



心の中 ありがとうでも
すくわれる

公民館講座《参加費無料》

第10回 にこにこ大学

日 時：9月3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 津留 史絵 氏
共 催：千早校区衛生連合会

第11回 にこにこ大学

日 時：9月10日(木) 10:00(千早公民館 講堂)
テーマ：スマホでお買い物講座 (定員 15 名)
オンラインでの買い物の際に必要なことや、流れ、
注意することなどを主にした基礎的な講座内容です。

講 師：株式会社 談
主 催：福岡市福祉局地域共生課

第12回 にこにこ大学

日 時：9月24日(木) 10:00(千早公民館 講堂)
テーマ：モルックを楽しもう！
講 師：福岡市レクリエーション協会 吉峯 紘子 氏
共 催：千早校区衛生連合会

投げる棒のことをモルックといいます。木製のピン(スキットル)
にモルックを投げて倒し、倒れた内容で得点が加算されます。
50点ピッタリで勝利です！

千早っ子ひろばのお知らせ

9月19日(土)10:00~13:00

今回は、敬老会のカード作りを行います♪

場所：千早公民館 参加費(昼食代)：100円

9/17(木)までに公民館へ電話で参加申込みをお願いします。

校区親子清掃奉仕活動のご案内

日 時：9月5日(土) 小雨決行 9:00~10:30

清掃場所：自宅周辺から千早小学校正門までの通学路

持ち物：スーパーのレジ袋・軍手など

※小学校で配られるプリントから申込みしてください。

【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。)○かかる費用：500円
○受診場所：市の施設等、実施医療機関
○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
○詳細は「けんしんナビ」から



参加者募集！

認知症コミュニケーション・ケア技法「ユマニチュード®」講座

【日時】令和8年9月17日(木) 10:00~11:00

【場所】千早公民館 講堂

【申込方法】二次元コードを読み込んでいただきオンラインでお申込み
ください。オンラインでのお申込みが難しい場合は、福岡市ユマニチュ
ード講座一斉実施事務局 TEL : 092-600-2786(平日 9:00~
17:00)へご連絡ください。公民館でも受け付けできます。



ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを
伝えるコミュニケーションの技術です。
認知症の人に優しいまちをつくりましょう。



令和8年度 東区人権を考えるつどい

【講演会】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。私たちの社会は大きな転換点に立っています。

本講演では、全国各地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、そして共に生きるためのヒントを分かりやすくお伝
えます。違いを知り、理解し合い、尊重し合う社会を実現するために、
いま私たち一人ひとりに何ができるのか、共に考えてみませんか。



講師/坂本 信博(さかもと のぶひろ)さん

西日本新聞社上級専門委員



日時：令和8年10月1日(木)14:00開演(13:30開場 15:30終演予定)

会場：なみきスクエア なみきホール 申込：不要(先着500名 入場無料)

問い合わせ：なみきスクエア 電話：674-3981 FAX：674-3972

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

サブスクリプション アプリの削除だけでは解約になりません！

●サブスクリプション(サブスク)は、定められた料金を定期的に
支払うことで一定期間商品やサービスを利用できるサービスです。
一度契約すると、利用しなくても解約しない限り支払いが続きます。
●サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除したり、アプリをアン
インストールするだけでは解約とはなりません。事業者の定め
た方法で解約することが必要です。

●無料のお試しの場合は、お試し期間が終わると自動的に定額サービスに移行
することが多いので注意が必要です。

●利用していないサブスクの請求に気付けるように、クレジットカードやキャリア
決済等の明細は、毎月確認しましょう。

●困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください
(消費者ホットライン188)。



©Kurosaki Gen

敬老会は9月27日(日)です。
お楽しみに！！

ノルディックウォーキング始めませんか？

(夏の間お休みしていましたが、9月より再開します！)

毎月第2・第4月曜日 13:30~

集合場所：千早公民館前 (雨天中止)

※9月は、9/14と9/28です。

興味のある方は公民館までお問い合わせください。



《ほっこり千早カフェ》

9月8日(火)13:00~【お茶代100円】

お茶を飲みながら、自由な時間をすごしませんか？

みなさんのお越しを千早公民館でお待ちしています！



紙リサイクルステーション回収 (千早小学校内 正門横)

9月6日(日)、9月27日(日) 9:00~13:00

❖毎月の公民館だよりに記載されている指定の日時に持ち込んでください。
(週が変わる月がありますので注意してください)

❖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

9月校区内行事

- * 5日(土)11:00 自治協議会役員会
- * 7日(月)13:30 子育てサロン定例会
- * 8日(火)10:30 社会福祉協議会定例会
- * 9日(水)13:30 「みゆきフレンド」定例会
- * 10日(木)19:30 体育振興会定例会
- * 14日(月)10:00 子育てサロン「エンジェルルームちはや」
- * 16日(水)13:30 ふれあいサロン「みゆきフレンド」
- * 17日(木)19:30 自治協議会運営委員会
- * 18日(金)13:30 第9地区民児協定例会
- * 28日(月)10:00 子育てサロン「エンジェルルームちはや」

《公民館の休館日について》

9月27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。

9月30日(水)は定例休館日です。

