



博多区役所 〒812-8512 博多区博多駅前二丁目9-3 区ホームページ 博多区 検索

区役所代表電話 ☎ 441-2131



博多区作品展

区の人口 244,379人 (前月比51人増) (男 116,670人 女 127,709人) 世帯数 153,595世帯 (前月比51世帯増) (令和2年3月1日現在推計)

調=日時、開催日、期間 所=場所 問=問い合わせ ☎=電話 ☎=ファクス 図=対象 定=定員 料=料金、費用 託=託児 申=申し込み 持=持参 電=メール HP=ホームページ

博多区の子どもプラザ

Table with 2 columns: 山王子どもプラザ, 博多南子どもプラザ. Includes location, phone numbers, hours, and QR codes.

「山王子どもプラザ」は、「子育て中の気軽な遊びにきてください」と呼び掛けています。

子どもプラザ

0歳～就学前の子どもと保護者を対象に、区内2カ所(山王・博多南)で開設しています。



子育てを応援します

「初めての子育てで不安」「近くに相談相手がない」など、子育てに関する悩みはさまざまです。



子育て交流サロン

公民館など区内24の身近な施設で、地域のボランティアが運営しています。

問い合わせ先

区子育て支援課 ☎ 419-1086 ☎ 441-1455

親子で出かけませんか

5/15(金) 子育てホットひろば はかたん. 子どもの発達に気になる保護者が一息つける空間です。

5/24(日) にこにこ映画鑑賞会. NHKの番組「おかあさんといっしょ」のメンバーがスタジオを飛び出し、思いがけない場所へ冒険に向かう映画「おかあさんといっしょ はじめての大冒険」を上映します。

5/22(金) ほよほよママの 子育て教室. 育児についての講話や赤ちゃんの体重測定のほか、参加者同士の交流会を行います。

5/28(木) 子育て教室(託児あり). 子どものイヤイヤ期について話したり、楽しく親子遊びをしたりします。

5/5(火・祝) こどもの日イベント. 3施設無料開放 ※ロッカー代は有料. 期午前9時～午後9時(博多体育館のみ午後5時まで)。

イベントについてのお知らせ. 新型コロナウイルス感染症対策のため、一部イベントが中止・延期となる場合があります。

## お知らせ

### よかドック(特定健診)を受診しましょう

市国民健康保険に加入している40~74歳の人であれば、1万円程度の検査(身体・血圧測定、尿・血液・心電図検査、問診など)が500円で受診できます。日時は下記の保健だよりでご確認ください。

よかドックご案内センター(☎711-4826 ☎733-5756)では、受診できる医療機関をご案内します(予約は直接医療機関へ)。

#### ■受診方法が変わりました

4月から受診の際に「よかドック受診券」が必要になりました。保険証と一緒に受診券を提示してください。



受診券は3月下旬に発送しています

詳しくは、市ホームページ(「けんしんナビ」で検索)で確認するか、コールセンター(☎0120-025-718)へお問い合わせください。

博多区保険年金課 ☎419-1117 ☎441-0075

## 参加募集

※応募事項は14面の申し込み方法参照

### 運動から始める認知症予防教室

認知症予防に効果的な運動や、食事の取り方などについて学びます。

☎ 5月19日(火)、28日(木)、6月2日(火)午後1時半~3時半(全3回) 所 博多区保健福祉センター 問 博多区地域保健福祉課 ☎419-1100 ☎441-0057 函 区内在住の運動が可能な65歳以上で現在介護サービスを利用していない人 定 先着20人 申 電話かファクスで4月15日(水)午前9時以降に同課へ。

### 博多消防署 普通救命講習

心肺蘇生法(人工呼吸・胸骨圧迫)やAEDの使用法などを学びます。

☎ 5月20日(水)、25日(月)、6月10日(水)、21日(日)、7月4日(土)、21日(火)、8月5日(水)、22日(土) 午前10時~午後1時 所 博多消防署(博多駅前四丁目19-7) ☎475-0119 ☎475-0219 函 市内に在住または通勤・通学している人 定 各先着40人 料 無料 申 開催日の前月1日午前9時から市ホームページ(「福岡市インターネット手続きサービス」で検索)で受け付け 持 運動靴、動きやすい服装

## 食中毒に気をつけよう ~弁当作りのポイント~

新学期を迎えるこれからの季節は弁当を作る機会が多くなります。食中毒を防ぐために三つのポイントに注意しましょう。



#### ①菌を付けない

調理の前や生肉・生魚を触った後は、せっけんで手を洗いましょう。また、おにぎりを作るときはラップなどを使いましょう。

#### ②菌を増やさない

水分が多いと菌が増えやすくなります。おかずは汁気をよく切り、粗熱が取れてからふたを閉めましょう。弁当は日の当たらない涼しい場所で保管し、早めに食べましょう。

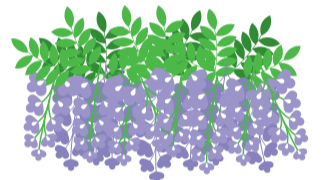
#### ③菌をやっつける

食品は中心部まで十分に加熱しましょう。卵焼きやゆで卵は半熟ではなく、完全に固まるまで加熱しましょう。

博多区衛生課 ☎419-1126 ☎434-0007

## 保健だより

【問い合わせ・申込先】 ①集団健診予約センター ☎0120-985-902 ☎0120-931-869  
②健康づくり係 ☎419-1091 ③母子保健係 ☎419-1095 ④精神保健福祉係 ☎419-1092  
⑤地域保健福祉課 ☎419-1100 ⑥医薬務係 ☎419-1090 ☎441-0057 (☎は②~⑥共通)  
※場所の記載がないものは博多区保健福祉センター(保健所)で実施。料金の記載がないものは無料。  
※各健(検)診は受診料の減免制度あり(満70歳以上、市民税非課税世帯の人など)。



### 健(検)診等

健(検)診予約は、①集団健診予約センターへ。各健(検)診日の10日前(土日祝日を除く)まで。【受付日時】平日9:00~17:00  
★6/8は託児付き健診 B C G 接種済みの生後6カ月~未就学児 申 健診を予約後、②健康づくり係へ。

| 申 込 目 録        | 予 約 | 内 容            | 実 施 日                                         |       | 受 付 時 間    | 対 象 ・ 料 金 ・ そ の 他 (令 和 3 年 3 月 3 1 日 ま で に 対 象 年 齢 に な る 人 は 誕 生 日 前 で も 受 診 可) |                                                         |
|----------------|-----|----------------|-----------------------------------------------|-------|------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|                |     |                | 5 月                                           | 6 月   |            |                                                                                 |                                                         |
| ①              | 要   | よかドック(特定健診)    |                                               |       | 8:30~10:30 | ☎40~74歳の市国民健康保険に加入している人 料500円 ※令和2年度中に40歳・50歳になる人、満70~74歳の人は無料 持 国民健康保険証、受診券    |                                                         |
|                |     | がん検診           | 胃がん(胃透視)                                      |       |            |                                                                                 | ☎40歳以上 料600円                                            |
|                |     |                | 大腸がん                                          |       |            |                                                                                 | ☎40歳以上 料500円                                            |
|                |     |                | 乳がん                                           | 11(月) |            | ★8(月)                                                                           | ☎40歳以上(2年度に1回) 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円                  |
|                |     |                | 子宮頸(けい)がん                                     | 25(月) |            | 24(水)                                                                           | ☎20歳以上(2年度に1回) 料400円                                    |
|                |     |                | 子宮頸(けい)がん                                     |       |            |                                                                                 | ☎40~64歳 料500円 ※50歳以上で肺がんのハイリスク者は喀痰(かたん)細胞診検査(料700円)の受診可 |
|                |     |                | 肺がん                                           |       |            |                                                                                 | ☎65歳以上                                                  |
| 結核・肺がん         |     |                | ☎令和2年度中に35歳または40歳になる人 料1,000円                 |       |            |                                                                                 |                                                         |
| 胃がんリスク検査(血液検査) |     |                | ☎40歳以上 ※妊娠中の人、骨粗しょう症で現在治療中または経過観察中の人を除く 料500円 |       |            |                                                                                 |                                                         |
| 骨粗しょう症検査       |     |                |                                               |       |            |                                                                                 |                                                         |
|                |     | さざんぴあ博多での健(検)診 | —                                             | 15(月) | 9:30~11:30 | 【健(検)診名】よかドック、胃がん、胃がんリスク検査(血液検査)、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、肺がん、結核・肺がん                      |                                                         |

### 検査・相談等

| 申 込 目 録 | 予 約 | 内 容              | 実 施 日 |                         | 受 = 受付時間<br>受 = 実施時間                        | 対 象 ・ 料 金 ・ そ の 他                                                                                     |
|---------|-----|------------------|-------|-------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         |     |                  | 4 月   | 5 月                     |                                             |                                                                                                       |
| ②       | 要   | エイズ・クラミジア・梅毒抗体検査 | 16(木) | 7(木)                    | 受 9:00~11:00                                | 匿名で検査可。検査結果は1週間後に本人に直接説明。                                                                             |
|         |     |                  | 23(木) | 14(木)                   |                                             |                                                                                                       |
|         |     | 30(木)            | 21(木) | 受 16:00~18:00           |                                             |                                                                                                       |
|         |     | 22(水)            | 13(水) |                         |                                             |                                                                                                       |
|         |     | B型・C型肝炎ウイルス検査    | 16(木) | 21(木)                   | 受 9:00~11:00                                | 検査結果は2週間後に本人に直接説明。 函 市内在住の20歳以上で過去に検査を受けたことがない人                                                       |
|         |     | 離乳食教室            | 17(金) | 15(金)                   | 受 13:30~15:00                               | 離乳食の進め方やレシピ紹介。 所 5/15はさざんぴあ博多で実施 函 生後4~12カ月頃の子どもと保護者                                                  |
|         |     | 栄養相談             | 20(月) | 8(金)<br>25(月)           | 10:00~11:00<br>受 12:30~13:30<br>14:00~15:00 | 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。                                                                           |
| ③       | 要   | マタニティスクール        | 20(月) | 11(月)<br>18(月)<br>25(月) | 受 13:30~15:30                               | 函 区内在住の妊婦とその家族 持 母子健康手帳、筆記用具 ※4/20、5/11・25は母子健康手帳交付窓口を併設。交付希望の場合は妊娠届出書、個人番号(マイナンバー)が確認できるもの、本人確認書類など。 |
| ④       | 要   | お母さんの心の相談        | 22(水) | —                       | 受 9:30~11:30                                | 専門医による相談。予約は1週間前まで。 函 妊産婦                                                                             |
|         |     | 心の健康相談           | —     | 19(火)                   | 受 13:30~15:30                               | 精神科医による相談。予約は前日まで。                                                                                    |
|         |     | 精神保健福祉家族講座       | —     | 12(火)                   | 受 13:30~15:30                               | 心の病を抱える人の家族を対象にした交流会。                                                                                 |

### 母子巡回健康相談 ※予約不要

函 乳幼児と保護者、妊婦 持 母子健康手帳

| 問 | 場 所   | 実 施 日   | 受 付 時 間     |
|---|-------|---------|-------------|
| ⑤ | 住吉公民館 | 4/20(月) | 9:30~10:00  |
|   | 月隈公民館 |         | 13:30~14:00 |
|   | 大浜公民館 | 5/11(月) | 9:30~10:00  |
| ⑤ | 春住公民館 | 5/20(水) | 13:30~14:00 |
|   | 千代公民館 |         |             |
|   | 那珂南会館 |         |             |
|   | 東月隈会館 |         |             |
| ⑤ | 那珂公民館 | 5/22(金) | 13:30~14:00 |
|   | 板付会館  | 5/28(木) |             |

### 校区献血 ※予約不要

| 問 | 場 所                     | 実 施 日   | 受 付 時 間     |
|---|-------------------------|---------|-------------|
| ⑥ | 福岡県中小企業振興センター(吉塚本町9-15) | 5/28(木) | 10:00~13:00 |
|   | 献血ルームキャナルシティ(住吉一丁目2-25) |         | 14:00~15:30 |
| ⑥ | 献血ルームキャナルシティ(住吉一丁目2-25) | 5/28(木) | 10:00~13:00 |
|   |                         |         | 14:00~16:00 |