

日 SUNDAY		月 MONDAY		火 TUESDAY		水 WEDNESDAY		木 THURSDAY		金 FRIDAY		土 SATURDAY	
11 2025 NOVEMBER		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の今月の開設日 2日(日)、8日(土)、16日(日)、22日(土) 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) せんてい 剪定くず・草ステーションの今月の開設日 1日(土)、8日(土)、15日(土)、22日(土)、29日(土) 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		感染症対策には 換気、手洗いなど 場面に応じたマスクの着用が効果的です。		津屋崎行政センターで オンライン相談開設中 タブレット端末の画面を通して、市役所での手続きの困り事などを相談できます。 問い合わせ 市津屋崎行政センター ☎52・1234		●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 ビーチハウス前海岸松林 午前9時～午前10時 ●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 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 ●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 2		文化の日 3		4		5		6		7		8	
9		10		11		12		●ふくま郷づくり松林保全活動				●剪定くず・草ステーション開設日	
								花見の里海岸松林 午後2時～午後3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		●献血 津屋崎行政センター 受付10時～午後3時半 (正午～午後1時は休憩) 21		●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 22	
勤労感謝の日 23		振替休日 24		25		●市議会12月定例会開会 12月11日(木)閉会予定 26		27		28		29	
●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 30		●納期限(国民健康保険税 第6期、介護保険料 第6期、後期高齢者医療保険料 第5期) 12/1		12/2		12/3		12/4		12/5		12/6	
●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 12/7		12/8		12/9		公共施設の休館日 ※【 】は12月上旬の休館日 中央公民館／4日、10日、17日、25日、【1日、8日】 キッカケラボ(未来共創センター)／2日、4日、9日、10日、16日、17日、23日、25日、30日、【1日、7日、8日】 宮司運動ホール／4日、10日、17日、25日、【1日、8日】 市立図書館／4日、10日、17日、25日、27日、【1日、8日】		宮司コミュニティセンター／4日、11日、18日、25日、【2日、9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 大規模改修工事のため休館 図書・歴史資料館 4日、11日、18日、25日、26日、【2日、9日】		福岡会館／1日～3日、8日、9日、15日、16日、22日～24日、29日、30日、【6日、7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」 3日、8日～10日、17日、23日、24日、【1日、8日】 児童センターフクスタ 7日～9日、14日、21日、28日、【5日】			



心も体も健康に

いきいき健康だより

食を通した健康づくりの手伝い

市食生活改善推進会(以下、食進会)は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに活動する市民ボランティア団体です。幅広い年齢層の男女37人の会員が所属しています。



▲市食生活改善推進会の皆さん

地域に根ざした多彩な取り組み

活動の柱は「食を通した健康づくり」です。高血圧予防のための「適塩料理教室」では「韓国料理」や「おせち料理」などのテーマに沿った献立を塩分2.0g以下で調理し、味わうことができます。夏休みに親子や子ども向けの料理教室を開催したり、保育園でみそ作りをしたり、子どもたちへの食育活動を行ったりしています。また、献血会場や健診会場での啓発活動も行っています。



▲子ども向け料理教室で調理する参加者



▲適塩料理教室で調理したおせち

学び合い、つながる仲間

食進会は会員同士の学び合いも大事にし

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3351



▲食進会の交流会を楽しむ会員



▲料理を学び合う会員

ています。毎月の学習会で知識を深めるとともに、交流会を通じてお互いを支え合いながら活動を広げています。仲間とともに学び、地域に貢献できることが大きなやりがいにつながっています。

現在は、仲間を増やすための「食生活改善推進員養成セミナー」を実施中です。今回の募集はすでに終了していて、次の開催は3年後の予定です。

興味のあるかたは、まずは料理教室などに参加し、健康を維持するための食について一緒に学びましょう。

問い合わせ 市食生活改善推進会事務局(いきいき健康課内) ☎34・3351

献血に協力をお願いします

日時 11月21日(金)午前10時～午後3時30分 ※正午～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

地域の通いの場への移動支援が12月からスタートします

市では、12月から「通いの場への移動支援(第1号訪問型サービス・活動D型)」を始めます。この事業は、自宅からふくとびあ内にある体力作りのための運動室「健康増進室」まで送迎を行い、運動プログラム「すまいるパワーアップ事業」に取り組んでもらうという事業です。体力の維持を図るとともに、事業終了後に地域の交流や活動の場(以下、通いの場)につながることを目的としています。

【対象者】

市内在住の高齢者で、次の条件を全て満たすかた

・足腰の衰えなどで、一人で通いの場へ行くのが難しいかた

・市地域包括支援センターが相談・アセスメントを行い、参加が適当であると判断されたかた

・週1回、全25回の実施に継続して参加できるかた

・終了後も、地域の通いの場や健康増進室に参加する意欲があるかた

【実施内容】

・週1回、全25回の送迎と運動支援

・終了後は通いの場への参加を後押し

【申込方法】

申し込みに基づき、市地域包括支援センターが対象者を決定します。興味のあるかたは、まずはご相談ください。

問い合わせ 市地域包括支援センター ☎43・0787



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(ふくとびあ)

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(ふくとびあ)

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(ふくとびあ)

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



夜間、休日の

救急診療

11月の休日外科当番医 福岡市 宗像市

2日(日) 葉山クリニック ☎39・3050

3日(月・祝) ひさだ脳神経外科 ☎62・5233

9日(日) おおしろ脳神経外科 ☎39・3346

16日(日) 林外科・内科クリニック ☎33・5577

23日(日・祝) 日の里クリニック ☎36・5511

24日(月・祝) 東郷外科医院 ☎36・4146

30日(日) 蜂須賀病院 ☎36・3636

12月の休日外科当番医 福岡市 宗像市

7日(日) 宗像水光会総合病院 福岡 ☎34・3111

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、9月19日までの届け出分)

故人	喪主
上田 和政	上田 美智子
田志 政世	田志 邦光
高野 義高	高野 富子
柴田 正彦	柴田 喜久子

問 市社会福祉協議会 ☎34・3341

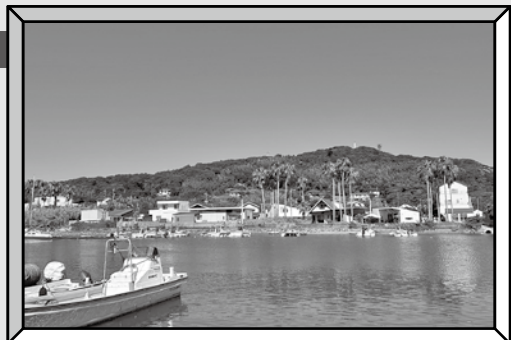
広報ボランティアが薦めする「福津の風景」



▲真鍋光さん

- 津屋崎漁港から見る大峰山

津屋崎漁港から大峰山を撮影。のんびりとゆっくりとした時間が流れていきます。



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 ☎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