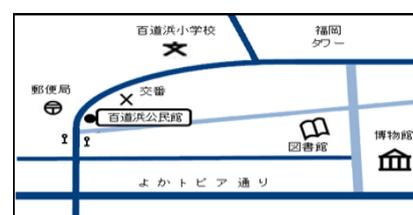


＊ ＊ 百道浜公民館 ＊ ＊
〒814-0001 福岡市早良区百道浜3丁目6-24
TEL 845-5859 FAX 845-5761

3月百道浜公民館だより

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



要申込

第6回百道浜カレッジ講座

楽しく歌って 誤嚥予防講座

長引くコロナ自粛のため、喉や口の筋肉の衰えを感じている方が増えています。口内環境の悪化は健康寿命に大きく影響してくることが近年わかってきています。この講座では誤嚥が起きるメカニズムをお伝えし、口や喉の筋肉の鍛え方を、体操や歌を使って、楽しく分かりやすくお伝えしていきます。

3/13 (水) 10:30~12:00

公民館講堂

参加費無料

定員:40名

申込:3/1(金)9:30~電話受付開始

【講師プロフィール】岡 聡一郎 テノール
福岡県出身。オペラやコンサートに多数出演。ベートーベン『第九』のソリストを務め、オペラ『魔笛』のタミーノ役・モノスタス役、『ロメオとジュリエット』のロメオ役を演じる。ボイストレーナーとしても評価が高い。

サークル決定説明会

3月2日土曜日 10:00~11:30

各サークルから代表者1名参加をお願いします

令和5年度サークル活動終了式

日時:3月23日(土)

集合:百道浜公民館 講堂

- ・年度末一斉清掃(雑巾持参)10:00~
- ・避難訓練10:40~
- ・サークル活動終了式11:00~
- ・サークル連絡協議会総会11:15~

今年度は総会後に懇親会を再開します。各サークル代表者の方2名のご出席をお願いします。

要申込

かけっこ名人になろう

もっと速く走れるようになりたいな、もっと軽やかに走れるようになりたいな、と思っている小学生低学年のみんな、あつまれ~!!

3月29日 (金)

参加費無料

10:00~12:00

場所:百道浜小学校グラウンド集合

3月1日(金) 9:30から電話受付開始

定員:校区在住小学1~3年生30名(先着順)

講師:もちち体育館中村先生他2名

持ち物:水筒、汗拭きタオル

履き慣れた運動靴、動きやすい服装で来てね。

百道浜公民館サークル

会員募集中!

らくらく着物教室

タンスの中の着物を着ませんか?日本人の体型に着物はピッタリ!お食事会、歌舞伎など着物を着て行きましょう。成人式でのお嬢様にお母様が着付けが出来たら親子のスキンシップにも役立ちます。只今、生徒募集中です。

日時:毎月第①②③金曜日 13:00~15:00

場所:百道浜公民館 和室

対象:成人女性

講師:萱島 智子先生

カラオケ

テレビカラオケで練習しておりましたが、昨年自治協・公民館のご協力を得て大容量のスピーカーを接続、カラオケ店の雰囲気です歌うことができます。しあわせなひとときをみなさんともに過ごしましょう。お待ちしております。

日時:毎週金曜日 15:30~17:30

場所:百道浜公民館 学習室

対象:成人一般

講師:加治屋 美枝先生

~百道浜校区人権尊重推進協議会~

第16回人権標語

「見つけよう 友達みんなの 特色を」
「その勇氣 その言動で 心を動かす」

平本 究
河村 海音

公民館SDGsカフェ

~使わなくなったランドセルを
寄付していただけませんか?~
百道浜公民館にお持ちください。

募集日:3月23日(土)、4月13日(土) 13:00~16:00
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、百道浜公民館に67個のランドセルとたくさんの学用品が集まりました。今回はランドセルの梱包作業と一緒にしてくれるボランティアも募集します。梱包作業は4月中旬になります。

子どもの笑顔が輝く公民館に!!

校区在住の小学生・中学生対象

はまっ子くらぶ

3月9日・23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。



Instagram始めました。
フォローしてね。

「@momochihamakouminkan 百道浜公民館」

公民館休館日

3月31日(日)は休館日とさせていただきます。

百道浜自治協だより

年度最後のトピックは、公民館でお泊り防災研修会が開催されます。是非ご参加ください。1年間おつかれさまでした。



自治協議会会長 大森 光洋 自治協QRコード

1日	金	いきいきカフェ13:30~
2日	土	サークル決定説明会10:00~ 地域団体長会議18:00~ 自治協定例総会19:00~
6日	水	子育てサロン10:30~
9日	土	はまっ子くらぶ13:00~ 親子お泊り防災研修会15:30~ (10日11:00迄)
11日	月	ふれあいサロン13:30~
12日	火	男女協定例会13:00~ 社協定例会14:00~
13日	水	百道浜カレッジ「楽しく歌って誤嚥予防講座」 10:30~
15日	金	いきいきカフェ13:30~
16日	土	環境美化定例会10:00~男女協意見交換会10:00~ 交通安全定例会10:30~ 靑少協定例会11:00~
17日	日	マイナンバーカード申請出張サポート10:00~
22日	金	ノルディックウォーキング16:00~ 防犯パトロール21:00~
23日	土	サークル終了式10:00~ はまっ子くらぶ13:00~ ランドセルカフェ13:00~
27日	水	子育てサロン10:30~
29日	金	かけっこ名人になろう10:00~
31日	土	休館日

防犯推進協議会 防犯パトロール

日時：22日(金) 21:00~ 公民館前集合

「地域の顔見知り」を作ることも防犯対策になります。たくさんの方のご参加をお待ちしています。

自治協定例総会

日時：3月2日(土)

地域団体長会議 18:00~ (地域団体室)
定例総会 19:00~ (講堂)

3月22日(金)16:00~17:30

参加費無料。ポール貸出無料20組。どなたでも参加できます。雨天中止。

ノルディックウォーキング

体力づくりにはノルディックウォーキングがおすすめです。ポールを使った体操でしっかりほぐしてから歩きます。

主催：校区衛生連合会

公民館でマイナンバーカードの申請ができる 区役所に行かずに手続き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(無料)を行います。カードをお持ちの方には、予約不要で健康保険証の利用申込や公金受取講座登録のサポートも実施します。

【日時】 3月17日(日) 10:00~12:00

【会場】 百道浜公民館 講堂

【対象者】 早良区に住民票のある方

【事前予約期間】 3月3日(日)~13日(水) 9:00~18:00

【予約受付】 福岡市マイナンバーカード出張サポートコールセンター
TEL092-600-2402 FAX06-7664-9351

【必要なもの】

- (1) 通知カード又は個人番号通知書
- (2) 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
- (3) 本人確認ができるもの(運転免許証、パスポート)

地域包括ケア

百道浜いきいきカフェ

日時：3月1日・15日(金) 13:30~16:00
(毎月第1,3金曜日)

1日15:00~健康体操 早良障がい者フレンドホーム指導員 宮本さん

15日15:00~ももち体育館 中村先生による体操

場所：公民館 児童等集会室

主催：百道浜社会福祉協議会、民生・児童委員、公民館

★百道浜老人クラブ 校区在住60歳以上どなたでも

- 4日(月) 役員会9:30~、定例会10:00~
- 5日(火) 公園清掃9:00~
- 7日(木) 昔遊びの会(百道浜小学校)10:05~
- 12日(火) かたらん会13:30~
- 18日(月) 役員会9:30~、定例会10:00~
- 26日(火) かたらん会13:30~

ダーツ 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

連絡先：老人クラブ 会長 村山090-3412-4560

ももちはま日本語クラブ

日本語学習支援ボランティア募集

地域のボランティアで運営している『初めての人でも誰でも学べる日本語教室』です。〔日常生活に必要な言葉の学び〕を支援し、地域社会との交流に役立つことを目的としています。一緒にボランティアとして活動していただける方を募集中です。

日時：毎週月曜日13:00~14:30

場所：百道浜公民館

対象：日本語学習を支援して下さる方
(資格・経験は問いません)

申込み・お問合せ：公民館

男女協意見交換会

みんなで考えてみませんか？男女共同参画って何？

身近なところにある男女共同参画の問題、課題、そして解決の糸口は？ファシリテーターとして、就活・婚活・育児に効くワークライフバランス講師の雁瀬暁子さんを迎えての意見交換会です。興味関心のある方はお集りください。

日時：3月16日(土) 10時~12時

会場：百道浜公民館 講堂

親子お泊り防災研修会

避難所に指定されている公民館で、親子お泊り研修会を実施します。

日時：3月9日(土) 15:30~10日(日) 11:00

場所：百道浜公民館

内容：公民館にある防災備品の確認と使用、地震や津波の被害、家庭で準備する防災グッズや備蓄食料、救急法及びAEDの使い方について

申込：3月5日までに 公民館に電話で申し込み

参加費：無料

定員：小学4年生~5年生の親子12組

(公民館内で利用できる避難テント数に合わせています)

3月に予定しておりました校区避難訓練は中止致します。

主催 校区防災対策推進協議会・自治協議会・公民館

★ふれあいサロン

校区在住65歳以上どなたでも

3月11日(月) 終了式「歌って楽しく vol.3」

音楽療法士 野田 恵美さん

参加費：無料(校区外の方は100円) いこいの家13:30~14:30~おやつタイムあります。月に1度お誕生日の方を歌でお祝いします。 お問合わせ：公民館または民生委員

★子育てサロン

日時：3月 6日(水) 10:30~12:00 講堂

3月 27日(水) 10:30~12:00 講堂

かめめ文庫の読み聞かせ&手遊びもあります。みんなでおしゃべりしながら、子どもたちと遊びませんか？子育てサロン見守りボランティアも募集中です!