



東光公民館だより 10 月



NO.498 令和6年10月1日号



公民館よりお知らせ

「なごみ広場」に保健師さんと運動指導士さんが来られます！

10月2日(水) 10:00～11:00(公民館 講堂)

★公民館では、よかトレ体操(福岡市が企画した健康寿命を延ばす体操)や脳トレなどをしながら楽しくのんびりとした時間を過ごす「なごみ広場」を開催しています。普段はビデオを見ながらのよかトレ体操ですが、この日は体操のポイントを運動指導士さんが丁寧に教えてくださいます。また、血圧測定や健康チェックなども行います。この機会に「なごみ広場」でよかトレ体操を始めてみませんか？皆さまのお越しをお待ちしております。

＊持ち物 飲み物、上履き

親子(にこにこ)学級「子どもの手形プレート作り」

10月23日(水) 10:30～12:00(公民館 講堂)

講師:樋口 経観さん 参加費 1,000 円 先着20組
★お子さんの成長の記念となる手形、足形プレートを作ります。乳幼児の親子はもちろんおじいちゃんおばあちゃんの参加もお待ちしております。



＊お申し込みは東光公民館まで
TEL 411-7792

10月の臨時休館日

10月30日(水)は利用の申し込みがない場合、臨時休館いたします。この日に利用を希望される場合は10月20日(日)正午までにご連絡をお願いいたします。

マイナンバーカードの申請(要予約)やマイナ保険証の利用申込等(予約不要)の手続きを公民館でしませんか？

日時: **令和6年10月21日(月)14:00～16:00(東光公民館)**

【事前予約終了日】10月15日(火)9:00～18:00

【対象者】博多区に住民票のある方

【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 TEL092-600-2402

＊必要なものなどは事前にコールセンターにお問い合わせください。

校区よりお知らせ

2024堅粕東光スポーツ大会 (体育振興会)

10月6日(日) 9:40開会式 10:00試合開始

※雨天の場合は10月13日(日)に延期

場所:東光中学校体育館・グラウンド

種目:グラウンドゴルフ、モルック、ドッジビー

＊詳細は各町内体育委員、体育振興会、東光公民館まで。



令和6年度 東光秋まつり・公民館文化祭

10月12日(土) 13:00～16:00

場所:東光小学校体育館・グラウンド・東光公民館講堂

★いろいろな賞品が当たる抽選会をはじめ、JA 堅粕協力による産直野菜販売、地域諸団体によるお菓子・飲み物販売などあります。また、今年は公民館サークルや吹奏楽部による楽しいステージや作品展示も行います。各家庭に配布された抽選券を持ってお越しください。

「母子巡回健康相談」のお知らせ

10月4日(金) 受付時間13:30～14:00

場所:東光会館

対象年齢:妊産婦・乳幼児とその保護者

内容:身体計測・全身観察、育児や離乳食相談、ミニ講話等

★母子健康手帳(必要であればバスタオル)をお持ちください。事前申し込みは必要ありません。当日**東光会館**にお越しください。

連絡先: 博多区地域保健福祉課 地域保健福祉係
TEL 092-419-1100 FAX 092-402-1169



「たんぽぽひろば」よりお知らせ

赤ちゃん体操を一緒にしませんか？

10月15日(火) 10:00～12:00(公民館 講堂)

★乳幼児の子育て中の親子が自由に過ごせる広場です。地域のサポーターさん達と一緒に楽しく遊びましょう！10月は保健師さんが来られて親子体操等を行います。

＊事前申し込みは必要ありません。当日公民館にお越しください。

10月の行事予定

10/2 (水)	なごみ広場 (with 保健師さん)	公民館 10:00～11:00
10/4 (金)	母子巡回相談	東光会館 13:30～受付
10/6 (日)	2024 堅粕東光スポーツ大会	東光中学校 9:40～
10/11 (金)	高齢者ふれあいサロン	東光会館 10:00～12:00
10/12 (土)	東光秋まつり・公民館文化祭	東光小学校・公民館 13:00～16:00
10/15 (火)	たんぽぽひろば (赤ちゃん体操)	公民館 10:00～12:00
10/18 (金)	東光健康づくり教室 香椎原病院 出前講座「フレイルを予防しよう」	東光会館 13:30～15:00
10/21 (月)	マイナンバーカード申請	公民館 14:00～16:00
10/23 (水)	子どもの手形プレート作り	公民館 10:30～12:00
10/25 (金)	にじの会	東光会館 13:00～15:00
10/27 (日)	校区自主防災訓練	東光小学校 午前中
毎週水曜日	なごみ広場 (よかトレ体操) どなたでも参加できます。飲み物、上履き をお持ちください。	公民館 10:00～11:00

福岡市よりお知らせ

令和7年度採用 福岡市「東光会館」事務職員の募集について

地域活動に関する深い理解と関心を持ち、空港周辺共同利用会館の事業を積極的に推進していく上で必要な能力と熱意を有する人で、居住または職業等の関係で館区内の実情に明るい人を募集します。(詳細は募集案内をご確認ください)

◆任用期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

◆募集期間 令和6年10月11日(金)～令和6年11月8日(金)

◆募集案内 募集期間内に博多区生涯学習推進課及び東光会館で配布(市ホームページにも掲載)

◆問い合わせ先 博多区生涯学習推進課
TEL 092-419-1047 FAX 092-419-1029



福岡市東光公民館 / 老人いこいの家

〒812-0007 博多区東比恵2丁目21-22 Tel 411-7792 Fax 411-7956 E-mail toukou13@jcom.home.ne.jp

【人権標語】 やさしさが みんなの笑顔 つくりだす (東光中学生)

