

簡単！キレイ お出かけメイク講座

7月6日(木) 10:00~11:30

いつまでも若々しく元気でありたい女性たちを応援する講座です！ スキンケアからポイントメイクまでの基本的な方法を学びます！

講師：花王グループカスタマーマーケティング(株)

持ってくる物：お使いのメイク道具、鏡

定員：20名

★サンプルの無料プレゼント有

今すぐお申込み
ください！



スマホ塾

7月24日(月) 10:00~12:00

スマホの機能を学んでみませんか？
初心者向けの内容となります。

講師：ドコモショップ橋本西店

定員：10名(先着順)

※お使いのスマホがドコモ以外の方も参加できます。

※7月1日(土)より申込み受け付けます。



チャレンジキッズ

クリアうちわで パステルアート体験

7月28日(金) 10:30~12:00

クリアうちわにパステルで絵を描いて、マイうちわを作りましょう！涼しげで可愛いうちわで夏を楽しもう！

講師：ほしのくみこ氏(パステルアートはあと屋さん)

対象：小学生 15名(先着順)

材料代：300円

※7月22日(土)までに公民館へ申し込みください。



健康講座「スロージョギング」

～夏本番に向けて体力をつけよう！～

7月29日(土) 10:00~12:00

きつくないのにウォーキングより消費エネルギーが高い！
誰でもできる運動です。スロージョギングで夏を乗りきれ！

対象：どなたでも(小学2年生以下は保護者同伴) 30名

持ってくる物：室内履き、タオル、飲み物

※7月21日(金)までに公民館へ申し込みください。

衛生連合共催

参加賞
あります！



子育てサロン「わくわく広場」

(0歳児～未就学児親子対象)

7月27日(木) 10:00~12:00

乳幼児と保護者の交流や情報交換の場です。

今回は、夏休み企画としてBabyマッサージを行います！

兄弟児の参加も大歓迎です。新聞紙を使って玉入れなどして遊みましょう♪

申し込み不要、時間内は出入り自由なので、

お気軽にお越しください！



区役所に行かずに手続き

公民館でマイナンバーカードの申請をすると
郵送で受け取れて大変便利です

8月2日(水) 14:00~16:00

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影を行います。また、2月末までに申請されたマイナンバーカードを既に持っている人には、マイナポイントの申込みや健康保険証利用登録、公金受取口座登録のサポートも行いますので、ぜひご利用ください。

事前予約制です。予約期間に下記の受付センターへお申し込みください。

【対象者】 西区に住民票のある方

【予約期間】 7月19日~7月28日 9:00~18:00
定員に達した時点で予約受付を終了します。

【予約受付】 福岡市マイナンバーカード申請出張サポート
コールセンター TEL 092-600-2402

※インターネットでも予約できます。

(「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)

【主催】 福岡市総務企画局データ活用推進課
(この事業は業者への委託により実施します。)

ラジオ体操のお知らせ

毎週月曜9:45から公民館ロビーにてラジオ体操を行っています。一週間の始まりにいかがですか？

【漢字クイズ】

ヒントは動物だよ！

- ①兎 ②狐 ③縞馬
- ④麒麟 ⑤子守熊



＜臨時休館のお知らせ＞

7月30日(日)に利用申し込みがない場合、臨時休館します。この日に利用を希望される場合は、7月20日(木)までにご連絡をお願いします。

Facebook と Instagram を

やっています。👉を読み取

ってぜひご覧ください！

いいね！をお願いします👉



＜人権標語＞

広めよう やさしい心の 助け合い



俳句会【五月の一句】

ウォーキング若葉の光踏みしめて

吉松 須和子

(いまは初夏のみどりの中。すべて新鮮
でみずみずしい。朝の太陽の影と光が
克明である。〔若葉の光踏みしめて〕と
いうフレーズが一句に迫真の力を与え
ている。)

選者評)

紙リサイクルステーション

利用時間：毎週土曜・日曜 9:00~17:00

※7月29日(土)・30日(日)は第5週目のため休みます。

設置場所：金武公民館横 老人いこいの家の前

- ・新聞紙 ・チラシ ・段ボール
- ・雑紙(雑誌、封筒、菓子箱など)

★それぞれをまとめて、ひもで十字にしばってください。

★ビニールやCDは、必ず外してください。

★必ず利用時間内にお持ちください。

環境活動連絡会

