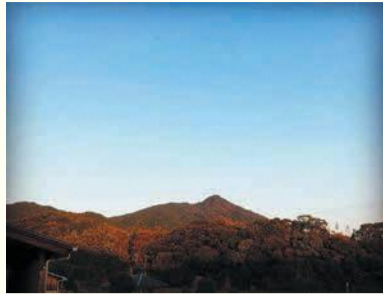




西区役所 代表電話 ☎881-2131
〒819-8501 西区内浜一丁目4-1
西部出張所 ☎806-0004
〒819-0367 西区西都二丁目1-1



飯盛山の紅葉 (かなたけの里公園より)



【公式】インスタグラム
@f_nishinstagram
【公式】フェイスブック
ぷらりにしく



人口 212,068人 (前月比38人増) 男100,607人 女111,461人
世帯数 95,518世帯 (前月比18世帯増) ※令和3年10月1日現在推計

☎=日時、開催日、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 ☎=受付時間 ☎=持参

区公式Instagram投稿キャンペーン応募作品紹介

7～9月に行った区公式Instagram投稿キャンペーンへの多数のご応募ありがとうございました。キャンペーンには408作品が集まり、抽選で10人に記念品をお送りしました。

キャンペーンは終了しましたが、今後も区内の写真を当アカウントで紹介していきますので、引き続き投稿をお待ちしています。区公式Instagramは、右上コードからご確認ください。

応募作品の中から素敵な写真の一部を紹介いたします。※【 】内はユーザーネーム、敬称略。

☎区企画振興課 ☎895-7007 ☎885-0467

やしの木ブランコ

大字小田のざうお本店にある、やしの木ブランコ。青い空と海が映えていて、とても綺麗です。



【kanagram32】

光の道

太郎丸神社の境内にできた光の道。気候等の条件が揃わないと見ることができない貴重な写真です。



【ke...ta1101】

美しい花々

能古島アイランドパーク内に咲き誇る色鮮やかなセキチク(ナデシコ科)の写真です。



【cheetahcub】

絶景

鷲尾愛宕神社の境内北側から市内を一望した景色です。奥には玄界灘が広がっています。



【gallery_horizon】



西祭(SaiSai)

～西区みんなで作る文化祭～

◆西区市民吹奏楽団ファミリーコンサート

感染症対策を行いながら、全日本吹奏楽コンクールで演奏した曲や有名なゲーム音楽等、たくさんの人に楽しんでもらえる曲を演奏します。



大人も子どもも楽しめます

☎12月5日(日)午後2時開演 ☎西市民センター ☎800人 ☎無料 ☎西区市民吹奏楽団事務局(横山) ☎080-7530-3296

◆西区青少年作品コンクール(絵画・習字)

西部7校区の小中学校児童・生徒の入賞作品を展示します。

☎11月24日(水)～30日(火) ☎さいとぴあ(1階) ☎無料 ☎西祭実行委員会事務局(区企画振興課内) ☎895-7033 ☎885-0467

都市公園保全美化功労者表彰

市は、都市公園の保全・美化活動に貢献し、顕著な功績のあった団体や個人を毎年表彰しています。

今年度は、西区から2団体が表彰されました。

▷今宿駅前1丁目町内会(長垂海浜公園愛護会)

▷城原アクティブシニアクラブ(柳公園愛護会・神田公園愛護会)



グリッピ

室見川一斉清掃

室見川水系の一斉清掃を行います。どなたでも参加できます。



☎12月5日(日)午前9時半～ みんなで室見川を美しくしましょう ※小雨決行 ☎橋本車両基地正面東側の河川敷 ☎軍手 ☎区生活環境課 ☎895-7050 ☎882-2137

ほやほやママの子育て教室

初めて母親になった人のための教室です。

☎12月24日(金)午前10時～正午 ☎区保健福祉センター(保健所) 講堂 ☎今年9～10月生まれの子(第1子)とその母親 ☎抽選で16組 ☎無料 ☎☎電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 ☎891-9894)へ。

12月10日(金)午後5時まで受け付け。区ホームページ(「西区ほやほやママ」で検索)からも申し込み可。



スマホはこちら

500円で健康チェック

「よかドック」は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防するための健康診査です。血圧測定や尿・血液検査、心電図検査など1万円程度の検査を500円で受けられます。



生活習慣病は、自覚症状のないうちに進行し、重症化する恐れがあります。自分の健康状態を知るために、年に1度は受診しましょう。受診の際は保険証と受診券が必要です。

■対象者

市国保に加入している40～74歳の人。

■受診場所

①実施医療機関②各区保健福祉センター③西体育館(今年度のみ)④健康づくりサポートセンター※今年度はさいとぴあ健診が中止です。お近くの実施医療機関での受診をお勧めします。



実施医療機関の検索や各区保健福祉センター開催の健診の予約ができます

■予約方法

①よかドックご案内センター(☎711-4826)や「けんしんナビ」で確認の上、直接医療機関に予約。②③集団健診予約センター(☎0120-985-902 ☎0120-931-869)または「けんしんナビ」で予約。④健康づくりサポートセンター(☎751-2806 ☎751-2572)へ。

■無料になる人

今年度40歳と50歳になる人、満70～74歳の人、市県民税非課税世帯(要証明)の人。

☎区健康課 ☎895-7073 ☎891-9894

※受診券に関する問い合わせ先 ☎0120-025-718 ☎510-5286

知ってとくする!!西区歴史講座

「不思議なお家騒動…福岡藩(黒田騒動)」をテーマに、西区まるごと博物館推進会員が話します。



歴史について楽しく学びます

☎12月18日(土)午後2～4時(1時半受付) ☎西市民センター視聴覚室 ☎抽選で30人 ☎無料 ☎☎はがき、ファクスまたはメールにイベント名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、12月7日(火)必着で西区まるごと博物館推進会事務局(〒819-8501住所不要、区企画振興課内 ☎895-7032 ☎885-0467 ☎shinko.event24@city.fukuoka.lg.jp)へ。抽選結果は12月13日(月)までに発送。

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動週間」

配偶者やパートナーからの暴力で悩んでいませんか。話すことで解決方法が見つかるかもしれません。一人で悩まず、ご相談ください。匿名で相談でき、秘密は守られます。

◆区子育て支援課家庭児童相談室

☎895-7069 ☎881-5874 ☎月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日、年末年始を除く)。

◆市配偶者暴力相談支援センター

☎☎711-7030 ☎月～金曜日の午前10時～午後5時。火曜日のみ午後8時まで(祝日、年末年始を除く)。

◆アミカスDV相談ダイヤル

☎526-6070 ☎526-3766 ☎水、木曜日の午前10時～午後4時(年末年始を除く)。



12月1日は「世界エイズデー」

今年のテーマは「レッドリボン30周年～Think Together Again～」です。区保健福祉センターでは、毎月第1、第3月曜(祝日を除く)午前9時～11時に匿名、無料でエイズ検査が受けられます。☎区健康課 ☎895-7073 ☎891-9894

寒い季節はノロウイルスに注意

●ノロウイルスとは

冬に流行する感染性胃腸炎や食中毒の原因となるウイルスで、感染力が強いわずかな量が体内に入るだけで感染します。

感染者のおう吐物やふん便中には大量のウイルスが含まれるため、触れた手指の洗浄が不十分だと、トイレのドアノブなどを介して人から人へ広がります。また、家庭や保育施設など、人同士の接触機会が多い場所では飛沫感染することがあります。

感染者が調理することでウイルスが付着した食品や、ウイルスが蓄積した二枚貝などを十分に加熱せず食べることで感染します。

●感染するとどうなるの

潜伏期間は1～2日で嘔吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が出ます。症状がなくなっても1週間から1カ月程度はウイルスが便中に排出され、他の人への感染源となるため注意しましょう。

●予防のポイント

①食品を調理する際は、85～90℃で90秒以上、中心部までしっかり加熱する。

②まな板や包丁等の調理器具、便器やドアノブ等の手が触れる箇所は、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する(アルコールは効きません)。

③手洗いを徹底する。調理の前後やトイレの後、吐物の処理後は特に念入りに行う。

☎区衛生課 ☎895-7095 ☏891-9894

西区社協 子育てリフレッシュ講座

骨盤ストレッチを体験します。

期12月17日(金)午後2時～3時半
所西市民センター
対区内に住む生後6か月～未就園児の子ども
保護者 抽選で10人
料1,000円



スマホはこちら

☏メールに住所、氏名、電話番号、託児を希望する方は、子の名前(ふりがな)と年齢を書いて区社会福祉協議会(☎895-3110 ☏895-3109 ✉ nishiku@fukuoka-shakyo.or.jp)へ。12月3日(金)まで受け付け。右上コードからも申し込み可。

西体育館 子どもの運動教室

1.げんきっず広場

期来年1月12日～3月16日の毎週水曜日
午後4時～5時 ※2月23日(祝)と3月9日を
除く全8回
対4～6歳の未就学児
抽選で20人
料4,000円

2.キッズ運動能力アップスクール

期来年1月12日～3月16日の毎週水曜日
午後5時～6時 ※2月23日(祝)と3月9日を
除く全8回
対小学1・2年生
抽選で20人
料4,000円

<<1・2共通>>

所西体育館 ☎882-5144 ☏882-5244

☏往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、学年、電話番号を書いて12月15日(火)必着で同体育館(〒819-0041拾六町一丁目13-35)へ。

西部療育センター

きらきら広場

期12月24日(金)午後2時20分～3時、午後3時10～50分の各回40分
所西部療育センター
対区内に住む0～2歳児と保護者
先着で2組
料無料
☏電話で同センター(☎883-7161 ☏883-7163)へ。12月1日(水)から受け付け。

今宿野外活動センター

たき火をかこもう

たき火や飲食を楽しむイベントです。

期12月12日(日)午前10時～午後3時
所今宿野外活動センター ☎806-3114 ☏806-3115
抽選で100人
料200円(3歳以下無料)
☏軍手、焼きたい食材、飲み物、食器類、たき火道具(持っている人)
☏往復はがきに参加者全員の氏名、年齢、電話番号、住所を書いて同センター(〒819-0163今宿上ノ原217-2)へ。11月30日(火)必着。ホームページ(「今宿野外活動センター」で検索)からも申し込み可。

特定計量器(はかり)の定期検査 一部日程変更のお知らせ

市漁協小呂島支所での日程を変更します。

【変更前】11月8日(月)10:30～13:00

【変更後】11月30日(火)10:30～13:00

☏福岡県計量協会 ☎791-2331

✉ f_city_keiryu@aqua.ocn.ne.jp

保健 だより

【問い合わせ・申込先】

①集団健診予約センター ☎0120-985-902 ☏0120-931-869 (受付は平日9:00～17:00)

②健康・感染症対策係 ☎895-7073 ③母子保健係 ☎895-7055 ④精神保健福祉係 ☎895-7074

⑤企画管理係 ☎895-7071 ⑥地域保健福祉課 ☎895-7080 ☏891-9894 (②～⑥共通)

※場所の記載のないものは保健福祉センター(保健所・内浜一丁目4-7)で実施。料金の記載のないものは無料。

健(検)診等

内容	実施日		受=受付時間 受=実施時間	予約	対象・料金・その他(令和4年3月31日までに対象年齢になる人は誕生日前でも受診できます)	申 込 み は ①、 問 い 合 わ せ は ②
	12月	1月				
西体育館健診	8(水)	-	受9:30～12:00		下記のみよかドック、がん検診と同じ内容を西体育館(拾六町一丁目13-35)で実施。	
よかドック(特定健診)					対40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円 ☏保険証、よかドック受診券	
骨粗しょう症検査					対40歳以上 料500円	
がん検診	胃がん、子宮頸(けい)がん、乳がん、大腸がん	1(水) 15(水)	13(木) 19(水)	受8:30～10:30	【胃がん】対40歳以上(70歳以上は委託の医療機関等で実施) 料600円 【子宮頸(けい)がん】2年度に1回受診可 対20歳以上 料400円 【乳がん】2年度に1回受診可 対40歳以上 料400円 対1,300円、50歳以上1,000円 【大腸がん】対40歳以上 料500円	
	肺がん				対40～64歳 料500円	
	結核・肺がん				対65歳以上	

※健(検)診等は70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます(証明書が必要)。

※健(検)診等の予約は、実施日より土日祝日を除く10日前までに集団健診予約センター(①)で受け付け。

※令和3年度のさいとびあでの各種健診は中止。

検査・相談等

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 込 み は ②
	11月	12月				
エイズ・クラミジア抗体検査		6(月) 20(月)	受9:00～11:00	-	匿名検査(心配な出来事から3カ月たって受診してください)。	
梅毒検査	15(月)				匿名で検査可。	
B型・C型肝炎ウイルス検査		20(月)			対20歳以上で過去に受検したことがない市民	
栄養相談	25(木)	2(木) 22(水)	受13:00～ 受14:00～ 受15:00～		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。	②
離乳食教室	29(月)	20(月)	受10:30～11:20 受13:30～14:20		離乳食の進め方の紹介。乳児の同伴可。試食はなし 生後4～6カ月頃の乳児の保護者	
マタニティ個別相談	-	6(月)	受①13:30～ 受②14:00～ 受③14:30～		対妊婦とその家族 各回1組。 30分程度 ☏母子健康手帳	③
心の健康相談	-	8(水)	受9:30～11:30		精神科医が相談に応じます。各回3人。必ず電話で予約を。	④
		17(水)	15(水)	受15:00～17:00		
精神保健家族講座	-	7(水)	受13:30～15:30		12月テーマ「家族の心のケア」	

母子巡回健康相談

☏母子健康手帳

場所	実施日	受付時間	申 込 み は ②
今宿公民館	11/16(火)	13:30～14:00	
石丸公民館	11/17(水)		
玄洋公民館	11/22(月)		
元岡公民館	11/25(木)		
吉岐公民館	11/26(金)	9:45～10:30	⑥
内浜公民館		13:30～14:00	
福重公民館	12/6(月)	9:45～10:30	
愛宕公民館		13:30～14:00	
さいとびあ	12/7(火)	13:30～14:15	
西陵公民館	12/8(水)	13:30～14:00	

一部行事等が中止・延期となる場合がありますので、事前に各問い合わせ先へご確認ください。