



城南区

区のマーク

※健康だよりは毎月15日号に掲載



キビタキ
(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 134,285人 (前月比61人減) (男 62,980人 女 71,305人) 世帯数 70,562世帯 (前月比180世帯増) (令和7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 F = ファクス ㊚ = メール 対 = 対象 定 = 定員 料 = 料金、費用 託 = 託児 申 = 申し込み 受 = 受付時間 持 = 持参

区の魅力を生かしたまちづくり

城南区長 大倉野 良子



4月1日付で城南区長に就任した大倉野です。城南区は、二つの大学が立地し、また油山や樋井川などの豊かな自然環境にも恵まれた魅力的なまちです。

地域の皆さんや大学と連携し、「人のぬくもりと自然の安らぎを感じ、健やかに住み続けられるまち・城南区」を目指して、地域コミュニティの活性化や安全・安心なまちづくり、自然と共生するまちづくりを進めています。

今後とも、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



博多どんたく港まつり
城南区演舞台へきんしゃい!

区役所東側広場に、博多どんたく港まつり城南区演舞台を設置します。

区内を中心に活動する団体のダンスや楽器演奏等が披露されるほか、中村学園大学の学生による、ものづくり体験などもあります。

開 5月3日(土・祝) 午前10時～午後3時30分、5月4日(日・祝) 午前10時～午後3時 所 区役所東側広場 問 ふれあい城南運営委員会事務局 (区企画振興課内) ☎833-4065 F844-1204

65歳からの健康づくり教室～フレイルを予防しよう～

フレイルとは、病気や加齢などによって体や心の元気が衰え、要介護になりやすい状態のことです。早めに対策を取ることで、健康な状態に戻すことができます。

健康運動指導士や歯科衛生士、栄養士などが、運動指導や口腔(こうくう)・栄養などについての講話を行います。

開 6月27日(金)、7月25日(金)、8月22日(金)、9月26日(金)、午前10時～正午、全4回 所 福岡100プラザ城南(寿楽園)(南片江二丁目) 問 区地域保健福祉課 ☎833-4113 F822-2133 対 区内に住む介護保険サービスを利用していない65歳以上で、全日程に参加できる人 定 抽選15人 料 無料 申 5月1日(木)～16日(金)に区ホームページ(「城南区 65歳からの健康づくり教室」で検索)から申し込むか、電話またはファクスで同課へ。

市内の家庭から出る燃えるごみのうち、約12パーセントは、雑がみなどのリサイクル可能な紙が含まれています。

●雑がみは資源
雑がみとは、菓子などの紙箱、トイレトペーパーの芯、雑誌やパンフレットなどの紙類のことです、新聞紙や段ボールと同じように、リサイクルできる大切な資源です。きちんと分別すれば、新たな紙製品として生まれ変わり、森林の保護やごみの減量につながります。

●雑がみの分別方法
▽雑誌などの大きな紙は、ひもで縛る▽はがき

捨てずに持っていこう
雑がみもリサイクル

リサイクルできる雑がみ



紙箱



チラシ・コピー用紙



包装紙



雑誌・パンフレット



封筒・はがき



紙の芯

などの小さな紙は、紙袋に入れ、ホチキスで留めるか、ひもで縛る―など、紙が散らばらないようにまとめて、リサイクルボックスや、地域集団回収などに持ち込んでください。

ビニールが付いているり、汚れていたりする紙は持ち込めません。

【問い合わせ先】

区生活環境課

☎833・4087
F822・4095



雑がみの出し方の例

城南区100歳チャレンジプロジェクト

①健康体操in城南市民プール

日頃から運動していない人でもできる簡単な体操を行います。

開 5月19日(月) 午前9時30分～10時30分 所 城南市民プール ☎863-7098 F863-7198 対 区内に住むか通勤する18歳以上 定 先着12人 料 無料 申 5月1日(木) 午前9時～12日(月)に、電話で問い合わせ先へ。来館でも受け付けます。

②すっきりヨガinエスタクロス城南

体のバランスを整える初心者向けのヨガを行います。

開 ①5月15日(木) 午前9時15分～10時 ②5月17日(土) 午後4時15分～5時 所 関 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 対 区内に住むか通勤する18歳以上 定 各回先着15人 料 無料 申 5月1日(木) 午前9時～14日(水)に電話かメールで問い合わせ先へ。

はじめてのスロージョギング®

健康運動指導士から、楽しく無理なく続けられるスロージョギングの基本を学びます。

開 6月3日(火) 午前10時～11時30分 所 区役所別館 問 区地域保健福祉課 ☎833-4113 F822-2133 対 区内に住むか通勤する18歳以上 定 先着15人 料 無料 申 5月1日(木) 午前9時～23日(金)に電話または区ホームページ(「城南区 スロージョギング」で検索)の専用フォームから申し込みを。

城南市民プール健診

市内に住む人を対象に、城南市民プールでよかドック・がん検診を行います。健(検)診内容や料金などは、「健診ガイド」またはホームページ(「けんしんナビ」で検索)でご確認ください。

開 5月27日(火) 問 区健康課 ☎831-4261 F822-5844 申 5月12日(月)までにホームページから申し込むか、集団健診・よかドック総合窓口(☎0120-985-902 平日午前9時～午後5時)へ。



よかろーもん

5月12日は 民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱を受けたボランティアです。地域住民の身近な相談相手として、地域を見守り、必要に応じて専門機関へつなぎます。

民生委員・児童委員には、法律上の守秘義務があります。介護や子育てのことなど、日常生活で心配なことや悩んでいることがあれば気軽にご相談ください。

問 区地域保健福祉課 ☎833-4111 F822-2133

区公式エックス

「城南区 ニッコりんのつばやき」で区政情報を発信しています。



スマホから

国勢調査員を募集しています

10月1日に全国一斉に実施する国勢調査に従事する調査員を募集しています。詳細は本紙5面で確認してください。問 区総務課 ☎833-4004 F822-2142