

七隈ふれあいひろば

＜令和8年 1月1日＞



チュリップサロン

＊子育てサロン＊ 〇才～就園前の乳幼児

【開設日】毎月 **第1・3金曜日 1月は第3のみ**

【場所】公民館 講堂 【時間】10:00～15:00

※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	担 当
16	見守り	スイートピー

♪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。

♪持ち込みの食事でもできます。

◎問い合わせ：七隈公民館 ☎871-6905へ

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 相談は事前の予約が必要です。

2月2日(月) 10:00～12:00

相談予約やお問い合わせは 電話 092-688-0881

福岡リーガルクリニック法律事務所へお願いします。

七隈校区社会福祉協議会主催

ひまわりの会 介護者の集い

1月24日(土) 13:00～14:30

☆参加費：無料 ☆介護している方の同伴も可能

☆問合せは、民生委員、または七隈公民館：電話(871-6905) FAX(871-5247)

または社協事務局：電話・FAX(871-7102) へどうぞ。

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。

1月14日(水)・17日(土)・21日(水)・31日(土)

【時間】水曜日 15:00～16:30 土曜日 10:00～12:00

持ち物には必ず名前を書いて持ってきてください。



喫茶ななくま (カフェサロン) 1月15日(木) 10:30～15:00

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。

どなたでもお気兼ねなくお越しください。

公民館の学習室ですが、「喫茶ななくま」として雰囲気を変え、すてきな時間を提供いたします。

〔主催：七隈カフェクラブ(校区の有志)〕

「原爆被害者の声を聴く」平和講座のお知らせ

【日時】1月20日(火) 11:00～12:30

1945年に広島・長崎に原爆が投下され、たくさんの犠牲者が出ました。その体験者にお越しいただき、お話を聞きます。戦争の罪深さ、平和の尊さを学ぶ機会になると思います。ふれあいランチ会員以外の方もぜひお越しください。

〔主催：ふれあいランチの会〕



七隈グラウンドゴルフ同好会 1月の月例会

1月28日(水) 9:00～ 見学にいらっひいせんか?

場所：西南杜の湖畔公園多目的広場(千隈中央公園)

体を動かすだけじゃない、頭を使うだけじゃないおもしろさです。

※問い合わせ先は、公民館にお尋ねください。

「デジタルゲームでフレイル予防教室」参加者募集!

フレイル(加齢に伴う心身の衰え)予防の基本は「運動・栄養・社会参加」です。
人との交流(社会参加)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。

【教室概要】

○対象者：城南区在住の概ね65歳以上の方

○開催場所：七隈公民館 講堂

○開催日時：2月13日(金)10:00～12:00

○参加費：無料 ○定員：先着20名程度

○運営事務局：医療法人福岡桜十字 桜十字福岡病院

○申込み方法：9/16(火)から受付中

<電話/FAX/メール>

●担当者携帯：080-8955-9152(担当：脇坂)

●病院代表：092-791-1100 (自動音声案内に沿ってお申込みください)

●病院 FAX: 092-791-1105

●病院メール：sacra.reha@sakurajyuji.jp

【問い合わせ先】 城南区 地域保健福祉課

TEL: 833-4113 FAX: 822-2133

フラワーラブメイツ ＊校区を花いっぱい＊

寒さの中、懸命に咲いている花々に元気づけられます。中央に植えている色々な宿根草を楽しみに今年も手入れをしていきます。

※1月の手入れの日(水曜日 15:30) 7日・14日・21日・28日

※ボランティアについてのお問い合わせは、
七隈公民館(電話871-6905)までどうぞ。

《ななっこ料理道場》のお知らせ

日時：**1月10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たよりをご確認ください。

主催：ななっこ料理道場運営委員会

ふれあいランチ ネバーランド会員のみなさまへ

【日時】1月8日(木) 12:00～13:30

【昼食材料代】500円

一人暮らしの高齢者、障がいのある人と、ボランティアとの交流の場です。

※会員もボランティアも、欠席の場合は必ずご連絡ください。

七隈公民館に小型充電式電池回収ペール缶が設置されました。

小型電子機器回収ボックスの横にあります。

保健衛生**黒田節体操教室** 1月28日(水)10時～12時

黒田節体操と脳トレ・ストレッチ運動とコグニラダー

頭と身体を動かしましょう。どなたでも楽しめますよ!

飲み物などを持って来てください。

七隈校区食生活改善推進員協議会から

《食進会料理講習会のお知らせ》

※会場：公民館 学習室

※持ってくるもの：エプロン・ハンカチ・三角巾

※自治協ファックスで料理講習会の申し込みができます。

参加希望者は、①名前 ②住所 ③電話番号 ④年齢
を記入して、自治協議会の FAX 871-7102 で申し込むか、
公民館事務室にある『申込み用紙』にご自分で記入してください。

《 伝達料理講習会 『郷土料理』 》

1月26日(月) 10:00～13:00

講習を受けたヘルスメイトが指導し、みんなで郷土料理を作ります。和気あいあいとした雰囲気を楽しめますよ。

募集：20人

材料代：ひとり500円 締め切り 1月19日(月)

これまで参加したことが無い方もぜひどうぞ。

健康マージャン会 七隈校区社会福祉協議会主催事業

1月26日(月) 13:00～16:00 ※参加費：無料

誰でも参加できます。経験を問わず楽しめます。

『若葉館長奮闘記③』

松尾前館長より引き継いで、早9か月、何も分からないまま走っています。

いつになったら、自分なりの行動ができるのか?

常に精進と思い、いろいろと仕掛けてきましたが、まだまだです。

新年に際し、館長として何をすべきか?

自分なりに考えました。そんな時、中学校だ

よりの「桜梅桃李」を目にしました。桜、梅、

桃、李(スモモ)、それぞれの花は異なる美し

さを持つ、また違う時期に花をつけるように、

人もまた、自分と他人を比べることなく自分

の個性を磨くことが大切である、とありまし

た。

「自分は自分らしく」新年よりは、これぞ西田

というカラーを出していければと考えています。

これを新年の抱負として、校区の皆さまと一

緒に成長したいと思います。

今後ともよろしく申し上げます。

福岡市七隈公民館 館長 西田 武司

