中央区

区のマーク

〒810-8622　中央区大名二丁目５-31
区役所代表電話　☎714-2131

中央区花いっぱい運動をテーマにした衣装を着る博多やまかき小僧（区役所玄関前広場）

フェイスブック　インスタグラム　エックス

人口　215,203人（−26）　男97,378人 / 女117,825人
世帯数　137,841世帯（−26）　令和７年９月１日現在推計(前月比)

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

中央区花いっぱい運動 ～フラワーウィーク～

市は、「花と緑あふれるまち・福岡」を目指してさまざまな取り組みを進めています。来年３月には、市植物園（小笹五丁目）で「フクオカフラワーショー2026」が開催されます。

区では、地域や学校、企業・団体などと協力して花を植え、交流のきっかけづくりと潤いのあるまちづくりを目指して、「中央区花いっぱい運動」に取り組んでいます。その一環として、10月19日(日)～25日(土)にフラワーウィークを開催し、花で彩られた憩いの空間を創出します。

期間中、区役所玄関前広場には、福岡市緑のコーディネーターと、区役所周辺清掃などの地域活動を行っているさわやかスタッフがハロウィンをイメージした花の装飾を行うほか、西日本短期大学の学生が手掛ける花壇を設置します。

また、庁舎内１階階段には、大濠高校美術部による花をテーマにした階段アートを展示します。

問区企画振興課 ☎718・1015 F714・2141

昨年の様子

スポーツで地域交流と健康増進
中央区モルック大会を開催します

区では、スポーツを通じて区民の親睦を深め、健康を増進することを目的に、毎年スポーツ大会を実施しています。

経験がない人でも気軽に参加できる競技「モルック」を通じて地域交流の機会にしてもらおうと、昨年第１回大会を開催しました。

区大会は、各校区・地区大会を勝ち抜いたチームで行われます。

昨年は、全14校区・地区から27チームが参加し、交流を深めました。

11月30日(日)午前９時30分から、舞鶴公園球技場で、区大会を開催します。雨天中止。大会の様子をぜひ見に来てください。

●モルックとは

木製の棒「モルック」を投げ、数字が書かれた木製のピン「スキットル」を倒し、得点を競います。ルールは簡単なので、子どもから大人まで一緒に楽しむことができます。

道具は貸し出していますので、問い合わせ先までお尋ねください。

問区企画振興課 ☎718・1055 F714・2141

３～４メートル離れたスキットルにモルックを投げます

あなたの作品で区役所を彩りませんか

プリザーブドフラワーアレンジメント講座を開催します。作品はフラワーウィーク期間中、区役所階段の踊り場に展示します。※作品は１世帯につき１つ制作でき、展示後は持ち帰れます。

期10月18日(土)午前10時～所区役所３階会議室定先着16人対中学生以上料無料申10月１日(水)午前10時以降に電話またはメール（✉kikaku.CWO@city.fukuoka.lg.jp）に参加者の名前、電話番号を書いて申し込みを。問区企画振興課 ☎718-1015 F714-2141

安心子育て応援セミナー

赤ちゃんの成長や赤ちゃんとの関わり方について学び、育児の不安を解消しましょう。

期11月６日(木)午後１時30分～３時（受付は午後１時～）所あいれふ５階保健指導室（舞鶴二丁目）対区内に住む第１子の乳児（令和７年７～９月生まれ）とその保護者１人定先着16組程度料無料申10月６日(月)～30日(木)に電話または右コードから申し込みを。

スマホはこちらから

問区地域保健福祉課 ☎718-1111 F734-1690

アラフォーママ子育てサロン

40歳前後で第１子を出産した母親同士で交流し、悩みを共有しませんか。

期11月５日(水)午前10時30分～正午所中央児童会館あいくる７階集会室（今泉一丁目）対区内に住み、40歳前後で第１子を出産した母親とおおむね３歳までの子ども料無料申10月８日(水)～29日(水)に電話または右コードから申し込みを。

スマホはこちらから

問区地域保健福祉課 ☎718-1111 F734-1690

精神保健家族講座

家族や支援者が、心の病気について学ぶ講座です。「当事者の話・地域活動支援センターについて・家族交流会」をテーマに、地域活動支援センター員が講演します。

期10月31日(金)午後２時～３時30分所あいれふ７階第２研修室（舞鶴二丁目）心の病気に悩む人の家族や支援者定先着50人料無料申10月30日(木)までに電話かファクスで申し込みを。

問市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 F791-7354

体組成×運動×食事で生活習慣病予防！ ―体をつくる３ステップ講座―

体組成測定で自分の筋肉量や体脂肪率を知り、生活習慣病を予防するための運動と食事のポイントを全３回で学びます。体の変化をチェックしながら、生活習慣病予防に取り組みましょう。

よかろーもん

①「はじめよう！運動きっかけ教室」
②「代謝アップ！冬をのりきる体づくり」
③「定着させよう！運動習慣」

期①10月17日(金)②12月５日(金)③２月６日(金)午後１時20分～３時所あいれふ４階にこにこルーム（舞鶴二丁目）対区内に住む30歳以上の人（妊娠中の人・ペースメーカー装着中の人は参加できません）定先着20人（なお、体組成測定のみの参加も可。各回午後３時～、先着15人）料無料申10月２日(木)午前９時以降に電話または右コードから申し込みを。

スマホはこちらから

問区健康課 ☎761-7340 F734-1690

西日本短期大学の学生による運動教室

福浜公園内にある健康パークステーションで、健康スポーツコミュニケーション学科の学生が月に１回、運動教室を実施します。簡単な準備運動の後に、毎月さまざまなスポーツを楽しめます。また、健康遊具の使い方も指導します。

期10月10日(金)午前９時～10時所福浜公園（福浜二丁目）対区内に住む人料無料申不要

問区地域保健福祉課 ☎718-1111 F734-1690

持ってて安心！「緊急時連絡カード」

緊急連絡先やかかりつけ医などを記入する「緊急時連絡カード」**＝写真＝**を持っていると、外出先での事故や急病の際などに救急隊や警察などから家族などに連絡することができます。カードは区社協事務所窓口で配布するほか、希望者には郵送も行っています。

問中央区社協事務所 ☎737-6280 F737-6285

小型充電式電池は回収ボックスへ！

リチウムイオン電池など小型充電式電池は衝撃が加わると発火のおそれがあります。ごみ袋で出さず、資源物回収ボックスへ。詳しくはホームページ(「福岡市　ごみと資源」で検索)で確認を。問区生活環境課 ☎718-1091 F718-1079