



●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。
甲=申し込み 問=問い合わせ
共通=共通の内容 市=市の担当課
ネット=ネット窓口(電子申請)

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・5321(代表) ☎751・6274

3月の無料相談

- ①交通事故相談 13日(金)10～15時。
甲12日までの予約が必要。電話で9～15時30分、交通事故相談所☎582・2511へ。※事前に予約が必要。
- ②法律相談 20日(金)13時30分～16時30分。先着18組。甲19日8時30分から問先へ。
- ③人権相談 20日(金)13時30分～16時30分。先着6組。甲19日8時30分から問先へ。
- ④行政相談 27日(金)10～15時。
- ⑤心配ごと相談 11日(水)・25日(水)の13～16時。
共通若松区役所で。問①～④若松区役所総務企画課☎761・0039、⑤若松区社会福祉協議会☎761・3422へ。

3月の保健福祉無料相談

精神保健福祉相談、酒害相談 精神科医が応じます。13日(金)・※27日(金)(酒害相談は※だけ)の13時30分～

健康だより

問甲若松区役所健康相談コーナー ☎761・5321(内線441)

子育て教室

テーマは「ほめて叱って伸ばす子育て」。3月12日(木)9時50分～11時30分、若松区役所で。対象は乳幼児と保護者。

ほやほや赤ちゃん教室

赤ちゃんの育て方の講話やベビーマッサージ、交流会など。3月27日(金)13時50分～15時30分、若松区役所で。対象は1～4カ月の乳児と保護者。バスタオルが必要。先着15組。甲3月4日から問先へ。

元気で長生き食卓相談

健康を考えた食生活の相談に栄養士が応じます。希望者には体脂肪測定やみそ汁の試飲もあり。3月12日(木)10、11、13、14時(各1人)、若松区役所で。対象は65歳以上。定員4人。甲3月10日までに問先へ。

15時30分。先着各2組。甲3日から問先へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談

弁護士が応じます。19日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の要援護高齢者と家族など。甲16日までに問先へ。
共通若松区役所で。問若松区役所「高齢者・障害者相談コーナー」☎751・4800へ。

子育て女性就職支援センターの出張相談

3月10日(火)・※24日(火)の10～15時、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。対象は女性の求職者。定員各日4人。甲6日(※は20日)までに福岡県子育て女性就職支援センター☎571・6440へ。

レディスやはたの無料相談

▶法律相談=3月12日(木)18～20時。定員4人 ▶※家庭内の悩み相談室=3月18日(水)15～17時。定員2人。共通レディスやはた(八幡東区尾倉二丁目)で。対象は女性。甲3月12日(※は13日)9～12時に同施設☎661・1122へ。

有害鳥獣の捕獲を実施

農作物や市民生活に被害をもたらすイノシシ等を箱ワナなどを使って駆除しています。入山される場合は遊歩道から外れないように注意して下さい。また、事故防止のためワナには絶対に近づかないでください。随時、若松区石峰山一帯で。問産業経済局西部農政事務所☎693・9912へ。

「おひさまルーム」に遊びにおいで!

「おひさまルーム」は親子で遊べるフリースペースです。毎週火～金曜日(祝・休日と施設行事日は除く。事前に問を)の10～12時、15～16時30分、若松コスモス保育所(浜町二丁目)☎761・5622)で。対象は乳幼児と保護者。

折尾スポーツセンターのスポーツ教室(全12回)

▶レディースシェイプアップ教室=有酸素運動など。4月1日～7月1日の

おおむね毎週水曜日9時30分～11時30分。定員40人 ▶女性スイミング教室=段階に応じて学びます。4月3日～6月19日の毎週金曜日10～12時。定員30人。共通折尾スポーツセンターで。対象は18歳以上の女性。保険料など各6000円。甲往復はがき(1人だけ)に基本事項と教室参加経験の有無を書いて3月23日までに同センター(〒807-0874八幡西区大浦三丁目9-1、☎691・0812)へ。

体育協会若松管理事務所のスポーツ教室(全12回)

▶レディース健康シェイプアップ教室=4月6日～6月29日のおおむね毎週月曜日14～16時、若松武道場で。対象は18歳以上の女性。定員40人。参加費6000円 ▶すこやか太極拳教室=4月7日～6月30日の毎週火曜日10～12時、若松武道場で。対象は18歳以上。定員30人。参加費5000円 ▶年長者健康教室=4月9日～6月25日の毎週木曜日14～16時、若松体育館で。対象は65歳以上。定員80人。参加費3000円。共通甲往復はがき(1人だけ)に基本事項と教室参加経験の有無を書いて3月18日までに北九州市体育協会若松管理事務所(〒808-0062若松区古前一丁目1-1、☎761・1983)へ。

桃園室内温水プールのスポーツ教室

①腰痛改善ウォーキング教室 水圧や水の抵抗を利用したウォーキングやストレッチ、水中整体など。▶水曜コース=4月1日～来年3月23日の15時30分～16時30分 ▶金曜コース=4月3日～来年3月25日の14時30分～15時30分。①の共通受講料月額4000円と保険代1850円。
②水泳教室 クロールや背泳ぎなど。4月2日～来年3月24日のおおむね毎週木曜日15時30分～16時30分。初級クラスと中級クラスとマスターズクラスあり。受講料月額3500円と保険代1850円。
③成人水泳教室 木曜コース(4月2日～来年3月31日)と土曜コース(4月

4日～来年3月26日)と火曜コース(4月7日～来年3月29日)あり。いずれも13時20分～14時20分。受講料月額3500円と保険代1850円。

共通桃園室内市民プール(八幡東区桃園三丁目)で。対象は18歳以上。先着各コース各クラス10人。甲3月5日から。詳細は桃園体育施設管理事務所☎671・3503へ。

グリーンパークの催し

- ①ポニーの誕生日会 希望者はポニーとの記念撮影などもあり。3月8日(日)13～13時30分。雨天時は14日(土)。
- ②探鳥会 園内を訪れる野鳥を観察しながら出没ポイントを解説。3月21日(祝)10～12時。先着30人。
共通グリーンパーク(大字竹並)で。入園料が必要。甲②は必要。3月4日から同施設☎741・5545へ。

3月の図書館だより

- いずれも休館日は毎週月曜日と31日(火)。
- 若松図書館☎761・2942
唐詩教室 毎週火曜日(10・31日は除く)の10～12時。
- 成人読書会「みらい」 4日(水)10～12時。
- おはなしのこぼこ 毎週木曜日の10時30分～11時。
- こどものつどい 8日(日)14～15時。
- 母と子の読書会 10日(火)10～12時。
- ライトノベルズ講座 14日(土)14～15時。
- 読書会「ル・リーブ」 15日(日)12～14時。
- おはなしのじゅうたん 28日(土)14時30分～15時。
- 島郷子どもと母のとしょかん ☎701・3991
- 子どもと母の読書会 12日(木)10～12時。
- おたのしみ会「フリスビーを作ろう!」紙皿を使います。14日(土)10～11時。
- 成人読書会 19日(木)10～12時。
- ブックスタート 21日(祝)14時15～30分。