



城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



ホオノキ
(油山市民の森)

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区烏飼六丁目1-1
窓口受付時間:午前8時45分~午後5時15分
(土・日曜・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「ニッコリン」

区の人口 133,586 人 (前月比 34 人増) (男 62,626 人 女 70,960 人) 世帯数 69,705 世帯 (前月比 254 世帯増) (令和6年4月1日現在推計)

☎ = 日時、開催日、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 🕒 = 受付時間 📎 = 持参

ニッコリンの ちよこつと 地域情報局

【七隈】ふれあいランチ

高齢者や障がいのある人が気軽に集まり、食事を楽しめる機会をつくろうと、毎月第2木曜日に七隈公民館で「ふれあいランチ ネバーランド」が開催されています。

この取り組みは、公民館のボランティア養成講座に参加した地域住民の発案で平成13(2001)年に始まりました。校区で食を通じた健康づくり活動を行う「ヘルスメイト」を含む28人のボランティアが、栄養バランスの取れたメニューを考えて調理し、1食500円で提供しています。

4月11日には、80~90歳代を中心に約40人が参加し、3色野菜の豚肉巻きや郷土料理「めたえ」、つくしの佃煮など、春らしいメニューを味わいました。参加者からは「1人暮らしで人と話す機会が少ないので、皆さんと話しながらおいしい昼食を食べられるのが毎回楽しみです」などの声が聞かれました。



昼食を楽しむ皆さん

ふれあいランチ代表の田中文代さんは「皆さんが笑顔で食事を楽しむ姿を見て、活動を続けてよかったと思います。この活動をきっかけに、地域の人々が気軽に公民館に集まり、交流の輪がもっと広がると嬉しいです」と話しています。

参加を希望する人やボランティアに興味がある人は、問い合わせ先へ確認を。
☎七隈公民館 ☎871-6905 📠871-5247

ラブアース・クリーンアップ2024 城南

「ラブアース・クリーンアップ」は、市民・企業・行政が協力して、公園や河川などを一斉に清掃する地域環境美化活動です。城南区では松山中央公園(松山一丁目)で次の通り清掃活動をします。※ごみ袋は当日配布。

🗨6月9日(日)午前9時~10時(8時30分から「小松ヶ丘」バス停前で受け付け)🗨区生活環境課 ☎833-4086 📠822-4095 📧5月31日までに電話、ファクスまたはメール(✉seikatsukankyo.JWO@city.fukuoka.lg.jp)で問い合わせ先へ。📎飲み物、帽子、タオル、軍手 ※小雨決行。中止の場合のみ、市ホームページでお知らせします。



地域の清掃活動

自治会・町内会では、区内の各地域では、自治会・町内会や自治協議会などが「住みよいまち」をつくるためにさまざまな活動を行っています。

●自治会・町内会はどんな活動をしているの
自治会・町内会は地域の皆さんにとって一番身近な自治組織です。主に▽登下校時の子どもの見守りや夜道を照らす防犯灯の設置など安全な暮らしを支える活動▽地域をきれいにする清掃活動▽祭りなどのイベントを通して住民同士の交流を深める活動▽などを深める活動を行っています。

●自治協議会とは
自治協議会は、おおむね小学校区を単位とする組織で、自治会・町内会のほか、防災や防犯、健康づくりなど、校区分野ごとに活動する団体等で構成されています。さまざまな団体が連携することで、一つの自治会だけでは難しい大規模な防災訓練などが実現できることが、一つの自治会活動に携わる、堤丘校区自治協議会の石橋雄一

会長は「活動の中で地域の魅力や課題を見つけることができました。校区での桜まつりや、地域の伝統行事である盆綱夏祭り、地域カフェの開催など、皆さんの交流につながるさまざまな取り組みを続けています。近年は、地域活動に参加する人が減っているように感じます。まずは、地域のイベントなどに参加し、顔見知りを増やすことから始めてみてください」と話しています。

地域活動の詳細は、市地域コミュニティサイト(「ふくコミ」で検索)で確認するか、区地域支援課へ問い合わせを。
🗨区地域支援課
☎833-4064
📠822-2142

新聞紙や段ボールのほか、▽菓子などの紙箱▽トイレットペーパーなどの芯▽雑誌やパンフレットなどの「雑がみ」もリサイクルできます。市民へのアンケート調査で、半数以上の人が雑

みんなで作る 住みよいまち
地域の活動に参加しませんか

災害時など、いざという時は住民同士の助け合いが重要になります。日頃から地域活動に参加し、近所の人と顔を合わせることで、地域とのつながりや支え合いの基盤がつけられます。「無理なく、できる範囲で」活動に参加してみませんか。

20年以上にわたって地域活動に携わる、堤丘校区自治協議会の石橋雄一

会長は「活動の中で地域の魅力や課題を見つけることができました。校区での桜まつりや、地域の伝統行事である盆綱夏祭り、地域カフェの開催など、皆さんの交流につながるさまざまな取り組みを続けています。近年は、地域活動に参加する人が減っているように感じます。まずは、地域のイベントなどに参加し、顔見知りを増やすことから始めてみてください」と話しています。

新聞紙や段ボールのほか、▽菓子などの紙箱▽トイレットペーパーなどの芯▽雑誌やパンフレットなどの「雑がみ」もリサイクルできます。市民へのアンケート調査で、半数以上の人が雑

雑がみもリサイクル
紙ごみを減らそう

市は、持続可能な社会の実現に向けて、古紙などのリサイクルを推進しています。

●新聞紙や段ボール以外の雑がみもリサイクル
市内の家庭から出る燃えるごみには、1年間に約3・4万トンのリサイクル可能な古紙が入っています。これをリサイクルすると、紙の原料である木が約68万本守られることとなります。

●雑がみの出し方
▽雑誌やパンフレットなどは、ひもで縛る▽大きさがバラバラの雑がみは、紙袋や封筒に入れて口をホチキスで閉じる▽など、散らばらないよう

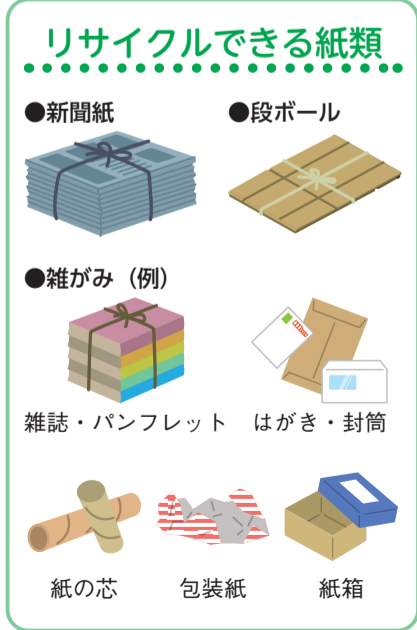
回収場所などは、市ホームページ(福岡市 早わかりマップ)または「福岡市 WEBまっぶ」で検索)を確認を。
🗨区生活環境課
☎833-4087
📠822-4095

区生活環境課では、雑がみをリサイクルするきっかけをつくらうと、「雑がみ回収促進袋」を配布しています。

区生活環境課では、雑がみをリサイクルするきっかけをつくらうと、「雑がみ回収促進袋」を配布しています。

区生活環境課では、雑がみをリサイクルするきっかけをつくらうと、「雑がみ回収促進袋」を配布しています。

区生活環境課では、雑がみをリサイクルするきっかけをつくらうと、「雑がみ回収促進袋」を配布しています。



5月31日(金)は軽自動車税(種別割)の納期限です

金融機関、コンビニ、納付書に印字された「eL-QR」や「eL番号」を利用してスマホ決済やクレジットカードでも納付できます。便利な口座振替もご利用ください。🗨区納税課 ☎833-4026 📠841-2145

公民館でマイナンバーカードの申請ができます

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(要予約)。公民館で申請すると、後日カードを郵送で受け取ることができます。

また、すでにマイナンバーカードを持っている人を対象に、健康保険証の利用申し込みや公金受取口座登録のサポートも行います(予約不要)。

実施日時や場所などの詳細は、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。

☎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 ☎600-2402 📠06-7664-9531 (毎日午前9時～午後6時) 🆓無料 区内に住む人 市ホームページから予約するか、電話で問い合わせ先へ。

来て！見て！体験！消防たい(隊)

はしご車の試乗や車両展示など、消防隊の仕事を体験、見学できます。

詳しくは、5月20日以降に市ホームページ(「福岡市消防局」で検索)でご確認ください。

📅6月1日(土)午前10時～正午 所 城南消防署(神松寺二丁目) ☎863-8119 📠865-3594 🆓無料



ファイ太くん

肉はしっかり加熱して食べましょう

加熱不十分な肉を原因とする食中毒が多発しています。重症化することがあり、子どもや高齢者は特に注意が必要です。新鮮な肉でも生やレア焼きで食べることは危険です。中心までしっかり加熱して食べましょう。



また、食中毒を予防するため、生肉を取り扱った手や調理器具はしっかり洗浄・消毒し、肉を焼くときは生肉専用の箸やトングを使用しましょう。

☎区衛生課 ☎831-4219 📠843-2662

中村学園大学 健康開花フェスティバル2024

「万葉びとに学ぶ～食べることは生きること～」をテーマに、国学院大学の上野誠教授が講演するほか、医師や歯科医師、管理栄養士による健康相談、血圧・舌圧・骨強度などの健康度測定、農産物の販売を行います。

📅6月8日(土)午前9時～午後2時 所 中村学園大学(別府五丁目) 同大学栄養クリニック ☎851-2869 📠husu33@nakamura-u.ac.jp 定 先着150人 料 500円(昼食代含む) 📅5月24日までに専用フォーム(「中村学園大学 健康開花フェスティバル」で検索)から申し込むか、メールに住所、氏名、年齢、電話番号を記載して問い合わせ先へ。

城南市民プールの教室

①キッズ体育スクール 所【幼児(4歳以上の未就学児)】毎月月曜・木曜日の午後4時～5時、土曜日の午前11時～正午【小学生】毎月月曜・木曜日の午後5時～6時、土曜日の午前10時～11時 定 各曜日・時間帯先着5人 料 月5,500円(全4回)



②初心者ピラティス教室 所 6月17日～7月22日の月曜日、午前11時～正午、全6回 定 18歳以上 定 抽選8人 料 4,000円



＜共通事項＞ 所 城南市民プール ☎863-7098 📠 p-jonan@central.co.jp ①は来所、②は6月7日まで(必着)に来所または往復はがき(〒814-0142 片江1-5-1)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて同プールへ。



一人一花運動 パートナー花壇募集

通りに面しているなど多くの方が目にする場所にある、企業・団体・個人宅等の花壇やプランターが対象です。詳細は区ホームページ(「城南区 一人一花」で検索)でご確認ください。

☎区企画振興課 ☎833-4065 📠844-1204

健康 だより

- 【問い合わせ・申込先】 ※状況によって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・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 📠0120-931-869 (受平日午前9時～午後5時)
 - ②区健康課健康・感染症対策係 ☎831-4261 📠822-5844 (📠は②～⑥共通)
 - ③エイズダイヤル ☎822-8391
 - ④区健康課母子保健係 ☎844-1071
 - ⑤区健康課精神保健福祉係 ☎831-4209
 - ⑥区健康課企画管理係 ☎831-4207
 - ⑦区地域保健福祉課 ☎833-4113 📠822-2133 ※場所の記載がないものは保健所で実施。料金の記載がないものは無料。

内 容	実施日			受 = 受付時間 受 = 実施時間	予 約	対象者・料金・その他	問 申
	5月	6月	7月				
よかドック(特定健診)						☎40～74歳の市国民健康保険加入者 料500円 国民健康保険証、受診券	申し込みは①・問い合わせは①②
がん検診	受付終了	4 17★	4 30	☎8:30～10:30 詳細・予約はこちらから	☎40～69歳 料600円	☎40歳以上 料500円 ☎40歳以上女性(2年度に1回) 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ☎20歳以上女性(2年度に1回) 料400円 ☎40～64歳 料500円 ☎65歳以上 料無料 ☎年度中に35歳または40歳になる人 料1,000円 ☎40歳以上(妊娠中の人、骨粗しょう症で治療中・経過観察中の人を除く) 料500円	
					胃がん(胃透視)		
					大腸がん		
					乳がん		
					子宮頸(けい)がん		
					肺がん		
結核・肺がん							
胃がんリスク検査(血液検査)							
骨粗しょう症検査							
エイズ・クラミジア・梅毒検査	15	5、19	17	☎9:30～11:00	-	匿名での検査。検査結果は原則2週間後の検査日に、本人に直接説明。	③
B・C型肝炎ウイルス検査	15	19	17	☎9:30～11:00	-	☎20歳以上(過去に検査を受けたことがない人)	
栄養相談	-	7	26	☎9:30～10:30	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
				☎11:00～12:00			
				☎13:00～14:00			
				☎14:30～15:30			
離乳食教室	21	18	16	☎13:30～15:00	要	離乳食に関する講話、保護者への試食を実施します。☎生後4～6カ月児の保護者(乳児の同伴可) *予約は前日まで。	
マタニティスクール	-	10	8	☎13:30～15:00	要	☎妊婦(35週まで)とその家族など 母子健康手帳・筆記用具	
マタニティ個別相談	20	-	22	☎13:30～14:00	要	助産師が個別の相談に応じます(1人30分程度)。☎妊婦とその家族	④
				☎14:00～14:30			
心の健康相談	-	20	18	☎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。	⑤
献血	【金山公民館】5/16(木)9:30～12:00 【保健所】5/28(火)10:00～12:00、13:00～15:30						⑥
母子巡回健康相談	身体測定や育児相談を実施。☎13:30～14:00(七隈公民館を除く) ☎妊婦、乳幼児と保護者 母子健康手帳、タオル 【七隈公民館】5/24(金)9:45～10:15 【堤公民館】5/24(金) 【鳥飼公民館】6/12(水) 【長尾公民館】6/14(金)						⑦

※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)。
 ※★印の日には託児付き健(検)診を行います(予約制)。希望者は健診予約後、土・日曜・祝日を除く10日前までに②区健康課健康・感染症対策係へ。