

★高塔山夜景キャッチコピー「河童の隠した宝石箱」

8/15
2019
令和元年

わかまつ

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・0039 FAX751・6274

- 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 回=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

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。

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。▶古前市民センター=月曜日10時から

▶ひびきの市民センター=月曜日13時30分から ▶深町市民センター=水曜日13時30分から ▶青葉市民センター=金曜日13時から。共通対象は20歳以上。定員各施設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。

若松グラウンド管理事務所のスポーツ

①テニススクール ▶初級の部=8月21日～9月25日のおおむね毎週水曜日9時30分～11時 ▶初中級の部=水曜日クラス(8月21日～9月25日のおおむね毎週水曜日11～12時30分)と木曜日クラス(8月22日～9月26日のおおむね毎週木曜日9時30分～11時)あり ▶中級の部=木曜日クラス(8月22日～9月26日のおおむね毎週木曜日11～12時30分)と金曜日クラス(8月23日～9月27日のおおむね毎週金曜日9時30分～11時)あり。①の共通若松庭球場(響南町)で。先着各部各クラス4人。参加費7500円(5回分)。

②デトックスヨガ 8月22日からのおおむね毎週木曜日12時30分～13時30分、ひびきコスモス運動場(向洋町)で。先着10人。参加費3500円(4回分)。共通対象は18歳以上。申8月17日

から若松グラウンド管理事務所 ☎751・9242へ。

本城陸上競技場のスポーツ

▶体幹ヨガ=9月2日～12月16日のおおむね毎週月曜日(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=9月3日～12月24日のおおむね毎週火曜日(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=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。

飲酒運転撲滅週間 8月25日(日)～31日(土)

飲酒運転は重大な犯罪であり、「罰金や懲役」、「運転免許の取消」、「会社の解雇」など、非常に重い罰則や社会的制裁が課されます。また、飲酒運転事故は、被害者、加害者、そして両方の家族の生活を大きく変えてしまいます。自分自身はもちろん、周りの人が飲酒運転をしないよう、お互いに呼びかけ合ひましょう。

「飲酒運転は、絶対しない! させない! 許さない! そして、見逃さない!」
みんなの力で飲酒運転をなくしましょう。

問若松区交通安全推進協議会 ☎761・0039へ。



健康だより 問申若松区役所健康相談コーナー ☎761・5327

- あなたのからだは大丈夫?
健康の第一歩は健診から
- ①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)
 - ②若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。
 - ③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。
 - ④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)。
 - ⑤大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。
 - ⑥前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。
 - ⑦骨粗しょう症検診 対象は18歳以上。受診料1000円。

- ①～⑦の共通 ▶島郷市民センター(鴨生田二丁目)=9月18日(水) ▶若松中央市民センター(浜町一丁目)=9月25日(水)。いずれも13時30分～15時。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。
- ⑧胃がん検診 9月5日(木)9時30分～11時、若松中央市民センターで。対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着35人。受診料1000円(40～69歳は900円)。申8月21日8時30分から問先へ。
- ⑨乳がん検診 ▶若松中央市民センター=9月2日(月)・30日(月) ▶学研都市ひびきの=9月12日(水)。⑨の共通いずれも13時30分～16時30分。対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。先着各日50人。受診料1000円。申8月19日8時30分から問先へ。
- 食生活相談
健康を考えた食生活の相談に管理栄養士が応じます。希望者には体組成測定やみそ汁の試飲もあり。9月4

- 日(水)10、11、13、14時(各1人)、若松区役所で。対象は64歳以下。定員4人。申9月2日までに問先へ。
- 離乳食教室
「離乳のすすめ方」の話と調理実演、試食など。9月10日(火)13時15分～15時30分、島郷市民センターで。対象は離乳開始～0歳7カ月(2回食)の乳児と保護者。母子健康手帳が必要。
- 子育て教室
テーマは「子どもの事故と応急手当&事故予防一口メモ」。救急隊、保健師より子どもの事故の時の対応や応急手当の方法についてなど。9月12日(木)9時50分～11時、若松区役所で。対象は乳幼児と保護者。母子健康手帳が必要。
- パパも知っ得! マタニティー講座
妊娠中の過ごし方、リラックス法、ママの産後ケアなど。9月20日(金)・27日(金)(全2回)の13時20分～15時30分、若松区役所で。対象は妊婦と家族。母子健康手帳が必要。

わかっぱなう その51

若松区マスコットキャラクター「わかっぱ」が、時々、若松のあれこれをつぶやきます。



わかっぱのつぶやき
「7月9日(火)にイオン若松ショッピングセンターで『夏の交通安全フェスタ in 若松』が開催されたよ」「鴨生田保育園のお友だちが五平太ばやしを披露してくれたよ。」「交通ルールを守って、交通事故のない若松を目指そうね。」
問若松区役所総務企画課 ☎761・0039へ。



(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。