

日 SUNDAY
10 2022
 OCTOBER

月 MONDAY
公設分別ステーション
 今月の開設日は**2日(日)、8日(土)、16日(日)、22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

火 TUESDAY
 せんてい
剪定くず・草ステーション
 今月の開設日は**1日(土)、8日(土)、15日(土)、22日(土)、29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

水 WEDNESDAY
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**26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

木 THURSDAY
 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

金 FRIDAY

土 SATURDAY
 ●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
 ピ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
1

●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
2

3

4

●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
5

6

7

●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
8

9

スポーツの日 **10**

11

12

13

14

●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
15

●公設分別ステーション開設日
16

17

18

●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
 ●食育の日
 「家族みんなで食事を楽しみましょう」
19

20

21

●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
22

●第8回プリンセス駅伝 in 宗像・福津
 福津・宗像市内 午後0時10分
 宗像ユリックススタート
 ●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
23

24

25

●臨時公設分別ステーション開設日
 ●福津市議会議員一般選挙
 立候補予定者説明会
 市役所別館大ホール
 受付午後1時30分～
26

27

28

●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
29

30

●納期限(市県民税 第3期、国民健康保険税 第5期、介護保険料 第5期、後期高齢者医療保険料 第4期)
31

11/1

11/2

文化の日 **11/3**

11/4

●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9時～午前10時
11/5

●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
11/6

11/7

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

公共施設の休館日 ※【 】は11月上旬の休館日
 ■中央公民館／3日、11日、17日、24日、31日、【7日】
 ■宮司公民館／3日、11日、17日、24日、31日、【7日】
 ■市立図書館／3日、11日、17日、24日、27日、31日、【7日】
 ■宮司コミュニティセンター／4日、11日、18日、25日、【1日】
 ■健康福祉館(ふくとぴあ)／8日、9日

■津屋崎千軒なごみ／11日、25日
 ■カメラアステージ
 カメラアホール
 4日、11日、18日、25日、【1日】
 図書・歴史資料館
 4日、11日、18日、25日、26日、【1日】
 ■福岡・津屋崎体育センター
 3日、17日、31日、【7日】

■福岡会館／1日、2日、8～10日、15日、16日、22日、23日、29日、30日、【3日、5日、6日】
 ■未来共創センター／2日、3日、9日、11日、16日、17日、23日、24日、30日、31日、【6日、7日】
 ■子育て支援センターなかよし
 3日、8～10日、17日、24日、31日、【7日】
 ■児童センターフクスタ
 7～9日、14日、21日、28日、【4日】



心も体も健康に

いきいき健康だより

高齢者の予防接種費用を助成します 【インフルエンザ・肺炎球菌】

市はインフルエンザと肺炎球菌の予防接種費用を助成します。

インフルエンザワクチンは接種後、効果が出るのに約2週間かかるので、10月下旬から12月中旬に接種することをお勧めします。

肺炎球菌性肺炎は、成人肺炎の25～40%を占め、特に高齢者での重篤化が問題になっています。重篤化すると化膿性髄膜炎や敗血症を起こすことがあります。

接種の際は、あらかじめ電話などで病院に予約してください。医療機関では本人確認のため健康保険証を提示してください。

高齢者インフルエンザ予防接種

対象者 ①接種日時時点で満65歳以上の人
②接種日時時点で満60歳から64歳の人で、心臓、腎臓、呼吸器、H I Vによる免疫の機能障害(1級)を有する人。なお、身体障害者手帳の写し、または医師の診断書が必要

助成期間と接種回数 令和4年10月1日から令和5年3月31日までに1回

接種自己負担額 1,400円 ※4,785円のうち3,385円を市が助成
詳しくは市公式ホームページを
ご確認ください。



高齢者肺炎球菌予防接種

対象者 今までに成人用肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人で、次の表に該当する人。助成は、生涯1回です。

年齢	生年月日
65歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生
70歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生
75歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生
80歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生
85歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生
90歳	昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生
95歳	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生
100歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生

インフルエンザ対象者②に該当する人

※本来予防接種法では65歳に達する年度の人のみが対象ですが、経過措置として令和5年度まで65歳以降の5歳さざみの年齢の人も対象となっています

助成期間と接種回数 令和5年3月31日までに1回

接種自己負担額 5,680円 ※8,396円のうち2,716円を市が助成

高齢者インフルエンザ・肺炎球菌の 予防接種費用の免除

対象者のうち、市県民税が非課税世帯の人と生活保護世帯に属する人は、接種費用が免除されます。ただし、接種の当日、医療機関で次のいずれかの証明書類が必要です。後日の払い戻しはありません。

市県民税が非課税の人 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証(白色)、介護保険負担限度額認定証、予防接種用の非課税証明書

生活保護世帯の人 診療依頼書または保護受給証明書

問い合わせ 市子育て世代包括支援センター ☎34・3352

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



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

「ロコモ」を知っていますか?

「ロコモ」とはロコモティブシンドローム(運動器症候群)の略称で、骨、関節、筋肉、神経系などの運動器の機能が加齢の影響で低下している状態のことです。運動器の衰えは、歩く、立つといった日常生活に必要な移動能力の低下を招きます。次の7つの項目に1つでも当てはまればロコモの心配があります。

①片足立ちで靴下が履けない②家の中でつまずいたり滑ったりする③階段を上がるのに手すりが必要である④掃除機や布団の上げ下ろしなどのやや重い仕事が困難である⑤15分くらい続けて歩くことができない⑥横断歩道を青信号で渡り切れない⑦2kg程度(1ℓの牛乳パック2個程度)の買い物をして持ち帰ることが困難である

1つでも当てはまった人は今すぐ対策を行いましょう。ロコモの予防と改善に必要なのは筋力とバランス機能を高め、骨や筋肉を丈夫に保つことです。ただ「運動しなければ」と構える必要はなく、エスカレーターやエレベーターではなく階段を使ったり、テレビを見ながらストレッチをしたりするなど、日常生活のちょっとした工夫でもロコモ予防に有効な習慣になります。

10月は行楽の秋です。景色を楽しみながら散歩などを始めてみるのも良いかもしれません。

問い合わせ 市高齢者サービス課 ☎43・8298

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▶



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 ※①②のどちらか1年度に1回

①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) / 午後1時～午後4時

②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

10月の休日外科当番医

- 福津市 宗像市
- 2日(日) 桑原整形外科医院 ☎42・0020
- 9日(日) 林外科医院 ☎33・5577
- 10日(月祝) 渡辺整形外科医院 ☎32・2600
- 16日(日) 蜂須賀病院 ☎36・3636
- 23日(日) 宗像乳腺外科 ☎62・5705
- 30日(日) 日の里クリニック ☎36・5511

11月の休日外科当番医

- 福津市 宗像市
- 3日(月祝) 平塚胃腸科外科医院 ☎32・2126
- 9日(日) 荒牧整形外科医院 ☎34・3355

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

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

撮ってみよう かがみの海

濡れた砂浜や潮だまりが鏡のように空を映す「かがみの海」の写真を撮ってみませんか。

▼詳しくは「かがみの海公式サイト」へ

