

# 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

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	

8 2009 August

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

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

### 施設見学会

#### 暮らしを支える海と港の探検隊

博多湾クルーズと海水淡水化センター「まみずピア」の見学で「港やアイランドシティの役割」と「水の大切さ」を楽しく学びます。

主な内容	
午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>博多ポートタワー・博多港ベイサイドミュージアム見学</li> <li>博多湾一周クルーズ=写真</li> </ul>
午後	<ul style="list-style-type: none"> <li>体験学習施設「ぐりんぐりん」(アイランドシティ中央公園内)、海水淡水化センター「まみずピア」見学</li> </ul>

期8月20日(木)午前9時半～午後3時50分(午前9時から受け付け)所区役所正面玄関前(集合・解散)対小・中学生とその保護者定50人料無料(ただし、昼食・飲み物は各自持参)問区総務企画課(〒812-8512住所不要)☎419-1011F412-7412申往復はがきかメール(umitominato@city.fukuoka.lg.jp)に、「海と港の探検隊参加希望」、代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、参加者全員の氏名、年齢(学年)を書いて、31日(金)(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。

### アビスパ福岡を応援しよう

「アビスパ福岡」対「栃木SC」戦の観戦(SA席)に子どもと保護者を無料で招待します。

期8月23日(日)午後7時キックオフ所レベルファイブスタジアム(東平尾公園二丁目1-1)対区内に住むか、勤務または通学する人定500人料無料問区地域振興課(〒812-8512住所不要)☎419-1043F434-0053申往復はがきに代表者の住所(在勤、在学の人は勤務地、学校名も記入)、氏名、電話番号と参加者全員の氏名、年齢(学年)、「対栃木SC戦アビスパ応援参加希望」と書いて、8月5日(水)(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。

### 親子食育教室

博多の郷土料理の調理や、手洗い実習、ジュースの糖度測定などを通して、正しい食生活や食中毒予防について学びます。

期8月7日(金)、20日(木)。いずれも午前10時～午後3時半。

内容(両日とも同じ)	
午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>博多の郷土料理と食中毒の話</li> <li>手洗い実習</li> <li>調理実習と試食</li> </ul>
午後	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病と食品添加物の話</li> <li>ジュースの糖度測定</li> </ul>

### 田中雅美 水泳教室in博多市民プール

元オリンピック水泳日本代表の田中雅美さんが指導する教室です。

期8月22日(土)午後1時～3時半所同プール(〒812-



0892東那珂一丁目9-15)☎473-8855F473-8856対市内に住み、25歳以上泳げる小学4年生から中学生定30人料2千円申往復はがきに、教室名、参加者の住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号を書いて、25日(土)(必着)までに同プールへ。応募多数のときは抽選。

所区保健福祉センター対市内に住む小学生とその保護者料無料定各回12組問区衛生課(〒812-8514博多駅前二丁目19-24)☎419-1125F434-0007申はがきかファクス、メール(eisei.HAWO@city.fukuoka.lg.jp)に、「親子食育教室」、参加希望日、参加者全員の氏名(ふりがな)、子どもは学校名と学年も、住所、電話番号、ファクス番号、託児希望の有無、託児希望人数と氏名(ふりがな)、年齢、性別を記入し、27日(月)(必着)までに同課へ。応募多数の場合は抽選。



### 博多図書館 七夕のおはなし会

「七夕」や「夏」にちなんだ絵本の読み聞かせやお話、紙芝居など。

期25日(土)午後2時半～3時半所博多市民センター音楽室(山王一丁目13-10)対幼児や小学生とその保護者定40人程度料無料問博多図書館(同センター内)☎472-5996F472-5999申直接会場へ。先着順。

## お知らせ

### ホームページ「博多情緒めぐり」開設

博多部の名所や旧跡を紹介するホームページ(<http://hakata-meguri.city.fukuoka.lg.jp/>)が新しくなりました。街歩きに便利なイラストマップやイベント情報などを掲載。博多部の魅力が満載です。

問区地域振興課☎419-1012

### 後期高齢者医療制度 保険料の軽減措置

後期高齢者医療制度に加入する前日まで、職場の保険の扶養となっていた人は、保険料の軽減措置が適用されます。該当する人で、7月中旬に送付する「決定通知書」1枚目の右下の欄に、適用について記載がない場合は問い合わせを。問県後期高齢者医療広域連合☎651-3111、または区保険年金課☎419-1118

## 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 F441-0057(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(保健所)で実施。費用の記載のないものは無料。  
※乳がん・子宮がん検診は2年度に1回受診可。

内容	7月	8月	受=受付時間 実=実施時間	予約	対象・料金・その他	問
特定健診(メタボ健診)	28	11	受9:00~10:30	要	対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	胃がん	11	受9:00~11:00	要	対35歳以上料600円	
	大腸がん	28			対40歳以上料500円	
	乳がん	28			対40歳以上料40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
	子宮がん	11			対20歳以上料400円	
結核健診	28	11	受9:00~11:00	要	対18歳以上	
校区がん検診 校区結核健診	22		受9:00~11:00	要	【子宮がん】対20歳以上料400円	
	23				【胃がん】対35歳以上料600円 【結核】対18歳以上	
骨粗しょう症検査	28		受9:00~11:00	要	対40歳以上料500円	
エイズとクラミジア抗体検査	23	30	受9:00~11:00	-	匿名で検査可	
	22	12				受16:00~18:00
風しん抗体検査		20	受9:00~11:00	-	対妊婦を除く成人女性のみ料720円	
マタニティスクール	27		受13:00~13:30	-	母子健康手帳を持参で。	
健康づくり運動教室	24		実13:30~15:00	-	講話と実技「骨粗しょう症予防の運動」	
栄養相談	22	12	実10:00~15:30	要	12:00~13:30は休み	
	27	17				実13:30~15:30
アルコール問題を抱える家族のつらい	28		実14:00~15:30	要	初めての人のみ要予約	
心の健康相談	21	18	実9:30~11:30	要	精神科医師による相談。予約は前日まで	
		12				実13:30~15:30
夏こそ!ウエストシェイプアップ教室	要予約。▷27日(月)=栄養編「メタボってなに?予防の秘訣」▷8月3日(月)=運動編「メタボ予防のための運動(実技)」実いずれも13:30~15:30定30人託あり					
母子巡回健康相談	予約不要。母子健康手帳を持参で。▷8月3日(月)=住吉公民館▷8月4日(火)=冷泉公民館▷8月5日(水)=東月隈会館▷8月6日(木)=千代公民館▷8月7日(金)=板付公民館▷8月11日(火)=那珂南会館実いずれも13:30~14:00					
校区献血	予約不要。期8月5日(水)所美野島公民館受9:30~12:30、13:30~15:30					

### 夏祭りでの食中毒に気を付けましょう!

夏は、地域の祭りなどで食品を調理、提供する機会が多い季節です。楽しい催しにするため、下記の食中毒防止のチェックポイントを確認しましょう。

#### ●●チェックポイント●●

- 保健福祉センター(保健所)衛生課に事前に届け出をし、調理方法などの注意点を確認する。
- 提供する食品は、直前に加熱するものを選ぶ。
- 体調が悪い人、手や指に傷がある人は調理を避ける。
- 手洗いを小まめに行い、食材を衛生的に扱う。
- クーラーボックスを利用するなど、食材の温度管理を行う。
- 食材は中心部までしっかり加熱する。
- 出来上がった食品は、持ち帰らずにその場で食べるよう呼び掛ける。

問区衛生課☎419-1126F434-0007