

# 2

## 2019 FEBRUARY

**公設分別ステーション**  
 今月の開設日は3日(日)、9日(土)、17日(日)、23日(土)です。  
 時間 10:00~12:00、13:00~15:00  
 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 ☎62・5019

**剪定くず・草ステーション**  
 今月の開設日は9日(土)、23日(土)です。  
 時間 9:00~12:00、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 ☎62・5019

**朝市**  
 津屋崎漁港  
 津屋崎漁港 毎週日曜日 7:00 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

**ふくつ古墳馬車**  
 日時 毎週土曜・日曜日(要予約) 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00  
 乗り場 古墳展望所(奴山616)  
 問い合わせ ホースプラン ☎51・1292

1

●ふくま郷づくり松林保全活動  
 観光案内所前海岸松林 9:00~10:00

2

●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 8:00~9:00

3

●献血  
 市役所 受付10:00~15:30  
 ●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付)  
 市いきいき健康課 受付13:15~13:30

4

●リラックス講座(妊産婦教室)(要予約)  
 ふくとびあ 受付13:15~13:30  
 ●第15回市農業委員会総会  
 市役所別館大ホール 14:00~

5

●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  
 ●還付申告(~2月8日)

6

●いきいきウオーク  
 ふくとびあ 受付9:45~10:00

7

●健診個別結果説明会(要予約)  
 ふくとびあ 受付9:00~11:00

8

●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  
 ●学校の日(福間中)

9

10

●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付)  
 市いきいき健康課 受付13:15~13:30

11

建国記念の日

12

13

●木曜おはなし会0・1・2  
 市立図書館 11:00~11:20  
 ●第2回エコショップ推進委員会  
 市役所庁議室 15:00~

14

15

●健康度測定(要予約)  
 ふくとびあ 受付13:20~  
 ●家庭の日「子どもは大人の姿から学んでいきます」  
 ●学校の日(福間南小、津屋崎小)

16

●公設分別ステーション開設日  
 ●体力チャレンジランニングinふくつ(要予約)  
 津屋崎中学校体育館、津屋崎体育センター 受付8:30~9:00  
 ●家庭の日「子どもの夢や希望に耳を傾けよう」

17

●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付)  
 市いきいき健康課 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  
 ●確定申告受付(~3月15日)

18

●食育の日「家族みんなで食事を楽しみましょう」

19

●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

20

●第3回環境審議会  
 市役所庁議室 15:00~

21

22

●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  
 ●ふくま郷づくり松林保全活動  
 花見が浜海岸松林 9:00~10:00  
 ●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  
 ●平成30年度植樹祭  
 宮地浜交差点前海岸松林 9:00~10:00  
 ●学校の日(勝浦小)

23

●プレママバ講座(妊産婦教室)(要予約)  
 ふくとびあ 受付9:45~10:00  
 ●FUKUTSUコミュニティ・フェスタ  
 中央公民館 9:30~14:30  
 ●歌声喫茶(要予約)  
 市立図書館 13:30~16:00

24

●すこやかマタニティ講座(母子健康手帳交付)  
 市いきいき健康課 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  
 ●市議会3月定例会  
 (3月19日(火)閉会予定)

25

26

●第29回ささえ合い協議体  
 ふくとびあ 18:00~19:30

27

●健診個別結果説明会(要予約)  
 ふくとびあ 受付9:00~11:00  
 ●すくすく相談(育児相談)(要予約)  
 ふくとびあ 受付13:30~16:00  
 ●納期限  
 固定資産税第4期  
 国民健康保険税第9期  
 介護保険料第9期  
 後期高齢者医療保険料第8期

28

**防ぞう インフルエンザ**  
 手洗いうがい  
 せきエチケットを心がけましょう。  
 流行時の不要不急の外出は控えましょう。  
 問い合わせ 市いきいき健康課 ☎34・3352

**備えよう災害**  
 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  
 問い合わせ 市防災安全課 ☎43・8107

<p>公共施設の休館日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>中央公民館 / 4日、12日、18日、25日</li> <li>宮司公民館 / 4日、12日、18日、25日</li> <li>市立図書館 / 4日、12日、18日、25日、28日</li> <li>宮司コミュニティセンター / 5日、12日、19日、26日</li> <li>健康福祉館(ふくとびあ) / 9日、10日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>津屋崎千軒なごみ / 5日、12日、19日、26日</li> <li>カメラステージ / カメラホール / 5日、12日、19日、26日</li> <li>図書・歴史資料館 / 5日、12日、19日~27日</li> <li>潮湯の里夕陽館 / 5日、12日、19日、26日</li> <li>福間・津屋崎体育センター / 4日、18日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ボランティアセンター / 3日、4日、10日、12日、17日、18日、24日、25日</li> <li>エンゼルスポット / 5日、12日、19日、26日</li> <li>子育て支援センターなかよし / 4日、9日~11日、18日、25日</li> <li>児童センターフクスタ / 4日、9日~11日、18日、25日</li> </ul>
--	--	--

**確定申告が始まります**

市役所での申告受付

市役所別館大ホールと津屋崎行政センター大会議室では、受付期間が異なります。

期間と場所 市役所別館大ホール 2月18日(月)~3月15日(金)の平日  
 津屋崎行政センター大会議室 2月18日(月)~3月8日(金)の平日

時間 9:00~10:30、13:00~15:00  
 問い合わせ 市税務課 ☎43・8117

香椎税務署での申告受付

期間 2月18日(月)~3月15日(金)の平日と2月24日(日)、3月3日(日)

時間 9:00~16:00  
 問い合わせ 香椎税務署 ☎092・661・1031

# いきいき健康課だより

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  
保健指導係 ☎34・3352

## 「香害」という害、ご存知ですか？

化粧品や香水、柔軟剤や整髪料などの「匂い」で体調が悪くなる人が増えています。多くは「人工的な匂い」が原因です。これを「公害」にならって「香害」と呼んでいます。

香りは上手に使えばストレスを減らしてくれたり、他者をもてなしたりする効果があります。しかし、人によっては香害となり、気分が悪くなる、頭痛、めまい、吐き気、アレルギー反応などの症状を引き起こします。症状が強くと、外出できなくなるなど大きな支障となります。



香害は空気の換気が少なく匂いがこもるところで発生する傾向があります。匂いが出る商品を使う場合は、使用上の用法や容量を守り、周囲の人へ配慮を心掛けましょう。匂いのある環境で、不快な症状が強くと、病気の心当たりがないのに体調不良が続いたりする場合は、化学物質過敏症かもしれません。かかりつけの医療機関へご相談ください。

## 食のイベントで食育を

食育と聞くと難しいことだと考えてしまう人もいでしょう。そんなときは、産直市場などが開催する食のイベントに行ってみましょう。

地域の食文化や特産品を知ったり、家族や友達などと食べる楽しさを感じたり、さまざまな食材を使った料理を学ぶことができるなど、楽しみながら食に関する知識を身に付けることができます。それは食育を実践している事になります。

これからの季節は、あんずの里市のあんず祭りやふれあい広場ふくま開店記念イベント、JAむなかた主催の宗像地域食と農地域フォーラムなどが開催予定です。

イベントに参加して身近な食育から始めてみませんか。ぜひ食のイベントカレンダーをご活用ください。

福津市 食のイベントカレンダー 検索

## 今月のいきいきウオーク

2月のテーマは「生活習慣病予防とウォーキング」です。健康運動指導士による講話と実技で紹介します。

日時 2月7日(木) 10:00~11:30 ※受付 9:45~

場所 ふくとびあ~宮地嶽神社の往復コース ※雨天などは室内

集合、解散場所 ふくとびあ 健康プラザ

費用 無料

問い合わせ 健康増進室(ふくとびあ) ☎34・3345

# 保 知っとく納得! 険年金医療

## 国民年金保険料のお得な納め方

国民年金保険料の前納とは、一定期間の保険料を、納期前にまとめて納めることで保険料が割引となる制度です。

前納期間、納付方法別の前納額、割引額については下表のとおりです。また、現金納付に限り任意の月分から年度末分までの保険料を前納することができます。

前納申請期限 2年、1年、6カ月前納(4月~9月分)は2月末まで、6カ月前納(10月~3月分)までは8月末までです。当月月末振替は随時受け付けております。受付方法など詳しくはお問い合わせください。

前納期間	納付方法	前納額	割引額
2年前納	口座振替	377,350円	15,650円
	現金・クレジット	378,580円	14,420円
1年前納	口座振替	191,970円	4,110円
	現金・クレジット	192,600円	3,480円
6カ月前納	口座振替	96,930円	1,110円
	現金・クレジット	97,240円	800円
当月末振替	口座振替	16,290円	50円

▲前納額、割引額は今年度の金額です。申し込み時期によって額が変わる場合があります。

受付、問い合わせ 市保険年金医療課 ☎43・8127、東福岡年金事務所 ☎092・651・7967

(祝日の場合は問い合わせ) / 10:00~15:00 / 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) / 10:00~15:00 / 市人権政策課 ☎43・8129

身体障がい者相談(ふくとびあ) / 第4水曜日(祝日の場合は第3水曜日) / 10:00~12:00 / 市福祉課 ☎43・8189

# さ 延ばそう健康寿命 さえ合いのまち福津

## もしもの時に備えて 見守りキーホルダーを持ちませんか？

市では、在宅の高齢者、特に独居や高齢者のみ世帯の人に日頃の見守りや災害などの緊急時に備えて「地域支えあい連絡カード」の登録を勧めています。

このカードには、個人情報や万一の時の連絡先などを記入することになっていて、登録すると番号が記載されたキーホルダーとシールを渡しています。これを普段から身に付けることで、外出先で倒れたり病院に搬送されたりした時に、医療関係者が市へ問い合わせると番号から個人が特定できるので身元確認や家族への連絡を行うことができます。また、災害時の避難困難者の把握にも活用できるように防災安全課や福祉課と情報を共有しています。



▲すでに約6,000人が登録しています

本人が登録するときは印鑑を持って窓口へお越しください。家族による代理申請もできます。また、民生委員・児童委員が訪問し、案内する場合があります。

問い合わせ 市高齢者サービス課 ☎43・8298  
なお、65歳未満の人の窓口は市福祉課です。市福祉課 ☎43・8188

# 救 夜間、休日の 急診療

2月の休日外科当番医 福 福津市 宗 宗像市  
3日(日) 桑原整形外科医院 福 ☎42・0020  
10日(日) 葉山クリニック 宗 ☎39・3050  
11日(月・祝) ひさだ脳神経外科 宗 ☎62・5233  
17日(日) 東郷外科医院 宗 ☎36・4146  
24日(日) 蜂須賀病院 宗 ☎36・3636

## 内科、小児科

宗像地区急患センター ☎36・1199

平日 19:30~翌朝6:00 ※受付5:30まで  
土曜日 18:00~翌朝9:00

日曜日、祝日 9:00~翌朝6:00 ※受付5:30まで、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

日曜日、祝日 受付9:00~16:30

## 小児救急電話相談 365日開設

☎#8000 または ☎092・661・0771

平日 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

# 香 典返し 市社会福祉協議会への寄付 (12月届出、敬称略、順不同)

故人	喪主	自治会
鈴木 勝利	鈴木 剛	宮司ヶ丘区
松井 正毅	松井 正顕	東福間3区
塩見 昭	塩見 素弘	上西郷区
宮本 力	宮本 博子	堅川区
上田嘉壽子	上田 則保	東町2区
小村 鞆子	小村美樹子	本町区
高木 義子	高木 正信	花見2区
三浦シゲ子	三浦 勁	上西郷区
中嶋 光夫	河野 珠美	花見2区
楠原 玲子	楠原 聖美	若木台3区



# 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) / 9:00~16:00 / 市消費生活相談窓口 ☎43・8106

高齢者のための相談 / 月曜~土曜日(祝日、第2土曜日は除く) / 8:30~17:30 / 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) / 10:00~15:00 / 市人権政策課 ☎43・8129

無料法律相談の受付 / 月曜~金曜日(閉庁日は除く) / 8:30~17:00 / 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 / 10:00~17:00(木曜日は19:00まで) / ☎092・401・5353

心配ごと相談(ふくとびあ) / 第2・第4水曜日