



3/1
2021
令和3年

こくらきた

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・5496

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

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。

無料相談

境界問題相談会 近隣との境界問題、土地・建物に関する測量や登記に関する相談に土地家屋調査士が応じます。3月10日(水)13~16時、福岡県土地家屋調査士会北九州支部(小倉北区田町)で。先着5組(1組30分間)。3月3日10時から同会事務局☎(092)741・5780へ。



お気軽法律相談 司法書士が応じます。3月17日(水)14~16時、西小倉市民センター(大門一丁目)で。先着8組。■3月3日9時から同施設☎592・1603へ。

保健福祉無料相談

- ①**高齢者・障害者あんしん法律相談** 弁護士が応じます。3月18日(木)13~17時。定員8組。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。
- ②**精神保健福祉相談** 精神科医が応じます。3月25日(木)13時30分~15時30分。定員2組。

健康ひろば

問 小倉北区役所健康相談コーナー
☎582・3440

70歳以上や市民税非課税世帯の人などを対象にした無料の制度があります。詳細は問を。

胃がん検診

胃部X線撮影。対象は35歳以上(妊

③**高齢者等住宅相談** 介護の必要な高齢者や障害のある人などのための住まいづくりや住宅改造など。随時。

共通 小倉北区役所。■①は3月15日まで、②は19日まで、③は事前に小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

山田地域交流センターの講座

①**健康体操講座** 4月3日~7月24日の毎週土曜日(第2・5土曜日と7月17日を除く)(全11回)14時10分~16時10分。

②**骨盤矯正体操講座** 4月7日~6月23日のおおむね毎週水曜日(全11回)14~16時。

③**はじめてのヨガ講座** 4月7日~7月28日のおおむね毎週水曜日(全15回)19~21時。

共通 対象は18歳以上。定員各12人。ヨガマットが必要。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月15日までに山田地域交流センター(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1 ☎581・4159)へ。

小倉北体育館のスポーツ

いずれも4月6日~6月29日のおおむね毎週火曜日。

①**産後ビクス&ベビーマッサージ** 産後の心身をリセットしながら赤ちゃんと一緒にやるレッスンです(全8回)。12時30分~13時30分。対象は生後1カ月~8カ月の乳幼児と母親。先着8組。参加費4400円。

婦は除く)。先着32人。受診料1000円(40~69歳は900円)。4月21日(水)9~11時、小倉医師会健診センター(中島一丁目)で。

共通 ■はがき(1人だけ)に受診する検診の種類、検診日、会場、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入し3月15日までに、保健福祉局健康推進課(〒803-8501小倉北区城内1-1 ☎582・2018)へ。ネットも可。定員あり。

②**骨盤体操&ストレッチヨガ** 骨盤体操とヨガで身体の歪み改善や血流アップを目指します(全8回)。14~16時。対象は18歳以上の男女。先着35人。参加費4400円。

③**親子体操** 親子で色々な動きを行います。お子様とコミュニケーションをとりながら体を動かします(全8回)。16~17時。対象は歩けるお子様~未就学児とその保護者。先着8組。参加費4400円。



④**ピラティス教室** インナーマッスルや骨盤底筋を鍛え健康な身体とボディラインを目指します(全12回)。Aコース(18時30分~19時30分)とBコース(19時45分~20時45分)あり。対象は18歳以上の男女。先着各コース8人。参加費1万5600円。

共通 小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。■3月4日から同施設☎923・0823へ。

ケア・トランポリン教室

いずれも5~10月のおおむね週1回(全18回程度)各1時間30分 ▶足立市民センター(宇佐町一丁目)=水曜日15時30分から。定員16人 ▶三郎丸市民センター(熊本一丁目)=水曜日18時から。定員12人 ▶寿山市民センター(大島三丁目)=水曜日10時30分から。定員20人 ▶中島市民センター(昭和町)=月曜日13時30分から。定員15人 ▶西小倉市民センター(大門一丁目)=土曜日14時30分から。定員16人 ▶日明市民センター(日明四丁目)=土曜日13時30分から。定員15人 ▶山田地域交流センター(篠崎五丁目)=木曜日14時から。定員12人 ▶総合保健福祉センター(馬借一丁目)=月曜日10時から。定員16人。

共通 対象は18歳以上。■往復はがき(1人だけ)に基本事項と施設名を書いて3月12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)へ。詳細は同センター☎522・8765へ問を。

小倉北消防団員を大募集!

小倉北区には消防団本部、9つの分団があります。災害時には消火活動や水防活動を行い、平常時は警戒パトロールや地域での防火・防災PRなどの啓発活動を行っています。

また、伝統ある「まとい」演技なども行っており、消防出初式や地域のイベントなどで披露しています。

小倉北消防団員は、自営業者、会社員、学生、主婦などさまざまな人が活動していますが、今回、本区内に在住・在勤の18歳以上の男性を募集しています。

消防団の活動を通じて小倉北区の安全・安心に貢献できる人の入団をお待ちしています。

問 小倉北消防署予防課☎582・0119へ。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。