

6/15
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)



門司区役所

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・0039 FAX331・1805

無料相談

人権法律相談 司法書士が応じます。7月3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6月26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。7月10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7月7日までに門司区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎321・4800へ。

梅雨の気分転換に「紫陽花の湯」

6月21日(土)・22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。年齢制限なし、どなたでも入館可。入館料200円(未就学児は無料)。駐車場あり。

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。

門司体育館のスポーツ

健康ソフトバレー教室 7月1日～9月30日のおおむね毎週火曜日(全10回)11～13時。対象は18歳以上。先着10人。参加費1回330円。

シニア健康教室 7月2日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全10回)14～16時。対象は65歳以上。先着20人。参加費4400円。

健美操 7月7日～9月29日のおおむね毎週月曜日(全10回)10～11時。対象は18歳以上。先着10人。参加費7700円。

共通門司体育館(高田一丁目)で。申6月18日から同施設☎381・6445へ。

新門司温水プールのスポーツ教室

アクアビクス 水の中で音楽に合わせてリズム体操と水中運動を行います。7月4日～9月26日のおおむね毎週金曜日(全8回)14～15時。対象は18歳以上。先着30人。受講料3520円。

申6月18日から新門司温水プール(新門司三丁目、☎481・2707)へ。

自衛隊制度説明会

自衛隊採用試験種目の説明。7月5日(土)・19日(土)、門司生涯学習総合センター大里分館(下馬寄)で。13時30分～14時50分と15～16時30分の部あり。対象は令和8年4月1日時点、18～32歳の人。詳細は自衛隊福岡地方協力本部北九州出張所☎963・7728へ問を。

夏の防災体験ツアー

防災体験と消防ヘリコプターの見学を行います。8月1日(金)9時20分～15時、福岡市民防災センター(福岡市早良区百道浜一丁目)と北九州市消防航空隊(小倉南区空港北町)で。対象は門司区在住の小学生(1・2年生は保護者の参加可)。先着35人。参加費1人500円(昼食代含む)。申6月17日から門司消防署予防課☎372・0119へ。

門司休日急患診療所

門司休日急患診療所(羽山一丁目、☎381・9699)では、日曜日、祝・休日の9～17時(受け付けは8時45分～16時30分)に内科・小児科の急患の受け入れを行っています。比較的症状が軽い体調不良や、救急電話相談で受診を勧められた際などに利用できます。問保健福祉局夜間・休日急患センター☎522・9999へ。

ギラヴァンツ北九州 門司・若松・戸畑区民感謝デー

試合は「ギラヴァンツ北九州 対 ガイナーレ鳥取」。6月28日(土)18時から、ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)で。門司・若松・戸畑区在住の人はBホーム自由席に一般1000円(本人確認書類の提示が必要)で入場可。小学～高校生は6月21日までにJリーグID登録で無料。詳細はギラヴァンツ北九州☎863・6777へ問を。担都市ブランド創造局スポーツ振興課☎582・2395。

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。マイナ保険証、マイナポータルの資格情報画面、資格確認書のいずれか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70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。

定員に達するまで先着順。10月22日(水)13時30分～15時、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。申7月22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離乳食教室 離乳食の講話と試食など。7月16日(水)13時30分～15時30分。対象は乳児と保護者。定員7組。個別相談もあり。

③パパ・ママスクール(両親学級)

妊娠から育児までのお話、沐浴見学など。8月2日(土)9時45分～11時30分(受け付けは9時30分から)。対象は初めて子どもが誕生する夫婦。定員12組。母子健康手帳と飲み物が必要。

②③の共通門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。申②は6月23日～7月2日、③は7月2～8日までにインターネットで。

▲②③の申し込みはこちらから

注) 後期高齢者医療制度の被保険者は福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111に問を。

広告の申し込みは㈱ウィット ☎072・668・3275まで。 ※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。

VEGETABLE
OIL INK

リサイクル適性A
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

本紙は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。