

和白東公民館だより

福岡市東区高美台2丁目1-8
TEL.607-2442



9月の行事のご案内

2023年9月号 No.532

健康講座

1	金	自治協議会定例会
3	日	人権尊重推進協議会講演会
4	月	母子巡回相談
7	木	学校施設開放調整会議
9	土	図書開放
10	日	オアシス花かご
11	月	らっこサロン
12	火	自主防災会講演会
15	金	民生委員児童委員定例会
16	土	ふれあいネットワーク
17	日	公民館臨時休館日
22	金	健康講座 衛生福祉委員会
23	土	図書開放
25	月	らっこサロン サロン和愛
27	水	親子ふれあい教室
29	金	第3回サークル代表者会議 シニアライフエンジョイ講座



公民館からのお知らせ

◎9月17日(日)は利用申し込みがないときは、臨時休館します。この日にご利用を希望される場合は、9月7日(木)までにご連絡をお願いします。
◎サークル代表者会議は9月29日(金)9:30~です。

第44回 校区市民体育祭

テーマ：【和白東校区 POWER!!!】
日時：10月8日(日)9:00~13:00
場所：和白東小学校 校庭 (雨天中止)

地域で学ぶ

シニアライフ エンジョイ 講座

第4回 ~美味しい食事は元気の源!~

自分で簡単に作れる、飲み込みやすい食事などを知る事ができます。



日時：9月29日(金)13:30~15:00
場所：和白東公民館 講堂
講師：大賀薬局管理栄養士 波戸 めぐみ氏
対象：おおむね60歳以上
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
※第1回のご案内時にお申込みされた方は、改めて申込みの必要はありません。

第5回 ~認知症について楽しく学ぼう~

認知症の進行予防について、正しい知識を知り、人との関わりについて学ぶことができます。



日時：10月13日(金)13:30~15:00
場所：和白東公民館 講堂
講師：介護支援専門員 中村 美代氏
対象：一般
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
※第1回のご案内時にお申込みされた方は、改めて申込みの必要はありません。

最終講座は楽しい事があります!

※事業予定は変更になる場合があります。ご不明な場合は、公民館へお問い合わせください。

フレイル予防で健康長寿
全身を動かし、
リフレッシュしながら体力維持



日時：9月22日(金) 14:00~15:00
場所：和白東公民館 講堂
講師：まつもと整形外科クリニック
理学療法士 河野侑太氏
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
※動きやすい服装でご参加ください。

みんなでおいしい!

秋の行楽弁当を作ろう!



過ごしやすい季節に、お弁当を持って出かけませんか?
手作りのお弁当を作るヒントがたくさん講座です。

日時：10月2日(月)10:00~12:00
場所：和白東公民館 講堂
講師：九電ネクスト(株)
ホームアドバイザー 牧山 幸代氏
定員：10名
持ってくるもの：三角巾・エプロン・手拭きタオル
※館内での飲食は出来ません
申込み：和白東公民館 ☎607-2442
申込み受付：9月19日(火)より先着順受付

今月の人権標語

ありがとう

まほうの言葉

つたえよう

親子ふれあい教室 9月

親子のふれあい遊びを通して大人も子どもも笑顔になれるプログラムです。

パネルシアターやふれあい遊びで楽しい時間を過ごしましょう。



日時：9月27日(水) 10:30~12:00

場所：和白東公民館 講堂

講師：福岡市立中央児童館「あいくる」スタッフ

対象：子育て中の保護者の方

定員：8組

申込み：和白東公民館 ☎607-2442

※参加者は、おむつと安心定期便スタンプが受けとれます。

パパもどうぞ!

スマホによる食料品・日用品の宅配を体験してみませんか?

お店が遠く買い物に困っている、免許返納などこれからの買い物に不安を感じているなどはありませんか?

福岡市では、スマートフォンによる食料品・日用品の宅配サービスの普及・促進に取り組んでいます。今なら、モニター登録し、アンケートに協力するとUber Eatsの宅配サービスを割引特典で体験できます。使い方講座も開催していますので、ぜひチャレンジしてみてください。

※お申し込みが必要です。

<お問い合わせ先>

買い物支援プロジェクト事務局 0120-385-039



申し込み詳細はこちら

9月1日~7日は「福岡市備蓄促進ウイーク」
災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウイーク」と定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日以上以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

●備蓄品

- ・食品(1人1日3食×3日分)
- ・水(1人1日3リットル×3日分)
- ・トイレトーパー
- ・携帯用トイレ
- ・懐中電灯
- ・携帯ラジオ
- ・モバイルバッテリー
- ・救急セット など



●ローリングストック法

普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

●感染症対策

- ・消毒液
- ・マスク
- ・体温計
- ・ビニール手袋
- ・上履き
- ・衛生用品 など

※高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。

校区紙リサイクルステーションよりお知らせ

ご家庭で眠っている資源物はリサイクルへ

利用時間：毎週土・日曜日 10:00~16:00

場所：自治協議会集会室 横(上和白中央公園 横)

※ペットボトルは回収していません。

※飲料以外の空き缶(缶詰め)などは回収しません。

回収出来るもの



古紙：新聞紙(チラシ)・雑誌・段ボール・牛乳パック・リターナブル瓶(ビール瓶・一升瓶)・アルミ缶とスチール缶(どちらも飲料のみで中をすすぐ)・古着(下着類は不可)



第8回 校区ファミリーバドミントン大会 (7月23日開催) 結果

	ファミリーの部	一般の部
優勝	和白東5	高美台3-2
準優勝	高美台3-2	和白東2
3位	和白東3	和白東3

暑い中たくさんの方に参加していただき年齢を問わず楽しむことができました。

和白東校区自主防災会 ミニだより No.4

「防災重点農業用ため池」とは?

「決壊すると下流に被害を及ぼす恐れのあるため池」として高見池・大蔵池も指定されています。(東区内指定は38池)

1941年には大蔵池が決壊し、浸水被害が生じた記録があります。

※両池の「ため池ハザードマップ」を10月全戸配布予定です。