

福吉コミュニティセンター

福よし絆館だより

令和4年 5月 1日号 (通巻第455号)

糸島市二丈吉井 4017-1

電話&FAX: 326-5501

E-mail: fukuyoshi.k@city.itoshima.lg.

絆



5月

センター主催講座のご案内

コミカレBパソコンサロン

日時: 5月25日(水)
10:00~12:00
(11:00までにお入りください)

場所: 福吉コミュニティセンター・会議室

講師: 楠原 皐月さん

定員: 5名 * 1

内容: パソコンソフトやアプリの操作などの疑問にインストラクターがわかりやすくお応えいたします。ご自分のパソコンやスマホをご持参のうえご来館ください。なお、パソコン本体の故障やトラブルについてはご対応いたしかねます。



参加費無料

疲れにくい身体をつくろう

全10回!

健康づくり講座

年間日程



① 6月21日(火)	⑥ 11月15日(火)
② 7月19日(火)	⑦ 12月13日(火)
③ 8月16日(火)	⑧ 1月17日(火)
④ 9月20日(火)	⑨ 2月21日(火)
⑤ 10月18日(火)	⑩ 3月14日(火)

講師: 糸島市地域活動指導員 高杉 龍元さん

場所: 福吉コミュニティセンター
大研修室 (6月~10月)
和室 (11月~3月)

定員: 10名 * 1

内容: 身体の柔軟性の向上、姿勢の改善を図るとともに「疲れにくい身体づくり」を目指します。

持ってくる物: タオル、飲み物、ヨガマット(あれば)

お申込み・お問い合わせ: 福吉コミュニティセンター ☎326-5501

* 人数把握のため、各回2日前までにお申し込みをお願いします。

* 1 参加者の席の一定の間隔を守るため、一度に入室できる人数を限定させていただきます。

1回のみのご参加OK!

参加費無料



令和4年度福吉校区4団体の総会が開催されました

4月24日（日）午後から、福吉コミュニティセンターにおきまして、福吉校区振興協議会（横尾俊一会長）・青少年育成福吉校区民会議（廣澤政彦会長）・福吉校区社会福祉協議会（石井徳雄会長）・糸島市人権・同和教育推進協議会福吉支部（田中武敏支部長）校区4団体の総会が開催されました。各総会では、事業報告、決算報告、役員承認、事業計画、予算等が協議され、全て承認されました。

【令和4年度の主な行事予定は下記の通りです】

5月24日（火）	青パト講習会	11月6日（日）	福吉校区文化祭
7月9日（土）	福吉人権を考える日講習会	11月18日（金）	福吉ふれ愛の会
9月25日（日）	福吉校区球技大会	11月19日（土）	青少年育成ウォーキング
10月16日（日）	コミュニティ運動会	12月4日（日）	人権映画祭



青パト講習会のご案内



日 時：5月24日（火）19：00～20：30
 主 催：青少年育成福吉校区民会議
 場 所：福吉コミュニティセンター 大研修室
 講 師：福岡県警糸島警察署・生活安全課
 対 象：令和元年以前に実施者証を取得した方（有効期間3年）
 及び新規で実施者証の取得を希望される方。
 内 容：安全安心まちづくりを目的とし、校区で所有する青パトを使用し巡回をするためには「青パト実施者証」が必要です。それを取得するための講習会です。
 持参品：運転免許証（運転免許証をお持ちでない方は健康保険証）
 申込先：福吉コミュニティセンター ☎326-5501
 申込締切日：5月22日（日）



生活習慣病の予防に
おススメ！もずく♪

健康コラム第23号

5月はもずくが出始めます
美味しく食べて元気百倍！！



くもずくの成分といえば食物繊維！
食物繊維には整腸作用、血糖上昇の抑制、血液中のコレステロール値の低下が期待できます。

管理栄養士監修・簡単レシピ♪

【材料】もずく酢（市販品）1個とアボカド1/2個

【作り方】①アボカドの皮と種を取り、
包丁でサイコロ状に切る。

②もずく酢と①を混ぜ合わせる。



問い合わせ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

リサイクル倉庫のご案内

【リサイクル倉庫開錠時間】

火曜日から日曜日の9：00～16：00
（月曜日は休館日のため施錠しています）

【回収できる物】

- ① 新聞紙
- ② 段ボール
- ③ 雑がみ・チラシ（紐で縛るか袋に入れる）

