



9/1
2017
平成29年

こくらきた

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3311(代表) ☎581・5496

- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 回=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

無料相談

人権法律相談 9月14日(木)13時30分～16時30分、山田地域交流センターで。先着6組。■電話で9月13日9時から同センター☎581・4159へ。

法律相談 9月20日(水)14～16時30分、西小倉市民センターで。先着8組。■9月4日9時から同センター☎592・1603へ。

保健福祉無料相談

①**高齢者・障害者あんしん法律相談** 9月21日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の要支援高齢者や家族など。

②**精神保健福祉相談** 9月28日(木)13時30分～15時30分。定員2組。

共通 小倉北区役所で。■①は9月15日、②は22日までに小倉北区役所高齢者・障害者相談コーナー☎582・3430へ。

介護保険料の納め忘れはありますか?

介護保険制度は、介護が必要になった時、みんなで支えあう制度です。介護保険料の督促状や催告書が届いた人は納め忘れがないかも一度ご確

認ください。保険料を納めないでいると、介護サービスを受ける時に一定の制限を受ける場合があります。■小倉北区役所保健福祉課☎582・3433へ。

介護支援ボランティア登録研修会

9月15日(金)14～16時、総合保健福祉センター(馬借一丁目)で。対象は65歳以上。定員40人。ボランティア登録には介護保険被保険者証が必要。

■はがき(何人でも)に基本事項を書いて9月14日までに北九州市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター(〒804-0067戸畑区汐井町1-6、☎881・6500)へ。

統合失調症の家族教室

10月17日(火)・27日(金)、11月8日(水)・17日(金)(全4回)のおおむね13時30分～15時30分、小倉北区役所で。対象は患者の家族と支援者。定員10組。■9月29日までに小倉北区役所高齢者・障害者相談コーナー☎582・3430へ。

民生委員制度創設100周年市民講演会

シンガーソングライター・富永裕輔さんによるスペシャルライブなど。9月

30日(土)13～15時、ムーブ(小倉北区大手町)で。■小倉北区民生委員・児童委員協議会☎571・5452へ。

京町寺小屋講座「川柳教室」

9月21日(木)15～16時、北九州文学サロン(京町一丁目)で。定員15人。■9月14日までに京町銀天街協同組合☎981・4986へ。■小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

尿もれ予防講座

9月30日(土)13時30分～15時、中島市民センター(昭和町)で。対象は40歳以上。定員30人。個別相談あり(定員3人)。■はがき(1人だけ)に基本事項と個別相談の有無を書いて9月20日までに認知症支援・介護予防センター(〒802-8560小倉北区馬借一丁目7-1、☎522・8765)へ。

地域交流センターの講座

①**山田(☎581・4159)** ▶親子リトミック体操=10月2日～来年3月19日のおおむね第1・3月曜日(全10回)10時30分～11時30分。定員5組 ▶職人が教える和菓子入門=10月7日～

(40～69歳は900円)。■9月4日から。

③**離乳食教室** 調理実演と栄養相談。9月22日(金)13時15分～15時、小倉北区役所で。対象はおおむね0歳7カ月～1歳6カ月の乳幼児と保護者。母子健康手帳が必要。

④**ほやほや赤ちゃん教室** 赤ちゃんのかかわり方や絵本の読み聞かせ、子育てワンポイントアドバイスなど。9月19日(火)13時15分～15時、小倉北区役所で。対象は0歳1カ月～0歳5カ月の乳児と保護者。母子健康手帳が必要。

⑤**マタニティスクール** 妊娠中の食生活の話や赤ちゃんの沐浴実習、妊婦体操など。9月12日(火)・19日(火)・26日(火)(全3回)の13時15分～16時、小倉北区役所で。対象は妊婦と家族。母子健康手帳が必要。

12月16日の毎月第1・3土曜日(全5回)10～12時。定員12人。材料費3000円。

②**下富野(☎521・3266)** ▶※フラワーアレンジメント=第4木曜日18～20時 ▶料理=おおむね第1・3木曜日10～13時 ▶気功=第2・4火曜日14～16時 ▶ビーズ=第2・4火曜日10～12時 ▶囲碁=第1・3土曜日13時30分～15時30分 ▶アートフラワー=第1・3金曜日10～12時 ▶手づくりパン=第1・3水曜日9時30分～12時 ▶ヨガ・ストレッチ=おおむね第2・4月曜日19～20時30分 ▶洋裁=第2木曜日10～12時と第4木曜日13～15時 ▶着物着付け=おおむね第1・3木曜日14～16時。②の共通 10月～来年3月。全12回(※だけ全6回)。定員10～30人。材料費などが必要。

共通 ■9月15日まで。詳細は各センターへ。

小倉北体育館のスポーツ

①**三萩野テニススクール** ▶月曜講座=10月2日～12月11日のおおむね毎週月曜日(全10回)。こどもリトルクラス、こども入門クラス、大人初級コース、大人中級コースあり ▶火曜講座=10月3日～12月19日の毎週火曜日(全12回)。子ども入門コース、子ども初級コース、大人初級コースあり。

②**骨盤体操&ヨガ講座** 10月3日～12月26日のおおむね毎週火曜日(全10回)。

共通 ■①は9月3日、②は15日から。詳細は小倉北体育館☎923・0823へ。

図書館だより 9月

中央図書館☎571・1481

毎週月曜日(18日は除く)と19日(火)～22日(金)・30日(土)は休館。貸し出し・催しともに無料。



8月30日で勝山こどもと母のとしょかん(小倉北区城内)を閉館しました。

健康ひろば

■小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

①健診に行こう

特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。健康保険被保険者証と特定健診受診券が必要。後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に問を。

若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。

大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。

結核・肺がん検診 対象は40歳以上。受診無料(喀痰検査は900円)。

肝炎ウイルス検査 対象は過去に同検査を受けたことがない人。検査無料。

前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

骨粗しょう症検診(10月1日の小倉医師会健診センターだけ実施) 対象は18歳以上。受診料1000円。

①の共通 ▶小倉北区役所=9月28日(木)13時30分～15時 ▶小倉医師会健診センター(中島一丁目)=10月1日(日)9～10時30分。70歳以上や市民税非課税世帯の人などを対象にした無料の制度があります。詳細は小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440へ。

②**胃がん検診** 胃部X線撮影。▶南丘市民センター=9月27日(水)9～10時30分 ▶小倉医師会健診センター(中島一丁目)=10月1日(日)9～10時30分。②の共通 対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着各45人。受診料1000円



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。