

**高齢者教室**  
『健康教室』

日時：6月28日（金）10:00～  
内容：フレイル予防の運動  
軽い運動をします。動きやすい  
服装で来てくださいね♪

**チャレンジ教室**  
『七夕飾り作り』

日時：6月15日（土）10:00～  
内容：七夕飾りを作って、笹の葉  
に飾り付けて願い事を書いてみま  
しょう。今回は無料です！！

【無料講座】「西区暮らしの中の人権講  
座」参加者募集中！！

西区役所と西市民センターは共催して、

- ① 6/7（金）佐藤和夫氏「電子メディアの  
子どもへの影響」午後2時～4時、
- ② 6/19（水）宮嶋晴子氏「生活困窮を抱え  
る家庭への支援」午後3時～5時、
- ③ 7/10（水）～8/9（金）内田龍史氏「部  
落問題の現在とこれから」

①②は西市民センターで、③はWebで  
開催します。ぜひご参加ください。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

[https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/shimin-c/charm-event/IGAKUSYU-JINKENKOUZA\\_2\\_3\\_2.html](https://www.city.fukuoka.lg.jp/nishiku/shimin-c/charm-event/IGAKUSYU-JINKENKOUZA_2_3_2.html)

【問い合わせ先】西市民センター  
（西区役所共催）

E-mail: [main@nishi-civic-center.jp](mailto:main@nishi-civic-center.jp)

TEL:891-7021 FAX:891-0503

公民館玄関横にみどりの  
カーテン（ゴーヤ）の種を  
植えました。



**災害に備えて**  
“避難所”の確認をお願いします

お住まいの校区の当初開設される避難所は下  
記のとおりです。

- ・大雨、台風 ⇒ 壱岐東小学校
- ・地震 震度5強 ⇒ 壱岐東公民館
- 震度6弱以上 ⇒ 壱岐東公民館  
壱岐東小学校

※避難する場合は、必ず、区ホームページやテ  
レビ等で開設の避難所を確認してください。

※他の校区で開設している避難所への避難も可  
能です。日頃からお近くにある避難所を確認  
しておきましょう。

区ホームページ 確認はこちらから

福岡市西区 避難行動



スマホ  
からは  
こちら  
から

[問] 西区防災・安全安心室

TEL: 895-7037 FAX: 882-2137

**おっしょ医くん講座**

日付：6月25日（火）

時間：13:15～14:15

内容：骨粗しょう症と腰椎圧迫骨折  
参加費は無料に  
なっています。



# 壱岐ひがし

## 公民館だより



6月

令和6年6月号 506号

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 スポーツ エスタ 	3	4	5	6	7	8
9 新1年生 歓迎レク レーション	10	11	12 朝ごはん 	13	14	15 チャレンジ 教室 
16 ラブアース 	17	18	19 朝ごはん 	20	21	22
23	24	25 おっしょ医 くん 	26 朝ごはん 	27	28 高齢者教室 	29 臨時休館日
30		福岡市壱岐東公民館 〒819-0031 西区橋本1丁目14-2 電話 092-811-2185 FAX 092-811-0584				
公民館のメールアドレス <a href="mailto:ikihigashi107@jcom.home.ne.jp">ikihigashi107@jcom.home.ne.jp</a>						

6月29日（土）は臨時休館日です。利用希望される場合は10日前までに公民館までお知らせください。