

10月 公民館・校区行事

3	土	自治協定例理事会
7	水	みんなでよかトレ!
9	金	東若久スマイルカレッジ
11	日	校区運動会(東若久小学校)
14	水	サロンひまわり(社会福祉協議会)
16	金	シニアクラブ「カラオケを楽しむ会」
17	土	スポーツ教室「アビースクール」
21	水	あかちゃんおはなし会「ぽぽんた」 みんなでよかトレ!
25	日	ワックス掛け
28	水	子育てサロン・南区育児相談会
29	木	カフェ・ド・パピヨン
30	金	月1回の臨時休館日(※) 献血(健康推進連合会)
31	土	定例休館日

(※)10月30日(金)は利用がなければ臨時休館いたします。利用を希望される場合は、10月20日(火)までに利用申請をお願いいたします。



マイナンバーカード申請・マイナ保険証 利用登録等の手続きをサポート!

日時:11月2日(月)14時~16時

会場:東若久公民館 講堂

対象者:南区に住民票のある方

事前予約:10月27日(火)まで

【予約受付・お問合せ】

福岡市マイナンバーカード申請出張サポートコールセンター
TEL.092-600-2402 (9時~18時)

◆初めてカード申請をされる方(要予約)

◆カードをお持ちの方(予約不要)
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。※カードや電子証明書の更新手続きは公民館ではできません。

スポーツ教室「アビースクール」

10月17日(土)10時~12時

場所:東若久小学校 体育館

詳細:東若久小学校で配布するチラシ
または、公民館ブログ



中学生の自学室



11月7日(土)・8日(日)10時~16時

※7日は午後のみ・12時~13時昼休み

場所:東若久公民館

詳細:筑紫丘中学校配信のメールまたは、
公民館ブログ

子育てひろば 親子 DE 運動あそび



11月15日(日)10時~12時

場所:東若久公民館 講堂

講師:柴尾 和沙さん(ナギ先生)

定員:先着15組(兄弟姉妹参加可)

申込締切:11月8日(日)17時



申し込みは公民館へ(電話・
メール・二次元コードから)

共催:子育てサロン「つくしんぼ」



福岡市長選挙期日前投票所のご案内

投票所(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12日(木)11時~17時

場所:若久病院 駐車場(若久5丁目3番1号)

対象:南区の選挙人



問い合わせ先:南区選挙管理委員会事務局(TEL:092-559-5005)

※区役所や商業施設等の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。

公民館主催事業のご案内

東若久スマイルカレッジ

共催:東若久校区シニアクラブ連合会

今回のスマイルカレッジは2回シリーズとなっています。どちらか一方の参加も可能です。適度に体を動かして、健康寿命を伸ばしましょう!皆さまのご参加お待ちしております。

今日から始める骨活! 骨を強くする運動

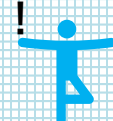


10月9日(金)13時30分~15時

場所:東若久公民館 講堂(定員:30名)

詳細:公民館だより9月号をご覧ください。

転ばない体づくりをしよう! 骨折転倒予防のための バランストレーニング



11月6日(金)13時30分~15時

場所:東若久公民館 講堂(定員:30名)

講師:南区地域保健福祉課いきいきスタッフ
健康運動指導士 大石 百合子さん

参加希望の方は、10月29日(木)17時までにシニア単位クラブまたは公民館へご連絡ください。



毎月29日は
ウォーキング&カフェの日

ウォーキング

10月29日(木)9時30分~

集合場所:東若久公民館駐車場

※飲み物・タオル・日よけ対策グッズなど、各自ご準備ください。

※雨天時は講堂を使って実施します。

共催:東若久校区健康推進連合会

カフェ・ド・パピヨン

今回は講堂を開放!ボードゲーム、カードゲームなどなど...みんなで自由に遊びましょう☆持ち込み大歓迎!

また、ロビーではいつも

通り飲み物をご用意

楽しいおしゃべりで素敵

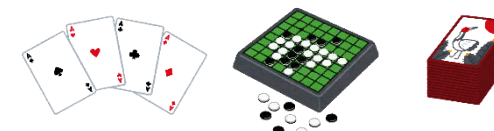
なティータイムをお過ごし

ください。(申込不要)



10月29日(木)13時30分~16時

場所:東若久公民館 講堂・ロビー



確認メールをお送りします。

メールで申込みをされる方は

@jcom.zaq.ne.jp の受信設定

をお願いいたします。



東若久公民館
ブログ

