



中央区

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



中央区花いっぱい運動をテーマにした衣装を着る博多やまき小僧(区役所玄関前広場)



フェイスブック



インスタグラム



エックス

人口 215,203人(-26) 男97,378人 / 女117,825人
世帯数 137,841世帯(-26) 令和7年9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

あなたの作品で 区役所を彩りませんか

プリザーブドフラワーアレンジメント講座を開催します。作品はフラワーウィーク期間中、区役所階段の踊り場に展示します。※作品は1世帯につき1つ制作でき、展示後は持ち帰れます。

☎10月18日(土)午前10時～☎区役所3階会議室☎先着16人☎中学生以上☎無料☎10月1日(水)午前10時以降に電話またはメール(☎kikaku.CWO@city.fukuoka.lg.jp)に参加者の名前、電話番号を書いて申し込みを。☎区企画振興課 ☎718-1015 ☎714-2141



昨年の様子

市は、「花と緑あふれるまち・福岡」を目指してさまざまな取り組みを進めています。来年3月には、市植物園(小笹五丁目)で「フクオカフラワーショー2026」が開催されます。区では、地域や学校、企業・団体などと協力して花を植え、交流のきっかけづくりと潤いのあるまちづくりを目指して、「中央区花いっぱい運動」に取り組んでいます。そ

☎718・1015 ☎714・2141

また、庁舎内1階階段には、大濠高校美術部による花をテーマにした階段アートを展示します。☎区企画振興課 ☎718・1015 ☎714・2141

中央区花いっぱい運動 フラワーウィーク



スポーツで地域交流と健康増進 中央区モルック大会を開催します

区では、スポーツを通じて区民の親睦を深め、健康を増進することを目的に、毎年スポーツ大会を実施しています。経験がない人でも気軽に参加できる競技「モルック」を通じて地域交流の機会にしてみよう。昨年第1回大会を開催しました。

区大会は、各校区・地区大会を勝ち抜いたチームで行われます。木製の棒「モルック」を投げ、数字が書かれた木製のピン「スキットル」を倒し、得点を競います。ルールは簡単なので、子どもから大人まで一緒に楽しむことができます。道具は貸し出していますので、問い合わせ先までお尋ねください。



3～4メートル離れたスキットルにモルックを投げます

●モルックとは

木製の棒「モルック」を投げ、数字が書かれた木製のピン「スキットル」を倒し、得点を競います。ルールは簡単なので、子どもから大人まで一緒に楽しむことができます。道具は貸し出していますので、問い合わせ先までお尋ねください。

☎718・1015 ☎714・2141

安心子育て応援セミナー

赤ちゃんの成長や赤ちゃんとの関わり方について学び、育児の不安を解消しましょう。



☎11月6日(木)午後1時30分～3時(受付は午後1時～)☎あいれふ5階保健指導室(舞鶴二丁目)☎区内に住む第1子の乳児(令和7年7～9月生まれ)とその保護者1人☎先着16組程度☎無料☎10月6日(月)～30日(木)に電話または右コードから申し込みを。☎区地域保健福祉課 ☎718-1111 ☎734-1690



スマホはこちらから

アラフォーママ子育てサロン

40歳前後で第1子を出産した母親同士で交流し、悩みを共有しませんか。

☎11月5日(水)午前10時30分～正午☎中央児童会館あいくる7階集会室(今泉一丁目)☎区内に住み、40歳前後で第1子を出産した母親とおおむね3歳までの子ども☎無料☎10月8日(水)～29日(水)に電話または右コードから申し込みを。

☎区地域保健福祉課 ☎718-1111 ☎734-1690



スマホはこちらから

精神保健家族講座

家族や支援者が、心の病気について学ぶ講座です。「当事者の話・地域活動支援センターについて・家族交流会」をテーマに、地域活動支援センター員が講演します。

☎10月31日(金)午後2時～3時30分☎あいれふ7階第2研修室(舞鶴二丁目)心の病気に悩む人の家族や支援者☎先着50人☎無料☎10月30日(木)までに電話かファクスで申し込みを。

☎市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 ☎791-7354

体組成×運動×食事で生活習慣病予防！ 一体をつくる3ステップ講座

体組成測定で自分の筋肉量や体脂肪率を知り、生活習慣病を予防するための運動と食事のポイントを全3回で学びます。体の変化をチェックしながら、生活習慣病予防に取り組みましょう。



よかるーもん

- ①「はじめよう！運動きっかけ教室」
- ②「代謝アップ！冬をのりきる体づくり」
- ③「定着させよう！運動習慣」

☎①10月17日(金)②12月5日(金)③2月6日(金)午後1時20分～3時☎あいれふ4階にこのルーム(舞鶴二丁目)☎区内に住む30歳以上の人(妊娠中の人・ペースメーカー装着中は参加できません)☎先着20人(なお、体組成測定のみ参加も可。各回午後3時～、先着15人)☎無料☎10月2日(木)午前9時以降に電話または右コードから申し込みを。

☎区健康課 ☎761-7340 ☎734-1690



スマホはこちらから

西日本短期大学の学生による運動教室

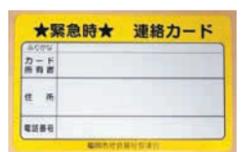
福浜公園内にある健康パークステーションで、健康スポーツコミュニケーション学科の学生が月に1回、運動教室を実施します。簡単な準備運動の後に、毎月さまざまなスポーツを楽しめます。また、健康遊具の使い方も指導します。

☎10月10日(金)午前9時～10時☎福浜公園(福浜二丁目)☎区内に住む人☎無料☎不要☎区地域保健福祉課 ☎718-1111 ☎734-1690

持ってて安心！「緊急時連絡カード」

緊急連絡先やかかりつけ医などを記入する「緊急時連絡カード」=写真=を持っていると、外出先での事故や急病の際などに救急隊や警察などから家族などに連絡することができます。カードは区社協事務所窓口で配布するほか、希望者には郵送も行っていきます。

☎中央区社協事務所 ☎737-6280 ☎737-6285



小型充電式電池は 回収ボックスへ！

リチウムイオン電池など小型充電式電池は衝撃が加わると発火のおそれがあります。ごみ袋で出さず、資源物回収ボックスへ。詳しくはホームページ(「福岡市 ぐみと資源」で検索)で確認を。☎区生活環境課 ☎718-1091 ☎718-1079