



ほく 姪北 めい

公民館だより No.197 2026年(令和8年)8月1日

〒819-0002

西区姪の浜2丁目 20-28

電話 895-1075 FAX 895-1076



館長コラム



福岡管区気象台が7月8日に「九州北部地方が梅雨明けしたとみられる」と発表しました。平年より11日早く、昨年より11日遅い梅雨明けとのことです。梅雨明けして、7月8日と暑い日が続いていますので、熱中症に注意して過ごしましょう。

さて、小学校・中学校は、7月22日から夏休みに入りました。なかなか長い連休をとれないと言われる方もありますが、今年の8月はお盆の連休と11日の山の日、土曜・日曜、有給休暇を活用できると長期休暇になる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

ところで、7月は海の日、8月は山の日と祝日がありますが、どんな日でしょうか。海の日は、「海の恩恵に感謝するとともに、海洋国日本の繁栄を願う重要性を再認識し、海に感謝する日」として、1996年から7月20日を国民の祝日として設けられたそうです。現在は海の日が7月の第3月曜日になっています。山の日は、「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する日」として2016年から祝日として設けられました。海の日が国民の祝日として制定されたことから、山の日もつくろうという機運が高まったことが大きなきっかけとなったそうです。

長期の連休となり、ゆっくり身体を休めることができるのは、5月のゴールデンウィーク、8月のお盆の連休、年末年始と限られていますので、有効に利用しましょう。

館長 古藤



みんなの公民館

対象:どなたでも

ビタミンスペース(運動の場)

※日時 8月7日(金)、18日(火)、24日(月)、27日(木)
どの日も10:00~12:00

27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、時間内は出入り自由です
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 8月25日(火)10:30~11:30
※場所 姪北公民館 いこいの家

人権に関する標語

振り返ろう 言ってしまった あの言葉
(姪北小学校6年生の作品)

参加されるみなさんをお願いします

・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

場所:姪北公民館 講堂

①料理「郷土料理をつくろう！」

※日時 8月20日(木)10:00~13:00

※メニュー ①韓国風どんぶり ②豆乳ひや汁
③もももみヨーグルトシェイク

※講師 藤野 菊代 さん(管理栄養士)

※材料費 300円 ※定員20人

※持ってくるもの エプロン・三角巾・タオル・材料費
8/12(水)までに姪北公民館にお申込みください



②科学教室「偏光板ステンドグラス作り」

※日時 8月21日(金)10:00~11:30

※講師 九州大学 F.E.E.L.のみなさん

※材料費 300円 ※定員20人

※持ってくるもの はさみ・飲み物・材料費
8/12(水)までに姪北公民館にお申込みください



③陶芸「光るおばけをつくろう！」

※日時 8月25日(火)10:00~11:30

※講師 樋口 経観 さん(工房スマイル代表)

※材料費 1,000円 ※汚れてもいい服装で

※持ってくるもの タオル・飲み物・材料費
8/18(火)までに姪北公民館にお申込みください



④環境「ゴミ分別射的とコマづくり」

※日時 8月26日(水)10:00~12:00

※講師 福岡市臨海3R ステーション

※材料費 150円 ※定員24人

※持ってくるもの タオル・飲み物・材料費
8/19(水)までに姪北公民館にお申込みください



①の対象は、小学生(学年問わず)です
②③④は、おとなも参加できます

詳細は9月号でお知らせしますが、9月5日(土)
10:00から「食品ロス削減の話と料理教室」を予定しています
申込締切まで日にちが短いのでご了承ください



おとな塾

対象:おとな どなたでも
場所:姪北公民館 講堂

※日時 8月6日(木)10:00~11:00

※内容 使ってみよう「やさしい日本語」

※講師 吉弘 あき さん

(福岡市総務企画局多文化共生課 多文化共生係長)

※持ってくるもの 飲み物・筆記用具

8/1(土)までに姪北公民館にお申込みください



高齢者教室

対象:おおむね60歳以上
場所:姪北公民館 講堂

☆日時 8月4日(火)10:00~11:30

☆内容 「童謡・唱歌 歌って幸せホルモンアップ！」

☆講師 砥綿 敬二 さん

(日本レクリエーション協会上級インストラクター)

☆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

☆日時 9月3日(木)10:00~13:00

☆内容 「料理教室 フレイル予防の食事」

野菜たっぷりルーロー飯、魚のレモンマリネ

高野豆腐の牛乳ふわとろ煮

☆講師 岡 三枝 さん(管理栄養士)

☆材料費 1,000円 ※定員24人

☆持ってくるもの エプロン・三角巾・タオル・材料費

8/28(金)までに姪北公民館にお申込みください



乳幼児ふれあい学級

対象:乳幼児と保護者
場所:姪北公民館 講堂

□日時 9月8日(火)10:30~11:30

□内容 「ミニミニ運動会」

□講師 福岡市立中央児童会館 あいくる

□持ってくるもの 水分補給のための飲み物

※タオル等お子さんに必要なものはお持ちください

9月1日(火)までに姪北公民館にお申込みください



公民館の休館について



🔑8月16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、8月6日(木)

17時までにご連絡をお願いいたします

🔑8月13日(木)~15日(土)、31日(月)は、定例休館日です

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 8月11日(火)11:00~11:30

♡対象年齢・・・0~4歳

② 8月25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」



8月の子育てサロン「もぐもぐ」は休みです
8月7日(金)と28日(金)、10:00~12:00、
講堂を開放します！

「もぐもぐ」と同じように、0歳~未就園児と
その家族、妊婦の方が対象です

※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)

時間内は出入り自由です



地域カフェに寄ってみませんか



※日 時 8月25日(火)10:30~12:30

※場 所 姪北公民館 地域団体室

飲み物(無料)を準備しています

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

どなたでも
どうぞ

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

個別のご相談もできますので、お声かけください

西区人権教育推進員



姪北公民館



福岡女子高校生活情報科 インターンシップ班企画事業のお知らせ

①「ストレッチ講座」

★日 時 8月29日(土) 15:00~16:00

★場 所 姪北公民館 講堂

★対 象 どなたでも

★持ってくるもの タオル・飲み物 ※動きやすい服装で

8月5日(水)までに姪北公民館にお申込みください

からだを動かしていますか

息抜きにストレッチをしてみましょう！

②「ハーバリウム体験」

★日 時 8月30日(日) 10:00~11:00

★場 所 姪北公民館 いこいの家 ※定員10人

★対 象 小学生(低学年は親子での参加可)・中学生

★持ってくるもの 飲み物・材料費

★材料費 100円

自分だけのハーバリウムを作りましょう

8月1日(土)受付開始 ※定員になり次第、締切ります

講師 福岡女子高校生活情報科3年 原口 愛楽

久保 亜依音



サークル代表者会議のお知らせ



❖日 時 8月28日(金)19:00~20:00

❖場 所 姪北公民館 講堂

❖内 容 1 文化祭について

2 その他

公民館各サークルから、1人以上の出席をお願いします



令和8年度「西区人権を考えるつどい」



【日 時】 9月2日(水)14:00~16:00(開場13:30)

【場 所】 西市民センター 1階 ホール

【内 容】 (社福)柚子の木福祉会 理事長 白谷 憲生さん
による講演「障がい者と地域社会をつなぐ」

【定 員】 先着800人

【入場料】 無料 (事前申込不要)

手話通訳・要約筆記あり

※託児(無料)を希望される方は、8月24日(月)までに、
電話・FAX または Eメールにて、下記までお申込みく
ださい(1歳以上~未就学児 先着10人)

【問合先・申込先】

西市民センター TEL 092-891-7021

FAX 092-891-0503

Eメール info@nishi-civic-center.jp

主催 西区人権尊重連絡会議 福岡市西区役所

西市民センター

男女共同参画委員会「上映会」

◆日 時 8月8日(土)14:00~16:00

◆場 所 姪北公民館 講堂

◆内 容 「黒川の女たち」(2025年製作/99分)

◆参加料 無料

1945年 関東軍敗走の満州で待ちうけた、黒川開拓
団の壮絶な運命

戦争と性暴力の事実、いま知るべきことがここにある
記憶が歴史になる前に、未来へ遺す

したこと、されたこと、見てきたこと
幾重にも重なる加害の事実と、犠牲の史実を封印
させないために、多くの方に観ていただききたい
と思います

お問合せは、姪北公民館をお願いします

姪北校区男女共同参画委員会

「校区文化祭」のお知らせ

♪日にち 10月25日(日)

♪場 所 姪北小学校体育館・姪北公民館

♪内 容

姪北小学校体育館

・ステージ発表

・パネル展示(サークル・各種団体紹介)

姪北公民館

・作品展示(サークル、公民館主催事業、
博多おきあげ講師、一般)

・パネル展示(サークル・各種団体紹介)

公民館の展示は、10月25日(日)~30日(金)

9:30~16:30 ※30日(金)は12:00まで

出演者および作品を募集します！

出演は、姪北校区に住んでいる方2人以上でお申込みく
ださい

<出演申込締切> 8月30日(日)

作品は、手作りに限りまず<展示申込締切> 9月29日(火)

申込書は、公民館に準備しています

文化祭実行委員会

行政相談

毎月第4金曜日に行政相談コーナーを開設しています
身近な暮らしの中で手続きやサービスに関する困りごとな
ど、気楽にご相談ください

※日 時 8月28日(金)13:00~15:00

※場 所 姪北公民館 老人いこいの家

※相談委員 古藤 真

相談無料
秘密厳守