



2026年 3 月号

# めいほく

姪北校区

事務局

TEL:895-107

http://meihok

2026年 3月1

## 新学期が始まります



交通安全推進委員会では、毎年4月に交通安全街頭指導を行っています。

これは、子どもの交通事故の大半が道路横断中に発生していることから、小学校の通学時間帯に横断歩道や交差点等の危険な場所で、子ども達の安全を守る活動です。

**新1年生は、初めて子どもだけで通学することになります。**

交通安全の面だけでなく防犯の面からも、ご家族の方には、是非、お子さんと一緒に通学路を歩いていただき、「危険箇所（注意が必要な場所）」を伝えて、事件・事故のリスク（時間帯によっても変わります）を回避してください。



交通安全推進委員会

健康講座

## 紙バンドで小物入れを作ってみませんか



手先を使う小物づくりを通して、指先の運動と健康意識の向上を目指す健康講座です。定員は10人です。

日時 3月6日(金) 13:00  
場所 姪北公民館  
材料費 100円

参加ご希望の方は、姪北公民館(Tel.895-1075)へ3月4日(水)までにお申し込みください。



衛生健康委員会

## 地域カフェ、に、カレーを食べに来ませんか



3月の「地域カフェ」では、公民館「めいほくつ子広場」とコラボして、25日(水)に開店します。いつものコーヒーや手作りデザートに加え、子ども達が作った美味しいカレーを、1食400円で提供します。

カレーを召し上がる方は、12時頃にお越しください。  
※提供数には限りがあります。



3月の地域カフェは  
**25日(水)**  
10:30~12:30

今回は**第4水曜日**に変更しています  
お間違いなく!!

地域カフェ委員会

## 駐車場を利用できない日があります

小学校の工事の為、**公民館駐車場を利用できない日**があります。ご了承ください。  
※工事予定は変更になる場合があります。出来るだけ車以外でご来館ください。

工事期間

令和8年3月31日(火)まで

利用できない日

土曜・日曜・祝日





～人と人の絆が、つながる・ひろがる・ふくらむ まち～



## ソフトバレーボールで盛り上がりました

1月25日(日)に「親善ソフトバレーボール大会」を開催しました。

「男子」「女子」「フリー」の3部門に分かれ、14チーム66人が参加して、楽しくまた激しいゲームが繰り広げられました。

当日は小さな子ども達による応援も多く、大変盛り上がったひとときになりました。

優勝は、男子の部「ビバシティ姪浜」、女子の部「姪の浜4丁目3区・姪の浜4丁目5区連合」でした。



スポーツ振興会

## 手作りのお弁当をお届けしました

2月14日(土)に、ボランティアの方々が無心を入れて作ったお弁当を、70歳以上で一人暮らしの方310人に、民生委員や自治会長などがお届けしました。

管理栄養士さんに栄養バランスの良い献立を考えていただき、お弁当箱に詰めました。お味はいかがでしたか? 感想などお聞かせいただければ、今後の参考にさせていただきます。



社会福祉協議会



## 3月 校区掲示板



4日(水) 母子巡回健康相談	13:30	14日(土) 校区日程調整会議	10:00
5日(木) 青少年・子ども育成会定例会	18:30	14日(土)~24日(火)	
6日(金) 衛生健康委員会「健康講座」	13:00	環境委員会「違反広告物除去活動」	
7日(土) スポーツ振興会定例会	19:00	18日(水) 運営委員会	19:00
8日(日) シニアクラブ連合会	14:00	20日(金) 自主防災推進会「市防災講演会」	11:00
「カラオケ交流会」		25日(水) 地域カフェ	10:30
9日(月) 男女共同参画委員会定例会・反省会	19:00	28日(土) 自治協議会監査	10:00
10日(火) シニアクラブ連合会	8:00		
「初春バスハイク」		12日(木) 姪浜中学校卒業式	
11日(水) 編集委員会	18:00	17日(火) 姪北小学校卒業式	
執行役員会	19:00	7・14・21・28日(土) 防犯組合夜間パトロール	19:00

※事情により、予定を変更する場合があります

## ボッチャを楽しみました

2月15日(日)、**ボッチャ交流大会**を盛大に開催しました。会員と一般参加者あわせて36人が6チームに分かれて競い合いました。

どのチームも一丸となり、白玉に自分達の赤玉、青玉を近づけようと、会場は大盛り上がりでした。

シニアの皆さんが、元気に明るくゲームを楽しみ、交流が深まりました。

これからも、シニアクラブへのご参加をよろしくお願いします。



シニアクラブ連合会

一緒に  
楽しみませんか!!

## シニアクラブの会員を募集しています

校区のほぼ全域をエリアとした「ほくほく会」、姪浜北住宅周辺の「茶ちゃちゃクラブ」、小戸1丁目2区周辺の「さくら会」が「シニアクラブ連合会」として、「グラウンドゴルフ」「ボッチャ」「ソフトダーツ」「ウォーキング」「バスハイク」「短歌」「敬老会」「演芸大会」等々を一緒に楽しんでいます。

毎月開催の**カラオケ交流会**には、最新機種(1200曲入)を導入しました。皆さんで楽しんでいただけます。

おおむね60歳以上の方のご入会、大歓迎です。詳細は公民館へお問い合わせください。

げんき

いきいき

にこにこ



カラオケ



バスハイク



ソフトダーツ



敬老演芸大会

シニアクラブ連合会

## 「個別避難計画」「見守りマップ」を作成しました

2月6日(金)、「第3回・個別避難計画、見守りマップ作成ワークショップ」を開催しました。

第1回・第2回のワークショップでは、避難行動要支援者(高齢者や障がいのある方など、災害発生時に配慮を要する方の内、避難に際して支援が必要な方)の「個別避難計画」96人分及び「自治会マップ」を作成しました。

今回のワークショップでは全3回の集大成として、70歳以上の独居高齢者で見守りが必要な方の「見守りマップ」と、避難行動要支援者新規登録者の洗い出しを行い、災害時に備えた体制作りを強化することができました。

自治会長・民生委員・社会福祉協議会・公民館・自治協議会の大勢の皆様にご協力いただいたことに、感謝申し上げます。



自治協議会

# 命を守るために、5つの対策を

3月20日は  
「市民防災の日」

災害が起きたら、まずは**自分の命を守る行動**（自助）が必要です。  
福岡市では、自分の命を守る防災対策として、次の5つの行動をご紹介します。  
災害時には、安全の確保や状況に応じた避難など、やるべき事がたくさんあります。  
今できることは、後回しにせずに**“今”**しておきましょう。

## ① 災害リスクを確認しよう

災害が発生又は発生しそうな際には、どうすればその被害を避けられるのかを判断する必要があります。洪水、高潮、土砂災害、地震、津波の災害が想定される範囲や程度などを地図化した**“ハザードマップ”**を活用して、災害時の身の回りにどのような危険があるのか、今のうちに確認しておきましょう。



福岡市  
ハザードマップ



## ② 避難場所を決めよう

安全な場所は、災害の種類や規模によって異なります。無理して屋外に出るよりも自宅にとどまることが安全な場合もあります。

ハザードマップを確認し、状況に応じて、避難所、親類・知人宅等の避難場所を決めておきましょう。



避難経路の安全確認  
もお忘れなく！

## ③ 情報収集しよう

災害が発生したときは、速やかに情報を収集し、状況を把握することが大切です。「どの程度の規模の災害なのか」「どういった被害が出ているのか」などの情報によって、今後の行動が左右されます。また、土砂崩れや地震などの後に起こる二次災害による被害から身を守るために、警報や注意報が出ているか確認することも大切です。

福岡市ホームページ、福岡市防災メール、福岡市防災アプリのツナガル+（プラス）、福岡市LINE公式アカウント等を活用して、最新の情報を収集しましょう。



アプリ、メール、LINEは事前に登録を。

福岡市・福岡県のホームページでは、防災情報や、避難所情報、災害への備えなどを紹介しています。ぜひ一度、のぞいてみませんか。



参考 福岡市ホームページ  
「命を守る5つの行動」



福岡県防災ホームページ  
「災害に備える」



## ④ 必要なものを備蓄しよう

災害発生時は、生活に必要なものが入手できない可能性があります。お店が閉まれば、何も買えません。水道や電気、ガスが止まれば、食事は作れず、トイレも流せません。いざという時のため、最低でも3日分の食料や水、生活物資を備蓄しておきましょう。停電に備えて、電源確保や停電対策もお忘れなく！



家庭での備蓄については  
こちらから  
(福岡市ホームページ)



## ⑤ 非常持出品を準備しよう

自宅から避難する場合に備え、背負える程度の必要最小限のものをリュック等にまとめて、すぐに取り出せる場所に置いておきましょう。



避難の際は、感染症対策グッズやお薬等もお忘れなく！