



# 12/15 こくらきた

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。12月23日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所。先着22組。■12月22日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

**行政相談** 行政相談委員が応じます。12月27日(月)13～15時、小倉北区役所。問小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

## 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。

**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家族。

共通1月13日(木)13時30分～15時30分、小倉北区役所。定員各2組。■1月7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。12月25日(土)11～17時、常盤橋室町広場(室町二丁目)で。荒天中止。問室町地区活性化

## 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。1月7日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。定員各回2人。■1月4日まで。

**HIV・性感染症検査** 問診と採血

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。

## 市営バスの年末・年始ダイヤ

12月29日(水)～1月3日(月)は休日ダイヤです。問交通局営業推進課☎771・8410へ。

## 小倉北体育館のスポーツ

**産後ピクス&ベビーマッサージ講座** 産後の心身の状態をリセットしながら赤ちゃんと一緒にレッスンを。1月11日～3月15日のおおむね毎週火曜日(全8回)12時30分～13時30分。対象は生後1～8カ月の乳幼児と母親。先着10人。参加費5280円。

**骨盤体操&ストレッチヨガ教室** 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。1月11日～3月15日のおおむね毎週火曜日(全8回)14～16時。対象は18歳以上。先着10人。参加費5280円。

**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。1月11日～3月29日のおおむね毎週火曜日(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。先着各コース12人。参加費1万560円。

**チアダンス教室** ポンポンを手に持ち、チアダンスなどを行います。1月17日～3月14日のおおむね隔週月曜日(全6回)17～18時。対象は小学生。先着10人。参加費8250円。

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3カ月以上経過した人。検査無料(問診の結果、有料となる場合があります)。■事前予約が必要。定員各日先着7人。

共通小倉北区役所。

共通小倉北体育館(三郎丸三丁目)で。■12月18日から同施設☎923・0823へ。

## ご遺族の区役所での手続きをサポートします

ご遺族の負担を軽減するため、亡くなられた人の国民健康保険や介護保険などの手続きをサポートする「おくやみコーナー」を小倉北区役所に開設しました。対象は小倉北区にお住まいであった人のご遺族。■事前に予約が必要。開所時間は9～17時。☎582・2058へ。担市民文化スポーツ局戸籍住民課☎582・2107。

## 空き巣に注意!!

年末年始は自宅を不在にすることが多いため、空き巣被害に注意しましょう。

### 《防犯のポイント》

- 在宅時、短時間の外出、高層階でもカギをかける。
- 鍵を家の周りに置かない。鍵を他人に見せたり、渡したりしない。
- 普段から挨拶などご近所付き合いを大切に。

問小倉北警察署生活安全課☎583・0110へ。

## 女子大生がヒカリをつなぐ

西南女学院大学観光文化学科の学生がプロデュースしたヒカリのスノードームイルミネーション。紫川河畔の親水広場を素敵な空間に演出しています。1月11日まで。毎日23時まで点灯。担小倉北区役所総務企画課☎582・3339。



Produced By コクラニキタイプロジェクト

## 小倉北防災シリーズ⑨ ～防災情報の入手方法について

災害発生時に根拠のない誤った情報に惑わされず、迅速で的確な行動を取るためには、正確な情報を入手する必要があります。市や気象台の発表、テレビやラジオなど、メディアの情報を確認するようにしましょう。

### 【テレビで調べる】

#### ●テレビのdボタン(データ放送)

データ放送に対応しているテレビでは、dボタンを押すことで、雨や河川の情報(NHK総合)を確認することができます。また、KBC(1チャンネル)の「dボタン広報誌」では、開設中の避難所情報を確認することができます。

### 【メール配信を登録する】

#### ●もらって安心災害情報配信サービス(北九州市)

気象情報や地震情報、避難に関する情報や消防車の出動情報等を電子メールで携帯電話やパソコンに配信します。

※空メール送信による登録が必要

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。



▲メールの登録はコチラ



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。