



←公式  
Instagram

←公式  
フェイスブック

# 10/1

2024  
令和6年

# やはた東



桃園球場周辺(桃園四丁目)

●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)

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661-0039 FAX 681-0314

### 共同募金にご協力を

10月1日(火)~12月31日(火)は、「赤い羽根」共同募金運動期間です。募金は八幡東区内の福祉活動などに役立てられます。募金の受け付けは、お住まいの町会か八幡東区役所、各市民センターへ。問共同募金会八幡東区支会(八幡東区役所コミュニティ支援課内) ☎671-3061へ。

### 無料相談

**肢体不自由者巡回相談** 補装具の相談に応じます。10月16日(水)13~14時、八幡東区役所東別館で。対象は運動機能などに障害がある人。定員15人。■10月1~11日に八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー ☎671-4800へ。

**交通事故相談** 交通事故相談員が応じます。10月21日(月)10~16時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。■10月18日15時30分までに安全・安心相談センター(交通事故相談) ☎582-2511へ。事前に予約が必要。

**ママと女性の就業支援センターの出張相談** 専門コーディネーターが応じます。10月22日(火)10時10分~15時10分、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。対象は女性の求職者。定員4人。■10月3~18日に福岡県ママと女性の就業支援センター ☎533-6637へ。

**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。八幡東区役所で。随時。■事前に八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー ☎671-4800へ。

### 親子体操教室「コアラくらぶ」

10月21日(月)10時30分~11時30分、レインボープラザ(中央二丁目)で。対象は1歳以上の未就学児と保護者。先着10組。受講料1組200円。飲み物(水分補給)とタオルが必要。保護者も動きやすい服装で。■10月4日から北九州市福祉事業団 ☎682-0001へ。

### 健康だより

**①離乳食教室(前期)** 11月6日(水)13時15分~15時。対象はおおむね生後6カ月までの乳児と保護者。定員10組。母子健康手帳が必要。

**②食生活相談** 11月7日(木)10、11、13、14時から各1時間。対象は64歳以下。定員各時間1人。

共通 八幡東区役所東別館で。■1は10月3~31日、②は10月3日~11月5日に八幡東区役所保健福祉課 ☎671-6881へ。①はインターネットも可。

### 親子体操教室

**八幡東体育館** 11月2日(土)・9日(土)・16日(土)の10~11時30分。対象は3歳以上の未就学児と保護者。先着各日20組。タオル・バスタオル・室内シューズなどが必要。■10月4日から同施設(中央三丁目、☎662-9000)へ。

**折尾スポーツセンター** 11月9日(土)・16日(土)・30日(土)(全3回)の13~15時。対象は3歳以上の未就学児(2人まで)と保護者。定員15組。室内シューズが必要。■往復はがき(1組だけ)に基本事項と子どもの名前にふりがなを書いて10月21日までに同施設(〒807-0874八幡西区大浦三丁目9-1、☎691-0812)へ。

### 図書館だより 10月

休館日は毎週月曜日(14日は除く)と1日(火)・15日(火)・31日(木)。臨時休館は8日(火)~12日(土)。

**八幡図書館 ☎671-1123**

**人形たちのちいさなおはなし会** 5日(土)11~11時20分。対象は未就学児。

**朗読講座「思いを声にのせて」** 19日(土)10~12時30分。対象は中学生以上。先着20人。■3日から同施設へ。

**おえかきおはなし会** 20日(日)11~12時。先着6組。■3日から同施設へ。

**歴史講座** 20日(日)14~15時30分。先着30人。■3日から同施設へ。

**おりがみ教室** 26日(土)10~12時。定員15人。■3日に同施設へ。

**楽器いっぱいちいさなおはなし会** 26日(土)14時30分~15時。対象は未就学児。

**切り絵でつくる八幡の風景** 27日(日)、11月17日(日)、12月15日(日)(全3回)の14~16時。先着15人。■3日から同施設へ。

**「絵本っていいな」おはなし会 北九州市子ども読書の日スペシャル** 27日(日)14時30分~15時。

### 無料巡回バス運行決定!! 八幡東田バル&マルシェ


飲食や雑貨の販売、ステージイベントなどさまざまな催しがあります。

■日時:10月4日(金)16~21時、5日(土)10~16時

■場所:スペースワールド駅高架下(東田二丁目) ※荒天中止

4日は天心樽酒会(八幡中央区商店街、中央二丁目)や夜市(枝光本町商店街)なども同時開催。5日は「えほんであそぼう! プアップとおどろろ! +みんなでたらふくごはんをたべよう」プロジェクト(八幡中央区商店街)も開催。

「スペースワールド駅」「八幡中央区商店街」「枝光本町商店街」の3つの会場を結ぶ無料巡回バスを運行しますので、ぜひお越しください。問 八幡東区役所総務企画課 ☎681-0387へ。



### あなたの「困ったな」、教えてください。~行政相談

9~10月は「行政相談月間」です。道路、福祉、環境・衛生など日常生活のさまざまな困りごとを、総務省の「行政相談委員」がお聴きします。

**行政相談** 毎月第3木曜日(10月は17日)、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。



**巡回行政相談** 10月31日(木)、槻田市民センター(松尾町)で。

共通 13~15時。問 八幡東区役所総務企画課 ☎661-0039へ。

### 栄養士さんの 元気レシピ vol.28

問 八幡東区役所保健福祉課 ☎671-6881

#### ナスとトマトのシンプル炒め

©2017 日本高血圧学会

トマトの旨味をしっかりナスにからめて。手軽に作れる炒め物です。

**材料(2人分)** ナス 60g、トマト 60g、ニンニク 1g、サラダ油 大さじ1/2、しょうゆ 小さじ2/5、砂糖 小さじ1/6、塩 0.4g、[かたくり粉 小さじ1/5、水 小さじ2/5]

**作り方**

- ① ナスはへたを取り、皮をとるところむき、乱切りにする。トマトはくし型に切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ② フライパンに油とニンニクを入れて熱し炒める。香りがでたら、ナスを加え炒め、しょうゆを加える。
- ③ ②にトマトを加え、さらに炒め、砂糖、塩で調味し、水溶きかたくり粉をまわし入れ、とろみをつける。

※1人分: エネルギー42kcal 食塩相当量0.4g