

## 公民館よりお知らせ

### ★のびのび健康体操

#### 平塚 泉先生の健康体操教室 (ほのぼの学級)

日時：5月14日(水) 10:00~12:00

場所：東月隈公民館 2階 講堂

講師：健康運動指導士 平塚 泉先生

テーマ：『楽しい体操で健康づくり』

～フレイル予防のヒント+10～

持ってくるもの：シューズ、タオル、水筒



### ★陶芸教室 (ものづくり教室)

日時：5月24日(土) 10:00~12:00

場所：東月隈公民館 2階 講堂・学習室

講師：陶工房ななかまど

尾崎 瑠理先生

テーマ：『好きな器を作ろう』

材料費：¥1,000

※1日体験もできます！

公民館へお問い合わせください。

申込み先：東月隈公民館



### ★みんなのかたんクッキング (ものづくり教室)

日時：5月31日(土) 10:00~12:00

場所：東月隈公民館 2階講堂・学習室

講師：松島 智美先生

材料費：1,000円(1人分)

メニュー：\*パスタの別茹でなし

煮込まない時短激うまボロネーゼ

\*ホワイトソースを作らずに

具材たっぷり和風味噌グラタン

\*レンジでチン！

かんたん豆腐のガトーショコラ

募集人数：先着10名

申込み先：東月隈公民館

申し込み〆切：5月29日(木)まで

持ってくるもの：マスク、エプロン、三角巾

**要予約**

フライパン  
ひとつで  
できちゃい  
ます！



## 5・6月の主な行事予定

日	時	内容	主催	場所
5月	2日(金) 10:00~12:00	ピヨピヨサロン東月隈 『自由にふれあう』	社会福祉 協議会	会館
	16日(金) 10:00~12:00	すくすくキッズ	公民館	公民館
	28日(水) 10:00~10:30	のびのび健康体操	保健衛生 ・公民館	公民館
6月	6日(金) 10:00~12:00	ピヨピヨサロン東月隈 『誕生会(4、5、6月生まれ)』	社会福祉 協議会	会館
	8日(日) 開会式 7:50	壮年ソフトボール大会 予備日：6月15日(日)	体育部	中学校 校庭
	11日(水) 10:00~10:30	のびのび健康体操	保健衛生 ・公民館	公民館
	20日(金) 10:00~12:00	すくすくキッズ 『山王子どもプラザ』	公民館	公民館
	25日(水) 10:00~10:30	のびのび健康体操	保健衛生 ・公民館	公民館
	27日(金) 13:30~15:30	懐かしのシネマ観賞会 邦画	公民館	公民館

### ★公民館臨時休館日のお知らせ

〇5月2日(金) …… 月1回の臨時休館日

〇3日(土)~5日(月) … GW 臨時休館日

申し込みがない場合には休館いたします。

利用の申込みは4月22日(火)までをお願いします。



### ★英会話教室(午後のコース)の会員募集!!

金曜日(月3回) 15:00~16:30 会費 4,000円/月

英国人講師とシニア男女10人の楽しい教室です。

まずは**体験学習(無料)**にて授業を覗いてみませんか？

お問い合わせは、東月隈公民館(504-1360)まで。

追って教室よりご連絡いたします。

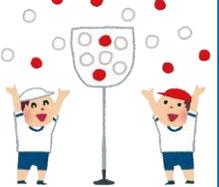
人権標語：あいさつで みんなの笑顔が あふれだす

### ★席田中学校 体育大会 5月24日(土)

予備日：5月27日(火)

### ★東月隈小学校 運動会 5月31日(土)

予備日：6月 4日(水)



### ★人権尊重推進協議会 総会・講演会のお知らせ

日時：5月10日(土) 総会 10:00~10:30

講演会 10:30~

場所：東月隈公民館 2階講堂

テーマ：『言葉があるから…』

～無自覚の差別「マイクロアグレッション」～

※「マイクロアグレッション(小さな攻撃性)」とは、あからさまな差別表現でなくても、相手の尊厳を傷つけている言動の事です。

## 福岡市よりお知らせ

### ★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。

公民館でカードを新規申請(要予約)すると、後日、出来上がったカードがご自宅に届くので大変便利です。(区役所・出張所へ受取りに行く必要はございません。)

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポート (予約不要) も実施します。

【日時】5月17日(土) 10:00~12:00

【会場】東月隈公民館 2階 講堂

【対象者】博多区に住民票のある方

【事前予約終了日】5月13日(火) 9:00~18:00

【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

☎ 092-600-2402

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問い合わせください。