

玄洋公民館だより



福岡市玄洋公民館 2026年9月1日 No.434
〒819-0166 福岡市西区横浜1-2-1
TEL(092)806-9811 FAX(092)806-9813
E-mail:genyou31@jcom.home.ne.jp
<http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/>

※公民館にて、毎週水曜日 9:30 からよかトレ体操を実施中

5	土	13:30	第3回 AI 講座
8	火	10:00	フレイル予防料理教室
10	木	10:00	のびっこ広場
12	土	10:00	子どもリーダー研修 (フラワーアート講座)
14	月	10:00	きらきらサロン
15	火	10:00	蒼春倶楽部
16	水	10:00	スマホでお買い物講座
19	土	10:00	サークル代表者会議
24	木	10:00	のびっこ広場
28	月	10:00	きらきらサロン 母子巡回健康相談

「校区文化祭」のお知らせ

玄洋校区文化祭を11月1日(日)に開催します。
つきましては、校区の皆様の作品展示及び
舞台発表などを募集しています。
ぜひ、ご参加ください。

【お問合せ先】 公民館 092-806-9811



母子巡回健康相談のお知らせ

【日 時】 9月28日(月)
受付時間 10:00~11:00
【場 所】 玄洋公民館 講堂
【内 容】 身体測定、育児相談、
妊産婦の健康相談
【持ってくるもの】 母子手帳



天候状況や感染症などの影響により中止する場合があります。
最新情報はお問い合わせください。

【問合せ先】 西区保健福祉センター 地域保健福祉係
☎ 092-895-7080

フレイル予防料理教室

～楽しく学んで、ワイワイ作って、一緒に食べる～

【日 時】 9月8日(火) 10:00~12:00
【場 所】 玄洋公民館 講堂
【献 立】

・じゃこひじきご飯
・干し大根と干しエビのツナマヨ和え
・柑橘系ベニエ
・キャベツの丸ごとポトフ
【講 師】 管理栄養士 岡 三枝さん
【会 費】 1000円(お持ち帰り有)
【定 員】 8名 (要予約)
エプロン・三角巾をご持参ください

乳幼児ふれあい学級



★きらきらサロン★(玄洋公民館講堂)

【日 時】 9月14日(月) 10:00~12:00
【内 容】 保育所申し込みについてのお話
【講 師】 西区子育て支援コンシェルジュ
赤尾 郁子さん

【日 時】 9月28日(月) 10:00~12:00
【内 容】 親子遊び・母子巡回健康相談

♥のびっこ広場♥(横浜西集会所)

【日 時】 9月10日(木) 10:00~12:00
【内 容】 親子で遊ぼう

【日 時】 9月24日(木) 10:00~12:00
【内 容】 親子で遊ぼう

ど ち ら の 会 場 も 、 予 約 不 要 で す

お知らせ

9月27日(日)を臨時休館日と致します、ご利用希望の方は
9月17日(木) 16:00までに、ご連絡をお願いします。
9月30日(水)を定例休館日と致します。

蒼 春 倶 楽 部

脳卒中にならないための、予防しませんか?

【日 時】 9月15日(火) 10:00~12:00
【場 所】 玄洋公民館 講堂
【内 容】 講義と予防体操・季節のレクレーション
【講 師】 桜十字病院
【定 員】 20名程度 (要予約)



スマホでお買い物講座

もしもに備えて、自宅にいながらでも、お買い物ができる
ように練習してみませんか?

【日 時】 9月16日(水) 10:00~12:00
【場 所】 玄洋公民館 講堂
【内 容】 インターネットでお買い物入門
【講 師】 株式会社 談
岩本さん、丸野さん
【定 員】 15名程度(要予約)



フラワーアート講座

【日 時】 9月12日(土) 10:00~12:00
【場 所】 玄洋公民館 講堂
【対 象】 玄洋校区の小学5.6年生
【費 用】 育成会会員 500円
育成会未加入者 1000円
【内 容】 透明のボックスにお花を入れて作ります
【講 師】 遊びの達人 古賀 麻美さん
【定 員】 15名程度 (要予約)
【協 賛】 玄洋校区子ども会育成会



講座受付開始は9月1日(火)9:30より

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について学び、体験し、自分にできる環境活動を探します。
- 日時：全4回（10/21、11/4、12/2、12/16）
午前10時～正午
- 対象：市内にお住まいの人又は通勤・通学する18歳以上で全日程に受講可能な人
- 場所：西市民センター他
- 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、はがき、ファックス又はメールに

①「サポーター養成講座受講希望」②住所③氏名④年齢⑤電話番号
を書いて、9/30までに西区生活環境課へ

TEL:092-895-7053、FAX:092-882-2137、

メール:seikatsukankyo.NWO@city.fukuoka.lg.jp

知る・体験する・相談する 地域ケア・フォーラム @にしにし 2026

自分の暮らす地域ではどんな介護サービスが受けられるのか？そもそも介護サービスにはどのようなものがあるのか？介護保険ってどういふものなのか？
いざ介護を受ける、介護をする当事者になってから直面することの多いそんな「ハテナ？」に、実際に地域で介護関連サービスを提供している事業者・団体が直接お答えします。
様々な体験コーナーなども設けておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

令和8年
日時 9月16日 水
14:00～16:30

場所 さいとぴあ
1F 多目的ホール
西区西都2丁目1-1
九大学研都市駅前
※駐車場はさいとぴあ、周辺に無料です

- こんな方におすすめです
- 介護や福祉のサービスについて知りたい方
 - ご家族の介護について相談したい方
 - 地域の事業所や団体とつながりたい方
 - 将来のことを考えたい方

参加無料
地域の介護や福祉のこと、一緒に考えてみませんか？
皆さまのご参加をお待ちしています！

お問い合わせ 092-807-6710 松寿苑（永田）
（平日9:00～17:00） 092-807-6811 西都5いいきセンターふくおか

体験・相談コーナーのご案内

様々な体験や相談ができるコーナーを設けています。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

介護事業所紹介 様々な種類の事業所がサービスや取り組みをそれぞれのブースでご案内します。	介護サービス体験 実際に各事業所で提供されているリハビリやレク、園トレなどを体験できます。	健康チェック 各種測定や健康相談ができます。
高齢者疑似体験 年を取ると体がどう動かないのか、見えなくなるのかを体験できます。	介護福祉用具展示・体験 様々な介護福祉用具を手にとって体験できます。	介護相談 各専門職が介護の悩み、不安についてお答えします。
トークセッション 講演コーナーで役立つお話を聞けます。		

プログラム - オープニングイベント 開会あいさつ・地域活動紹介 - 各事業所・団体のブース展示 体験・相談コーナー見学 - 地域密着事業所の運営推進会議 - いきいきセンターふくおか紹介 - 介護ネットワーク西部紹介 - エンディングイベント 閉会あいさつ	会場のご案内 さいとぴあ 1F 多目的ホール 福岡市西区西都2丁目1番1号 九大学研都市駅南口徒歩5分 最寄バスはさいとぴあ、周辺に無料です
介護ネットワーク西部とは・・・ 地域の介護、医療、福祉サービスの事業所によるネットワークです。地域と協力しながら、誰もが安心して暮らせる地域づくりに取り組んでいます。	会場のご案内 今春・玄洋・今津・北崎各校区を中心に早良区～西区～糸島で広く活動しています
主催 介護ネットワーク西部 協力 西区社会福祉協議会 後援 福岡市西区保健福祉センター	出展事業所 アスクア・伊勢ライフケア・西の花・大田薬局 三丁目の花や・サンルーム野々・シーサイド病院 松寿苑・松生園・真影寺徳義院・七福苑 明治安田 西福岡徳義院・レノバ 西区社会福祉協議会・西都5いいきセンターふくおか

西区環境フェスタ 2026

～いとにぎわい祭りと同時開催～
日時：9月27日(日)10時～15時
場所：さいとぴあ(西区西都2丁目1-1)

学生 みんなが先生！体験しながら環境について楽しく学ぼう

- ◆ペットボトルキャップをリメイク☆オリジナルチャームを作ってみない？（おおぞら高校九大学研都市キャンパス）
 - ◆みんなでチャレンジ！エコクイズ（福岡県立筑前高等学校）
 - ◆正しく分けよう分別ゲーム&Dream Tree（中村学園三陽高等学校）
 - ◆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）
- 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(おもちゃの交換会)
 - ◆BOOKBOOK本市(絵本・児童書等の受け取り、持ち帰り)
 - ◆リユース陶器市(食器の持ち帰り)
 - ◆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(未開封の食品の受け取り)
- 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

【お問い合わせ】西区生活環境課 TEL:092-895-7054



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8年度に40歳・50歳になる人、満70～74歳は無料）

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

*胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がんなどのがん検診もあります。

がん検診の対象者や費用等は、検診毎に異なります。

詳細＆予約は「けんしんナビ」で検索を！WEB予約もできます

⇒



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