

北九州

2026
令和8年
7/15

Kitakyushu
Action!

動かせ、未来。北九州市

市政だより

No.1510 [毎月1日・15日 発行]

主な内容

- 特集 1~2
夏のおでかけ
～身近な魅力、再発見～
トピックス 3~4
●「ケイケン・タカラ プロジェクト」
始動!
●こども文化パスポートで
施設を巡ろう 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 夏のおでかけ～身近な魅力、再発見～

夏はキャンプだ!

北九州で楽しむ
“気軽に夏キャンプ”

最近のキャンプ場は、手ぶらで楽しめたり、設備が整っていたりと、“頑張らなくてもいい”ところが増えています。

今回は、ひとりでも、家族や友人と一緒にでも楽しめる、北九州市内の『気軽に出かけられるキャンプ場』をご紹介します。

①～④ 担都市整備局公園計画課 ☎582・2466 ⑤～⑦ 担子ども家庭局こども若者成育課 ☎582・2392

市長からのメッセージ

夏は、家族や友人と過ごす時間がいつも以上に楽しみになる季節です。お盆に帰省するご家族やお孫さんとの再会を心待ちにしている方も多いのではないのでしょうか。

このまちには、気軽に楽しめるキャンプや、夜ならではの景色や体験など、世代を超えて楽しめる魅力がたくさんあります。身近な場所にも、ワクワクする発見や新しい出会いが待っています。この夏は、大切な人と一緒に出かけて、特別な時間を過ごしてみませんか。北九州で、心に残る夏の思い出をつくりましょう。北九州市なら、必ず、できる!



北九州市長
武内 和久

自然を感じに
出かけよう

※予約・施設利用については、各施設へ直接お問い合わせください。



① テントムシ金比羅キャンプ場
(戸畑区金比羅町(中央公園内)、☎090・1224・4798)

- ・都心から車で約10分
- ・テントレンタル、BBQ利用可能
- ・夏の親子キャンプ開催予定

詳細は▶
コチラ



④ 森のデイキャンプplain
(小倉北区寿山町(足立公園内)、☎090・5665・1482)

- ・日帰り専用キャンプ場
- ・併設のカフェでスイーツも
- ・愛犬同伴OKのドギーマイットあり

詳細は▶
コチラ



② 葛蒲谷キャンプ場
(若松区大字小石(葛蒲谷池自然公園内)、☎080・9680・4321)

- ・自然に囲まれ、四季折々の風景を楽しめる
- ・電源付きなど多彩なキャンプサイトを完備

詳細は▶
コチラ



- ・モノレールやJRの駅から徒歩で行ける
- ・手ぶらでキャンプを楽しめる

詳細は▶
コチラ



⑤ 堀越キャンプ場
(小倉南区大字堀越、☎080・9680・4321)



③ 響灘キャンプベース
(若松区竹並(グリーンパーク内)、☎701・5575)

- ・グリーンパークで遊んで泊まれるキャンプ場
- ・設備充実で初心者や女性同士も安心
- ・手ぶら・愛犬OK

詳細は▶
コチラ



その他キャンプ場の紹介

このほか、青少年キャンプ場として、⑥「矢筈山キャンプ場(門司区大字大里、☎371・1490)」(P9に関連記事あり)、⑦「帆柱キャンプ場(八幡東区権現山、☎881・8818)」もあります。



▲詳細は
コチラ



2面は真夏の夜のおすすめスポット

市政・生活情報の問い合わせ

北九州市コールセンター ☎582・4894(1月1日～3日を除く・8時30分～20時) FAX.582・3318

【編集・発行】北九州市企画・マーケティング課 〒803-8501 北九州市小倉北区城内1-1 ☎582・2236 【北九州市ホームページ】▶



北九州の夏は夜も楽しめる

真夏の夜のおすすめスポット

到津の森公園

夜の動物園 2026

開催日 7月18日～8月30日の
毎週土・日曜日、祝日
8月13・14日(全18日間)
開催日は営業時間を21時まで延長(入園は20時まで)

施設情報

小倉北区上到津四丁目1-8
☎651・1895



▲詳細は
コチラから

料 一般800円／中学・高校生400円／4歳～小学生100円
(7月18日～8月31日は終日高校生以下入園無料)

※イベントなど詳細はP3をご覧ください

門司港レトロ展望室

地上103メートルから関門海峡の夜景を一望

施設情報

門司区東港町1-32 ☎321・4151
開 10～22時(最終入館 21時30分)
休 年4回不定休
料 一般600円／小・中学生300円



▲詳細は
コチラから

皿倉山 ケーブルカー・スロープカー

「100億ドルの夜景」皿倉山山頂まで約10分で到着

施設情報

八幡東区大字尾倉1481-1 ☎671・4761
開 10～22時(上り最終21時20分)
休 毎週火曜日(祝日は除く)
料 ケーブルカー・スロープカー往復通し券
一般1230円／小学生以下620円



▲詳細は
コチラから

北九州周遊パス ～タッチ Kyushu～

好評につき継続販売します

門司港駅～黒崎駅

北九州エリアのJR・観光施設が乗り放題・入り放題

1000円分商品券など特典盛りだくさん(使用条件あり)

●販売期間

1日券／来年3月31日(水)まで
2日券／来年3月30日(火)まで

●利用期間

来年3月31日までの好きな1日か連続した2日。ただし、購入日から30日以内のご利用に限ります(最終利用可能日は来年3月31日)

ご購入は
コチラから



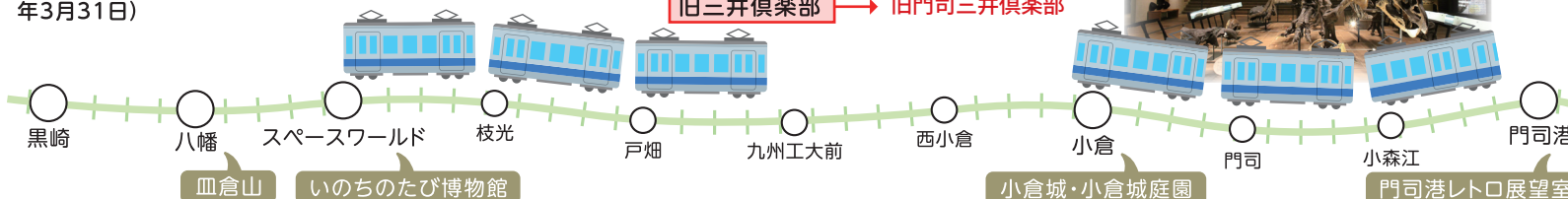
対象施設(全19施設)

白野江植物公園
皿倉山ケーブルカー・スロープカー
小倉城
小倉城庭園
到津の森公園
旧安川邸
響灘緑地(グリーンパーク)
熱帯生態園(グリーンパーク内)
カンガルー広場(グリーンパーク内)
関門海峡ミュージアム
門司港レトロ展望室
旧大阪商船
旧三井倶楽部 → 旧門司三井倶楽部



6施設追加しました

北九州市立美術館
北九州市科学館(スペースLABO)
北九州市立文学館
自然史・歴史博物館(いのちのたび博物館)
松本清張記念館
北九州市漫画ミュージアム



★今回の特集、いかがでしたか? アンケートにご協力ください【7月19日(日)まで】

アンケートはコチラから▶



「ケイケン・タカラプロジェクト」始動！ 「ケイケンマイスター」の候補者を募集中

本市では、多くのシニアの皆さんがさまざまな分野でご活躍されています。その長年の歩みで培われた経験や知見はかけがえのない「タカラ」です。

この「タカラ」をまちの「チカラ」へつなげていくことを目指し、「ケイケン・タカラプロジェクト」をスタートしました。

地域で活動されているシニアの皆さんをご推薦ください

自らの経験や知見を生かして社会で活動されている人を「ケイケンマイスター」として認証します（選考あり）。認証された人の活躍内容は、市のホームページなどで広く発信します。生き生きとした姿を発信することで、その経験や知見を次世代へつなぎ、まちの「チカラ」としていきます。

今年度の募集テーマ

「次世代につながるケイケン・タカラ」
今年度は、子どもや若者など次世代に向けて活動を行っている人を対象に募集します。

こんな人を募集しています

- 市内に居住し、令和8年4月1日時点で満65歳以上である人
- 自らの経験や知見をもとに、おおむね3年以上継続して活動している人
- 今後も継続して活動する意欲がある人

※ 団体の条件にすべて該当する人
※ 団体・グループなどから推薦を受けた人を対象に選考します（推薦は1団体につき1人まで）。

認証されると

市長から「ケイケンマイスター認証状」と「バッジ」が交付されます。

推薦期間・応募方法

8月25日（火）まで。応募方法や推薦条件などの詳細は、市のホームページをご覧ください。



▲詳細はコチラ

地域で自らの経験や知見を子どもたちや若者など「次世代」へつないでいるシニアの皆さんを、ぜひご推薦ください。

北九州市では多くのシニアの皆さんが活躍しています

市では、生き生きと活動する姿を紹介する「シニア応援プロジェクト動画」を公開中です。

地域や社会で活躍する皆さんの姿をぜひご覧ください。



シニア応援プロジェクト vol.2



▲動画第一弾はコチラ



▲動画第二弾はコチラ

問 保健福祉局長寿社会対策推進室 ☎582・2407

到津の森公園へお出かけ

- ① ITOZU YORU ZOO 夜の動物園
- ② ドリームナイト・アット・ザ・ズー

7月18日（土）～8月30日（日）の毎週土・日曜日、祝日と8月13日（木）・14日（金）の10～21時（入園は20時まで）。▼WAO! キツネザルツアー 16～16時30分（5分入れ替え制）。当日15時55分からマダガスカルの世界ワオキツネザル舎前で整理券を配布します（限定60枚）。料100円

▼真夏のスタミナフェア 芝生広場にキッチンカーが出店。7月18～20日（祝）、8月11日（祝）・8月13～16日（日）の16～20時30分（ラストオーダー20時15分）▼スポーツガイド 日替わりで動物の解説。17～17時10分の部と18～18時10分の部と18時30～40分の部あり ▼ムササビの森ガイド 20～20時15分。①の共通料入園料が必要（7月18日～8月31日は高校生以下入園無料）。荒天中止。



7月18日～8月31日は10時から開園します。

問 到津の森公園 ☎803-0845 小倉北区上到津四丁目1-8、☎651・1895

公共交通でのお出かけを支援します

担都市戦略局都市交通政策課 ☎582・2518
公共交通をお得に利用できるキャンペーンを行います。

- ① 公共交通1日無料乗車券の発行
西鉄バス、市営バス、モノレール、筑豊電鉄にて、スマートフォンアプリ「my route」で、7月17日10時から取得可能。
- ② プレミアム付きタクシーチケットの販売
3000円分のチケットを2000円で販売（1人2冊まで）。
7月17日10時からタクシー営業所で先着販売。

③ おでかけ交通の無料乗車券の配布
1人当たり1冊（6回分）を車内とタクシー営業所で、7月17日から配布。

共通利用期間は、7月17日～来年1月11日。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

問 ①について ☎482・5966
②について ☎482・5933
③について ☎482・5919

夏休み子ども向け教室

問 保健福祉局長寿社会対策推進室 ☎582・2407

「まつがえ荘」は、令和7年度から年齢制限を撤廃し、どなたでも利用できる施設になりました。（令和6年度まで60歳以上が対象）。同施設は温浴施設もあり、当日に教室を利用する子どもは無料でお風呂も利用できます（小学生以下は保護者同伴）。

① 夏休み子どもカラオケ教室

童謡や歌唱、詩吟を通じて、日本の歴史や文化に触れます。8月2日（日）・9日（日）・23日（日）・30日（日）（全4回）の13～14時。対小学生～高校生。定先着10人。料300円。

② 夏休み子ども工作教室

▼割りばしで「ゴム銃」作り 8月9日（日） ▼牛乳パックで紙すき体験 8月22日（土）。②の共通料の提供あり。対小学生。定先着各日10人。料同伴の保護者は入館料とカレー代（300円）が必要。



共通 新門司老人福祉センター「まつがえ荘」（門司区新門司三丁目）で。申 電話で7月17日から問 先へ。無料送迎バス（門司駅など）あり。運行時間や停車場所など詳細は問を。

わくわく！ 夏の子ども抽選会

8月の開館日（月曜日、祝日、14・15日は除く）は、お菓子や玩具などが当たる、子ども抽選会を開催します（なくなり次第終了）。対15歳以下。料入館料が必要。



▲詳細はコチラ

問 新門司老人福祉センター「まつがえ荘」 ☎481・3951

こども文化パスポートで施設を巡ろう

北九州市や周辺市町の文化施設などへの入場が無料か一部割引引きになるなどの特典が受けられる「こども文化パスポート」を市のホームページから入手できます。有効期間は7月17日（金）～8月31日（月）。対3歳～中学生を対象地域に在住か、対象地域の保育所、幼稚園、小・中・特別支援学校などに通う人。対象地域など詳細は問を。



▲詳細はコチラ

問 教育委員会企画調整課 ☎582・2357



サカナクション グッドナイト・プラネタリウム

音楽と星空が体感できる作品。
7月18日(土)・10月14日(水)、ス
ペースLABO(八幡東区東田四
丁目)で、上映スケジュールは同施
設のホームページでご覧になれま
す。[定]各回250人。[料]一般600
円、中学・高校生300円、小学
生200円。[申]観覧希望日まで
に[ネ]で予約が必要(各上映日の
30日前から先着)。詳細は[問]を。



(制作・配給) コニカミノルタプラネタリウム(株)



▲上映スケジュール
はコチラ

問 スペースLABO ☎671・4566

二セ電話詐欺被害防止機能付き電話機の 購入費用を補助します

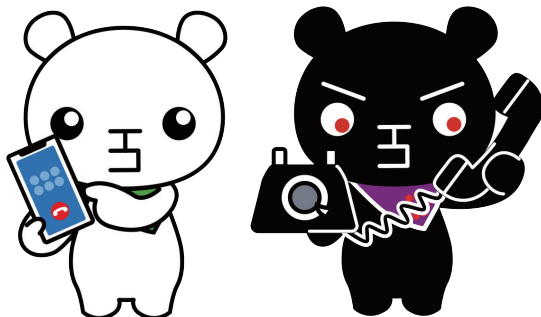
市では、二セ電話詐欺を防ぐた
めの機能が付いた固定電話機の購
入費用の一部を補助します(予算
額に達し次第終了)。

[対] 65歳以上(来年3月31日まで
に65歳になる人を含む)。対象機
器は、事前警告と自動録音機能付
きの固定電話機で、7月15日以降
に購入したものです。補助額は機
器購入費用の4分の3(消費税・手
数料を除く。上限1万円。1世帯1
台限り)。

[申] 7月15日～来年2月26日。電
話機を購入する前に予約が必要。
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



©ていたん&ブラックていたん,北九州市

問 危機管理室安全・安心推進課 ☎582・2946

ペルセウス座流星群鑑賞会

8月12日(水)17時25分、ソララ
ンド平尾台(小倉南区平尾台一丁
目)で。
[対] 22時以降、18歳以下は保護者
同伴。レジャーシートや虫よけ・防
寒グッズ、足元用のライトなどが
必要。荒天中止。



問 ソラランド平尾台 ☎452・2715

北九州空港からお出かけ

北九州空港から行く
台北旅行

北九州―台北(桃園)線、
販売開始

9月2日(水)から運航を再開
するスターフライヤーの北九州―
台北(桃園)線の航空券を販売中
です。週3便で運航され、台湾への
ビジネスや観光が身近になりま
す。ダイヤなど詳細は[問]を。



▲予約は
スターフライヤー
のホームページから

Revival 台北!

北九州空港発着の台湾・台北へ
の旅(2泊4日か3泊5日)。九份
や十分などの人気観光地の散策
や、小籠包などの本場の台湾グル
メも満喫できます。[料]3万980
0円から(別途燃油サーチャージ…
おおよそ2万8000円(令和8
年7月現在)が必要)。詳細は
(株)セラヴィ ☎513・2220へ
[問]を。

北九州空港から行く ソウル旅行



北九州空港発着の韓国・ソ
ウルへの旅(2泊3日)。人気
観光地を日本語ガイドと巡
る半日市内観光や、サムギョ
プサルのお食事クーポン、空
港から市内の移動に便利な
仁川国際空港鉄道AREX
の片道乗車券付き。[料]6万4
800円(燃油サーチャージ
込み)から。出発日など詳細
はHIS小倉本店 ☎050
・1753・1306へ[問]を。

問 北九州空港利用促進連絡会(港湾空港局空港企画課内) ☎582・2308

NHK「新・BS日本のうた」公開収録 観覧者を募集



「新・BS日本のうた」の公開収
録を実施します。ゲストは純烈さ
ん、鳥羽一郎さん、長山洋子さん
ほか。9月17日(木)18時30分～20
時30分、黒崎ひびしんホール(八
幡西区岸の浦二丁目)で。[申] 8月
23日までに[ネ]で。詳細は[問]を。市
のホームページでもご覧になれま
す。



▲詳細・申し込み
はコチラ



▲長山洋子さん



▲鳥羽一郎さん



▲純烈さん

問 市長公室企画・マーケティング課 ☎582・2115

よい歯の学校・口腔衛生功労者表彰

よい歯の学校表彰

●市長賞

積極的な歯科保健活動で他の規
範となる学校を表彰しています。
竹末小学校(八幡西区)

●教育委員会賞

虫歯予防のため意欲的な実践活
動が行われており、その効果がう
かがえる学校を表彰しています。
藤松小学校(門司区)、小石小学
校(若松区)、高見中学校(八幡東
区)、大谷小学校(戸畑区)

●口腔衛生功労者表彰

地域などで口腔衛生の向上に積
極的に携わった人を表彰していま
す。
於保和子さん(歯科衛生士)



▲よい歯の学校・口腔衛生功労者表彰式

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

夏場の食中毒に気をつけましょう

問 保健所東部生活衛生課(門司区・小倉北区・小倉南区) ☎522・8728
保健所西部生活衛生課(若松区・八幡東区・八幡西区・戸畑区) ☎642・1818

気温や湿度が高くなる夏場は、食中毒が発生しやすいです。食中毒予防3原則である、細菌を「付けない」「増やさない」「やっつける」を実施するためのポイントを紹介します。

食中毒を防ぐポイント



食材を扱う時には、手に付いた食中毒を起こす細菌やウイルスを落とすために、手を洗いましょう。

① **食品の購入** 新鮮な食材を購入し、水分が漏れやすい肉や魚は、ビニール袋に入れて持ち帰りましょう。

- ② **家庭での保存** 冷蔵や冷凍での保存が必要な食品は、早めに冷蔵庫(目安:10℃以下)や冷凍庫(目安:マイナス15℃以下)に入れます。
- ③ **下準備** 肉や魚を切った後の包丁やまな板は、洗剤で洗った後、熱湯をかけて消毒しましょう。
- ④ **調理** 食材中心部の温度が75℃で1分以上を目安に十分に加熱しましょう。
- ⑤ **食事** 作った料理は、室温で長く放置せずに早く食べましょう。
- ⑥ **残った食品** 早く冷えるように浅い容器に小分けして保存し、温め直す時も十分に加熱しましょう。

「とびうめ@きたきゅう」に登録しませんか

「とびうめ@きたきゅう」って?

医療機関などで医療や介護サービス、健康診査などの情報が共有される仕組みです。

「とびうめ@きたきゅう」に登録した人の情報は、北九州市内の参加医療機関139カ所だけでなく、市外(福岡県内)の医療機関79カ所でも共有されます。

現在5万4千人以上が登録しています。この機会にぜひ登録しませんか。

医療機関等で共有されるあなたの情報

- ① 氏名、生年月日、住所、性別と緊急時の連絡先
 - ② 医療情報(かかりつけ医、病名、処方された薬など)
 - ③ 介護情報(要介護度、認定期間、担当ケアマネジャーの事業所名)
 - ④ 特定健診(メタボ健診)の結果 など
- ※②と④は、国民健康保険や後期高齢者医療制度等を利用した際の情報が対象

登録するメリット

- ① 緊急時に適切で迅速な治療につながる。
- ② 退院する時に、病院やかかりつけ医、ケアマネジャー等の連携により、在宅生活への円滑な移行ができる。

登録は無料です!

「登録申出書」に氏名、生年月日、住所、緊急時の連絡先(任意)を記入の上、各区役所の保健福祉課や社会福祉協議会、市民センターなどへ。詳細は問を。

とびうめ@きたきゅう



▲詳細はコチラ

問 保健福祉局地域医療課 ☎582・2678

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。

企業誘致、U・Iターン実績 過去最高を更新

3年連続過去最高!!
7,777億円
進出企業の投資決定額

直近3年間に進出が集中!!
49社
IT企業進出・増設
新規雇用者
30代以下の若者:8割
そのうち女性:6割

前年度から大幅に増加!!
298人
U・Iターン就職者
10~20代 171人 前年度比 2倍
女性 125人 前年度比 1.5倍

「STOP! ニセ電話詐欺」街頭キャンペーンを実施しました

北九州市では、6月15日に各区役所と警察署が合同で「ニセ電話詐欺被害防止キャンペーン」を実施しました。

金融機関や商業施設周辺で啓発グッズの配布や固定電話の「国際電話利用休止手続き」のサポートを行い、通行中の皆さんへ直接注意を呼びかけました。

近年、ニセ電話詐欺の被害が急増しています。高齢者だけでなくスマホを日常的に使う若者の被害も目立っています。

被害を防ぐために
・国際電話のブロック
・LINEの電話番号・ID検索をオフにする
などが有効です。「不安だ」「怪しい」と感じた時は警察にご相談ください。



問 危機管理室安全・安心推進課 ☎582・2911

令和7年度の企業誘致とU・Iターンの実績が過去最高を更新しました。「企業や人が集まる都市」へと進化を続ける北九州市。市内では、脱炭素につながるGXやAI関連の大型投資が決定するとともに、IT企業の集積が進み、若者や女性にとって魅力のある雇用の場が広がっています。

U・Iターンの動機も、地元志向に加え、「北九州が好きになった」と、市外出身者が新たに北九州市を選ぶ声が増えています。

企業の投資や進出、人材の流入が良い相乗効果を生み、企業も人も集まるまちづくりが進んでいます。

問 産業経済局企業誘致課 ☎582・2065
産業経済局雇用・産業人材政策課 ☎582・2419



情報ステーション

時間は24時間表記

料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)

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

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



各区役所の代表電話番号

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

申し込みはがき「基本事項」の記入方法

コース・部や実施日が複数ある場合は希望を記入

●希望催し名

複数人数で参加できる場合は参加者全員分を記入し、代表者の前に代と記入

●郵便番号と住所
●氏名(ふりがな)
●年齢(学生は学年も)
●電話番号

託児や保護者氏名など、記入する内容は各記事で確認を

●その他

●市役所や区役所への郵送の場合
宛先は郵便番号と**部署名**で届きます。

相談

外国人のための生活全般に関する相談

対面のほか、電話、メール、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)により最大25言語で対応します。複雑な問題や解決困難なケースに対する多文化ソーシャルワーク(対面だけ)もあり。7月の毎週月～金曜日(祝日は除く)9時30分～16時、北九州国際交流協会(黒崎駅西側、コムシティ3階)で。対外国人市民と外国人に関わる相談のある人。料相談無料。**申**不要。**問**同協会 ☎643・5931へ。

マンション管理セミナー&無料相談会

マンション管理士によるセミナーと無料の相談会を開催します。テーマは「最近のマンション管理事情」。8月2日(日)13時30分～15時30分、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。14時30分までセミナー、その後相談会。定15人。**申**7月31日まで(土・日曜日、祝日は除く)の13～16時に福岡県マンション管理士会北九州事務所 ☎967・2445か ☎090・9653・9288へ。担都市戦略局住まい支援室 ☎582・2288。

マンション管理無料相談会

マンション管理士などが応じます。8月4日(火)13時30分～15時30分、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定2組。**申**8月3日まで(土・日曜日、祝日は除く)に福岡県マンション管理組合連合会 ☎922・4877へ。担都市戦略局住まい支援室 ☎582・2288。

終活無料相談

終活に関する一般相談 相談員が応じます。8月の毎週月～金曜日(祝日

は除く)10～16時。定先着各日1～3人。

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。8月12日(水)13～16時。定先着3人。

相続・遺言に関する専門相談 司法書士が応じます。8月26日(水)13～16時。定先着3人。

共通 終活あんしんセンター(戸畑駅前、ウェルとばた3階)で。**申**7月23日10時から北九州市社会福祉協議会 ☎882・6211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。8月5日(水)14～16時と26日(水)18～20時、母子・父子福祉センター(戸畑駅前、ウェルとばた4階)で。対ひとり親家庭などの親が寡婦、離婚に伴う問題を抱えている人。定先着各日4人。**申**7月23日9時30分から同センター ☎871・3224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。8月7日(金)10～16時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。**申**不要。**問**高年齢者就業支援センター ☎882・5400へ。

市立図書館での起業・経営無料相談会

中小企業診断士が応じます。▶戸畑図書館(戸畑区新池一丁目、☎871・3464)＝8月9日(日) ▶中央図書館(小倉北区城内、☎571・1481)＝8月16日(日)。**共通** 10時30分～12時の部、13～14時30分の部、15～16時30分の部あり。定先着各日各部1組。**申**電話で7月17日から各図書館へ。

障害者スポーツリハビリ専門無料相談

障害状況や体力、運動能力に応じ

たアドバイスなど。8月16日(日)10～12時、障害者スポーツセンター(小倉北区三郎丸三丁目)で。対障害のある人。定2人。**申**7月17～31日に同施設 ☎922・0026へ。聴覚に障害のある人は ☎922・0041も可(基本事項を記入)。

お出かけ

虫展～インセクツ・オブ・キタキュウシュウ

北九州高校魚部が採集した虫たちの生体や標本を展示します。クイズに挑戦した人に昆虫シールを進呈。7月18日(土)～31日(金)(7月21・28日は除く)の9～17時(31日は12時まで)、響灘ビオトープ(若松区響町一丁目、☎751・2023)で。

総合農事センターの催し

カブトムシハウス カブトムシの採取体験。販売もあり。7月18日(土)～20日(月)の9時15分～16時30分。各日9時からカブトムシハウス前で配布する整理券が必要。

ビオ マルシェ 野菜や料理、スイーツの販売など。7月20日(水)11～15時。**こどもまんなかフェスタ** こども縁日、ワークショップ、キッチンカー出店など。7月25日(土)・26日(日)の10～16時。

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

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 7月26日(日)9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森のカルチャー教室「子どもロボッ

ト作り教室 木や松ぼっくりなどを使ってロボットを作ります。8月9日(日)10時20分、皿倉山ビジターセンターに集合。15時30分、同所で解散。対小・中学生(保護者同伴)。定先着15人。料1000円(別にケーブルカー乗車料が必要)。



共通 **申**②は必要。7月17日から皿倉山ビジターセンター ☎681・5539へ。

旧百三十銀行ギャラリーの催し

順天大学教授展 絵画やウェブ漫画、最先端の3D作品などを展示します。7月28日(火)・29日(水)・30日(木)の12時(29日は13時)～17時(30日は16時まで)。**ハイカラ! ナウイ! ヤバイ! 大正・昭和・平成展** 3つの時代を巡る体験型展示会。8月8日(土)～23日(日)の10～17時。

問 旧百三十銀行ギャラリー(八幡東区西本町一丁目、☎661・9130)へ。

白野江植物公園の催し

しぜんのじかん「麦わらの虫籠づくり」 8月1日(土)。10～11時30分の部と14～15時30分の部あり。対小学生以上(小学生は保護者同伴)。定先着各部12人。料700円。

ナチュラルライフ講座「アロマテラピーの基本」 精油の特徴や効果について学んだ後、アロマスプレーを作ります。8月1日(土)11～12時30分。対中学生以上。定先着12人。料1000円。

植物講座「マクラメ編みの植物ハンギング」 8月9日(日)13～15時。対小学生以上(小学生は保護者同伴)。定先着12人。料1500円。



共通 料入園料が必要。**申**電話で7月17日から白野江植物公園(門司区白野江二丁目、☎341・8111)へ。

スペースLABO ANNEXの催し

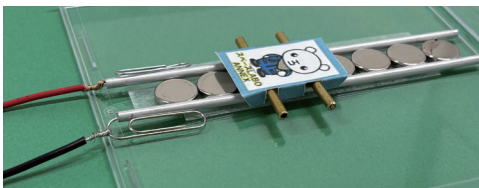
①サイエンスショー「スペースLABOの夏祭り」

8月2日(日)14～14時30分。花火や空気砲の実験などを行います。



②館長・川村博士のサイエンスひろば「リニアモーターカーをつくろう」

8月16日(日)10時30分～11時20分。定先着50人。料500円。



共通 スペースLABO ANNEX(八幡東区東田二丁目)で。**申**②は必要。8月2日から**ネット**で。

問 スペースLABO ☎671・4566

★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

夏祭り in 小倉駐屯地

盆踊り、小倉駐屯地音楽部による演奏、小倉ひびき太鼓による演舞、打ち上げ花火など。8月5日(水)18～21時(一般開放は17時から)、陸上自衛隊小倉駐屯地(小倉南区北方五丁目、☎962・7681)で。荒天中止。

かがやけ! えがおの輪 ワンコインコンサート

8月8日(土)13～16時、J:COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。料中学生以上500円。バザー(12～13時)もあり。☎百瀬ミュージックボランティアグループワンコインコンサート実行委員会事務局 ☎080・5211・1198へ。担当保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453。

北九州国際交流協会の催し

①**多言語おはなし会～言葉の音を楽しむ!** 日本人と外国人市民のボランティアが多言語(日本語・英語・中国語・韓国語・タイ語)で絵本の読み聞かせを行います。工作などもあり。8月8日(土)14～15時30分、子ども図書館(小倉北区内)で。定20人。

②**世界とつながるラボ～交流型国際理解講座** 世界の文化や価値観について学びます。海外出身の講師との交流もあり。8月22日(土)13時30分～15時30分、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。対中学・高校生。定15人。

☎共通 ☎①は8月5日、②は8月15日までに北九州国際交流協会のホームページで。☎同協会 ☎643・5931へ。

聴覚障害者情報センターの つどい

ゲームや字幕制作などの体験を通して聴覚に障害のある人たちと交流します。8月9日(日)13時30分～15時30分、西部障害者福祉会館(黒崎駅西側、コムシティ5階)で。☎☎あり。☎聴覚障害者情報センター ☎645・1216、☎645・3335へ。

世界とおしゃべりカフェ 「日本語で世界を知ろう!」

外国人と日本語で交流します。8月15日(土)13時30分～15時30分、ユースステーション(黒崎駅西側、コムシティ地下1階)で。対中学生以上の学生。定先着10人。☎7月17日からユースステーション ☎621・0132へ。

親子ふれあい教室 「1日上下水道モニター」

上下水道施設の見学など。8月21日(金)9時、小倉駅新幹線口に集合。16時30分、同所で解散。対小学生と保護者(1組3人まで)。定20人。☎往復はがき(1組だけ)に基本事項を書いて7月24日までに〒803-8510上下水道局総務企画課(☎582・3135)へ。☎ネットも可。

医療従事者なりきり体験

医師や看護師などの仕事を体験します。8月22日(土)13～15時30分、市立医療センター(小倉北区馬借二丁目)

で。対小学5・6年生と保護者(1組2人)。定15組。☎7月9～31日に☎ネット
で。☎同センター ☎541・1831へ。

「親子で学習水遊び」 バスツアー

遠賀川水源地ポンプ室(中間市)や遠賀川水辺館(直方市)などを巡ります。8月23日(日)8時、小倉駅新幹線口に集合。15時、同所で解散。対5歳～小学生と保護者。定先着12組。料1組2000円(3人以上は1人500円増し)。水着・昼食が必要。☎7月21日から(土・日曜日、祝日は除く)北九州市レクリエーション協会 ☎921・2801へ。

夜宮青少年センターの催し

①**家族で竹細工教室** 竹箸と竹トンボを作ります。8月23日(日)9～12時。対小学3年生以上と保護者。定10人。料100円。

②**初めての陶芸体験** 皿やコーヒークップなどを作ります。8月30日(日)、9月13日(日)(全2回)の9～12時。対中学生以上の初心者。定10人。料1000円。☎共通 汚れてもよい服、エプロン、上靴などが必要。☎はがき(①は1組、②は1人だけ)に基本事項(①は性別、生年月日も)を書いて①は8月6日、②は8月13日までに夜宮青少年センター(〒804-0042戸畑区夜宮一丁目2-1、☎871・3465)へ。☎ネットも可。

早期教育プロジェクト バイオリンレッスンの観覧

東京藝術大学音楽学部の教員が行う、小・中学生へのレッスンを一般公開します。いずれも8月23日(日)。▶公開レッスン=10時30分～15時 ▶受講生による発表会=15時15分～16時15分 ▶同大学の学生によるコンサート=16時20～50分。対小学生以上。☎共通 響ホール(八幡東区平野一丁目)で。☎東京藝術大学音楽学部早期教育リサーチセンター ☎050・5525・2588(月～金曜日(祝日は除く)11～15時)へ。担当北九州市芸術文化振興財団音楽事業課 ☎663・6661。



北九州国際音楽祭 楽しみかた聴きどころ講座

今年の音楽祭の出演者や曲について解説します。講師は青山学院大学教授・広瀬大介さん。9月6日(日)14～16時、西日本工業大学小倉キャンパス(リバーウォーク北九州西棟)で。対小学生以上。定40人。料500円。☎往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて8月4日までに北九州市芸術文化振興財団音楽事業課(〒805-0062八幡東区平野一丁目1-1、☎663・6661)へ。☎ネットも可。

ジャパンホルンサウンド ツアー

出演はホルン奏者・福川伸陽さん、

高橋臣宜さん、鈴木優さん、信末碩才さん、ピアノ奏者・山中惇史さん、打楽器奏者・山口大輔さん。11月29日(日)15～17時、響ホール(八幡東区平野一丁目)で。対小学生以上。料前売り(全席指定)S席5000円、A席4000円、A席25歳以下2000円(身分証の提示が必要)。前売り券は7月23日から同ホールなどで発売。当日は500円増し。託児(有料)は北九州市芸術文化振興財団音楽事業課 ☎663・6661へ☎を。

子育て

シン・子育てファミリー・ サポートセンター入会説明会

子どもの一時預かりや送迎などの子育て支援を行う有償ボランティア会員の内容や登録方法と、その支援を受ける方法など。8月2日(日)10～16時、子育てふれあい交流プラザ(小倉駅北側、AIMビル3階)で。対育児ボランティアをしてみたい人・支援を受けたい人。☎8月1日までにシン・子育てファミリー・サポートセンター ☎511・3081へ。

リトミック教室

8月30日(日)10時30分～11時30分、こども文化会館(小倉北区下到津四丁目)で。対1歳以上の未就学児と保護者。定先着30組。☎7月17日から同施設 ☎592・4152へ。

「もりのいえ」親子宿泊

ゲームやハイキングなど。9月26日(土)～27日(日)(1泊2日)、もりのいえ(小倉南区大字長野、☎475・8107)で。対令和2年4月2日～令和3年4月1日に生まれた子どもと母親。定24組。料1人1660円。☎7月13日～8月22日に☎ネットで。

仕事

新卒学生向け企業交流会

地元企業(5社程度)が参加します。7月22日(水)18～19時40分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」)を使用)で。対大学生、専門学校生など。☎当日開催時間前までに☎ネット
で。☎北九州市企業との交流会事務局 ☎0120・946・059へ。担当産業経済局雇用・産業人材政策課 ☎582・2419。

福岡県警察官採用試験

▶警察官A(男性・女性・武道指導) ▶警察官B(男性・女性) ▶警察官C(経済・英語・中国語・韓国語・情報工学) ▶※警察官社会人経験者A・B。☎共通 第一次試験は9月20日(日)(※は9月13日(日))。☎7月30日～8月26日。受験案内は福岡県警察採用サイトでご覧になれます。対定など詳細は福岡県警察警務課採用センター ☎(092)622・0700へ☎を。

施設の催し

漫画ミュージアム

☎512・5077

〒802-0001小倉北区浅野二丁目14-5、あるあるCity5・6階 開11～19時(8月8～16日は20時まで。入館は閉館の30分前まで) 休火曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館) ※8月5日(水)～17日(月)と9月16日(水)～28日(月)は無休

国際漫画大賞ジュニア部門受賞作品展 昨年の受賞作品を紹介。その場で4コマ漫画を描いて今年の漫画大賞に応募できるコーナーもあり。8月31日(月)まで。

日韓交流事業 釜山中学生作品展 釜山(韓国)の中学生が描いた4コマ漫画を展示します。8月31日(月)まで。

漫画体験 漫画道具、タブレットの使い方や塗り絵など。8月9日(日)・22日(土)の13時30分～16時30分。

☎共通 料入館料が必要。

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7月15・16日

サイバーカッセンに挑戦! 北九州市発祥の次世代デジタルチャンバラスポーツ「サイバーカッセン」を行います。7月25日(土)13～16時。フリーパス券か3カ月会員パスを持つ人は優先的に参加できます。**移動水族館がやってくる!** カニ、ヒトデなどの海の生き物と触れ合えます。お絵かきアクアリウムもあり。7月26日(日)13～16時(1回10分)。時間を区切って整理券を配布(詳細は☎を)。フリーパス券か3カ月会員パスを持つ高校生以下は優先的に入場できます。

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

元気のもり in 夏まつり ゲームやくじなど(いずれも有料)。7月18日(土)～20日(祝)の12～16時。対未就学児と保護者。



おりがみ工房「くわがた虫」 折り紙で「くわがた虫」を作ります。7月27日(月)13時30分～14時。対未就学児と保護者。

一緒にあそぼう 保育士と一緒に保護者と子が触れ合って遊びます。7月30日(水)11時30分～12時。対2歳以下の乳幼児と保護者(兄弟・姉妹の同伴も可)。

☎共通 料プレイゾーン入場料が必要。

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

マイテク・センターの講座

①風車メンテナンス技術者育成コース 第二種電気工事士やフォークリフト運転技能講習修了など15の資格取得を目指します。8月5日～来年2月4日の6カ月間(原則土・日曜日、祝・休日は除く。全114回)9時30分～16時。対18歳以上の求職者(ハローワークへの求職者登録が必要)。定10人。料教材費などは実費。

②日商簿記検定2級 9月5日～来年2月6日のおおむね毎週土曜日(全17回)9時30分～16時30分(10月17日は13時30分～16時30分)。定先着20人。料4万3000円(3級から継続して受講する人は4万円)。

③弥生会計入門 9月28日～11月9日のおおむね毎週月曜日(全6回)18時30分～20時30分。対マウス・キーボードの操作ができる人。定先着20人。料1万6200円。

共通 申 電話で①は7月21日まで、②③は7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。

IT学び直しプロジェクト「everiGo」の受講生を募集

IT経験がなくても半年間でIT企業への就職を目指すプログラムです。9月15日～来年3月11日のおおむね毎週火～金曜日10時30分～16時30分、オンラインで。インターンシップや、月2回程度の対面授業(ATOMica北九州(小倉北区京町三丁目、セントシティ7階)で)あり。対パソコンの基本操作ができるおおむね40歳までの人や就職氷河期世代の求職者。非正規雇用の人也可。定40人。料6000円(インターンシップ希望の人は別に保険料が必要)。申 8月16日までに ネット で。詳細は北九州市立大学ひびきのデータサイエンス教育推進室☎695・3832へ 問 を。

講座・教室

難聴者の読話教室

難聴者・中途失聴者が口話でコミュニケーションができるように、読話を学びます。7月25日(土)13～15時、東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対難聴者・中途失聴者と関係者。要あり。申 不要。問 難聴者・中途失聴者協会☎883・3113(☎も同じ。電話での 問 は火曜日だけ)へ。担保健福祉局障害福祉企画課☎582・2453。

「事業承継」で看板に込めた想いを次の世代へ

「事業承継」という観点から店の未来と一緒に考えます。7月28日(火)18時30分～19時30分、COMPASS小倉(小倉駅北側、AIMビル6階)とオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対後継ぎ不在に悩む事業者や支援機関、開業希望者など。定会場30人、オンライン100人。申 7月27日まで。詳細は産業経済局中小企業振興課☎873・1433へ 問 を。 ネット も可。

救命講習会

①普通救命講習 8月6日(休)9時30分～12時30分。



②上級救命講習 9月1日(火)9～17時。共通 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。市民防災センター(小倉北区東港一丁目)で。定各40人。申 ①は7月13～29日、②は8月3～24日のいずれも9～17時に消防局救急課☎582・3820へ。 ネット も可。聴覚に障害のある人は☎592・6898も可(基本事項と 手 必要の有無を記入)。

心のサポーター養成研修

メンタルヘルスについての知識や、人の悩みを聴くスキルを習得します。8月11日(祝)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。定先着50人。申 7月17日から ネット で。問 保健福祉局精神保健・地域移行推進課☎582・2839へ。

依存症の問題で悩む家族のための教室

依存症について正しい知識や対応方法を学びます。8月12日(水)14～16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。対アルコール、薬物、ギャンブルなどの問題に悩む家族。定先着10人。申 7月17日から精神保健福祉センター☎522・8729へ。

東部障害者福祉会館の講座

①これからの「あたりまえ」を考える座談会 障害のあるなしに関わらず共に生きる社会を作るために、これからの「あたりまえ」について考えます。8月16日(日)13～15時。定先着30人。

②楽しいクッキング 簡単な料理を作ります。8月23日(日)、9月27日(日)(全2回)の10時30分～12時30分。対障害のある人。定12人。料各回700円。

③要約筆記者試験対策学習会(パソコン) 8月～来年2月のおおむね毎月2回(全16回程度)10～15時。対要約筆記者養成講座を修了し、今年度、全国統一要約筆記者認定試験を受験する人。定6人。料4500円程度。ノートパソコン(Windows11以上、USBポートあり)が必要。

共通 申 電話で③は7月15～31日、②は7月15日～8月8日、①は7月17日から東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階、☎883・5550)へ。②③は ネット も可。①②は聴覚に障害のある人は☎883・5551も可(基本事項

と 手・要 など介助必要の有無を記入)。

生ごみコンポスト講座

生ごみコンポストの基礎を学びます。8月19日(水)10～12時、山田緑地(小倉北区山田町)で。定20人。料1000円(3000円相当のコンポストバッグ付き)。講座で使うコンポスト容器を持参した人は無料で受講できます。申 7月29日までに ネット で。問 環境局循環社会推進課☎582・2187へ。

こども・市民考古学講座

「勾玉作り体験」

いずれも8月22日(土)、埋蔵文化財センター(小倉北区金田一丁目)で。▶こども考古学講座＝10～12時。対小・中学生(小学1～3年生は保護者同伴)▶市民考古学講座＝14～16時。対15歳以上(中学生は除く)。共通 定各20人。料500円。申 往復はがき(3人まで)に基本事項を書いて7月30日までに北九州市芸術文化振興財団埋蔵文化財調査室(〒803-0816小倉北区金田一丁目1-3、☎582・0941)へ。 ネット も可。

ムーブの講座

①エクセル2級検定対策 8月22日～10月10日の毎週土曜日(全8回)10時30分～12時30分。対エクセルの基本操作ができる人。定10人。料1万2000円(別にテキスト代が必要)。

②作り置き男子 食育の大切さを学びながら、家庭で実践できる常備菜を作ります。9月5日(土)。10～13時の部と14～17時の部あり。対子育て中か子育て予定の男性。定各部12人。料2500円。

共通 ムーブ(小倉北区大手町)で。託児(有料)は 問 を。申 ②は8月4日まで、①は7月11日～8月15日に ネット で。 問 ムーブ事業課☎288・6262へ。

視覚障害者生活教室

「陶芸体験」

8月23日(日)10～13時、東部障害者

福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対視覚に障害のある人。定先着10人。料2500円程度。エプロンが必要。申 7月17日から点字図書館☎645・1210へ。

縫わないがま口作り講座

9月2日(水)・6日(日)の13～16時、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。定先着各日12人。料2800円。申 電話で7月17日9時から同施設☎651・4600へ。

子ども食堂ボランティア活動体験講座

子ども食堂でのボランティア活動について基礎知識を学んだ後、体験します。9月2日(水)14時30分～16時30分と16日(水)16時45分～19時50分(全2回)、ウェルとばた12階・2階(戸畑駅前)で。対子ども食堂でのボランティア活動に関心がある人。定10人。料300円。申 7月17日～8月18日に北九州市社会福祉協議会活動推進課☎881・6321へ。

地域における女性リーダー育成セミナー

地域活動や市民センターなどの実践事例、北九州市の男女共同参画の取り組みなどについて学びます。9月4日(金)10～15時、11日(金)10～12時30分、18日(金)10～12時、10月2日(金)・9日(金)の10～12時、16日(金)14～16時30分(全6回)、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)などで。別に現地視察フィールドワーク(10月8日(休)までに1日)もあり。定12人。料1000円。申 8月16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。

クロスアップ
キョウキュウシユウ

区

クロスアップ

北九州

担 門 司 区 役 所 コ ミ ュ ニ テ ィ 支 援 課 ☎ 3 3 1 ・ 1 8 8 3

北九州市には門司区、小倉北区、小倉南区、若松区、八幡東区、八幡西区、戸畑区の個性豊かな7つの区があります。それぞれの区の知られざる!? 知る人ぞ知る!? 魅力を紹介します!

門司区 えっ、ここは異世界!?「矢筈山キャンプ場」

門司区矢筈山(266m)の山頂には、一風変わったキャンプ場があります。実はここは、明治期の軍事施設「矢筈^{ほうらい}堡壘」があった場所。現在も砲台や倉庫などの遺構が良好な状態で残っており、なんとその一部が、キャンプ場の施設として利用されているのです。緑の木々の中に武骨な建造物が建つ様子は雰囲気満点で、まるで異世界。実際、これまで何度もドラマなどの撮影が行われました。さらに、展望台からは関門海峡が一望でき、夜は見事な夜景も楽しめます。

矢筈山キャンプ場(門司区大里)。時代を超えたスペシャルなキャンプ場で没入体験してみませんか?

▲詳しくは
コチラから

★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

黒崎商店街 つながるリレー講座

①親子で楽しむ万華鏡づくり～くるくる回して広がるキラキラの世界へ
9月5日(土)13時30分～14時30分。

②親子で楽しむスイーツデコ体験～自分だけのオリジナルスイーツデコ小物入れ&パフェメモスタンド作り
9月12日(土)13時30分～15時。

共通 西部障害者福祉会館(黒崎駅西側、コムシティ5階)で。対障害のある5～18歳と家族。定各12家族。料1000円。申①は8月26日、②は9月2日までに同会館 ☎645・1300へ。ネットも可。聴覚に障害のある人は ☎645・1600も可。担保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453。

「発達障がい児者への理解と支援」研修会

9月6日(日)9時30分～12時30分、ウェルとばた2階(戸畑駅前)で。対保護者や幼稚園・保育所・学校・施設の職員など。定150人。申8月6日までにネット。問 発達障害者支援センター しばさ ☎922・5523へ。

秋の健康教室

①みんなで介護予防教室 北九州市オリジナル介護予防体操のひまわり太極拳やきたきゅう体操など。▶門司生涯学習センター(門司区栄町)=9月11日～10月16日の毎週金曜日10～12時 ▶曽根体育館(小倉南区下曽根四丁目)=10月19日～11月30日のおおむね毎週月曜日13～15時 ▶若松市民会館(若松駅前)=10月30日～12月18日のおおむね毎週金曜日10～12時。①の共通全6回。対健康上問題のない人。定各30人。



②頭と体のいきいきトレーニング教室

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、創作活動など。▶ムーブ(小倉北区大手町)=9月29日～12月15日のおおむね毎週火曜日13～15時 ▶黒崎ひびしんホール(八幡西区岸の浦二丁目)=9月30日～12月9日のおおむね毎週水曜日10～12時 ▶第一警備スポーツセンター戸畑(戸畑区浅生二丁目)=10月1日～12月3日の毎週木曜日13～15時。②の共通全10回。対健康上問題のない65歳以上。定各28人。

共通 申 往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて7月28日までに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)へ。ネットも可。担認知症支援・介護予防センター ☎522・8765。

ボランティア・NPO等 団体運営研修

テーマは「『まちづくりをやってみよう』を広めよう」。自分の暮らす「まち」との関わり方や、活動する仲間を増やす工夫について学びます。9月19日(土)13時30分～16時、ウェルとばた12階(戸畑駅前)で。対ボランティア・NPOなどで活動している人。定30人。料700円。申7月17日～9月4日に北九州市社会福祉協議会活動推進課 ☎881・6321へ。

講演会

沼田尚徳について ～河内貯水池を作った男

講師は九州産業遺産研究会事務局長・尾崎徹也さん。8月9日(日)13時30分～15時15分、八幡西生涯学習総合センター(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定先着50人。申7月17日から市民活動サポートセンター ☎645・3101へ。

募集

北九州市立大学大学院の 学生を募集

▶社会システム研究科(博士後期課程)=入学は10月から ▶法学研究科(修士課程)、社会システム研究科(博士前期・後期課程)=入学は来年4月から。共通 試験は8月30日(日)。料受験料各課程3万円(別にインターネット出願システム利用料900円が必要)。申7月14～21日。募集要項は北九州市立大学のホームページでご覧になれます。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。

養育里親募集説明会を開催

里親制度についての説明や個別相談など。7月30日(木)14～14時30分、ウェルとばた5階(戸畑駅前)で。申7月29日までに子ども総合センター ☎881・4556へ。

出張無料コンサート 「音つむぎ」の開催会場を募集

8月1日(土)～来年3月20日(土)、響ホール室内合奏団メンバーが会場へ出向き、演奏します。定10会場。申7月26日まで。詳細は同合奏団(毎週月曜日9～16時だけ) ☎647・0565へ問を。応募要項は同合奏団のホームページでご覧になれます。担都市ブランド創造局文化企画課 ☎582・2391。

心の輪を広げる障害者理解 促進事業の作品を募集

▶体験作文=テーマは「出会い、ふれあい、心の輪～障害のある人となし人との心のふれあい体験を広げよう」。対小学生以上 ▶障害者週間のポスター=テーマは「障害の有無にかかわらず誰もが能力を発揮して安全に安心して生活できる社会の実現」。対小・中学生。共通 申7月17日～9月1日。詳細は保健福祉局障害福祉企画課 ☎582・2453、☎582・2425へ問を。

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)※7月14日(火)～8月30日(日)は無休

①たのしい工作の日 リサイクル工作など。7月19日(日)9時30分～15時30分。

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)。7月25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。

共通 申②は必要。電話で7月17日から同施設へ。

旧安川邸

☎482・6033

〒804-0021戸畑区一枝一丁目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)

①ふたつの邸宅まとめてルームツアー「お子さまと楽しむ邸宅探検」旧安川邸と、隣接する旧松本家住宅を回ります。子ども向けの分かりやすいガイド付き。7月22日(水)・26日(日)の10～11時。

②夏のひととき納涼茶会 戸畑高校・小倉南高校茶道部の協力開催。7月25日(土)10時30分～12時(受け付けは11時30分まで。限定40人)。

③甲斐みのりさんと巡る「建築さんぽとランチ会」 9月開催の特別展「旅の途中のおやつたち展」関連イベント。テレビドラマ「名建築で昼食を」の原作者・甲斐みのりさんを囲んでのフレンチフルコースや抹茶とお菓子のティータイム、旧安川邸と隣接する旧松本家住宅の見学など。9月22日(休)12時10分～15時30分。料1万2000円(ワンドリンク付き)。定先着30人。

共通 料入館料が必要。申③は必要。7月18日からネット。

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)

夏の室内講座「小さな化石にふれてみよう!」 顕微鏡で小さな化石を観察します。8月23日(日)13時30分～15時30分。対小学生以上(小学生は保護者の参加が必要)。定9組(1組5人まで)。料入館料が必要。申 往復はがき(1組だけ)に基本事項を書いて8月9日までに同施設へ。ネットも可。



プロスポーツ公式戦に市民を招待

①プロボクシング日本フェザー級王者防衛戦

北九州市出身・岡本恭佑選手の初防衛戦(対 殿本恭平選手)。8月30日(日)13時から、西日本総合展示場本館(小倉駅北側)で。定50人(1組5人まで)。

②タカギ北九州ウォーターウェーブ公式戦

試合は女子ソフトボールJDリーグ公式戦。▶対 伊予銀行ヴェールズ戦=9月4日(金)18時30分から ▶対 東海理化チェリーブロッサムズ戦=9月5日(土)14時から ▶対 SHIONOGIレインボーストックス戦=9月6日(日)13時30分から。②の共通 北九州市民球場(小倉北区三萩野二丁目)で。定3日間で200人(1組5人まで)。

共通 申 往復はがき(1組だけ)に基本事項(②は希望試合も)を書いて①は7月28日、②は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



地域創生プロジェクト 「OFA」参加者・企業を募集

市内企業の若手社員や人事担当者
と学生が、ワークショップなどを通じ
て学びと交流ができる場を多数設け
ています。対学生は大学生、大学院
生、専門学校生など100人程度。企業
は20社程度。申随時。OFA公式サイ
トからLINEの「友だち追加」をして申
し込みを。問OFA運営事務局 ☎513・
2380へ。担産業経済局雇用・産業人
材政策課 ☎582・2419。

明るい選挙啓発ポスター コンクールの作品を募集

画材は自由。サイズは四つ切りか
八つ切り。対小学～高校生、特別支援
学校に在学している人。入賞者に賞
状と副賞を進呈。参加賞あり。申9月
11日まで。詳細は北九州市選挙管理
委員会 ☎582・3071へ問を。

子どもの館の ボランティアを募集

遊びの支援や安全管理など。対15歳
(中学生は除く)～おおむね80歳(高
校生は保護者の同意が必要)。説明会
(毎週土曜日16時から子どもの館で
開催)への参加が必要。申随時。詳細
は子どもの館(黒崎駅西側、コムシ
ティ7階、☎642・5555)へ問を。

「訪問給食」「訪問理美容」 サービスのご利用を

訪問給食 バランスの取れた食事を
届けるとともに、安否確認を行うこと
で、自立を支援します。配食は週5日
以内(月～金曜日(祝・休日、年末年始
は除く))で1日1食(昼食か夕食)。対ひ
とり暮らしの65歳以上か重度障害の
ある人で、栄養管理・改善が必要な
人。料1食550円以内。
訪問理美容 理容師・美容師が各家
庭を訪問して散髪などを行います。対
要介護・要支援の認定を受けた人で、
在宅で寝たきりのため理髪店・美容
院に行くことが困難な人。料1回3500
円(年6回まで)。
共通申随時。詳細は各区役所高齢
者・障害者相談係へ問を。

スポーツ

レクリエーション協会の スポーツ教室

①ユニカール カーペットの上で行
うカーリング競技。8月3日～11月30
日のおおむね毎週月曜日(全15回)14
～16時。定先着24人。料7500円。
②ライジングゼファーフクオカバス
ケットボール教室 プロバスケット
ボールチーム「ライジングゼファーフ
クオカ」のスクールコーチが教えま
す。いずれも8月4日～来年3月30日
のおおむね毎週火曜日(全30回)。▶
初級＝17～18時。料月額6600円 ▶
中級＝18時5分～19時15分。料月額
7700円 ▶上級＝19時20分～20時
50分。料月額8800円。②の共通対小・

中学生。定先着各級30人。
共通三萩野体育館(小倉北区三萩
野三丁目)で。申7月21日から、①は電
話で北九州市レクリエーション協会
☎921・2801へ(土・日曜日、祝日は除
く)、②はネットで。

スポーツ協会のスポーツ教室

いずれもおおむね9～12月の毎週1
～2回(全8～12回)。▶火曜日＝レ
ディーステニス、ソフトテニス ▶火・
金曜日＝弓道 ▶水曜日＝小学生卓
球、バドミントン ▶木曜日＝ナイ
ターテニス ▶金曜日＝レディース
テニス、ナイターテニス、卓球 ▶土
曜日＝ジュニアソフトテニス。共通定
各教室15～35人。料7600円～1万
2000円。時間、場所、対など詳細は問
を。申往復はがき(1人だけ)に基本事
項を書いて8月17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。ネット
も可。

精神障害者バレーボール大会

全国障害者スポーツ大会の九州地
区予選会に出場するチームを決定し
ます。9月5日(土)9～15時、障害者ス
ポーツセンター(小倉北区三郎丸三
丁目)で。対精神保健福祉手帳・障害
者受給者証を持つ人など。定6チーム
(1チーム6～12人。1人以上の女性の
参加が必要)。料1チーム2000円。申7
月17日～8月17日。詳細は同センター
☎922・0026へ問を。

高齢者のための筋力向上 トレーニング啓発教室

いずれも10月～おおむね来年1月
のおおむね毎週1回(全11回。各回1時
間30分)。▶門司区 旧大連航路上屋
＝木曜日、エスタ門司＝金曜日 ▶小
倉北区 ルネサンス小倉＝月曜日、火
曜日、木曜日 ▶小倉南区 文化記念
公園＝水曜日、徳力地域交流センター
＝木曜日、北方地域交流センター＝金
曜日 ▶若松区 若松市民会館＝火
曜日、リフレ若松＝金曜日 ▶八幡東

区 グローバルマーケットアクアパー
ク桃園＝火曜日、木曜日 ▶八幡西
区 的場池体育館＝水曜日、黒崎ひび
しんホール＝木曜日、折尾まちづくり
記念館＝金曜日 ▶戸畑区 第一警
備スポーツセンター戸畑＝火曜日、木
曜日。共通対65歳以上(電話問診あ
り)。開催日程や定など詳細は北九州
スポーツクラブ連絡会 ☎883・8350
へ問を。市のホームページでもご覧
になれます。申往復はがき(1人1会場
1曜日だけ)に基本事項を書いて8月
14日までに認知症支援・介護予防セ
ンター(〒802-8560小倉北区馬借一
丁目7-1、☎522・8765)へ。ネットも可。

お知らせ

認知症ご本人交流会

認知症(若年性認知症を含む)の本人
が集い、当事者同士の立場で交流
会を実施します。7月26日(日)13～14時
30分、総合保健福祉センター6階(小
倉北区馬借一丁目)で。対認知症(若
年性認知症を含む)の人と介護してい
る家族。申不要。問老いを支える北九
州家族の会 ☎882・5599へ。担認知症
支援・介護予防センター ☎522・8765。

都市計画審議会の傍聴の案内

議題は「産業廃棄物処理施設等の
敷地の位置(小倉北区)」。7月28日(火)
10～11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。申不
要。詳細は都市戦略局都市計画課 ☎
582・2451へ問を。

国民健康保険料(第2期)の お知らせ

納期限は7月31日です。
※令和8年度国民健康保険料納付書
の第8～10期に不備がありました。す
でに郵送済みの第1～7期の納付書に
は、不備はありませんのでご使用い
ただけます。第8～10期は準備ができ
次第、郵送します。問保健福祉局保険

年金課 ☎582・2316。

全市一斉 夜間非行防止パトロール

少年補導委員、PTA、警察、学校教
職員などが協力し、全市一斉夜間非
行防止パトロールを実施します。7月
31日(金)、8月21日(金)、9月4日(金)の20～
22時のうち40分程度。集合・解散は各
市民センターなどで。地域により日時
などが変更になる場合あり。詳細は子
ども家庭局こども若者育成課 ☎582・
2392へ問を。

肝炎ウイルス検査を 受けてみませんか

B型・C型ウイルス性肝炎は、肝炎ウ
イルスに感染することで肝臓の細胞
が壊れていく病気です。自覚症状が
ないことも多く、その間に肝臓の機能
が徐々に失われ、重症化すると肝硬
変や肝がんに至ることがあります。早
期に検査や適切な治療を受けること
で重症化を防ぐことができます。
肝炎ウイルス検査について 過去に
肝炎ウイルス検査を受けたことがな
い人は、肝炎ウイルス検査ステッカー
を掲示している医療機関や、区役所・
市民センターなどで実施する集団検
診で、B型・C型肝炎ウイルスの検査
を無料で受けることができます。



▲肝炎ウイルス検査ステッカー
肝炎ウイルス検査で陽性と判断され
たときは 検査で陽性となった場合
は、初回精密検査の費用を助成して
います。
共通詳細は住所地の各区役所保健
福祉課へ問を。市のホームページで
もご覧になれます。担保健福祉局保
健企画課 ☎522・5721。

国民健康保険のお知らせ

8月1日から国民健康保険の資格確認書が薄緑色に変わります

新しい薄緑色の資格確認書(70歳以上の人は資格確認書兼高齢受給者証)は7月31日までに特定記録郵便
で送付します。これまで使っていた、もも色の資格確認書は8月1日から使えなくなります。マイナ保険証をお
持ちの70歳以上の人には、7月31日までに資格情報のお知らせを普通郵便で送付します(70歳未満の人につ
いては、記載内容に変更がある場合だけ更新します)。

国民健康保険の限度額適用認定証などについて

国民健康保険に加入している人(70歳以上で市民税課税世帯のうち、自己負担の区分が「一般」「現役並みⅢ」の人は除く)には、同じ医療機関での1
カ月の支払いが自己負担限度額までとなる認定証を交付します。市民税非
課税世帯の人は、入院時の食事代なども減額されます。マイナ保険証(電子
資格確認に利用される個人番号カード)を利用すれば、認定証の提示は不要
となります。8月以降も認定証が必要な人は住所地の区役所国保年金課で、
7月21日から、国民健康保険の資格確認書を持参して申請してください。また、災害・収入減少など特別な理由で一時的に生活が困難になった人は、一
部負担金の減免を受けられる場合があります。

共通問住所地の区役所国保年金課へ。

申請相談窓口

問区役所国保年金課

●門司区 ☎331・1832
●小倉北区 ☎582・3400
●小倉南区 ☎951・4119
●若松区 ☎761・5951
●八幡東区 ☎671・2859
●八幡西区 ☎642・1332
●戸畑区 ☎881・2391

★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

「こころの健康に関する実態調査」にご協力を

7月中旬に調査票を送付します。無作為に抽出された18歳以上の4500人。調査票が届いた人は回答の上、8月31日までに郵送かインターネットで返信をお願いします。☎保健福祉局精神保健福祉センター ☎522・8744へ。

海岸に漂着する廃棄物にご注意を

海岸に漂着する廃棄物には、有害な液体や物質が含まれているものや、注射器など不用意に取り扱うと危険なものがあります。漂着物を発見したときには手を触れずに環境局産業廃棄物対策課 ☎582・2177へご連絡ください。



海で遊ぶときは十分注意しましょう

毎年、遊泳中に沖へ流され砂浜に戻れなくなったり溺れたりして救助される事故が起きています。海水浴では、次の点を必ず守りましょう。**開設されていない海水浴場では泳がない** 開設されていない海水浴場では遊泳区域が示されていない、監視員がいないなど大変危険です。開設された海水浴場に行きましょう。**波の高い日や風の強い日は泳がない** 天気だけでなく、風の強さ、波の高さにも注意しましょう。特に大きな浮輪などは風などの影響を受けやすく、少しの風や波でも沖に流されます。最新の気象情報を入手し、天候が悪くなる前に帰りましょう。また、海岸には「離岸流」という沖に流れる特殊な流れがあります。離岸流に流されたときは、慌てずに岸と平行に泳いで離岸流から脱出し、近くの人に助けを求めましょう。**子どもから目を離さない** 大人が目を離れた際に重大事故が起きることがあります。水辺では決して子どもから目を離さないでください。また、体

に合った救命胴衣を着て自分の身は自分で守りましょう。

飲酒後の遊泳はしない 海では通常より体内のアルコール濃度が上昇し酔いやすくなることがあります。お酒を飲んだら泳がないようにしましょう。**海の緊急通報用電話番号118番** 万が一海で事故に遭遇したら海上保安庁の緊急通報用電話番号118番へ通報し、すぐに救助を呼んでください。

共通☎門司海上保安部航行安全課 ☎321・0398、若松海上保安部航行安全課 ☎761・4200へ。

ため池での水遊びなどはやめましょう

ため池での水遊びや魚釣り、近くでのボール遊びなどは大変危険で、思わぬ事故を招く恐れがあります。水難事故を防ぐため、保護者や地域の皆



福岡市の催し
福岡市と情報交換をしています。

福岡市博物館 特別展「幽霊・妖怪画コレクション」

幽霊や妖怪そのものではなく、それらを描いた「絵」に焦点を当てた展覧会です。7月19日(日)～9月13日(日)(7月20日以外の月曜日と7月21日は休館)の9時30分～17時30分(7月24日～8月23日の金・土・日曜日、祝日と8月13日(木)は20時まで。入場は閉館の30分前まで)、福岡市博物館(福岡市早良区百道浜三丁目、☎(092)845・5011)で。料前売り一般1300円、高校・大学生600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。☎西日本新聞イベントサービス ☎(092)711・5491へ。



▲詳細はコチラ

さんの注意、声かけをお願いします。

☎産業経済局農林課 ☎582・2078へ。

令和7年国勢調査の速報結果

令和7年10月1日現在で実施した国勢調査の北九州市の速報結果が公表されました。▶人口=90万4289人 ▶世帯数=43万7836世帯。この速報結果は、令和8年9月公表予定の国勢調査の確定結果と異なる場合があります。調査にご協力いただきありがとうございました。☎政策局政策課 ☎582・2135へ。

7月30日は松本清張記念館(小倉北区内、☎582・2761)を休館します

固定資産税(第2期)の納期は7月17～31日です。

介護保険料(第2期)の納期限は7月31日です。

関門連携コーナー



海峡の友

下関市と北九州市では、市政だよりでお互いの情報を交換し掲載しています。

下関市立しものせき水族館「海響館」の催し

特別企画展「その歯でどう生きる!? ニコニコ(2525)歯歯歯展」 来年1月11日(祝)までの9時30分～17時30分(入場は17時まで)。**夜の水族館** 「イルカ&アシカのナイトステージ」など。7月18日(土)～8月23日(日)の18～20時30分(8月13日(木)は22時まで。入場は閉館の30分前まで)。**共通**料入館料が必要。☎海響館(下関市、☎(083)228・1100)へ。



▲詳細はコチラ

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!

市役所のしごとの裏側も!

公開中の動画(一部)



▲動画の視聴はコチラ



☎市長公室企画・マーケティング課 ☎582・2487

7/15
2026
令和8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。8月6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。■7月30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。8月13日(木)13～17時、門司区役所で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。■8月10日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎321・4800へ。

3世代フッキング

祖父母・親・子どもの3世代(子どもを含む2世代でも可)での調理実習。ベジチェック®測定や血圧測定も行います。8月5日(水)10～13時30分、小森江西市民センター(矢筈町)で。対象は子ども(小学生～18歳)を含む家族。先着18人(6組程度)。受講料1人500円。■7月17日から同施設☎372・6001へ。

ボルクバレット北九州門司区民デー

試合は日本フットサルリーグ(フリーグ)公式戦「対 立川アスレティックFC」。

7月25日(土)14時から、総合体育館(八幡東区八王寺町)で。門司区在住の人は無料(本人確認ができるものの提示が必要)。

問都市ブランド創造局スポーツ振興課☎582・2395へ。

門司防災シリーズ～非常持ち出し品(防災グッズ)

一刻を争う避難時のために、前もって準備しておきたい「非常持ち出し品」。いざという時にサッと持ち運びができるよう、両手が自由に使えるリュックサックにまとめておくことをおすすめします。しかし、アレもコレもと入れていくとかなりの重量になり、避難の妨げになることも予想されますので、**自分や家族の命を守るため**に必要なものを優先的に選ぶことも重要です。

非常持ち出し品は、主に「電気用品」「生活・衛生用品」「非常食品」の3種類に分けて選びましょう。

①電気用品 懐中電灯やラジオ、モバイルバッテリーなどがあると便利です。防水機能が搭載されているかも確認しましょう。

②生活・衛生用品 マスクやウエットティッシュ、生理用品、持病の薬などが必要になります。特に、断水時はトイレが使えなくなるので、簡易トイレは必須です。

③非常食品 さまざまな種類があります。食べ慣れているもので、持ち運びしやすいものを選びましょう。特に、水は生命線になります。

非常持ち出し品(防災グッズ)は、家に置いておくだけで不安を和らげることができます。事前に備蓄品とあわせて非常持ち出し品もチェックしておきましょう!

問門司区役所総務企画課☎331・0001へ。

もじすぽ ～門司のいいとこ

spot 2. 「縦書き」ロゴオブジェ

門司港レトロ地区にちょっと不思議なフोटスポットが誕生しました。スマホ撮影を意識したという縦書きのロゴオブジェなんです。何が不思議かというと、撮る位置によって2つの異なった文字(門司)が現れるんです。1つは、関門海峡をバックに現れる「漢字」。もう1つは、跳ね橋や旧門司税関をバックに現れる「ひらがな」。国内外から多くの人々が訪れる観光スポット「門司港(もじこう)」。

素敵な風景とともに、その名は世界中に発信されることでしょう。

健康だより

門司区役所健康相談コーナー ☎331・1888

①受けて延ばそう健康寿命

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、資格確認書のいずれかと特定健診受診券が必要。

②若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。

③基本健診 対象は生活保護受給

世帯の40歳以上。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。

⑧前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

⑨胃がん検診(11月1日・17日だけ実施) 対象は昨年度、胃内視鏡検査を受診していない35歳以上(妊婦は除く)。受診料は35～39歳1000円、40～69歳900円。

⑩乳がん検診(11月1日だけ実施) 対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。受診料1000円。

①～⑩の共通▶11月1日(日)・17日(火)の9～10時30分と11月5日(木)13時30分～15時、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。各日定員に達するまで先着順。■11月1日実施分は8月1日(電話予約は3日)、11月5日実施分は8月5日、11月17日実施分は8月17日のいずれも9時から**集団検診予約センター☎0570-783-077か☎953-6168**かインターネット(右記を読む)



▲①の申し込みはコチラから

み取り)で。

②ベジチェック®体験会 7月24日(金)10～12時、マルショク西門司店(東新町二丁目)で。詳細は問を。

③マタニティ教室 ①赤ちゃんのお世話の仕方など=8月19日(水)。動きやすい服装が必要 ②妊娠中の食事の話、歯の健康の話など=8月26日(水)。③の共通13時30分～14時40分、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。対象は妊婦。母子健康手帳が必要。

■①は7月19～25日、②は7月26日～8月1日にインターネット(右記を読むみ取り)で。



▲③の申し込みはコチラから

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 ☎092651・3111へ問を。

広告の申し込みは㈱キョウエイアドインターナショナル ☎0120・609・450まで。 ※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。



リサイクル適性 A この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。



小倉北区の風景



7/15

令和8年

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 ☎581・5496



小倉織

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。
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)

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。7月23日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着16組。**甲**7月22日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

行政相談 国や独立行政法人などの業務に関する相談に行政相談委員が応じます。7月27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。

人権法律相談 弁護士が応じます。8月6日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センター(東篠崎一丁目)で。先着6組。**甲**7月30日9時から同施設☎921・5303へ。

健康ひろば

①食卓相談 栄養士が応じます。8月3日(月)。対象は65歳以上。

②食生活相談 栄養士が応じます。8月7日(金)。対象は64歳以下。

共通 10、11、13、14時。小倉北区役所で。定員各時間2人。**甲①**は7月29日、**②**は8月4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。8月13日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。定員8組。

②アルコール相談 酒害相談員が応じます。8月13日(木)13時30分～15時30分。対象はお酒の問題で困っている人や家族。定員2組。

③こころの健康相談 精神科医が応じます。8月13日(木)13時30分～15時30分。対象は精神疾患に関する相談がある人。定員2組。

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

共通 小倉北区役所で。**甲②③**は8月7日、**①**は10日まで、**④**は事前に小倉

北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

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。7月25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**小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3337。

小倉北区壮年ソフトボール大会

8月30日(日)8時30分～15時、三萩野球場(三萩野三丁目)で。参加は20人以内で全員が昭和61年8月30日以前に生まれた人によるチーム。保険料1人50円。雨天中止。**甲**8月6日までに各校区のスポーツ推進委員へ。**問**小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322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) ▶JW_CAD基礎＝8月17日～9月28日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。教材費2000円 ▶iPhone基礎＝9月2日～10月7日の毎週水曜日(9月23日は除く。全5回)10～12時。教材費1100円。**①の共通**対象は18歳以上(高校生は除く)。定員各10人。

②山田(☎803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159) ▶健康養生気功入門＝9月1日～12月22日のおおむね隔週火曜日(全8回)18時30分～20時30分。定員12人。タオル、運動靴が必要 ▶骨盤矯正体操＝9月2日～11月25日のおおむね隔週水曜日14～16時。第1・3週の部(全6回)と第2・4週の部(全6回)あり。定員各部12人 ▶家庭料理入門＝9月3日～10月1日の毎週木曜日(全5回)10～12時。定員8人。材料費4500円。米1合／回、ランチョンマット、飲み物が必要 ▶大人のリズムダンス＝9月7日～11月30日のおおむね毎週月曜日(全10回)

19～21時。定員10人。タオル、運動靴が必要。**②の共通**対象は18歳以上。**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7月28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

カラオケ健康体操教室 歌と音楽の力で健康寿命を延ばすことを目指します。7月24日～9月25日のおおむね

毎週金曜日(全8回)15時30分～16時30分。対象は18歳以上。先着20人。受講料7040円。

ボルクバレット夏の大会運動会イベント プロフットサルチーム・ボルクバレット北九州の選手と一緒にイベントを行います。8月11日(祝)14～16時。対象は小学生。先着40人。

共通甲電話で7月18日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

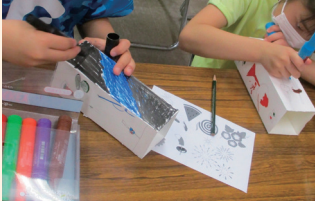
“やってみたい”が形になる21の大冒険

市民センター 小学生夏休みものづくり体験

小学生を対象に、区内の市民センター21館にて、各館ごとに特色のあるものづくり体験講座を開講します。夏休みの活動にいかがですか。

※各講座により日時、材料費、対象者などが異なります。
※校区外からも参加できます。
※講座によっては保護者同伴が必要となります。

詳細は区のホームページ(下記を読み取り)でもご覧になれます。
問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。



▲詳細は
コチラ

小倉北防災シリーズ～災害前に準備すべき3つの満タン

大雨などの風水害や強い台風が接近する可能性がある場合、準備しておくべき「3つの満タン」があります。

1 風呂の水張り
停電や断水したとき、トイレ用水や消火水などに使用することができます。

2 携帯(スマートフォン)の充電
情報を集めるため、また、家族や友人の安否を確認する連絡手段として活用できます。

3 車の燃料補給・充電
発災後、物資の供給が滞っている場合や交通機関が乱れるなど車しか移動手段がとれない場合があります。

大雨や台風が来る前に、余裕を持って、ご家庭の事情に合わせた準備をお願いします。**問**小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3089へ。

7/15

2026

令和8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

特殊詐欺ブロック

特殊詐欺の約7割は国際電話から

被害を防ぐには国際電話のブロックが有効です

●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

人権法律相談 弁護士が応じます。8月6日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センター(小倉北区東篠崎一丁目)で。先着6組。**申**7月30日9時から同施設☎921・5303へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。8月13日(木)13～17時、小倉南区役所で。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**8月10日までに小倉南区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎952・4800へ。

まつりみなみ民謡講習会

志井公園で開催される「まつりみなみ」(8月29日(土)開催)に向けての総踊り講習。曲目は「小倉南音頭」「燃えろみんなの北九州」「炭坑節」「もったいないばあさん音頭」。8月20日(木)10～12時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。飲み物と室内シューズが必要。**問**小倉南区役所コミュニティ支援課☎951・1037へ。

健康だより

食生活相談 生活習慣病予防などの食生活に関する相談。8月5日(火)10、11、13、14時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。対象はおおむね64歳以下。先着各時間2人。**申**7月17日から小倉南区役所保健福祉課☎951・4125へ。

図書館 健康サロン

図書館で食育SAT(食事バランスの診断)、ベジチェック®(推定野菜摂取量の測定)や血圧測定、血管年齢測定・健康相談などを行います。8月6日(木)13～15時、小倉南図書館(小倉南区役所横)で。**問**小倉南区役所保健福祉課☎951・4125へ。

年長者・障害(児)者作品展

10月20日(火)～24日(土)の9時(20日は13時)～17時(24日は12時まで)、小倉

南生涯学習センター(小倉南区役所横)で展示する作品(絵画・書・手工芸品など)を募集します。対象は65歳以上か障害者手帳を持つ人。応募は1人1点(指定スペース内での展示)。**申**7月17日～9月4日。詳細は小倉南区社会福祉協議会☎951・5388へ**問**を。

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) ▶JW_CAD基礎=8月17日～9月28日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。教材費2000円 ▶iPhone基礎=9月2日～10月7日の毎週水曜日(9月23日は除く。全5回)10～12時。教材費1100円。**①**の**共通**対象は18歳以上(高校生は除く)。定員各10人。

②徳力(〒802-0974小倉南区徳力六丁目3-1、☎961・0175) ▶ワード応用=9月1日～10月23日のおおむね毎週火・金曜日(全15回)13～15時。対象はワードの基礎知識がある15歳以上(中学生は除く)。定員9人。教材費2420円 ▶姿勢改善ヨガ(昼の部)=姿勢改善を目的とした中級レベルのヨガです。9月4日～10月19日のおおむね毎週月・金曜日(全12回)10時30分～12時。対象は15歳以上(中学生は除く)。定員10人。

③蟻田(〒802-0822小倉南区横代東町二丁目1-1、☎961・0964)
筆ペン 9月2日～11月11日の毎週水曜日(9月23日は除く。全10回)10～12時。定員15人。筆ペンが必要。

④山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159) ▶健康養生気功入門=9月1日～12月22日のおおむね隔週火曜日(全8回)18時30分～20時30分。定員12人。タオル、運動靴が必要 ▶骨盤矯正体操=9月2日～11月25日のおおむね隔週水曜日14～16時。第1・3週の部(全6回)と第2・4週の部(全6回)あり。定員各部12人 ▶家庭料理入門=9月3日～10月1日の毎週木曜日(全5回)10～12時。定員8人。材料費4500円。米1合/回、ラン

若松区 × 小倉南区

連携企画

区を超えて、
魅力を再発見!

夏のお出かけは若松北海岸へ!

小倉南区の皆さんへ、若松区のおすすめスポットをご紹介します!

弓なりに反った白い砂浜が美しい
岩屋海水浴場

遠見ヶ鼻からの夕日

若松区大字安屋から博多湾、唐津湾を経て、佐賀県の東松浦半島の海岸まで続く玄海国定公園。その内、脇田から岩屋まで10km余りが若松北海岸で、この国定公園の玄関口といえます。

グリーンパーク(若松区大字竹並)に程近い「脇田海水浴場」、干潮時に板状の岩盤を見せる「千畳敷」、夕陽の名所で知られる「遠見ヶ鼻」、長い海岸線をもつ「岩屋海水浴場」など遊び所十分。海水浴、釣り、マリンスポーツなどを楽しむ人たちで賑わっている人気のエリアです。

夏の思い出づくりに、ぜひ若松北海岸へお越しください!

問若松区役所総務企画課☎761・0039へ。

チョンマツト、飲み物が必要 ▶大人のリズムダンス=9月7日～11月30日のおおむね毎週月曜日(全10回)19～21時。定員10人。タオル、運動靴が必要。**④**の**共通**対象は18歳以上。**共通****申**講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて**①**は7月28日、**②**は30日、**③④**は31日までに各センターへ。

ソフトテニス教室

8月5日～10月21日のおおむね毎週水曜日(全10回)17時15分～18時45分、文化記念庭球場(田原五丁目)で。対象は中学生。先着8人。受講料9000円。ラケット、シューズ、帽子が必要。**申**7月17日から文化記念体育施設☎473・9230へ。

大庭産業アリーナ小倉南の教室

①リラックスヨガ 基本のヨガのポーズをゆっくり行います。7月21日～9月

29日のおおむね毎週火曜日(全9回)19～20時。対象は18歳以上。受講料6930円。

②健康マージャン 「賭けない・飲まない・吸わない」をテーマにした認知症予防が目的です。7月17日～9月18日のおおむね毎週金曜日(全5回)13～15時。対象は18歳以上。受講料8250円。初回だけ資料代1200円が必要。

③ジュニア体育教室 いずれも7月21日～9月29日のおおむね毎週火曜日(全8回)。

▶年中～年長クラス=16～17時 ▶小学生クラス=17～18時。**③**の**共通**受講料1万1000円。

共通先着各講座各部12人。**申**7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。聴覚に障害のある人はFAX963・2675も可(基本事項と要約筆記必要の有無を記入)。詳細は同施設へ**問**を。

高塔山夜景キャッチコピー「河童の隠した宝石箱」

7/15
2026
令和8年

わかまつ

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・0039 FAX751・6274

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

高齢者・障害者
あんしん法律相談

弁護士が応じます。8月13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**8月10日までに若松区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎751・4800へ。

火まつり行事の交通規制

7月18日(土)に行われる「火まつり行事」のため、高塔山登山道は19時30分～22時に交通規制を行います。**問**若松区役所コミュニティ支援課☎761・5324へ。

「社会を明るくする運動」
区民集会

犯罪や非行防止活動の一環として開催します。講演会を通じて、運動を推進します。7月22日(水)13時30分～15時15分、若松市民会館(若松駅前)で。**問**若松区役所コミュニティ支援課

☎761・5324へ。

400ml献血にご協力を

7月23日(木)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。

スマートフォンの不安を
解消しませんか

移動型スマホ教室を開催します。7月23日～8月6日の毎週木曜日、若松区役所駐車場で。1日4講座(1講座60分。全12講座)。定員各講座3人。**甲**など詳細は専用回線☎0800・111・9442(受付時間9～17時)へ**問**を。市のホームページでもご覧になれます。**担**政策局DX・AI戦略室☎582・2144。

小倉南区 × 若松区 連携企画

区を超えて、
魅力を再発見!

夏のお出かけは平尾台へ!

若松区の皆さんへ、小倉南区のおすすめスポットをご紹介します!



平尾台
青々とした雄大な夏のカルスト台地



千仏鍾乳洞
天然のクーラーで気軽に
アドベンチャー体験

小倉南区の南部に広がる平尾台は、日本三大カルストのひとつです。まちから少し足を延ばしただけで、雄大な景観を楽しめます。

その大地の下に広がる鍾乳洞は、夏におすすめのスポット。一年を通じて気温がほぼ変わらず、ひんやり涼しい空間が広がっています。「千仏鍾乳洞」と「牡鹿鍾乳洞」、「目白洞」の三つの鍾乳洞があり、それぞれ違った表情を見せてくれ、日常では味わえない探検気分を味わえます。

夏の思い出づくりに、ぜひ平尾台へお越しください!

問小倉南区役所総務企画課☎280・7839へ。

健康だより

問 若松区役所健康相談コーナー
☎761・5327

①10月の検診日(16～31日まで)

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 対象は会社などの定期健康診断を受ける機会のない18～39歳。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ことがない人。受診無料。

④結核・肺がん検診 対象は40歳以上。受診無料(痰(たん)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)。

⑧骨粗しょう症検診(10月18日だけ実施) 対象は18歳以上。受診料500円。

①～⑧の共通 ▶若松市民会館(本町三丁目)=10月18日(日)9時30分～11時 ▶青葉市民センター(青葉台西一丁目)=10月22日(木)13時30分～15時。

⑨乳がん検診 マンモグラフィ(乳房エックス線撮影)による検診。10月27日(火)13時30分～16時30分、若松中央市民センター(浜町一丁目)で。対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。受診料1000円。

①～⑨の共通 ▶各会場に定員あり。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の制度があります。詳細は**問**先へ。

申検診日3カ月前の同日(土・日曜日、祝・休日の場合、電話予約は翌平日)9時から検診日の10日前までに**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離乳食教室 離乳食のすすめ方の話と試食、個別相談。8月19日(水)10時30分～12時、島郷市民センター(鴨生田二丁目)で。対象は生後4～7カ月ごろまでの乳児と保護者。母子健康手帳が必要。

③子育て教室 保健師による講話。テーマは「子どもの可能性を最大限に引き出そう!～子どもの脳を育てる生活習慣」。8月20日(木)10～11時、若松区役所で。対象は乳幼児と保護者。母子健康手帳が必要。

④ほよほや赤ちゃん教室 赤ちゃんの成長・発達と事故予防、スキンシップ、産後の健康などについて。助産師、歯科衛生士、保健師のお話、交流会など。8月30日(日)9時45分～11時30分、若松区役所で。対象は1～4カ月の乳児と保護者。定員12組。母子健康手帳、バスタオルが必要。

⑤ウェルカムベビー教室 妊娠中の過ごし方と健康な身体づくり、妊娠中の食生活、赤ちゃんとの過ごし方、家族のサポートについて。助産師、栄養士、保健師によるお話と先輩ママとの交流など。8月30日(日)9時30分～11時30分、若松区役所で。対象は妊婦と家族。定員12組。母子健康手帳が必要。

⑥野菜プラスー皿イベント～毎日野菜を食べよう 8月31日は「野菜の日」です。健康づくりや生活習慣病の予防のため、食生活を見直してみませんか。ベジチェック®測定、血管年齢測定、野菜の重さ当てクイズなど。8月6日(木)11～14時、コミュニティパーク「Gruun(グルーン)わかまつ」パークセンター(赤岩町)で。詳細は**問**を。

共通**甲**②は7月17日～8月10日、**③**は7月21日～8月13日、**④⑤**は7月30日～8月24日までに**問**先へ。**②③④⑤**はインターネットも可。

▲**②③④⑤**の申し込みはコチラから

▲**①**の申し込みはコチラから

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

発信中!!
旬なネタ(情報)


Instagram


Facebook

- ・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

7/15
2026
令和8年

やはた東

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314

- 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)

八幡大空襲戦後81年慰霊祭

8月8日(土)9～10時、小伊藤山公園(尾倉二丁目)で。詳細は平野市民センター☎661・1584へ問を。

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。8月13日(木)13～17時、八幡東区役所で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。甲8月10日までに八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎671・4800へ。

折尾スポーツセンター プールの臨時休業

8月17日(月)～21日(金)、折尾スポーツセンター室内プール(八幡西区大浦三丁目)は休業します。問同センター☎691・0812へ。

みんなで防ごう!
イノシシ被害

市では市民生活などに被害をもたらすイノシシを捕獲していますが、全て捕獲することは困難なため根本的な問題解決には至りません。イノシシの出没を防ぐため、地域の皆さんで力を合わせ「イノシシが近付きにくい環境」をつくりましょう!

▶エサを与えない! イノシシがまち中に出てくる最大の目的は「エサ(食べ物)」です。「意図的な(故意の)餌付け」だけでなく、家庭菜園の野菜くずなどを放置し「知らないうちにエサ場にならない」ようにしましょう!

▶イノシシの隠れ場所をなくそう! ヤブなどの草刈りや清掃を行いましょう。

▶イノシシの侵入を防ごう! 庭や花壇など、イノシシに侵入してほしくない場所には、柵などを設置しましょう。



問 八幡東区役所総務企画課
☎661・0039へ。

山田地域交流センターの講座

健康養生気功入門 9月1日～12月22日のおおむね隔週火曜日(全8回)18時30分～20時30分。定員12人。タオル、運動靴が必要。

骨盤矯正体操 9月2日～11月25日のおおむね隔週水曜日14～16時。第1・3週の部(全6回)と第2・4週の部(全6回)あり。定員各部12人。

家庭料理入門 9月3日～10月1日の毎週木曜日(全5回)10～12時。定員8人。材料費4500円。米1合/回、ランチョンマット、飲み物が必要。

大人のリズムダンス 9月7日～11月30日のおおむね毎週月曜日(全10回)19～21時。定員10人。タオル、運動靴が必要。

共通 対象は18歳以上。甲 講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて7月31日までに同施設(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159)へ。

来て!見て!体験!ボランティア!八幡東区ボランティアまつり



ボランティアによる体験ブース、バザーなどの交流を通して福祉の心を育むイベントです。ぜひお越しください。8月7日(金)・8日(土)の10～13時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。

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

詳しくはコチラ!

栄養士さんの元氣レシピ vol.42

問 八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881



コーンとゆで卵のサラダ

旬のトウモロコシがたっぷり! 甘くてお子さんにもおススメです。

材料(2人分) トウモロコシ1/2本(実だけで70g)、卵1個、オクラ10g、A[マヨネーズ大さじ1、塩0.4g]。

作り方 ①トウモロコシはゆでて、包丁で実をこそぎとる。②卵はゆでて殻をむき、ボウルに入れてフォークなどで粗くずす。③オクラはさっとゆでて水にとり、水気をきって乱切りにする。④②にトウモロコシ、③、Aを入れて混ぜ合わせ、器に盛る。

※1人分:エネルギー112kcal 食塩相当量0.4g



健康だより

『いただきます』感謝と笑顔の健康長寿

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 たん 痰検査は900円注1)	各検診に定員あり				実施日の3カ月前の同日9時から  ▲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 3カ月前の同日がない場合は翌平日
★肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料		11月12日(木)	14～15時30分	平野市民センター(桃園四丁目)	
★大腸がん検診	40歳以上	500円注1)		11月15日(日)	9～10時30分	八幡医師会館(平野二丁目)	
★前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注1)		11月26日(木)	14～15時30分	枝光南市民センター(中央三丁目)	
★特定健診注2)	40～74歳 (国民健康保険加入者)	無料					
★若者健診	18～39歳	1000円					
★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(40歳以上は900円)注1)		11月15日(日)	9～10時30分	八幡医師会館	
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円注1)					
食卓相談 (食事に関する個別相談)	65歳以上	無料	4人	8月18日(火)	10、11、13、14時 (各1人)	八幡東区役所	8月13日まで

■各種集団検診の甲は、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。甲は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可(事前に医療機関へ問を)。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が資格確認書」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)へ問を。

■相談の甲は、八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。



◀公式
Instagram



◀ちくてつの
歩き方
Instagram

7/15

2026

令和8年

やはた西

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

■=共通の内容 ■=市の担当課

■=ネット窓口(電子申請)

無料相談

精神保健福祉相談・アルコールに関する相談 8月4日(火)13時30分～15時30分、八幡西区役所(黒崎駅西側、コムシティ4階)で。先着2人。■7月21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。8月13日(木)13～17時、八幡西区役所(コムシティ4階)で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。■8月10日までに同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎645・4800へ。



こやのせたなばたまつり

旧暦の七夕にあわせて開催します。昔遊び体験、こやのせ縁日(有料)、ピンゴ大会、そうめん流しなどを行います。8月8日(土)13～17時、長崎街道木屋瀬宿記念館(木屋瀬三丁目)で。■同記念館☎619・1149へ。



折尾スポーツセンタープールの臨時休業

8月17日(月)～21日(金)、折尾スポーツセンター室内プール(大浦三丁目)は休業します。■同センター☎691・0812へ。

黒崎ひびしんホールの催し

らんま先生の環境パフォーマンスショー 8月9日(日)13～15時。前売り(全席指定)一般1000円、4歳～中学生500円、3歳以下は膝上であれば無料。当日も同額。前売り券は主要プレイガイドで販売中。

詩太の絵と詩の作品展「うたうきものずかん展」 絵と詩の作品展。参加型ワークショップもあり。8月19日(水)～23日(日)の10～17時。

黒崎ひびしんうたごえホール 童謡や唱歌などを合唱します。8月27日(木)14～15時。参加費500円。

■共通 ■黒崎ひびしんホール(岸の浦二丁目、☎621・4566)へ。

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。9月12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。当選者だけ検診票の発送をします。■はがき(1人だけ)に基本事項(氏名にフリガナが必要)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)を書いて7月31日(応募フォームは同日17時)までに同会館(〒805-0062八幡東区平野二丁目1-1)へ。応募フォーム(右記を読み取り)からの申し込みもできます。



▲応募フォーム

地域交流センターの講座

①楠橋(〒807-1145八幡西区楠橋西二丁目16-22、☎617・0308) ▶初めてのパソコン=8月21日～10月23日の毎週金曜日(全10回)13～16時。対象はパソコン初心者。資料代2000円 ▶カリンバ中級=8月27日～11月12日の毎月第2・4木曜日(全6回)10～11時30分。対象はカリンバを演奏できる人。資料代1650円 ▶鍵盤ハーモニカでアンチエイジング=8月27日～11月12日の毎月第2・4木曜日(全6回)13時30分～15時。資料代1830円。タオルが必要。①の■共通定員各10人。

②木屋瀬(〒807-1262八幡西区野面一丁目8-35、☎617・7980) ▶背骨コンディショニング=9月4日(金)・11日(金)・18日(金)(全3回)の10時30分～12時。バスタオル、フェイスタオル、飲み物が必要 ▶※ボディメイクと食事の話=9月10日(木)・17日(木)・24日(木)(全3回)の19～20時30分。②の■共通定員各15人。



▲ネット予約はコチラから

■共通 ■講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項(②は駐車場使用の有無も)を書いて①は8月4日、②は8月20日(※は25日)までに各センターへ。②は■ネットも可。

健康だより

問い合わせ先 八幡西区役所健康相談コーナー ☎642・1444

種 類	対 象	料 金	定員	実施日	時 間	会 場	■
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)。	11月4日(水)=13時30分～15時=中尾市民センター 11月12日(木)=13時30分～15時=千代市民センター 11月16日(月)=13時30分～15時=大原市民センター 11月25日(水)=13時30分～15時=浅川市民センター	11月12日(木)=13時30分～15時=千代市民センター 11月25日(水)=13時30分～15時=浅川市民センター 11月26日(木)=13時30分～15時=楠橋市民センター	11月16日(月)=13時30分～15時=大原市民センター	実施日の3カ月前の同日(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■「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)	18組	8月21日(金)=10時10分～11時15分 =八幡西区役所 5階 すこやかルーム			7月30日～8月12日
胃がん検診	35歳以上	35～39歳 1000円 注2) 40歳以上 900円 注2)					
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)					
幼児食教室 (母子健康手帳が必要)	離乳食完了(1歳6カ月頃)～2歳11カ月の幼児と保護者	無料					

注1)「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へ■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■を。
注3)検診日の10日前まで(土・日曜日、祝・休日、年末年始は除く)の電話は17時、■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■を。



▲ネット予約はコチラから



▲ネット予約はコチラから



Facebook



Instagram



ホームページ



X(旧Twitter)

戸畑のお役立ち情報!



7/15

2026

令和8年

とばた

編集 戸畑区役所総務企画課 ☎881・0039 FAX871・4807

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

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。8月13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**8月10日までに同区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎881・4800へ。



民生委員・児童委員のことをご存じですか？

民生委員・児童委員は、地域を支える「身近な相談相手」です。地域の皆さんの介護や子育てなどの困りごとや心配ごとの相談に応じ、行政機関や専門機関につないで、適切な支援が受けられるようにサポートしています。また、高齢者世帯などを定期的に訪問し、安否確認や見守り活動を行っています。民生委員・児童委員の活動に興味のある人はご連絡ください。**問**戸畑区役所のちをつなぐネットワーク係☎871・0855へ。



子育てサポーター養成講座

市民センターで活動する「子育てサポーター」に必要な知識や手法を学びます。9月2日(水)・9日(水)・16日(水)・29日(水)(全4回)の10～12時、戸畑区役所などで。**申**7月15日～8月18日に戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502へ。右記の二次元コードからも申し込みができます。



▲ネット申し込みはこちらから

図書館だより

休館日は毎週月曜日(7月20日は除く)と7月21日(火)・31日(金)。臨時休館7月25日(土)。**問**戸畑図書館☎871・3464
おはなし どん 8月1日(土)10時30分～11時。





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**問・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。
※受け付けは検診実施日の3カ月前の同日からです(例：11月4日検診日の場合、8月4日から受け付け)。
ただし、土・日曜日、祝・休日の場合、電話受け付けは翌営業日からになります。
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 事前に医療機関へ電話などで「市の検診を受けたい」と申し出てから受診してください。



◀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)				申 11月4日実施分は8月4日、 11月11日実施分は8月11日 (電話は8月12日)のいずれも 9時から電話(①集団検診予約 センターへ)か ネット で。 注3)
若者健診	18～39歳	1000円 注2)					
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 ※喀痰検査は900円 注2)		11月4日(水)14～15時30分	戸畑区役所		
肝炎ウイルス検査	過去に受診したことがない人	無料		11月11日(水)14～15時30分	牧山東市民センター (新川町)		
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)					
乳がん検診	40歳以上の女性	1000円 注2)		11月4日(水)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)		11月11日(水)14～15時30分	牧山東市民センター		



◀集団検診
ネット申し込み
はこちらから

注1) 「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。後期高齢者医療制度の資格がある人(75歳以上か65～74歳で一定の障害がある人)の「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へ**問**を。

注2) 70歳以上の人(年齢を確認できるものが必要)・後期高齢者医療制度の資格がある65～69歳の人(マイナ保険証か資格確認書が必要)・市民税非課税世帯の人などは無料制度があります。詳細は②へ**問**を。

注3) 受け付けは検診日の10営業日前までです。定員に達した時点で受け付けを終了します。