広報
ふくつ
Public Relations
Fukutsu No.248
私たちのまち、
ふるさと福津の情報がたっぷり
2025
令和7年
9
September

「旧玉乃井旅館」国有形文化財登録記念特集
『想(おも)い』を、未来へつなぐ

▲旧玉乃井旅館の所有者である一般社団法人海のほとり玉乃井の古橋さん(左)金氣さん(中央)髙田さん(右)

目 次 contents

■「旧玉乃井旅館」国有形文化財記念特集
「想いを、未来へつなぐ」 2
■ まちの話題 8
■ 特集　あなたは大丈夫? 糖尿病から身を守ろう 10
■ みるウェル／環境掲示板／Pickup events／図書 14
■ なかよし通信／赤ちゃん／防災／消費生活／男女 16
■ 西鉄バスの廃線対応について 18
■ 情報広場 20
■ 郷づくりの紹介 28

2025
令和7年
9
September
No.
248
発行
福津市　〒811-3293 福岡県福津市中央1-1-1
☎0940・42・1111(代表)
編集　人事秘書課
印刷　久野印刷株式会社
VEGETABLE OIL INK
UD FONT by MORISAWA

福祉分野

健康サロン、高齢者の見守り活動など、高齢者の集いの場づくりや世代を超えたふれあいの機会の創出に取り組んでいます。

津屋崎 ①

神興東 ②

上西郷 ③

勝浦 ④

福間南 ⑤

①健康体操で心も体も元気に②みんなで料理「郷づくりカフェ」③高齢者の集いの場「ふれあいサロン」④パターゴルフ「健康サロン」で健康増進⑤支えあい広げる小さな輪「福祉交流会」

郷(さと)づくり

郷づくりとは「自分たちの地域は自分たちで育てる」という考えのもと、地域に住んでいる皆さんが中心となって取り組む地域づくり活動のことです。市内を８つの地域に分け、各地域に郷づくり推進協議会を設立しています。

各協議会では、地域課題の解決や魅力ある地域づくりに取り組むために、活動分野ごとにさまざまな取り組みを行っています。第２回では「福祉」と「防犯」分野の取り組みを紹介します。

宮司 ⑥

防犯分野

地域の見守り活動、防犯パトロールの実施、防犯啓発活動など、誰もが安心・安全に暮らせるまちづくりに取り組んでいます。

⑥夜道の安全のために自転車無灯火防止啓発活動⑦地域を守る心強い味方「パト吉パトロール」⑧登下校時の子ども見守りパトロール活動⑨年に2回配付される「防犯のぼり旗」が、地域の防犯の一翼を担います⑩みんなで学び、みんなが教える「スマホサロン」

福間南 ⑦

津屋崎 ⑧

神興 ⑨

福間 ⑩

「旧玉乃井旅館」『想（おも）いを、未来へつなぐ』

国有形文化財登録記念特集

旧玉乃井旅館は津屋崎海水浴場近くにある旧旅館です。津屋崎の歴史的景観に寄与する建造物として評価され、令和7年3月に国の有形文化財（建造物）に登録されました。多くの歴史的建造物がさまざまな事情によって失われていく中で、なぜ旧玉乃井旅館は保存できたのでしょうか。今回の特集では、旧玉乃井旅館の保存の歩みを通して「文化財はいかに保存されるのか」について考えます。

問い合わせ　市文化財課☎0940・62・5093

明治から昭和戦前期の津屋崎

江戸時代に塩の積出港として栄えた津屋崎は明治後期になると鉄道開通のあおりを受けて輸送手段としての舟運が衰退し、地域の経済圏の中心は津屋崎から福間駅周辺に移りつつありました。これに塩田廃止が追い打ちをかけ、津屋崎は最盛期の勢いを失いかけます。その後に取り組んださまざまな振興策が功を奏し、明治39年には津屋崎海水浴場が開場するなど、津屋崎は海浜リゾート地として挽回していきます。

津屋崎海水浴場は福岡市近郊で最初期に開業した海水浴場で、主に筑豊の炭鉱地帯からの海水浴客でにぎわいました。旧玉乃井旅館周辺は元々漁師町でしたが、海水浴場の開業もあり、明治期に商家や旅館・料亭が増え、当時の津屋崎町の中心地区となりました。

旧玉乃井旅館は明治42年建築と推定され、残念ながら建築当初の用途ははっきりしていません。旅館経営者が取得し、増改築された上で昭和9年に第二島屋旅館として開業したことが分かっていて、このときに現在の建物の姿が整いました。

明治から昭和戦前期にかけて、周辺では10軒前後の旅館に加えて料亭・商家が軒を連ねる景観が形成されていました。しかし、それらの多くが既に失われているため、当時の姿を良好にとどめる旧玉乃井旅館の建造物はとても貴重です。

玉乃井旅館の開業

戦後の津屋崎海水浴場は引き続き多くの人でにぎわい、年間海水浴客数は昭和50年代にピークを迎えます。

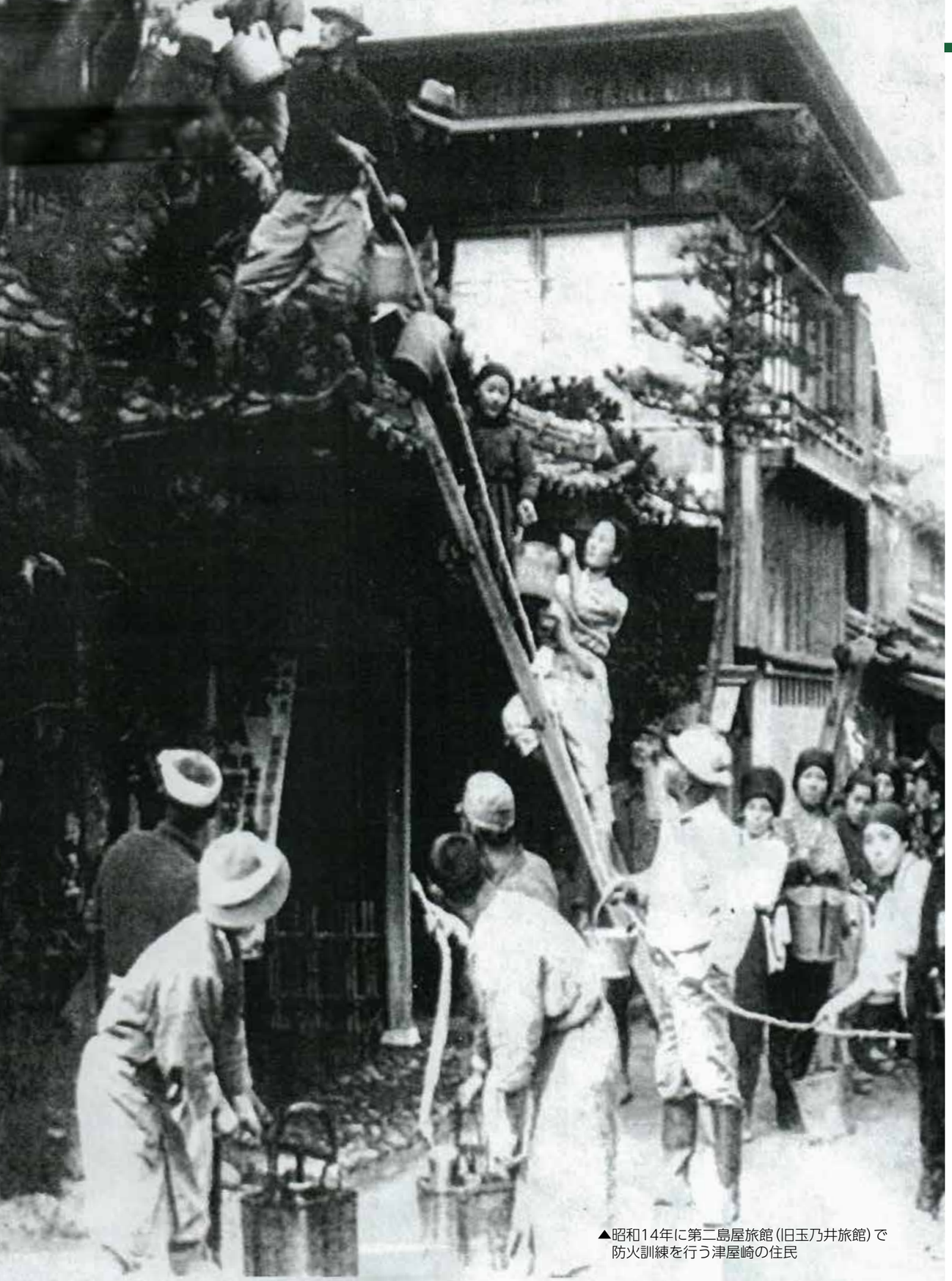
昭和21年、日本海海戦で連合艦隊を率いた司令長官・東郷平八郎の顕彰のため、私財を投じて東郷公園・東郷神社・日本海海戦紀念碑などの建設・開設に取り組んだ安部正弘さんが第二島屋旅館を買い取って玉乃井旅館を開業しました。

玉乃井旅館が開業した当時、旅館敷地と砂浜は直接つながっていたため、宿泊客は海水浴場へ直接アクセスできました。玉乃井旅館では、新たに別館や大浴場・舟の家を増築するなどして、増加する海水浴客を迎え入れました。ミニたこつぼにタコの足のサクラ煮を唐揚げして入れた「たこ料理」が名物で、テレビ番組で紹介されるほどでした。

旅館の営業終了と新たな活用

旅館としての営業は平成10年に終えますが、その後は正弘さんの孫で、著述業・翻訳家であった安部文範さんが新たな活用を始めます。

美術に造詣の深かった文範さんは、旧旅館を会場に津屋崎現代美術展や映画観賞会を開催し、旅館営業時と変わらず多くの人が出入りするにぎやかな場所として活用しました。文範さんを慕って集まった人たちの輪が、その後の保存に大きな役割を果たすことになります。

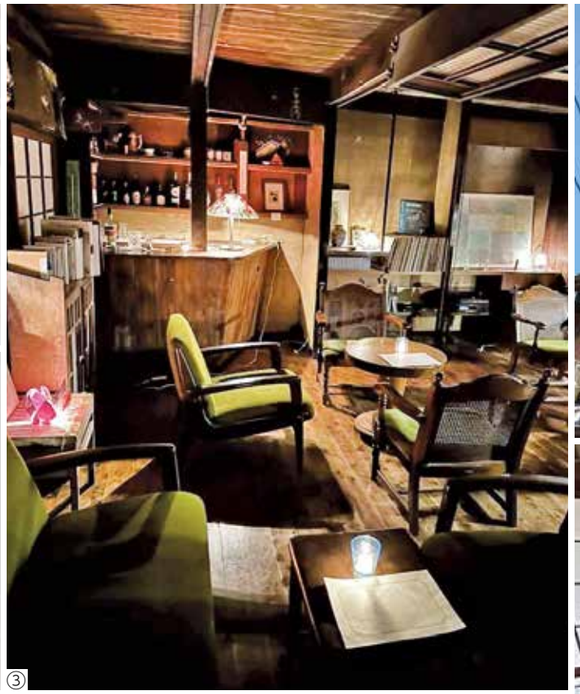


▲昭和14年に第二島屋旅館（旧玉乃井旅館）で防火訓練を行う津屋崎の住民

⑤

⑥

⑦


③

④

①

②

①2階1号室外観②2階大広間③1階応接室④協定旅館銅盤近景
⑤2階6号室書院⑥客室から海を臨む⑦2階5・6号室広縁

文化財の概要

名　　称　：　旧玉乃井旅館
種　　別　：　登録有形文化財（建造物）
登 録 日　：　令和7年3月13日
所 在 地　：　福津市津屋崎4丁目1-13
所 有 者　：　一般社団法人海のほとり玉乃井
構造形式　：　木造二階建、瓦葺、建築面積322㎡
建築年代　：　明治42（1909）年建築
評価基準　：　国土の歴史的景観に寄与するもの

玉乃井保存活用プロジェクトで建造物を未来につなぐ

平成27年に玉乃井保存活用プロジェクトが結成されました。メンバーは安部文範さんと、一級建築士で建築業を営む金氣順也さん、不動産業を営む古橋範朗さん、IT企業に勤める髙田将平さんの4人です。文範さんから建造物修繕の相談を受けた金氣さんが、空家の活用を進めている古橋さんに声を掛け、古橋さんがシェアオフィスの活用を検討していた髙田さんに声を掛けてメンバーが集まりました。

同年、4人は資金を捻出し「福津市空き店舗等活用事業補助金」を使って初めての改修を実施します。その後も立て続けに修繕を重ね、建造物は少しずつ当時の姿を取り戻していきました。これらの修繕は、参加者を募ってDIYで実施したり、芸術家に参画してもらったりといろいろな人が関わる形で進められました。

このような中、平成27～29年度に福岡県による近代和風建築総合調査が実施され、旧玉乃井旅館の文化財としての評価が明確に示されました。これを受けて、プロジェクトは建造物を未来につないでいくために登録文化財を目指す活動を進めることになります。

このような活動を経て、文化財登録の調整を進める最中、文範さんは病に倒れ、令和4年に逝去。その後、遺志を継いだ3人を中心に一般社団法人海のほとり玉乃井を設立し、旧玉乃井旅館の所有者となった上で文化財登録の調整を行い、令和6年11月に国の文化審議会から文化財登録の答申を得ることができました。

本年3月13日に登録文化財として告示され、4月19日に福井市長が所有者へ登録有形文化財登録証を伝達しました。

文化財を保存するには強い意志と主体的な活動が必要

旧玉乃井旅館は、旅館としての営業を終えた後も、立場の異なるさまざまな人たちが集い、語らい、活動する場となってきました。築百年を超えるにも関わらず一度も空家になっていない珍しい建造物です。伝統的な木造建築は、定期的な修理を繰り返せば何百年も維持することが可能な一方、適切な維持管理ができなければすぐに劣化してしまいます。旧玉乃井旅館の場合、所有者の想いとさまざまな人たちとの関わりが結果的に保存につながったと言えます。

文化財はただそのままで継承されることはありません。後世につなぐという強い意志と主体的な活動が必要です。現存する文化財の背後には、既に失われ、継承できなかった多くの文化財が存在します。旧玉乃井旅館の保存の歩みは、そのことを私たちに教えてくれます。

〔所有者インタビュー〕 **金氣順也〔一級建築士〕×古橋範朗〔暮らしの問屋店主〕×髙田将平〔IT企業勤務〕**

人々に愛される旧玉乃井旅館の魅力とは

旧玉乃井旅館の所有者となり、後世につなぐ役割を担う「一般社団法人海のほとり玉乃井」の3人に話を聞きました。

――どんなきっかけで旧玉乃井旅館に関わり始めましたか。

金氣　以前から文範さんと玉乃井の活動に興味を持っていました。玉乃井を訪ねて文範さんと話をした際に、自分が建築をやっていると知って、文範さんから雨漏りの相談を受けたのが関わるきっかけでした。当時、至る所に雨漏りがあって建物としてはひどい状況でした。自分で手直しできる範囲で修繕をしていましたが、建物が大きく、一人では対応できないと思い、古橋さんに声をかけました。

古橋　私は空き家の活用を仕事としていて、金氣さんから、修繕工事がいろいろとあり、その資金繰りをどうしようかと相談を受けたのが始まりです。その当時は、文範さんが玉乃井で喫茶を営業したり、映画上映会をしたりしていました。でも使用されていない部屋もたくさんあって、それをどうやって活用していこうかという話から始めて、シェアオフィスとして活用すれば面白いのではという話になりました。

髙田　私は津屋崎に移住し、シェアオフィスを借りて津屋崎で仕事をしていました。そのころは既に金氣さん、古橋さんが玉乃井と関わっていたのですが、ちょうど自分でシェアオフィスをやりたいと思っていて、古橋さんから玉乃井を活用させてもらえるかもしれないと話をもらい、保存活用プロジェクトに参加しました。

――旧玉乃井旅館の魅力を教えてください。

金氣　建物自体に余白があることです。例えば、各部屋に広縁がありますが、今の建築ではそのような余白がそぎ落とされてしまっています。余白は自分と向き合える場所になるんですよね。

　それから、もっと魅力に感じているのが海に面している立地です。海の広さ、空の広さをすごく感じられて、これも余白になると思います。

髙田　文範さんの人柄が魅力だと思います。文範さんのことを慕って未だに訪ねてくる人もいますし、私たちが復活させようと企画している現代美術展にも文範さんと交流があったアーティストのかたがたが協力してくれています。文範さんのつながり、想いがあったからこそ、この建物を残すことができて、その延長として今回の文化財登録につながってきているので、そこに尽きると思います。

古橋　とても難しく、抽象的な表現になるのですが、包容力のある建物だなと思っています。洒落(しゃれ)た感じの人、マニアックな人、老若男女いろいろな人が建物を出入りしています。誰でも受け入れる包容力にあふれている感じがします。

――文化財登録されたときの気持ちと今後の抱負を教えてください。

髙田　建造物をつないできたこれまでに感謝しつつ、これからをつないでいかないといけないと思いました。

　玉乃井は使用していない部屋がたくさんあるので、今後はそれを改修して活用できる状態にしていくことを考えています。その中の一つにシェアキッチンを整備する計画があり、SNSなどで発信することで興味がある人に使ってもらえるようにしたいと思います。

古橋　多くの人に愛される建造物は残すことができるという考えのもと活動を進めてきました。その結果として国の有形文化財に登録され、国から文化財としての客観的な評価を得られたことはうれしかったです。

　今後は文範さんが開催していた現代美術展を復活させたいと思っています。また、現在の玉乃井は土日しか開館していませんが、飲食店などのテナントの活用を通して平日の開館日を増やし、多くの人が自由に来館できる環境づくりを目指したいと思っています。

金氣　玉乃井は建築関係の専門家の評価はあまり高くなかったので、それが文化財として評価されたというのが素直にうれしいです。建造物が残っていくというのは建築だけの問題ではなくて、愛されるという力が強いんだなと玉乃井を通して実感しましたので、それを今後伝えていきたいです。

　今、玉乃井を活用している人たちはすごく魅力的で、玉乃井のことを理解して集まってくれています。この集まりがさらに広がっていって、津屋崎の魅力が広がることにつながっていけばいいなと思います。

髙田将平　Takata Shohei
（一般社団法人海のほとり玉乃井理事）

福岡市出身。2013年に津屋崎移住。IT企業勤務。現在、玉乃井のシェアオフィスで業務に従事。海のほとり玉乃井で事業運営・企画・SNS発信を担当。

古橋範朗　Furuhashi Noriaki
（一般社団法人海のほとり玉乃井理事）

京都出身。2013年に津屋崎移住。暮らしの問屋を立ち上げ、不動産業を営む。空き家活用のエキスパート。

金氣順也　Kaneki Junya
（一般社団法人海のほとり玉乃井代表理事）

長崎出身。金氣順也建築工房を経営。一級建築士。歴史的建造物の保存を担うヘリテージマネージャーの資格を持つ。

市公式 LINE
LINE ID @975lauty
WEBやSNSで情報発信中です！

津屋崎祇園山笠2025

津屋崎千軒を山笠が走る

津屋崎祇園山笠の裸参りが7月19日に、追い山が7月20日に行われました。

山笠を締めくくる追い山では、北流、岡流、新町流の3つの山笠が「オイサッ」という舁き手たちの掛け声とともに勇壮に駆け巡りました。

山笠の準備や追い山当日の様子は市公式インスタグラムにて動画で紹介しています。ぜひご覧ください。

▲追い山のスタート地点波折神社にお宮入りをする3つの流

柔道の世界大会で市民が銅メダルを獲得

想いが込められた銅メダル

柔道の世界大会であるワールドマスターズゲームズ2025が5月に台湾で開催され、津屋崎武道会柔道部で小学生に指導をしている占部宏さんが柔道73kg級で銅メダルを獲得しました。

6月26日、結果の報告に市長室を訪れた占部さんは、銅メダルとともに試合の動画を市長に見せながら当時の思いなどを話してくれました。また「メダルを獲れるとは思っていなかったし、自分は若いころにすごい成績を収めたわけではないけれど、目標を持って頑張り続ければ何でもできると教え子たちに見せることができた」と、教え子たちへの想いを熱く語っていました。

▲表彰台に立つ占部さん（一番右）

▶獲得した銅メダル

アンビシャス広場対抗「ミニ運動会」

夏の楽しい思い出の一つに

市内のアンビシャス広場対抗「ミニ運動会」をふくとぴあで、8月1日に開催しました。アンビシャス広場とは、各地域の協力者によって運営されている、放課後や休日に子どもたちが過ごす居場所づくり事業のことで、福岡県独自の名称です。

この取り組みは「夏休み期間中に楽しい思い出を一つでも多く作ってあげたい」という、各地域の運営協力者の想いから、今年、初めて開催しました。

光陵高校のボランティア生徒と一緒に、一斉に輪を投げて相手が取る「リング・キャッチ」など、6種類の競技を行った子どもたちからは、歓声や拍手が絶えることなく、たくさんの笑顔を見せてくれた1日になりました。

▲リング・キャッチを楽しむ子どもたち

市公式インスタグラム
https://www.instagram.com/fukutsucity/
市公式フェイスブック
https://m.facebook.com/fukutsu.city

人権・スポーツ教室

安心してスポーツを楽しむ

プロバスケットボールチーム「ライジングゼファーフクオカ」と市人権擁護委員の皆さんが神興東小学校6年生を対象に人権・スポーツ教室を開催しました。

「スポーツと人権」の講話の後、「安心してスポーツを楽しむためにどんなことが必要か考えよう」というテーマで人権・スポーツ教室がスタート。その後、スポーツクリニックが行われ、現役のプロバスケットボール選手である橋本晃佑選手と一緒にドリブルをしたり、シュートをしたりして児童たちはバスケットボールを楽しんでいました。

▲華麗なドリブルやシュートで魅せる橋本選手

フレスコボールフクマカップ2025

福岡県初開催！

フレスコボールフクマカップ2025が6月21日と6月22日に開催されました。福岡県内では初の開催で、福間海岸を舞台に熱い戦いが繰り広げられました。5分間という短い試合時間の中、白熱したラリーが続き、皆さん息をのんでラリーを見守っていました。試合が終わると選手は互いに握手をし、健闘を称えていました。

▲砂浜に足を取られながらラリーを続ける参加者

遠賀信用金庫 子ども食堂寄贈式

地域の子ども食堂を応援

遠賀信用金庫は、近隣市町の子ども食堂に、フードドライブで集めた食料品など寄付をし、支援する取り組みを行っています。

6月12日に食料品などの寄贈式が行われ、福津市の「多世代交流スペースワイガヤ食堂」代表の水町秀展さんは「くじけそうになることもあるが、こうした支援がとても支えになる」と話していました。

▲目録を受け取る水町さん（右）

〜読者の皆さんから寄せられた市内の出来事や旬の話題をお届け〜
街角力メラリポート

手作業で思いを届けるあんずの収穫（後編）
うめさくさんからの投稿です

午後からは選別作業。皆さんビニール手袋をして、コロコロと優しく転がしながら選別していく。和やかな雰囲気だが見極める目と手は休むことがない。手早く選ばれたあんずは、目分量と手の感覚で1kgになるようにネットに入れていく。最後にはかりに乗せると、1kgぴったり。熟練の技である。ラベルを貼ってコンテナに詰め、出荷。この一連の作業は、5月下旬から6月中旬まで天候に関わらず毎日続く。多い年は4tもの収穫をするそうだ。

公園の施設長でベテランの谷口喜久次さんは「お客さまに良いものを届けたい」と笑顔で語る。あんずを知ってほしいという強い思いが、販売初日5分での完売や、鹿児島から買いに来る人もいることにつながっていると思う。

スタッフの皆さんの日々の管理など、あんずへの熱い思いと愛情が豊かな実を結び、多くの人の心に届いていると強く感じた。

また、ふくつパークスグループでは「あんずで飲むゼリー」や「あんずでシロップ」などオリジナル商品にも力を入れている。さらに、公園内の展望レストラン「玄杏」ではあんずを使ったお菓子などもある。私はジャムを作ったが皆さんの思いが凝縮されているようでおいしかった。

▶あんずの実の選別作業を行うスタッフ

特集

あなたは大丈夫？糖尿病から身を守ろう

日本人の生活習慣病の代表に挙げられる「糖尿病」。その患者数は年々増加しています。放置すると、重篤な合併症を発症することもあります。自分の体の状態を把握して糖尿病の予防や改善を行いましょう。

問い合わせ　市いきいき健康課☎0940･34･3351

糖尿病とは？

糖尿病は、自覚症状がほとんどないまま静かに進行する病気です。また「ただ血糖値が高いだけの病気」ではなく「全身の病気の引き金」ともいわれています。

なぜそのようにいわれているのか、予防のために気をつけておくべきことは何かを知り、糖尿病を予防しましょう。

血糖値が高い状態とは？

食事をすることで体内に入った糖は、小腸で吸収されて血液中に入ります。そして、インスリンというホルモンの働きで筋肉や肝臓、脳などの細胞に取り込まれ、エネルギー源として使われます。このように、健康な人はインスリンの働きで糖をエネルギーに変えることができ、血液中の血糖値が高いままにならないよう調整されています。

しかし、インスリンの量が足りなかったり、うまく働かなくなったりすると、糖が細胞の中に取り込まれず、血液中に残ってしまいます。この状態が「高血糖」です。そして、高血糖の状態が続いてしまう病気が「糖尿病」です。

高血糖がもたらす悪影響

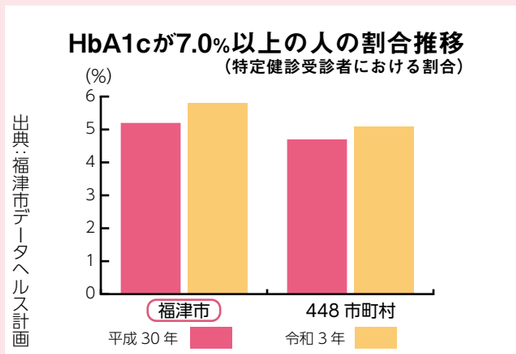
血糖値が高い状態が続くと、血液中に残った糖が血管の内側を傷つけ、血管が痛んできます。血管は全身に張り巡らされているため、神経、目、腎臓、脳など全身の臓器に深刻なダメージを及ぼし、下の図のような合併症を引き起こします。特に脳梗塞や心筋梗塞など命に関わる病気や、生活そのものに大きな影響を与える病気になる場合もあります。高血糖は初期のうちは症状が現れにくく、自覚のないままに病状が進行していることもあります。高血糖のサインを見逃さず、合併症を引き起こさないようきちんと治療し、しっかりと血糖をコントロールすることが大切です。

福津市は血糖値が高い人が多い？

市内では、血糖値の高い人、つまりHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）が7･0％以上の人の割合が年々増加しています。その増え方は県内や全国の同じ規模の市町村と比べても大きいです。症状がないからと油断せず、定期的な健診受診や生活習慣の改善など、早めの対策を心がけましょう。

糖尿病を調べる血液検査

	空腹時血糖値（mg/dl）	HbA1C（%）
正常型	70～109	～5.9
境界型	110～125	6.0～6.4
糖尿病型	126～	6.5～



高血糖は気づきにくい？見逃しやすいサインとは

❶ 多飲（のどが渇く）

尿中のブドウ糖が増加し体内の水分が失われるため、のどが渇く

❷ 多尿

腎臓が余分なブドウ糖を体外に排出しようとするため、頻繁に尿意を感じる

❸ 体重減少

ブドウ糖が細胞に取り込まれずに体外に排出されるため体重が減少

❹ 倦怠感（けんたい）や疲労感

細胞がエネルギーを適切に利用できなず、体全体がエネルギー不足になる

❺ 視覚障害

目の水晶体にブドウ糖が蓄積し、視力が低下する。糖尿病網膜症が進行

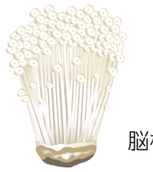
❻ その他の症状

皮膚のかゆみ、感染症の発症リスク増加など

糖尿病の合併症

「しめじ」もあれば「えのき」もある

高血糖の状態が長く続くと、血管が傷つき、全身にさまざまな合併症を引き起こします。これらの合併症が命に関わったり、日常生活に支障をきたしたりする大きな原因となります。



し　神経の症状
手足のしびれ、こむら返り

め　目の症状
網膜症
→失明

じ　腎臓の症状
腎症
→透析

え　壊疽（えそ）
足が腐る

の　脳卒中
脳梗塞、脳出血

き　虚血性心疾患
狭心症、心筋梗塞

糖尿病予防には小まめな運動を

糖尿病の予防や改善には運動が重要な役割を果たします。糖尿病予防のためにどのような運動が効果的か、健康増進室の健康運動指導士・田中英幸さんに聞いてみました。

糖尿病予防には「運動」が重要

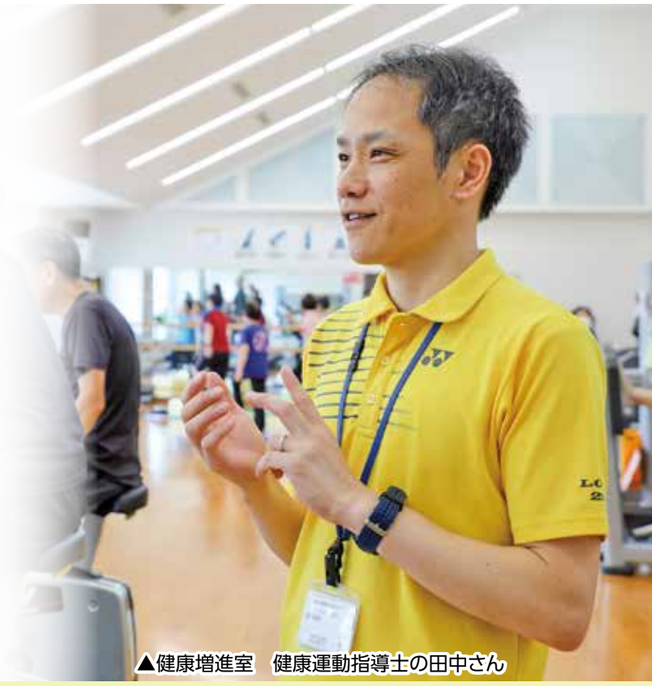
運動をすると、筋肉がエネルギーとして糖を消費します。このとき、インスリンの力を借りなくても血糖値が下がるという仕組みが働きます。つまり、運動は体の中の「自然な血糖コントロールスイッチ」を入れてくれるのです。

さらに、継続して運動を行うと「インスリンの効きが良くなる」「糖を細胞に取り込みやすくなる」「血流が良くなる」など、さまざまな良い効果が期待できます。

小まめな運動が血糖値を下げる

特別な道具やトレーニングは必要ありません。生活の中に「ちょっと動く」を取り入れるだけでいいです。小まめに運動することで、まとめて運動することと同じくらい血糖値が上がりにくくなるという研究結果もあります。「近い場所への移動は、車ではなく徒歩や自転車」「エレベーターではなく階段を使う」「家事をしながら、かかと上げや片足立ちをする」。このような運動をまずは1日のうちどこかで10分、1分間を10回でいいので続けてみてください。

このような運動に慣れてきたら、単に動くのではなく、軽く息が弾むような運動「ニコニコペース運動（有酸素運動）」をすることが大事です。運動の強さを意識することで、より効果的になります。



▲健康増進室　健康運動指導士の田中さん

午後5時以降がお勧めの「健康増進室」

健康増進室では運動支援を行っていて、有酸素マシンや筋力トレーニングマシンなどの設備が充実しています。

また、午後7時以降の利用が1時間200円になる**「アフター7」**も好評です。他にも2カ月で2kgの減量を目指す**「やせナイト講座」**や、日常生活での効果的な歩き方を習得する**「血液サラサラコース」**なども実施しています。興味がある人は問い合わせてみてください。

自宅でできる「ながら運動」

市では、家でできる運動動画を市公式ユーチューブチャンネルで配信しています。ここでは「ながら運動シリーズ」の片足立ちとスクワットを紹介します。「ながら」で運動できるので、ぜひ小まめにやってみてください。

スクワット

▲椅子に腰かけるときや立ち上がるときに行ってみましょう。①の姿勢で5～10秒キープできれば1回だけでもいいので1日に数回行いましょう。爪先と膝を同じ向きにし、立ったときは膝を伸ばすことがポイントです。

片足立ち

▲家事や歯磨きをしながら行ってみましょう。膝を伸ばすことがポイントです。

健康ポイントでお得に運動しましょう

健康増進室での運動を応援する新たな企画「健康ポイント」が4月からスタートしました。利用して、運動して、若返るだけでなくポイントも付いてお得です。ぜひ参加してください。

★特典 30ポイント達成ごとに利用1回無料

内　容	基　準	ポイント	ボーナスポイント
午後5時以降利用	1回ごと	+1	−
いきいきコース	修了	+10	目標値クリアで+5
血液サラサラコース			
やせナイト講座			

ほかにも、イベント参加などでポイントがたまります。
お得に使って、健康寿命を延ばしましょう！

食事の工夫で血糖コントロールを

食事のとり方ひとつでも、血糖値の上昇をゆるやかにすることができます。特に大切なのは、野菜を先に食べること。食物繊維が血糖の吸収をゆっくりにしてくれます。

- **野菜は1日350gを目標に**
- **丼物よりも定食スタイルに**
- **よく噛んで、ゆっくり食べる**

など、できることから始めましょう。

▶市いきいき健康課　廣田保健師

まずは、自分の体を知ることから

糖尿病は、症状が出にくく、気づいたときには進行していることが多い病気です。だからこそ、年に一度の健診がとても大切です。

健診では、血糖値やHbA1cの数値が分かります。「少し高いだけ」と言われた段階で生活を見直すことで、重症化や合併症を未然に防ぐことができます。

家族や自分の将来のためにも「運動・食事・健診」の3本柱で、今から始められることを見つけてみませんか。

特定健診（福津国民健康保険）

対象　30～74歳の福津市国民健康保険に加入している人
費用　500円
内容　集団健診、センター健診、個別健診
※30歳代は集団・センター健診のみ

後期健診（後期高齢者医療保険）

対象　75歳以上の全ての人および、75歳未満で後期高齢者医療制度に加入している人
内容　集団健診、センター健診、個別健診

▶詳しくは市公式ホームページをご覧ください

みるウェル

Your Well-being Journey.
見つける・見つめる ウェルビーイング

福津市未来共創センター「キッカケラボ」の取り組みや市民活動紹介を通して、私とまちの「ウェルビーイング」について、見つめてみませんか。

問い合わせ　キッカケラボ（市地域コミュニティ課）☎42・9071

福津の未来のために、できることを探す「BA-Scool」で学ぶ場づくり

地域の仲間と出会い、暮らしを豊かにする新たなつながりが生まれる場、そんな「場」をつくる人の輪を広げたいという思いから、令和4年度に「場づくりファシリテーター実践塾BA-School（バスクール）」がスタートしました。

令和4年度の第1期から令和6年度の第3期にかけて、合計58人のかたが参加しました。プログラムでは、場づくりの基礎を知るところから始まり、SDGsに関するカードゲームやゲストによる講話を通じて理解を深めます。その後、受講生が自身の「やってみたいこと」と「地域にとって良いこと」を掛け合わせ、場のテーマを設定し、チームに分かれて場づくりを実践します。最終回では、一般参加者を交えた活動の振り返りと、交流の場を設けます。

これまでに、多世代交流、親子の居場所づくり、多文化共生など、さまざまなテーマで実践が行われました。修了後には、自ら市民活動団体を立ち上げたかたや、市民活動を支える役割を担うかたなど、さまざまな場・形で活躍しています。

▲グループに分かれて交流する参加者

現在は、第4期が開講中です。プログラムの一部は、公開講座として誰でも参加が可能です。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

環境掲示板

～ゼロカーボンシティを目指して～

市では2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにするゼロカーボンシティを目指し、環境保全に取り組んでいます。このコーナーでは、市民の皆さんの生活に身近な、ごみや動物、環境に関することをお知らせします。　問い合わせ　市うみがめ課☎62・5019

zero carbon city ふくつゼロカーボン 2050

第20回環境フォーラムを開催します

福津市では、環境保全や「ゼロカーボン」に向けた取り組みを楽しく学べる場として「第20回 環境フォーラム」を開催します。

福津市は、海・山・川・干潟・田園などの豊かな自然環境に恵まれ、これらの自然を未来へつなぐため、市内の環境団体や教育機関がさまざまな活動に取り組んでいます。当日は、各団体による活動紹介の展示や、親子で参加できるワークショップなどを予定しています。地球温暖化や自然災害など、私たちの暮らしに影響する環境課題が深刻さを増す中、持続可能な社会の実現に向けて、私たちにできることを考える機会です。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

日時　9月20日（土）午前10時～午後5時
場所　イオンモール福津　1階センターコートおよび2階イオンホール

▲昨年の環境フォーラムで発表する福間中学校の皆さん

まちの観光イベントを紹介

Pickup Events

日＝日時、日程　定＝定員　¥＝費用
持＝持参物　場＝場所　問＝受付、問い合わせ
☎＝電話番号

ふくつ観光協会

ビーチハウスの「映えスポット」

ハートのオブジェと巨大ウォールアートなど「映えスポット」としてお薦めです。

場福間海岸ビーチハウス
営業時間　午前10時～午後6時

ハーバリウム作り体験

ふっくるの体験プログラム第2弾として、透明な瓶に色とりどりの花々を詰め、専用のオイルで閉じ込めたインテリア「ハーバリウム作り体験」作りを行います。

日9月13日（土）①午前10時30分から②午後1時から
定各時間先着4人　※要予約

▲オリジナルの「ハーバリウム」

場福間駅2階　ふっくる
問ふくつ観光協会☎42・9988

津屋崎千軒なごみ

「世界遺産海と神秘のカードラリー 2025」開催中

好評だった昨年に続き、絵柄を変えて新登場。県内の世界遺産の構成資産やガイダンス施設を楽しみながら巡る「世界遺産海と神秘のカードラリー 2025」を開催。来館、体験プログラムの参加でカードがもらえます。詳しくは特設サイトをご覧ください。

日11月30日（日）まで

なごみガラポン抽選会

駅長おすすめのJR九州ウォーキングの開催に合わせ、ガラポン抽選会を行います。

▲毎年好評のガラポン抽選会

日9月27日（土）午前10時30分～午後1時
場津屋崎千軒なごみ

「津屋崎千軒スタンプトート」購入でドリンク10%割引！

津屋崎千軒を巡るまち歩きがもっと楽しくなる「津屋崎千軒スタンプトート」を1枚300円で販売中。トートバックにスタンプを集めながら、街並み散策をお楽しみください。

また、購入したかたは「なごみカフェ」のドリンクが10%割引となる券がもらえます。

日9月30日（火）まで
問津屋崎千軒なごみ☎52・2122

▲津屋崎千軒各所でスタンプを押そう

運命の一冊

図書館の今月のおすすめ

一冊の本が、ひょっとしたらあなたの人生を変えるかもしれません。約20万冊の本がある市立図書館に、運命の一冊を見つけに来ませんか。　問市立図書館☎42・8000

一般書　「働くことの小さな革命」工藤律子 著　集英社

ポスト資本主義として注目される「社会的連帯経済」。その基盤となるのが市民参加型の地域づくりです。「福津市未来共創センターキッカケラボ」の取り組みも紹介。

小学生向け　「あおのいえ」いとうみく 作　丸山ゆき 絵　童心社

「あおくんちって、なんか複雑だね」と言われて…。僕の家はみんなの家とちょっと違う。みんなの家もほかの家とちょっと違う。さまざま家族のあり方を描いた絵本。

中学・高校生向け　「学校に行かなかった僕が、あのころの自分に今なら言えること」石井しこう 著 大和書房

学校、家族、勉強、進路…。不登校を経験した著者が、過去の自分や今悩んでいる子どもたちに向けて本音で語るメッセージ集。

CD　「ALL SEASONS BEST」コブクロ

代表曲「桜」「蕾（つぼみ）」「Million Films（ミリオン フィルムズ）」「君という名の翼」などの曲を、春・夏・秋・冬のテーマごとに選曲。CD4枚組み、全49曲収録。美しい楽曲たちをご堪能あれ。

市立図書館とカメリアステージ図書館では、毎月さまざまなイベントや講座を開催しています。詳しくは、蔵書検索もできる図書館ホームページをご覧ください。

めざそう

男女がともに歩むまち

性別に関わらず、一人一人が輝ける社会を目指す福津市。このコーナーでは、市や市民の「男女がともに歩む」取り組みを紹介します。

問 市男女共同参画推進室☎43・8116

男女共同参画都市宣言記念講演会を開催

▲講演会講師の神﨑智子さん

市は平成15年9月20日に、県内で3番目となる「男女共同参画都市宣言」を行い「ともに歩むまちづくり基本条例」のもと、男女共同参画の視点に立ったまちづくりを市内外に向けて積極的に発信してきました。学校や地域、職場など、あらゆる場面での意識改革が求められており、誰もが互いを尊重し、対等に活躍できる社会の実現に向けた取り組みは、今後ますますその重要性を増しています。市民一人一人がこの理念を理解し、日常生活の中で実践していくことが大切です。

こうした理念を広く共有するため、市では毎年9月に「男女共同参画都市宣言」を記念した講演会などを開催しています。今年は講師に、認定NPO法人日本BPW連合会副理事長の神﨑智子さんを迎えます。演題は「男女が共に輝く社会へ～キャリアも家庭もあきらめない！40代からのキャリアと暮らしの整え方～」です。

キャリア形成において、20代で挑戦し、30代で専門性を蓄積した後の40代は、自身の経験をもとに“自分らしさ”を確立する時期だといわれています。人生の中間地点に差しかかる40代で、キャリアと家庭の両立を見つめ直し、自分らしいライフデザインを築くことの重要性について語られる講演です。男女問わず、全ての人が自分らしく輝くためのヒントが詰まった、実りある内容となっています。講演の日時や申込方法など、詳しくは24ページをご覧になるか、市男女共同参画推進室までお問い合わせてください。皆さまの参加を心からお待ちしています。

福津防災

備えあれば憂いなし！

もし突然の集中豪雨や大地震に襲われたら…あなたや家族は大丈夫ですか。発生時間が夜中や通勤中だった場合はどう行動しますか。被害を減らすためには、災害を正しく理解し、備えることが大切です。

9月1日は「防災の日」です

毎年9月1日は「防災の日」です。大正12年に発生し、約10万5千人の死者・行方不明者を出した関東大震災を教訓に「一人ひとりが防災への意識を高め、備えることの大切さ」を再確認する日として制定されました。

災害はいつ起こるか分かりません。日頃の備えや心構えが、命を守る力になります。「防災の日」をきっかけに、家庭や職場で防災対策を考え、実践してみましょう。

また、8月30日から9月5日までは「防災週間」です。この期間に、防災用品の点検や避難経路の確認など、できることから始めてみませんか。なお、市では「世界津波の日」（11月5日）に合わせ、一斉防災訓練を毎年実施しています。今年度は11月8日に実施しますので、ぜひ参加してください。

問い合わせ　市防災安全課☎43・8107

相談事例

迷ったら一人で悩まず相談を!

消費生活相談

このコーナーでは悪質商法など実際に起きている、消費生活の問題事例を紹介しています。迷ったり、困ったりしたら、一人で悩まず、相談してください。

相談事例　**高齢者サポートサービスの契約トラブル**

新聞広告を見て「200万円を一括で支払えば、高齢者の生活や葬送支援を受けられる」という事業者と契約。しかし、利用するたびに追加料金を請求され、解約を申し出ると「半額しか返金できない」と言われました。

アドバイス　**契約は慎重に、内容を確認しましょう**

こうしたサービスは、事業者ごとに内容や料金、契約条件が異なります。理解が不十分なまま契約すると、トラブルになる恐れがあります。契約時には、書面で内容を確認し、その場で判断せずに、信頼できる家族や知人、市の社会福祉協議会や消費生活相談窓口に相談するなど、慎重に対応してください。また、国の「高齢者等終身サポート事業者ガイドライン」のチェックリストも参考になります。

問い合わせ　市消費生活相談窓口☎43・8106（毎週月曜・水曜・金曜日の午前9 時～午後4 時）
※県消費生活センター☎092・632・0999 でも、随時相談を受け付けています

なかよし通信

市は、乳幼児の子育てを応援しています。子育て支援アプリ「こどもの国」では市内の子育て施設やサービスなどを紹介しています。

問 市子育て支援センター「なかよし」☎35・8382

▲安心感が広がる交流の場となった「ぽっぽタイム」

多胎児の集い「ぽっぽタイム」

市子育て支援センターでは、年6回、双子や三つ子などの多胎児を育てる家庭を対象に「ぽっぽタイム」を開催しています。わらべうた遊びや絵本の読み聞かせに加え、保護者同士が気軽に語り合えるトークタイムも実施しています。6月の土曜日に開催した際には、多くの父親が参加し、にぎやかな会となりました。トークタイムでは、育児の工夫や「こんなときどうしてる」といった経験談が飛び交い、活発な交流が生まれました。多胎児を育てる皆さん、日頃の思いや悩みを共有してみませんか。

乳幼児の子育て情報コーナー　わ(話)わ(和)わ(輪)

笑って「話」して「和」んで子育ての「輪」を広げませんか。ぜひご利用ください。

①おもちゃ病院

大好きなおもちゃや思い出の詰まったおもちゃ、かつて保護者が遊んだおもちゃで、壊れてしまったおもちゃはありませんか。ドクターが診察して修理します。毎月第3金曜日に実施しています。

日9月19日（金）午後1時～午後3時
場市子育て支援センター「なかよし」
¥1つにつき100円　※部品代が別途必要

②育児講座「なかよし親子ヨガ」

1歳から3歳の子どもと保護者が対象で、ヨガの要素を取り入れて親子で触れ合って遊びます。

日10月16日（木）午前10時~正午
場市子育て支援センター「なかよし」
定先着15人　※要予約
講ヨガインストラクター　池田侑加さん
持飲み物、ヨガマットまたはバスタオル

③育児講座「パパと一緒にぴよぴよタイム」

0歳の子どもとその父親でわらべうた遊びや、絵本の読み聞かせをします。父親同士で子育てについて語り合いましょう。

日10月25日（土）午前10時30分~午前11時20分
場ふくとぴあ　定先着10人　※要予約

①②③の受付開始日　9月2日（火）
①②③の問市子育て支援センター「なかよし」☎35・8382

HAPPY BIRTHDAY!

1歳を迎える赤ちゃんの写真を募集

すくすくふくつっ子 1歳おめでとう

発行月に1歳の誕生日を迎える赤ちゃんの写真を募集。掲載を希望する人はプリントした写真を市子育て支援センター「なかよし」に持参するか、市公式ホームページでも受け付けています。持参の場合、写真はプリントしたものに限ります。データの持ち込みは受け付けられません。

毎号先着12人で、11月生まれの赤ちゃんは9月22日(月)が受付期限です。

受付、問い合わせ　市子育て支援センター「なかよし」（ふくとぴあ）☎35・8382
休館日　月曜日、第2土曜日とそれに続く日曜日、祝日

写真申込フォーム▲

ここなちゃん 福

いろはちゃん 南

ひびきちゃん 福

おとちゃん 上

福＝福間　南＝福間南　津＝津屋崎　上＝上西郷　勝＝勝浦　宮＝宮司　神＝神興　東＝神興東　※郷づくり地域

公共交通

令和7年10月から

西鉄バスの廃線対応について

「ふくつ乗合タクシー（新設）」と「ふくつミニバス（路線変更）」

公共交通は、コロナ禍以降の乗客の減少や乗務員不足など非常に厳しい状況に置かれています。さまざまな地域で廃線や減便が行われています。市も例外ではなく、令和7年10月1日に西鉄バスの路線が廃止されます。この廃線に伴う対応についてお知らせします。

公共交通を未来へつなぐために、ぜひ日常の外出に公共交通を利用してください。

問い合わせ　市都市計画課☎0940･62･5036

西鉄バスなどの廃線の状況（令和７年9月現在）

ふくつミニバスの変更

〈 上西郷線 〉

〈 津屋崎線 〉

運転士随時募集

路線バス事業者、タクシー事業者では、運転士を随時募集しています。興味があるかたは、各事業者へ問い合わせてください。

公共交通の現状と課題

近年、コロナ禍の影響や乗務員不足によって、全国各地で公共交通の廃止・減便が相次いでいます。市でも令和7年4月1日に宮若市コミュニティバス「福間線」が廃止され、同年10月1日に西鉄バス「津屋崎～鐘崎線」の一部1-2系統「神湊波止場～津屋崎」の廃止が予定されています。また1-2系統「津屋崎橋～光陽台六丁目間」の存続区間については、条件付き運行のため、利用者が増えなければ近い将来廃止の可能性があります。

西鉄バスの一部廃線対応

市は西鉄バスの一部廃線の対応として「ふくつ乗合タクシー」を新設し「ふくつミニバスの路線・ダイヤ変更」を10月から行います。変更になった時刻表は広報ふくつ10月号に折り込み、全世帯に配付します。また、9月中旬以降に主要施設でも配布する予定です。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

ふくつ乗合タクシー新設

運休日　日曜日・祝日、12月31日～1月4日

乗車定員　8人　※定員を超える乗車希望は対応できません

料金　勝浦浜～福津市文化会館前（区間1）300円、区間1～JR福間駅みやじ口400円

※回数券制度があります

停留所　勝浦浜－東－勝浦局前－奴山口－新町－塩浜公民館前－塩浜口－大石下－五反田－津屋崎小学校前－福津市文化会館前－JR福間駅みやじ口

※福津市文化会館前は往路は降車のみで、復路は乗車のみ

ふくつミニバスの路線変更

津屋崎線（全7便）　①始発が「JR福間駅みやじ口」午前7時35分発②新たに「津屋崎小学校前」「ゆめマート津屋崎前」などを経由③「夕陽館」「教安寺前」「新海」は経由しません　※「新海」は1便と7便は経由します

上西郷線　①上西郷方面が1便増え全5便②東福間方面が1便減り全4便③バス停「なまずの郷」「けんじえん前」を追加し、「今西」「上西郷公民館前」は廃止します

勝浦線、東福間・若木台線　ダイヤのみ調整し、路線に変更はありません。

information

情報広場

市や国、県などからのお知らせのコーナーです。市外局番を省略しているもの（福津市・宗像市）は0940です。

市役所代表電話☎42・1111

相談

こころの健康相談をご利用ください

毎月1回、こころの健康相談を実施しています。

自分のことはもちろん、家族の気になることなど気軽にご相談ください。相談は精神保健福祉士が受け、秘密は固く守られます。

日 9月22日（月）午後2時～午後4時　※1人1時間
場 ふくとぴあ
定 2人　※要予約
期 9月16日（火）
問 市いきいき健康課（ふくとぴあ内）☎34・3351

認知症に関する講座を開催

認知症の症状に気づき始めたかたの家族を対象とした講座です。認知症の理解を深め、接し方や支え方を学びます。本人が抱える不安や悩みを理解し、安心して支えあうヒントを見つけましょう。

日 9月17日（水）午後2時～午後3時30分
場 市立図書館
定 20人　※要予約
期 9月11日（木）
問 市地域包括支援センター☎43・0787

音訳初歩講座を開催

視覚障がいがあるかたのために市の広報紙など、活字で書かれた情報を「音声」に置き換えて伝える音訳を学びませんか。

日 9月19日（金）午後1時～午後3時30分
場 ふくとぴあ
定 10人　※要予約
¥ 無料
演 元NHKアナウンサー 原田 徹さん
受 電話

簡易裁判所調停委員による無料相談会を開催

交通事故、金銭、不動産、離婚、相続など、調停委員が相談を受け、秘密は固く守られます。

日 ①9月6日（土）②9月12日（金）　※①②いずれも午前10時～午後3時
場 ①宗像ユリックス（宗像市）②市役所
問 宗像簡易裁判所内宗像調定協会☎36・2024

学校相談会を開催

学校生活に関する相談や進路相談などを受ける学校相談会を開催します。相談は元高校教諭などが受けます。

日 9月22日（月）午後7時から
場 福間会館
問 福間会館☎42・0604

講座・イベント

傾聴研修会を開催

「聴く」ことは、コミュニケーションの第一歩です。人の話を真摯に受け止め、共感する「傾聴」は家庭や職場、地域活動での信頼づくりに役立ちます。

「市傾聴ボランティア ほほえみ」が主催するこの研修会では「聴き方」の基本から楽しく学べます。特に、高齢者福祉に関わる「傾聴ボランティア」を志す人にとっては必須の研修会です。良い人間関係をつくる「傾聴」を学んでみませんか。

日 9月26日（金）午前10時～午後4時
場 ふくとぴあ
定 先着40人
内 午前10時～正午「傾聴を知る（初めてのかた向け）」、午後1時～午後4時「傾聴の実践」
¥ 無料　※昼食は各自
演 合同会社アウエフキャリア代表・キャリアカウンセラー 田島聡子さん
期 9月17日（水）
問 市社会福祉協議会☎34・3341、Mfukushi@fukutsu-shakyo.or.jp

人物歴史講座「海舟行蔵は我にあり」を開催

勝海舟は、幕末期に活躍した再来年の大河ドラマ主人公・小栗忠順のライバルであり、日本の夜明けを築いた偉人の1人です。

本講座では、勝海舟の魅力について話します。

日 10月18日（土）午前10時30分～午後0時30分
場 市立図書館
定 先着50人
¥ 無料
演 篠栗町図書館元副館長 今長谷照子さん
受 窓口または電話
期 9月18日（木）午前10時から
問 市立図書館☎42・8000

100歳 おめでとうございます

令和8年3月31日までに100歳を迎える人を紹介します。

山脇 鶴松（東町2区）	田中 キクノ（原町3区）		
松本 ユリ子（八並区）	西本 ノブコ（若木台6区）		
柿内 ヒデ子（星ケ丘区）	長阿彌 美穂子（通り堂区）		
高田 一友（宮司2区）	中山 仙祐（花見1区）		
山口 一（日蒔野5区）	岩見 馥（宮司ケ丘区）		
徳永 静枝（塩浜区）	今丸 玉代（内殿区）		
井上 正枝（大和1区）	古野 和子（新東区）		
濱崎 トミエ（原町1区）	大森 シズヨ（原町3区）		
柴田 明（善福区）	森 豊（宮司2区）		
増田 ノブヨ（在自区）	伊藤 道廣（光陽台1区）		
天野 ヨシノ（勝浦浜区）	坂根 ヒデコ（宮司3区）		

※敬称略、生年月日順、掲載希望者のみ　8月4日現在
問 市高齢者サービス課☎43・8298

<有料広告>

まるなの不動産　不動産の無料相談

売却無料査定　相続無料相談　リフォーム増改築
空き地活用　アパート店舗建築　お家の修理修繕
不動産買取　賃貸管理・売買　お庭の管理

不動産のお困り事なんでも解決いたします！
創業明治30年　福岡県知事免許(8)第11928号
長崎材木店リアルエステート
古賀市天神5丁目10番3号
『不動産の無料相談したいのですが』とお気軽にお電話ください。
クイック　キューキューニ
0120-919-992

マイナンバーカード保有状況

保有枚数率（6月30日時点）

福津市	県平均（町村を除く）
83.9%	78.7%

マイナンバーカードの出張申請を市内の施設で行います

市では、市内の病院および福祉・介護施設を対象に、マイナンバーカードの出張申請を行っています。希望する場合は、施設の代表のかたからの申し込みが必要です。

日 時　平日開庁日の午前10時～午後4時　※年末年始を除く
対 象　以下の条件に該当する市民のかた
①対象施設に入院・入所中で、マイナンバーカードの取得を希望するかた
②初めてマイナンバーカードを作るかた
③有効期限満了による更新のかた　※有効期限の3カ月前の翌日から手続きができます
持参物　①申請者の本人確認書類　※マイナンバーカードや運転免許証などの顔写真付き本人確認書類であれば1点、健康保険証や資格確認書などの顔写真無しの本人確認書類の場合は2点必要です　※有効期限のある書類は、有効期限内のもの
②国から届いた有効期限通知書　※持っているかたのみ

イオンモール福津でマイナンバーカードの申請サポートを行います

住民登録のあるかたを対象に、イオンモール福津でマイナンバーカードの申請サポートを行います。なお、電子証明書の更新や代理人による申請はできません。

日 時　9月13日（土）～9月15日（月・祝）午前10時～午後5時
場 所　イオンモール福津2階　ユニクロ前広場
持参物　①本人確認書類　※出張申請と同じ
②国から届いた有効期限通知書　※持っているかたのみ

問い合わせ　市市民課（マイナンバー専用ダイヤル）☎62・6074
受付時間　午前8時30分～午後5時　※土曜・日曜日、祝日を除く

<有料広告>

きたきゅう
宝くじ付定期預金 七福神
お取扱期間：2025年6月2日（月）～2025年10月31日（金）
好評につき第2弾　最長3年間毎年進呈！　スマホでもお預入れできます！
お預入れ金額100万円ごとに5枚の年末ジャンボ宝くじ（連番）を進呈！
さらに お預けいただいた預入金額に応じて年末ジャンボ宝くじ（連番）を追加進呈！
※進呈する宝くじは保護預り方式とし、宝くじ現物の進呈はいたしません。

□商品概要◎ご利用いただける方：個人の方◎お預入れ金額：100万円以上◎お預入れ期間：1年（自動継続）◎窓口または当行ホームページに説明書がございます。◎くわしくは窓口までお気軽におたずねください。※宝くじの進呈については毎年10月末日の残高に応じた宝くじを進呈いたします。※ATM、インターネット・モバイルバンキングサービスによるお取扱いはできません。
●お問合わせ先 北九州銀行コールセンター フリーダイヤル 0120-880643
受付時間／9:00～17:00（銀行休業日は除きます）
または、お近くの北九州銀行まで
YMfg　北九州銀行
2025年6月2日現在

市民グラウンドゴルフ団体戦と初心者教室を開催

団体戦

日 10月18日(土)午前9時～正午　※予備日は10月25日(土)
場 なまずの郷
対 市内在住、在勤のグラウンドゴルフ愛好者
定 40団体　※1団体5人、要予約
¥ 1団体千円
持 ボール、スティック
期 9月27日(土)

初心者教室

　ボール、スティックを持っていない人は申し出があれば貸し出せます。
日 10月20日(月)、10月24日(金)、10月27日(月)、10月31日(金)、11月7日(金)、11月10日(月)各日午前9時～午前11時
場 なまずの郷
対 市内在住の人
定 30人　※要予約
内 ①ルール、マナーについて②スコアカード記入方法、実技指導③競技形式での実技教習
¥ 無料　※保険は各自で加入
期 10月2日(木)
問 市グラウンドゴルフ協会 永野さん☎、F52・4706

認知症家族介護者の交流会を開催

　介護者同士で話し合い、介護のヒントや悩みを共有しませんか。
　認知症の本人同士が交流できる場もあります。
日 9月30日(火)午後1時～午後2時30分
場 ふくとぴあ
定 先着15人　※要予約
期 9月24日(水)
問 市地域包括支援センター☎43・0787

枝豆狩り交流会を開催

　宗像市認定農業者協議会主催の秋の風物詩「枝豆狩り交流会」を開催します。荒縄1本で縛れるだけの枝豆茎を持ち帰りできます。
日 10月11日(土)午前10時～午後2時　※受け付けは午前10時から、少雨決行。中止の場合は当日午前8時になかった地域農業活性化機構ホームページでお知らせします。
場 宗像市多目的運動広場付近の大豆畑(宗像市)　※駐車場は玄海地区コミュニティセンター隣
¥ 荒縄代700円　※荒縄の購入制限なし
持 せん定ばさみ、軍手、長靴、汚れても良い服装、収穫した枝豆を入れる袋(販売あり)
問 むなかた地域農業活性化機構☎36・7883

第31回宗像教職員文化作品を開催

　福津・宗像市の小・中学校、高校の教職員やその卒業生の絵画、彫刻、写真など、日常生活や教育現場の中から生まれたいろいろな作品を展示しています。
日 9月20日(土)～9月27日(土)午前10時～午後5時　※20日(土)は午後1時から、27日(土)は午後4時まで。また、22日(月)は休館日です
場 宗像ユリックス(宗像市)
¥ 無料
問 宗像教職員文化作品展実行委員会事務局☎36・2203

SDGsのキッカフェ「山で気づいた、命のこと。～狩猟とジビエの本当の話～」を開催

　SDGsのキッカフェは、SDGsをより身近に感じ、日々の暮らしで生かすためのフランクな学びの場です。今回の話題提供者はNPO法人赤とんぼの北條大助さんです。狩猟の現場での気付きと、命を余さず使うジビエの取り組みについての話を聞きながら、自然とのつながりや食・資源の生かし方を一緒に考えてみませんか。
日 9月19日(金)午後7時～午後8時30分
場 キッカケラボ(市未来共創センター)
定 先着16人
¥ 無料
受 氏名、電話番号、メールアドレスを電話、メール、来館のいずれかで伝えてください
託 生後5カ月以上の未就学児、1人300円、9月11日(木)までに要予約
問 キッカケラボ(市未来共創センター)☎42・9071、M292machilab@gmail.com

<有料広告>

2025年 エコキュート工事費コミコミ 最大17万円補助金貰える!
実質価格 補助金を引いた価格 257,000円～297,000円
エコキュート専門店 日本設備㈱ 中日設備
福岡県糟屋郡宇美町宇美2-7-22-102
TEL：092・692・7776

マトバ不動産株式会社
福津市の不動産のことはお任せください!
TEL.0940-39-3525
マトバ不動産 検索
福間駅より徒歩約4分
福津市日蒔野4丁目1-12
福岡県知事(3)第17116号
(公社)全日本不動産協会会員
(公社)不動産保証協会会員

9月10日は「下水道の日」

　下水道は、普段目に見えませんが、私たちの安全で快適な生活に欠かすことのできない大切な施設です。下水道を正しく使いましょう。

下水道工事に関すること 問 市下水道課☎62・5069
上下水道の使用開始・中止・使用料などに関すること 問 宗像地区上下水道料金センター☎62・0026

下水道に接続しましょう

　公共下水道が整備され、下水道を使用できる区域になった家庭や事業所は、法令によって下水道に接続することが義務付けられています。まだ接続していない場合は、早めに接続をお願いします。なお、下水道に接続する工事は、市が指定する「下水道排水設備指定工事店」しか施工できません。
下水道を使用できる区域や、工事の進め方、指定工事店については、市公式ホームページを確認するか、市下水道課に問い合わせてください。

下水道管の詰まりを防ぎましょう

　現在、雑巾やモップなどの掃除用具が原因で、下水道管が詰まる事案が多く発生しています。水に溶けないものを流すと、汚水の逆流や排水設備の故障などの被害につながる恐れがあります。
　家庭での排水時には、以下のようなものを流さないよう、十分ご注意ください。

○排水口への油類や固形物
　食べ残し、調理後の油類、風呂・洗面台での大量の髪の毛や石けんなど

○トイレへの異物
　トイレットペーパー以外のウエットティッシュや紙おむつ、生理用品などの水に溶けないもの

○使用後の燃料類
　爆発や火災など重大な事故につながる危険がある灯油などの可燃物

▲下水道設備に詰まった異物

▲詰まった異物を取り除く撤去清掃作業

井戸水を使っているかたへ

　井戸水を使っているかたで、その汚水・雑排水を下水道に流す場合は、下水道使用の届け出と、世帯人数に応じた下水道使用料の納付が必要です。井戸水と上水道を併用している場合は上水道分に井戸水分を加算して下水道使用料の納付が必要です。井戸水分の下水道使用料を納付していない場合、井戸水による下水道の使用の開始や中止をする場合は、宗像地区上下水道料金センターへ連絡してください。また、世帯人数に変更があった場合も料金が変わる可能性があるため、連絡をお願いします。

<有料広告>

処分に困ってる土地ありませんか？
相続登記の法改正も始まってます！
●雑種地　●原野　●山林等　建築不可の土地OK!
査定、ご相談無料！　市報を見て～とお気軽にお電話ください♪
株式会社エルサポート L-support Co., Ltd.
福岡市博多区博多駅東1-10-8　6F
【TEL 092－433－0320】
福岡県知事（1）第20115号　福岡県宅建協会加盟　www.https://erusapo.co.jp/

「福津市男女共同参画都市宣言」記念講演会を開催

「40代からのキャリアと暮らしの整え方」というテーマで講演会を開催します。講師は、認定NPO法人BPW連合会副理事長の神﨑智子さんです。

日 9月20日(土)午後1時30分～午後3時30分
場 市役所
定 40人
受 メール、申し込みフォーム
※氏名、住所、電話番号、メールアドレス、託児の有無を記載
託 生後5カ月以上の未就学児、1人300円、7日前までに要予約
問 男女共同参画推進室☎43・8116、M danjo@city.fukutsu.lg.jp

宮司コミュニティセンターのイベント案内

みやじ歌声喫茶
毎月第2・第4水曜日に開催しています。昭和歌謡や童謡、ポップスを歌いましょう。今月は9月24日が休館日のため9月25日に開催します。
日 9月10日(水)、9月25日(木)午後2時～午後4時
¥ 賛助金として100円

うみがめ室内管弦打屋コンサートin宮司
毎月第3月曜日に開催します。今月のテーマ「生き物」に沿ってアニメ・ポップスから本格的なクラシックまで生演奏でお届けします。
日 9月15日(月・祝)午前11時から
¥ 500円
問 宮司コミュニティセンター☎52・5901

お知らせ

屋外広告物適正化旬間(じゅんかん)のお知らせ

国土交通省では、毎年9月1日から9月10日までを「屋外広告物適正化旬間」とし、屋外広告物の適正管理の促進に向け、企業や国民の意識啓発を図っています。

この期間中、全国各地で、看板の点検パトロールや市民のかたがたとの意見交換など、創意工夫を凝らした取り組みが行われます。

市では、地域の特性に沿った独自のルールを定めた「福津市屋外広告物条例」を制定して、適正化旬間の期間中は、市および地域ボランティア団体による違法広告物の撤去(簡易除却)を行う予定です。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

問 市都市計画課☎62・5036

カメリアステージ図書館蔵書点検による臨時休館のお知らせ

館内資料の総点検のため、次の期間、休館します。休館中に借りた本や視聴覚資料は市立図書館に返却できます。また図書のみの返却は、本のポスト(市立図書館・カメリアステージ図書館・JR福間駅)を利用してください。

詳しくは市立図書館ホームページをご覧ください。

日 10月2日(木)～10月7日(火)
※カフェと歴史資料館は通常通り開館しますが、雑誌と漫画の閲覧はできません
問 カメリアステージ図書館☎72・1207

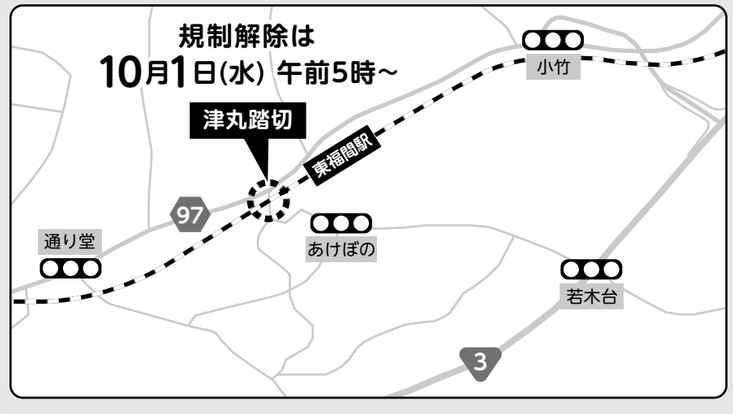
情報公開制度の運用状況

この制度は市が保有する情報を公開し、広く市政に関する知る権利を保障することで、市政への参加や監視を促進し、市民生活の維持・向上を図り、開かれた市政の実現を目的としています。令和6年度の運用状況は次のとおりで、非公開には文書不存在を含みます。

情報公開請求件数 142件

津丸踏切 改良工事は9月末で完了します

歩行者の通行空間を確保するために実施していた津丸踏切の拡幅工事が、令和7年9月末をもって完了します。長期にわたる交通規制でご迷惑をお掛けしていましたが、令和7年10月1日(水)午前5時から、車両通行止めの規制を解除します。
問 市建設課☎62・5062



募集

「男性料理教室(肉料理編)」の参加者を募集

塩分控えめでも満足感たっぷりの肉料理を調理してみませんか。味付けのこつや適塩の工夫も伝えます。料理が初めてのかたも大歓迎です。

日 9月26日(金)午前10時～午後1時30分
場 ふくとぴあ
対 市内在住の男性
定 24人　※要予約。申し込み多数の場合は、初参加の人を優先
¥ 材料費として1人500円
持 エプロン、マスク、三角巾、布巾2枚、筆記用具
期 9月16日(火)
問 市食生活改善推進会事務局(いきいき健康課内)☎34・3351

「スマソルレシピ料理教室」の参加者を募集

主食・主菜・副菜・デザート全てそろって塩分2・5g以下の献立を予定しています。適塩のポイントを学びながら、楽しく調理しましょう。

日 9月18日(木)午前10時～午後1時30分
場 ふくとぴあ
対 市内在住の人
定 20人　※要予約。申し込み多数の場合は、初参加の人を優先
¥ 材料費として1人500円
持 エプロン、マスク、三角巾、布巾2枚、筆記用具
期 9月8日(月)
問 市食生活改善推進会事務局(いきいき健康課内)☎34・3351

「津屋崎ハマボウの会」のサポーター募集

夏の盛りに黄色い花を咲かせるハマボウは、見た人の心を涼しくしてくれます。このハマボウの保全活動として、下草刈り作業などに協力してくれるサポーターを募集しています。

日 毎月第2土曜日午前9時から　※1時間程度
場 津屋崎浄化センター前集合
問 津屋崎ハマボウの会 山下さん☎52・1201

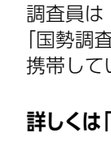
決定状況

全部公開25件、部分公開76件、非公開39件、取り下げ2件

公開等の決定に係る審査請求内容と件数

部分公開決定に対する審査請求　1件
問 市総務課☎43・8196

5年に一度、全員参加の統計調査
令和7年 国勢調査を実施します



国勢調査2025

○国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいる全ての人と世帯が対象です。
○9月下旬から、調査員が皆さんの家を訪問し、調査書類を配ります。
○国勢調査の結果は、国や地方公共団体だけではなく子育て支援や防災対策のほか、企業による利用など、私たちの身近な暮らしに使われています。

インターネット回答期間
9/20(土)→10/8(水)

調査票(紙)での回答期間
10/1(水)→10/8(水)

かたり調査(不審な電話や訪問)にご注意ください

調査員は「国勢調査員証」を携帯しています。

・国勢調査では、金銭を要求することはありません。また、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号を尋ねることもありません。
・国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メール・ウェブサイトなどにご注意ください。不審に思った際には、市経営戦略課にお知らせください。

詳しくは「国勢調査2025 キャンペーンサイト」をご覧ください。
国勢調査2025 キャンペーンサイト 二次元コード▶

問い合わせ　市経営戦略課(国勢調査実施本部)☎62・5020

指定管理者を募集

市では、次の施設について、令和8年度からの指定管理者を募集します。

なお、指定管理者候補者は10月に決定し、議会の議決後、指定管理者を決定します。

応募資格・応募方法など詳しくは、市役所で配布する各募集要領もしくは市公式ホームページをご覧ください。

福津市営自転車等駐車場及び自動車駐車場

募集期間　9月29日(月)～10月3日(金)午前9時～午後4時

指定の期間　令和8年4月1日(水)～令和13年3月31日(月)　※5年間を予定

見学会　9月19日(金)午前10時から　※9月16日(火)までに要予約

問市建設課☎62・5037

福津市学童保育所

募集期間　9月18日(木)～9月30日(火)午前8時30分～午後5時　※金曜日を除く

指定の期間　令和8年4月1日(水)～令和12年3月31日(日)　※4年間を予定

見学会　9月8日(月)～9月11日(木)の間を予定　※9月3日(水)までに要予約

問市こども課(市児童センターフクスタ内)☎43・8124

「市町村対抗福岡駅伝選手選考会兼長距離記録会」の参加者を募集

筑後広域公園で11月16日に開催予定の市町村対抗福岡駅伝に、市代表として出場する選手の選考会兼長距離記録会を開催します。少雨決行です。

日9月7日(日)、9月28日(日)

場みずがめの郷　※管理事務所前で午前9時30分から受け付け

対市内在住の高校生以上

¥無料

持シューズ、ウエア

問市陸上競技協会阿部さん☎52・0507

津屋崎千軒古民家の次期運営者を募集

市では、津屋崎千軒古民家を活用した事業運営者を募集します。

運営形態は、津屋崎の歴史的街並みに調和する軽喫茶、飲食、物販などを想定しています。　運営者は古民家の空間を活用し、多種多様な人材とともに共同運営を行うこともできます。応募資格など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

運営期間　令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)　※最長で令和11年3月31日まで継続して運営できます

運営者の決定方法　選考会

期9月26日(金)午後5時

問市観光振興課☎62・5014

バドミントン初心者教室参加者を募集

経験の有無を問わず、誰でも参加できます。

日10月2日(木)、10月9日(木)、10月16日(木)、10月23日(木)　各日午前10時～正午

場福間体育センター

定10人程度

¥2千円

持運動しやすい服装とシューズ　※ラケットは貸し出しできます

問下川さん☎090・5943・7281、山口さん☎090・2965・8245

藍の家 日記

定例藍染め体験

藍の葉っぱで叩き染めをした後、正藍染でバンダナを染めます。

日9月6日(土)午前10時～午後0時30分

定先着5人 ※要予約　¥4千円　持ビニール手袋・エプロン

津屋崎地区　五大祭写真展

津屋崎地区で、9月9日金刀比羅神社にはじまり、縫殿神社、豊山神社、宮地嶽神社、波折神社と続く秋季大祭の写真展です。

日9月6日(土)～ 9月23日(火・祝)

オカリナグループ　カモミール演奏会

オカリナ、ピアノ、ギターの演奏など、叙情歌やポップスなどの曲を演奏します。楽しい時間を過ごしましょう。

日9月27日(土)午後1時30分～午後2時30分

生け花体験

草月流師範の小林信鶴さんと季節の花を生けましょう。

日9月28日(日)午後2時～午後3時30分　定先着6人 ※要予約

¥2千円 ※花は持ち帰れます

問津屋崎千軒民俗館 藍の家　☎、FAX52・0605

● 開館時間　午前10時～午後4時(日曜日は午前10時～午後5時)

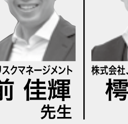
<有料広告>

女性向け 参加無料

【未来を楽しむマネーセミナー】
～今も将来も輝くためのお金の秘訣～

お金の基本 100年時代のライフデザインの考え方
お金のふやし方 具体的にどのような方法で、実例をもとにご案内
お金の守り方 お金を減らさないための仕組みづくり

日程 10/4(土)
午前 10:30～12:30(受付10:00)
午後 14:00～16:00(受付13:30)
定員:各回15名

講師


株式会社Jリスクマネージメント 門前 佳輝 先生
株式会社Jリスクマネージメント 樗木 弘道 先生

会場 宗像ユリックス(会議室1) 無料駐車場完備(P1が最寄りです)

参加者全員にプレゼント！

治一郎のバウムクーヘン(高さ約4cm)

【主催】マネ活美人アカデミー(株式会社広研内)
Tel 092-715-8571(平日9:30～17:00)
お申し込みはWEBまたはお電話で
※お連れ様は男性可 ※お子様連れは不可
協力:マニュライフ生命

・本セミナーはファイナンシャルプランナー資格を持った保険代理店社員が講師を務めます。
・希望者に限り個別相談実施には、保険のアドバイス・ご提案をさせて頂く場合があります。

訓練生を募集

厚生労働省の建設労働者育成支援事業で、求職者が無料で建設機械オペレーターの資格が取得できる訓練生を募集します。詳しくは厚生労働省建設労働者育成支援事業ホームページをご覧ください。

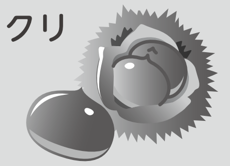
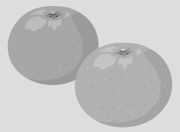
¥無料

期9月16日(火)

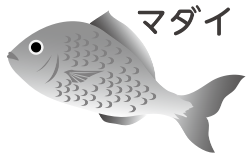
問建設業振興基金☎092・260・1911

農水産物直売所で福津の旬と出会おう　9月のおすすめ！

あんずの里市　トルコギキョウ

ふれあい広場ふくま　クリ、極早生温州(ごくわせうんしゅう)



お魚センターうみがめ　ヤリイカ、マダイ



※天候などによって、収穫時期がずれる場合がありますので、詳しくは、電話で問い合わせてください。

問あんずの里市☎52・5995、ふれあい広場ふくま☎43・7790、お魚センターうみがめ☎52・1939、福津いいざい☎72・6333

Public Relations ふるさと福津の情報たっぷり
広報ふくつ 9

7月中のひとの動き　7月末現在

出生42人 死亡78人 転入284人 転出155人

内訳		前月比	前年比
■人口(人)	69,439	+93	+350
男性(人)	32,864	+25	+149
女性(人)	36,575	+68	+201
■世帯数(世帯)	30,880	+52	+433

編集後記

先日、津屋崎祇園山笠を取材しました。真剣なまなざしで準備や運営に取り組まれる姿から、この行事に込められた思いと地域の絆の強さを改めて実感しました。

広報紙では、福津の「今」を丁寧にお届けしていきたいと思っています。日々の暮らしに寄り添う話題として、身近に感じてもらえたらうれしいです。　久保寺

広報ふくつへの感想やご意見をお寄せください

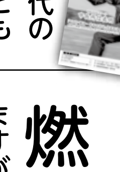
いただいた感想やご意見は、下の「好いとお！福津」に掲載したり、より良い広報紙づくりの参考とさせていただきます。たくさんの感想、ご意見をお待ちしています。

好いとぉ！福津

Readers Voice 読者の広場

読者の声を中心に、市民の皆さんの広報ふくつの感想や市政へのご意見、ふるさと福津への思いや日々の生活のことを掲載するコーナーです。

広報ふくつ7月号の感想



子育てしやすい環境を願って

市長所信表明「次世代の人材育成」で、子ども医療費助成の拡充を表明したことに、子育て世帯の一人として感謝しています。慢性疾患を抱えて複数の診療科を受診する子どもや多子世帯では、医療費の負担が重く、本当に大変です。子育てしやすい環境づくりがもっと進むことを願っています。(匿名)

ご意見ありがとうございます。慢性疾患を抱える子どもや多子世帯の医療費負担について、子育て世帯の皆さんが日々直面されている現実を、広報としても理解を深めながら、今後も丁寧で分かりやすい情報発信に努めていきます。

メールでの問い合わせ

ごみの収集時間

燃えるごみは午前6時30分までにと言われていますが、収集が午前7時過ぎになることもあります。カラス被害があり、生ごみは厚手の袋で何重にも包んでいます。収集時間と出し方について、再度、案内をしてもらえますか。(匿名)

収集は午前6時30分から始まりますが、場所や量で変動します。ごみは収集日の当日、収集開始までに出してください。再回収はできません。カラス対策には、蓋付きポリバケツや、袋をしっかり覆える目の細かいネットの利用をお薦めします。市民の皆さまが安心してごみを出せるよう、今後も周知と環境づくりに努めていきます。

9 2025 SEPTEMBER

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
	朝市情報 津屋崎漁港 朝市 津屋崎漁港 毎週日曜日 午前7時から ※天候などにより中止になる場合があります。 問い合わせ 宗像漁協津屋崎支所☎52-0053	公設分別ステーションの今月の開設日 7日(日)、13日(土)、21日(日)、27日(土) 時間 午前10時～午前11時50分、午後1時～午後3時50分 場所 公設分別ステーション(ハーモニー広場) 剪定(せんてい)くず・草ステーションの今月の開設日 6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土) 時間 午前9時～午前11時50分、午後1時～午後2時50分 場所 林田産業グリーンリサイクルセンター 問い合わせ 市うみがめ課☎62-5019	クーリングシェルター (指定暑熱避難施設) 熱中症特別警戒アラート発表時にはご利用を。 詳しくは市公式ホームページをご覧ください▶	熱中症にご注意ください!! 室内や夜間でも多く発生しています。 適切にエアコンを使用しましょう!	津屋崎行政センターでオンライン相談開設中 タブレット端末の画面を通して、市役所での手続きの困り事などを相談できます。 問い合わせ 市津屋崎行政センター☎52-1234
	●**納期限**(市県民税・森林環境税 第2期、国民健康保険税 第3期、介護保険料 第3期、後期高齢者医療保険料 第2期) ●**市議会9月定例会開会** 9月24日(水)閉会予定 **1**	**2**	●**シルバー人材センター入会希望者説明会** ふくとぴあ 午前10時～正午 **3**	**4**	**5**	●**剪定くず・草ステーション開設日** ●**ふくま郷づくり松林保全活動** ビーチハウス前海岸松林 午前8時～午前9時 ●**津屋崎郷づくり松林保全活動** 天神町～東町1区海岸松林 午前8時～午前9時 **6**
●**公設分別ステーション開設日** ●**宮司郷づくり松林保全活動** 宮地浜交差点前海岸松林 午前7時30分～午前8時30分 **7**	**8**	**9**	**10**	●**献血** 福津市役所 受付 午前10時～午後3時30分 **11**	**12**	●**剪定くず・草ステーション開設日** ●**公設分別ステーション開設日** ●**津屋崎郷づくり松林保全活動** 天神町～東町1区海岸松林 午前8時～午前9時 ●**マイナンバーカード申請サポート** **イオンモール福津 午前10時～午後5時** **13**
●**マイナンバーカード申請サポート** **イオンモール福津 午前10時～午後5時** **14**	敬老の日 **15**	**16**	●**シルバー人材センター入会希望者説明会** ふくとぴあ 午前10時～正午 **17**	**18**	●**食育の日** 「家族みんなで食事を楽しみましょう」 **19**	●**剪定くず・草ステーション開設日** ●**津屋崎郷づくり松林保全活動** 天神町～東町1区海岸松林 午前8時～午前9時 **20**
●**公設分別ステーション開設日** **21**	**22**	秋分の日 **23**	**24**	**25**	**26**	●**剪定くず・草ステーション開設日** ●**公設分別ステーション開設日** ●**ふくま郷づくり松林保全活動** 花見の里海岸松林 午前8時～午前9時 ●**津屋崎郷づくり松林保全活動** 天神町～東町1区海岸松林 午前8時～午前9時 **27**
●**電子証明書の更新、マイナンバーカード交付** (マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書が届いている人のみ) 市市民課　受付 午前9時～午後5時 **28**	**29**	●**納期限**(国民健康保険税 第4期、介護保険料 第4期、後期高齢者医療保険料 第3期) **30**	**10/1**	**10/2**	**10/3**	●**剪定くず・草ステーション開設日** ●**ふくま郷づくり松林保全活動** 西福間4丁目海岸松林 午前8時～午前9時 ●**津屋崎郷づくり松林保全活動** 天神町～東町1区海岸松林 午前8時～午前9時 **10/4**
●**公設分別ステーション開設日** ●**宮司郷づくり松林保全活動** 宮地浜交差点前海岸松林 午前8時～午前9時 **10/5**	**10/6**	**10/7**				

公共施設の休館日　※【　】は10月上旬の休館日

- **中央公民館**／1日、8日、16日、22日、29日、【6日】
  - **キッカケラボ(未来共創センター)**／1日、7日、8日、14日、16日、21日、22日、28日、29日、【5日、6日】
- **宮司運動ホール**／1日、8日、16日、22日、29日、【6日】
- **市立図書館**／1日、8日、16日、22日、25日、29日、【6日】
- **宮司コミュニティセンター**／2日、9日、16日、24日、30日
- **健康福祉館(ふくとぴあ)**／13日、14日
- **津屋崎千軒なごみ**／9日、24日
- **カメリアステージ**
  - **カメリアホール**
    大規模改修工事のため休館
  - **図書・歴史資料館**
    2日、9日、16日、24日、25日、30日、【7日】
- **福間会館**／6日、7日、13日～15日、20日、21日、23日、27日、28日、【4日、5日】
- **福間・津屋崎体育センター**
  休館日なし
- **子育て支援センター「なかよし」**
  1日、8日、13日～15日、22日、23日、29日、【6日】
- **児童センターフクスタ**
  5日、12日～14日、19日、26日、【3日】

心も体も健康に

いきいき健康だより

９月はがん検診受診促進月間です

検診は“面倒”ではなく“未来”への備え

がんは、日本人の2人に1人が一生のうちにかかるといわれており、誰にとっても身近な病気です。また、早期に発見し治療を始めることで、約9割が治るともいわれています。

がんは初期の段階ではほとんど自覚症状がありません。「体調が悪くなってから病院へ行く」では、すでに進行している可能性もあります。だからこそ、自覚症状のない今、がん検診を受けることが大切です。9月は「がん検診受診促進月間」です。この機会に、自身と大切な家族の健康を守るため、ぜひ検診を受けましょう。

がんはどうやってできるの

がんは、ある日突然できるわけではありません。私たちの体は数兆個の細胞からでき、日々生まれ変わっています。しかし、何らかの原因で細胞の遺伝子に傷がつくと、異常な細胞が生まれることがあります。これが「がん」の始まりです。たった1つの細胞が「がん細胞」となり、増殖を始めて1cmの大きさになるまでには、5年から10年ほどかかるといわれています。小さながんは見つけにくいため、定期的な検診が早期発見の鍵となります。なお、がんは1cmから2cmに成長するまでにわずか1、2年。大きくなると進行も早くなるため、やはり定期的な検診が重要です。

市のがん検診を利用してください

市では、次のとおり各種がん検診を実施しています。検診の費用を助成していますので、安い費用で検診を受けることができます。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

検診の種類	対象者（年齢）	自己負担額
胃がん	30歳以上	500円
肺がん	30歳以上	500円
大腸がん	30歳以上	700円
乳がん	40歳以上の女性	500円
子宮頸がん	20歳以上の女性	400円

※乳がん・子宮頸がん検診は、2年に1回が適切な受診間隔となります

予約方法　①電話（市いきいき健康課☎34・3351）②市公式ホームページの入力フォーム

無料クーポン券でがん検診を受けましょう

対象年齢の人には、がん検診が無料で受けられる「無料クーポン券」を送付しています。なお、クーポンの有効期限は令和8年3月31日までで、検診は予約が必要です。集団検診の日程や個別受診の医療機関の一覧など詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

■対象

乳がん検診　41歳の女性（昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれ）

子宮頸がん検診　21歳の女性（平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ）

■予約方法

集団検診　①電話（市いきいき健康課☎34・3351）②市公式ホームページの入力フォーム

※会場はふくとぴあ、宗像医師会病院健診センターです

個別受診　医療機関に直接電話してください

問い合わせ　市いきいき健康課 ☎34・3351

いつまでも住み慣れた地域で過ごしたい!

ささえ合いのまち福津

介護保険サービスを受けるには ―要介護認定の仕組みと申請の流れ―

「要介護認定」とは、介護保険サービスを利用する必要があるかどうか、またどの程度の支援が必要かを、国の基準に基づいて市が認定する制度です。この認定結果が出るまでに、どのような手続きが行われているか知っていますか。制度の流れを知っておくことで、いざというときに安心して申請できます。

まず、要介護認定の申請書を本人または家族、ケアマネジャーなどが市に提出します。次に行われるのが「訪問調査」です。市の調査員が自宅などを訪問し、心身の状態や日常生活の様子、家族の支援状況、住環境などについて聞き取りを行い「訪問調査票」を作成します。

併せて、かかりつけ医が記入する「主治医意見書」も必要です。これらの情報をもとに、コンピュータによる一次判定が行われます。その後、一次判定結果と訪問調査票、主治医意見書をもとに、保険・医療・福祉の専門家で構成される「介護認定審査会」において、介護の必要度や一次判定の妥当性などが審議され、最終的な認定結果（二次判定）が決定されます。

介護が必要と感じているかたや、自宅での介護サービスの利用、施設入所を検討しているかたは、市地域包括支援センター（☎43・0787）または市高齢者サービス課に問い合わせてください。専門の職員が丁寧に対応し、必要な情報を案内します。

問い合わせ　市高齢者サービス課☎43・8191

何かあったら、まず相談!

相談あれこれ

○消費生活相談

月曜・水曜・金曜日（閉庁日は除く）／午前9時～午後4時／市消費生活相談窓口☎43・8106　※閉庁日は☎188へ

○高齢者のための相談

月曜～土曜日（祝日、第2土曜日は除く）／午前8時30分～午後5時／市地域包括支援センター ☎43・0787

○行政相談（ふくとぴあ）

第2水曜日（祝日は除く）／午前10時～午後3時／市人権政策課☎43・8129

○無料法律相談　※①②のどちらか1年度に1回

①市人権政策課／毎月第2・第4火曜日（祝日の場合は翌開庁日）／午後1時～午後4時／要予約

②古賀法律相談センター（古賀市）／月曜・水曜・金曜・土曜日（祝日等は除く）／午後1時～午後4時／市人権政策課で発行する紹介状が必要／市人権政策課☎43・8129

○ふくつ女性ホットライン

祝日を除く毎日／午前10時～午後5時（木曜日は午後7時まで）／☎092・401・5353

○心配ごと相談（ふくとぴあ）

第2・第4水曜日（祝日の場合は問い合わせ）／午前10時～午後3時／市社会福祉協議会☎34・3341

○特設人権相談（ふくとぴあ）

第4水曜日（祝日の場合は問い合わせ）／午前10時～午後3時／市人権政策課☎43・8129

夜間、休日の

救急診療

9月の休日外科当番医　福 福津市　宗 宗像市

7日（日）宗像乳腺外科　福 ☎62・5705
14日（日）おおしろ脳神経外科　宗 ☎39・3346
15日（月・祝）荒牧整形外科医院　福 ☎34・3355
21日（日）あかま整形クリニック　宗 ☎35・6440
23日（火・祝）高橋整形外科医院　宗 ☎37・8013
28日（日）上妻整形外科医院　福 ☎42・0089

10月の休日外科当番医　福 福津市　宗 宗像市

5日（日）蜂須賀病院　宗 ☎36・3636

内科、小児科

宗像地区急患センター☎36・1199

平日　午後7時30分～翌午前6時　※受け付けは午前5時30分まで

土曜日　午後6時～翌午前9時

日曜日、祝日　午前9時～翌午前6時　※受け付けは午前5時30分まで、翌日が休日の場合は翌午前9時まで

小児救急医療電話相談　365日開設

#8000 または ☎092・731・4119

平日　受付　午後7時～翌午前7時

土曜日　受付　正午～翌午前7時

日曜日、祝日　受付　午前7時～翌午前7時

市社会福祉協議会への香典返し

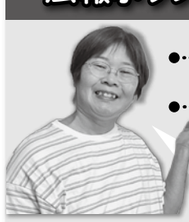
（敬称略、7月20日までの届け出分）

故　人	喪主
平嶋　慎二	平嶋　良二
天野　昭	天野シヅ子

問 市社会福祉協議会☎34・3341

広報ボランティアがお薦めする「福津の風景」

緑に映える季節の花



▲永田明子さん

勝浦の田園に今年も向日葵が咲きました。緑の中に黄色い花が初夏の訪れを告げています。

子育て支援アプリを利用しませんか?

ポイント1　窓口の予約が簡単にできる
ポイント2　子どもの成長を記録できる
ポイント3　子育て情報が簡単に手に入る

詳しくは市公式ホームページへ▶

福津市公式LINEの友だち登録をお願いします!!

市のイベント・災害情報などを配信します。窓口の混雑状況の確認、交通機関の時刻表が見たいときにも便利です。ぜひご登録ください。

問い合わせ　市人事秘書課☎62・6160

友だち登録はこちらから▶

備えよう災害

最新の防災放送を聞く　☎050-5536-1388
火災現場を問い合わせ　☎092-791-1679
救急車を呼ぶべきか確認　☎#7119

問い合わせ　市防災安全課☎43・8107

福津・宗像市の市外局番は0940です