

警固公民館だより 9月号

令和7年9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。

※講座の参加費はおつりのないようにご協力ください。



警固公民館
Instagram



警固公民館
ブログ

ココロとカラダの健康フェスタ KEGO

共催 警固校区保健衛生委員会

9月28日(日) 13:00～16:00

先着順！

大好評の健康フェスタ KEGO！
今年も開催決定です
★参加費無料★事前予約不要★
3階

★eスポーツ体験 13:00～14:30
子ども～高齢者まで一緒にeスポーツ体験できます！
【講師】大川照明先生（福岡天神医療リハビリ専門学校校長）
【会場】講堂

☆薬膳のはなし 15:00～16:00
身体が喜ぶ日々の食事についての講座（少量の試食あり）
【講師】濱地佳世子先生（ミモザテラス・フードディレクター）
【会場】講堂 【定員】20名 ※試食持ち帰り不可

☆チョコレートのはなし 13:15～14:15
カカオ豆から作るチョコレートの話（チョコっと試食あり）
【講師】牛嶋麻里子先生 【会場】学習室
【定員】16名 ※試食持ち帰り不可

玄関（フロア）

★日本茶のおもてなし 13:00～16:30
移動式茶室で淹れた日本茶をお楽しみください。
今村由美先生（茶時遊空間代表・日本茶インストラクター）

★手作り菓子の販売 13:00～16:30
国産小麦や北海道バターを使った焼き菓子はいかが？
【販売】社会福祉法人柚の木福祉会

＜講座当日券配布します＞

以下の講座は当日12:50に駐輪場で配布。
当日券のない方は参加できません。

☆薬膳のはなし
☆チョコレートのはなし
☆即効性ストレッチ教室

2階

★お灸体験 13:00～16:30
お灸の使い方をレクチャーします。自分のツボを見つけ
てお灸を使ってみましょう。
【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】和室

1階

★計測コーナー 13:00～16:30
・血管年齢チェック・野菜摂取量チェック・老化物質チェック
・脳年齢チェック・自律神経チェック
【会場】児童等集会室
＜計測担当＞明治安田生命スタッフ

☆即効性ストレッチ教室 13:00～14:50
日頃からお悩みの腰痛、肩こりが簡単なストレッチで改善出来ます。
①13:00～13:30 ②13:40～14:10 ③14:20～14:50
【定員】各コース10名 【会場】研修室
【講師】鬼塚祐樹氏（整体院 evolutionary-Truth 院長）

★15時から校区担当保健師による健康相談
＜主催＞警固校区保健衛生委員会

【臨時休館日のお知らせ】

9月14日（日）は申込がない場合、臨時休館します。
※利用申込は9月1日（月）17:00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

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
9月10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
9月8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
9月24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

初心者
大歓迎

『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

ストレッチポ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】9月2日・16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

警固知っ得大学 第8回講座

「みんなで支え合う介護保険制度」

介護保険って何？なんで介護保険料は高いの？
介護保険はどうやって使うの？などの疑問を
福岡市福祉局介護保険課の梅崎氏が詳しく説明します。

【日時】9月11日（木）10:00～11:30
【講師】梅崎諭さん（福岡市重症化防止担当主査）
【参加費】無料【対象】どなたでも ※要予約
【会場】1階 児童等集会室
【持ってくるもの】筆記用具 【定員】15名

9月 けご自治協議会だより

令和7年9月1日発行

夏祭りチケット返金のお知らせ

今年度の夏祭りはあいにくの大雨となり、ご来場を見送られた方や来場してもチケットを使えなかった方もいらっしゃるかと存じます。

つきましては、今回に限り以下の要領で、お手元に残ったチケットと引き換えに返金させていただきますので、よろしくお願い致します。

【受付期間】令和7年9月8日（月）～9月12日（金）
10:00～15:00

【受付場所】警固公民館2階 地域団体室

※返金の際、お手元に残ったチケットをお持ちください。
※上記期間のご来場が困難な場合は、自治協議会まで連絡下さい。個別に対応させていただきます。



敬老の日”のお祝いのご案内

今年度、自治協議会において、今年「数え年で”傘寿”」を迎えられる校区住民の方々にささやかではありますが、お祝いの品を贈りたいと思います。

★対象者：警固校区にお住いの1946年（昭和21年）

1月1日～12月31日生まれの方

★申込方法：電話またはFAXにて、「お名前、ご住所、生年月日、電話番号」をご連絡ください（※下記連絡先まで）

★申込締切：令和7年9月1日（月）～19日（金）10時～15時

★受取方法：令和7年9月29日（月）～10月3日（金）

10時～15時、公民館2階地域団体室にてお渡し
※受取は代理人（ご親族など）の方でも構いませんが、対象の方の年齢が確認できるもの（マイナンバーカード、運転免許証、保険証 等）をご持参ください



青少年育成寄席

日時 2025年9月21日（日）
10:30開演（10:00開場）11:40終演
場所 警固公民館3階講堂
出演 林家はな平（福岡市早良区出身）
募集人数 着席：60名 当日先着順（チケット無）
対象 小学4年生以上
参加費 警固校区在住者 無料
警固校区外在住者 大人500円：当日徴収
※高校生以下は無料
←詳細は公民館設置チラシ参照



青少年育成委員会

皆様のお越しを
お待ちしております



※夏祭り時の忘れ物（舢舨等）については、9月末で処分させていただきますので、ご了承ください。

第8回終活セミナーについて【お知らせ】

【日時】9月29日（月）18:00～19:30
【場所】警固公民館3階講堂 【参加費】無料
【個人無料相談】9月8日（月）13:00～（予約制）
【申込先】老人クラブ「西山（090-7924-0823）」

ふれあいサロン

（毎週金曜）
【日時】5日、12、19日
26日
13:00～15:00
※タペストリー招福つるし飾りの作成
【場所】3階講堂

子育てサロン

（第1・3月曜）
【日時】1日
※15日はお休みです
10:00～12:00
※自由遊び
【場所】3階講堂
社会福祉委員会

防犯パトロール

【日時】1日（月）・17日（水）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 インディアカ大会

日時：9月21日（日）（選手集合）9:30～

場所：警固小学校 体育館

※総合練習：9月20日（土）19時～21時

※昼食：応援者の方も含めてこちらで準備します

※参加資格：校区に在住および就業している18歳以上（学生は除く）



お問い合わせ先
各町内の体育振興委員
または
自治協事務局 732-3900
体育振興委員会

朝の登校見守り

【日時】17日（水）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

第61回警固校区体育祭（防災運動会）【お知らせ】

【開催日】10月5日（日）

※雨天の場合は、10月11日（土）に順延

【場 所】警固小学校校グラウンド

※詳細は次号（10月号）に掲載いたします。

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。
美化リサイクル委員会



★警固校区自治協議会ブログ★★