



コ克蘭タン2026の様子

10/15

こくら北

令和8年

編集

小倉北区役所総務企画課

☎582・3339

FAX581・5496

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。
■=申し込み ■=問い合わせ
■=共通の内容 ■=市の担当課
■=ネット窓口(電子申請)

無料相談

法律人権相談 弁護士が人権擁護委員が応じます。10月22日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着16組。■10月21日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

行政相談 国や独立行政法人などの業務に関する相談に行政相談委員が応じます。10月26日(月)13～15時、小倉北区役所で。■小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

人権法律相談 弁護士が応じます。11月12日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センター(東篠崎一丁目)で。先着6組。■11月5日9時から同施設☎921・5303へ。



小倉北体育館のスポーツ

フラリズム&健康ストレッチ ストレッチとフラダンスの動きを取り入れた有酸素運動を行います。10月28日～12月23日のおおむね毎週水曜日(全7回)11時30分～12時30分。対象は18歳以上。先着12人。受講料6160円。

ギラヴァンツ北九州による体力向上イベント ギラヴァンツのコーチが指導する子どもたちの健康づくり・体力づくりのイベント。10月31日(土)9時30分～11時。対象は小学生。先着30人。受講料500円。

背骨コンディショニング 背骨のゆがみや骨格のズレを整えます。10月23日～12月25日のおおむね毎週金曜日(全9回)12時30分～13時30分。

イノシシを呼び寄せない環境づくりが大切です!

近年、イノシシによる被害が頻発しています。地域全体で「イノシシを呼び寄せない環境」づくりが重要です。

イノシシを呼び寄せないための方法は市のホームページからご覧になれます。

イノシシに出会ったときは、①近づかない②ゆっくり後退し、静かに立ち去る③威嚇したり、驚かせたりしないことが大切です。

■小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。



▲詳細はこちら

対象は18歳以上。先着12人。受講料7920円。

■共通■電話で10月19日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

健康ひろば

①**食卓相談** 栄養士が応じます。11月2日(月)。対象は65歳以上。

②**食生活相談** 栄養士が応じます。11月6日(金)。対象は64歳以下。

■共通■10、11、13、14時の4回。小倉北区役所で。定員各時間2人。■①は10月28日、②は11月2日までに小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440へ。

区民文化祭(三曲・茶道)

三曲(箏・三絃・尺八)演奏会 11月3日(祝)13～15時、入館料が必要。

市民茶会 11月15日(日)。9時30分、10時15分、11時、11時45分、12時30分、13時15分、14時、14時45分。先着各部30人。参加費一般2500円、小・中学生1000円(入館料含む)。前売り券は小倉北茶道協会で販売中。当日も同額。

■共通■小倉城庭園で。■小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

こども薬剤師体験

お菓子を使った粉薬・シロップの調剤や、薬の包装体験など。10月25日(日)10～16時、到津の森公園(上到津四丁目)で。対象はおおむね4歳～小学生(保護者同伴)。受け付けで整理券(限定200枚)を配布。入園料が必要。■小倉薬剤師会☎941・3518へ。■小倉北区役所保健福祉課☎582・3326。

レディース検診フェア がん検診フェア 受診無料

レディース検診フェア(女性スタッフ) 来年1月24日(日)

がん検診フェア 1月31日(日)、2月6日(土)・7日(日)の3日間

■共通■8～13時(受け付けは12時30分まで)。小倉医師会健診センターで。■はがき(1人だけ)に基本事項と希望日、性別、生年月日、検診番号と検診名(複数可)、特定健診希望者は同健診受診券整理番号を書いて、11月15日までに同施設(〒802-0076小倉北区中島一丁目19-17、☎551・3185)へ。



▲申し込みはコチラから

検診番号・検診名	がん検診	レディース	対象者	定員(抽選)
①肝炎ウイルス検査	○	×	未検査の人で18歳以上	150人
②胃がん検診(胃部X線)	○	×	40歳以上	130人
③乳がん検診(マンモグラフィだけ)	○	○	40歳以上の女性	40人
④子宮頸がん検診	○	○	20歳以上の女性	45人
⑤大腸がん検診	○	○	40歳以上	320人
⑥結核・肺がん検診(胸部X線)	○	○	40歳以上	200人
⑦前立腺がん検診	○	×	50歳以上の男性	150人
⑧骨粗しょう症検診	○	○	18歳以上	150人
⑨北九州市国保特定健診	○	×	40～74歳で市国保の受診券をお持ちの人	150人

コ克蘭タン2026

10月31日(土)17時30分～20時30分、自治連合会の皆さんによる手作りランタンが市役所本庁舎北側広場に並び、空にはスカイランタンが浮かびます。■小倉北区自治総連合会事務局☎582・3337へ。

保健福祉無料相談

①**高齢者・障害者あんしん法律相談** 弁護士が応じます。11月12日(木)13～17時。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。定員8組。

②**アルコール相談** 酒害相談員が応じます。11月12日(木)13時30分～15時30分。対象はお酒の問題で困っている人や家族。定員2組。

③**こころの健康相談** 精神科医が応じます。11月12日(木)13時30分～15時30分。対象は精神疾患に関する相談がある人。定員2組。

④**高齢者等住宅相談** 介護の必要な高齢者や障害のある人などのための住まいづくりや住宅改造など。随時。

■共通■小倉北区役所で。■②③は11

月6日、①は11月9日まで、④は事前小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

地域交流センターの講座

①**山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159)** ▶簡単おつまみ作り=11月14日(土)10～12時。材料費1000円。エプロン、三角巾、ランチョンマット、飲み物が必要▶食を通じて世界とつながろう(韓国料理)=11月30日～12月21日の毎週月曜日(全4回)10～12時。材料費6500円。エプロン、マスク、三角巾が必要。①の■共通■対象は18歳以上。定員各講座8人。

②**下富野(〒802-0023小倉北区下富野五丁目17-17、☎521・3266)**

パソコン いずれも12月4～25日の毎週金曜日(全4回)。▶インターネット活用=10～12時 ▶エクセル中級=13時30分～15時30分。②の■共通■対象は文字入力などパソコンの基本操作ができる18歳以上。定員各9人。教材費800円。

■共通■①は10月30日、②は10月31日までに各センターへ。