

### 玄界灘～博多湾クルーズ

西区まるごと博物館推進会は、市の船「なつ」に乗って、玄界灘(柱島や机島)～博多湾をクルーズする楽しいイベントを開催します。

期8月7日(金)午前10時半～午後3時半(天候により延期) 所(集合)姪浜渡船場 対16歳以上 定20人 料1,000円 申往復はがきに「玄界灘クルーズ参加希望」、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、7月29日(水)(必着)までに同推進会(〒819-8501住所不要、区地域振興課内 ☎895-7033 F882-2137)へ。応募多数の場合は抽選。

### 転倒予防教室

転ばない体づくりのために、運動を中心とした転倒予防教室を開催します。

場所	日程
① 西体育館	7月28日(火)、8月11日(火)、9月8日(火)、10月6日(火)、11月10日(火) (全5回)
② 保健所講堂	8月5日(水)、12日(水)、26日(水)、9月30日(水)、10月21日(水) (全5回)



期①・②とも午前10時～正午 対65歳以上 定各20人 料無料 申①、②とも初回前日までに電話で区地域保健福祉課(☎895-7080 F891-9894)へ。簡単な問診があります。先着順。

### ピラティスレッスン

健康エクササイズピラティスの基本的な技術や知識を学びます。

期8月21日～10月23日の毎週金曜日午後1時～2時または午後2時～3時。各計10回 所西体育館 対市内に住むか勤務する18歳以上 定各15人 料4,300円 申往復はがきに教室名、希望時間、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、7月31日(金)(必着)までに同体育館(〒819-0041拾六町一丁目13-35 ☎882-5144 F882-5244)へ。応募多数の場合は抽選。



### 夏休み短期集中!小学生水泳教室

水に慣れることから泳ぎ方まで指導します。 期8月24日(月)～8月28日(金)の毎日午後4時～6時。計5回 所総合西市民プール 対市内に住むクローンを25元泳げない小学1～6年生 定20人 料3,300円 申往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号を書いて、7月31日(金)(必着)までに同プール(〒819-0046西の丘一丁目4-1 ☎885-0124 F885-6016)へ。応募多数の場合は抽選。

### 夏休み子ども料理教室

実習を通して、正しい食生活や料理の基本を学びます。

期8月7日(金)または28日(金)の午前10時～午後1時半 所区保健福祉センター(保健所)2階栄養実習室 対区内に住む小学生 定各30人 料無料 申電話かファクスで「子ども料理教室参加希望」、希望日、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢(学校名と学年も)、性別、住所、電話番号を区健康課(☎895-7073 F891-9894)へ。7月17日(金)より受付開始。先着順

参加しませんか

### 西祭 (SaiSai)

～西区みんなで作る文化祭～  
文化行事の情報募集



11月に開催する「西祭(SaiSai)」のリーフレットに掲載する文化行事の情報を募集します。

【内容】10月～12月に区内で実施する文化関連行事【部門】音楽・舞踊・民舞・演劇・演芸、文芸、茶華道、映像、美術、自然、歴史、その他 申部門名、行事名、日時、会場、内容(資料があれば添付)、参加費の有無、主催者名、問合せ先の住所、電話番号を書いて、郵送、ファクス、またはメールで7月31日(金)(必着)までに区地域振興課(〒819-8501住所不要 ☎895-7037 F882-2137 メールt-shinko.NWO@city.fukuoka.lg.jp)へ。



昨年のリーフレット

### 青少年作品コンクール

【絵画の部】対象は区内に住む小学生。テーマは「夏休みの思い出～楽しかったこと、お気に入りの風景～」画用紙は四つ切りで画材は自由。作品の裏面に鉛筆で題名、学校名、学年、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入。

【習字の部】対象は区内に住む小・中学生。課題は下表のとおり。用紙は習字用半紙。作品の左端に学校名、学年、氏名、また、裏面に鉛筆で住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入。

学年	課題	書体	学年	課題	書体
小1	なつ	かい 楷書	中1	克己	かい 楷書または 行書
小2	せみ				
小3	うみの日		中2	誠心	
小4	夏まつり				
小5	星ふる夜		中3	明鏡止水	
小6	星の世界				

募集します

期9月4日(金)(必着)までに学校か区地域振興課(〒819-8501住所不要 ☎895-7037 F882-2137)へ郵送か直接持参を。応募は各部1人1点。入賞作品は、11月11日(水)～18日(水)に西市民センターで展示予定。

### 福祉の絵コンクール

西区社会福祉協議会は、「第16回福祉の絵コンクール」作品を募集します。

【テーマ】「思いやり助けあいの気持ち～親切にして喜ばれたり、助けてもらってうれしかったことを絵にしよう～」【規格】画用紙は四つ切りで画材は自由 対区内に住む小学生 申作品の裏面に学校名、学年、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、9月30日(水)(必着)までに同協議会(〒819-0005内浜一丁目7-1北山興産ビル1階 ☎895-3110 F895-3109)へ郵送か直接持参を。入賞作品は、11月11日(水)～18日(水)に西市民センターで展示予定。

## 保健福祉センターだより 8月分

会場の記載のないものは区保健福祉センター(保健所)で実施。

### 教室・相談

#### 健康づくり運動教室

講話と実技「ニコニコペースのエアロビクス」。運動ができる服装と運動靴で参加を。

期25日(火)午後1時半～3時半。予約不要 料無料 問健康づくり係(☎895-7073 F891-9894)

#### 心の健康相談

精神科医が相談に応じます。

期20日(木)午後1時半～3時、25日(火)午前9時半～11時。要予約 料無料 申精神保健福祉係(☎895-7074 F891-9894)

#### 栄養相談

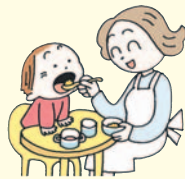
管理栄養士が相談に応じます。

期4日(火)、25日(火)、27日(木)午後1時～3時。要予約 料無料 申健康づくり係(☎895-7073 F891-9894)

#### 離乳食教室

離乳食の講話や試食。乳児も同伴可。

期24日(月)午後1時半～3時半。予約不要 料無料 問健康づくり係(☎895-7073 F891-9894)



#### 母子巡回健康相談

妊産婦と乳幼児。母子手帳の持参を。

期24日(月)=愛宕浜公民館、内浜公民館。25日(火)=福重公民館。26日(水)=壱岐公民館。27日(木)=石丸公民館。午後1時半～2時(愛宕浜公民館は午前9時45分～10時半)。予約不要 料無料 問地域保健福祉係(☎895-7080 F881-5874)

#### 校区献血

校区以外の人でも献血可。

期24日(月)午後1時半～3時半=壱岐南公民館。予約不要 料無料 問医薬務係(☎895-7072 F891-9894)

### 健診・検査

申・問健康づくり係 ☎895-7073 F891-9894

種類	対象年齢	費用	予約	実施日	当日受付時間	備考	
特定健診	40歳以上74歳以下	500円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30	市国民健康保険被保険者が対象 1年度に1回受診可	
がん検診	胃がん	35歳以上	600円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30	
	子宮がん	20歳以上	400円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30	2年度に1回受診可
	乳がん	40歳以上	40歳代1,300円 50歳以上1,000円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30	2年度に1回受診可
	大腸がん	40歳以上	500円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30	
骨粗鬆症検査	40歳以上	500円	要	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30		
結核健診	18歳以上	無料	—	6日(木)、27日(木)	9:00～10:30		
校区がん検診(胃・子宮) 結核健診	対象年齢と費用は上記のがん検診 (胃・子宮)・結核健診と同じ	—	—	3日(月)=金武公民館 31日(月)=元岡公民館	9:00～11:00	子宮がん検診は2年度に1回受診可	
エイズ・クラジミア抗体検査	—	無料	—	毎週月曜日	9:00～11:00	匿名で検査可	
B型・C型肝炎ウイルス検査	20歳以上	無料	—	17日(月)	9:00～11:00	過去に受診したことがない人	