



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



市植物園温室のサボテン

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=日時、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 ファ=ファクス メール=メール ホーム=ホームページ 託=託児 持=持参 受=受付時間

あなたの地域の相談役

民生委員・児童委員を知っていますか

毎年5月12日～18日は民生委員・児童委員活動の強化週間です。地域住民の身近な相談役である民生委員・児童委員の活動を紹介します。

民生委員・児童委員は、地域から推薦され、厚生労働大臣の委嘱を受けたボランティアのことです。

大正6年から活動する民生委員は、地域の人たちに寄り添い、暮らしを支えてきました。現在も、地域福祉の相談役、地域の見守り役として活躍しています。

民生委員は児童委員を兼ねており、中央区では271人が在籍しています。そのうち19人は、子どもや子育てなど児童福祉に関することを主に担当する、主任児童委員としても活動を行っています。

こんな活動をしています

●住民の見守り

高齢者や障がいのある人への声掛け、安否確認などを行います。また、子育てや介護に関する心



民生委員・児童委員の活動は、大変さはありませんが、他区や他校区との交流や連携などの関わりがあり、多くの人と顔見

◆ 中央区民生委員・児童委員協議会の会長を務める、南当仁校区の黒瀬茂美さん

「会長としてのやりがいや苦労は」

民生委員・児童委員の活動は、大変さはありませんが、他区や他校区との交流や連携などの関わりがあり、多くの人と顔見

●情報提供と関係機関へのつなぎ役

住民が必要とする医療や福祉サービス、子育て支援の情報をお知らせします。内容に応じて行政機関や専門の関係機関などへつなぐ役割も果たします。

●コロナ禍ではどのような活動を行っていますか

現在は、訪問など対面での支援は難しいですが、町にごみが散らかっていないか、郵便物がたまっていない家はないかなど、できる範囲で見守りを行っています。

◆ 心掛けていることは

悩みを聞いたり相談を受けたりしたときに、指示をしないことです。本人と家族の意思を尊重し、道しるべとなる助言を行うことを大切にしています。解決の糸口を見いだすために、関係機関に相談することもあります。

◆ 今後の抱負を教えてください

人と人との触れ合いを通して、自分の生きがいを感じることができるよう



で、これからも活動を続けていきたいと思います。

●安心して相談ください

民生委員には守秘義務があり、相談内容が他の人に伝わることはありません。個人情報やプライバシーに配慮した支援を行います。

●本人からの相談はもちろん、周囲から相談を受けることもあります。

知り合いや近所の人が悩んでいる場合も、気軽に相談ください。

◆ 問い合わせ先

区地域保健福祉課
☎718-1109
☎734-1690

南当仁公民館・老人いこいの家 移転オープンしました

南当仁公民館(今川二丁目)=下写真=が移転し、老人いこいの家を併設して5月9日に開館しました。



西町公園の一角に建てられた3階建ての同館は1階ロビーにウッドデッキ=下写真=を設置し、公園と一体となった開放感あふれる造りが特徴です。事務室の隣には児童等集客室があり、扉がガラス張りのため、子どもたちを見守りやすくなっています。授乳できるスペースもあります。

2階には老人いこいの家と和室=右下写真=があり、お茶のけいこができます。同館の前山義行館長は、「眺めもよく、皆さまに喜ばれる公民館が完成しました。気軽にお立ち寄りください」と話していました。



南当仁公民館 ☎741-9053 ☎741-9162



市博物館所蔵 午砲「ドン」



午砲跡の石碑(港三丁目)

日本の標準時が定められたのは、明治19年のことです。当時の市民の習慣として、会議などを行うとき、約束の時間より少し遅れて集まる「博多時間」という感覚が定着していました。従って、市民の認識している時間は、市民の認識している時間にはばらばらで、不都合が生じていました。

そこで、この状況を変えようと、郷土史家の江藤正澄が実業家の古賀勇夫と共に、標準時を知らせる私立号砲会社を、明治21年に設立しました。肝心の大砲は、江藤が銃砲火薬店の西村庄平に相談し、大阪砲兵工廠から購入。当時の値段で100円でした。

大砲は、須崎のお台場に据え、21年7月22日から日の出と正午の2回発砲することになりました。市民に「ドン」で親しまれていた号砲が無くなると、不便さや音が聞こえない寂しさから再開してほしいとの要望があり、明治25年から市が正式に譲り受け「ドン」を再開しました。

その後、昭和6年3月31日市庁舎にサイレンが設置されるまで、正午の時報「ドン」は福岡の空に鳴り響いていました。



中央区ものしり手帳 第九話 日の出と正午を知らせた号砲

23年1月には運営に行き詰まり、号砲は中止となりました。

代理人の証明請求には委任状を

市税に関する証明を代理人が請求する場合は、委任状が必要です。請求の際には代理人及び委任者の本人確認書類(運転免許証など)も併せてお持ちください。区課税課 ☎718-1049 ☎714-4231

国民年金 学生納付特例制度

大学・専門学校などに在学する学生は、在学中の国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」を利用できます(所得制限あり)。手続きは毎年度必要です。

郵送で申請する場合は、「国民年金保険料学生納付特例申請書」に学生証のコピーを添付して送付してください。

申請書は、日本年金機構ホームページ(「国民年金保険料 学生納付特例」で検索)に掲載されています。申請は区役所の窓口でも可能です。📍中央区保険年金課 ☎️718-1126 📠725-2117

令和3年度所得証明書の発行について

今年度の所得証明書の発行開始日は次の通りです。

▷市県民税の全額を給与から特別徴収される人と市県民税非課税の人 = 5月19日(水)から

▷市県民税を普通徴収または公的年金から特別徴収(天引き)される人 = 6月11日(金)から 🗨️窓口に来る人の本人確認書類(運転免許証など)。代理人が請求するときは家族でも委任状および委任者の本人確認書類が必要です。📍中央区課税課 ☎️718-1049 📠714-4231



シニアのための智恵袋 2021年改訂版を配布しています

区は、パンフレット「シニアのための智恵袋」を毎年作成しています = 写真。定年退職後の生きがいや健康づくりのヒントのほか、健康保険などの手続き方法、年金、税金や高齢者福祉サービスなどを分かりやすくまとめた冊子です。



2021年改訂版は、区役所1階や市役所1階情報プラザなどで配布しています。また、市ホームページ(「シニアのための智恵袋」で検索)で閲覧・ダウンロードできます。

📍中央区福祉・介護保険課 ☎️718-1145 📠771-4955

国民健康保険 所得報告書の提出

国民健康保険の加入世帯で、前年中の所得が把握できない人がいる世帯に、所得報告書を送付します。必要事項を記載の上、5月25日(火)までに区保険年金課へ提出してください。確定申告の延長に伴い、確定申告をしても、提出をお願いしている場合があります。📍中央区保険年金課 ☎️718-1124 📠725-2117

6月1日~7日はHIV検査普及週間です

HIV(エイズウイルス)感染は性感染症の一つで、誰でも感染する可能性があります。感染しても長期間無症状で経過することも多く、検査でしか感染を知ることができません。中央保健所では、毎月第1・3火曜日(祝日は除く)の午前9時~10時半に無料(要予約)、匿名で即日検査をしています。結果は採血から1時間前後で分かります。早期発見のため、検査に行きましょう。📍エイズダイヤル ☎️712-8391 📠734-1690

中央体育館 〒810-0042赤坂二丁目5-5 ☎️741-0301 📠741-0617

ZUMBA GOLD (ズンバゴールド)

音楽に合わせてダンスをします。ジャンプ動作などがなく、低負荷の運動です。📅6月15日~7月27日の毎週火曜日(7月20日を除く)午後1時半~2時半。全6回👤18歳以上👤13人👤4,200円👤運動ができる服装(トレーニングウェア)、室内用シューズ、タオル、水分補給用の飲み物👤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5月15日(土)~31日(月)必着で同体育館へ。申し込み多数の時は抽選で、当選者のみ通知。ホームページ(「福岡市中央体育館」で検索)からも申し込み可。

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企画管理係 ☎️761-7318 ⑦地域保健福祉係 ☎️718-1111 📠①0120-931-869、②~⑦734-1690 ※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。

献血

予約不要。👤男女とも体重50kg以上。男性：満17~69歳。女性：満18~69歳。

内容	実施日		受=受付時間 受=実施時間	予約	対象・料金・その他	📍
	5月	6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	26(水)	9(水) 23(水)	👤8:30~10:30	👤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	
骨粗しょう症検査					👤40歳以上👤500円	
B・C型肝炎ウイルス検査	18(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	26(水)	11(金) 25(金)	👤10:00~11:00	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。	
離乳食教室	24(月)	28(月)	👤13:30~15:00	要	👤生後4~6カ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。	
母子(赤ちゃん)何でも相談	24(月)	28(月)	👤①13:30~ ②14:00~ ③14:30~	要	👤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。*5月分予約受付中*6月分は6月1日(火)予約開始	
マタニティー個別相談	28(金)	11(金) 25(金)	👤①13:00~13:30 ②14:00~14:30 ③15:00~15:30	要	👤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*5・6月分は予約受付中	
心の健康相談	-	3(木)	👤14:00~16:00	要	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	要	匿名検査。結果説明は採血からおおむね1時間後 *変更・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	📍
警固公民館	5/27(水)	14:00~16:00	⑥
草ヶ江公民館	6/9(水)	10:00~16:00	
中央区保健福祉センター あいれふ5階	6/10(木)	10:00~16:00	
イオンスタイル 笹丘店	6/28(月)	10:00~12:00 13:00~15:30	

母子巡回健康相談

事前申し込み必要。乳幼児の身体測定、健康相談。

場所	実施日	受付時間	📍
高宮公民館	5/17(月)	13:30~14:20	⑦
赤坂公民館	5/18(火)		
当仁公民館	6/18(金)		
平尾公民館	6/21(月)		
簗子公民館	6/22(火)		
笹丘公民館	6/23(水)		



市健康づくりイメージキャラクター
よかるーもん