

# 情報ステーション

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)

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ 開=開所時間  
 休=休所日 手=手話通訳 要=要約筆記 FAX=市担当課 共=共通の内容

ネット=ネット窓口(電子申請) → インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

各区役所の代表電話番号	
門司区	☎ 331・1881
小倉北区	☎ 582・3311
小倉南区	☎ 951・4111
若松区	☎ 761・5321
八幡東区	☎ 671・0801
八幡西区	☎ 642・1441
戸畑区	☎ 871・1501

## 申し込みはがき「基本事項」の記入方法

- コース・部や実施日が複数ある場合は希望を記入 → ●希望催し名
- 複数人数で参加できる場合は参加者全員分を記入し、代表者の前に代と記入 → ●郵便番号と住所  
●氏名(ふりがな)  
●年齢(学生は学年も)  
●電話番号
- 託児や保護者氏名など、記入する内容は各記事で確認を → ●その他

●市役所(小倉北区城内1-1)への郵送  
宛先は郵便番号「803-8501」と部署名で届きます。

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

## 相談

### 外国人のための生活全般に関する相談

対面のほか、電話・メール・テレビ電話を使い、英語・中国語など最大21言語で対応します。詳細は問を。いずれも1月の毎週月～金曜日(祝日は除く)。▶ワンストップインフォメーションセンター黒崎(黒崎駅西側、コムシティ3階、☎080・6445・2606) =9時30分～16時 ▶同小倉(小倉北区役所2階、☎080・5278・8404) =9時30分～12時、13～16時。共通料相談無料。問北九州国際交流協会☎643・5931へ。

### 高齢者のおしごとと無料相談

シルバー人材センターの出張相談。▶シルバー人材センター西部出張所(黒崎駅南側、菅原第一ビル4階) =1月18日～2月26日の毎週月・水・金曜日 14～15時30分 ▶福岡県70歳現役応援センター北九州オフィス(小倉北区船場町、近藤会館ビル4階) =1月19日～2月16日の毎週火曜日10～14時 ▶黄金まちや(小倉北区黄金一丁目) =1月19日～2月25日の毎週火・木曜日(祝日は除く) 13～14時 ▶門司・若松・八幡西区役所 =2月2日(火)10～12時と13時

30分～15時30分。共通対60歳以上。問シルバー人材センター☎922・4801へ。

### 臨床心理士による次への一歩のための無料相談会

子ども・若者に関する相談に応じます。1月23日(土)11～16時30分、子ども・若者応援センター「YELL」(戸畑駅前、ウェルトばた2階)で。対社会生活を営むのが困難な、おおむね15～39歳と家族。定先着8組。申1月19日から子ども・若者応援センター「YELL」☎882・0188へ。

### 労働・年金無料相談会

解雇、賃金、ハラスメントなどの労働問題と年金の相談に社会保険労務士が応じます。2月5日(金)10～16時、ウェルトばた8階(戸畑駅前)で。問高齢者就業支援センター☎882・5400へ。



### ひとり親家庭のための法律無料相談

養育費、親権、慰謝料などの法律に関する相談に弁護士が応じます。2月10日(水)14～16時と24日(水)18～20時、母子・父子福祉センター(戸畑駅前、ウェルトばた4階)で。対ひとり親家庭の親か寡婦。定先着4人。申1月28日9時30分から母子・父子福祉センター☎871・3224へ。

## お出かけ

### 皿倉山ビジターセンターの催し

- ①さわやか健康清掃登山 1月24日(日)10時、皿倉山ケーブルカー山麓駅に集合。12時、皿倉山ビジターセンター(皿倉山ケーブルカー山上駅付近)で解散。雨天中止。
- ②森のカルチャー教室「森の材料を使って草木染め」 2月11日(祝)10時15分～15時30分、皿倉山ビジターセンターで。定先着10人。料1500円。共通申②は必要。1月17日から皿倉山ビジターセンター☎681・5539へ。

### 栄養ラボ「健康フェア」

管理栄養士や薬剤師などによる個別相談や食育SAT(フードサンプルから1食分を選び栄養計算する)を使った食事診断、血流や骨密度の測定など。1月28日(木)13時30分～15時30分、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。対おおむね65歳以上。定先着25人。申1月19日から認知症支援・介護予防センター☎522・8765へ。



### グリーンパークの催し

ヤギ&ポニーショー 1月31日(日)12時30～50分。雨天中止。  
 麻づくり教室 2月7日(日)10～12時。料1枚500円。  
 共通料入園料が必要。問グリーンパーク(若松区大字竹並、☎741・5545)へ。

### ナチュラルライフ講座「玄米粗食のお話と試食会」

2月4日(木)11～12時30分、白野江植物公園(門司区白野江二丁目)で。定先着10人。料1000円(別に入園料などが必要)。申1月17日から同施設☎341・8111へ。

### シニアのための健康おしごとと鑑定団

いずれも2月5日(金)10～16時、北九州まなびとESDステーション(小倉北区魚町三丁目)で。▶からだ測定会=体力・記憶力などを測定し、向いている仕事を把握できます。参加者には菓子を進呈(限定100個) ▶おしごと相談会=高齢者就業支援センターなどの担当者が相談に応じます。相談者には生活雑貨を進呈(限定50個)。  
 共通問高齢者就業支援センター☎882・5400へ。



## 皆さんの北九州自慢を教えてください!

3月15日号の「わたしの北九州自慢」で紹介します

皆さんの「北九州大好き」を紹介するコーナー「わたしの北九州自慢」では、皆さんがおすすめる北九州のスポットや思い出の場所などの情報を募集します。自宅近くや訪問した場所など、どこでも結構です。採用された人には「北九州自慢のお土産」を進呈します。皆さんからの投稿をお待ちしています。

### 応募(投稿)方法

- 様式自由。次の事項を書いて送付してください。
- ①自慢したい場所の名称
  - ②自慢したい理由(エピソードなど)(200字程度)
  - ③住所・氏名・電話番号
- また、写真(画像データも可)があれば添付してください。

### 送付先

Eメールアドレス  
 kouhou-kouhou@city.kitakyushu.lg.jp  
 ※郵送の場合は  
 〒803-8501 広報室広報課「わたしの北九州自慢」係

### 3月15日号分の締め切り

1月26日(火)必着

### 注意事項

- ①送付いただいた手紙や写真などは返却できません。
- ②文章は、広報課で修正する場合があります。
- ③投稿者の名前は、イニシャルで表記します。

問広報室広報課 ☎582・2236

### 北九州自慢のお土産(3月15日号分)



### 旬の野菜ドレッシングセット

※写真と実物は内容が異なる場合があります。