

12/15

2018

平成30年



ほっと情報!

もじ

編集

門司区役所総務企画課

☎331・1881(代表)

☎331・1805

●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 ■=市の担当課

■ネット=ネット窓口(電子申請)



シリーズ日本遺産「旧金ノ弦岬灯台(山口県下関市)」

市立門司病院の健康セミナー

テーマは「糖尿病について」。血圧測定とリハビリスタッフによる健康体操など。12月20日(木)14～15時、市立門司病院(南本町)で。☎同病院地域医療連携室☎381・3588へ。

精神障害者を支える家族・支援者のための教室

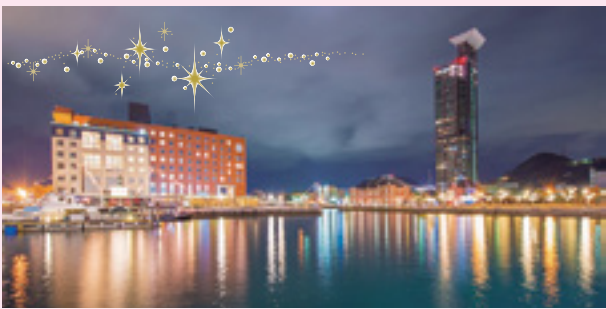
精神障害当事者が支援者に向けて話します。1月8日(火)14～15時30分、門司区役所で。対象は精神障害者の家族・支援者。定員15人。■12月28日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎331・1881内線485へ。

新門司地域交流センターの講座(全7回)

パソコンバラエティー 名刺・ミニフォトアルバムなどを作ります。1月22日～3月5日のおおむね毎週火曜日14～16時。資料代2800円。

ワード&エクセルスキルアップ エクセル関数や図の作成など。1月23日～3月6日のおおむね毎週水曜日19～21時。資料代2700円。

■共通 新門司地域交流センターで。対象は18歳以上。定員各10人。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて1月10日までに同センター(〒



800-0118門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・4599)へ。

新門司温水プールのスポーツ教室(全10回)

- ①**アクアシェイプ** 水の抵抗を利用して行う筋力トレーニング。1月9日～3月13日のおおむね毎週水曜日13時30分～14時15分。受講料など4400円。
②**レベルアップスイム** 各種目の泳

ぎ方を学びます。1月9日～3月13日の毎週水曜日18時30分～19時30分。受講料など5750円。

③**アクアビクス&水泳塾** いずれも1月11日～3月15日の毎週金曜日。▶アクアビクス=14～15時 ▶水泳=15～16時。③の■共通 参加費4670円(両方参加は6830円)。

■共通 新門司温水プール(新門司三丁目)で。対象は18歳以上(学生は除く)。定員各講座15人。■12月28日までに同プール☎481・2707へ。

無料相談

女性のための相談室 12月26日(水)15～17時、レディスもじ(下馬寄)で。学生は除く。定員2人。■12月21日9～12時、同施設☎371・4649へ。

人権法律相談 司法書士が応じます。1月10日(木)13時30分～15時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着4組。■1月9日9時から同センター☎481・4599へ。



健康だより 門司区役所健康相談コーナー ☎331・1888

- ①**健診は健康寿命への第一歩**
特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に■を。
若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。
結核・肺がん検診 対象は40歳以上。受診無料(喀痰検査は900円)。
骨粗しょう症検診 対象は18歳以上。受診料1000円。

- 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。
大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。
前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。
①の■共通 1月17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。■健康相談コーナーへ。
②**胃がん検診** 1月31日(木)9～11時、門司区医師会健診会館で。対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着40人。受診料1000円(40～69歳は900円)。■12月17日から健康相談コーナーへ。
■共通 70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。詳細は健康相談コーナーへ■を。

門司区交通安全推進協議会が4年連続で最優秀賞を受賞!!

平成30年度「シルバーセーフティーコンクール」で、門司区交通安全推進協議会(67団体で構成)が、最優秀賞を受賞し、11月13日に開催された福岡県交通安全県民大会で表彰されました。

このコンクールは、近年増加する高齢者の交通事故を防ぐため、その対策の推進に功労があった団体等を表彰するものです(最優秀賞は県内で1団体だけ)。門司区交通安全推進協議会は4年連続の受賞となりました。
■門司区役所総務企画課☎331・0039へ。



▲表彰式には、協議会副会長・進森太郎さんが出席



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。