



西区の宝 TREASURE OF NISHI WARD



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

人口 212,081人 (前月比618人増) 男100,608人 女111,473人 世帯数 97,682世帯 (前月比776世帯増) ※令和4年5月1日現在推計

### 新型コロナワクチン接種

希望する人は早めの接種を検討してください。詳しくは市ホームページ(「福岡市ワクチン」で検索)で確認を。



☎=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

## 令和4年度 西区の主な取り組み

「子どもから高齢者までが、安全で安心して暮らせるまち」をめざします。

詳しくは区ホームページ(「福岡市西区運営方針」で検索)をご覧ください。 ☎区企画振興課 ☎895-7006 ☒885-0467

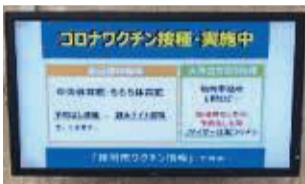


スマホは  
こちら

### 安全安心のまちづくり

#### ◆感染症への対策

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、区役所や西部出張所に出掛ける必要のないオンライン申請や郵送での手続きの利用を推進します。また、若者のワクチン接種率向上に向けた広報を行います。



区役所1階のテレビモニターによる広報

#### ◆災害への備え

地域住民の円滑な自主防災活動のために、校区防災計画の見直しや防災訓練等を支援します。災害時に手助けが必要な人が速やかに避難できるように町内会ごとの個別避難計画作成を支援します。

また、日本での災害経験が無い外国人居住者を対象に、防災知識を習得する「防災ワークショップ」を開催します。

#### ◆道路や橋、公園の安全性確保

LINE(ライン)による市民からの通報や、定期的なパトロール等により、適切な維持管理を行います。



LINE  
はこちら

### 誰もが住み良いまちづくり

#### ◆地域包括ケアの推進

医療、介護、生活支援が一体的に提供され、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられる仕組みづくりを進めます。認知症や見守りなどをテーマに「超高齢化を支えるわがまちサミット」を開催します。

もしものときのために、自身が望む医療やケアについて事前に考え、家族などと共有する取り組みである「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」の普及に向けた広報を行います。

#### ◆子育て支援の充実

身近に相談相手がいない子育て家庭の育児不安を解消する相談会や、発達が気になる子とその保護者のための子育てサロン「のびのび」、父親の育児参加を推進する講座「パパニティ」を開催します。



また、児童虐待防止のため、保育園や幼稚園、学校、病院などと連携し、子育て家庭への支援や地域での見守りを充実させます。

### 「コミュニティ」と「地域の魅力」を活(い)かすまちづくり

#### ◆地域の活性化と地域コミュニティの担い手づくり

地域コミュニティの中心となる自治協議会や自治会・町内会などの活動を支援し、持続可能な地域コミュニティの実現を目指します。

地域づくりに関心があり、活動したい人向けの講座「まち・ひとカレッジNISHI」を開催し、地域の担い手づくりを進めます。

#### ◆市街化調整区域におけるまちづくり支援

自然豊かな魅力の発信や、定住化促進などの地域の取り組みを支援します。



市街化調整区域に  
立ち並ぶ住宅と長  
浜海岸

#### ◆地域と連携した環境活動の推進

ごみ減量やリサイクル、家庭で使われなくなった食品を寄付する取り組みである「フードドライブ」の推進など、脱炭素社会の実現やSDGsの課題解決に向けて地域や九州大学などと連携して啓発活動を行います。



集められた食品

## 梅雨の時期の災害に備えよう

梅雨の時期は、大雨や暴風などによる災害の危険性が高まります。いざという時のために日頃から備えておきましょう。

#### ①災害リスクを確認する

区防災・安全安心室や情報コーナーで配布している「市洪水ハザードマップ」や、市ホームページ(「福岡市ハザードマップ」で検索)で確認できる「総合ハザードマップ」で自宅周辺の浸水や土砂災害の危険性を把握しましょう。

#### ②自分たちに合った避難行動を考える

住んでいる場所や災害の状況などによって、取るべき行動は異なります。避難所などへ避難するか、屋内の上層階に移動するか、安全が確保されているため避難せず自宅に留まるかなど、自分たちにあった避難行動を決めましょう。

避難行動を決める方法の一つとして、災害時に「いつ」「誰が」「何をするか」を時系列で整理する「マイ・タイムライン」の作成があります。市ホームページ(「福岡市マイ・タイムライン」で検索)からダウンロードできる他、区情報コーナーや西部出張所で配布しています。



スマホは  
こちら

#### ③避難時に必要な物を準備する

避難生活に必要な持ち物を防災リュックにまとめ、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。

#### 〈防災リュックの中身の例〉

- ☐水、非常食 ☐常備薬、お薬手帳
- ☐懐中電灯、ラジオ ☐マスク
- ☐体温計 ☐アルコール消毒液
- ☐手拭きタオル など



#### ④避難する際には

大雨などにより災害の危険が迫ると、避難情報が発令されます。高齢者や障がいがある人など避難に時間がかかる人は、警戒レベル3「高齢者等避難」までに避難してください。その他の人も警戒レベル4「避難指示」までに避難を完了させましょう。

市が開設する避難所へ避難する場合は、市ホームページなどで事前に開設状況を確認してください。

☎区防災・安全安心室 ☎895-7037 ☒882-2137

警戒レベル	避難情報等
高	5 緊急安全確保
	4 避難指示
	3 高齢者等避難
	2 大雨・洪水・高潮注意報
低	1 早期注意情報

## 6月は食育月間です

食育とは食や健康についての理解を深める活動のことです。

健康と身体は毎日の食生活で作られています。この機会に自身の「食」について考えてみましょう。区ホームページ(「西区食育レシピ」で検索)ではお薦めの献立を紹介しています。



#### ●食育を始めてみよう

- ・一日を元気に過ごすために朝ごはんを食べよう
- ・栄養バランスを考えて食べよう
- ・消化を良くするためによく噛もう

☎区健康課 ☎895-7073 ☒891-9894

## 公式Instagram (@f\_nishi stagram) で区の魅力発信中

「#f\_nishista」のハッシュタグを付けて投稿された区内の写真を紹介しています。



(左) マリナタウン海浜公園の浜辺 (右) 今宿の上空写真

### 子育てサロン「のびのび」

子どもたちの遊ぶ様子を見守りながら、育児について気軽に相談ができます。

期7月8日(金)午前10時～11時半 所 区保健福祉センター(保健所)講堂 宛 発達障がいがあるか、発達障がいのある就学前の子とその保護者 宛 抽選で20人 料 無料 申 6月28日(火)までに電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 ☐891-9894)へ。ホームページ(「西区のびのび」で検索)からも申し込み可。



### 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。

期7月29日(金)午前10時～11時半 所 区保健福祉センター(保健所)講堂 宛 今年4～5月生まれの第1子とその母親 宛 抽選で18組 料 無料 申 7月19日(火)までに電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 ☐891-9894)へ。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。



### きらきら広場

育児相談や家庭での遊びを紹介します。

期7月8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(内浜一丁目) 宛 区内に住む0～2歳児と保護者 宛 先着で各回1組 料 無料 申 電話で同センター(☎883-7161 ☐883-7163)へ。6月15日(水)から受け付け。

### 自然講座「おもしろい蛾(ガ)の世界」

「蛾(ガ)」をテーマに、油山市民の森などで蛾の研究をしている小藤佳紀さんが、蝶との違いや生態などを解説します。

期7月23日(土)午前10～11時半(9時半受付) 所 西市民センター視聴覚室 宛 抽選で30人 料 無料 申 6月15日(水)までに電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 ☐891-9894)へ。ホームページ(「西区自然講座」で検索)の申込フォームからも申し込み可。抽選結果は7月15日(金)までに発送。



### 西体育館 夜トレ(夏季)

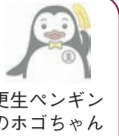
毎回違ったテーマに沿って運動を行います。

期7月1日、15日、8月5日、19日の金曜日 午後7時半～8時半。全4回 所 西体育館 宛 18歳以上 宛 各回先着20人 料 500円 申 電話で開催日直前の火・水曜日の午前9時～午後7時に同体育館(☎882-5144 ☐882-5244)へ。



新型コロナウイルスの影響により一部行事等が中止・延期となる場合があります。事前に各問い合わせ先へご確認ください。

### 一緒に考えよう 「社会を明るくする運動」



◇7月は強調月間

犯罪や非行のない明るい地域社会を目指し、法務省主体で行われている運動です。犯罪や非行を生み出さない家庭・地域づくりなど、自分にできることを考えてみませんか。

◇「社会を明るくする運動西区大会」を開催  
講演や映画「すばらしき世界」の上映などを行います。ぜひご参加ください。

期7月9日(土)午後2時～5時 所 西市民センター(内浜一丁目)大ホール 料 無料 申 6月30日(木)までに電話で西保護区保護司会(☎894-4688 ☐894-4699)へ。

### 西市民プール フロアエクササイズ

室内でトレーニングなどを行います。

期下表の通り 宛 18歳以上 宛 抽選で各15人 料 1回500円 所 総合西市民プール多目的室 申 6月15日(水)～30日(木)必着で同プール(〒819-0046西の丘一丁目4-1 ☎885-0124 ☐885-6016)へ。ホームページ(「西市民プール」で検索)からも申し込み可。※点検日、休館日、祝日等は開催なし。

クラス名	日時
①月曜	9/5～翌年3/20の月曜日 午前11時～正午(全24回)
②水曜	9/7～翌年3/15の水曜日 午後2時～3時(全20回)
③金曜	9/2～翌年3/17の金曜日 午前11時～正午(全25回)

### 保健だより

【問い合わせ・申し込み先】

- 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。



健診の詳細、予約はこちらから

### 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5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 問
	7月	8月				
西体育館健診	5(火)	5(金)	受9:30～12:00		下記のとおりドック、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。	申し込みは①、問い合わせは②
よかドック(特定健診)					宛40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円 申 保険証、よかドック受診券	
骨粗しょう症検査					宛40歳以上 料500円	
がん検診	★6(水) 20(水)	4(木)	受8:30～10:30	要	【胃がん】 宛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 宛20歳以上 料400円 【乳がん】 2年度に1回受診可 宛40歳以上 料400円、50歳以上1,000円 【大腸がん】 宛40歳以上 料500円	
					宛40～64歳 料500円 宛65歳以上	
					喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で、喀痰(かたん)細胞診検査の希望者は別途700円。	

※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①、または「けんしんナビ」で予約を。  
 ※★7月6日は無料託児付き健診(生後6カ月～未就学児)。健診予約後、②へ申し込み(先着順)。

### 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 問
	6月	7月				
エイズ・クラミジア抗体検査					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)。	⑤
梅毒検査	20(月)	11(月)	受9:00～11:00		匿名で検査可。	
B型・C型肝炎ウイルス検査					宛20歳以上で過去に受検したことがない市民。	
栄養相談	20(月)	11(月) 25(月)	受13:00～ 受14:00～		管理栄養士・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	27(月)	25(月)	受10:30～11:20 受13:30～14:20	要	離乳食の進め方の紹介。乳児の同伴可。試食はなし 宛生後4～6カ月頃の乳児の保護者。	③
マタニティ個別相談	20(月)	11(月) 25(月)	受①13:30～ 受②14:30～		宛妊婦とその家族 宛各回2組。30分程度 申 母子健康手帳	
心の健康相談		13(水) 20(水)	受9:30～11:30 受14:00～16:00		精神科医が相談に応じます 宛各回3人。必ず電話で予約を。	

### 校区献血 ※予約不要

場所	実施日	受付時間	申 問
城原公民館講堂	6/29(水)	13:30～15:30	⑤
西保健所	7/13(水)	9:30～11:30 12:30～15:30	

### 母子巡回健康相談 申 母子健康手帳

場所	実施日	受付時間	申 問
内浜公民館	6/20(月)	13:30～14:00	⑥
愛宕浜公民館	7/11(月)	9:45～10:30	
姪北公民館	7/11(月)	13:30～14:00	
金武公民館	7/13(水)		
元岡公民館	7/14(木)		