

## ノルディックウォーキング

浅春の大濠公園で、ノルディックウォーキングを一緒に楽しみませんか。健康や美容、リフレッシュに、気軽にできるスポーツです。基本から教えていただきますので、初めての方も安心です。

皆様のご参加をお待ちしています。

日時：3月4日（土）9：30～11：30  
9：30 現地集合（大濠公園能楽堂前）

場所：大濠公園

講師：福岡ノルディックウォーキング協会  
会長 角 洋一郎氏・仲 智代氏

持ち物：飲み物・薄手の手袋

※ 両手が空くようリュックかウエストポーチ  
ウォーキングできる靴・服装でご参加ください。

定員：15人（先着）※事前にお申込みください。

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩くことで、膝や腰の負担が軽減され、効率よく筋肉を鍛えることができます。

共催：校区福祉保健部・飯倉中央公民館

## 《公民館休館のお知らせ》

3月26日（日）は利用申込みがない場合、休館します。  
利用を希望される場合は**3月16日（木）午後5時まで**  
に申請してください。

## 3月の行事予定

- 4日（土）ノルディックウォーキング
- 6日（月）公民館運営懇話会
- 11日（土）自治協定例会（自治協議会）

全ての予定は状況により中止または延期することがあります。

## 第2回公民館運営懇話会

公民館の運営や事業に住民の意思を十分に反映させることを目的に、公民館運営懇話会を開催します。

日時：3月6日（月）13：30～

場所：飯倉中央公民館 講堂

※傍聴希望の方は、公民館までお申込みください。

## 講演会「地域の防災を考える」

福岡市では、平成17年3月20日に発生した福岡県西方沖地震の記憶と経験を風化させないために、**3月20日**を「市民防災の日」と定めており、毎年この時期に防災講演会を開催しています。

災害はいつ起こるか分かりません。自分や家族、地域の安全を守るために、この機会に防災について一緒に考えてみましょう。

【内容】いざという時の行動計画「マイ・タイムライン」の作成等、災害への備えについてお話しいただきます。

【講師】三谷泰浩氏  
（九州大学大学院・工学研究院附属アジア防災研究センター教授）

【日時】令和5年3月19日（日）午後1時半～3時

【場所】福岡市立中央市民センター 3階ホール

【定員】先着500名（要申込）

【料金】無料

会場で聴講いただいた方には  
記念品プレゼント！

【申込】3月10日（金）までに  
FAX かメール(bousai01@city.fukuoka.lg.jp)に  
氏名、住所、電話番号を記載して申込み

【主催】市民局地域防災課

☎092-711-4156/FAX092-733-5861

※オンライン配信も実施します。  
詳しくは、市ホームページをご覧ください。

福岡市 市民防災の日講演会

検索

## NEW! 公民館移転情報

防音シートの覆いが外れ、新しい公民館が姿を現しました。近隣の皆様には、着工から長らくご迷惑をお掛けしておりますが、今しばらくご理解とご協力くださいますようお願い申し上げます。

引越し日：4月15日（土）

新住所：飯倉3丁目19番5号

（電話 Fax 番号は現在と同じです）



## 飯倉中央公民館補助要員(有償ボランティア)を募集します

～ 新しい公民館で！～

【公募要件】職務の遂行に意欲的で、土日祝日も勤務できる人。公民館活動を特定の政党や宗教または営利に利用しない人。

【業務内容】清掃作業・受付

【勤務時間】応相談

【謝礼】福岡市の規定によります。

【募集人員】1名

※詳細はお尋ねください。

お問合せ・お申込みは、公民館までお願いします。



## 福岡市飯倉中央公民館

〒814-0161 福岡市早良区飯倉2丁目21番1号  
電話：092(851)3565 FAX:092(851)3578

## 公民館主催事業の風景

**友遊ランド** 1月21日(土)  
**書初め大会 ～墨でアートしよう～**  
 講師：樋口 佐由里(水鏡)氏



清々しく書初めをした後、もうすぐお別れの今の公民館へ「30年間の子どもたち」を代表して【ありがとう】と【蛍の光】の作品を合作しました。一期一会の作品です。



1月28日(土)  
**ありがとうコンサート**



子どもから大人まで、奏者も観客もスタッフも地域の皆様で心和むひと時を過ごす「ありがとうコンサート」。今回のテーマは「ありがとう」でした。

新しい公民館を待ち望む一方で、開館から30年間、地域の皆様が集い、学び、思い出を紡ぎ出してきた現在の公民館建物への感慨もあります。

会場には子どもたちが揮毫した「蛍の光」も飾り、最後のプログラムでは、満席の会場みんなで「早春賦」「蛍の光」「ふるさと」を合奏合唱しました。

**シニア交遊会** 2月4日(土)  
**DVD 視聴会「夕焼け」**  
 ケアラ～だれもが人権尊重される社会を～  
 講師：生涯学習推進課  
 人権教育推進員 矢野 隆俊氏  
 共催：人権尊重推進協議会・飯倉中央公民館

幼い弟の世話を日常的にする中学2年生の女の子(ヤングケアラー)が主人公の『夕焼け』。視聴の後、講師からヤングケアラーの現状や、福岡市の取り組み等を教わりました。

いち早く気付いてあげることで支援につなげることができます。

「子どもが子どもでいられる町に」…地域の方でよいまちづくりに取り組みましょう。



## ありがとうございました

今年度は公民館30周年でもあり、現在の建物での最後の一年でもありました。皆様にはいつも以上のご理解とご協力を賜り心より感謝申し上げます。



平成27年  
 三世代交流  
 ウォークラリー  
 の様子  
 (公民館講堂)

コロナ禍以前  
 こんなに大勢で  
 賑わいました

## 自転車に乗るときは ヘルメットを着用しましょう

道路交通法が改正され、4月1日から、自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されます。自転車事故で亡くなった人の内、半数以上の方が頭部に致命傷を負っています。自分自身の命を守るため、自転車に乗る場合はヘルメットを着用しましょう。

【問合せ先】市民局防犯・交通安全課  
 TEL711-4061

《人権標語》原中学校生徒作品  
**差別なく 暮らせる世の中 きっとくる**