



中央区

※保健だよりは毎月15日号に掲載しています。

中央区役所 〒810-8622 中央区大名二丁目5-31

区役所代表電話 ☎714-2131

午前8時45分～午後5時15分 土・日・祝日・年末年始を除く

区ホームページは「福岡市 中央区」で検索するか右のコードから
区フェイスブックページは「情報発信中央区」で検索



区役所前のアジサイ

区の人口 204,325 人 (前月比 1,287 人増) (男 91,288 人 女 113,037 人) 世帯数 126,309 世帯 (前月比 1,207 世帯増) (令和2年5月1日現在推計)

調、所、園 など文中で使用している記号の説明は、本紙 11 面を参照してください。

6月は「食育月間」です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

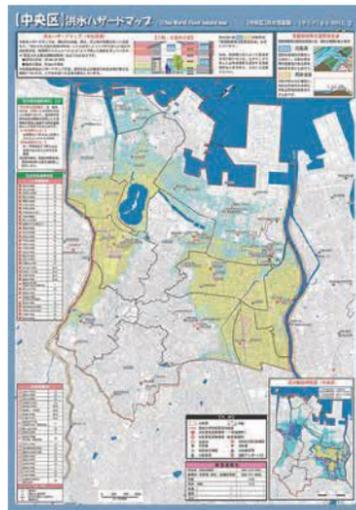
健康な体は正しい食生活でつくられます。普段の食事の栄養バランスを見直し、正しい食生活を心掛けるなど食育の実践に取り組んでみましょう。
園区健康課 ☎761-7340 ☎734-1690



市食育推進キャラクター「いくちゃん」

食中毒を予防しよう

新型コロナウイルス感染症対策で食品のテイクアウト、デリバリーの利用が増えています。テイクアウト利用時にも食中毒に注意が必要です。次のポイントに注意しましょう。
○寄り道をせずに、すぐ持ち帰る
○車の中や直射日光の当たる場所に放置しない
○早めに食べる
園区衛生課 ☎761-7356 ☎761-8280



新しいハザードマップのイメージ図

お知らせ

これから梅雨や台風の時期を迎え、大雨などによる災害発生の危険性が高まります。事前に避難行動について考えておくことが大切です。

ハザードマップが新しくなりました

近年発生している大規模災害の被害を踏まえ、市は、家屋などの浸水や河川の氾濫が想定される区域、開設する避難所を

多くの人が集まる避難

避難場所について考えておこう

▽マスク▽体温計▽消毒液▽ビニール手袋▽防寒着▽歯ブラシ▽タオル▽スリッパなど

区地域支援課
☎718・1056
☎714・2141

問い合わせ先

危険箇所を見直そう 自分に合った避難行動



見直し、新しい洪水ハザードマップを作成しました。自分の住んでいる地域に、どのような危険があるか確認しておきましょう。

所では、新型コロナウイルスなどの感染症にかかるリスクが高くなります。災害発生時に、自宅

また、避難所が過密になるのを防ぐため、親戚や知人の家などへ避難する方法もあります。

避難所に行く場合は、感染症対策として次の物を持参し、毎日体温を計測して、健康状態を確認しましょう。

保健だより

【問い合わせ・申込先】

- ①予約センター ☎0120-985-902
- ②健康づくり係 ☎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
- ☎①0120-931-869、②～⑤734-1690

※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。

健(検)診・検査・相談等

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

内容	実施日		受付時間 実施時間	予約	対象・料金・その他	園		
	6月	7月						
健(検)診	よかドック(特定健診)		8:30~10:30 ※予約は、土日祝日を除く10日前まで(6月中旬から予約再開予定)。予約受付時間は平日9:00~17:00	要	40~74歳の市国民健康保険被保険者 500円園保険証、よかドック受診券	①		
	がん検診	胃がん(胃透視)					40歳以上園600円	
		乳がん					40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ※受診は2年度に1回	
		子宮頸(けい)がん					20歳以上園400円 ※受診は2年度に1回	
		大腸がん					40歳以上園500円	
		肺がん・結核検診					【胸部エックス線撮影】 40歳~64歳500円、65歳以上無料 【喀痰(かたん)細胞診検査】 喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上園700円	
骨粗しょう症検査		40歳以上園500円						
検査・相談	B・C型肝炎ウイルス検査		9:00~11:00	要	20歳以上で過去に検査を受けたことがない人	②		
	栄養相談		1(水) 9:30~11:30	要	管理栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。			
	離乳食教室		27(月) 13:30~15:00	要	離乳食の進め方の講習。乳児の同伴可。試食はありません。☎6月15日(月)午前10時から電話で上記②へ			
	母子(赤ちゃん)何でも相談		未定	要	助産師による妊娠、出産、育児などの相談。体重測定。☎母子健康手帳		③	
	マタニティスクール			要	妊娠、出産、育児についての講義と実技。☎妊婦とその家族			
	心の健康相談		16(木) 14:00~16:00	要	精神科医による相談。		④	
	精神保健家族講座		26(金) 10(金) 13:30~15:30	要	心の病をもつ人の家族▷お薬の話▷家族の対応について			
エイズ即日検査		毎週火曜日(祝日は除く)	9:00~10:30	要	匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後 ※第2日曜日の再開については未定。	⑤		

保健所レター

熱中症に気を付けよう

新型コロナウイルス感染症対策を取りながら、これまで以上に熱中症予防にも気を付けましょう。高齢者や乳幼児には特に注意が必要です。



【予防のポイント】

- 小まめに水分・塩分を補給する
- 涼しい衣類や帽子を着用し、暑い日や、暑い時間帯は無理をしない
- 換気を確保しつつ、クーラーなどを利用して、室温が28℃以上にならないよう温度を調整する
- 高温・多湿の中でのマスク着用は要注意。周囲との距離(2m以上)を十分に取れる場合は、マスクを外す

園区地域保健福祉課

☎718-1111 ☎734-1690

健診などについて

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、健診などが再開・中止・延期になる場合があります。実施については、区ホームページをご覧ください。各問い合わせ先にご確認ください。