

警固公民館だより 6月号

警固公民館だより掲載の**主催事業（講座）**は全て**予約が必要**です。

令和8年6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。
※講座の参加者用の駐車場はありません。



警固公民館
Instagram



警固公民館
ブログ

KEGO ヘルスケアセミナー 第1回講座

「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

「眠りたくてもなかなか眠れない。」
「年齢とともに眠りが浅くなった。」
など睡眠のお悩みはありませんか？
眠りと健康の意外な関係を紹介しします。
血管年齢とAGEs（糖化）の測定も行います。
ご自身の健康をチェックしてみましょう。

【日時】6月17日（水）10:00~11:00

【講師】明治安田生命スタッフ

【参加費】無料

【会場】3階 講堂

【対象】どなたでも

【定員】25名

【持ってくるもの】筆記用具



警固知っ得大学 第5回講座

「包丁研ぎ講座」

自宅でできる包丁の研ぎ方を実践して学びます。
砥石を持ってなくてもOK！
当日は砥石の貸し出しもあります。

【日時】6月24日（水）10:00~12:00

【講師】臨海3Rステーション（リサイクルプラザ）

【参加費】無料

【会場】3階 学習室

【対象】どなたでも

【定員】12名

【持ってくるもの】

包丁・砥石（持っている方）・エプロン

手拭き用タオル・10円玉1枚・筆記用具・飲み物



警固知っ得大学 第4回講座

「かんたん！花おはぎ教室」

おはぎの上にお花のあんこで彩る「花おはぎ」を楽しく作ってみませんか？
花おはぎ（5個）、絞り口（3つ）、絞り袋は持ち帰りになります。

【日時】6月23日（火）

①14:00~14:40 ②15:00~15:40

【講師】宇部本由夏先生（お菓子作り講師）

【参加費】1,500円（材料費）

★材料準備の都合上、6月18日（木）以降のキャンセルは参加費をいただきます。

【会場】3階 学習室

【対象】どなたでも

【定員】各回8名

【持ってくるもの】

エプロン・三角巾・手拭き用タオル

持ち帰り用の袋（まち付き）・筆記用具



完成イメージ写真

警固知っ得大学 第6回講座

「ガラスペン・ナイトワークショップ2」

～ガラスペンで色付け体験～

ガラスペン講座第2弾！今回はガラスペンを使って色を塗る
手法を学びます。イラストレーターのつしまかおりのイラストに
色をつけてオリジナルのカードを作ってみましょう♪
インク1本と塗り絵の紙1枚は持ち帰りになります。

【日時】6月24日（水）19:00~20:30

【講師】瀬口賢一さん（Linde CARTONNAGE 店主）

つしまかおりさん（イラストレーター）

【参加費】1,500円（材料費）

※材料準備の都合上、6月22日（月）以降のキャンセルは
参加費をいただきます。

【会場】3階 講堂

【対象】中学生以上 【定員】15名

【持ってくるもの】ガラスペン（持っている方）

※持っていない方には貸出（購入可）します。



完成イメージ写真

★臨時休館のお知らせ★

★6月28日（日）は利用申込がない場合、臨時休館となります。

※利用申込は6月18日（木）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

6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

6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

6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

★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】6月2日・16日（火）10:00~11:30

※通常は第1・3火曜日です

【会場】3階 講堂

【参加費】1,500円/1回 【定員】各クラス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

🌸お知らせ🌸

純真学園大学看護学科の1年生が、6/8から6/11
までの4日間、住民の皆様の暮らしと健康を学ぶため
に公民館実習に伺います。みなさまのお話を聞かせて
いただくことがあるかもしれません。
また、学生が公民館行事に参加する場合があります。
ご理解とご協力の程よろしくお願いたします。

初心者
大歓迎

6月 けご自治協議会だより

令和8年6月1日発行

警固校区自治協議会通常総会開催

5月16日(土)、通常総会を開催、事業計画及び予算において承認されました。より一層、安全・安心で住み良い街づくりをめざして参ります。

今後とも、自治協議会の活動にご協力をよろしくお願い申し上げます。

会長 馬場 盛行

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

朝の登校見守り

【日時】1日(月)・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ご協力をいただき、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。ご協力をお願いします。

交通安全推進委員会

<ロコモ体操体験&フレイル予防のお話>

長きにわたり公民館でロコモ体操の講師をしてくださっている角美貴子先生から、家庭で続けられる体操とフレイル予防のお話をして頂く講演会です。まだ体験なさっていない方もこの機会にご参加ください。

【日時】7月1日(水) 10:00~11:30
 【場所】警固公民館3階 講堂
 【定員】30名
 【対象】警固校区在住の方
 【参加費】無料
 【その他】タオル、飲み物をご持参ください
 【申込先】自治協議会事務局(732-3900)
 (平日10時~15時)

保健衛生委員会

食中毒や感染症を防ごう

食中毒と感染症に関する講話とキットを使いチェックします。

【日時】6月10日(水)
 13:30~15:00
 【場所】警固公民館3階 講堂
 【講師】福岡市保健所
 中央衛生課食品係職員
 【定員】20名
 【対象】警固校区在住の方
 【参加費】無料
 【申込先】自治協議会事務局
 732-3900
 (平日10時~15時)

保健衛生委員会

令和7年度決算

前年度繰越金	9,373,187
自主財源	6,258,832
市補助金	4,110,000
その他の収入	4,153,508
収入合計	14,522,340
事業費	8,320,821
運営費	4,800,860
その他の支出	3,235,215
支出合計	16,356,896
次年度繰越金	7,538,631

収入

支出

令和8年度の役員、専門委員長です。宜しくお願い致します。
 太字は新任の方です。

役員会	氏名	専門委員会	委員長
会長	馬場 盛行	交通安全推進	野村 正一郎
副会長	安東 洋一	防犯防災	橋詰 日出男
会計	瀧田 加奈子	子ども会育成	八木 隆
書記	久保田 敦	青少年育成	西田 敬子
監事	津曲 幸二郎	美化リサイクル	松尾 博光
監事	東 泰三	保健衛生	軽部 定子
		体育振興	永治 浩樹
		男女共同参画	今村 由美
		社会福祉	安澤 華織

ふれあいサロン

【日時】5日、12日、19日、
 26日(毎週金曜日)
 13:00~15:00
 【場所】3階講堂

※ハズリ-桜月夜の作成

社会福祉委員会

子育てサロン

【日時】1日、15日
 (第1・3月曜日)
 10:00~12:00
 【場所】3階講堂

※自由遊び

社会福祉委員会

第19回終活セミナーについて【最終回】

【日時】6月23日(火) 10:00~11:30
 【場所】警固公民館3階 講堂 【参加費】無料
 【個人無料相談】6月23日(火) 13:00~(予約制)
 【無料相談申込先】老人クラブ「西山(090-7924-0823)」

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	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



★警固校区自治協議会ブログ★★