

あおば公民館だより

No.45 | 2026年3月 3月の行事



日にち	行事	時間	場所
5(木)	乳幼児と保護者の自由な遊び場「にこにこサロン」	10:00	公民館
6(金)	健康講座「お口のフレイル予防について」	10:30	公民館
7(土)	青葉文庫	10:00	公民館
8(日)	あおば大学「イモンズスプリングコンサート」	13:30	公民館
11(水)	青葉のたまり場「春のお菓子を作ろう」	10:30	公民館
12(木)	幼児教育講座「3B体操」	10:30	公民館
13(金)	午後のお茶を一緒に「アカペラの素敵なハーモニー」	13:30	公民館
14(土)	青葉文庫	10:00	公民館
16(月)	いきいき健康教室「室内健康ゲーム 他」	13:30	公民館
18(水)	かぞくごはん「レモン麴を作ろう」	10:30	公民館
19(木)	乳幼児と保護者の自由な遊び場「にこにこサロン」	10:00	公民館
21(土)	青葉文庫	10:00	公民館
//	更生保護女性会「なかよしキッチン」	11:30	公民館
//	工作ひろば「折り紙で作るチューリップの花束」	14:00	公民館
26(木)	幼児教育講座「お別れ会」	10:30	公民館
27(金)	学校施設利用調整会議	19:00	公民館
//	サークル閉講式	19:30	公民館
30(月)	公民館業者清掃	9:00	公民館
31(火)	月一回の臨時休館日		

～月一回の臨時休館について～

※3/30(月)は、公民館業者清掃の為、館内利用できません。
 ※3/31(火)は、3月の月一回の臨時休館日といたします。
 この日に利用を希望される場合は、
 3月23日正午までにご連絡をお願いします。



公民館のバラ花手入れ募集

公民館フェンス沿いにバラが咲いているのはご存知ですか？
 公民館のバラのお手入れのお手伝いをして下さる方を募集しています。興味のある方、公民館にご連絡ください。



電話 691-9799

※今月の「郷土の近郊歴史講座」はお休みします。

〈人権標語〉…「あなたが大切 みんなの笑顔」



ご卒業・ご入学おめでとうございます。

各学校の卒業式・入学式の日程をお知らせします。新しい世界へ巣立つ皆さんの明るい未来と、益々のご活躍を心からお祈りします。

<卒業式> 3/3 (火) 東福岡特別支援学校高等部
 3/12 (木) 青葉中学校
 3/13 (金) 東福岡特別支援学校小・中学部
 3/17 (火) 青葉小学校

<入学式> 4/9 (木) 青葉中学校
 4/10 (金) 青葉小学校
 4/13 (月) 東福岡特別支援学校



かぞくごはん「レモン麴を作ろう」

3月18日(水) 10:30～ 公民館 学習室
 講師:食育アドバイザー・ヘルスマイト 田中 佑佳さん
 レモンを使った爽やかな万能調味料です。レモン麴の使い方が分かる試食付きです。
 材料費:1,200円 定員:10名
 持ち物:エプロン・三角巾・筆記用具
 締め切り3/13(金)まで 公民館にお電話ください。電話 691-9799



「サークル閉講式」

3月27日(金) 19:30～ 公民館 講堂
 館内・館外サークル閉講式
 ※円滑なサークル活動推進のための大切な行事です。
 代表者は必ずお集りください。



3月は「自殺対策強化月間」～知らせてほしい、心のSOS～

自殺対策強化月間に合わせて、自殺対策について理解と関心を持っていただけるよう、自殺予防キャンペーンを実施します。

○ 自殺に関する電話相談 **092-737-1275**
 (平日午前10時～午後4時)
 福岡市精神保健福祉センターでは、自殺・自死に関する相談に応じています。
 3月は7日(土)、8日(日)も電話相談をお受けします。

○ 市販薬依存・ゲーム依存相談ダイヤル **080-8821-5609**
 (水・土 10時～13時/月・第1土 17時～20時)
 市販薬・処方薬依存、ゲーム依存が心配な若者本人や家族等を対象に相談に応じています。臨床心理士等がお話をうかがいます。

○ 博多ポートタワーをライトアップ
 ライトアップ期間: 3月2日(月)～3月8日(日)日没から24時まで
 安らぎや癒しの象徴である「グリーン」にライトアップします。

主催:福岡市精神保健福祉センター



あおば大学「イモンズスプリングコンサート」

3月8日(日) 13:30～ 公民館 講堂
 ゲスト:おやじバンドイモンズの皆さん
 毎回大好評のイモンズさんの久しぶりのコンサートです。
 今回もビートルズ、グループサウンズ、青春歌謡など懐かしい曲やお馴染みの曲を演奏予定です。午後のひと時を皆様と楽しく過ごしたいと思います。皆さんお誘い合わせの上お越し下さい。



幼児教育講座「3B体操」

3月12日(木) 10:30～11:30 公民館 講堂
 講師:日本3B体操協会公認指導者 原 洋子先生
 音楽に合わせてリズムカルに、親子で体を動かしてみよう!
 ※動きやすい服装でお越し下さい。※持ってくる物:水筒・タオルなど



幼児教育講座「お別れ会」

3月26日(木) 10:30～11:30 公民館 講堂
 ゲスト:青葉中学校吹奏楽部の皆さん
 青葉中学校吹奏楽部の皆さんが演奏に来てくれます♪
 また、ボランティアの方が軽食を用意してくれます。
 ※アレルギー対応はしておりませんので各自でご注意ください
 ※持ち物:水筒・タオル・子ども用のお椀・スプーン・箸など。
 (大人用の食器・箸はこちらで準備します)



2026年度 いないいないばあ スタッフ募集中!

『友だちの輪を広げたい!』『子どもと一緒にこんなことやってみよう!』など、興味のある方はお気軽に公民館やスタッフにお尋ねください。

午後のお茶を一緒に

「アカペラの素敵なハーモニーで午後のひと時を」
 3月13日(金) 13:30～ 公民館 講堂
 ゲスト:女性アカペラコーラスグループ クラシックおニクさん
 毎月第2金曜日の午後は、公民館へおいでになりませんか?
 今回は『朧月夜』『卒業写真』『見上げてごらん夜の星を』など、皆さんご存知の曲を唄われます。どなたでもお気軽にお越しください。たくさんのご参加をお待ちしております。



おめでとうございます！

～乳幼児と保護者の自由な遊び場～ 「にこにこサロン」

3月5日(木)・19日(木) 10:00～11:30 公民館 講堂

対象:0歳～未就園児と保護者・妊婦さん
子育て中の保護者のみなさん、お子さんと一緒に公民館に遊びに来られませんか？



青葉校区社会福祉協議会では、公民館で乳幼児と保護者の自由な遊び場を提供しています。時間内は出入り自由ですので、お気軽にご参加ください。

おもちゃをたくさん用意しています。また、子どもを遊ばせながら情報交換の場にもなっています。

※予約不要で、人数制限もありません。

ご自由にお越しください。

主催:青葉校区社会福祉協議会

青葉更生保護女性会 「なかよしキッチン」

桃の花咲く季節になりましたね。

寒いなかにも春を感じる季節になりましたね。インフルエンザ・コロナには気を付けて下さいね。

美味しい食事を準備して待っています。

※本来「なかよしキッチン」は、子ども食堂です。

子どもが優先になります。

☆皆様のご理解・ご協力を宜しくお願い致します。

日時:令和8年3月21日(土)



場所:公民館 講堂

★大人と子どもの受付時間が違います。

受付時間:子ども 11:30～ 大人 12:00～13:30

代金:子ども無料・大人 300円(先着 50食でメ切)

対象者:小学生以上 お茶は各自でご持参ください。

☆今回は、カレーライス・サラダ・スープ・デザート



(画像はイメージです)

青葉のたまり場 「春のお菓子を作ろう」

3月11日(水) 10:30～12:00 公民館 講堂

「青葉のたまり場」は、どなたでもご参加いただける

バリアフリーの楽しい集まりです。今回は、春のお菓子を作ります。

参加費:500円 持ってくる物:エプロン

申し込み:東フレンドホームへお電話ください。

東フレンドホーム 電話 621-8840 FAX621-8863



(画像はイメージです)

～衛生連合会からのお知らせ～

健康講座 「お口のフレイル予防について」

3月6日(金) 10:00より受付 10:30～12:00

場所:青葉公民館 講堂

内容:歯科衛生士による講座「お口のフレイル予防について」



いきいき健康教室 「室内健康ゲーム 他」

3月16日(月) 13:30～15:30 公民館 講堂

今回は、健康運動・健康ゲームを実施いたします。

・軽い運動の出来る服装でお越し下さい。

・タオル、お茶等、飲み物は各自、準備願います。

※予約、申し込み等は不要。どなたでも参加できます。

多数のご参加をお待ちしています。



《予告》

4月の「いきいき健康教室」は4月20日(月) 13:30～15:30

内容:健康運動指導士によるウォーキング指導

※予約、申込み等は不要です。どなたでも参加できます。

多数のご参加をお待ちしています。

※今年度は「青葉校区衛生連合会」の事業にご協力いただき有り難うございました。来年度も頑張りますので、みなさまのご支援をよろしくお願ひします。

問い合わせ先:青葉公民館 電話 691-9799

東区地域保健福祉課 電話 645-1088



～環境活動推進会議からのお知らせ～

青葉校区ごみ拾い活動中 No.46(R4 4/1～R8 2/15)

ごみ累計 22,582個 実施回数 1,517回

人員累計 2,336人

ペットボトル・缶は貴重な資源です。

ポイ捨てせずリサイクル回収に協力しましょう。

主催:青葉校区環境活動推進会議 協力:女性パトロール隊



青葉校区古紙リサイクルステーション

リサイクルステーションは、公民館の敷地内にあります。

毎週土曜日・日曜日の9時～17時開設



種類ごとに分けてとめてください。

2/8(日)に行われました青葉校区ディスコン大会の結果です。

優勝:みどりが丘2丁目

準優勝:リーフタウン

たくさんの応援ありがとうございました。



工作ひろば 「折り紙で作るチューリップの花束」

3月21日(土) 14:00～ 公民館 いこいの家

指導:地域ボランティア 井上 良美さん

今回は、折り紙でチューリップを作ります。春らしい可愛い花束ですね。

材料費:無料 持ち物:なし

未就学児は保護者同伴でお願いします。

※3/15(日)までに公民館へお申し込みください。 電話 691-9799



～車いすテニス体験会～

3月28日(土) 10:00～12:00 受付 9:45～

車いすテニスの体験会を開催します。テニス経験のない方でも気軽に参加できる内容です。この機会に、車いす利用者への理解を深めてみませんか。皆さまのご参加をお待ちしています。

場所:青葉公園テニスコート 参加費:無料 参加要件:小学生以上 持参するもの:飲み物・タオル等 ※動きやすい服装でご参加下さい。

参加申し込みの方は、青葉公園へお電話下さい。先着 30名程度

主催:予約連絡先 青葉公園管理事務所 ☎ 092-691-5725



市民防災の日 講演会
「災害時のトイレ問題と対策」

福岡市では、平成17年3月20日に発生した福岡県西方沖地震の記憶と経験を風化させないために、3月20日を「市民防災の日」と定めており、毎年この時期に防災講演会を開催しています。

災害はいつ起こるか分かりません。自分や家族、地域の安全を守るために、この機会に防災について一緒に考えてみましょう。

【内容】災害時に起こり得るトイレの問題と、家庭でできる対策等について、具体的な事例を交えながら分かりやすくお話いただきます。

【講師】島村 允也氏(特定非営利活動法人日本トイレ研究所研究員)

【日時】令和8年3月20日(金・祝)午前11時～12時30分

【場所】ワン・フクオカ・カンファレンス・ホール(ワン・フクオカ・ビルディング6階)

【定員】先着 440名(要申込) 【料金】無料

【申込】3月13日(金)までに FAX カメール(bousai01@city.fukuoka.lg.jp)

に氏名、電話番号、参加人数を記載して申込み

【主催】市民局地域防災課 ☎092-711-4156/FAX092-733-5861

福岡市 市民防災の日講演会

検索

