

市政だより

またまゆり

平成11年

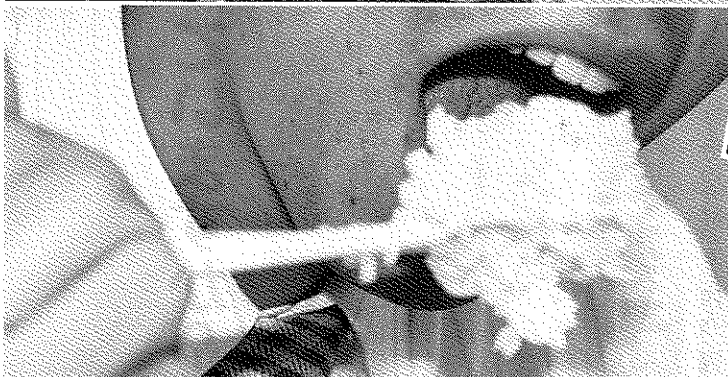
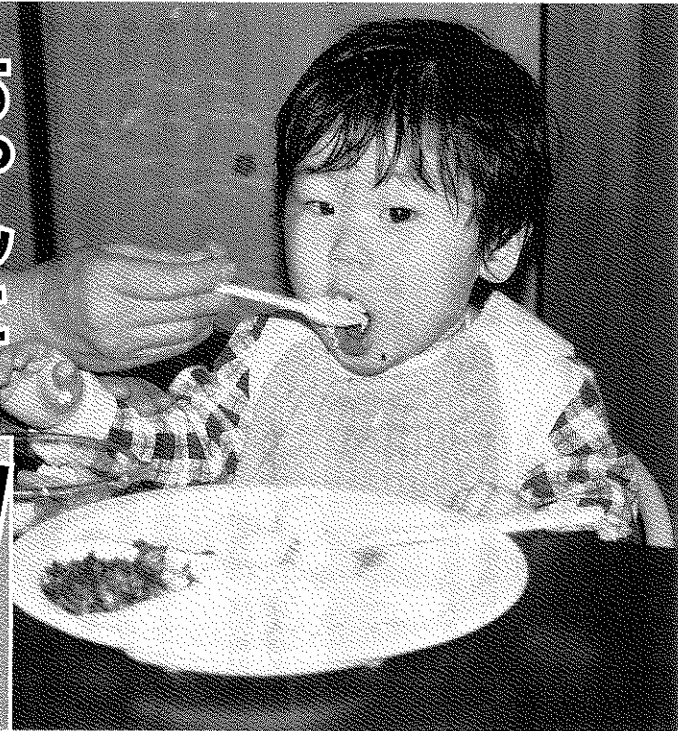
5/1

No.857

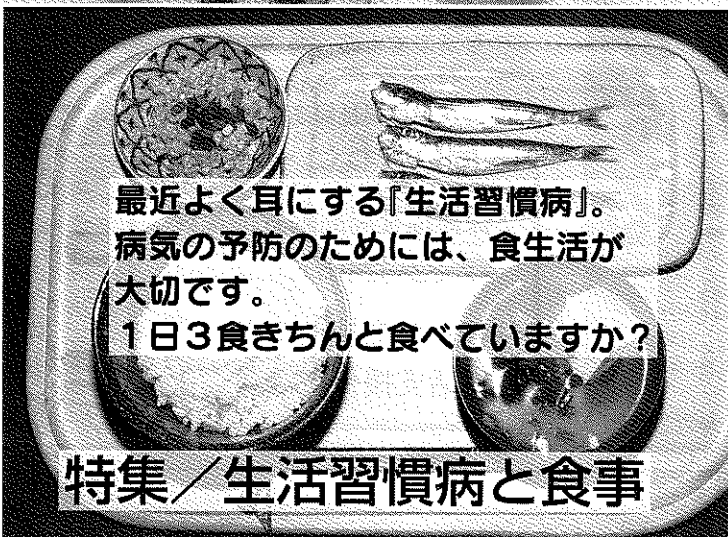
●発行・編集 北九州市広報室広報課 ☎803-8501 北九州市小倉北区内1番1号 ☎582局2236 FAX591局0141



ちんちん
ちんちん



食
べて
いますか？



最近よく耳にする「生活習慣病」。
病気の予防のためには、食生活が
大切です。
1日3食きちんと食べていますか？

特集／生活習慣病と食事



早

その1 生活習慣病って知っていますか？

あなたはちゃんと食事をしていませんか？ お酒を飲み過ぎていませんか？ 運動していますか？
今回の特集では、管理栄養士の住吉育代さんが健康を保つための「生活習慣」について紹介します。



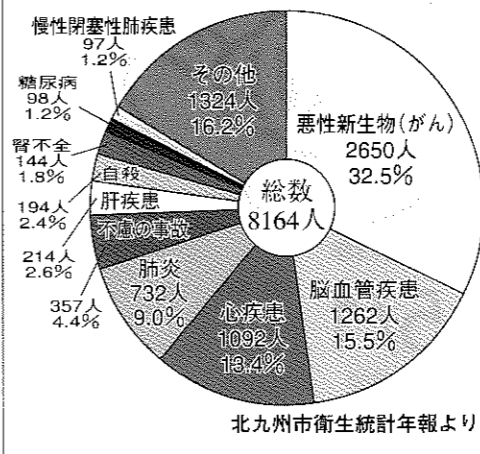
管理栄養士の住吉育代さん
(保健福祉局高齢者福祉課)

問い合わせ

・保健福祉局高齢者福祉課
☎582局2407
・各保健福祉センター
生活支援係

期発見・治療の前に、まずは病気を予防する

表1 平成9年 北九州市主要死因の割合



いきなり暗い話で恐縮ですが、北九州市では、平成9年に八百六十四人の人が亡くなっています。その死因にはどんなものがあると思いますか。
一位から順に列記してみます。
●一位 悪性新生物(がん)
●二位 脳血管疾患(脳卒中など)
●三位 心疾患(心臓病など)
●四位 肺炎
●五位 不慮の事故
以下、肝疾患、自殺、腎不全、糖尿病と続きます。
上の表1を見ても分かるように、この

うち上位三位までの合計が五千四人、実に六一・四%にもなっています。ご存じのとおり、これらは「三大成人病」と呼ばれるものです。
「成人病」とは、昭和30年代から提唱された考え方で、主に40歳以降に起こるがんや心臓病など死亡率の高い病気の総称です。こうした病気は、一定の年齢に達した段階で、各種の検診を受け、早期発見、早期治療をすることが重要と言われました。

小学生さえもかかる時代となつてしまつたのです。そこで、厚生省は平成8年に「生活習慣病」という考え方を提唱しました。病気の原因には、年齢や遺伝、病原体や有害物質などがありますが、もう一つ大きな要因として「生活習慣」が影響するという考えです。つまり、食事や運動などの生活習慣を改善することで、病気を予防していくというわけですね。
ほかの原因と違って、この生活習慣は、自分自身で改善できるものがほとんどです。病気になる前に、予防していくこと、一歩進んだ考え方の一つです。

生

活を脅かす「生活習慣病」

主な生活習慣病としては、がん、脳卒中、心臓病、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、胃・十二指腸かいよう、歯周病などが挙げられます。
この病名を見て、成人病とどこが違うのかと思われた人も多いでしょう。生活習慣病と成人病は、発症の原因を「生活習慣」という視点で見ると、「年齢」という視点で見るとの違いだけのものです。その対象とする病気は重複するものも多くあります。三大成人病といわれるがんや脳卒中、心臓病も、食事や運動などの

生活習慣の影響が大きいと考えられています。生活習慣病にはそうした従来の成人病に当たる病気に加え、歯周病など、必ずしも死亡率は高くないでも、生活習慣に深く根ざした病気も含まれます。
生活習慣病の考え方が提唱された理由

には、糖尿病や高血圧症のように、それだけでは必ずしも死に繋がらないものの、合併症により患者の生活の質を著しく低下させる病気にかかる人の割合が増えてきたこともあります。

◆生活習慣病を予防する5つのポイント◆

喫煙

禁煙をお勧めします。欧米に比べ、男性の喫煙率はかなり高い。若い女性の喫煙率だけは増加しています。

飲酒

飲酒は控えめに。日本人の飲酒量は増加傾向にあるようです。特に女性の飲酒が増えているのが最近の傾向です。

運動

適度の運動は健康を保つ大きな効果があります。

食事

食生活の基本は、まず体に必要なタンパク質や糖質、脂肪、ビタミンなどをまろく取ることです。

休養

睡眠や入浴、スポーツなどで十分な休養をとりましょう。

予防のための五つのポイント

それでは、生活習慣病を予防するにはどうしたらいいのでしょうか。厚生省は、そのポイントを上のイラストのように五つにまとめて紹介しています。
喫煙は、がんをはじめ、虚血性心疾患、慢性気管支炎、肺気腫などの病気の原因となります。特に、未成年からの喫煙はがんや心臓病の発病率が高くなること分かっています。体に悪いと分かっているにもかかわらず、やめられないタバコですが、できるだけ早い禁煙をお勧めします。
お酒は百薬の長ですが、万病の

もとでもあります。飲酒は肝炎や肝硬変などの肝障害胃かいよう、エネルギーの過剰摂取による糖尿病などの原因となるのです。適量をお勧めします。また、週に二日は休肝日をつくるようにしたいですね。
運動は、毎日少しずつでも行うことが大切です。運動することで「善玉コレステロール」と呼ばれる「HDLコレステロール」が増加して、動脈硬化を防ぐこととなります。日ごろ運動不足を感じている人は、まず歩くことから始めてみてはどうでしょう。

休養は、ストレスや肉体的疲労を回復させるためになくはならない要素です。慢性的な疲労は体の抵抗力を弱め、さまざまな病気の引き金となります。「疲れたときは休む」、何よりもあなたの体の悲鳴を素直に受け止めてください。
さて、最後に食生活です。毎日毎日のこと。すべての年齢の人に関係のあること。食生活は生活習慣病予防の要です。それなのに、「北九州市民の食生活にちょっと問題がある」、そんな統計があるんです。

北

九州市民は魚不足!?

下の表2を見て下さい。北九州市民の食生活と全国平均を比較したものです。全国の平均と比較して摂取量が少ない食品は「穀類」や「魚介類」「肉類」「卵類」「いも類」です。新鮮で安い魚介類が豊富な北九州市なのに、一体どうしたのでしょうか。逆に、摂取量が多い食品は「菓子類」や「アルコール類」「豆類」「乳製品」です。生活習慣病の予防のポイントである「飲酒」が、全国平均の二倍もあるのは気になります。
厚生省が平成9年に実施した「国民栄

養調査(全国約一万人を対象)によれば、男性はカルシウム、女性はカルシウムと鉄が不足し、いずれも若い年代の摂取量が低くなっています。
厚生省が提唱している「一日三十品目」を目標に、毎日の食事を組み立ててみて下さい。一日二食をきちんと取り、主食、主菜、副菜をうまく組み合わせながら、正しい食生活を身に付けていくことが、生活習慣病の予防につながるのです。現代の食事は、豊富な食品や料理に囲まれ、常にエネルギーの取り過ぎになり

表2 北九州市民の食品の摂取量の特徴

平成8年度食生活実態調査(市民約3000人対象)の結果と、厚生省平成6年国民栄養調査(全国約1万5000人対象)の結果を比較しました。
●全国平均より摂取量が少ない
▶穀類 80%程度の摂取量。減少傾向にある。
▶魚介類 60%程度の摂取量。
▶肉類 80%程度の摂取量。
▶卵類 80%程度の摂取量。
▶いも類 50%程度の摂取量。だが、増加傾向にある。
▶野菜類 全国程度の摂取量。だが、緑黄色野菜がやや少ない。
●全国平均より摂取量が多い
▶菓子類 2倍近くの摂取量。
▶アルコール類 2倍程度の摂取量。
▶豆類 1.5倍の摂取量。
▶乳・乳製品 1.4倍の摂取量。

ります。また、食生活の偏りやダイエットでバランスを欠いた食事をしていくと、思わぬ病気に見舞われることになるのです。

その2

朝食を食べよう!!

生活習慣病の予防に、食生活がとっても大切なことは「理解できたでしょうか。ああ、それなのに、厚生省が実施した調査でこんなものがあります。「20歳代の男性の約三割が朝食を食べていない」。なんとも驚くべき数字です。これではいけない! ここでは、食生活、中でも朝食について考えます。



20

歳代男性の約三割が、朝食を食べていない

まずは、下の表3を見てください。厚生省が平成9年に実施した「国民栄養調査」から抜粋したものです。これは、調査したある特定の日の食事の欠食率(食事を食べていない人の割合)を示したものです。

朝、昼、夕の三食のうち、男性も女性も若年層で朝食の欠食率が高くなっています。特に高いのが、20歳代男性の三二・九%と20歳代女性の二五・九%です。70歳以上の人が男性二・三%、女性一・七%と低く、しっかり食べているのは対照的です。

しかも、この朝食の欠食率は年々増加傾向にあります。例えば、二十年前の昭和52年の欠食率は20歳代男性で二〇・一%、20歳代女性で一四・三%でした。

また、朝食の欠食回数を見ると、週二日以上欠食は、20歳代男性で四五・〇%(なんと半数近くも!)、20歳代女性で二八・〇%です。

若年層の朝食離れが目立ちます。

学

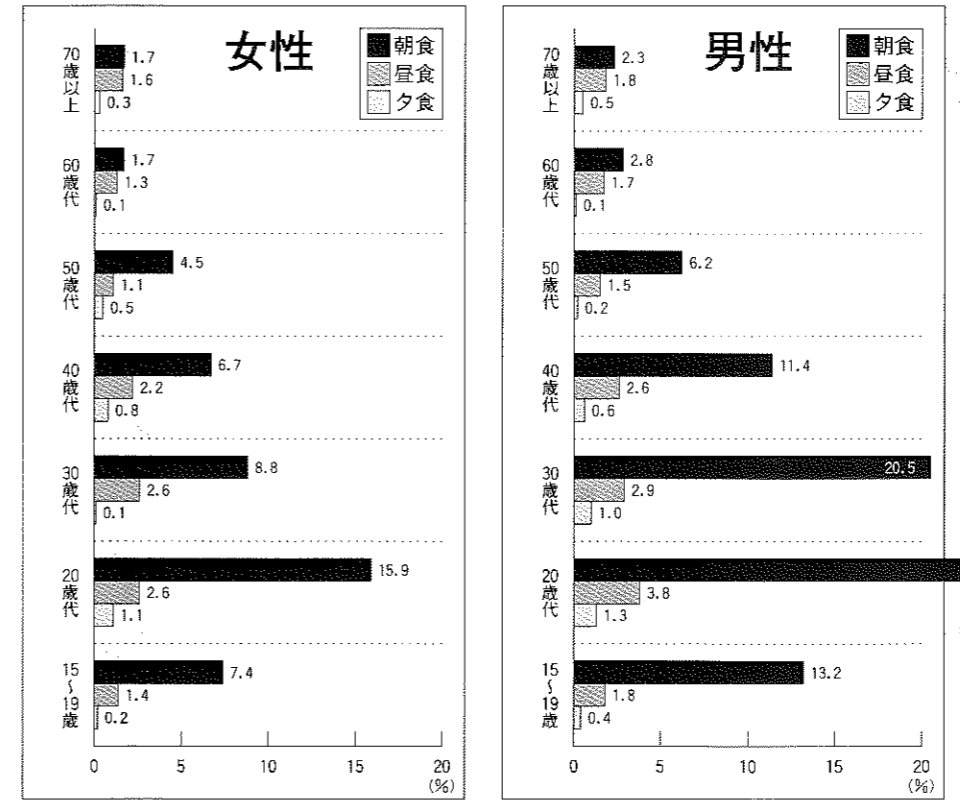
生のころから朝食離れが習慣化!

では、いつごろから朝食を食べないようになったのでしょうか。その質問に、20歳代の方は、「小学生から」四・六%、「中学・高校生から」二八・一%、「高校卒業から」三三・九%、「20歳代から」三三・四%と答えています。子どものころから習慣になっている人も多いんですね。ますます驚いてしまいます。

「夜遅くまで勉強しているから、朝は寝坊してしまっただけで食べている時間が無い」でしょうか? 勉強じゃなくて、テレビゲームですか? え? 夜食を食べ過ぎて、胃がもたれてる?

「ダイエットしたいんですか? あら、お腹は減ってるけど、我慢ですか? え? あなたは「二日酔いで、食べられない」? 「人暮らしで、朝食を作るのが面倒」? でも、それで、一日の元気が出ます? ふらふらしてませんか?

表3 平成9年食事の欠食率



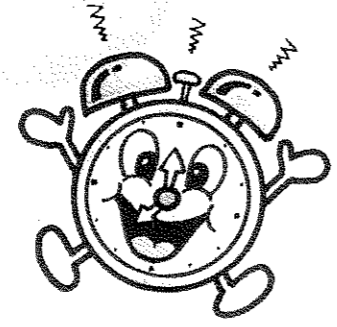
目

覚めのためには朝食が一番!

人は眠っている間は体温が下がり、血圧も低くなっています。朝食は、その下がった体温を上げ、血液の循環をよくする働きがあります。気持ちよい目覚めのためには朝食が一番。脳や体内にエネルギーを送ることで、体をシャキッと目覚めさせてくれます。

「朝食を食べない」ということは、午前中は空腹との戦いです。朝食を食べないことで、血液中の糖分が少なくなると(低血糖)、イライラしたり、反射神経が鈍ったり、「どうもかたくなくて会社に行きたくない」や「勉強に集中できない」などという症状をもたらすことになります。ストレスもたまってきます。

また、三食どれも食べることで、一食を抜いた後の食事は、栄養分の吸収が非常によく、これを繰り返していくと肥満の原因にもなります。ダイエットのつもりで食事を抜いている人がいるとしたら、逆効果になることもあるのです。



しっかりと栄養を取る朝食を

朝食を慌ててかきこみ、学校や仕事へ。家庭でのそういった光景が思い浮かびます。でも、朝食には、午前中の活動に必要な栄養素をしっかりと取る必要があります。

まず、脳がエネルギーとして必要とするのはブドウ糖です。ブドウ糖のもとである炭水化物をしっかり取ることが大切です。主に穀類のご飯やパン、麺類などを食べれば、体の中でゆっくり消化・吸収されるので、お腹もすくじすぎません。体温を上げるためには、タンパク質が必要です。タンパク質を含む主な食品は魚、肉、卵、豆類などです。

そして、油、バター、マーガリンなど、エネルギー源として脂質も必要です。脂質は少ない量でたくさんエネルギーを生み出します(取り過ぎは肥満の原因になります)。

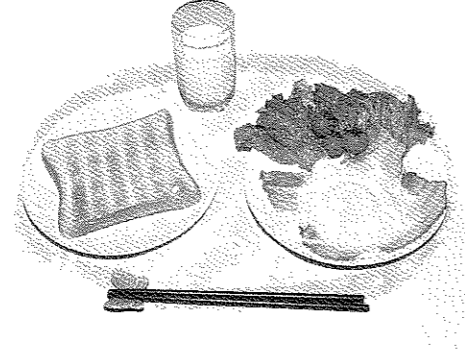
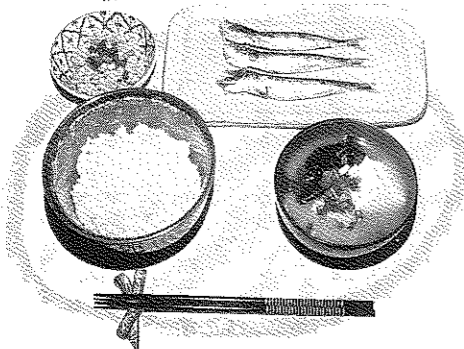
そして、体がこれらの栄養素をうまく取り入れるためには、ビタミンなども必要になります。

それと、朝食にもう一つ必要なのは、眠っている間に失われた水分の補給を行うことです。みそ汁や野菜スープ、牛乳などを取りましょ。

少し早起きしてしっかりと朝食を食べましょ!

あなたは「ご飯派」? それとも「パン派」?

- あなたの朝食にもうひと工夫
- ご飯 エネルギーの源。1杯(約160g)で約240kcal。
 - みそ汁 木綿豆腐とわかめ、ねぎを入れて約60kcal。うす味で、具だくさんに。
 - なっとう 1食(約50g)で約100kcal。消化・吸収が良く、タンパク質が効率よくとれます。
 - めざし 1尾(10g)で28kcal。丸ごと食べればカルシウム22mg。
 - パン 1枚(60g)で約160kcal。マーガリン(小さじ1)をぬって約190kcal。
 - ベーコンエッグ 約160kcal。卵はタンパク質が豊富。油は控えめに。
 - 牛乳 200mlで約120kcal。カルシウムは200mg。



パン派は、脂肪を多く取りがちになります。料理の油を控えめに。

※20歳代の男性(身長170cm)で、1日に必要なエネルギー量は約2250kcal、女性(身長160cm)で、約1850kcalです。朝・昼・夕食で1:1:1の割合で、バランスよく栄養量を取っていくことが理想です。

※通勤や買物など1時間程度の歩行と軽い手作業や事務、勉強、家事など、1日の活動が軽い人。

市政トピックス

商店街を元気にしよう!

「商店街振興センター」が開設

商店街の活性化を進めるため、4月1日に「商店街振興センター」(市役所8階)が開設されました。

センターでは、今まで行ってきた商店街の活性化計画作成支援や融資等に加え、「街づくりの視点」から周辺道路や景観などの整備も積極的に支援していきます。

問い合わせは、商店街振興センター(経済局中小企業振興課内) ☎582局2831、FAX582局2832へ。

法人市民税、事業所税、償却資産の申告窓口が変わります

5月6日から、次の市税の申告窓口が変わります。

▶「法人市民税」「事業所税」=申告窓口は、財政局課税課(市役所6階、☎582局2033)。

▶「償却資産(固定資産税)」=申告窓口は、財政局固定資産課(市役所6階、☎582局3210)。

※納税義務者には、今年の申告分から、返信用封筒を申告書に同封しています。混雑が予想されますので、申告は郵送でどうぞ。

市税証明が取りやすくなります

5月6日から、「所得額証明」「納税証明」「固定資産税の評価証明」などの市税証明が、どこの区の証明でも、各区役所納税課・出張所で受付・発行することになりました。なお、出張所では、取り扱いえない市税証明もあります。詳しくは、各区役所納税課へ。

「市税証明」申請時の注意

- 「手続きに来る人の印鑑」委任状等(本人、配偶者、同居の親子以外の人などが申請する場合)を持参してください。
- 「所得額証明」が必要な人のうち、未申告の人は、証明が必要な年の1月1日現在の住所区の課税課で申告を行ってください。
- 「固定資産税関係の証明」が必要な人のうち、物件の所在地番等が分からない人は、物件のある区の課税課で所在地番等を確認のうえ、申請を行ってください。

あなたの「北九州らしい少子化対策」を市長に話してみませんか?

「市長が直接意見をきく会」



市では、北九州らしさのある総合的な「少子化対策」を盛り込んだ「(仮称)新子どもプラン」平成12年秋発表予定)づくりを進めています。そのプランをより充実させるために、「少子化対策」に対する市民の皆さんの意見を募集します。そして、応募者の中から十人程度を選び、その考えを市長に直接話していただきます(7月ごろの予定)。

「応募方法など」

テーマは「私の考える北九州方式の少子化対策」。様式は自由で、八百字以内。応募者には、記念品を差し上げます。応募(郵送)は、作文の裏面に、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、応募動機、子どもに関する活動歴を書いて、5月20日までに、保健福祉局計画課へ送付してください。係 ☎80318501 小倉北区城内1-1-1、☎582局3715へ。

※上記「市長が直接意見をきく会」のほかに、「少子化対策」に対する皆さんの意見をインターネットなどでも募集しています。

▶インターネット
http://www.city.kitakyushu.jp/~k2301020/sukusuku/
▶FAX 582局3781(保健福祉局計画課)

第一次試験は、6月27日(日)に、北九州大学(小倉南区北方四丁目)と、明治大学(東京都)で行います。ただし、上級消防士の試験は、北九州大学だけです。

申し込みは、5月10日(6月1日)に、人事委員会事務局任用課(小倉北区役所庁舎7階、☎582局3041)へ。

申込書は、人事委員会事務局、市民局広聴課(市役所1階、各区役所まちづくり推進課・出張所、各消防署、東京事務所)にあります。

【上級資格は、昭和44年4月2日(昭和53年4月1日)行政Ⅱ・B区分は昭和39年4月2日(昭和48年4月1日)に生まれた人。募集は、▼法律Ⅱ約二十五人 ▼経済Ⅱ約二十五人 ▼行政Ⅰ約三十五人 ▼行政Ⅱ約三十五人 ▼社会福祉Ⅱ約三人 ▼土木A・BⅡ約二十五人 ▼建築A・BⅡ若干名 ▼電気A・BⅡ若干名 ▼機械A・BⅡ若干名 ▼造園A・BⅡ若干名 ▼都市工学A・BⅡ若干名 ▼化学Ⅱ若干名 ▼薬学Ⅱ若干名

【上級消防士】資格は、昭和46年4月2日(昭和53年4月1日)に生まれた男性(女性消防士のみ女性)で、身体的条件を満たす人。募集は、▼行政Ⅱ五人 ▼化学Ⅱ一人 ▼建築Ⅱ一人 ▼電気Ⅱ一人 ▼女性消防士Ⅱ一人

【獣医師・保健婦(士)】資格は、昭和39年4月2日以降に生まれた人で、各免許を持つ人か、来年4月までに取得見込みの人。募集は、▼獣医師Ⅱ一人 ▼保健婦(士)Ⅱ若干名

【学校事務職員】資格は、昭和48年4月2日(昭和55年4月1日)に生まれた人。募集は、二人。



北九州市の職員を募集

【上級消防士】資格は、昭和46年4月2日(昭和53年4月1日)に生まれた男性(女性消防士のみ女性)で、身体的条件を満たす人。募集は、▼行政Ⅱ五人 ▼化学Ⅱ一人 ▼建築Ⅱ一人 ▼電気Ⅱ一人 ▼女性消防士Ⅱ一人

【獣医師・保健婦(士)】資格は、昭和39年4月2日以降に生まれた人で、各免許を持つ人か、来年4月までに取得見込みの人。募集は、▼獣医師Ⅱ一人 ▼保健婦(士)Ⅱ若干名

【学校事務職員】資格は、昭和48年4月2日(昭和55年4月1日)に生まれた人。募集は、二人。

新規創業支援研修

いずれも、小倉ガーデンホテル紫川(小倉北区馬借一丁目)で。受講無料。ベンチャーフォーラム

5月29日(土)午前9時40分～午後5時30分。先着200人。

高知工科大学大学院教授・水野博之さんの講演や若手起業家などによる公開討論会など。

申し込みは、5月6日から、経済局新規事業振興課☎582局2498へ。

実務者研修(創業プランの具体化)

5月30日(日)午前9時30分～午後6時、6月5日(土)午前9時30分～午後5時30分、6月6日(日)午前9時30分～午後4時30分(全3回)。なお、希望者には、個別相談会(6月2日(水)、中小企業大学校直方校)もあります。対象は、これから創業を計画している人。定員50人(選者)。「事業化アイデアの練り上げ」「事例に学ぶ起業成功の秘訣」「ビジネスプランの作り方」「新規開業の税務と財務」などを学びます。

申し込みは、5月18日まで。詳しくは、経済局新規事業振興課☎582局2498へ。



ベンチャー企業 創出・育成事業

市では、新たに事業を開始しようとする起業家や成長が期待されるベンチャー企業に対して、積極的な支援を行っています。支援内容は、資金経営ノウハウ、技術情報人材の提供など。今回は、創業支援研修や工場貸出などを紹介します。

起業家に 工場・研究室をお貸しします!

起業家支援工場(貸工場)の入居者を募集。場所は、八幡西区夕原町8-2。対象は、独創的な技術・製品・アイデアなどを持ち、これから起業をしようとする人か、創業4年以下の人(中小企業者は、大企業からの出資比率が50%未満であること)。募集(選者)は、1区画(約100㎡)。使用料は、月6万1110円。使用期間は、原則として5年以内。

申し込みは、5月6日～31日。詳しくは、経済局新規事業振興課☎582局2498へ。

起業家支援用研究開発室の入居者を募集。場所は、北九州テクノセンター(九州工大前駅北側)内の研究開発室。対象は、独創的な技術を持つ人、研究開発成果の企業化を目指す人、新分野への研究開発に取り組もうとする人(おおむね創業4年以下の人。中小企業者は、大企業からの出資比率が50%未満であること)。募集は、数部屋(1部屋約50㎡)。使用料は、月13万5000円程度(当初3年間は、半額を助成します)。別に共益費が必要。申し込みは、5月6日から、北九州テクノセンター☎873局1400へ。

夏休み期間中の 少年自然の家 キャンプ場 利用申し込みを開始



いずれも利用期間は、7月19日(キャンプ場は20日)～8月31日。対象は、小・中学生と指導者で構成する団体(キャンプ場は家族も可)。

利用は、原則一泊二日。使用料(二泊三食付き)は、一人千六百八十円。申し込み(団体一施設まで)は、往復はがきに、団体名、人数、代表者の住所・氏名・電話番号を書いて、5月10日までに、利用を希望する施設へ。なお、5月16日午後2時から、各施設で

- 利用日の抽選会を行います。
- ▼もじ少年自然の家 ☎80110812 門司区大字喜多久784-1、☎3441局1128。
 - ▼かぐめよし少年自然の家 ☎80310267 小倉南区大字頂吉451-1、☎451局3111。
 - ▼たしろ少年自然の家 ☎80510046 八幡東区田代町9-30、☎652局7159。
- ### キャンプ場
- 青少年キャンプ場 利用無料。申し込みは、6月6日(日)午前9時30分～9時50分に申込先の各中央公民館へ来館してください。午前10時から抽選会を行います。
- ▼矢笠山キャンプ場(門司区) 申し込みは、門司中央公民館(門司区栄町、☎332局0888)へ。
 - ▼足立青少年の家・キャンプ場(小倉北区) 申し込みは、小倉北中央公民館(小倉北区大門二丁目、☎571局2712)へ。
 - ▼掘越キャンプ場(小倉南区) 申し込みは、小倉南中央公民館(小倉南区若園五丁目、☎941局4220)へ。
 - ▼しようぶ谷キャンプ場(若松区) 申し込みは、若松中央公民館(若松区本町三丁目、☎751局8683)へ。
 - ▼帆柱キャンプ場(八幡東区) 申し込みは、八幡東中央公民館(八幡東区平野一丁目、☎671局6561)へ。
 - ▼金比羅キャンプ場(戸畑区) 申し込みは、戸畑中央公民館(戸畑区中木町、☎882局4281)へ。
- 煙草センター 利用は、一団体一回(二泊二日)。使用料(有料)については、問い合わせを。申し込みは、はがきに、団体名、人数、代表者の住所・氏名・電話番号を書いて、5月11日までに、煙草センター☎8071124 八幡西区大字畑2193-2、☎618局3951へ。なお、5月16日午前10時から、利用日の抽選会を行います。

新鮮な情報でんごもり





子どもたちに きれいな地球を残したいから

其の41

「地球温暖化を考える北九州市民の会」
秋枝博子さん（小倉北区・51歳）



秋枝博子さん（小倉北区・51歳）

「環境家計簿」という言葉を聞いたことがありますか？ 電気やガスから紙バックや生ごみまで、家庭の中で一か月間に使ったものを家計簿につけ、それがどれくらい二酸化炭素を排出することにつながるのかわかるものです。秋枝さんが代表を務める「地球温暖化を考える北九州市民の会」は、その環境家計簿をつけることで、少しでも地球温暖化を防いでいこうと、平成9年11月から活動を始めた主婦中心のグループです。

「地球温暖化を防ぐなんていうと、難しく考えてしまうかもしれませんが、突き詰めると、生活を見直すという問題なんです。だから、家のことをする主婦の方が取り組みやすいと思うんですね」と秋枝さん。

「例えば、食器洗いの時の温水を四十度から三十度にすれば、一年間で二酸化炭素約三万六千七百リットルを節約できるんです」。秋枝さんたちは、こうした各家庭での取り組みのほか、市や地域の催しに参加したり、町内会や子ども会に出向いて環境についての

活動を始めてまだ短いので、少し申し訳ないような気がしたという秋枝さんたちですが、これからは、生ごみをコンポストで肥料化して、無農薬野菜作りにも挑戦したいとか。「やはり、無理をすると続きませんからね。できることを楽しみながら、これが温暖化防止の秘訣ですね」。

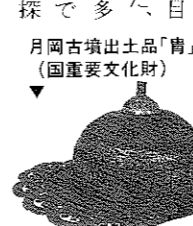
そう言って笑う秋枝さん。「主婦の知恵」が地球を救う。そんなことを感じさせる素敵なお話でした。

行って ちよんまげ



近隣市町村の
見どころ
遊びどころ

「むかし」がいつぱい 古墳と白壁の街

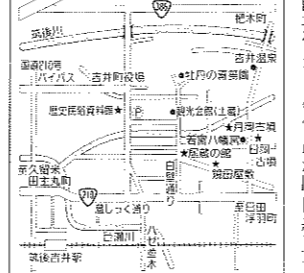


▲白壁通り

福岡県の南東部に位置し、南に巨納連山がそびえ、北に筑後川が流れる吉井町。町を横断する国道210号沿いは、江戸時代には、久留米藩と天領日田を結ぶ豊後街道の宿場として栄え、その名残として白壁土蔵の街並みが残っており、私たちの目を惹きつけてくれます。また、さらに古い時代の古墳も多く、歴史的な見所の多い町です。ぜひ一度、「むかし」を探しに出かけてみませんか。

■日岡古墳・月岡古墳
若宮八幡宮境内に、東西に相對するようにある前方後円墳。日岡古墳は、国指定史跡。月岡古墳から発掘された貴重な品々は、国の重要文化財に指定。※毎月第二・第四月曜日は見学不可。

■白壁通り・蔵しつくり
文字通り白壁と蔵の続く通り。2月中旬～4月初旬は、各所でおひな様が飾られる。



問い合わせ
吉井町町おこし課
☎09437-5局3111
※地図中の★は
吉井町教育委員会生涯学習課
☎09437-5局3343へ。

おくりものに無添加
シャボン玉おけ
シャボン玉おけ S-50
〒808-0195 北九州市若松区南二第2-23-1
TEL.093-791-4800 FAX.093-791-5741
フリーダイヤル 0120-4800-95

《公社でマイホームを実現しませんか》 公社春の募集
ご希望の宅地にプラン集を参考に、お気に入りの住宅を建築させていただきます。

自由設計
八幡西区 千代ニュータウン 21戸 ☎612-5833

若松区 青葉台ニュータウン 6戸 ☎742-4697

八幡西区 星ヶ丘団地 6戸 ☎612-5833

八幡西区 吉祥寺団地 6区画 ☎612-5833

八幡西区 本城北団地 7区画 ☎693-0475

八幡西区 楠橋第2団地 1区画 ☎612-5833

5/22(土) 申込受付開始
受付場所/現地案内事務所 AM10:00~PM5:00

信頼と責任の 北九州市住宅供給公社
お問い合わせ・お申し込みは ☎582-3083
北九州市小倉北区大手町1番1号(小倉北区役所庁舎棟7階)

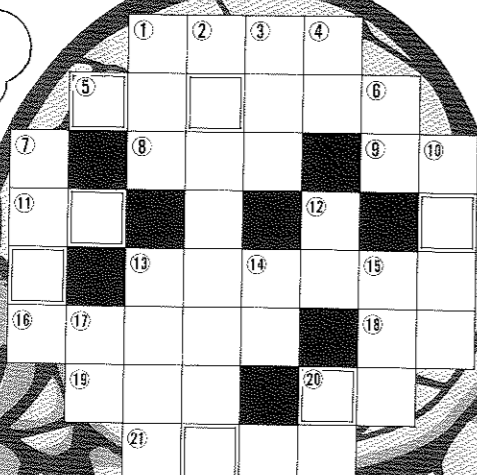
友PAGE
5月11日
応募は、はがきに、川柳ははがき「結婚」に合った作品、クイズの場解答と、住所、氏名、年齢、電話番号、市政への感想などを書いて、右上の応募先へ。掲載した人には特製テレホンカードを、クイズ賞には抽選で10人に1000円の図書券をします。

かめ クロス

ヒントは
「休日」
です♡



答え：2重マスの文字を並べ、ある言葉を作ってください。



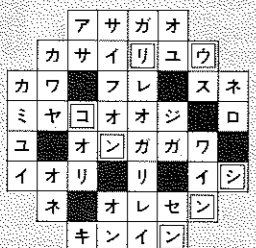
今回は、テーマがありません。ガンバッテね。

タテのカギ

- 1 しゃがんでするのは、○○○便所
- 2 元服、結婚、葬儀、祖先の祭りを意味するが、現在は、人生儀礼全般の総称
- 3 佐々木投手は、大○○○
- 4 洗濯物がなかなか乾かない時期
- 6 転ばぬ先の○○○
- 7 歩く速さを競うスポーツ
- 10 遺伝の因子になるもの。本体はDNA
- 12 日本の代表的な淡水魚。觀賞魚として人気があり、数百万円もするものもある
- 13 日本在来馬の馬の一品種。総合農事センター（小倉南区）にもいる
- 14 ほかの新聞。ほかの雑誌
- 15 学問・武術の奥深いところ
- 17 本当でないこと。事実でないこと
- 20 高さ二十センチ以上に達する常緑高木。枝や葉に樟脳の香りがする

ヨコのカギ

- 1 コスモスとカッパと大野葦平で有名な○○○○区
- 5 他人から身を守るための術
- 8 すでに結婚していること
- 9 海底にすむ平たい軟骨魚。ヒレを乾燥させたものは酒の肴になる
- 11 太陽の沈んでいる間。日の入りから日の出まで
- 13 朝。目が覚めたときに床の中で測る女性の体温。健康状態などが分かる
- 16 ものを包む紙
- 18 頭に一本の角があるほ乳類。牛乳や肉を取るために飼育する
- 19 機械などを動かすこと
- 20 あとで言いのがれなどができないように相手に念をおすこと。○○を刺す
- 21 計算式で引くことを表す記号



4/1号の解答と当選者
答えは
シンリンコウエン

当選おめでとう
▼門司区II加藤隆夫、藤田泰実
▼小倉北区II長江恵
▼小倉南区II榎本理奈子、豊坂由希、原口さおり
▼若松区II松尾スミ子
▼八幡西区II藤本久子、村瀬真由美
▼戸畑区II岡田直美
(応募総数七百六十三通)

●「市営バスの旅」情報で目にする楽しいバスの絵には、「○×号」とかの愛称はないのですか？（長次郎さん・58歳）
●「いいところに気付きました。実は五個あります。現在は五個あって、それぞれ作者（編集部員）の名前で呼ばれています。そして今回、六個目・ミユキバスが初登場!!」

●「しょうらい松本さんという人とけっこんしたいです。そう松本伊代（伊代ちゃんり歳）
●「素敵な松本さんが現れるといいてすね。ちなみに私は、松本（36歳・独身）というものです。みんなは、いい人と書けてくれます。もつと結婚します。まあ、関係ないでしょうけど...」

1999春のフラワーフェスタ
70万本の花がお待ちかね
フリーマーケット若松 洋ラン展
5月2日(土) 2時～5時
4時～5時 大道芸 BART(パート) ~コミックアクロバット~
55歳まで GREENPARK
グリーンパーク
〒808-0195 北九州市若松区南二第2-23-1
TEL.093-791-4800 FAX.093-791-5741
フリーダイヤル 0120-4800-95

おくりものに無添加
シャボン玉おけ
シャボン玉おけ S-50
〒808-0195 北九州市若松区南二第2-23-1
TEL.093-791-4800 FAX.093-791-5741
フリーダイヤル 0120-4800-95

《公社でマイホームを実現しませんか》 公社春の募集
ご希望の宅地にプラン集を参考に、お気に入りの住宅を建築させていただきます。

自由設計
八幡西区 千代ニュータウン 21戸 ☎612-5833

若松区 青葉台ニュータウン 6戸 ☎742-4697

八幡西区 星ヶ丘団地 6戸 ☎612-5833

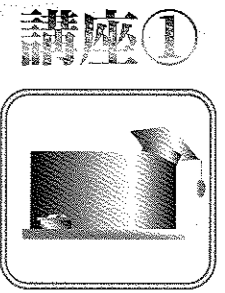
八幡西区 吉祥寺団地 6区画 ☎612-5833

八幡西区 本城北団地 7区画 ☎693-0475

八幡西区 楠橋第2団地 1区画 ☎612-5833

5/22(土) 申込受付開始
受付場所/現地案内事務所 AM10:00~PM5:00

信頼と責任の 北九州市住宅供給公社
お問い合わせ・お申し込みは ☎582-3083
北九州市小倉北区大手町1番1号(小倉北区役所庁舎棟7階)



講座①

初心者茶道教室(裏千家)
5月12日〜7月21日の毎月第...

要約筆記奉仕員養成講座

5月14日〜7月30日の毎週金...

グリーンパークの講座

いずれも、午前10時〜正午...

講座②

大連餐館「あかしあ」料理教室

5月31日(月)午前11時〜午後...

小倉祇園太鼓塾

6月1日〜29日の毎週火曜...

保育サポーター養成講座

6月2日〜30日のおおむね毎...

消費生活センターの講座
いずれも、黒崎消費生活セン...

自立生活講座

5月15日〜7月24日の毎週土...

ホームヘルパー養成研修

いずれも、社会福祉ボランテ...

SOHOライターの美編ゆみ子講座

5月18日〜6月8日の毎週火...



▲保育サポーター養成講座(昨年のもよう)

初心者パソコン活用講座

6月8日〜18日の毎週火曜...

ヒトオ講座

7月6日(火)・7日(水)全二回...

ポリテクカレッジ(小倉南区大...

ムーブの講座

いずれも、女性センター「ム...

夜宮青少年センターの講座

いずれも、夜宮青少年セン...

SOHOライターの美編ゆみ子講座

5月18日〜6月8日の毎週火...

年長者いきいきクラブ

6月〜来年3月の毎週金曜日...

「水彩画」

6月〜来年3月の毎週金曜日...

「わくわくまちづくり」

6月から約半年間、毎月一回...

工場の研修生を募集

まちづくりの理論、事例・手...

ポリテクカレッジ(小倉南区大...

ムーブの講座

いずれも、女性センター「ム...

夜宮青少年センターの講座

いずれも、夜宮青少年セン...

SOHOライターの美編ゆみ子講座

5月18日〜6月8日の毎週火...

年長者いきいきクラブ

6月〜来年3月の毎週金曜日...

「水彩画」

6月〜来年3月の毎週金曜日...

「わくわくまちづくり」

6月から約半年間、毎月一回...

工場の研修生を募集

まちづくりの理論、事例・手...

トロカデロ・デ・モンテカルロバレエ団 北九州公演



スタイル抜群! 究極の脚線美を誇る男性だけの...



母子家庭の母親と専婦のための和裁講座
5月24日〜6月30日の毎週月...

母子家庭の母親と専婦のための和裁講座

5月24日〜6月30日の毎週月...

普通救命講習会

5月26日(木)午前9時30分〜...

外国人のための無料相談

いずれも、国際村交流セン...

不動産トラブルなどの宅建相談

5月11日(火)・18日(火)の午後...

外国人のための無料相談

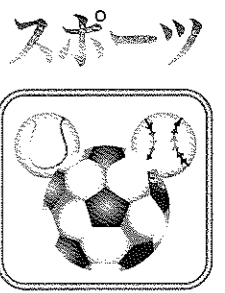
いずれも、国際村交流セン...

視覚障害者のための生活相談

5月23日(日)午後1時30分〜...

母子家庭の母親と専婦のための就職無料相談

5月21日(金)午後1時30分〜...



スポーツ

自転車に乗れない女性のための自転車教室
5月25日(火)午後1時～3時、サイクリングターミナルで。定員二十人(抽選)。参加費四百円。雨天中止。

ソフトバレーボール大会の参加チームを募集
5月23日(日)午前9時から、夜高青少年センター(戸畑区夜高一丁目)で。対象は、男性二人女性一人の混合チーム(学生は除く)。先着二十二人チーム。参加費一チーム千円。

在宅肢体不自由児のための療育キャンプ
対象は、小学三年生～中学生の在宅肢体不自由児(①は進行性筋萎縮症とその保護者)。定員(調整)は、①が五十人、②が各二十人。参加無料。

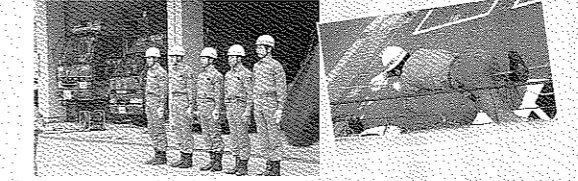
健康体力相談
5月12日(水)午前10時～正午、総合体育館(八幡東区八王寺町)で。対象は、高校生以上の入。参加費千円。

平成11年度わっしょい百万夏まつり「ミス北九州」を募集
8月6日(金)～8日(日)に開催される「わっしょい百万夏まつり」などのイベントや、他都市での観光宣伝に参加していただく「ミス北九州」を募集します。

必見! 市政テレビ番組

いきいき情報北九州

毎週金曜日 朝11時20分～11時30分 TNC
★5月7日放送分 「レスキュー隊1日体験」
いつ起こるか分からない災害を想定し、日々訓練に取り組む消防署の職員たち。「ロープ登はん」や「はしご登はん」など、厳しい訓練を行っています。



サタデー北九州

毎週土曜日 朝11時30分～11時45分 RKB
★5月8日放送分 「1日体験シリーズ⑦体操教室入門」
健康増進に役立つ体操教室を紹介します。
★5月15日放送分 「アイデアの宝庫! 関門発明研究会」
会員たちの取り組みや、発明を生きがいとする彼らの情熱を紹介します。

初級バドミントン教室
5月3日～8月5日の毎週木
総合体育館(652局4001)
申し込みは、5月10日までに、

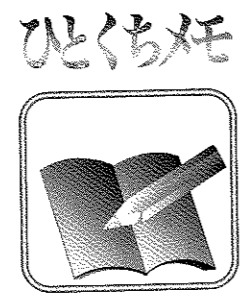
ゴルフ初心者教室
6月1日～7月9日の毎週火曜・金曜午後2時～4時、北九州パレスなどで。定員二十人(抽選)。受講料一万二千五百円(24歳以下は一万五千五百円)。

北九州穴生ドーム
総合体育館(652局4001)
5月1日(土)～8日(日)
北九州穴生ドーム(6645局6688)
5月1日(土)～4日(休)
8日(日)・10日(月)・18日(火)・20日(水)・22日(木)・24日(金)・28日(金)・31日(月)。

スポーツ②

テニス大会(ダブルス)の参加者を募集

6月6日(日)北九州パレス小倉北区井筒五丁目。女子ダブルス(午前9時から)と男子ダブルス(午後1時から)があります。対象は、C級(初級程度)の人。先着各二十四組。参加費一組二千円。



ひとくちメモ

通級指導教室の児童生徒を募集
小・中学校の通常の学級に在籍し、聞こえや見え方、ことばや集団への参加等で困っている児童生徒の相談や指導を行います。場所は、難聴・弱視・言語・情緒の各通級指導教室(中学校は難聴のみ)。申し込みは随時。問い合わせは、在籍している各学校長か、教育委員会指導第二課(582局2367)へ。

都市計画道路の決定
計画道路は、9号線(小倉南区)。なお、都市計画決定の図面は、建築都市局交通計画課(市役所13階、582局2518)か小倉南建設事務所管理課(小倉南区役所4階、951局4111内線508)で見られます。講演会「成長期の子どものためのスポーツ指導法」
5月14日(金)午後7時～8時30分、若松市民会館(若松区本町三丁目)で。入場無料。

北九州社会合同説明会
5月7日(金)午前11時～午後5時、西日本総合展示場新館(小倉駅北側)で。対象は、来春大学・短大・高専・専修学校を卒業見込みの人など。参加無料。市内約七十社の企業が参加。問い合わせは、北九州商工会議所(541局0195)へ。

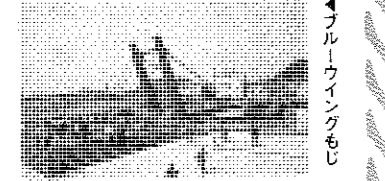
北九州市下水道史」を発売
下水道整備の歴史をまとめた本。価格は、三千円。政府刊行物北九州サービスステーション(市役所1階)などで発売中。問い合わせは、建設局下水道経営課(582局2479)へ。

子ども会活動のモデル事業を募集
ボランティア活動や地域の特色を生かした体験活動などを行う、子ども会活動のモデルとなる事業を募集します。委託料は一団体十万円。募集は、十団体(選考)。

アメリカ ノーフォーク「ハート発見の旅」
8月2日(月)～17日(火)に、北九州市の姉妹都市・ノーフォーク市を訪問し、ホームステイをしながら、英語研修やボランティア施設訪問などを行います。対象は、中学生以上の人。定員二十五人(選考)。最少催行十五人。参加費二十七万円。申し込みは、5月31日まで。詳しくは、北九州国際交流協会(662局0055)へ。

ブルーウイングもじ

開閉回数が増えました
1日4回から6回に
◆問い合わせ 港湾局振興課 321局5958へ。
門司港レトロ地区の見所の一つ「ブルーウイングもじ(西海岸可動橋)」の開閉が、1日4回から6回に増加しました。新しい開閉時刻は次の通りです。



☆開閉時刻(いずれも20分間隔開橋)
①午前10時 ②11時 ③午後1時 ④2時 ⑤3時 ⑥4時。
ブルーウイングもじ
対象は、戦跡慰霊巡拝(意参)を行う戦域(旧ソ連、中国、イ

有宅地を売り払い
未利用国有地を入札で売却します。入札受付期間は、5月18

小倉祇園・わっしょい百万夏まつりの出店を募集
対象は、18歳以上の人か社会福祉団体。一人一区画(三才×一・五才)。出店料約二万円。業種別に抽選。

小倉祇園・わっしょい百万夏まつりの出店を募集
対象は、18歳以上の人か社会福祉団体。一人一区画(三才×一・五才)。出店料約二万円。業種別に抽選。

市政相談ニコニコ電話=市民局広聴課582局2525。市政の相談・要望など。月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時。

生活環境パトロールセンターフリーダイヤル0120局790810。道路や公園の不備などで気付いたことは、なんでもどうぞ。



編集 門司区役所まちづくり推進課 (旧本町通り)
☎331局1881(代表) ☎801-8510

戦没者追悼式

5月11日(火)午前10時～午後0時20分、門司市民会館で。入場無料。

追悼式終了後、舞踊(若生流や時輪ゆみさんの歌のアトラクション)があります。

問い合わせは、門司区役所まちづくり推進課☎331局1881内線257へ。

親子米づくり教室

6月13日～11月7日の日曜日(全四回)午前10時～午後1時、小倉南区大字曾根新田で。

対象は、小・中学生とその家族。定員二十組(抽選)。苗、肥料代等五千円。

申し込みは、往復はがきに、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、5月24日までに、東部農政事務所(☎80218510)小倉南区若園五丁目1-2、☎951局4111内線587へ。

図書館だより



5月

いずれの催しも参加無料。門司図書館 ☎321局6515

5日(初)～6日(休)、6月1日(火)★一峰成人読書会Ⅱ1日(土)午前10時～正午。テキストは、「人間ゾルゲ」★お楽しみ会Ⅱ8日(土)午前10時30分～11時30分。紙芝居や絵本の読み聞かせなど★クレヨン絵本の集いⅡ12日(休)午前10時～正午。テキストは、「たぶたぶ」★小学生読書会Ⅱ15日(土)午後2時～3時。テキスト

トは、「花さき山」★郷土会Ⅱ16日(日)午前10時～正午。内容は、「郷土史講座」★映画会Ⅱ22日(土)午後2時～3時。「おおかみと七匹の子やぎ」「ニルスのふしぎな旅」の上映。

大里こども母のどしよかん ☎371局4646

休館日は、月曜日、5月4日(休)5日(初)～6日(休)、6月1日(火)★おはなし会Ⅱいずれも午後2時30分～3時。▼1日(土)題名は、「こずすめのぼうけん」▼15日(土)題名は、「少年と子だぬき」★あすなろこどもの集いⅡ8日(土)午前10時30分～11時

無料相談

祝日は休み。問い合わせは、門司区役所まちづくり推進課☎331局0039へ。

交通事故相談 5月10日(月)午前9時～午後4時、門司区役所。行政相談 5月13日(木)午後1時～4時、門司区役所。

高齢者等すこやか住宅相談 5月13日(木)午後1時～5時、門司保健福祉センター総合相談コーナーで。定員四人(調整)。

申し込みは、5月10日までに、総合相談コーナー☎321局4800へ。

高齢者職業相談(55歳以上) 毎週月曜・金曜日の午前9時～午後4時、門司区役所。

年金相談 ▼毎週火曜日の午前10時～午後4時(船員保険は午前10時30分～午後2時30分)Ⅱ門司区役所 ▼第四木曜日の午前10時～午後4時Ⅱ大里出張所(船員保険の相談はできません)。

心配ごと相談 いずれも午前10時～午後3時。▼毎週火曜日Ⅱレディースもじ ▼毎週水曜日Ⅱ門司文化センター ▼毎週金曜日Ⅱ大里中部公民館。なお、第二金曜日の午後1時～3時(受け付けは午後2時30分まで)は、弁護士が相談に応じます。

法律人権特別相談 5月28日(金)午後1時～4時、門司区役所。弁護士・人権擁護委員・法務局職員が相談に応じます。

区政情報を

出前講演します!



市の職員が皆さんのところへ出張して、門司区政について分かりやすくお話しします。対象は、20人以上のグループ。受講無料。内容については、事前に相談を(例:介護保険制度、生活道路整備事業など)。講演期間は、8月31日(火)まで。時間は、1時間～1時間30分程度。申し込みは、6月30日までに、門司区役所まちづくり推進課☎331局0039へ。

□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582局2236へ □本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社 センリンプリンテックス 門司区 ☎9903001F

健康より



門司保健福祉センター ☎331局1881

セット検診

5月6日(木)午後1時30分～3時、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。いずれも66歳以上のの人などを対象にした無料の制度があります。

成人病・結核・肺がん検診 対象は、40歳以上の人。受診料千二百円(痰の検査は別に九百円が必要)。胸部X線撮影は、無料です。

骨粗しょう症検診 対象は、18歳以上の女性。受診料千円。歯ツピー(歯科)検診 対象は、

子育てミニ講座

(もじっ子クラブ)

5月10日(月)午後1時30分～3時(受け付けは午後1時40分まで)、門司保健福祉センター別館(旧保健所)で。

対象は、3歳～5歳児とその保護者。参加無料。

とっさの時の救急法について、消防士の話と実技があります。問い合わせは、生活支援係☎内線456へ。

幼児栄養教室

5月21日(金)午後1時30分～2時30分(受け付けは午後1時40分まで)、門司保健福祉センター

「看護の日」健康フェア

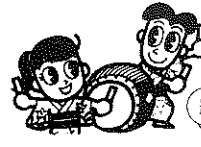
5月15日(土)午前10時～午後2時、門司労災病院(東港町)で。

健康相談、各種測定(身長・体重・血圧・体脂肪率・骨密度・心電図・血糖検査)や介護用品の展示を行います。

問い合わせは、生活支援係☎内線450へ。

小倉北区版

編集：小倉北区役所まちづくり推進課 ☎582局3311 (代表)



高齢者の求人・求職無料相談

5月12日(水)午前10時～正午
西小倉市民福祉センターで。
対象は、▼求人Ⅱ高齢者の雇
い入れを希望する人 ▼求職Ⅱ
おおむね65歳以上の人。無料。
高齢者のための職業の斡旋を
行います。

問い合わせは、北九州市高
齢者能力開発情報センター ☎8
1局0901へ。

5月の無料相談

いずれも、小倉北区役所で。
詳しくは、まちづくり推進課
☎582局3339へ。

法律人権特別相談

6日(木)・
20日(木)・27日(木)の午後1時30分
～4時30分。金銭や土地などの
相談に弁護士ほかが応じます。
各日先着二十五人。当日、午前
8時30分から、まちづくり推進

わが家のアイドル



「私ってケーキが大好きなの」
1歳6か月の伊東麻里愛ちゃん。

□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課 ☎582局2236へ □本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社センタープリンテックス(門司区) □9903001F

春のあるき ing

— 森林浴と史跡めぐり —

5月23日(日)午前8時45分、平和公園(黒原一丁目)に
集合。正午、同所で解散。先着500人。参加無料。雨天中
止。小学生以下は保護者同伴。参加賞などがあります。
家族や友達を誘って、春の足立山麓を散策してみませ
んか。平和公園→妙見神社→五百羅漢→安全寺→広寿山
福聚寺→小笠原藩主の墓→圓通寺→平和公園を歩きます
(距離約5.5km)。
申し込みは、5月6日から、小倉北保健福祉センター
地域福祉係 ☎582局3415へ。



お元気ですか



小倉北保健福祉センター

※問い合わせは、いずれも生活
支援第一係 ☎582局3440
へ。

成人病・結核・肺がん検診

★いずれも、
午後1時30
分～3時。

▼5月13日(木)・20日(木)Ⅱ小倉北
区役所東棟3階 ▼27日(木)Ⅱ
篠崎公民館 ▼6月2日(木)Ⅱ
高坊団地集会所。対象は、40歳
以上の人。受診料千二百円(痰
の検査は別に九百円)。66歳以上
の人などを対象にした無料の制
度があります。検尿、中性脂肪

歯ツピー検診

★5月13日
(木)午後1時

検査など。事前予約は不要。
30分～3時、小倉北区役所東棟
3階で。対象は、30歳以上の人。
無料。歯などのチェック。

乳児教室

★5月18日
(火)午後1時

15分～3時30分、小倉北区役所
東棟3階で。対象は、1歳まで
の乳児とその保護者。無料。赤
ちゃんとの上手なかわり方や、
離乳食のお話や実演など。母子
健康手帳を持ってどうぞ。

骨粗しょう症検診

★5月20日
(木)午後1時

30分～3時、小倉北区役所東棟
3階で。対象は、18歳以上の女
性。受診料千円。66歳以上の人
などを対象にした無料の制度が
あります。

「歩く」健康教室

★いずれも、
午前9時～

11時30分。5月24日(月)と6月7
日(月)の二回コース、小倉北区役
所東棟3階で。対象は、40歳
69歳の人で、事前に成人病検診
を受けている人。先着十二人。
無料。成人病予防を目的とした
体力診断とウォーキングの講義
と実習です。申し込みは、5月
6日から、生活支援第一係 ☎5
82局3440へ。

ツベルクリン反応とBCG接種

★いずれも、
午後1時30
分～2時45

分、小倉北区役所東棟3階で。
▼ツベルクリン反応検査Ⅱ毎月
第二・四日曜日(5月は10日・

4月1日より、小倉北保健福祉センターが変わりました。

業務内容	係	場所
庶務・福祉	庶務係、福祉係	区役所西棟1階
地域づくり	生活支援第1・2係	区役所東棟2階
	地域福祉係	区役所西棟1階
介護保険	介護保険係	区役所西棟1階
総合相談	総合相談係	
保 護	管理係、保護第1・2・3係	区役所東棟2階

24日) ▼BCG接種Ⅱツ反
査の二日後の水曜日(5月は12
日・26日)。4月・10月は除く。対
象は、4歳になるまでの人。

親子米づくり教室 参加者募集!

6月～11月の日曜日(全4回)午前10時～午後
1時、小倉南区大字曾根新田で。
対象は、市内にすむ小・中学生のいる家族。定
員30家族(抽選)。苗代・肥料代など5000円。
田植え、草取り、稲刈り、収穫祭を行います。収
穫祭には、おいしいお米が食べられます(各家族
5kg持ち帰り)。
申し込みは、往復はがきに、住所、参加者全員
の氏名・年齢・電
話番号を書いて、
5月24日までに、
東部農政事務所
(☎802-8510 小倉
南区若園五丁目1
-2、☎951局4111
内線587)へ。



中央図書館
勝山こどもと母のとしよかん
☎571局1481

5月の催し

※各館とも休館日は、月曜日、
5月4日(木)・5日(祝)・6日(木)、
6月1日(火)。
— 5月の催し —
いずれも勝山こどもと母のと
しよかん。参加無料。
★勝山おはなし会 1日(土)午後
2時30分～3時30分。絵本「く
ものこどもたち」の読み聞かせ
や紙芝居など。
★ポケットの会 8日(土)・22日
(土)の午後2時30分～3時30分。
絵本の読み聞かせなど。
★勝山えいが会 15日(土)午後2
時30分～3時30分。映画「鉄腕
アトム」などを上映。



～区政情報番組「来て!みて!みなみ区」新シリーズ開始!～ 区内の各地域に話題を絞ったコーナーが始まります。5月放送の地域は「城野」。城野公民館を中心に、身近な街の話題が登場します。放送はケーブルテレビ31ch。加入世帯や区役所などで見られます。

葛原市民福祉センターがオープン
小倉南区で四番目の市民福祉センターが4月25日(日)、葛原に開館しました。
地域の保健福祉・生涯学習コミュニティ活動の場として、皆さんの活用をお待ちしています。
【所在地】葛原本町三丁目4番34号、☎475局2185。

5月の無料相談
問い合わせは、小倉南区役所まちづくり推進課☎951局0039へ。祝日は休み。
中高年齢者雇用相談 12日(木)午前10時～午後3時、小倉南区役所。対象は、45歳～64歳の人。
国税相談 13日(木)午前10時～午後3時、小倉南区役所。
行政相談 13日(木)午前10時～午後3時、小倉南区役所。
高齢者等すこやか住宅相談 13日(木)午後1時～5時、小倉南区役所。対象は、高齢者や障害者の住まいの新築や改装などの相談に応じます。申し込みは、11日までに総合相談コーナー☎952局4800へ。

グニフントゴルフ 区長杯争奪大会
5月23日(日)午前8時30分～午後2時 企救中学校グラウンドで。先着二十チーム。一チーム六人(小倉南区内の同じ小学校区に住む人)。参加費一チーム五百円(傷害保険料含む)。申し込みは、5月6日から、小倉南中央公民館☎941局4220へ、参加費を持って来所してください。
小倉南保健福祉センター
☎951局4111(代表)。いずれの検診にも、66歳以上のの人などを対象にした無料の制度があります。

骨粗しょう症検診 ★5月12日(水)午後1時30分～3時、小倉南市民センターで。
対象は、18歳以上の女性。受診料千円。事前予約不要。一年以内の成人病検診などの結果票があれば持ってきてください。
問い合わせは、生活支援係(内線458)へ。
成人病・結核・肺がん検診 ★対象は、40歳以上の人。結核検診は年齢制限がありません。受診料千二百円。
【日程】時間はいずれも、午後1時30分～3時。▼5月12日(水)企救小学校 ▼19日(木)平尾公民館 ▼毎週水曜日小倉南市民センター。
問い合わせは、生活支援係(内線458)へ。

いいききマタニティー学級
いずれも、午後1時30分～4時(受け付けは午後1時40分まで)。小倉南市民センターで。母子健康手帳と筆記用具、②は歯ブラシとエスプロン、三角巾を持ち込みは不要です。
①5月11日(火) 赤ちゃんのおふろなど
②5月25日(火) 赤ちゃんの栄養など
③6月8日(火) マタニティーグッズなど
問い合わせは、生活支援係(内線440)へ。

親子米づくり教室
対象は、小中学生とその家族。田植え、草取り、稲刈り、収穫祭などを行います。定員30家族(抽選)。肥料代等5000円。
秋にはおいしいお米が食べられます(各家族5kgを予定)。
【日程】6月から11月の日曜日(全4回)午前10時～午後1時、大字曾根新田で。
申し込みは、往復はがきに、住所、参加者全員の氏名・年齢、電話番号を書いて、5月24日までに、東部農政事務所(☎802-8510 小倉南区若園五丁目1-2、☎951局4111内線587)へ。

者能力開発情報センター☎881局0901へ。
歯科検診 ★5月19日(木)午後1時30分～3時、小倉南市民センターで。
対象は、30歳以上の人。無料。内容は、歯と歯ぐきの健康状態や入れ歯のチェックなど。
問い合わせは、生活支援係(内線459)へ。

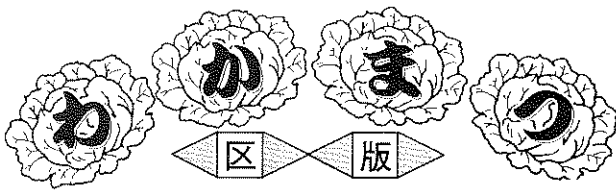
子宮がん検診 ★対象は、30歳以上の女性。受診料千七百円。5月31日(月)までに、次の産婦人科医院などで、診療時間内にとぞ。
問い合わせは、生活支援係(内線459)へ。
▼安部(徳力二丁目) ▼いのう

わいわい子育て相談 ★毎月第二木曜日(5月は13日)午後1時～1時20分、小倉南保健福祉センターで受け付け。
乳幼児(小学校入学前)の心や体の発達、運動や言葉などで気になることに、小児科医などが相談に応じます。無料。事前予約をしてください。
申し込みは、生活支援係(内線440)へ。

健康料理教室 ★5月20日(木)午前10時～午後3時、守恒公民館で。先着二十人。参加料四百円程度。「春の北九州特産の野菜を使う」

図書館だより
休館日は、毎週月曜日、5月4日(休)・6日(木)、6月1日(火)貸し出し、催しも無料。催しは、いずれも企救子どもと母のとしよかん。
中央図書館☎571局1481
せねつと☎475局0120
企救子どもと母のとしよかん☎951局4111内線644
★紙しばいと絵本のよみかかせ
5月1日(土)・15日(土)午後2時～3時。
★映画会など 5月8日(土)22日(土)午前10時30分～正午。
★おとぎぞうしのおはなし会 5月22日(土)午後2時～3時。

【市政だより】に載ったあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582局2236へ。【本紙は再生紙を使用しています】印刷 株式会社ゼンリンプリンテックス(門司区) ☎9903001F



5月1日号

編集/若松区役所
まちづくり推進課
☎761局5321(代)



飯尾宗祇句碑 (佐藤公園)

若松コスモス街道 ボランティア募集



6月～10月に若松コスモス街道(若松区「ひびき茜ライン(国道495号)」)で、コスモスの種まき、草取り、水やりなどの手入れをしてくれるボランティアを募集します。種まきは、6月26日(土)に行います(当日都合の悪い人は別の日でも可)。

対象は、現地集合、現地解散でき、畑の管理と開花まで継続して手入れできる4～5人のグループ(家族など)。募集は170区画(抽選)。参加無料。

申し込みは、5月20日までに、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線261へ。

りのくつ。

★成人読書会 20日(休)午前10時～正午。テキストは、「夫の宿題」。



5月の無料相談

いずれも若松区役所で。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局0039へ。祝日は休み。

高齢者等すこやか住宅相談 13日(休)午後1時～5時、総合相談コーナーで。

申し込みは、10日までに、総合相談コーナー☎751局4800へ。

交通事故相談 14日(金)午前9時～午後4時。法律人権特別相談 19日(水)午後1時～4時(受け付けは、当日の午後0時30分から、先着30人程度)。

弁護士、人権擁護委員、法務局職員が相談に応じます。

行政相談 21日(金)午前10時～午後3時。心配ごと相談 毎週水曜日の午前10時～午後3時。

年金相談 毎週木曜日の午前10時～午後4時(船員保険は、午前10時30分～午後2時30分)。島郷出張所の年金相談は、10日(月)午前10時～午後4時(船員保険はありません)。



5月の図書館だより

いずれも休館日は、毎週月曜日と4日(休)・5日(祝)・6日(木)。貸し出し、催しも無料。

若松図書館 ☎761局2942

★こどもの集い 8日(土)午前10時～11時30分。対象は、小学校低学年児童。内容は、ばちくりウサギとステンドグラスふうの工作。油性ペン、牛乳パック、はさみ、カッターを持ってどうぞ。

島郷こどもと母のとしよかん☎701局3991

★おたのしみ会 8日(土)午前10時～11時。内容は、「シャボン玉であそぼう」。シャボン玉液、ストローを持ってどうぞ。

★子どもと母の読書会 13日(木)午前10時～正午。テキストは、「キロコちゃん」とみど

若戸グラウンドゴルフ大会

5月23日(日)午前9時30分～正午(受け付けは午前9時～9時20分)、新日本製鐵(株)若松鉄橋海洋センターグラウンド(若松区大字安瀬、安瀬口バス停から徒歩3分)で。対象は、若松区在住の20歳以上の人。定員24組(2人1組、抽選)。参加無料。雨天中止。



子育て「コスモス広場」

5月14日～来年2月18日の第2金曜日(8月と12月～来年2月は第3金曜日)午前10時～11時30分、若松コスモス保育所で。

対象は、乳幼児とその保護者。無料。うんどろあそびやエプロンシアターなどで遊びながら親子でふれあいを楽しめます。

問い合わせは、若松コスモス保育所☎761局5611へ。



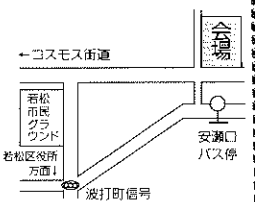
若松少年少女合唱団 定期演奏会

5月8日(土)午後6時～8時30分、若松市民会館大ホールで。

どなたでもどうぞ。入場料1000円。フォークソングメドレーや映画「サウンド・オブ・ミュージック」の歌などを歌います。

問い合わせは、若松少年少女合唱団☎761局1094へ。

申し込みは、往復はがきに、2人の住所・氏名・性別・年齢・電話番号を書いて、5月15日(消印有効)までに、若松中央公民館(☎808-0034 若松区本町三丁目13-1、☎若松区役所方面1-751局8683)へ。



若松保健福祉センターの催し 問い合わせ☎761局5321(代)



たかす妊産婦・乳幼児相談

5月12日(休)午前9時30分～11時、県営高須団地第1集会所で。

対象は、妊産婦と乳幼児。無料。保健婦、助産婦、栄養士、歯科衛生士などが保健・育児相談に応じます。母子健康手帳を持ってどうぞ。問い合わせは、生活支援係、内線438へ。



子育て教室

▶5月13日(休)午前10時45分～11時45分＝高須児童館 ▶28日(金)午前10時30分～11時30分＝若松中央市民福祉センターで。

対象は、乳幼児とその保護者。無料。「オムツとさよなら!」をテーマに、おむつはずし、排泄のしつけなどについて

話します。問い合わせは、生活支援係、内線438へ。



わいわい子育て相談

5月12日(休)午後1時10分～2時、若松保健福祉センターで。

対象は、精神・運動の発達や言葉、健康面で気になる乳幼児とその保護者。無料。小児科医、臨床心理士、保健婦などの専門スタッフが相談に応じます。

母子健康手帳を持ってどうぞ。事前に予約してください。問い合わせは、生活支援係、内線438へ。



ツ反検査とBCG接種

《ツ反検査》▶5月19日(休)午後1時30分～2時30分、若松保健福祉センターで。

《判定とBCG》▶ツ反検査の2日後、同じ時間と場所で。

対象は、4歳になるまでのお子さんで、これまでに1回もツベルクリン反応検査を

受けていない人。無料。母子健康手帳をもってどうぞ。問い合わせは、生活支援係、内線438へ。



休日検診

5月9日(日)午前9時～10時30分、若松中央市民福祉センターで。

成人病・結核・肺がん検診＝対象は、40歳以上の人。受診料1200円(痰の検査は別に900円)。検尿、血圧測定、胸部X線撮影など。

歯ッピー検診＝対象は、30歳以上の人。無料。口腔内の診察と歯科保健指導。

若者検診＝対象は、18歳～39歳の人。受診料1200円。内容は成人病検診と同じ。

胃がん検診＝対象は35歳以上の人。受診料は、35歳～39歳の人には2900円、40歳～65歳の人には900円。内容は胃部X線撮影。

いずれも66歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。

胃がん検診のみ予約が必要(50人程度)。問い合わせは、生活支援係、内線438へ。

□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582局22336へ □本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社センタープリンテックス(株) □9903001F

やはた東区版

編集：八幡東区役所まちづくり推進課
☎805-8510 ☎671局0801(代表)

(区役所あての郵便物は、郵便番号とあて名を記入すれば届きます。)

八幡図書館と桜



● 八幡東区役所市民ホールの催し

公園の四季写真コンテスト入賞作品展 5月10日(月)～14日(金)。入賞写真など21点を展示します。

幻のSL展 5月17日(月)～21日(金)。旧満洲鉄道のSL(蒸気機関車)の写真など26点を展示します。

● 八幡市民会館美術展示室の催し

退職教職員文化展 5月16日(日)～23日(日)の午前10時～午後5時30分(23日は正午まで)。絵画・彫刻・書など60点を展示します。

● 食品衛生責任者養成講習会

5月25日(火)午前9時30分～午後4時30分、八幡東保健福祉センターで。

対象は、飲食店等の営業者や従事者で、栄養士、調理師などの資格を取得していない人。各施設で1人は受講してください。先着60人。受講料3000円。

申し込みは、5月6日から、八幡東保健福祉センター総合相談係(☎671局0801内線484)へ来所してください。

● 健康チェックしませんか?

いずれの検診も、66歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。

問い合わせは、八幡東保健福祉センター生活支援係☎671局0801内線433へ。

☆成人病・結核・肺がん検診

▶5月19日(木)午後1時～2時30分=西日本産業衛生会(山王一丁目)

▶20日(木)午後2時～3時=大場谷小学校

▶6月3日(木)午後2時～3時=槻田市民福祉センターで。

対象は、40歳以上の人。受診料1200円。

内容は、肝機能検査・胸部X線撮影など。

☆骨粗しょう症検診

毎月第2月曜日(10月と1月は除く)の午後1時～2時30分、西日本産業衛生会で。

対象は、18歳以上の女性。受診料1000円。

内容は、骨密度測定。

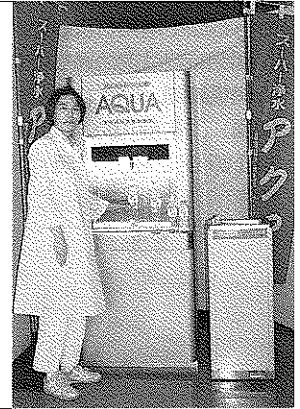
一見飲の価値あり

北九州市が研究開発した、水道水をより「おいしい水」に変身させる装置(スーパー浄水アクア)が、ついに八幡東区役所1階市民ホールに登場!

区役所で飲んでみるもよし、ペットボトルなどで持ち帰るもよし。無料で自由に味わえます。

市販のミネラルウォーターにも決して引けを取らないと評判の「アクア」、ぜひ一度お試しを。

問い合わせは、環境科学研究所アクア研究センター ☎882局0333へ。



● 乳児保健指導と離乳食相談

5月19日(木)午後1時40分～3時(受け付けは1時30分から)、槻田市民福祉センターで。

対象は、乳児とその保護者。

問い合わせは、八幡東保健福祉センター生活支援係☎671局0801内線435へ。



500 無 料 相 談

問い合わせは、八幡東区役所まちづくり推進課☎661局0039へ。祝日は休みです。

行政相談 6日(木)・20日(木)・27日(木)午前10時～午後3時、八幡東区役所で。

法律人権特別相談 10日(月)午後1時～4時、八幡東区役所で。弁護士、人権擁護委員、法務局職員が応じます。

交通事故相談 17日(月)午前9時～午後4時、八幡東区役所で。

年金相談 毎週火曜日の午前10時～午後4時、八幡東区役所で。

時、八幡東区役所で。

厚生年金の相談にも応じます。

高齢者職業相談(55歳以上) 毎週月曜～金曜日の午前9時～午後4時、八幡東区役所で。

心配ごと相談 毎週火曜・水曜・金曜日の午前10時～午後3時(28日は弁護士相談日のため、午後1時～4時に変更)、八幡東区社会福祉センター(八幡東区役所南側)で。

図書館だより 5月

休館日は月曜日と5月4日(木)～6日(木)、6月1日(火)。なお、八幡東こどもと母の図書館は、5月11日(火)～15日(土)特別整理のため休館します。催し、貸し出しとも無料。

八幡図書館☎671局1123

▶親子読書会 1日(土)午後2時30分～4時。

▶紙芝居と絵本の読み聞かせ 8日(土)午後2時30分～4時。

▶成人読書会 18日(火)午前10時～正午。

▶映画会と絵本の読み聞かせ 22日(土)午後2時30分～4時。

八幡東こどもと母の図書館☎662局3338

▶映画会 1日(土)午後3時～4時。

▶おりがみ教室 8日(土)午前10時～正午。はさみと筆記用具を持ってどうぞ。

▶成人読書会 13日(木)午前10時～正午。

▶お母さんの勉強室 13日(木)午前10時～正午。

▶親子読書会 15日(土)午後2時30分～4時30分。

▶びよびよランド 20日(木)午前10時30分～11時。絵本の読み聞かせと紙芝居、工作。

▶こどもワールド 22日(土)午前11時～正午。絵本の読み聞かせとペーパーサートなど。

「こどもと母の図書館は、誰でも利用できるの?」という質問がよくありますが、もちろん、老若男女どなたでも利用できます。お気軽にどうぞ!

前田市民福祉センターオープン!

4月28日、前田地区に待望の市民福祉センターが開館しました。

前田ふれあいセンター(市民福祉センターと保育所の複合施設)の3階です。

乳幼児から高齢者までがふれあえるこの施設には、エレベーターや身障者トイレ、手すりなどが設置されています。

生涯学習や保健福祉活動、また地域の交流や活動の場として、お気軽にご利用ください。

(施設の愛称「前田ふれあいセンター」は、一般公募の作品の中から採用されたものです。)



<所在地>

祇園一丁目5番1号

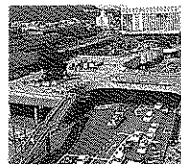
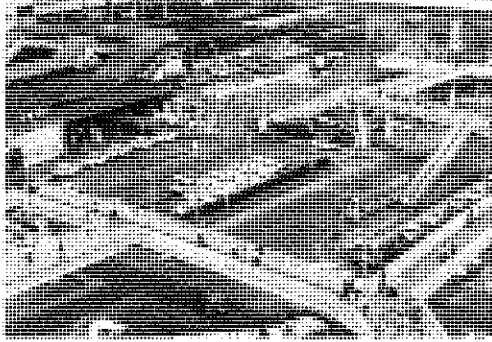
(前田小学校西側)

☎662局0552

□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582局2236へ □本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社ゼンリンプリントクス西司区 □9903001F

あの時、
あの頃

路面電車の通る
改築前の黒崎駅周辺
(昭和56年当時)



▲現在の
黒崎駅周辺

八幡西区
誕生 25周年

八幡西区版

編集 八幡西区役所まちづくり推進課

☎806-8510 ☎(代表)642局1441

5月 1日号

西★事★記

■親と子のアニメ映画大会

5月5日(祝)八幡西市民センターで。各先着80人。入場無料。
▶午前10時～正午＝「かしこいコヨーテ」「トム・ソーヤの冒険」「あらいぐまラスカル」など6本を上映 ▶午後1時～3時＝「森の王様」「こぎつねコンとこだぬきポン」「心のともしび」など6本を上映。

問い合わせは、八幡西中央公民館☎641局7700へ。

■ゆかたの着付け教室

6月4日～8月6日の毎週金曜日(全10回)午後6時30分～8時30分、八幡西勤労青少年ホームで。

対象は、市内に住むか勤務する、29歳以下の人(学生は除く)。

先着15人。受講料2000円。

ゆかたの着付けを練習します。ゆかたと帯を持ってきてください。

申し込みは、5月6日から、八幡西勤労青少年ホーム☎601局2684へ。

■障害福祉ボランティア入門講座

いずれも、午後6時30分～9時、黒崎公民館(④のみ午前9時～午後3時、玄海青年の家)で。全5回。

①5月20日(木)＝盲導犬との生活について ②27日(木)＝手話体験など ③6月3日(木)＝介護保険について ④13日(日)＝車イスの試乗体験など ⑤17日(木)＝実践介護について。

対象は、15歳以上の人(中学生は除く)。先着30人。受講料500円。

申し込みは、5月6日から、黒崎公民館☎641局4106へ。

■高齢者の求人・求職無料相談

5月7日(金)午前10時～正午、八幡西区役所別館で。

対象は、▶求人＝高齢者を雇いたい人 ▶求職＝おおむね65歳以上の人。

問い合わせは、北九州市高齢者能力開発情報センター☎881局0901へ。

■とじょかん大好き

貸し出し、催しも無料です。

八幡図書館☎671局1123

▶親子読書会＝5月1日(土)午後2時30分～4時。テキスト「リトルブッダ」「風の神とオキクルミ」 ▶紙しばいと読み聞かせ＝8日(土)午後2時30分～4時。紙しばい「かっぱのてがみ」読み聞かせ「だんごどっこい」など ▶成人読書会＝18日(火)午前10時～正午。テキスト「水滴」

▶映画と読み聞かせ＝22日(土)午後2時30分～4時。映画「王さまライオンとカエル」絵本「ねしょんべんたろう」。

▶折尾こどもと母のどじょかん☎691局5653

▶映写会＝いずれも午前10時30分～11時30分。5月8日(土)＝「不思議の国のアリス」など 22日(土)＝「ドカベン」など。

▶おたのしみ会＝5月8日(土)午前10時30分～11時30分。紙芝居、紙工作など。はさみ、のり、色えんぴつを持ってどうぞ。

▶八幡南こどもと母のどじょかん☎618局8441

▶映画会＝5月8日(土)午前10時30分～11時40分。「赤ずきんちゃん」「むかしむかしももたろう」「シンドバットの冒険」。

▶春季パドルテニス教室

5月21日～6月25日の毎週金曜日(全6回)午後7時～9時、折尾スポーツセンターで。

対象は、市内に住むか勤務している人。定員20人(抽選)。受講料1000円(ボール代など含む)。

申し込みは、5月15日までに、八幡西中央公民館☎641局7700へ。

また、八幡西中央公民館では、パドルテニスのルールや楽しみ方をまとめたパンフレットを作成しています。ご希望の人はお早めに連絡を。



こんにちは健康さん

■骨粗しょう症検診

5月26日(水)午後1時30分～3時、協和ホール(八幡西区役所南側)で。

対象は、18歳以上の女性。

受診料1000円。66歳以上の人や市民税非課税世帯(事前に届け出が必要)の人などを対象にした無料の制度があります。

内容は、手首の骨密度測定。

詳しくは、八幡西保健福祉センター生活支援第一係☎642局1441内線433へ。



どうしました? 無料相談

問い合わせは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局0039へ。祝日は休みです。

法律人権特別相談 5月7日(金)午後0時30分～4時、黒崎消費生活センター(メイト黒崎6階)で。先着45人。弁護士などが面談。

交通事故相談 5月11日(火)・25日(火)の午前9時～午後4時、八幡西区役所で。

行政相談 毎週木曜日の午前10時～午後3時、八幡西区役所で。

心配ごと相談 毎週水曜～金曜日の午前10時～午後3時、八幡西市民センターで。5月26日(水)午後1時～4時(受け付けは、午前10時から、先着18人)は弁護士が面談。

高齢者職業相談(55歳以上) 毎週月曜～金曜日の午前9時～午後4時、八幡西区役所で。

年金相談 いずれも午前10時～午後4時。

▶毎週水曜日＝八幡西区役所 ▶毎月第1木曜日＝八幡南出張所 ▶毎月第3木曜日＝折尾出張所。

高齢者等すこやか住宅相談 5月13日(木)午後1時～5時、総合相談コーナー(八幡西区役所内、☎645局4800と八幡南出張所内、☎618局4800)で。定員各4人(調整)。住宅の改良などの相談に応じます。申し込みは、5月10日までに、電話でどうぞ。

風は西から

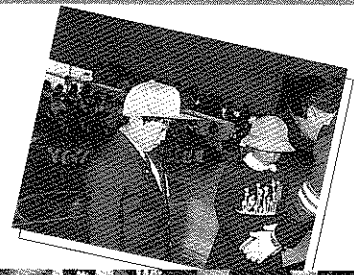
■みなさん「はじめまして!」

4月9日、小学校で入学式が行われました。

新入生は、新しいお友達と対面してちょっとソワソワ。在校生から「みんなで楽しく遊び、勉強もがんばりましょう」とやさしく問いかけられ、はずかしそうな笑顔をうかべていました。

また、交通安全の黄色い帽子も贈られて、これから通学路を明るく染めてくれることでしょう。

(則松小学校体育館)



□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582局2236へ

□本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社ゼンリンプリンテックス西門区 ☎9903001F



駅ビルに「さよなら」… そして新たなスタートに乾杯

4月3日・4日、旧戸畑駅前で「まちづくりスタート祭」がありました。消防音楽隊や戸畑商業高校吹奏楽部の演奏、歌謡ショー、鉄道忘れ物市、ミニSL乗車など盛り沢山。大勢の人でにぎわいました。

かわいい園児の踊りや三輪車競争もありました。

□市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは広報室広報課 ☎582局2236へ

□本紙は再生紙を使用しています □印刷 株式会社センリンプリンテックス(門司区) ☎9903001F

◆計量器の定期検査です

工場、商店、病院、薬局、学校などで取引・証明に使用されている特定計量器(はかり・分銅・おもり)の検査を行います。料金は、500円～1500円。

いずれも、午前10時～正午と午後1時～3時。

▶5月10日(月)=大谷中学校 ▶11日(火)=天籟寺小学校 ▶13日(木)=中原小学校 ▶14日(金)=あやめが丘小学校 ▶17日(月)=飛幡中学校戸畑校 ▶18日(火)=西戸畑体育館 ▶19日(水)=浅生小学校。

問い合わせは、計量検査所 ☎592局2012へ。

図書館たより

5月の休館日は、月曜日、4日(休)・5日(祝)・6日(休)。なお、6月1日(火)は館内整理日のため休館です。

戸畑こどもと母のとしよかん

☎881局5155

5月18日(火)～22日(土)まで特別整理のため臨時休館します。

幼児・児童向けの図書や一般図書も多数用意しています。どなたでもどうぞご利用ください。

★ダンボのじかん 毎週金曜日午前10時30分～11時。絵本の読み聞かせなど。

★こどものつどい 5月8日(土)午前10時30分～11時30分。紙芝居や工作など。

◆ツベルクリン反応検査とBCG接種

いずれも午後1時30分～2時30分、戸畑保健福祉センターで。

▶ツ反検査=毎月第1水曜日(5月は12日に変更) ▶判定とBCG接種=ツ反検査の2日後(5月は14日)。

対象は、まだ1度も検査を受けていない4歳になるまでの乳幼児。無料。母子健康手帳を持ってどうぞ。

問い合わせは、戸畑保健福祉センター生活支援係 ☎871局1501内線435へ。

◆両親学級

5月23日(月)午前9時30分～午後0時30分、戸畑保健福祉センターで。対象は、初めてお父さん、お母さんになる人。先着20組。参加無料。

パパの妊婦体験、フォーラムを通しての仲間づくり、沐浴実習などを行います。

申し込みは、5月10日から、戸畑保健福祉センター生活支援係 ☎871局1501内線447へ。

◆骨の健康生き生き教室

5月27日(木)午後2時～3時30分、戸畑病院3階研修室で。対象は、20歳以上の人。先着20人。無料。骨粗しょう症予防についてのお話と簡単な体操をします。

申し込みは、5月6日から、戸畑病院 ☎871局6025内線512へ。



無料相談

問い合わせは、戸畑区役所まちづくり推進課 ☎881局0039へ。

法律人権特別相談 5月11日(火)午後1時～4時、戸畑市民会館会議室で。当日先着25人程度。弁護士ほかが応じます。

行政相談 5月12日(水)午前10時～午後3時、戸畑区役所で。

交通事故相談 5月13日(木)午前9時～午後4時、戸畑区役所で。

心配ごと相談 毎週木曜日の午前10時～午後3時、戸畑区役所で。5月20日(木)午後1時～3時は、弁護士が応じます。

年金相談 毎週月曜日(5月3日は休み)の午前10時～午後4時、戸畑区役所で。

保健福祉センターの相談

申し込みは、総合相談係 ☎881局4800。いずれも戸畑保健福祉センターで。相談無料。

精神保健福祉相談・老人精神保健福祉相談 5月6日(火)・20日(木)の午後1時30分～3時受け付け。精神医が応じます。

高齢者等すこやか住宅相談 5月13日(木)午後1時～4時。建築士ほかが応じます。

高齢者あんしん法律相談 5月20日(木)午後1時～4時。対象は、おおむね65歳以上で、介護が必要な人やその家族。

◆中央公民館市民ギャラリーの催し

戸畑中央高校書作品展=5月12日(火)～16日(土)の午前9時～午後6時(16日は4時まで)、戸畑中央公民館 ☎882局4281で。

昭和8年に完成した戸畑市役所庁舎を紹介します。

この庁舎は、鉄筋コンクリート造3階建、外装は昭和初期に流行したスクラッチタイルを使用しています。

昭和33年には、昭和天皇皇后両陛下もお立ち寄りになりました。

五市合併後の昭和38年から47年までは、北九州市役所庁舎として使用されました。現在は、建設された当時の姿そのままに、戸畑区役所庁舎として使用されています。

～とばた写真BANK～ 戸畑の古い写真を貸し出します

申し込みは、戸畑区役所まちづくり推進課 ☎871局1501内線261へ。



戸畑市役所庁舎