

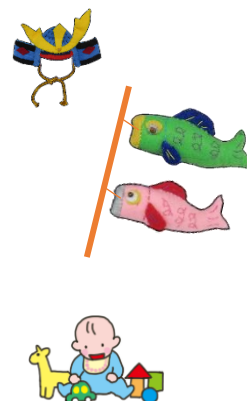


未就園の乳幼児と保護者対象

今宿いきいきキッズ

「はじめまして、よろしくね♪」
日時 5月7日(水) 10:00 開始
講師 保育士 田中晴奈 さん
定員 先着 16組 (申込は公民館へ)

「英語であそぼう♪」
日時 6月4日(水) 10:00 開始
講師 徳永子どもプラザ
定員 先着 12組 (申込は公民館へ)
※準備の都合上必ず申込をお願いします。



ご案内：特に記載のない講座は、【開催場所 今宿公民館講堂】です！

学び舎安全安心 (対象:一般) いざという時のために、地域で学ぼう!!

「福岡県西方沖地震から20年 ～これからの安全安心なまちづくり～」

日時 5月17日(土) 10:00～11:30
講師 西区防災安全安心室 満安正敏 さん
内容
・福岡県西方沖地震当時を振り返って
・地震発生時の行動について
・「防災アプリ・ツナガル」について
・「わが家の防災計画マイタイムライン」の作成
定員 先着 30名 (申込は公民館へ)



地域コミュニティ (対象:一般)

◆有酸素運動で体力も筋力もアップしよう

～音楽に合わせてゆっくりエクササイズ
脂肪を燃焼して ダイエットにも効果的～

日時 6月11日(水) 10:00～11:30
講師 さいとぴあスポーツトレーナー
穴井芳恵 さん
定員 先着 12名 (申込は公民館へ)

※動きやすい服装で、
室内シューズ・飲物をご持参ください。



らく楽スマホ教室 (対象:一般)

デジタル社会の中、緊急時に役立つ LINE など
スマホの活用法を身につけて日常生活を便利に
より豊かにしよう！

「スマホの便利な使い方」

日時 5月15日(木)・6月5日(木)
10:30～12:00
講師 九州デジタルアカデミー
定員 各5名 (申込は公民館へ)

※2回とも同じ内容になります。



R7年度講座案内出来上がりました！
公民館ロビーに
図書新刊コーナー設けています。
お気軽にお立ち寄りください。
5月に新刊入荷予定です。

味噌づくり講座(1月23日)に参加された皆様へ

..手作り味噌が熟成しました..

味噌の熟成度や処理の仕方をみんなで確認しながら分配しましょう！

日時 5月22日(木)10:00～

※エプロンご持参のうえ、上記時間にお越しください。



今熟はつらつ大学 (対象:今熟はつらつ会員)

開講式「ババちゃんのジジ(時事)放談 ～とれたてニュースをやさしく解説します～」

日時 5月8日(木) 10:00～11:30
講師 元西日本新聞記者 馬場周一郎 さん

「ギターに合わせてみんなで歌おう」

日時 6月12日(木) 10:00～11:30
講師 田上幸広 さん

<5月の行事予定>

毎週木曜日『よかトレ(ラジオ体操)』9:30～

※駐車場に限りがありますので、
徒歩、自転車での来館をお願いします。

7	水	今宿いきいきキッズ
8	木	今熟はつらつ大学
15	木	らく楽スマホ教室
17	土	学び舎安全安心 県警グラウンド利用者会
21	水	子育てサロンびよびよ
22	木	地域コミュニティ(味噌分配)
23	金	④サークル人権(午前)
28	水	子育てサロンびよびよ
29	木	⑥サークル人権(夜間)

ゴールデンウィーク

臨時休館予定日

5月3日(土)～5日(月)

4月23日正午までに利用申込が
ない場合は臨時休館します。

5月臨時休館予定日

5月31日(土)

5月21日正午までに利用申込が
ない場合は臨時休館します。

館内サークル一斉清掃

日時 6月7日(土)9:00～(1時間程度)

※各サークル2名ご参加ください。
集合後、各部屋へ移動していただきます。

公民館サークル人権学習

日時 ④5月23日(金)10:00～

⑥5月29日(木)19:00～

※どちらかご都合の良い日時で、各サークル2名
ご参加ください。サークル内で別々の日にちで
の参加も大丈夫です。

その言葉 相手の気持ち 考えよう

(今宿小学校人権標語)

～裏面につづく～

献血にご協力ください！

福岡県では毎日 600 人分の輸血用血液が必要です。ひとりでも多くの方の献血で安定して血液を届けることができます。皆様の温かいご協力をよろしくお願いいたします。

日 時 5月14日(水)

受付時間 10:00~12:30、13:30~15:30

場 所 JA 福岡市 今宿支店



◆献血にご協力いただくために

- ・睡眠をしっかりとっておいてください。
- ・食事は必ずとっておいてください。
- ・初めて献血される方は本人確認書類をご持参ください。
- ・薬を服用されている方は、「お薬」や「お薬手帳」をご持参ください。

◆400ml 献血にご協力ください。

- ・年齢:男性 17~69歳 女性:18~69歳
※65歳以上の方は、60~64歳の間に献血経験がある方に限ります。
- ・体重:男女ともに50kg 以上
(当日の問診などにより献血をご遠慮いただく場合があります。ご了承ください。)

サークル新会員募集

◆水彩画教室「彩和会」

和気あいあいと楽しいサークルです。
一緒に水彩画を楽しみましょう！

活動日 毎月第2・4土曜日
時 間 10:00~12:00
場 所 今宿公民館地域団体室

◆下記日程で展示会を開催予定です。
ご見学をお待ちしています。

日時 5月11日(日)から
5月31日(土)まで
場所 さいとぴあ



◆アロマでリフレッシュ

アロマを焚きながら、日常生活でついた
体の癖や歪みをリセットする体操やスト
レッチをしています。

見学・体験お待ちしております。

活動日 毎月第1・3木曜日
時 間 19:00~20:30
場 所 今宿公民館講堂



★ 段ボールコンポスト講習会 ★

日 時: 5月12日(月) 10:00~12:00

場 所: 今宿公民館学習室

★ 校区リサイクルステーションの利用について ★

1. 回 収 日: 毎週土・日曜日
2. 受付時間: 9:00~17:00 (時間外の持ち込み禁止)
※回収物は必ず受付担当に手渡ししてください。
3. 場 所: 今宿公民館北側ブルーパス入り口
リサイクルステーション
4. 回収物①: 新聞紙・段ボール・雑誌・本
雑紙(チラシ・菓子箱・厚紙・パンフレット)
※注意事項…回収物は種類ごとに梱包
汚れた紙類は回収不可
不燃物の持ち込み禁止
- 回収物②: 使用済食用油(植物系の油のみ)
※注意事項…空きペットボトルに入れて持参
5. 当日は、受付担当の方の指示に従ってお出してください。



時間外の持ち込みに
困っています。
時間を守って
お出してください。

区役所・出張所に行かずに手続き

マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します。

公民館でカードを新規申請(要予約)すると、後日、出来上がったカードがご自宅に届くので大変便利です。(区役所・出張所へ受取りに行く必要はありません。)

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポート(予約不要)も実施します。

【日 時】 令和7年5月10日(土曜日) 10時~12時

【会 場】 今宿公民館 講堂

【対象者】 西区に住民票のある方

【事前予約終了日】 5月6日 9:00~18:00

【予約受付】 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

TEL 092-600-2402

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問い合わせください。