

高塔山夜景キャッチコピー「河童の愛した宝石箱」

12/15 わかまつ

2023 令和5年

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)

島郷出張所でのオンライン相談(実証実験)

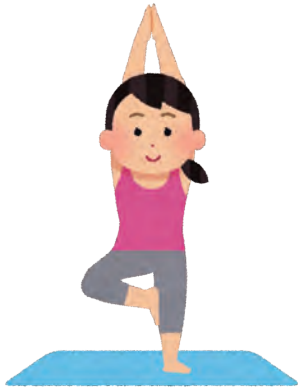
若松区役所で行っている下記の相談業務については、島郷出張所でも相談できます。市営住宅の入居相談=12月21日(木)14~16時。問北九州市住宅供給公社☎531・3030へ。

黒崎播磨陸上競技場 in HONJOの教室

ツボストレッチ教室 1月9日~3月26日のおおむね毎週火曜日(全11回)11時50分~12時50分。参加費5500円。

近藤美鈴先生の歌って手話教室 1月10日~3月27日のおおむね毎週水曜日(全11回)9時30分~10時30分。参加費5500円。

体幹ヨガ教室 1月15日~3月18日の毎週月曜日(全10回)。11時30分~12時40分。参加費5000円。



共通黒崎播磨陸上競技場 in HONJO(本城陸上競技場)(八幡西区御開四丁目)で。対象は18歳以上。定員各10人。甲教室ごとに往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて12月22日までに本城体育施設管理事務所(〒807-0806八幡西区御開四丁目16-1、☎692・0886)へ。

市営バスの年末・年始ダイヤ

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

1月10日は「110番の日」

- 緊急時 あわてず あせらず 110番
- 110番は緊急電話 相談ごとは#9110

福岡県内からの110番はすべて警察本部の通信指令室につながります。

対応する警察官が順を追って質問するので、落ち着いてはっきりと答えてください。

110番は事件や事故で急を要する時に通報する緊急電話です。急を要さない相談ごとなどは「#9110」をご利用ください。

問若松警察署☎771・0110へ。



年末の交通安全県民運動

12月11日(月)~31日(日)は年末の交通安全県民運動期間です。

年末は、人や車の動きが慌ただしくなり、交通事故が増加します。

家庭、職場、地域ぐるみで、交通ルールやマナーを守って、交通事故の防止に努めましょう。

運動の重点項目は

▶夕暮れ時と夜間における歩行者の交通事故防止~横断歩道マナーアップ運動の推進

- 近くに横断歩道がある時は、必ず横断歩道を利用し、横断する際は左右の安全確認をしましょう。
- 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。
- 夕暮れ時の早めのライト点灯、夜間の対向車や先行車がない状況でのハイビーム活用に努めましょう。
- 高齢運転者は、身体機能の変化に応じた安全運転を心がけましょう。
- 夕暮れ時・夜間に外出するときは、反射材用品や明るい服装を着用しましょう。

▶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。
- 飲酒運転を見掛けたら必ず110番通報しましょう。

▶自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

- 自転車などは、ヘルメットを着用しましょう。
- 自転車は車両です。見通しの悪い交差点では徐行し、「止まれ」の標識があるときは、必ず一時停止するなど安全な速度と方法で進行しましょう。

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。



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。1月11日(木)10、11、13、14時、若松区役所。対象は65歳以上。定員各時間1人。

②離乳食教室 離乳食のすすめ方の話と試食、個別相談。1月16日(火)13時30分~14時45分、島郷市民センター(鴨生田二丁目)で。対象は妊

婦と家族。体操できる服装で来所を。母子健康手帳が必要。

③マタニティ講座 2回シリーズで行います。▶第1課=妊娠中の過ごし方、妊婦健診結果の見方、リラックス法や出産準備ストレッチ、胎内からのデンタルケア。助産師、歯科衛生士による講話と体操など。1月19日(金)▶第2課=赤ちゃんとの過ごし方、ママの産後ケア、ママとベビーのすこやかレシピ。助産師、管理栄養士による講話など。1月26日(金)。③の**共通**13時30分~15時、若松区役所。対象は妊

婦と家族。体操できる服装で来所を。母子健康手帳が必要。

④子育て教室 親子のコミュニケーション力アップ! ~子どもの成長を促す親子遊びを体験しよう。1月25日(木)10~11時、若松区役所。対象は乳幼児と保護者。母子健康手帳が必要。

⑤ほやほや赤ちゃん教室 赤ちゃんとのスキンシップの講話や、ベビーマッサージなど。1月26日(金)14~15時、若松区役所。対象は生後1~4カ月の乳児と保護者。定員16組。バスタオルが必要。

⑥いきいき血管教室~おいしく減

塩、健康生活! 高血圧・減塩についての講話と、減塩食品などの試食、血管年齢測定や血圧測定など。1月30日(火)10~12時、若松区役所。先着20人。

共通甲①は1月9日まで、②は12月18日~1月8日、③は12月25日~1月11日、④は1月4~16日、⑤は1月4~18日に、⑥は12月18日から問先へ。

②③④⑤はインターネット ▲②③④⑤の申し込みはコチラ



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。