

\* \* 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



# 8月百道浜公民館だより

## 第3回ジェロントロジー講座

～生理、更年期のお悩みなど  
女性の体と健康について学びませんか～

### フェムケア

骨盤底筋を鍛える簡単なトレーニングもします

8/20(土) 13:00~14:30

百道浜公民館講堂

定員：先着順30名  
会費：無料  
申込：8月1日(月)～受付開始

※動きやすい服装でお越しください。

主催：校区男女共同参画推進協議会、公民館  
【お問い合わせ・申込み：公民館】

夏休み お父さん、お母さん応援企画

### 癒しのヨガ

～日々の疲れをヨガでリフレッシュしませんか～

8月23日(火) 19:15～

定員：20名 \*好評につき、今月も開催します。  
ヨガマット（お持ちでない方はバスタオル）

ヨガ講師：西尾里香さん

百道浜在住、3人の子どものママ

【お問い合わせ・申込み：公民館】



## サークル代表者・講師会のご案内

8月27日(土) 10:00～11:30

百道浜公民館講堂

文化祭についての説明会です。

各サークル代表者1名と講師の先生はご出席お願いいいたします。（各サークル引出にご案内入れています。）



子ども健全  
育成事業

## 夏休みこども企画

福岡市科学館が  
公民館へやってくる！

### 超低温の世界

8月22日(月) 13:00～14:00

定員：小学3～6年生先着順20名

8月1日(月)～受付開始

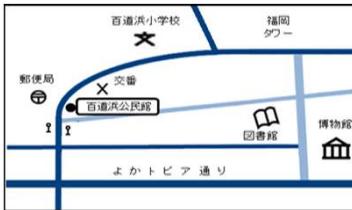
講師：福岡市科学館スタッフ

場所：百道浜公民館講堂

参加費：無料

【お問い合わせ・申込み：公民館】

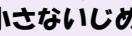
百道浜公民館  
フェイスブック  
QRコード



百道浜公民館

フェイスブック

QRコード



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



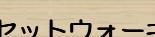
百道浜公民館

フェイスブック



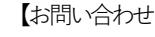
百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



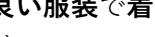
百道浜公民館

フェイスブック



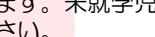
百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック



百道浜公民館

フェイスブック

