

北九州

2025
令和7年
3/15

Kitakyushu
Action!
動かせ、未来。北九州市

市政だより No.1478 [毎月1日・15日 発行]

主な内容

- 特集..... 1~2
シニアがカッコよく輝くまちNo.1へ
- トピックス..... 3~4
●関門連携市民野球大会を開催
●3月23日(日)は福岡県知事選挙・福岡県議会議員補欠選挙(小倉南区)の投票日です 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

シニアがカッコよく輝くまちNo.1へ

担 保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407

ロコリさんに聞きました!

71歳でYouTuberデビューを果たした北九州市在住のロコリさん。年を重ねるほどに生き生きと楽しく過ごす日々の暮らしや、お母さまの介護の経験について語っていただきました。

日々の過ごし方について

その日の気分で動画の撮影や編集をしたり、紹介するコーディネートを考えたり。楽しい時間を過ごしているのでストレスがないんです。文章を書くのも好きなのでコラムの執筆もしています。ダラダラすることも多いです。

健康のためにしていること

69歳で始めたファストフード店のアルバイトでは、数時間で7000歩を超えることも!今は辞めてしまったので、2日に一度ほど買い物ついでに3kmのウォーキングをしています。昔やっていた水泳にも再トライする予定です。

今、はまっていることは?

動画は見るのも好きですね。かわいい動物ものとか。ファッションは主に海外のトレンドをチェックしています。洋服店もこまめに見に行きます。フリマサイトもよく活用していますよ。

人生100年時代に向けて

北九州市の 平均寿命	男性81.01歳 女性87.69歳 (令和2年)	北九州市の 100歳以上	814人 (令和6年9月)
---------------	--------------------------------	-----------------	------------------

市公式YouTubeでロコリさんと対談しました



「人生100年時代」を迎えようとしています!

- 「人生100年時代」を元気に生き生きと過ごせるようになるためには、
- ★健康寿命を延伸して、平均寿命との差である「不健康な期間」をできる限り短くしていくこと
 - ★人や地域とつながりながら活力ある日々を送ることが大切です。

フレイル予防 社会参加

お母さまの介護について

認知症の母を10年間介護し、3年前にみとりました。介護は思うようにいかず、心が折れそうになったことも。そんな時は母と二人でおやつを持って公園にお散歩へ。帰り道でうどん屋へ寄り道して、これは私たちにとっていい気分転換になっていました。

～これから介護に向き合う人へ～

施設などの専門家の力を借りることに罪悪感を持たないでほしいです。家族だと遠慮がないからけんかになる時もあるし、症状などを見逃すこともある。介護や病院など、プロの皆さんは本当に心強いですよ。

今日のファッションについて

いつもその日の気分で決めています。今日は「動きやすさ」で。動画ではカラフルな服が多いですが、普段はモノトーンもよく着ます。

市長からのメッセージ

シニアの皆さまの知恵と経験を大切に—そんな思いで初めて「彩・長寿・しあわせサミット」を開催しました。ゲストのロコリさんや会場にお越しの皆さままで、人生の先輩方のエネルギーに圧倒されっぱなしの一日でした。

北九州市では、元気な方も、介護が必要な方も、高齢者の皆さんがご自身らしく歳を重ね、長寿であることを幸せと感じられるまちをつくりたいという思いから「しあわせ長寿プラン」を策定しました。

私自身、厚生労働省での経験を生かしつつ、市民の皆さまに教えていただきながら、幸福長寿モデル都市と一緒に築いてまいりたいと考えています。

北九州市長 武内 和久



▲彩・長寿・しあわせサミットのパネラーの皆さんと



シニア世代の健康づくりのポイントは

フレイル予防

フレイルとは、加齢に伴い筋力や心身機能が低下した状態です。早く気付いて対応することで健康な状態に戻すことができます。

問認知症支援・介護予防センター ☎522・8765

こんなことはありませんか？

- 家の中でよかつまづく
- 汁物でむせることがある
- この半年間で2～3kg以上体重が減った

取り組みのポイントは

栄養

いろいろなものを食べましょう

目標 10食品群から1日7点以上

さ 魚	あ 油	に 肉	ぎ 牛乳	や 野菜	か 海藻
い 芋	た 卵	だ 大豆	く 果物		

出典:ロコモチャレンジ! 推進協議会・東京都健康長寿医療センター研究所

特にたんぱく質(肉・魚・卵・大豆製品など)を意識して取りましょう



運動

筋力アップを目指しましょう

北九州市アドバイザーの医師・鎌田貴さんのワイドスクワット

上半身を膝の位置までゆっくり下ろして上げる

目標 1日 5～10回

動画で動きをチェック

毎日少しだけ運動

運動教室への参加もお勧めです

- きたきゆう体操
 - ひまわり太極拳
 - 頭と体のいきいきトレーニング教室 など
- 市政だよりで定期的にお知らせしています

取り組みの詳細は市のホームページでご覧になれます。

市公式LINEで健康づくりの情報を配信中!

問保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

「受信設定」で「健康づくり」をチェック

好きなこと、興味のあることで

社会参加

フレイル予防の観点からも、社会参加は大切です。

- 趣味
- 働く
- 学ぶ
- 地域貢献

フレイル予防の目安は

- 1日1回以上、外出する (散歩や買い物など、何でもOK!)
- 週に1回以上、人と交流する (近所の人でも友人でもOK!)
- 月に1回以上、人が集まる活動に参加する (どんな活動でもOK!)

ボランティア活動で充実した毎日です



若松TERAKOYAプロジェクト 主宰 楠 稔幸さん

地域の皆さんと一緒に子どもやお年寄りの交流拠点をつくったり、健康体操、終活サロンなどの教室を運営したりしています。一緒に集まって声を出すのが皆さんの活力になって、楽しく交流できればいいなと思っています。一度行って見て、良ければ継続するくらいの心持ちでまずは気軽にイベント参加などから始めてみませんか。



年長者研修大学校 (周望学舎・穴生学舎)

高齢者の生涯学習の拠点。「健康スポーツ」「写真入門」など、さまざまなコースがあります(年間コース、短期コースなどあり)。

周望学舎 小倉北区新高田二丁目、☎591・2626

穴生学舎 八幡西区鉄竜一丁目、☎645・6688

いきがい活動ステーション

高齢者が参加しやすいボランティア活動や生涯学習講座などの情報を提供しています。ムーブ(小倉北区大手町)内、☎645・1333

穴生学舎内にサテライトステーションがあります

生涯現役夢追塾

50歳以上の市民を対象に、今まで培ってきた技術や経験などを生かしながら、生涯現役として社会貢献・経済活動などの担い手として活躍していく人材を育成しています。問保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407へ。

これまでの人生を振り返り、これからの人生を自分らしく

終活

問保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407

終活は人生100年時代を自分らしく生き、安心して最期を迎えるための将来的な準備で、元気なうちから取り組むことが大切です。

ご活用ください

●私のこれからノート(エンディングノート)

ご自身の思いをまとめるお手伝いをします。各区社会福祉協議会(各区役所内)や市民センター、ウェルとばた(戸畑駅前)などで無料配布しています。



病気のときや、介護が必要なとき

財産について

葬儀、お墓について など

●終活相談

北九州市社会福祉協議会が実施している相談会を市政だよりで定期的にお知らせしています。

11ページをご覧ください

「人生会議」はじめませんか?

病気やけがなどで、自分の意思決定ができなくなったための、信頼できる人に「何を大切にしてきたか」「どんな医療やケアを望んでいるのか」等を伝えておきましょう。予期しない病気や事故で、あなたの希望を伝えることが突然できなくなるかもしれません。

笑顔で話せる今だからこそ「人生会議」はじめませんか?

▲詳細はコチラから

始まっています

未来の介護大作戦

(介護人材確保)

問保健福祉局介護保険課 ☎582・2771

北九州市では、世界をリードする介護先進都市を目指し、「未来の介護大作戦」としてさまざまな取り組みを進めています。

- 地域ぐるみの人材確保 (若手介護人材のコミュニティづくり、介護スタートアップとの連携)
- 外国人介護人材の育成支援 など



若手介護人材によるワークショップを開催!

募集しています「スケッター」※

困り事はありませんか? お気軽にご相談ください

高齢者のための総合相談窓口 「地域包括支援センター」

保健・医療・介護・福祉に関する幅広い相談に専門職が応じます(相談無料)。

各区役所・出張所にあります ※東谷出張所を除く

開月～金曜日(祝・休日は除く)の8時30分～17時

問保健福祉局 地域福祉推進課 ☎582・2060



▲☎など詳細はコチラから

市では、幅広い人材が介護を支える仕組みを作るため、介護施設での有償ボランティアを募集しています。資格・経験不問。詳細は問を。市のホームページでもご覧になれます。



▲詳細はコチラから

- 特技を生かしたレクリエーションの提供
- 食事の準備・後片付け
- 話し相手・見守り など

身体介助を伴わない仕事だけ

※「スケッター」は、市と(株)プラスロボとの連携協定に基づき活用する、福祉分野に特化した人材マッチングサービスです。

この特集に関するお問い合わせ 保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407

関門連携市民野球大会を開催

旧門司市と下関市との間で1959(1961年)に行われていた野球大会が64年ぶりに復活します。

両市の小学生、中学生、社会人の軟式野球チームが優勝をかけて対戦します。3月22日(土)～(雨天時は3月23日(日))9～15時、門司球場(門司区不老町)で。北九州下関フェニックスの選手によるパフォーマンスやキッチンカーの出店もあり。



▲詳細はコチラから



◀門司区役所に保管されていた当時の優勝盾

問 門司区役所総務企画課
☎331・2252

特急停車を記念してお得な旅行商品を販売

4月1日(火)から始まる朽網駅の特急停車を記念して、北九州発東京行きのお得な旅行商品を発売中です。4月1日出発は、さらにお得なモニター価格での販売もあります。料金や購入方法・条件など詳細は [問](#) を。また4月1日に特急を使って朽網駅に来た人には記念品を進呈します(限定100個)。

さらに北九州空港総合観光案内所では、お得な電子チケットで購入した特急券に航空券を合わせて提示すると、折尾・黒崎の飲食店などで使える割引クーポンを配布します(4月1日から6月30日まで)

限定2000枚)。



▲詳細はコチラから



問 港湾空港局空港企画課 ☎582・2308

世界自閉症啓発デー

毎年4月2日は「世界自閉症啓発デー」です。日本では、4月2～8日を「発達障害啓発週間」として、自閉症だけでなく、発達障害について広く啓発する活動を行っています。

ブルーライトアップ

「癒やしと希望」を表す青色でライトアップします。

●小倉城 4月2日(水)～4日(金)の日没後

●チャチャタウン小倉観覧車(小倉北区砂津三丁目)、門司港駅舎、小倉駅周辺、黒崎駅周辺 4月2～8日(火)の日没後

発達障害に関する本の紹介

市立図書館内に発達障害を集めたコーナーを設置します。期間は図書館によって異なります。詳細は [問](#) を。

ポスター掲示

発達障害について理解を深める啓発ポスターの展示。4月2日(水)～9日(水)、障害者スポーツセンター(小倉北区三郎丸三丁目)で。



▲小倉城のブルーライトアップ

問 保健福祉局精神保健・地域移行推進課 ☎582・2439

3月23日(日)は福岡県知事選挙・福岡県議会議員補欠選挙(小倉南区)の投票日です

※藍島市民サブセンター(小倉北区)の投票は3月21日(金)7～20時です。
※平尾公民館(小倉南区)の投票は3月23日(日)7～19時です。

期日前投票をご利用ください

場所	投票できる人	日程	投票時間
住所地の区役所	それぞれの区の有権者	3月7日(金)～22日(土)	8時30分～20時
住所地の出張所		3月15日(土)～22日(土)	8時30分～17時 ※3月19日(水)～22日は一部の投票所では19時まで
セントシティ 10階	門司区・小倉北区の有権者	3月16日(日)～22日(土)	10～19時
サンリブシティ小倉 1階	小倉南区の有権者	3月18日(火)～22日(土)	
イオン若松ショッピングセンター 2階	若松区の有権者		
イオンモール八幡東 1階	八幡東区の有権者		
イオン戸畑ショッピングセンター 2階	戸畑区の有権者	3月16日(日)～22日(土)	

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。

●市内で転居した人のうち、2月14日以前に転居の届け出をした人は、新しい住所地で。2月15日以後に転居の届け出をした人は、前の住所地で。

●県内の他市町村から本市に転入し、昨年12月6日以後に届け出をした人は、本市での住所地で。

●本市から県内の他市町村へ転出し、昨年12月6日以後に届け出をした人は、本市での住所地で。

投票所入場整理券(選挙ハガキ)

投票所入場整理券は、一人一枚郵送します。投票の際、投票所へお持ちください。届かなかつたり、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(マイナンバーカードや運転免許証など)を持って、投票所の係員にお申し出ください。

なお、投票所では、不正投票防止のために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。

※点字シールを貼った入場整理券を希望する人はお住まいの区の選挙管理委員会にご連絡ください(一度登録されると、次から点字版が送付されるようになります)。

点字投票・代理投票

目の不自由な人は点字投票や投票所の係員が代筆する代理投票ができます。体が不自由な人や字を書くことが難しい人も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。

投票支援カード

投票の際に、お手伝いが必要な人は、あらかじめ投票支援カードに記入いただくスムーズに投票できます。

詳細はお住まいの区の選挙管理委員会へ [問](#) を。

選挙公報の配布

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。3月21日までに届かない場合は、お住まいの区の選挙管理委員会にご連絡ください。

問い合わせ先	選挙全般に関すること 市区の選挙管理委員会	入場整理券に関すること
北九州市	☎582・3071	—
門司区	☎331・1880	☎332・4484
小倉北区	☎582・3302	☎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	☎881・0481

環境局からのお知らせ

折り畳み式簡易集積容器等の補助金をご活用ください

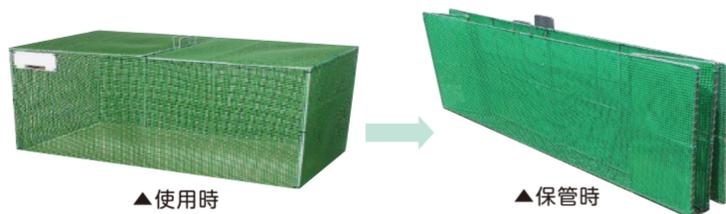
☎環境局業務課 ☎582・2180

北九州市では、ごみステーションの散乱対策に効果の高い折り畳み式簡易集積容器などの購入に活用できる「ごみステーション集積容器等設置補助金」を設けています。

折り畳み式簡易集積容器とは

ごみの収集日に手軽に設置でき、使用後は通行の妨げにならないように折り畳める集積容器です。

※ホームセンターなどで購入できます。



▲使用時

▲保管時

折り畳み式簡易集積容器の使用効果

北九州市で行った実証実験の結果、カラスなどによる散乱対策に高い効果が確認されました。



▲カラスがゴミを散らかしている



▲集積容器の使用で散乱が見られなくなる

補助金について

補助率	1/2
補助上限額	2万円
申し込み先	各区環境衛生協会連合会 (各区役所コミュニティ支援課内)

詳しい補助内容については☎を。市のホームページでもご覧になれます(申請書のダウンロードもできます)。



▲詳細は
こちらから

火災防止! 充電式電池などは正しく捨てましょう

☎環境局循環社会推進課 ☎582・2187

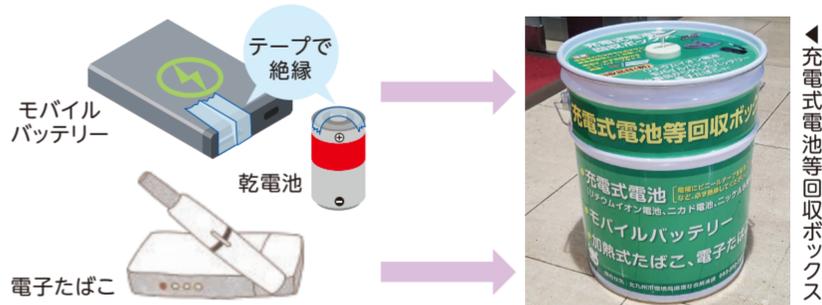
市内では、充電式電池などの混入によるごみ処理施設や収集車の火災が多発しています。昨年8月に発生した新門司工場の火災では、ごみの受け入れを一時停止しました。

火災を防ぐには市民の皆さんの協力が不可欠です。適切な分別回収にご協力をお願いします。

充電式電池(リチウムイオン電池など)の処分方法

●製品から取り外せるものや電子たばこ → 充電式電池等回収ボックスへ

充電式電池やモバイルバッテリー、乾電池などの製品本体から取り外せる電池は、電極にビニールテープを貼るなどして絶縁してください。



▲充電式電池等回収ボックス

●製品から取り外せないもの → 小型電子機器回収ボックスへ

スマートフォンや小型ゲーム機など、内蔵電池が取り外せないものは、分解せずに製品のままボックスに入れてください。



▲小型電子機器回収ボックス

充電式電池等回収ボックス・小型電子機器回収ボックスは、市民センターや区役所などに設置されています。

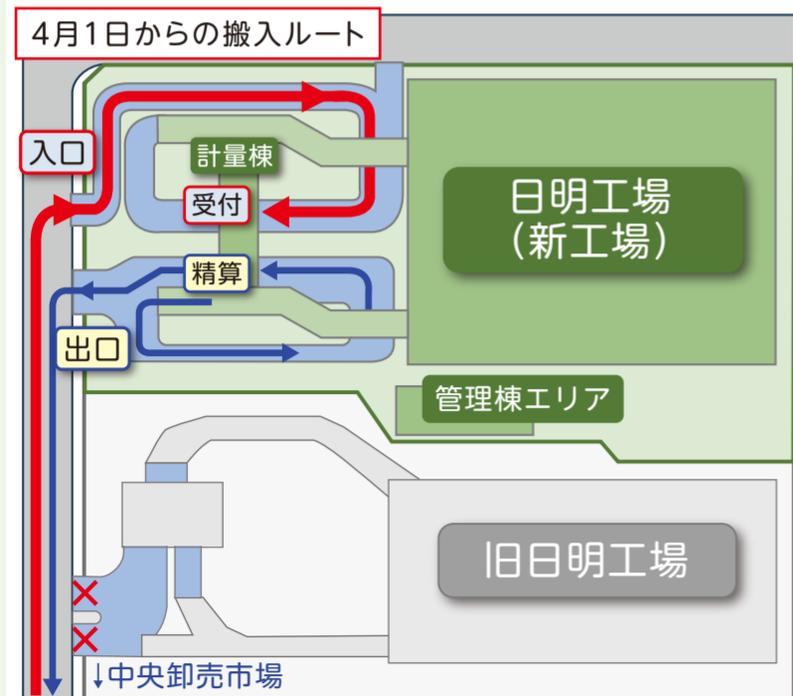


▲回収ボックスの場所は
こちらから

危険! 家庭ごみ、かん・びん、プラスチックごみには絶対に出さないでください

4月1日から、日明工場は可燃粗大ごみの受け入れを開始し、入口を変更します

☎日明工場(小倉北区西港町、☎581・7976)



- 日明工場では、可燃ごみ、不燃粗大ごみに加えて、可燃粗大ごみの受け入れを開始します。
- 不燃粗大ごみの受け付けが、旧工場から新工場に変わります。全てのごみの搬入は、左図の入口から進入してください。

搬入物ごとの受付場所

	3月27日(木)まで	3月28日(金)~31日(月)	4月1日(火)から
可燃ごみ	新工場	新工場	新工場
新 可燃粗大ごみ	—	—	新工場
不燃粗大ごみ	旧工場	×	新工場

3月28~31日の間、日明工場は不燃粗大ごみの受け入れを休止します

[受付時間] 可燃ごみ:月~土曜日と祝・休日の6~17時、日曜日6~8時30分
不燃ごみ:月~土曜日と祝・休日の8時25分~17時(日曜日は休み)

注意点

可燃ごみ、可燃粗大ごみ、不燃粗大ごみの受付場所は同じですが、投入場所が異なりますので、あらかじめ仕分けをお願いします

3月31日をもって、日明積出基地を廃止します

☎環境局施設課 ☎582・2184

施設の老朽化に伴い、3月31日12時をもって日明積出基地(小倉北区西港町)を廃止します。4月からは、不燃性一般ごみは響灘西地区廃棄物処分場(若松区響町、☎771・3991)へ搬入してください。

愛犬を守るために登録と狂犬病予防注射を

保健福祉局動物愛護センター ☎581・1800

犬の所有者には、狂犬病予防法で所有する犬の登録と毎年、狂犬病予防注射接種が義務付けられていることをご存じですか？

狂犬病とは...

日本では60年以上発生していませんが、現在も多くの国で発生している病気です。狂犬病にかかっている犬などにかまれて発症すると有効な治療法はなく、ほぼ100%が死亡します。

人と犬の命を守るため、必ず犬の登録と狂犬病予防注射の接種を行ってください。

犬の登録

マイクロチップの装着の有無で登録方法が異なります。なお、毎年3月末ごろに狂犬病予防定期集合注射の案内はがきが届く犬は登録が済んでいます。

マイクロチップを装着していない犬

各区の窓口(※)や動物愛護センターで登録し、鑑札の交付を受けてください。料3000円。

マイクロチップを装着している犬

環境大臣指定登録機関へマイクロチップ情報を登録してください(犬と猫のマイクロチップ情報登録)。

ペットはモラルとマナーを守って飼いましょう

ペットは家族の一員です。最期を迎える日まで、愛情と責任を持って飼いましょう。

健康管理や適正飼育を心掛けましょう

ペットの健康管理のため、寄生虫の駆除や感染症予防ワクチン接種など、定期的に動物病院にかかりましょう。

飼育環境や費用面など、適正に育てることができるとは限りがあります。人もペットも幸せに過ごすため、避妊去勢手術などを行いましょ。

犬の散歩の時は

かみつき事故や脱走を防止するためにリ

すでにマイクロチップ情報を登録している犬については、犬を取得した時期やマイクロチップ情報を登録した時期によって、さらに窓口での登録と鑑札交付が必要になる場合があります。詳細は☎を。

狂犬病予防注射

犬の飼い主は、毎年、狂犬病予防注射を受けさせ、狂犬病予防注射済票の交付を受ける必要があります。予防注射は、4月に市内各所で実施する狂犬病予防定期集合注射のほか、動物病院でも接種できます。

鑑札と接種済票の装着

鑑札と狂犬病予防注射済票は、法律で首輪などへの装着が義務付けられています。犬が行方不明になったとき、飼い主を見つけるための大切な情報になります。大切な愛犬のためにも必ず装着しましょう。

※各区の窓口

各区役所保健福祉課(小倉北区は保健所東部生活衛生課、八幡西区は同西部生活衛生課)



▲詳細はコチラから



猫を飼うときは

猫を外に出すと、ふん尿やいたずらで周囲に迷惑をかけた後、交通事故や感染症で命を落したりすることがあります。猫は室内で飼育しましょう。

市政フラッシュ

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。

関門海峡が日本遺産アワード第3位に!

「関門“ノスタルジック”海峡～時の停車場、近代化の記憶～」のストーリーが、日本遺産ソムリエの投票による第1回「日本遺産アワード」で第3位(「実際に訪れてみて魅力的だと感じた日本遺産」部門)を受賞しました。

関門地域の歴史や魅力を満喫できる本ストーリー。皆さんもぜひ出かけてみませんか。



▲旧門司三井倶楽部



◀「関門“ノスタルジック”海峡」の詳細はコチラから

☎都市ブランド創造局文化企画課 ☎582・2391

北九州市で国際試合が続々開催決定!

チケット販売など詳細は決まり次第、お知らせします。

ラグビー男子日本代表戦

日本代表 VS ウェールズ代表

令和元年度のラグビーワールドカップの際に北九州市で事前キャンプを行ったウェールズ代表が帰ってきます。

日程 7月5日(土)

場所 ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)

ラグビー女子日本代表戦

日本代表 VS スペイン代表

8月22日にイングランドで開催する女子ラグビーワールドカップを直前に控えた注目の一戦です。

日程 7月19日(土)

場所 ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)



ウェールズ代表戦は北九州市初開催!



☎都市ブランド創造局スポーツ振興課 ☎582・2411



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 FAX=市担当課 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3月の毎週月～金曜日(3月20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。

終活無料相談

▶終活に関する一般相談=相談員が応じます。4月2日(水)・9日(水)・16日(水)
 ▶供養・墓じまいに関する専門相談=終活・墓じまいカウンセラーが応じます。4月23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3月24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。4月4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。

マンション管理セミナー&無料相談会

テーマは「管理組合の業務と相談事例について～修繕業務を中心に」。4月6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4月5日までに福岡県マンション管理士会☎967・2445へ。問都市戦略局住まい支援室☎582・2288。

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。4月9日(水)14～16時と23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3月27日9時30分から同センター☎871・3224へ。

お出かけ

門司港レトロで大正袴・着物のレンタルが始まります

貸し出しは3月18日(火)から、関門海峡ミュージアム(門司港レトロ地区)で。利用時間は9～16時30分(貸し出しは15時まで)。事前予約が必要。料4000円(土・日曜日、祝・休日は4500円)。詳細は門司港レトロ総合インフォメーション☎321・4151へ問を。

レトロのあそびとおもちゃ展

「昭和100年」と門司港レトロ30周年を記念した、大分県豊後高田市「駄菓子屋の夢博物館」監修の企画展。懐かしいおもちゃや雑貨などが集まります。3月18日(火)～8月31日(日)(6月10日は除く)の9～17時(入場は16時30分まで)、関門海峡ミュージアム(門司港レトロ地区)で。料一般500円、小・中学生200円。週末はものづくり体験もあり。問門司港レトロ総合インフォメーション☎321・4151へ。

門司麦酒煉瓦館の催し

世界のインテリア雑貨市MERCADO 手作り作品や雑貨、アートなどの展示・販売。3月20日(祝)～23日(日)の10～17時。
門司コミュニティナース「えほんとおさがり交換会」 子ども服や絵本の交換会、子育て世代の交流など。着なくなった子ども服(90～130cm)、読み終えた絵本(破れや汚れのないもの)などを持参ください。手ぶらの参加も可。3月26日(水)・28日(金)の10～14時。
感謝祭「夢・育つ・れんがの町」 指定管理制度の終了に伴う一時閉館を前に、ショーやコンサート、マルシェなどのイベントを開催します。3月29日(土)・30日(日)の10～16時。バルーンアート体験やスタンプラリーもあり。
 共通問門司麦酒煉瓦館(門司駅北側、☎382・1717)へ。

総合農事センターの催し

①**早春の山野草展** 約100点。3月22日(土)・23日(日)の9～16時(23日は15時まで)。
 ②**冊子版「相棒録」発行記念ワークショップ** 畳・木材・貴金属・段ボールなどのモノづくり企業による工作・加工などの体験イベント。3月22日(土)10～16時。
 ③**こどもまんなかフェスタ** 習い事体験、マルシェ、こども縁日、キッチンカー出店など。3月29日(土)・30日(日)の9～16時。荒天中止。
 共通料駐車場は有料。申②は必要。3月21日まで。詳細は総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目、☎961・6045)へ問を。

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** 3月23日(日)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。対山歩きのできる人。
 ②**植物観察会「サクラと新緑を楽しむ春の山歩き」** 4月6日(日)9時30分、皿倉山ケーブルカー山麓駅横銅像前広場に集合。14時30分、皿倉平(皿倉山ケーブルカー山上駅付近)で解散。対山歩きのできる人。定先着30人。料500円。
 ③**森のカルチャー教室「山菜料理を作ろう」** 4月13日(日)10時30分～15時30分、皿倉山ビジターセンターで。定先着15人。料1500円。
 共通申②③は必要。3月17日から皿倉山ビジターセンター☎681・5539へ。

スペースLABOからのお知らせ

特別企画展 新世界「透明標本」展

さまざまな生物の立体的な「透明標本」の展示。3月15日(土)～5月18日(日)の10～18時(入場は17時30分まで)、スペースLABO(八幡東区東田四丁目、☎671・4566)で。料一般1500円、高校・大学生1000円、小・中学生500円、4歳以上300円。詳細は問を。



問新世界「透明標本」展事務局☎070・4035・2698(会期中10～18時)

立花琴未さんが2025春の応援大使に就任

7人組アイドルグループ「CANDY TUNE」のメンバーで北九州市出身の立花琴未さんが、北九州市科学館2025春の応援大使に就任しました。同施設の紹介やイベントのPRなどを行います。



▲立花琴未さん

問スペースLABO☎671・4566

女子ソフトボールJDリーグ公式戦に招待

タカギ北九州ウォーターウェーブの公式戦に市民を招待します。

対 **ホンダ戦** 5月10日(土)13時から

対 **戸田中央戦** 5月11日(日)13時から

共通福岡トヨタの場池スタジアム(八幡西区の場町)で。定2日間で200人(1組5人以内)。申往復はがき(1組だけ)に基本事項と希望試合(1試合だけ)を書いて3月31日までに問先へ。ネットも可。



問〒803-8501都市ブランド創造局スポーツ振興課☎582・2395

★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

百人一首とむかしの遊びを楽しもう

いずれも3月25日(火)、北九州学術研究都市学術情報センター(若松区ひびきの)で。▶百人一首=13時30分~14時15分 ▶むかしの遊び=14時30分~15時30分。☎同センター☎695・3151へ。

森鷗外をしのぶ春の集い

いずれも3月26日(水)。▶※講演会「森鷗外の『高瀬舟』について」=講師は北九州森鷗外記念会理事・寺岡賢治さん。14~15時30分、森鷗外旧居(小倉北区鍛冶町一丁目)で。定先着30人 ▶碑前の会=作品の朗読など。16~16時30分、森鷗外京町住居跡碑前(小倉駅南側)で。荒天中止。☎531・1604へ。☎582・2391へ。

ライオン岩・天狗岩縦走登山(中級)

3月30日(日)9時、平尾台自然観察センター前に集合。15時、同所で解散。小学生以上(小・中学生は保護者の参加が必要)。定30人。☎往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて3月20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。

レジン(樹脂)でキーホルダー作り

3月30日(日)、ユースステーション(黒崎駅西側、コムシティ地下1階)で。14~15時30分の部と16~17時30分の部あり。

対小学4年~高校生(小学生は保護者同伴)。定先着各部5人。☎3月17日からユースステーション☎621・0132へ。

旧安川邸の催し

①FLOWER ART展「押し花アートの新しい世界」 シンガーソングライター・池端克章さんの押し花作品を展示。4月2日(水)~7日(月)の9~17時(入館は16時30分まで)。



②邸宅ルームツアー 安川家の歴史や旧安川邸の建造物について案内します。4月11日(金)・12日(土)・16日(水)。11~11時30分の部と13~13時30分の部あり。定各日各部限定10人。

③日本酒を世界酒へ「伝統的造り」ユネスコ無形文化遺産登録記念講演会 北九州市出身の元外交官で、海外での日本酒の普及に貢献してきた門司健次郎さんによる講演。4月20日(日)16~17時。定先着40人(1回の申し込みで2人まで可)。☎582・2391へ。

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。4月5日(土)・6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。☎MES(門司港イベントサプライ)☎080・9100・6788へ。☎TEAM城下町小倉共同事業体(指定管理者)☎561・1210。

小倉城庭園「茶道講座」体験会

5月から新規開講する茶道講座の体験会。4月8日(火)・15日(火)・22日(火)、小倉城庭園で。10時30分~12時30分の部と14時30分~16時30分の部、18時30分~20時30分の部あり。定先着各日各部30人。料入園料が必要。☎3月19日から同庭園☎582・2747へ。

藤 敦之写真展「LIFE WINDOWS~尽善尽美」

山岳風景を中心とした写真展。4月9日(水)~15日(火)の10~18時(15日は16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。

はじめてつくるつまみ細工講座~チューリップ編

チューリップのつまみ細工をあしらったメッセージカードスタンドを作ります。4月13日(日)10~13時、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。定先着15人。料2500円。☎電話で3月18日9時から同施設☎651・4600へ。



施設の催し

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)

- ①講座「北九州自動運転推進ネットワークの取組み」 今年度、北九州空港~朽網駅間と東田地区内で行った自動運転の実証運行の成果や今後の方向性などについて。3月21日(金)16~17時。対15歳以上(中学生は除く)。定先着30人。
②おもちゃの病院 簡単なおもちゃの修理(1家族1点だけ)。3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。
③たのしい工作の日 工作や発電カーレースゲームなどのブース出展。4月6日(日)9時30分~15時30分。料一部コーナーは有料。



☎582・2391へ。☎電話で3月18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

- ①アニメ上映会 3月26日(水)~28日(金)の13時からと14時30分から(各20分程度)。対未就学児と保護者。料コーナー入場料が必要。
②プログラミング体験 レゴブロックを使ってプログラミングを体験します。3月29日(土)・30日(日)の11~16時。対未就学児と保護者。料コーナー入場料が必要。
③パパともぐもぐクッキング 具たくさんピザを作ります。3月29日(土)11~13時。対4歳以上の未就学児と男性の保護者。定先着8組(1組2人まで)。料1組1000円。☎582・2391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)

- 講習会「楽しい果樹」 春からの管理と接木の方法。3月29日(土)10~12時。定先着30人。
講習会「楽しい野菜づくり」 植え付け準備と管理方法。4月5日(土)10~12時。定先着36人。☎741・5587へ。

「ふくおか・まごころ駐車場」制度について

担保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453

車の乗り降りや移動に配慮が必要な障害のある人、高齢者、妊産婦などが、商業施設などの「ふくおか・まごころ駐車場」として登録された駐車場に車を止め、安全・安心に施設を利用できるようにする制度です。

利用するには「利用証」が必要です。申請方法など詳細は各区役所高齢者・障害者相談係へ☎を。

この制度は、皆さんの思いやりの心で成り立っています。本当に必要な人がいつでも利用でき、全ての人が出出を楽しめる「思いやりのまちづくり」にご協力をお願いします。



◀利用できる駐車場にある表示

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)を受け取ることができます。



友だち追加は▶コチラから

☎市長公室広報戦略課☎582・2236

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 FAX=市担当課 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

ネイチャープレイパーク～春編

干潟や里山で遊びます。持ち込んだ食材をたき火で焼いて食べる昼食もあり。4月13日(日)10～15時30分、もじ少年自然の家で。対小学生と保護者。定10家族。料1人200円。昼食用の食材が必要。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3月28日までに同施設(〒801-0812門司区大字喜多久784-1、☎341・1128)へ。ネットも可。

こどもシアター

子ども向けアニメ「ピノキオの交通安全」[「みんないちばん!」]などの上映。4月13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。定先着60人。申3月18日から同会館☎592・4152へ。

漫画体験

漫画道具、タブレットの使い方や塗り絵など。4月13日(日)・26日(土)の13時30分～16時30分、漫画ミュージアム(小倉駅北側、あるあるCity6階、☎512・5077)で。料入館料が必要。

観天望気学習キャンプ「もっと知ろう!お天気のこと」

キャンプや自然体験活動を通して、気象について学習します。4月19日(土)～20日(日)(1泊2日)、かぐめよし少年自然の家で。対新小学5・6年生。定20人。料2400円。申はがき(1人だけ)に基本事項と性別、生年月日を書いて3月31日までに同施設(〒803-0267小倉南区大字頂吉451-1、☎451・3111)へ。

親子向け講座「英語でエコバッグ作り・お買い物体験」

KGG (KITAKYUSHU GLOBAL GATEWAY:北九州英語村)と連携して、英語と環境に関する体験講座を行います。4月19日(土)、エコタウンセンター(若松区向洋町)で。10～11時30分の部

と13時30分～15時の部あり。対3歳以上と保護者(保護者1人につき子ども2人まで)。定各部30人。料1人500円。いらなくなったTシャツが必要。申4月5日までに同センター☎752・2881へ。ネットも可。



平尾台写真教室

4月23日～9月17日のおおむね毎月最終水曜日(全6回)9時30分～15時、ソラランド平尾台(小倉南区平尾台一丁目)で。定先着3人。料1万2000円。申3月17日から同施設☎452・2715へ。

子育て

「おひさまのいえ」一般公開デー

豊かな自然に囲まれた保育施設「おひさまのいえ」(若松区大字竹並、☎741・0468)での遊具体験や施設見学など。4月5日(土)。10～12時の部と13～15時の部あり。対未就学児と家族。定先着各部50人。申3月17日からネット。

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。4月6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4月5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

若者ワークプラザの就職セミナー

①就職面接対策 3月22日(土)13時30分～15時30分、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)で。対令和8年3月までに卒業見込みの学生(高校生は除く)か卒業して3年以内の人。定10人。

②公務員面接試験対策 3月29日(土)13～15時、若者ワークプラザ北九州(小倉駅北側、AIMビル2階)で。対公務員面接試験を受ける人。定15人。

共通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3月21日までに若者ワークプラザ北九州・黒崎☎631・0020へ、②は28日までに若者ワークプラザ北九州☎531・4510へ。

マイテック・センターの講座

①OAビジネス科 5月9日～11月7日のおおむね毎週月～金曜日(全122回)9時30分～16時。対求職者(ハローワークへの登録が必要)。定20人。料教材費などは実費。選考試験は4月17日(日)。

②Jw_cad基礎 5月20日～8月22日のおおむね毎週火・金曜日(全24回)19～21時。対マウス・キーボードの操作ができる人。定先着20人。料4万9800円。

③第一種電気工事士・実技 5月26日～7月3日の毎週月・木曜日(全12回)18時30分～21時。定先着50人。料5万7000円。

共通申電話で②③は3月17日から、①は4月4日までにマイテック・センター北九州(八幡東区大蔵二丁目、☎651・3775)へ。

医師(正規職員)を募集

勤務は8月以降、保健所(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター内)などで。対昭和34年4月2日以降に生まれ、医師免許を持ち2年以上の臨床経験が

ある人。定1人。試験は5月上旬。申4月30日まで。募集要項は市のホームページでご覧になれます。詳細は保健福祉局総務課☎582・2403へ問。

講座・教室

調剤薬局事務講座

4月14日～6月5日のおおむね毎週月・木曜日(全15回)18時20分～20時20分。対ひとり親家庭の親か寡婦。定15人。料4500円(別に検定料3000円が必要)。託児(無料)は問を。検定は6月2日(月)・5日(休)。申はがき(1人だけ)に基本事項と託児希望者は子どもの名前と年齢を書いて3月15～25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。

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。4月25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3階)で。定40人。申3月25日～4月17日の9～17時に消防局救急課☎582・3820へ。聴覚障害者は☎592・6898も可(基本事項と申必要の有無を記入)。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。

維新・海峡ウォークに参加してみませんか?

維新の史跡を巡りながら関門海峡沿い(通常コース約30km)をのんびりと歩くウォークイベントです。道中、城下町長府などに関所を設けるなど趣向を凝らしたイベントで参加者をお迎えます。4月6日(日)。スタートは東行庵(下関市吉田)。▶ゴールA=シーモール前 日本セレモニーウォーク(下関駅前) ▶ゴールB=門司港付近。共通定1万人。時間など詳細は問を。申4月1日まで。イベントホームページ(下記を読み取り)から申し込みできます。問維新・海峡ウォーク実行委員会事務局☎(083)223・0150へ。問下関市スポーツ振興課☎(083)231・2729。



申し込みはコチラから

「子どもノンフィクション文学賞」の受賞者を決定

児童文学作家・あさのあつこさん、ノンフィクションライター・最相葉月さん、作家のリリー・フランキーさんが選考委員を務める「子どもノンフィクション文学賞」の受賞者が決定しました(敬称略)。

小学生の部

▶大賞=「半分メシ」片桐紡(3年生・埼玉県) ▶優秀賞=「母と私のがん戦記」能美にな(5年生・福岡県) ▶優秀賞=「初めての体けん」喜多結理(3年生・神奈川県) ▶選考委員特別賞【あさのあつこ賞】=「自分が自分へ」川名岳大(6年生・東京都) ▶選考委員特別賞【最相葉月賞】=「たいは、なぜ赤いのか」立山怜佳(2年生・大阪府) ▶選考委員特別賞【リリー・フランキー賞】=「こくらのきりだんす」若狭早(1年生・愛媛県)

表彰式 3月22日(土)14～16時、文学館(小倉北区内)で。受賞者の表彰や選考委員の講評など。詳細は問を。受賞作品は表彰式後、文学館のホームページに掲載します。

中学生の部

▶大賞=「雲散鳥没」チャケ レオン(3年生・ドイツ) ▶優秀賞=「光に馳せる」孫莉佳(3年生・東京都) ▶優秀賞=「上を見て、下を見て」辻陽菜子(1年生・福岡県) ▶選考委員特別賞【あさのあつこ賞】=「サシバに向き合った一年間」我那覇優愛(3年生・沖縄県) ▶選考委員特別賞【最相葉月賞】=「青を継ぐ」大水音諒(3年生・愛知県) ▶選考委員特別賞【リリー・フランキー賞】=「実弟のはじめてのおつかい」八尾結花(3年生・東京都)

問文学館☎571・1505

★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

いまだきママの リフレッシュ講座

ピザ作りや手作り雑貨体験。5月13日～6月24日の隔週火曜日(全4回)10～12時30分、ムーブ(小倉北区大手町)で。対妊娠中か新小学3年生以下の子がいる母親。定16人。料4000円。託児(有料)は問を。甲4月22日までに同施設 ☎288・6262へ。ネットも可。

募集

曲里の松並木 清掃ボランティアを募集

参加者には活動証明書を発行します。4月13日(日)8時50分～12時、曲里の松並木公園(八幡西区岸の浦二丁目)で。対中学生以上の学生。定先着20人。甲3月17日からユースステーション ☎621・0132へ。

こくら de フリマの 出店者を募集

5月18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)。応募は2区画まで。甲4月21日まで。出店料金など詳細はこくら de フリマ実行委員会事務局 ☎772・3223へ問を。担小倉北区役所総務企画課 ☎582・3335。

北九州市立大学の科目等 履修生(第1学期)を募集

学部・大学院の授業科目を履修し単位を取得できます。対▶学部科目=高校卒

業程度の学力がある人 ▶大学院科目=大学卒業程度の学力がある人。共通料1単位1万4800円。甲4月1～8日。募集要項は3月15日から北九州市立大学のホームページでご覧になれます。授業期間など詳細は同大学北方キャンパス学術振興課(小倉南区北方四丁目、☎964・4036)か同大学ひびきのキャンパス学務課(若松区ひびきの、☎695・3330)へ問を。

スポーツ

総合体育館の個人利用

日程(一部利用できない時間帯あり)は、3月17日(月)～21日(金)・24日(月)～28日(金)・30日(日)・31日(月)、4月1日(火)・2日(水)。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。

女性体操教室

ストレッチ体操やリズム体操など。▶黒崎体育館(八幡西区藤田四丁目)=4月8日～6月24日のおおむね毎週火曜日 ▶三萩野体育館(小倉北区三萩野三丁目)=4月9日～6月18日のおおむね毎週水曜日 ▶第一警備スポーツセンター戸畑(戸畑区浅生二丁目)=4月11日～6月20日のおおむね毎週金曜日。共通全10回。10～11時30分。対女性。甲各教室初回開催の9時30分から各体育館で直接受け付け。詳細は都市ブランド創造局スポーツ振興課 ☎582・2395へ問を。

地方創生プログラム「OFA」の 参加者を募集しています

市内企業の業務内容や社内の雰囲気についての説明、企業の人事担当者との意見交換を通じて就職活動を進めるカジュアルな交流会です。3月28日(金)14～17時、ATOMica北九州(小倉北区京町三丁目、セントシティ7階)で。対大学生、大学院生、専門学校生、第二新卒(卒業後3年以内)など。定先着20人。甲随時。公式サイト(右記を読み取り)からLINEの「友だち追加」をして申し込みを。



▲詳細は
コチラから

問産業経済局雇用・産業人材政策課 ☎582・2419

門司市民会館で実施するイベントの企画を募集します

門司市民会館(門司区老松町)を会場とするイベントの企画を募集します。イベント開催日は10月26日(日)、11月2日(日)・3日(祝)のいずれか1日。選定された団体には、会場費を含めた事業費を交付します(上限100万円)。対北九州市内を拠点に活動しているか、これから活動する団体で、市内に在住・在勤・在学の人参加する団体。定1団体。甲4月1～30日。詳細は問を。応募要項は門司市民会館、若松市民会館で配布中。門司市民会館のホームページからもダウンロードできます。



◀応募要項
はコチラ
から

問門司市民会館
☎321・2907

北九州市職員上級採用試験【春季枠(旧:先行枠)】

これまでの「行政」「土木」の区分に加え、今回から「建築」「電気」「機械」の区分を新設します。



第1次試験は4月1日(火)～15日(火)にSPI3(教養試験)を実施。試験案内は北九州市職員募集ホームページ(右記を読み取り)でご覧になれるほか、各区役所総務企画課・出張所などで配布中。

問人事委員会行政委員会事務局任用課
☎582・3041

定員 ▶行政(プレゼン)=35人程度 ▶土木(専門面接)・土木(経験面接)=計10人程度 ▶建築(専門面接)・建築(経験面接)=計2人程度 ▶電気(専門面接)・電気(経験面接)=計2人程度 ▶機械(専門面接)・機械(経験面接)=計2人程度

対象者 ▶行政(プレゼン)・土木(専門面接)・建築(専門面接)・電気(専門面接)・機械(専門面接)=昭和60年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人 ▶土木(経験面接)・建築(経験面接)・電気(経験面接)・機械(経験面接)=昭和39年4月2日以降に生まれ、民間企業などでの職務経験が5年以上ある人

申込期間 3月24日までにネットで。



◀詳細は
コチラ
から

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)※3月19日～6月2日は無休

①春のファン感謝祭 ▶キーパーズ!ビンゴ!!=園内で飼育員を見つけ、ビンゴカードにスタンプを押してもらいます。ビンゴの数に応じて景品を進呈。3月23日(日)～30日(日)。ビンゴカードは各日9～17時、ロバ運動場前と管理センター前で配布(3月23日は限定300枚、24～28日は限定150枚、29・30日は限定200枚) ▶森のなかの小さなおみせ=飼育員が手作りした雑貨などの販売。3月23日～30日。11～12時の部と14時(23日は13時)～15時の部あり(商品がなくなり次第終了) ▶あゆみあるく展=園の取り組みなどをパネルで紹介します。3月23日～4月13日(日) ▶ネイチャークラフト=木の実などを使った工作。3月23日10～14時。料1個200円。詳しい場所などは問を。

②春のハーバリウム作り 動物のマスコットや造花を使ってハーバリウムを作ります。4月12日(土)。11～12時の部と13時30分～14時30分の部、14時30分～15時30分の部あり。定先着各部10人程度。



共通料入園料が必要。甲②は必要。電話で3月17日から同施設へ。

いのちのたび博物館

☎681・1011

〒805-0071八幡東区東田二丁目4-1 開9～17時(入館は16時30分まで)

①室内講座「古文書読み方講座」 中世・近世・近代の古文書を解説しながら、地域の歴史を学びます。4月23日～来年3月25日の毎月第4水曜日(全12回)13時30分～15時30分。定45人。

②歴史探訪「北九州の文化財を歩く～花尾城跡」 4月26日(土)10時、河頭山公園入口駐車場(八幡西区鳴水町)に集合。16時、花尾西登山口バス停(八幡西区鳴水町)で解散。対低山の山歩きができる人(小学生以下は保護者の参加が必要)。定20人。



共通甲往復はがき(①は3人、②は5人まで)に基本事項(①は志望動機も)を書いて①は4月9日、②は4月12日までに同施設へ。ネットも可。

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 FAX=市担当課 共=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

レクリエーション協会のスポーツ教室

楽しく踊ろう健康ダンス教室 ▶文化記念公園(小倉南区田原五丁目)=4月3日～6月26日のおおむね毎週木曜日(全11回)10～12時。料8800円 ▶障害者スポーツセンター(小倉北区三郎丸三丁目)=4月7日～6月30日のおおむね毎週月曜日(全12回)11～13時。料9600円 ▶ムーブ(小倉北区大手町)=4月8日～7月1日のおおむね毎週火曜日(全10回)10～12時。料5000円。
健康ニュースポーツ教室 ストレッチやニュースポーツ(モルックなど)で健康維持に努めます。4月4日～7月25日のおおむね毎週金曜日(全16回)13～15時、三萩野体育館(小倉北区三萩野三丁目)で。料6000円。
年長者ニュースポーツ教室 ストレッチや体を動かす簡単なゲームなど。4月4日～7月25日のおおむね毎週金曜日(全16回)14～16時、的場池体育館(八幡西区的場町)で。対おおむね50歳以上。料6000円。
 共通定先着各会場30人。申3月18日から北九州市レクリエーション協会 ☎921・2801へ。

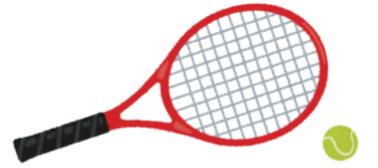
月曜日(全10回)10～11時30分、ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)で。対60歳以上。定先着20人。料6000円。申3月18日から同スタジアム ☎521・2020へ。

スポーツ協会の卓球教室
 ▶水曜コース=4月9日～6月25日の毎週水曜日18～20時、的場池体育館(八幡西区的場町)で。対小学生 ▶※金曜コース=4月25日～7月11日の毎週金曜日10～12時、門司生涯学習センター大里分館(門司区下馬寄)で。対18歳以上(学生は除く)。共通全12回。定各コース24人。料1万2000円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月27日

(※は4月14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。

C級テニス大会(ダブルス)

男性の部と女性の部あり。4月20日(日)9～17時、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。対C級の15歳以上(中学生は除く)。定先着各部16組(1組2人)。料1組2000円。申電話で3月18日10時から同施設 ☎651・4600へ。



令和7年度 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧、固定資産課税台帳の閲覧

担財政・変革局固定資産税課 ☎582・2035

縦覧・閲覧の申請には、本人確認のためマイナンバーカードや自動車運転免許証などの顔写真付き公的証明書の提示が必要です。閲覧は、郵送での請求や、マイナンバーカードを利用したスマートフォンからの申請もできます。詳細は問か、市のホームページをご覧ください。

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

4月1～30日の毎週月～金曜日(祝日は除く)8時30分～17時、対象資産を所管する市税事務所固定資産税課で。対令和7年度固定資産税の納税者か代理人(委任状が必要)。

固定資産課税台帳の閲覧

- 各市税事務所固定資産税課か各区役所税務課 4月1日からの毎週月～金曜日(祝・休日、年末年始は除く)8時30分～17時。
- 出張所 ▶曾根・折尾出張所=4月16日(水)・17日(木)の8時30分～17時 ▶大里・島郷・八幡南出張所=4月18日(金)8時30分～17時 ※両谷・東谷・上津役出張所では閲覧できません。松ヶ江出張所も令和7年度から閲覧できません。
- 財政・変革局固定資産税課 閲覧は償却資産だけ。4月1日からの毎週月～金曜日(祝・休日、年末年始は除く)8時30分～17時。
 共通対納税義務者などか代理人(委任状が必要)。借地・借家人なども出張所以外で閲覧できます(借地・借家人であることが確認できる書類などの提示が必要)。料1件300円(納税義務者などと代理人は、4月30日までの縦覧期間中は令和7年度分に限り無料で閲覧できます(郵送での請求の場合は消印有効))。

固定資産課税台帳の郵送での請求方法

- 請求に必要なもの(①～⑤)
 ①と③の様式は市のホームページ(右上の二次元コードを読み取り)からダウンロードできます。
- ①固定資産課税台帳(名寄帳)閲覧申請書
 ※様式を利用しない場合は任意の用紙に「固定資産課税台帳(名寄帳)閲覧申請」と記入の上、申請者と納税義務者の住所、氏名(法人の場合は代表者印の押印か代表者の自署要)、生年月日、電話番号、物件の所在する区、必要な年度を記載。
- ②申請者の本人確認書類
 マイナンバーカード、自動車運転免許証などの身分証明書の写し
- ③納税義務者以外が申請する場合は委任状の原本(委任者である納税義務者の自署か記名・押印によるもの)
 ※様式を利用しない場合は任意の用紙に「委任状」、「固定資産課税台帳兼名寄帳の閲覧申請」と記入の上、「(委任の日の)日付」、納税義務者(委任者)と申請者(代理人)の住所、氏名(委任者は自署か記名・押印)、生年月日、電話番号を記載。
 ※相続が必要な場合は、委任状に代えて相続人と被相続人の関係が分かるもの(戸籍の写しなど)。

- ④申請者の住所・氏名を記載した返信用封筒(切手貼り付け)
- ⑤手数料分の郵便小為替

●郵送請求先

縦覧期間中(4月1～30日)

資産が所在する区を担当する市税事務所の固定資産税課。東西の市税事務所に同時に請求する場合は、東西いずれかの市税事務所に請求可。
 ※償却資産だけの場合は、財政・変革局固定資産税課へ。



▲申請書のダウンロードはコチラから

上記以外の期間

東部市税事務所市民税課(〒803-8510小倉北区大手町1-1(小倉北区役所庁舎4階))

土地に係る価格の修正と税の負担調整

地価の下落が認められた場合は、価格(評価額)を修正しています。また、前年度の課税標準額と今年度の価格との割合に応じて、税負担を調整しています。

審査の申し出

土地の分合筆や地目変換、家屋の新・改築などにより、価格が新たに登録か修正されたものや土地の下落の適用に関する事項に限り、固定資産の価格に不服があれば、納税通知書の交付を受けた日後3カ月を経過する日までの間、審査の申し出ができます。

納税通知書・課税明細書の送付

土地・家屋分は4月7日、償却資産分は4月11日に納税通知書を発送します。土地・家屋については、併せて課税明細書を添付しますが、資産が多い場合は別に送付するため、届く時期が納税通知書とずれる場合があります。

資産の所在地		請求・問い合わせ先	
土地・家屋	門司区 小倉北区	☎582・3371	東部市税事務所固定資産税課 〒803-8510小倉北区大手町1-1 (小倉北区役所庁舎4階)
	小倉南区	☎582・3372	
	若松区 八幡東区 戸畑区	☎642・1459	西部市税事務所固定資産税課 〒806-8510八幡西区黒崎三丁目15-3 (黒崎駅西側、コムシティ4階)
	八幡西区	☎642・1464	
償却資産	全区	☎582・3210	財政・変革局固定資産税課 〒803-8501小倉北区内1-1 (市役所6階)

★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

からだ 心も身体もリフレッシュ! シェイプアップヨガ

5月10日～6月14日の毎週土曜日(全6回)13時30分～15時、ムーブ(小倉北区大手町)で。対女性。定15人。料5000円。託児(有料)は問を。申4月14日までに同施設☎288・6262へ。ネットも可。

お知らせ

認知症を抱えるご本人・介護家族のための認知症交流会

同じ境遇の人たちが思いや悩みを共有できる交流会です。サービスなどの情報提供も行います。3月27日(木)15～16時、小倉蒲生病院(小倉南区蒲生五丁目)で。対認知症の人と、介護している家族・経験者。定5組。申3月24日までに同病院(認知症疾患医療センター)☎963・6541へ。担保健福祉局認知症支援・介護予防課☎582・2063。

福祉用具プラザ北九州の 臨時休館・休館日変更

運営事業者の変更に伴う作業のため、3月28～31日は休館します。また、4月1日から休館日が月曜日と祝・休日に変更になります。問保健所地域リハビリテーション推進課☎522・8724へ。

3月19・26・27日は松本清張記念館(小倉北区城内、☎582・2761)を臨時休館します。

国民健康保険料(第10期)の納期限は3月31日です。

介護保険料(第10期)の納期限は3月31日です。



福岡市の催し
福岡市と情報交換をしています。

フクオカフラワーショー プレイベント

令和8年春の開催を目指す国際イベント・フクオカフラワーショー(FFS)に先駆け、FFSプレイベントを開催します。3月23日(日)～27日(木)の10～21時(27日は17時まで)、福岡市植物園(福岡市中央区小笹五丁目、☎(092)522・3210)で。期間中は「親子で楽しめるファミリーデー」など各日さまざまな催しが行われます。料植物園入園料一般600円、高校生300円。特別エリアへの入場には別にチケットが必要(公式サイトで発売中)。詳細は「FFSプレイベント」運営事務局☎(092)712・6331へ問を。



▲特別エリアのチケット
購入はコチラから



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みつばちプロジェクト ニホンミツバチの養蜂講座。4月6日(日)13～15時。定先着50人。

②やまだワクワクカーニバル 井筒屋きたきゅうコロブスとの共催。工作等のワークショップや縁日、キッチンカーの出店など。4月19日(土)・20日(日)の10～16時。20日は北九州市出身のシンガーソングライター・富永裕輔さんほかによる屋外ステージも開催。料一部有料。小雨決行。



③山田の森ぐらし チームに分かれて自然体験活動をします。いずれも4～12月(8月は除く)のおおむね毎月第4土曜日(全8回)13～16時。▶もりじロウチーム=対新小学4～新中学3年生。定20人。料5000円 ▶ミニもりチーム=対5歳～新小学3年生と保護者。定15組(1組3人まで)。料1組5000円。

共通料駐車場は有料。申①③は必要。①は電話で3月17日からNPO法人グリーンワーク☎383・6807へ。③は3月17～31日にネットで。

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3月19日、4月9・23日

①Rintaroのマジックショー 3月30日(日)。13～13時30分の部と15～15時30分の部あり。



②親子リズム体操 音楽に合わせて体を動かします。4月14日(月)13時30分～14時30分。対1歳児と保護者。定先着20組。

③赤ちゃんとママのふれあい体操 4月17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。

共通申②③は必要。電話で②は3月31日、③は4月3日から同施設へ。

水道料金などの納付書・通知書の 一部が圧着はがきに変わります

4月から、水道料金などの納付書・通知書の一部が、封書から圧着はがきに変わります。対象となる人には1・2月にお知らせを送付していますのでご確認ください。変更するのは郵便で送っている納付書です。使用場所に直接投函している納付書(水色の封筒)は変更しません。

水道料金などの支払いは、安心・便利な口座振替をお勧めしています。いずれも詳細は問を。



▲口座振替の
申し込みは
コチラから

問上下水道お客さまセンター☎582・3031

健康診査(集団検診)が3カ月前から予約できるようになります

各区役所や市民センターなどで実施している健康診査(集団検診)は、これまで1カ月前からしか予約ができませんでしたが、4月からは3カ月前から予約できるようになります。集団検診の日程は市のホームページをご確認ください。

※5・6月の検診については4月1日から予約を受け付けます。



▲集団検診日程表
はコチラから

予約開始日(4月以降)

検診実施日の3カ月前の同日9時

ただし、「3カ月前の同日」に当たる日が土・日曜日、祝・休日、年末年始の場合は翌平日(電話予約の場合)

検診実施日	予約開始日	備考
(例)7月25日(金)	4月25日(金)	3カ月前の同日
(例)7月31日(木)	5月1日(木)	4月には31日がないので翌日の5月1日

予約方法

①インターネット

市ホームページから予約



▲予約はコチラから

②電話

集団検診予約センター
☎0570・783・077(ナビダイヤル)か
☎953・6168
受付時間:9～17時
(土・日曜日、祝・休日、年末年始は除く)

問保健福祉局健康推進課☎582・2018

3/15

2025
令和7年

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=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 弁護士が応じます。4月3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。申3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。4月10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。申4月7日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎321・4800へ。

「まつがえ荘」がどなたでも利用できるようになります

4月1日から新門司老人福祉センター「まつがえ荘」(新門司三丁目、☎481・3951)の年齢制限が廃止され、どなたでも利用できるようになります。入館料200円。駐車場あり。無料送迎バス(門司駅など)あり。運行時間や停車場所などの詳細は同施設に問を。

新門司温水プールのスポーツ教室

①**レベルアップスイム** 各種目の泳ぎ方を学びます。4月2日～6月11日のおおむね毎週水曜日(全10回)18

時30分～19時30分。定員15人。受講料5500円。

②**アクアビクス&水泳塾** いずれも4月4日～6月20日のおおむね毎週金曜日(全11回)。▶アクアビクス=14～15時 ▶水泳塾=15～16時。②の**共通**定員各30人。受講料各4840円(両方参加は7260円)。

共通対象は18歳以上(学生は除く)。新門司温水プール(新門司三丁目)で。申3月31日までに同施設☎481・2707へ。

門司体育館のスポーツ

①**健美操** 10～11時。

②**背骨コンディショニング教室** 13時50分～14時50分。

③**リフレッシュヨガ教室** 14時55分～15時55分。

④**バレエ教室** 17～18時。対象は未就学児～小学生。参加費8800円。

①～③の**共通**対象は18歳以上。参加費7700円。

共通4月7日～6月23日のおおむね毎週月曜日(全10回)、門司体育館(高田一丁目)で。先着各10人。申3月18日から同施設☎381・6445へ。

新門司卓球教室

初心者から中級者向けの教室です。ラケットの握り方から試合運びまでを学びます。▶火曜コース=4月8日～7月8日のおおむね毎週火曜日。定員30人 ▶木曜コース=4月10日

～6月26日の毎週木曜日。定員12人。

共通全12回。9時30分～11時30分。新門司体育館(吉志新町二丁目)で。対象は18歳以上(学生は除く)。参加費7920円。申3月18～30日に同施設☎483・3717へ。

周望学舎の研修生を追加募集

教養・趣味・健康・社会参加などのコース。4月～来年3月のおおむね毎週1回9時30分～15時、周望学舎(小倉北区新高田二丁目)で。対象は60歳以上。先着各コース1～10人程度。受講料2万4000円(別に教材費などが必要)。申3月17日から。詳細は周望学舎☎591・2626へ問を。

狂犬病予防注射と犬の登録を

生後91日以上の子犬は、一生に1回の犬の登録と年に1回の狂犬病予防注射が必要です。注射料金は1頭あたり3400円(未登録の犬は別に3000円が必要。ただしマイクロチップ特例制度対象の場合は除く)。通知はがきの問診欄に当日の健康状態を記入の上、飼い犬が逃げないように首輪などをしっかり締めて来場してください。獣医師の判断によっては注射が出来ない場合もあります。荒天中止。狂犬病予防注射は動物病院でも接種することが出来ます。料金などは各動物病院へ問を。問保健福祉局動物愛護センター☎581・1800へ。



4月	時間	場所
2日(水)	10:00～10:15	葛葉東公園
	10:30～10:45	風師公園 (小森江東市民センター横)
	11:00～11:30	門司総合特別支援学校
	13:00～13:15	大川公園
	13:30～13:45	永黒公園
	14:00～14:15	奥田公園
3日(木)	10:00～10:10	井ノ浦公園
	10:25～10:50	恒見八幡神社
	11:05～11:20	吉志ゆめ公園
	13:00～13:15	松ヶ江北小学校
	13:30～13:45	猿喰市民サブセンター (旧猿喰公民館)
	14:00～14:15	伊川公園

4月	時間	場所
4日(金)	10:00～10:15	光町公園
	10:30～10:45	上馬寄公園
	11:00～11:25	柳西中学校
	13:00～13:20	大里本町公園
	13:35～13:55	柳御所
7日(月)	14:10～14:30	萩ヶ丘公園
	10:00～10:20	田野浦市民センター
	10:35～10:50	清見公園
	11:05～11:20	上本町公園
8日(火)	13:00～13:25	老松公園
	13:45～14:00	旧門司高校跡地
	10:00～10:15	柄杓田市民サブセンター (旧柄杓田校区公民館)
	10:30～10:40	旧喜多久バス停付近
	10:55～11:10	大積公民館
	13:00～13:15	白野江集会場 ※白野江市民センターではありません
13:30～13:45	白野江一丁目公園	
14:00～14:15	春日町公園	

日曜日開催

4月	時間	場所
6日(日)	9:30～11:15	山の神池公園駐車場 (穴生ドーム横)
	13:00～15:00	文化記念公園
13日(日)	9:30～11:15	市営バス 旧二島営業所跡地
	13:00～15:00	三萩野公園
20日(日)	9:30～11:15	大里公園
	13:00～15:00	北九州市獣医師会館

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 離乳食の講話と試食など。4月16日(水)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。申3月24日～4月2日にインターネットで。

▲申し込みはこちらから





3/15 こくら北

令和7年 編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 ☎581・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)

無料相談

行政相談 行政相談委員が応じます。3月24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。3月27日(木)13時30分~16時30分、小倉北区役所で。先着16組。■3月26日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

健康ひろば

①**食卓相談** 栄養士が応じます。4月7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。4月4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。■②は4月1日、①は4月2日までに小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440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。4月10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。4月10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。4月10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。■②③は4日、①は7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。

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。3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**北方**(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)

陶芸講座 4月22日(火)~25日(金)、5月7日(火)・9日(金)・13日(火)・14日(水)・16日(金)(全9回)の10~12時。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員10人。材料費1500円。

②**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 ▶ワード初級講座=10~12時 ▶エクセル初級講座=14~16時。②の共通5月1~29日のおおむね毎週火・木曜日(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。

共通■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3月26日、②は31日までに各センターへ。

小倉北体育館のスポーツ

背骨コンディショニング 背骨の歪みや骨格のズレを整えます。4月1日~6月24日のおおむね毎週火曜日(全11回)11時15分~12時15分。対象は16歳以上。先着15人。参加費9680円。

フラリズム&健康ストレッチ ストレッチとフラダンスの動きを取り入れた有酸素運動を行います。4月9日~6月25日のおおむね毎週水曜日(全11回)11時30分~12時30分。対象は16歳以上。先着12人。参加費9680円。

太極拳 ゆっくりとした動きで呼吸を整え健康増進につなげます。4月9日~6月18日のおおむね毎週水曜日(全

10回)10~11時。対象は16歳以上。先着12人。参加費8800円。

やさしいヨガ 4月9日~6月25日のおおむね毎週水曜日(全11回)13~

14時。対象は16歳以上。先着15人。参加費9680円。

共通■電話で3月18日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

窓口混雑予想 3月21日(金)・24日(月)・28日(金)・31日(月)

3月中旬から4月上旬の異動時期は、区役所が大変混雑し、窓口で長時間お待たせすることがあります。特に月曜日と金曜日は混雑が予想されますので、できるだけ、これらの日を避けてのご来庁をお願いします。

また、区役所窓口混雑解消の一環として、オンライン転出手続きや窓口予約サービスを実施しています。

【小倉北区から市外へ転出される人】

マイナンバーカードをお持ちの人は、転出届をご自宅などからオンラインで提出することができ、区役所への来庁が原則不要となります。転出予定日の30日前から手続きが可能です。問小倉北区役所市民課☎582・3350へ。



▲オンライン
転出届

窓口予約サービスのご案内

小倉北区では、モデル区として一部の手続きでオンライン予約が可能です。問デジタル市役所推進室DX推進課☎582・2144へ。



▲予約サイト

狂犬病の予防注射と犬の登録を

生後91日以上の子犬は、飼い犬登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。注射料金は1頭当たり3400円(未登録の犬は別に登録料3000円が必要。ただしマイクロチップ特例制度対象の場合は除く)。首輪などをしっかり締め、通知はがきの問診欄に当日の健康状態を記入して、来場してください。荒天中止。なお、獣医師の判断により注射ができない場合もあります。狂犬病予防注射は動物病院でも接種することができます(料金は各動物病院へ問を)。問保健所東部生活衛生課☎522・8728へ。

4月	時間	会場
13日(日)	13:00~15:00	三萩野公園
	10:00~10:20	大手町公園
14日(月)	10:40~11:00	黄金公園
	11:20~11:40	熊本二丁目公園
	13:00~13:20	小倉大谷公園
	13:40~14:00	赤坂桜城公園
15日(火)	10:00~10:20	足立三丁目公園
	10:40~11:10	くろずみ清張公園
	11:30~11:50	片野東公園
16日(水)	13:10~13:30	今町なかよし公園
	13:50~14:10	熊谷公園
	10:00~10:20	西小倉市民センター
17日(木)	10:40~11:00	古船場公園
	11:20~11:40	宇佐町公園
	13:00~13:20	砂津ぶんせん公園
	13:40~14:00	山門町公園
	10:00~10:20	南小倉公園
	10:40~11:00	堅林公園
18日(金)	11:20~11:40	山田町公民館
	13:00~13:20	金鶏公園
	13:40~14:00	到津八幡公園
	14:20~14:40	井堀1号公園
18日(金)	10:00~10:20	日明西公園
	10:40~11:00	小倉高峰パンダ公園
	11:20~11:40	境川公園

3/15

2025 令和7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。
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 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 FAX951・5553

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)

陶芸 4月22日(火)~25日(金)、5月7日(水)・9日(金)・13日(火)・14日(水)・16日(金)(全9回)の10~12時。対象は18歳以上(高校生は除く)定員10人。材料費1500円。

②徳力(〒802-0974小倉南区徳力六丁目3-1、☎961・0175)

パソコン初級 5月10日~8月2日のおおむね毎週土曜日(全12回)13時30分~15時30分。対象は高校生以上。定員9人。教材費1408円。

ワード基礎(夜の部) 5月13日~7月15日の毎週火曜日(全10回)18時30分~20時30分。対象は高校生以上。定員9人。教材費2420円。

③姥田(〒802-0822小倉南区横代東町二丁目1-1、☎961・0964)

基礎から学ぶワード・エクセル① 5月12日~6月30日の毎週月・木曜日(全15回)10~12時。定員10人。教材費2200円。

基礎から学ぶスマホ① スマートフォンの基礎を学びます。5月14日~6月11日の毎週水曜日(全5回)13~15時。定員15人。スマートフォンが必要。

共通甲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3月26日、③は3月28日、②は3月31日までに各センターへ。

子どもまつりポスターデザインを募集

公式ポスターデザインを募集します。最優秀作品に選ばれたデザインは公式ポスターに採用。最優秀作品を含む優秀作品は子どもまつり会場にて表彰します。対象は区内在住か在学の中学生以下。詳細は問を。甲5月30日までに小倉南区役所コミュニティ支援課☎951・4115へ。応募用紙は小倉南区役所・区内出張所・区内市民センターなどで配布中。

こいのぼりの寄付に協力をお願いします

4月中旬~5月中旬、紫川(桜橋付

近)に飾る「こいのぼり」を集めています。家庭で不要になった「こいのぼり」がありましたら寄付をお願いします。引き渡しについては長行市民センター(〒803-0278小倉南区徳吉西三丁目3-16)宛に送料着払いにてお送りください。詳細は同施設☎452・3651へ問を。

狂犬病の予防注射と犬の登録を

生後91日以上の犬は、一生に1回の犬の登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。注射料金は1頭当たり3400円(未登録の犬は別に登録料3000円が必要。ただしマイクロチップ特例制度対象の場合は除く)。首輪などをしっかり締め、通知はがきの問診欄に当日の健康状態を記入して、来場してください。荒天中止。なお、獣医師の判断により注射ができない場合もあります。狂犬病予防注射は動物病院でも接種することができます(料金は各動物病院へ問を)。問保健所東部生活衛生課☎522・8728へ。

4月	時間	場所
2日(水)	10:00~10:20	朽網南公園(スワロータウン)
	10:40~11:10	朽網中央公園
	11:30~11:50	日豊1号公園
	13:10~13:30	宗像神社
3日(木)	13:50~14:10	貫中央公園
	10:00~10:20	合馬小学校
	10:40~11:00	徳吉中央公園
	11:20~11:35	長行中公園
4日(金)	13:00~13:20	長尾新町中央公園
	13:40~14:00	嵐山さくら公園
	10:00~10:20	姥田地域交流センター
	10:40~10:55	湯川区公民館
6日(日)	11:15~11:35	湯川小学校
	13:00~13:20	若園四丁目公園
	13:40~14:00	城野市民センター
	13:00~15:00	文化記念公園
7日(月)	10:00~10:20	沼新町中央公園
	10:40~11:00	中吉田五丁目公園
	11:20~11:40	吉田太陽の丘公園
	13:10~13:30	曾根新田類似公民館
8日(火)	13:50~14:10	曾根なかよし公園
	10:00~10:40	横代市民センター
	11:00~11:40	舞ヶ丘中央公園
	13:00~13:20	津田南公園
9日(水)	13:40~14:00	上貫西公園
	10:00~10:20	安部山公園
	10:40~11:00	葛原四丁目公園
	11:20~11:40	葛原公園
10日(木)	13:00~13:20	葛原東ふれあい公園
	13:40~14:00	下曾根三丁目公園
	10:00~10:20	志井市民センター
	10:40~11:00	志徳公園
11日(金)	11:20~11:40	星和台中央公園
	13:00~13:20	紫川河畔公園
	13:40~14:00	北方平和公園
	10:00~10:15	UBE三菱セメント(株)東谷クラブ
11日(金)	10:40~11:00	東谷市民センター
	11:20~11:40	新道寺ふれあい公園
	13:00~13:20	高津尾公民館
	13:50~14:10	上志井公民館

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・会場	申
特定健診注1)	40~74歳(国民健康保険加入者)	無料	会場ごとに定員があります(先着順)。	6月1日(日)9~10時30分=葛原市民センター(葛原本町三丁目) 6月4日(水)13時30分~15時=志井市民センター(大字志井279) 6月4日(水)13時30分~15時=曾根市民センター(中曾根三丁目) 6月11日(水)13時30分~15時30分=小倉南生涯学習センター 6月11日(水)13時30分~15時=東朽網市民センター(大字朽網1215-1) 6月18日(水)13時30分~15時=横代市民センター(横代東町四丁目) 6月18日(水)13時30分~15時=吉田市民センター(中吉田六丁目) 6月25日(水)13時30分~15時30分=小倉南生涯学習センター 6月25日(水)13時30分~15時=湯川市民センター(湯川一丁目)	4月1日(火)9時から☎0570・783・077か☎953・6168かネット「北九州市 集団検診」で検索注3)
若者健診	18~39歳	1000円注2)			
大腸がん検診	40歳以上	500円注2)			
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 ※痰の検査は900円注2)			
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注2)			
肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料			
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円注2)			
胃がん検診	35歳以上	35~39歳1000円注2) 40歳以上900円注2)	6月1日(日)9~10時30分=葛原市民センター		
乳がん検診	昨年度受診していない40歳以上の女性	1000円注2)	6月25日(水)13時30分~15時30分=小倉南生涯学習センター		

注1)「特定健診受診券」と「国民健康保険証」をお持ちください。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。
注2)70歳以上の人・市民税非課税世帯の人・生活保護の人・後期高齢者医療被保険者証を持っている65~69歳の人には無料制度があります。詳細は問を。
注3)検診日の10日前(土・日・祝日・年末年始は除く)の電話は17時、ネットは23時59分まで。定員に達した時点で予約受け付けを終了。個別に医療機関で受けることができる検診もあります。詳細は問を。
令和7年度の国民健康保険特定健診受診券は5月中旬に発送予定です。受診券が手元に届いてなくても集団検診の予約は可能です。詳細は問を。

高塔山夜景キャッチコピー「河童の隠した宝箱」

3/15
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)

4月の保健福祉無料相談

高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。10日(木)13～17時、若松区役所で。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。甲4月7日までに若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。



400ml献血にご協力を

4月2日(水)10～12時と13～16時、若松区役所で。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。問福岡県赤十字血液センター北九州事業所☎631・1211へ。担若松区役所コミュニティ支援課☎761・5324。



狂犬病予防注射と飼い犬登録を

生後91日以上の子犬は、一生に1回の飼い犬登録と年に1回の狂犬病予防注射が必要です。注射料金は1頭3400円(未登録の犬は別に登録料3000円が必要。ただしマイクロチップ特例制度対象の場合は除く)。通知はがきの問診欄に当日の健康状態を記入の上、飼い犬が逃げないように首輪などをしっかり締めてご来場ください。獣医師の判断によっては注射が出来ない場合があります。荒天中止。狂犬病予防注射は動物病院でも接種することが出来ます。料金などは各動物病院に問を。問保健福祉局動物愛護センター☎581・1800へ。

4月	時間	場所	所在地
9日(水)	10:00～10:15	蛭住公民館	大字蛭住
	10:35～10:50	有毛公民館	大字有毛
	11:10～11:30	脇田バス停(転回所)	大字安屋
	13:00～13:15	脇之浦妙見公園	小竹
	13:35～13:50	小石本村町西公園	小石本村町
10日(木)	14:05～14:20	中畑町東公園	中畑町
	10:00～10:20	花野路一丁目公園	花野路一丁目
	10:35～10:55	青葉台東二丁目公園	青葉台東二丁目
	11:10～11:25	青葉台南二丁目公園	青葉台南二丁目
	13:00～13:20	高須北二丁目公園	高須北二丁目
11日(金)	13:35～13:55	高須公園	高須東三丁目
	10:00～10:15	大鳥居公民分館	大字大鳥居
	10:35～10:55	塩屋公民館	塩屋三丁目
	11:10～11:25	洞北中学校裏門	大字竹並
	13:00～13:25	畠田二丁目公園	畠田二丁目
14日(月)	13:40～14:05	二島五丁目北公園	二島五丁目
	10:00～10:15	東二島三丁目南公園	東二島三丁目
	10:30～10:45	童子丸二丁目西公園	童子丸二丁目
	11:05～11:20	今光東公園	今光二丁目
	13:00～13:15	宮丸公園	宮丸二丁目
15日(火)	13:30～13:45	古前東公園	古前一丁目
	14:00～14:15	若松市民公園	浜町二丁目
	10:00～10:25	小石公民館	下原町
	10:40～10:55	西畑町公園	西畑町
	11:10～11:25	新大谷北公園	新大谷町
20日(日)	13:00～13:15	桜町南公園	桜町
	13:30～13:50	波打町公園	波打町

イオン若松ショッピングセンターでも期日前投票ができます

福岡県知事選挙の期日前投票ができます。
日時: 3月18日(火)～22日(土)、10～19時
場所: イオン若松ショッピングセンター(若松区二島一丁目)
会場: 2階会議室(くまざわ書店の奥、ゴールドジムの向かい)
投票できる人: 若松区の有権者
問若松区役所総務企画課☎761・5328へ。

健康だより 問若松区役所健康相談コーナー☎761・5327

- ① **離乳食教室** 離乳食のすすめ方の話と試食、個別相談。4月15日(火)10時30分～12時。対象は離乳食開始(生後5カ月ごろ)～生後7カ月ごろの乳児と保護者。母子健康手帳、バスタオルが必要。
 - ② **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。希望者には体組成測定あり。4月16日(水)10、11、13、14時。対象は64歳以下。定員各時間1人。
 - ③ **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。4月17日(木)10、11、13、14時。対象は65歳以上。定員各時間1人。
- 共通 若松区役所で。甲①は3月17日～4月7日、②③は4月14日までに問先へ。①はインターネットも可。



①の申し込みはコチラ

日曜日開催

4月	時間	場所	所在地
6日(日)	9:30～11:15	山の神池公園駐車場(穴生ドーム横)	八幡西区鉄竜一丁目
	13:00～15:00	文化記念公園	小倉南区田原五丁目
13日(日)	9:30～11:15	市営バス旧二島営業所跡地	若松区二島六丁目
	13:00～15:00	三萩野公園	小倉北区三萩野三丁目
20日(日)	9:30～11:15	大里公園	門司区不老町一丁目
	13:00～15:00	北九州市獣医師会館	八幡東区東田一丁目



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。



公式
Instagram



公式
フェイスブック

3/15

2025

令和7年

やはた東



河内貯水池堰堤付近

●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 八幡東区役所総務企画課 ☎661-0039 FAX 681-0314

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。4月10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。■4月7日までに八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎671-4800へ。
食卓相談 食事に関する個別相談に応じます。4月15日(火)10、11、13、14時から各1時間、八幡東区役所東別館

で。対象は65歳以上。定員各時間1人。■3月17日～4月11日に八幡東区役所保健福祉課☎671-6881へ。

認知症家族交流会

介護に役立つ情報交換や講演など。4月20日(日)10～11時30分、5月22日～来年3月26日の毎月第4木曜日(1月は第5木曜日。2月は第3木曜日。全12回)13時30分～15時、八幡東区役所で。対象は認知症の人を介護している家族。先着15人。■3月19日から八幡東区役所保健福祉課☎663-1013へ。4・7・10・11月と来年1月はどなたでも参加可。事前に申し込みが必要。詳しくは問を。

前田さくら祭り

パトカー・白バイ・消防車の展示、バザー、餅まきやパフォーマンスなど。3月30日(日)10～15時、さくら通り(祇園一・二丁目)で。雨天中止。さくら通りは7時30分～16時30分まで車両通行止めとなります。問 平野市民センター☎661-1584へ。

ストレッチ&リズムダンス 体操教室

4月14日～7月28日のおおむね毎週月曜日(全12回)10～11時30分、八幡東体育館で。対象は40歳以上。定員100人。受講料7200円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項と受講経験の有無を書いて3月31日までに同施設(〒805-0019八幡東区中央三丁目9-6、☎662-9000)へ。

オンラインで転出届ができます!

北九州市外へ引っ越しをされる際、マイナンバーカードをお持ちの人はマイナポータルを利用すると、区役所窓口に来庁し転出届を提出することが原則不要となります。引っ越し予定日(転出予定日)の30日前から手続きが可能ですので、ぜひご利用ください。問 八幡東区役所市民課☎681-8604へ。

健康づくりキャッチコピー

「感謝して 食べる心が 生む健康」に決定!

八幡東区役所では区民の健康意識の向上を目指して、「食」をテーマにキャッチコピーを募集しました。各地区から個性豊かな応募があり、枝光地区の作品が最優秀賞に決定しました。このキャッチコピーは、令和7年度の健康づくり事業に活用されます。ご協力ありがとうございました。問 八幡東区役所保健福祉課☎671-6881へ。



令和7年度 八幡東区市民センター閉館時刻のお知らせ

4月から一部の市民センターの閉館時刻が変わります。詳細はセンターにお問い合わせください。なお、各センターの開館時刻は9時となっています。皆さんのご利用をお待ちしています。

問 八幡東区役所コミュニティ支援課☎671-3061へ。

休館日と閉館時刻 ※開館時刻は9時です。						
市民センター	日	月	火	水	木	金 土
祝町・枝光 枝光南・尾倉 天神サブ・高槻 平野・前田	休	21時				17時
		21時	22時	21時	21時	
枝光北	休	22時				
大蔵・高見		21時	22時	21時	22時	
槻田	休	22時				
八幡大谷		17時	22時			

栄養士さんの元気レシピ vol.33

問 八幡東区役所保健福祉課 ☎671-6881

豆腐バーグ



絹ごし豆腐が入った口当たりのやさしいハンバーグです。

材料(2人分) 鶏ひき肉100g、絹ごし豆腐80g、A[かたくり粉小さじ2、マヨネーズ小さじ1、塩小さじ1/4]ピーマン10g、ニンジン10g、サラダ油大さじ1/2、ブロッコリー40g、ミニトマト4個(40g)

作り方

- ①ボウルにひき肉と豆腐、Aを入れる。ピーマンとニンジンはみじん切りにして加え全体を混ぜる。
- ②ブロッコリーは小房に分けて、ゆでる。
- ③フライパンに油を熱し、①をスプーンですくって落とす。片面を2分間焼き、ひっくり返してもう片面もさらに2分間焼く。
- ④③を皿に盛り、②とミニトマトを添える。

※1人分: エネルギー174kcal 食塩相当量0.8g



毎月17日は減塩の日

©2017 日本高血圧学会

『皿倉山健康ウォーク』参加者募集!

いずれも5月11日(日)、THE OUTLETS KITAKYUSHU(東田四丁目)で出発式。受け付けは、出発式の40分前から。同施設にゴール。

- ▶ 皿倉・河内水緑(みりょく)健脚コース(23km)=8時30分出発式。定員750人。
- ▶ 皿倉山&中央町ぐるめぐりコース(12km)=8時30分出発式。定員400人。
- ▶ 歴史探訪&枝光うまかもんめぐりコース(7km)=9時30分出発式。定員100人。
- ▶ 東田&枝光うまかもんめぐりコース(6km)=10時30分出発式。定員300人。

共通 小学生以下は保護者の参加が必要。参加費は中学生以上1000円(事前に振り込みが必要。振込手数料あり)。当日支払いの場合は1500円。いずれも事前に申し込みが必要。定員に達し次第締め切ります。荒天中止。■4月4～25日に皿倉山健康ウォーク実行委員会事務局(八幡東区役所総務企画課内)☎681-0387へ。詳細は問を。ホームページ(右記を読み取り)でもご覧になれます。



詳しくはコチラ!



3/15
2025
令和7年

やはた西



- 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)

▲公式
Instagram

編集 八幡西区役所総務企画課 ☎642・0039 FAX621・0862

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。3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6階)で。対象は保育士の資格などを持つ人。定員5人。■3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 4月1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。■3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。4月10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。■4月7日までに同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645・4800へ。

楠橋地域交流センターの講座

健康料理教室 4月11日~9月12日の毎月第2金曜日(全6回)10~13時。定員10人。材料費3600円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月31日までに同施設(〒807-1145八幡西区楠橋西二丁目16-22、☎617・0308)へ。

木屋瀬地域交流センターの講座

①健康料理教室 4月23日~9月24日の毎月第4水曜日(全6回)9時30分~13時。材料費3600円。
②初心者ヨガ体操講座 5月2日(金)・30日(金)(全2回)の10時30分~12時。共通定員12人。■講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項と駐車場使用の有無を書いて①は4月15日、②は23日までに同施設(〒807-1262八幡西区野面一丁目8-35、☎617・7980)へ。

健康だより

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

①5・6・7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 対象は18歳以上。受診料500円。

特定健診 対象は来年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(※は9時30分~11時)。
▶千代市民センター=6月11日(水) ▶八枝市民センター=12日(木) ▶※本城市民センター=15日(日) ▶黒畑市民センター=18日(水) ▶陣山市民センター=25日(水) ▶池田市民センター=7月3日(木)。

なお、黒崎ひびしんホール=7月2日(水)は9時40分~11時20分の部と13時20分~15時の部あり。

②胃がん検診

▶的場池体育館=5月23日(金)9時20分~11時50分 ▶本城市民センター=6月15日(日)9時30分~11時 ▶黒崎ひびしんホール=7月2日(水)9時40分~11時20分。

②の共通対象は35歳以上。受診料1000円(40~69歳は900円)。

③乳がん検診

▶的場池体育館=5月23日(金)9時20分~11時50分 ▶黒崎市民センター(骨粗しょう症検診も実施)=5月28日(水)13時30分~15時 ▶黒崎ひびしんホール=7月2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。

①~③の共通各会場に定員あり。■4月1日(黒崎ひびしんホールは2日、池田市民センターは3日)から検診日の10日前(土・日曜日、祝日は除く)までに■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■を。

狂犬病予防注射と飼い犬登録を

生後91日以上の子犬は、一生に1回の飼い犬登録と年に1回の狂犬病予防注射が必要です。注射料金は1頭3400円(未登録の犬は別に3000円が必要。ただしマイクロチップ特例制度対象の場合は除く)。通知はがきの問診欄に当日の健康状態を記入の上、飼い犬が逃げないように首輪などをしっかり締めて来場してください。なお、獣医師の判断により注射が出来ない場合もあります。狂犬病予防注射は動物病院でも接種することが出来ます。料金などは各動物病院に■を。■保健所西部生活衛生課☎642・1818へ。

4月	時間	場所
2日(水)	10:00~10:30	池田小学校
	10:50~11:20	香月スポーツセンター
	11:40~12:10	茶屋の原公園
	13:20~13:40	三ヶ森四丁目公園
3日(木)	14:00~14:30	永犬丸中央公園
	10:00~10:15	日吉2号公園
	10:35~10:55	折尾西小学校
	11:15~11:35	松寿山公園
4日(金)	13:00~13:50	白岩池公園(遊具側)
	14:10~14:20	小嶺台南1号公園
	10:00~10:15	元城東公園(旧川頭公園)
	10:35~10:50	田良原公園
6日(日)	11:10~11:40	別所公園
	13:00~13:20	上津役公園
	13:40~14:10	上津役市民センター
9:30~11:15	山の神池公園駐車場(穴生ドーム横)(八幡西)	

4月	時間	場所
7日(月)	10:00~10:30	友田北公園
	10:50~11:10	光貞台公民館
	11:30~11:50	浅川公園
	13:10~13:30	本城一丁目公園
8日(火)	13:50~14:10	本城公園(本城陸上競技場199号線側駐車場)
	10:00~10:30	星ヶ丘中央公園
	10:50~11:05	深田公民館
9日(水)	11:25~11:40	須賀公園
	13:00~13:15	楠橋地域交流センター
	13:35~13:55	黒川公園
9日(水)	10:00~10:30	大平台ひまわり公園
	10:50~11:10	塔野南公園
	11:30~11:50	春日台公園
13:10~14:00	的場池体育館	





Facebook Instagram
ホームページ X(旧Twitter)

戸畑のお役立ち情報!



3/15
2025
令和7年

とばた

●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 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX871・4807

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。4月10日(木)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4月7日までに「高齢者・障害者相談」コーナー☎881・4800へ。

戸畑区役所で証明書(一部)のセルフ発行ができます

戸畑区役所は、コンビニなどで利用されているキオスク端末を設置しています。キオスク端末ではマイナンバーカード(電子証明書が有効な場合に限る)を利用した証明書のセルフ発行ができます。コピー機としても利用可。設置は1階南側出入口横。利用時間は平日8時30分~17時(木曜日は19時まで、戸籍関係は9~17時)。※操作などのご利用に関する詳細はフロアスタッフへ。問戸畑区役所市民

課☎871・7828へ。ただし、所得額(課税・非課税)証明書の発行は、財政・変革局戸畑税務課☎881・2687へ。

「子どもまつり」手づくりこいのぼりの募集

4月29日(例)、「子どもまつり」の会場で飾る「手づくりこいのぼり」を募集します。対象は小学生以下のグループ(20名以下)。応募作品は2メートル以内で廃品などを使用して作成したもの。今回から事前エントリーが必要。詳細は戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502に問を。

ストレッチ&リズムダンス体操教室

4月14日~7月28日のおおむね毎週月曜日(全12回)10~11時30分、八幡東体育館で。対象は40歳以上。定員100人。参加費7200円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項と受講経験の有無を書いて3月31日までに同施設(〒805-0019八幡東区中央三丁目9-6、☎662-9000)へ。

人権擁護委員の表彰

人権擁護委員は、人権を侵害された被害者の救済や人権相談活動のほか、人権尊重思想の普及高揚を図るための人権啓発活動を職務として、地域に密着した活動を行っています。
人権擁護委員として永年その職にあり、職務上の功績が顕著であるとして、昨年10月に戸畑区の山内富士子さんが法務大臣表彰を受賞されました。問戸畑区役所総務企画課☎881・0039へ。



とばた菖蒲まつりへの出展者などを募集

いずれも6月1日(日)10~16時、夜宮公園(夜宮一、二丁目)で。▶出展者=約20区画(1区画3.6m×5.4m) ▶ステージイベント参加者=定員約10組。共通申3月26日まで。問とばた菖蒲まつり実行委員会(戸畑区役所総務企画課内)☎871・2316へ。



▲詳細はコチラ

健康だより

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

北九州市の各種健康診査は、集団と個別の2通りの方法で受診できます。

1. 集団検診 予約が必要です。詳しくは下表をご覧ください。
※予約開始日が変更になりました。検診実施日の3ヶ月前から予約を開始します(例:7月9日検診日の場合、4月9日予約開始)。(ただし、5・6月分の集団検診はすべて4月1日から開始します)
2. 個別検診 受診場所 検診マークのステッカーが貼ってある個別医療機関で受診できます。一覧表は右記二次元コードからご確認ください。
受診方法 医療機関に電話で確認の上、「市の検診を希望」と申し出、受診してください。



◀個別検診医療機関一覧

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申
特定健診注1)	40~74歳 (北九州市国保加入者)	無料	各検診に 定員あり (先着順)	6月2日(月)14~15時30分 6月11日(水)14~15時30分 6月18日(水)14~15時30分	戸畑区役所 牧山市民センター(牧山四丁目) 大谷市民センター(東大谷二丁目)	申は電話で4月1日(火)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。申し込みは検診日の10開庁日前までです。定員に達した時点で予約受け付けを終了します。	
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)					
肝炎ウイルス検査	過去に受診したことがない人	無料					
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注2)		5月21日(水)14~15時30分	戸畑区役所		
大腸がん検診	40歳以上	500円注2)					
乳がん検診 (マンモグラフィー)	昨年度受診していない 40歳以上の女性	1000円注2)		6月2日(月)14~15時30分	戸畑区役所		
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円注2)					



◀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。