

# 赤坂公民館だより 6月

〒810-0042 福岡市中央区赤坂2丁目5-126  
電話 751-4691 FAX 751-7734  
Eメール akasaka37@jcom.home.ne.jp

どの講座もお申し込みが必要です。  
左記の電話までご連絡ください。

令和8年6月1日 発行

イラスト著作権 かくげい

新しい講座が始まります！



「わたし+ (プラス)」とは  
私のため、そして  
まわり(家族など)のために、  
楽しく学んでいきましょう！

## 健康リセット series 1

### ボクシングエクササイズ

汗を流して体も心もスッキリ！

- ① 6/5 (金) 10:00~11:00
- ② 6/16(火) 13:00~14:00
- ③ 6/29(月) 10:00~11:00

定員：各回 15名 (校区優先)  
場所：赤坂公民館 講堂  
指導：堤可菜子さん (中央体育館)  
※運動ができる服装・室内シューズ・  
タオル・飲み物をご持参ください。  
※申し込みは右の二次元コードから



## 健康リセット series 2

### 腸活デトックス

カラダよこぶ  
ランチをいただき  
ながら...

デトックス、発酵、腸活...いろいろな気になる身体にいいことを  
学びます。美味しくヘルシーなソースの作り方デモンストレー  
ション後、ヘルシーランチ(講師手作り)をいただきながら、  
健康についてお喋りしましょう！

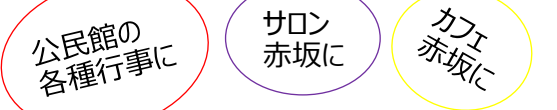
日時：6/15 (月) 10:00~12:00

定員：20名 (校区優先)  
場所：赤坂公民館 講堂・学習室  
参加費：800円 (ランチとお持ち帰りプチソース2種類)  
講師：山本恵さん (マクロビオティック上級インストラクター)  
※6/11(木)以降のキャンセルは、参加費を  
いただきます。  
※申し込みは右の二次元コードから



## 誕生! 「すまいるカード☺」

ご来館のたびにスタンプを押します！



皆小中  
さん学  
も生  
来ての  
てね



カードがいっぱいになったら手作りプレゼントがありますよ！

## 【赤坂けやき大学】

### 楽しい落語会

6/23 (火) 14:00~15:30

出演：粗忽家勘心さん  
定員：50名 (校区高齢者の方)  
共催：赤坂校区自治協議会・老人クラブ連合会

## 【赤坂ゆかいクラブ】

### 大人の遠足：吉野ヶ里歴史公園へ

～JRに乗って楽しくプチ旅行！～

6/24 (第4水) 9:30 集合

集合場所：博多駅 (博多口)「博多駅前交番」前  
対象：校区のシニアの方 (新入会は運営費 500円)  
※交通費も食費もその場で個人払いです。

## 出張福岡 100 プラザ スマホ個別相談会

6/22 (月) 10:00~16:00

講師：福岡オトナビ  
定員：先着 10名 (校区優先・時間予約制)  
※相談時間はひとり 30分です。  
質問内容を用意してお越しください。  
必ずご自分のスマホをご持参ください。

## 【人権研修会】

### 大人の発達障がいについて

6/19 (金) 10:30~11:30

講師：福岡市立発達障がい支援センター  
対象：どなたでもどうぞ  
共催：赤坂校区人権尊重推進協議会  
※人尊協委員の方は 10時から総会があります。

## 【すこやかサロン桜坂】

### 骨カルシウムセミナー

6/12 (金) 13:30~15:00

場所：すこやかほ～む桜坂 (桜坂 1-10-59)  
定員：15名 (桜坂地区の高齢者の方)  
講師：雪印メグミルク株式会社  
共催：すこやかほ～む桜坂・赤坂校区自治協議会

## 【赤坂子育てマルシェ】

### 新聞びりびり破って雨ザーザー

6/17 (水) 10:30~11:30

講師：臨床心理士 山下雅子先生  
定員：親子 15組  
共催：NPO ふくおか子どものこころ塾・ト研究所

## 【あかさか健康広場】

### 有酸素エクササイズ

6/10 (水) 10:30~11:30

定員：18名 (校区優先)  
持参物：運動のできる服装・室内シューズ・飲料水  
共催：福岡市立中央体育館

## 【赤坂ダーツ教室】

### 誰でもできます、簡単ダーツ！

6/3 (水) 10:00~12:00

6/18 (木) 14:00~16:00

定員：18名 (校区優先)

## 【タオル帽子作り】

### 縫い物でボランティア！

6/9 (火) 14:00~16:00

タオルで帽子を縫って、抗がん剤治療を受けて  
いる方々に贈っています。初めての方も、ぜひボラ  
ンティア活動を試みませんか。針・糸・はさみをご  
持参ください。

## 【けやきウォーキング】

### 梅雨の樹木や草花たち！

6/11 (木) 10:00~11:00

公民館に集合して舞鶴公園を散策します。  
定員：20名 (校区優先)  
講師：福岡市緑のコーディネーター 佐竹省三さん

## 母子巡回健康相談

6/10 (水) 受付 13:30~14:00

内容：身体計測、育児相談など  
問合せ：中央区地域保健福祉課  
※母子健康手帳をお持ちください。

## 公民館運営懇話会開催のお知らせ

6/16 (火) 10:00~11:00

議題：令和8年度公民館主催事業について他  
傍聴希望の方は 9:45 までに受付を済ませてください。

○定例休館日：6/30 (火)  
○6/21(日)は利用がない時は臨時休館します。  
利用希望の方は 6/11(木)17 時までにお申し込みください。

# 赤坂自治協だより 6月

あかさか じちきょう

2026年6月1日発行

令和8年



## 令和8年度の主要行事予定

※日程は変更される可能性もあります  
詳細は該当月の自治協だよりでご確認ください

| 行事               | 日程        | 場所        |
|------------------|-----------|-----------|
| 赤坂 秋まつり          | 10月11日(日) | 赤坂小学校     |
| 福岡まつり・月華祭        | 10月25日(日) | 天神・警固神社   |
| もちつき大会           | 12月12日(土) | 赤坂小学校     |
| 新春のつどい           | 1月10日(日)  | 未定        |
| どんど焼き(中央区子育て連主催) | 未定        | 赤坂小学校     |
| 防災訓練             | 未定        | 未定        |
| 赤坂小校庭キャンプ        | 未定        | 赤坂小学校     |
| 福岡城・鴻臚館まつり       | 未定        | 西公園～三ノ丸広場 |

地域の方々の交流の場と  
楽しみになるように今年度も  
様々な計画しています  
行事や団体活動へ  
ご参加・ご協力  
をお待ちしています!



| 月                    | 火                     | 水                  | 木  | 金                | 土                          | 日                    |
|----------------------|-----------------------|--------------------|--|------------------|----------------------------|----------------------|
| 1<br>ぴ〜か・ぶー<br>サロン赤坂 | 2                     | 3<br>14:40～下校時見守り  | 4  | 5                | 6                          | 7<br>ソフトバレー<br>ボール大会 |
| 8<br>あんだんて           | 9<br>セーフティー<br>サイクリング | 10<br>18:30～運営委員会  | 11<br>14:40～下校時見守り   | 12<br>すこやかサロンの桜坂 | 13<br>緑地清掃                 | 14                   |
| 15<br>サロン赤坂          | 16                    | 17<br>14:40～下校時見守り | 18   | 19<br>カフェ赤坂      | 20                         | 21                   |
| 22<br>ぴ〜か・ぶー         | 23                    | 24<br>14:40～下校時見守り | 25<br>資源ごみ回収<br>夜間パトロール  | 26               | 27                         | 28<br>ソフトボール大会       |
| 29                   | 30                    |                    | ●すこやかサロン桜坂<br>13:30～15:00<br>すこやかほむぎ桜坂(桜坂1丁目)にて<br>詳細はウラ面「公民館だより」へ |                  | ●サロン赤坂<br>第1・3月曜<br>13～15時 | ※下校時見守り<br>赤坂小正門集合   |

## ソフトバレーボール大会

参加賞あり♪

柔らかいゴムボールを使った4人制のバレーボールです♪

日時：6月7日(日) 9:00集合～12:30

場所：赤坂小 体育館

対象：中学生以上の男女

持ち物：運動できる服装

タオル、飲み物

※体育館での上靴必須です!!

前日6月6日(土)18:00～赤坂ソフトバレー  
ボールクラブと合同練習があります♪



## ソフトボール大会

参加賞あり♪

日時：6月28日(日) 8:30集合～13:00

※雨天中止 予備日 7/5(日)

場所：赤坂小 運動場

対象：高校生以上の男女

持ち物：運動できる服装、帽子、タオル、飲み物

※グローブをお持ちの方はご持参ください



## 子育てサロン ぴ〜か・ぶー

毎月第1・4月曜  
赤坂公民館にて

6月 1日(月) 10:30～14:00

22日(月) 10:30～14:00



未就園児対象：親子でゆっくり過ごせる楽しい遊び場です!  
※ お昼ご飯を持って参加してね♪

## 子育て支援 あんだんて

毎月第2月曜  
赤坂公民館にて

6月 8日(月) 10:30～12:00



今回は「絵本とわらべ唄で遊ぼう」  
講師は おひさまおはなし会 です

親子で楽しく遊びましょう♪ 参加人数 15組(要事前申込)  
\*飲み物(お茶など)は、各自で持参してください

## 語らいの場 カフェ赤坂

毎月第3金曜  
赤坂公民館にて

6月 19日(金) 13:00～15:00

今回は「オカリナサークル」です  
一緒に音楽を楽しみましょう♪



地域のみなさんとの、お茶を飲みながらの交流広場です  
気軽に話しをしに、出かけてみませんか?

## 赤坂公園・緑地清掃

毎月第2土曜  
\*雨天中止

6月 13日(土) 9:00～10:00

掃除道具は用意しています。軍手を持参してお越しください♪



## 夜間防犯パトロール

毎週第4木曜  
赤坂小学校正門集合  
\*雨天中止

6月 25日(木) 20:00～21:00

※ 19:45 赤坂小正門前に集合

初めての方も大歓迎♪ お子さん同伴OK!

赤坂・大手門・桜坂の3方面に分かれて、無灯火の  
自転車への声掛けや地域の防犯灯の点検・確認などを  
行いながらパトロールしています。

運動不足解消に! 毎月参加できなくてもOK

歩きやすい服装・気候にあった準備でお越しください  
蒸し暑くなってきましたので飲み物も適宜ご持参ください



## 下校時見守りパトロール

毎月3～4回  
赤坂小学校正門集合  
\*雨天中止

6月 3日(水) 14:40集合

11日(木) 14:40集合

17日(水) 14:40集合

24日(水) 14:40集合

