



主な内容

- 特集1 1
北九州市長選挙
- 特集2 2
日本初開催!「ブレイキン・フォー・
ゴールド・ワールドシリーズ」
- トピックス 3~4
●化学物質過敏症を知っていますか?
●確定申告の申告期限は3月15日(水)まで
など
- すこやかハート北九州 5
- 情報ステーション 6~11
*最終ページは人口データと若松区の情報

特集

北九州市長選挙

投票日 **2月5日(日)** 投票時間 **7~20時**

※藍島市民サブセンター(小倉北区)の投票は2月3日(金)の7~20時です。
※平尾公民館(小倉南区)の投票は2月5日(日)の7~19時です。



期日前投票のご案内

1月23日(月)~2月4日(土)

投票日当日に仕事や旅行などの予定がある人は、期日前投票ができます。また、新型コロナウイルス感染症の「感染予防」を理由として期日前投票もできます。今回の選挙ではセントシティ(小倉北区)で小倉南区にお住まいの有権者も投票できるようになります。

投票の際は、投票所入場整理券(届いていない人や紛失した人は、本人であることを確認できるもの)をお持ちください。

場所	投票できる人	日程	投票時間
住所地の区役所	それぞれの区にお住まいの有権者	1月23日(月)~2月4日(土)	8時30分~20時
住所地の出張所 (大里出張所は門司体育館に変更)			8時30分~17時 ※1月28日(土)からは19時まで
馬島集会所	小倉北区馬島にお住まいの有権者	2月1日(水)	12~15時
セントシティ10階	小倉北区・小倉南区にお住まいの有権者	2月1日(水)~4日(土)	10~19時
イオンモール八幡東1階	八幡東区にお住まいの有権者		
イオン戸畑ショッピングセンター3階	戸畑区にお住まいの有権者		

※小倉北区藍島にお住まいの有権者は2月2日(木)まで期日前投票ができます。

投票できる人(有権者)

投票できる人は、選挙人名簿に登録された次の①②いずれにも該当する人です。

- ①日本国籍を持ち、平成17年2月6日以前に生まれた人
- ②令和4年10月21日以前から、住民基本台帳(住民票)に記載されていて、引き続き北九州市内に住所がある人

投票する場所

投票所入場整理券に記載されている投票所で投票してください。ただし、最近転居した人は、投票所が次のようになります。

【市内で転居した人】

- 12月28日以前に転居の届出をした人は、新しい住所地で
- 12月29日以後に転居の届出をした人は、前の住所地で

【市外へ転出した人】

市外へ転出した日から投票はできません

投票所入場整理券をお忘れなく

投票所入場整理券は、1月22日頃に一人一枚郵送しますので、選挙の当日、投票所へお持ちください。届かなかったり、紛失したりしたときは、住所地の区選挙管理委員会に連絡してください。

なお、届かなかったり、紛失したりした人も投票できます。本人であることを確認できるもの(自動車運転免許証やマイナンバーカードなど)を持って、投票所の係員にお申し出ください。

点字投票と代理投票

目の不自由な人は「点字投票」ができます。また、体が不自由などの理由で字を書くことができない人は、投票所の係員が代筆する「代理投票」ができます。投票の秘密は固く守りますので、お気軽に投票所の係員にお申し出ください。

本人確認にご協力ください

不正投票防止のため、投票所では誕生日などによる本人確認を行っています。ご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養などをしている人の投票

外出自粛要請を受けた人などで一定の条件を満たす人は郵便等による「特例郵便等投票」ができます。投票日の4日前(2月1日)までに手続きが必要です。詳しくは住所地の区選挙管理委員会までお問い合わせください。

選挙公報を配布します

候補者の氏名・経歴・政見などを掲載した選挙公報を、各世帯に配布します。お届けには日数を要しますので、あらかじめご了承ください。また、準備が整い次第、特設ホームページ(下記を読み取り)や各期日前投票所などでご覧になれます。

特設ホームページを開設!

選挙情報や選挙を分かりやすく解説した動画を掲載しています。

北九州市長選挙のお知らせ▶



問い合わせ先	選挙全般に関する 市区の選挙管理委員会	入場整理券に関する ※問い合わせは1月22日から
北九州市	☎582・3071	—
門司区	☎331・1880	☎332・4484
小倉北区	☎582・3505	☎583・6108
小倉南区	☎951・4113	☎921・9264
若松区	☎761・5328	☎761・4261
八幡東区	☎671・2887	☎661・6185
八幡西区	☎642・1443	☎622・4890
戸畑区	☎871・3453	☎883・1091

特集2 日本初開催!「ブレイキン・フォー・ゴールド・ワールドシリーズ」



2024年パリオリンピック新競技種目 今、注目のダンススポーツ「ブレイキン」が 北九州にやってくる!

2月、ブレイキンの世界大会「ブレイキン・フォー・ゴールド・ワールドシリーズ」が日本で初めて北九州市で開催されます。「北九州市長杯ストリートダンスコンテスト」が開かれるなど若い世代を中心にストリートダンスが盛んな本市に、パリオリンピックを目指す世界のトップレベルの選手が集結。市民みんなで声援を送り、大会を盛り上げていきましょう。

ブレイキンとは?

ブレイキンとはブレイクダンスともいわれ、体のあらゆるところを使い、回ったり跳ねたりする、迫力のある動きを取り入れたダンスです。ブレイキンを踊っている人たちは、B-BoyやB-Girlと呼ばれます。大会では、音楽に合わせて、B-Boy、B-Girlたちが1対1で交互にダンスを披露し、技術や表現力を競います。



大会日程

予選 2/24(金)
決勝 2/25(土)

開催場所

西日本総合展示場新館
(小倉駅北側)

※チケットの詳細については、スリーオクロック ☎(092)732-1688(受付:月~金曜日の10~18時30分)に☎を。

世界で活躍する日本のB-Boy&B-Girl



半井 重幸さん シゲキックス
(ダンサーネーム: Shigekix)

■WDSF 世界ブレイキン選手権
2022 銀メダル

世界大会を日本で開催してもらえてうれしいです! 自分のベストを尽くして、いい結果・いいパフォーマンスを皆さんに届けられたら最高です!

※今大会の出場選手は、12月21日時点では未定です。



福島 あゆみさん アユミ
(ダンサーネーム: Ayumi)

■WDSF 世界ブレイキン選手権
2022 銅メダル

日本である大会なので楽しみだし全力で臨みたい! たくさんの人に元気を与えられるようなパフォーマンスができればいいなと思います!



北九州ダンス協会 会長
山本 紗織さん

日本初開催の「ブレイキン・フォー・ゴールド・ワールドシリーズ」は、私たち、北九州市で活躍するダンサーの夢であり、希望です。私はダンサー育成などに加え、ブレイクダンスを多くの人たちに知ってもらうために活動しています。市民の皆さんも大会と一緒に盛り上げて、日本全国、いや、世界に北九州市を発信していきたいでしょう。



市民文化スポーツ局
国際スポーツ大会推進室
鎌田 英之 係長

多くの皆さんの協力を得て、日本初となるブレイキンの世界大会の誘致を実現できました。大会を通じ、同年代の選手のパフォーマンスを目にした北九州市の若者が、この街に誇りを持ち、新たなチャレンジに踏み出すきっかけになれば、こんなにうれしいことはありません。ぜひ多くの皆さんにご来場いただきたいと思っています。

ブレイキン 4つの主な動き

選手が繰り出すさまざまな動きは「トップロック」「フットワーク」「パワームーブ」「フリーズ」と大きく4つに分けられます。この4つの動きの難易度やバリエーション(種類)、表現の独創性や組み合わせ、完成度などで審査されます。音楽や会場との一体感が生み出されるのもブレイキンの魅力の一つです。



トップロック

フロア(舞台)へ入る前に立って踊るダンスのこと。ほとんどの演技は、このトップロックから始まります。



フットワーク

しゃがんだ状態で地面に手をつき、素早く動く足さばきやステップなどのことを指します。



パワームーブ

全身、特に上半身で迫力のある動きをする技の総称。跳ねたり回ったりと豪快な動きが多く、頭を軸に回転する「トップスピン」などがあります。



フリーズ

音に合わせて体や動きを固めて止めること。止まる際の体の形や止まり方で個性を表します。

出典:JDSF BREAKING | 日本ダンススポーツ連盟ブレイクダンス部公式サイト



ブレイキン・フォー・ゴールド・ワールドシリーズ大会PR動画を見てみよう

市内の名所で撮影された大会PR動画は市公式YouTubeチャンネルから▶



出演者・ボランティアの申し込み

ショーケースステージ出演者(申1月20日まで)、一般・語学(英語)ボランティア(申1月28日まで)も募集中。詳しくは大会公式ホームページをご覧ください。

最新情報



▲大会公式ホームページ

この特集に関するお問い合わせ 市民文化スポーツ局国際スポーツ大会推進室 ☎582-2411

北九州市の 新型コロナウイルス情報

現在、集団接種と個別接種で「オミクロン株対応ワクチン」の接種を実施中です。1・2回目接種も含め、早めの接種をご検討ください。

市ホームページ
「新型コロナウイルスワクチン接種に関する総合案内ページ」



コロナワクチンコールセンター
☎0120・489・199
乳幼児・小児専用コールセンター
☎0120・489・500
■受付時間:9~17時
※聴覚障害のある人は
☎383・0820

化学物質過敏症を知っていますか？

洗剤や柔軟剤、芳香剤などの香り成分が含まれる製品をはじめ、殺虫剤などの日常的に使用している製品に含まれるわずかな量の化学物質に反応し、頭痛や吐き気などさまざまな症状が現れる人がいます。

発症の仕組みはまだ分かっていないことが多く、診断基準や治療法も確立されていません。「化学物質過敏症」についての理解と、症状に苦しんでいる人への配慮をお願いします。

報告されている症状

- のどの痛み
- 湿疹
- どうき・息切れ
- 目がチカチカ
- せき
- 吐き気
- 頭痛
- めまい



原因となるもの

- ・香り成分が含まれている洗剤、柔軟剤、芳香剤、アルコール消毒剤、香水、化粧品
- ・殺虫剤、虫よけスプレー、農薬
- ・接着剤、塗装、住宅建材
- ・排気ガス、暖房などの燃焼ガスなど

皆さんの理解と配慮をお願いします

- 公共の場など、人が集まる場所では、使用する量に気をつける
- 部屋の広さや人数などの状況に応じて換気する

問 保健所東部生活衛生課(門司区、小倉北区、小倉南区)
☎522・8728

問 保健所西部生活衛生課(若松区、八幡東区、八幡西区、戸畑区)
☎622・4614

受けていますか？ がん検診

問 各区役所健康相談コーナー
保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

受診方法・予約方法

個別検診

医療機関へ事前に電話で予約をしてください。各医療機関については問を。市ホームページ(下記)を読み取りでもご覧になれます。



▲検診実施機関はコチラから

集団検診

日程は市政だより区版や市ホームページでお知らせします。
申 検診希望日の前月の3日(3日)が土・日曜日、祝日の場合は翌日(9時から)集団検診予約センター(☎0570・783・077)か(☎953・6168)へ。
ネットも可。



▲集団検診の予約はコチラから

検診の種類

- 胃がん
 - 大腸がん
 - 子宮頸がん
 - 結核・肺がん
 - 乳がん
 - 前立腺がん
- ※子宮頸がんは個別検診だけ
※35〜39歳の胃がん、結核・肺がんは集団検診だけ

シルバーフェスタ北九州を開催

担 産業界雇用政策課 ☎582・2419
シルバー人材センターの活動紹介と会員募集のため、イベントを開催します。会員手作りの小物の販売や書道パフォーマンスなど。1月27日(金)12〜16時、小倉駅JAM広場で。仕事に関する相談と血管年齢測定もあり。詳細は北九州市シルバー人材センター ☎922・4801へ問を。



▲前回の開催の様子

景観講座「都市景観の変遷と近現代建築の風景」を開催

担 建築都市局都市景観課 ☎582・2595

講師は九州女子大学特任教授の佐久間治さん。2020年に市が制作した動画「わたしの北九州」を再上映し、市の歴史・背景や、近現代建築の風景が持つ意味、地域資源としての価値・可能性について話します。参加者は、北九州建築景観冊子を進呈。3月4日(土)13〜15時、九州工業大学ジムラボ(戸畑区仙水町 戸畑キャンパス内)で。同キャンパス内にある明専の森の近現代



▲佐久間治さん



▲詳細はコチラから

高齢者用肺炎球菌予防接種を受けましょう

担 保健福祉局感染症医療政策課 ☎582・2090

肺炎球菌は肺炎になる原因の25〜40%を占め、そのほか慢性気道感染症や中耳炎などの原因にもなります。予防接種を受けて、肺炎球菌の感染を防ぎましょう。
【期間】3月31日(金)まで。
【場所】定期予防接種実施医療機関。
【対象】
①令和5年3月31日までに、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人
②60〜64歳の心臓、腎臓、呼吸器の機能や、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害(身体障害者手帳1級程度)のある人
※対象者へは、昨年7月に通知済みです。
※5年前にすでに、この予防接種を受けた人や、自費で接種を受けたことがある人は対象になりません。
【料金】4300円(生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料)

新型コロナウイルスを接種する人へ

新型コロナウイルスと高齢者用肺炎球菌ワクチンの接種間隔は、原則2週間以上空けることが必要です。

問 各区役所健康相談コーナー

- 門司区 ☎331・1888
- 小倉北区 ☎582・3440
- 小倉南区 ☎951・4125
- 若松区 ☎761・5327
- 八幡東区 ☎671・6881
- 八幡西区 ☎642・1444
- 戸畑区 ☎871・2331



▲市ホームページ「高齢者用肺炎球菌の定期予防接種のお知らせ」

確定申告の申告期限は3月15日(水)まで

令和4年分の所得税と復興特別所得税・贈与税の確定申告期限は3月15日(水)です。個人事業者の消費税と地方消費税の確定申告期限は3月31日(金)です。

確定申告が必要な人

● 事業所得や不動産所得等がある人で、令和4年1月1日(12月31日)までの所得金額の合計額が、基礎控除、配偶者控除、扶養控除などの所得控除の合計額を超える人

● 給与所得者で、▼給与の収入金額が2000万円を超える人
▼給与・退職所得以外の所得金額が20万円を超える人

年金受給者で申告が不要な人

公的年金などの収入金額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の人は、所得税の確定申告書の提出は不要です。ただし、所得税・復興特別所得税の還付を受ける場合は、確定申告書の提出が必要です。

確定申告が必要ない人でも、市県民税の申告が必要な場合があります。詳しくは、市政だより2月1日号でご案内します。

パソコンやスマートフォンから確定申告(e-Tax)

確定申告書の作成は、国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」が便利です。



スマートフォンはコチラから!

会場で確定申告

● 原則、確定申告会場でも、自分のスマートフォンか会場のパソコンで申告書を作成します(不明な点は会場で質問できます)。

● 来場の際は、源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類とマイナンバーカードなどの本人確認書類が必要です。

● 入場には整理券が必要です。整理券は各会場で当日配付します。無料通信アプリ「LINE」でも事前発行しています。

● 37.5度以上の発熱が認められる人は、入場をお断りします。

● 会場の混雑緩和のため、状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。

所得税・贈与税・消費税の確定申告相談受け付け

対象地域	確定申告会場	開設期間・受付時間
● 門司区 ● 小倉北区 ● 小倉南区	AIMビル3階(小倉駅北側)	2月16日~3月15日の毎週月~金曜日(祝日は除く、2月19日(日)・26日(日)は開場) 9~16時
● 若松区	若松税務署(若松区本町一丁目)	2月1日~3月15日の毎週月~金曜日(祝日は除く) 9~16時
● 八幡東区 ● 八幡西区 ● 戸畑区	八幡税務署(八幡東区平野二丁目)	2月8日~3月15日の毎週月~金曜日(祝日は除く) 9~16時

※2月16日~3月15日は、門司・小倉税務署での申告相談は行っていません。
※2月19日(日)・26日(日)は、AIMビル3階で全ての区の申告相談を受け付けます。
※申告会場の状況に応じて早めに受け付けを終了する場合があります。

確定申告などについての問い合わせ

門司税務署	☎321・5831(代表)
小倉税務署	☎583・1331(代表)
若松税務署	☎761・2536(代表)
八幡税務署	☎671・6531(代表)

※1月13日~3月15日は、「確定申告テレホンセンター」を開設しています。確定申告に関するご相談は、音声案内[0]を選択してください。

確定申告とあわせてマイナンバーカードの申請を

住民課 ☎582・2107

マイナンバーカード申請窓口を確定申告会場内に設けます。窓口では「顔写真の無料撮影」と「申請書の記入支援」を行います。

● AIMビル3階(小倉駅北側) 2月19日(日)・26日(日)の10~15時

● 八幡税務署 2月8日(水)・16日(木)の10~15時

共通マイナンバーカードを初めて申請する人。マイナンバーの「通知カード」と「個人番号カード交付申請書」、「本人確認書類(自動車運転免許証や健康保険証など)」を複数点お持ちの人はご持参ください。

区役所市民課などでも、マイナンバーカードやマイナンバーの申請のサポートを行っています。マイナンバーカード出張申請サポート事務局 ☎050・1753・1728へ。



▲市ホームページ「マイナンバーカードの申請をサポートしています」

うどんMAPデジタルスタンプラリーを実施

担産業経済局商業・サービス産業政策課 ☎582・2050

文化庁から、100年続く食文化として次世代に継承すべきと認定された「小倉焼うどん」を提供する店をはじめ、個性豊かなうどん店約80店舗が参加する、デジタルスタンプラリー「うどんMAP食(ク)エスト」を実施します。

店舗でうどんを食べてスタンプを集めて応募すると、スタンプの数に応じて東京行きの航空券やホテル宿泊券などの賞品が抽選で当たります。期間は1月14日(土)~3月21日(祝)。1月14日11~15時は、小倉駅JAM広場でタレントの岡澤アキラさんが出演します。

演するオープニングイベントも開催。イベントの詳細や参加店舗、スタンプの取得方法などは市ホームページ「うどんMAP in北九州市」を。市ホームページ(下記)を読み取りからご覧になれます。



▲市ホームページ「うどんMAP in北九州市」

工場夜景観賞「あつたかクルーズ」を運航

担産業経済局観光課 ☎551・8150

ホットワインや日本酒などのお酒を楽しみながら、船上から工場夜景を観賞します。2月3日~24日の毎週金曜日、18時30分、小倉渡場(小倉駅北側)から出港(所要時間約110分)。定乗船は不可。料一般3500円、小学生以下1750円(未就学児は保護者1人につき1人無料)。飲み物(ワイン、日本酒、焼酎など飲み放題)、おつまみ付き。

1月17日から関門汽船 ☎331・0222へ。
2月24日(金)は、「工場夜景の日ルージュ(赤色)クルーズ」を運航。赤い服・小物などを身につけて参加ください。参加者全員にスキネクエストを進呈します。船上でインスタグラムに投稿した人には記念品も進呈。船上でアコーディオンのミニライブもあり。詳細は[先へ](#)を。



▲ライトアップされた若戸大橋



▲イベントの詳細は[コチラ](#)

「北九州市版お悩みハンドブック」をホームページに公開

担保健福祉局地域福祉推進課 ☎582・2060

「暮らしの悩みを相談したい」、「支援を受けたい」と思ってもどこを探してもよく分からない、難しい専門用語を使った説明が多い、こんなふう感じたことがありませんか。

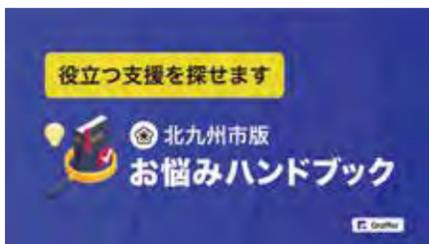
で利用することができます(通信料は利用者の負担)。

特徴

● スマートフォンやパソコンから、当てはまる悩みを選択していくと、支援制度や相談窓口など関連する情報を集めることができます。

● 生活する上で抱えるお金や仕事、子育て、介護、病気、障害など幅広い悩みに対応しています。

● 支援に必要な手続きや窓口、利用上の注意など、専門用語



▲ホームページ「お悩みハンドブック」は[コチラ](#)から

妊産婦歯科健診(無料)を受けましょう

市では、妊産婦を対象に歯科健診を実施しています。産後は育児に追われ受診が難しくなることもあるので、なるべく出産前に健診を受け、健康な口の状態にしておきましょう。

対象者

妊娠中から産後1年以内の妊産婦

料金

無料 ※妊婦健診手帳が必要

受診場所

左記ステッカーを掲示している登録歯科医療機関(左記を読み取り)



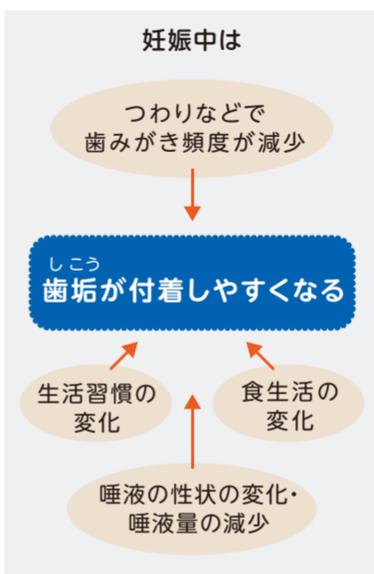
▲登録歯科医療機関ステッカー



▲「登録歯科医療機関」ホームページ

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

●妊娠中は口腔内が汚れやすいので注意
妊娠中は細菌のかたまりである歯垢が増えやすくなり、虫歯や歯肉炎のリスクが高まります。



●妊娠中は歯周病が発症・悪化しやすい
妊娠により増加する女性ホルモンが歯周病菌を増やします。歯周病が重症化すると、早産や低体重児出産などを引き起こす可能性があります。

発達障害は早めの気づきと適切な支援を

発達障害は、脳機能の障害で起こるといわれています。

多くは2〜3歳ごろから目立ち始めますが、なかには気づかれなまま大人になり、悩みを抱えている人もいます。

発達障害は早めに気づき、適切な支援につながる大切です。次のような悩みがあるときは、発達障害者支援センター「つばさ」(小倉南区春ヶ丘、☎922・5523、月〜金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の8時30分〜17時まで)へ相談を。

本人や保護者、関係機関からの相談を受けさせていただきます。また、同じ悩みをもつ保護者同士が話せる場もあります。



▲発達障害関連ホームページ

問 保健福祉局精神保健・地域移行推進課 ☎582・2439

このような悩みをお聞きます

- ・集団行動になじめない。
- ・落ち着きがなくよく動き回る。
- ・興味や関心の範囲が狭く限られている。
- ・パニックを起こしてしまう。
- ・ミスが多く、対人面もうまくいかない。



支援は「理解」から

本人に合った適切な関わりや環境があれば、持っている力を発揮したり、日常生活の困難を軽減させたりすることが期待できます。障害への理解を深めることが支援につながります。

地元のおいしい食材を
食べよう!

私の自慢のレシピ My Recipe



カキとSDGs野菜みそ汁

材料(2人分)

- カキ(加熱用)4個 ●だし昆布 5cm角
- ニンジンの皮 1本分、ダイコンの皮 1/4本分、(ブロッコリーの茎や生シタケの軸、エノキダケの根元の使用も可)
- 水 400cc ●みそ 大さじ1
- ダイコンの葉 少々

ひとことメモ

野菜を無駄なく使用するみそ汁です。豆乳スープにする時は水を200ccに減らし、無調整豆乳200ccを加えてください(この場合はみそを少々にして最後に入れること)。 投稿者N.Cさん(若松区)

作り方

- 1 カキは塩水の中で振り洗いしてペーパータオルなどで水分を切る。フライパンに油を入れ、両面を焼く。
- 2 鍋に水、干切りした昆布や野菜などを入れて中火にかける。沸騰したらカキを入れ弱火で約10分煮る。
- 3 火を止めてみそを溶き入れる。
- 4 再び火をつけてひと煮する。
- 5 ダイコンの葉をみじん切りにして入れる。



問 広報室広報課 ☎582・2236

3月15日号のプレゼントや応募方法は11ページで紹介しています

情報ステーション

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)

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ 開=開所時間
休=休所日 手=手話通訳 要=要約筆記 F=FAX 担=市の担当課 共=共通の内容

ネット=ネット窓口(電子申請)▶インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

各区役所の代表電話番号

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

申し込みはがき「基本事項」の記入方法

- コース・部や実施日が複数ある場合は希望を記入 ▶ ●希望催し名
- 複数人数で参加できる場合は参加者全員分を記入し、代表者の前に代と記入 ▶ ●郵便番号と住所
●氏名(ふりがな)
●年齢(学生は学年も)
●電話番号
- 託児や保護者氏名など、記入する内容は各記事を確認 ▶ ●その他

●市役所(小倉北区内1-1)への郵送
宛先は郵便番号「803-8501」と部署名で届きます。

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

相談

外国人のための生活全般に関する相談

対面のほか、電話、メール、テレビ電話を使い、最大22言語で対応します。いずれも1月の毎週月～金曜日。▶ワンストップインフォメーションセンター黒崎(黒崎駅西側、コムシティ3階、☎080・6445・2606)＝9時30分～16時 ▶同小倉(小倉北区役所2階、☎080・5278・8404)＝9時30分～12時、13～16時。
共通料相談無料。北九州国際交流協会☎643・5931へ。



初心者向けスマホ使い方相談会

スマートフォンの使い方などに関する相談に応じます。▶サニーサイドモール

小倉2階(小倉南区下曾根新町)＝1月25日(水)・26日(木)・27日(金) ▶イオン戸畑ショッピングセンター1階(戸畑駅前)＝2月8日(水)・9日(木)・10日(金) ▶八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)＝2月20日(月)・3月6日(月)・20日(月)。共通11～17時。定先着各日16人。申1月17日からデジタル市役所推進室デジタル市役所推進課☎582・3007へ。

高齢者のためのよろず無料相談会

相続や遺言などの相談に司法書士・行政書士・税理士が応じます。1月27日(金)10～15時、小倉北区シニアサークル連合会事務局(小倉北区弁天町)で。対おおむね60歳以上。申1月24日までに同事務局☎591・8611へ。担保健福祉局長寿社会対策課☎582・2407。

地域交流センターなどでの無料個別就職相談・ミニ講座

福岡県中高年就職支援センターのアドバイザーが相談に応じます。各地域交流センター(※は市民センター)で。履歴書の書き方、面接対応のミニ講座もあり。▶徳力(小倉南区徳力六丁目)＝2月1日(水) ▶下富野(小倉北区下富野五丁目)＝2月6日(月) ▶新門司(門司区吉志新町二丁目)＝2月7日(火) ▶北方(小倉南区北方三丁目)＝2月8日(水) ▶山田(小倉北区篠崎五丁目)＝2月13日(月) ▶楠橋(八幡西区楠橋西二丁目)＝2月14日(火) ▶蜷田(小倉南区横代東町二丁目)＝2月15日(水) ▶貴船(小倉北区

東篠崎一丁目)＝2月20日(月) ▶※木屋瀬(八幡西区木屋瀬東一丁目)＝2月21日(火)。共通10～12時と15～17時(ミニ講座は13～15時)。対求職者。定先着各日4人(ミニ講座は5人)。申1月17日から福岡県中高年就職支援センター☎(092)711・7760へ。担保健福祉局同対策課☎583・7361。

終活無料相談

▶終活に関する一般相談＝相談員が応じます。2月1日(水)・8日(水)・15日(水) ▶死後事務委任に関する専門相談＝終活カウンセラーが応じます。2月22日(水)。共通13～16時、ウェルとばた7階(戸畑駅前)で。定先着各日3人。申1月23日から北九州市社会福祉協議会☎882・6211へ。

労働・年金無料相談会

解雇などの労働問題と年金の相談に社会保険労務士が応じます。2月3日(金)10～16時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

マンション管理セミナー&無料相談会

テーマは「管理計画認定制度って何?」。2月5日(日)13時30分～15時30分、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。定20人。申2月2日までに福岡県マンション管理士会☎(092)524・9288へ。担建築都市局住宅計画課☎582・2592。

ひとり親家庭のための法律無料相談

養育費や離婚に伴う問題など法律に関する相談に弁護士が応じます。2月8日(水)14～16時と22日(水)18～20時、母子・父子福祉センター(戸畑駅前、ウェルとばた4階)で。対ひとり親家庭の親か寡婦。定先着各日4人。申1月26日9時30分から同センター☎871・3224へ。

空き家・留守宅対策無料相談会

空き家・留守宅に関する相続・売買・管理・活用などの相談に弁護士・司法書士・税理士・宅地建物取引士などが応じます。2月19日(日)11時30分～16時、門司生涯学習センター大里分館(門司区下馬寄)で。問題解決のヒントとなるセミナー(10～11時15分)もあり。対空き家を所有する人や家族、将来空き家を所有する可能性がある人。定先着40人。申1月19日から北九州空き家管理活用協議会☎581・2050へ。担建築都市局空き家活用推進課☎582・2777。



地元のおいしい食材を食べよう! 「私の自慢のレシピ」を募集します 3月15日号で紹介!

本市は周囲を豊かな自然に囲まれ、四季折々の山海の食材に恵まれたまちです。地元でとれた食材は新鮮で味も抜群。そのおいしさは市外でも高い評価を受けています。

「私の自慢のレシピ」では、毎号のテーマに合わせた自慢の料理レシピを募集します。採用された場合はレシピを市政だよりで紹介するほか、おいしい「地元食材」を進呈します。また、応募いただいたレシピは市の地産地消推進の広報に活用させていただきます。たくさんの応募をお待ちしています。

応募方法

様式自由。次の事項を記入し、画像を添えて送付してください。

- ①料理の名称
- ②料理のレシピ(2人前の材料と作り方)
- ③写真(画像データも可) ④住所・氏名・電話番号
料理にまつわるエピソードなどもあれば教えてください。

送付先

いずれかでご応募ください。

- ①Eメールアドレス:
kouhou-kouhou@city.kitakyushu.lg.jp
- ②郵送:
〒803-8501 広報室広報課「私の自慢のレシピ」係

3月15日号のテーマ

タケノコ

3月15日号の締め切り

1月31日(火)必着

注意事項

- ①応募いただいたレシピや写真は返却できません。
- ②文章は広報課で修正する場合があります。
- ③投稿者の名前はイニシャルで表記します。
- ④レシピは応募者自らが考案したものに限りです。

3月15日号のプレゼント



合馬たけのこ

※プレゼントは水煮です

春の訪れを感じさせるタケノコ。全国有数の竹林面積を誇る本市は、タケノコの産地としても知られています。中でも「合馬たけのこ」は、その品質の良さから京都・大阪の一流料亭で扱われています。旬のタケノコはやわらかい上に歯ざわりが良く、とても食欲をそそられます。

☎広報室広報課☎582・2236

★掲載の情報は市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照 ★時間は24時間表記

発達障害に関する相談カフェ

発達障害のある子どもなどについて悩みを持つ保護者同士で語り合います。2月19日(日)13～14時30分、一丁目の元気(小倉北区京町一丁目)で。発達障害などが気になる18歳以下の子どもの保護者。定先着5人。料500円(飲み物、菓子付き)。申1月18日から保健福祉局精神保健・地域移行推進課 ☎582・2439へ。

お出かけ

埋蔵文化財速報展

テーマは「城下町の暮らし～米町遺跡第4地点の調査から」。小倉北区の米町遺跡第4地点から出土した遺物や、調査状況を写した写真パネルなどの展示。4月16日(日)まで(1月9日以外の月曜日と1月10日は休館)の9～17時、埋蔵文化財センター(小倉北区金田一丁目)で。☎北九州市芸術文化振興財団埋蔵文化財調査室 ☎582・0941へ。

門司麦酒煉瓦館の催し

古書市「らるしびすとのおぶきにすと」
古書の販売と買い取り。1月21日(土)～29日(日)の10～17時。

糸かけ数学アートの世界 糸かけ師・采樹と門下生作品展 いずれも2月3日(金)～5日(日)。▶作品展=10～17時(5日は15時まで)。門下生による作品制作パフォーマンスもあり ▶ワークショップ(予約優先)=10時からと13時からの部あり。対小学生以上(保護者同伴)。定各5人。料2200円。予約など詳細は☎を。

☎☎門司麦酒煉瓦館(門司駅北側、☎382・1717)へ。

空飛ぶ宝石 カワセミ写真展

写真コンテストの優秀作品展。1月7日(土)～21日(土)(10・17日は休園)の9～17時、響灘ビオトープ(若松区響町一丁目、☎751・2023)で。抽選でプレゼントが当たる観覧者投票もあり。



クラシック・カー・ストリート 黒崎

平成元年以前に製造された国産車や輸入車など約30台を展示。1月22日(日)10～15時、黒崎商店街カムズ通り(八幡西区熊手一丁目ほか)で。荒天中止。☎黒崎ミライプロジェクト実行委員会 ☎643・6219へ。担産業経済局商業・サービス産業政策課 ☎582・2050。

ひとあし早く春色フラワーBOXづくり

木製の箱にドライフラワーを詰めてアレンジします。1月28日(土)13～14時30分、グリーンパーク(若松区大字竹並)で。

対小学4年生以下は保護者同伴。定24人。料2300円。申1月15～20日に同施設 ☎741・5545へ。



穴生学舎 研修生修了記念作品展

書や絵画、写真の作品を展示。2月2日(木)～10日(金)(土・日曜日は除く)の8時30分～17時、穴生学舎(八幡西区鉄竜一丁目)で。☎同施設 ☎645・6688へ。

門司港レトロ展望室で 天空ライブ

出演はチェロ奏者・木村郁さん。2月4日(土)18時30分・19時5分・19時40分(各回約20分)、門司港レトロ展望室(門司港レトロ地区)で。料入館料が必要。☎門司港レトロ総合インフォメーション ☎321・4151へ。



▲木村郁さん

コウモリ観察会

洞窟に住む生物を観察します。2月5日(日)13時、平尾台自然観察センターに集合。15時30分、同センターで解散。対小学生以上(中学生以下は保護者の参加が必要)。定30人。料小学生300円、中学生以上500円。申往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて1月26日までに同センター(〒803-0180小倉南区平尾台一丁目4-40、☎453・3737)へ。

森のカルチャー教室 「草木染め」

2月9日(木)10時30分～15時、皿倉山ビジターセンター(皿倉山ケーブルカー山上駅付近)で。定先着15人。料1500円。申1月18日から皿倉山ビジターセンター ☎681・5539へ。

家族みんなでだんらんラン!

薪ストーブを囲んで交流します。2月11日(祝)～12日(日)(1泊2日)、かぐめよし少年自然の家で。定6家族。料1人2000円(未就学児1500円、3歳以下800円)。申はがき(1家族だけ)に基本事項と性別、生年月日を書いて1月27日までに同施設(〒803-0267小倉南区大字頂吉451-1、☎451・3111)へ。

飼育員のお仕事体験

動物の観察方法などを学びます。2月25日(土)13～15時、ひびき動物ワールド(若松区、グリーンパーク内)で。対中学生以下は保護者の参加が必要。定4組(1組4人まで)。料入園料が必要。申1月18～25日に同施設 ☎741・2700へ。



新門司～神戸フェリー モニターツアー

阪九フェリー「せつつ」でのモニターツアー。3月3日(金)～5日(日)(2泊3日)。アンケートと感想文の提出あり。定23人。料中学生以上1万3000円、小学生8500円。集合場所など詳細は☎を。市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます。申往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて2月1日までに北九州港振興協会(〒801-8555門司区西海岸一丁目2-7、☎321・5900)へ。ネットも可。



人形浄瑠璃「文楽」

演目は「花競四季寿」など。3月5日(日)、戸畑市民会館(戸畑駅前、ウェルとばた3階)で。13時30分～15時35分の部と18～20時5分の部あり。対小学生以上。料前売り(全席指定)一般3000円、大学生以下(学生証などの提示が必要)1500円。当日は500円増し。前売り券は主要プレイガイドなどで発売中。☎北九州芸術劇場 ☎562・2655へ。



©青木信二

合唱組曲「北九州」演奏会

九州交響楽団による演奏と、北九州をうたう会ほかによる合唱の二部構成。3月5日(日)15～17時、響ホール(八幡東区平野一丁目)で。対小学生以上。料前売り(全席自由)一般2000円、25歳以下1000円(入場時に証明が必要)。当日は500円増し。前売り券は響ホールや主要プレイガイドなどで発売中。託児(有料)は☎を。☎北九州市芸術文化振興財団 ☎663・6661へ。

施設の催し

漫画ミュージアム

☎512・5077

〒802-0001小倉北区浅野二丁目14-5、あるあるCity5・6階 開11～19時(入館は18時30分まで) 休火曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

①漫画スクール ▶ゆるキャラ、モニターを描こう! =2月4日(土) ▶背景の描き方「簡単な風景の描き方」=2月19日(日)。①の共通13～15時。対小学3年生以上。定各日12人。

②漫画体験 漫画道具の使い方や塗り絵など。2月12日(日)・25日(土)の13時30分～16時30分。

共通料入館料が必要。申①は必要。電話で1月23日までに同施設へ。

到津の森公園

☎651・1895

〒803-0845小倉北区上到津四丁目1-8 開9～17時 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園)、1月18・19日

mit個展 色とりどりの動物イラスト約20点を展示。1月30日(月)まで。

飼育員のおはなし「シマウマ」編 飼育スタッフが生態や特徴の解説をします。1月の毎週土・日曜日、祝日の11時30～40分。荒天中止。



共通料入園料が必要。

環境ミュージアム

☎663・6751

〒805-0071八幡東区東田二丁目2-6 開9～17時(入館は16時30分まで) 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

アートクレイシルバークラフト講座 銀粘土を使ってシルバーアクセサリーを作ります。2月2日(木)。10～11時30分の部と13時30分～15時の部あり。対18歳以上。定先着各部5人。料2000円。

はまぐりのおひなさま ハマグリの殻を使っておひなさまを作ります。2月4日(土)。10～12時の部と13～15時の部あり。対小学生以上(1組2人)。定先着各部5組。



草木染め講座 アカネでストールを赤色に染めます。2月11日(祝)10時30分～12時30分。対18歳以上。定先着8人。料3200円。

共通申電話で1月17日から同施設へ。

子育て

ほっと子育てふれあいセンター入会説明会

子どもの一時預かりや送迎などの子育て支援を行う有償ボランティア会員の内容や登録方法など。2月5日(日)10～16時、子育てふれあい交流プラザ(小倉駅北側、AIMビル3階)で。対育児ボランティアをしてみたい・受けたい人。申2月4日までに、ほっと子育てふれあいセンター ☎511・3081へ。

仕事

保護者向け U・ターンサポートセミナー

1月29日(日)13～14時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対市外の学校に通学している高校、短大、大学、専門学校などの学生の保護者か市外の企業に勤務する20～30代の子の家族(市内から通勤・通学している人は除く)。申1月6～25日。詳細はU・ターン応援オフィス ☎0120・0823・46へ。

面接につながる応募書類の作り方

履歴書・職務経歴書の書き方など。
 ▶若者ワークプラザ北九州・黒崎(黒崎駅西側、コムシティ2階)=1月24日(火)
 ▶※若者ワークプラザ北九州(小倉駅北側、AIMビル2階)=1月26日(木) **共通** 10時15分～12時。対おおむね40歳までの求職者・学生。定各8人。申1月24日(※は26日)までに若者ワークプラザ北九州・黒崎 ☎631・0020(※は若者ワークプラザ北九州 ☎531・4510)へ。



地域交流センターなど「求職者と企業をつなぐミニ面接会」

事務職、営業などの求人を出す県内企業が3社程度参加する合同会社面接会。各地域交流センター(※は市民センター)で。
 ▶※木屋瀬(八幡西区木屋瀬東一丁目)=2月2日(木) ▶貴船(小倉北区東篠崎一丁目)=2月9日(木) ▶蟻田(小倉南区横代東町二丁目)=2月22日(水) ▶山田(小倉北区篠崎五丁目)=2月28日(火) **共通** 14～16時。対求職者。問福岡県中高年就職支援センター ☎(092)711・7760へ。担保健福祉局同和対策課 ☎583・7361。

人手不足解消 オンラインセミナー

就職氷河期世代の活用などの事例紹介と活用に伴う助成金制度の説明。2月8日(水)13時30分～15時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対市内企業の経営者、人事・採用担当者など。定50社。申2月7日までに(株)パナソニック ☎080・3622・0003へ。ネットも可。担産業経済局雇用政策課 ☎582・2419。

就職活動の基本について～応募書類・面接

2月12日(日)13～16時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対再就職活動中の人。定先着10人。申1月17日から高年齢者就業支援センター ☎882・5400へ。

高齢者のためのしごと・ボランティア合同説明会

2月14日(火)11時30分、13時40分(各回1時間20分)、AIMビル3階(小倉駅北側)で。対おおむね60歳以上の就業やNPO・ボランティア活動を希望する人。定先着各回40人。申1月17日から福岡県生涯現役チャレンジセンター北九州オフィス ☎513・8188へ。担産業経済局雇用政策課 ☎582・2419。

働く人を募集

建築営繕業務の事務補助員(会計年度任用職員) 勤務は4月から、市役所で。対事務経験が3年以上あり、ワード・エクセルの基本操作ができる人。定1人。試験は2月上旬。申1月25日まで。申込書は各区役所総務企画課・出張所などで配布中。詳細は建築都市局建築支援課 ☎582・2876へ。

障害者虐待相談員(会計年度任用職員) 勤務は4月から、市役所で。対保健師、精神保健福祉士などの資格を持ち、障害者支援などの実務経験が2年以上ある人。定1人。試験は2月19日(日)。申1月16日～2月8日。詳細は保健福祉局障害者支援課 ☎582・2424へ。

体育主事(会計年度職員) 勤務は4月から、若松区役所で。対普通自動車運転免許を持ち、パソコンの基本操作ができる人。定1人。試験は2月16日(木)。申1月16日～2月1日。詳細は同区役所コミュニティ支援課 ☎761・5324へ。

児童指導業務担当職員(会計年度任用職員) 勤務は4月から、こども文化会館(小倉北区下道津四丁目)で。対教員免許を持つ(3月31日までに取得見込みも可)か、保育士登録をしている(3月31日までに登録見込みも可)人。定1人。試験は2月12日(日)。申1月17日～2月8日。募集要項は1月17日から各区役所総務企画課、こども文化会館などで配布。詳細はこども文化会館 ☎592・4152へ。

一般事務補助員・学校事務補助員・教員業務支援員(いずれも会計年度任用職員) いずれも勤務は4月から、教育委員会事務局、市立小・中学校などで。対障害者手帳を持つ人(詳細は問を)。選考試験は2月24日(金)。申1月25日～2月8日。試験案内は1月25日から教育委

員会教職員課・各区役所総務企画課・出張所などで配布。定など詳細は教育委員会教職員課 ☎582・2372へ。

市立病院機構の職員(契約職員) いずれも勤務は4月から、市立医療センター(小倉北区馬借二丁目)、市立八幡病院(八幡東区尾倉二丁目)、市立看護専門学校(小倉北区馬借二丁目)、市立病院機構本部(小倉北区古船場町)のいずれかで。▶看護補助、医師事務作業補助、一般事務補助=資格要件なし ▶看護師、准看護師ほか=対各職種に応じた資格を持つ人。その他の職種について詳細は問を。同機構のホームページでもご覧になれます。共通試験は2月11日(水)。申1月27日まで。試験案内は各区役所総務企画課・出張所などで配布中。定など詳細は北九州市立病院機構人事給与課 ☎533・5625へ。

北九州市社会福祉協議会の職員(嘱託職員) いずれも勤務は4月から、北九州市社会福祉協議会(戸畑駅前、ウェルとばた8階)などで。▶一般事務員=資格要件なし ▶社会福祉士=対社会福祉士の資格を持つか3月31日までに取得見込みの人。共通定各若干名。第1次試験は2月4日(土)。申1月24日まで。試験案内は同協議会ホームページでご覧になれます。詳細は同協議会 ☎882・4401へ。

北九州市福祉事業団の職員(嘱託職員) いずれも勤務は4月から、各区役所で。▶介護支援専門員(門司区、小倉北区、小倉南区)=対介護支援専門員の資格と普通自動車運転免許を持ち、居宅ケアマネジメントの実務経験がある人 ▶地域担当看護職員(門司区、小倉南区、八幡西区)=対看護師か助産師か保健師の資格を持つ人 ▶子育て支援訪問員(小倉北区、小倉南区、八幡西区)=対看護師か助産師か保健師の資格を持つ人。共通定各若干名。対パソコンの基本操作ができる人。申1月16～31日。詳細は北九州市福祉事業団 ☎682・0033へ。

北九州市福祉事業団の職員(正規職員・嘱託職員) いずれも勤務は4月から。▶保育士(正規職員)=勤務は北九州市福祉事業団の保育所か障害児・者施設などで。対昭和38年4月2日以降に生まれ、保育士の資格を持つか3月31日までに取得見込みの人。定若干名。第1次試験は2月11日(水) ▶指導員(正規職員)=勤務は北九州市福祉事業団の障害児・者施設などで。対昭和38年4月2日以降に生まれ、社会福祉士か精神保健福祉士か介護福祉士か教員普通免許(養護教員免許は除く)か児童指導員任用資格の資格を持つ(3月31日までに取得見込みも可)か、障害者総合支援法に規定する施設・事業所(療養介護・生活介護・施設入所支援・共同生活援助)で支援の実務経験が常勤で継続して5年以上ある人。定若干名。第1次試験は2月11日 ▶歯科衛生士(正規職員)=勤務は総合療育センター(小倉南区春ヶ丘)などで。対昭和38年4月2日以降に生まれ、歯科衛生士免許を持つか3月31日までに取得見込みの人。定1人。第1次試験は2月11日 ▶児童厚生員(嘱託職員)=勤務は市内の児童館で。対幼稚

園、小・中学校、高等学校の教員免許(養護教員免許は除く)か、保育士か社会福祉士の資格を持つ(3月31日までに取得見込みも可)か高等学校を卒業し、2年以上児童福祉事業(放課後児童クラブなど)に従事した人。定4人程度。共通申2月2日まで。詳細は北九州市福祉事業団 ☎682・0001へ。



講座・教室

事業承継セミナー

テーマは「事例から学ぶ事業承継」。1月25日(水)17～18時30分、北九州弁護士会館5階(小倉北区金田一丁目)とオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対市内に事業所などがある中小企業の経営者や後継者など。申1月24日までに事業承継研究会 ☎883・7840へ。ネットも可。担産業経済局中小企業振興課 ☎873・1433。

実用筆ペン教室

筆ペンを使った基本的な書き方や、あて名書きなどを学びます。2月3～24日の毎週金曜日(全4回)10～11時、黄金まちや(小倉北区黄金一丁目)で。対60歳以上。定先着8人。料2000円。申1月17日からシルバー人材センター西部出張所 ☎482・6112へ。



不登校講座・悩みを語り合う保護者の集い

2月4日(土)10～12時30分、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対不登校やひきこもりの高校生以下の子どもを持つ保護者。定先着50人。申1月17日から子ども総合センター ☎881・4556へ。

北九州パレスの講座

身近に役立つ傾聴講座 傾聴研修と相談会。2月4日(土)13～16時20分。定先着45人。

ステンドグラス講座 春の花のオブジェを作ります。2月11日(水)10～12時の部と13～15時の部あり。定先着各部13人。料4500円。

共通申電話で1月17日から北九州パレス(小倉北区井堀五丁目、☎651・4600)へ。

自分発見のための パーソナルカラー診断

2月7日(火)13～15時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対おおむね50歳以上の就職活動中の人。定先着15人。申1月17日から高年齢者就業支援センター ☎882・5400へ。

福祉用具プラザの講座

①**専門職研修「自己流からチームケアへ～排泄ケアの実践」** 2月14日(火)13時30分～15時30分、福祉用具プラザ北九州(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター1階)で。動画配信もあり(申が必要。配信日などは問を)。対介護・医療・福祉の有資格者。定15人(動画配信は定員なし)。

②**なるほど! 介護講座** ▶福祉用具を知ろう=2月19日(日)10時30分～11時30分、福祉用具プラザ北九州で。定10人

▶※好きな色からわかる本当の自分=2月26日(日)10時30分～12時30分、総合保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目)で。定20人。

共通申①は2月7日、②は2月15日(※は2月20日)までに福祉用具プラザ北九州 ☎522・8721へ。聴覚障害者は ☎522・8771も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

救命講習会

①**普通救命講習** 心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用法、気道異物除去の方法など。2月17日(金)13～16時、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定15人。

②**子どもに対する応急手当の講習会** 小児・乳幼児の心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用法、気道異物除去の方法など。3月1日(火)9時30分～12時30分、市民防災センター(小倉北区東港一丁目)で。定20人。

共通申①は1月17日～2月9日、②は2月1～21日に消防局救急課 ☎582・3820へ。聴覚障害者は ☎592・6898も可(基本事項と申必要の有無を記入)。

ネットも可。



くらしの便利講座 脳トレと骨を強くするお話

テーマは「もの忘れ予防で頭の体操(脳トレーニング)」と「骨を強くするお話と運動」。2月17日(金)13時30分～16時、消費生活センター(戸畑駅前、ウェルとばた7階)で。消費生活アドバイス(13時30分～14時)もあり。定先着25人。申1月20日9時から同センター ☎871・0428へ。

視覚に障害のある人の外出 支援ボランティア体験講座

2月18日(土)10～15時、西部障害者福祉会館(黒崎駅西側、コムシティ5階)で。対高校生以上。定先着15人。料600円。

申1月17日から西部障害者福祉会館 ☎645・1300へ。聴覚障害者は ☎645・1600も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

プログラミング講座

機械学習のプログラムを体験します。2月19日(日)13～15時、ユースステーション(黒崎駅西側、コムシティ地下1階)で。対小学4年～高校生(小学生は保護者同伴)。定先着10人。申1月17日からユースステーション ☎621・0132へ。

母子・父子福祉センターの 講座

①**パソコン講座「パワーポイント」** 2月21日～3月17日の毎週火・金曜日(全8回)。14～16時の部と18時20分～20時20分の部あり。対ひとり親家庭の親か寡婦。定各部13人。料1980円。託児(無料)は問を。



②**親と子のおりがみ教室「おひな飾り作り」** 2月26日(日)14～16時。対ひとり親家庭の親と子。定5家族。

共通申はがき(①は1人、②は1家族だけ)に基本事項と①の託児希望者は子どもの名前と年齢を書いて1月25日までに母子・父子福祉センター(〒804-0067 戸畑区汐井町1-6、☎871・3224)へ。

穴生学舎シニアカレッジ

テーマは「激動する国際情勢を見据えて」。2月22日～3月24日の毎週水・金曜日(全10回)13時30分～15時30分、九州国際大学(八幡東区平野一丁目)で。対60歳以上。定60人。料3000円。申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて2月3日までに穴生学舎(〒806-0058 八幡西区鉄竜一丁目5-1、☎645・6688)へ。

高齢者の運動指導研修会

高齢者の特性を踏まえたフレイル予防の指導方法について。2月23日(祝)9～11時30分、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。対市内で運動指導に携わっている人。定60人。申1月15日～2月3日。詳細は北九州スポーツクラブ連絡会 ☎883・8350へ。ネットも可。担認知症支援・介護予防センター ☎522・8765。

福祉有償運送運転協力者 研修

運転ボランティアを始めるための講座。▶福祉車両=2月25日(土)9時15分～18時25分、クレカ若松(若松区赤岩町、

ポートルース若松内)で ▶セダン型=3月4日(土)9時15分～11時45分、ウェルとばた(戸畑駅前)で。共通定各30人。料7000円(福祉有償運送実施団体登録者は1000円)。申1月18日～2月10日。詳細は北九州市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター ☎881・6321へ。

グラフィックファシリテーション を体験しよう

絵や文字で「話が見える化」しながら対話するコミュニケーションの手法を学びます。2月25日(土)13～15時、東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対障害福祉サービス事業関係者、支援者など。定先着30人。申1月18日から東部障害者福祉会館 ☎883・5550へ。聴覚障害者は ☎883・5551も可(基本事項と申・要など介助必要の有無を記入)。

ムーブの講座

①**男性のためのアンガーマネジメント** テーマは「イライラ・モヤモヤとのつきあい方と伝え方」。2月25日(土)14～16時。対男性。定先着50人。

②**父と子の料理教室** 3月4日(土)10～13時30分。対4歳～小学4年生の子どもと男性の保護者。定4組(1組2人)。料1組1600円。

③**時短料理男子** 3月11日(土)。10～12時30分の部と13時30分～16時の部あり。対15歳以上の男性(中学生は除く)。定各部8人。料1500円。



共通託児(有料)は問を。申電話で①は1月17日からムーブ相談室 ☎583・5197へ。③は2月7日までに同事業課 ☎288・6262へ。②は、はがき(1組だけ)に基本事項と託児希望者は子どもの名前と年齢、食品アレルギーの有無と食品名を書いて2月2日までに同事業課(〒803-0814 小倉北区大手町11-4)へ。②③はネットも可。

春の家族で陶芸教室

2月26日(日)・3月12日(日)(全2回)、夜宮青少年センターで。9～12時の部と13時30分～16時30分の部あり。対小学生と保護者。定各部10人。料1人500円。汚れてもよい服やエプロンなどが必要。申はがき(1家族だけ)に基本事項を書いて2月14日までに同施設(〒804-0042 戸畑区夜宮一丁目2-1、☎871・3465)へ。ネットも可。



施設の催し

子どもの館

☎642・5555

〒806-0021 八幡西区黒崎三丁目15-3、コムシティ7階 開10～19時 休1月18日、2月1・15日

①**赤ちゃん同窓会** 親子での友達づくりなど。1月30日(月)13～14時15分。対令和4年8～11月に生まれた乳児と保護者。定先着25組。

②**たのしい親子体操** 音楽に合わせたダンスや体を動かす遊びなど。1月31日(火)13時30分～14時30分。対2歳以上の未就学児と保護者。定先着15組。

③**アイシングクッキーに挑戦!** バレンタイン用のクッキーを作ります。2月11日(祝)13～14時30分。対小学生。定先着10人。料600円。

共通申電話で①②は1月17日、③は28日から同施設へ。

美術館

☎882・7777

〒804-0024 戸畑区西鞆ヶ谷町21-1 開9時30分～17時30分(入館は17時まで) 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

コレクション展Ⅲ 特集 浮世絵に見る江戸の名所(前期) 1月14日(土)～3月5日(日)。料一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円。

市民ギャラリーの催し ▶北九州地区写真展=1月17日(火)～22日(日)の9時30分～17時30分(22日は16時30分まで) ▶日専連全国児童版画コンクール(北九州の部)=1月24日(火)～29日(日)の9時30分～17時(29日は15時30分まで)。

美術館分館

☎562・3215

〒803-0812 小倉北区室町一丁目1-1、リバーウォーク北九州5階 休開催期間以外

写真展「岩合光昭の世界ネコ歩き2」 2月26日(日)までの10～18時(入館は17時30分まで)。料一般1100円、高校・大学生600円、小・中学生400円。



福岡市の催し

福岡市と情報交換をしています。

車で天神に行く時はFRINGE パーキングのご利用を

FRINGEパーキングとは、都心中心部の交通混雑の緩和のため、周辺の駐車場に車を止め、目的地までバスなどで移動してもらい取り組みです。天神に行く人は、指定の駐車場を最大500円で利用できます。片道乗車券(乗車人数分)の進呈もあり。指定駐車場についてなど詳細は問を。福岡市のホームページ(下記を読み取り)でもご覧になれます。福岡市住宅都市局都心交通課 ☎(092)733・5405へ。▲詳細は [こちら](#)



対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ
 共通=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=ネット窓口(電子申請)…インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

マイテック・センターの講座

安全体験講習 高所墜落、つり荷の落下などの危険を感じとる力を身につけます。3月2日(休)。リスクアセスメント(9～12時30分)と体験講習(13時15分～16時45分)あり。定先着60人。料7000円。いずれか1つだけの受講も可(料5000円)。

建設業における職長・安全衛生責任者能力向上教育 3月9日(休)8時30分～15時55分。定先着24人。料8500円。定など詳細は問を。

クレーン運転業務の特別教育 3月9日(休)・10日(金)(全2回)の8時30分～17時(10日は17時30分まで)。定18歳以上。定先着40人。料1万2500円。

共通申電話で1月17日からマイテック・センター北九州(八幡東区大蔵二丁目、☎651・3775)へ。

北九州市の洋上風力実証について学ぼう

3月2～30日の毎週木曜日(全5回)18～20時、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)で。定30人。料2500円。申2月16日まで。詳細は同施設☎571・2735へ。ネットも可。

若手リーダー養成研修(中小企業大学校サテライト・ゼミ)

企業などの若手リーダーが、上司の補佐や後輩・部下指導のスキル、チームでの仕事の進め方を学びます。3月14日(火)9時45分～17時と15日(水)9時30分～16時40分(全2回)、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定企業などの係長、主任。定15人。料2万2000円。申3月13日まで。詳細は問産業経済局中小企業振興課☎873・1433へ。

講演会

穴生学舎 公開講座

火野葦平旧居「河伯洞」管理人・藤本久子さんによる講話「河伯洞と火野葦平～中村哲氏の原点を探って」。2月4日(出)14～15時30分、穴生学舎(八幡西区鉄竜一丁目)で。定先着80人。申1月17日から同施設☎645・6688へ。

栄養ラボ 食に関する講演会

管理栄養士による講話「火を使わず

に超簡単レシピ～時短と節約で栄養満点」。2月8日(水)13時30分～15時、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。定おおむね65歳以上。定30人。申1月17日～2月7日に認知症支援・介護予防センター☎522・8765へ。ネットも可。

文化講演会「江川と洞の海」

講師は旧古河鉱業若松ビル館長・若宮幸一さん。2月11日(祝)14～15時30分、子ども図書館(小倉北区城内)で。定40人。申2月8日まで。詳細は中央図書館☎571・1481へ。



▲若宮幸一さん

木造住宅耐震改修セミナー

2月13日(月)14～16時30分、ムーブ(小倉北区大手町)で。定80人。申2月10日までに福岡県建築住宅センター☎(092)781・5169へ。担建築都市局建築指導課☎582・2531。

市民カレッジ公開講座 & 放送大学コラボ講演会

九州大学大学院総合理工学研究院教授・谷本潤さんによる講話「地球温暖化とヒートアイランド」。2月18日(出)13時30分～15時30分、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)で。定先着100人。申1月17日から同施設☎571・2735へ。

文化講演会

タレント・向井亜紀さんによる講話「がんと向き合う～自分の身体と時間を大切に」。3月11日(出)15～16時、ムーブ(小倉北区大手町)で。定260人。申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて2月10日までに〒803-8510小倉北区役所「いのちをつなぐネットワーク」コーナー(☎582・3440)へ。



▲向井亜紀さん

募集

山九交通遺児奨学生を募集

奨学金は▶修学資金=月額1万5000円～3万1000円 ▶入学一時金=5万円～10万円。返済不要。定いずれも通信制の学校を除く高等学校、中等教育学校の後期課程、特別支援学校高等部、高等専門学校、専修学校(高等課程・専門課程)、大学(短期大学・大学院を含む)に今春進学予定か在学中の交通遺児で、本人か生計維持者が市内に住み、経済的理由で修学が困難な人。共通申1月16日～2月28日(在学中の人は随時)。募集要項は市のホームページ(アドレスは表紙参照)でご覧になれます。詳細は市民文化スポーツ局安全・安心都市整備課☎582・2866へ。

■奨学金基金への寄付 受け付けは随時、同課(市役所2階)と各区役所総務企画課で。

消費生活審議会の委員を募集

業務は審議会への参加(年2回程度)など。任期は4月1日から2年間。定18歳以上(公務員など公職にある人は除く)。定2人。申1月31日まで。募集要項は1月16日から消費生活センター、各区役所総務企画課などで配布。詳細は消費生活センター☎871・0428へ。

小倉聴覚特別支援学校 幼稚部の幼児を募集

▶新入学=対平成31年4月2日～令和2年4月1日に生まれ、聴覚に障害のある人 ▶編入学=対平成29年4月2日～31年4月1日に生まれ、聴覚に障害のある人。共通定各若干名。選考日は2月17日(金)。申1月27日～2月3日。詳細は県立小倉聴覚特別支援学校(小倉北区三郎丸二丁目、☎921・3600、☎931・9904)へ。

北九州市立大学大学院の学生を募集

入学は4月から。募集は社会システム研究科地域社会システム専攻(博士後期課程)。料受験料3万円。試験は3月5日(日)。募集要項は北九州市立大学のホームページでご覧になれます。申2月1～7日。詳細は同大学広報入試課☎964・4022へ。

年長者研修大学の研修生を募集

周望学舎(小倉北区新高田二丁目、☎591・2626) 健康管理・やさしいヨガと脳トレ・生活情報など15コース。

穴生学舎(八幡西区鉄竜一丁目、☎645・6688) 世界遺産と歴史・ストレッチと脳トレ・健康づくりサポーターなど15コース。

共通4月～来年3月のおおむね毎週1回9時30分～15時。定60歳以上。定各コース26～40人。料2万4000円(別に教材費などが必要)。申1月16日～2月17日。募集要項は1月16日から各区役所総務企画課・出張所、各市民センターなどで配布。詳細は各学舎へ。

ホールでピアノを弾いてみませんか?

3月18日(土)・19日(日)の10～18時、門司市民会館(門司区老松町)で。定16人。料1台1500円、2台3000円(1回50分)。申1月17日～2月7日。募集要項は門司市民会館・若松市民会館(若松駅前)で配布中。詳細は門司市民会館☎321・2907へ。

「小笠原流 加冠の儀」の参加者を募集

江戸時代から受け継がれる由緒正しい成人の儀式。新成人の女性が古式にのっとして烏帽子を授かります。2月26日(日)12～14時、小倉城庭園(小倉北区城内)で。定平成14年4月2日～15年4月1日に生まれた女性。定10人。料1万円(記念写真・記念品付き)。2月25日(出)の事前リハーサルへの参加が必要。申2月10日までに同施設☎582・2747へ。小倉城ホームページ専用フォームからも申し込みできます。



こくら de フリマの出店者を募集

3月19日(日)、勝山公園大芝生広場(市役所南側)で出店します。定120区画(1区画3m×2m)。料1区画3500円。応募は2区画まで。申2月13日まで。募集要項は小倉北区役所総務企画課などで配布中。詳細はこくらdeフリマ実行委員会事務局☎772・3223へ。担小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

スポーツ

総合体育館の個人利用日

日程(一部利用できない時間帯あり)は、1月17日(火)～20日(金)・23日(月)～27日(金)・30日(月)・31日(火)・2月1日(水)・2日(木)。料使用料が必要。利用可能な種目・時間は問を。問総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001)へ。

海岸などに漂着した廃棄物に注意 発見したら手を触れず連絡を

冬は、市内の海岸に大量のポリタンクなどが漂着します。また、海難救助に用いられる信号弾なども確認されています。海岸に漂着する廃棄物には、有害な液体や物質が含まれていたり、不用意に取り扱うと爆発したりする恐れがあります。漂着物を発見したときは、手を触れずに連絡をお願いします。

担環境局産業廃棄物対策課☎582・2177



★掲載の情報は市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照 ★時間は24時間表記

レクリエーション協会の スポーツ教室

- ① **健やか太極拳教室** 2月3日～3月24日の毎週金曜日(全8回) 15～17時、城野体育館(小倉南区八幡町)で。定先着30人。料4000円。
- ② **健康卓球教室** 2月6日～3月27日の毎週月曜日(全8回) 10～12時、三萩野体育館(小倉北区三萩野三丁目)で。対18歳以上(学生は除く)の初心者。定先着10人。料4800円。



- ③ **癒しのヨーガでリフレッシュ教室** 2月6日～3月27日のおおむね毎週月曜日(全7回) 10時30分～11時30分、クレカ若松(若松区赤岩町、ポートレース若松内)で。定先着10人。料3500円。
共通申③は1月17日、①②は18日から北九州市レクリエーション協会 ☎921・2801へ。

フライングディスク記録会

障害者4～5人と健常者1～2人のグループでチーム戦を行います。2月18日(土)9時40分～12時30分、小倉北体育館(小倉北区三郎丸三丁目)で。☎・📍あり。
申1月13日～2月8日。詳細は障害者スポーツセンター ☎922・0026へ。

小学生クライミング教室

室内にある8mの人工の壁に挑みます。2月23日(祝)、玄海青年の家で。▶9～11時30分の部=対小学1～3年生 ▶13時30分～16時の部=対小学4～6年生。共通定各部10人。料1000円。申はがき(1人だけ)に基本事項と生年月日、性別を書いて1月31日までに同施設(〒808-0121若松区大字竹並126-2、☎741・2801)へ。



お知らせ

国民健康保険料など「納付済額のお知らせ」を送付

昨年1年間に納付された国民健康保険料と後期高齢者医療保険料の金額を記載した「納付済額のお知らせ」を、それぞれ1月下旬～2月上旬、被保険者全員(国民健康保険は世帯主)に送付します。確定申告などの参考資料としてご利用ください。📍住所地の区役所国保年金課へ。

おむつ代に係る医療費控除のための「確認書」を交付

医師が発行する「おむつ使用証明書」に代えて、市が発行する「確認書」で確定申告における医療費控除の申請ができます(おむつ代の領収書が必要)。対おむつ代の医療費控除の申請が2年目以降で、令和4年12月末現在で介護保険の要介護認定を受けており、寝たきり状態など一定の条件に該当する人。📍各区役所「高齢者・障害者相談」コーナーへ。

大規模小売店舗立地法に係る届出書の縦覧

縦覧は(仮称)ドラッグコスモス門司柳原店(門司区柳原町)の新設。3月20日(月)まで(土・日曜日、祝日は除く)の8時30分～17時、産業経済局商業・サービス産業政策課(市役所7階、☎582・2050)か門司区役所総務企画課で。縦覧期間中に産業経済局商業・サービス産業政策課へ意見書の提出ができます。

八幡東区丸山地区の宅地を分譲

物件は西丸山町・東丸山町(いずれも八幡東区)の5区画。入札は2月21日(火)9時30分から、市役所地下2階で。申1月17～27日。入札説明書は建築都市局住宅管理課(市役所14階)、各区役所総務企画課・出張所などで配布中。詳細は建築都市局住宅管理課 ☎582・2862へ。

生活福祉資金(教育支援資金)説明会

1月27日(金)、ウェルとばた7階(戸畑駅前)で。10～11時の部と14～15時の部あり。対中学・高校生と保護者。📍北九州市社会福祉協議会 ☎882・4405へ。

社会人向け「法学部コミュニティ・コース」説明会

2月1日(水)13～14時、北九州市立大学北方キャンパス(小倉南区北方四丁目)で。対令和5年4月1日現在で18歳以上。定15人。申1月30日までに同大学地域連携課 ☎964・4194へ。

お茶なし認知症カフェで語ろう

参加者同士の交流や、認知症についてのミニ講話など。2月7日(火)・21日(火)の14～16時、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。対認知症の人と家族や認知症が心配な人など。定先着各日10人。申1月18日から認知症支援・介護予防センター ☎522・8765へ。

皆さんの意見を募集しています

食品衛生監視指導計画(案) 令和5年度の食品衛生に関する監視指導などの計画についての意見を募集します。▶案の配布・閲覧=1月16日(月)～2月17日(金)(土・日曜日、祝日は除く)の8時30分～17時15分、保健福祉局保健衛生課(市役所8階)、各区役所健康相談コーナー(小倉北・八幡西区は除く)、保健所東部生活衛生課(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター4階)、同西部生活衛生課(黒崎駅西側、コムシティ6階)で。市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます ▶意見の提出=様式自由。住所、氏名、意見を書いて、配布・閲覧期間中にEメール(市のホームページから)、郵便、ファクスで〒803-8501保健福祉局保健衛生課(☎582・2435、📠582・4037)へ。

市県民税(第4期)の納期は1月17～31日です。

1月26日は松本清張記念館(小倉北区内、☎582・2761)を休館します。

国民健康保険料(第8期)の納期限は1月31日です。

介護保険料(第8期)の納期限は1月31日です。

情報ステーションは11ページから始まります

施設の催し

山田緑地

☎582・4870

〒803-0865小倉北区山田町 開9～17時 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園)

- ① **いろいろな鬼ごっこ** 「スポーツ鬼ごっこ」の体験会。2月5日(日)10～12時。対小学生以上。定先着14人。



- ② **楽しいドッジボール体験!** 2月5日(日)10～15時。対小学生。定60人。

- ③ **パルパークプロジェクト「焚き火を楽しむ!** 2月12日(日)13時30分～16時。対小学4年生以上(小・中学生は保護者の参加が必要)。保護者1人につき子ども1人まで。定先着20人。料1人500円。汚れてもよい服や軍手が必要。

共通料駐車場は有料。申電話で①は1月18日から私たちの未来環境プロジェクト ☎080・5203・5663、③は1月18日から山田緑地、②は1月18日～2月1日にグラッチャ子ども運動トレーニングセンター ☎383・7642へ。②はネットも可。

関門連携コーナー

海峡の友

下関市と北九州市では、市政だよりでお互いの情報を交換し掲載しています。

三つの日本一 ふく・くじら・あんこう祭り

▶抽選プレゼント=1月29日(日)までの期間中、下関市内の対象店舗でふく・くじら・あんこうの食事をした感想などを投稿、応募した人の中から抽選で三つの日本一の宅配セット(ふく・くじら・あんこう各20セット)を進呈。応募方法など詳細は📍を。イベントホームページ(下記を読み取り)でもご覧になれます ▶イルミネーション=1月29日まで、竹崎公園(下関市竹崎町一丁目)で。1月27日(金)18時頃からあんこう鍋のふるまい(限定100食)もあり。

共通📍下関観光コンベンション協会 ☎(083)223・1144へ。



▲詳細はコチラ

明治日本の産業革命遺産フォトコンテスト作品を募集

官営八幡製鐵所旧本事務所眺望スペース(八幡東区東田五丁目)から撮影した同事務所の写真を募集。入賞者には旅行券などの賞品を進呈。募集期間は2月28日(火)まで。ホームページ(右記を読み取り)から応募できます。



▲応募はコチラから

📍企画調整局総務課 ☎582・2922



▲世界遺産「官営八幡製鐵所日本事務所」

1/15

2023
令和5年

バナナの叩き売り

ほっと情報!もじ

- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 担=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

門司区役所

編集 | 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 ☎331・1805

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

無料相談

人権法律相談 弁護士が応じます。2月2日(木)13時30分～16時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着6組。■1月26日9時から同施設☎481・4599へ。

大里出張所でのオンライン相談(実証実験)

門司区役所で行っている下記の相談業務については、大里出張所でも

相談できます。保育サービス全般の相談=1月17日(火)・23日(月)・24日(火)・30日(月)・31日(火)の9時30分～11時30分。問門司区役所総務企画課☎331・0001へ。

50歳からのシニアおしごと相談会

専門相談員が応じます。血管年齢の測定もあり。1月27日(金)12～16時、小倉駅JAM広場で。対象はおおむね50歳以上。先着8人。■1月17日から高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。



【選挙】北九州市長選挙の期日前投票所について

2月5日執行予定の北九州市長選挙における門司区の期日前投票所については、以下の『場所』『時間』で設けます。松ヶ江出張所と門司体育館は、期間によって開設時間が異なりますので、ご注意ください。

問門司区選挙管理委員会事務局☎331・1880へ。

場所	期間	時間
門司区役所	1月23日(月)～2月4日(土)	8時30分～20時
松ヶ江出張所と門司体育館	1月23日(月)～1月27日(金)	8時30分～17時
	1月28日(土)～2月4日(土)	8時30分～19時

健康だより 門司区役所健康相談コーナー ☎331・1888

- ① **健康診を受けて、健康寿命を延ばそう**
- ① **特定健診** 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。(注)
- ② **若者健診** 対象は18～39歳。受診料1000円。
- ③ **基本健診** 対象は40歳以上の生活保護受給世帯の人。受診無料。健康診査受診券が必要。
共通①②③=問診、身体計測、血

- 圧測定、尿検査、脂質検査、肝機能検査、血糖検査、腎機能検査など。2週間後に健康教室(結果返しなど)を実施。
- ④ **結核・肺がん検診** 胸部エックス線撮影※必要に応じて喀痰検査。対象は40歳以上。受診無料(喀痰検査は900円)。
- ⑤ **骨粗しょう症検診** 骨密度測定。対象は18歳以上。受診料1000円。
- ⑥ **肝炎ウイルス検査** C型とB型肝炎ウイルス検査。対象は過去に受診したことのない人。受診無料。
- ⑦ **大腸がん検診** 便の潜血反応検査。対象は40歳以上。受診料500円。
- ⑧ **前立腺がん検診** PSA検査(血液

(注) 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に問を。

門司健診フェア

3月12日(日)8時30分～11時30分、門司区医師会健診会館で。健診フェア(受診料無料)は事前に■が必要。■基本事項(11ページ右側を参照)、健診名、生年月日、性別、特定健診希望者は受診券番号・健康保険証記号・番号を書いた紙を封書(個人情報保護のため、はがきでの申し込みはご遠慮ください。)にて2月20日(月)までに、郵送か持参にて門司区医師会(〒800-0007門司区小森江三丁目12-11、☎371・1583)へ。検診票などを作成して送付するため、氏名(フリガナ含む)・住所・電話番号(日中連絡の取れる番号)を正確に記入してください。なお、記入事項に不備があり電話番号の記入がない場合は、申し込みがお受けできない可能性がありますのでご了承ください。

健診名	対象	定員
北九州市国保特定健診	40～74歳(特定健診受診券が必要)	200人程度(定員を超えた場合は抽選)
胃がん検診(胃部エックス線検査)	35歳以上 ただし以下の人は受診できません。 ・令和3年4月1日以降北九州市の胃がん検診の胃内視鏡検査を受けた人 ・体重が100kg以上ある人(検査機器の構造上) ・バリウムアレルギーのある人	
結核・肺がん検診	40歳以上	
大腸がん検診	40歳以上	
骨粗しょう症検診	18歳以上	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	
肝炎ウイルス検査	18歳以上で、過去に受診したことがない人	

※特定健診、がん検診と骨粗しょう症検診の受診は年度につき1回限りです。

特定健診・肝炎ウイルス検査などの一部健診は一年を通して(特定健診は受診券到着後～翌年3月末まで)無料で実施しています。また、各種がん検診についても、▶70歳以上 ▶市民税非課税世帯 ▶生活保護世帯 ▶後期高齢者医療被保険者証を持っている65～69歳は通年受診料が免除されます。詳細は門司区役所健康相談コーナー☎331・1888へ。

検査)。対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

①～⑧の共通3月2日(木)13時30分～15時、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。各日定員に達するまで先着順。■2月3日9時から集団検診予約センター☎0570・783・077か953・6168かインターネット(右記を読み取り)で。



▲①の申し込みはこちらから

② **幼児食教室(オンライン)** 栄養士による講話、個別相談。2月16日(木)13

時30分～14時30分。対象は幼児の保護者。定員20人。■1月19日～2月9日に健康相談コーナーへ。インターネット(下記を読み取り)も可。

③ **ほよほよ赤ちゃん教室** 赤ちゃんのタッチケア、お口のケアなど。2月22日(木)10時30分～11時30分(受け付けは10時15分から)。対象は生後1～3カ月の乳児と保護者。定員7組。母子健康手帳とバスタオルが必要。■1月22～28日。インターネット(右記を読み取り)で。



▲②③の申し込みはこちらから



1/15 こくら北

令和5年 編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・5496



区役所
ホームページ

- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 担=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

無料相談

行政相談 行政相談委員が応じます。1月23日(月)13~15時、小倉北区役所で。問小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

法律人権相談 弁護士か人権擁護委員が応じます。1月26日(木)13時30分~16時30分、小倉北区役所で。先着22組。■1月25日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

保健福祉無料相談

アルコール相談 酒害相談員が応じます。対象はお酒の問題で困っている人や家族。

こころの健康相談 精神科医が応じます。対象は精神疾患に関する相談がある人。

共通2月9日(木)13時30分~15時30分、小倉北区役所で。定員各2組。■2月3日までに小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

50歳からのシニアおしごと相談会

専門相談員が応じます。血管年齢の測定もあり。1月27日(金)12~16時、小倉駅JAM広場で。対象はおおむね

健康ひろば

問小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

食生活相談 栄養士が応じます。2月3日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。定員各時間2人。■1月31日まで。

元気で長生き食卓相談 栄養士が応じます。2月6日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。定員各



こんな相談を受け付けています

- 介護・医療などが心配
- もの忘れが少し気になる
- よく転倒するようになった
- ヘルパーやデイサービスを利用したい
- お金の管理に自信がない

50歳以上。先着8人。■1月17日から高齢者就業支援センター☎882・5400へ。

室町楽市

地元の海産物加工品などを販売。フリーマーケットもあり。1月28日(土)11~17時、常盤橋室町広場(室町二丁目)で。荒天中止。問室町地区活性化自治連絡協議会商業部☎562・6277へ。担小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

北九州エンジョイント事業 小倉北アカデミー

「他人事ではない~介護は突然やってくる」をテーマに高齢者問題について学びます。2月9日(木)13時30分~15時30分、生涯学習総合センター(大門一丁目)で。先着30人。受講料200円。■1月18日から小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

時間2人。■2月1日まで。

HIV・性感染症検査 問診と採血を行います。結果は1週間後に検査会場で直接本人に伝えます。毎週火曜日(祝・休日は除く)の9~11時。対象は感染の可能性があった日から3カ月以上経過した人。定員各日先着7人。検査無料(問診の結果、有料となる場合があります)。

■事前予約が必要。

共通小倉北区役所で。

介護や体のことなどで、不安に感じていることはありませんか?

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活ができるように、保健・医療・福祉・介護に関する幅広い相談に応じる「地域包括支援センター」があります。高齢者ご本人だけでなく、家族や地域の人からの相談も受け付けています。

保健・医療・福祉・介護の専門職である、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーが相談に応じます。

受付時間：毎週月~金曜日の8時30分~17時(祝・休日、年末年始は除く)。

相談窓口	担当地域(小学校区)	市民専用フリーダイヤル
小倉北区役所5階 地域包括支援センター	[小倉北1]足原、霧丘(小倉南区は除く)、桜丘、寿山、富野	☎0120-079033
	[小倉北2]藍島、足立、貴船、小倉中央、三郎丸、中島、城野(小倉南区は除く)	☎0120-127033
	[小倉北3]到津、井堀、中井、西小倉、日明、高見(八幡東区は除く)	☎0120-259033
	[小倉北4]泉台、今町、清水、南丘(小倉南区は除く)、南小倉	☎0120-853033

地域交流センターの講座

①下富野(〒802-0023小倉北区下富野五丁目17-17、☎521・3266)

パソコン講座 ▶ワード・エクセル活用=10~12時 ▶パワーポイント初級=14~16時。共通2月28日~3月28日のおおむね毎週火・金曜日(全8回)。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。テキスト代800円。

②北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)

スマホ活用 写真の加工技術やアプリのダウンロード方法などが学べます。2月28日~3月14日の毎週火曜日(全3回)13時30分~15時30分。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員10人。教材費400円。スマホが必要。共通■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は1月31日、②は2月6日までに各施設へ。

小倉北防災シリーズ~防災情報の入手方法について

災害発生時に迅速で的確な行動を取るため、市や気象台、メディアが発表する情報を確認しましょう。

【インターネットで調べる】

●北九州市防災ホームページ(防災情報北九州)

気象情報や避難情報といった防災情報のほか、防災啓発や防災マップの情報など、防災に関する各種情報を一元化し掲載しています。

●LINE(北九州市LINE公式アカウント)

災害発生のおそれがある場合は、メニュー「まちの魅力」が「防災情報」に切り替わり、発令中の避難情報や開設避難所がわかるページへ簡単にアクセスできます。

【テレビで調べる】

●テレビのdボタン(データ放送)

データ放送に対応しているテレビでは、dボタンを押すことで気象情報などを確認できます。また、1チャンネル(KBC)の「dボタン広報誌」では、開設中の避難所情報や市からののお知らせを確認することができます。

【メール配信を登録する】

●もらって安心災害情報配信サービス(北九州市)

気象情報や避難情報など、事前に登録することにより、希望する情報のメールを配信します。*空メール送信による登録が必要

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。

1/15

2023 令和5年

こくら南



- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 担=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 ☎951・5553

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

曾根出張所でのオンライン相談(実証実験)

小倉南区役所で行っている下記の相談業務については、曾根出張所でも相談できます。保育サービス全般の相談=1月17日(火)・24日(火)・31日(火)の9時30分~11時30分。問小倉南区役所保健福祉課☎951・1032へ。

50歳からのシニアおしごと相談会

専門相談員が応じます。血管年齢の測定もあり。▶サニーサイドモール小倉1階(下曾根新町)=1月24日(火)。10~12時の部と13~15時の部あり
▶小倉駅JAM広場=1月27日(金)12~16時。共通対象はおおむね50歳以上。先着各8人。■1月17日から高齢者就業支援センター☎882・5400へ。



小倉南体育館のスポーツ教室

健康バドミントン バドミントンの基礎の動きを身につけながら、運動不足解消や筋力・体力アップを目指すクラスです。1月17日~3月28日のおおむね毎週火曜日(全10回)11~13時。先着20人。参加費7700円(体験費

550円)。

シニア健康教室 ウォーキングやストレッチ、ゲームを取り入れた運動です。1月17日~3月28日のおおむね毎週火曜日(全10回)14~16時。対象は65歳以上。先着100人。参加費4000円(体験費550円)。

カワイ体育教室 いずれも1月17日~3月28日のおおむね毎週火曜日(全10回)。▶年中~年長クラス=16~17時 ▶小学1~6年生クラス=17~18時。共通先着各クラス20人。参加費1万3750円(体験費1375円)。

リフレッシュヨガ 基本の動きと呼吸を深める初級者向けのクラスです。1月18日~3月29日の毎週水曜日(全11回)10~11時。対象は18歳以上。先着12人。参加費6050円(体験費550円)。



地域でGO! GO! 健康づくり川柳紹介(その1)

市民が主体となって、市民センターなどを拠点に地域の健康課題について話し合い、目標設定や計画づくり、実践、事業評価を一つのサイクルとした健康づくり事業を実施しています。今年度、「高血圧予防」をテーマに川柳を募集したところ、各校区から応募があり、12月14日に行われた報告会で優秀作品の表彰を行いました。

- 【区長賞】 具だくさん 愛情たっぷり 塩少々 (横代校区)
 - 【区次長賞】 人生を 華麗に加齢 減塩で (徳力校区)
 - 【保健福祉担当部長賞】 血圧は 健康寿命の 道しるべ (曾根校区)
- 問小倉南区役所保健福祉課☎951・4125へ。

すこやかママ'Sフラ ゆっくりとした動きと音楽で、笑顔と清々しい運動習慣を身につけるフラダンスクラスです。1月19日~3月23日のおおむね毎週木曜日(全9回)10~11時30分。対象は18歳以上の女性(子どもの同伴も可)。先着10組。参加費9900円(体験費550円)。1回ずつの参加も可(料金1650円)。前日までに問先へ。

共通詳細は同施設に問を。■1月17日から小倉南体育館(日の出町二丁目)☎963・2675へ。

地域交流センターの講座

北方 (☎802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931-6594)

スマホ活用 スマホ講座を通じて、技術の習得と地域の交流を図ります。2月28日~3月14日の毎週火曜日(全3回)13時30分~15時30分。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員10人。教材費400円。スマートフォンが必要。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて2月6日までに同施設へ。

「地域包括支援センター」は、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でその人らしい生活を安心して送ることができるように保健・医療・福祉・介護に関する幅広い相談に応じる「総合相談窓口」です。「最近つまずきやすくなってきた」「物忘れが少し気になる」「介護に疲れてきた」などお困りのことや不安なことはありませんか? お気軽にご相談ください。

受け付け時間：毎週月~金曜日の8時30分~17時(土・日曜日、祝・休日、年末年始は除く)。

相談受け付け窓口(設置場所)	センター名	市民専用フリーダイヤル	担当地域の目安(小学校区)
小倉南区役所 曾根出張所 両谷出張所	小倉南1	☎0120-349433	朽網・曾根・曾根東・田原・貫・東朽網
	小倉南2	☎0120-794433	葛原・高蔵・沼・湯川・吉田
	小倉南3	☎0120-803433	横代・若園・城野(小倉北区は除く)・北方・霧丘(小倉北区は除く)
	小倉南4	☎0120-086533	守恒・徳力・広徳・企救丘・志井・長尾・南丘(小倉北区は除く)
	小倉南5	☎0120-189533	長行・合馬・市丸・新道寺・すがお

健康だより

申し込み・問い合わせ先 小倉南区役所保健福祉課 ☎951・4125

3月の集団検診(特定健診・若者健診・各種がん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検査など)は2月3日(金)9時から予約を受け付けます(先着順)。日程などについては北九州市保健福祉局健康推進課のホームページか区役所保健福祉課に問を。個別に医療機関で受けることができる検診があります。詳細は問を。

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	■
食生活相談 (生活習慣病予防などの食生活に関する相談)	おおむね64歳以下	無料	先着8人	2月7日(火)	10~15時	小倉南生涯学習センター (小倉南区役所横)	1月17日から ☎951-4125へ



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。



1/15
2023
令和5年

わかまつ

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・0039 FAX751・6274

- 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。
- 甲=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)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

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。若松区役所で、事前に甲が必要。甲随時、若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。



島郷出張所でのオンライン相談(実証実験)

若松区役所で行っている下記の相談業務については、島郷出張所でも相談できます。▶保育サービス全般の相談=1月17日(火)・24日(火)・31日(火)の9時30分~11時30分 ▶※市営住宅の入居相談=1月19日(木)14~16時。問若松区役所保健福祉課☎761・5926(※は北九州市住宅供給公社☎531・3030)へ。

子育て女性就職支援センターの出張相談

働きたい女性の相談に、専門コー

ディネーターが応じます。1月24日(火)10時10分~15時10分、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。対象は女性の求職者。定員4人。甲1月20日までに福岡県子育て女性就職支援センター☎533・6637へ。

葦平忌

若松区出身の芥川賞作家・火野葦平をしのび「五平太ばやし」の演奏などを奉納します。1月22日(日)14~15時、高塔山山頂・展望台広場で。献花料200円。問若松区役所コミュニティ支援課☎761・5324へ。

無料体験に参加しませんか?

テニススクール 初級 1月25日(水)・2月1日(水)の9時30分~11時、若松庭球場(響南町)で。



デトックスヨガ 1月26日(木)・2月2日(木)の10~11時、ひびきコスモス運動場(向洋町)で。

共通対象は18歳以上。先着各日5人。甲1月17日から若松グラウンド管理事務所☎751・9242へ。

健康だより

問若松区役所健康相談コーナー ☎761・5327

①食生活相談 健康を考えた食生活の相談に管理栄養士が応じます。1人30分程度の個別相談です。希望者には体組成測定あり。2月1日(水)10、11、13、14時、若松区役所で。対象は64歳以下。定員各時間1人。

②離乳食教室 離乳食のすすめ方の話と試食、個別相談。▶若松区役所=2月14日(火)。対象は離乳食開始

(生後5カ月ごろ)~7カ月ごろの乳児と保護者 ▶※島郷市民センター(鴨生田二丁目)=2月21日(火)。対象は生後7カ月~離乳完了(生後18カ月ごろ)の乳幼児と保護者。②の共通13時30分~14時30分。定員各12組。母子健康手帳が必要。

共通甲①は1月30日まで、②は1月23日~2月6日(※は1月30日~2月13日)に問先へ。②はインターネットも可。



▲②の申し込みはこちら

老人クラブ会員募集!

- 「健康のため、からだを動かしたい」
- 「同世代の人と楽しい時間を過ごしたい」
- 「グラウンドゴルフを楽しみたい」



現在、若松区では1800人の会員が健康づくりや仲間づくりなどの活動を行っています。

60歳以上なら、どなたでも加入できます。

ご夫婦で、お友達同士で、お一人でも大歓迎。

毎日の生活に老人クラブの楽しい時間を取り入れてみませんか?

問若松区老人クラブ連合会☎761・7072へ。

市県民税の申告は郵送やオンラインで!

若松区役所での市県民税の申告の受付期間は、2月15日(水)~3月15日(水)です。市県民税の申告は、郵送かオンラインでの申告をお願いします。今回からスマートフォンを使って、オンラインでの申告ができるようになりました。ご利用にはマイナンバーカードとスマートフォンが必要です。詳しくは2月1日号全市版をご覧ください。やむを得ずご来場が必要な場合は、検温後、マスク着用の上、次の申告会場へ。

島郷出張所 2月15日(水)~17日(金)の9~16時(17日は9~12時)。初日は特に混み合いますので、予定時間より早めに受け付けを終了する場合があります(できる限り2、3日目にご来場ください)。

若松区役所 2月21日(火)~3月15日(水)(土・日曜日・祝日を除く)の8時30分~17時(木曜日は18時45分まで受け付け)。

問財政局若松税務課☎761・4182へ。

投票所が変わります

2月5日(日)執行予定の北九州市長選挙において、投票所が下記の通り変更になります。投票所入場整理券(はがき)がお手元に届きましたら投票所をご確認ください。問若松区選挙管理委員会☎761・5328へ。

変更となる投票所	対象地域
極楽寺 本町三丁目8番3号	白山一丁目18番、 本町二丁目2番~5番・7番~10番・12番~18番、 本町三丁目、久岐の浜
↓ 若松市民会館 本町三丁目13番1号	



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。

1/15 2023 令和5年 やはた東

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314



河内貯水池の堰堤

- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 担=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

無料相談

法律人権相談 弁護士か人権擁護委員が応じます。2月2日(木)13時30分～16時30分、八幡東区役所で。先着12組。■2月1日8時30分から八幡東区

栄養士さんの元氣レシピ vol.15 八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881

高野豆腐のグラタン

食べ応えもあり、高野豆腐やチーズ、牛乳などのカルシウムを多く含んだ食材を使用しています。

材料(2人分) 高野豆腐(乾燥) 2枚(30g)、ブロッコリー40g、シメジ 40g、タマネギ 40g、牛乳 300ml、バター 3g、コンソメ 0.8g、[カタクリ粉 小さじ1、水 小さじ2] ピザ用チーズ 20g

作り方

- ① バットに高野豆腐を並べ、牛乳120mlを入れてもどし、一口大に切る。ブロッコリーは小房に分け3分ほどゆでる。シメジは小房に分ける。タマネギは薄切りにする。
- ② フライパンにバターを熱し、タマネギとシメジを炒める。
- ③ ②に高野豆腐、残りの牛乳、コンソメを入れ蓋をして5分煮る。
- ④ ③の火を止めて水溶きカタクリ粉を加えてとろみをつける。ブロッコリーを加えて混ぜ、グラタン皿に入れる。
- ⑤ ④にチーズをかけ、オーブントースターで5～6分焼く。

※1人分:エネルギー233kcal 食塩相当量0.8g

「北九州市栄養士さんの元氣レシピ」集はコチラ! ※レシピは八幡東区役所保健福祉課で配布中

役所総務企画課☎661・0039へ。

こころの健康相談・アルコール相談

2月14日(火)13時30分～15時、八幡東区役所で。■2月9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。

税務相談

確定申告(申告書の作成は除く)などの相談に税理士が応じます。2月23日(水)11～15時、イオンモール八幡東(東田三丁目)で。先着8人。■1月17日から九州北部税理士会八幡支部☎681・0044へ。

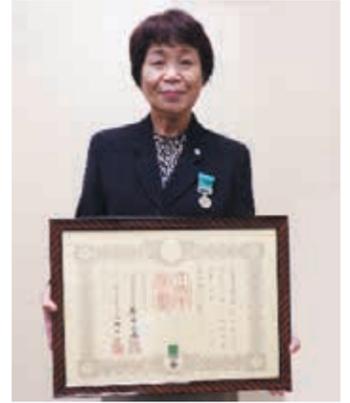
おいしく食べる減塩教室

高血圧予防と減塩についての講話や調理実習など。2月16日(木)10～12時30分、枝光市民センター(日の出一丁目)で。先着15人。■1月17日から同施設☎661・1034へ。問八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。

緑綬褒章を受章されました

「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、永年にわたり食を通じた地

域の健康づくりに貢献された八幡東区食生活改善推進員協議会会長の長尾由起子さんが、その功績に対し、令和4年秋の褒章の緑綬褒章を受章されました。問八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。



民生委員・児童委員をご存じですか

「八幡東区社会福祉協議会だより No.76」で活動を紹介しています。問八幡東区役所保健福祉課☎671・3022へ。

詳しくはコチラ!

健康だより めざせ100才! 心とからだのハーモニー 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	■
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 痰検査は900円(注1)	各検診に定員あり	3月9日(木)14～15時30分 八幡東区役所東別館	10時30分～11時45分	八幡東区役所東別館	2月3日9時から ▲ネットはコチラ!
★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					
骨粗しょう症検診	18歳以上	1000円(注1)					
幼児栄養教室 (食生活の話と試食、個別相談)	1歳6カ月以上の未就学児と保護者	無料	6組	2月15日(水)	10時30分～11時45分	八幡東区役所東別館	1月17日～2月8日 インターネットも可
元気で長生き食卓相談 (食事に関する個別相談)	65歳以上	無料	4人	2月21日(火)	10、11、13、14時(各1人)	八幡東区役所東別館	1月17日～2月16日
マタニティクラス2課 (妊娠中の生活の留意点など)	妊娠16～35週の妊婦 (母子健康手帳が必要)	無料	4組	2月24日(金)	13時10分～15時30分	八幡東区役所東別館	1月23日～2月17日 インターネットも可

■各種集団検診の■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。■は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可(事前に医療機関に■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■を。注2)「特定健診受診券」、「国民健康保険証」が必要。75歳以上を対象とした「後期高齢者健康診査」については福岡県後期高齢者医療広域連合(☎092651・3111)に■を。

■相談などの■は、八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。

16枚のバナーでたどる「八幡東」

その12 スペースワールド

昭和47年、東田第一高炉が役割を終え、製鐵所の機能の多くは戸畑に移転しました。跡地に建設されたのが、宇宙をテーマにした遊園地スペースワールドでした。アトラクション以外にスペースシャトルの実物大模型を目玉にして、平成2年の開業から平成29年の閉園まで、多くの子どもたちを楽しませてきました。このバナー(旗)は、八幡駅前の街灯に掲出中です。

問 KEYAKI TERRACE YAHATA ☎681・0697へ。担八幡東区役所総務企画課 ☎681・0387。



1/15 やはた西

2023 令和5年

編集 八幡西区役所総務企画課 ☎642・0039 FAX 621・0862



八幡西区マスコット
キャラクター
官長衛タン

- 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。
- 甲=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)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

無料相談

保育所(園)などへの就職相談 就職支援や求人情報の提供など。コーディネーターなどが個別に応じます。1月26日(木)10~16時、八幡西区役所(黒崎駅西側、コムシティ6階)で。対象は保育士資格などを持つ人。定員5人。甲1月25日までに保育士・保育所支援センター☎551・0095へ。

木屋瀬地域交流センターの人権法律相談 1月26日(木)13時30分~16時30分。先着6人。

甲1月19日9時から同施設(野面一丁目、☎617・7980)へ。



折尾出張所でのオンライン相談(実証実験)

八幡西区役所で行っている下記の相談業務については、折尾出張所でも相談できます。▶保育サービス全般の相談=1月17日(火)・24日(火)・31日(火)の9時30分~11時30分。事前予約も可 ▶※市営住宅の入居相談=1月26日(木)14~16時。問八幡西区役所保健福祉課☎642・1448(※は北九州市住宅供給公社☎531・3030)へ。

ニュースポーツ体験フェスタ

1月29日(日)9~12時、的場池体育館(的場町)で。未就学児は保護者同伴。室内運動シューズが必要。問八幡西区役所コミュニティ支援課☎642・1338へ。

直方特別支援学校聴覚部門幼稚部の入学者を募集

対象は平成29年4月2日~令和2年4月1日に生まれた聴覚に障がいがある人。定員若干名。選考日は2月17日(金)。手話通訳・要約筆記は事前に問を。甲1月27日~2月3日。詳細は直方特

別支援学校(直方市下境、☎(0949)24・5570、☎(0949)24・5508)へ。

九州北部税理士会八幡支部からのお知らせ

確定申告(申告書の作成は除く)な

どの相談に税理士が応じます。2月23日(祝)11~15時、イオンモール八幡東(八幡東区東田三丁目)で。先着8人。

甲1月17日から九州北部税理士会八幡支部☎681・0044へ。

スポーツ推進委員の表彰

スポーツ推進委員は、市から委嘱された非常勤の公務員として地域のスポーツ・レクリエーションに関する行事の企画・立案、運営と指導を行います。

さらにニュースポーツの普及・振興などを行うため、市と区単位に協議会を設置して、スポーツ振興のための研究協議、関係団体との連絡調整を行っています。

また、北九州市の主催行事である市民スポーツ大会、北九州マラソン、選抜女子駅伝北九州大会をはじめ、校区や区で行われる交流スポーツ大会などの運営も行っています。

このたび、スポーツ推進委員として地域スポーツの推進に功績が顕著であった八幡西区スポーツ推進委員の河本廣明さんが令和4年度スポーツ推進委員功労者表彰(文部科学大臣表彰)を受けられました。

問八幡西区役所コミュニティ支援課☎642・1338へ。



健康だより

検診についての甲 : 集団検診予約センター ☎0570・783・077か☎953・6168
その他教室などの甲・問 : 八幡西区役所健康相談コーナー ☎642・1444

①3月の検診日

若者健診 対象は18~39歳。受診料1000円。

結核・肺がん検診 対象は40歳以上。喀痰検査だけ900円。

前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。

肝炎ウイルス検査 対象は過去に受診したことがない人。

骨粗しょう症検診(9・15・16日以外)

対象は18歳以上。受診料1000円。

特定健診 対象は3月31日までに40~74歳になる国民健康保険加入者。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。

①の共通13時30分~15時(29日

は9時40分~11時20分と13時20分~15時)。

▶青山市民センター=1日(水)

▶陣原市民センター=2日(木)

▶浅川市民センター=8日(水)

▶陣山市民センター=9日(木)

▶木屋瀬市民センター=15日(水)

▶中尾市民センター=16日(木)

▶穴生学舎=23日(木)

▶黒崎びびしんホール=29日(水)

▶楠橋地域交流センター=30日(木)

②胃がん検診

▶木屋瀬市民センター=3月15日(水)13時30分~15時 ▶黒崎びびしんホール=29日(水)9時40分~11時20分。

②の共通対象は35歳以上(妊婦は除く)。受診料1000円(40~69歳は900円)。

③乳がん検診

▶木屋瀬市民センター=3月24日(金)13時30分~16時30分 ▶黒崎びびしんホール=29日(水)13時20分~15時。③の共通対象は昨年度受診していない40歳以上の女性(妊婦は除く)。受診料1000円。

①②③の共通各会場に定員あり。

甲2月3日から検診日の10日前(土・日曜日、祝日は除く)までに甲先へ。ネットも可。先着順のため、定員に達した時点で、予約受け付けを終了します。70歳以上の人や市民税非課税世帯の人などを対象にした無料の制度があります。年齢の分かるものなどが必要。詳細は問を。

④幼児食教室

「1歳6カ月から2歳頃の食事につい

て」をテーマにした講話。2月17日(金)10時10分~11時15分、八幡西区役所(コムシティ5階)で。対象は離乳食完了の幼児(2歳11カ月頃まで)と保護者。定員12組。

⑤パパママ教室

助産師講話、夫婦マッサージ、バースプラン作成など。2月26日(日)10~11時35分。対象は初めて子どもが誕生する夫婦(出産予定日が3月20日~7月16日)。

④⑤の共通母子健康手帳が必要。甲④は1月30日~2月9日、⑤は2月3~10日に問先へ。八幡西区のホームページ(下記)からも申し込みができます。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。



若戸大橋フォトコンテスト
入選作品

1/15
2023
令和5年

とばた

編集 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX881・2204

- 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。
- 甲=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)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

若戸大橋フォトコンテスト 受賞作品のパネル展示

受賞作品のパネル展示を1月12日(木)～2月10日(金)、戸畑区役所1階ロビーで行います。問戸畑区役所総務企画課☎881・0039へ。

無料体験に参加しませんか?

テニススクール 初級 1月25日(水)・2月1日(水)の9時30分～11時、若松庭球

場(若松区響南町)で。
デトックスヨガ 1月26日(木)・2月2日(木)の10～11時、ひびきコスモス運動場(若松区向洋町)で。

共通対象は18歳以上。先着各日5人。甲1月17日から若松グラウンド管理事務所☎751・9242へ。

介護支援ボランティア 登録研修会

65歳以上の方が介護保険施設で行うボランティア活動をポイント化し、換金や寄付をすることができる事業について説明します(受講後に登録が必要)。1月26日(木)14～16時、戸畑区役所で。定員30人。甲1月25日までに北九州市社会福祉協議会ボランティ

ア・市民活動センター☎881・6500へ。

税理士会八幡支部からのお知らせ

確定申告(申告書の作成は除く)などの相談に税理士が応じます。2月23日(祝)11～15時、イオンモール八幡東(八幡東区東田三丁目)で。先着8人。甲1月17日から九州北部税理士会八

幡支部☎681・0044へ。

北九州市長選挙 期日前投票所のお知らせ

戸畑区では、戸畑区役所とイオン戸畑ショッピングセンター(汐井町)に期日前投票所を設けます。詳細は1ページをご覧ください。問戸畑区選挙管理委員会☎871・3453へ。

新・中原市民センターがオープンします

中原市民センター(仙水公園横)は、1月23日(月)から利用開始します。利用予約は新センター(☎881・1038)で行っています。



問戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・2335へ。

中原小学校区の投票所が変更されます

中原市民センターの新築移転に伴い、北九州市長選挙から、投票所が変更されます。詳細は、郵送で届く投票所入場整理券(はがき)をご覧ください。

統合・変更前	統合・変更後
第12投票区 中原小学校	新・中原市民センター 中原西三丁目(仙水公園横)
第15投票区 旧・中原市民センター	

問戸畑区選挙管理委員会☎871・3453へ。

健康だより

検診についての甲 : ①集団検診予約センター ☎0570-783-077か953-6168
その他教室などの甲・問 : ②戸畑区役所保健福祉課 ☎871・2331

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	甲
特定健診注1)	40～74歳 (北九州市国保加入者)	無料					
若者健診	18～39歳	1000円					
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 ※喀痰検査は900円注2)	50人 (先着)	3月1日(水)14～15時30分 一枝市民センター(一枝一丁目)			甲は電話で2月3日(金)9時から①集団検診予約センターへ(戸畑区役所では申し込みできません)。 ネットも可。
肝炎ウイルス検査	過去に受診したことがない人	無料		3月5日(日)9時30分～11時 戸畑区役所(千防一丁目)			
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注2)					
大腸がん検診	40歳以上	500円注2)					
骨粗しょう症検診	18歳以上	1000円注2)	30人 (先着)	3月5日(日)9時30分～11時 戸畑区役所			
胃がん検診 (胃部エックス線検査)	35歳以上	1000円 (40歳以上900円)注2)		3月5日(日)9時30分～11時 戸畑区役所			
胃がん検診 (胃部エックス線検査)	35歳以上	1000円 (40歳以上900円)注2)		3月15日(水)9～10時30分 一枝市民センター			
元気で長生き食卓相談 (健康を考えた食事の個別相談)	65歳以上	無料	4人	2月2日(木)	10、11、13、14時(各1人)	戸畑区役所2階	1月30日(月)までに②へ。
シニア料理教室 (栄養講話と調理実習)	おおむね65歳以上	無料	10人 (先着)	2月17日(金)	10～13時	戸畑区役所2階	1月17日(火)から②へ。



◀ 集団検診
申し込み先はこちら。

注1)「特定健診無料受診券」、「北九州市国民健康保険被保険者証」が必要。75歳以上を対象とした「後期高齢者健康診査」については福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に問を。

注2)70歳以上の人などを対象にした無料制度があります。年齢のわかるものが必要。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。