



# もとおか

公民館  
だより  
9月号

令和6年9月1日発行 No.518  
福岡市元岡公民館  
住所：西区太郎丸1丁目3-41  
電話：092-806-5132  
FAX：092-806-5130



## 祝敬老の日



敬老の日を迎えられましたことにお祝い申し上げます。  
いつまでもお健やかに過ごしていただきますよう祈念するとともに、皆様方のますますのご活躍を心よりお祈り申し上げます。

元岡公民館職員一同

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。

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 【詳細&予約は「けんしんナビ」で検索を】

検査時間：約1時間

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



がん検診もあります

WEB 予約できます



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

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

### 公民館臨時休館日案内

9月臨時休館予定:9月29日(日)

この日に利用を希望される場合は休館予定日の10日前、17:00までにご連絡をお願いします。



### 【元岡校区社会福祉協議会よりお礼】

次の方から、香典返しとしてご寄付をいただきました。厚く御礼申し上げます。校区社会福祉事業に有意義に活用させていただきます。

#### ◆◆◆ 葬儀ご芳志 ◆◆◆

山崎 光代 様 (亡夫 善樹 様) 田尻町

上嶋 紋子 様 (亡母 のぶ 様) 桑原 東組

徳安 百合子 様 (亡夫 寿登 様) 下の谷

## 公民館講座のご案内

乳幼児と保護者の方、ご参加お待ちしております！

### ❖ちっちゃキッズ(子育てサロン)❖

『虫歯予防のお話・育児相談』

日時：9月9日(月)  
10:00~12:00

講師：歯科衛生士 小山 ありさ さん

《お話の部屋 11:00~11:30》

❖絵本講師による「読み聞かせ」の時間です。

場所：元岡公民館 講堂



### ❖ 乳幼児ふれあい学級 ❖

『ボールであそぼう!』

日時：9月30日(月)10:00~12:00

協力：太郎保育園 藤田 理恵先生

場所：元岡公民館 講堂

※ちっちゃキッズと乳幼児ふれあい学級は  
申込み不要です。気軽に遊びにきてくださいね!



### 元岡シニアカレッジ

『オカリナ・大正琴の演奏で

うたいましょう!』

心和む演奏をお楽しみください。どなたでも参加できます。  
皆様のお越しをお待ちしています!!

日時：9月24日(火)13:30~

場所：元岡公民館 講堂

演奏：大正琴サークル

火曜・木曜オカリナサークル

申込み：9月23日(月)17:00までに公民館へ



LIFE UP 人権講座

こころのぬくもり

コンサート  
Concert

~世界でたった一人の“わたし”を大切にしていますか?~

### ハープ&ギター演奏、語り：てみる

自律神経を緩ませる癒し効果、セラピー効果が高いと言われている周波数を使ったハープ&ギターの演奏と、優しい語り。ゆったり音楽を楽しみながら、かけがえのない“わたし”にYELL(エール)を贈るコンサートです。

日時：9月21日(土)

開場13:00

開演13:30~(15:00終了予定)

場所：元岡公民館 講堂

定員：50名(定員になり次第締め切ります。)

入場料：無料(事前申込みが必要です。)

申込み：9月18日(水)17:00までに公民館へ

共催：元岡校区男女共同参画をすすめる会

後援：元岡校区人権尊重推進協議会

※公民館の駐車場には限りがあります。満車の場合は元岡小学校駐車場をご利用ください。



てみる

ヒーリングハープ：荒牧てみ  
ギター：荒牧輝信

申込み・お問い合わせはこちらまで

<福岡市元岡公民館>

住所：西区太郎丸1丁目3-41

電話：092-806-5132

FAX：092-806-5130

