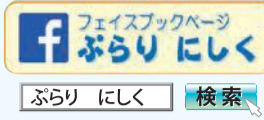




◆旬の情報を発信中◆



西区役所 区役所代表電話 TEL 881-2131 FAX 882-2137 西部出張所 TEL 806-0004 FAX 806-6811

福岡マラソン 2017 11/12(日)スタート 人口・世帯数 人口 210,469人 世帯数 91,604世帯

開=日時、開催日、期間 所=場所 関=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ 電=電話 番=ファクス 郵=メール 受=受付時間 持=持参

よかドックで健康チェック

市国民健康保険(市国保)の「よかドック」は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防するための健康診査です。



生活習慣病は、自覚症状がないうちに進行し、重症化する恐れがあります。自分の健康状態を知るために、年に1度は受診しましょう。

【対象者】

市国保に加入している40~74歳の人 ※市国保以外の方は、健康保険証に記載の保険者へお問い合わせください。

【受診場所】

- ①実施医療機関 ※よかドック案内センター(☎711-4826)で確認できます。
②区保健福祉センター 期平日、月2~3回
③さいとぴあ 期平日、2~3カ月に1回
④健康づくりサポートセンター 期土日祝、第3水曜日夜間

【予約方法】

①は直接医療機関へ。②、③は集団検診予約センター(☎0120-985-902 ㊟0120-931-869)へ。④は健康づくりサポートセンター(☎751-2806)へ。

【自己負担額】

500円。※今年度40歳と50歳になる人、満70歳以上の人、市民税非課税世帯(要証明)の人は無料。

【問い合わせ先】

区健康課 ☎895-7073 ㊟891-9894

小学生空手道場

空手の基礎を学びます。

期12月1日~来年2月23日の金曜日(12月22日、29日、1月5日、19日、2月2日を除く)午後7時~8時。全8回所西市民プール ☎885-0124 ㊟885-6016関小学生抽選で12人料4,800円申はがきかファクスに教室名、住所、氏名(ふりがな)、学年、電話番号を書いて、11月15日(水)必着で同プール(〒819-0046西の丘一丁目4-1)に送付するか、直接窓口へ。



ボディコンディショニング

ヨガなどを行い、体の調子を整えます。

期来年1月10日~2月28日の水曜日①午前11時~正午②正午~午後1時。全8回所西体育館 ☎882-5144 ㊟882-5244関18歳以上関抽選で各15人料4,500円申往復はがきに教室名、希望の時間(①か②)、住所、氏名(ふりがな)年齢、電話番号を書いて、11月30日(水)必着で同体育館(〒819-0041拾六町一丁目13-35)へ。



参加しませんか

参加しませんか

1日まるごとおはなし会

期11月25日(土)所西市民センター 関無料関西図書館 ☎884-3874 ㊟884-3895

- 1.赤ちゃんおはなし会 期午前11時~11時半関0~2歳の子どもと保護者
2.かがくのおはなし会 期午後1時~1時40分関3歳~小学生と保護者
3.冬のおはなし会スペシャル 期午後2時~2時40分関3歳~小学生と保護者
4.かたりのおはなし会 期午後3時~3時40分関3歳~小学生と保護者



加湿器の管理に注意

加湿器の管理を怠ると、給水タンク内で発生した細菌やカビを、ミスト(霧)と一緒にまき散らす恐れがあります。加湿器が原因でレジオネラ肺炎などの感染症が発生した例もあります。

寒くなり空気が乾燥するこれからの時季は、加湿器を使う機会が増えます。次のポイントに注意して使用しましょう。

- ①水は毎日交換 古い水には細菌が繁殖しています。水は継ぎ足さずに、新しく交換しましょう。
②タンクの消毒 タンク内のぬめり(バイオフィーム)は細菌の栄養源となる他、細菌を守る膜にもなります。スポンジやブラシでこすり落とし、水1リットルに対しペットボトルのふた1杯分の塩素系漂白剤で消毒しましょう。
③保管時の管理 使用しない時期は、洗浄・消毒後、よく乾燥してから保管しましょう。



福岡マラソン 2017 交通規制のお知らせ

11月12日(日)の福岡マラソン当日は、長時間にわたり大規模な交通規制が実施されるため、交通渋滞が予想されます。お出掛けには、マイカーの使用を控え、公共交通機関をご利用ください。

詳しくは大会ホームページをご覧ください。

福岡マラソン 検索

健康講座

がんと診断された後の生活や医療費の補助制度について、九州がんセンターの看護師と医療ソーシャルワーカーが講義します。

期11月19日(日)午後2時~3時半。所さいとぴあ1階第2会議室関先着30人関無料申関電話で西部図書館(☎807-8802 ㊟807-8884)へ申し込むか、同図書館窓口へ。11月1日(水)から受け付け。

ファイアーマンズフェア

11月19日(日)の午前9時~正午に内浜小学校で、西消防団による「訓練競技会」と西消防署によるイベント「来て!見て!体験!消防たい(隊)!」を実施します。

消防団員が大量の土のうを積みリレーや消防車両を引っ張るレースなど3種目を競う他、はしご車の試乗(午前9時半から整理券を配布。先着20組)や、レスキュー隊の仕事が体験できる「ちびっこレスキュー」などを行います。※駐車場はありません。雨天・災害時は中止します。

【問い合わせ先】

西消防署 ☎806-0642 ㊟806-6462

児童虐待から子どもを守りましょう

11月は「児童虐待防止推進月間」です

「頻りに泣き声や怒鳴り声が聞こえる」など、近所に気になる子どもや家族がいるときは、迷わず右記の相談窓口ご連絡してください。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。



西区子育て応援キャラクターカブーとガニー

- 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189(いち・はや・く) 近くの児童相談所につながります。※一部のIP電話からはつながりません
●こども総合相談センター(えがお館) ☎833-3000 24時間受け付け(年末年始を除く)
●区子育て支援課こども相談係 ☎895-7098 ㊟881-5874 月~金曜日午前9時~午後5時(祝休日、年末年始を除く)