



乳幼児ふれあい教室

赤ちゃんもママ・パパもほんわか交流しましょう。おもちゃ遊びや絵本の読み聞かせを行います。{「おむつと安心定期便」対象事業}

実施日: 8月5日(月)、9月9日(月)

時 間: 10:00~11:00 出入り自由

場 所: 千早西公民館 講堂 **参加費:** 無料

講 師: 川井 御納子先生

協 力: ほんわかサロンボランティア

申込み: 電話またはFAXで前日までに公民館へ。

※9月は教室終了後「野菜たっぷり具たくさんお味噌汁とご飯で食事会」を予定しています。(希望者のみ材料代として一世帯 100 円) 離乳食のご希望は申込時にお伝えください。



モーニングちょこっとヨガ

誰にでもできる簡単なヨガで生活に活力と健康を! 椅子に座ったままでもできます。

実施日: 8月21日(水)、9月18日(水)

時 間: 10:00~11:30

場 所: 千早西公民館 講堂

参加費: 無料 バスタオル、水筒をご持参ください

講 師: 三浦 州司先生

申込み: 予約は不要です。当日ご来館ください。



エコクッキング教室

日 時: 8月20日(火) 10:00~13:00

場 所: 千早西公民館 講堂 学習室

講 師: 管理栄養士 横尾妙子先生

主 催: 環境活動連絡会議 紙リサイクルステーション

協 力: 千早西公民館 **参加費:** 無料

申込み: 電話またはFAXで8月9日(金)までに公民館へ(定員 25 人・先着順)

けんちゃん先生の料理教室

とっても楽しい料理教室です。今回のテーマは「家族でハロウィンパーティ料理教室」メニューは●フライパンでマルゲリータ●レンチンでチャーシュー●おぼけ餃子●手羽元参鶏湯(サムゲタン)。

日 時: 10月5日(土) 10:00~13:00

場 所: 千早西公民館 講堂 学習室

参加費: 材料費として1人700円

講 師: 管理栄養士 嘉村健志先生(けんちゃん先生)

申込み: 電話・FAXで公民館へ。定員 25 名(先着順)。



マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します(9/25)

公民館でマイナンバーカードの申請を受け付けます(要予約)。また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポートも実施します(要予約)。

【日 時】 令和6年9月25日(水) 14時~16時

【会 場】 千早西公民館 講堂 **【対象者】** 東区に住民票のある方

【予約受付】 福岡市マイナンバーカード申請出張サポートコールセンター TEL092-600-2402 (9時~18時)

【事前予約終了日】 9月18日(水)

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問い合わせください。

全国一斉「子どもの人権相談」強化週間

「ひとり」じゃないよ 一緒に考えよう

法務局職員と人権擁護委員が、「いじめ」や体罰等子どもに関する人権問題の相談を電話やLINEでお受けします。相談は無料で、秘密は固く守ります。

相談受付日 令和6年8月21日(水)~8月27日(火)

受付時間 平日 8:30~19:00 土日 10:00~17:00

相談電話番号 0120-007-110 (フリーダイヤル)
(IP電話の場合は092-739-4175へ)

LINE相談「法務局LINE人権相談」で検索してください
問い合わせ先 福岡法務局人権擁護部 092-739-4151

千早病院『地域公開講座』のご案内

地域の皆様と健康について考える「地域公開講座」を開催します。今年は、当院の眼科医、整形外科医、管理栄養士、理学療法士より講演を行います。参加無料ですので、お気軽にご参加ください(申込不要)。骨粗鬆症マネージャーによる無料の相談コーナーもあります!

日時: 8月17日(土) 13:00~15:00 (開場 12:30)

場所: なみきスクエア 1階 なみきホール

講演1「みる」を守る ~知っておきたい目の病気~

千早病院 眼科医長 吉村茉莉花先生

講演2 人生100年時代 健康寿命を延ばしましょう

~骨と関節のお話~

千早病院 整形外科・リハビリテーション科部長 鍋山亮太郎先生
管理栄養士・理学療法士

主催: 国家公務員共済組合連合会 千早病院 **後援:** 福岡市

【お問い合わせ】 千早病院 地域医療連携室

〒813-8501 東区千早 2-30-1 電話: 661-2211 FAX: 683-0411

休館日のご案内

8月12日(月)~8月15日(木)

9月16日(月・祝)、10月27日(日)

利用がない場合は休館します※利用のお申し込みは2週間前までをお願いします

クールシェアふくおか

