



さわら

人口 **211,308人**
男 100,284人 女 111,024人

世帯数 **89,746世帯**
(平成19年10月1日現在推計)

早良区役所電話番号案内
TEL 841-2131
〒814-8501 早良区百道二丁目1-1
<http://www.city.fukuoka.jp/sawara/>
入部出張所
TEL 804-2011
〒811-1102 早良区東入部二丁目14-8

毎月1日号は参加募集やお知らせ記事を中心に、15日号は取材記事を中心に掲載しています。

期=日時 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 持=持参 託=託児 問=問合せ ☎=電話番号 F=ファクス 申=申込み 開=開館時間 休=休館日

参加募集

室見川水系一斉清掃

室見川・金屑川・油山川など室見川水系の一斉清掃を行います。みんなで美しい環境を守りましょう。期11月25日(日)午前9時から(雨天の場合は中止)所室見駅南駐輪場横の室見川緑地に集合 持軍手 問区生活環境課(☎833-4340)へ。

早良区めじゃーリーグに挑戦!

ウエストが気になる人、体重を減らしたい人が自分で目標を立てて、専門家のアドバイスを受けながら6か月間自主的に取り組むメタボリックシンドローム予防のためのプログラム。入団するとオリジナルメジャーを進呈。目標達成した人の中からMVPを表彰します。詳細は問合せまたはホームページをご覧ください。期11月21日(水)午後1時から開幕式を行います 対区内に住む20歳以上の人 料無料 問区健康課(☎851-6012 F822-5733) 申電話かファクス、メールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、開幕式の参加の有無、参加部門(個人かペアか)を書いて11月1日(木)から11月30日(金)(必着)までに同課「早良区めじゃーリーグに挑戦」係(メールkenko.SWO@city.fukuoka.jp)へ。

早良体育館

〒811-1103 四箇六丁目17-6
☎812-0301 F812-6458

自宅でもできる簡単なエクササイズをトレーニング室で紹介。バランスボールやダンベルなどの道具を使った30分程度のレッスンです。期毎週月曜日(第3月曜日を除く)午後2時～、毎週木曜日午後2時半～ 申トレーニング室個人利用料(詳しくは問合せを)。

早良区スポーツフェスタ「ファミリーレクリエーション&ウォーキング」

子どもから高齢者まで一緒にスポーツを楽しむイベントを開きます。期11月23日(祝)午前10時～午後2時半(受け付けは午前9時半から)所四箇田小学校(本部受け付け)、四箇中央公園、早良体育館 定600人 料50円 問区地域振興課(☎833-4412 F831-2355) 申往復はがきか、ファクス、メールに参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて11月15日(木)(必着)までに同課(〒814-0006 百道二丁目2-1 メールt-shinko.SWO@city.fukuoka.jp)へ。レクリエーションは申込み不要。ウォーキング大会に参加希望の人は「ウォーキング大会4*希望」または「8*希望」と明記を。定先着300人。ふれあいサッカー体験に参加希望の人は「ふれあいサッカー体験希望」と明記を。定先着100人。(小学生限定)

イベント	会場	内容
レクリエーション	四箇田小学校 早良体育館 四箇中央公園	太極拳・グラウンドゴルフなど全16種目
ウォーキング大会(参加賞・賞品あり)	室見川沿いのコース	4*コースと8*コースの2種類
アビスパ福岡・ふれあいサッカー体験	四箇田小学校	アビスパ福岡のコートによるサッカーゲームなど

※雨天の場合は、レクリエーションは内容を一部変更して屋内で実施。「ふれあいサッカー体験」は中止、「ウォーキング大会」は屋内でのウォーキング教室(当日先着40人)に変更します。

在宅介護者のつどい バスハイク

よりよい介護を続けるために、日帰り旅行でリフレッシュしませんか。期11月28日(水)午前10時～午後4時 所喜八荘(糸島郡二丈町、集合解散は区役所前) 対区内に住み、自宅で家族(要支援

区内には20以上のウォーキンググループがあり、さまざまな場所で定期的にウォーキングを楽しんでいます。同会代表の中村隆俊さん(73)



室見川で活動する「原北歩こう会」

スポーツの秋 ウォーキングを楽しみませんか?

は「さわやかに健康維持ができ、友達もできて楽しいです。ぜひ参加してください」と話していました。区内のウォーキンググループについての問合せは地域保健福祉課(☎833-4363)まで。

以上)を介護している人 定先着15人 料1,500円 問区社会福祉協議会(☎832-7383 F832-7382) 申電話かはがき、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、被介護者との間柄、被介護者の年齢、被介護者の要介護状態区分、過去の参加の有無(有の場合は参加した年度)を書いて11月15日(木)(必着)までに同会(〒814-0006 百道一丁目1-1)へ。

秋の人権講座

人権問題について理解を深める講座を開きます。期下表のとおり計3回 所早良市民センター 定各回先着80人 料無料 対1歳以上の幼児(希望する場合は申込みが必要。先着20人) 問申電話かファクス、メールで同センター「人権講座」係(☎831-2321 F831-2355 メールsuetake.n02@city.fukuoka.jp)へ。

日時	テーマ	講師
11/8(木) 午後2時～3時45分	「セクシャリティの歴史～人間にとって性(男と女)ってなに?～」	(社)福岡県人権研究所理事 九州産業大学・下関市立大学 非常勤講師 園田 久子
11/15(木) 午前10時～11時45分	「違いを尊重し共に生きる・多民族多文化共生にっぽん」	絵本作家・イラストレーター ジョエル・アソグバ
11/22(木) 午後2時～3時45分	「共に考えるやさしい人権」	フリーライター・フリーディレクター 松本 真理子

家庭犬のしつけ方講習会

飼い犬の無駄ばえ、散歩時の引っ張りなど問題行動への対処方法を中心に、しつけ方の基本をプロの訓練士から学びます。期11月27日(火)午後2時～4時(午後1時半から受け付け) 所西部動物管理センター(西区内浜一丁目4-22 ☎891-1231 F891-1259) 定先着30人(犬を連れての参加はできませんが、モデル犬として参加をお願いすることがあります。) 料無料 申11月5日(月)から電話で同センターへ。

お知らせ

行政相談会

国や独立行政法人・特殊法人(JR九州、NTTなど)などに対する質問や要望などに行政相談委員が応じます。期11月7日(水)午後1時～4時 所原西公民館 料無料 問総務省九州管区行政評価局(☎473-1100)へ。

保健福祉センターだより

予約・問合せ先 ☎健康課各係 (保健所内) F822-5733

※会場の記載がないものは保健福祉センター(保健所)で実施、費用の記載がないものは無料。

健康づくり係 ☎851-6012

※乳がん・子宮がん検診は、昨年度に受診した人は受けられません。
◆乳がん検診 マンモグラフィと視触診。20日(火)午前9時～10時半。6日(火)午前9時から電話で予約を。先着80人。
◆胃がん・子宮がん・大腸がん検診 12日(月)午前9時～10時半。5日(月)午前9時から電話で予約を。先着順。
◆入部総合がん(胃がん・子宮がん・乳がん・結核)検診 28日(水)午前9時～10時半。7日(水)午前9時から電話で予約を。先着順。

◆結核検診 18歳以上。5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)午前9時～10時半。
◆胃がん・子宮がん・結核校区検診 ▷8日(木)=野芥公民館。▷16日(金)=有住公民館。▷22日(木)=田隈公民館。▷27日(火)=星の原団地集会所。いずれも午前9時～10時半。

胃がん	35歳以上	600円
子宮がん	20歳以上	400円
大腸がん	40歳以上	500円
乳がん	40歳代	1,300円
	50歳以上	1,000円
結核	18歳以上	無料

◆栄養相談 13日(火)、20日(火)、27日(火)午前9時半～正午。電話で予約を。
◆健康づくり運動教室 7日(水)午後1時半～3時半。テーマは「音楽に合わせて体を動かそう」。
◆離乳食教室 4か月～12か月児の保護者。16日(金)=保健所、30日(金)=入部出張所。いずれも午後1時半～3時。

◆骨密度測定と託児付きヘルスアップスクール 18～64歳。26日(月)=午前9時～正午、12月10日(月)=午後1時20分～3時半。2,700円。電話で予約を。
◆エイズ抗体検査 毎週水曜日午前9時～11時。匿名。
◆風しん抗体検査 妊婦を除く成人女性。21日(火)午前9時～11時。720円。
◆マタニティスクール 5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)午後1時半～3時半。午後1時から受け付け。母子手帳が必要。
◆女性の健康相談 7日(水)午後2時～3時半。電話で予約を。女性の産婦人科医が相談を受けます。

放射線係 ☎851-6012

◆献血に協力を 5日(月)午後2時～4時=飯倉公民館。20日(火)午前9時半～正午、午後1時～4時=西新公民館。27日(火)午後1時半～4時=飯倉中央小学校。

心のケア係 ☎851-6015

◆心の相談 19日(月)午後1時半から。電話で予約を。
◆アルコール保健相談 8日(木)、22日(水)午後1時半から。電話で予約を。
◆アルコール家族教室 15日(水)午後1時半から。電話で予約を。
◆精神障がい者家族講座 14日(水)午後1時集合。内容は「施設見学」。電話で予約を。

地域保健福祉課 ☎833-4363 (区役所内) F846-8428

◆母子巡回健康相談 ▷6日(火)=脇山公民館。▷7日(水)=田隈公民館。▷8日(木)=大原公民館。▷9日(金)=入部出張所。▷26日(月)=飯原公民館、室見公民館。▷27日(火)=原公民館。▷28日(水)=田村公民館。▷29日(木)=飯倉中央公民館。▷30日(金)=原北公民館。午後1時半～2時(飯原公民館は午前9時半～10時)。

自転車盗 オートバイ盗 が多発しています。

盗まれないためには、「路上に放置しない」「防犯登録をする」「U字ロックなどを使ってツーロックする」を心がけてください。早良警察署(☎847-0110)