

11/15
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 関=市の担当課
ネット=ネット窓口(電子申請)



©176,99,19 SANRIO APPR. NO.G601807

市立門司病院の催し

オープンホスピタル 体力測定、抽選会、ステージイベントなど。駐車場で消防車両乗車体験、屋台バザーなど。11月16日(土)10～15時。荒天中止。

健康セミナー テーマは「胃腸炎の予防とケア」。血圧測定・リハビリスタッフによる健康体操など。11月28日(木)14～15時。

共通 市立門司病院(南本町)で。**問** 同病院地域医療連携室 ☎381・3588へ。

市民センターの文化祭

▶小森江東(☎331・5735) = 11月22日(金)・23日(祝)の12時(23日は9時30分)～15時 ▶藤松(☎391・6411) = 11月23日(祝)・24日(日)の10～15時。

共通 **問** 各市民センターへ。

門司の画家たち展

油彩・水彩・日本画・パステル画・彫刻など約30点。11月28日(木)～12月4日(水)の9～17時(12月4日は15時まで)、旧門司税関(門司港レトロ地区)で。

問 門司区役所コミュニティ支援課 ☎331・1883へ。

門司区文化祭 邦舞公演会

12月8日(日)12時30分～16時、門司生涯学習センター(栄町)で。**問** 門司区役所コミュニティ支援課 ☎331・1883へ。

精神障害者の家族・支援者のための教室

テーマは「成年後見制度について」。12月10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** 12月5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。

新門司卓球教室

火曜コース 12月10日～来年3月10日のおおむね毎週火曜日。定員30人。

木曜コース 12月12日～来年3月5日のおおむね毎週木曜日。定員12人。

共通 全12回。9時30分～11時30分、新門司体育館(吉志新町二丁目)で。対象は18歳以上(学生は除く)。参加費6600円。**申** 11月26日まで。詳細は同施設 ☎483・3717へ。

400ml献血にご協力を

11月26日(火)10～12時30分と13時30分～16時、ハローデイ門司港店(錦町)で。対象は体重50kg以上で18歳(男性は17歳)～69歳(65歳以上は60～64歳の間に献血経験があること)。年齢の分かるものが必要。**問** 門司区役所コミュニティ支援課 ☎331・1882へ。

防災スピーカーのテスト放送をします

12月4日(水)11時頃、全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練の一環として、市内沿岸部を中心に設置している防災スピーカー27台のテスト放送を行います。荒天中止。**問** 危機管理室危機管理課 ☎582・2110へ。



自由テーマで区内中学・高校生が意見を発表します。豊国学園高校のボクシングのデモンストレーションもあり。11月30日(土)9時30分～12時(受け付けは9時から)、門司市民会館(老松町)で。**問** 門司区役所コミュニティ支援課 ☎331・1883へ。

無料相談

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。11月27日(水)15～17時、レディスもじ(下馬寄)で。定員2組。託児(有料)は**問**を。**申** 11月22日9～12時、同施設 ☎371・4649へ。

人権法律相談 弁護士が応じます。12月5日(木)13時30分～16時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着6組。**申** 12月4日9時から同施設 ☎481・4599へ。

食生活改善推進員(ヘルスメイト)のご紹介



食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通した健康づくりのボランティアとして活動しています。本区では108人の会員が、地域の「ふれあい昼食交流会」や「健康料理普及講習会」、「減塩普及講習会」などを行っています。

食生活改善推進員になった人の声では、「塩分や野菜の量に気を付けるようになった」「薄味でもおいしく頂ける事を、今さらながら知ることができた」「食べることの大切さを実感した」など、ご自身の生活にも良い影響があるようです。気軽にお問い合わせください。

問 門司区役所健康相談コーナー ☎331・1888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(12月5・8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 ▶松ヶ江南市民センター = 12月4日(水) ▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目) = 12月5日(木)・※8日(日)。いずれも13時30分～15時(※は9～10時30分)。**問** 健康相談コーナーへ。

②胃がん検診 ▶門司区医師会健診会館 = 12月6日(金)・※8日(日) ▶松ヶ江北市民センター = 12月10日(火) ▶西門司市民センター = 12月11日(水)。

②の共通 いずれも9～11時(※は10時30分まで)。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** 11月18日から健康相談コーナーへ。

③乳がん検診 12月8日(日)9～10時30分、門司区医師会健診会館で。対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。先着40人。受診料1000円。**申** 11月18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。