

まいづる公民館だより 3月号

令和7年3月1日発行

〒810-0073
福岡市中央区舞鶴2丁目6-1
Tel 771-3541 fax 771-6684
Email maizuru57@coda.ocn.ne.jp

《臨時休館日のお知らせ》
公民館は、下記の日の利用がない場合、休館します。
◎ 3月31日(月)・・・申込みは3月17日(月)17時まで

◆公民館主催の講座◆ 講座の詳しい内容は、ブログをご覧ください。直接、公民館にお問い合わせください。

申込み受付は**3/1(土) 9:00~**です。

- ★ 申込み受付は、窓口・電話のみです。(FAX・メールは不可)
- ★ 申込みは、定員になり次第しめきりとなります。
- ★ 場所の記載がないものは、すべて舞鶴公民館で行います。



講座名	月日	時間	対象	定員	内容	その他	材料費等
舞鶴カフェ 「お琴を楽しもう」 	3/5 (水)	13:30 ~15:00	舞鶴地区の方 松寿会会員 の方	25名	井手 智子 さんの琴の演奏を聴いたり、実際に琴に触ったりして楽しく過ごしましょう。 ・演奏;井手 智子 さん ・主催;舞鶴カフェ実行委員会		無料
舞鶴大学 「知って楽しむスマホの使い方」	3/12 (水)	13:30 ~15:00	おおむね 60歳以上	25名	初心者向けにスマートフォンの使い方や楽しみ方を紹介していただきます。 ・講師;福岡100プラザ中央(舞鶴園)園長 進藤 義隆 さん		無料
豊かな暮らし講座 「ミニ量をつくろう」 	3/15 (土)	10:00 ~12:00	どなたでも 小学3年生以下 は保護者同伴	12名	世界にひとつだけのオリジナル「ミニ量」を作ってみませんか。自分好みの量縁を選び、量を製作する道具を使用して、本格的な量作りが体験できます。 ・講師;熊丸 剛 さん		1000円
料理講座 「野菜たっぷり減塩メニュー」	3/20 (木・祝)	10:00 ~12:30	どなたでも	15名	《メニュー》・大豆ごはん ・コスパメンチカツ風 ・大根のうまヨ和え ・けんちん汁 ・パラのチョコレート ・講師; 舞鶴食生活改善推進員協議会のみなさん	【持ってくるもの】 ・エプロン・三角巾 ・タオル・飲み物 ・持ち帰り容器 (念のため)	500円
まいっ子クラブ 「ベビーマッサージ」	3/26 (水)	10:30 ~11:30	乳幼児と 保護者	15組	赤ちゃんが喜ぶベビーマッサージを体験しませんか。 ・講師;加藤田 知子 さん	「おむつと安心 定期便」対象講座	無料
こちらMHK (舞鶴放送局) 「Zoomでも公民館でも 一緒にラジオ体操」	3/26 (水)	13:00 ~13:15	どなたでも	—	ラジオ体操で血管を若々しく、日常生活の質を向上を目指しましょう。公民館からZoomで発信。 Zoomの方法を確認する機会としても活用ください。 ★ ZoomID;872 8704 1935 パスワードは、電話で公民館にお尋ねください。 ・共催;舞鶴衛生連合会、舞鶴公民館		無料
0歳からの ハープとギター癒しのコンサート	3/30 (日)	10:30 ~11:30	どなたでも 赤ちゃん 大歓迎です!	30名	癒しの周波数を使用したハープとギターによるリラックスコンサートです。赤ちゃんにも子育て中の保護者にも高齢者にも心地よい幸せな時間をお届けします。 ・演奏;ミュージックあとりえ てみる さん	「おむつと安心 定期便」対象講座	無料

※4月の講座のご案内です(3月1日~申し込み出来ます)

舞鶴大学 「楽しく歌って誤嚥予防」	4/9 (水)	13:30 ~15:00	おおむね 60歳以上	25名	誤嚥が起きるメカニズムを知り、予防効果の高い歌や体操などを通して口や喉の筋肉の鍛え方を学びます。 ・講師;ミライスタジオOKA 岡 聡一郎 さん		無料
----------------------	------------	-----------------	---------------	-----	---	--	----

舞鶴カレー食堂

カレー食堂は3月で閉店です。

最後のカレーの日

◇ 3月16日(日)11:45~14:45
(受付11:45~13:45)

◇ 18歳未満 無料
18歳以上 300円

◇ 70食(なくなり次第閉店)

共催;NPO法人まなびや木の本・舞鶴公民館



3月は「自殺対策強化月間」 ~知らせてほしい、心のSOS~

自殺対策強化月間に合わせて、自殺対策について理解と関心を持っていただけるよう自殺予防キャンペーンを実施しています。

○自殺・自死に関する電話相談 **092-737-1275**
(平日午前10時~午後4時)

福岡市精神保健福祉センターでは、自殺・自死に関する相談に応じています。3月は15日(土)、16日(日)も電話相談をお受けします。

○市販薬依存・ゲーム依存相談ダイヤル
080-8821-5609

(水・土10時~13時/月・第1土17時~20時)
市販薬・処方薬依存、ゲーム依存が心配な若者本人や家族等を対象に相談に応じています。臨床心理士等がお話をうかがいます。

○博多ポートタワーをライトアップします。
ライトアップ期間: 3月1日(土)~3月8日(土)
安らぎや落ち着き、癒しの象徴である「グリーン」にライトアップします。 主催)福岡市精神保健福祉センター

国税電子申告・納税システム(e-Tax)をご利用ください。

申告・納税は、ご自宅からe-Taxで!

令和6年分の申告書の提出及び納期限

所得税及び復興特別所得税	贈与税	個人事業者の消費税及び地方消費税
3月17日(月)	3月17日(月)	3月31日(月)

e-Taxを利用して申告書の作成・送信及び納税ができます。
国税局・税務署

詳しくは **e-Taxホームページへ**
<https://www.e-tax.nta.go.jp/>



e-Taxホーム
ページは
こちらから

《R5年度 人権標語作品》 背中押す その一言が マイ(舞)パワー (一般)

[イラスト著作権 かくげい]

旗持ちボランティア 大募集!

交通安全推進委員会では登校時間の子どもたちの安全を守る旗持ちボランティアを募集しています。

- ・火曜日から金曜日（毎日じゃなくても構いません）
- ・朝7時30分から8時15分まで

ご興味のある方は自治協までご連絡ください ☎092-771-6686

ポイントを貯めて防災グッズなどをもらう事も出来る「ふくおかポイント」も始まります。ぜひ、この機会にご参加ください。

舞鶴交通安全推進委員会



《 松寿会お花見会のお誘い 》

会員の皆さまと一緒に食事と楽しい語らいのお花見会を計画いたしました。

お誘い合わせの上多数の参加をお待ちしています。

日 時：令和7年3月29日（土） 11:30～13:30

場 所：舞鶴公民館 講堂

会 費：1000円

お申込:3月15日（土）までに会費を添えて、
各組会長にお申込みください。

舞鶴松寿会老人クラブ連合会



【 3月の行事予定 】 （延期・中止になることがあります。ご了承ください）

		行事名	時間 他
1日	（土）	舞鶴歩こう会	9:00～
1日	（土）	リフレッシュサロン	10:00～
3日	（月）	松寿会 会長会 理事会	13:30～
5日	（水）	舞鶴カフェ	13:30～15:00
7日	（金）	体育振興会定例会	19:30～
9日	（日）	公民館 消防訓練・大掃除	10:00～
10日	（月）	高齢者交通安全教室	13:00～14:30
11日	（火）	舞鶴自治協議会	役員会 18:30～19:00
			運営委員会 19:00～
12日	（水）	ぴよぴよ子育て広場	10:00～12:00
12日	（水）	防犯パトロール（防犯組合青年部）	20:30～
19日	（水）	サロン舞鶴	10:00～12:00
19日	（水）	育成会役員会	19:00～
20日	（木）	男女共同参画推進委員会定例会	19:30～
21日	（金）	保健福祉事業懇談会	10:00～
22日	（土）	松寿会歩こう会	9:00～
26日	（水）	MHK Zoomでラジオ体操	13:00～13:15
26日	（水）	民生委員 第一地区定例会	大名公民館 14:00～15:30
		舞鶴地区会議	舞鶴公民館 16:00～17:00

ご卒業おめでとうございます

3月7日（金）

第76回舞鶴中学校卒業証書授与式

3月14日（金）

第11回舞鶴小学校卒業証書授与式



おめでとうございます!!

福岡市市民スポーツ振興奨励賞

山口敏光様

スポーツ・レクリエーションの普及と
振興に貢献されたため表彰されました

