

こちら 北区です Kita 4月号 平成30年

北区の人口 (平成30年2月1日現在推計人口) (人口) 142,574人 (-24) (前月比) (世帯) 56,543世帯 (+21) (前月比) (面積) 115.34km²(国土地理院公表値)

編集 北区役所
〒861-0195 北区植木町岩野238-1 ☎096-272-1111 (代表)

- ・総務企画課 ☎096-272-1110
- ・区民課 ☎096-272-6900
- ・福祉課 ☎096-272-1118
- ・保護課 ☎096-272-6910
- ・保健子ども課 ☎096-272-1128
- ・北農業振興課 ☎096-272-1117
- ・北税務課 ☎096-272-1114
- ・農業委員会北区分室 ☎096-272-6908
- ・植木地域整備室 ☎096-272-1115
- ・植木中央土地区画整理事業所 ☎096-272-1113
- ・北水まづくりセンター ☎096-245-2112
- ・清水まづくりセンター ☎096-343-9161
- ・龍田まづくりセンター ☎096-338-2231
- ・植木まづくりセンター ☎096-272-6906

▲▲▲すこやかくまもと栄養セミナー▲▲▲

北区では、たくさんの食生活改善推進員(ヘルスメイト)が健康づくりの案内役としてボランティア活動を行っています。知識や技術を身につけて地域で活動してみませんか。



- 期間** 6月～来年1月まで(全6回)
- 場所** 北区役所、植木文化センター
- 内容** 栄養・運動・休養など健康づくりに関する講話や調理実習など
- 対象** 北区にお住まいの18歳以上の方で、セミナーに毎回参加でき、修了後「食生活改善推進員」として地域で健康づくり活動ができる方
- 定員** 20人(先着順)
- 申込み** 4月5日から電話で北区役所保健子ども課へ

(北区役所保健子ども課)

市や地域の食育に貢献！ 北支部・食生活改善推進員

市や地域のイベントなどで楽しい食育体験や食生活のアドバイスを行っています。皆さん気軽にお声掛けください。

食育推進活動



すこやか食生活改善講習会



北区ニュース

北区まづくり推進事業

北区健康まづくり報告会・ぶらりきたくなる大学を開催しました



2月16日(金)に熊本保健科学大学の協力で“北区健康まづくり報告会・ぶらりきたくなる大学”を開催しました。テーマを「健康」でまづくりを進めよう!!とし、麻生田、高平台、北部東校区の3つの校区での健康まづくり活動の報告とワークショップを行い、19校区1地区の住民の方々と熊本保健科学大学の学生や教員の方々、計97人が参加しました。

ワークショップでは、ファシリテーターである桜井・法貴グローバル研究所の桜井高志先生の進行のもと、今後の健康まづくりのアイデアがたくさん出され、楽しい雰囲気の中で会を終えました。

今後は皆さんから出されたアイデアの種を、住民の方々と区役所で協力しながら、たくさんの花を咲かせていけたらと思います。

(北区役所保健子ども課・北区役所総務企画課)

療育サロン“はじめのいっぽ”無料

発達の不安や障がいのある子どもを持つ保護者の学びと交流のサークルです。

- 日時** 5月10日(木) 午前10時～正午
- 場所** 北区役所1階小会議室
- 内容** 学校との関わり方～移行支援について～
- 申込み** 当日直接会場へ

詳しくは、電話で北区役所保健子ども課へ。

家族介護者のつどい

介護の悩みを出し合い、気持ちを分かち合う場です。

- 日時** 4月21日(土) 午後1時半～3時半
- 場所** 北部保健相談所1階(北区鹿子木町66 北部まづくりセンター内)

- 対象** どなたでも
- 費用** 100円
- 申込み** 当日直接会場へ



詳しくは、ささえりあ北部(☎096-275-6355)へ。

(北部公民館 ☎096-245-0046)

育児相談 無料

期日	場所
4月6日(金)	清水児童館
4月13日(金)	植木文化センター内公民館和室
4月20日(金)	龍田公民館和室・茶室
4月27日(金)	植木文化センター内公民館和室

- 時間** 受付:午前9時15分～10時半
※受付時間が変更になりました。
- 内容** 子どもの身長、体重を測定し、育ちに関する相談、すくすく育つ離乳食や赤ちゃんから始める美しい歯の相談など
- 対象** 北区に住む未就学児と保護者
- 持参物** 親子(母子)健康手帳
- 申込み** 当日直接会場へ

(北区役所保健子ども課)

専門医による心の健康相談 無料

「何日も眠れずつらい」「食欲がなく気持ちが落ちこみ何もしたくない」「受診させたくても本人に病気の認識がない」など、心の病気でお悩みの方、気軽に相談ください。

- 日時** 4月16日(月) 午後
- 場所** 北区役所1階小会議室
- 内容** 専門家による個別相談
- 対象** 心の病気の方や家族など
- 定員** 2組(先着順) ※予約制
- 申込み** 4月13日までに電話で北区保健子ども課へ

4月2日(月)から「ゆうゆうバス」が道の駅すいかの里植木まで延伸到

北区植木町を運行する「ゆうゆうバス」は、「道の駅すいかの里植木」まで延伸します。ぜひ、ご利用ください(3便目から乗り入れ)。

変更内容

- ・停留所(上岩野、大和五町内)が新たにできます
- ・発着が道の駅すいかの里植木まで延伸(道の駅すいかの里→植木駅前→田原坂ニュータウン→道の駅すいかの里)



詳しくは、「ゆうゆうバス」チラシ(北区役所などに設置)、市ホームページ、北区役所総務企画課または交通政策課(☎096-328-2510)へ。

熊本西年金事務所による年金相談窓口 無料

- 日時** 4月26日(木) 午前10時～午後3時
- 場所** 北区役所2階第1・2会議室
- 内容** 基礎年金番号、相談者の住所、氏名、電話番号、相談内容を確認します
- 対象** 市内に住む方
- 申込み** 4月2日から電話が直接北区役所区民課国保年金班(☎096-272-6905)へ ※予約制

すいかの里 道の駅 すいかの里 SUIKA no SATO UCKI

すいかの出荷がはじまりました!

これから、大玉や小玉などの植木自慢のすいかが店内に並びます。ぜひ、お越しください。詳しくは、道の駅「すいかの里植木」(☎096-272-2333)へ。

(北農業振興課)