



## ウィンナー飾り切り教室

正しく食べて楽しむ、そして食べものの大切さを学ぶ、ウィンナーの飾り切りの教室を開催します。日本ハムカスタマー・コミュニケーション（株）の協力でプラスチックナイフを使用し安全に行います。参加費無料です。

※千早西小学校に通う2年生対象。定員25名

日 時：9月26日（土）10:00～11:30

場 所：千早西公民館 講堂

\*9月に千早西小学校で配布するプリントでの申込みになります。



## アロマリラックス講座

アロマの香りに包まれ穏やかな気持ちで親子体操、ベビーマッサージを楽しみましょう。乳幼児とその保護者対象です。

日 時：10月3日（土）10:00～11:30

場 所：千早西公民館 講堂

講 師：安部 志津代さん（健康運動指導士）

参加費：無料。動きやすい服装、タオル、飲み物持参

申込み：電話またはFAXで公民館へ。定員15組

## 乳幼児ふれあい教室

育児中のママ・パパ、そして赤ちゃん同士の交流および情報交換のサロンです。おもちゃ遊びや絵本の読み聞かせを行います。お気軽にご参加ください。

【「おむつと安心定期便」対象事業】

実施日：9月14日（月）、10月19日（月）

時 間：10:00～11:00 参加費：無料

場 所：千早西公民館 講堂

講 師：川井 御納子先生

協 力：ほんわかサロンボランティア

申込み：電話・FAX・メールで前日までに公民館へ。



## 中国文化体験！水墨画教室

昨年開催し好評を博した「はじめての水墨画教室」を今年は2日に分けて行います。

中国出身の講師が中国文化に触れながら楽しく指導します。ただいま講師の作品の数々を公民館ロビーに展示しています。

日 時：①9月11日（金）10:00～12:00

②9月25日（金）10:00～12:00

場 所：千早西公民館 講堂

講 師：姚明（ようめい）先生

NPO 法人日中国際交流センター理事長、九州産業大学芸術学部非常勤講師

参加費：無料 定員：25名

申込み：電話またはFAXで公民館へ。先着順。

\*水を入れる小さな瓶・小皿などを持ってきてください。墨汁・筆・半紙はご用意しております。



## 令和8年度東区人権を考えるつどい

外国人労働者と共に生きる社会へ  
～「新 移民時代」取材班からの報告～

多様な背景を持つ外国人労働者とともに暮らす「新たな移民時代」を迎えたいま、私たちの社会は大きな転換点に立っています。全国を取材してきた報道チームの視点から、現場で見えてきた現実や課題、共に生きるヒントをお伝えします。

講 師：坂本 信博さん 西日本新聞社上級専門委員

日 時：10月1日（木）14:00～15:30（13:30 開場）

会 場：なみきスクエア（東市民センター）なみきホール

主 催：なみきスクエアみらいネットワーク

共 催：東区人権尊重啓発連絡会議、東区役所

申 込：不要（先着500名）入場無料

問合せ：なみきスクエア 電話：674-3981 FAX：674-3972

※手話通訳、要約筆記あり

※託児あり、先着8名（1歳以上から未就学児）

希望者は9/25までに問合せ先へ申込みを

## 公民館でラジオ体操+α

水曜日の朝、公民館までウォーキングして10分間のラジオ体操をしましょう！終わったあとは、ロビーをカフェスペースとして開放します。

\*9/23、9/30はお休みです。

日 時：毎週水曜日、9時30分スタート

場 所：千早西公民館 講堂

申込不要 参加費無料



## よかドックで年に一度は健康チェック！



○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。）

○費用：500円

○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

○受診場所：市の施設等、実施医療機関

○詳細は「けんしんナビ」から



## 学生服の3R 学生服をお譲りください

使わなくなった学生服をご持参ください！お預かり後、経済的な理由で困っている子どもたちの新生活を支える大切な資源となります。

※回収する学生服は卒業後概ね3年以内のものに限ります。

※その他不明な点は公民館へお問い合わせください。

主催：NPO 制服バンク福岡

後援：福岡市、福岡市社会福祉協議会

## 休館日のご案内

9月20日（日）、9月30日（水）

10月25日（日）、10月31日（土）

利用がない場合は休館します。

※利用のお申し込みは10日前までお願いいたします。