



城南区

※健康だよりは毎月15日号に掲載



ヤマハッカ市民の森(油山)

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区鳥飼六丁目1-1
窓口受付時間:午前8時45分~午後5時15分
(土日・祝休日・年末年始を除く)
区ホームページは「福岡市城南区」で検索



区のシンボルキャラクター 油山の妖精「ニッコりん」

区の人口 133,170人 (前月比68人増) (男 62,490人 女 70,680人) 世帯数 68,498世帯 (前月比47世帯増) (令和4年10月1日現在推計)

📅 =日時、期間 📍 =場所 🗨️ =問い合わせ ☎ =電話 📠 =ファクス 👤 =対象 👤 =定員 💰 =料金、費用 📠 =託児 📄 =申し込み ✉ =メール 🏠 =ホームページ 📎 =持参

人と人のつながりをつくる 安心で住みやすいまちに

各校区の社会福祉協議会は、地域の人が住み慣れたまちで安心して暮らせるよう、さまざまな活動をしています。声掛けなどの見守り活動や、住民の交流の場づくりなどに取り組んでいる団体の活動を紹介します。

鳥飼 見守り活動で安心して暮らせるように

鳥飼校区社会福祉協議会は、高齢者や障がい者、子育て家庭などを対象に見守り活動に取り組んでいます。

各町内の見守り担当委員は、自宅を訪問し、一人暮らしで困っていることや、子育ての不安や悩みを聞いたたり、高齢者には必要に応じて、高齢者の総合相談窓口「いきいきセンター」などにつないだりしています。また、町内ごとに見守り対象者の情報を共有し、災害時に在宅避難している人の安否確認の声掛けや、体が不自由な人との避難の仕方などを検討しています。

同会の石飛善明会長は、「支援が必要な人は、地域で支えていけるよう、委員で協力しながら見守り活動を続けています」と話しました。



会議で見守り活動について話し合う委員

堤丘 地域のつながりを大切に

堤丘校区社会福祉協議会は、コロナ禍でふれあいサロンの開催に苦慮する中、全ての町内が工夫をして、活動に取り組んでいます。

樋井川一丁目「さくらの会」は、引きこもりがちな高齢者に体を動かして元気になってもらおうと、レクリエーションなどを毎月企画しています。6月は、気軽に楽しめるスポーツ「モルック」II下写真IIや「ポッチャ」を実施しました。参加した人からは、「サロンをきっかけに、地域の人と交流することができ、元気が出ました」などの声が聞かれました。



各校区の社会福祉協議会の活動については、区社会福祉協議会にお問い合わせください。

☎8332・6427
📠8332・6428

城南区 秋の紅葉スポット

これから見頃を迎える、区内の紅葉スポットを紹介します。



油山市民の森



油山では、10月中旬からもみじやイチョウが徐々に色づき始め、11月中旬に見頃のピークを迎えます。

◆もみじ谷

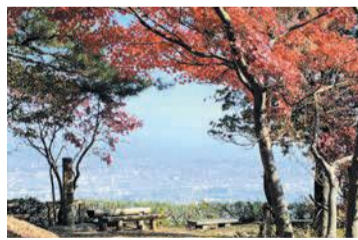
谷を囲む周回コースは、谷を見下ろしながら紅葉を楽しむことができます=写真。



谷一面の紅葉は園内でも人気があります。コースの途中には谷へ下る道があり、11月後半には、落葉したもみじのじゅうたんを楽しめます。

◆ニッコりん展望所

市内を一望することができ、見晴らしの良い景色と、もみじやイチョウの紅葉と一緒に楽しめます=写真。



※リニューアル工事の影響で、駐車場の利用台数に限りがあります。11月の日曜・祝日は混雑する可能性がありますので、公共交通機関の利用にご協力ください。車での来園は平日がおすすめです。

📍油山市民の森 ☎871-6969 📠801-1463



友泉亭公園



市指定名勝に登録されている池泉回遊式日本庭園「友泉亭公園」では、池の周りの散策路を歩きながら、園内を彩る紅葉を楽しむことができます。

◆冠木門 (かぶきもん)

柱に横木を通した屋根のない門、冠木門を抜けると、辺り一面に紅葉が広がります=写真。



門の奥にある、赤い野点傘と緋毛氈(ひもうせん)を敷いたバンコ(長いす)は、人気の撮影スポットです。

◆大広間

池に面した17.5畳の大広間は書院造りになっています。中から園内の紅葉を一望することができます=写真。



また、池のコイに餌(100円)をあげることもでき、親子で楽しめます。抹茶と干菓子のセット(500円)と共に、ゆったりとした時間が過ごせます。

📍同公園管理事務所 ☎711-0415

市民総合防災訓練

10月16日に令和4年度市民総合防災訓練が行われました。今年度は、区と堤地区自治協議会が共同で実施し、地域住民、城南警察署、陸上自衛隊、福岡管区气象台、城南消防署など約350人が参加しました。

今回は、マグニチュード7.2の地震が発生したという想定で、同地区住民による避難・情報伝達訓練を行いました。参加者は自治会ごとに一時避難所に集まった後、小学校に一緒に避難しました。

全ての自治会の避難が完了すると、同地区自治協議会の戸高輝美会長が細川浩行区長に避難状況の報告を行いました。



避難人員を報告する地域住民

そのほか、避難所運営体験、陸上自衛隊による防災講話などが行われ、講話に参加した人は、災害時の自衛隊の活動などについて、熱心に耳を傾けていました。

同地区防災防犯部の神野定明部長は、「避難訓練では、玄関ドアにかけてあるタオルを目印に安否確認を行うなど、防災防犯部を中心に準備をしてきたことの成果を出すことができました。地域の課題を確認することもでき、防災意識が向上しました」と話しました。

📍区総務課 ☎833-4055 📠822-2142

野焼きは禁止されています

野外等でのごみの焼却は、法律で禁止されています。周囲の人に迷惑をかけることとなります。ごみは、福岡市指定袋に入れて、決められた日時・場所に出してください。📍区生活環境課 ☎833-4086 📠822-4095

人権を尊重する市民の集い

「ライブ!人生相談 万事OK~日々の悩みから人権を考えていきましょう~」をテーマに詩人の伊藤比呂美さん=写真=が講演し、即興で人生相談に応じます。*手話通訳・要約筆記あり



撮影：吉原洋一

12月6日(火)午後2時~3時40分 城南市民センター 区生涯学習推進課 ☎833-4044 F822-2142 先着200人 無料 電話またはメール(j-shimin-c@city.fukuoka.lg.jp)に氏名(フリガナ)、住所、電話番号、「つどい参加希望」と書いて同課へ。区ホームページ(「人権を尊重する市民の集い」で検索)でも受け付けます。



スマホはこちらから

家族介護者のつどい

「家族介護者のつどい」では、日頃の悩みや気持ちを共有する介護者同士の情報交換・交流、相談員による介護に関する個別相談、季節の花の香りとしを楽しみながらフレッシュできるフラワーアレンジメント、福祉用具ミニ展示が行われます。

12月14日(水)午後2時~4時 城南市民センター 市介護実習普及センター ☎731-8100 F731-5361 市内に住む、要支援または要介護の認定を受けた人の介護者 20人 無料 筆記用具 電話、ファクスまたはメールに氏名、電話番号、催し名を書いて同センターへ。

中村学園大学・短期大学部 オンライン「公開講座」

同大学・短期大学部では、教員の専門分野を生かし、毎年公開講座を開催しています。



今年は、①旨い魚は、なぜうまい②食中毒の基礎知識③原典で読む文学④いまから始める株式投資⑤江戸時代の庶民の暮らしの5講座を行います。

11月1日(火)~来年1月31日(火) 同大学 連携推進部 ☎851-5579 F851-2578 無料(通信料は自己負担) 期間中にホームページ(「中村学園大学 公開講座」で検索)から申し込みを。

加湿器は適切な管理を

加湿器にはスチーム式、超音波式、気化式などの種類があります。いずれも適切に管理しなければ、給水タンク内などでカビや細菌が繁殖し、空気中に拡散する恐れがあります。加湿器が原因でレジオネラ肺炎などの感染症が発生した事例も報告されています。

特に、水を加熱しない超音波式と気化式には注意が必要です。取扱説明書をよく読み、次のポイントに注意して適切に手入れを行いましょう。

- ▷タンクの水はつぎ足さずに毎日交換する。
 - ▷タンク、フィルター、水受けトレイを定期的に洗浄する。
 - ▷使用後は洗浄し、乾燥させてから収納する。
- 区衛生課 ☎831-4219 F843-2662

公民館で マイナンバーカードの申請を

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付けや申請用の写真撮影を行います。カードは後日、郵送で受け取ることができます。



マイナちゃん

また、カードを持っている人を対象に、マイナポイントの申し込み、健康保険証利用の申し込み、公金受取口座登録のサポートも行います。*マイナポイントは12月末までにカードを申請した人が対象です。

区マイナンバーカード出張サポート受付センター ☎260-3590 F272-2312 (毎日午前9時~午後6時) 無料 区内に住む人 下表の予約期間に問い合わせ先へ。詳細は市ホームページ(「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)でご確認ください。

| 日時 | 公民館 | 予約期間 |
|----------------------|-----|-------------|
| 12/2(金) 9:30~12:30 | 田島 | 11/15~11/29 |
| 12/9(金) 13:30~16:30 | 堤 | 11/22~12/6 |
| 12/23(金) 13:30~16:30 | 堤丘 | 12/6~12/20 |
| 12/27(火) 9:30~12:30 | 長尾 | 12/8~12/22 |



区公式ツイッター

「ニコリんのつぶやき」
区政情報を発信しています



https://twitter.com/jonan_nikkolin

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各催しが中止になる場合があります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。

健康 だより

【問い合わせ・申込先】 *状況により中止になる場合もあります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。

- ① 集団健診予約センター ☎0120-985-902 F0120-931-869 (平日午前9時~午後5時)
 - ② 区健康課健康・感染症対策係 ☎831-4261 F822-5844 (Fは②~⑤共通)
 - ③ 区健康課母子保健係 ☎844-1071
 - ④ 区健康課精神保健福祉係 ☎831-4209
 - ⑤ 区健康課企画管理係 ☎831-4207
 - ⑥ 区地域保健福祉課 ☎833-4113 F822-2133
- *場所の記載のないものは保健福祉センター(保健所)で実施。料金の記載がないものは無料。



けんしんナビはこちらから

| 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 | 問 |
|----------------|---|------|-------|-----------------------------|----|---|----------------|
| | 11月 | 12月 | 1月 | | | | |
| 日曜福大キャンパス健診 | - | 4 | - | 受9:00~11:00 | | 下記よかドック、がん検診、胃がんリスク検査を福岡大学(七隈八丁目)で実施します。 | |
| よかドック(特定健診) | | | | | 要 | ④40~74歳の市国民健康保険加入者 ⑤500円 ⑥国民健康保険証、受診券 | 申し込みは①、問い合わせは② |
| がん検診 | | | | | 下 | ④40~69歳 ⑥600円 | |
| 胃がん(胃透視) | | | | | 記 | ④40歳以上 ⑥500円 | |
| 大腸がん | | | | | * | ④40歳以上女性(2年度に1回) ⑥40歳代1,300円、50歳以上1,000円 | |
| 乳がん | | | | | を | ④20歳以上女性(2年度に1回) ⑥400円 | |
| 子宮頸(けい)がん | | | | | 参 | ④40~64歳 ⑥500円 ※50歳以上の肺がんのハイリスク者で喀痰(かたん) | |
| 肺がん | | | | | 照 | ④65歳以上 ⑥無料 細胞診希望者は別途700円。 | |
| 結核・肺がん | | | | | | ④年度中に35歳または40歳になる人 ⑥1,000円 | |
| 胃がんリスク検査(血液検査) | | | | | | ④40歳以上(妊娠中の人、骨粗しょう症の治療中・経過観察中の人を除く) ⑥500円 | |
| 骨粗しょう症検査 | | | | | | | |
| エイズ・クラミジア・梅毒検査 | 16 | 7,21 | 11,18 | 受9:00~11:00 | - | 匿名での検査。検査結果は後日、本人に直接説明。 | |
| B・C型肝炎ウイルス検査 | 16 | 21 | 18 | 受9:00~11:00 | - | ④20歳以上(過去に検査を受けたことがない人) | |
| 栄養相談 | 22 | 6 | 24 | 受9:30~10:30 実11:00~12:00 | 要 | 管理栄養士が食生活の相談に応じます(1人1時間程度)。 *予約は前日まで。 | ② |
| 離乳食教室 | 15 | 20 | 17 | 実13:30~14:30 | 要 | ④生後4~6カ月児の保護者(乳児の同伴可) *予約は前日まで。 | |
| 個別deマタニティスクール | 21 | 5,12 | 16,23 | 実13:30~15:10 | 要 | ④妊婦とその家族など ⑥母子健康手帳・筆記用具 *動きやすい服装で。 | ③ |
| 心の健康相談 | 17 | 15 | 19 | 実14:00~16:00 | 要 | 専門の医師が相談に応じます。*予約は前々日まで。 | ④ |
| 献血 | 【城南保健所】11/17(木)10:00~12:00、13:00~16:00 | | | | | | ⑤ |
| 母子巡回健康相談 | 身体測定や育児相談を実施。受13:30~14:00(鳥飼公民館のみ9:45~10:15) ④妊婦、乳幼児と保護者 ⑥母子健康手帳、タオル 【金山公民館】11/17(木)【城南公民館】11/18(金)【田島公民館】11/21(月)【堤丘公民館】11/22(火)【鳥飼公民館】12/2(金) 【七隈公民館】12/2(金)【堤公民館】12/5(月) | | | | | | ⑥ |

*よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の申し込みは、各健(検)診日の10日前(土・日曜・祝休日を除く)まで。
*満70歳以上や市県民税非課税世帯の人などは、よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の受診料が減免されます(証明書が必要)。