



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.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 183,221人 男87,616人 女95,605人 世帯数 72,167世帯 (平成19年6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

糖尿病予防セミナー

講話や運動実技などを通して糖尿病について学んでみませんか。動きやすい服装と飲み物持参で参加してください。

期 7月25日(水)午前10時～午後2時 所 区保健福祉センター(保健所) 講堂 対 糖尿病に関心がある人 定 30人 料 500円(昼食代) 申 電話で7月23日(月)までに区地域保健福祉課(☎895-7080 F881-5874)へ。先着順。

家庭犬のしつけ方講習会

飼育犬の無駄ほえ、散歩時の引っ張りなど問題行動の対処方法を専門の訓練士から学びます。

期 7月24日(火)午後2時～4時 所 西部動物管理センター(内浜一丁目4-22) 定 30人(1家族2人まで。犬を連れての参加はできませんが、モデルとして犬と一緒に参加をお願いすることがあります) 料 無料 申 電話で同センター(☎891-1231 F891-1259)へ。7月9日(月)午前8時半から受け付け。先着順。

中・高校生夏休みボランティア体験

福祉施設でのボランティア体験を通して、福祉とボランティアに関する理解や関心を深めます。

期 7月25日(水)(基礎学習会)。8月9日(木)(懇談会)。午後2時～4時。実践活動は下表のうち1施設 所 西市民センター 対 区内に住むか通学する中・高校生 定 15人 料 無料 申 住所、氏名、学校名、学年、電話番号、希望する施設を第2希望まで書いて、はがき、ファクス、メールまたは電話で7月13日(金)(当日消印有効)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。先着順。

施設	所在地	定員	実施日	時間
身体障がい者福祉センター 西障がい者フレンドホーム	内浜一丁目5-54	5人	8/1(水)	10:00～15:00
特別養護老人ホーム 七樹苑	今宿上ノ原16-1	2人	8/3(金)	10:00～16:00
小規模通所授産施設 いきいき工房	小戸二丁目1-2	5人	8/7(水)	9:30～15:30
介護付有料老人ホーム ベストライフ福岡	石丸二丁目33-11	3人	8/8(木)	10:00～13:00

夏休みファミリークルージング ～博多湾から見る西区の宝～

区まるごと博物館推進会与博多港開発は、海の日を記念して、船舶マリエラで博多湾をクルーズしながら西区の名所を案内するイベントを開催します。海のことやロープワークを学ぶ講習会もあります。

期 7月24日(火)午後1時半～3時半 所 西福岡マリナーナマリノア(小戸二丁目11-1)に集合 対 区内に住む小学生以上 定 150人(1組5人まで、小学生は保護者の同伴が必要) 料 無料 申 往復はがきに「夏休みファミリークルージング参加希望」、住所、全員の氏名、年齢(学年)、電話番号を書いて、7月11日(水)(必着)までに区まるごと博物館推進会(〒819-8501住所不要、区企画課内 ☎895-7006 F885-0467)へ。応募多数の場合は抽選。



血圧を測定する参加者

「体重を55kgにすることが目標です。甘い物を控えるために頑張ります」と意気込んでいました。同連合会の平井澄人会長(76)は「皆さんの成果が楽しみです。今後も元気に過ごするための体づくりに力を入れた活動を続けたい」と語っていました。

志岐南公民館と同校区衛生連合会は、内臓脂肪を減らすための食事や運動法などを学ぶ「メタボリックシンドローム予防教室」を、6月4日から全4回の日程で開催しています。

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に加え、血圧・中性脂肪・血糖値のうち2項目以上が基準値を超えている状態のことです。脳卒中や心筋梗塞を引き起こす危険性が高いといわれています。

同公民館で行われた第1回の教室には28人が参加し、まずは血圧やおなか回りを測定して自分の健康状態を確認しました。次に肥満や脂肪について知識を高める講習がありました。

食べ過ぎと運動不足に要注意

メタボリックシンドロームを学ぶ

志岐南

水と緑の里山探検隊

～九大生が案内する自然観察会～

九大伊都キャンパス内に広がる生物多様性保全ゾーンを探検してみませんか。田んぼ、ため池、小川の生き物調査＝写真＝などを行います。

期 8月4日(土)午前10時～午後1時半 所 西区役所か現地に集合 対 小・中学生(小学校低学年は保護者の同伴が必要) 定 30人 料 無料 申 全員(保護者含む)の住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、希望集合場所、「里山探検隊希望」と書いて、はがきまたはファクスで7月17日(水)(必着)までに、区企画課(〒819-8501住所不要 ☎895-7006 F885-0467)へ。区ホームページからも申込みできます。応募多数の場合は抽選。



西区人権を考えるつどい

元人権バンド「やじろべえ」の中山洋一さんのトーク&コンサートを開催します。

期 7月13日(金)午後2時～3時半 所 西市民センター 料 無料 問 同センター(☎891-7021 F891-0503)

体験!ピラティス教室Part 1

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7日～9月4日の毎週火曜日午後1時～2時または午後2時～3時。各計5回 所 西体育館 対 市内に住むか勤務する18歳以上(学生を除く) 定 各30人 料 900円 申 往復はがきに教室名、希望時間、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、7月17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。

保健福祉センターだより 予約・問合せ先 ☎健康課各係 ☎891-9894

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

がん・結核住民検診表

子宮がん	20歳以上	400円
胃がん	35歳以上	600円
大腸がん	40歳以上	500円
乳がん	40歳代	1300円
	50歳以上	1000円

※子宮がん・乳がん(マンモグラフィ)は2年度に1回受診可。

☎総合がん検診 対象と費用は検診表を参照。

12日(木)午前9時～10時半(乳がんのみ26日(木)も実施)。予約は電話で2日(月)午前9時から。先着順。

◆結核住民検診 18歳以上。12日(木)、19日(木)午前9時～10時半。

◆ヘルスアップスクール(骨塩量測定有り) 健康診断や体力測定など。18歳～64歳。2,700円。要予約。託児付き。26日(木)、8月7日(火)午前9時～正午。11月8日(木)、11月15日(木)午後1時半～3時半。

◆栄養相談 要予約。10日(火)午後1時～3時。

◆離乳食教室 生後4か月～12か月児を持つ人。20日

(金)午後1時半～3時＝今宿出張所。

◆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。

◆エイズダイヤル エイズ相談専用電話(☎891-0391)。

◆風しん抗体検査 成人女性(妊婦を除く)。720円。9日(月)午前9時～11時。

心のケア係 ☎895-7074

◆精神保健講座 「心の病・ひきこもりがちな本人～家族はどう関わる?」。10日(火)午後1時半～4時。

◆心の健康相談 要予約。19日(木)午後1時半～3時半。



放置サイクルZERO宣言!

くらしやすい福岡はあなたの「ちゃんと駐輪」からはじまる!