



## 【公民館からのお知らせ】

### 双寿大学

第7回

11月12日(水) 10:00~12:00

#### ◆町の珈琲屋さん

「コーヒーのお話・体験など」

- ・講師：内野 浩一郎氏(SWEET TIME+PLUS+)
- ・参加費：200円
- ・定員：20名(先着申込制)
- ・対象：会員及び一般の方
- ・場所：宮松公民館



### 宮松さくら学級

第7回

11月19日(水)10:00~12:00

#### 健康講座

#### ◆「体内年齢マイナス10歳へ導くカラダづくり」

- ・講師：角上 里菜氏(ヨガ療法士)
- ・参加費：無料
- ・定員：25名(先着順)
- ・対象：会員及び一般の方
- ・持参：動きやすい服装・タオル・飲み物
- ・場所：宮松公民館



### ハムエッグサロン(子育てサロン)

毎週月曜日 10:00~15:00(祝日も開いています)

『O才児〜未就園児と親』の情報交換の場です。妊婦さんも、どうぞお越しください。ご都合のよい時間に、お茶や軽食を持ってお気軽にご参加ください♪

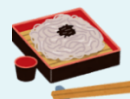


<11月>3日・10日・17日・24日

【お問い合わせ】宮松公民館 621-4999

### 手打ち蕎麦教室<男の料理教室>のお知らせ

- ・11月 2日(日)(出欠連絡締切 10/ 28 (火) まで)
- ・11月16日(日)(出欠連絡締切 11/11 (火) まで)
- ＜場所＞ 宮松公民館 14:00~完成するまで
- ＜講師＞ 佐々木 正高氏(博多夢そばの会師範)
- ＜参加費＞ 3,000円/回(材料代含む)
- ＜持参＞ エプロン・三角巾・密閉容器・室内靴・天ぷら敷紙
- お一人10人分の蕎麦打ちをします
- \*粉の手配がありますので、公民館へ申し込みください。



### ★母子巡回健康相談

- ＜日時＞11月11日(火)
- ・受付時間 13:30~14:00
- ＜場所＞宮松公民館
- ＜内容＞身体計測、育児相談、妊産婦の健康相談
- ＜持ってくるもの＞
- 母子健康手帳、
- 替えのおむつ
- バスタオル(衣服着脱用)など



#### 【お問い合わせ】

東区地域保健福祉課 地域保健福祉係  
TEL 645-1088  
FAX 631-2295

### ◆ 宮松公民館ブログ

公民館活動やいろいろな情報を載せています  
右の二次元コードからでもどうぞ！



### 【公民館の臨時休館のお知らせ】

11月30日(日)は利用申し込みがない場合は臨時休館します。利用をご希望の場合は、11月20日(木)正午までにお申し込みください。公民館までお問い合わせください。

見て見ぬふり 何か言わなきゃ 終わらない  
人権標語入選作 宮松小学校 6年生

### 世界のあいさつ



★中国語 おはようございます



ザオ シャン ハオ

早上好

### ◇ 宮松小学校PTA人権教育講演会 ◇

【うちの子最高！！  
イライラする子供たちも私たちも順調、順調  
子どもたちの幸せのために今私たちのできることは…  
～親として、大人として、地域としてできること～】



【日時】12月3日(水)15:00~16:50

【場所】宮松小学校 体育館

【講師】熊丸みつ子先生(幼児教育専門家)

★どなたでもご参加できます、  
当日はスリッパをご持参ください。

### ◆ 地域子育て支援事業より

#### 子育て支援講座

#### 木のおもちゃで遊ぼう

- ・日程：11月10日(月)10:30~12:00
- ・講師：原 孝子先生(木育アドバイザー)
- ・対象：未就園児親子・定員：20組(先着順)
- ・申込：必要(公民館☎621-4999)
- ・場所：宮松公民館 講堂
- ◆共催：東区保険福祉センター・地域保健福祉課
- ・宮松校区社会福祉協議会



### 宮松 公民館

〒812-0061 福岡市東区宮松1丁目21-1

☎621-4999 FAX621-5017

E-mail: hakomatsu20@jcom.home.ne.jp

http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/

## 11月の行事

| 日  | 曜 | 予定            |
|----|---|---------------|
| 1  | 土 | 食進市委託事業(会館)   |
| 2  | 日 | 蕎麦教室          |
| 3  | 月 | ハムエッグサロン      |
| 4  | 火 |               |
| 5  | 水 |               |
| 6  | 木 |               |
| 7  | 金 |               |
| 8  | 土 |               |
| 9  | 日 |               |
| 10 | 月 | ハムエッグサロン(木育)  |
| 11 | 火 | 母子巡回健康相談      |
| 12 | 水 | 双寿大学(町の珈琲屋さん) |
| 13 | 木 |               |
| 14 | 金 |               |
| 15 | 土 |               |
| 16 | 日 | 蕎麦教室          |
| 17 | 月 | ハムエッグサロン      |
| 18 | 火 | 健康・癒しのミニフェスタ  |
| 19 | 水 | 宮松さくら学級(健康講座) |
| 20 | 木 |               |
| 21 | 金 |               |
| 22 | 土 | ハコハコ子ども広場     |
| 23 | 日 |               |
| 24 | 月 | ハムエッグサロン      |
| 25 | 火 |               |
| 26 | 水 |               |
| 27 | 木 | ふれあいサロン       |
| 28 | 金 |               |
| 29 | 土 |               |
| 30 | 日 | 臨時休館          |





# 公民館だより



# 自治協だより

## 第47回 宮松公民館文化祭の報告 パート1

令和7年度（第47回）宮松公民館文化祭には、多くの地域のみなさまにご来館いただきましてありがとうございました。今年は1日のみの開催といたしましたが、サークルのステージ発表と作品展示も素晴らしく大いに盛り上がりました。バザーの出店、館外交通整理・誘導、館内外の準備から後片付けまでご協力を頂いた各種団体・サークルの皆さまに心よりお礼申し上げます。



★パート2 公民館だより12月号でもお写真を掲載します！

## ◆ 社会福祉協議会より

**地域カフェ はこまつ**

“地域カフェはこまつ”はどなたでも自由に過ごせる地域の居場所です。みんなでしゃべりながら、ほっとした時間を過ごしませんか。気軽にお立ち寄りください！！みなさんのお越しをお待ちしています♪

**OPEN**

日時 12月3日(水)10時～12時

※出入り自由です。お好きな時間にお越しください。

会場 宮松会館(原田 2-8-25)

参加費 無料

10:00～10:30 「ジジロッティ」による素敵なコーラス

10:30～11:00 「松の実ネットつながるっ隊」による健康体操

11:00～12:00 健康相談・お話しタイム♪

お茶やお持ち帰り用の軽食などを準備しています。お手伝いしていただけるボランティアさんも募集しています♪

主催:宮松校区社会福祉協議会

## ◆ 男女共同参画推進協議会より

福岡市 男女共同参画 シンボルマーク

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)

この週をきっかけに、地域の男女共同参画推進の取り組みの輪を広めましょう！

【問い合わせ先】福岡市市民局男女共同参画課 TEL 406-7510

## ◆ ハコハコ子ども広場より

10月11日(土)に7回目の開催は宮松会館で九州産業大学 名誉教授 青木幹太さんによる「ものづくりとデザイン」を行いました。次回の開催は、11月22日(土)に宮松会館です。併せて、ボランティアスタッフも募集中です。



## 健康癒しのミニフェスタをします！

**健康癒しのミニフェスタ**

11.18(火) 9:30～12:00  
(受付終了 11:40)

宮松公民館 福岡市東区宮松1丁目21-1

9:30～10:00 お話し ～心臓を守って元気に生き～  
おはハートクリニック院長 花火大川 院長先生

10:05～10:30 みんなで脳トレ・健康体操  
宮松公民館 健康体操班 花火大川 先生

10:30～11:00 各種イベント

参加・体験費 無料

お菓子試食・販売会  
イラストエッセイ

血圧年齢測定・体組成測定  
日本製薬

ペンチエック

マッサージ  
こころのケア

福祉用具体験会  
福祉用具アドバイザー

耳つぼジュエリー・ドライヘッドスパ等  
P.T. 田嶋 由美子 先生

健康相談・フレイル度テスト  
福岡市健康推進センター

お問い合わせ  
アンピール ケアプランセンター  
担当 中島  
TEL 721-5332

気になっている健康のこと  
お話を聞きにきませんか。



- 日時：11月18日(火) 9:30～12:00
- \* 受付終了 11:40
- 場所：宮松公民館
- 対象：どなたでも
- ※ 参加無料

お問い合わせ  
アンピール ケアプランセンター  
担当 中島  
TEL 721-5332

## ◆ 青少年育成連合会より

### ● 「わが町を歩こう会」報告

9月28日(日) 心配された雨も止んだので、しっかりと準備運動を行い元気に出発しました。ハクハクでは休憩と買い物もでき、公民館に戻ってからは美味しい豚汁とおにぎりで楽しいひとときを過ごしました。「また来年も来ます！」と嬉しい感想をいただきました。



## ◆ 宮松体育協会より

### ソフトバレーボール大会開催

- 日時：11月16日(日) 9:00 より
- 場所：宮松小学校・体育館
- イイ汗流して優勝を目指して頑張りましょう！

### ● グラウンドゴルフ大会報告

10月5日(日) 宮松小学校校庭

優勝 原田1区 ★12町内11チーム参加

準優勝 原田2区

3位 原田8区

#### ★最優秀選手

- 男性 35点 安部 勇氏(東新町2丁目) 35点 多田 行廣氏(原田1区)
- 女性 33点 宮石 ヨリコ氏(原田2区)

#### ★ホールインワン 11名 (男性7名・女性4名)

- 多田行廣氏・安部勇氏・山本哲雄氏・上原仁美氏
- 戸次國利氏・宮石ヨリコ氏・中居保雄氏・古賀優美子氏
- 有吉サキ子氏・北雅樹氏・古澤威史氏

