



に L

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



西区のひまわり(インスタグラム投稿キャンペーン)の応募作品より

フードドライブに持っていこう

家庭で使いきれない未開封の食品をお持ちください。
期8月28日(金)～9月4日(金)午前9時～午後5時
9月5日(土)午前9時30分～午後1時 所愛宕浜公民館
区生活環境課 ☎895-7053 ☎882-2137

人口 213,714人 (前月比89人増) 男102,042人 女111,672人
世帯数 101,909世帯 (前月比149世帯増) ※令和8年7月1日現在推計

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



ご存じですか 西区はブドウの産地です



口に入るとあふれ出す甘い果汁と豊かな香りを持つブドウ。

山に囲まれ清流に恵まれた西区の金武・今宿地区でも、約50～60年前から、ブドウが栽培されています。



J A 福岡市金武観光ぶどう部会に所属する(株)牛尾グリーンファームの牛尾光成さん=写真=に話を聞きました。

——金武地区でのブドウの栽培

金武地区のブドウ農家は9軒あり、水分を適度に保つ土壌や、昼夜の寒暖差など栽培に適した環境で、巨峰やシャイン・マスカットを中心に、多様な品種を栽培しています。

栽培地が直売所と近く、新鮮なブドウを提供できるのが強みです。おいしいブドウを育てるために、みんなで高温対策などを研究しています。



出荷を待つ巨峰

——ブドウの栽培の喜びは

ブドウには、年間を通して手作業の管理が必要です。冬は剪定(せんてい)、春は育った粒を間引きして、房ごとに袋かけを行います。粒の発色がよくなるよう、夏は水やりが欠かせません。

手をかけた分、美しくおいしいブドウができた時は達成感があります。おいしいと喜んでもらえると、また頑張ろうという活力になります。

——ブドウを美味しく味わうために

新鮮でおいしいブドウは、色が濃く粒がそろっていて、軸は緑色です。食べる前に冷蔵庫で冷やすとより甘みを感じるといわれています。

ブドウは、例年、8月上旬から9月下旬ごろまで楽しめますが、盆ごろが一番甘みがのっています。

金武産のブドウは、かなたけの里公園内の直売所(「コヤード カナタケ」に夏季のみ設置)などで8月上旬ごろから購入できます。ぜひ味わってみてください。



市内産の農産物は、「ふくおかさん家(ち)のうまかもん」公式インスタグラムでも確認できます。

区企画振興課

☎895-7007 ☎885-0467



スマホはこちらから

西区まると博物館のイベント

①秋のゆったりクルージング

クルーザー=写真=に乗って、博多湾から生の松原など西区の宝(名所)を見ることができます。



期9月21日(月・祝) 協力:西福岡マリーナ マリノア
午前9時30分～10時15分、午前10時30分～11時15分、午前11時30分～午後0時15分(荒天時中止)

所西福岡マリーナ マリノア(小戸二丁目)
市内に住民小学生以上(小学生は保護者同伴) 抽選で各回8人 無料

②かなたけの里公園で秋を見つけよう！ 草花遊びと自然観察

里山の自然の中で、草花遊びや、秋の山野草・野鳥などを観察しながら園内を散策します。



期9月26日(土) 山野草の説明に耳を傾ける参加者
午前10時～午後0時30分(小雨決行)

所集合・解散はかなたけの里公園管理棟前(大字金武) 市内に住民人(小学校3年生以下は保護者同伴)

抽選で15人 300円(保険代等) ※中学生以下無料

<①②共通>

申込フォームまたはメールにイベント名、氏名(ふりがな)、電話番号等と①は希望の時間枠を書いて事務局へ。申し込みは、①は9月8日(火)②は9月14日(月)必着。※申込者数が一定に達しない場合は中止。
区企画振興課(事務局)
☎895-7032 ☎885-0467
✉shinko.event24@city.fukuoka.lg.jp



①はこちら



②はこちら

～今の私 今からの私のために～ 大人女子の身体リセット講座

女性の心と体の健康について、運動と講話で学ぶ講座です。

期10月1日、15日、29日の木曜日

(全3回)午後2時～3時30分

所区役所別館1階講堂 区内に

住民40～64歳の女性で原則全

3回参加できる人 抽選で25人

無料 9月11日(金)午後5時まで

に右コードか電話から申し込み。

区地域保健福祉課

☎895-7080 ☎891-9894



運動サポーター養成講座

介護予防など地域の健康づくりを支援する「運動サポーター」の養成講座です。

期9月30日(水)、10月7日(水)、30日(金)午後1時

30分～3時30分 所区役所別館1階講堂

区内に住民全3回参加できる人

抽選で25人 無料

8月31日(月)午後5時まで

に右コードか電話から申し込み。

区地域保健福祉課

☎895-7080 ☎891-9894



西区人権を考える集い

障がい者がスタッフとして働くレストラン「ゆずのき」を経営する白谷憲生さん=写真=を講師に迎え、「障がい者と地域社会をつなぐ」をテーマに、「一人ひとりができる温かなまちづくりのヒント」について話を伺います。



期9月2日(水)午後2時～4時

(午後1時30分開場) 所西市民センターホール

先着800人 無料 不要

西市民センター ☎891-7021 ☎891-0503

西区心の健康づくり教室

うつ病、ストレスマネジメントについて学びます。

期9月8日(火)午後2時～3時

30分 所区役所別館1階講堂

市内に住民か、通勤している人

先着で30人 無料 8月17日(月)から電話で受け

付け。

市保健所(精神保健・難病対策課)

☎711-4377 ☎791-7354



学んで体験！日本の大道芸

大道芸の歴史や芸の魅力を楽しく学びます。南京玉すだれの実演・体験もあります。

期8月30日(日)午後2時～3時30分 所西市民

センター実習室 中学生以上 先着で30人

無料

8月15日(土)以降にホームページ

「西市民センターイベント情報」で検索から申し込み。

西市民センター

☎891-7021 ☎891-0503



スマホはこちらから

熱中症にご注意

例年、この時期は熱中症による救急搬送者が急増しています。十分な休息、小まめな水分補給、適切なエアコン利用などにより、熱中症を予防しましょう。 区健康課 ☎895-7073 ☎891-9894

子育て情報

①子育てサロン「のびのび」

子どもたちの遊んでいる様子を見守りながら、保健師などに気軽に相談ができます。

期 9月18日(金)午前10時～11時30分 対 発達に気になる未就園の子どもとその保護者 定 抽選で7組 料 無料 申 9月8日(火)までに右コードか、電話で問い合わせ先へ。



②子育て教室「ほやほや」

初めて親になった人のための教室です。子育てについての話を聞いたり、親同士で交流したりします。

期 9月30日(水)午前10時～11時30分 対 今年6月～7月生まれの子ども(第1子)とその親 定 抽選で18組(両親での参加は5組まで受け付け) 料 無料 申 9月23日(水・祝)までに右コードか、電話で問い合わせ先へ。



①②共通＝所 区役所別館 1 階講堂 区地域保健福祉課 ☎895-7080 📠891-9894

③「きらきら広場」

発達に気になる子どもを安心して見守れる遊び場です。育児相談もできます。

期 9月3日(木)午前9時45分～11時 所 西部療育センター(内浜一丁目) 対 区内に住む0～2歳児と保護者 定 抽選で5組程度 料 無料 申 8月27日(木)までに右コードから申し込みを。



問 西部療育センター ☎883-7161 📠883-7163

子育てがもっと楽になる！子育て教室

ネット・ゲームとの付き合い方について、「分かっているけどうまくいかない」子どもの気持ちや行動の背景を理解し、無理なく続けられる親の関わり方を学びます。

期 10月23日(金)午前10時～11時30分 所 西市民センター 4 階視聴覚室 対 小学生以上の子を持つ保護者(市内に住むか通勤する人) 定 先着で30人 料 無料 申 8月14日(金)～9月18日(金)に右コードか電話で問い合わせ先へ。 託 1 歳以上の未就学児(先着10人)



問 区子育て支援課 ☎895-7098 📠881-5874

子育てリフレッシュ講座

子育ての合間に、ヨガでゆったりと体をほぐして、リフレッシュしませんか。

期 9月15日(火)午後2時～3時30分 所 西市民センター 4 階音楽室 対 区内に住み、9月1日時点で生後6カ月～未就園児の保護者 定 抽選で10人 料 無料 申 区メール(✉nishiku@fukuoka-shakyo.or.jp)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、託児希望の有無(希望の場合は、子の氏名、年齢)、メールアドレスを書いて、8月31日(月)までに区社会福祉協議会事務所(☎895-3110 📠895-3109)へ。



マイナンバーカード申請サポート

区内の公民館で、下表の通りマイナンバーカードの申請受け付けや申請用の写真撮影(無料)を行います(要予約)。カードをお持ちでない方は、公民館で申請すると、カードが郵送で自宅に届くので便利です。



予約は、市ホームページ(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)から申し込むか、下記コールセンターへ。定員に達した時点で受け付けを終了します。



スマホはこちらから

また、すでにカードを持っている人には、健康保険証の利用登録や公金受取口座登録のサポートを行います(予約不要)。

開催日	時間	公民館	予約終了日
8/21(金)	12:30～14:00	玄界	8/17(月)
8/26(水)	10:00～12:00	北崎	8/20(木)
8/26(水)	14:00～16:00	玄洋	8/20(木)
8/29(土)	10:00～12:00	石丸	8/25(火)
8/29(土)	14:00～16:00	壱岐東	8/25(火)

対 区内に住む人(住所の校区以外の人申込みも可能) 料 無料 問 市マイナンバーカード総合コールセンター(毎日午前9時～午後6時) ☎600-2402 📠06-7664-9531

保健だより

健(検)診等

申 問	予 約	内 容	実施日		受付時間	対象・料金・その他 (令和9年3月31日までに対象年齢になる人は受診できます)
			9月	10月		
問 問い合わせは①または②	申 申し込みは①または②	さいとぴあ健(検)診	7(月)	27(火)	9:30～12:00	下記のとおり、がん検診と同じ内容をさいとぴあ(西都二丁目1-1)で実施。
		よかドック(特定健診)	8(火) 16(水)	8(木) 23(金)	8:30～10:30	対 40～74歳の市国民健康保険被保険者 料 500円 問 マイナ保険証、よかドック受診券
		骨粗しょう症検査				対 40歳以上 料 500円
		胃				対 40～69歳 料 1,000円
		子宮頸(けい)				子宮頸部の細胞診。2年度に1回受診可 対 20歳以上 料 400円
		乳				マンモグラフィ検診。2年度に1回受診可 対 40歳以上 料 40歳代1,300円、50歳以上1,000円
		大腸				対 40歳以上 料 500円
		肺				対 40～64歳 料 500円 検診車での撮影となります。喀痰(かくたん)細胞診検査は、令和8年度から廃止しています。
		結核・肺				対 65歳以上 料 無料

※健(検)診等は、70歳以上と市県民税非課税世帯の人などは料金が免除されます(証明書が必要)。
※健(検)診等の予約は、実施日より土日祝日を除く10日前までに①、右コード、または市ホームページ(「けんしんナビ」で検索)を。



校区献血

問	予 約	場 所	実施日	実施時間
④ 不要		下山門公民館	9/17(木)	14:00～16:00
		木の葉モール	9/24(木)	10:00～12:00 13:00～16:00
		伊都にぎわい祭り会場	9/27(日)	10:00～12:00 13:15～15:00

検査・相談等

申 問	予 約	内 容	実施日		受＝受付時間 受＝実施時間	対象・料金・その他
			8月	9月		
②	要	栄養相談	20(木) ②③④	7(月) ①② 30(水) ②③④	受①10:00～10:50 受②11:00～11:50 受③13:00～13:50 受④14:00～14:50	管理栄養士・栄養士による食事のバランス、離乳食などの個別相談。
	要	離乳食教室	21(金)	18(金)	受13:30～15:00	離乳食の進め方の紹介。 対 生後4～6カ月頃の乳児の保護者。
③	要	マタニティスクール	—	7(月)① 28(月)②	受13:00～13:15 受13:15～15:15	①母と子の食生活、産後の生活と抱っこ体験など ②乳幼児のスキンケア、赤ちゃんのお世話など 対 妊婦とその家族 定 各抽選で10組。前月の20日までに、区ホームページまたは電話で申し込み。
⑥	要	心の健康相談	—	9(水)	受9:30～11:30	精神科医が相談に応じます。
			19(水)	—	受14:30～16:30	対 各回3人。前日午前中までに必ず電話で予約を。

母子巡回健康相談

問 母子健康手帳

問	予 約	場 所	実施日	受付時間
⑤ 不要		今津公民館	8/20(木)	10:00～11:30
		内浜公民館	8/24(月)	10:00～10:30
		姪浜公民館	8/26(水)	10:00～10:30