



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



区役所前のアジサイ

区の人口 204,325 人 (前月比 1,287 人増) (男 91,288 人 女 113,037 人) 世帯数 126,309 世帯 (前月比 1,207 世帯増) (令和2年5月1日現在推計)

調、所、園 など文中で使用している記号の説明は、本紙 11 面を参照してください。

6月は「食育月間」です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

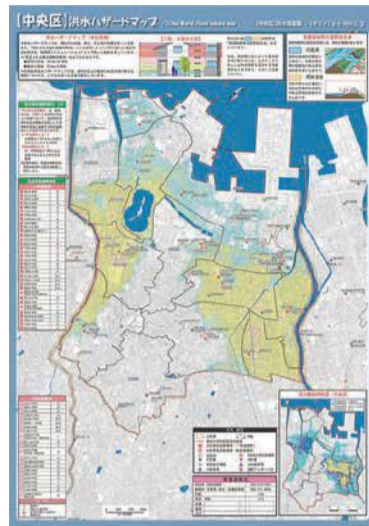
健康な体は正しい食生活でつくられます。普段の食事の栄養バランスを見直し、正しい食生活を心掛けるなど食育の実践に取り組んでみましょう。
閩区健康課 ☎761-7340 ☎734-1690



市食育推進キャラクター「いくちゃん」

食中毒を予防しよう

新型コロナウイルス感染症対策で食品のテイクアウト、デリバリーの利用が増えています。テイクアウト利用時にも食中毒に注意が必要です。次のポイントに注意しましょう。
○寄り道をせずに、すぐ持ち帰る
○車の中や直射日光の当たる場所に放置しない
○早めに食べる
閩区衛生課 ☎761-7356 ☎761-8280



新しいハザードマップのイメージ図

お知らせ

近年発生している大規模災害の被害を踏まえ、市は、家屋などの浸水や河川の氾濫が想定される区域、開設する避難所を

ハザードマップは、市ホームページ(福岡市ハザードマップ)で検索して公開しています。避難場所について考えておこう

▽マスク▽体温計▽消毒液▽ビニール手袋▽防寒着▽歯ブラシ▽タオル▽スリッパなど

【問い合わせ先】
区地域支援課
☎718・1056
☎714・2141

危険箇所を見直そう 自分に合った避難行動

これから梅雨や台風の時期を迎え、大雨などによる災害発生の危険性が高まります。事前に避難行動について考えておくことが大切です。

見直し、新しい洪水ハザードマップを作成しました!!左写真。自分の住んでいる地域に、どのような危険があるか確認しておきましょう。

また、避難所が過密になるのを防ぐため、親戚や知人の家などへ避難する方法もあります。



所では、新型コロナウイルスなどの感染症にかかるリスクが高くなります。災害発生時に、自宅では安全が確保できる場合は自宅の2階以上や、崖とは反対側の部屋へ避難をしてください。

保健だより

【問い合わせ・申込先】

- ①予約センター ☎0120-985-902 ②健康づくり係 ☎761-7340 ③母子保健係 ☎761-7338 ④精神保健福祉係 ☎761-7339
- ⑤エイズダイヤル ☎712-8391 ☎①0120-931-869、②～⑤734-1690

※市県民税非課税世帯や満70歳以上の人は健(検)診の料金が免除(証明書必要)。 ※料金の記載のないものは無料。

健(検)診・検査・相談等

場所の記載のないものは保健福祉センター(中央保健所・舞鶴二丁目あいれふ内)で実施。

内容	実施日		☎=受付時間 ☎=実施時間	予約	対象・料金・その他	閩園		
	6月	7月						
健(検)診	よかドック(特定健診)		☎8:30~10:30 ※予約は、土日祝日を除く10日前まで(6月中旬から予約再開予定)。予約受付時間は平日9:00~17:00	要	☎40~74歳の市国民健康保険被保険者 ☎500円☎保険証、よかドック受診券	①		
	がん検診	胃がん(胃透視)					☎40歳以上☎600円	
		乳がん					☎料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ※受診は2年度に1回	
		子宮頸(けい)がん					☎20歳以上☎400円 ※受診は2年度に1回	
		大腸がん					☎40歳以上☎500円	
		肺がん・結核検診					【胸部エックス線撮影】☎料40歳~64歳500円、65歳以上無料 【喀痰(かたん)細胞診検査】☎喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上☎700円	
骨粗しょう症検査		☎40歳以上☎500円						
検査・相談	B・C型肝炎ウイルス検査		☎9:00~11:00	—	☎20歳以上で過去に検査を受けたことがない人			
	栄養相談		☎9:30~11:30	要	管理栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。	②		
	離乳食教室		☎13:30~15:00	要	離乳食の進め方の講習。乳児の同伴可。試食はありません。☎6月15日(月)午前10時から電話で上記②へ			
	母子(赤ちゃん)何でも相談		未定	—	助産師による妊娠、出産、育児などの相談。体重測定。☎母子健康手帳	③		
	マタニティスクール		未定	—	妊娠、出産、育児についての講義と実技。☎妊婦とその家族			
	心の健康相談		☎14:00~16:00	要	精神科医による相談。	④		
	精神保健家族講座		☎13:30~15:30	要	☎心の病をもつ人の家族▷お薬の話▷家族の対応について			
エイズ即日検査		毎週火曜日(祝日は除く)	☎9:00~10:30	要	匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後 ※第2日曜日の再開については未定。	⑤		

保健所レター

熱中症に気を付けよう

新型コロナウイルス感染症対策を取りながら、これまで以上に熱中症予防にも気を付けましょう。高齢者や乳幼児には特に注意が必要です。



市環境シンボル「エコックパ」

【予防のポイント】

- 小まめに水分・塩分を補給する
- 涼しい衣類や帽子を着用し、暑い日や、暑い時間帯は無理をしない
- 換気を確保しつつ、クーラーなどを利用して、室温が28℃以上にならないよう温度を調整する
- 高温・多湿の中でのマスク着用は要注意。周囲との距離(2m以上)を十分に取れる場合は、マスクを外す

閩区地域保健福祉課

☎718-1111 ☎734-1690

健診などについて

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、健診などが再開・中止・延期になる場合があります。実施については、区ホームページをご覧ください。各問い合わせ先にご確認ください。