

福よし絆館だより 6月号

糸島市福吉二丁目1番10号 TEL&FAX 326-5501 e-mail:fukuyoshi.k@city.itoshima.lg.jp 休館日：月曜日

●主催講座のご案内●

はつらつシニア講座

糸島市出前講座

災害時に備えた健康づくり

自分の生活に合わせた災害準備はできていますか？
今回の講座では市の保健師さんをお招きし、
高齢者の体の状態に合わせた食料、薬の準備、体調や病気の管理について伺います。

♪日時：6月24日 火曜日
10:00～11:30

♪会場：福吉コミュニティセンター 会議室

♪講師：糸島市 保健師（健康づくり課）

♪定員：20名程度 ♪参加費：無料

♪持ってくるもの：飲み物

♪申込：6/17(火)まで

どなたでも
参加OK！

料理講座

そば打ちに挑戦！！

老若男女
大歓迎

例年大好評の「そば打ち体験」！！
そば好きな方はもちろん、新たに趣味を持ちたい方、女性はもちろん男性も大歓迎！！最後に試食タイムもあります。
みんなでワイワイそばを打ってみませんか？

♪日時：7月24日 木曜日 10:00～13:00

♪会場：福吉コミュニティセンター 調理室

♪講師：新開 哲二さん（糸島そばの会代表）

♪定員：16名（要予約・先着順）

♪参加費：1,000円（当日徴収）

♪持ってくるもの：エプロン、バンダナ

♪申込：7/16(水)まで

健康づくり講座

心身ともに健やかに！

疲れにくい身体をつくろう

心身ともに健康であるために、
ゆったりとした動きで
ヨガを取り入れた軽運動を行います。

♪日時：6月17日 火曜日 10:00～11:30

♪会場：福吉コミュニティセンター 大研修室

♪講師：高杉 龍元さん（糸島市地域活動指導員）

♪定員：10名程度 ♪参加費：無料

♪持ってくるもの：タオル、ヨガマット、飲み物

♪申込：開催日の2日前まで

初心者
歓迎

IT講座

個別の「困った!」に対応！

スマホ・パソコンサロン

初心者
向け

スマホやタブレット・パソコンなどのあなたのお悩みにわかりやすくお応えします。

【注意】機器本体の故障やトラブルには対応できません
受付は11:30まで。時間内の入退室は自由。

♪日時：6月25日 水曜日 10:00～12:00

♪会場：福吉コミュニティセンター 会議室

♪講師：楠原 皐月さん（パソコンインストラクター）

♪持ってくるもの：自分のパソコン・スマホなど

♪参加費：無料

♪申込：事前申込優先・当日受付可

センター講座のお問い合わせ・お申し込みはすべて、福吉コミュニティセンター(Tel 326-5501)まで

全館清掃について

7月13日(日)

8:30～14:00

左記日時は全館清掃のため

福吉コミュニティセンターは利用できません

清掃中はセンター内への立ち入り禁止となります。

みなさまのご理解・ご協力をお願いいたします。

印刷機やトイレもご利用いただけません。

姉子の浜清掃

福吉校区振興協議会 環境部会
(姉子の浜の鳴き砂を守る会)



5月11日(日)、5月当番の吉井下の役員さん等20名余りが朝から集まり清掃活動にあたりました。数日前から風の強い日が続いていましたが、潮や風向きのせいか大きなごみは少なめ。それでも、流木や藻屑に混じって、ペットボトルや空き缶、発泡スチロールの残骸、カラフルなプラスチックの破片等があちこちに散乱しており、参加者は軍手に火箸、ビニール袋を手にとって回りました。

福吉校区では各行政区が年に2回ずつ担当となり毎月1回、姉子の浜の清掃活動を行っています。昨今では、これらの活動とは別にボランティアで清掃して下さる個人・団体も増えているようです。

地球からの賜物である「美しい景観」と「鳴き砂」を守るためのみなさまの活動に感謝いたします。



東西に長く延びる海岸線



火箸を手にかきわけかきわけ



トラックが必要なほどゴミが多いときもあります



小さな枝や藻屑の間に見え隠れするプラスチック

地域から地球の環境を考えよう！

海岸・河川などの一斉清掃活動「ラブアース・クリーンアップ2025」が、市民・企業・行政の協力のもと今年も各地で開催されます。福吉校区でも下記日程で姉子の浜での清掃活動を予定しています。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

ラブアース・クリーンアップ2025

6月8日 日曜日 小雨決行

受付開始：7:45～・作業開始：8:00～

集合：二丈パーキング西側臨時駐車場

* 事前申し込み不要

* 詳細は市役所HPでご確認ください

糸島市ラブアース2025ページ →



令和7年度 姉子の浜清掃日程当番表

日にち	担当行政区	日にち	担当行政区
4月27日(日)	吉井上 済	10月26日(日)	吉井上
5月11日(日)	吉井下 済	11月9日(日)	吉井下
6月8日(日)	福井 (ラブアース)	12月20日(土)	福井
7月27日(日)	大入	令和8年 1月24日(土)	大入
8月24日(日)	佐波	2月22日(日)	佐波
9月7日(日)	鹿家	3月8日(日)	鹿家

※各行政区年間2回の清掃活動実施予定

※当初の予定ですので都合により変更になる場合があります

※各行政区の作業詳細については当該行政区にお尋ねください

5月 コミセン講座 レポート

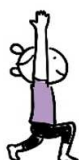
5月20日(火) 健康づくり講座

～疲れにくい身体をつくろう～



市の地域活動指導員を講師に迎え、毎月第3火曜日に開催している講座です。

指導員の専門であるヨガをベースに、参加者の年齢やレベルに合わせ無理なく身体を伸ばしたりポーズを維持したりすることで、柔軟性と筋力アップを図っています。講座後は心も身体もすっきりしますよ！毎月の開催日はセンターだよりでもご案内しています。あなたもツキイチの健康づくりに参加してみませんか？



自分のペースで参加できます



普段とは違う動きに「う～ん、気持ちいい」