

警固公民館だより 9月号

令和8年9月1日発行

〒810-0023 福岡市中央区警固1丁目11-2

電話 731-4655 FAX 731-4489

【窓口・電話受付時間】 9:00~17:00 (休館日を除く)

※講座の申し込み受付は**窓口**または**電話**のみです。

※講座の参加費はおつりがないようにご協力ください。

※講座の参加者用の駐車場はありません。



警固公民館
Instagram



警固公民館
ブログ

警固公民館だより掲載の**主催事業**（講座・コンサート等）は全て**予約**が必要です。

KEGO ヘルスケアセミナー 第2回講座 「知って備える！もしものときのがん」

以前は「不治の病」といわれた“がん”
現在は、通院しながら仕事を続けている人が増加傾向にあるなど「ともに生きる」病気へと
変わってきています。がんの基礎知識から治療方法、かかる費用など様々なことについて紹介します。
講座の前後に“血管年齢”“AGEs（糖化）”の測定も行います。健康について一緒に考えてみましょう。

【日時】9月16日（水）10:00~11:30

【講師】明治安田生命スタッフ

【参加費】無料 【会場】3階 講堂 【対象】どなたでも 【定員】30名 【持ってくるもの】筆記用具

警固知っ得大学 第7回講座

「ヨーグルトのひみつ」

ヨーグルトの歴史や豊かな栄養、乳酸菌の働きなど
おいしさだけに留まらない様々な魅力をわかりやすく
お伝えします。ヨーグルトの試食があります。

【日時】9月28日（月）10:30~11:30

【講師】株式会社 meiji スタッフ

【参加費】無料

【会場】3階 講堂

【対象】どなたでも

【定員】26名

【持ってくるもの】筆記用具



警固知っ得大学 第8回講座

「夏の疲れは食べて癒す」

講師はメディアでお馴染みの
中医薬膳師の資格を持つ濱地佳世子先生です。
季節の食材を上手に取り入れて、身体の中から健康になりましょう♪
すぐに実践できる調理のポイントや知っておきたい栄養バランスのお話など
毎日の食卓を豊かにするレクチャーです。
試食は季節のごはんとおかず3種類程度を予定しています。

【日時】9月29日（火）19:00~20:30

【講師】濱地佳世子先生（フードディレクター）

【参加費】1,000円（材料費）

※材料準備の都合上
9月25日（金）以降のキャンセルは
参加費をいただきます。

【会場】3階 講堂

【対象】どなたでも

【定員】24名

【持ってくるもの】筆記用具・飲み物



★休館日★

9月30日（水）

★臨時休館日★

9月13日（日）は利用申込がない場合
臨時休館となります。

※利用申込は9月3日（木）17:00までに
お願いします。

☆警固校区健康づくり実行委員会☆ （初心者大歓迎!）

★けご・みんなで健康塾

講師 角美貴子先生

基本は椅子に座って運動します。
全身と頭（脳トレ）を使って誰にでもできる
簡単な体操です。

ロコモ体操 ベーシック 【参加費】無料

9月9日（水） 10:00~10:40/10:50~11:30

ロコモ体操 ステップアップ（月クラス）【参加費】500円

9月14日（月） 10:00~10:40/10:50~11:30

ロコモ体操 ステップアップ（水クラス）【参加費】500円

9月23日（水） 10:00~10:40/10:50~11:30

【会場】3階 講堂 【定員】各クラス30名

【持ってくるもの】タオル・飲み物

★らくらく美姿勢ストレッチ

講師 NPO法人ココフル トレーナー

ストレッチポールを使って姿勢改善をする
クラスです。がんばりすぎない運動&らくらく
緩めるストレッチで美しい姿勢を目指します。

【日時】9月1日・15日（火）

10:00~11:30

※通常、第1・3火曜日です

【会場】3階 講堂

【参加費】1,500円/1回

【定員】各クラス15名

【持ってくるもの】

ヨガマット（またはバスタオル）・飲み物

9月 けご自治協議会だより

令和8年9月1日発行

第62回 警固校区体育祭

開催日：2026年10月4日（日）
※雨天の場合10月11日（日）順延

選手集合 9:45 [※10:45]
開会式 10:00～ [※11:00～]
（[※]内は、順延の場合の時間です）

※詳細は、別紙プログラムを
ご参照ください



☎お問合せ先 自治協事務局 732-3900
（平日10:00～15:00）

警固校区 体育祭実行委員会

ふれあいサロン

（毎週金曜）

【日時】4日、11日、18日
25日

13:00～15:00
※雅まり、干支末五円玉の作成

【場所】3階講堂



子育てサロン

（第1・3月曜）

【日時】7日

※21日はお休みです
10:00～12:00

※「SOSこどもの村」
の心理士に相談できます

社会福祉委員会

防犯パトロール

【日時】1日（火）・17日（木）20:00～

※公民館玄関前に集合。出欠は空模様で各自判断ください。
★地域の皆さまのご参加を心よりお待ち
しております！！

防犯防災委員会



敬老の日”のお祝いのご案内

今年度も、自治協議会において、今年「数え年で”傘寿”」を迎えられる校区住民の方々にささやかではありますが、お祝いの品を贈りたいと思います。

★対象者：警固校区にお住いの1947年（昭和22年）

1月1日～12月31日生まれの方

★申込方法：電話またはFAXにて、「お名前、ご住所、生年月日、
電話番号」をご連絡ください（※下記連絡先まで）

★申込締切：令和8年9月1日（火）～18日（金）10時～15時

★受取方法：令和8年9月28日（月）～10月2日（金）

10時～15時、公民館2階地域団体室にてお渡し

※但し、30日（水）を除く（警固公民館休館日のため）

※受取は代理人（ご親族など）の方でも構いませんが、対象の方
の年齢が確認できるもの（マイナンバーカード、運転免許証、
保険証 等）をご持参ください



警固校区 モルック大会

日時：9月13日（日）（選手集合）9:30～

場所：警固小学校 体育館（予定）

※総合練習：9月12日（土）19時～21時

※昼食：応援者の方も含めてこちらで準備します

※参加資格：校区に在住および就業している18歳以上
（学生は除く）

☎お問合せ先
各町内の体育振興委員

または
自治協事務局 732-3900



体育振興委員会

朝の登校見守り

【日時】17日（木）7:30～8:00頃

玄関先やご自宅の近所で多くの方々に子ども達の安全な登校を見守って頂けたら
と思います。自治協事務局にて見守り用 オレンジベストの貸出をしています。ご協
力よろしくお願いします。

交通安全推進委員会



『自然体験』に出かけよう！！



《青少年育成委員会・警固公民館共催》

山登りや川遊び、木工体験など、自然の中で楽しく体験し
てみませんか？

【日 時】 9月27日（日）8:50 警固公民館集合

【場 所】 ファームパーク伊都国（糸島市）

【対 象】 小学生（1～3年生は保護者同伴）

【定 員】 30名（保護者含む）

【参加費】 1,000円/人（交通費・昼食費・材料費込）

【持ち物・服装】 軍手・水筒・タオル・着替え/長袖・
長ズボン・スニーカー・帽子

【申込み】 警固公民館窓口 締切：9月8日（火）

【問合せ】 警固公民館（TEL 731-4655）



みんなで自然を楽しもう！

ご参加をお待ちしています♪

古紙回収

回収場所	新聞紙	雑誌	本・書籍	雑誌・チラシ等	段ボール	アルミ缶	牛乳パック	利用日・時間
★各町内の 集団回収	0	0	0	0	0	0	0	毎月10日 午前7時～午前10時まで 雨の日も回収します
今泉公園内 リサイクルステーション	0	0	0	0	0	0	0	毎週土・日 午前9時～午後5時まで

★校区56ヵ所で集団回収しています。毎月10日（7:00～10:00）に古紙
回収の看板がある最寄りの場所に分別してヒモで括って出してください。※段ボール
はガムテープで括った場合、又、古紙をポリ袋に入れて出した場合は回収不可となり
ますのでご注意ください。



美化リサイクル委員会



★警固校区自治協議会ブログ★★