

# 香椎浜 公民館 だより

No. 4 令和 6 年 7 月 1 日発行



## 健康講座

香椎浜公民館主催

### 高齢者住宅(施設)について

- 施設って誰でも入れるの？
  - 施設費や入居費、いくらくらいかかるの？
  - 特養？グループホーム？ケアハウス？なに？
- 聞きたいけど誰に聞いたらいいのかもわからない・・・
- 今回、校区内にある施設のケアマネージャーの方が香椎浜公民館で、色々な施設について教えてくださいますよ！

【日時】 7月29日(月) 10:00~11:00  
 【場所】 香椎浜公民館 講堂  
 【講師】 寿らいふ アクアヴィラ香椎浜 ケアマネージャー 佐藤 秀樹 氏  
 【内容】 高齢者住宅についての種類 入居要件などについて  
 【定員】 30名(申し込み順)  
 【申し込み】 香椎浜公民館 (682-1697)

## 子育てサロン♪ のびのびくらぶ

### ママやパパのストレッチ体操

【日時】 7月18日(木) 10:30~11:30  
 【場所】 香椎浜公民館 講堂  
 【講師】 福岡青洲会病院 理学療法士 野田 智幸 氏  
 【内容】 子育て中のママやパパを癒すストレッチ体操  
 【参加費】 無料  
 【定員】 10組(申し込み順)  
 【申し込み】 7月4日(木) 受付開始 本人分のみ受付可



## 浜's カフェ

【日時】  
 7月度 7月4日(木) 10:00~12:00  
 8月度 8月1日(木) 10:00~12:00  
 【内容】



### みんなで歌おう♪ 浜助バンド

開始時間 10:00~

※予約制になります。



### お気軽なんでも相談

高齢者や障がい者の方の生活上のお困りごとや介護保険の相談など、アドバイスや関係機関への紹介をします。

・11時から簡単な体操をします。

【時間】 10:00~12:00

【協力】 浜はまアイランドネット

(近隣の福祉・医療関係事業者ネットワークです)



### ここここ広場

前半10:00~、後半11:00~

かな保育園の保育士・栄養士さんによる  
 育児相談・栄養(離乳食など)相談コーナー  
 身体測定やおもちゃ遊び・読み聞かせなども  
 ありますよ!

※前半・後半各5組の予約制です。

※8月度の受付は7月18日受付開始、本人分のみ受付可。



7月22日(月)は月1回の臨時休館日です。

この日の利用を希望される場合は7月8日(月)

正午までにご連絡をお願いいたします。

## 生き生き健康講座

### ボールを使って体操

【日時】 7月11日(木) 10:00~11:30  
 【場所】 香椎浜公民館 講堂  
 【講師】 東区保健福祉センター 健康運動指導士 国平 知允 氏

【内容】 ボールを使った体操  
 【定員】 25名(申し込み順)

※運動ができる服装にて参加ください。

【申し込み】 香椎浜公民館 (682-1697)

8月12日(月) 月1回の臨時休館日

8月13日(火)~15日(木) 臨時休館日

この日を利用される場合は7月31日(水)

午後5時までにご連絡をお願い致します。

### 「出張ひきこもり相談会」を各区で開催します。

福岡市ひきこもり成年地域支援センター「よかよかルーム」や社会福祉協議会などの相談機関が概ね3ヵ月ごとに、各区でひきこもり相談会を開催します。

対象は、市内在住の概ね20歳以上のひきこもり状態にある本人や家族、関係者です。詳細は、よかよか

ホームページをご覧ください。

相談は予約制のため、下記申込先へお電話ください。

【申込先】 福岡市ひきこもり成年地域支援センター

TEL 092-716-3344

月~金曜日 午前10時~午後5時(祝日・年末年始除く)

※第1火曜日のみ 正午~午後7時

~人権標語：令和5年度応募作品~

命って 一人一つで 一度きり

福岡市東区香椎浜2丁目4-31

TEL 682-1697 FAX 682-1827

E-mail:kashihama122@jcom.home.ne.jp

