



けんちゃん先生の料理教室

TVなどでお馴染みの料理研究家・けんちゃん先生(嘉村健志さん)をお招きして教室を開催します。みんなで楽しくお料理しましょう! 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
- おばけ餃子
- 手羽元参鶏湯(サムゲタン)を予定しています。

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)

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: 9月9日(月)、10月7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「野菜たっぷり具だ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: 9月18日(水)、10月16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。



認知症コミュニケーション・ケア技法 「ユマニチュード®」講座

日時: 10月1日(火) 11:00~12:00

場所: 千早西公民館 講堂

協力: 千早西校区社会福祉協議会

【申込方法】QRコードを読み込んでいただきオンラインでお申込みください。

オンラインでのお申込みが難しい場合は、福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局 TEL:

092-600-2786(平日 9:00~17:00)へご連絡ください。



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、10/25)

千早西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(予約不要)。

【実施日】9月25日(水)(予約受付終了日9月18日)

10月25日(金)(予約受付終了日10月21日)

【時間】いずれも14時~16時

【会場】千早西公民館 【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)

【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。

令和6年度第30回千早西公民館 サークル地域交流文化祭(11/9・10)

館内で展示する作品を募集いたします

詳しくは千早西公民館まで

令和6年度東区人権を考えるつどい 「がん」で考える「いのち」~正しく知って「健幸」に~

がんを正しく知り、がんと向き合った患者の体験から「いのちのこと」「生きること」を感じて、健やかで幸せな「健幸」な生活について考えるセミナーです。当事者や医療関係者、支援者など複数の方にお話ししていただきます。※手話通訳、要約筆記、託児(先着8名・要申込)あり

・講師

金城 舞先生(がん治療認定医、NPO 法人がんのママをささえ隊ネットワーク ETERNAL BRIDGE 副理事長)

河野 梨香さん(がん経験者、看護師)

山本 美裕紀さん(がん経験者、NPO 法人 Coco 音代表、看護師)

・司会 永松 勝利さん(NPO 法人 Coco 音事務局長、支援者)

<日時> 9月26日(木) 14:00~15:30(13:30 開場)

<会場> なみきスクエア(東市民センター)なみきホール

<申込> 入場無料

7月24日(水)~9月20日(金)までに事前申込要(先着500名)

「東区人権を考えるつどい参加申込」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:「東区人権を考えるつどい参加申込」

・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> 電話: 674-3981 FAX: 674-3972 なみきスクエア

<主催> なみきスクエアみらいネットワーク

<共催> 東区人権尊重啓発連絡会議、東区役所

休館日のご案内

9月16日(月・祝)、10月27日(日)、11月24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