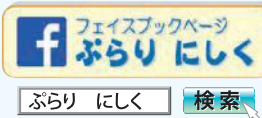




◆旬の情報を発信中◆



西区役所 区役所代表電話 TEL 881-2131 FAX 882-2137 千819-8501 西区内浜一丁目4-1
西部出張所 TEL 806-0004 FAX 806-6811 千819-0367 西区西都二丁目1-1

区ホームページ http://www.city.fukuoka.lg.jp/nishi/

区の花



春 ポピー



夏 ハマヒルガオ



秋 リコリス



冬 クリスマスローズ

人口・世帯数

人口 212,183人 (前月比142人減) 男101,691人 女110,492人
世帯数 93,543世帯 (前月比66世帯減) ※平成31年3月1日現在推計

開=日時、開催日、期間 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ 電=電話 ファ=ファクス メール=メール 受=受付時間 持=持参



西区まるごと博物館のイベント

西区まるごと博物館推進会事務局 ☎895-7032 ☎885-0467

1.大樹観察会

福岡県樹木協会代表理事の森陽一氏を講師に招き、西区を中心にさまざまな「大樹」を観察します。※少雨決行。途中ウォーキングがあります。



姪浜住吉神社のイチョウ

5月18日(土)午前9時半～午後4時(集合・解散)区保健福祉センター(保健所)駐車場 ※移動には貸し切りバスを使用します。市内に住む人(小学3年生以下は保護者同伴)抽選で20人料500円(中学生以下は無料)

2.柑子岳登山と史跡巡り

柑子岳、男天ヶ岳・女天ヶ岳(糸島市)登山と、史跡巡りを行います。※少雨決行。

5月26日(日)午前9時半～午後5時(集合・解散)姪浜駅北口 ※移動には貸し切りバスを使用します。市内に住む人抽選で25人料500円

《申し込み方法》

はがき、ファクスまたはメールにイベント名、住所、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、5月7日(火)必着で西区まるごと博物館推進会事務局(千819-8501住所不要、区企画振興課内shinko.event24@city.fukuoka.lg.jp)へ。1は5月9日(木)までに、2は5月10日(金)までに結果を発送します。

精神保健家族講座

統合失調症について理解を深めるための講座です。

下表の通り。午後1時半～3時半統合失調症の人の家族区保健福祉センター(保健所)講堂 無料 ☎電話で5月27日(月)までに区健康課(☎895-7074 ☎891-9894)へ。



Table with 3 columns: 回 (No.), 日程 (Date), 内容 (Content). Rows include dates from May 29 to February 27 with topics like understanding schizophrenia and family support.

ヘルスマイト養成教室

健康づくりをお手伝いするボランティア「ヘルスマイト(食生活改善推進員)」を養成する教室です。食を中心に健康や運動について学びます。

5月29日～7月24日の水曜日午前中。全9回区保健福祉センター(保健所)区内に住むボランティア活動に参加できる人先着40人無料 ☎はがきかファクスに、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を書いて、5月24日(金)必着で区健康課ヘルスマイト養成教室担当(千819-0005内浜一丁目4-7 ☎895-7073 ☎891-9894)へ。



ウェルカムパーティー

転入してきた親子同士の交流会を開催し、区の子育てに関する情報などを紹介します。

5月21日(火)午前10時～正午西市民センター4階視聴覚室区内に転入してきた親子(0～3歳)抽選で30組無料 ☎メールで住所、親子の氏名(ふりがな)、子どもの年齢、電話番号を書いて、5月7日(火)必着で育児支援グループمامミー(☎080-3225-5502 ☎atsuko-mammy@jcom.home.ne.jp)へ。

一人一花運動参加チーム募集

プランターに花を植え、西市民センターを飾ります。

5月5日(日・祝)、6日(月・休)。各日の午前10時～11時午後3時～4時西市民センター(☎891-7021 ☎891-0503) 2名以上のグループ先着20組 ☎ファクスにグループ代表者名、人数、電話番号、希望する日と時間帯を書いて同センターへ送付。または直接同センター窓口へ。4月17日(水)から受け付け。



日本語教室

日本人ボランティアによる外国人向けの教室です。

毎週水曜日午前10時～正午(第5水曜を除く)西市民センター4階視聴覚室日本語を学びたい人料月500円(教科書代別) ☎不要 ☎区生涯学習推進課 ☎895-7026 ☎882-2137



子どもに関する悩み 気軽にご相談ください

しつけ方がわからない、子育てを負担に感じるなど、子どもに関する相談を電話や窓口で受け付けています。困ったときは、一人で悩まずご利用ください。



西区子育て応援キャラクター カブーとガニー

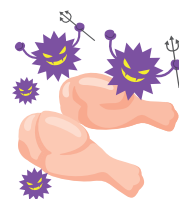
- こども総合相談センター(えがお館) ☎833-3000 受24時間受け付け(年末年始を除く)
●区子育て支援課こども相談係 ☎895-7098 ☎881-5874 受月～金曜日 午前9時～午後5時(祝休日、年末年始を除く)

カンピロバクター食中毒に注意

昨年市で発生した食中毒のうち、一番件数が多かったものはカンピロバクターによる食中毒でした。

●カンピロバクターとは

動物の消化管内に生息する細菌で、市販されている鶏肉の60%以上に付着しているという報告があります。十分な加熱により死滅しますが、肉の内部まで入り込むため、「たたき」など表面だけ加熱する料理では内部で生き残っていることがあります。



●感染すると

腹痛・下痢・発熱などの症状を引き起こします。子どもや高齢者は抵抗力が弱く重症化しやすくなります。

●「新鮮だから安全」は間違い

カンピロバクターは鮮度に関係なく、むしろ新鮮なほうがカンピロバクターが生き残っている可能性が高くなります。

●予防のポイント

- ①肉は中心が白くなるまでしっかり加熱する。
②鶏の刺身やたたきは食べない。
③生肉を触った手はせっけんでよく洗う。
④包丁やまな板などは、生肉専用のものを用意するか、生肉を切る順番を最後にする。
⑤調理器具は、使用後によく洗浄し熱湯や消毒液で消毒する。



【問い合わせ先】

区衛生課 ☎895-7095 ☎891-9894

国民年金保険料の学生納付特例の申請について

大学や専門学校などの学生は、国民年金保険料の支払いが猶予される「学生納付特例制度」を利用できます(所得制限あり)。申請は毎年度必要です。

区保険年金課 ☎895-7092 ☎883-6690
西部出張所保険年金係 ☎806-9432 ☎806-6811



ほやほやママの子育て教室

初めて母親になった人のための教室です。
期5月17日(金)午前10時～正午 所区保健福祉センター(保健所)講堂 対平成31年2月～3月生まれの子ども(第1子)とその保護者 定先着30組 料無料 申電話かファクスで区地域保健福祉課(☎895-7080 ☐891-9894)へ。要予約。4月23日(火)午前9時半から受け付け。



西体育館の教室

所西体育館 ☎882-5144 ☐882-5244
1.こどもの日あそびフェスタ「あそび忍ジャーになろう」

さまざまな忍術を体験し、体を動かす楽しさを学びます。



期5月5日(日・祝)午前10時～午後2時 対中学生以下と保護者 定800人 料無料 申不要 持室内シューズ

2.65歳からの健康教室

マットや椅子の上で体を動かす、初心者向けの教室です。



期毎週火曜日(休館日、年末年始、祝休日を除く)午前9時～10時 対65歳以上 定抽選で20人 料1回200円 申当日受け付け(10分前まで)

西市民プールの教室

所西市民プール ☎885-0124 ☐885-6016

1.屋ヨガI

期5月8日～7月10日の水曜日(5月22日、6月26日を除く)

①午後1時半～2時半②午後2時45分～3時45分。全8回 対18歳以上 定抽選で各12人 料5,600円



2.アクアシェイプI

期5月10日～7月5日の金曜日午前9時45分～10時45分。全9回 対18歳以上 定抽選で15人 料6,800円

3.メンストレーニングI

期5月25日～7月13日の土曜日(6月1日、8日を除く)午後7時半～8時半。全6回 対18歳以上の男性 定抽選で10人 料3,600円

4.こどもの日水中運動会

宝探しや浮島を使ったタイムレースなどを行います。

期5月5日(日・祝)午後1時～3時 対小学生以上 料無料 申不要

《1～3の申し込み方法》

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、1と2は4月20日(土)、3は4月30日(火・休)必着で同プール(〒819-0046西の丘一丁目4-1)へ送付を。ホームページ(「福岡市スポーツ協会」で検索)、または直接窓口でも申し込みできます。

今宿野外活動センターの催し

所今宿野外活動センター ☎806-3114 ☐806-3115 http://imajuku-yagai.jp/

1.四季を楽しむ～第2回植物編～

同センター内を散策しながら、植物を観察します。

期5月9日(木)午前10時半～午後0時半 定先着20人 料500円 申電話または、はがきに氏名、年齢、電話番号を書いて同センターへ送付を。ホームページからも申し込みできます。4月20日(土)午前9時から受け付け。

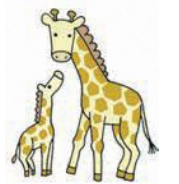
2.萩焼手びねり体験～第1回湯のみ編～

期5月16日(木)午後1時～4時 定抽選で10人 料2,500円 申往復はがきに氏名、年齢、電話番号を書いて同センターへ送付を。ホームページからも申し込みできます。5月9日(木)必着。



きらきら広場

西部療育センターの遊び場を開放し、スタッフが親子遊びの紹介や紙芝居・絵本の読み聞かせを行います。



期5月17日(金)午後2時半～3時半(受付時間:午後2時20分～2時45分) 所西部療育センター(内浜一丁目) 対区内に住む未就園児と保護者 料無料 申同センター ☎883-7161 ☐883-7163 ※駐車場は利用できません。

保健福祉センターだより

※場所の記載がないものは保健福祉センター(保健所)で実施します。料金の記載がないものは無料。
申①健康づくり係 ☎895-7073 ②母子保健係 ☎895-7055 ③精神保健福祉係 ☎895-7074
④地域保健福祉課 ☎895-7080 ☐891-9894(①～④共通)

内容	実施日		受=受付時間 実=実施時間	予約	対象・料金・その他	申	
	4月	5月					
エイズ・クラミジア抗体検査	毎週月曜日(祝休日を除く)		受9:00～11:00	—	匿名検査(心配な出来事から3カ月たって受けてください)		
梅毒検査	毎週月曜日(祝休日を除く)		受9:00～11:00	—	匿名で検査可 料無料		
B型・C型肝炎ウイルス検査	15(月)	20(月)	受9:00～11:00	—	対20歳以上で過去に受診したことがない人	①	
栄養相談	26(金)	10(金)、28(火)	実13:00～16:00	要	乳幼児や高齢者、肥満、高血圧、脂質異常症の人の食事などの相談		
離乳食教室	所西保健所	22(月)	27(月)	実13:30～15:00	—	離乳食の進め方やメニューの紹介。試食あり。乳児も同伴可	
	所さいとぴあ	—	17(金)	実13:50～15:00			
マタニティスクール	15(月)、22(月)	13(月)、20(月)、27(月)	受13:00～13:30	—	妊娠・出産・育児について学ぶ教室 対妊婦とその家族 持母子健康手帳	②	
心の健康相談	—	8(水)	実9:30～11:30	要	精神科医が相談に応じます 定各回3人。必ず電話で予約を	③	
	—	18(木)	16(木)				実13:00～15:00
精神保健家族講座	—	29(水)	実13:30～15:30	要	5月テーマ「統合失調症の理解～症状や治療について～」		
母子巡回健康相談	出産や育児の相談 期所▷4/23(火)=姪浜公民館▷5/16(木)=城原公民館▷5/17(金)=石丸公民館 受13:30～14:00。予約不要。料無料 持母子健康手帳					④	

下記の健診予約は、集団健診予約センター(☎0120-985-902 ☐0120-931-869※いずれも通話無料)で受け付けます。受付時間は平日の午前9時から午後5時までで、予約の締め切りは健診日の10日前(土日祝日を除く)です。なお、定員に達している場合はご了承ください。

内容	実施日		受=受付時間	予約	対象・料金・その他(対象開始年齢の人は、誕生日前でも受診できます)	
	5月	6月				
よかドック(特定健診)	16(木)、28(火)	4(火)、18(火)、25(火)	受8:30～10:30	要	対40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円	
骨粗しょう症検査	16(木)、28(火)	4(火)、18(火)、25(火)	受8:30～10:30	要	対40歳以上 料500円	
がん検診	胃がん	16(木)、28(火)	4(火)、18(火)、25(火)	受8:30～10:30	要	対40歳以上 料600円
	子宮頸(けい)がん					2年度に1回受診可 対20歳以上 料400円
	乳がん					2年度に1回受診可 対40歳以上 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円
	大腸がん					対40歳以上 料500円
	肺がん					対40～64歳 料500円
結核・肺がん	対65歳以上 料無料	喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で喀痰(かたん)細胞診検査の希望者は別途700円				
さいとぴあ健診	—	14(金)	受9:30～11:30	要	検診項目と 料は上記よかドック、がん検診と同じ	