

山と水がめ えて ほたるの里

### 健康づくり教室 ④

【日時】7月7日(火)10:00~11:00  
【会場】公民館  
【講師】畑中 慎太郎 氏  
(香椎原病院 健康運動指導士)  
【持ってくる物】飲物・上靴  
【共催】衛生連合会  
【協力】香椎原病院 【申込】不要



### しもばる学校 ④

「お口のフレイル」元気の秘訣は、お口から！  
【日時】7月14日(火)13:30~14:30  
【会場】公民館  
【講師】大城 康子 氏 (歯科衛生士)  
【申込】不要



### ノルディックウォーキング ④

【日時】7月28日(火)13:30~14:30  
【集合】公民館  
【持ってくる物】飲物・上靴  
【共催】男女共同参画 香椎下原くすの木  
【申込】不要 ★天候によっては、講堂で行います。  
上靴を持参の上、参加してください。



### ボードゲーム遊び

ボードゲームで遊びませんか？

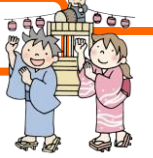
【日時】7月19日(日)14:00~16:00  
【会場】公民館 【対象者】中学生以下  
【申込】来館・電話にて受付します。



### 盆踊り練習

盆踊りをマスターして、地域の夏祭りを楽しみませんか。

【日時】①7月12日(日) ②7月18日(土)  
いずれも 15:00~16:00  
【会場】公民館 【対象】どなたでも♪  
【内容】炭坑節、東区音頭、きよしのズンドコ節  
【指導者】近藤 洋子 氏 (校区在住)  
【申込】来館・電話にて受付します。  
※参加者には、お茶をご用意いたします。



### しもくんの おにぎり はるちゃんのみそ汁 教室



おにぎりとおみそ汁を作って、みんなで食べよう！  
【日時】①7月22日(水) ②7月23日(木)  
③7月28日(火) いずれも 9:30~13:00  
【会場】公民館  
【対象者】小学3年生~中学生  
【定員】各日15名(先着順) 【参加費】無料  
【持ってくるもの】エプロン・ハンダナ  
【申込】7月6日(月)より来館・電話にて受付します。  
※アレルギー対応はいたしません。

### 学習コーナー

涼しい公民館で宿題や読書ができます。  
【日時】①7月22日(水) ②7月23日(木)  
③7月28日(火) いずれも13:00~16:00  
【会場】公民館 【対象者】小・中学生  
【申込】不要 ※問題集などはありません。



### ハイハイ前の親子ふれあいと赤ちゃんの育ち

親子ふれあい遊びや家庭でも無理なく続けられる関わり方をご紹介します。また、保護者同士が安心して交流できる時間もあります。(全3回)  
【日時】①7月10日(金) ②7月17日(金)  
③7月24日(金) いずれも10:00~11:15  
【会場】公民館 【定員】8組(先着順)  
【対象】生後3ヵ月~7ヵ月(ハイハイ前)の乳児とその保護者  
【講師】三原 詔子 (九州産業大学人間科学部 子ども教育学科准教授)  
【申込】来館・電話にて受付します。  
【共催】九州産業大学人間科学部子ども教育学科



### 乳幼児ふれあい学級 幼稚園の先生と遊ぼう!!

【日時】7月30日(木)10:00~11:00  
【会場】公民館  
【対象者】未就園児とその保護者  
【定員】15組(先着順)  
【申込】7月6日(月)より来館・電話にて受付します。  
【協力】自由ヶ丘幼稚園  
★保護者とともに動きやすい服装でご参加ください♪



### 小学生対象 夏休み 講座

☆小学生のみなさん、夏休みの思い出づくりに参加してみませんか？  
【申込】来館・電話にて受付します。

【締切】7月17日(金)  
応募多数の場合は抽選になります。

#### ①大学でモノづくり体験

レジンキーホルダー作り、二足歩行・3輪サッカー・エアホッケーのロボット操作や磁石で物を浮かせてみよう！  
【日時】7月29日(水)9:00~14:00  
【集合】①香椎下原公民館 8:50 集合  
②JR香椎駅西口改札口 9:20 集合  
【会場】福岡工業大学⇨香椎下原公民館にて昼食  
【対象】小学生(低学年は保護者同伴)  
【材料費】300円 当日支払い  
【定員】20名 【昼食代】無料  
【交通費】①バス・JR(往復) 460円  
②JR(往復)バス(片道) 350円

#### ②糸を紡いでお菓子をもらおう

大学生と一緒につむぎゴマを作り、綿から糸を紡いでオリジナル糸を作り、お菓子をもらおう！  
【日時】8月1日(土)10:00~12:00  
【会場】公民館  
【対象者】小学生  
【参加費】100円 当日支払い  
【定員】15名  
【協力】九州産業大学造形短期大学大学部

#### ③親子クッキング教室

親子で楽しみながら料理を作って食べよう！  
【日時】8月8日(土)10:00~12:00  
【会場】公民館  
【講師】香椎下原食生活改善推進員  
【材料費】1人250円 当日支払い  
【対象者】小学生とその保護者  
【定員】15組 30人  
【持ってくる物】エプロン・ハンダナ  
【共催】食生活改善推進員協議会  
※メニューは、申込時にご確認ください。  
アレルギー対応はいたしません。



### マイナンバーカード 申請出張サポートのご案内

区役所・出張所に行かずに手続き

マイナンバーカード申請やマイナ保険証利用登録等の手続きをサポートします。公民館でカードを申請すると、後日、ご自宅に届くので大変便利です。※要予約。初めてカード申請をされる方で、必要な本人確認書類が揃っている場合に限りです。また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証利用登録や公金受取口座登録の手続きをサポートします(予約不要)。※カードや電子証明書の更新手続きは、公民館ではできません。

【日時】8月1日(土)10:00~12:00  
【会場】公民館  
【対象者】東区に住居票のある方  
【予約終了日】7月28日(火)  
【予約受付】福岡市マイナンバーカード総合コールセンター  
TEL 092-600-2402 (9:00~18:00)

【必要なもの】事前にコールセンターにお問い合わせください。

### 公民館の休館について

7月20日(月祝)は臨時休館いたします。この日に利用を希望される方は7月10日(金)正午までにご連絡ください。7月31日(金)は定例休館日です。※香椎下原校区紙リサイクルステーションは休館日には、利用できません。ご協力をお願いします。

こうみんかん さいがいじ いちじひなんしょ 公民館は災害時の一時避難所になっています。

