

# もとおか

参加費無料、どなたでも参加できます。脂肪燃焼しやすい身体づくりを始めましょう！！

## 自宅で出来る簡単運動② ～基礎代謝 UP!～



日時：**7月12日(水)** 10:00～  
場所：元岡公民館  
講師：健康運動指導士 山村 和郎さん  
持ち物：タオル、飲み物、室内用シューズ  
動きやすい服装でお越しください。  
申込み：7月10日(月) 17:00までに  
公民館へ。  
主催：元岡公民館、元岡校区衛生連合会

## エコ講座(男女共同参画と共催) ～新聞紙でエコバッグを作ろう～

新聞紙を使ってお洒落なエコバッグを作りませんか？参加無料、材料はこちらで準備します。お申し込みはお早めに！！

日時：**7月15日(土)**  
10:00～  
場所：元岡公民館  
講師：西区環境たくみの会 吉田 孝夫さん  
定員：30名(定員になり次第締め切り)  
申込み：7月8日(土) 17:00まで公民館へ。  
主催：元岡公民館  
元岡校区男女共同参画をすすめる会

## 乳幼児と保護者の方、ご参加お待ちしております！ ✿ ちっちゃキッズ(子育てサロン) ✿

日時：**7月10日(月)** 10:00～12:00  
場所：元岡公民館 講堂  
＜おはなしの部屋＞(11:30～12:00)  
絵本講師による「読み聞かせ」の時間です。

◆時間内は出入り自由です。見守りサポーターさん  
もいますので、お友だちを作りにきませんか？  
おもちゃや絵本もありますよ！

## ✿ 乳幼児ふれあい学級 ✿ 「救急法・育児相談」 ～救急法を学ぼう～

日時：**7月24日(月)**  
10:00～12:00

場所：元岡公民館 講堂  
講師：救急センター職員

◆もしもの時に役立つ応急手当の方法を学び  
ましょう。育児相談もできますよ(^o^)/



## ★ 高齢者教室 ★ 「認知症予防のための講話と運動」

日時：**7月25日(火)** 13:30～  
場所：元岡公民館 講堂  
講師：健康運動指導士 斎藤 郁磨さん  
持ち物：タオル、飲み物、室内用シューズ  
動きやすい服装でお越しください。  
申込み：7月21日(金) 17:00までに公民館へ  
皆様のお越しをお待ちしています！！

## 元岡公民館 詩吟サークル会員募集！

詩吟は、漢詩・和歌・俳句などの古典の名詩を大きな声に出してよみ、その語尾独特の節をつけて歌う日本の伝統文化です。初心者の方も大歓迎！！一度見学に来られませんか？

◆練習日時：火曜日(月4回)  
19:30～21:00  
◆場所：元岡公民館 団体室  
◆講師：富永 孝男  
※お申込み、お問合せは元岡公民館まで。

## 公民館臨時休館日案

★ 7月臨時休館予定日 ★  
7月30日(日)

この日に利用を希望される場合は、7月14日(金)までにご連絡をお願いします。

## 【元岡校区社会福祉協議会よりお礼】

次の方から、香典返しとして多額のご寄付をいただきました。厚く御礼申し上げます。校区社会福祉事業に有意義に活用させていただきます。

### ◆◆◆ 葬儀ご芳志 ◆◆◆

白水五月男様 (亡父 喜一様) 泉西2組  
徳安 英彦様 (亡母マツ卫様) 元岡下の谷

## 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。

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。

また、2月末までに申請されたマイナンバーカードを既に持っている人には、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。(事前予約は不要ですが、事前に下記のコールセンターへ申し込みに必要なものなどを、お問い合わせください。)

【日時】 令和5年8月6日(日) 14時～16時

【会場】 元岡公民館

【対象者】 西区に住民票のある方

【事前予約期間】 7月23日～8月2日 9:00～18:00

定員に達した時点で予約受付を終了します。

【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

※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。)

【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。)



## 『西区の宝』募集中!

市民ボランティア団体「西区まるごと博物館推進会」では、区内の様々な魅力を発掘し、「西区の宝」として認定・登録して守り育てていく事業を行っています。

美しい自然や歴史的価値のあるもの、地域で活躍されている人・団体など、宝にふさわしいと思われるものを推薦してください。同推進会で審査のうえ、認定します。現在登録されている西区の宝は、西区の宝ホームページなどで確認できます。認定基準など詳細は、区ホームページ、または区企画振興課、西部出張所、区内各公民館に備付の案内チラシをご覧ください。

### 【推薦方法】

「自然」「歴史」「文化」「団体」の4分野から推薦してください。

名称、所在地、地図(団体や人の場合は連絡先住所)、写真、内容(資料がある場合は添付)、推薦者の氏名、電話番号を書いて、郵送、ファクスまたはメールで7月31日(月)(必着)までに同推進会事務局(〒819-8501 住所不要、西区企画振興課内 TEL: 895-7032 FAX: 885-0467 メール: shinko.NWO@city.fukuoka.lg.jp)へ。



## 液体物をごみ袋に入れないでください!

食用油や洗剤などの液体がそのままごみ袋に入っていると収集作業中に飛散して、周辺の汚れや異臭、収集作業員の怪我などの原因になります。使い切れない液体は、紙や布などに染み込ませるなどして捨ててください。

※危険物など液体の種類によっては廃棄方法が異なるため、不明な場合はお問い合わせください。

【お問い合わせ先】環境局 ごみ減量推進課 TEL711-4039



福岡市  
啓発  
ページ

「令和5年度 西区人権を考えるつどい」

## ちひろさんによる「トーク」&「コンサート」

みんなちがって、みんないい生き方を  
～金子みすゞの心とともに～



【日時】 7月27日(木) 14時～16時(開場13時)

【会場】 西市民センター ホール(西区内浜1丁目4-39)

【定員】 800名

【入場料】 無料(事前申込不要) 手話通訳・要約筆記あり

※託児(無料)を希望される方は、7/21(金)までに、

電話またはEメールにて下記までお申し込みください。

(1歳以上～未就学児 先着10名)

【お問い合わせ先・託児申込先】 西区役所 生涯学習推進課 TEL 092-895-7026

Eメール: nishi-kouza@city.fukuoka.lg.jp

主催 西区人権尊重連絡会議 福岡市西区役所西市民センター

(指定管理者: Meet up にしみん共同事業体)

## <福岡市元岡公民館案内>

◆住所: 西区太郎丸1丁目3-41

◆電話: 092-806-5132

◆FAX: 092-806-5130

<公民館より>雨が多い季節となりました。災害に備えて避難経路や場所、避難グッズ等の確認をしておきましょう。

