



※保健だよりは毎月15日号に掲載しています。

中央区役所 〒810-8622 中央区大名二丁目5-31

区役所代表電話 ☎714-2131

午前8時45分～午後5時15分 土・日・祝日・年末年始を除く

区ホームページは「福岡市 中央区」で検索  
区フェイスブックページは「情報発信中央区」で検索



花衣装の山かき小僧

区の人口 198,554 人 (前月比 102 人増) (男 88,626 人 女 109,928 人) 世帯数 121,564 世帯 (前月比 75 世帯増) (平成30年6月1日現在推計)

開 = 日時、開催日、期間 所 = 場所 問 = 問い合わせ ☎ = 電話 ファクス = 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 メール = メール ホーム = ホームページ

### 夏の食中毒対策 ～弁当作りのポイント～

高温多湿の今の季節は食中毒が起こりやすくなります。手作りの弁当は、作ってから食べるまでに時間がかかるため特に注意しましょう。食中毒を防ぐポイントは次の二つです。

- ① 弁当箱や食品に細菌を付けない。
- ② 温度と水気に注意して細菌が繁殖しにくい環境をつくる。

#### 調理前

▷ 生野菜など加熱せずに食べるものや、汁気の多いおかずは避ける▷ 清潔で乾燥させた弁当箱を使用する

#### 調理中

▷ しっかり手を洗う▷ おかずは十分に加熱する▷ おにぎりはラップなどで包んで握り、素手で直接触らない▷ 炒め物は水気を飛ばし、汁が出ないように調理する

#### 調理後

▷ 弁当箱内に熱がこもらないように、熱を冷ましてから弁当箱のふたを閉める▷ 保冷剤を使用するなど涼しい環境で保管し、できるだけ早く食べる



◇ ◇  
8月は食品衛生月間です。区衛生課では、食中毒の予防方法をまとめた冊子を配布しています。

問 区衛生課 ☎761-7356 ファクス761-8280



華やかなアーチでお出迎え



職員手作りのハンギングバスケット

区内では、公園や歩道などさまざまな場所で開催されている親子を見たりするとやりがいを感じられる人も増えてきました。花を通して地域の人のつながりを深めて、活動の幅を広げたいです」と話しました。

問 区総務課  
718・1005  
714・2141

一人一花運動  
花と緑でいっぱいの中中央区へ

区役所前でフェスタを開催  
区は、5月28日から6月1日に「中央区『一人一花』フラワーウィーク」を開催しました。区役所前の広場を花のアーチやオブジェで飾り、花の種類や一人一花運動のピクニックを配布しました。訪れた人はオブジェと記念撮影

地域でも一人一花運動  
区役所前では、5月28日から6月1日に「中央区『一人一花』フラワーウィーク」を開催しました。区役所前の広場を花のアーチやオブジェで飾り、花の種類や一人一花運動のピクニックを配布しました。訪れた人はオブジェと記念撮影



花を大切にして、みんなで分け合おう

### 夏祭りに出掛けよう

今年も各校区・地区で夏祭りが開催されます。誰でも参加できますので、気軽にお越しください。

校区等	月日	時間	場所	雨天時
笹丘	7/14(土)	18:00～	笹丘小学校	7/15(日)
警固	7/15(日)	17:00～	警固小学校	雨天決行
南当仁	7/28(土)	17:15～	南当仁小学校	7/29(日)
赤坂	8/4(土)	17:00～	赤坂小学校	体育館
箕子		16:30～	旧箕子小学校	体育館
当仁		17:00～	当仁小学校	8/5(日)
福浜		17:00～	福浜小学校	8/5(日)
高宮		17:00～	高宮小学校	8/5(日)
小笹		17:45～	平和中央公園野球場	8/5(日)
春吉	8/18(土)	18:00～	春吉公園	8/19(日)
舞鶴	9/1(土)	17:00～	舞鶴小・中学校校庭	駐車場
草ヶ江	10/13(土)	9:30～(予定)	草ヶ江小学校	講堂兼体育館

※大名地区は8/5(日)17:00～市役所西側広場でWe Love 天神協議会との共催です(小雨決行)。  
※平尾校区は開催しません。

江戸時代の唐人町には、参勤交代にも使用された唐津街道が通っていました。小倉から福岡城下を通過して唐津に至る同街道は絶えず人が行き交い、商売を行う町屋が街道沿いに発展しました。これが現在の唐人町商店街の起源です。



約300年続く老舗の加美家製菓

福岡藩のお膝元として栄えた唐人町には、歴史を感じさせる場所が今も残っています。商店街内にある加美家製菓は福岡善龍寺をはじめ、周辺には福岡藩が海からの敵に備えて建てたといわれる寺が八つあります。これを回る「唐人町界隈八寺巡り」もお勧めです。福岡ヤフオク!ドームケード内でパブリックビューイングを開催したりと、商店街を挙げて盛り上がりがあります。野球観戦の際には商店街にも寄ってみてください。

### 中央区商店街物語 第4回 唐人町商店街



藩御用達の和菓子屋で、母里太兵衛(ぼりたへえ)の逸話「呑み取りの槍」で知られる杯型の煎餅が有名です。また、商店街を西に抜けた先にある善龍寺をめぐり、周辺には福岡藩が海からの敵に備えて建てたといわれる寺が八つあります。これを回る「唐人町界隈八寺巡り」もお勧めです。



に近しいこともあり、ドームでイベントがある日は商店街もにぎわいます。同商店街は、野球のシーズンになると「鷹兜」商店街として福岡ソフトバンクホークスを応援しています。右写真。ホークスが勝った翌日には割引を実施したり、日本シリーズに進出するとアーケード内でパブリックビューイングを開催したりと、商店街を挙げて盛り上がりがあります。野球観戦の際には商店街にも寄ってみてください。

乳幼児の「養育里親」を募集しています 急な保護が必要な乳幼児を、数日から数カ月程度自宅に迎えて養育する里親を募集しています。 ※本事業は市の委託事業です 特定非営利活動法人キアセット福岡オフィス ☎406-6351

### 舞鶴公園「みどりのまちマルシェ」

県内各所の旬の有機野菜やこだわりの素材を使った農産加工品、雑貨などを販売します。詳しくは緑のまちづくり協会ホームページ(「福岡市緑のまちづくり」で検索)をご覧ください。☎7月21日(土)、8月11日(土・祝)、9月15日(土)、10月14日(日)、11月3日(土・祝)の午前10時～午後4時☑舞鶴公園藤園北側(城内)☒同実行委員会☎781-2153☒715-7590



### 教えてください 道路の傷み

区内で次のような箇所があればお知らせください。  
▷マンホールなどのがたつきや段差▷破損した側溝・縁石・ガードレール▷車道・歩道に開いた穴▷カーブミラーの曲がり▷照明灯の点灯の不具合☒中央区維持管理課☎718-1084☒718-1079



中央体育館 ☎718-0042 赤坂二丁目5-5 ☎741-0301 ☒741-0617

### ズンバ(ZUMBA)教室

音楽に合わせて体を動かします。☎8月25日～11月24日の毎週土曜日(11月3日を除く)午前9時半～10時45分。全13回☒18歳以上☒20人☒9,100円☒はがきかファクスに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて7月31日(必着)までに上記住所へ。応募多数の場合は抽選します。

参加しませんか

お知らせ

### 国民年金保険料免除の申請

国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料の免除や納付猶予、学生納付特例の制度を利用できます(本人、世帯主、配偶者の所得制限あり)。☒年金手帳、マイナンバーカード(もしくは通知カードと運転免許証等の身元確認書類)を持って区保険年金課へ。代理人の場合は委任状と代理人の身元確認書類、委任者の印鑑が必要です。失業中の人は離職票か雇用保険受給資格者証、学生は学生証も持参してください。

お知らせ

☒中央区保険年金課 ☎718-1126 ☒725-2117

中央市民プール ☎810-0061 西公園14-30 ☎712-8090 ☒712-8298

### 小学生平泳ぎ教室

☎8月20日(月)～25日(土)の毎日午前9時15分～10時45分。全6回☒クロールで25メートル泳げる小学生☒10人☒4,900円

### 夜の大人水泳教室

☎8月21日～9月25日の毎週火曜日午後7時～8時半。全6回☒18歳以上☒10人☒3,200円

### 共通事項

☒往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号を書いて7月30日(必着)までに上記住所へ。応募多数の場合は抽選します。

### 後期高齢者医療 新しい保険証を郵送します

8月から使用する後期高齢者医療被保険者証を7月下旬に郵送します。8月1日から、被保険者証の色が水色から薄緑色に変わります。有効期限は来年の7月末までです。☒中央区保険年金課 ☎718-1124 ☒725-2117

## 保健だより

※場所の記載のないものは中央区保健福祉センター(中央保健所)(舞鶴二丁目5-1 あいれふ)で実施  
※料金の記載のないものは無料

### 健(検)診等

太枠内の健(検)診予約は、予約センター(右下【申し込み・問い合わせ先】①)へ(土日祝日は除く)。  
【申込期限】8/30(木)実施分=8/16(木)まで。9/14(金)実施分=8/31(金)まで。9/28(金)実施分=9/12(水)まで。

内容	実施日		☒=受付時間	予約	対象・料金・その他	☒
	8月	9月				
よかドック(特定健診)					☒70歳以上の人や市民税非課税世帯の人などは、証明書の提出によって健(検)診の料金が免除されます。事前に確認を。	
がん検診	30(木)	14(金) 28(金)	☒8:30～10:30	要	☒国民健康保険証によかドック受診番号が記載されている人☒500円 【胃がん】☒40歳以上 ☒600円【乳がん】受診は2年度に1回☒40歳代1,300円、50歳以上1,000円【子宮頸がん】受診は2年度に1回☒20歳以上☒400円【大腸がん】☒40歳以上☒500円 【胸部エックス線撮影】☒☒40歳～64歳500円、65歳以上無料【喀痰(かくたん)細胞診検査】☒喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上☒700円	①
骨粗しょう症検査					☒40歳以上 ☒500円	

### 検査・相談等

内容	実施日		☒=受付時間 ☒=実施時間	予約	対象・料金・その他	☒
	7月	8月				
風しん抗体検査	17(火)	7(火) 21(火)	☒9:00～11:00	-	☒妊娠を希望する女性(妊婦を除く)。妊娠を希望する女性または妊婦と同居している配偶者 ※いずれも18歳以上で、抗体検査歴、予防接種歴、既往歴のある人を除く☒先着70人	
B・C型肝炎ウイルス検査	17(火)	21(火)	☒9:00～11:00	-	☒20歳以上で過去に検査を受けたことがない人	②
栄養相談	18(水) 20(金)	1(水) 22(水)	☒9:30～11:40	要	管理栄養士による乳幼児や高齢者、肥満、高血圧、脂質異常の人の食事などの相談	
離乳食教室	23(月)	27(月)	☒13:00～15:00	-	離乳食の進め方の講習。試食あり	
母子(赤ちゃん)何でも相談	23(月)	27(月)	☒13:30～15:00	-	助産師による妊娠、出産、育児などの相談。体重測定。	③
マタニティスクール	20(金) 27(金)	-	☒13:30～15:30	-	妊娠、出産、育児についての講義と実技☒妊婦とその家族	
心の健康相談	-	9(木)	☒9:30～11:00	要	精神科医による相談	④
精神保健家族講座	20(金)	-	☒13:30～15:30	要	☒精神障がい者を抱える家族▷7/20(金)当事者の話を聞こう	
エイズ即日検査	毎週火曜日 (祝日を除く)		☒9:00～10:30	要	匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後	⑤
	-	12(日)	☒14:00～15:00	-	☒先着50人。匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後	

### 母子巡回健康相談

予約不要。乳幼児の身体測定、健康相談。

場所	実施日	受付時間	☒
南当仁公民館	7/20(金)	13:30～14:00	⑥
福浜公民館	7/23(月)	10:00～10:30	
春吉公民館	7/24(火)	13:30～14:00	
笹丘公民館	7/25(水)		
赤坂公民館	8/7(火)		
草ヶ江公民館	8/8(水)		
小笹公民館	8/9(木)		
高宮公民館	8/10(金)		

### 【申し込み・問い合わせ先】

①予約センター	☎0120-985-902 ☒0120-931-869
②健康づくり係	☎761-7340
③母子保健係	☎761-7338
④精神保健福祉係	☎761-7339
⑤エイズダイヤル	☎712-8391
⑥地域保健福祉係	☎718-1111
②～⑥共通	☒734-1690