

# 10月号

## 福岡総合事務所だより

【令和5年10月1日 福岡総合事務所 発行 Vol.222】

ふくおか地区の人口と世帯数（令和5年8月末現在）  
人口：5,958人(男2,891人/女3,067人)  
世帯数：2,307世帯  
《前月末：人口5,975人/世帯数2,310世帯》

## もしもの災害に備えて～防災への取り組み～



消火訓練のようす

また、福岡地区では、地域防災力の強化を目的として「ふくおか防災士会」が令和5年4月1日設立されました。同会では、会員の防災士が研修会や女性防火クラブと合同で救急救命講習に参加し知識の習得に努めています。

今回の防災訓練では、各町内会の防災訓練に出向き応急手当の仕方や防災に関する講演会を行いました。

今後も様々な活動を行いながら、会員を増やしさらに会の活動を活発化させていく予定です。

8月27日（日）防災訓練が行われました。今年度は、4年ぶりに従来の集合型の訓練を実施しました。町内会ごとに自主防災会長が中心となって「災害図上訓練」、「消火訓練」、「応急手当訓練」など、それぞれの実情に合わせた訓練を実施しました。

いつ来るかわからない災害に備えて実践型の訓練を行うことにより地域の防災力を高めることができました。



救急救命講習のようす

## 大学生が農業体験をしました

「ファームステイ実習」が、9月6日（水）から12日（火）まで、福岡地内3つの農事組合法人（はちたか、夏焼、しもの）にて行われました。

明治大学農学部 of 学生10名が参加し、早朝から夕方まで農地の草刈り、稲刈りやお米の乾燥作業、野菜の種まき・収穫作業などの農作業を体験しました。

閉会式で、学生の皆さんからは「有意義な時間が過ごせた」、「一生忘れられない経験になった」などの感想がありました。今回の経験が、今後の研究等に活かせることを期待したいですね。



参加した学生さんと受入農家の皆さんと青山市長

## 稲刈り体験をしたよ

9月7日（木）、高山保育園の園児28名が5月に田植え体験を行った田んぼの稲を刈りました。

園児たちは、地域の方に稲刈りの仕方を教えてもらいながら丁寧に稲を刈ることができました。

稲刈りのあとは、稲の中にあるボールを探す「たから探し」を行い、園児たちは普段の保育園生活ではできないことを思う存分楽しみました。



# 特定健康診査・がん検診のお知らせ～特定健診・がん検診同日実施～

〈日時〉 令和5年11月13日(月) ※新型コロナウイルス感染対策のため、両健診共**予約制**とし  
 〈場所〉 福岡保健センター(総合事務所) 人数を制限して受け付けています。ご希望の方は**必ずお申込み**  
 ください。

今年度福岡会場で行う最後の健(検)診です！未受診の方は、ぜひこの機会に受診しましょう♪

## 特定健康診査

〈対象〉 中津川市国民健康保険にご加入の40～74歳の方。対象の方には5月末に受診券が郵送されています。  
 〈料金〉 500円  
 〈お申し込み〉  
 市民保険課 電話66-1111 (内線115)  
 福岡総合事務所 電話72-2111  
 〈その他〉 特定健康診査は医療機関での受診もできます。

## がん検診

〈内容〉 胃・大腸・前立腺・肝炎・乳房  
 子宮頸がん  
 〈料金〉 各700円  
 〈お申し込み〉  
 健康医療課 電話66-1111  
 (内線623、625)  
 福岡総合事務所 電話72-2111  
 〈その他〉 予約された方には検診の1週間前までに予診票と検査キットを郵送します。

特定健康診査・がん検診の集団検診はWeb予約受付しています。

右のQRコードを読み取り、アクセスしてください。  
 ※Web予約にはアカウント作成が必須です。(登録は無料)  
 ※他の会場で実施する日程の確認もできます。  
 ～この機会に特定健康診査・がん検診を受診しましょう～



## 食欲の秋を楽しむために

下記に気をつけて食欲の秋を楽しみましょう。

- ①食べすぎに注意  
 食べ過ぎると胃への負担も大きく消化不良に繋がります。
- ②腹八分目を心がける  
 もう少し食べたいなと感じるくらいが目安です。
- ③低カロリーなものを食べる  
 秋が旬のきのこ類は、おすすめですよ！
- ④おいしいものを少量食べる  
 梨、ぶどう、柿など秋が旬の果物がたくさん！  
 少量ずつ楽しみましょう。



8月20日の付知川清掃及び9月10日の市内一斉清掃に早朝からの作業にご協力いただき、ありがとうございました。

10月 15日

## 芸術にのめり込み いっぱい運動しよう

おうちの人とスポーツをしたり文化施設へ行ってみましょう。  
 なにがたのしかったかな？  
 親と子の対話がつくるよい家庭 毎月第3日曜日は「家庭の日」

## 10月の行事予定

日	曜日	行事名	場所(時間)
1	日	常盤座開放日	常盤座 9:00～16:00
18	水	行政相談	福岡公民館 13:00～15:00
20	金	人権相談	福岡公民館 13:00～15:00

※行事は変更または中止になる場合があります。

## ごみ収集予定日

- ◆ 燃えるごみ 毎週火・金曜日
- ◆ 燃えないごみ 10月11日  
 次回は11月8日
- ◆ 資源ごみ 10月18日  
 ・硬質ごみ 次回は11月15日
- ◆ 大型ごみ 10月10日  
 次回は11月7日



※大型ごみは事前にお申し込みが必要です。