



《 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。
◎ 9月30日(火)・・・申込みは9月16日(火)17時まで

◆公民館主催の講座◆ 講座の詳細内容は、ブログをご覧ください。

申込み受付は **9/1 (月) 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、定員になり次第締め切りとなります。

講座名	月日	時間	対象	定員	内容	その他	材料費等
こども講座 「百人一首かるたの会」 (9回シリーズ)	9/7 9/28 (日)	10:00 ~11:30	小学3年~ 中学生	20名	楽しく百人一首を学べる講座です。 ・講師;九州大学百人一首愛好会 小泉晴音さん 児玉梨花さん ・共催;舞鶴男女共同参画推進委員会、舞鶴公民館	【持ってくるもの】 ・上靴 ・水筒 ・筆記用具	無料
舞鶴大学 「パパちゃんのジジ(時事)放談」 ~内閣支持率&世論調査の あれこれ話~	9/10 (水)	13:30 ~15:00	おおむね 60歳以上	25名	今後の政治の行方は?内閣支持率、世論調査等ニュースで耳にする政治について分かりやすく、そして楽しくお話していただきます。 ・講師;馬場 周一郎さん		無料
料理講座 「腸内環境を整える料理」	9/18 (木)	10:00 ~12:00	どなたでも	15名	《腸活メニュー》 ※漬物寿司 ※サラダチキン~ヨーグルトボン酢~ ※小松菜のキムチ炒め ※パインとキウイの甘酒ゼリー ・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・マスク ・手拭き用タオル	500円
未来づくり講座 「やさしい税金教室 ~相続税を中心に~」	☆申込みしめきり 9/18(木) 9/20 (土)	10:30 ~11:30	どなたでも	30名	私たちの生活に切り離せない税金。 でも、「よくわからない相続税」について説明していただきます。 ・講師;榎田豊税理士事務所 税理士 榎田 豊 さん ・共催;福岡中部法人会第3支部 舞鶴公民館	お弁当の おみやげ付	無料
豊かな暮らし講座 「オリジナル マイセ味づくり」	☆申込みしめきり 9/18(木) 9/20 (土)	16:00 ~17:00	舞鶴地区に お住まいの 中学生以上の方	10名	様々な効能や効果が秘められているスパイス。 日々の食生活にどのように活かすことができるのか教えていただきながら自分好みのフレーバーな七味をつくります。 ・講師;スパイスフレーバー 一木 英之さん	【持ってくるもの】 ・手拭き用タオル	900円
まいっ子クラブ 「一緒に楽しくリトミック」	9/24 (水)	10:30 ~11:30	乳幼児と 保護者	15組	リトミックは音楽に合わせて体を動かすことで、様々な効果が期待されています。親子で一緒にリトミックしませんか。 ・講師;能塚 由紀子さん	「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」	9/24 (水)	13:00 ~13:15	どなたでも	—	ラジオ体操で血管を若々しく、日常生活の質の向上を目指しましょう。公民館からZoomで発信。 ★ ZoomID: 840 8412 8261 パスワードは、電話で公民館にお尋ねください。 ・共催;舞鶴環境衛生会、舞鶴公民館		無料
豊かな暮らし講座 「自分たちの街を彩る! 大人の塗り絵」	2回シリーズ ① 9/27 ② 10/4 (土)	10:00 ~12:00	舞鶴地区に お住まいの 18歳以上の方	20名	2日間の連続講座になります。 色鉛筆で自分だけの物語を紡ぐ特別な時間。 住み慣れた街を上から見下ろす「俯瞰図」のぬり絵を通して、新たな発見をしてみませんか? ・講師 株式会社ゼンリン 村井 由紀さん ・共催;舞鶴男女共同参画推進委員会、舞鶴公民館		500円

※10月の講座のご案内です(9月1日~申し込み出来ます)

舞鶴カフェ	※要予約 10/1 (水)	13:30 ~15:00	舞鶴地区に お住まい又は 松寿会の方	15名	・9月のカフェは国勢調査説明会のため中止です。 ・10月のカフェは障がい者福祉センターのみなさんと交流しながら ポッチャを楽しみましょう。 ※今回は事前予約をお願いします。 ・共催;障がい者福祉センター、舞鶴カフェ実行委員会		無料
豊かな暮らし講座 「美味しいコーヒーの 秘密に迫る!!」	☆申込みしめきり 10/3(金) 10/5 (日)	10:00 ~12:00	舞鶴地区に お住まいの 18歳以上の方	15名	美味しいコーヒーは幸せの時間。 焙煎やペーパードリッピング体験などもあります。 ・講師;CHICA 西村 博之 さん	【持ってくるもの】 ・手拭き用タオル	800円
舞鶴大学 「誰もが利用できる がん相談支援センター ~がんに関する悩み、 どこに相談すればいい?~」	10/8 (水)	13:30 ~15:00	おおむね 60歳以上	25名	地域がん診療連携拠点病院指定となっている浜の町病院にはがん 相談支援センターが設立されています。 ・講師;浜の町病院ソーシャルワーカー 近藤 美保子さん		無料

9月1日~7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」 災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウィーク」と定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日分以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

●備蓄品

・食品(1人1日3食×3日分)
・水(1人1日3リットル×3日分)
・トイレトーパー
・携帯用トイレ
・懐中電灯
・携帯ラジオ
・モバイルバッテリー
・救急セット など

●ローリングストック法

普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

●感染症対策

・消毒液 ・マスク
・体温計 ・ビニール手袋
・上履き ・衛生用品 など

※高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。

中央区市民文化祭「美術作品展」作品募集中!!

募集期間:8月1日(金)~9月30日(火)午後5時(必着)

作品展開催期間:11月5日(水)~11月9日(日)

※詳細は、区役所や公民館等で配布している応募要項、
あるいは右下の二次元コード(市ホームページ)から↓

【問い合わせ先】

中央区役所企画振興課

電話:092-718-1055 FAX:092-714-2141



令和7年国勢調査にご協力を!

インターネットでの回答をお待ちしています!



「令和7年国勢調査」が10月1日に全国一斉に実施されます。
国勢調査は、5年に一度実施される、国内に住む全ての人と世帯を対象にした、最も重要な統計調査です。

9月中旬から調査員が世帯を訪問し、調査書類を配布します。
簡単・便利に回答ができるインターネット回答を推奨しています。
(紙の調査票でも回答できます。)

【※かたり調査にご注意ください※】

国勢調査と称して、個人情報等を不正に聞き出そうとする「かたり調査」にご注意ください。不審な訪問があった場合には、各区の総務課財務・調査係(国勢調査担当)までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

統計調査課(TEL:711-4081、FAX:711-4934)

または各区 総務課 財務・調査係

《 R7年度 舞鶴いきいき講座 》

	日時	内容	講師
1回目	9月16日 (火) 13:30～15:00	健康チェックとフレイル予防! *野菜摂取量、 ブレインチェックをしてみよう。 *講話や体操の実践を通して みんなでフレイルを予防しよう!	明治安田生命保険 相互会社 健康づくり サポートセンター 運動指導士
2回目	10月16日 (木) 13:30～15:00	見て・触れて・学ぼう「福祉用具」 *福祉用具の体験会を実施します。 *元気なうちから知っておくと、 いざというときに役に立つ! 講座の後は、 「かんたん体操」もするよ! 	事業所 ネットワーク
3回目	1月20日 (火) 13:30～15:00	認知症について学ぼう *症状や経過、認知症の方との かかわり方について学ぼう!  講座の後は、 「かんたん体操」もするよ!	認知症サポーター 養成講座 講師

会 場：舞鶴公民館講堂

参加費：無料

申 込：不要

どなたでも参加できます。
お気軽にどうぞ!

問合せ：中央区地域保健福祉課 地区担当保健師 長井

☎092-718-1111

【お願い】・水分補給のために飲み物をご持参ください

・内容は急遽変更になることがございます。ご了承ください。

主催：舞鶴健康づくり実行委員会

【 9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 (月)	松寿会 会長会 理事会	13:30～
5日 (金)	体育振興会定例会	19:30～
6日 (土)	舞鶴歩こう会	9:00～
9日 (水)	舞鶴自治協議会	役員会18:30～19:00
		運営委員会19:00～
10日 (水)	ぴよぴよ子育て広場	10:00～12:00
10日 (水)	防犯パトロール(防犯組合青年部)	20:30～
12日 (金)	クリーンアップ街頭補導	19:00～
17日 (水)	サロン舞鶴(中村かおりさんのお話会)	10:00～12:00
17日 (水)	育成会役員会	19:00～
24日 (水)	MHK Zoomでラジオ体操	13:00～13:15
24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
25日 (木)	男女共同参画推進委員会定例会	19:30～
27日 (土)	松寿会歩こう会	9:00～

《 リフレッシュサロン I 》

自分たちの街を彩る!大人の色鉛筆塗り絵ワークショップ(全2回)

住み慣れた街を上から見下ろす「俯瞰図」のぬり絵を全2回でじっくり楽しめます

日 時： 全2回 9/27(土)、10/4(土) いずれも10:00～12:00

講 師：株式会社ゼンリン 地図工房担当 村井 由紀さん

対 象：舞鶴地区にお住まいの18歳以上の方で、両日にご参加いただける方

定 員：20名

参加費：500円

申込方法：舞鶴公民館窓口で直接、またはお電話でお申し込みください

☎771-3541

必要な道具はすべてご用意しますので手ぶらでご参加いただけます

舞鶴公民館・舞鶴男女共同参画推進委員会 共催