



# 8/15 こくらきた

2021 令和3年

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 ☎581・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

**法律人権相談** 弁護士か人権擁護委員が応じます。8月26日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所。先着22組。■8月25日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

**労働問題に関する無料相談** 労使交渉が進展しない、使用者から不当な取り扱いを受けたなど、労働組合と使用者との労働問題の解決のためのおっせん、不当労働行為救済申し立ては福岡県労働委員会☎(092)643・3980へ。

解雇や賃金未払い、パワハラなどについて、労働者個人と使用者との労働問題の相談、相談だけでは解決できない場合のおっせんに、電話・面談で応じます。毎週月～金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の8時30分～17時15分、福岡県北九州労働者支援事務所(小倉駅北側、AIMビル4階、☎967・3945)で。

## 保健福祉無料相談

**こころの健康相談** 精神科医が応じます。対象は精神疾患に関する相談がある人。

## 健康ひろば

問小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

**食生活相談** 栄養士が応じます。9月3日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。定員各回2人。■8月31日まで。

**元気で長生き食卓相談** 栄養士が応じます。9月6日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。定員各

**アルコール相談** 酒害相談員が応じます。対象はお酒の問題で困っている人やその家族。

共通9月9日(木)13時30分～15時30分、小倉北区役所。定員各2組。■9月3日までに小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

## 室町楽市

地元の海産物加工品などを販売。フリーマーケットもあり。8月28日(土)11～17時、常盤橋室町広場(室町二丁目)で。荒天中止。問は室町地区活性化自治連絡協議会商業部☎562・6277へ。担小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

## 親子体操講座

親子で音楽に合わせて体操やダンスを行います。8月21日(土)10～11時、小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。対象は歩ける未就学児と保護者。先着20組。■8月17日から小倉北体育館☎923・0823へ。

## 介護支援ボランティア登録研修会

介護福祉施設などでの活動をポイント化できるボランティアについて説明と登録をします。9月9日(木)14～16時、ムーブ(大手町)で。対象は65歳以上。定員30人。登録する人は介護保険被保険者証が必要。■9月8日までに北九州市社会福祉協議会ボラン

回2人。■9月1日まで。

**HIV・性感染症検査** 問診と採血を行います。結果は1週間後に検査会場で直接本人に伝えます。毎週火曜日(祝・休日は除く)の9～11時。対象は感染の可能性があった日から8週間以上経過した人。検査無料(問診の結果、有料となる場合があります)。■要事前予約。定員各先着7人。

共通小倉北区役所。

ティア・市民活動センター☎881・6500へ。

## 北方地域交流センターのパソコン講座

**エクセル実践** 9月14日(火)～10月15日(金)19～21時のおおむね火・金曜日(全10回)。対象は18歳以上。定員10人。資料代2200円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて9月2日までに北方地域交流センター(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)へ。

## 区民文化祭の作品を募集

▶ 俳句=出品料2句1組1000円。■9月30日までに小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ ▶ 美術(日本画、洋画、彫刻、写真、書道、染色)=各部門1点のみ。出品料1点2000円(高校生は無料)。■10月6日(水)10時30分～12時にリバーウォーク北九州5階市民ギャラリーへ搬入。共通対象は16歳以上。作品は自作・未発表に限る。詳細は小倉北区役所

コミュニティ支援課☎582・3322へ問を。

## 社会生活基本調査にご協力をお願いします

社会生活の実態を明らかにし、各種行政施策に利用する基礎資料を得るため総務省・福岡県が実施します。8月下旬から調査員が調査地域の世帯にお伺いします。ご理解とご協力をお願いします。問福岡県調査統計課☎(092)643・3191へ。

## 性犯罪の被害に遭わないように気を付けましょう!

8月は、性犯罪被害が特に増加しやすい時期です。悪いのは犯人ですが、性犯罪の被害に遭わないために自らの防犯意識を高めましょう。

- 明るい道、人通りが多い道を通る
  - 時々振り返りながら帰る
  - スマホを操作しながらなどの「ながら歩き」をしない
  - 防犯ブザーを活用する
- 問小倉北警察署生活安全課☎583・0110へ。

## 小倉北防災シリーズ⑤ ～備蓄食料のローリングストック

災害時の備蓄に必要性を感じている人も、実際に食料を購入し管理するのはなかなか難しいものです。ローリングストックとは、普段から少し多めに食料、加工品を購入し、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法です。

【ローリングストック3つのポイント】

### 1 古いものから使う

備蓄食料が古くなってしまわないよう、消費の際は必ず古いものから使うようにしましょう。

### 2 使った分は必ず補充する

少し補充を怠ったタイミングで災害が来る可能性もあるため、消費した分の補充は直前か直後に行いましょう。

### 3 あわせてカセットコンロとガスボンベも備える

災害時は、電気やガスが止まり、食材を調理できないことが予想されます。保存食以外の備蓄食料を温かく調理するため、あわせて備蓄しておきましょう。

「備える」⇒「日常で使う」⇒「使った分だけ買い足す」のサイクルで無駄なく備蓄するローリングストックを実践し、いざという時に備えましょう。

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。

