


高齢者地域参画支援事業 **熟年カレッジ**
令和6年度 シニア元気教室
 ～パークステーションを使っていつまでも元気に過ごしましょう～

日 時	内 容	講 師
第1回 5月17日(金) 10時～12時	体力測定と体カアップのコツ ～パークステーションを 使ってみよう～	健康運動指導士 保健師
第2回 11月15日(金) 10時～12時	健脚ウォーキング ～いつまでも自分の足で 歩こう!～	健康運動指導士 保健師

集合場所：福浜公民館 2階 講堂
 (雨天時は公民館で運動します。)

対 象：概ね60歳以上
 定 員：先着25名(申し込みが必要です)
 申込期間：5月1日(水)～5月15日(水)
 申 込 先：福浜公民館 ☎761-8060
 主 催：福浜公民館
 共 催：中央区保健福祉センター地域保健福祉課

★教室前に毎回健康チェックを行います。
 ★動きやすい服装でお越しください。
 ★水分補給用の飲み物(500ml程度)をお持ちください
 詳しくは福浜公民館までお尋ねください。(☎761-8060)



ふくふく文庫


◆5月の本の貸出し日◆ 毎週土曜日

日 時：11日・18日・25日 13時～17時
 場 所：福浜公民館 1階 児童等集会室

※4日はゴールデンウィークのため本の貸出しはお休みです。

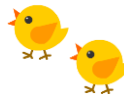
◆5月のお話ひろば◆

日 時：5月18日(土) 13時30分～
 場 所：福浜公民館 2階 講堂



子育て広場 わらべ 毎月第2・第4土曜日

日 時：5月11日・25日 10時～12時
 場 所：福浜公民館 2階 講堂
 対 象：未就学児とその保護者



第3回 明るいシニアライフ ミニ相談会
 ☆収入に合わせた施設の選び方とポイント☆

★今回は、収入に合わせた施設の選び方を中心にミニ相談会(個別相談会)を開催します。
 明るいシニアライフを送るため、日頃疑問に思うことや不安に思うことなど気軽に相談してみませんか?

日 時：6月13日(木) 13時～15時(受付：14時30分まで)
 ☆施設の選び方とポイントのお話
 1回目：13時～13時30分
 2回目：14時～14時30分
 ☆個別相談 13時～15時

場 所：福浜公民館
 1階 介護用品展示(いこいの家)
 2階 施設の選び方とポイントのお話(学習室)
 個別相談(講堂)

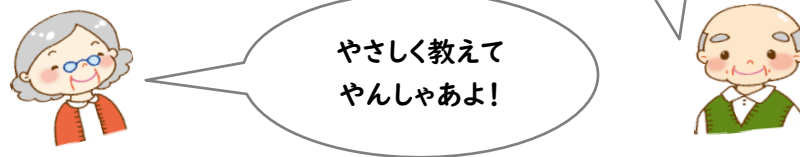
対 象：興味のある方、老後に不安な方、年齢問わずどなたでも
 申込み：事前申し込みは不要です。
 ★時間内であれば自由に入退室できます。

相談窓口：
 ・中央第1いきいきセンター
 ・中央区社会福祉協議会
 ・介護サービス事業所
 ・居宅介護支援事業所 など

問合せ先：福浜公民館 ☎761-8060
 主 催：福浜公民館
 共 催：中央区地域保健福祉課

参加費 無料

ちょっと立ち寄ってみませんか?
 やさしく教えてやんしゃあよ!




母子巡回健康相談

日 時：5月20日(月) 10時～
 場 所：福浜公民館 2階 講堂



★★★臨時休館のお知らせ★★★

5月3日(祝金)～5日(日)・・・ゴールデンウィーク
 5月6日(祝月)・・・・・・月に一回の臨時休館



自治協議会よりお知らせ

モルックってなに?
 スキットル
 モルック

18才以上の方で、1チーム4人でモルックを投げて、スキットルを倒し得点を競う、ボーリングに似たスポーツです。

令和6年度の中央区グラウンドゴルフ大会が、モルック大会へ変わります!

モルック体験会を開催しま〜す!

日時：5月・6月・7月・8月の第3日曜日
 午前10時30分～12時

場所：福浜小学校校庭
 対象：18才以上(学生を除く)福浜校区住民
 男女問わず(チームでも一人でもOK)
 受付：当日福浜小学校校庭(事前申込不要)
 雨天：中止
 動きやすい服装で、タオル、水分補給用の飲み物をご持参ください。

福浜校区自治協議会事務員募集!!

募集人員：若干名
 依頼内容：自治協議会事務処理及び資料作成等
 簡単なパソコンができる方
 20才以上60才未満で明るく元気な方
 勤務日数及び手当：週3日程度、月5万円程度
 募集期間：令和6年5月末まで
 問合せ先：福浜公民館内自治協議会
 092-761-8060(福浜公民館)

裏面もご覧ください。

令和 6 年度 福浜校区事業計画(案)

■ = 日・祭・祝日

* 自治協議会定例会: 毎月第4日曜日 19:00~(公民館)

* 子どもを守るパトロール: 毎月第3土曜日 19:00~(福浜公民館前)

4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月	
1	月	水	土	1	月	木	日	校)ペーロンボート大会	1	火	金	日	市)福岡国際マラソン	1	水	(元旦)	土	土	1				1
2	火	木	日	校)代表者交流会	2	火	金	月	2	水	土	校)福浜まつり	月	2	木	日	校)ドッチビー大会	日	2				2
3	水	金	(憲法記念日)	月	3	水	土	火	3	木	日	(文化の日) 校)福浜まつり(予)	火	3	金	月	月	3				3	
4	木	土	(みどりの日)	火	4	木	日	水	4	金	月	(振替休日)	水	4	土	火	火	4				4	
5	金	日	(こどもの日)	水	5	金	月	木	5	土	区)球技大会ソフトボール	火	木	5	日	水	水	5				5	
6	土	月	(振替休日)	木	6	土	火	金	6	日	校)三世代交流	水	金	6	月	木	木	6				6	
7	日	火	金	7	日	水	土	7	月	木	土	7	火	7	火	金	金	7				7	
8	月	水	土	8	月	木	日	区)社年ソフトボール大会	8	火	金	日	8	水	土	土	土	8				8	
9	火	木	日	市)ラプアース2024 区)ソフトバレーボール大会	9	火	金	月	9	水	土	月	9	木	日	月	日	9				9	
10	水	中)当仁中入学式	金	月	10	水	土	火	10	木	日	市)福岡マラソン	火	10	金	月	月	10				10	
11	木	小)福浜小入学式	土	火	11	木	日	(山の日)	水	11	金	月	水	11	土	火	(建国記念の日)	火	11				11
12	金	日	校)ソフトバレーボール大会	水	12	金	月	(振替休日)	木	12	土	火	木	12	日	校)どんど焼き	水	水	12				12
13	土	月	木	13	土	火	金	13	日	水	土	金	13	月	(成人の日)	木	木	13				13	
14	日	火	金	14	日	水	土	14	月	(スポーツの日)	木	土	14	火	金	金	金	14				14	
15	月	水	土	15	月	(海の日)	木	日	校)モルック大会 区)社年ソフトボール大会(予)	15	火	金	日	15	水	土	土	15				15	
16	火	木	日	16	火	金	月	(敬老の日)	16	水	土	区)球技大会ドッチボール	月	16	木	日	日	16				16	
17	水	金	月	17	水	土	火	17	木	日	火	17	金	17	金	月	月	17				17	
18	木	土	火	18	木	日	水	18	金	月	水	18	土	18	土	火	火	18				18	
19	金	日	水	19	金	月	木	19	土	火	木	19	土	19	日	校)新春のつどい	水	水	19				19
20	土	月	木	20	土	火	金	20	日	校)老人会グラウンドゴルフ 区)モルック大会	水	金	20	月	木	木	(春分の日)	20				20	
21	日	自治協議会総会	火	金	21	日	水	土	福浜保育園運動会	21	月	木	土	21	火	金	金	21				21	
22	月	水	土	22	月	木	日	(秋分の日) あけぼの保育園運動会	22	火	金	日	校)門松づくり	22	水	土	区)ふれあいドッチボール	土	22				22
23	火	木	日	校)老人会グラウンドゴルフ	23	火	金	月	(振替休日) 校)老人会グラウンドゴルフ	23	水	土	(勤労感謝の日)	月	23	木	日	(天皇誕生日) 校)老人会グラウンドゴルフ 区)ドッチビー大会	日	23			23
24	水	金	月	24	水	土	火	24	木	日	校)老人会グラウンドゴルフ	火	24	金	月	(振替休日)	月	24				24	
25	木	土	火	25	木	日	水	25	金	月	水	25	土	25	土	火	火	25				25	
26	金	日	校)老人会グラウンドゴルフ 中)体育大会	水	26	金	月	木	26	土	火	木	26	日	水	水	水	26				26	
27	土	月	木	27	土	火	金	27	日	校)合同運動会	水	金	27	月	木	木	木	27				27	
28	日	校)老人会グラウンドゴルフ	火	金	28	日	水	土	福浜保育園運動会(予)	28	月	木	土	28	火	金	金	28				28	
29	月	(昭和の日)	水	土	29	月	木	日	あけぼの保育園運動会(予)	29	火	小)運動会(予)	金	日	29	水	土	29				29	
30	火	木	日	30	火	金	月	30	水	土	月	30	木	30	木	日	日	30				30	
31		金		31	水	土		31	木		火	31	金		31	金		31				31	