区のマーク NISHI
にし
西区役所 代表電話 ☎881-2131
〒819-8501　西区内浜一丁目４-１
西部出張所 ☎806-0004
〒819-0367　西区西都二丁目１-１

区役所前の花壇

西区の春の花 ポピー

にしくりん(下)とにしくも

西区HP　インスタグラム　フェイスブック

人　口 213,210人　(前月比171人減)　男100,965人 女112,245人
世帯数 101,918世帯 (前月比344世帯増) ※令和７年４月１日現在推計

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

高齢者の総合相談窓口　いきいきセンターふくおか

地域包括支援センター(いきいきセンターふくおか)は、高齢者が住み慣れた地域で、安心して自分らしく暮らし続けることができるよう、市が設置した総合相談窓口です＝**右表**。

●抱え込まずにまず相談を

健康づくりや介護保険などの相談に、保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャーらが対応し、解決に向けた支援を行います。

本人からだけではなく、家族や友人、知人等からの相談、自宅への訪問相談(平日のみ)も受け付けています。受付時間は月～土曜日の午前９時～午後５時(祝休日・年末年始を除く)です。

左から２番目が三浦さん

西第６いきいきセンターふくおかスタッフの三浦さんは「相談していいのか悩まず、まずは気軽にお電話ください」と話しています。

問区地域保健福祉課
☎895-7078 F891-9894

西区内のいきいきセンターふくおか

名称	住所・連絡先	担当小学校区
西第１	姪の浜４-８-２ えきマチ１丁目姪浜２階 ☎881-8011 F881-8021	愛宕、愛宕浜、小呂、能古、姪北
西第２	内浜１-７-１ 北山興産ビル２階 ☎885-8911 F885-8913	内浜、玄界、福重、姪浜
西第３	上山門１-７-７　１階 ☎882-7080 F882-7088	城原、西陵
西第４	壱岐団地135-13 ☎892-2121 F892-2122	壱岐南、金武
西第５	今宿駅前１-３-３ アウローラ１階 ☎807-6811 F807-6831	今宿、今津、北崎、玄洋
西第５(支所)	大字宮浦1963-３ ☎805-2611 F805-2612	
西第６	石丸３-１-10 ☎834-2280 F834-2358	石丸、下山門
西第７	壱岐団地76-１ ☎812-5711 F812-5712	壱岐、壱岐東
西第８	周船寺２-１-25 ☎834-8547 F834-8504	周船寺、元岡、西都、西都北

ご存知ですか 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員は、地域から推薦され、厚生労働大臣の委嘱を受けたボランティアです。誰もが安心して生活できる地域づくりのために、福祉や子育てなどの支援を行っています。西区では約300人が活動しています。

〔主な活動内容〕

●住民の見守り活動＝１人暮らしの高齢者、障がいのある人への声掛けや安否確認などの見守りを行います。

●住民の身近な相談相手＝高齢者や障がい者、生活に困っている人たちの福祉・保健・子育て・医療など、さまざまな相談に応じています。また、必要に応じて行政機関・福祉関係団体など、関係機関への橋渡しを行います。

●住民への情報提供＝福祉制度の内容や利用方法などをお知らせします。

このほか、地域・行政が行う事業への協力や、地域独自の取り組みも行っています。

問区地域保健福祉課
☎895-7077 F891-9894

いつまでも元気な足腰でいるためのフレイル予防運動講座

さいとぴあ健康運動指導士が、転倒や骨折予防のための簡単な運動を紹介します。

期６月20日㈮午後１時30分～午後３時
所さいとぴあ１階第１会議室
定先着20人 料無料 申５月21日㈬から電話か西部図書館窓口で受け付け。
問西部図書館 ☎807-8802 F807-8884

父親向け講座「西区パパニティ」

赤ちゃんのお世話体験ができます

これから父親になる人のための教室です。夫婦が協力して子育てしていくために大切な夫婦のコミュニケーションなどについて学び、赤ちゃんのお世話や読み聞かせ等の体験をします。ご夫婦での参加もお待ちしています。

期６月21日㈯午前10時～正午 所区役所別館１階講堂 対区内に住み、妻(パートナー)が第１子を妊娠中(６月21日時点)の人 定抽選で15人 料無料 申区ホームページ(「西区パパニティ」で検索)で６月８日㈰までに申し込み。
問区地域保健福祉課
☎895-7080 F891-9894

スマホはこちらから

子育てサロン「のびのび」

遊んでいる子どもたちの様子を見守りながら、保健師などに気軽に相談ができます。

期６月13日㈮午前10時～11時30分 所区役所別館１階講堂 対発達が気になる未就園の子どもとその保護者 定抽選で７組 料無料
申区ホームページ(「西区のびのび」で検索)からまたは電話で６月３日㈫までに申し込み。
問区地域保健福祉課
☎895-7080 F891-9894

スマホはこちらから

西区まるごと博物館のイベント

①灘山登山と北崎地区史跡巡り

灘山山頂からの景色

灘山に登った後、徳門寺や四所神社など北崎地区の史跡を巡ります(小雨決行)。

期６月７日㈯午前９時～午後４時 所集合・解散は、ＪＲ九大学研都市駅 対市内に住む人(小学生以下は保護者同伴) 定抽選で25人 料300円(保険代等)、中学生以下無料 ※別途、交通費1,080円が必要です。

②自然観察ウオーキング in 生の松原海岸・九大演習林

生の松原海岸に生息するハマウド

生の松原海岸や九大演習林などで、多様な海浜植物と珍しい樹木を観察します。また、生の松原の元寇(げんこう)防塁を見学しながら約５km歩きます(小雨決行)。

期６月14日㈯午前10時～午後３時 所集合・解散は、ＪＲ下山門駅前 対市内に住む人(小学生以下は保護者同伴) 定抽選で15人 料300円(保険代等)、中学生以下無料

【①②共通】

申問区ホームページ(①は「西区灘山登山」、②は「西区自然観察」で検索)、またはメール(shinko.event24@city.fukuoka.lg.jp)にイベント名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて①は５月26日㈪、②は６月２日㈪必着で西区まるごと博物館推進会事務局(区企画振興課内 ☎895-7032 F885-0467)へ。

抽選結果は①５月30日㈮②６月６日㈮までに当選者へ通知します。

子育て教室「ほやほや」

初めて親になった人のための教室です。子育てについての話を聞いたり、親同士で交流したりします。

期６月24日㈫午前10時～11時30分 所区役所別館１階講堂 対今年３月～４月生まれの子ども(第１子)とその親
定抽選で18組(両親での参加は５組まで受け付け) 料無料 申区ホームページ(「西区ほやほや」で検索)または電話で６月13日㈮までに申し込み。
問区地域保健福祉課
☎895-7080 F891-9894

スマホはこちらから

市税NEWS　**軽自動車税(種別割)の納期限は６月２日㈪です**

納期限までに納めましょう。市税の納付は口座振替が便利です。
問区納税課 ☎895-7014 F883-8565

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

アビスパ福岡親子観戦招待 親子サッカー教室

アビーくん

①親子無料観戦招待

ヴィッセル神戸戦に親子を招待します。

期６月28日㈯午後７時キックオフ対区内に住む高校生以下の子どもと保護者（１家族４人まで）定抽選で400人

②親子サッカー教室

ベスト電器スタジアム

アビスパ福岡の選手やコーチからサッカーを学びます。

期６月28日㈯

※サッカー教室の終了後に①の試合を観戦します。開始時間は、後日当選者へ連絡します。

対小学１～２年生と保護者（１家族２人まで）定抽選で25組（50人）

【①②共通】

所ベスト電器スタジアム料無料

申右のコードから６月１日㈰までに申し込みを。当選者のみに６月10日㈫までにメールで通知。

スマホはこちらから

問アビスパ福岡

☎674-3020 F674-3022

井戸水の衛生について

井戸水の水質は周りの環境や天候など、さまざまな要因で変化することがあります。安心して飲用するために、見た目はきれいに見えていても、年に１度は水質検査を受けましょう。

西衛生課窓口では「井戸水の衛生管理」のパンフレットを配布しています。井戸水の管理にご活用ください。

問西衛生課 ☎895-7094 F891-9894

第２回　水泳ワンポイントレッスン

指導者から水泳能力向上のためのワンポイントアドバイスを受けられます。

期６月18日㈬午後１時30分～２時30分所西市民プールメインプール（水深1.2m）

対25m泳げる人定抽選で10人（当選者のみ通知）料プールの個人使用料（一般390円。詳しくはホームページまたは問い合わせ先まで）。

申ホームページ（「西市民プール」で検索）、はがき（〒819-0046西の丘１－４－１）、ファクスに教室名、氏名（ふりがな）、年齢、住所、電話番号を書いて５月31日㈯必着で申し込み。

問西市民プール ☎885-0124 F885-6016

マイナンバーカード申請サポート

マイナちゃん

区内の公民館で、マイナンバーカードの申請受け付けや申請用の写真撮影を行います（予約必要）。公民館で申請すると、カードが郵送で自宅に届くので便利です。

また、すでにカードを持っている人には、健康保険証の利用申し込みや公金受取口座登録のサポートを行います（予約不要）。

期所下表の通り対区内に住む人料無料

開催日	時間	公民館	予約終了日
５/25㈰	10:00～12:00	壱岐	５/21㈬
	14:00～16:00	金武	
５/27㈫	10:00～12:00	愛宕浜	
	14:00～16:00	愛宕	
５/28㈬	14:00～16:00	西陵	５/22㈭

申市ホームページ（「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）から申し込むか、同コールセンターで予約を。定員に達した時点で受け付けを終了します。

問市マイナンバーカード総合コールセンター（毎日午前９時～午後６時）

☎600-2402 F06-7664-9531

保健だより

【問い合わせ・申し込み先】

①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869（受付は平日９:00～17:00）

②健康づくり係（健診・その他）☎895-7073　③母子保健係 ☎895-7055　④企画管理係 ☎895-7071

⑤地域保健福祉課 ☎895-7080 F891-9894（②～⑤共通）　⑥市保健所（精神保健・難病対策課）☎711-4377 F791-7354

※場所の記載のないものは区役所別館（内浜一丁目４－７）で実施。料金の記載のないものは無料。

健（検）診等

申問	予約	内　容		実施日 ６月	実施日 ７月	受付時間	対象・料金・その他（令和８年３月31日までに対象年齢になる人は誕生日前でも受診できます）
問い合わせは①または②　申し込みは①	要	さいとぴあ健（検）診		13㈮	22㈫	9:30～11:30	下記のよかドック、がん検診と同じ内容をさいとぴあ（西都二丁目１－１）で実施。
		よかドック（特定健診）		4㈬★ 17㈫	3㈭ 15㈫ 29㈫	8:30～10:30	対40～74歳の市国民健康保険被保険者料500円持保険証、よかドック受診券
		骨粗しょう症検査					対40歳以上料500円
		がん検診	胃がん、子宮頸（けい）がん、乳がん、大腸がん				【胃がん】対40歳以上（70歳以上は委託の医療機関等で実施）料600円【子宮頸（けい）がん】２年度に１回受診可対20歳以上料400円【乳がん】２年度に１回受診可対40歳以上料40歳代1,300円、50歳以上1,000円【大腸がん】対40歳以上料500円
			肺がん				対40～64歳料500円　喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上で、喀痰（かくたん）細胞診検査の希望者は別途700円。
			結核・肺がん				対65歳以上

※健（検）診等は、70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます（証明書が必要）。

※健（検）診等の予約は、実施日より土日祝日を除く10日前までに①、または市ホームページ（「けんしんナビ」で検索）で予約を。

※★6/4㈬は無料託児付健（検）診を実施します（生後６カ月～未就学児）。健（検）診予約後、健康づくり係（②）へ申し込みを（先着順）。

検査・相談等

申問	予約	内　容	実施日 ５月	実施日 ６月	受＝受付時間 実＝実施時間	対象・料金・その他
②	要	栄養相談	27㈫ 2～4	9㈪ 1 2 26㈭ 2～4	実1 10:00～10:50 実2 11:00～11:50 実3 13:00～13:50 実4 14:00～14:50	管理栄養士・栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。
	要	離乳食教室	16㈮	27㈮	実13:30～15:00	離乳食の進め方の紹介。対生後４～６カ月頃の乳児の保護者。
③	要	マタニティスクール	－	9㈪1	受13:00～13:15 実13:15～15:15	1ママと赤ちゃんの食生活、産後の生活、赤ちゃんの抱っこ体験2乳幼児のスキンケア、赤ちゃんのお世話（見学や体験）対妊婦とその家族定各抽選で10組。前月の20日までに、区ホームページまたは電話で申し込み。
				23㈪2		
⑥	要	心の健康相談	－	11㈬	実9:30～11:30	精神科医が相談に応じます。定各回３人。必ず電話で予約を。
			21㈬	18㈬	実14:30～16:30	

※「エイズ・クラミジア・梅毒検査」や「Ｂ型・Ｃ型肝炎ウイルス検査」の日程等の詳細は、市ホームページ（「福岡市　性感染症検査」または「福岡市　肝炎検査」で検索）で確認するか問い合わせ先へ。問市保健所（感染症対策課）☎791-7081 F406-5075

校区献血

問	予約	場所	実施日	実施時間
④	不要	石丸公民館	５/23㈮	9:00～12:00
		マックスバリュ周船寺西店	６/３㈫	11:30～16:00
		姪北公民館	６/４㈬	9:30～11:30

母子巡回健康相談

持母子健康手帳

問	予約	場所	実施日	受付時間
⑤	不要	さいとぴあ	５/21㈬	13:30～14:15
		金武公民館	５/22㈭	10:15～11:00
		西陵公民館	５/27㈫	10:00～10:30
		石丸公民館	５/30㈮	10:00～11:00
		西都北公民館	６/２㈪	
		周船寺公民館	６/６㈮	
		壱岐東公民館	６/11㈬	
		愛宕公民館	６/12㈭	