



※掲載の事業等は変更や中止になる場合があります。
※参加費の記載のない事業は無料です。

7月 行事予定

7/7(月) 13:00~14:30 九座大公開セミナーIN若宮 健康ライフのための「目」と「こころ」

視覚は加齢によって変化するだけでなく、心の状態にも影響されます。本講座では、アスリートの視覚活用法を応用し、日常生活に役立つ「見方」の工夫や、視野を広げるための呼吸法を紹介します。自律神経を整え、健康的な暮らしをサポートする方法を一緒に学びましょう。

【場 所】若宮公民館 講堂
【講 師】九州産業大学人間科学部スポーツ健康科学科 秋山 大輔 准教授
【対 象】校区の方
【申込み】7月3日(木)迄に公民館へ
【共 催】九州産業大学



7/19(土) 10:00~12:00 子ども陶芸体験 おもしろハニワづくり

【場 所】若宮公民館 講堂
【講 師】工房スマイル
【対象・定員】校区の小学生 20 人程度
【参加費】500 円(当日集金します)
【申込み】7月10日(木)迄に公民館へ
【共 催】わかみやアンビシャス広場委員会
※作品の見本は公民館に展示しています。
※作品は約1ヶ月後に公民館でお渡しとなります。



8/2(土) 10:00~12:00 子ども料理 ハンバーガーとデザートを作ろう

【場 所】若宮公民館 学習室
【講 師】若宮校区健康づくり推進会
【対象・定員】校区の小学5・6年生15人(先着)
【参加費】200 円(当日集金します)
【申込み】7月27日(日)迄に公民館へ
【持ってくるもの】マスク、エプロン、三角巾、手拭きタオル
【共 催】健康づくり推進会
わかみやアンビシャス広場委員会



公民館に おいでよ! こあんない

本の貸し出し

わかみや文庫 いーよーの会
【日 時】7月 5日(土) 13:30~16:00
7月26日(土) 9:30~12:00
※26日(土)は楽しい工作もあるよ!
上記以外の日でも貸し出しできます。
【主 催】わかみやアンビシャス広場委員会



小・中学生対象

表千家茶道教室
【日 時】7月12日(土)13:00~15:00

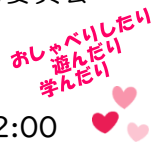


卓 球
【日 時】7月12日・26日(土)15:00~17:00
※上靴・水筒・タオルをもってきてね!



【主 催】わかみやアンビシャス広場委員会

フリースペースわかみや
「居場所」となるスペースを開設します!



【日 時】7月26日(土) 9:30~12:00
【申 込】小学生は申込書を学校で配布します。
中学生は公民館へお申し込み下さい。
【主 催】社会福祉協議会

乳 幼 児 対 象

子育てサロンしゃぼん玉
【日 時】7月17日(木) 10:00~12:00
【主 催】社会福祉協議会



公民館臨時休館のお知らせ
7月13日(日)は利用申込がありませんでしたので臨時休館いたします。
8月13日(水)~16日(土)は利用申込がない時は、臨時休館いたします。この日に利用を希望される場合は7月22日(火)正午までに申込をお願いいたします。

2日(水) 高齢者サロン夢つむぎ いこいの家
6日(日) 校区ファミリーバドミントン大会
18日(金) 若宮小学校・多々良中学校終業式

フレイルチェック(体力測定)
【日 時】7月31日(木) 10:00~11:30
【内 容】血圧測定、身体機能のチェック
【場 所】若宮公民館 講堂
【講 師】東区地域保健福祉課 保健師 今村 睦生 さん
【対 象】校区の方
【申込み】7月27日(日)迄に公民館へ
【主 催】健康づくり推進会

体育協会主催
『校区ママさんバレーボール大会』
6月8日に多々良中学校で開催されました。結果は以下のとおりです。
優 勝 若宮3丁目2区
準優勝 若宮4丁目3区



地域活動 PR ショート動画コンテスト開催中

市内に在住または通学する小学生~大学生・専門学校生を対象に、地域活動を PR するショート動画の応募を受け付けています。最優秀賞にはなんと10万円分のギフトカードをプレゼント! 地域活動の「楽しさ」や「ありがとう」の気持ちを動画にしてみませんか?

【応募期間】9月30日(火)まで
【作品の条件】(1)長さ:15秒または30秒
(2)規格:縦型、横型どちらでも可。
実写、写真スライド等不問。
詳しくはホームページをチェック!
https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/comm-unity/life/tiikikatsudou_movie_contest.html



【お問い合わせ】
「地域活動 PR ショート動画コンテスト」事務局
(市民局コミュニティ推進課)TEL:711-4286
E-mail:tiikikatsudou_movie@city.fukuoka.lg.jp

令和7年7月1日

令和7年度 第1回 東区人権セミナー

いのちの贈りもの ~ドナーと共に生きる~
講師: ピアニスト 児嶋 由紀さん
移植の恩恵を受けた患者の立場から、自身の発病から人工透析・腎臓移植までの経緯、移植後のからだの変化や、日本の臓器提供の現状、移植医療に関わる方々の想いなどを分かりやすく伝えます。
セミナーを通じて、命の尊さ、重さ、そして何事もない日常のありがたさを感じ取り、つながる命について考えるきっかけにしたいと願い、ピアノ演奏とともに語ります。
※手話通訳、要約筆記、託児(先着8名・要申込)あり

【日時】7月23日(水) 14:00~15:40
(13:30 開場)

【会場】なみきスクエア なみきホール
【申込】入場無料・(先着500名)
7月18日(金)までに事前申込要
「第1回東区人権セミナー参加申込」と明記し、氏名(ふりがな)・電話番号を記入し下記いずれかの方法でお申込みください。

・メール: h-shimin@namiki-sq.jp
・件名: 「第1回東区人権セミナー参加申込」
・FAX: 674-3972
・はがき: 〒813-0044
東区千早4-21-45 なみきスクエア
【問い合わせ】なみきスクエア
電話 674-3981、FAX674-3972
主催 なみきスクエアみらいネットワーク
共催 東区役所

東市民プールの小学生水泳教室募集

教室名	開催日時	募集期間
夏の小学生水泳教室(1部)	8/4~8/8 9時半~11時	7/1
夏の小学生水泳教室(2部)	8/4~8/8 11時~12時半	7/15

※詳しくは東市民プールまでお問い合わせください。
TEL:662-6111

