

あおば公民館だより

No.433 2024年9月
9月の行事



〈人権標語〉…「あなたが大切 みんなの笑顔」



《第37回 青葉ふれあい文化祭のお知らせ》

10月26日(土)～10月27日(日)

10月26日は作品展示、27日は作品展示と、芸能の発表会を行います。日頃サークルで活躍されている皆さんの発表会です。文化祭に向け、皆さん練習に励んでいます。お楽しみに！同時に、作品展示の募集とフリーマーケット参加者も募集中です。みなさんのご応募お待ちしております！



郷土の近郊歴史講座 (第3回)

「筑前、海の神社について」

9月9日(月) 10:00～ 公民館 講堂

講師:東区歴史ガイドボランティア連絡会(さんぽ会) 加藤 徳生さん
筑前には日本神話に登場する記紀の時代より、海にちなんだ由緒深い主要な神社があります。今回はそのなかから、海外・国内・地域への三守護神社に接近します。



幼児サークル いないないばあ「遊びの場」

9月12日(木) 10:30～ 公民館 講堂

おもちゃをたくさん用意しています。大人も普段の育児の悩みや情報共有など気軽にお話ししましょう！

幼児教育講座 「ピラティス」

9月26日(木) 10:30～ 公民館 講堂

講師:理学療法士ピラティスインストラクター 田川 梨沙先生
日頃の家事や育児で身体は凝り固まっていませんか?先生がリクエストに応じてエクササイズを教えてください。親子ともに動きやすい服装で来てくださいね。
※持ってくる物:水筒、タオル、ヨガマット(バスタオル)



あおば大学

「御笠川と石堂川が博多の歴史に如何にかかわっているか…」

9月12日(木) 13:30～ 公民館 講堂

講師:ハカタ・リバイバル・プラン 会長 立石 武泰氏
博多の歴史に詳しい立石さんが、今回は博多の石堂川視点からお話しされます。興味深いお話が聞けるとおもいます。皆さんご参加ください。



～月一回の臨時休館について～

9/30(月)は、月一回の臨時休館日といたします。この日に利用を希望される場合は9月24日(火)正午までにご連絡をお願いします。

～11月の臨時休館日について～

学校行事の為、11月の休館日を11/30(土)から11/23(土)に変更します。この日に利用希望される場合は11月16日(土)までにご連絡をお願いします。

日にち	行事	時間	場所
5(木)	乳幼児と保護者の自由な遊び場「にこにこサロン」	10:00	公民館
//	コミュニティ連絡会	18:30	公民館
7(土)	青葉文庫	10:00	公民館
8(日)	青葉公園 栽培講習会「失敗しない家庭菜園の育て方」	10:00	公民館
9(月)	歴史講座「筑前、海の神社について」	10:00	公民館
11(水)	青葉のたまり場「夏バテ解消のヨガ」	10:30	公民館
12(木)	幼児サークル「遊びの場」	10:30	公民館
//	あおば大学「御笠川と石堂川が博多の歴史に如何にかかわっているか」	13:30	公民館
13(金)	午後のお茶を一緒に「ユマニチュード講座」	13:30	公民館
14(土)	青葉文庫	10:00	公民館
19(木)	乳幼児と保護者の自由な遊び場「にこにこサロン」	10:00	公民館
20(金)	学校施設利用調整会議	19:00	公民館
21(土)	更生保護女性会「なかよしキッチン」	11:30	公民館
//	青葉文庫	10:00	公民館
//	工作ひろば「切り紙」	14:00	公民館
24(火)	食進料理教室「郷土料理」	10:00	公民館
25(水)	環境出前講座・一人一花運動	10:30	公民館
26(木)	幼児教育講座「ピラティス」	10:30	公民館
27(金)	かぞくごはん「スタミナ満点にんにく麴」	10:30	公民館
//	母子巡回健康相談	13:30	公民館
28(土)	青葉文庫	10:00	公民館
30(月)	月一回の臨時休館日		

午後のお茶を一緒に「ユマニチュード®」講座

～ 認知症コミュニケーション・ケア技法～

9月13日(金) 13:30～ 公民館 講堂

ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーションの技術です。基本的な技術について学び、認知症の人に優しいまちを作りましょう。

今回は福岡市からの要請で、申込みが必要です。ご希望の方は公民館までお電話ください。

電話 691-9799



●備蓄品

- ・食品(1人1日3食×3日分)
- ・水(1人1日3リットル×3日分)
- ・トイレットペーパー
- ・携帯用トイレ
- ・懐中電灯
- ・携帯ラジオ
- ・モバイルバッテリー
- ・救急セット など

●ローリングストック法

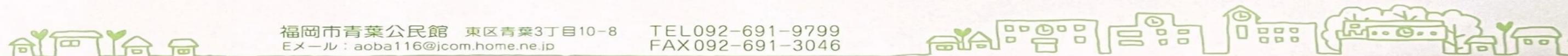
普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

●感染症対策

- ・消毒液
- ・マスク
- ・体温計
- ・ビニール手袋
- ・上履き
- ・衛生用品 など



※高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。



～乳幼児と保護者の自由な遊び場～ 「にこにこサロン」

9月5日・19日(木) 10:00～11:30 公民館 講堂
 対象:0歳～未就園児と保護者・妊婦さん
 子育て中の保護者のみなさん、お子さんと一緒に公民館に遊びに来られませんか?
 子どもを遊ばせながら、お母さん達も情報交換や交流ができます。お父さんの参加も大歓迎です!ぜひお子さんとみえてください。たくさんのおもちゃを用意していますよ。子ども達と楽しく遊びましょう。
 ※予約不要で、人数制限ありません。ご自由にお越しください。
 主催:青葉校区社会福祉協議会



青葉公園 栽培講習会

「失敗しない家庭菜園の育て方」

9月8日(日)10:00～12:00 公民館 講堂
 講師:立花寺リフレッシュ農園栽培指導員 三浦 祐二氏
 野菜作りの基礎知識から定番野菜や珍しい野菜の栽培方法まで野菜づくりの楽しみ方を学べる講習会を行います。
 よりおいしく・健康的な野菜の収穫を目指して初心者の方から、長年続けられている方までご参加をお待ちしています!
 参加費:無料
 内容:秋冬野菜編
 ①土、肥料、害虫、農薬などの知識
 ②種まき時期、植え付け時期、収穫時期 ③作付けの種類
 ④最初の農作業の手順 ⑤栽培ポイント
 ⑥マンションでプランターを使っでの栽培方法等
 ⑦その他、何でも相談受け付けます。
 持参物:筆記用具
 募集人員:先着20名程度を募集します。
 お申込は 青葉公園管理事務所(担当:竹若・徳留)
 電話 092-691-5725



青葉のたまり場 「夏バテ解消のヨガ」

9月11日(水) 10:30～12:00 公民館 講堂
 「青葉のたまり場」は、どなたでもご参加いただけるバリアフリーの楽しい集まりです。今月は、夏バテを解消する為のヨガをします。
 暑さを忘れて楽しい一時をすごしましょう。
 材料費:150円 持ってくる物:水筒・タオル
 申込み:東フレンドホームへお電話ください。
 東フレンドホーム 電話 621-8840 FAX621-8863



青葉校区古紙リサイクルステーション

リサイクルステーションは、公民館の敷地内にあります。
 毎週土曜日・日曜日の9時～17時開設



おめでとうございます

8月6日 第47回東区高齢者演芸大会が千早のなみきスクエアで開催されました。青葉校区代表のフラハワイアンズ青葉のみなさんが見事優勝され、市民会館での福岡市大会へも出場されました。おめでとうございます。



～青葉文庫おすすめの本～

「嫌われた監督」 鈴木忠平著
 私は野球人としての落合博満という人物は、プレイヤーとしての数々の記録、監督としての日本一達成の偉業にも拘らず余り好きではありませんでした。しかし、この本を読んで彼の言動の奥にある独自の信念に基づく落合哲学を知ることが出来、目からウロコでした。野球に興味がない人にも是非一読を薦めたい一冊です。
 青葉在住 岡さん

「なかよしキッチン」

9月21日(土)11:30～13:30 公民館 講堂
 例年にない猛暑が続いた夏休みも終わり、2学期が始まりましたね。コロナや熱中症には気を付けて!!
 みんなでなかよしキッチンに参加してくださいね。
 お茶は各自でご持参ください。



材料費:子ども無料・大人300円(先着50食でメ切)
 対象者:小学生以上
 ★今回はカレーライス・サラダ・デザート



主催:更生保護女性会

工作ひろば 「切り紙」

9月21日(土)14:00～ 公民館 いこいの家
 指導:地域ボランティア 井上 良美さん
 今月は、ハサミで、かわいい模様を作りましょう。
 材料費:300円 持ち物:水筒(各個人の水分補給の為)
 未就学児は保護者同伴でお願いします。
 ※9/15(日)までに公民館へお申し込みください。
 公民館☎691-9799



食進料理教室 「郷土料理」

9月24日(火)10:00～12:00 公民館 学習室
 おいしくて、身体に優しいお料理をみんなで作っていただきますよ。
 材料費:500円(当日集めます)
 持ってくる物:エプロン・三角巾・筆記用具
 たくさんのご参加をお待ちしております。
 ※9/21(土)までに公民館へお電話ください。 電話 691-9799
 主催:青葉校区食生活改善推進会



～環境活動推進会議～

～お盆の供養物持ち込み御礼～

当日はたくさんの方においで頂きありがとうございました。



○出前講座・一人一花運動

「博多湾 NOW」

～生きものが生まれ育つ博多湾を目指して～

9月25日(水)受付時間10:30～11:30 公民館 講堂
 講師:福岡市環境局環境調整課
 定員:先着30名
 ※講座終了後、一人一花運動で花苗を配布します。
 持ち帰り用の袋を持参ください。
 締切り:9/21(土)迄。公民館へお電話ください。電話 691-9799
 青葉校区ごみ拾い活動中 No.28(R4 4/1～R6 8/15)
 ごみ累計 13,580ℓ 実施累計 853回
 人員累計 1,472人
 ※みんなが出来るエコ活「ごみは持ち帰りましょう!」
 青葉校区環境活動推進会議 協力:女性パトロール隊



～衛生連合会からのお知らせ～

9月の「いきいき健康教室」の予定はありません。ご了承願います。

○令和6年度 第2回「母子巡回健康相談」

9月27日(金)受付時間13:30～14:00 公民館 講堂
 予約は不要です。受付時間までにお越しください。
 内容:身体測定・育児相談・妊産婦の健康相談等
 持ってくる物:母子健康手帳、バスタオル(衣服着脱用)、替えのおむつ等
 問い合わせ先:東区地域保健福祉課 電話 092-645-1088



《予告》

○「いきいき健康教室」

日時:10月21日(月) 13:30～ 場所:公民館 講堂
 指導:健康運動実践指導者・介護福祉士 柳本 早百合 先生
 内容:「シニア体操」
 ※予約、申込み等は、不要です。どなたも参加できます。
 ・多数の参加をお待ちしています。
 ・軽い運動の出来る服装でお出で下さい。
 ・タオル、お茶等飲み物は各自、準備願います。



○青葉献血のお知らせ

日時:11月1日(金) 午前 10:00～12:00
 午後 13:00～15:30
 場所:青葉公民館 講堂
 ※献血は、人と人がお互いにささえ合う、善意で成り立っています。
 ※輸血用血液が大変不足していますので、皆さまのご協力を
 よろしく願います。
 問合せ先:青葉公民館 電話 691-9799
 東保健福祉センター地域保健福祉課 電話 645-1088