



# 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



市動物園のペンギン  
(中央区探検隊リサー  
チャー撮影)

区の人口 207,378人 (前月比112人減) (男93,309人 女114,069人) 世帯数 129,266世帯 (前月比123世帯減) (令和4年1月1日現在推計)

📅=日時、期間 📍=場所 👤=対象 🏠=定員 💰=料金、費用 📄=申し込み 🗨️=問い合わせ ☎️=電話 📠=ファクス ✉️=メール 🗳️=持参 🕒=開館時間

## 第1回中央区オンライン・ウォーキング大会の表彰式を行いました

区民の皆さんにコロナ禍でも安心・安全にスポーツ・レクリエーションを楽しんでもらおうと、区は昨年11月にウォーキングアプリを使った「中央区オンライン・ウォーキング大会」を開催しました。大会には区内14校区約380人が参加しました。



団体戦(校区対抗戦)の入賞校区は次の通りです。

【優勝】高宮校区 (8,610歩)

【準優勝】平尾校区 (8,459歩)

【第3位】赤坂校区 (7,791歩)

※数字は1人1日当たりの平均歩数

新型コロナウイルスの感染拡大防止に配慮し、区長が各公民館を訪問し、少人数で表彰式を実施しました。

📍企画振興課 ☎718-1055 📠714-2141



優勝した高宮校区の皆さんと藤田区長(右端) ※写真撮影時のみマスクを外しています

## 新型コロナワクチン 中央区集団接種会場について

市は各区に新型コロナワクチンの集団接種会場を設置しています。3回目接種は、お住まいの区に限らず、どの会場でも利用可能です。

区内の会場は、中央体育館(赤坂二丁目)で、開設時間は午前11時～午後9時です。中央体育館では1、2回目接種も並行して行っています(日曜日は1、2回目接種専用)。駐車場には限りがあります。来場の際は公共交通機関をご利用ください。

2回目接種の完了から必要な期間を経過した後、接種可能な時期に合わせて接種券をお送りします。接種券が届いたら同封のインターネット予約の操作説明書を参照の上、予約サイト(「福岡市 コロナワクチン」で検索)で予約するか、市新型コロナワクチン接種コールセンター(☎260-8405 📠260-8406 午前8時半～午後5時半)にお電話を。また、公民館で予約サポートも行っています。各公民館でのサポート日程については、公民館予約サポート案内(☎402-2483 午前8時半～午後5時半)にお問い合わせください。



小笹北公園の満開の桜



植樹した木に花が咲きました

雪が降るころから咲き始める「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
小笹四丁目にある小笹北公園と小笹中央公園は、開園当時から多くの樹木が植えられ、桜の名所として地域の住民に愛されている憩いの場所です。  
桜を2度楽しむことができる公園  
公園内に植えられている品種「エドヒガンザクラ」は、通常3月中旬ごろから「木が弱っているのか、花が減っているよ

数年、桜を毎年楽しみにしている地元の人たちから「木が弱っているのか、花が減っているよ

大切に桜を後世に残す  
数年前、桜を毎年楽しみにしている地元の人たちから「木が弱っているのか、花が減っているよ

平成30年から令和元年にかけて、小笹四丁目自治会を中心に、新しい桜を育てるため接ぎ木を行いました。小笹北公園内に植樹しました。植えられた木が順調に育ち、小さな花が咲くようになりました。

「おごさ彼岸桜」と名付きました。桜を自分の子どもだと思つて、これからも地域で見守ってほしい」と話してくれました。

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
うで心配だ」という相談が区に寄せられました。そこで、区の職員と地域の皆さんで接ぎ木を行いました。新しい桜を育てることになりました。

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を

「おごさ彼岸桜」を知っていますか  
「新しく接ぎ木した桜を



かつての平尾浄水場

屋外と温室合わせて280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外展示は、園内を16のエリアに分け、テーマに沿って植栽しています。中でも来園者を魅了してやまないバラ園は、四季咲きのバラを中心に280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外と温室合わせて280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外展示は、園内を16のエリアに分け、テーマに沿って植栽しています。中でも来園者を魅了してやまないバラ園は、四季咲きのバラを中心に280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外展示は、園内を16のエリアに分け、テーマに沿って植栽しています。中でも来園者を魅了してやまないバラ園は、四季咲きのバラを中心に280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外と温室合わせて280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外展示は、園内を16のエリアに分け、テーマに沿って植栽しています。中でも来園者を魅了してやまないバラ園は、四季咲きのバラを中心に280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン

屋外展示は、園内を16のエリアに分け、テーマに沿って植栽しています。中でも来園者を魅了してやまないバラ園は、四季咲きのバラを中心に280種1300株の品種を展示しています。また、芝生広場には世界的ガーデンデザイナー石原和幸氏が手掛ける「ガーデン



ラボ」があり、直接ガーデニングの秘訣が学べる講座も開催しています。温室の展示  
ブーゲンビリアなどが咲く回廊温室や、貴重なランや原種のランの展示など、熱帯・亜熱帯の植物を中心に八つの部屋に分かれています。  
【新たなプロジェクトも始まっています】  
芝生広場横に、360度花と緑に囲まれた都市緑化啓発事業拠点施設「ボタニカルライフスクエア」を建設予定です。少人数から最大100人規模の大きなセミナーの開催等に利用でき、今年10月に完成予定です。

3月27日(日)と4月3日(日)は臨時開庁日です

区市民課、保険年金課、福祉・介護保険課、子育て支援課の窓口を臨時開庁します。  
【時間】午前10時～午後2時 📍区市民課 ☎718-1020 📠733-4840

住民票や税証明等の受け取りは  
区役所以外でもできます

3月・4月は区役所の窓口が大変混雑します。待ち時間の短縮や感染症対策のために、区役所以外でもできる手続きを紹介します。

①証明サービスコーナー

市役所1階の天神証明サービスコーナーで、土日祝日を含む毎日午前9時～午後8時、住民票の写しや印鑑登録証明書等を取得できます。平日午前9時～午後5時15分は、戸籍関係や税の証明書も取れます。詳細は市ホームページ（「福岡市証明サービスコーナー」で検索）をご覧ください。☎天神証明サービスコーナー ☎733-5222 ☎733-5224

②コンビニなど（税証明を除く）

多機能コピー機が設置されたコンビニ等で土日祝日を含む毎日午前6時半～午後11時、住民票の写しや印鑑登録証明書等を取得できます。平日午前9時～午後5時は、戸籍関係の証明も取れます。いずれも交付手数料が50円お得です。手続きには暗証番号を登録したマイナンバーカードが必要です。※①②とも2/11（金・祝）は臨時休業いたします。

●転出に関する手続きは郵送で

転出する（転出した）区の市民課または出張所に必要書類を郵送することで手続きが可能です。詳しくは市ホームページ（「福岡市転出届」で検索）をご覧ください。☎区市民課 ☎718-1020 ☎733-4840

公民館でマイナンバーカード  
の申請ができます

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付けや申請用写真撮影、マイナポイント申し込みのサポート（マイナンバーカードを持っている人のみ）を行います。公民館で申請すると区役所に行かずに手続きができ、カードは後日郵便で自宅に届きます。詳しくは、市ホームページ（「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）を確認を。

☎無料☎区内に住んでいる人。お住まいの校区以外への申し込みも可☎☎市マイナンバーカード申請予約センター ☎050-3538-2830 ☎050-3538-3158（毎日午前9時～午後6時）へ予約が必要。

日	時	公民館	予約受付期間
3/6(日)	13:30~16:30	草ヶ江	2/20~3/3
3/6(日)	13:30~16:30	小笹	2/20~3/3
3/18(金)	13:30~16:30	笹丘	3/2~3/13
3/19(土)	13:30~16:30	舞鶴	3/5~3/16
3/25(金)	9:30~12:30	大名	3/9~3/20

国民健康保険料の減免申請

災害や失業、倒産等の事情で保険料の納付が困難になったときは、申請により保険料の減免を受けられる場合があります。保険料を滞納すると保険証の交付が受けられなくなることがありますので、早めにご相談ください。☎区保険年金課 ☎718-1125 ☎725-2117

登録統計調査員を募集しています

世帯や事業所を対象とした各種統計調査に従事する登録統計調査員を募集しています。

報酬額は1調査につき3～5万円（調査内容や件数により異なります）。登録の要件などの詳細は問い合わせを。☎区総務課 ☎718-1006 ☎714-2141



生活習慣病予防講座

テーマは「コロナ自粛で増えた?!生活習慣病～さあ始めよう運動生活～」講師は市健康づくりサポートセンターのセンター長で医師の井口登與志氏と体育指導員の佐藤広徳氏です。

☎3月1日(火)午後1時半～3時半☎あいれふ6階作業療法室（舞鶴二丁目）

☎区内に住む20歳以上の人☎無料☎先着15人☎2月16日(水)午前

9時半から電話で区健康課（☎761-7340 ☎734-1690）へ。☎よかるーもん(右) ☎とぼちやろーもん



掲載しているイベントなどについて

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一部の行事や健診などが中止・延期になる場合があります。実施については、事前に区ホームページまたは各問合わせ先へご確認ください。

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・感染症対策係 ☎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 ⑥地域保健福祉係 ☎718-1111 ☎①0120-931-869、②～⑥734-1690

※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区保健福祉センター（中央保健所・舞鶴二丁目あいれふ内）で実施。

母子巡回健康相談

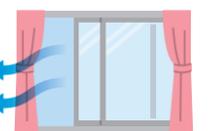
乳幼児の身体測定や育児相談を行います。※事前の申し込み必要。

内容	実施日		受=受付時間 受=実施時間	予約	対象・料金・その他	申 問
	2月	3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	①
	胃がん(胃透視)				☎40歳以上☎600円	
	乳がん				☎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				☎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】☎☎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 ☎40歳以上☎500円	
骨粗しょう症検査						
検 診 ・ 相 談	B・C型肝炎ウイルス検査	15(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	②
	栄養相談	16(水)	11(金) 25(金)	☎10:00～12:00	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	
	離乳食教室	28(月)	28(月)	☎13:30～15:00	☎生後4～6か月頃の乳児の保護者。離乳食開始の目安、初期の進め方を中心とした講話。乳児の同伴可。試食はありません。 ※2月分は2月1日(火)から予約受付中 ※3月分は3月1日(火)予約開始	
	母子(赤ちゃん)何でも相談	28(月)	28(月)	☎①13:30～ ②14:00～ ③14:30～	☎各回10組。助産師等による妊娠、出産、育児などの相談、体重測定 ※2月分は2月1日(火)から予約受付中 ※3月分は3月1日(火)予約開始	
	マタニティー個別相談	25(金)	11(金) 25(金)	☎①13:00～13:30 ②14:00～14:30 ③15:00～15:30	☎各回1組☎妊婦とその家族。妊娠、出産、育児についての個別相談 ※2・3月分は予約受付中	
	心の健康相談	-	3(木)	☎14:00～16:00	精神科医による相談	
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	

場所	実施日	受付時間	申 問
警固公民館	2/17(木)	13:30～14:20	⑥
高宮公民館	2/18(金)		
当仁公民館	3/25(金)		
草ヶ江公民館	3/28(月)		
赤坂公民館	3/29(火)		
平尾公民館	3/30(水)		

冬も換気をしましょう

寒い日が続く、窓を開けて換気をするのがおっくうな季節ですが、新型コロナウイルス感染対策だけでなく、結露やカビの予防にも換気は大変有効です。



換気の基本は常に空気を入れ換えることですが、家庭用エアコンでは換気はできません。室温を維持しながら上手に換気を行うポイントを紹介します。

- ・24時間換気設備は常時稼働させましょう。換気設備がない場合は、台所や洗面所の換気扇を使用しましょう。
  - ・窓を開けて換気を行う場合は、暖房器具はつけたままにしましょう。短時間に窓を全開にするより、常時窓を少し開けておく室温変化を抑えられます。
  - ・空気が乾燥しやすいので、適度に加湿しましょう。
- ☎区衛生課 ☎761-7351 ☎761-8280