

4/15
2025
令和7年



ほっと情報!もじ

●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)


菜の花と赤煉瓦倉庫

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX331・1805

無料相談

法律人権相談 金銭・土地・家屋・相続・親族などの相談に弁護士が、いじめ・虐待や悩み事などの相談に人権擁護委員が応じます。4月23日(水)13時30分～16時30分、門司区役所で。先着12組。申4月22日8時30分から門司区役所総務企画課☎331・0039へ。

人権法律相談 司法書士が応じます。5月1日(木)13時30分～15時30分、新門司地域交流センター(吉志新町二丁目)で。先着4組。申4月24日9時から同施設☎481・4599へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談 弁護士が応じます。5月8日(木)13～17時、門司区役所で。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。申5月2日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎321・4800へ。

上下水道お客さまセンター受け付け日時変更のお知らせ 4月1日から上下水道お客さまセンター(コールセンター☎582・3031)の電話受け付けは月～金曜日(祝・休日、12月29日～1月3日を除く)の8時

30分～18時までとなりました。4月は土曜日8時30分～18時まで電話受け付けを行っています。問上下水道お客さまセンターへ。水道の開始・中止・名義変更などの申し込みは、インターネット(右記を読み取り)で24時間365日受け付けています。


▲申し込みは
コチラ

春爛漫「桜の湯」

4月19日(土)・20日(日)の9時30分～15時30分、新門司老人福祉センター「まつがえ荘」(新門司三丁目、☎481・3951)で。年齢制限廃止によりどなたでも入館可。入館料200円(未就学児無料)。駐車場あり。無料送迎バス(門司駅など)あり。運行時間や駐車場所などの詳細は同施設に問を。

門司区子どもまつり

毎年恒例の体験コーナー(スライムや紙飛行機作り、風船ロケット、ニュースポーツなど)、はたらくるま(消防車、パトカー、白バイ、自衛隊車両)に加え、じもふわふわ、ゆるキャ

ラクイズ大会、子どもによるバナナの叩き売りなどのミニステージ、フェリー往復乗船券や北九州市の特産品などが当たる大抽選会、お菓子などが当たるポイントラリーなど(一部有料)。4月29日(祝)10時30分～15時、旧大連航路上屋(門司港レトロ地区)で。

問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1883へ。

新門司地域交流センターの講座

①骨盤矯正体操講座 5月12日～7月14日の毎週月曜日(全10回)13時30分～15時30分。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員20人。スポーツタオル、ヨガマットが必要。

②リラックスヨガ講座

5月16日～7月18日の毎週金曜日(全10回)19～21時。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員16人。ヨガマット、タオル、バスタオルが必要。

③パソコン機能全般講座 ▶ワード編=初期設定からワード機能全般を



学びます。5月20日～7月8日の毎週火曜日 ▶※エクセル編=各種設定からエクセル機能全般を学びます。5月29日～7月17日の毎週木曜日。③の共通全8回。13時30分～15時30分。対象はマウス・キーボード操作ができる18歳以上(高校生は除く)。定員各10人。資料代3000円。

共通申講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は5月1日、②は7日、③は9日(※は19日)までに同施設(〒800-0118門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・4599)へ。

公園で運動教室

公園の健康遊具を活用し、健康づくり、介護予防のための運動プログラムなどを専門スタッフから学びます。5月15日(木)・22日(木)(雨天時は5月29日(木))の13時30分～15時30分、大里公園(不老町一丁目)で。対象は運動を行うのに健康上問題のない人。定員30人。申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて4月25日までに認知症支援・介護予防センター(〒802-8560小倉北区馬借一丁目7-1、☎522・8765)へ。ネットも可。

健康だより

門司区役所健康相談コーナー☎331・1888

①受けて延ばそう健康寿命

①特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券が必要。注)



②若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。

③基本健診 対象は40歳以上の生活保護受給世帯の人。受診無料。健康診査受診券が必要。

④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)。

⑤骨粗しょう症検診 対象は18歳以上。受診料500円。

⑥肝炎ウイルス検査 対象は過去に受診したことのない人。受診無料。

⑦大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。

⑧前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

①～⑧の共通8月7日(木)13時30分～15時と8月17日(日)9～10時30分。

⑨胃がん検診 ※昨年度、胃内視鏡検査を受けた人は、今年度は受けられません。8月17日(日)9～10時30分。対象は35歳以上(妊婦は除く)。受診料は35～39歳1000円、40～69歳900円。

⑩乳がん検診 8月17日(日)9～10時30分。対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。受診料1000円。

①～⑩の共通門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。各日定員に達するまで先着順。

申5月7日(8月17日実施分は5月17日。電話受け付けは5月19日)9時から集団検診予約センター☎0570・783・077か☎953・6168かインターネット(右記を読み取り)で。


▲①の申し込みは
こちらから

②幼児食教室 栄養士による講話、試食、個別相談。5月13日(火)13時30分～14時30分。対象は幼児とその保護者。定員7組。申4月20～29日にインターネットで。

③マタニティ教室 ①赤ちゃんのお世話の仕方など=5月21日(水)②妊娠中の食事の話、歯の健康の話など=5月28日(水)。③の共通13時30分～14時40分(受け付けは13時20分から)。対象は妊婦。定員各日7人。母子健康手帳が必要。申①は4月21～27日、②は4月28日～5月4日にインターネットで。

②③の共通門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。


▲②③の申し込み
は
こちらから

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。