



小倉北区の風景



9/1 2026 令和8年



こくら北



小倉織



ホームページ



Instagram



Facebook

●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

司法書士によるお気軽法律相談 司法書士が応じます。9月16日(水)14～16時、西小倉市民センター(大門一丁目)で。先着8組。**申**9月4日9時から同施設 ☎592・1603へ。

こころの健康相談

精神科医が応じます。9月24日(木)13時30分～15時30分、小倉北区役所で。対象は精神疾患に関する相談がある人。定員2組。**申**9月18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。

区民文化祭

美術展(会員展) 9月10日(木)～15日(火)の10～18時(15日は16時まで)、市民ギャラリー(リバーウォーク北九州5階)で。

煎茶の会 10月4日(日)10～15時、小倉城庭園で。茶券2000円(入園料含む)。

共通 詳細は小倉北区役所コミュニティ支援課 ☎582・3322へ **問**を。

ストレッチ&リズムダンス
体操教室

9月14日～12月21日のおおむね毎週月曜日(全12回)10～11時30分、八幡東体育館で。対象は40歳以上。定

員100人。受講料8400円。**申**往復はがき(1人だけ)に基本事項と受講経験の有無を書いて9月7日までに同施設(〒805-0019八幡東区中央三丁目9-6、☎662・9000)へ。

土砂災害警戒区域等の
指定にかかる住民説明会

福岡県が富野・寿山校区で新たに区域を指定するにあたり、説明会を開催します。▶9月28日(月)19～20時、富野市民センター(須賀町)で ▶10月1日(木)19～20時、寿山市民センター(大畠三丁目)で。指定予定箇所は福岡県のホームページでご覧になれます。詳細は福岡県県土整備部砂防課 ☎(092)643・3678か都市整備局河川整備課 ☎582・2281へ **問**を。

小倉北体育館の講座

①カラオケ健康体操 10月2日～12月25日のおおむね毎週金曜日(全12回)15時30分～16時30分。先着20人。受講料1万560円。

②健康マージャン 「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉にした健康づくりなどが目的です。いずれも10月2日～12月18日。▶午前の部=毎月第1・3金曜日(全6回)9時30分～11時30分 ▶午後の部=おおむね毎月第1・4金曜日(全6回)18時45分～20時45

分。**②**の**共通**先着各部20人。受講料9900円。

共通対象は18歳以上。**申**電話で9月3日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

地域交流センターの講座

①貴船(〒802-0072小倉北区東篠崎一丁目20-8、☎921・5303) ▶かんたんなチェアエクササイズ=10月9日～来年3月26日の毎月第2・4金曜日(全12回)12時30分～14時。定員15人 ▶かんたんな健康体操=10月14日～来年3月24日の毎月第2・4水曜日(全12回)18～19時30分。定員15人。**①**の**共通**対象は18歳以上。

②北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594) ▶JW_CAD応用=10月5日～11月16日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。教材費2000円 ▶骨盤矯正体操=10月6日～来年1月26日のおおむね毎週火曜日(全15回)10～12時 ▶簿記入門=10月13日～12月22日のおおむね毎週火曜日(全10回)19～21時。教材費2000円。**②**の**共通**対象は18歳以上(高校生は除く)。

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**②**は9月14日、**①**は15日までに各センターへ。

「もしも」に備える!
防災クッキング

食料備蓄に関する講話と備蓄食料を活用した調理実習、試食など。10月9日(金)10～12時30分。小倉北区役所で。先着16人。**申**9月4日から小倉北区役所保健福祉課 ☎582・3440へ。

食生活改善推進員養成教室

10月21日(水)～来年3月2日(火)の毎月1回(全6回)9時30分～12時(調理実習のある日は13時まで)、小倉北区役所で。対象は教室終了後、地域の食生活改善のボランティア活動に参加ができる人。定員20人。**申**9月4日～10月5日に小倉北区役所保健福祉課 ☎582・3440へ。**ネット**も可。

図書館だより 9月

共通 休館日 毎週月曜日(21日は除く)、1日(火)、24日(木)・30日(水)。

中央図書館 ☎571・1481

読書会 四季 11日(金)10～11時30分、文学館(城内)で。

子ども図書館 ☎571・0011

おはなし会 ▶3～6歳=5日(土)14～14時30分 ▶0～2歳児=11日(金)・25日(金)の11～11時20分 ▶3歳～小学生=12日(土)・26日(土)の14～14時30分。



健康ひろば

問小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

種 類	対 象	料 金	定員	実施日・時間・会場	申
特定健診 注1)	40～74歳 (国民健康保険加入者)	無料	会場ごとに定員があります(先着順)。	12月10日(木)=13時30分～15時30分=小倉北区役所	実施日の3カ月前の同日 (土・日曜日、祝・休日の場合、電話予約は翌平日)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
若者健診	18～39歳	1000円 注2)			
大腸がん検診	40歳以上	500円 注2)			
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 かくたん (喀痰検査は900円) 注2)			
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円 注2)		12月2日(水)=9～10時30分=小倉医師会健診センター(中島一丁目) 12月10日(木)=13時30分～15時30分=小倉北区役所	
肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料		12月2日(水)=9～10時30分=小倉医師会健診センター	
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円 注2)			
胃がん検診 (胃部X線撮影)	35歳以上 (妊婦は除く)	35～39歳1000円 注2) 40～69歳900円 注2)			 ネット予約はコチラから

注1)「特定健診受診券」と「マイナ保険証またはマイナポータルの資格情報画面が資格確認書」をご提示ください。後期高齢者健康診査は福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111へ **問**を。
注2) 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 **問**を。