学びや交流を身近な場所で

校区のイ

ベントに参加

しませ

h

か

では、

地域の祭り情報

■ =託児 ■ =申し込み 🖾 =メール 💵 =ホームページ

催している

・ます。

スポー

る地域カフェ

「サン

タック」

で一休みし、

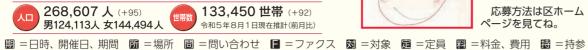
できるイベントや講座を まざまな世代の人が参加

た後は、

公民館で開



保健福祉センターだよりは月1回、15日号に掲載

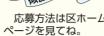


133,450 世帯 (+92) 令和5年8月1日現在推計(前月比)



いなば そうすけ **因幡 奏佑さん** (3歳)作

※年齢・学年は応募時 のものです





区の広報担当キャラクタ **「ため蔵」**くん

のを通じて地域の人と交

流しまり

同校区自治協議会会長

、味・関心のあるも

なくカフェ

利用者とも交

-キング参加者だけで

|三宅校区の取り組み

三宅校区自治協

議会

てなど幅広い分野で行わ ツ・アート・防災・子育

区役所代表電話 **2561-2131**

区ホームページ 福岡市南区検索

〒815-8501 南区塩原三丁目25-1 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)

区内の各校区では、

さ

から選んで歩きます。 長距離か短距離のコー

今日から始める私の 終活・人生会議~入門編・

自分の人生を自分らしく歩む ために、ゲームやマイエンディ ングノートを通して、終活に向 けた自分の考えを整理してみま



C1013 0				
開催日	講座名			
	「もしも」のときの話し合い 〜人生会議について〜			
②11/7(火)	マイエンディングノートを書 いてみましょう			

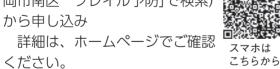
騆午後2時~3時半圓①区保健福祉セン ター講堂②区役所2階大会議室間区地域保健 福祉課 ☎559-5132 🖪559-5135囫区内に 住んでいて、①②の2回とも参加できる人屋 先着32人圈無料19月19日以午前9時半以 降に電話か、ファクス(本紙14面の応募事 項を記載)で申し込み

フレイル予防教室〜コロナ自粛 で落ちた体力を取り戻そう

加齢などで心身の活力が 岡10 低下し、要介護になりやす 人生100年時代への い状態である「フレイル」チャレンジ について学びませんか。

期11月20日(月)、27日(月)、12月4日(月)、 11日側、2月5日側の5回。午前10時~正 午**頭**区保健福祉センター講堂**間**区地域保健福 祉課 ☎559-5133 〒559-5135園医師から 運動制限を受けていない65~74歳の人で、 全回参加でき、介護保険サービスを利用して いない人屋抽選25人料無料目10月20日金ま でに電話またはファクス(本紙14面の応募

事項を記載)、区ホームページ(「福 岡市南区 フレイル予防」で検索)



10/40 シニア地域サポータ 養成講座 **25**®

地域でボランティアとして活躍 する「シニア地域サポーター」 なるための講座(全2回)を開催 します。



■①10月4日冰午後1時半~3時半②10 月25日例午後1時半~3時半面南市民セン ター第1・2会議室間区社会福祉協議会 ☎554-1039 ■557-4068園区内に住んで いるおおむね50歳以上で、講座終了後、地 域福祉活動の担い手として活動できる人屋抽 選20人料無料用9月22日金必着で上記問い 合わせ先に電話またはファクス、メール(mi namiku@fukuoka-shakyo.or.jp) に本紙 14面の応募事項を書いて申し込み



昨年は区長もウオーキングに 参加しました(先頭右)

参加者は

「初めて会う

人とも楽しく話せて

61

顔見知りの方もたく

さん増えました」

15559 · 5014

☎5559 · 5017

開催日

9/23

(土·祝)

 $9/30(\pm)$

 $10/7(\pm)$

10/8(日)

10/14(土)

 $10/28(\pm)$

 $11/4(\pm)$

11/26(日)

と話

しまし

こにこウオーキング」 催しています。 毎回約50人の参加 |毎月第3水曜日に|に

始め をつくってほし ているので、 のウオーキングが健康増 進につながればと思って の中西芳博さんは ケーションの場にもなっ ました。 合えるような関係 日頃から声 コミュニ 17 、です」 毎月

ださい。 どをご確認く する広報物な 区企画振興課 問い合わせ先

開始時間

14:00

16:00

17:00

17:00

17:00

10:00

16:00

14:30

11:00

11:00



詳しくは、 各校区で配布 ントに参加しませんか 魅力」で検索) お住まいの校区のイベ (「福岡・ 市南区 区ホー スマホは または、 校区

催し名

夏越し祭り

やながまつり

つるたまつり

日佐秋祭り

西長住まつり

野多目まつり

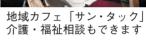
こうのす祭り

大池校区秋まつり

しおばる秋祭り

|東花畑校区ふれあいまつり

毎日歩くようになりまし た」と笑顔で話しました。 ノトに参加 し始めてから



催される祭りは左表の

9月から11月に、



桜ヶ丘公園

F562·3824 **☎**5559·5079

地域住民による出店や

るよう工夫された内容に %ください ています。 ぜひご来

区で祭りが開催されてい

夏から秋にかけて各校

区地域支援課 問い合わせ先 区ごとに来場者が楽しめ

区民と医師との会 14 健康づくり月間講演会

※天候により中止となる場合があります。

※町内会・自治会が主催する祭りは掲載していません。

介護を必要とせず健康寿命をで きる限り延ばすために、理解・実 践するべきことについて講演を行 います。講師は、藤田整形外科院

長で、質問コーナーもあります。ぜひご来場 ください。

期午後2時~午後4時半面アミカス4階ホー ル(高宮3-3-1) 間区健康課 ☎559-5116 ■541-9914**対**区内に住んでい **回転送**

る人屋先着150人圏無料目不要 詳細は、区ホームページ(「区 民と医師との会 健康づくり月間」

で検索)をご確認ください。



こちらから

10⊕ 南区子育て支援講座 を開催します 30₺

①子育てにおけるスマホ・ゲームとの付き合い方 期11月10日逾午前10時~11時半 ②分かるとホッとする子どものなぞ〜幼児 期・学齢期の子どもの発達のお話~

期11月30日休午前10時~11時半

〈①②共通〉 励区保健福祉センター講堂 間 区子育て支援課 ☎559-5195 ■559-

5149屆先着40人程度圈無料配生 後3カ月~就学前の子どもを対象 とした託児あり■①10月31日火 (1) ②11月20日用―までに、市ホー ムページ(「福岡市南区 子育て こちらから 支援講座」で検索)から申し込み



9月21日~30日

夕暮れ時から夜間にかけての交通事故死者が増加しています。運転手は早めにライトを点け、歩行者は反射 秋の交通安全県民運動 材を身に着け、自分の存在を周囲にアピールしましょう。圓南警察署 ☎542-0110

期 = □時、開催日、期間 ・・頭 =場所 ・ 園 =問い合わせ ・ 目 =ファクス ・ 図 =対象 ・ 廻 =定員 ・ 圏 =料金、費用 ・ 闘 =持参 ・ 闘 =託児 ・ 圓 =申し込み ・ 図 =メール ・ 配 =ホームページ

公民館でマイナンバーカードを 申請できます(予約制) らせ

マイナンバーカード申請出張サポートを 行います(要予約)。

予約は、下記問い合わせ先に電 🔳 話するか、市ホームページ (「福岡市マイナンバーカード 申請出張サポート」で検索)で 行ってください。



こちらから

間市マイナンバーカード申請出張サポート コールセンター(毎日午前9時~午後6時) ☎600-2402 106-7664-9531 2回区内に住 んでいる人(お住まいの校区以外の公民館で も申し込みできます) 圏無料

<10月に開催する申請出張サポートの日程>

公民館	開催日時	予約受付期間
鶴田	10/10似午前	9/23(土·祝)~10/3(火)
日佐	10/10似午後	9/23(土・祝)~10/3(火)
東若久	10/14(生)午前	9/30(土)~10/10(火)
若久	10/14生)午後	9/30(土)~10/10(火)

南図書館が開催する 各種イベント



①みんなで「脳トレ」音読会

声を出して本を読み、脳を活 性化させましょう。

午、午後2時~3時配各回先着

10人面南市民センター1階第5会議室



こちらから

②はじめての読み聞かせ講座

読み聞かせボランティアなどに役立つ絵本 の読み方や絵本の選び方の講座を行います。

團10月5日休、19日休午前10時~正午園 2回とも参加できる人屋先着15人厨南市民 センター2階研修室

〈①②共通〉 間南図書館 ☎561-3048 🖬 561-3054圏無料 19月15日 金午前10時以降に 上記問い合わせ先に電話、または同図書館窓 口で申し込み

南市民プールの 9~12月 イベント・教室

①第2期アクアビクス教室(全10回)

さまざまな道具を使い、リズムに合わせて 水中で筋トレや有酸素運動を行います。

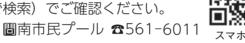
■9月27日~12月13日の毎週水曜日(10 月18日、11月29日を除く)の午前11時~正 午園18歳以上屋先着15人圏8,000円目9月 15日金午前9時半から同プールで受け付け ②水泳フォーム撮影会

参加者が持参したビデオカメラ(スマホも 可)で、スタッフが本人の泳ぐ様子を撮影し ます(1人2回、1回最大100流まで)。

■10月9日(月・祝)午後2時~3時と午後7 時~8時刻小学生以上20なし20無料11当日、 開始~終了10分前にプールサイドで受け付け

持参物などの詳細は、ホーム 同議回 ページ(「福岡市南市民プール」 で検索)でご確認ください。

E561-3993



スマホは

南体育館で開催 9 21 ஓ身体のゆがみ測定会

体を4方向から撮影して、筋 肉の緊張度合いや骨格のゆがみ を測定します。

團午前10時~午後6時20分 (1人約20分) **加**第2会議室 先着20人圈1,500円目同体育 館の窓口か電話で申し込み

詳細は、ホームページ(「福岡 市南体育館」で検索)で確認する か、同体育館へお問い合わせくだ さい。



間南体育館 ☎552-0301 こちらから **E**552-0302

訂正してお詫びします

8月15日号市政だより(南区版)に掲載 した、桧原桜フォトコンテスト受賞作品の紹 介記事で、準グランプリのアカウント名に誤 りがありました。正しくは以下の通りです。





【@hibarunofumoto】さん

【@hobby_act】さん

【】内はインスタグラムのアカウント名

保健福祉センター だより

【問い合わせ・申込先】

①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 ■0120-931-869 ②健康課健康・感染症対策係 **☎**559-5116 ③健康課母子保健係 **☎**559-5119 ④健康課企画管理係 **☎**559-5114 ⑤健康課精神 保健福祉係 ☎559-5118 ②~⑤共通 🖪541-9914 ⑥地域保健福祉課 ☎559-5133 🖥559-5135



種類	実 施 日		図=受付時間 子		対象者・料金・場所等	問		
1	9月	10月	11月	夓=実施時間	約	対象者・料金・場所等 費用の記載がないものは無料、場所の記載のないものは保健福祉センターで実施		
よかドック(特定健診)	26(火) - 29(金) 31(火) <mark>大</mark>			要	図40~74歳の市国民健康保険被保険者図500円間国民健康保険証、受診券			
胃がん(胃透視)、大腸がん 子宮頸(けい)がん、乳がん 検		2000		1 (水) 8 (水)	愛 8:30∼10:30	要	【胃がん】図40~69歳 圏 600円【 大腸がん】図 40歳以上 圏 500円 【 子宮頸がん】図 20歳以上 圏 400円【 乳がん】図 40歳以上女性 圏 40歳代1,300円、 50歳以上1,000円 ※子宮頸がん、乳がん検診は2年度に1回受診可	
肺がん・結核			3100				囫闍 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歳以上のハイリスクの人が対象の喀痰(かくたん)細胞診検査は別途700円	人 ② ②
骨粗しょう症検査					要	図40歳以上圏500円 ※骨粗しょう症で治療中または経過観察中の人を除く		
栄養相談	20休	5休 18休	14(火) 22(水)	夏 10:00~14:45	要	乳幼児や高齢者、生活習慣病予防などの食生活についての個別相談		
離乳食教室	第3金曜日			夏13:30~15:00	要	■生後4~6カ月の赤ちゃんとその保護者		
離乳食相談	27休)	10(火) 25(水)	9休 29休	夏10:00~14:45	要	離乳食についての個別相談	2	
肝炎検査(B型・C型)	第3火曜日			嬰 9:00~11:00	-	■20歳以上で検査を受けたことがない人	1	
エイズ・クラミジア・梅毒検査	第1・3火曜日			夏9:00~11:00	-	匿名での検査		
マタニティスクール	27休)	11% 30月	6 (月) 29(水)	夏13:30~15:00	要	囫 区内に住む妊婦 闧 母子健康手帳 間 10月分は9月19日巛午前10時から受付開始	3	
献血	12:10、 ~11:30	13:30~)、12:30	$15:30 = $ $\sim 16:00$	東花畑公民館▷5 三西鉄大橋駅西口	日(z 広場	30=高木公民館▷30日仕)14:00~16:00=東若久公民館【1 0月 】▷4日㈱9:50~ ㎏:30~11:30=区保健福祉センター▷6日織9:30~11:30=弥永西公民館、10:00 ‰、13:30~16:00=鶴田公民館▷8日旧9:30~12:30、13:30~15:00=野多目小学 生:17~69歳、女性:18~69歳 ※65歳以上は、60~64歳の間に献血経験がある人	4	
> 0 /h = 10=W	第4水曜日			夏9:30~11:00		精神科医が対応	\prod	
心の健康相談	第2木曜日		夏13:30~15:30		(5)			
こころの病 家族教室	28休)	26休)	30休)	夏13:30~15:00	要	励 9月=地域活動支援センター心の春希望(大楠一丁目35-17)、10・11月=区保健福祉センター1階研修室 圀 心の病がある人の家族等	ָבָּי בַּי	
発達が気になる子どもと親の ためのサロン「みなみん」	_	11(水)	9休)	退 10:00~11:30	要	図 市内に住む、発達が気になるまたは発達障がいのある就学前の子どもとその保護者	6	

★子育て応援!無料託児 10月31日似の健診は託児を無料で利用できます。健診の予約後②へ申し込みを。 **効**生後6カ月〜就学前の乳幼児**庭**先着15人

※集団健診・よかドック総合窓口への予約 $(9:00\sim17:00)$ は、健 (検) 診の 10 日前 $(\pm \cdot \Box$ 日曜・祝休日を除く) までにしてください。予約なしの当日受診はできません。 ※胃がん検診は前日午後 9 時以降は飲食できません。 70 歳以上の人はバリウムの誤嚥(ごえん) や、透視台からの転倒等のリスクがあるため医療機関による胃透視をお勧めします。 ※70歳以上および市県民税非課税世帯等の人は料金が免除されます(証明書等が必要)。詳しくは②健康課健康・感染症対策係へお問い合わせください。