



西区役所 区役所電話番号案内 TEL 881-2131  
〒819-8501 西区内浜一丁目4-1  
今宿出張所 TEL 806-0004 FAX 806-6811  
〒819-0166 西区横浜一丁目2-1

区ホームページ http://www.city.fukuoka.lg.jp/nishi/

区の花 春 ポピー 夏 ハマヒルガオ 秋 リコリス 冬 クリスマスローズ 人口・世帯数 人口 185,129人 男88,441人 女96,688人 世帯数 73,846世帯 (平成20年9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=申込み 問=問合せ F=ファクス

### 地域環境サポーター (第5期生)養成講座

身近な環境問題について学んだり、段ボールコンポストや風呂敷包みなどを実践した後、エコライフ実現のため、地域で活動してみませんか。

期10月23日～平成21年1月22日の隔週木曜日午前10時～正午。計7回 所西区役所 関環境問題に関心があり、市内に住むか通勤する18歳以上 定20人 料無料 申講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、はがき、ファクスまたはメールで10月15日(水)(必着)までに区生活環境課(〒819-8501住所不要 ☎895-7054 F882-2137 メールseikatsukankyo.NWO@city.fukuoka.lg.jp)へ。応募多数の場合は抽選。

### 女性のためのドライビングセミナー

女性ドライバーの事故防止のため、運転技術の再確認をします。運転免許証をお持ちください。

期10月31日(金)午前9時15分～正午 所姪浜ドライビングスクール(姪の浜一丁目1-67) 関区内に住む女性 定40人 料無料 申住所、氏名、年齢、電話番号、希望の車種(オートマかマニュアル)、希望のコース(路上体験、駐車体験、基礎体験のうちいずれか)、託児希望の有無(有の場合は子どもの氏名、年齢、性別)を書いて、はがきまたはファクスで10月19日(日)(必着)までに区地域振興課(〒819-8501住所不要 ☎895-7037 F882-2137)へ。応募多数の場合は抽選。

### 在宅介護者の集い

区内で高齢者や障がい者の在宅介護をしている人を対象として、相互の交流と心身のリフレッシュを図ることを目的に、日帰りのバス旅行を行います。

期11月6日(水)午前10時～午後4時半 所嬉野温泉「萬象閣敷島」(佐賀県) 定15人 料2,000円 申住所、氏名、年齢、電話番号、要介護者との続柄、要介護状態区分を書いて、はがき、ファクス、メールまたは電話で10月24日(金)(必着)までに西区社会福祉協議会(〒819-0005内浜一丁目7-1北山興産ビル1階 ☎895-3110 F895-3109 メールnishi\_ku@fukuoka-vc.or.jp)へ。応募多数の場合は初参加の人を優先します。

### ピラティス教室

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11月5日～12月24日の毎週水曜日午後1時～2時または午後2時～3時。各計8回 所西体育館 関市内に住むか勤務する18歳以上 定各15人 料2,300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、10月15日(水)(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。

### 西区地域安全大会

犯罪や事故のない明るい住みよいまちづくりを目指して、「西区地域安全大会」を開きます。

期10月17日(金)午後2時～4時10分 所西市民センター 関区内に住む人 定800人 料無料 関西福岡防犯協会(☎ F807-2043)

### 西区巡回行政相談

国や独立行政法人などに関する意見や要望などの行政相談を行います。秘密は厳守します。

期10月27日(月)午前10時～正午 所姪浜公民館 料無料 関九州管区行政評価局行政相談課(☎431-7081)



みんなの健康と平和を守る正義のヒーロー「緑黄戦隊カボレンジャー」(左)がやって来ます。カボレンジャーに変身した学生が登場

食の安心コーナー  
手洗いは食の安全の基本です。日ごろの手洗いで汚れが取れているかをチェックして調べてみましょう。食品衛生に関するクイズもあります。

食事の栄養バランスを  
午前9時半～午後2時  
食事の栄養バランスを

緑黄戦隊カボレンジャー登場！  
①午後0時半～1時  
②午後1時半～2時

食の安心コーナー  
午前9時半～午後2時

メタボに打ち勝てウエストリリーガー  
午前9時半～11時半

区保健福祉センターは、「西区健康フェア2008」を10月9日(木)午前9時半～午後2時に、同センター(保健所)で開催します。テーマは「食から始まる我が家の健康」。食生活を見つめ直すきっかけにして、健康づくりに取り組んでみませんか。

お米料理が集合  
午前9時半～午後0時半  
お米を使った料理の応募作品をレシビと一緒に展示します。献立のアイデアや料理のヒントが見つかるかも。西区で採れた野菜が当たる抽選会もあります。



食品衛生のクイズに挑戦 (昨年)

## 食生活を見直そう

### 10月9日は西区健康フェアへ

し、子どもたちに偏った食事をさせるお肉大魔王たちと戦います。

### 不審な訪問に要注意

区役所や地域包括支援センターの職員を装い、「介護サービス料の集金」、「介護保険の手続き」などと言って、金銭をだまし取ったり、盗んだりという事件が相次いでいます。区役所や地域包括支援センターの職員が、突然訪問して金銭を徴収することはありませんので注意してください。

### 納税は便利な口座振替で

市県民税(普通徴収)、固定資産税の納税は口座振替が便利です。納期ごとに指定の預貯金口座から自動的に振替納税ができるため、納め忘れがなく手間も少なくなります。納税通知書に同封している「口座振替依頼書」のはがきに必要な事項を記入後、通帳の届印を押印し、ポストに入れるだけで簡単に手続きができます。登録に6週間ほどかかりますので、早めに手続きを。

関区納税課(☎895-7013 F883-8565)

### 体育の日スポーツフェスタ 体育館・プールを無料で開放

体育の日の10月13日(祝)は、西体育館と総合西市民プールで「体育の日スポーツフェスタ」を開催し、施設を無料開放します。ただし、ロッカー代30円が必要です。

利用時間は午前9時～午後9時(2時間以内)。小・中学生は午後6時以降保護者の同伴が必要。

体育館では、運動のできる服装と室内用運動靴の準備を。スポーツ用具の無料貸し出しも行います。プールでは、水着、スイミングキャップ、ゴーグルを準備してください。

関同体育館(☎882-5144 F882-5244)、同プール(☎885-0124 F885-6016)

### 保健福祉センターだより

会場の記載がないものは区保健福祉センター(保健所)で実施。費用の記載がないものは無料。

健康づくり係 ☎895-7073 F891-9894

関がん検診 要予約。定員あり。先着順。午前9時～10時半。

- ①胃がん検診 35歳以上。600円。16日(木)。
- ②子宮がん 20歳以上。400円。2年度に1回受診可。23日(木)。
- ③乳がん検診 40歳代1,300円。50歳以上1,000円。2年度に1回受診可。16日(木)、23日(木)。

④大腸がん検診 40歳以上。500円。16日(木)、23日(木)。

関結核健診 18歳以上。16日(木)、23日(木)午前9時～10時半。

関校区がん検診・結核健診 7日(水)=西陵公民館(胃・子宮がんと結核)。20日(月)=元岡公民館(胃・子宮・大腸がんと結核)。午前9時～11時。対象と費用は表のとおり。

胃がん	35歳以上	600円
子宮がん	20歳以上	400円
大腸がん	40歳以上	500円
結核	18歳以上	無料

※子宮がんは2年度に1回受診可。

関栄養相談 要予約。14日(水)午後1時～3時。  
関エイズ・クラミジア抗体検査 毎

週月曜日午前9時～11時。匿名。

関エイズダイヤル エイズ相談専用電話(☎891-0391)。

医薬務係 ☎895-7072 F891-9894

関校区の献血 8日(水)午前10時～午後1時と午後2時～4時=サニ一福重店駐車場。17日(金)午前9時半～正午=姪浜公民館。

精神保健福祉係 ☎895-7074 F891-9894

関精神保健家族講座 「当事者の話を聞こう(応用編)」。要予約。14日(水)午後1時半～3時半。

関心の健康相談 精神科医による相談。要予約。16日(木)午後1時半～3時45分。