

舞松原公民館だより

2026年10月1日 - 543号 -

福岡市東区水谷1-7-13 TEL 672-2199 FAX 672-2280

*舞松原公民館ブログで検索
*車イスでも参加いただけます
*公民館でのイベントは、延期もしくは中止になる場合があります

-10月の休館日-

10月25日(日)臨時休館日・31日(土)

臨時休館日に地域行事で開館が必要な場合には、10日前までにご相談ください。

初心者も
安心!

ピラティス教室

50歳以上の方

10月17日(土)
14:00~15:00
姿勢改善&転倒予防に♪

場所 舞松原公民館 講堂

講師 理学療法士
ピラティスインストラクター
糸賀絵理さん

定員 先着 各6人

参加費 無料

持ってくるもの 水筒

ヨガマット&ピラティスボールを
持っている方は、持参ください。

※動きやすい服装でお越しください

18~50歳ぐらいの方

10月24日(土)
14:00~15:00
骨盤ケア&不調予防に♪

★どなたでもどうぞ

★申し込みは公民館まで

かわいい足型色紙づくり & 育児相談

身長・体重入りの足型色紙を作しましょう♪

日時 10月26日(月) 10:30~12:00

場所 舞松原公民館

対象 0歳児~就園前乳幼児と その保護者

参加費 無料

★汚れても良い服装でお越し下さい ★申し込みは公民館まで

いきいき講座 「転ばぬ先の 足腰メンテ体操」

日時 10月29日(木)
10:00~11:30

場所 舞松原公民館 講堂

講師 健康運動指導士 本田紘基さん

定員 20人 参加費 無料

持ってくる物 室内用靴、タオル、水筒

★どなたでもどうぞ

★申し込みは公民館まで

座ってできるストレッチや
簡単な筋トレ・脳トレを
取り入れながら
転倒予防体操をしましょう!

アンビシャス広場 日曜子ども卓球クラブ

日時 10月11日・18日 13:00~15:00

対象 小学生・中学生

持ってくる物 うわぐつ、水筒、タオル

★子ども達の卓球の相手をしてくださる
方を募集しています。くわしくは公民館
におたずねください。

舞松原公民館 地いき生活発表会

日時 11月8日(日) 10:00~16:00

《お茶席 10:00~14:00》

場所 舞松原公民館

1部 芸能発表 10:00~12:00

公民館サークルや、ねんりん
クラブの鍵盤ハーモニカが日ごろ
の成果を披露します!
応援に来てくださいね!

★サークルや地域の方の
作品の展示があります!

★駐車場では今年も自治協議会が
楽しい催しを実施してくれます

★子ども服のおゆずり会があります ※当日は駐車場の利用ができません

2部 14:00~15:00

「マンドリン演奏会」

ジョイフルマンドリンクラブの6人の
奏者が優しい音色をお届けします。
「いい日旅立ち」など親しみやすい
曲をご用意してお待ちしております♪

★お茶席、おにぎり、豚汁、
クッキーなどの前売り券を
公民館で 販売します
(※ 10/10から販売開始)

福岡市委託事業
料理教室

「フレイル予防の食事」

日時 10月30日(金) 10:00~13:00

場所 舞松原公民館 講堂・学習室

講師 栄養士 赤川典子さん

定員 先着24人 (定員になり次第 締め切り)

参加費 600円

献立 ひじきの炊き込みご飯、鶏の黒酢南蛮

油揚げと青菜煮びたし、フルーツ杏仁豆腐

持ってくる物 エプロン、バンダナ、ハンカチ、マスク

託児はありません 申し込みは公民館玄関の応募箱へ
主催 食生活改善推進員協議会

東区大会の
ご報告

●壮年ソフトボール大会 (東水谷) 出場

●ファミリーバドミントン

・一般の部 (ベルヴィ香椎) 出場

・ファミリーの部 (MJR ザ千早) ベスト8

●ママさんバレーボール (香椎ヶ丘・水谷・神ノ木合同) 3位

Check

11月8日の地いき生活発表会でベビー服・子ども服の
お譲り会を実施します。譲っていただける洋服がある方は、
ぜひ公民館にお持ちください!
(汚れのひどいものや下着はご遠慮ください)



《絵本の読み聞かせ》 10月10日(土)

・10:00~10:30(赤ちゃん・幼児)

・11:00~11:30(小学生以上)

場所 舞松原公民館 児童等集会室

健康の日

「ウォーキング」 ※雨天中止

香椎宮へ行きます
どなたでもどうぞ

日時 11月14日(土) 10:00出発

集合・解散場所 舞松原公民館

持ってくる物 タオル、飲み物、室内用靴
主催 健康づくり実行委員会

ごあんない 第2回 ラダーゲッター大会

日時 11月12日(木) 13:30開始

場所 舞松原公民館 講堂

対象 舞松原校区の60歳以上の方

参加費 200円

★申し込みは公民館玄関の応募箱へ <10/24(土)締め切り>

第1回 カーリンコン大会

日時 11月27日(金) 13:30開始

場所 舞松原公民館 講堂

対象 舞松原校区の60歳以上の方

参加費 200円

★申し込みは公民館玄関の応募箱へ <10/24(土)締め切り>
主催 高齢者部会

福岡市長選挙 移動期日前投票所のご案内

投票日(11/15)に投票所へ行くことが難しい方のために、マイクロバス等
を使用した移動期日前投票所を設置する予定です。ぜひご利用ください。

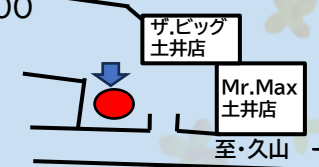
日時 11月13日(金) 11:00~17:00

場所 イーストコート青葉

対象 東区の選挙人

問い合わせ先 東区選挙管理委員会事務局
(TEL:092-645-1009)

※区役所や商業施設等の期日前投票所、その他の移動期日前投票所の
情報については、後日送付される投票所入場整理券をご確認ください



マイナンバーカードの申請やマイナ保険証利用登録等の手続きをサポートします

公民館でカードを申請すると、後日、ご自宅に届くので大変便利です。
※要予約。初めてカード申請をされる方で、必要な本人確認書類が揃っ
ている場合に限りです。

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証利用登録や公金受取口座
登録の手続きをサポートします(予約不要)。

※カード・電子証明書の更新手続きは、公民館ではできません。

【日時】令和8年11月14日(土) 14時~16時

【会場】舞松原公民館 講堂

【対象者】東区に住民票のある方

【事前予約終了日】11月10日(火)

【予約受付】福岡市マイナンバーカード総合コールセンター

TEL 092-600-2402 (9:00~18:00)

【必要なもの】事前にコールセンターにお問い合わせください。

令和7年度 校区人権標語 (多々良中学校生徒の作品)

⑨ 打つ前に 考えてみる この文字を ⑨

10月