北九州市人口 91万7988人（男43万3296人/女48万4692人）、世帯数 43万8606世帯
小倉北区人口 18万371人、世帯数9万7006世帯（令和5年6月1日現在）

小倉織

7/15 2023 令和5年

こくら北

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＝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。7月24日㈪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。7月27日㈭13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着22組。申7月26日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

人権法律相談　弁護士が応じます。8月10日㈭13時30分～16時30分、貴船地域交流センター（東篠崎一丁目）で。先着6組。申8月3日9時から同施設☎921・5303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がある人。

共通8月10日㈭13時30分～15時30分、小倉北区役所で。定員各2組。申8月4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。

三萩野テニススクール

火曜日講座　7月25日～10月24日のおおむね毎週火曜日（各全11回）。▶子供コース=18～18時55分。対象は小学生。受講料9680円　▶大人コース=19～20時30分。対象は16歳以上。受講料1万6335円。

月曜日講座　8月7日～11月6日のおおむね毎週月曜日（各全10回）。▶子供コース=18～18時55分。対象は小学生。受講料8800円　▶大人コース=19～20時30分。対象は16歳以上。受講料1万4850円。

共通三萩野庭球場（三萩野三丁目）で。定員は先着各コース10人。申7月18日から小倉北体育館☎923・0823へ。

市民公開講座「心臓弁膜症のお話」

小倉記念病院循環器内科部長の白井伸一さんによる講話。8月26日㈯10～12時、小倉記念病院（浅野三丁目）で。定員300人。申8月16日までに小倉記念病院ホームページ「市民公開講座・勉強会・研究会のご案内」からWeb申し込みか往復はがき（2人まで）に基本事項と手話通訳の必要の有無を書いて平成紫川会（〒802-0001小倉北区浅野三丁目2-1、☎511・2058）へ。担保健福祉局地域医療課☎582・2678。

地域交流センターの講座

❶北方（〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594）　▶夏休み子どもプログラミング入門=8月22日㈫～25日㈮（全4回）の10～12時。対象は小学4～6年生。教材費100円　▶仕事で役立つワード&エクセル活用=8月22日～9月29日の毎週火・金曜日（全12回）19～21時。対象は18歳以上（高校生は除く）。教材費2200円。❶の共通定員各10人。

❷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　▶エクセル初級=10～12時　▶ワード初級=14～16時。❷の共通9月5～29日の毎週火・金曜日（全8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。

共通申講座ごとに往復はがき（1人だけ）に基本事項を書いて❶は8月1日、❷は7月31日までに各センターへ。

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。8月4日㈮10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。定員各時間2人。申8月1日まで。

元気で長生き食卓相談　栄養士が応じます。8月7日㈪10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。定員各時間2人。申8月2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3カ月以上経過した人。定員各日先着7人。検査無料（問診の結果、有料となる場合があります）。申事前予約が必要。

共通小倉北区役所で。

小倉北区の未来を語る「パネルディスカッション」&小倉城ガイドツアー

「小倉北区の将来像」をテーマに市民参画型のパネルディスカッションを開催します。小倉城ガイドツアーからスタートし、「小倉城武将隊」の演舞を観覧。小倉城庭園で特産加工品の試食を楽しんだ後パネルディスカッションとなります。小倉城を楽しみ、特産品を食べて、小倉北区の未来を考える1日にしませんか？ 7月30日㈰13～16時40分。先着50人。申7月18日から小倉北区役所総務企画課☎582・3335へ。

小倉北防災シリーズ～非常持ち出し品（防災グッズ）

一刻を争う避難時のために、前もって準備しておきたい「非常持ち出し品」。いざという時にサッと持ち運びができるよう、両手が自由に使えるリュックサックにまとめておくことをおススメします。しかし、アレもコレもと入れていくとかなりの重量になり、避難の妨げになることも予想されますので、自分や家族の命を守るために必要なものを優先的に選ぶことも重要です。

非常持ち出し品は、主に「電気用品」「生活・衛生用品」「非常食品」の3種類に分けて選びましょう。

1　電気用品

懐中電灯やラジオ、モバイルバッテリーなどがあると便利です。防水機能が搭載されているかも確認しましょう。

2　生活・衛生用品

マスクやウェットティッシュ、生理用品、持病の薬などが必要になります。特に、断水時はトイレが使えなくなるので、簡易トイレは必須です。

3　非常食品

さまざまな種類があります。食べ慣れているもので、持ち運びしやすいものを選びましょう。特に、水は生命線になります。

非常持ち出し品（防災グッズ）は、家に置いておくだけで不安を和らげることができます。事前に備蓄品とあわせて非常持ち出し品もチェックしておきましょう!

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。

北九州市印刷物登録番号 2305001F

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。