



博多

HAKATA

博多区役所 〒812-8512 博多区博多駅前二丁目9-3

区役所代表電話 ☎ 441-2131

区ホームページ <http://www.city.fukuoka.lg.jp/hakata/>

区の人口 233,463人(前月比427人増) (男111,529人 女121,934人) 世帯数 143,107世帯(前月比321世帯増) (平成28年11月1日現在推計)

期=日時、開催日、期間 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 託=託児 申=申し込み 持=持参 電=メール HP=ホームページ

ご存じですか?「よかドック」

■「よかドック(特定健診)」とは?

市国民健康保険に加入する40~74歳の人が対象の生活習慣病予防の健診です。

■自分は健康だから関係ない?

生活習慣病は、食生活の乱れや運動不足などが原因で少しずつ進行する病気です。自覚しにくいいため、早期発見・早期治療が大切です。

■健診はお金がかかる?

血液検査、心電図検査など、通常約1万円分の検査内容が500円で受けられます。

■どこで受診できるの?

市内約580カ所の実施医療機関で受診できます。☎よかドックご案内センター☎711-4826 ☎733-5756

さざんぴあ博多で健康チェック

市内に住む人を対象にさざんぴあ博多で出前健(検)診を行います。料金や区保健福祉センターでの健(検)診などは本紙15面「保健だより」をご確認ください。☎来年2月7日(火)午前9時半~11時 所 さざんぴあ博多(南本町二丁目) 問 集団健診予約センター☎0120-985-902 ☎0120-931-869 料 15面に掲載 電 電話で1月24日(火)までに問い合わせ先へ。先着順。

健(検)診名	対象
よかドック(特定健診)	40~74歳の市国民健康保険に加入している人
胃がん	35歳以上
大腸がん	40歳以上
子宮頸(けい)がん	20歳以上の女性
乳がん	40歳以上の女性
肺がん	40~64歳
結核・肺がん	65歳以上



【上】虫歯のなりやすさなど、さまざまな健康チェックを実施
【右】測定結果を受けて、保健師が説明します

11月4日に美野島公民館で健康チェックイベント(美野島衛生組合連合会主催)が開催され、地域の皆さん61人が参加しました。

筋力測定などを実施。「足指力測定」は足指の間の力を測ることで下肢の筋力を推定します。保健師は、「足の筋力が落ちると、転倒などの危険性が高まります。ウォーキングなどの運動に加え、自宅でテレビを見ながらできる『かか



みんなで健康チェック
健康寿命を延ばそう



福岡市健康づくりイメージキャラクター よからーもん

美野島



とあげ」などの筋トレ、足の指にグッと力を入れて、開く『足指じゃんけん』、足指でタオルをたぐり寄せる運動などを行うと効果的です」と説明していました。

みんなでよかドック

2階では、40~74歳の市国民健康保険加入者を対象に「よかドック出前健診」を実施しました。近所の人と誘い合わせ、一緒に受診する人も多く、「いつか受けようと思っていた健診を受けるとききっかけになった」と喜んでいました。

お住まいの地域でも、健康づくりのためにさまざまな取り組みが実施されています。地域の情報を公民館などなどで確認して、参加してみませんか。

【問い合わせ先】
区地域保健福祉課
☎419-1100
☎441-0057

年末年始の窓口案内・ごみの持ち出し日などのお知らせ

年末年始の窓口案内 区役所や区保健福祉センター(保健所)などは12月29日(木)~来年1月3日(火)まで休みますが、一部の窓口では下表の通り業務を行います。

窓口業務案内				年末 <まで>	年始 <から>
区分	担当窓口	電話番号			
区博多保健福祉センター	埋火葬許可証	市民課	☎419-1017	31日(土)	2日(月)
	夜間問い合わせ	総務課	☎419-1004		
	家庭ごみ・し尿収集の相談	自転車対策・生活環境課	☎419-1068	28日(火)	4日(水)
	緊急を要する保護の相談	保護課	☎419-1105		
	飲料水水質検査(細菌・化学)※2	健康課	☎419-1089	20日(火)	4日(水)
腸内細菌検査(検便)	21日(水)				
博多駅証明サービスコーナー(博多駅博多口地下)※3		☎432-5353	30日(金)	4日(水)	
市水道局	お客さまセンター(営業所への電話も受け付けています)	☎532-1010 ☎533-7370	28日(水)	4日(水)	
	博多営業所	☎441-1491			
	東部保全事務所	☎641-1197			
道路管漏水など緊急を要する場合は営業時間外緊急電話受付センター(☎0120-290-432)へ。					
博多市民センター		☎472-5991	27日(火)	4日(水)	
博多図書館		☎472-5996	27日(火)	5日(木)	
博多体育館		☎481-0301	27日(火)	5日(木)	
博多市民プール		☎473-8855			
さざんぴあ博多	博多南地域交流センター	☎502-8570			27日(火)
	博多南図書館	☎502-8580	5日(木)		

※1:戸籍関係の届け出(出生、婚姻など)は年末年始や土日祝日も受け付け(預かり)ます。詳しくは区市民課(☎419-1017☎482-7640)へ。※2:ビル管理項目や任意項目は、12月14日までで年内終了。※3:12月29日(木)・30日(金)は市内の住民票の写し、印鑑登録証明書の発行のみ。

12/25 26 27 28 29 30 31 1/ 1 2 3 4 5 6 7
日 月 火 水 木 金 土 日 月 火 水 木 金 土

ごみの持ち出し日など

年末年始はごみの持ち出し日などが次の通り変わります。詳しくは区自転車対策・生活環境課(☎419-1068☎441-5603)へ。

●燃えるごみ(全地域)

通常の持ち出し日	出せない日	次回の持ち出し日
日・水の地域	1月1日(日)	➔ 1月4日(水)
月・木の地域	1月2日(月)	➔ 1月5日(木)
火・金の地域	1月3日(火)	➔ 1月6日(金)

●燃えないごみ、または空き瓶・ペットボトル(第1日曜、第1月曜、第1火曜の持ち出し地域)

通常の持ち出し日	出せない日	振替日
第1日曜の地域	1月1日(日)	➔ 12月29日(木)
第1月曜の地域	1月2日(月)	➔ 12月30日(金)
第1火曜の地域	1月3日(火)	➔ 1月6日(金)

●粗大ごみ 12月29日(木)~1月3日(火)は受け付けを休みます。年内収集を希望する場合は12月22日(水)午後5時までに粗大ごみ受付センター(☎731-1153☎731-1195)へ申し込みを。インターネット受け付けは同日午後4時まで。

●し尿のくみ取り 1月1日(日)~3日(火)は休みのため、年内に繰り上げ収集します。年内の臨時くみ取りは12月28日(水)までに(公財)ふくおか環境財団(☎752-7860)へ申し込みを。

●資源物回収ボックス(博多市民センター) 12月29日(木)~1月3日(火)は資源ごみの持ち込みはできません。

年末の交通安全県民運動実施中

今月11日から31日まで実施されています。交通ルールとマナーを守って事故のない博多区にしましょう。 問 区総務課☎419-1044☎452-6735



お知らせ

12月28日(水)は固定資産税・都市計画税第3期の納期限です

期限内の納付をお願いします。
【問い合わせ先】▷納付相談について=区納税課 ☎419-1023 F476-5188▷課税内容について=区課税課 ☎419-1032 F476-5188

法律相談をお休みします

来年1月4日(水)は、毎週水曜日に行っている弁護士による法律相談をお休みします。
【問い合わせ先】区市民相談室 ☎419-1013 F452-6735

証明書だけなら 証明サービスコーナーが便利

住民票や戸籍、印鑑証明書の取得だけなら、博多駅証明サービスコーナー(地下鉄博多駅博多口お客様サービスセンター横)が便利です。
区役所に比べて待ち時間も短く済み、12月31日(土)~来年1月3日(水)を除き、土日祝日も午前9時から午後8時まで開設しています。 ※戸籍の証明書は平日午前9時~午後5時15分、年内は12月28日(水)まで。
【問い合わせ先】博多駅証明サービスコーナー ☎432-5353 F481-5380



この看板が目印です

参加募集

応募事項 は14面の申し込み方法参照

ほやほやママの子育て教室

生後2・3カ月の子どもと保護者を対象に、育児についての講話や相談、参加者同士の交流会を行います。
期 来年1月27日(金)午後1時半~3時半
所 区保健福祉センター 区地域保健福祉課 ☎419-1100 F441-0057 区内に住む平成28年10・11月生まれの第1子と保護者 定 先着25組 料 無料 申 電話かファクスに参加者全員の応募事項と子どもの生年月日を書いて12月15日(水)午前9時半以降に同課へ 持 母子健康手帳、バスタオルなど



子どもおもしろ劇場 映画上映会

アニメ映画『かいけつゾロリ・うちゅうの勇者たち』を上映します。〈あらすじ〉ひよんなことから宇宙まで行ったゾロリたち。ムムーン星で巨大かいじゅうをやっつけることになったが、無事に地球に帰ることができるのか。
期 来年1月22日(日)①
午前10時半~②午後2時~(いずれも開場は30分前から。上映時間50分)
所 福岡博多市民センター(山王一丁目) ☎472-5991 F472-5952 子どもと保護者または高齢者 定 各先着500人 料 無料 申 来年1月4日(水)から同センター、区生涯学習推進課、さざんぴあ博多で配布する整理券を当日持参し、先着順に入場。



高齢者乗車券の申請はお済みですか

来年1月以降の手続きは 交付金額が減額になります

9月から高齢者乗車券の交付申請を受け付けています。まだ交付申請を行っていない人は、なるべく12月中に手続きをしてください。なお、満70歳になる人は、誕生日の前日から申請できます。

【対象】満70歳以上で、介護保険料の所得段階区分が1~7の人

【持参】①本人の印鑑(朱肉を使うもの)②健康保険証や介護保険証など本人を確認できるもの③交通用福祉ICカード=写真(今年度もICカードを選択する人) ※代理申請の場合は上記に加え、代理人の身元が分かるもの(運転免許証など)。



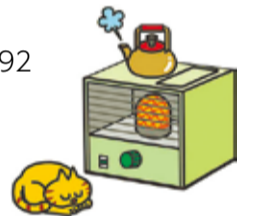
【高齢者乗車券交付額】

申請月	所得段階 1~5段階	6・7段階
9~12月	12,000円	8,000円
来年1~3月	9,000円	6,000円
来年4~6月	6,000円	4,000円
来年7~9月	3,000円	2,000円

【問い合わせ先】区福祉・介護保険課 ☎419-1078 F441-1455

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 F0120-931-869
②健康づくり係 ☎419-1091 ③母子保健担当 ☎419-1095 ④精神保健福祉係 ☎419-1092
⑤地域保健福祉課 ☎419-1100 F441-0057 (Fは②~⑤共通)
※場所の記載がないものは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)。
※区役所や保健福祉センター(保健所)の駐車場は大変混み合います。公共交通機関をご利用ください。



内容	実施日	受=受付時間 実=実施時間	予約	対象・料金・その他	問 申	
太枠内の健(検)診予約は、①集団健診予約センターへ。【受付日時】平日9:00~17:00 各健(検)診日の10日前(土日祝日・年末年始を除く)まで受け付け。						
よかドック(特定健診)	1/17(水)・24(水) 2/1(水)・14(水) 3/1(水)	受8:30~10:30	要	40~74歳の市国民健康保険に加入している人 料500円		
がん検診 胃がん 大腸がん 子宮頸(けい)がん 乳がん 肺がん 結核・肺がん ※子宮頸がん・乳がん検診は2年 度に1回受診可	1/17(水)・24(水) 2/1(水)・14(水) 3/1(水)	受8:30~10:30	要	【胃がん】40歳以上 料600円 【大腸がん】40歳以上 料500円 【子宮頸がん】20歳以上 料400円 【乳がん】40歳以上 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 【肺がん】40~64歳 料500円 ※喫煙本数など一定の条件に該当する50歳以上の希望者は喀痰(かたん)細胞診検査(料700円)あり 【結核・肺がん】65歳以上 ※喫煙本数など一定の条件に該当する希望者は喀痰細胞診検査(料700円)あり	①	
骨粗しょう症検査	1/17(水)・24(水) 2/1(水)・14(水) 3/1(水)	受8:30~10:30	要	40歳以上 料500円		
校区などで実施する健(検)診						
東月隈公民館	1/27(金)	受9:00~11:00	要	上記よかドック・がん検診参照 【健(検)診名】胃がん、子宮頸がん、肺がん、結核・肺がん		
エイズとクラミジア 抗体検査 (木曜日のみ梅毒抗体検査可)	12/22(木) 1/5(木)・12(木)・19(木)・26(木) 2/2(木)・9(木)・16(木) 1/11(水)・25(水) 2/8(水)	受9:00~11:00 受16:00~18:00	-	匿名で検査可。検査結果は1~2週間後に本人に直接説明。 ※梅毒抗体検査のみ有料(料570円)		
風しん抗体検査	1/5(木)・19(木) 2/2(木)・16(木)	受9:00~11:00	-	18歳以上で①妊娠を希望する女性②妊娠を希望する女性と同居している配偶者③妊婦と同居している配偶者 ※いずれも抗体検査歴、予防接種歴、既往歴のある人を除く 定先着70人 持身分証等	②	
B型・C型肝炎ウイルス検査	1/19(木) 2/16(木)	受9:00~11:00	-	20歳以上で過去に検査を受けたことがない人 持身分証等		
離乳食教室	1/20(金) 2/17(金)	実13:30~15:00	-	子どもと一緒に参加できます。		
栄養相談	12/26(月) 1/10(水)・27(金) 2/10(金)	10:00~11:00 12:30~13:30 14:00~15:00	要	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。		
マタニティスクール	12/19(月)・26(月) 2/6(月)・13(月)・20(月)	実13:30~15:30	-	12月19日・2月20日は動きやすい服装で、2月13日は昼食後歯磨きをして来所。持母子健康手帳、筆記用具	③	
心の健康相談	12/20(水) 2/14(水)	実13:30~15:30	要	精神科医による相談。予約は前日まで。		
産後のお母さんの心の相談	12/21(水) 2/22(水)	実9:30~11:30	要	専門医による相談。予約は1週間前まで。定妊産婦	④	
精神保健福祉家族講座	1/10(水) 2/7(水)	実13:30~15:30	-	心の病を抱える人の家族交流会。		
母子巡回健康相談	<12月>▷22日(水)=奈良屋公民館▷27日(水)=板付会館 <1月>▷6日(金)=東光会館▷11日(水)=那珂公民館▷19日(水)=三筑公民館▷23日(月)=千代公民館▷31日(水)=東住吉公民館 <2月>▷3日(金)=月隈公民館▷8日(水)=春住公民館▷17日(金)=東吉塚会館▷20日(月)=住吉公民館、弥生公民館 =12月~2月共通=定住吉公民館は9:30~10:00、その他はすべて13:30~14:00 持乳幼児と保護者、妊産婦 持母子健康手帳 申不要					⑤