

9月

ながお公民館だより

令和6年9月号
発行:長尾公民館
福岡市城南区长尾1丁目3-14
TEL:092-871-5619
Fax:092-871-5198
Mail:nagao17@jcom.home.ne.jp

これまでの
講座のようすが
みれますよ

公民館ブログで
情報発信しています

<https://nagao17.blogspot.com>



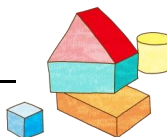
ボランティアさん
募集中!!

乳幼児対象

ころころひろば 自由あそびの日

9/06 (金) 10:00~11:30

滑り台、ボール、木のおもちゃなどあります。
最後にボランティアさんが絵本を読みますよ~



ころころひろば あいくるがやってくる

9/20 (金) 10:20~11:10
(受付10:00~)

講師:中央児童会館(あいくる)
内容:家族のふれあい遊び、パネルシアターなど
みんなが笑顔になれるひと時です。



マザーグースの部屋

9/26 (木) 10:20~11:10
(受付10:00~)

絵本読みとその合間にふれあい遊びをします。
0歳児さんから参加されていて、にぎやかに過ごしていま
す。お気軽にお越しください。



母子巡回健康相談

9/25 (水) 受付時間13:30~14:00

対象:妊婦、乳幼児(0歳~未就園児)と保護者
持ち物:母子手帳、赤ちゃんを寝かせる敷物(タオル)
お問い合わせ:区地域保健福祉課 TEL833-4113



参加者は「福岡市おむつと安心定期便」
スタンプを受け取れます。

※講座の場所は全て長尾公民館 お申し込みは
長尾公民館TEL871-5619へ(法律相談会以外)

要予約

キッズ料理教室と食育

☆腸を元気に!子どもの料理教室☆

9/15 (日) 10:00~13:30

対象:小学生24名(集合9:50)

参加費:400円

講師:中村学園大学・短期大学部合同薬膳食育ボランティア部

メニュー:炊き込みごはんのおにぎり、冷や汁

超☆腸元気ゼリー(甘酒ゼリー)



にほんご教室はじまります!

JAPANESE CLASS

WITH LOCAL RESIDENTS!

START on Sep. 10th

Course: 10 lessons in 5 Months

Date: Every Other Tuesday

Time: 1:30p.m. - 3:00p.m.

Venue: Nagao Public Hall

APPLY
HERE



Free

ボランティア募集

ボランティア事前説明会:9/03(火)13:30~14:30

9/10 (火)開始 10回コース第2.4火曜日
13:30~15:00(10月のみ第3.5火曜日)

弁護士による 無料法律相談会

要予約

9/13 (金) 10:00~12:00

福岡リーガルクリニック法律事務所 TEL874-9292

SDGs

生ごみ減量

キエーロフォローアップ講座

10/06 (日) 13:30~15:00

講師:Green Action FUKUOKA 丸山千絵さん

内容:キエーロ(生ごみ減量)についての相談
生ごみ減量全般の悩みを話しましょう



きらめき講座

かよう公民館朝トレ

☆毎週火曜日 9:00~9:30☆

DVDを見ながら、ラジオ体操、足元気体操
口腔ケア体操など複数メニューの運動をします。



最近のお墓事情

要予約

9/17 (火) 13:30~15:00

講師:平尾霊園管理事務所

内容:・主な納骨の種類 ・お墓のタイプ
・最近の墓石スタイル ・改葬について
・墓じまいについて



第10回 大人に絵本でティータイム

要予約

~分かち合うとどうなるの~

9/20 (金) 13:30~15:00

講師:絵本セラピスト®山内以久子さん
定員:先着7名



防犯・交通教室

要予約

10/08 (火) 13:30~15:00

講師:城南警察署

内容:防犯講話・DVD視聴
交通講話・DVD視聴

この機会に、日ごろの?をおまわりさんに質問しましょう!



歴史講座

要予約

10/09 (水) 13:30~15:00

講師:阿部利幸さん

内容:11/27バス研修の予習 ・九州歴史資料館
・中富記念くすり博物館 ・佐賀城本丸歴史館

《会員募集中》

長尾校区自主防災訓練2024

9/08(日) 11:00~12:00

場 所:長尾公民館 グラウンド

内 容:①通報訓練 ②搬送訓練 ③水消火器訓練

協 力:城南消防署・早良消防団長尾分団

区総務課防災・安全安心係

主 催:校区自治協議会



ながお福祉まつり

9/08(日) 11:00~15:00

場 所:長尾公民館 全館・グラウンド

内 容:☆パトカー・消防車など乗車体験

☆産直野菜販売(朝倉市・吉野ヶ里町)

☆バザー

☆子育てサロン いきいきセンター相談会

☆eスポーツ体験 ゲーム ワークショップ

などもりだくさん! 参加賞もあります。

主 催:校区社会福祉協議会

ボランティアさん

募集中!!



社協 ふれあいカフェ

社協ふれあいサロン Nカフェ

9/24(火) 11:00~13:00

場 所:長尾公民館 TEL871-5619

参加費:100円(食材費)



先着30名まで
出入り自由
どなたでもご参加できます

ひろげよう健康の「わ」長尾

背骨調律ストレッチ

猛暑の影響で、体を動かす機会が
減っていませんか?

9/24(火) 13:30~15:30

体の不調には、背骨の動きの悪さが影響している
ことがあります。背骨の動きを取り戻し、体が動き
やすくなるストレッチや呼吸法を学びましょう!

会 場:長尾公民館

講 師:健康運動指導士 平塚 泉 先生

主 催:校区健康推進委員会、区地域保健福祉課



献 血

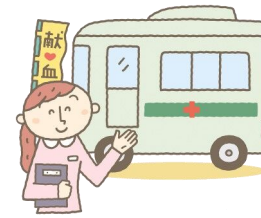
9/21(土) 9:30~11:30

場 所:長尾公民館

~ 皆さんの善意の献血が

尊い命を救います~

主 催:校区献血推進協力会 区保健福祉センター健康課



おいしい料理教室



活動日:毎月第1水曜日 10:00~13:00

場 所:長尾公民館 TEL871-5619

会 費:2,000円/月

講 師:るみ子ママのおいしい教室

主宰 足達留美子さん

会員募集中!!



次回は 6月の料理教室では「おうちでフレンチ」と題して
「ウフマヨ」や「マヨ鶏トマトソース」をつくりまし
た。自分でこんなおいしい料理がつけれるなんて!
(水) と感動しますよ。ぜひ会員になってみませんか。

第2回 ながおクッキング

10/13(日) 10:00~13:30

場 所:長尾公民館 TEL871-5619

定 員:長尾校区在住20名 会 費:500円

講 師:るみ子ママのおいしい教室 主宰 足達留美子さん

メニュー:メキシコ風揚げのお焼き、セロリと鶏ササミの塩こぶ和え
しそのごま漬、麻婆豆腐、充てん豆腐の白玉団子、ご飯

持ち物:エプロン、三角巾、マスク、お手拭き、筆記用具

締切:10月6日(日) 10/12以降はキャンセル料が発生

主 催:男女共同参画協議会



体育振興会からのお知らせ

~ 長尾校区グラウンドゴルフ大会開催 ~

10/20(日) 9:00開会式

場 所:長尾小学校グラウンド

ホールインワン賞や参加賞を準備して皆さんの参加を
お待ちしております。

※各町の体育委員が募集の案内をいたします。

不明な点がございましたら公民館へ連絡をお願いします。

後日担当者から連絡させていただきます。



男女共同参画協議会 講習会

誰が看るの? ~介護における固定観念~

9/29(日) 13:00~15:00

場 所:長尾公民館 TEL871-5619

ワークショップ形式で思いを出し合ひましょう



マイナンバーカードの申請・保険証の申込等のサポート

10/12(土) 14:00~16:00

場 所:長尾公民館 講堂 対象者:城南区に住民票のある方

事前予約終了日:10月8日 9:00~18:00

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 FAX 06-7664-9531(詳細は10月号にて)

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

●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

●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。



ニセの投資話を持ち掛ける 「SNS型投資詐欺」に注意!!

SNS型投資詐欺って? SNS等を通じて、関係を深めて信

用させ、投資すれば利益が得られると言って金銭をだまし取る詐欺

SNS等での金銭の話は警察(9110)へ相談を!

臨時休館のお知らせ

臨時休館:9月22日(日) 利用申し込みがない時は臨時

休館とします。ご利用を希望される場合は、9月12日(木)

17:00までに申し込みをお願いします。