

区のマーク



NISHI

西区役所 代表電話 ☎881-2131  
〒819-8501 西区内浜一丁目4-1  
西部出張所 ☎806-0004  
〒819-0367 西区西都二丁目1-1

西区HP



西区公式イン  
スタグラム



市地下鉄橋本車両工場  
近くの桜並木(令和4  
年4月撮影)

にしくりんは西区で収穫される特産品が大好き♪どこの地域の作物か分かるかな?(答えは15面だよ)



人口 213,370人 (前月比63人減) 男101,282人 女112,088人  
世帯数 100,238世帯 (前月比39世帯増) ※令和6年2月1日現在推計

開=日時、開催日、期間 所=場所 関=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ ☎=電話 ☎=ファクス ✉=メール 受=受付時間 持=持参

## 引っ越しの手続きはオンラインで

3～4月は区役所・出張所の窓口が混雑します。オンラインや郵送など便利なサービスをご利用ください(4面に関連記事)。

### 住民票の異動

#### 【市外への転出】

##### ●オンライン

電子証明書が有効なマイナンバーカードを持っている人は、専用サイト「マイナポータル」から市外への転出の届け出が可能です。転入の届け出は、転入先の市区町村窓口へマイナンバーカードを持参してください。詳細は市ホームページ(「福岡市 転出届」で検索)で確認を。



スマホはこちらから

##### ●郵送

次の書類を区市民課または西部出張所(※)へ郵送を。転出証明書は、市内の住民登録があった住所、または新住所へ郵送します。

▷市ホームページ(「転出届の郵送サービス」で検索)からダウンロードした市外転出届(郵送用)▷本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)の写し▷返信用封筒(返送先住所と宛名を記入し、切手を貼付)

##### ●窓口

次の物を持参し、区市民課か西部出張所(※)へお越しください。

関▷本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)▷代理人が手続きする場合は委任状と代理人の本人確認書類

#### 【市内間での引っ越し】

##### ●オンライン予約サービス

来庁予定日の5日前(土日祝日を除く)までに、スマートフォンなどで引っ越し手続きの事前予約ができます。予約を優先して受け付けるため、窓口では本人確認と署名など簡単

### 混雑状況などの確認ができます

スマートフォンなどで、市民課、保険年金課と西部出張所窓口の待ち人数を確認できます。

窓口での手続きが完了し、呼び出しされている人の受付番号も確認できます。



スマホはこちらから



待ち時間を有効にご活用ください。詳細はホームページ(「福岡市西区 ウェルカメラネット」で検索)で確認を。

に済ませられ、短時間で手続きできます。

##### ●窓口

引っ越し先の区役所窓口で転入の届け出を行ってください。転出の手続きは不要です。

関▷区市民課 ☎895-7010 ☎883-2940

▷西部出張所 ☎806-9431 ☎806-6811

※住所地によって受付場所が異なります。西部出張所が受付場所となる住所地は市ホームページ(「福岡市西部出張所管内」で検索)に掲載しています。

### 水道

引っ越し日の4日前(土日祝日を除く)までにお客さまセンターへご連絡ください。

ホームページ(「福岡市水道局」で検索)からは引っ越し日の3日前まで(土日祝日を除く)申し込み可能です。

関水道局お客さまセンター ☎532-1010

☎533-7370 平日=午前8時45分～午後5時30分 土曜=午前9時～午後5時

※3/24(日)、31(日)は午前9時～午後5時まで受け付け

### 引っ越しごみ

通常のごみ出し日に出せない引っ越しごみは、下記の方法で出してください(いずれも有料、事前申し込み要)。詳しくは市ホームページ(「福岡市 ごみ出し」で検索)で確認を。

##### ●「粗大ごみ」は受付センターへ

回収まで1週間程度かかります。申し込みはLINE(ライン)でも可。

関関粗大ごみ受付センター

☎731-1153 ☎731-1195

##### ●自分で処理施設に持ち込む

関関自己搬入ごみ事前受付センター

☎433-8234

##### ●市の許可業者に依頼する

関関市事業用環境協会

☎432-0123 ☎432-0124

エアコン、テレビ、冷蔵庫等の家電リサイクル



LINE受け付けはこちら



ル法対象品目は、左記の市の処理施設で受け入れていません。買い替え時の引き取りか、最寄りのヤマダデンキなどに相談してください。関区生活環境課 ☎895-7050 ☎882-2137 西部出張所 ☎806-9430 ☎806-6811

### ごみ出し日変更のお知らせ

下表の地区は「燃えないごみ、空きびん・ペットボトル」の持ち出し日を、4月から変更します。燃えるごみの持ち出し日の変更はありません。

関西部出張所市民相談係 ☎806-9430 ☎806-6811

対象地区	種類	変更前	変更後
今宿二丁目 今宿三丁目	燃えないごみ	3回目の水曜日	2回目の火曜日
今宿西一丁目 今宿東一丁目	空きびん・ペットボトル	1回目の水曜日	4回目の火曜日

### 3/31(日)、4/7(日)は臨時開庁

午前9時～午後1時、区役所の市民課、保険年金課、福祉・介護保険課、子育て支援課と西部出張所で、引っ越しに関する手続きとマイナンバーカードの受け取りができます。

### 住民票の写しなどはコンビニなどでも取得できます

住民票の写しや印鑑登録証明書、戸籍関係証明書(福岡市に本籍がある人に限る)は、コンビニエンスストアのマルチコピー機で10円で取得できます。仕事やお出かけの際に立ち寄れる郵便局・証明サービスコーナーもご利用ください。詳細は市ホームページ(「福岡市証明書コンビニ取得」で検索)で確認を。

##### ●コンビニエンスストア

関10円(3月31日まで。4月以降は窓口より50円安い通常手数料に戻ります)関電子証明書が有効なマイナンバーカード関毎日午前6時30分～午後11時(戸籍関係証明書は平日午前9時～午後5時)



スマホはこちらから

##### ●郵便局(西区は福岡老岐・福岡能古・玄界島・北崎・周船寺・元岡の6カ所)

関本人確認書類など関平日午前9時～午後5時

##### ●証明サービスコーナー

▷天神(市役所1階情報プラザ内)関☎733-5222 ☎733-5224▷博多駅(市地下鉄お客様サービスセンター横)関☎432-5353 ☎481-5380▷千早(東区千早四丁目なみきスクエア1階)関☎674-3983 ☎674-3974 関本人確認書類など関毎日午前9時～午後8時(戸籍関係証明書は平日午前9時～午後5時15分)



西区公式キャラクター にしくりん & にしくも

### 西区男女共同参画推進奨励賞 受賞おめでとうございます

区では、地域において男女共同参画を実践・推進し、地域の男女共同参画社会の形成に貢献している個人や団体を表彰しています。2月9日に表彰式を行い、2人が受賞しました。※敬称略

▷江藤 淑子(老岐南校区)

▷柴戸 順子(内浜校区)

関区企画振興課 ☎895-7033



お知らせ NOTICE (やさしい日本語)

3月と4月は、ひっこしなどで区役所に来る人が多いです。車ではなく、地下鉄・電車・バスで来てください。



### いきいきシニアの運動教室



教室では、運動を中心にフレイルの基礎知識や予防のポイントを学びます。フレイルとは、加齢とともに心身の活力が低下した状態をいいます。  
 期 4月16日(火)、23日(火)、5月14日(火)、6月11日(火)、7月9日(火)午前9時30分～11時30分。  
 全5回 所 区保健福祉センター(保健所) 講堂 対 介護保険サービスを利用していない区在住の65歳以上で、全5回参加できる人 定 抽選で20人 料 無料 申 電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 F891-9894)へ。3月18日(月)午前9時30分から3月27日(水)午後5時まで受け付け。※申し込み時に簡単な問診があります。

### ほやほやママの子育て教室

初めて母親になった人のための教室です。  
 期 4月26日(金)午前10時～11時30分 所 区保健福祉センター(保健所) 講堂 対 今年1～2月生まれの子ども(第1子)とその母親 定 抽選で18組 料 無料 申 電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 F891-9894)へ。4月12日(金)まで受け付け。区ホームページ(「西區ほやほやママ」で検索)からも申し込み可。



スマホはこちらから

### 総合西市民プールの教室

#### ①アクアダンス1

音楽に合わせて水中で楽しく運動したり、踊ったりします。  
 期 4月25日～6月27日の木曜日午前11時～正午 対 18歳以上の人 定 抽選で16人 料 7,500円



#### ②幼児水泳 第1部

水に慣れ、恐怖心をなくすことを目的とした教室です。友達と楽しく水遊びを行います。  
 期 4月26日～6月21日の金曜日(5月3日を除く)②午後3時15分～4時③午後4時15分～5時 対 幼児(3～6歳) 定 抽選で各部13人 料 5,200円



#### ③幼児水泳 第2部

水に慣れ、恐怖心をなくすことを目的とした教室です。友達と楽しく水遊びを行います。  
 期 4月26日～6月21日の金曜日(5月3日を除く)②午後3時15分～4時③午後4時15分～5時 対 幼児(3～6歳) 定 抽選で各部13人 料 5,200円

※申し込み時に簡単な問診があります。

### 今宿の四季を楽しむ～春の植物～

今宿野外活動センター内の春の植物を講師と共に観察します。  
 期 4月5日(金)午前10時30分～午後12時30分 所 同センター 対 806-3114 F806-3115 定 先着で20人 料 500円 申 電話またはホームページ(「今宿野外活動センター」で検索)にイベント名、参加者全員の住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し、申し込みを。3月15日(金)午前9時から受け付け。定員に達した場合はホームページでお知らせします。



### かけっこ教室

西体育館

走り方の基本を学ぶ運動教室です。  
 期 4月17日～5月29日の水曜日。全6回(5月1日を除く)①午後3時45分～4時45分②午後4時50分～5時50分 所 西体育館 対 882-5144 F882-5244 ①年中・年長②小学1～2年生 定 抽選で各20人 料 4,500円 申 往復はがきに教室名(かけっこ教室①または②)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて3月24日(日)必着で同体育館(〒819-0041 拾六町一丁目13-35)へ。

## 保健だより

### 【問い合わせ・申し込み先】

- ① 集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869 (受付は平日9:00～17:00)
  - ② 健康・感染症対策係 ☎895-7073 ③ 健康・感染症対策係 ☎895-7075 ④ 母子保健係 ☎895-7055
  - ⑤ 精神保健福祉係 ☎895-7074 ⑥ 地域保健福祉課 ☎895-7080 F891-9894 (②～⑥共通)
- ※場所の記載のないものは保健福祉センター(保健所・内浜一丁目4-7)で実施。料金の記載のないものは無料。

### 健(検)診等

申 問	予 約	内 容	実 施 日		受=受付時間	対 象・料 金・そ の 他 (令 和 7 年 3 月 31 日 ま で に 対 象 年 齢 に な る 人 は 誕 生 日 前 で も 受 診 で き ま す)	
			4 月	5 月			
問 合 せ は ①、② または ③	申 込 み 要	さいとぴあ健(検)診	-	22(水)	受9:30～11:30	下記のとよかドック、がん検診と同じ内容をさいとぴあ(西都二丁目1-1)で実施。	
		北崎公民館健(検)診	-	8(水)	受9:00～11:00	下記のがん検診と同じ内容を北崎公民館(宮浦1978-1)で実施。	
		よかドック(特定健診)					④40～74歳の市国民健康保険被保険者 ⑤500円 ⑥保険証、よかドック受診券
		骨粗しょう症検査					④40歳以上 ⑤500円
		がん検診					【胃がん】 ④40歳以上(70歳以上は委託の医療機関等で実施) ⑤600円 【子宮頸(けい)がん】 2年度に1回受診可 ④20歳以上 ⑤400円 【乳がん】 2年度に1回受診可 ④40歳以上 ⑤40歳代1,300円、50歳以上1,000円 【大腸がん】 ④40歳以上 ⑤500円
		胃がん、子宮頸(けい)がん、乳がん、大腸がん	17(水) 30(火)	21(火) 29(水)	受8:30～10:30	④40～64歳 ⑤500円	
		肺がん				喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で、喀痰(かたん)細胞診検査の希望者は別途700円。	
		結核・肺がん				④65歳以上	

※健(検)診等は70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます(証明書が必要)。  
 ※健(検)診等の予約は、3月13日(水)から①、または市ホームページ(「けんしんナビ」で検索)で受付開始。予約の締め切りは、実施日より土・日・祝日を除く10日前まで。

### 検査・相談等

申 問	予 約	内 容	実 施 日		受=受付時間 受=実施時間	対 象・料 金・そ の 他
			3 月	4 月		
② 不 要	不 要	エイズ・梅毒検査	18(月)	1(月) 15(月)	受 9:00～11:00(3月) 9:30～11:00(4月)	匿名検査(心配な出来事から3カ月たって受診してください)。
		クラミジア検査				匿名検査。
		B型・C型肝炎ウイルス検査		15(月)		④20歳以上で過去に受検したことがない市民。
③ 要	要	栄養相談	28(木)	9(火) 19(金)	受 ①11:00～11:50 ②13:00～13:50 ③14:00～14:50	管理栄養士・栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。
		離乳食教室	25(月)	15(月)	受 13:30～15:00	離乳食の進め方の紹介。④生後4～6カ月頃の乳児の保護者。
④ 要	要	マタニティスクール	18(月)	22(月)	受 13:00～13:15 13:15～15:15	妊娠・出産・育児について学ぶ教室。④妊婦とその家族 ⑤抽選で各10組。前月の25日までに、区ホームページまたは電話で申し込み。
⑤ 要	要	心の健康相談	-	①10(水) ②17(水)	① 受 9:30～11:30 ② 受 14:30～16:30	精神科医が相談に応じます。④各回3人。必ず電話で予約を。

【16面のクイズの答え】主な産地は「北崎」だよ♪とってもおいしいから、ぜひ味わってみてね。

### 母子巡回健康相談

母子健康手帳

申 問	予 約	場 所	実 施 日	受 付 時 間
⑥ 不 要	不 要	下山門公民館	3/19(火)	13:30～14:00
		姪北公民館	3/21(木)	
		姪浜公民館	3/22(金)	13:30～14:15
		玄洋公民館	3/25(月)	13:30～14:00
		さいとぴあ	4/5(金)	13:30～14:15
		愛宕公民館	4/10(水)	13:30～14:00
		壱岐公民館	4/11(木)	
		福重公民館	4/12(金)	9:45～10:30
		西陵公民館	4/12(金)	13:30～14:00

### けんしんナビで予約できます

健診の実施状況や予約は、「けんしんナビ」=右コード=からご確認ください。  
 よかろーもん

