

しかた 公民館 だより

福岡市四箇田公民館 早良区四箇6-5-26 TEL 811-2180 FAX 811-3330

四箇田公民館ブログ



No.491号 令和6年10月1日

長かった夏も終盤戦。ようやく秋の気配が感じられるようになりました。

さて、みなさんは西区金武の「やよいの風公園」に行かれたことがありますか？ 弥生時代の王の墓や副葬品などが発見された吉武高木遺跡が 歴史公園として整備されています。また、秋になると広大なコスモス畑が美しいことでも有名です。

10月の“もっと歩こう会”の目的地は「やよいの風公園」を予定しています。(右欄参照)

朝早いのはちょっと・・・の方は、近場で楽しめる秋の行楽イベントとして足を運んでみてはいかがでしょうか。

(地域包括ケアシステム)

カフェしかた

『あきぞらコンサート』

カムバック青春時代！秋空の下、口ずさんだことのあるメロディーをギターの生演奏でお届けします。

10月8日(火) 13:30 ~ 15:00

場所：四箇中央公園

講師：スルーパスⅡ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、さわら南よかとこネット、早良区保健福祉センター、早良区社会福祉協議会

(高齢者地域参画支援講座)

しかたカレッジ

『放送局へ行こう！』

N(なるほど...) H(ほお~) K(感動!) な見学会。

現地集合、現地解散となります。

10月10日(木) 集合10:00 解散予定12:00

集合場所：NHK福岡放送局

福岡市中央区六本松1-1-10 護国神社の西隣り

定員：25名

※お申し込みをお願いします。申込み〆切：10月5日(土)

応募多数の場合は抽選とさせていただきます

放送局の事情により中止となる場合があります。

(健康づくり教室)

もっと歩こう会

10月12日(土) 8:00

集合：四箇田公民館エントランス

目的地：やよいの風公園

遺跡あり コスモスあり 往復2時間程度のコースです。各自水分補給用の飲料水をお持ち下さい。お申し込みはいりません。

主催：健康づくり実行委員会(衛生委員会、四箇田公民館)

共催：福岡市スポーツ推進委員

(乳幼児ふれあい学級)

スマイル広場&しかたっこランド

『ちいさな Halloween Party』

みんなで Trick or treat!

サクラ幼稚園の先生といっしょにハロウィン製作とダンスで楽しい時間をすごそう。仮装して参加もOKだよ♪

10月26日(土) 10:30 ~ 12:00

場所：四箇田公民館 講堂

対象：就学前の乳幼児と保護者

定員：20組

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：10月16日(水)



(子どもの健全育成事業)

のびのび体験クラブ

『みなおそう！お米のチカラ』

おにぎり作って、食べて学んで。

元気の源、お米のパワーを知ろう！

11月2日(土) 10:00 ~ 12:30

場所：四箇田公民館 学習室

講師：管理栄養士 岩松菜奈さん

対象・定員：小学生 15名

材料費：300円

詳しくは四箇田小学校配布のプリントをご覧ください。

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。

Renewal

(老人クラブ主催事業)

『健康長寿を目指して フレイル予防教室』

フレイルチェックで、ご自身の体の状態を知りましょう♪介護予防の体操も行います。

11月7日(木) 13:30 ~ 15:00

場所：四箇田公民館 講堂

講師：健康運動指導士 森口晴美さん

対象：65歳以上の方

定員：25名

※お申し込みをお願いします。

申込み〆切：11月3日(日)

室内履きをご持参のうえ、

動きやすい服装でご参加ください。

フレイルとは…

病気ではないが、加齢により心身の活力が低下し介護が必要になりやすい虚弱な状態のことです。

【10月臨時休館日】

10月27日(日)

10月17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》



あいさつは 笑顔を咲かせる 種なんだ

(令和5年度人権標語入選作品)

さあ！身近な社会貢献

献血にご協力ください。

バスが
目印ッチ！

10月29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。

ご存じですか？

校区リサイクルステーション

四箇田公園前(ともてらす早良東側)にある
「校区リサイクルステーション」をご存じですか？
平成17年スタートということは…来年で20年！
設置場所は変わりつつも四箇田校区の資源物回収
の大きな役割を担っています。
当初より携わってある才野さんによると、「やはり
新聞紙・広告紙が大幅に減って、段ボール類が増え
ており、ライフスタイルの変化を感じますね。」との
こと。時代を映す鏡って感じですね。

↓ ルールが守られていると
見た目も気持ちいいですね



現在は4名のボランティアの方がお世
話してくださっています。「ごくろうさま
の聲がなにより励みになります。」とみな
さん口々に言われます。
開所日は随時見回りをしていますが
常駐しているわけではありません。扉を
開け(鍵は開いています)指定の場所に
資源物を置いてください。
リサイクルステーションを気持ちよく
利用いただけますようご協力をお願い
します。
『混ぜればゴミ！分ければ資源！』
再生可能資源を大切にしていましょ



↑左から染川さん、才野さん、藤さん、井上さん

【開所日・時間】
水・土・日曜日 9:00~17:00

※校区リサイクルステーションの事業収益は四箇田
校区自治協議会の活動費として使われています。

●令和6年度 早良区人権講座 (第3回)

テーマ
「学校へ行くのがつらい子どもたちへ
～不登校になったからこそ気づいた
無限の可能性～」

講師 福岡城西学園 学園長、
家族支援カウンセラー
古川滋章さん

日時 10月23日(水) 14:00 ~ 15:30
会場 早良市民センター4階ホール

手話通訳、要約筆記あります。
当日先着 500名

※事前のお申込みは必要ありません。

★お問合せ先★早良市民センター
TEL:092-831-2321

主催：早良市民センター、早良区役所

四箇田公民館で マイナンバーカードの 申請ができます！

事前予約制です。予約期間中に
受付センターへお申し込みください。

【事前予約期間】10月31日まで
【予約受付】092-600-2402

【日時】11月7日(木)
10:00~12:00

【会場】四箇田公民館 講堂

【主催】福岡市総務企画局データ活用推進課
(この事業は業者への委託により実施します)

公民館サークル紹介

マナヨガ教室

曜日と時間：第1,2,3水曜日 10:00~11:30
場所：地域団体室 対象：成人 会費：1000円 / 1回



癒しのBGMが流れる穏やかな環境の
中で、ゆっくり呼吸をしながら身体を伸
ばしていくヨガ教室を始めました。
正しい姿勢と呼吸法は健康にとてもよ
く、肩こりや腰痛の改善にもつながりま
す。また、自律神経を整え、気持ちをリフ
レッシュさせることもできます。
見学やお申し込みは随時、公民館で受け
付けています！(電話でOK)