



1/1  
2018  
平成30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。
- 甲=申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 廻=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** 弁護士が相談に応じます。1月11日(木)13時30分～16時30分、下富野地域交流センターで。先着6組。☎電話で1月10日9時から同センター☎521・3266へ。

**法律相談** 司法書士が応じます。1月17日(水)14～16時30分、西小倉市民センターで。先着8組。☎1月5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** 弁護士が応じます。1月18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** 精神科医師が応じます。1月25日(木)13時30分～15時30分。定員2組。

③**高齢者等住宅相談** 介護の必要な高齢者や障害者のための住まいづくりや住宅改造など。随時。

共通小倉北区役所で。甲①は1月15日、②は19日まで、③は事前に小倉北区役所高齢者・障害者相談コーナー☎582・3430へ。

## 京町寺小屋講座「川柳教室」

1月18日(木)15～16時、北九州文学サロン(京町一丁目)で。定員15人。甲1月11日までに京町銀天街協同組合☎981・4986へ。廻小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

## 青少年育成大会

北九州夜の子ども相談室代表・外松太恵子さんによる講話「気がつけば見知らぬわが子～今、大人の忘れもの」。1月27日(土)10～11時30分、生涯学習総合センター(大門一丁目)で。問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 農業体験農園の説明会

農家の指導のもと、苗や資材など

までそろえて農作業体験ができる農園についての説明会。1月27日(土)10～12時、総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目)で。農園の場所は小倉南区合馬・石田南と若松区有毛。期間は3月1日～平成31年1月31日。甲1月26日まで。詳細は東部農政事務所☎951・1020へ。

## 区民文化祭「邦舞」

1月28日(日)11～15時30分、ムーブ(大手町)で。入場料高校生以上1000円。問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 小倉北アカデミー 素敵に生きる

「朗読を楽しむ」演劇作業室紅生姜代表・山口恭子さんによる講話と草笛の会の朗読。1月31日(水)13時30分～15時30分、生涯学習総合センター(大門一丁目)で。先着30人。参加費500円。甲1月4日から小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 地域交流センターの講座

①**貴船(〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303)の顔の体操で認知症予防!～表情筋を動かすと脳が活性化** 1月20日(土)10～12時。対象は18歳以上。定員20人。

②**北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)のデジカメ活用** 2月1日～3月8日のおおむね毎週月・木曜日(全8回)10～12時。定員10人。教材費800円。デジタルカメラ、パソコンと接続するケーブルが必要。

③**下富野(〒802-0023小倉北区下富野五丁目17-17、☎521・3266)のパソコン講座** いずれも3月6～23日の毎週火・金曜日(全6回)。▶インターネットとメール入門=10～12時 ▶動画編集入門=14～16時。③の共通対象は文字入力などパソコンの基本操作ができる人。定員各9人。教材費800円。

共通甲往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は1月10日、②は19

日、③は2月23日までに各センターへ。

## 小倉北体育館のスポーツ

①**ソフトエアロビクス&ストレッチョガ** 1月11日～3月22日の毎週木曜日(全11回)10～12時、小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。対象は18歳以上。先着35人。参加費5940円。

②**ピラティス** 1月11日～3月29日のおおむね毎週木曜日(全11回)、小倉北体育館で。Aコース(18時30分～19時30分)とBコース(19時45分～20時45分)あり。対象は16歳以上。先着各コース12人。参加費9504円。

③**三萩野テニススクール** 1月16日～3月6日の毎週火曜日(全8回)、三萩野庭球場(三萩野三丁目)で。▶子供クラス=18～18時55分。対象は小4年～中学生。参加費6480円 ▶大人クラス=19時15分～20時45分。対象は16歳以上。参加費8640円。③の共通先着各クラス12人。

共通甲1月4日から小倉北体育館☎923・0823へ。

## バスタボー大会

「バスタボー」はバスタオルの両端を2人で持った前衛・後衛2ペアでチームを作り、バレーボールを相手チームとネットをはさんでラリーを行う「ニュースポーツ」です。2月11日(祝)9時30分～12時、小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。チーム編成1チーム4～8人。保険料1人50円。甲1月30日まで。詳細は小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 図書館だより 1月

**中央図書館☎571・1481**  
毎週月曜日(8日は除く)と1日(祝)～3日(水)・9日(火)・31日(水)は休館。貸し出し・催しともに無料。

昨年8月30日で勝山こどもと母のとしょかん(小倉北区内)を閉館しました。

## 健康ひろば

問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。

①の共通1月25日(木)13時30分～15時、小倉北区役所と泉台市民セン

ターで。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**幼児食教室** 幼児食のお話・試食・子育て相談。1月17日(水)10時15分～12時、小倉北区役所で。対象は1歳6カ月～2歳11カ月の幼児と保護者。母子健康手帳が必要。甲1月9日まで。

③**離乳食教室** 調理実演と育児相談。1月26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**HIV・性感染症検査** 問診と採血を行います。結果は1週間後に検査会場です。毎週火曜日(祝・休日は除く)の9～11時、小倉北区役所で。対象は感染の可能性があった日から8週間以上経過した人。検査無料(問診の結果、有料となる場合があります)。



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。