



# 城南区

※健康だよりは毎月15日号に掲載



イロハモミジ(油山市民の森)

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区鳥飼六丁目1-1  
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)  
区ホームページは「福岡市城南区」で検索



区のシンボルキャラクター  
油山の妖精「ニッコりん」

区の人口 132,866 人 (前月比 142 人減) (男 62,405 人 女 70,461 人) 世帯数 67,872 世帯 (前月比 70 世帯減) (令和4年3月1日現在推計)

☎=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 ☎=メール ☎=ホームページ ☎=開館時間

## みんなの自治会・町内会

市は、令和4年度から「共創による地域コミュニティ活性化条例」を施行し、地域で活動する自治協議会や自治会・町内会の活動を支援します。

「自治協議会」はおおむね小学校校区を単位として、自治会・町内会と防犯や環境などテーマ別に活動する団体等で構成されています。

「自治会・町内会」は、小学校校区よりも小さな単位で住民が集まり設立された組織で、「住民同士のつながり」を深める重要な役割を担っています。市は、自治会に関する「ふくおか自治会ミニブック」=写真=を作成し、各区役所などで配布しています。



スマホはこちらから

このコラムでは、区内で活動している自治会・町内会の活動内容をはじめ、組織の仕組みや運営に携わる人たちをシリーズで紹介していきます。

☎区地域支援課 ☎833-4064 ☎822-2142

## 新型コロナワクチン(3回目)週末ナイト接種と予約なし接種

4月の毎週金曜日は、18歳以上の人を対象に、各区の集団接種会場(城南区の会場は城南体育館)で、午後9時まで開設時間を延長する「週末ナイト接種」を実施しています(予約が必要)。

また、月~土曜日の正午~午後3時には、予約をしなくても接種が可能な「予約なし接種」を実施しています。詳しくは、市ホームページ(「福岡市 コロナワクチン」で検索)で確認するか問い合わせ先へお尋ねください。



スマホはこちらから

※接種の際は、会場に接種券と本人確認書類を持参してください。

☎市新型コロナワクチン接種コールセンター (受付時間:午前8時半~午後5時半) ☎260-8405 ☎260-8406

## 博多どんたく港まつり「城南区演舞台」中止のお知らせ

5月3日(火・祝)・4日(水・祝)に開催を予定していた城南区演舞台は、感染症拡大防止のため中止となりました。

☎区企画共創課 ☎833-4053 ☎844-1204



認知症サポーターがいる店などを示すマーク

「認知症サポーター」がまた、講座を受講した堤丘校区は、平成29年から「認知症サポーター養成講座」を定期的に開催しています。コロナ禍で開催できない時期は、自治協だよりの連載記事で地域住民に認知症の正しい知識を発信しました。

また、講座を受講した堤丘校区は、平成29年から「認知症サポーター養成講座」を定期的に開催しています。コロナ禍で開催できない時期は、自治協だよりの連載記事で地域住民に認知症の正しい知識を発信しました。

また、講座を受講した堤丘校区は、平成29年から「認知症サポーター養成講座」を定期的に開催しています。コロナ禍で開催できない時期は、自治協だよりの連載記事で地域住民に認知症の正しい知識を発信しました。

### さくら祭り

堤団地一本松川緑道公園では、例年3月下旬頃から4月上旬頃まで「さくら祭り」を開催し、多くの人が訪れます。昼だけでなく、夜も桜を楽しむよう午後9時までアップしています。



色とりどりのちようちんの光が夜桜を照らしています

### 歴史講座

堤丘公民館は、令和2年から毎月1回、校区の歴史好きが集まる「歴史講座」を開催しています。

同講座は、講義1時間、座談会1時間の構成で、受講者同士が意見を交換したり、遺跡を実際に訪れたりしながら校区の歴史を学びます。講師は同校区在住の内田義弘さんや福岡大学の教授、学生などが務めます。

内田さんは、「講師として堤丘の歴史を話すだけでなく、座談会の中で皆さんと一緒に地域の知識を深めています。講座を通して、地域の活力や伝統の継承につながってほしいです」と話しました。

### 問い合わせ先

堤丘公民館 ☎861-4821 ☎861-4834

## 堤丘校区

### 認知症サポーターの取り組み

## 広がるぬくもり つながる歴史 ずっと住みたい温かいまちへ



いる13カ所の店や施設などを掲載した地図を作成しました。自治協だよりに掲載するなどして地域住民に配布し、認知症の人を地域全体で見守る環境や居場所づくりの輪を広げています。

「食」について学ぶことで、自分の健康づくりにも役立ちます。地域の皆さんの健康を「食」を通してサポートしてみませんか。



## 私たちの健康は私たちの手でヘルスメイトの活動を紹介します

ヘルスメイト(食生活改善推進員)は、地域で食を通して健康づくりを推進するボランティアです。現在、約150人のヘルスメイトが区内で活動しています。

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、月1回の定例会や健康づくり教室を通して「食」に関する知識を高めながら、身に付けた知識

### 参加者募集 ヘルスメイト 養成教室

「ヘルスメイト養成教室」を修了し、区食生活改善推進員協議会に入会するとヘルスメイトとしての活動が始まります。

### 問い合わせ先

区健康課 ☎831-4261 ☎822-5844



定例会で管理栄養士の講話を熱心に聞く参加者の皆さん

☎=日時、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 ☎=メール ☎=ホームページ ☎=持参

### 一人一花運動 オンライン「一人一花」講座

区は、簡単な花づくりのオンライン「一人一花」講座を区ホームページ（「一人一花講座」で検索）で公開しています。  
緑のコーディネーター・石井康子さんが自宅で楽しめる花づくりを分かりやすく紹介します。花づくりで暮らしに彩りを添えませんか。



スマホはこちらから

### 玄関を華やかに シンメトリーな寄せ植え講座

「寄せ植え」に大事な三つのポイントを解説しています。玄関や店舗の入口を華やかに彩る寄せ植えが完成します。



ポイントのある仕上がりだけに

### ドライモスのハートアレンジ講座

乾燥させた苔「ドライモス」を使ったアレンジです。アクセントにプリザーブドのバラや多肉植物を使い、屋内・屋外の両方で楽しめる作品=写真=です。  
☎833-4009 ☎844-1204



### 城南体育館の教室

- ①ZUMBA (ズンバ)  
☎5月6日～6月24日の金曜日、午前11時～正午、全8回☎18歳以上☎先着30人☎4,500円
  - ②ヨガ  
☎5月9日～7月11日の月曜日（5月16日、6月20日を除く）、午後1時半～午後2時半、全8回☎18歳以上☎先着30人☎4,500円
  - ③ピラティス  
☎5月10日～6月28日の火曜日、午前11時半～午後1時、全8回☎18歳以上☎先着30人☎4,500円
  - ④リフレッシュヨガ  
☎5月11日～6月29日の水曜日、午前11時10分～午後0時40分、全8回☎18歳以上☎先着30人☎4,500円
  - ⑤ボクシングエクササイズ  
☎5月11日～6月29日の水曜日、午後7時15分～8時45分、全8回☎18歳以上☎先着30人☎4,700円
  - ⑥50歳からはじめる！やさしい運動教室  
☎5月12日～6月30日の木曜日、午後1時半～3時、全8回☎50歳以上☎先着30人☎4,500円
- ☎共通事項  
☎同体育館 ☎851-0303 ☎851-0040  
☎4月24日までに体育館で配布する申込書に記入しお申し込みください。



### 犬の登録と狂犬病予防注射

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。  
区内の集合注射会場は下表の通りです。詳細はホームページ（「わんにゃんよかネット」で検索）または電話、ファクスで問い合わせを。



実施日	時間	場所
4月26日(火)	13:30～14:00	保健所
	14:30～15:00	城南公民館
5月13日(金)	14:30～14:45	片江公民館
5月17日(火)	14:30～15:00	南片江公民館

☎東部動物愛護管理センター（あにまるぽーと）☎691-0131 ☎691-0132☎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）

#### 新型コロナウイルス 感染症対策にご協力を

三密の回避・マスク着用・手洗い・換気など、基本的な感染防止対策の徹底をお願いします。なお、感染拡大防止のため、各種催しが中止になる場合があります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。※掲載している情報は3月29日時点のものです。

## 健康 だより

- 【問い合わせ・申込先】 ※状況により中止になる場合もあります。事前に各問い合わせ先へご確認ください。
- ①集団健診予約センター ☎0120-985-902 ☎0120-931-869（受平日午前9時～午後5時）
  - ②区健康課健康・感染症対策係 ☎831-4261 ☎822-5844（☎は②～⑤共通）
  - ③区健康課母子保健係 ☎844-1071
  - ④区健康課精神保健福祉係 ☎831-4209 ⑤区健康課企画管理係 ☎831-4207 ⑥区地域保健福祉課 ☎833-4113 ☎822-2133
- ※場所の記載のないものは保健福祉センター（保健所）で実施。料金の記載がないものは無料。



けんしんナビはこちら

内 容	実施日			受=受付時間 受=実施時間	予約	対象者・料金・その他	☎
	4月	5月	6月				
城南市民プール健診	-	31	-	受9:00～11:00	要	下記よかドック、がん検診、胃がんリスク検査を同プール（片江1-5-1）で実施。	
よかドック（特定健診）					要	☎40～74歳の市国民健康保険加入者☎500円☎国民健康保険証、受診券	申し込みは①、問い合わせは②
がん検診	受付終了	16	2 16★	受8:30～10:30	要 （下記※を参照）	☎40～69歳☎600円	
						☎40歳以上☎500円	
						☎40歳以上女性（2年度に1回）☎40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
						☎20歳以上女性（2年度に1回）☎400円	
						☎40～64歳☎500円	
						☎65歳以上☎無料	
胃がんリスク検査（血液検査）					要	☎50歳以上の肺がんのハイリスク者で喀痰（かたん）細胞診希望者は別途700円。	
骨粗しょう症検査					要	☎年度中に35歳または40歳になる人☎1,000円	
エイズ・クラミジア・梅毒検査	20	11、18	1、15	受9:00～11:00	-	匿名での検査。検査結果は後日、本人に直接説明。	
B・C型肝炎ウイルス検査	20	18	15	受9:00～11:00	-	☎20歳以上（過去に検査を受けたことがない人）	
栄養相談	-	10 27	28 3	受9:30～10:30	要	管理栄養士が食生活の相談に応じます（1人1時間程度）。※予約は前日まで。	②
				受11:00～12:00			
				受13:00～14:00			
				受14:30～15:30			
離乳食教室	19	17	21	受13:30～14:30	要	☎生後4～8カ月児の保護者（乳児の同伴可） ※予約は前日まで。	
個別deマタニティスクール	18	9、23	6、20	受13:30～15:30	要	☎妊婦とその家族など☎母子健康手帳・筆記用具 ※動きやすい服装で。	③
心の健康相談	21	19	16	受14:00～16:00	要	専門の医師が相談に応じます。 ※予約は前々日まで。	④
献血	【金山公民館】 5/19(木)9:30～12:00 【城南保健所】 5/24(火)10:00～12:00、13:00～15:30						⑤
母子巡回健康相談	身体測定や育児相談を実施。受13:30～14:00（鳥飼公民館のみ9:45～10:15）☎妊婦、乳幼児と保護者☎母子健康手帳、タオル【南片江公民館】 4/19(火)【長尾公民館】 4/20(水)【田島公民館】 4/21(木)【鳥飼公民館】 5/6(金)【堤丘公民館】 5/6(金)						⑥

※よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の申し込みは、各健（検）診日の10日前（土・日曜・祝休日を除く）まで。  
 ※満70歳以上や市県民税非課税世帯の人などは、よかドック・がん検診・胃がんリスク検査・骨粗しょう症検査の受診料が減免されます（証明書が必要）。  
 ※★印の日には託児付き健（検）診を行います。要事前予約。希望者は健診予約後、土日祝日を除く10日前までに②健康課健康・感染症対策係へ。