



# 9/15 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 回=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

## 保健福祉無料相談

いずれも10月11日(木)13時30分～15時30分、小倉北区役所で。▶精神保健福祉相談=精神科医が応じます ▶アルコール相談=酒害相談員が応じます。共通 定員各2組。甲10月5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。

## 無線通信技術を活用した実証実験にご理解を

9月中旬～平成32年3月、小倉北区の紫川(勝山橋～中島橋、市役所周辺)で、国の許可を取得した民間事業者による無線通信技術を活用した実証実験(無人水上艇を使用)を行います。

建物内の無線LANなど、近隣で同じ周波数帯(5.7GHz帯)を使用する機器に影響が無いよう配慮しますのでご理解をお願いします。問企画調整局地方創生推進室☎582・2904へ。

## 区民文化祭

▶美術展(会員会友展)=9月20日(休)～25日(火)の10～19時(25日は17時まで)、市民ギャラリー(リバーウォーク北九州5階)で ▶短歌の会=9月29日(土)13～16時、貴船市民センター(白銀一丁目)で ▶煎茶の会=10月7日(日)10～14時30分、小倉城庭園(城内)で。茶券1000円。共通 問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 室町楽市

地元の野菜や海産物加工品などを販売。フリーマーケットもあり。9月22日(土)12～17時、常盤橋室町広場(室町二丁目)で。荒天中止。問室町地区活性化自治連絡協議会商業部☎562・6277へ。問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貴船(〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303) ▶絵手紙=10月9日～来年3月12日の毎月第2火曜日(全6回)10～12時。定員15

人 ▶ピラティス体操=10月17日～来年3月27日のおおむね毎月第2・4水曜日(全12回)13時30分～15時30分。定員15人 ▶親子リトミック=10月22日～来年3月25日のおおむね毎月第2・4月曜日(全8回)10～11時。対象は1～2歳の幼児と保護者。定員15組。

②山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159)のワードで年賀状作成 10月15日～11月19日の毎週月曜日(全6回)14時30分～16時30分。対象は18歳以上。定員9人。教材費700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 ▶デジカメ&年賀状=11月5～15日の毎週月・木曜日(全4回)10～12時。対象は文字入力などパソコンの基本操作ができ、デジカメを持参できる人。テキスト代800円 ▶ワードで年賀状=11月5～15日の毎週月・木曜日(全4回)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。テキスト代800円 ▶エクセル活用=11月19日～12月20日の毎週月・木曜日(全10回)10～12時。対象はエクセルの初級程度のパソコン操作ができる人。テキスト代1400円 ▶ワード活用=11月19日～12月20日の毎週月・木曜日(全10回)14～16時。対象はワードの初級程度のパソコン操作ができる人。テキスト代1400円。③の共通 定員各9人。

## 秋の交通安全県民運動 9月21日(金)～30日(日)

### 運動の重点

- 子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
  - 飲酒運転の撲滅
  - 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
  - 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 問小倉北区交通安全推進協議会☎582・3339へ。

共通 往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて②は9月26日、①は28日、③は10月16日までに各センターへ。

## 小倉北体育館のスポーツ

▶シェイプアップ&エアロ=10月4日～12月20日のおおむね毎週木曜日(全12回)10～12時。対象は18歳以上。先着35人。参加費6480円 ▶子供体操=鉄棒・マットなどを使います。10月4日～12月20日のおおむね毎週木曜日(全10回)。未就学児の部(16～17時。対象は3歳以上の未就学児)と小学生の部(17～18時)あり。先着各部20人。参加費1万3500円 ▶産

後ピクス&ベビーマッサージ=10月9日～12月25日のおおむね毎週火曜日(全9回)12時30分～13時30分。対象は0歳1～8カ月の乳児と母親。先着20人。参加費4860円 ▶骨盤体操&ストレッチヨガ=10月9日～12月25日のおおむね毎週火曜日(全9回)14～16時。対象は18歳以上。先着35人。参加費4860円 ▶ピラティス=10月9日～12月25日のおおむね毎週火曜日(全12回)。Aの部(18時30分～19時30分)とBの部(19時45分～20時45分)あり。対象は18歳以上。先着各部35人。参加費1万368円。共通 甲9月20日から小倉北体育館☎923・0823へ。

## 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 対象は18歳以上。受診料1000円。

①の共通 ▶小倉北区役所=10月11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14日(日)9～10時30分。

②胃がん検診 胃部X線撮影。10月14日(日)9～10時30分、小倉医師会健診センターで。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9月18日から。

③離乳食教室 調理実演と栄養相談。10月3日(木)13時15分～15時、小倉北区役所で。対象はおおむね0歳6カ月以下の乳児と保護者。母子健康手帳が必要。

④食生活相談 栄養士が応じます。10月5日(金)10～15時、小倉北区役所で。対象は64歳以下。定員8組。甲10月2日まで。

⑤元気で長生き食卓相談 栄養士が応じます。10月1日(月)10～15時、小倉北区役所で。対象は65歳以上。定員8組。甲9月21日まで。

⑥シニア料理教室 講話と調理実習。10月4日(木)9時45分～12時30分、小倉北区役所で。対象は65歳以上の料理初心者。定員20人。エプロン、三角巾が必要。甲9月26日まで。

⑦HIV・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直接本人に伝えます。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る日から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。