

**朝市 津屋崎 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

**熱中症** にご注意ください!!  
 室内や夜間でも多く発生しています。  
 適切に**エアコン**を使用しましょう!

●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(植樹祭)  
 宮地浜交差点前海岸松林  
 午前7時30分～午前8時30分  
**6**

**7**

**1**

**2**

**3**

**4**

●剪定くず・草ステーション開設日  
 ●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  
**5**

**13**

**14**

**8**

●献血 津屋崎行政センター  
 受付 午前10時～午後3時30分  
 (正午～午後1時は休憩)  
**16**

**9**

**10**

●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  
 ●食育の日  
 「家族みんなで食事を楽しみましょう」  
**19**

●公設分別ステーション開設日  
**20**  
 ●マイナンバーカード申請サポート  
 イオンモール福津 午前10時～午後5時

海の日 **21**

**15**

**17**

**11**

**18**

●マイナンバーカード申請サポート  
 イオンモール福津 午前10時～午後5時  
 ●剪定くず・草ステーション開設日  
 ●公設分別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  
**26**

●電子証明書の更新、マイナンバーカード交付  
 (マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書が届いている人のみ)  
 市市民課 受付 午前9時～午後5時  
**27**

**22**

**23**

●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)  
**30**

**24**

**25**

●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  
**8/1**

●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(植樹祭)  
 宮地浜交差点前海岸松林  
 午前7時30分～午前8時30分  
**8/3**

**28**

**29**

公共施設の休館日 ※【 】は8月上旬の休館日  
 ●中央公民館／7日、14日、22日、28日、【4日】  
 ●キッカケラボ(未来共創センター)／6日、7日、13日、14日、20日、22日、27日、28日、【3日、4日】  
 ●宮司運動ホール／7日、14日、22日、28日、【4日】  
 ●市立図書館／7日、14日、22日、28日、31日、【4日】

●宮司コミュニティセンター／1日、8日、15日、22日、29日  
 ●健康福祉館(ふくとびあ)／12日、13日、【9日、10日】  
 ●津屋崎千軒なごみ／8日、22日  
 ●カメラアステージ  
 カメラホール  
 大規模改修工事のため休館  
 図書・歴史資料館  
 1日、8日、15日、22日、29日、30日、【5日】

●福岡会館／5日、6日、12日、13日、19日、20日、21日、26日、27日、【2日、3日】  
 ●福岡・津屋崎体育センター  
 休館日なし  
 ●子育て支援センター「なかよし」  
 7日、12日～14日、21日、28日、【4日】  
 ●児童センターフクスタ  
 4日、11日～13日、18日、25日、【1日】



心も体も健康に

## いきいき健康だより

### 歯周病

～セルフチェックをしましょう～

#### 歯周病とは

歯と歯ぐきの隙間から侵入した細菌が、歯肉に炎症を起こした状態「歯肉炎」と、それに加えて歯を支える骨を溶かしてグラグラにさせてしまう状態「歯周炎」を合わせて、歯周病といいます。細菌の作り出す酸によって歯が溶かされて、歯に穴があく病気がむし歯で、歯周病はむし歯とは大きく異なる病気です。



#### 歯周病の原因

歯磨きが十分でないと、歯垢(プラーク)が歯と歯肉の境目に増えていきます。プラークの中には1mg当たり1億個以上もの細菌が含まれます。細菌が生み出す毒素によって、歯肉が腫れたり出血しやすくなったりします。この状態から進行していくと、歯肉が炎症によってどんどん腫れ、歯周ポケットが深くなります。歯周ポケットの奥深くまで進行していくと、毒素は歯を支える骨を溶かしていき、歯がグラグラしてきたり、歯が抜けてしまったりします。



軽度歯周炎 中度歯周炎 重度歯周炎

#### 自覚症状とセルフチェック

歯周病が進行すると歯がグラグラしたり、抜けたりしますが初期の段階では自分自身

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351

で気が付くような症状は出てきません。セルフチェックを行い、症状がある人は歯科医療機関で検査を受けましょう。

#### セルフチェックリスト

- 朝起きた時に、 の中がネバネバする
- 歯みがきの時に出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉がときどき腫れる
- 歯肉が下がって、 歯と歯の間に隙間がある

#### 歯科検診のご案内

市では20歳から10歳ごとの節目年齢の人を対象に歯科検診を実施しています。

- 対象** 令和8年3月31日時点の年齢が20、30、40、50、60、70歳の市民
- 場所** 福津市・宗像市の実施医療機関
- 費用** 400円
- 持参品** 受診券と健康保険証持参 ※対象者には4月に歯科検診受診券を送付しています

#### 献血にご協力ください！

**日時** 7月16日(水)午前10時～午後3時30分 ※正午から午後1時を除く

**場所** 津屋崎行政センター

#### 400ml献血ができる人

- ①体重 50kg以上
- ②年齢 18歳(男性は17歳)～69歳 ※65歳以上の場合は、60歳以降に献血経験がある人に限ります

問い合わせ 福岡県赤十字血液センター ☎092・921・1400



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

### 住み慣れた地域での生活を支える地域密着型サービス(認知症対応型)

地域密着型サービスとは、認知症の高齢者や中重度の要介護高齢者などが、可能な限り住み慣れた自宅または地域で生活を継続できるように支援するサービスで、市が事業者の指定や監督を行います。

市にある地域密着型のサービスは、要介護・要支援認定を受けて、福津市に住民登録のあるかたのみ利用できます。地域密着型サービスの中には、認知症のかたへの専門的なケアを提供することを目的としたサービスもあります。

そのサービスの1つ「(介護予防)認知症対応型通所介護」は認知症のかたが可能な限り自宅で自立した生活を送れるように、食事や入浴などの介護や支援、機能訓練やレクリエーションなどを通じ、心身機能の維持・向上を目指す通所サービスです。

また「(介護予防)認知症対応型共同生活介護(グループホーム)」は、認知症のかたが入所し、家庭的な環境と地域住民などとの交流のもとで、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを受けながら、共同生活を送ります。

これらの地域密着型サービスは専門的な知識、環境、支援体制が整えられ、認知症のかたが安心・安全に自分らしく暮らすことができます。

利用条件を確認し、必要に応じて適切な介護サービスを利用し、住み慣れた地域で元気に暮らしましょう。

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 ※①②のどちらか1年度に1回

- ①市人権政策課／毎月第2・第4火曜日(祝日の場合は翌開庁日)／午後1時～午後4時／要予約
- ②古賀法律相談センター(古賀市)／月曜・水曜・金曜・土曜日(祝日等は除く)／午後1時～午後4時／市人権政策課で発行する紹介状が必要／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

#### 7月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市

- 6日(日) 宗像水光会総合病院 福 ☎34・3111
- 13日(日) 上妻整形外科医院 福 ☎42・0089
- 20日(日) 宗像水光会総合病院 福 ☎34・3111
- 21日(月・祝) 蜂須賀病院 宗 ☎36・3636
- 27日(日) 宗像乳腺外科 福 ☎62・5705

#### 8月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市

- 3日(日) さきむら整形外科 宗 ☎39・7041
- リハビリクリニック

#### 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

#### 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

#### 市社会福祉協議会への香典返し(敬称略、5月20日までの届け出分)

故人	喪主
廣渡 正	廣渡 和代
藤井 久江	山本 恒子
北岡 喜幸	北岡 美津子
伊藤 芳子	伊藤 辰彦
瀧口 卓己	瀧口 益史

#### 一般寄付

福津市在宅介護者「ぶどうの会」  
☎市社会福祉協議会 ☎34・3341

## 広報ボランティアがおすすめする「福津の風景」



▲土肥保見さん

### 東郷公園の桜並木

曇り空でしたが、桜がとても美しかったです。



## 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▶



## 福津市公式LINEの友だち登録をお願いします！！

市のイベント・災害情報などを配信します。窓口の混雑状況の確認、交通機関の時刻表が見たいときにも便利です。ぜひご登録ください。

問い合わせ 市人事秘書課 ☎62・6160

友だち登録はこちらから▶



## 備えよう災害

- 最新の防災放送を聞くと ☎050-5536-1388
- 火災現場を問い合わせると ☎092-791-1679
- 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