



公民館だより

NO.506 令和5年10月

“皆さんが集い、学び、つなぐ場所”

〒819-0371 福岡市西区大字飯氏 876-1 (電話 806-1371 / ファックス 806-1395)

秋風が夏の暑さで疲れた体に心地よい安らぎを投げかけてくれる季節となりました。と本来ならご挨拶すべきところですが、今年に限ってはどのようにしてどのようにして猛暑続きで台風もこれでもかこれでもかと言わんばかりにダブル・トリプル等団体でやってきます。ぼやいてばかりいても前には進めません。

自然現象には太刀打ちできませんし、ケセラセラでなるようにしかなりませんよね。

これから先はお互い健康管理に努め自然と仲良くし、人との繋がりを大切にしていきたいものです。

周船寺公民館館長 内川 義則

10月の公民館臨時休館について

10月9日(月・祝)に利用申込みがないときは、臨時休館します。この日に利用を希望される場合は、10月1日(日)正午までに「公民館利用申請書」を提出してください。

周船寺公民館館長 内川 義則



「ふれあい文化祭」のお知らせ

11月3日(金・祝) 9:30から作品展示、12:30より芸能発表を周船寺公民館にて開催します。10月中旬にプログラムを全戸配布いたします。ぜひご覧ください。

育児サロン(のびっこ)

- ★日時 10月6日(金) 20日(金) 10:00~
★場所 周船寺公民館 講堂
★対象 未就園児と保護者

\*お子さんと保護者が一緒に遊ぶスペースとおもちゃを用意しています。みなさんのご参加をお待ちしています。

周船寺校区社会福祉協議会



亡き母とらっきょう漬けしをなつかしみ
うす皮むきし夜半にひとり
周船寺短歌会 月形 恭子



②-7 ②-8
③-2 ②-1 (※)

公民館講座

【下記講座の申込みは、周船寺公民館(806-1371)まで】

楽しくダンスにトライ!

- ★日時 10月7日(土) 14日(土) 10:00~12:00
★場所 周船寺公民館 講堂
★対象 小学1年生~中学3年生【先着15名】
「あみんジュニアダンスサークル」の安部 貴美子先生が笑顔で優しく、基本から教えてくれます。《参加費 無料》

楽周院大学(高齢者教室)

- ★日時 10月18日(水) 13:30~
★場所 周船寺公民館 講堂
★内容 「現代尺八が奏でる秋のコンサート!」

~蘇州夜曲、スターダスト、寒い朝 他、懐かしい曲がながれます~
尺八奏者 野村 きみあきさん
ピアノ演奏 秦 久恵さん
《参加費 無料》
どなたでもお気軽にお越しください!

公民館スマホ塾(知って得する情報学級)

- 日時 10月25日(水) 10:00~12:00
場所 周船寺公民館 地域団体室
対象 基本操作はマスターしたけれど...《Wi-Fiについて学びましょう》
講師はNTTドコモさんです《参加費 無料》
★先着12名です。
10月7日(土)から申込み受付いたします。

こころの健康講座(すせんじ交流広場)

~ストレスと睡眠について~

- ★日時 10月21日(土) 13:30~15:00
★場所 周船寺公民館 講堂
★講師 九州大学大学院人間環境学研究院 臨床心理学講座 准教授 古賀 聡 先生
~睡眠障害も含めたストレス反応のお話と身心の緊張を弛めるリラクゼーション体験もありますよ!~
\*お友だちお誘い合わせのうえ、どなたでもご参加ください
《参加費 無料》
主催:周船寺校区健康づくり推進委員会

すせんじ交流広場

第2回 きてみんしゃい! 「お茶の間カフェ」に

- 周船寺校区で誰でも気軽に集える、交流の場を開きます。
★日時 10月29日(日) 10:00~12:30
★場所 周船寺公民館
\*今回は手話ダンスの披露や体験、無料のカフェコーナーもあります。
\*お抹茶を楽しんだり...誰かに会いに...ふらっと!お立ち寄りください。
健康相談コーナーや物品販売もありますよ!
開設時間中は出入り自由です。
主催:周船寺校区自治協議会・社会福祉協議会
共催:周船寺公民館

裏面もご覧ください

**シリーズ! 公民館長のクイズ! (第41弾)**

- 10月に増えるアレルギーや花粉症に効果がある野菜は?  
① ピーマン ② シソ ③ レタス
- 10月が旬で二日酔いに効く果物は?  
① 桃 ② パイン ③ 柿
- 加熱しても栄養が壊れない10月が旬の食材は?  
① ごぼう ② サツマイモ ③ キャベツ
- 10月は一番肌荒れしやすい時期 肌荒れを改善するには?  
① 何度も洗顔する ② 睡眠時間を多くする  
③ 野菜中心にする



**♪周船寺公民館におもちゃ病院がやって来るよ♪**

おうちに、壊れてしまった「おもちゃ」はありませんか? おもちゃ病院の先生が来て、大切な「おもちゃ」を診察してくれます。修理したい「おもちゃ」をもって、周船寺公民館に来てくださいね。  
日時: **10月7日(土) 10:00~15:00** (受付は14:00迄)  
\*当日修理できないときは、預かり修理になります。  
場所: 周船寺公民館 地域団体室  
★問合せ先: おもちゃ病院 (080-8390-8154) まで



**【行政相談所からのお知らせ】**

~困ったら一人で悩まず行政相談~

日時 **10月17日(火) 13:00~15:00**

場所 周船寺公民館 児童等集会室

\*くらし・行政・何でもご相談ください。

秘密は厳守されます。 行政相談委員 内川 義則



**《さいとびあ 育児相談会》**

☆日時: **10月17日(火)**

受付時間 **13:30~14:15**

☆場所: さいとびあ 1階 第2会議室

☆対象: 乳幼児(0歳~未就園児まで)と妊産婦やその家族

☆内容: 身長・体重測定・保健師や助産師による育児や授乳の相談

☆持ってくる物: 母子健康手帳 《料金: 無料》

☆予約: 不要(参加人数が多い場合は入場制限する場合があります)

☆問合せ先: 西区地域保健福祉課 (895-7080)



**【お知らせ】**

公民館館長の任期(2年)が令和6年3月31日で満了となります。つきましては、次期公民館館長の候補者を選定、推薦するための会議が下記のとおり開催されますのでお知らせします。なお、この会議は非公開となっております。

日時	令和5年10月11日(水) 15:00から
場所	福岡市周船寺公民館
議題	福岡市周船寺公民館特別職館長候補者の選定、推薦について
非公開の理由	公民館特別職館長候補者の選定、推薦に係る会議のため (公民館特別職館長候補者推薦委員会設置要綱8条の規定による)

**推薦委員会委員**

氏名	推薦団体
福島 友臣	自治協議会
波多江 孝	自治協議会
鶴田 順子	自治協議会
中村 茂人	交通安全推進委員会
鬼木 大成	防災推進委員会
宮崎 清治	防犯推進委員会
福島 裕之	環境活動推進委員会
末松 真由美	健康づくり推進委員会
池田 文恵	社会福祉協議会
山岡 三重子	男女共同参画委員会

**その言葉 あなたが言われて 嫌じゃない?**



(令和5年 周船寺校区人権標語  
元岡中学校2年 北原 凜佳)



**【校区社会福祉協議会からのお礼】**

江川 富美子 様(周船寺中)より ご夫君 浩二 様  
ご逝去にあたり香典返しとして多額のご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます心からご冥福をお祈り申し上げます。社会福祉のため有意義に活用させていただきます。

**生活習慣病予防のための健診**

「よかドック」で年に1回は健康チェックを!  
福岡市国民健康保険に加入している  
40~74歳の人を対象にした健診です。  
検査費用: 500円(令和5年度に40歳、  
50歳の人、満70歳以上等は無料)



検査項目: 血液検査、血圧測定、尿検査、心電図など  
検査時間: 約1時間

詳細&予約は「けんしんナビ」で検索を

【問合せ先】

西区健康課

よかドック担当: 895-7075

がん検診もあります  
WEB予約できます



**子育てのお手伝いをしてみませんか!**

~ 福岡ファミリー・サポート・センター ~

『福岡ファミリー・サポート・センター』では依頼会員(子どもを預かってほしい人)と、提供会員(子どもを預かれる人)が、相互に子育て援助活動を行っています。保育所等へのお迎えや用事があるときの預かりなどにご利用ください。



なお、依頼会員と提供会員を兼ねることもできます。

**提供会員の講習会について**

提供会員になるには、3日間の講習会を受講する必要があります。

■日程: 11/16(木)10:00~15:00 ■申込み方法

11/21(火)10:00~15:00 電話・メール・FAXで、  
11/28(火)10:00~14:30 下記宛にお申込みください。

■会場: 西市民センター

■申込み期間: 10/2~11/9

■託児有(要申込、先着

(先着順)

順\*依頼会員となる場合も、利用方法などの説明(1時間程度)を受ける必要があります。

(こちらは随時受付、要申込)

申込み・お問合せ先

社会福祉法人福岡市社会福祉協議会

福岡ファミリー・サポート・センター本部

〒810-0062 中央区荒戸 3-3-39

TEL: 736-1116 FAX: 713-0778

Eメール: f-support@fukuoka-shakyo.or.jp



詳細はこちらをご覧ください。