

地域カフェ Wellかも

要申込

ラテン音楽でウキウキ! **スローエアロビック♪**

【日 時】 **5月9日(土)** 13:30~15:00

【場 所】 賀茂公民館 講堂・学習室

【運営協力費】 100円

【定 員】 30名

【講 師】 スローエアロビック指導員

秋山 玲子 さん



↑ 昨年の様子

学び舎かも塾

明治安田生命保険相互会社 MY 定期講座

知って備える! もしものときのがん講座

【日 時】 **5月15日(金)** 10:00~11:30

【場 所】 賀茂公民館 講堂 **参加費 無料!**

【定 員】 30名 【対 象】 どなたでも

要申込

【講 師】 明治安田生命相互会社 諸江 百合香さん

以前は「不治の病」といわれたがん。現在は、通院しながら仕事を続けている人が増加傾向にあるなど、「ともに生きる」病気へと変わってきています。がんの基礎知識から治療方法、かかる費用など、がんにまつわる様々なことをおはなしいたきます。

よかトシ (ラジオ体操)

【日 時】 **5月12日、26日(火)** 9:55~

公民館で一緒にラジオ体操をしませんか。

高齢者健康体操教室 (よかトシ・体力測定)

要申込

【日 時】 **5月22日(金)** 10:00~12:00

【場 所】 賀茂公民館 講堂

【講 師】 理学療法士 中村 洋志さん、松崎 哲治さん

※飲料持参。運動のできる服装でお越しください。
※校区担当保健師の堀地さんも来られます!

親子ふれあい教室

参加費 無料!

初めまして! こんにちは♪

【日 時】 **5月13日(水)** 10:30~11:30

【場 所】 賀茂公民館 講堂 【定 員】 10組程度

【講 師】 公民館スタッフ 【対 象】 乳幼児とその保護者

※今年度最初の親子ふれあい教室は、お友達作りからスタートです♪みんなといっしょに楽しく遊びましょう!!
※大型絵本の読み聞かせ、パラバルーン、新聞紙ビリビリ等

要申込

子ども体験学習

参加費 無料!

ニュースポーツを楽しもう!

【日 時】 **5月16日(土)** 10:00~12:00

【場 所】 賀茂公民館 講堂 【対 象】 小学生

【講 師】 公民館スタッフ、賀茂校区スポーツ委員会

要申込

「カローリング」と「ディスクッター」、そして、「スナッグゴルフ」をします!

※詳しくは、賀茂小学校配布チラシをご覧ください。

館内にも準備しています!

カローリング→

食育出前授業 **ウイナーの飾り切り教室**

【日 時】 **5月31日(日)** 10:30~12:00

【場 所】 賀茂公民館 講堂・学習室 **参加費 無料!**

【定 員】 30名 【対 象】 どなたでも

【講 師】 日本ハムカスタマー・コミュニケーション(株) 坂井 久実さん 他2名

要申込

【持ってくる物】 エプロン、ハンカチかタオル、水筒

※幼児から大人の方まで参加OK! ハンダナは準備します♪
「タンパク質の話」など、食育講座も開催します♪



5月の公民館・校区行事

3日(日)~6日(水)			・臨時休館
11日	月	18:30~	・人権尊重推進協議会役員事務局会
12日	火	13:30~	・母子巡回健康相談(星の原団地集会所)
16日	土	18:30~	・自治協議会 運営委員会
19日	火	18:30~	・社会福祉協議会 総会
20日	水	10:30~	・子育て交流サロン「こがもひろば」
22日	金	18:30~ 総会終了後	・人権尊重推進協議会 総会 ・運営委員人権研修会 DVD「カンパニユラの夢」視聴(36分)
23日	土		・次郎丸中学校 体育大会
		11:00~	・かるがも子ども食堂
27日	水	13:30~	・民生委員児童委員協議会 定例会
28日	木	13:30~	・ふれあいサロン「なまず」
30日	土	9:00~	・賀茂小学校 運動会

かも文庫

5月2日、9日、16日、23日、30日(土)

10:00~14:00

【場 所】 賀茂公民館 児童等集会室

本の貸し出しは、お一人3冊まで、貸出期間は2週間です。

総合図書館の図書の入替えを行いました。
たくさんの方のお越しをお待ちしております♪

【公民館休館のお知らせ】

期日までに利用の申し込みがありませんでしたので、休館します。

ゴールデンウィーク 期間の休館	5月3日(日)~5日(火)
月一回の臨時休館	5月6日(水)

【公民館の休館日が新たに加わります】

令和8年6月から、市内全公民館の休館日が変わります。新たに休館となる日を活用して、施設の保守点検、職員研修を行うなど、「立ち寄りたくなる公民館」を目指して、スタッフ一同、サービス向上に取り組みます。

【6月からの公民館休館日（変更点）】

6月より公民館の定例休館日が、これまでの年末年始の12月29日から1月3日に加え、

毎月月末とゴールデンウィークの5月3日から5月5日、及びお盆の8月13日から8月15日が新たに加わります。

※変更は6月からですので今年の5月3日から5月5日はこれまで通りです。

なお、臨時休館日につきましては、これまでどおり公民館だよりにてお知らせいたします。

令和8年度 月1回の休館予定日

下表に掲げる日については、その10日前までに利用の申込みがない場合、【休館】させていただきます。

日付	曜日	日付	曜日
令和8年4月29日	水曜日	令和8年10月30日	金曜日
5月6日	水曜日	11月29日	日曜日
6月28日	日曜日	12月28日	月曜日
7月30日	木曜日	令和9年1月4日	月曜日
8月16日	日曜日	2月23日	火曜日
9月22日	火曜日	3月28日	日曜日

<お詫び>

「公民館だより4月号」掲載の「令和8年度賀茂公民館サークル一覧表」に間違いがありましたので、ここに訂正し、お詫びいたします。

館内サークル】8.太極拳 大河

	時間	会費
誤	13:00~15:00	2,000円
正	10:00~12:00	2,500円

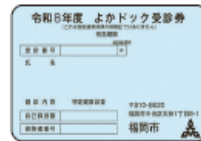
【太極拳大河 会員大募集！】

- ・老若男女を問わず仲間を募集中です。
- ・令和8年度より活動日が金曜日から木曜日に変更になりました。活動時間は変わらず、左記の通りです。
- ・初心者の方も大歓迎！
- ・無料体験ができますので、お気軽に練習にご参加ください。

年に1度はよかドックを受けましょう！

福岡市国民健康保険に加入している40～74歳の方は、**よかドック**(福岡市国保の特定健診)を年に1度受診できます。1万円相当の検査(尿検査・血液検査・心電図など)を**500円**で受けることができますので、生活習慣病のリスクを早期に見つけ出すために年に1度はよかドックを受診しましょう！

よかドックは各区保健福祉センターのほか、ともてらす早良や医療機関でも受診できます。受診には受診券が必要です。



受診券は令和8年3月下旬に発送しています



■医療機関で受ける⇒よかドック実施医療機関へ直接予約を。予約の際は「福岡市のよかドックを希望」とお伝えください。

■各区保健福祉センターやともてらす早良で受ける⇒

【電話予約】集団健診・よかドック総合窓口 TEL:0120-985-902

【WEB予約】「けんしんナビ」と検索いただくか

二次元コードから⇒



お問合せ:集団健診・よかドック総合窓口 ☎ 0120-985-902

1階ホールの「ミニ図書コーナー」もご利用ください。

- ・総合図書館の本が80冊あります。(4月に入れ替えを行いました！)
- ・そのほかにも小説、児童書、まんが、専門書などがあります。
- ・“**お一人3冊まで**” 貸し出し期間は“**2週間**”
- ・スタッフが在館時(9:00~17:00)いつでも貸し出します！
- ・ご来館の際には是非ご利用ください。



いつでもお越しください。お待ちしております。

賀茂校区 紙リサイクルステーション

～毎週土・日 9:00～17:00まで開放しています～

【回収可能なものは、**紙類のみ**です！】

<段ボール、雑がみ、本、雑誌、新聞紙など>

- * ひもで束ね、指定の場所に整理して置いてください。
- * 校区リサイクルボックスで集めた紙類などの資源回収に対し、福岡市から支払われる助成金は、校区各町内の活動などに活用されています。

賀茂校区自治協議会 環境委員会

6月の公民館・校区行事予定			
3日	水	10:30～	・子育て交流サロン「こがもひろば」
7日	日		・校区壮年ソフトボール大会
9日	火	9:55～	・よかトレ(ラジオ体操)
10日	水	10:30～	・親子ふれあい教室「ユーカリの木おはなしかい」
13日	土	13:30～	・地域カフェ「省エネのコツ」
15日	月	10:00～	・デジタル塾「AIびっくり体験」
17日	水	10:30～	・子育て交流サロン「こがもひろば」
19日	金	10:00～	・学び舎かも塾「相続について」
20日	土	13:30～	・子ども体験学習「ユーカリの木おはなしかい」
		18:30～	・自治協議会 運営委員会
23日	火	9:55～	・よかトレ(ラジオ体操)
25日	木	13:30～	・ふれあいサロン「なまず」
26日	金	10:00～	・高齢者健康体操教室
27日	土	11:00～	・かるがも子ども食堂
		13:30～	・賀茂校区人権尊重推進協議会第39回人権尊重推進大会 第1部「講演会」 講師:前賀茂小学校校長 原田 雅秀 先生 第2部「演奏会」 出演:次郎丸中学校 吹奏楽部
28日	日		・月一回の臨時休館予定日
30日	火		・定例休館日

※6月の主催事業の詳細につきましては、『公民館だより6月号』にてお知らせします。

