



小倉祇園太鼓(太鼓総見)

7/15 こくら北

令和6年

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

行政相談 行政相談委員が応じます。7月22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。7月25日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所で。先着16組。■7月24日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

人権法律相談 弁護士が応じます。8月8日(木)13時30分～16時30分、貴船地域交流センター(東篠崎一丁目)で。先着6組。■8月1日9時から同施設☎921・5303へ。

保健福祉無料相談

①**高齢者・障害者あしん法律相談** 弁護士が応じます。8月8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。8月8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。8月8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8月2日、①は5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。7月27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。

健康ひろば

食生活相談 栄養士が応じます。8月2日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。■7月30日まで。

食卓相談 栄養士が応じます。8月5日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。■7月31日まで。

共通小倉北区役所で。定員各時間2人。問小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440へ。

三萩野テニススクール

月曜日講座 8月5日～10月28日のおおむね毎週月曜日(全9回)。▶子供コース=18～18時55分。対象は小学生。受講料7920円 ▶大人コース=19～20時30分。対象は16歳以上。受講料1万3365円。

火曜日講座 8月6日～10月29日のおおむね毎週火曜日(全12回)。▶子供コース=18～18時55分。対象は小学生。受講料1万560円 ▶大人コース=19～20時30分。対象は16歳以上。受講料1万7820円。

共通三萩野庭球場(三萩野三丁目)で。定員は先着各コース10人。■7月18日から小倉北体育館☎923・0823へ。

地域交流センターの講座

①**山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159)**

食を通じて世界とつながろう(韓国料理) 8月19日～9月9日の毎週月曜日(全4回)10～12時。対象は18歳以上。定員8人。材料費6500円。エプロン、マスク、三角巾が必要。

②**北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)** ▶JW_CAD基礎=8月19日～10月3日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。対象は18歳以上(高校生は除く)。教材費1000円 ▶夏休み子どもプログラミング入門=8月20日(火)～23日(金)(全4回)の10～12時。対象

は小学4～6年生。教材費100円 ▶ワード実践=8月20日～9月20日の毎週火・金曜日(全10回)19～21時。対象は18歳以上(高校生除く)。教材費1100円。②の共通定員各10人。

③**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 ▶エクセル初級=10～12時 ▶ワード初級=14～16時。

③の共通9月3～26日の毎週火・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②は7月29日、①③は31日までに各センターへ。

頭と体のいきいきトレーニング教室

フレイルや認知機能の低下の予防に効果的な運動・学習・創作活動などを組み合わせた教室を開催します。8

月21日～10月9日の毎週水曜日(全8回)10～12時、総合保健福祉センター(馬借一丁目)で。対象は65歳以上。定員25人。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて7月26日までに(公社)福岡県作業療法協会(〒802-0044小倉北区熊本一丁目9-1-101、☎951・8760)へ。担認知症支援・介護予防センター☎522・8765。ネットも可。

シニアデジタルサポーター養成講座

8月24日～9月7日の毎週土曜日(全3回)10～12時、北九州市立大学北方キャンパス(小倉南区北方四丁目)で。対象はプログラミング教育などに興味があり、マウス操作・文字入力ができる、おおむね55歳以上。定員18人。受講料1800円。■はがき(1人だけ)に基本事項を書いて8月9日までに同大学地域・学生課(〒802-8577小倉南区北方四丁目2-1、☎964・4194)へ。

小倉北防災シリーズ ～非常持ち出し品(防災グッズ)

一刻を争う避難時のために、前もって準備しておきたい「非常持ち出し品」。いざという時にサッと持ち運びができるよう、両手が自由に使えるリュックサックにまとめておくことをおすすめします。しかし、アレコレも入れていくとかなりの重量になり、避難の妨げになることも予想されますので、自分や家族の命を守るために必要なものを優先的に選ぶことも重要です。

非常持ち出し品は、主に「電気用品」「生活・衛生用品」「非常食品」の3種類に分けて選びましょう。

1 電気用品

懐中電灯やラジオ、モバイルバッテリーなどがあると便利です。防水機能が搭載されているかも確認しましょう。

2 生活・衛生用品

マスクやウェットティッシュ、生理用品、持病の薬などが必要になります。特に、断水時はトイレが使えなくなるので、簡易トイレは必須です。

3 非常食品

さまざまな種類があります。食べ慣れているもので、持ち運びしやすいものを選びましょう。特に、水は生命線になります。

非常持ち出し品(防災グッズ)は、家に置いておくだけで不安を和らげることができます。事前に備蓄品とあわせて非常持ち出し品もチェックしておきましょう!

問小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。