

# 三筑だより

令和7年 1月 1日 No. 477

## あけましておめでとうございます

皆様方におかれましては、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は公民館事業や地域活動に温かいご支援、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。本年もより良い公民館をめざして参りますので、皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

新しい年が、皆様方にとって素晴らしい一年でありますよう、心からお祈り申し上げます。

館長 西 路子  
職員一同

## 2月男女共同参画学習講座



日時	内容	講師
2/6(木) 10:00~	「免疫力アップ 料理教室」	管理栄養士 猪俣 美津子

★鶏肉のムニエルミートソースかけ、生春巻き、とろろラーメン、シフォンケーキ、他

定員：先着30名 ※公民館へお申し込みください

材料代：1,000円 持ってくる物：エプロン・三角巾

## 2月家庭教育学級



日時	内容	講師
2/15(土) 10:00~	「進級時は断捨離®のチャンス！」	やましたひでこ公認 断捨離®トレーナー 酒井 千恵

★学校から持ち帰るプリントや工作の捨て時はいつ？小・中学生の保護者向け講座になりますが、どなたでも参加できます。

定員：先着20名 ※公民館へお申し込みください。

## 2月育児講座



日時	内容	講師
2/19(水) 10:00~	「赤ちゃんの手形・足形 フラワーアート」	エテルノ工房 古賀 麻美

★手形・足形を取り、お花のシールを貼って仕上げます。世界に一つのアートを親子で完成させましょう。

定員：15組 ※公民館へお申し込みください。

材料代：300円

## のびのびサロン

(育児)

1/10(金) 10:00~ **予約制**

※公民館へお申し込みください。

福岡市おむつと安心定期便  
スタンプ対象事業



## 三筑なかよしサロン

(高齢者)

〔日 時〕1/8・15(水)

14:00~

〔会 場〕三筑公民館

〔対象者〕三筑校区にお住まいの方

〔内 容〕軽体操・歌・ゲーム等



## 母子巡回相談

予約不要

〔日 時〕1月16日(木) 13:30~

〔場 所〕三筑公民館

〔対 象〕妊産婦、乳幼児とその保護者

〔内 容〕身体計測・全身観察・ミニ講話・育児相談等

〔持ち物〕母子健康手帳・バスタオル



〔お問い合わせ先〕博多区地域保健福祉課 地域保健福祉係  
TEL 419-1100 FAX 402-1169

## お知らせ

1月9日(木)は、全館清掃のため、公民館を利用できませんので、ご了承ください。

## ~ 臨時休館についてのお知らせ ~

1月5日(日)は、臨時休館いたします。  
年末年始12月29日(日)~1月3日(金)はお休みです。

## 健康づくり講座

【日 時】1月10日(金) 14:00~

【内 容】睡眠時無呼吸症候群について

※マスクの着用をお願いします。



## 年末年始のごみ出し変更のお知らせ

年末年始(12月31日~1月3日)のごみ収集が休みとなるため、燃えるごみの持ち出し日は下記のとおり変更になります。

持ち出し曜日	年内最後の持出し日	持出しできない日	年始最初の持出し日
火・金曜の地区	12月27日(金)夜	×12月31日(火)夜 ×1月3日(金)夜	1月4日(土)夜 振り替え収集日
日・水曜の地区	12月29日(日)夜	×1月1日(水)夜	1月5日(日)夜
月・木曜の地区	12月30日(月)夜	×1月2日(木)夜	1月6日(月)夜



福岡市三筑公民館

〒812-0887 博多区三筑2丁目9-4

TEL 573-4664 / FAX 573-4671

## 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

日 時：1月23日(木)10:00~11:00

会 場：三筑公民館

※参加ご希望の方は公民館へ電話で  
お申し込みください。

参加無料

「けんしんナビ」を読み取り、「年齢・性別」を入力するだけで、あなたにあった健診の一覧が表示されます。  
ぜひ、ご覧ください!!



けんしんナビ



## 地震、豪雨…災害が起きる前にできること

- 家具が倒れないよう、壁に固定しましょう。倒れた時に出入り口をふさいだりしないよう、家具の向きや配置を工夫しましょう。
- 電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備え、普段から飲料水や保存の効く食料などをローリングストック(日常備蓄)しておきましょう。
- 非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- ご家族との連絡手段には、災害用伝言ダイヤル171や災害用伝言板web171などを活用しましょう。
- 各自自治体で防災情報を出しています。地域のハザードマップでどのような危険があるかや避難場所、避難経路等を確認しておきましょう。



## 実在する事業者をかたり未納料金を請求する詐欺に注意

- 実在する事業者を名乗り、身に覚えのない未納料金を請求される電話があっても、言われるまま支払ってはいけません。知らない番号や非通知からの電話は「出ない」「話を聞かない」「かけ直さない」ようにしましょう。
- コンビニ等で電子マネーを購入するように指示し、番号を教えさせる方法はすべて詐欺です。
- 不明な点がある場合は、実在する事業者の正式な問い合わせ窓口を家族や周りの人とともに調べて、問い合わせてください。
- 心配なときは、お住まいの自治体の消費生活センターや最寄りの警察等にご相談ください。  
(消費者ホットライン188、警察相談専用電話「#9110」番)

## 校区行事

1/12(日) 校区新年会  
1/19(日) 新年子ども会交流会



## 「古紙リサイクルステーション1月開設日」

・開設日：4(土) 5(日) 11(土) 12(日)  
18(土) 19(日) 25(土) 26(日)

・時 間：9:00~17:00

お問い合わせ先 (三筑会館) 572-8005



認め合う すてきな個性 大切に(人権尊重週間標語)