

ふくつ 10

体の声を聞いてみませんか？

～検診・健診に行こう！～

市食生活改善推進会では男性料理教室などを通じて、体によい食生活と健康づくりを進めています。食事は健康の源ですが、あなたの体は健康ですか。検診・健診を受けて、その答えを見つけましょう。きっと毎日が元気でもっと楽しくなりますよ。

▲男性料理教室では野菜を使った塩分や油の少ない料理を学べます

体の声を聞いてみませんか？

〜検診・健診に行こう〜

病気の発症を予防し、健康に生きるためには、体の状態を把握することが大切です。今回は、広報ボランティアの櫻井さんが、検診・健診の重要性を取材しました。皆さんも、体の声を聞くために、検診・健診に行ってみませんか。



▲特定健診の血液検査。糖尿病や動脈硬化などの生活習慣病を早い段階で見つけることができます



街角記者

櫻井紀子

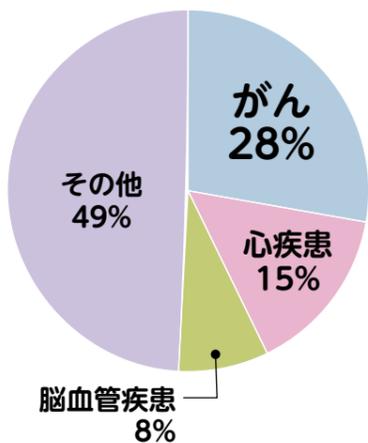
広報ボランティアを始めて12年。取材を通じて、さまざまな出会いや学びがあり、いつも感謝しています。

「街角記者が行く」とは、広報ボランティアが読者の皆さんを代表して記者となり、街角に出て、市や関連団体の取り組みを取材するコーナーです。記者の目線で、時には歯に衣着せぬ物言いで関係者を取材し、皆さんの疑問に答えていきます。

死因の上位はがんや心疾患、脳血管疾患

皆さんはがん検診や健診（健康診査）を受けていますか。大事なことは何となく分かっているけれど、なかなか受診する機会のない検診・健診について知るために、市いきいき健康課の保健師の藤田春菜さんと衣川枝里さんに話を聞きました。まずは病気で亡くなる人の現状について教えてもらいました。藤田さんによると、病気による死因の上位はがん、心疾患、脳血管疾患だそうです。心疾患とは狭心症や心筋梗塞など、脳血管疾患とは脳出血や脳梗塞などがあります。これらの病気は自覚症状がほとんどなく、一命をとり留めたとしても、日常生活が制

平成29年の日本人の主な死因別死亡数の割合



資料：平成29年人口動態統計月報年計（概数）の概況を基に作成

がんと心疾患、脳血管疾患だけで、日本人の死因の50%を超えています。

限されたり、後遺症によって年齢に関わらず、介護が必要な状態になったりしてしまうこともあるそうです。

危険な病気の予防のためには健康状態の把握が重要

自覚症状に乏しい病気を防ぐためには検診・健診の受診が重要だと衣川さんは言います。「検診や健診を受けることで、がんを早期に見つけたり、動脈硬化の原因となる体の状態を把握して狭心症や心筋梗塞、脳血管疾患を予防したりすることが出来ます」。衣川さんによると健診のうち、体が健康かどうか知るためのものを特定健診（特定健康診査）と呼ぶそうです。

特定健診では、血圧や尿など

の検査を行い、体の健康状態を把握します。異常があったとしても、適切な治療を受け、生活習慣を改善することで、動脈硬化の進行を抑え、狭心症や心筋梗塞、脳血管疾患などにかかる危険性を減らすことができます。特定健診は加入している保険によって受診場所や申込先が異なり、福津市国民健康保険に加入している人は市が実施している特定健診を受けることができます。病気の予防には体に異変を感じる前に、がん検診や特定健診を受診し、体の声を聞くことが大切なのです。

実際に特定健診とがん検診を受診

2人の話を聞いた後、私の加入している社会保険が実施する特定健診と、市が実施するがん検診を受診しました。特定健診では、血圧測定や血液検査などを受け、がん検診では、肺がんと大腸がんの検診を受けました。肺がん検診は胸のレントゲンを撮影、大腸がん検診は検便を提出するだけで痛みもありませんでした。会場のスタッフの皆さんも優しく丁寧で、安心して受診することができました。また、



▲血圧測定で血管の状態が分かります

時間も2時間もかからずに終了しました。

私が特定健診とがん検診を受診した日は高齢の男性や若い女性など幅広い年代の人が受診していました。受診した人に感想を聞くと、初めて受診した女性「健診を受けて健康状態が分かり安心した。今後も受診したい」と話してくれました。男性の受診者の人たちからは「健康維持のため受診している」「近しい安価で受診できるので便利だ」という話を聞きました。初めて特定健診やがん検診を受けた人も、以前から受診している人も「受けてよかった」と話していたことが印象的でした。

街角記者が行く

～広報ボランティアの取材報告～



検診・健診は健康に生きるための「お守り」

骨粗しょう症の 節目健診も受診

市ではさまざまな検診や健診を実施していますが、藤田さんと衣川さんから「節目健診」についても教えてもらいました。節目健診とは、年齢の節目ごとに受診できる健診です。2人の話を聞いて、私も骨粗しょう症健診を初めて受けてみました。この健診はレントゲンで骨密度を調べる簡単な検査です。骨密度を調べることで骨がもろくなる病気になる骨粗しょう症の有無が分かります。節目健診は加齢に伴って発症しやすくなる病



▲骨密度検査で、骨の状態が分かります

気の予防につながります。

思ったよりも低かった 市の検診・健診の受診率

健康のために大切な検診・健診ですが、市の受診状況はどうなっているのでしょうか。藤田さんに話を聞きました。「市のがん検診と特定健診の受診率は残念ながら高いとはいえません。平成29年度のがん検診受診率は、10%未満でした。特定健診については、福津市国民健康保険加入者が対象になりますが、平成29年度は約37%でした」。市では令和5年度のがん検診受診率の目標を40%、特定健診受診率



▲問診は健康状態を知るために重要です

保健指導も利用して もっと健康に

さらに、衣川さんは保健指導を利用することも大切だと語りました。保健指導では、保健師が検診・健診の結果に基づいて、体の状態がどのようになっているかを説明したり、今後日常生活で気を付けた方がよいことに

の目標を60%と定めています。達成にはほど遠い状況にあることが分かりました。藤田さんによると、年々平均寿命は延びています。これからは健康寿命を延ばすことも重要になるそうです。健康寿命とは、日常生活において介護を受けることなく生活できる期間のことです。「健康寿命を延ばすためにも、市民の皆さんにはがん検診や特定健診を積極的に受診していただき、健康増進につなげてほしい」と藤田さんは語りました。検診・健診の受診率は私が思っていたより低く、多くの人がもっと自分の体の状態に関心をもつことが必要だと思いました。



保健師の藤田春菜さん(左)と衣川枝里さん(右)▶

検診・健診は毎日を元気に 過ごすための「お守り」

私はがん検診と特定健診を毎年受けていますが、取材を通してあらためて、受診の大切さを感じました。私は結婚して家族や自分の健康を考えるように

なつて受診を始めましたが、検診・健診を受け続けてよかったと思います。家族と一緒に過ごしたり、広報ボランティアなど、好きなことを続けられたりするのは健康な体があるからだと感じています。しかし、市のがん検診や特定健診の受診率は決し

て高いとはいえません。市も女性限定のレディースデーや、休日の検診・健診日を設けるなど受診しやすくなるような工夫をしています。積極的に検診・健診を受けて、もっと健康になりましょう。また、受診結果が出たら、保健指導も活用して、健

康づくりを進めましょう。私は検診・健診を通して体の声を聞くことは、健康に生きるための「お守り」を手に入れることだと思っています。皆さんも「お守り」をもって元気に過ごしてほしいと思います。さあ、検診・健診に行ってみませんか。

市が実施している 検診・健診項目と今後の日程

市が実施する今後の検診・健診の項目と日程は以下のとおりです。受診の際は、受診希望日の3週間前までに予約が必要です。予約方法など詳しくはお問い合わせください。なお、妊娠中、妊娠の可能性のある人などは受診できない項目がありますので、予約時にご相談ください。

市が実施している検診・健診項目

検診・健診項目	対象者(年齢は全て令和2年3月31日時点)	費用
がん検診	肺がん検診	500円
	胃がん検診	30歳以上の人 500円
	大腸がん検診	700円
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性(2年に1回) 400円
	乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回) 500円
	前立腺がん検診	50歳以上74歳以下の男性(2年に1回) 200円
肝炎検査	40歳以上で今まで受診したことがない人	無料
結核検診	65歳以上の人	無料
特定健診	福津市国民健康保険に加入している30歳から74歳までの人(受診日当日)	500円
節目健診	歯科検診	40、50、60、70歳の人 400円
	胃がんリスク検査	40歳の人 1,500円
	骨粗しょう症健診	40、45、50、55、60、65、70歳の女性 400円

今後の検診・健診日程

	日程	がん検診	肝炎検査	結核検診	特定健診	節目健診	会場
11月	2日(土)	○	○	○	○		ふくとぴあ
	8日(金)	○	○	○	○		宮司コミュニティセンター
	12日(火) レディースデー	○	○	○	○	○	ふくとぴあ
	15日(金)	○	○	○	○		ふくとぴあ
12月	2日(月)	○	○	○	○		ふくとぴあ
	7日(土)	○	○	○	○		ふくとぴあ
	12日(木)	○	○	○	○	○	ふくとぴあ
	20日(金) レディースデー	○	○	○	○	○	ふくとぴあ

※レディースデーは女性のみ受診できます。託児もあります。託児が必要な人は健診日の1週間前までに電話で予約が必要です

※節目健診のうち歯科検診は個別の医療機関での受診となります

受付、問い合わせ 市いきいき健康課健康づくり係(ふくとぴあ) ☎34・3351

街角記者が行く

～広報ボランティアの取材報告～



まちの話題



あなたの周りの身近な出来事や話題をお知らせください。
連絡先 市まちづくり推進室 ☎43・8113



津屋崎の砂浜で熱き戦い

ふくつビーチサッカーフェスティバル2019



▲砂に足を取られながらも懸命にボールを追う選手

ふくつビーチサッカーフェスティバル2019が8月24日と25日、津屋崎海水浴場で開催されました。ビーチサッカーとは、砂浜に設けた正方形に近いコートで行う、サッカー競技のことです。通常のサッカーは11人で競いますが、ビーチサッカーは5人で競います。この大会は、旧津屋崎町の頃から数えて今年で21周年を迎えました。

今年は県内外から41チームが参加。試合開始前には参加者全員で、試合の安全と海岸をきれいにするために、清掃活動を行いました。

試合は小学生の部と、一般の部に分かれて行われました。中には、参加選手の年齢の合計が200歳を超えていることが条件で行われる試合や、60歳代の選手がゴールを決めると4点が入るルールなどもありました。観戦していた人は「試合中に宙に上がったボールを追う空中戦がすごかった」と話してくれました。

福間のビーチがバルに変わる

福間海岸で福津バル

第2回福津バルが8月24日と25日、福間海岸一帯で開催されました。バル(BAR)とは、スペイン語で飲食店や酒場を指す言葉。福津バルは、事前に購入したチケットを使い、食べ歩きできるイベントでした。参加店舗では、それぞれの自慢の料理と飲み物の提供だけでなく、音楽やダンスのパフォーマンスもありました。また砂浜では、チケットで

お得にマリンスポーツを体験できるとあって、多くの人が参加していました。サップネスという、ボードを使ったフィットネスを体験した女性は「以前から気になっていていつか体験してみたいと思っていた」と話してくれました。2日間とも途中で雨に見舞われましたが、参加者は福津の海を眺めながら楽しんでいました。



▲夕日が照らす海岸を背に行われた音楽ライブ



▲子どもから大人まで多くの人が体験したサップネス

風情豊かな秋の風物詩

金刀比羅神社の秋季大祭



▲津屋崎千軒を練り歩く氏子たち

金刀比羅神社で9月9日に、県内の秋祭りの先陣を切って秋季大祭が開催されました。この祭りは五穀豊穡を祈念するもので、約300年前から行われています。氏子たちは本宮のある在自から、御旅所のある津屋崎千軒、津屋崎漁港まで練り歩き、立ち寄った神社などで獅子舞の奉納を行いました。大名行列を模した氏子たちが津屋崎千軒を通る姿を見ると、まるで江戸時代にタイムスリップしたようでした。

目標は自己ベスト更新

増田さんが全国障害者スポーツ大会に出場



▲なまずの郷RCの皆さんと走る増田さん(中央)

市内在住の増田澄玲さんが、10月12日(土)から茨城県で行われる全国障害者スポーツ大会に出場します。社会人2年目の増田さんは現在、週1回の限られた時間に練習しています。今回初めて県代表として、800mと1500mの競技で出場します。増田さんは「自己の記録を超えられるように走りたい」と話してくれました。

日頃の訓練の成果を競う

女性消防操法大会



▲標的に向け素早く放水

第4回県女性消防操法大会が8月25日、県消防学校で開催されました。市消防団の女性班も出場し、県内7チームの女性消防隊が軽可搬ポンプを使用した消火技術を競い合いました。4カ月間に及んだ練習の成果を発揮しましたが、惜しくも入賞には至りませんでした。出場した団員は「仲間がいたからこそまでがんばることができた」と語りながら、大会に向け応援してくれた皆さんにも感謝の言葉を述べていました。

地域課題を「自分ごと」に

地域政策担い手育成キックオフイベントを開催



▲担い手の重要性について述べる原崎市長

新宮町、古賀市、福津市、宗像市(頭文字からしこふむ地域)が連携し、地域政策の担い手の育成について考えるイベントを8月20日、古賀市で開催しました。各市町の発表者による話題提供の後、パネルディスカッションでは、「担い手育成のためには地域課題を自分たちの問題として捉えることが必要」など、活発に意見が交わされました。



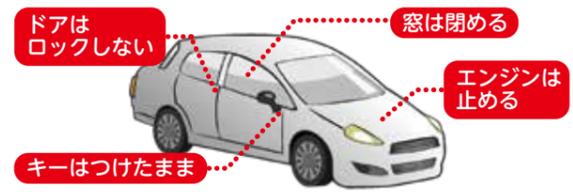
福津防災 備えあれば 憂いなし!

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。

災害発生時は徒歩での避難を心掛けましょう

地震などの災害発生時は、消防車や救急車などの緊急車両の通行を確保する必要があり、皆さんが自分の車を使って避難すると渋滞が発生し、緊急車両などの通行の妨げになります。

津波からの避難や歩行困難な高齢者や病人のいる家庭など、どうしても車を使わなければならない場合以外は、徒歩で避難しましょう。また、運転中に地震などの災害が発生し、車を置いて避難する場合は、貴重品を持ち、緊急車両の通行の支障にならないようにしましょう。周囲の状況を確認しながら、できるだけ道路外の場所へ移動し、車のキーは付けたままで、ドアはロックしないようにしましょう。



▲車はいざというときに移動ができる状態しておきましょう

問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107

相談事例 迷ったら一人で悩まず相談を! 消費生活相談

市の職員をかたる怪しい電話や、不審な業者からの電話・訪問などによる勧誘があった場合は、すぐに市へ連絡してください!

還付金詐欺にご注意ください

相談事例 市役所から「通帳を持ってATMで手続きすれば口座に還付金が振り込まれる」と電話がありました。

アドバイス 市の職員がATMの操作をするように連絡することはありません。ATMを操作させて相手の口座へ現金を振り込ませる詐欺です。

下水道管の無料点検などは行っていません

相談事例 市役所の依頼を受けたという業者から「排水管を無料で点検する」と電話がありました。

アドバイス 市では宅地内の下水道排水管の点検調査や清掃などは行っていません。業者への委託も行っていません。

※毎週月曜・水曜・金曜日(9:00~16:00)は市消費生活相談窓口 ☎43・8106 で相談を受け付けています。
※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。

問い合わせ 市地域振興課 ☎62・5014

めざそう 男女がともに歩むまち

性別に関わらず、一人一人が輝ける社会を目指す福津市。このコーナーでは、市や市民の「男女がともに歩む」取り組みを紹介します。

教育や保育の分野での男女共同参画



▲男女共同参画カルタにチャレンジする参加者の皆さん

市は、子どもたちの男女共同参画の意識を育むことにより、一人一人の個性と能力を伸ばしながら、子どもたちに主体的に自らのあり方を選択する能力を身に付けてもらいたいと考えています。

その一環として、教育・保育の分野の関係者が、相互に情報交換をしながら、より良い子どもへの働きかけ方を考える場を設けています。小学校の教諭を対象とした「男女平等教育推進委員会」と、保育所の保育士および幼稚園の教諭を対象とした「男女共同参画指導員会」です。

この2つの委員会の交流会を、8月21日に市立図書館で行いました。交流会は、福岡市男女共同参画推進サポータークラブが制作した「男女共同参画カルタ」を使用し、ワークショップ形式で行

いました。カルタには、ひらがな50音の「あ」から「わ」まで、日常のさまざまな場面を扱った男女共同参画のメッセージが記載されています。参加した委員の皆さんには、カルタを楽しんでもらいながら、印象に残ったメッセージをその都度書き留めてもらうようにしてもらいました。

意見交換のときには、参加者から「『ありがとう』夫婦の仲でも忘れずに」は、男女共同参画だけでなく、あらゆる分野や関係において通じるメッセージだと感じた」、「『ノーマンズランド』は、せつかくのノーマンズランドが無いのか」と良い関係を築くことが大切だと感じた」などの感想がありました。

今回の交流会を通して、さまざまな場面で男女共同参画が関わってくることを、あらためて感じてもらうことができました。のではないかと思います。

問い合わせ 市男女共同参画推進室 ☎43・8116

10月のイベント案内

- おはなし会**
木曜おはなし会 0・1・2(2歳児以下)
10日(木) 11:00~11:20
お日さまのうたサークル
12日(土) 15:00~15:30
福岡津屋崎子ども劇場おはなしの国
17日(木) 11:00~11:30
ふくつ語りの会
19日(土) 幼児~小学生(低学年) 14:00~14:30、小学生~大人 14:40~15:10
日曜おはなし会(3歳児以上)
毎週日曜日 15:00~15:30
- 映画会**
子ども向け 12日(土) 14:00~
「新ざわが森のがんこちゃん2」
50分
大人向け 20日(日) 14:00~
「素晴らしき放浪者」
86分(フランス、1932年)

小学生向け

「しずかな魔女」市川朔久子作 岩崎書店
「しずかな子は、魔女に向いている」という文章が出てくる本を探す草子に、司書の深津さんから渡されたものは白い紙の束でした。

「空の探検記」武田康男著 岩崎書店
国内外を巡り、空の現象を探求してきた空の探検家、武田康男さんが、天気不思議や自然の美しさを写真で余すところなく伝えます。

「泥棒貴族」マイケル・ケイン、シャーリー・マクレーン出演
秘宝を盗み出す計画を立てた男が次々と予想外のハプニングに見舞われる、泥棒映画の傑作。主演二人の魅力が見事に引き出されています。

「英語で楽しむみんなだいすきミュージカル&映画のうた」
英語を楽しみきつかけは「歌」から子どもから大人まで楽しめるミュージカルや映画で大人気の歌23曲を、全て英語詞で収録しています。

図書館の今月のおすすめ

運命の一冊

一冊の本が、ひょっとしたらあなたの人を変えてくれるかもしれません。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ないでください。

問い合わせ 市立図書館 ☎42・8000

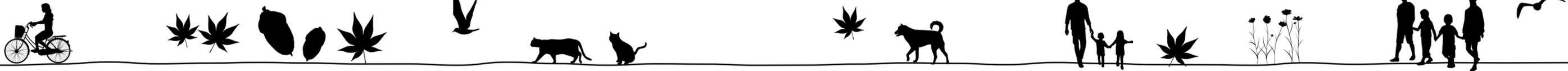
一般書

「大切なことは時を経ても変わらない」吉沢久子著 海竜社
今春101歳で天寿を全うした著者の、小さな幸せを集めながら「好き」を大事に心豊かに生きる方法や、賢い台所の知恵などを紹介します。

「オジサンはなぜカン違いするのか」香山リカ著 廣済堂出版
若者や女性とのコミュニケーションに不安を感じる昭和半ば生まれのオジサン。何が勘違いでどうすれば良いか精神科医が助言します。

「中学・高校生向け」
「本当の『頭のよさ』ってなんだろう?」齋藤孝著 誠文堂新光社
頭が良いとは、脳の状態です。頭の働きが良い状態のときは、目の前の問題も簡単に解決できます。そんな状態の増やし方を解説します。

「moja」吉田桃子著 講談社
毛深いことにコンプレックスを抱く中学二年生の理沙。将来を悲観し苦しむ彼女が、本当の自分に出会うまでのひと夏の青春を描きます。



「うちの福津弁」

祖母：学生さんが300人にアンケートを取っているそうよ。
祖父：それはひまのいることやね。



のごみが漂着します。「少しでもきれいな海岸に」との思いで、清掃してください。ボランティア団体や企業はいくつもあります。市としては、「ラブアースクリーンアップ」というイベントを毎年5〜6月に実施していますので、ぜひご参加いただければと思います。実施内容など詳しくは、4月ごろに広報や市公式ホームページなどでお知らせします。

また、個人やご家族でボランティア清掃をしてくださるかたがたもいらっしやいます。市うみがめ課でボランティア用のごみ袋を配布しています。回収については、臨時収集の申請を受け付けています。今後も皆さんのご協力をいただきながら、美しい福津を守ってきたいと考えています。

ティア用のごみ袋を配布しています。回収については、臨時収集の申請を受け付けています。今後も皆さんのご協力をいただきながら、美しい福津を守ってきたいと考えています。

「良いですか 野 質問ですが、津屋崎漁港に住み着いている猫に餌を与えるのは良くないのでしょうか。街中での餌やりが良くないのは理解しています。特に「餌をや

らないで」と言う看板もありませし、釣りで残った餌を与えたいと思っています。（釣り richyouさん／55歳）

市では、飼い主のいない猫へ餌を与えないようにお願いをしています。猫に外で餌を与えていると、たくさん尿の臭いや、ふん・爪の臭いなどで周囲に迷惑をかけることがあります。

また、餌を与えるだけで、子猫が生まれないうようにする不妊去勢手術をしていないと、毎年子猫が生まれ、猫の数が増えてしまします。

猫に関する苦情が多数寄せられています。これらの苦情が寄せられるのは、住宅地などの街中に限ったことではないのが実情です。飼い主のいない猫の世話をすることは、不妊去勢手術の実施、決まっ

た時間に餌を与え、食べた後は片付けるなどの餌の管理、トイレの設置や清掃などのトイレの管理が必要不可欠です。これらの実施が難しい場合には餌を与えないようにお願いします。

高 齢運転者による交通事故が大きな社会問題となっていることを受けて、ペダルの踏み間違いなどによる急加速抑制装置の設置について、東京都では補助制度があるそうです。市ではどうなっていますか。（Y Yカープ良さん／中央／72歳）

お便り投稿大募集 「好いとおー福津」は皆さんと一緒に作るページです。13ページの市まちづくり推進室宛のかがきやメールなどで受け付けています。お送りいただいた内容は、紙面の都合で加筆、修正、短縮する場合があります。また、応募多数の場合は選考しますので、掲載できないこともあります。原稿や写真は返却しませんのでご了承ください。匿名を希望する場合は、その旨を明記してください。広報紙への感想や日々の暮らしのことなど、たくさんのお声をお待ちしています。

お問い合わせ 市まちづくり推進室 43-8-1133
メール info@city.fukuoka.jp

先 日恋の浦海岸に出かけた際、ゴミの多さに驚きました。せっかくのきれいな海なのに、とても残念な気持ちになりました。海岸清掃のイベントが

お便り 恋の浦海岸をきれいにしたい

あればぜひ参加したいと思っておりますが、そういった活動はありませんか。また、ある場合はどこでスケジュールや応募方法が確認できますか。個人的にも、訪れた際にゴミを拾って帰りたいと思っておりますが、ボランティア清掃用のゴミ袋の配布

読者の声を中心に、みんなと広報担当で作る交流コーナーです。今月の題字は大和2区の鈴木昊さんが書いてくれました。



Readers Voice 読者の広場

福岡工業大学の学生が広報「ふくつ」に関するインターンシップ活動を行いました

福岡工業大学3年の國武一稀さん、2年の前田陽輔さんの2人が8月19日から9月13日までの間、市まちづくり推進室で課題解決型インターンシップ活動を行いました。

インターンシップは、学生が就業体験を行うことで、働くことに対する理解を深めるとともに、自己の将来設計などについて考えるきっかけとなるような取り組みです。また、市にとっても、学生に業務や行政のことを知ってもらう機会であり、将来の人材育成による社会貢献などにつながる取り組みでもあります。

今回の活動では、日常業務の体験とともに、「読まれる『広報ふくつ』を目指して」をテーマに、広報ふくつの現状把握と課題整理や改善のための提案などを行いました。

この中で、学生たちは市内の公共施設などで広報ふくつに関するアンケート調査を行うなど、積極的に取り組んでいました。ご協力いただいた皆さん、誠にありがとうございました。



福岡工業大学 3年 國武 一稀さん
アンケート調査では、多くの人に協力してもらい、福津の人の温かさを感じることができました。

福岡工業大学 2年 前田 陽輔さん
広報ふくつのことだけでなく、市役所内部の仕事のことも理解できた1カ月になりました。



福津市役所代表電話 ☎42-1111
福津市の市外局番は0940です。

バードウォッチングの参加者募集

親子で津屋崎干潟に飛来するカモなどの野鳥を観察し、冬の自然を楽しみましょう。市のバスで移動します。予約が必要です。

日時 11月10日(日) 午後1時～午後4時

集合場所 市中央公民館

対象 小学生とその保護者

定員 24人 ※定員を超えた場合は抽選

費用 無料

講師 福岡ECO動物海洋専門学校講師 板谷晋嗣さん

受付期限 10月25日(金)

受付、問い合わせ 市郷育推進課 ☎62・5078

「薬と健康の週間」を実施

厚生労働省は10月17日(木)から23日(水)までを薬と健康の週間と定めています。医療保険制度の安定のために、ジェネリック医薬品を使用しましょう。また、お薬手帳は安心して薬を使用するための大切な記録です。医療機関や薬局に必ず持っていくようにしましょう。飲んでいくすべての薬を1冊に記録することが大切です。医療機関や薬局ごとにもらったお薬手帳は1冊1冊にまとめましょう。

問い合わせ 市保険年金医療課 ☎43・8127

こころの健康相談を実施

自分のことや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。予約が必要です。

日時 10月28日(月) 午後2時～午後4時 ※1人1時間

場所 ふくとびあ

硬式テニス大会の参加者募集

男子、女子、60歳以上の男子シニア、男女ミックスの各種目でダブルス戦を行います。

日時 10月27日(日) 午前9時～ ※受付は午前8時15分～、雨天の場合11月3日(日・祝)に順延

場所 なまずの郷

対象 市内在住・在勤・在学、市テニス協会加盟クラブ員の入

費用 1組2千円

受付方法 住所、氏名、参加種目、電話番号を明記しファクスまたはメール ※男子シニアは年齢、市内在勤者は事業所名も明記

受付期限 10月12日(土)

受付、問い合わせ 市硬式テニス協会 林さん ☎FAX 72・5253、メール yhayashi@guitar.ocn.ne.jp

津屋崎干軒なごみのイベント案内

くはあんの里公式フェイスブックページをご覧ください。予約が必要です。

日時 11月16日(土) 午前10時～正午予定 ※受付午前9時30分～

場所 あんずの里運動公園 ※雨天時はあんの里市

対象 4歳～小学生 ※保護者同伴

定員 先着25人

持参品 画材道具、飲み物、汚れても良い服装

費用 500円

受付期間 10月10日(木)～

受付、問い合わせ あんずの里運動公園管理事務所 ☎52・0901

なごみ歌カフェ

平川卓哉さんの演奏と一緒に楽しく歌いましょう。

日時 10月26日(土) 午後2時～午後3時

津屋崎の塩講座

津屋崎塩田の歴史を学びながら、海水から塩を作り、試食します。予約が必要です。

日時 11月10日(日) 午前9時～

一斉防災訓練を実施します

日時 11月9日(土) 8:45～

防災行政無線による放送とサイレン吹鳴、エリアメールなどを配信します。家庭や地域、事業所などで、訓練への取り組みをお願いします。大規模地震が発生したら、迷ったり準備したりする時間はありません。ただちに命を守る行動がとれるよう、訓練を通じて身体で覚えておきましょう。

家庭でもできる防護訓練

地震の際の安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」を身に付けましょう。訓練は3つの安全行動を「その場」で行うだけです。



避難訓練では

安全を確認して屋外に出ます。その際、白いタオルを玄関先に掲げてください。「我が家は無事」という意思表示になります。タオルを掲げていない家の中には、家具の下敷きになって助けを求めている人がいるかもしれないということを意識しておきましょう。

問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107

定員 2人

受付期限 10月23日(水)

受付、問い合わせ 市いきいき健康課健康づくり係(ふくとびあ) ☎34・3351

2020年版の県民手帳を販売

県内のイベント情報やさまざまな統計データなどが満載の「福岡県民手帳」を販売します。市内の書店や一部のコンビニエンスストアなどで購入できます。また、県統計協会

会でも購入できます。詳しくはお問い合わせください。

販売時期 11月上旬

価格 ハンドブック判千円、標準判600円、ポケット判500円

受付、問い合わせ 県統計協会 ☎092・641・3560

シルバー人材センター普及啓発促進事業を開催

市シルバー人材センター主催のイベントです。事業の紹介

時30分～正午

定員 先着8人

費用 2千円

受付、問い合わせ 津屋崎干軒なごみ ☎52・2122

業務改善助成金制度を実施

生産性向上のため、設備投資などを行い、事業場内で最も低い賃金を30円以上引き上げた中小企業事業者に対して、その業務改善に要した経費の一部を助成します。助成内容や申請方法など詳しくはお問い合わせください。

テニス大会なまず杯を開催

詳しくはなまずの郷公式フェイスブックページをご覧ください。予約が必要です。

日時 11月17日(日) 男子ダブルスは午前8時30分受付、その他の種目は午前10時30分

受付 なまずの郷

場所 なまずの郷

対象 テニス経験者(初級～中級程度)で、自分で判定およびコールができる人

種目 男子ダブルス、女子ダブルス、ミックスダブルス

定員 先着40組

費用 1人500円

受付期間 10月10日(木)～11月10日(日)

受付方法 電話、ファクスまたは窓口

受付、問い合わせ なまずの郷公園管理事務所 ☎42・8800、FAX 42・8100

あんの里たご揚げ大会を開催

たご作り教室とたご揚げコンテストを開催します。詳しく

くはあんの里公式フェイスブックページをご覧ください。予約が必要です。

広報ふくつをお読みいただきありがとうございます。裏面の質問にご回答のうえ、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の意見箱に投函してください。

ふくつ
POST CARD

811-3293
福津市役所
まちづくり推進室 行



フリガナ
氏名

住所 〒 -

電話番号

ペンネーム

年齢

男・女

歳

※名前と住所は必ず記入してください

- 2 | 特集 街角記者が行く 検診・健診
- 6 | まちの話題
- 8 | 男女／消費生活／福祉防災／図書
- 10 | 好いとお！福津
- 12 | 情報広場
- 16 | 福津逸品

福津はルーマニアのホストタウン

福津市と古賀市は、ルーマニアの東京2020オリンピック・パラリンピックのホストタウンとして登録されています。事前キャンプの様子などの最新情報は「古賀市・福津市東京2020オリンピック推進協議会」で発信中です。



市公式Facebook

市公式Facebookページを「いいね」すると、イベントなどの最新情報が手に入ります。



世界遺産 新原・奴山古墳群

「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群として、平成29年7月にユネスコ世界文化遺産に登録されました。



8月のひとの動き

8月末現在

■人口	65,831人
前年同月比	+1,639人
男	31,047人
女	34,784人
■世帯数	27,817世帯
前年同月比	+829世帯
出生61人 死亡41人 転入293人 転出216人	

編集後記

特集では検診・健診を受診することの大切さについて取り上げました。狭心症や心筋梗塞、脳血管疾患は動脈硬化が進むことで発症しますが、それには高血圧や高脂血症などの生活習慣病が大きく関係しています。生活習慣病は加齢に伴って発症するイメージがありますが、食生活の欧米化や運動不足などにより、最近では若年化が進んでいるそうです。皆さんも毎日を健康に過ごすために、ぜひ検診・健診を受けてください。 品田 裕輔

再就職を希望する人を対象に、専門的知識や技能を学ぶ

職業訓練生を募集

県高齢者能力活用センターでは、企業での就職を希望する60歳以上の人の登録を募集しています。長年の職業経験を通じて得られた知識や技術を生かしてみませんか。登録方法など詳しくはお問い合わせください。

就職を希望する高齢者の登録を募集

福津・宗像市内の介護サービス事業所が、地域の介護力向上や地域福祉の増進を目指し、事例発表を行います。その他にも寝たまま行える洗髪や消臭に特化した福祉用具な

福津・宗像の介護サービス事業所発表会を開催

①秋の音楽会
ギターとオカリナの演奏会です。予約は不要です。
日時 11月17日(日) 午前10時～午後3時
費用 3000円
②共通事項
場所 県緑化センター(久留米市)
問い合わせ 県緑化センター ☎0943・72・1193

夕陽館のイベント案内

どを展示します。誰でも参加できます。予約は不要です。
日時 10月26日(土) 午後1時30分～午後4時 ※受付午後0時30分
場所 市中央公民館
費用 無料
問い合わせ 水光福祉会水光デイサービスセンター 森田さん ☎34・3331

合格発表 11月18日(月) 費用 無料 ※教科書、保険

選考方法 筆記試験および面接

科目 ①機械加工技術科②企業実習付機械加工技術科③住宅リフォーム技術科④電気設備技術科
期間 12月3日(火)～令和2年5月29日(金)
対象 ハローワークに求職申し込みを行い、受講指示または推薦された人
定員 ①15人②5人③20人④20人
受付 ハローワーク福岡東(福岡市東区)
受付期間 10月1日(火)～11月6日(水)
選考日 11月13日(水)
選考方法 筆記試験および面接

ための訓練を実施します。

大正琴「アンサンブルポピュラー発表会」
大正琴の合奏をお楽しみください。

毎週土曜日はカラオケサービスデー

回数券を購入ごとに無料券を3枚差し上げます。
毎月26日はお風呂の日
カラオケサービスデー
1時間400円で楽しめます。
問い合わせ 潮湯の里夕陽館 ☎52・3353

エコロの森のイベント案内

「ぎょうざの皮をつくろう」をテーマに料理教室を開催します。予約が必要です。
日時 10月23日(水) 午前10時～午後1時
対象 20歳以上の人
定員 10人 ※定員を超える場合は抽選
費用 600円
受付期限 10月15日(火)
託児 午後6カ月以上の未就学児、1人300円
受付、問い合わせ 古賀清掃工場 ☎092・942・1530

①前夜祭
日時 10月26日(土) 午後6時30分～午後9時
内容 灯明、夜店、畦町公民館では津軽三味線の公演など

②畦町宿祭り
日時 10月27日(日) 午前9時～午後3時30分
内容 民家の軒先で野菜や雑貨の販売、舞台での踊りや演奏など

宮地嶽自然歩道トレッキングを開催
昨年好評だったトレッキングを今年も開催します。宮地嶽神社の奥之宮八社や宮地岳在自山、紅白鳥居などを巡ります。予約が必要です。
日時 10月26日(土) 午前9時15分～午前9時30分まで受付 ※所要時間は3時間～3時間30分
受付場所 宮地嶽神社第1駐車場内の宮司公民館前
定員 30人
費用 千円 ※おにぎり弁当と不動神社のお札付き

お問い合わせ 唐津街道畦町宿保存会 岩熊さん ☎080・9244・5128

お問い合わせ 唐津街道畦町宿保存会 岩熊さん ☎080・9244・5128

宮地嶽自然歩道トレッキングを開催

お問い合わせ 唐津街道畦町宿保存会 岩熊さん ☎080・9244・5128

グラウンドゴルフ男女ペア大会を開催

受付、問い合わせ ふくつ観光協会 ☎42・9988

絵画展を開催

福津絵画同好会の絵画展です。無料で見学できます。お気軽にご覧ください。
期間 10月22日(火・祝)～10月27日(日)
時間 午前10時～午後5時 ※22日は正午から、27日は午後4時まで
場所 市立図書館
問い合わせ 塩田さん ☎42・1696

エコロの森のイベント案内

「ぎょうざの皮をつくろう」をテーマに料理教室を開催します。予約が必要です。
日時 10月23日(水) 午前10時～午後1時
対象 20歳以上の人
定員 10人 ※定員を超える場合は抽選
費用 600円
受付期限 10月15日(火)
託児 午後6カ月以上の未就学児、1人300円
受付、問い合わせ 古賀清掃工場 ☎092・942・1530

絵画展を開催

福津絵画同好会の絵画展です。無料で見学できます。お気軽にご覧ください。
期間 10月22日(火・祝)～10月27日(日)
時間 午前10時～午後5時 ※22日は正午から、27日は午後4時まで
場所 市立図書館
問い合わせ 塩田さん ☎42・1696

工場 ☎092・942・1530

※ご協力ありがとうございました。今後の広報ふくつの紙面づくりに活用させていただきます。



きっずベジ野菜ソーセージ

一つ一つ手作りでソーセージを作る古賀広宣さん。「きっずベジ野菜ソーセージ」は、野菜ソムリエでもある古賀さんが、地元産の野菜を厳選し、子どもの大好きなソーセージと合わせた一品です。もうひとつのこだわりは、「無添加」であること。添加物や保存料を使っていないため、鶏肉と野菜の自然な味わいに仕上がっています。

思い★きりり

今月は「きっずベジ野菜ソーセージ」を作っている、「となりのグリル」の古賀広宣さんを取材しました。

地

元の食材を使用した「安全な食事」を提供したいと、古賀さんは農園野菜と採れたて素材の鉄板焼の店、となりのグリルを始めました。お店をやっていく中で、子ども連れのお客さんで、アレルギーなどのために他の子と同じものが食べられない子どもを見かけることがあったそうです。きっずベジ野菜ソーセージはこうした子どもたちにも「おいしいソーセージを食べしてほしい、喜ぶ顔がみたい」との思いから、卵や乳製品などアレルゲン物質をできる限り使っていません。また、食育ソムリエでもある古賀さん。野菜はニンジン、小松菜、タマネギ、ブロッコリーなど旬のものを使い種類も豊富。野菜が大好きな子どもにもなってほしいとの願いが込められた一品です。

問い合わせ となりのグリル 花見が浜27-13
☎ 72・4200

福津の極み



▲旬の野菜が3～5割配合されたきっずベジ野菜ソーセージ。軽く焼いて食べるのがおすすめです。