

さわら

区のマーク

人口 **224,976人**(前月比96人増) 男 105,582人 女 119,394人

世帯数 **107,121世帯**(前月比103世帯増)(令和7年3月1日現在推計)

早良区役所 代表電話 ☎841-2131

〒814-8501 早良区百道二丁目1-1

入部出張所 ☎804-2011

〒811-1102 早良区東入部二丁目14-8

早良区HP

区の魅力HP

インスタグラム



藤崎のフジ

開 = 日時 所 = 場所 問 = 問い合わせ ☎ = 電話 ㊟ = ファクス 対 = 対象 定 = 定員 料 = 料金、費用 持 = 持参 託 = 託児 申 = 申し込み 電 = メール 開 = 開館時間 休 = 休館日

誰もが住みよいまちをつくるために 地域の活動に参加しませんか

区内の各地域では、防犯パトロールや高齢者の見守り、夏祭りなど、さまざまな活動が住民の自治組織である自治会・町内会、自治協議会を中心に行われています。そうした地域の活動を紹介し

自治会・町内会、自治協議会とは

自治会・町内会は、住みよいまちを作るために住民によって組織された団体で、みんなで話し合いながらさまざまな活動を行っています。

自治協議会は、小学校区内の自治会・町内会をはじめ、防災や健康づくり、環境美化などさまざまな分野の活動を行う各種団体等で構成され、一つの自治会・町内会では解決できない課題などに校区全体で取り組んでいます。

みんなで協力して取り組むまちづくり

自治会・町内会、自治協議会は、子どもたちの登下校時の見守りや高齢者の見守りのほか、夜道でも安心して歩けるよ



有住校区の防犯パトロール



イベントを開催している地域もあります。イベントへの参加は、地域の人と知り合う良いきっかけになります。

無理なく、できる範囲で参加しませんか

う、防犯灯の設置などを行っています。災害時に安否確認や避難所運営がスムーズにできるよう、防災訓練なども実施しています。

また、公園や道路の清掃、花壇づくり、資源物の回収などを通して、まちをきれいに保つ活動を行っています。

住民同士の交流を深めるため、夏祭りや運動会、地域カフェ、敬老祝賀会など楽しく参加できるイ

地域の情報は「ふくコミ」で

市は、地域活動について気軽に情報を入手できるよう、地域コミュニティサイト「ふくコミ」を開設しています。

「自分の住む地域の自治会・町内会や自治協議会について知りたい」「地域活動の情報を知りたい」「自治会・町内会に加入するには」などさまざまな疑問に答えます。

詳細は、市ホームページ（「ふくコミ」で検索）でご確認ください。



スマホはこちらから



飯倉中央校区の夏祭り（昨年）

区ホームページやSNSをチェック

区は、ホームページ（早良区 校 区ホームページ情報）で検索）に各校区の情報を掲載



しています。また、区インスタグラム (@f.sawaraku) でも校区で行われるイベントの様子など、地域の情報を発信しています。

問い合わせ先

区地域支援課
☎833・4416
☎851・2680

ヘルスマイトになりませんか 養成教室を開催します

ヘルスマイト（食生活改善推進員）は、皆さんが健康な毎日を過ごせるよう、食生活や運動の大切さを伝える活動を行うボランティアです。



野菜たっぷり減塩料理

区内では110人のヘルスマイトが「私たちの健康は私達の手で」をスローガンに、地域での食生活改善講習会や親子料理教室などを開催しています。

また、定例学習会＝下写真＝での調理実習などを通して、生活習慣病予防の食事や行事食などについて学んでいます。



区は、「ヘルスマイト養成教室」を5月から開催します。あなたも教室に参加し、ヘルスマイトとして地域の皆さんの「食」をサポートしませんか。

開下表の通り、全7回

実施日	時間
5月19日(月)	13:20～16:00
5月26日(月)	13:30～16:00
6月2日(月)	
6月9日(月)	
6月16日(月)	9:30～15:30
6月17日(火)	
6月23日(月)	13:30～16:00

所 区役所第2別館（旧早良保健所）
問 区健康課 ☎851-6012 ㊟822-5733
対 区内に住み、ボランティア活動ができる人
定 先着30人 料 無料
申 電話かファクスに住所、氏名、電話番号を書いて、4月15日(火)の午前10時以降に同課へ。

インスタグラムで活動を発信

早良区食生活改善推進員協議会は、毎月お薦めの健康食レシピや活動内容をインスタグラム (@sawaraku_health_mate) で紹介しています。



スマホはこちらから

福ふくおかサポート

FUKUOKA CITY PORTAL SITE

「ふくおかサポート」は、一人一人の属性やニーズに合った情報が自動で届くほか、さまざまなサービスを提供する市公式のポータルサイトです。

●受けられるサービス

子育て、教育、福祉など受信したい情報のジャンルを登録すると、お薦めの情報が受け取れるほか、市地下鉄の運行状況や市政だより最新号の発行通知、区役所窓口の混雑情報なども知ることができます。引越シーズンなど区役所の繁忙期にぜひご利用ください。



「ふくおかサポート」のログイン画面

さらにマイナンバーカードを使って登録すると、子育て支援制度や健康診断など、登録者に合ったサービスの利用案内が自動で届きます。また、総合図書館や早良図書館等各分館で利用できる「図書館デジタル貸出カード」や、美術館や動植物園など市の施設で割引を受けるときの年齢確認に使える「デジタル身分証」としても利用できます。

「ふくおかサポート」への登録方法やサービス内容などの詳細は、市ホームページ（「ふくおかサポート」で検索）で確認するか問い合わせ先へ。



スマホはこちらから

問 ふくおかサポートお問い合わせ窓口
☎0570-200756

4月30日(水)は固定資産税・都市計画税 第1期の納期限です

納付書に印字された「eL-QR」を読み取るか「eL番号」を入力するとスマホ決済アプリやクレジットカード等で納付ができます。口座振替も便利です。

問 区納税課 ☎833-4317 ㊟841-2185

子育て交流サロン「もちもち」

コミュニケーションが苦手、落ち着きがないなど、発達に気になる子どもと保護者のための交流サロンです。



期 5月28日(水)、6月25日(水)、7月23日(水)
 午前10時～11時45分
 所 ももち福祉プラザ(百道浜一丁目)
 区 地域保健福祉課
 ☎833-4363 F833-4349

定 各日抽選10組 料 無料
 申 各月1日から開催日の8日前までに区ホームページ(「早良区もちもち」で検索)から申し込みを。



スマホから

早良体育館 子どもの日イベント

ディスゲッターやポッチャ、ファミリーバドミントンなどのニュースポーツが体験できます。楽しい時間を一緒に過ごしませんか。



期 5月5日(月・祝)
 午前10時～午後3時
 所 早良体育館 ☎812-0301 F812-6458
 対 幼児～中学生 ※未就学児は保護者同伴
 料 無料 申 詳細は同体育館へ問い合わせを。

ともてらす早良 介護講習会

AED(自動体外式除細動器)等の機器を使用して心肺蘇生・応急処置などの救命救急を実技で学びます。



期 5月10日(土)
 午前10時30分～11時30分
 所 ともてらす早良
 ☎812-3312 F400-0086

定 先着50人 料 無料
 申 詳細はともてらす早良へ問い合わせを。

早良市民センターの映画祭

余命2カ月を宣告された主人公が、残された時間で家族を成長させようと奮闘する映画「湯を沸かすほどの熱い愛」=写真=を上映します。



期 5月18日(日)
 ▷午前の部 = 午前10時～午後0時10分
 ▷午後の部 = 午後2時～4時10分
 ※どちらも30分前から開場
 所 早良市民センター
 ☎831-2321 F831-2355
 定 各回先着500人 料 無料 申 不要

シックハウス症候群にご注意を

「シックハウス症候群」とは、建材や壁紙等に使用される化学物質やカビ・ダニなどが原因で、頭痛や鼻水、喉の痛み、目がチカチカするなどの症状が現れる病気です。



次の点に注意しましょう。
 ▷換気と掃除をこまめに行って、適度な湿度に保ち、カビやダニの発生を防ぐ

▷建材や家具などは、なるべくホルムアルデヒドなどの化学物質を含まないものを選ぶ
 ▷芳香剤や香りの強い柔軟剤、殺虫剤などの使用は最小限に抑える

所 早良衛生課
 ☎851-6602 F822-5733

早良市民プールの休館期間を10月10日(金)まで延長します

6月末までとしていた早良市民プールの休館期間を、追加工事のため、10月10日(金)までに延長します。

所 市スポーツ施設課
 ☎711-4099 F733-5595
 城南市民プール
 ☎863-7098 F863-7198

保健福祉センターだより

【問い合わせ・申込先】

- ①健診総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869
- ②区健康課健康づくり係 ☎851-6012 F822-5733
- ③区健康課母子保健係 ☎851-6622 F822-5733
- ④市精神保健・難病対策課 ☎711-4377 F791-7354

区役所第2別館(旧早良保健所)で実施する検査・教室・相談

*健(検)診を受診希望の人は、実施日から土・日曜・祝日を除く10日前までに予約を(受け付けは平日午前9時～午後5時)。

内容	実施日		実施時間 受付時間	予約	対象者・料金・その他 【費用の記載がないものは無料】	備考
	4月	5月				
よかドック(特定健診)			受8:30～10:30		対40～74歳の市国民健康保険の被保険者 料500円 保険資格(市国保)を確認できる書類と受診券	
がん検診	受け付け終了		▽下記コードから予約を。 	要	対40～69歳 料600円	①※
					対20歳以上 料400円	
					対40歳代1,300円、50歳以上1,000円	
					対40歳以上 料500円	
					対40～64歳 料500円 喀痰(かくたん)細胞診検査は50歳以上でハイリスクと判定された人が受診可 料700円	
					対65歳以上	
胃がんリスク検査			受9:00～11:30		よかドック、がん検診、胃がんリスク検査所ともてらす早良 料 上記の通り	
骨粗しょう症検査			受9:00～10:30		がん検診(乳がん除く) 所 早良公民館 料 上記の通り	
よかドック・がん検診(ともてらす早良)	-	20(火) 予約締切 5/2(金)	受9:00～11:30			
総合がん検診(早良公民館)	-	30(金) 予約締切 5/16(金)	受9:00～10:30			
栄養相談	22(火)	14(水) 27(火)	受11:15～15:00	要	生活習慣病予防や離乳食などに関する栄養相談。	②
離乳食教室	21(月)	30(金)	受13:30～14:45		対4～6カ月児の保護者(4カ月児健診後)	
母子健康手帳交付	平日		受9:00～17:00	-	対区内に住む妊婦 妊届届出書、マイナンバーがわかるものと本人確認書類	
マタニティスクール	第1回: 6/4(水) 第2回: 6/18(水)		受13:30～15:30	要	対区内に住む妊婦とその家族(1人まで) 母子健康手帳 5/10(土)までにホームページ(「早良区 マタニティスクール」で検索)から申し込みを(応募多数の場合抽選)。	③
心の健康相談	-	1(木)	受9:30～11:30		専門医が相談に応じます。	④
	21(月)	19(月)	受13:30～15:30			

母子巡回健康相談

場所	実施日	受付時間
百道公民館	5/8(木)	10:00～10:30
飯倉中央公民館	5/9(金)	
高取公民館	5/14(水)	13:30～14:00
飯原公民館	5/19(月)	10:00～10:30
入部公民館	5/21(水)	
田隈公民館	5/26(月)	13:30～14:00
原公民館	5/30(金)	

対 妊婦および0～6歳児とその保護者
 料 不要
 所 区地域保健福祉課
 ☎833-4363 F833-4349

よかドック 春得キャンペーン

よかドックは40～74歳の市国民健康保険加入者を対象とした、生活習慣病を予防するための特定健診です。血液検査や心電図検査、尿検査など、1万円相当の検査が500円で受けられます。区役所第2別館(旧早良保健所)のほか、医



●春得キャンペーンを実施

6月30日(月)までに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1組、観戦チケット事前予約カード300組)をプレゼントします。申し込みは不要で、当選者に直接チケットを発送します。

▷子宮頸がん・乳がん検診は、2年度に1回の受診可(令和6年4月以降の受診者は受診できません)。
 ▷よかドックの結果票は、受診日の約1カ月後に区役所第2別館(旧早良保健所)で行われる結果説明会で交付します。
 ▷満70歳以上および市県民税非課税世帯等は、健(検)診料金が免除されます(証明書等が必要)。詳しくは②にお問い合わせください。
 ▷「エイズ・クラミジア・梅毒検査」や「B型・C型肝炎ウイルス検査」の日程等の詳細は、市ホームページ(「福岡市 性感染症検査」または「福岡市 肝炎検査」で検索)で確認するか問い合わせ先へお尋ねください。市感染症対策課 ☎791-7081 F406-5075