

さいとざき公民館だより

福岡市西戸崎公民館

東区西戸崎5丁目1-1 TEL:092-603-0201 FAX:092-603-6174
<http://gakushu.city.fukuoka.jp/civic/000247/top.htm>
 E-mail: saitozaki68@jcom.home.ne.jp

令和5年5月号



西戸崎校区『ウォーキング講座』

日時；令和5年5月18日（木）10:00~12:00
 場所；西戸崎公民館 講堂
 内容；ウォーキングに関する講話、筋トレ等・ウォーキング実施
 講師；斎藤健康運動指導士
 持参品；飲み物、タオル、帽子
 ☆動きやすい服装・靴でお越しください
 ☆雨天時は室内用シューズをお持ちください
 定員；15名 5月8日（月）から公民館にて申し込み受付
 参加費；無料 （参加者本人の申し込みに限る）



※新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる可能性があります
 主催；西戸崎校区衛生連合会 協力；東区地域保健福祉課

“認知症の基礎知識と接し方講座 Vol. 2”

日時；5月23日（火）10:00~12:00
 場所；西戸崎公民館 講堂
 講師；福岡市認知症キャラバン・メイト 山本 誠 氏
 内容；「ユマニチュード講座」
 （ユマニチュードとは【人間らしくある】を意味するフランス語の造語）
 申込み；西戸崎公民館 定員；15名
 主催；福岡市東区保健福祉センター 地域保健福祉課



♡人とのふれあいが少なく
 お話を聞いて欲しい方
 ♡認知症の方も参加お待ちしております
 楽しく対応させていただきます

日時；令和5年5月 9日（火）・23日（火）
 10:00~12:00
 場所；西戸崎公民館 申し込み；西戸崎公民館

～傾聴ボランティア（田村・樺嶋・井谷）～
 傾聴講座を受けて8年以上、各施設での活動経験
 のあるメンバーが対応させていただきます
 ※マスク・お茶をご持参ください

Welcome ***食進会の料理教室***

～らくらくランチで生活習慣病予防食～
 (日時) 5月31日（水）10:30 集合
 (場所) 西戸崎公民館 (参加費) 500円
 (定員) 16名 (申込み) 5月8日（月）～
 ※定員になり次第締め切ります
 ※マスク着用をお願いします
 ※令和5年度の活動がスタートします
 “自分の健康は自分の手で”
 しっかり学んでおいしい食事!!
 野菜摂取量測定（ベジチェック）をします
 皆さんの参加をお待ちしています！
 食進会が作ります♡



tippig



子育てママのフリースペース

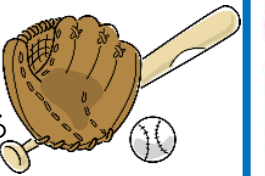
“ゆう・ゆう”

5月1・8・15・22・29（月）10:30~13:00
 お部屋を開放しています！お気軽に遊びに来て下さい



【西戸崎校区壮年ソフトボール交歓大会】

～親睦・体力づくり・健康～
 日時；令和5年5月21日（日）8:00~受付 開催～
 予備日；雨天の場合は 令和5年6月11日（日）
 場所；西戸崎校区運動広場（処理場横グラウンド）
 参加希望；各町内体育委員もしくは 有吉美樹 090-3884-3486
 田中一郎 090-2016-7092
 参加資格；西戸崎校区在住で30歳以上の男女
 30~34歳以上は2名以内
 グラウンド上で投手は40歳以上とする
 登録選手は22名までとする
 開催種目；壮年ソフトボール交歓大会
 質問；メールアドレス_saitozaki50@aol.com
 主催；西戸崎校区体育協会
 ※参加希望の方は各町内体育委員もしくはメールか電話で
 お問い合わせ下さい



ふれあいサロン ~夕風~

日時；5月13日（土）10:00~
 場所；西戸崎公民館
 内容；「ペットボトルカーリング」
 ※ペットボトルを転がして点数を競う楽しいゲーム!!
 ※参加費・申込み不要



ふれあいサロン ~よかよか~

日時；5月14日（日）13:00~
 場所；大岳集会所
 内容；「ダーツ教室」
 ※楽しいダーツで心も体もリフレッシュ!!
 ※参加費・申込み不要
今月は時間が変更になっていますのでご注意ください



～地域猫譲渡会とバザーのお礼～

先日、4月2日に開催しました地域猫譲渡会とバザーでは、
 沢山の方に来ていただきありがとうございました。
 お陰様で2頭の猫が幸せをつかみました
バザーの売上げ金 25,290円 寄付金 6700円でした
 全額、避妊・去勢手術代に使わせていただきます！ありがとうございました。



【5月の臨時休館日のお知らせ】

5月 3日（水） 臨時休館日
 4日（木） 臨時休館日
 5日（金） 臨時休館日



5月21日（日）は

利用申し込みがない場合は臨時休館いたします。
 この日に利用を希望される場合は5月11日（木）
 17時までにご連絡をお願いします。

あなたがい 明るい笑顔と おもいやり