区のマーク

城南区

※健康だよりは毎月15日号に掲載



アキノキリンソウ（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「ニッコりん」

区の人口 134,664人（前月比52人増）（男 63,240人　女 71,424人）　世帯数 70,222世帯（前月比20世帯増）（令和８年10月１日現在推計）

期＝日時、開催日、期間　受＝受付時間　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　申＝申し込み　持＝持参

特殊詐欺から身を守ろう



今確認したい詐欺対策

特殊詐欺による被害は深刻で、全国では１日あたり約10億円の被害が発生しています。今年の１月から９月までの、区内の被害総額は約３億１千万円に上っています。大切な財産を守るために手口や対策を確認しましょう。

「自分は大丈夫」が危ない!!

特殊詐欺被害の約９割は、ニセ警察詐欺やSNS型投資・ロマンス詐欺によるものです。犯人は、想像以上に手口を巧妙化させ、人の心理を巧みに利用してきます。「自分は大丈夫」と思っていても、だまされてしまいます。特に投資詐欺は、もうかると信じ込んで送金を繰り返すので、被害が高額化しやすい傾向にあります。

●犯人の手口

▷人の不安をあおったり焦らせたりして、考える時間を与えない
▷冷静な判断ができないように追い込む
▷人の欲に付け込む話で誘惑する
▷親近感や恋愛感情を利用する

電話やSNSでお金の話は要注意

●だまされないための対策

▷その場で判断しない
▷電話でお金の話が出たら、相手が何を言ってきても、ためらわずに切る
▷SNSはすぐに返信しない
▷少しでも不安になったら、警察署（城南警察署 ☎801-0110）や身近な人に相談する

一つでも当てはまれば詐欺を疑おう

●電話でよく出る危ない言葉

☑「あなたの口座が犯罪に使われている」
☑「逮捕状が出ている」
☑「調査のためにお金を預かる」
☑「口座の暗証番号を教えて」
☑「還付金があるからATMを操作して」

●メールやSNSでよく見る危ない文面

☑「必ずもうかる」
☑「あなたにだけ教えます」
☑「24時間以内に手続きして」
☑「出金するには追加の手数料がいる」
☑会ったことがない人からの「お金を振り込んで」

◇　◇　◇

特殊詐欺は私たちの身近で起こっています。一度だまし取られたお金は、戻ってきません。被害を防ぐために、「自分の財産は自分で守る」という意識が大切です。

問区総務課 ☎833-4003 F822-2142

詐欺対策に活用しよう

☎ 国際電話利用休止サービス

特殊詐欺の電話の多くは、「+」から始まる国際電話からです。海外との通話が不要な人は、固定電話の「国際電話利用休止サービス」を申し込むと、国際電話の着信を休止することができます。

区役所では毎週月曜日に城南警察署による同サービスの利用申し込み受け付けを行っています。

期毎週月曜日午後２時～４時所区役所１階料無料申不要

防犯アプリ「みまもっち」

福岡県警察防犯アプリの「みまもっち」は、特殊詐欺被害の防止等に役立つ機能を備えたスマートフォン用の無料アプリです。

国際電話や詐欺に使用された電話番号からの着信をブロックする機能を簡単に設定できます。



「みまもっち」アプリ画面

その他、各種犯罪に応じた防犯対策を学べるページや、特殊詐欺の手口を動画で疑似体験できるページなどがあります。

ダウンロードはこちらから

スマホやパソコンから利用可能
区役所に行かずに手続きできます



スマートフォンやパソコンから申請できる「オンライン手続き」や、コンビニエンスストアで証明書を取得できる「コンビニ交付サービス」などを紹介します。

オンラインでできる主な手続き

（※）はマイナンバーカードが必要です。

■引越し・住まい

・市外への転出届（※）
・水道の利用開始中止の手続き

■子ども



・保育施設の入所申請（※）
・児童手当の申請（※）
・子ども医療証の申請

■健康・医療

・国民健康保険の加入手続き（※）
・国民健康保険の脱退手続き
・集団健（検）診の予約

■福祉

・高齢者乗車券、福祉乗車券の申請
・介護保険負担限度額認定の申請（※）
・要介護・要支援認定の申請（※）

その他のオンラインでできる手続きや、申請方法の詳細は、市ホームページ（「福岡市　ネットで手続き」で検索）でご確認ください。

スマホはこちらから

コンビニで証明書を取得できます

コンビニエンスストア等のマルチコピー機で住民票や印鑑登録証明書、戸籍の証明、税務証明を窓口より50円安く取得できます。

数字４桁の暗証番号（利用者証明用電子証明書）を登録済みのマイナンバーカードが必要です。

●利用可能時間

▷住民票の写し、印鑑登録証明書、税務証明＝毎日午前６時30分～午後11時
▷戸籍の証明＝平日午前９時～午後５時（12月29日から１月３日を除く）

詳しくは市ホームページ（「福岡市 コンビニ交付サービス」で検索）でご確認ください。

スマホはこちらから

問▷住民票の写し、印鑑証明書、戸籍の証明に関すること＝区市民課 ☎833-4017 F841-7740▷税務証明に関すること＝区納税課 ☎833-4024 F841-2145

亡くなった方に関する手続きは「おくやみガイド」で確認を

親族などが亡くなった際に必要になる手続きや必要書類などを、インターネットで確認できるサービスです。簡単な質問に答えていくと、状況に応じた案内を受けられます。表示された内容は、ご家族などと共有できます。来庁前にぜひ活用してください。

詳細は、市ホームページ（「福岡市公式　おくやみガイド」で検索）でご確認ください。

スマホはこちらから

野焼きは禁止されています　屋外でのごみの焼却は、法律で原則禁止されています。近隣住民の迷惑となるほか、火災の原因にもなります。ごみは分別し指定袋に入れて、決められた日時・場所に出しましょう。問区生活環境課 ☎833-4086 F822-4095

城南区 みんなの健康スポーツクラブ事業

体スキャン＆エクササイズ in 早良市民プール



筋肉量や体脂肪率などの測定と、自宅でもできる簡単な運動を行います。

期12月21日㈪午前10時30分～11時30分所問早良市民プール（早良区曙一丁目）☎841-1080対18歳以上定先着10人料無料（別途ロッカー代30円）申11月16日㈪午前９時以降に電話で問い合わせ先へ。来館でも受け付けます。持運動ができる服装、タオル、飲み物

人権を尊重する市民の集い

部落問題を切り口に、日常生活の中にある気付きにくい差別や偏見について発信する上川多実さんが「部落問題を通して考える日常の中の差別」をテーマに講演します。後日、録画配信も行います。詳細は、市ホームページ（「城南区　人権を尊重する市民の集い」で検索）で確認を。※要約筆記、手話通訳あり

●講演会

期12月９日㈬午後２時～３時40分（開場は１時30分）所城南市民センター定先着450人料無料申不要

●録画配信

期１月13日㈬～２月10日㈬料無料申12月23日㈬までに右記コードから申し込みを。

問区生涯学習推進課 ☎833-4043 F822-2142

お知らせ・参加者募集

11月は児童虐待防止推進月間です

虐待の多くは、近所に住む人や知り合いからの相談がきっかけで発見されています。「虐待を受けているのではないか」など、子どもの様子や保護者の言動に気になることがある場合は、下記の相談窓口にご相談ください。秘密は守られます。



子ども虐待防止のシンボルマーク「オレンジリボン」

〈相談窓口〉

☎189（いちはやく）

児童相談所虐待対応ダイヤル（24時間365日受け付け）

問区子育て支援課 ☎833-4108 F822-2133

福岡大学市民カレッジ講座



臨床心理士と公認心理師の資格を持つ福岡大学人文学部の本山智敬教授＝**写真**＝が、「子どもたちが生きる世界とつながる～子どもを大事にする対話とは～」をテーマに講演します。子どもとの対話の大切さや効果を実践を交えて学びます。

期12月５日㈯午後１時～４時所福岡大学ヘリオスプラザ（七隈八丁目）問福岡大学社会連携センター事務室 ☎871-6631定先着30人申11月29日㈰までに右記コードから申し込むか電話で問い合わせ先へ。

お知らせ・参加者募集

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ができます（要予約）。詳細は、市ホームページ「福岡市　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対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
12/7㈪	10:00～12:00	長尾	12/1㈫
	14:00～16:00	田島	
12/19㈯	10:00～12:00	堤	12/15㈫
	14:00～16:00	堤丘	
12/21㈰	14:00～16:00	七隈	

問市マイナンバーカード総合コールセンター ☎600-2402（24時間対応）F06-7664-9531

加湿器は適切な管理を

加湿器は、管理を怠ると給水タンク内などでカビや細菌が繁殖し、空気中に放出されることで、レジオネラ症などの感染症を引き起こす恐れがあります。以下のポイントに注意して適切に手入れを行いましょう。

▷タンクの水はつぎ足さずに毎日交換する

▷タンク、フィルター、水受けトレイを定期的に洗浄する

▷使用後は洗浄し、乾燥させてから収納する

問市城南衛生課 ☎831-4219 F843-2662

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）※年末年始（12/29～1/3）を除く

②区健康課健康づくり係 ☎831-4261 F822-5844（F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 F791-7354

※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 11月	12月	1月	受＝受付時間 実＝実施時間	予約	対象者・料金・その他	問申
よかドック（特定健診）		受付終了	7 24	7 18	受8:30～10:30 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円持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（かくたん）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		24	22	26	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。	②
					実11:00～12:00			
		－	4	22	実13:00～14:00			
					実14:30～15:30			
離乳食教室		17	15	19	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。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。	
マタニティスクール	[1]栄養・出産編	－	1	12	実13:30～15:00	要	対妊婦（35週まで）とその家族など持母子健康手帳・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	③
	[2]歯科・育児編	17	14	18				
献血		【田島公民館】11/17㈫10:00～12:00、13:00～15:30【城南区役所別館】11/27㈮10:00～12:00、13:00～16:00						④
心の健康相談		19	17	21	実14:00～16:00	要	専門の医師が相談に応じます。※予約は前日の午前中まで。	⑤

※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・祝休日と年末年始(12/29～1/3)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)。