



年に一度は  
健診を受けましょう！

### 育児

美野島公民館情報



**10月のこころランド(子育てサロン)** 主催：社会福祉協議会  
みなさんと感染防止対策をとりながら、楽しく遊びましょう。

日時：10月3日、17日の火曜日 10:30～11:40 (2階 講堂にて)  
乳幼児のお子様がいいらっしゃる保護者の皆様！  
公民館講堂に遊びのスペースを準備しています。飲み物ご持参で！

『福岡市おむつと安心定期便』対象事業

**10/30 母子巡回健康相談** 定員15組(予約制・先着順)

実施日：10月30日(月) 13:30～ 美野島公民館 2階 講堂  
対象：妊産婦、乳幼児とその保護者  
内容：身体計測・全身観察・育児相談等  
持ち物：母子健康手帳、バスタオル等  
申込み先：博多区地域保健福祉課 地域保健福祉係  
TEL 092-419-1100 FAX 092-402-1169



### シニア(高齢者)

**10/23 ふれあいサロン美野島** 主催：社会福祉協議会

日時：10月23日(月)10:00～11:30 (1階 地域団体室にて)  
対象：美野島地区の65歳以上の方  
内容：脳トレや手遊び、軽い体操で楽しいひととき！

**令和5年度 高齢者乗車券の申請はお済ですか？**

《問合せ》高齢者乗車券郵送受付センター 0120-502-633 (9時～17時)

**公民館でマイナンバーカード申請すると郵送で受取れる**

マイナンバーカード申請受付や申請用写真撮影を行います。

◆事前予約制です。予約期間に受付センターへお申し込みください。

日時：11月2日(木)14:00～16:00

会場：美野島公民館2階 講堂 対象者：博多区に住居票のある方

事前予約期間：10月18日(水)～10月27日(金)9:00～18:00

※ 定員に達した時点で予約受付を終了します。

【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 FAX 06-7664-9531

インターネットで予約も「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索

※必要なものなど詳しくは、予約の際にご確認ください

主催：福岡市総務企画局データ活用推進課

### 公民館来月以降の予定

11月10日(金) 文化祭会場設営・展示

11月11日(土)～12日(日) 第44回 文化祭

11月15日(水) わいわいジム・あんしん介護相談室

11月23日(木・祝) 第2回みんなのライフプラン

11月30日(木) 臨時休館

※日時等が変更になることもあります。

11月  
コア・トレ  
4日・18日  
25日



### お知らせ

**10/15 美野島地区『体育祭』**

参加賞あり！抽選あり！笑いあり！4年ぶりの体育祭を楽しみましょう！

日時：10月15日(日) 9:30～13:00頃 雨天決行

会場：住吉小・中学校 グラウンド

- プログラム：
- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| ①開会式9:30     | ⑥パン喰わん競争        |
| ②運も実力のうち     | ⑦綱引きリターンズ       |
| ③お披露目        | ⑧小学生対抗リレー       |
| ④みんなで玉入れ     | ⑨1・2・3・4丁目対抗リレー |
| ⑤ジャンボ？バトンレース | ⑩閉会式13:00頃の予定   |

※雨天時は体育館で雨天時用のプログラムで実施します！

問合せ：各自治会・町内会へお問い合わせください。

主催：美野島自治協議会 共催：美野島体育振興会

まちめぐりウォーキング講座

**10/29 「日曜日だよ！秋のレッツウォーキング」**

～博多ガイドの会による博多旧市街まちあるき～

日時：10月29日(日) 9:00美野島公民館集合 (12:00終了予定)

スケジュール：公民館出発9:40→榎田神社→東長寺→博多千年門

※現地解散・雨天時は、公民館で9:00より90分の運動講座を実施！

講師：(株)健康科学研究所 健康運動指導士

持ち物：飲み物・帽子・マスク ※歩きやすい靴と服装でご参加ください

申込み：申込書に記入の上、公民館にお申込みください。

主催：衛生組合連合会 共催：博多区地域保健福祉課

### 令和5年度第44回 美野島公民館文化祭

◆作品展示◆ 水彩画教室・手づくり会・ペン習字・池坊いけばな教室

◆茶道実演◆ 茶道教室・好日会・古今の会

◆演芸ステージ◆

11/11(土) オーボエ独奏 築城 幸美、ジャズバンドLJTほか

11/12(日) 英会話・3B体操・バレエクラブ・民舞若美会・イリマフ

◆活動紹介ポスター◆ 健康ヨーガ・自彊術・るるん体操クラブ

卓球B・卓球C・剣道部・バレエクラブ・卓球A

バレーボール・バドミントン・サッカー・ソフトボール、ミニバス

福岡市防災フェア 日時：11月3日(金・祝)10:00～16:00

場所：福岡市役所西側ふれあい広場

### 公民館よりお知らせ

**10/4 第2回 文化祭実行委員会**

各サークルの文化祭実行委員の方は出席ください。

欠席の場合は、必ず代理の方の出席をお願いします。

日時：10月4日(水) 10:30～12:00



**10/25 第3回 文化祭実行委員会**

日時：10月25日(水) 10:30～12:00

**令和5年度第44回 美野島公民館文化祭**



日時：11月11日(土) 10:00～15:00

11月12日(日) 10:00～14:00

本年度は、4年ぶりの演芸ステージ(11/12)を再開し、作品展示、活動紹介をします。また、11/11は、オーボエ奏者の独奏やジャズバンドの演奏もあります。美野島公民館グループ・サークルの皆さんが作り上げた文化祭です。

**10月の臨時休館日 10月31日(火)**

美野島公民館にお越しの際は、体調を確認し、発熱や咳など、風邪症状のある方は参加をお控えいただくなど、各自でご検討ください。

### 公民館講座

**10月『コア・トレ』** コーチは美野島2丁目「ゼロスポ鍼灸・整骨院」

日時：10月7日、14日、21日、28日の土曜日19:00より

※現在定員になりましたので、新規のお申し込みができません。



**10月『水曜日のコア・トレ』** コーチは公民館の主事です(笑)

日時：10月4日、25日の水曜日13:30～14:30

10月18日水曜日10:30～11:30

内容：体幹トレーニング 対象：30～50歳代



備考：動きやすい服装で、タオルと飲み物を持参ください。

**10/18 『わいわいジム』 百年橋リハビリテーション病院**

『あんしん介護相談室』 パナソニック

日時：10月18日(水)13:30～15:00 (2階 講堂にて)

対象：おおむね65歳以上 備考：動きやすい服装、タオル、飲み物

**11/23 第2回『みんなのライフプラン』**

『積立投資のヒント』『新NISA』投資体感ゲーム『つみたてGO!』

詳しくは11月号でお知らせします。ご自宅からzoomでの参加もOK