

小倉北区の風景:中央図書館

4/15こくら北

2026 令和8年

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3339 FAX581・5496

小倉橋

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。

甲=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

行政相談 国や独立行政法人などの業務に関する相談に行政相談委員が応じます。4月20日(月)13～15時、小倉北区役所。☎小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

法律人権相談 弁護士か人権擁護委員が応じます。4月23日(木)13時30分～16時30分、小倉北区役所。先着16組。甲4月22日8時30分から小倉北区役所総務企画課☎582・3339へ。

保健福祉無料相談

①**高齢者・障害者あんしん法律相談** 弁護士が応じます。5月14日(木)13～17時。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。定員8組。

②**アルコール相談** 酒害相談員が応じます。5月14日(木)13時30分～15時30分。対象はお酒の問題で困っている人や家族。定員2組。

③**こころの健康相談** 精神科医が応じます。5月14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。

④**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。随時。

共通 小倉北区役所。甲②③は5月8日まで、①は11日、④は事前に小倉北区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎582・3430へ。

健康ひろば

①**食生活相談** 栄養士が応じます。5月1日(金)10、11、13、14時の4回。対象は64歳以下。

②**食卓相談** 栄養士が応じます。5月11日(月)10、11、13、14時の4回。対象は65歳以上。

共通 小倉北区役所。定員各日各時間2人。甲①は4月27日、②は5月1日までに小倉北区役所健康相談コーナー☎582・3440へ。

小倉北体育館のスポーツ

親子体操講座 親子で音楽に合わせて体操やダンスを行います。5月2日(土)9時30分～10時30分。対象は歩ける未就学児と保護者。先着10組。

やさしいヨガ 4月22日～6月24日のおおむね毎週水曜日(全8回)13～14時。対象は18歳以上。先着15人。受講料7040円。

リズム&貯筋体操 ウォーキングとリズム体操を取り入れ、筋力アップを目指します。4月23日～6月25日のおおむね毎週木曜日(全7回)10～12時。対象は18歳以上。先着24人。受講料6160円。

はじめてヨガ 4月23日～6月25日のおおむね毎週木曜日(全8回)12時30分～13時30分。対象は18歳以上。先着12人。受講料7040円。

子供体操教室 鉄棒、マット、跳び箱、縄跳びを行います。4月23日～6月25日のおおむね毎週木曜日(全7回)。3歳以上の未就学児の部(16～17時)と小学生の部(17～18時)あり。先着各部24人。受講料9625円。

共通 甲電話で4月18日から小倉北体育館(三郎丸三丁目、☎923・0823)へ。

共通 甲電話で4月18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)** ▶乳幼児音楽リトミック=6月2日～10月20日の第1・3火曜日(全10回)10時30分～11時30分。対象は1～3歳の幼児と保護者。定員10組 ▶メンズキッチン=5月30日(土)10～12時。対象は18歳以上の男性。定員8人。材料費1000円。エプロン、三角巾、ランチョンマット、飲み物が必要。

②**北方(☎802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)** ▶※はじめてのWord&Excel=5月15日～7月17日の毎週金曜日(全10回)13時30分～15時30分。定員10人。資料代1540円 ▶骨盤矯正体操=5月19日～7月21日の毎週火曜日(全10回)

10～12時。定員18人。ヨガマットが必要 ▶ヨガ=5月19日～7月21日の毎週火曜日(6月2日は除く。全9回)14～15時30分。定員18人。ヨガマットが必要 ▶パワーポイント基礎&応用=5月20日～7月22日の毎週水曜日(全10回)19～21時。定員10人。資料代1500円。②の共通対象は18歳以上(高校生は除く)。

共通 甲講座ごとに往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて②は4月27日(※は23日)、①は30日までに各センターへ。

妊娠・出産・子育てを応援!

小倉北区役所では、マタニティスクール、離乳食教室、ウェルカムベビー教室など、親と子のための多彩な行事を実施しています。詳細は小倉北区役所保健福祉課☎582・3440へ問を。インターネット(下記を読み取り)でもご覧になります。

詳細は▶ コチラ 

紫川流域会議通信を作成しました

紫川では地域住民や企業の皆さんによる清掃活動をはじめ、さまざまな河川愛護の取り組みが行われています。今回活動報告をまとめた紫川流域会議通信を作成しました。市のホームページ(下記を読み取り)からダウンロードできます。お近くの市民センターでもご覧になります。

問 都市整備局水環境課☎582・2491へ。  ▲ホームページ

 ▲清掃活動の様子

小倉北防災シリーズ～自宅の「災害危険度」を調べよう



「北九州市防災ガイドブック」には、いざという時に適切な判断・行動がとれるよう、さまざまな災害の特徴や避難のポイントなどを掲載しています。また、「ハザードマップ」には、各地区における土砂災害や洪水、高潮、津波の浸水想定区域などを示しています。まずは自宅がある場所の災害危険度を調べて、家族や職場、地域で防災について話し合ってみましょう。「北九州市防災ガイドブック・ハザードマップ」がお手元ない人は、小倉北区役所総務企画課までお越しください。

右下の二次元コードからも確認できます!

〈ハザードマップで確認したいポイント〉

- 土砂災害警戒区域、浸水想定区域など
- 予定避難所の位置、避難経路
- 災害時に危険と思われる場所(アンダーパス、河川より低い道路など)

問 小倉北区役所総務企画課☎582・3301へ。

  ▲詳しくはコチラ