

## ひよっこランド

《乳幼児ふれあい学級》

### ママとベビーのための ストレッチ体操・ヨガ・リラクゼーション ベビーマッサージ

お子様と一緒に心身のリラクゼーションにいらっ  
しゃいませんか。ご参加をお待ちしています。

日時：9月8日(金) 10:30～11:30

場所：飯倉中央公民館 講堂

講師：ヨガインストラクター 沓掛 凡子氏

対象：0歳児～未就園児とその保護者

◆◆◆ みんな友だち ◆◆◆

《子どもの健全育成関連事業》

## 友遊ランド

### ひっかき絵

### スタンドグラス風

面白い技法を教わって、驚くほど鮮やかなアート作  
品をつくりましょう。みんなの参加を待っています。

日時：9月16日(土) 10:00～11:30

場所：飯倉中央公民館 講堂

材料代：100円

持ってくる物：お茶・上靴・タオル

対象：小学生

## サークル代表者会

「飯倉中央文化祭」の中でのサークル発表に  
向けてサークル代表者会を行います。

日時：9月16日(土) 13:30～14:30

場所：飯倉中央公民館 地域団体室

出会い・ふれあい・学びあい・いきいき

## シニア交遊会

《高齢者地域参画支援講座》

難しい政治の話や、何だかモヤモヤしている  
ニュースも、講師が解りやすく面白く解説してく  
れます。ご参加をお待ちしています。

日時：9月22日(金) 10:00～11:30

場所：飯倉中央公民館 講堂

内容：ババちゃんのジジ(時事)放談  
～一刀両断、斬り捨て御免～

講師：元西日本新聞首相官邸担当記者  
馬場 周一郎氏

会場準備のため、  
事前にお申込みをお願いします。

## ミニ図書館 ひだまりのご案内

これまでの蔵書約700冊に加えて、  
福岡市総合図書館から定期的に本を入替え  
図書貸出をします。どうぞご利用ください。

【9月の図書貸出日】

2日(土)、16日(土) 14:00～16:00

場所：飯倉中央公民館 児童等集会室

※ ミニ図書館ボランティア募集中  
ご興味のある方はご連絡ください。

## 子育てサロン いいなか広場

日時：9月12日(火) 10:00～12:00

場所：飯倉中央公民館 講堂

主催：飯倉中央校区子育てサロン いいなか広場

## 飯倉中央秋まつり

日時：9月30日(土) 17:00～20:00

雨天中止 (開場 16:45)

場所：飯倉中央小学校 グラウンド

校区皆様の交流と、何よりも子どもたちに楽しく  
思い出深い体験をさせてあげたい思いはそのまま、  
今年度から、夏まつりを「秋まつり」に変えて開催  
します。どうぞ、皆様ご参加ください。

共催：飯倉中央秋まつり実行委員会  
飯倉中央校区自治協議会  
飯倉中央公民館

《人権標語》原中学校生徒作品  
十人十色 みんなちがって みんないい

《公民館休館のお知らせ》(再掲)  
9月10日(日)は、8月31日(木)までに利用申込み  
がない場合は休館します。

## ＜9月の行事予定＞

2日(土) ミニ図書館ひだまり文庫貸出

8日(金) ひよっこランド

9日(土) 自治協議会定例会(自治協)

12日(火) いいなか広場(子育てサロン)

16日(土) 友遊ランド

サークル代表者会

ミニ図書館ひだまり文庫貸出

22日(金) シニア交遊会

30日(土) 飯倉中央秋まつり(校区秋まつり実行委員会)

講座のお申込み・お問合せは公民館までお願いします。

## 福岡市飯倉中央公民館

〒814-0161 福岡市早良区飯倉3丁目19番5号  
電話：092(851)3565 FAX：092(851)3578  
e-mail：iikurachuou133@jcom.home.ne.jp



# 公民館主催事業の風景

**ひよっこランド** 7月14日(金)  
**ママとベビーのための**  
**ストレッチ体操・ヨガ・リラクゼーション**  
**ベビーマッサージ**  
 講師：ヨガインストラクター 沓掛 凡子氏

1日24時間、年中無休で育児をしているママに、心身のリラクゼーションをしてもらいました。講師も地域在住の子育ての先輩です。育児には、沢山の手助けや仲間がいると心強いものだと思います。公民館も皆さんの子育てを応援しています。



**シニア交遊会** 7月21日(金)  
 《介護関連講座》DVD鑑賞  
**『ぼけますから、よろしくお願ひします。』**  
**～おかえり お母さん～**  
 共催：校区男女共同参画部・飯倉中央公民館

誰もが願う限り住み慣れた地域で安心して過ごせるようなまちが望まれます。そのためにも、まずは他人事ではなく、自分の身に置きかえて考えるきっかけになればと思い、このドキュメンタリー映画を鑑賞しました。



**友遊ランド 夏休み特集 第1弾** 7月24日(月)～28日(金)(シニア交遊会と合同開催)  
 夏休み初めの1週間、毎日違った内容で友遊ランドを開催しました。地域の高齢者や公民館サークルの皆さんとの交流もまじえて、楽しい時間を過ごしました。



24日(月)卓球

24日(月)卓球をしよう!  
 講師：公民館サークル「卓球」の皆さん

25日(火)絵てがみを描こう!  
 講師：公民館サークル「絵てがみ」  
 講師 鍋島 壽美子氏



25日(火)絵てがみ



26日(水)陶芸

26日(水)陶芸教室  
**シーサーを作ろう!**  
 講師：工房スマイル 樋口 経親氏

27日(木)夢色ランタンを作ろう!  
 講師：公民館職員



27日(木)ランタン



28日(金)  
**防災工作**  
 講師：  
 博多あん・あん  
 リーダー会の皆さん

28日(火)防災工作

## 令和5年度 早良区人権講座(第2回)

テーマ：「あんしんして暮らせる地域とは？」  
 ～ケアマネジャーをやっていて今思うこと～  
 講師：恵風苑ケアプランサービス管理者  
 さわら南よかところネット発起人  
 林 隆一(はやし りゅういち)さん  
 日時：9月22日(金)14時～15時30分  
 会場：早良市民センター4階ホール  
 ※手話通訳・要約筆記あり  
 (当日先着500名・申込不要)  
 (早良区役所・早良市民センター共催)

## 校区からのお知らせ

飯倉2丁目南自治会から飯倉中央校区へ、  
**防災用品**を多数寄付していただきました。  
 各ご家庭でも災害に備えた備蓄をしましょう。



## 9月1日～7日は「福岡市備蓄促進ウイーク」 災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウイーク」と定めています。地震や水害等の災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日以上以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

- 備蓄品
  - ・食品(1人1日3食×3日分)
  - ・水(1人1日3リットル×3日分)
  - ・トイレトーパー
  - ・携帯用トイレ
  - ・懐中電灯
  - ・携帯ラジオ
  - ・モバイルバッテリー
  - ・救急セット など

- ローリングストック法  
 普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

- 感染症対策
  - ・消毒液
  - ・マスク
  - ・体温計
  - ・ビニール手袋
  - ・上履き
  - ・衛生用品 など

※ 高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。

## 公民館でマイナンバーカードの申請をすると 郵送で受け取れて大変便利です

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影を行います。公民館で申請すると区役所に行かずに手続きができてカードは後日郵送で自宅に届くので大変便利です。事前予約制です。下記受付センターへお申込みください。

【日時】令和5年10月4日(水)14時～16時

【会場】飯倉中央公民館 講堂

【対象者】早良区に住民票のある方

【事前予約期間】9月20日～9月28日9時～18時  
 定員に達した時点で予約受付を終了します。

【予約受付】

福岡市マイナンバーカード申請出張サポートコールセンター  
 TEL 092-600-2402  
 FAX 06-7664-9531

※インターネットでも予約できます  
 (「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)

【主催】福岡市総務企画局データ活用推進課  
 (この事業は業者への委託により実施します。)