

11/3(金)
福重公民館 サークル 文化祭

サークル発表会
福重小学校体育館
AM9:20～PM12:30

サークル作品展示
福重公民館内
11/3(金)～11/12(日)



PM12:00～PM16:00
福重小学校グラウンド



毎年11/3～11/9は
みんなで参画ウィークです。
(福岡市男女共同参画週間)

この週間をきっかけに、地域の男女共同参画推進の取組みの輪を広めましょう!

福岡市男女共同参画シンボルマーク
福岡市市民局男女共同参画課 TEL 406-7510

11/8(水) ベビーサークル
こいす

時間: 10:30～12:00
対象年齢: 2か月～
参加人数: 先着10組様
参加費用: 無料
受付開始: 11/1(水)～当日まで

11/8(水) 優しさを伝えるケア技法 **にこにこ健康講座**
ユマニチュードについて
高齢者社会を支える4つの技術を学びましょう

時間: 14:00～15:30
講師: 福岡市ユマニチュード地域リーダー 野元 朋子さん

参加費用: 無料
対象: 年齢問わず、どなたでも参考になる講座です
受付開始: 11/1(水)～当日まで

見る 感じる 話す 立ち

11/10(金) 子育てサロン
あっぴっぴ
時間内出入り自由。

時間: 10:00～12:00
参加費用: 無料
受付開始: 11/1(水)～当日まで

11/11(土) 男女共同参画部
みんなにやさしい 防災研修

福重の防災について楽しく学びませんか

時間: 10:00～
講師: 株式会社 談 森林久枝 氏
参加費用: 無料
受付開始: 11/1(水)～当日まで

11/14(火) ふくしり高齢者教室
ゴールデンライフ 健康生き活き講座

時間: 13:30～15:00
協力: 福岡市西区保健福祉課 末次 優花さん
参加費用: 無料
受付開始: 随時

11/15(水) すこやかハイハイ教室
出前児童館

時間: 10:30～11:30
対象年齢: 乳幼児
参加人数: 先着10組様
参加費用: 無料
協力: 福岡市立中央児童会館 あいくる
受付開始: 11/1(水)～当日まで

ふれあい遊び うた・音楽 パネルシアター

11/18(土) 味噌作りと食育講座
無添加の美味しい お味噌作りましょう

時間: 14:30～16:30
参加費: 2,500円
味噌3kg他材料含む
講師: 食育インストラクター 秋枝 ふさ子 先生
参加人数: 先着30名様
受付開始: 11/1(水)より
協賛: 福重校区衛生連合会

お持ちいただくもの
・エプロン・三角巾
・タオル・お飲み物
・持ち帰り用の入れ物



11/19(日) マイナンバーカードサポート

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。カードは後日郵送で自宅に届くので大変便利です。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。

日時: 11/19(日) 10:00～12:00
場所: 福重公民館
対象: 福岡市西区にお住まいの方

事前予約が必要です!

予約期間: **11/5(日)～11/15(水)**
9:00～18:00

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

【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。)

11/22(水) ベビーサークル
こいす

時間: 10:30～12:00
対象年齢: 2か月～
参加人数: 先着10名様
参加費用: 無料
受付開始: 11/1(日)～当日まで

11/22(水) Happyうまき講座
デジタル一眼カメラ 使い方教室 **初級編**

作品を見て、楽しみましょう。

時間: 14:00～16:00
: 撮り方教室 撮影実践
講師: 元ソニーアルファアカデミー講師 平 泰典さん
参加人数: 先着8名様
事前申し込みをお願いします

11/23(木・祝)
自転車カゴカバー & マスク無料配布
 数に限りがあります。お早めに。在庫無くなり次第終了します。
 時間：11:00～12:00
 場所：福重公民館玄関前
 主催：防犯防災委員会

11/24(金) 子育てサロン
あっぴっぴ
 時間内出入り自由。
 時間：10:00～12:00
 参加費用：無料
 受付開始：11/1(日)より当日まで

11/25(土) Happyうきうき講座
ギター弾き語り体験会
ギター未経験者の方
 時間：10:30～12:00
 参加人数：先着3名様
 参加費用：無料
 事前申し込みをお願いします

11/25(土) Happyうきうき講座
物価高に負けない家計術
 お好きな時間帯にお申し込みください
 ①午前の部～NISA・iDeco入門
 時間：11:00～12:00
 参加人数：各回15名様
 参加費用：無料
 ②午後の部～NISA・iDeco入門
 時間：14:00～15:00
 参加人数：各回15名様
 参加費用：無料
 事前申し込みをお願いします

福重公民館 休館日のご案内
11月30日(木)

サークルメンバー募集中

12/4(月) 第52回福岡市人権尊重週間
 人権を尊重する市民の集い
【講演】出会いこそ、生きる力
 時間：14:00～15:40
 開場：13:00
 場所：西市民センターホール
 講師：サヘル・ローズ(俳優)
 ※申し込み不要

12/6(水) 食生活改善推進員協議会
パンづくり教室
 手作りパンにチャレンジしませんか
 時間：10:00～
 受付：11/1(水)～
 ※お持ちいただくもの
 三角巾、エプロン
 がんばるパンを作るかは、お楽しみに

他12月予告
 12/12(火) 福重高齢者教室
 12/12(火) ふくふくウォーキング
 12/13(水) ベビーサークルこりのクリスマス
 12/22(金) 子育てサロンあっぴっぴのクリスマス
 12/23(土) ギター弾き語り体験会・マネー講座・カメラ教室
 12/28(木)～1/4(木) 休館日

火 書道教室
実用書道 **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 19:30～21:30
 講師：田中博子

火 バドミントン
福重バドミントンサークル **メンバー募集中**
 毎月1・2・3・4週
 19:30～21:30

水 カラオケ
福重友楽カラオケ **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 15:30～17:30
 講師：立花よし子

水 書道教室
子ども習字教室 **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 17:00～19:00
 講師：森田彰子

水 バレーボール
福重クラブ **メンバー募集中**
 毎月1・2・3・4週
 19:30～21:30

木 体操
カキラス **メンバー募集中**
 肋骨エクササイズ
 毎月1・2・3週
 10:30～12:30
 講師：田上恵子

木 子育てサークル
きりんクラブ **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 10:30～12:30

木 大正琴
大正琴 **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 13:00～15:00

木 日本舞踊
おいで舞踊会 **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 13:30～15:30
 講師：松尾恵美子

木 よさこい
よさこいドリームキッズ **メンバー募集中**
 毎月1・3・4週
 19:30～21:00

木 ソフトバレーボール
木曜スポーツ **メンバー募集中**
 毎月1・2・3・4週
 19:30～21:30

金 韓国語会話
アンニョン **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 10:00～12:00
 講師：崔 祥玉

金 ダンス
キッズジャズダンス **メンバー募集中**
 毎月1・2・3週
 17:00～21:00
 講師：栗山 恵美華

金 ソフトバレーボール
福重クラブカス **メンバー募集中**
 毎月1・2・3・4週
 19:30～21:30