



みなみ



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
窓口受付時間：午前8時45分～午後5時15分
(土日・祝休日・年末年始を除く)

人口 261,578人 (+68)
男121,619人 女139,959人
世帯数 125,780世帯 (-11)
平成30年7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

9月30日(月)から

高齢者乗車券を交付します

平成30年度分の高齢者乗車券(下写真)を交付します。

◆交付対象者

区内に住民登録をしていて、満70歳以上で、平成30年度の介護保険料所得段階区分1～7の人。

◆交付日時

9月3日(月)～来年9月30日(月)の午前9時～午後5時(土・日・曜、祝休日、年末年始を除く)。

【早期の交付を希望する人】9月に校区ごとの指定日を設けますので、指定日での手続きにご協力ください(左表参照)。

※指定日以外でも手続きはできますが、待ち時間が長くなる場合があります。

【早期の交付を希望しない人】9～10月初旬は大変混雑します。高齢者

乗車券の残額に余裕があるなど、お急ぎでない人は10月中旬以降の手続きをお勧めします。交付金額は申請時期よって異なりますが、12月までは変わりません。

◆交付場所

区役所本館1階101会議室(10月9日(火)以降は区保健福祉センター2階福祉・介護保険課)

※公民館では交付手続きを行いませんのでご注意ください。

【手続きに必要なもの】

- ①本人の印鑑(朱肉を使うもの。ゴム印やスタンプ印は不可)
- ②本人確認書類(介護保険証、健康保険証など)
- ③交通用福祉ICカード(これまでに交付を受けた人)

※今年度もICカードの交付を希望する人はカードの残額を必ず確認してください。残額と今年度の交付額の合計が2万円を超える場合は入金できません。

※代理申請の場合は①～③の他に代理人の本人確認書類(運転免許証など)が必要です。

※交付額などの詳細は本紙6面を参照してください。

【問い合わせ先】

▽手続きについて 専用コールセンター(平日午前9時～午後5時)
☎0120・502・633
☎0120・880・219

▽記事について 区福祉・介護保険課
☎559・5127
☎512・8811

日程(9月)	校区
3日(月)	西長住
4日(火)	日佐
5日(水)	東若久
6日(木)	宮竹
7日(金)	若久
10日(月)	玉川
11日(火)	花畑
12日(水)	柏原
13日(木)	老司
14日(金)	野多目
18日(火)	長住
19日(水)	東花畑
20日(木)	横手・高木
21日(金)	西花畑・弥永西
25日(火)	西高宮・長丘
26日(水)	三宅・大池
27日(木)	大楠・塩原
28日(金)	筑紫丘・鶴田・弥永

※10月1日(月)以降は校区別の指定はありません。



認知症サポーター養成講座をご利用ください

認知症は誰にでも起こり得る脳の病気で、65歳以上の約7人に1人に症状が現れているといわれています。区は、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を進めるために、「認知症サポーター」を養成する講座を実施しています。



【認知症サポーターとは】

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る人です。

【認知症サポーター養成講座(出前講座)】

要望に応じ、公民館などに職員が出向いて講座を実施しています。幅広い世代の人が認知症の症状や、認知症の人との接し方について学んでいます。受講者には認知症サポーターの証しであるオレンジリング(上写真)を進呈します。

☎平日午前10時～午後4時の間の約1時間半 ㊦区内に住むおおむね10人以上の団体 ㊦申し込む団体で準備 ㊦無料 ㊦区地域保健福祉課 ☎559-5132 ☎512-8811



小学生も受講して、認知症への理解を深めています

南市民プールからのお知らせ

所 南市民プール(〒811-1344三宅三丁目31-1) ☎561-6011 ☎561-3993

◆マスタースイム(チケットクラス)

㊦8月22日(水)、24日(金)、27日(月)、29日(水)、31日(金)。午後7時半～8時15分 ㊦100m以上泳げる15歳以上(中学生不可) ㊦先着10人 ㊦チケット1回券600円、5回券2,800円、10回券5,000円(プール使用料込み。チケットは他のチケットクラスに使用可) ㊦毎回開始15分前から同プール1階窓口で受け付け。

◆第2期ウォーターキッズ教室

㊦9月9日～10月28日の毎週日曜日。全8回。午後2時～3時 ㊦4～6歳(就学前) ㊦抽選15人 ㊦4,000円(プール使用料込み) ㊦往復はがきに本紙14面の応募事項と保護者氏名を書いて8月27日(月)必着で同プールへ。

8/25 楽しくおおはし「大橋こども商店街」

小学生が「店主」となり、実際に商品やサービスの提供を行う「大橋こども商店街」を開催します。働くことの大切さを楽しみながら学ぶことができます。㊦午後3時～6時半 ㊦西鉄大橋駅西口広場 ㊦大橋バンビーノ実行委員会・渡邊 ☎090-4343-9787 ☎541-7263 ㊦店主体験は小学生対象で先着60人(当日午後2時半～5時に本部テントで受け付け。無料)



まだまだ暑さが続きます 熱中症に気を付けましょう

熱中症とは、温度や湿度が高い環境で体温調節が不十分となり、体に不調が現れた状態のことです。7月には南区でも死亡事故が発生しています。熱中症を予防して暑い夏を乗り切りましょう。



◆高齢者や子どもは特に注意を

高齢になると暑さや喉の渇きを感じにくくなります。また、子どもは身長が低いので地面からの照り返しを受けやすく、大人よりも暑い環境にいることとなります。

◆熱中症の症状

目まい、立ちくらみ、こむら返り(足がつるなど)、頭痛、吐き気などが生じます。症状が重いと意識を失う場合もあります。呼び掛けに応答がない場合などは、すぐに救急車を呼んでください。

◆熱中症の応急手当の方法

- ①風通しの良い日陰やクーラーが効いている室内などへ移動し、服を緩め、安静に寝かせる。
- ②体を冷却する(脇の下や太ももの付け根などを冷やす)。
- ③水分、塩分を補給する。
- ④①～③の手当てで改善がみられない場合は医療機関を受診してください。

【問い合わせ先】

区健康課 ☎559-5116 ☎541-9914

9/11 カラダ年齢若返り計画
～生活習慣病予防のための栄養講座～

血糖値・脂質と栄養素の関係や、自分の体に合った食事の量などを学ぶ講座です。☎午前10時～正午 所 区保健福祉センター講堂 問 区地域保健福祉課 ☎559-5133 ☎512-8811 函 区内に住む30～74歳 定 先着25人 料 無料 申 8月20日(月)午前9時半から電話で同課へ。



9/11 南区人権を考えるつどい

「大災害が起きたとき、本当に命と健康を守れますか?～高齢者・障がい者・子ども・女性などの視点から～」をテーマに「減災と男女共同参画研修推進センター」共同代表の浅野幸子氏が講演します。☎午後2時～3時半 所 南市民センター文化ホール 問 区生涯学習推進課 ☎559-5172 ☎562-3824 定 800人 料 無料 持 筆記用具 託 1歳～就学前。先着10人。無料。託児希望の場合は9月5日(水)までに電話で同課へ。 申 不要

9/13 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、ふれあい遊びやミニ講話を行います。子育ての悩みなどを話して他のお母さんや赤ちゃんとお交流しませんか。☎午後1時半～3時半 所 区保健福祉センター講堂 問 区地域保健福祉課 ☎559-5133 ☎512-8811 函 区内に住む平成30年6・7月生まれの第1子と母親 定 先着20組 料 無料 持 母子健康手帳、ミルクなど赤ちゃんに必要なもの、バスタオル 申 8月17日(金)午前9時半から電話で同課へ。

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

種類	実施日			実施時間 受=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	問 申	
	8月	9月	10月					
よかドック(特定健診)	27	10	1 ★15	受8:30～10:30	要	函40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円		
がん検診	27	10	1 ★15	受8:30～10:30	要	胃がん(バリウムによる検査)	函40歳以上 料600円 ※7月から対象年齢が40歳以上に変更になりました。	①
						大腸がん	函40歳以上 料500円	
						子宮頸(けい)がん	函20歳以上 料400円	
						乳がん	函 女性、40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
						肺がん	函40～64歳 料500円 喀痰(かくたん)細胞診検査は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	函65歳以上							
骨粗しょう症検査	27	10	1 ★15	受8:30～10:30	要	函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を除く。		
栄養相談	30	5 14	12 26	受10:00～14:45	要	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	20	18	15	受13:30～15:00	一	函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		
おやこで参加! リフレッシュ運動教室	—	26	—	受10:00～11:30	要	函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。保護者の運動を中心に行います。		
風しん抗体検査	21	4 18	2 16	受9:00～11:00	一	函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 ※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	②	
肝炎検査(B型・C型)	21	18	16	受9:00～11:00	一	函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			受9:00～11:00	一	匿名での検査		
マタニティスクール	—	3	9 22	受13:30～15:00	一	函妊婦とその家族		
マタニティ講話	27	10 18	1 15	受13:30～15:00	一	函妊婦とその家族。併せて母子健康手帳も交付します。	③	
心の健康相談	22	26	24	受9:30～11:00	要	精神科医が対応		
	—	13	11	受13:30～15:30				
こころの健康づくりセミナー	—	—	26	受14:00～16:00	要	函うつ病予防に関心のある人	⑤	
精神保健家族講座	21	4	3	受13:30～15:30	一	8/21「統合失調症の症状と治療について」 9/4「統合失調症の理解～家族の対応について～」 10/3「当事者の話を聞こう～施設見学～」 所心の春希望(大楠一丁目)	⑤	
発達が気になる子どもと親のためのサロン「みなみん」	—	12	17	受10:00～12:00	一	函市内に住む、発達が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	⑥	

※予約センターへの予約は、検診の10日前(土・日曜、祝休日を除く)までにしてください。予約なしの当日受診は不可。
 ※70歳以上および市県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29年4月以降の受診者は受診できません)。

- 【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健康課母子保健係 ☎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

献血

場所	実施日		受付時間	問
	8月	9月		
大楠公民館	—	13	9:30～12:30 13:30～15:30	④
(市)柏原公民館	—	20	9:30～11:30	
東花畑公民館	—	14	9:50～12:30 13:30～15:00	
宮竹公民館	—	15	10:00～12:00 13:00～16:00	
弥永公民館	—	6	9:30～11:30	
函 男性:17～69歳、女性:18～69歳 ※65歳以上は60～64歳に献血経験がある人				

区民と医師との会

南区医師会の専門医師による講演会を各校区で開催しています。

場所	実施日		受付時間	問
	8月	9月		
大池公民館	22	—	14:00～15:30	④
	[スポーツと健康] 碓博哉医師			
筑紫丘公民館	—	20	14:00～15:30	④
	[耳・鼻の病気あれこれ] 佐野希久子医師			
長丘公民館	—	8	14:00～15:30	④
	[認知症の話] 井上展聡医師			
花畑公民館	—	8	14:00～15:30	④
	[在宅医療について] 宮崎信裕医師			
弥永公民館	—	5	14:00～15:30	④
	[認知症の話] 大村重成医師			
弥永西公民館	—	13	13:30～15:00	④
[腰痛の話、高齢者の腰痛] 大森徹医師				

母子巡回健康相談

場所	実施日		受付時間	問
	8月	9月		
(市)柏原公民館	29	—	13:30～14:00	⑥
高木公民館	—	21	13:30～14:00	
玉川公民館	—	19	13:30～14:00	
長丘公民館	—	20	13:30～14:00	
長住公民館	16	—	13:30～14:00	
西高宮公民館	—	25	13:30～14:00	
野多目公民館	—	26	13:30～14:00	
三宅公民館	—	11	13:30～14:00	
宮竹公民館	17	—	13:30～14:00	
老司公民館	30	—	13:30～14:00	
若久公民館	—	12	13:30～14:00	
函 乳幼児と妊産婦				

★子育て応援! 10月15日(月)の検診は託児を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～無料託児あります 就学前の乳幼児 【定員】先着15人 【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