

今宿校区文化祭 参加者大募集

作品展示(会場:今宿公民館) 11月1日(土)13:00~16:30
2日(日) 9:30~14:30
芸能発表(会場:今宿小学校体育館) 11月2日(日)10:00~12:30
(時間は予定)

作品展示・芸能発表の部に出品、発表参加を希望される個人、団体、サークルの方は、公民館窓口の申込用紙に必要事項を記入の上、9月27日(土)までにお申し込みください。

※バザーは行いません。 ※詳しくは公民館へお問い合わせください。

主催:今宿校区自治協議会・今宿公民館

気軽なスポーツに挑戦

(対象:どなたでも)

◆◆◆ モルック ◆◆◆

今宿校区スポーツフェスタの競技種目であるモルックを体験しませんか? 立ててあるピンに木の棒を投げ倒して点数を競うニュースポーツ、子どもから高齢者までどなたでも楽しめるスポーツです。一緒に楽しみましょう!

日時 9月7日(日) 10:30~12:00
定員 先着12名(申込は公民館へ)

※動きやすい服装で、飲料と室内シューズをお持ちの方はご持参ください。



今宿校区自治協議会からのお知らせ

今宿校区スポーツフェスタ2025
日時 9月28日(日)9:00~
場所 三菱グラウンド(雨天中止)

<9月の行事予定>

毎週木曜日『よかトレ(ラジオ体操)』9:30~9:45

※駐車場に限りがありますので、徒歩、自転車での来館をお願いします。

4	木	レッツ♡ダンス
6	土	サークル代表者会
7	日	気軽なスポーツに挑戦
11	木	今熟はつらつ大学
17	水	子育てサロンびよびよ&今宿いきいきキッズ(ちびっこフェスタ)
18	木	学び舎安全安心(認知症)レッツ♡ダンス
20	土	学び舎安全安心(防災講座)県警グラウンド利用者会
24	水	子育てサロンびよ

9月臨時休館予定日

9月30日(火)
9月20日正午までに利用申込がない場合は臨時休館します。

サークル代表者会

日時 9月6日(土)10:00~
場所 今宿公民館講堂
内容 ○救急救命講習
○令和7年度文化祭について
※代表者の方は必ずご出席ください。

学び舎 安全安心 (対象:一般)

「認知症予防講座」

笑って、楽しく学ぶ認知症予防講座です!
体操、歌やゲームもありますよ~♪



日時 9月18日(木) 10:00~12:00
講師 シーサイド病院理学療法士 平野高志 さん
松寿苑 理学療法士 永田礼司 さん
定員 先着20名(今宿校区在住の方 申込は公民館へ)
共催 今宿校区保健福祉部会・今宿公民館

子育てサロンびよびよ & 今宿いきいきキッズ

未就園の乳幼児と保護者対象

「ミニミニちびっこフェスタ」

玉入れなど親子でゲームを楽しみましょう!
日時 9月17日(水) 10:00~11:30
定員 先着16組(申込は公民館へ)
※保護者の方は1家族2名までお願いします。



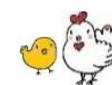
子育てサロンびよびよ

未就園の乳幼児と保護者のフリースペース(入退室自由)
日時 9月24日(水) 10:00~12:00

今宿いきいきキッズ

「はじめての音楽会」

日時 10月1日(水) 10:00~11:30
講師 鍵盤ハーモニカサークル いろは
定員 先着12組(申込は公民館へ)



~文化祭でおどろう!~ レッツ♡ダンス

日時 9月4日・9月18日・10月2日 木曜日 16:30~17:30
講師 ダンス講師 遠藤亜砂子 さん
対象 小学生(受付は終了しました)
※室内シューズ、飲み物持参



日曜カフェいまじゅく (対象:どなたでも)

地域のふれあい交流カフェです。お茶を飲みながら、楽しくおしゃべりをして過ごしましょう!飲み物とお菓子を準備してお待ちしています♪どなたでもど~ぞ~(^^)/

日時 10月5日(日)
カフェオープン 13:30~15:00

「防災士トシ子さんと一緒に考えよう! ジェンダー平等の視点から命を守る!! 防災・減災講座」

誰しもが安全安心に避難生活が送れるように地域みんなで防災力を高めましょう!

日時 9月20日(土) 10:00~12:00
講師 博多あん・あんリーダー会
定員 先着30名(今宿校区在住の方 申込は公民館へ)
共催 今宿校区男女共同参画部会・今宿公民館



ご案内:特に記載のない講座は、[開催場所 今宿公民館講堂]です
-裏面につづく-

今熟はつらつ大学

対象:来館は今熟はつらつ会員、YouTube どなたでも可

「知って防ごう! 詐欺と事故」

日時 9月11日(木) 10:00~11:30
講師 福岡県西警察署生活安全課

この講座はYouTubeでライブ配信後1ヶ月間スマホ等で視聴できます。お申し込みは「YouTube 希望」と記入しメール(imajuku132@jcom.home.ne.jp)を公民館へ送るか、上記コードの申込フォームから



健康講座②「楽しく鍛えて、筋力アップ」 ~ボール体操~

日時 10月9日(木) 10:00~11:30
講師 西区地域保健福祉課
※運動のできる服装でお越しください。

気づいてね いやがってるよ あの人も
(今宿小学校人権標語)



* 親と子の料理教室 *

よく噛んで食べよう！

日時 9月27日(土) 10:00~13:00

場所 今宿公民館講堂

定員 親子15組(申込は公民館へ)

参加費 300円(親子)

2人目のお子さんからプラス100円

※エプロン、バンダナをご持参ください。

主催：今宿校区食生活改善推進員協議会



認知症コミュニケーション・ケア技法 「ユマニチュード®」講座

ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーションの技術です。
ユマニチュードの基本的な技術について学び、認知症の人にやさしいまちづくりしましょう。

【日程】令和7年10月6日(月) 10:00~11:00

【場所】今宿公民館講堂

【申込方法】

二次元コードを読み込んでいただきオンラインでお申込みください。

オンラインでのお申込みが難しい場合は、
福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局
TEL：092-600-2786(平日 9:00~17:00)へ
ご連絡ください。

もしくは、今宿公民館へ直接お問い合わせください。



令和7年国勢調査にご協力を！

インターネットでの回答をお待ちしています！



「令和7年国勢調査」が10月1日に全国一斉に実施されます。
国勢調査は、5年に一度実施される、国内に住む全ての人と世帯を
対象にした、最も重要な統計調査です。

9月中旬から調査員が世帯を訪問し、調査書類を配布します。
簡単・便利に回答ができるインターネット回答を推奨しています。

(紙の調査票でも回答できます。)

【※かたり調査にご注意ください※】

国勢調査と称して、個人情報不正に聞き出そうとする「かたり調
査」にご注意ください。不審な訪問があった場合には、各区の総務課
財務・調査係(国勢調査担当)までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

統計調査課(TEL:711-4081、FAX:711-4934) または

各区 総務課 財務・調査係

区役所・出張所に行かずに手続き

マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します。

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影(無料)を行います。公民館でカードを新
規申請(要予約)すると、後日、出来上がったカードがご自宅に届くので大変便利です。

区役所・出張所へカードを受取りに行く必要はございません。

※必要な本人確認書類が揃っている場合に限りです。

また、カードをお持ちの方には、カードの健康保険証の利用申込や公金受取口座登録のサ
ポート(予約不要)も実施致しますので、お気軽にご相談ください。

なお、カードの電子証明書の更新については、公民館では実施できません。

詳細は、市ホームページ(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)にも掲載
しています。

1.【日時】令和7年10月4日(土曜日)10時~12時

2.【会場】今宿公民館 講堂

3.【対象者】西区に住民票のある方

4.【事前予約終了日】9月30日まで 9:00~18:00

定員に達した時点で予約受付を終了します。

5.【予約受付・お問い合わせ】

福岡市マイナンバーカード申請出張サポートコールセンター

TEL 092-600-2402

受付:午前9時~午後6時(土日祝も受付・年末年始除く)

FAX 06-7664-9531

※インターネットでも予約できます

(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)

6.【必要なもの】

○ マイナンバーカードの申請の場合

・ 事前予約時等にコールセンターへお問い合わせください。

○ マイナ保険証利用申込等の場合(すでにカードをお持ちの方)

・ マイナンバーカード、カードの4桁の暗証番号、

・ (公金受取口座登録の場合)通帳の写しなど口座情報がわかるもの

7.【主催】福岡市総務企画局データ活用推進課

(この事業は事業者への委託により実施します。)

9月1日~7日は「福岡市備蓄促進ウイーク」

災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウイーク」と
定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざ
という時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日以上分の飲料水や食料、
生活物資などを備蓄しましょう。

●備蓄品

- ・食品(1人1日3食×3日分)
- ・水(1人1日3リットル×3日分)
- ・トイレットペーパー
- ・携帯用トイレ
- ・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

普段から食料や生活必需品を
少し多めに購入しておき、食
べた分だけ買い足して備蓄する
方法です。

●感染症対策

- ・消毒液 ・マスク
- ・体温計 ・ビニール手袋
- ・上履き ・衛生用品 など

※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・服用薬なども備えましょう。



公民館は災害時の一時避難場所

避難所が開設されていない時には、
西区災害対策本部に連絡を！(TEL895-7037)
自主避難の方はできるだけ各自食糧・毛布等は
ご持参ください。

駐車場は台数に限りがあります。

公民館図書のご案内

本の貸出をしています。

貸出冊数 5冊まで

(最新刊は1冊まで)

貸出期間 2週間

どうぞご利用ください。

生活習慣病予防のための健診

「よかドック」で、年に1回は健康チェックを！

“元気に生活していくために、健康状態を確認しましょう”~通院中の方も利用できます~
福岡市国民健康保険に加入している40~74歳の人を対象にした健診です。

検査費用：500円(令和7年度に40歳・50歳になる人、満70~74歳は無料)

検査項目：血液検査、血圧測定、尿検査、心電図など

検査時間：約1時間

*胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がんなどのがん検診もあります。

がん検診の対象者や費用等は、検診毎に異なります。

詳細&予約は「けんしんナビ」で検索を！WEB予約もできます。⇒

【問い合わせ先】集団健診・よかドック総合窓口 電話：0120-985-902

