発信中!! 旬なネタ(情報)

Instagram
・区のイベント情報の告知、報告
・情報発信チームによる区の魅力紹介(食、名所、人など)

Facebook
・区の取り組み
・地域の活動の紹介
・区長参加行事の紹介

11/15 2026 令和8年 やはた東

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314

●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)

わがまち自慢 vol.02

問槻田市民センター☎653・1185

槻田まちづくり協議会

八幡東区の各まちづくり協議会が地域の魅力や見どころなどを紹介します。ご期待ください。

槻田川をきれいにする活動(標語の幟(のぼり)設置)

槻田地域(槻田1区・5区)では年3回槻田川清掃活動を実施しています。活動の一環として平成24年から槻田小学校6年生に槻田川に関する標語を募集し、優秀作品3点を選定して児童の名前入りでのぼりを作成し槻田川沿いに40本以上設置しています。優秀作品に選ばれた児童には表彰状と記念品とのぼりを贈呈しています。こののぼりが槻田川をきれいにする活動のシンボル的存在となり活動の輪が広がっています。今後もこの活動を続け槻田川と地域の環境美化活動に努めていきます。



標語が印刷された幟3本

栄養士さんの元気レシピ vol.45

問八幡東区役所保健福祉課☎671・6881



ゴボウのごまマヨネーズ和え

食物繊維たっぷりのゴボウが主役の歯ごたえある和え物です。



©2017 日本高血圧学会

材料(2人分) ゴボウ60g、ブロッコリー60g、A[マヨネーズ大さじ1、黒すりごまか、白すりごま大さじ1、しょうゆ小さじ1]。

作り方
①ゴボウは斜め薄切りにした後、細めのせん切りにし、水にさらす。
②①のゴボウをゆで、ブロッコリーは小房に分けてゆでる。
③Aを混ぜ合わせ、水けをきった②を入れて和える。

※1人分:エネルギー89kcal 食塩相当量0.6g

無料相談

法律人権相談 金銭、土地、親族、人権問題などの相談に弁護士か人権擁護委員が応じます。12月3日㈭13時30分～16時30分、八幡東区役所で。先着12組。申12月2日8時30分から八幡東区役所総務企画課☎661・0039へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。12月10日㈭13～17時、八幡東区役所で。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。申12月7日までに八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎671・4800へ。

スペースLABOのプラネタリウム投映

「銀河鉄道の夜」 宮沢賢治不朽の名作のプラネタリウム作品を投映します。12月28日㈪まで。

「プラネタリウム おまえ うまそうだな」 絵本作家・宮西達也さんの人気絵本の初めてのプラネタリウム作品を投映します。11月20日㈭～来年1月31日㈯。

共通限定各回250席。入場料一般600円、中学・高校生300円、小学生200円、未就学児無料。休映日、投映時間など詳細はスペースLABOのホームページでご覧になれます。申同施設のホームページからの事前予約では、座席を選べます。問スペースLABO(東田四丁目、☎671・4566)へ。

キッズメディカルフィットネス無料体験会

理学療法士と一緒に体を動かす運動教室です。12月14日㈪・21日㈪の17時30分～18時30分、桃園武道場(桃園三丁目)で。対象は小学生。先着20人。駐車場は有料。申11月17日から桃園スポーツ施設管理事務所☎080・8364・1234へ。

民生委員・児童委員として活動しませんか

民生委員・児童委員は、地域を支える「身近な相談相手」です。地域の皆さんの介護や子育てなどの困りごとや心配ごとの相談に応じ、行政機関や専門機関につないで、適切な支援が受けられるようにサポートしています。また、高齢者世帯などを定期的に訪問し、安否確認や見守り活動を行っています。民生委員・児童委員の活動を通じて、地域の福祉活動に協力してみませんか。問八幡東区役所保健福祉課☎671・3022へ。

健康だより



『いただきます』感謝と笑顔の 健康長寿

問:八幡東区役所保健福祉課☎671・6881

種 類	対 象	料 金	定員	実施日	時 間	会 場	申
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 痰(たん)検査は900円 注1)	各検診に定員あり	来年3月12日㈮	14～15時30分	八幡東区役所	実施日の3カ月前の同日9時から ▲ネットはコチラ! 3カ月前の同日が土・日・祝日の場合は翌平日 3カ月前の同日が無い場合は翌平日
★肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料					
★大腸がん検診	40歳以上	500円 注1)					
★前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円 注1)					
★特定健診 注2)	40～74歳 (国民健康保険加入者)	無料					
★若者健診	18～39歳	1000円					
食卓相談 (食事に関する個別相談)	65歳以上	無料	4人	12月15日㈫	10、11、13、14時 (各1人)	八幡東区役所	12月10日まで

■各種集団検診の申は、集団検診予約センター(☎953・6168か☎0570・783・077)かネットで。先着順で定員到達まで受け付けます。申は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可(事前に医療機関へ問を)。注1)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制度があります。詳細は問を。注2)「特定健診受診券」と「マイナ保険証かマイナポータルの資格情報画面か資格確認書」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。
■相談の申は、八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。

広告の申し込みは㈱キョウエイアドインターナショナル 0120・609・450まで。 ※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。

VEGETABLE OIL INK
リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。