

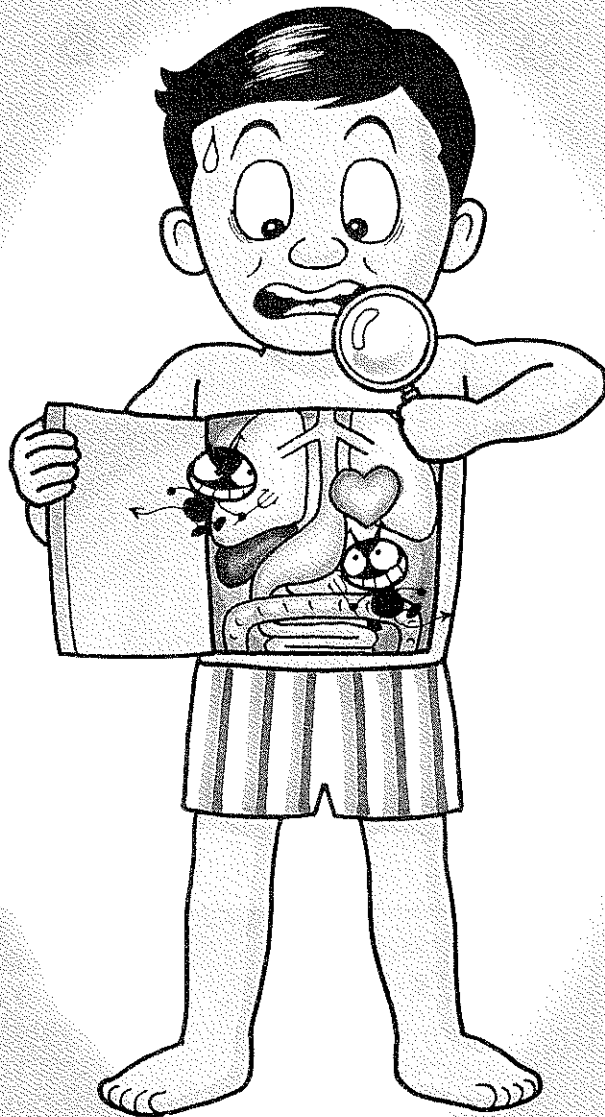
きたきゅうしゅう

市制40周年
文化創造
北九州

●発行・編集 北九州市広報室広報課 ☎803-8501 北九州市小倉北区城内1-1 ☎582局2236 FAX582局2243

こんなふうに...

特集
糖尿病を考える



えっ!?
いつの間に

戸田 弥生 バイオリン・リサイタル

問い合わせ

北九州市芸術文化振興財団 ☎662局3025

日時: 11月21日(金)午後7時～9時。

場所: 響ホール(八幡東区平野一丁目)。

入場料: 一般3500円(前売り3000円)、学生2000円(同1500円)、指定席3500円(前売りだけ)。前売り券は、市内主要プレイガイドで発売中(指定席の販売場所は問い合わせを)。託児(1歳～就学前。有料)は事前に相談を。

※このコンサートに、小・中学生、高校生50人を抽選で無料招待。申し込みは、往復はがきに、住所、氏名、学校名、学年、電話番号を書いて、11月7日までに、北九州市芸術文化振興財団「戸田弥生招待」係(☎805-0019 八幡東区中央二丁目1-1)へ。

●● 市政テレビ ●●

問い合わせ 広報室広報課 ☎582局2236

サタデー北九州 RKB☎毎週土曜日の午前11時30分～11時45分放送。10月18日のテーマは、『木屋瀬みちの郷土史料保存会』。かつて長崎街道の宿場町として栄えた「木屋瀬宿」。江戸の風情を残す街並みなど歴史的資料の保存・研究を行う同会の活動を追います。

北九州発! KBC☎毎月最終土曜日の午前9時30分～10時放送。10月25日のテーマは、『仁川広域市』。韓国・仁川市と本市が姉妹都市を締結して15周年。料理研究家・山際千津枝さんの料理による交流を伝えます。

お役立ち便利情報

市政への相談・要望などは
総務市民局広聴課☎582局2525

催しや施設の案内などは
NTTハローダイヤルサービス
☎(06)4860局8600

夜間・休日の病気やけがなどは
テレホンセンター☎522局9999

道路や公園の不備などで気付いたことは
生活環境パトロールセンター
フリーダイヤル☎0120-790810

家庭から出た粗大ごみの収集申し込みは
粗大ごみ受付センター☎592局5300か
アドレス www.sodai-kitakyushu.net

市のホームページアドレスは
www.city.kitakyushu.jp

**「自分は大丈夫」…
本当にそうですか？**

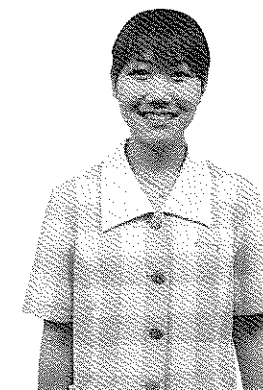
特集 糖尿病を考える

問い合わせ

保健福祉局保健医療課 ☎582局2678

現代社会の豊かな生活を背景に、糖尿病の人が増えています。現在、20歳以上の人で、糖尿病が強く疑われる人は約七百四十万人。可能性のある人を含めると約千六百二十万人に上ります。なんと、成人の六人に一人が糖尿病かその予備軍なのです。

今回の特集は、現代の国民病ともいえる糖尿病について考えます。



八幡西区役所
生活支援課の保健師・
田中麻美です。
私と一緒に糖尿病につ
いて考えていきましょ
う。

誤解の多い糖尿病

みなさんは、糖尿病がどのような病気か、ご存知でしょうか。

し、都府。

次のことに思い当たる人はいませんか。

- ▼ トイレに行く回数や尿量が多い。
- ▼ やたらにのどが渇く。
- ▼ 食欲があり、よく食べるのに体重は減る。
- ▼ 体がだるく、疲れやすい。
- ▼ 皮膚がかゆい。化膿（うみ）しやすい。
- ▼ 目がかすむ。物が見えづらい。
- ▼ 手足がしびれる。神経痛、こむらえりがよく起こる。

これらは、進行した糖尿病にみられる症状です。血糖値が高く、このような症状に気が付いたときには、すでに糖尿病の病魔にむしばまれているのです。

糖尿病が招く恐怖

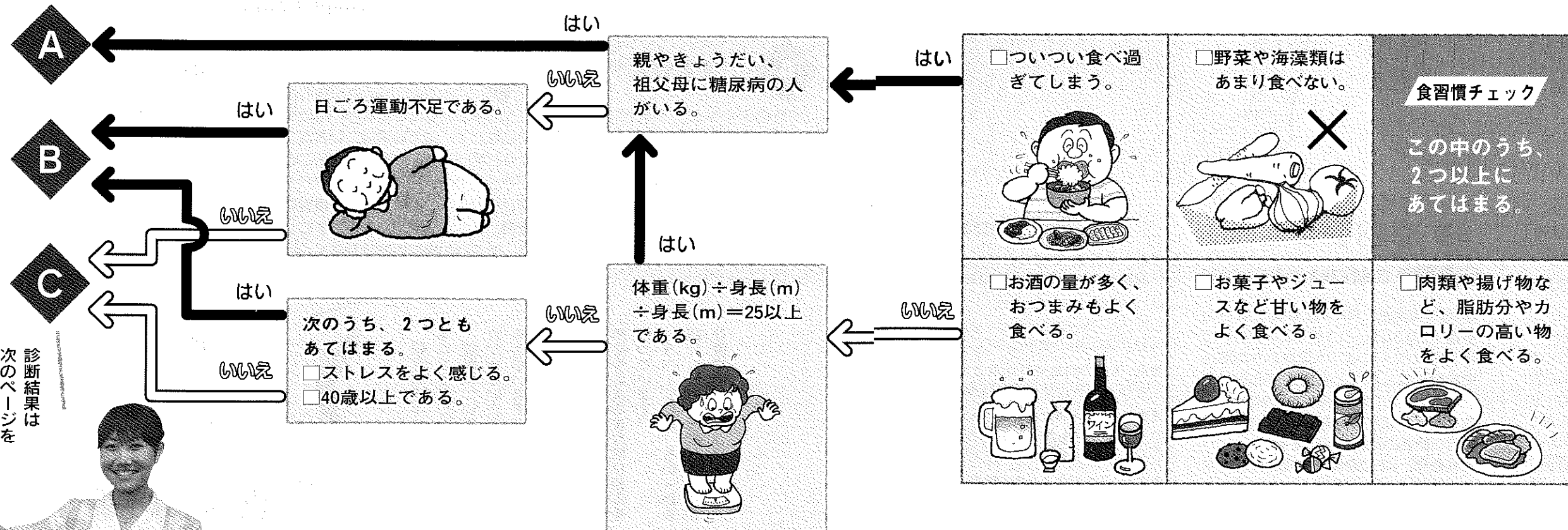
糖尿病と分かってても、治療を受けずにそのままほっておくと、さまざまな合併症を併発します（4ページ上の図を参照）。

糖尿病が原因となる合併症のうち、特に恐ろしいのが、三大合併症といわ

れる、「網膜症」「腎症」「神経障害」です。
▼糖尿病性網膜症は目の網膜の毛細血

管に障害が起き、進行すると失明に至ります。年間約三千人が糖尿病による網膜症で失明しており、後天的な失明原因の第一位になっています。

▼糖尿病性腎症は腎機能が少しずつ低下（次ページに続く）



糖
尿
病

ここから
スタート！



これから参加できる各区の主な健康教室

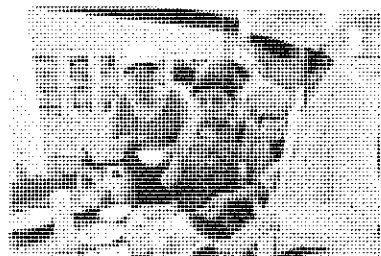
区	教室名	内容
門司区	知って得する糖尿病講座	糖尿病について、栄養、運動、歯や足の健康の面から、実習を交えながら学びます。
小倉北区	健康づくりのためのウォーキング教室	運動を続けることが難しい人のため、歩くことをどのように生活に取り入れていくかを実践しながら学びます。
小倉南区	健康料理教室	調理実習を通して食と健康について学びます。「減塩のコツ」など、ちょっとした調理の工夫も学べます。
若松区	三二健康教室	「糖尿病」「高血圧」「高脂血症」についての講話や、食生活をはじめとした健康相談など。
八幡東区	健康ひろば	「いくつになっても安心して坂道を上れる足腰をつくろう!」をテーマとした健康体操や、健康・栄養相談。
八幡西区	糖尿病予防教室	医師による講話、栄養士による調理実習や運動を通して、生活習慣を見直します。
戸畑区	ダイエット教室	調理・運動実習を通して、生活習慣を見直すことでダイエットにつなげます。

※日時等は、今後、市政だより各区版（16ページ）でお知らせします。詳しくは、各区役所生活支援課へ。

健康教室

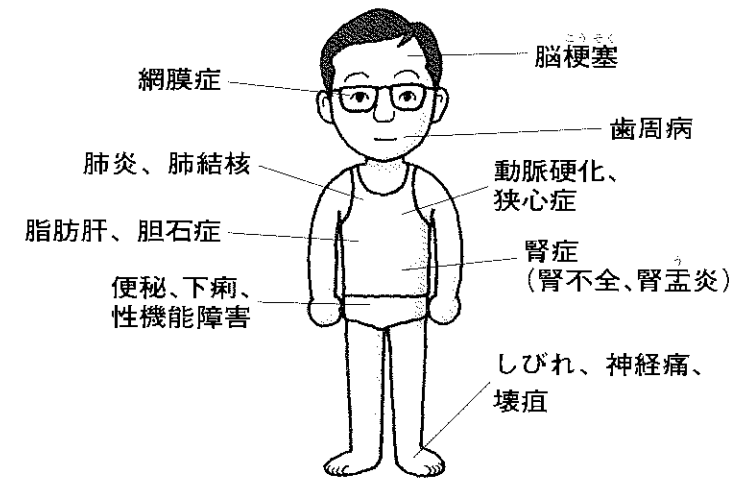
食事や運動などを通して健康について考えていきます。生活習慣改善のために、保健師や栄養士などが分かりやすく指導します。一人では無理だと思われることでも、多くの人と学ぶことで励みになります。

左表の教室のほかにも各区ごとにさまざまな教室を行っています。（区によって教室の名称や内容、開催回数などは異なります）。



▲調理実習では、栄養バランスなどを一つ一つ確認しながら作業を進める。

【合併症の例】



下することで腎不全に至り、最終的に人工透析が必要になります。糖尿病による腎症は、新たに人工透析を始める原因の第一位になっています。

▼糖尿病性神経障害Ⅱ手足のしびれや痛みなどから始まり、悪化するとちょっとした傷などがきっかけで、壊疽（体の組織の一部分が死んだ状態）になることがあります。最悪の場合、壊疽部分の切断を避けられませんか。

怖いのは、知らず知らずに進化した糖尿病が引き起こす、これらの合併症なのです。

心掛けで防げる糖尿病

このように糖尿病は、命をも脅かす怖い病気です。また、一度発症すると完全に治るということがなく、一生付き合っていかなければなりません。

糖尿病の大きな原因は「食べ過ぎ（肥満）」「運動不足」「ストレス」など生活習慣によるものです。生活習慣を改善すれば予防することができ、病気になるのを防ぎます。

暮らしの中で予防していくために、

▼「満腹になるまで食べずに腹八分目にする」「野菜を多く取る」など栄養バランス、摂取カロリーを考えた食事を取る。

▼「車やエレベーターを使わずに、できるだけ歩く」など日ごろから体を動かす。

▼「十分な睡眠と休養を取り、疲れをためない」などストレス解消に努める。

など、できることから始めませんか。

また、自覚症状が出にくい糖尿病は検診でしか発見できません。定期的に検診を受けて、体の状態を把握しましょう。検診の結果は、生活習慣のどの面を改善すればよいかの指針にもなります。

生活習慣の改善や検診が必要と分かっても行動に移すのは難しいものです。しかし、あなたの健康を守ることができるとは、ほかならぬあなた自身なのです。

糖尿病チェックテスト（3ページ）の結果

A

可能性大!

現在のような生活を続けていると、糖尿病になる可能性大です。特に、肥満気味の人には要注意。現在の生活を見直す必要がありそうです。また、40歳以上で1年以内に検診を受けていない人は、近いうちに検診に行くことをお勧めします。

B

もしかしたら!?

今のうちから注意しておいたほうが無難です。生活習慣は、いざ変えようと思ってもなかなか変えることができません。日ごろから、腹八分目でバランスのとれた食事、適度な運動、ストレス発散を心掛けましょう。年1回の検診もお忘れなく。

C

今は心配ないけど...

糖尿病のほかにも生活習慣が原因となる疾患はたくさんあります。油断は禁物です。これからも、食生活、運動、ストレスの発散に気を配ってください。また、定期的に検診を受け、健康状態を把握しておきましょう。



糖尿病チェックテストの結果はどうでしたか。健康について不安なことや分からないことはまだまだあると思います。

そこで、各区役所では、糖尿病など生活習慣病の予防や健康づくりを支援するため、検診やさまざまな取り組みを行っています。

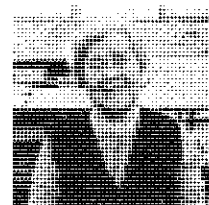
次ページでは、その一例を紹介いたします。健康づくりにぜひ役立ててください。

食生活相談

栄養士が、各自の生活状況や健康状態などを踏まえて相談に応じます（毎月1回程度。要予約）。

普段、家で作っているみそ汁を持って行き、どれくらい塩分が含まれているかを測定することなどもできます。

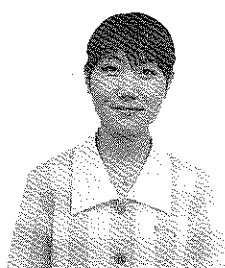
食生活相談 参加者の声



平田サツ子さん（八幡西区・77歳）

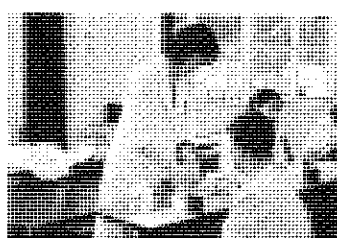
市民福祉センターで検診を受けたことがきっかけで相談に来ました。個別に相談に乗ってもらえるので、年齢や生活のリズムなどを考えてもらうことができ、自分に合った助言が受けられるのがいいですね。この相談を生かして、今日から食生活を見直します。

このほかにも、健康づくりのためのさまざまな事業を行っています。詳しくは、各区役所生活支援課へ。



検診

基本健康診査 ▶
での血液検査。



検診を受けることが、糖尿病発見と予防の第一歩。基本健康診査を各区役所などで行っています。受診後の結果を受けて、保健師が助言や相談なども行っています。

検診名	対象者	料金	内容	場所
基本健康診査	40歳以上の人	1300円	問診、身体測定、検尿、血圧、血液検査、心電図など	区役所、市民福祉センター、表示がある医療機関など
若者健診	18歳～39歳の人			区役所、市民福祉センターなど

※日時等は、今後、市政だより各区版（16ページ）でお知らせします。表示がある医療機関での受診は、随時受け付けています。詳しくは、各区役所生活支援課へ。

問い合わせ

各区役所 生活支援課

門司区	☎331局1881 内線433
小倉北区	☎582局3440（直通）
小倉南区	☎951局4111 内線457
若松区	☎761局5321 内線433
八幡東区	☎671局0801 内線439
八幡西区	☎642局1441 内線433
戸畑区	☎871局1501 内線434

各区役所の代表電話番号一覧

門司区	331局1881(代)
小倉北区	582局3311(代)
小倉南区	951局4111(代)
若松区	761局5321(代)
八幡東区	671局0801(代)
八幡西区	642局1441(代)
戸畑区	871局1501(代)

学校の授業を公開

地域に開かれた学校づくりを推進するため、11月1日(土)～7日(金)、市立小・中・養護学校、戸畑商業高等学校、戸畑高等学校、高等美容学校、高等技術工業学校の授業などを公開します(公開期間・日時などは学校によって異なります)。詳しくは、教育委員会指導企画課 ☎582局2562へ。

日明工場のごみの受け入れを中止

問い合わせは、環境局施設課 ☎582局2184へ。
▼一般ごみ 10月25日(土)まで
▼破砕ごみ 10月16日(休)まで。

市営バスの土休日家族割引

一日乗車券を試行実施
大人一日乗車券料金(七百円分)で、家族四人(大人は一人)まで利用できます。試行は、10月～11月の毎週土曜・日曜日と祝・休日、市営バス全路線で。問い合わせは、交通局業務課

原子爆弾被爆者二世に対する健康診断を実施

来年2月27日(金)まで(第二・第四土曜・日曜日、年末年始は除く)の午前9時30分～午後4時(午前11時30分～午後1時は除く。土曜日は午前11時まで)、西日本産業衛生会北九州健康診療所(小倉北区室町二丁目)で、受診無料。
問い合わせは、各区役所保健福祉課へ。

電話加入権を公表

いずれも10月28日(火)午前10時から(都合により中止の場合あり)。印鑑と代金、身分証明書を添付してください。代理人の場合は委任状が必要です。なお、買い受け後、使用までに七日程度かかります。
▼小倉北区役所納税課 ☎582局3332 ☎118公は、二本
▼八幡西区役所納税課 ☎642局1441内線350 ☎118公は、七本。

緊急雇用対策に関する求人情報のご利用

市は、就業機会の拡大を図るため、緊急雇用対策を行っています。この事業は、市内の民間企業などに各種調査やPRなどの事業を委託し、その事業を行うために必要な人を短期(六か月未満)に雇い入れるものです。この事業に関する求人情報は、各ハローワークでござい。問い合わせは、産業技術振興局雇用開発課 ☎582局2419へ。

歯科無料健診

11月4日(火)～8日(土)、歯科医師会会員の診療所で。問い合わせは、各歯科医師会門司 ☎321局6886
小倉 ☎581局0550
若松 ☎771局4049
八幡 ☎681局4131
戸畑 ☎871局5185へ。

税の調査にご協力を

いずれも調査員が身分証明書を添付して訪問します。不審なくきは提示を求めています。問い合わせは、各区役所課税課へ。

個人市県民税の調査 所得税や市県民税の申告をしていない人で、電話連絡が取れない人を対象に、10月17日から訪問調査を行います。
固定資産税の現地調査 固定資産の現状把握と評価のため、土

差し押さえ不動産を公表

11月13日(木)午前10時30分～11時(都合により中止の場合あり)、市役所3階大会室で。印鑑、公売保証金、身分証明書を添付してください。
公売物件は、▼門司区Ⅱ宅地約二百九十九平方(公衆用道路九十三平方)付き
▼小倉北区Ⅱマンション約四十一平方(敷地権付き)、山林約二千平方、宅地約九百七十八平方、宅地約二百四十四平方、宅地約百二十五平方、マンション約八十四平方(敷地権付き)
▼小倉南区Ⅱマンション約六十平方(敷地権付き)、宅地七百五十七平方(公衆用道路一百九十九平方)付き
▼若松区Ⅱ雑種地千二百一十七平方、宅地約二百一十一平方、マンション(店舗)約三百四十五平方(敷地権、駐車場約百六十九平方)付き
▼八幡東区Ⅱ宅地約五百八十八平方、Ⅱ宅地約百四十四平方、八平方(店舗付き)、山林四百四十三平方。
詳しくは、財政局特別滞納調

市のマイホームローンのご利用

対象は、市内で住宅を建設・購入、増改築する人(建設・購入・増改築は住宅金融公庫と併用すること。利率(年)は、当初十五年間二・〇%、十六年目以降三・九九%。申し込みは、12月26日まで。詳しくは、建築都市局住宅計画課 ☎582局2592へ。

子どもゆめ基金「子どもたちの活動を助成

助成は、一事業十萬～二百萬円。対象は、子どもの体験・読書活動の振興を図る団体や、子ども向けの教材を開発・普及する団体。
申し込みは、11月21日まで。詳しくは、教育委員会青少年課 ☎822局2392へ。

小倉市民会館を閉館

10月31日に小倉市民会館(小倉北区内)を閉館します。問い合わせは、教育委員会保護管理課 ☎822局2309へ。

理学療法士(嘱託・臨時職員)を募集

いずれも対象は、理学療法士の資格を持つ人。募集は、各一人申し込みは、随時。詳しくは、総合療育センター ☎822局2592へ。

歯科衛生士を募集

対象は、歯科衛生士の資格を持つ人。募集(選考)は、若千名。勤務は、11月～来年3月。市内の保育所などの歯科保健指導業務など。
申し込みは、10月31日まで。詳しくは、保健福祉局保健医療課 ☎582局2678へ。

養育家庭(里親)登録説明会

さまざまな事情により、親元での養育が困難になった子どもの養育を希望する家庭のための説明会です。
10月29日(水)午後6時30分～8時、子ども総合センター(戸畑駅南口、ウエルとばた内)で。参加無料。
申し込みは、はがきに、住所氏名、年齢、電話番号を書いて、10月24日までに、子ども総合センター「里親」係 ☎804-0067 戸畑区汐井町1-6、☎881局4550へ。

小学校入学予定者の健康診断を実施

来春、小学校に入学予定の人(平成9年4月2日～平成10年4月1日に生まれた人)を対象に、健康診断を行います。
期間は、10月20日～11月13日。対象者には、はがきで日程などをお知らせします。
問い合わせは、教育委員会学校保健課 ☎882局2588へ。

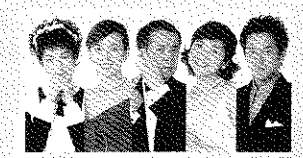
「ふじたむら」の利用を

シルバー人材センターの事業紹介や小物の展示・販売を行う地域交流施設「ふじたむら」(八幡西区藤田二丁目)を開設しています。
開店時間は、月曜～金曜日(祝・休日は除く)の午前10時～午後3時。入場無料。
問い合わせは、シルバー人材センター西部支所 ☎882局4510へ。

「ふじたむら」の利用を

シルバー人材センターの事業紹介や小物の展示・販売を行う地域交流施設「ふじたむら」(八幡西区藤田二丁目)を開設しています。
開店時間は、月曜～金曜日(祝・休日は除く)の午前10時～午後3時。入場無料。
問い合わせは、シルバー人材センター西部支所 ☎882局4510へ。

北九州芸術劇場の催し



ソフィア・ゾリステン「名曲の花束」コンサート 11月9日(日)午後2時～4時、入場料(全席指定、前売りも同額)は、S席四千円、A席三千円、B席二千円、C席一千円。パッパ作曲「G線上のアリア」など。
※劇団燐光輝とクッドフェローズ「CVRチャリィ・ピクサー・ロミオ」 11月28日(金)午後7時、29日(土)午後1時～5時の三回(各一時間二十分)。入場料(全席指定)は、大人四千元(前売り三千五百円)、大学生以下二千五百円(同二千円)。飛行機事故を再現したドキュメント。
※音楽劇「兵士の物語」 12月5日(金)午後7時～9時、6日(土)午後2時～4時。対象は、小学生以上の人。入場料は、S席一般八千五百円(前売り八千円)、高校生以下五千五百円(同五千円)、A席一般六千五百円(同六千円)、高校生以下四千五百円(同四千円)。出演は、西村雅彦さん、西郷平博さんほか。
問い合わせは、北九州コンベンションセンター ☎551局4111(※は北九州芸術劇場 ☎562局2655)へ。
コメディ「ハッピー・バースデー」 11月27日(木)午後6時30分～8時30分、入場料(全席指定)は、七千三百円(前売り六千八百円)。出演は、小堺一機さん、宮崎美子さんほか。
北九州交響吹奏楽団定期演奏会 11月2日(日)午後3時～5時。入場料は、大人千円(前売り八百円)、高校生以下は無料。ムンク「スノー」作曲「組曲」展覧会の絵」など。

まつり起業祭八幡

いすれも入場無料。
時間など詳しくは、まつり起業祭八幡実行委員会(八幡東区役所まちづくり推進課内) ☎671局0808へ。
▼ステージショー 11月1日(土)～3日(祝)、大谷球場南側広場で。国内外の雑貨などの販売。▼式部部屋相撲イベント 11月1日(土)～3日(祝)、大谷球場南側広場で。公開練習や子ども相撲教室(1日)など。▼八幡製鐵所戸畑工場見学会 11月3日(祝)午前9時～午後3時(入場は2時まで)。入場は、飛幡門(戸畑区飛幡町)から。
問い合わせは、まつり起業祭八幡実行委員会(八幡東区役所まちづくり推進課内) ☎671局0808へ。

美術館の催し

いすれも美術館(戸畑区西郷ケ谷町) ☎882局2777で。開館時間は、午前9時30分～午後5時30分(入館は5時まで)。休館日は、月曜日(10月13日、11月3日は開館)、10月14日、11月4日。
フランス象徴派展 10月10日(日)まで。観覧料は、大人九百円、高校生七百元、小中学生五百円。油彩など約八十点を展示。
展覧 10月23日(木)～11月2日(日)。観覧料は、大人三百円(前売り二百円)、高校生二百円(同百円)、小・中学生百円(同五十円)。洋画、日本画、書、工芸など約五百点を展示。前売り券は、美術館で発売中。
秋の常設展 11月16日(日)まで。観覧料は、大人五百円、高校生二百円、小・中学生五十円。油彩など約八十点を展示。
ルドン「ヨハネ黙示録」展 10月26日(日)まで。観覧料は常設展と同。

美術館分館の催し

鉄腕アトム軌跡展 11月9日(日)までの午前10時～午後8時(入館は7時30分まで)。美術館分館(小倉北区室町一丁目、リバーウオーク北九州5階、☎562局3215)で。観覧料は、大人八百円、高校生六百円、小・中学生四百円。手塚治虫原作「鉄腕アトム」の模型、原画などを展示。

中倉バスの旅情報

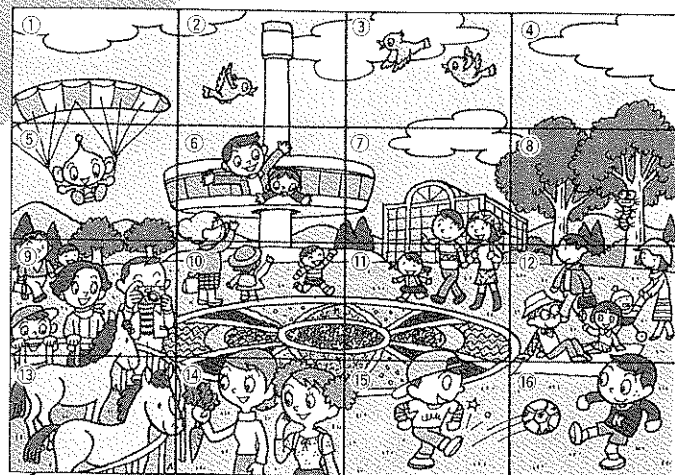
申し込みは、交通局バスツアー専用電話 ☎602局6900へ。①は大人、②は小学生以下を表します。
徳佐のリンゴ狩りと湯田温泉奥座敷グルメツアー 出発日は、10月15日(日)19日(日)、20日(月)、21日(火)、22日(水)、日帰り、昼食付き。①七千八百円、②六千八百円。
秋の篠栗奥の院参拝 出発日は、11月1日(土)、2日(日)、3日(月)。5日(水)、日帰り、昼食付き。①五千八百円、②四千八百円。
申し込みは、交通局バスツアー専用電話 ☎602局6900へ。①は大人、②は小学生以下を表します。
徳佐のリンゴ狩りと湯田温泉奥座敷グルメツアー 出発日は、10月15日(日)19日(日)、20日(月)、21日(火)、22日(水)、日帰り、昼食付き。①七千八百円、②六千八百円。
秋の篠栗奥の院参拝 出発日は、11月1日(土)、2日(日)、3日(月)。5日(水)、日帰り、昼食付き。①五千八百円、②四千八百円。
宮崎の紅葉見学と温泉三昧 出発日は、11月23日(日)、24日(月)、25日(火)、26日(水)、二泊三日、七食付き。①一万八千八百円、②一万五千八百円。
高塚地蔵尊月詣り 出発日は、毎月4日、日帰り、昼食なし。①三千六百円、②千二百円。

問い合わせ 八幡西区役所まちづくり推進課 ☎642局1441内線261
藤田楽市楽座(フリーマーケット) 10月26日(日)午前10時～午後5時、藤田銀天街(八幡西区藤田二丁目)で。入場無料。
筑前木屋瀬宿場まつり 11月3日(祝)午前10時～午後4時、長崎街道木屋瀬宿記念館(八幡西区木屋瀬三丁目)周辺で。入場無料。木屋瀬宿場跡「みんなて踊ろう宿場跡」やスタンブラーなど。
筑前石坂銀杏屋まつり 11月3日(祝)午前10時～午後4時、立場茶屋銀杏屋(八幡西区石坂一丁目)で。戦国武将のかぶとの複製展示など。
宿場町クラシックコンサート 11月9日(日)午後6時30分～8時30分、正覚寺(八幡西区藤田二丁目)で。高校生以上3000円(前売り2000円)。前売り券は、10月15日から八幡西区役所売店などで発売。



「木屋瀬の風景」写真コンテスト
11月1日～来年4月30日に撮影した木屋瀬の町並みや祭りなどの写真を募集します。賞は、金賞(1点)3万円など。
応募は、来年5月1日～31日。応募方法など詳しくは、長崎街道木屋瀬宿記念館 ☎619局1149へ。

●初！初！初のパーフェクト!! 「まちがい」を探し続けては六年。毎回八個までは差違えに、最後の一個が分からない。この喜びを伝えたくて、やっと応募できた記念すべき一校です。(正代さん 35歳) その喜び、スズンリと伝わりました。今回の「まちがい」はいかがでしたか?



今回のテーマは「グリーンパーク」

9月15日号の答えと当選者

答え 「7つのまちがい」 ②④⑥⑪⑫⑬⑮
「だよりん」 ⑩
【間違いの部分】 ②うさぎの耳 ④雲の形 ⑥うさぎが持った杵 ⑪スキの向き ⑫コップ ⑬女の子の服 ⑮猫の尻尾

当選者 <敬称略> (応募総数616通)
▶門司区=坪根清美、中山栄子 ▶小倉北区=野口麻希子、山下唱子 ▶小倉南区=赤祐佳、田中真紀 ▶若松区=吉川優香 ▶八幡東区=田松孝慈 ▶八幡西区=小林一恵、宮本スナ子



編集部から一言
(がんちゃん) みなさん、ちょっと聞いて「まちがい」へのご応募が少なくてびっくりしています。たくさんのお便りお寄せください♡

今回のテーマは「失恋」。笑い話や心に残る思い出をお寄せください。

失 恋は、私にとってはうらやましいこと。だって、失恋する人は、すばらしい恋があったのだから。私は、これから幸多き「失」恋をいっぱい体験していきたいです。
ミナツちゃんさん (20歳)

私 は息子を超マザコンに育て、老後は二人で暮らしてこうと思っていた。ところが大学生になった今、カワイイ彼女ができ、私はただ食事を作り、小遣いを渡すだけ。息子の成長を素直に喜ぶべきか、それともブチ失恋というのか、複雑な心境です。
トトママさん (40歳)

高 校一年生のころ、あこがれていた一ツ年の野球部のキャプテン。放課後のグラウンドで練習する姿を見ているだけで時のたつのも忘れ、夜も眠れないほど恋がわいていました。ところがある日、私の親友と楽しそうに歩く姿を目撃。一週間後、私の体重は五キロも減っていました。今でも忘れられない、ほろ苦い思い出です。
合馬のボチママさん (53歳)

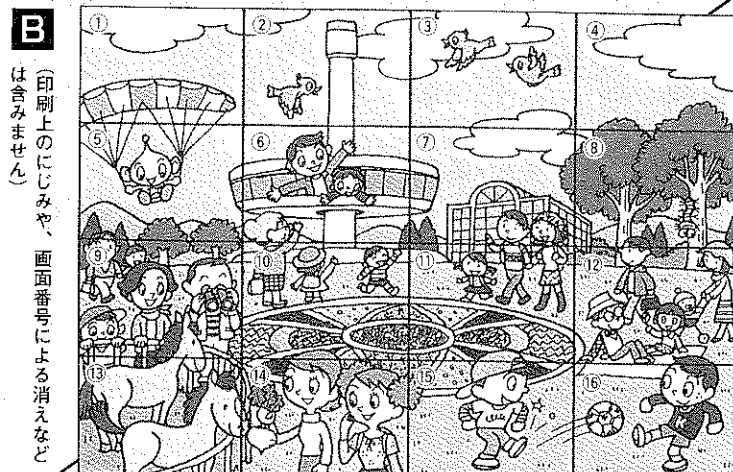
今回のテーマは「失恋」



1つのテーマをもとに、皆さんの体験談などを紹介します。

見つけて! だよりん 探まちがい7

7つのまちがいとボウ だよりん 応募先は右のページ
イラストのA・Bを比べて、違っている部分と「だよりん」がいる画面を見つけてください。間違いは全部で7つ(7画面)です。「だよりん」は1画面に登場しています。正解者の中から抽選で、10人に特製図書カードを進呈します。



B (印刷上のじみや、画面番号による消えなどを含みません)

サークル情報 (会員を募集)



劇団「大樹」
ボランティアで演劇活動を行います。▶活動日程=毎週土曜日の午後6時30分~9時、八幡東生涯学習センター(八幡東区平野一丁目)で ▶会費=月1000円。
連絡先 村本政行さん ☎964局5556へ。

混声合唱団「北九州聖楽研究会」
対象は、高校生以上の人。▶活動日程=毎週月曜・木曜日の午後6時30分~9時、小倉インマニエル教会(小倉北区鍛冶町二丁目)で ▶会費=月4000円(高校・大学生1000円)。
連絡先 柴田修さん ☎961局2219へ。

サークル情報の提供を(多数抽選)
サークル情報は、市内に住むか勤める人を中心としたグループに限り、営利目的のものや宗教、政治活動への参加募集などは除きます。



▲「当時の仲間と顔を合わせると思い出話に花が咲きます」と信岡さん。

「ゴーゴーツ」頭上から、車の通る音が聞こえる。ここは、関門海峡の海底の下、門司区と下関市を結ぶ大動脈「関門トンネル」の中である。車道の下を通る全長七千八百八十メートルのトンネルでは、三分ほどの短い海底散歩を楽しむことができる。昭和12年、関門トンネルの工事は始まったが、第二次世界大戦の激化による資材・労働力不足や爆撃による被害など、工事は困難を極めた。さらに戦後、GHQ(占領国軍総司令部)からは不要なトンネルだと工事中に追い込まれそうにもなった。「GHQに、トンネルに水を流せと指示されたのです。一度水が入るとトンネルは二度と使えません。まさに、今までの努力が水の泡になるのです」と語るのは、工事関係者でつくる親睦会「関門会」の一人・信岡さん。

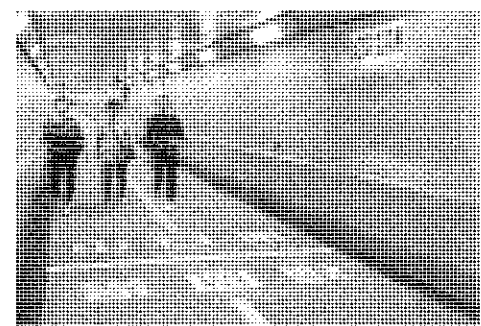
関門人道トンネル ▶通行時間 午前6時~午後10時 ▶料金 歩行者無料 自転車・オートバイ(五十cc以下)は二十円。問い合わせは、日本道路公団下関管理事務所 ☎(0833)3322811へ。

「青春時代の大半をこの職場で過ごしました。やっと出来上がったうれしさの反面、仲間と別れるつらさもありましたね」と信岡さん。世界でも珍しい人が歩ける海底トンネル。通勤・通学者やウォーキングを楽しむ人たちの生活道路としてだけでなく、関門地域の観光振興の一翼も担っている。



未来に残したい、大切にしたい北九州市の宝物を紹介します。

県境をまたぐ海底散歩 ~関門人道トンネル(門司区)



▲福岡・山口の県境が書かれているトンネル部分は、海面下約58mの場所にある。

広告

YMH ap

秋の新商品

リモデルフェア

10月18日①~10月26日②開催
①10:00~18:00 ②北九州ショールームにて

10月25日②26日③ イベントデー
●リモデル(無料)相談会

水まわりの器具だけでなく、床・壁・天井から窓まで空間まるごとご覧いただけます。

TOTOホールに三社の新商品・売場商品展示
大建工業 YKKAP ケチカブライント

TOTOショールーム内に九州電力・西部ガス 調理実演

TOTOホール通路に役立ち市場開店
◆野菜市場 乾物市場 その他

来館・見積り券 ◆記念品をご用意してお待ちしています!

10月18日①19日② この機会にぜひ!!

TOTO総合特約店

デンチフェア

~住まいのことなら何でもわかる~
●無料相談会

TOTO北九州ショールーム
お問い合わせTEL 093-951-2710
北九州市小倉北区鍛冶町3-8TOTO本社ビル前

〒816-0001 小倉北区鍛冶町3-8
TOTOショールーム

広告

視力

無料相談 回復見込測定
●無料回復テストによって効果が確認出来ます。

超音波治療器は、国の認可を受けた医療用具認可治療器です。(厚生労働省承認番号 14400BZZ00040)

医療用具管理資格者が指導。
●予約されて御来所下さい。
●資料をご覧になりたい方は(無料)フリーダイヤルにて資料請求して下さい。

小倉センター ☎0120(084)493
北九州市小倉北区紺屋町13-1 (毎日会館1階)
直方センター ☎0120(302)315
直方市新地町4-33
●24時間FAX情報サービス ☎093(592)9090 (Uコード1110)

広告 KAWAKAWA

想像力豊かな子供達の夢を実現させる、デザインを目指していきます。

広告・販促品・各種印刷物の企画
デザイン・制作・印刷・加工
その他、広告業務全般

(有)ケイネットプラン・カワカミ
〒802-0075 北九州市小倉北区明和町11-14
TEL 093-922-7960 FAX 093-921-7500
E-mail kawacompo@orange.ocn.ne.jp

Good Idea, Good Design!

いのちのたび博物館 の催し

いずれも、いのちのたび博物館で。
①は申し込みが必要。申し込みは、住居はがき（何人でも可）に、希望催し名、全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、いのちのたび博物館（☎805-0071 八幡東区東田二丁目4-1、☎681局1011）へ。
②原田英子植物画展「木の実」11月30日（日）までの午前9時～午後5時（入館は4時30分まで）。入館料が必要。

③特別展「発掘された日本列島」10月26日（日）～11月30日（日）の午前9時～午後5時（入館は4時30分まで）。入館料が必要。石器や洋式銃など約660点を展示。
④バスハイク 対象は、小学生以上の人（小学生は保護者同伴）。定員45人（抽選）。参加費3500円（小学生1500円）。▶「秋吉台の化石と洞窟と長登遺跡をたずねて」＝11月2日（日）午前8時30分、いのちのたび博物館に集合。午後5時、同所で解散。申し込みは、10月22日まで ▶「有明海（佐賀県）の生き物観察」＝11月16日（日）午前9時、いのちのたび博物館に集合。午後5時、同所で解散。申し込みは、11月4日まで。

子どもの館の催し

いずれも子どもの館で。
申し込みは、①②は10月23日午前10時から、子どもの館☎642局5555へ。③は、封書で、写真の裏に、住所、氏名、電話番号、表題（20字以内）を書いて、10月31日までに、子どもの館「写真」係（☎806-0021 八幡西区黒崎三丁目15-3）へ。
①親子体操教室 11月11日（火）午前11時、午後3時（各1時間）。対象は、2歳～5歳の子どもとその保護者。先着各15組。参加無料。
②囲碁教室 11月15日（土）午後2時～3時。対象は、小・中学生。先着30人。参加無料。
③写真展の作品を募集 テーマは、「とびっきりの笑顔」。大きさは、六つ切り。白黒でも可。参加賞あり。11月15日～12月14日に子どもの館に作品を展示します。

おでかけ 情報ステーション

総合農事センターの催し
いずれも総合農事センター（小倉南区横代東町二丁目、☎961局6045）で。入場無料（駐車場は有料）。
花作り講座 10月19日（日）午前10時30分～11時30分。
菊花展 11月1日（土）～9日（日）の午前9時～午後4時。
山野草展 11月2日（日）～3日（祝）

いずれも山田緑地（小倉北区）で。入園料が必要。申し込みは、10月26日（土）は11月2日（日）午前9時から、山田緑地☎5822局4870へ。
①自然観察会 10月26日（日）午前9時30分～正午。双眼鏡の貸し出しあり。
②自然観察会フォーキング 11月2日（日）午前9時30分～11時30分

環境施設見学バスツアー
11月5日（木）午前8時30分、小倉駅北口に集合。午後4時10分同所で解散。先着四十五人。参加費二千円。
エコタウンや学術研究都市など若松区内の施設を巡ります。
申し込みは、10月17日から、若松区役所まちづくり推進課☎

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

オモト展示会
10月19日（日）正午～午後3時、北九州ハイツ（八幡西区の場町、☎631局5588）で。入場無料。
オモト五十点を展示。
子ども文化会館の催し
いずれも子ども文化会館（小倉北区下津四丁目、☎5502局4152）で。入場無料。
おはなしワールド 10月25日（土）午後2時～2時45分。紙芝居等。そよ風まつり 11月1日（土）～3日（祝）の午前10時～午後5時。3日は4時まで。演芸・人形劇、バザーなど。

科学映画会
10月25日（土）26日（日）の午後0時30分～3時（各五十分間）、交通科学館（モノレール企数丘停留所そば、☎961局4301）で。入館料が必要。
「鉄道のあゆみ」「マルコポーロ」などを上映。
ひびきの祭
11月1日（土）2日（日）、北九州学術研究都市（若松区ひびきの）で。入場無料。
大学見学や環境エネルギーセンター見学、科学体験器具の展示、乗馬体験など。

山田緑地の催し
いずれも山田緑地（小倉北区）で。入園料が必要。申し込みは、10月26日（土）は11月2日（日）午前9時から、山田緑地☎5822局4870へ。
①自然観察会 10月26日（日）午前9時30分～正午。双眼鏡の貸し出しあり。
②自然観察会フォーキング 11月2日（日）午前9時30分～11時30分

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

門司港レトロ地区の催し
いずれも時間は、午前9時（※は10時～午後5時。入場無料。問い合わせは、門司港レトロ倶楽部☎3322局0106へ）。
※は北九州観光協会☎541局4151へ。
回廊展 10月18日（土）26日（日）、旧門司税関で。絵画や陶芸、石

小倉城まつり
10月18日（土）19日（日）の午前10時～午後5時、小倉城天守閣前
秋の山野草と盆栽展示即売会 10月17日（金）19日（日）。
秋の山野草と小品盆栽展示即売会 10月23日（木）26日（日）。
※合馬竹の里フェスタ 10月26日（日）。野菜、新米の販売、クイズラリー、合馬でも神楽など。

都市緑化祭
10月19日（日）午前10時30分～午後3時、グリーンパーク（若松区）で。入園無料（駐車場と一部の乗り物は有料）。
「爆竜戦隊アバレンジャー」ショーやふれあい動物コーナー、ハーフマシーンの試飲など。
時間など詳しくは、建設局公園管理課☎5822局2464へ。

児童文化科学館の催し
いずれも児童文化科学館で。
※は申し込みが必要。申し込みは、往復はがきに、希望教室名、住所、氏名、学校名、学年、

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

お宝めぐりと武者行列
いずれも魚町・京町商店街周辺（小倉北区）で。観覧無料。
問い合わせは、小倉北区役所まちづくり推進課☎5822局3335へ。
商店街お宝めぐり 10月18日（土）11月16日（日）。昔懐かしいお宝を店先に展示。宝の解説と展示店舗を掲載した「ガイドマップ」は、各区役所まちづくり推進課などで配布中。
厳流島の決闘と武者行列 10月19日（日）午後1時～3時30分。

合馬竹林公園の催し
いずれも午前10時～午後4時（※は午前9時30分～午後2時30分）。合馬竹林公園（小倉南区大字合馬、☎452局3452）で。入場無料。
秋の山野草と盆栽展示即売会 10月17日（金）19日（日）。
秋の山野草と小品盆栽展示即売会 10月23日（木）26日（日）。
※合馬竹の里フェスタ 10月26日（日）。野菜、新米の販売、クイズラリー、合馬でも神楽など。

ワンコイン・コンサートとふれあいバザー
いずれも山田緑地（小倉北区）で。入園料が必要。
問い合わせは、保健福祉局障害福祉課☎5822局2424へ。
コンサート 10月19日（日）午前10時～午後4時。観覧料五百円。
障害者や高齢者による演奏やファッションショーなど。
ふれあいバザー 10月18日（土）午後1時～4時、19日（日）午前10時～午後3時。

平尾台自然の郷の催し
いずれも平尾台自然の郷（小倉南区平尾台二丁目）で。入園無料（駐車場は有料）。
問い合わせは、平尾台自然の郷☎4522局2715へ。
草笛コンサート 10月19日（日）午後1時～2時。
野菜即売会 10月25日（土）26日（日）の午前10時～午後3時。
「Mr.タック」の大道芸 10月26日（日）午前11時30分、午後2時（各二十分）。
「爆竜戦隊アバレンジャー」ショー 10月26日（日）正午、午後3時（各二十分）。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

グリーンパークの催し

いずれもグリーンパーク（若松区、☎741局5545）で。入園料が必要。
※は申し込みが必要。申し込みは、10月20日から、グリーンパーク「花と緑の相談所」☎741局5587へ。
フリーマーケット 10月19日（日）、11月2日（日）の午前9時～午後5時。
バラフェア 10月25日（土）～12月7日（日）の午前9時～午後5時。バラに関する講座や展示。10月25日1時から、苗のプレゼントあり。
「それいけ！アンパンマン」ショー 10月26日（日）午前11時30分、午後2時（各1時間）。
※洋ランの育て方講座 11月8日（土）午後1時～3時。先着50人。
※松の手入れ講座 11月9日（日）午前10時15分～午後0時15分。先着50人。
※写真講座「秋のバラを写そう」11月8日（土）午前10時15分～午後0時15分。先着30人。

図書館まつり

いずれも中央図書館（小倉北区内）などで。入場無料。
問い合わせは、中央図書館奉仕課☎571局1481へ。
除籍図書無料配布 10月26日（日）。なくなり次第終了。▶団体向け＝午前10時～11時30分。対象は、読書グループなど。1団体100冊以内。
▶個人向け＝午後1時～3時。対象は、市立図書館カードを持っている人。1人20冊以内。
こどもまつり 10月26日（日）午前11時～午後3時30分。絵本の読み聞かせなど。
図書館探検隊 10月26日（日）午後1時、3時（各30分間）。書庫見学。デジカメを使ったしおり製作 10月26日（日）、11月8日（土）の午後2時30分～4時30分。
名作ビデオ劇場 11月2日（日）午後2時～4時、6日（土）午後2時～3時40分、8日（土）午後1時30分～2時30分。「お茶漬の味」（2日）など。
ロック＆ポップスビデオ上映会 11月3日（祝）午前10時15分～午後5時。ビートルズ、ローリングストーンズなどのビデオを上映。

子ども料理王選手権
10月19日（日）午前9時から、中央卸売市場（小倉北区西港町、☎5833局2030）で。入場無料。
三十チームの小学生たちが、料理の腕前を競います。果物やふく鍋などの試食もあります。

募集

国指定重要文化財
「旧松本家住宅」の
見学者を募集

11月5日(水)午前10時～午後2時、西日本工業倶楽部(戸畑区一校二丁目)で、対象は、中学生以上の入。定員五百人(抽選。参加無料)。

申し込みは、往復はがき(何人でも可)に、代表者の住所・氏名・年齢・電話番号、全員の氏名・年齢を書いて、10月25日までに、教育委員会保護管理課「一般公開」係(☎803-8510 小倉北区大手町1-1、5582局5000)へ。

小笠原流「帯直し」
「袴着」の体験者を募集

11月16日(日)午前10時～正午、小倉城庭園で。対象は、「帯直し」が6歳～7歳女児。「袴着」が4歳～5歳男児(いずれも保護者同伴。定員各一人(抽選)。記念写真代金各五千元。11月15日午後3時から、リハーサルあり。

七五三の由来となる儀式です。申し込みは、往復はがきに、希望の儀式名、住所、氏名、電話番号、子どもの生年月日、保護者氏名を書いて、10月28日までに、小倉城庭園「小笠原流」係(☎803-0803 小倉北区城内1-2、5582局2747)へ。

講演会

「シンプジウム」環境にやさしい住まいづくり

いすれも午後1時30分～4時30分、産業連携センター(若松区ひびきの、北九州学術研究都市内)で。入場無料。

大学教授や専門家によるシンポジウム。

問い合わせは、北九州産業学術推進機構 ☎695局3006へ。

▼「素材、健康」11月19日(日)「エネルギー」11月22日(日)。

環境シンポジウム「地域と社会のエコデザイン」

10月23日(木)午後1時20分～5時、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。入場無料。

京都大学大学院経済学研究科教授・植田和弘さんの講演など。問い合わせは、環境局環境産業政策室 ☎582局2000へ。

ムーブの討論会と講演会

いすれもムーブ(小倉北区大手町)で。託児(0歳6か月～就学前。有料)は事前相談を。※は申し込みが必要。申し込みは、10月17日から、ムーブ ☎5803局3000へ。

公開イベント「日本はクオータ制を導入すべきである。是か非か」10月18日(土)午後1時～

募集

北九州パレスのスポーツ大会

いすれも11月24日(休)、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。

申し込みは、10月21日午前9時から、北九州パレス ☎651局4600へ。

※オリエンテーリング大会 11月9日(日)午前9時から、玄海青年の家(若松区大字竹並)で。参加無料。地図とコンパスを使って、指定された地点を目指します。申し込みは11月4日まで。

紫川ハゼ釣り大会

10月26日(日)午前9時～午後1時、紫川(貴船橋・常盤橋周辺)で。参加無料。当日、市役所北側広場で受け付け。雨天決行。入賞者に賞品あり。お楽しみ抽選会もあります。

問い合わせは、建設局総務課 ☎582局2022へ。

親子で魚釣り

11月1日(土)～2日(日)(一泊二日)、もし少年自然の家(門司区大字喜多)で。対象は、小学生とその保護者。先着三十組。参加費一人三千円。申し込みは、10月18日午前9時から、

募集

「耶馬の森林植樹の集い」の参加者を募集

11月16日(日)午前8時、小倉北区役所庁舎前に集合。午後4時30分、同所で解散。中学生以下は保護者同伴。定員九十人(抽選。参加無料)。

耶馬溪谷(大分県)での、植樹や交流会など。

申し込みは、はがき(何人でも可)に、全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月31日までに、水道局総務課「森林」係(☎803-8510 小倉北区大手町1-1、5582局3131)へ。

市立高等理容美容学校の生徒推薦・一般」を募集

対象は、高校卒業か、来春卒

募集

「健康に生きるために」

10月31日(金)午後6時～7時30分、産業医科大学フマツィーニホール八幡西区医学生センターで。入場無料。

講師は、前厚生労働省健康局長・高原亮治さん。

問い合わせは、保健福祉局保健医療課 ☎582局2678へ。

北九州市環境賞授賞式・記念シンポジウム

11月3日(祝)午後2時～6時、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。入場無料。

大賞受賞者のモリス・ストロングさんの講演など。

申し込みは、はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月29日までに、環境局総務課

募集

「環境賞係」(☎803-8501 小倉北区内1-1、5582局2173)へ。

シンポジウム「中途失業者の自立を考える」

11月2日(日)午後1時～4時、東部障害者福祉会館(戸畑区南口・ウェルとばた6階)で。対象は、視覚障害者。資料代三百円。

問い合わせは、北九州市身体障害者福祉協会 ☎803局5555へ。

膠原病に関する医療講演会・交流会

11月2日(日)午後1時～4時、ウェルとばた2階(戸畑区南口)で。入場無料。

講師は、産業医科大学医学部教授・田中良哉さん。

問い合わせは、保健福祉局障害福祉課 ☎582局2424へ。

セルフヘルプ・フォーラム

11月9日(日)午前10時30分～午後4時30分、ムーブ(小倉北区大手町)で。入場無料。託児(0歳6か月～就学前。有料)は事前相談を。

心の苦しみを分かち合おうことについての体験発表と講演など。問い合わせは、精神保健福祉センター ☎582局8000へ。

精神障害者スポーツ振興講演会

11月15日(土)午前10時～正午、総合保健福祉センター(小倉北区馬借二丁目)で。先着百人。受講料千五百円。修学は、来年4月から二年間。

詳しくは、高等理容美容学校 ☎651局4775へ。

推薦入試 試験は、11月13日(木)申し込みは、10月14日～11月4日。

一般入試 試験は、来年1月21日(水)。申し込みは、12月8日～来年1月13日。

北九州市立大学の社会人特別選抜の学生を募集

申し込みは、11月1日～8日。詳しくは、北九州市立大学企画課 ☎964局4022へ。募集要項は、各役所まちづくり推進課にもあります。

募集は、▼外国語学部(夜)11月18日 ▼経済学部(夜)11月18日 ▼文学部(夜)11月22日 ▼法学部(夜)11月25日 ▼国際環境工学部11月25日。試験は、11月30日(日)。受験料は、▼法学部(昼)、国際環境工学部11万七千円 ▼その他11万円。

北九州マイスター匠塾「ワイヤロープ安全コース」の塾生を募集

11月13日(木)14日(金)の午前9時～午後4時、九州機械工業振興会(戸畑区中原新町)で。定員三十人(抽選。受講料八千四百円)。

申し込みは、11月6日まで。詳しくは、産業学術振興局産業連携課 ☎582局2910へ。

門司港レトロマラソンのボランティアを募集

11月30日(日)に西海岸埋立地(門司区西海岸二丁目)で行う門司港レトロマラソン大会の会場整理や受け付けなどをするボランティアを募集します。対象は、高校生以上の人。先着二十人。事前説明会あり。

スタッフ帽と昼食を支給。申し込みは、10月17日から、教育委員会体育課 ☎582局2300へ。

アジア発展会議「アジアの発展と地方分権」

いすれも北九州国際会議場小倉駅北側)で。入場無料。同時通訳あり。

問い合わせは、企画政策室企画政策課 ☎582局146へ。

11月10日(日) ▼講演会と公開討論会11月9日9時30分～正午。米国ジョージア州立大学教授のロイ・バルさんの講演と北九州市長・末吉興一ほかの公開討論会。▼分科会A「地方分権と行政機構」11月11日午後1時30分～3時。▼分科会B「地方財政の諸問題」11月11日午後3時30分～5時。11月11日(火) ▼分科会C「都市化と首都圏」11月11日午前9時30分～11時。▼閉会式11月11日午後1時。分科会報告など。

自閉症シンポジウム

11月15日(土)午後0時30分～5時、ムーブ(小倉北区大手町)で。先着五百人。入場無料。託児(先着十人。有料)あり。自閉症のある人が安心して暮らせる住まいと支援をテーマにした講演とシンポジウム。

申し込みは、10月20日から、障害者(児)地域サポートセンター ☎932局7127へ。

スポーツ

元気ハツラツ

総合体育館の個人利用日

10月15日(水)～17日(金)・19日(日)・23日(木)・27日(月)・30日(木)の午前9時～午後9時(一部利用できない時間帯あり)、総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652局4001)で。使用料が必要。利用する種目・時間は、事前問い合わせを。

戸畑庭球場を移転

10月11日、戸畑庭球場を戸畑区新池二丁目に移転します。

問い合わせは、教育委員会体育課 ☎5802局2309へ。

北九州市民体育祭

※は申し込みが必要。申し込み方法は詳しくは、教育委員会体育課 ☎582局2309へ。

募集

北九州パレスのスポーツ大会

いすれも11月24日(休)、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。

申し込みは、10月21日午前9時から、北九州パレス ☎651局4600へ。

※オリエンテーリング大会 11月9日(日)午前9時から、玄海青年の家(若松区大字竹並)で。参加無料。地図とコンパスを使って、指定された地点を目指します。申し込みは11月4日まで。

紫川ハゼ釣り大会

10月26日(日)午前9時～午後1時、紫川(貴船橋・常盤橋周辺)で。参加無料。当日、市役所北側広場で受け付け。雨天決行。入賞者に賞品あり。お楽しみ抽選会もあります。

問い合わせは、建設局総務課 ☎582局2022へ。

親子で魚釣り

11月1日(土)～2日(日)(一泊二日)、もし少年自然の家(門司区大字喜多)で。対象は、小学生とその保護者。先着三十組。参加費一人三千円。申し込みは、10月18日午前9時から、

募集

「耶馬の森林植樹の集い」の参加者を募集

11月16日(日)午前8時、小倉北区役所庁舎前に集合。午後4時30分、同所で解散。中学生以下は保護者同伴。定員九十人(抽選。参加無料)。

耶馬溪谷(大分県)での、植樹や交流会など。

申し込みは、はがき(何人でも可)に、全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月31日までに、水道局総務課「森林」係(☎803-8510 小倉北区大手町1-1、5582局3131)へ。

市立高等理容美容学校の生徒推薦・一般」を募集

対象は、高校卒業か、来春卒

募集

「健康に生きるために」

10月31日(金)午後6時～7時30分、産業医科大学フマツィーニホール八幡西区医学生センターで。入場無料。

講師は、前厚生労働省健康局長・高原亮治さん。

問い合わせは、保健福祉局保健医療課 ☎582局2678へ。

北九州市環境賞授賞式・記念シンポジウム

11月3日(祝)午後2時～6時、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。入場無料。

大賞受賞者のモリス・ストロングさんの講演など。

申し込みは、はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月29日までに、環境局総務課

募集

「環境賞係」(☎803-8501 小倉北区内1-1、5582局2173)へ。

シンポジウム「中途失業者の自立を考える」

11月2日(日)午後1時～4時、東部障害者福祉会館(戸畑区南口・ウェルとばた6階)で。対象は、視覚障害者。資料代三百円。

問い合わせは、北九州市身体障害者福祉協会 ☎803局5555へ。

膠原病に関する医療講演会・交流会

11月2日(日)午後1時～4時、ウェルとばた2階(戸畑区南口)で。入場無料。

講師は、産業医科大学医学部教授・田中良哉さん。

問い合わせは、保健福祉局障害福祉課 ☎582局2424へ。

セルフヘルプ・フォーラム

11月9日(日)午前10時30分～午後4時30分、ムーブ(小倉北区大手町)で。入場無料。託児(0歳6か月～就学前。有料)は事前相談を。

心の苦しみを分かち合おうことについての体験発表と講演など。問い合わせは、精神保健福祉センター ☎582局8000へ。

精神障害者スポーツ振興講演会

11月15日(土)午前10時～正午、総合保健福祉センター(小倉北区馬借二丁目)で。先着百人。受講料千五百円。修学は、来年4月から二年間。

詳しくは、高等理容美容学校 ☎651局4775へ。

推薦入試 試験は、11月13日(木)申し込みは、10月14日～11月4日。

一般入試 試験は、来年1月21日(水)。申し込みは、12月8日～来年1月13日。

北九州市立大学の社会人特別選抜の学生を募集

申し込みは、11月1日～8日。詳しくは、北九州市立大学企画課 ☎964局4022へ。募集要項は、各役所まちづくり推進課にもあります。

募集は、▼外国語学部(夜)11月18日 ▼経済学部(夜)11月18日 ▼文学部(夜)11月22日 ▼法学部(夜)11月25日 ▼国際環境工学部11月25日。試験は、11月30日(日)。受験料は、▼法学部(昼)、国際環境工学部11万七千円 ▼その他11万円。

北九州マイスター匠塾「ワイヤロープ安全コース」の塾生を募集

11月13日(木)14日(金)の午前9時～午後4時、九州機械工業振興会(戸畑区中原新町)で。定員三十人(抽選。受講料八千四百円)。

申し込みは、11月6日まで。詳しくは、産業学術振興局産業連携課 ☎582局2910へ。

門司港レトロマラソンのボランティアを募集

11月30日(日)に西海岸埋立地(門司区西海岸二丁目)で行う門司港レトロマラソン大会の会場整理や受け付けなどをするボランティアを募集します。対象は、高校生以上の人。先着二十人。事前説明会あり。

スタッフ帽と昼食を支給。申し込みは、10月17日から、教育委員会体育課 ☎582局2300へ。

アジア発展会議「アジアの発展と地方分権」

いすれも北九州国際会議場小倉駅北側)で。入場無料。同時通訳あり。

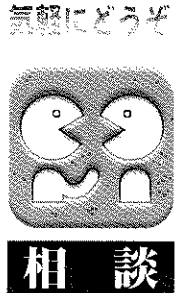
問い合わせは、企画政策室企画政策課 ☎582局146へ。

11月10日(日) ▼講演会と公開討論会11月9日9時30分～正午。米国ジョージア州立大学教授のロイ・バルさんの講演と北九州市長・末吉興一ほかの公開討論会。▼分科会A「地方分権と行政機構」11月11日午後1時30分～3時。▼分科会B「地方財政の諸問題」11月11日午後3時30分～5時。11月11日(火) ▼分科会C「都市化と首都圏」11月11日午前9時30分～11時。▼閉会式11月11日午後1時。分科会報告など。

自閉症シンポジウム

11月15日(土)午後0時30分～5時、ムーブ(小倉北区大手町)で。先着五百人。入場無料。託児(先着十人。有料)あり。自閉症のある人が安心して暮らせる住まいと支援をテーマにした講演とシンポジウム。

申し込みは、10月20日から、障害者(児)地域サポートセンター ☎932局7127へ。



母子福祉センターの無料相談

いずれも母子福祉センター（戸畑駅南口、ウエルとばた）で。対象は、母子・父子家庭の親と寡婦。

申し込みは、10月17日午前9時30分から、母子福祉センター ☎8071局3324へ。

法律相談 10月22日（水）午後1時～3時40分、先着八人。弁護士が相談に応じます。

経営相談 11月6日（木）午後6時～7時40分、先着二人。税理士が相談に応じます。

民事介入暴力被害 集中無料相談

10月25日（土）午前10時～午後4時、民事暴力相談センター（市役所2階）で。

暴力団等による不当要求などの相談に、警察官と弁護士が応じます。電話による相談も受け付けます。

ムーブの無料相談

いずれもムーブで。託児（0歳6か月～就学前、有料あり）。申し込みは、①は10月22日午前10時～正午に、ムーブ ☎8303局3339へ。②は往復はがきで。

講座 つき

屋外広告物講習会

11月4日（火）午前9時30分～午後5時30分、ウエルとばた（戸畑駅南口）で。対象は、15歳以上の。受講料二千円。

デジタルカメラ入門講座

いずれも定員二十人（抽選）。受講料八千二百円。申し込みは、往復はがきに、希望コース名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月25日（※は31日）までに、生涯学習総合センター「デジタル」係（☎80330811 小倉北区大門二丁目6-43、☎571局2735）へ。

いまだきママの リフレクシュ講座

11月6日～12月16日のおおむね毎週火曜午後1時～3時45分ムーブで。対象は、0歳6か月～就学前の子どもがいる

北九州市民カレッジ

いずれも時間は、午後6時30分～8時30分（①は午前9時30分～午後0時30分）。定員各30人（抽選）。受講料2000円～5000円。申し込みは、11月10日まで。詳しくは、生涯学習総合センター ☎571局2735へ。申し込み書は、10月22日から、各市立公民館、各区役所まちづくり推進課などで配布します。

- ①子育て親育ち支援 11月21日～来年2月13日のおおむね毎週金曜日、生涯学習総合センター（小倉北区大門一丁目）で。
- ②学社連携・融合と地域づくり 11月27日～来年2月19日のおおむね毎週木曜日、ウエルとばた（戸畑駅南口）で。
- ③環境と市民の暮らし 11月26日～来年2月25日のおおむね毎週水曜日、生涯学習総合センターで。
- ④北九州の産業と社会 11月21日～来年2月6日のおおむね毎週金曜日、生涯学習総合センターで。

子どものための『将来の夢体験講座』

いずれも対象は、小学5年・6年生。多数抽選。受講無料。

各分野で活躍する人の講演や実技指導を通して子どもの夢をはぐくみます。申し込みは、はがきに、希望講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月25日までに、教育委員会青少年課（☎803-8510 小倉北区大手町1-1、☎582局2392）へ。

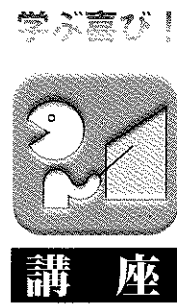
- ▶花屋さん=11月23日（日）午後2時～3時30分、ウエルとばた（戸畑駅南口）で。定員30人
- ▶科学者=11月29日（土）午後1時～4時、北九州学術研究都市（若松区ひびきの）で。定員40人
- ▶テレビ記者=11月29日（土）午後2時～4時、到津の森公園（小倉北区）で。定員30人
- ▶パン屋さん=11月30日（日）午前10時～午後1時、ウエルとばたで。定員20人
- ▶消防士=11月30日（日）午後1時30分～4時、消防訓練研修センター（小倉北区東港一丁目）で。定員30人
- ▶ピアニスト=12月6日（土）午前10時～11時30分、大手町練習場（小倉北区大手町）で。定員30人。

き、住所、氏名、年齢、電話番号、応募動機、託児希望者は子どもの名前・年齢を書いて、10月31日までに、ムーブ「相談」係（☎80330811 小倉北区大手町11-4）へ。

①女性の権利に関する法律相談 10月24日（金）午後6時～8時。定員四人（調整）。弁護士が相談に応じます。

グループ相談「自分を大切にしていますか？」

11月12日～12月17日の毎週水曜午後2時～4時。対象は、女性。定員十二人（調整）。心理相談員も一緒に話合います。



講座「開発教育とは」

10月25日（土）午後2時～5時、ムーブ（小倉北区大手町）で。先着五十人。受講料五百円（学生三百円）。託児（0歳6か月～就学前、有料あり）。貧困や環境問題など開発をめぐ

る問題を考えます。申し込みは、10月17日から、アジア女性交流・研究フォーラム ☎5833局3434へ。

オストメイトケア講習会 10月25日（土）午後1時～4時、東部障害者福祉会館（戸畑駅南口、ウエルとばた6階）で。対象は、オストメイト（人工肛門・膀胱造設者）とその家族。受講無料。

問い合わせは、北九州市身体障害者福祉協会 ☎8883局5555へ。

暮らしなるほど講座「遺言と成年後見制度について」 10月29日（水）午前10時～正午、門司消費生活センター（門司駅前）。先着三十人。受講無料。申し込みは、10月17日から、門司消費生活センター ☎371局8878へ。

人と環境にやさしい暮らし方講座 10月26日～来年3月14日の毎月第一・第四日曜午後1時～4時

4時。ボランティアふれあい広場「よりどころ」若松区大字有毛で。先着五十人。受講無料。有機無農薬野菜つくりなど。

申し込みは、10月17日から、若松区役所まちづくり推進課 ☎761局5321内線644へ。

一人で着れる着付け講座 10月31日～12月19日の毎週金曜日午後6時30分～8時30分、八幡東勤労青少年ホーム（八幡西区南鷹見町）で。対象は、15歳以上の女性。先着十五人。受講料千四百円（35歳以下は千六百円）。

申し込みは、10月20日午前10時から、八幡東勤労青少年ホーム ☎601局2684へ。

SOHOマネジメント講座 11月4日（火）～7日（金）（全四回）の午後1時～4時、北九州テレワークセンター（小倉駅北側、AIM内）で。対象は、SOHO事業の経験がある人。定員二十四人（面接あり）。受講料五千円。申し込みは、10月24日まで。詳しくは、北九州テレワーク

センター ☎513局3000へ。

パソコン講座「ホームページ作成」 11月6日～12月11日の毎週木曜日午前10時30分～正午、門司生涯学習センター（門司区栄町）で。定員十九人（抽選）。受講料六千円。

申し込みは、往復はがきに住所氏名年齢電話番号を書いて、10月25日までに、門司区役所まちづくり推進課「ホームページ」係 ☎80118510 門司区清滝一丁目1-1、☎331局1881内線643へ。

パソコン講座 いずれも対象は、文字入力・マウス操作などの基本操作ができる人（学生は除く）。託児（1歳～就学前、有料あり）。申し込みは、往復はがきに、希望講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望者は子どもの名前・年齢を書いて、10月25日（※は31日）までに、各施設へ。＊ワイド・エクセル入門 11月5日～21日の毎週水曜・金曜日

午後6時30分～8時30分、レイスやはた（☎80050059 八幡東区尾倉一丁目6-6、☎661局1222）で。定員十四人（抽選）。教材費千円。

ワイド中級 11月6日～27日のおおむね毎週火曜・木曜日午前10時～正午、レイスやはた（☎8000051 門司区下馬寄6-8、☎371局4649）で。定員十人（抽選）。教材費千五百円。

テクノエイドセンターの介護講座 いずれも午後1時～3時（※は4時まで）、総合保健福祉センター（小倉北区馬場一丁目）で。先着各日二十人（※は十人）。資料代五百円（※は別に材料費九百円が必要）。

申し込みは、10月21日から、テクノエイドセンター ☎522局8721へ。

▼ベッド関連講座 11月6日（木）～痴ほう関連講座 11月13日（木）※車いす用クッション作成講座 11月16日（日）▼福祉用具入門講座 11月20日（木）

の討論会。Eメールでの参加可能。問い合わせは、環境局環境産業政策室 ☎582局2630へ。

人。定員十二人（選考）。受講料一千円。託児（0歳6か月～就学前、有料あり）。エプロン・エクスなど。

申し込みは、往復はがきに、応募動機、住所、氏名、電話番号、託児希望者は子どもの名前・年齢を書いて、10月25日までに、ムーブ「いまだきママ」係（☎80330811 小倉北区大手町11-4、☎5833局3339）へ。

視覚障害者のための スカーフ・小物縫い講座

11月9日（日）午後1時～3時、東部障害者福祉会館（戸畑駅南口、ウエルとばた）で。対象は、身体障害者手帳を持つ人。先着十五人。資料代二百円。申し込みは、10月18日から、北九州市身体障害者福祉協会 ☎8883局5555へ。

ボランティア活動者研修

11月7日～12月5日の毎週金曜日午後6時30分～8時30分、ウエルとばた（戸畑駅南口）で。対象は、ボランティア活動経験が一年以上ある人。定員五十人（抽選）。受講料五百円。

障害者スポーツ指導員養成研修会

11月8日（土）・9日（日）・15日（土）

（土・16日）（全四回）のおおむね午前9時30分～午後5時、障害者スポーツセンター（小倉南区春ケ丘）で。先着四十人。受講料四千円。

申し込みは、10月17日から、障害者スポーツセンター ☎922局0026へ。

自然環境講座「スナメリを救え」 11月9日（日）午前10時～午後0時30分、環境ミュージアム（八幡東区東田一丁目）で。定員百人（抽選）。受講無料。

自然保護について考えます。申し込みは、はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月31日までに、環境局環境管理課「スナメリ」係（☎80330501 小倉北区城内一丁目5822局5338）へ。

11月8日（土）・9日（日）（全二回）の午後6時～8時（9日は1時～3時）、北九州プリンスホテルアリスアリーナ（八幡西区東曲里町）で。学生、初心者は除く。受講料各二千八百円。

問い合わせは、北九州市体育協会 ☎5822局3395へ。

八幡東勤労青少年ホームの講座 いずれも午後6時30分～8時30分、八幡東勤労青少年ホーム（八幡東区桃園二丁目）で。対象は、15歳以上の。申し込みは、10月31日まで。詳しくは、北九州テレワーク

八幡東勤労青少年ホーム ☎681局2798へ。

一人で着れる着付け 11月11日～来年3月2日のおおむね毎週火曜日。定員五人（調整）。受講料四千五百円（35歳以下は三千円）。

茶道「藪の内流」入門講座 11月13日～来年3月4日のおおむね毎週金曜日。定員五人（調整）。受講料各七千五百円（35歳以下は六千円）。

公開講座「発達遅れのめられる乳幼児の早期教育」 11月9日（日）午前9時～午後4時30分、北九州市立大学北方キャンパス（小倉南区北方四丁目）で。定員百人（抽選）。受講料二千五百円。

申し込みは、はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月31日までに、北九州市福祉事業団「公開講座」係（☎8050019 八幡東区中央二丁目1-1、☎6822局0001）へ。

11月12日（水）・21日（金）（土曜日は除く）のおおむね午前9時30分～午後5時九州ヒューマンメディア創造センター（八幡東区中央二丁目1-1、☎6822局0001）で。定員二十人（抽選）。教材費一万円。

申し込みは、電話による顧客対応技術などを学びます。申し込みは、10月31日まで。申し込み方法は詳しくは、

10月20日（月）～28日（火）、インターネット上（www.kitaq.jp/net2003/）で、エコタウン事業等につい

福岡市の催し 福岡市と情報を交換しています www.fukuhoku.net

トルコ三大文明展 トプカプ宮殿博物館、イスタンブール考古博物館などの所蔵品から、彫刻や工芸品など貴重な文物を展示します。世界最大級のエメラルドに彩られた短剣は日本初公開です。

日時など 10月12日（日）～12月7日（日）の午前10時～午後8時（入館は7時30分まで）、福岡アジア美術館（福岡市博多区下川端町）で。休館日は、水曜日。観覧料が必要。

問い合わせ 福岡アジア美術館 ☎（092）263局1100へ。



大演神楽・11月3日(祝)午後6時

法律人権特別相談

10月27日(月)午後1時～4時
門司区役所で、定員二十人程度、相談無料。当日午後1時に相談順番を決める抽選を行います。弁護士などが相談に応じます。問い合わせは、門司区役所まちづくり推進課☎331局0030へ。

周望学舎の宿泊研修

10月27日(月)～28日(火)泊二日、周望学舎(小倉北区新高田二丁目)で。対象は、60歳以上の人。先着四十五人。食事代など千五百円(寢間着は別に六十円が必要)。
講義やレクリエーション。
申し込みは、10月20日から、周望学舎☎591局4606へ。

肢体不自由者巡回相談

11月5日(水)午後1時～2時
門司勤労青少年ホーム(清瀬三丁目)で。対象は、身体障害者が戦傷病者で肢体不自由の人。相

談無料。
補装具についての相談に応じます。
申し込みは、11月4日までに、門司区役所保健福祉課☎331局1881内線4807へ。

あんどん談義

「海峽 武・志伝」

11月5日(水)・12日(水)・21日(金)・26日(水) (全四回)の午後7時～9時、老松公民館で。対象は、20歳以上の人。先着二十人。受講無料。
松隆・晋作・竜馬の人物像を学びます。
申し込みは、10月18日から、老松公民館☎332局0889へ。

初めてのパソコン入門講座

11月5日～28日の毎週水曜・金曜日午前10時～正午、新門司地域交流センターで。対象は、20歳以上の人。先着十五人。教材費実費。
パソコンの基礎やワードなど。
申し込みは、10月21日から、新門司地域交流センター☎481局4599へ。

料理講座

11月11日(火)・18日(火)・25日(火) (全三回)の午後2時～4時、萩ケ丘市民福祉センターで。先着二十人。材料費一千円。
中華料理のこつを、プロのシェフから学びます。
申し込みは、10月18日から、萩ケ丘市民福祉センター☎3372局3720へ。

料理の国際交流

11月14日(金)・21日(金)・27日(木) (全三回)の午前10時～午後1時、錦町市民福祉センターで。先着二十人。材料費実費。
他国の料理を学びながら、その国の人と交流します。
申し込みは、10月18日から、錦町市民福祉センター☎3322局5600へ。

料理を楽しむ

11月14日～28日の毎週金曜日午前10時～午後1時、早稲川公民館で。先着各日二十人。材料費一回千円。
クリスマスや正月に向けての

料理を学びます。
申し込みは、10月22日から、早稲川公民館☎331局2025へ。

講座「パソコンに親しみを」

いずれも11月7日(金)～9日(日)、風師公民館で。対象は、高校生以上の人。受講無料。
申し込みは、10月21日から、風師公民館☎331局5735へ。

ワード初級講座 午前9時30分～午後0時30分。先着各日十人。
エクセル中級講座 午後1時30分～4時30分。先着各日十人。



門司区役所
☎331局1881代

幼児食教室

10月22日(水)午前10時30分～正午、松ヶ江公民館で。対象は、1歳～3歳の幼児とその保護者。参加無料。母子健康手帳を持つてどぞ。
幼児食の調理実演、試食、個別相談を行います。
問い合わせは、生活支援課☎内線451へ。

もじっ子子ども教室

10月23日(木)午後1時20分～4時、門司区役所別館で。対象は、おおむね1歳～3歳の幼児とその保護者。参加無料。母子健康手帳を持つてどぞ。
子どもの健康や発達について

歯科衛生士・栄養士・保健師が話します。
問い合わせは、生活支援課☎内線456へ。

健康料理教室

10月31日(金)午前10時～午後1時、早稲川公民館で。先着十五人。材料費四百円。
生活習慣病予防についての話と調理実習。
申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線451へ。



パパ・ママスクール

11月9日(日)午後1時～4時、門司区役所別館で。対象は、初めてのお父さん、お母さんになる人。先着二十組。参加無料。
講演 沐浴実習、ビデオ上映を行います。
申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線450へ。

マタニティスクール

いずれも門司区役所別館で。対象は、妊婦やその夫など。
※は申し込みが必要。申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線451へ。
▼11月12日(水)・26日(水)の午後1時20分～3時30分参加無料。
出産・育児に関する講義や実技
▼※11月19日(水)午前9時45分～午後1時材料費五百円。妊娠中の食事の話と調理実習。

血管を強くするための教室

11月25日～来年4月27日のお

おおむね毎月第四火曜日午後1時30分～3時40分、門司区役所別館で。対象は、健診などで血圧やコレステロールが高いと指摘された人。先着十人。参加費八百円。
講義と実習を行います。
申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線454へ。

検診で健康チェック

いずれも時間は、午後1時30分～3時(11月9日は午前9時～10時30分)。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。保険証などの年齢が分かるものを持つてどぞ。
問い合わせは、生活支援課☎内線453へ。

▼11月5日(水)大里南公民館
▼11月6日(木)・9日(日)・20日(木)門司区医師会健診会館(小森江三丁目) ▼11月19日(水)大里南公民館。

基本・若者健診 対象は、18歳以上の人。受診料千三百円。
結核・肺がん検診 年齢制限なし。受診無料(痰検査は40歳以上の人で、検査料九百円)。
歯ッピ(歯科)検診 (11月9日だけ実施) 対象は、18歳以上の人。受診無料。

骨粗しょう症検診 (11月20日だけ実施) 対象は、18歳以上の。受診料千円。
肝炎ウイルス検査 対象は、40歳45歳50歳55歳60歳65歳70歳の人など。受診料七百円。
大腸がん検診 対象は、40歳以上の人。受診料五百円。



編集：小倉北区役所まちづくり推進課
☎582局3311（代表） FAX 571局0030

10月の無料相談

法律人権特別相談 23日(木) 11月6日(木)の午後1時30分～4時30分、小倉北区役所。先着各日二十人。申し込みは、相談日の午前8時30分から、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3339へ。

行政相談 ▼20日(月)・27日(月)午前10時～午後3時 小倉北区役所 ▼25日(土)午後1時～4時 泉台市民福祉センター。

問い合わせは、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3339へ。

健康を考える集い

11月15日(土)午前10時30分～11時30分、九州厚生年金会館(大手町)。先着二百人。入場無料。キヤスター・宮崎総子さんによる講演「私(こ)の幸福」。申し込みは、10月17日から、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3337へ。

ディスクゴルフ大会

11月16日(日)午前9時30分～午後3時、足立青少年の家キャンプ場横で。対象は、小学四年生以上の人。傷害保険料五十円。申し込みは、11月6日までに、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3332へ、来所して。

区民文化祭三曲演奏会

11月1日(土)午前11時～午後5時、小倉南生涯学習センター(小倉南)

倉南区役所横で。入場無料。第、三級、尺八の合奏です。

問い合わせは、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3332へ。

食品衛生責任者養成講習会

11月27日(木)午前9時30分～午後4時30分、総合保健福祉センターで。対象は、食品関係施設営業者や従業員など。定員百三十人(調整)。受講料三千円。申し込みは、11月20日までに、北九州市食品衛生協会小倉北支所(総合保健福祉センター4階)☎583局9220へ、来所して。

小学生スポーツ体験

11月1日～29日の毎週土曜日午後2時～4時、中島小学校で。対象は、小学一年生～三年生、定員四十人(抽選)。保険料など千円程度。リズム体操、ボール遊びなどを動かす体験をします。申し込みは、10月24日までに、北九州市レクリエーション協会☎921局26001へ。

献血にご協力を(10月)

いずれも対象は、18歳～69歳の人(65歳以上の人は、60歳～64歳の間に献血経験があること)。問い合わせは、小倉北区役所まちづくり推進課☎582局3337へ。

周望学舎の宿泊研修

10月27日(月)・28日(火)二泊二日、周望学舎で。対象は、60歳以上の人。先着四十五人。食事代など千五百円(寝間着は別に六十円が必要)。「レクリエーション」や「心豊かに老い支度」「転倒予防について」などの講義。申し込みは、10月20日から、周望学舎☎591局26266へ。

就職セミナー

10月24日(金)午後3時～4時30分、下富野地域交流センターで。対象は、求職活動中の人。受講無料。ハローワーク職員による就職のための基礎知識を学びます。申し込みは、10月17日から、下富野地域交流センター☎521局26266へ。

人権講演会

10月31日(金)午後7時～9時、北方児童館で。入場無料。野球解説者・デーブ大久保さんによる講演「私の野球人生、野球から学んだ人の道」。問い合わせは、北方地域交流センター☎931局65994へ。

パソコン講座

いずれも貴船地域交流センタ

で。対象は、文字入力などができる人。定員各十人(抽選)。資料代千円。申し込みは、往復はがきに、希望コース、住所氏名、電話番号、年齢を書いて、10月27日までに、貴船地域交流センター(☎800210072 小倉北区東條崎二丁目20-8、☎921局53033)へ。

健康ひろば



問い合わせ 小倉北区役所生活支援課 ☎582局3440

①②の検診は、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。年齢の分かるものを持って。

③④は、申し込みが必要。申し込みは、10月17日から、生活支援課☎582局3440へ。

① 検診に行こう

いずれも時間は、午後1時30分～3時。▼10月30日(木) 南五市民福祉センター ▼11月13日(木) 小倉北区役所 霧丘市民福祉センター。

※は、小倉北区役所だけ実施。

基本・若者健診 対象は、18歳以上の人。受診料千三百円。

結核・肺がん検診 年齢制限なし。受診無料(喀痰検査は、40歳以上の人で検査料九百円)。

肝炎ウイルス検査 対象は、40歳45歳50歳55歳60歳65歳70歳の人など。検査料七百円。

※骨粗しょう症検診 対象は、70歳の人など。検査料七百円。

エグゼル初級 11月10日～12月8日の毎週月曜・木曜日(祝日は除く)。▼午前コース 午前10時～正午 ▼午後コース 午後7時～9時。

ワイドで年賀状 11月11日～12月5日の毎週火曜・金曜日。▼午前コース 午前10時～正午 ▼午後コース 午後7時～9時。

② 胃がん検診 18歳以上の人。受診料千円。大腸がん検診 対象は、40歳以上の人。受診料五百円。

③ 健康料理教室 11月12日(水)午前9時～11時、小倉北区役所。対象は、35歳以上の人。先着五十人。受診料二千九百円(40歳～65歳の人には九百円)。

④ 健康ウォーキング教室 11月21日～12月12日の毎週金曜日午前9時～11時30分、小倉北区役所。対象は、基本健診を六か月以内に受診した、運動制限のない人。先着二十人。参加無料。生活習慣病予防や運動の学習と実習など。



編集：小倉南区役所 まちづくり推進課
☎951局4111(代表) FAX951局5507

小倉南区文化祭

問い合わせは、小倉南区役所
まちづくり推進課 ☎951局4
111 内線643へ。

謡曲大会・俳句大会 10月19日
(日)午前10時～午後5時、小倉南
生涯学習センターで。入場無料。

生涯学習センターで。入場無料。

生け花展 10月23日(木)～26日(日)
午前9時～午後5時、小倉南生
涯学習センターで。入場無料。

歌謡の会 10月26日(日)午前10時
～午後5時、小倉南生涯学習セ
ンターで。入場無料。

奇術 10月26日(日)午後1時30分
～3時、小倉南生涯学習センタ
ーで。入場無料。

バレエフェスティバル 10月26
日(日)午前9時～午後5時、北九
州芸術劇場(小倉北区室町二丁
目、リバーウォーク北九州内)
で。入場料二千円。

献血にご協力を

10月21日(火)午前10時～午後4
時、長行市民福祉センターで。

対象は、16歳～69歳の人(65歳
以上の人は、60歳～64歳の間に
献血経験があること)。

問い合わせは、小倉南区役所
まちづくり推進課 ☎951局4
111 内線257へ。

周望学舎の宿泊研修

10月27日(月)～28日(火)(二泊二
日)、周望学舎(小倉北区新高
田二丁目)で。対象は、60歳以
上の人。先着四十五人。参加費
千五百円(寝間着は別に六十
円が必要)。

「心豊かに老い支度」などの
講義とレクリエーション。

申し込みは、10月20日から、
周望学舎 ☎951局22026へ。

人権講演会

10月31日(金)午後7時～9時
北方児童館で。入場無料。

「野球から学んだ人の道」を
テーマに、野球解説者・デーブ
大久保さんによる講演。

問い合わせは、北方地域交流
センター ☎951局22024へ。

城野青年教室生徒募集

来年2月25日までの毎月第
一・第三五水曜日午後7時～
9時、城野公民館で。参加無料。
バザーやイベントなどの地域
活動を一緒にする仲間を期間
中、随時募集しています。

申し込みは、城野公民館 ☎9
51局0233へ。

パソコン講座

いずれも貴船地域交流センタ
ーで。

対象は、文字入力などの
基本操作ができ
る人。定員各コ
ース十人抽選。
教材費千円。

申し込みは、往復はがきに、
希望コース、住所、氏名、年齢、
電話番号を書いて、10月27日ま
でに、貴船地域交流センター(☎
802-10072 小倉北区東
篠崎二丁目20-18、☎921局
53003)へ。



エクセル初級講座

11月10日、
12月8日の毎週月曜・木曜日
(祝日は除く)。▼午前コース
11月10日午前10時～正午 ▼午後コ
ース11月10日午後7時～9時。
ワードで年賀状作成講座 11月
11日～12月5日の毎週火曜・金
曜日。▼午前コース11月11日
午前10時～正午 ▼午後コース11月
11日午後7時～9時。

申し込みは、10月20日から、
周望学舎 ☎951局22026へ。

初心者パソコン講座

いずれも10月20日(月)～12月21
日(日)のおおむね毎週月曜・木曜
日、鶴田地域交流センターで。
午前コース(午前10時～正午)
午後コース(午後7時～9時)。

問い合わせは、10月20日から、
周望学舎 ☎951局22026へ。

健康と福祉まつり

10月26日(日)午前10時～午後3時、
総合農事センターで。駐車場は有料。
問い合わせは、小倉南区役所ま
ちづくり推進課 ☎951局4111 内線
461へ。

【主な催し】

健康・福祉なんでも相談 午前10時
～午後3時。健康・育児・栄養・介
護保険・保健福祉・歯科衛生・年金
などに関する相談。
ふれあい広場 午前10時～午後3
時。手づくり食品販売、障害者作
品バザー、もちつきなど。
ステージイベント 午前10時30分～
午後2時30分。コンサート、介護劇、
ダンスなど。
チャレンジコーナー 午前10時～午
後2時30分。ストラックアウト、輪
投げ、ピーンボウリング。

と午後コース(午後7時～9時)
があります。先着各コース九人。
教材費二千円。
申し込みは、10月17日から、
鶴田地域交流センター ☎961
局0964へ。

葛原新町楽

10月26日(日)午前10時～正午、
葛原八幡神社(葛原四丁目)で。
参加無料。
享保年間、悪疫が流行し、神
社に祈願したことに始まり、三
百年の歴史を誇る市指定無形民
俗文化財です。

問い合わせは、小倉南区役所
まちづくり推進課 ☎951局0
039へ。

小倉駐屯地 創立記念行事

10月26日(日)午前8時～午後3
時、陸上自衛隊小倉駐屯地(北
方五丁目)で。入場無料。
自衛隊車両の体験試乗など。

問い合わせは、陸上自衛隊小
倉駐屯地広報室 ☎962局76
81 内線219へ。

健康 だより



問い合わせは、小倉南区
役所 ☎951局4111
(代表)へ。

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。年齢が分かるもの
を持っていってください。

検診で 健康チェック

時間は、午
後1時30分
～3時。▼10月22日(水)小倉南
生涯学習センターと菅根出張所
▼10月29日(水)道原公民館 ▼
11月5日(水)12日(水)守恒市民
福祉センター。

問い合わせは、生活支援課 ☎
内線458へ。

基本健診、結核・肺がん検診 対
象は、18歳以上の人。結核検診
は年齢制限がありません。受診
料千三百円(痰の検査は40歳以
上の人で、別に九百円が必要)。

肝炎ウイルス検査 対象は、40
歳45歳50歳55歳60歳65歳
70歳の人など。検査料七百円。

大腸がん検診 対象は、40歳以
上の人。受診料五百円。

胃がん検診

11月18日
(火)午前9時
～10時30分、長行市民福祉セン
ターで。対象は、
35歳以上の人。
先着五十人。受
診料千九百円。

40歳以上の人、九百円。

申し込みは、10月20日から、
生活支援課 ☎内線458へ。

歯科検診

10月22日
(水)午後1時
30分～3時、小倉南生涯学習セ
ンターで。受診無料。
問い合わせは、生活支援課 ☎
内線458へ。

離乳食と 子育て教室

11月4日
(火)午後1時
30分～3時
30分(受け付けは、1時30分ま
で)、小倉南生涯学習センター
で。受講無料。
離乳食についての話、調理実
演、試食、育児相談など。

問い合わせは、生活支援課 ☎
内線457へ。

健康料理教室

いずれも
時間は、午
前10時～午後0時30分。先着各
日二十人。材料費四百円。

「穀類を食べ
よう」をテーマ
に、栄養につい
ての話と調理実
習をします。

申し込みは、10月18日から、
生活支援課 ☎内線457へ。

▼11月12日(水)横代市民福祉セ
ンター ▼11月26日(水)東町納
市民福祉センター。

食生活相談

11月5日
(水)午前9時
30分～午後4時、小倉南生涯学
習センターで。相談無料。
糖尿病、高血圧などが気になる
人や治療中の人の食事につい
ての相談、カロリー計算、みそ
汁の塩分濃度の測定など。

申し込みは、11月4日までに、
生活支援課 ☎内線457へ。





久岐の浜広場のSL

カクテル片手に ジャズを聴こう!



「ジャズの街」若松で週末に素敵なひとときを過ごしませんか。当日はジュース類も用意しますので、お酒の飲めない人もお気軽にお越しください。

【日時】 10月24日(金)午後7時～9時。

【場所】 若松市民会館。

【入場料】 一般500円、19歳以下300円(飲み物付き)。入場券は、若松区役所まちづくり推進課(☎761局5321内線641)と修多羅市民福祉センターで販売中。

【問い合わせ】 修多羅市民福祉センター☎751局0720へ。



献血にご協力を

10月21日(火)午前10時～正午と午後1時～4時、サンリブ若松(本町三丁目)で。対象は、16歳～69歳までの人(65歳以上の方は、60歳～64歳までの間に献血経験が必要)。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線461へ。

コスモスふれあいハーモニー

10月25日(土)午前10時～11時30分、若松中央市民福祉センターで。参加無料。

歌、伝承遊び、ブラックシアター、吹奏楽などを通して、保育所の子ともたちと交流。

問い合わせは、若松コスモス保育所☎761局5622へ。

健康だより 若松区役所 問い合わせ ☎761局5321(代)

パバママ教室

11月9日(日)午前9時30分～正午、若松区役所で。対象は、母子健康手帳の交付を受けた妊婦とその夫。先着15組。参加無料。

お父さんの育児についての講話や沐浴実習、妊婦体験など。

申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線440へ。

虫歯予防にフッ素塗布を

10月28日(火)午後1時30分～3時30分、若松区役所で。対象は、歯が8本生えたころ～就学前の子ども。塗布料600円。

母子健康手帳、タオルを持ってどうぞ。

問い合わせは、生活支援課☎内線441へ。

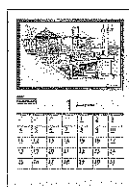


「好きです若松」 2004年版カレンダーの販売

若松区役所1階売店で販売中。定価は、壁掛け用700円、卓上用200円。

来年のテーマは、「絵画で見る若松」。きっと、あなたの知らない若松が見つかります。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線262へ。



▲壁掛け用

講演会「世界の川を旅して」

10月27日(月)午後6時～8時30分、若松市民会館で。入場料500円。

カヌーの第一人者でエッセイストの野田知佑さんによる講演とパネルディスカッション。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線259へ。

文化講演会

11月1日(土)午後2時～4時、若松図書館で。入場無料。

「おもしろ日本語講座」をテーマに、九州女子大学文学部助教授・奥田俊博さんが話します。

申し込みは、10月31日までに、若松図書館☎761局2942へ。

若松の農産物はいかが

10月19日(日)、11月2日(日)午前9時～午後5時、グリーンパークで。入園料が必要。

「地産地消」の取り組みとして、若松で採れた無農薬・無化学肥料の野菜を販売します。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線272へ。



農業ボランティア体験

11月2日(日)午前9時～午後1時、若松区大字安屋などで。先着60人。参加無料。

簡単な農作業を手伝い、作業の後には、畑で収穫した野菜を使った昼食をとります。

申し込みは、10月17日から、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線272へ。

「秋の小鉢御膳」をどうぞ

10月31日(金)までの午前11時30分～午後8時30分(月曜～金曜日の2時30分～5時30分は除く)、北九州ハイツ(八幡西区の場町)で。料金は1300円(税別)。

秋の味覚をちりばめた前菜など全7品。

詳しくは、北九州ハイツ☎631局5582へ。

若松区文化祭総合展示

11月1日(土)～7日(金)の午前9時～午後6時(7日は4時まで)、若松生涯学習センター(若松市民会館内)で。入場無料。

華道、写真、書、絵画、版画などの展示。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線641へ。

レジ袋回収社会実験にご協力を

11月1日(土)～30日(日)、本町・浜町地区市場商店街の協力店で。

期間中、協力店で使用される環境にやさしい素材でできたレジ袋は、回収され、新品のレジ袋として生まれ変わります。

問い合わせは、若松区役所まちづくり推進課☎761局5321内線262へ。

民館 ▶11月9日(日)午前9時～10時30分、若松中央市民福祉センター。

⑥は10月23日だけ、⑦は11月9日だけ実施。

⑦は申し込みが必要。申し込みは、10月20日から、生活支援課☎内線436へ。

①基本・若者健診＝対象は、18歳以上の人。受診料1300円。

②結核肺がん検診＝年齢制限なし。受診無料(痰の検査は40歳以上で、検査料900円)。

③肝炎ウイルス検査＝対象は、40歳以上の人など。検査料700円。

④大腸がん検診＝対象は、40歳以上の人。受診料500円。

⑤歯ッピー(歯科)検診＝対象は、18歳以上の人。受診無料。

⑥骨粗しょう症検診＝対象は、18歳以上の人。受診料1000円。

⑦胃がん検診＝対象は、35歳以上の人。先着50人。受診料2900円(40歳以上の方は900円)。

ほやほや赤ちゃん教室

10月24日(金)午後1時30分～3時、若松区役所で。対象は、0歳3か月までの乳児とその保護者。参加無料。母子健康手帳とバスタオルを持ってどうぞ。

赤ちゃんの育て方の話とベビーマッサージ、交流会。

問い合わせは、生活支援課☎内線440へ。

健康教室(糖尿病編)

10月22日(水)午後1時30分～3時30分、若松中央市民福祉センターで。参加無料。

病気と食生活についての話と個別相談。

問い合わせは、生活支援課☎内線439へ。

検診を受けませんか

いずれの検診も66歳以上の人などは受診無料です。年齢の分かるものを持ってどうぞ。

▶10月23日(木)午後1時30分～3時、島郷公

「レインボー広場」の 利用者を募集！

ステージを使って、
コンサートやミニイベ
ントを行いませんか？
利用予定日の6か月前
から予約できます。



料金 無料（営利目的のものは有料）
広さ 約1500㎡
設備 ステージ（照明・屋根あり）、
テント、机、いす、音響設備など
利用方法など詳しくは、八幡東区役
所まちづくり推進課☎681局0387へ。

■八幡東区政情報番組 「きちり〜東」放送中

午前8時、正午、午後4時、8時、翌午
前0時の各日5回（各15分間）、J-COM
北九州9チャンネル（ケーブルテレビ）で。
▶10月16日（木）〜31日（金）＝枝光第一自治区会
▶11月1日（土）〜15日（土）＝中央第二自治区会。
問い合わせは、八幡東区役所まちづくり
推進課☎661局0039へ。

■血倉山薬用植物を訪ねて

10月26日（日）午前8時30分、
帆柱ケーブル山麓駅前に集合。
午後1時、帆柱森林植物園で
解散。参加無料。小雨決行。



血倉山登山道沿いの薬用植物について、
説明を聞きながら山を登ります。筆記用具
と昼食を持ってどうぞ。中止の時は、集合
場所で薬用植物の種子を配布します。

問い合わせは、八幡東区役所まちづくり
推進課☎671局0801内線264へ。

■楽しいスポーツのすすめ

11月6日〜来年2月5日のおおむね毎週
木曜日午前9時45分〜正午、八幡東体育館で。
定員90人（調整）。受講料など2000円。

ラージボール卓球などを行います。
申し込みは、10月24日までに、八幡東区役
所まちづくり推進課☎671局0801内線642へ。

■北九州ハイツの「秋の小鉢御膳」

10月31日（金）までの午前11時30分〜午後8
時30分（月曜〜金曜日の2時30分〜5時30
分は除く）、北九州ハイツ（八幡西区的場町）
で。料金は1300円（税別）。

秋の味覚をちりはめた料理全7品。
詳しくは、北九州ハイツ☎631局5582へ。

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。

行政相談 10月16日（木）、11月6日（木）の午前
10時〜午後3時、八幡東区役所で。

法律人権特別相談 11月10日（月）午後1時〜
4時、八幡東区役所で。定員30組程度。当



八幡東区役所ホームページアドレス www.city.kitakyushu.jp/~yahata-higashi/



健康だより

八幡東区役所
☎671局0801(代)

♥ 幼児栄養教室

10月22日（水）午前10時〜11時30分、八幡
東区役所東別館で。対象は、1歳6か月〜
就学前の子どもとその保護者。参加無料。
幼児期の栄養の話と幼児食の調理実演・
試食。

問い合わせは、生活支援課☎内線435へ。

♥ 痴ほうの高齢者を抱える 家族のための教室

10月22日（水）午後1時〜3時、八幡東区
役所東別館で。対象は、痴ほう性高齢者
を抱える家族や介護者など。先着20人。
参加無料。

グループホームの見学など。

申し込みは、10月6日から、生活支援
課☎内線439へ。

♥ 検診に行こう

いずれも時間は、午後1時30分〜2時
30分。66歳以上の人などは無料です。

問い合わせは、生活支援課☎内線433へ。

▶10月23日（木）＝八幡東区役所東別館 ▶
11月6日（木）＝平野市民福祉センター。

基本・若者健診 対象は、18歳以上の人。
受診料1300円。

結核・肺がん検診 年齢制限なし。受診
無料（痰の検査は40歳以上で検査料900円）。

肝炎ウイルス検査 対象は、40歳・45歳・
50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の人など。
検査料700円。

大腸がん検診 対象は、40歳以上の人。
受診料500円。

日午後1時に相談順番を決める抽選を行いま
す。

交通事故相談 10月20日（月）、11月17日（月）の
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〜正午と
午後1時〜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（受け付けは9時30分
から）、八幡東区社会福祉センター（区役所
南側）で。10月24日（金）午後1時〜4時（受
け付けは正午から）は、弁護士が相談に応じ
ます。

♥ 虫歯予防にフッ素塗布を

10月27日（月）午後1時30分〜3時30分、
八幡東区役所東別館で。対象は、乳幼児
（歯が8本生えたころ〜就学前）。塗布料
1人1回600円。母子健康手帳、タオル
を持ってどうぞ。

歯磨き指導も行います。

問い合わせは、生活支援課☎内線433へ。

♥ 子育て講演会

11月6日（木）午前9時50分〜正午、八幡
東区役所東別館で。対象は、就学前の子
どもがいる人。入場無料。無料託児（対象
は、1歳以上の子ども。先着20人）あり。
「子どもの成長・発達と親子のふれあいの
重要性」をテーマとした講演や育児相談、
親子遊び。

託児の申し込みは、10月20日から。

詳しくは、生活支援課☎内線433へ。

♥ 健康料理教室

11月7日（金）午前10時〜午後0時30分、
平野市民福祉センターで。定員20人（調
整）。材料費400円。

「穀類を食べよう」をテーマとした話と
調理実習。

申し込みは、10月30日までに、生活支
援課☎内線435へ。

♥ パパママ学級

11月9日（日）午後1時20分〜4時、八幡
東区役所東別館で。対象は、赤ちゃんの
誕生が間近なお父さんやお母さん。先着
20組。参加無料。

ビデオ上映や沐浴実習、妊婦疑似体験。

申し込みは、10月27日から、生活支援
課☎内線433へ。

投票所が変わります

次の選挙から、次の投票所が変わ
ります。

入場整理券でお確かめください。

▶旧山の口小学校体育館→旧枝光中学
校武道場 ▶高見投票所（仮設）→梶
田ブルー北側へ移動。

問い合わせは、八幡東区選挙管理委
員会☎671局0801内線217へ。

や は た に し 区 版

10月15日号

編集 八幡西区役所まちづくり推進課
☎642局1441(代表)FAX621局0862
ホームページアドレス
www.city.kitakyushu.jp/~yahata-nishi/



□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、古紙配合率100%再生紙を使用しています □印刷 株式会社ゼンリンブリンテックス(門司区) □0303001F

秋の文化祭

いずれも問い合わせは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局1441内線642へ。入場無料。

俳句大会 11月3日(祝)正午～午後5時、八幡西生涯学習センター折尾分館で。

琴・三絃・尺八による秋の祭典 11月9日(日)午前11時30分～午後4時30分、八幡市民会館(八幡東区尾倉二丁目)で。

短歌大会 11月9日(日)午前10時～午後4時、八幡西生涯学習センターで。

八幡美術公募展 11月9日(日)～16日(日)の午前10時～午後5時30分(16日は4時まで)、八幡市民会館美術展示室で。

保育まつり

10月21日(火)午前9時45分～11時15分、八幡西区内の各保育所で。対象は、0歳～6歳の子どもとその保護者。参加無料。

育児相談もどうぞ。

問い合わせは、各保育所へ。

区役所の保健師(臨時職員)を募集

対象は、昭和20年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を持つ人。募集は、1人。

申し込みは、11月10日まで。

詳しくは、八幡西区役所生活支援課☎642局1441内線433へ。

健康だより 八幡西区役所
☎642局1441(代表)

離乳食栄養指導

11月5日(水)午前10時～11時、本城市民福祉センターで。対象は、乳児がいる保護者。参加無料。母子健康手帳を持ってどうぞ。



問い合わせは、生活支援課☎内線434へ。

11月の検診日

いずれも時間は、午後1時30分～3時(沖田公民館で行う5日の検診は、午前9時～11時と午後1時～3時)。※は19日だけ実施。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、生活支援課☎内線436へ。
▶5日(水)=沖田公民館 ▶6日(木)=永犬丸公民館 ▶12日(水)=竹末市民福祉センター ▶13日(木)=永犬丸西市民福祉センター ▶19日(水)=北九州プリンスホテル(東曲里町) ▶20日(木)=上津役市民福

「水彩画でみる長崎街道」展

11月5日(水)～12月5日(金)の午前9時～午後5時、八幡西生涯学習センターで。入場無料。

小倉から長崎までの街道の模様を描いた水彩画を展示します。

問い合わせは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局1441内線642へ。

八幡東写真連盟展

10月19日(日)～26日(日)の午前10時(19日は正午)～午後5時30分(26日は4時まで)。八幡市民会館美術展示室(八幡東区尾倉二丁目)で。入場無料。

写真約60点を展示します。

問い合わせは、八幡市民会館☎671局6061へ。

楠橋地域交流センターの法律相談

10月28日(火)午後1時30分～4時30分、楠橋地域交流センターで。先着6人。相談無料。

弁護士が相談に応じます。

申し込みは、相談日の午前9時から、楠橋地域交流センター☎617局0308へ。

献血にご協力を!

10月31日(金)午前9時～正午、沖田中学校で。対象は、16歳～69歳の人(65歳以

上の人)。26日(水)=引野市民福祉センター ▶27日(木)=塔野市民福祉センター。

基本(若者)健診 対象は、18歳以上の人。受診料1300円。

結核・肺がん検診 年齢制限なし。受診無料(痰の検査は40歳以上の人。検査料900円)。

大腸がん検診 対象は、40歳以上の人。受診料500円。

肝炎ウイルス検査 対象は、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の人など。検査料700円。

※歯ッピー(歯科)検診 対象は、18歳以上の人。受診無料。

骨粗しょう症検診

いずれも時間は、午後1時30分～3時。対象は、18歳以上の人。受診料1000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。

問い合わせは、生活支援課☎内線436へ。
▶11月6日(木)=永犬丸公民館 ▶11月19日(水)=北九州プリンスホテル ▶11月27日(木)=塔野市民福祉センター。

上の人は、60歳～64歳の間に献血経験が必要)。

問い合わせは、北九州赤十字血液センター献血推進課☎631局1211へ。

金山川コスモスまつり

10月19日(日)午前10時～午後4時、金山川ボランティア公園周辺(則松六丁目)で。入場無料。

バザー、抽選会、餅まきなど。

問い合わせは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局1441内線262へ。

楽市楽座・藤田銀天街のフリーマーケット出店者を募集

10月26日(日)午前10時～午後5時、藤田銀天街(藤田二丁目)で。募集(1ブース2m×1.6m)は、約100ブース。出店料は1ブース2000円。

申し込みは、10月17日から。

詳しくは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局1441内線261へ。

えほんの読みきかせ

10月25日(土)午前10時30分～11時、折尾こどもと母のとしょかんで。対象は、赤ちゃんと幼児。参加無料。

問い合わせは、折尾こどもと母のとしょかん☎601局1999へ。

北九州ハイツの「秋の小鉢御膳」

10月31日(金)までの午前11時30分～午後8時30分(月曜～金曜日の2時30分～5時30分は除く)。料金は1300円(税別)。

詳しくは、北九州ハイツ☎631局5582へ。

健康あるきing参加者募集

ゆとりコース(8km)と健脚コース(10km)に分かれて畑貯水池周回コースを歩きます。参加無料。雨天中止。

日程 11月3日(祝)午前9時、馬場山公園集合(希望者は、八幡西区役所から送迎バスが午前8時30分出発)→畑キャンプセンター→畑貯水池堤防下(ゆとりコース解散)→立場茶屋銀杏屋→馬場山公園

定員 500人(抽選)

申し込み はがき(1枚5人まで)に、希望のコース、送迎バス希望の有無、全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月23日までに、八幡西区役所まちづくり推進課「健康あるきing」係(☎806-8510 八幡西区筒井町15-1、☎642局1441内線266)へ。

無料相談

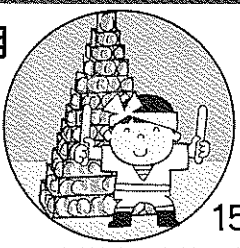
問い合わせは、八幡西区役所まちづくり推進課☎642局0039へ。

法律人権特別相談 11月7日(金)午後1時30分～4時。先着45人。当日午前10時30分から整理券を配布。受け付けは、午後0時30分から。黒崎消費生活センター(メイト黒崎6階)で。弁護士などが面談。

交通事故相談 10月28日(火)午前9時～午後4時、八幡西区役所で。

とばた区版

10月



15日号

編集：戸畑区役所まちづくり推進課
 ☎804-8510 戸畑区新池一丁目1番1号
 ☎871局1501(代表) FAX 871局7610

献血にご協力を

10月20日(月)午前10時～正午と午後1時～4時、スピナ鞘ヶ谷店前(東鞘ヶ谷町)で。対象は、16歳～69歳の人(65歳以上の人は、60歳～64歳までの間に献血経験があること)。

問い合わせは、戸畑区役所まちづくり推進課 ☎871局1501内線257へ。

人権擁護委員に相談を

いじめなどの人権問題、家庭内や近隣関係のもめ事など、お気軽にご相談ください。秘密は固く守ります。相談無料。

自宅を訪問するときは、事前に都合を確かめてからどうぞ。

【人権擁護委員】(敬称略)

- ▶ 高木悟＝浅生三丁目、☎871局0519
- ▶ 堀奈緒美＝菅原四丁目、☎881局6298
- ▶ 弓場和紀＝天神二丁目、☎861局1486。

文化講演会

11月3日(祝)午前10時～正午、戸畑図書館で。先着70人。入場無料。

日本児童文学者協会評議員・水上平吉さんの講演「郷土の詩人・みずかみかずよの世界」。

申し込みは、10月18日から、戸畑図書館 ☎871局3464へ。

戸畑区文化祭

問い合わせは、戸畑区役所まちづくり推進課 ☎871局1501内線643へ。

戸畑区美術展 いずれも午前10時～午後6時(10月26日・11月2日は4時まで)、戸畑生涯学習センターで。入場無料。

- ▶ 絵画＝10月22日(水)～26日(日) ▶ 工芸・写真＝10月29日(水)～11月2日(日)。
- 川柳大会 10月19日(日)午前10時～午後4

戸畑区バウンドテニス大会 参加者を募集

11月2日(日)午前9時30分～午後1時、戸畑体育館で。対象は、中学生以上の人(2人1組)。先着40組。スポーツ傷害保険料1人50円。

申し込みは、10月20日から、戸畑区役所まちづくり推進課 ☎871局1501内線643へ。

時、ウェルとばたで。入場無料。

箏・三弦・尺八フェスティバル 10月26日(日)午前11時～午後3時、ウェルとばたで。入場無料。

秋の茶会 11月3日(祝)午前9時～午後3

ウェルとばた 歌まつり



11月3日(祝)午前11時～午後4時、戸畑市民会館(ウェルとばた内)で。入場料1000円。

カラオケ教室等で鍛えた地域ののど自慢の人が歌を披露。

問い合わせは、ウェルとばた ☎871局7200へ。

時、西日本工業倶楽部(一枝一丁目)で。茶券2000円。

吟詠・剣舞・詩舞大会 11月3日(祝)午前9時30分～午後4時、ウェルとばたで。入場無料。

健康だより

問い合わせ 戸畑区役所 ☎871局1501(代表)



♥ツ反検査とBCG接種

いずれも午後1時30分～2時30分、戸畑区役所北別館で。対象は、まだ一度も接種を受けていない0歳3か月～3歳11か月の乳幼児。接種無料。

問い合わせは、生活支援課 ☎内線447へ。

▶ ツ反検査＝11月5日(水) ▶ 判定とBCG接種＝11月7日(金)。

♥マタニティー教室

10月24日(金)午後1時30分～3時30分、戸畑区役所北別館で。対象は、妊娠5か月までの妊婦。参加無料。母子健康手帳を持ってどうぞ。

胎児の成長や薬の影響、母親の妊娠中の生活の仕方をテーマにした助産師や薬剤師の話など。

問い合わせは、生活支援課 ☎内線437へ。

♥赤ちゃん教室

10月23日(木)午後1時30分～3時30分、戸畑区役所北別館で。対象は、生後6か月からの乳児とその保護者。参加無料。母子健康手帳を持ってどうぞ。

保健師や歯科衛生士による話、保育士による手遊び、個別相談など。

問い合わせは、生活支援課 ☎内線437へ。

♥わいわい子育て相談

11月18日(火)午後1時30分～3時、戸畑区役所北別館で。0歳～就学前の子ども

とその保護者。定員4組(調整)。相談無料。

「友達とうまく遊べない」「健康面で不安がある」などについて、小児科医師、臨床心理士、保健師、保育士等の専門スタッフが相談に応じます。

申し込みは、前日までに、生活支援課 ☎内線437へ。

♥食生活相談

10月17日(金)午前9時30分～午後4時、戸畑区役所北別館で。相談無料。

糖尿病や高脂血症など生活習慣病が気になる人の食生活の個別相談、みそ汁の塩分濃度測定など。

申し込みは、生活支援課 ☎内線434へ。

♥健康料理教室

10月31日(金)午前10時～午後1時、三六市民福祉センターで。先着30人。材料費400円程度。

「穀類をしっかりと」をテーマにした栄養の話と調理実習。献立は、雑穀と海藻のごまじゃこサラダなど4品。

申し込みは、10月20日から、生活支援課 ☎内線434へ。

♥転倒予防教室

11月19日(水)午後2時～4時、ウェルとばたで。受講無料。

転倒の原因と対応について、九州労災病院リハビリ科技師長・半田一登さんの講演と簡単な体操。

申し込みは、11月5日までに、生活支援課 ☎内線451へ。

痴ほう性高齢者の見守り サポーターを派遣します

「見守りサポーター」は、家族の不在時などに自宅を訪問し、痴ほう

性高齢者の見守りや話し相手などを行います。

対象は、痴ほう性高齢者と同居している家族等。派遣料は、1時間当

たり500円(別に交通費実費が必要)。

申し込みは随時。

詳しくは、戸畑区役所保健福祉相談コーナー ☎881局4800へ。