

ふくつ

Public Relations
Fukutsu No.209



▶介護予防教室で運動の大切さなどを話す
市地域包括支援センターの藤田貴士さん

特集 血圧のコントロールが 介護予防になるってホント？

宮司ヶ丘区で開催されている介護予防サロン「ひまわり会」。毎週月曜日に宮司ヶ丘公民館に集まり、簡単にできる体操などを行っています。4月25日には、介護予防教室が開催され、参加した25人は、宮司ヶ丘区の高齢化の現状や運動の仕方などを学びました。
介護が必要になる前に私たちは何をすべきなのか、今回は、介護予防について考えます。

目次 contents

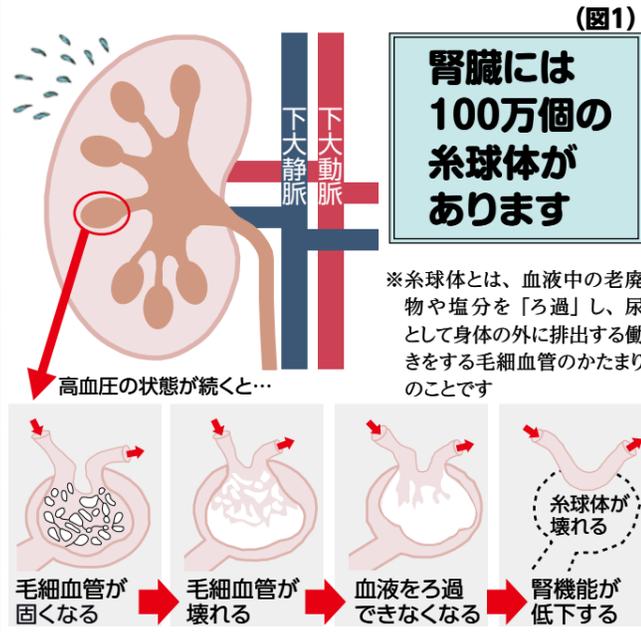
■ 特集 血圧のコントロールが介護予防に	2	■ SDGs/消費生活/福津防災/環境掲示板	12	■ 新型コロナワクチンに関するお知らせ	20
■ まちの話	6	■ なかよし通信/図書/人権	14	■ 情報広場	21
■ 特集 福津防災	8	■ 郷育かわら版	16	■ 福津の今昔	28
		■ 好いとお!福津/まちの観光イベント	18	■ 6月カレンダー	

高血圧の基準値

	上の血圧 / 下の血圧
家庭での測定時	135 / 85 (mmHg)
病院での測定時	140 / 90 (mmHg)

高血圧治療ガイドライン 2019 から抜粋

これらの基準値を超えていなければ、血圧が良好にコントロールされている状態と言えます。ただし、血圧はさまざまな理由で変動します。基準値を超えている、もしくは治療中の人は、かかりつけの医師に相談しましょう。



特集 血圧のコントロールが介護予防になるってホント？

特集



▲毎日血圧を測り自己管理をしているという宮司ヶ丘区の立石照代さん

高血圧が脳に与える影響

令和元年度の市の要介護認定者のうち、認知症がある人は約32%を占めており、国や

高血圧が腎臓に与える影響

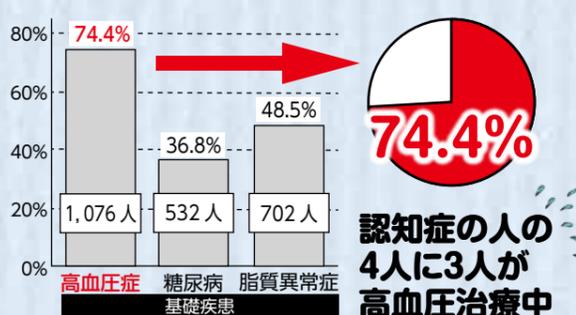
市で、平成28年度から令和2年度に新たに人工透析を始めた人は62人で、表3のとおり、全員が高血圧の治療中でした。糖尿病が人工透析の原因になることはよく知られています。しかし、市では、糖尿病ではなく高血圧があつて人工透析になっている人の方が多かったのです。

腎臓は、糸球体という毛細血管のかたまりでできています。毛細血管は髪の毛の10分の1程の細い血管なので、血圧の高い状態が長く続くと、図1のように糸球体が壊れてしまいます。その結果、腎臓の機能が低下し、人工透析が必要となってしまうのです。

から調査。その結果、人工透析が必要になった人と認知症の人の大多数に高血圧があることが分かりました。

市、他の自治体よりも6.9%も高くなっています。認知症の中でも高血圧と関係が深いのは、脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患による認知症で、全体の約2割を占めるといわれています。市の認知症の人のレセプトを見てみると、表4のとおり、4人に3人が高血圧でした。

(表4) 認知症患者1,447人の基礎疾患



(表3) 新しく人工透析が必要になった患者数

新規人工透析患者数 (平成28~令和2年度)	基礎疾患	
	糖尿病	高血圧
75歳未満	5	5
75~84歳	38	38
85歳以上	19	19
合計	62	62
人工透析との併発率	74.2%	100.0%

新しく人工透析が必要になった人の全員が高血圧治療中

糖尿病と並び、日本人の生活習慣病の代表に挙げられるのが高血圧です。高血圧のほとんどは原因が分からず、さまざまな要因が組み合わさって起こるといわれています。高血圧を放置すると、脳や心臓、腎臓の機能が落ちたり、重大な病気を引き起こして介護が必要になったり、人工透析が必要になったりすることもあります。

高齢になったからといって放置することなく、高血圧が引き起こす病気や予防方法を知り、介護予防につなげましょう。

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351

人工透析患者と認知症患者に共通する要因

医療費を適正化するには、予防できる疾患を予防し、重症化しないようコントロールすることが大切です。

そこで、市の後期高齢者における予防可能な疾患の年間医療費に着目すると、表2のとおり、5つの疾患で合計約21億円でした。これらの要因となる基礎疾患を、診療報酬明細書(以下、レセプト)情報

年々増加している医療費

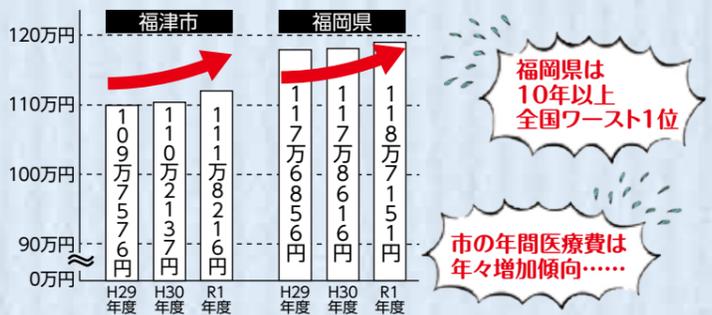
2025年、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となります。年齢を重ねると医療や介護の必要度が高くなる傾向があるため、医療・介護費が増大すると見込まれています。

後期高齢者一人当たりの年間医療費を県別にみたとすると、福岡県は10年以上連続で「全国一」多くなっています。また、市では令和元年度の一人当たりの医療費は約112万円で、表1のとおり、年々増加傾向です。

(表2) 予防可能な疾患別医療費(令和2年度)

疾患名	人数	金額
腎不全	1,326人	8億2,840万円
骨折	1,429人	5億6,807万円
脳血管疾患	2,173人	3億2,565万円
認知症	1,447人	2億2,443万円
虚血性心疾患	2,470人	1億3,613万円
合計		20億8,268万円

(表1) 1人当たりの年間医療費



福岡県は10年以上全国ワースト1位

市の年間医療費は年々増加傾向……

※表は全て、後期高齢者医療制度加入者における統計

血圧

コントロールのために

知っておきたいコト

しておきたいコト



重大な疾患を引き起こす可能性がある高血圧。これを予防するために、私たちはどのような対策をすると良いのでしょうか。

血圧を良好にコントロールするためにできるコト

腎不全や脳血管疾患を患うと、人工透析が必要になったり認知症などにつながったりする危険性が高まり、介護が必要になることもあります。しかし、腎不全や脳血管疾患の多くは予防できる病気です。予防をする中でも重要なのが、血圧を適正に保つことです。

に病院での治療や薬を服用することが大切です。特に、運動は認知症の予防にも効果があります。世界保健機関（WHO）によると、65歳以上の人は、1週間当たりの有酸素運動をウォーキングなら150分、ゆっくりとしたジョギングなら75分行うことが望ましいとされています。なお、有酸素運動は、1回につき少なくとも10分以上続けることが推奨されています。

介護予防のためにできるコト

自分一人で運動をしようと

しても、長続きしなかった経験はありませんか。そのようなときに、一緒に運動してくれる仲間がいると、心強いものです。市内の各地域では、さまざまな活動が行われています。例えば、高齢化が進む宮司ヶ丘地区でも、介護予防サロン「ひまわり会」が開催されるなど、できる範囲で活動しています。

このような通いの場に出掛けることも一つの運動で、介護予防につながります。無理なく続けられる範囲で、運動

介護予防のためにしておきたいコト

に取り組んでみませんか。高血圧と並んで、腎不全も初期の段階では自覚症状が少なく、気づきにくいものです。また、一度失った腎機能は回復することができず、腎不全になると強い貧血やだるさがあり、骨折もしやすくなるため、介護が必要になるリスクも大きくなります。しかし、腎機能の悪化を初期の段階で早期に見出し、治療することで、人工透析が必



▲運動や体操で体を動かすひまわり会の皆さん

後期高齢者健診とがん健診が同じ日に受診できるようにになりました



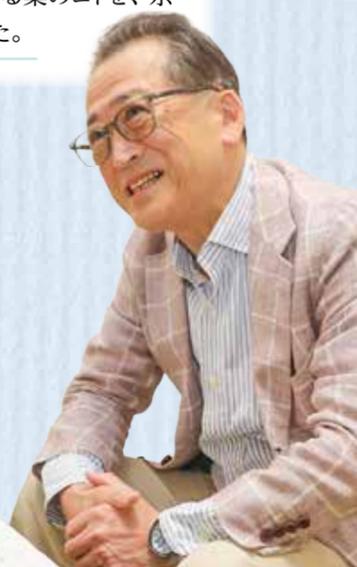
令和4年度から、個別の医療機関での健康診査の受診に加え、市の集団健診で後期高齢者の人も健康診査を受診できるようになりましたので、ぜひお申込みください。

なお、後期高齢者健診の受診券は、県後期高齢者医療広域連合から4月下旬ごろに発送されています。受診券などの詳細は県後期高齢者医療広域連合にお問い合わせください。

受診券の問い合わせ
県後期高齢者医療広域連合 ☎092・651・3111
市の集団健診の受付、問い合わせ
市いきいき健康課 ☎34・3351

ちょっと気になる薬のコト 教えて!! 薬剤師さん

病気を治療する上で、薬は重要な役割を果たします。でも「この飲み方で大丈夫なのか」など、薬のコトで悩んでいる人もいます。そこで、皆さんが気になる薬のコトを、宗像薬剤師会の井野会長に聞いてみました。



Q 数種類の薬を飲んでいますが、たくさん薬を飲んでいても大丈夫ですか？

A 薬の種類が多いと副作用が出ることもあるので、飲む際には注意が必要です。いくつも医療機関を受診するときは、お薬手帳の持参をお勧めします。また、かかりつけ薬剤師を決めておく、何でも相談でき、安心できます。

Q 薬を飲み始めると一生飲み続けなければならぬと聞いたことがあります。

A サプリメントは必ずしも安全安心なものとは限りません。飲んでいては予期せぬ作用が出るかもしれません。服用する際は、薬局やドラッグストアなどの薬剤師に相談しましょう。

Q 薬の種類が変わり、効いてない気がします。

A 医師の処方が必要な方で、薬局で薬を変えることはできません。ただ、皆さんの症状や希望を医師に伝えることはできるので、不安

Q 薬の相談だけでなく、認知症のことや介護のことなど、健康に関することでも相談できる、かかりつけ薬剤師を決めておきましょう。

Q 薬剤師さんは薬のことだけしか相談できないのですか？

A 薬の相談だけでなく、認知症のことや介護のことなど、健康に関することでも相談できる、かかりつけ薬剤師を決めておきましょう。



▲完成したカントリーエレベーター

宗像カントリーエレベーター竣工式 収穫期に向け、待望の施設が完成

宗像カントリーエレベーターの竣工式が3月28日、宗像市光岡の同施設内で行われ、神事と記念式典が行われました。

この施設は「新原・奴山古墳群」がユネスコ世界遺産に登録され、勝浦地区にあった津屋崎カントリーが移転されることに伴い、光岡カントリーと津屋崎カントリーが再編統合し建設されました。宗像農業協同組合の代表理事組合長の小島さんは「さまざまなご支援をいただき、この日を迎えることができました」と感謝の言葉を述べ、今後の宗像・福津の農業の発展を祈念しました。

第6回 ふくつの古墳まつり 春が訪れた世界文化遺産で

新原・奴山古墳群とカメラアステージで、3月1日から3月20日にかけて第6回ふくつの古墳まつりが開催され、約4100人が来場しました。

期間中は「春の古墳で一句」の募集やクイズラリーなどを開催。最終日、辺り一面の菜の花が見頃を迎えた新原・奴山古墳群では、古代の衣装に身を包んだ古墳ガイドによるミニツアーやシャボン玉ショーなど、さまざまな催しが行われました。また、将来的に石室の公開を予定している34号墳では、調査中にしか見ることのできない貴重な姿を、市文化財課職員が詳しく解説しました。



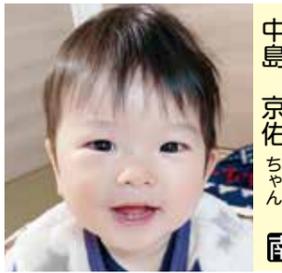
▲34号墳の解説をする市文化財課職員とその解説を聞く参加者



時任 凌誠ちゃん 宮



竹下 あすみちゃん 宮



中島 京佑ちゃん 南



田島 朝陽ちゃん 福



宮川 陽風ちゃん 宮



玉江 風香ちゃん 宮



発行月に1歳の誕生日を迎える赤ちゃんの写真を募集しています。掲載を希望する人はプリントした写真を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、データの持ち込みは受け付けられません。毎月先着24人で、8月生まれの赤ちゃんは6月21日(火)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

▶写真掲載申込フォーム



令和3年度 津屋崎小学校5年2組のオンライン発表会 救おう地球の明日 今私たちにできること

令和3年度の津屋崎小学校5年2組の皆さんがSDGsの取り組みとして総合学習の時間に学んできたことを、3月22日にオンラインで発表しました。温暖化が進むと地球はどうなるのか、地球の生き物はどうなるのかなどを考察し、発表資料を作成。海面が上昇し、福津市がなくなってしまうかもしれないなどの衝撃的な内容も含まれていました。また、地球温暖化は自分たちが引き起こしていることであり、変えられるのは自分たちしかないと視聴者に温暖化防止への取り組みを訴えていました。



▲これまで学んできたことを一生懸命説明する児童たち

東京2020オリンピックホストタウン表彰 福津市と古賀市に表彰状

東京2020オリンピックのホストタウンとして、3月25日、福津市と古賀市に対し、国から表彰状が贈呈されました。古賀市・福津市東京2020オリンピック推進協議会は解散しましたが、引き続き、公式SNSにて、これまでのルーマニア柔道選手団との交流の軌跡がご覧いただけます。



▲表彰状を掲げる福津・古賀市の両市長および両市教育長

ミュージカル「Happy Birthday」を開催 地域に笑顔と感動を

津屋崎地域郷づくり推進協議会の子育て部会が主催するミュージカル「Happy Birthday～命かがやく瞬間～」が3月21日、津屋崎中学校体育館で公演されました。コロナ禍で制約がありながらも子どもたちが中心となって作り上げた演劇に、会場は感動の渦に包まれました。



▲力強くそして繊細に役を演じる子どもたち

知っておきたい！
ポイント2

雨の強さと降り方

予報用語	1時間雨量	人が受けるイメージ	災害発生状況
猛烈な雨	80mm以上	息苦しくなるような圧迫感がある／恐怖を感じる	雨による大規模な災害が発生するおそれ強く、厳重な警戒が必要
非常に激しい雨	50mm以上～80mm未満	滝のように降る（ゴォーと降り続く）	都市部では地下室や地下街に雨水が流れ込む場合がある／土石流が起こりやすい／多くの災害が発生する
激しい雨	30mm以上～50mm未満	バケツをひっくり返したように降る	山崩れや崖崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備が必要
強い雨	20mm以上～30mm未満	どしゃ降り	側溝や小さな川があふれ、小規模の崖崩れが始まる
やや強い雨	10mm以上～20mm未満	ザーザーと降る	雨量は少なくとも、長く続くときは注意が必要



▲昨年8月14日の大雨で崩壊した西郷川の護岸。川は増水し、茶色く濁っていました

手光今川の洪水浸水想定区域図を県が近日中にホームページで公表する予定です。公表されしだい、市公式ホームページでもお知らせしますので、河川の近くにお住いの人はご覧ください。

と混じり合った土や石が川から流れ出たりして、命や財産が脅かされる自然災害です。これから梅雨時期を迎え、雨量が多くなると、土石災害の危険が高まります。まず、住んでいる場所が土石災害警戒区域かどうか、市防災マップなどで確認しましょう。雨が降り始めた時、土石災害警戒情報や雨量の情報に注意し、土石災害警戒情報が発表されたら、地域内のかたがたと声を掛け合い、近くの避難場所など安全な場所に避難しましょう。特に、お年寄りや障がいのある人など、避難に時間がかかる人や、夜中に大雨が想定される場合は、早めに避難することが大切です。また、土石災害警戒情報などが発表されていなかったとしても、下図のような状況になっている場合は、直ちに周囲の人と安全な場所に避難し、市役所にご連絡ください。

特集 **福津防災**

異常気象にご注意を

異常気象が続く昨今、県内では毎年のように大雨による災害が発生。昨年8月にも県南部を中心に大雨が降り、道路や建物の損壊、土石災害などの被害が発生しました。

大雨と土石災害

土石災害とは、大雨や地震などで山や崖が崩れたり、水

ここ数年、同じ場所に猛烈な雨を連続して降らせる線状降水帯が発生しています。今、命を守るためにどんな備えができるのか、知っておきたい知識や心構えを考えてみましょう。 **問い合わせ** 市防災安全課 ☎43・8107

知っておきたい！
ポイント3

土石災害の前触れ

避難所・避難場所QRコード



土石災害には、次のような前兆現象があります。前兆現象を確認したら、直ちに避難するとともに、市役所へご連絡ください。

崖崩れ

こんな前触れに注意！

斜面にひび割れができたり崖に亀裂が入ります。崖から小石が落ちてきます

▶湧き水の量が増えます

土石流

こんな前触れに注意！

川が濁ったり流木が混ざり始めます。雨が降り続けているのに、水位が下がります

▲地鳴りの音が聞こえてきます

地すべり

こんな前触れに注意！

崖から出る水が濁ったり、斜面から水が吹き出ます

▶地面にひび割れができます

知っておきたい！
ポイント1

土石災害とは

市総合防災マップQRコード



大雨や台風、地震が起きたときには、地盤が緩み、崖崩れや土石流、地すべりといった土石災害を引き起こす可能性があります。土石災害から身を守るためには、まず自分の家の周りに危険がないか、市防災マップで確かめることが重要です。

崖崩れ

地中に染み込んだ水分によって、急な斜面が突然崩れ落ちる現象です。突然起きるため、家の付近で起きると逃げ遅れる人も多く、死者の割合も高くなります。

土石流

長雨や集中豪雨などによって、山や川の石と砂が水と一体になって一気に下流へ押し流される現象です。

地すべり

大雨や長雨などによって、雨水が地面に染みこみ、水の力によって持ち上げられた地面が広い範囲にわたり、ゆっくりと動き出す現象です。

知っておきたい!
ポイント5

災害時の連絡方法

災害用伝言サービス

地震や洪水などの大災害発生時は、電話利用が爆発的に増加し、電話がつながりにくい状況が1日～数日間続くことがあります。このような場合は「災害用伝言ダイヤル」・「災害用伝言板サービス」・「災害用ブロードバンド伝言板(web171)」が開設されます。

災害用伝言ダイヤル

「171」をダイヤルし、ガイダンスに従ってください
このサービスは、大規模な災害が発生した場合に安否確認をする電話サービス「声の伝言板」です。被災地内と、その他の地域の人々の間などで、伝言の登録・再生をすることができます。毎月1日、15日、正月三日、および防災週間、防災とボランティア週間にお試し利用ができます。

災害用伝言板サービス

被災者は、携帯電話を使って安否状況の伝言を登録し、外部の人がその伝言を確認できます。

災害用ブロードバンド伝言板(web171)

インターネットを利用して被災者の安否確認を行う伝言板です。文字や音声、画像の伝言情報の登録、閲覧ができます。以下のURLにアクセスし、案内に従って操作してください。

<http://www.web171.jp/>



伝言の録音方法

「171」をダイヤル

「1」を押す

被災地の人も、被災地以外の人も
被災地の人の電話番号を
「市外局番」からダイヤル

録音

伝言の再生方法

「171」をダイヤル

「2」を押す

再生



安否状況の登録

伝言・安否状況などを入力します。

安否状況の確認

安否状況を確認したい相手の携帯番号を入力して検索します。

知っておきたい!
ポイント4

避難時の心構え

1 状況に応じて、素早く避難しましょう

市から情報が来る前でも、雨の状況などから判断し、自宅のガスの元栓を閉じ、電気のブレーカーを落とし避難しましょう。



5 外出中の家族には連絡メモを残しましょう

「どこへ避難する」といったようなメモを残しておく良いでしょう。



2 自分の住所、氏名、連絡先などを記載した防災メモを持ちましょう

特に高齢者や子どもは、事前にメモを用意し、身に付けて避難しましょう。



6 集団で助け合いましょう

単独での行動は避け、近所の人たちと集団で決められた場所へ避難しましょう。



3 避難は徒歩で

車は、約30cmの浸水で走行困難になります。車での避難は避けましょう。



7 安全なルートで

川べり、橋、地下歩道などはできるだけ避け、安全な広い道を選びましょう。



4 持ち出し品は最小限に

リュックサックにまとめ、両手が自由に使えるようにしましょう。



8 避難所では係の人の指示に従いましょう

指定避難所に着いたら、住所、氏名を報告しましょう。



消防団の活動例(右)女性消防団のポンプ操作展示(中)水防訓練(左)火災防衛訓練



現在活動している消防団員は、職業はさまざまで、年齢層も幅広いですが「自分たちのまちは自分たちで守る」という共通の思いを持ちながら活動しています。
消防団には、男女問わず18歳以上で、市内在住の人が、市外在住でも勤務地が市内の人なら入団できます。
大切な人やまちを守るため、地域での仲間づくりも兼ねて、消防団活動に参加してみませんか。

消防団員の募集

- 【災害時の出動】 4時間以上 日額8千円、4時間未満日額4千円
- 【その他の出動や訓練など】 日額3500円
- 【費用弁償】 日額2千円
- 【年間の活動に対する報酬や災害活動、訓練などに従事した際の報酬や費用弁償が次のとおり支給されます。】
- 年額報酬 3万7千円(団員)
- 出動報酬

消防団員募集集中!!

消防団は、火災などの災害時はもちろん、平常時の訓練の他、火災予防のための啓発活動や広報活動などに従事し、地域の防災力の向上を支える大切な役割を担っています。
近年、消防団の存在が全国的に重要視されており、その減少に歯止めをかけるため、処遇改善が求められてきました。

消防団員の処遇改善
令和2年の全国の消防団員数は、約81万8千人ですが、10年前には約88万3千人が所属しており、6万5千人も減少しています。

減少する消防団員
市の消防団員も同様に減少していて、令和4年の消防団員数は275人ですが、10年前には、312人が所属していました。

有事の際にはいち早く現場に駆け付け、市民の生命と財産を守る消防団。その団員は全国的に減少傾向にあり、福津市も例外ではありません。



福津防災 備えあれば 憂いなし!

もしも突然の集中豪雨に襲われたら・・・もしも大きな地震が起きたら・・・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。

地震発生直後から安全に避難するポイント

- 避難する前に、もう一度火元を確かめましょう。ガスの元栓をしっかりと閉め、電気のブレーカーを落としましょう。
- 緊急車両の通行を確保するため、歩行困難な高齢者や病人のいる家族など特別な理由がある場合を除いて、原則徒歩で避難しましょう。
- 高齢者や子どもの手をしっかりと握って誘導し、独りではなく、できるだけ近所の人たちと集団で避難しましょう。
- 避難所へ移動するときは、狭い道、塀のそば、川べりなどの危険個所を避け、避難はできるだけ指定された場所へ避難しましょう。
- 避難するときは、自宅に、避難先や安否情報を書いたメモを残しておきましょう。



問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107

消費生活相談

このコーナーでは悪質商法や商品事故など実際に起きている、消費生活における問題事例を紹介しています。今月号は、6月から大きく変わるクーリング・オフ制度について紹介します。

6月からクーリング・オフがメールでも可能に!

クーリング・オフ制度は、訪問販売や電話勧誘などで契約した後に冷静に考え直す時間を与え、一定の期間内であれば無条件で解約できる制度です。これまでは、はがきなどの書面で相手に解約の意思を通知する方法のみでしたが、法改正によって6月から電子メールやファクスでも可能になりました。まず、契約書で通知先などを確認した上で、契約年月日、契約者名、購入品名、契約金額、通知を発した日などの必要な情報を記載し、相手に通知しましょう。

また、クーリング・オフを行った証拠は必ず残しておくことが重要です。メールの場合は送信メールを保存することや通知画面をスクリーンショットで画像として保存しておきましょう。クーリング・オフできる取引かどうか、不明な場合は消費生活相談窓口にご相談ください。

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

みんなで取り組もう 幸せのまちづくり

このコーナーでは、持続可能で、誰もが幸せなまちづくりの実現に役立つ情報を掲載しています。



▲活動報告をする「次世代教育推進協会」

住みよいまちづくり推進企画活動報告会を開催

令和3年度は、課題解決コースの5団体による取り組みが行われ、3月25日に活動報告会を開催しました。

- ① 演劇集団フリーダム 「子どもたちと一緒に市民参加型ミュージカルを創作し、発表することにより地域に元気を届ける」という企画内容で取り組みを進めました。コロナ禍で発表の機会が少ない中でも、稽古を通して子どもたちが助け合い、成長する姿を見ることができました。
- ② どの子も凸凹プロジェクト実行委員会 令和2年度に引き続き、子

育て世帯への月1回の食支援を行いました。今年度は新たにフードドライブ(※)にも取り組み、多様な主体とのつながりが広がり、深まった1年となりました。

- ③ 日本語教室「わかば」 新しい生活様式に合わせた教室運営を行い、外国人の市民に対して、日本語の指導や生活支援を行いました。多様な質問の合わせに対応できるように、教室の案内パンフレットを5カ国語で作成しました。
- ④ NPO法人メタワーククラブ コロナ対策を講じ、多世代

が交流する「ワイガヤ食堂」、野菜作りを通して生命のつながりを学ぶ「ワイガヤファーム」を開催しました。また、子どもの権利に係る研修会を開催し、子どもへの理解を深め、学ぶ場を設けました。

- ⑤ 次世代教育推進協会 「子ども達の「やってみてみる」に込められるまち」を目指し、地域教育サービスについて①子どもたちへの体験機会の提供②ネットワーク強化のための多様な主体による交流会③市内の実態調査を行いました。

各団体ともコロナ禍での活動となり、大変な部分もありましたが、それぞれが目指す住みよいまちづくりへ向け、知恵を絞る工夫を凝らした1年でした。

市では、今後も住みよいまちづくりへの市民参画のきっかけの一つとなるよう、本事業を継続していきます。

問い合わせ 市まちづくり推進室 ☎62・5017

(※) フードドライブ 各家庭で使い切れない未使用商品を持ち寄り、団体や施設などに寄贈する活動。

環境 掲示板

市ではSDGsの考え方を踏まえた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、環境に関するお知らせをします。

問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

セアカゴケグモにご注意ください

特定外来生物の毒グモである「セアカゴケグモ」は、夏から秋にかけて活動が活発になります。排水溝の側面やふたの裏、プランターの縁などに巣を作ります。見つけたときは「あわてない・さわらない・駆除する」で対応し、その後、市うみがめ課までご連絡ください。

かまれたときの処置

温水や石けん水で傷口を優しく洗い流し、できるだけ早く病院に行ってください。ただし、しびれや痛みが全身に広がったときは、

セアカゴケグモの駆除

成体は市販のピレスロイド系の殺虫剤や熱湯をかけることで駆除が可能です。卵は、ビニール袋に入れて殺虫剤を噴射してから踏みつぶしてください。

ラブアース・クリーンアップ2022 inふくつを開催

「地球環境と地域行動」をテーマに市民と企業、行政が協力して、海岸の一斉清掃を実施します。皆さんの参加をお待ちしています。なお、新型コロナウイルス感染症の感染状況によって



は中止します。参加に当たっては、必ずマスクを着用してご参加ください。また、事前に検温し、発熱している人や体調の不調な人は参加を控えてください。

日時 6月19日(日) 午前9時～午前10時 受け付けは午前8時30分 ※少雨決行、雨天中止、順延なし。中止の場合は6月17日(金)午後5時までに市公式ホームページでお知らせします

受付・清掃場所 ①福間海岸(ビーチハウス) ②宮地浜・津屋崎海岸(海の家大阪屋付近) ③恋の浦海岸(密航監視所付近) ④津屋崎干潟(恋の浦ガーデン入口前)

駐車場 ①福間漁港の駐車場 ②宮地浜海水浴場駐車場 ③白石浜海水浴場入口横駐車場 ④勝浦浜海水浴場入口横駐車場 ⑤勝浦海洋スポーツセンター駐車場およびセンター前の広場 ※③の会場には駐車場がありません

持参品 飲み物・軍手 ※④の会場の参加者は、長靴と汚れた長靴を入れる袋を持参してください。ごみ袋は各会場で準備しています

人権意識が根づくまち

市民一人一人の人権と、多様な価値観を尊重し合える社会を目指す福津市。このコーナーでは、人権について思いを巡らすひとときを提供します。

☎市人権政策課 43・8129

▶人権擁護委員の活動を紹介する法務省のポスター



人権擁護委員とは、人権擁護委員法に基づき法務大臣から委嘱され、活動をしているかたがたです。全国に約1万4千人の人権擁護委員がいて、福津市でも5人の人権擁護委員が活躍しています。

人権擁護委員の活動は、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決の手伝いをしたり、法務局職員と協力して人権侵害から被害者を救済したり、人権につ

6月1日は人権擁護委員の日です

いて関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったりするなど多岐にわたります。その中に「人権の花運動」があり、毎年子どもたちとヒマワリの花を育てながら人権意識を育もうとしています。昨年度の活動から子どもたちの感想の一例を紹介します。

「わたしは、前から人けんという言葉ってなんだらうと思っていました。だけど、今日学習して、人けんという言葉は、私たちが周りの人をやさしく見つめることだと始めて知りました」(神興小学校3年生の作品)



▲人権擁護委員の皆さん。左から池浦委員、笠置委員、花田委員、松本委員、横山委員

乳幼児の子育てわいわい

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あひあいタイム

トランポリンやマット、積み木、フープなど室内にサーキットのコースを作ります。跳んだり、くぐったり、バランスをとって歩いたりして、体を思い切り動かして遊ぶことができます。予約が必要です。

☎7月6日(水) 午前10時30分～午前11時30分

場市子育て支援センター 定先着10組

②知りタイム話しタイム～トイレトレーニング～

「トイレトレーニングはいつから始めたらいいの」「どのように進めればいいのか」など、トイレトレーニングを始めるタイミングや進め方、排せつの仕組みを学びます。みんなで話し合いもします。親子で参加できます。予約が必要です。

☎7月7日(木) 午前10時～午前11時

場市子育て支援センター 定先着10人

③育児講座「男性保育士とパパびよタイム」

男性保育士と一緒に、親子でわらべうた遊びを楽しみませんか。父親同士で子育てについて語り合きましょう。予約が必要です。

☎7月23日(土) 午前10時30分～午前11時30分

場ふくとびあ 定1歳の子どもと父親 定先着10組

場市立大和保育所 保育士 渡辺誠一さん

①②③の受付開始日 6月1日(水)

①②③の場市子育て支援センターなかよし☎35・8382

6月のイベント案内

おはなし会

木曜おはなし会0・1・2(2歳児以下)

☎9日(木)午前11時～午前11時20分

お日さまのうたサークル

☎11日(土)午後3時～午後3時30分

福岡津屋崎子ども劇場おはなしの国

☎16日(木)午前11時～午前11時30分

ふくつ語りの会

☎18日(土)午後2時～午後2時30分(幼児～小学校低学年)、午後2時40分～午後3時10分(小学生～大人)

日曜おはなし会(3歳児以上)

☎毎週日曜日 午後3時～午後3時30分

※状況によって開催を取りやめる場合があります。イベントの際、体温測定を行います。また、途中参加はできません。



☎=日時、日程 場=場所 定=対象 定=定員 講=講師 問=受付、問い合わせ

市は、乳幼児の子育てを応援しています。みんなで手を取り合って健やかな子どもを育てましょう。こどもの国ホームページ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。



▲こどもの国ホームページ

場市子育て支援センターなかよし☎35・8382



▲親子で楽しく新聞遊び

参加者からは「親子で遊べて楽しかった」「話を聞いて元気になった」「気持ちが楽になった」などの感想が寄せられました。

袋に入れて膨らませるとボールの完成です。そのボールを親子で投げたり、たたいたりして遊びました。

新聞紙を折ってねじり、わっかにすると投げ輪になります。投げ輪にひもをつける、引っ張って遊ぶ車に変身。遊んでいる子どもたちの表情は、笑顔でいっぱいでした。

遊びの合間にこんな話がありました。「子どもを褒めることは大事ですが、叱ることも必要です。叱ることは、やっていけないことを伝えることです。子どもは、親が自分を愛してくれていることを分かっています。一度言っただけから、今度は、何度か言ってくてください。子どもは立派な、完璧な親を求めているわけではなく、少し足りない足りなくともいいです。足りないものは地域の人や、幼稚園や保育園の先生、他の人からもらった方がいいです」と熊丸さん。



なかよし通信

親子遊び「元気っ子」を開催しました

全国各地で親子遊び教室や講演会をされている幼児教育専門家の熊丸みづ子さんを招き、3月3日に親子遊び「元気っ子」を開催しました。

まず、新聞紙を使っておひなさまを作りました。次に、折り紙を丸めると、ひなあられができ、それをビニール

運命の一冊

図書館の今月のおすすめ

一冊の本が、ひよっとしたらあなたの人生を変えるかもしれません。紹介している本以外にも、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きませんか。

場市立図書館 ☎42・8000

一般書



「100歳まで生きてどうするんですか?」末井昭著 中央公論社

70歳過ぎてから体調に、より老いを自覚。平均寿命まで10年、百歳まで27年。老後を楽しく生きるにはどうすればいいの。不要不急の人生論。

中学・高校生向け



「支える、支えられる、支え合う」サヘル・ローズ編著 岩波書店

あなたやあなたの周りは誰かの助けを必要としていますか。他者を思い、理解し、支え合うことの大切さについて考えてみましょう。

小学生向け



「13枚のピンぼけ写真」キアラ・カルミネーティ 岩波書店

第一次世界大戦時の北イタリアで、希望を捨てずに生きる少女を描いた物語。イタリア文学の最高峰ストレーガ賞児童書部門の受賞作。

DVD



「パブリック 図書館の奇跡」エミリオ・エステベス監督・脚本・主演

大寒波の夜、行き場をなくしたホームレスたちが図書館に立てこもった。彼らの苦境を察した図書館員は、行動を共にし、出入り口を封鎖。

郷育カレッジ

申し込み方法をお知らせします

6月1日(水)から、令和4年度郷育カレッジの申込受付を開始します。以下のいずれかの方法で申し込みください。

- 郷育カレッジ受講申込専用はがき【郵送】**
郷育カレッジパンフレットの最終ページにあるはがきに必要事項を記入して市郷育推進課宛てに郵送してください。
※63円切手の貼り忘れにご注意ください
- 令和4年度郷育カレッジ受講申込書【メール】**
市公式ホームページのトップページ「子育て・教育・文化—教育—郷育カレッジ—令和4年度郷育カレッジ講座一覧」ページから受講申込書をダウンロードしてください。ダウンロードした受講申込書に必要事項を入力し、市郷育推進課宛てにメールを送信してください。

※受講申込書の添付忘れにご注意ください
<メールアドレス> goiku@city.fukutsu.lg.jp
 受付期限は6月15日(水)です。定員を満たしていない講座は、その後も随時申し込みを受け付けます。6月16日(木)以降、申し込み多数の講座の抽選を行い、受講決定通知書を郵送しますので、受講できる講座を確認してください。
 ※抽選に漏れた講座は、受講決定通知書に記載がないのでご注意ください

郷育カレッジ開講式

日時 7月16日(土)午後1時~午後3時30分
 ※午後0時30分開場

場所 市中央公民館

プログラム
 <第1部>開講式典 午後1時~午後1時45分
 学長挨拶、学位認定表彰、開校20周年記念イベント「書道パフォーマンス」
 <第2部>公開講座 午後2時~午後3時30分
 「ヒートアイランドと大江戸の街並み」

参加予約の方法
 ●令和4年度郷育カレッジに申し込みをする人
 受講申込専用はがきや受講申込書に掲載している開講式出席希望の欄に○印をご記入ください。
 ●令和4年度郷育カレッジに申し込みをしない人
 市郷育推進課へご連絡ください。

受付期限 7月13日(水)

【公開講座概要】

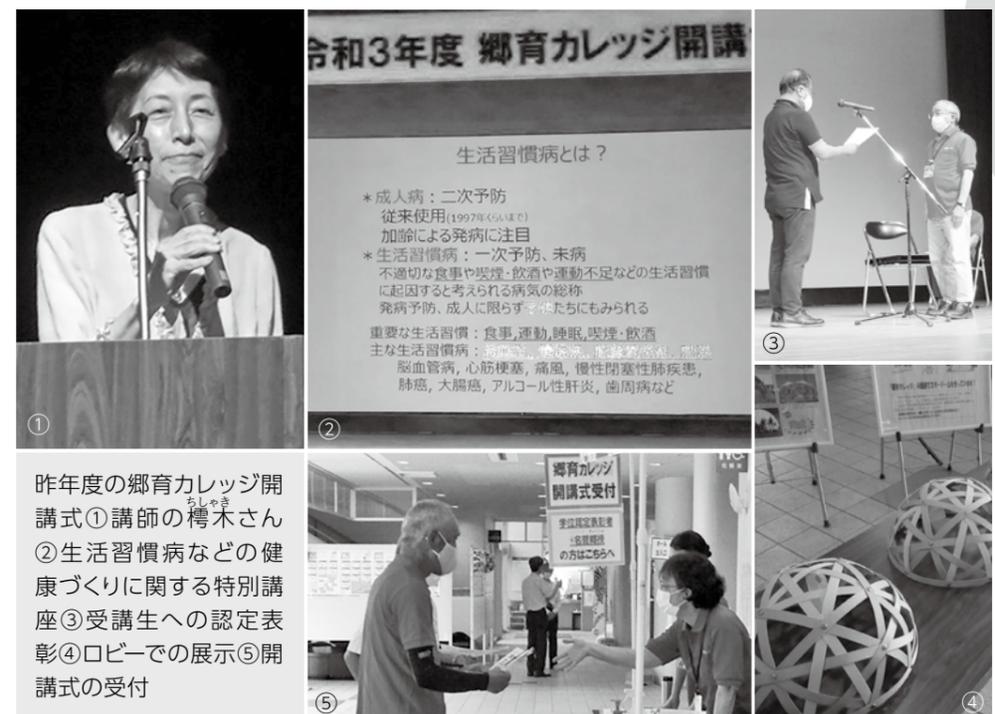
ヒートアイランド(都市温暖化)という言葉聞いたことありますか。大都市では人が集まって住むことで大量のエネルギーが消費され、それが熱として大気に廃棄されることが大きな原因です。また、建物が建て込んで風通しが悪くなることで、熱の拡散が阻害されることも大きな影響を与えることが分かっています。そこでタイムスリップ。先端科学の視点から、江戸時代の町場の風景に誘われます。

令和3年度 郷育カレッジ開講式

生活習慣病とは？

- *成人病：二次予防
従来使用(1997年(GAHEP))
加齢による発病に注目
- *生活習慣病：一次予防、未病
不適切な食事や喫煙・飲酒や運動不足などの生活習慣に起因すると考えられる病気の総称
発病予防、成人に限らず、子どもにもみられる

重要な生活習慣：食事、運動、睡眠、喫煙・飲酒
 主な生活習慣病：高血圧、糖尿病、脂質異常症、脳血管病、心筋梗塞、痛風、慢性閉塞性肺疾患、肺癌、大腸癌、アルコール性肝炎、歯周病など



① 昨年度の郷育カレッジ開講式①講師の樽木さん
 ②生活習慣病などの健康づくりに関する特別講座③受講生への認定表彰④ロビーでの展示⑤開講式の受付

令和4年度郷育カレッジ開講式を開催します

私たちが暮らしている福津のことをもっと知りたい人、ぴったりの総合学習システム「郷育カレッジ」の開講式を行います。

開講式では、規定の単位を取得した受講生への学位認定表彰やイベント、放送大学福岡学習センターとコラボレーションした公開講座「ヒートアイランドと大江戸の街並み」を行います。早稲田大学理工学総合研究センター講師などを歴任し、現在は九州大学大学院総合理工学研究院教授の谷本潤さんが講師です。

入場無料で、郷育カレッジに入校していない人も参加できます。公開講座からの参加も可能です。ただし、予約制となりますので、参加を希望する場合は、左表のとおり申し込みください。

ふるさとメッセージ

郷育かわら版

VOL.208



郷ちゃん

私たちのふるさと福津。この福津という「郷」で学び、「育」つことができたら。そして、地域を育てていけたら。皆さんも一緒に「郷育」に取り組んでみませんか。

問い合わせ 市郷育推進課 ☎62・5078

心の歌

左【短歌】 中【川柳】 右【俳句】

沙羅の芽の白き和毛や春隣
 曾孫抱く幸ひを抱く初写真
 裏庭に春の味覚のふきの塔
 彼岸会や絆を深む三世代
 静か夜の暗きニュースや梅一輪
 空箱を分かつちやいるが捨てられぬ
 両手つき月謝袋を火鉢の父に
 湯のしの袋弊はるかなる母
 暎霜の白く光りて沓返る
 沈丁の香ほのか漂よう
 首都近く戦艦三笠目の前に
 明治を思い三浦クルーズ
 ひな人形子らの面影宿しおり
 皆に会いたや悪疫去んで

定松 潤子
 内村 千枝子
 安部 敏朗
 畑迫 みさを
 森山 局
 都合 スミ
 高武 志加子
 岩藤 廣子
 阿部 英子
 加地 弘昌

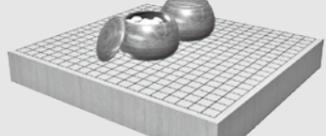
3月の囲碁・将棋会

※上位者のみ掲載、敬称略

福津市将棋同好会	
1位	2位
A 春日 久行	瀧口 純一
B 中橋 一夫	村上 良明
C 札本 峯生	川上 四男美
D 松田 滝男	蒲生 守
連絡先 村上良明 ☎080・3973・8932	

福津市実年囲碁会	
1位	2位
1 有山 伸司	尾崎 銀二
2 森野 秀雄	林田 健介
3 森北 新吉	荒巻 涉
連絡先 満生忠雄 ☎43・2420	

津屋崎囲碁会	
1位	2位
A 冨永 直邦	森野 秀雄
B 藤井 修	有岡 誠
連絡先 井本雅文 ☎090・9796・1099	



市内で活動する、文化・芸術に関わる人たちの情報コーナーです。問い合わせ 市中央公民館 ☎43・2100

文化・芸術のひろば

公民館主催講座 「ハングル」を紹介します

▲朝鮮通信使が寄港した遺構などが残る相島で屋外活動

市中央公民館では、20年以上前から、主催講座「シアツ・ハングル・バン(ハングル初級講座)」を開催しています。講座では、韓国語の学習だけではなく、屋外に出て歴史的に韓国と関わりがある場所を訪ねて話を聞いたり、韓国のすごろくや調理実習など韓国の文化や歴史に触れたりしています。

ここ2年間はコロナ禍で屋外活動はできていませんが、講師の朴康秀さんと一緒に、楽しく韓国語を学んでいます。

スポーツを「する」「みる」「楽しむ」

第65回福岡県民水泳大会の参加者を募集します

参加申込書のダウンロードなど詳しくは市公式ホームページをご確認ください。

日程 8月21日(日)

場所 筑後広域公園プール(みやま市瀬高町)

参加方法 参加申込書を市郷育推進課、または市体育協会事務局に提出してください。

受付期限 6月30日(木)午後5時

受付、問い合わせ 市郷育推進課 ☎62・5079、市体育協会事務局 ☎42・0770



▲飯塚市で開催された第62回大会

Pickup Events

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

福津市教育長賞
「なのはなに うもれたこ
ふん うれしそう」(さか
なつりだいすきさん)

ふんちゃん賞
「菜の花と シャボンがつ
なく 永遠の夢」(タカノ
りさん)

福津市長賞
「菜の花と シャボンがつ
なく 永遠の夢」(タカノ
りさん)

最優秀賞
「菜の花や 時越え彩る
春の風」(ももちさん)

優秀賞
「菜の花に 案山子お澄ま
し 古墳群」(山本京子さ
ん)

ふくつの古墳まつり
「春の古墳で一句」の
入選作品が決定

応募総数252句の中
から入選作品が決定しました。
たくさんのご応募、ありが
とうございました。入選作
品は、市役所や新原・奴山
古墳群展望所に掲示してい
ます。

**津屋崎千軒なごみの
SNSがリニューアル**
津屋崎千軒の観光拠点
「津屋崎千軒なごみ」の
フェイスブックとインスタ
グラムをリニューアルしま
した。イベント情報や各種
お知らせなどを発信してい
きますので、ぜひフォロー
をお願いします。アカウン
トについてはフェイス
ブック、イ

**津屋崎千軒なごみ
コンサート**
クラシック音楽だけでな
く、さまざまな種類の音楽
を本格的な演奏形式で聴く
ことができます。日々の暮
らしの中で音楽を楽しみま
せんか。

**6月15日(水) 午前11時
〜正午** ※開場は午前10時
30分

注意事項 駐車場が満車の
場合は入場をお断りする場
合があります。

お問い合わせ
津屋崎千軒なごみ
事務局(ホースプラ
ン内) ☎51・1292



▲白壁の和風的な建物が目印のなごみ

**館内で無料のWi-Fiを
利用できます**
津屋崎千軒なごみでフ
リーWi-Fiを利用できま
す。利用方法はお問い合わせ
してください。

貸館をご利用いただけます
館内の和室などのスペー
スを貸館としてご利用いた
だけます。料金や予約方法
などは気軽にお問い合わせ
ください。

**津屋崎千軒なごみ ☎5
2・2122**

※新型コロナウイルス感
染症の感染拡大防止のた
め、内容が変更になる場
合があります。



読者の声を中心に、市民の皆さんと広報・マーケティング係で作る交流コーナーです。広報ふくつの感想や市政へのご意見、ふるさと福津市への思いや日々の生活のことを掲載します。たくさんのお寄せください。

広報4月号の感想
人権について
考え直す機会を得ました

GBT・性的少数者に該
当する人が10%もいるこ
と、福津内では6千人もいるこ
とに驚きました。私は「身の回
りに、LGBT・性的少数者は
いない」と回答する80%以上
含まれます。

椎太信さんや三浦暢久さんが
実名で取材に応じられたことに
感動し、あらためて、人権につ
いて考え直す機会を得ました。
(Worldさん/通り堂/66歳)

いつもお便りありがとうございます。
市は、4月にパートナーシッ
プ・ファミリーシップ制度を導
入しました。これは、LGBT
などの性的少数者の人権と多様な
価値観を尊重し合い、誰もが住
みやすい社会の実現を目指す活
動の一つです。市に宣誓書を提
出して要件を満たしている場合
に、市が「パートナーシップ・
ファミリーシップ宣誓書受領証
(以下、受領証)」を発行しま
す。その受領証を提示すること
で、限定的ですが行政サービス
や民間サービスを受け入れられ

るようになるものです。この制
度が形式だけのものにならない
ために、今後民間企業の皆さま
のご理解、ご協力をえながら
サービスを拡大させていく予定
です。

制度の導入に際して、市民の
皆さまからさまざまなご意見を
いただきました。否定的な意見も
多くいただきましたが、それは
皆さまがこの問題に対して他人
事ではないと考えていただいで
いる結果だと感じています。

今回、その当事者である椎太
さんと三浦さんに取材する中で、
性的少数者だけでなくさまざま
な人権問題について考えさせら
れました。私たちが当たり前と
感じていることが、一方では当
たり前ではないことに気付かさ
れました。

身近に性的少数者の当事者が
いない場合、他人事だと感じる
かもしれません。しかし、もし
かしたら身近に悩んでいる人が
いるかもしれません。これは性
的少数者だけに限った問題では
ありません。声を出せない人や
少数者の意見・考えが、一方的
に否定されることがないよう
な共生社会を実現するために啓発
活動に取り組んでいきます。

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 街角カメラレポート

今回は津屋崎のT・Uさんからの投稿です

「光の道」と「玄界灘」
テレビCMで一躍全国にその名
をとどろかせた宮地嶽神社の参道
「光の道」。神々しい美しさで、
夕映えの空に光り輝き、大勢の人
たちが見学に訪れている。

しかし、福津市にはその他にも
数々の絶景の地が存在する。その
一つがあんずの里運動公園から望
む「玄界灘」だ。公園には、春に
なると薄紅色のあんずの花が山一
面に咲き乱れ、初夏には果実とな
り近くの直売所で購入したあんず
スムージーやジャムなどはとても
おいしい。中央の長い階段を上っ
ているうちに心臓はドキドキし、
足はガクガク震え苦しくなるが、
それに耐えながらやっとの思いで
頂上にたどり着く。乱れた呼吸の
中で、後ろを振り返ると突然目に
飛び込んでくる玄界灘。階段をは
うようにして上がってきただけに、
広大な海が見えた時の晴れ晴れと
した気持ちは何にも代え難い。近
くのベンチに老夫婦が腰掛け、遠
くの海に目をやりながら幸せそう
に話をしている。福津市は豊かな
自然に囲まれ、古墳などの歴史的
な遺跡も多く、まだまだ素晴らしい
景色がたくさんあると思う。



▲あんずの里運動公園から望む玄界灘

投稿大募集
「好いとお!福津」と「街角カメラレポート」は皆さんと一緒に作るページです。市内での出来事や広報紙の感想などがあれば、25ページのはがきやメールなどで受け付けています。なお、お送りいただいた内容は、加筆、修正、短縮する場合があります。原稿や写真は返却しませんのでご了承ください。また、匿名を希望する場合は、その旨を明記してください。たくさんのお声をお待ちしています。

藍の家 日記

藍染め体験
伝統的な発酵建ての藍染めで、日本手ぬぐいを染めます。
6月2日(木) 午前10時〜正午 定着6人 ※要予約
¥3,000円 持参品:ビニール手袋、エプロン

くらしの器展
津屋崎陶芸同好会の皆さんの作品を展示、販売します。
6月3日(金)〜6月17日(金) ※最終日は午後3時まで。販売は日曜日のみ

藍の家放送局
ことりえさんがピアノの弾き語りをオリジナル曲で披露。キュウさんが、ギターを弾き語りをエネルギッシュに聴かせてくれます。
6月19日(日) 午後1時〜午後3時

藍の家周辺の町屋巡り
100年の時を経てもなお、当時の姿を残す津屋崎千軒の町屋を一緒に巡りましょう。
6月25日(土) 午後1時〜午後3時 ※雨天の場合は座学

集合場所 藍の家 無料

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)

いい素材、食材、人材をつなぐ地域商社 今日の「いいざい」

鯛の旬の季節 6月がやってきました
皆さんは天然真鯛とレンコ鯛の違いを知っていますか。色の違いや大きさ、旬の時期などいくつかありますが、寿命の長さが違います。レンコ鯛の寿命は10年ほどと言われていますが、真鯛は20〜40年と長く、縁起物として知られる理由には寿命の長さも関係しているかもしれません。刺身として食べるのもよし、ご飯の上に鯛を乗せ、お茶やおだしを掛けて食べるのもよし、鯛にはおいしい食べ方がたくさんあります。お魚センターうみがめ、ふれあい広場ふくま、あんずの里市にてお買い求めいただけます。ぜひ福津の天然真鯛をお召し上がりください。

▲福津の美味しい鯛茶づけ

問 福津いいざい ☎72・6333



▲福津の美味しい鯛茶づけ



第18回福津市ソフトバレーボール大会を開催

大会要項と申込書は、市中央公民館内の市体育協会事務局に置いてあります。詳しくはお問い合わせください。

日 6月19日(日) 午前9時30分

場 福間小学校

受 ファクス

期 6月10日(金) 午後5時

問 市バレーボール協会木村さん ☎090・5739・4554、39・3024

講座・イベント

「500kcal料理教室」の参加者を募集

加齢に伴い心身の活力が弱くなり、今までの生活ができなくなる状態をフレイルといいます。フレイルを予防するためのポイントと手軽に食べられる食事を紹介します。

日 6月23日(木) 午前10時～午後1時30分

場 ふくとびあ

対 市内在住の人

定 14人 ※応募多数の場合は抽選とし、当選者のみはがきで通知

料 500円

持 マスク、エプロン、三角巾やバンダナなど、布巾2枚、筆記用具

期 6月15日(水)

問 市食生活改善推進会事務局 (いきいき健康課内) ☎34・3351

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

親子料理教室の参加者を募集

親子と子どもの料理教室を開催します。「たまご料理」を親子で楽しく作りましょう。

日 7月16日(土) 午前10時～午後1時30分

場 ふくとびあ

対 市内在住の小学4・5・6年生とその保護者

定 7組 ※応募多数の場合は抽選とし、当選者のみはがきで通知

料 材料代として1人300円

持 マスク、エプロン、三角巾やバンダナなど、布巾2枚、筆記用具、子どもは上靴

期 7月8日(金)

託 生後5カ月以上の未就学児、1人300円、要予約、7月8日(金)締め切り

問 市食生活改善推進会事務局 (いきいき健康課内) ☎34・3351

高齢者活躍人材確保育成事業の体験会参加者を募集

「生涯現役社会」を目指し、地域で働く意欲のある高齢者の、雇用就業機会を促進することを目的とする、体験会の参加者を募集します。

日 7月15日(金) 午前10時～午後4時

場 市シルバー人材センター

博多座公演を半額で観劇できます

公演名 水川きよし特別公演

演 水川きよしほか

日 8月15日(月) 午前11時、8月16日(火) 午前11時、8月24日(水) 午後4時、8月26日(金) 午前11時、午後4時

定 各回30人 ※応募多数の場合は抽選、6月16日(木)ごろ当選はがきを発送

料 8250円 ※別途取扱手数料と振替手数料が必要

受 はがきに代表者の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、希望公演日時(1通につき1公演)、人数(2人まで)を記入し、〒810-8799 福岡中央郵便局留「市民半額会」宛てに郵送

期 6月10日(金) 消印有効

問 公益社団法人日本演劇興行協会市民半額会事務局 ☎092・751・8258

高年齢者活躍人材確保育成事業の体験会参加者を募集

「生涯現役社会」を目指し、地域で働く意欲のある高齢者の、雇用就業機会を促進することを目的とする、体験会の参加者を募集します。

日 7月15日(金) 午前10時～午後4時

場 市シルバー人材センター

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

※4月28日時点の情報です。最新情報は、市公式ホームページを見るか、市新型コロナウイルスコールセンターをご活用ください

接種券の発送などに関するお知らせ

	対象者	接種券に関して	予約方法や接種会場、日程など
追加接種(4回目)	3回目接種から5カ月以上経過した人のうち ・60歳以上の ・18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する人 その他重症化リスクが高いと医師が認める人	【60歳以上】 3回目接種からおおむね5カ月経過後に発送予定 【18歳以上60歳未満】 申請した人に対し、3回目接種からおおむね5カ月経過後に発送予定 ※1・2回目接種時に申請した人も再申請が必要	決まりしだい、市公式ホームページや広報紙でお知らせ。また、接種券に同封する予定。
追加接種(3回目)	2回目接種から6カ月以上経過した人のうち ・12歳以上の人	2回目接種からおおむね6カ月後に発送予定 ※令和3年11月26日までに2回目接種を受けた人には発送済み	接種券に同封している案内、もしくは市公式ホームページをご覧ください。
初回接種(1・2回目)	・5～11歳の人 ※民法上11歳は「12歳の誕生日の前々日まで」です	5歳の誕生日の翌月初旬ごろに発送予定 ※平成29年4月30日以前に生まれた人には発送済み	

※現時点での接種実施期間は、令和4年9月30日までです(4回目接種含む)

福津市に転入した人へ

接種履歴は、手続きをしないと福津市へ引き継がれません。5歳以上の接種を希望する人は、接種券の交付申請を行う必要があります。申請先は、市新型コロナウイルスワクチン接種対策室です。

発送時期を過ぎても接種券が届かない人へ

「接種券なしで受けた」「転居前の自治体の接種券を使用した」「住民票と異なる住所を記入した」「その他何らかの理由でシステムに登録されてない」などの理由から、市で接種記録を確認できていない場合があります。詳しくは、市新型コロナウイルスコールセンターにお問い合わせください。

接種証明はアプリを活用しましょう

マイナンバーカードとスマートフォン(一部対象外あり)があれば、自宅でも接種証明書を発行できます。日本国内用、海外用のどちらにも対応しています。ぜひご活用ください。



接種証明書アプリの情報はデジタル庁の公式ホームページをご覧ください

福津市新型コロナウイルスコールセンター

予約専用ナビダイヤル☎0570・094056
相談窓口☎0940・62・6078、FAX0940・42・6939
メール system3@city.fukutsu.lg.jp
受付時間 午前9時～午後5時(5月から平日のみ)



新型コロナウイルス接種に関する詳しい情報は市公式ホームページをご覧ください

※今後、1・2回目の接種を希望する人は、市新型コロナウイルスコールセンターにお問い合わせください。

市立図書館からのお知らせ

パパのおひげでおはなし会を開催します

毎週日曜日に開催しているおはなし会を、父の日バージョンで開催します。パパでなくてもどなたでも参加できます。予約が必要です。

日 6月19日(日) 午後3時～午後4時

場 市立図書館

対 未就学児とその家族

料 無料

受 市立図書館窓口または電話
期 6月1日(水)から受け付け

読書ボランティア養成講座「読み聞かせ講座」の受講生を募集します

本の選び方や読み聞かせの仕方など、初歩から丁寧にお教えします。読み聞かせをしたことがまったくない人でも大丈夫です。

一緒に読書ボランティア活動を始めませんか。

日 ①6月15日(水)、②6月22日(水)、③6月29日(水)、④7月7日(木) ※時間は全て午前10時15分～午後0時15分

放送大学の令和4年10月入学生を募集

放送大学は、BS放送やインターネットなどで授業を行う通信制の大学です。人によって学ぶ目的はさまざま、幅広い世代の人が学んでいます。

応募方法など、詳しくは電話でお問い合わせいただくか、放送大学のホームページをご覧ください。

募集期間 第1回募集6月10日(金)～8月31日(水)、第2回募集9月1日(木)～9月13日(火)

募集学生の種類
教養学部
 科目履修生 6カ月在学し、希望する科目を履修
 選科履修生 1年間在学し、希望する科目を履修
 全科履修生 4年以上在学し、卒業を目指す

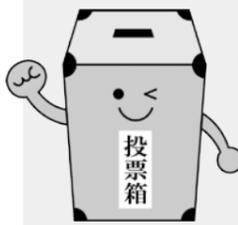
大学院
 修士科目生 6カ月在学し、希望する科目を履修
 修士選科生 1年間在学し、希望する科目を履修

放送大学福岡学習センター ☎092・585・3033

投票所の会場が変わります!

今年の参議院議員通常選挙から、一部の投票所の会場を変更します。変更する投票所は以下のとおりです。

問い合わせ 市選挙管理委員会 ☎43・8196



第8投票所

今までの場所
神興小学校「体育館」から

▶ 神興小学校の敷地内「神興地域郷づくり交流センター」が投票所となります

【対象行政区】
冠、小竹、東福岡1～12、高平

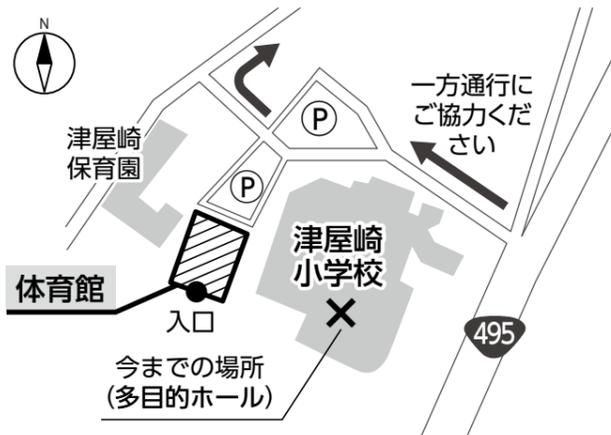


第11投票所

今までの場所
津屋崎小学校「多目的ホール」から

▶ 津屋崎小学校「体育館」が投票所となります

【対象行政区】
在自、須多田、大石、生家、梅津、末広、新成、五反田、星ヶ丘



場 市立図書館
 演 福津市子ども読書連絡協議会 佐伯美保さん、是石尚子さん
 定 先着12人
 料 無料
 受 市立図書館窓口または電話

「ふくつ子ども司書」養成講座の受講生を募集します

さまざまな人に対して、読書の楽しさを広めるための活動を行う「ふくつ子ども司書」を養成します。

全6回開催する講座のうち、①～⑤のうちの4講座以上修めることで認定します。⑥は「ふくつ子ども司書」認定式を行います。

対 市内在住の読書が好きな小学4～6年生

内 本を使ったテーマ研究、ポッド制作、ビブリオバトル体験

日 ①7月24日(日)、②7月26日(火)、③7月29日(金)、④7月30日(土)、⑤8月2日(火)、⑥8月7日(日)
 ※時間は全て午前10時15分～午後0時30分
 場 市立図書館
 定 先着20人
 料 無料

演 市立図書館職員
 期 6月10日(金)～6月29日(水)
 受 市立図書館窓口または電話
 問 市立図書館 ☎42・8000

宮司「ミニミニセンター」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、ポップスをみんなで楽しく歌いましょう。

日 6月8日(水)、6月22日(水) 午後2時～午後4時

日曜午後のジャズ&ポップス

毎月第2日曜日に開催しています。プロによるスタンダード・ジャズとアメリカン・ポップスの演奏会です。

演 ポーカリスト サラさん、ジャズピアニスト 井上道子さん
 日 7月10日(日) 午後3時～
 ※開場午後2時30分
 定 先着40人 ※要予約
 料 一般1500円、高校生以下500円 ※幼児無料
 問 宮司コミュニティセンター ☎52・5901

募集

ポリテクセンター飯塚の職業訓練生を募集

科目 ①CAD/CAMエン
 ジニア科 ②住環境コーディ
 ネーター科
 期 5月30日(月)～7月7日(木)

定 ①20人 ②12人

対 公共職業安定所に求職申し込みをし、受講指示または推薦された人

料 無料 ※教科書、保険料などは個人負担

場 ポリテクセンター飯塚(飯塚市)

選考日 7月13日(水)
 合格発表 7月19日(火)
 訓練期間 8月2日(火)～令和5年1月30日(月)
 ※施設見学会、説明会を以下の日程で実施します。6月7日(火)、6月21日(火)、7月5日(火) 午後1時～、予約不要、参加費無料
 問 ポリテクセンター飯塚 ☎0948・22・4988

宗像地区事務組合 審議会委員を募集

審議会名称 宗像地区事務組合
水道事業運営審議会
審議内容 宗像地区事務組合水道ビジョンなどに関すること
応募資格 宗像市および福津市に在住または在勤している20歳以上の人で上水道を使用している人
募集人数 2人程度 ※応募多数の場合は選考し、応募者全員に通知します
任期 2年
場 宗像地区事務組合多礼浄水場
日 原則平日の午後 1回2時間程度
開催頻度 年4回程度
報酬 1回につき50000円
応募方法 4000字詰め原稿用紙2枚程度の小論文に、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号を明記し、提出してください
小論文テーマ 「水道について思うこと」
期 6月20日(月) 午後5時必着
送付先 〒8113507
宗像市多禮298番地
問 宗像地区事務組合総務課 ☎62・0031

ポリテクセンター福岡の 職業訓練生を募集

科目 ①金属加工技術科 ②機械CAD技術科 ③スマート生産サポート科
期 6月1日(水)～7月7日(木)
定 ①10人 ②25人 ③10人
対 公共職業安定所に求職申し込みをし、受講指示または推薦された人
¥ 無料 ※教科書、保険料などは個人負担
場 ポリテクセンター福岡(北九州市八幡西区)
選考日 7月14日(木)
合格発表 7月21日(木)
訓練期間 8月2日(火)～令和5年1月30日(月)

市社会福祉協議会への香典返し (敬称略、4月20日までの届け出分)

故人	喪主
安部 ヒデ子	安部 豊
井手 毅	井手 和子
西住 弘久	西住 眞須子
山脇 昇	山脇 明枝
村瀬 芳浩	村瀬 ヤスエ

一般寄付
吉岡 幹夫
問 市社会福祉協議会(ふくとびあ) ☎34・3341

広報ふくつをお読みいただきありがとうございます。紙面に対する感想やご意見など、皆さんの声をお聞かせください。いただいた内容は今後の編集の参考とする他、紙面で紹介する場合があります。なお、原則、直接回答は行っていませんのでご了承ください。

POST CARD

郵送する場合
お手数ですが
63円切手をお貼りください

811-3293
福津市役所
まちづくり推進室 行

広報 **ふくつ** 2022. **6**

フリガナ 氏名 _____ 年齢 _____ 歳
住所 〒 _____
電話番号 _____
ペンネーム _____

問い合わせ
市都市管理課 ☎62・5036

倒壊による被害を防ぐために

木造住宅の耐震改修工事費を補助します

あなたの住宅は大丈夫ですか。耐震改修工事をして倒壊から命を守りましょう。対象の住宅に該当する場合、市が工事費用の一部を補助します。対象となる工事や申請の方法など、詳しくはお問い合わせください。

●対象の住宅(次の全てを満たすもの)

- ①市内の木造戸建て住宅 ②昭和56年5月31日以前に合法的に建築されていること
- ③2階建以下のもの ④耐震診断を行った結果、倒壊の恐れがあると判断されたもの

●対象となる工事

耐震診断を行った結果に基づき、地震に対する安全性の向上を目的として行う工事のうち、総合評価を1.0以上にするもので、市内事業者による施工とするもの

- 補助金額 耐震改修工事費用の2分の1 ※一戸につき60万円を上限
- 申請方法 工事着工前に、申請と市の承認が必要
- 申請期間 12月28日(水)まで

※令和5年2月28日(火)までに実績報告書の提出が必要です。また、予算の範囲内での補助となります。



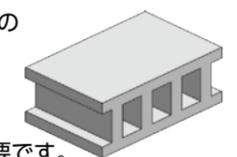
ブロック塀等 撤去費を補助します

市では、災害時にブロック塀などの倒壊による被害を防止するため、道路に面している危険なブロック塀などの撤去を希望する人に、撤去費の一部を補助します。

- 対象となるブロック塀などの要件 道路に面している高さ1m以上のブロック塀
- 対象となる工事(次の全てを満たすもの)

- ①補助対象となるブロック塀などの全てか一部撤去するもの
- ②補助対象となるブロック塀などの撤去を市内事業者に委託して行うもの
- ③市職員が行う診断カルテの診断で、40点未満のもの
- ④その他、災害時に安全上支障があると認められるもの

- 補助金額 工事費の2分の1または限度額12万円のいずれか低い額
- 受付期間 随時。令和5年2月28日(火)までに実績報告書の提出が必要です。また、予算の範囲内での補助となります。



〈ブロック塀とは〉補強コンクリートブロック造、れんが造、石造、コンクリートブロック造などの塀(フェンス、門扉などは除く) ※対象にならない場合もありますので、必ず工事に着手する前に相談してください

お知らせ

※施設見学会を以下の日程で実施します。6月8日(水)、6月22日(水) 午後1時30分、予約不要、参加費無料
問 ポリテクセンター福岡 ☎093・641・6909

マイナンバーカードの 申請をサポートします

各地域の公民館やコミュニ

ティセンター、津屋崎行政センターなどで開催します。予約は不要です。開催場所や開催日程など詳しくは、折り込みカレンダーまたは広報ふくつ5月号19ページ、および市公式ホームページをご確認ください。

持 ①本人確認書類 ※運転免許証など顔写真付きのものは1点、健康保険証など顔写真が無いものは2点必要 ②持っている人は、通知カードまたは個人番号通知書
問 市市民課 ☎43・8103

2022年1月トング 大洋州噴火津波救援金を 送金しました

2月から募集していた2022年1月トング大洋州噴火津波救援金は、3月11日をもって締め切りました。多くの皆さんに温かいご支援をいただき、誠にありがとうございました。お寄せいただいた金額は、次のとおり送金しました。
救援金総額 7062円
送金先 日本赤十字社
問 市総務課 ☎43・8196

日=日時、日程 場=場所 対=対象、応募要件 定=定員 内=内容 ¥=費用 演=講師、出演者

持=持参物 受=受付方法 期=受付期間・期限 託=託児 問=問い合わせ ☎=電話番号 F=FAX番号 M=メールアドレス HP=ホームページ

4月中のひとの動き 4月末現在

出生55人 死亡51人 転入400人 転出239人

内 訳	前月比	前年比
■人口(人)	68,250 +165	+843
男性(人)	32,245 +65	+377
女性(人)	36,005 +100	+466
■世帯数(世帯)	29,447 +97	+568

新型コロナウイルス感染症に関する相談・受診方法 ※5月17日現在

発熱等の症状がある場合、まずは、かかりつけ医等の地域で身近な医療機関に電話相談してください。

- 相談した医療機関で診療・検査が可能な場合→当該医療機関を受診
- 相談した医療機関で診療・検査ができない場合や、かかりつけ医がなく、相談する医療機関に迷った場合→受診・相談センターに問い合わせ、案内された医療機関に電話相談した上で受診

注意

- ・受診前に必ず電話相談をし、来院時間を決定してください。
- ・できる限り公共交通機関以外で受診するようにしてください。
- ・来院時間を守り、マスクを着用して受診してください。

※重症化しやすい高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方、妊婦の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合は早めにご相談ください。

相談先 受診・相談センター(宗像・遠賀保健福祉環境事務所) ☎0940・36・6098、ファクス0940・47・0031(夜間休日の相談先は福岡県保健所夜間休日緊急連絡番号 ☎092・471・0264)

新型コロナワクチン接種証明書

ワクチン接種後、接種券にシールが貼られて証明書になります。紛失したときは 紙による証明書を取得するときは、市新型コロナワクチン接種対策室に申請してください。マイナンバーを使って、電子版の証明書を取得することもできます。



問い合わせ 市新型コロナワクチン接種対策室 ☎62・6078

特定健診・がん検診の実施会場変更のお知らせ
令和4年度版健康ガイドのお知らせした特定健診・がん検診の実施会場を一部変更しました。変更内容は次のとおりです。
■11月20日(日)
変更前 イオンモール福津
変更後 ふくとぴあ
■市いきいき健康課 ☎34・3351

わかたけ広場キャンプ場の開設を見合わせ

市中央公民館横のわかたけ広場キャンプ場開設を7・8月に予定していましたが、引き続き新型コロナウイルス感染防止対策のため、開設を見合わせます。

特定健診・がん検診の実施会場変更のお知らせ

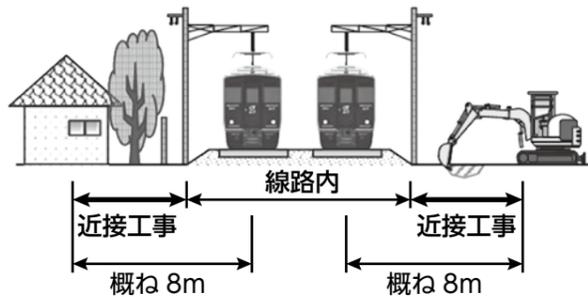
策のため、開設を見合わせます。
■市中央公民館 ☎43・2100

お詫びと訂正

広報ふくつ5月号の8ページに掲載した「子どもたちのために役立てて」の内容について「この取り組みは約15年前から」としていましたが、正しくは「この取り組みは約28年前から」です。また、27ページに掲載した「3月中のひとの動き」について「出生58人 死亡59人 転入244人 転出180人」としていましたが、正しくは「出生48人 死亡65人 転入714人 転出517人」です。お詫びするとともに、訂正させていただきます。

鉄道近接工事にご注意ください

鉄道に関する事故は、一歩間違えれば脱線事故や感電事故など、大惨事を引き起こす可能性があります。建物の建設、解体や庭木や山林の木の伐採など、線路に近接した作業を行う場合は、JR九州へご相談ください。



※作業内容や環境条件、使用重機によっては8m以上の場合でも近接工事の適用となる場合があります

問い合わせ JR九州博多保線区 ☎092・642・1720
詳しくはJR九州ホームページをご覧ください。

後期高齢者医療広域連合健康診査のお知らせ
長期入院、一部の施設入所者を除く、後期高齢者の被保険者を対象に、生活習慣病の発症や重症化の予防などを目的とした健康診査を実施しています。生活習慣病の治療を受けている人も対象です。令和4年4月末現在の被保険者には、4月下旬に受診票を送付しています。また、5月以降に75歳になる人には、誕生月の10日ごろに受診票を送付します。なお、誕生日前の受診はできません。
受診方法 かかりつけ医または前回健康診査を受けた医療機関などに、後期高齢者健康診査が受診できるか確認し、必ず予約の上、受診してください。また、今年度からふくとぴあなどの集団健診でも受診できます。詳しくは広報ふくつ4月号に折り込んでいる健康ガイドをご覧ください。
持 受診票、被保険者証
料 自己負担金500円
問 県後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター ☎092・651・3111、集団健診の

出張入会説明会のご案内
市内在住で60歳以上の人を対象に、シルバー人材センターの出張入会説明会を開催します。予約は不要です。
■6月24日(金) 午前10時〜正午
場 津屋崎千軒なごみ市シルバー人材センター ☎43・6541

いい素材、食材、人材をつなぐ地域商社

6月のおすすめ食材!

あんずの里市 ☎52・5995	新玉ねぎ	新じゃが	あんずの実
ふれあい広場ふくま ☎43・7790	クリームスイカ	スモモ	ウリ
お魚センターうみがめ ☎52・1939	マダイ	ヤリイカ	

※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、電話でお問い合わせください。

問 福津いいざい ☎72・6333

感想やご意見は、以下のはがきを切り取り、63円切手を貼って郵送するか、市役所、市立図書館、津屋崎行政センター設置の意見箱に投函してください。
なお、市公式ホームページからも提出できます。



2022.6 特集 血圧のコントロールが介護予防に

- Q 1 今月号の特集はいかがでしたか。次の中から一つ選んで○をつけ、感想をご記入ください。
1.とてもよかった 2.よかった 3.普通 4.あまりよくなかった 5.よくなかった
- Q 2 今月号でよかったと思う記事をご記入ください。
- Q 3 今月号でよくなかったと思う記事をご記入ください。
- Q 4 紙面の感想やご意見、今後どのような特集があればよいかなどを自由にご記入ください。

福津の今昔

～変わる風景 変わらない風景～

久しぶりに訪れてみると懐かしさを感じるふるさとの風景。以前、田畑だった場所や電車が通った道は住宅が建ち並び、街並みや景観は大きく変わってきました。今、当たり前そこにある風景の写真を見ながら、その歴史を少し辿ってみましょう。



◀新浜山公園横の住宅街。交差点にある信号機には、以前は「津屋崎駅前」の標識が付いていました

▼交差点そばにある電車延長記念碑。西鉄電車が走っていたことを今に伝えています



◀現在の西鉄貝塚線が西鉄宮地岳線だったときの終着点「津屋崎駅」



大正14年7月に博多湾鉄道宮地岳線和白-宮地岳間が開業。昭和17年、西日本鉄道として新たに発足し、昭和26年7月には宮地岳から津屋崎まで延長となりました。

平成19年に廃線となり、津屋崎駅は取り壊され、現在は駅と線路の跡地に住宅が建ち並んでいます。

発行



福津市

〒811-3293 福岡県福津市中央1-1-1

☎42・1111 (代表)

編集

まちづくり推進室

印刷

久野印刷株式会社



6 2022 JUNE

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

+ **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 6月27日(月) 午後2時～午後4時 ※1人1時間
場所 ふくとびあ 定員 2人 受付期限 6月21日(火)
予約、問い合わせ 市いきいき健康課(ふくとびあ) ☎34・3351

臨時公設分別ステーション 毎月開設中
※粗大ゴミの収集はありません
今月の開設日は**29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**5日(日)、11日(土)、19日(日)、25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**4日(土)、11日(土)、18日(土)、25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
問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

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

マイナンバーカード 出張申請サポート
14日 勝浦浜公民館 21日 渡公民館
15日 末広公民館 22日 岡の2公民館
16日 奴山公民館 23日 在自公民館
17日 星ヶ丘公民館 24日 宮司コミュニティセンター
18日 的岡公民館 25日 勝浦郷づくり交流センター
19日 津屋崎行政センター 26日 宮司コミュニティセンター
詳しくは、広報5月号の19ページまたは市ホームページ、もしくは市市民課(☎43・8103)までお問い合わせください。
▲市公式ホームページはこちら

●シルバー人材センター入会希望者説明会
ふくとびあ 午前10時～正午
1

2

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 観光案内所前海岸松林 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
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
5

6

7

8

9

10

●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
11

●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
12

13

●市議会6月定例会開会 6月29日(水)閉会予定
14

●シルバー人材センター入会希望者説明会 ふくとびあ 午前10時～正午
15

16

17

●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
18

●公設分別ステーション開設日
●食育の日「家族みんなで食事を楽しみましょう」
19

20

21

22

23

24

●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 花見が浜海岸松林 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
25

26

●こころの健康相談(要予約) ふくとびあ 受付午後2時～午後4時
27

28

●臨時公設分別ステーション開設日
29

●納期限(市県民税第1期、国民健康保険税第1期、介護保険料第1期)
30

7/1

●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
●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
7/2

●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
7/3

7/4

熱中症 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7月上旬の休館日
■中央公民館/6日、13日、20日、27日、【4日】
■宮司公民館/6日、13日、20日、27日、【4日】
■市立図書館/1日、6日、13日、20日、27日、30日、【4日】
■宮司コミュニティセンター/7日、14日、21日、28日、【5日】
■健康福祉館(ふくとびあ)/11日、12日

■津屋崎千軒なごみ/14日、28日
■カメラアステージ カメラアホール 7日、14日、21日、28日、【5日】
■図書・歴史資料館 7日、14日、21日、28日、29日、【5日】
■福岡・津屋崎体育センター 6日、20日、【4日】

■福岡会館/4日、5日、11日、12日、18日、19日、25日、26日、【2日、3日】
■ボランティアセンター/5日、6日、12日、13日、19日、20日、26日、27日、【3日、4日】
■子育て支援センターなかよし 6日、11日、12日、13日、20日、27日、【4日】
■児童センターフクスタ 3日、10日、11日、12日、17日、24日、【1日】



心も体も健康に

いきいき健康だより

知っていますか？6月は食育月間です

「福津のめぐみ 笑顔がつながる みんなの食卓」この言葉は、第2次福津市食育推進計画のキャッチフレーズです。海や山に囲まれ豊かな自然でいっぱいな福津には、季節ごとに楽しめる旬のおいしい食べ物がたくさんあり、そこに笑顔がすてきな温かい人がたくさん住んでいることを誇りに思っていて欲しい、という願いが込められています。

食を育む「食育」は私たちの命を育み、家庭を育み、家族を育み、子どもを育み、地域を育み、社会を育み、未来を育むことにつながります。

市の「食育」の取り組みの目標と方針

市は、食を通じて人と人、地域と地域がつながるまちづくりを目指しています。

第2次計画の施策の体系

「めざまち」の姿(将来像)の実現に向けて具体的な取り組みを推進していく上で大切にしたい視点として5つの基本目標を掲げ、食を通じて人と人、地域と地域がつながるまちづくりを目指します。

基本目標

基本方針

「めざまち」の姿(将来像) みんなの食卓 笑顔がつながる 福津のめぐみ	1 元気な地域を作る	(1) 食を通して地域を知る (2) 地元でとれたものをおいしく食べる
	2 健康な暮らしを実感する	(1) 若い世代が健康や食への意識を持つ (2) 規則正しい生活リズムを整える (3) 健康長寿につながる健康的な食習慣を身につける
	3 豊かな心を育む	(1) 食への感謝の気持ちを育てる (2) 食文化を次世代につなげる
	4 安全・安心な環境をつくる	(1) 食に関する正しい知識を身につける (2) 地域の自然環境をみんなで守る
	5 連携・共働で食育を進める	(1) 行政・学校・ボランティア・関係団体の連携を強める (2) 「これも食育」の啓発

これも食育 「いただきます」「ごちそうさま」で感謝の気持ちを伝えましょう

「ありがとう」と言われると誰でもうれしくなります。おいしいものを食べたときは心も豊かになります。「作ってくれてありがとう」「食べてくれてありがとう」その時の喜びや感謝の気持ちを言葉にして伝えましょう。

また、人間は何かを食べることによって命をいただいて、命をつないでいます。食べ物も命であること、また、命は命をいただくことによってのみ維持されることを理解し「命の大切さ」を実感することが重要です。食材にも感謝して、食事を残さずいただくようにしましょう。作る人は相手を思いやる心を、食べる人は作り手への感謝の心をいつも忘れないようにしたいものです。

問い合わせ 市子育て世代包括支援センター ☎34・3352



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

シニア世代は メタボ対策より低栄養予防!

メタボリック・シンドローム対策として、野菜中心や肉を敬遠する食生活を送っていませんか。高齢になってからの粗食は低栄養に直結します。慢性的に栄養が足りなくなると筋肉が落ち、動くのが面倒になることで活動量が減っていきます。すると、食欲が湧かなくなる、免疫力が落ちてインフルエンザや肺炎などの感染症にかかりやすくなるなど、悪循環に陥ってしまいます。1日3食きちんと食べることを基本として、1度にたくさん食べられない場合は、間食も食事と考えて栄養を補いましょう。

また、ひとりで取る食事は簡単なものや好きなものになりがちで、栄養バランスを崩しやすくなります。脳の栄養不足は認知機能にも影響するといわれています。毎食調理するのが負担に感じる人は、弁当などの配食サービスや市販品を活用しながら、低栄養予防を心掛けましょう。

さらに、家族と食事をする人より、独り暮らしの人は1.5倍、家族がいるのに食事をいつもひとりで取る人は5倍も「うつ」のリスクが高いというデータがあります。新型コロナウイルス感染症の感染が拡大して以降、会食は控えている人が多いと思いますが「楽しんで食べる」ことを意識して、季節の食材を取り入れてみたり、お気に入りの器に盛り付けてみたりするなど、脳に刺激を与えて低栄養だけでなく「うつ」も予防しましょう。

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、翌閉庁日) / 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

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 ☎33・5577
12日(日) 平塚胃腸科外科医院 ☎32・2126
19日(日) 松野脳神経クリニック 福 ☎43・5055
26日(日) 東郷外科医院 ☎36・4146

7月の休日外科当番医

福 福津市 宗 宗像市
3日(日) 宗像乳腺外科 福 ☎62・5705

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

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



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。
福間地区 ☎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

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

防災マップをスマホに!!

防災情報をスマートフォンサイト「福津防災(防災すまっぼん!)」で提供しています。下のQRコードからアクセスすれば、防災マップなどの情報を簡単に見ることができます。スマートフォンで、ぜひ見てください。



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

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▶