



中央区

人口 175,184人
男 77,985人 女 97,199人

世帯数 102,978世帯
(平成21年8月1日現在推計)

中央区役所

〒810-8622 中央区大名二丁目5-31
区役所電話番号案内
TEL 714-2131
区ホームページ
http://www.city.fukuoka.lg.jp/chuo/

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

健康に役立つ催しいっぱい

10月1日(木)は区健康フェア

あいれふ

秋の恒例イベント「中央区健康フェア」が、今年も10月1日(木)午前10時～午後3時にあいれふ(舞鶴二丁目5-1)で開催されます。当日は健康づくりに役立つ催しが盛りだくさん。入場無料です。気軽にお越しください。フェアの内容は次のとおりです。

★講演会 「ニコニコペ

ースの運動で健康的な消費生活を!!」と題して、福岡



専門家が体の不安に答える健康相談コーナー(昨年)

★健康相談コーナー

「歯科相談」「くすりの相談」「血圧測定・健康相談」「肺年齢チェック(禁煙相談)」などの相談会を行います。午前10時～午後2時。申込み不要。

★健康弁当の販売

食生活改善推進員が調理した、カルシウムたっぷりの弁当

を販売します。食券(300円)を午前10時から販売。先着200食。食事時間は午前11時半～午後1時半。★作品販売 作業所等がクッキーなどを販売します。午前10時～午後2時。【申込み・問合せ先】区健康課(☎761・7340⑦34・1690)

区健康フェアを主催する区健康づくり推進実行委員会の袴田政夫会長(84)にお話を伺いました。



袴田政夫会長

10月の「市健康づくり月間」に合わせ実施している区健康フェアには、毎年たくさんの人にお越しいただいています。来場者にとっては、自分自身や家族の健康を見直す良い機会になっているようです。

健康を見直す良い機会です

今年が目玉は田中宏暁教授による、ウォーキングなど運動を通じた健康づくりの講演会です。いつでも自分のペースで

きるウォーキング。区でも「ちょこっとウォーキング」を進めています。講演を聴けば運動の効果的な方法やポイントを一層理解できるでしょう。ほかに各種団体の協力を得て開設する健康相談コーナーでは、体に關する不安を専門家に気軽に相談することが出来ます。友達や家族と一緒にぜひともご来場ください。

アジアのおはなし会

アジアの国々の昔話を語ります。開9月5日(土)午後2時半～3時半 所中央市民センター2階音楽室(赤坂二丁目5-8) 料無料 申不要 問中央図書館 ☎751-9534

転倒予防教室

開9月30日(水)、10月7日(水)、21日(水)、11月18日(水)、12月16日(水)の全5回。午後2時～4時 所ふくふくプラザ5階(荒戸三丁目3-39) 対区内に住む65歳以上(身体状況により参加できない場合があります。) 定先着20人 料無料 申電話かファクスで区地域保健福祉課(☎718-1111 F771-4955)へ。

メタボリックシンドローム予防セミナー

開10月6日(火)、11月10日(火)、12月8日(火)の全3回。午前9時半～正午 所あいれふ6階(舞鶴二丁目5-1) 対区内に住むメタボリックシンドロームに関心のある人 定先着20人 料無料 申電話かファクスで区地域保健福祉課(☎718-1111 F771-4955)へ。

在宅介護者の集い

日ごろの介護疲れを癒やしませんか。開10月7日(水)午前9時半～午後3時45分 所バスでレイクサイドホテル久山(糟屋郡久山町)へ。集合および解散場所は中央区役所前 対区内に住む在宅介護者 定15人 料2,000円 申はがき、電話、ファクス、メールのいずれかで住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、要介護者の続柄と要介護度を9月24日(木)(必着)までに区社会福祉協議会「在宅介護者の集い係」(〒810-8622住所不要 ☎737-6280 F737-6285 メール chuou_ku@fukuoka-vc.or.jp)へ。応募多数のときは抽選します。

みんなの掲示板 唐人町の歴史探訪

郷土史のぼせもん倶楽部の語り部が八兵衛地蔵などの史跡を案内。探訪の途中、大圓寺(だいえんじ)の五重塔で「津軽三味線のミニコンサート」を聴くこともできます。開所9月26日(土)午前9時半に唐人町商店街東出入口集合。2時間半程度(雨天中止) 定先着40人 料無料 申9月1日(火)から受け付け開始。電話で当仁公民館(☎751-6824)へ。

しっかり手洗いして食中毒を予防

クッキー作りで食品衛生学が

「手洗いは食中毒予防の基本です。指の間や指先、手の甲、手首まで洗い残しがないようにしましょう。」区衛生課職員が実践してみせる手洗いに、参加者は真剣な視線を送ります。

正しい手洗い方法を学んだ参加者は、順序を確認しながら入念に洗った手で調理開始。ソラリア西鉄ホテル総料理長の指導の下、ココア味など3種類のクッキーを焼き上げました。



きれいになった手でクッキー作りを開始

参加した石川幸さん(40)と小学2年生の涼太くん親子は「新型インフルエンザの流行もあり日ごろから手洗いは心掛けていました。今日は手洗いのポイントを学べたので、これから家族みんなで実践していきたい。」と、出来たてのクッキーを手に話していました。

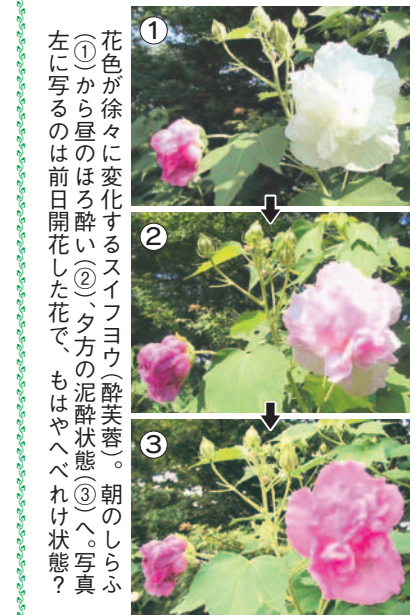
食中毒は夏場だけでなく一年中発生しています。また家庭でも数多く起きていますので、普段から手洗いを徹底しましょう。問合せは区衛生課(☎761・7356⑦34・1690)へ。

参加しませんか

警察への相談は「#9110番」へ
警察では、暮らしの安全に関する困り事や警察への要望、意見などに応じる相談専用電話を開設しています。
☎#9110(ダイヤル回線は☎641-9110)へおかけください。
110番は、緊急時のみの利用をお願いします。問中央警察署総務第2課☎734-0110(代表)



まだまだ暑い日が続きませんが、植物園内では徐々に夏から秋へと衣替えが始まりました。
秋の花といえば「秋の七草」が連想されます。ハギ、ススキ、クズ、ナデシコ、オミナエシ、フジバカマ、キキョウの7種類ですが、その起源は「万葉集」で山上憶良が詠んだ、2首から成る「七草の歌」に由来します。
●秋の野に 咲きたる花を 指折り かき数ふれば 七種の花
●秋の花 尾花 葛花 子の花 女郎花 また 藤袴 朝顔の花
最後の「朝顔」は、当時日本にはまだ渡来していなかったたので、キキョウのことだといわれています。秋の七草は、ロックガーデンを中心に展示しています。
このほかスイフヨウ、ヒガンバナ、ダンギク、ヤブランなど秋の花々が咲き始めます。(植物園植物展示係長 高宗健二)



1 花色が徐々に変化するスイフヨウ(酔芙蓉)。朝のしらふ(①)から昼のほろ酔い(②)、夕方の泥酔状態(③)へ。写真左に写るのは前日開花した花で、もはやへべれけ状態?

区健康課の電話番号が一部変わりました

区健康課健康づくり係と栄養指導専任の電話番号が☎761-7340に変わりました。旧番号の☎761-7328は「中央区新型インフルエンザ電話相談窓口」専用番号です。