



美和台公民館 ブログ



YouTube みわだいチャンネル



あけましておめでとうございます



穏やかな新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年、新型コロナウイルスの影響で公民館の利用にご不便をおかけしたことで存じますが、皆さまのご理解ご協力により、公民館サークル活動、公民館文化祭などの公民館事業を実施することができました。

美和台公民館では、今後も引き続き「集まる」「学ぶ」「つなぐ」の3つの機能充実に努め、「公民館でつながろう!」「公民館がつなげよう!」を職場スローガンに掲げ、住民皆さまが気軽にご利用できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。

まだまだ続くと思われる新型コロナウイルス感染症や物価高など社会的な不安もごございますが、今年は「癸卯(みずのとう)」の年、勢い良く飛び出し、飛躍する年になることを願っております。新しい年が皆さまにとって、明るい一年になりますよう心よりお祈り申し上げます。

館長 田原忠男
職員一同

うたと音楽の健康教室

ららら倶楽部

《内容》音楽に合わせてからだを動かします。しっかり動いて運動不足を楽しく解消!

講師：第一興商 音楽健康指導士
日時：1月11日(水) 10:30~12:00
場所：美和台公民館 講堂
対象：65歳以上 参加費：無料
定員：20名(先着順) 申込み：必要
申込先：美和台公民館(092-607-0294)

飲み物・タオル・上履さをご持参ください。

※次回は2月1日(水)の予定です。

地域カフェ

令和4年度認知症予防教室

みわだいくらす

『姿勢改善』

《内容》テニスボールを使って足裏をほぐし、姿勢改善の運動をします。寒さでちぢこまった体をしっかり伸ばしましょう。

講師：PRIDE BASE 福岡
後田 佳奈 さん

飲み物をご持参ください

日時：1月19日(木) 10:00~11:30
場所：美和台公民館 講堂
対象：65歳以上 参加費：無料
定員：20名(先着順) 申込み：必要
申込先：美和台公民館(092-607-0294)

《公民館を利用する皆様へ》

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、安心安全に公民館利用ができるよう対策を講じています。一人一人が『感染しない・感染させない』を心がけて、引き続き公民館利用にご協力をお願いいたします。

- ・マスクの着用
- ・入館時の手指の消毒
- ・手洗いの徹底
- ・非接触型体温計で検温(名簿に記入)

- ・人と人の十分な間隔(2m程度)の確保
- ・頻繁な換気
- ・使用した箇所の消毒

《掲載内容について》 今後の新型コロナウイルス感染対策により、延期もしくは中止となる場合がございます。

たから物 みんなの笑顔 残したい (杉浦 翔斗・美和台小5年)★昨年度の学年です



『鳥さんヨーヨーづくり』

《内容》色付きビニール袋に新聞紙をつめて、大きな鳥さんのヨーヨーを作ります
さあ、どんなかわいい鳥さんができるかなー。

講師：公民館スタッフ

日時：1月20日(金) 10:30~12:00

場所：美和台公民館 講堂

対象：0歳~就園前乳幼児とその保護者

定員：親子10組(先着順)

参加費：無料 申込み：必要

申込先：美和台公民館(092-607-0294)



サロン開十と (乳幼児サロン)

10:00~12:00
途中出入り自由

- ◆ 和白丘(下和白集会所)
1月6日(金)
2月3日(金)
- ◆ 美和台新町(美和台新町集会所)
1月13日(金) 保健師来訪日
- ◆ 美和台(美和台公民館講堂)
1月25日(水)

お正月あそびと豆まき
対象：乳幼児と保護者

※参加者多数の場合、人数制限をさせていただきます場合があります。ご了承ください。



子ども健全育成事業 せつぶん 節分

みわだい文庫の

こうし：みわだい文庫

にちじ：1月28日(土) 10:00~12:00

ばしょ：美和台公民館 講堂

たいしょう：小学生 ※未就学児は保護者同伴をお願いします。

ていじん：30名(先着順)

さんかひ：無料

もうしこみ：必要

もうしこみ：美和台公民館(092-607-0294)

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。

また、1月末までに申請したマイナンバーカードを持っている人には、マイナポイントの申込みや健康保険証利用登録、公金受取口座登録のサポートも行いますので、ぜひご利用ください。

事前予約制です。予約期間に下記の受付センターへお申し込みください。

第5回

【日時】 令和5年1月14日(土) 11:00~16:30
【会場】 美和台公民館 講堂
【対象者】 東区に住居票のある方
【事前予約期間】 12月28日~1月11日 9:00~18:00
(12月29日から1月3日を除く)

定員に達した時点で予約受付を終了します。

第6回

【日時】 令和5年2月9日(木) 9:30~16:30
【会場】 美和台公民館 講堂
【対象者】 東区に住居票のある方
【事前予約期間】 1月23日~2月6日 9:00~18:00

【予約】 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) 通知カードまたは個人番号通知書
- (2) 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
- (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。)



運動からはじめるオンライン認知症予防教室

開催のお知らせ

オンラインで認知症予防に取り組みませんか？
 詳細、お申込みにつきましては右の二次元コードを
 読み込み、ご確認ください。
 ご参加お待ちしております！



【問い合わせ先】東区地域保健福祉課
 電話：645-1088 FAX631-2295

確定申告

令和4年分 国税庁
 自宅からスマホ・PCとマイナンバーカードでe-Tax

- 給与の源泉徴収票をスマホで撮影すると自動入力できます
- スマホをICカードリーダーライタとして利用できます
- 1年分の医療費の情報がマイナポータル連携で自動入力できます



申告納税 令和4年3月15日(水)まで
 確定申告 令和4年3月31日(金)まで
 確定申告に関する質問はAIチャットボットの「ふたば」にご相談ください。

「めんたいぴりり」を上映します

日程 2023年1月28日(土) 料金 1,000円
 時間 ①10:30～ ②14:00～ ③18:00～ (※要事前申込)
 会場 コミセンわじろ5階 多目的ホール
 お問い合わせ コミセンわじろ(☎092-608-8480)

博多明太子を夢見た、夫婦の物語
 辛子明太子を日本で初めて製造、販売した「ふくや」の
 創業者・川原俊夫をモデルにしたヒューマンドラマで
 す。笑って泣けるエンターテインメント!ご家族、お友達
 と一緒に、ぜひスクリーンでご覧ください。



※感染症などの影響により、中止する場合がございます。予めご了承ください。

見守り新鮮情報

ネットバンキングを悪用した還付金詐欺に注意



市役所職員を名乗る男性から「健康保険料の払い戻しが約3万円ある」と電話があり、払い戻しをしてもらうことにした。その後、払い戻し先の口座がある金融機関を名乗った電話があり、暗証番号を聞かれた。教えたくないが「キャッシュカードや通帳がそちらにあるので大丈夫」と言われ、伝えてしまった。不安になり、その金融機関に確認すると、勝手にインターネットバンキングの申し込みがされていた。(60歳代 男性)

ひとこと助言



- 還付金詐欺はこれまでATMで振り込ませる手口が主でしたが、ネットバンキングを悪用した還付金詐欺の相談が寄せられています。役所などの公的機関をかり「保険料の還付がある」と電話し、還付金を受け取るためと言って銀行口座の番号や暗証番号などを聞き出し、本人に成り済ましてインターネットバンキングの利用を申し込み、預金を他の口座に不正に送金する手口です。
- 公的機関や金融機関などが、口座番号や暗証番号などを聞き出すことはありません。絶対に教えず、すぐに電話を切ってください。
- お金が返ってくるという電話は、詐欺の可能性があります。すぐに最寄りの警察やお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(警察相談専用電話「#9110」、消費者ホットライン「188」)。

本文イラスト：黒崎 玄 見守り新鮮情報 第436号(2022年11月1日)発行：独立行政法人国民生活センター

見守り新鮮情報

シルバーカー選び方と使い方



事例1 右足が不自由なため身内がシルバーカーを買ってくれた。舗装されていない細い道を押しながら歩いていたところ、シルバーカーごと転倒してしまった。左大腿骨を骨折し、手術をして人工骨を入れ、1カ月以上の入院となった。(70歳代 女性)

事例2 シルバーカーを押して歩いていたところ、シルバーカーが横断歩道の段差でひっかり転倒し、両ひざに打撲傷を負った。車道側に転倒し危なかった。(80歳代 女性)

ひとこと助言



- シルバーカー(歩行補助車)は、自立歩行ができる主に高齢の方が移動や買い物などに使用するものです。手すり等につかまらなければ歩行できない人や、歩行に介助が必要な人などには向きません。
- シルバーカーには荷物の運搬や休息できる座面が付いたものなど、様々なタイプがあります。購入の際は、専門の知識を持つ福祉用具専門相談員、作業療法士、理学療法士等に相談したり、実際にキャスターの動きやブレーキの効きも試してみて、使用目的や必要な補助の程度に合った商品を選びましょう。
- 歩道などで段差を無理に乗り越えようとする、バランスを崩し転倒する恐れがあります。また、ホームと列車の隙間や踏切レールの隙間は危険です。押したまま電車に乗らない、踏切では路線に対して直角に横断するなど、注意してご使用ください。
- 危険なのでエスカレーターは絶対に利用しないでください。

本文イラスト：黒崎 玄 見守り新鮮情報 第437号(2022年11月15日)発行：独立行政法人国民生活センター

見守り新鮮情報

ヘアドライヤーから発火!? 取り扱いに気を付けて



事例1 入浴後ヘアドライヤーを使っていたら、コード部分から火花が散り、右腕の内側に軽いやけどを負った。(70歳代 女性)

事例2 1年半前に購入したヘアドライヤーを使用したら、火花が散った。火花でドライヤーが焦げ、カーペットと衣服にも焦げ跡が残った。メーカーに連絡すると、本体にコードを巻き付けて収納していたことが原因だとされた。(70歳代 女性)

ひとこと助言



- ヘアドライヤーのコードは、使用や保管の際に、屈曲やねじれが繰り返されることにより損傷し、発煙や発火などの原因となることがあります。
- 特に、本体にコードを巻き付けて保管すると、コードに屈曲による負荷がかかったり、ねじれが蓄積したりして損傷しやすくなります。本体にコードを巻き付けて保管しないようにしましょう。
- コードに損傷がみられる、一部だけ熱くなる、使用中にヘアドライヤーが止まるなどの異常に気付いたら、すぐに使用をやめましょう。定期的にコードや本体に異常がないか確認することも大切です。
- 基本的な使い方は分かっている、使用の際は取扱説明書をよく読み、注意・警告事項を正しく理解しましょう。

本文イラスト：黒崎 玄 見守り新鮮情報 第438号(2022年11月22日)発行：独立行政法人国民生活センター

福岡市消費生活センター相談コーナー TEL: 092-781-0999
 〒810-0073 福岡市中央区舞鶴2-5-1 あいれふ7階

月曜日～金曜日(祝休日を除く) 9時～17時 ※来所による相談は予約制です
 第2・4土曜日(祝日を除く) 10時～16時 (電話相談のみ)

インターネット消費生活相談 福岡市消費生活 検索