



2026年 8 月号

# めいほく

## 姪北校区自治協議会

事務局 姪北公民館内  
TEL:895-1075/FAX:895-1076  
http://meihokujk.blogspot.com  
2026年 8月1日発行 第193号

## 《 校区の標語 》

め ざすは い きいき ほ っとな く らし

～人と人との絆が、つながる・ひろがる・ふくらむ まち～



## 姪北校区運動会2026、を開催します

今年も待ちに待った **運動会** を開催します！

小さなお子さんから、おじいちゃん・おばあちゃんまで、みんなが楽しめる競技を企画しています。  
一緒に楽しい1日を過ごしませんか？  
たくさんのご参加を、心よりお待ちしております！



### サポーター募集!!

運動会を一緒に盛り上げてくださるサポーターを募集しています。  
会場設営・プログラムの進行補助・選手招集・用具係などでご協力いただける方は、お住いの自治会の自治会長、又はスポーツ振興会委員に8月30日(日)までにお申出ください。



運動会実行委員会

日 時 10月4日(日) 9:30～14:15(予定)

※雨天時予備日 10月11日(日)

場 所 姪北小学校グラウンド



## 文化祭で日頃の成果を披露しませんか

10月25日(日)に校区文化祭を行います。  
姪北小学校体育館では、**ステージ発表・各種団体と公民館サークル紹介のパネル展示**を、姪北公民館では、**作品展示・おはなし会**を行います。  
ステージ発表に出演していただける方、作品を展示していただける方を募集します。  
一緒に校区文化祭を楽しみませんか。

### 出演者・作品を募集します

出演……校区在住で、2人以上の参加  
申込締切：8月30日(日)  
出品……手作りの作品に限る  
申込締切：9月29日(火)  
公民館に申込用紙を用意しています

### ステージ発表

日にち 10月25日(日)  
場 所 姪北小学校体育館  
内 容 ステージ発表  
パネル展示  
(サークル・各種団体)

### 作品展示

期 間 10月25日(日)  
～30日(金)  
9:30～16:30  
※最終日は12:00迄  
場 所 姪北公民館講堂

### おはなし会

日にち 10月25日(日)  
場 所 姪北公民館児童等集會室  
※時間は10月号でお知らせします

文化祭実行委員会

## 西日本典礼姪浜斎場が「ふくおか共創パートナー企業」に

姪の浜4丁目の西日本典礼姪浜斎場が、福岡市の「ふくおか共創パートナー企業」に登録されました。これは、地域のまちづくりに協力いただく企業・団体などの登録制度です。姪浜斎場さんは、**災害発生時の緊急避難場所、地域活動の為の場所を提供**をしてくださいます。

6月25日(木)、自治協議会の森住副会長が、パートナー企業への登録のお礼と、地域活動に対するご協力をお願いして「ふくおか共創パートナー企業」のぼり旗を届けました。



自治協議会

みなさん大いに  
歌いましょう！

## お茶会・カラオケ交流会、に参加しませんか

シニアクラブ連合会では、毎月1回「お茶会・カラオケ交流会」を開催しています。  
どなたでも参加歓迎です。  
お待ちしております。



シニアクラブ連合会

日 時 月1回日曜14:00～16:00  
場 所 姪北公民館いこいの家  
対 象 おおむね60歳以上  
参加費 100円

次回開催日  
8月 9日(日)  
9月13日(日)

## 短歌作品を募集します

「短歌を楽しむ会」の投稿作品を募集します。当日は、自作歌の提出がない方のご参加も大歓迎です。

日 時 8月23日(日) 10:00  
場 所 姪北公民館地域団体室  
提 出 8月12日(水)までに1首以上を  
公民館入口のシニアクラブ連合会の棚へ  
お 題 「旅(たび)」  
歌の中に「旅」の文字を詠み込んでください  
「旅路」「旅籠」等の熟語でも構いません  
自由題でも構いません



シニアクラブ連合会

### 健康教室

## お口のケアと運動で、「フレイル」を予防しましょう

「フレイル」をご存じですか？ 加齢や病気により心身の活力が低下した、「健康」と「要介護」の間の状態のことで、早めに予防に取り組めば、健康な状態に戻ることが出来ます。

日 時 9月1日(火) 10:15～11:30  
場 所 姪北公民館講堂  
対 象 どなたでも  
持ち物 室内用シューズ・タオル  
申 込 8月28日(金)までに  
姪北公民館(Tel.895-1075)へ

※動きやすい服装でお越しください

今回の健康教室では、予防の柱である「口腔機能と栄養」「運動」を紹介し、フレイル予防に役立つ「歯間ブラシ」等、記念品もご用意しています。  
ぜひご参加ください。



健康 前フレイル フレイル 要介護

衛生健康委員会

## 8月 校区掲示板

|                      |       |                       |       |
|----------------------|-------|-----------------------|-------|
| 1日(土) 運動会プログラム委員会    | 10:00 | 15日(土) 防犯組合・交通安全推進委員会 |       |
| スポーツ振興会定例会           | 19:00 | 「精霊流し・花火大会警備」         | 17:30 |
| 6日(木) 青少年・子ども育成会定例会  | 18:30 | 19日(水) 運営委員会          | 19:00 |
| 防犯組合定例会              | 19:00 | 22日(土) 防犯組合「委員研修会」    | 19:00 |
| 8日(土) 男女共同参画委員会「上映会」 | 14:00 | 23日(日) シニアクラブ連合会      |       |
| 9日(日) 青少年・子ども育成会     |       | 「短歌を楽しむ会」             | 10:00 |
| 「夏休み、料理体験会」          | 9:30  | 24日(月) 男女共同参画委員会定例会   | 19:30 |
| シニアクラブ連合会            |       | 25日(火) 地域カフェ          | 10:30 |
| 「カラオケ交流会」            | 14:00 | 29日(土) 運動会代表者会議       | 10:00 |
| 12日(水) 編集委員会         | 18:00 | 文化祭実行委員会              | 11:00 |
| 執行役員会                | 19:00 | 1・8・29日(土)            |       |
|                      |       | 防犯組合夜間パトロール           | 19:30 |

事情により、予定を変更する場合があります

## 『三世代交流体力づくり大会』を開催します



9月13日(日)に、**グラウンドゴルフ**と**ベタンク**の大会を行います。  
スポーツの秋が近づいてきました。皆さんふってご参加ください。

**日時** 9月13日(日) 開会式 8:45 **グラウンドゴルフ**  
**場所** 姪北小学校グラウンド ・人数…6人(登録は9人まで)／各町内2チームまで  
**年齢** 小学4年生以上 **ベタンク**  
※小中学生だけのチームは不可 ・人数…3人(登録は5人まで)／各町内2チームまで  
必ず大人が1人以上入ること  
**申込** 9月5日(土)までに各町内のスポーツ振興会委員へ



※雨天時は、体育館で「ラダーゲッター」と「室内ベタンク」という  
ニュースポーツを行います。

スポーツ振興会



## 『敬老のつどい・演芸大会』

「敬老のつどい・演芸祭」を開催します。元気に歌って踊りましょう！ 観覧ご希望の方は、公民館までお申し込みください。

**日時** 9月19日(土) 11:00～15:00  
**場所** 姪の浜ポンプ場(姪北住宅隣)  
**参加費** 800円 (弁当・飲物付き)  
**内容** カラオケ・踊り・コーラス・演劇 等  
**申込** 9月4日(金)までに  
姪北公民館(TEL895-1075)へ



## 演芸大会で見事優勝

7月17日(金)、西市民センターで開催された「**西区高齢者演芸大会**」で、**シニアクラブ連合会舞踊チーム**(10人)が、練習の成果を発揮し、**見事優勝**しました。  
演奏に合わせた独創的な踊りに、会場は拍手喝采でした。



優勝おめでとうございます。

シニアクラブ連合会

## 災害体験・訓練・研修を行いました



7月4日(土)、防災訓練に応募された17人が福岡市民防災センターでの「防災訓練+講習コース」を体験しました。  
訓練は、①煙が充満した空間から脱出する訓練、②消火器の操作訓練、③震度7の揺れの体験、④VR体験(VRゴーグルを装着し、360度映像と座席の動き、音や匂いを通して大規模地震発生時の状況を疑似体験)の4種でした。  
「災害への備えや、自分と家族の命を守るための行動について、改めて考える機会になった」等の感想が聞かれました。  
来年は皆さんも参加してみませんか。



自主防災推進会

## 「夏の交通安全県民運動」の啓発を行いました



7月11日(土)、「夏の交通安全県民運動」の期間に合わせて公民館周辺にのぼり旗を設置して、運動期間中であることをPRするとともに、街頭キャンペーンを姪浜駅前で行いました。  
この機会に交通ルールや交通マナーを再確認し、交通安全につとめましょう。



飲酒運転を見たら、  
迷わず警察への通報をお願いします!!

交通安全推進委員会

### 夏の交通安全県民運動の重点項目

「飲酒運転の撲滅」  
「子どもと高齢者の交通事故防止」  
「自転車の安全利用の促進」



## 「おはようございます、いってらっしゃい」

子ども達が少しでも安全に登校できるように、民生委員と元民生委員、社会福祉協議会のメンバーや保護者の方で、朝の通学路での声掛けをしています。

これは、平成16年の民生委員児童委員の活動目標『100人の親子と知り合おう』をきっかけに始めたものです。

以来、通学通学の方達等たくさんの人と知り合い、子ども達の成長する姿も見られ、嬉しく思います。

皆さんが気持ちよく1日のスタートをきれるよう、「おはようございます」の声掛けをしています。



社会福祉協議会

## 熱中症を予防しましょう

熱中症は気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さへの慣れなども影響して起こります。気温が高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていないときは注意が必要です。

エアコンなどを使用して、**室温を28℃以下**に保つ

こまめに**水分**を補給する  
1日に**1.2リットル**  
塩分摂取も忘れずに

**すだれ**や**遮光カーテン**を使用し、直射日光を遮る

**保冷グッズ**を活用する

涼しい服装をする  
外出時には**日傘**、**帽子**を

「**暑さ指数\***」を確認する  
今日の暑さ指数 31

**熱中症予防のポイント**

熱中症患者の約半数が高齢者。室内や夜間でも発生しています。予防を心がけましょう。

**屋内でも注意が必要**

熱中症で救急搬送された高齢者の内、半数以上は住居から搬送されています。

**屋内でも注意が必要です!**

**緊急時には迷わず119番**

具合が悪くなったなら、病院に行きましょう。  
救急車を呼ぶか迷った時は、  
**#7119**  
(つながらない場合は  
092-471-0099)

**緊急時には迷わずに**  
**119**で  
救急車を呼びましょう。

※暑さ指数とは、熱中症のなりやすさを示す指標です。  
福岡市LINE公式アカウントから暑さ指数情報を受け取れます。

参考: 福岡市熱中症情報  
環境省リーフレット

「熱中症予防のポイント」 <https://heatstroke.city.fukuoka.lg.jp>  
「熱中症へご対応ですか? 予防・対処法～」  
[https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/heatillness\\_leaflet.pdf](https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/heatillness_leaflet.pdf)