

まいとびま公民館だより

福岡市西戸崎公民館

東区西戸崎5丁目1-1 TEL:092-603-0201 FAX:092-603-6174
<http://gakushu.city.fukuoka.jp/civic/000247/top.htm>
 E-mail: saitozaki68@jcom.home.ne.jp



令和7年10月号

☆☆☆乳幼児ふれあい学級☆☆☆
 ～ハロハロハロウィン～
 10月12日(日) 10:30～12:00
 西戸崎公民館
 パパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃん
 み～んな一緒にハロウィンパーティー
 ☆リトミックでハロウィン!
 ☆手作り帽子かぶってトリック・オア・トリート!
 ☆ハロウィンボードの前ではい!チーズ!
 申込み:西戸崎公民館 603-0201

西戸崎歴史講座
 第3回 10月7日(火) 10:00～11:30
 内容:～朝鮮戦争と日本人～
 講師:井上 準之助氏
 場所:西戸崎公民館 申込み:西戸崎公民館
 参加費:初めて受講される方のみ300円

～校区文化祭～
 ≪自治協議会主催≫
 11月1日(土)・・・作品展示・バザー(14:00～17:00)
 11月2日(日)・・・作品展示・バザー(9:00～16:30)
 ※詳細は別途全戸配布いたします。

Welcome～食進会の男性料理教室～
 (健康は日々の幸せの源)
 日時:10月24日(金) 9:30集合
 場所:西戸崎公民館 参加費:500円
 持参品:エプロン・三角巾・マスク
 ※今回は男性で料理を作ります。
 楽しみましょう!参加お待ちしております♡

♡♡♡ ゆっくり傾聴 ♡♡♡
 ♡貴方のお話を、貴方にしっかり寄り添って
 聴かせて頂きます。言葉に出してみませんか?
 日時:令和7年10月14日(火)・28(火)
 10:00～11:00
 場所:西戸崎公民館 申込:西戸崎公民館
 (守秘義務を厳守しています)

ふれあいサロン “汐風”
 10月11日(土) 10時～
 西戸崎公民館
 『九大落研0B落語会』

西戸崎校区『ウォーキング講座』
 日時:令和7年10月30日(木) 10:00～12:00
 場所:西戸崎公民館 講堂
 内容:◎ウォーキングに関する講話。筋トレ等
 ◎ウォーキング(西戸崎校区を歩きます)
 ※雨天時は室内運動をします。
 講師:健康づくりサポートセンター 健康運動指導士
 持参品:飲み物・タオル・帽子・すべりにくい室内靴
 ☆動きやすい服装・靴でお越しください。
 定員:20名 10月20日(月)から申し込み受付
 (参加者本人の申し込みに限る)
 ※天候や感染状況により中止となる可能性があります。
 主催:西戸崎校区衛生連合会 協力:東区地域保健福祉課

少林寺拳法の護身教室
 ～目打でひるませ、抜技で逃げる～
 日時:10/5(日)、10/9(木)、10/19(日)、10/23(木)
 各回 18:30～19:30
 場所:西戸崎公民館 講堂 参加費:無料
 申込:福岡西戸崎道院 道院長 小野哲嗣
 (080-4711-4691)

ふれあいサロン “よかよか”
 10月5日(日) 10時～
 大岳集会所
 『切絵で作るブックカバー』
 ☆季節の花を切絵で作りましょう☆
 ※今月のよかよかは第1日曜日です。

【ヨーガ・プラス】無料体験
 ☆あなたの体を甦らせましょう!
 日時:令和7年10月14日(火) 13:30～14:30
 場所:西戸崎公民館 和室
 持参するもの:ヨーガマット又はバスタオル・タオル
 連絡先:西戸崎公民館

【よかドックで年に一度は健康チェック!】
 ○対象:40～74歳の国民健康保険加入者(治療中の方も対象です)
 ○かかる費用:500円
 ○検査内容:血液検査・血圧測定・尿検査・身体測定
 心電図・診察・問診
 ○受診場所:市の施設等、実施医療機関
 ○詳細は「けんしんナビ」から

10月26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16日(木)12時までにご連絡をお願いします。

子育てママのフリースペース
 “ゆう・ゆう”
 10月6・12・20・27
 12日(日曜日)は、乳幼児ふれあい学級
 ハロハロハロウィンにおいて下さい!
 (予約してくださいね!)

あたたかい 明るい笑顔と おもいやり