



小倉北区役所公認カメラマントリキタ いまみさん撮影



3/15 こくら北

令和7年

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 ☎581・5496



区役所
ホームページ

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

無料相談

行政相談 行政相談委員が応じます。3月24日(月)13～15時、小倉北区役所で。問小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

法律人権相談 弁護士か人権擁護委員が応じます。3月27日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着16組。■3月26日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

健康ひろば

①食卓相談 栄養士が応じます。4月7日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。

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

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

保健福祉無料相談

①高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。4月10日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。定員8組。

②アルコール相談 酒害相談員が応じます。4月10日(木)13時30分～15時30分。対象はお酒の問題で困っている人や家族。定員2組。

③こころの健康相談 精神科医が応じます。4月10日(木)13時30分～15時30分。対象は精神疾患に関する相談がある人。定員2組。

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

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

室町楽市

地元の海産物加工品などを販売。フリーマーケットもあり。3月22日(土)11～17時、常盤橋室町広場(室町二丁目)で。荒天中止。問室町地区活性化自治連絡協議会商業部☎562・6277へ。担小倉北区役所総務企画課☎582・3335。

地域交流センターの講座

①北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)

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

②下富野(〒802-0023小倉北区下富野五丁目17-17、☎521・3266)

パソコン講座 ▶ワード初級講座=10～12時 ▶エクセル初級講座=14～16時。②の共通5月1～29日のおおむね毎週火・木曜日(全8回)。対象は文字入力などパソコンの基本操作ができる18歳以上。定員各9人。テキスト代800円。

共通■講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は3月26日、②は31日までに各センターへ。

小倉北体育館のスポーツ

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

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

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

10回)10～11時。対象は16歳以上。先着12人。参加費8800円。

やさしいヨガ 4月9日～6月25日のおおむね毎週水曜日(全11回)13～

14時。対象は16歳以上。先着15人。参加費9680円。

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

窓口混雑予想 3月21日(金)・24日(月)・28日(金)・31日(月)

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

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

【小倉北区から市外へ転出される人】

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



▲オンライン
転出届

窓口予約サービスのご案内

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



▲予約サイト

狂犬病の予防注射と犬の登録を

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

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



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。