

奈多公民館だより

白砂
(はくさ)



その言葉 あなたの一時 相手の一生

奈多小学校6年生 人権標語



令和8年度奈多公民館講座
ゴールド大学(高齢者教室)

10月9日(金)

第1部 14:00~15:00

語り部「江戸しぐさ」

江戸時代の江戸の町民たちが
人との付き合い方として使っていた、
いわゆる公衆マナーといわれる
「江戸しぐさ」の話をさせていただきます

講師: 小林 厚子さん

第2部 15:00~16:00

～転倒予防教室～

講師: まつもと整形外科クリニック
(ヨガマットをお持ちの方はご持参ください)



10月23日(金)

第1部 14:00~15:00

「いつまでも自分の足で歩くために
～今日からできることは何?～」

講師: まつもと整形外科クリニック
犬山 滉大先生

第2部 15:00~16:00

～転倒予防教室～

講師: まつもと整形外科クリニック
(ヨガマットをお持ちの方はご持参ください)

サークル代表者会議

日時: 10月17日(土) 9:00~10:20(予定)
場所: 奈多公民館 講堂

☆公民館サークル・体育館サークルの代表者は
会議の後の人権学習講話まで参加をお願い
いたします

【人権学習講話】

『相手を想う、傾聴コミュニケーション』

講師: 東区生涯学習推進課人権教育推進員
佐々木 賢先生

休館日のお知らせ

10月30日(金)臨時休館日

10月31日(土)定例休館日

臨時休館日に利用申込される場合は
10月16日(金)17時までに申込みください
奈多公民館館長 餅越 貴美子

福岡市奈多公民館

良来楽処



日時: 10月27日(火) 10:00~12:00

場所: 奈多公民館

内容: 絵本カフェ

日本昔話特集 お楽しみに♪



いこいの家の愛称が『良来楽処(よっこらしょ)』

に決まり、入り口の看板が新しくなりました。

高齢者の居場所づくりで毎月行っている公民館主催
事業【良来楽処】と同じ名称になっています。

皆さんにとって楽しい居場所になるよう思いを込めて
います。



子育てサロン ☆きらきら星☆

開催日 10月5、19、26日

11月2、9、16日

(祝日を除く月曜日)

時間: 10:00~12:00

場所: 奈多公民館 講堂

対象: 乳幼児親子、プレママ

☆ボランティア募集中・見学いつでも歓迎

10月2日(金)

東区地域保健福祉課保健師による

『すくすく育児相談』

受付時間: 13:30~14:00 (予約不要)

場所: 奈多公民館 講堂

内容: 身体測定、育児相談、妊産婦の健康相談

持ってくるもの: 母子手帳・バスタオル(衣服着脱用)

替えのおむつ など



～自治協議会よりお知らせ～

奈多校区市民体育祭

10月11日(日) 8:30~

奈多小学校運動場

～雁の巣自治会より～

まつり雁の巣2026

11月8日(日)

10:00~15:00

☆雨天中止



～奈多自治会より～

奈多自治会
早魚行事

11月21(土)・22日(日)

～奈多団地自治会より～

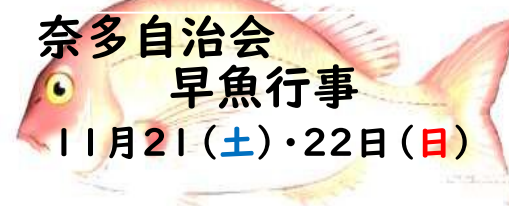
奈多団地まつり

11月21日(土)

13:00~17:00頃まで

☆雨天の場合、

11月22日(日)に延期



〈大会結果〉

9月6日

東区壮年ソフトボール交歓会

奈多・雁の巣西チームが出場し、
見事優勝しました。

おめでとうございます!!



第23回 地域まるごと観劇会



問い合わせ先が書かれたチラシを公民館
に置いています

奈多校区社会福祉協議会
慈恵病院『こうのとりゆりかご』
熊本・山鹿日帰りバス研修

日程: 11月5日(木)

7:20集合

18:00帰着予定

参加費: 3,500円



応募期間: 10月10日(土) 9:00~

10月20日(火) 17:00まで

定員: 40名(奈多校区在住の方限定)

応募要項: 奈多公民館玄関横に設置の応募用紙
に、1人1枚(複数無効)のみ記入の上、応
募箱に投函してください。

ただし、家族等の同伴者1人まで応募可
能です。なお、保険の都合により本人及
び同伴者は奈多校区在住の方に限らせ
ていただきます。

※電話・直接での先着順ではありません。
応募が定員を超えた場合は抽選となります。

10月

～奈多校区カレンダー～

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
27	28	29	30	1	2	3
					すすく育児相談 自治協全体会議	
4	5	6	7	8	9	10
体育祭用具作成 ・抽選会	きらきら星 マイナンバーカード 申請出張サポート		社協定例会		ゴールド大学	体育祭会場設営
11	12 スポーツの日	13	14	15	16	17
奈多校区 市民体育祭			子育て連定例会		民児協定例会	サークル 代表者会議
18	19	20	21	22	23	24
	きらきら星				ゴールド大学	フレンド キッチン 防災士会
25	26	27	28	29	30	31
	きらきら星	良来楽処 絵本カフェ				奈多小運動会
				第5週目 サークルお休み	休館日	



福岡市長選挙 移動期日前投票所のご案内

投票日(11/15)に投票所へ行くことが難しい方のために、マイクロバス等を使用した移動期日前投票所を設置する予定です。ぜひご利用ください。

日程・場所：①11月11日(水) サニー奈多店
②11月12日(木) ウェルシアプラス福岡三苫店
③ // 令和健康科学大学

時 間：11:00～17:00

対 象：東区の選挙人

問い合わせ先 東区選挙管理委員会事務局(TEL:092-645-1009)

※区役所や商業施設等の期日前投票所、その他の移動期日前投票所の情報については、後日送付される投票所入場整理券をご確認ください。



東区芸術文化祭「多文化交流イベント」

東区では、多くの市民のみなさまが気軽に芸術文化の魅力に触れ合う機会を創出することで、彩り豊かな賑わいあるまちづくりを進めています。東区でも、「東区芸術文化祭」として、12月に多文化交流イベントを実施予定です。

「多文化交流イベント」(会場:なみきスクエア)
〇日時:12月6日(日) 10時～15時



※写真はイメージです。 嘉村健志先生

楽器体験や民族衣装の試着・記念撮影など、世界の文化を楽しく体験できるイベントです。
また、食を通じた多文化交流として「けんちゃん先生」こと嘉村健志先生の料理教室を開催予定です。
詳細は10/15号の市政だよりもしくは下記「東区芸術文化祭」ホームページにてご確認ください。

【担当・お問い合わせ】
東区企画振興課 電話092-645-1037



←東区芸術文化祭HP



【よかドックで年に一度は健康チェック！】

〇対象:40～74歳の福岡市国民健康保険加入者(治療中の方も対象です)
(福岡市国保以外の医療保険に加入している人は、加入している医療保険者にご確認ください。)

〇かかる費用:500円 ただし以下の人は無料です。

- ①令和8年度中に40歳・50歳となる人
- ②満70歳～74歳の人
- ③世帯全員が市県民税非課税の人

〇検査内容:血液検査・血圧測定・尿検査・身体測定・心電図・診察・問診

〇受診場所:市の施設等、実施医療機関

〇受診の流れ

予約→受診→結果の受け取り→結果に応じた特定保健指導や無料健康アドバイス

〇受診に持っていくもの:国民健康保険の資格が確認できるもの(マイナ保険証など)+よかドック受診券

〇詳細は「けんしんナビ」から



子育てのお手伝いをしてみませんか！

～福岡ファミリー・サポート・センター～

『福岡ファミリー・サポート・センター』では依頼会員(子どもを預かってほしい人)と、提供会員(子どもを預かれる人)が、子育てを助ける活動を行っています。

保育所等へのお迎えや用事があるときの預かりなどの活動を行います。
なお、依頼会員と提供会員を兼ねることもできます。

提供会員の講習会について

提供会員になるには、3日間の講習会を受講する必要があります。

■日程:11/12(木)10:00～14:30 ■申込方法
11/20(金)10:00～15:00 電話・メール・FAX・HPで、
11/25(水)10:00～15:00 下記宛にお申し込みください。

■会場:東市民センター ■申込期間:10/1～(先着順)
■託児有(要申込、先着順) ■託児締切:11/5

※依頼会員となる場合も、利用方法などの説明(1時間程度)を受ける必要があります。
(こちらは随時受付、要申込)

申込・お問い合わせ先

社会福祉法人福岡市社会福祉協議会
福岡ファミリー・サポート・センター本部
〒810-0062 中央区荒戸3-3-39
TEL:736-1116 FAX:713-0778
Eメール:f-support@fukuoka-shakyo.or.jp



詳細はこちらをご覧ください。

