9/15 2022 令和4年

ほっと情報！もじ

●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＝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）

門司区役所

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX331・1805

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

人権法律相談　弁護士が応じます。10月6日㈭13時30分～16時30分、新門司地域交流センター（吉志新町二丁目）で。先着6組。申9月29日9時から同施設☎481・4599へ。

大里出張所でのオンライン相談

門司区役所で行っている相談業務について、大里出張所でも相談できます。▶保育所などの入所相談＝9月20日㈫・27日㈫の9時30分～11時30分　▶市営住宅の入居相談＝21日㈬14～16時30分。問門司区役所総務企画課☎331・0001へ。

門司体育館のスポーツ教室

健美操　10月3日～12月12日のおおむね毎週月曜日（全10回）10～11時。参加費5500円。

背骨コンディショニング教室　10月3日～12月19日のおおむね毎週月曜日（全11回）13時50分～14時50分。参加費6050円。

リフレッシュヨガ教室　10月3日～12月19日のおおむね毎週月曜日（全11回）14時55分～15時55分。参加費6050円。

共通門司体育館（高田一丁目）で。対象は18歳以上。先着各5人。申9月18日から同施設☎381・6445へ。

新門司温水プールのスポーツ教室

レベルアップスイム　各種目の泳ぎ方を学びます。10月5日～12月21日のおおむね毎週水曜日（全11回）18時30分～19時30分。定員15人。受講料6050円。

水泳塾　10月7日～12月23日の毎週金曜日（全12回）15～16時。定員30人。受講料5280円。

共通対象は18歳以上（学生は除く）。新門司温水プール（新門司三丁目）で。申9月30日までに同施設☎481・2707へ。

あきらめないで！尿トラブル

泌尿器科医師などによる講義や尿もれ予防体操。10月15日㈯10～11時30分、総合保健福祉センター（小倉北区馬借一丁目）で。対象はおおむね40歳以上。先着30人。申9月20日から認知症支援・介護予防センター☎522・8765へ。

子育てサポーター養成講座

11月1～29日の毎週火曜日（全5回）10～12時、門司区役所と門司生涯学習センター（栄町）で。先着15人。申9月20日から門司区役所コミュニティ支援課☎331・1883へ。

門司区文化祭「写真展」の作品を募集

11月2日㈬～8日㈫、旧門司税関（門司港レトロ地区）で開催。題材は自由。デジタル作品も可。出品無料。1人2点まで。申11月1日16～18時に同所へ搬入。詳細は門司区役所コミュニティ支援課☎331・1883へ。

門司区文化祭「短歌大会」の作品を募集

11月20日㈰、門司生涯学習センター（栄町）で開催。1人2首まで（未発表作品に限る）。出詠料1首1000円（小学生など学生は無料）。申10月11日まで。詳細は門司区役所コミュニティ支援課☎331・1883へ。

工事費を助成します

木造住宅の耐震改修工事費　対象は昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅で耐震改修を行う所有者。限度額100万円。まずは、耐震診断についてご相談を。診断料3000円から。

ブロック塀などの除却費用　敷地に面する道路との間に設けられた危険なブロック塀などを除却する所有者などに費用の一部を補助。限度額は15万円。

共通事前に相談が必要。詳細は建築都市局建築指導課☎582・2531へ。

定期予防接種を受ける皆さんへ

県外で定期予防接種を受ける場合は、事前の手続きが必要です。県内市外で定期予防接種を受ける場合も、事前の手続きが必要になる場合がありますので、お問い合わせください。

定期予防接種　B型肝炎、ロタウイルス、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん・風しん、水痘、日本脳炎、二種混合、子宮頸がん、不活化ポリオ、三種混合、高齢者インフルエンザ、高齢者用肺炎球菌。問門司区役所保健福祉課☎331・1888へ。

健康だより

門司区役所健康相談コーナー
☎331・1888

❶ 健診で健康チェック

❶特定健診　対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。注）

❷若者健診　対象は18～39歳。受診料1000円。

❸基本健診　対象は40歳以上の生活保護受給世帯の人。受診無料。健康診査受診券が必要。

共通❶❷❸＝問診、身体計測、血圧測定、尿検査、脂質検査、肝機能検査、血糖検査、腎機能検査など。

❹結核・肺がん検診　胸部エックス線撮影※必要に応じて喀痰（かくたん）検査。対象は40歳以上。受診無料（喀痰検査は900円）。

❺骨粗しょう症検診　骨密度測定。対象は18歳以上。受診料1000円。

❻肝炎ウイルス検査　C型とB型肝炎ウイルス検査。対象は過去に受診したことのない人。受診無料。

❼大腸がん検診　便の潜血反応検査。対象は40歳以上。受診料500円。

❽前立腺がん検診　PSA検査（血液検査）。対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

❶～❽の共通11月2日㈬13時30分～15時、24日㈭9～11時。

❾胃がん検診　問診、胃部エックス線撮影。11月24日㈭9～11時。対象は35歳以上（妊婦は除く）。受診料は35～39歳1000円、40～69歳900円。※昨年度、胃内視鏡検査を受けた人は、受けられません。

❶～❾の共通門司区医師会健診会館（小森江三丁目）で。70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。各日定員に達するまで先着順。申10月3日9時から集団検診予約センター☎0570・783・077か953・6168かインターネット（左記を読み取り）で。

▲❶の申し込みはこちらから

❷もじっこ赤ちゃん教室

栄養士による離乳食の話と試食、歯科衛生士・保健師による子どもの健康・発達についての話など。10月21日㈮13時40分～15時（受け付けは13時30分から）、門司区役所別館（錦町市民センター2階）で。対象は乳児と保護者。母子健康手帳、バスタオルが必要。定員7組。申9月21～27日。インターネット（右記を読み取り）で。

▲❷の申し込みはこちらから

注）後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に問を。

北九州市印刷物登録番号 2205001F

広告の申し込みは㈱キョウエイアドインターナショナル ☎〈03〉5860・9468まで。　※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。

VEGETABLE OIL INK　リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。　本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。