

警固公民館だより 5月号

令和7年5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。

KEGO ナイトコンサート～春～

【日時】5月29日（木）19:00～20:00（開場 18:45）

【会場】3階 講堂 【定員】60名 【参加費】無料

【対象】どなたでも（小学生以下は保護者同伴）

福岡出身のマリンバ大好きな2人です♪

温かみのある音色や体に響く振動や打楽器ならではの躍動感を体感してみませんか？

音楽ホール、イベントやパーティー、スタジアムでの演奏など幅広く活動中。

マリンバのオリジナル曲やクラシックの名曲、日本の唱歌をアレンジして演奏します。



【演奏者】

岩崎雅子

東京音楽大学打楽器専攻卒業

北九州グランフィルハーモニー管弦楽団、九州管楽合奏団、団員

若菜陽子

武蔵野音楽大学マリンバ専攻卒業

福岡市にて2度のリサイタルを開催



★演奏中の入退場はできません。

★演奏中の動画・写真撮影は
ご遠慮ください。

★必ず予約が必要です。

警固知っ得大学 第1回講座

～目からウロコ！料理の新常識 第2弾～
いつもの「ゆでる」「焼く」「煮る」「揚げる」が大きくかわる

NHK「ロクいち福岡」やTNC「ももち浜ストア」などでお馴染みの濱地佳世子先生が
今日からすぐに役に立つ驚きの新常識レクチャー第2弾！（令和7年3月に第1弾開催）
喉越しのいい素麺の茹で方、唐揚げはこうして揚げればカラッと、ヒタヒタってどのくらいの水加減？
などお楽しみに♪

【日時】5月22日（木）10:00～11:30【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 【参加費】無料 ★必ず予約が必要です。

【持ってくるもの】筆記用具・飲み物 ※試食はありますが、持ち帰りはできません。ご了承ください。

料理方法を一緒に
アップグレードしましょう♪



『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】5月13日・20日（火）10:00～11:30

★今月は第2・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

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

5月14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

5月12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

5月28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

5月 けご自治協議会だより

令和7年5月1日発行

2025校区ソフトバレーボール大会

【日時】5月25日（日）

選手集合時間 9:30

【場所】警固小学校 体育館

【出場資格】警固校区の当該町内に在住

または就業している成人（18歳以上）但し、
高校生は不可。

【その他】・前日に校区全体練習を行います。

5月24日（土）19:00～21:00

・大会当日は、お弁当とお茶を用意いた
します（応援者を含む）

※詳しくは各町内の体育委員または下記までご連絡
ください。

大会上位チームは6月15日（日）に行われる中央
区大会に出場します。

【お問い合わせ】警固校区自治協議会事務局

（732-3900）平日10時～15時

体育振興委員会



献血にご協力ください！

病気やけがなどで輸血を必要としている人の尊い命を救うた
めに、献血のお願いです。警固校区から暖かいハートを届けま
しょう。

【日時】5月22日（木）14:00～16:00

【場所】警固公民館



※400mL献血にご協力いただける方：

◆男性17歳～69歳、女性18歳～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。男女ともに50Kg以上）

※初めて献血される方は本人確認書類をご持参ください。

（マイナンバーカード、運転免許証等）

保健衛生委員会

第6回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解説を下記のとおり開催します。

【日時】5月21日（水）10:00～11:30

【場所】警固公民館 3階 講堂 【参加費】無料

【講師】福田武彦 行政書士 【テーマ】「配偶者の居住権について」

【定員】事前申込不要（どなたでも参加可能・年齢不問）

【その他】筆記用具を持参ください

【個人無料相談】5月より開設 1日5名程度 警固公民館2F いこいの家
5月8日（木）13時より予約制

【申込先】老人会「西山 多嘉禰（090-7924-0823）」

【主催】警固校区老人クラブ連合会



朝の登校見守り

【日時】1日（木）・19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

みんなでカルタ



【解説】

「当たり前」だと思っていることも、時代
や環境や個人の価値観によって変わっていく
ものです。身の回りで「当たり前」だと思っ
ていることを今一度見直してみませんか。



男女共同参画委員会

ゴキブリ団子配布ご案内

今年度もゴキブリ団子のキット（ご自宅で仕上げていただく形）での配布をいたします。
ご希望の方は下記連絡先までお申し込みください。

※ゴキブリ団子用のペットボトルのキャップを集めています。

ご家庭にあるキャップを自治協議会（2階地域団体室）までお持ちいただくか、公民
館1階の自治協BOX横の箱に入れてください。

【受取日時】6月7日（土）13:00～14:00 【配布場所】警固公民館1F

【対象】どなたでもOK（お一人様10セットまで）【費用】無料 【締切】5月30日（金）

【お申込み・お問い合わせ】

自治協事務局：732-3900（平日10時～15時）

保健衛生委員会



古紙回収

回収場所	新聞紙	ちらし	雑誌	雑誌等	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	0	0	0	0	0	0	0	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	0	0	0	0	0	0	0	毎週土・日 午前9時～午後5時まで

★校区56ヵ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ビニール袋に入れて出してください。※段ボールはガ
ムテープで貼った場合、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。

美化リサイクル委員会



防犯パトロール

【日時】1日（木）・19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



★警固校区自治協議会ブログ★