



ほく 姪北

公民館だより No.200 2026年(令和8年)11月1日

〒819-0002

西区姪の浜2丁目 20-28

電話 895-1075 FAX 895-1076



館長コラム



今年の夏も猛暑が続きましたが、やっと過ごしやすいく秋がやってきたようです。秋と言えば、芸術の秋・スポーツの秋と呼ばれていますが、私は、ソフトボールやスポーツ振興会のいろいろな大会に参加し、スポーツの秋を楽しんできたと思います。

しかし、現在は公民館館長を務めているので、芸術にも興味を持つようになりたいと考えています。10月7日には、公民館事業「おしゃべり鑑賞(ギャラリーツアー)」で福岡市美術館を訪問しました。参加者は公民館職員を含め13名で、3班に分かれ、ギャラリーボランティアガイドさんに展示品の説明をうけ、参加者各自の作品の印象や感想を出しながら観て回りました。人によって作品の見え方や捉え方が違うことに気づき、今後も、美術品に触れる機会を増やしていきたいと思いました。

今後の公民館事業も、乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層に対し、健康づくりに役立つ運動から料理教室、音楽会や陶芸、子ども向けの科学教室など様々な分野の事業を企画していきますので、参加の程、よろしくお願いいたします。

追伸:個人的な話題になりますが、11月2日から11月4日まで唐津くんちが開催されます。毎年、昔からの仲間にくちを楽しんでいます。今年も11月3日に曳山を観て懇親会でストレス解消してきます。館長 古藤



みんなの公民館

対象:どなたでも

ビタミンスペース(運動の場)

※日時 11月13日(金)、19日(木)、26日(木)
どの日も10:00~12:00

26日(木)は運動指導があります(10:30~11:30)

場所は姪北公民館 講堂、時間内は出入り自由です
タオルと運動靴をご持参ください

なんかからん ne(相談の場)

※日時 11月24日(火)10:30~11:30
※場所 姪北公民館 いこいの家



人権に関する標語

心の種を植えて すてきな花を咲かせる 未来への第一歩
(姪北小学校6年生の作品)

参加されるみなさんをお願いします

- ・検温と手指消毒をお願いします
- ・発熱や風邪の症状がある方、ご家族に具合が悪い方がいらっしゃる場合は、ご遠慮ください

めいほくっ子広場

対象:小中学生~おとな

- ※日時 11月7日(土)9:30受付開始
10:00スタート、13:30解散
- ※場所 小戸公園 ※雨天決行(荒天の場合は中止)
- ※内容 「アマモ種子団子づくりと投入れ&クリーンアップ活動」~<アマモ>の森をつくろう~
- ※講師 大神 弘太朗 さん(ふくおか FUN 代表理事)
- ※持ってくるもの タオル・飲み物・着替え
 - ・水に濡れてもいい服装でお越しください
 - ・芝生広場側海岸(9:30)または姪北公民館(9:00)に集合してください
 - ・体験活動後、公民館に移動して振り返り学習後、昼食をとりながら交流をします
- 11/2(月)までに姪北公民館にお申込みください
今回、アマモの苗づくりは行いません



乳幼児ふれあい学級

対象:乳幼児と保護者
場所:姪北公民館 講堂

- 日時 11月10日(火)10:30~11:30
- 内容 「親子でふれあい体操」
- 講師 野村 沙代 さん(健康運動実践指導者)
- 持ってくるもの 水分補給のための飲み物



- 日時 12月4日(金)10:30~11:30
- 内容 「おひるねアート」 ※定員15組
- 講師 土屋 小代里 さん
(日本おひるねアート協会認定講師)
- 持ってくるもの スマホまたはカメラ
水分補給のための飲み物
- 11/27(金)までに姪北公民館にお申込みください



公民館の休館について

- 11月23日(月・祝)に利用申込がないときは、臨時休館します
この日に利用を希望される場合は11月13日(金)
17時までにご連絡をお願いいたします
- 11月30日(月)は、定例休館日です



おとな塾

対象:おとな どなたでも
場所:姪北公民館 講堂

- ※日時 11月6日(金)10:00~12:00
- ※内容 「陶芸」~干支の置物づくり~
- ※講師 後藤 和正 さん(陶芸教室「やわら木」)
- ※材料費 500円
- ※持ってくるもの タオル・材料費
- ※汚れてもいい服装で
男女共同参画委員会と共催です
11/1(日)までに姪北公民館にお申込みください



- ※日時 11月25日(水)10:00~11:30
- ※内容 はじめてのヨガ
- ※講師 柳川 真美 さん(健康運動指導士)
- ※持ってくるもの 飲み物・タオル
- ※動きやすい服装でお越しください



高齢者教室

対象:おおむね60歳以上
場所:姪北公民館 講堂ほか

- ☆日時 11月12日(木)14:00~15:30
- ☆内容 交通安全講話
「自転車の青切符導入」「法定速度の変更」「自転車運転時の交通事故防止」「歩行時の交通事故防止」の話と交通安全 DVD 視聴
- ☆講師 西警察署交通課交通総務係
交通総務係長 光延 岳人 さん
11/8(日)までに姪北公民館にお申込みください
※交通安全推進委員会との共催です



- ☆日時 11月17日(火)10:00~12:00
- ☆対象 おおむね60歳以上
- ☆内容 「ウォーキング教室」
- ☆講師 齋藤 郁磨 さん(健康運動指導士)
- ☆持ってくるもの 飲み物・タオル



ウォーキングの話の後、公民館周辺を歩きます
動きやすい服装・歩きやすい靴でお越しください

裏面もごらんください



おはなし会



♥時間および対象年齢

① 11月10日(火)11:00~11:30

♡対象年齢・・・0~4歳

② 11月24日(火)15:45~16:15

♡対象年齢・・・3歳以上

場所はいずれも 姪北公民館 児童等集会室

この日は本の貸出しを行います

①は12:00、②は16:30までにお越しください

読み聞かせや絵本に興味がある方、一緒に

活動しませんか プーさん文庫



子育てサロン「もぐもぐ」



日時 11月20日(金)10:00~12:00

場所 姪北公民館 講堂

対象 0歳~未就園児とその家族

妊娠中の方もどうぞ

交流・遊び・情報交換・くつろぎの場として自由にご利用ください(時間内は出入り自由)

※おやつやおもちゃの持込みは、ご遠慮ください(水分補給のみ)

地域のボランティアさんがサポーターとして見守ります(託児スタッフではありません)

サロンのサポーターに関心がある方は、事前に姪北公民館までご連絡ください



地域カフェに寄ってみませんか



日時 11月24日(火)10:30~12:30

場所 姪北公民館 地域団体室

飲み物(無料)を準備しています

時間内は出入り自由です

皆様のお越しをお待ちしています

地域カフェ委員会

どなたでも
どうぞ

地域カフェで「人権ひろば」を行っています

人権に関わらず、気軽に話ができる場として、みなさんに利用していただければと思っています

個別のご相談もできますので、お声かけください

西区人権教育推進員



姪北公民館



福岡市人権尊重週間(12月4日~10日) 第55回「人権を尊重する市民の集い」(西区会場)

日時 12月8日(火)14:00~15:40(開場13:30)

場所 西市民センター ホール(西区内浜1-4-39)

講演 「認知症とともに生きる」

講師 丹野 智文(たんの ともふみ) さん

(一般社団法人 認知症当事者ネットワークみやぎ代表)

定員 800名

入場料 無料(事前申込不要) ※手話通訳・要約筆記あり

【問合せ先】西区役所生涯学習推進課

Eメール nishi-kouza@city.fukuoka.lg.jp

TEL 092-895-7026

主催 福岡市人権尊重行事推進委員会

福岡市男女共同参画シンボルマーク



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)

この週間をきっかけに、地域の男女共同参画推進の取り組みの輪を広げましょう!

【問合せ先】福岡市市民局男女共同参画課

TEL 092-406-7510 FAX 092-526-3766

公民館補助要員(有償ボランティア)を募集

【募集要件】

職務の遂行に意欲的で、土日祝日・夜間でも勤務ができる人
公民館活動を特定の政党や宗教または営利に利用しない人

校区自治協議会等の主要な役職にない人

パソコン(Excel・Word)基本操作ができる人

【募集人数】 1名

【謝礼等】

時間数に応じた謝礼金を支払うほか、傷害保険に加入します

【業務内容】

電話等の応対・受付、清掃作業ほか

【応募方法】

履歴書(略歴1通)を公民館までご持参ください

※個人情報の取扱いについては十分に留意します

※詳細は、姪北公民館にお尋ねください



行政相談



毎月第4金曜日に行政相談コーナーを開設しています

身近な暮らしの中で手続きやサービスに関する困りごとなど、気楽にご相談ください ※今月は第4木曜日です

日時 11月26日(木)13:00~15:00

場所 姪北公民館 いこいの家

相談委員 古藤 真

相談無料
秘密厳守



母子巡回 健康相談



日時 11月12日(木) 10:00~11:00(受付)

※密を避けるため、入場制限をする場合があります

場所 姪北公民館 講堂

内容 身長・体重測定、育児相談、妊産婦の健康相談

持ってくるもの 母子健康手帳

天候状況や感染症などの影響により中止する場合があります

最新の情報は、お問合せください

【問合せ先】西区保健福祉センター 地域保健福祉係

(TEL 092-895-7080)

令和8年度高齢者乗車券の申請はお済みですか?

交付を受けるには、毎年申請が必要です。
申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。※簡単便利なオンライン申請がご利用いただけます。下記二次元コードをスマートフォンのカメラで読み取ってご利用ください。また、申請書は公民館や区役所でもお受取りいただけます。ご不明な点は下記にご連絡ください。

【問合せ先】

高齢者乗車券郵送受付センター

(平日9:00~17:00)

0120-502-633(通話無料)

FAX 0120-880-219

オンライン申請はこちら↑



マイナンバーカード申請出張サポート等事業

公民館でカードを申請すると、後日、ご自宅に届くので大変便利です。※要予約。初めてカード申請をされる方で、必要な本人確認書類が揃っている場合に限りです。

また、カードをお持ちの方には、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(予約不要)

※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(カード申請手続きのサポートのみは可能)

【日時】 11月9日(月) 14:00~16:00

【場所】 姪北公民館 講堂

【対象者】 西区に住民票のある方

【予約終了日】 11月2日(月) 9:00~18:00

【予約受付】 福岡市マイナンバーカード総合コールセンター

TEL 092-600-2402

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問合せください