

何気なく 言った一言
傷付くよ

公民館講座《参加費無料》

第8回 にこにこ大学

日時：8月6日(木) 10:00(千早公民館 講堂)
テーマ：健康づくり教室
講師：香椎原病院 健康運動指導士 畑中 慎太郎 氏
共催：千早校区衛生連合会

第9回 にこにこ大学

日時：8月27日(木) 10:00(千早公民館 講堂)
テーマ：声からはじめる健康づくり
講師：森田 真由美 氏 (シンガーヤヌ)
共催：千早校区衛生連合会



暑中お見舞い 申し上げます

すくすく育児相談のお知らせ(母子巡回健康相談)

日時：8月21日(金)
受付時間：10:00～10:30
ところ：千早公民館 講堂
持ってくるもの：母子健康手帳、バスタオル(衣服着脱用)
替えのおむつ など
内容：身体計測、育児相談、妊産婦の健康相談
お問い合わせ：東区地域保健福祉課(TEL 092-645-1088)

予約不要！
受付時間までにお越しください

スマホ教室～LINE講座～

対象者：スマホ・ラインの初心者で、これから活用したい方

日時：① 8月19日(水) 10:00～11:30
② 8月20日(木) 10:00～11:30

電話で申込み！
《先着 15名》

場所：千早公民館 講堂

内容：・ラインで友達登録、ラインで市の情報を入手！
・Google アプリの便利な活用方法

ラインを活用して、見守りや安全安心の確認に役立てよう！

講師：福岡工業大学学生さんが一人ずつ対応してくれます

共催：社会福祉協議会

大募集

東区壮年ソフトボール大会

日にち：9月6日(日)
場所：雁ノ巣レクリエーションセンター
募集：校区内に住む 35 才以上の壮年

東区ママさんバレーボール交歓会

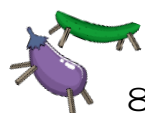
日にち：9月6日(日)
場所：福岡市東体育館・他
募集：校区内に住む 35 才以上の女性
(35 才未満で参加希望のかたはお問い合わせください)
《申込みは千早公民館まで》



お盆のお供え物回収

西鉄香椎宮前 駅前広場

8月15日(土) 日没～21:00 までに出してください。



《「こどもの人権相談」強化週間》
「ひとり」じゃないよ 一緒に考えよう
8月28日(金) から9月3日(木) までの1週間、
「こどもの人権相談」強化週間として、「いじめ」や体罰、不登校や
こどもの虐待など、こどもに関する人権問題のご相談を電話及びLINEにより
受け付けます。相談時間は、平日が午前8時30分から午後7時まで、土日が、午前10時から午後5時までです。
電話相談は、「こどもの人権110番」
0120-007-110 (フリーダイヤル)
IP電話を利用される方は、092-739-4175 へお電話ください。
LINE相談は、以下の二次元コード、又は検索IDから、公式アカウント
「法務局LINEじんけん相談」を友だち追加してご相談ください。
アカウント名：「法務局LINEじんけん相談」
検索ID：linejinkensoudan
*二次元コードをスキャンするには、LINEアプリのコードリーダーをご利用ください。



住環境の改善と筋力アップで家庭内転倒事故防止！

●75歳以上の高齢者の家庭内事故は「転倒」が最も多く、加齢とともに重症化しやすくなります。
●原因は環境要因だけでなく、ふくらはぎの筋力低下による、歩行時のすり足や、わずか1～2センチの敷居、じゅうたんの端、室内のコードなどに足を引っかけてしまうといった身体機能の衰えもあります。予防策として住環境の改善と身体機能の維持・向上の両方を進めることが重要です。
●筋力低下による転倒防止には、自治体の「転倒予防教室」や「介護予防教室」なども活用し、バランス能力や筋力を養うことが有効です。
●環境的対策は、階段や段差に手すりや滑り止めを設置し、室内のコード類をまとめたり、滑りにくいスリッパや安定した高さのベッド・椅子を選んだりする工夫も大切です。



©Kurosaki Gen

8月の《ほっこり千早カフェ》はお休みです
次回は、9月8日(火) 13:00～(お茶代 100円)
みなさんのお越しをお待ちしています!!



紙リサイクルステーション回収(千早小学校内 正門横)

8月2日(日)、8月16日(日) 9:00～13:00

❖ 時間外の持ち込みはできません。閉まっている場合はお持ち帰り願います ❖

8月校区内行事

- * 4日(火) 10:30 社会福祉協議会定例会
- * 10日(月) 10:00 子育てサロン「エンジェルルームちはや」
- * 12日(水) 19:30 自治協議会役員会
- * 19日(水) 13:30 ふれあいサロン「みゆきフレンド」
- * 20日(木) 19:30 自治協議会運営委員会
- * 24日(月) 10:00 子育てサロン「エンジェルルームちはや」

《お知らせ》

8月29日(土)は公民館大掃除のため、全館利用できません。
・10:00～ 文化祭説明会 ・10:30～ 大掃除

《公民館の休館日について》

8月30日(日)は臨時休館日です。利用を希望される方は、10日前までに申し込みをお願いします。
8月13日(木)～15日(土)と8月31日(月)は定例休館日です。