



### しろはま健やか教室

(主催 公民館)

～心豊かに健やか 100歳!～

- ・日程：5月1日(水)～6月5日(水)  
毎週水曜日 全6回
- ・時間：10:30～12:00
- ・場所：城浜公民館

申込みは締め切りました。  
申込みされた方は忘れずに  
ご参加ください。

回	日	内容	講師
1	5月1日(水)	知っておきたい ガンのこと	福岡みらい病院 内科・腫瘍内科医長 川口 城毅氏
2	5月8日(水)	みんなで話そう! 差別語/不快語	人権教育啓発推進センター 特任講師/元西日本新聞記者 馬場 周一郎氏
3	5月15日(水)	腰痛 膝痛 改善方法について	千早なみき通り鍼灸整骨院 院長 柔道整復師 田代 健大氏
4	5月22日(水)	若さと健康の 維持のために	江森医院 薬剤師 江森 節子氏
5	5月29日(水)	こころ豊かな 老後の楽しみ方	NPO 孤立防止センター 理事長 速水 靖夫氏
6	6月5日(水) ※9:20 出発	バスハイク 14:35 帰館予定	N/A

八女まで行ってきます!



\*プログラムの内容をやむを得ず変更する場合があります。  
ご了承ください。

★5月の健やかサロンはお休みです。

### わんぱく広場・サロン (主催 公民館)

～子育てを一緒に楽しみましょう～

- ・日時：5月9日(木)  
10:30～12:00
  - ・場所：城浜公民館
  - ・内容：絵本の読み聞かせ、外遊び
- ※水筒等をお持ちください。時間内でしたら何時からでも都合に合わせてお越しください。  
※参加されると「おむつと安心定期便」のスタンプが受け取れます。



### 母の日 ゆっくりした時間のプレゼント

(主催 公民館)

- ・日時：5月10日(金)
  - ・出発：10:00(バス) ・帰館：12:00頃
  - ・費用：1,000円(材料代)
  - ・内容：①あおやぎ生花店で寄せ植え  
②駕与丁公園でお花見
- ※定員15名に達しましたので締め切りしました。  
※申込みされた方は忘れずにお越しください。



### ジョギングコース清掃活動

(主催 公民館 協力 校区社協、老ク連)

- ～今年も梅雨入り前に  
きれいにしましょう～
  - ・日時：6月6日(木) 9:30 集合
  - ・集合場所：業務スーパー前広場
- ※飲み物は各自ご持参ください。  
※老人クラブの方々に協力頂いて、ジョギングコースの清掃活動をします。  
※役員さんから依頼があった方はよろしくお願ひします。



### よろず相談 (東区社会福祉協議会)

- ・日時：5月9日(木)  
10:00～12:00
  - ・場所：公民館隣接老人いこいの家
  - ・相談員：東区社会福祉協議会  
社会福祉士 山本 誠氏
- ※お困り事などありましたらお気軽にご相談ください。  
※今月は第2木曜日に実施します。

### 体育祭・運動会のお知らせ

- ・5月26日(日) 城香中学校 体育大会
  - ・6月1日(土) 城浜小学校 運動会
- ♡みなさん頑張ってください。



### 小学校体育館利用の方へ

- ・5月31日(金)から6月3日(月)まで運動会準備のため体育館の利用ができません。

### 買い物支援・移動販売

- ・土曜日・・・筑前はかたや  
14:00～



### ラフアース (校区環境活動連絡会)

- ・日時：6月9日(日)  
9:00～受付(城浜公民館)  
9:30 開始
- ※小雨決行、順延はありません。



### 休館日のお知らせ

- ・5月3日(金)、4日(土)、5日(日)のゴールデンウィーク休館日と6日(月)の臨時休館日は申込みがなかったため休館します。
- ・6月2日(日)は利用の申し込みがない場合は臨時休館いたします。利用を希望される方は5月26日(日)の17:00までにお申込みください。

裏面あります

## 区役所に行かずに手続き

### マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します。

マイナンバーカードの申請受付や申請用写真撮影（無料）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、カードの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（「福岡市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6年6月25日（火）10：00～12：00

【会 場】 城浜公民館 講堂

【対象者】 東区に住民票のある方

【事前予約終了日】 6月19日（水）まで 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】

○マイナンバーカードの申請の場合

・・・事前予約時にコールセンターへお問い合わせください。

○マイナ保険証利用申込等の場合（すでにカードをお持ちの方）

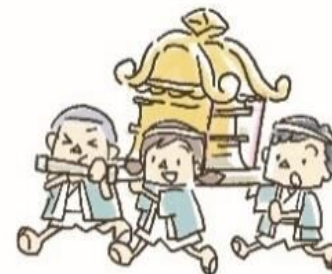
・・・マイナンバーカード、カードの4桁の暗証番号、  
（公金受取口座登録の場合）通帳の写しなど口座情報がわかるもの

【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。）

ふくこま  
福岡市地域コミュニティサイト



福岡市は、市民のみなさんが気軽に地域活動の情報を入手できるよう、市民と自治会・町内会等をつなぐWEBサイトを開設しています。住所入力からお住いの地域の自治会・町内会や自治協議会、公民館の情報をご覧いただけます。



自治会・町内会って  
なんだろう？



【問い合わせ先】

東区役所 地域支援課 TEL：092-645-1041

## 東市民プールからのお知らせ

No.	教室名	実施期間	時間
1	みんなで楽しく♪ 水中レクリエーション	5/5（日）	14：00 ～ 15：00

※当日空きがある場合は参加可能になります。

※小中学生とその付き添いの方参加無料（18歳以上高校生不可）

詳しくは東市民プールまでお問い合わせください。

（092-662-6111）