



# 中央区

〒810-8622 中央区大名二丁目5-31  
区役所代表電話 ☎714-2131



2024年3月開幕決定！  
特別展「親愛なる友 フィンセント 動くゴッホ展」  
6月16日(日)まで  
親愛なる友 フィンセント  
動くゴッホ展(市科学館)



フェイスブック



インスタグラム



エックス

人口 212,166人(+101) 男95,864人 / 女116,302人  
世帯数 134,347世帯(+108) 令和6年3月1日現在推計(前月比)

☎ = 日時、期間 ☑ = 場所 ☒ = 対象 ☓ = 定員 ☔ = 料金、費用 ☕ = 申し込み ☖ = 問い合わせ ☎ = 電話 ☏ = ファクス ☒ = メール ☓ = 託児 ☔ = 持参 ☕ = 受付時間 ☑ = 休館日 ☖ = 開館時間

## 国民健康保険の脱退・加入の手続きを忘れずに

国民健康保険(以下「国保」)に加入している人が、就職などによって職場の健康保険などに加入したときは、国保を脱退する手続きが必要です。職場から交付された健康保険証の写しと国民健康保険証を区役所に持参するか、郵送・オンラインで手続きをしてください。

また、退職などで職場の健康保険を脱退した75歳未満の人や、市外から転入して来た人で職場の健康保険に加入していない人は、区役所で国保への加入手続きが必要です。※加入手続きは、郵送では行えません。

届け出が遅れた場合でも、保険の加入日は退職や転入などをした日となり、保険料も加入日までさかのぼって納めることとなります。届け出はお早めをお願いします。

☎区保険年金課 ☎718-1124 ☒725-2117

## 子育てに関する情報が満載です

### ●子育て情報ガイド

妊娠・出産・子育てに関する市の支援策や予防接種、保育所等についてまとめた冊子=写真=を中央児童会館「あいくる」(今泉一丁目)や区役所で配布しています。



### ●ふくおか子ども情報

市ホームページ(「ふくおか子ども情報」で検索)で、市の支援策をはじめ、各種相談窓口や保育所など、さまざまな子育てに関する情報を発信しています。



### ●子育て応援ページ

区ホームページ(「福岡市中央区 子育て」で検索)で、子育てに関する施策や医療・福祉サービスに関する情報などを掲載しています。また、子育てを応援するコラムを毎月更新しています。



☎区子育て支援課 ☎718-1106 ☒771-4955

## 行政に関するお困りごとはありませんか

総務大臣が委嘱した行政相談委員が福祉や年金、道路など、役所の仕事に関する意見や要望について無料で相談に応じます。秘密は守られますので、気軽にご相談ください。

詳しくは、ホームページ(「九州管区行政評価局 行政相談の受付窓口」で検索)でご確認ください。☎毎月第2水曜日午前10時～正午 ☒箕子公民館2階学習室(大手門三丁目) ☓不要 ☒総務省九州管区行政評価局 ☎431-7082 ☒431-8317



種類	出す時間	出す場所
燃えるごみ(週2回)	日没(暗くなって)から午前0時までの間	●一戸建て…家の前 ●集合住宅…ごみ置き場
燃えないごみ(月1回)		収集車両が通れない場合は、自治会などが指定した場所に出してください。
空きびん・ペットボトル(月1回)		ごみ置き場に置けない大きな場物は申込時に指定する必要があります。
粗大ごみ ※事前申込制 ☒粗大ごみ受付センター ☎731-1153 ☒731-1195	申込時に指定された日の午前8時30分まで	ごみ置き場に置けない大きな場物は申込時に指定する必要があります。

②大きさ・重さで分別  
1枚の指定袋に入りきれず、袋の口を結べない大きさのもの、片手で持

て分別してください。

複数の素材が組み合わ

せてあるもの(木製ハン

ガーなど)は、使用割合

の多い方の素材に合わせ

て分別してください。

紙やプラスチック、ゴム類などの燃える素材は

「燃えるごみ」、金属等の

燃えない素材は「燃えない

ごみ」です。

資源物の出し方や校区別の資源物の回収場所などを「資源物回収場所早

わかりマップ」に掲載しています。マップは区役

ち上げたときに袋が破れる重さのものは指定袋では出せません。「粗大ごみ」で出してください。

古紙などの資源物は、地域で行われている古紙回収(地域集団回収)や資源物回収拠点(中央体

育館前など)に出してください。

資源物の出し方や校区別の資源物の回収場所などを「資源物回収場所早

わかりマップ」に掲載しています。マップは区役

所で配布しているほか、市ホームページ(「福岡

市 資源物回収場所」

こちらから)

☎718-1090

☒718-1079

☒718-1079

☒718-1079



平尾山荘は、幕末の女流歌人・野村望東尼の閑居地です。本名を「モト」といい、夫の貞貫と共に弘化2(1845)年に

建立された。昭和49(1974)年には市指定文化財に指定されています。

隣接する野村望東尼資料館で、詳しく望東尼を紹介しています。

☎718-1013  
☒714-2141



## 最終回 西鉄平尾駅

今回は、西鉄平尾駅周辺の散策スポットを紹介

## ●平尾山荘(平尾五丁目)

平尾山荘は、幕末の女流歌人・野村望東尼の閑居地です。本名を「モト」といい、夫の貞貫と共に弘化2(1845)年に

建立された。昭和49(1974)年には市指定文化財に指定されています。

隣接する野村望東尼資料館で、詳しく望東尼を紹介しています。

☎718-1013  
☒714-2141

平尾山荘に移り住み、歌人・大隈言道の下で和歌を学びました。

モトは幕末の女流歌人として、また維新の先覚者の一人として異彩を放ち、夫の死後、仏門に入り、54歳の時に望東尼を名乗るようになりました。

山荘は、高杉晋作など藩内外の志士がひそかに集まり談合する場所となったことでも知られています。

当時の草庵は腐朽してしまいました。明治42(1909)年に復元され、その後平尾望東会に引き継がれて再建されました。昭和49(1974)年には市指定文化財に指定されています。

隣接する野村望東尼資料館で、詳しく望東尼を紹介しています。

☎718-1013  
☒714-2141

☎718-1013  
☒714-2141

☎718-1013  
☒714-2141

## ●平尾八幡宮(平尾四丁目)



平尾の住宅街にある平尾八幡宮は、神功皇后、応神天皇玉依姫命を祭った平尾の産土神(氏神、鎮守の神)として地域住民に親しまれています。

慶長の始め(17世紀前後)に創建地の古宮(現在の市崎付近)から旧平尾村の小高い場所に遷座されたと伝承されています。

5月17日(金)には春の大祭も行われます。

☎718-1013  
☒714-2141

☎718-1013  
☒714-2141

## 代理人の証明請求には委任状を

市税に関する証明を請求する場合は、家族であっても委任状が必要です。委任者および代理人の本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)も併せてお持ちください。☎区納税課 ☎718-1049 ☒714-4231

### 健康づくりのボランティアを始めませんか～ヘルスマイト養成教室

食生活改善推進員「ヘルスマイト」は、地域の人が健康な毎日を送るよう、正しい食生活や運動の大切さを伝えるボランティアです。



ヘルスマイト養成教室では、医師や管理栄養士、健康運動指導士を講師に迎え、食育や運動、食品衛生について講義や実習を行います。健康づくりの知識を学び、ヘルスマイトとして活動してみませんか。

期 5月30日～7月25日の毎週木曜日、全9回、午前10時～正午（開始、終了時刻は回によって異なります）所 あいれふ7階第二研修室（舞鶴二丁目）区内に住みボランティア活動ができる人 定 先着20人 料 無料 申 問 4月15日(月)午前10時から電話かファクスに教室名、住所、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて区健康課（☎761-7340 ☎734-1690）へ

### アラフォーママ子育てサロン

40歳前後に第1子を出産したママ同士で交流し、悩みを共有しませんか。

期 5月29日(水)午前10時～正午（開催時間内は自由に入退可）

所 中央児童会館あいくる7階集会室（今泉一丁目）※専用の駐車場はありません。車で来

館する場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

期 区内在住で40歳前後に第1子を出産した人と0歳～おおむね3歳の子ども 料 無料 申 問 4月15日(月)～5月22日(水)に電話か右コードから申し込んでください。



スマホはこちらから

期 区地域保健福祉課 ☎718-1111 ☎734-1690

### 中央体育館のイベント

#### ①げんきっずひろば前期

走る・跳ぶ・投げるなど、運動に必要な基礎的な動作を遊びの中で身に付けます。



期 5月18日～6月22日の毎週土曜日、全6回、午後3時30分～4時30分 定 抽選で10人 対 幼児（年中、年長） 料 3,000円

#### ②腸&リンパ美人エクササイズ 前期

腸・リンパを中心にマッサージを行うことで腸内環境を整えます。

期 5月27日～7月8日の毎週月曜日（6月17日を除く）、全6回、午後1時30分～2時30分 定 抽選で15人 対 18歳以上 料 4,200円

#### 【共通事項】

申 問 中央体育館のホームページ（「福岡市スポーツ協会」で検索）から申し込むか、またはファクスに教室名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて4月15日(月)～30日(火)までに同体育館（〒810-0042 赤坂二丁目5-5 ☎741-0301 ☎741-0617）へ申し込んでください。

### 中央市民プールのイベント

5月5日(日・祝)の「こどもの日」は、小中学生とその付き添いの人はプールが無料で利用できます。



#### ①みんなで楽しく♪アクアエクササイズ

健康の維持・増進や地域の交流を目的とします。

期 5月5日(日・祝)午前11時～正午 定 先着20人 料 無料 申 問 4月15日(月)以降に来館の上、1階受付で参加者の氏名（ふりがな）、年齢（学年）、電話番号を記入してください。

#### ②大人スイミング教室

水泳の基礎的な技術や知識を学びます。

期 5月29日～7月10日の毎週水曜日（6月19日を除く）、全6回、午後2時30分～4時 定 抽選で10人 対 18歳以上 料 4,100円

#### ③小学生水泳教室

スポーツの爽快感や楽しさを体感しながら、水泳の基本的な技術等を効果的に習得します。

期 5月29日～7月10日の毎週水曜日（6月19日を除く）、全6回、午後5時～6時30分 定 抽選で8人 対 クロールが苦手な小学1～3年生 料 5,700円

#### 【②③共通事項】

申 問 往復はがきに教室名、参加者の住所、氏名（ふりがな）、年齢（学年）、電話番号を書いて4月15日(月)～28日(日)までに同プール（〒810-0061 西公園14-30 ☎712-8090 ☎712-8298）へ申し込んでください。

## 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 ② 健康・感染症対策係 ☎761-7340 ③ 母子保健係 ☎761-7338

④ 精神保健福祉係 ☎761-7339 ⑤ エイズダイヤル ☎712-8391 ☎0120-931-869、②～⑤ 共通 734-1690

※市県民税非課税世帯や満70歳以上の人は、健(検)診の料金が免除(証明書必要)。※料金の記載のないものは無料

※場所の記載のないものは中央区保健福祉センター(中央保健所・舞鶴二丁目あいれふ内)で実施。

内容	実施日		受=受付時間 実=実施時間	予約	対象・料金・その他	申 問						
	4月	5月										
健(検)診 よかドック(特定健診) 胃がん(胃透視) 乳がん 子宮頸(けい)がん 大腸がん 肺がん・結核検診 骨粗しょう症検査	30(水)	15(水) 29(水)	受8:30～10:30 予約は健(検)診日の土・日曜・祝休日を 除く10日前まで。 予約受付時間は平日 9:00～17:00	要	① 40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円 ② 保険証、よかドック受診券 ③ 40歳以上 料600円 ④ 40歳以上 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ※受診は2年度に1回 ⑤ 20歳以上 料400円 ※受診は2年度に1回 ⑥ 40歳以上 料500円 ⑦ 料40～64歳500円、65歳以上無料 ※喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で喀痰 (かたん)細胞診検査を希望する人は別途700円 ⑧ 40歳以上 料500円	①						
							16(火)	21(火)	受9:00～11:00	—	⑨ 20歳以上で過去に検査を受けたことがない人	②
							26(金)	10(金) 24(金)	受①10:00～ ②11:00～ ③13:00～	要	管理栄養士による食事のバランスや離乳食などの個別相談	
							22(月)	27(月)	実13:30～15:00	要	⑩ 生後4～6カ月頃の乳児の保護者。 離乳食開始の目安、初期の進め方を中心とした講話等。乳児の同伴可。 ※4月分は予約受付中、5月分は5月1日(水)予約開始	
							22(月)	27(月)	受13:30～15:00	—	⑪ 助産師等による妊娠、出産、育児などの相談、体重測定	
							19(金) 26(金)	10(金) 17(金) 24(金)	実13:30～15:30	—	⑫ 妊婦とその家族。妊娠、出産、育児についての講話と実技	
—	2(木)	実14:00～16:00	要	⑬ 精神科医による相談	④							
エイズ即日検査	16(火)	7(火) 21(火)	受9:00～10:30	要	⑭ 匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後 ※変更や中止はホームページでお知らせします。	⑤						
	—	12(日)	受14:00～15:00	—	⑮ 先着50人。匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後							

### 母子巡回健康相談

乳幼児の身体測定、育児相談。予約不要

公民館	実施日	受付時間
中央保健所(あいれふ)	4/24(水)	13:30～14:00
笹丘	4/25(木)	13:30～14:00
小笹	4/26(金)	13:30～14:00
春吉	5/15(水)	13:30～14:00
平尾	5/17(金)	13:30～14:00
福浜	5/20(月)	10:00～10:30
高宮	5/20(月)	13:30～14:00
草ヶ江	5/27(月)	13:30～14:00

期 区地域保健福祉課 ☎718-1111 ☎734-1690

### 献血

予約不要、⑯ 男女とも体重50kg以上  
▷ 男性=満17～69歳 ▷ 女性=満18～69歳

公民館	実施日	受付時間
春吉	5/14(火)	10:00～12:00 13:00～15:30

期 企画管理係 ☎761-7318 ☎734-1690



市健康づくりイメージキャラクター  
よかるーもん