北九州市人口 91万7779人（男43万3233人/女48万4546人）、世帯数 43万8848世帯
小倉北区人口 18万235人、世帯数9万6975世帯（令和5年7月1日現在）

小倉織

8/1 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

境界問題相談会　土地家屋調査士が応じます。8月9日㈬13～16時、福岡県土地家屋調査士会北九州支部（田町）で。先着5組。申8月3日10時から同会事務局☎〈092〉741・5780へ。

法律相談　司法書士が応じます。8月16日㈬14～16時、西小倉市民センター（大門一丁目）で。先着8組。申8月3日9時から同施設☎592・1603へ。

区民文化祭の作品を募集

▶短歌＝1人2作品まで。作品は自作・未発表に限る。申8月21日までに小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。問小倉北文学懇話会（短歌☎651・6404）へ。

保健福祉無料相談

❶高齢者・障害者あんしん法律相談　弁護士が応じます。8月17日㈭13～17時。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。定員8組。

❷こころの健康相談　精神科医が応じます。8月24日㈭13時30分～15時30分。対象は精神疾患に関する相談がある人。定員2組。

❸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。随時。

共通小倉北区役所で。申❶は8月14日まで、❷は18日まで、❸は事前に小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

北九州エンジョイント事業 小倉北アカデミー

癒しの音色ウクレレの魅力とフラダンスの優雅さを楽しみながら学びます。8月27日㈰13時30分～15時30分、生涯学習総合センター（大門一丁目）で。先着60人。受講料200円。「小倉北アカデミー」では講座の企画・運営を行う運営委員も随時募集中。詳細は問を。申8月7日から小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

地域交流センターの講座

❶貴船（〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303）　▶かわいい筆もじアート＝8月28日～9月11日の毎週月曜日（全3回）。材料費2500円　▶生活に役立つ便利なエクセル＝9月7日～10月26日の毎週木曜日（全8回）。材料費3000円。❶の共通10～12時。定員各10人。

❷山田（〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159）　▶健康養生気功入門＝9月5日～来年2月20日のおおむね第1・3火曜日（全11回）18時30分～20時30分。定員12人。上靴が必要　▶骨盤矯正体操＝9月6日～11月22日の毎週水曜日（全12回）14～16時。定員12人。ヨガマット・長いタオルが必要　▶家庭料理入門＝管理栄養士が教える家庭料理。9月7日～10月5日の毎週木曜日（全5回）10～12時。定員7人。材料費3500円。❷の共通対象は18歳以上。

❸北方（〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594）

スマホ活用　各種アプリやラインなどを活用します。9月12～26日の毎週火曜日（全3回）13時30分～15時30分。対象は18歳以上（高校生は除く）。定員10人。教材費400円。スマートフォンが必要。

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8月15日までに各センターへ。

災害ボランティア養成講座

災害時の基礎知識について学びます。9月21日㈭13時30分～15時50分、ムーブ（大手町）で。定員30人。申8月3日～9月7日に北九州市社会福祉協議会研修課☎881・6321へ。

壮年ソフトボール大会

9月3日㈰8時30分～15時、三萩野球場（三萩野三丁目）で。参加は、20人以内で全員が昭和58年9月3日以前に生まれた人によるチーム。保険料1人50円。雨天中止。申8月16日までに各校区のスポーツ推進委員へ。問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

ケア・トランポリン教室

いずれも10月～来年2月のおおむね毎週1回（全18回程度）各1時間30分。▶総合保健福祉センター（馬借一丁目）＝火曜日10時から（一部金曜日あり）。定員24人　▶寿山市民センター（大畠三丁目）＝月曜日13時30分から。定員24人　▶今町市民センター（今町三丁目）＝月曜日14時30分から。定員24人　▶山田地域交流センター（篠崎五丁目）＝水曜日10時から。定員20人　▶足立市民センター（宇佐町一丁目）＝水曜日15時30分から。定員20人　▶三萩野体育館（三萩野三丁目）＝金曜日10時30分から。定員48人　▶日明市民センター（日明四丁目）＝土曜日13時30分から。定員24人。共通対象は18歳以上。申往復はがき（1人だけ）に基本事項と施設名を書いて8月1～15日に（一社）日本ケア・トランポリン協会（〒802-0014小倉北区砂津一丁目5-26-201、☎511・6234）へ。担認知症支援・介護予防センター☎522・8765。ネットも可。

健康ひろば

問小倉北区役所健康相談コーナー
☎582・3440

❶健診に行こう

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

若者健診＝対象は18～39歳。受診料1000円

大腸がん検診＝対象は40歳以上。受診料500円

結核・肺がん検診＝対象は40歳以上。受診無料（喀痰（かくたん）検査は900円）

肝炎ウイルス検査＝対象は過去に同検査を受けたことがない人。無料

前立腺がん検診＝対象は50歳以上の男性。受診料1000円

骨粗しょう症検診（9月10日小倉医師会健診センターと28日小倉北区役所だけ実施）＝対象は18歳以上。受診料1000円。

❶の共通▶足立市民センター（宇佐町一丁目）＝9月7日㈭13時30分～15時　▶小倉医師会健診センター（中島一丁目）＝9月10日㈰9～11時　▶三郎丸市民センター（熊本一丁目）・南小倉市民センター（新高田一丁目）＝9月14日㈭13時30分～15時　▶小倉北区役所＝9月28日㈭13時30分～15時30分　▶霧丘市民センター（黒原二丁目）＝9月28日㈭13時30分～15時。

❷胃がん検診

胃部X線撮影。9月10日㈰9～11時、小倉医師会健診センター（中島一丁目）で。対象は35歳以上（妊婦は除く）。受診料1000円（40～69歳は900円）。

❶❷の共通申8月3日9時から集団検診予約センターへ。ネット（24時間受付）か電話（☎0570・783・077か953・6168平日9～17時）で。

▲ネット予約はコチラ

❶❷は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の制度があります。詳細は小倉北区役所健康相談コーナーへ。

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 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。