

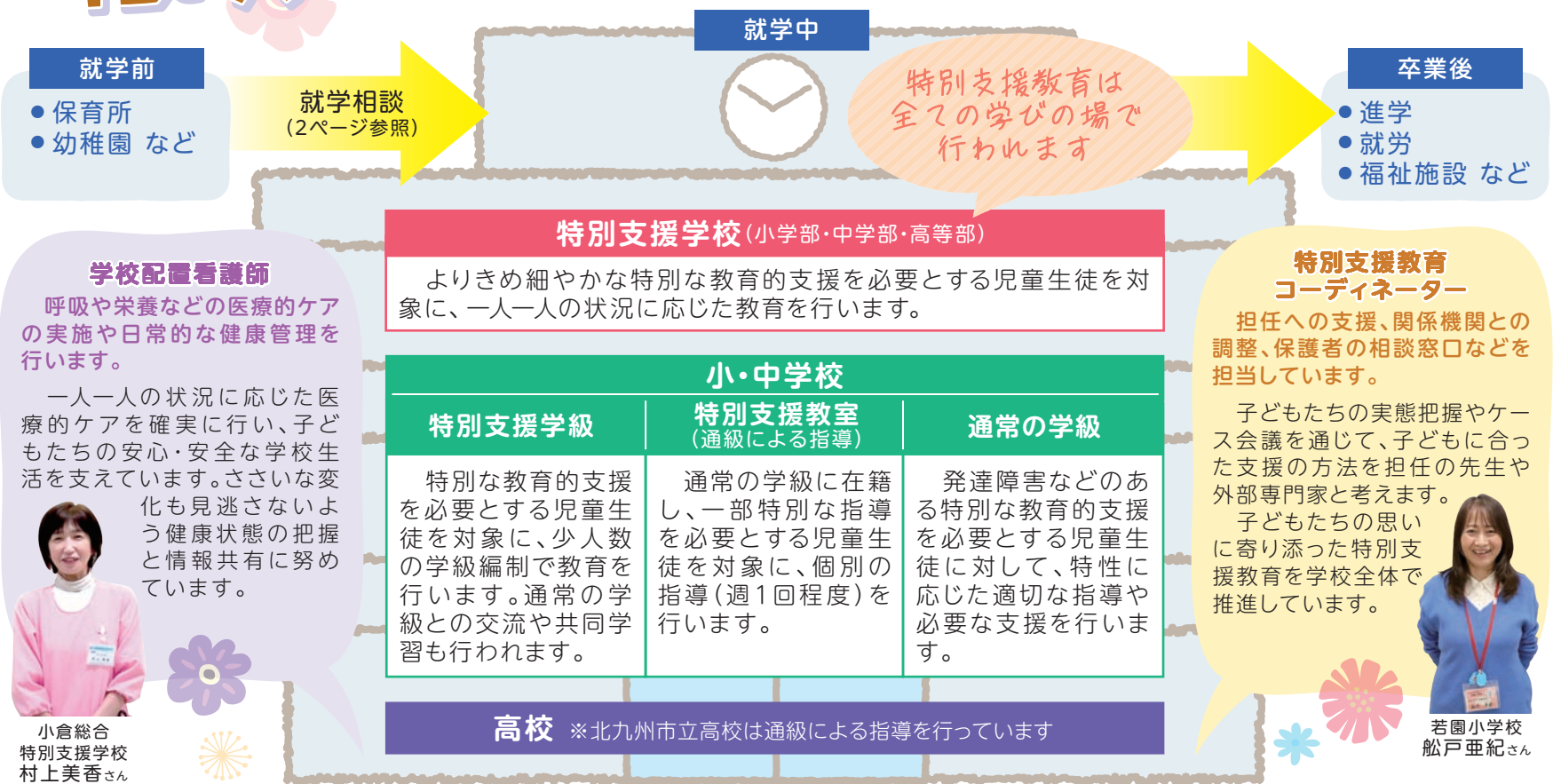
特集 北九州市の特別支援教育

子どもたちがそれぞれの 花を咲かすことができる教育を

特別支援教育は、障害のある子どもの自立と社会参加のために、一人一人の教育的ニーズに応じた指導や支援を行う教育です。

北九州市では、障害の有無にかかわらず誰もが生き生きと活躍できる共生社会の形成を目指し、多様なニーズに対応した教育・支援を行っています。

担教育委員会特別支援教育課 ☎582・3448



小倉総合
特別支援学校
村上美香さん

若園小学校
船戸亜紀さん

特別支援教室 通級担当 各区担当が各小学校を巡回し自立支援を行います。



広徳小学校
(小倉南区担当)
原田文子さん

子どもが安心感を持ちながら自分の力を伸ばせる場、ほっとできる場であるよう心がけています。

多くの職員が特別支援教育に関わっています

特別支援教育学習支援員

通常の学級で授業を受けている支援が必要な子どもに付き添い、学習のフォローを行います。



若園小学校
吉岡雅子さん

授業中は横でヒントを与えたり、「手を挙げてみようか」と声をかけたりします。繊細な子ども、元気な子どもなど、一人一人に合わせたフォローを心がけています。



広徳小学校
近津優子さん

特別支援教育介助員

肢体不自由等のある子どもに付き添い、移動介助や学習中の身体補助などを行います。

介助するお子さんだけでなく、担任の先生や他の子どもたちのコミュニケーションも大事にしています。子どもたちができた喜びを味わえるようサポートしています。



鳴水小学校
梅木佳菜さん

市長からのメッセージ

昨年8月に小倉総合特別支援学校を訪問した際、授業や給食など、安全確保に努めながら子どもたちに寄り添い、一つ一つ丁寧に対応する職員の姿や、楽しそうに過ごす子どもたちの姿が印象的でした。

現在、発達障害や難病を含めると日本人の10人に1人は障害があるといわれています。障害に限らず、人はそれぞれ、さまざまな個性や差がある人同士、共に生きるのがこの世の中です。「与える人」「与えられる人」に分かれるのではなく、互いに必要な時には支え合える「共生社会」を目指します。

特別支援教育もその一つです。子どもたち一人一人がそれぞれの形で自立と社会参加していける、そんな北九州市を市民みんなの力でつくっていきましょう。

北九州市長 武内 和久



▲小倉総合特別支援学校の調理員の皆さんと



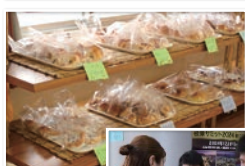
取材
しました!

北九州市立特別支援学校 北九州中央高等学園

戸畑区沢見一丁目3-47、☎861・0112

市内唯一の高等部単独の特別支援学校で、約80人の軽度知的障害のある生徒が在籍しています。卒業後の一般就労を目指し、「自立と社会参加」に必要な知識・技能・社会人スキルの育成に重点を置いた教育活動を行っています。

1日の流れ(例)						
	時間	月	火	水	木	金
ホーム ルーム	8:30～	※登校時間 8:00～8:30				
1	8:50～ 9:40	作業 学 習	国語	道徳	作業 学 習	保健 体育
2	9:50～ 10:40		情報	保健 体育		美術
3	10:50～ 11:40		数学	音楽		家庭
4	12:30～ 13:20		社会・理科・ 外国語	トライ		職業
5	13:30～ 14:20		保健 体育	職業		職業
6	14:30～ 15:20	自立 活動	自立 活動	ロング ホームルーム	総合的 な探求	自立 活動
下校	15:20～	15:35	15:20	15:35		



▲販売会の様子



吉本一也 校長



本校では「与えられる人から与える人へ」をキーワードに通常授業の他に週2日、作業学習の時間を設けています。いずれも将来の「自立と社会参加」に向けた学びです。生徒はこの学習を通して、働くことの意義を学び、人の役に立ち、感謝されることの喜びを体験します。卒業時には社会人としての挨拶やコミュニケーション力、働く力を身に付け、自信をもって卒業していきます。

令和7年度からは、普通科を職業学科へ改編し物流コースを新設するなど、さらに力を入れて取り組んでまいります。



3年 大山龍斗さん

1年生の時に4つの作業学習を全て経験して、2年生の時は「清掃・福祉」を選びました。体を動かすことが好きなので、将来は清掃の仕事に就きたいです。きれいになると気持ちがいいし、評価もしてもらえるからです。

3年生の今は「パン・接客」を学んでいます。先日、小倉北区役所でパンの販売を行った時は、対面販売が初めてだったので緊張しましたが、お客さまから「笑顔が素敵」と褒めていただけてうれしかったです。

4つの班による作業学習

パン・接客班



本格的な設備を使用して、パン製造を学習します。また、作ったパンやお菓子の販売を通して、接客の基本を学びます。

清掃・福祉班



清掃の基本を学び、学校内や近隣の市民センターの清掃をしています。福祉では、福祉用具の使い方や高齢者との接し方を学びます。

事務・軽作業班



印刷や製本、パソコン作業などを学びます。軽作業では、機械や棚の組み立て、衣服の袋詰めなどを行います。

農耕班



農園や温室で十数種類の野菜や花を栽培するほか、ハーブソルトや一味唐辛子などの加工品も作っています。

小倉北特別支援学校と北九州中央高等学園の整備について

特別な教育的支援を必要とする児童生徒の増加や施設の老朽化に対応するため、小倉北特別支援学校と北九州中央高等学園を建て替え整備しています(令和7年度中に完成予定)。

☎教育委員会施設課 ☎582・2361



作業学習・体育館棟

小倉北特別支援学校棟

小倉北特別支援学校棟

北九州中央高等学園棟

完成イメージ

職種の変化に対応した作業教室の整備や就労支援の充実を目的としており、児童生徒の進路選択の拡大や社会性・コミュニケーション能力の育成を図ります。

ご相談
ください

特別支援教育相談センター

小倉南区春ヶ丘10-2、☎921・2230

特別な教育的支援を必要とする幼児・児童生徒、保護者、学校などに対して、専門的な相談支援を行う機関です。

※令和6年度の申し込みは終了しています。令和7年度の日程は決まり次第、市のホームページでご案内します。



早期相談

特別な支援が必要と思われる年中児・年長児と保護者にセンターに来所していただき、就学に向けて、より良い学習環境が整うように一緒に考えていきます。

就学相談

特別支援学級や特別支援学校への就学・転学を希望する、主に年長児・小学6年生と保護者を対象に、面談や心理検査などを実施し、相談しながら就学する学校を決めていきます。

通級相談

通常の学級に在籍する、言語障害、自閉症、情緒障害、弱視、難聴、LD(学習障害)、ADHD(注意欠陥多動性障害)のある児童生徒などを対象に、通級による指導が必要かどうかを判断します。

教育相談

通常の学級に在籍する児童生徒・保護者・教職員を対象に、児童生徒の発達の過程や障害の状態などを整理し、一人一人にとって適切な指導と必要な支援について一緒に考えます。

その他の
支援機関

総合療育センター

障害のある子どもの療育と医療の中核施設。医師による診察を基に、その子どもに合った支援(リハビリ、通園など)を行います。

小倉南区春ヶ丘10-4、
☎922・5596(代表)



発達障害者支援センターつばさ

発達障害のある人や家族などの相談に応じ、療育・就学・就労・福祉等に関する助言や、関係機関との連携による支援を行います。

小倉南区春ヶ丘10-2、
☎922・5523



子ども総合センター(児童相談所)

子どもの心身の発達の遅れ、非行、不登校等について、児童福祉司や児童心理司などが相談に応じます。

戸畑区汐井町1-6、
☎881・4556



この特集に関するお問い合わせ

教育委員会特別支援教育課 ☎582・3448

北九州市民スポーツ賞の受賞者を決定

北九州市では、国際的・全国的なスポーツ大会で優秀な成績を収め、市のスポーツ振興と競技力の向上に寄与した個人・団体を表彰しています。受賞者は次のとおり。（敬称略。50音順）

北九州市民スポーツ賞

- 【個人】 ▼大庭明莉（ウエイトリフティング） ▼川西みち（陸上） ▼佐原のどか（卓球） ▼嶋本美海（陸上） ▼鈴木凜（陸上） ▼立石奈南（トライアスロン） ▼西本結恵（陸上） ▼本田里来（柔道） ▼松原尊（ウエイトリフティング） ▼渡邊由（陸上）
- 【団体】 ▼九州共立大学陸上競技部女子 ▼敬愛高等学校柔道部

北九州市民スポーツ奨励賞

- 【個人】 ▼麻生瑛介（柔道） ▼石

児童手当の申請はお済みですか？

令和6年10月分の児童手当から制度の内容が変わっています。申請が必要な人で、手続きがお済みでない場合は、3月31日までに申請書を住所地の区役所子ども・家庭相談係に提出してください。オンラインでも申請できます。

※4月1日以降の申請については、申請した翌月分から受給開始になります（令和6年10月分にさかのぼっての受給はありません）。

申請が必要な人

【現在、児童手当を受給している人】

・北九州市に登録のない児童を養育している人

- 田心美（卓球） ▼垣添鈴音（陸上） ▼古城佑馬（ボクシング） ▼酒井順一郎（ウエイトリフティング） ▼渋谷有里子（卓球） ▼積明大河（陸上） ▼杉本壮汰（レスリング） ▼高山瑛渉（レスリング） ▼竹下葵（バドミントン） ▼友田幸葵（柔道） ▼友利晟弓（陸上） ▼豊田祐士朗（柔道） ▼廣末翔大（水泳） ▼益翔瑛（ウエイトリフティング） ▼松原敬（ウエイトリフティング） ▼吉里颯太（レスリング）
- 【団体】 ▼折尾中学校女子バスケットボール部 ▼北九州工業高等専門学校陸上部女子 ▼九州国際大学体育会ウエイトリフティング部 ▼敬愛中学校柔道部

問 都市ブランド創造局スポーツ振興課 ☎582・2395

市民文化賞・奨励賞・功労賞の受賞者を決定

文化芸術活動の業績が顕著な個人・団体に「市民文化賞」を、将来が期待される個人・団体に「市民文化奨励賞」を、長年、指導・普及などに精励した個人・団体に「市民文化功労賞」を授与しています。

今年度の受賞者は次のとおり。

市民文化賞

板谷由夏さん（俳優）（49歳）

映画・ドラマ・舞台などで幅広く活躍。令和5年に映画「夜明けまでバス停で」で日本映画批評家大賞主演女優賞を受賞。主な出演作に、映画「サッドヴァケーション」、ドラマ「ブラックファミリア」新堂家の復讐」などがあります。



板谷由夏さん

市民文化奨励賞

日明小学校合唱カンパニー（音楽）、小菅績憲さん（切り絵）

市民文化功労賞

河原康生さん（狂言）、田中壽一さん（映画）、谷口房枝さん（大正琴）、中村雅楽千寿さん（雅楽）、藤永優翠さん（民謡）



文月今日子さん

表彰式の観覧者を募集

3月9日（日）11～12時、ホテルクラウンパレス小倉3階（小倉北区馬場二丁目）で。定200人。申往復はがき（5人まで）に基本事項を書いて2月28日までに問先へ。ネットも可。

※一部受賞者が欠席する可能性があります。あらかじめご了承ください。

問 〒803-8501 都市ブランド創造局文化企画課 ☎582・2391

市政モニターを募集します

市の施策や事業についてのアンケート（年10回程度）にインターネットで回答する市政モニターを募集します。任期は6月～来年3月。対18歳以上（公務員や公職にある人などは除く）。定150人。申3月28日まで。謝礼なし。

申込書は総務市民局広聴課（市役所1階）で配布中。ネットも可。詳細は問を。市のホームページからご覧いただけます。



▲詳細はコチラから

問 総務市民局広聴課 ☎582・2527

若松北海岸フェスティバル いいね発見スタンプラリーを開催

自然の恵み、絶景など魅力が豊富な若松北海岸を巡るスタンプラリーを開催します。

15の参加施設が特色を生かしたイベントなどを開催しており、これらを回ってスタンプを5個以上集めると、宿泊券や食事券、若松野菜の詰め合わせなどが当たる抽選に応募できます。

参加・応募期間

3月1日（土）～16日（日）

参加施設

若松北海岸一帯（若松区大字有毛・安屋などの）15施設
スタンプラリー台紙付きのチラシは、参加施設や若松区役所総務企画課などで配布中。若松区観光イベント情報サイト「わかまつインフォ」からもダウンロードできます。



▲チラシのダウンロードや参加施設の詳細はコチラから



- 公共交通機関
脇田方面
JR二島駅より北九州市営バスで約15分「脇田」下車
岩屋方面
JR二島駅より北九州市営バスで約30分「岩屋」下車
自動車
北九州都市高速2号線
若戸出口より約20分

問 若松の未来をつくる推進協議会（事務局：若松区役所総務企画課内）☎771・3559

若松の食と環境を巡るバスツアーを開催

◆エコバスツアー

3月6日（木）。響灘ピオトップや陸上・洋上風車、リサイクル工場、直売所を巡ります。

◆エネバスツアー

3月13日（木）。陸上風車・太陽光発電所などのエネルギー施設と直売所を巡ります。

共通 8時50分、小倉駅新幹線口に集合。16時、同所で解散。対小学生以下は保護者同伴。定各日30人。申2月17～21日に問先へ。ネットも可。



問 エコタウンセンター ☎752・2881



◆◆ 都市景観賞 受賞作品 ◆◆



折尾駅



貴船保育園



関門海峡キャンドルナイト



九州工業大学GYMLABO

日時
3月9日(日) 14～16時

個性豊かで魅力的なまちの景観づくりに貢献した建物や街並みなどを表彰する「北九州市都市景観賞」が決定しました。
表彰式を開催するとともに、第2部では、景観・まちづくりを学ぶ学生が「若者にとつて親しみやすい小倉の景観」をテーマに、都市空間・まちづくりのアイデアを市長へ提案します。

北九州市都市景観賞 受賞作品決定
若者と連携した表彰式を開催



▲市長提案に向けて
学生たちが準備する様子



◀ネットは
こちらからも

場所
スペースL A B O (八幡東区東田四丁目)
申し込み
3月8日までにネットです。

問 都市戦略局都市再生企画課 ☎582・2502

入園・入学前に予防接種を

担 保健福祉局健康危機管理課
☎582・2090

入園・入学のシーズンが近づいてきました。子どもは抵抗力が低いため、集団生活が始まるとさまざまな感染症にかかりやすいといわれていますが、予防接種により免疫をつけることで、かかりにくくなります。

入園・入学に備えて必要な予防接種を済ませ、感染症に負けない十分な抵抗力をつけましょう。なお、接種を受ける際は、母子健康手帳をご持参ください。

※ワクチンによっては、定められた期間の間隔をおいて複数回接種するものもあります。

※定期予防接種の接種費用は無料ですが、接種対象年齢でない人が接種を希望する場合は任意接種となり有料です。詳細は問を。

※アレルギー体質などで予防接種を受けられない場合があります。また、接種後の副反応についても必ず事前に医師にご相談ください。



定期予防接種一覧		
対象となる病気	主な対象者	発生状況やワクチンの効果など
ジフテリア・百日せき・ポリオ・破傷風・Hib(ヒブ)感染症	第1期：生後2月から生後90月に至るまで 第2期：11歳以上13歳未満 (第2期はジフテリア・破傷風のみ)	五種混合ワクチンの接種で発症を予防できます。特に百日せきは、生後6カ月未満の乳児がかかると呼吸不全などで命に関わることがあります。
麻しん・風しん	第1期：生後12月から生後24月に至るまで 第2期：5歳以上7歳未満のうち、就学前1年	麻しん、風しんは、感染力が高く、保育園や小学校などで集団発生することがあります。風しんの流行は、生まれてくる赤ちゃんに障害を引き起こす「先天性風しん症候群」の原因にもなります。
日本脳炎	第1期：生後6月から生後90月に至るまで 第2期：9歳以上13歳未満	ウイルスに感染した場合、およそ1000人に1人が日本脳炎を発症し、発症した人の20～40%が亡くなるといわれています。
結核(BCG)	生後1歳に至るまで	かつて日本人の死亡原因の第1位でしたが、今も年間1万人以上の新しい患者が発生し、1600人以上が命を落としています。
肺炎球菌感染症(小児)	生後2月から生後60月に至るまで	細菌が原因で肺炎や髄膜炎などを引き起こします。ワクチン接種により重い症状になるリスクを95%以上減らすことができます。
水ぼうそう(水痘)	生後12月から生後36月に至るまで	水ぶくれと発疹が主な症状で、肺炎や脳炎など多くの合併症があります。成人や妊婦などは特に重症化のリスクが高いといわれています。
B型肝炎	生後1歳に至るまで	ウイルス性の肝炎を予防することで、将来発生する可能性のある肝疾患や肝臓がんを防ぐことができます。
ロタウイルス感染症	ロタリックス® 生後6～24週までに2回	ロタウイルスに感染すると、急性胃腸炎を引き起こし、激しい下痢を生じることがあります。ワクチン接種により、ロタウイルス胃腸炎を80～90%予防することができます。
	ロタテック® 生後6～32週までに3回	

問い合わせは各区役所「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

アプリを使って、健康づくりをはじめよう！

健康づくりアプリ

「GO!GO!あるくっちゃKitaaQ」

北九州市が公開する、健康づくりのためのスマートフォンアプリです。歩数をはじめ、体重や血圧、一日の野菜摂取量など、毎日の健康情報を記録することができます。

健康づくりは日々の積み重ねが大切です。体や活動量の変化が見えると、健康づくりも楽しくなります。アプリを使って始めてみましょう。

アプリの主な機能

- ・歩数表示
- ・健康記録(体重、血圧、地域ボランティアなど)
- ・集団検診案内(特定健診、がん検診など)
- ・熱中症予測表示(夏季だけ) など

アプリのホーム画面



アプリ内でポイントを貯めると、毎月抽選でデジタルギフト(QUOカードPay)を進呈します



アプリのダウンロードはコチラから

保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

コラム

今年こそ身に付けたい健康的な習慣づくりのコツ

保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

令和7年に入って1カ月ちよつと。お正月に目標を立てた人、まだの人、いかがお過ごしでしょうか。今年こそ、健康のために何かやりたいと思っている人もいらっしゃるかもしれません。健康な生活は、日々の小さな選択の積み重ねで築かれます。しかし、「健康に気を付けなければ」と頭では分かっているのに、実際に行動を続けるのは難しいものです。そこで、無理なく始められる健康習慣づくりのコツをご紹介します。

「小さな一歩」を意識する

例えば、エレベーターではなく階段を使う、1駅分歩いてみる、といった小さな行動で構いません。昨日よりも今日が、より心と体が喜ぶ日になるように意識してみてください。歩数などを記録に付けて自分の活動の状況を可視化するのも習慣化に効果があります。記録する方法は紙でもアプ

つながりを大切に

最近の研究で、人とのつながりが持つ健康への良い影響が分かっています。町内会、運動や趣味のグループ、お祭りなど、人と会って話すことも健康に生きる重要な要素です。人の習慣が根付くまでには、平均で2カ月ちよつと、長い人では8カ月以上かかります。焦らず、気楽に、取り組んでみてください。

「健康のために」と思わない

食事であればおいしさを、

記録する方法は紙でもアプ

林 英恵

(北九州市アドバイザー)



市政フラッシュ

「小倉ぬか炊きマップ」を発行しました！

北九州市の伝統的な郷土料理であるぬか炊きを多くの人に味わっていただくため、小倉駅周辺で「買う」「食べる」ことができる店舗の情報を掲載した「小倉ぬか炊きマップ」を発行しました。

マップは5言語に対応しており、各区役所や観光案内所などで配布中です。ぜひお気に入りのぬか炊きを見つけてください。



マップは、市のホームページからもご覧になれます



産業経済局サービス産業政策課 ☎582・2050

このコーナーでは、北九州市の最新の取り組みや話題の出来事などをご紹介します。

朽網駅が特急停車駅に！北九州空港へのアクセスが強化されます！

昨年12月26日に九州旅客鉄道(株)と北九州市の共同記者会見が行われ、北九州空港の最寄り駅である朽網駅に、今年4月1日から特急列車が停車することを発表しました(1日上下計10本)。

北九州空港開港以来の悲願であった北九州空港の新アクセス「朽網駅特急ルート」が誕生します。特急停車を起爆剤に、北九州空港へのアクセスをさらに強化していきます(エアポートバスの増便など)。

早くてスムーズな特急列車とエアポートバスで、空の旅がより身近で快適になります。ぜひ北九州空港をご利用ください。

特急列車とエアポートバスを利用した場合の所要時間

- 黒崎駅⇄空港 55分→45分
- 折尾駅⇄空港 65分→50分

その他のアクセス強化の取り組みやキャンペーンについては、随時、市のホームページなどでお知らせします。



港湾空港局空港企画課 ☎582・2308



▲JR九州・古宮社長と武内市長



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＝市のホームページ(右記を読み取り)の「イベント・講座等の申込み」ボタンから申し込みができます。

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で確認を

●その他

●市役所や区役所への郵送の場合
宛先は郵便番号と**部署名**で届きます。

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24言語で対応します。いずれも2月の毎週月～金曜日(2月24日は除く)。▶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(小倉北区役所庁舎2階、☎080・5278・8404)＝9時30分～12時、13～16時。**共通**料相談無料。**問**北九州国際交流協会☎643・5931へ。

困難を抱える若者の家族のための無料相談

臨床心理士が応じます。3月1日(土)11～16時30分、子ども・若者応援センター「YELL」(戸畑駅前、ウェルとばた2階)で。対社会生活を営む上で人との距離感や関わり方に悩むおおもむね15～39歳のひとと家族。定先着5組。**申**2月18日から同センター☎882・0188へ。

終活無料相談

▶終活に関する一般相談＝相談員が応じます。3月5日(水)・12日(水)・19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。3月26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**2月25日9時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。3月7日(金)10～16時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。**申**不要。**問**高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

労働無料相談会

解雇や賃金未払い、パワーハラスメントなどの労働相談に応じます。3月10日(月)16～18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1組。**申**3月6日までに福岡県北九州労働者支援事務所☎967・3945へ。

ひとり親家庭のための法律無料相談

養育費などに関する相談に弁護士が応じます。3月12日(水)14～16時と26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**2月27日9時30分から同センター☎871・3224へ。

くらしとこころの総合無料相談会

生きるのがつらいほどの深刻な悩みや借金問題などの相談に弁護士や臨床

心理士などが応じます。3月13日(木)17～20時、精神保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター5階)で。定先着3組。**申**2月17日から精神保健福祉センター☎522・8744へ。

空き家・留守宅に関する無料相談会・セミナー

空き家・留守宅に関する相続や管理、活用などの相談に弁護士や司法書士などが応じます。3月16日(日)10～16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。問題解決のヒントとなるセミナー(10～11時の部、13時30分～14時30分の部)もあり。対空き家・留守宅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。定セミナーは先着各部50人(相談会は定なし)。**申**2月17日からの10～15時に北九州空き家管理活用協議会☎581・2050へ。担都市戦略局空き家活用推進課☎582・2777。

お出かけ

黒崎ひびしんうたごえホール

童謡や唱歌などを合唱します。2月17日(月)14～15時、黒崎ひびしんホール(八幡西区岸の浦二丁目、☎621・4566)で。対小学生以上。料500円。

布アールHIRO 作品展

ドールドレスやブローチ、バレッタなどの展示と販売。2月19日(水)・20日(木)・23日(日)・24日(月)の10時30分～16時、門司麦酒煉瓦館(門司駅北側)で。フォトフレームやブローチに飾り付けをするワークショップ(有料)もあり。詳細は同施設☎382・1717へ**問**を。

旧安川邸の催し

①**春の花会** 季節の花が邸内を彩ります。2月21日(金)～24日(月)の9～17時(入館は16時30分まで)。



②**ひな祭りランチ** いなりずしや十六穀甘酒など。3月2日(日)。11～12時30分の部と13～14時30分の部あり。定先着各部20人。料2500円(抹茶・菓子付き)。
③**合馬のたけのご弁当** 3月9日(日)・13日(木)・16日(日)の11～12時30分。定先着各日20人。料3300円(抹茶・菓子付き)。
共通料入館料が必要。**申**②③は必要。
電話で②は2月19日、③は21日のいずれも9時から旧安川邸(戸畑区一丁目、☎482・6033)へ。

大里赤煉瓦食市

豊前海一粒かきや小倉発祥焼うどんなど飲食物の販売。2月22日(土)10～15時、門司赤煉瓦プレイス(門司駅北側)で。荒天中止。**問**門司区役所総務企画課☎331・2252へ。



門司市民会館まつり コーロ・モン・プレズィール演奏会

2月23日(日)14～16時、門司市民会館(門司区老松町、☎321・2907)で。料前売り(全席自由)1000円(障害者手帳を持つ人・高校生以下は無料)。当日も同額。前売り券は同館などで発売中。

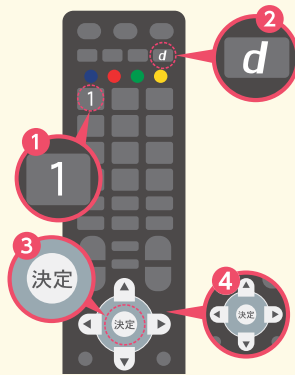
dボタン広報誌のご利用を(無料)

北九州市では、地上デジタル放送で災害時の緊急のお知らせや、市のイベント情報、相談窓口情報などを発信しています。

チャンネルをKBC(1チャンネル)に合わせ、リモコンの「dボタン」を押し、画面に表示される「dボタン広報誌」を選択してください。

<詳しい操作手順は>

- ① テレビのチャンネルをKBC「1チャンネル」に合わせる
- ② アルファベットの「d」が印字されたボタンを押す
- ③ 「決定ボタン」を押す(「dボタン広報誌」を選択)
※番組によっては、メニューに「dボタン広報誌」が表示されない場合があります。その場合は、「ニュース・天気」を選択して、決定ボタンを押してください。
- ④ 画面左上に情報のタイトルが表示されるので、「矢印ボタン(↑・↓)」で見たい情報を選ぶと文字情報が表示されます。
※テレビの設定は特に必要ありません(北九州市に転入した人は、設定で「住所・所在地(郵便番号)」をお住まいの行政区に変更してください)。
※インターネットの接続は不要ですが、データ放送に対応していないテレビでは利用できません。

**問**市長公室広報戦略課☎582・2236

★ネット申し込み([ネット](#))はコチラから▶



★市のホームページはコチラから▶



★時間は24時間表記

皿倉山ビジターセンターの 催し

①さわやか健康清掃登山 2月23日(祝)10時、皿倉山ケーブルカー山麓駅横銅像前広場に集合。12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)で解散。雨天中止。

②健康登山「国見岩・東河内登山道」 3月15日(土)9時15分、皿倉山ケーブルカー山麓駅横銅像前広場に集合。15時30分、八幡東区景勝町で解散。定先着35人。料500円。

③皿倉山チャレンジ55 健康増進を目的として、皿倉山(八幡東区)に55回以上登ることを目指します。期間は4月1日(火)～来年3月31日(火)。定先着450人。

共通 対山歩きが出来る人。**申②③**は必要。電話で**②**は2月17日、**③**は3月1日から皿倉山ビジターセンター ☎681・5539へ。

スペースLABOの催し

①プラネタリウム特別投映「スペース★パーティ」 天文の話題を分かりやすくお伝えします。2月24日(休)10時30分～11時15分。定250人。料一般600円、中学・高校生300円、小学生200円。



②星の観望のタベ「月と惑星たち」 屋上の望遠鏡で月と星の観望を行います。3月8日(土)19時15分～20時30分。対中学生以下は保護者の参加が必要。定80人。

共通 スペースLABO(八幡東区東田四丁目、☎671・4566)で。**印①**は開催日までに、**②**は2月22日～3月1日17時に**ネット**で。

まちかどの近代建築写真展

テーマは「全国各地のお屋敷建築」。2月27日(休)～3月20日(祝)(3月15日は除く)の10～17時(20日は15時まで)、旧百三十銀行ギャラリー(八幡東区西本町一丁目、☎661・9130)で。

フリーマーケット 「小倉カーブツ」

車のトランクを使ったフリーマーケット。3月1日(土)・2日(日)の9～15時、市役所東側河川区域、鷗外橋周辺で。雨天中止。**問**MES(門司港イベントサプライ) ☎080・9100・6788へ。**担**TEAM城下町小倉同事業体(指定管理者) ☎561・1210。



ツバキ展示会

盆栽、鉢物、草木など約200点。3月1日(土)・2日(日)の9～16時(2日は15時まで)、総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目、☎961・6045)で。料駐車場は有料。

白野江植物公園の催し

メディカルハーブの基本「ハーブティーブレンド体験」 3月1日(土)11～12時30分。料1000円。



植物講座「春植え球根の上手な植え方育て方」 3月9日(日)10～11時30分。料500円。

共通 対中学生以上。定先着各15人。料入園料が必要。**印**電話で2月17日から白野江植物公園(門司区白野江二丁目、☎341・8111)へ。

門司港ひなまつり～学生によるおもてなしイベント

日本酒飲み比べやはかま着用体験(いずれも有料)、甘酒ふるまい、大学生と楽しむ街歩き、清滝地区や栄町銀天街を巡るスタンプラリーなど。3月1日(土)11～15時、錦町公民館(門司区本町)などで。詳細は門司港レトロ倶楽部 ☎332・0106へ**問**を。

陸上自衛隊小倉駐屯地 定期演奏会

音楽部、小倉ひびき太鼓などによる演奏。3月1日(土)13～15時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。詳細は陸上自衛隊小倉駐屯地広報室 ☎962・7681へ**問**を。

施設の催し

美術館黒崎市民ギャラリー

☎644・5206

〒806-0021八幡西区黒崎三丁目15-3、コムシティ3階 休開催期間以外

▶1+moreフォト猫展=2月17日(月)～23日(祝)の9時30分(17日は11時)～17時(23日は15時まで) ▶北九州市小学校児童画展=2月18日(火)～23日の9時30分～17時 ▶キャリアサポートクラブアート活動展=2月24日(休)～26日(火)の10時(24日は12時)～17時(26日は15時まで)。

タカミヤ環境ミュージアム

☎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)

おもちゃの病院 簡単なおもちゃの修理(1家族1点だけ)。2月22日(土)。9時30分～12時の部と13～15時の部あり。定先着各部5家族。

講座「コンポストを考える」 北九州市子どもの村中学校の生徒などコンポスト活動を行う団体の発表。3月6日(火)15～17時。定先着30人。
共通 **申**電話で2月18日から同施設へ。

スペースLABO ANNEX

☎663・0550

〒805-0071八幡東区東田二丁目2-11 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)

川村館長サイエンスショー「ペットボトル顕微鏡をつくろう」 3月2日(日)11～11時50分。定先着50人。料工作をする場合は300円。**申**2月17日から**ネット**で。



漫画ミュージアム

☎512・5077

〒802-0001小倉北区浅野2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)、2月17～19日

①漫画体験 漫画道具・タブレットの使い方や塗り絵など。3月9日(日)・20日(祝)の13時30分～16時30分。

②画業50周年記念わたせせいぞうサイン会 3月22日(土)13～16時。定先着150人。料一般1000円、中学・高校生600円、小学生300円。参加条件など詳細は**問**を。漫画ミュージアムのホームページでもご覧になれます。

共通 料入館料が必要。**申②**は必要。電話で2月20日から同施設へ。

市内の主な生活支援の相談窓口一覧を作成しました

北九州市には、生活にお困りの人やその関係者などに対し、悩みに寄り添い、安心した生活を目指せるように支援するさまざまな相談窓口があります。

このたび、生活支援の窓口が簡単に分かるように、主な相談窓口を一覧にしたリーフレットとホームページを作成しました。リーフレットは各区役所保健福祉課で配布しています。ぜひご活用ください。

＜相談の内容＞

- ・お金(家計)に関すること
- ・子どもに関すること
- ・住まいや仕事に関すること など

問保健福祉局地域福祉推進課 ☎582・2060



▲ホームページ
はコチラから



▲相談窓口一覧
リーフレット

「豊前海一粒かき」のかき焼き祭りを開催



「豊前海一粒かき」をはじめ、北九州市の旬の食べ物が大集合する冬の門司港レトロ恒例イベント。会場に設置した120台の焼き台でかき焼きが楽しめるほか、地元食材を使った料理(約20店舗が出店)や加工品なども販売されます。2月22日(土)・23日(祝)の9時30分～16時、門司港レトロ中央広場(門司港レトロ地区)で。荒天中止。料豊前海一粒かき1000円(約800g入)、炭・軍手セット500円。
問産業経済局水産課 ☎582・2086

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) 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 共通＝共通の内容 ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照

イベント「食と健康を学ぼう～高血圧」

高血圧に関する講演会や各種健康チェック、高血圧予防料理の紹介、減塩食品の展示など。3月2日(日)9～12時、小倉医師会館(小倉北区中島一丁目)で。問小倉北区役所保健福祉課☎582・3440へ。

脇田海釣り桟橋 カサゴ稚魚放流体験

3月2日(日)10～14時、脇田海釣り桟橋(若松区)で。対小・中学生と保護者。料大人1000円、小・中学生500円。荒天中止。詳細は、ひびき灘漁業協同組合(指定管理者)☎741・0795へ問を。



【演劇】ブルーエゴナク『変身』

3月7日(金)19時と8日(土)・9日(日)の14時から、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。対小学生以上。料前売り(全席自由)一般3500円、23～30歳2500円(身分証の提示が必要)、22歳以下1500円(身分証の提示が必要)、※高校生以下1000円(学生証の提示が必要)。当日は500円増し(※は同額)。前売り券は同劇場などで発売中。託児(有料)など詳細は同劇場☎562・2655へ問を。

「無法松之碑」碑前祭

献酒や小倉祇園太鼓の披露など。3月4日(火)18時30～50分、無法松之碑前(小倉北区古船場町)で。小雨決行。問小倉北区役所総務企画課☎582・3335へ。



市内の高校・大学などの卒業生 小倉城・小倉城庭園入場無料デー

令和6年度に市内の高校、高専、短大、大学、専修学校、専門学校を卒業する(した)人は小倉城・小倉城庭園の入場が3月は無料になります(卒業証書や学生手帳など卒業生であることを確認できるものの提示が必要)。問小倉城☎561・1210へ。



ユースステーションの催し

いろんなゲームでプログラミング的思考を体験しよう タブレットとアプリを

使って、ゲームをしながらプログラミング的思考を学びます。3月9日(日)14～16時。対小学5年～高校生(小学生は保護者同伴)。定先着10人。

外国人と楽しく国際交流「私の国はこんな国!」 グアテマラ、フィリピン、モロッコ出身の皆さんと交流します。希望者にはイベント参加証明書を発行します。3月15日(土)13時30分～15時30分。対中学生以上の学生。定先着10人。



2種類のミニピザづくり マルゲリータとハニーチーズを作ります。3月23日(日)14～16時。対小学生以上の学生(小学生は保護者同伴)。定先着5人。

共通 申 電話で2月17日からユースステーション(黒崎駅西側、コムシティ地下1階、☎621・0132)へ。

こどもシアター

子ども向けアニメ「ひなまつり」「おこりじぞう(人形劇)」の上映。3月16日(日)10時30分～11時30分、こども文化会館(小倉北区下津四丁目)で。対未就学児は保護者同伴。定先着60人。申2月18日から同会館☎592・4152へ。

親と子のふれあい講座「到津の森公園で遊ぼう」

3月23日(日)10時、到津の森公園(小倉北区上津四丁目)に集合。園内を散策後、随時解散。対ひとり親家庭の親と子。定15家族。プレイチケットの進呈(1家族1セット)あり。申はがき(1家族だけ)に基本事項を書いて2月15～27日に母子・父子福祉センター(〒804-0067戸畑区汐井町1-6、☎871・3224)へ。ネットも可。

子育て

シン・子育てファミリー・サポート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と、その支援を受ける方法など。3月2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人、支援を受けたい人。申3月1日までにシン・子育てファミリー・サポートセンター☎511・3081へ。

仕事

北九州市福祉事業団の心理士(正規職員)を募集

勤務は4月から、総合療育センター(小倉南区春ヶ丘)などで。対昭和40年4月2日以降に生まれた人で、公認心理師の資格を持つか3月31日までに取得見込みの人。定若干名。申2月28日まで。募集要項は北九州市福祉事業団のホームページでご覧になれます。詳細は同事業団☎682・0001へ問を。

介護職員初任者研修

▶オリエンテーション=2月25日(火)14時30分～15時、若者ワークプラザ北九州(小倉駅北側、AIMビル2階)で ▶通信教育=2月25日から約2週間 ▶修了評価テスト・修了式=3月25日(火)13～14時15分、若者ワークプラザ北九州で。対介護職での就職を目指す人。定10人。申し込みの前に若者ワークプラザ北九州か高年齢者就業支援センター(戸畑駅前、ウェルとばた8階)でのカウンセリング(事前予約が必要)と利用登録が必要。申2月21日までに若者ワークプラザ北九州☎531・4510へ。

おさえておきたい労働法講座

3月12日(水)13～15時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対就職活動中の人(新卒は除く)。定先着25人。申2月17日から高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

農業研修受講生を募集します

北九州市の農業への関心を高めるとともに、農業の担い手を育成するため、栽培技術や作物管理など農業に必要な基礎知識について実習・座学・視察等の研修を行います。



共通 総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目)などで。定各5人程度。申2月15～28日。詳細は問を。市のホームページでもご覧になれます。

問 総合農事センター☎961・6546

新農業者育成研修

研修期間 4月～来年3月のおおむね毎週水曜日(全45回程度)9～12時

対象者 農業に従事することを希望する18歳以上

研修品目 葉菜や果菜などの野菜類

市民農業塾 夏コース

研修期間 4～9月のおおむね第1・3土曜日(全12回程度)9～12時

対象者 半農半X(副業的農業)などで農業に従事することを希望する18歳以上

研修品目 夏栽培に適した野菜、花卉など



▶詳細は
こちらから

学研都市「留学ゆるトーク」

北九州学術研究都市の人々が留学などの体験を話すイベント。今回は西日本工業大学教授の武村泰範さんがブラジル、ペルーなど南米への渡航について話します。3月21日(金)14～15時30分、北九州学術研究都市内ヒビキノオドリバ(若松区ひびきの)で。対中学生以上。定20人。申3月20日までに問先へ。ネットも可。

問 北九州産業学術推進機構☎695・3006



★ネット申し込み(ネット)はコチラから▶



★市のホームページはコチラから▶



★時間は24時間表記

若者ワークプラザの 就職セミナー

①ロジカルシンキング 論理的な思考法を学びます。2月28日(金)13時30分～15時30分。

②働く上で役に立つ!感情のコントロール 3月1日(土)13～15時。

共通 若者ワークプラザ北九州(小倉駅北側、AIMビル2階)で。対おおむね40歳までの求職者や就職氷河期世代の求職者。定各30人。申し込みの前に若者ワークプラザ北九州への利用登録が必要。**申①**は2月27日、**②**は28日までに若者ワークプラザ北九州☎531・4510へ。

マイテク・センターの講座

AutoCAD基礎 4月20日～8月31日のおおむね毎週日曜日(全16回)9時30分～12時30分。対マウス・キーボードの操作ができる人。定先着20人。料4万9800円。



ドキュワークス 4月23日～5月28日のおおむね毎週水曜日(全4回)18～21時。対マウス・キーボードの操作ができる人。定先着20人。料1万9000円。

日商簿記検定3級 受験対策講座 4月26日～8月2日のおおむね毎週土曜日(全13回)13時30分～16時30分。定先着20人。料2万9000円。

共通申電話で2月17日からマイテク・センター北九州(八幡東区大蔵二丁目、☎651・3775)へ。

講座・教室

知的障害・発達障害のある人の コミュニケーション支援セミナー

障害福祉サービスと学校との連携や支援のあり方などについて考えます。3月2日(日)13～16時30分、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所などの支援者や教育関係者など。定先着50人。**申**2月17日から同会館☎883・5550へ。聴覚障害者は☎883・5551も可(基本事項と**手・要**など介助必要の有無を記入)。

ひきこもり家族講座

3月15日(土)13時30分～15時30分、ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」(戸畑駅前、ウェルとばた2階)で。対ひきこもりの人(おおむね18歳以上)がいる家族。定10人。**申**3月7日までに精神保健福祉センター☎522・8729へ。

救命講習会

①実技救命講習 3月19日(火)10～12時、市民防災センター(小倉北区東港一丁目)で。対WEB講習の受講証明書を

2カ月以内に取得した人。WEB講習についてなど詳細はを。

②普通救命講習 3月25日(火)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3階)で。



共通心肺蘇生法や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。定各40人。**申①**は2月19日～3月11日、**②**は2月25日～3月17日のいずれも9～17時に消防局救急課☎582・3820へ。聴覚障害者は☎592・6898も可(基本事項と**手**必要の有無を記入)。**ネット**も可。

北九州パレスの講座

中国語入門体験講座 3月29日(土)13～15時。定先着20人。料500円。

女性のための癒しのナイトヨガ講座 4月4日～7月18日のおおむね毎週金曜日(全15回)19～20時30分。対女性。定先着15人。料1万円(34歳以下は8800円)。**韓国語会話(中級コース)** 4月5日～6月14日のおおむね毎週土曜日(全10回)14～16時。対ハングル検定3級程度の人。定先着15人。料8000円(別に教材費が必要)。

共通申電話で2月18日9時から北九州パレス(小倉北区井堀五丁目、☎651・4600)へ。

ムーブの講座

①語学講座 いずれも4月9日～6月25日の毎週水曜日(全12回)。▶英会話初級=13～14時30分。対英検3級程度の人。料1万2000円。託児(有料)はを▶英会話中級=19～20時30分。対英検

2級程度の人。料1万5000円。**①の共通** 定各コース10人。

②お役立ちワンポイントセミナー テーマは「こころのストレッチ」。4月12日(土)・26日(土)(全2回)の14～16時。対働いているか働きたいと思っている女性。定先着20人。料1000円。託児(有料)はを。

共通申②は電話で2月25日からムーブ(小倉北区大手町、☎288・6262)へ。**①**は3月12日までに**ネット**で。

講演会

遺跡発掘報告会 「発掘レポート最前線!」

最新の発掘調査成果などを報告します。3月2日(日)13時30分～15時10分、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)で。**申**不要。**関**北九州市芸術文化振興財団埋蔵文化財調査室☎582・0941へ。

マンション管理運営セミナー

テーマは「改正区分所有法であなただのマンションはどう変わる?」「マンション保険のトラブル及び解決法」「大規模修繕工事に対する瑕疵保険」。無料相談会あり。講師はマンションみらい価値研究所所長・久保依子さんほか。3月8日(土)13～16時30分、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。定80人。**申**3月3日までに福岡県マンション管理組合連合会☎922・4877へ。担都市戦略局住まい支援室☎582・2288。

郷土文化講演会 「小倉で巻かれた連歌」

講師は北筑高等学校教諭・黒岩淳さん。3月8日(土)14～15時30分、子ども図書館(小倉北区城内)で。定60人。**申**2月18～27日。詳細は中央図書館奉仕課☎571・1481へを。

「ねんりんピック岐阜」 北九州市代表選手を募集します

10月18日(土)～21日(火)に岐阜県で開催される「ねんりんピック」に出場します。対昭和41年4月1日以前に生まれた人。選考あり。参加費の一部補助あり。**申**2月17日～3月31日。応募方法など詳細はを。

【種目】卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、パタンク、ゴルフ、マラソン、弓道、剣道、水泳、グラウンド・ゴルフ、ラグビーフットボール、ソフトバレーボール、ウォークラリー、太極拳、ダンススポーツ、ディスクゴルフ、マレットゴルフ、インディアカ、オリエンテーリング、ターゲット・バードゴルフ、バウンドテニス、スポーツウェルネス吹矢、パドルテニス、囲碁、将棋、俳句、健康マージャン、かるた



保健福祉局
長寿社会対策課
☎582・2407

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パルパークプロジェクト「親子で焚き火を楽しもう!」 3月2日(日)11～14時。対小学生以上(小学生は保護者の参加が必要)。定先着30人。料500円。軍手が必要。

②みつばちプロジェクト ニホンミツバチの養蜂講座。3月2日(日)13～15時。定先着50人。ニホンミツバチを呼び集める植物「キンリョウヘン」の販売も行います。



③もりの観察会 植物班・野鳥班・親子班に分かれて自然観察を行います。3月9日(日)10～12時。対小学生以下は保護者同伴。小雨決行。双眼鏡の無料貸し出しあり。

共通 料駐車場は有料。**申①②**は必要。**①**は2月19日から**ネット**で。**②**は電話で2月19日からNPO法人グリーンワーク☎383・6807へ。

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2月19日、3月5・19日

①赤ちゃん和妈妈のふれあい体操 3月6日(木)13時30分～14時30分。対首が据わった生後3カ月以上の0歳児と保護者。定先着20組。

②ラグビーであそぼう! 3月9日(日)13～14時30分。対4歳～小学生と保護者。定先着25組。

③たのしい親子体操 3月14日(金)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20組。

共通申電話で**②**は2月17日、**①**は20日、**③**は28日から同施設へ。

子育てふれあい交流プラザ

☎522・4150

〒802-0001小倉北区浅野三丁目8-1、AIMビル3階 開10～18時 休第1・3火曜日

ぐちゃぐちゃ遊び 寒天を使って遊びます。3月7日(金)11～11時40分。対お座りができる0～3歳児と保護者。定先着20組。料1組500円。

親子子育て講演会「うちの子最高!」 講師は幼児教育専門家・熊丸みつ子さん。3月9日(日)13～14時30分。対未就学児と保護者。定先着20組。

離乳食教室 3月14日(金)13時30分～15時30分。対生後4～7カ月の乳児と保護者。定先着10組。

共通申電話で2月17日から同施設へ。

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) 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 共通＝共通の内容 ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照

歴史講演会「『帝国の関門』九州鉄道門司駅と門司港の近代」

講師は九州国際大学名誉教授・清水憲一さん。3月15日(土)13時30分～15時、旧百三十銀行ギャラリー(八幡東区西本町一丁目)で。定先着50人。料300円。申2月17日から同ギャラリー☎661・9130へ。

募集

花と緑のまちづくりコンクール

花や緑による景観づくりへの取り組みを募集し、表彰します。対市内で花壇などでの花と緑づくりを行う個人や団体、学校、企業など。応募者に記念品を進呈。申2月27日～5月2日。応募用紙は各区役所総務企画課・出張所、各市民センターなどで配布中。詳細は都市整

備局公園管理課☎582・2464へ問を。ネットも可。

穴生学舎の研修生を募集

北九州観光ナビ・地域リーダー・パンコン入門など15コース。6月～来年3月のおおむね毎週1回9時30分～15時、穴生学舎(八幡西区鉄竜一丁目)で。対60歳以上。定各コース18～48人。料月額2000円(別に教材費などが必要)。申3月10日まで。詳細は同学舎☎645・6688へ問を。

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、2月19日(水)・20日(木)・23日(祝)～28日(金)。料使用料が必要。利用可能な種目・

時間は総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001)へ問を。



小学生向け短期スポーツ教室

小学生体操教室 3月10日(月)～12日(水)の17～18時30分。定30人。料1800円。
子どもトランポリン教室 3月26日(水)～28日(金)。10～11時30分の部と12時30分～14時の部あり。定各部60人。料1950円。
共通全3回。総合体育館(八幡東区八王寺町)で。対小学生。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて2月27日

までに北九州市スポーツ協会(〒805-0011八幡東区八王寺町4-1、☎652・5007)へ。

レクリエーション協会のスポーツ

おやこで自然体験教室 いろいろなゲームをして自然を満喫します。3月16日(日)10時30分～15時、帆柱キャンプ場(八幡東区)で。対おおむね5歳～小学生と保護者。定先着30組。料1組2000円(3人以上は1人500円増し)。お弁当、水筒が必要。
山歩きを楽しもう 皿倉山(八幡東区)の頂上を目指して歩きます。3月23日(日)9時30分、皿倉山ケーブルルカー山麓駅に集合。15時、同所で解散。定先着30人。料1000円。
共通申2月18日から北九州市レクリエーション協会☎921・2801へ。

国民健康保険からのお知らせ

昨年12月2日以降、現行の健康保険証は発行されなくなり、健康保険証の利用登録がされたマイナンバーカード(マイナ保険証)を基本とする仕組みに移行しています。お手元にある有効な健康保険証は、今年7月31日まで使用することができます(途中で70歳、75歳を迎える人などは除く)。
昨年12月2日以降、有効な健康保険証やマイナ保険証をお持ちでない人には、ご本人の被保険者資格の情報などを記載した「資格確認書」を交付します。「資格確認書」を医療機関などの窓口で提示することで、引き続き、一定の窓口負担で医療を受けることができます。

加入する人

勤務先の健康保険の加入者とその扶養家族として健康保険に加入している人、後期高齢者医療制度に加入している人、生活保護を受けている人などを除く全ての人。3カ月を超えて日本に滞在する外国人も含みます。

■加入・脱退するとき

加入手続きが必要になるのは

- 勤務先の健康保険を脱退したとき
- 市外から転入したとき
- 出生したとき
- 生活保護を受けなくなったとき

脱退手続きが必要になるのは

- 勤務先の健康保険に加入したとき
- 市外へ転出するとき
- 死亡したとき
- 生活保護を受けるようになったとき

いずれも、上記の事由が発生してから14日以内に、住所地の区役所国保年金課(転出・転入の場合は区役所市民課か出張所)へ届け出てください。

手続きが遅れた場合は、加入資格が発生した月までさかのぼって保険料を納めたり、その間にかかった医療費を全額自己負担したりするなど不利益が生じることがあります。

給付内容

医療費の一部を負担して、保険診療を受けることができます。負担割合は、年齢や所得に応じて2～3割です。

病院などでの1カ月の支払い金額が自己負担限度額を超えたときは、申請により超えた分の金額が支給されることがあります(高額療養費制度)。入院や外来で医療費が高額になる場合は、事前に住所地の区役所国保年金課で限度額適用認定証の交付を受ければ、支払いが自己負担限度額までとなります。

オンライン資格確認システムが導入された医療機関では、本人の同意の上、システムで適用区分の確認ができれば、限度額適用認定証の提示は不要です。

そのほか、出産育児一時金や葬祭費などの支給を受けることができます。

保険料

保険料は、世帯の人数や所得に応じて計算します。算定対象所得は給与所得、事業所得、公的年金などの雑所得、確定申告した株式などの譲渡所得(遺族年金、障害年金などの非課税所得は対象外)です。

毎年6月(特別徴収の世帯は7月)に、年間(4月～翌年3月)の保険料を各世帯にお知らせします。なお、年度途中で加入・脱退するときの保険料は、月割りで計算します。

※特別徴収(年金天引き)は、65歳以上75歳未満の被保険者だけで構成される世帯のうち、一定の条件を満たす場合に対象となります。口座振替で納付している世帯は対象外です。

■保険料の軽減

世帯全員の所得が基準を下回るときは、保険料のうち平等割額(一世帯当たりの額)と均等割額(一人当たりの額)が軽減されます。軽減の判定は、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した人の人数や所得を含めて行います。また、解雇などにより失業した人のうち一定の条件に該当する人や出産したか出産する予定の人についても、届け出により保険料が軽減されます。

■保険料の督促状などが届き、納付でお困りの人へ

保険料の督促状や催告書が届いたなど保険料の納付相談は、「北九州市料金相談ナビダイヤル(☎0570・093・100)」にご連絡ください。

医療費などの還付金詐欺にご注意を

市役所や区役所などの公的機関の職員が電話をかけ、ATM(現金自動預払機)で医療費などの還付金の払い戻しの手続きを依頼することは絶対にありません。もし電話などでATMに行くよう指示されたら、まず家族や警察などにご相談ください。

問各区役所 国保年金課へ	門 司 区 ☎331・1832	八幡東区 ☎671・2859
	小倉北区 ☎582・3400	八幡西区 ☎642・1332
	小倉南区 ☎951・4119	戸 畑 区 ☎881・2391
	若 松 区 ☎761・5951	

担保健福祉局保険年金課☎582・2415

★ネット申し込み(ネット)はコチラから▶



★市のホームページはコチラから▶



★時間は24時間表記

小学生陸上競技教室

3月25日(火)～28日(金)・31日(月)(全5回)の14～15時30分、鞘ヶ谷競技場(戸畑区西鞘ヶ谷町)で。対小学3～6年生。定30人。料3250円。申込往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月12日までに北九州市スポーツ協会戸畑管理事務所(〒804-0024戸畑区西鞘ヶ谷町20-1、☎881・2556)へ。

お知らせ

認知症カフェ(カフェ・オレンジ)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25日(火)、3月11日(火)・25日(火)の13時30分～15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。対認知症の人と家族や、認知症が心配な人など。申込不要。対認知症・草の根ネットワーク☎090・7159・1133へ。対認知症支援・介護予防センター☎522・8765。

児童手当の確認書を送付します

児童手当を受給中の人で、第3子の算定に係る児童(18歳到達者、19歳から21歳で令和6年度末以前の卒業予定者)について、卒業後の状況を確認するための書類を2月下旬頃までに送付します。届いた人は必要事項を記入の上、返送をお願いします。※養育している児童が2人以下の人や、22歳到達のため4月以降は児童が2人以下となる人には送付しません。対住所地の区役所保健福祉課子ども・家庭相談係へ。公務員の人は勤務先へお問い合わせください。

にぎわいづくり認定事業を募集

新規イベントの立ち上げなど、市内のにぎわいづくりを進めるための事業を募集します。助成額は対象経費の3分の2以内(上限50万円)。選考あり。対4月1

日～9月30日に実施する事業。申込2月28日まで。詳細は都市ブランド創造局MICE・エンターテインメント課☎551・8152へ。対。

市議会定例会を中継します

市議会2月定例会をケーブルテレビ(11チャンネル)とインターネットで中継します。中継は2月下旬～3月下旬。インターネット中継の視聴は市のホームページ(下記を読み取り)からどうぞ。対市議会事務局政策調査課☎582・2622へ。



成年後見制度と報酬助成説明会

3月5日(火)15～16時30分、門司区生涯学習センター(門司区栄町)で。対成年後見制度や報酬助成について知りたい人、成年後見人として活動している人など。定先着30人。申込2月17日から成年後見支援センター☎882・9123へ。

「女性の健康週間」乳がん無料検診

乳がん(マンモグラフィ)の無料検診。3月8日(土)10～13時30分、サニーサイドモール小倉1階(小倉南区下曾根新町)で。対令和5年4月以降に乳がん検診を受診しておらず、職場などでも検診を受ける機会がない40歳以上の女性。定先着40人。申込2月18日8時30分から九州健康総合センター☎672・6210へ。対保健福祉局健康推進課☎582・2018。

固定資産税(第4期)の納期は2月17～28日です。

2月20・27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9期)の納期限は2月28日です。

介護保険料(第9期)の納期限は2月28日です。

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。

下関市立美術館 特別展

グライズデール・アーツと下関ライフパーク／人生という芸術の肖像

アートを通じて地域課題の解決をはじめとした社会への働きかけをする活動を行う英国の団体グライズデール・アーツの軌跡や下関市菊川町での活動を紹介します。2月15日(土)～3月23日(日)(2月24日以外の月曜日は休館)の9時30分～17時(入館は16時30分まで)、下関市立美術館(下関市長府黒門東町、☎083)245・4131)で。料19歳以上800円、大学生600円(学生証の提示が必要)。いずれも土・日曜日、祝・休日は200円増し。



▲フェアランド(アイルランド現代美術館でのイベント風景、2016年)©Motoko Fujita

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

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)

ミモザのリース作り 3月8日(土)。10～11時の部と13～14時の部、14時30分～15時30分の部あり。定先着各部15人。料1500円(別に入園料が必要)。申込電話で2月17日から同施設へ。



グリーンパーク

☎741・5545

〒808-0121若松区大字竹並 開9～17時 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園)

①講習会「コンテナで草花を育てよう」 3月9日(日)10～12時。定先着20人。料1200円。

②体験教室「ノルディックウォーキング」 2本のポールを使ったウォーキング。3月15日(土)10～12時。定先着15人。共通料入園料が必要。申込電話で2月17日から①は花と緑の相談所☎741・5587、②はグリーンパークへ。



福岡市の催し

福岡市と情報交換をしています。

福岡市博物館企画展「民具と生活」

博物館所蔵のコレクションの中から、衣食住に関する生活用具や工芸品など、先人の生活の知恵が詰まった民具を展示します。4月13日(日)まで(2月24日以外の月曜日と2月25日は休館)の9時30分～17時30分(入館は17時まで)、福岡市博物館(福岡市早良区百道浜三丁目、☎092)845・5011)で。料一般200円、高校・大学生150円。



かに 揚げ
▲蟹漁用の笥

北九州市公式YouTubeチャンネルでKITAKYUSHU-SHI PRESS 配信中!

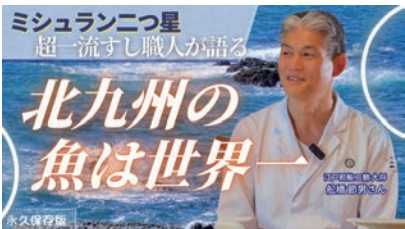
市の新ビジョンに掲げる重要な事業や市政トピックスなど、北九州市の旬なネタ(情報)を配信しています。

市役所のしごとの裏側も!

公開中の動画(一部)

■配信日 毎月9、19、29日

動画の視聴は▶
コチラから



北九州市のSNS

皆さんに分かりやすく情報をお届けするため、くらしや観光イベントなど、分野ごとのアカウントで発信しています。



詳しくはコチラ▶

市公式LINE

受信設定により防災情報や地域情報(市民センターだより等)などを受け取ることができます。



友だち追加は▶
コチラから

対市長公室広報戦略課☎582・2236

2/15
2025
令和7年



ほっと情報!もじもじ

●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)



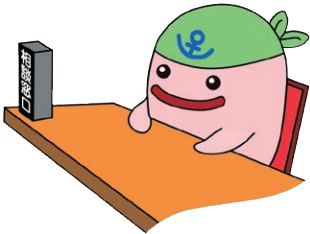
門司区役所

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX331・1805

無料相談

人権法律相談 司法書士が応じます。3月6日(木)13時30分～15時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着4組。**■**2月27日9時から同施設☎481・4599へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。3月13日(木)13～17時、門司区役所で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。**■**3月10日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎321・4800へ。



健康だより
門司区役所健康相談コーナー
☎331・1888

離乳食教室 栄養士による離乳食についての講話と試食、歯科衛生士の講話。3月21日(金)13時30分～15時30分、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。対象は乳児と保護者。定員7組。個別相談もあり。**■**2月26日～3月7日にインターネット(右記を読み取り)で。



▲申し込みはこちらから

400ml献血にご協力を

あなたの善意で助かる命があります。3月4日(火)13～16時、門司駅南口で。対象は体重50kg以上で18歳(男性は17歳)～69歳(65歳以上は60～64歳の間に献血経験があること)。年齢の分かるものが必要。**問**門司区献血推進協議会☎331・1882へ。



門司港クラフト体験の参加者を募集

3月2日(日)、旧大連航路上屋(門司港レトロ口地区)で。午前の部(10～12時)と午後の部(13時30分～15時30分)があります。材料費1000円。**■**2月20日までに、往復はがき(2人まで)に基本事項と希望の部を書いて門司区役所総務企画課(〒801-8510 門司区清滝一丁目1-1)かインターネット(右記を読み取り)で。内容、定員など詳細はインターネットか門司区役所総務企画課☎331・2252へ**問**を。



▲申し込みはこちらから

門司みなと祭 祝賀パレードの参加者を募集

今年の門司みなと祭は、5月24日(土)・25日(日)の2日間。25日に行われる祝賀パレードは、門司港地区を13時に出発します。対象は10人以上の団体。道路使用許可申請手数料が必要な場合もあり。**■**3月8日まで。詳細は門司みなと祭協賛会☎321・2381へ**問**を。担門司区役所総務企画課☎331・2252。



市県民税の申告は郵送やオンラインで!

市県民税の申告は、待ち時間の負担軽減とインフルエンザなどの感染症拡大を防ぐため、郵送かオンラインでの提出をお願いします。オンライン申告にはマイナンバーカードとスマートフォンが必要です。詳しくは市のホームページをご覧ください。また、窓口での受付も行っています。門司区の申告会場は下記のとおりです。

門司体育館 2月18日(火)10～16時。
松ヶ江南市民センター 2月19日(水)10～14時。
門司区役所 2月20日(木)～3月17日(月)(土・日曜日、祝・休日は除く)の9～17時(木曜日は18時45分まで受付)。

問東部市税事務所門司税務課☎331・0511へ。

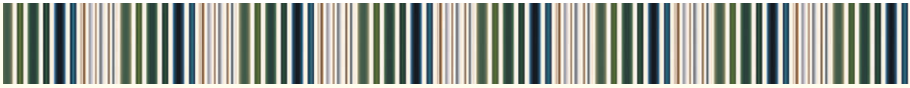
早くて便利! 門司区役所の各課に直接電話ができます

門司区役所の各課へ電話を掛けることができる直通電話(ダイヤルイン)を導入しています。ぜひご利用ください。担当課が分からない時は今までどおり代表電話を使うことができます。**問**門司区役所総務企画課☎331・0001へ。

課	係	電話番号
まちづくり整備課	管理係	☎331・1884
	工務係	☎331・1885
	公園・河川担当	☎331・1886
保健福祉課	いのちをつなぐネットワーク係	☎331・1887
	地域保健係	☎331・1888
	生活衛生担当	☎331・1889
	子ども・家庭相談係	☎331・1891
	子ども・家庭相談コーナー	☎332・0115
	高齢者・障害者相談係	☎321・4800
門司税務課	介護保険担当	☎331・1894
	保護課	☎331・1896
	市県民税(普通徴収)	☎331・0511
国保年金課	軽自動車税・市税証明	☎331・9811
	おくやみコーナー(事前予約制)	☎331・0566
代表電話		☎331・1881



平和公園の梅(黒原一丁目)



小倉織

2/15

こくら北

令和7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=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)

無料相談

行政相談 行政相談委員が応じます。2月25日(火)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。2月27日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着16組。申2月26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

①高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。3月13日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。定員8組。

②アルコール相談 酒害相談員が応じます。3月13日(木)13時30分～15時30分。対象はお酒の問題で困っている人や家族。定員2組。

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

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

共通小倉北区役所で。申②③は3月7日、①は3月10日まで、④は事前に小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

市民公開講座「人生100年時代のための足の育て方、守り方」

小倉第一病院副院長の石井義輝さんによる講話。3月16日(日)10～12時30分、小倉第一病院(下到津一丁目)で。定員40人。申3月5日までに小倉第一病院ホームページ「健康講座」からWeb申し込みか往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて小倉第一病院(〒803-0846 小倉北区下到津一丁目12-14、☎582・7730)へ。担保健福祉局地域医療課☎582・2678。

健康ひろば

①食卓相談 栄養士が応じます。3月3日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。

②食生活相談 栄養士が応じます。3月7日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。

共通小倉北区役所で。定員各時間2人。申①は2月26日、②は3月4日までに小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440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。2月22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。



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)
はじめてのスマホ講座 4月17日(木)・22日(火)・24日(木)(全3回)の10～12時。対象は18歳以上。定員9人。テキスト代500円。スマートフォンが必要。

②北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)
宅建受験入門講座 3月18日(火)・25日(火)(全2回)の19～21時。対象は18歳以上(高校生を除く)。定員10人。

共通申講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は2月28日、②は3月3日までに各センターへ。

管理栄養士のひとくちメモ

バランスのよい食事で免疫力アップ!

「栄養士さんの元氣レシピ」はこちら!



野菜が摂れていなかったり、偏った食事が続いたりすると、体調不良を引き起こす原因になります。健康的な生活を送るために、普段から栄養バランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めましょう!

バランスのよい食事にはどんないいことがある?

バランスのよい食事は、身体に必要な栄養素を補給することができ、免疫機能の向上、適正体重の維持、生活習慣病の予防などのメリットがあります。

免疫力アップのための食事のポイント

- ☑1日3食しっかり食べる
 - ☑主食・主菜・副菜をそろえる
 - ☑腸内環境を整える
- 野菜は1日350g以上が目標です!
- 特定の食品だけで免疫力が高まるものではありません。毎食、主食・主菜・副菜を組み合わせ、バランスよくさまざまな食品をまんべんなくとることが大切です。
- 免疫細胞の約7割は腸内に存在するといわれているため、腸内環境を整えることも大切です。発酵食品や食物繊維などを積極的にとり、腸を健康に保ちましょう。
- 問保健福祉課健康相談コーナー☎582・3440へ。



小倉北防災シリーズ～災害から避難するタイミング

市が発令する避難指示などの避難情報と気象庁などが発表する防災気象情報が5段階の警戒レベルで提供されます。とるべき行動を理解して、いざという時の避難行動に役立てましょう。

避難情報等			防災気象情報		
警戒レベル	避難情報	住民がとるべき行動	警戒レベル相当	洪水情報	土砂災害情報
5	緊急安全確保	命の危険 ただちに安全確保!	5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報 (土砂災害)
～(警戒レベル4までに必ず避難!)-～					
4	避難指示	危険な場所から 全員避難	4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3	高齢者等避難	危険な場所から 高齢者等は避難	3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報

警戒レベル5は、すでに災害が発生・切迫しており、安全な避難ができない状況です。「レベル4だからまだ大丈夫」ではありません!

警戒レベル4「避難指示」までに危険な場所から必ず避難しましょう!

※避難とは「難」を「避」けること。安全な場所にいる人は、必ずしも避難所に避難する必要はありません。

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。

2/15
2025
令和7年

こくら南



血管
100年宣言
みんなで動こう高血圧 100小倉南

●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=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 FAX951・5553

税理士記念日税務相談

所得税や相続税など個人の税に関する相談に税理士が応じます。2月21日(金)10～16時、小倉南区役所で。当日先着順受付・定員なし。問九州北部税理士会小倉支部☎512・8880へ。

地域交流センターの講座

①北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)
宅建受験入門講座 3月18日(火)・25日(火)(全2回)の19～21時。対象は18歳以上(高校生を除く)。定員10人。
②徳力(〒802-0974小倉南区徳力六丁目3-1、☎961・0175) ▶やさしいヨガ①=4月5日～7月5日のおおむね毎週土曜日(全12回)10時30分～12時。定員10人 ▶ワード基礎=4月7日～5月12日のおおむね毎週月・木曜日(全10回)の13～15時。定員9人。教材費2420円 ▶エクセル基礎=4月8日～5月16日のおおむね毎週火・金曜日(全10回)の10～12時。定員9人。教材費2420円。②の共通対象は高校生以上。

共通申講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月3日までに各センターへ。

弁当販売業者の募集

4月から小倉南区役所庁舎内で販売できます。対象は食品衛生法第55条に定める営業許可を受けている小倉南区内に事務所がある団体、法人など。申2月17～28日。詳細は小倉南区役所総務企画課☎951・4112へ問を。

小倉南区市民センター『ひなまつりスタンプラリー』
小倉南区の各市民センターにひな

飾りやつるし飾りなどを展示します。2月17日(月)～3月15日(土)の期間中に5館以上訪問された人に、「小倉南区制50周年記念特製ミニチョコ」1個、24館全部のスタンプを集めた人には「合馬のお野菜詰め合わせ」をプレゼント(いずれも、なくなり次第終了)。スタンプは各市民センターに置いているスタンプカードか専用アプリで。問小倉南区役所コミュニティ支援課☎951・0201へ。

大庭産業アリーナ小倉南のスポーツ教室

すっきりリズム運動 やさしいリズム体操とステップ運動で体力づくりをします。2月19日～3月26日の毎週水曜日(全6回)10～11時。先着12人。参加費4620円(体験770円)。
フラリズム体操 フラダンスの動き

北九州市
コールセンターの
ご利用案内

市役所や区役所の手続き、市のイベント、施設などの市政情報や生活情報に関する問い合わせについてご案内します。
●問い合わせ先が分からない場合や、夜間・土・日曜日・祝・休日でもご利用でき、たいへん便利です(1月1日～3日を除く)。

☎582・4894

ご利用時間 8時30分～20時

メール・FAX 24時間

FAX 093-582-3318
call-center@kitakyushu-cc.jp

やリズムを楽しむ体操です。2月20日～3月27日のおおむね毎週木曜日(全5回)10～11時。先着12人。参加費3850円(体験770円)。
やさしいヨガ 基本のヨガのポーズをゆっくり行う運動が苦手な人も安心のクラスです。2月21日～3月28日の毎週金曜日(全6回)13～14時。先着12人。参加費4620円(体験770円)。
くつろぎヨガ 1日の代謝アップに効果的なヨガです。3月3～31日の毎週月曜日(全5回)9時30分～10時30分。先着12人。参加費3850円(体験770円)。
スモールボールでリラックス ボールにからだをゆだねることで関節の正常な動きを導きます。3月3～31日の毎週月曜日(全5回)11～12時。先着12人。参加費3850円(体験770円)。
共通対象は18歳以上。詳細は同施設に問を。申2月17日から大庭産業アリーナ小倉南(日の出町二丁目、☎963・2675)へ。





ハトにエサを
あげないで下さい!!
ハトにエサをあげると、
ハトが集まり、ふん・羽毛による衛生上の問題や健康被害の心配など、近隣住民へ多大な迷惑をかけてしまいます。1人1人がマナーを守り、より住みよい小倉南区にしましょう。
野生鳥獣はエサをみえずに静かに見守りましょう
北九州市環境局 北九州市環境局環境対策課 093・222・4404

ハトにエサをあげないでください!
ハトは野生動物で、人がエサを与えなくても自分でエサを探せます。エサを与えることにより、多くのハトが集まり、ふん・羽毛による衛生上の問題や健康被害の心配など、近隣住民へ多大な迷惑をかけてしまいます。1人1人がマナーを守り、より住みよい小倉南区にしましょう。
問小倉南区役所総務企画課☎951・1024へ。

健康だより							
問い合わせ先 小倉南区役所保健福祉課 ☎951・4125							
種 類	対 象	料 金	定 員	実施日	時 間	会 場	申
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	3月4日(火)	10～15時	小倉南生涯学習センター (小倉南区役所横)	2月17日から ☎951・4125へ

高塔山夜景キャッチコピー「河童の隠した宝石箱」

2/15
2025
令和7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)

高齢者等住宅相談

介護の必要な高齢者や障害のある人などのための住まいづくりや住宅改造など。随時。若松区役所で。甲事前に、若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。



福岡県ママと女性の就業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。2月25日(木)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2月20日までに同センター☎533・6637へ。



保健福祉無料相談

高齢者・障害者あんしん法律相談
弁護士が応じます。3月13日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。甲3月10日までに若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。

夜宮公園 梅林 梅まつり

色鮮やかな紅白のウメが見頃を迎えるのに合わせて開催します。ステージイベント(吹奏楽や太鼓演奏、キッズダンスなど)と飲食バザー販売など。2月23日(祝)10～14時、夜宮公園多目的広場(戸畑区夜宮一丁目)で。雨天時は天籟寺小学校(戸畑区夜宮二丁目)で。花苗のプレゼント(限定

100個)あり。問天籟寺梅まつり実行委員会(天籟寺市民センター内)☎881・1028へ。

若松消防団女性団員を募集

主に地域での防火・防災広報や応急手当普及活動などを行っています。消防団活動を通じて若松区の安全・安心に貢献できる人の入団をお待ちしています。対象は18歳以上で若松区内に住むか勤務する人。入団要件の詳細は若松消防署予防課☎752・0119へ問を。



健康だより 問若松区役所健康相談コーナー☎761・5327

食卓相談 健康を考えた食生活の相談に管理栄養士が応じます。希望者には体組成測定あり。3月13日(木)10、11、13、14時、若松区役所で。対象は65歳以上。定員各時間1人。甲3月10日までに問先へ。



ハトにエサをあげないでください!

ハトは野生動物で人がエサを与えなくても自分でエサを探せます。エサを与えることにより多くのハトが集まり、ふん・羽毛による衛生上の問題や健康被害の心配など、近隣住民へ迷惑をかけてしまいます。1人1人がマナーを守り、より住みよい若松区にしましょう。

問若松区役所総務企画課☎761・0039へ。



高齢者のための総合相談窓口「地域包括支援センター」

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活続けることができるよう、保健・医療・福祉・介護について幅広い相談に応じる総合相談窓口です。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。



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について相談したい
- お金の管理に自信がない

地域包括支援センター相談窓口

月～金曜日の8時30分～17時(祝・休日、年末年始は除く)。

相談受け付け窓口	センター名	相談受け付け電話	担当地域の目安(小学校区)
若松区役所	若松1	☎0120・192・133 ☎751・5281	赤崎、くきのうみ、小石、深町、若松中央、藤木
若松区役所	若松2	☎0120・259・133 ☎701・1035	青葉、江川、鴨生田、高須、花房、二島、ひびきの(八幡西区は除く)
島郷出張所		窓口対応のみ	

気軽に相談したいときは「まちかど介護相談室へ」

市に登録した介護施設などで電話や面談ができます。相談無料。「まちかど介護相談室」は、市のホームページなどで案内しています。土、日曜日に実施している施設もあります。



◀「まちかど介護相談室」一覧は
こちら



◀公式
Instagram



◀公式
フェイスブック

2/15

2025

令和7年

やはた東

編集

八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX 681・0314



皿倉山からの夜景

●時間は24時間表記。

●料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。

●はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。

■=申し込み ■=問い合わせ

■=共通の内容 ■=市の担当課

■=ネット窓口(電子申請)

民生委員・児童委員の活動
内容を紹介します。

地域で見守り活動などを行う民生委員・児童委員、主任児童委員が、地域で普段どのような活動を行っているかについて紹介します。☎八幡東区役所保健福祉課☎671・3022へ。



詳しくはコチラ!

夜宮公園 梅林 梅まつり

色鮮やかな紅白のウメが見頃を迎えるのに合わせて開催します。ステージイベント(吹奏楽や太鼓演奏、キッズダンスなど)と飲食バザー販売など。2月23日(祝)10～14時、夜宮公園多目的広場(戸畑区夜宮一丁目)で。雨天時は天籟寺小学校(戸畑区夜宮二丁目)で。花苗のプレゼント(限定100個)あり。☎天籟寺梅まつり実行委員会(天籟寺市民センター内) ☎881・1028へ。

「おひなマルシェ」を
開催します!

ボランティアによるお茶会や福祉施設によるカフェ、芸能披露やバザーなど。3月3日(月)10時30分～15時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)

で。☎八幡東区社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター☎662・0911へ。



高齢者・障害者あんしん
法律相談

弁護士が応じます。3月13日(木)13～17時、八幡東区役所で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。■3月10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。



健康だより

①食卓相談 3月18日(火)10、11、13、14時から各1時間。対象は65歳以上。定員各時間1人。

②離乳食教室(後期) 3月26日(火)13時15分～15時。対象はおおむね生後7カ月～1歳の乳児と保護者。定員10組。母子健康手帳が必要。

■☎八幡東区役所東別館で。■①は2月17日～3月14日、②は2月17日～3月21日に八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。②はインターネットも可。

市民センターに関するアンケートにご協力を!

人とのつながりを大切にし、子どもから高齢者まで誰でも気軽に立ち寄れる市民センターづくりを目的としてアンケートを実施します。2月28日(金)までに右記二次元コードを読み取り回答をお願いします(所要時間は5分程度)。いただいたご意見は、よりよい市民センターづくりの参考にさせていただきます。皆さんの声をぜひお聞かせください。☎八幡東区役所コミュニティ支援課☎671・3061へ。



▲アンケートは
コチラから



「地域包括支援センター」を
ご存じですか?



「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・介護について幅広い相談に応じる「総合相談窓口」です。お困りのことや不安なことがあればお気軽にご相談ください。毎週月～金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の8時30分～17時。

<八幡東区地域包括支援センター 一覧> 所在地:八幡東区役所(八幡東区中央一丁目1-1)

センター名	市民専用 フリーダイヤル	電話番号	担当地域の目安 (小学校区)
八幡東1	☎0120・719133	☎663・3305	祝町・枝光・高槻・ひびきが丘・高見(小倉北区を除く)・槻田
八幡東2	☎0120・835133	☎661・5132	大蔵・河内・皿倉・花尾(八幡西区を除く)・八幡

栄養士さんの 元気レシピ vol.32

☎八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881

カブと鮭のシチュー



旬のカブと鮭を使った
主菜になる一品です。

※1人分:
エネルギー250kcal
食塩相当量1.3g

「北九州市栄養士さんの
元気レシピ」集はコチラ!



※レシピは八幡東区役所保健福祉課で配布中

材料(2人分) カブ100g、タマネギ80g、[生鮭60g×2切れ、塩0.2g、こしょう(少々)、小麦粉小さじ1]、オリーブ油小さじ1/2、バター6g、牛乳300ml、ローリエ適宜、コンソメ3g、ブロッコリー50g、[かたくり粉小さじ2、水小さじ2]、塩0.4g、こしょう(少々)

作り方

①カブは一口大のくし形切り、タマネギは1.5cm角に切る。

②鮭は1切れを3つのそぎ切りにし、塩、こしょうで下味をつけ、小麦粉をまぶして全体になじませる。

③フライパンにオリーブ油をひき、②を両面焼き色がつくまで焼く。

④鍋にバターを熱し、タマネギ、カブを入れ、焦げないようにしんなりするまで炒める。

⑤牛乳を加え、ローリエ、コンソメを入れて煮る。

⑥ブロッコリーは小房にわけて別鍋でゆでる。

⑦鮭とブロッコリーを入れ、5分ほど煮る。

⑧最後に水溶きかたくり粉でとろみをつけて、塩、こしょうで味をととのえる。

シルバーひまわりサービス送迎ボランティアを募集!

空いた時間にボランティアを始めませんか?高齢者の外出を支える「シルバーひまわりサービス」。外出が困難な高齢者の通院や買い物の送迎を行うボランティア活動です。運転・同乗ボランティアの1組2人で活動します。仕事がお休みの人や、退職された人など、多くの方がボランティアとして活動しています。活動日は皆さんの都合で自由に決めることができます。ボランティア経験のない人も大歓迎です。公式LINEからも受け付けています。お気軽にご連絡ください!



▲八幡東区長もボランティアとして活動しています!

☎八幡東区社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター☎662・0911へ。





▲公式
Instagram

2/15

2025

令和7年

やはた西

5

th

YAHATANISHI

- 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)

編集 八幡西区役所総務企画課 ☎642・0039 FAX 621・0862

無料相談

保育所(園)などへの就職無料相談
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。2月27日(木)10～12時と13～16時、八幡西区役所(黒崎駅西側、コムシティ5階)で。対象は保育士の資格などを持つ人。定員5人。**申**2月26日までに保育士・保育所支援センター☎551・0095へ。

精神保健福祉相談・アルコールに関する相談 3月4日(火)13時30分～15時30分、八幡西区役所(コムシティ4階)で。先着2人。**申**2月17日から同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645・4800へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談
弁護士が応じます。3月13日(木)13～17時、八幡西区役所(コムシティ4階)で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。**申**3月

10日までに同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645・4800へ。

就職相談等個別相談会(出張相談)
就職などで悩んでいる人に相談員が個別に応じます。2月20日(木)10～16時、八幡西区役所(黒崎駅西側、コムシティ5階)で。対象はひとり親家庭の親と寡婦。先着5人。**申**2月17日9時30分から母子・父子福祉センター☎884・1812へ。

ゆるのび体操講座
自宅でできる簡単な有酸素運動を

体験します。2月28日(金)10時30分～12時、木屋瀬地域交流センターで。定員15人。**申**往復はがき(1人だけ)に基本事項と駐車場使用の有無を書いて2月21日までに同施設(〒807-1262八幡西区野面一丁目8-35、☎617・7980)へ。

歌の玉手箱
新きたきゅう音楽塾 in 黒崎。講師は新見準平さん。3月3日(月)13～14時30分、黒崎ひびしんホール(岸の浦二丁目)で。定員300人。参加費500円。**申**同ホール☎621・4566へ。

旭日単光章を受章されました

自治区会は、住民同士の親睦を深める活動や防災・防犯活動、環境美化、地域情報の提供や地域の問題解決に向けた活動などを行っています。長年にわたり自治区会活動の発展に尽力してきた功績が認められ、八幡西区自治総連合会の高宮歳継会長(写真右)が令和6年秋の叙勲の旭日単光章を受章されました。

問八幡西区役所コミュニティ支援課☎642・1337へ。



厚生労働大臣表彰を受賞されました

民生委員・児童委員は、地域を支える「身近な相談相手」です。介護や子育てなどの困りごとに対し、適切な支援が受けられるよう、行政機関や専門機関につないだり、高齢者世帯の見守り活動を行っています。

長年にわたって民生委員・児童委員活動に尽力された引野地区の野中悦子さん(写真右)が民生委員・児童委員功労者として、厚生労働大臣表彰を受賞されました。

問八幡西区役所のちをつなぐネットワーク係☎642・1334へ。



火災による死者が急増！厳重な警戒を

市内では、令和6年中の火災による死者の発生が一昨年に比べ大幅に増加しました。火災原因の主なものとして、「たばこ」「放火・放火の疑い」「電灯・電話等の配線」「こんろ」「電気機器」などがありますが、市民の皆さんにおかれましては、今一度、火の元の点検や住宅用火災警報器の設置状況の確認、家の周りに燃えやすいものを置かないなどの対策をよろしく願いいたします。防火・防災に関する訓練や研修会については八幡西消防署予防課☎622・0119へ**問**を。

老人クラブに入会しませんか

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主的な組織で、おおむね60歳以上の人であれば、どなたでも入会できます。健康長寿のための活動(スポーツ活動・レクリエーションなど)やよりよい地域づくりに向けた活動(友愛訪問・ボランティア活動など)など、仲間と楽しく活動しています。興味のある人は、一度クラブの活動に参加してみませんか。

事務局開所日 毎週月・木・金 9:00～12:00(祝・休日は除く)。

問八幡西区シニアクラブ連合会(コムシティ6階、☎642・1645)へ。



健康だより

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

赤ちゃん講座 子どもの生活リズム、事故予防など。3月28日(金)10～11時、八幡西区役所(コムシティ5階)で。対象はおおむね4～7カ月頃の乳児と保護者。定員15組。母子健

康手帳とバスタオルが必要。**申**3月7～14日に**問**先へ。八幡西区のホームページ(右記)からも申し込みができます。



乳がん検診 4月23日(水)13時30分～15時、医生丘市民センターで。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)。定員32人。受診料1000円。**申**3月3日から検診日の10日**問**を。

前(土・日曜日、祝日は除く)までに**申**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。



Facebook



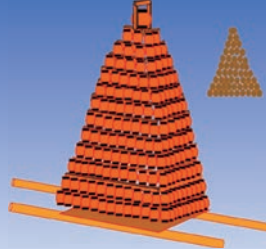
Instagram



ホームページ



X(旧Twitter)



2/15

2025

令和7年

とばた

編集 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX871・4807

●時間は24時間表記。

●料金について記載のない催しは
入場無料(参加無料)。

●はがき・往復はがき・電子申請の
応募方法は11ページを参照。

申=申し込み 問=問い合わせ

共通=共通の内容 担=市の担当課

ネット=ネット窓口(電子申請)

無料相談

高齢者・障害者あんしん法律相談 借
地や借家、金銭、相続、財産管理などの
相談に弁護士が応じます。3月13日(休
13～17時、戸畑区役所で。対象はおお
むね65歳以上の高齢者や障害のある
人と家族など。申10日までに「高齢者・

障害者相談」コーナー☎881・4800へ。

図書館だより

休館日は毎週月曜日(24日を除く)
と25日(火)、28日(金)。

問戸畑図書館☎871・3464

おはなし どん 3月1日(土)10時30分
～11時。

市外へ転居される人へ

進学・就職・転勤による引越しシーズンが近づいてきました。マイナンバー
カードをお持ちの人(電子証明書が有効な場合に限り)は、引越し予定日の
30日前からマイナポータルから「転出届」を出すことができ
ます(市内転居と国外転出は除く)。

区役所に来所する必要がありませんので、本市から市外
へ引越しされる場合は、ぜひご利用ください。

問戸畑区役所市民課 ☎871・7828へ。



▲詳細は
こちらから

「伝説の花 戸畑あやめ」を抽選で配布

「戸畑あやめ」は戸畑にちなんだ学名がついた伝説
の花です。自ら育てることで「戸畑あやめ」に親しんで
もらうため、鉢植えを戸畑区役所で配布します。(1人
1鉢・定数30鉢)。申往復はがきに基本事項(11ページ
を参照)を書いて、2月21日までに戸畑区役所総務企
画課「戸畑あやめ」係(〒804-8510戸畑区千防一丁目
1-1)へ。ネットも可。

問戸畑区役所総務企画課
☎871・2316へ。



▲申し込み
はこちら
から



夜宮公園 梅林 梅まつり

色鮮やかな紅白のウメが見頃を迎
えるのに合わせて開催します。ステ
ージイベント(吹奏楽や太鼓演奏、キ
ッズダンスなど)と飲食バザー販売
など。2月23日(祝)10～14時、夜宮公
園多目的広場(夜宮一丁目)で。雨天
時は天籟寺小学校(夜宮二丁目)で。
花苗のプレゼント(限定100個)あり。

問天籟寺梅まつり実行委員会(天籟寺市民センター内)☎881・1028へ。



夜宮公園周辺の“通り”に
愛称が付きました！

旧戸畑市制100周年記念事業のひとつとして、「歩いて楽しいウォー
カブルなまち」として、回遊性の向上と賑わいの創出に向け、九州工業
大学と夜宮公園に隣接するふたつの“通り”の愛称募集を行い、全国か
ら多数の応募がありました。厳正な審査を経て、素敵な愛称が付きまし
た。いまから梅や桜など様々な花の見頃を迎える時季です。【あやめの
石畳⇒明専の松並木⇒夜宮こもれび
ロード⇒夜宮公園⇒なんじゃもん
じゃ通り】のお散歩コースがおすすめ
です。

問戸畑区役所総務企画課☎881・
0039へ。



①あやめの石畳

路線名称:市道沢見9号線
区間:九州工業大学西門から
九工大野球場横交差点まで
の約500m



②明専の松並木

路線名称:県道271号下津
戸畑線
区間:沢見交差点から一校交
差点までの約600m



「とばた こどもまんなかハートてらす」開催

飛幡中学校の生徒が考えた「婚姻届け
の模擬体験コーナー」や戸畑区内の高校
生による「模擬店や展示」、「木工教室」など、
お子さまが楽しめるコーナーが盛りだく
さんです！是非、ご家族でお越しください。

日時:2月24日(休)12時30分～17時

場所:戸畑区役所

問戸畑区役所総務企画課☎871・2316へ。



詳細は
こちらから

