

警固公民館だより 3月号

令和7年3月1日発行

〒810-0023 福岡市中央区警固1丁目11-2
電話 731-4655 FAX 731-4489

【窓口・電話受付時間】

9:00～17:00（臨時休館日を除く）

※講座の申し込み受付は**窓口**または**電話**のみです。

※FAX・メールでは受付しませんのでご注意ください。

警固公民館
ブログ



警固公民館
Instagram

警固公民館主催事業（講座）は**予約が必要**です。窓口または電話でお申込みください。

主催事業講座参加者用の駐車場はありません。ご了承ください。

警固ハートフルコンサート 15th.

～0歳から100歳までみんなで楽しむコンサート～

今年は弦楽カルテットです♪お気軽にどうぞ

【日時】3月15日（土）14:00～15:30（予定）
（開場 13:30～）

【会場】警固小学校 体育館

【出演】九州交響楽団より

ヴァイオリン 佐藤仁美

ヴァイオリン 貞国みどり

ヴィオラ 猿渡友美恵

チェロ 山本直樹

※必要な方は上履き（スリッパ）をご持参ください。

《主催》警固校区男女共同参画委員会・福岡市警固公民館

入場 無料！
予約なしで
来場 OK！

地域の担い手パワーアップ育成事業

「たけのこ掘り体験」

バスで山へ行行ってたけのこ掘りを体験しよう！

【日時】3月29日（土）

9:00～12:30（予定）※昼食はありません。

★9:00に警固公民館を出発します！

【講師】NPO 法人里まちサイクルコミュニティ
みなさん

【対象】小学生以上（小学3年生以下は保護者同伴）

【会場】福岡市西区（福岡市海づり公園近くの竹林）

【参加費】1,500円（交通費）

【定員】20名

【持ってくるもの】水筒・軍手・スコップ

※山に行くので長袖、長ズボン着用してください。

警固知っ得大学 第20回講座

「お灸でセルフメンテナンス」

お灸を使って今日からはじめる健康づくり！
季節に合わせたお灸の使い方をレクチャーします。

【日時】3月24日（月）

10:00～11:30

【講師】森澤孝次郎さん

（せんねん灸ショールーム博多・鍼灸師）

【会場】3階 講堂 【定員】20名

【対象】どなたでも 【参加費】無料

★肘から先、膝から下を出せる服装で
ご参加ください。

夜の警固知っ得大学 第19回講座

「え？ゴボウは水にさらさない？」

目からウロコ！料理の新常識講座

今まで漠然とやっていた様々な下ごしらえや調理方法。それって正しいの？

NHK「ロクいち福岡」やTNC「もち浜ストア」などで馴染みの濱地佳世子先生が今日から直ぐに役に立つ驚きの新常識をレクチャーします！

【日時】3月11日（火）

19:00～20:30

【講師】濱地佳世子先生（フードディレクター）

【会場】3階 講堂

【定員】24名

【対象】どなたでも

【参加費】無料

【持ってくるもの】

筆記用具・飲み物

※試食があります。
飲み物は各自で
ご用意ください。



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。

公民館でマイナンバーカードの申請を
受け付けます（要予約）。
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も
実施します（予約不要）。

【日時】令和7年3月29日（土曜日）
10時～12時

【会場】警固公民館 講堂

【対象者】中央区に住民票のある方

【事前予約終了日】

3月25日（火）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。

臨時休館日のお知らせ

★3月30日（日）は利用申込がない

場合臨時休館します。

※利用申込は3月16日（日）までをお願いします。

警固校区健康づくり実行委員会

『けご・みんなで健康塾』

講師 角美貴子先生

初心者
大歓迎

基本は椅子に座って運動します。

全身と頭（脳トレ）を使って誰にでもできる
簡単な体操です。

ロコモ体操 ベーシック

【参加費】無料

3月12日（水）10:00～10:40/10:50～11:30

ロコモ体操 ステップアップ（月クラス）【参加費】500円

3月10日（月）10:00～10:40/10:50～11:30

ロコモ体操 ステップアップ（水クラス）【参加費】500円

3月26日（水）10:00～10:40/10:50～11:30

【会場】3階 講堂 【定員】各クラス30名

【持ってくるもの】タオル・飲み物

『らくらく美姿勢ストレッチ』

講師 NPO 法人ココフル トレーナー

ストレッチボールを使って姿勢改善をするクラスです。
がんばりすぎない運動&らくらく緩めるストレッチで
美しい姿勢を目指します。

【日時】3月4日・18日（火）10:00～11:30

★基本、第1・3火曜日です★

【会場】3階 講堂

【参加費】1,500円/1回 【定員】各15名

【持ってくるもの】ヨガマット（またはバスタオル）・飲み物

3月 けご自治協議会だより

令和7年3月1日発行

《警固っ子遊びの館2025》開催

毎年恒例の《警固っ子遊びの館》が2025年度も開催が決定しました。

【日時】4月27日（日）12:00～

【場所】警固公民館

【内容】ゲーム・クラックビー玉・プラ板・バルーンアート
警固民トーク・ビンゴ大会など

※すべて無料です

★警固校区のジュニアリーダーが考えた企画したゲームや工作体験で楽しく一緒に遊ぼう！

★スタンプラリーやビンゴ大会で景品をゲットしよう！

【対象】幼児～大人まで、どなたでも参加大歓迎です！！☺

※幼児の方にはつきましては、保護者同伴での参加をお願いいたします



青少年育成委員会

警固校区 卓球バレー大会

座って行う激しくない楽しく交流することを目的とした障害スポーツの大会です。皆様のご参加をお待ちしています。

【日時】3月9日（日）9:30（選手集合）

※13時頃の終了予定です

【場所】警固公民館3階ホール

【対象者】警固校区にお住まいの60歳以上の方

【締切】2月28日（金）

【その他】お弁当とお茶を用意します

【申込み】自治協事務局

（732-3900 平日10時～15時）



体育振興委員会

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	朝の登校見守り 防犯パトロール 子育てサロン	4	5	運営委員会	6	ふれあいサロン
9	卓球バレー	10	11	12	朝の登校見守り 防犯パトロール 子育てサロン	15
16	朝の登校見守り 防犯パトロール 子育てサロン	18	19	20	ふれあいサロン	22
23/30	24/31	25	26	27	ふれあいサロン	29

ふれあいサロン

（毎週金曜）

【日時】7日、14日、
21日、28日

13:00～15:00

※風雅美人絵巻の作成

【場所】3階講堂



子育てサロン

（第1・3月曜）

【日時】3日、17日

10:00～12:00

※自由遊び

【場所】3階講堂



社会福祉委員会

終活セミナーについて【お知らせ】

相続（遺言等）についての行政書士によるセミナー（解説）は月1回をベースに開催してきましたが、講師の福田武彦行政書士の感染症による入院養生のため、3月も休講とします。

4月からの再開を予定していますが、開催日については「けご自治協議会だより」にてお知らせします。

【問合せ】老人会「西山 多嘉禰（090-7924-0823）」

古紙回収

回収場所	新聞紙	ちらし	雑誌	雑がみ等	段ボール	アルミ缶	牛乳パック	利用日・時間
★各町内の集団回収	○	○	○	○	○	○	○	毎月10日 午前7時～午前10時まで 雨の日も回収します。
今泉公園内 リサイクルステーション	○	○	○	○	○	○	○	毎週土・日 午前9時～午後5時まで

★校区56カ所で集団回収しています。毎月10日（7:00～10:00）に古紙回収の看板がある最寄りの場所に分別してヒモで括って出してください。※段ボールはガムテープで括った場合、又、古紙をポリ袋に入れて出した場合は回収不可となりますのでご注意ください。

※生活ごみを出してはいけません。古紙を出す時は
お互い整理整頓しながら出しましょう！

※毎月10日の回収時間は「午前7時～午前10時」となっています。この時間以外の回収はできませんので宜しくお願いします。

美化リサイクル委員会



防犯パトロール

【日時】3日（月）・17日（月）20:00～

※公民館玄関前に集合。出欠は空模様で各自判断ください。

★地域の皆さまのご参加を心よりお待ちしております！！

防犯防災委員会



朝の登校見守り

【日時】3日（月）・13（木）・17日（月）7:30～8:00頃

玄関先やご自宅の近所で多くの方々に子ども達の安全な登校を見守って頂けたらと思います。自治協事務局にて見守り用 オレンジベストの貸出をしています。ご協力よろしくお願いします。

交通安全推進委員会



★警固校区自治協議会ブログ★★