

人生100年時代!

暮らしに役立つ『睡眠』と『健康』の知恵袋講座

8月7日(木) 10:00~11:30

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠のお悩みはありませんか?

眠りと健康の意外な関係をご紹介します!

講師: 南 美月 氏 (明治安田生命保険)

定員: 20名 (どなたでも参加できます)

※骨の健康度チェックやベジチェック(推定野菜摂取量)の測定も行います。ぜひ一度体験しませんか?

★8月5日(火)までに公民館へ申し込みください。



スマホ塾

8月27日(水) 10:00~11:30

スマホの機能を少しずつ学びましょう。

今回のテーマは、「AIを使ってみよう」、初めて学ぶ内容です!

個別に相談する時間もありますので、操作で困っていることがあればぜひお尋ねください。

講師: ドコモショップ橋本西店

定員: 15名

※お使いのスマホがドコモ以外の方も参加できます。

★公民館へ申し込みください。



チャレンジキッズ
小学生対象

プログラミング体験

9月6日(土) 10:00~11:30

論理的思考を育むことを目的に、小学校ではプログラミング学習が必修化されています。

今回は、パソコンのスクラッチを使って、プログラミングの基礎を体験します! 楽しく学びましょう!

講師: 福岡市科学館 田中先生

対象: 小学4年生~6年生 20名

※パソコンはこちらで用意します。

★8月31日(日)までに公民館へ申し込みください。



9月6日 土曜日



子育てサロン「わくわく広場」

(0歳児~未就学児親子対象)

8月28日(木) 10:00~12:00

乳幼児と保護者の交流や情報交換の場です。

ボランティアが常時いますので、一息つきに是非お越しください。

わらべ唄などで一緒に遊びましょう!

ご参加お待ちしております! 事前の申し込みは不要です。



マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等のサポートを実施します。

8月24日(日) 14:00~16:00

公民館でカードを新規申請(要予約)すると、後日、出来上がったカードがご自宅に届くので大変便利です。(区役所へ受取りに行く必要はございません。)

カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポート(予約不要)も実施します。

【予約受付】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

※8月20日(水)までに申し込みをお願いします。



〈学生の皆さんへ〉

夏休み期間中は、公民館の児童等集会室を学習スペースとして開放します。時間は9:30~16:30です。宿題をしたり本を読んだりして静かに過ごしてください。水筒を持参し、部屋に入る前には事務所に声をかけてください。

金武公民館の SNS です。フォローよろしくお願いします!



金武公民館ブログ



公式Instagram



公式Facebook

ラジオ体操のお知らせ

毎週月曜 9:45 から公民館ロビーにてラジオ体操を行っています。一緒にいかがですか?

【漢字クイズ】

お祭りに関する漢字です。

- ①山笠 ②神楽 ③山車
- ④放生会 ⑤流鏝馬



〈臨時休館のお知らせ〉

8月13日(水)~16日(土)に利用申し込みがない場合、臨時休館します。この期間に利用を希望される場合は、利用日の10日前までにご連絡をお願いします。

〈人権標語〉

大丈夫? 心を癒す 魔法の言葉



俳句会【六月の一句】
蛍火やサード長嶋灯し逝く

えのき原 政子



(ミスタープロ野球と云われた巨人軍の元サード長嶋の死を悼む句。内野手としての見事な打球さばきは忘れられない。折りしも、蛍の夜。長嶋の思い出を灯すように、蛍が舞っている。秀句。)

選者評)

紙リサイクルステーション

利用時間: 毎週土曜・日曜 9:00~17:00 (8月16日(土)はお休みします)

設置場所: 金武公民館横 老人いこいの家の前

- ・新聞紙 ・チラシ ・段ボール
- ・雑紙(雑誌、封筒、菓子箱など)

★それぞれをまとめて、ひもで十字にしばってください。

★ビニールやCDは、必ず外してください。

★必ず利用時間内にお持ちください。



環境活動連絡会