

6/15
2019
令和元年



ほっと情報! もじ

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX 331・1805

- 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。

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



門司港駅

市立門司病院の健康セミナー

テーマは「腰部脊柱管狭窄症について」。血圧測定・リハビリスタッフによる健康体操など。6月27日(木)14～15時、市立門司病院(南本町)で。問 同病院地域医療連携室 ☎381・3588へ。

精神障害者を支える家族・支援者のための教室

精神科の病気や治療について、医師による講話。7月9日(火)14～15時30分、門司区役所で。対象は精神障害者の家族・支援者。定員15人。申 7月2日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー ☎331・1881内線485へ。

男女共同参画フォーラム

錦町市民センター(清滝三丁目) テーマは「地域づくりは人づくり～生かそう女性の力」。講師は門司区長・上田伸一。6月27日(木)。

レディスもじ(下馬寄) テーマは「ゆりかごから生涯を通して～子育てのコツ」。講師は生涯学習総合センター所長・岩渕英司。6月28日(金)。

共通 10～12時。対象は18歳以上。問 門司区役所コミュニティ支援課 ☎331・1883へ。

人権啓発講演会

山九労政部人権啓発担当参与・原田憲正さんによる講話「私と同和問題とのかかわりを通して今思うこと」。7月13日(土)10～12時、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目、☎481・4599)で。

新門司地域交流センターの講座

①硬筆 7月4日～10月17日のおおむね毎週木曜日(全15回) 10～12時。定員20人。資料代300円。ボールペン・鉛筆が必要。

②役に立つWindows10 7月11日～8月29日のおおむね毎週木曜日(全7回) 13時30分～15時30分。定員10人。資料代2800円。

共通 新門司地域交流センターで。対象は18歳以上。申 往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は6月25日、②は7月2日までに同センター(〒800-0118門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・4599)へ。

新門司温水プールのスポーツ教室

①アクアシェイプ 水の抵抗を利用して行う筋力トレーニング。7月3日～9月25日のおおむね毎週水曜日(全8回) 13時15分～14時。対象は18歳以上(学生は除く)。定員15人。受講料など3520円。

②レベルアップスイム 各種目の泳ぎ方を学びます。7月3日～9月25日のおおむね毎週水曜日(全12回) 18時30分～19時30分。対象は18歳以上(学生は除く)。定員15人。受講料など6900円。

③アクアビクス&水泳塾 いずれも7月5日～9月27日のおおむね毎週金曜日(全9回)。▶アクアビクス=14～15時 ▶水泳=15～16時。③の共通 対象は18歳以上(学生は除く)。参加費4203円(両方参加は6147円)。

④夏のジュニアスイミング ▶前期=7月8日(月)～12日(金)(全5回) ▶後期=7月22日(月)～26日(金)(全5回)。④の共通 17時30分～18時30分。Aコース(水慣れ～10m以下の泳力の小学生)とBコース(10m以上の泳力で25mを目指す小学生)あり。定員各期各コース10人。受講料など3930円(両方参加は7860円)。

共通 新門司温水プール(新門司三丁目)で。申 6月28日までに同プール ☎481・2707へ。

門司体育館のスポーツ(全10回)

▶背骨コンディショニング=7月1日～9月30日のおおむね毎週月曜日13時50分～14時50分。対象は18歳以上。先着30人。参加費5400円 ▶リフレッシュヨガ=7月1日～9月30日のおおむね毎週月曜日14時55分～15時55分。対象は18歳以上。先着30人。

参加費5400円 ▶バレエ教室=7月1日～9月30日のおおむね毎週月曜日17時15分～18時15分。対象は3歳～小学生。先着15人。参加費8640円 ▶シニア健康教室=7月3日～9月25日のおおむね毎週水曜日14～16時。対象は65歳以上。先着80人。参加費3564円 ▶ダンス教室=7月9日～9月17日のおおむね毎週火曜日。小・中学生クラス(18～19時)、高校生・一般クラス(19～20時)。先着各クラス20人。参加費7020円。共通 門司体育館(高田一丁目)で。申 6月17日から同館 ☎381・6445へ。

無料相談

アスベスト健康相談 健康相談(居住歴・職歴の聴取)、検診など。門司生涯学習センター(栄町)で。対象は平成16年以前に門司区に居住歴があり、アスベストによる健康被害の不安をもつ人(労災などは除く)。申 8月30日まで。詳細は保健福祉局保健予防課 ☎522・8071へ。

女性のための相談室 家庭内の悩みに関する相談に応じます。6月

26日(水)15～17時、レディスもじ(下馬寄)で。定員2組。申 6月21日9～12時、同施設 ☎371・4649へ。

人権法律相談 司法書士が応じます。7月4日(木)13時30分～15時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着4組。申 7月3日9時から同センター ☎481・4599へ。



消防団員も募集!!

大切なひと、自分のまちを守るため、あなたの力を貸してください! サラリーマンをしながら、自営業をしながら、主婦をしながら、学生をしながら、みんな消防団で輝いています。対象は日本国籍を持ち、門司区に居住か勤務している18歳以上。手当など(年報酬、出勤に伴う費用弁償、退職報償金、公務災害補償制度)が定められています。問 門司消防団本部 ☎381・5607か門司消防署 ☎372・0119へ。

健康だより
門司区役所健康相談コーナー
☎331・1888

①健診を受けて、健康寿命を延ばそう

特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。注)

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(7月4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 ▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=7月4日(木) ▶田野浦市民センター=7月10日(水) ▶錦町市民センター=7月17日(水)。いずれも13時30分～15時。問 健康相談コーナーへ。

②胃がん検診 7月23日(火)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40人。受診料1000円(40～69歳は900円)。申 6月17日から健康相談コーナーへ。

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へ問を。

注) 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。