

じみたん 公民館 だより

(地域包括ケアシステム)

カフェしかた&よかとこカフェ

『チョコレートの世界へようこそ!』

あの日の前に…チョコレートの知られざる歴史や製造について、力力才の農家支援などについて学びましょう。

2月10日(火) 13:30 ~ 15:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：株式会社明治 管理栄養士 原田朋美さん

共催：四箇田公民館、校区自治協議会、校区民生委員児童委員、

早良第6いきいきセンター、さわら南よかとこネット、

早良区地域保健福祉課、早良区社会福祉協議会

福祉事業所の商品販売も予定しています。

お申し込みは不要です。

(地域の担い手パワーアップ講座)

『ユマニチュード講座』

やさしさを伝える認知症ケア技術について学びます。これから介護の向き合い方について考えてみましょう。

2月14日(土) 10:00 ~ 11:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：福岡市ユマニチュード地域リーダー 西田美香さん

定員：30名

お申し込み、お問合せはこちらから →

申込み〆切：2月7日(土)



(高齢者地域参画支援講座)

しかたカレッジ

『はじめての終活

みらい準備さあ始めよう』

そのとき…はまだまだ先の事。
でも何を大切にするか。カードゲームを通じて
価値感を見つめなおしてみましょう。

2月19日(木) 10:00 ~ 11:30

場所：四箇田公民館 講堂

講師：福岡市社会福祉協議会 社会福祉士 力久祐理子さん

定員：20名 *お申し込みをお願いします。

申込み〆切：2月12日(木)

福岡市四箇田公民館 早良区四箇6-5-26 TEL 811-2180 FAX 811-3330

四箇田公民館ブログ



No.507号 令和8年2月1日

(人権問題学習)

DVD鑑賞・講話

『ずっと助けてと叫んでた』

子どもが受けている性的虐待は気づかれにくいもの。だからこそ、まわりの大人が子どものサインを見逃さないようにすることが大切です。

2月21日(土) 10:00 ~ 11:30

場所：四箇田公民館 講堂

講師：福岡市児童家庭支援センター

「はぐはぐ」河浦龍生さん

お申し込み、お問合せはこちらから→

申込み〆切：2月18日(水)

共催：四箇田校区人権尊重推進協議会

(乳幼児ふれあい学級)

スマイル広場&しかたっこランド

『あいくるがやってくる』

あいくるの先生といっしょにパネルシアターや
ふれあいあそびでスキンシップ！

2月25日(水) 10:30 ~ 12:00 (予定)

場所：四箇田公民館 講堂

対象：就学前の乳幼児と保護者

定員：20組

お申し込みはこちらから →

申込み〆切：2月18日(水)



(健康づくり教室)

『耳つぼリフレッシュ』

3月3日は耳の日。

耳つぼをマッサージすると血流がよくなります。
簡単なヨガで体もリフレッシュさせましょう！

3月3日(火) 10:00 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 地域団体室

講師：セラピスト Hirakeruさん ほか

定員：15名程度

動きやすい服装でご参加ください。

お申し込みはこちらから →

申込み〆切：2月24日(火)

主催：健康づくり実行委員会（衛生委員会・四箇田公民館）

(健康づくり教室)

『体験！

ノルディックウォーキング

ただ歩くだけでも健康には良いですが・・・

ポールを持って正しい姿勢で歩くと運動効果が高まります。
春先の自然を感じながら歩いてみましょう。

3月7日(土) 9:30 ~ 11:30

集合場所：四箇田公民館 駐車場（雨天時：講堂）

講師：福岡ノルディックウォーキング協会

飽田裕紀子さん・仲智代さん

定員：15名

リュックサック・水筒・タオル・帽子

はきなれた靴でお越しください（雨天時は室内履き要）

お申し込みはこちらから →
申込み〆切：2月28日(土)



主催：健康づくり実行委員会（衛生委員会・四箇田公民館）

【2月臨時休館日】

2月 22 日 (日)

2月 12 日(木)17:00までに会議等ご利用の申請がない場合は臨時休館とさせていただきます。

事業によっては応募多数により抽選となる場合がございます。ご了承のほど何卒お願いいたします。

《公民館案内図》



だいじょうぶ？ ありがとう！ うれしいひとこと笑顔咲く
(令和6年度人権標語入選作品)

令和7年度 しかた公民館 文化祭

開催日：3月18日（水）～21日（土） 10:00～16:00

会場：四箇田公民館

内容：作品展示 18日（水）～21日（土）

公民館サークルの作品・地域の方の作品

校区にある福祉事業所や高齢者施設の作品

公民館の事業報告（公民館日記）・サークル紹介

体験会 18日（水） 文化祭特別企画講座・3B体操・健康麻雀

19日（木） 茶道・かっぽれと舞踊

ステージ 20日（金祝）・21日（土） サークル発表

ミニカフェ 20日（金祝）・21日（土） スポーツサークル出店

※都合により変更になる場合があります。ご了承ください。
詳細は公民館だより（3月号）・案内ポスターでお知らせします。

地域の方の展示作品を募集します

対象：子どもから高齢者まで、どなたでも参加できます。

内容：書道・絵画・水墨画・写真・工作・陶芸・手芸など

出展のお申し込み 3月1日（日）～10日（火）

作品搬入期間 3月11日（水）～15日（日）

※お問い合わせ・お申込みは四箇田公民館まで Tel 092-811-2180 (9:00～17:00)

文化祭特別企画

『 をいただく～練り切り体験～』

練り切り（ねりきり）は、白あんにつなぎを加えて硬めに練り成形した上生菓子。

お茶席やお祝の席でふるまわれる和菓子です。

季節柄、桜の形にして お茶と一緒にいただきましょう。

ちょっとリッチな春の日を楽しんでみませんか？

3月18日（水） 10:00～12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：和菓子作家 常田沙恵さん

持ってくるもの：参加料 1500円

和手ぬぐい・筆ペン（お家にある方）

定員：15名程度

お申し込みはこちらから →

申込み〆切：3月11日（水）



四箇田公民館で マイナンバーカードの申請ができます！

事前予約制です。予約期間中に受付センターへお申し込みください。

【事前予約期間】 2月9日（月）まで

【予約受付】 092-600-2402

【日時】 2月16日（月） 14:00～16:00

【会場】 四箇田公民館 講堂

【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）

令和7年度市県民税申告受付

事前予約はご不要です。

日時・場所：2月6日（金） 10:00～16:00 四箇田公民館講堂

※ご注意：

以下についての還付申告は当日の受付はできません。福岡タワー会場にて承ります。

■令和6年分以前の申告

■寄付金、住宅ローン、雑損控除 ※個人年金や人材センターの報酬は不可です。

■給与・公的年金以外の所得（営業・不動産・配当など）

お問合せ先：早良区役所課税課市民税係 092-833-4320

ともてらす早良で よかドックやがん検診ができます

受診には予約が必要です。予約期間中にお申し込みください。

【事前予約期間】 2月10日（火）まで

【予約受付先】 集団検診・よかドック総合窓口 0120-985-902
または「けんしんナビ」と検索。または、こちらから



【日時】 2月26日（木） 9:00～11:30

【会場】 ともてらす早良

【健診項目】 よかドック、各種がん検診（胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん
肺がん（結核・肺がん）胃がんリスク検査

※対象年齢や受診料金など詳しくは「けんしんナビ」をご覧ください。

お問合せ先：早良区保健福祉センター健康課 092-851-6012

校区リサイクルステーションよりおしらせ…

綿入りの衣類も回収できます！

今冬で最後かな…とお思いの半纏などはぜひお持ちください。

※ただし寝具はひきつづきリサイクルできません。ご了承ください。

四箇田公園前（ともてらす早良東側）

【開所時間】 水・土・日曜日 9:00～17:00