

# 11月 霜月(しもつき)

日ごとに木々の葉も少しずつ秋の色に染まり、秋の風秋の味を楽しむ季節になりました。「公民館まつり」には地域の皆様のご来場を心よりお待ちしております。



# すのこ公民館だより11月号 令和6年10月25日発行

イラスト著作権 がくげい

福岡市中央区大手門3-10-7 Tel712-2268 Fax712-5563 Email:sunoko7@icom.home.ne.jp

各事業のお申込みは公民館へ 電話 712-2268



第16回

## 箕子公民館まつり

11月17日(日)

【場所】 すのこ体育館  
【開場】10:00 【開演】10:30

世界で活躍する、  
黒龍舞術団「高取優耶氏  
の変面」がやってきます。  
乞うご期待!

福岡マンドリンオーケストラ  
AKB&G(あかるいボーイズ&ガ  
ールズ)の演奏もお楽しみに!

日頃のサークル活動をステージで披露いたします。  
また、力作の作品展示もご覧ください。  
※プログラムは当日会場でお渡しいたします。



## ココロとカラダをリフレッシュ! かんたん・やさしい お灸講座

【日時】 11月13日(水) 13:30~15:00

【場所】 公民館 3階 講堂

【内容】 自分でできる簡単便利なお灸を体験してみませんか? ツボの探し方や効果的な使い方など専門家がレクチャーします。

【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)

【定員】 先着15名 【参加費】 無料



## ~11月の臨時休館日のお知らせ~

★11月24日(日)は、利用申込みがない場合臨時休館します。  
利用申込みは、11月10日(日)17時までにお願ひします。

## 令和7年度 グループ・サークル募集のお知らせ

箕子公民館では令和7年度(令和7年4月1日~翌年3月31日)の公民館定期申込みの受付を始めます。  
使用場所は、箕子公民館、すのこ体育館・すのこ芝生広場、舞鶴小学校体育館の半面及び校庭と柔剣道場です。  
希望されるグループ・サークルは11月18日(月)~12月5日(木)までにお申し込みください。

公民館運営懇話会(1月中旬頃)に諮り、利用を決定します。  
応募要件は原則として、学習成果を地域へ還元して下さること、会員主体で運営すること、営利目的でないこと等です。  
申込用紙は公民館窓口にて11月18日より配布します。

## 初心者・シニア向 やさしいスマホ講座

【日時】 11月5・19日(火) 10:00~12:00

【場所】 公民館 2階 研修室

【内容】 スマホのお困りごとなんでもご相談ください

【講師】 (一社)日本電気通信事業協会

## 出前講座 みんなで支え合う介護保険制度

知っているようでよくわからない  
介護保険制度について詳しく説明します!

介護保険は  
どうやってつかう?

なんで介護保険に  
入らないかん?

なんで介護保険  
って高い?

【日時】 12月5日(木) 10:00~11:30

【場所】 公民館 3階 講堂

【講師】 福岡市福祉局介護保険課 梅崎 諭さん  
※都合により講師が変わることがあります

【定員】 先着30名 【参加費】 無料

自然の恵みに感謝!!

## ★クリスマスリースをつくろう★

身近な植物で素敵なリースを作ります。  
葉っぱやクリスマスのお話の読み聞かせもあります。

【日時】 12月7日(土)

10:00~12:00

【場所】 公民館 3階 講堂

【講師】 森 圭美さん 薄 恵さん  
(グリーンリンク)

【定員】 先着15名 【参加費】 300円

【対象】 小学生

★人権標語(舞鶴小学校生徒の作品)

その言葉 言われた人は 忘れない



月	火	水	木	金	土	日
リサイクルステーション (新聞・雑誌・段ボール・アルミ缶) (日時) 毎週土曜・日曜10:00~17:00				1	2	3 文化の日
4 振替休日	5 スマホ講座	6	7	8	9 箕子子ども食堂	10
11	12	13 行政相談 お灸講座	14 歩こう会	15	16	17 公民館まつり
18 マイナンバー	19 スマホ講座	20	21 さくら健康教室	22	23 勤労感謝の日 子ども食堂	24 臨時休館日(予定)
25	26	27	28 歩こう会	29	30	

## さくら健康教室

【日時】 11月21日(木) 10:00~12:00

【場所】 すのこ体育館 ※公民館ではありません

【内容】 『体と頭を鍛えるレクリエーション』

【講師】 桜十字福岡病院 田代先生、大嶋先生(理学療法士)

【定員】 先着20名 ※動きやすい服装、飲み物持参でご参加ください。

## 箕子地区 子ども食堂 絆

【日時】 11月9・23日(土) 10:00~13:00

【場所】 公民館3階 講堂

【主催】 港地区まちづくり協議会

連絡先 090-8766-2984 (担当 二田)

子ども 無料  
大人 300円

## 歩こう会

【日時】 11月14・28日(木) ※歩きやすい服装、  
10:00 箕子公民館集合 飲み物持参でご参加ください。

## マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します

公民館でマイナンバーカードの申請を受け付けます(要予約)。

また、カードをお持ちの方には、

マイナ保険証の利用申込等のサポートも実施します(予約不要)。

【日時】 令和6年11月18日(月曜日) 10時~12時

【会場】 箕子公民館 学習室

【対象者】 中央区に住民票のある方

【事前予約終了日】 11月12日(火) 9:00~18:00

【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

【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。

令和6年11月号

2024年10月25日発行

# すのこ 箕子自治連だより

箕子自治連(福岡市中央区大手門3丁目10-7)  
会長 上原 美枝子  
事務局TEL/FAX092-761-3115  
e-mail sunoko@sirius.ocn.ne.jp

自治連・社協の予定(11月) ※延期・中止になることがあります。ご了承下さい。

**ドッジボール市大会(育成)**  
女子チーム準優勝おめでとうございます  
10月20日に早良体育館で開催されました!



## すくすくサロン クリスマス会参加者募集



日時 12月9日(月) 11:00~12:30 **先着20名**  
内容 ミキファニット 保育士による親子遊び  
申込み: 自治連事務局 092-761-3115

## 福祉・介護の【見て・聞いて・ふれる】相談会



日時: 11月19日(火)10:00~12:00  
場所: 大名公民館

☆福祉用具の展示・体験や、あんま・マッサージ師による  
マッサージ体験(お一人15分程度)、健康相談・健康体操など、多彩  
な内容のイベントを企画しております。マッサージを受けるだけでも  
大丈夫ですので、お気軽にご参加ください。

申し込み: 大名公民館まで...092-751-4212

事前のお問い合わせ: アンピールケアプラザセンターまで...092-721-5332

## <予告>

12月13日(金)ふれあいサロン  
クリスマス会 13:30~ 会費300円



少し早めのクリスマス会です。

歌って楽しんでいただけるコンサートを企画致しました。

民謡、童謡、唱歌、なつかしい昭和歌謡など、元、舞鶴中学校の音楽  
教師、現在は公民館サークル指導講師の方をお呼び致しまして

**津軽三味線での演奏をお楽しみください。**

美味しいケーキをご準備して皆様のご参加をお待ち致します。

## 【11月】朝の通学見守り(指導)・夜のパトロール

日	1	6	11	13	15	18	20	22	25	27	開始 時間
曜	金	水	月	水	金	月	水	金	月	水	
防		○			○			○		○	20時
交		○	○	○		○	○		○	○	7時
民	○	○	○		○	○	○		○		7時15分

防→防犯防災部 交→交通安全推進委員会 民→民生委員児童委員協議会

日付	行事名	内容	時間	場所	担当執行部/団体
2 (土)	グラウンドゴルフ 大会	○各町内の申し込みは 10月18日で締め切りました ○時間厳守でお願いします	9:00集合 9:30から 試合開始	すのこ芝生広場 (旧箕子小跡地)	保健福祉部
3 (日)	バドミントン 大会	参加申し込みをされている方は 時間厳守でお願いします	9:30集合	すのこ体育館	体育部
8 (金)	ふれあい サロン	~出前講座~ 介護保険などについての いきいきセンターからのお話 対象者: 箕子地区在住の65歳以上の方 参加費: 100円	集合時間 13:30	箕子公民館	民生委員児童委員 協議会
	パトロール	箕子地区を徒歩で巡回します	19:00~ 20:00	箕子公民館 玄関集合	中学生保護者 少年 補導員 地域の方
11 (月) 25 (月)	すくすく サロン	<b>親子で遊びに来てみませんか</b> 0歳児から未就学児までが中心に 親子どなたでも自由に参加できます	11:00~ 13:00	箕子公民館 児童集会室	民生委員児童委員協議会 ボランティアの皆さん
16 (土)	中央区球技大会(ドッジボール)		14:00~	中央体育館	青少年育成部
	箕子 カフェ	モルックを楽しもう 対象者: 箕子地区在住の子どもから高齢の方 参加費: 無料	13:00~ 15:00	箕子公民館 3階講堂	箕子カフェ委員
27 (水)	定例会	○自治体からの連絡事項 ○研修・問題解決の為の話し合い	14:00~	箕子公民館	民生委員児童委員 協議会
30 (土)	地区清掃  (雨天中止)	箕子地区の 清掃にご協力をお願いします 『中央区で一番きれいな町にしよう!』 *軍手をおもちの方はご持参ください ■ご注意点: 今回は土曜日に実施いたします■	受付 9:15~ 開始 9:30~	集合場所 箕子公民館	 環境推進部

## 行政相談のお知らせ

日時 11月13日(水) 10:00~12:00  
場所 公民館2階 研修室  
※行政相談員が相談を受け付けます



## お知らせ

11月に予定していましたAED救命救急講習会  
(防犯防災部担当)は、  
日程がわかり次第お知らせします。