

赤坂公民館だより 10月

〒810-0042 福岡市中央区赤坂2丁目5-126
電話 751-4691 FAX 751-7734
Eメール akasaka37@jcom.home.ne.jp

どの講座もお申し込みが必要です。
左記の電話までご連絡ください。

令和8年10月1日 発行
イラスト著作権 かくげい

【赤坂元気プロジェクト】



赤坂小保護者の皆さまへ「3週間で変わる!子どもの体と心」♡

2009年に赤坂小学校と連携し、総合学習としてスタートした「赤坂元気プロジェクト」。4年生が10/7～10/27の3週間、「30回噛みましょう」「旬の野菜を食べましょう」などの食改善に取り組みます。「食」が体を作り生活や心が変わるお話を、4年生と一緒に保護者の皆さまも聞いてみませんか。どの学年の保護者の方でもOKです。



講話 10/6(火)13:50～15:05

場所:赤坂公民館 講堂(4年生と一緒に公民館で話を聞きます。)
講師:NPO 法人大地といのちの会理事 中尾慶子さん
申込:右記の二次元コードかお電話で。



【赤坂ダーツ教室】



誰でもできます 簡単ダーツ!

10/7(水)10:00～12:00
10/15(木)14:00～16:00

※10/15(木)に中央区大会出場の予選会をします。
定員:18名(校区優先)

【タオル帽子作り】



縫い物でボランティア!

10/13(火)14:00～16:00

抗がん剤治療を受けている方々に使っていた
ため、タオルで帽子を作っています。
針・糸・はさみをご持参ください。
どなたでも大歓迎です。

【Enjoy わたし+】



Beauty Workshop

10/21(水)10:00～11:00

内容:30代・40代・50代から変わる肌と体
～加齢による肌・目元の変化のしくみと日常でできるケア
講師:Luxe Beauty Clinic
院長 坂本昂司先生
定員:15名(どなたでもどうぞ)
申込:右記の二次元コードかお電話で



【けやきウォーキング】



秋を見つけに行きましょう!

10/8(木) 10:00～11:00

公民館に集合して舞鶴公園を散策します。
定員:20名(校区優先)

【あかさか健康広場】



ボールで楽しくエクササイズ

10/14(水)10:30～11:30

場所:赤坂公民館 講堂
定員:18名(校区優先)
持参物:室内シューズ・水分補給用の飲料・
汗拭きタオル
共催:福岡市立中央体育館

【赤坂ゆかいクラブ】



楽しいバスハイク

10/24(第4土)8:30 集合

集合場所:赤坂3丁目自然社前
行き先:朝倉方面
～柿狩りと酒蔵(ワイン・焼酎)めぐり
対象:校区的シニアの方(新入会は運営費500円)
参加費:3,500円(10/9までに入金ください)
※当番は3班です。
15分前に来て出欠確認をお願いします。



【赤坂けやき大学】



秋の歳時記

10/27(火)10:00～11:30

※いつもと時間が違います。

講師:NHK 気象予報士 吉竹顕彰さん
定員:50名(校区高齢者の方)
共催:赤坂校区自治協議会
赤坂校区老人クラブ連合会

みなさん
お待ちかね!



11/24(火)は
バスハイクです。
鳥栖・久留米
方面に行きますよ!

【すこやかサロン桜坂】



デジタルゲームを楽しみましょう!

10/9(金)13:30～15:00

※プラスチック分別収集についての
説明会も実施します。

指導:多世代交流ネットワーク協会 大川照明さん
場所:すこやかほ～む桜坂(桜坂1-10-59)
※スリッパをご持参ください。
定員:15名(桜坂地区の高齢者の方)
共催:すこやかほ～む桜坂
赤坂校区自治協議会



【手作りボランティア】



ハロウィーンの飾りを作りましょう!

秋冬にちなんだ折り紙も折りますよ。

10/14(水)13:00～16:00

いつ来てもいつ帰ってもOKです!
対象:どなたでもどうぞ
※申し込み不要。折り紙は公民館で準備します。

【赤坂子育てマルシェ】



舞鶴公園でミニ運動会

10/28(第4水)10:30～11:30

公民館に集合して舞鶴公園へ行きましょう。
(雨天の場合は公民館で遊びます)
講師:臨床心理士 山下雅子先生
定員:親子15組
共催:NPO ふくおか子どものこころサポート研究所

赤坂ものがたり



赤坂のまちの歴史と変遷について調べてみましょう!
お喋りしたい方、聞きたいだけの方、どなたもwelcome

10/20(火)10:00～12:00

場所:赤坂公民館
対象:赤坂に昔住んでいた方や赤坂のまちに
関心がある方はどなたでも

認知症コミュニケーション・ケア技法
「ユマニチュード®」講座

ユマニチュード(認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーション技術)の基本を学び、認知症の人に優しいまちを作
りましょう。

10/29(木)14:00～15:00

講師:福岡市ユマニチュード地域リーダー
高橋香織さん

場所:赤坂公民館 講堂
定員:30名(どなたでもどうぞ)
申込:右記の二次元コードまたはお電話
(福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局
600-2786)でお申し込みください。
公民館でも受け付けできます。



母子巡回健康相談

10/7(水)13:30～14:00 受付

内容:身体計測、育児相談など
問合せ:中央区地域保健福祉課
※母子健康手帳をお持ちください。

○定例休館日:10/31(土)
○10/18(日)は利用がない時は休館します。
利用希望の方は10/8(木)17時までに申込ください。

赤坂自治協だより10月

あかさか じちきょう

2026年10月1日発行

令和8年

みんなでつくるあかさかの秋。

赤坂秋まつり

魅力あるステージや 美味しい食べ物 盛りだくさん!

開催日 **10月11日** 日曜日
雨天中止

開催時間 **16:00~20:00**
ゲームは**15:30**スタート

楽しいイベントがいっぱい!

ステージパフォーマンス
ゲームコーナー 飲食コーナー

やきそば	カレー	オムライス	ピザ	やきとり	多分	ポテト	ナゲット	大盛り	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
400円	400円	500円	200円	400円	250円	200円	300円	300円	400円	400円	400円	400円	400円	400円	400円	400円	400円	400円	400円

秋の健康ウォーク

要予約

日時: 10月30日(金) 10:00~12:00

受付開始 9:45

集合場所: 赤坂公民館 講堂

定員: 30名 (先着順)

内容: ウォーキングのミニ講座
・ウォーキング(大濠公園周辺)

※お弁当を用意しますが、飲み物は各自で持参してください
歩きやすい服装と靴でお越しください

※事前に自治協事務局(714-6876)までお申込みください



予告

グラウンドゴルフ大会

予約不要!

日時: 11月1日(日) 9:00集合~12:30(委員集合8:30)

※ 予備日 11/29(日)

場所: 赤坂小学校 運動場

対象: 小学生以上

※小学3年生以下は保護者同伴

持ち物: 運動できる服装、帽子、タオル、飲み物など

★優勝賞品・ホールインワン賞・飛び賞を用意しています!!

参加賞も♪(ボックスティッシュかゴミ袋 小学生はお菓子)

問合せ: 赤坂校区体育振興会 小寺 090-3603-4730



まつりだヨ! 全員集合~

毎年恒例 お楽しみ抽選会

おまつり終盤で抽選会を行っています

入場の際、ひとり1枚抽選券

(リストバンド)をお配りします。

ゆかた等でお越しの方には抽選券2枚!!

15:00~ゲーム券当日販売

ゲームはゲーム券の購入が必要です

ゲーム券当日販売は

「赤坂小児童以外」が対象です

赤坂小児童は、必ず9月下旬予定の

P.T.A販売でご購入ください

福岡まつり 月華祭

10月25日(日) 13:00~ セレモニー(警固公園)
13:30~ 天神パレード



今年も月華祭が天神で開催されます!

赤坂連は貴公子・阿部右大臣 合谷 陽さん

ほか20名の稚児、有志の警固中生・地域の

方々が天神をパレードします。

ぜひ、天神へ足をお運びください♪



子育てサロン ピ〜か・ぶ〜

毎月第1・4月曜

赤坂公民館にて

10月 5日(月) 10:30~14:00

26日(月) 10:30~14:00



未就園児対象: 親子でゆっくり過ごせる楽しい遊び場です!

※ お昼ご飯を持って参加してね♪

子育て支援 あんだんて

今月は第3月曜

赤坂公民館にて

10月 19日(月) 10:30~12:00



今月は「秋だ! 祭りだ! 運動会だ!」です!

楽しい運動会ごっこを企画しています♪

親子で楽しく遊びましょう♪ 参加人数 15組(要事前申込)

*飲み物(お茶など)は、各自で持参してください

月	火	水	木	金	土	日
●すこやかサロン桜坂 13:30~15:00 すこやかほ〜む桜坂(桜坂1丁目)にて 詳細はウラ面「公民館だより」へ		●サロン赤坂 第1・3月曜 13~15時	1	2	3 緑地清掃	4
5 び〜か・ぶー サロン赤坂	6 18:30~運営委員会	7 14:40~下校時見守り	8	9 すこやかサロン桜坂	10	11 赤坂秋まつり
12 スポーツの日	13	14	15 14:40~下校時見守り	16 カフェ赤坂	17	18
19 あんだんて サロン赤坂	20	21 14:40~下校時見守り	22 夜間ハートゥール	23	24	25 資源ごみ回収 月華祭
26 び〜か・ぶー	27	28	29 14:40~下校時見守り	30 秋の健康ウォーク	31	※下校時見守り 赤坂小正門集合

語らいの場 カフェ赤坂

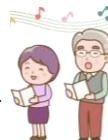
毎月第3金曜

赤坂公民館にて

10月 16日(金) 13:00~15:00

今月は「音楽の仲間」音楽療法士 武谷暁子さん
みんなで一緒に歌いましょう♪

地域のみなさんとの、お茶を飲みながらの交流広場です
気軽に話しをしに、出かけてみませんか?



赤坂公園・緑地清掃

今月は第1土曜

*雨天中止

10月 3日(土) 9:00~10:00

掃除道具は用意しています。軍手を持参してお越しください♪

夜間防犯パトロール

毎週第4木曜

赤坂小学校正門集合

*雨天中止

10月 22日(木) 19:30~20:30

※19:15集合 10~3月19:30スタートです!

運動不足解消に! 毎月参加できなくてもOK

歩きやすい服装・飲み物など気候にあった準備でお越しください

下校時見守りパトロール

毎月3~4回

赤坂小学校正門集合

*雨天中止

10月 7日(水) 14:40集合

15日(木) 14:40集合

21日(水) 14:40集合

29日(木) 14:40集合

お手伝い
いただける方を
募集中です!