



(地域の担い手パワーアップ講座)

ザオアン

『ちいさな国際交流 早安！四箇田』

台北生まれのフォンさんが 魅力をたっぷり紹介！

9月6日(土) 10:00 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：馮 君（フォン ジュン）さん

定員：小学生からシニアまで 20名

参加費：300円

お申し込み、お問合せはこちらから→

申込み〆切：8月27日(水)



(地域包括ケアシステム)

カフェしかた&よかここカフェ

『お笑い防犯講座』

年々巧妙になる犯罪手口と対処法をまじめに
ゆかいにまなびましょう。

※福祉事業所の商品販売も予定しています。

9月9日(火) 13:30 ~ 15:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：早良区総務課 防災・安全安心係のみなさん

共催：四箇田公民館、校区自治協議会、校区民生委員児童委員、
早良第6いきいきセンター、さわら南よかここネット、
早良区地域保健福祉課、早良区社会福祉協議会

【校区食生活改善推進協議会 主催事業】

地域食生活改善講習会

『よく噛んで食べるには。。』

咀嚼力の低下が身体に及ぼす影響は？

よく噛んで食べるための工夫を学びます。

9月11日(木) 10:00 ~ 13:00 (予定)

場所：四箇田公民館 学習室・講堂

講師：管理栄養士 岩永菜奈さん

定員：15名 参加料：600円

※お電話、または右下、二次元コードよりお申し込みください。

申込み〆切：8月30日(土)

当日はエプロンと三角巾をご持参ください

共催：四箇田公民館



(高齢者地域参画支援講座)

しかたカレッジ

『安心！ゆっくり学べる AI 活用講座』

スマホに話しかけたり、写真から似顔絵を作ったり…
遊び感覚でAIの世界に触れてみませんか？

9月18日(木) 10:00 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：早良区地域支援課

地域広報支援アドバイザー 矢野佳正さん

定員：15名 ※お申し込みをお願いします。

申込み〆切：9月11日(木)

(子どもの健全育成事業)

のびのび体験クラブ

『秋のフルーツタルトをつくろう』

タルトを一人ワンホールつくります。

お家に持ち帰って みなさんで召し上がれ！

9月20日(土) 10:00 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 学習室

講師：パティシエ 陣内麻友子さん

対象・定員：小学校5年生～中学生 12名

詳しくは四箇田小学校8月28日頃配布のプリントをご覧ください。

(健康づくり教室)

『体験！ノルディックウォーキング』

ただ歩くだけでも健康には良いですが・・・

ポールを持って正しい姿勢で歩くと運動効果が高まります。

9月27日(土) 9:30 ~ 11:30 (予定)

集合場所：四箇田公民館 駐車場(雨天時：講堂)

講師：福岡ノルディックウォーキング協会

飽田裕紀子さん、仲智代さん

定員：15名

リュックサック・水筒・タオル・帽子

はきなれた靴で(雨天時は室内履き)

※お電話、または右上、二次元コードよりお申し込みください。

申込み〆切：9月20日(土)

主催：健康づくり実行委員会(衛生委員会、四箇田公民館)



(乳幼児ふれあい学級)

スマイル広場&しかたっこランド

『ロバ先生とやってみよう』

～子育て中の姿勢改善～

だっこしたり しゃがんだり・・・日々がんばっている
自分の身体をいたわってあげましょう。

早良南図書館さんの読み聞かせもお楽しみに！

9月30日(火) 10:30 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：健康運動指導士 国平知允さん

対象：乳幼児と保護者 10組

※お申し込みはこちらから→

申込み〆切：9月23日(火)



事業によっては応募多数により抽選となる場合がございます。ご了承のほど何卒お願いいたします。
また、ご自身の体調に留意し、無理のない参加をお願いいたします。

【9月臨時休館日】

9月28日(日)

9月18日(木)17:00までに会議等でご利用の申請
がない場合は臨時休館とさせていただきます。

《公民館案内図》



その言葉 自分に向かって 言えますか
(令和6年度人権標語入選作品)

事業報告



7月17日 しかたカレッジ

「デジタルで広がる私時間」をテーマに、35年ほどの教師生活後YouTuberとして活躍されている肥後弘美さんを講師にお迎えしました。歳を重ねていくと、このまま“世間から孤立してしまうかもしれない”という危機感がきっかけだったとのこと。デジタルの世界…こわい、難しいなどのイメージがありますが、講義を受けてちょっと踏み出してみようかな。という気になった方もいらっしゃいました。

7月24日 のびのび体験クラブ

夏休み企画第一弾！ストーリーテラーに國米養次郎さんを迎え、「ちょっと不思議な夜のおはなし会」暗幕を引き、懐中電灯やキャンドルライトを灯し、雰囲気満点の中語られる、怖くて不思議なお話に、どんどん引き込まれていきました。最後の仕掛けに、ちょっぴり泣き出す子もいたり…。蒸し暑い夏の夜が少しだけ涼しくなりました。夜、おうちに帰って、トイレやお風呂は大丈夫だったかな？



8月9日 人権学習

落語の世界は共生社会…！？粗忽家勘楽さん、王かんさんをご講師に落語から人権問題を考えてみました。そそっかしい粗忽者、すぐに物忘れしてしまう人…愛すべきキャラクターが噺の中心なんです。昔は同じ目線で暮らしていたからこそ、このようは話が生まれたのではないかと考えさせられました。また、王かんさんは「聞こえ」についての啓発活動を行っており、今年東京でおこなわれるデフリンピックについてもふれていただきました。



事業報告は「四箇田公民館ブログ」で紹介しています。
表面の二次元コードを読み取っていただき、ぜひご覧ください！

さあ！身近な社会貢献

献血にご協力ください。

10月7日（火）

10：00～13：00

14：00～15：30

場所：ともてらす早良

主催：衛生委員会

16歳から69歳までの

健康な方にご協力をお願いしております。

体重や既往症、薬の服用等制限がありますが、事前に問診や少量の採血を行いますので
ご安心ください！お薬手帳をお持ちの方はご持参ください。

献血にご協力いただいた方は駐車料金は無料です。

みなさんの善意が、尊い命を救います。

お申込みはいりません

高齢者支援事業

しかたシニアフェスタ 2025

日時：9月25日（木）午後 1 時開会 3 時閉会

会場：ともてらす早良 2F 多目的ホール

対象：校区在住 高齢者（75歳以上）の方

マジックショーや
バンド演奏など
演芸を楽しみましょう

校区内を
シャトルバスが運行します



＜昨年のシニアフェスタ＞

マルシェでお買い物

お土産もあります！

くわしくは社協発行のチラシをごらんください。ご来場お待ちしております！

主催：四箇田校区社会福祉協議会

共催：しかたクルーネット ともてらす早良

協力：UR 生活支援アドバイザー

※しかたクルーネットは、四箇田校区自治協議会・人権尊重推進協議会・四箇田公民館
校区にある8か所の障がい者福祉事業所で構成された団体です。