



# みなみ

〒815-8501 南区塩原三丁目25-1  
区役所代表電話 ☎561-2131



花田 さつきさん(10歳)作※年齢は応募時点

人口 272,025人(+257) 男125,562人 / 女146,463人  
世帯数 136,276世帯(+304) 令和8年6月1日現在推計(前月比)



区ホームページ



エックス

🕒 = 日時、開催日、期間 📍 = 場所 🎯 = 対象 🏠 = 定員 🏷️ = 料金、費用 🎒 = 持参 📄 = 申し込み 🗨️ = 問い合わせ ☎️ = 電話 📠 = ファクス 📧 = メール

## 熱中症予防は「暑さを知ること」から



今年の夏は全国的に平年より気温が高くなると予報されています。熱中症を予防するためには「暑さ指数」や「熱中症警戒アラート」などの情報を活用し、早めの対策を心掛けましょう。📞環境局環境保全課 ☎733-5386 📠733-5592

### ○「暑さ指数」を活用しよう

「暑さ指数」とは、気温や湿度、日差しの強さなどを基に、熱中症の危険度を判断する指標です=下表。暑さ指数が28以上になると、熱中症のリスクが高まります。炎天下での外出や激しい運動は避けましょう。

「福岡市 熱中症情報」ホームページでは、毎日の暑さ指数および今日と明日の3時間毎の予測値を公開しています。

暑さ指数	日常生活における注意事項
31以上 危険	高齢者は安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する
28~31 嚴重注意	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する
25~28 警戒	運動や激しい作業をする際は、定期的に十分に休息を取る
21~25 注意	激しい運動や重労働時に発生する危険性がある

日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」(2022) から

### ○「熱中症警戒アラート」などに要注意

気温が著しく高くなり熱中症による健康被害が生じる恐れがある場合には、「熱中症警戒アラート」が発表されます。さらに、広域的に過去に例のない危険な暑さとなり、人の健康に重大な被害が生じる恐れがある場合には、「熱中症特別警戒アラート」が発表されます。

熱中症予防には「暑さへの気づき」が重要です。発表される情報に注意し、不要な外出を避け、エアコンを適切に使用した涼しい屋内で過ごすなど、熱中症対策を行いましょう。

市防災メールや市LINE(ライン)公式アカウントでは熱中症情報を配信していますのでご活用ください。受信方法については右上囲みをご覧ください。



熱中症情報  
ホームページ

詳しくは、「福岡市 熱中症情報」ホームページでご確認ください。

### 熱中症情報の受信方法

#### ●防災メール

- ①右コードからメールを選択
- ②空メールを送信
- ③返信メールに記載されたURLをクリック
- ④受信したい熱中症情報を選択して登録



防災メールはこちらから

#### ●LINE(ライン)

- ①右コードから「友だち追加」
- ②「受信情報」→「防災・気象情報」→「熱中症情報」→「登録」を選択



LINEはこちらから

### 「いきいきセンターふくおか」を知っていますか

区内の11カ所にあるいきいきセンターふくおかでは、高齢者の福祉や介護、健康づくりなどに関する悩みを相談できます。詳しくは、市ホームページ(「いきいきセンターふくおか」で検索)で確認するか、下記までお問い合わせください。

🕒午前9時~午後5時(月~土曜日)※祝休日・年末年始は除く  
📞高齢者本人やその家族、周りの人など誰でも可📞無料

📍区地域保健福祉課 ☎559-5132  
📠559-5135



スマホはこちらから

### 南市民センター みなみな交流カフェ(人権講座)

●講演会&交流カフェ「擬似体験から考えるみんなが生きやすい社会~知的障がいと発達障がいを通して~」

知的障がいや発達障がいのある人の感じ方を、擬似体験を通して理解します。関わり方や分かりやすい伝え方などを知り、子どもも大人も一緒に障がいについて学びませんか。講師は、「福岡市手をつなぐ育成会」理事長の下山いわずさん=写真=です。\*手話通訳、要約筆記あり。



講演の後に、感想などを話し合う交流カフェを行います。

🕒8月8日(土)▷講演=午前10時~11時30分▷交流カフェ=午前11時30分~午後0時30分  
📍▷講演=文化ホール▷交流カフェ=第1、2会議室📍▷講演=先着800人▷交流カフェ=抽選30人程度📞無料📄交流カフェのみ必要。7月25日(土)までに、南市民センターへ電話、ファクス(氏名、ふりがな、電話番号を記入)、区ホームページ(「福岡市 みなみな交流カフェ」で検索)の専用フォームで申し込み📍南市民センター ☎561-2981 📠511-9721

詳しくは、同ホームページでご確認ください。



スマホはこちらから

### 7/25+ 「社会を明るくする運動」 南区大会を開催

「社会を明るくする運動」は犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの立ち直りに関して、全ての人が理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、明るい地域社会を築こうとする運動です。



更生保護マスコットキャラクターのホゴちゃん

南区大会では、「親不孝通り闇バイト撲滅委員会」の梶谷武志(かじたにたけし)さんによる講演や作文コンテスト受賞作品の朗読、柏原中学校吹奏楽部のコンサートが行われます。

社会を明るくする運動を通じて、自分にできることを考えてみませんか。

🕒午後1時30分~4時(午後1時開場)📍南市民センター文化ホール📍先着800人📞無料📄不要📍南保護区保護司会 ☎📠512-2649

### 7月10日(金)~19日(日) 夏の交通安全県民運動

運転する際は気持ちに余裕を持って、無理のない速度で運転してください。

自転車に乗るときはヘルメットをかぶり、交通ルールを守りましょう。詳しくは、ホームページ(「自転車セーフティガイド」で検索)でご確認ください。



スマホはこちらから

📍南警察署 ☎542-0110

### シニアクラブ会員募集

シニアクラブ(老人クラブ)は、おおむね60歳以上の会員による地域ごとの団体で、区内では約130団体が活動しています。住んでいる場所から歩いて行ける範囲で集まり、健康づくりなどを通して交流を深めています。さまざまなレクリエーションも開催されます。

入会を希望する人は、下記問い合わせ先へ電話するか、ホームページ(「シニアクラブ連合会」で検索)でご確認ください。

📍南区シニアクラブ連合会事務局(区福祉・介護保険課内) ☎559-5129 📠512-8811



スマホはこちらから

### 特定計量器(はかりなど)の 定期検査

取引や証明に使用する特定計量器は、2年に1回の定期検査が義務付けられています。検査日時・場所は下記コードでご確認ください。\*ひょう量が300kgを超える計量器は事前に下記まで問い合わせを。

📍商店や事業所(農業、漁業を含む)で取引や証明に使用している「はかり・重り」📞500円~2,200円程度

📍福岡県計量協会 ☎791-2331  
📠791-2334



スマホはこちらから