

ながお公民館だより

令和8年1月号
発行:長尾公民館
福岡市城南区長尾1丁目3-14
TEL:092-871-5619
Fax:092-871-5198
Mail:nagao17@jcom.home.ne.jp

＼情報発信しています／これまでの講座の様子が見れますよ！

まなびアイふくおか



Instagram



ブログ



きらめき講座

かよう公民館朝トレ

☆ 毎週火曜日 9:10～9:40 ☆

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を自分のペースで出来ます。

弁護士による無料法律相談会

01/09(金) 10:00～12:00 要予約

場 所:長尾公民館

予 約:福岡リーガルクリニック法律事務所

Tel688-0881 ←お気軽にお電話ください。

第5回 大人に絵本でティータイム

01/16(金) 13:30～15:00 要予約

絵本セラピー® ～ケ・セラ・セラ～

講 師:絵本セラピスト®山内以久子さん

定 員:先着8名

初詣ウォーキング

(雨天時は館内)

01/17(土) 10:00～12:00

コース:公民館→御子神社→公民館(約5km)

動きやすい服装・履きなれた靴で参加のこと

共催:校区健康推進委員会、区地域保健福祉課

FUN!! 誤嚥予防de歌いましょう

01/21(水) 02/4(水) 10:00～11:30

講師:山戸 理恵子さん(音楽講師)

講師の生伴奏をバックに、みんな一緒に歌いましょう!

歌う⇒口腔機能が高まり誤嚥予防

歌う⇒脳の活性化やリラックス効果

Happy Relax

わんぱくな子、人みしりな子
みんなおいで～

乳幼児と保護者 ころころひろば

自由あそび

1/16(金) 10:00～11:30

読み聞かせや、おもちゃ遊びなど
広い講堂で自由にお過ごしいただけます。

同時開催

母子巡回健康相談

1/16(金) 受付時間:9:45～10:15

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)

内 容:受付→身体測定→発達状況の確認(助産師)

→育児相談 歯科衛生士さんの講話もあります。

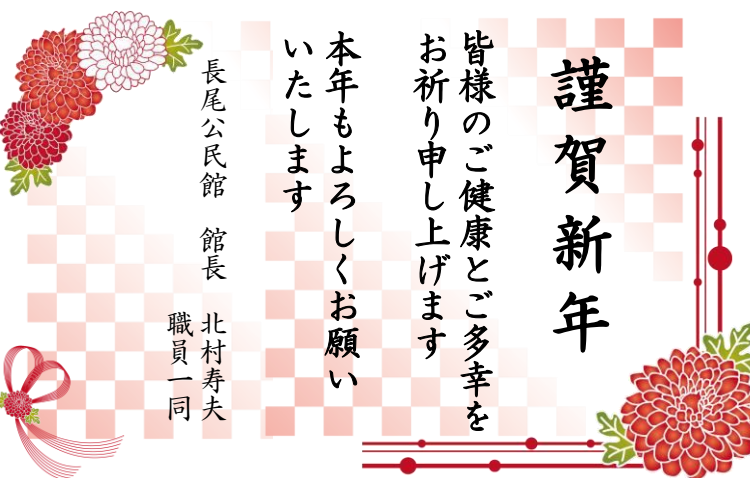
問い合わせ:区地域保健福祉課 Tel833-4113

((ころころひろばでは、ボランティアさんの
見守りがあります。安心してご参加ください。))

マザーグースの部屋

1/22(木) 10:20～11:00

いないいないばあ、ブルーナシリーズ、
大型絵本などを読み、ふれあい遊びをします。



謹賀新年

皆様のご健康とご多幸を
お祈り申し上げます

本年もよろしくお願
いたします

長尾公民館 館長

北村寿夫
職員一同

第3回 国際交流事業

要予約

限定 昔遊びのひろば

01/24(土) 13:30～15:30

02/08(日) 14:00～16:00

講 師:碓山浩泰さん、福岡大学学生、留学生

たこあげでグラウンドをかけまわろう。こま、はねつき
けん玉、お手玉、折り紙もあるよ。

サークル説明会

令和8年度 活動希望のサークルを募集

02/07(土) 10:30～11:00

サークル登録希望の団体は説明会に必ずご出席ください。

新規登録の場合は、事前にご連絡をお願いします。

～申し込みの流れ～

- 1.サークル説明会に参加
- 2.サークル登録申込書を提出【締め切り2/21(土)】
- 3.2/26(木)公民館運営懇話会で利用可否の決定

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

『孤立死防止のために、今私たちにできること!!
現場から見た孤立死防止』

1月19日(月)13:30~15:00

場 所:長尾公民館
講 師:特定非営利活動法人孤立防止センター
理事長 速水靖夫さん(福岡市見守りダイヤル統括責任者)
主 催:社会福祉協議会 ふれあいネットワーク

社協ふれあいサロン N-カフェ

1月27日(火)11:00~13:00

場 所:長尾公民館
参加費:100円(食材費)
どなたでもお気軽にお越しください。

先着
30名



デジタルゲームでフレイル予防教室

2月5日(木)15:00~17:00

場 所:長尾公民館
定 員:先着20名 城南区在住 概ね65歳以上
予約先:TEL080-8955-9152(協坂)
運営事務局(桜十字福岡病院TEL791-1100)
問合せ先:区地域保健福祉課TEL833-4113 FAX822-2133
フレイル予防の基本は「運動・栄養・社会参加」です。交流のきっかけに、ゲームでボウリングを楽しんでみませんか。

→スマホは
こちらから



区役所・出張所に行かずに手続き

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。

2月7日(土)10:00~12:00

場 所:長尾公民館
対象者:城南区に住民票のある方
事前予約終了日:2月3日(火) 9:00~18:00
予約先: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TEL600-2402
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。

ながお校区どんと焼き

1月11日(日)10:00開場・受付開始
10:50開会式 11:00点火 少雨決行

場 所:長尾小学校グラウンド
主 催:校区自治協議会
お振る舞いがあるので
マイ箸マイ容器持って来てね

第3回ながおクッキング

2月8日(日)10:00~13:30

場所・予約先:長尾公民館(Tel871-5619)
講 師:足達留美子さん
定 員:校区在住成人 先着20名
参加費:600円(材料費)
献 立:中華がゆ、シュウマイ、ペキンチキン、フルーツ
持ち物:エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具
締 切:2月1日(日)

要予約



キャンセルは2/6まで、以降はキャンセル料が発生します
主 催:男女共同参画協議会

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

2月11日(水・祝)10:00~11:00

場 所:長尾公民館 地域団体室
申込方法:二次元コード(オンライン)でお申込みください。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:600-2786(平日9:00~17:00)へ連絡
もしくは、長尾公民館へ直接お問い合わせください。

→スマホは
こちらから



令和7年度年末年始のゴミ出し日変更
(詳細は12月号公民館だよりを参照ください)

長尾校区・紙リサイクルステーション
利用のご案内

年始は1月4日(日)から例年通り土日祝日に開放します。新聞紙・段ボール・雑紙などひもで十字掛けにして、整理してご利用ください。
場所:長尾公民館グラウンド横(公民館の外、緑のプレハブ)



紙リサイクルでSDGsに取り組もう



日曜福大キャンパス 健診
城南市民プール 健診

→スマホは
こちらから



- ①城南市民プール健診
日時:2月10日(火)9:00~11:30
場所:同プール 予約締切:1月26日(月)
- ②日曜福大キャンパス健診
日時:2月15日(日)9:00~11:30
場所:福岡大学ヘリオスプラザ 予約締切:1月29日(木)



予約先:集団健診・よかドック総合窓口TEL:0120-985-902
問合せ先:城南区健康課 TEL:831-4261

生ごみ堆肥を回収しています!

公民館では、ご家庭で余った生ごみ堆肥を回収しています。回収した堆肥は「一人一花運動」などに活用され公園や花壇を彩ります。



※バイオ式



生ごみ堆肥の回収

【対象】

- ・段ボールコンポスト
- ・バッグ型コンポスト
- ・生ごみ処理機(バイオ式)で作った堆肥

問合せ先:環境局ごみ減量推進課 TEL:711-4039

総合図書の入れ替えをしました

『スキップ』北村薫/著 『ライオンのおやつ』小川糸/著
『天空の蜂』東野圭吾/著 『ころげそう』畠中恵/著
『隠居おてだま』西條奈加/著 『仇花』諸田玲子/著
『鬼を待つ』あさのあつこ/著 『秋月記』葉室麟/著
『自分をどう愛するか 生活編』遠藤周作/著
『もしも徳川家康が総理大臣になったら』眞邊明人/著
『三毛猫ホームズの幽霊退治』赤川次郎/著
『楽しく遊ぶ学ぶまだある!ふしぎの図鑑』白数哲久/監修

一部をご紹介しました。2週間借りられます。

臨時休館と休館のお知らせ

1月1日~1月3日(木~土)休館
1月4日(日)臨時休館