

北区役所

〒861-0195 北区植木町岩野238-1 ☎272-1111

【参加者募集】体を知る日スペシャル 無料

毎月開催している「体を知る日」を、開催場所や測定内容を増やし、スペシャル版を開催します。

日時	場所	内容
10月4日(金) 午前10時～11時半 先着30人	清水公民館	★骨密度測定 ★簡易血糖検査
10月7日(月) 正午～午後2時半 先着50人	北区役所 2階第2～4会議室	体組成測定 血圧測定 健康相談

(北区役所保健こども課 ☎272-1128)

<8020推進員養成講座> 受講生大募集!! 無料

「お口の健康の大切さ」をお住まいの校区を中心に、楽しく啓発して下さる方々を養成しています。在宅での受講も可能です。(2回シリーズ)

日時 第1回10月3日(木)
第2回10月16日(水)
いずれも午後1時半～4時ごろまで

場所 北区役所 2階第3・4会議室
内容 全身の健康とお口の健康・8020推進員について・歯みがき実習など

対象 北区に住むまたは通勤・通学の18歳以上の方

定員 20人(先着順)

申込 9月5日から電話で北区役所保健こども課へ
(北区役所保健こども課 ☎272-1128)

【講座】骨粗しょう症予防教室 無料

骨密度測定や骨粗しょう症を予防するための講話、運動、食事について学びませんか。

日時 10月3日(木)午前10時～午後1時
場所 健康センター清水分室

内容 骨密度測定、血圧測定、医師・栄養士・健康運動指導士の講話、実技、予防食の試食など

対象 北区に住む20歳以上の方(骨粗しょう症の治療をしている方を除く)

持参物 タオル、筆記用具

定員 20人(先着順)
※動きやすい服装でお越しください。

申込 9月5日から電話で北区役所保健こども課へ
(北区役所保健こども課 ☎272-1128)

新しい自治会長さんです (7月3日までの届け出分) (敬称略)

- 高橋 一正 (北部東14)
- 中川 和也 (川上1)
- 田村 敬純 (西里13)
- 桑本 昭則 (西里5)
- 米原 好春 (川上18)
- 緒方 孝典 (菱形3)
- 橋田 祐一 (植木2)
- 森 里水 (植木3)
- 右田 健一郎 (北部東13)
- 坂田 隆教 (西里9)
- 西村 和彦 (西里22)
- 小佐井 雅之 (桜井6)
- 長記 洋一 (西里16)
- 椎葉 幸司 (田底12)
- 福原 明義 (桜井9)
- 福永 洋一 (武蔵1)
- 菅野 誠一 (西里17)
- 酒井 重信 (西里3)

(北区役所総務企画課 ☎272-1110)

“きた”くなるお知らせ

内容	対象	期日・時間	場所	申込
無料 行政書士による無料相談会(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	9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)	本市に住む方	9月26日(木) 午前10時～午後3時	北区役所2階第4会議室	9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。
無料 オンブズマンが区役所を巡回します(オンブズマン事務局)				
本市オンブズマンが、区役所で市民の皆さんとの面談を通じ苦情申立てを受け付けます	どなたでも(市外に住む方や外国人、団体なども可)	9月26日(木) 午後2時～4時	北区役所2階第3会議室	9月6日～19日午後5時までに電話でオンブズマン事務局(☎328-2916)へ ※先着3人。 ※内容により受け付けできない場合があります。
無料 はじめての離乳食教室(保健こども課)				
離乳食の進め方、赤ちゃんの歯についてなど	北区に住む令和6年4月～令和6年5月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者	9月27日(金) 午後1時半～3時	植木文化センター和室	9月6日から電話で北区役所保健こども課(☎272-1128)へ。定員:8組(先着順) ※親子(母子)健康手帳、バスタオル持参。
無料 もうすぐパパママセミナー(保健こども課)				
赤ちゃんのお世話体験、子育てに関するお話など	妊娠中の方とそのパートナー	10月19日(土) 午前10時～正午	武蔵ヶ丘こども園	9月11日～10月11日までに北区役所保健こども課(☎272-1128)へ

子育て・こころとからだの健康相談

お問い合わせ 中央区 ☎328-2419 南区 ☎357-4138
(各区保健こども課) 東区 ☎367-9134 北区 ☎272-1128
西区 ☎329-1147

育児相談

対象 乳幼児と保護者

申込方法 事前予約制 予約はこちら▶

区	日時	場所
中央区	9月30日(月) 午前9時～10時半	ウェルパルクまもと3階健康センター大江分室
東区	9月9日(月) 午後1時～3時	東区役所3階健康センター
西区	9月17日(火) 午後1時～3時	西区役所3階健康センター
南区	9月30日(月) 午後1時半～3時	南区役所3階保健こども課
北区	9月20日(金) 10月4日(金) 午後1時半～3時	北区役所3階中会議室

心の健康相談

対象 精神的な不安や悩みのある方またはその家族など

申込方法 申込期間内に電話で

区	日時	場所	定員	申込期間
中央区	9月30日(月) 午後2時～4時	中央区役所3階保健こども課	2組(先着順)	9月17日～26日
東区	10月11日(金) 午後1時半～3時半	東区役所3階保健こども課		9月20日～10月9日
西区	9月24日(火) 午前9時半～11時半	西区役所3階保健こども課相談室		9月5日～20日
南区	9月20日(金) 午後2時～4時	南区役所3階保健こども課相談室		9月5日～17日
北区	10月17日(木) 午前9時半～11時半	北区役所1階保健こども課		9月24日～10月16日

健康相談

日時 中央区 第2・4火曜日
東区 第1木曜日
西区 第1・3火曜日
南区 第1・2木曜日
北区 第1・3月曜日

時間は午後1時～3時、西区のみ午前10時～正午(全区事前予約制)

場所 区役所保健こども課

内容 生活習慣病や女性の健康に関する相談など

※電話相談も受け付け中です。(月～金曜日(祝日除く)、午前8時半～午後5時15分)

☑くまもとポイント付与対象 ☑日時 期期日、期間 ☑時間 場所 内容 演題 講師 出演 対象 定員 費用 持参物 申込 問い合わせ先

広告

屋根壁塗装・雨漏り・シロアリ等、建物に関する診断と見積もりのお知らせ

神水環太くん

建物を長く保持する上で、まずは建物の状況を知る事が重要です。瓦や壁のヒビやズレを放置する事で、雨漏りやシロアリ侵入等の原因となり、大掛かりな工事が必要になる事もあります。早期に対策する事で、工事も低コストでの対応が可能となり安心です。的確な診断・工事のご提案は、経験豊富な協会の職員にお任せください。

無料見積りを行っております。

※有効期限/9月末迄

お気軽にお立ち寄り下さい 駐車場完備

司法書士による建物無料相談 相続、名義変更、施工トラブル等 5名までとさせていただきます。

一般社団法人 熊本県建物環境改善協会

〒862-0954 熊本市中央区神水1-8-8 フォレストビル5F FAX.096-273-8351

お気軽にお問合せください

☎0120-22-3279

【受付】平日9:00～18:00(土・日・祝は休)

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の株式会社ウィット(☎072-668-3275)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。