

# いるべ公民館だより 10月号

第361号 令和5年10月1日

## 10月の町別人権学習

◇ 22日(日) 14:00~15:00 西入部町内会  
内容: 津軽三味線と我が人生  
講師: 津軽三味線奏者 虎高さん

### 入部公民館オンライン講座

令和5年度 早良区介護予防講演会

お口の健康からはじめるフレイル予防  
~オーラルフレイル~

《お話》 福岡歯科大学 総合歯科学講座 訪問歯科センター  
教授 森田 浩光氏

《お口の体操》 福岡県歯科衛生士会 歯科衛生士

- ◇ 日時: 令和5年10月31日(火)13時30分~15時15分
- ◇ 会場: 入部公民館講堂
- ◇ 対象: オーラルフレイルに関心のある福岡市内在住の方
- ◇ 参加費: 無料
- ◇ 申し込み: 入部公民館へお電話ください 092-803-1247

「フレイル」とは、年齢とともに心身の活力(筋力や認知機能など)が低下し、要介護状態に近づくことです。口からはじまる体の衰え(オーラルフレイル)を放っておくと、ご飯をおいしく食べられなくなり、栄養が不足したり、気持ちがなえたりして、からだ全体の衰え(フレイル)につながっていきます。

### …その他の行事予定…

4日(水) 18:30~ 人尊協事務局会  
17日(火) 19:30~ 学校施設開放連絡会

思いやり 心に笑顔 咲かせよう

## シルバー教室

日時: 10月11日(水)10時から  
場所: 入部公民館 講堂  
テーマ: SDGS を知ろう

「SDGS」っていう言葉、近ごろよく耳にするけど、何のことやらさっぱり分かんない? 「あなたはどんな「まち」に住みたいですか?」というのがキーワードのSDGS。まずは知ってみませんか?

講師: 「国連ハピタット」

福岡市天神にある九州唯一の国連機関

## 子どもだてクラブ

10月12日(木) 10:00受付 10:30はじまり  
《子どもと楽しむ絵本の時間》  
講師: スタンダード文庫 甲斐景子さん  
子どもの心を豊かに育む絵本。  
読書の秋に読み聞かせを楽しみませんか。

## 入部人尊協創立 30 周年記念 人権フェスタ

「平和と人権、それはいのち」  
~一人ひとりの願い 愛あるまち入部~  
日時 2023(令和5)年10月29日(日)  
10:00 ~ 15:00  
会場 入部小学校体育館

- ◎ 記念公演 第1部  
ハーブとギターによる  
リラックスコンサート  
ミュージックあとりえ temitelu(てみてる)
- ◎ 記念公演 第2部  
朗読劇『いのちの花』  
(実行委員等による朗読劇)
- ◎ フェスタ企画(公演)  
○ 入部小学校  
○ いるべ保育園  
○ 早良厚生園 DVD  
○ 「入部のまちあるき」DVD  
○ 金武中学校吹奏楽部

主催 入部校区人権尊重推進協議会  
30周年記念事業実行委員会

### 【入部公民館サークル】

#### ◆「フォトクラブ荒平」サークル会員募集◆

毎月第3水曜日 14時~16時

プロが指導するデジカメの世界へ参加しませんか!  
風景、ポートレート、花、動物 自由自在に撮影できます。  
是非参加ください。

撮影会: 随時開催 講師: 三苦 正勝(二科会会員)

会費: 一ヶ月1,500円 サークル会費: 年300円

見学自由です。公民館へ申し込みください。

現在の会員は二科展、県展、市美展多数入選しています。

貴方も是非挑戦してみませんか。

## ☆地域体育振興事業☆

日時: 10月18日(水) 19:00~

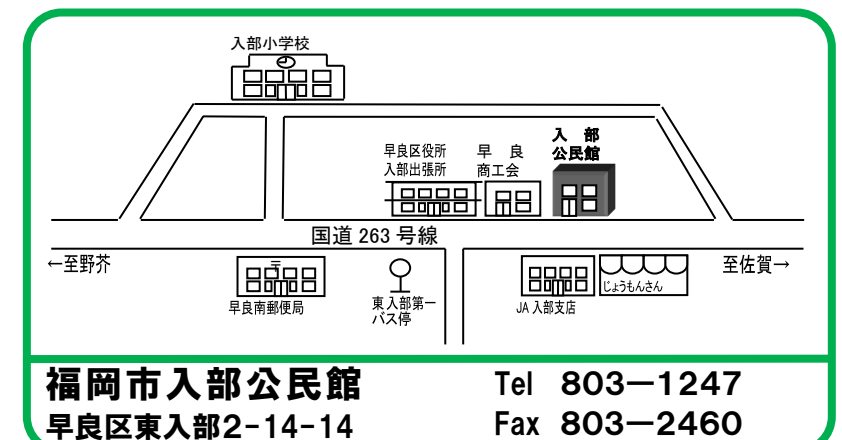
内容: 親善スポーツ実技講習会 会場: 入部小学校体育館

《ビーチボールバレー・ファミリーバドミントン》

### ◆10月の臨時休館日のお知らせ◆

10月22日(日)は、利用申込がないときは臨時休館します。

この日に利用を希望される場合は、10月12日(木)正午ま



福岡市入部公民館

早良区東入部2-14-14

Tel 803-1247

Fax 803-2460



入部公民館ブログ <http://irubeko.blogspot.jp/>

★公民館の休館・活動の状況はブログからもご覧になれます★

# 公民館および地域情報

# 10月

## ふれあいサロン

遊びに来んしゃい!

毎週月曜日 午後1時30分より

入部公民館講堂にて開催。校区高齢者の方々が集い、ゲーム・手芸・カラオケなど楽しいひとときを過ごしています。お気軽においでください。お待ちしております。

10月は2日、16日、23日、30日

## 子どもだて掲示板

### 芽キャベツランド入部

\*場所:入部公民館 講堂  
\*対象:未就学の親子  
\*開催日:第1月曜・第3水曜  
\*時間:午前10時から12時

### ピーカーブー

毎週木曜日、午前10時から、入部公民館で実施しています。第4木曜日は、いるべ保育園訪問です。

## 《10月》

日	月	火	水	木	金	土
1	芽	3	4	ぴ	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	芽	ぴ	20	21
22	23	24	25	ぴ	27	28
29	30	31				

### ★入部ボランティアよりお知らせ★

◆10月14日(土)10:00~12:00

地域のたまり場として活動したり、おしゃべりをしたりのカフェです。コーヒーやお茶お菓子を準備しています。気軽においでください。お待ちしております。

☆10月は「夏の疲れをとって肌と手を大事にしましょう」〈顔と手のパックをします。〉

準備するもの(タオル2枚、小さなボールかどんぶり、使用している化粧水、クリーム、ハンドクリーム、あればスーパーの袋(中か大)

※夏休みの学習支援「いるべっこ教室」  
7月24日~8月25日間の15日間開催しました  
小学生参加人数 のべ115人・スタッフ のべ48人でした。

※「入部小学校トイレ掃除」  
8月24日小学校トイレ掃除は民生委員さん、中学生、高校生の参加もあり11人で新館と本館西側の男子トイレ5カ所の尿石取りを中心に掃除しました。

連絡/問合せ  
森岡 090-1363-5767

### 令和5年度 早良区人権講座(第3回)

テーマ 「ずっと助けてと叫んでた」

ドキュメンタリー映画の上映と講演会

講師 ドキュメンタリープロデューサー、ナレーター

山口 はるみ(やまぐち はるみ)さん

日時 10月26日(木)13時~14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)

「子どもの暴力」「性犯罪」等の根絶をテーマにしたドキュメンタリー映画の上映と、映画制作に携わった、人権意識を共有するためのメッセージを発信されています。

多くの方々のご参加をお待ちしております。

(早良区役所・早良市民センター共催)

### 入部校区大運動会

日時:10月8日(日)

9:00~12:30

場所:入部小学校運動場

### 『親子でジャンケン大会』を開催

入部校区大運動会にて『親子でジャンケン大会』(約15分)を開催することと致しました。ぜひ、親子で参加して、「楽しい思い出」を作ってください。

主催:入部校区青少年育成連合会  
子ども会育成連合会

【ともてらす早良でよかドックと総合がん検診をおこないます】

令和5年11月15日(水)

場所:ともてらす早良(福岡市早良区四箇田団地 9-1)

※検診利用者の駐車場利用料金は無料です。

健(検)診の実施項目はよかドック(福岡市国民健康保険特定健診)、胃がん検診、大腸がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診、肺がん検診、結核・肺がん検診です。

予約は、集団健診・よかドック総合窓口 0120-985-902

または「けんしんナビ」でお申し込みください。

予約締切は令和5年10月31日(火)です。

金額や対象年齢等の問い合わせは、

「けんしんナビ」をご覧ください

早良区健康課(092-851-6012)まで。

スマホは  
こちらから↓



## 健康づくり教室

~自宅でもできる室内運動に取り組もう!~

日時:10月21日(土) 10:00~11:30予定

講師:平塚泉先生(健康運動指導士)

会場:入部公民館講堂 定員:25名

10月1日から電話にて先着順受付。

入部公民館へ予約してください TEL:803-1247

・運動できる服装で、室内シューズをご持参ください

※予定の変更や中止となる場合があります。

体調不良の場合は、参加をお控えください。

主催:入部校区衛生連合会

### 【献血にご協力ください!】

日時:11月2日(木)

10時~12時・13時~15時

場所:入部公民館

お問い合わせ

福岡県赤十字血液センター

推進課 921-1493

## 福岡市防災フェア

自衛隊や海上保安庁、県警など約40の防災関連団体が啓発ブースを出展し、災害時に役立つ情報や防災について分かりやすく紹介します。消防車等の車両展示、消防音楽隊による演奏、ご当地ヒーロードゲンジャーズと防災が学べるクイズ大会など、子どもから大人まで楽しみながら学べるイベントです。

家族と参加して、いざというときの防災対策について考えるきっかけにしましょう。

【期間】令和5年11月3日(金・祝)10時~16時

【場所】福岡市役所西側ふれあい広場

(中央区天神1-8-1)

【対象】どなたでも参加可能(無料)

【申込】不要

【問い合わせ先】市民局地域防災課 711-4156

詳細は、市ホームページ(「福岡市 防災フェア」で検索)でご確認ください。