



みなみ

似顔絵募集中
応募方法は区ホームページを見てね。応募者全員にシールをプレゼント!
区の広報担当キャラクター「ため蔵」くん



区役所代表電話 ☎561-2131

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

八尋 咲耶花 ちゃん
(4歳)作
※年齢・学年は応募時のものです

人口 258,442人 (+114)
男120,257人 女138,185人
世帯数 122,628世帯 (+477)
平成29年4月1日現在推計(前月比)

保健福祉センターだよりは、月1回、15日号に掲載

☎=日時、開催日、期間 ☎=場所 ☎=問い合わせ ☎=ファクス ☎=対象 ☎=定員 ☎=料金、費用 ☎=持参 ☎=託児 ☎=申し込み ☎=メール ☎=ホームページ

あなたの体は大丈夫? よかドックを受けて健康な生活を

市の国民健康保険に加入している40～74歳の人を対象に区保健福祉センターや健康づくりサポートセンター、医療機関で生活習慣病予防のための「よかドック(市国民健康保険の特定健診)」を実施しています。

生活習慣の改善方法を個別アドバイス

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病は自覚症状がないうちに進行しています。よかドックを受診した男性の5割以上が糖尿病の疑い、女性の6割以上が脂質異常という結果が出ています。

区保健福祉センターは、よかドックを毎月2回程度実施し、結果説明会を約1カ月後に開催。健診結果によって医師や保健師、管理栄養士などが個別に食事や運動方法などのアドバイスをします。腹囲などの数値が基準を超えた人には、6カ月間保健師などが生活習慣改善のために継続して指導します。

アドバイスを受けた人たちからは「座ってできるストレッチなど自分に合った運動を教

えてもらえた」などの声が寄せられています。

ワンコインで受診可能

よかドックの内容は身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図など、10,000円程度の検査が500円で受診できます。本年度中に40・50歳になる人は無料で受診できます。

よかドックを4年連続受診している人と未受診の人が支払った医療費を比較すると、年間約28,000円もの差が出ています。

◆ ◆ ◆ ◆
市国民健康保険加入者以外の方の健診は、健康保険証に記載されている医療保険者にお問い合わせください。年に1度は健診を受けて健康な生活を送りましょう。

☎区健康課 ☎559-5116 ☎541-9914

よかドックの受診の流れ

1. 受診場所を選び予約する

①実施医療機関

医療機関名や連絡先などを、よかドックご案内センター(☎711-4826 ☎733-5756)か市ホームページ(「よかドック 医療機関」で検索)で確認して各医療機関へ予約。

②区保健福祉センター

集団健診予約センター (☎0120-985-902 ☎0120-931-869) へ予約。

③健康づくりサポートセンター

同サポートセンター(中央区舞鶴二丁目 ☎751-2806 ☎751-2572) へ予約。

2. 受診

当日は国民健康保険証が必要です。

3. 結果の受け取り

受診した機関から、健診の約2～4週間後に結果を受け取ります。

4. 健康アドバイス

結果に応じて「健康アドバイス」を受けられます。

南区出前講座 気軽に「ご注文」ください

区は、暮らしに役立つ情報や区役所の事業を職員が地域に出向いて解説する「出前講座」を実施しています。今年度は32講座を準備。新しい講座や人気の講座を紹介します(下表)。詳しくは区役所などで配布するパンフレットか、区ホームページ(「南区 出前講座」で検索)をご覧ください。☎原則として平

日午前9時～午後5時の間の90分。※夜間や土日祝日の実施は担当課と相談してください。☎会場(区内に限る)は申し込みグループで準備 ☎区内に住むか、通勤・通学する10人以上の団体☎無料(会場費は申込者負担) ☎希望日の2週間前までに電話かファクスで担当課へ。

テーマ	担当課	電話	ファクス
暮らし マンションの受水槽の管理について ☎「きき水」しましょう。おいしさの基準 くらしの衛生～ダニ、カビ、シックハウス症候群など～ ノロウイルス講座 食の基礎知識講座① ～家庭でできる食中毒の予防～ 食の基礎知識講座② ～食品添加物や残留農薬～ ☎あなたの台所、危険度チェック! ☎クイズで学ぶ食中毒予防	衛生課	559-5161 559-5162	559-5149
健康・福祉 介護保険と高齢者福祉サービスについて 認知症に関する取り組み紹介～予防から安心したまちづくりまで～	福祉・介護保険課 地域保健福祉課	559-5127 559-5132	512-8811
ごみ・環境 ごみの分別とリサイクル エネルギー 上手に使う上手に省エネ	生活環境課	559-5374 559-5101	561-5360

南区出前講座(大学版)もあります

大学の先生を講師に迎える「南区出前講座(大学版)」を実施しています。今年度は43講座を用意。講座の一部を紹介します(右表)。詳しくは区役所などで配布するパンフレットか、区ホームページ(「南区大学版出前講座」で検索)をご覧ください。☎会場(区内に限る)は申し込みグループで準備 ☎区企画振興課 ☎559-5016 ☎562-3824 ☎区内に住むか、通勤・通学する20人前後の団体☎無料(会場費や材料費は申込者負担)

大学	テーマ
香蘭女子短期大学	認知症予防の食事ー脳も体もいつまでも若々しく!ー 本場インド料理 えびカレーに挑戦! 北欧のインテリアに学ぶ～トランスパレントを楽しもう～ からだところをほぐすストレッチ運動 子育ておしゃべり懇談会
純真短期大学	☎簡単・便利な市販の災害食について～ちよっぴり学んでみませんか?～ 絵本とともに、のんびり子育て(0～2歳対象) 離乳食の進め方
精華女子短期大学	☎楽々介護技術体験 自我の芽生えを大切にしたい子育てのヒント
第一薬科大学	☎漢方で元気に美しく 正しい薬の飲み方・使い方 サプリメントのお話

「南区こども大学 2017」開催 楽しみながら学べる18の講座

区は昨年12月に「共創」のまちづくりを進めるために、区内および周辺の七つの大学・短期大学と包括連携協定を締結しました。

協定締結を記念して、各大学と合同で「南区こども大学 2017」を開催します。8月までに七つの大学で18講座を実施。小学生が大学の専門分野を体験し、学ぶことの楽しさを発見する講座です。親子で参加できる講座もあります。

☎区企画振興課 ☎559-5016 ☎562-3824
※詳しくは区役所で配布するパンフレットで確認するかお問い合わせください。

5月20日(土)に九州大学(大橋キャンパス)で行われるイベント「第6回九州大学芸術工学部大公開～デザインのフシギ体験～」内で5つの講座を開講します(下表)。



講座	時間
だんだんラボ ワークショップ	午後2時～5時
体験・競争! 紙で高いタワーをつくろう	午後2時～3時 午後3時半～4時半
つくって飛ばそう 紙飛行機	午前11時半～午後0時10分 午後3時半～4時10分
クレヨンをつくろう	午前11時～11時半 午後2時半～3時
親子でチャレンジ! 手作りゲームプログラミング(写真)	午前10時半～11時半 午後1時～2時 午後3時～4時

☎小学生とその保護者☎無料☎各講座の開講時間30分前に整理券を配布。※定員などの詳細は同課へお問い合わせください。

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

6/8 他 人権講座

「一人ひとり」の人権が尊重されるまちづくりを目指し、身近な人権問題について考えます。※手話通訳あり 期下表の通り。時間は各日ともに午前10時～正午 所南市民センター文化ホール 区生涯学習推進課 ☎559-5172 ☎562-3824 定各先着800人 料無料 申不要(1回のみ参加可) 託1歳～就学前。各先着10人。無料。託児希望の場合は6月2日(金)までに電話で同課へ申し込みを。

日程	内容	講師
6/8 (木)	【外国人の人権】日本で暮らす外国人の人権を考える	アジアに生きる会・ふくおか会員 井上幸雄氏
6/13 (火)	【同和問題】同和問題のこれまで、そしてこれから	ジャーナリスト(元西日本新聞記者) 馬場周一郎氏
6/15 (木)	【障がい者の人権】福岡市に障がい者差別禁止条例をつくる会世話人 石田照年氏、下山いわ子氏	福岡市に障がい者差別禁止条例をつくる会世話人 石田照年氏、下山いわ子氏
6/20 (火)	【様々な人権】やさしい人権のお話	福岡エクセル法律事務所弁護士 春田久美子氏
6/22 (木)	【子どもの人権】子どもの虐待と人権	市子ども家庭支援センター(はぐはぐ) 長河浦龍生氏

6/20 金 生後1～3カ月 新米ママのための親子セミナー

初めて子育てをするお母さんを対象に、触れ合い遊びやミニ講話を行います。期午後1時半～3時半 所区保健福祉センター講堂 区地域保健福祉課 ☎559-5133 ☎512-8811 対区内に住む平成29年2～4月生まれの第1子と母親 定先着25組 料無料 申母子手帳、ミルクやおムツなど赤ちゃんに必要なもの、バスタオル 申5月16日(火)午前9時半から電話で同課へ。

7/4 他 福岡ファミリー・サポート・センター 提供(両方) 会員養成講習会

子どもを預かり育児を手伝う「提供会員」になるための講習会です。子どもを預けたり預かったりする「両方会員」になることもできます。期7月4日(火)、5日(水)、7日(金)。午前10時～午後2時半(5日は午後3時まで) 所南市民センター視聴覚室 区福岡ファミリー・サポート・センター南支部(区役所別館、区社会福祉協議会内) ☎511-4746 ☎557-4068 対市内に住む人 定先着60人 料無料 申6月1日(木)から電話かファクスに本紙14面の応募事項を書いて同支部へ。託6カ月～就学前。抽選20人。無料。託児希望の場合は6月27日(火)までに電話で同支部へ。

若久団地内にバス停が設置されました



若久団地周辺の利便性向上のため、地域住民と西日本鉄道が協議をし、同団地内に新たなバス停が3カ所設置されました。3月27日から平日のみ1日11便の運行を開始し、天神まで乗り継ぎなしで行くことができるようになりました。筑紫丘校区自治協議会会長・今井是生さん(78)は「バス停の設置は地域の皆さんの願いでした。バス停は団地の人だけでなく、他の町内の人たちも利用しています。便利になったことで、少しでも地域の活性化につながってほしい」と話していました。料金や運行時刻など詳しくは下記にお問い合わせください。 西鉄お客さまセンター ☎0570-00-1010

保健福祉センターだより

保健福祉センターでの検査・教室・相談

【問い合わせ・申込先】
 ①予約センター ☎0120-985-902 ☎0120-931-869
 ②健康課健康づくり係 ☎559-5116 ③健康課母子担当 ☎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 ☎512-8811



種類	実施日			実施時間 受付時間	予約	対象者・料金・場所等 費用の記載がないものは無料
	5月	6月	7月			
よかドック(特定健診)					要	対40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円
がん検診	胃がん				要	対35歳以上 料600円
	大腸がん				要	対40歳以上 料500円
	子宮頸(けい)がん		5	14	要	対20歳以上 料400円
	乳がん		★29	24	要	対女性、40歳代1,300円、50歳以上1,000円
	肺がん				要	対40～64歳 喀痰(かくたん)細胞診検査 料500円 700円(喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上)
結核・肺がん				要	対65歳以上	
骨粗しょう症検査					要	対40歳以上 料500円 ※骨粗しょう症で治療中または経過観察中の人は対象外です。
栄養相談	31	12 26	10 31		要	対乳幼児や高齢者、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	15	19	18		一	対4カ月健診受診後の生後4～12カ月の赤ちゃんとその保護者
おやこでリフレッシュ! ベビーダンスを体験しよう			26		要	対4カ月健診受診後の首が据わった乳児から1歳半頃までの子どもとその保護者
風しん抗体検査	16	6 20	4 18		一	対18歳以上で妊娠を希望する女性①妊娠を希望する女性と同居している配偶者②妊婦と同居している配偶者 ※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
肝炎検査(B型・C型)	16	20	18		一	対20歳以上で検査を受けたことがない人
エイズ・クラミジア抗体検査	毎週火曜日				一	匿名での検査
マタニティスクール	22	12 26	10 24		一	対妊婦とその家族
心の健康相談	24	28	26		要	精神科医が対応
		8	13		要	
精神保健家族講座	29	20			一	5/29「家族交流会」
発達に気になる子どもと親のためのサロン「みなみん」	17	14	12		一	対市内に住む発達に気になる、または発達障がいのある就学前の子どもとその保護者

★子育て応援! 無料託児 有ります

6月29日(木)の検診は託児が無料で利用できます。検診の予約後に託児の予約をしてください。【託児対象】BCG接種済みの生後6カ月から就学前までの乳幼児 【託児定員】先着15人 【託児料金】無料 ※検診料は有料 【託児予約・問い合わせ先】区健康課 ☎559-5116 ☎541-9914

母子巡回健康相談

場所	実施日		受付時間
	5月	6月	
大池公民館	—	28	13:30～14:00
大楠公民館	—	20	13:30～14:00
日佐公民館	22	—	13:30～14:00
筑紫丘公民館	—	23	13:30～14:00
長丘公民館	—	9	13:30～14:00
西高宮公民館	—	2	13:30～14:00
西長住公民館	30	—	13:30～14:00
野多目公民館	—	19	13:30～14:00
花畑公民館	—	9	9:30～10:00
弥永西公民館	—	14	13:30～14:00
老司公民館	16	—	13:30～14:00
若久公民館	—	23	9:30～10:00

対乳幼児と妊産婦

献血

場所	実施日		受付時間
	5月	6月	
日佐公民館	—	7	9:30～12:30 13:30～15:00
長住団地広場	—	6	10:00～12:00 13:00～16:00
野多目公民館	—	5	9:30～12:30 13:30～15:00

対男性:17～69歳、女性:18～69歳 ※65歳以上は60歳以降に献血経験がある人

※予約センターへの予約は、検診の10日前(土日祝日を除く)までにしてください。予約なしの当日受診はできません。
 ※70歳以上および市民税非課税世帯は料金が免除されます(証明書等が必要。詳しくはお問い合わせを)。
 ※胃がん検診は前日午後9時以降の飲食はできません。子宮頸がん、乳がん検診は2年度に1回受診可(平成28年4月以降の受診者は受診できません)。