



# 中央区

※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」で検索するか右のコードから  
区フェイスブックページは「情報発信中央区」で検索



赤坂三丁目町内会が  
作った門松(区役所  
玄関前)

区の人口 201,972人 (前月比 137人増) (男 90,097人 女 111,875人) 世帯数 124,156世帯 (前月比 3世帯増) (令和元年12月1日現在推計)

調、函、圖 など文中で使用している記号の説明は、本紙15面を参照してください。

## 講演会「からだの健康はお口の健康から」

歯科衛生士・古賀直子氏による講演会を開催します。「お口」の健康を保つことで、生活習慣病やさまざまな病気を防ぎましょう。健康ランチ付きです。

期2月7日(金)午前10時半～午後0時半所あ  
いれふ10階講堂(舞鶴二丁目)区内に住む人  
定先着50人料400円(健康ランチ代)申  
1月14日(火)午前9時以降に区健康課(☎761-  
7340 ㊟734-1690)へ。

## 1月24日の健(検)診は託児が利用できます

1月24日(金)に中央保健所(あいれふ内・舞鶴二丁目)で行う特定健診(よかドック)やがん検診は、無料の託児サービス(生後6カ月～未就学児)が利用できます。「小さな子どもがいるので健(検)診を受けづらい」という人は、この機会に受診してみませんか。1月9日(木)までに健(検)診と託児の予約をしてください。

### 【託児付き健(検)診受診の流れ】

- ①健(検)診の予約 集団健診予約センター(☎0120-985-902 ㊟0120-931-869)に申し込む。
- ②託児の予約 区健康課(☎761-7340 ㊟734-1690)に申し込む。
- ③健(検)診当日 受付で託児を予約していることを伝える。

## 認知症サポーター養成講座

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人に症状が現れるといわれています。区は、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り支援する「認知症サポーター」を養成する講座を毎年実施しています。

### ①認知症サポーター養成講座

認知症の症状や認知症の人との接し方を学びます。受講者には、認知症の人や家族を応援する証しのオレンジリング=写真=を進呈します。



期1月29日(水)午前10時～午前11時半所あ  
いれふ10階講堂(舞鶴二丁目)市内に住む人  
定先着100人料無料

### ②認知症サポーター・ステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を修了した人が、より深く学ぶための講座です。

期2月5日(水)、2月18日(火)午前10時～正午所あ  
いれふ7階第2研修室(舞鶴二丁目)区内  
認知症サポーター養成講座修了者で全2回出席が可能な人定先着30人料無料

### ※①②共通

㊟1月7日(火)午前9時から電話で区地域保健福祉課(☎718-1110 ㊟734-1690)へ。



左上から時計回りに柿なます、黒豆ゼリー、博多雑煮、がめ煮



タイミングを合わせて、上手につくことができました

12月2日に、当仁校区食生活改善推進員協議会の主催で、郷土料理教室が開催されました。同校

区から40人が参加し、博多雑煮や、がめ煮、柿なますなどを作りました。左写真上。

## 当仁校区郷土料理教室

同校区食生活改善推進員協議会会長の西木友世さん(68)は「博多雑煮は、ブリやかとお菜などが入ってとても豪華です。地元で愛されている料理なので、ぜひ家庭でも作ってほしい」と話しました。

また、参加者からは「今回の料理教室で、きれいに盛りつけるコツなどが分かりました。また参加したい」などの声も上がっていました。

## 大名地区餅つき大会

12月8日に、大名小学校跡地で餅つき大会が開催されました。左写真下。毎年恒例のこのイベントは大名自治協議会が主催し、今年は市の創業支援施設フクオカグロースネクストの協力の下、行われました。会場は、幼児から高齢者まで多くの人でにぎわいました。同自治協議会会長の三原哲彦さん(79)は「餅つき大会は、年に一度の地域のみなさんが交流できる大事な行事の一つで

## 確定申告相談のお知らせ

確定申告の相談会場を設置します。期間中は福岡税務署内での申告相談は行いません。

期2月17日(月)～3月16日(月)午前9時～午後4時 ※2月24日(月・休)、3月1日(日)を除き、土日は休み所西鉄ホール(天神二丁目ソラリアステージビル6階)福岡税務署 ☎771-1151(自動音声案内) ㊟411-0124(聴覚障がい者用)

申告書は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成できます。

### 【e-Tax(イータックス)がより便利に】

令和2年1月から、スマートフォンを利用した確定申告が便利になります。詳しくは国税庁ホームページ(「国税庁 お知らせ スマホ」で検索)を確認を。

## 「博多どんたく」パンフレット(中央区版)への広告協賛を募集します

5月に開催される「博多どんたく港まつり」のパンフレット(A4判)に広告を掲載する協賛事業者を募集します。詳しくは区ホームページ(「中央区 どんたく協賛」で検索)を確認を。



中央区役所演舞台や中央区どんたく隊をPR

協賛金=1枠(縦40cm×横60cm)4,000円 ※複数枠の場合、枠数に応じて減額㊟1月31日(金)までに区企画振興課「市民の祭り運営委員会事務局」(☎718-1055 ㊟714-2141)へ。

す。これからも続けて地域を盛り上げていきたい」と話しました。

## 安心子育て応援セミナー

赤ちゃんとの関わり方や成長について学び、保護者同士で交流しましょう。

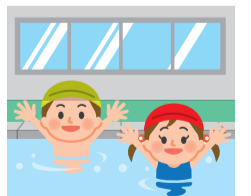
期1月20日(月)午後1時半～3時半所あ  
いれふ6階作業療法室(舞鶴二丁目)区内に住む第1子の乳児(令和元年10～12月生)と保護者定先着20組 ㊟無料㊟電話で区地域保健福祉課(☎718-1111 ㊟734-1690)へ。



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

## もうすぐ1年生♪水泳体験教室

水泳の基本的な技術や知識を学びます。期2月29日～3月28日の毎週土曜日。全5回。午前9時45分～10時45分所  
令和2年度に小学校に入学する5～6歳定抽選で6人料4,700円㊟往復はがきに教室名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、1月28日(火)必着で同プールへ。



## 区市民相談室からのお知らせ

1月の法律相談は10日(金)、17日(金)、24日(金)、31日(金)に、司法書士相談は9日(木)に行います。※事前予約が必要です。区内市民相談室 ☎718-1014 ㊟714-2141