

区のマーク



NISHI

西区役所 代表電話 ☎881-2131
〒819-8501 西区内浜一丁目4-1
西部出張所 ☎806-0004
〒819-0367 西区西都二丁目1-1



(昨年)
吉武高木遺跡の菜の花

西区HP



スマホは
こちらから

区政情報や
手続き案内

西区の宝HP



スマホは
こちらから

「西区の宝」が
盛りだくさん

人口 212,784人 (前月比54人減) 男101,063人 女111,721人
世帯数 98,849世帯 (前月比7世帯増) ※令和5年2月1日現在推計

開=日時、開催日、期間 所=場所 対=対象 定=定員 料=料金、費用 申=申し込み 問=問い合わせ ☎=電話 F=ファクス E=メール 受=受付時間 持=持参

桜の名所を紹介します

花のつぼみが膨らみ始め、開花が待ち遠しい季節です。区内の桜を楽しみませんか。

愛宕～小戸

区を代表する桜の名所・愛宕神社=写真=には、約2千本の桜が咲き誇ります。3月18日(土)～4月16日(日)に行われる桜まつりでは、桜の木や石段がライトアップされ、夜景と夜桜の両方を楽しめます。



愛宕神社の西側にある観音寺の境内には、樹齢約100年の桜の大木が枝を伸ばし、参道にも約20本の桜が咲きます。

小戸公園には、ソメイヨシノと八重桜が花を咲かせ、2回の見ごろが楽しめます。

今津～元岡

今津運動公園に大島桜や八重桜が毎年見事な花を咲かせるほか、付近の県道沿いには地域住民が植樹した約100本のソメイヨシノが咲きます。

八坂神社(元岡)の境内裏の広場=写真=には、約30本のソメイヨシノや八重桜、つつじが咲きます。



金武～室見川

金武アメンボ池公園と横を流れる小川の間、空を覆うような「桜の道」=写真=が出現します。北に10分ほど歩くと西部運動公園があり、園内には約150本の美しい桜が咲きます。



橋本車両基地横から愛宕までの室見川河畔の道路や公園には、ソメイヨシノが約260本あります。

能古島

市街地や志賀島の展望が美しい能古島は、海岸沿いを通る道路の随所に桜が見られます。

このしまアイランドパーク=写真=には、河津桜やソメイヨシノ、八重桜など、約200本が咲きます。菜の花の開花と重なり、黄色とピンクの美しい色合いを楽しめます。



区企画振興課 ☎895-7007 F885-0467

プロから学ぶピアノ体験教室 in今津カフェ

今津運動公園体育館ホール内の「今津カフェ」にあるストリートピアノ=写真=を利用した体験教室です。講師は、NPO法人「おんぱる」のピアニストとバイオリニストが務めます。



開 3月25日(土)①午前11時～12時10分②

午後1時～2時10分③午後2時20分～3時半 所「今津カフェ」(今津字津本2201) 対区内に住む、ピアノに興味はあるが習っていない小学生 定抽選で各3人 料無料 申ホームページ(「プロから学ぶピアノ体験教室」で検索)またはメールに、イベント名、住所、氏名、学年、電話番号、希望時間帯を記載し、3月10日までに下記申込先へ。当選者のみ通知。 問区企画振興課(☎895-7006 F885-0467 Eshinko.event24@city.fukuoka.lg.jp)



スマホは
こちらから

よかよか健康メモ 第4回

生活習慣病を予防する六つのススメ!

「生活習慣病」は、食事や運動、喫煙など、日頃の習慣が大きく関係するといわれています。自覚症状が現れにくいので、健診を受けて普段の生活を見直しましょう。

●「プラス10」の身体活動

移動時の速歩きや掃除など、いつもよりプラス10分多く身体を動かしましょう。

●バランスの取れた食事

1日3食の規則的なリズムで、主食・主菜・副菜を組み合わせ合わせて食べましょう。

●禁煙

禁煙外来や禁煙教室など、自分に合った方法を見つけチャレンジしましょう。

●適正飲酒

ビールなら500ml、ワインなら200ml、日本酒なら1合以内(女性や高齢者はこの半分)が1日の適量の目安です。また、週1回以上お酒を飲まない日を設けましょう。

●質の良い睡眠

就寝2～3時間前はお酒やカフェインの摂取を控え、パソコンや携帯の光を避けましょう。

●健(検)診を受ける

からだの状況を定期的に分かることが、健康づくりへの第一歩です。

問区地域保健福祉課 ☎895-7080 F891-9894

70歳以上の皆さんへ 高齢者乗車券の申請はお早めに

高齢者乗車券は毎年9月から翌年9月末までの間に、1回申請できます。申請しないと、3カ月ごとに交付額が下がります。まだ申請していない人は、早めに申請してください。

■対象者

市内に住む介護保険料の所得段階区分が1～7の人。※これから満70歳になる人は、誕生日の前日から申請できます。

■申請期間・交付額

申請月	介護保険料の所得段階	
	1～5段階	6～7段階
R4.9～12月	12,000円	8,000円
R5.1～3月	9,000円	6,000円
R5.4～6月	6,000円	4,000円
R5.7～9月	3,000円	2,000円

■郵送・オンラインで申請

申請書を郵送するか、市ホームページ(「福岡市 高齢者乗車券」で検索)からオンラインで申請してください。



スマホは
こちらから

問高齢者乗車券郵送受付センター ☎0120-502-633 F0120-880-219

◆壹岐南校区の「のるーと」でも使えます◆

壹岐南校区を運行しているオンデマンドバス「壹岐南のるーと」=写真=でも、交通福祉ICカードが利用できます。木の葉モール橋本で税込み2千円以上買い物すると、200円分の乗車券がもらえます。また、専用アプリの登録でお得なクーポンの進呈もあります。配車の予約は専用コールセンター(☎737-0566)へ。



博多どんたく港まつり 西区演舞台の出演者募集

博多どんたく西区演舞台でダンス、楽器演奏、コーラスなどを披露する出演者を募集します。出演時間は15分以内です(準備・片付け含む)。



令和元年度西区演舞台

開 5月3日(水・祝)、4日(木・祝)午前10時半～午後4時 所区役所駐車場 対区内に住む通勤・通学する人、または区内の講座やサークルで活動する人 定抽選で各日15組程度 申問区ホームページ、区企画振興課や区内各公民館で配布する申込書に書いて、郵送、ファクスまたはメールで西区イベント推進会議事務局(〒819-8501住所不要、区企画振興課内 ☎895-7033 F885-0467 Eshinko.event24@city.fukuoka.lg.jp)へ。3月24日必着。

コンビニで住民票等を受け取れます

市内のコンビニエンスストアで住民票や印鑑証明書等が取得できます。3月31日金までは100円で取得できます。問区市民課 ☎895-7010 F883-2940