

令和6年3月1日号 第335号

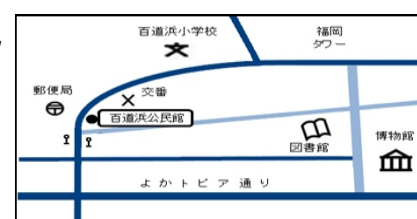
＊ ＊ 百道浜公民館 ＊ ＊
〒814-0001 福岡市早良区百道浜3丁目6-24
TEL 845-5859 FAX 845-5761



3月百道浜公民館だより



<https://www.facebook.com/momochihamakouminkan/>



要申込

第6回百道浜カレッジ講座

楽しく歌って 誤嚥予防講座

長引くコロナ自粛のため、喉や口の筋肉の衰えを感じている方が増えています。口内環境の悪化は健康寿命に大きく影響してくることが近年わかってきています。この講座では誤嚥が起きるメカニズムをお伝えし、口や喉の筋肉の鍛え方を、体操や歌を使って、楽しく分かりやすくお伝えしていきます。

3/13 (水) 10:30～12:00

定員:40名

公民館講堂

参加費無料

申込:3/1(金)9:30～電話受付開始

【講師プロフィール】岡 聡一郎 テノール
福岡県出身。オペラやコンサートに多数出演。ベートーベン『第九』のソリストを務め、オペラ『魔笛』のタミーノ役・モノスタス役、『ロメオとジュリエット』のロメオ役を演じる。ボイストレーナーとしても評価が高い。



サークル決定説明会

3月2日土曜日 10:00～11:30

各サークルから代表者1名参加をお願いします



令和5年度サークル活動終了式

日時:3月23日(土)

集合:百道浜公民館 講堂

- ・年度末一斉清掃(雑巾持参)10:00～
- ・避難訓練10:40～
- ・サークル活動終了式11:00～
- ・サークル連絡協議会総会11:15～

今年度は総会後に懇親会を再開します。各サークル代表者の方2名のご出席をお願いします。

要申込

かけっこ名人になろう

もっと速く走れるようになりたいな、もっと軽やかに走れるようになりたいな、と思っている小学生低学年のみんな、あつまれ～!!

3月29日 (金)

10:00～12:00

参加費無料

場所:百道浜小学校グラウンド集合



3月1日(金) 9:30から電話受付開始

定員:校区在住小学1～3年生30名(先着順)
講師:ももち体育館中村先生他2名
持ち物:水筒、汗拭きタオル
履き慣れた運動靴、動きやすい服装で来てね。



百道浜公民館サークル

会員募集中!

らくらく着物教室

タンスの中の着物を着ませんか?日本人の体型に着物はピッタリ!お食事会、歌舞伎など着物を着て行きましょう。成人式でのお嬢様にお母様が着付けが出来たら親子のシンシップにも役立ちます。只今、生徒募集中です。

日時:毎月第①②③金曜日 13:00～15:00

場所:百道浜公民館 和室

対象:成人女性

講師:萱島 智子先生



カラオケ

テレビカラオケで練習しておりましたが、昨年自治協・公民館のご協力を得て大容量のスピーカーを接続、カラオケ店の雰囲気ですることができます。しあわせなひとときをみなさんとともに過ごしましょう。お待ちしております。

日時:毎週金曜日 15:30～17:30

場所:百道浜公民館 学習室

対象:成人一般

講師:加治屋 美枝先生



子どもの笑顔が輝く公民館に!!

Fun Fun 校区在住の小学生・中学生対象

はまっ子くらぶ

3月9日・23日(土) 13:00～15:00

※兄弟児で未就学のお子さまには必ず保護者の付き添いをお願いします。未就学児のみの参加はできません。ご了承ください。



Instagram始めました。
フォローしてね。

「@momochihamakouminkan 百道浜公民館」

公民館休館日

3月31日(日)は休館日とさせていただきます。

