

令和8年(2026年)  
1月1日発行  
発行 福岡市三苦公民館  
東区三苦3丁目3番41号

2025  
三苦校区 創立30周年  
ありがとう30年!

# 三苦公民館だより



お問い合わせ、申込みは  
三苦公民館  
TEL092-606-4511  
FAX092-606-6602

皆様には健やかに新年をお迎えのことと  
心よりお慶び申し上げます。  
日頃より公民館事業へのご支援ご協力を  
賜りまして、誠にありがとうございます。  
今年も生涯学習や地域コミュニティの場  
としてご利用いただけるよう、また親しま  
れる公民館を職員一同目指して参りますの  
で、よろしく願っています。  
皆様には素晴らしい一年でありますよう  
お祈り申し上げます。

三苦公民館  
館長 濱野 政人  
職員一同

恭賀新年



## 人尊協プレゼンツ

社会福祉士さんと保育士さんによる

## ハープ&ギターの癒しコンサート

ハープとギターのやさしい音色に包まれながら、大切な人や自分自身への感謝が自然とあふれてくるような、そんな心あたまるひとときをお届けします。

- ◇日時 2月 8日(日) 10:00~  
◇場所 三苦公民館 講堂  
◇講師 ミュージックアトリエ temiteru  
荒巻輝信氏(アコースティックギター)  
荒巻てみ氏(アイリッシュハープ)  
◇参加費 無 料  
◇主催 人権尊重推進協議会 三苦公民館  
◇共催 みとま男女共同参画推進会



## 予告

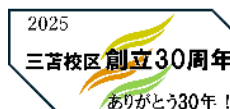
三苦校区 30 周年の記念事業の一つとして2  
月に綿津見神社の宮司稲光賢治氏と歴史研究会顧問  
堺徳昭氏をお迎えして、お話をさせていただきます。

## 三苦校区 30 周年記念講演会

「三苦の歴史を振り返って」

—綿津見神社とふるさと三苦—

- ◇日時 2月 22日(日)  
10:00~  
◇場所 三苦公民館 講堂



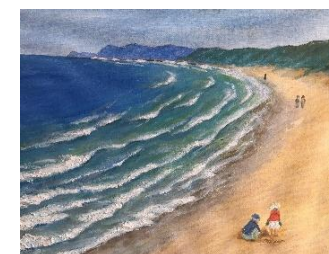
## 三苦の良いとこ作品展 入選者発表

春に募集した「三苦の良いとこ作品展」の入選作品  
をご紹介します。

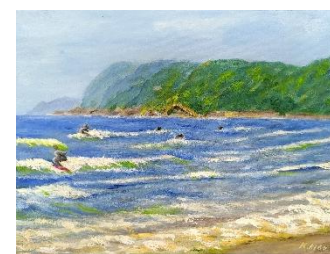


おめでとうございます  
作品は、公民館階段の  
踊り場に飾っています。

『新緑の綿津見神社参道』写真  
6丁目 堺 泰人 様



『三苦海岸』油絵



『綿津見の岬』油絵

2丁目 城戸 勝馬 様

## 《1月の臨時休館日》

1月 26日(月)

利用申し込みがある時には1月16日(金)  
正午までにお申し出ください。



## 1月のいちごカフェ



1月 12日(月・祝)

13:00~16:00

※スマホお困りごと相談会開催※

コーヒーやお茶を用意して  
います。どなたでも参加  
できますので、お気軽に  
お越しください。  
事前申し込みは不要です。

## ヘルスメイトの 三世代郷土料理教室

- ◇日時 1月 18日(日) 10:00~  
◇場所 三苦公民館 講堂  
◇対象 ①親子(小学生以上)10組  
②一般 10名※男性も奮ってご参加ください  
定員になり次第締め切ります  
◇材料費 1人 300円  
◇申込先 公民館  
◇持ってくるもの エプロン・三角巾・筆記用具  
◇主催 ヘルスメイト(食生活改善推進員協議会)

メニュー  
がめ煮  
博多雑煮

要申込

## 三苦・和白・奈多校区 卓球大会(団体戦・個人戦)

◇日時 2月 1日(日) 受付8:30 開始9:00

◇場所 和白中学校 体育館

◇申込み 1月19日(月)までに

各町内役員さん又は公民館へお申込み下さい。

◇主催 三苦・和白・奈多校区自治協議会

☆奮ってご参加ください☆



## 三苦公民館高齢者教室(高齢者地域参画支援)

## さわやか教室へのお誘い

- ◇日時 2月 11日(水・祝) 14:00~  
◇場所 三苦公民館 講堂  
◇内容 寒さに負けず体をうごかそう!  
『新スポーツ「ボッチャ」に挑戦』  
◇講師 福岡和白病院  
医療連携室 山本 聖 氏



## グラウンドゴルフ大会

校区住民の皆さんの健康づくりの一環として、恒例のグラ  
ウンドゴルフ大会を開催します。

- ◇日時 2月 15日(日)  
開会式 9:00(受付8:45)  
競技終了予定 12:00

要申込

※雨天の場合は三苦公民館にて賞品の抽せん会を行います。  
(抽選時間 10時から11時30分まで)

- ◇場所 和白青松園 グラウンド  
◇対象 三苦校区在住の方  
◇定員 80名(先着順受付 定員になり次第締切)  
◇申込み締切 2月 8日(日)  
◇申込先 三苦公民館  
◇主催 三苦校区健康づくり推進委員会  
※飲み物は用意します。マイクラブ・マイボールの使用OKです。





おめでとうございます

## 第4回 三苦校区卓球大会

12月1日(月)に三苦公民館で開催されました

◇優勝…原田 和子さん  
安達 誠 さん

◇準優勝…谷石 隼麻さん  
別府 紘也さん



## 三苦校区バレーボール・ソフトボール親善交歓会

三苦校区の有志で、バレーボールとソフトボールの親睦を兼ねた試合を行います。

興味のある方で、参加希望の方は三苦公民館へご連絡ください。

◇バレーボール 日時 2月15日(日)8:00～  
場所 三苦小学校体育館

◇ソフトボール 日時 3月22日(日)8:00～  
場所 青松園グラウンド  
(雨天の場合は懇親会のみ開催)



体育振興会からのお知らせ

## 卓球教室のおさそい

◇練習日 毎月第1、第3月曜日 18時～20時  
(予定) 毎月第2、第4火曜日 18時～20時  
※練習日は変更になることがあります。

公民館だよりの行事予定をご確認ください

◇場 所 三苦公民館 講堂

公民館で月4回、練習しています。経験者から丁寧に教えてもらえ、全国レベルの方もいらっしゃいます。初心者から経験者まで、どなたでも参加できます。ラケットの貸し出しもあります。

いい汗かいて、健康づくり！ たくさんのご参加をお待ちしています。



第44回三苦・和白・奈多校区

## 【マラソン大会】

12月7日(日)に盛大に開催されました。

三苦校区関係の表彰者は次の通りです。(敬称略)



### 《小学生の部》

#### ★小学3年以下女子の部

1位 比毛 千楠  
2位 副嶋 百花

#### ★小学4年男子の部

1位 栗山 泰斗  
3位 大野 友雅

#### ★小学4年女子の部

1位 月野 楓香  
3位 副嶋 一花

#### ★小学5年男子の部

1位 比毛 要仁

### 《中学生・一般の部》

#### ★中学2年男子の部

2位 若杉 陽斗  
3位 上田 洸生

#### ★中学2年女子の部

1位 薦田 紀  
2位 新宮 海奈

#### ★一般男子の部

1位 笹田 裕一郎  
2位 元満 誉  
3位 月野 芳宜

#### ★一般女子の部

1位 笹田 良香  
2位 新宮 由美江



## 区役所・出張所に行かずに手続き

## マイナンバーカードの申請やマイナ保険証の申込等の

## サポートを実施します。

公民館でカードを新規申請(要予約)すると、後日、出来上がったカードがご自宅に届くので大変便利です。区役所・出張所へ受け取りに行く必要はありません。

※初めてカード申請をされる方で、必要な本人確認書類が揃っている場合に限りです。

また、カードをお持ちの方には、マイナ保険証の利用申込等のサポート(予約不要)も実施します。

※カード・電子証明書の更新については、公民館では実施できません。

【日時】 令和8年 2月 6日(金曜日) 10時～12時  
【会場】 三苦公民館 講堂  
【対象者】 東区に住民票のある方  
【予約終了日】 2月2日(月) 土日祝も受付

年末年始 12月29日～1月3日休み  
【予約受付】 福岡市マイナンバーカード総合コールセンター  
TEL 092-600-2402 (9:00～18:00)

【必要なもの】 事前にコールセンターにお問い合わせください。

## ★1月の主な行事★

日	曜	内	容
1	木	元旦	休館日
2	金		休館日
3	土		休館日
4	日	公民館	仕事始め
6	火	〇ヘルスメイト『よかトレ』	10:30～
7	水	〇小中学校始業式 〇スイトピー広場	10:00～
10	土	〇子ども生け花教室 〇いちご文庫『お正月かるた』	10:00～ 13:00～15:00
11	日	〇『新年囲碁大会』	10:00～
12	月	成人の日 〇いちごカフェ	13:00～16:00
13	火	〇虚空蔵菩薩縁日 〇にこにこふれあい広場A 『あけましておめでとう』 〇卓球教室	7:00～ 10:30～ 18:00～
14	水	〇さわやか教室 『歌って元気 パート3』	14:00～
17	土	〇三苦小学校土曜授業	【三苦小】
18	日	〇ヘルスメイト 『三世代郷土料理教室』	10:00～
19	月	〇ほのぼのサロン『お正月遊び・ぜんざい会』 〇卓球教室	10:00～ 18:00～20:00
20	火	〇にこにこふれあい広場B 『あけましておめでとう』	10:30～
21	水	〇スイトピー広場	10:00～12:00
25	日	〇三苦校区30周年記念式典・祝賀会 〇『くるり』	13:00～16:00【和白公民館】
26	月	〇公民館臨時休館日	
27	火	〇卓球教室	18:00～20:00
31	土	〇いちご文庫『豆まき』	13:00～16:00

※『スイトピー広場(自由参加)』『にこにこふれあい広場』：乳幼児育児支援事業です。参加は、乳幼児と保護者の方です。  
※『いちご文庫』：ボランティアさんによる読み聞かせなど。どなたでも参加できます。  
※『さわやか教室』『ほのぼのサロン』：高齢者の方の参加事業です。  
※『くるり』：中高生の居場所作りの場です。  
※【 】は開催場所。記載がない行事は三苦公民館です。ただし未定の場合もあります。

## 三苦公民館地図



## 三苦公民館ブログURL

<https://mitomako.blogspot.com>

最新情報はブログでもご確認いただけます。



## 住みよいまち三苦 ホームページ

三苦校区の様々な情報を発信しています。ちょっと覗いてみてください。



## 三苦校区人権尊重推進協標語



分かってる

SNSの

おそろしさ

