

★掲載の情報は市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照 ★時間は24時間表記

視覚障害者生活教室 「手芸で腕カバー」

7月4日(日)10～12時、東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対視覚に障害のある人。定先着9人。料600円。申6月17日から点字図書館 ☎645・1210へ。

自殺未遂者支援者研修 (若者編)

7月4日(日)、オンライン(ビデオ会議システム「Webex」)を使用。基礎編(10～12時)と実践編(13～16時)あり。対おおむね10～29歳の自殺未遂者に対する相談支援に携わる人。定先着各編50人。申6月17日から、いのちとこころの支援センター ☎522・8744へ。

実技救命講習

心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用など。7月5日(月)9時30分～11時30分、市民防災センター(小倉北区東港一丁目)で。対WEB講習の受講証明書を2カ月以内に取得した人。WEB講習についてなど詳細は問を。定先着20人。申6月28日9時から消防局救急課 ☎582・3820へ。聴覚障害者は ☎592・6898も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

栄養ラボ 食に関する 講演会・個別相談

管理栄養士による講話「災害時の備えは万全ですか?～家にある食材(乾物・缶詰)で防災ご飯」。7月8日(木)13時30分～14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。薬剤師や管理栄養士による個別相談(14時30分～15時30分)もあり。対おおむね65歳以上。定先着30人。申6月17日から認知症支援・介護予防センター ☎522・8765へ。

福祉用具プラザの講座

①なるほど! 介護講座「在宅医療を知ろう」 7月14日(水)13時30分～15時、総合保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目)で。定15人。

②専門職研修「移動」 移動に必要な福祉用具の選び方など。▶昼の部=7月27日(火)13時30分～15時30分 ▶※夜の部=8月2日(月)18時30分～20時30分。②の共通総合保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目)で。対介護・医療・福祉の有資格者。定各部15人。

③知って納得! 大人のためのオムツ講座 7月29日(木)13時30分～15時、若松中央市民センター(若松区浜町一丁目)で。定10人。

共通申①は7月7日、②は20日(※は26日)、③は21日までに福祉用具プラザ北九州 ☎522・8721へ。聴覚障害者は ☎522・8771も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

介護支援ボランティア 登録研修会

65歳以上の方が介護保険施設で行うボランティア活動をポイント化し、換金や寄付をすることができる事業について説明します(ボランティアとして活動するためには受講後ボランティア登録が必要)。▶門司区役所=7月14日(水) ▶八幡西区役所=8月18日(水) ▶ムーブ(小倉北区大手町)=9月9日(水)。共通14～16時。定各会場30人。ボランティア登録には介護保険被保険者証が必要。申各開催日の前日までに北九州市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター ☎881・6500へ。

ボディジュエリー教室

ラメカラーパウダー(キラキラした微粒子)で腕や肩などを飾ります。7月18日(日)10～15時(1人30分程度)、東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対障害のある人。定8人。料500

円。申6月16日～7月7日。詳細は東部障害者福祉会館 ☎883・5550へ。聴覚障害者は ☎883・5551も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

脳活レク式 癒しの音楽療法

7月18日(日)13～16時、障害者スポーツセンター(小倉北区三郎丸三丁目)で。定先着20人。料2000円。申6月21日から北九州市レクリエーション協会 ☎921・2801へ。

生ごみコンポスト化教室

家庭から出た生ごみで堆肥を作ります。作製したコンポスト容器は持ち帰ります。7月21日(水)・8月18日(水)(全2回)の10～12時、環境ミュージアム(八幡東区東田二丁目)で。定15人。申はがき(4人まで)に基本事項を書いて7月6日までに〒803-8501環境局循環社会推進課 ☎582・2187へ。

母子・父子福祉センターの 講座

日商簿記3級検定講座 7月26日～11月18日のおおむね毎週月・木曜日(全30回)18時20分～20時20分。定15人。料教材費1980円(別に検定料が必要)。検定は11月21日(日)。

パソコン入門講座 Windows10の基礎を学びます。7月28日～9月22日のおおむね毎週水曜日(全8回)14～16時。定12人。料教材費1000円。

共通対ひとり親家庭の親か寡婦。託児(無料)は問を。申はがき(1人だけ)に基本事項と託児希望者は子どもの名前と年齢を書いて6月25日までに母子・父子福祉センター(〒804-0067戸畑区汐井町1-6、☎871・3224)へ。



施設の催し

子育てふれあい交流プラザ ☎522・4150

〒802-0001 小倉北区浅野三丁目8-1、AIMビル3階 開10～18時※土・日曜日、祝・休日の利用は事前予約制(当面の間) 休第1・3火曜日

①小児外科医 ありま先生の子育て相談 6月19日(土)15時30分～16時30分。対未就学児と保護者。料コーナー入場料が必要。

②ママと赤ちゃんのにこにこタイム 保育士による手遊びなど。6月28日(月)11時30～45分。対2歳以下の乳幼児と保護者(兄弟・姉妹の同伴も可)。料コーナー入場料が必要。

③幼児食教室 7月2日(金)13～13時40分。対1～2歳児と保護者。定先着5組。共通申③は必要。電話で6月17日から同施設へ。

子どもの館

☎642・5555

〒806-0021八幡西区黒崎三丁目15-3、コムシティ7階 開10～19時 休6月16日、7月7・20・21日

①ベビーマッサージ&パパママ救命救急教室 6月28日(月)13時30分～15時30分。対子育て中の人。

②たのしい親子体操 ダンスや遊具を使った運動など。7月16日(金)13時30分～14時30分。対2歳以上の未就学児と保護者。定先着15組。

③親子リズム体操 音楽に合わせて体を動かします。7月19日(月)13時30分～14時30分。対1歳児と保護者。定先着15組。

共通申②③は必要。電話で②は6月25日、③は28日から同施設へ。

関門連携コーナー



下関市と北九州市では、市政だよりでお互いの情報を交換し掲載しています。

北九州市、福岡市における クジラ肉の嗜好の違いとは?

かつての商業捕鯨時代、福岡県は大阪府、東京都に次いで全国で3番目にクジラ肉消費量が多いとの旧総理府家計調査の記録があり、クジラ肉を好む人が多い県と言われます。ただし、同じ福岡県内でも、北九州市と福岡市で嗜好の違いがあります。関係者の話によると、北九州市の場合は、筑豊地域の炭鉱や旧八幡製鉄所に勤務する労働者によく食べられた塩鯨や南蛮漬け、生姜焼きなど濃い味が好まれる一方、福岡市では赤身のお刺身や、塩分のほとんどない敵須(うすず)を扇型に薄く切ったものがよく食べられるなど、薄味が好まれるという違いがあるようです。

問 下関市下関くじら文化振興室 ☎(083)242・0920へ。

けい 子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポンを送付

早期発見・早期治療のために、がん検診を受けましょう。
対象者に無料クーポンを送付しています。有効期限は来年3月31日までです。

検診名	対象者
子宮頸がん検診	20歳(平成12年4月2日～13年4月1日生まれ)の女性
乳がん検診	40歳(昭和55年4月2日～56年4月1日生まれ)の女性

※令和2年度の対象者のうち、新型コロナウイルス感染症の影響で受診できなかった人は、来年3月31日まで受診ができます。詳細は問を。

■無料クーポンの対象でない人は1000円(70歳以上は無料)で受診できます

▶子宮頸がん=対職場などで検診を受ける機会がない20歳以上の女性(1年度に1回だけ)。

▶乳がん検診=対職場などで検診を受ける機会がない40歳以上の女性(2年度に1回だけ)。

※非課税世帯や生活保護世帯の人は住所地の区役所で申請すると「無料受診券」が交付されます。

受診の際は、事前に医療機関へ電話の上、「市の検診を希望」と申し出てください。

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018



▲子宮頸がん検診無料クーポン(見本)

市の検診が受けられる
医療機関一覧



▲乳がん検診



▲子宮頸がん検診