



旧小倉市制125周年記念ロゴマーク



6/1 2025 令和7年

こくら北

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・5496



小倉織

ホームページ



Instagram



Facebook

- 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)

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11日(木)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(1組30分間)。**申**6月3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12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。対象は18歳以上。先着6組。**申**6月5日9時から同施設☎581・4159へ。

司法書士によるお気軽法律相談 司法書士が応じます。6月18日(木)14～16時、西小倉市民センター(大門一丁目)で。先着8組。**申**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26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。**申**6月20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。

北九州エンジョイント事業
小倉北アカデミー

テーマは「小倉城 竹あかり～はじまりの物語」。多くの市民ボランティアの「市民力」で開催される北九州市

の一大イベント。その舞台裏に迫ります。6月22日(日)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300円。小倉北アカデミー運営委員随時募集中。**申**6月3日から小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

小倉北体育館のスポーツ

はじめてヨガ(火曜日コース) 7月1日～9月30日のおおむね毎週火曜日(全12回)10～11時。対象は16歳以上。先着12人。参加費1万560円。

背骨コンディショニング 背骨のゆがみや骨格のズレを整えます。7月1日～9月30日のおおむね毎週火曜日(全12回)11時15分～12時15分。対象は16歳以上。先着15人。参加費1万560円。

産後ビクス&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1日～9月30日のおおむね毎週火曜日(全8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7040円。

太極拳 ゆっくりとした動きで呼吸を整え健康増進につなげます。7月2日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全11回)10～11時。対象は16歳以上。先着12人。参加費9680円。

プロ野球独立リーグ 北九州下関フェニックス VS 宮崎サンシャインズ

6月14日(土)14時から、北九州市民球場(三萩野二丁目)で。小倉北区・南区民無料招待DAY(小倉北区・南区在住、在学、在勤の人は無料。身分証明書をお持ちください)。事前申し込み不要。**問**小倉北区役所総務企画課☎582・3335へ。



中田 航大 選手

フラリズム&健康ストレッチ ストレッチとフラダンスの動きを取り入れた有酸素運動を行います。7月2日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全12回)11時30分～12時30分。対象は16歳以上。先着12人。参加費1万560円。

やさしいヨガ 7月2日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全12回)13～14時。対象は16歳以上。先着15人。参加費1万560円。

共通申電話で6月10日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎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)
お腹スッキリ!腸セラピー 7月7～28日のおおむね毎週月曜日(全3回)14

～16時。対象は18歳以上。定員12人。ヨガマットが必要。

②北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)
スマホ入門講座 7月10～24日の毎週木曜日(全3回)13時30分～15時30分。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員10人。教材費400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6月14日、**②**は17日までに各センターへ。

令和7年度の碑前式について

先の大戦で亡くなった人々に哀悼の意を捧げる碑前式は平和公園忠霊塔前(小倉北区黒原一丁目)で10月16日(木)11時に開催します。ご遺族の皆さんには後日案内します。主催は小倉南北区遺族連合会。**問**小倉北区総務企画課☎582・3339へ。

健康ひろば

問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(7月末まで)かマイナ保険証、資格認定書のいずれか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(9月7・29日の小倉医師会健診センターと9月25日の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▶小倉医師会健診センタ

ー(中島一丁目)=9月7日(日)9～11時・29日(月)13時30分～15時 ▶南小倉市民センター・三郎丸市民センター=9月11日(木)13時30分～15時 ▶小倉北区役所・※霧丘市民センター=9月25日(木)13時30分～15時30分(※は15時まで)。
②胃がん検診
胃部X線撮影。9月7日(日)9～11時、小倉医師会健診センターで。対象は35歳以上(妊婦は除く)。受診料1000円(40～69歳は900円)。
①②の共通申検診日3カ月前の同日

(9月7日実施分の電話受け付けは6月9日。9月29日実施分の電話受け付けは6月30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。