

西高宮 公民館だより

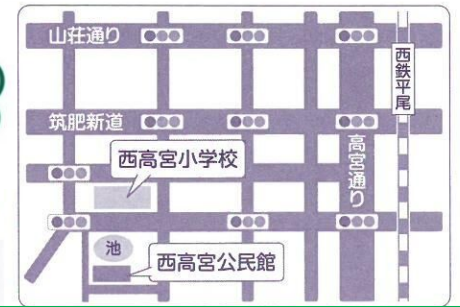
福岡市西高宮公民館

〒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8年
11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）

☆秋の日帰りバスハイク

日にち：11月24日(火)

集合場所：西高宮公民館

時間：8:45集合(9:00出発)

行き先：キューピー鳥栖工場見学 外

対象：高の宮学園 会員



子育てセミナー 育児について学びましょう！

☆第3回 CAP 講習会「楽しいしつけの仕方」

日時：11月8日(日) 13:00～15:00

場所：西高宮公民館 講堂

講師：NPO 法人にじろ CAP

テーマ：楽しいしつけの仕方

おじいちゃんや
おばあちゃんの
参加も大歓迎！



子育てに関するとてもいいお話です。

きっと子育てが楽しくなりますよ！

対象：0歳～就園前までのお子様と保護者

申込期間：10月20日(火)～11月7日(土)

*申込みは右の二次元コードからでもできます。

申込みされた方には返信メールをします。

nishitakamiya36@jcom.home.ne.jp の

受信設定をお願いします。

*問合せ先：西高宮公民館 ☎531-4767



よかトレ参加してみませんか！

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



公民館休館日のお知らせ

●11月の臨時休館日は29日(日)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。

利用をご希望される場合11月19日(木)17:00までに利用申請をお願いします。

*臨時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

●11月30日(月)は全市一斉の休館日です。

*公民館休館日に伴い、併設しております「いこいの家」

・リサイクルステーションもお休みします。



区役所・出張所に行かずに手続き

マイナンバーカード申請やマイナ保険証利用登録等の手続きをサポートします。

公民館でカードを申請すると、後日、ご自宅に届くので大変便利です。

*要予約。初めてカード申請をされる方で、必要な本人確認書類が揃っている場合に限りです。

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証利用登録や公金受取口座登録の手続きをサポートします(予約不要)。

※カードや電子証明書の更新手続きは公民館ではできません
(カード申請手続きのサポートのみは可能)。

【日時】令和8年12月3日(木) 10:00～12:00

【会場】西高宮公民館 学習室 【対象者】南区に住民票のある方

【予約終了日】11月27日(金)

【予約受付】福岡市マイナンバーカード総合コールセンター

TEL 092-600-2402 (9:00～18:00)

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問い合わせください。

つばめ文庫からのお知らせ

絵本・小説・趣味の本など幅広くそろえています。登録後どなたでも貸出できます。絵本の読み聞かせもしていますので是非のぞいてみてください。

日時：毎週金曜日 15:00～17:00

6日・13日・20日・27日

場所：西高宮公民館 児童等集会室



さわやかウォーキング

★友泉亭

山荘通バス停…バス…笹丘…徒歩…友泉亭

日時：11月26日(木) 10:00 雨天中止

集合場所：西高宮公民館

バス代・入場料200円は各自負担

65歳以上の方は年齢のわかるものを持参してください。

主催：健康日本21事業会・健康づくり推進協議会



令和8年度高齢者乗車券の申請はお済みですか？

交付を受けるには、毎年申請が必要です。

申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。

※简单便利なオンライン申請がご利用いただけます。

下記2次元コードをスマートフォンのカメラで読み

取ってご利用ください。また、申請書は公民館や

区役所でもお受け取りいただけます。

ご不明な点は下記にご連絡ください。

＜お問い合わせ先＞

高齢者乗車券郵送受付センター（平日午前9時～午後5時）

0120-502-633（通話無料）

FAX 0120-880-219

オンライン申請
はこちら⇒



毎年11月3日～9日は「みんなで参画ウィーク」です。
(福岡市男女共同参画週間)

「男女共同参画社会」を実現するためには、市民の皆さん一人ひとりの取り組みが必要です！

今年も「みんなで参画ウィーク」を機会に、

地域の男女共同参画推進の

取り組みの輪を広げましょう！

福岡市男女共同参画
シンボルマーク



【問い合わせ先】福岡市市民局男女共同参画課

TEL: 406-7510 FAX: 526-3766

令和8年度 福岡市人権尊重週間
第55回福岡市人権を尊重する市民の集い(南区会場)

1. 日時 令和8年12月4日(金)14:00～15:40
2. 会場 福岡市立南市民センター文化ホール(南区塩原2-8-2) 定員 800 人
3. タイトル ハンセン病療養所の歴史とハンセン病問題
4. 講師 境 恵祐(さかい けいすけ)さん (国立療養所菊池恵楓園 園長)
5. 講師プロフィール
平成10年熊本大学医学部卒業、同皮膚科入局。
熊本大学や医局関連病院で皮膚科や集中治療部の診療に携わる。
令和3年4月国立療養所菊池恵楓園 副園長として赴任、令和5年4月より同園長となる。
6. 参加 入場無料、申込不要、手話通訳、要約筆記あり
※R8年度は、南区会場の講演の録画配信はありません。
7. 問合せ先 南区生涯学習推進課
TEL:092-559-5172
FAX:092-562-3824
Email:m-simin@city.fukuoka.lg.jp
8. 主催 福岡市人権尊重行事推進委員会
※11月15日号市政だより南区版掲載予定



詳しくは、南区のホームページをご覧ください



ホームページは
11月1日公開予定

サークル会員募集中！

【美姿勢レッスン】

肩こりや猫背が気になる方へ。
公民館で月2回、姿勢改善サークルを開催中です。
インナーマッスルを使う地味にきつい運動で、
体の内側からすっきり整えます。
火曜日に、自分の体と向き合う時間を始めませんか。
活動日時：毎月第1・3火曜日 10:30～11:30
場所：児童等集会室
会費：3,000 円
動ける格好で水筒、ヨガマットをお持ちください。



【ロンクラブ（麻雀）】

ロンクラブでは新規会員（3～8名）を募集しています。
一緒に楽しい時間を過ごしませんか。
活動日時：毎週金曜日 12:00～17:00
場所：いこいの家（西高宮公民館内）
会費：無料



日頃利用している事業者からのメールもフィッシングを疑って

実在する事業者をかたるメールやSMSを送信し、そこに記載されたURLをクリック等させ、偽のウェブサイトに誘導することで、パスワードやクレジットカード番号などを詐取するフィッシング詐欺に関する相談が依然として寄せられています。



日頃利用している事業者や公的機関などのメールやSMSであっても、まずはフィッシングを疑いましょう。

- 記載されているURLにはアクセスせず、事前にブックマークした正規サイトのURLや、正規のアプリからアクセスしましょう。リンク先にアクセスしてしまっても、クレジットカード番号などは入力せず、そのサイト上にあるアプリもダウンロードしないことが大切です。
- 不正利用に早く気づけるように、クレジットカード等の明細は、こまめに確認しましょう。
- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン188）