



### 公民館よりお知らせ

**11/7 文化祭会場設営** 10:30より  
会場設営終了後、作品展示となります。ご協力をお願いします。

### 第46回みのりま公民館文化祭

11/8 (土)10:00~15:00 11/9 (日)10:00~14:00

**11月の臨時休館 11月29日(土)**

**12/6 冬の大掃除&避難訓練** ※雑巾を持参してください。  
日 時：12月6日(土) 10:00~12:00

美野島公民館にお越しの際は、体調を確認し、発熱や咳など、  
風邪症状のある方は参加をお控えいただくなど、各自でご確認ください。

### 公民館講座

#### 11月『コア・トレ』

日 時：11月1日、15日、22日の土曜日 19:00~20:00  
コーチ：中津留秀一 氏 ※現在、定員となっています。  
対 象：30~50歳代 動きやすい服装で、タオルと飲み物を持参ください。

#### 『朝のピギナース ピラティス』 マシンを使わないマットピラティス

日 時：11月5日水曜日 10:30~11:30  
コーチ：アイズトータルボディステーション美野島店 (美野島3丁目14-7)  
対 象：30~50歳代 動きやすい服装で、タオルと飲み物を持参ください。

#### 11/19は主事がコーチの『水曜日のコア・トレ』

日 時：11月19日水曜日 10:30~11:30  
11月『水曜日！夜のコア・トレ』 ※現在、定員になりました！  
日 時：11月12日、26日の水曜日 19:00~20:00  
コーチ：アイズトータルボディステーション美野島店  
対 象：30~50歳代 動きやすい服装で、タオルと飲み物を持参ください。

#### 11/12 ニュースポーツ体験会

誰にでも楽しめる室内ニュースポーツです。ぜひ、ご参加ください！  
日 時：11月12日(水)13:30~15:00 (講堂にて)  
備 考：動きやすい服装、飲み物

#### 11/19 あんしん美野島コンシェルジュ

『わいわいジム』安部整形外科  
『介護相談室』博多みずほ訪問看護ステーション  
日 時：11月19日(水)13:30~15:00 (2階 講堂にて)  
対 象：おおむね65歳以上 備 考：動きやすい服装、タオル、飲み物

### 美野島にお住いの方へお知らせ

#### 11/16 美野島総合防災訓練

災害に強い美野島！をめざし、共助の心を育てましょう！  
日 時：11月16日(日) 9:50~12:00 **室内用の履物を持参ください**  
場 所：住吉小・中学校 小学校体育館  
備 考：自治会の皆さんは各町内、地区集合場所に集合し、会場へ移動。  
内 容：防災クイズ、応急手当、消火訓練、炊き出し訓練ほか  
主 催：美野島自治協議会 主 幹：美野島防災委員会

#### 11/21 人尊協講演会

『ヤングケアラー』を知っていますか？ ~その声に耳を傾け、支援を知る~  
日 時：11月21日(金) 19:00~ (地域団体室にて)  
対 象：美野島在住の方ならどなたでも参加できます。  
講 師：松山 章子 氏 主 催：人権尊重推進協議会

#### 11/23 モルック大会 主催：美野島体育振興会

木を投げてピンを倒し得点を競うゲームです。興味がある方、  
参加希望の方は公民館・各町体育部長にお問い合わせください。  
日 時：11月23日(日)10:00~12:00 雨天中止  
場 所：住吉小・中学校グラウンド エントランスより中央階段を使って3階へ

#### 12/4 健康づくり講座「一人おせち料理で健康に」11/1より申込

日 時：12月4日(木) 10:00~12:00 (講堂にて)  
講 師：栄養士 吉川 紀三代 先生 参加費：500円 定員25名  
持ち物：エプロン、三角巾(髪の毛をおさえるもの)  
主 催：美野島衛生組合連合会、美野島食生活改善推進員協議会

### 公民館講座

#### 『コア・トレ』の空き情報がわかるシステムがスタートします！

現在定員となっている、土曜日『コア・トレ』と『水曜日！夜のコア・トレ』に  
参加できるチャンスがあります！ まずは公民館にお越しください。

#### 12/7 人権学習 「触る文化への招待」

~点字誕生200周年に考える触れ合いの大切さ~  
日 時：12月7日(日)10:30~12:00 (地域団体室にて)  
講 師：吉住 寛之 氏 (ユニバーサルデザイン・コンサルtant代表)  
対 象：どなたでも参加できますので公民館にお申し込みください。  
※自治協議会各種団体の皆さんは1名以上の参加をお願いします。

#### 12/10 おとなの体験学習『アロマ教室』

『天然成分の手作りハンドクリームで手を守りましょう』  
講 師：倉地摩紀子先生 参加費：500円(材料費)  
日 時：12月10日(水)19:00~20:30 詳細は募集チラシをご覧ください

### 育児

**11月のこころランド(子育てサロン)** 主催：社会福祉協議会  
日 時：11月4日、18日の火曜日10:30~11:40 (2階 講堂にて)  
乳幼児のお子様がいっしょる保護者の皆様！  
公民館講堂に遊びのスペースを準備しています。



『福岡市おむつと安心定期便』対象事業

飲み物ご持参で！

※11/18(火)のこころランドでは、10:30より地域子育て相談窓口を開催

### シニア(高齢者)

#### 11/17 ふれあいサロン美野島 主催：社会福祉協議会

日 時：11月17日(月)10:00~11:30 (1階 地域団体室にて)  
対 象：美野島地区の65歳以上の方  
内 容：脳トレや手遊び、軽い体操で楽しいひととき！

#### 令和7年度 高齢者乗車券の申請はお済みですか？

交付を受けるには、毎年申請が必要です！  
申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。  
申請書は公民館や区役所でもお受け取りいただけます。  
ご不明な点は下記にご連絡ください。  
《問合せ》高齢者乗車券郵送受付センター-0120-502-633(9時~17時)



### しっとく博多区

美野島地区の行事や子育て情報などを  
まとめた情報サイト『しっとく博多区』  
【問い合わせ先】博多区役所 地域支援課  
TEL：092-419-1048



### めくもりの窓口

福祉の総合相談窓口「めくもりの窓口」  
福祉に関するお悩みを何でも相談できる  
窓口が、博多区役所 4階にあります。



### 受賞報告

第23回朝倉市長旗争奪小学生ソフトボール大会優勝  
『美野島クラブ』(ソフトボール・美野島公民館サークル)

### 公民館来月以降の予定

12月 6日(土) 冬の大掃除&避難訓練  
12月 7日(日) 人権学習  
12月10日(水) アロマ教室  
12月17日(水) あんしん美野島コンシェルジュ  
12月28日(日)~令和8年1月4日(日) 臨時休館・年末年始の臨時休館  
◆コア・トレ：12月6日・13日・20日・27日の土曜日  
◆水曜日！夜のコア・トレ：12月3日・24日の水曜日  
◆朝のピギナースピラティス：12月10日・17日の水曜日  
※日時等が変更になることもあります。

