

落語を楽しみましょう

泉月会

アマチュア落語家さんの落語

3/6(金)10:00~12:00

粗忽家 酔泉さん(そこつや よいせん)

粗忽屋 酔馬さん(そこつや よいば)

●定員:30名 【申し込みは2月より継続中】



令和8年度最初の泉月会(4/17)は 演芸披露会

4/17(金)お弁当を食べながら参加者の演芸を楽しみます
(申し込み開始は4/1から・その他詳細は4月号で)

★ その出演者を募集します ★

ご自慢の歌や踊り等の演芸をご披露ください!
出演者募集期間 3/1(日)~3/15(日)
出演希望者は公民館窓口までお申し出ください

基礎コース

* LINE の使い方

3/12(木)10:00~12:00

●定員:10名

ステップアップコース

* SNS とは?!

3/19(木)10:00~12:00

●定員:10名

スマホ教室



ラインのあれこれを学ぼう!

ライン教室

* グループラインの作り方

* 操作方法

3/24(火)10:00~12:00

●定員:10名



デジタル

ふれあいラウンジ 開催!

♪ 飲み物を用意しています

♪ デジタルゲームコーナーがあります

♪ おしゃべりやゲームを楽しみましょう

3/30(月)10:00~13:00

●対象:どなたでもOK



防災食づくり体験

わくわく広場

~ポリ袋クッキング!みんなで試食~

3/14(土)10:00~12:00

●対象:小中学生(小学1・2年生は保護者同伴)

●定員:30名 【飲み物は持参してください】

安全安心まちづくり推進委員会



楽しく学ぼう!

サタスタ

地域ボランティアの学習サポート

授業でわからなかったところや勉強したいところなどサポートします

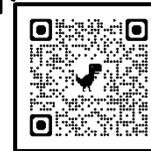
3/28(土)10:30~13:00

●対象:小学生 ●定員:15名

●昼食代:300円

※宿題・筆記用具・飲み物をもってきてね

※調理ボランティアを募集しています



申し込みはこちらから

春の寄せ植え

3/7(土)13:00~15:00

●講師:石井 康子さん

(福岡市緑のコーディネーター)

●材料費:800円 ●定員:24名

※持ち帰り用袋は各自ご持参ください

【申し込みは2月より継続中】

一人一花講座



酒の肴にもなるメニューに挑戦!

夕暮れクッキング

3/13(金)16:00~17:00

●材料費:300円 ●定員:8名

【メニュー】

◎ 豚肉・白菜・豆腐のとろみ煮

◎ ごぼうの甘辛炒め

※エプロン・三角巾をご持参ください



マイソング・マイヒストリー

3/6(金)・4/3(金)18:30~20:30

●定員:各10名

思い出の曲を一緒に聴きましょう

デジタルゲーム(eスポーツ)体験会

3/17(火)10:00~12:00

●対象:シニア15名

TVゲームで頭と体を動かしましょう

ドレミファコーラスは長尾中のスプリングコンサートへ行きます

3/21(土) 開場 13:15 開演 13:30

●会場:長尾中体育館

●現地集合・現地解散

※スリッパはご持参ください



臨時休館のご案内

臨時休館 3/8(日)

4月臨時休館予定は4/5(日)

利用希望者は3/26(木)12時までに申し込みを!

講座・教室は**申し込み**をお願いします

申込受付は**1**日の**9:00**から先着順

※申込方法:窓口又はお電話(861-4821)



博多にわか

ウイトン 美豚
川グッチ

春物の服ば買いに商店街に
行ったとばってん店員さんの
まあ、元気よくおらびよなった



バタバタの選挙からひと月たって
景気のようなりようですかね



それなら嬉しかばってんね



それで店員さんな なんて
おらびよりましたと？



よか服多か(福岡)、買うてん
買うてん(好転、好転)て



令和7年度高齢者乗車券の 申請はお済みですか？



交付を受けるには毎年申請が必要です
申請がお済みでない方は郵送かオンラインで申請してください

※ 4月から交付額が減額となりますので申請をしていない方は
早めに申請してください

※ 簡単便利なオンライン申請がご利用いただけます

申請書は公民館や区役所でもお受け取りいただけます
ご不明な点は下記にご連絡ください

<お問い合わせ先>

高齢者乗車券郵送受付センター (9:00~17:00)



0120-502-633 (通話無料) FAX: 0120-880-219

3
March



食進会の料理教室

～ 生活習慣予防の食事 ～

3/16(月)10:00~12:00

- 定員: 15名 ● 材料費: 600円
- 締切: 3/10(火)
- ※ エプロン・三角巾をご持参ください

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ステーション

雑がみもリサイクルしてゴミ減量へ

- 日時: 土曜日・日曜日(9時~17時)
- 場所: 長尾中学校前の樋井川公園

紙リサイクルステーション

※ 新聞や雑紙を持ち込む際お隣の医院駐車場は
利用しないでください 堤丘校区自治協



3月は「自殺対策強化月間」

～ 知らせてほしい 心のSOS～

自殺予防キャンペーンとして
相談会や啓発事業を行います
詳しくは二次元コードより



センターホームページをご覧ください

○自殺に関する電話相談

092-737-1275

(平日午前10時~午後4時)

福岡市精神保健福祉センターでは
自殺・自死に関する相談に応じています
3月は7日(土)・8日(日)も電話相談を
お受けします

主催) 福岡市精神保健福祉センター

堤丘公民館

ブログもみてね!

こちらをどうぞ



TEL: 861-4821
FAX: 861-4834

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

食進会の簡単レシピ

油揚げ入り豚キャベソース炒め

(材料 2人分) 豚こまぎれ肉...150g

- | | | | |
|-----|-------------------|-----|--------------|
| A { | ・かたくり粉...小さじ1/2 | B { | ・キャベツ...2枚 |
| | ・ウスターソース...大さじ1.5 | | ・油揚げ...1枚 |
| | ※ 紅しょうが...適量 | | ・塩こしょう...各少々 |
| | | | ・サラダ油...小さじ1 |

(作り方)

- 1 豚肉に A をからめる
- 2 キャベツはキッチンばさみで一口大
油揚げは短冊切りにする
- 3 耐熱皿に B を入れて混ぜる
豚肉を調味料ごと広げてのせる
ラップの両端を少しあけてチンする
- 4 熱いうちに混ぜて器に盛り
紅しょうがをのせる

レンジでチン



市民防災の日講演会「災害時のトイレ問題と対策」

福岡市では平成17年3月20日に発生した福岡県西方沖地震の
記憶と経験を風化させないために3月20日を「市民防災の日」
と定めており毎年この時期に防災講演会を開催しています

【内容】 災害時に起こり得るトイレの問題と家庭でできる対策等
について具体的な事例を交えながら分かりやすくお話し
いただきます

【講師】 島村 允也氏
(特定非営利活動法人日本トイレ研究所研究員)

【日時】 3/20(金・祝) 11:00~12:30

【場所】 ワン・フクオカ・カファレンス・ホール
(ワン・フクオカ・ビルディング6階)

【定員】 先着440名(要申込) 【料金】 無料

【申込】 3/13(金)までにFAXかメールに
(bousai01@city.fukuoka.lg.jp)

氏名・電話番号・参加人数を記載して申込み

【主催】 市民局地域防災課 TEL: 092-711-4156
FAX: 092-733-5861



検索

福岡市 市民防災の日講演会