

七隈ふれあいひろば

＜令和6年11月1日＞



チューリップサロン

＊子育てサロン＊0才～就園前の乳幼児

【開設日】毎月 第1・3金曜日 11月は第3のみ。
【時間】10:00～15:00【場 所】公民館 講堂
※時間内なら、何時にきても、何時に帰っても、結構です。
事前申し込みは不要です。

開設日	内 容
15	見 守 り 担当：チャイルド

- ♪お子さんの飲み物・大きめのタオルを必ず持ってきてください。
- ♪持ち込みの食事もできます。ごゆっくりどうぞ。
- ◎問い合わせ：七隈公民館 ☎871-6905へ

母子巡回健康相談

11月21日(木)

受付：13:30～14:00 場所：七隈公民館(講堂)
持ってくるもの：母子手帳、赤ちゃんを寝かせることができるバスタオル等
確認事項：発熱や風邪症状等の症状がある場合は、参加はご遠慮ください。
城南区地域保健福祉課(833-4113)

《お知らせ》11月の『保健衛生黒田節体操教室』はありません。12月の予定は、18日(水)です。

フラワーラブメイツ＊校区を花いっぱい＊

◎11月17日(日)『ミニガレッジセール』を開催いたします。

実施時間 10:00～13:30 会場：講堂
地域のみなさまのご来場をお待ちしております。
※11月17日のミニガレッジセールの販売品を集めます。ご家庭で余剰品がありましたらご協力ください。問い合わせ先公民館(電話871-6905)
※ガレッジセールの収益は苗や土の購入に充てさせていただきます。
※11月の水やりと手入れの日(水曜日 16時より)
11月 6日・13日・20日・27日
※ボランティアなどについてのお問い合わせは公民館(電話871-6905)までどうぞ。

ふれあい城南フェスティバル

「笑顔のまち 大学があるまち 安全なまち 城南区」をテーマに、校区団体等による食バザー、区内の大学・高校、城南警察署等による体験コーナー、子どもたちによる歌や踊り、演奏、防災に関するシンポジウムなど、ふれあいや学びにつながるイベントを開催します。

みなさまのご来場をお待ちしています。
■日時 11月10日(日) 午前10時～午後3時
■会場 福岡大学(城南区七隈八丁目19番1号)
■主催 ふれあい城南運営委員会、城南区役所企画振興課
電話833-4065 FAX844-1204



七隈アンビシャス広場

参加するには、保護者承諾書の提出が必要です。

11月 2日(土)・13日(水)・20日(水)

【時間】水曜日 15:00～16:30 土曜日 10:00～11:30

11/3の文化祭で地域団体室に作品を展示します。見に来てください。

「チョイソコふくおか」運行中!(1名から利用可能)
乗車を申し込むと、エリア内の停留所間を乗り合わせて送迎するサービスです(1回300円)。会員の方と乗り降りする停留所が同じであれば、会員になっていない方も利用できます。(運賃は別途必要)【運行日時】火・木・土(8～18時)
※ 祝日、年末年始は除く【運行エリア】七隈・片江・金山 外
お問合せ先:「チョイソコふくおか」コールセンター050-201-87015(月～土 8:00～17:30)(利用登録は無料)
※利用者登録申込書や運行エリアの地図等は七隈公民館にあります。七隈公民館も停留所です。

七隈グラウンドゴルフ同好会より
お知らせと会員募集!
11月20日(水)9:00～
10月度月例会大会を見に来ませんか?
問い合わせ先は、公民館にお尋ねください。
11月23日(土・祝)には、当同好会 主催のファミリーグラウンドゴルフ大会を計画しています。小学校を通して申し込み書を配布しますので親子で申し込んでください。

福岡リーガルクリニック法律事務所の弁護士による 無料法律相談会 12月 2日(月)10:00～12:00

相談は事前の予約が必要です。相談予約やお問い合わせは TEL:874-9292 福岡リーガルクリニック法律事務所へ。

《ななっこ料理道場》のお知らせ

日時：11月 9日(土)10:00～12:00

場所：七隈公民館 学習室・講堂

参加費：無料

小学校を通して配布されるお便りをご確認ください。

主催：ななっこ料理道場運営委員会

七隈校区社会福祉協議会主催

健康マージャン会 会場は七隈公民館講堂です。
11月25日(月)13:00～16:00 ※参加費：無料

喫茶ななくま(ななっこの) 11月21日(木)10:00～15:00

挽きたてのコーヒーが100円です。他の飲み物も準備しています。どなたでもお気軽にどうぞ。お越しください。

【主催：七隈カフェクラブ(校区の有志)】

『健康維持には公民館』

今年の夏は記録的な暑さを経験し、そして乗り越えた今、向寒に対して自信をお持ちのことでしょう。頑張りました!この秋・冬も元気に乗り切りましょう。ところで、日本人の平均寿命は、今や 80 歳を超えています。人生が 80 年以上あるのが当たり前の時代です。

しかしそれは、すべての人が80年を元気に健康で暮らすということではありません。介護が必要になったり、寝たきりになる高齢者も、少なくないのです。

「健康寿命」はご存じですね。平均寿命は生まれた人がこれから何年生きられるかですが、健康寿命は、心身とも健康で、活動的でいられる期間がどのくらいあるかを表したものです。2023 年のデータでは、女性の平均寿命:87.5歳、健康寿命:75.4歳、男性の平均寿命:81.4歳、健康寿命:72.7歳でした。そうすると、およそ

75 歳以降は病院のベッドや、要介護者として過ごす高齢者が多くなることとなります。75 歳を過ぎても、元気に、活動的に過ごすことができれば、生き生きとした高齢社会が築けるのです。

少し古いデータですが長野県が長寿県で、かつ一人当たりの医療費も全国一低いことがありました。国の調査によるとその要因として、公民館などの社会教育活動が高齢者の生きがいづくりなどに大きく寄与していると発表されました。

公民館活動は、高齢者の元気につながります。健康で元気な高齢者が一人でも多く地域に増えると、またまた活力ある地域につながります。地域の健康維持の主人公は、「あなた」「貴方」です!

福岡市七隈公民館 館長 松尾 規文

福岡市防災フェア

～福岡県西方沖地震、あれから20年～

防災関連団体による啓発ブース出展や消防車等の車両展示、消防音楽隊による演奏、など、子どもから大人まで楽しみながら学べるイベントです。

【期間】令和6年11月2日(土)10時～16時

【場所】福岡市役所西側ふれあい広場
(中央区天神1-8-1)

【対象】どなたでも参加可能(無料)

【申込】不要

【問い合わせ先】市民局地域防災課 711-4156

詳細は、市ホームページ(「福岡市 防災フェア」で検索)でご確認ください。



＊ふれあいランチ＊

ネバーランド会員のみなさまへ

【日時】11月 14日(木)11:30～13:30

【場所】七隈公民館 学習室・講堂

【昼食代】500円

七隈そばの会サークルの皆さんが「新そば」を打ってくださいます。楽しみですね。お休みする人は連絡してください。



高齢者教室 <介護講座>

「みんなで支え合う介護保険制度」

日時 11月13日(水)10:00~11:30

介護保険について学びます。
ご希望の方は、公民館窓口や電話 871-6905 で
お申し込みください。(先着40名)
先着 40 名で締め切ります。ご了承ください。



公民館の臨時休館について

下記の臨時休館予定の日に、利用申請(申請書記入提出)がなければ休館します。事務室は17時までですので、申請は、申請締切日の17時までにお願いします。



11月 4日(月・休)申請締め切りは 10月 25日(金)

12月 1日(日)申請締め切りは 11月21日(木)

< 福岡市七隈公民館 館長 松尾規文 >

七隈地元学 地域を知ろう

寺社めぐり ②

日時： **11月 27日(水) 10:00~11:30** (終了時間は前後します)

10月は、寺社めぐりで、賀茂神社から橋本八幡宮に行きました。

11月は、地下鉄別府駅に集合し、別府・六本松方面まで移動しようと考えています。少雨決行です。【先着15名】

参加希望者は、公民館窓口や電話 871-6905 でお申し込みください。

令和6年度 人権を尊重する市民の集い(城南区)

・講演会「こうのとりのゆりかご」から始まる第2の人生
・講師 宮津航一さん(ふるさと元気子ども食堂代表、(一社)子ども大学くまもと理事長)
宮津美光さん(宮津ファミリーホーム管理者、(一社)ふるさと元気村代表理事)
・要約筆記・手話通訳あり。

【日時】 令和6年12月5日(木) 14:00~15:40 (13:30開場)

【会場】 福岡市科学館 6 階サイエンスホール

【定員】 先着 270 人(事前申込制) 【料金】 無料

【申込期間】 令和6年11月1日(金)~11月29日(金) 必着

【申込方法】 ①ホームページ 二次元コード → →

②メール j-gakushu@city.fukuoka.lg.jp

③FAX 822-2142 ④郵便はがき

※氏名(フリガナ)、電話番号を記載のうえ、お申込みください。

【問い合わせ先】 城南区生涯学習推進課「市民の集い担当」

〒814-0192 福岡市城南区鳥飼6丁目1-1

TEL:833-4043 FAX:822-2142



コンポストに取り組む地域住民のみなさま ご家庭で使い切れない生ごみ堆肥の回収を始めました。

10月から七隈公民館でも生ごみ堆肥の回収を始めました。
回収の対象となるのは、段ボールコンポストやバグ型コン
ポスト、バイオ式の生ごみ処理機で作った生ごみ堆肥です。

(※乾燥式の生ごみ処理機で処理した乾燥物や庭や畑に設置
するタイプのコンポストで作った堆肥は回収できません。)
生ごみ堆肥はビニール袋に入れて窓口までお持ちください。

【お問い合わせ先】 環境局ごみ減量推進課 TEL:092-711-4039 FAX:092-711-4823
E-mail: gomigenryo.FB@city.fukuoka.lg.jp

第38回 七隈文化祭

11月 3日(日・祝)

【開会式】 9:40~ 9:50

【展 示】 10:00~13:30

【演 芸】 10:40~12:00

【バザー】 10:00~13:20

(売切れ次第終了)

【閉会式】 13:35~13:50

食品販売は、焼き菓子・手打ちかけ
そば・飲み物・ホットドッグ・ちらし寿
司などです。展示には、サークルの作
品だけでなく校区の方の作品もあり
ます。演芸発表では、バレエや踊り、
歌をお楽しみいただけます。
心を込めておもてないたします。
どうぞお気軽にお越しください。

「公民館は身近な社会教育施設です」七隈公民館 館内・館外 サークル人権学習会

①11月18日(月)19:10~ ②19日(火)10:00~

内容：啓発ビデオ『人権のヒント 地域編』の視聴 と 講話

※サークル活動についての講話もします。館内サークル・館外サークルのみなさん、お誘い合わせて
出席してください。各サークルに、詳しい内容がわかる案内を配布しています。

【福岡市からのお知らせ】

令和7年度採用 福岡市七隈公民館主事(会計年度任用職員)の募集について

生涯学習や地域コミュニティ活動に関する深い理解と関心を持ち、公民館事業を積極
的に推進していく上で必要な能力と熱意を有する人で、居住または職業等の関係で
館区内の実情に明るい人を募集します。(詳細は募集案内をご確認ください)

◆任 用 期 間 令和7年4月1日~令和8年3月31日

◆受 付 期 間 令和6年10月11日(金)~令和6年11月8日(金)

◆募 集 案 内 受付期間内に城南区生涯学習推進課及び七隈公民館で配布
(市ホームページにも掲載)

◆問い合わせ先 城南区生涯学習推進課
申 込 み 先 TEL:833-4061 FAX:822-2142

マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申し込みなど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 12月 5日(木曜日) 10時~12時【事前予約締め切り日】11/29

定員に達した時点で予約受付を終了します。

【会場】 七隈公民館 講堂 【対象者】 城南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

TEL 092-600-2402 FAX 06-7664-9531

※インターネットでも予約できます(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)。

【必要なもの】 お申し込み時にご確認ください。

【主 催】 福岡市総務企画局データ活用推進課

(この事業は業者への委託により実施します。)

地域リーダー養成講座 七隈ゼミ

七隈ゼミは、誰もが興味を持ち、知りたいと思うことをテーマに講座を
企画しています。11月は、前回の続き「戦争について語る②」です。

日時： **11月 16日(土) 10:00~11:30**

参加希望者は、公民館窓口や電話 871-6905 でお申し込みください。
「初めてだから緊張するなあ」そんな方も、お気軽にどうぞ参加ください。

◎は表面に、☆は裏面に記事があります		
2	土	☆アンビシャス広場 男女協 事務局会
2	土	七隈文化祭準備
3	日	◎七隈文化祭(9:40~13:50)
4	月	◎休 館 日
5	火	シニア連 交流サロン(ダ-ツ)
8	金	人尊協 事務局会
9	土	☆ななっこ料理道場 梅林中学校 PTA バザー 自治協 運営委員会
13	水	◎高齢者教室(介護保険講座)
13	水	☆アンビシャス広場
14	木	☆ふれあいランチ
15	金	☆チューリップサロン
16	土	◎七隈ゼミ
17	日	☆フラワーラブメイツ「ミニガレッジセール」 (共催:公民館 花づくり応援事業)
17	日	体振 校区親善ソフトボール大会
18	月	◎サークル人権学習会①19:10~
19	火	◎サークル人権学習会②10:00~
19	火	シニア連 運営委員会 シニア連 交流サロン(ダ-ツ)
20	水	保健衛生 委員ウォーキング研修 ☆アンビシャス広場
21	木	☆喫茶ななくま(カフェサロン) ☆母子巡回健康相談
23	土	七隈文化祭実行委員会(反省会)
25	月	☆食進会 料理講習会・定例会 ☆社協 健康マージャン会
26	火	民児協 定例会
27	水	◎七隈地元学
30	土	社協 ふれあい会食会
12/1(日) ◎休館日		

公民館は、災害時の一時避難所になります。

公民館が一時避難所になったら、すべての利用が中止になりま
す。事前にお知らせできない場合もあります。ここに記載され
ていないサークル活動なども、すべて中止です。
※七隈小学校で台風などのために一斉下校になった場合や1ク
ラスでも学級閉鎖になった場合、学級閉鎖期間は子どものサー
クルは休みです。子どもの安全のためご理解ください。

裏面『七隈ふれあいひろば』もご覧ください

福岡市七隈公民館

〒814-0133 福岡市城南区七隈4丁目26番38号

TEL(871)6905 FAX(871)5247