

区のマーク



NISHI

西区役所 代表電話 ☎881-2131  
〒819-8501 西区内浜一丁目4-1  
西部出張所 ☎806-0004  
〒819-0367 西区西都二丁目1-1

西区HP



飯盛神社のかゆ占(県指定無形民俗文化財)

### 区役所には、公共交通機関で

来庁者が多く、区役所駐車場の入庫待ちが発生しますので、公共交通機関をご利用ください。

人口 212,784人 (前月比54人減) 男101,063人 女111,721人  
世帯数 98,849世帯 (前月比7世帯増) ※令和5年2月1日現在推計

開=日時、開催日、期間 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ ☎=電話 ☎=ファクス 電=メール 受=受付時間 持=持参

## 引っ越しの手続きはオンラインで

3～4月は区役所・出張所の窓口が混雑します。オンラインや郵送での手続きなど便利なサービスをご利用ください(4面に関連記事)。

### 住民票の異動

#### ◆市外への転出

##### ①オンライン

電子証明書が有効なマイナンバーカードを持っている人は、スマートフォン等で市外への転出の届け出ができます。転入の届け出は、転入先の市区町村へマイナンバーカードを持参してください。詳細は市ホームページ(「福岡市転出手続き」で検索)を確認を。



スマホはこちらから

##### ②郵送

次の書類を区市民課または西部出張所(※)へ郵送を。転出証明書は、市内で住民登録があった住所または新住所へ郵送します。

▷市外転出届(郵送用)を市ホームページ(「転出届の郵送サービス」で検索)からダウンロード▷本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)の写し▷返信用封筒(返送先住所と宛名を記入し、切手を貼付)

##### ③窓口

下記を持参し、区市民課か西部出張所(※)へお越しください。

☎▷本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)▷代理人が手続きする場合は委任状と代理人の本人確認書類

#### ◆市内間での引っ越しは窓口へ

引っ越し先の区役所窓口で転入の届け出を行ってください。転出の手続きは不要です。

☎▷区市民課 ☎895-7010 ☎883-2940

▷西部出張所 ☎806-9431 ☎806-6811

※住所地によって受付場所が異なります。西部出張所が受付場所となる住所地は市ホームページ(「福岡市西部出張所管内」で検索)に掲載しています。



スマホはこちらから

### 水道



引っ越し日の4日前(土日祝日を除く)までにお客さまセンターへ連絡を。インターネット(「福岡市水道局」で検索)からは引っ越し日の3日前まで(土日祝日を除く)申し込み可。  
☎水道局お客さまセンター ☎532-1010 ☎533-7370  
☎平日=午前8時45分～午後5時半  
土曜=午前9時～午後5時  
※3/19、26は午前9時～午後5時まで受け付け



スマホはこちらから

### 引っ越しごみ

通常のごみ出し日に出せない引っ越しごみは下記の方法で出してください(いずれも有料、事前申し込み要)。詳しくは市ホームページ(「福岡市 ごみ出し」で検索)を確認を。

#### ①「粗大ごみ」は受付センターへ

回収まで1週間程度かかります。申し込みはLINE(ライン)でも可。



LINE受け付けはこちらから

☎☎粗大ごみ受付センター

☎731-1153

#### ②自分で処理施設に持ち込む

☎☎自己搬入ごみ事前受付センター

☎433-8234

#### ③市の許可業者に依頼する

☎☎市事業用環境協会

☎432-0123 ☎432-0124



エアコン、テレビ等の家電リサイクル法対象品目は、市の処理施設で受け入れていません。買い替え時の引き取りか、最寄りのヤマダデンキなどに相談してください。

☎☎区生活環境課 ☎895-7050 ☎882-2137  
☎☎西部出張所 ☎806-9430 ☎806-6811

### ◆3/26(日)、4/2(日)は臨時開庁

午前10時～午後2時まで、区役所の市民課、保険年金課、福祉・介護保険課、子育て支援課と西部出張所で、引っ越しに関する手続きができます。待ち時間が平日より短時間で済みます。

### 4月9日(日)は統一地方選挙の投票日

☎☎区選挙管理委員会事務局 ☎895-7105 ☎882-2137

#### ①期日前投票について

～区役所以外でも投票できます～

投票日に仕事や用事がある人は、下記の場所で期日前投票ができます。なお、今回は市役所1階では行いません。



選挙のめいすいくん

期日前投票所	投票ができる期間
西区役所3階 大会議室A・B	4月1日(土)～8日(土) 8:30～20:00
西部出張所 2階202会議室	
木の葉モール橋本 1階会議室 (もみじコート側 ATMコーナー横)	4月1日(土)～8日(土) 10:00～19:00
ソラリアプラザ1階 (中央区天神2)	

#### ②西体育館の利用時間の制限について

開票所になるため、下記日時は利用できません。☎☎西体育館 ☎882-5144 ☎882-5244

日程	競技場	その他の施設
4月9日(日)	終日	17:00～ ※健康体力相談室 は15:00～
4月10日(月)	9:00～15:00	通常通り利用可

### 知っていますか？ 遺伝子組換え表示

「遺伝子組換えではない」旨の表示ができる大豆・トウモロコシとその加工品は、これまで遺伝子組換えされた物の混入が5%以下の場合でした。4月1日からは、遺伝子組換えされた物の混入が無い場合のみ、表示されることとなります。

※混入が5%以下の場合「分別生産流通管理済み」などと表示されます。



#### 【遺伝子組換え食品とは】

別の生物の細胞から取り出した有用な性質を持つ遺伝子を、他の植物等に組み込む技術を利用して作られた食品です。国内で流通している遺伝子組換え作物は、食品衛生法に基づく安全性審査を経ています。

詳しくは、市ホームページ(「福岡市遺伝子組換え表示」で検索)をご覧ください。

☎☎区衛生課 ☎895-7095 ☎891-9894

### 住民票の写しなどの証明書発行は区役所以外でもできます

住民票の写しや印鑑登録証明書、戸籍関係証明書は100円で取得できるコンビニエンスストアや、仕事やお出かけの際に立ち寄れる郵便局・証明サービスコーナーをご利用ください。詳細は市ホームページ(「福岡市証明書取得」で検索)を確認を。

#### ①コンビニエンスストア ☎100円(3月31日まで)

☎☎電子証明書が有効なマイナンバーカード

☎☎毎日午前6時半～午後11時(戸籍関係証明書は平日午前9時～午後5時)

#### ②郵便局(西区は福岡壱岐・福岡能古・玄界島・北崎・周船寺・元岡の6カ所)

☎☎本人確認書類など ☎☎平日午前9時～午後5時

#### ③証明サービスコーナー

天神(市役所1階情報プラザ内) ☎☎733-5222 ☎733-5224

博多駅(地下鉄博多駅お客様サービスセンター横) ☎☎432-5353 ☎481-5380

千早(東区なみきスクエア1階) ☎☎674-3983 ☎674-3974

☎☎本人確認書類など

☎☎毎日午前9時～午後8時(戸籍関係証明書は平日午前9時～午後5時15分)



スマホはこちらから

### 「フードドライブ」開催中

家庭で使い切れない未使用・未開封の食品がありましたらご提供ください。子ども食堂や福祉施設等の支援に役立てられ、食品ロスも削減できます。☎☎西部3Rステーション ☎882-3190 ☎882-4580

## フレイル予防教室



フレイルとは、加齢とともに心身の活力が低下した状態をいいます。教室では、運動を中心に、フレイルの基礎知識や予防のポイントを学びます。

期 4月20日(木)、27日(木)、5月11日(木)、25日(木)、6月8日(木)午後1時半～3時半。全5回 所 さいとぴあ(西都二丁目)第1会議室 対 介護保険サービスを利用していない区在住の65歳以上で、全5回参加できる人 定 抽選で20人 料 無料 申 電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 F891-9894)へ。3月15日午前9時半から3月31日午後5時まで受け付け。※申し込み時に簡単な問診があります。

## ほやほやママの子育て教室

初めて母親になった人のための教室です。期 4月25日(火)午前10時～11時半 所 区保健福祉センター(保健所) 講堂 対 今年1～2月生まれの子ども(第1子)とその母親 定 抽選で18組 料 無料 申 電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 F891-9894)へ。4月14日(金)まで受け付け。区ホームページ(「西区ほやほやママ」で検索)からも申し込みできます。



スマホはこちらから

## 総合西市民プールの教室

### ①アクアダンス教室

水中で楽しく運動したり、音楽に合わせて踊ったりします。期 4月20日～6月8日の木曜日午前11時～正午。全7回(5月4日を除く)。対 18歳以上の人 定 抽選で16人 料 4,600円

### ②大人スイムレッスンI

よりきれいに長く泳ぐことを目指します。期 4月21日～6月9日の金曜日午前9時半～11時。全7回(5月5日を除く)。対 25m程度泳げる18歳以上の人 定 抽選で15人 料 4,600円



### ③姿勢改善ピラティス

体幹を鍛え、姿勢を改善し、体調を整えます。期 4月12日～6月14日の水曜日午前10時～11時。全7回(4月26日、5月3日、5月24日を除く)。対 18歳以上 定 抽選で18人 料 4,200円 <<①～③共通>>

所 総合西市民プール ☎885-0124 F885-6016 申 はがきかファクスに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、同プール(〒819-0046 西の丘一丁目4-1)へ。ホームページ(「福岡市 総合西市民プール」で検索)からも申し込み可。3月15日から3月31日(必着)まで受け付け。他の教室も募集中です。詳しくはホームページで確認を。

## 今宿野外活動センター イベント・お知らせ

所 同センター ☎806-3114 F806-3115

### ◆今宿の四季を楽しむ～第1回植物編～

期 4月6日(休)午前10時半～午後12時半 定 先着で20人 料 500円 申 往復はがき(参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を記入)かホームページ(「同センターで検索」)で3月15日～3月21日に申し込みを。ホームページの場合は当選者にのみ連絡します。

### ◆家庭で不要になった鯉のぼりを募集

子どもの日に合わせて、4月上旬から5月中旬まで同センターに飾る鯉のぼりを募ります。ぜひご協力ください。期 3月15日(水)～4月15日(土)まで随時受け付け(休所日の月曜日を除く)。



## リフレッシュ夜ヨガ

西体育館

心身をリフレッシュするための、初心者でも参加しやすい教室です。

期 5月10日～6月28日の水曜日午後7時15分～8時45分。全8回 所 西体育館 ☎882-5144 F882-5244 対 18歳以上 定 抽選で各20人 料 6,000円 申 往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて4月15日(土)必着で同体育館(〒819-0041 拾六町一丁目13-35)へ。

## 保健だより

### 【問い合わせ・申し込み先】

- ① 集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869 (受付は平日9:00～17:00)
  - ② 健康・感染症対策係 ☎895-7075 ③ 健康・感染症対策係 ☎895-7073 ④ 母子保健係 ☎895-7055
  - ⑤ 精神保健福祉係 ☎895-7074 ⑥ 企画管理係 ☎895-7071 ⑦ 地域保健福祉課 ☎895-7080 F891-9894 (②～⑦共通)
- ※場所の記載のないものは保健福祉センター(保健所・内浜一丁目4-7)で実施。料金の記載のないものは無料。

### 健(検)診等

問	予	内 容	実施日		受=受付時間	対象・料金・その他(令和6年3月31日までに対象年齢になる人は誕生日前でも受診できます)										
			4月	5月												
問	申	合	わ	せ	は	②	ま	た	は	③	よかドック(特定健診)	4月	5月	受8:30～10:30	対 40～74歳の市国民健康保険被保険者 料 500円 申 保険証、よかドック受診券	
											骨粗しょう症検査	18(火)	16(木)	受8:30～10:30	対 40歳以上 料 500円	
											がん検診	胃がん、子宮頸(けい)がん、乳がん、大腸がん	18(火)	16(木)	受8:30～10:30	【胃がん】 対 40歳以上(70歳以上は委託の医療機関等で実施) 料 600円 【子宮頸(けい)がん】 2年度に1回受診可 対 20歳以上 料 400円 【乳がん】 2年度に1回受診可 対 40歳以上 料 40歳代1,300円、50歳以上1,000円 【大腸がん】 対 40歳以上 料 500円
												肺がん	18(火)	16(木)	受8:30～10:30	対 40～64歳 料 500円
												結核・肺がん	18(火)	16(木)	受8:30～10:30	対 65歳以上
北崎公民館がん検診	-	10(水)	受9:00～11:00	上記のがん検診と同じ内容を北崎公民館(大字宮浦1978-1)で実施。												

※健(検)診等は70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます(証明書が必要)。  
 ※3月13日(月)から集団健診予約センターの名称が集団健診・よかドック総合窓口に変わります。  
 ※健(検)診等の予約は、3月13日(月)から①、またはホームページ(「福岡市 けんしんナビ」で検索)で受け付け開始。予約の締め切りは、実施日の土日祝日を除く10日前まで。

### 検査・相談等

問	予	内 容	実施日		受=受付時間 受=実施時間	対象・料金・その他
			3月	4月		
②	要	栄養相談	27(月)	10(月)	受①13:00～13:50 ②14:00～14:50 ③10:00～10:50 ④11:00～11:50	管理栄養士・栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。
	要	離乳食教室	27(月)	17(月)	受10:30～11:30 受13:30～14:30	離乳食の進め方の紹介。乳児の同伴可。対 生後4～6カ月頃の乳児の保護者。
③	-	エイズ・クラミジア抗体検査	20(月)	3(月)	受9:00～11:00	匿名検査(心配な出来事から3カ月たって受診してください)。 匿名で検査可。 対 20歳以上で過去に受検したことがない市民。
		梅毒検査		17(月)		
		B型・C型肝炎ウイルス検査		17(月)		
④	要	マタニティ個別相談	27(月)	-	受①13:30～ 受②14:30～	対 妊婦とその家族 定 各回2組。30分程度 申 母子健康手帳、筆記用具
	要	マタニティスクール	-	10(月)	受13:00～13:15 受13:15～15:15	妊娠・出産・育児について学ぶ教室。対 妊婦とその家族 定 抽選で10組。前月の25日までに、区ホームページまたは電話で申し込み。
⑤	要	心の健康相談	-	12(水)	受9:30～11:30	精神科医が相談に応じます 定 各回3人。必ず電話で予約を。
			15(水)	19(水)	受15:00～16:30	

### 母子巡回健康相談

母子健康手帳

問	場 所	実 施 日	受 付 時 間
⑦	姪浜公民館	3/22(水)	13:30～14:15
	石丸公民館	3/23(木)	13:30～14:00
	壱岐南公民館	3/24(金)	
	姪北公民館	3/27(月)	13:30～14:00
	壱岐公民館	3/28(火)	
	愛宕公民館	4/7(金)	
	さいとぴあ	4/7(金)	13:30～14:15
下山門公民館	4/13(木)	13:30～14:00	
今宿公民館	4/14(金)		

## けんしんナビで予約できます

健診の実施状況や予約は、「けんしんナビ」=右コード=からご確認ください。

