



城南区

※健康だよりは毎月15日号に掲載



オカトラノオ
(油山市民の森)

区役所代表番号 ☎822-2131

〒814-0192 城南区烏飼六丁目1-1
窓口受付時間: 午前8時45分～午後5時15分
(土・日曜・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「ニコりん」

区の人口 134,058 人 (前月比 472 人増) (男 62,839 人 女 71,219 人) 世帯数 70,124 世帯 (前月比 419 世帯増) (令和6年5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 ⌚ = 受付時間 🧳 = 持参

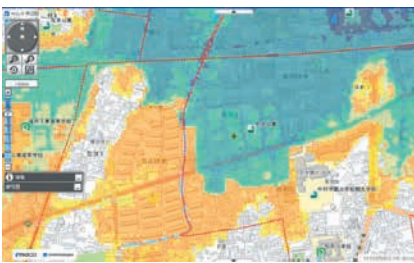
警戒レベル4までに必ず避難を

警戒レベル	避難情報等
5	災害発生 または切迫 緊急安全確保
<警戒レベル4までに必ず避難>	
4	災害の 恐れが高い 避難指示
3	災害の 恐れあり 高齢者等避難
2	気象状況 悪化 大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	気象状況 悪化の恐れ 早期注意情報(気象庁)

高齢者や障がいのある人など、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、その他の人も、警戒レベル4「避難指示」までに必ず避難を完了してください。警戒レベル5「緊急安全確保」は、命に危険が迫っている状況です。避難が完了していない場合は、少しでも危険が少ない場所に移動してください。

防災情報は、市防災メール、市公式LINE、防災アプリ「ツナガル+」で受け取れます。詳細は、市ホームページ(「福岡市防災情報」で検索)でご確認ください。

●ハザードマップで災害リスクと避難場所を確認
市は、洪水や土砂災害などの各種災害リスクや、避難場所などの情報



市総合ハザードマップ

区総務課
☎833・4055
📠822・2142
【問い合わせ先】
例を確認できます。

近年、大雨による災害が、全国各地で発生しています。自宅周辺の災害リスクや非常持ち出し品などを確認しましょう。

●**昨年の被害**
令和5年度は、区内に計3回、大雨警報が発令されました。

7月の大雨では、道路冠水やがけ崩れなどの被害が発生し、一時的に樋井川が氾濫危険水位を超えるなど、洪水が起こる一歩手前の状況にもなりました。

を「総合ハザードマップ」にまとめ、市ホームページ(「福岡市 総合ハザードマップ」で検索)に掲載しています。また、紙版の各種ハザードマップを区役所で配布しています。

ハザードマップで自宅周辺の災害リスクを事前に確認し、避難場所を決めておきましょう。マン

ションの上層階など、安全が確保できる場合は、在宅避難も有効です。

●**備蓄・非常持ち出し品を準備**
停電や断水などに備えて、最低でも3日分の水や食料を準備しておく安心です。避難時に必要な物は、リュックなどに入れ、すぐ持ち出せる場所に置いておきましょう。

市ホームページ(「福岡市 備蓄」で検索)では、家庭での備蓄品や避難時の非常持ち出し品の例を確認できます。

日頃の備えと早めの避難を 大雨による災害に備えよう



令和6年度

城南区の主な取り組みを紹介します

～豊かな暮らしがあるまち・城南区～

区は、「大学・自然と共生し、地域で支え合う安全で安心なまちづくり」を目指して、さまざまな取り組みを進めています。詳細は区ホームページ(「令和6年度城南区運営方針」で検索)に掲載しています。

📍区企画振興課 ☎833-4009 📠844-1204

安全で安心して暮らせるまちづくり

◆**防災・防犯・交通安全対策の推進**
いつ起こるか分からない災害に備え、城南消防署や防災士ネットワークと連携して、自治会単位の防災訓練を実施します。

交通事故や特殊詐欺が増加傾向にあるため、交通安全教室の開催や市政だよりでの啓発などを行います。安全で快適な道路環境づくりのため、城南学園通り(中村大学前～七隈四ツ角)に自転車通行レーンを整備します。



城南警察署と連携して、子ども向けの交通安全教室を開催

◆**健康づくりの推進**
フレイル予防教室の開催や「よかトレ実践ステーション」の創出・活動支援を行い高齢者の介護予防に取り組みます。

自然環境を大切に作るまちづくり

◆**油山・樋井川の魅力発信**
油山や樋井川の自然を身近に感じてもらうため、夏休み期間中に親子向けのイベントを行います。



樋井川水遊び体験

また、リニューアルしたABURA YAMA FUKUOKAで、秋にクイズラリーを開催します。

◆**環境活動の推進**
NPO等と連携して有益なミツバチを駆除せずに捕獲する「ミツバチ活用マッチング事業」を実施し、ミツバチを通して身近な自然や環境学習に関する情報をSNS等で発信します。

地域で支え合う共創のまちづくり

◆**地域コミュニティの活性化**
新任の自治会長・町内会長を対象とした研修のほか、校区の活動や地域課題の解決に生かせる、テーマ別研修を実施します。

◆**大学との連携**
11月に福岡大学で、城南区最大級のイベント「ふれあい城南フェスティバル」を開催します。

大学と連携して歴史講座や栄養教室、人権に関する講演会等を開催するなど、多彩な生涯学習の機会を提供します。



令和5年度ふれあい城南フェスティバル

ぬくもりのある区役所づくり

◆**窓口・市民サービスの向上**
引っ越しシーズンに、保健所1階「ふれあい広場」で託児サービスを試行し、子ども連れでも安心して手続きや相談ができる環境を整えます。



引っ越しシーズンの託児サービス

来庁者の負担を軽減するため、「ご遺族サポート窓口」や福祉サービスの相談窓口で必要な手続きが、1カ所で完結するよう、受付体制を整備します。

◆**DXの推進**
行政手続きのオンライン化や、キャッシュレス決済など市民サービスのデジタル化の取り組みを進めます。市政だよりやホームページ、SNSなどで来庁不要な手続きなどの情報を積極的に発信します。

7月1日(月)は市県民税(普通徴収)第1期納期限です

金融機関、コンビニ、納付書に印字された「el-QR」や「el番号」を利用してスマホ決済やクレジットカードでも納付できます。便利な口座振替もご利用ください。📍区納税課 ☎833-4026 📠841-2145

リラックスヨガ教室

身体の調整や健康づくりを目的に、ヨガ初心者向けの教室を実施します。

期7月18日(木)午前9時30分～10時15分
所問スポーツクラブエスタクロス城南（七隈八丁目）☎874-2300✉estajohnan@sports-esta.com問18歳以上定先着15人料無料申6月15日午前9時～7月17日に電話するか、メールに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて問い合わせ先へ。

城南体育館 スポーツ教室

同体育館で、▷やさしいピラティス▷夜ヨガ▷ボクシングエクササイズーなど12種目のスポーツ教室を7月から開催します。

各教室の開催日時や料金などの詳細は、ホームページ（「城南体育館 スポーツ教室」で検索）で確認を。

問所同体育館 ☎851-0303 F851-0040
受平日午前9時～午後5時申6月28日までに電話で問い合わせ先へ。

一人一花運動
パートナー花壇募集

企業・団体・個人宅等の花壇やプランターで、通りに面しているなど多くの人が目にする場所にあるものが対象です。詳細は区ホームページ（「城南区 一人一花」で検索）でご確認ください。

問区企画振興課 ☎833-4065 F844-1204

令和7年度地域スポーツ振興
奨励事業補助金

区単位で組織された、スポーツの普及振興や地域のスポーツ・レクリエーション推進のために活動する団体に補助金を交付しています。令和7年度に補助金の交付を希望する団体は7月1日～8月31日に相談を。

問区企画振興課 ☎833-4065 F844-1204

ダニやカビの発生を予防しよう

これからの季節は気温と湿度が高くなり、家の中にダニやカビが発生しやすくなります。ダニやカビはアレルギーなどの原因になることもあり、注意が必要です。

ダニやカビは、湿気を含む畳やカーペットなどに発生します。風通しを良くし小まめに掃除して、部屋を清潔に保ちましょう。

問区衛生課 ☎831-4219 F843-2662

国民健康保険料の支払いは
便利な口座振替で

口座振替にすると納め忘れがなく、支払いに行く手間も省けます。一度手続きすると、来年度以降の支払いも自動継続され便利です。

問区保険年金課 ☎833-4124 F844-6790
申納入通知書とキャッシュカードを区保険年金課に持参するか、市ホームページ（「福岡市 国民健康保険 口座振替受付サービス」で検索）から申し込みを。

公民館でマイナンバーカードの
申請ができます

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付けや申請用の写真撮影を行います（要予約）。公民館で申請すると、後日カードを郵送で受け取ることができます。

また、すでにマイナンバーカードを持っている人を対象に、マイナ保険証の利用申し込みや公金受取口座登録のサポートも行います（予約不要）。

詳細は、市ホームページ（「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）でも確認できます。

期所下表の通り料無料区内に住む人申下表の受付終了日までに市ホームページから予約するか、電話で問い合わせ先へ。

	日時	公民館	受付終了日
6/29(土)	10:00～12:00	田島	6/25(火)
7/18(木)	10:00～12:00 14:00～16:00	七隈 堤丘	7/11(木)

問市マイナンバーカード総合コールセンター ☎600-2402 F06-7664-9531（毎日午前9時～午後6時）

区公式エックス
「城南区 ニッコリんの
つぶやき」区政情報を発信しています。

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にご確認ください。

①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869（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 F822-5844（Fは②～⑤共通）③エイズダイヤル ☎822-8391
④区健康課母子保健係 ☎844-1071 ⑤区健康課精神保健福祉係 ☎831-4209 ⑥区地域保健福祉課 ☎833-4113 F822-2133

※場所の記載がないものは保健所で実施。料金の記載がないものは無料。

内 容		実施日			受＝受付時間 実＝実施時間	予約	対象者・料金・その他	問 申	
		6月	7月	8月					
よかドック（特定健診）		受付 終了	4 30	22	受8:30～10:30  スマホは こちらから	要 下 記 ※ を 参 照	☎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①②
がん検診	☎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						※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。		
	☎65歳以上☎無料								
☎年度中に35歳または40歳になる人☎1,000円									
☎40歳以上（妊娠中の人、骨粗しょう症で治療中・経過観察中の人を除く）☎500円									
胃がんリスク検査（血液検査）									
骨粗しょう症検査									
エイズ・クラミジア・梅毒検査		19	17	7、21	受9:30～11:00	-	匿名での検査。検査結果は原則2週間後の検査日に、本人に直接説明。		③
B・C型肝炎ウイルス検査		19	17	21	受9:30～11:00	-	☎20歳以上（過去に検査を受けたことがない人）		②
栄養相談	25	9	6	実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。			
				実11:00～12:00					
	-	26	30	実13:00～14:00 実14:30～15:30					
離乳食教室		18	16	20	実13:30～15:00	要	離乳食に関する講話、保護者への試食を実施します。 ☎生後4～6カ月児の保護者（乳児の同伴可）※予約は前日まで。		
マタニティスクール		-	8	5	実13:30～15:00	要	☎妊婦（35週まで）とその家族など☎母子健康手帳、筆記用具		
マタニティ個別相談		-	22	-	実13:30～14:00 実14:00～14:30	要	助産師が個別の相談に応じます（1人30分程度）。 ☎妊婦とその家族		④
心の健康相談		20	18	-	実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。		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☎妊婦、乳幼児と保護者☎母子健康手帳、タオル 【別府公民館】6/17(月) 【城南公民館】6/18(火) 【片江公民館】7/9(火) 【堤公民館】7/10(水)						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)。