



暑～いを通り越し、熱～い夏がやってきました。
年々気温が高くなり、体調を崩して救急搬送される方が増えてきています。

福岡市では、熱中症予防対策としてクールシェア・クールスポットの取り組みを行っています。

右のステッカーが貼ってある公共の施設や公民館などでは涼しい部屋で一時的に休むことができますので、どうぞご利用ください。

(もちろん四箇田公民館も OK)



これから秋にかけて台風や大雨など風水害が心配です。風水害の避難所は「ともてらす早良」ですが、地震の避難所は「四箇田公民館・四箇田小学校」となっています。お間違えありませんよう・・・

いずれにしても、いざという時の備えを日頃から心がけておくことが大切です。

(健康づくり教室)

『四箇田のやさいでつくる薬膳カレーでおつかれ～』

おいしい野菜は身近にあります！！

スパイスを使って、いつもとはちょっと違うカレーにえだまめときゅうりのアチャールに、ラッシーも添えて夏の疲れをチル（落ち着かせ）しましょう。

8月31日(土) 10:00 ～ 12:30 (予定)

場所：四箇田公民館 学習室・講堂
講師：薬膳アドバイザー 福田真紀さん
定員：12名
参加費：600円

※お電話、または右 QR コードより

お申し込みください。 申込み〆切：8月24日(土)

当日はエプロンと三角巾もご持参ください

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

『あしがたのおさらずくり』

作りたての板皿にぎゅ～っと。。
世界にひとつだけのお皿を作りましょう。

9月3日(火) 10:30 ～ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：工房ロック 中村健太さん

対象：就学前の乳幼児と保護者 15組

材料費：1,000円

※お電話、または右上 QR コードより

お申し込みください。 申込み〆切：8月27日(火)



(人権問題学習)

『手が奏でる つなぐメロディ』

～ ヤングケアラーのキセキ～

自らの手だけで奏でる音色は無限大・・・

癒しと同時に心が揺さぶられますよ。

ご自身の体験談を交えた演奏会です。

9月7日(土) 10:00 ～ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：手笛奏者 なかしま拓さん

SOS 子どもの村 JAPAN 宮崎久美子さんほか

定員：40名

※お電話、または右下 QR コードよりお申し込みください。

申込み〆切：8月31日(土)

共催：校区人権尊重推進協議会、青少年育成委員会



(高齢者地域参画支援講座)

しかたカレッジ

『おとなの天体観測』

～ツキを呼び込むお月見会～

9月14日(土) 19:00 ～ 21:00 (予定)

場所：ともてらす早良 大会議室・東側駐車場

講師：福岡天文教育研究会 渡邊正信さん ほか

定員：約40名 ※お申し込みをお願いします。

申込み〆切：9月7日(土)

共催：早良南図書館、ともてらす早良

～アンビシャス広場よりお知らせ～

夏休み期間中は休館日を除き、下記の時間で「児童等集会室」を開放しています。
読書や宿題・自由研究の場としてご利用ください。

10:00～12:00 13:00～16:00

★当日、受付で学年、おなまえ、

緊急連絡先の記入をお願い致します。

★乳幼児の遊びや中高生の学習利用もできます。

★館内でのゲーム機やスマートフォン、タブレットでの遊びや飲食はご遠慮ください。

各講座とも定員を設けております。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。

【8月の臨時休館日】

① 8月13日(火)、14日(水)、15日(木)

② 8月25日(日)

①については8月3日(土)17時までに、

②については8月12日(月)17時までに会議等でご利用の申請がない場合は臨時休館といたします。

《公民館案内図》



わたそうよ すてきなことばの プレゼント
(令和5年度人権標語入選作品)

【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

『サザエさん通り 食育レシピ講習会』

9月12日(木) 10:00 ~ 13:00 (予定)

普段の食生活を振り返り、美味しく楽しく元気になるレシピを紹介します！日頃の食事についてもお気軽におたずねください。

場所：四箇田公民館 学習室・講堂

講師：栄養士 深町三芳子さん

定員：15名

参加費：600円

お電話、または右QRコードよりお申し込みください。

申込み〆切：8月31日(土)

当日はエプロンと三角巾もご持参ください。

共催：四箇田公民館



7

7月といえば…七夕。「スマイル広場」では7月1日に今年もさわらサクラ幼稚園の先生方といっしょにたなばこまつり！まずは、早良南図書館さんからは絵本を3冊読んでいただき、続いてのレクリエーションでは、部屋のあちこち散りばめられた★を集めて天の川を完成させました。障害物があつたり公民館内の小さな宇宙を駆け巡り



ましたね！

工作ではたなばた飾りを作りました。パーツに分けていただいたので、親子で協力して作れましたね！

そして、**なな**、なんと！持ち帰り用の笹も校区内にお住まいの方にご準備いただいたので、その場で飾りつけることができました。

織姫と彦星。無事に会えたかな。。



もうひとつのナナは。。
管理栄養士の岩永**菜奈**先生による「健康づくり教室」を7月6日に行い、熱中症対策、リカバリー…暑い夏を乗り切るために3種類のシェイクをご紹介します。お子さんが運動をしている保護者の方からは質問もたくさん飛び交っていました。
野菜、果物にはいろいろな栄養**セーブン**(成分)があるのでしっかり摂ってきたいものですね

混ぜればゴミ！

分ければ資源！

校区リサイクルステーションより

あつつい、暑い季節です水分をしっかり摂っていきましょう！

いつもリサイクル活動にご協力いただきありがとうございます。アルミ缶がたくさんたまる時期ですね。おいしく飲んだ後はリサイクル！ぜひステーションへお持ちください。

(軽く水ですすいでお持ちいただければ助かります。)

四箇田公園前 (ともてらす早良東側)

【開所時間】水・土・日曜日 9:00~17:00

8月14日(水)も開所いたします。

開所は黄色い旗が目印です！

公民館サークル紹介

Team ゆるバド (バドミントン)

曜日と時間：木曜日 19:00~21:00 対象：成人

場所：四箇田小学校 体育館 会費：500円 (初回のみ1000円)



6月より新しく活動を始めました。

バドミントンを通して メンバー相互の親睦を深めるほか、公民館を中心とした四箇田校区の行事にも積極的に参加してコミュニケーションと健康の増進を図っていきましょう。

チーム名の通り、ゆる〜い感じでやっています。初心者も大歓迎です！

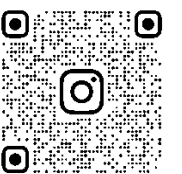
Instagram はじめました

四箇田校区の情報やお知らせ、報告を発信しています。

公式アカウント名は

「四箇田校区自治協議会・四箇田公民館」です

Follow Me



@SHIKATA_JCK.KMK