



城南区

区のマーク



堤団地の皆さんが手入れする「堤団地」にこの花壇

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「ニコりん」

※健康だよりは毎月15日号に掲載

区の人口 132,104 人 (前月比 274 人減) (男 62,032 人 女 70,072 人) 世帯数 66,910 世帯 (前月比 94 世帯増) (平成31年4月1日現在推計)

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

民生委員・児童委員の主な活動

■住民の見守り・相談役

高齢者や障がいのある人への声掛けや見守り活動を行います。また、子育てや介護など日常生活の悩みや心配事に関する相談に応じます。

■住民への情報提供

福祉制度の内容などをお知らせし、住民が必要なサービスを受けられるよう、行政機関や関係団体などへの橋渡しをします。

■地域・行政の事業への協力

地域で開催されるカフェやサロンへの協力や「こんにちは赤ちゃん訪問」等を行います。

地域的身近な相談相手

民生委員・児童委員をご存知ですか

民生委員・児童委員とは

民生委員・児童委員は、地域から推薦され、厚生労働大臣の委嘱を受けたボランティアです。

区内では、215人がそれぞれの担当地域で活動しています。うち19人は子どもの見守りや子育て支援を専門に行う主任児童委員です。

七隈校区の活動

●**高齢者の見守り**

同校区の民生委員は、1人暮らしの高齢者宅を訪問するほか、福岡大学のメンタルサポート研究会に所属する看護学科の学生と連携した見守り活動も行っています。同意を得た高齢住宅を対象

に、学生が訪問して健康に関する情報を提供したり、日常生活の相談に応じたりしています。

同校区民生委員児童委員協議会の委員は「学生とや高齢者の様子を日誌にまとめてくれるので、情報を共有できます。私たちとは違った視点の気づきがあり、参考になります」

●**ななっこ料理道場**

同校区では、小中学生を対象にした料理教室が行われています。

毎回30人程度の子どもたちが参加し、子どもだけでなく簡単に作れるメニューを教わります。料理を作りながらコミュニケーションをとることで、子どもが悩みを打ち明けるきっかけにつながることもあります。

同協議会会長の谷村幸子さんは「子どもたちの笑顔を見ると元気になります。料理を通して、子どもたちが気軽に集まれる場所をつくりたいです。これからも委員や地域のボランティアと協力して、子どもたちが安心して居場所にしていくたいです」と話しました。

◇ ◇

民生委員・児童委員には守秘義務があります。日常生活の悩みや心配事があれば、安心して相談してください。

【問い合わせ先】

地域保健福祉課

☎833・4111

822・2133

城南市民センターで学習しませんか

■**自習室**

小学生～大学生(専門学生含む)を対象に、同センターの空き会議室を無料で開放します。利用可能日は、ホームページ(「城南市民センター」で検索)でご確認ください。

開午前9時～午後9時 ※小学生の利用は午後5時まで当日に来所して受付へ。

■**学びの広場**

中学生の自学自習を基本とした学びの場です。学習支援者が常駐しています。使用には事前申し込みが必要です。詳細はお問い合わせください。

開午後6時～午後9時中学生優先着30人 6月1日以降に電話または来所して受付へ。

いずれも問い合わせは同センター(☎862-2141 ☎862-2801)へ。

難病医療費助成制度

「難病の患者に対する医療等に関する法律」により、平成31年4月現在、331の疾患が医療費助成の対象となっています。

申請には、申請書や都道府県または政令指定都市が指定する医師が作成した診断書(臨床調査個人票)などの書類が必要です。

詳細は、市ホームページ(「福岡市 難病」で検索)で確認するか区健康課にお問い合わせください。

区健康課 ☎831-4261 ☎822-5844

よかドック受診の流れ

受診場所を選んで予約

○市内の実施医療機関

予約は各実施医療機関へ。医療機関名や連絡先は、よかドックご案内センター(☎711-4826 ☎733-5756)で確認を。

○保健所(平日/月2回程度)

予約は集団健診予約センター(☎0120-985-902 ☎0120-931-869)へ。

○健康づくりサポートセンター(土日祝日・平日夜間/月5回程度)

予約は同センター(☎751-2806 ☎751-2572)へ。

料金と必要書類(保険証等)を持参し、受診します。

健診の2～4週間後に結果を受け取ります。結果に応じて、医師や保健師、栄養士らによる健康アドバイスが無料で受けられます。

年に1度はよかドックで健康チェック

よかドックは、生活習慣病等を予防するための健診です。定期的に健診(検診)を受けて、健康管理を行います。

【健診内容】

◇対象 40～74歳の市国民健康保険加入者

◇健診内容 身体計測、血圧測定、尿・血液検査、心電図検査等

◇料金 500円 ※満300組をプレゼント

◇【春得キャンペーン】

6月30日までによかドックを受診した人の中から抽選で、福岡ソフトバンクホークス公式戦ペアチケット(みずほプレミアムシートペア1組または平日内野自由席ペア300組)をプレゼント

◇【春得キャンペーン】

6月30日までによかドックを受診した人の中から抽選で、福岡ソフトバンクホークス公式戦ペアチケット(みずほプレミアムシートペア1組または平日内野自由席ペア300組)をプレゼント

◇【けんしんナビ】で検索で確認するか区健康課へお問い合わせください。

区健康課 ☎831・4261 ☎822・5844

します。試合日程および席の種類は選べません。

◇ ◇

他にも、市内に住む人を対象に、胃がん、肺がんなどの各種検診や、30歳代向けの「よかドック30」などを行っています。

詳細は、ホームページ「けんしんナビ」で検索で確認するか区健康課へお問い合わせください。

5月31日(金)は軽自動車税の納期限です

市税はコンビニエンスストアでも納めることができます。便利な口座振替もご利用ください。区納税課 ☎833-4026 ☎841-2145

人権講座

さまざまな人権問題を知り、理解を深めませんか。

期下表の通り所城南市民センター 問区生涯学習推進課 電833-4044 F822-2142料無料 託各日先着10人 申5月29日までに電話またはファクス、メール(gakushu.JWO@city.fukuoka.lg.jp)に希望日、住所、氏名、電話番号、託児・手話通訳の有無を書いて同課へ。

日程	テーマ	講師
6/6 (木)	【同和問題】 「寝た子」はネットで 起こされる!?	山口県人権啓発セン ター事務局長 川口 泰司
6/19 (水)	【子どもの人権】 子どもが幸せになる コミュニケーション とは?	教育文化研究所代表 長阿彌 幹生
6/27 (木)	【様々な人権】 ハラスメントと人権	福岡県人権擁護委員 連合会事務局長 北村 紀代子

※時間は全て午前10時～正午

統計調査員を募集します

世帯や事業所等を対象とした、各種統計調査に従事する調査員を募集します。報酬額は1調査につき約3万～5万円で、調査内容や件数によって異なります。 ※調査の実施数は毎年異なり、調査がない場合もあります。

対20歳以上問区総務課 電833-4004 F822-2142

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や対応の仕方などを学びます。

期6月12日(水)午後1時半～3時所区役所 問区地域保健福祉課 電833-4112 F822-2133対先着50人 料無料 申5月15日～6月5日に電話またはファクスで同課へ。

ヘルスアップ塾

簡単なストレッチや運動で、声を出しやすい状態に体を整える「ボイスストレッチ」を学びます。

期6月15日(土)午前10時～11時半所区役所 問区地域保健福祉課 電833-4113 F822-2133対20歳～64歳対先着25人 申電話またはメール(jchiikisenyoun@city.fukuoka.lg.jp)に氏名、年齢、電話番号を書いて5月15日以降に同課へ。

ステップアップ! ヨガ

ストレッチや呼吸法など、ヨガの基礎を学びます。

期7月3日～9月18日の水曜日(7月24日、8月14日を除く)、午前11時10分～午後0時40分、全10回所問城南体育館 電851-0303 F851-0040対18歳以上対抽選35人 料4,500円 申はがき(〒814-0104別府六丁目14-22)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて5月31日(必着)までに同体育館へ。

初心者ジュニアダンス教室

期6月30日～7月28日の日曜日、午後2時～3時、全5回所問城南市民プール 電863-7098 F863-7198対ダンス未経験の小学生対抽選15人 料3,000円 申来所か往復はがき(〒814-0142片江一丁目5-1)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、6月20日(必着)までに同プールへ。来所で申し込む場合は、返信用はがき代62円が必要。

中村学園大学 健康フェスティバル
～適量生活で動脈硬化予防～

動脈硬化とその予防について知るためのイベントです。

弁当を食べながら、動脈硬化予防の講演を聞くランチョンセミナーや、健康度測定(血圧・血糖値・骨密度・口腔・運動機能等)、地産地消食材の販売などがあります。詳細は同大学のホームページで確認するかお問い合わせください。

期6月8日(土)午前10時～午後2時所問同大学栄養クリニック 電851-2869 F851-2859対どなたでも 料無料

※ランチョンセミナー※

期正午～午後1時対先着80人 料700円 申5月15日～16日の午前10時～午後4時に電話で同クリニックへ。



昨年の弁当

健康
だより

【問い合わせ・申込先】
①集団健診予約センター 電0120-985-902 F0120-931-869 (受平日 9:00～17:00)
②健康課健康づくり係 電831-4261 F822-5844 (Fは②～⑤共通) ③健康課母子保健係 電844-1071
④健康課精神保健福祉係 電831-4209 ⑤健康課医薬務係 電831-4208 ⑥地域保健福祉課 電833-4113 F822-2133
※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。

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	
		5月	6月					
よかドック（特定健診）		申し込み受け付け終了	13 ★24	受8：30～10：30	要	対40～74歳の市国民健康保険加入者 料500円 問国民健康保険証	申し込みは①、問い合わせは②	
がん 検 診	胃がん(胃透視)					対40歳以上 料600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		※50歳以上の肺がんのハイリスク者で喀痰（かくたん）細胞診希望者は別途700円。
	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 料500円		
エイズ・クラミジア・梅毒検査						毎週水曜日		受9：00～11：00
B・C型肝炎ウイルス検査		15	19	受9：00～11：00	-	対20歳以上（過去に検査を受けたことがない人）		
栄養相談		-	25	実9：30～12：00	要	管理栄養士が食事の相談に対応。 ※予約は前日まで。		
		24	7	実13：00～15：30				
離乳食教室		21	18	実13：30～15：00	-	離乳食の講話や試食。乳児の同伴可	③	
マタニティスクール		20、27	3、10 17、24	実13：30～15：00	-	対妊婦とその家族など 問母子健康手帳・筆記用具 ※動きやすい服装で。		
心の健康相談		23	20	実14：00～16：00	要	専門の医師が相談に応じます。 ※予約は前日まで。		④
こころの病 家族教室		28	25	実13：30～15：30	要	対心の病を抱える人の家族など【内容】5/28(火)「家族会の話～家族同士つながって～」 ※予約は前日まで。		
献血		【城南公民館】5/30(木)10:00～12:00、13:00～15:00 【金山公民館】5/31(金)10:00～12:00 【中村学園大学】6/18(火)10:30～13:00、14:00～16:30					⑤	
母子巡回健康相談		身体測定や育児相談をします。 受13：30～14：00 対妊産婦、乳幼児と保護者 問母子健康手帳 【七隈公民館】5/20(月) 【別府公民館】5/21(火) 【金山公民館】5/22(水) 【鳥飼公民館】6/10(月)					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・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)。
※受診者をはじめ、誰でも参加できるロコモ予防運動教室を健(検)診日に実施しています(申込不要)。
※★印の日には託児付き健(検)診を行いますので、希望者は健診予約後に実施日の5日前までに②健康課健康づくり係へ。