

発信中!!
旬なネタ(情報)

Instagram

Facebook

5/15

2025 令和7年

やはた東

編集 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314

- 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)

- ・区のイベント情報の告知、報告
- ・情報発信チームによる区の魅力紹介(食、名所、人など)
- ・区の取り組み
- ・地域の活動の紹介
- ・区長参加行事の紹介

野生鳥獣に餌を与えないで!

野生鳥獣への餌やりは、絶対にやめましょう。

◆なぜ餌をやってはいけないの?

- 市街地に多くの鳥獣が集まり、フン害や鳴き声による騒音など、生活被害や農作物への被害が起こります。
- 餌を与えることで、人からの食べ物に依存したり、人なれが進み食べ物を求めて街に頻繁に出没し徘徊します。
- 野生鳥獣の餌となるようなごみ・ペットの餌を外に放置していると、野生鳥獣を誘ってしまう原因となりますので、放置せずに片付けましょう。



◆野生鳥獣はペットではありません

野生鳥獣とのふれあいは、一見好ましい光景のように思えますが、野生鳥獣は自然の中で生活しています。不用意な接触は人的被害などの原因となります。近づきすぎたり捕まえたりしないでください。

問 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039へ。

ハトやスズメ、イノシシなどの野生鳥獣は、自然の中で自ら餌を探し生きています。

無料相談

高齢者・障害者あんしん法律相談

弁護士が応じます。6月12日(木)13~17時、八幡東区役所で。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。■6月9日までに八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー ☎671・4800へ。

羽毛布団・ダウンジャケットを回収します

5月30日(金)まで、八幡東区各市民センター、八幡東区役所コミュニティ支援課、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。対象は、羽毛布団(掛布団だけ)・ダウンジャケット(いずれもダウン含有率50%以上)。※フェザーは不可。品質表示タグをご確認ください。回収して得られた寄付金は八幡東区内の地域福祉活動などに役立てられます。詳細は共同募金会八幡東区支会 ☎671・3061へ問を。

民生委員・児童委員の活動パネルを展示します

毎年5月12日から1週間は民生委員・児童委員の活動強化週間です。活動を理解していただくため、パネル展を開催します。5月19日(月)~23日

(金)、八幡東区役所で。問 八幡東区役所保健福祉課 ☎671・3022へ。

「人権擁護委員の日」記念講演会

スクールカウンセラー・安永智美さんによる講演。テーマは『出会いで未来が変わる・変えられる』~生きに

くいこどもたちに、今、私たちは何が
できるか。5月26日(月)13~14時20分、北九州国際会議場(小倉駅北側)で。■不要。問 福岡県人権擁護委員連合会事務局 ☎(092)722・6199へ。

介護支援ボランティア登録研修会

65歳以上の方が市内の介護保険施設で行うボランティア活動をポイン

ト化し、換金や寄付をすることができる事業について説明します(ボランティアとして活動するためには受講後に登録が必要)。6月11日(水)14~16時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。定員30人。ボランティア登録には介護保険被保険者証が必要。■6月10日までに北九州市社会福祉協議会活動推進課 ☎881・6500へ。

栄養士さんの元気レシピ vol.34

八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881

厚揚げとキャベツのみそ炒め

豆板醤や酢を使うことでおいしく減塩できる1品です。



材料(2人分) 豚もも薄切り肉50g、キャベツ120g、ニンジン30g、白ネギ10g、厚揚げ100g、A[豆板醤小さじ1/4、みそ小さじ1、砂糖大さじ1/2、酒大さじ1/2、しょうゆ小さじ1、酢小さじ1、かたくり粉小さじ1/2]サラダ油小さじ1

作り方 ①豚肉は一口大に切る。キャベツも一口大に切る。ニンジンは薄い短冊切り、白ネギはみじん切りにする。Aはよく混ぜ合わせておく。

※1人分:
エネルギー 176kcal
食塩相当量 0.9g

- ②キャベツ、ニンジンはさっとゆで、ざるにとって水けをきる。
- ③厚揚げは油抜きをして一口大に切る。
- ④中華鍋を熱して油をなじませ、白ネギを炒める。香りが出たら、豚肉を炒め、豚肉に火がとおったら②、③を加え炒める。
- ⑤続けてAを回し入れ、手早くからめる。

健康だより

感謝して 食べる心が
生む健康

問: 八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	■
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 たん 痰検査は900円注1)		9月7日(日) 9~10時30分 枝光北市民センター(枝光二丁目)	9~10時30分	枝光北市民センター(枝光二丁目)	実施日の3カ月前の同日9時から
★肝炎ウイルス検査	過去未検査者	無料	各検診に定員あり				
★大腸がん検診	40歳以上	500円注1)					
★前立腺がん検診	50歳以上の男性	1000円注1)					
★特定健診注2)	40~74歳 (国民健康保険加入者)	無料					
★若者健診	18~39歳	1000円					
★胃がん検診	35歳以上 (妊婦などは除く)	1000円 (40歳以上は900円)注1)			9月7日(日) 9~10時30分 枝光北市民センター 9月26日(金) 9~11時 平野市民センター(桃園四丁目)	3カ月前の同日が土・日曜日、祝・休日の場合は翌平日	
骨粗しょう症検診	18歳以上	500円注1)		9月7日(日) 9~10時30分 枝光北市民センター		3カ月前の同日がない場合は翌平日	
食卓相談	65歳以上	無料	4人	6月17日(火)	10、11、13、14時(各1人)	八幡東区役所東別館	5月19日~6月13日

■各種集団検診の■は、集団検診予約センター(☎953・6168か☎0570・783・077)かネット。先着順で定員到達まで受け付けます。■は検診日の10開庁日前まで。★は個別医療機関でも受診可。(事前に医療機関に問を。)注1)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制度があります。詳細は問を。注2)「特定健診受診券」、「国民健康保険証」が必要。75歳以上を対象とした「後期高齢者健康診査」については福岡県後期高齢者医療広域連合(☎092651・3111)に問を。

■相談の■は、八幡東区役所保健福祉課 ☎671・6881へ。