



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



紅葉園(市植物園)

区の人口 204,588人 (前月比7人増) (男 91,484人 女 113,104人) 世帯数 126,621世帯 (前月比97世帯増) (令和2年9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14面を参照してください。



11月は児童虐待防止推進月間です 体罰によらない子育てを

体罰は良くないと分かっているのに、イライラして、つい手を上げてしまいたくなることは、誰にでも起こり得ます。安心できる環境が心地よいのは、子どもも大人も同じです。

●しつけと体罰はどう違うの？

▷何度も注意したけど言うことを聞かないので頬をたたいた▷いたずらをしたので長時間正座をさせた▷宿題をしなかったので夕食を与えなかった—これらは全て体罰です。しつけとは、子どもの人格や才能などを伸ばし、自律した社会生活を送れるようサポートしていくことです。

●「言うことを聞かない」にもいろいろあります

保護者の気を引きたい、子どもなりに考えがある、言われていることを子どもが理解できていない、体調が悪いなど、さまざまな理由があります。「イヤだ」という感情を持つことは成長の証です。しばらく様子を見るのも方法です。

●肯定文で分かりやすく伝え、時には一緒に行く

「走らないで」と伝えたいときは「ここでは歩いてね」など、何をすべきかを肯定文で具体的に、落ち着いた声で伝えると、子どもに伝わりやすくなります。また、「一緒におもちゃを片付けよう」などと保護者も一緒に行くことで、子どもの良い手本になります。

●保護者自身のポイント

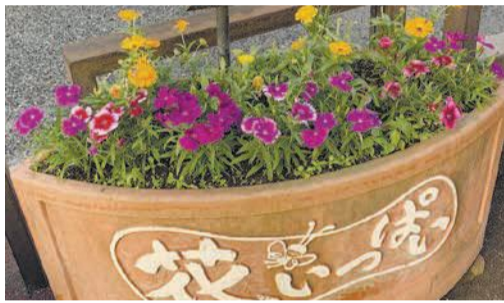
感情的になったときは、深呼吸して気持ちを落ち着けたり、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風に当たって気分転換するなど、自分なりの方法を見つけましょう。

※出典：厚生労働省「体罰等によらない子育てのために～みんなで育児を支える社会に～」

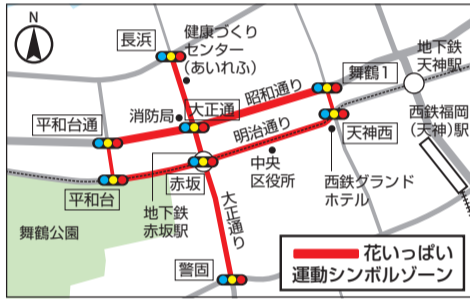
上記の他にも、体罰等によらない子育てのポイントが掲載されていますのでご覧ください。園区子育て支援課 ☎718-1106 ㊟771-4955



一人一花運動
市は、市民や企業、行政の一人一人が花や緑を育て、人のつながりや心を豊かにし、まちの魅力や価値を高める取り組み「一人一花運動」を、平成30年から推進しています。10月27日に市植物園で開かれた「一人一花サミット」の表彰式で、「中央区花いっぱい運動」は、一人一花運動事業功労者として、高島市長から感謝状を受けました。企業



長い間活躍したフラワーポット



中央区花いっぱい運動
「中央区花いっぱい運動」は、区内の明治通り・大正通り・昭和通りを中心に、中央区の「中」の

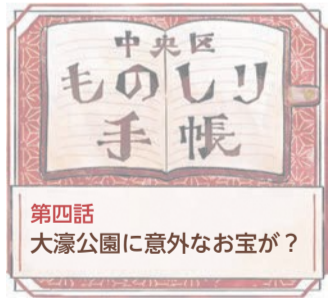
活動に参加するのは、3つの通りに隣接する企業や店舗約50社の社員や地域住民、小学生の皆さんなど総勢約200人。参加者は、30社の企業から苗や肥料などの協賛を受けて、区域内にある約330カ所の花壇やフラワーポットに年3回、季節の花を植え、水やりなど日頃の管理を行っています。この取り組みにより、区役所前の花壇も美しく彩られています。身近な地域を花いっぱいにするために、区内の公民館でも花植えを実施。作業を通じて住民同士の交流が盛んになった



区役所周辺で花の手入れをする皆さん

という声も聞かれます。同運動推進委員会の副会長で、発足当初から活動に関わる井上鴻一さん(78)は、「花を植えることで、まちが元気で明るくなりました。12月10日に、冬の花を新型フラワーポットに植え替えますので、ぜひ見に来てください」と笑顔で話します。

園区総務課
☎718・1004
☎714・2141



東亜勤業博覧会全景図 (市博物館所蔵)

藤井聡太棋士の対局やイノシシの逃走で注目を集めた大濠公園は、全国有数の水景公園です。この一帯は歌集『万葉集』で「草香江の入江」と詠まれ、かつては博多湾の入り江でした。江戸初期、黒田長政が福岡城を築城した際、城を防御するため、入り江の北側を埋め立てて「大堀」として利用しました。大正13年、東京の日比谷公園を設計した東京帝国大学教授の本多静六氏が県の依頼で視察に訪れた際、西公園から見下ろした「大堀」の景色を大変気に入る、この地に公園を新設する計画を策定。近々開催される博覧

会の会場としても利用するため、県が大堀修築工事に取り掛かったのは大正15年のことです。昭和2年3月から市が開催した「東亜勤業博覧会」は、池の周囲に美術館や外国館など各種の展示館が設置され、160万人を超える入場者でにぎわいました。博覧会終了後も整備は続き現在の公園の原型が造られ、県営大濠公園として昭和4年に開園。東公園にあった市動物園から朱塗りの浮見堂を戦後移設し、情緒あふれるたずまいとなります。園内のレストラン「花の木」には昭和29年、「ロイヤル中洲本店」を新婚旅行で訪れたマリリン・モンローとジョー・ディマジオが使用したテーブルと椅子(右写真)が残されています。その後も3度、博覧会場となったほか、市美術館や日本庭園、能楽堂などが建てられ、都心のオアシスとして人々に愛されています。

☎、☎、☎など文中で使用している記号の説明は、本紙14面を参照してください。

マイナンバーカードで、もっと便利な区役所に

☎中央区市民課
☎718-1020 ☎733-4840

市は、区役所でのさまざまな手続きをもっと簡単に、もっと便利に行ってもらおうと、「区役所窓口ICT活用推進事業」を進めています。



マイナンバーちゃん

区は、市民の皆さんが区役所でスムーズに手続きできるよう、1階ロビーに「マイナンバーカード利用コーナー」を設置しています。

マルチコピー機や申請書自動作成機を利用することで、待ち時間や人と接する時間も少なくなり、新型コロナウイルス等の感染症対策にも有効です。

住民票の写しなどを即時取得

マルチコピー機では、マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書付き)を利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書等を取得できます。申請時は、申請書の作成も不要で、待ち時間を大幅に短縮できます。

手数料もお得に

マルチコピー機で、住民票の写し等の証明書を取得する場合、区役所窓口よりも50円お得です。発行できる証明書と手数料は次の通りです。▶住民票の写し☎250円▶印鑑登録証明書☎250円▶戸籍全部(個人)事項証明書☎400円▶戸籍の附票の写し☎250円

子育てや介護に関する申請書を一括作成

政令市で初めて導入した申請書自動作成機(右写真)では、マイナンバーカードを利用して、よって、「引越し」や「子育て」などに関する複数の申請書を自動で作成することができます。申請書には、氏名や住所が自動で印字されるため、申請書の作成にかかる時間を短縮できます。



証明交付は近くのコンビニ等でも

区役所に来所しなくても、コンビニ等に設置しているマルチコピー機で住民票の写し等の証明を取得することができます。手続きの時間は、土日祝日を含む午前6時半から午後11時です。※戸籍関係証明は平日の午前9時～午後5時

犬の登録と狂犬病予防集合注射

生後91日以上の犬は、生涯1回の登録と毎年度1回の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。予防集合注射の日程は、次の通りです。



☎11月26日(休)午後1時半～午後1時50分
☎草ヶ江公民館(六本松一丁目)☎登録3,000円、注射3,200円

一部の動物病院でも、予防集合注射を行います。詳しくは市動物愛護センターのホームページ(「わんにゃんよかネット」で検索)で確認してください。

☎東部動物愛護管理センター(東区蒲田五丁目)☎691-0131 ☎691-0132

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 ☎761-7339
- 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

※市民税非課税世帯や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	☎☎
	11月	12月				
健(検)診	よかドック(特定健診)				☎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	
	胃がん(胃透視)				☎40歳以上☎600円	
	乳がん			☎8:30～10:30	☎40歳以上☎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	16(月) 27(金)	16(水)	※予約は健(検)診日の土日祝日を除く10日前まで。予約受付時間は平日9:00～17:00	☎20歳以上☎400円 ※受診は2年度に1回	①
	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】☎☎40～64歳500円、65歳以上無料 【喀痰(かくたん)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	17(火)	15(火)	☎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	20(金) 25(水)	2(水) 18(金)	☎9:30～11:30	管理栄養士による食事バランス、離乳食などの個別相談	②
	離乳食教室	30(月)	21(月)	☎13:30～15:00	離乳食の進め方の講習。乳児の同伴可。試食はありません。☎11月16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	30(月)	21(月)	☎①13:30～ 14:00～ ②14:30～	☎各回10組。助産師による妊娠、出産、育児などの相談。体重測定	③
	マタニティスクール	20(金) 27(金)	11(金) 18(金) 25(金)	☎13:30～15:00	☎各回15組☎妊婦とその家族。妊娠、出産、育児についての講義と実技	
	心の健康相談	19(木) 26(木)	17(木) 24(木)	☎14:00～16:00 ☎10:00～12:00	☎精神科医による相談	④
エイズ即日検査	第1・3火曜日(祝日は除く)		☎9:00～10:30	☎匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後 ※変更や中止、第2日曜日の再開についてはホームページでお知らせします	⑤	

保健所レター

12月1日は世界エイズデー

○早期発見が大切

医療の進歩によりHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染しても、早期に発見し、早期に治療を開始することで、エイズの発症を大幅に遅らせることができ、感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。



レッドリボン

しかし、有効な治療法がなく死に至るといった間違った認識が今も根強く残っており、感染が疑われるのに検査を避けてしまうケースが多いといわれています。

○中央保健所で検査をしています

市では、2019年の新規HIV感染者数は前年より増加傾向にあり、20歳代から50歳以上の人まで幅広い年代で感染が報告されています。中央保健所では即日検査を実施しており、採血から約1時間後に結果を伝えます。早期発見のために、勇気を出して検査に行きましょう。※検査日等は左表で確認してください。

☎中央区エイズダイヤル(平日の午前9時～午後5時)☎712-8391
☎734-1690