

博多区情報BOX

「保健だより」は、15日号に1か月分の予定をまとめて掲載しています

6 2009 June

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7 2009 July

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

マークの説明 期=日時、開催日、期間 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 問=問合せ ☎=電話 F=ファクス 申=申込み 託=託児

参加募集

博多すくすくネット 『子育て応援セミナー』

子育て中の親の視点で聞いてみたいと思う内容の講座を3回シリーズで開催。1回目は、福岡少年サポートセンターの西村仁美氏を講師に招き、「子どもの自立に向けた子育てとは」をテーマに学びます。



期 7月7日(火)午前10時半～正午 所 博多市民センター(山王一丁目13-10) 対 区内に住む就学前の子どもがいる保護者 定 35組 料 無料 問 区地域保健福祉課 ☎419-1100 F 441-0057 申 30日(火)までに電話で同課へ。先着順 託 先着20人。無料。

アビスパと親子deスポーツ! ~サッカーボールで遊ぼう~

アビスパ福岡の選手やコーチと触れ合うスポーツ交流会に親子で参加しませんか。



期 8月1日(土)午後3時～5時半 所 レベルファイブスタジアム(東平尾公園二丁目1-1) 対 区内に住む小学生とその保護者 定 200人 料 無料 問 区地域振興課(〒812-8512住所不要) ☎419-1043 F 434-0053 申 はがきに代表者の住所、氏名、電話番号と参加者全員の氏名、年齢、「博多区アビスパと親子deスポーツ参加希望」と書いて、7月9日(木)(必着)までに同課へ。はがき1枚に5人まで。応募多数のときは抽選。

「通風・換気・掃除」でシックハウスを予防しよう!

シックハウス症候群は、建材などから出る化学物質や、ダニ・カビによる室内汚染が原因と考えられており、「目がチカチカする」「のどや頭が痛い」「鼻がグズグズする」など症状はさまざま。

特に、高温多湿になる夏場に発生しやすく、新築やリフォーム、庭の害虫駆除や床下のシロアリの駆除・防除を行ったときには注意が必要です。子どもは影響を受けやすいので注意してください。

■シックハウス予防対策のポイント■

- ・窓は2か所以上開け、空気の入口と出口を作る。
 - ・掃除は、小まめに隅々まで行う。
 - ・布団・じゅうたんなどは、日干しする。
 - ・押し入れは、除湿剤やすのこで除湿する。
- ※シックハウス症候群に関するパンフレットや相談・問い合わせは、区衛生課 ☎419-1125 F 434-0007まで。



『通りの愛称』意見募集



陸の玄関口である博多駅から祇園町西交差点までの区間(右図参照)は、「駅前通り」や「はかた駅前通り」などの愛称で呼ばれていますが、市制施行120周年を記念して、通りの愛称を一本化するために、皆さんの意見を募集します。

問 区総務企画課「通りの愛称意見募集」係(〒812-8512住所不要) ☎419-1010 F 412-7412

※はがき、ファクスまたはEメール(so

mu.iken.HAWO@city.fukuoka.lg.jp)に、通り名としてふさわしいと思う愛称と意見を書いて、7月10日(金)(必着)までに同課へ。



Q. 国民健康保険料はどうやって計算するの?

A. 国民健康保険加入者それぞれの前年中の総所得金額(基礎控除後)に、保険料率を掛けた額(所得割)を算出。その額に均等割と世帯割の額を足した総額が、年間の国民健康保険料になります。

※詳しくは本紙6面をご覧ください。

- 今月中旬に、平成21年度分の保険料を通知します。
- 保険料は医療費の大切な財源です。納期限内に納めましょう。
- 保険料の納付は、簡単に便利な口座振替をご利用ください。

問 区保険年金課 ☎419-1118 F 441-0075

保健だより

【問合せ・申込み先】 ①健康づくり係 ☎419-1091 ②精神保健福祉係 ☎419-1092 F 441-0057(共通) ③地域保健福祉課 ☎419-1100 ④医薬務係 ☎419-1090
※場所の記載がないものは区保健福祉センターで実施。費用の記載がないものは無料。
※子宮がん・乳がん検診は2年度に1回受診可。

内容	6月	7月	受=受付時間 実=実施時間	予約	対象・料金・その他	問 申
特定健診(メタボ健診)		7	受9:00~10:30	要	問 国民健康保険被保険者証の「特定健診受診対象者の氏名」欄に氏名が記載されている人 料 500円	
がん検診		7	受9:00~11:00	要	【胃がん】問 35歳以上 料 600円 【大腸がん】問 40歳以上 料 500円 【子宮がん】問 20歳以上 料 400円 【乳がん】問 40歳以上 料 40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
結核健診		7 14	受9:00~11:00	—	問 18歳以上	
校区がん検診 校区結核健診	所 席田公民館	22	受9:00~11:00	—	【胃がん】問 35歳以上 料 600円 ※吉塚は1日のみ 【子宮がん】問 20歳以上 料 400円 ※吉塚は3日のみ 【結核】問 18歳以上 ※吉塚は1日のみ	①
	所 吉塚会館	1 3				
	所 板付北会館	9				
	所 弥生会館	16				
エイズとクラミジア抗体検査	24 25	8 9 16	受16:00~18:00 受9:00~11:00	—	※匿名で検査可	
風しん抗体検査		16	受9:00~11:00	—	問 妊婦を除く成人女性のみ 料 720円	
ヘルスアップスクール(2日コース)		14	受9:00~9:20	要	問 18~39歳 料 2,700円 託 あり。2日目は7月24日(金)	
健康づくり運動教室		26	実13:30~15:00	—	— 講話と実技「メタボ予防のための運動」	
マタニティスクール		6 13	受13:00~13:30	—	— ※母子健康手帳持参	
離乳食教室	所 さざんびあ博多	17	実13:30~15:00	—	— ※子どもと一緒に参加できます	
栄養相談	24 3	8	実10:00~15:30	要	※12:00~13:30は休み。3日は10:00~12:00まで。	
心の健康相談	16	8	実9:30~11:00 実13:30~15:30	要	※精神科医師による相談。前日までに電話予約	②
産後のお母さんの心の相談	26		実13:30~15:00	要	※専門医による相談。前日までに電話予約	②
アルコール問題を抱える家族のつどい	23		実14:00~15:30	要	※初めての人のみ事前予約	②
65歳からの転倒予防教室(夏コース)	所 那珂会館	15	実10:00~12:00	要	問 65歳以上で運動ができる人 ※2回目以降は7/22(水)、8/26(水)、9/30(水)、10/28(水)。会場と実施時間はすべて同じ	③
母子巡回健康相談				予約不要。母子健康手帳持参で。▷7月1日(水)=那珂公民館▷7月2日(木)=席田公民館▷7月7日(火)=堅粕公民館▷7月8日(水)=東吉塚会館▷7月9日(木)=三筑公民館 問 いずれも13:30~14:00		
校区献血				予約不要。期 25日(木) 所 御供所公民館 受 10:00~12:00、13:00~15:00		④

熱中症にご注意を!

●熱中症とは...

- ✓直射日光の下や高温多湿の室内での労働・運動などが原因で、体温の調整機能に異常をきたして起こる病気です。
- ✓体温上昇や脱水、けいれん、虚脱などの諸症状が現れ、生命の危険を伴うこともあります。

●熱中症を予防するには...

- ✓イオン飲料などの水分や塩分補給、帽子などによる日よけが効果的です。
- ✓外出先では、時々涼しい所で休みましょう。特に、車内は短時間で高温になるので、十分な注意が必要です。

●熱中症かな?と思ったら...

- ✓元気がなかったり、顔や体が赤く、熱い時は要注意です。
 - ✓この状態でぐったりとしているときは、小まめに様子を観察し、早めに受診してください。
- ※ちょっとした心掛けで「熱中症」を予防し、快適な夏を過ごしましょう。



問 区地域保健福祉課 ☎419-1100 F 441-0057