

千代公民館だより 11月号

令和5年

公民館講座のご案内

◎千代高齢者学級（高齢者地域参画支援講座）

★11月14日(火)「オーラルフレイル」

～オーラルフレイル(口から始まる体の衰え)についてのお話とその予防方法について～

講師：博多区保健福祉センター 歯科衛生士さん・保健師さん

時間：10:00～12:00

場所：千代公民館 2階 地域団体室

◎子育て教室「すくすくおズ」

★11月16日(木)

「親子でつながるベイビーイングリッシュ」

講師：Shii さん

時間：10:30～12:00

場所：千代公民館 3階 講堂

千代公民館からのお知らせ

11月26日(日)に利用申し込みがない場合は、月1回の臨時休館いたします。
利用を希望される方は、10日前の正午までに
利用申請書の提出をお願いいたします。

千代校区生活環境美化委員会からのお知らせ

千代校区生活環境美化委員会 環境出前講座

11月12日(日) 午前10時30分～ 約1時間30分程度(予定)

「プラスチック包装容器と花王のとりくみについて」

～よりすこやかな地球のために、一人ひとり いま何ができるかを考える講座です。～

講師：花王グループカスタマーマーケティング(株) 奥村 さん

各町推進委員さんご参加お待ちしております。

エアコンの“夏じまい対策”掃除方法 ～秋のカビ撃退しよう～

「カビ」は梅雨の時期はもちろんのこと、秋の時期にも発生します。
秋の「カビ」は思っている以上に厄介で身体にも害を及ぼすとのこと!!
まずは寒さ到来の前にエアコンの掃除をしましょう。

- ①「内部フィルターの埃の除去」
- ②「吹き出し口の埃の除去」
- ③「エアコン内部の清掃・乾燥」が大切です。

内部クリーン機能が付いているエアコンはそのまま内部クリーン機能を利用する。
付いて無いエアコンは、暖房で30分～1時間・送風で3時間～4時間でエアコン内部の乾燥が出来ます。 専門の清掃業者に依頼することも一つの方法です。

千代校区自治協議会からのお知らせ

11月の校区総合連絡会は、

11月17日(金) 19:00～

千代人権のまちづくり館 3階 講堂

教育のまち・千代

リサイクルBOX {千代6丁目・千代公民館} 設置

「校区紙リサイクルステーション」の利用案内

施設場所：千代6丁目(東浜住宅公園入口)

千代公民館 駐車場

利用日時：土曜日・日曜日のみ 午前9時～午後4時

※利用日時以外は持込厳禁!



千代6丁目 (東浜住宅公園入口)



千代公民館

千代校区体育振興会からのお知らせ

校区ボウリング大会・体育祭 結果

9月24日(日) ボウリング大会 (11町内13チーム参加)

優勝：1丁目4区 準優勝：1丁目3区

10月9日(月・祝日)

優勝：3丁目5区

体育祭 準優勝：千代東住宅 第3位：5丁目6区

千代校区社会福祉協議会からのお知らせ

千代校区 まちの保健室

日時	会場	テーマ
11月28日(火)	千代公民館	楽しく脳トレしよう。

時間：14:00～15:30

講師：千代パピオンデイサービスセンター 坂本 大輔 (サカモト ダイスケ)さん

主催：千代校区社会福祉協議会 共催：福岡市千代公民館・福岡市千代人権のまちづくり館

協力：千代地区事業者ネットワーク連絡会

4年ぶりの開催 第20回ふれあいフェスタ千代

日時：11月26日(日) 午前10時～午後3時

会場：千代小学校 校庭・体育館

博多区保健福祉センターからのお知らせ

母子巡回健康相談 ※予約不要になりました。

実施日時：令和5年12月12日(火) 受付時間：13:30～14:00

場所：千代公民館 対象：妊産婦、乳幼児とその保護者

内容：身体計測・全身観察・ミニ講話・育児相談等

持ち物：母子健康手帳・必要時バスタオル

連絡先 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

福岡市総務企画局データ活用推進課からのお知らせ

区役所に行かず手続き

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。

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。公民館で申請すると後日自宅に届くので大変便利です。下記の予約期間に受付センターへお申し込みください(要予約)。

また、カードをお持ちの方には、健康保険証の利用申込や公金受取口座登録のサポートも実施致しますので、お気軽にご相談ください(予約不要)。

詳細は、市ホームページ(「マイナンバーカード申請出張サポート」で検索)にも掲載しています。

【日時】令和5年11月19日(日曜日) 10時～12時

【会場】千代公民館 学習室 【対象者】博多区に住居票のある方

【事前予約期間】11月5日～11月15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 FAX 06-7664-9531

※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)。

【必要なもの】(1)通知カード又は個人番号通知書 (2)住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

(3)本人確認ができるもの(運転免許証、パスポートなどの原本)

【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。)

福岡市千代公民館

〒812-0044 福岡市博多区千代1丁目20番11号

TEL(092) 651-0066 FAX(092) 651-0082

メールアドレス：chiyo15@jcom.home.ne.jp

よかとレ実践ステーション 毎月第1・3土曜日 午後13:30～

人権標語

みとめよう 人の良いところ 自分の良いところ



千代校区社会福祉協議会からのお知らせ

11月のシニアふれあいサロン「パピオン会」

★みんなで歌おう★ 日時：11月7日(火) 13:30～
場所：3階 学習室

★脳トレ★ 日時：11月21日(火) 13:30～
博多区保健福祉センターによる 場所：3階 講堂

※お茶は各自持参してください!

千代校区衛生連合会からのお知らせ

千代校区衛生連合会・博多区地域保健福祉課 共催

11月5日(日) 午前10時～12時

第12回 秋の健康ウォーキング in 東公園

～正しい歩き方を学んで、東公園内をウォーキングしませんか?

さわやかな秋空の下、楽しく体を動かしましょう!～

健康な歩き方講座 講師：平塚 泉 氏

少雨決行

※雨天時は、公民館 講堂で室内で出来る健康運動を予定しています。

※体調不良等がある場合は参加をお控えください。

飲み物・帽子・お茶・タオルなどをお忘れなく!!

※歩きやすい服装・運動靴でお越しください。

★お問い合わせ先 千代公民館 (☎651-0066) ★
皆さんのご参加をお願い致します。

※各町衛生連合会推進委員の方もご参加をお願い致します。

千代校区献血推進協力会からのお知らせ

校区献血のお知らせ

日時：令和5年11月17日(金) 14時～16時

場所：千代公民館

皆さんのご参加おまちしております。

福岡市民体育館からのお知らせ

★簡単トレーニング教室★

ストレッチや簡単なトレーニングをします。一緒に楽しく体を動かしませんか?

日時：11月15日(水) 14:00～15:00

場所：千代公民館 3階 講堂 対象：18歳以上 定員：12名

講師：福岡市民体育館スポーツ指導員 受講料：無料

申込方法：教室の前週の木曜～前日までの、9～19時の時間帯で

電話受付(先着順) 定員になり次第受付終了。

問い合わせ・申込先：福岡市民体育館 TEL092-641-9135

503号 令和5年11月1日