



みなみ

保健福祉センターだよりは月1回、15日号に掲載

人口 268,051人 (-41) 男123,926人 女144,125人 世帯数 132,365世帯 (-21) 令和5年1月1日現在推計(前月比)



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 福岡市南区 検索



☎ = 日時、開催日、期間 ☎ = 場所 ☎ = 問い合わせ ☎ = ファクス ☎ = 対象 ☎ = 定員 ☎ = 料金、費用 ☎ = 持参 ☎ = 託児 ☎ = 申し込み ☎ = メール ☎ = ホームページ

2月は生活習慣病予防月間 健康状態を確認しよう

生活習慣病は、食事、運動、喫煙、飲酒等の生活習慣が引き起こす病気の総称で、がんや心臓病、脳卒中などもこれに含まれます。健診を受け、食事や運動習慣を見直して予防に努めましょう。

◆健診で病気を早期発見

市国民健康保険に加入中の40～74歳の人が受けられる特定健診(よかドック)は、血液検査や心電図等の検査が500円で受診でき、病気の早期発見の助けとなります。詳細はホームページ(「けんしんナビ」で検索)で確認を。また、市国保加入者以外の健診については、各保険者にお問い合わせください。

◆管理栄養士による食事についての相談窓口

区では栄養相談を毎月2回無料で行っています(要事前予約)。日程など詳細は、区ホームページ(福岡市南区 栄養相談)で検索で確認を。

◆運動不足の解消で病気のリスクを低下

適度な運動を習慣づけましょう。楽しく運動できるアプリもあります。左記事。



医師の資格を持つ山本課長

区健康課の山本信太郎課長は「初期症状が現れにくい生活習慣病の早期発見には、定期的な健診が重要です。健診結果や保健師等のアドバイスを参考に、生活習慣を毎年見直しましょう」と話しています。

【問い合わせ先】

区健康課 ☎559・5116 541・9914

歩けば福がやってくる「ふくおか散歩」

市は「ふくおか散歩」アプリと連携し、市民の皆さんの健康づくりを応援しています。歩くとポイントが貯まり、飲食店等のクーポンとの交換やプレゼントの応募ができます。詳細は、ホームページ(「ふくおか散歩」で検索)をご確認ください。



市政策推進課 ☎733-5343 733-5587

「チョイソコふくおか」社会実験

市は地域・事業者と、公共交通が不便な地域で生活交通を確保する「チョイソコふくおか」の社会実験を行っています。



停留所は病院や公民館、スーパーなどに設置

チョイソコふくおかは、乗車を申し込むと、エリア内の自宅近くなどにある停留所から目的地近くの停留所まで、タクシー車両に乗り合わせて、一回300円で移動できるサービスです。エリアは鶴田、老司、弥永西、弥永、日佐校区等で、平日(土日祝日・年末年始除く)の午前8時～午後6時に運行しています。利用には事前の会員登録が必要で、校区外の人でも登録可能です。ホームページ(「チョイソコふくおか」で検索)からお問い合わせ先

▽会員登録、利用予約など専用コールセンター ☎050・201・87015▽記事に関する市交通計画課 ☎711・4393 733・5590



区長感謝状を贈呈

校区自治活動や青少年健全育成事業等さまざまな活動を通じ、地域コミュニティづくりに貢献した61人2団体に、区長から感謝状が贈呈されました。受賞者の一覧は、区ホームページ(「福岡市南区区長感謝状」で検索)に掲載しています。

区企画振興課 ☎559-5064 559-5014



区長(中央)と記念撮影に臨む大池校区の受賞者の皆さん

区役所でのマイナンバーカード受け取り窓口の受付時間を延長

区役所のマイナンバーカード受け取り窓口の受付時間を、以下の通り延長します。



【対象期間】 3月9日(木)までの毎週火・木曜日(祝日は除く) 【受付時間】 午後7時まで(通常は午後5時15分まで) ※マイナンバーカードの受け取りに限ります。マイナンバーカードの申請や暗証番号の再設定、その他の証明書発行等は、受付時間延長の対象外です。ご注意ください。

区市民課 ☎559-5022 511-8560

公民館でマイナンバーカードを申請できます(予約制)

2月のマイナンバーカード申請出張サポートを下表の通り行います。申請を希望する人は、下記問い合わせ先、または市ホームページ(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)から予約してください。

市マイナンバーカード出張サポート受付センター(毎日午前9時～午後6時) ☎260-3590 272-2312 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し込みできます) 無料

| 公民館 | 開催日時 | 予約受付期間 |
|-----|--------------------|-----------|
| 柏原 | 2/15(水)13:30～16:30 | 1/27～2/10 |
| 野多目 | 2/17(金)13:30～16:30 | 1/31～2/14 |
| 東花畑 | 2/21(火)13:30～16:30 | 2/2～2/16 |
| 若久 | 2/22(水)9:30～12:30 | 2/3～2/17 |
| 老司 | 2/28(火)13:30～16:30 | 2/8～2/22 |

2/16(木)～3/15(水)

【市県民税の申告受け付け】

昨年度提出した人には申告書を2月上旬に郵送します。窓口が大変混み合うため、オンライン・郵送による提出をお勧めします。

●申告の対象

令和4年1月1日から12月31日までに所得があり、令和5年1月1日現在、市内に住所がある人が対象です。

次のいずれかに該当する人は申告不要

- 所得が給与のみで、勤務先から給与支払報告書が提出されている人
- 所得が年金・恩給等の公的年金のみで、各種控除に該当しない人
- 所得税の確定申告をする人

●申告に必要なもの

①申告書②令和4年分の給与・公的年金などの源泉徴収票③マイナンバーカードなどの本人確認書類(郵送の場合は写しを添付)④社会保険料控除など各種控除に係る証明書・領収書などです。

詳細は、市ホームページ(「福岡市 市県民税申告」で検索)でご確認ください。

○本紙6面に関連記事

区課税課 ☎559-5041 511-3652

●花畑公民館に臨時窓口

2月14日(火)午前10時～午後4時に、申告を受け付ける臨時受付窓口を開設します。 ※お問い合わせは上記担当課まで。

自転車の盗難にご注意ください

特にマンションやアパートの駐輪場での被害が多発しています。自宅に駐輪する場合であっても施錠を徹底し、自転車のカギは2つ以上にするなど盗難被害を防止しましょう。南区警察署 ☎542-0110