



福重公民館 News

NO.505

全戸配布

福岡市福重公民館 TEL882-1839 FAX882-4577
福岡市西区福重4丁目25番2号 fukushige111@jcom.home.ne.jp

11/2(土) 福重公民館 サークル

令和6年

時間: 10:00~13:30
場所: 福重小学校体育館
※文化サークルの作品展示は公民館です

上履きは、各自でお持ちください

11/6(水) ここにこ健康講座

講演: あなたも睡眠時無呼吸症候群かも
実演: 転倒しない体作り
健康チェック
血管年齢・骨密度・血圧・お薬相談

時間: 14:00~15:30
場所: 福重公民館 講堂
対象: 年齢不問
参加費用: 無料

11/8(金) 子育てサロン あっぷっぷ

時間内出入り自由。

時間: 10:00~12:00
参加費用: 無料
※予約をお願いします

11/12(火) Happyうきうき講座 ゴールデンライフ

相続の話 ③

時間: 13:30~15:00
場所: 福重公民館 講堂
講師: 小島隆二さん
対象: 福岡市在住の方
参加費用: 無料
※予約をお願いします
親子で参加されるとよりいいです。

11/13(水) ベビーサークル こいす

時間: 10:30~12:00
対象年齢: 2か月~
参加人数: 先着10名様
参加費用: 無料
協力: 星野敦子さん
※予約をお願いします

11/17(日) 予約が必要です

マイナンバーカードサポート

時間: 10:00~12:00
場所: 福重公民館 講堂
対象: 福岡市西区にお住まいの方
予約締切: 11/13(水) 18:00まで
ご予約・問い合わせ電話番号 **092-600-2402**

11/19(火) ふくしげ高齢者教室 ゴールデンライフ

お楽しみ上映会

時間: 13:30~15:00
場所: 福重公民館 講堂
対象: 福岡市在住の方
参加費用: 無料

11/20(水) すこやかハイハイ教室

子どもの歯の話

時間: 10:30~12:00
対象: 乳幼児
参加費用: 無料
※記念品の用意がありますので、予約必ずお願いします。

11/22(金) 子育てサロン あっぷっぷ

時間内、出入り自由
時間: 10:00~12:00
参加費用: 無料
※予約をお願いします

臨時休館日
11月24日 日曜日

上記ご利用希望の場合は10日前までにご連絡ください。

11/26(火) バスハイク

ぶくしげ高齢者教室 ゴールデンライフ

集合時間: 8:40
集合場所: 福重小学校南門前
対象: 申し込み済みの方
(受付は終了しました)

門司港レトロの旅

11/27(水) ベビーサークル こいす

時間: 10:30~12:00
対象年齢: 2か月~
参加人数: 先着10名様
参加費用: 無料
協力: 星野敦子さん
※予約をお願いします

11/28(木) 料理教室 生活習慣病予防の食事

時間: 10:00~12:00
場所: 福重公民館 講堂
講師: 管理栄養士 恵良なを子さん
参加費用: 200円
参加人数: 申し込み先着20名様
申込み先: 福重公民館 TEL 882-1839
主催: 食生活改善推進委員会 熊本茂子

用意していただくもの
1. エフロン
2. 三角巾
3. マスク着用
4. 参加費200円

※ 11/15(金) 締め切り

11/30(土) みそ作り教室

ここにこ健康講座

時間: 14:30~16:30
場所: 福重公民館 講堂
講師: 食育インストラクター 秋枝ふさ子さん
参加費用: 2,000円(味噌3kg作ります)
参加人数: 申し込み先着30世帯様
申込み先: 福重公民館 TEL 882-1839
主催: 福重校区衛生連合会

※ 11/22(金) 締め切り ※ 本年度は、今回のみとなります

お持ちいただくもの

1. エフロン
2. 三角巾
3. タオル
4. お飲物
5. 持ち帰り用の入れ物 (タッパー等、保存の仕方の説明があります)
6. 参加費2,000円

11/30 (土) アコギビレッジ Happyうきうき講座

時間: 10:30~12:00

演奏者募集 観覧者募集

先着5名様

1組10分~20分で弾き語り、インスト等の演奏する人を募集します。枠があれば、飛び込みも可。

演奏を聴いてみたい方、お気軽にお越しください。

13:00~14:00
超初心者向けギター講座

ギターを始めたい方、お気軽にどうぞ。

11/30 (土) Happyうきうき講座

新NISA 入門

時間: 14:00~15:00
参加人数: 先着10名様
講師: ファイナンシャルプランナー 樋口さん、奥菌さん
参加費用: 無料

11/30 (土) Happyうきうき講座

デジタル一眼レフカメラ
使い方教室

集合時間: 14:00~16:00
場所: 福重公民館
対象: 福岡市在住の方
参加費: 無料

12月予告

- 12/4(水) 公民館サークル代表者会議
- 12/10(火) 高齢者教室
- 12/11(水) こりす
- 12/12(木) 体育館サークル連絡会
- 12/13(金) あっぷっぶのクリスマス
- 12/25(水) こりすのクリスマス
- 12/28(土)~1/4(土) 休館日

令和6年 福重公民館

2024文化祭プログラム

時間	サークル名	バザー
10:00	3B	かき氷 200円 かき氷練乳あり 250円
10:10	スマイルハンド	ポップコーン(塩・キャラメル) 各200円 各50個限定
10:25	シルバーカラオケ	ペットボトル飲料 120円
10:40	休憩	クッキー 130円
10:50	光安ストレッチ	かしわおにぎり 250円
11:00	おいで舞踊会	パン 各種150円 チーズブレッド・照焼チキンブレッド ツナブレッド・ミルクブレッド チョコメロンパン・よもぎもちー
11:15	ゆるりヨガ	ワッフル 130円 ドーナツ 150円 セット 230円
11:25	休憩	いなり寿司 250円
11:40	太極拳	
11:55	なでしこ	
12:10	休憩	
12:30	フォークダンス	
12:45	こもれび	
13:00	カキラズ	
13:15	キッズジャズ	
13:30	終了予定	

入口

掲示版

元寇 750年シンポジウムのお知らせ

モンゴル帝国(元)による2度の蒙古襲来(元寇)。今年は1度目の「文永の役」からちょうど750年を迎えます。西部8校区代表者連絡協議会が主体となり、シンポジウムを開催します。「アンゴルモア 元寇合戦記」の作者たかぎ七彦先生も来られます。是非お申し込みください。

【日時】令和6年11月30日(土) 午後1時~午後5時
【場所】「さいとびあ」多目的ホール (西区西都2丁目1-1)
【内容】
1 基調講演
2 パネルディスカッション
3 コンサート
【申込】
事前の予約が必要です。
①氏名 ②住所 ③参加希望人数 ④電話番号を記入して、ホームページ、メール、FAXのいずれかで申し込みください。抽選で500名に入場チケットを11月15日までに送付します。
Mail shinko.event24@city.fukuoka.lg.jp
Fax 092-885-0467
【問い合わせ先】 西区役所企画振興課 092-895-7006

申込みはコチラ

福岡市防災フェア

~福岡県西方沖地震、あれから20年~

自衛隊や海上保安庁、県警など約40の防災関連団体が啓発ブースを出展し、災害時に役立つ情報や防災について分かりやすく紹介します。消防車等の車両展示、消防音楽隊による演奏など、子どもから大人まで楽しみながら学べるイベントです。
家族と参加して、いざというときの防災対策について考えるきっかけにしましょう。

【期間】令和6年11月2日(土)10時~16時
【場所】福岡市役所西側ふれあい広場 (中央区天神1-8-1)
【対象】どなたでも参加可能(無料)
【申込】不要
【問い合わせ先】市民局地域防災課 711-4156
詳細は、市ホームページ(「福岡市 防災フェア」で検索)でご確認ください。

毎年11月3日~9日は「みんなで参画ウィーク」です。
(福岡市男女共同参画週間)

「男女共同参画社会」を実現するためには、市民の皆さん一人ひとりの取組みが必要です!

今年も「みんなで参画ウィーク」を機会に、**地域の男女共同参画推進の取組みの輪を広げましょう!**

福岡市男女共同参画シンボルマーク

【問い合わせ先】 福岡市市民局男女共同参画課 TEL 406-7510

駐車場のご用意はありません

上履きは、各自でお持ちください