



もっと知りたい！  
**三苦**  
みとま

校区基本DATA

人口	9,137人
世帯数	4,201世帯
65歳以上の人口(割合)	1,907人(20.9%)
15歳未満の人口(割合)	1,436人(15.7%)

(2024年3年末日現在)



三苦校区は福岡市の最北部に位置し、新宮町と接しています。美しい砂浜が広がる三苦浜や、歴史ある綿津見神社がこの地域の誇りです。現在、校区内には約4200世帯、9140人が暮らしています。2025年に発足30周年を迎える自治連合会、その後発足した自治協議会を中心に、各専門委員会が連携し、多彩なイベントを開催しています。地域の皆さんと手を携えながら、より良いまちづくりを進めていきます。

校区情報はこちらをCHECK!



※校区年間スケジュール  
(2024年度 一部抜粋)

- 4月** 小学校・中学校入学式  
中学生大会
- 5月** 三苦の史跡を巡るウォーキング  
壮年ソフトボール大会  
ママさんバレーボール大会
- 6月** ラブアースクリーンアップ  
小学生ソフトボール大会  
小学生ドッジボール大会  
三苦校区防災訓練in三苦浜中央公園  
みとま健康フェスタ
- 7月** 多文化交流会  
和白・三苦子ども相撲大会  
みとま夏休み寺子屋塾
- 8月** 4年生対象防災教室  
三苦校区二十歳の集い
- 9月** まつり三苦  
校区グラウンドゴルフ大会  
校区一斉清掃
- 10月** 三苦校区体育祭  
三苦浜中央公園清掃活動  
(ラブ・パーク)  
三苦公民館サークル文化祭  
ミュージックフェスタin三苦
- 11月** 三苦児童防災キャンプ  
三苦校区防災訓練  
ウォーキング大会
- 12月** 三校区マラソン大会  
三苦校区卓球大会

三苦校区は、西側は玄界灘に面し、豊かな自然と美しい景観に恵まれた地域です。地名の起源は4世紀の神功皇后の時代まで遡るとされ、校区内には由緒ある神社や史跡が点在しています。近年はマンション建築や宅地開発が進み、若い世代の住民が増加。誰もが住みやすいまちづくりをめざし、住民同士が協力して地域活動に取り組んでいます。



かつては海亀の産卵が見られた三苦海岸

テーマ① 地域一体で取り組む「防災活動」



防災教室 小学4年生の夏休みに開催

地域防災の担い手を育む  
小学校と地域連携の防災教育

三苦校区では、「災害時に自分の身は自分で守り、身近な人を助ける自助・共助の大切さ」を子どもたちから学べるよう、小学校と地域の連携による防災教育に力を入れています。

小学3年生の授業で消防署について学んだ後、4年生対象の防災教室で本格的な防災学習が行われます。さらに、小学4年生から6年生が参加する防災キャンプへと続く一連のプログラムを通じて、子どもたちは非常時に柔軟に対応する力を養います。



校区防災委員長が小学校に招かれ、地域防災について講義を行います

テーマ② みんなで盛り上がる「交流イベント」

9月 楽しい夏の思い出づくり  
まつり三苦

例年9月に三苦小学校で開催される校区の夏祭り。会場には夜店が立ち並び、多くの人でにぎわいます。公民館サークルの舞台発表、じゃんけんゲーム、抽選会、三苦音頭を踊る輪踊りなど楽しい催しが行われます。



毎年盛大に行われる夏祭り

10月 スポーツで絆を深める  
三苦校区体育祭

毎年開催の校区体育祭。秋空の下、三苦小学校グラウンドに各町内から参加者が集い、多彩な競技で優勝を競います。とくに親子リレー、学年別リレー、町内別リレーは、大いに盛り上がる人気競技です。



熱い声援が飛び交います

11月 学んだことを実践で生かす  
三苦児童防災キャンプ

校区青少年育成連合会と防災推進委員会を中心に、2021年から行われている三苦児童防災キャンプ。小学4年生から6年生が参加し、三苦浜中央公園で1泊2日の野外生活を体験します。子どもたちは班ごとに協力してテントを張り、買い出しから夕飯づくりまで、自分たちで考えて行動します。夜はキャンプファイヤーを囲んでのレクリエーション。翌日は、校区全体で実施する防災訓練に子どもたちも参加します。



公園でテント泊する「三苦児童防災キャンプ」。子どもたちの自主性を育む訓練



自分たちで作る夕食のカレー



キャンプファイヤーを囲んで消防士さんと防災学習



2日目の朝は防災食の試食

11月 災害に備え、毎年実施  
三苦校区防災訓練

三苦公民館、和白清松園、三苦小学校の3か所に避難所を開設し、防災訓練を実施します。参加者は、自宅から避難所までの経路を歩いて確認。各家庭で準備している非常時持ち出し品を持参して集合します。



町内会ごとに指定の避難所に集まります

注目 「もしもの時に役立つ! 体験型イベント」  
「校区防災訓練 in 三苦浜中央公園」

2024年6月、三苦浜中央公園で体験型の校区防災訓練がはじめて開催されました。参加者は、土のう訓練、簡易トイレ設置、発電機体験、テント設営、防災食など各コーナーを回り、実際に自分で触れて使い方をすることで、災害時に身を守るための術を学ぶことができました。

3校区の親睦を深める/  
「スポーツイベント」

和白中学校区(三苦・和白・奈多)交流事業が多く、マラソン大会と卓球大会は長年続く恒例のスポーツイベントです。マラソン大会は小学4年生以上、卓球大会は中学生以上の方が参加できます。



マラソン大会(12月開催)



多文化交流会台湾(2024年)

世界の文化にふれる/  
「多文化交流会」

三苦校区で暮らす外国の方や近隣の外国語学校に通う学生さんとの交流を深めるため、年1~2回、公民館で開催される催し。外国の暮らしや文化についてのお話や、家庭料理の教室などが行われます。

こちらもCHECK!

# ひがしく INFO



「ラブアースクリーンアップ」で三苦海岸の漂着ゴミ集め

## テーマ③ 自分たちのまちをきれいに「環境美化」

年数回 美しい環境をみんなで守る

### 校区一斉清掃

6月開催の「ラブアースクリーンアップ」では、毎年およそ300名の住民が参加して、三苦海岸と三苦浜中央公園を清掃します。9月には各町内での一斉清掃、10月には「ラブ・パーク」と題して三苦浜中央公園の清掃が行われます。

リサイクル意識を高める／

### 「子ども会の廃品回収」

子どもたちの物を大切にすることを養い、ごみの減量化を図ることを目的として、子ども会で廃品(資源)回収を行っています。回収日時や場所は、町内により異なるため、回覧板でお知らせしています。

## テーマ④ シニア世代の仲間づくり「高齢者サポート」

地域交流の輪を広げる／  
「ほのぼのサロン」

三苦校区にお住いの一人暮らしの方や家に閉じこもりがちな高齢者を対象とした交流の場。年12回、レクリエーションや季節行事などさまざまなプログラムが行われます。毎月第3月曜日の10時から12時まで公民館で開催。

月1回 気軽に集まり、楽しく過ごす

### 地域カフェひだまり

毎月第3もしくは第4木曜の11時から15時に三苦4・5丁目集会所で開催。三苦4・5丁目老人会「友愛クラブ」の主催で、婦人部メンバー、民生委員、ボランティアスタッフが手作りの昼食を提供しており、食事をしながら楽しい時間が過ごせます。年齢を問わず町内外からの参加可。

おいしい食事  
が楽しみ／



おのおの好きな時間に来て昼食のテーブルを囲みます

## TOPICS

暮らしを支えるボランティア／

### 「三苦宮繕おたすけ隊」

2013年に地域の有志で結成されたボランティアグループ。高齢者や体の不自由な方を対象に、高所の電球の取り換え、水道の水漏れ修理、引き戸の調整など、生活の中のちょっとした困り事を解決してくれます。問い合わせは公民館まで。



おたすけ隊



ヘルスマイト

地域の食のサポーター／

### 「ヘルスマイトさん」

食生活改善推進員(ヘルスマイト)は、地域の食育推進・健康づくりの担い手として、公民館での料理教室開催をはじめ、校区のさまざまな行事に参加し、食生活や運動の大切さについて広める活動をしています。

子どもを見守る地域の目／

### 「スクールガード」

三苦校区では、ボランティアの方が登下校時に子どもを見守るスクールガード活動を長年続けています。毎年春に小学校で見守り隊と子どもたちの顔合わせがあり、年末には日頃のスクールガード活動に感謝する集いが行われるなど、地域と学校が連携して安心安全なまちづくりに取り組んでいます。



スマホ相談



スクールガード

スマホ相談もできる地域カフェ／

### 「いちごカフェ」

地域の方が気軽に利用でき、お茶やコーヒーを飲みながら自由に過ごせる憩いの場。毎月第2月曜日の13時から16時に公民館で開催されます。校区社会福祉協議会による「スマホお困りごと相談会」も同時開催で、一人一人のスマホの悩みに対応してくれると好評です。

## テーマ⑤ いきいき暮らすための「健康づくり」

6月 健康に年を重ねるために

### みとま健康フェスタ

地域の福祉施設や薬局、区役所の協力で、年一回、公民館で開催。健康チェックコーナー、食生活のアドバイスがもらえるヘルスマイトコーナー、健康チェック後にくつろげる喫茶コーナーがあります。



血管年齢や血中酸素濃度、体脂肪率などを測定

5月 郷土の歴史を知る町歩き

### 三苦の史跡を巡るウォーキング

歴史を学びながら健康づくりができるウォーキングイベント。公民館を出発して正覚坊墓碑から綿津見神社を経て、三苦浜中央公園までゆったりとしたペースで校区内を歩いて史跡めぐりを楽しめます。



講師のくわしい説明を聞きながら校区内を歴史探訪

## テーマ⑥ 地域で子どもを育て「子育て支援」

7月 ちびっこ力士の真剣勝負！

### 和白・三苦子ども相撲大会

和白校区と三苦校区の合同で行われる子ども相撲大会。小学1年生から6年生が参加し、学年ごとに団体戦と個人戦が行われます。2024年は男女計34名が出場。選手たちは大会前から練習を重ね、本番では手に汗にぎる熱戦を繰り広げます。



例年7月に塩浜児童公園で開催される「和白・三苦子ども相撲大会」

公民館に行こう！

仲間づくり&情報交換／

### 「子育てサロン」

●スイートピー広場  
親子で自由に過ごせるスペース。年数回、保健師が参加して、子育て相談に対応しています。  
第1・3水曜日/10:00~13:00

●にこにこふれあい広場  
年齢別に2グループに分かれ、近隣保育園の先生と一緒に楽しい時間が過ごせます。  
第2・3火曜日/10:30~13:00

7月 地域の中に子どもの居場所を

### みとま夏休み寺子屋塾

毎年、夏休み前半の2日間、小学生を対象とした「みとま夏休み寺子屋塾」が公民館で開かれます。各日10時から13時まで、涼しい室内で友だちと一緒に夏休みの宿題に取り組みます。大学の先生や学生、地域の方がボランティアで参加し、子どもたちの学習のサポートをしてくれます。



公民館が夏休みの学び舎に。子どもたちは勉強道具と水筒を持って集まります。軽食付きで参加無料