



区役所
ホームページ

6/1
2024
令和6年

こくら北

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。■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(木)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。■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(水)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へ。



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(木)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。■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。

産後ピクス&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&ストレッチヨガ教室 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5500円。

■共通■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(木)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。■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(土)10～12時、小倉記念病院(浅野三丁目)で。定員200人。■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。■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。



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。■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)へ。

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。■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)。

健康ひろば

■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(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。

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(木)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(木)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

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。

■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。



本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。