

西高宮 公民館だより

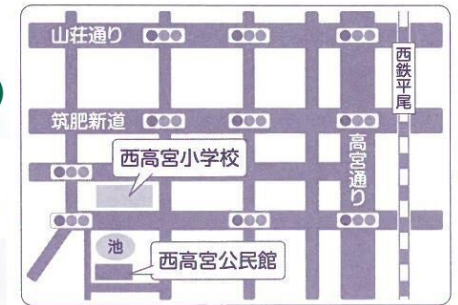
福岡市西高宮公民館

〒815-0071 福岡市南区平和1丁目7-16

TEL531-4767 FAX531-4768

「まなびアイふくおか」HPアドレス <http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/>

令和6年
9月号



人権は 守るあなたが 守られる

公民館主催事業のご案内

高の宮学園（高齢者教室）

☆人権おはなし会と二胡の演奏

日 時：9月24日（火）10:00～12:00



場 所：西高宮公民館 講堂

講 師：二胡演奏家 里地帰 氏

対 象：高の宮学園会員

わくわくホリデー（子ども健全育成関連事業）

☆つくって遊ぼう！

日 時：9月23日（月・祝）10:00～12:00

場 所：西高宮小学校 体育館

指導者：藤木 捷靱 氏（日本レク・インストラクター）

原田 佳子 氏（日本レク・インストラクター）

対象者：小学生 持ってくるもの：水筒

申込先：西高宮公民館 ☎531-4767

又は 西高宮小学校

申込締切：9月13日（金）



子育てセミナー 育児について学びましょう！

☆なかよし親子ヨガ

日 時：9月18日（水）10:00～12:00

講 師：ヨガインストラクター 池田 侑加 先生

対 象：0歳～就園前までのお子さまと保護者

*こどもが喜ぶような歌にのせて体に良いツボ押しや

マッサージ・耳モミをしたり、リズムに合わせて簡単な

ヨガポーズをします。

*持参するもの：飲み物・バスタオル

*動きやすい服装でいらしてください。

（裸足で行います）

申込先：西高宮公民館 ☎531-4767

申込受付期間：9月1日（日）～9月17日（火）

（先着25組）



臨時休館のお知らせ

●9月の臨時休館日は30日（月）です。

利用の申し込みがない場合は、臨時休館といたします。利用を希望される場合、9月20日（金）17時までに利用申請をお願いいたします。

*休館に伴いリサイクルステーションもお休みします。

詳しくは西高宮公民館 ☎531-4767へ

お問い合わせください。

●10月の臨時休館日は31日（木）の予定です。



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）

・トイレ用ペーパー
・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。

今月のよかトレ



西高宮公民館では福岡市がすすめる健康づくりのための体操（よかトレ）の映像を流して体操が出来る場として地域に開放しております。みなさまのご参加お待ちしております！

日時：毎週火曜日 13:30～14:30

3日・10日・17日・24日

さわやかウォーキング

☆松風園

素敵なお庭を眺めながら

お抹茶をいただきます。

日 時：9月26日（木）10:00 雨天中止

集合場所：西高宮公民館

入園料：100円

※65歳以上の方は健康保険証等持参してください。

主 催：健康日本21事業会・健康づくり推進協議会

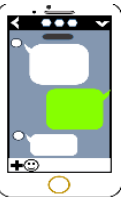


SNSでのお金の話にご注意を！

南区でも被害多数！！

被害件数12件 被害額 約2億1,000万円

（令和6年6月末時点）



☆☆被害に遭わないためのポイント☆☆

- SNS・インターネット上の投資話には注意しましょう。
- 最近では、著名人になりすましたSNS上の広告が、被害の入り口になっています。
- 面識のない人からのお金の話が出たら詐欺を疑いましょう。
- 「絶対儲かる」「あなただけ」という話は、詐欺です。
- 投資する際は、登録を受けた証券会社など、正規の金融商品取引業者と取引をしましょう。

演劇『桧原桜物語（仮）』出演者大募集！！

令和7年3月9日（日）に公演を予定している演劇出演者のオーディションを開催します。

詳しくは、南市民センターホームページ

（「福岡市南市民センター」で検索）を

ご覧ください。皆様のご応募お待ちしております。

