



館長コラム



5月になるとゴールデンウィークがあり、旅行に行かれる方もいらっしゃると思います。旅行の計画が無い方は、天気の良い日には近場でハイキングを楽しむのも良いでしょう。

5月は、18日に校区スポーツ振興会のモルック大会、24日に姪浜中学校の体育大会、31日に姪北小学校の運動会が予定されています。スポーツをするには良い季節です。

ところで、「五月晴れ」という言葉がありますが、五月とは旧暦の呼び方で、現在の暦である新暦では6月に相当し、梅雨の時期にあたることから、元々「五月晴れ」は、日本の気候の特徴である「梅雨の晴れ間」や「梅雨の合間の晴天」を指していたとのこと。ところが、時が経つにつれて「五月晴れ」の使われ方は変化し、「新暦の5月のよく晴れた日」という意味でも用いられるようになり、主な国語辞典でも両方の意味が記述されているようです。

いずれにしても、5月は気候も良くなります。公民館の花壇も色とりどりの花が咲き誇っています。木々の新緑も清々しく、命の息吹を感じます。自然を感じながら、ウォーキングやハイキング、スポーツなどで健康な身体をつくっていきましょう。

館長 古藤



みんなの公民館



ビタミンスペース(運動の場)

※日 時 5月8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)
どの日も10:00~12:00

29日(木)は運動指導があります(10:30~11:30)。

場所は姪北公民館 講堂です。時間内は出入り自由。
タオルと運動靴をご持参ください。

なんかからん ne(相談の場)

※日 時 5月27日(火)10:30~11:30
※場 所 姪北公民館 老人いこいの家



人権に関する標語

周り見て 身近ないじめ ひそんでる
(姪北小学校6年生の作品)

全てに共通しています。
検温と手指消毒をお願いします。
発熱、風邪の症状がある方、ご家族に具合が悪い方がいらっしゃる場合は、ご遠慮ください。

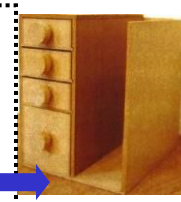
めいほくっ子広場

対象:小学生・おとな

①木の工作「整理箱またはコネクトフォー」

※日 時 5月17日(土)10:00~11:30
※場 所 姪北公民館 地域団体室
※講 師 NPO 法人ワーク in ならや わくワーク館
※材料費 整理箱600円、コネクトフォー500円
※持ってくるもの 水性マジック・絵の具・飾り・材料費

整理箱は
大工感覚で
作れます。
寸法 12.5×
17×16 cm



コネクトフォーは
二人で対戦する
テーブルゲーム。
寸法 19×7×
19 cm



どちらか選んで、5/10(土)までに姪北公民館にお申込みください。

②「花植えをしよう！」

※日 時 6月7日(土)10:00~11:00
※集合場所 姪北公民館玄関前
※持ってくるもの 飲み物・タオル
※汚れてもいい服装で
当日参加できます。少雨決行。



乳幼児ふれあい学級

対象:乳幼児と保護者

※日 時 5月20日(火)10:30~11:30
※場 所 姪北公民館 講堂
※内 容 「スキマ時間で OK !
子育てママのリセットエクササイズ」
※講 師 大工 堅太郎 さん(理学療法士)
※持ってくるもの 水分補給のための飲み物・タオル
※動きやすい服装でお越しください。



おとな塾

対象:おとな どなたでも

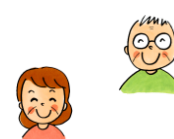
※日 時 5月13日(火)10:00~11:00
※場 所 姪北公民館 講堂
※内 容 生涯快適なカラダ作り講座
「毎日が軽やか! 柔らかく動ける
カラダづくり編」
※講 師 大工 堅太郎 さん(理学療法士)
※持ってくるもの 飲み物・タオル
※動きやすい服装でお越しください。



高齢者教室

対象:おおむね60歳以上

☆日 時 5月23日(金)10:00~11:30
☆場 所 姪北公民館 講堂
☆内 容 「認知症予防の話と運動」
☆対 象 おおむね60歳以上
☆講 師 柴田 伊津子 さん(健康運動指導士)
☆持ってくるもの 飲み物
※動きやすい服装でお越しください。



校区献血

▶日 時 6月4日(水)9:30~11:30
▶場 所 姪北公民館
【400ml 献血にご協力いただける方】

- ①体重:男女とも50kg以上
- ②年齢:男性17歳~69歳 女性18歳~69歳
※65歳~69歳の方は、60~64歳の間に献血された方のみ。

次のことにご注意ください。

- ①食事は必ずとっておいてください。
 - ②睡眠はしっかりとっておいてください。
 - ③献血カード(または献血手帳)をお持ちください。
 - ④初めての人は、ご本人を確認できる書類(運転免許証、健康保険証、パスポート等の提示をお願いします。
- 校区衛生健康委員会



裏面もごらんください。



おはなし会



♥時間および対象年齢

① 5月13日(火)11:00~11:30

♡対象年齢・・・0~4歳

② 5月27日(火)15:45~16:15

♡対象年齢・・・3歳以上

場所はいずれも 姪北公民館 児童等集会室

この日は本の貸出しを行います。①は12:00、

②は16:30までにお越しください。

読み聞かせや絵本に興味がある方、一緒に活動しませんか。 プーさん文庫



子育てサロン「もぐもぐ」



※ 日 時 5月16日(金)10:00~12:00

今回は、保健師さんに相談やお話ができます。

※ 場 所 姪北公民館 講堂

※ 対 象 0歳~未就園児とその家族
妊娠中の方もどうぞ

交流・遊び・情報交換・くつろぎの場として自由にご利用ください。時間内は出入り自由です。

※おやつやおもちゃの持込みは、ご遠慮ください(水分補給のみ)。地域のボランティアさんがサポーターとして見守ります(託児スタッフではありません)。サロンのサポーターに関心がある方は、事前に姪北公民館までご連絡ください。



地域カフェに寄ってみませんか



※ 日 時 5月27日(火)10:30~12:30

※ 場 所 姪北公民館 地域団体室

飲み物を準備しています。飲み物はすべて無料です。時間内は出入り自由です。

皆様のお越しをお待ちしています。

地域カフェ委員会

地域カフェで「人権ひろば」を行っています。人権に関わらず、気軽に話ができる場として、みなさんに利用していただければと思っています。また、個別のご相談もできますので、お声かけください。

尊田人権教育推進員



公民館の休館について



5月3日(土・祝)、4日(日・祝)、5日(月・祝)は、休館日です。

🔑 5月25日(日)に利用申込がないときは、臨時休館します。
この日に利用を希望される場合は、5月15日(木)17時までにご連絡をお願いいたします。



母子巡回 健康相談



♣ 日 時 6月18日(水)13:30~14:00(受付)

♣ 場 所 姪北公民館 講堂

♣ 内 容 受付 → 身長・体重測定 → 育児相談

※母子健康手帳を忘れずに持ってきてください。

【問合せ先】西区保健福祉センター

地域保健福祉課(TEL895-7080)

博多どんたく港まつり「西区演舞台」

□ 日 時 5月3日(土・祝)・4日(日・祝)10:30~16:00

□ 場 所 西区役所駐車場

□ 主な催し

① 演舞台 ・オープニングセレモニー(3日のみ)

・表敬訪問団歓迎セレモニー(4日のみ)

・ラッキープレゼント抽選会

※市政だより西区版5/1を総合案内へお持ちいただくと、抽選券を受け取ることができます。各日プログラムの最後に抽選会を行います。

・総踊り

・グランドフィナーレ(4日のみ)

② 地元団体、福祉施設、日田市などによる模擬店

<問合せ先>

福岡市西区イベント推進会議事務局
(西区役所企画振興課振興係)

TEL 895-7033 FAX 885-0467

メール shinko.NWO@city.fukuoka.lg.jp



<初心者向け傾聴ボランティア講習会> 参加者募集!

相手の気持ちを聞き、理解し、寄り添う

【日 時】6月20日(金)13:00~16:00

【場 所】西市民センター 4階 視聴覚室

【参加費】200円(資料代等)当日徴収

【対 象】西区在住の方、もしくは西区で活動が可能な方

【申 込】二次元コードからお申込みください。➡

【主 催】傾聴ボランティアグループ「傾聴コスモス」

【協 力】福岡市社会福祉協議会西区社協事務所

【問合せ】TEL 092-895-3110



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】6月20日(金) 14:00~16:00

【場 所】姪北公民館 講堂

【対象者】西区に住民票のある方

【事前予約終了日】6月16日(月) 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

FAX 06-7664-9531

※インターネットでも予約できます(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)。

【必要なもの】事前にコールセンターにお問合せください。

【主 催】福岡市総務企画局データ活用推進課

(この事業は業者への委託により実施します)



姪北公民館

