

9/15
2026
令和8年



ほっと情報! もじ

●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)


門司区役所

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX331・1805

無料相談

人権法律相談 弁護士が応じます。
10月1日(木)13時30分～16時30分、新
門司地域交流セン
ター(吉志新町二
丁目)で。先着6組。
■9月24日9時か
ら同施設 ☎481・
4599へ。



高齢者・障害者あんしん法律相談
弁護士が応じます。10月8日(木)13～
17時、門司区役所で。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。■10月5日までに門司区役
所「高齢者・障害者相談」コーナー☎
321・4800へ。

「秋の交通安全県民運動」を実施します

9月21日(祝)～30日(水)は秋の交通安
全県民運動の実施期間です。「歩行者
の安全確保と反射材用品の着用促進」
「夕暮れ時の早めのライト点灯と『な
がらスマホ』の根絶」「自転車・特定小
型原動機付自転車の交通ルールの理
解・遵守の徹底」「飲酒運転の撲滅」
が運動の重点です。交通事故のない、
安全安心なまち、門司区を目指しま

しょう。問門司区交通安全推進協議会
☎331・0039へ。

関門よさこい大会

9月26日(土)10～17時、門司港レトロ
地区の門司港駅前広場と親水広場と
下関市の会場にて開催。「ロケーショ
ン日本一のよさこい大会」として、関
門海峡をはさんで熱いよさこい演舞
を披露します。問門司区役所総務企
画課☎331・2252へ。



門司区年長者防火まつり

令和8年熊本地震派遣職員による
防災講話、をどり塾藤朋会の舞踊、古
城保育園による太鼓演技、消防音楽隊
の演奏、女性消防団員のはしご演技な
ど。大抽選会もあり。9月26日(土)13～
15時30分、門司市民会館(老松町)で。
問門司消防署予防課☎372・0119へ。

楽しく脳トレレクリエーション講座

10月19日～12月21日の毎週月曜日
(11月16・23日は除く。全8回)13時30
分～15時30分、新門司地域交流セン
ター(吉志新町二丁目)で。対象は18
歳以上(高校生は除く)。定員20人。室
内靴、タオル、飲み物が必要。■往復
はがき(1人だけ)に基本事項を書い
て10月5日までに同施設(〒800-0118
門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・
4599)へ。

門司区文化祭

門司美術公募展 10月9日(金)～16日
(金)の10～17時(16日は15時まで)、旧
大阪商船(門司港レトロ地区)で。詳細
は門司区役所コミュニティ支援課☎
331・1883へ問を。

門司体育館のスポーツ

シニア健康教室 敬老の日 無料体験
9月30日(水)14～16時。対象は65歳以
上。先着20人。
卓球教室 10月2日～12月18日のお
おむね毎週金曜日(全12回)9時30分
～11時30分。対象は18歳以上。先着5
人。受講料9240円。

簡単トレーニング&らくらくストレッチ教室

10月2日～12月11日のおお
むね毎週金曜日(全10
回)13～14時。対象は
18歳以上。先着5人。
受講料7700円。



ボディバランス教室 10月2日～12
月11日のおおむね毎週金曜日(全10
回)14時15分～15時15分。対象は18
歳以上。先着5人。受講料7700円。

共通門司体育館(高田一丁目)で。
■9月18日から同施設☎381・6445へ。

お月見気分で「彩り月の湯」

9月19日(土)・20日(日)の9時30分～15
時30分、新門司老人福祉センター「ま
つがえ荘」(新門司三丁目、☎481・
3951)で。年齢制限なし、どなたでも
入館可。入館料200円(未就学児は無
料)。駐車場あり。無料送迎バス(門司
駅など)あり。詳細は同施設へ問を。

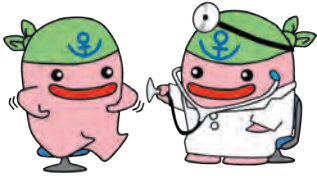


健康だより

問門司区役所健康相談コーナー
☎331・1888

①受けて延ばそう健康寿命

①特定健診 対象は40～74歳の国
民健康保険加入者。受診無料。マイ
ナ保険証、マイナポータルの資格情
報画面、資格確認書のいずれかと
特定健診受診券が必要。**注)**



②若者健診 対象は18～39歳。受

診料1000円。

③基本健診 対象は生活保護受給世
帯の40歳以上。受診無料。健康診査受
診券が必要。

④結核・肺がん検診 対象は40歳以
上。受診無料(喀痰検査は900円)。

⑤骨粗しょう症検診 対象は18歳以
上。受診料500円。

⑥肝炎ウイルス検査 対象は過去に
受診したことのない人。受診無料。

⑦大腸がん検診 対象は40歳以上。
受診料500円。

⑧前立腺がん検診 対象は50歳以上
の男性。受診料1000円。

⑨胃がん検診(来年1月17日だけ実施)
対象は昨年度、胃内視鏡検査を受

診していない35歳以上(妊婦は除く)。
受診料は35～39歳1000円、40～69歳
900円。

⑩乳がん検診(来年1月17日だけ実施)

対象は昨年度受診していない40歳
以上の女性。受診料1000円。

①～⑩の共通来年1月17日(日)9～10
時30分と21日(木)13時30分～15時、門
司区医師会健診会館(小森江三丁目)
で。70歳以上の人などを対象にした無
料の制度があります。各日定員に達するま
で先着順。■来年1月
17日実施分は10月17
日(電話予約は19日)、
1月21日実施分は10月



▲①の申し込み
はコチラから

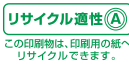
21日のいずれも9時から**集団検診
予約センター☎0570・783・077か
☎953・6168**かインターネット(左
記を読み取り)で。

②離乳食教室 栄養士による離乳
食の講話、試食、歯科衛生士の講
話。個別相談もあり。10月16日(金)13
時30分～15時30分、門司区役所別
館(錦町市民センター2階)で。対象
は乳児と保護者。定員10組。■9月
23日～10月2日に
インターネット(右
記を読み取り)で。



▲②の申し込み
はコチラから

注) 後期高齢者医療制度の被保険者は福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111へ問を。



本紙は古紙/パルプを
含む再生紙を使用し
ています。