

# しかた 公民館 だより

もうすぐ10月になりますが、なかなか涼しくなりませんね。今年の夏は4年ぶりに復活したイベントが数多く行われ、暑い中でも多くの人で賑わいました。8月26日に行われた四箇田校区の夏祭りも大いに盛り上がりましたね。

四箇田公民館では子どもから高齢者まで様々な年齢層の方が楽しめる事業を計画しています。また、お仕事をされている方が参加しやすいように土曜日開催の事業も用意しています。

まだ公民館に行ったことがない方、四箇田校区にお引越しをされてきた方、地域コミュニティの場はわりと身近にありますよ！



(地域包括ケアシステム)

## カフェしかた&よかここカフェ 『生活で使える福祉用具』

これからに備え、必要な知識を身につけておきましょう。福祉用具の紹介や体験を行います。

10月10日(火) 13:30 ~ 15:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：さわら南よかここネット 林隆一さんほか

共催：四箇田公民館、校区自治協議会  
校区民生児童委員、早良第6いきいきセンター  
さわら南よかここネット、早良区保健福祉センター  
早良区社会福祉協議会

福祉事業所の商品販売もあります。

(地域の担い手パワーアップ講座)

## 『しかたのあしたをかんがえる』

四箇田をもっともっと住みよい町にするために…  
コーヒーでも飲みながら語り合しましょう。

“ポジティブ妄想” “ご家族参加” 大歓迎。

10月14日(土) 10:00 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：NPO 法人ドネルモ

みのゆみこさん

定員：15名

お申し込み、お問合せはこちらから↑

申込み〆切：10月12日(木)



ホームページアドレス：http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/ (まなびいふくおかの公民館情報へ)  
Eメール：shikata106@jcom.home.ne.jp

福岡市四箇田公民館 早良区四箇6-5-26 TEL 811-2180 FAX 811-3330

No.479号

令和5年10月1日

(乳幼児ふれあい学級)

## スマイル広場&しかたっこランド 『ちびっこんどうかい』

しかた保育園の保育士さんといっしょにおもいきりからだを動かしましょう！  
保護者といっしょのプログラムも予定しています。

10月16日(月) 10:30~12:00

対象：0歳児から就学前の乳幼児と保護者

定員：10組

※お申し込みをお願いします [こちらから→](#)

場所：四箇田公民館 講堂

水分補給用の飲料水は必ずご持参ください。



(高齢者地域参画支援講座)

## しかたカレッジ 『ロックな DRAGON づくり』

来年の干支は「辰」。  
力強くもかわいい置物を作りましょう。  
初心者の方でも大歓迎です！

10月19日(木) 9:30 ~ 12:00

※開始時間がいつもと異なります。

場所：四箇田公民館 講堂

講師：工房ロック 中村健太さん

定員：20名

材料費：1,000円

エプロンとタオルをご持参ください

※お申し込みをお願いします。

申込み〆切：10月10日(火)

(健康づくり教室)

## 歩こう会

10月21日(土) 7:00

公民館エントランス集合

朝日を浴び、黄金色に輝く稲穂を見ながら…  
1時間ほど歩きます。

主催：健康づくり実行委員会(衛生委員会、四箇田公民館)

共催：福岡市スポーツ推進委員

(子どもの健全育成事業)

## のびのび体験クラブ 『いもほりウォーキング』

収穫の秋！運動の秋！  
今年は「歩き方教室」「いもほり」「お弁当タイム」  
「レクリエーション」の4本立てです。お楽しみに！

11月3日(金・祝) 8:45 ~ 14:00(予定)

対象：四箇田校区在住の小学生

目的地：かなたけの里公園

(集合・解散は四箇中央公園)

共催：四箇田アンビシャス広場委員会、健康づくり実行委員会  
青少年育成委員会、体育振興委員会、四箇田小学校PTA  
福岡市スポーツ推進委員 食生活改善推進協議会

詳しくは四箇田小学校配布のプリントをご覧ください。

【10月臨時休館日】  
10月29日(日)

10月19日(木)17:00までに会議等でご利用の申請  
がない場合は臨時休館とさせていただきます。

各講座とも定員を設けております。応募多数により抽選となる場合がございますので ご了承のほど何卒お願いいたします。

《公民館案内図》



その言葉 誰かを助ける 種になる

(令和4年度人権標語入選作品)

みなさんの善意が、尊い命を救います。 献血は身近な社会貢献だよ。

**献血にご協力ください。** 16歳から69歳までの健康な方にご協力をお願いしております。体重や既往症、薬の服用等制限がありますが、事前に問診や少量の採血を行いますのでご安心を！お薬手帳をお持ちの方はご持参ください。

10月17日(火)  
10:00~13:00  
14:00~15:30  
場所: ともてらす早良  
主催: 衛生委員会

(老人クラブ主催事業)

## 『健康長寿を目指して!よかトレをしよう!』

「よかトレ」とは…福岡市が推奨する介護予防の体操のことです。仲間と一緒に運動すると介護予防としての効果が高まるといわれています。

10月17日(火) 10:00 ~ 12:00

場所: 四箇田公民館 講堂  
講師: 健康運動指導士 森口晴美さん  
対象: 65歳以上の方  
定員: 25名

※お申し込みをお願いします。申込み〆切: 10月13日(金)  
室内履きをご持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。  
共催: 早良区地域保健福祉課

## 混ぜればゴミ! 分ければ資源!

### 校区リサイクルステーションより

いつもリサイクル活動にご協力いただきありがとうございます。今回は雑紙・段ボールの区別についてお知らせします。

段ボールとは…板紙を多重構造で強靱にし、包装・梱包資材などに使用できるように加工した紙製品です。

雑紙とは…段ボール・新聞紙・雑誌・飲料用紙パック以外の紙のことです。

リサイクルの工程上、別々に処理されますので、恐れ入りますが、「本・新聞紙・雑紙・段ボール・牛乳パック」に区別してお持ちいただきますようお願いいたします。

四箇田公園前 (ともてらす早良東側)

【開所時間】水・土・日曜日 9:00~17:00

## 公民館サークル紹介

### 四箇田公民館で マイナンバーカードの 申請ができます!

事前予約制です。予約期間中に  
受付センターへお申し込みください。

【事前予約期間】 10月12日 ~ 22日  
【予約受付】 092-600-2402

【日時】 10月26日(木)  
10:00~12:00  
【会場】 四箇田公民館 講堂

【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)

### ●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  
山口はるみさん  
日時 10月26日(木) 13:00 ~ 14:30  
会場 早良市民センター4階ホール

手話通訳、要約筆記あります。当日先着 500名  
※事前のお申し込みは必要ありません。  
★お問合せ先★早良市民センター  
TEL:092-831-2321

主催: 早良市民センター、早良区役所

「子どもへの暴力」「性犯罪」等をテーマにした映画の上映とその制作に携わったお話を伺える貴重な機会です。多くの方々のご参加をお待ちしています。

## たのしか健康麻雀

曜日と時間: 毎週金曜日 13:30~15:30  
場所: 地域団体室 対象: 成人一般 会費: 500円/回



麻雀ゲームを楽しみながら脳の活性化を図り、コミュニケーションを深めることを目標にしています。

現在、校区外のメンバーも含め十数人。講師のアドバイスを受けながら、3つの卓に分かれてゲームを楽しんでいます。

参加する日に会費 500円を納めればよいので、無理せず続ける事ができるのもよいところです。

お問合せや見学のお申し込みは、随時、公民館で受け付けております。お電話でもOK!