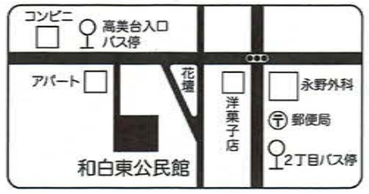
和白東 公民館だより

2026年 11月号　N0-570

WAJIROHIGASHI COMMUNITY CENTER NEWSLETTER

TEL 092-607-2442
FAX 092-607-2962
Mail:wajirohigashi83@jcom.home.ne.jp
〒811-0215
福岡市東区高美台2丁目1-8



今月の人権標語

やめようよ
あいてにとっては
それがいじめ



11月の行事のご案内

2	月	スマホ講座
5	木	学校施設開放調整会議
6	金	健康講座 自治協議会定例会
7	土	マイナンバーサポート まつり和白東
8	日	オアシス花かご(11/15から変更)
9	月	らっこサロン
14	土	図書開放
15	日	福岡市長選挙
16	月	サロン和愛
17	火	わくわくカレッジ
18	水	親子ふれあい教室
19	木	干支の置物づくり
20	金	民生委員児童委員定例会
21	土	防災キャンプ(～22日まで)
22	日	公民館臨時休館日
27	金	交通安全教室
28	土	図書開放
30	月	公民館休館日

公民館からのお知らせ

◆11月22日(日)は利用申請がないときは、臨時休館します。この日にご利用を希望される場合は、10日前までにご連絡をお願いします。

令和9年度新規公民館サークル募集について

新規にサークル登録をお考えの団体の方は、12月1日～20日までに公民館事務室までご相談ください。　なお、新規申込み・更新手続きについては、「公民館だより1月号」にてお知らせいたします。

わくわくカレッジ　寿司職人に挑戦！

～お寿司をにぎって、笑顔もにぎろう！～

作って楽しい、食べておいしい笑顔いっぱいの料理教室です。お寿司の作り方やコツ、すし職人の楽しいお話が盛りだくさん！





日時：11月17日（火）14:30～
場所：和白東公民館　講堂
講師：二葉鮨　　柴田　正章氏
対象：一般
定員：20名(先着順受付)
材料費：500円
持ってくるもの：エプロン・三角巾・布きん・マスク
申込み受付：11月5日（木）より先着順受付
※アレルギーへの対応はしておりません。ご了承ください。

人権講座

「笑って、泣いて、家族を想う」

映画
「ぼけますから、よろしくお願いします。」
～おかえりお母さん～
を上映します。

アルツハイマー病を患った母を98歳になった父が懸命に介護する日々。
そんな中、新型コロナの波が押し寄せて事態は急変する。

2022年/日本/ドキュメンタリー/101分
監督・撮影・語り：信友直子

日　時：12月6日（日）
第1回10：00～
第2回13：30～
場　所：和白東公民館　講堂
共　催：和白東校区人権尊重推進協議会



参加費無料です。

干支「未(ひつじ)」の置物づくり





日　時：11月19日（木）10：00～
場　所：和白東公民館　児童等集会室
講　師：工房スマイル　樋口　経観氏
定　員：15名（先着順）
材料費：1000円
申込締切：11月12日(木)
※10月30日(金)より見本を展示します。
※作品の受取りは後日になります。

お正月飾り講座





オシャレなお正月飾りで
楽しく2027年を迎えましょう！

日　時：12月9日（水）10:00～12:00
場　所：和白東公民館　児童等集会室
講　師：日本フラワーデザイナーズ協会
池田　洋子氏
定　員：10名（先着順受付）
材料費：1500円
申込受付：11月12日（木）より
※11月上旬から見本を展示します。

交通安全・詐欺対策教室

＊高齢者の交通安全…歩行も運転も
＊特殊詐欺にあわないために





日 時：11月27日（金）
13：30～15：00
場 所：和白東公民館　講堂
講 師：福岡県交通安全協会　職員
東区役所総務課　渡邉　賢治氏

スマホ講座　１２月



LINE を使ってみよう！

・LINE の基本画面・友だち追加
・メッセージの送信・グループトーク

日　時：１２月7日（月）１３：３０～
場　所：和白東公民館　講堂
講　師：ソフトバンク（株）
対　象：成人　　定　員：２０名(先着順)
※講座は貸出用のスマホを使います。
※講座後、個別質問・相談できます。

第２回

健康づくり講座

～タオルで簡単！楽しく筋力アップ～

身近なタオルを使ったストレッチや筋力トレーニング、自分の体重を活用した無理のない運動を行います。

日　時：１２月7日（月）１０：００～１１：３０
場　所：和白東公民館　講堂
講　師：健康運動指導士　田代　愛氏
持参物：タオル、室内シューズ、
　　飲み物、動きやすい服装



主催：和白東校区衛生・健康づくり推進会
共催：和白東公民館、福岡市東区地域保健福祉課

◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎ ◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎･°◎

第３回終活応援セミナーを開催します！

今年度は、「生前整理」をテーマに、片付けのコツや将来への備えについて学ぶ講演と、カードゲームを通して楽しく終活を学ぶ体験講座を開催します。参加費無料。事前申込制。

日時：令和８年 12 月 10 日（木）　13:00～15:30
会場：コミセンわじろ ５階 多目的ホール
定員：60 名（抽選）
申込方法：詳しくは右記２次元コードをお読み取りください。
申込期限：11 月 11 日（水）必着
お問い合わせ先：市社会福祉協議会終活サポートセンター(電話：406-0168、メール： s-seminar@fukuoka-shakyo.or.jp)

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）

この週間をきっかけに、地域の男女共同参画推進の取組みの輪を広げましょう！

【問い合わせ先】
福岡市市民局男女共同参画課
TEL　406-7510　　FAX　526-3766

１１月は児童虐待防止推進月間です。

～子どもたちの笑顔を守るために一人ひとりができることを～

虐待から子どもたちを守るためには、子育て家庭が孤立しないように日頃から地域で温かく見守っていくことが大切です。もし、「児童虐待かも？」と感じることがあったら、全国児童虐待相談ダイヤル「189（いちはやく）」にご相談ください。また、子育ての悩みは一人で抱え込まずご相談ください。

《子育ての悩み、相談窓口》
◆市こども総合相談センター（えがお館）
　電話 092-833-3000（24 時間受け付け※年末年始は除く）
◆東区子育て支援課相談電話（9:00～17:00）
　電話 092-645-1082
《虐待かもと思ったら》
◆児童相談所全国共通ダイヤル
　189番 最寄りの児童相談所につながり、専門家が対応します。

らっこサロン～お楽しみ会～

お気軽にお越しください。

日　時：１２月１４日（月）
　　10：30～1 時間程度(１０時開場)
場　所：和白東公民館　講堂
対　象：未就園児とその保護者および妊婦の方



※サロンは１２時３０分まで開いていますのでお楽しみ会終了後も遊べます。

令和８年度高齢者乗車券の申請はお済みですか？

交付を受けるには、毎年申請が必要です。
申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。
※簡単便利なオンライン申請がご利用いただけます。下記２次元コードをスマートフォンのカメラで読み取ってご利用ください。また、申請書は公民館や区役所でもお受け取りいただけます。ご不明な点は下記にご連絡ください。

<お問い合わせ先>
高齢者乗車券郵送受付センター　0120-502-633（通話無料）
（平日午前9時～午後5時）　FAX 0120-880-219

オンライン申請はこちら

【なみきスクエアでマイナンバーカードの手続き】
★千早証明サービスコーナーでマイナンバーカードの手続きができます★　事前予約制
【取扱手続き】
・電子証明書の更新
・暗証番号の変更
・券面記載事項（住所や氏名等）の変更
・カードの受取（交付通知書が届いた方）



【開設時間】平日 9：00～18：30　土日 9：00～16：30
第 3 土曜日の翌日の日曜日と祝日、及び年末年始となみきスクエア休館日は取り扱いがございません。
※各種手続きは事前予約が必要です
【予約方法】インターネット予約　24 時間
右記 2 次元コードまたは市ホームページよりご予約ください
電話予約　092-645-1049（平日 8：45～17：15）

「多文化交流イベント」(会場:なみきスクエア)

○日時:12月6日(日)　10時～15時



※写真はイメージです。



嘉村健志先生

楽器体験や民族衣装の試着・記念撮影など、世界の文化を楽しく体験できるイベントです。
また、食を通じた多文化交流として「けんちゃん先生」こと嘉村健志先生の料理教室を開催予定です。
詳細は10/15号の市政だよりもしくは下記「東区芸術文化祭」ホームページにてご確認ください。

【担当・お問い合わせ】
東区企画振興課　電話092-645-1037

←東区芸術文化祭HP

【地域住民のための東区在宅療養シンポジウム２０２６】
『「親は高齢、自分は現役。介護は突然やってくる。」
―「まだ大丈夫」が「どうしよう」に変わる前に―』
人生 100 年時代に自分らしく過ごすための準備や、住み慣れた自宅で療養・看取りを行うための必要な支援について考えるシンポジウムを開催します。在宅療養を支える医療・介護・福祉の関係者が集まり、地域で受けられる支援や、備えておきたいことを紹介します。
[日時] １１月７日（土）午後２時～３時３０分（終了予定）
[会場] なみきスクエア なみきホール 先着５００名・無料
[申込] 氏名・電話番号・参加人数・車いす席希望の有無（有の場合は座席数）を、電話（☎852-1527）か、ファクス（[Ｆ]852-1510）でお申し込みください。
[お問い合わせ先]福岡市医師会医療介護推進課
（☎852-1527　[Ｆ]852-1510）