区のマーク

みなみ

保健福祉センターだよりは月1回、15日号に掲載

区の広報担当キャラクター「ため蔵」くん

区役所代表電話 ☎561-2131
〒815-8501 南区塩原三丁目25-1
窓口受付時間：午前8時45分～午後5時15分
（土日・祝休日・年末年始を除く）
区ホームページへのアクセスは下記コードから

人口 265,063人（−149）
男122,964人 女142,099人
世帯数 129,805世帯（−94）
令和2年9月1日現在推計（前月比）

期＝日時、開催日、期間　所＝場所　問＝問い合わせ　F＝ファクス　対＝対象　定＝定員　料＝料金、費用　持＝持参　託＝託児　申＝申し込み　✉＝メール　HP＝ホームページ

事前の準備が〝命〟を守る
災害に備えよう

近年、全国各地でこれまでに経験したことのないような大規模災害が発生しています。大雨、台風が増える時季の前に、大規模災害から「命を守る行動」について各家庭で話し合い、早めに準備を進めましょう。

ハザードマップで自宅周辺を確認

まずは自宅とその周辺の災害リスクを確認しましょう。市は、洪水・土砂災害・高潮などについてハザードマップを作成しています。区情報コーナーで配布しているほか、市ホームページ（「福岡市ハザードマップ」で検索）でも閲覧できます。

スマホはこちらから

備蓄品を用意する

自宅の安全が確保されていれば、避難所へ行く必要はありません。電気・ガス・水道などのライフラインや物流の停止に備え、左のチェックリストを参考に、日頃から食料品や生活必需品を備蓄しておきましょう。

避難先とタイミングを事前に決めておく

避難先や、避難のタイミングの目安となる警戒レベルなどの情報は、ハザードマップや**本紙3面**で確認できます。

自宅周辺の災害リスクが高い場合には、事前に家族で「どこに逃げるのか」を話しておきましょう。また、「祖父母と一緒に住んでいるわが家は、警戒レベル3になったら避難を始める」など、あらかじめ避難のタイミングを決めておくことも大切です。

感染症対策

避難所に人が多く集まると、密集・密接が避けられないため、可能な場合は親戚や友人宅への避難を検討してください。

避難先では、マスクの着用や手洗い、消毒の徹底などで感染症予防に努めましょう。

【問い合わせ先】
区総務課
☎559・5063
F561・2130

☑ 避難生活持ち物チェックリスト

避難生活のストレスを少しでも軽減できるよう、日頃から備えておくことが大切です。3日分以上を目安に、必要最小限の備蓄品を感染症対策グッズと一緒に用意しておきましょう。

持ち出し品は避難用リュック等にまとめておくと安心です。

＜備蓄品の例＞

- □水　□食料　□薬
- □衛生用品（簡易トイレ、生理用品等）
- □衣類　□防寒着
- □毛布　□懐中電灯
- □ガスコンロ
- □乾電池・モバイルバッテリー　など

＜感染症対策グッズの例＞

- □マスク　□タオル
- □消毒液　□体温計
- □スリッパ　など

防ごう！カンピロバクター食中毒　お知らせ

カンピロバクター食中毒は、加熱不十分な鶏肉料理によって引き起こされます。

鶏肉の生食は避け、鮮度に関係なく中心部まで十分に加熱しましょう。

◆主な原因食品
鶏肉・鶏レバーの刺身やレア焼きなど

◆主な症状
下痢、腹痛、発熱、まれに神経まひなど

問区衛生課 ☎559-5162 F559-5149

6／14(月)～25(金)　食育パネル展　お知らせ

6月は食育月間です。

「食を通じた健康づくりをすすめましょう」をテーマに、区役所1階のまちかど文化ひろばで「食育パネル展」を開催します。

市食育推進キャラクター いくちゃん

冊子「#がめ煮つくろう」や簡単レシピ、災害食レシピも配布します。

問区健康課 ☎559-5116 F541-9914

⚠ 野生のサルにご注意を ⚠

区内でも野生のサルが目撃されています。遭遇した際には以下の点にご注意ください。

- ●目を合わせない
- ●近づかない
- ●食べ物を与えない

問区総務課 ☎559-5063 F561-2130

市特定健診イメージキャラクター よかろーもん

年に一度は健康チェック
よかドックを受診しよう

市は、生活習慣病予防を目的に「市国民健康保険よかドック（特定健診）」を実施しています。健診結果に応じて保健師等が生活習慣改善のアドバイスを行います。

【内容】身体測定、尿検査、血圧測定、心電図、問診など
【場所】区保健福祉センター、医療機関等
【対象】40～74歳の市国民健康保険加入者
【料金】原則500円（一部対象者無料）
【持参物】保険証、受診券
【予約】市ホームページ（「けんしんナビ」で検索）または集団健診予約センター ☎0120-985-902

詳しくは区役所で配布している健診ガイド＝**右図**＝をご覧ください。

◇　◇

6月30日(水)まで野球観戦チケットが当たるキャンペーンや、その他割引を実施中です。

問区健康課 ☎559-5116 F541-9914

郵送で受け取れて便利
区役所に行かず公民館でマイナンバーカードを申請できます

7月から順次、区内の全公民館でマイナンバーカードの申請受け付けを行います。7月の日程は右表の通り。時間は各回午前9時半～午後4時半。※利用には予約が必要です

＜通常の手続き＞	＜公民館での申請手続き＞
申請書を準備	電話で予約
写真を撮り、郵送等で申請	公民館で申請 その場で写真撮影可
区役所でカードを受け取り	自宅にカードが届く

すでに同カードを持っている人には、マイナポイント申し込みの支援も行います。

詳細は市ホームページ（「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）をご確認ください。

公民館	開催日	予約受付期間
筑紫丘	7/2(金)	6/18(金)～6/29(火)
西長住	7/7(水)	6/23(水)～7/2(金)
大楠	7/8(木)	6/24(木)～7/5(月)
花畑	7/9(金)	6/25(金)～7/6(火)
野多目	7/16(金)	7/2(金)～7/13(火)
弥永西	7/21(水)	7/7(水)～7/16(金)
日佐	7/27(火)	7/13(火)～7/20(火)
高木	7/28(水)	7/14(水)～7/21(水)

※定員に達した時点で予約受け付けは終了します

【予約・問い合わせ先】
市マイナンバーカード申請予約センター
☎050-3538-2830（午前9時～午後6時）
F050-3538-3158対区内に住んでいる人（お住まいの校区以外の公民館でも申請できます）料無料