

さわら

区のマーク

人口 **222,462人**(前月比142人増) 男 104,356人 女 118,106人

世帯数 **103,343世帯**(前月比162世帯増)(令和4年8月1日現在推計)

早良区役所 代表電話 ☎841-2131

〒814-8501 早良区百道二丁目1-1

入部出張所 ☎804-2011

〒811-1102 早良区東入部二丁目14-8



早良区HP

区の事業や
手続き案内



彩食健美の玉手箱

自然や文化
など区の魅力



脇山のコスモス

期=日時 所=場所 問=問い合わせ ☎=電話 F=ファクス 対=対象 定=定員 料=料金、費用 持=持参 託=託児 申=申し込み 電=メール 開=開館時間 休=休館日



区の魅力を満喫しよう

さわらの秋

早良区は豊かな自然と、近代的な街並みが融合した魅力あるまちです。区の自然、イベント、食などを広く紹介するパンフレット「さわらの秋」を各区役所や出張所、情報プラザ（市役所1階）などで配布しています。「さわらの秋」で、秋を楽しみませんか。パンフレットは、区ホームページ（「さわらの秋」で検索）からもダウンロードできます。

問区企画課 ☎833-4412 F846-2864



飲食店や雑貨店など63の協賛店や、区内の特産品、イベントを紹介

「さわらの秋」の情報をスマホで簡単に入手できます

スマートフォンで右のコードを読み取り、「さわらの秋」をホームページ画面に追加すると、公式ホームページや協賛店の地図、Instagram投稿キャンペーンなどの詳しい情報を見ることができます。



10/23 (日) サツマイモ掘り&芋ツルのリース作り体験

脇山の豊かな自然と秋の味覚を満喫できます。収穫したイモは持ち帰ることができます。

所脇山公民館

期午前10時～正午

定抽選25人 ※小学生以下は保護者同伴

料500円(4歳以上有料)

申9月30日(金)必着



リースはどんぐりなどを使って自由に飾り付けします

11/3 (木・祝) 火起こし&焼き芋体験

いろいろな道具を使って火おこしに挑戦。火おこしの後は脇山産のサツマイモを焼き芋にして、秋の味覚を堪能します。



自然の中で出来たてを

所脇山野営場(脇山1780-2)

期午前9時～正午 定抽選6組 ※中学生以下は保護者同伴

料1人1,000円(小学生以上有料) 申10月7日(金)必着

11/12 (土) サイクリング体験

ジャイアントストア福岡店の協力の下、室見川河川敷や脇山周辺の紅葉などを楽しみながら約30kmのコースを散策します。



秋の風を感じながらサイクリングしませんか

所ジャイアントストア福岡店(百道浜1-3-70)

期午前10時～午後3時 対18歳以上

定抽選6人 料500円 申10月14日(金)必着

11/23 (水・祝) さわらの秋 モニターツアー



早良区の自然や見どころスポットを巡る日帰りバスツアーです。

所早良区役所 期午前9時～午後5時

対ツイッターやInstagramなど個人のSNS等で当日の様子を発信できる人

定抽選20人 ※中学生以下は保護者同伴で、保護者がSNS等で発信可能であれば可

料2,000円※昼食代含む(24歳以下は1,000円、小学生以上有料) 申10月25日(火)必着

今回のモニターツアーは、早良区の大学生12人が、実行委員としてツアー内容を企画。現地確認や意見交換を重ねながら準備を進めています。実行委員の西南学院大学3年生・井手隆成さん=写真=は「何年たっても、あの時は楽しかったと思い出してもらえようなツアーにしたいです」と話しました。



■申し込み方法：はがき(〒814-8501住所不要)かメール(sawaranoaki@city.fukuoka.lg.jp)、ファクスにイベント名、参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号を記入して応募してください。■問い合わせ・申込先：区企画課 ☎833-4412 F846-2864

スタンプラリーで脇山米をプレゼント



スタンプを三つ集め、引き換え場所に持参した人先着500人に、脇山米1キロをプレゼントします。スタンプは10月14日(金)から11月15日(火)までに、「さわらの秋」協賛店で500円以上の飲食や買い物をするともらえます。詳しくはパンフレットを確認を。



スタンプラリー用紙はパンフレットに付いているよ



【引き換え場所と時間】

区企画課：平日の午前9時～午後5時
ワッキー主基の里(脇山592-1)：午前8時～午後4時※月曜定休

Instagram 投稿キャンペーン



区で見つけた秋の景色、家族や友人と過ごした思い出の場所など、区ならではの秋を感じる写真をInstagramに投稿してください。投稿した人の中から抽選で景品を差し上げます。投稿方法等は、区ホームページ(「さわらの秋 さわら秋日記」で検索)で確認してください。

【応募期間】10月1日(土)～11月30日(水)

※期間中、何度でも応募できます。



投稿キャンペーンでもらえる景品。左からチェキインスタックスミニ40、さわらの秋コーヒー&焼き菓子セット、500円分ギフトカード

10/23(日) 早良市民センター 秋の文化祭

1. みんなで楽しむアニメ映画「スポンジボブ海のみんが世界を救Woo！」

【午前の部】午前10時～11時40分

【午後の部】午後1時～2時40分

定各先着500人 料無料

2. おもしろ落語2人会

期午後3時～4時半 定先着50人 料無料

3. ファニーフタガワのマジックショーと手品教室

期午前10時半～11時半

定先着50人 料無料

4. 春まで楽しめるハンギングポットの寄せ植え講座

【午前の部】午前11時～正午

【午後の部】午後2時～3時

対小学生以上 定各先着12人 料無料

※1～4共通

所早良市民センター

☎831-2321 F831-2355

申9月15日(休)から往復はがき(〒814-0006百道2-2-1)か、メール(sawaracivic@hotmail.co.jp)、窓口(はがき持参)で、イベント名(1、4は午前または午後)、代表者の氏名、電話番号、住所、参加人数を書いて同センターへ。

また、当日早良図書館で、図書館で廃棄される本を差し上げます。時間は午前11時から午後4時半まで。※本がなくなり次第終了。

その他、10月中は2階ロビーで俳句や川柳、絵画等のサークルの作品を展示しています。

家族介護者のつどい

介護者同士の情報交換・交流、フラワーアレンジメント体験などを行います。

期10月7日(金) 午前10時～正午
 所早良市民センター
 問市介護実習普及センター

☎731-8100 ㊟731-5361
 対市内在住で、要支援又は要介護の認定を受けた人を在宅で介護している人
 定先着20人
 料無料
 申事前に電話かファクス、メール (f_kaigon@fukuwel.or.jp) で氏名、電話番号、催し名を書いて上記問い合わせ先へ。



健康セミナー

「生活習慣病予防と免疫力アップ～腸内環境と健康～」をテーマに、中村学園大学栄養科学部栄養科学科准教授の田辺賢一さんが講演します。

期10月25日(火) 午後1時半～3時 料無料
 所①早良保健所 ②自宅 ※ウェブ会議サービス「Zoom(ズーム)」を利用して視聴
 問区地域保健福祉課 ☎833-4363 ㊟833-4349
 定①先着30人 ②先着100人
 申9月15日(木)～10月17日(月)に、区ホームページ(「早良区 健康セミナー」で検索)から申し込みを。
 スマホはこちらから



運動から始める認知症予防教室

認知症予防に役立つ運動を紹介します。管理栄養士、歯科医師・歯科衛生士による講話も行います。(全5回)

期下表の通り。全て午後1時半～3時。
 所ともてらす早良(四箇田団地9-1)
 問区地域保健福祉課 ☎833-4363 ㊟833-4349
 対医師から運動制限を受けていない65歳以上で、介護保険サービスを利用していない人
 定抽選15人 料無料
 申電話かファクスで住所、氏名、電話番号を9月28日(水)必着で同課へ。

	実施日	内容
①	11/1(火)	認知症についての講話、運動
②	11/8(火)	オーラルフレイル予防講話、運動
③	11/15(火)	栄養講話、運動
④	11/22(火)	運動、脳トレ
⑤	11/29(火)	運動、脳トレ

子育て講演会

乳幼児期を中心に、「発達障害とは何かを知る」をテーマに、市西部療育センターの医師 八坂知美さんが講演します。

期10月13日(木) 午前10時～11時半
 所自宅等でオンラインセミナーサービス「Zoom(ズーム) ウェビナー」で参加
 問区地域保健福祉課
 ☎833-4363 ㊟833-4349
 定先着100人
 料無料



申9月15日(木)～10月5日(水)に、区ホームページ(「早良区 子育て講演会」で検索)の申込フォームから申し込みを。
 スマホはこちらから



早良市民プールの教室

①健康ストレッチ&簡単体操(フロア)

フロアでのストレッチ運動を行い、運動不足の解消と、より健康的な生活を送るための簡単な体操を行います。

期11月1日～11月29日の毎週火曜日、全5回、午前9時45分～11時15分
 対18歳以上 定抽選15人 料3,500円

②大人の水泳教室(中級クロール)

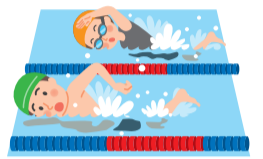
水泳の基本からクロールの息継ぎまで楽しく学べる中級者向けのレッスンです。

期11月14日～12月12日の毎週月曜日、全5回、午後7時～8時半
 対18歳以上 定抽選12人 料4,500円

※①、②共通

所問早良市民プール

☎841-1080 ㊟846-6528



申往復はがき(〒814-0004 曙1-3-15)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、10月15日(土)必着で同プールへ。

就業構造基本調査にご協力を

総務省が5年に1度行う調査で、就業状況や就業希望の有無等の調査を行います。調査結果は雇用政策や経済政策などの企画・立案のための基礎資料として活用されます。9月下旬から、無作為に選ばれた570世帯を調査員が訪問しますので、ご回答をお願いします。

問区総務課 ☎833-4303 ㊟833-4388

保健福祉センターだより

【問い合わせ先・申込先】

- ①集団健診予約センター ☎0120-985-902 ㊟0120-931-869
- ②エイズ相談専用電話 ☎846-8391 ㊟822-5733
- ③健康課健康・感染症対策係 ☎851-6012 ㊟822-5733
- ④健康課母子保健係 ☎851-6622 ㊟822-5733
- ⑤健康課精神保健福祉係 ☎851-6015 ㊟822-5733

保健福祉センター(保健所)で実施する検査・教室・相談

※健(検)診を受診希望の人は、実施日から土・日曜・祝休日を除く10日前までに必ず予約を(受付時間は平日午前9時～午後5時)。

内容	実施日		受=受付時間 実=実施時間	予約	対象者・料金・その他 【費用の記載がないものは無料】	申 問
	9月	10月				
よかドック(特定健診)					対40～74歳の市国民健康保険の被保険者 料500円 ㊟健康保険証と受診券	
がん検診	胃がん	・3(月) 予約は9/15(木)まで ・20(木)★ 予約は10/5(水)まで	受8:30～10:30 ◇下記コードから予約を。 	要	対40～69歳 料600円	①
	子宮頸(けい)がん				対20歳以上 料400円	
	乳がん				対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				対40～64歳 料500円 対65歳以上 料700円	
	結核・肺がん				対35歳・40歳 料1,000円	
胃がんリスク検査					対40歳以上(骨粗しょう症で治療中または経過観察中でない人) 料500円	
骨粗しょう症検査						
エイズ・クラミジア・梅毒検査	21(水)	5(水) 19(水)	受9:00～11:00	匿名での検査。		②
B型・C型肝炎検査	21(水)	19(水)	受9:00～11:00	対20歳以上(肝炎検査を受けたことがない人)		③
栄養相談	29(木)	12(水) 28(金)	実10:00～14:45	生活習慣病予防や離乳食などに関する栄養相談。		④
離乳食教室	-	17(月)	実13:30～14:30	対4～8カ月児の保護者(4カ月児検診後)		⑤
母子健康手帳交付	平日		実9:00～17:00	対市内に住む妊婦 ㊟妊娠届出書、マイナンバーが分かるものと本人確認書類		⑥
妊婦個別相談	11月7日(月)、14日(月)		申10月1日(土)から10日(月・祝)までに区ホームページ(「早良区妊婦個別相談」で検索)から申し込みを。			⑦
心の健康相談	-	13(木)	実9:30～11:30	要 専門医が相談に応じます。		⑧
	-	17(月)	実13:30～15:30			

校区献血

場所	実施日	受付時間
高取公民館	9/15(木)	9:30～13:00 14:00～15:30
早良公民館	10/3(月)	10:00～12:00 13:00～16:00
四箇田公民館	10/3(月)	10:00～13:00 14:00～15:30
百道公民館	10/8(土)	10:00～12:00 13:00～15:00

問区健康課 ☎851-6659 ㊟822-5733

母子巡回健康相談

場所	実施日	受付時間
野芥公民館	9/29(木)	13:30～14:00
飯倉中央公民館	10/24(月)	
田隈公民館	10/25(火)	
田村公民館	10/26(水)	
大原公民館	10/27(木)	
飯原公民館	10/28(金)	

対妊産婦および0～6歳児とその保護者
 定各日先着12組
 申実施日の14日前(土・日曜・祝休日の場合は翌営業日の平日)の9:00から受付開始
 問区地域保健福祉課
 ☎833-4363 ㊟833-4349

▷子宮頸がん・乳がん検診は、2年度に1回受診できます(令和3年4月以降に受診した人は受診できません)。
 ▷よかドックの結果票は、受診日の約1カ月後に保健福祉センター(保健所)で行われる結果説明会で交付します。
 ▷満70歳以上および市県民税非課税世帯等は、健(検)診料金が免除されます(証明書等が必要)。詳細は③にお問い合わせください。
 ★「健康づくり月間企画」の一環で、受診の際、血管年齢も測定できます。