

一人一花講座
お正月の寄せ植え講座!
12月14日(土)13:00~15:00

お正月のお飾りになる鉢植えを作ります

- 講師: 石井 康子さん
(福岡市緑のコーディネーター)
- 材料費: 1,000円
- 定員: 24名

※ 持ち帰り用袋は各自ご持参ください

わくわく広場

クリスマスレクリエーション
コーンフレークでミニチョコリースづくり

中村学園大学の学生さんと一緒に楽しむ

12月22日(日)10:00~12:00

- 対象: 小学生 ● 定員: 24名
- 材料費: 300円

【持ってくるもの】
空になった牛乳パック(1口)

料理づくりに挑戦してみませんか!
12月13日(金)16:00~17:00

- 材料費: 300円 ● 定員: 5名

【メニュー】

- ◎ 豚バラとさつまいものバターしょうゆ煮
- ◎ 小松菜の煮浸し

※ エプロン・三角巾をご持参ください

男の料理

サタスタ参加しませんか!

授業でわからなかったところや、勉強したいところをボランティアがサポートします

12月21日(土)10:30~

- 対象: 小学生 ● 定員: 10名
- 昼食代: 300円 ※持ってくるもの 宿題・筆記用具

勉強の前に、^{わら}藁からしめ縄(リース)を作るよ!

人権標語を募集しています!

小学校の部 ②中学校の部 ③一般の部
人権に関するポスター(A4サイズ)も募集します

- ◆ 応募メ ... 12月15日(日)
- ◆ 応募先 ... 堤丘公民館事務所窓口、郵便受けへ

11月に各戸配布した応募用紙をご利用ください
公民館にも用意しています

※ 無記名の応募もOKです。

阜月会

☺ 「めだか寺」直方丸山観音寺訪問
12月6日(金) 集合 8:50 堤丘公民館
※ 申込みは11月から継続中(若干空きあり)
詳細は11月号掲載

☺ **ステンドグラス風写真立て作り**
12月13日(金)10:00~12:00
油性ペンとアルミホイルで簡単!

- 材料費: 150円
- 定員: 24名

英会話を楽しむ講座
♪メリークリスマス♪

今月は「ポットラックパーティー」です
12月22日(日)13:00~15:00
場所は堤団地 集会所

- 定員: 10名
- 材料費: 100円

☺ **ドレミファコーラス**
12/15(日)10:00~12:00

- 定員: 20名程度

歌を歌うほかに、口の体操や簡単なストレッチ

☺ **eスポーツ体験会**
12/17(火)10:00~12:00

- 対象: シニア 15名

初心者でも大丈夫!

☺ **スマホ教室**
12/19(木)10:00~12:00

- 定員: 10名

スマホの便利な機能を習おう

☺ **マイソング・マイヒストリー**
12/20(金)18:30~20:30

- 定員: 10名

好きな楽曲を一つお持ちください

☺ **歴史講座**
12/26(木)13:00~15:00

- 定員: 20名程度

堤丘周辺の中世時代の歴史を探る 第3弾

☆ 年末年始休館のお知らせ ☆
12月28日(土)~1月4日(土)

- ・12月29日(日)~1月3日(金)は年末年始休館
- ・12/28(土)と1/4(土)は12月・1月の臨時休館

※ 利用希望者は、12/18(水)12時までに申込みください

講座・教室は申込みをお願いします
申込受付は1日の9:00から
※ 申込方法: 窓口又はお電話 (861-4821)

今年も流行語大賞の季節
になりましたバイ

ほんなこて、1年たつとの
はやかこと～

今年はオリンピックやらありました
ばって、あたきや、大谷選手のファン
やけん、よう販おうしてもらいました

すごかばい、あのホームランの
数と距離は

ばって、あの大きかホームランな
どげんして計りよるとかいな、
計測器のあるとかいな？

そりゃアメリカの大リーグのこと
じゃけん、メジャー (Measure)
「メジャー (Major)」に決まっとる



★年末年始のごみ出し日変更★

- 燃えるごみ: 年内最終日 12/27(金)
年始開始日 1/4(土)

※ごみ出できない日: 12/31(火)・1/3(金)

- 粗大ごみ: 年内の収集希望は、早めに申込みを。



堤丘公民館

TEL: 861-4821
FAX: 861-4834

ブログもみてね!

こちらをどうぞ

パソコンはこちらから
<https://tsutsumigaoka118.blogspot.com/>



マイナンバーカード (要予約)
公民館で申請手続き!!

12月6日(金) 14:00~16:00

- 会場: 堤丘公民館 講堂
- 対象者: 城南区に住民票のある方
マイナンバーカードをマイナ保険証にする方は
予約不要です

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
(予約受付) TEL: 092-600-2402

FAX: 06-7664-9531

【事前予約終了日】12/2(月) 9:00~18:00



食進会の料理教室
～ 簡単おせち料理 ～

12月23日(月) 10:00~12:00

- 材料費: 600円 ● 定員: 10名
- ※ 締切りは12月18日(水)
- 【エプロン・三角巾をご持参ください】



忙しい毎日に役立つ簡単レシピ

ブロッコリーのごまナムル

(材料) (2人分)

ブロッコリー...1個 (200g)

- ・白炒りごま、ごま油...各大さじ1
- ・しょうゆ...小さじ2
- ・砂糖...小さじ1
- ・豆板醤...小さじ1/4



(作り方)

- 1 ブロッコリーは小房に分ける。
- 2 耐熱容器に1を入れ、ふんわりラップをし、電子レンジ(600W)で3分ほど加熱する。
- 3 ペーパータオルで容器内の水分を拭き取り、Aを加えて混ぜ合わせる

堤丘校区食生活改善推進員協議会

堤丘校区 紙リサイクルセンター

- 日時: 土曜日・日曜日(9:00~17:00)
- 場所: 樋井川公園(長尾中学校前)
紙リサイクルBOX

※ 紙資源回収にご協力をお願いします

紙リサイクルセンター管理人



子育てのお手伝いをしてみませんか!

～ 福岡ファミリー・サポート・センター ～

『福岡ファミリー・サポート・センター』では依頼会員(子どもを預かってほしい人)と、提供会員(子どもを預かれる人)が、相互に子育て援助活動を行っています。保育所等へのお迎えや用事があるときの預かりなどにご利用ください。なお、依頼会員と提供会員を兼ねることもできます。

提供会員の講習会について

提供会員になるには、3日間の講習会を受講する必要があります。

- 日程: 1/28(火) 10:00~15:00
1/29(水) 10:00~15:00
1/30(木) 10:00~14:30

- 申込方法
電話・メール・FAXで、
下記宛にお申込みください

- 会場: 市民福祉プラザ
- 託児有(要申込、先着順)

- 申込期間
12/2(月)~1/21(火)
(先着順)

※依頼会員となる場合も、利用方法などの説明(1時間程度)を受ける必要があります。(こちらは随時受付、要申込)

申込み・お問い合わせ先
社会福祉法人福岡市社会福祉協議会
福岡ファミリー・サポート・センター本部
〒810-0062 中央区荒戸3-3-39
TEL: 736-1116 FAX: 713-0778
Eメール: f-support@fukuoka-shakyo.or.jp



詳細はこちらを↑