

とばた宣隊「ちょうちんジャー」

ポンちゃん

よいとくん

アヤメン

8/15

2019

令和元年

とばた

編集 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX881・2204

●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)

戸畑区夜間非行防止
パトロール

8月23日(金)20時、戸畑駅前交番に集合。戸畑駅前から飛幡八幡宮をパトロールし、21時、同交番で解散。雨天中止。問戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502へ。

親子・地域ふれあい清掃

9月8日(日)、自宅から夜宮公園のびのび広場(雨天時は、夜宮青少年センター)までの道のりを清掃します。集合時間の10時に到着してください。その後、夜宮青少年センター(夜宮一

丁目)でふれあい昼食会(カレー、かき氷、ポップコーン)を行います。13時、解散。対象は小学生と保護者。水筒とゴミ袋が必要。問戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502へ。

戸畑区子育てサポーター
養成講座

子育てしやすいまちづくりを目指して、市民センターなど地域で「子育てサポーター」として活動するための知識や手法を学びます。10月3～31日の毎週木曜日(全5回)の10～12時、戸畑区役所などで。先着30人。申8月19日から戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502へ。

ケア・トランポリン教室

いずれも10月～来年3月のおおむね週1回(全23回)各1時間30分。▶三六市民センター(小芝三丁目)＝月曜日18時30分から、火曜日13時30分から ▶中原市民センター(中原東

二丁目)＝水曜日10時から ▶一枝市民センター(一枝一丁目)＝水曜日13時30分から。共通対象は20歳以上。定員各施設各曜日24人。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて8月31日までに認知症支援・介護予防センター(〒802-8560小倉北区馬借一丁目7-1、☎522・8765)へ。

本城陸上競技場のスポーツ

体幹ヨガ教室 9月2日～12月16日の毎週月曜日(全12回)。早朝の部(9時30分～11時)と朝の部(11～12時30分)と昼の部(13～14時30分)あり。保険料など5400円。

コアコンディショニング教室 9月3日～12月24日の毎週火曜日(全16回)9時30分～10時30分。保険料など7200円。

フィットネスズンバ教室 9月5日～12月19日のおおむね毎週木曜日(全15回)9時30分～10時30分。保険料など6750円。

共通本城陸上競技場で。対象は18歳以上。定員各教室各部5人。申往復

はがき(2人まで)に基本事項を書いて8月26日までに本城体育施設管理事務所(〒807-0806八幡西区御開四丁目16-1、☎692・0886)へ。

ストレッチ&
リズムダンス教室

9月2日～12月16日のおおむね月曜日(全12回)10～11時30分、八幡東体育館(中央三丁目)で。対象は健康管理ができる40歳以上。定員100人。参加費6600円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項と受講経験の有無を書いて8月22日までに北九州市スポーツ協会八幡東管理事務所(〒805-0019八幡東区中央三丁目9-6、☎662・9000)へ。

自分を活かす
ボランティア講座

9月20日～10月11日の毎週金曜日(全4回)10～12時、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。対象はボランティア未経験者など。定員30人。申9月6日まで。詳細は同施設☎641・9360へ。

健康だより

問戸畑区役所保健福祉課

☎871・2331

◆検診を受けましょう

特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。受診無料。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(痰の検査は900円)。

肝炎ウイルス検査 対象は過去に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。

大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。

骨粗しょう症検診 対象は18歳以上。受診料1000円。

共通 9月11日(水)14～15時30分、戸

畑区役所で。70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。年齢の分かるものが必要。

◆赤ちゃん教室
赤ちゃんとの関わり方、子育てワンポイントアドバイス、交流会など。9月3日(火)13時30分～15時、戸畑区役所で。対象は0歳6カ月までの乳児と保護者。母子健康手帳・バスタオルが必要。

◆離乳食教室
離乳食の進め方についての話と実演・試食。9月3日(火)13時30分～15時、戸畑区役所で。対象は0歳7カ月～おおむね1歳の乳児と保護者、祖父母など。母子健康手帳が必要。

◆元気で長生き食卓相談
健康を考えた食事の個別相談。みそ汁の塩分測定もします。9月12日(木)10～15時、戸畑区役所で。対象は65歳以上。申9月9日までに問先へ。

戸畑区年長者・障害者作品展の作品を募集

未発表の絵画、手工芸品、書道、写真(表装済み)など。1人(1グループ)1点。9月26日(木)～29日(日)の9～17時、戸畑生涯学習センターで展示します。対象は戸畑区在住の65歳以上。搬入は9月25日(水)13～16時、搬出は10月1日(火)9～11時。申8月30日まで。詳細は戸畑区社会福祉協議会☎871・3259へ。

検 診 名	対 象	定 員
肺がん検診	40歳以上	300人
胃がん検診	40歳以上	60人
大腸がん検診 (便潜血二日法 当日に容器を渡します)	40歳以上	350人
骨粗しょう症検診	40歳以上	150人
前立腺がん検診	50歳以上の男性	100人
肝炎ウイルス検査	検査を受けた ことがない人	200人
特定健診 (問診、身長、体重、腹囲、 BMI、血圧、血液検査、 検尿、心電図検査など)	40～74歳 (国民健康保険 の無料受診券 が必要)	150人
※ 乳がん検診 (マンモグラフィ)	昨年度と今年度 に受診していない 40歳以上の女性	50人

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。

北九州市印刷物登録番号 1904001F

VEGETABLE
INK INK

リサイクル適性A
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

本紙は古紙パルプを
含む再生紙を使用し
ています。