

**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: 10:00~13:00  
受付: 受付中  
参加費: 無料  
※お持ちいただくもの  
三角巾、エプロン

YEAST  
どんなパンを作るかは、お楽しみに

**12/8(金)** **子育てサロン**  
**あっぷっぷ**  
時間内出入り自由。

**特別講習 11:00~11:30**  
**ママさんストレッチ教室**  
協力: ハートネット病院

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

**12/12(火)** **ふくふくウォーキング** ★  
★ **飯仲通りイルミネーション見学**

集合時間: 16:45  
出発時間: 17:00  
帰り予定: 19:15  
集合場所: 福重公民館  
参加人数: 先着25名様  
主催: 福重校区衛生連合会

温かい飲み物・ポイントカードをご持参ください。  
(新規の方は、当日、ポイントカードお渡しします。)

どなたでも参加できます。暖かい服装でご参加ください。バス代(500円)は各自負担です。

経路: 福重公民館  
↓ ↑ 徒歩往復  
小田部バス停  
↓ ↑ バス往復500円(各自負担)  
原農協前  
↓ ↑ 徒歩往復  
飯仲通りイルミネーション

**12/12(火)** **ふくしげ高齢者教室**  
**ゴールデンライフ**  
**人権学習会**

時間: 13:30~15:00  
講師: 和胡奏者 里地帰さん  
参加費用: 無料  
受付開始: 随時

和胡奏者・シンガーソングライター  
**里地帰(さとちき)** (里地帰さんオフィシャルHPより)

里地帰の奏でる音楽があなたにとって「ふるりの地のような帰れる居場所」の1つでありたい。  
福岡を拠点に台湾、香港、中国などアジアで活躍している。  
アジアの伝統楽器「二胡」と出会い弾き語り奏者として活動していく中で、「もっと自分らしい音色を追求したい」との想いが高まり楽器製作を開始。日本人楽器製作者と共に数年の歳月を要し、日本の杉や樺と和紙を使い創り上げた楽器が『和胡』である。(ウッドデザイン賞 2015受賞)  
唯一無二の和胡奏者としての活動は世界へと広がっている。

**12/13(水)** **ベビーサークル × すこやかハイハイ教室**  
**こいす クリスマス会**

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: 12/1(金)より

フラックシアター  
ふれあい遊び音楽

**12/16(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

**12/16(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

**12/16(土)** **Happyうきうき講座**  
**デジタル一眼レフカメラ 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

**12/22(金)** **子育てサロン**  
**あっぷっぷ クリスマス会**

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: 12/1(金)より

保健師 末次優花さん ママコスプレアーズさん

福重公民館  
休館日のご案内  
**12月28日(木)**  
~  
**1月4日(木)**

**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(子供を預かってほしい人)と、提供会員(子供を預かれる人)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**

■日程: 1/12(金) 10:00~14:30 ■会場: 市民福祉プラザ  
1/15(月) 10:00~15:00 ■託児有(要申込、先着順)  
1/30(火) 10:00~15:00

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。

申込み・お問い合わせ先  
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

詳細はコチラ

皆様、よいお年をお迎えください

# 2024予告

この他にもまだまだあります!  
毎月の公民館ニュースをお見逃しなく。

**1/7(日)**  
マイナンバーカードサポート



**1/14(日)**  
福重校区  
自治協議会  
どんど  
焼き



**1/16(火)**  
ふくしげ高齢者教室  
ゴールデンライフ  
そば打ち体験会



**1/17(水)**  
すこやかハイハイ教室  
親子で作るバレンタイン



**1/20(土)**  
衛生連合  
味噌作りと  
食育講座



**1/28(日)**  
男女共同参画  
ハートフルコンサート



**2/13(火)**  
ふくしげ高齢者教室  
ゴールデンライフ  
栄養と運動



**2/19(月)**  
母子巡回  
健康相談



**2/22(木)**  
すこやかハイハイ教室  
出前児童館



**3/6(水)**  
すこやかハイハイ教室  
親子で  
リズムミック



**3/12(火)**  
ふくしげ高齢者教室  
ゴールデンライフ  
Vocal Unit  
foo



毎月  
第2・第4  
水曜日  
ベビーサークル  
こいす  
毎月  
第2・第4  
金曜日  
子育てサロン  
あっぷっぷ

