



# 城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



長尾公民館の花壇

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区鳥飼六丁目1-1  
窓口受付時間：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「福岡市城南区」で検索



区のシンボルキャラクター  
油山の妖精「ニコりん」

区の人口 132,416 人 (前月比 312 人増) (男 62,238 人 女 70,178 人) 世帯数 67,225 世帯 (前月比 315 世帯増) (令和元年5月1日現在推計)

☎=日時、開催日、期間 所=場所 問=問い合わせ ☎=電話 F=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 電=メール HP=ホームページ

レシートで栄養バランスを  
チェック



一汁三菜を基本とした定食  
を用意しています

「食育館」は同大学の  
2号館にあり、総席数は  
464席。営業は平日午  
前11時から午後3時ま  
で、土曜(第2・4、学  
校行事日は休み)は午前  
11時から午後2時まで。  
※午前11時半から午後1  
時までが学生専用です。  
駐車場はありません。

同館では管理栄養士が  
作成した栄養バランスの  
良い日替わりメニュー「  
汁三菜ランチ(480円)」  
などを提供しています。  
レシートにカロリー、脂  
質、塩分などの栄養価や、  
主食、主菜、副菜のバラ  
ンスが一目で分かる「食  
事バランスガイド」が表  
示されています。

6月は食育月間です。  
食育は、心も身体も健康  
な毎日を送るため、「食  
事」についての知識を学  
ぶことです。  
中村学園大学・同短期  
大学部は「食育推進の場」  
として、学生ホール「食  
育館」を設置しています。

## ランチで始める健康づくり 中村学園大学「食育館」



多くの学生でにぎわう「食  
育館」

同大学生活支援課  
☎851・2593  
☎851・2578

「食育館」は同大学の  
2号館にあり、総席数は  
464席。営業は平日午  
前11時から午後3時ま  
で、土曜(第2・4、学  
校行事日は休み)は午前  
11時から午後2時まで。  
※午前11時半から午後1  
時までが学生専用です。  
駐車場はありません。

同館をよく利用してい  
る男性(55)は「手頃な  
値段で、バランスの良い  
食事が取れてうれしいで  
す」と話していました。

### 国民健康保険料の支払いは 便利な口座振替で

口座振替にすると毎月自動的に引き落とされるので納め忘れがなく、支払いに行く手間も省けます。また、一度手続きを完了すると、来年度以降の支払いも自動継続されます。  
☎納入通知書とキャッシュカードを持って区保険年金課へ。☎区保険年金課 ☎833-4123 ☎844-6790

### 特定計量器(はかり)の定期検査

商店や事業所で取引・証明用(農業・漁業用を含む)に使用する「はかり・重り」は2年に1回の定期検査が義務付けられています。最寄りの場所で必ず受検してください。  
☎所下表の通り☎福岡県計量協会 ☎791-2331 ☎791-2334☎500円～1,800円程度

検査日	検査場所	検査時間
6月11日(火)	市農業協同組合 樋井川支店	午前10時半～午後3時
6月12日(水)	七隈小学校	
6月13日(木)	鳥飼小学校	
6月14日(金)	堤丘小学校	
6月17日(月)	城南体育館	

### 写真コンテスト 作品募集

「つなぐ」をテーマに写真を募集します。応募作品は7月26日(金)～8月16日(金)に城南市民センターで展示します。  
【応募規定】  
四つ切り、四つ切りワイド、A4サイズ。平成30年5月以降に撮影した未発表のもの(1人2点以内。無修正に限る)。☎同センター ☎862-2141 ☎862-2801☎市内に居住または通勤・通学する人☎同センター、区役所、公民館にある申込書を写真の裏面に貼り、7月15日(必着)までに郵送(〒814-0142片江五丁目3-25)または持参で同センターへ。申込書はホームページ(「城南市民センター 写真コンテスト」で検索)からも印刷できます。

### ラブアース・クリーンアップ 2019 城南

市民、行政、企業が協力して樋井川河川敷などを清掃します=写真。  
☎6月23日(日)午前9時開始(約2時間)。小雨決行。中止の場合は市ホームページ(「福岡市 ラブアース」で検索)でお知らせします。  
☎区役所東側広場に集合☎軍手、タオル、飲み物 ※ごみ袋は当日配布。



☎区生活環境課 ☎833-4086 ☎822-4095

### 健康づくりサポーター養成教室

地域で行う健康づくり活動の支援ができる人を募集します。椅子を使って行うヨガストレッチ運動や、会話ができる速さでゆっくり走るスロージョギング®などを健康運動指導士から学びます。  
☎7月2日～30日の火曜日(7月16日を除く)、午後1時半～3時半、全4回☎保健所☎区衛生連合会 ☎831-4207 ☎822-5844☎全日程出席できる人☎抽選30人☎無料☎はがき(〒814-0103鳥飼五丁目2-25)かファクス、メール(jonan-eiren@cap.bbq.jp)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加歴の有無を書いて6月18日(必着)までに同連合会へ。

### 事業所を対象とする調査を行います

すべての事業所を対象にした「経済センサス-基礎調査」を実施します。  
6月から来年3月にかけて、調査員が全ての事業所の活動状況を実地で確認します。  
☎区総務課 ☎833-4004 ☎822-2142

### アビスパ福岡親子観戦 & アビスパキッズ募集

対徳島ヴォルティス戦に招待します。当日、選手と手をつなぎ入場する「アビスパキッズ」も募集します。  
☎8月17日(土)午後7時キックオフ☎レベルファイブスタジアム(博多区東平尾公園)☎区地域支援課 ☎833-4064 ☎822-2142☎区内に住む高校生以下の子どもと保護者☎抽選200組☎無料☎往復はがき(〒814-0192住所不要)に観戦日、住所、子どもと保護者の氏名、年齢(学年)、電話番号、アビスパキッズ希望の場合は「アビスパキッズ希望」と書いて、6月28日(必着)までに同課へ。1通で1組のみ申し込み可。市ホームページ(「城南区 アビスパキッズ」で検索)でも申し込みできます。



### ダニやカビを予防しよう

これからの季節は、気温と湿度が高くなり、家の中にダニやカビが発生しやすくなります。ダニやカビはアレルギーなどの原因になることもあるので、注意が必要です。  
Q:ダニはどんなところに発生するの?  
A:湿気を含む布団や畳、カーペット、布製ソファなどです。  
Q:どうすればダニやカビが予防できるの?  
A:布団を干したり、風通しを良くしたり、小まめに掃除して部屋を清潔に保つことなどが大切です。保健所では、ダニやカビについての相談受け付けやパンフレットの配布も行っています。  
☎区衛生課 ☎831-4219 ☎843-2662

### 城南市民プール 臨時休館のお知らせ

屋内プールの清掃や換水などのため、6月10日(月)～12日(水)は休館します。  
☎同プール ☎863-7098 ☎863-7198

だまされないで! 区役所職員をかたる不審な電話にご注意を! 職員が電話でATMの操作をお願いすることは絶対にありません