

# まいとびま公民館だより

福岡市西戸崎公民館

東区西戸崎5丁目1-1 TEL:092-603-0201 FAX:092-603-6174  
<http://gakushu.city.fukuoka.jp/civic/000247/top.htm>  
 E-mail: [saitozaki68@jcom.home.ne.jp](mailto:saitozaki68@jcom.home.ne.jp)



令和4年9月号

## \*\*\*健康づくり教室\*\*\*

フレイルを予防しましょう!

～気づかぬうちに体が弱っていませんか?～

日時: 9月 8日(木) 10:00~11:30

場所: 西戸崎公民館

対象者: 西戸崎校区にお住まいの方

内容: ◎コロナ禍とフレイルの関係について

◎フレイル予防の運動

申し込み: 西戸崎公民館

持参品: すべりにくい室内靴・タオル・飲み物

※運動しやすい服装でお越しください

※発熱や咳等の症状がある方は参加をお控えください

主催: 西戸崎校区衛生連合会

協力: 東区保健福祉センター・西戸崎公民館



## 【東区人権を考える集い】

～ちひろ人権コンサート～

日時: 9月16日(金) 14:00~15:30 (13:30開場)

場所: 東市民センターなみきホール

入場無料・事前申込要(先着200名)

申込み先: 東区生涯学習推進課(〒812-8653 東区箱崎2-54-1)

申込内容: 氏名、電話番号、住所、メールアドレス、

所属(一般、人尊協、自治協、公民館、PTA等)

※「東区人権を考えるつどい参加希望」と明記の上

メール・FAX・はがきでお申し込みください。

メール: [h-gakushu@city.fukuoka.lg.jp](mailto:h-gakushu@city.fukuoka.lg.jp) FAX: 651-5097

問い合わせ: 645-1144

## \*\*\*食進会の料理教室\*\*\*

(テーマ) 「健康弁当」

(日時) 9月27日(火)・30日(金)

11:00~12:00

(申込) 西戸崎公民館 (申込み) 9月5日(月)~

(参加費) 500円 (参加者人数) 各8名

※テーマに沿った食事を食進会が作ります!

自分の健康は自分の手で!



子育てママのフリースペース “ゆう・ゆう”

9月5・12・19・26(月)10:30~13:00

西戸崎公民館 和室

お部屋を開放しています!遊びに来てください!

※9/5は8月号でお知らせしたように「母子巡回相談」が ありま



## 【お知らせ】

ふれあいサロン“夕風”・“よかよか”

9月のサロンはどちらも中止いたします。



～公民館休館日のお知らせ～

9月23日(金・祝)は月1回の休館日です



傾聴

ゆっくり話そ!

♡人とのふれあいが少なく

お話を聴いて欲しい方

♡認知症の方も参加お待ちしております

楽しく対応させていただきます

日時: 9月13日(火)・27日(火)

10:00~12:00

場所: 西戸崎公民館 申し込み: 西戸崎公民館

～傾聴ボランティア(田村・樺嶋・井谷)～

傾聴講座を受けて8年以上、各施設での活動経験

のあるメンバーが対応させていただきます

※マスク・お茶をご持参ください



## 区役所に行かずに手続き

公民館でマイナンバーカードの申請をすると郵送で受け取れて大変便利です

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影、マイナポイント申込みのサポート(マイナンバーカードを持っている人のみ)を行います。公民館で申請すると区役所に行かずに手続きができ、カードは後日郵送で自宅に届くので大変便利です。ぜひご利用ください。

事前予約制です。予約期間に下記受付センターへお申し込みください。

【日時】9月21日(水) 13:30~16:30

【会場】西戸崎公民館 講堂

【対象者】東区に住民票のある方

【事前予約期間】9月1日~9月15日 9:00~18:00

【予約受付】福岡市マイナンバーカード出張サポート受付センター

TEL 092-260-3590 FAX 092-272-2312

【必要なもの】①通知カード又は個人番号通知書

②住民基本台帳カード(お持ちの方)

③本人確認ができるもの

(運転免許証、パスポートなどの原本)

【主催】福岡市総務企画局データ活用推進課

(この事業は業者への委託により実施します。)



9月1日~7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」

～災害に備えて“備蓄”を始めよう～

◎備蓄品目

<食品> 1人1日3食×3日分

<飲料水> 1人1日3リットル×3日分

<生活物資> 携帯用トイレ・トイレトーパー・懐中電灯・携帯ラジオ  
モバイルバッテリー・救急セットなど

◎ローリングストック法

日常的に食べている食品をいつもより多めに購入し、

食べた分だけ買い足して備蓄していく方法

※ 高齢者や障がい者、乳幼児など特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・普段から服用している薬なども備えましょう。

※ 感染症対策として、マスク・体温計・消毒液なども用意しましょう。



あたたかい 明るい笑顔と おもいやり

# モンロー再び 故郷に帰る！ ジャズLIVE

またまた西戸崎にモンローが帰って来ます！

(\*1954年2月10日現在海ノ中道海浜公園にあったキャンプハカタに慰問に訪れました)

モンローゆかりの地、西戸崎で日本のモンローと呼ばれるベルさんと世界的ギタリストDizzy吉本さんの夢のジャズセッションのおしらせです。公民館長の熱烈なラブコールにベルさんが「せっかくなので」とまさかの世界的ベーシストDizzy吉本さんまで巻き込んでのスーパーセッションが実現しました。ぜひぜひご来場ください。

日時：9月4日(日) PM2:00～

場所：西戸崎公民館講堂 (入場無料)

主催 西戸崎公民館



Dizzy吉本・プロフィール



BELL・プロフィール

ギタリスト、ベーシストとして長年活動していましたが2010年突然両耳の聴力を失いました。一旦活動をやめていましたが2014年、人工内耳の手術を受けました。人工内耳では、音楽演奏を聴くことは困難ですが記憶とトレーニングにより演奏活動を再開。現在、世界で唯一の人工内耳のジャズ奏者として日本各地、アメリカ、ロシアなどで演奏活動を行っています。9月にはアルバム「ノーマ・ジーン」をリリースします。

山口県下関市出身。ゴスペル&ジャズシンガー。ステージ・ライブ・ディナーショーなどで活躍。現役世界最高齢のタップダンサー中野ブラザーズ中野章三氏、トランペッター村田浩氏、ジャズピアニストの故 内田浩誠氏など著名アーティストとの共演多数。東日本大震災チャリティーコンサートの収益金を寄付等の活動もしている。また夏目雅子「ひまわり基金」の募金活動にも力を入れる。自身のディナーショーには多くのファンが集まる

## 西戸崎校区 文化祭

11月5日(土)と6日(日)

主催：西戸崎校区自治協議会  
共催：西戸崎公民館

## 展示作品を募集します！

町の芸術家さん、出番ですよ～

◆作品のジャンルは問いません！◆

手芸・絵画・書道・工芸・写真・・・

※申込書は、公民館にあります。

申込み締切り 10月20日(木) です！

申し込み先：西戸崎公民館