



区のシンボルキャラクター
油山の妖精「ニッコりん」



城南区

区ホームページは「福岡市城南区」で検索
区フェイスブックページは「城南区 ニッコりん情報」で検索

人口 **131,228人**(前月比83人増)
男 61,563人 女 69,665人

世帯数 **65,530世帯**(前月比222世帯増)
(平成29年5月1日現在推計)

城南区役所
〒814-0192城南区鳥飼六丁目1-1
代表電話 ☎822-2131
☎822-2142



写真コンテスト 昨年度入賞作品

☎=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 ☎=持参 ☎=メール ☎=ホームページ

介護予防リーダー養成講座



運動方法を学び、各団体やサロンなどで運動をサポートする介護予防リーダー(はつらつメイト)を養成します。

☎ 7月7日～28日

までの金曜日、午前10時～正午、全4回
所 保健所 ☎ 区地域保健福祉課 ☎833-4113
☎822-2133 ☎ 抽選30人 ☎ 無料 ☎ 6月16日(金)までに電話で同課へ。

特定計量器(はかり)の定期検査

商店や事業所で取引・証明用(農業・漁業用を含む)に使用する「はかり・重り」は2年に1回の定期検査が義務付けられています。最寄りの場所で必ず受検してください。

☎ 所 下表の通り ☎ 福岡県計量協会 ☎791-2331 ☎791-2334 ☎500円～1,800円程度

検査日	検査場所	検査時間
6月13日(火)	市農業協同組合 樋井川支店	午前10時半～午後3時
6月14日(水)	七隈小学校	
6月16日(金)	鳥飼小学校	
6月19日(月)	城南体育館	
7月3日(月)	堤丘小学校	

来て!見て!体験!消防たい(隊)

はしご車の試乗や放水体験など、消防隊の仕事を見学、体験できます。



☎ 6月10日(土)午前10時半～午後0時半 ☎ 所 城南消防署 ☎863-8119 ☎865-3594 ☎ 無料 ☎ 不要 ※ファイ太くん
はしご車試乗は4歳以上が対象。午前10時15分から抽選券を配布、10時45分に抽選会を行い、当選した30人が試乗(雨天時、災害出動時は試乗中止)。※会場へは公共交通機関をご利用ください。

ダニやカビの発生を予防しよう

ダニやカビは高温・多湿の夏に発生しやすく、ふけやあか、食べ物のかすなどを餌として、布団や畳、カーペットなどに多く発生します。アレルギー症状を引き起こすなどの恐れがありますので、ダニやカビが好む環境をなくし、発生を予防しましょう。



≪予防のポイント≫

- ・小まめに換気・掃除をする。
 - ・布団やカーペットは日光干し後、掃除機をかける。
 - ・シーツや布団カバーは小まめに洗濯する。
- ☎ 区衛生課 ☎831-4219 ☎822-5844

野菜を使った料理等を揃える

●「主食」「主菜」「副菜」のポイント

「中食」「外食」選びのポイント
「中食」「外食」は、調理などの家事の負担が軽くなるだけでなく、メニューの種類も豊富で少量から手軽に購入できるなどのメリットがあります。栄養の偏りなどのデメリットもあります。「中食」「外食」を上手に利用して、バランスの良い食事を楽しみましょう。

●必要な量だけ購入する

総菜などは必要な量だけ購入しましょう。「外食」の場合も、食べ残しが出ないように適量を注

●調味料は味を確認してから使う

「中食」「外食」は味が濃いめのものが多いため、調味料は、味を確認してから使いましょう。

●表示を確認する

摂取した栄養素を把握するため、エネルギー量や栄養成分値が記載されている場合は、確認してから選びましょう。

●調剤料は味を確認してから使う

食材、調理方法、味付けなど、同じものが重ならないように注意しましょう。普段食べない料理を選ぶことで、たくさんの種類の食品を食べることができま

6月は食育月間
「中食」「外食」を上手に利用しましょう



写真コンテスト 作品募集

「好きなもの」をテーマに写真を募集します。

【応募規定】

四つ切り、四つ切りワイド、A4サイズ。平成28年5月以降に撮影した未発表のもの(1人2点以内。無修正に限る)。☎ 城南市民センター(〒814-0142片江五丁目3-25) ☎862-2141 ☎862-2801 ☎ 市内に居住または通勤・通学する人 ☎ 同センター、区役所、公民館、ホームページにある申込書を写真の裏面に貼り、6月25日(日)までに郵送または持参で同センターへ。※応募作品は7月1日(土)～20日(木)に同センターで展示。展示期間中の投票により入賞作品=最上段写真=を決定します。



城南市民プールの臨時休館のお知らせ

屋内プールの清掃や水の入れ替えなどのため、6月12日(月)～14日(水)は休館します。
☎ 同プール ☎863-7098 ☎863-7198

福大しんぶんカフェ

新聞から社会情勢を読み解く効果的な読み方や新聞の活用方法、分かりやすい文章の書き方を、読売新聞の記者から学びます。

☎ 5月31日～6月28日の水曜日、午後4時半～午後5時半、全5回 ☎ 福岡大学地域交流サロン(60周年記念館2階) ☎ 同大学地域ネット推進室 ☎871-6631 ☎873-6049 ☎ 各回先着50人 ☎ 無料 ☎ 電話、ファクス、メール(koyu@adm.fukuoka-u.ac.jp)に氏名、年齢、連絡先を書いて各回の開催日までに同室へ。

国民健康保険料の支払いは便利な口座振替で

口座振替にすると毎月自動的に引き落とされるので納め忘れがなく、毎月支払いに行く手間が省けます。また、一度手続きを完了したら、翌年度以降の支払いも自動継続され便利です。

口座振替は「キャッシュカード」または「口座振替依頼書」で手続きできます。

■キャッシュカードを使った手続きが簡単・便利です!(ペイジー口座振替受付サービス)

キャッシュカード、納入通知書を区保険年金課へご持参ください。専用端末でキャッシュカードを読み取り、暗証番号を入力するだけで簡単に口座振替の手続きができます。

申し込みができる金融機関は下記の通りです。

【金融機関】

福岡銀行、西日本シティ銀行、福岡中央銀行、佐賀銀行、親和銀行、北九州銀行、三井住友銀行、みずほ銀行、三菱東京UFJ銀行、福岡信用金庫、飯塚信用金庫、遠賀信用金庫、福岡ひびき信用金庫、ゆうちょ銀行

■口座振替依頼書

納入通知書、預金通帳、金融機関届出印を金融機関または区保険年金課へご持参ください。

☎ 区保険年金課 ☎833-4123 ☎844-6790

だまされないで! 区役所職員をかたる不審な電話にご注意を!職員が電話でATMの操作をお願いすることは絶対にありません