

和白東公民館だより

福岡市東区高美台2丁目1-8
TEL.607-2442



今月の人権標語

たくさんのお花を

えがおの花を

さかせよう

11月の行事のご案内

1	金	自治協議会定例会	
4	月	男女共同参画推進会研修会	
7	木	学校施設開放調整会議	
9	土	和白東校区秋まつり 図書開放	
11	月	らっこサロン サロン和愛	
12	火	スマホ講座	
15	金	民生委員児童委員協議会定例会	
16	土	防災キャンプ	
17	日	公民館臨時休館日 オアシス花かご	
20	水	親子ふれあい教室	
22	金	わくわくカレッジ	
23	土	図書開放	
25	月	らっこサロン	
30	土	地域食生活改善講習会	

公民館からのお知らせ

◎今月の臨時休館日は11月17日(日)です。
この日にご利用を希望される場合は、
11月7日(木)までにご連絡をお願いします。

令和7年度新規公民館サークル募集について
新規にサークル登録をお考えの団体の方は、
12月1日～20日までに公民館事務室までご相談ください。

なお、新規申込み・更新手続きについては、「公民館だより1月号」にてお知らせいたします。

わくわくカレッジ

前向きに人生を楽しむための 終活サポート講座

第2回 もめない『遺言書』の作り方

日時：11月22日(金) 13:30～15:00

場所：和白東公民館 講堂

講師：一般社団法人

あんしん家族サポートふくおか代表

終活アドバイザー 渡邊 明美氏

行政書士 下東 久倫氏

対象：一般(成人)

第3回 12/13(金)13:30～「あわてない『相続対策』」

※第3回も一緒に申込みできます。

親子ふれあい教室 11月

子どもの感染症予防とお口と歯の健康

日時：11月20日(水) 10:00～11:30

場所：和白東公民館 講堂

講師：保健師 上枝 諒子氏

歯科衛生士 安永 雅代氏

対象：子育て中の保護者の方

親子ふれあい教室 12月

親子のふれあい遊びを通して大人も
子どもも笑顔になれるプログラムです。

パネルシアターやふれあい遊びで
楽しい時間を過ごしましょう。

日時：12月5日(木) 10:30～12:00

場所：和白東公民館 講堂

講師：福岡市立中央児童館「あいくる」スタッフ

対象：子育て中の保護者の方

親子ふれあい教室は、おむつと安心定期便スタンプが受けとれます。

申込み：和白東公民館 ☎607-2442

地域食生活改善講習会

「生活習慣病予防の食事」

健康で長生きできる食事

を心がけましょう！

メニュー
* 魚の香味焼き
* きのこと野菜の佃煮
* トロトロ汁
* キャラメルアップル
ケーキ



日時：11月30日(土)

10:00～12:30

場所：和白東公民館 講堂

講師：管理栄養士 横尾 妙子氏

対象：一般(成人) 定員：20名

材料費：500円

持ってくるもの：エプロン、三角巾

申込み：和白東公民館 ☎607-2442

申込み受付：11月5日(火)より先着順受付

お正月飾り講座

オシャレなお正月飾りで

楽しく2025年を迎えましょう！

日時：12月4日(水) 10:00～12:00

場所：和白東公民館 講堂

講師：日本フラワーデザイナーズ協会

池田 洋子氏

定員：10名 材料費：1000円

申込み：和白東公民館 ☎607-2442

申込み受付：11月20日(水)より先着順受付

※11月中旬から見本を展示します。

スマホ講座 12月

基本編

YouTube+LINE(音声入力とスタンプ)

日 時：12月2日(月)
10:00~11:30
場 所：和白東公民館 講堂
講 師：ソフトバンク(株)
対 象：成人 定 員：20名(先着順)
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
※講座は貸出用のスマホを使います。



交通安全・詐欺対策教室

*高齢者の交通安全…歩行も運転も
*特殊詐欺にあわないために

日 時：12月10日(火)
13:30~15:00
場 所：和白東公民館 講堂
講 師：福岡県交通安全協会 職員
東区役所総務課 渡邊 賢治氏
申込み：和白東公民館 ☎607-2442



母子巡回健康相談のお知らせ

実 施 日：12月9日(月)
受付時間：13:30~14:00
☆予約不要
☆受付時間までにお越しください。
場 所：和白東公民館・講堂
内 容：身体計測、育児相談、妊産婦の健康相談
持ち物：母子手帳、バスタオル(着替え・おむつ替用)、
替えのおむつ など
お問い合わせ：東区地域保健福祉課
地域保健福祉係 TEL 645-1088



健康づくり講座

第3回 ~体力測定&健康体操~

自分の身体を知り、病気を予防しましょう!

日 時：12月11日(水)
10:00~11:30
場 所：和白東公民館 講堂
講 師：健康運動指導士 筑地 公成氏
定 員：25名
持参物：飲み物、動きやすい服装
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
主催：和白東衛生・健康づくり推進会
共催：和白東公民館
福岡市東区地域保健福祉課



問い合わせ：東区地域保健福祉課
和白東校区担当保健師
(TEL:092-645-1088)

令和6年度20歳を祝う会 開催のお知らせ

日 時 令和7年1月13日(月・祝)
受付 9時30~
式典 10時~10時20分(予定)
場 所 和白東小学校 体育館
※詳細は、回覧にてお知らせします。



芸術の秋! コミセンわじろで作品を飾ろう! 「市民ギャラリー」への出展者募集!

展示期間 1団体3週間 料金 無料

コミセンわじろの2階の壁面は、「市民ギャラリー」として展示ができます。普段のサークル活動で制作している作品の発表の場や活動の紹介パネルの展示などにご利用いただけます。作品の展示場所を探している方、作るだけで作品を披露したことがない方、ぜひお問合せください!

お問合せ ☎092-608-8480
(コミセンわじろ)



令和6年度高齢者乗車券の申請はお済みですか?

交付を受けるには、毎年申請が必要です。
申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。
※簡単便利なオンライン申請がご利用いただけます。下記コードをスマートフォンのカメラで読み取ってご利用ください。また、申請書は公民館や区役所でもお受け取りいただけます。ご不明な点は下記にご連絡ください。



<お問い合わせ先>

高齢者乗車券郵送受付センター 0120-502-633 (通話無料)
(午前9時~午後5時) FAX 0120-880-219

~全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間~

11月13日(水) から同月19日(火) までの7日間

「女性の人権ホットライン」強化週間して、夫・パートナーからの暴力、職場でのセクハラ、ストーカーなど、女性に関する人権問題のご相談を受け付けます。
時間は、平日の11月13日(水) から11月15日(金)、11月18日(月) 及び11月19日(火) が、午前8時30分から午後7時まで、11月16日(土) 及び11月17日(日) は、午前10時から午後5時までです。

電話番号は0570-070-810(全国共通)

法務局職員と人権擁護委員が相談に応じます。秘密は厳守されますので、どんな些細なことでも、ひとりで悩まずご相談ください。

【お問合せ先】 福岡法務局人権擁護部 092-739-4151

福岡法務局・福岡県人権擁護委員連合会

11月は児童虐待防止推進月間です。

~子どもたちの笑顔を守るために一人ひとりができることを~
虐待から子どもたちを守るためには、子育て家庭が孤立しないように日頃から地域で温かく見守っていくことが大切です。もし、「児童虐待かも?」と感じることがあったら、全国児童虐待相談ダイヤル「189(いちちやく)」にご相談ください。また、子育ての悩みは一人で抱え込まずご相談ください。

《子育ての悩み、相談窓口》

◆市こども総合相談センター(えがお館)

電話 092-833-3000(24時間受け付け※年末年始は除く)

◆区子育て支援課相談電話(9:00~17:00)

電話 092-645-1082

《虐待かもと思ったら》

◆児童相談所全国共通ダイヤル

189番 最寄りの児童相談所につながり、専門家が対応します。