

特集 運動と健康 Exercise and Health



新聞を大きな声でスラスラと音読する柳田正尚さん。90歳を超えてもなお、毎日のように健康増進室でトレーニングを続けています。

2022
令和4年

8

August

2022
令和4年

8

August



No.
211

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



Fukutsu
Present and Past

福津の今昔

～変わる風景 変わらない風景～

vol.3 西鉄福間駅

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、田畑だった場所や鉄道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、当たり前そこにその風景の写真をながら、その歴史を少し辿ってみましょう。



◀山に向かって右側の線路跡地には新しい住宅が建ち並び、線路が通っていた面影はありません。でも、その先にそびえる在自山のシルエットは、昭和30年ごろと比べても、ほとんど変わっていません



◀昭和40年代後半には駅舎が改築されました。このころから周囲に住宅が建ち始め、山に向かって左側の住宅街は今も「西鉄団地」と呼ばれています



◀昭和30年ごろの西鉄福間駅。木造の駅舎で、周囲はまだ住宅開発がされておらず、松林に囲まれています



西鉄福間駅は、平成19年に西鉄宮地岳線が廃線となったことで、惜しまれながら廃駅となりました。駅があった当時から近所に住んでいた人に話を聞くと「子どもたちが通学に西鉄電車を利用して。線路沿いにはツクシが生えていて、15分おきに電車が通り過ぎたのを見計らって取りに行っていたのが懐かしい」と、今は住宅となった線路跡を偲んでいました。

目次 contents

■ 特集 運動と健康	2	■ なかよし通信/図書/男女	10	■ 新型コロナワクチンに関するお知らせ	16
■ まちの話題	6	■ 郷育かわら版	12	■ 情報広場	17
■ SDGs/消費生活/福津防災/環境掲示板	8	■ 好いとお!福津/まちの観光イベント	14	■ 福津の今昔	24

掲載している情報は、7月14日現在のものです。新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、変更となる場合があります。

スタッフに聞いてみた！健康増進室ってこんなトコ！

Q3 機器を使ったトレーニングや測定の他に、市健康増進室でできることはありますか？

A3 ヨガや筋力トレーニング、リズムに合わせた体操やバランスボールを使った体操など、毎日、時間を決めてレッスンをしています。レッスンの定員は10人程度で、入室時に受け付けをすることで参加できます。詳しい情報は市公式ホームページや「ふくとびあ3階健康増進室」のフェイスブックをご覧ください。

Q2 市健康増進室を利用することで、どのくらい体力が変化したのか測定することはできますか？

A2 昨年度まで健康度測定を行っていましたが、これに代わり、運動の効果を確かめるための3種類の測定ができるようになりました。体力が改善しているのか、運動の効果が出ているのか確認することでより良い運動ができ、その後のトレーニングの意欲も湧いてきます。3種類の測定について、詳しくは次のページをご覧ください。なお、効果を見るための測定の頻度は測定の種類ごとに異なります。また、測定には予約が必要ですので、事前に電話または来室して申し込みください。

Q1 普段運動していないくて、体力に自信がありません…市健康増進室は私でも利用できますか？

A1 18歳以上の人であれば、どなたでも利用できます。市外の人でも利用できますので、市外の家族や友達と一緒に利用することも可能です。体力に自信がない人でも、指導員（健康運動指導士）が常駐していますし、自分のペースで利用できますので、気軽にお越しください。



健康運動指導士の田中英幸さん



健康運動指導士の久保澄恵さん

「料金が安いのにさまざま

**運動と交流
「継続は力なり」**

「料金が高いのにさまざま運動と交流」「継続は力なり」

**歩き始めたきっかけは
病院で受けた健診**

「歩き始めたきっかけは病院で受けた健診」

**毎日の運動が
元気の源**

「毎日の運動が元気の源」

「料金が高いのにさまざま運動と交流」「継続は力なり」



▲抜群のロケーションで運動できます

健康増進室利用者のお手本的存在

利用回数6400回超え
Masanao Yanagita 柳田 正尚

運動することは健康に生きていくために大切なことです。ふくとびあ3階にある市健康増進室にはさまざまなトレーニング機器を備え、専門的な知識のあるスタッフがトレーニング指導、各種自由参加レッスンなどを実施しています。

今日も元気にエアロバイクをこぐ柳田正尚さんも市健康増進室利用者の一人。皆さんも、市健康増進室の活用方法や誰にでもできる運動の仕方などを知り、介護予防、健康な生活につなげましょう。



「毎日の運動が元気の源」

健康増進室の利用案内

利用対象者

18歳以上の人

持参品

飲み物、室内用運動靴、タオル、運動着、100円硬貨(ロッカー用。使用後返却)

費用

- ・1回2時間当たり330円
※延長1時間当たり160円
- ・12枚つづり回数券3,300円
※使用期限は発行月から1年
- ・平日午後7時以降の利用に限り1回1時間200円

※65歳以上で特定健診または後期高齢者健診受診者は、健康増進室を110円(年度25回分)で利用できます。他にも要件がありますので、詳しくは市健康増進室にお問い合わせください

営業時間

- ・月曜日～金曜日 午前9時30分～午後9時
- ・土曜日、祝日 午前9時30分～午後6時

休室日

日曜日、毎月第2土曜日、12月29日～1月3日

問い合わせ

市健康増進室 ☎42-3345

普段運動を全然しないので、体力年齢は40歳くらいかな?と
思っていたのですが、まさか年齢
の3倍になるとは……もう笑う
しかないですね。筋肉が足りない
ようなので、運動始めます!

毎日徒歩で片道約2kmを通勤して
いたので少しは自信があった
のですが、この体力年齢には驚
きました……。健康増進室での
トレーニングを継続して実年齢
の体力を取り戻します!



測定結果
体力年齢 **69歳** 体力年齢 **79歳**

④振り返り・結果通知

測定した数値などから、体力年齢や体力レベルなどを伝えます。合わせて、減量や体力年齢若返りのための具体的な計画案を提示しています。



まちづくり推進室 新人職員
西 倫加子 23歳

普段運動は? **しない**
短い距離の移動でも自動
車を利用する? **しない**
休日は外出せず家でゴロ
ゴロしている? **はい**

③ロコモ度測定

立ったり歩いたりするために必要
な機能が低下していないか、ロコモ
ティブシンドローム判定をします。



Physical Fitness
健康増進室で
体力測定を
してみました
Measurement

令和3年度まで行っていた健康度測定
に代わり、新たに3種類の測定ができる
ようになりました。若手とベテラン、2
人の市職員がこの3種類の測定を実施し
てみたところ、驚くべき結果が……。



高齢者サービス課長
堀田 達也 58歳

普段運動は? **しない**
短い距離の移動でも自動
車を利用する? **はい**
休日は外出せず家でゴロ
ゴロしている? **はい**

②体組成測定

部位別の筋肉量や脂肪量を測定
でき、運動内容や食事内容で改善
すべきところがないか分析します。



①ニコニコ体力測定

自転車運動中の脈拍と主観的き
つさを測定することで、適正な運
動負荷と体力年齢がわかります。



市公式 YouTubeでも
さまざまな運動を紹介しています!!



右のような運動だけでなく、市公式
YouTubeでは市イメージソングに合
わせて体操をするなど、自宅でできる運動
を紹介しています。ぜひご覧ください。



▲両手を組んで上に上げ、息を吐きながらゆっくりと横に倒します



▲両手で片方の膝を持ち、胸に引き寄せます。もう片方の足は伸ばしておきます



▲足を開き、太ももに手を置きます。片方の肩を内側に入れながら上体をひねります



▲腰幅くらいに足を広げ、足裏全体に均等に体重を掛けながら膝を曲げます



▲太ももが床と並行になるくらいまでゆっくり上げます



▲腰幅くらいに足を広げ、両足のかかとをゆっくり上げます

Stretch 各20~30秒(反対側も行いましょう)

Strength Training 各10回を1~3セット

自宅でもできる
介護予防運動
オススメ
運動したくても何をしたらいいのかわ
からない、健康増進室に行きたくても行け
ない人にお勧めの、高齢者向け介護予防運
動を田中さんが教えてくれました。転倒防
止などに効果的です。自分のペースで少な
い回数から始めてみませんか。





▲海の中道海洋生態科学館の職員に見送られるウミガメ

勝浦浜でウミガメ5頭が放流 励まされながら元気に海へ

今年、福津市と福岡市に漂着し、保護されたウミガメ5頭が6月2日に勝浦浜で放流されました。放流されたウミガメはアオウミガメ、タイマイの2種類。いずれも漂着後市民や保護団体によって保護された後、海の中道海洋生態科学館に移送され、飼育されていました。中にはけがをしていたり、衰弱し生死が危ぶまれたりするウミガメもいましたが、元気に回復。漂着していたのを発見した人や集まった人たちに「がんばれ」と励まされながら、砂浜を歩き、海に帰っていきました。

令和4年度 宗像地区水防訓練 水害を最小限に防ぐために

宗像地区消防本部合同水防訓練を6月5日に日蔭野の集いの駅で行いました。市消防団員と福津消防署員が、孤立者救出訓練や土のう工法訓練、救急救命訓練など、実際に市内で大雨に関する警報が発出されたことを想定し、指揮系統の確認も含めた本格的な訓練を行いました。また、ドローンによる空からの現場確認なども披露されました。雨が降る中で訓練は行われ、今年も雨が降り始める季節を迎えるにあたり、緊張感のある訓練となりました。



▲水防に欠かせない土のうを準備する消防団の皆さん



まつお 海音ちゃん 津



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、10月生まれの赤ちゃんは8月19日(金)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



第8回 福津市消防団消防操法大会 日頃の訓練の成果を発揮

第8回福津市消防団消防操法大会を5月22日に福岡漁港多目的広場で行いました。コロナ禍の影響で3年ぶりの今大会。日差しが激しく照りつける中、市内の11の消防団が、ポンプ車操法部門と小型ポンプ操法部門に分かれ、日頃の練習の成果を競い合いました。結果は、ポンプ車部門の優勝第1分団、2位第3分団、小型ポンプ部門の優勝第6分団、2位第7分団、3位第11分団でした。今年、小型ポンプ部門の3位までの分団が、7月24日に行われる宗像地区大会に市代表として出場します。



▲優勝した第6分団指揮者の竹内一晃さん

宗像地区消防本部初期消火等協力者表彰 初期消火と人命救助の功績に感謝状

3月27日に発生した建物火災において、非番の日駆け付けた消防士の倉本恵介さんと協力して初期消火と人命救助を行った、徳留大嗣さんと佐藤潤一さんに対して、5月11日に感謝状が贈呈されました。「今後もしっかりと訓練などに取り組んでいきたい」と2人とも力強い言葉を話していました。



▲表彰された徳留さん(左)と佐藤さん

長年にわたる活動が表彰されました これからも子どもたちのために

市子ども会育成会連合会の顧問を務める城戸克哉さんが、長年にわたる活動の功績から全国子ども会連合会・九州地区子ども会育成連絡協議会の表彰を受けました。城戸さんは「周りの人たちから助けてもらい、続けることができた。これからも子どもたちを応援していきたい」と話していました。



▲原崎市長、大嶋教育長とともに表彰状を掲げる城戸さん



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。

線状降水帯の発生に注意を!

線状降水帯とは

線状降水帯とは、発達した雨雲が線状に次々と発生して、ほぼ同じ場所を通過・停滞することで作り出される非常に強い雨のエリアのことです。

長い時間、同じ場所に非常に強い雨が降り続き、大きな災害の要因となる集中豪雨を引き起こす危険性があります。

令和2年7月豪雨では、九州で多数の線状降水帯が発生し、熊本などで大雨を引き起こしました。

気象情報は小まめにチェックしましょう

気象庁では、6月1日から線状降水帯発生の予測を開始しています。早めの避難につなげるため、発生が予測された場合に、半日前から情報提供が行われます。特に深夜や未明の状況を日中のうちに把握することで、明るいうちに避難の準備ができます。特に夏場は台風や大雨などの水害が起こりやすい時期です。気象庁のホームページやテレビの気象情報などに十分ご注意ください。

問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107



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。消費者被害は決して他人事ではありません。迷ったり、困ったりしたら、一人で悩まず、ぜひ相談してください。

相談事例 若者の夢に付け込む悪質業者!

SNSの募集広告を見て憧れていた声優のアルバイトのオーディションを受けました。事務所で8万円のレッスン料が必要と言われて断り切れずに契約しました。アルバイトのつもりだったのに納得できません。

アドバイス その場で契約しないで!

令和4年4月から成年年齢が18歳に引き下げられました。一人で契約ができる反面、原則として一方的に契約を解除することはできません。芸能人に憧れる気持ちに付け込まれ「あなたは向いている」「今回は不合格だが才能がある」などの甘い言葉で所属契約を勧められることがあります。クレジット契約や借金をしてでも有料のレッスン契約を勧める事業者もいますが、必ず仕事や報酬につながるわけではありません。家族や周囲の人に相談するなどして冷静に判断しましょう。

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

令和4年度住みよいまちづくり 推進企画活動補助金交付決定団体

団体名	企画名	企画内容
次世代教育推進協会	子どもたちの“やってみてみたい”に応えられるまちづくり	地域教育サービスを体験する機会を子どもたちに提供する活動を行う
一般社団法人ルートプラス	体育の苦手克服! 体育が“好きになる”プロジェクト	体育の苦手克服につながるイベントを開催し、体育が楽しみな子どもたちを増やす活動を行う
どの子ども凸凹プロジェクト実行委員会	元気の運び屋「ふくふくFOODs」	子どもがいる世帯への食の支援(月1回の食料配布)を行う
日本語教室「わかば」	多文化共生をめざす日本語教室「わかば」	外国籍を持つ市民に日本語指導や多文化交流の機会を創出する支援を行う
なのはなミーティング	発達が気になる子(未就園児)の親御さん同士のミーティング	発達障害がある、またはその可能性がある未就園児の保護者に対する育児支援につながる活動を行う



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。



市では、持続可能なまちづくりを目指し「市民共働のまちづくり」を推進しています。市民参画と共働によるまちづくりを推進するため、市民の皆さんによる企画活動に補助金を交付する「住みよいまちづくり推進企画活動補助事業」に取り組んでいます。令和4年度は、5団体への交付が決定しました。令和5年2月末までの間、

令和4年度住みよいまちづくり推進企画活動団体が決定しました

団体ごとに多種多様な活動が展開されます。活動状況は、市公式ホームページなどでお知らせしますので、活動への協力をよろしくお願いいたします。市では、今後も引き続き、さらに「住みよいまち」となるよう、さまざまな形で市民参画と共働による、まちづくりを進めていきます。問い合わせ 市まちづくり推進室 ☎62・5017

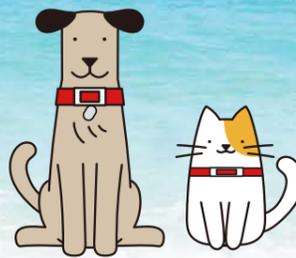
環境 掲示板

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いたします。

問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

犬・猫の 飼い方や接し方を見直しましょう

動物を飼う際には、寿命を全うするまで責任を持って飼わなければなりません。ルールやマナーを守り、人に迷惑を掛けないように配



慮することも必要です。また、きちんと飼える数以上に増やさないようにしなければなりません。世話が行き届く数だけを飼うためには、不妊去勢手術などによる繁殖制限も大切です。犬の飼いが守らなければならないこと

登録と狂犬病予防注射

生涯に一回の登録と毎年の狂犬病予防注射が義務付けられています。鑑札と注射済票は必ず首輪などに装着してください。飼い犬の登録、鑑札の交付と注射済票の交付は、市うみがめ課の窓口または市が委託している動物病院で行うことができます。

・放し飼いは禁止

条例で、犬を放すことは禁止されています。散歩の際は、必ず引き綱を付けて、犬を制御できる人が散歩させてください。公園や海岸などの公共エリアでは絶対に犬を放してはいけません。・フンは必ず持ち帰る

散歩時はフンの回収用具を持参し、責任を持って持ち帰りましょう。

猫の飼い主へお願い

・屋内飼育をしましょう
屋外で放し飼いをすると、交通事故や感染症、迷子になる危険があります。また、フンや尿をすることで近所の人に迷惑が掛かる事例もあります。猫の安全を守り、近隣に迷惑を掛けないため、屋内飼育を推奨します。

・所有者明示をしましょう
自分の飼い猫に責任を持ち、万が一に備え猫が迷子になったときのために首輪に迷子札を装着しておきましょう。

野良猫に無責任に餌を与えないでください

野良猫への無責任な餌や

令和4年度は、月に1度、臨時公設分別ステーションを開設しています。受付品目など詳しくは、市公式ホームページや「家庭ごみの出し方パンフレット」をご覧ください。

なお、粗大ごみは出せません。ご注意ください。



開設日 毎月最終水曜日
場所 福岡漁港駐車場
受付時間 午前10時～午前11時50分

人権意識が根づくまち



LGBT (性的少数者の総称の一つ)の社会運動であるレインボーパレードで掲げられている虹色の旗。たくさん色を含むことから多様性の象徴とされています。

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

パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度への共感と理解を深めよう

市では、4月1日からパートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度の運用を開始しました。市公式ホームページでもこの制度の概要や手続きを掲載。市民の皆さんへの啓発・広報とともに、市職員も多様性に配慮した対応ができるように研修などを行っています。

今回は、企業研修の際に出た意見を参考に、人権課題について考えます。その意見というものは「性的マイノリティ当事者の人権は大切なことです。静かに見守る方が当事者にとって

よいのではないのでしょうか。声を出すことで、かえって当事者が生きづらくなるのではないのでしょうか」というものでした。

皆さんはどう思いますか。人権問題に取り組むときに、必ずといってよいほど出てくる意見です。例えば、同和問題解決を目指して同和教育を実施する際に「同和問題を知らない人にまで教えてしまう」という、いわゆる寝た子を起こすな論と似てはいませんか。

果たして、何も知らないことが差別解消につながるのでしょうか。

か。何も知らずに、当事者と出会った際の対応などを考えると、知らないことは差別解消どころか差別につながるものになるかもしれません。このように考えると、物事を正しく知ることはとても大切です。それと同時に、今回のような疑問が気軽に表現できる場もとても大事です。

市では、多様性を尊重する共生社会を築くために、性的マイノリティを含むあらゆる人権侵害を許しません。市民一人一人の皆さんの正しいご理解とご協力をお願いします。

乳幼児の子育てわいわわ

こ情報
こ情報

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育児講座「大切にしたい子育てと体づくり」

子どもの発達や、子どもへの関わり方を一緒に学びませんか。保育所で日頃行っているさまざまな遊びや、体づくりも紹介します。予約が必要です。

☎9月1日(木) 午前10時~正午 場ふくとびあ
定20人 講市立大和保育所園長 西原礼子さん

②育児講座「ママの子育ての悩みあるあるにお応えします！」

「子どもはかわいいけど育児のストレスを感じる」など、心に元気がなくなったときの対処法の話です。心が元気になる方法を学びませんか。予約が必要です。

☎9月17日(土) 午後2時~午後4時 場ふくとびあ
定20人 講ちはやACTクリニック院長 渡邊真里子さん

③育児講座「絵本と子ども」

絵本の良さを学び、絵本の楽しさや素晴らしさを、より深く感じませんか。予約が必要です。

☎9月28日(水) 午前10時~正午 場ふくとびあ
定20人 講おはなし会 昔っコ 梅田恵子さん

①②③の共通事項

託児 先着15人、生後5カ月以上の未就学児、1人300円、要予約

託児受付期限 講座開催日の8日前まで

講座受付開始日 8月2日(火)

☎市子育て支援センターなかよし ☎35・8382

☎=日時、日程 場=場所 対=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。みんなの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

☎市子育て支援センターなかよし ☎35・8382



▲トイレに行った後は、忘れずに手を洗いましょう



子どものトイレトレーニング
トイレトレーニングとは、無意識のうちにおむつにオムツにおしっこをしていった状態から、尿意を感じて「おしっこしたい」と、自分の意志でトイレや、おまるでおしっこをするように教えることです。最終目標は、1人でトイレに行けるようになることです。赤ちゃんのころは、おしっこ

をぼうこうにためることができません。1歳ごろになると、おしっこをためることができるようになり、2歳前後でおしっこが出たのが分かるようになります。そして、体をブルッと震わせたり「チッチ」と言葉やしぐさで教えてくれたりするようになります。その「サイン」に気付いたら「おしっこだね」と言葉をかけ、トイレやおまるに誘いましょう。

トイレトレーニングを始める目安として「上手に1人で歩けるようになる」「自分の意思を伝えられるようになる」「おしっこの間隔が1時間から2時間ほど空く」などがあります。トイレトレーニングは、食事の前後やお風呂の前、朝起きたときやお昼寝の後などに、焦らず、無理せず、子どものペースに合わせて進めていきましょう。

子育て支援センターなかよしでは、トイレトレーニングをテーマに「知りタイム話タイム」講座を開催しています。他にも子育て世代対象の講座やイベントを開催していきますので参加してみませんか。

8月のイベント案内

おはなし会

お日さまのうたサークル

8月はお休みします

木曜おはなし会0・1・2(2歳児以下)

☎11日(木) 午前11時~午前11時20分

福岡津屋崎子ども劇場おはなしの国

☎18日(木) 午前11時~午前11時30分

ふくつ語りの会

☎20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。



図書館の今月のおすすめ

運命の一冊

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。
☎市立図書館 ☎42・8000

石原慎太郎と日本の青春「文藝春秋特別編集 芥川賞受賞作「太陽の季節」でのデビューから弟・裕次郎のことや政界進出を秘蔵写真で振り返る。時代をつくった人々との交友、対談も収録。

「日本語をもっとつかまえる!」飯間浩明文・金井真紀絵 毎日新聞出版 「少々」と「ひとつまみ」や、「終息」と「収束」の違いは何でしょう。国語辞典編纂さんが、身近にあつて気になることばの面白さをつづります。

「戦争をやめた人たち」鈴木まもる文・絵 あすなる書房 第一次世界大戦中、敵対するドイツ軍とイギリス軍との最前線で、銃声の代わりに「きよしこのよる」が流れました。奇跡のような実話です。

「歩いても歩いても」是枝裕和原作・脚本・編集・監督 阿部寛主演 失業中の横山良多は、父とそりが合わず久々の帰郷も気が重い。兄の命日に集った家族の情景を、静かなタッチで切り取ったホームドラマ。

郷育カレッジ 受講時の注意点

郷育カレッジでは、地域の「ひと、もの、こと」を題材に、さまざまな分野の講座を開催しています。今回は、これからでも申し込み可能な講座を一部紹介します。受け付けは先着順ですので、受け付けを終了している場合はご了承ください。

詳しくは、市公式ホームページの令和4年度郷育カレッジ講座一覧ページ（下記QRコード参照）や広報ふくつ6月号に折り込みの講座一覧をご覧ください。

「旅するチョウ」アサギマダラを観察しよう

10月21日（金）午前10時～正午

「切り貼り絵をつくって自分の内側をのぞいてみよう」

11月24日（木）午前10時～午前11時30分

「学ぼう！パングラディッシュ」

12月11日（日）午後1時～午後2時30分

「リフォームのコツ」

令和5年1月25日（水）
午前10時～午前11時30分

▶講座一覧ページ

「学ぼう！福津から始まった国民健康保険」

令和5年3月1日（水）午前10時～正午

市郷育推進課職員や郷育カレッジ運営委員、講座会場職員、講座当日の講師などが別途対策を追加することもありますので、あらかじめご了承ください。



すので、ぜひご参加ください。
練習日 毎週土曜日午後2時
場所 カメリアホール
問い合わせ 勝浦人形浄瑠璃保存会（カメリアホール内）
☎52・3321

この名称変更は、令和2年度から広報や市公式ホームページでお知らせしていたとおり、令和4年4月の民法改正に伴うものです。
実施に向けては例年と同様に実行委員会を作り、企画、準備を進めていきます。実行委員として、一生に一度の思い出に残る二十歳のつどいを自分たちの手で作りませんか。
二十歳のつどいの日程 令和5年1月8日（日）
定員 15人
対象 市内在住の20歳になる

人 ※平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人
内容 二十歳のつどいの企画、運営
会議 令和5年1月までの間に月1～2回程度
交通費 会議1回につき千円を支給
受付期限 8月31日（水）
受付方法 住所、氏名、生年月日、電話番号、メールアドレスを電話かメールで連絡
受付、問い合わせ 市郷育推進課 ☎62・5078、メール goiku@city.fukutsu.lg.jp



①息を合わせて1体の人形を操ります ②保存会会長の満木由紀夫さん

勝浦人形浄瑠璃保存会

伝統芸能をつなぐ
人形浄瑠璃の参加者募集
福津市に「勝浦人形浄瑠璃」という伝統芸能があることをご存じですか。
江戸時代の終わりに勝浦へ伝えられたとされています。勝浦人形浄瑠璃保存会による定期的な公演や勝浦小学校の児童への指導を通じ、今もなお、その伝統が守られ続けています。
勝浦人形浄瑠璃保存会では人形浄瑠璃の体験をしてみたい人を募集しています。人形を動かす「人形遣い」、物語を進める「語り」、音楽担当の「三味線」をぜひ実際に体験してみませんか。語りと三味線はプロから学ぶことができます。練習日にはいつでも体験ができます。気軽に問い合わせください。また、11月2日（水）10時から郷育カレッジでも練習風景を見学できま



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。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

心の歌の作品を募集します。 ※募集期間外の応募は無効
募集期間 8月24日（水）の消印有効
対象 市内在住の人
応募方法 はがきに住所、氏名、電話番号、俳句・川柳・短歌の別、作品1首を記入し郵送。作品には、常用漢字を使い、すべての漢字に必ずふりがなを振ってください。1人1枚、期間ごとに1首に限る。サークルなどの団体からの一括応募は不可。必要事項の記入漏れ、応募方法以外の方法による応募は無効。掲載月などの指定はできません。
問い合わせ、送り先 〒811-3224 福津市手光2-222番地 福津市中央公民館 ☎43・2100
秀島 通子
安部 敏朗

5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 A 瀧口 純一	2位 春日 久行
	B 宮崎 福雄	佐野 五郎
	C 花田 友行	安波 寛
	連絡先 村上良明 ☎080・3973・8932	

福津市囲碁会	1位 1 尾崎 銀二	2位 有山 伸司
	2 満生 忠雄	岩谷 巖
	3 松本 正美	有岡 誠
	連絡先 井本雅文 ☎090・9796・1099	

福津市実碁会	1位 1 的野 信行	2位 吉田 哲雄
	2 岩谷 巖	斉藤 正俊
	3 有岡 誠	藤井 修
	4 宗平 正	内場 和光
	5 浦川 健志	西岡 幸治
	連絡先 満生忠雄 ☎43・2420	

津屋崎囲碁会	1位 1 猪俣 征雄	2位 富永 直邦
	2 林田 健介	中嶋 孚
	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

ふくまアンビシャス広場の活動を紹介します



▲作ってもらった剣で遊ぶ子どもたち

「ふくまアンビシャス広場」は、主に火曜・木曜日の放課後に福間小学校やふくま郷づくり交流センターで活動しています。5月に開催したバルーンアート体験では「理科読風ぐるま」のかたに指導してもらい、風船でネズミを作りました。初めは恐る恐る風船をねじっていましたが、慣れてくると徐々に大胆に。花やくまのキャラクターなどの難しいものも作れるようになりたいと感想がありました。

地域の目



▲見事にカップインを決める参加者

第12回市民グラウンドゴルフ大会の個人戦に参加しませんか。
日時 9月8日（木）午前8時～正午 ※予備日は9月15日（木）
場所 なまずの郷
対象 市内在住または在勤のグラウンドゴルフ愛好者
定員 180人 ※要予約
費用 200円
持参品 用具
受付期限 8月24日（水）
受付、問い合わせ 市グラウンドゴルフ協会 永野さん ☎706
ファクス52・4706

スポーツを「する」「みる」「楽しむ」

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 ☎=電話番号



▲沿線風景をジオラマで再現しています

想い出の宮地岳線展
今はなき「宮地岳線」の写
真、懐かしい駅看板や乗り
換え看板、当時のポスター
などを展示します。
また、駅と車両、沿線のジ
オラマ展示や模型運転体験

津屋崎千軒なごみ
うみがめ室内管弦打屋
コンサート
人気のコンサートを今月
も開催します。多彩なジャ
ンルの音楽に、ゆったり浸
りませんか。
8月24日(水) 午前11時
〜正午 ※開場は午前10時
30分です。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

ふくつ観光協会
ふくつのお花マルシェ
大好評のお花マルシェを
今月も開催します。市内の
新鮮な農産物の直売所あ
るの里市の美しい花々と旬
の野菜を販売します。
8月4日(木)、8月18日

ふくつ観光協会

「福津暮らしの旅」ホーム
ページをご覧ください。
福津暮らしの旅 ☎070・
1244・4180

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

津屋崎千軒なごみ ☎5
2・2122

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

福津暮らしの旅(夏旅編)
の参加者を募集中です。8
月27日(土)は「津屋崎ひが
た探検」干潟の不思議生き
物を見つけよう、8月28日
(日)は「津屋崎漁港の朝市
に行ってみよう」旬の海の
幸で贅沢朝ごはんを実施
します。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。

ふくつ観光協会が運営す
る「手みやげや ふくつ本
舗」では、福津のお土産や特
産品を多数取りそろえてい
ます。遠く離れた家族や大
切な人に、福津の「おいし
い」を贈りませんか。福津の
新しいお土産「NAORA
O」「チーズサンド福津ハ
ニ」も販売しています。お
好みに合わせて、詰め合
せなどもできます。



▲福津の特産品トルコギキョウも販売します

藍の家 日記

ラジオのしくみを学ぼう
電波について学習しラジオ工作を体験できます。
8月5日(金)午前10時~正午 定 先着15人 ※要予約
対象 小学生 料 無料

藍染め体験
藍の葉の形をそのまま生かすたき染めと、正藍染めを
組み合わせてハンカチを染めます。
8月6日(土)午前10時~午後1時 料 3,000円
持 びニール手袋、エプロン ※要予約

戦時下の津屋崎
本土決戦に備えて作られた津屋崎飛行場のことや、当時の
人々の暮らしについて展示します。
8月8日(月)~8月30日(火)

藍の家放送局
懐かしいフォークソングをたくさん聴かせてくれる「ソングオ
ブスクエア」の演奏です。
8月21日(日)午後1時~午後3時

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)
●休館日 8月13日(土)~8月15日(月)

いい素材、食材、人材をつなぐ地域商社

今日の「いいざい」

お盆限定！寿司の予約受付を開始！

お魚センターうみがめでは、お盆限定で天然
の地魚を使った寿司を販売します。8月13日
(土)、8月14日(日)の予約受付は、8月8日(月)
までです。予約していない人も、当日は寿司盛り
りや地魚握り、刺身など、豊富に揃えてお待ち
しています。
あんずの里市
やふれあい広場
ふくまでも、ほ
おずきや花、お
飾りなどお盆用
品を取り揃えて
います。
皆様のお越
しをお待ちして
います。

▲天然の地魚を贅沢に寿司や刺身で

問 福津いいざい ☎72・6333

好いとお！福津

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。

宝

ある子どもへの投資、
社会の力である親御さん
への支援とお年寄りへの感謝が
分かりやすかった。ただ、令和
4年度予算の概要で、令和4年
度に重点的に取り組む主要事業
内容のテーマ別目標に掲げた事
業内容ごとの予算額を円グラフ
で明確にしてもらえると、もっ
と分かりやすかった。
(Wordさん/手光/66歳)
いつもお便りありがとうございます。
福津市は子育て世代を中心に
転入する人が多く、それに伴っ
て、人口に占める子ども割合
も全国平均に比べて高くなって
います。同時に、高齢者の割合
が増えてきていることも事実で
す。
市は子育て世代や子どもたち、
高齢者を対象とした施策を含む
7つのテーマを「まちづくり基
本構想」の中で目標として掲げ、
その中でも今年度重点的に取り
組む主要事業内容を5月号でお
知らせしました。市の今年度の
方針を示したものであり、市民

恋

浦海岸の沖合1000
メートルの海上で魚釣り
中にふと橋崎岬を見ると、何処
かで見たとような景色を思い出し、
携帯カメラで写真を撮ってイン
ターネットで調べてみると、ア
メリカ合衆国ハワイ州オアフ島
のダイヤモンドヘッドに形が
そっくりでした。これを福
津のダイヤモンドヘッドと
命名しました。
(H・Rさん
/津屋崎)
お便りありがとうございます。
世界的な名所と市内の風景が似
ているとは、素晴らしい発見だ
と思います。市内には美しい自
然がたくさん広がっています。
新しい発見を求めて、散策して
みるのもいいですね。

街角カメラレポート

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
今回は広報ボランティア 土肥保見さんからの投稿です

上田製菓を訪ねて

津屋崎千軒なごみの近くにあり、
今から4年前に店を閉めた上田製
菓のご夫妻を訪ねました。和菓子
が大変おいしくて価格も安く、地
元の人はもとより、福岡市などか
ら買い求めに来ていたようです。
私も何度か買いに行ったことがあ
りました。
創業は嘉永7年、江戸時代末期
の1854年ですから、実に約160
年の歴史があり、店主の上田弘美
さんはその6代目でした。閉店当
時79歳だった弘美さんは、5年に
1度の店の営業許可の更新時期を
迎えていました。今回更新すると
次の更新時期には84歳になり、
それまで店を続けることは体
力的にも少し厳しいのではと
考え、それならば思い切って
店を閉めることにしたそう
です。江戸末期から続く老舗
和菓子店を閉めることは大き
な話題になり、マスコミの取
材などで大変だったそうです。

元々話し好きの弘美さんは店の
ことだけでなく、津屋崎の昔話も
してくれました。これからも上田
さん夫妻が元気でいらっしやるこ
とを願って別れました。

▲上田さんご夫妻。左が弘美さん

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、21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。

SDGS子ども寺子屋
2022を開催

廃棄プラスチックがどのようになりサイクルされるか、オリジナルしおりを作りながら、楽しく学びませんか。

日 8月21日(日) ①午前10時30分 ②午前11時30分 ③午後2時 ④午後3時 ⑤午後4時

場 カメラアホール

対 小学生

定 各回先着10人 ※要予約

料 500円 ※当日現金

受 カメラアホール窓口または

電話 カメラアホール窓口にまたは

問 カメラアホール ☎52・3

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

男女共同参画都市宣言 記念講演会を開催

「幸せの人間関係」をテーマに、自分の考え方に気が付き、自分も相手も大切にできる人付き合いのヒントについて、臨床心理士でもある講師に講演いただきます。予約が必要です。

日 9月11日(日) 午前10時30分～午後0時30分

場 市立図書館

定 先着40人

演 西南女学院大学教授・北九州市立大学名誉教授 中島俊介さん

区対抗バレーボール大会の参加チームを募集

日 9月11日(日) 午前9時30分

場 市内体育館

受 各自治会へ配布する参加申込書をファクス

期 8月19日(金) 午後5時

問 市バレーボール協会 古川さん ☎090・4774・6153 F52・3359

家族塾「みどり」を開催

心の病を持つ人を支える家族のための教室です。予約が必要です。

日 9月16日(金) 午後1時30分～午後4時 ※受け付けは午後1時

場 宗像市役所

料 資料代として200円

演 福岡病院 山本タカタさん

受 電話

期 9月9日(金) 午後5時

問 地域活動支援センター「みどり」 ☎34・9750

受 電話、ファクスおよびメールで、住所、氏名、電話番号をお知らせください

託 生後5カ月以上の未就学児、1人300円、7日前まで受け付け、要予約

場 市男女共同参画推進室 ☎43・8116 F43・3168 M danio@city.fukutsu.lg.jp

お盆の精霊送りのお供え物をお受けします

ちょうちんなどの仏具、精霊船、缶類、ビン類はお受けできません。

日 8月15日(月) 午後5時～午後8時

場 福岡漁港駐車場内

※精霊送り場所での花火は禁止します

次の期間、ごみ収集、し尿くみ取り、せん定くず・草ステーションを休止します

◆燃やすごみ収集

市内全域	8月13日(土)～8月16日(火)
------	-------------------

◆地域分別収集の開設日

8月14日(日)がお盆のため、地域の分別収集開設日が変則的な地域がありますのでご注意ください。

第1週の地域	7月31日(日)
第2週の地域	8月7日(日)

◆し尿くみ取り

(株)林田産業 / (有)津屋崎サニタリー	8月13日(土)～8月15日(月)
-----------------------	-------------------

◆せん定くず・草ステーション 8月13日(土)

問 市うみがめ課 ☎62・5019

受 電話、ファクスおよびメールで、住所、氏名、電話番号をお知らせください

託 生後5カ月以上の未就学児、1人300円、7日前まで受け付け、要予約

場 市男女共同参画推進室 ☎43・8116 F43・3168 M danio@city.fukutsu.lg.jp

歌と楽器のコンサートを開催

美しい音色のマンドリンやギター、歌声などをお楽しみください。

日 8月6日(土) 午後2時～午後3時

場 津屋崎千軒なごみ

料 無料

演 B・ジンジャー

問 堀田さん ☎090・3604・0801

新型コロナワクチン接種に関するお知らせ

※7月8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、市新型コロナワクチンコールセンターにお問い合わせください

新型コロナワクチン接種実施期間 ※1～4回目共通

接種を受けることができるのは

令和4年9月30日まで

です。

※期間内に3回目または4回目接種を受けることができる人は、前接種を4月30日までに接種した人です。また、期間内であれば、引き続き、1回目及び2回目接種も受けることができますが、2回目接種は1回目接種から規定の接種間隔を空けなければ受けられませんので、ご注意ください

今後の接種について

市の新型コロナワクチン追加(3・4回目)接種専用集団接種会場は、右の日程をもって終了します。また、医療機関で受ける個別接種も、今後、縮小していくことが予想されます。ワクチンの種類、接種を受ける曜日や時間帯の希望がある人は、接種券が届いたら予定を確認の上、早めに予約しましょう。

		日程	曜日	実施する時間帯
令和4年	7月	30日	土	午後
		31日	日	午前
	8月	6日	土	午後
		7日	日	午前
		20日	土	午後
		21日	日	午前・午後
	27日	土	午後	
	28日	日	午前	

※予定は変更する場合があります
※接種予約ができる時間や医療機関などは、接種券に同封している案内をご確認ください

接種券の発送予定

2回目または3回目接種日	接種券発送日(郵便局に持ち込む日)
～令和4年2月21日	令和4年7月19日までに発送済み
令和4年2月22日～令和4年2月28日	令和4年7月26日
令和4年3月1日～令和4年3月4日	令和4年8月2日
令和4年3月5日～令和4年3月11日	令和4年8月9日
令和4年3月12日～令和4年3月18日	令和4年8月16日
令和4年3月19日～令和4年3月25日	令和4年8月23日
令和4年3月26日～令和4年4月30日	令和4年9月上旬ごろ

※予定は変更する場合があります。また、前接種後に転入した人は、接種券交付のために申請が必要です

次に当てはまる人で、接種を希望する人は手続きが必要です

- ・国が定める基礎疾患等を有する18～59歳の人で、4回目接種の対象者
 - ・接種券を紛失した人
 - ・福津市に転入した5歳以上の人のうち、接種券の交付申請をしていない人
 - ・これまでの接種において「接種券なしで接種した」「転入前の自治体の接種券を使用した」「住民票と異なる住所を予診票に記入した」のいずれかの場合に該当する人
- ※申請方法など、詳しくは市新型コロナワクチンコールセンターへお問い合わせください。

福津市新型コロナワクチンコールセンター

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(8月は土・日曜、祝日も受け付け)
※電話することが難しい場合はファクスまたはメールでお問い合わせください。
なお、回答までに数日間時間を要する場合があります



新型コロナワクチン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

博多座公演を半額で観劇できます
公演名 ミス・サイゴン
 日 10月21日(金) 午後5時、10月22日(土) 午後5時、10月25日(火) 午後5時、10月27日(木) 午後5時、10月31日(月) 正午
定 各回30人 ※応募多数の場合は抽選、8月26日(金)ごろ当選はがきを発送
¥ 7750円 ※別途取扱手数料と振替手数料が必要
演 市村正親、駒田一、伊礼彼方ほか

第22回「8・6むなかた平和のつどい」を開催
 平和のために何ができるか一緒に考えましょう。
日 8月6日(土) 午後2時～午後4時
場 宗像ユリックス(宗像市)
内 写真絵本や平和の歌披露、被爆者による体験談(事前録画)など
問 宗像教育会館 ☎36・2203

みやじ歌声喫茶 センターのイベント案内
 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 8月10日(水)、8月24日(水) 午後2時～午後4時
定 先着50人 ※要予約
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。
日 9月11日(日) 午後3時～
 ※開場は午後2時30分
定 先着50人 ※要予約

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 8月15日(月) 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

親子向けタグラビー教室を開催
 簡単、安全にできるタグラビーを始めませんか。
日 令和5年3月19日までの毎週土曜・日曜日、午後4時

県民向け介護講座を開催
 在宅で介護をしている人、施設で介護に従事している人、介護に関心を持っている人などを対象にした介護講座です。
日 令和5年1月まで ※詳しい日時はホームページをご覧ください
場 クローバーラザ(春日市)
内 介護予防講座、介護入門講座、認知症介護講座、テーマ別介護講座
問 県社会福祉協議会 ☎092・584・3351

女性のための「夢を生きる賞」を募集
対 家計を支えながら大学や専門学校などに在学中か入学許可を持ち、経済的な支援を必要とする福津市、宗像市、古賀市、新宮町在住の女性
 ※令和5年5月に在学中であること
定 1人 ※10万円、翌年5月に3万円を支給
期 9月30日(金)
問 国際ソロプチミスト宗像石松さん ☎090・3798

募集
 から1時間程度 ※雨天中止
場 日野12号公園(かんなぎ公園)
対 市近郊に在住の幼児・小学生の親子など ※小学生のみの参加も可
¥ 子ども800円、大人1850円 ※スポーツ保険代、既に加入済みの人は無料
問 市ラビー普及委員会 谷さん ☎090・8412・3357

第5回 FUKUTSU コミュニティ・フェスタ 実践発表者を募集
 「志をもち、未来をたくましく切り拓く子ども」の姿を実現するために「地域とともにある学校」や「学校を核とした地域づくり」に取り組んでいる団体などの実践発表者を募集します。詳しくはお問い合わせください。
日 令和5年1月28日(土)
場 カメリアホール
期 8月31日(水)
問 市郷育推進課 ☎62・5078

県営住宅入居者の募集
 詳しくは市役所などで配布している募集案内書をご覧ください。
案内書配布期間 8月29日(月)～9月13日(火)
受 9月5日(月)～9月13日(火) ※当日消印有効
問 県住宅供給公社 ☎092・781・8029

「親子でラジオを作る」の参加者を募集
 県電波適正利用推進の一つとして、ラジオ作りの講座を開催します。参加費は無料です。必ず保護者と一緒にご参加ください。

令和5年度採用の市正規職員を募集します。
伸びざかりのまち、だからこそ。「ここから先」に、あなたが必要です
 市の正規職員として、福津のために働きたい人を募集します。応募資格など詳しくは、市公式ホームページや試験案内をご覧ください。
試験区分

試験区分	採用予定人数	受付期限	第1次試験日および試験会場
行政事務D(高卒程度)	1人程度	9月6日(火) 正午	9月18日(日) 市役所
行政事務E	3人程度		
行政事務F(障がい者対象)	1人程度		

※前期試験に応募した人は、後期試験には応募できません

試験案内などの配布
 市公式ホームページの「市政情報」の「職員採用」からダウンロードできます。また、市総務課、市総合案内、津屋崎行政センターでも配布します

受付方法
 試験案内をよく読んだ上で、市公式ホームページの「職員募集」の「正規職員採用」にある「インターネット受験申し込み」から申し込んでください
受付、問い合わせ 市総務課 ☎43・8196
 ▲市公式ホームページ

男性料理教室「肉料理編」の参加者を募集
 「ちょっと料理をしてみたい」「家族に食事を作りたい」と考えている男性の皆さん、調理と試食をしてみませんか。
日 8月26日(金) 午前10時

第30回宗像地区「同和」教育研究会と絵本「いのちの花」原画展を開催
日 8月28日(日) 午前9時50分～午後3時 ※午前9時20分から受け付け、原画展は8月27日(土)から開催
開催方法 インターネット配信 ※分科会は事前申し込みで人数制限の上、会場においても実施
開会行事 午前9時50分～
全体会 午前10時30分～正午
演題 「情報と人権」
演 九州大谷短期大学人権論研究会主査 組坂幸喜さん
分科会 午後1時～午後3時

第6回福津市バウンドテニス大会参加者募集
日 9月4日(日) 午前9時～午後4時
場 福間体育センター
対 市内在住または在勤の人
¥ 5000円
期 8月17日(水)
問 梅津さん ☎43・0431

第6回福津市バウンドテニス大会参加者募集
日 9月4日(日) 午前9時～午後4時
場 福間体育センター
対 市内在住または在勤の人
¥ 5000円
期 8月17日(水)
問 梅津さん ☎43・0431

久留米市立江南中学校教員 篠田啓介さん
¥ 協賛費5000円 ※高校生以下無料、宗像地区人権と共生の会ホームページでオンラインチケットを購入するか、指定口座へ振り込み
問 宗像地区「同和」教育研究会実行委員会 新谷さん ☎090・9565・0368

「いのちの花」著者 そのだひさこさん
②演題 「みんなで夢を追いかけよう」とともに生き、ともに育つ共生社会の実現をめざして、
演 久留米市立江南中学校教員 篠田啓介さん
¥ 協賛費5000円 ※高校生以下無料、宗像地区人権と共生の会ホームページでオンラインチケットを購入するか、指定口座へ振り込み
問 宗像地区「同和」教育研究会実行委員会 新谷さん ☎090・9565・0368

「魂を授業に！」と働いて生きた人々、演「いのちの花」著者 そのだひさこさん
②演題 「みんなで夢を追いかけよう」とともに生き、ともに育つ共生社会の実現をめざして、
演 久留米市立江南中学校教員 篠田啓介さん
¥ 協賛費5000円 ※高校生以下無料、宗像地区人権と共生の会ホームページでオンラインチケットを購入するか、指定口座へ振り込み
問 宗像地区「同和」教育研究会実行委員会 新谷さん ☎090・9565・0368

「志をもち、未来をたくましく切り拓く子ども」の姿を実現するために「地域とともにある学校」や「学校を核とした地域づくり」に取り組んでいる団体などの実践発表者を募集します。詳しくはお問い合わせください。
日 令和5年1月28日(土)
場 カメリアホール
期 8月31日(水)
問 市郷育推進課 ☎62・5078

相談

司法書士制度 150周年記念 全国一斉相談会を開催

司法書士制度が誕生し今年で150年になることを記念した相談会を行います。相談登記や遺言書の作成、不動産名義変更、借金問題など、日常生活で生じる法律問題について、司法書士が相談を受けます。

気になることはこの機会にぜひご相談ください。
日 8月7日(日) 午前10時～午後4時
場 福岡天神ビル(福岡市中央区)
場 福岡天神ビル(福岡市中央区)

先着64組 ※要予約
期 8月5日(金)
問 県司法書士会事務局 ☎092・7222・4131

全国の健康相談を開催
毎月1回、こころの健康相談

お知らせ

全国一斉子どもの人権110番強化週間

「いじめ」や体罰、不登校や子どもの虐待など、相談は法務局職員と人権擁護委員が受け、秘密は固く守られます。
日 8月26日(金)、8月29日(月)～9月1日(木) 午前8時30分～午後7時、8月27日(土)、8月28日(日) 午前10時～午後5時 ※強化週間以外は土曜・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分
相談ダイヤル ☎0120・007・1110
問 福岡法務局人権擁護部 ☎

市社会福祉協議会への香典返し(敬称略、6月20日までの届け出分)

故人	喪主
角井 ヒサ子	角井 政夫
栗野 久子	栗野 真光

問 市社会福祉協議会(ふくとびあ) ☎34・3341

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 8月22日(月) 午後2時～午後4時 ※1人1時間
場 ふくとびあ
定 2人 ※要予約
期 8月16日(火)
問 市いきいき健康課(ふくとびあ) ☎34・3351

福祉サービス苦情相談

福祉施設・事業所や在宅などで提供される福祉サービスに関する苦情の解決を図る事業です。

福祉サービス利用時の苦情について、事業所と話し合いで解決しない場合は、ご相談ください。
日 毎週月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 ※祝日および年末年始を除く
対 現在福祉サービスを利用している人やその家族、契約内容を把握している人など
問 県運営適正化委員会 ☎092・915・3511

子育て応援券を届けます

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯に対し、地元産直施設で利用できる子育て応援券を配布します。対象世帯には、7月末に郵送していますので、ぜひご利用ください。
対 令和4年7月1日現在住民基本台帳に登録されている中学校修了前まで(平成19年4月2日以降に出生)の児童を養育している世帯
応援券 1世帯当たり500円×20枚
使用できる施設 あんずの里市、お魚センターうみがめふれあい広場ふくま
使用期間 8月1日(月)～11月30日(水)
問 市子ども課 ☎0940・39・3148

第2次福津市都市計画マスタープラン(改訂素案)の市民意見公募(パブリックコメント)を実施します

このマスタープランは、福津市の将来のあるべき姿を、市民と市が都市づくりの課題や方向性などの情報を共有し、その実現に向けて都市整備を進めていくための指針として策定しました。

今回の主な改訂内容は、教育施設整備区域の位置付けと各種数値や表記の時点修正を行う一部改訂で、改訂した箇所について、市民意見を公募するものです。

素案の公開、意見の募集期間
8月19日(金)まで
素案の閲覧場所
市公式ホームページの他、市役所、市立図書館、ふくとびあ、市中央公民館、宮司コミュニティセンター、津屋崎

意見提出方法
市内に在住・在勤・在学する個人や団体など
意見は紙に書くか、メールなどの必ず形に残る方法で、個人の場合は住所、氏名、団体の場合は団体の名称と代表者の氏名を明記してください。なお、各郷づくり拠点施設を除く、素案の閲覧場所には、意見提出箱を設置していません
郵送で提出する場合 〒811-3293(住所不要) 福津市まちづくり推進室宛 ※8月19日(金) 消印有効
市公式ホームページから提出

労働相談会を開催

男女問わず、賃金の未払い、不当な解雇、職場でのいじめ、セクハラ、パワハラなど、労働問題について無料相談を行います。労働者だけでなく、事業主も相談できます。この機会に、ぜひご利用ください。
日 9月6日(火) 午前10時～午前11時45分 ※1人45分
場 市役所

高めるために、国民健康保険事業として行っています。利用時に、体重や血圧、腹囲などを測ります。
対 利用開始時に40～64歳で、令和3年9月以降に健康増進室を新規に利用している市民 ※過去1年以上利用のない人も対象
特典 ①②の条件を満たした人は市内産直施設で使用できる商品券を抽選で進呈
①毎週1回または月に4回以上健康増進室を利用し、6カ月継続している人
②令和5年

子育て世帯生活支援 特別給付金を支給します

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて損害を受けた低所得の子育て世帯に対し、児童一人当たり5万円の給付金を支給します。支給要件などは、市公式ホームページを

ご確認いただくか、市子ども課へお問い合わせください。
対 ①ひとり親世帯 ②ひとり親世帯以外の子育て世帯
申請期限 令和5年2月28日(火) ※令和4年4月分児童扶養手当受給者など市で要件を確認できる人には申請不要で支給します
問 市子ども課 ☎0940・39・3148



▲①ひとり親世帯について ▲②ひとり親世帯以外について

きりとり POST CARD

811-3293 福津市役所 まちづくり推進室 行

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。

郵送する場合 お手数ですが 63円切手をお貼りください



フリガナ 氏名 _____ 年齢 _____ 歳

住所 〒 _____

電話番号 _____

ペンネーム _____

6月中のひとの動き 6月未現在

出生43人 死亡57人 転入248人 転出196人

内 訳	前月比	前年比
■人口(人)	68,323 +38	+747
男性(人)	32,277 +12	+326
女性(人)	36,046 +26	+421
■世帯数(世帯)	29,534 +40	+552

新型コロナウイルス感染症に関する相談・受診方法 ※7月14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・643・3288)

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

日=日時、日程 場=場所 対=対象、応募要件 定=定員 内=内容 費=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

国民年金保険料の免除・納付猶予申請が開始
経済的な理由などで国民年金保険料を納めることが困難な場合、申請によって認められると、保険料が全額または一部免除されます。納付猶予制度もあります。また、新型コロナウイルス感染症の影響によって収入が減少した人は、学生を含め「臨時特例措置」として国民年金保険料の免除申請ができます。

持 ①マイナンバーが確認できるものまたは年金手帳
②運転免許証などの写真付きの本人確認書類 ③失業を理由に申請する場合は失業資格者証や雇用保険被保険者離職票などの書類
問 市保険年金医療課 ☎43・8127

エコオフィスパランに取り組んでいます

市では、地球温暖化をはじめとするさまざまな環境問題への対策の一環として「福津市エコオフィスパラン」に取り組んでいます。平成29年度に策定した第4次福津市エコオフィスパランは、計画期間を5年間として各取り組みの目標値を設定しました。令和3年度は、電気使用量、上下水道使用量、ガス使用量、公用車燃料使用量、一般廃棄物排出量の5項目の目標を達成できました。

今後も引き続き、市役所庁舎や市内公共施設の温室効果ガス排出量・各種使用量の削減に向けた取り組みを進めていきます。なお、その取り組みには、市役所庁舎の冷暖房の適正温度を夏季は28℃、冬季は20℃に設定することや昼休みの消灯、市職員のエコスタイルの推進などがあります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

市役所庁舎での取り組み結果	令和3年度	対基準年度増減比(%)	目標値(%)
温室効果ガス(kg)	436,164	-14.2	-15
電気使用量(kwh)	664,912	-17.1	-15
上下水道使用量(m ³)	5,085	-12.8	-5
ガス使用量(kg)	13.1	-85.8*	-10
空調用燃料使用量(ℓ)	51,500	9.2	-10
公用車燃料使用量(ℓ)	19,872	-34.3	-10
紙用品類使用量(枚)	4,600,000	21.0*	-10
一般廃棄物排出量(t) (リサイクル分を除く)	3.27	-48.0	-35

※基準年度は平成25年度(*印は平成26年度)で、目標値とは基準年度の数値に対する令和3年度までの削減目標を指します

問 市契約管財課 ☎43・8135

勝浦小学校入学特別認可制度説明会を実施
令和5年度に「特別認可制度」に基づき、勝浦小学校に入学または転入学を希望する児童および保護者を対象にした説明会を実施します。予約が必要です。
日 8月26日(金) 午前9時～午前11時 ※受け付けは午前8時45分
場 市立勝浦小学校

対 市内在住で令和5年度に勝浦小学校に入学・転入学を希望する児童・保護者
期 8月25日(木) 午後5時～8時
問 市学校教育課 ☎62・5090

国民年金手続きのスマホ申請が開始
令和4年5月から、マイナンバーで国民年金手続の電子申請ができるようになりました。これによって、24時間
365日、スマートフォンから簡単に申請ができます。また、処理状況や申請結果も確認できます。
対 国民年金に加入中または加入する人 ※マイナンバーの利用者登録が必要
内 ①第1号被保険者加入の届出(退職後の厚生年金からの変更など) ②保険料免除・納付猶予の申請 ③保険料学生納付特例の申請
問 日本年金機構 ☎0570・003・004または☎03・6630・2525

福間・福間南地区にお住まいのかた
お近くのマイナンバーカードを作ませんか

マイナンバーカードの申請手続きをお手伝いします。マイナンバーカードを持っていない人は、この機会にぜひお越しください。

8月の開催場所
有弥の里1区公民館、光陽台南公民館、原町公民館、花見公民館、両谷公民館、西福間5区公民館、福間郷づくり交流センター、福間南郷づくり交流センター
※11月末まで市内各地域で開催します。広報ふくつには発行号に掲載する場所を掲載しますので、9月以降の開催場所は次号以降の各号でご確認ください。また、右記QRコードからホームページで確認することもできます

持参物
①本人確認書類 ※運転免許証などの顔写真付きの本人確認書類は1点、健康保険証などの顔写真無しの本人確認書類は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

いい素材、食材、人材をつなぐ地域商社

8月のおすすめ食材!

ゴーヤ オクラ かぼちゃ
あんずの里市 ふれあい広場ふくま
ピーマン ☎52-5995 ☎43-7790
サザエ お魚センターうみがめ ヤリイカ ☎52-1939

※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。

2022.8 特集 **運動と健康**

Q 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 今月号でよかったと思う記事をご記入ください。
2

Q 今月号でよくなかったと思う記事をご記入ください。
3

Q 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。
4

8

2022
AUGUST

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

- 公設分別ステーション開設日
- 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

21

- 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

9/4

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

- 納期限 (固定資産税 第2期、国民健康保険税 第2期、介護保険料 第2期、後期高齢者医療保険料 第1期)

1

- 燃やすごみの収集休み
- お盆お供えもの受付 福岡漁港 午後5時～午後8時

15

- 公設分別ステーション開設日
- 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

22

- 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

9/5

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!

- 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

2

- 燃やすごみの収集休み

16

- 市議会9月定例会開会 9月21日(水)閉会予定

30

- 臨時公設分別ステーション開設日
- 納期限 (市県民税 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)

9/6

- 公共施設の休館日 ※【 】は9月上旬の休館日
- 中央公民館 / 1日、8日、13日～15日、22日、29日、【5日】
 - 宮司公民館 / 1日、8日、13日～15日、22日、29日、【5日】
 - 市立図書館 / 1日、8日、15日、22日、25日、29日、【5日】
 - 宮司コミュニティセンター / 2日、9日、16日、23日、30日、【6日】
 - 健康福祉館(ふくとぴあ) / 13日、14日

- 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

- 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

- 臨時公設分別ステーション開設日
- 納期限 (市県民税 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)

31

- 臨時公設分別ステーション開設日
- 納期限 (市県民税 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)

9/7

- 津屋崎千軒なごみ / 9日、23日
- カメラアステージ カメラホール 2日、9日、16日、23日、30日、【6日】
- 図書・歴史資料館 2日、9日、16日、23日、30日、31日、【6日】
- 福岡・津屋崎体育センター 1日、13日～15日、29日、【5日】

4

- 食育の日 「家族みんなで食事を楽しみましょう」

18

- 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

26

公設分別ステーション 今月の開設日は7日(日)、13日(土)、21日(日)、27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

山の日 11

- 燃やすごみの収集休み
- 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

19

- 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

27

- 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

9/2

せんてい 剪定くず・草ステーション 今月の開設日は6日(土)、20日(土)、27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

- 福岡会館 / 6日、7日、11日、13日、14日、20日、21日、27日、28日、【3日、4日】
- 未来共創センター / 1日、7日、8日、13日～15日、21日、22日、28日、29日、【4日、5日】
- 子育て支援センターなかよし 1日、8日、11日、13日～15日、22日、29日、【5日】
- 児童センターフクスタ 5日、12日、13日、14日、19日、26日、【2日】

6

- 燃やすごみの収集休み
- 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

13

- 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
- 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

27

- 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

9/3

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31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



心も体も健康に

いきいき健康だより

血糖・血圧・コレステロールが改善！
「血液サラサラコース」結果速報

令和3年度は、12人が血液サラサラコースに参加。3カ月間修了した7人全員の数値が改善しました。



▲ジョギングする参加者と指導するスタッフ

血糖（ヘモグロビンA1c）	
67歳(女性)	5.9 → 5.6%
69歳(女性)	8.0 → 7.8%
72歳(女性)	7.4 → 7.1%
77歳(男性)	8.3 → 7.1%
血圧（収縮期/拡張期）	
56歳(女性)	148/88 → 121/74mmHg
脂質（LDLコレステロール）	
68歳(女性)	188 → 145mg/dL
70歳(女性)	157 → 143mg/dL

▲修了者7人の数値改善の変化

どんな取り組みをするの？

無料貸出の小型活動量計で効果を確認しながら、3カ月間1日プラス10分のニコニコペース運動を実践。参加者からは「プラス10分ならできそう」「ただ歩くだけじゃなく、効果的な歩き方があるんだね」などの声がありました。

ニコニコペース運動ってなに？

軽めの運動のため、運動中の血圧が過度に上昇せず、効果を出すにも十分な刺激となります。つまり「ニコニコペース運動」は、安全と効果が両立されています。

取り組みのポイントは「持久力向上」。軽く息が弾み、関節への負担が少ないニコニコペース運動を正しく実践することが大

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351

切です。

参加者からの喜びの声

医者にも褒められ自信が持てました！

77歳(男性) 血糖（ヘモグロビンA1c）
8.3 → 7.1%

最初はニコニコペースがうまくできなかったけど、スロージョギング®を教えてもらって運動するのが楽しくなった。今まで下がらなかった血糖が下がり、薬を飲まなくてよくなりました。

楽しく体力アップを実感できます！

68歳(女性) 脂質（LDLコレステロール）
188 → 145mg/dL

運動も歩くのも大嫌いで、正直続くと考えていなかったから効果が出てびっくり。熱心な指導スタッフさんのおかげで「続けてみようかな」から「がんばってみたい」と気持ちが変わり、体力アップを実感できると楽しくなった。迷っている人がいたらぜひ参加して欲しい。

「血液サラサラコース」参加者募集中

「運動をすすめられたけど、何をしたらいいのか分からない」という人は、日常生活の行動が効果的な健康づくりとなるよう支援する「血液サラサラコース」に参加してみませんか。現在4人がチャレンジ中です。活動量計の数に限りがあります。お早めにお問い合わせください。

問い合わせ 健康増進室（ふくとぴあ） ☎34・3345



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

ご存じですか？ 介護保険負担限度額認定証と 高額介護サービス費

介護保険サービスの自己負担はサービス費の1～3割ですが、介護保険施設やショートステイを利用したとき、食費や宿泊費は介護保険の給付対象外のため全額が自己負担となります。

介護保険負担限度額認定証とは

介護保険の給付対象外の食費と居住費の負担を軽減するものです。

利用には一定の条件があります。条件に該当し認定証を希望する場合、市高齢者サービス課で申請が必要です。

対象条件

- ・本人および同一世帯全員が非課税であること。世帯や住所を別にしていない配偶者も含まれます。
 - ・預貯金などの合計額が基準額以下であること。預貯金などには有価証券やタンス預金も含まれます。
- ※申請を希望する場合、本人（配偶者がいる人は配偶者の分も含め）の全ての口座の通帳の写しが必要

高額介護サービス費とは

1カ月間に利用した介護サービス費の自己負担分が、それぞれの所得に応じた自己負担限度額を超えた場合に、超えた分を後で給付するものです。

高額介護サービス費の該当者には、市がお知らせ文書を送付します。申請が必要です。忘れずに申請してください。

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）／午前8時30分～午後5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

8月の休日外科当番医 福津市 宗像市

7日(日) 上妻整形外科医院 ☎42・0089
 11日(休祝) おおしろ脳神経外科 ☎39・3346
 13日(土) 林外科医院 ☎33・5577
 14日(日) 桑原整形外科医院 ☎42・0020
 15日(月) 東郷外科医院 ☎36・4146
 21日(日) 中島外科医院 ☎52・1300
 28日(日) 葉山クリニック ☎39・3050

9月の休日外科当番医 福津市 宗像市

4日(日) ひさだ脳神経外科 ☎62・5233

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

8月の急患歯科当番医 福津市 宗像市

13日(土) はまだ歯科・小児歯科クリニック ☎39・3460
 たまい歯科医院 ☎38・8955
 14日(日) ひとみ歯科クリニック ☎42・7188
 いながき歯科 ☎33・3833
 15日(月) ふくつ歯科医院 ☎39・3441
 くりえいと歯科 ☎39・8020
 おおかわちクリニック

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