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）　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　F＝FAX　担＝市の担当課　共通＝共通の内容　★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照

生き物講座「にわとりのひみつ」

2月22日㈯14～15時、北九州市ほたる館（小倉北区熊谷二丁目）で。定先着20人。申2月5日から同施設☎561・0800へ。

英語で語る自分の国 ホンジュラス

北九州市在住の外国人が自国の文化などについて英語で語ります。3月1日㈯14～15時30分、北九州国際交流協会（黒崎駅西側、コムシティ3階）で。定先着30人。料500円。申2月5日から同協会☎643・6464へ。

プレクストーク説明会～録音図書を聴こう!

視覚に障害のある人のための録音図書を再生する機械「プレクストーク」の操作方法などを学びます。3月2日㈰10～12時、西部障害者福祉会館（黒崎駅西側、コムシティ5階）で。対視覚に障害のある人と家族。定先着5人。申2月3日から点字図書館☎645・1210へ。

親と子のふれあい講座「親子クッキング」

野菜を使ったおやつを作ります。3月2日㈰14～16時、ウェルとばた7階（戸畑駅前）で。対ひとり親家庭の親と子。定5家族。申はがき（1家族だけ）に基本事項を書いて2月1～13日に母子・父子福祉センター（〒804-0067戸畑区汐井町1-6、☎871・3224）へ。ネットも可。

救命講習会

❶子どもに対する応急手当　小児・乳幼児を応急手当する方法。3月4日㈫9時30分～12時30分。
❷上級救命講習　3月7日㈮9～17時。
❸普通救命講習　3月13日㈭9時30分～12時30分。

共通心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の使用方法、気道異物除去の方法など。市民防災センター（小倉北区東港一丁目）で。定各40人。申❶は2月4～21日、❷は2月7～27日、❸は2月13日～3月5日に消防局救急課☎582・3820へ。聴覚障害者はF592・6898も可（基本事項と手必要の有無を記入）。ネットも可。

ゲートキーパー養成研修

心の健康問題を抱える身近な人を専門機関につなぐ前の、初期支援について学びます。3月5日㈬14時30分～16時30分、総合保健福祉センター6階（小倉北区馬借一丁目）で。定20人。申2月3～27日に、精神保健福祉センター☎522・8744へ。ネットも可。

北九州パレスのステンドグラス講座

月のサンキャッチャー　3月8日㈯。10～12時30分の部と13時30分～16時の部あり。料6000円。
パレス作品のお直し会　壊れたステンドグラスの銅テープの貼り直しやハンダの再接着に限ります。3月8日㈯16～16時45分。対北九州パレスの講座で作成した作品（時間内であれば何点でも可）。料1000円。

共通定先着各13人。申電話で2月4日9時から北九州パレス（小倉北区井堀五丁目、☎651・4600）へ。

認知症サポーター養成講座（基礎編・応用編）

認知症について学び、正しく理解するための講座を行います。少し先の自分や家族のためにも認知症について考えてみましょう。3月11日㈫、門司生涯学習センター（門司区栄町）で。▶基礎編＝13～14時30分　▶応用編＝14時45分～16時15分。共通定各編80人。申2月4日～3月3日に北九州市社会福祉協議会☎873・1296へ。ネットも可。

自然体験活動指導者養成会

野外での安全管理や体験活動技術の習得など。3月14日㈮～16日㈰（2泊3日）、玄海青年の家（若松区大字竹並）で。対18歳以上。定16人。料6000円（自然体験活動指導者の登録を希望する人は別に5000円が必要）。申2月14日までにネットで。問同施設☎741・2801へ。

中島俊介先生の心理学講座

テーマは「男女の人権・平和の花は対話の大地から」。3月15日㈯13時30分～15時、門司生涯学習センター大里分館（門司区下馬寄）で。定35人。託児（有料）は問を。申2月28日までにムーブ☎288・6262へ。ネットも可。

講演会

中央図書館の文化講演会・図書館利用講座

いずれも2月15日㈯、子ども図書館（小倉北区城内）で。▶講演会＝テーマは「幸運な人と不運な人とを隔てるものは何か!～“超高齢社会”あなたにもっと、活躍の場が」。講師は北九州市男女共同参画審議会市民委員・金子良憲さん。14～15時30分　▶はじめての図書館利用講座＝15時30分～16時。

共通定各60人。申2月4～12日。詳細は中央図書館奉仕課☎571・1481へ問を。

AGI成長戦略フォーラム

日本銀行北九州支店支店長・森下浩文さんによる講話「現金流通の動向と北九州経済の現状」。2月19日㈬14～15時、オンライン（ビデオ会議システム「Zoom」を使用）で。申2月17日まで。詳細はアジア成長研究所☎583・6202へ問を。

穴生学舎 公開講座

テーマは「北九州の未来を共に描こう!若者とシニアが手を取り合うロボット技術の世界」。北九州学研都市を拠点に活動する学生チーム「Hibikino-Musashi@Home」による、自律型ロボットの実演デモと最新技術の紹介。2月22日㈯10～12時30分、穴生学舎（八幡西区鉄竜一丁目）で。対55歳以上。定先着60人。申2月3日から同施設☎645・6688へ。

生涯現役夢追塾 公開プレゼンテーション

生涯現役夢追塾生による活動内容の発表。2月22日㈯13時30分～15時30分、子どもの館（黒崎駅西側、コムシティ7階）で。定先着50人。申2月3日から里山を考える会☎662・3100へ。担保健福祉局長寿社会対策課☎582・2407。

歴史講演会「豊臣秀吉の九州平定と城井宇都宮氏の滅亡」

講師は歴史研究家・廣崎篤夫さん。2月23日㈷14～16時、八幡西生涯学習総合センター（黒崎駅西側、コムシティ3階）で。定先着50人。料300円。申2月3日から八幡郷土史会事務局☎980・5050へ。担都市ブランド創造局文化企画課☎582・2391。

建築物耐震改修セミナー

3月5日㈬13～16時30分、ムーブ（小倉北区大手町）で。定60人。申3月5日までに福岡県建築住宅センター☎〈092〉781・5169へ。担都市戦略局建築指導課☎582・2531。

黒崎行政サービスコーナーを閉所します

黒崎行政サービスコーナー（黒崎駅西側、コムシティ4階）は3月31日で閉所します。夜間、休日の証明書交付を希望する人は、マイナンバーカードを利用する証明書コンビニ交付サービスや小倉行政サービスコーナーをご利用ください。

郵便局窓口での証明書交付を終了します

若松高須郵便局（若松区高須南二丁目）と八幡南郵便局（八幡西区八枝四丁目）の窓口で対応している住民票などの証明書交付サービスは、3月31日で終了します。証明書の交付を希望する人は、マイナンバーカードを利用する証明書コンビニ交付サービスや区役所・出張所などの窓口をご利用ください。

問総務市民局区政推進課☎582・2107

子育て応援!ミニコーナー

3歳まで「虫歯ゼロ」を目指そう!

問保健福祉局健康推進課☎582・2018

北九州市では、虫歯を持つ子どもの数は1歳6カ月児で約70人に1人ですが、**3歳児だと9人に1人**まで増えてしまいます。
3歳までの間は、乳歯が生えそろい、お口の機能ができていく重要な時期です。この時期までに望ましい生活習慣を身に付け、将来の健康を守りましょう。

歯が生えたら歯磨き開始!

- 歯が生え始めたら、**フッ素入りの歯磨き剤を使って**歯磨きを開始しましょう。うがいはできなくても構いません。
- 1日2回以上歯磨きをしましょう。特に寝る前の歯磨きは重要です。

※歯が生えるまでに、楽しく遊びながらお口に触られることや歯ブラシを入れることに慣れさせましょう。
※夜中に授乳する場合も、寝る前には歯磨きをしましょう。
※歯磨きについて、歯科医師や歯科衛生士の指導を受けましょう。

家族みんなで虫歯予防を

虫歯菌が子どもにうつるリスクを減らすために、家族も虫歯の治療や歯科健診を受け、お口の健康を保ちましょう。

市民センターなどで実施の「妊産婦・乳幼児なんでも相談」では、歯科衛生士による歯科相談も行っています。詳細は問を。