

主な内容

特集 ..... 1~2  
新しい生活で悩んでいませんか？

トピックス ..... 3~4  
●身近な防犯対策を心がけましょう！  
●響ホール30周年記念イベントを開催します など

すこやかハート北九州 ..... 5  
情報ステーション ..... 6~11  
\*最終ページは人口データと若松区の情報

特集 新しい生活で悩んでいませんか？

「発達障害」による特性・特徴と上手に付き合うために

新学期・新生活を迎えるこの季節。生活環境が変わることで、さまざまな問題や困難に直面したり、養育者が育児の悩みを抱えたりすることがあります。もしかすると、それは発達障害によるものかもしれません。早い時期からの周囲の理解と、能力を伸ばすための必要な支援や環境の調整が大切です。

発達障害とは？

発達障害は、生まれつきみられる脳の働き方の違いにより、幼児のうちから行動面や情緒面に特徴がある状態です。子どもにも大人にもこれらの特徴を持つ人がいます。自閉症スペクトラム障害(アスペルガー症候群など)や注意欠如・多動性障害(ADHD)などが含まれます。

困っていませんか？

発達障害には次のような特性・特徴がある人もいます。



～発達障害は障害の困難さが注目されがちですが、優れた能力が発揮される場合もあります～

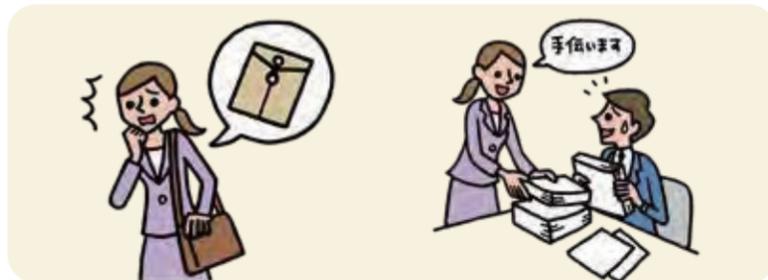
自閉症スペクトラム障害 Aさんの例

急に予定が変わったり、知らない場所に行ったりすると不安になり動けなくなることがあります。周りの人が促すと余計に不安になり突然大きな声を出してしまうことがあります。でも、よく知っている場所では一生懸命に活動に取り組むことができます。



注意欠如・多動性障害(ADHD) Bさんの例

大事な仕事の予定を忘れたり、大切な書類を置き忘れてしまうことがよくあります。周りの人にあきれられ、「何回言っても忘れてしまう人」と言われてしまいます。でも、気配りすることが得意で、困っている人がいれば誰よりも早く気づいて手助けすることができます。



市では、発達障害者支援センター「つばさ」を中心として、就学前の早期支援や就労支援など、その時の状況に応じた切れ目のない支援に取り組んでいます。また、講演会や研修会を開催し、発達障害を多くの人に理解してもらうための活動も行っています。

**お困りごと、お悩みがあれば、  
まずは発達障害者支援センター「つばさ」に相談を**

**相談支援**

- 「人とよくトラブルを起こしてしまう」「集団活動になじめない」などの日常生活の相談に乗り、助言や関係機関の紹介、情報提供などを行います。
- 家庭・保育園・幼稚園・学校・施設・勤め先などへ訪問し、本人の様子を伺いながら、周りの人と支援方法などについて一緒に考えます。

**就労支援**

- 職場での悩みや就職に関する相談を受けて、福岡障害者職業センター北九州支所や北九州障害者しごとサポートセンターなどの関係機関と連携を取りながら支援を行います。



▲小倉総合特別支援学校の2階にあります  
落ち着いて相談できます▶

**他にもこんな支援を行っています！**

**講演会・研修会などを開催します**

発達障害に関する正しい理解や支援の方法を広めるために、支援者や市民を対象にした講演会や研修会などの企画運営や講師の派遣を行います。



**ペアレント・メンターを派遣します**

「子どもが発達障害かもしれないが、どうすればよいか分からない」「自分の気持ちを誰かに共感してほしい」などの発達障害に関する保護者の不安や悩みを聞き、情報提供などを行います。



**ペアレント・メンターってどんな人？**

発達障害のある子どもを育ててきた先輩保護者で、さまざまな子育ての悩みを抱える親の話を聞いたり、情報提供などを行う人のことをペアレント・メンターと呼びます。

申し込み方法など、詳しくは発達障害者支援センター「つばさ」までお問い合わせください。

**支援者の声 支援を、相談者やご家族に寄り添いながら行っていきます。**

当センターでは、発達障害と診断された人はもちろん、病院を受診していない人も含めて、年齢を問わず、広く相談を受けています。相談内容は「どんな病院にかかればいいのか」「進路や将来の生活が心配」などのほか、ご家族や学校、職場からの相談もあります。相談の際は、生活状況などを聞き取りながら問題点を整理し、相談者と一緒に対応策を考えていきます。発達障害は一人一人症状や状況が違うため、相談を重ねて心の負担軽減を目指す場合や、医療機関や行政機関との連携を進める場合など、支援の形もさまざまです。学校や職場でうまくいかないとお悩みの本

人や子育てに不安を抱えている親御さんなど、ぜひ私たちにご相談ください。ご本人やご家族の思いに寄り添いながら、少しでも前に進めるよう、一緒に考えていきます。



発達障害者支援センター「つばさ」  
センター長 金光律子さん(右)  
相談員 山本亜由美さん(左)

**発達障害と診断された当事者の声 無理して周囲に合わせようとせず、自分らしさを大切に。**

私は、職場での雑談や飲み会といった、仕事と直接関係のないコミュニケーションが苦手で、人間関係に難しさを感じてきました。また、一度集中すると休憩を取らずに仕事を続けてしまうところがあり、過労で倒れたことがありました。その際に心療内科を受診したところ「アスペルガー症候群」と診断されました。以降、何気ない会話にストレスを感じたり、過去のつらい記憶がよみがえった

りした時には、支援センターに相談しています。相談員と話すうちに頭の中が整理され、それほど深刻に悩まなくていいのかなと、気持ちを無理なく切り替えられるようになりました。発達障害の人の中には、無理して周囲に考えを合わせようとしている人がいるかもしれませんが、自分の長所を伸ばし、自分らしく過ごすことが大切だと考えています。

Kさん(30代女性)

**北九州市発達障害者支援センター「つばさ」**

☎️📠 **922・5523** メールアドレス:  
kitakyu.tsubasa@kitaq-src.jp

小倉南区春ヶ丘10-2 小倉総合特別支援学校2階  
【相談受付時間】8時30分～17時 【休館日】土・日曜日、祝・休日、年末年始  
相談は電話や来所のほか、メールとFAX、郵便でも受け付けています。

※来所での相談は事前に電話での予約が必要です。  
※メール・FAX・郵便での相談は、返信に数日かかることがあります。

発達障害についての情報や、市内や近隣地域で開催される研修会などの情報はコチラから▶



この特集に関するお問い合わせ 保健福祉局精神保健・地域移行推進課 ☎️582・2439

# 北九州市の新型コロナワクチン情報

令和5年4月21日時点の情報です。最新情報は市のホームページなどでご確認ください。

市ホームページ  
「新型コロナウイルスワクチン  
接種に関する総合案内ページ」▶



## ▶「令和5年春開始接種」を実施しています

### ■12歳以上でこれまでにワクチンを2回以上接種した人

「前回の接種日から3カ月以上」が経過した①~③の人を対象に接種を実施しています。接種には令和5年度の新しい接種券が必要です。

#### ①65歳以上の人

前回の接種日に応じて、順次接種券を送付します(申請不要)。接種券が届いた人から予約・接種ができます。

#### ②12~64歳で基礎疾患がある人など

#### ③医療従事者、高齢者施設などの従事者

②、③のうち、接種を希望する人は、接種券発行の申請が必要です。なお、市内の医療機関、施設などに勤務している人で、勤務先を通じて申請している場合は、個人での申請は不要です。

### 接種券発行の申請方法

- インターネット(電子申請)
- 各区役所相談窓口(受付時間:月~金曜日(祝・休日は除く)の9~17時)
- コロナワクチンコールセンター(受付時間:9~17時)



▲電子申請は  
こちらから

## ▶小児(5~11歳)の接種

### ■これまでにワクチンを2回以上接種した人

「前回の接種日から3カ月以上」が経過した小児を対象に、「オミクロン株対応ワクチン」接種を個別接種で実施しています。



▲医療機関は  
こちらから

## ▶従来ワクチンによる初回接種も引き続き実施しています

お手元の接種券で接種できます。12歳以上の初回接種は集団接種で、乳幼児・小児は個別接種で実施しています。



### コロナワクチンコールセンター

☎0120・489・199

■受付時間:9~17時  
※聴覚障害のある人は  
☎383・0820

### 乳幼児・小児専用コールセンター

☎0120・489・500

# 身近な防犯対策を心がけましょう!

☎市民文化スポーツ局安全・安心推進課 ☎582・2911

## ▶自身の命と財産を守るために! 自宅での防犯対策

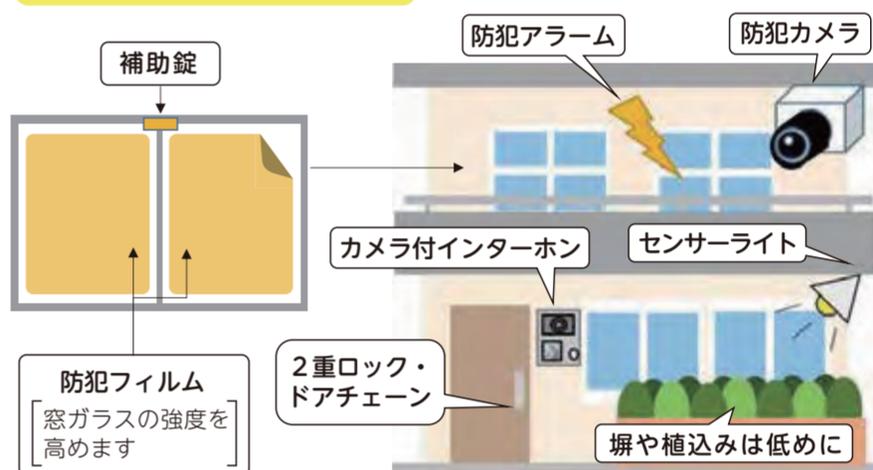
住宅への侵入窃盗の被害は、財産を奪われるだけでなく、犯人と鉢合わせになることにより、命に関わる重大な犯罪に発展することもあります。効果的な対策で自身の命と財産を守りましょう。

### 防犯対策

- 鍵をかける習慣をつけましょう。
  - ・在宅時やごみ出しなどの短い時間の外出でも、鍵をかける。
  - ・マンションでも油断せず、鍵をかける。
- 不用意にドアを開けないようにしましょう。
  - ・知らない人が家に来た時はドアチェーンをかけたままか、インターホン越しに対応する。
  - ・置き配や宅配ボックスを活用する。



### 家の防犯性を高めましょう



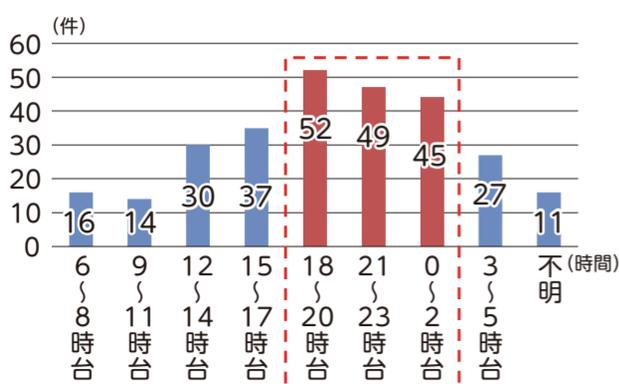
## ▶性犯罪から身を守る防犯対策

### 福岡県内の性犯罪の発生傾向(令和4年)

#### ■年間の発生件数

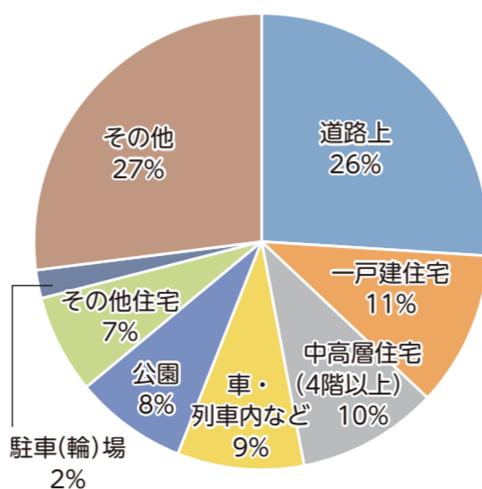
認知件数	前年比
281件	30件増

#### ■時間帯別の発生件数



被害の50%以上が18時~翌日の2時台までに発生しています。

#### ■強制わいせつ被害の場所の割合



道路上での被害が最も多く、次いで一戸建住宅、中高層住宅の順で被害が多い傾向にあります。

### 被害に遭わないためのポイント

- 帰宅時のポイント
  - ①音楽を聴きながらや、スマートフォンなどを操作しながらの「ながら歩き」をしない。
  - ②人通りが多く、明るい道を通る。
  - ③時々振り返るなど周囲を警戒して歩く。
- エレベーターなどの密室内でのポイント
  - ①エレベーターに乗る前に周囲を確認する。
  - ②知らない人がドアの閉まる直前に乗り込んで来たときには特に注意する。
  - ③知らない人と二人きりになったら、背中を見せず、すぐに非常ベルが押せる位置に立ち、近くの階で降りる。
- 日常の防犯ポイント
  - ①防犯ブザーを持ち歩く。
  - ②部屋には光を遮るカーテンを取り付けるなど、室内が見えにくくするようにする。
  - ③宅配便の配達や集金を装うこともあるので、安易にドアを開けずドアチェーンをかけたままか、インターホン越しに対応する。

# 6月4～10日は歯と口の健康週間です

虫歯や歯周病の予防は、元気な体を維持することにつながります。症状がなくても定期的に歯科医療機関で専門的なチェックを受けましょう。



## 1歳6カ月児・3歳児歯科健診(無料)

1歳6カ月～3歳の頃は乳歯の数が増え、「食べる・話す・笑う・泣く」などの働きを向上させるために重要な時期です。心身の健やかな成長のために健診を受けましょう。

健診の際、希望者には虫歯を予防するフッ化物塗布(無料)を行っています。また、1歳6カ月児歯科健診を受けた子の保護者を対象に、親子歯科健診(無料)も行っています。

歯科医療機関で受診できます。母子健康手帳が必要です。登録歯科医療機関については問を。市のホームページ(下記)を読み取りでもご覧になれます。



登録歯科医療機関はこちらから

■市内の登録歯科医療機関で受けることができます

ステッカーを掲示している登録

■デンタルフェアを開催します

口腔がん検診や人形劇など。6月4日(日)11～14時、子育てふれあい交流プラザ(小倉駅北側、A・Mビル3階)で。詳しくは、北九州市歯科医師会 ☎513・3650へ問を。



▲ステッカーが目印です

## 後期高齢者医療制度被保険者の歯科健診

口腔機能低下や肺炎などの病気を予防するため、歯科健診を実施します。対象者には、5月下旬に受診券を送付します。

### 対象者

昭和18年4月1日～昭和23年3月31日に生まれた人  
※長期入院と一部の施設入所者は除く

### 期間

6～12月(指定医療機関の休診日を除く)

### 医療機関

福岡県後期高齢者医療広域連合が指定した医療機関で受診

できます。お住まいの地域の指定医療機関の一覧は受診券に同封しています。

### 受診時に必要なもの

- 受診券(事前に受診する医療機関名を記入してください)
- 後期高齢者医療被保険者証かマイナンバーカード
- ※マイナンバーカードを後期高齢者医療被保険者証として利用するための事前申し込みが必要です。マイナンバーカードを後期高齢者医療被保険者証として利用できる医療機関に限ります。
- 自己負担金300円



見本

▲歯科健診受診券



問 福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

## 5月31日は「世界禁煙デー」、5月31日～6月6日は「禁煙週間」です

喫煙は、肺がんやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)など呼吸器の病気だけでなく、がんや脳卒中、心筋梗塞などになる危険性も高めます。世界保健機関(WHO)は、「喫煙は新型コロナウイルス肺炎の重症化のリスクを高める」として禁煙を強く勧めています。また、喫煙は副流煙(たばこの先の火のついた部分から出る煙)などによる周囲の人への影響も大きいので、改正健康増進法により、屋内は原則禁煙です。自分や家族、周りの人の健康と

### 禁煙支援ガイドブック

「禁煙したいけど難しい」という人のために「禁煙支援ガイドブック」を区役所などで配布しています。

- 受動喫煙を含めたたばこの害
- ニコチン依存症の治療方法
- 禁煙体験レポート など



▲禁煙支援ガイドブックはこちらから

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

## 響ホール30周年記念イベントを開催します

1993年(平成5年)7月に開館した響ホール(八幡東区平野二丁目)は今年で30周年を迎えました。これを記念してスペシャルコンサートを開催します。

(出演者は敬称略)

### まるっとEnjoy!

出演は、篠崎史紀(バイオリン)、田中香織(クラリネット)、長哲也(ファゴット)、日高剛(ホルン)。ハープ、チェンバロの見学や楽器体験もあり。7月29日(土)14～16時、響ホールで。対3才以上。定720人。料110円。

甲はがき(5人まで)に基本事項を書いて、6月20日までに北九州国際音楽祭事務局(〒805-0062 八幡東区平野二丁目1-1 響ホール内)へ。ホームページ(下記)を読み取りからの申し込み可。

### ガラ・コンサート

北九州市から羽ばたいた6人の演奏者や、響ホールにゆかりのある演奏者によるコンサート。

出演は、篠崎史紀(バイオリン)、双紙正哉(バイオリン)、南紫音(バイオリン)、岩倉万希子(バイオリン)、田中香織(クラリネット)、長哲也(ファゴット)ほか。7月30日(日)14時から、響ホールで。対小学生以上。料前売り(全席指定)5席5000円、A席3500円、A席(25歳以下)2000円。前売り券は5月18日から主要プレイガイドなどで発売。当日は500円増し。高校生以下の無料招待あり(先着30人。甲電話で



▲ホームページからの申し込みはこちらから

5月22日10時から問先へ。詳細や託児(有料)は問を。



©井村重人

▲本市出身の篠崎史紀(バイオリン)



▲優れた音響を誇る音楽ホール

問 響ホール音楽事業課 ☎663・6661

## 特定健診と治療を受けて生活習慣病の重症化予防を！

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

### 特定健診とは

メタボリックシンドロームに着目した健診です。糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的としています。

生活習慣病が重症化すると、血管が傷み、脳・心臓・腎臓などに影響が出ます。特に脳血管疾患(脳出血・脳梗塞)は長期の入院が必要となり、医療費が高額になる上に、介護が必要となる大きな原因になります。

市では年に一度、特定健診を実施しています。毎年検査を受けて、検査結果の変化などを確認し、早めの生活改善や医療機関への受診、服薬を心がけましょう。

### 特定健診を受けていないと

本市の国民健康保険加入者で、令和2年度に脳出血を発症した人のうち、高額な医療費がかかった人の約7割が特定健診を受診していませんでした。

特定健診を受けず治療も継続していない人は、健診を受け、治療を行っている人と比べると、一人あたりの年間の医療費が大幅に高い傾向にあります。

毎年、特定健診を受けて、

治療が必要であれば、治療を継続することが医療費の抑えることにつながります。

### 特定健診の実施

#### 対象者

国民健康保険に加入している40〜74歳の人

※対象者には特定健診無料受診券を5月中旬以降に送付します。詳細は問を。

※国民健康保険以外の保険に加入している人は、加入している健康保険にお問い合わせください。

#### 実施期間

特定健診無料受診券が到着してから翌年3月31日まで

#### 持っていくもの

● 特定健診無料受診券

● 国民健康保険被保険者証

#### 検査内容

● 問診(服薬歴・喫煙歴など)

● 身体測定(身長・体重など)

● 血圧測定

● 検尿

● 血液検査

● 貧血検査(※)

● 心電図検査(※)

● 眼底検査(※) など

(※)は医師が必要と認められた場合のみ実施

### 健診結果

原則、2週間以内に、受診場所でお伝えします。受診の際に健診会場でご確認ください。

受診可能な医療機関についての詳細は問を。市ホームページ(左記を読み取り)でもご覧になれます。



◀ 市ホームページ「特定健診・特定保健指導のご案内」

## 北九州市のSNSをご紹介します! Vol.1 広報室広報課

### LINE 北九州市LINE公式アカウント

防災、ごみ、子育てなどに関する情報を手軽に調べることができます。また、受信設定を行うことで、市立学校の一斉休校情報、市政だよりなど自分が選んだ情報を受け取ることができます。



### ごみの分別検索ができます!

LINEのトーク画面に、出したいごみの品目を送信すると、ごみの分別方法を自動返信します。

### 災害発生時に役立つ!

災害発生時に、発令中の避難情報を受け取れるほか、開設中の避難所を案内しているホームページへ簡単にアクセスできます。



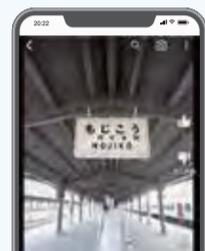
### YouTube 北九州市公式チャンネル [KitakyuMovieChannel]

北九州市の魅力や、市政に関する情報を動画でお届けしています。



### 市広報番組「ちょっと北九見つけてきました!」

テレQ(7ch)で放送中の市広報番組を、YouTubeでも見逃し配信中。“北九州見つけびと”が北九州市の魅力を皆さまにお届けする番組です。



### 北九州を15秒でキリトリ

人気動画クリエイターとコラボして、北九州市のおすすめスポットを紹介する15秒の動画を16本公開中です。

問 広報室広報課 ☎582・2236

# 情報ステーション

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)

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ 開=開所時間  
休=休所日 手=手話通訳 要=要約筆記 FAX=市担当課 共=共通の内容

ネット=ネット窓口(電子申請) → インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

## 各区役所の代表電話番号

門司区	☎ 331・1881
小倉北区	☎ 582・3311
小倉南区	☎ 951・4111
若松区	☎ 761・5321
八幡東区	☎ 671・0801
八幡西区	☎ 642・1441
戸畑区	☎ 871・1501

## 申し込みはがき「基本事項」の記入方法

コース・部や実施日が複数ある場合は希望を記入 → ●希望催し名

複数人数で参加できる場合は参加者全員分を記入し、代表者の前に代と記入 → ●郵便番号と住所  
●氏名(ふりがな)  
●年齢(学生は学年も)  
●電話番号

託児や保護者氏名など、記入する内容は各記事で確認を → ●その他

●市役所(小倉北区城内1-1)への郵送  
宛先は郵便番号「803-8501」と部署名で届きます。

## 相談

### 外国人のための生活全般に関する相談

対面のほか、電話、メール、テレビ電話を使い、最大22言語で対応します。いずれも5月の毎週月～金曜日。▶ワンストップインフォメーションセンター黒崎(黒崎駅西側、コムシティ3階、☎080・6445・2606) = 9時30分～16時 ▶同小倉(小倉北区役所2階、☎080・5278・8404) = 9時30分～12時、13～16時。共通料相談無料。☎北九州国際交流協会 ☎643・5931へ。



### 高齢者のためのよろず無料相談会

相続・遺言・終活などの相談に司法書士・行政書士・税理士が応じます。5月26日(金)10～15時、小倉北区シニアサークル連合会事務局(小倉北区弁天町)で。対おおむね60歳以上。☎5月23日までに同事務局 ☎591・8611へ。埋保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407。

### 困難を抱える若者の家族のための無料相談

臨床心理士が応じます。5月27日(土)11～16時30分、子ども・若者応援センター「YELL」(戸畑駅前、ウェルとばた2階)で。対社会生活を営む上で人との距離感や関わり方に悩むおおむね15～39歳のひとと家族。定先着5組。☎5月17日から同センター ☎882・0188へ。

### 労働・年金無料相談会

解雇などの労働問題と年金の相談に社会保険労務士が応じます。6月2日(金)10～16時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。☎高年齢者就業支援センター ☎882・5400へ。

### 終活無料相談

▶終活に関する一般相談=相談員が応じます。6月7日(水)・14日(水)・21日(水)  
▶空き家問題に関する専門相談=専門家が応じます。6月28日(水)。共通13～16時、ウェルとばた7階(戸畑駅前)で。定先着各日3人。☎5月22日9時から北九州市社会福祉協議会 ☎882・6211へ。

### ひとり親家庭のための法律無料相談

養育費などに関する相談に弁護士が応じます。6月14日(水)14～16時と28日(水)18～20時、母子・父子福祉センター(戸畑駅前、ウェルとばた4階)で。対ひとり親家庭の親か寡婦。定先着各日4人。☎5月25日9時30分から同センター ☎871・3224へ。

### 発達障害に関する相談カフェ

発達障害のある子どもなどについて悩みを持つ保護者同士で語り合います。6月18日(日)13～14時30分、障害者の自立支援ショップ「一丁目の元気」(小倉北区京町一丁目)で。対発達障害などが気になる18歳以下の子どもの保護者。定先着5人。料500円(飲み物、菓子付き)。☎5月22日から保健福祉局精神保健・地域移行推進課 ☎582・2439へ。

### 女性の権利ホットライン

弁護士が電話で応じます。6月28日(水)10～16時。専用電話は ☎591・9408と ☎280・5325。対女性。料相談無料。☎ムーブ相談室 ☎583・5197へ。

## お出かけ

### 埋蔵文化財速報展

テーマは「山王遺跡第3地点の調査成果～小さな調査の積み重ねをつなぐ」。八幡東区の山王遺跡第3地点から出土した遺物や、調査状況を写した写真パネルなどを展示。8月20日(日)まで(7月17日以外の月曜日と7月18日は休館)の9～17時、埋蔵文化財センター(小倉北区金田一丁目)で。☎北九州市芸術文化振興財団埋蔵文化財調査室 ☎582・0941へ。



### 総合農事センターの催し

**山アジサイ、ウチョウランと山野草展示会** 200点。5月19日(金)～21日(日)の9～16時(21日は15時まで)。  
**初夏の山野草とカンアオイ展** 200点。5月20日(土)・21日(日)の9～16時(21日は15時まで)。  
**さつき花季展示会** 約80鉢。5月26日(金)～28日(日)の9～16時(28日は14時まで)。

共通料駐車場は有料。☎総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目、☎961・6045)へ。

### こくら de フリマ

雑貨などの販売。5月21日(日)10～15時30分、勝山公園大芝生広場(市役所南側)で。雨天中止。☎こくらdeフリマ実行委員会事務局 ☎772・3223へ。担小倉北区役所総務企画課 ☎582・3335。



### 寄贈記念展 外尾憲次 花咲く港「光の帝国」

陶芸・造形作家の外尾憲次さんから寄贈された作品16点を展示。5月24日(水)～29日(月)の9～17時、旧古河鉱業若松ビル(若松区本町一丁目)で。☎若松区役所総務企画課 ☎771・3559へ。



### ハンドメイド作品展「手の技」

北九州クラフト協会によるアート作品(刺しゅうやガラス細工など)、約100点を展示。喫茶コーナー・手作り体験コーナー(いずれも有料。詳細は☎を)もあり。5月26日(金)～28日(日)の9～17時(28日は16時まで)、門司麦酒煉瓦館(門司駅北側、☎382・1717)で。

### おもちゃの病院

簡単なおもちゃの修理(1家族1点だけ)。5月27日(土)、タカミヤ環境ミュージアム(八幡東区東田二丁目)で。9時30分～12時の部と13～15時の部あり。定先着各部5家族。☎5月17日から同施設 ☎663・6751へ。



### スペースLABOの催し

①**星の観望の夕べ** 望遠鏡で星空を観察します。5月27日(土)19時50分～21時。対中学生以下は保護者の参加が必要。定50人。  
②**スペース★パーティ～星の楽しみかた** 星座の簡単な見つけ方など。6月25日(日)10時30分～11時15分。対小学生以上。定242人。料一般600円、高校生300円。  
共通スペースLABO(八幡東区東田四丁目、☎671・4566)で。☎①は5月13～20日、②は5月26日～6月25日にネットで。

### グリーンパークの催し

①**講習会「楽しい野菜づくり」** 5月31日(水)10～12時。定先着36人。  
②**ジメジメ対策アロマスプレー&お掃除用防カビ洗剤作り** 6月8日(木)13～14時30分。定15人。料800円。  
③**講習会「コンテナで草花を育てよう」** 6月11日(日)10～12時。定先着20人。料1200円。  
☎741・5587(正)は5月17日から花と緑の相談所 ☎741・5584へ、②は26日までにグリーンパーク(若松区大字竹並、☎741・5545)へ。

### 白野江植物公園の催し

①**ナチュラルライフ講座「健康ハイキング」** 6月1日(木)11～12時30分。定先着10人。料1500円(玄米菜食の弁当付き)。  
②**スタッフガイド公園さんぽ「アジサイと初夏の花」** 6月4日(日)11～12時。小雨決行。  
③**植物クラフト教室「押し花でつくるフクロウの短冊かけ」** 6月18日(日)13～14時30分。対小学生以上(小学生は保護者同伴)。定先着15人。料1000円。



共通料入園料が必要。☎①③は必要。電話で5月17日から白野江植物公園(門司区白野江二丁目、☎341・8111)へ。

### 新生流 いけばな あじさい展

新生流双葉会の作品約30点。6月4日(日)・5日(月)の10～17時(5日は15時30分まで)、旧百三十銀行ギャラリー(八幡東区西本町一丁目、☎661・9130)で。

★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

## ハーブ教室

セージ(ハーブの一種)を使ってソーセージパスタを作ります。6月9日(金)10時30分～12時、ソラランド平尾台(小倉南区平尾台一丁目)で。定先着10人。料1600円。申5月17日から同施設 ☎452・2715へ。

## 初夏の生き物観察会

6月11日(日)9時、平尾台自然観察センターに集合。12時、同所で解散。対小学生以上(中学生以下は保護者の参加が必要)。定30人。申往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて6月1日までに同施設(〒803-0180小倉南区平尾台一丁目4-40、☎453・3737)へ。

## おとぎぞうしの会(朗読)

「今どき紫川紀行」の朗読を行います。6月11日(日)13～14時30分、水環境館(小倉北区船場町、☎551・3011)で。

## 皿倉山ビジターセンターの催し

**植物観察会「梅雨を彩る植物」** 6月11日(日)9時30分、皿倉山ケーブルカー山麓駅に集合。14時30分、皿倉山ビジターセンター(皿倉山ケーブルカー山上駅付近)で解散。対山歩きのできる人。定先着30人。料500円。

**森のカルチャー教室** ヒノキに電熱ペンで絵を描きます。6月15日(木)10時30分～15時30分、皿倉山ビジターセンターで。定先着15人。料1500円。

**健康登山「大蔵・国見岩コースを歩く」** 6月17日(土)9時15分、皿倉山ケーブルカー山麓駅横広場銅像前に集合。15時30分、同所で解散。対山歩きのできる人。定先着30人。料500円。

共通申5月17日から皿倉山ビジターセンター ☎681・5539へ。

## とばた菖蒲まつり

約2万本のハナショウブが咲く中、ステージイベントやバザー、のみの市などを開催。6月11日(日)10～17時、夜宮公園(戸畑区夜宮)で。夜宮池・日本庭園のライトアップ(5月25日(木)～6月18日(日)の19～21時)も開催。荒天中止。☎戸畑区役所総務企画課 ☎871・2316へ。



## なるほどザ・サイエンス

電子回路の仕組みを学びながら防災ラジオを作ります。6月11日(日)13時30分～15時30分、スペースLABO ANNEX(八幡東区東田二丁目、☎663・0550)で。対小学4年～中学生。定18人。料300円。申6月1日までにネット。

## 家族でキャンプ&アウトドアご飯

6月17日(土)～18日(日)(1泊2日)、かぐめよし少年自然の家で。対中学生以下と保護者。定20人。料1人2500円。申はがき(1家族だけ)に基本事項と性別、生年月日を書いて5月30日までに同施設(〒803-0267小倉南区大字頂吉451-1、☎451・3111)へ。

## 顕微鏡で見る美しい鉱物講座

6月18日(日)13時30分～15時、いのちのたび博物館で。対小学生以上(小学生は保護者の参加が必要)。定6組。申往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて6月4日までに同施設(〒805-0071八幡東区東田二丁目4-1、☎681・1011)へ。ネットも可。



## 親子で磯探検とカヌー

6月24日(土)9時30分、もじ少年自然の家に集合。16時、同所で解散。対小学4年～中学生と保護者。定5家族。料1人500円。申はがき(1家族だけ)に基本事項と性別、生年月日を書いて5月30日までに同施設(〒801-0812門司区大字喜多久784-1、☎341・1128)へ。

## 【演劇】ラッパ屋の新作公演

7月9日(日)14時から、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。対小学生以上。料前売り(全席指定)一般4500円、13～19歳(身分証などの提示が必要)1500円。当日も同額。前売り券は5月21日から主要プレイガイドなどで発売。託児(有料)は☎を。☎J:COM北九州芸術劇場 ☎562・2655へ。

## 上野耕平×三浦一馬×山中惇史リサイタル

出演はサクソフォン奏者・上野耕平さんほか。9月2日(土)15～17時、響ホール(八幡東区平野一丁目)で。対小学生以上。料前売り(全席指定)一般4000円、25歳以下2000円。当日は500円増し。前売り券は5月30日から主要プレイガイドなどで発売。託児(有料)は☎を。☎響ホール音楽事業課 ☎663・6661へ。



## 子育て

### ほっと子育てふれあいセンター入会説明会

子どもの一時預かりや送迎などの子育て支援を行う有償ボランティア会員の内容や登録方法など。6月4日(日)10～16時、子育てふれあい交流プラザ(小倉駅北側、AIMビル3階)で。対育児ボランティアをしてみたい・受けたい人。申6月3日までに、ほっと子育てふれあいセンター ☎511・3081へ。

### 赤ちゃんからの音脳イングリッシュ体験講座

英語と音楽に触れながら体を動かします。いずれも6月17日(土)、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。▶Aコース=10～10時40分。対0～1歳児と保護者 ▶Bコース=11～11時40分。対2～3歳児と保護者。共通定先着各コース15組。料1組1000円。申5月17日から同施設 ☎651・4600へ。

## 仕事

### 市立病院機構の職員(契約職員)を募集

▶看護補助、医師事務作業補助=勤務は市立医療センター(小倉北区馬借二丁目)か市立八幡病院(八幡東区尾倉二丁目)で ▶事務補助=勤務は市立八幡病院で。共通試験は随時。採用時期は要相談。申試験案内は病院ホームページでご覧になれます。定など詳細は市立医療センター ☎541・1831か市立八幡病院 ☎662・6565へ☎を。

### 調理師試験

10月28日(土)13時30分～15時30分。料6100円。申6月2日まで。受験資格・会場など詳細は保健所東部生活衛生課 ☎522・8728、同西部生活衛生課 ☎642・1818、各区役所保健福祉課生活衛生担当(小倉北・八幡西区は除く)へ☎を。

## 講座・教室

### 魚町商店街 まちゼミ

お店の人が講師となり、それぞれの店舗で使う専門知識や商売のコツを教えます。6月1日(木)～30日(金)、魚町商店街(小倉北区)周辺で。料など詳細は☎を。申5月25日から魚町商店街振興組合 ☎521・6801へ。担産業経済局商業・サービス産業政策課 ☎582・2050。

### 不登校講座・悩みを語り合う保護者の集い

6月3日(土)10～12時30分、ウェルとばた2階(戸畑駅前)で。対不登校やひきこもりの高校生以下の子どもを持つ保護者。定先着50人。申5月17日から子ども総合センター ☎881・4556へ。

## 施設の催し

### 山田緑地

☎582・4870

〒803-0865小倉北区山田町 開9～17時※6月9日(金)～11日(日)・16日(金)～18日(日)は21時30分まで(雨天時は17時まで) 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園)

①みつばちプロジェクト ニホンミツバチの養蜂講座。6月4日(日)13～15時。定先着50人。

②山田ほたる祭り 芝生広場でゲンジボタルを鑑賞できます。6月9日(金)～11日(日)・16日(金)～18日(日)。雨天中止。



③特別ツアーガイド「ホタル探検隊」

園内を歩きながらゲンジボタルなどを観察します。6月9日(金)～11日(日)・16日(金)～18日(日)の19時40分～21時。対中学生以下は保護者の参加が必要。定各日40人。料5歳以上1人500円。

共通料駐車場は有料。申①③は必要。

③は5月17日～6月5日にネット。①は電話で5月19日から同施設へ。

## 漫画ミュージアム

☎512・5077

〒802-0001小倉北区浅野二丁目14-5、あるあるCity5・6階 開11～19時(入館は18時30分まで) 休火曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)、5月29～31日

①漫画スクール ▶人物の動きとポーズ(走る、歩く、キックなど)=6月3日(土) ▶簡単なお話の作り方(恋愛コメディからバトルものまで)=6月18日(日)。①の共通13～15時。対小学3年生以上。定各日12人。

②漫画体験 漫画道具の使い方や塗り絵など。6月11日(日)・24日(土)の13時30分～16時30分。

共通料入館料が必要。申①は必要。電話で5月22日までに同施設へ。

■中学生以下は来年3月31日まで常設展の入場料が無料です。

## 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 休第1・3火曜日

ベビーマッサージ教室 5月25日(木)11～12時。対生後12カ月までの乳児と保護者。定先着15組。

ママと赤ちゃんのリズムあそび 音楽に合わせて体操します。5月30日(火)11～11時40分。対おおむね生後12カ月の乳幼児と保護者。定先着10組。

幼児食教室 6月9日(金)13～13時40分。対1・2歳児と保護者。定先着10組。

共通申電話で5月17日から同施設へ。

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ  
 共通=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=ネット窓口(電子申請)…インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

### エニアグラム de 自己発見講座

本来の自分の性格などを分析します。6月3日(土)13時15分～16時、若者ワークプラザ北九州(小倉駅北側、AIMビル2階)で。対おおむね40歳までの求職者と学生。定50人。申若者ワークプラザ北九州 ☎531・4510へ。

### 仕事探しに役立つ! スマートフォン体験講座

6月6日(水)13～15時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対おおむね50歳以上。定先着15人。申5月17日から高年齢者就業支援センター ☎882・5400へ。



### ムーブの講座

- ① **エクセル1級検定対策講座** 6月10日～7月29日の毎週土曜日(全8回)10時30分～12時30分。定先着20人。料1万2000円(別にテキスト代、検定料が必要)。託児(無料)は問を。
  - ② **女性のための法律基礎講座「離婚」** 6月24日(土)13時30分～16時30分。対女性。定先着30人。託児(有料)は問を。
- 共通申電話で②は5月17日からムーブ相談室(小倉北区大手町、☎583・5197)、①は18日から同施設事業課 ☎288・6262へ。

### ジュニアのヨット体験教室

6月11日(日)・25日(日)の10～15時、新門司マリーナで。対小学3年～中学生(保護者同伴)。定各日10人。料3000円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項と保護者氏名、性別を書いて5月26日までに同施設(〒800-0113門司区新門司北二丁目1、☎481・0099)へ。



### 福祉用具プラザの講座

- ① **専門職研修** ▶排泄ケアとおむつ交換の基礎=6月12日(月) ▶※難病・重度障害者へのコミュニケーション支援=6月22日(水)。①の共通13時30分～15時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対介護・医療・福祉の有資格者など。
- ② **なるほど介護講座** ▶介護サービスの情報=6月16日(金)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)とオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。定会場20人、

オンラインは定員なし ▶※福祉用具展示場見学・体験=6月18日(日)10時30分～11時30分、福祉用具プラザ北九州(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター1階)で。定20人。

- ③ **排泄ケアセミナー** ▶オムツゼロの日研修会=6月17日(土)、総合保健福祉センターで。定40人 ▶※ちょっと気になる尿もれのお話=6月22日(水)、槻田市民センター(八幡東区松尾町)で。定10人。

③の共通13時30分～15時。  
 共通申①は6月5日(※は15日)、②は9日(※は16日)、③は9日(※は15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(基本事項と手・要など介助必要の有無を記入)。

### マイテック・センターの講座

- 第二種電気工事士・実技** 6月12日～7月13日の毎週月・木曜日(全10回)18～21時。定先着50人。料3万7300円。
  - YouTubeスキルアップ** 6月18日～7月9日の毎週日曜日(全4回)9時30分～12時30分。対マウス・キーボード操作ができる人。定先着20人。料1万6200円。
  - 衛生管理者** 6月22日～8月10日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。定先着30人。料3万1100円。
- 共通申電話で5月17日からマイテック・センター北九州(八幡東区大蔵二丁目、☎651・3775)へ。

### うつ病の家族教室

6月13日～10月10日の毎月第2火曜日(全5回)14～16時、精神保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター5階)で。対うつ病の治療を受けている人の家族。定先着20人。申5月17日から同施設 ☎522・8729へ。

### 北九州市民カレッジ「エクセル入門」

基本操作や計算式の入力、グラフの作成などを学びます。6月13～27日の毎週火・木曜日(全5回)18～20時、KCS北九州情報専門学校(小倉駅北側)で。定25人。料5000円(別にテキスト代が必要)。申5月31日までにKCS北九州情報専門学校 ☎531・9131へ。担生涯学習総合センター ☎571・2735。ネットも可。

### 母子・父子福祉センターの講座

- リフレッシュ講座「アロマテラピー」** 6月14日(火)、7月12日(水)、8月23日(水)(全3回)の18時20分～20時20分。定10人。料材料費各日600円。
  - エクセル3級検定講座** 6月20日～9月26日のおおむね毎週火・金曜日(全27回)。14～16時の部と18時20分～20時20分の部あり。定各部13人。料2900円(別に検定料が必要)。検定は10月1日(日)。
- 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5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。

### 日本語教室 ボランティア養成研修

日本語学習支援ボランティアのための研修を行います。6月17日(土)13時30分～15時30分、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。対外国人に対する日本語学習支援を行っている人など。定15人。申5月15日～6月14日。詳細は北九州国際交流協会 ☎643・5931へ。ネットも可。

### ボランティア研修

- ① **ボランティアコーディネーター研修** ボランティアする側・受け入れる側・コーディネーター(両者を調整する人)の三者それぞれにとってプラスになる連携・調整について学びます。6月7日(水)13時30分～16時。対福祉施設などのボランティア受け入れ担当者。
  - ② **子育て支援ボランティア養成講座** 子ども食堂のボランティア活動について学びます。6月17日(土)13時30分～16時30分。対子どもに向けたボランティア活動に意欲的な人。
- 共通ウェルとばた12階(戸畑駅前)で。定各30人。料700円。申①は5月24日、②は6月2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・6321へ。

### 北九州市民カレッジ「ふるさとゆかりの偉人列伝」

6月21日～7月19日の毎週水曜日(全5回)10～12時、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定30人。料3000円。申5月31日までに八幡西生涯学習総合センター ☎641・9360へ。ネットも可。

### 東部障害者福祉会館の講座

- ① **パン教室** パン作りを基本から学びます。6月25日(日)10～13時。定7人。料材料費1000円。



- ② **スイーツ教室** パンケーキを作ります。7月2日(日)10時30分～12時。定8人。料材料費1000円。

共通対障害のある人。申電話で①は6月10日、②は6月14日までに東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階、☎883・5550)へ。聴覚障害者は☎883・5551も可(基本事項と手・要など介助必要の有無を記入)。

### 救命講習会

- 心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用法、気道異物除去の方法など。
- ① **上級救命講習** 6月26日(月)9～17時。
- ② **実技救命講習** 7月5日(水)10～12時。対WEB講習の受講証明書を2カ月以内

に取得した人。WEB講習などについての詳細は問を。

共通市民防災センター(小倉北区東港一丁目)で。定各30人。申①は5月26日～6月16日、②は6月5～27日に消防局救急課 ☎582・3820へ。聴覚障害者は☎592・6898も可(基本事項と手必要の有無を記入)。ネットも可。



### スマホ&タブレットでZoom!

6月29日～7月13日の毎週木曜日(全3回)9時50分～15時、周望学舎で。対55歳以上。定15人。料6000円(別に資料代が必要)。スマートフォンかタブレットが必要。申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて6月9日までに同施設(〒803-0852小倉北区新高田二丁目29-1、☎591・2626)へ。

### 西部障害者福祉会館の講座

- ① **脳が喜ぶ心が笑う臨床美術「きらめく星座宇宙」** オイルパステルを使って自分がイメージする宇宙を描きます。7月8日(土)13時30分～15時30分。定8人。料1000円。
- ② **フルーツカッティング** グレープフルーツを飾り切りします。7月15日(土)10時30分～12時30分の部と13時30分～15時30分の部あり。定各部8人。料1000円。



- ③ **顔の運動「明るい表情作り」** 7月22日(土)13時30分～15時30分。定12人。料500円。

共通対障害のある人。申電話で①は6月28日、②は7月5日、③は7月12日までに西部障害者福祉会館(黒崎駅西側、コムシティ5階、☎645・1300)へ。聴覚障害者は☎645・1600も可(基本事項と手・要など介助必要の有無を記入)。

### 講演会

#### 国連女性の地位委員会 報告会

国連による最新のジェンダー平等に向けた取り組みなどについてアジア女性交流・研究フォーラムの堀内光子理事長ほか報告します。5月30日(火)14～15時30分、ムーブ(小倉北区大手町)で。定50人。託児(有料)は問を。申5月29日までにアジア女性交流・研究フォーラム ☎583・3434へ。ネットも可。

★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

## 北九州市立大学地域戦略 研究所 研究報告会

昨年度に実施した地域課題研究を報告します。6月2日(金)9時30分～12時、AIMビル3階(小倉駅北側)で。定60人。申5月31日までに北九州市立大学地域戦略研究所 ☎964・4302へ。ネットも可。

## 郷土文化講演会 「企救郡長・津田維寧」

講師は、いのちのたび博物館の日比野利信歴史課長。6月10日(土)14～15時30分、子ども図書館(小倉北区内)で。定60人。申5月17日～6月2日。詳細は中央図書館 ☎571・1481へ。

## 歴史講演会「八幡市の誕生 ～あれから106年」

講師は、筑紫女学園大学教授・時里奉明さん。6月11日(日)13時30分～15時30分、八幡東生涯学習センター尾倉分館(八幡東区尾倉二丁目)で。定先着45人。料300円。申5月18日から八幡郷土史会事務局 ☎980・5050へ。担市民文化スポーツ局文化企画課 ☎582・2391。

## 市民公開講座

テーマは「様々な年代の血栓止血領域の病気を勉強しましょう!」。6月17日(土)17～18時30分、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。市立八幡病院 ☎662・6565へ。

## 募集

### まち美化キャンペーンの 参加者を募集

散乱ごみの収集など。▶小倉南区=5月27日(土)9時30分～10時30分。集合は沼市民センター(沼緑町四丁目) ▶若松区=5月28日(日)9時30分～10時20分。集合は岩屋海水浴場たかみ荘前(大字有毛) ▶戸畑区=5月28日10～11時。集合は夜宮公園多目的広場(夜宮一・二丁目) ▶門司区=6月3日(土)9時30分～10時30分。集合は高田公園(大里原町) ▶小倉北区=6月4日(日)10～11時。集合は勝山公園大芝生広場(市役所南側) ▶八幡東区=6月4日10～12時。集合は河内小学校グラウンド(河内一丁目) ▶八幡西区黒崎周辺=6月8日(土)10～10時40分。集合は黒崎中央公園(黒崎一丁目) ▶八幡西区金山川周辺=6月11日(日)9～10時50分(※は9時50分～10時50分)。集合は則松金山川花のボランティア公園(大字則松、氏田橋横)、八枝小学校(八枝四丁目)、中尾市民センター(三ヶ森四丁目)、※八尾小学校(町上津役西四丁目)。共通受け付けは開始時間の30分前から。雨天かPM2.5や光化学スモッグに関する注意報などが発令された場合は中止。参加者には軍手・タオルを配布。環境局業

務課 ☎582・2180へ。



### 若松あじさい祭りに 関する募集

▶鉢植えあじさいコンクールの作品=最優秀作品はあじさい祭り内で開催する挿し木教室で利用 ▶ガーデニングオンラインフリーマーケットの出店者=出店は6月11日(日)・18日(日)の10～16時、高塔山公園(若松区大字修多羅)で。定15区画(1区画3m×3m)。料1区画1000円。共通申6月2日まで。詳細は若松区役所総務企画課 ☎771・3559へ。



### 上下水道モニターを募集

アンケートの回答(年2回程度)や施設見学(年1回、希望者だけ)への参加など。郵送モニターとインターネットモニターあり。任期は9月～令和7年3月。対18歳以上(公務員や公職にある人、令和3・4年度のモニター経験者は除く)。定100人。謝礼あり。申6月30日まで。募集要項は5月15日から各区役所総務企画課・出張所で配布。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。詳細は上下水道局経営企画課 ☎582・3135へ。ネットも可(インターネットモニター申し込みはネットだけ)。

### 北九州 技の達人を募集

市では産業振興や市民生活の向上に貢献してきた技能者を「技の達人」として認定・表彰しています。対生活関連・サービス系技能職種などを含む全産業で次のすべてに該当する人。▶優れた技能で産業振興や市民生活向上に貢献しており今後も貢献が期待できる人 ▶技能が極めて優秀で、当該職種における市内の第一人者かこれに準ずる人 ▶公的資格(技能検定)のある職種は、原則として一級以上か単一等級の資格取得者、もしくはそれと同等の技能を持っていると認められる人 ▶指導育成能力があり、ほかの技能者の模範となると認められる人 ▶当該職種に原則として20年以上従事し、かつその職種に現役で従事している人 ▶本市に5年以上在住か在勤する人。申6月30日まで。募集チラシは5月15日から各区役所総務企画課・出張所などで配布。詳細は産業経済局雇用政策課 ☎582・2419へ。

### 合唱組曲「北九州」演奏会 参加者募集

出演は来年2月18日(日)、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)

で。練習は出演日までのおおむね毎週月曜日18時30分～20時30分、大手町練習場(小倉北区大手町、大手町ビル内)で。料1万2000円(10月以降の参加は6000円)。学生は無料。別に楽譜代などが必要。申随時。詳細は北九州市芸術文化振興財団 ☎663・6661へ。



### 住宅・土地統計調査の 調査員を募集

市が行う住宅・土地統計調査で9月下旬から家庭などを訪問し調査票を配布・回収します。説明会は8月中旬。報酬あり。申6月30日まで。詳細は各区役所総務企画課へ。

### こどもの日本語教室 ボランティアを募集

日本語を勉強中の外国人等の子どもと、日本語で話す練習などをします。おおむね毎週土曜日10時30分～11時30分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」)を使用。対パソコンなどの機材が準備でき、月に2回以上継続して参加できる人。活動前研修への参加が必要。申10月31日まで。詳細は北九州国際交流協会 ☎643・5931へ。ネットも可。

### わっしょい百万夏まつりの 子ども夢ステージ参加募集

8月5日(土)13～18時、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)でダンスを披露します(15分以内)。定8団体程度(1団体5～50人程度)。説明会(7月上旬)とリハーサル(8月4日(金))への参加が必要。申6月9日まで。詳細は、わっしょい百万夏まつり振興会 ☎541・5472へ。

### 県営住宅の入居者を募集

申6月6～14日。募集する団地や戸数などを掲載した募集案内は5月30日から福岡県住宅供給公社北九州管理事務所(八幡西区西曲里町、黒崎テクノプラザビル5階)や各区役所「市営住宅・市公社住宅相談」コーナーなどで配布。詳細は福岡県住宅供給公社 ☎(092)781・8029へ。

## スポーツ

### 総合体育館の個人利用日

日程(一部利用できない時間帯あり)は、5月17日(水)・18日(木)・23日(火)～26日(金)・29日(月)～31日(水)・6月1日(木)・2日(金)。料使用料が必要。利用可能な種目・時間は問を。問総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001)へ。

## 施設の催し

### 美術館

☎882・7777

〒804-0024戸畑区西鞘ヶ谷町21-1 開9時30分～17時30分(入館は17時まで) 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

市民ギャラリーの催し ▶九州女流展=5月23日(火)～28日(日)の9時30分～17時30分(28日は16時まで) ▶福田安敏回顧展=5月30日(火)～6月4日(日)の9時30分～17時30分(6月4日は15時まで)。

■中学生以下は来年3月31日までコレクション展(常設展)入場料が無料です。

### 美術館黒崎市民ギャラリー

☎644・5206

〒806-0021八幡西区黒崎三丁目15-3、コムシティ3階 休開催期間以外

▶示現会北九州展=5月23日(火)～28日(日)の10～18時(28日は17時まで)

▶合同作品展 絵描会・絵画28=5月29日(月)～6月4日(日)の9時(29日は12時)～17時(6月4日は16時まで) ▶グループ創絵画作品展=5月29日～6月4日の10時(29日は13時)～17時。

### 子ども文化会館

☎592・4152

〒803-0846小倉北区下津四丁目3-2 開9～17時 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

子どもシアター アニメ「みんないちばん!」などの上映。6月11日(日)10時30分～11時30分。

ファミリー人形劇場 6月18日(日)14～15時。

共通対未就学児は保護者同伴。定先着各60人。申電話で5月17日から同施設へ。

### 到津の森公園

☎651・1895

〒803-0845小倉北区上津四丁目1-8 開9～17時 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園) ※6月5日(月)までは無休

①カンナくずでお花の壁掛けを作ろう 6月3日(土)11～16時。定先着40人。料1個600円(別に入園料が必要)。



②林間学園 動物との触れ合いやグループ活動を通じて自然に親しみます。8月16日(水)～18日(金)の9～15時30分。対小学生。定180人。料1万円。

共通申①は電話で5月17日から、②は、はがき(1家族だけ)に基本事項と性別、保護者氏名を書いて5月31日までに同施設へ。

■中学生以下は来年3月31日まで入園料が無料です。

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ  
 共通=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=ネット窓口(電子申請)…インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

## 障害者のための スポーツ教室

●**リズム運動・リズムダンス教室** 5月20日～来年2月17日のおおむね毎月第1・3・5土曜日(全21回)。▶リズム運動教室=10～11時 ▶リズムダンス教室=11～12時。①の**共通** 対障害のある4歳～おおむね18歳。定各教室15人。  
 ●**Foot Ball教室** 5月21日～来年2月18日の毎月第1・3日曜日(全19回) 14～15時30分。対知的、発達障害のある小・中学生。定20人。  
 ●**水中運動教室** 5月21日～来年2月18日のおおむね毎月第1・3・5日曜日(全21回) 14～15時。対障害のある高校生以上。定15人。  
**共通** 障害者スポーツセンター(小倉北区三郎丸三丁目)で。申5月20日までに障害者スポーツセンター☎922・0026へ。聴覚障害者は☎922・0041も可(基本事項を記入)。

## 穴生学舎ふれあいスポーツ 大会

研修生による紅白戦の観覧。一般参加ができる種目(玉入れや炭坑節など)もあり。6月9日(金)10～14時。総合体育館(八幡東区八王寺町)で。問穴生学舎☎645・6688へ。

## スポーツ協会の ストレッチ教室

ストレッチ体操を中心に心身のリフレッシュを図ります。▶月曜教室=6月19日～7月31日のおおむね毎週月曜日(全6回)。料1650円 ▶水曜教室=7月5日～8月30日のおおむね毎週水曜日(全8回)。料2200円 ▶木曜教室=7月6日～8月31日のおおむね毎週木曜日(全8回)。料2200円。**共通** 総合体育館(八幡東区八王寺町)で。10～11時の部と14時15分～15時15分の部あり。対40歳以上。

上。定各教室各部20人。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて5月31日までに北九州市スポーツ協会(〒805-0011八幡東区八王寺町4-1、☎652・5007)へ。

## 北九州下関フェニックス 公式戦に親子を招待

「北九州下関フェニックス 対 福岡ソフトバンクホークス(3軍)」の観戦に親子を招待します。6月24日(土)・25日(日)の14時から、北九州市民球場(小倉北区三萩野二丁目)で。対市内の小・中学生と保護者(1組5人まで)。定各日150人。申往復はがき(1組だけ)に基本事項と希望試合日(両試合の申し込みも可)を書いて5月24日までに〒803-8501市民文化スポーツ局スポーツ振興課(☎582・2395)へ。**ネット**も可。

## お知らせ

### 市民意識調査にご協力を

市が取り組んでいる施策への評価などを把握するため郵送によるアンケート調査を行います。対18歳以上の無作為に抽出した3000人。調査票が届いた人は、回答の上、6月15日までに返信をお願いします。問広報室広聴課☎582・2527へ。



▲市民意識調査用封筒

## 視覚・聴覚障害者に 避難情報を提供します

情報提供を希望する人の自宅の固定電話やファクスに避難情報をお知らせします。対携帯電話を持っていない人で、視覚の身体障害者手帳1・2級か聴覚の身体障害者手帳2級を持ち、1人暮らし(同居者が仕事などで単身となる場合も含む)か視覚・聴覚障害者だけの世帯で、病院や社会福祉施設などに入院や入所をしていない人。詳細は危機管理室危機管理課☎582・2110、☎582・2112へ。

## 国民健康保険料納入通知書 を発送

令和5年度国民健康保険料の当初納入通知書を6月上旬(年金天引きの人は7月)に発送します。今年度から年金天引きの対象になる人は、7月に改めて徴収方法が変更になった納入(変更)通知書を発送します。問保健福祉局保険年金課☎582・2415へ。

## 縦覧します

**北九州広域都市計画道路の事業認可に係る図書** 路線は戸畑枝光線(八幡東区、戸畑区)、元宮南鳥旗線(戸畑区)。縦覧は事業期間中(土・日曜日、祝・休日、年末年始は除く)の8時30分～17時15分、建設局街路課(市役所12階、☎582・2191)で。  
**金剛土地地区画整理事業の施行地区の区域** 縦覧は5月19日(金)～6月2日(金)の8時30分～17時15分、建築都市局事業推進課(市役所13階、☎582・2469)で。区域内の宅地で未登記の借地権を持つ人は5月19日～6月19日(月)(土・日曜日は除く)に同課に申告してください。詳細は同課へ問を。

## 後期高齢者医療制度 被保険者の健康診査を実施

生活習慣病の早期発見・治療などのため来年3月末まで健康診査を行います。対象の人には、4月下旬に受診票を送付しています(これから75歳になる人には誕生月の中旬に送付します)。対後期高齢者医療制度の被保険者。料500円。受診できる医療機関など詳細は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111へ。

## NPO公益活動費用の一部を 補助

NPO法人や市民活動団体が専門性を発揮して行う先進的な活動に費用の一部を補助します。補助額は対象経費の2分の1以内(限度額50万円)。選考あり。申5月19日～6月9日。詳細は市民文化スポーツ局市民活動推進課☎645・3101へ。

## 子育てに関わる団体の 活動費用の一部を補助

対市民センターなどを拠点とする育児サークルや未就学児と保護者を対象とした子育て支援活動を行うボランティアグループ(条件あり)。定120団体程度。補助額は2万円以内。申5月17日～6月14日。詳細は子ども家庭局子育て支援課☎582・2473へ。

## 防犯カメラ設置費用を助成

犯罪抑止のために、公共空間を撮影する防犯カメラ設置費用の一部を助成します。助成額は▶地域団体(自治会・町内会など)=設置費用の4分の3以内(1台につき30万円まで) ▶事業者(市内に事業所があり、主要駅周辺などで営利活動を行う個人や法人)=設置費用の3分の1以内(1台につき13万円まで)。**共通** 1団体10台まで。申8月31日まで。詳細は市民文化スポーツ局安全・安心推進課☎582・2866へ。

# 介護保険のお知らせ

### 令和5年度の保険料について

介護保険料の納入通知書を6月中旬に送付します。金額・納付方法などを確認してください。

なお、3月16日以降に税の申告をした人は、申告書の記載内容が計算処理に間に合わないため、いったん仮計算した納入通知書が届く場合があります。

### 介護保険料軽減・減免制度の利用を

- 保険料段階が第2・3段階の人のうち、保険料の支払いが困難で一定の要件を満たす場合は保険料を軽減します(毎年申請が必要)。
- 段階に関わらず災害や事業廃止などによる収入減少などで保険料の支払いが困難な場合は、保険料を減免したり支払いを猶予したりすることができます(申請が必要)。

### 介護サービスの利用者負担を軽くします

収入状況などにより、介護サービス費用の利用者負担額を軽減します。利用にあたっては、申請が必要です。

- **食費・居住費(滞在費)負担**  
 対市民税非課税世帯で、介護保険施設の入所者かショートステイの利用者(一定以上の資産がある人や、配偶者が市民税課税である場合は除く)。利用者負担段階判定時の収入要件には、非課税年金(遺族年金、障害年金)を含む。
- **社会福祉法人が提供する介護サービスの利用料など**  
 対市民税非課税世帯で収入や預貯金などの条件が一定の基準を満たす人。
- **障害者ホームヘルプサービス利用料**  
 対障害者の日常生活と社会生活を総合的に支援するための法律によるホームヘルプサービスを平成18年4月1日以降に無料で利用し、一定の条件を満たす人。  
**共通** 申新規申請は随時。更新は6月1日から。

問 住所地の区役所「高齢者・障害者相談」コーナーへ

★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

### 未利用市有地を売却

物件は小倉南区南方三丁目の土地(2851.87㎡)など6件。入札は6月15日(木)～19日(月)、生涯学習総合センター2階(小倉北区大門一丁目)と市役所地下2階で。申5月16～18日。物件情報は各区役所総務企画課・出張所などで配布中。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。時間など詳細は財政局財産活用推進課☎582・2007へ。

### 学術研究都市北部地区の市有地を分譲

物件は若松区ひびきの北の、研究機関など向け用地(約0.8ha)。入札は7月14日(金)10時から、市役所7階で。申5月25・26日。詳細は産業経済局次世代産業推進課☎582・2905へ。

### HIV即日検査を実施

検査結果は検査の約1時間後に面談の上、お知らせします。6月4日(日)9～11時、保健所(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター4階)で。感染の可能性があった日から3カ月以上経過した人。定先着25人。申5月17日から保健所保健予防課☎522・8764へ。

### 戸籍証明書のコンビニ交付サービスを休止

5月19日はメンテナンスのため、戸籍証明書のコンビニ交付サービスを終日休止します。住民票の写し、印鑑登録証明書、所得(課税)証明書は交付できます。問市民文化スポーツ局戸籍住民課☎582・2107へ。

### 5月31日は市税証明書のコンビニ交付を休止します

コンビニ交付サービスを利用した令和5年度(令和4年中の所得)の個人市

県民税所得額(課税・非課税)証明書は、6月1日(木)から交付できます(未申告の人には交付できません)。これに伴い、5月31日は市税証明のサービスを休止します。問財政局税制課☎582・2030へ。

### 市政情報の出前講演のご利用を

市の施策や取り組みについて、市職員などが地域に出向いて説明します。対おおむね20人以上の団体。講演のテーマは各区役所総務企画課・出張所などで閲覧できます。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。申随時。詳細は広報室広聴課☎582・2527へ。ネットも可。

### 動物慰霊祭

令和4年度に持ち込まれた死亡ペットなどの慰霊をします。5月24日(水)14～15時、動物愛護センター(小倉北区西港町、☎581・1800)で。小雨決行。

### 勝山公園周辺施設を臨時休館します

6月2・3日は、中央図書館・子ども図書館・文学館・平和のまちミュージアム(いずれも小倉北区内)を休館します。詳細は建設局みどりの愛護のつどい推進室☎582・2920へ。

### お茶なし認知症カフェで語ろう

参加者同士の交流や、認知症についてのミニ講話など。6月6日(火)・※20日(火)の13時30分～15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。対認知症の人と家族や認知症が心配な人など。申5月18日～6月5日(※は19日まで)に認知症支援・介護予防センター☎522・8765へ。

### 道路に張り出した樹木の剪定を

樹木の枝などが道路に張り出すと通行の妨げや事故の原因となることがあるので、早めに剪定を。樹木が原因で事故が発生した場合、所有者・管理者が法的責任を問われる可能性があります。通行の障害となっている場合には、市が剪定をお願いすることもあります。問各区役所まちづくり整備課へ。

5月25日は松本清張記念館(小倉北区城内、☎582・2761)を休館します。

5月29日～6月25日、皇后崎工場(八幡西区夕原町、☎642・6731)のごみの受け入れを休止します。



### 福岡市の催し

福岡市と情報交換をしています。

### 福岡ミュージアムウィーク

5月13日(土)～21日(日)に福岡市美術館や福岡市博物館など市内19の施設で「福岡ミュージアムウィーク」を開催。期間中は、参加施設の常設展示観覧料や入館(園)料の割引があるほか、イベントの開催もあり。詳細は問を。福岡市のホームページ(「福岡市 福岡ミュージアムウィーク」で検索)でもご覧になれます。問福岡市文化振興課☎(092)711・4969へ。



### 関門連携コーナー

### 海峡の友

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。

### 「下関海響マラソン2023」参加者募集!

いずれも11月5日(日)。オーヴィジョン海峡通り海峡メッセ下関前(下関市豊前田町三丁目)をスタート、同所にゴール(最終は14時30分まで)。▶マラソン=8時30分から(制限時間6時間)。対18歳以上(高校生は除く)。定先着1万人。料1万3000円 ▶2kmファンラン=8時45分から。対小学生以上。定先着500人。料1000円。詳細は問を。申5月19日20時から大会ホームページ(右記を読み取り)へ。問下関市スポーツ振興課☎(083)231・2729へ。



▲申し込みはコチラから



情報ステーションは11ページから始まります

### 施設の催し

### 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5月24日、6月7・21日

### ①赤ちゃんとママのふれあい体操

6月8日(木)13時30分～14時30分。対首が据わった生後3カ月以上の0歳児と保護者。定先着20組。



### ②たのしい親子体操

音楽に合わせてダンスや体を動かす遊びなど。6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20組。

### ③親子リズム体操

音楽に合わせて体を動かします。6月19日(月)13時30分～14時30分。対1歳児と保護者。定先着20組。

共通申電話で①は5月25日、②は6月2日、③は6月5日から同施設へ。

### 文学館

☎571・1505

〒803-0813小倉北区内4-1 開9時30分～18時(入館は17時30分まで) 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)、6月2・3日

### ①生誕120年記念「拝啓 林芙美子様～芙美子への手紙」

北九州ゆかりの作家・林芙美子に届いた、同時代の作家からの手紙などを展示します。5月20日(土)～6月30日(金)。



▲林芙美子

### ②文学館の今川英子館長による連続講座

テーマは「林芙美子の生涯と作品」。6月17日(土)・24日(土)(全2回)の13時30分～15時。定先着50人。

共通申②は必要。電話で5月18日から同施設へ。

■中学生以下は来年3月31日まで常設展の入場料が無料です。

## 行財政改革に官民合同で取り組みます

本市では、企業や投資を呼び込み、若者が集う、子育てしやすいまちづくりを行うため、民間目線を入れた新たな視点で行財政改革を進めることとしました。

そのため、民間での実務経験のあるメンバーと市とが合同チームを作り、行財政の方向性や改革の方法を考えます。今後、チームで議論した内容や検討結果は市のホームページなどで随時お知らせします。



▲市ホームページ「官民合同チーム」



問総務局官民合同チーム☎582・3170

5/15  
2023  
令和5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

## 無料相談

**人権法律相談** 弁護士が応じます。6月1日(木)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。■5月25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(実証実験)

門司区役所で行っている下記の相談業務については、大里出張所でも相談できます。保育サービス全般の相談=5月23日(火)・30日(火)の9時30分～11時30分。問門司区役所総務企画課☎331・0001へ。

## 特設人権無料相談所の開設

6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士・人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所で。問北九州人権擁護委員協議会☎561・3542へ。

## 親子体操教室

門司体育館で実施中の教室の参加者を募集します。6月8日(木)、7月13日(木)の11～11時40分、門司体育館(高田一丁目)で。対象はおおむね4カ月～4

歳の子どもと保護者。先着10組。参加費1組880円。■5月18日から同施設☎381・6445へ。

## 門司区レクリエーションバレーボール大会

6月11日(日)10～16時、門司体育館(高田一丁目)で。対象は門司区在住で平成17年4月1日以前に生まれた女性6～12人のチーム。募集は10チーム。保険料1人50円。■5月15～26日。詳細は門司区役所コミュニティ支援課☎331・1883へ。

## 生活に役立つ便利なエクセル講座

6月20日～8月8日の毎週火曜日(全8回)13時30分～15時30分、新門司地域交流センターで。対象はマウス・キーボード操作ができる18歳以上(高校生は除く)。定員10人。資料代3000円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて6月8日までに同施設(〒800-0118門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・4599)へ。

## 日本赤十字社の活動資金にご協力を

日本赤十字社では5月の「赤十字会員増強運動月間」を中心に町内会を通じて活動資金(年500円以上)へのご協力をお願いしております。いただいた資金は国内外の災害被災地に

料。健康診査受診券が必要。

共通①②③=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。2週間後に健康教室(結果返しなど)を実施。

④結核・肺がん検診 胸部エックス線撮影※必要に応じて喀痰検査。対象は40歳以上。受診無料(喀痰検査は900円)。

⑤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。

⑥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無い人。受診無料。

## 4月に就任しました

たのぶ まさお  
門司区長の 谷延 正夫 です

今年は、北九州市制60周年を記念し、「門司みなと祭」「関門海峡花火大会」「関門よさこい大会」「バナナの叩き売り関連事業」などが、パワーアップして開催の予定です。

また、今年は北九州大水害から70年を迎えます。知る・備える・避難するといった防災にも日ごろからの住民同士のつながりが大きな力となるため、地域の助け合いや見守りなど自治会・町内会の役割がますます重要となっています。そのため、昨年度から、「門司区役所内職員町内会」を結成し、清掃活動や高齢者宅から大型ゴミの搬出をお手伝いしており、今後も本活動を広げ地域のコミュニティの活性化を図っていきます。

世界に誇れる魅力的な景観や歴史的資源、多様な芸術文化、新鮮な海産物、グルメ、優れた物流機能、住環境など門司区の魅力を発信し、多くの人々から「訪れてみたい」「住んでみたい」「住み続けたい」と思われる門司区の実現に向け、皆さんと力を合わせ取り組んでまいりますので、ご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。



ける救護活動などに活用されます。皆様のご支援をよろしくお願いいたします。問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1882へ。

## 生涯学習市民講座「新・元気塾」の受講者を募集

テーマは「夢を追いつけて」。6月15日～来年1月18日のおおむね第3木曜日(全6回)10～12時、門司生涯学習センター(栄町)などで。定員60人。受講料2000円(別に材料費などが必要)。■往復はがき(1人だけ)に基本

事項を書いて6月2日までに門司区コミュニティ支援課(〒801-8510門司区清滝一丁目1-1、☎331・1883)へ。

## 栄養士(会計年度任用職員)を募集

勤務は7月から、門司区役所保健福祉課で。対象は管理栄養士か栄養士の資格と普通自動車運転免許を持ち、ワード・エクセルの基本操作ができる人。定員1人。■5月31日まで。申込書は同課で配布中。詳細は同課☎331・1888へ。

## 健康だより

門司区役所健康相談コーナー  
☎331・1888

### 健診を受けて、健康寿命を延ばそう

①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)

②若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。

③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

⑦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。

⑧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。

①～⑧の共通▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=7月4日(火)9～11時と20日(木)13時30分～15時 ▶松ヶ江南市民センター=7月14日(金)13時30分～15時。\*松ヶ江南市民センターは⑤はなし。

⑨胃がん検診 問診、胃部エックス線撮影。\*昨年度、胃内視鏡検査を受けた人は、今年度は受けられません。

7月4日(火)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。

①～⑨の共通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。

■6月5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(右記を読み取り)で。



▲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。



リサイクル適性(A)  
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。



5/15 **こくら北**  
2023 令和5年 編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・5496



区役所  
ホームページ

- 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)

**無料相談**

**行政相談** 行政相談委員が応じます。5月22日(月)13～15時、小倉北区役所で。問小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

**法律人権相談** 弁護士か人権擁護委員が応じます。5月25日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着22組。■5月24日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

**特設人権相談所の開設** 6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士か人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所で。問北九州市人権擁護委員協議会☎561・3542へ。

**人権法律相談** 弁護士か人権擁護委員が応じます。6月8日(木)13時30分～16時30分、山田地域交流センター(篠崎五丁目)で。先着6組。■6月1日9時から同施設☎581・4159へ。

**保健福祉無料相談**

**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。

**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

**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。6月2日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。定員各時間2人。■5月30日まで。

**元気で長生き食卓相談** 栄養士が応じます。6月5日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。定員各時間2人。■5月31日まで。

共通小倉北区役所で。

がある人。  
共通6月8日(木)13時30分～15時30分、小倉北区役所で。定員各2組。■6月2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。5月27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。

**地域交流センターの講座**

①北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594) ▶エクセル基礎=6月12日～7月13日の毎週月・木曜日(全10回)13時30分～15時30分。教材費2200円 ▶簿記入門=6月20日～7月11日の毎週火曜日(全4回)19～21時。教材費500円 ▶※パソコンで絵手紙=6月30日～7月18日の毎週火・金曜日(全6回)10～12時。教材費800円。①の共通対象は18歳以上(高校生は除く)。定員各10人。

②貴船(〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303)

**生活に役立つ便利なワード講座** 6月15日～8月3日の毎週木曜日(全8回)10～12時。対象は18歳以上。定員10人。テキスト代3000円。

③下富野(〒802-0023小倉北区下富野五丁目17-17、☎521・3266)

**パソコン講座** ▶インターネットとメール入門講座=10～12時 ▶ワードでお絵かき講座=14～16時。③の共通7月3～24日のおおむね毎週月・木曜日(全6回)。対象は文字入力などパソコンの基本操作ができる18歳以上。定員各9人。テキスト代800円。

共通■講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は5月29日(※は6月7日)、②③は31日までに各センターへ。

**菩提樹まつり散策**  
美しい菩提樹が楽しめる、緑豊かな長圓寺の菩提樹まつりに案内します。

当日限定で釈迦涅槃図も御開帳されます。6月4日(日)10時、西小倉駅前に集合。事前申し込みは不要。問小倉北区役所総務企画課☎582・3335へ。

**シニアサークルに加入しませんか?**

NPO法人小倉北区シニアサークル連合会(SC連合会)に入会してボランティア活動を致しましょう! 小倉北区24校区にシニアサークル連合会があります。おおむね60歳以上のみなさん、いつでも入会ができます。仲間づくりに参加しましょう。

問NPO法人小倉北区シニアサークル連合会(SC連合会)☎591・8611へ。  
担小倉北区役所保健福祉課☎582・3440。



**空き家相談の電子申請を開始!**

近隣の空き家で困っていることはありませんか? 小倉北区ではお手もとのパソコンやスマートフォンから空き家相談の受け付けができるようになりました。小倉北区役所ホームページの「らくらく電子申請」のページか、右記の二次元コードからご相談ください。

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。



**小倉北防災シリーズ  
～開設する避難所について**

大雨や台風の際に、土砂災害や河川氾濫などの恐れがある地域については、避難所(下記15カ所)を開設することとしています。

桜丘市民センター	富野市民センター	西小倉市民センター
霧丘市民センター	足原市民センター	寿山市民センター
日明市民センター	到津市民センター	泉台市民センター
南小倉市民センター	南丘市民センター	中島市民センター
貴船市民センター	南丘小学校	藍島小学校

また、災害の規模や状況によっては、避難所を追加で開設するなどの臨機応変な対応を行います。

なお、安全確認と避難所開設のため、避難所へ避難するときは事前に下記まで連絡をお願いします。

○小倉北区役所総務企画課 ☎582・3301  
○【夜間・休日】小倉北消防署 ☎582・0119

※災害時、開設中の避難所については、市のホームページなどで最新の情報をご確認ください  
問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。



**5/15**  
2023  
令和5年

# こくら南



編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 ☎951・5553

- 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)

## 無料相談

**山田地域交流センターの人権法律相談** 6月8日(木)13時30分～16時30分、山田地域交流センター(小倉北区篠崎五丁目)で。対象は18歳以上。先着6組。■6月1日9時から同施設☎581・4159へ。

## 特設人権無料相談所の開設

6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士・人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所で。問北九州市人権擁護委員協議会☎561・3542へ。



## 大庭産業アリーナ小倉南(小倉南体育館)のスポーツ教室

**①リラックスヨガ** 基本の呼吸とポーズをゆっくり行い、心身ともにリラックスできるクラスです。5月18日～6月22日の毎週木曜日(全6回)19～20時。対象は18歳以上。先着12人。参加費4620円(体験費550円)。

**②かんたん筋トレ&ストレッチ** マシンを使わず、自重やチューブを使った体幹トレーニングです。腰痛予防、基礎代謝アップ、動きやすい身体をつ

ります。5月19日～6月30日のおおむね毎週金曜日(全6回)。11時30分～12時30分の部と19～20時の部あり。対象は18歳以上。先着各部12人。参加費3960円(体験費550円)。

**③シニア健康教室** ウォーキングやストレッチ、ゲームを取り入れた運動です。5月23日～6月27日のおおむね毎週火曜日(全5回)14～16時。対象は65歳以上。先着100人。参加費2000円(体験費550円)。

**④カワイ体育教室** いずれも5月23日～6月27日の毎週火曜日(全6回)。  
▶年中～年長クラス=16～17時 ▶小学1～6年生クラス=17～18時。④の共通定員は先着各クラス20人。参加費8250円(体験費1375円)。

**⑤気軽に1DAYヨガ** いずれも6月21日(水)。▶やさしいヨガ=19～19時45分 ▶BODY BALANCE=20～20時45分。⑤の共通対象は18歳以上。先着各30人。参加費770円。

共通詳細は同施設に問を。■5月17日から大庭産業アリーナ小倉南(日の出町二丁目)☎963・2675へ。

## 「新聞と写真で振り返る北九州市」巡回パネル展

本市の誕生から現在までの市政や歴史などを振り返ります。5月24日(水)～6月4日(日)(5月31日と月曜日は休館)、小倉南図書館(若園四丁目)で。問企画調整局総務課☎582・2440へ。

## 地域交流センターの講座

**①北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594) ▶エ**

## 地域でGO! GO! 健康づくり川柳紹介(その5)

市民が主体となって、市民センターなどを拠点に地域の健康課題について話し合い、目標設定や計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を実施しています。令和4年度に「高血圧予防」をテーマに川柳を募集したところ、各校区から応募がありましたので順次紹介します。

- 【田原校区】 血圧値 効能願い 新そばを
  - 【貴校区】 減塩は 野菜摂取を いつも心掛け
  - 【朽網校区】 うす味が 幸せもたらす 日々の糧
  - 【東朽網校区】 測定を すればするほど 高くなる
- 問小倉南区役所保健福祉課☎951・4125へ。

クセル基礎=6月12日～7月13日の毎週月・木曜日(全10回)13時30分～15時30分。教材費2200円 ▶簿記入門=6月20日～7月11日の毎週火曜日(全4回)19～21時。教材費500円 ▶※パソコンで絵手紙=6月30日～7月18日の毎週火・金曜日(全6回)10～12時。教材費800円。①の共通対象は18歳以上(高校生は除く)。

**②貴船(〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303)**

**生活に役立つ便利なワード** 6月15日～8月3日の毎週木曜日(全8回)10～12時。対象は18歳以上。教材費3000円。

**③徳力(〒802-0974小倉南区徳力六丁目3-1、☎961・0175)**

**アンドロイドスマートフォン(基礎編)** 6月24日～7月29日のおおむね毎週土曜日(全5回)10～12時。対象は18歳以上(高校生は除く)。教材費800円。

共通定員10人。■講座ごとに往復

はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は5月29日(※は6月7日)、③は30日、②は31日までに各施設へ。

## 初級者テニス教室

▶土曜教室(初心者)=7月1日～9月2日の毎週土曜日12～14時 ▶火曜教室(初心者も含む)=7月4日～9月12日のおおむね毎週火曜日。10～12時の部と13～15時の部あり ▶水曜ナイター教室(初心者も含む)=7月5日～9月6日の毎週水曜日19～21時。共通全10回。文化記念庭球場で。対象は18歳以上(学生は除く)。定員は各教室30人。受講料8200円。■往復はがきに基本事項と経験の有無を書いて6月1日までに同庭球場(〒800-0225小倉南区田原五丁目1-2、☎472・4693)へ。



## 健康だより

申し込み・問い合わせ先 小倉南区役所保健福祉課 ☎951・4125

7月の集団検診(特定健診・若者健診・各種がん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検査など)は6月5日(月)9時から予約を受け付けます(先着順)。日程などについては、北九州市保健福祉局健康推進課のホームページをご覧ください。個別に医療機関で受けることができる検診があります。詳細は問を。

種類	対象	料金	定員	実施日時・会場	申
元気で長生き食卓相談(介護・生活習慣病予防などの食生活に関する相談)	おおむね65歳以上	無料	先着8人	6月7日(水)=10～15時=小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)	5月17日から☎951・4125へ



高塔山夜景キャッチコピー「河童の愛した宝石箱」

5/15  
2023  
令和5年

# わかまつ

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・0039 FAX751・6274

- 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。
- 甲=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)

## 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。若松区役所。事前に甲が必要。甲随時、若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。

## 特設人権無料相談所の開設

6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士・人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所。問北九州人権擁護委員協議会☎561・3542へ。

## 島郷出張所でのオンライン相談(実証実験)

若松区役所で行っている下記の相談業務については、島郷出張所でも相談できます。市営住宅の入居相談=5月18日(木)14～16時。問北九州市住宅供給公社☎531・3030へ。

## 子育て女性就職支援センターの出張相談

働きたい女性の相談に、専門コーディネーターが応じます。5月23日(火)10時10分～15時10分、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。対象は女性の求職者。定員4人。甲5月19日までに福岡県子育て女性就職支援センター☎533・6637へ。



## 親子体操教室

6月3日(土)・10日(土)・17日(土)の10時30分～12時、若松武道場(古前一丁目)で。対象はおおむね3～6歳の未就学児と保護者。定員各日20組。甲開催日前日までに若松サンシャインスポーツクラブ☎761・0868へ。担北九州市スポーツ協会若松管理事務所☎761・1983。



## 春の交通安全県民運動

5月11日(木)～20日(土)は春の交通安全県民運動期間です。5月20日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

### 運動の重点項目は

#### ▶子どもを始めとする歩行者の安全の確保

近くに横断歩道がある時は、必ず横断歩道を利用し、青信号で横断する際も左右の安全確認をしましょう。

#### ▶横断歩行者事故などの防止と安全運転意識の向上

横断歩道に横断者がいる時は、一時停止して横断者を優先させましょう。

#### ▶自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

自転車を利用する際は、ヘルメットを着用しましょう。

#### ▶飲酒運転の撲滅

飲酒運転は犯罪です。「飲酒運転は絶対しない、させない、許さない、そして見逃さない」ことを徹底しましょう。

交通ルールを守り、交通事故のない若松区を目指しましょう。

問若松区交通安全推進協議会☎761・0039へ。



## 高塔山のあじさいシーズン到来

高塔山のあじさいが咲き始め、6月には見頃を迎えます。毎年、市民ボランティア、地元の小学生と行政が協働してあじさいを植樹しており、7万4300株までになりました。このあじさいたちが、高塔山全体を美しく彩ります。初夏の一日を、美しいあじさいに囲まれて過ごしませんか?

問若松区役所総務企画課☎771・3559へ。



## 健康だより

問若松区役所健康相談コーナー☎761・5327

①元気で長生き食卓相談 健康を考えた食生活の相談に管理栄養士が応じます。希望者には体組成測定あり。6月8日(木)10、11、13、14時。対象は65歳以上。定員各時間1人。

②食生活相談 健康を考えた食生活の相談に管理栄養士が応じます。希望者には体組成測定あり。6月14日(水)10、11、13、14時、対象は64歳以下。定員各時間1人。

③子育て教室 「虫歯予防と楽しい歯みがき」。6月8日(木)10～11時。対象は乳幼児と保護者。母子健康手帳が必要。

④離乳食教室 離乳食のすすめ方の話と試食、個別相談。6月13日(火)

13時30分～14時45分。対象は離乳食開始(生後5カ月ごろ)～生後7カ月



ごろの乳児と保護者。母子健康手帳が必要。

⑤幼児食教室 幼児期の食生活の話と個別相談。6月21日(水)10時30分～11時45分。対象は幼児と保護者。母子健康手帳が必要。

共通若松区役所。甲①は6月5日まで、②は6月12日まで、③は5月18～31日、④は5月17日～6月5日、⑤は5月17日～6月13日に問先へ。③④⑤はインターネットも可。



▲③④⑤の申し込みはコチラ

## ラブアース・クリーンアップ

岩屋海岸において「クリーン北九州まち美化キャンペーン」の一環として清掃活動を実施します。5月28日(日)9時30分～10時20分(受け付けは9時から)。集合は、岩屋海岸の海の家たかみ荘前(大字有毛)。軍手、タオル、ボランティア袋を配布します。雨天かPM2.5や光化学スモッグに関する注意報などが出た場合は中止。

問環境局皇后崎環境センター☎631・5337へ。



リサイクル適性(A) 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。

# 5/15

2023  
令和5年

# やはた東



高炉台公園

- 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。
- 甲=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)

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314

### 民生委員・児童委員の活動パネルを展示します

毎年5月12日から1週間は民生委員・児童委員の活動強化週間です。活動を理解していただくため、パネル展を開催します。5月22日(月)～26日(金)、八幡東区役所で、問八幡東区役所保健福祉課☎671・3022へ。

### 介護支援ボランティア登録研修会

65歳以上の方が市内の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に登録が必要)。5月25日(木)14～16時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。定員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5月24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。

ター☎881・6500へ。

### 無料相談

「人権擁護委員の日」特設相談の開設  
6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士か人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所で。問北九州市人権擁護委員協議会☎561・3542へ。



地域交流センターの人権法律相談  
弁護士か人権擁護委員が応じます。6月8日(木)13時30分～16時30分、山田地域交流センター(小倉北区篠崎五丁目)で。対象は18歳以上。先着6組。申6月1日9時から同施設☎581・4159へ。

### 栄養士さんの 元気レシピ vol.18 問八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881

#### 豚スライスのロールキャベツ

甘くやわらかい春キャベツと薄切り肉でつくるロールキャベツです。

**材料(2人分)** キャベツ 4枚(260g)、[豚もも薄切り肉 4枚(100g)、塩0.4g、コショウ 少々] ニンジン 60g、キャベツのゆで汁 500ml、A[コンソメ 1.5g、塩0.3g] パセリ 2g[カタクリ粉 大さじ1/2、水 大さじ1]



**作り方**

- ①キャベツの葉はしんなりとするまでゆで、あら熱をとる。(湯は捨てない)
- ②ニンジンはせん切りにする。
- ③豚肉に塩、コショウをして、ニンジンを芯にしてロール状に巻く。
- ④①のキャベツの芯を取り除き、③を巻く。
- ⑤キャベツのゆで汁にAを加え沸かす。一度火を消し④を並べ、落しぶたをして30分程弱火で煮込む。
- ⑥⑤を器に盛り、残った汁に水溶きカタクリ粉を加え、とろみをつけ、ロールキャベツにかける。
- ⑦最後にパセリを散らす。

※1人分:エネルギー132kcal 食塩相当量0.8g



©2017 日本高血圧学会

### 健康だより 小さな努力 無理せず続けて フレイル予防 問:八幡東区役所保健福祉課☎671・6881

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 <small>痰検査は900円注1)</small>	各検診に定員あり	7月13日(木)14～15時30分 八幡東区役所東別館	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館(平野二丁目)	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館 7月24日(月)9～11時 高槻市民センター(中畑二丁目)	6月5日9時から
★肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料					
★大腸がん検診	40歳以上	500円注1)					
★前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注1)					
★特定健診注2)	40～74歳 (国民健康保険加入者)	無料					
★若者健診	18～39歳	1000円					
★乳がん検診	40歳以上の女性	1000円注1)					
★胃がん検診	35歳以上 (妊婦などは除く)	1000円注1) (40歳以上は900円)	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館	7月24日(月)9～11時 高槻市民センター(中畑二丁目)	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館	▲ネットはコチラ!	
骨粗しょう症検診	18歳以上	1000円注1)	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館	7月23日(日)9～10時30分 八幡医師会館		
幼児栄養教室 (食生活の話と試食、個別相談)	1歳6カ月以上の未就学児と保護者	—	6組	6月15日(木)	13時15分～15時	八幡東区役所東別館	5月17日～6月9日 インターネットも可
元気で長生き食卓相談 (食事に関する個別相談)	65歳以上	—	4人	6月20日(火)	10、11、13、14時(各1人)	八幡東区役所東別館	5月17日～6月16日

■各種集団検診の申は、集団検診予約センター(☎953・6168か☎0570・783・077)かネットで。先着順で定員到達まで受け付けます。申は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可(事前に医療機関に問を)。注1)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制度があります。詳細は問を。注2)「特定健診受診券」、「国民健康保険証」が必要。75歳以上を対象とした「後期高齢者健康診査」については福岡県後期高齢者医療広域連合(☎092651・3111)に問を。

■相談などの申は、八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。

### みんなで楽しく ズンバでダンス!!

ラテンダンスの要素を取り入れたエクササイズです。6月2日～来年5月31日のおおむね毎週金曜日(全49回)12～12時45分、桃園球場スタジオ(桃園四丁目)で。対象は18歳以上。先着15人。受講料月額4000円。申5月17日から桃園スポーツ施設管理事務所☎671・3503へ。5月26日(金)12～12時45分に無料体験会あり。事前に予約が必要。詳細は問を。

### 八幡東区役所公式SNSで情報発信しています

八幡東区役所ではInstagramとFacebookを使って八幡東区に関するイベント情報や八幡東区の魅力について情報発信しています。いいね! フォロー! シェア! などをお願いします。問八幡東区役所総務企画課☎681・0387へ。



公式Instagram



公式Facebook

# 5/15 2023 令和5年 やはた西

編集 八幡西区役所総務企画課 ☎642・0039 FAX 621・0862



八幡西区マスコット  
キャラクタ  
官長衛タン

- 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。
- 甲=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)

## 無料相談

**保育所(園)などへの就職相談** 就職支援や求人情報の提供など。コーディネーターなどが個別に応じます。5月25日(木)10~12時と13~16時、八幡西区役所(黒崎駅西側、コムシティ6階)で。対象は保育士資格などを持つ人。定員5人。甲5月24日までに保育士・保育所支援センター☎551・0095へ。

**精神保健福祉相談・アルコールに関する相談** 6月6日(火)13時30分~15時30分、八幡西区役所(コムシティ4階)で。先着2人。甲電話で5月17日から同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645・4800へ。

## 折尾出張所でのオンライン相談(実証実験)

八幡西区役所で行っている下記の相談業務については、折尾出張所でも相談できます。市営住宅の入居相談=5月25日(木)14~16時。問北九州市住宅供給公社☎531・3030へ。

## 特設人権無料相談所の開設

6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士・人権擁護委員が応じます。6月1日10~15時、若松区役所で。問北九州市人権擁護委員協議会☎561・3542へ。

## お祭りいろいろ

**撥川ホテル祭り** 歌や演奏などのステージ、出店、近隣の小・中学校生徒によるホテル育成取り組みの展示など。5月27日(土)13~19時、曲里の松並木公園(岸の浦二丁目)で。問ラブリバー撥川ネットワーク(10~16時だけ)☎070・3875・1534へ。

**折尾まつり** 「アジアの音楽と踊り」「国際屋台村」など国際色豊かなイベント。「折尾神楽」「ダンスコンテスト」などのステージショーもあり。6月3日(土)17~21時と6月4日(日)11~17時、折尾駅北側駅前広場で。小雨決行。問折尾まつり実行委員会☎691・1462へ。  
共通担八幡西区役所総務企画課☎642・1339。

## 八幡西区予定避難所の適応災害の変更について

近年の災害状況を踏まえ、緊急避難として地域の身近な避難所を確保するため、高潮浸水想定区域内のうち、上階への避難スペースがある下表の予定避難所の適応災害を変更しました。

※1) 浸水想定区域外などの安全な場所へは、早めに避難願います。

黄背景が変更箇所です。

施設名	洪水・内水・土砂	地震	津波	高潮	火事
黒崎市民センター(藤田四丁目)	○	○	○	○	○
穴生会館(萩原一丁目)	○	×	×	○	○
八枝市民センター(八枝三丁目)	○	○	○	○	○
則松東公民館(則松東二丁目)	○	×	×	○	○
本城陸上競技場施設管理事務所(御開四丁目)	○	○	○	○	○
本城市民センター(本城一丁目)	○	○	○	○	○

避難情報を発令した際、リアルタイムで開設した避難所を確認できる「防災情報北九州(右記を読み取り)」をご活用ください。

※2) 開設していない場合は、「閉鎖」と表示します。

問八幡西区役所総務企画課☎642・1442へ。



## ご寄付頂きました&日赤募金のお願い

折尾高校生徒会より、ひいらぎ祭(文化祭)の売上金の一部を日本赤十字社へご寄付いただきました。厚く感謝申し上げます。受け取った浄財は、災害支援などさまざまな赤十字事業に活用されます。今年も、5月の「赤十字運動月間」に合わせ活動資金の募集を行っています。赤十字社の活動は、皆さんからお寄せいただく活動資金のご寄付により支えられています。ご協力のほどよろしくをお願いします。



問八幡西区役所コミュニティ支援課☎642・1337へ。

## 健康だより

検診についての甲 : 集団検診予約センター ☎0570・783・077か☎953・6168  
その他教室などの甲・問 : 八幡西区役所健康相談コーナー ☎642・1444

### ①7月の検診日

**若者健診** 対象は18~39歳。受診料1000円。

**結核・肺がん検診** 対象は40歳以上。喀痰検査だけ900円。

**前立腺がん検診** 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

**大腸がん検診** 対象は40歳以上。受診料500円。

**肝炎ウイルス検査** 対象は過去に受診したことがない人。

**骨粗しょう症検診(5・6・12・26日**

**だけ実施)** 対象は18歳以上。受診料1000円。

**特定健診** 対象は来年3月31日までに40~74歳になる国民健康保険加入者。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。

①の共通13時30分~15時(5日は9時40分~11時20分と13時20分~15時)。

▶黒崎びびしんホール=5日(水)

▶池田市民センター=6日(木)

▶塔野市民センター=12日(水)

▶竹末市民センター=13日(木)

▶則松市民センター=20日(木)

▶光貞市民センター=26日(水)

▶折尾西市民センター=27日(木)

### ②胃がん検診

7月5日(水)9時40分~11時20分、黒崎びびしんホールで。対象は35歳以上(妊婦は除く)。受診料1000円(40~69歳は900円)。

### ③乳がん検診

▶黒崎びびしんホール=7月5日(水)13時20分~15時 ▶池田市民セン

ター=14日(金)13時30分~16時30分

▶折尾西市民センター=27日(木)13時30分~15時。③の共通対象は昨年度受診していない40歳以上の女性(妊婦は除く)。受診料1000円。

①~③の共通各会場に定員あり。甲6月5日から検診日の10日前(土・日曜日、祝日は除く)までに甲先へ。ネットも可。先着順のため、定員に達した時点で、予約受け付けを終了します。70歳以上の人や市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。年齢の分かるものなどが必要。詳細は問を。



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。



とばた  
2023  
令和5年

とばた

●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)

編集 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX881・2204

### シェアサイクル「ミクチャリ」 が戸畑区で運営開始

小倉都心部を中心に運営中のシェアサイクル「ミクチャリ」が九州工大前駅(中原西一丁目)などで運営を開始しました。設置場所や利用方法についてはホームページをご確認ください。問 建設局道路維持課 ☎582・2274へ。



▲詳細はコチラ

### 特設人権無料相談所の開設

6月1日(木)は、「人権擁護委員の日」

です。いじめや差別、近隣とのトラブル、家庭内の悩みなど、人権問題全般の相談に弁護士・人権擁護委員が応じます。6月1日10～15時、若松区役所で。問 北九州市人権擁護委員協議会 ☎561・3542へ。

### マイナンバーカード受取等 のため休日開庁のお知らせ

5月のマイナンバーカードの休日開庁日は、5月28日(日)の8時30分～11時30分です。マイナンバーカードの申請や受け取り、マイナポイントの申込支援を実施します。システム改修などのためその場で手続きが完了しない

場合もありますのでご了承ください。なお、休日開庁は5月で終了し、6月以降の休日開庁はありません。詳細は市ホームページでも確認できます。問 戸畑区役所市民課 ☎871・7828へ。



▲詳細はコチラ

### 仙水公園が リニューアルしました!

仙水公園(中原西三丁目)に新しく遊具広場を開設しました。この広場は、地元の皆さんや戸畑なかばるあそび環境研究会の意見を聞き設計し

ました。頂上に砂場が配置された芝生の築山やバケット付きブランコ、足ツボ踏みなど、幼児や児童、高齢者の皆さんが安心して遊べるよう整備されています。新しくなった仙水公園に遊びに来てください。問 戸畑区役所まちづくり整備課 ☎871・1504へ。



### お子さんから大人まで楽しめる 簡単手作りおやつを作ろう

問 戸畑区役所保健福祉課

☎871・2331

かたくり粉で作る簡単なおやつです。カルシウムが手軽にとれます。粘性があるので、よく噛んで食べましょう。

#### ミルクもち



※1人分の栄養価  
エネルギー111kcal、  
食塩相当量0.1g、カルシウム65mg

#### 材料(4人分)

牛乳 200ml  
A [ 砂糖 20g かたくり粉 40g ] B [ 砂糖 10g きな粉 15g ]

#### 作り方

- 鍋に牛乳、Aを加えてよく混ぜ、中火にかける。
- よくかき混ぜ、とろみが出てきたら弱火にし、粘りが出るまでよく練る。
- Bを合わせた中に、②をスプーンですくって落とし、転がしながらまぶす。

### 新入学児童の交通安全・防犯教室

4月14日(金)～28日(金)、戸畑区内の小学校で、新1年生を対象とした交通安全・防犯教室が行われました。この教室は、小学校に入学し、保護者から離れ社会に出る子どもたちに向けて、交通事故防止と防犯意識の向上を図ることを目的として行われました。



4月14日に行われた交通安全・防犯教室では、戸畑警察署と交通公園の職員が訪れ、交通ルールの実技指導や防犯に関するお話がありました。おまわりさんから、「自分の命を守るために、しっかりと交通ルールを守って楽しい学校生活を送ってください。」との言葉に子ども達は大きな声で元気よく返事をしていました。

問 戸畑区交通安全推進協議会(戸畑区役所総務企画課内) ☎881・0039へ。

## 健康だより

検診についての 申 : ① 集団検診予約センター ☎0570・783・077か953・6168  
その他問 : ② 戸畑区役所保健福祉課 ☎871・2331

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申
特定健診注1)	40～74歳 (北九州市国保加入者)	無料	各検診に 定員あり (先着順)	7月12日(水)14～15時30分 中原市民センター(中原西三丁目)	7月19日(水)14～15時30分 牧山東市民センター(新川町)	7月12日(水)14～15時30分 中原市民センター	申は電話で6月5日(月)9時から①集団検診予約センターへ(戸畑区役所では申し込みできません)。ネットも可。注3)
若者健診	18～39歳	1000円					
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 ※喀痰検査は900円注2)					
肝炎ウイルス検査	過去に受診したことがない人	無料					
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注2)					
大腸がん検診	40歳以上	500円注2)					
骨粗しょう症検診	18歳以上	1000円注2)					



◀ 集団検診  
申し込み先はこちら。

注1) 「特定健診無料受診券」、「北九州市国民健康保険被保険者証」が必要。75歳以上を対象とした「後期高齢者健康診査」については福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111に問を。

注2) 70歳以上の人などを対象にした無料制度があります。年齢のわかるものが必要。

注3) 申し込みは検診日の10開庁日前までです。定員に達した時点で予約受け付けを終了します。



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。