# ざさ公民館だより9月号

リラックス

### SNS 送る前に 再確認

令和6年8月20日発行





# 主催事業のご案内 お申込みは公民館まで

講座のお申し込みはメールでもOK → 回談回



### 発達(療育)・子育て相談

### in こころ音ひろば

~心の音(こえ)に耳を澄ましてみませんか~

9月2日(月)からスタートします(毎月第一月曜日)



 $10:00\sim12:00$ 次回は10月7日(月)



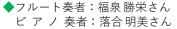
ことばが少ない・上手に遊べない・落ち着きがない かんしゃくがひどい・偏食がひどい・お友達との 関わりが苦手・・・など、子育て・発達について 発達支援の専門家に相談してみませんか



お問合せ・事前の

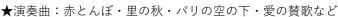
9/14 (±) 14:00~16:00

素敵な音色を楽しみましょう



◆対 象:関心ある方どなたでも

→参加費:無料



### 子育て支援講座

ママのメンタルケア

9/20 (金) 10:30~11:30

育児中のメンタルヘルスについて

◆講 師:井料美輝子さん(臨床心理士)

◆対 象:乳幼児の親子・関心のある方どなたでも

→参加費:無料

★「おむつと安心定期便」のスタンプを受け取れます。

★第2木曜日又は第4木曜日 | 3:30~|5:00 ★健康についての講座やバスハイクを予定 ※バスハイクは会員優先となります

### 歯からくる全身の病気

9/26 (未) 13:30~15:00

### 虫歯・歯周病と病気の関係

- ◆講 師:歯科衛生士・健康運動指導士
- ◆対 象:関心のある方どなたでも
- →参加費:無料

### IHコンロを使った

コミュニティ-キッチ

1人よりも みれなで 食べると

 $9/28 (\pm) 10:00 \sim 12:00$ 

### 土曜のお昼をみんなでたべよう♪

◆対 象:一人暮らしの方

◆定 員: **10**名まで ◆参加費:500円

◆持参物:エプロン・三角巾・マスク

◆メニュー:ジャージャー麵

### ■公民館サークル会員某集

お問合せはお気軽に公民館まで!

### ★ ウクレレサークル「リトルバンブー」 ウクレレを弾いて音楽を楽しみましょう♪

- ●活動日時:毎月第2・3・4月曜日 13:30~
- ●会 費:2,000円/月

### ★ 焙煎チェリー(コーヒー)

焙煎や抽出方法を研究しコーヒーに関する知識と技量を高めます。 生活に彩を添えるコーヒーライフをたのしみましょう!

●活動日時:毎月第1・3 土曜日 14:00~

●会 費:2,000円/月 (4月のみ2,500円)

### ★ ズンバゴールド(ダンスフィットネス)

楽しい音楽と共に体を動かして心身共に健康になりませんか? 振付を覚える必要はなく、動きやすい服装と室内用運動靴があればOKです!

●活動日時:毎月第1・3金曜日 13:00~14:00 第2:4金曜日 14:00~15:00

●対 象:一般成人

●会 費:2,400円/月

### 【リモート窓口】 サービスのお知らせ

昨年12月より、公民館からビデオ通話で区役所に つなぎ、行政サービスの相談などが可能となる 「リモート窓口」がご利用いただけます。 ぜひご利用ください。

【開設時間】平日午前10時~午後4時(休館日を除く)

【場 所】小笹公民館 1階ロビー

【内 容】区役所で取り扱う手続きやサービスに 関する相談を職員がお受けします。

込】電話による事前の予約が必要です。 予約受付センター(平日午前9時~午後5時) Tel.050-3099-0164にお電話ください。

※ご利用希望日の10日前から前々日までにお申し込み ください



9/24 (火) 受付:13:30~14:00

場 所:小笹公民館 講堂 ★持ち物:母子手帳 申込先:中央区保健福祉センター地域保健福祉課

TEL: 092-718-1111

### 小笹校区 紙リサイクルステーション

◆場所:小笹交番裏(小笹緑地前)

◆日時:毎週土曜・日曜 9:00~16:00

◆回収品目(紙類のみ)

新聞・段ボール・本類・牛乳パック・雑紙 ※子ども会の廃品回収を優先してください

9月休館日は、22(日)です 利用申請は14日前の17時までにお願いいたします。

公民館ブログ

### 福岡市小笹公民館



〒810-0016 福岡市中央区平和5丁目13-75 Tel.092-531-9428 fax092-531-9429 Email:ozasa63@jcom.home.ne.jp



# だ 元気おざさ通信

### 小笹校区自治協議会

TEL·FAX: 215-0001 事務局:小笹公民館内

(月・水・金または土 10:00~15:00)



2 2









イラスト著作権:いらすとや

### ご家庭で「ローリングストック」を! 福岡市備蓄促進ウィーク



「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置 きしておき、古いものから消費し、消費した分を買い足すこと で、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つため の方法です。発災直後は物資の支援が届きにくいので各家庭で 備えておきましょう。

- ☆費用・時間の面で、普段の買い物の範囲で出来る
- ↑買い置きのスペースを少し増やすだけで済む

### 備蓄の目安=家族の人数×最低3日分

小笹校区自主防災推進委員会

### いのちをつなぐボランティア

# **献血**にご協力ください

## 10月2日(水)

◈受付時間:10:00~12:00  $13:00\sim15:30$ 

◆献血場所: 笹うどん駐車場

①体重:男女とも50kg以上 ②年齢:男性17歳~69歳

女性18歳~69歳

※初めての方は本人を確認できる書類を

お持ちください。

※献血カード(又は献血手帳)をお持ちく ださい。 小笹校区献血推進協力会

## 第44回 OZASAまつり

◆日時: 令和6年10月12日(土)

12時~16時(予備日13日(日))

◈場所:小笹小学校 運動場

※総踊り練習日程のおしらせ※ ①10/2(水) 15:00~

②10/9(水) 15:00~ 問合せ: 小笹公民館 531-9428



### 校区一斉パトロールのお知らせ

# 9月21日(土)

◆集合時刻:17時

◆集合場所:小笹公園

(はま寿司横)

各町内にわかれて巡回します ◈対象者:自治(町内)会・団体関係者

熱中症警戒アラートが出された場合、 その日のパトロールは中止いたします。

主催:小笹校区青少年育成連合会

# 子育てサロン とんとん ひろば

### 9月は、5日(木)・19(木)の開催です

◈開催日:毎月第1・3木曜日

◆時間:10時~12時(時間内いつでも可)

◈対 象: 0歳~未就園児とその保護者

◈場 所:小笹公民館 講堂

19日はママカフェ(頑張っているママの ためのくつろぎタイム)開催予定です。同 『おむつと安心定期便』のスタンプを

受け取れます

## おいしい無添加の味噌作り

# 9月30日(月)

◈時間:13:30~15:30 ◆会場:小笹公民館 講堂

◈対象:関心のある方どなたでも

◈会費:1200円(当日集金します)

◈定員:30名

◆申込〆切:9月27日(金)

◆申込先 : 小笹公民館 **3** 092-531-9428

◈持ち物:エプロン·三角巾·タオル·マスク

主催: 小笹校区衛牛連合会

### ⇔防犯に関する標語 を募集します!

公園等公共の場に掲示する 防犯に関する標語を募集します。 最優秀作品及び佳作には小笹商店会で 使える商品券を進呈します。

最優秀作品(1名)…商品券5,000円分 佳作(5名) …商品券1,000円分

※入選発表は商品券の発送をもって 代えさせて頂きます

◆募集要項·必要事項

1.氏名 2.ニックネーム

3.年齢 4.件別

5.住所 6.電話番号

7.メールアドレス

8.防犯標語(15文字以内)

◈提出先

必要事項を記載して(※用紙は自由) 小笹公民館(TEL: 531-9428) に提出 又はQRコードから入力して下さい。 https://forms.gle/6DUrhnaFmGR3CErr7

◆募集締め切り**10月15日(火)**まで

主催:小笹校区防犯組合

### 第3回よかとこクラブ 「腰・膝痛予防 美姿勢で歩こう」

# 10月10日(木)

◈時間:13:30~15:30 ◈会場:小笹公民館 講堂

◈対象:関心のある方どなたでも

**3** 092-531-9428

◈講師:博愛会病院スタッフ

◈定員:30名

◆申込〆切:10月9日(水)

◈申込先:小笹公民館

お話の後に、自宅でも 出来る運動をします。

上靴、水筒、タオルを

お持ちください

主催:健康だいすき小笹実行委員会

### 家庭ごみの持ち去りについて

福岡市では、持ち去り行為を 防止するため、パトロール を実施し、持ち去り行為者 への注意、指導を行っております。

持ち去り行為を発見した場合は、

直接声をかけたり、注意したり するのではなく、環境局や区役

所へ(下記連絡先参照)持ち去り行 為の日時、場所、車両の特徴などを 分かる範囲で情報提供ください。

家庭ごみの持ち去り行為は

共同住宅の管理者様 などに、持ち去り禁 止看板を配布してお ります。

タテ300mm×ヨコ420mm

【連絡先】 厚さ0.9mm

環境局収集管理課 2092-711-4346 中央区生活環境課 2092-718-1091