

令和6年（2024年）
8月1日発行

お問い合わせ、申込みは
三苦公民館へ 606-4511



三苦公民館だより



発行 福岡市三苦公民館
東区三苦3丁目3番41号
TEL 092-606-4511
FAX 092-606-6602

母子巡回健康相談

- ◇開催日 8月 30日（金）
- ◇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 三苦公民館 講堂
- ◇内 容 身体測定・発達観察・個別相談
- ◇持ってくるもの ・母子健康手帳・オムツ・お子さんの着替えの時に使うバスタオル
- ◇お願い・・・自宅で検温を行い、発熱や咳等の症状がある方は参加をお控えください。



★問い合わせ先…東区地域保健福祉課 地域保健福祉係
電話 092-645-1088 Fax 092-631-2295



8月のいちごカフェ

8月 12日（月）
13:00～16:00

※スマホお困りごと相談会開催※ 事前申し込みは不要です。

コーヒーやお茶を用意しています。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

さわやか教室〔高齢者地域参画支援事業〕

60年代の懐かしのポップスを生演奏で楽しみましょう。
みなさんの知っている曲がたくさんありますよ！

- ◇日 時 9月 8日（日） 13:00～
 - ◇場 所 三苦公民館 講堂
 - ◇内 容 『懐かしのポップスコンサート』
 - ◇出演者 おやしバンド イモンズ
- ♪どなたでも参加できます♪



三苦音頭を踊りましょう！

- ◇日 時 8月 22日（木）10:00～（子ども対象）
9月 13日（金）20:00～（大人対象）
- ◇場 所 三苦公民館 講堂
- ◇曲 目 三苦音頭 炭坑節ほか



自分の命は自分で守る（4年生対象児童防災教室）

親子で、防災について考えてみませんか？消防士さんから命を守る為に大切な事を学べます。お子さんだけの参加でも大丈夫です。

◇日 時 8月17日（土）10時～12時

要申込

- ◇場 所 三苦小学校
- ◇内 容 『あなたならどうする イエス・ノーゲーム』
消防士さんの話を聞こう 本物の消防車や救急車にふれてみる
- ◇講 師 校区防災委員長・元消防士 堺正英さん
東消防署警備課和白出張所 所長 矢野祐二さん
- ◇その他 事前申し込みが必要



校区一斉グリーンアップス作戦 2024

三苦町内をみんなで きれいにしよう！

9月1日（日）＊小雨決行・大雨中止

◇各町内会で集合時間・集合場所などが違います。

詳細は、回覧板でご確認ください。

ご家族そろってのご参加・ご協力をよろしくお願いいたします。

9月1日～7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」

災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウィーク」と定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日分以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

●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）
- ・トイレトーパー
- ・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



●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

●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。

※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。



第28回 まつり三苦 開催

9月21日（土）



会 場：三苦小学校 運動場

雨天時：小学校体育館 夜店のみ実施予定

※詳細は、9月に配布されるまつりのチラシをご覧ください

時 間 16:00～20:00

♪音楽で三苦を盛り上げよう♪

ミュージックフェスタ

in 三苦

参加者募集！



歌、楽器演奏、バンド等 音楽で三苦小学校のステージに出場してくださる方を募集します。

◇日 時 10月 5日（土） 13:00～（予定）

◇場 所 三苦小学校体育館

◇募集要項 歌（カラオケ不可）・楽器演奏・バンドなどの音楽活動でステージ発表の経験がある方に限ります。

※出場枠の限りがありますので、出場に際しては主催者で検討させていただきます。ご了承ください。

♪参加決定団体 和白中学校吹奏楽部・校区内保育園（有志）

※問い合わせ、申し込みは三苦公民館までお願いします。 電話 606-4511

8月の休館日のお知らせ

8月 13日（火）～15日（木）お盆の休館日

利用申し込みがある時には8月3日（土）正午までにお申し出ください。

8月26日（月） 月1回の臨時休館日

利用申し込みがある時には8月16日（金）正午までにお申し出ください。

皆様のご協力をお願いします。



三苦・和白体協主催
第54回
和白・三苦子ども相撲大会
【7月20日…塩浜児童公園】

- 《団体戦》
優勝…三苦ブルー
3位…三苦レッド
- 《個人戦 三苦関係分》
◎1年生の部
優勝 植松 銀河（6・7丁目）
準優勝 法元 暖（6・7丁目）
三位 川畑 琥太郎（6・7丁目）
大川 諒真（6・7丁目）
◎2年生の部
準優勝 法元 想介（6・7丁目）
◎3年生の部
優勝 津上 峻太郎（1丁目）
準優勝 川畑 琳太郎（6・7丁目）
三位 秋吉 奏和（1丁目）
◎4年生の部
優勝 手嶋 源太（6・7丁目）
◎5年生の部
優勝 海山 宝慥（1丁目）
三位 渡邊 翔斗（6・7丁目）
吉浦 健太（6・7丁目）
◎6年生の部
優勝 吉岡 珊治（三苦1）



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。
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）

【日時】 令和6年8月25日（日曜日）10時～12時
【会場】 三苦公民館 講堂
【対象者】 東区に住民票のある方
【事前予約終了日】 8月21日（水） 9：00～18：00
【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
TEL 092-600-2402
【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。

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。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！

講演内容

講演1 「みる」を守る ～知っておきたい目の病気～

講師：千早病院 眼科医長 吉村茉莉花

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～

講師：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
管理栄養士・理学療法士

- 日時：8/17（土） 13：00～15：00
12：30 開場
- 場所：なみきスクエア1階 なみきホール
- 申し込み不要・参加無料
主催 千早病院 後援 福岡市

お問い合わせ先

国家公務員共済組合連合会
千早病院 地域医療連携室
〒813-8501 東区千早 2-30-1
TEL:661-2211 FAX:683-0411



★8月の主な行事★

日	曜	内 容
3	土	○男女共同参画推進会 第3回講座 『いまさらですが、日本はジェンダー平等後進国 何が問題だと思いますか？』 10：00～
4	日	○循生研コラボ講座 【福岡市わくわく出前授業：生ごみから学ぼう】 『三苦野菜でクッキング』 10：00～
5	月	○卓球教室 18：00～
6	火	○ヘルスメイト『よかトレ』 10：30～ ○第1回体育祭実行委員会 19：30～
7	水	○スイトピー広場 10：00～ ○スイトピー定例会 12：00～ ○子どもリーダー研修 14：00～
10	土	○いちご文庫『こわ～いお話会』 13：00～16：00
12	月	振替休日 ○『いちごカフェ』 13：00～16：00
13	火	公民館臨時休館日
14	水	公民館臨時休館日
15	木	公民館臨時休館日
17	土	○4年生児童防災訓練 10：00～【三苦小】 ○サークル代表者会 14：00～ ○二十歳を迎えた同窓会 17：00～
19	月	○ほのぼのサロン『転ばないためには』 10：00～ ○卓球教室 18：00～
21	水	○スイトピー広場 10：00～
22	木	○輪踊りの練習（子ども対象） 10：00～
24	土	○いちご文庫 13：00～16：00
25	日	○マイナンバーカードサポート事業 10：00～12：00 ○『くるり』 13：00～16：00【和白公民館】
26	月	○公民館臨時休館日
27	火	○小中学校始業式
30	金	○母子巡回健康相談 13：30～受付

※『スイトピー広場（自由参加）』『にこにこふれあい広場』：乳幼児
育児支援事業です。参加は、乳幼児と保護者の方です。
※『いちご文庫』：ボランティアさんによる読み聞かせなど。
どなたでも参加できます。
※『さわやか教室』『ほのぼのサロン』：高齢者の方の参加事業です。
※『くるり』：中高生の居場所作りの場です。
※【 】は開催場所。記載がない行事は三苦公民館です。
ただし未定の場合もあります。

三苦校区人権尊重推進協標語
やさしさで
笑顔がふえる
世界中



三苦公民館地図



住みよいまち三苦ホームページ

三苦校区の様々な情報を発信
しています。
ちょっと覗いてみてください。



三苦公民館ブログ URL
<https://mitomako.blogspot.com>
いろいろな情報を
載せています。
最新情報はブログでも
ご確認いただけます。



コミセンわじろの「新しい取り組み」の紹介 姿勢チェックアプリ「Poslog（ポスログ）」を導入！

自分の姿勢を撮影し、客観的に見ることが
できるアプリです。撮影後、スポーツ指導員か
ら、今後おすすめのトレーニングやストレッチ
などのアドバイスを聞くことができます。
この機会に3階のトレーニングルームに足
を運んでください！お待ちしております！

料金 トレーニングルームの利用料金内
（一般260円、高校生130円、65歳以上無料）
お問合せ ☎092-608-8480

コミセンわじろ



所要時間
15分
程度