

令和5年(2023年)  
6月1日発行  
お問い合わせ、申込みは  
三苦公民館へ



# 三苦公民館だより



発行 福岡市三苦公民館  
東区三苦3丁目3番41号  
TEL092-606-4511  
FAX092-606-6602

## 第1回公民館運営懇話会

- ◇日時 6月19日(月) 14:00~
- ◇場所 三苦公民館 講堂
- ◇内容
  - ・令和4年度 公民館事業報告
  - ・令和5年度 公民館事業予定ほか
- ◎傍聴を希望される方は、会議開催の15分前までに受付をすませてください。(定員10名)



## スイトピー広場からのお知らせ

年に数回、保健師さんが来られる特別な日をスイトピースマイル広場の日と呼んでいます。

今回のスイトピースマイル広場は **6月21日(水)**です。

身長・体重の測定その他、イヤイヤ期の対応など日頃お子さまのことで気になることも保健師さんに相談できますよ♪

## 初心者のZOOM体験教室オンライン入門

- ◇日時 6月23日(金) 10:00~
- ◇場所 三苦公民館
- ◇講師 柘嶋 朋子氏 福岡市東区地域支援課
- ◇対象 三苦校区在住でスマートフォン、タブレットパソコンをお持ちの方
- ◇定員 10名(先着順受付)

携帯やパソコンで、講座に参加したい方、ぜひどうぞ!!

## 健康教室「これまでのコロナと今後の生活について」オンラインで参加できます

これからの、コロナ感染症への対策は？  
追加でワクチンの案内が来たけど、どうしたらいいの？

- ◇日時 6月28日(水) 13:00~
- ◇場所 三苦公民館 講堂
- ◇講師 崎田 宏氏 (和白病院 感染管理認定看護師)
- ◇対象 どなたでも参加できます  
※オンライン参加は申し込みが必要です。
- ◇申込先 三苦公民館 (TEL606-4511)
- ◇主催 三苦公民館 ◇共催 健康づくり推進委員会



## 6月のいちごカフェ

6月12日(月) 13:00~16:00

大好評の『スマホ教室』毎月開催しています。  
ぜひ皆様お誘いあわせのうえお越しください。



## みとま健康フェスタ

- ◇日時 6月25日(日) 10:00~
- ※開催時間はコーナーによって違います。
- ◇場所 三苦公民館
- ◇主催 健康づくり推進委員会
- ◇共催 ヘルスメイト 自治協議会 三苦公民館
- ◇協力 東区保健福祉センター さくら薬局 コミセン和白



- ◎健康チェックコーナー (10:00~13:30)
- ◎ヘルスマイトコーナー (10:00~13:00)
- ◎交流広場 (10:00~13:30)



## ◎健康講座 (14時~15時半) 骨粗しょう症予防やアンチエイジングにつながるお話

「年を重ねても、身体年齢と心年齢は若くなれます」

講師：(長嶺リウマチ・整形外科クリニック院長)  
医学博士 長嶺 隆二 先生

加齢と老化は違います。老化は病気のようなものであり、治療が可能です。その結果、身体年齢と心年齢は若くすることができます。

※健康フェスタの詳細は、回覧板でお知らせします。

【ときめきホリデー子どもの健全育成関連事業】

## いちご文庫たなばた会

- ◇日時 7月1日(土) 10:00~
- ◇場所 三苦公民館

折り紙や短冊に願い事を書いて、笹飾りをみんなで作りましょう。  
絵本の読み聞かせやお話もあります。



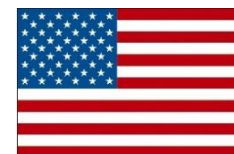
## 臨時休館日(月1回)のお知らせ

6月26日(月)は休館日です

利用申し込みがある時には  
6月16日(金)正午までにお申し出ください。



## 多文化交流会 「アメリカ」



- ◇開催日 7月9日(日) 14:00~
- ◇場所 三苦公民館 講堂
- ◇講師 アメリカ出身(フロリダ州) 三苦2丁目在住  
英会話講師 ALLEN SETH (アレン セス) さん
- ◇内容 出身地フロリダの事、三苦での暮らし  
アメリカと日本の違いなどお話ししていただきます
- ◇参加 どなたでも参加できますが、資料準備の都合の為、お申込みください。
- ◇申込先 三苦公民館 (606-4511)
- ◇主催 三苦公民館 人尊協

【高齢者地域参画支援事業】

## さわやか教室 楽しいバスハイク



大型バスに乗って、お出かけしませんか

- ◇日程 7月12日(水) **要申込**
- ◇集合 8:30 三苦公民館
- ◇コース 9:00 三苦公民館出発  
⇒10:00~12:00 大宰府散策  
⇒12:00~15:00 九州国立博物館(昼食)館内見学  
⇒16:00 三苦公民館到着
- ◇参加費 1,300円(予定) 昼食代・保険料として  
※博物館の平常展は70歳まで700円、70歳以上は無料です。年齢の分かるものをご持参ください。  
※当日は特別展『憧れの東洋陶器』が開催されています  
ご希望の方は別途料金1,700円が必要です。
- ◇定員 40名(応募者多数の場合は抽選を行います)
- ◇持ってくるもの 70歳以上の方は年齢の分かる物、飲み物
- ◇申込先 三苦公民館 (606-4511)



# ★6月の主な行事★

日 曜	公 民 館 関 係	校区・自治協議会関係
1 木		
2 金		○評議員会 (3丁目) 20:00～
3 土		○評議員会 (5丁目) 19:30～
4 日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>三苦校区人権尊重推進協標語</b>                      違うとこ                      認め合うのが                      友達だ                 </div>	○小学生ソフトボール・ドッジボール大会 (雨天時はソフトボールのみ 6/11に順延) 9:00～【三苦小】 ○実年ソフトボール交歓大会 (予備日 6/18) 【雁レク】 ○卓球教室 18:00～
5 月		○卓球教室 18:00～
6 火		
7 水	○スイトピー広場 10:00～ ○スイトピー定例会 12:00～	
8 木		○子育て連会長会 20:00～
9 金		
10 土	○いちご文庫 13:00～15:00	○評議員会 (2丁目) 19:00～ ○評議員会 (4丁目) 19:30～ ○評議員会 (6・7丁目) 19:30～
11 日		○ラブアース・クリーンアップ 2023 受付 8:30～(集合場所 6・7丁目集会所 ・三苦浜中央公園)
12 月		○いちごカフェ 13:00～16:00
13 火	○にこにこふれあい広場A 『歌って踊って音楽会』10:30～	○評議員会 (1丁目) 20:00～
14 水	○さわやか教室 『アコーディオンコンサート』 講師 いわつ なおこ氏 14:00～	
15 木		
16 金		
17 土	○『お花で父の日プレゼント』 10:00～	○ヘルスマイト定例会 10:00～
18 日		
19 月	○公民館運営懇話会 14:00～	○ほのぼのサロン 『フラワーアレンジメントを楽しもう』 ○卓球教室 18:00～
20 火	○立花高校職場体験 3年生 (6/20～6/28) ○にこにこふれあい広場B 『歌って踊って音楽会』10:30～	
21 水	○スイトピースマイル広場 (保健師さんが来館されます) 10:00～12:00	
22 木		○地域カフェ『ひだまり』 11:00～15:00 【4・5丁目集会所】
23 金	○初心者ZOOM体験教室 オンライン入門 10:00～	
24 土	○いちご文庫 13:00～15:00	○自治協4役&自治連4役 9:30～ ○自治協定例会(7月定例会) 10:00～ ○みとま男女共同参画推進会定例会 13:30～
25 日		○『健康フェスタ』 10:00～ ○東区子ども会親善ドッジボール大会 【東体育館】 ○『くるり』13:00～16:00 【和白公民館】
26 月	○公民館臨時休館日	○男女共同参画推進会バス研修
27 火		○社会福祉協議会 『認知症サポーター講座』 14:00～
28 水	○健康講座 13:00～ 『これまでのコロナと 今後の生活について』	
29 木	○立花高校職場体験 2年生 (6/29～7/6)	
30 金		

おめでとうございます!

結果報告【会場：和白中】

◇壮年ソフトボール◇

優勝…2丁目 準優勝…5丁目

◇ママさんバレーボール◇

優勝…4丁目 準優勝…2丁目

## サークル運営委員会からのお知らせ

三苦公民館サークル大掃除  
(公民館利用サークル)

◇日時 7月 2日(日)10:00～

※各サークルから2名以上の参加をお願いします。

当日は各自、雑巾をお持ちください。

住みよいまち三苦ホームページ

三苦校区の様々な情報を  
発信しています。ちょっと  
覗いてみてください。



三苦公民館ブログ URL

<https://mitomako.blogspot.com>

いろいろな情報を載せています。

最新情報はブログでも  
ご確認ください。



三苦公民館地図



## みとま男女共同参画推進会 日帰りバス研修

要申込



星野村・茶の文化館しずく茶体験と

星野焼・星野村懐石料理

◇日時 6月26日(月)

◇集合 8:30 受付 公民館

◇コース 三苦公民館 9:00 - 星野村 - 茶の文化館 (しずく茶体験  
お買物) - 星野村(昼食・温泉入浴も可) - 星野焼展示館  
三苦公民館着 ※ご入浴希望の方はタオルをご持参ください  
- 三苦公民館着 16:35

◇定員 40人(先着順 定員になり次第締切)

◇会費 3000円

◇申込先 三苦公民館(606-4511)

◇主催 みとま男女共同参画推進会

## 「認知症サポーター養成講座」

要申込

認知症を正しく理解し、できる範囲での手助けをし、認知症の人と家族を  
温かく見守る“認知症サポーター”にあなたもなりませんか?

認知症の方や、家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを目  
指します。

◇日時 6月27日(火) 14:00～

◇定員 40人

◇申込先 三苦公民館(606-4511)

◇主催 社会福祉協議会 共催 三苦公民館

## 「認知症声かけ訓練」

要申込

認知症の人が一人で外出してお困りの様子などのときなど、地域のサポート力  
を高めるための、見守り、声掛けの模擬訓練をします。

◇日時 7月3日(月) 10:00～

◇定員 40人

◇申込先 三苦公民館(606-4511)

◇主催 社会福祉協議会 共催 三苦公民館

## 東消防団和白分団からのお知らせ

《夜間巡回の実施について》



毎月1日の20時から1時間程度、消防車で地域巡回を実施  
いたします。

その際に半鐘を鳴らしながら走行しますが、火事ではあり  
ませんので、お間違いのないようお願いします。

※『スイトピー広場(自由参加)』『にこにこふれあい広場』：乳幼児育児支援事業です。  
参加は、乳幼児と保護者の方です。  
※『いちご文庫』：ボランティアさんによる読み聞かせなど。どなたでも参加できます。  
※『さわやか教室』『ほのぼのサロン』：高齢者の方の参加事業です。  
※『くるり』：中高生の居場所作りの場です。  
※【 】は開催場所。記載がない行事は三苦公民館です。ただし未定の場合もあります。  
※各町内会の評議員会の開催場所はそれぞれの町内会の【集会所】です。