



5/1  
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** 弁護士が応じます。5月10日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センターで。先着6組。甲☎921・5303へ。

**法律相談** 司法書士が応じます。5月16日(水)14～16時30分、西小倉市民センターで。先着8組。甲☎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。5月17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。5月24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5月14日、②は18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。

## 食に関する無料相談「栄養ラボ」

いずれも5月24日(木)。▶相談=栄養や口腔に関する相談に管理栄養士と歯科衛生士が応じます。13時30分～15時30分 ▶ミニ講話=管理栄養士による講話「食物繊維を上手にとる方法」。14～14時15分。共通 認知症支援・介護予防センター(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター5階、☎522・8765)で。対象はおおむね65歳以上。

## 長崎街道 起点ちや室町

稚児行列、骨董フリーマーケット、

室町屋台村など。5月5日(祝)10～16時、常盤橋室町広場(室町二丁目)周辺で。荒天中止。問室町地区活性化自治連絡協議会事務局☎961・1077へ。廻小倉北区役所総務企画課☎582・3335。



## 地域交流センターの講座

**①山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159)** ▶管理栄養士が教えるヘルシー料理=6月7日～7月12日のおおむね毎週木曜日(全6回)10～12時。対象は18歳以上。定員10人。材料費4200円 ▶はじめてのエクセル=6月11日～8月6日の

おおむね毎週月曜日(全8回)14時30分～16時30分。対象はパソコン(エクセル)の初心者。定員9人。教材費1400円。

**②北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)のワード実践** 6月15日～7月17日の毎週火・金曜日(全10回)19～21時。対象はワードで文字入力ができる人。定員10人。教材費1404円。

**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7月17日～8月3日の毎週火・金曜日(全6回)。

▶はじめてのパソコン=10～12時 ▶パソコンで絵手紙=14～16時。対象は文字入力などパソコンの基本操作ができる人。③の共通 定員各9人。テキスト代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5月15日、②は23日、③は7月5日までに各センターへ。

## ギラヴァンツサッカー教室

ギラヴァンツ北九州のコーチが指導します。5月22日～7月31日のおおむね毎週火曜日(全11回)15～16時、小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。対象は3歳以上の未就学児。先着20人。参加費1万7820円。甲5月7日から同館☎923・0823へ。

## 図書館だより 5月

中央図書館☎571・1481

毎週月曜日と1日(火)・2日(水)・15日(火)～19日(土)・31日(木)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(小倉北区城内)を閉館しました。

## 健康ひろば

問甲小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

①②は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。



### 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(5月24・31日の小倉北区役所と27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 ▶霧丘市民センター=5月17日(木)13時30分～15時 ▶小倉北区役所と寿山市民センター=5月24日(木)13時30分～15時 ▶小倉医師会健診センター(中島一丁目)=5月27日(日)9～10時30分 ▶小倉北区役所と富野市民センター=5月31日(木)13時30分～15時。

②**胃がん検診** 胃部X線撮影。▶小倉医師会健診センター=5月27日(日)9～10時30分 ▶小倉北区役所=5月28日(月)9～10時30分。②の共通 対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着45人。受診料1000円(40～69歳は900円)。甲5月7日から。

③**すくすく赤ちゃん教室** 子育てワンポイントアドバイスなど。5月15日

(火)13時15分～15時、小倉北区役所で。対象は0歳6カ月～0歳11カ月の乳児と家族。母子健康手帳が必要。

④**離乳食教室** 調理実演と栄養相談。5月25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。



⑤**両親学級** 子育てを楽しくする話や沐浴実習など。6月3日(日)9時20分～12時、小倉北区役所で。対象は初めて子どもが誕生する夫婦。定員35組。母子健康手帳が必要。甲5月11日まで。

⑥**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。