



ほく 姪北 めい

公民館だより No.186 2025 年(令和 7 年)9 月1日

〒819-0002

西区姪の浜2丁目 20-28

電話 895-1075 FAX 895-1076



館長コラム



9月1日は「防災の日」です。1923年(大正12年)9月1日に起きた関東大震災にちなみ制定されています。関東大震災では、死者・行方不明者10万5千余人という大惨事になりました。この震災を教訓として、一人ひとりの防災対策の重要性を理解し、地震だけでなく、台風・豪雨などの自然災害に備えましょう。

今年度、福岡市西区市民総合防災訓練が11月16日に姪北校区で実施されます。防災訓練実施に向けて、8月の自治協議会運営委員会にて西区役所職員による実施要領の説明がありました。今後、自治協議会を中心に打合せが行われ、各自治会の皆さんに避難訓練などの協力依頼があると思いますので、西区住民の代表として参加しましょう。

ところで、公民館は毎年2回避難訓練を実施しています。今年の1回目は、8月21日に1階の学習室から火災が発生したとの想定で実施しました。館内に火災報知器が鳴り響く中、「消防署への火災発生のお知らせ訓練」「公民館利用者の避難誘導訓練」「水消火器による消火訓練」を行いました。

最近では、日本中どこでも豪雨災害や土砂災害、台風災害が発生していますので、日頃から防災対策をしておきましょう。

館長 古藤



みんなの公民館



ビタミンスペース(運動の場)

※日時 9月4日(木)、9日(火)、18日(木)、29日(月)
どの日も10:00~12:00

29日(月)は運動指導があります(10:30~11:30)

場所は姪北公民館 講堂、時間内は出入り自由です
タオルと運動靴をご持参ください

なんかからん ne(相談の場)

※日時 9月30日(火)10:30~11:30

※場所 姪北公民館 老人いこいの家

人権に関する標語

イジメでね その子のルール こわれちゃう
(姪北小学校6年生の作品)

全てに共通しています
検温と手指消毒をお願いします
発熱、風邪の症状がある方、ご家族に具合が悪い方がいらっしゃる場合は、ご遠慮ください

めいほくっ子広場

対象:小学生

場所:姪北公民館 講堂

※日時 9月13日(土)10:00~11:30
※内容 「なわとびレクリエーション」
※講師 野村 沙代 さん(健康運動実践指導者)
※持ってくるもの 運動靴・タオル・飲み物
※なわとびを持っている人は持ってきてください
※動きやすい服装で来てください
おとなの参加もどうぞ



乳幼児ふれあい学級

対象:乳幼児と保護者

場所:姪北公民館 講堂

□日時 9月11日(木)10:30~11:30
□場所 姪北公民館 講堂
□対象 乳幼児と保護者
□内容 「ミニミニ運動会」
□講師 福岡市立中央児童会館 あいくる
□持ってくるもの 水分補給のための飲み物
※タオル等お子さんに必要なものはお持ちください
9月4日(木)までに姪北公民館にお申込みください



高齢者教室

対象:おおむね60歳以上

場所:姪北公民館 講堂

☆日時 9月25日(木)10:00~11:00
☆内容 「楽しく歌って誤嚥予防講座」
・誤嚥のメカニズムの話
・誤嚥予防の体操の実演と実践
・唱歌や歌謡曲を歌い喉の筋肉を鍛える
☆講師 岡 聡一郎 さん(声楽家 テノール)
☆持ってくるもの 飲み物



公民館の休館について

9月28日(日)に利用申込がないときは、臨時休館します
この日に利用を希望される場合は、9月18日(木)
17時までにご連絡をお願いいたします



おとな塾

対象:おとな どなたでも

場所:姪北公民館 講堂

※日時 9月16日(火)10:00~11:00

※内容 生涯快適なカラダ作り講座

「キレイな姿勢のつくり方編」

※講師 大工 堅太郎 さん(理学療法士)

※持ってくるもの 飲み物・タオル

※動きやすい服装でお越しください



※日時 9月24日(水)第一部:10:00~10:50

第二部:11:00~12:00

※内容 「スマホ教室」

第一部:LINE 活用~初級編~

第二部:AI 活用~初級編~

※講師 九後 俊晃 さん

(NPO 法人日本シニアデジタルサポート協会)

※持ってくるもの スマートフォン、飲み物

※定員 一部・二部とも各10人

一部のみ、二部のみ、両方とものお申込みできます

9月1日(月)受付開始 ※定員になり次第、締切ります

※日時 9月26日(金)10:00~12:00

※内容 「薬剤師と健康について考えてみませんか」

・健康測定会(血圧、血管年齢、InBody)

・健康や薬に関する話

・自宅でできる運動

※講師 そうごう薬局薬剤師

※持ってくるもの お薬手帳(持っている人)

※定員 21人

9月19日(金)までに姪北公民館にお申込みください

衛生健康委員会と共催です



行政相談

毎月第4金曜日に行政相談コーナーを開設しています
身近な暮らしの中で手続きやサービスに関するお困りごとなど、気楽にご相談ください

相談無料
秘密厳守

※日時 9月26日(金)13:00~15:00

※場所 姪北公民館 老人いこいの家

※相談委員 古藤 真

裏面もごらんください。



おはなし会



♥時間および対象年齢

① 9月9日(火)11:00~11:30

♡対象年齢・・・0~4歳

② 9月23日(火)15:45~16:15

♡対象年齢・・・3歳以上

場所はいずれも 姪北公民館 児童等集会室

この日は本の貸出しを行います

①は12:00、②は16:30までにお越しください

読み聞かせや絵本に興味がある方、一緒に活動しませんか プーさん文庫



子育てサロン「もぐもぐ」



日時 9月19日(金)10:00~12:00

場所 姪北公民館 講堂

対象 0歳~未就園児とその家族

妊娠中の方もどうぞ

交流・遊び・情報交換・くつろぎの場として自由にご利用ください(時間内は出入り自由)

※おやつやおもちゃの持込みは、ご遠慮ください(水分補給のみ)

地域のボランティアさんがサポーターとして見守ります(託児スタッフではありません)

サロンのサポーターに関心がある方は、事前に姪北公民館までご連絡ください



地域カフェに寄ってみませんか



日時 9月30日(火)10:30~12:30

場所 姪北公民館 地域団体室

飲み物(無料)を準備しています

時間内は出入り自由です

皆様のお越しをお待ちしています

地域カフェ委員会

地域カフェで「人権ひろば」を行っています
人権に関わらず、気軽に話ができる場として、みなさんに利用していただければと思っています

個別のご相談もできますので、お声かけください

西区人権教育推進員



姪北公民館



「校区文化祭」のお知らせ

日にち 10月26日(日)

場所 姪北小学校体育館・姪北公民館

内容

姪北小学校体育館

・ステージ発表

・パネル展示(サークル・各種団体紹介)

姪北公民館

・作品展示(サークル、公民館主催事業、博多おきあげ講師、一般)

・パネル展示(サークル・各種団体紹介)

公民館の展示は、10月26日(日)~31日(金)

9:30~16:30 ※31日(金)は12:00まで

作品を募集します!

手作りの作品に限ります <申込締切>9月30日(火)

申込書は、公民館に準備しています

文化祭実行委員会

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、個人情報などを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

マイナンバーカード申請出張サポート等事業

公民館でカードを新規予約(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

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポート(予約不要)も実施します

【日時】9月29日(月) 14:00~16:00

【場所】姪北公民館 講堂

【対象者】西区に住民票のある方

【事前予約終了日】9月23日(火) 9:00~18:00

【予約受付】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

【必要なもの】事前にコールセンターにお問合わせください

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

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウィーク」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
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)

・トイレトーパー ・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

西区環境フェスタ2025 ~いとにぎわい祭りと同時開催~

日時:9月28日(日)10:00~15:00

場所:さいとぴあ体育館(西区西都2丁目1-1)

学生のみみんなと一緒に楽しく学ぼう

◆再エネ・生分解性プラスチックについて学ぼう!

【福岡舞鶴高等学校・福岡舞鶴誠和中学校】

◆Dream Tree&Recycled Flowers【中村学園三陽高等学校】

色紙の葉っぱに夢を書いて、段ボールツリーに飾ろう!

牛乳パックを再利用し、「花が咲き、土に還る」はがきを作ろう!

◆うみをまもれ!~Eco すぐろくの旅~

【九大環境サークル Ecoa】

海を守るにはどうすればいいか、すぐろくで遊びながら考えてみよう!

他にも環境にやさしい催しが盛りだくさんです

◆かえっこバザール(おもちゃのリユース)

◆BOOKBOOK 本市(本のリユース)

◆リユース陶器市(食器のリユース)

◆今津干潟のカブトガニ(カブトガニの展示)

◆フードドライブ(未開封の食品の回収)

主催:西区役所、公益財団法人ふくおか環境財団(福岡市西部3
R ステーション)

【お問合せ】西区生活環境課 TEL:092-895-7054



詳細は、こちらを
ご覧ください