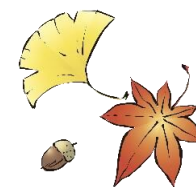


高宮公民館だより

11月号

令和7年11月1日発行



福岡市高宮公民館
810-0013 福岡市中央区大宮2丁目2-11
Tel 092-531-0029 Fax 092-531-0037



サークルや講座
の詳細はこちら

11月の行事

公民館事業

1日(土)	10:00	コーヒー教室③
6日(木)、13日(木)	14:00	ふれあい学園合唱団
17日(月)	10:00	子育て応援プログラム
17日(月)	13:30	公民館スマホ塾
22日(土)	10:00	たかみやマルシェ
26日(水)	17:00	おとこの料理教室
27日(木)	9:00	ふれあい学園バスハイク
29日(土)	10:00	子ども広場



子育て関係

✿ 乳幼児サークル・ステップ
活動日 17日(月) 10:00~12:00
(児童等集会室)
(初回参加の方は、入会金として100円必要です)

✿ 子育て広場(地域の子育てサロン)
開催日 10日(月) 10:00~12:00
(児童等集会室)
子育て広場は、子育て中のお父さんお母さんたちの情報交換、友達づくりの場です。どなたでもお気軽にご参加ください。



わかさ文庫

★活動日 14日(金)、21日(金) 15:00~16:30
(児童等集会室)
読み聞かせがあります。お楽しみに！

ふれあい学園「合唱団」

会 員
募 集 中 !

11/6(木)、11/13(木) 14:00~15:00

◇講 師:渋谷ちか さん(オペラ歌手)
◇対 象:60才以上 ◇参加費:年会費 1,500円
ふれあい学園から始まった合唱団ですが、ふれあい学園以外の方も参加できます。歌を通して交流しませんか。申込は、公民館まで。今年度は、11月15日の中央区市民文化祭「音楽と演芸のつどい」に出演します。

親子遊び～みんなで遊ぼう～

第4回 子育て応援プログラム
11/17(月)10:00~12:00

◇講 師:新星保育園の保育士さん
◇対 象:乳幼児とその保護者
◇人 数:10組 ◇参加費:無料
(11月4日から公民館窓口、または電話で受け付けます)

公民館スマホ塾

11/17(月)13:30~15:40

◇講 師:ソフトバンク株式会社
◇対 象:60才以上
◇人 数:10名 ◇参加費:無料
(11月4日から公民館窓口、または電話で受け付けます)



◇内 容:①お出かけ編
地図とカメラを活用してみよう
・マップ/経路検索 ・カメラ撮影/メモ活用
②LINE編
LINEを活用してみよう
・LINEで連絡してみよう ・友達追加/写真

スマートフォンの購入前に、基本的な操作を学びたい高齢者の方や、既に購入されている方も対象の初心者向け基本講座です。ご自身のタブレットやスマホは使用しません。個別の使い方講座ではありません。

《月1回の臨時休館についてのお知らせ》

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

お灸でセルフメンテナンスを

第6回 たかみやマルシェ
11/22(土)10:00~12:00

◇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)
◇対 象:成人の方どなたでも ◇人 数:20名
◇参加費:無料
(11月10日から公民館窓口、または電話で先着順に受け付けます)

高齢者教室「ふれあい学園」

第9回 交流バスハイク
11/27(木)9:00~16:30

◇コース:佐賀方面 祐徳稲荷神社等
◇参加費:2,500円(会員以外の一般の方は、3,500円)
◇集合場所:県知事公舎前

クリスマスリースを作ろう！

第8回 子ども広場
11/29(土)10:00~12:00

◇講 師:税田一義 さん(地域指導者)
◇対 象:高宮校区小学生
◇人 数:20名
◇参加費:300円
(11月13日から公民館窓口で、先着順に受け付けます)



・ドングリや松ぼっくりなど、自然の木の实を使って、オリジナルの「クリスマスリース」を作ります。
・グルーガンを使って接着を行います。
低学年のお子さんは、なるべく保護者同伴をお願いします。

当たり前 それってだれが 決めたこと？ (令和6年度 高宮校区人権尊重推進協議会 標語入選作品「高宮小」)



令和7年 11月 高宮校区自治協議会だより



高宮校区自治協
フログ見て下さいね！
カラーで詳しく見る事が
できます！



高宮校区いきいき運動会のお礼

10月12日に行いましたいきいき運動会には多数の皆様のご参加ありがとうございました。大きな事故もなく無事に皆様との親睦が図られたものと確信しております。また、136社にもよるたくさんの協賛企業、病院、飲食店のスポンサーの皆様のお陰でいきいき運動会が開催できたことも事実であります。本当にありがとうございました。また来年もよろしくお願いいたします。

自治協議会 会長 西村 光正

= 高齢者交通安全教室のお知らせ =

今年も恒例になっております、高齢者交通安全教室を開催いたします。

- ◆日時 11月13日(木) 10時～12時(終了予定)
- ◆場所 高宮公民館講堂
- ◆定員 約40名
- ◆締切 11月10日(月)

◎参加希望の方はお名前をフルネームで事前にお知らせください。
団体でお越しの方は、人数と皆様のお名前をフルネームでお知らせください。申込は自治協事務局(531-0335)まで
交通安全推進委員会 会長 堤 一紘



= 男女共同参画協議会よりお知らせ =

11/9(日) 一本木公園にキッチンカーがやってきます！
“男女共同参画”の取組みを地域のみなさんに知ってもらうため、一本木公園にキッチンカーを呼んで、啓発事業を行います。みなさんぜひ遊びに来てください。

また、同日開催の避難所運営のルールづくりワークショップも参加者募集中です！

10時～12時 避難所運営のルールづくりワークショップ
11時～17時 キッチンカー ※雨天中止
(唐揚げ、揚げたこ焼、ホルモン丼、ベビーカーなど販売)



主催 高宮校区男女共同参画協議会

= 体育振興会よりお知らせ =

11/16(日) 9時～ 高宮小学校グラウンドで開催されるモルック大会に参加ご希望の方は二次元コードからも受け付けています。皆様のご参加をお待ちしています！



高宮校区総合防災訓練のお知らせ(委員対象)

- ◆日時 11月23日(日) 9時～
 - ◆場所 高宮小学校体育館
 - ◆内容
 - ・要支援者名簿による安否確認訓練
 - ・高宮消防団による救命救急AED
 - ・いこっかネット 車椅子、アイマスク体験
- 上記の訓練を行いますのでお時間のある方は見学においで下さい。



高宮校区防災・防犯推進委員会

健康づくり実行委員会よりお知らせ



「三世代交流健康ウォーキング大会」のご案内

- ◆日時 11月30日(日) 9時30分 一本木公園集合
- 秋の一日ウォーキングを楽しみましょう♪

★Aコース・・・一本木公園 ★Bコース・・・市動物園
どちらも定員30名とします。
詳しくは案内申込書をご覧ください。
◎申込書は公民館窓口にあります。(11/1～11/25)
参加ご希望の方は公民館事務室に提出してください。
※雨天の時はAコースのみ実施します。

= 衛生連合会よりお知らせ =

<いきいき健康教室>

「太宰府 菊展ウォーキング」

- ◆日時 11月20日(木) 9時30分
- ◆集合場所 西鉄電車平尾駅
- ※昼食はありません。交通費は衛連で負担します。
参加希望の方は自治協事務局(531-0335)まで申し込んでください。20名になり次第締め切らせていただきます。



= 食進会よりお知らせ =

「フレイル予防の食事」調理実習参加者募集！

♡自分のため、家族のために栄養を考えた食事を作ってみませんか
日時 12月2日(火) 10時～12時30分
場所 高宮公民館講堂
内容 高齢者の栄養を考えた食事作り
人数 15名 参加費 500円
◎申込みは自治協事務局(531-0335)まで。

持ってくるもの
エプロン・三角巾

地域からのお知らせ

- ★ 1日(土) 11:00 町内会長会定例会
- ★ 1日(土) 13:00 自治協議会運営委員会
- ★ 8日(土) 19:30 子ども会育成連合会定例会
- ★ 10日(月) 19:30 青少年育成連合会定例会
- ★ 13日(木) 10:00 衛生連合会定例会
- ★ 25日(火) 13:30 民生委員・児童委員協議会定例会



= 白金広場花いっぱい運動よりお知らせ =

☆やっと秋雨の季節になりました。
種から育てたひまわりは種を付け、百日草、千日紅、ケイトウ、ローゼルは咲き続けています。

11月の活動日
11月15日(土) 9:00～11:00



会員募集中！
花の好きな方、一度活動日に見にきてください！

校区ビジョン 環境美化委員会

= 緑と花の大宮二丁目愛護会よりお知らせ =

11～12月は花植えの準備作業と花植えを行います。
☆活動日・・・11月8日(土)
☆集合時間・・・9時



= 大宮一丁目1区町内会よりお知らせ =

今月は花壇整備をして花植えをしたいと思います。
皆様のご協力を宜しくお願い致します。

☆活動日・・・11月8日(土) 9時～
☆集合場所・・・大宮一丁目三街区 天禄ビル前

☆☆ フラワーアップ四十川白金2丁目よりお知らせ ☆☆

秋雨の季節になり水やりが一段落しました。種から育てた百日草、千日紅がぐんぐん大きくなって花壇を見事に彩っています。ローゼルも咲き始めました。キバナコスモスも毎年元気に咲いています。

☆ 11月の運動日は第2土曜日 11月8日、第3土曜日 11月15日の2回行います。チューリップ球根を植えつけます。
9:00～11:00 白金広場に集合