西陵公民館だより

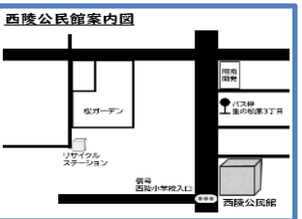


11月号
令和8年11月1日発行
№577

西陵公民館
西区上山門3－5－1
TEL 891－6342
FAX 891－2990

火の用心

西陵中学校人権標語
違うから
面白いんだ
この世界



包丁研ぎの基本習得講座!!

日時:11月6日(金) 10時～13時
場所:西陵公民館 講堂
募集人数:12名(先着順)
《持ち物》・包丁1本・研ぎ石(持っている方のみ)
・手拭き用タオル・筆記用具・10円玉2枚・
・飲み物
申込先:西陵公民館(891-6342)



古布でぞうりを作ろう♪

日時:11月13日(金) 13時～(3時間程度)
場所:西陵公民館 児童等集会室
募集人数:10名(先着順)
参加費:300円
※作業上、ズボンでの参加をお願いします♪
申込先:西陵公民館(891-6342)





高齢者教室《筋力アップでいつまでも動ける身体づくり!!》
日 時:11月27日(金)10:00～11:30
場 所:西陵公民館 講堂
内 容:座位・立位での運動、脳トレ、保健師によるミニ講話
講 師:健康運動指導士 柴田 伊津子さん
持ち物:室内シューズ・水分・タオル
※校区を問わずお誘い合わせの上、お気軽にお越しください!!
たくさんのご参加をお待ちしています♪
申込先:西陵公民館(891-6342)



西陵公民館で当日投票を行います

令和8年11月15日執行の福岡市長選挙において、西陵投票区にお住まいの選挙人を対象とした当日投票所を下記のとおり西陵公民館に設置します。

1 投票場所
西陵公民館(西区上山門3－5－1)
2 投票できる人
西陵投票区にお住まいの選挙人
3 問い合わせ先
西区選挙管理委員会事務局 TEL:092-895-7105







育児フリースペース「まつぼっくり」
毎週木曜日 時間:10:00～12:00 お部屋を開放しています♪
対象:０歳児～３歳児と保護者情報交換とお友達づくりの場です♪
たくさんのお越しをお待ちしています!!

西陵文庫

初霜の候、皆様にはますますご健勝の由、何よりと存じます。
日頃から公民館をご利用いただき、誠にありがとうございます。
11月の入庫は次の通りです。今月も面白い本がたくさん入りました。



《校区社会福祉協議会から新刊をたくさん頂きました》
・絶望の淵にいた著者を救った元保護ネコ「キジトラのテコ」 船ヶ山哲著
・老いと向き合い楽しんで生きるには？
「80代になるとたいていボケるか死ぬ。70代は神様から与えられた特別な時間」 林真理子著
・けらけら笑えて、涙ぽろぽろ「新 本所おけら長屋 五」 畠山健二著
・地方の小さい町を舞台にした珠玉のミステリ「ハヤブサ消防団」池井戸潤著
・究極の選択を巡るスリラー＆謎解き「少年ABCの完璧な選択」結城真一郎著
《西野文庫》
・学園頭脳バトルホラー「霊媒クラブ」 梨著
・死因は病魔か殺人か「神の代役 HBO調査鑑別室」 乾ルカ著
・犬と人の絆を描く感動ミステリー「犬と逃げる」 佐藤青南著
・幼い頃からの夢が形になりかけた矢先、悲劇が起きる「王国」 湊かなえ著
・本屋大賞作家の最新作「はじまりのスープ、夏ゼリー」 瀬尾まいこ著
・そこは切り立った岩壁に囲まれた“楽園”と呼ばれる奇妙な場所だった「楽園」夕木春央著
・殺し屋の営業術第2弾「殺し屋の出世術」 野宮有著
ぜひ、公民館までお越しください。





《１１月の臨時休館及び定例休館日のお知らせ》
１１月２９日(日) 臨時休館日 ・ ３０日(月) 定例休館日
臨時休館日にご利用を希望される場合は１０日前までにご相談ください。
西陵公民館 ☎ 891-6342



≪西陵カフェ≫ ～ホッ♪とひといき～
オープン時間:毎週月曜と水曜の9:00～12:00
本を読んだり、お話をしたり、お気軽にお立ちよりいただき、いこいのお時間をお楽しみください♪



≪寺子屋せいりょう≫
11月は10日・17日・24日に開催します。
時間:14:30～16:00
対象:小学2年生から6年生参加希望の場合は公民館に連絡下さい。 西陵公民館 ☎ 891-6342



≪せいりょう学習室≫
児童等集会室
毎週月曜日13:00～17:00
毎週土曜日13:00～17:00
毎週金曜日13:00～17:00
毎週日曜日10:00～17:00
利用対象:小学生、中学生、高校生、大学生、静かに自習する部屋です。
利用人数16名まで。



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ます。
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１１月２０日(金曜日)１０時～１２時
【　会　場　】　西陵公民館　講堂
【　対象者　】　西区に住民票のある方
【予約終了日】　１１月１６日
【 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。

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。

※簡単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　0120-502-633（通話無料）
（平日午前9時～午後5時）　FAX 0120-880-219

オンライン申請はこちら↑

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

《１１月 頭の体操》

例にしたがい熟語を作ってください!(^^)!

熟語づくり　（使う漢字）							
一	画	開	外	間	錦	好	行
山	蛇	出	図	水	数	世	説
船	体	展	頭	日	薄	飛	品
部	分	粉	明	略	力	嗜	

(例) ①	ア		マ		ズ	⇒	頭　数	⑦	テ		カ		ズ	⇒	
②	イ		ブ		ン	⇒		⑧	ニ		キ		ビ	⇒	
③	ガ		シ		ツ	⇒		⑨	ハ		リ		コ	⇒	
④	サ		ス		ガ	⇒		⑩	ヒ		ウ		ン	⇒	
⑤	シ		ウ		ン	⇒		⑪	ミ		ウ		チ	⇒	
⑥	セ		ン		イ	⇒		⑫	リ		ク		ツ	⇒	

《道路交通法の基準不適合の電動アシスト自転車に注意》

☆基準に適合していない電動アシスト自転車が、自転車として道路を通行できるかのようにインターネット通販等で販売されていることがあります。

☆基準に適合していない電動アシスト自転車で道路を通行すると、法令違反となり運転者が罰則の対象となります。基準に適合していない、またはその可能性がある電動アシスト自転車については、強いアシスト力による事故のおそれもあるため、道路の通行は控え、購入先・製造元等に対応を確認しましょう。

福岡市消費生活センター相談コーナー　TEL：０９２－７８１－０９９９
〒810-0073　福岡市中央区舞鶴２－５－１　あいれふ７階
月曜日～金曜日　　９時～１７時　※来所による相談は予約制です
土曜日　　１０時～１６時　（電話相談のみ）
日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）はお休みします
インターネット消費生活相談



福岡市消費生活　検索

【校区リサイクルステーションで集めているもの】
◎新聞/しんぶん　折込みチラシも含む(十字にしばる)　◎ダンボール　中が波状になっています(十字にしばる)　◎雑紙/ざつがみ　本.牛乳パック.菓子箱.プリント.DM.他
※ビニール袋などははずしてください　※十字にしばるか紙袋に入れてください　◎飲み物の空き缶/アルミ缶/スチール缶＊分別してください
◆場所//生の松原３丁目「ｹｱﾊｳｽ桜ｶﾞｰﾃﾞﾝ」　西側道路奥◆日時//毎週土曜日と日曜日　午前９時～午後５時

