

玄洋公民館だより



福岡市玄洋公民館 2023年11月1日 No.400
 〒819-0166 福岡市西区横浜1-2-1
 TEL(092)806-9811 FAX(092)806-9813
 E-mail:genyou31@jcom.home.ne.jp
 http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/

月の行事

毎週水曜日は「よかトレ体操」9:30~9:45

11/5	日	校区文化祭 
11/9	木	のびっこ広場
11/11	土	「手作り味噌」に挑戦
11/12	日	福岡マラソン
11/13	月	きらきらサロン
11/21	火	蒼春倶楽部
11/23	木	子ども会マラソン大会
11/25	土	唐津街道ウォーキング
11/26	日	校区インディアカ大会
11/27	月	きらきらサロン
11/29	水	健康づくり講座

臨時休館のお知らせ

11月19日(日)は臨時休館とさせていただきます。
 ご利用を希望される方は11月9日(木)17:00までに
 申請をお願いいたします。

乳幼児ふれあい学級

★きらきらサロン★

- 【日時】 11月13日(月)10:00~12:00
- 【内容】 歯科予防
- 【日時】 11月27日(月)10:00~12:00
- 【内容】 栄養指導
- 【場所】 玄洋公民館

♥のびっこ広場♥

- 【日時】 11月9日(木)10:00~12:00
- 【場所】 横浜西集会所
- 【内容】 親子で遊ぼう

どちらの会場も申し込みは必要ありません。



「手作り味噌」に挑戦

味噌は、私たち日本人に欠かせない“調味料”であり、栄養豊富な“大豆発酵食品”としても知られています。
 手作り無添加の「味噌」に挑戦してみませんか。

- 【日時】 11月11日(土)11:00~13:00
- 【場所】 玄洋公民館 講堂
- 【定員】 12名
- 【講師】 秋枝 ふさ子さん
- 【共催】 玄洋校区保健福祉部
- 【会費】 1000円



- ・持ってくるもの エプロン・三角巾
- 2kgの味噌が入られる持ち帰り用タッパー
- 申し込みは公民館まで ☎092-806-9811

蒼春倶楽部

認知症には日頃の予防が大切です。公民館で予防の極意を聞いてみませんか。
 予防には「笑い」も大切です、九州大学マジック部がやってきます。
 一緒に学んで、笑って楽しい時間を過ごしましょう。

- 【日時】 11月21日(火)10:00~12:00
- 【場所】 玄洋公民館 講堂
- 【内容】 健康維持
- 【定員】 20名
- 【講師】 健康運動指導士 柴田 伊津子さん
- 【ゲスト】 九州大学マジック部



申し込みは公民館まで ☎092-806-9811

募集します

文化祭にてプロの似顔絵師が7名様に無料で似顔絵を描いてくれます。
 希望される方は公民館 ☎092-806-9811
 までご連絡ください。

健康づくり講座

～ 運動で体を整えてよう ～



11月は玄洋校区の健康づくり推進月間です。
 自分のために生活習慣の見直しをしてみませんか。

- 【日時】 11月29日(水)10:00~12:00
- 【場所】 玄洋公民館 講堂
- 【内容】 健康づくりの為に運動講話実技
- 【定員】 25名
- 【講師】 健康運動指導士 平塚 泉さん
- 【共催】 玄洋校区保健福祉部

申し込みは公民館まで ☎092-806-9811

唐津街道ウォーキング

～公民館ウォーキング第2弾～

今回のウォーキングは今宿を通る唐津街道をゆっくりと秋を感じながら散策します。
 是非、健康づくりの為に参加してみませんか。

- 【日時】 11月25日(土)10:00~12:00
- 【集合】 玄洋公民館
- 【内容】 唐津街道散策
- 【定員】 15名
- 【案内人】 赤瀬 清さん

申し込みは公民館まで ☎092-806-9811



毎年11月3日~9日は
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!

【お問い合わせは】
 福岡市市民局男女共同参画課 406-7510



作品展示の部

サークル名・出展者名	展示場所	サークル名・出展者名	展示場所
今宿あすなろ文庫	2F 廊下	子どもリーダー会	児童等集会室
編み物	和室	上町子ども会	児童等集会室
生花	館内	西一子ども会	児童等集会室
漢字書道	講堂	美浜子ども会	児童等集会室
玄洋旬会	講堂	横浜南子ども会	児童等集会室
茶道	和室	赤瀬 清 (写真)	地域団体室
水彩画	講堂	岩永 重人 (写真)	地域団体室
布遊び	講堂	木下 和代 (書額装)	地域団体室
フラワーアレンジ	館内	平川 恵三 (アクリル画)	地域団体室
和裁	和室	八尋 和子 (洋裁)	地域団体室
自治協議会 各種団体	講堂 (モニター)	山崎 勝男 (飾り物)	地域団体室
自主防災会 非常持ち出し品展示	いこいの家	ふれあいサロン作ろう会 岩永先生と生徒さん	地域団体室
保健福祉部 血管年齢測定・他	いこいの家	クロスステッチ教室 鳥巢先生と生徒さん	地域団体室
男女共同参画をすすめる会 アンケート調査	いこいの家	横町切り絵教室 井手先生と生徒さん	地域団体室
環境推進部 フードライブ活動	玄関前	玄洋小学校の生徒の皆 さんの絵	児童等集会室
今村 雅人	しめ縄実演	スライム作り	中村学園三陽中学校

令和5年 玄洋校区文化祭ステージプログラム

NO	時間	芸能の種類	内容	サークル名・出演者名
1	10:00~	開会式	1.開会の辞 2.文化祭実行委員代表の挨拶 3.来賓紹介・祝電等披露	玄洋校区自治協議会 玄洋校区文化部 公民館
2	10:30~10:50	フラダンス	ワイキキ・パーリーシェル 花は咲く・オーバーザレインボー	リノカピリ・モアナ
3	11:00~11:15	3B 体操	1.背ジャンベル 2.ボール愛は勝	3B 体操
4	11:20~11:35	太極拳	太極拳	西村 陽三
5	11:45~12:05	ダンス	勇気100% 他	ヘルシーサークルあみん
6	12:10~13:00	DVD	玄洋校区自治協議会各種団体紹介 公民館サークル紹介	
7	13:10~13:25	ハーモニカ	1.春の小川 2.浜千鳥 3.荒城の月 4.知床旅情 5.ふるさと	美浜ハーモニカクラブ
8	13:25~13:35	コーラス	1.ふるさと 2.もみじ 3.この街で	美浜コーラス部
9	13:45~13:55	大正琴	1.荒城の月 2.黒田節 3.なみだの操	美浜ブルーハーブ
10	14:00~14:20	DVD	玄洋校区自治協議会各種団体紹介 公民館サークル紹介	
11	14:20~14:40	吹奏楽	1. 川の流れるように	玄洋中学吹奏楽部
12	15:00~	閉会式	1.文化祭実行委員会閉会の挨拶 2.閉会の時	玄洋校区自治協議会 玄洋校区文化部 公民館

保健福祉部コーナー

・血管年齢測定
・足指力測定 ・血圧測定
11月は健康月間です。
貴方も、健康チェックをしてみませんか？

似顔絵コーナー

プロの似顔絵師(マイクマちゃん)がやって来ます。
事前申し込みの方
7名様まで無料です
申し込みは公民館まで。



フードライブコーナー

フードライブの条件

- ・賞味期限が1ヶ月以上あるもの
- ・賞味期限の記載があるもの
- ・開封していないもの
- ・生鮮食品や冷凍食品は NG

スライム作りコーナー

自分だけのオリジナルスライムか作れます。

しめ縄コーナー

今村 雅人さんによる実演



防災グッズコーナー

もし、災害が起こったら…
災害時の「非常持ち出し品」の中身がわかります。

男女参画をすすめる会
コーナー

毎日行っている家事についてアンケートを実施します。
アンケートに答えていただいた方には球根のプレゼントをさしあげます。

