



1/1 こくら北

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・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

人権法律相談 弁護士が応じます。
▶下富野地域交流センター(下富野五丁目)=1月11日(木)。■1月4日9時から同施設☎521・3266へ ▶北方地域交流センター(小倉南区北方三丁目)=1月18日(木)。■1月11日9時から同施設☎931・6594へ。共通13時30分~16時30分。先着各6人。
法律相談 司法書士が応じます。1月17日(水)14~16時、西小倉市民センター(大門一丁目)で。先着8組。■1月5日9時から同施設☎592・1603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。1月18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**こころの健康相談** 精神科医が応じます。1月25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。

③**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。■①は1月15日まで、②は19日まで、③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。

図書館だより 1月

中央図書館☎571・1481
子ども図書館☎571・0011
共通休館日は毎週月曜日(8日は除く)と1日(祝)~3日(水)、9日(火)、31日(水)。

健康ひろば

問小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

- ①**健診に行こう**
特定健診=対象は40~74歳の国民健康保険加入者。受診無料。健康保険被保険者証と特定健診受診券が必要。**注)**
若者健診=対象は18~39歳。受診料1000円
大腸がん検診=対象は40歳以上。受診料500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)
肝炎ウイルス検査=対象は過去に同検査を受けたことがない人。無料
前立腺がん検診=対象は50歳以上の男性。受診料1000円
骨粗しょう症検診(2月8日小倉北区役所だけ実施)=対象は18歳以上。受診料1000円。
- ①の共通▶総合保健福祉セン

ター(馬借一丁目)=2月5日(月)9時30分~11時 ▶小倉北区役所=2月8日(木)13時30分~15時30分 ▶中井市民センター(井堀二丁目)=2月8日(木)13時30分~15時 ▶桜丘市民センター(上富野五丁目)=2月29日(木)13時30分~15時。

②**胃がん検診**
胃部X線撮影。2月7日(水)9~10時30分、小倉医師会健診センター(中島一丁目)で。対象は35歳以上(妊婦は除く)。受診料1000円(40~69歳は900円)。

①②の共通■1月4日9時から集団検診予約センターへ。ネット(24時間受付)か電話(☎0570・783・077か☎953・6168平日9~17時)で。



▲ネット予約はコチラ

①②は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。詳細は小倉北区役所健康相談コーナーへ。

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に問を。

スポーツで健康増進! ~地域で活躍するスポーツ推進委員

新年を機にニュースポーツを始めませんか!

小倉北区では約40人の「スポーツ推進委員」が各校区でスポーツの普及・振興に奮闘中です。『バグー』や『ディスコン』、『五目お手玉』などの子どもから高齢者まで誰でも気軽に楽しめるニュースポーツを通じて、健康づくりをしています。

手軽にスポーツを楽しんでみたい人、興味のある人は地域のスポーツ推進委員にご相談ください。

問小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322か校区の市民センターへ。



五目お手玉



バグー

まだまだ開催中! 小倉イルミネーションを見に行こう

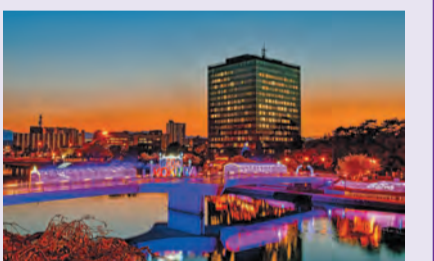
小倉駅周辺や紫川河畔など小倉都心部の21カ所で小倉イルミネーションが開催中です。おなじみの『KOKURAモニュメント』をはじめ、スノードームやフォトフレームなどフォトスポットが盛りだくさん! 北九州市制60周年の今しか見ることができない装飾も見逃せません。ぜひ会場にお立ち寄りいただき、光に包まれた素敵な時間をお楽しみください。

開催期間:2月14日(水)まで
点灯時間:17~22時(一部23時まで)

問小倉イルミネーション実行委員会☎541・0191へ。
担小倉北区役所総務企画課☎582・3335。



▲ホームページ



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。