



三筑だより

令和 8年 7月25日 No. 496

8・9月ちくし学級(高齢者学級)



日 時	内 容	講 師
9/16(水) 10:00~	「ヨーグルトの世界」	㈱明治 原田 朋美

★各自お飲み物をご持参ください。

8・9月子どもの広場



日 時	内 容	講 師
8/29(土) 10:00~	「光るおばけ作り」	工房スマイル 樋口 経観

★詳細は小学校より配布しました。

8・9月育児講座



日 時	内 容	講 師
9/10(木) 10:00~	保育園・幼稚園のおはなし	山王子どもプラザ

★お申し込みは公民館へ。入園までの流れや手続きについてお話しします。

8・9月エコライフ三筑



日 時	内 容	講 師
9/24(木) 13:30~	コンポスト講座第2回 「フォローアップ講座」	NPO 法人 循環生活研究所

★お申し込み、お問い合わせは公民館へ。続けるコツや気になることを一緒に学びましょう。

=夏の学び時間 in さんちく=

三筑中学校のみなさんへ、自習スペースを開放します。

【開催日】8/4(火)、7(金)、18(火)、21(金)

【時 間】13:00~16:30

【場 所】三筑公民館 講堂 他

※水筒持参

出入りは自由です



育 児 相 談

〔日 時〕8月20日(木) 13:30~

〔場 所〕三筑公民館

〔対 象〕妊産婦、乳幼児とその保護者

〔内 容〕身体計測・全身観察・ミニ講話・育児相談等

〔持ち物〕母子健康手帳・**バスタオル**

〔お問い合わせ先〕博多区地域保健福祉課 地域保健福祉係

TEL 419-1100 FAX 402-1169



予約不要

令和9年2月から、プラスチックの分別収集が始まります！

説明会を開催いたしますので ぜひご参加ください。

日時：9月6日(日) 受付 9:30~ 説明会開始 10:00

場所：三筑公民館 講堂

三筑公民館Instagram始めました！

フォローお願いいたします。



《「こどもの人権相談」強化週間》

8月28日(金)から9月3日(木)までの1週間、

「こどもの人権相談」強化週間として、「いじめ」や体罰、不登校やこどもの虐待など、こどもに関する人権問題のご相談を電話及びLINEにより受け付けます。

相談時間は平日が8:30~19:00

土日が、10:00~17:00です。

(フリーダイヤル) 0120-007-110



臨時休館のお知らせ

・8月13日(木)~15日(土)・31日(月)は、定例休館日です。

・8月10日(月)に利用申込がないときは臨時休館いたします。
この日に利用を希望される場合、利用申込は8月1日(土)正午までをお願いします。



「古紙リサイクルステーション8月開設日」

・開設日： 1(土) 2(日) 8(土) 9(日)

22(土) 23(日) 29(土) 30(日)

※15(土)・16(日)はお休みです。

・時 間： 9:00~17:00

※お問い合わせ先(三筑会館) 572-8005



福岡市三筑公民館

〒812-0887 博多区三筑2丁目9-4

TEL 573-4664 / FAX 573-4671

《第34回三筑校区文化祭》

日頃より研鑽された成果を発表し、地域文化の向上と住民相互の親睦・融和をはかる為、開催いたします。

皆様のご参加をお待ちいたしております。

作品展示【日時】10月24日(土)10:00~16:00

25日(日)10:00~14:30 予定

【会場】三筑公民館

ステージ発表【日時】10月25日(日) 9:00~

【会場】三筑小学校

※出品・出演の申込みは各町内会長または三筑公民館まで。

締め切り：9月4日(金)

問合せ先：三筑公民館 Tel573-4664



住環境の改善と筋力アップで家庭内転倒事故防止！

●75歳以上の高齢者の家庭内事故は「転倒」が最も多く、加齢とともに重症化しやすくなります。

●原因は環境要因だけでなく、ふくらはぎの筋力低下による、歩行時のすり足や、わずか1~2センチの敷居、じゅうたんの端、室内のコードなどに足を引っかけてしまうといった身体機能の衰えもあります。予防策として住環境の改善と身体機能の維持・向上の両方を進めることが重要です。

●筋力低下による転倒防止には、自治体の「転倒予防教室」や「介護予防教室」なども活用し、バランス能力や筋力を養うことが有効です。

●環境的対策は、階段や段差に手すりや滑り止めを設置し、室内のコード類をまとめたり、滑りにくいスリッパや安定した高さのベッド・椅子を選んだりする工夫も大切です。



「座ってでもできる 下半身筋力アップストレッチ！」

8月26日(水) 11:00~12:00

講師：福岡脊椎クリニック 理学療法士

✿Sトレ参加者を対象に金隈病院による骨密度・血管年齢測定を10:00~11:00に実施いたします。この機会にぜひ!!

校 区 行 事

8月1日(土)・2(日) ジュニアリーダー夏季研修会

