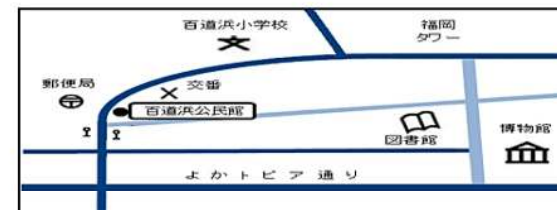


＊ ＊ 百道浜公民館 ＊ ＊
〒814-0001 福岡市早良区百道浜3丁目6-24
TEL 845-5859 FAX 845-5761

6月百道浜公民館だより



第3回百道浜カレッジ

家庭や社会でイキイキと活躍するために

かんたん

骨盤体操



身体のゆがみを調整し、バランスのよい身体づくりを目指しましょう

日 時：6月12日（水）10:30～12:00

場 所：百道浜公民館 講堂

参加費：百カレ会員無料（非会員は別途100円）

持ち物：水筒、バスタオル、ある方はヨガマット

講 師：春山 辰明氏

講師プロフィール；

パーソナルトレーナー

健康運動指導士、健康運動実践指導者

FTPベーシック・マットピラティスインストラクター

加圧トレーニングインストラクター

JCCAベーシックトレーナー

高千穂二上神楽保存会 奉仕者

動きやすい服装で
お越しください。

※百カレ会員の方は、出欠の有無を公民館までご連絡下さい。

お問い合わせ・お申し込み：公民館

第1回公民館運営懇話会のお知らせ

日 時：6月22日（土）10:30～12:00

場 所：百道浜公民館地域団体室

※傍聴ご希望の方は公民館へ

お問い合わせください。



休館日のお知らせ

6月30日（日）は、休館日とさせていただきます。

第2回乳幼児ふれあい教室

民生委員・児童委員さんとあそぼう

我が家を担当する民生児童委員さんはだれかな？楽しく親子遊びをしましょう。



保健師さんとおはなししよう

お子さまのお世話でお困りの事はありませんか？
不安なことやわからないことを保健師さんに相談してアドバイスをいただきましょう。

日 時：6月19日（水）10:30～12:00

場 所：百道浜公民館講堂

対 象：乳幼児とその保護者

主催：百道浜公民館

共催：にこもちキッズ

お問い合わせ・お申し込み：公民館



色を味方につける

女子力UP講座

セルフプロデュース

似合う＝雰囲気調和していること
自分を輝かせる色を見つけよう

7月3日（水）10:30～12:00

講 師：福田 芳子さん 場 所：百道浜公民館講堂

定 員：先着35名 公民館までお電話か来館ください。

内 容：印象論、セルフ診断、パーソナルカラー理論

【講師プロフィール】

メイクアップアーティスト・コーディネーター、(株)FFD products Japan 代表取締役、Dressingroom Carrera オーナー

日本最大メイクアップアーティスト養成校講師や外部講師を務め、メイクセラピストとして心療内科等でのボランティア活動にも取り組む。現在はサロン運営と美容商材の企画開発事業を行っている。31年度校区男女協会長。

お問い合わせ・お申し込み：公民館

参加費
無料



第11回百道浜校区区人権標語

寄り集う友ときずなの百道浜の会

「ガンバレ！ その一歩で 未来は変わる」百道浜小 佐々木一仁

《公民館サークル無料体験教室のご案内》

らくらく着物教室

日時：6月 7、14、21日（金）13:00～15:00

場所：百道浜公民館和室

対象：女性（定員：各回5名）

着物や浴衣の着方や帯結びをご指導します。浴衣の季節を前に、以前習っていたけれど忘れた方、ネットでもみて難しい方、着付けの基本を一度体験されてみませんか？



三味線と端唄の会 端唄を唄いましょう

日時：6月 10日（月）11:00～11:30

場所：百道浜公民館和室

対象：一般

講師：藤本 佐恵先生

江戸時代の流行歌である端唄を三味線に合わせて唄ってみませんか。お江戸日本橋をお稽古します。



※参加ご希望の方は事前にお申し込みをお願いします。

お問い合わせ・お申し込み：公民館

地域包括ケア

百道浜いきいきカフェ

日 時：6月 7日・21日（金）13:30～16:00

場 所：公民館ロビー・児童等集会室

15:00～16:00 健康いきいき体操（盛永理学療法士）

おいしいコーヒーをいただきながら、介護の悩みや将来の自分の備えなどについて、気軽にお話ししませんか。校区社会福祉協議会委員や民生委員・児童委員がおまちしています。

主催：百道浜社会福祉協議会、民生・児童委員、公民館

お問い合わせ：公民館

