



令和6年



編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582·3339 ☎581·5496



●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

境界問題相談会 土地家屋調査士が 応じます。6月12日(水)13~16時、福岡 県土地家屋調査士会北九州支部(田 町)で。先着5組。申6月4日10時から 同会事務局☎〈092〉741·5780へ。

人権法律相談 弁護士が応じます。6 月13日休13時30分~16時30分、山 田地域交流センター(篠崎五丁目) で。先着6組。申6月6日9時から同施 設☎581・4159へ。

法律相談 司法書士が応じます。6月 19日例14~16時、西小倉市民セン

ター(大門一丁 目)で。先着8組。 ■6月4日9時か ら同施設☎592・ 1603 ^ 。



保健福祉無料相談

こころの健康相談 精神科医が応じ ます。6月27日休13時30分~15時30 分、小倉北区役所で。対象は精神疾患 に関する相談がある人。定員2組。即6 月21日までに小倉北区役所「高齢者・ 障害者相談 | コーナー ☎582・3430へ。

小倉北体育館のスポーツ

親子無料体操講座イベント 親子で 音楽に合わせて体操やダンスを行い ます。6月8日(土)10~11時。対象は歩 ける未就学児と保護者。先着20組。

産後ビクス&ベビーマッサージ講座

赤ちゃんと一緒にレッスンを行い産 後の心身をリセットします。7月2日~ 8月27日のおおむね毎週火曜日(全6 回) 12時30分~13時30分。対象は生 後1~8カ月の乳幼児と母親。先着10 組。参加費5280円。

骨盤体操&ストレッチョガ教室 骨 盤体操とヨガで身体の歪み改善や血 流アップを目指します。7月2日~8月 27日のおおむね毎週火曜日(全6回) 14~16時。対象は16歳以上。先着25 人。参加費5280円。

ピラティス教室 インナーマッスル や骨盤底筋を鍛え健康な身体ときれ いなボディーラインを目指します。7 月2日~8月27日のおおむね毎週火曜 日(各部全8回)。18時30分~19時30 分の部と19時45分~20時45分の部 あり。対象は16歳以上。先着各部15 人。参加費7040円。

チアダンス教室 7月12日~8月23 日の隔週金曜日(全4回)17~18時。 対象は小学生。先着15人。参加費

共通申電話で6月4日から小倉北体 育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

北九州エンジョイント事業 小倉北アカデミー

「健腸長寿~腸内細菌と私たち」を テーマに腸内細菌の役目とつながり を学びます。6月20日休13時30分~ 15時30分、生涯学習総合センター(大 門一丁目)で。先着50人。受講料200 円。小倉北アカデミー運営委員も随 時募集中。申6月3日から小倉北区役 所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

市民公開講座「知って おきたい乳がんのお話」

小倉記念病院外科部長の永田好香 さんによる講話。6月22日出10~12 時、小倉記念病院(浅野三丁目)で。定 員200人。申6月12日までに小倉記念 病院ホームページ「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)に基本 事項を書いて、平成紫川会(〒802-0001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。

食育月間イベント

6月の「食育月間」にあわせて、血 圧・体組成測定、減塩レシピの紹介、 栄養相談などを行います。6月24日(月) 10~13時、小倉北区役所で。問小倉 北区役所保健福祉課☎582⋅3440へ。

北方地域交流センターの 講座

パワーポイント入門 7 月3~31日の毎週水曜日 (全5回) 19~21時。教材 費1320円。



①の共通 ▶ 日明市民センター(日 明四丁目)・南丘市民センター(熊谷 一丁目) =7月4日(水)13時30分~15時 ▶小倉医師会健診センター(中島

一丁目)=7月7日(日)9~11時 ▶小倉 北区役所=7月25日休)13時30分~15 時30分。

2胃がん検診

胃部X線撮影。7月7日(日)9~11時、 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 スマホ入門 7月11~25日の毎週木 曜日(全3回)13時30分~15時30分。 教材費400円。

共通対象は18歳以上(高校生は除 く)。定員各10人。

申講座ごとに往復 はがき(1人だけ)に基本事項を書い て6月17日までに同施設(〒802-0841 小倉南区北方三丁目31-1、☎931・ 6594) \sim 。

ディスコン大会

6枚の円盤を投げて、ポイントへの 近さを競います。7月7日 (日)9時30分 ~14時、小倉北体育館(三郎丸三丁 目)で。対象は小学4年生以上(1チー ム3人)。保険料1人50円。即6月13日 までに各校区のスポーツ推進委員 へ。詳細は小倉北区役所コミュニティ 支援課☎582・3322へ問を。



図書館だより

6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と7月1日 (月)·2日(火)。

円)。 ● 12の共通 ■ 6月3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。

健康ひろば 間小倉北区役所健康相談コーナー **☎**582⋅3440

●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(7月7日小倉医師 会健診センターと25日小倉北区役 所だけ実施)=対象は18歳以上。受診 料500円。

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に間を。