

大浜公民館だより

9
SEPTEMBER

福岡市大浜公民館

〒812-0034

福岡市博多区下呉服町10-15

☎ 281-0343 Fax 262-4619

✉ oohama6@theia.ocn.ne.jp



ふくコミ



しっとく博多区

令和6年9月1日

9月の行事予定

日	曜日	内 容	
4	水	ふれあいネットワーク定例会	10:30~
11	水	子育てサロン	10:30~
12	木	チャレンジ! 楽器にふれて	10:30~
16	月・祝	ふれあいサロン	13:30~
18	水	トコトコ広場	10:30~
25	水	子育てサロン	10:30~
26	木	チャレンジ! 楽器にふれて	10:30~

公民館講座のご案内

★ チャレンジ! 楽器にふれて

日時: 9月12日(木)・9月26日(木) 10:30~11:50

内容: リーコーダー演奏を楽しみましょう!

講師: 八藤丸 みき さん

定員: 10名程度

※リコーダーは用意しますので、事前にお申し込みを。

★ トコトコ広場(乳幼児ふれあい学級)

日時: 9月18日(水) 10:30~11:40

場所: 大浜公民館 1階 講堂

内容: 楽しくふれるイングリッシュ!

講師: 奥 朱根 さん

Oh!
Great!

月1回の臨時休館のお知らせ

9月30日(月)は利用の申込みがないときは臨時休館いたします。なお、この日に利用を希望される場合は9月20日(金)午前中迄にご連絡をお願いいたします。

9月資源回収日のご案内

日時: 9月28日(土) 13:00~(雨天時は中止)

※取り残しが発生していますので、必ず13:00まで

回収しやすい場所に出してください。

主催: 大浜資源回収委員会



「福祉と健康のフェスティバル」のご案内

日時: 9月8日(日) 10:00~12:30

場所: 大浜公民館 1階 全フロア

内容: 健康講話、健康測定、手話ソング体験、ベジ測定、野菜計量、味噌汁塩分測定、ポッチャ体験、スカットボール体験他、参加ブースが盛りだくさん!! 詳しくは、チラシをご覧ください。

主催: 大浜社会福祉協議会・大浜衛生連合会他

おおはま健康づくり教室お知らせ

日時: 9月11日(水) 14:00~15:30

内容: 原三信病院医師による講話「心筋梗塞について」

会場: 大浜公民館

対象: 大浜地区にお住まいの方

参加費: 参加無料 要予約

主催: 大浜衛生連合会

地域食生活改善講習会のご案内

日時: 9月24日(火) 9:30~13:00

場所: 大浜公民館 1階講堂・学習室

内容: 若い世代のための食改善講座

講師: 栄養士 菅原 千代子先生

参加費: 300円 定員: 30名程度

※当日はエプロン・三角巾・マスクをご持参ください。

*申込み切: 9/17(金)まで(受付: 公民館)

主催: 大浜食生活改善推進協議会



認知症コミュニケーション・ケア技法

「ユマニチュード®」講座のご案内

ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーションの技術です。ユマニチュードの基本的な技術について学び、認知症の人に優しいまちをつくりましょう。

日時: 9月27日(金) 13:30~14:30

場所: 大浜公民館 1階講堂

講師: 石橋 和明 さん(アットホーム福岡副施設長)

申込先: 9月20日(金)までに 大浜公民館へ

お申し込みください。

大浜デイキャンプ教室のご案内

日時: 10月6日(日) 集合: 8:30

行先: 国立夜須高原青少年自然の家 16:30帰着予定

内容: 野外炊飯、工作など **申込締切 9/14(土)まで**

※申し込み書は、公民館のカウンターにあります。

主催: 大浜体育振興会

「よかトレ実践ステーション」に参加してみませんか!

■よかトレ実践ステーション■

福岡市では、身近な場所に高齢者が集い、よかトレ(介護予防に効果的な体操)に取り組む団体を認定し、活動を応援しています。

■身近なよかトレ実践ステーション■

- ① 大浜なかよしグループ(森合資月極駐車場)
月~土曜日 朝7時~(雨天中止)
- ② 早朝ラジオ体操(浜口公園)
月~土曜日 朝7:15~(雨天中止)
- ③ まえだ整形外科(2階リハ室) DVD放映中
- ④ 太陽堂漢薬局(待合室) 火~土曜日 DVD放映中

■問い合わせ先■ 博多区地域保健福祉課

電話 419-1100 FAX 402-1169



詳細はコチラ

9月1日~7日は「福岡市備蓄促進ウィーク」 災害に備えて「備蓄」を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウィーク」と定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日分以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

●備蓄品

- ・食品(1人1日3食×3日分)
- ・水(1人1日3リットル×3日分)
- ・トイレットペーパー
- ・携帯用トイレ
- ・懐中電灯・携帯ラジオ
- ・モバイルバッテリー
- ・救急セット など

●ローリングストック法

普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

●感染症対策

- ・消毒液
- ・マスク
- ・体温計
- ・ビニール手袋
- ・上履き・衛生用品 など



※高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。