

5/15  
2014  
平成26年

# ほっと情報!もじ



- 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6ページを参照。
- =申し込み □=問い合わせ
- 共通=共通の内容 固=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・1881(代表) ☎332・3542

## 市立門司病院の健康セミナー

テーマは「骨粗しょう症と骨折」、体脂肪・BMI測定・血圧測定とリハビリスタッフによる健康体操など。5月22日(木)14～15時、門司病院で。☎同病院地域医療連携室☎381・3588へ。

## 前田亮二 染色小作品展～SPROUT

染色の額装作品と立体オブジェを約20点。5月9日(金)～30日(金)の11～18時(土曜日は16時まで、日曜日・祝日は休館)、ギャラリーアルテジオ(門司港駅前郵船ビル内)で。☎門司港美術工芸研究所☎322・1235へ。

## 市民講座「春のコンサート」

映画や唱歌を中心としたオカリナとフルートの演奏。5月29日(木)13時30分～14時30分、田野浦市民センターで。定員60人。☎5月29日までに同センター☎331・2025へ。

## 生涯学習市民講座「日本再発見 火野葦平の足跡を訪ねて」

DVD鑑賞や火野葦平資料館館長・坂口博さんによる講演会。6月11日(木)13時30分～15時30分、大里柳市民センターで。先着50人。☎5月19日から同センター☎381・2328へ。

## 市民アカデミー事業 もじ・元気塾

テーマは「北九州の文学」。6月19日～9月18日のおおむね木曜日(全6回)10～12時、門司生涯学習センターなどで。対象は18歳以上。定員60人。受講料2000円。☎往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて5月31日までに門司区役所コミュニティ支援課(〒801-8510門司区清滝一丁目1-1、☎331・1881内線645)へ。

## 相続や遺言、成年後見などに関する無料相談会

行政書士が応じます。5月21日(木)13～16時、清見市民センターで。☎同センター☎331・3033へ。

## 無料人権法律相談

金銭・土地・家屋・人権・親族関係などの相談に弁護士が応じます。6月5日(木)13時30分～16時30分、新門司地域交流センターで。先着6組。☎4日9時から同センター☎481・4599へ。

## 行政相談をご利用ください

国や県などの業務に対する苦情・要望に行政相談委員が応じます。行政相談委員は地域での皆さんの身近な相談相手として、行政サービスに関

する相談、行政の仕組みや手続きに関する相談を受け付け、相談者への助言や関係行政機関への通知などの仕事を行っています。相談無料。毎月第2水曜日の13～16時(祝日は除く)、門司区役所で。日程は市政だより毎月1日号に掲載しています。

## 門司区の行政相談委員(敬称略)

かめだ よしや かむらま ゆみ  
亀田 善彌 川村真由美  
やまおか あいこ  
山岡 愛子

☎門司区役所総務企画課☎331・0039へ。

## 新門司地域交流センターの講座

①創作パン作り パンとデザートなど。6月7日(土)・21日(土)(全2回)の10～13時。定員16人。材料代2000円。エプロンと三角巾が必要。

②ワード初級・中級 6月16日～8月7日のおおむね毎週月・木曜日(全15回)10～12時。定員10人。資料代2200円。

③デジタル写真活用 6月17日～7月25日のおおむね毎週火・金曜日(全12回)10～12時。定員10人。資料代2260円。

☎共通対象は18歳以上。☎①は電話で6月2日までに新門司地域交流センター☎481・4599へ。②③は往復はが

き(1人だけ)に基本事項を書いて6月4日までに同センター(〒800-0118門司区吉志新町二丁目1-1)へ。

## 子どもと女性を性犯罪者等の被害から守る

性犯罪等の被害から身を守るために次のことに注意しましょう。

### 1. スキをみせない

- ・後方を振り返るなど警戒をアピールする。
- ・携帯電話を使いながら、音楽を聴きながら歩かない。

### 2. 鍵掛けを習慣づける

- ・家に入ったらずきに鍵を掛ける。
- ・寝る前には、玄関や窓の鍵を確認する。

### 3. 周囲を警戒する

- ・書店やビデオ店、エスカレーターでは注意する。
- ・帰宅時はドアを開ける前に周囲を確認する。

### 4. 防犯グッズを身につける

- ・防犯ブザー等を身につけ、いつでも使えるよう準備する。

■被害にあったときは、すぐに110番通報しましょう。☎門司警察署☎321・0110へ。

## 白野江植物園のアジサイとギボウシ

6月1日～6月末まで、初夏を彩るヤマアジサイと、涼しげな葉が魅力のギボウシを鉢で展示します。また、園内では6月から7月にかけて、約2000株のアジサイが見頃となります。



## 健康だより

門司区役所  
☎331・1881(代表)

### ①健診で健康チェック

**特定健診** 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険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方は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に☎を。

**若者健診** 対象は18～39歳。受診料1000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)。

### 骨粗しょう症検診(6月5・19日だけ)

対象は18歳以上。受診料1000円。

**肝炎ウイルス検査** 対象は過去に受

診したことのない人。受診無料。

**大腸がん検診** 対象は40歳以上。受診料500円。

**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 ▶白野江市民センター=6月4日(木)▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=6月5日(木)・※8日(日)・19日(木) ▶松ヶ江北市民センター=6月18日(木)。いずれも13時30分～15時(※は9～10時30分)。☎健康相談コーナー☎内線453へ。

②胃がん検診 6月22日(日)9～10時30分と27日(金)9～11時、門司区医師会健診会館で。対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着各日40人。受診料1000円(40～69歳は900円)。☎5月19日から健康相談コーナー☎内線453へ。

①②の☎共通70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。詳細は健康相談コーナー内線453へ☎を。

③元気で長生き食卓相談 健康を考えた食事の相談に応じます。希望者には、みそ汁の塩分測定や体組成測定も行います。6月3日(火)10～15時、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。対象は65歳以上。先着8人。☎5月19日から健康相談コーナー☎内線451へ。

④パパママスクール 沐浴実習や妊娠から育児までのお話など。6月14日(土)9時30分(受け付けは9時15分から)～12時、門司区役所別館で。対象は初めて子どもが誕生する夫婦。先着20組。母子健康手帳が必要。☎5月19日から健康相談コーナー☎内線450へ。