

## 公民館講座のご案内



### ふれあい健康教室

「住宅まわりでの節水・省エネ」

日時 7月3日(木) 13:30~14:30

講師 豊貞 佳奈子 氏  
(福岡女子大学 環境科学科 教授)

共催: 香住丘校区自治協議会健康衛生部

物価高の昨今、節水・省エネでお財布にも優しく、地球の健康にも繋がります。

### ふれあい健康教室

「健康講話と運動」

日時 7月4日(金) 10:00~11:00

講師 畑中 慎太郎 氏  
(香椎原病院 健康運動指導士)

共催: 香住丘校区自治協議会健康衛生部

### 家庭教育学級

「鮮魚市場・青果市場における食の安全のために」

日時 7月11日(金) 10:00~11:30

講師 黒田 成志 氏  
(福岡市保健医療局 食品衛生検査所長)

毎日食卓に並ぶ魚や野菜。

「食品衛生監視員」はその安全を守るため日夜奮闘しています。日頃の、市場での取り組みについてお話しします。

### 夏休み子どもコンポスト講座

「生ごみ堆肥づくりにチャレンジ！」

日時 1回目 7月24日(木) 10:00~11:30  
2回目 8月21日(木) 10:00~11:30

講師 LFC コンポストアドバイザー  
対象 小学生/1回目と2回目両方参加できる人  
定員 12組(兄弟参加・親子参加OK)  
内容 1ヶ月間の生ごみ堆肥づくりに挑戦しよう！

夏休みの自由研究にも役立ちます。できた堆肥は回収してコミュニティガーデン牧の鼻で活用します。(コンポストは貸し出し)



※申込み、お問い合わせは公民館まで ☎681-4704 FAX681-4796  
講座等に参加される場合は、各自お飲み物をご準備ください。

### 臨時休館日のお知らせ

7月31日(木)と8月13日(水)~8月15日(金)の期間、利用申込みがないときは臨時休館します。この日に利用をご希望される場合は、7月21日(月・祝)正午までにご連絡をお願いします。

### 校区リサイクルBOXより お知らせとお願い

リサイクル回収は休館日を除く、土曜日、日曜日です。祝日の持ち込みは受付けておりません。

### オンライン美術館

「ヒュッゲな暮らしを彩る 北欧のあかり展」

日時 7月26日(土) 14:30~15:30

協力: 九州産業大学美術館

北欧諸国の優れたあかりの文化を紹介します。実際に照明をお持ちいただく予定です。豊かなあかりの体験をお楽しみください。

### ほのぼの大学

「からだの中のタンパク質」

日時 7月30日(水) 13:30~15:00

講師 麻生 陽一 氏 (九州大学 名誉教授)

タンパク質は生命活動のほぼ全てを取り仕切っている生体高分子です。食物タンパク質は消化されアミノ酸となります。細胞ではアミノ酸からポリペプチドが合成され、成形されてタンパク質となります。タンパク質は細胞内外の働き場所に向かって運ばれます。劣化したり寿命を迎えたタンパク質は分解され、アミノ酸に戻ります。



### ふれあい健康教室

「健康講話と運動」

日時 8月1日(金) 10:00~11:00

講師 畑中 慎太郎 氏  
(香椎原病院 健康運動指導士)

共催: 香住丘校区自治協議会健康衛生部

### 家庭教育学級

「夏休み親子料理教室」

日時 8月2日(土) 10:00~13:00

講師 横尾 妙子 氏 (管理栄養士)

参加費 1人 500円

定員 10組

メニュー 米粉で簡単蒸しパン  
ツナ缶とエビのライスパーパーロール  
ずんだシェイク

持ってくるもの エプロン、三角巾、ハンカチ



### 第2回サークル代表者会

日時 7月12日(土) 10:00~12:00

○人権研修「SNS時代における外国人の人権について」  
○地域交流文化祭について

各サークルの代表者は必ずご出席ください。代表者が欠席の場合は、代理の方の出席をお願いします。

### 食進会より料理講習会のご案内

「フレイル予防の食事」

日時 8月20日(水) 10:00~12:00  
受付 9:40~

参加費 500円

定員 20名(先着順で申込受付) 8月16日(土)締め切り

持ち物 エプロン、三角巾

主催: 香住丘食生活改善推進協議会

### 子ども文庫だより

7月は七夕の月 中国語できっこう節

おりひめとひこぼしの会う機会を祝う中国のお祭りです。天の川をそうめんに見立てて、栄養が豊富なそうめん健康を祈る意味があります。暑い日が続きますが、元気に過ごしましょうね!!

本の貸し出し日 第1~4土曜日 13:30~15:30

本の読み聞かせ 月1~2回土曜日 14:30~15:00

場所 児童等集会室



### サークル会員募集!

【香住丘女子ミニバスケットボールクラブ】

練習日 毎週木曜日 17:00~19:00

土・日/試合または通常練習

練習場所 香住丘小学校体育館

持ち物 水筒・タオル・体育館用靴

問合せ ☒kasumimbbc2023.4.1@gmail.com

運動が好きな子♡おともだちを作りたい子♡大歓迎♡

見学・体験 随時受付中♪



### 公民館・校区の主な行事(予定)

- 7月 1日(火) えがおサロン
- 3日(木) ふれあい健康教室 (福岡女子大による講演)
- 4日(金) ふれあい健康教室
- 5日(土) 香住っ子ひろば 夜の香住っ子ひろば
- 8日(火) えがおサロン
- 9日(水) ふれあいサロン
- 11日(金) 家庭教育学級
- 12日(土) サークル代表者会、男の料理教室 防災お泊り体験(~13日)
- 13日(日) すまいるキッチン
- 14日(月) 地域カフェ
- 15日(火) えがおサロン
- 20日(日) 参議院議員選挙(予定)
- 22日(火) えがおサロン
- 23日(水) ふれあいサロン
- 24日(木) 夏休み子どもコンポスト講座
- 26日(土) オンライン美術館
- 27日(日) すまいるキッチン
- 29日(火) えがおサロン
- 30日(水) ほのぼの大学
- 31日(木) 休館日
- 8月 1日(金) ふれあい健康教室
- 2日(土) 家庭教育学級 夜の香住っ子ひろば
- 5日(火) えがおサロン
- 6日(水) ふれあいサロン
- 9日(土) 男の料理教室
- 10日(日) すまいるキッチン
- 11日(月・祝) 地域カフェ
- 13日(水)~15日(金) 休館日

香住丘公民館ブログにて行事の様子を公開しています。



〒813-0003  
東区香住ヶ丘1丁目27-1  
TEL 681-4704  
FAX 681-4796  
<http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp>  
(まなびアイふくおから)



### 学習スペースを開放します

対象 小・中学生  
場所 児童等集会室  
日時 7月21日(月・祝)、7月28日(月)、7月30日(水)いずれも13:00~17:00  
持ってくるもの 勉強道具、水筒  
※ゲーム機等の遊びものは禁止。スマホの使用もできません。