

健康寿命を延ばし、楽しく過ごしましょうⅢ
健康講座②

「ウォーキングと自宅でもできる
体操・ストレッチ」

講師：福岡市健康づくりサポートセンター
健康運動指導士

日時：10月4日（月）
10：00～11：30

場所：三尾池公園
（堤1丁目33）

申し込み：不要

【注意事項】

- ・飲み物、タオルをご持参のうえ、
屋外で運動できる服装・シューズでお越しください。

主催：さわやかウォーキングの会
堤丘校区環境衛生連合会
共催：城南区保健福祉センター
地域保健福祉課

お問い合わせ：堤丘公民館（TEL861-4821）



健康講座③ 長尾病院出張講話
「正しい靴の履き方・選び方」

講師：橋本 将志氏
有園義肢株式会社 義肢装具士

日時：10月27日（水）
10：00～11：30

場所：堤丘公民館 講堂
申し込み：堤丘公民館 ☎861-4821

10月1日（金）～20日（水）
定員：先着25名

※当日、検温など体調チェックを行います。
感染予防対策にご協力よろしくお願いいたします。
新型コロナウイルス感染症拡大の状況によって、
講座が中止となる場合があります。

主催：堤丘校区環境衛生連合会
共催：城南区保健福祉センター
地域保健福祉課



母子巡回健康相談

日時 10月12日（火）
13：00～15：30

場所 堤丘公民館 講堂

持ってくるもの：母子手帳・バスタオル

※お子さん1人につき、保護者の参加は
1人までとさせていただきます。

※体調確認と検温を行います。
体調不良時は参加できません。

※保護者のマスク着用をお願いします。

城南区地域保健福祉課

☎ 833-4113

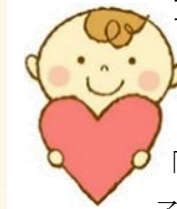


今月のすこやか広場

10月の開催日 4日・18日・25日

時間 10：30～12：30

場所 堤丘公民館

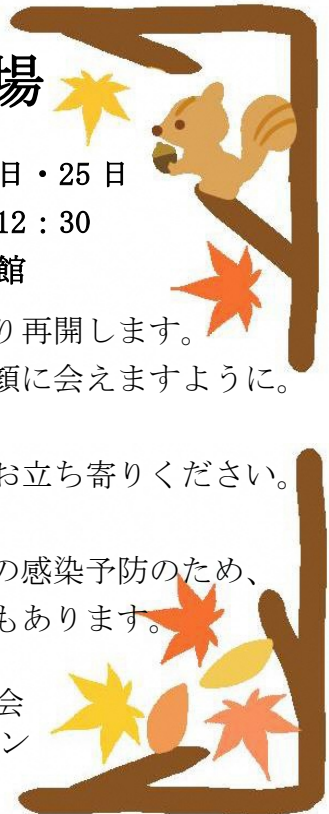


「すこやか広場」は今月より再開します。
子ども達とママの元気な笑顔に会えますように。
初めての方も大歓迎です。

お散歩の途中などに気軽にお立ち寄りください。
お待ちしております♪

※新型コロナウイルスの感染予防のため、
開催を中止する場合があります。

社会福祉協議会
子育てサロン



11月3日～9日は
「みんなで参画ウィーク」

福岡市独自の男女共同参画週間「みんなで参画ウィーク」
～「防災」をテーマに男女共同参画について考える～

みんなにやさしい防災研修

「昼間に災害が発生した」という想定で、性別や
年齢などの違いによる多様な視点や災害時・新型
コロナウイルス感染症に伴い顕著となった困難
など、グループワークを通じ学びます。

日時：10月3日（日）
10：00～12：00

場所：堤丘公民館 講堂

※定員に達しました。

校区の皆様ご協力ありがとうございます

ハーブ講座

今回の講座では「マスクプレー」を作ります。
除菌をしながらハーブの香りでマスク生活を
快適にしませんか？

日時：11月6日（土）10：00～12：00

場所：堤丘公民館 講堂

申し込み：堤丘公民館 ☎861-4821

10月15日（金）～

定員：先着20名

定員になり次第締め切ります

※日程を変更する場合があります。



堤丘校区男女共同参画協議会