



伊川だより

第130号
令和5年12月1日発行
伊川市民サブセンター
門司区伊川1462-1
TEL 481-7177
発行責任者 小牟田尚美

～伊川防災訓練のお知らせ～

(主催：伊川校区社会福祉協議会)

里条・平原・平山地区対象です。



12月2日(土)朝 10:00 地震発令と想定し、

里条・平山・平原の皆さんは伊川市民サブセンターへ
避難してください。車で来られても構いません。

<当日プログラム>

- 10:00 避難開始(10時に自宅出発)
- 10:30 人員点呼・避難時の説明
- 11:30 解散

訓練に参加される方は、11月30日(木)までに
伊川市民サブセンターへお電話ください。

TEL481-7177

ヘアケア講座

生涯学習 花王講座

12月11日(月) 13:30

髪も気持ちもイキイキと！
洗髪やドライヤーのかけ方、
セット方法を学びます。
血行を良くする頭皮マッサージ
の方法も教わります。

お申し込みはお電話で。
伊川市民サブセンター
TEL481-7177
只今受付中。定員20名になり
次第受付終了いたします。

前回受講された方も受講できます！

令和5年度デジタル活用講座

日時

- ① 令和6年1月9日(火) 14:00~17:00
 - ② 令和6年1月16日(火) 14:00~17:00
 - ③ 令和6年1月23日(火) 14:00~17:00
 - ④ 令和6年1月30日(火) 14:00~17:00
- 全4回、各回2時間30分のコースです。
原則、すべての回にご参加ください。

会場

伊川市民サブセンター

定員

15名(事前申し込みが必要です。)申込受付中
参加無料

参加

北九州市市民文化スポーツ局生涯学習課

主催

申込先：伊川市民サブセンター
(電話 481-7177)

松ヶ江北小学校家庭教育学級

「防犯スポーツ教室」

12月16日(土) 13:30~

松ヶ江北小学校体育館

※詳しい内容や申し込み方法は
小学校配布チラシをご覧ください。

<12月の行事予定>

- 2日(土) 10:00~伊川防災訓練
- 9日(土) 13:30~伊川校区定例会
- 11日(月) 13:30~ヘアケア講座
- 28日(木) 仕事納め(17時閉館)

年末年始 閉館のお知らせ

12月29日(金)~1月3日(水)

伊川市民サブセンターは閉館いたします。

古紙回収倉庫も締まっています。

閉館期間中に倉庫前に古紙などを置かないよう
お願いいたします。

令和5年度 伊川市民サブセンター 第18回 文化祭 終了

主催：伊川文化祭実行委員会



11月1日（水）から4日（土）まで、伊川市民サブセンターに文化の風が吹きました。

お口の元気度アップ講座

10月25日（水）

主催：伊川校区まちづくり協議会
健康づくり委員会

伊川健康づくり委員の鳥居歯科
医院の林 英哲先生に、体のフレイル
予防から始まり、口腔衛生に繋がる
健康づくりのお話を伺いました。



伊川校区

グラウンドゴルフ大会・終了

10月28日（土）

主催：伊川校区まちづくり
協議会健康づくり委員会

気持ちの良い秋晴れの中、
伊川公園にて行いました。
力の加減が難しく、飛びすぎ
たり、あと少しが入らなかったり・
皆さんの熟練の技を見させていただきました。



インフルエンザ予防情報

インフルエンザは例年12月～3月が流行シーズンです。インフルエンザウイルスによって感染します。インフルエンザは高熱を発症するだけでなく、肺炎などの重い合併症を引き起こす危険があります。新型コロナウイルス感染症同様、ワクチンを接種し、換気、マスクの着用と手洗いの徹底など日常生活で対策をとりながら感染を予防しましょう。

予防として最も効果的なのはインフルエンザワクチンの接種です。持続効果は5～6か月間です。免疫ができるまで2週間程度かかるので流行時期に備えて早めに接種を受けましょう。

※新型コロナワクチンとの同時接種については医療機関にご確認ください。

北九州市にお住まいの65歳以上の方、60～65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障害による身体障害者手帳1級を持っている方（又は同程度）は、自己負担額1500円で接種できます。又、対象者のうち

①生活保護受給者 ②世帯全員が市民税非課税の方は、自己負担額が無料になります。

接種期間：令和5年10月1日（日）～令和6年3月31日（日）

減免手続きなど詳細は、門司区役所保健福祉課健康相談コーナー（TEL331-1888）までお問い合わせください。

