



# 城南区

人口 **128,920人**(前月比72人増)  
 男 62,758人 女 66,162人

世帯数 **62,508世帯**(前月比15世帯増)  
 (平成22年1月1日現在推計)

城南区役所  
 区役所電話番号案内  
**TEL 822-2131**  
 〒814-0192 城南区鳥飼六丁目1-1

※1日号は、「お知らせ」「参加者募集」「健康づくりだより」を掲載します。  
 15日号は、「地域の記事」「健康づくりだより」「ニコりんが行く」「連載コーナー」を掲載します。

期=日時、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 HP=ホームページ 電=メール F=ファクス

## 参加者募集

### 城南市民プールのイベント

#### 小学生水泳教室

期3月7日(日)、14日(日)、21日(日)、27日(土)、28日(日)の午前10時～正午、全5回対クロールで泳げない小学生定30人料3,500円申25日(木)必着で、往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、同プール「小学生水泳教室」係(☎863-7098F863-7198)へ。申込み多数のときは抽選。水着、スイミングキャップ、ゴーグルを持参。

#### 水中ウォーキング基礎教室

水中ウォーキングの基礎技術を学び、運動の楽しさを体験する教室です。期3月7日(日)、14日(日)いずれも午後2時～4時対40歳以上定各回20人料各回600円申26日(金)必着で、往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望日を書いて、同プール「水中ウォーキング基礎教室」係(☎863-7098F863-7198)へ。申込み多数のときは抽選。水着、スイミングキャップ、ゴーグルを持参。

#### 健康度チェック

プール利用者を対象に、専用の機械を使って体脂肪などの項目を測定し、専門家による健康チェックを行います。期21日(日)午前10時～午後5時対18歳以上定先着50人料300円申不要

【開館時間】午前9時～午後9時【休館日】火曜および第3水曜(祝日の場合はその翌日)、12月28日～1月4日※夏休み期間は無休

【使用料】(2時間)	一般	高校生	小中学生
5月～10月	320円	160円	110円
11月～4月	390円	210円	160円

65歳～69歳の方は半額、70歳以上、障がい者、幼児は無料です。

#### 【交通アクセス】

西鉄バス「片江一丁目」バス停から徒歩1分

所 城南市民プール(片江一丁目5-1 ☎863-7098F863-7198)



## 生活習慣病予防講演会

2月は生活習慣病予防月間です。健康的な生活を送るためにも生活習慣病の正しい知識や予防などについての話を聞いてみませんか。講師は酒井内科循環器科の酒井喜久雄院長です。期25日(木)午後2時～3時半所保健所2階定80人料無料申問電話で区健康課健康づくり係(☎831-4261)へ。



## 脱メタボ！おなかすっきりスリム教室

メタボリックシンドロームの予防・改善のために食事や運動について学びませんか。期17日(水)、3月3日(水)の午前9時半～正午、全2回所保健所1階講堂対メタボリックシンドロームに関心があり、両日参加可能な人定先着40人料無料申問10日(水)までに、電話で区地域保健福祉課(☎833-4113F822-2133)へ。



## 男女共同参画を楽しく理解する研修会

男女共同参画の分野で活動する、オフィスピュア代表のたもつゆかりさんを講師に迎え「認め合い 支え合う 人と人が確かに豊かにつながる力を地域の力に」をテーマに研修会を行います。期27日(土)午後2時～4時所城南市民センター視聴覚室定90人料無料申不要問区地域振興課(☎833-4053)

## 九州交響楽団「春風のしらべ」～子ども芸術劇場～

九州交響楽団員による弦楽四重奏の演奏会です。期28日(日)午後2時開演(午後1時半開場)所城南市民センターホール対幼児、小中学生とその保護者定500人料無料申先着順(当日午後1時から、同センター2階ホール前で鑑賞券を配付)。問同センター(☎862-2141F862-2801)



## お知らせ

### 市県民税の申告は10日から

市県民税の申告は、10日(水)から3月15日(月)まで区役所2階の市民税課で受け付けます(土・日・祝日は休み)。申告用紙は2月上旬までに郵送します。必要な書類は早めに準備を。期限間近になると大変込み合いますので、できるだけ申告書に記載の指定日時にお越しください。

【申告が必要な人】平成22年1月1日現在市内に住所があり、21年中に所得があった人(勤務先から給与支払報告書が市に提出された人で、給与以外に所得がない人と所得税の確定申告をする人を除く)

【申告に必要なもの】①印鑑②平成21年中の所得が分かる資料(給与・年金の源泉徴収票、給与支払証明書、給与支給明細書、営業等の売上や必要経費が分かる帳簿など)③各種控除に必要な書類(下記のとおり)

各種控除	必要書類
配偶者特別控除	配偶者の所得が分かる資料
勤労学生控除	在学証明または学生証
雑損控除	災害・盗難証明書、領収書、保険金明細書など
医療費控除	領収書、保険等からの補てん額が分かる資料
社会保険料控除	国民年金保険、国民健康保険・介護保険等の社会保険料の控除証明書または領収書
生命保険控除	生命保険・個人年金保険料の控除証明書
※地震保険料控除	地震保険料の控除証明書、平成18年末までに契約した長期傷害保険料の控除証明書

※損害保険料控除は、平成20年度から地震保険料控除に改組されました。問区市民税課(☎833-4032F841-2145)

### 所得税の確定申告は福岡タワーで

所得税の確定申告は、3月15日(月)まで福岡タワーホールで実施中です(午前9時～午後4時。2月21日(日)、28日(日)を除いて土、日、祝日は休み)。問西福岡税務署(☎843-6211)

## 健康づくりだより

申込み・問合せ先 ①健康課健康づくり係 ☎831-4261 } F822-5844  
 ②健康課精神保健福祉係 ☎831-4209 }

※場所を書いていないものは保健所庁舎で実施。来所には公共交通機関のご利用を。



種類	2月	3月	受=受付時間 実=実施時間	予約	対象者・料金等	問申
特定健康診査(特定健診)	4:25	4	受午前9時～10時半	要	市国民健康保険加入者で年度内に40～75歳未満(年度内に40歳になる人を含む)料500円 要健康保険証	
胃がん検診	25		受午前9時～10時半	要	バリウムを飲んでX線撮影 対35歳以上 1年度に1回受診可 料600円	
子宮けい部がん検診	25		受午前9時～10時半	要	子宮けい部粘膜の細胞診 対20歳以上 2年度に1回受診可 料400円	
乳がん検診	4:25	4	受午前9時～10時半	要	マンモグラフィー併用検診 対40歳以上 2年度に1回受診可 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
大腸がん検診	4:25	4	受午前9時～10時半	要	2日間採便による便潜血検査 対40歳以上 1年度に1回受診可 料500円	
骨粗しょう症検査	25	4	受午前9時～10時半	要	手首の骨量(骨密度)測定 対40歳以上 1年度に1回受診可 料500円	
肺がん・結核検診(40歳以上)	4:25	4	受午前9時～10時半	要	胸部X線撮影 対40歳以上 1年度に1回受診可 料無料	
結核健診(18歳以上)	4:18:25	4	受午前9時～10時半	-	胸部X線撮影 対18歳以上 1年度に1回受診可 料無料	
エイズ・クラミジア抗体検査	3:10:17:24	3	受午前9時～11時	-	血液検査 匿名 料無料 ※エイズ抗体検査は心配な出来事から3か月たって受けてください	①
B・C型肝炎ウイルス検査	17		受午前9時～11時	-	血液検査 対20歳以上(過去に検査を受けたことがない人) 料無料	
風しん抗体検査	17		受午前9時～11時	-	血液検査 対妊婦を除く成人女性 料720円	
個別栄養相談	※9:18:25	4	実午後1時半～4時半	要	管理栄養士による相談 料無料 ※2月9日は午前9時半～11時半	
離乳食教室	15		実午後1時半～3時	-	離乳食の講話や試食。乳児も同伴可 料無料	
マタニティスクール	1:8:15:22		実午後1時半～3時半	-	母子健康手帳要。2月1日は運動できる服装で 対妊婦 料無料	
七隈校区検診 所七隈公民館	10		受午前9時半～11時	-	結核健診:対18歳以上 料無料 胃がん検診:対35歳以上 料600円※前日夜9時以降絶飲食 子宮けい部がん検診:対20歳以上 料400円※2年度に1回 生活保護・非課税世帯等の減免については問合せを	
心の健康相談	3:※18	3	実午前9時半～11時半	要	専門の医師による相談 料無料 ※2月18日は午後1時半～3時半	
精神保健福祉家族講座	9		実午後1時半～3時半	要	対精神障がい者の家族など 料無料	②



## メタボと決別！ 特定健診

特定健診はもう受けましたか。年度末は混み合いますので、早めの受診をお勧めします。 問区保険年金課(☎833-4122)

