

## 今宿校区文化祭 参加者大募集

**作品展示**(会場:今宿公民館) **芸能発表**(会場:今宿小学校体育館)  
11月2日(土)13:00~16:30 11月3日(日)10:30~12:30  
3日(日) 9:30~14:30 (時間は予定)

作品展示・芸能発表の部に出品、発表参加を希望される個人、  
団体、サークルの方は、公民館窓口の申込用紙に必要事項を記入  
の上、9月29日(日)までにお申し込みください。

※バザーは行いません。 ※詳しくは公民館へお問い合わせください。

主催:今宿校区自治協議会・今宿公民館

## ニュースポーツに挑戦

(対象:どなたでも)

### ◆◆◆ モルック ◆◆◆

今宿校区スポーツフェスタの  
競技種目であるモルックを体験しませんか?  
立ててあるピンに木の棒を投げ倒して点数を競うニュースポーツ、子ども  
から高齢者までどなたでも楽しめるスポーツです。一緒に楽しみましょう!

日時 9月1日(日) 13:30~15:00  
場所 今宿公民館講堂  
講師 福岡市スポーツ推進委員  
定員 先着12名(申込は公民館へ)

※動きやすい服装で、飲物と  
室内シューズをお持ちの方はご持参ください。



今宿校区自治協議会からのお知らせ

今宿校区スポーツフェスタ2024  
日時 9月29日(日)9:00~  
場所 三菱グラウンド(雨天中止)

## <9月の行事予定>

毎週木曜日『よかトレ(ラジオ体操)』9:30~9:45

※駐車場に限りがありますので、  
徒歩、自転車での来館をお願いします。

1日	ニュースポーツに挑戦
5木	レッツ♡ダンス
7土	地域コミュニティ(おつまみ)
9月	らく楽スマホ教室
12木	今熟はつらつ大学
14土	サークル代表者会
18水	子育てサロンびよびよ& 今宿いきいきキッズ(ちびっこフェスタ)
21土	レッツ♡ダンス 県警グラウンド利用者会
25水	子育てサロンびよ
27金	地域コミュニティ(ウォーキング教室)

## 9月臨時休館予定日

9月30日(月)

9月20日正午までに利用申込が  
ない場合は臨時休館します。

## サークル代表者会

日時 9月14日(土)10:00~  
場所 今宿公民館講堂  
内容 ○防災講習  
○令和6年度文化祭について  
※代表者の方は必ずご出席ください。

## 子育てサロンびよびよ & 今宿いきいきキッズ

未就園の乳幼児  
と  
保護者対象

## 子育てサロンびよびよ

未就園の乳幼児と保護者のフリースペース

日時 9月25日(水)10:00~12:00  
場所 今宿公民館講堂(入退室自由)  
※子育て支援コンシェルジュの保育サービス  
相談・保健師の育児相談と計測があります。

## 今宿いきいきキッズ

### 「楽しい親子あそび」

日時 10月2日(水)10:00~11:30  
場所 今宿公民館講堂  
講師 保育士 田中晴奈さん  
定員 先着12組(申込は公民館へ)

## 「ミニミニちびっこフェスタ」

玉入れ、輪投げなどのゲームを楽しみましょう!  
日時 9月18日(水)10:00~11:30  
場所 今宿公民館講堂  
定員 先着20組  
(申込は公民館へ)  
※保護者の方は1家族  
2名まででお願いします。

## 今熟はつらつ大学 (対象:今熟はつらつ大学会員)

### 健康講座②「楽しく歌って誤嚥予防」

日時 9月12日(木)10:00~11:30  
場所 今宿公民館講堂  
講師 テノール歌手 岡聡一郎さん

### 人権学習「博多にわかで考える身近な人権」

日時 10月10日(木)10:00~11:30  
場所 今宿公民館講堂  
講師 博多仁和加振興会  
松崎真治さん

※会員の方以外でも  
興味のある方は  
参加OKです。



## らく楽スマホ教室 (対象:一般)

### 「LINEをもっと使ってみよう!」

日時 9月9日(月)13:30~15:00  
場所 今宿公民館講堂  
講師 ディーガーデン 九大学研都市駅前店  
対象 スマホにLINEアプリを入れている方  
定員 先着各10名(申込は公民館へ)

## ~文化祭でおどろろ!~ レッツ♡ダンス

日時 9月5日(木)16:30~17:30  
9月21日(土)10:00~12:00  
場所 今宿公民館講堂  
講師 ダンス講師 遠藤亜砂子さん  
対象 小学生(小学1・2年生は保護者同伴)  
※飲み物持参



## 日曜カフェいまじゅく (対象:どなたでも)

地域のふれあい交流カフェで映画上映会を開催!子どもから高齢者  
までどなたでも!親子での参加もお持ちしています!

10/6

### 「世界の果ての通学路」

子どもたちが遠距離で危険性もある通学路にも負けず、  
それぞれの夢のために通う姿を描くドキュメンタリー

日時 日曜日 カフェオープン 13:00~  
上映会 13:30~  
場所 今宿公民館講堂 (申込は公民館へ)

飲物、お菓子  
準備しています。



## 地域コミュニティ (対象:一般)

### 料理教室「日本酒に合うおつまみ」

日本酒に合うおつまみを自分で作って  
楽しんでみませんか?



試飲があります



日時 9月7日(土)15:00~17:00  
場所 今宿公民館講堂  
講師 いろいろ焼き筑前堀 吉田紀子さん  
参加費 1,500円  
定員 先着12名(申込は公民館へ)  
持ってくる物...エプロン、三角巾、マスク

## 「健康ウォーキング教室」

今宿公民館から県警射撃場(3km)まで一緒に歩いてみませんか?  
まだまだ暑い日が続いていますが、みんなでいい汗をかきましょう!

日時 9月27日(金)10:00~12:00(受付9:30~)  
場所 今宿公民館講堂  
講師 健康運動指導士 安部志津代さん  
定員 先着20名(今宿校区在住の方)申込は公民館へ

※動きやすい服装、履きなれた靴でご参加ください。  
タオル・帽子もお忘れなく!お茶・軽食を準備しております。



共催:  
今宿校区自治協議会保健福祉部会  
今宿校区自治協議会交通安全推進部会  
今宿公民館





## 相手の気持ちを「聴き」、「理解し」、「寄り添う」



### 初心者向け傾聴ボランティア講習会 参加者募集!

主催：傾聴コスモス 参加費：300円(当日徴収)

10月18日(金)13:30~15:30 さいとびあ2階201会議室

申込先：福岡市社会福祉協議会西区社協事務所

TEL：092-895-3110

↑申し込みフォーム <電話か左記の申込フォームでお申し込みください>



## 生活習慣病予防のための健診

「よかドック」で、年に1回は健康チェックを!

“元気に生活していくために、健康状態を確認しましょう”～通院中の方も利用できます～

福岡市国民健康保険に加入している40～74歳の人を対象にした健診です

検査費用：500円(令和6年度に40歳、50歳の人、満70歳以上等は無料)

検査項目：血液検査、血圧測定、尿検査、心電図など

検査時間：約1時間

詳細&予約は「けんしんナビ」で検索を



がん検診もあります

WEB予約できます



【問い合わせ先】集団健診・よかドック総合窓口 電話:0120-985-902

公民館1Fロビー  
図書コーナー  
新刊入りました



## #西区の魅力発見

### Instagram投稿キャンペーン

美しい風景や、お気に入りの一枚、奇跡の瞬間など西区で撮影した写真を投稿して、西区の特産品をGETしよう♪

#### ■応募期間

2024年8月1日(木)～2025年3月11日(火)

#### ■応募方法

- ①「公式アカウント(@f\_nishinstagram)」をフォロー
- ②福岡市西区でお気に入りの写真を撮影!
- ③ハッシュタグ「#西区の魅力発見」をつけて、「@f\_nishinstagram」をタグ付けして投稿!

■問い合わせ先 西区企画振興課 ☎ 092-895-7007  
☎ 092-895-0467



詳細は



こちら

キャンペーン詳細  
ホームページ



西区公式  
Instagram

## 9月1日～7日は「福岡市備蓄促進ウイーク」

### 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「福岡市備蓄促進ウイーク」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)
- ・トイレトーパー
- ・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。

## 水彩画サークル新会員募集

和気あいあいと楽しいサークルです。  
一緒に水彩画を楽しみましょう!

活動日 毎月第2・4土曜日  
時間 10:00～12:00  
場所 今宿公民館地域団体室

◆下記日程で展示会を開催予定です。  
ご見学をお待ちしています。

日時 10月1日(火)から  
10月6日(日)まで  
場所 伊都郷土美術館



## 環境にやさしい行動を始めよう!

### 西区地域環境サポーター養成講座 受講生募集

- 内容：西区の自然や環境活動をみて、きいて、体験し、自分にできる環境活動を探します。
- 日時：10/17(木)、10/31(木)、11/15(金)、11/28(木)、12/12(木)の午前10時～12時
- 場所：西区役所会議室ほか
- 対象：市内に住むか通勤する18歳以上の人かつ5回の講座すべてに参加できる人
- 定員：10名(応募者多数の場合は抽選)
- 参加費：無料
- 応募方法：電話かはがき、FAX、メールで①住所②氏名③年齢④電話番号⑤「サポーター養成講座受講希望」と書いて、9/30(月)までに西区生活環境課へ

インターネットでも申し込み可能です。  
「西区地域環境サポーター養成講座」で検索!



福岡市の環境シンボルキャラクター  
エコッパ

(TEL:092-895-7054, FAX:092-882-2137, メール:seikatsukankyo.NWO@city.fukuoka.lg.jp)

## 西区環境フェスタ 2024

今年はいとにぎわい祭りと同時開催します!

日時：9月29日(日)10時～15時

場所：さいとびあ体育館(西区西部2丁目1-1)

### 高校生と一緒に3つのテーマを楽しく学ぼう

- ◆自然の力で電気を作ろう【福岡舞鶴高等学校・福岡舞鶴誠和中学校】  
太陽光、風力などを使って電気を作ろう!
- ◆colorful tree & case (カラフルツリー アンド ケース)【中村学園三陽高等学校】  
環境にやさしい行動目標を色紙の葉っぱに書いて、段ボールツリーに飾ろう! レシートの芯を使って小物入れを作ろう!
- ◆O×ゲーム ワンヘルスについて知ろう【福岡県立筑前高等学校】  
O×クイズに答えながら、ワンヘルスについて学ぼう!

### 他にも環境にやさしい催しが盛りだくさんです

- ◆かえっこバザール(おもちゃのリユース)
- ◆BOOK BOOK本市(本のリユース)
- ◆リユース陶器市(食器のリユース)
- ◆今津干潟のカブトガニ(カブトガニの展示)
- ◆フードドライブ(未開封の食品の回収)

主催：西区役所、公益財団法人ふくおか環境財団(福岡市西部3Rステーション)



詳細はこちらをご覧ください



## 公民館は災害時の一時避難場所

避難所が開設されていない時には、西区災害対策本部に連絡を!(TEL895-7037) 自主避難の方はできるだけ各自食糧・毛布等をご持参ください。 駐車場は台数に限りがあります。