# さわら

区のマーク

人口 220,049人（前月比82人増）　男 103,740 人　女 116,309 人

世帯数 99,464世帯（前月比101世帯増）（令和元年10月1日現在推計）

早良区役所　代表電話 ☎841-2131
〒814-8501　早良区百道二丁目1-1

入部出張所　☎804-2011
〒811-1102　早良区東入部二丁目14-8

区ホームページ

●区ホームページは「早良区」で検索
✿一人一花運動の取り組みも紹介中
●区フェイスブックは「早良区情報玉手箱」で検索

曲渕トンネル付近の紅葉

期＝日時　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　持＝持参　託＝託児　申＝申し込み　✉＝メール　開＝開館時間　休＝休館日

## 困った、気になる―そんなときは相談を
# みんなでつなぐ子どもの「いのち」

### 子育てパパ・ママの心強い味方

区役所1階子育て支援課には、子育てに関する悩みを抱えている保護者のための相談窓口があります。

保育士や保健師、心理士などの専門職員が電話や窓口で相談を受け付けています。相談ブースは気兼ねなく話せるように、周りと区切られています。（**左上写真**）

同課の足達加津枝保育士は「子どもの行動にいらいらし、感情的に怒って自己嫌悪に陥ってしまうことはありませんか。子育ては難しいですが、悩みや困り事を乗り越えて親も成長していくものです。自分だけで悩まず、子育てについて困ったときは相談してください。窓口に来た相談者から、ここで本音を話せたので気持ちが楽になったと言われたこともあります。必要であれば関係機関を案内します。専門の知識を持つ職員と一緒に、子どもとの接し方などについて考えていきましょう」と呼び掛けます。

子ども虐待防止のシンボルマーク「オレンジリボン」

### 11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待は特別な家庭だけでなく、どの家庭でも起こり得るものです。

虐待されている子どもの多くは、近所に住む人や知り合いからの相談がきっかけで支援が始められています。「怒鳴り声や泣き声が聞こえる」「家から閉め出されている」など気になる子どもがいるときは、迷わず相談窓口に連絡ください。子どもや子育てに悩んでいる保護者を救うためには地域全体で気に掛けることが大切です。

**【相談窓口】**相談に関する秘密は守ります。

◇区子育て支援課
祝日、年末年始を除く平日午前9時～午後5時
☎833・4398
F831・5723

◇市こども総合相談センター（えがお館）
年末年始を除き24時間受け付け
☎833・3000

◇児童相談所全国共通ダイヤル
24時間、365日受け付け
☎189（いちはやく）
※最寄りの児童相談所につながります。携帯電話からでもかけられます。

## 「養育里親」を募集しています

「養育里親」とは、さまざまな理由から生まれた家庭で暮らすことのできない子ども（＝「要保護児童」）を一定期間迎え入れ養育する人のことで、全国におよそ7千世帯あります。

子どもの心身の成長には温かい家庭で暮らすことが大切ですが、里親家庭で暮らしている子どもたちは要保護児童全体の約12％しかいません。

養育する期間は数日から相談でき、子どもに関する生活費、医療費などは支給されます。詳細は下記へお問い合わせください。

※本事業は市の委託事業です。

問キーアセット 福岡オフィス
☎406-6351 F406-6352

## よかドック（特定健診）を受けましたか？

よかろーもん

### ワンコインでよかドック

市国民健康保険に加入している40～74歳の人は、500円で1万円程度の健康診断を受けることができます。持病があり、治療中の人も受診できます。以下より場所を選んで電話予約を。

●受診方法：よかドックご案内センター（☎711-4826）で確認の上、直接実施医療機関へ予約をしてください。

他にも早良保健所（市政だより毎月15日号で確認できます）や、健康づくりサポートセンター（中央区舞鶴二丁目5-1）で受診できます。詳しくはホームページ（「けんしんナビ」で検索）でご確認ください。

### よかドックを受けた人の声

肝機能が弱まっていた。人ごとと思っていたけれど、まさか自分が・・・。でも早めに分かってよかった。
（40歳代　男性）

「結果説明会」で丁寧なアドバイスをもらえたので食生活を見直すことができた。
（70歳代　男性）

運動不足ということが分かったので、これから運動量を増やしていきたい。
（50歳代　女性）

糖尿病などの生活習慣病は、運動不足や不規則な食生活などで発症し、初めは自覚症状が現れないことが多いです。定期的に健診を受けて、早期発見・早期治療を行いましょう。

問区健康課 ☎851-6012 F822-5733

**11/13㈬**　申し込み不要　無料

### 血管若がえり大作戦！

【内容】①高血圧について～そして、知っておきたい慢性腎臓病（CKD）のこと　②生活の中に運動を　※②は運動も行いますので、運動ができる服装でご参加ください。

期午前10時～正午　所早良保健所
問区地域保健福祉課 ☎833-4363 F833-4349

### 苦手克服！子ども体操教室【跳び箱編】

期来年1月9日～2月27日の毎週木曜日、全8回、午後5時～6時
所問早良体育館 ☎812-0301 F812-6458
対小学1、2年　定抽選20人　料3,800円
申はがき（〒811-1103 四箇六丁目17-6）に教室名、住所、氏名（ふりがな）、年齢（学年）、電話番号を書いて11月15日㈮必着で郵送するか、同体育館窓口で直接申し込みを。

**11/17㈰**

### 早良みなみマルシェ

区南部の新鮮な食材や絶品グルメ、雑貨、伝統工芸品などの出店が並びます。「お田植舞」や「飯場（いいば）神楽」などの伝統芸能やキッズダンスなどのステージイベントもあります。

期午前10時～午後3時　所脇山中央公園
問区企画課 ☎833-4306 F846-2864

**11/22㈮**　先着25組　無料

### 子育て安心教室

赤ちゃんとの関わり方を学びます。

期午後1時～3時　所早良保健所
問区地域保健福祉課 ☎833-4363 F833-4349
対区内に住む第1子の乳児（今年8、9月生まれ）とその保護者
申11月1日㈮から電話かファクスに親子の氏名、住所、電話番号を書いて同課へ。

**11/30㈯**　申し込み不要　無料

### 男女共同参画推進の取り組み 映画「ドリーム」上映会

誰もが個性と能力を十分に発揮することができる社会について考えるきっかけになるよう、アメリカの実話に基づいた作品（日本語字幕付き）を上映します。3人の女性が諦めずに夢を追い続けることで、男性ばかりが優遇される職場環境に打ち勝ち、未来をつかみ取る話です。

期①午後2時～4時20分　②午後6時～8時20分（開場は開始時間の30分前）

※開始時間より10分間、「早良区男女共同参画をすすめる会」から活動紹介があります。

所早良市民センター
問区地域支援課 ☎833-4403 F851-2680
定各回先着500人　託各回先着10人（11月1日㈮から11月14日㈭までに同課へ電話予約）