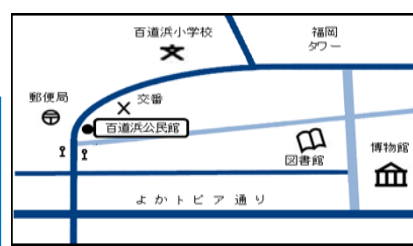


＊ ＊ 百道浜公民館 ＊ ＊  
〒814-0001 福岡市早良区百道浜3丁目6-24  
TEL 845-5859 FAX 845-5761

# 4 月百道浜公民館だより

<https://www.facebook.com/momochihamakouminkan/>

百道浜公民館  
フェイスブック  
QRコード



公民館、今年度も元気に頑張ります！

令和4年度はコロナと向き合いながらの活動で、様々な制約がある中での1年でした。そんな中でも、公民館主催行事をはじめ、サークル活動、地域団体とのコラボ行事、文化祭等、充実した足跡を残すことができました。特に、校区の子ども達や住民の方にとって、公民館がホッとできる居場所となってきたのではないかと思います。

令和5年度は、公民館が校区の皆様の居場所としてさらに機能し、おなじみの顔や新しいか顔との出会いがある場所になるよう、公民館運営に力を注いでいきたいと思ひます。また、本年度は地域包括ケアの一環として、認知症に焦点を絞り、研修を重ねていきたいと思ひます。認知症は正しく知ること、その予防や対処はスムーズに行うことができます。誰もが安心して暮らすことができる百道浜の街になるよう、一緒に学んでいきましょう。ご支援ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

令和5年4月1日 百道浜公民館 館長 山田 保彦

第15回百道浜校区人権標語  
寄り集う友ときずなの百道浜の会  
「その言葉 ネットだからって いいのかな」 藤田 路美雄  
「認め合おう あなたの個性の色」 小田部 優里

## 第1回ジェロントロジー (=加齢学) 講座

### 認知症に正面から向かい合う！

地域や家庭で穏やかに過ごすためにわたしたちができること

認知症になったら人生おしまい?!

あなたの疑問に答えます

認知症になったら何もわからなくなる?!

家族が認知症になったらどうするの?!

認知症の人にどう声かけしたら良いの?!

**4/22 (土)** 健やかに歳を重ねるために、認知症について一緒に学びませんか?  
**10:00~12:00**  
公民館講堂

定員：百道浜校区住民50名  
会費：参加費無料  
講師：福岡市認知症キャラバンメイト 谷川 義和氏

【お問い合わせ・申込み：公民館】

## 今年度月1回の公民館休館日のお知らせ

月日 (曜日)	月日 (曜日)	月日 (曜日)	月日 (曜日)
4月30日(日)	7月30日(日)	10月29日(日)	R6年1月4日(木)
5月28日(日)	8月12日(土)	11月26日(日)	R6年2月25日(日)
6月25日(日)	9月24日(日)	12月28日(木)	R6年3月31日(日)

### ※ゴールデンウィーク期間の臨時休館について

5月3~5日は利用申込がないときは臨時休館します。  
この期間に利用を希望される方は、利用申込みは4月21日(金)午後5時までをお願いします。

## 百道浜公民館サークル開始！

今年度は35サークル・2グループでスタート！

「サークル・グループ一覧表」は別紙で全戸に配布しています。  
再配布はございませんので、大切に保管願います。

サークル活動開始日：4月3日(月)~

### new ▶ ナイトヨガ **会員募集中!**

心と体の緊張を解くゆったりとしたヨガクラス。体の凝りをほぐし呼吸の音に耳を傾けます。陰ヨガをベースに、はじめての方も安心してご参加いただけます。

日 時：毎月第①③火曜日 19:15~20:30  
場 所：百道浜公民館 講堂  
対 象：成人一般  
講 師：西尾 里香先生

### たのしいオカリナ

ジャンルを問わず、楽譜が読めなくても大丈夫。やさしいオカリナの音色に癒されませんか？ソングを楽しんでいます。オカリナを吹いてみたい方、いかがですか？

日 時：毎月第②④火曜日 10:00~12:00  
場 所：百道浜公民館 学習室  
対 象：成人一般  
講 師：目瀬 恵先生

### 大人のバレエストレッチ

バレエの技法で美しい首すじ、背中を目指します。一人一人に丁寧なご指導です。4月から6月の期間は無料キャンペーンを行います。ヨガマットまたは無ければタオルをご持参ください。

日 時：毎月第①②④火曜日 10:00~11:30  
場 所：百道浜公民館 講堂  
対 象：成人一般  
講 師：兵動 尚子先生

## 公民館SDGsカフェ

4月8日(土)

12:00~16:00@公民館ロビー

R5年度のSDGsカフェはイベント時のみ開催

あなたの大切なランドセルに第2の人生を！  
~使わなくなったランドセルを  
寄付していただだけませんか？~  
百道浜公民館にお持ちください。

募集日：4月8日(土) 12:00~16:00  
募集の品：ランドセル、上靴、体操服、体操帽、子供用衣類(夏服)、文房具、水筒、ぬいぐるみ(20cm以内)  
※洗濯したものをお持ちください。  
寄付先：NPO法人サンハウスによる国際支援協力「ランドセルプロジェクト」

寄付していただいたランドセルに学用品をいっぱい詰め込んで、貧困や紛争、災害で苦しんでいる海外の子どもたちに届けます。前回のプロジェクトでは、フィリピンミンダナオ島プレジデント・ロハス市の3つの地域の子どもたちに613個のランドセルをプレゼントしました。その時の様子をSDGsカフェの時に動画で流します。

校区在住の小学生・中学生対象

## はまっ子くらぶ

4月8日(土)・22日(土)  
13:00~15:00

※兄弟児で未就学のお子さまには必ず保護者の付き添いをお願いします。未就学児のみの参加はできません。ご了承ください。

## 百道浜校区の主な行事

1日	土	防災定例会10:00～ 防犯定例会11:00～ 自治協定例総会19:00～
5日	水	子育てサロン10:30～
7日	金	いきいきカフェ13:30～
8日	土	SDGsカフェ12:00～ はまっ子くらぶ13:00～
10日	月	ふれあいサロン13:30～
11日	火	人尊協定例会13:00～ 社協定例会14:00～
16日	日	町内ソフトボール大会9:30～
19日	水	子育てサロン10:30～
21日	金	いきいきカフェ13:30～
22日	土	ジェロントロジ-講座「認知症に正面から向かいあう」10:00～ はまっ子くらぶ13:00～
24日	月	ふれあいサロン13:30～
28日	金	ノルディックウォーキング14:00～ 防犯パトロール21:00～
30日	日	休館日

地域活動日程の変更・中止など、百道浜自治協議会ホームページをご確認ください。QRコードはこちら⇒  
<https://www.momochi-hama.jp>



### 防犯推進協議会より

#### 防犯パトロール

日時：4月28日(金) 21:00～ 公民館前集合

「私たちの百道浜は、私たち自身で守る」を合言葉に実施しています。各町内の防犯委員の皆様、校区の皆様のご協力、よろしくお願いいたします。

### 自治協議会からのお知らせ

#### 自治協定例総会

日時：4月1日(土) 19:00～

4月

# 百道浜自治協だより

この度、令和5年度の百道浜校区自治協議会会長を務めさせて頂くことになりました。前会長の竹内様、6年間ご尽力頂きまして、ありがとうございました。未熟な点が多々あると思いますが、精一杯務めさせていただきますので、よろしくお願い申し上げます。

また、今年度は、行動制限の緩和の中で、感染防止対策に配慮しながら夏祭り等のイベントを進めて行く所存です。重ねてご支援とご理解をよろしくお願い申し上げます。

百道浜校区自治協議会 会長 大森 光洋

## ★ふれあいサロン

校区の65歳以上の方はどなたでも参加できます。

4月10日(月) 開講式「健康講座自宅で出来るトレーニング」

盛永 聡さん

4月24日(月) 「自主防犯のポイントと交通安全」

市民局・防犯交通安全課

場所：公民館講堂 時間：13:30～  
参加費：無料(校区外の方は100円)  
14:30～おやつタイム  
月に一度お誕生日ソングでお祝いします。

お問い合わせ：公民館または民生委員

## ★百道浜老人クラブ

校区の60歳以上の方はどなたでも参加できます。

ターツ 第1・3水曜13:30～ いこいの家  
グラウンドゴルフ 毎週木曜9:00～ 百道浜東公園

3日(月) 役員会9:30～、定例会10:00～

4日(火) 公園清掃9:00～

11日(火) かたらん会13:00～

17日(月) 役員会9:30～、総会10:00～

25日(火) かたらん会・いこいの家窓掃除13:00～

連絡先：老人クラブ 会長 村山090-3412-4560

4月28日(金) 公民館前集合

14:00～15:30

ノルディック  
ウォーキング

定員20名 雨天中止。

参加費無料

ポール貸出無料。

講師：福岡ノルディックウォーキング協会指導員

主催：校区衛生連合会

ウォーキング指導があります。ポールの使い方を学んで正しい姿勢で歩きましょう！

【お問い合わせ・申込み：公民館】

体育振興会より

## 町内ソフトボール大会

日時：4月16日(日) 集合9:15 開始9:30

(予備日 4月23日(日))

場所：百道中央公園 グラウンド

持ち物：グローブ、タオル、お茶

お弁当を準備しています。

たくさんのご参加をお待ちしています！

お申し込み・お問い合わせ：岸川 090-9655-6650

地域包括ケア

## 百道浜いきいきカフェ

日時：4月7日(金)・21日(金) 13:30～16:00

場所：公民館 児童等集会室 ロビー

7日15:00～ 介護福祉士 倉科先生による脳トレ&健康体操

21日15:00～ ももち体育館 中村先生による健康体操

主催：社会福祉協議会、民生・児童委員、公民館

【お問い合わせ：公民館】

## ★子育てサロン

日時：4月5日(水) 10:30～12:00 講堂

4月19日(水) 10:30～12:00 講堂

予約をお願いします。お友達を作り遊びに来ませんか？

かもめ文庫の読み聞かせ&手遊びもあります。

お申込み・お問い合わせ：公民館