



城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



ハチクマ
(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 134,775人 (前月比43人減) (男 63,282人 女 71,493人) 世帯数 70,044世帯 (前月比23世帯増) (令和8年8月1日現在推計)

📅 = 日時、開催日、期間 🕒 = 受付時間 📍 = 場所 🗨️ = 問い合わせ ☎ = 電話 📠 = ファクス ✉ = メール 📧 = 対象 📋 = 定員 💰 = 料金、費用 📄 = 申し込み 📎 = 持参

ニコりんの ちよこつと 地域情報局



8月1日に田島小学校で、子どもたちに楽しい夏の思い出を作ってもらおうと、田島校区自治協議会による「花火大会」が開催されました。当日は約1,500人の地域住民が来場し、多くの家族連れや子どもたちでにぎわいました。

第1部では、自治協議会が用意した約1,600本の手持ち花火と、各自で持ち寄った花火を楽しみ、会場には子どもたちの笑顔が広がりました=上写真。



第2部では、おやじの会の協力のもと、打ち上げ花火が実施されました=下写真。小学校のグラウンドに20種120発の花火が打ち上げられ、会場から大きな拍手が起こりました。



参加した小学生は「友達と一緒に初めて花火をしました。楽しかったので、また来年もしたいです」とうれしそうに話しました。

📍区企画振興課 ☎833-4053 📠844-1204

65歳からの健康づくり教室

フレイル(加齢により要介護になりやすい状態)予防のために、口や舌の機能低下や低栄養を防ぐポイントを学び、自宅でも無理なく続けられる運動を体験します。



📅10月28日(水)、11月25日(水)、12月23日(水)、令和9年1月27日(水)午後1時30分～3時30分、全4回📍福岡100プラザ城南(南片江二丁目) 📍区地域保健福祉課 ☎833-4113 📠822-2133📍区内に住む介護サービスを受けていない65歳以上で全日程参加できる人📍抽選20人📍無料📍9月15日(火)午前9時～30日(水)午後5時に、区ホームページ(「城南区 フレイル予防」で検索)から申し込むか、電話かファクスで問い合わせ先へ。※ホームページは9月15日(火)に公開します。

災害への備え、再確認を

台風などの災害による停電や断水、物流の停止などに備えて▷飲料水▷常温保存できる食料▷常備薬▷簡易用トイレなどの生活に必要なものを準備しておきましょう。備蓄は最低3日分、できれば1週間分を目安にしておくと安心です。

詳細は、市ホームページ(「福岡市 家庭備蓄」で検索)でご確認ください。

📍区総務課 ☎833-4055 📠822-2142

一人ひとりの「やってみよう」が地域を動かす
思いを形にする地域支援事業

区では、「地域活動に参加したい」という思いを持つ区民の皆さんが、ワークショップを通して地域活動のアイデアを出し合い、イベントの企画から実施までを目指す事業「コミュニケーションひろば(コミュニケーションひろば)」を実施しています。昨年度の参加者で、区内で活動を始めた二つの取り組みを紹介します。



リラックスした雰囲気の中で山内さんの話を聞く参加者

山内さんは「一冊一冊心を込めて選んでいきます。絵本をきっかけに参加者同士が楽しく語り合います。」

「城南エコアクション」七隈校区に住む南雅美さんは、地域のひとと一緒に環境問題について学び、行動していこうと、「城南エコアクション」というイベントを定期的に開催しています。

7月4日に友泉中学校で行われたイベントでは、同中学校環境科学部の生徒が、校内に設置された雨水タンクの活用方法について紹介し、参加した地域住民約30人が熱心に聞き入っていました。また、福岡大学工学部の浜田晃規助教による水の循環に関する講義では、水資源の大切さを学びました。

📍問い合わせ先
区地域支援課
☎833-4064
📠822-2142



今年度から新たに活動するコミュコミュひろばのメンバーのみなさん

今年度のコミュコミュひろばも、さまざまな世代の人が参加しています。一人ひとりの思いから生まれる新たなアイデアが、地域の活気につながっていきます。

特殊詐欺から身を守ろう〈ニセ警察詐欺編〉

「警察からの電話だから安心」は危険です

電話やSNSを使い、警察官になりすましてお金をだまし取る「ニセ警察詐欺」の被害が相次いでいます。被害を防ぐために、具体的な手口と対策を知っておきましょう。📍区総務課 ☎833-4055 📠822-2142



携帯電話会社や官公庁を名乗る

携帯電話会社や官公庁を名乗って電話をかけ、「料金の未納がある」「あなた名義の携帯電話が不正に契約されている」などと言って、動揺させます。

偽の警察官が登場

警察官を装って電話を代わり、「あなたの口座が犯罪に利用されている」「捜査対象になっている」などと言って不安をあおります。

ビデオ通話で偽の取り調べ

「事情聴取が必要」などと言ってビデオ通話に誘導し、偽の制服姿で警察手帳を見せて本物の警察官だと信じ込ませます。被害者の約9割がLINE(ライン)に誘導されています。

お金の振り込みを要求

「捜査のため」「資産を保護するため」などと言って、犯人が指定する口座にお金を振り込ませようとしています。



被害に遭わないために

⚠️焦らずに落ち着いて

警察がビデオ通話で取り調べを行ったり、電話で振り込みを指示したりすることは絶対にありません。たとえ相手が警察を名乗っても、冷静に判断することが大切です。

⚠️電話は一度切る

電話でお金が出たら、いったん切って、家族や最寄りの警察署(城南警察署 ☎801-0110)に相談しましょう。

秋の交通安全運動
9月21日(月・祝)～30日(水)

夕暮れ時は、交通事故が起こりやすい時間帯です。車や自転車に乗る人は早めにライトを点け、歩行者は明るい色の服装や反射材を身に着けるなど、みんなで交通事故を防ぎましょう。📍区総務課 ☎833-4055 📠822-2142

城南区 みんなの健康スポーツクラブ事業

アクアボディレーニング in 早良市民プール

プールの中で、水の抵抗を利用したウォーキングや簡単なトレーニング、ストレッチなどを行います。浮力が体を支えるため、膝や腰への負担が少なく、これから運動習慣を身に付けたい人にもおすすめです。顔を水につけないので、泳げない人でも安心して参加できます。



期 10月31日(土)午後7時15分～8時15分 所 問 早良市民プール(早良区曙一丁目) ☎841-1080 📠846-6528 対 18歳以上 定 先着10人 料 無料(ロッカー代30円を除く) 申 9月18日(金)午前9時～27日(日)午後8時に電話または来館で問い合わせ先へ。 受 水着、水泳帽、タオル、飲み物

来て！見て！体験！消防たい（隊）

はしご車や消防車の展示、消火器体験など、親子で楽しみながら学べるイベントを開催します。



福岡市消防局キャラクター ファイ太くん

詳細は、市ホームページ（「福岡市消防局イベント」で検索）でご確認ください。

期 9月26日(土)午前10時30分～午後0時30分 所 ABURAYAMA FUKUOKA 第1駐車場 問 城南消防署 ☎863-8119 📠865-3594 申 不要



スマホはこちらから

お知らせ・参加者募集

〈全2回〉一歩踏み出すシニアボランティア養成講座

1 回目は、ボランティア活動の基礎知識や地域で行われている活動について学び、後日子ども食堂やふれあいサロンなどで実際にボランティア活動を体験します。

2 回目は、体験した活動を振り返り、一人ひとりに合ったボランティア活動や団体を紹介します。

期 ①10月30日(金)午後2時～3時30分 ②12月2日(火)午後2時～3時30分 所 区役所別館 問 城南区社協事務所 ☎832-6427 📠832-6428 対 区内に住むおおむね50歳以上で2回とも参加でき、受講後にボランティア活動ができる人 定 抽選30人 料 無料 申 10月13日(火)までに、メール（✉jounanku@fukuoka-shakyo.or.jp）またはファクスに住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、メールアドレスを書いて問い合わせ先へ。電話でも受け付けます。

お知らせ・参加者募集

中村学園大学・短期大学部 公開講座

同大学が開催する公開講座です。

講座名	日時
砂糖と人工甘味料—知っておきたい甘さの話—（オンライン講座）	9月25日(金)～令和9年1月31日(日)
発酵食品の不思議	10月3日(土)午後1時～2時
はじめての生成AI講座～暮らしを助ける“AIとの上手な付き合い方”～	10月3日(土)午後2時30分～3時30分
走らなくても夢中になれる?！「鬼ごっこ」の不思議を科学する	11月7日(土)※午後1時～2時
「自己肯定感」が高いとか低いとか...ということ？	11月7日(土)※午後2時30分～3時30分

※11月7日(土)は学園祭と同日開催です。
所 問 同大学（別府五丁目）☎851-5579 料 無料 申 ホームページ（「中村学園大学 公開講座」で検索）から申し込みを。✉kouryu@nakamura-u.ac.jp

3大学合同シンポジウム

福岡歯科大学、福岡大学、中村学園大学による合同シンポジウムを開催します。「人生100年時代の備え—在宅医療・介護・地域で支える健康」をテーマに、各大学の講師が講演します。

期 10月25日(日)午後1時30分～4時 所 福岡歯科大学（早良区田村二丁目） 問 福岡歯科大学 ☎801-0420 📠801-3678 定 先着200人 料 無料 申 10月23日(金)までにホームページ（「福岡歯科大学 合同シンポジウム」で検索）から申し込みを。電話でも受け付けます。

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 📠0120-931-869（☎平日午前9時～午後5時）
②区健康課健康づくり係 ☎831-4261 📠822-5844（📠は②～④共通） ③区健康課母子保健係 ☎844-1071 ④区健康課企画管理係 ☎831-4207
⑤市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 📠791-7354 ⑥区地域保健福祉課 ☎833-4113 📠822-2133
※場所の記載がないものは区役所別館で実施。料金の記載がないものは無料。

内 容		実施日			受＝受付時間 開＝実施時間	予 約	対象者・料金・その他	問 申	
		9月	10月	11月					
よかドック（特定健診）		受付 終了	7★ 19	2★ 20	 スマホは こちらから	要 (下記※を参照)	対40～74歳の市国民健康保険加入者 料500円 受マイナ保険証または資格確認書、よかドック受診券	申し込みは①、問い合わせは①②	
がん検診	胃がん（胃透視）						対40～69歳 料1,000円		
	大腸がん						対40歳以上 料500円		
	乳がん						対40歳以上女性（2年度に1回） 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円		
	子宮頸（けい）がん						対20歳以上女性（2年度に1回） 料400円		
	肺がん						対40～64歳 料500円		※令和8年度から検診車（階段あり）での実施。 喀痰（かたん）細胞診検査は廃止。
	結核・肺がん						対65歳以上 料無料		
胃がんリスク検査（血液検査）		対年度中に35歳または40歳になる人 料1,000円							
骨粗しょう症検査		対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） 料500円							
栄養相談		29	6	24	開9:30～10:30 開11:00～12:00	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	
		-	30	13	開13:00～14:00 開14:30～15:30				
離乳食教室		15	20	17	開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。 対生後4～6カ月児の保護者（乳児の同伴可）※予約は前日まで。	③	
マタニティスクール	[1] 栄養・出産編	-	6	2	開13:30～15:00	要	対妊婦（35週まで）とその家族など 受母子健康手帳・筆記用具 [1] 栄養の話、出産準備について、こどもプラザ見学 [2] 歯の話、赤ちゃんのお世話について		
	[2] 歯科・育児編	-	19	17					
献血		【長尾公民館】 9/19(土)9:30～11:30 【堤公民館】 9/19(土)13:30～16:00 【城南公民館】 9/25(金)10:00～12:00、13:00～15:00 【西南杜の湖畔公園 第3駐車場斜め前】 10/1(木)13:30～16:00 【南片江公民館】 10/13(火)10:00～12:30、13:30～16:00 【片江小学校】 11/7(土)9:30～12:30、13:30～15:30 【田島公民館】 11/17(火)10:00～12:00、13:00～15:30 【城南区役所別館】 11/27(金)10:00～12:00、13:00～16:00							④
心の健康相談		17	15	19	開14:00～16:00	要	専門の医師が相談に応じます。※予約は前日の正午まで。	⑤	
育児相談会 （母子巡回健康相談）		身体測定や育児相談を実施。対妊婦、乳幼児と保護者 受母子健康手帳、バスタオル 申不要 【城南公民館】 9/17(木)受10:00～10:30 【南片江公民館】 9/24(木)受10:00～10:30 【長尾公民館】 10/5(月)受13:30～14:00							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。託児は予約制(無料)。希望者は健(検)診予約後、土・日曜・祝休日を除く10日前までに②区健康課健康づくり係へ。