



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

！お願い

小学校3年生までのお子様
 がご参加の場合、保護者の
 同伴をお願いします。
 なお、その際は未就学児や
 受講生以外のお子様などの
 同行はご遠慮ください。

2 木 あなたに必要な健康情報とは? **3-9**

10:00~11:30
 市中央公民館 研修室1・2  定員 **35**名

健康に関する情報を入手し、理解・評価し、活用する能力である「ヘルスリテラシー」が近年注目されています。その大切さについてお話しします。

健康教育推進研究所所長
 江口 泰正 

3 金 ふくつ散歩 (福岡南) **14-4**

9:30~12:00
 福岡南エリア  定員 **25**名

市内には、そこで暮らす人が知っている地域の魅力がたくさんあります。福岡南エリアで文化財めぐりウォーキングをして、歴史にふれたり新しい街並みを見たりしながら楽しく健康づくりをしましょう。

福岡南地域郷づくり推進協議会 

8 水 災害時の避難所ってどんなところ? ~HUG(避難所運営ゲーム)を体験してみよう~ **13-12**

10:00~12:00
 市中央公民館 研修室1・2  定員 **24**名

避難者に見立てたカードを動かし、架空の避難所の運営をしてみます。自分で運営することで、いろいろなことが見えてきます。ここから自分の防災対策を振り返ってみましょう。

合同会社あつとこみゆにてい代表
 宮木 裕子 

9 木 災害時に役立つテクニック **13-10**

10:00~11:30
 市中央公民館 研修室1・2  定員 **30**名

非常事態に遭遇したときの心構えや、キャンプ・サバイバル知識を駆使した災害時に役立つ技術、非常時に使える料理法などを、経験豊富な講師から直接伝授してもらいましょう。

県キャンプ協会名誉会長
 大橋 光雄 

10 金 秋の草花と昆虫を観察しよう **53-1**

10:00~12:00
 市中央公民館 研修室1・2、わかたけ広場  定員 **35**名

自然にふれあい親しみながら、福津で見られる草花や昆虫の事を学び、観察してみませんか。

環境ネットワーク虹 

11 土 福津の浜で見つかる貝殻 **53-4**

10:00~11:30
 市中央公民館 工芸室  定員 **15**名

福津の海は他の地域の海に比べて二枚貝の種類が多いと言う事をご存知ですか。そこで、今回は二枚貝の見分け方を実際の貝殻を使ってご紹介いたします。

砂草を守る会
 中村 優 

15 水 赤間宿を歩こう **68-8**

9:30~12:30
 赤間宿(宗像市)   300円程度  定員 **20**名

唐津街道の赤間宿の歴史と文化について、観光ボランティアガイドの会が案内します。

唐津街道赤間宿観光ボランティアガイドの会 

16 木 北斗の水くみ ~夜空に輝くひしゃく(北斗七星)の水くみのお話~ **87-3**

10:00~11:30
 市中央公民館 研修室1・2  定員 **35**名

夜空に輝く北斗七星が水をくむ。世界的にも珍しいこの現象は福津の海岸でも、美しい海辺の絶景と共に楽しめます。福津の海岸での夜空に映える北斗七星の撮影方法について皆さんと取り組んでみましょう。

福岡教育大学名誉教授 むなかた電子博物館
 平井 正則・平松 秋子 

20 月 NEW! 意外と楽しい! スマホで生成AIを試してみる **28-14**

10:30~15:00
 津屋崎郷づくり交流センター  定員 **15**名

話題の生成AIは意外とかんたんで楽しいサービスです。アプリ登録からわかりやすく説明しますのでスマホが苦手な方でも楽しめます。

株式会社伝えるを考える事業部長
 置鮎 正則 

21 火 宮地嶽神社の杜をめぐり、登ろう **85-7**

9:30~13:00
 宮地嶽神社   定員 **18**名

宮地嶽鎮守の杜再生事業を立ち上げた生態学者の講師が、森林の保全状況や、農学博士の視点から見た自然の話をします。宮地嶽のこれまでを思い、これからを考えます。※健脚向けの講座です(登山あり)。

NPO法人SOMA代表理事
 瀬戸 昌宣 

23 木 中高年者運動機能リターントレーニング **33-1**

10:00~12:00
 市中央公民館 リハーサル室  定員 **15**名

全身の筋肉をくまなく動かし、筋力アップ、ストレッチング、可動域改善など、若さを取り戻すトレーニングをしましょう。

アスレチックトレーナー
 内田 淳一 

24 金 ふくつ散歩 (宮司) **14-3**

16:00~18:00
 宮司コミュニティセンター、宮司エリア   定員 **25**名

市内には、そこで暮らす人が知っている地域の魅力がたくさんあります。宮司エリアにある史跡を訪ね、松林を歩き、宮地浜に沈む夕日をみながら光の道へ。宮司地区の自然・歴史・文化にふれましょう。

宮司地区郷づくり推進協議会 

27 月 カメラアステージの歴史資料館を見に行こう **12-25**

14:00~15:30
 カメラアステージ 歴史資料館  定員 **10**名

旧津屋崎庁舎をリニューアルしてきたカメラアステージの歴史資料館。その完成に至るまでの過程や展示されている古代の品々を解説します。また、バックヤードも含め収蔵品の保存管理についても紹介します。

市文化財課 

28 火 ふくつ散歩 (神興) **14-9**

9:30~12:00
 神興エリア  定員 **25**名

市内には、そこで暮らす人が知っている地域の魅力がたくさんあります。開扉大祭が開催された長谷寺や、手光波切不動尊古墳、沖ノ島を選擇する「沖ノ島ごもり」が130年以上続く手光の須賀神社などを紹介します。

神興地域郷づくり推進協議会 

30 木 伝統芸能復活までの道のり ~小学生が美演する勝浦人形浄瑠璃~ **7-13**

9:45~12:00
 勝浦小学校   定員 **25**名

地域の伝統を地域の力で復活させた勝浦の人形浄瑠璃。緊張感のある練習風景を見学し、本物の人形にもふれてみましょう。保存会のかたがたの思いと、それを受け継ぐ子どもたちの真剣な表情をご覧ください。

勝浦小学校 