

1/15
2024
令和6年

こくら南



血管
100年宣言
みんなで数えよう血圧(小倉南)

●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 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 FAX951・5553

無料相談

貴船地域交流センターの人権法律相談 2月8日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センター(小倉北区東篠崎一丁目)で。先着6組。申2月1日9時から同施設☎921・5303へ。



大庭産業アリーナ小倉南のスポーツ教室

- ①**フラリズム体操** フラダンスの動きやリズムに合わせた体操です。1月18日～3月28日の毎週木曜日(全11回)10～11時。先着10人。参加費8470円(体験550円)。
- ②**チェアヨガ** イスに座って行うヨガです。1月18日～3月28日の毎週木曜日(全11回)11時30分～12時30分。対象は50歳以上。先着16人。参加費7260円(体験550円)。
- ③**卓球教室** いずれも1月22日～3月25日のおおむね毎週月曜日(全9回)。▶初心者クラス=13時15分～14

地域でGO! GO! 健康づくり川柳紹介(その1)

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。今年度は「わが町の健康づくり自慢」をテーマに川柳を募集したところ、25校区から応募があり、12月7日に行われた報告会で優秀作品の表彰を行いました。応募作品は今後、順次紹介します。

【区長賞】 高蔵山 百人で登って下りて 百万歩 (沼校区)
【区次長賞】 三世代 皆で草取り 健康だ (北方校区)
【保健福祉担当部長賞】 気が付けば ウォークはじめて 風邪ひかぬ (朽網校区)

問小倉南区役所保健福祉課☎951・4125へ。

時45分 ▶中級者クラス=15～16時30分。③の共通対象は18歳以上。先着各クラス12人。参加費7920円(体

験550円)。



- ④**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。1月23日～3月26日の毎週火曜日(全10回)14～16時。対象は65歳以上。先着100人。参加費4000円(体験550円)。
- ⑤**すっきりリズム運動** やさしいリズム体操と、ボールやステップ台を使う運動です。楽しみながら運動習慣を身につけます。1月24日～3月27日のおおむね毎週水曜日(全9回)9時30分～11時。先着20人。参加費4950円(体験550円)。
- 共通詳細は同施設に問を。申1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。

小倉南区役所直通電話番号一覧

早くて便利な直通電話をご利用ください。担当課が分からないときは今までどおり代表電話番号(☎951・4111)にかけることができます。問小倉南区役所総務企画課☎951・1024へ。

課	係	電話番号	課	係	電話番号
総務企画課	庶務係	☎951・4112	まちづくり整備課	管理係	☎951・4121
	選挙統計係	☎951・4113		工務第一係	☎951・4122
	企画広聴係	☎951・1024		工務第二係	☎951・4123
	法律人権相談専用	☎951・0039	保健福祉課	いのちをつなぐネットワーク係	☎951・4124
コミュニティ支援課	コミュニティ支援係	☎951・0201		地域保健第一・第二係	☎951・4125
	生涯学習係	☎951・4115		地域保健係・生活衛生担当	☎951・1030
	イベント係	☎951・1037		子ども・家庭相談係	☎951・1031
市民課	市民係	☎951・4890		子ども・家庭相談係(保育所)	☎951・1032
	戸籍係	☎951・4891		子ども・家庭相談コーナー	☎951・1235
国保年金課	年金係	☎951・4117		高齢者・障害者相談係	☎951・4126
	資格給付係	☎951・4119		介護保険担当	☎951・4127
	保険料係	☎951・4118		保護課	☎951・4131
	後期高齢者医療制度担当係	☎951・4116		保護課 相談担当	☎951・1035

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

3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2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か区役所保健福祉課に問を。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	時間	会場	申
食生活相談 (生活習慣病予防などの食生活に関する相談)	おおむね64歳以下	無料	先着8人	2月13日(火)	10～15時	小倉南生涯学習センター (小倉南区役所横)	1月17日から ☎951・4125へ