

高齢者・乳幼児・定例事業

講座・行事のご案内

公民館からのお知らせ

高齢者教室 「みどり会」 シニア 会員限定

7/7(火) 10:00~11:30

【講師】城南警察署員
【内容】DVD上映、講話
【定員】先着20名(受付7/5~)

7/28(火) 10:00~13:00

【講師】前田富美子さん(自治協議会健康福祉部)
【定員】先着15名(受付7/5~)
【メニュー】あんパン、ベーコンロール、トマトパン
【材料費】500円(当日お持ちください)
【持参品】エプロン、三角巾、手拭き、マスク

特殊詐欺が多発しています。対策などを教えてもらえますよ。

プチサンランド 第1~第3 火曜日 乳幼児と保護者 予約不要

7/7・14・21(火) 10:00~12:00

育兒相談会(母子巡回健康相談)
7/7(火) 【受付】10:00~10:30

出張プレーパーク 7月はお休みです

ぶんこつつみ 貸出日

(土) 7/4・18 11:00~13:00
(水) 7/8・22 15:00~16:45

☆登録をしたら貸出日にひとり3冊まで本を借りられます。

月1ぶんこ 7/9(木) 10:30~12:00

ちっちゃい子のおはなし会 11:00~11:15

きくみみ(相談の日) 身近な困りごと何でもご相談ください

7/1(水) 10:00~12:00

行政相談員による 無料相談です。秘密厳守。お気軽にお越しください。

堤地区紙リサイクルステーション

【利用可能日】毎週土曜・日曜 9:00~17:00
【設置場所】公民館下空き地
【回収物】新聞紙・雑紙・牛乳パック・段ボール

講座の申し込みは毎月5日より受付開始、先着順(例外有)。電話・ファックス・メール、または窓口でお申し込みください。

夏休みは公民館に行こう!! 夏休み!小学生対象教室 (一部を除き要予約)

絵本づくり教室 2回連続講座 小学生・幼児

7/22(水) 13:30~15:30 絵本の中身を描くよ
23(木) 13:30~15:30 絵本にするよ

【講師】ぶんこつつみスタッフ
【定員】先着15名(受付7/5~)
【材料費】500円(当日お持ちください)

*22日はペンや鉛筆など描くものを持ってきてください。
*1年生以下は大人のひとと一緒に参加してください。

もの作り教室 小学生

7/23(木) 10:00~11:30

~木でティッシュケースを作ろう!~

【講師】博多工業高校 インテリア科生徒
【定員】先着10名(受付7/5~) できるだけ保護者の同伴をお願いいたします。
【材料費】一人500円

アウンサー体験 小学生

8/1(土) 10:00~12:00

~堤校区の魅力を伝えよう~

【講師】白石直子さん(元NHK佐賀キャスター)
【内容】・発声(伝わる声の出し方等)・滑舌(早口言葉)・リポート体験「つつみの魅力を伝えよう!」
【定員】先着20名(受付7/5~)

=城南区・公民館・福岡大学連携事業=
城南市民カレッジ歴史講座

7/4(土) 14:00~16:00 どんたでも 要予約

~シルクロードの考古学~

【講師】桃崎祐輔さん(福岡大学人文学部教授)
【定員】先着40名(受付中)

健康運動教室 Part 3 どんたでも 要予約

7/18(土) 10:00~11:00

【講師】中村凌太郎さん(健康運動実践指導者)
【内容】椅子を使った筋トレ&ストレッチ、脳トレゲーム
【定員】先着30名(受付7/5~)

スマホ教室 どんたでも 要予約

7/27(月) 14:00~15:30

【定員】10名(受付期間7/5~7/14)

パパと一緒に! 積み木で遊ぼう プチサンランドと協働企画... 乳幼児親子 予約不要

8/2(日) 10:00~12:00

堤公民館に積み木の部屋が登場!
積んで崩してたくさんの積み木で遊ぼう!

【主催】城南区子どもプラザ(831-4212) 【共催】堤公民館
*ママ、ご夫婦での参加も大歓迎です。

楽しく子どもクッキング 小学生

8/2(日) 10:00~12:00

~米粉で型抜きクッキーを作ろう!~

【講師】前田富美子さん(自治協議会健康福祉部)
【定員】先着20名(受付7/5~)
【材料費】一人200円(当日お持ちください)
【持参品】エプロン 三角巾

夏休み小学生運動教室 小学生

8/8(土) 10:00~11:00

【講師】中村凌太郎さん(健康運動実践指導者)
【内容】スピード育成トレーニング、リズムトレーニング他
【定員】先着15名(受付7/5~)

スタンプ押して世界にひとつだけのバッグをつくろう! どんたでも 大人もどうぞ!

8/19(水) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00

それぞれ先着10名 材料費 500円 受付 8/5~

【講師】ぶんこつつみスタッフ

腸活セミナー 第3回 どんたでも 要予約

美肌・ダイエット×習慣化

7/24(金) 10:00~11:00

~腸からキレイを完成させる~

【講師】森田寿美恵さん(アロマセラピスト)
【内容】肌荒れ・太りやすさと腸の関係・痩せ体質になる食べ方・続けるコツ等
ワーク:自分専用の腸活プラン作成

【定員】先着20名(受付7/5~)

希望される方は、講座後マクロビ弁当を食べながら懇談しましょう!(1,000円)

マクロビとは(マクロビオティック)玄米菜食を中心とする食事です。

7月の臨時休館日 7/26(日)

利用申し込みがない時には、臨時休館します。利用を希望される場合は、10日前の17時までにご連絡ください。

7月の定例休館日 7/31(金)

8月の予告 堤地区 作品展示会

今年、園児小・中・高の生徒さん施設の方達の作品展示とします

8/21(金)~23(日) (22,23日はつつみカフェと合同開催)
10:00~16:00(最終日は15:00)

平和学習 どんたでも 要予約

8/11(火・祝) 14:30~15:30

【講師】マグダレーン モイヘ氏 (バブアニューギニア大使館 公使)
【通訳】椎葉美麗さん(九州大学共創学科1年)
【定員】40名程度(受付7/5~)
【共催】堤地区人権尊重推進協議会

もっと便利に安全に! スマホ活用講座 どんたでも 要予約

7/29(水) ~生成AI Geminiを便利に使う~
8/5(水) ~LINEを安心して使うための設定~
~日頃使っているスマホの楽しみ方などを最新の情報を基に分かりやすく解説~

【時間】どちらも10:00~12:00
【講師】置鮎 正則さん(株伝えるを考える)
【定員】どちらも先着20名(受付7/5~)

ユニバーサル都市・福岡をめざしたバリアフリーのまちづくり どんたでも 予約不要

7/30(木) 13:30~14:30

~堤公民館のトイレはユニバーサルデザインです~

【講師】福岡市福祉局地域共生課
【内容】バリアフリーとは 身近なバリアフリー 他

7月 よかトレ体操のご案内 場所 講堂

どんたでもお気軽にご参加ください。

◇7/2(木)、9(木)、16(木)、23(木) 9:30~9:45