博多

区のマーク

博多区役所
〒812-8512
博多区博多駅前二丁目8-1
代表電話
☎441-2131

博多区HP　区政情報や手続き案内　博多区　検索
博多の魅力HP　歴史や観光情報　博多の魅力　検索
校区・地区HP　区内各校区・地区の情報　しっとく博多区　検索

区の人口 264,817人（前月比1,740人増）（男 127,640人　女 137,177人）　世帯数 169,742世帯（前月比1,746世帯増）（令和７年５月１日現在推計）

期＝日時、開催日、期間　所＝場所　問＝問い合わせ　☎＝電話　F＝ファクス　対＝対象　定＝定員　料＝料金、費用　託＝託児　申＝申し込み　持＝持参　✉＝メール　HP＝ホームページ

## いざという時のために 高めよう地域の防災力

災害時に命を守り、被害の拡大を防ぐためには、住民同士の助け合いが欠かせません。

区内では22の校区・地区で自主防災組織が結成され、災害に備えて、避難訓練や食料・必需品の備蓄管理などを行っています。

### 大浜地区の自主防災会長 片岡良二さんに話を聞きました

#### ●地道な自主防災会の活動

福岡県西方沖地震の翌年に会長に就任し、今年で19年目になります。

自主防災会の主な活動は、防災訓練です。楽しく参加できるように、どんな企画にするか毎年頭を悩ませています。クイズ大会を行った年もあります。昨年は気象予報士の手嶋準一さんが講演を行いました。

また、安全に避難できるルートなどをまとめた防災マップを作成し、公園やコンビニエンスストアなど5カ所に設置しています。

「防災マップは数年おきに更新しています」と話す片岡会長

#### ●防災訓練で生まれる地域のつながり

自主防災会の役員だけでできる取り組みは限られています。地域全体で防災意識を高めることが大切です。

防災訓練は、地域のさまざまな団体の協力で成り立っています。心臓マッサージの訓練は、地元の専門学校生が毎年指導に来てくれます。炊き出し訓練は、前日から社会福祉協議会や民生委員児童委員協議会など大勢の人が参加して、準備しています。

専門学校生からAEDの取り扱いや心臓マッサージについて教わります

豚汁が振る舞われた昨年の炊き出し訓練

こうした活動を粘り強く続けていくことで、地域の中でコミュニケーションが生まれ、防災・減災につながっていくのではないかと感じています。

◇　◇

災害時には、日頃からの地域のつながりが大切になります。

まずは、できることから地域活動を始めてみませんか。

市は、各地域の自治会・町内会、自治協議会の活動などを紹介する地域コミュニティサイト（「ふくコミ」で検索）を開設しています。お住まいの場所の自治会・町内会等を検索できるほか、加入希望者には、地域への取り次ぎも行います。

スマホはこちらから

**【問い合わせ先】**
▽区の防災について＝区総務課☎419・1044 F452・6735
▽自治会・町内会について＝区地域支援課☎419・1048 F434・0053

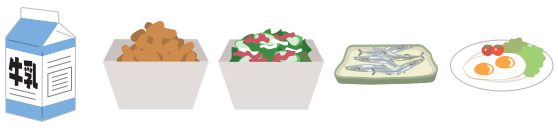
## 毎年６月は食育月間です ～毎日の食事で骨粗しょう症予防を～

健康な体をつくるために、主食・主菜・副菜を組み合わせた、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

低栄養になると、骨折による寝たきりの原因の一つである、骨粗しょう症のリスクが高まります。

いろいろな食品を食べて、骨の形成に必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質などの栄養素を取りましょう。

**●骨に必要な栄養素が取れる食品**



乳製品　大豆製品　海藻　小魚　卵

問区健康課 ☎419-1091 F441-0057

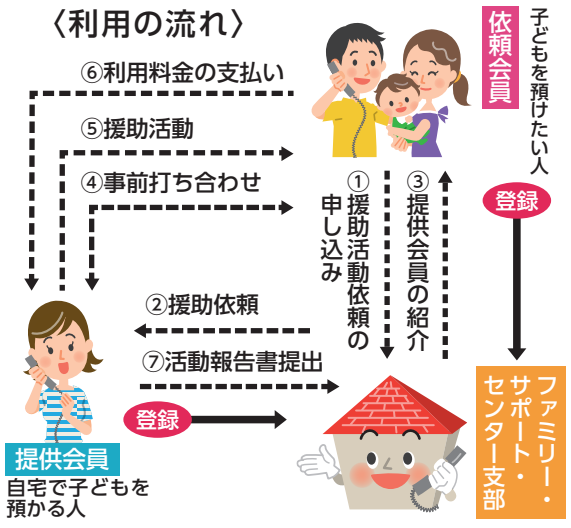
## 福岡ファミリー・サポート・センターの講習会のお知らせ

「福岡ファミリー・サポート・センター」は、地域の中で育児を助け合う会員制の組織で、現在区内で約490人が登録しています。

自宅で子どもを預かる「提供会員」になるための講習会を７月、９月、11月、来年１月に開催します。子どもを預けたい「依頼会員」になるための講習会は随時開催しています。

詳細はお問い合わせください。

問福岡ファミリー・サポート・センター博多支部 ☎474-0218 F436-3652




## ラブアース・クリーンアップ2025に参加しませんか

「ラブアース・クリーンアップ」は、市民・企業・行政が協力して、公園や河川などを一斉に清掃する地域環境美化活動です。６月に地域で行う清掃活動については、無料でごみ袋を配布し、区が収集を行います。

博多駅前での清掃活動

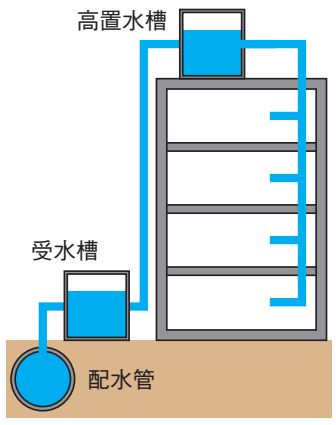
詳細はお問い合わせください。

問区生活環境課 ☎419-1068 F441-5603

## 水質検査キットを配付します

水道水には細菌などの繁殖を抑える目的で塩素が含まれています。

ビルや集合住宅の多くは、水道水をいったん貯水槽にためてから各部屋に給水しているため、気温や貯水槽の管理状況などの影響で塩素が消失してしまうことがあります。



貯水槽（受水槽または高置水槽）から各部屋に水が運ばれます

博多衛生課の窓口では、塩素の有無が色の変化で簡単に確認できる「水質検査キット」を無料で配付しています（１世帯１セットまで）。飲んでいる水の状態が気になる際は、お試しください。

問博多衛生課 ☎419-1125 F434-0007

## 体のゆがみ・歩行姿勢測定会

センサーカメラで体の状態を可視化し、ゆがみを判定します。トレーナーが、個人の筋肉の特性に合った運動指導を行います。

期６月18日㈬午前10時～午後６時（１人当たり20分）所問博多体育館（山王一丁目）☎481-0301 F481-0302定先着20人料2,000円申６月１日㈰正午以降に同体育館窓口へ。電話でも受け付けます。詳細はホームページ（「博多体育館」で検索）で確認するか、同体育館まで問い合わせを。持動きやすい服装（スカート不可）