

# 警固公民館だより 4月号

令和8年4月1日発行

令和8年度 警固公民館グループサークルの紹介です。

【警固公民館で活動するグループサークル】※原則として5週目の活動はありません。

〒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。  
※講座の参加者用の駐車場はありません。



## お知らせ

- ★4月5日(日)は臨時休館です。
- ★5月3日(日)~5日(火)は利用申込がない場合、臨時休館します。  
例年、この期間については利用が少ないため利用申込がない場合には臨時休館します。  
利用申込は4月19日(日)17:00までにお願います。
- ★5月6日(水)は利用申込がない場合、臨時休館します。  
利用申込は4月22日(水)17:00までにお願います。

## ☆警固校区健康づくり実行委員会☆

### ★けご・みんなで健康塾★

初心者  
大歓迎

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

4月8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

4月13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

4月22日(水)10:00~10:40/10:50~11:30

【会場】3階 講堂 【定員】各クラス30名※要予約  
【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】4月7日・21日(火)10:00~11:30

※通常、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※要予約  
【持ってくるもの】ヨガマット(またはバスタオル)  
飲み物

曜日	週	時間	グループサークル名	内容	対象	会費	
日	毎週	9:30~11:30	福岡鞭杆の会	健康体操	一般	2,000	
	毎週	10:30~12:30	健康マージャン(初心者・経験者)	マージャン	一般	2,400	
	毎週	12:00~14:00	Pleasure Ship Gospel Choir	ゴスペル	一般	2,500	
	毎週	14:30~16:30	警固「小鳥会」	杖術・杖道	一般	0	
	毎週	19:00~21:00	劇団あまりもの	演劇	一般	0	
月	第1・3・4	10:00~12:00	ボンザ クラブ	英会話	一般	3,000	
	第2・3・4	10:00~12:00	警固ダーツ同好会	ダーツ	一般	0	
	第3	10:00~12:00	男のクッキング(月組)	料理	男性	1,000	
	第2・4	10:30~12:30	サマーホリデー	ウクレレ	一般	3,000	
	第1・2・3	11:00~12:30	マットの英会話	英会話	一般	3,000	
	毎週	13:30~15:30	歌謡教室「カーネーション」(演歌)	カラオケ	一般	3,000	
	第4	13:30~15:30	警固俳句会	俳句	一般	500	
	毎週	16:00~18:00	レイ・ミナ ハウオリ フラ スタジオ	フラダンス	一般	2,000	
	第1・3	18:30~20:00	警固ペン字・筆字教室	ペン字・筆字	一般	2,000	
	毎週	18:45~20:45	一般卓球	卓球	一般	500	
火	毎週	19:00~21:00	無做舎	演劇	一般	0	
	毎週	10:00~12:00	ユーカリ(英会話)	英会話	一般	3,000	
	第1・3	10:00~12:00	赤坂PC	パソコン	一般	3,000	
	第3	10:00~12:00	男のクッキング(火組)	料理	男性	1,000	
	第1・2・4	11:30~13:00	韓国語教室「アギナム」ム組	韓国語	一般	3,000	
	第1・2・4	13:00~14:30	韓国語教室「アギナム」ア組	韓国語	一般	3,000	
	第1・2・3	13:30~15:30	ポップス 歌謡教室 カーネーション	カラオケ	一般	3,000	
	毎週	16:00~18:00	Joy English	英語	幼児~中学生	3,000	
	第1・2・3	17:00~18:30	書道教室 成蹊会	書道	年長~中学生	3,000	
	毎週	18:00~19:00	はつらつロコモ	ロコモ予防	一般	2,500	
水	第1・3	18:30~20:30	書道教室 成蹊会	書道	一般	3,000	
	第1・2・4	18:30~20:00	「アギナム」ギ組	韓国語	一般	3,000	
	毎週	18:45~20:45	益の気功教室	気功	一般	3,000	
	第1・2・4	10:30~12:30	自彊術	自彊術	一般	2,000	
	第1・2・4	11:30~13:00	韓国語教室「アギナム」ナ組	韓国語	一般	3,000	
	毎週	13:00~15:00	益の気功教室	気功	一般	3,000	
	第1・2・3	13:00~14:30	韓国語教室「アギナム」ハナ組	韓国語	一般	3,000	
	第1	13:30~15:30	オランダフォークアートペインティング	ペインティング	一般	2,000	
	第3	13:30~15:30	オランダフォークアートペインティング	ペインティング	一般	2,000	
	第4	13:30~15:30	オランダフォークアートペインティング	ペインティング	一般	2,000	
木	第1・2・3	14:00~16:00	椅子ヨガ「アンダンテ」	ヨガ	一般	3,000	
	毎週	15:00~17:00	警固 Yoga教室	ヨガ	一般	3,000	
	毎週	16:00~18:00	Joy English	英語	幼児~中学生	3,000	
	毎週	17:00~18:00	Hip-Hop-Kids 警固	ダンス	年長~小学生	3,000	
	毎週	19:00~20:30	警固英会話サークル	英会話	一般	3,000	
	第1・3	19:00~21:00	みんなの太極拳	太極拳	一般	1,500	
	金	毎週	9:45~11:45	はつらつ卓球	卓球	一般	500
		毎週	10:00~12:00	英会話サークル・エンジェルズ	英会話	一般	3,000
		第1・3・4	10:30~12:30	しなやか ボディメンテナンス	ピラティス	一般	3,000
		第2・4	10:30~12:30	やさしい英会話	英会話	一般	1,000
毎週		12:00~14:00	社交ダンス バラ	社交ダンス	一般	3,000	
毎週		13:30~15:30	警碁クラブ	囲碁	一般	500(6ヶ月)	
第1・2・3		14:00~16:00	洋裁	洋裁	女性	3,000	
第1・2・3		15:00~16:30	木曜書道	書道	一般	3,000	
第2・4		18:00~19:30	Works RG 新体操	新体操	年中~中学生	3,000	
第2・4		19:00~21:00	みんなの太極拳	太極拳	一般	1,500	
土	第2・4	19:00~20:00	ララ・ウクレレ	ウクレレ	一般	3,000	
	毎週	10:00~12:00	警固卓球サークル	卓球	女性	1,500	
	第1・3	10:00~12:00	実用書道	書道	小童・ペン習字	一般	3,000
	第1・2・4	10:30~12:30	自彊術	自彊術	一般	2,000	
	第2・4	13:00~15:00	アントニオのスペイン語	スペイン語	一般	3,000	
	第1・3	14:00~16:00	警固ワールドボカールクラブ	音楽	一般	3,000	
	第1・2・3	16:00~17:45	Dimemba	ダンス	幼児~小学生	3,000	
	毎週	18:00~20:00	日本格闘空手道 無門塾	空手	小学生	3,000	
	毎週	18:30~20:30	警固カポエイラサークル	カポエイラ	一般・小1~	大人 3000 子ども 2500	
	毎週	19:00~21:00	茶道の会	茶道	一般	3,000	
日	毎週	19:00~21:00	マジデラ	演劇	一般	0	
	第1・2・3	10:00~12:00	警固歌謡教室	カラオケ	一般	2,000	
	第1・2・3	10:00~12:00	警固詩吟教室	詩吟	一般・小1~	1,500	
	第1・2・4	10:00~12:00	ゆっくりヨガ	ヨガ	一般	3,000	
	第1・2・4	12:30~14:30	警固太極拳教室	太極拳	一般・10歳~	2,000	
	第1・3	13:00~15:00	デンファール警固	フラダンス	一般・子ども	2,000	
	第1・3	16:00~18:00	ZUMBA	ダンスフィットネス	一般	2,200	
	毎週	19:00~21:00	福岡フォークダンス同好会「スウィング」	フォークダンス	一般	500(2ヶ月)	

【警固小学校(体育館・運動場)で活動するグループサークル】※原則として5週目の活動はありません。

曜日	週	時間	グループサークル名	内容	対象	会費
日	毎週	8:00~10:00	警固ソフトボールクラブ	ソフトボール	一般	1,000
	第1	10:00~12:00	警固バドミントンサークル	バドミントン	一般	400
	毎週	19:30~21:30	アトミック バスケ	バスケットボール	一般	1,000
月	毎週	17:00~19:00	警固ジュニアスポーツ	野球	一般・3歳~	3,000
	毎週	19:30~21:30	警固インディアカクラブ	インディアカ	一般	500
火	毎週	18:00~19:30	FCエストレーラ	サッカー	小4~小6	3,000
	毎週	19:30~21:30	成人女性バレーボール	バレーボール	女性	1,000
水	毎週	17:00~19:00	警固ミニバスシューティングガールズ	バスケットボール	小学生女子	2,000
	毎週	17:00~19:00	警固ジュニアサッカークラブ U12	サッカー	小3~小6	3,000
木	毎週	19:30~21:30	警固ソフトバレークラブ	ソフトバレーボール	一般	500
	毎週	17:30~19:00	FCエストレーラリトル	サッカー	小学生	3,000
金	毎週	19:00~21:00	サルツFC	サッカー	小学生	3,000
	第1	19:30~21:30	マイサル警固	フットサル	男性・高校生~	3,000
土	第2・3・4	19:30~21:30	警固バドミントンサークル	バドミントン	一般	400
	毎週	17:00~19:00	警固ジュニアサッカークラブ	サッカー	小2~小6	3,000
日	毎週	19:30~21:30	警固 バレーボール	バレーボール	一般	1,000
	毎週	7:30~9:15	警固グランドゴルフ同好会	グランドゴルフ	一般	500
	毎週	9:30~10:30	警固新体操クラブ A①	新体操	小3~小6	3,000
	毎週	10:40~11:50	警固新体操クラブ A②	新体操	年長~小2・中学生	3,000
	毎週	12:10~13:10	警固新体操クラブ B①	新体操	年長~小2・中学生	3,000
	毎週	13:20~14:30	警固新体操クラブ B②	新体操	小3~小6	3,000
	毎週	15:00~17:00	警固ミニバスシューティングスターリトル	バスケットボール	小1~小4	2,000
	毎週	17:00~19:00	警固ミニバスシューティングスター	バスケットボール	小5~小6	2,000
	毎週	19:30~21:30	A' Days	ソフトバレーボール	一般	500

# 4月 けご自治協議会だより

令和8年4月1日発行

## 《警固っ子遊びの館2026》開催【再掲】

【日時】4月26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)

★ジュニアリーダーが考えて企画  
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

## みんなでカルタ



【解説】

顔立ちや服装、言葉遣いなど、外から見て受ける  
印象と性別とは必ずしも一致しません。

そのことで悩んでいる人が、あなたの周りにもい  
るかもしれません。



男女共同参画委員会

日	月	火	水	木	金	土
			1 防犯パトロール	2	3 ふれあいサロン	4
5	6 終活セミナー	7 朝の登校見守り	8	9	10 古紙回収 ふれあいサロン	11
12	13	14	15	16	17 朝の登校見守り 防犯パトロール ふれあいサロン	18
19	20 子育てサロン	21	22	23	24 ふれあいサロン	25
26 警固っ子遊びの館	27	28	29 昭和の日	30		

## ふれあいサロン

(毎週金曜)

【日時】3日、13日、17日  
24日

13:00~15:00

※タペストリー紅椿の作成

【場所】3階講堂



## 子育てサロン

(第1・3月曜)

【日時】20日

※6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

## 第17回終活セミナーについて【お知らせ】

【日時】4月6日(月) 10:00~11:30

【場所】警固公民館 3階 講堂 【参加費】無料

【テーマ】「限度額連帯保証について②」

【講師】福田 武彦 行政書士

【その他】筆記用具を持参ください

【個人無料相談】4月6日(月)

13:00~(予約制)

※5名程度 公民館2階 いこいの家

【無料相談申込先】老人クラブ

「西山 090-7924-0823」



## 防犯パトロール

【日時】1日(水)・17日(金) 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】7日(火)、17日(金) 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

## 古紙回収

回収場所	新聞紙	雑誌	本・書籍	雑紙・チラシ等	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	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・発泡スチロール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」で、前日には出  
さないでください。

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



★警固校区自治協議会ブログ