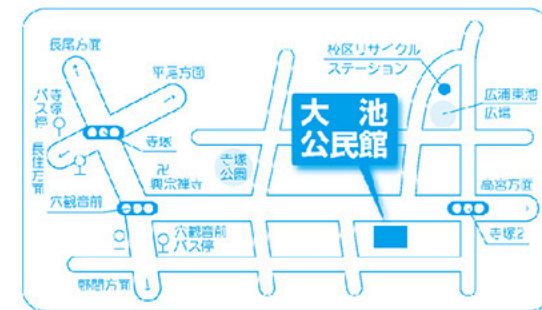




9月

さくら教室

～骨粗しょう症をより深く知ろう～

- ・日時 9月11日(水) 10:00～11:30
- ・場所 大池公民館 講堂
- ・内容 講演・機械を使った骨密度測定・健康相談
- ・講師 福岡整形外科病院・医師・薬剤師
・管理栄養士・理学療法士
- ・定員 20名 ※公民館へお申込みください。(電話可)



小学生走り方教室

～正しい走り方やコツを学び、運動会で力を発揮しましょう～

- ・日時 9月7日(土) 9:50(集合) 10:00～12:00
- ・集合場所 大池小学校 体育館
- ・実施場所 大池小学校 体育館または校庭
- ・講師 地域指導者 鹿島 伸介さん
地域指導者 内野 利恵さん
地域指導者 古賀 嵩顕さん
- ・対象 小学1～4年生
- ・持ってくるもの 水筒、タオル、上靴、靴袋



※参加希望の方は9/5(木)までに公民館へ電話または
二次元コードからメールにてお申込みください。

NEWもやい教室 七味唐辛子作り

～日本のハーブでオリジナルブレンドを作ってみませんか～

- ・日時 9月14日(土) 14:00～16:00
- ・場所 大池公民館 講堂
- ・内容 七味唐辛子を手作りしましょう
- ・講師 ハーバルセラピスト 佐々木 恵子さん
- ・参加費 500円
- ・定員 20名(先着順)

※参加費を添えて公民館へお申込みください。

公民館事業のご案内

もやい教室 スパイスカレー作り

～クミン・コリアンダー・ガラムマサラ・マスタードホール…
いろいろなスパイスを使って本格カレーを作ります～

- ・日時 9月30日(月) 10:00～12:00
 - ・場所 大池公民館 講堂
 - ・内容 スパイスカレー作り
 - ・講師 芦田 拓也さん
 - ・参加費 500円
 - ・定員 20名(先着順)
 - ・持ってくるもの エプロン、三角巾、手拭き用タオル
- ※参加費を添えて公民館へお申込みください。



すこやかハイハイ教室

～育児に関する悩みや不安はありませんか？
仲間と一緒に楽しく学びましょう～



回	月日	曜	内 容
1	10/2	水	開講式 絵本の読み聞かせ
2	10/7	月	乳幼児期の病気・ケガの対処法 小児救急法
3	10/9	水	ママティール講座 お子さんへの触れ方 ママ自身を癒す触れ方
4	10/12	土	乳幼児の歯の上手な仕上げ磨きの仕方
5	10/16	水	おひるねアート

【全5回の教室です】

- ・時間 10:00～12:00
- ・場所 大池公民館 講堂
- ・対象 1歳6カ月までの赤ちゃんと保護者
- ・定員 15組(先着順)

※右記二次元コードからメールにて
お申込みください。

※申込受付期間 9/9(月)～9/20(金)
定員に達し次第、受付を終了いたします。

※@jcom.home.ne.jpの受信設定をお願いします。



9月1日～7日は「福岡市備蓄促進ウイーク」 災害に備えて“備蓄”を始めよう

市は、「防災の日」の9月1日からの1週間を「福岡市備蓄促進ウイーク」と定めています。地震や水害などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時のために、各家庭や自治会、事業所で、3日以上以上の飲料水や食料、生活物資などを備蓄しましょう。

●備蓄品

- ・食品(1人1日3食×3日分)
- ・水(1人1日3リットル×3日分)
- ・トイレトーパー
- ・携帯用トイレ
- ・懐中電灯
- ・携帯ラジオ
- ・モバイルバッテリー
- ・救急セット など



●ローリングストック法

普段から食料や生活必需品を少し多めに購入しておき、食べた分だけ買い足して備蓄する方法です。

●感染症対策

- ・消毒液 ・マスク
- ・体温計 ・ビニール手袋
- ・上履き ・衛生用品 など

※高齢者や障がい者、乳幼児など、特に配慮が必要な人がいる場合は、紙おむつ・粉ミルク・アレルギー対応食品・服用薬なども備えましょう。

公民館臨時休館のお知らせ

9月29日(日)に利用の申し込みがない場合には、臨時休館いたします。
この日に利用を希望される場合、9月19日(木)17:00までに利用申請をお願いいたします。

9月の地域団体の主な行事(予定)

日	曜	時間	行事名	場所
4	水	14:00	区民と医師との会	公民館
18	水	10:00	子育てサロン	公民館
		13:30	百健(音楽de健康づくり)	公民館
25	水	13:00	サロンあじさい	公民館
29	日	10:00	体育振興部(体力テスト)	大池小

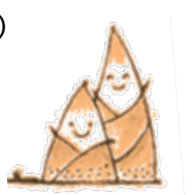
※裏面もご覧ください



たけのこぶんこ

・日時 9月2日(月)
10:30~

・場所 大池公民館 講堂



子育てサロン

・日時 9月18日(水)
10:00~

・場所 大池公民館 講堂



サロンあじさい

・日時 9月25日(水)
・時間 13:00
・場所 大池公民館 講堂

蘇州夜曲
博多夜船
影を慕いて

みんなで
一緒に歌い
ましょう♪



区民と医師との会

・日時 9月4日(水) 14:00~15:30
・場所 大池公民館 講堂
・内容 高血圧の話
・講師 おおつか内科ハートクリニック
大塚 頼隆先生

※発熱・体調不良の方はご遠慮ください。



百 健

・日時 9月18日(水)
13:30~
・場所 大池公民館 講堂
・内容 音楽 de 健康づくり



令和6年度 はつらつ教室

<百健(ももけん)番外編>
運動グループ「百健」の始まりになった教室です。
仲間と一緒に身体を動かして「百まで健康」目指しましょう。
都合のつく回だけの参加もOKです。お申込みお待ちしております♪

「日時」 時間: 各回 13:30~15:00 ☆要予約・先着20名




回	日 時	内 容	指導者
1	8/21 (水)	健康寿命を延ばそう ~免疫力アップの食事・運動編~	栄養士 古川 洋子さん 保健福祉センター
2	10/16 (水)	健康寿命を延ばそう! ~お口の健康・運動編~	歯科衛生士 有吉 裕子さん 南区保健福祉センター
3	11/20 (水)	からだをチェックしよう! ~体力測定編~	理学療法士会

「会場」 大池公民館 講堂
「申込み先」 健康推進部(大池公民館) TEL 511-4231
「参加料」 無料

※ 運動のできる服装で、運動靴(室内用)、タオル、お茶をお持ちください。
※ 発熱や体調不良の方は、参加をご遠慮いただきますようお願いいたします。

「令和6年度 南区人権を考えるつどい」

~一人ひとりの人権が尊重されるまちづくりをめざして、様々な人権問題について考える取り組みとして「南区人権を考えるつどい」を開催します~

【日 時】令和6年10月4日(金) 14:00~15:30
【会場及び問合せ先】福岡市立南市民センター 文化ホール(南区塩原 2-8-2)
TEL:092-561-2981 FAX:092-511-9721
Email:info@minami-tk.jp

【テーマ】「性別にこだわらないものの見方とは?」
~無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)を乗り越えるために~

【講 師】西南女学院大学人文学部 教授 倉富 史枝(くらとみ ふみえ)氏
【申込方法】入場無料、申込不要、手話通訳、要約筆記あり



録画配信(福岡市ホームページ及びチラシに掲載のURL か 二次元コードによる You Tube 視聴)
配信期間:10月10日(木)10:00 から10月23日(水)17:00 まで
福岡市ホームページ URL
<https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/shimin-c/charm-event/r6oct4minamijinken.html>
【主 催】 南区人権尊重啓発連絡会議・南市民センター・南区役所



演劇『桧原桜物語(仮)』出演者大募集!!

令和7年3月9日(日)に公演を予定している演劇出演者のオーディションを開催します。詳しくは、南市民センターホームページ(「福岡市南市民センター」で検索)をご覧ください。
皆様のご応募お待ちしております。



SNSでのお金の話 にご注意を!

南区でも被害多数!!
被害件数12件 被害額 約2億1,000万円(令和6年6月末時点)
最近、SNSを通じて関係を深めて信用させ
◎投資すれば利益が得られると言って金銭をだまし取る詐欺(SNS型投資詐欺)
◎恋愛感情や親近感を抱かせた上での金銭をだまし取る詐欺(SNS型ロマンス詐欺)
の被害が急増しています。

☆☆被害に遭わないためのポイント☆☆

- SNS・インターネット上の投資話には注意しましょう。
- 最近では、著名人になりすましたSNS上の広告が、被害の入り口になっています。
- 面識のない人からのお金の話が出たら詐欺を疑いましょう。
- 「絶対儲かる」「あなただけ」という話は、詐欺です。
- 投資する際は、登録を受けた証券会社など、正規の金融商品取引業者と取引をしましょう。



