

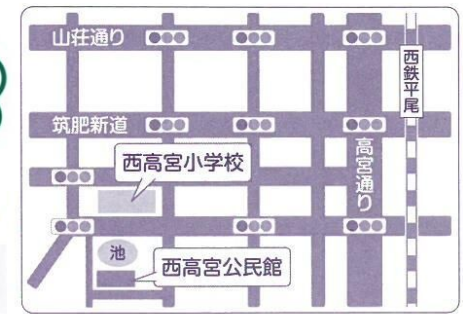
西高宮 公民館だより

福岡市西高宮公民館

〒815-0071 福岡市南区平和1丁目7-16

TEL531-4767 FAX531-4768

「まなびアイふくおか」HPアドレス <http://gakushu.city.fukuoka.lg.jp/>



人権は 守るあなたが 守られる

公民館主催事業のご案内

高の宮学園（高齢者教室）

☆健康教室

テーマ：睡眠について見直そう・簡単にできる運動

日時：11月25日（火）10:00～12:00

講師：南区保健福祉センター地域保健福祉課

保健師・健康運動指導士

対象：高の宮学園 会員



つばめ文庫からのお知らせ

絵本・小説・趣味の本など幅広くそろえています。

登録後どなたでも貸出できます。

絵本の読み聞かせもしていますので

是非のぞいてみてください。

日時：毎週金曜日 15:00～17:00

7日・14日・21日・28日

場所：西高宮公民館 児童等集会室



【おすすめの本の紹介】

《赤ちゃん》パンダなりきりしたいそう / いりやまさとし

《絵本》ぐうたらねこ / ひがしちから

《児童書》マイクラフト ダンジョンにもぐれ！

マイクラフト きかいはんらん

マイクラフト さいごのたたかい

/ ニック・エリオポラス

《一般》成瀬は天下を取りにくい / 宮島未奈

生殖記 / 朝井リョウ

《お知らせ》

*現在公民館1Fロビーにて公民館サークル『ペン習字A』

『ペン習字水茎サークル』の新しい作品を展示しています。

是非観にいらしてください

臨時休館のお知らせ

●11月の臨時休館日は30日（日）です。

利用の申し込みがない場合は、臨時休館といたします。利用を希望される場合、11月20日（木）17時までに利用申請をお願いいたします。

***休館に伴いリサイクルステーションもお休みします。**

詳しくは西高宮公民館 ☎531-4767へ

お問い合わせください。

●12月の臨時休館日は28日（日）の予定です。



令和7年度高齢者乗車券の申請はお済みですか？

交付を受けるには、毎年申請が必要です。

申請がお済みでない方は、郵送かオンラインで申請してください。

※簡単便利なオンライン申請がご利用いただけます。

下記コードをスマートフォンのカメラで読み取ってご利用ください。また、申請書は公民館や区役所でもお受け取りいただけます。

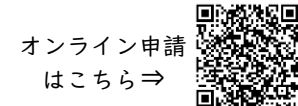
ご不明な点は下記にご連絡ください。

<お問い合わせ先>

高齢者乗車券郵送受付センター（午前9時～午後5時）

0120-502-633（通話無料）

FAX 0120-880-219



今月のよかトレ

西高宮公民館では福岡市がすすめる健康づくりのための体操（よかトレ）の映像を流して体操が出来る場として地域に開放しております。

みなさまのご参加お待ちしております！

日時：毎週火曜日 13:30～14:30

4日・11日・18日・25日



南区育児相談会のお知らせ（母子巡回健康相談）

詳しくはこちら



【日時】 令和7年11月17日（月）

【実施時間】 10:00～12:00（予約不要）

【会場】 西高宮公民館 講堂

※混雑防止のため、お車での来所はできるだけご遠慮ください。

【対象】 妊産婦、乳幼児とその家族

【内容】 体重測定、育児相談

【持ってくる物】 母子手帳、オムツ・ミルク等

赤ちゃんに必要なもの

【問い合わせ】 南区保健福祉センター地域保健福祉課

TEL: 092-559-5133

FAX: 092-559-5135

ホット・ほっとサロンと同日開催です！



さわやかウォーキング

☆大野城市周辺（御笠川河川敷散策等）

平尾・高宮駅→大橋乗換→春日原駅

日時：11月27日（木）雨天中止

集合場所

① 平尾駅1F改札口前 9:50 平尾駅発10:06

② 高宮駅改札口前 9:50 高宮駅発10:08

☆運賃各自負担・飲物は各自持参してください。

主催：健康日本21事業会・健康づくり推進協議会



毎年11月3日～9日は

「みんなで参画ウィーク」です。（福岡市男女共同参画週間）

「男女共同参画社会」を実現するためには、市民の皆さん一人

ひとりの取り組みが必要です！

今年も「みんなで参画ウィーク」を機会に、

地域の男女共同参画推進の取り組みの輪を広げましょう！

【問い合わせ先】

福岡市市民局男女共同参画課 TEL 406-7510

