

5

2022

M A Y

朝市 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

+ **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。予約が必要です。

日時 5月23日(月) 午後2時～午後4時 ※1人1時間

場所 ふくとぴあ 定員 2人 受付期限 5月17日(火)

予約、問い合わせ 市いきいき健康課(ふくとぴあ) ☎34・3351

臨時公設分別ステーション

※粗大ゴミの収集はありません

今月の開設日は**25日(水)**です。

時間 午前10時～午前11時50分

場所 福岡漁港

問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

公設分別ステーション

今月の開設日は**1日(日)、14日(土)、22日(日)、28日(土)**です。

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)

問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

せんてい **剪定くず・草ステーション**

今月の開設日は**7日(土)、14日(土)、21日(土)、28日(土)**です。

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

●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

1

●納期限(固定資産税 第1期)

2

憲法記念日 **3**

みどりの日 **4**

こどもの日 **5**

●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

6

●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

西福岡4丁目海岸松林 午前8時～午前9時

7

●第18回福津市300歳ソフトボール大会

(要予約) なまずの郷ほか 受付午前8時～午前8時30分

8

9

10

11

12

13

●公設分別ステーション開設日

●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

14

●マイナンバーカード交付

(個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書が届いている人のみ)

市市民課 受付午前9時～正午

15

16

17

●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

18

●食育の日「家族みんなで食事を楽しみましょう」

19

20

●剪定くず・草ステーション開設日

21

●公設分別ステーション開設日

22

●こころの健康相談(要予約)

ふくとぴあ 受付午後2時～午後4時

23

24

●臨時公設分別ステーション開設日

25

26

27

●公設分別ステーション開設日

●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

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

28

29

30

●納期限(軽自動車税(種別割))

31

6/1

6/2

6/3

6/4

●公設分別ステーション開設日

6/5

徹底しよう 感染症対策

手洗い、マスク着用 咳エチケット

を心掛けましょう。

感染症流行時の不要不急の外出は控えましょう。

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351

熱中症 にご注意ください!!

こまめに水分を摂り、外出時は帽子や日傘を忘れずに。暑い日にはエアコンを利用しましょう!

屋外で人と2メートル以上の距離があるときはマスクを外しましょう!

公共施設の休館日 ※【 】は6月上旬の休館日

- 中央公民館 / 2日、9日、16日、23日、30日、【6日】
- 宮司公民館 / 2日、9日、16日、23日、30日、【6日】
- 市立図書館 / 2日、9日、16日、23日、26日～31日、【6日】
- 宮司コミュニティセンター / 4日、10日、17日、24日、31日、【7日】
- 健康福祉館(ふくとぴあ) / 14日、15日

- 津屋崎千軒なごみ / 10日、24日
- カメラアステージ カメラホール / 6日、10日、17日、24日、31日、【7日】
- 図書・歴史資料館 / 6日、10日、17日、24日、25日、31日、【7日】
- 福岡・津屋崎体育センター / 2日、16日、30日、【6日】

- 福岡会館 / 1日、3日～5日、7日、8日、14日、15日、21日、22日、28日、29日、【4日、5日】
- ボランティアセンター / 1日、2日、8日、9日、15日、16日、22日、23日、29日、30日、【5日、6日】
- 子育て支援センターなかよし / 2日～5日、9日、14日～16日、23日、30日、【6日】
- 児童センターフクスタ / 6日、13日、14日、15日、20日、27日、【3日】



心も体も健康に

いきいき健康だより

With コロナと熱中症対策

熱中症は体が暑さに慣れていない5・6月から増え始めます。コロナ禍が続く現在は新しい生活様式によるマスクの着用や外出の自粛によって、熱中症のリスクは高まっています。熱中症になりやすい高齢者や乳幼児は特に注意が必要です。

マスクは熱中症のリスクを高めます！

マスクを着けると皮膚から熱が逃げにくくなったり、気付かないうちに脱水になったりするなど、体温の調節がしづらくなります。

マスクと熱中症対策

1. マスク着用時は激しい運動を避ける
2. のどが渇いていなくても小まめに水分を補給する
3. 屋外で人と2m以上離れているときはマスクを外す

エアコン使用中もこまめな換気を！

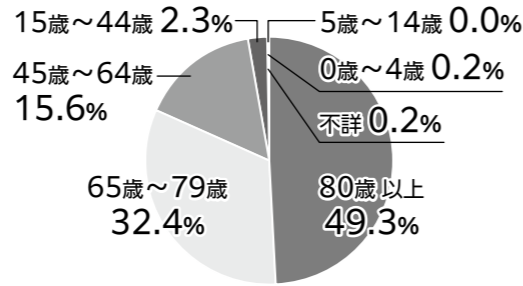
一般的な家庭用のエアコンは、室内の空気を循環させるだけで換気は行っていません。エアコンを止める必要はありませんが、窓とドアなど2カ所を開け、空気の通り道をつくって換気するようにしましょう。また、エアコンと扇風機や換気扇を併用し、換気後はエアコンの温度を小まめに再設定しましょう。

熱中症警戒アラート発表時は要注意！

消防庁が発表しているデータによると熱中症による死亡の約8割が高齢者です。また、約4割が住居内で発生しています。

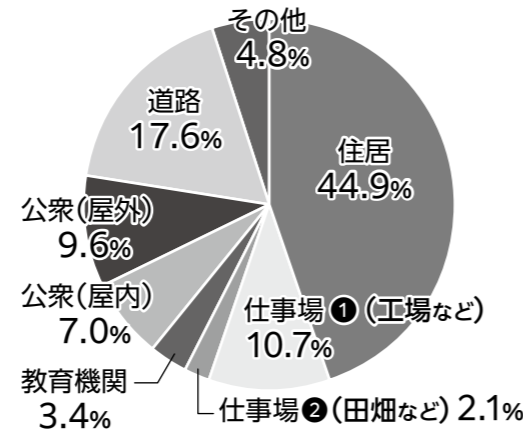
問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351

■ 年齢別/熱中症死者の割合(平成31年)



出典：「熱中症による人口動態統計2019年」厚生労働省

■ 熱中症発生場所別データ(令和2年8月)



出典：総務省消防庁

環境省が「熱中症警戒アラート」を発表した日または翌日は、熱中症になる危険性が極めて高く、いつも以上に注意が必要です。高齢者は若い世代に比べ暑さを感じにくく、気付かないうちに症状が進行する場合があります。周囲の人も注意を払い、お互いに呼び掛けましょう。自宅では室温28℃を目安にエアコンを使用し、屋外での作業や運動は原則中止してください。外出はなるべく避け、涼しい室内や日陰に移動しましょう。

感染症と熱中症の両方を正しく対策し、夏を乗り切りましょう。



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

仲間と一緒に介護予防しませんか？

市では、介護予防や高齢者の社会参加の場づくりを目的として、市内で活動する市民グループや自治会など10人以上の団体を対象に、健康教室や介護予防講座を行っています。

祝日を除く月曜日から金曜日の午前9時から午後5時までの間で、地域の公民館など準備していただいた会場へ講師を派遣します。介護予防のきっかけや仲間づくりに利用してみませんか。

健康教室	
講座内容	転倒予防のための体操
	お口と歯の健康
	高齢期のための食事
	認知症の予防について
所要時間	1時間～1時間30分程度
利用料	無 料

※年度内2回まで利用可

介護予防講座	
講座内容	音楽活動講座(年度内2回まで)
	認知症介護講座(全3回)
	介護予防・家族介護講座(全3回)
所要時間	1時間～2時間程度
利用料	1回3千円

※全3回講座でも1回から利用可

申し込み方法 希望日の2カ月前までに市高齢者サービス課に申込書を提出

問い合わせ 市高齢者サービス課 ☎43・8298



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

○無料法律相談の紹介

チケット方式(要紹介状発行)／月曜・水曜・金曜・土曜日(お盆、祝日などは除く)／午前8時30分～午後5時/弁護士派遣方式(要事前予約)／毎月第2・第4火曜日(祝日の場合、翌開庁日)／午後1時10分～午後4時/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

○身体障がい者相談(ふくとぴあ)

第4水曜日(祝日の場合は第2水曜日)／午前10時～正午／市福祉課 ☎43・8189



夜間、休日の

救急診療

4月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市
29日(金・祝) ひさだ脳神経外科 ☎62・5233

5月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市

1日(日) 宗像水光会総合病院 福 ☎34・3111
3日(火・祝) 宗像水光会総合病院 福 ☎34・3111
4日(水・祝) 蜂須賀病院 宗 ☎36・3636
5日(木・祝) 渡辺整形外科医院 宗 ☎32・2600
8日(日) さきむら整形外科 宗 ☎39・7041
リハビリクリニック

15日(日) まつばら整形外科 宗 ☎39・7811
22日(日) おおしろ脳神経外科 宗 ☎39・3346
29日(日) 桑原整形外科医院 福 ☎42・0020

6月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市
5日(日) 林外科医院 宗 ☎33・5577

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午前9時まで

5月の急患歯科当番医 福 福津市 宗 宗像市

3日(火・祝) 花見ヶ丘歯科 福 ☎42・6480
えがしら歯科医院 宗 ☎35・4618
4日(水・祝) なつやま歯科クリニック 福 ☎42・6177
やの歯科医院 宗 ☎39・8008
5日(木・祝) たくみ歯科 福 ☎72・1801
※午前9時～10時まではB3入口をご利用下さい
ひろわたり歯科医院 宗 ☎33・1810

受付時間 午前9時～午前11時30分、
午後1時～午後3時30分

小児救急電話相談 365日開設

#8000 または ☎092・731・4119(専用電話番号)
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

福津市立小・中学校 講師募集

- 募集職種(県費の講師) 小・中学校の常勤講師、非常勤講師
- 募集資格(年齢不問) 該当校種の教員免許状所有者
※該当校種の免許状がない人もまずはご相談ください
- 登録方法 右のQRコードから申し込み
- 問い合わせ 市学校教育課 ☎62・5090



▲登録・申し込みはこちらから

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▶



備えよう災害

最新の防災放送を聞く ☎0180-999-292

火災現場を問い合わせ ☎0180-999-090

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



水道の問い合わせ

使用開始・中止/宗像地区上下水道料金センター ☎62・0026
漏水/修理は当番の指定工事業者が対応します。
福岡地区 ☎42・7788 津屋崎地区 ☎52・4420
問い合わせ 宗像地区水道管理センター ☎62・0975