

高齢者地域参画支援事業 熟年カレッジ 熱中症に気をつけよう！

内 容	講 師
第1部:「命を守る“水”～見直そう！水分補給」 熱中症を予防するための、水分補給のコツを学びます	明治出前講座
第2部:熱中症予防のお話	保健師

日 時：7月19日（金） 10時～12時
場 所：福浜公民館 2階 講堂
対 象：概ね60歳以上
定 員：先着30名
申込期間：7月1日（月）～7月15日（月）
申 込 先：福浜公民館 ☎761-8060
主 催：福浜公民館



浜っ子チャレンジクラブ 子ども環境講座

日 時	内 容	対 象
7月29日（月）	【パート1】 紙でつくる動く動物	小学1年生～ 3年生
8月 6日（火）	【パート2】 ダンボールフックスタンド	小学4年生～ 6年生

場 所：福浜公民館 2階 講堂
時 間：10時～12時
定 員：各回先着30名
参 加 費：無料
持って来る物：筆記用具・色鉛筆や絵の具
タオル・お茶
申込期間：7月1日（月）～7月25日（木）
申 込 先：福浜公民館 ☎761-8060
主 催：福浜公民館

夏休みの作品に
ピッタリ！



※詳しくは公民館にお尋ねください。

公民館でマイナンバーカードの申請をすると大変便利です!!

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影(無料)を行います。
公民館で申請すると後日自宅に届くので大変便利です(要予約)
また、カードをお持ちの方には、健康保険証の利用申込や公金
受取口座登録のサポートも実施致しますので、お気軽にご相談く
ださい(予約不要)。
詳細は、市ホームページ「マイナンバーカード申請出張サポート」で！
【日 時】 令和6年9月9日（月）10時～12時
【会 場】 福浜公民館 2階 講堂
【対象者】 中央区に住民票のある方
【事前予約期間】 9月3日(火)まで 9時～18時
定員に達した時点で予約受付を終了します。

【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 FAX 06-7664-9531
※インターネットでも予約できます
（「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）
【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。
【主 催】 福岡市総務企画局データ活用推進課
（この事業は業者への委託により実施します。）

裏面もご覧ください。

開放しま～す！ 夏休み 子どもひろば

期間：7月20日（土）～8月26日（月）
時間：午前…10時～12時・午後…1時～5時
場所：福浜公民館 1階 児童等集会室
本を読んだり、宿題をしたり静かに過ごしてね。
※ゲーム機、携帯電話の使用はできません。
※熱中症予防の為、水筒を持って来てください。



認知症コミュニケーションケア技法「ユマニチュード®」講座

ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーションの
技術です。

ユマニチュードの基本的な技術について学び、認知症の人に優しいま
ちをつくりましょう。

日 時：令和6年8月19日（月） 10時～11時
場 所：福浜公民館 2階 講堂
申込方法：二次元コードからお申し込みください。

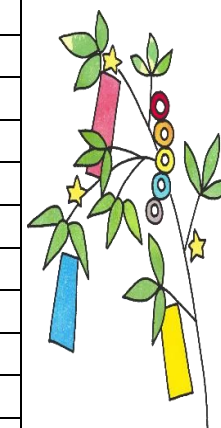


オンラインでのお申し込みが難しい場合は、
福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局
TEL：092-600-2786（平日9時～17時）
へご連絡ください。

福浜公民館運営懇話会委員

令和6年度 福浜公民館運営懇話会委員の方々です（敬称略・順不同）

香川 雅博	福浜小学校 校長
氏家 修	当仁中学校 校長
村場 仁慈	自治協議会 会長
井芹 一義	自治協議会 副会長
甲斐 幸夫	自治協議会 事務局長
廣瀬 徳満	自治会連合会 会長
吉田 晋	社会福祉協議会 会長
阪野 孝文	体育振興会 会長
永島 千佳	青少年育成連合会 会長
猪野 敦恵	子ども会育成会連合会 会長
梅野 栄美子	男女共同参画協議会 会長
村本 祥和	老人会連合会 会長
稲葉 妙子	人権尊重推進協議会 会長
山口 洋延	防災委員会 会長
松本 照子	民生委員・児童委員協議会 会長
牛尾 正明	公民館グループ・サークル 代表



ふくふく文庫 毎週土曜日 7月の本の貸出し日

日 時：6日・13日・20日・27日 13時～17時
場 所：福浜公民館 1階 児童等集会室

7月のお話ひろば

日 時：7月20日（土） 13時30分～
場 所：福浜公民館 2階 講堂



子育て広場 わらべ 毎月第2・第4土曜日

日 時：7月13日・27日 10時～12時
場 所：福浜公民館 2階 講堂
対 象：未就学児とその保護者



臨時休館のお知らせ

※利用申し込みがない場合、下記の日程で臨時休館致します。

7月・8月の臨時休館日	利用申し込み締切日時	
7月21日（日）	7月 7日（日）	17 時迄
8月12日（祝月）	7月29日（月）	
お盆の臨時休館		
8月13日（火）～15日（木）	7月31日（水）	



食中毒に気を付けよう！



ポイント① お買い物

- ・生鮮食品は新鮮なものを購入しましょう。
- ・消費期限や保存方法などの表示をチェックしましょう。
- ・肉や魚はそれぞれ分けて、汁がもれないように包みましょう。
- ・冷蔵や冷凍が必要な食品は、買い物の最後の方に購入し、寄り道せずにまっすぐ帰りましょう。

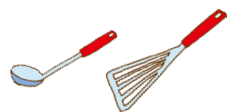


ポイント② 家庭での保存 帰ったらすぐに冷蔵庫へ！

- ・冷蔵や冷凍が必要な食品は、帰ったらすぐに冷蔵庫に入れます。
- ・肉や魚は汁がもれないように、ビニールや容器に入れて保存しましょう。
(肉や魚には食中毒をおこす細菌が付いている場合があるので要注意です)
- ・冷蔵庫の詰めすぎに注意しましょう。
(7割くらいが目安です)

ポイント③ 調理の下準備

- ・手洗いをこまめにしましょう。
(特に生の肉や魚、卵をさわった後はしっかり手洗いを)
- ・包丁やまな板、フキンなどの消毒には、洗剤でよく洗った後に、熱湯をかけるまたは次亜塩素系漂白剤を薄めた液に漬け込むのが効果的です)
- ・野菜や果物など生で食べるものはよく洗ってつかいましょう。
- ・サラダなどは肉や魚を取り扱う前に調理し、食べる直前まで冷蔵庫へ保管しましょう。
- ・冷凍品の解凍は、冷蔵庫で！



ポイント④ 調理

- ・調理前に必ず手洗いをしましょう。
- ・十分に加熱しましょう。
(目安は中心部の温度が75℃以上で1分間以上)
- ・カレーなど残りは容器に小分けして冷蔵庫で保管し再加熱はむらなく全体に熱が通るよう十分に加熱をしましょう。
- ・素手で盛り付けず、清潔な器具を使って清潔な器に盛り付けましょう。



ポイント⑤ 食事

- ・食事の前に必ず手洗いをしましょう。
- ・長時間室温に放置しないようにしましょう。
(冷たい料理は冷たいうちに、温かい料理は熱いうちに食べましょう)



ポイント⑥ 残った食品

- ・手洗い後、清潔な容器に入れ冷蔵庫で保管しましょう。
- ・早く冷えるように小分けにしましょう。
- ・温めなおすときは、十分に加熱しましょう。
- ・時間がたちすぎて、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てましょう。

食中毒予防の3原則

付けない 増やさない やっつける

食中毒は簡単な予防法をきちんと守れば予防できます。
それでも、もし、お腹が痛くなったり、下痢をしたり、
気持ちが悪くなったりしたら、
お医者さんに相談しましょう！



自治協議会よりお知らせ

モルック体験会を開催しま～す！

18才以上の方で、1チーム4人でモルックを投げて、スキttlを倒し得点を競う、ボーリングに似たスポーツです。

日時：7月・8月の第3日曜日

午前10時30分～12時

場所：福浜小学校校庭

対象：18才以上(学生を除く)福浜校区住民

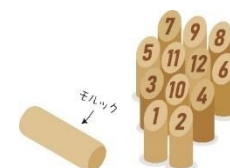
男女問わず(チームでも一人でもOK)

受付：当日福浜小学校校庭(事前申込不要)

雨天：中止

動きやすい服装で、タオル、水分補給用の飲みをご持参ください。

令和6年度の中央区グラウンドゴルフ大会が、モルック大会へ変わります！



福浜校区自治協議会事務員募集!!

募集人員：若干名

依頼内容：自治協議会事務処理及び資料作成等

簡単なパソコンができる方

20才以上60才未満で明るく元気な方

勤務日数及び手当：週3日程度、月5万円程度

募集期間：令和6年7月末まで

問合せ先：福浜公民館内自治協議会



「出張ひきこもり相談会」を各区で開催します。

福岡市ひきこもり成年地域支援センター「よかよかルーム」や社会福祉協議会などの相談機関が概ね3か月ごとに、各区でひきこもり相談会を開催します。

対象は、市内在住の概ね20歳以上のひきこもり状態にある本人や家族、関係者です。詳細は、よかよかルームホームページをご覧ください。

相談は予約制のため、下記申込先へお電話ください。

【申込先】

福岡市ひきこもり成年地域支援センター

TEL 092-716-3344 月～金曜日 午前10時～午後5時(祝日・年末年始除く)

※第1火曜日のみ 正午～午後7時