



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



舞鶴公園のボタン・シヤクヤク園

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=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

こども家庭相談窓口

新しい環境で子育てをしている人も多いと思います。区子育て支援課では、子どもや家庭に関する相談を受け付けています。▷子どもとの関わり方を相談したい▷子育てに関する事で、どこに相談すればよいか分からない▷ひとり親家庭への支援について知りたいなど、悩んでいることや気になることがあれば気軽にご相談ください。



また、子育てに関する情報を集めた「区子育て応援ページ」を区ホームページに掲載しています。☎区子育て支援課 ☎718-1106 ☎771-4955



国民健康保険の脱退・加入手続き

国民健康保険(国保)に加入している人が、就職などにより職場の健康保険などに加入したときは、国保を脱退する手続きが必要です。職場から交付された健康保険証の写しと国民健康保険証を持参または郵送の上、手続きしてください。

また、75歳未満で職場の健康保険などを脱退した人や、市外から転入した人で職場の健康保険などに加入していない人は、国保への加入手続きが必要です(郵送での手続きはできません)。加入日は前述の事由が生じた日です。届け出が遅れると加入日までさかのぼって保険料を納めることになります。必ず届け出をしてください。☎区保険年金課 ☎718-1124 ☎725-2117

どんたく「中央区役所演舞台」を中止します

5月の「博多どんたく港まつり」で、地域団体と共働して設置していた「中央区役所演舞台」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止を考慮して、令和3年度は中止します。☎区企画振興課 ☎718-1055 ☎714-2141



遊具を使って健康寿命を延ばしましょう



赤坂公園(赤坂三丁目) 市は、住民の皆さんに公園への関心や愛着を高めてもらうと、公園の整備や管理などに関するプラン作りを地域住民と共に進めています。



赤煉瓦と白い花崗岩で装飾した英国式の外壁が特徴で、内装は、植物のモチーフと曲線を組み合わせたデザイン「アール・ヌーヴォー」の影響が見られます。

昭和41年までは保険会社の事務所として、その後は市歴史資料館、市文庫として使用されてきました。現在は一般開放され、カフェで休憩したり、明治・大正時代の鹿鳴館をイメージした衣装体験をしたりできます。



☎751-4416 旧福岡県公会堂貴賓館

高齢化が進む同校区で、運動ができる遊具を、設置しました。ロコモティブシンドローム(運動器症候群)や生活習慣病などの予防に効果的な運動を身近な公園で行うことができます。

は、住民が自主的に健康づくりを行える環境の整備が課題となっていました。そこで、誰もが住み慣れた地域で元気に暮らせるまちを目指す「福岡100」の「中央区健康パークステーション」事業を活用し、整備を行いました。同事業で遊具を整備しています。

赤坂公園(赤坂校区) 本短期大学(福浜一丁目)の学生たちによる遊具を活用した講座も計画されています。

木が生育し、生き物が生息する自然を生かすために、緑地と一体になった園路にはウッドチップを敷き詰め、トイレの外壁をレンガ調に整備しました。また、階段をスロープに替え、照明灯を増設

するなど、バリアフリーや安全性にも配慮しました。公園のプラン作りに関わった同校区自治協議会の日野正則会長(73)は、「住宅街に囲まれた貴重な緑地です。憩いの場として活用してもらえれば」と話していました。

区内には、国の重要文化財に指定されたレトロな建物があります。

学館として使用されました。現在は「エンジニア・カフェ」や貸し会議室があります。☎赤煉瓦文化館 ☎722-4666

住民の健康づくりや交流の拠点に 福浜公園と赤坂公園が新しくなりました

商業施設や住宅地が多い区内で、公園は健康づくりや地域住民の交流を行う貴重な空間です。昨年度再整備により新しくなった二つの公園を紹介します。



📅 =日時、開催日、期間 📍 =場所 🗨️ =問い合わせ ☎️ =電話 📠 =ファクス 👤 =対象 🏠 =定員 💰 =料金、費用 📄 =託児 📧 =申し込み 📎 =持参 📧 =メール 🏠 =ホームページ

健康づくりのボランティアを始めませんか ～ヘルスマイト養成教室～

ヘルスマイト(食生活改善推進員)とは、地域の方が健康な毎日を過ごせるよう、正しい食生活や運動の大切さを伝えるボランティアです。



ヘルスマイト養成教室では、医師や管理栄養士、健康運動指導士を講師に迎え、食育や運動、食品衛生について講義や実習を行います。同教室を修了すると、ヘルスマイトとしてボランティアに参加することができます。

📅 5月13日～7月1日の毎週木曜日。全8回。午前9時半～午後0時10分 ※終了時間は回によって異なります📍あいろ7階(舞鶴二丁目) 📍区内に住み、ボランティア活動ができる人📍先着20人📍無料📍4月15日(木)午前10時から電話かファクスで、教室名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を中央区健康課(☎️761-7340 📠734-1690)へ。

参加しませんか

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。



📍 4月23日(金)、24日(土)午後1時半～2時半＝くさみ動物病院(唐人町三丁目) 4月25日(日)午後1時半～2時半＝パーク動物医療センター(地行四丁目) 5月14日(金)、15日(土)午後1時半～2時半＝佐藤獣医科病院(鳥飼一丁目) 📍▷登録済みの犬3,200円(注射のみ)▷未登録の犬6,200円(登録と注射)

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」で検索するか、右のコードから読み込み)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

お知らせ

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

フォローアップ教室(前期)

毎回、種目やテーマを設け、体操などを行います。初心者から経験者まで取り組める運動内容で実施します。

📅 6月9日～8月4日の水曜日(6月16日、30日、7月14日、28日を除く)午前11時50分～午後0時50分📍40歳以上📍各回先着10人📍1回400円📍運動できる服装、タオル、室内用シューズ、水分補給用の飲み物📍教室日の7日前から前日までに同体育館に電話で申し込みを。

なお、施設が新型コロナウイルスワクチン接種会場で使用される場合、日程変更または中止になる場合があります。

中央市民プール 〒810-0061西公園14-30 ☎️712-8090 📠712-8298

休館日の変更

4月29日(木・祝)が祝日のため、休館日を4月30日(金)に変更します。

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・舞鶴二丁目あいろ内)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：18～69歳。

内容	実施日		📍=受付時間 📍=実施時間	予約	対象・料金・その他	📍	
	4月	5月					
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		
健(検)診	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	21(水)	12(水) 26(水)	要	📍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	20(火)	18(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	23(金)	14(金) 26(水)	📍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。	②	
離乳食教室	26(月)	24(月)	📍13:30～15:00	要	📍生後4～6カ月頃の乳児の保護者 離乳食の目安、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。		
検査・相談	母子(赤ちゃん)何でも相談	26(月)	24(月)	📍①13:30～ ②14:00～ ③14:30～	要	📍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。※5月分は5月6日(木)から予約受付開始	③
	マタニティー個別相談	23(金)	14(金) 28(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	
	心の健康相談	-	6(木)	📍14:00～16:00	要	精神科医による相談。	④
			15(木)	20(木)	📍10:00～12:00		
	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	📍
春吉公民館	5/12(水)	10:00～12:00 13:00～15:30	⑥
警固公民館	5/27(木)	14:00～16:00	

母子巡回健康相談

乳幼児の身体測定、育児相談。

場所	実施日	予約	受付時間	📍
草ヶ江公民館	4/26(月)		13:30～	⑦
中央保健所(大名・舞鶴)	4/26(月)		10:00～	
春吉公民館	4/27(火)	要	13:30～	
笹丘公民館	4/28(水)			
南当仁公民館	5/14(金)			
高宮公民館	5/17(月)			
赤坂公民館	5/18(火)			

保健所レター

教えて 食品衛生

Q. 鶏刺しや鶏レバー、鶏たたきを食べると食中毒になると聞きました。お店で出される新鮮な鶏肉も、生で食べられないのですか。

A. 鶏肉や鶏レバーは、高い確率で食中毒菌に汚染されています。鮮度は関係ありません。飲食店で提供されたものでも

食中毒が発生する恐れがあります。中心部まで十分に加熱されたものを食べましょう。

📍中央区衛生課
☎️761-7356
📠761-8280

