



# 東光公民館だより



NO.499 令和6年11月1日号



## 公民館よりお知らせ

### 子どもおたのしみ会「一日子ども食堂」

(主催:青少年育成連合会)

11月3日(日) 9:15受付開始

12:20 終了予定(公民館 講堂)

対象:小学生とその保護者 先着30人 参加費 100円  
持ち物:エプロン・三角巾・手ふきタオル  
★楽しい食育の体験教室です。一からウインナーを作り、ホットドックにしてみんなで食べます。

\*申込用紙は学校を通じて配布いたします。

### ひだまりサロン「シニア☆アビスパ de 健康教室」

11月15日(金)10:00~11:45(公民館 講堂)

講師:アビスパ福岡と福岡大学の専門スタッフ

持ち物:上靴、タオル、飲み物 先着 20人 参加費無料  
★アビスパ福岡と福岡大学の専門スタッフによる60歳以上の方を対象にした健康教室です。笑いあいの楽しい健康講座を聞いた後、リズム運動やゲームなどを行います。

\*お申し込みは東光公民館まで TEL411-7792

### 11月の臨時休館日

11月29日(金)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11月19日(火)正午までにご連絡をお願いいたします。

## 子育てサロン「たんぽぽひろば」よりお知らせ

11月19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ばしましょう！  
★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。



よかドックで年に1回健康チェック!

詳しくは「けんしんナビ」で検索ください。

## 校区よりお知らせ

### 第20回グラウンドゴルフ大会 (体育振興会)

11月17日(日) 9:45開会式 10:00試合開始  
(雨天中止)

場所:東光小学校グラウンド

対象:各町内小学4年生以上、その他団体  
(1チーム3名)

\*詳細は各町内体育委員、体育振興会、東光公民館まで。

### 東光校区自主防災訓練 (自主防災会)

11月23日(土) 9:50 集合 10:00 開始(雨天決行)

場所:東光小学校グラウンド (雨天の場合は体育館)

★校区住民の小学校への避難の後、AED・消火器の取り扱い訓練等を行います。大雨被害や地震など自然災害が多発する昨今、いざという時のための防災訓練を皆で行いましょう。多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

毎年11月3日~9日はみんなで参画ウィークです。

(福岡市男女共同参画週間)

福岡市  
男女共同参画  
シンボルマーク



この週間をきっかけに、地域の男女共同参画推進の取組みの輪を広げましょう!

【問い合わせ先】

福岡市市民局男女共同参画課 TEL 406-7510

~11月は「児童虐待防止推進月間」です~

児童虐待は、子育て家庭だけの問題ではありません。地域の中で子育て家庭が孤立しないよう皆さんの温かい見守りが必要です。ネットワークの強化が虐待防止につながります。児童虐待かも...と思ったらすぐにお電話ください。

◇児童相談所虐待対応ダイヤル(通話料無料)189

「もしかして?」ためらわないで! 189(いちはやく)

~子どもたちの笑顔と未来を守りましょう~

## 11月の行事予定

11/3 (日)	一日子ども食堂	公民館 9:15~12:20
11/8 (金)	高齢者ふれあいサロン	東光会館 10:00~12:00
11/15 (金)	ひだまりサロン「アビスパ de 健康教室」	公民館 10:00~11:45
11/17 (日)	グラウンドゴルフ大会	東光小グラウンド 9:45~12:00
11/19 (火)	子育てサロン「たんぽぽひろば」	公民館 10:00~12:00
11/22 (金)	にじの会	東光会館 13:00~15:00
11/23 (土)	東光校区自主防災訓練	東光小グラウンド 9:50 集合~12:00
毎週月曜日	東光健康マージャン教室	公民館 10:00~12:00
毎週水曜日	ぽっかぽかクラブ (子育てサークル)	公民館 10:30~12:00
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
毎週金曜日	東光カラオケ愛好会	公民館 13:00~16:00
毎週土曜日	東光なかよしダーツ教室	公民館 13:00~16:00

~全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間~

11月13日(水)~19日(火)まで

TEL 0570-070-810(全国共通)

夫・パートナーからの暴力、職場でのセクハラ、ストーカーなど、女性に関する人権問題のご相談を受け付けます。

法務局職員と人権擁護委員が相談に応じます。秘密は厳守されますので、どんな些細なことでも、ひとりで悩まずご相談ください。

【お問合せ先】福岡法務局人権擁護部 092-739-4151

福岡法務局・福岡県人権擁護委員連合会

先月の12日(土)に東光秋まつり・公民館文化祭を開催いたしました。たくさんの皆様にご来場いただき、誠にありがとうございました。

東光秋まつり実行委員長 松本文彦  
東光公民館館長

東光公民館  
LINE 公式アカウント

公民館や地域の情報をリアルタイムでお届けします!



登録方法は公民館までおたずねください。