

# 北九州

Kitakyushu  
**Action!**

動かせ、未来。北九州市

## 市政だより

2025  
令和7年  
11/15

No.1494 [毎月1日・15日 発行]

### 主な内容

- 特集1 ..... 1~2  
コクラBEAT
- 特集2 ..... 3  
未来の介護大作戦
- トピックス ..... 4  
● フェンシングワールドカップが開催されます 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1

## コ克拉BEAT~“鼓動”がつながり、まち全体に広がる

※画像はイメージです。

担当都市戦略局都市再生企画課 ☎ 582-2502

### 市長からのメッセージ

さあ、今年も小倉の冬が熱くなります!  
街じゅうが光と音に包まれる「コ克拉BEAT」、今年はさらにパワーアップ! 昨年話題をさらったクリスマスマーケットをはじめ、鷲外橋のツインツリー、きらめくイルミネーション、そして温もりあふれるヒュッテ(小屋)や飲食店も増え、紫川一帯が幻想的な光の舞台に生まれ変わります。

シニアも若者も、子どもたちも、ご家族でも、友人同士でも、カップルでも。この冬、小倉でしか味わえない心躍るひとときを。

皆さんの冬の一瞬が、人生のあたたかな思い出になりますように。



北九州市長  
武内 和久

11/21(金)~12/25(木)

連続  
35日間



▲ 詳細はコチラ

主な  
イベント  
会場

- 紫川河畔
- 勝山公園  
(市役所南側)
- 船場広場  
(小倉北区船場町)
- 小倉駅周辺 など

イベントの詳細は2ページへ





### KOKURA CHRISTMAS MARKET & CASTLE (紫川親水広場・船場広場)

昨年度より  
パワーアップ



お城を背景に広がる  
クリスマスマーケット!



光の演出が作り出す特別な空間に、雑貨やグルメのヒュッテがぎゅらり。家族や友人などと過ごす冬のひとときを温かく包み込みます。

問 北九州クリスマスマーケット実行委員会 591-1170  
担 産業経済局サービス産業政策課 582-2050

11/21～24／北九州グランマーケット(勝山公園)  
問 MES(門司港イベントサプライ) 080-9100-6788  
担 TEAM城下町小倉共同事業体(指定管理者) 561-1210

11/23～30／ワールドスケートボードストリート(北九州メッセ)  
問 都市ブランド創造局スポーツ振興課 582-2411

11ページへ

### 小倉イルミネーション (鷲外橋・紫川河畔ほか)

紫川一帯が30万球の  
圧倒的な光に包まれる!



川辺の景観を生かした大規模イルミネーションが冬の小倉を彩ります。今年は小倉駅前も巨大クリスマスツリーと光で演出を広げます。

問 小倉イルミネーション実行委員会 591-1170  
担 小倉北区役所総務企画課 582-3335

### 紫川ナイトスペクタクル (紫川親水広場)

街も夜空も丸ごとステージに!

11/21～12/25



紫川親水広場を中心に圧巻の光と音のショー。幻想的なイルミネーションと音楽がシンクロし、小倉の冬空をドラマチックに演出します。

問 都市戦略局都市再生企画課 582-2502

### KitaQ おもてなしキャンペーン(12/25まで)



アプリでイベントのスタンプを取得すると、300店舗以上の飲食店や観光施設などで割引・特典が受けられます。



▲ 詳細はコチラ

問 都市ブランド創造局インバウンド課 482-1951

※写真は全てイメージです。

特集1に関するお問い合わせ 都市戦略局都市再生企画課 582-2502

**相談支援**

リハビリ職、介護福祉士、看護師などの専門職によるワンストップ対応(介護、排せつなど)

**技術開発**

大学・企業等と連携した介護テクノロジー機器の開発・活用促進

**展示**

最先端のユニバーサルデザインを取り入れたモデルルーム



認知症の人にも分かりやすい表示を館内各所に設置

**テクノケア∞北九州**

技術でつなぐ、暮らし&ケア

**オープンします**

最先端の介護機器や福祉用具を体験できる「テクノケア∞北九州」(旧福祉用具プラザ北九州)がいよいよオープン! 「モノ」「住まい」「ひと」の3つの視点から、誰もが自分らしく暮らせる毎日をサポートします。最新の技術やアイデアに触れることで、介護や福祉の未来を感じてみませんか。

総合保健福祉センター1階(小倉北区馬借一丁目7-1)

☎ 522-8721

開9~17時30分 休月曜日、祝・休日、年末年始

**研修・講座**

介護知識から介護テクノロジーまで、年間を通して充実した研修・講座を実施



問 保健所地域リハビリテーション推進課 ☎ 522-8724

**特集2 未来の介護大作戦**

北九州市では、世界をリードする介護先進都市を目指して、介護人材の確保や育成支援、テクノロジーを活用した業務改善などに取り組んでいます。

**11月22日土**

**オープニングセレモニー開催!**

「テクノロジーが拓く、未来の暮らし～住み慣れた家で自分らしい輝く人生を」をテーマとしたパネルディスカッションや各ブースの紹介、介護テクノロジーエキスパートによる実演など。

10時30分～14時、総合保健福祉センター1階で。申込不要。詳細は問を。

**市内初／**

発達が気になる子どもの支援用具企画も行います。

★学習や遊びの道具の展示・体験

★専門職による相談支援コーナー

(特性に応じた支援の助言、家庭でできる工夫など)

**介護先進都市へ****先進的介護「北九州モデル」の普及・展開****①業務の見える化・仕分け**

さまざまな業務を細かく記録し、どこに課題があるかを分析

**②介護テクノロジーの活用**

・センサーによる見守り・状態把握  
・介護記録を手書きからデジタルへなど

**③業務オペレーション整理**

勤務シフトの見直しなど

**「時間を生み出す介護」を創出****介護職員の負担軽減により****介護サービスの質の向上につながる**

さらに  
新たな動きも!  
北九州超スマートケアコンソーシアム設立

今年7月に民間主導の取り組みとして、産学官金の50企業・団体で構成される「北九州超スマートケアコンソーシアム」が設立されました。これまで先進的介護を推進してきた北九州市は、アドバイザーとして同コンソーシアムでの活動を力強く後押ししていきます。



問 保健福祉局先進的介護システム推進室 ☎ 582-2712

**「スケッター」活躍中!****スケッターとは?**

介護施設のお手伝いをする有償ボランティアです。



今年3月からスケッターとして働き始めました。これまで介護職での勤務経験はありませんでしたが、食事の配膳や片付け、フロア清掃など、専門の知識がなくても働ける環境です。

また、週2～3日、1日2時間の勤務で、体力的にも助かりますし、自分の時間も確保しやすいので働きやすいです。



ヴィオレッキふね  
沖野浩太さん

スケッターの活用を始めて、職員の時間外労働も減少し、専門職も本来業務に集中しやすくなったと感じています。

スケッターは、介護職の経験がない方をはじめ、年代も20代からと、さまざまな方がいらっしゃいます。入居者さまも楽しみにされていて、良い効果が生まれています。

**スケッターを募集中!**

これまでに  
1018件が  
マッチング!

スケッターのホームページからご登録ください。



▲登録は  
コチラから

**ご相談ください!地域包括支援センター**

各区役所・出張所にあります(東谷出張所は除く)

担保健福祉局地域福祉推進課 ☎ 582-2060

高齢者のための保健・医療・福祉・介護の「総合相談窓口」です。保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーが電話や窓口で応じます(相談無料)。また、高齢者本人だけでなく、介護を担う家族や地域の人からの相談も受け付けています。

開8時30分～17時 休土・日曜日、祝・休日、年末年始



▲登録は  
コチラから

特集2に関するお問い合わせ 保健福祉局総務課 ☎ 582-2497

★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▶



★**基本事項** の記入方法は11ページを参照 ★時間は24時間表記

## 市税の支払いはキャッシュレスで簡単・便利に

e-L-QR(エルキューール、地方税統一QRコード)付きの納付書で、「地方税お支払サイト」やスマートフォン決済アプリから市税を簡単・便利に納付できます。

●スマートフォンやパソコンから時間365日納付できます(システムのメンテナンス時間は除く)。

●地方税お支払サイトでは、クレジットカード払いやインターネットバンキングなどが選べます。スマートフォン決済アプリ(各種Pay払い)は、各社の決済アプリで直接e-L-QRを読み取つてください。

e-L-QRでの納付方法や対応するスマートフォン決済アプリなどの詳細は地方税お支払サイトでご確認ください。



▲地方税お支払サイト

## クルーズ船「コスタセレーナ」 GW関門市民クルーズ

担港湾空港局クルーズ・交流課 ☎ 321-5939



問(株)ベストワンドットコム東京本社 ☎ (03)5312-6247  
同大阪営業所 ☎ (06)4580-2620  
メールアドレス: guest@best1cruise.com

【ハンドボール競技男子日本代表】  
岩崎先育選手  
【バスケットボール競技女子日本代表】

市民は特別料金で乗船できます。来年5月2日(土)、下関を出港。済州島(韓国)、※博多、境港、金沢、舞鶴、釜山(韓国)を経由し、5月9日(土)、博多に入港(7泊8日)。※の博多から5月4日(祝)に途中乗船する5泊6日のプランもあり。定先着30組(1組3人まで)。料17万7200円から。申し込みなど詳細は問を。

- ・市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)
- ・固定資産税・都市計画税(土地・家屋)
- ・固定資産税(償却資産)
- ・軽自動車税(種別割)

### 利用できる税金の種類



▲口座振替はコチラから

※一度の登録で、毎回支払いに行く手間が省ける口座振替もお薦めです。

※スマートフォンなどからの支払いは納付期限内の納付書に限ります。

※クレジットカード払いは、別途システム利用料がかかります。

## キヤッチボールクラシック全国大会が開催されます

キヤッチボールの日本一を決める「キヤッチボールクラシック全国大会 小学生の部」が九州で初開催されます。12月6日(土)12~16時、北九州市民球場(小倉北区三萩野二丁目)と三萩野球場(同区三萩野三丁目)で、現役プロ野球選手の来場もあり。詳細は問を。



九州で初めてとなる「NEXUS Present s 高円宮牌フェンシングワールドカップ2025」(男子フルーレ)が開催されます。12月5日(金)~7日(日)、北九州メッセ(小倉駅北側、旧西日本総合展示場新館)で。

世界のトップ選手約200人が出場します。時間など詳細は問を(予約なし、無料で観戦可)。大会ホームページでもご覧になります。



問財政・変革局収税企画課 ☎ 582-2031

## フェンシングワールドカップが開催されます

問都市ブランド創造局スポーツ振興課 ☎ 582-2411

## ふれあいフェスタを開催

人権に関する講演会や人相談など。11~16時30分、ウエルとばた2・3階で。

◆ステージイベント・講演

13~16時、ウエルとばた3階(戸畠駅前)で。▼21代うたのおねえさん・小野あつこさんのステージ! 13時30分~14時

リーアナウンサー・笠井信輔さんによる人権講演会! 15~16時。入場整理券の配布あり(詳細は問を)。市のホームページでもご覧になります)。

障害のある人による演奏・歌・ダンスもあり。共通手・要あります。

### ◆展示など

人権・福祉団体による活動紹介や展示、雑貨の販売、人権ネル展示、バザーなど。出演は「明日への伝言板」ナレーターの鶴田弥生さんと岡澤アキラさん、タレンツのまつおはるかさん、松下由依さん、波多野菜は問を。



▲詳細はコチラ

問保健福祉局人権文化推進課 ☎ 562-5010



▲笠井信輔さん



▲小野あつこさん

## 人権に関する催し



▲岡澤アキラさん



▲鶴田弥生さん



▲松下由依さん



▲まつおはるかさん



▲詳細はコチラ

## 「明日への伝言板」フェスティバルを初開催

ステージイベント(朗読やトークショー)、シナリオのパネル展示、バザーなど。出演は

「明日への伝言板」ナレーターの鶴田弥生さんと岡澤アキラさん、タレンツのまつおはるかさん、松下由依さん、波多野菜は問を。



▲詳細はコチラ



▲河内 彩



▲小野あつこさん

# すこやかハート 北九州

保健福祉の情報をお伝えします

障害者週間とは、障害への関心と理解を深め、障害のある人も社会や文化などあらゆる分野の活動に積極的に参加することを推進する期間です。

北九州市では「障害者差別解消条例（通称）」を制定し、市民や事業者、市が協力して障害を理由とする差別の解消に向けて取り組む共生社会の実現を目指しています。

障害者週間とは、障害への関心と理解を深め、障害のある人も社会や文化などあらゆる分野の活動に積極的に参加することを推進する期間です。

北九州市では「障害者差別解消条例（通称）」を制定し、市民や事業者、市が協力して障害を理由とする差別の解消に向けて取り組む共生社会の実現を目指しています。



▲入賞作品はコチラ

## 人権に関する相談はコチラ

## 北九州市人権推進センター

相談専用電話☎562・5088  
月～金曜日の8時30分～17時  
(祝・休日、年末年始を除く)

## 法務局(北九州支局)

みんなの人権110番

📞0570・003・110(ナビダイヤル)  
月～金曜日の8時30分～17時15分  
(祝・休日、年末年始を除く)

## インターネット人権相談受付窓口

法務省のホームページから相談できます。



◀詳細は

問 保健福祉局人権文化推進課 ☎562・5010

12月4～10日は人権週間、  
12月10～16日は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

## 聴覚障害

「きこえない・きこえにくい」障害です。

外見からは分からなくても援助が必要な人もいます。障害のある人がどんな配慮を必要としているかを具体的に聞き、よく話し合うことが大切です。その人の障害の特性に合わせた対応(合理的配慮)を考えましょう。

## 障害のある人への配慮について

- 問 保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453  
コミュニケーション手段は、手話、口話、身振り、筆談など、人によつてさまざまです。
- 筆談用のメモ用紙などを用意しておく。  
● 本人の希望に応じて手話通訳や要約筆記などの配慮をする。
- 手話を覚えよう!
- 聴覚に障害がある人にとって、手話は言語でありコミュニケーション手段の一つです。皆さんも手話を覚えてみませんか。



(左手の甲に右手を立て、少し上げて一礼する)

今年6月25日に手話の普及を目的とした手話施策推進法(通称)が施行されました

問 保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453  
コミュニケーション手段は、手話、口話、身振り、筆談など、人によつてさまざまです。

● 筆談用のメモ用紙などを用意しておく。  
● 本人の希望に応じて手話通訳や要約筆記などの配慮をする。

手話を覚えよう!

聴覚に障害がある人にとって、手話は言語でありコミュニケーション手段の一つです。皆さんも手話を覚えてみませんか。

## 市政FLASH

## 「門司港駅」が日本夜景遺産に認定!

このたび、門司港駅が(一社)夜景観光コンベンション・ビューローによる日本夜景遺産に認定されました。

フォトジェニックな美しさだけでなく、歴史的建築を現代の光で際立たせる取り組みとして高く評価されたものです。これにより、北九州市の日本夜景遺産は12件となります。

今年は門司港レトロ30周年の節目でもあります。この機会に歴史・文化と夜景の融合をぜひお楽しみください。



問 都市ブランド創造局インバウンド課 ☎482・1951

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紹介します。

## 「北九州国際映画祭」が開催決定!

「映画の街・北九州」を代表する映画の祭典「北九州国際映画祭」が、来年2月27日(金)・28日(土)、3月1日(日)に開催されることが決定しました。

- 「プロモーション・アンバサダー」に北九州市出身の3俳優が就任!  
光石研さん、野間口徹さん、吉本実憂さんが就任しました。

- 「総合プロデューサー」に近浦啓さんが就任!

世界の映画祭でノミネート・受賞実績を持つ北九州市出身の映画監督・近浦啓さんが映画祭をプロデュースします。

- 短編映画のコンペティションを初開催!

若手監督が世界へ羽ばたく登竜門的な映画祭を目指して、「サンフラワー・ショートフィルムス・インターナショナル・コンペティション」を開催します。

本映画祭の詳細は今後、市政だよりなどでお知らせします。

問 都市ブランド創造局MICE・メディア芸術課 ☎551・8152



# 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 共通=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
戸畠区	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
- 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④と記入
- 託児や保護者氏名など、記入する内容は各記事で確認を
- 希望催し名
- 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
- 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、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)により、最大23言語で対応します。いずれも11月の毎週月～金曜日(休日は除く)。▶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 ▶同センター小倉(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。12月の毎週月～金曜日(29～31日は除く)10～16時。

### 供養・墓じまいに関する専門相談

終活アドバイザーと終活技能士が応じます。12月10日(水)13～16時。定先着3人。

**葬儀に関する専門相談** 終活カウンセラーが応じます。12月17日(水)13～16時。定先着3人。

共通終活あんしんセンター(戸畠駅前、ウェルとばた3階)で。申11月25日10時から北九州市社会福祉協議会☎882・6211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。11月29日(土)11～16時30分、子ども・若者応援センター「YELL」(戸畠駅前、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むね15～39歳の人と家族。定先着5

組。申11月18日から同センター☎882・0188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。12月5日(金)10～16時、ウェルとばた8階(戸畠駅前)で。申不要。問高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

### ひとり親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。12月10日(水)14～16時と24日(水)18～20時、母子・父子福祉センター(戸畠駅前、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11月27日9時30分から同センター☎871・3224へ。

### 高年齢者就業支援センター出張おしごと無料相談会

専門相談員が応じます。肌年齢測定会もあり。▶大里柳市民センター(門司区高田二丁目)=12月12日(金) ▶ハローワーク八幡・黒崎駅前庁舎(黒崎駅西側、コムシティ6階)=来年1月16日(金) ▶さわらびガーデンモール八幡(八幡東区西本町四丁目)=来年2月10日(火)。共通10～15時。対おむね50歳以上。申11月18日から高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

### 北九州市立大学「i-Designコミュニティカレッジ」オンライン相談会

社会人のための大学教育プログラム「i-Designコミュニティカレッジ」に関する説明や相談会。12月13日(土)14～15時30分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対25歳以上の高等学校を卒業した人など。料相談無料。申11月17日～12月10日17時にネットで。問北九州市立大学企

画戦略課☎964・4098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。12月16日(火)13～16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11月17日から精神保健福祉センター☎522・8744へ。

### マンション管理無料相談会

マンション管理士が応じます。12月22日(月)14～16時、福岡県マンション管理士会北九州事務所(小倉北区魚町二丁目)で。定2組。申12月19日までに同事務所☎967・2445へ。担都市戦略局住まい支援室☎582・2288。

## お出かけ

### 企画展「記録とみる木屋瀬」

木屋瀬の過去の様子や地域の特色を、文書や写真、絵画などから探る企画展。12月14日(日)まで(11月24日以外の月曜日と11月25日は休館)の9～17時30分(入館は17時まで)、長崎街道木屋瀬宿記念館(八幡西区木屋瀬三丁目、☎619・1149)で。料入館料が必要。



▲麻生東谷「仙人図」

寒ラン花展 約30点。11月22日(土)10～16時と23日(祝)9～15時。

共通料駐車場は有料。問総合農事センター(小倉南区横代東町一丁目、☎961・6045)へ。

### 響灘ビオトープカレンダーの引換券を配布

響灘ビオトープのオリジナルカレンダー引換券を進呈。11月17日(月)9時から(限定30部)、同施設(若松区響町一丁目、☎751・2023)で。カレンダーの引き換え期間は12月17日(火)～28日(日)(毎週火曜日は除く)。



▲昨年のカレンダー

### 九州鉄道記念館 秋のファミリーフェスタ

アルミカート乗車や鉄道のお仕事体験(22日だけ。一部有料)、こども縁日、キッチンカーやマルシェの出店など。11月22日(土)・23日(祝)の9～17時(入館は16時30分まで)、九州鉄道記念館(門司港レトロ地区、☎322・1006)で。料入館料が必要。



### スペースLABOの催し

①プラネタリウム特別投映「熟睡プラ寢たリウム」 11月23日(祝)・24日(木)の18時30分～19時30分。定各日250人。料一般600円、中学・高校生300円、小学生200円。

②館長・川村博士のサイエンスひろば「クリスマスLEDプレートをつくろう」 12月14日(日)10時30分～11時20分。定先着25人。料工作をする場合は500円。

共通申①は観覧希望日までに、②は11月30日からネットで。問スペースLABO(八幡東区東田四丁目、☎671・4566)へ。

## 競輪祭アリーナイベント

11月22日(土)～24日(木)の12～19時、メディアドーム(小倉北区三萩野三丁目)で。▶トークショー&ワンポイント実演=卓球金メダリスト・水谷隼さん(23日(祝))、元プロ野球選手・和田毅さん(24日) ▶その他イベント=「仮面ライダーゼットショー」(22日)、「キミとアイドルプリキュア♪ショー」(23日)、「ウルトラマンゼロがやってくる」(24日)など。共通対中学生以下は保護者同伴。時間など詳細は問を。小倉競輪のホームページでもご覧になれます。

問公営競技局競輪事業課  
☎941・0945



▲水谷隼さん



▲和田毅さん

### 北九州グランマーケット

手作り作品や雑貨、古着などの販売。11月21日(金)～24日(木)の10～16時、勝山公園大芝生広場(市役所南側)、紫川河畔などで。雨天中止。問MES(門司港イベントサプライ)☎080・9100・6788へ。担TEAM城下町小倉共同事業体(指定管理者)☎561・1210。

### 総合農事センターの催し

秋の洋ラン展 カトレア、パフィオペディラムなど約150点。11月22日(土)～24日(木)の9時(22日は13時)～16時(24日は15時まで)。

★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** 11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。対山歩きのできる人。雨天中止。

**②野鳥観察** 12月14日(日)9時30分、皿倉山ケーブルカー山麓駅前に集合。15時、皿倉山ビジターセンターで解散。対山歩きのできる人。定先着20人。料500円(別にケーブルカー乗車料が必要)。

**③森のカルチャー教室「しめ縄作り」** 12月14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2000円。

共通申②③は必要。11月17日から皿倉山ビジターセンター☎681・5539へ。

## キタゲキスクール 成果発表公演

キタゲキスクール生が俳優として出演するほか、照明や音響などスタッフワークも担当し、上演します。11月29日(土)・30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)500円。売上の一部が芸術文化を未来へつなぐ人材育成のために充てられる「ミライ応援チケット」1000円もあり。当日も同額。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。



## 白野江植物公園の紅葉まつり

**ボタニカルマーケット** 植木・花苗の販売やクリスマスリース作り等の工作体験など。11月29日(土)・30日(日)の

10~16時。荒天中止。スタッフによる園内ガイド(11時、13時、15時から各30分)やクイズラリーなどもあり。

**紅葉のお茶席** 11月30日(日)10~15時(限定80杯)。料500円(抹茶・菓子付き)。甘酒やソフトクリームなどの販売もあり。



**そよ風コンサート** 芝生広場の花壇を背景に屋外ミニコンサートを開催します。11月30日(日)11~15時。荒天中止。

共通料入園料が必要。問白野江植物公園(門司区白野江二丁目)☎341・8111)へ。

## ひとり親家庭・寡婦の ふれあいレクリエーション

スポーツやゲームを通じて交流します。11月30日(日)13~16時、第一警備スポーツセンター戸畠(戸畠区浅生二丁目)で。対ひとり親家庭の親と子、寡婦。上履きが必要。詳細は北九州市母子寡婦福祉会☎871・3225へ問を。担子ども家庭局子育て支援課☎582・2410。

## 障害者芸術祭

▶ステージイベント=11月30日(日)13~16時、ウェルとばた3階(戸畠駅前)で。手・要あり ▶作品展=12月2日(火)~7日(日)の10~17時(7日は15時まで)、美術館黒崎市民ギャラリー(黒崎駅西側、コムシティ3階)で。共通問北九州市身体障害者福祉協会☎883・5555、F883・5551へ。担保健福祉局障害福祉企画課☎582・2453。

## ソラランド平尾台 冬季開園時間のお知らせ

12月1日(月)から来年2月28日(土)の間、開園時間が10~16時(キャンプ場の日帰り利用も16時まで、平尾台アスレ・草そり場は15時30分まで)にな

ります。問ソラランド平尾台(小倉南区平尾台一丁目)☎452・2715)へ。

## 旧百三十銀行ギャラリーの 催し

**①北九州雅会邦楽合奏団定期演奏会** 箏、三絃、十七弦、尺八、フルートの演奏会。12月6日(土)13時30分~15時30分。

**②池端克章ライブ** 北九州市出身のシンガーソングライター・池端克章さんによる音楽ライブ。12月7日(日)13時30分~15時30分。定70人。料3000円。

共通申②は必要。12月6日までに株BESTIE☎391・0111へ。問旧百三十銀行ギャラリー(ハ幡東区西本町一丁目)☎661・9130)へ。

## 葉や実を愛でる植物観察会

12月7日(日)9時、平尾台自然観察センターに集合。14時30分、同所で解散。対小学生以上(小・中学生は保護者の参加が必要)。定30人。申往復はがき(4人まで)に基本事項を書いて11月27日までに同施設(〒803-0180小倉南区平尾台一丁目4-40)、☎453・3737)へ。

## ぺったんぺったんお餅つき

しめ飾り作りもあり。12月13日(土)~14日(日)(1泊2日)、かぐめよし少年自然の家で。対小・中学生と保護者。定15人。料1家族300円と食事代など1人3300円。申はがき(1家族だけ)に基本事項と性別、生年月日を書いて11月27日までに同施設(〒803-0267小倉南区大字頂吉451-1)、☎451・3111)へ。



## 漫画体験

漫画道具、タブレットの使い方や塗り絵など。12月14日(日)・20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)で。料入館料が必要。

## 山田緑地の催し

**①全国みつばちフォーラム** ミツバチの生態・養蜂技術を学びます。講演会や養蜂グッズ・キンリョウヘンの販売、巣箱見学、ワークショップなどもあり。11月29日(土)・30日(日)の9時30分~16時。対小学生以下は保護者同伴。定先着各日100人。料一部有料。

**②ナチュラル素材のリース作り** 12月7日(日)10~12時。対小学生以上(小学生は保護者同伴。同伴者は1人まで)。定先着20人。料2500円。持ち帰り用の袋が必要。

**③パルパーク・プロジェクト「里山で学ぶディキャンプ」** 火起こしやたき火の基本、簡単な調理などを体験型で学びます。12月14日(日)10~15時。対小学生以上(小学生は保護者同伴)。定先着10組。料1組(4人まで)1500円。5人以上の場合は1人追加につき500円。汚れてもよい服装、軍手、たき火で食べたい食材などが必要。

共通料駐車場は有料。申11月19日から、①はNPO法人グリーンワーク☎383・6807へ、②③はネットで。

問山田緑地(小倉北区山田町)☎582・4870)



▲ナチュラル素材のリース

## 施設の催し

### 美術館

☎882・7777

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

**県展** 11月20日(木)~24日(木)。料一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円。

**北九書の祭典** 11月27日(木)~30日(日)。

### 美術館黒崎市民ギャラリー

☎644・5206

〒806-0021ハ幡西区黒崎三丁目15-3、コムシティ3階 休開催期間以外 ふくおか県障がい児者美術展 11月18日(火)~24日(木)の10~17時。

### 旧安川邸

☎482・6033

〒804-0021戸畠区一枝一丁目4-23 開9~17時(入館は16時30分まで) 休火曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)、12月29日~1月3日

**①障がい者アート展** 干支「午」をテーマに描いた作品を展示。12月17日(水)~来年1月19日(月)。

**②邸宅レッスン~室礼講座** テーマは「冬至からお正月」。節句についての講座後、正月をイメージしたフラワーアレンジメントを作ります。12月20日(土)。10~12時の部と13~15時の部あり。定先着各部24人。料5500円。

**③心と呼吸を整える はじめてさんの坐禅会** 12月22日(月)10~11時30分。定先着15人。料220円(お茶・菓子付き)。椅子席での参加も可。



共通料入館料が必要。申②③は必要。電話で②は12月6日、③は8日のいずれも9時から同施設へ。

### 北九州市ほたる館

☎561・0800

〒803-0864小倉北区熊谷二丁目5-1 開9~17時(入館は16時30分まで) 休火曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

**生き物講座「馬と人のウマい話」** 12月7日(日)14~15時。定先着20人。申電話で11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

## 北九州市少年少女合唱団定期演奏会

12月14日(日)15~17時、戸畠市民会館(戸畠駅前、ウェルとばた3階)で。料前売り(全席自由)小学生以上1000円。当日は200円増し。前売り券は響ホールなどで発売中。問北九州市芸術文化振興財団音楽事業課☎663・6661へ。



▲昨年度の様子

## クリスマスライブ

出演はアコースティックオールディーズバンド・プレアデス。1950~60年代に流行した曲を演奏します。12月14日(日)15~17時、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。問市民活動サポートセンター☎645・3101へ。

## 多言語おはなし会

多言語(日本語・英語・中国語・韓国語)で絵本の読み聞かせをします。12月20日(土)14~15時30分、子ども図書館(小倉北区城内)で。定先着20人。申11月17日から北九州国際交流協会☎643・5931へ。

## 九州交響楽団「第九」公演

12月20日(土)15~16時30分、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(全席指定)S席5000円、A席4000円、学生1500円(学生証の提示が必要)、車いす席4000円(限定7席)。当日も同額。前売り券は主要プレイガイドなどで発売中。問九響チケットサービス☎(092)823・0101へ。担都市ブランド創造局文化企画課☎582・2391。



## 親子科学教室

テーマは「ろうそくの科学～オリジナルクリスマスキャンドルづくり」。12月21日(日)13時30分~15時、スペースLABO ANNEX(八幡東区東田二丁目)で。対小学1~3年生(保護者同伴)。定24人。料500円。申12月2日17時までにネットで。問スペースLABO☎671・4566へ。

## こども文化会館の催し

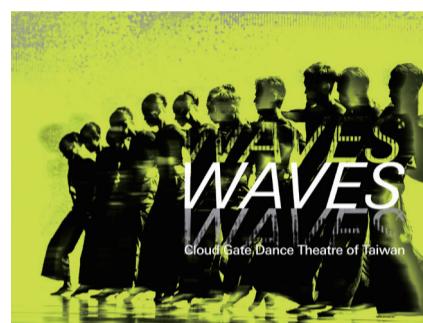
こども演劇教室卒業公演「ひみつきち～ずっといっしょに『stand by me』」12月21日(日)14~15時。

こどもシアター 「レオ・レオニ5つの名作集」から「フレデリック」「スイミー」ほか、子ども向けアニメの上映。

12月27日(土)10時30分~11時30分。  
**共通**対未就学児は保護者同伴。定先着各60人。申電話で11月18日から、こども文化会館(小倉北区下到津四丁目、☎592・4152)へ。

## クラウド・ゲイト・ダンスシアター(雲門舞集)「WAVES」

12月21日(日)15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(全席指定)一般5500円、25歳以下3000円(身分証の提示が必要)。13~19歳は枚数限定で※ティーンズチケット1500円もあり(身分証の提示が必要)。当日も同額。前売り券は主要プレイガイドなどで発売中。託児(有料)は同劇場☎562・2655へ問を。



## 仕事

### 若者ワークプラザの就職セミナー

**①業界・職種研究セミナー** 11月20日(木)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。定15人。

**②職場も自分もハッピーに!ハラスメントの正しい知識** 11月22日(土)13時30分~15時、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。定10人。

**共通**対就職氷河期世代やおおむね40歳までの求職者。申し込みの前に若者ワークプラザへの利用登録が必要。申①は11月19日までに若者ワークプラザ北九州☎531・4510へ。②は11月21日までに若者ワークプラザ北九州・黒崎☎631・0020へ。

### ミドル世代のための"暮らしの働き方"セミナー

自分に合う仕事や、やりがいとは何かを考える「ジョブ・クラフティング」のグループワークもあり。12月9日(火)13~15時、ウェルとばた8階(戸畠駅前)で。対おおむね50歳以上。定先着15人。申11月17日から高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

### 講座「就職活動の基本～面接!知つて良かつた準備と対策」

12月19日(金)13~15時、ウェルとばた8階(戸畠駅前)で。対就職活動中の人に(新卒は除く)。定先着20人。申11月17日から高年齢者就業支援センター☎882・5400へ。

### 働く人を募集

### 保育サービスコンシェルジュ(会計年

**度任用職員** 業務は窓口での保育サービスに関する相談など。勤務は来年4月から、小倉南区役所保健福祉課で。定1人程度。面接試験(書類選考合格者だけ)は12月13日(土)。申11月25日までにネットで。募集案内は各区役所保健福祉課で配布中。市のホームページからもダウンロードできます。勤務時間など詳細は子ども家庭局こども施設企画課☎582・2412へ問を。

**学芸員(会計年度任用職員)** 勤務は来年4月から、いのちのたび博物館(八幡東区東田二丁目)で。対学芸員の資格を持つか来年3月31日までに取得見込みの人。定1人。申11月17日~12月15日。申込書は11月17日から、いのちのたび博物館のホームページからダウンロードできます。詳細は同施設☎681・1011へ問を。

**特別支援教育介助員・特別支援教育学習支援員・学校配置看護師(いずれも会計年度任用職員)** いずれも勤務は来年4月から。▶介助員=定8人程度 ▶学習支援員=定30人程度 ▶学校配置看護師=対看護師免許を持つ人。定若干名。共通勤務は市立小・中学校、高等学校、特別支援学校で。試験は来年1月18日(日)。申11月17日~12月12日。募集案内は11月17日から各区役所総務企画課・出張所などで配布。詳細は教育委員会特別支援教育課☎582・3448へ問を。

**北九州市社会福祉協議会の職員(正規職員)** 勤務は来年4月から、北九州市社会福祉協議会(戸畠駅前、ウェルとばた8階)などで。対普通自動車運転免許を持ち、パソコンの基本操作ができる人。定若干名。第1次試験は来年1月18日(日)。申来年1月4日まで。募集案内は同協議会ホームページでご覧になれます。詳細は同協議会☎882・4401へ問を。

### マイテク・センターの講座

**墜落制止用器具のうちフルハーネス型のものを用いて行う作業に係る業務の特別教育** 来年1月13日(火)8時30分~16時50分。定先着40人。料9000円。

**衛生推進者養成講習** 来年1月21日(木)8時30分~15時10分。定先着36人。料8900円。

**低圧電気取扱い業務の特別教育** 来年1月29日(木)・30日(金)の部と29日・31日(土)の部あり(各部全2回)。29日は8時30分~17時25分、30・31日は8時30分~16時55分。定先着各20人。料1万4900円(事業所などで学科教育を修了した人は1万900円)。

**共通**対18歳以上。申電話で11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。

### 障害者職業訓練生を募集

**職域開発科** 期間は来年4~9月。対精神障害、発達障害、高次脳機能障害があり、義務教育を終了したか来年3月に卒業見込みの人。定10人。

**3D-CAD科ほか** 募集は3D-CAD科、プログラム設計科、商業デザイン科、OA事務科、※流通ビジネス科、※

流通ビジネス科音声パソコンコース、※総合実務科。期間は来年4月から1年間(プログラム設計科は2年間)。対身体障害、精神障害、発達障害、高次脳機能障害、難病など(音声パソコンコースは視覚障害、総合実務科は知的障害)がある人で、高校卒業程度の学力を持つ18歳以上(※は義務教育を終了したか来年3月に卒業見込みの人)。定各5~25人。

**共通**福岡障害者職業能力開発校(若松区大字蟻住)で。料教材費などは実費。募集要項はハローワークで配布中。申来年1月8日まで。詳細は同校☎741・5431、F741・1340へ問を。

## 講座・教室

### みらい探究教室(オンライン)

「人体」や「デザイン」など日々替わりでさまざまなテーマを学びます。12月3日(水)・17日(水)、来年1月14日(水)・28(水)、2月11日(祝)・25日(水)、3月11日(水)・25日(水)の17時30分~18時20分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対小学3年~中学生。定先着各日200人。申11月17日からネットで。各日の内容など詳細は教育委員会次世代教育推進課☎582・3447へ問を。みらい探究教室のホームページでもご覧になれます。

### 不登校への理解を深め悩みを語り合う保護者の集い

不登校への理解を深める講座と保護者同士の語り合う会を実施します。12月6日(土)10~12時30分、ウェルとばた2階(戸畠駅前)で。対不登校やひきこもりの高校生以下の子を持つ保護者。定先着50人。申11月19日から子ども総合センター☎881・4556へ。

## 白野江植物公園の講座

**ナチュラルライフ講座「ハーブで整える!体質改善」** ハーブのふりかけ作りの実習付き。12月6日(土)11~12時30分。定先着14人。料1000円。

**植物講座「冬からできる春のガーデニング準備」** パンジー・ヤビオラの育て方など。12月14日(日)10~12時。定先着20人。料500円。

**植物クラフト「押し花でつくる干支力レンダー」** 12月14日(日)13~14時30分。定先着14人。料2000円。



**共通**対中学生以上。料入園料が必要。申電話で11月17日から白野江植物公園(門司区白野江二丁目、☎341・8111)へ。

★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

## 女性の交流コミュニティ 「Planning (SHE)」

テーマは「豊かさとは?幸せとは?~生き方、はたらき方から考える」。ゲストによる講話や、参加者同士の交流など。12月10日(木)18時30分~20時30分、Tanga Table(小倉北区馬借一丁目)で。対北九州市で暮らす(住む・働く・学ぶ)女性。定先着30人。託児(無料)あり。申11月18日からネットで。問ウーマンワークカフェ北九州☎551-0091へ。

## ユースステーションの講座

①ラジオ局職場体験 12月14日(日)、エアステーションヒビキ(若松区ひびき)で。▶10~12時の部=対小学生(保護者同伴) ▶14~16時の部=対中学生。①の共通定先着各部5人。

②初級K-POPダンス教室 12月28日(日)14~16時、ユースステーション(黒崎駅西側、コムシティ地下1階)で。対小学生以上の学生(小学生は保護者同伴)。定先着23人。

共通申11月17日からユースステーション☎621-0132へ。

## 視覚障害者生活教室

筋力アップ講座 12月14日(日)10~12時と来年1月11日(日)13~15時(全2回)。定先着12人。タオルなどが必要。

フラワーアレンジメント講座 12月21日(日)10~12時。定先着20人。料2000円。はさみなどが必要。

共通東部障害者福祉会館(戸畠駅前、ウェルとばた6階)で。対視覚に障害のある人。申11月17日から点字図書館☎645-1210へ。

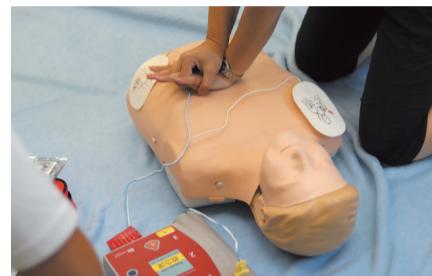
## 人的資本経営セミナー

長期的な人材育成を見据えた「高校生採用」について学びます。12月16日(火)13時30分~15時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。従業員のスキルアップ、リスクリソースのための研修・訓練に関する国の助成金制度の紹介もあり。対市内企業・団体の経営者や人事担当者。定30団体。申12月15日までにネットで。問産業経済局雇用・産業人材政策課☎582-2419へ。

## 普通救命講習

心肺蘇生法やAED(自動体外式除

細動器)の使用方法、気道異物除去の方法など。▶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)=12月19日(金)13~16時 ▶※市民防災センター(小倉北区東港一丁目)=12月24日(水)9時30分~12時30分。共通定各40人。申11月19日~12月10日(※は11月26日~12月17日)の9~17時に消防局救急課☎582-3820へ。聴覚に障害のある人はF592-6898も可(基本事項と手必要の有無を記入)。ネットも可。



## 災害・事故時のこころのケア 対策事業専門研修

12月17日(木)14~15時30分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対被災者の支援に携わる可能性のある行政・医療・相談機関、福祉施設などの職員。定90人。申11月17日~12月9日に保健福祉局精神保健福祉センター☎522-8729へ。ネットも可。

## 新規里親研修

里親になるために必要な知識・養育技術を学びます。▶基礎研修=12月20日(土) ▶登録前研修=来年1月17日(土)。共通9時30分~16時30分、ウェルとばた(戸畠駅前)で。事前に子ども総合センターへの相談が必要。申など詳細は同センター☎881-4556へ問を。

## リフレッシュ講座 「フラワーアレンジメント」

お正月飾りを作ります。12月21日(日)14~16時、母子・父子福祉センターで。対ひとり親家庭の親か寡婦。定10人。料1000円。託児(無料)は問を。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11月15~30日に同センター(〒804-0067戸畠区汐井町1-6、☎871-3224)へ。ネットも可。

## 介護職員初任者研修講座

来年1月8日(木)~3月12日(木)。全課

程自宅などでの通信学習。対ひとり親家庭の親か寡婦で介護職として就業しているか就業内定の人。定10人。申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて11月15~28日に母子・父子福祉センター(〒804-0067戸畠区汐井町1-6、☎871-3224)へ。ネットも可。

## ムードの講座

①エプロン男子中級編 来年1月10日~2月21日の隔週土曜日(全4回)。10~13時の部と14~17時の部あり。対男性(中学生以下は除く)。定各部12人。料6000円。

②冷えにさよなら!リラックスヨガ

来年1月10日~2月14日の毎週土曜日(全6回)13時30分~15時。対女性(妊娠中の人は除く)。定15人。料5000円。



共通託児(有料)は問を。申②は12月1日、①は8日までにネットで。問ムード(小倉北区大手町、☎288-6262)へ。

## 北九州市民カレッジ「地域を面白くする“Local good”な人たち」

まちづくりに取り組む人などを紹介します。来年1月14日(木)~28日(木)、2月18日(木)~25日(木)、3月18日(木)(全5回)の19~21時、cafe causa(小倉北区浅野二丁目)などで。定20人。料2000円(別に飲み物代が必要)。申12月24日まで。ネットも可。詳細は生涯学習総合センター☎571-2735へ問を。

## 講演会

### 市立八幡病院の市民公開講座 「子どもの気管支喘息について」

専門医師、看護師、薬剤師による講話。12月5日(金)10~12時、市立八幡病院(八幡東区尾倉二丁目)で。定先着10組(1組3人まで)。申11月17日から同病院☎662-6565へ。



▲草野仁さん

▲てい先生

## 施設の催し

### 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

ベビーマッサージ教室 11月27日(木)11~12時。対生後12ヶ月までの乳児と保護者。定先着15組。

親子でもぐもぐクッキング ハリネズミのスイートポテトとプリンを作ります。11月29日(土)11~13時。対4歳以上の未就学児と保護者。定先着8組。料1組1000円。



### 赤ちゃん同窓会・クリスマス会

親子での友達づくりなど。12月8日(月)10時30分~11時30分。対令和6年4月~令和7年3月に生まれた乳幼児と保護者。定先着30組。

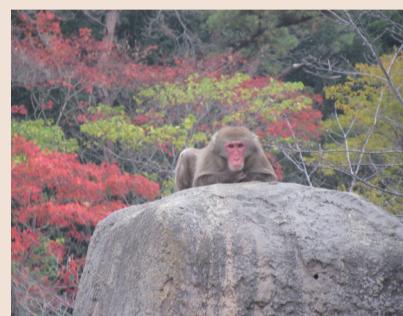
共通申電話で11月17日から同施設へ。

### 到津の森公園

☎651-1895

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

①到津の森紅葉フェア 期間は11月15日(土)~12月14日(日)。▶どうぶつたちに秋の味覚をプレゼント=期間中の毎週日曜日(実施時間や内容など詳細は問を) ▶マルシェ=雑貨の販売やキッチンカーの出店。11月22日(土)~24日(木)の10~16時 ▶青空コンサート=幼児向けの歌や音楽のコンサート。11月23日(祝)13~13時30分 ▶シャボン玉ショー=11月24日。11~11時20分の部と13~13時20分の部あり。



### ②動物画コンクール入選作品展

「児童および幼児動物画コンクール」の入選作品の一部を展示。11月20日(木)~12月21日(木)。

③野鳥観察&紅葉狩りウォーキング 11月30日(日)9時15分、到津の森公園に集合。中央公園・花の丘(小倉北区井堀五丁目)まで約2kmを歩きます。草花、野鳥の解説あり。11時30分、中央公園・親水デッキで解散。対15歳以上(中学生は除く)。定先着30人。料300円。

共通料入園料が必要。申③は必要。電話で11月17日から到津の森公園へ。

## 人権週間の催し

### ①人権週間記念講演会

▶キャスター・草野仁さんによる講演「いつもチャレンジ精神で」=12月4日(木)、黒崎ひびきホール(八幡西区岸の浦二丁目)で。▶現役保育士・育児アドバイザー てい先生による講演「きっと幸せになる子育て」=12月10日(木)、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。託児(有料)あり(事前予約が必要)。予約方法など詳細は読売広告西部☎551-0284へ問を)。①の共通14~15時30分。申・要あり。

②北朝鮮人権侵害問題啓発パネル展 拉致問題のパネルや資料の展示。12月6日(土)~16日(火)、コムシティ3階(黒崎駅西側)で。

共通申不要。

問保健福祉局人権文化推進課☎562-5010、F562-5150

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

## 歴史フォーラム「村野藤吾の建築遺産～北九州から世界へ」

赤坂迎賓館改修などを手がけた、北九州ゆかりの建築家・村野藤吾の功績などについての講演。12月6日(土)13時30分～16時30分、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。申不要。問都市ブランド創造局文化企画課☎582-2391へ。

## 市立医療センターの市民公開講座「遺伝性腫瘍」

認定遺伝カウンセラーが遺伝性腫瘍の基本知識について、各領域の専門医が乳がん・卵巣がん・すい臓がんについて話します。12月7日(日)14～16時、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。申不要。問市立医療センター事務局経営企画課☎541-1831へ。

## KFAW国際理解セミナー

亜細亜大学教授・秋月弘子さんによる講話「日本のジェンダー平等、どうすれば進む?アジア・太平洋の国々との比較から」。12月7日(日)14～16時、ムーブ(小倉北区大手町)とオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。定会場、オンライン各100人。託児(有料)は問を。申12月3日までにアジア女性交流・研究フォーラム☎583-3434へ。ネットも可。

## 北九州市立大学法学部特別講演会

熊本大学教授・岡田行雄さんによる講話「非行少年に必要なものは何か?」。12月9日(火)16時20分～17時50分、北九州市立大学北方キャンパス

(小倉南区北方四丁目)で。申不要。問北九州市立大学学術振興課☎964-4033へ。

## 講演会「北九州は空襲にどのように備えたのか」

講師は北九州市の文化財を守る会理事長・前園廣幸さんと平和のまちミュージアム・小倉徳彦学芸員。12月14日(日)13時30分～15時30分、子ども図書館(小倉北区城内)で。定先着60人。申11月23日から平和のまちミュージアム☎592-9300へ。

### 募集

## 商店街PR動画コンテストの作品を募集

商店街の魅力を伝える、1分程度の動画を募集します。優秀者には賞金を進呈。審査会・表彰式は来年2月11日(祝)。申12月25日までにネットで。募集要領は市のホームページでご覧になれます。問産業経済局サービス産業政策課☎582-2050へ。

## シン・子育てファミリー・サポートセンターの運営事業者を募集

地域で子育て援助を行いたい会員と援助を受けたい会員で構成されるボランティア組織づくり(会員相互の紹介・あっせん、援助活動に必要な研修などの運営)を行う事業者を募集します。委託期間は来年4月から3年間。対本市に本社・事務所などがある業者(市物品等供給契約の有資格者名簿への登録が必要)。公募説明会(11月28日(金))への参加が必要。申11月17

～28日。募集要項は11月17日から子ども家庭局子育て支援課(市役所11階)で配布。詳細は同課☎582-2410へ問を。

## ムーブフェスタの実行委員(ボランティア)を募集

来年7月に開催するイベントの企画や運営などを行います。活動期間は来年1～8月。定若干名。申12月8日まで。詳細はムーブ(小倉北区大手町、☎288-6262)へ問を。

## 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。12月14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。申11月17日からユースステーション☎621-0132へ。



## 北九州中央高等学園の生徒を募集

入学は来年4月から。選考日は来年1月14日(水)・15日(木)。申12月8～10日。志願資格など詳細は教育委員会特別支援教育課☎582-3448へ問を。

## 北九州市立大学大学院の学生を募集

入学は来年4月から。募集は法学研究科(修士課程)と社会システム研究科(博士前期課程)。試験は来年2月1日(日)。料受験料3万円。申12月1～5

日。募集要項は北九州市立大学北方キャンパスで配布中。同大学のホームページでもご覧になります。詳細は同大学入試・研究支援課(小倉南区北方四丁目、☎964-4022)へ問を。

### スポーツ

## 北九州パレスのスポーツ

### チャリティD級バドミントン大会(男女別ダブルス)

12月14日(日)9～17時。対中学生以上でD級か初級の人。定先着50組。料1試合1人200円以上の募金が必要。募金は慈善団体(公社)24時間テレビチャリティー委員会に寄付します。

### ベリーダンス体験教室

12月17日(水)14～15時。対18歳以上の女性。定先着10人。料800円。

共通申電話で11月18日10時から北九州パレス(小倉北区井堀五丁目、☎651-4600)へ。

### プロスポーツ公式戦に招待します

### ①ボルクバレット北九州

試合はフットサルF1リーグ公式戦「対 フウガドールすみだ」。12月27日(土)14時から、総合体育館(八幡東区八王寺町)で。定250人。

### ②ライジングゼファーフクオカ

試合はバスケットボールB2リーグ公式戦「対 山形ワイヴァンズ」。来年1月3日(土)・4日(日)のいずれも14時5分から、北九州メッセ(小倉駅北側、旧西日本総合展示場新館)で。対市内在住の小・中学生と保護者。定各200人。

共通申往復はがき(5人まで)に基づき事項を書いて11月28日までに〒803-8501都市ブランド創造局スポーツ振興課(☎582-2395)へ。ネットも可。

## 介護予防教室

担認知症支援・介護予防センター☎522-8765

### ①頭と体のいきいきトレーニング

フレイル(心身の機能低下)や認知機能低下の予防に効果的な運動や学習など。▶若松市民会館(若松駅前)=来年1月6日～3月10日の毎週火曜日

▶黒崎ひびしんホール(八幡西区岸の浦二丁目)=来年1月8日～3月12日の毎週木曜日。①の

共通14～16時。全10回。対健康上問題のない65歳以上。定各25人。

### ②ひまわり太極拳

介護予防に役立つ動きを取り入れた北九州市オリジナルの太極拳。▶ムーブ(小倉北区大手町)=来年1月7～28日の毎週

水曜日10～12時。定30人 ▶島郷出張所(若松区鴨生田二丁目)=来年

1月19日～2月9日の毎週月曜日14～16時。定20人。②の共通全4回。対

健康上問題のない人。

### ③きたきゅう体操

転倒予防などに役立つ運動。▶門司生涯学習センター(門司区栄町)=来年1月9～30日の毎週金曜日14～15時30分(1月9日は16時まで)

▶小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)=来年1月22日～2月12日の毎週木曜日10～11時30分(1月22日は12時まで)。

③の共通全4回。対健康上問題のない人。定各30人。

共通申往復はがき(1人だけ)に基づき事項を書いて11月26日までに問先へ。ネットも可。

問福岡県作業療法協会(〒802-0044小倉北区熊本一丁目9-1 ONE OFF第2ビル101、☎951-8760)

## 小学校で使用済み食用油の回収活動に取り組みます ～全国初となる学校を支援する仕組みを導入～

児童がリサイクル活動に参加し、環境問題を自分事として捉える力を育むことを目的に、小学校5校で使用済み食用油の回収に取り組みます。



この活動は、ベルマーク運動と同様に、回収量に応じてポイントが学校に付与される全国初の仕組みを導入しています。今回の取り組みで得られた成果や課題を踏まえ、実施校を段階的に拡大していく予定です。

**実施校** 浅川小学校、江川小学校、ひびきの小学校、本城小学校、八幡小学校 ※学校での回収は児童・学校関係者が対象です

**実施期間** 10～12月

**回収対象** サラダ油、コーン油などの使用済み植物性食用油

## 市民の皆さんもご協力いただけます

スーパーや市民センターに回収ボックスを設置しています。使い終わった食用油はペットボトルなどの容器に入れてお持ちください。



▲回収ボックスの一覧

問環境局循環社会推進課☎582-2187

★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

## 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、11月18日(火)～20日(木)・24日(木)～30日(水)、12月1日(木)・2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。

## お知らせ

### 障害者控除対象者認定書を交付します

身体障害か知的障害のある人に準ずる状態にあることを審査し、認定します。対障害者手帳の交付を受けていない認知症や寝たきりの65歳以上。問各区役所高齢者・障害者相談係へ。

### 都市計画審議会の傍聴の案内

議題は「都市計画道路の変更 下関北九州道路ほか1線(小倉北区)」、「下関北九州道路環境影響評価書」、「福岡県が定める都市計画に関する市 의견について(報告)」。11月25日(火)10～12時、ホテルクラウンパレス小倉2階(小倉北区馬借一丁目)で。詳細は都市戦略局都市計画課☎582-2451へ問を。

### おむつ給付サービス事業説明会を開催

11月25日(火)14～15時、市役所地下2階で。受託期間は令和8年度。対市内に事業所があり、紙おむつなどの仕入れから市内の要介護状態の在宅高齢者などへの配達までができる市物品等供給契約有資格業者。申11月21日まで。詳細は保健福祉局長寿社会対策課☎582-2407へ問を。

### 11月30日(いいみらい)は「年金の日」です

自身の年金記録や年金見込み額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。マイナンバーカードを持ってない人も利用できる「ねんきん

ネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金見込み額の試算や「ねんきん定期便」の閲覧などができます。マイナポータルと連携することで、学生納付特例などの電子申請や確定申告で利用可能な控除申請などの電子データの取得ができます。詳細は問を。日本年金機構のホームページでも詳細を確認できます。問ねんきんネット専用ダイヤル☎0570-058-555(ナビダイヤル)へ。

11月26・27日は松本清張記念館(小倉北区城内、☎582-2761)を休館します。

国民健康保険料(第6期)の納期限は12月1日です。

介護保険料(第6期)の納期限は12月1日です。

### 閑門連携コーナー

## 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。

### 下関さかな祭

活魚・鮮魚やふく刺し、ふく鍋、くじら鍋、あんこう鍋の販売など。11月23日(火)7時30分～11時、下関漁港(下関市大和町一丁目)で。問下関市水産振興課☎(083)231-1240へ。



### 北九州市公式YouTubeチャンネル 北九州市プレス(愛称:すしプレス)配信中!

市の魅力情報やお役立ち情報など  
北九州市のネタ(情報)を随時配信しています!

### 公開中の動画(一部)



動画の視聴は▶  
コチラ



### 皆さんの意見を募集しています



次期北九州市生涯学習推進計画(素案) ▶素案の配布・閲覧=11月12日(水)～12月12日(金)(土・日曜日、祝・休日は除く)の9～17時、総務市民局生涯学習課(市役所2階)、同局広聴課(同1階)、各区役所総務企画課・出張所などで。市のホームページでもご覧になります ▶意見の提出=様式自由。住所、氏名、意見を書いて、配布・閲覧期間中にEメール(市のホームページから)、郵便、ファックス、ネットで〒803-8501総務市民局生涯学習課(☎582-2385、FAX582-2300)へ。各配布・閲覧場所(出張所は除く)に直接提出もできます。

## 情報ステーションは11ページから始まります

### 施設の催し

#### 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)。11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。

ハーブ講座「クリスマスの飾り」 シナモンやローリエなどを使って作ります。12月10日(火)10時30分～12時。対18歳以上。定先着10人。料1500円。

共通申電話で11月18日から同施設へ。



### 福岡市の催し

福岡市と情報交換をしています。

### 天神・博多へのお出かけは便利な公共交通で

福岡市では、都心部(天神・博多駅地区)の交通混雑緩和を図るために公共交通の利用促進と併せて、郊外部で車を止める「パークアンドライド」や都心周辺部で車を止める「フリンジパーキング」を実施しています。フリンジパーキングについては、来年3月31日(火)までの期間、一部の駐車場の料金を入庫後12時間まで最大500円から300円に値下げし、利用動向の変化などの効果検証を行います。詳細は福岡市のホームページでご覧になれます。問福岡市住宅都市みどり局都心交通課☎(092)733-5405へ。



◀詳細は  
コチラ

### 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11月19日、12月3・17・31日

①絵本「ワオくんのはね」読み聞かせ 12月6日(土)13～13時30分。対高校生以下(未就学児は保護者同伴)。

②親子クッキング教室 クリスマスケーキを作ります。12月13日(土)13～15時。対小学生と保護者。定先着8組。料1組1200円。

③親子リズム体操 音楽に合わせて体を動かします。12月16日(火)13時30分～14時30分。対1歳児と保護者。定先着20組。

共通申②③は必要。電話で③は11月25日、②は28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「恐竜この1年」 今年1年間の恐竜研究について。12月20日(土)14～15時。対小学生以上(小学生は保護者の参加が必要)。定30人。

②室内講座「恐竜すす払い」 12月26日(金)16時30分～17時30分。対小学4年生以上(小学生は保護者同伴)。定5人。

共通申往復はがき(①は4人まで、②は1人だけ)に基本事項を書いて①は12月6日、②は12月12日までに同施設へ。ネットも可。

### 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。



詳細はコチラ▶

### 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

### 北九州市公式YouTubeチャンネル 北九州市プレス(愛称:すしプレス)配信中!

市の魅力情報やお役立ち情報など  
北九州市のネタ(情報)を随時配信しています!

### 公開中の動画(一部)

動画の視聴は▶  
コチラ

問市長公室広報戦略課☎582-2487



## 無料相談

**人権法律相談** 弁護士が応じます。  
12月4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。**申込**11月27日9時か  
ら同施設**電話**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。12月11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。**申込**12月8日までに門司区役  
所「高齢者・障害者相談」コーナー**電話**  
321-4800へ。

**こころの健康相談・アルコール相談**  
精神科医などが応じます。12月12日  
(金)13時30分～15時30分、門司区役所  
で。対象はこころの病気に関する相談  
のある人。定員2組。**申込**12月8日までに  
門司区役所「高  
齢者・障害者相  
談」コーナー**電話**  
321-4800へ。



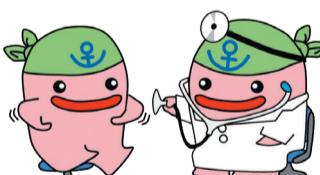
## 400ml献血にご協力を

あなたの善意で助かる命があります。11月27日(木)10～16時、ハローデイ門司港店(錦町)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

## 健康だより

### ①受けて延ばそう健康寿命

**①特定健診** 対象は40～74歳の國  
民健康保険加入者。受診無料。マイ  
ナ保険証、マイナポータルの資格  
情報画面、資格確認書のいずれか  
と特定健診受診券が必要。**注)**



必要。**問**門司区献血  
推進協議会(門  
司区役所コミュニ  
ティ支援課)**電話**331-  
1882へ。



### 大里 PARK FESTA

リニューアルした大里公園(不老町  
一丁目)でファミリー向けイベントを  
開催。消防音楽隊などによるステ  
ージイベント、ふわふわ遊具、キッチン  
カーの出店などもあり(一部有料)。  
11月30日(日)10～15時、大里公園芝生  
広場で。荒天中止。**問**門司区役所総  
務企画課**電話**331-2252へ。

### 門司区文化祭「邦舞公演会」

11月30日(日)13～15時、門司生涯学  
習センター(栄町)で。詳細は門司区  
役所コミュニティ支援課**電話**331-1883  
へ**問**を。

### 門司体育館の講座

**①書道教室** 12月2～23日の毎週火  
曜日(全4回)16～18時。**▶未就学児=**  
硬筆。受講料2200円 **▶小学生=**硬  
筆・毛筆。受講料硬筆2750円、毛筆  
3300円、両方3850円。**①の共通**先着  
各10人。  
**②いきいき健康マージャン教室** 12  
月4～18日の毎週木曜日(全3回)10

**②若者健診** 対象は18～39歳。受診  
料1000円。

**③基本健診** 対象は40歳以上の生活  
保護受給世帯の人。受診無料。健康診  
査受診券が必要。

**④結核・肺がん検診** 対象は40歳以  
上。受診無料(喀痰検査は900円)。

**⑤骨粗しょう症検診** 対象は18歳以  
上。受診料500円。

**⑥肝炎ウイルス検査** 対象は過去に  
受診したことのない人。受診無料。

**⑦大腸がん検診** 対象は40歳以上。  
受診料500円。

～12時。対象は18歳以上。先着12人。  
参加費1回1100円。

**共通**門司体育館(高田一丁目)で。  
**申込**11月18日から同施設**電話**381-6445へ。

## 門司防災シリーズ～津波・高潮の対応

津波や高潮から命を守るには、高い場所へ早めに避難するなど、自分の命は自分で守ることを強く意識する必要があります。

### 【津 波】

○津波注意報や警報などが発表された場合、地震の揺れを感じなくても、  
沿岸部や川沿いにいる人は、安全な場所に避難しましょう。

○津波は繰り返し襲ってくるので、警報・注意報が解除されるまで海岸に近  
づかないようにしましょう。

### 【高 潮】

○満潮時間(前後数時間)は、潮位が短時間のうちに異常に上昇するこ  
があります。特に台風が接近している時は十分に注意しましょう。

○高潮により河川の流れが阻害され、海岸から離れた内陸部にまで被害が  
及ぶことがあるので注意しましょう。

### 【防災ピクトグラム】

○防災の注意や案内を一目で分かるようにした図記号で、避難所表示板な  
どに使用されています。

### 災害種別



「津波・高潮」



「洪水・内水氾濫」



「予定避難所」



「一時・広域避難地」

**問**門司区役所総務企画課**電話**331-0001へ。

**⑧前立腺がん検診** 対象は50歳以  
上の男性。受診料1000円。

**①～⑧の共通**来年3月12日(木)・18日  
(水)の13時30分～15時、門司区医師会  
健診会館(小森江三丁目)で。70歳以  
上の人などを対象にした無料の制度  
があります。各日定員に達するまで先  
着順。**申込**12月12日(來  
年3月18日実施分は  
12月18日)9時から**集  
団検診予約センター**  
**電話**0570-783-077  
**かか**953-6168かイ

ンターネット(下記を読み取り)で。

**②離乳食教室** 純乳食の講話、試  
食、個別相談。12月17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。**申込**11月24  
日～12月3日にインターネットで。



▲②の申し込み  
はこちら

**注)** 後期高齢者医療制度の被保険者は福岡県後期高齢者医療広域連合**電話**092651-3111に**問**を。



11/15  
2025 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



ホームページ



Instagram  
Facebook

- 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。11月17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。11月27日(木)13時30分~16時30分、小倉北区役所で。先着16組。申11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。12月11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。12月11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。12月11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12月5日、①は8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。

## 健康ひろば

**①食卓相談** 12月1日(月)。対象は65歳以上。

**②食生活相談** 12月5日(金)。対象は64歳以下。

共通栄養士が応じます。10、11、13、14時の4回。小倉北区役所で。定員各時間2人。申①は11月26日、②は12月2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。11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。

## はじめての 護身エクササイズ講座

12月20日~来年3月21日のおおむ

## イノシシを呼び寄せない環境づくりが大切です!

近年、イノシシによる被害が頻発しており、市は捕獲・駆除を行っていますが、根本的な解決には至っていません。地域全体で「イノシシを呼び寄せない環境」づくりが重要です。以下の3点を心がけ、イノシシが近寄りにくい環境をつくりましょう。

### 1「餌付け」をやめましょう!

意図的な餌付けは避け、イヌやネコの餌の放置、生ごみなどの不適切なごみ出し、家庭菜園の管理不足に注意し、適切なごみ出しを徹底しましょう。

### 2「隠れ場所」をなくしましょう!

放置された空き地や空き家はイノシシの隠れ場所となるため、地域で協力して草刈りや清掃を行いましょう。

### 3「侵入」を防ぎましょう!

イノシシの侵入路や、入ってきてほしくない場所に柵などを設置しましょう。イノシシに出会った際は、近づかず、静かに後退し、威嚇しないことが大切です。

問小倉北区役所総務企画課 ☎582-3339へ。



▲詳細は  
こちら

ね毎週土曜日(全12回)14時30分~16時、北方地域交流センターで。対象は小学生以上の女性と小学生男子。定員10人。申往復はがき(1人だけ)に基づき事項を書いて12月2日までに同センター(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931-6594)へ。

## 11月25日~12月1日は 犯罪被害者週間です

### 犯罪被害相談「心のリリーフ・ライン」

犯罪被害に遭われた人々の心のケアを行う専用の相談窓口です。女性の臨床心理士が応じます。☎(092)632-7830。月~金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の9~17時45分。

**性犯罪被害者相談電話「#8103(ハートさん)」** #8103にダイヤルしていただくと性犯罪被害専用の相談電話につながります。月~金曜日の9~17時45分は、女性の警察官か臨床心理士が対応します。土・日曜日、祝・休日と月~金曜日の17時45分~翌9時は、男性警察官が対応する場合もあります。

**ポータルサイト「ギュっとCH(チャンネル)」** 「ギュっとCH(チャンネル)」は犯罪被害に遭われた人に役立つ情

報が提供されています。①被害種別・困りごと別検索ができます。②都道府県・市町村が提供している犯罪被害者などへの支援制度の情報を公開。③関係機関・団体ごとの支援制度を公開。④基礎的な知識から犯罪被害者の心理、初心者でも学べる内容の研修動画などを公開。

共通 詳細は小倉北警察署 ☎583-0110へ問を。

▲ポータルサイト「ギュっとCH」はコチラ

## 市民公開講座 「心臓病のお話」

小倉記念病院副病院長・安藤献児さんによる講話。12月20日(土)10~12時、小倉記念病院(浅野三丁目)で。定員300人。申12月10日までに小倉記念病院のホームページ「市民公開講座・勉強会・研究会のご案内」からWeb申し込みか往復はがき(2人まで)に基づき事項と手話通訳必要の有無を書いて平成紫川会(〒802-0001北九州市小倉北区浅野三丁目2-1、☎511-2058)へ。担保健福祉局地域医療課 ☎582-2678。

## 小倉北防災シリーズ～家の中の安全対策について

災害時は、安全なはずの我が家が「危険な場所」に変わる恐れがあります。地震による家具の転倒や台風によるガラスの飛散など、けがの危険性を高めるだけでなく、避難の妨げにもなります。我が家を安全な場所にするため、下記の点について日頃から安全対策に努めましょう。

### ①出入口や通路に物を置かない、寝室には背の高い家具を置かない

避難の妨げになるような場所に物を置かない。また、就寝中に倒れた家具の下敷きにならないよう、なるべく背の高い家具は置かず、家具が倒れた時に備えて、置く場所や向きも考慮する。

### ②家具を固定する、重いものは下に収納する

転倒防止のため、突っ張り棒などの防災用品を活用し、家具を固定する。また、重心を安定させるため、重いものは下に収納する。

### ③家具の少ない避難スペースを作る

押し入れなどの収納スペースを活用することで家具を減らして、いざというとき、家の中で避難できるような安全なスペースを確保する。

〈お知らせ〉予定避難所指定解除:中井婦人公民館(施設の老朽化のため)

問小倉北区役所総務企画課 ☎582-3301へ。

11/15  
2025  
令和7年

# こくら南

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951-1024 FAX951-5553

小倉南区役所公式 Instagram  
若手職員が楽しく 情報発信中!



●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 圖=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)

## 空き家課題ワークショップを開催しました!

小倉南図書館で10月7日に開催した第1回「空き家課題ワークショップ」では、講師に総務省地域力創造アドバイザーの淀川洋子さんを迎えて、自宅を空き家にしないために今できることや家族と今のうちに話し合う大切さを学びました。

参加者からは「子どもが帰省した時に話したい」「日々の片付けの大切さを感じた」「健康第一だと実感した」などの感想が寄せられました。

今後も区内各所で開催します。申電話で各会場へ。

回	日時	会場
第2回	11月17日(月)13~15時	朽網市民センター(朽網西三丁目、☎471-8566)
第3回	12月15日(月)15~17時	吉田市民センター(中吉田六丁目、☎471-4603)
第4回	来年1月15日(木)15~17時	東谷市民センター(大字木下、☎451-0217)
第5回	来年2月13日(金)13~15時	志井市民センター(大字志井、☎961-1414)
第6回	来年3月12日(木)13~15時	両谷市民センター(徳吉南一丁目、☎451-1138)



第1回ワークショップの様子  
(小倉南図書館にて)



問 小倉南区役所総務企画課  
☎280-7839

## 「小倉南区の市民センター推しイベント3選!」はじめました!

区内の各市民センターで開催している地域の特色ある行事や取り組みをもっと多くの人に知ってほしいという思いから、9月から市のホームページで「市民センター推しイベント」を紹介しています。ここで11月後半を発表!

- ◆11月23日(祝) ドキドキ探検ウォーク(志井)
- ◆11月25日(火) もりつね Shine out 2025 大人講座(守恒)
- ◆11月29日(土) 生き生き子ども講座(企救丘)

更新は月2回。「推しイベント」以外の行事も一覧でご覧になります。

また、市民センターごとに館報(市民センターだより)を毎月発行しています。ホームページからもご覧になれるので、お住まいの地区に限らず各市民センターの情報をぜひチェックしてみてください!

問 小倉南区役所総務企画課☎280-7839へ。



▲推しイベント  
はコチラ  
▲市民センター  
だよりはコチラ

## 小倉南区文化祭

小倉南マジッククラブ講習会 12月6日(土)13時30分~15時30分、北方市民センター(北方二丁目)で。問 小倉南区役所コミュニティ支援課☎951-4115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)  
はじめての護身エクササイズ講座

12月20日~来年3月21日のおおむね毎週土曜日(全12回)14時30分~16時。対象は小学生以上の女性と小学生男子。定員10人。

②徳力(〒802-0974小倉南区徳力六丁目3-1、☎961-0175) ▶姿勢改善ヨガ2=中級レベルのヨガです。来年1月6日~3月24日の毎週火曜日(全12回)19~20時30分。対象は15歳以上(中学生は除く)。定員10人 ▶やさしいヨガ③=1月10日~3月28日の毎週土曜日(全12回)10時30分~

## 初級者テニス教室

来年1月6日~3月10日の毎週火曜日(全10回)、文化記念庭球場で。10~12時の部と13~15時の部あり。対象は20歳以上(学生は除く)。定員各部20人。受講料1万円。申往復はがきに基本事項と経験の有無を書いて12月1日までに同庭球場(〒800-0225小倉南区田原五丁目1-2、☎472-4693)へ。

## 大庭産業アリーナ小倉南のスポーツ教室

①Kidsはじめてダンス体験 ダンスの基礎を学びます。11月18日(火)・25日(火)の16時45分~17時30分。対象は4歳~小学生。先着12人(1人1回限り)。

②Kidsフィットネス体験 格闘技の動きを取り入れた運動とキッズ向けヨガ。11月26日(水)17~17時45分。対象は小学生。先着12人。

③大人ダンス部体験 12月1日(月)・8日(月)・15日(月)の13~14時。対象は50歳以上。先着10人(1人1回限り)。

④ジュニア体育教室 いずれも11月18日~12月16日のおおむね毎週火曜日(全4回)。▶年中~年長クラス=16~17時 ▶小学生クラス=17~18時。④の共通先着各クラス20人。受講料5500円(体験1375円)。

⑤シニア健康教室 ウォーキングやストレッチ、ゲームを取り入れた運動です。11月18日~12月23日の毎週火曜日(全6回)14~16時。対象は65歳以上。先着100人。参加費3000円(体験500円)。

共通詳細は同施設に問を。申電話で11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。

## 北九州の玄関クリーンアップ 一斉清掃

市を訪れる人々をきれいな街でお迎えするため、30分程度の清掃活動を実施します。いずれも12月3日(水)。

▶臨空産業団地周辺=10時、読売新聞北九州工場前(朽網)に集合 ▶JR下曾根駅周辺=8時45分、下曾根駅南口(下曾根新町)に集合 ▶JR朽網駅周辺=9時、朽網駅空港口(朽網東二丁目)に集合 ▶スマイルタウン小倉周辺=9時、G-pala小倉店駐車場(上葛原一丁目)に集合 ▶貫交差点バイパス周辺=9時、庄屋駐車場(下貫一丁目)に集合。荒天中止。お茶・清掃用具(軍手、火ばさみ、ごみ袋)は準備します。なお、火ばさみは回収します。問 小倉南区役所コミュニティ支援課☎951-1037へ。



11/15  
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。
- =申し込み ■=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・障害者 あんしん法律相談

弁護士が応じます。12月11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。申込12月8日までに若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751-4800へ。



## 「若松物語Vol.46」を発行

魅力にあふれ、急速に発展・変貌していくまち「若松」の今を、多面的な切り口で紹介する情報誌・若松物語。その最新号となる「第46号」が発行されました!!

今回のテーマは、「世界へ! 未来へ! MADE IN 若松のEVバス」です。EVバスをはじめとした、商用電気自動車を開発・販売している、EVモーターズジャパン。

若松区に本社・工場を構え、工場見学などもスタートしている MADE IN 若松のEVバスの取り組みと今後の展望を紹介します。

また、若松区のイベント情報なども掲載しております。「若松物語Vol.46」は各区役所・出張所などで無料配布しています。ぜひ、ご覧ください。

問 若松区役所総務企画課 ☎761-0039へ。

## 400ml献血にご協力を

12月2日(火)10~12時と13~16時、若松中央市民センター(浜町一丁目)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。



## 健康だより

問 若松区役所健康相談コーナー ☎761-5327

### ①来年2月の検診日

①特定健診 対象は40~74歳の国民健康保険加入者。受診無料。マイナ保険証、マイナポータルの資格情報画面、資格確認証のいずれかと特定健診受診券が必要。注

②若者健診 対象は18~39歳の会社などの定期健康診断を受ける

機会のない人。受診料1000円。

③肝炎ウイルス検査 対象は過去に検査を受けた事がない人。受診無料。

④結核・肺がん検診 対象は40歳以上。受診無料(痰の検査は900円)。

⑤大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。

⑥前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

⑦胃がん検診 胃部エックス線撮影。対象は35歳以上。受診料1000円(40歳以上は900円)。

①~⑦の共通 来年2月15日(日)9~

## 若松北海岸「いいね発見スタンプラリー」を開催中

17の参加施設を回ってイベント参加や買い物など条件を満たし、スタンプを5個以上集めると、宿泊券、若松の特産物などが当たる抽選に応募できます。

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。※施設によって入場料などが必要

実施日 11月30日(日)まで

開催場所 若松北海岸一帯(大字有毛・安屋など)の17施設

問 若松の未来をつくる推進協議会(若松区役所総務企画課内) ☎280-5104へ。



▲チラシのダウンロードや参加施設の詳細はコチラ

## 老人クラブ会員を募集!

「健康のため、からだを動かしたい」

「同世代の人と楽しい時間を過ごしたい」

「グラウンドゴルフを楽しみたい」



現在、若松区では1400人の会員が健康づくりや仲間づくりなどの活動を行っています。

60歳以上なら、どなたでも加入できます。

ご夫婦で、お友達同士で、お一人でも大歓迎。

毎日の生活に老人クラブの楽しい時間を取り入れてみませんか?

問 若松区老人クラブ連合会 ☎761-7072へ。

に集団検診予約セン

ター ☎0570-783-

077か ☎953-6168

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。

②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。12月11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。申込12月8日までに問先へ。



▲①の  
申し込み  
はコチラ

(注) 後期高齢者医療制度の被保険者は福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651-3111に問を。

11/15  
2025  
令和7年  
やはた東  
編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661-0039 FAX681-0314

・区のイベント情報の告知、報告  
・情報発信チームによる区の魅力紹介(食、名所、人など)  
・区の取り組み  
・地域の活動の紹介  
・区長参加行事の紹介

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 回=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

**法律人権相談** 弁護士か人権擁護委員が応じます。12月4日(木)13時30分～16時30分、八幡東区役所で。先着12組。申12月3日8時30分から八幡東区役所総務企画課☎661-0039へ。

## 栄養士さんの元気レシピ vol.38

問八幡東区役所保健福祉課 ☎671-6881

### ミートローフ

型を使わず、電子レンジで手軽にできるミートローフです。



**材料(2人分)** あいびき肉80g、プロセスチーズ24g、タマネギ30g、A[パン粉5g、卵1/2個、コショウ少々]、B[トマトケチャップ大さじ1/2、ウスターソース小さじ1、粒マスター豆小さじ1]、ニンジン20g、ブロッコリー40g、ラップ適宜。

**作り方** ①チーズは1cm角の棒状に切り、タマネギはみじん切りにする。

- ②ニンジンは型抜きし、ブロッコリーは小房に分けて、それぞれゆでておく。  
③ボウルにあいびき肉を入れ、タマネギ、Aを加えて、粘りができるまでよく混ぜる。  
④ラップを広げて、③を横長に広げておき、中央にチーズを並べる。  
⑤手前をラップごと持ち上げてくると巻き、両端を絞って形を整え、耐熱皿にのせて、500Wの電子レンジで6～8分加熱する。  
⑥⑤を取り出し、ラップをはずし、熱いうちにBをかけ、少しあいてなじませる。切り分けて器に盛り、残ったBをかけ、②をまわりに飾る。

\*1人分:エネルギー187kcal 食塩相当量1.0g

©2017 日本高血圧学会

## 「虹色八景Vol.21」を発行

八幡東区の魅力を広く発信する「虹色八景Vol.21」が発行されました。今年は、八幡大空襲から80年。戦争の悲惨さを忘れず、平和への想いを次世代へつないでいく活動が特集となっています。また、八幡東区の見どころやイベントの日程など多彩な情報が掲載されています。「虹色八景」は各区役所・出張所などで配布しています。ぜひご活用ください。問八幡東区役所総務企画課☎681-0131へ。



## 民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手です

民生委員・児童委員は、それぞれの地域において常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な助言や情報提

## 健康だより

感謝して 食べる心が  
生む健康

問:八幡東区役所保健福祉課☎671-6881

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 痰検査は900円注1)					実施日の3カ月前の同日9時から 
★肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料					
★大腸がん検診	40歳以上	500円注1)					
★前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注1)					
★特定健診注2)	40～74歳 (国民健康保険加入者)	無料	各検診に定員あり	来年3月12日(木) 9～11時 八幡東区役所			▲ネットはコチラ! 3カ月前の同日が土・日曜日、祝・休日の場合は翌平日
★若者健診	18～39歳	1000円					3カ月前の同日がない場合は翌平日
★乳がん検診	40歳以上の女性	1000円注1)					
★胃がん検診	35歳以上 (妊婦などは除く)	1000円注1) (40歳以上は900円)					
食卓相談 (食事に関する個別相談)	65歳以上	無料	4人	12月16日(火)	10,11,13,14時 (各1人)	八幡東区役所 東別館	11月17日～ 12月12日

■各種集団検診の申は、集団検診予約センター(☎953-6168か☎0570-783-077)かネットで。先着順で定員到達まで受け付けます。申は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可(事前に医療機関に問を)。注1)70歳以上や市民税非課税世帯の人などを対象にした無料制度があります。詳細は問を。注2)「特定健診受診券」と「マイナ保険証かマイナポータルの資格情報画面か資格確認書」をご提示ください。「後期高齢者健康診査」は福岡県後期高齢者医療広域連合(☎092651-3111)に問を。

■相談の申は、八幡東区役所保健福祉課☎671-6881へ。

供を行い、地域住民にとって最も身近な相談相手です。問八幡東区役所保健福祉課☎671-3022へ。  
詳しく述べる場合はコチラ!



## 日本初の野球エンタメショー「クレイジーボール」開催

アメリカで人気の「バナナボール」をアレンジした「クレイジーボール」を日本初開催。野球×ショー×グルメが交錯する前代未聞の野球エンタメイベントです。11月22日(土)13時30分から、大谷球場(大谷一丁目)で。前売り(全席自由)3000円。当日は500円増し。前売り券は二次元コード(下記を読み取り)から購入することができます。詳細は北九州下関フェニックス(株)☎614-5777へ問を。担八幡東区役所総務企画課☎681-0131へ。



▲購入はコチラ

## 八幡医師会乳がん検診フェア

マンモグラフィ検診を行います。12月6日(土)8時30分～12時、八幡医師会館で。対象は40歳以上の女性(昨年度と今年度受診した人は除く)。定員50人。受診無料。申はがき(1人だけ)に基づき事項(氏名にふりがな)と生年月日、希望の受付時間帯(①8時30分、②9時、③9時30分、④10時、⑤10時30分、⑥11時、⑦11時30分から)を書いて11月20日までに同施設(〒805-0062八幡東区平野二丁目1-1、☎681-6035)へ。応募フォームからも申し込みできます。担八幡東区役所保健福祉課☎671-3022。

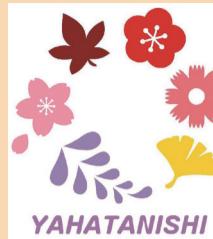




◀公式  
インスタグラム  
◀ちくてつの  
歩き方  
インスタグラム

11/15 やはた西  
2025 令和7年

編集 八幡西区役所総務企画課 ☎642-0039 FAX 622-6463



- 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=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

### 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応じます。11月27日(木)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2階)で。対象はひとり親家庭の親と寡婦。先着5人。申込11月17日9時30分から母子・父子福祉センター☎884-1812へ。

**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。11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。申込11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** 12月2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。申込11月18日から同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645-4800へ。



## 健康だより

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申込
特定健診 <sup>(注1)</sup>	40~74歳 (国民健康保険加入者)	無料		3月4日(水) 3月12日(木) 3月19日(木) 3月25日(水) 3月26日(木)	13時30分~15時 13時30分~15時 13時30分~15時 9時40分~11時20分 13時20分~15時	浅川市民センター 折尾西市民センター 折尾東市民センター 黒崎ひびしんホール 本城市民センター	実施日の 3ヶ月前の 同日(土・日 曜日、祝・休 日の場合、 電話予約 は翌平日) 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 <sup>(注3)</sup>
若者健診	18~39歳	1000円 <sup>(注2)</sup>					
大腸がん検診	40歳以上	500円 <sup>(注2)</sup>					
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 ※痰の検査は900円 <sup>(注2)</sup>					
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円 <sup>(注2)</sup>					
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 <sup>(注2)</sup>					
胃がん検診	35歳以上	35~39歳1000円 <sup>(注2)</sup> 40歳以上900円 <sup>(注2)</sup>					
乳がん検診	昨年度受診していない40歳以上の女性	1000円 <sup>(注2)</sup>					

<sup>(注1)</sup>「特定健診受診券」と「マイナ保険証かマイナポータルの資格情報画面か資格確認書」をご提示ください。後期高齢者健康診査は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651-3111に問合せ下さい。

<sup>(注2)</sup>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歳の人は無料制度があります。詳細は問合せ下さい。

<sup>(注3)</sup>検診日の10日前(土・日曜日、祝・休日、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。詳細は問合せ下さい。

## 八幡医師会乳がん検診フェア

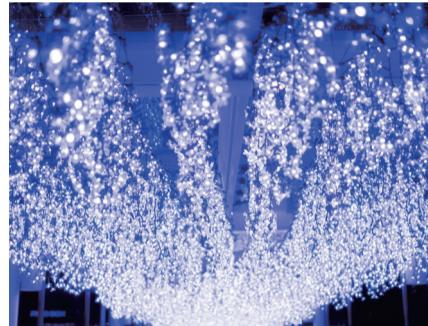
マンモグラフィ検診を行います。12月6日(土)8時30分~12時、八幡医師会館で。対象は40歳以上の女性(昨年度か今年度受診した人は除く)。定員50人。申込はがき(1人だけ)に基本事項・生年月日・希望の受付時間(①8時30分②9時③9時30分④10時⑤10時30分⑥11時⑦11時30分)を書いて11月20日までに同施設(〒805-0062八幡東区平野二丁目1-1、☎681-6035)へ。応募フォーム(20日17時まで。右記を読み取り)からも申し込みができます。担八幡西区役所保健福祉課☎642-1334。



▲申込はコチラ

## パン作り教室

パンやクッキー、スープ、デザートなどを作ります。12月18日(木)・25日(木)(全2回)の10時30分~13時30分、楠橋地域交流センターで。定員16人。材料費1000円。申込はがき(1人だけ)に基本事項を書いて12月3日まで



問い合わせ先 八幡西区役所健康相談コーナー ☎642-1444

に同施設(〒807-1145八幡西区楠橋西二丁目16-22、☎617-0308)へ。

## 犯罪被害者週間と相談窓口の設置

毎年11月25日から12月1日の間は犯罪の被害に遭われた人々への理解と支援について考える「犯罪被害者週間」です。

**犯罪被害相談電話「心のリリーフ・ライン」** 月~金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の9~17時45分。☎(092)632-7830へ。

**性犯罪被害相談電話** 全国共通番号#8103(ハートさん)。24時間対応。月~金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の9~17時45分は女性の警察官が臨床心理士が対応します。また警察庁では「ギュっとCH(チャンネル)」も新設しています。ひとりで悩まず、あなたのお心の声を聴かせてください。

共通問 八幡西警察署総務課☎645-0110へ。

## 黒崎ひびしんホールの催し

**ふらっとグルメ in 黒崎 久住昌之トークショー** 「孤独のグルメ」の原作者・久住昌之さんが黒崎で訪れたお店を語ります。来年1月25日(日)14~16時。前売り(全席自由)1500円。当日は300円増し。前売り券は主要プレイガイドなどで発売中。

**鶴原壮一郎ピアノ・リサイタル** ピアニスト・鶴原壮一郎さんによるピアノ演奏。来年1月18日(日)14~16時。前売り(全席自由)一般2000円、25歳以下1000円。当日は200円増し。前売り券は主要プレイガイドなどで発売中。託児(有料)は問合せ下さい。

共通対象は小学生以上。問 黒崎ひびしんホール(岸の浦二丁目、☎621-4566)へ。



戸畠FB  
戸畠Instagram  
戸畠Twitter  
戸畠YouTube

戸畠の  
お役立ち  
情報!

11/15  
2025 令和7年

11/15 とばた

編集 戸畠区役所総務企画課 ☎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 回=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。12月11日(木)13~17時、戸畠区役所で。対象はおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。申12月8日までに同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎881-4800へ。



### 住民票などの証明書の取得はコンビニ交付が便利です

コンビニに設置されているマルチコピー機で、マイナンバーカードを利用した証明書(一部)のセルフ発行ができます。利用時間は6時30分~23時(戸籍証明書は月~金曜日(祝・休日

## 健康だより

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。

- 集団検診 預約が必要です。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:来年3月11日検診日の場合、12月11日予約開始)。
- 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					
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)					
大腸がん検診	40歳以上	500円注2)					
胃がん検診 (胃部エックス線検査)	35歳以上	1000円 (40歳以上900円)注2)					
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円注2)					

①検診実施日3ヶ月前の9時  
から①集団検診予約センター  
へ(戸畠区役所では申し込み  
できません)。ネットも可。注3)



集団検診  
申し込み先  
はこちら。

注1)「特定健診受診券」、「マイナ保険証」か「マイナポータルの資格情報画面」か「資格確認書」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とした無料制度があります。年齢の分かるものなどが必要。

注3)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。