

長住 公民館だより

福岡市長住公民館

〒811-1361 福岡市南区西長住2丁目4-3

TEL 551-4189 FAX 551-4190

E-mail:nagazumi65@jcom.home.ne.jp

長住公民館ブログ

検索



令和6年9月23日発行

10月



公民館行事案内

★健康講座「フレイル(虚弱)について」

「フレイル」とは加齢や病気によって心身の活力が低下し、要介護になりやすい状態のことです。健康寿命を延ばす鍵として注目されるフレイル対策に取り組みましょう！座ってできる運動もあります
<日時>10月4日(金)10:00~11:30 <定員>40名
<講師>保健福祉センター 健康運動指導士
※参加ご希望の方は公民館にお申し込みください。



★キッチンにおいでよ 《子育てサロン》

公民館の講堂を開放しています。
おじいちゃんおばあちゃんもどうぞ一緒においでください。
<日時>10月14日(月・祝)10:00~11:30



★ながずみこどもひろば『秋フェス 出店準備』

10月19日(土)開催予定の「秋フェス」の準備をします。
<日時>10月12日(土)10:00~12:00
※詳しくは長住小学校で配布のチラシをご覧ください。
(チラシは公民館にも置いています)



★キラ☆キラ de Gate~音で遊びましょう♪

リトミックをしたり、遊んだり、親子でリフレッシュしませんか？
「えがお文庫」も開いています。
<日時>10月18日(金)10:00~12:00
<対象>乳幼児と保護者 <定員>親子10組
<講師>北條美津江氏(ピアノ)、太田智子氏(ソプラノ)
※参加ご希望の方は公民館にお申し込みください。



<予告>

★健康講座 フットケアについて

「足のケアは重要です!」

フットケア指導士による出張講話(長尾病院)



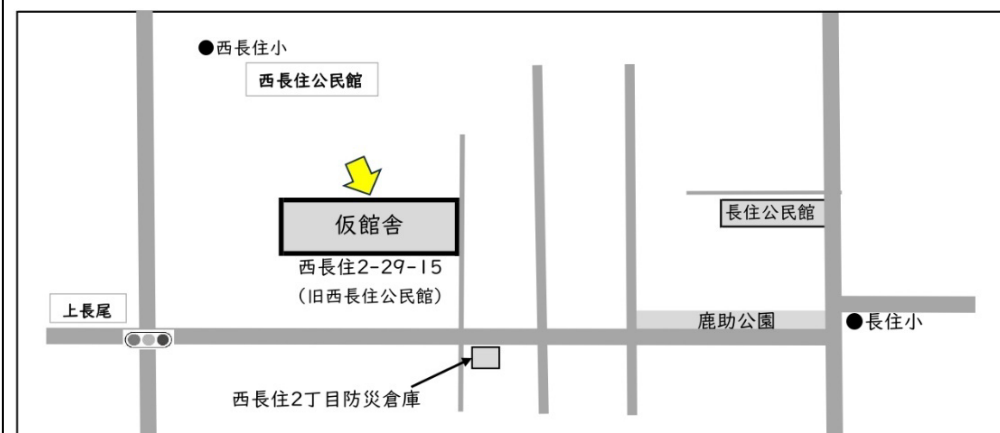
足に病変が生じると日常生活の活動が制限されてしまいます。そうならないためにも日々のケアについて一緒に学びましょう。

<日時>11月8日(金)10:30~11:30

<共催>校区健康推進連合会>

長住公民館は内部改修工事のため移転運営中です

<移転先> 西長住2丁目29-15(旧西長住公民館)



秋フェス 2024 × ながずみ夜市

<日時>10月19日(土)11:00~21:00

<場所>長住中央公園



ステージイベント、キッチンカー、フリマ、キャンドルナイト、ワインのタペ、お相撲さんとのふれあい、アビスパサッカー教室(アビススクール30名程度)、最後に10分程度、音楽花火の打ち上げなどなど…

お問合せは、校区自治協議会(☎070-9114-9377)まで

<主催>長住校区自治協議会>



犬の排泄物について

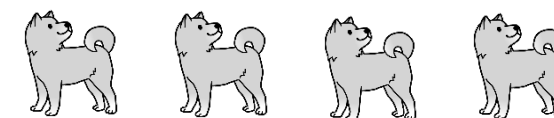
長住中央公園では、犬の散歩の際の排泄物の放置で困っています。「排泄物の放置は犯罪です!」直ちにやめてください!!

管理委員会では放置者を特定し説得し犯罪であることを理解して頂き、止めて頂くこと、目撃情報を収集しています。

また可動防犯カメラによる特定についても計画しています。

子どもたちが安心して遊べるセントラルパークであるために御協力の程よろしくお願い致します。

長住中央公園管理委員会



10月31日(木)は臨時休館します。

利用を希望される場合、10月21日(月)17:00までに利用申請をお願いいたします。

長住公民館カフェ『なごみ』

コーヒーを飲みながらゆっくりお喋りしませんか(無料)

<日時>10月29日(火)13:30~15:30

<共催>長住校区男女共同参画協議会>



<ふれあいサロン長住>

<日時>10月8日(火)13:30~15:30

10月22日(火)13:30~15:30

<主催>長住校区社会福祉協議会>

第47回長住校区大運動会

2024 ながりんピック

10月6日(日)9時開会 ※雨天中止
長住中央公園ソフトボール場にて

今年も赤白の2ブロックに分かれての対抗戦です。より多くの方が自由に参加できる内容ですのでお友だち、ご近所お誘いあわせてご来場下さい。全世帯にプログラムを配布しております。

たくさんの参加をお待ちしています♪



主催：長住校区自治協議会

主管：長住校区大運動会実行委員会

大会会長：八坂 健 実行委員長：前田 美則

自治連合会、体育振興会、青育連、男女協、
おやじの会、協力員

JOY 倶楽部ふれあいコンサート

JOY 倶楽部は20~40代の障がいのある男女が仕事として演奏活動を行っています。今回は、「RUN 伴(ランとも)2024」のゴールで演奏を予定しています。素晴らしいひと時をご一緒しませんか？

<日時>10月26日(土)11:00~11:30

<場所>長住団地集会所 ウッドデッキスペース

「RUN 伴(ランとも)」とは…

認知症の人や家族、支援者、一般の人が少しずつ
リレーしながらタスキをつなぎ、ゴールを目指すイベントです。



今回のRUN 伴(ランとも)は、長住・西長住校区で開催されます。

<主催>長住校区社会福祉協議会・民生委員児童委員会>

団地まつり 祭 開催

(長住団地自治会主催)

開催日:10月27日(日)10時から15時

場 所: 長住団地お祭り広場・運動場

ステージ演芸発表

公民館サークル・地域のグループ・個人の方も出演されます。「歌って踊って盛り上がりましょう！」

露店・地域の方・その他の方々が出店 もあります。

「子どもたちはハロウィンも楽しもう！」

是非に長住団地に足をお運びください！



【 ながら防犯講習会 】

長住校区防犯組合では、校区の安心安全を守る活動の一環として防犯講座を開催いたします。

買い物や散歩などをしながらの「ながら防犯」で校区の防犯や子どもの見守りにつなげていきたいと考えています。皆さまのご参加を心からお待ちしています！

【日時】10月29日(火)10:00~11:30

【場所】長住公民館(旧西長住公民館)

1階 講堂

【講師】南警察署

<主催>長住校区防犯組合>



◆校区親善卓球交流大会◆

長住校区にお住まいの方(中学生以上)でしたら、どなたでも参加できます。気軽に卓球してみませんか?お待ちしております。

◆日時: 11月4日(月・祝日)

◆場所: 長住小学校 体育館

◆受付: 9:30~ 開始:10:00~

◆持参するもの:ラケット(お持ちの方)、
上履き用運動靴、飲み物

お問合せは公民館(電話 551-4189)までお願いします

<主催>長住校区体育振興会卓球部・長住公民館卓球サークル>



◆校区親善バドミントン交流大会◆

長住校区にお住まいの方(中学生以上)でしたら、どなたでも参加できます。多数の参加をお待ちしています。

◆日時: 11月23日(土・祝日)

◆場所: 長住小学校 体育館

◆受付: 13:00~ 開始:13:30~

◆運動しやすい服装で、上靴(体育館シューズ)を持参してください。

お問合せは公民館(電話 551-4189)までお願いします

<主催>長住校区体育振興会>



◆校区男女混合バレーボール大会◆

長住校区にお住まいの方(19才以上)でしたら、どなたでも参加できます。

◆日時: 11月24日(日)

◆場所: 長住小学校 体育館

◆開始: 9:00 終了:16:00 予定

◆持参する物: 上履き用運動靴、飲み物

◆10月29日(火)より、大会まで毎週火曜日19:30~、
土曜日19:00~練習会をします。ぜひご参加ください。

準備の都合上、事前申込みをお願いします。

お申込み、お問合せは公民館(電話 551-4189)まで願
いします

<主催>長住校区体育振興会>

