区のマーク
みなみ
〒815-8501 南区塩原三丁目25-1
区役所代表電話 ☎561-2131



中原（なかはら） 瑞稀（みずき）さん（6歳）作※年齢は応募時点



区の広報担当キャラクター
「ため蔵」くん

区ホームページ　エックス　子育て インスタグラム

人口　272,080人（+8）　男125,669人 / 女146,411人
世帯数　136,320世帯（−41）令和8年9月1日現在推計（前月比）

期＝日時、開催日、期間　所＝場所　対＝対象　定＝定員　料＝料金、費用　持＝持参　申＝申し込み　問＝問い合わせ　☎＝電話　F＝ファクス　✉＝メール

10/25(日) ～みんなで備え、みんなで守る地域防災～ 南区市民総合防災訓練を実施します



区と東花畑校区自治協議会は、消防や警察、自衛隊、企業、地域住民が一体となった防災訓練を東花畑小学校で行います。誰でも参加可能です。この機会に、防災について一緒に考え、いざという時の行動や対応について確認しましょう。

期午前10時～正午所東花畑小学校（屋形原二丁目）料無料
問区総務課 ☎559-5063 F561-2130

＜訓練の実施内容を一部ご紹介＞

●AED（自動体外式除細動器）の使い方や、心肺蘇生法の基本を学ぶ
●消火器の使い方を学び、実際に放水を体験する
●身近にある道具を使って即席の担架（応急担架）を作り、負傷者を安全に運ぶ方法を学ぶ

その他、災害時の食事や備蓄について学べる防災レシピ講座やローリングストックの展示を行うほか、避難所で使用するテントや簡易トイレの展示、消防・警察・自衛隊などの車両展示も行います。

※雨天の場合は、イベントの中止や内容変更の可能性があります。

◇　◇

詳しくは、ホームページ（「福岡市南区市民総合防災訓練」で検索）でご確認ください。

スマホはこちらから



心肺蘇生法訓練



身近な食材で作れる防災レシピ



車両の展示も行います

11/7(土) 来て！見て！体験！消防たい（隊）



「花畑園芸公園 園芸まつり」でミニミニ消防車の試乗＝**写真**＝や、火災時の煙を再現したテントで、避難行動を学ぶ体験などを行います。

その他、消防服の試着体験や、消防車の展示などもあります。

※天候不良や災害出動などで、内容変更または中止になる場合があります。

期午前10時30分～午後０時30分所花畑園芸公園東駐車場（柏原七丁目）料無料（駐車場代別）

問南消防署予防課 ☎541-0219 F552-8148

12/12(土) 楽しく学び・工作体験 クリスマスツリーランタン作り



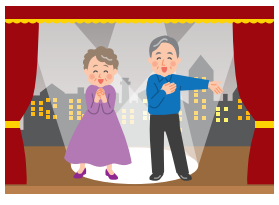
環境にやさしいランタン作りを通して、地球温暖化の仕組みとその防止策について学びませんか。

期午後２時～４時所区役所２階大会議室対区内在住の４年生以上の小学生とその保護者 ※兄弟姉妹で参加の場合は３年生以下も可定抽選10組料キット１基につき1,000円申ホームページ（「福岡市南区　楽しく学び・工作体験」で検索）の申込フォームから11月10日㈫までに申し込み

問区生活環境課 ☎559-5103 F561-5360

スマホはこちらから

12/23(水) シニア演劇ワークショップ ～演じてみる体験講座～



福岡で活躍する俳優・社会教育士の古賀今日子さんによるシニア向け演劇ワークショップです。

「演劇で旅をしよう」をテーマに、演じる楽しさを体験してみませんか。

期午後１時～３時30分所南市民センター文化ホール対おおむね60歳以上の人（経験不問）定先着20人程度（要予約）料無料持動きやすい服装・フタ付きの飲み物申10月15日㈭から、ホームページ（「福岡市　南市民センターイベント情報」で検索）の申込フォームより申し込み

問南市民センター ☎561-2981 F511-9721

スマホはこちらから

公式Xで情報を発信しています

南区公式X（@tamezoh_fminami）では、区政に関することなどを投稿しています。

問区企画振興課 ☎559-5017 F559-5014

スマホはこちらから

～10月は健康づくり月間です～ 年に１度は「よかドック」で健康チェック



よかろーもん

「よかドック」は40～74歳の福岡市国民健康保険加入者を対象とした生活習慣病予防のための健診です。

身体測定・血圧測定・尿検査・心電図検査・血液検査・問診など、通常１万円程度の検査が500円で受けられます。自覚症状がないまま進行することが多い生活習慣病を早期に発見するために、年に１度は「よかドック」を受診しましょう。

所実施医療機関・各区保健福祉センター・健康づくりサポートセンター対40～74歳の福岡市国民健康保険加入者 ※治療中の方も受診できます。今年度中に40歳になる人は39歳でも受けられます料500円 ※今年度中に40歳、50歳になる人および満70～74歳の人、市県民税非課税世帯（要証明書）の人は無料持マイナ保険証または資格確認書、「よかドック受診券」申▷実施医療機関での受診＝各実施医療機関へ電話▷各区保健福祉センターでの受診＝集団健診・よかドック総合窓口に電話（☎0120-985-902）▷健康づくりサポートセンターでの受診＝健康づくりサポートセンターへ電話（☎751-2806）※各区保健福祉センターの健診予約はWEB予約（「けんしんナビ」で検索）でも可

問区健康課 ☎559-5116 F541-9914

スマホはこちらから

「チョイソコふくおか」新規エリア運行開始



予約型乗合いサービス「チョイソコふくおか」は、新たに柏原・東花畑校区エリアと、西長住・堤・堤丘校区エリアで運行を開始しました。

チョイソコふくおかは、タクシー車両＝**写真**＝で、自宅近くの停留所から目的地近くの停留所まで、予約に応じて複数の利用者で乗り合わせて移動するサービスです。病院や買い物等の移動手段の一つとしてご利用ください。

詳しくは、ホームページ（「チョイソコふくおか」で検索）をご確認ください。

期月曜日～金曜日の午前８時～午後６時料１人１乗車につき300円（障がい者・障がい者の介護者１人・小学生は150円）申下記コールセンターへ電話または、インターネットから申し込み ※申し込みの際は、事前に会員登録（無料）が必要問☎▷乗車申し込みなどに関すること＝チョイソココールセンター＝050-2018-7015▷記事に関すること＝市地域交通課＝707-1064 F733-5590

ホームページはこちらから

期＝日時、開催日、期間　所＝場所　対＝対象　定＝定員　料＝料金、費用　持＝持参　申＝申し込み　問＝問い合わせ　☎＝電話　F＝ファクス　✉＝メール

虐待のない まちづくりを目指して ～つながろう 子どもの笑顔のために～

11月１日から「児童虐待防止推進月間」が始まります。

虐待相談の多くは、近所の人や知人からの連絡です。近くの子どもの様子が心配な時は、迷わずご相談ください。子育て家庭への支援につながることがあります。


子ども虐待防止のシンボル「オレンジリボン」

子育て家庭が孤立しないよう、地域や周囲が温かく見守り、いつでも声掛けができるようにすることが大切です。

「こども相談窓口」では、育児や子どもに関する相談を電話や窓口で受け付けています。匿名で相談でき、秘密は守られます。

【こども相談窓口】

▷区子育て支援課 ☎559-5195 F559-5149 ※平日午前９時～午後５時（年末年始除く）

▷市こども総合相談センター えがお館 ☎833-3000 ※24時間受け付け（年末年始除く）

▷全国共通児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189（いちはやく）※24時間受け付け

問区子育て支援課 ☎559-5195 F559-5149

献血にご協力ください

男性：17～69歳、女性：18～69歳（男女ともに体重50kg以上）の人を対象に、下記の場所・日時で献血を実施します。

※65歳以上は、60～64歳の間に献血経験がある人

問区健康課 ☎559-5114 F541-9914

場所	実施日	実施時間
南区保健福祉センター講堂	10月22日㈬	9:30～11:30
ミスターマックス長住店駐車場	10月22日㈬	10:00～12:00
		13:00～16:00
柏原公民館	10月30日㈭	9:30～12:00
東若久公民館	10月30日㈭	14:00～16:00
国立病院機構福岡病院	11月１日㈰	9:30～12:00
		13:00～15:30
マックスバリュ長丘店駐車場	11月11日㈫	10:00～12:30
		13:30～16:00

区民と医師との会

区民の健康増進を目的に、各公民館で講演を行っています。料金は無料で申し込み不要です。

問区健康課 ☎559-5114 F541-9914

テーマと講師	場所	実施日時
「帯状疱疹について」福田直純先生	玉川公民館	10月22日㈬ 14:00～15:30
「血管の健康について（あなたの心臓や腎臓を守るために）」石岡規生先生	塩原公民館	10月29日㈬ 14:00～15:30
「心の病、心の風邪」門司晃先生	日佐公民館	11月７日㈯ 14:00～15:30
「スポーツと健康」牛尾哲郎先生	東若久公民館	11月12日㈬ 14:00～15:30

保健福祉センターだより

◆集団健診・よかドック総合窓口への予約（午前9時～午後5時）は、健診（検診）の10日前（土・日曜・祝休日を除く）までにしてください。予約なしの当日受診はできません。

◆胃がん検診は前日午後9時以降は飲食できません。

◆よかドック・がん検診・骨粗しょう症検査は、70歳以上および市県民税非課税世帯等の人は料金が免除されます（証明書等が必要）。詳しくは②へお問い合わせください。

◆健診（検診）等

【問い合わせ・申込先】

①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869②健康課健康づくり係 ☎559-5116 F541-9914

種類		実施日 10月	実施日 11月	受＝受付時間 実＝実施時間	予約	対象者・料金・場所等 費用の記載がないものは無料、場所の記載のないものは区保健福祉センターで実施	申問
よかドック（特定健診）		―	9㈪ 16㈪	受8:30～10:30 ▷下記コードから予約を	要	対40～74歳の市国民健康保険被保険者料500円持マイナ保険証または資格確認書、受診券	申→① 問→②
がん検診	胃がん（胃透視）、大腸がん、子宮頸（けい）がん、乳がん					【胃がん】対40～69歳料1,000円 【大腸がん】対40歳以上料500円 【子宮頸がん】対20歳以上女性料400円 【乳がん】対40歳以上女性料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ※子宮頸がん、乳がん検診は２年度に１回受診可	
	肺がん・結核					対料40～64歳500円、65歳以上無料。	
胃がんリスク検査（血液検査）						対令和８年度中に35歳または40歳になる人料1,000円 ※過去にピロリ菌検査を受けたことがある人は除く	
骨粗しょう症検査						対40歳以上料500円 ※骨粗しょう症で治療中または経過観察中の人を除く	

◆教室・相談等

【問い合わせ・申込先】

②健康課健康づくり係 ☎559-5116③健康課母子保健係 ☎559-5119②③共通 F541-9914

④地域保健福祉課 ☎559-5133 F559-5135⑤市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 F791-7354

種類	実施日 10月	実施日 11月	受＝受付時間 実＝実施時間	予約	対象者・料金・場所等 費用の記載がないものは無料、場所の記載のないものは区保健福祉センターで実施	申問
離乳食教室	30㈭	6㈮	実13:30～15:00	要	離乳食開始の目安、初期の進め方を中心とした講話 対生後４～６カ月児の保護者（乳児の同伴可）	②
離乳食相談	22㈬	11㈬ 26㈭	実10:00～14:45		管理栄養士による離乳食の進め方、作り方などの個別相談（１人45分程度） ※予約は前日まで	
栄養相談	27㈫	10㈫ 25㈬			管理栄養士による生活習慣病予防の食事などの個別相談（１人45分程度） ※予約は前日まで	
マタニティスクール	27㈫	11㈬ 26㈭	実13:30～15:00		対区内に住民票のある妊婦持母子健康手帳申12月分は11月１日㈰からホームページにて受付開始	③
育児相談会（母子巡回健康相談）	【10月】▷16日㈭＝長住公民館受11:00～11:30▷26日㈪＝東花畑公民館受10:00～11:00 ▷28日㈬＝東若久公民館受10:00～11:00 【11月】▷５日㈬＝弥永西公民館受10:00～11:00▷９日㈪＝玉川公民館受13:30～14:00 ▷10日㈫＝塩原公民館受10:00～11:00 対乳幼児と妊産婦 ※詳しくは区ホームページ（「福岡市南区　育児相談会」）でご確認ください。					④
心の健康相談	28㈬	25㈬	実9:30～11:00	要	精神科医が対応	⑤
	―	12㈬	実13:30～15:00			
こころの病 家族教室	―	4㈬	実10:00～11:30	要	対こころの病がある人の家族等	