

高齢者教室 『スプリングコンサート』



日時 4月18日(火) 10:10~11:45

場所 七隈公民館 講堂

★声楽家:佐伯 洋子氏 ★ピアノ:安浪由紀子氏

佐伯さんのふんわりすてきな歌声をみんなで聴きましょう・・・ご希望の方は、公民館へ電話【871-6905】で申し込んでください。締め切りは4/15(土)です。
※高齢者教室会員優先です。会場の都合で、先着45名で締め切りますので、お早めにお申し込みください。
※今年度の新規会員希望の方は、随時公民館で受け付けます。
※次回は5月12日(金)の予定です。

公民館の臨時休館について

下記の臨時休館予定の日に、利用申請(申請書記入提出)がなければ休館します。申請は、申請締め切日の17時までにお願います。事務室は17時までです。

【令和5年度 七隈公民館における月1回の休館予定日】

4月 2日(日)	5月 7日(日)	6月 4日(日)
7月 2日(日)	8月 6日(日)	9月 3日(日)
10月 1日(日)	11月 12日(日)	12月 3日(日)
1月 4日(木)	2月 4日(日)	3月 3日(日)

- ①4月2日(日)申請締め切りは 3月23日(木)
 - ②5月7日(日)申請締め切りは4月27日(木)
 - ③5月3日(水)~5日(金)申請締め切りは 4月23日(日)
- 〈福岡市七隈公民館 館長 松尾規文〉



あなたも、「住みよい七隈」の仕掛け人に 七隈ゼミ

日時 4月17日(月) 10:00~11:45

七隈ゼミ12回目のテーマは、「わが町の広報を語り合う②」です。どなたでも参加できますので、積極的にご参加ください。町内会長さん・自治会長さん、地域づくりに興味のある方は4月14日(金)までに公民館へ電話(871-6905)でお申し込みください。肩の凝らない気軽な講座にしたいと考えています。【先着20名で締め切ります】

地域を知る 七隈地元学

日時 4月19日(水) 10:00~11:45

内容 「七隈郷土誌を読む⑤」

七隈校区の宝、「七隈郷土誌」をじっくり読む時間を持ちます。興味のある方は電話でお申し込みください。七隈地元学初心者の方も大歓迎です。申し込みは公民館へお電話ください。☎871-6905



花づくり応援事業 花壇めぐりウォーキング

七隈公民館では花づくり応援事業の一環で、七隈校区で、花づくりをしている団体の「花壇」を実際に見て歩く事業を企画しました。(少雨決行)

実施日: 令和5年4月4日(火) 集合9:45 出発時間: 午前10時 集合場所: 七隈公民館
《花壇めぐりコース》(団体名、場所) ※梅林5丁目集会所でトイレ休憩させていただきます。

- ①フラワープレイツ(七隈小前歩道)→②梅1花クラブ→③梅香るプロジェクト(福大トンネル南側ほか)→④みどりヶ丘ガーデンクラブ→⑤梅林中公園ガーデンクラブ(梅林第2団地)→⑥梅林フラワークラブ(梅林5丁目)→⑦エコガーデンと愉快な仲間達(梅林3丁目)→⑧西南杜の花クラブ(西南杜の湖畔公園)→解散

※各自飲み物を持ってきてください。屋外なので、マスクを着用しなくてもいいです。

所要時間: 約2時間 参加希望の方は事前にお申し込みください。(1日までに)

お申込み: 午前9時~午後5時の時間内に公民館事務室へ(電話番号: 871-6905)

「公民館の主催事業で楽しみませんか!」

七隈公民館では次のような「公民館主催事業」を行っています。皆様には実施に応じてご案内してまいりますので、どうぞお気軽にご参加ください。

〈今年度 七隈公民館が行う主催事業〉

今年度もご参加、ご協力よろしくお願います。

- ①子どもの健全育成事業【ななくまあそびのひろば】
- ②人権問題学習講座
- ③高齢者地域参画支援講座【高齢者教室】
- ④地域リーダー育成講座【七隈ゼミ】
- ⑤地域活動ボランティア養成講座
- ⑥環境問題学習講座
- ⑦花づくり応援事業
- ⑧地域コミュニティ支援事業【七隈地元学】
- ⑨公民館スマホ塾



令和5年度 第1回 七隈公民館 館内サークル代表者会議

日時 4月1日(土) 10:30~12:00

七隈公民館でサークル活動をするサークルの代表者(代理でも可)は必ずご出席ください。

- 【内容】①サークル協議会 令和4年度事業報告・会計報告
- ②令和5年度 サークル協議会役員選出 ③公民館より 他

【場所】七隈公民館 講堂 ※七隈公民館サークルは4月2日から開始する予定です。

ななくまあそびのひろば わくわく科学実験教室

日時 4月5日(水) 10:00~11:30

【内容】七隈小学校の3・4年生を対象にした科学実験教室です。小学校を通して、申し込み用紙付きのチラシを配布しますので申し込んでください。

【場所】七隈公民館 学習室・講堂

※くわしいことは配布されるチラシでご確認ください。

【七隈公民館よりお知らせ】 令和5年5月8日から、感染法上の類型が見直されることに伴って、3月13日から国におけるマスク着用に係る考え方が見直されました。「マスクの着用は個人の判断に委ねる」など公民館でも感染対策が少し変わりました。七隈公民館として、これまでもそうでしたが、これからも、不安を感じないで公民館で過ごせることを最優先に職員一同対応してまいります。部屋の換気や施設の消毒などご理解いただかなければならない場合もあります。ご協力をお願いいたします。施設内の消毒などは引き続き行ってまいります。

◎は表面に、☆は裏面に記事があります	
総会は校区団体のみ記載しています。町内会・自治会、単位シニアクラブなどはここに記載していません。	
1	土 ◎館内サークル代表者会議
1	土 男女協 事務局会
2	日 ◎休館日
令和5年度サークル活動開始(館内・館外)	
3	月 ☆無料法律相談会
4	火 ◎花壇めぐりウォーキング
4	火 シニア連交流サロン(ダーツ)
5	水 ◎わくわく科学実験教室
七隈小・梅林中 始業式	
7	金 チューリップサロンの会 総会
☆社協健康マージャン会	
8	土 ☆ななっこ料理道場
自治協 運営委員会	
校区防災会 総会	
11	火 梅林中学校 入学式
12	水 七隈小学校 入学式
☆アンビシャス広場	
13	木 ☆ふれあいランチ
14	金 人尊協 事務局会
15	土 ☆アンビシャス広場
17	月 ◎七隈ゼミ 広報を語る②
18	火 ◎高齢者教室 スプリングコンサート
18	火 シニア連交流サロン(ダーツ)
19	水 ◎七隈地元学
シニア連 運営委員会	
19	水 ☆アンビシャス広場
男女共同参画協議会 総会	
20	木 人権尊重推進協議会 総会
社会福祉協議会 総会	
21	金 ☆チューリップサロン
22	土 ☆アンビシャス広場
防犯推進委員会 総会	
23	日 青少年育成協議会七隈つくしんぼ総会
24	月 食生活改善推進員協議会 総会・定例会
シニアクラブ連合会 総会	
25	火 民生委員児童委員協議会 総会・定例会
保健衛生連合会 総会	
26	水 ☆保健衛生 ホウ酸団子作り
環境推進委員会 総会	
27	木 福岡大学社会教育主事講習説明会

公民館は災害時の一時避難場所です。一時避難場所になった場合はサークルや事業は中止になります。

裏面『七隈ふれあいひろば』もご覧ください

福岡市七隈公民館

〒814-0133 福岡市城南区七隈4丁目26番38号

TEL(871)6905 FAX(871)5247

七隈校区人権宣言 三、「思いやりの心をもち、助け合います」

七隈ふれあいひろば

<令和5年4月1日>

チューリップサロン



子育てサロン
0才~就園前の乳幼児

【開設日】第1.3金曜日(4月は第3のみ)
【時間】10:00~12:30
【場所】七隈公民館 講堂

※時間内なら、何時にきてても、何時に帰っても、結構です。事前申し込みは不要です。

開設日	内容
21	見守り 担当:キッチンママ

♪お子さんの飲み物・大きめのタオルを必ず持ってきてください
♪持ち込みの食事はできません。
◎問合せ:七隈公民館 ☎871-6905へ

《ななっこ料理道場》からのお知らせ

日時:4月8日(土)10:00~13:00

場所:公民館 学習室・講堂 参加費:無料
お知らせが学校を通して配られます。
内容を詳しく見てください。
主催:ななっこ料理道場運営委員会

七隈アンビシャス広場



参加するには保護者承諾書の提出が必要です。
密集・密接・密閉にならないように工夫して実施しています。
4月12日(水)・15日(土)・19日(水)・22日(土)
【時間】水曜日15:00~16:30 土曜日10:00~11:30
保護者承諾書とお知らせが学校を通して配られます。
内容を詳しく見て提出してください。



フラワーラブメイツ

校区を花いっぱい

◎新一年生を迎える4月「花いっぱいの七隈になったらいいなあ」という子どもたちの声に応えたいと作られた花壇の『手入れと維持』に努めます。
※4月の水やりと手入れの日(水曜日15:30~) 4/5, 4/12, 4/19, 4/26
一緒に活動できる方、どうぞお越しください!

七隈校区 社会福祉協議会 健康マージャン会 4月7日(金)13:00~16:00

☆参加費:無料 ※未経験者歓迎! 場所:七隈公民館講堂

春はいろいろなことにチャレンジするスタートの季節ですね。
社協の行事だけでなく、ほかの団体の活動や、ボランティア活動など初めてのことに積極的に参加して、毎日を生き生きと過ごしていただけると嬉しいです。



ふれあいランチ

ネイバーランド

ひとり暮らしの高齢者・障がいのある方

【期日】4月13日(木)

【時間】12:00~13:30

【場所】公民館 学習室・講堂

【昼食代】500円

「お気をつけてお越しください」

福岡リーガルクリニック法律事務所
の弁護士による

無料法律相談会

4月3日(月)10:00~12:00

相談は事前の予約が必要です。

相談予約やお問い合わせは

874-9292

福岡リーガルクリニック法律事務所へ。

七隈校区 食生活改善推進員協議会 からのお知らせ

食生活改善推進員は、保健所で講習を受け『ヘルスマイト』として、地域の行事などに参加します。健康の輪を広げるために、地域の皆さんといっしょに健康について学んでいます。『ヘルスマイト』講習会については市政だよりでご確認ください。この2年、「料理講習会」はできませんでしたが、今後は工夫して実施したいと考えています。「料理講習会」を実施する際は『公民館だより』で地域の皆さんにお知らせします。

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】防犯・交通安全課 TEL 711-4061

七隈グラウンドゴルフ同好会 見学にいらっひませんか?

4月の月例会 4月24日(月)9:30~

場所:西南社の湖畔公園 多目的広場(干隈中央公園)
※問い合わせ先は、公民館にお尋ねください。

『あなたも仲間』七隈校区シニアクラブ連合会 会員募集!

校区のシニアクラブは全部で10あります。校区シニア連での活動、会ごとの独自の活動(ウォーキング大会・清掃活動・グラウンドゴルフなど)活発に行われています。いつでも仲間を募集しています!

シニアクラブ名	町名	会長名
健寿会	七隈本町	松浦 能徳
長寿会	七隈南町	臼杵 利勝
第1福寿会	干隈	一丸 由美子
第3福寿会	干隈	前田 健司
菊寿会	菊池ヶ丘	轟 達也
梅林東町福寿会	梅林東町	西田 澄夫
千歳会	梅林3丁目	丸田 正博
みどりの会	梅林4丁目	山野 孝子
西梅林福寿会	梅林5丁目	岡部 修司
万寿会	第1	七隈西町3丁目 大神 トク子
	第2	七隈西町5丁目1区 真名子 久美子
	第3	七隈西町5丁目2区 嘉村 廣
	第4	七隈西町6丁目 宮崎 學

各クラブの会長さんの連絡先電話番号は、公民館にお尋ねください。

耳よりな はなし

『感動体験を増やす』

3月は中学校、小学校の卒業式に出席する機会をいただき参列しました。卒業証書授与では、緊張していた児童・生徒もクラスに戻りお別れの会の後、校庭に出てくる子どもたちの美しく輝いた姿に、「グッ」と来ました。

卒業生のかしこまった丁寧な言葉に、感動しました!

「感動」について次のような例があります。

「旅行先で美しい景色を見て感動し、抱えていた悩みごとの解決策が見つかった」「本を読んで感動したことがきっかけで、転職する決意がついた」

これらは、感動したことで心に大きなプラスのエネルギーが増えた例です。

心にプラスのエネルギーが増えると、「ダメかもしれないからやめておこう」とか「もう少し我慢しよう」といった弱気が減るため、前に進むことができます。

自己肯定感や自己効力感が増し、感動体験をすることで、行動が加速するのです。感動は、「感じて動く」という言葉からできていますね。

人は、心を揺さぶられることで、力が湧いてくる生き物です。

毎日の生活の中に感動する場面やチャンスをできるだけ持ちましょう。日常生活で感動する場面が少ない人は、映画を見たり、本を読んだり、行ったことのない場所へ旅するなど、いつもと違うことをやってみましょう。

非日常的な場所へ行くと、感動体験が増えて、新しい考えが生まれやすいものです。

また、公民館講座に参加して人に接することで、いろいろな価値観に触れ、こり固まっていた考え方に変化が生まれることもあり、感動もあります。

感動すると、心は喜びます。

そして、自分を喜ばせると、人生で幸せを感じる時間が増えていきますね。

4月の「入学式」でも、感動したい!感動するつもりです。感動を探しませんか。

福岡市七隈公民館 館長 松尾 規文