

1

2023 JANUARY

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。
 ※元日はお休みです。
 問い合わせ
 宗像漁協津屋崎支所 ☎52・0053

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。

公設分別ステーション
 今月の開設日は8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)

せんでい
剪定くず・草ステーション
 今月の開設日は14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
 問い合わせ 市うみがめ課 ☎62・5019

臨時公設分別ステーション **毎月開設中**
※粗大ごみ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 福間漁港

元日 **1/1**

●不燃物処理場休み
 ●燃やすごみの収集休み
 振替休日 **1/2**

●古紙・古着回収倉庫休み
 ●不燃物処理場休み
 ●燃やすごみの収集休み
 ●市役所閉庁日
3

●古紙・古着回収倉庫休み
 ●不燃物処理場休み
 ●燃やすごみの収集休み
 ●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
4

●不燃物処理場休み
5

●不燃物処理場休み
6

●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9時～午前10時
 ●ちびっ子駅伝大会(要予約)
 なまずの郷 午前10時スタート
 ●第18回成人祝賀駅伝競走大会(要予約)
 津屋崎小学校 午後1時スタート
7

●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
 ●二十歳のつどい
 中央公民館 受付午前10時、正午、午後2時(出身中学校毎の三部制)
8

●成人の日 **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
 ふくとびあ 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

●ふくま郷づくり松林保全活動
 花見の里海岸松林 午前9時～午前10時
21

●公設分別ステーション開設日
22

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
 ●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
 ●第5回FUKUTSUコミュニティ・フェスタ
 複合文化センター
 午前9時30分～午後3時
28

29

30

●納期限(市県民税 第4期、国民健康保険税 第8期、介護保険料 第8期、後期高齢者医療保険料 第7期)
31

2/1

2/2

2/3

●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9時～午前10時
2/4

●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
2/5

2/6

2/7

公共施設の休館日 ※【 】は2月上旬の休館日

- 中央公民館 / 1日～4日、10日、16日、23日、30日、【6日】
- 宮司公民館 / 1日～4日、10日、16日、23日、30日、【6日】
- 市立図書館 / 1日～4日、10日、16日、23日、26日、30日、【6日】
- 宮司コミュニティセンター / 1日～3日、10日、17日、24日、31日、【7日】
- 健康福祉館(ふくとびあ) / 1日～3日、14日、15日
- 津屋崎千軒なごみ / 1日～3日、10日、24日
- カメラアステージ
カメラアホール / 1日～4日、10日、17日、24日、31日、【7日】
- 図書・歴史資料館 / 1日～4日、10日、17日、24日、25日、31日、【7日】
- 福間・津屋崎体育センター / 1日～3日、16日、30日、【6日】
- 福間会館 / 1日～3日、7日～9日、14日、15日、21日、22日、28日、29日、【4日、5日】
- 未来共創センター / 1日～4日、10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 / 1日～3日、9日、14日～16日、23日、30日、【6日】
- 児童センターフクスタ / 1日～3日、6日、13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

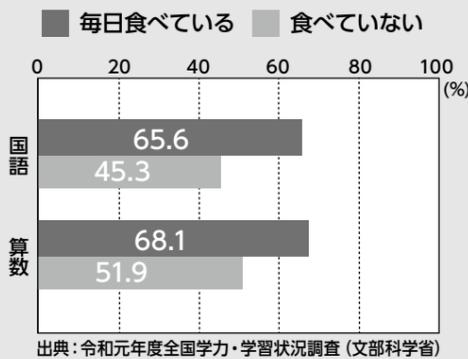
朝ごはんを食べて1日をスタート!

国は「第4次食育推進基本計画」で「朝食を欠食する国民を減らす」ことを目標にしています。令和7年度に子どもの欠食0%を目指しています。

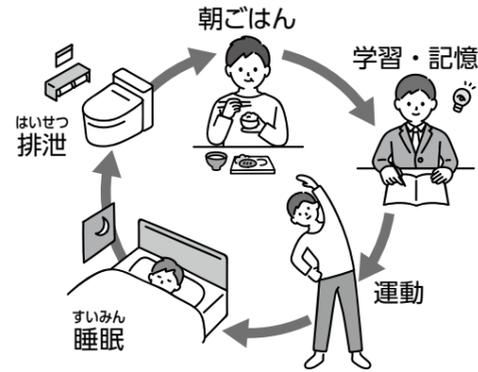
市学校給食会では、児童・生徒の朝食摂取率の向上を目指し、朝食についての情報を「朝ごはん通信 my朝ごはん」として市教育委員会のホームページで発信しています。

朝ごはんを食べることは、大人にとっても子どもにとっても大切なことです。朝ごはんは、夜の間ぐっすり眠っていた体を温めて動く準備をしてくれます。朝ごはんを食べたり食べなかったりする生活を続けていると、やる気が出ず、イライラしがちなことが調査で分かっています。また、毎日朝食を食べる子どもほど、学力調査の得点が高い傾向にあります。朝ごはんですさまざまな栄養素を補給して、午前中からしっかり活動できる状態を作ることが重要です。

朝食接種状況と学力調査の平均正答率との関係 [対象:小学6年生]



問い合わせ 市学校教育課 ☎62・5090



朝ごはんには、朝の光と同じように、体内時計のリズムと生活リズムのずれを解消するという働きもあります。よく噛んで食べることは、脳や消化器官を目覚めさせ、早寝早起きのリズムをつけることにもつながります。

また、米やパンなどの主食だけではなく、タンパク質を多く含む食品を使った主菜をしっかりとり、昼間の集中力が増すとともに、夜もスムーズに眠れることが分かっています。

主食だけで済ませず、肉や魚、豆類などのタンパク質や野菜、乳製品を追加して栄養バランスのとれた朝ごはんを食べるように心がけましょう。

市では、食育推進の取り組みとして、平成30年度から令和元年度まで、小学生を対象にした「自分で作ろう!かんたん朝ごはん教室」事業を行ってきました。

令和2年度からは、コロナ禍で事業が実施できないため、小・中学校の栄養教諭などで作成した「かんたん朝ごはんレシピ」の動画を市教育委員会のホームページで公開しています。ぜひ、ご覧いただきご活用ください。



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

高齢者の見守り活動が市内各地で行われています

高齢者の単身世帯、夫婦のみの世帯が年々増加しており、民生委員・児童委員や小地域福祉会による安否確認の見守り活動が市内各地で行われています。

11月4日、若木台6区福祉会、通称「若ロック」で地域の地図を使った見守りの会議が行われました。これまでの見守り活動の振り返りと、今後の活動を一層充実させるため、地図を見ながら、これまでの活動の情報を寄せ合いました。見守りが必要な人の確認をしたり、地域で気になる人や困り事などを、福祉会の役員で共有。会議の中では、地域で日頃から声を掛け合い、もしものときに少しでも早く気付けるよう、見守る側と見守られる側が、お互いに良い関係を築く事の大切さを皆さん感じていました。

また、見守り活動が負担にならないように、担当する地域を細かく分けると同時に、1人で悩みを抱え込まないように役員同士の連携を強めていくことも確認しました。



▲地図を見ながら情報を確認する若ロックの皆さん

問い合わせ 市社会福祉協議会 ☎34・3341
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

1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 ☎34・3111
 2日(月) 荒牧整形外科医院 ☎34・3355
 3日(火) あかま整形クリニック ☎35・6440
 8日(日) さきむら整形外科ハビリクリニック ☎39・7041
 9日(月・祝) まつばら整形外科 ☎39・7811
 15日(日) おおしろ脳神経外科 ☎39・3346
 22日(日) 桑原整形外科医院 ☎42・0020
 29日(日) 林外科医院 ☎33・5577

2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 ☎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

年末年始 12月30日(金)午後2時~令和5年1月4日(水)午前6時 ※受け付けは午前5時30分まで

1月の休日歯科当番医 福 福津市 宗 宗像市

1日(日) けやき歯科クリニック ☎42・5118
この歯科医院 ☎33・5558

2日(月) みやた歯科子ども歯科クリニック ☎38・5511

マセダ歯科医院 ☎32・2800

3日(火) やましろ歯科口腔外科 ☎34・3080

新原歯科医院 ☎33・3811

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

年末年始 12月29日(木)午前7時~令和5年1月4日(水)午前7時

福津市立小・中学校 講師募集

小・中学校の常勤講師、非常勤講師を募集しています。該当校種の教員免許状所有者が対象です。また該当校種の免許状がない人もまずはご相談ください。下のQRコードから申込みください。

問い合わせ 市学校教育課 ☎62・5090

▶登録・申し込みはこちら



備えよう災害

問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107

防災行政無線の放送内容を電話で確認できるサービスをNTT「テレドーム」で運用していましたが、令和5年6月末で「テレドーム」が終了するため、令和5年5月ごろに代替サービスに移行する予定です。サービス移行に伴い電話番号が変わります。新しい電話番号が決まりしだい、改めて広報紙でお知らせします。

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



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