

こちら 北区です

2月号
平成27年

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
- ・まちづくり推進課 ☎096-272-1112
- ・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
- ・農業振興課 ☎096-272-1117
- ・北税務課 ☎096-272-1114
- ・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

北部総合出張所 ☎096-245-2111 清水総合出張所 ☎096-343-9161
龍田出張所 ☎096-338-2231

北区の人口 (平成26年12月1日現在推計人口) (人口) 144,119人(前月比-30) (世帯) 55,716世帯(前月比+14) (面積) 115.35km²(国土地理院公表値)

育児相談

無料

日時・場所

場所	期日	受付時間
清水児童館	2月6日(金)	午前9時～10時半
かがやき館	2月13日(金)	
龍田児童館	2月20日(金)	
かがやき館	2月27日(金)	

内容 子どもの身長、体重を計測し、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 北区に住む就学前の乳幼児と保護者

持参物 親子(母子)健康手帳

申込み 当日直接会場へ

詳しくは、北区役所保健子ども課へ。

もうすぐパパママ教室

無料

超簡単!これならできるムシ歯ゼロの子育て、妊娠中の食生活ポイントなど充実したマタニティライフを準備するサロンです。

赤ちゃん人形抱っこ体験、おしゃべりタイム、母乳育児、パパの妊婦体験(妊婦ジャケット試着)。

日時 2月27日(金) 午後1時15分～3時半

場所 北区役所2階会議室

対象 北区に住む、もうすぐママとパパになる方(ママだけの参加も大歓迎)

定員 25組(先着順)

持参物 親子(母子)健康手帳

申込み 2月2日から電話で北区役所保健子ども課へ

専門医による心の健康相談

無料

日時 2月16日(月) 午後(予約制)

場所 北区役所1階会議室

内容 専門家による個別相談

対象 心の病気の方や家族の方など

申込み 電話で北区役所保健子ども課へ

療育サロン“はじめのいっぽ”

無料

発達に不安のある子どもさんや障がいを持つ子どもさんの保護者が集まり、ゆっくり話をする、交流と学びのサークルです。

日時 3月5日(木) 午前10時～正午

場所 植木健康福祉センター(かがやき館)

内容 知っておきたい!!お口のはたらき・口腔ケア

申込み 北区役所保健子ども課へ

女性のための骨粗しょう症予防教室

無料

あなたの骨は大丈夫ですか?女性の身体は加齢に伴い骨密度が減少します。

自分の骨密度を知り、今から丈夫な骨を作るための運動や食事などについて学びませんか。

日時 3月5日(木) 午前9時半～午後1時

場所 植木文化センター(北区役所隣り)多目的ホール、和室

内容 骨密度測定、骨粗しょう症予防についての講話、運動実技、試食

対象 北区に住む40歳～65歳未満の女性

定員 30人(先着順)

申込み 2月2日から電話で北区役所保健子ども課へ

年金相談を開設します

無料

熊本西年金事務所による年金相談窓口を開設します(予約制)。

日時 2月26日(木) 午前10時～午後3時

場所 北区役所3階会議室

対象 市内に住む方

申込み 電話(☎096-272-6905)または窓口で北区役所区民課へ

※「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。

第18回民謡「田原坂」全国大会の出場者募集

民謡「田原坂」を唄ってみませんか。

日時 4月26日(日) 午前9時開会

場所 植木文化センター文化ホール

定員 個人の部300人、団体の部10団体(先着順)

参加料 小学生以下1,000円、中学生以上・団体2,000円(大会当日を基準)

申込期間 2月10日～3月16日まで

申込方法など詳しくは、北区役所区民課へ。

植木地区にお住まいのくみ取り式トイレをご使用の世帯の皆さんへ

一般家庭のくみ取り式トイレのし尿(汚物)の収集回数、料金制度が今年4月から変更になります。便槽の種類に応じた制度への変更です。

【普通くみ取り便槽】

毎月1回の定期収集となり、世帯人員に応じた料金体系となります。

【その他のくみ取り便槽】

水を使用する簡易水洗式トイレなどは、収集した量による料金体系です。

なお、普通くみ取り便槽(世帯人員に応じた料金体系)の世帯で、今年4月以降に世帯人員に変更がある場合は、届出が必要になります。お近くの区役所、総合出張所、出張所で手続きをお願い

します(印鑑は不要です)。

※公共下水道や浄化槽を使用する世帯は対象外ですので、ご注意ください。

詳しくは、浄化対策課(☎096-328-2366)へ。

Ueki Art Spa #7.8

無料

温泉と音楽で極上の癒しのひとときを



#7 中沢 けんじ



#8 K-Azan

熊本市の奥座敷「植木温泉」とコンサートを楽しむシリーズ。昼は元H2Oの中沢 けんじさんの歌を、夜はK-Azanによる尺八とピアノのデュオをお楽しみください。

開催日 2月7日(土)

#7 時間 午後2時～3時半

会場 植木温泉 旅館大月苑
(北区植木町米塚173)

出演 中沢 けんじ(元H2O)

#8 時間 午後7時半～9時

会場 植木温泉 旅館鷹の家
(北区植木町米塚26-2)

出演 K-Azan【田島 永山(尺八) & 志娥 慶香(ピアノ)】

※入湯は有料です。

※飲み物・軽食の販売もあります。

※当日は、駐車場が混雑する場合があります。
(植木まちづくり交流室 ☎096-272-6906)
(北区役所まちづくり推進課)

温泉・駐車場などのお問い合わせは、旅館大月苑(☎096-274-6339)・旅館鷹の家(☎096-274-6234)へ。

北区ふるさと料理コンテスト2014で
最優秀賞に輝いた内田彰子さんのレシピをご紹介します。

「さっぱりトマトソーメン」

地元食材 トマト

料理PR

トマトの旨み、ソーメンののど越しを一度に楽しめる一品。トマトの甘みと酸味が濃縮されたスープに、とろみをつけることで、ソーメンに絡みつつも、さっぱりした食感、そのまま。

材料(4人分)

トマト 中3個、ソーメン 4束、
きゅうり 40g、青じそ 8枚、
プチトマト 4個、オクラ 2本

だし汁(水) 100cc
コンソメ 小さじ1杯
④ ケチャップ 大さじ2～3杯
砂糖 小さじ1
塩、こしょう 少々
片栗粉 小さじ1杯、水 小さじ1杯

1人分 エネルギー 210kcal 塩分 3.3g



調理方法

- ① トマトは、湯むきして、ミキサーにかけておく。
- ② きゅうりは斜め薄切り、青じそはせん切り、プチトマトは5mmの輪切り、オクラはさつと茹でて小口切りにする。
- ③ ①を鍋に入れ、合わせておいた④を加え、火にかけて、同量の水で溶いた片栗粉を入れ、サラッとしたトロミをつけて火を止める。
- ④ 鍋にお湯を沸騰させ、※ソーメンを1～2分茹でて、水にさらし、水気を切る。
- ⑤ 皿に、③のスープ、ソーメン、きゅうり、プチトマト、オクラ、青じその順にトッピングする。

※ソーメンは端を縛って茹でると、きれいに盛り付けができます。

※③のスープは、冬はあたたためて、夏は冷やしておく。

(北区役所保健子ども課)

※植木地区の集団健診の申込みについては、11ページに掲載しています。