



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



区役所前花壇に咲くブルーサルビア

新型コロナワクチン接種



希望する人は、早めの接種を。
詳しくは市ホームページ(「福岡市ワクチン」で検索)で確認を。

人口 212,528人 (前月比181人増) 男100,857人 女111,671人
世帯数 98,270世帯 (前月比244世帯増) ※令和4年7月1日現在推計

☎=日時、開催日、期間 ☒=場所 ☑=対象 ☒=定員 ☒=料金、費用 ☒=申し込み ☒=問い合わせ ☎=電話 ☒=ファクス ☒=メール ☒=受付時間 ☒=持参

～日本庭園の美しさを伝える～ 西区の「マイスター」を紹介します

市は、講演会や体験講座などを通じて高度な技術を未来へつなぐ活動を行う技能職者を「博多マイスター」として認定しています。

昨年認定された森陽一さん=写真=は、西区吉武にある「森園芸場」で庭師として日本庭園の作庭を行っています。



樹木医として貴重な樹木の保護活動も行う森さんに話を聞きました。

一日本庭園の特徴とは

日本庭園は、石や池、植栽などが非対称に配置され、限られたスペースの中に自然の風景が凝縮されています。

庭師の長年の経験や価値観を基に造られた庭園は、まるで額縁で切り取られた「絵」のようであり、芸術作品ともいえます。

そのため、手掛けた庭師によって雰囲気や造りが全く異なることも特徴の一つです。



現在は大濠

大濠公園内の日本庭園

公園(中央区)内にある日本庭園を管理しています。ぜひ訪れて、庭園の美しさを感じていただければと思います。

一記憶に残る大仕事は

五ヶ山ダム建設で水没予定だった、佐賀県の天然記念物である大杉の移植を行ったことです。樹齢700年以上の杉の木は神社の神木でした。ここまでの大木移植は世界でも前例がなく、移植は困難を極めました。検討を重ね完了させることができました。現在も杉の木は元気に生きています。

一技術の伝承について

大学での授業や、弊社の社員に対してこれまで得た知識や技術を教えています。また、博多マイスターの一人として、講演会などで日本庭園の魅力を多くの人に伝えてまいります。



剪定作業をする森さん

博多マイスターの詳細は市ホームページ(「博多マイスター」で検索)をご覧ください。
☒記事について=区企画振興課 ☎895-7007 ☒885-0467
☒博多マイスターについて=市地域産業支援課 ☎441-3303 ☒441-3211

一住んでいる「まち」をよりよく一 まち・ひとカレッジNISHI

地域づくりに関心のある人や公民館・地域団体等で活動している人が一歩踏み出し、レベルアップを図るための講座です。「企画のこつ」「実践のこつ」を学び、活動の仲間をつくります。講師は、福岡テンジン大学 学長の岩永真一氏です。

☒下記の通り。午後7時～8時45分☒西市民センター☒各回先着30人。定員を超えた場合は、全5回受講する人を優先☒無料☒区ホームページ(「テンジン大学」で検索)で7月25日(月)から受け付けます。☒区生涯学習推進課 ☎895-7026 ☒882-2137



スマホはこちらから

回	日程	テーマ
体験	9/2(金)	わたしと地域のオイシイ関係とは
1	9/16(金)	誰もが持つリーダーシップに目覚めよう
2	9/30(金)	コミュニケーションをデザインしよう
3	10/14(金)	関係性をデザインしよう
4	11/11(金)	プロジェクトをデザインしよう

盆の供え物の収集

盆の供え物は、8月15日(月)の夜間に無料で収集します。終了時刻までに下表の場所に出してください。記載のない場所での収集は行いません。

校区	場所	終了時刻
愛宕	豊浜公園、愛宕四丁目公会堂前	21:00
愛宕浜	姪浜漁協西側	
姪浜	天国社姪浜会館駐車場	21:30
内浜	都町公園	
能古	神功町会館前南側	21:00
	北浦消防格納庫横、能古公民館前、能古西町バス折り返し所東側、江の口ごみ置き場横	21:00
下山門	下山門団地中央公園入口、下山門集会所前、生の松原集会所玄関前	
石丸	あおやぎ西会館	22:00
壱岐	野方西団地3棟前不燃ごみ置き場、拾六町団地バス停横広場	
壱岐東	拾六町団地18棟南側集会所	21:30
	生松台中公園	21:00
今宿	壱岐団地35棟給水塔横	21:00
西都	長垂海浜公園東側入口	22:00
周船寺	天国社伊都会館駐車場	21:00
今津	山崎納骨堂前	22:00
	浜崎今津漁港西側、今津財産管理組合駐車場前、大原納骨堂前	
北崎	宮浦公民館前、唐泊購買店裏、西浦魚市場前	

☒区生活環境課 ☎895-7050 ☒882-2137
西部出張所 ☎806-9430 ☒806-6811

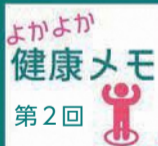
令和4年度高齢者乗車券の申請について

高齢者乗車券の交付を受けるには、申請が必要です。郵送またはオンラインで申請してください。9月中の交付を希望する場合は、8月25日(木)必着です。詳細は、市ホームページ(「福岡市 令和4年度高齢者乗車券」で検索)をご覧ください。

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



スマホはこちらから



塩分を取り過ぎていませんか？無理のない減塩の勧め♪

塩分は体の動きを保つために大切なものですが、取り過ぎると血圧が上がり、心臓病や脳卒中などのリスクを高めます。

1日の摂取の目安は男性で7.5g未満、女性で6.5g未満です。普段の食事にも意外に多くの塩分が含まれています。



牛丼 約2.7g



きつねうどん 約5.6g



カレーライス 約3.3g

■取り過ぎているなと思ったら

まずは今までよりも摂取量を減らすことを目標にしましょう。

▷うどんなどの麺類の汁は残す▷しょうゆやソースは「かける」のではなく「つける」▷柑橘類やスパイスを使い味に変化をつける一だけでも減塩効果があります。

■減塩レシピに挑戦してみよう

市ホームページ(「福岡市 減塩レシピ」で検索)で、レシピを紹介しています。



スマホはこちらから

【きゅうりと切り干し大根の甘酢漬け】

◀材料(4人分)▶

キュウリ 1本
切り干し大根(乾燥) 40g
カットワカメ(乾燥) 4g
A:鷹の爪(輪切り)少量、酢大さじ4、砂糖大さじ1と2/3、しょうゆ小さじ2と2/3



◀作り方▶

- ①キュウリは細切りにする。
- ②切り干し大根をゆでてしぼり、食べやすい大きさに切る。カットワカメは水で戻す。
- ③ボウルにAを全部入れて混ぜ合わせ、①と②の具材を加えてあえる。

☒区地域保健福祉課 ☎895-7080 ☒891-9894