



城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



ミヤマカラスアゲハ
(油山市民の森)

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区烏飼六丁目1-1
窓口受付時間：午前8時45分～午後5時15分
(土・日曜・祝休日・年末年始を除く)
区ホームページは「福岡市城南区」で検索



区のシンボルキャラクター
油山の妖精「ニコッリン」

区の人口 134,706人 (前月比536人増) (男 63,291人 女 71,415人) 世帯数 69,877世帯 (前月比532世帯増) (令和8年5月1日現在推計)

🕒 = 日時、開催日、期間 🕒 = 受付時間 📍 = 場所 🗨️ = 問い合わせ ☎️ = 電話 📠 = ファクス 📧 = メール 👤 = 対象 📅 = 定員 💰 = 料金、費用 📄 = 申し込み 📎 = 持参

大雨に備えましょう 身近に潜む危険を確認し事前対策を

近年、大雨による被害が全国各地で多発しています。

昨年、市では大雨警報が2回発令され、道路の冠水や土砂の流入などの被害が発生しました。被害を最小限にするためには、日ごろの備えが重要です。

●ハザードマップで災害リスクの確認を

ハザードマップとは、災害の危険箇所や避難場所などを示した地図で、市には、洪水や土砂など7種類のハザードマップがあります。

洪水ハザードマップには、河川が氾濫した場合の範囲や浸水の深さが色分けされています。区では樋井川のほか、七隈川や片江川、駄ヶ原川など

の浸水想定区域が示されています。

土砂災害ハザードマップには、山間部や住宅地で、がけ崩れが起こりやすい場所が色分けされています。

事前に自宅周辺の災害リスクや避難場所を確認し、避難場所までの経路をあらかじめ決めておきましょう。

詳細は、市ホームページ「福岡市 総合ハザードマップ」で検索できます。また、紙版のハザードマップは区役所で配布しています。

●防災アプリ「ツナガル+ (プラス)」の登録を
防災アプリ「ツナガル+ (プラス)」は、災害時に役立つ市の防災アプリです。災害が発生する

⚠️ 線状降水帯に注意

線状降水帯とは、発達した雨雲(積乱雲)が次々と同じ場所で発生または通過することで、長時間にわたって非常に激しい雨を降らせる現象です。これまで、浸水や土砂崩れによる数多くの甚大な災害を引き起こしています。

市ホームページ「福岡市防災気象情報」で検索)では、河川の水位情報が確認できます。避難を開始する目安などに活用してください。

☎️ 833・4055
📠 822・2142
区総務課
問い合わせ先

避難時の非常持ち出し品の例を確認できます。



岡市「家庭備蓄」で検索)では、家庭での備蓄品や避難時の非常持ち出し品の例を確認できます。

避難時に必要な物は、あらかじめリュックなどにまとめて、すぐに持ち出せる場所に置いておく目安です。

市ホームページ「福岡市 家庭備蓄」で検索)では、家庭での備蓄品や避難時の非常持ち出し品の例を確認できます。

●備蓄・非常用持ち出し品の準備を
停電や断水などに備えて、3日分以上の▽食料▽飲料水▽携帯用トイレ▽常備薬▽衛生品▽粉ミルク▽紙おむつーなどの生活必需品のほか、モバイルバッテリーや携帯ラジオなどもそろえておきましょう。

詳細や登録方法は、下記コードIIからご確認ください。



と、自動的に災害モードに切り替わり、避難所の開設状況のほか物資支援の情報などが分かります。

また、ハザードマップや最寄りの避難所も確認できます。

令和8年度 区の主な取り組みを紹介します

～人のぬくもりと自然の安らぎを感じ、健やかに住み続けられるまち・城南区～

区の主な取り組みの詳細は、区ホームページ「城南区運営方針」で検索)に掲載しています。
☎️区企画振興課 833-4009 📠844-1204

安全で安心して暮らせるまち

◆災害対策の推進

災害時に地域が主体となって避難所を開設・運営できるよう、訓練を実施します。

また、避難所の環境改善のため、テントや簡易ベッド、簡易トイレなど避難所の備蓄品を充実させます。

◆特殊詐欺被害の防止

二セ電話詐欺などの特殊詐欺を



警察と連携した特殊詐欺防止活動

防ぐため、城南警察署と連携して、犯罪の多くに利用されている国際電話の着信をブロックする手続きなどのサポートを行います。

◆より安全で快適な道路環境へ

通学路のカラー化や城南学園通りの自転車通行空間の整備、福大通りの歩道のバリアフリー化を行います。また、薄れて見えづらい道路区画線の引き直しを行います。

◆クリーンで快適な公園づくり

公園を快適に利用できるよう、トイレの洋式化や建て替えを計画的に行います。また、除草やトイレ清掃など適切な維持管理を行います。

地域で支え合いいきいきと暮らせるまち

◆共創のまちづくりの推進

地域活動に関心のある人を募り、ワークショップを通して、地域に新たな交流の場を創り出すイベントを開催します。

身近な地域活動の内容を紹介した冊子「ジチの凶鑑」を活用し、地域活動への理解促進や参加のきっかけづくりにつなげます。



ワークショップで企画された田島校区での地域交流イベント

◆健康づくりの推進

フレイル(加齢による心身の虚弱)予防に向けて、デジタルゲー



デジタルゲームを活用したフレイル予防教室

ムを活用し、高齢者の社会参加を促進する通いの場をつくります。

また、認知症サポーター養成講座やユマニチュード(認知症の人とのコミュニケーション技法)講座を開催し、認知症に関する正しい理解の普及と啓発に取り組みます。

◆子育て家庭への適切な支援

乳児のいる家庭を全戸訪問し、体重測定や育児相談を行うほか、子育てサロンの紹介や利用できる支援制度の案内などを行います。

大学とつながる共創のまち

◆大学との連携

学生と地域をつなぐ取り組みや、大学と連携した市民向け講座の充実を図ります。

◆地域振興イベントの実施

地域や大学などと連携し、11月に福岡大学で「ふれあい城南

フェスティバル」を開催します。



ふれあい城南フェスティバル

ぬくもりのある区役所づくり

◆窓口・市民サービスの向上と混雑緩和

マイナンバーカード手続きの特設窓口を設置するなど、窓口の混雑緩和を図ります。

◆福祉の総合相談窓口の機能強化

令和8年度から設置された生活自立支援センター城南区分室と連携し、一人ひとりの困り事に寄り添った支援を進めます。

6月30日(火)は市県民税(普通徴収)第1期の納期限

金融機関やコンビニの窓口のほか、スマホ決済、クレジットカードでも納付できます。便利な口座振替もぜひご利用ください。☎️区納税課 833-4026 📠841-2145

天神でもマイナンバーカードの 手続きができます

アクロス福岡3階(中央区天神一丁目)臨時交付センターでは、水～金曜日の夜間や土・日曜日に、マイナンバーカードの受け取り(完全予約制)、電子証明書の更新や暗証番号の再設定(予約優先制)などの手続きができます。インターネットでは、24時間いつでも予約を受け付けています。詳細は、市ホームページ(「福岡市マイナンバーカード臨時交付センター」で検索)で確認を。

【開所時間】 水・木・金曜日=正午～午後8時、土・日曜日=午前9時30分～午後5時30分(月・火・祝日は休み) 問市マイナンバーカード予約コールセンター ☎722-0650

区役所東側トイレ利用中止のお知らせ

区役所東側のトイレ(1階～3階)は改修工事のため、7月から令和9年3月頃まで利用できません。工事の間は、東側広場に仮設トイレを設置します。

※西側トイレは通常通り利用できます。

問区総務課 ☎833-4003 ☎822-2142

城南区地域スポーツ振興奨励事業補助金

区単位で組織された、スポーツの普及振興や地域のスポーツ・レクリエーション推進のために活動する団体に補助金を交付しています。令和9年度の補助金の交付を希望する団体は7月1日(水)～8月31日(月)に問い合わせ先に相談を。

問区企画振興課 ☎833-4065 ☎844-1204

福岡さくらプロジェクト 桜を将来に残すための寄付を募ります



桜の木は老朽化が進むと、枯れたり倒れたりする恐れがあり、桜を守るためには、植え替えや保護が必要です。

花見スポットとして知られる西南杜の湖畔公園=写真=などの桜を将来に残すために、市民の皆さんから寄付を募集しています。

集まった資金は、桜の植樹や保護育成などに充てられます。また、寄付額に応じて、銘板の設置などの特典もあります。

問市みどり活用課 ☎711-4367 ☎733-5590 申6月30日(火)までに、寄付申し込みページ=右記コード=から申し込むか、電話かファクスで問い合わせ先へ。



城南体育館 夏のスポーツ教室

7月から▷ヨガ▷ピラティス▷フレイル予防教室一など、健康づくりや体力向上を目的とした教室に加え、初心者でも安心して参加できるプログラムを多数開催します。

各教室の開催日時や料金などの詳細は、ホームページ(「城南体育館 スポーツ教室」で検索)でご確認を。

問問城南体育館 ☎851-0303 ☎851-0040 申電話で問い合わせ先へ。来館でも受け付けます。

家族介護者カフェ城南

介護をしている人が気軽に集まって話せるカフェを開催します。同じ立場の人と、介護に関することや日々の思いを話すことで、新たな気付きや気持ちの整理につながる可能性があります。

期7月31日(金)午前10時～11時30分 所区役所別館問区社会福祉協議会 ☎832-6427 ☎832-6428 問家族を介護している区内に住む人 定抽選20人 料無料 申7月13日(月)までに=右記コード=から申し込むか、メール(✉jounanku@fukuoka-shakyo.or.jp)、電話またはファクスに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて問い合わせ先へ。



夏場の食中毒に注意!

夏は気温や湿度が高くなり、食中毒が発生しやすい季節です。次の点に注意して、家庭での食中毒を予防しましょう。



▷冷凍・冷蔵品は、購入後速やかに持ち帰り冷蔵庫へ▷食材や出来上がったものを高温になる場所に置いたままにしない▷調理の前や、生肉・生魚を触った後はしっかり手洗いをする▷食材は中心部まで確実に加熱する▷野菜や果物、調理済みの食品に、生肉や生魚の汁が触れないようにする▷包丁やまな板は洗剤でよく洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する

問市保健所城南衛生課 ☎831-4219 ☎843-2662

健康 だより

【問い合わせ・申込先】 ※状況により中止になる場合もあります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。

- ①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 ☎0120-931-869 (受平日午前9時～午後5時)
- ②区健康課健康づくり係 ☎831-4261 ☎822-5844 (日は②～③共通) ③区健康課母子保健係 ☎844-1071
- ④市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 ☎791-7354 ⑤区地域保健福祉課 ☎833-4113 ☎822-2133

※場所の記載がないものは区役所別館で実施。料金の記載がないものは無料。

内容	実施日			受=受付時間 受=実施時間	予約	対象者・料金・その他	申問
	6月	7月	8月				
よかドック(特定健診)						問40～74歳の市国民健康保険加入者 料500円 問マイナ保険証または資格確認書、よかドック受診券	申し込みは①、問い合わせは①②
がん検診	胃がん(胃透視)	受付終了	14 30	10 27	受8:30～10:30 	問40～69歳 料1,000円	
	大腸がん					問40歳以上 料500円	
	乳がん					問40歳以上女性(2年度に1回) 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
	子宮頸(けい)がん					問20歳以上女性(2年度に1回) 料400円	
	肺がん					問40～64歳 料500円	
	結核・肺がん					問65歳以上 料無料	
胃がんリスク検査(血液検査)					問年度中に35歳または40歳になる人 料1,000円	②	
骨粗しょう症検査					問40歳以上(妊娠中の人、骨粗しょう症で治療中・経過観察中の人を除く) 料500円		
栄養相談	30	28	25	受9:30～10:30 受11:00～12:00 受13:00～14:00 受14:30～15:30	要	管理栄養士が食生活の相談に応じます(1人1時間程度)。*予約は前日まで。	②
離乳食教室	—	21	18	受13:30～15:00	要	離乳食に関する講話、保護者への試食を実施します。問生後4～6カ月児の保護者(乳児の同伴可)*予約は前日まで。	
マタニティスクール	[1]栄養・出産編	—	6	4	受13:30～15:00	問妊婦(35週まで)とその家族など 問母子健康手帳・筆記用具 [1] 栄養、出産準備について、こどもプラザ見学 [2] 歯、赤ちゃんのお世話について	③
	[2]歯科・育児編	—	21	17			
心の健康相談	18	16	20	受14:00～16:00	要	専門の医師が相談に応じます。*予約は前日の午前中まで。	④
育児相談会(母子巡回健康相談)	身体測定や育児相談を実施。問妊婦、乳幼児と保護者 問不要 問母子健康手帳、バスタオル 【鳥飼公民館】6/16(火) 受10:00～10:30 【堤公民館】7/7(火) 受10:00～10:30 【金山公民館】7/15(水) 受10:00～10:30						⑤

※よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の申し込みは、各健(検)診日の10日前(土・日曜・祝休日を除く)まで。
※満70歳以上や市県民税非課税世帯の人などは、よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の受診料が減免されます(証明書が必要)。