



〒861-0195 北区植木町岩野238-1 ☎272-1111

野菜、足りていますか？

1日5皿分の野菜料理を食べよう！



1日の摂取目標は350gで、野菜料理5皿分に相当します。日々の食事にあと1皿足してみませんか？

「熊本市食育のひろば」では役立つ野菜レシピを紹介しています！

(北区役所保健子ども課 ☎272-1128)



～わがまち北区の風景～

4 『立田阿蘇三宮神社』

1332年(今から688年前)に創立の阿蘇本社末社です。

「筋の神様」として有名であり、御神木であるなぎの木(筋無の木)があり、この葉を祈願したものを服用すると筋の病が、たちどころに平癒するという霊験があります。

※なぎの木の葉っぱには、「スジがない」そうです。社殿東側の棟物柱を支える力神の彫刻(享保年間)は、とても力強く圧巻です。

所在地 北区龍田1-5-1

(北区役所総務企画課 ☎272-1110)



『北区いきいきスポーツ交流大会』と『北区こどもまつり』の開催を中止します

来年度の開催については、詳細が決まり次第、改めてお知らせします。

(北区役所総務企画課 ☎272-1110)



すいかの里名物『秋すいか』

熊本のすいかといえば「春すいか」ですが、すいかの里植木では「秋すいか」も販売。

寒暖差のある中、じっくり成長するため、上品な香りと凝縮されたおいしさが特徴です。

贈答品や御歳暮にも人気の特別なすいか『秋すいか』をご利用ください。

4周年祭

すいかの里植木では11月に4周年祭を開催します。

11月14日～23日までの期間中、土日祝日は生産者直売会やワークショップイベントなどを予定しています。ぜひご来場ください。

(道の駅すいかの里植木 ☎272-2333)

(北東部農業振興センター農業振興課 ☎272-1117)



“きた”なるお知らせ♪

内 容	対 象	期日・時間	場 所	申 込
【無料】 家族介護者のつどい(北部まちづくりセンター)				
介護者同士の交流・情報交換	家族を介護している方	11月21日(土) 午後1時半～3時半	北部まちづくりセンター1階奥 北部保健相談所	ささえりあ北部(☎275-6355)へ電話 ※予約制
【無料】 熊本県行政書士会による無料相談会(総務企画課)				
交通事故、相続・遺言、成年後見等に関する相談	どなたでも	11月25日(水) 午前11時～午後4時	北区役所1階ロビー	当日直接会場へ 詳しくは、登録相談員等管理委員会(☎385-7301)へ
【無料】 熊本西年金事務所による年金相談窓口(区民課)				
年金相談(予約の際、相談者・配偶者の年金番号をご準備ください)	市内に住む方	11月26日(木) 午前10時～午後3時	北区役所3階 大会議室	11月5日から電話(☎272-6905) または直接北区役所 区民課 国保年金班へ ※予約制

子育て・心の健康相談会

お問合せ(各区保健子ども課)

中央区 ☎328-2419 西 区 ☎329-1147 北 区 ☎272-1128
東 区 ☎367-9134 南 区 ☎357-4138

育児相談

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、育児相談の実施を中止しています。

当面の間は電話等で個別に相談を受け付けますので、お住まいの区の保健子ども課へ問い合わせてください。

ご不便をおかけして申し訳ありませんが、ご理解ご協力をお願いします。

心の健康相談

	日 時	場 所	対 象	定 員	申 込
中 央 区	11月30日(月) 午後2時～4時	中央区役所3階 保健子ども課	精神的な不安や悩みのある方またはその家族など	2組 (先着順)	11月5日～26日 に電話で
東 区	12月11日(金) 午後1時半～3時半	東区役所3階 保健子ども課			11月20日～12月9日 に電話で
西 区	※精神科医不在です。相談希望の方は問い合わせてください。				
南 区	11月20日(金) 午後1時45分～3時45分	南区役所3階 保健子ども課 相談室	精神的な不安や悩みのある方またはその家族など	2組 (先着順)	11月5日～19日 に電話で
北 区	11月16日(月) 午後2時～4時	北区役所1階 小会議室			11月5日～13日 に電話で

日＝日時 期＝期日、期間 時＝時間 場＝場所 内＝内容 題＝演題 師＝講師 出＝出演 対＝対象 定＝定員 費＝費用 持＝持参物 申＝申込 問＝問合わせ先

広告

あなたのその症状、もしかしたら

労災職業病 かもしれません

職業病とは？

仕事が原因で起きる
病気や障害のことです。

例えば

01

削岩機や
チェーンソーなど
振動工具を
扱って発症する
「振動障害」

例えば

02

粉じんが発生する職場、
粉じんを吸入し
発症する
「じん肺」
「石綿肺」

例えば

03

騒音が激しい
職場で発症する
「騒音性難聴」

など、多くの職業病があります。

仕事が原因の病気は、
労災保険が適用されます！

「昔のことだから」
「退職後だから」とあきらめずに、
心当たりのある方は、
ぜひ一度ご相談ください▶

建交労 熊本分会は、
「1人でも入れる」労働組合です。
すべての労災・職業病の根絶を
掲げて日々、活動しています。

全日本建設交運一般労働組合
(建交労)熊本分会

〒862-0942
熊本県熊本市東区江津3-4-12
Hagino51.BLD 304号
<http://www.kenkourou.or.jp/>

相談無料

TEL 096-234-8325