

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
<p>6 2016 JUNE</p> <ul style="list-style-type: none"> ●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 宮地浜交差点前松林 8:00~9:00 <p>5</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付) 市役所いきいき健康課(福間庁舎) 受付13:15~13:30 <p>6</p>	<p>朝市情報 津屋崎漁港 朝市</p> <p>津屋崎漁港 毎週日曜日 6:00 から ※天候などにより中止になる場合があります。</p> <p>◇問い合わせ◇ 宗像漁協津屋崎支所 ☎52-0053</p> <ul style="list-style-type: none"> ●いきいきウォーク(予約不要) ふくとびあ 受付9:15~9:30 <p>7</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●シルバー人材センター入会希望者説明会 ふくとびあ 10:00~12:00 ●健康度測定 健康増進室(ふくとびあ) 受付13:30~ <p>8</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●すくすく相談 育児相談(要予約) ふくとびあ 受付13:30~16:00(一人30分) <p>2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●健診個別結果説明会(要予約) ふくとびあ 受付9:00~11:00 ●特定健診、がん検診(要予約) ふくとびあ 受付8:00~11:00 <p>3</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●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 旧サンピア前松林 8:00~9:00 ●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 8:00~9:00 <p>4</p>
<ul style="list-style-type: none"> ●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) 市役所福間庁舎 9:00~15:00 <p>12</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付) 市役所いきいき健康課(福間庁舎) 受付13:15~13:30 ●健診個別結果説明会(要予約) ふくとびあ 受付9:00~11:00 <p>13</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●特定健診、がん検診 (要予約、託児あり)レディースデー ふくとびあ 受付8:00~11:00 <p>14</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●シルバー人材センター入会希望者説明会 ふくとびあ 10:00~12:00 <p>15</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●特定健診、がん検診(要予約) ふくとびあ 受付8:00~11:00 <p>16</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●健診個別結果説明会(要予約) ふくとびあ 受付9:00~11:00 <p>17</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●剪定くず・草ステーション開設日 ●家庭の日「一日のスタートは、おはようのあいさつと朝食から」 <p>18</p>
<ul style="list-style-type: none"> ●公設分別ステーション開設日 ●食育の日「家族みんなで食事を 楽しみましょう」 ●家庭の日「家族の年中行事や 地域の行事を大切にしましょう」 <p>19</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付) 市役所いきいき健康課(福間庁舎) 受付13:15~13:30 <p>20</p>	<p>21</p>	<p>22</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●特定健診、がん検診(要予約) ふくとびあ 受付8:00~11:00 <p>23</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●健診個別結果説明会(要予約) ふくとびあ 受付9:00~11:00 <p>24</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●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 8:00~9:00 ●ふくま郷づくり松林保全活動 花見が浜海岸松林 8:00~9:00 <p>25</p>
<ul style="list-style-type: none"> ●プレママパパ講座(要予約) ふくとびあ 受付9:45~10:00 <p>26</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付) 市役所いきいき健康課(福間庁舎) 受付13:15~13:30 ●こころの健康相談(要予約) ふくとびあ 受付14:00~16:00 <p>27</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●特定健診、がん検診、節目健診(要予約) ふくとびあ 受付8:00~11:00 <p>28</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●納期限 市県民税 第1期 国民健康保険税 第1期 介護保険料 第1期 <p>29</p>	<p>公設分別ステーション 開設日 今月は5日(日)、11日(土)、19日(日)、25日(土)です。 時間 10:00~12:00、13:00~17:00 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(津屋崎庁舎) ☎52-4953 6月13日(月) から市役所別館 ☎62-0519</p> <p>30</p>	<p>剪定くず・草ステーション 開設日 今月は4日(土)、11日(土)、18日(土)、25日(土)です。 時間 9:00~11:00、13:00~15:00 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(津屋崎庁舎) ☎52-4953 6月13日(月) から市役所別館 ☎62-0519</p>	

公共施設の休館(園)日

- 市中央公民館 / 6日、13日、20日、27日
- 津屋崎千軒なごみ / 7日、14日、21日、28日
- ボランティアハウス / 1日、5日、8日、12日、15日、19日、22日、26日、29日
- 図書館 / 6日、13日、20日、27日、30日
- ふくとびあ / 11日、12日
- 福間・津屋崎体育センター / 6日、13日、20日、27日
- 津屋崎公民館図書室 / 6日~13日、20日、27日、30日
- カメリアホール / 6日、13日、20日、27日
- エンゼルスポット / 7日、14日、21日、28日
- 宮司公民館 / 6日、13日、20日、27日
- 宮司コミュニティセンター / 7日、14日、21日、28日
- 市児童センターフクスタ / 6日、11日~13日、20日、27日
- 市立図書館 / 6日、13日、20日、27日、30日
- 潮湯の里夕陽館 / 7日、14日、21日、28日
- 子育て支援センターなかよし / 6日、11日~13日、20日、27日

定例相談窓口

- 消費生活相談(市役所福間庁舎2階) / 毎週月曜・水曜・金曜日(閉庁日は除く) / 9:00~16:00 / 問い合わせ 消費生活相談室 ☎43-8106
- 高齢者のための相談 / 毎週月~土曜日(祝日、第2土曜日、年末年始は除く) / 8:30~17:30 / 地域包括支援センター ☎43-0787
- 心配ごと相談 / 毎月第2・4水曜日(祝日の場合は問い合わせ) / 10:00~15:00 / 問い合わせ 社会福祉協議会(ふくとびあ2階) ☎34-3341
- 行政相談(ふくとびあ2階) / 毎月第2水曜日(祝日は除く) / 10:00~15:00 / 問い合わせ 市人権政策課(福間庁舎) ☎43-8129
- 特設人権相談(ふくとびあ2階) / 毎月第4水曜日(祝日の場合は問い合わせ) / 10:00~15:00 / 問い合わせ 市人権政策課(福間庁舎) ☎43-8129
- 身体障がい者相談(ふくとびあ2階) / 毎月第4水曜日(祝日の場合は第3水曜日) / 10:00~12:00 / 問い合わせ 市福祉課(福間庁舎) ☎43-8189
- 無料法律相談の受付 / 毎週月~金曜日(閉庁日は除く) / 8:30~17:00 / 市人権政策課(福間庁舎) ☎43-8129
- ふくつ女性ホットライン(☎092-401-5353) / 毎日(祝日、年末年始は除く) / 10:00~17:00(木曜日は19:00まで)

日本人の二人に一人が がんにかかります

がんは細胞のコピーミスから生まれます

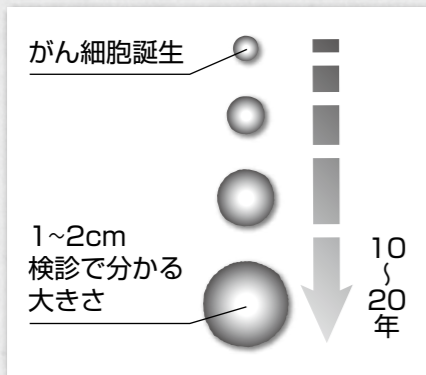
人間の体は、約60兆個の細胞でできていて、毎日1% くらいの細胞が死にます。細胞分裂をすることで減った細胞を補っていますが、細胞分裂の際にコピーミスを起こすことがあります。それが変異を起こし異常に増殖することで、正常な細胞や臓器の動きをじゃまし、臓器の機能不全に陥ります。このコピーミスががん細胞です。



がん細胞は1日に5000個もできます

がん細胞は、健康な人の体でも多数(説によっては1日に5000個ほど)できます。それでも、免疫細胞はできたばかりのがん細胞を攻撃して体内から排除します。しかし免疫による監視にもやはりミスは起きます。

がん細胞が検診で分かる大きさに成長するには、10~20年かかります



免疫細胞が見逃したたった一つのがん細胞は、1個が2個、2個が4個と倍々に増えていきます。一つのがん細胞が検診で分かる1~2cm程度の大きさになるには、10~20年もの時間がかかります。しかし、その大きさから1~2年ほどでその2倍の大きさになり、急激にがんが進行するのです。早期がんのうちに発見できるのは、がんが成長する10~20年のうち1~2年ほどの期間に限られます。

がん検診を受けましょう

症状のない早期のうちにがんを発見し、治療することが大切です。早期にがんを見つけられれば、完治する可能性が高まります。早期がんのうちに発見できるのはたった1~2年の間です。早期がんを見逃さないため、また自分自身や大切な人をがんから守るために、毎年がん検診を受けましょう。
※検診項目によって受診できる間隔が変わります。



がん検診と特定健診の申し込み、問い合わせ
市いきいき健康課(ふくとぴあ) ☎34・3351

社会福祉協議会に香典返し (4月届出、敬称略、順不同)

故人	喪主	行政区
清野 龍之	清野 義之	宮司ヶ丘区
進 寅 臣	進 美恵子	東福間3区
鏡山 昭	鏡山 春枝	本町区
井本 珠	井本 昌子	南町区
溝口 マツエ	溝口 義人	上西郷区
田坂 忠雄	田坂 サキエ	原町2区
津崎 米夫	津崎 隆一	新東区
柴田 純一郎	柴田 徳子	新東区

6月の休日外科当番医

6月 5日(日)	渡辺整形外科医院	宗像市	☎32・2600
6月12日(日)	東郷外科医院	宗像市	☎36・4146
6月19日(日)	宗像水光会総合病院	福津市	☎34・3111
6月26日(日)	平塚胃腸科外科医院	宗像市	☎32・2126

※宗像地区急患センターと地区内の医療機関との診療時間外については、次の医療機関にお問い合わせください。
○宗像医師会病院 ☎37・1188 ○宗像水光会総合病院 ☎34・3111
○蜂須賀病院 ☎36・3636

小児救急電話相談 #8000

365日開設/受付19:00~翌朝7:00、
土曜日受付12:00~翌朝7:00、日曜日、祝日受付7:00~翌朝7:00
小児科医師、看護師による電話相談です。お子さんの病気、ケガ、薬、応急処置などに関する相談を受け付けます。御利用ください(ダイヤル回線の場合は☎092・661・0771)。

内科・小児科

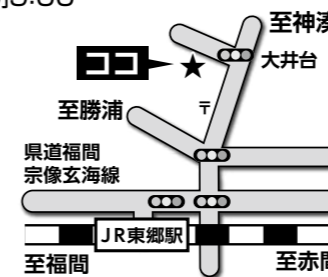
宗像地区急患センター ☎36・1199

(宗像市田熊 宗像医師会病院横)
平日/19:30~翌朝6:00 土曜日/18:00~翌朝9:00
日曜日、祝日/9:00~翌朝6:00
(ただし、翌日が休日の場合は翌朝9:00まで)

歯科

宗像地区歯科休日急患センター ☎34・8080

(宗像市田熊 宗像地区急患センター横)
日曜日、祝日/受付9:00~16:30



水道に関するお知らせ

水道管の破損などで漏水が発生した場合、修理箇所が公道部分であれば宗像地区事務組合の負担です。宅地内の場合は使用者負担です。修理は下記へ連絡してください。当番の指定工事業者が対応します。ただし、漏水箇所が水道メーターから敷地境界までのときは、宗像地区水道管理センターに連絡ください。

●福間地区にお住まいの人 ☎42・7788	●津屋崎地区にお住まいの人 ☎52・4420
--------------------------	---------------------------

※水道使用(中止、開始)は☎62・0026、閉庁日や夜間は☎62・0031まで連絡ください。

問い合わせ 宗像地区水道管理センター ☎62・0975

募集します ふくおか女性いきいき塾の塾生を

●福岡県男女共同参画センターあすばる

次世代女性リーダー育成講座「ふくおか女性いきいき塾」の第5期生を募集しています。参加無料です。
期間 平成28年7月~平成29年2月。土曜日または日曜日に月1~2回の開催で全10回。
場所 クローバープラザ(春日市)など
対象 県内在住の満20歳~50歳の女性 30人程度
受付方法 応募書類を「あすばる」へ提出。詳しくはお問い合わせください。



受付期限 6月10日(金)
受付、問い合わせ 県男女共同参画センターあすばる ☎092・584・1261

いきいきウォークを開催します

●ふくとぴあ 健康増進室

健康づくりの拠点ふくとぴあを中心に、毎月ウォーキングイベントを開催しています。運動したくなるような健康講話(20分程度)と実技(60分)を実施します。6月のテーマは「夏場のウォーキングで大切なこと」です。ウォーキングを続けたいくなるような秘策を用意しています。参加費無料、申し込み不要です。ぜひ御参加ください。
日時 6月7日(火) 午前9時30分~午前11時30分

場所 ふくとぴあ(宮地嶽神社(往復コース))
集合、解散場所 ふくとぴあ1階健康プラザ
受付時間 午前9時15分~午前9時30分
持参品等 室内用運動靴、お茶等を持参し、歩きやすい服装でお越しください。
問い合わせ 健康増進室(ふくとぴあ) ☎34・3345