北区役所

〒861-0195 北区植木町岩野238-1 ☎272-1111

体を知る日スペシャルin龍田

北区では、「健康的なまちづくり」を進めるために、「血管を守ろうプロジェクト」に取り組んでいます。その一環として自分の体の状況を知るため毎月北区役所で「体を知る日」を開催しています。10月は、開催場所や測定内容を増やし、「体を知る日スペシャル」として開催します。

当日、直接会場にお越しください。

※熊本健康アプリミッションポイント対象。

日時	場所	内容
10月23日(水) 正午～午後2時半 ※先着40人。 ※予約不要。	武蔵塚 武道場	★骨密度測定 ★簡易血糖検査 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)

第74回“社会を明るくする運動”北地区保護司会活動紹介

7月5日(金)、熊本保護観察所冨田所長、熊本北地区保護司会小柳会長はじめ9人の保護司の方が北区役所へ来庁され、吉住区長への“社会を明るくする運動”内閣総理大臣メッセージ並びに熊本県知事メッセージの伝達式が執り行われました。また、各まちづくりセンターと連携し、広報活動を行いました。

植木まちづくりセンター

清水まちづくりセンター

北部まちづくりセンター

龍田まちづくりセンター

(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　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	10月24日(木) 午前10時～午後3時	北区役所2階 第4会議室	10月7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　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	10月25日(金) 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　いきいき未来のつどい　題:「熊本地震から学ぶ～自然災害対策」他(保健こども課)				
講師による講演および健康ブース展示による体験・相談コーナー有り 講師:西 芳徳先生(熊本県医師会 防災・救急災害担当理事)他	どなたでも	10月26日(土) 午前9時半～午後1時	熊本保健科学大学 3号館講義室	当日直接会場へ　※申込不要。 詳しくは、北区役所保健こども課いきいき未来のつどい事務局(☎272-1128)へ
無料　「知っ得!! 老後のあれこれ」(福祉課)				
(第1部)認知症サポーター養成講座 (第2部)家族介護者のつどい	(第1部)どなたでも (第2部)家族介護者	11月13日(水) (第1部)午前9時半～11時 (第2部)午前11時～正午	北部まちづくりセンター内北部公民館大会議室	10月15日から電話でささえりあ北部(☎275-6355)へ 定員:40人(先着順)
無料　【参加者募集】体を知る日(保健こども課)				
体組成測定・血圧測定・健康相談	熊本市民	11月18日(月)正午～午後3時	北区役所1階ロビー	当日直接会場へ。北区役所保健こども課(☎272-1128)

子育て・こころとからだの健康相談

お問い合わせ(各区保健こども課)
中央区 ☎328-2419　南　区 ☎357-4138
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➡

	日　時	場　所
中央区	10月28日(月) 午前9時～10時半	ウェルパルくまもと3階健康センター大江分室
東　区	10月28日(月) 11月11日(月) 午後1時～3時	東区役所3階 健康センター
西　区	10月15日(火) 午後1時～3時	西区役所3階 健康センター
南　区	10月28日(月) 午後1時半～3時	南区役所3階 保健こども課
北　区	10月18日(金) 11月1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

	日　時	場　所	定　員	申込期間
中央区	10月28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)	10月15日～24日まで
東　区	11月8日(金) 午後1時半～3時半	東区役所3階 保健こども課		10月21日～11月6日
西　区	10月22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		10月7日～18日
南　区	10月11日(金) 午後2時～4時	南区役所3階 保健こども課相談室		10月1日～7日
北　区	11月21日(木) 午前9時半～11時半	北区役所1階 保健こども課		10月21日～11月20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)

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

広告

好評受付中 とくとく 宿泊プラン 〈各プラン共通〉●内容/1泊2食付 ●食事/朝1回、夕1回 ●土・休日前/1,000円増し ※価格は税込み〈要予約〉※ご夕食内容が一部変更になる場合もございます。ご了承下さい。

伊勢海老祭り
大人お一人様 18,500円
<平日/2名様以上1室>
ご夕食
伊勢海老活き造り・伊勢海老バター焼き・刺身の盛り合わせ・天ぷら盛合せ・茶碗蒸し・伊勢海老味噌汁・ご飯 他
[期間] 伊勢海老の水揚げ状況に応じてプラン期間終了となります。詳しくはお問い合わせください。

冬の鯛しゃぶ祭り
大人お一人様 11,500円
<平日/2名様以上1室>
ご夕食
鯛しゃぶ・ブリのカマ焼きor車海老塩焼き・ヒオウギ貝(蒸し)・酢の物・デザート(フルーツ) 他
[期間] 2024/11/1～2025/3/31迄

天草市総合交流施設 愛夢里(あむり) 天然温泉 大きな温泉・きれいな温泉
天草の公共温泉の中で、大浴場の広さ最大級！
☎0969-76-1526
天草市河浦町河浦4747-1 https://amuri-onsen.jp
営業時間 10:00～21:00 温泉/12:00～21:00　休館日 10月7・15・21・28日

羊角湾に浮かぶ小さな島「神島」の隣に作られた河浦海上コテージ。5棟のコテージのほか釣り場もあり、ゆっくりと時間を過ごすことができます。

料　金　※(　)は小中学生料金　※価格は税込み
●宿泊[一泊一室] 1名 8,500円(8,000円)/人
チェックイン PM16:00 チェックアウト AM9:00　2名 8,000円(7,500円)/人　3名以上 6,500円(6,000円)/人
設　備
シャワー、バス、トイレ、エアコン、食器、寝具、湯沸かしポット、炊飯器完備　※バーベキュー道具貸出(炭付き)は2,000円(要予約)

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。