



城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



タコガエル
(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「ニコリん」

区の人口 134,845人 (前月比20人増) (男 63,297人 女 71,548人) 世帯数 71,170世帯 (前月比111世帯増) (令和7年6月1日現在推計)

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

ニコリんの ちょこっと地域情報局

ボードゲームで多国籍交流

別府公民館では、毎月第2月曜日に「ボードゲームカフェ」を開催しています。ボードゲームをきっかけに国籍や世代に関わらず楽しく交流できる場をつくろうと、昨年4月に始めました。

5月12日には、8人の参加者が集まり、経験者が初めて参加する人にルールを教えたり、ゲームの展開に一喜一憂したりしながら、和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。

参加したイギリス出身の人は「公民館で開催されている『にほんごきょうしつ』がきっかけで参加しました。さまざまな国籍の人と一緒にゲームをするのは新鮮です。こういった場がもっと増えてほしいです」と話しました。公民館の職員は「参加した人が垣根なく楽しんでくれているのがうれしいです。今後は、休日にも開催するなど、子どもたちが参加しやすいように工夫していきたいです」と意気込みを語りました。



真剣な表情でボードゲームに挑戦する参加者

📍区企画振興課 ☎833-4053 📠844-1204

7月20日(日)は 参議院議員通常選挙の投票日

有権者に送られる投票所入場整理券（はがき）で時間や場所を確認の上、投票に行きましょう。

【期日前投票】投票日に用事などで投票に行けない人は期日前投票をご利用ください。
●城南区の選挙人名簿に登録されていれば、投票所入場整理券がなくても投票できます。
●駐車場が大変混雑します。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

場所	期間
区役所3階 大会議室	7月4日(金)～7月19日(土) 午前8時30分～午後8時
市役所1階 市民ロビー (中央区天神一丁目)	7月12日(土)～7月19日(土) 午前10時～午後7時
イオンスタイル笹丘 3階多目的スペース (中央区笹丘一丁目)	7月14日(月)～7月18日(金) 午前10時～午後7時

📍区選挙管理委員会事務局 ☎833-4005
📠822-2142

〈ユマニチュード四つの柱〉

【見る】相手にできるだけ正面から近づいて、同じ目の高さで水平に見つめる。相手の視界にしっかり入るようにする。

【話す】穏やかな低めの声で、ゆっくり話し安心感を与える。相手に反応がなくても無言にならず、前向きな言葉で話し掛ける。

【触れる】急に腕などをつかまれると恐怖を感じることもあるため、下から支えるように広い面積でゆっくり触れる。

【立つ】歯磨きやトイレなど可能な限り立つ援助をする。1日20分立つ時間を作ることで、寝たきりを予防し、その人らしさを保つ。

ユマニチュード®とは、介護を必要とする人と穏やかにコミュニケーションを取るための技法です。高齢者の3人に1人が認知機能に関する症状があると言われていて、誰もが介護にかかわる可能性があります。身近な人により良い関係を築くために、ユマニチュードにつ

いて学んでみませんか。●ユマニチュード四つの柱 ユマニチュードは「あなたを大切に思っています」と伝えるための技術で、▽見る▽話す▽触れる▽立つの四つの柱からできています。認知症になると、体に触れられることを嫌がっ

たり、同じ事を何度も尋ねたり、暴力的になったりしてしまうこともあります。介護をするときに、ユマニチュードを取り入れることで相手が安心できるようになり、介護する側とされる側に信頼関係が生まれて、お互いが毎日を心豊かに過ごすことができます。



昨年度実施されたユマニチュード講座（中央区簀子公民館）

📍①別府公民館②南片

ユマニチュード講座 を全公民館で開催

ユマニチュードについて学び、理解を深める講座を区内の全公民館で開催します。講座を通して、ユマニチュードの基本的な考え方や、相手に優しく伝える「触れ方」や「話し方」などの具体的な技術を身につけることができます。



江公民館 ①8月28日(木) 午前10時～11時 ②8月30日(土) 午前10時～11時 定各回30人 市内に住むか通勤・通学する人 無料 専用サイト（福岡市ユマニチュード講座）で検索から申し込むか、福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局へ電話（☎600-2786）、ファクス（☎451-0550）、メール（✉humanta.co.jp）で申し込みを。※その他の公民館での実施スケジュールは決まり次第お知らせします。詳しくは専用サイトまで。 📍市ユマニチュード推進課 ☎707-3117 📠733-5587

校区の祭りに行こう

校区で行われる祭りは、下表の通りです（6月25日時点の情報）。

校区	祭り名	開催日時	場所	雨天 延期日	問い合わせ先 (各公民館)
堤丘	「盆綱」夏祭り	7/26(土) 18:00～21:00	三尾池公園	雨天中止	☎861-4821 📠861-4834
城南	校区夏まつり大会	8/23(土) 17:30～20:30	城南小学校	8/24(日)	☎843-9418 📠843-8693
別府	べふまつり	9/13(土) 17:30～20:00	別府小学校	雨天中止	☎821-7489 📠821-2308
金山	合同かなやま祭り	9/27(土) 17:00～21:00	金山小学校	9/28(日)	☎801-2830 📠801-5149
田島	2025たしまフェスタ	10/4(土) 16:00～20:00 10/5(日) 10:00～16:00	田島公民館・ 財産区広場	雨天中止	☎822-0307 📠822-6907
烏飼	烏飼ふれあい秋まつり	10/11(土) 17:00～20:00	烏飼小学校	10/12(日)	☎821-5227 📠821-5247
長尾	ながお秋まつり	10/12(日) 時間未定	長尾小学校	未定	☎871-5619 📠871-5198
片江	片江まつり2025	10/12(日) 16:00～20:00	片江小学校	10/13(月・祝)	☎871-1219 📠871-5319

※町内会、自治会などが主催する祭りは掲載していません。

7月31日(木)は固定資産税 都市計画税第2期の納期限

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

公民館でマイナンバーカードの申請ができます

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付け（要予約）や申請用の写真撮影を行います。公民館での申請は、カードを後日郵送で受け取ることができて便利です。

また、すでにマイナンバーカードを持っている人を対象に、マイナ保険証の利用申し込みや公金受取口座登録のサポートも行います（予約不要）。

詳細は、市ホームページ（「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）でも確認できます。

所 下表の通り 関 区内に住む人（住んでいる校区以外でも申請可能） 料 無料 申 下表の受付終了日までに市ホームページから予約するか、電話で問い合わせ先へ。



マイナちゃん



スマホはこちらから

	日時	公民館	受付終了日
7/29(火)	10:00～12:00	七隈	7/23(水)
	14:00～16:00	田島	
8/2(土)	10:00～12:00	別府	7/29(火)
	14:00～16:00	堤	
8/3(日)	10:00～12:00	南片江	7/30(水)
	14:00～16:00	金山	
8/17(日)	10:00～12:00	鳥飼	8/13(水)
	14:00～16:00	堤丘	

関 市マイナンバーカード総合コールセンター ☎600-2402 📠06-7664-9531（毎日午前9時～午後6時）

大学連携 夏休み親子体験教室

区と福岡大学が連携して、大学講師等による親子向けの体験教室を開催します。

①親子で遊ぶ！プログラミング体験会

ブロックや紙コップなどを使ったゲームでプログラミングの基礎を楽しく学びます。

関 8月6日(水)午前10時～11時30分 関 年長～小学3年生と保護者 定 抽選10組20人

②親子科学実験「消えた名画とDNAの迷宮」

遺伝子検査で犯人を探し出すゲームを行います。

関 9月13日(土)午前10時～正午 関 小学4年生～中学3年生と保護者 定 抽選10組20人

〈共通事項〉

所 福岡大学（七隈八丁目） 関 区企画振興課 ☎833-4009 📠844-1204 料 無料 申 ①7月20日②8月17日までに、区ホームページ（「城南区 大学連携教室」で検索）から申し込みを。

博多人形づくり教室

博多人形師の室井聖太郎さんを講師に迎え、人形の成形から彩色までを行います。

関 8月3日(日)、17日(日)の午前10時～午後1時 所 関 城南市民センター ☎862-2141 📠862-2801 ✉event@jonan-c.net 関 市内に住む小学生以上（保護者1人まで同伴可）で両日とも参加できる人 定 先着24人（同伴者含む） 料 800円 申 7月15日(火)午前9時から31日(木)午後5時までに、メールまたはファクスに住所、氏名（ふりがな）、年齢、保護者の氏名および同伴の有無、電話番号を書いて同センターへ。来所でも受け付けます。

スズメバチに注意

7月から10月にかけて、スズメバチの活動が活発になります。庭木の剪定（せんてい）や草刈り、山歩きなど野外で活動をするときは、黒っぽい服装や、香水、整髪料などの使用を避けましょう。ハチが飛んできて、慌てず、ゆっくりとその場を離れてください。

市は民有地のハチや巣の駆除は行っていません。危険が伴う駆除は、専門の業者に依頼してください（有料）。

関 区生活環境課 ☎833-4087 📠822-4095



スズメバチの巣

アタマジラミに注意

アタマジラミは人の頭に寄生するシラミです。子どもに寄生するケースが多く、清潔・不潔に関係なく、接触等によってうつります。寄生すると、髪の毛に白い小さな粒（卵）がついたり吸血して強いかゆみを引き起こしたりします。

【予防のために】

▷くしや寝具、タオルなどの共用は避ける

【うつってしまったら】

▷市販の薬剤入りシャンプーで髪を洗う

▷目の細かい専用のくしで根気よく髪をすく

関 市城南衛生課 ☎831-4219 📠843-2662



アタマジラミ（成虫）
体長2～3mm

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（📠は②～④共通） ③区健康課母子保健係 ☎844-1071

④区健康課企画管理係 ☎831-4207 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 開＝実施時間	予約	対象者・料金・その他		問 申	
		7月	8月	9月						
よかドック（特定健診）		受付 終了	4 26	9 22	 受8:30～10:30 スマホは こちらから	要 （下記※を参照）	関40～74歳の市国民健康保険加入者 料500円 関保険資格を確認できる書類（マイナ保険証など）、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）						関40～69歳 料600円			
	大腸がん						関40歳以上 料500円			
	乳がん						関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						関20歳以上女性（2年度に1回） 料400円			
	肺がん						関40～64歳 料500円	※50歳以上の肺がんのハイリスク者で喀痰（かたん）細胞診希望者は別途700円。		
	結核・肺がん						関65歳以上 料無料			
胃がんリスク検査（血液検査）							関年度中に35歳または40歳になる人 料1,000円			
骨粗しょう症検査		関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		22	5	30	関9:30～10:30	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	
					関11:00～12:00					
		-	29	12	関13:00～14:00					
					関14:30～15:30					
離乳食教室		15	19	16	関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。 関生後4～6カ月児の保護者（乳児の同伴可） ※予約は前日まで。		③	
マタニティスクール		-	4	8	関13:30～15:00	要	関妊婦（35週まで）とその家族など 関母子健康手帳・筆記用具			
献血		【長尾公民館】 9/20(土)9:30～11:30 【堤公民館】 9/20(土)13:30～16:00 【城南公民館】 9/26(金)10:00～12:00、13:00～15:00								④
母子巡回健康相談		身体測定や育児相談を実施。関妊婦、乳幼児と保護者 関母子健康手帳、バスタオル 【田島公民館】 7/23(水) 受9:45～10:15								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）。