

## ◎6月 主な行事予定 392号

1	月	潮煮塚碑の日 清掃 (16時 塩原中央公園)
10	水	脚力を鍛えよう！ウォーキング講座
14	日	臨時休館日
28	日	第32回親善インディアカ大会
30	火	定例休館日



☆6月14日(日)は、利用申込がないときは臨時休館します。利用希望の方は、6月4日(木)17時までに利用申請をお願いします。  
※休館日はリサイクルステーションもお休みです。

### 五感の芸術 和菓子 仲夏の候

四季折々を表現した和菓子。  
その繊細な手仕事を習いましょう。



- 日 時: 6月28日(日)14:00~16:00
- 場 所: 塩原公民館 学習室
- 講 師: 博多マイスター 長池 博さん
- 内 容: わらび餅  
練り切り二種 (紫陽花・花火)
- 対 象: 小学生以上の校区住民 20名
- 参加費: 500円
- 持参物: エプロン・手拭き・持ち帰り容器
- ※公民館へお申し込みください。

- ▶塩原校区の人口 15,372人  
(男性 7,185人 女性 8,187人)
- ▶世帯数 9,349世帯
- ▶南区の人口 272,722人  
R8.5.7 現在住民基本台帳より

## 100歳まで動ける体をつくろう！ 男のフレイル予防塾 全4回

### ①己の現状を知る「体力チェック」

- 📅日 時: 6月11日(木)13:30~15:30
- 📅持参物: タオル・飲みもの
- 📅講 師: 健康運動指導士



### ②食べて元気に！男の健康ごはん～フレイル予防の食事

- 📅日 時: 6月19日(金)10:00~12:00
- 📅持参物: エプロン・三角巾・タオル・材料費 600円
- 📅メニュー(予定): ビビンバキムチ炒飯  
鮭ときのこのみそチーズホイル焼き  
青ねぎとわかめのチョレギサラダ
- 📅講 師: 地域食育コーディネーター・管理栄養士

### ③お口からの健康づくり！むせ・口の衰え予防と運動

- 📅日 時: 7月3日(金)10:00~11:30
- 📅講 師: 歯科衛生士

共催: 塩原校区健康推進委員会・南区地域保健福祉課

- 会 場: 塩原公民館
- 対 象: 校区在住60代以上の男性
- 定 員: 20名
- 参加費: 無料  
(※②は要材料費)
- ☆①と④は動きやすい服装でご参加ください
- ☆1回のご参加も歓迎します
- ※公民館へお申し込みください。

### ④理学療法士が教える 運動で健康寿命を延ばそう！

- 📅日 時: 7月17日(金)  
10:00~11:30
- 📅持参物: 飲みもの・タオル
- 📅講 師: 株式会社 REEHA  
理学療法士

## ウォーキング実践講座 「天神さまの日」に太宰府を歩こう

6月25日(木) 9:40  
西鉄大橋駅 中央改札前集合  
太宰府天満宮参拝・散策  
「和牛めんたい神楽」でランチ交流  
13:30頃大橋駅帰着予定

- 定 員: 校区住民20名
- 交通費: 自己負担
- ランチ代: 2,200円
- ※公民館へお申し込み  
ください。

キーワードは…  
\*新殿  
\*誕生日  
\*よもぎ



📖 純真学園大学看護学科1年生5名が公民館で実習します 📖

6月8日(月)から11日(木)までの4日間、住民のみなさまの暮らしと健康を学ぶために公民館実習に伺います。お話を伺ったり、公民館行事に参加させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

ふれあいサロン絆

🌸 塩原公民館 講堂にて 🌸 マスク着用  
 🌸 校区在住の65歳以上の方はどなたでもどうぞ。

🌸 6月1日(月)10:00~12:00 \*ランチ代 200円  
 ♪ 保健師さんの健康相談 ♪ 楽しい運動 ♪ 誕生会



🌸 6月15日(月) 13:00~15:00  
 ♪ 二胡の演奏を楽しもう ♪ カフェ

認知症のご本人やご家族を中心に、和気あいのひとときを過ごすカフェです。けん爺が淹れるコーヒー片手におしゃべりやゲームを楽しんだり、介護の専門家に相談したり…。  
 ぶらっとお立ち寄りください。

\*日 時: 6月28日(日)10:00~12:00  
 \*場 所: 塩原公民館 講堂  
 ◎お茶代 100円 (お菓子付き)



けんカフェ

しおぼる  
子育てサロン

親子でのんびり楽しい時間を過ごしませんか。  
 じいじ&ばあば、プレパママも大歓迎です。

📖 絵本の貸し出しもしています 📖



🐱 6月9日(火) 育児サロン きらきらっ子  
 10:00~12:00 講堂にて

🐱 6月16日(火) 育児サロン きらきらっ子  
 10:00~12:00 講堂にて

🐱 6月23日(火) 絵本サロン ブックパ〜ル  
 10:00~12:00 児童等集会室にて  
 『七夕』の工作もしますよ〜

👏 同時開催 👏  
 保健師さん&歯科衛生士さんの育児相談会  
 受付:10時~11時  
 ◎待ち時間はきらきらっ子であそぼう😊

☆中学生・高校生対象☆ 自習室を開放します!

6月6日(土)  
13時~16時

6月7日(日)  
10時~16時



場 所: 塩原公民館 地域団体室

☆スタッフ常駐

☆塩原校区以外の生徒も OK

主催: 青少年育成連合会

♪オカリナの音色にのせてつながる心と未来♪

オカリナ演奏と語りの  
ハートフルコンサート

テーマ

だれもが、ともに輝くために!

~新しい地域・人生・未来づくりは男女共同参画で~

日 時: 6月13日(土) 14:00~15:45 (開場 13:30)

場 所: 塩原公民館 講堂

講 師: オカリナ奏者 山口裕之さん

参加費: 無料

※公民館へお申し込みください。 主催: 塩原校区男女共同参画協議会

令和8年度 第1回公民館運営懇話会

日 時: 6月27日(土) 10:30~12:00

場 所: 塩原公民館 講堂

議 題: ・公民館および運営方針について  
 ・公民館運営方針・事業計画 他

※運営懇話会は、公民館の運営や事業に関しご意見をいただき、公民館活動に反映するものです。

※市民の方で傍聴を希望される方は、15分前までに受付をしてください。10名を超えた場合は抽選となります。

