

ともてらす早良

年4回発行、ともてらす早良の情報を網羅する機関紙です。当館主催イベント情報のほか、福岡市早良南図書館、無料介護相談アップルハートからのお知らせを掲載しています。ご来館の際や、街で見かけたときには、ぜひ手にとっていただき、ともてらす早良と巡る季節をお楽しみください。

Vol.19 夏号

2026.7月発行

青空がまぶしい季節がやってきます。

水分補給など、体調管理をしっかりと、

暑さに負けず、笑顔あふれる夏をお過ごしください。

ともてらす早良は5度目の夏を迎えます。

おかげさまで、これまで多くの地域の皆さまに知っていただき、

訪れていただきました。

今後も、ともてらすマルシェ、音楽コンサート、親子イベント、文化・健康講座、

ともてらす寄席などたくさんの催し物を予定しておりますので、

ぜひ楽しんでください。



ともてらす早良は「クールシェアふくおか2026」協力施設「クーリングシェルター」として施設を開放いたします。

とびだす絵本シリーズ Vol.3

ドレミでつくろう♪ こぶたのおうち

9月27日(日)

1回目 2回目
開演11:00 開演14:00
(いずれも30分前開場)

会場 ともてらす早良 2階 多目的ホール

出演 百田彩乃(ダンサー) 寺崎彩乃(音楽)

入場料 1組500円(保護者1名とお子様1名)

各回定員 50組

チケット販売開始 7/8(水) 10:00～ [販売場所] ともてらす早良のみ

※チケットの販売枚数に達した場合、販売は終了し、当日券の販売もございません。
※駐車場のご利用にしまして、混雑が予想されるため、可能な限り公共交通機関でのご来場をお勧めしております。また、終演後、一斉に退館されますと駐車場で混雑や渋滞が発生する可能性があります。そのため分散しての退館をお願いする場合がございます。ご不便をおかけいたしますが、円滑な運営のため、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

中西 久美

いのちの歌コンサート

10/18(日) 開場13:30 開演14:00 (終了16:00予定)

ともてらす早良 2階 多目的ホール

出演 Fun Fan+(ファンファンプラス)
中西久美(フルート)
アイ(ボーカル) 上村貴子(ピアノ)
ユキ(ベース) 宮吉英彰(ドラムス)

入場料 一般2,500円 ※65歳以上2,000円
※障がい者2,000円 ※学生1,000円
※ともてらす早良窓口のみ・要身分証明書

チケット販売場所 ともてらす早良
チケットぴあ Pコード 322-863
ローソンチケット Lコード 83355
シアターネットプロジェクト 092-739-2318 (平日10:00～17:00)

7月2日(木)10:00～ チケット販売開始

公演・チケットに関するお問い合わせ
ともてらす早良 092-812-3312

毎月第3土曜日開催中!

ともてらすマルシェ

焼き立てパン、ハンドメイドのお菓子やアクセサリ。
毎月第3土曜日は、ともてらす早良で楽しい時間をお過ごしください。

拡大版 (第4土曜日)

7/18(土) 8/22(土) 9/19(土) 10/17(土)

※天候によっては屋外の催し物を中止する場合がありますので、ご了承ください。
※8月22日の拡大版は詳細が決まりましたらチラシ等でお知らせいたします。

ランチマルシェも元気にオープン!! 毎週土曜・日曜、営業中です。
(11時から売り切れまで)

暑い時こそ、ゆっくり体の調子を整えて、猛暑を乗り切りませんか。

ともてらす早良

文化・健康サークル 1日講座

8/20(木)

腸活ストレッチ

10:00～11:00 定員15名

会場 ともてらす早良1階 大練習室
対象 一般

リンパを流し、腸を整える。自然なデトックス力を高めて身体の中からキレイにスッキリ軽やかに!

講師 桐谷由美

美尻エクササイズ

13:30～14:30 定員15名

会場 ともてらす早良1階 大練習室
対象 一般

いつでも出来る『美尻のコツ』で姿勢も改善! お尻が上がると気分も上がる～

講師 田畑絵里代

親子ヨガ

10:30～11:30 定員10組

会場 1階チャイルドルーム
対象 保護者1名とお子様1名 (子どもは1歳未満)

子育て中は、なかなか自分のために時間を作れません。お子さんとスキンシップを取りながら、身体も心もリフレッシュ! 1歳未満のお子様とご参加ください。

講師 HIROMI

受講料 各講座 1回1,000円 親子ヨガは1組(親1名・子ども1名)
申込開始日 令和8年7月17日(金) 午前10時から
受付場所 ともてらす早良 1階管理事務室

※講座申込書に必要事項をご記入いただき、受講料をお支払いください。
※満席の場合は受付できません。

ともてらす早良

文化・健康サークル 参加者募集!!

講師 HIROMI (BREATH) 日本健康運動連盟認定インストラクター

ご好評につき、9月からも開講します。体を動かす習慣、始めてみませんか!!

姿勢改善ストレッチ

毎月2回・4ヶ月間・全8回 定員15名

ゆっくりとした呼吸と全身運動を組み合わせ心身の緊張をほぐして疲労回復やストレス解消を目指します。

毎月第2.4金曜日 11:00～12:00
9月 11日・25日 10月 9日・23日
11月 13日・27日 12月 11日・25日

[場 所] ともてらす早良 1階大練習室 [申込開始日] 令和8年7月17日(金) 午前10時から
[受講料] 4回4,000円/8回6,400円 [受付場所] ともてらす早良 1階管理事務室
[持ってくるもの] 動きやすい服装/水筒/ヨガマット/タオル ※ヨガマットをお持ちでない方は貸し出しします。

例えば 月に1回の受講を希望される方...4回 月に2回の受講を希望される方...8回

※空席のある場合は1回(1,200円)だけの受講も可能です。
※申し込みは随時受付中 満席の場合は受付できません。

介護相談窓口

からのお知らせ

2026年度

介護講習会 開催予定

参加無料 参加申込みが必要です
お申込みはともてらす早良管理事務室まで

すべての講座の定員 50名(定員になり次第締切)

お電話、メールでも承ります。

●参加希望の開催日 ●氏名 ●電話番号 をお知らせください。
TEL 092-812-3312 メール info@tomoterasusawara.jp

9/12(土) 10:30～12:00 ※講習時間90分 講師 キャラバン・メイト (介護支援専門員)

今日からあなたも認知症サポーター! やさしい理解とかかわり方

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「認知症サポーター」を目指します。

11/14(土) 10:30～11:30 講師 介護福祉士

介護福祉士が教える! 家族のための認知症入門セミナー

認知症とは。知るだけでも変わる、認知症との向き合い方を学びます。

2027年 3/13(土) 10:30～11:30 講師 理学療法士 または 作業療法士

今日からできる! 元気を保つリハビリ健康教室

理学療法士または作業療法士による、専門的でありながら自宅で簡単にできるリハビリ体操を学びます。

無料介護相談 アップルハート (麻生介護サービス)
[受付時間] 平日/9:00～18:00

訪問介護 アップルハート 早良ケアセンター
TEL. 092-836-5641

居宅介護 アップルハート 早良ケアプランセンター
TEL. 092-836-5642

訪問看護 アップルハート 訪問看護ステーション早良
TEL. 092-836-5643

図書館からのお知らせ

図書館で過ごす夏

早良南図書館ではもうすぐ始まる夏休みの思い出になるような展示・イベントを数多く企画しています。本を読む、おはなし会に参加する、展示を眺める…どんな過ごし方もアリです。夏の暑さを感じる今だからこそ、図書館へ涼みに来てください。



▲昨年のイベントの様子

開催されるイベントを一部お知らせします。

6月27日(土)11時～

英語でおはなし会

季節に合わせたテーマで、英語の絵本の読み聞かせや手遊びを行います。(予約不要)

7月12日(日)11時～ 事前予約制

としょかんでおたんじょう会

6・7・8月生まれの3歳～6歳を対象に、読み聞かせやゲームを行います。

7月22日(水)～8月10日(月)

さわらみなみとしょかんおしごと体験 小学生おたすけ隊

図書館で本の「配架」を実際に体験できます。(予約不要)

7月31日(金)18時～ 事前予約制

こわいおはなし会

少し遅い時間に「怖い」をテーマに読み聞かせを行います。

8月1日(土)～8月23日(日)

『いきものづくしものづくし』パネル展

福音館書店の絵本『いきものづくしものづくし』のパネルを、とまでらす早良1階の市民ギャラリーで展示します。

※事前予約制は受付が終了している場合があります。ご了承ください。
※詳細は図書館カウンターまたはお電話でお問い合わせください。
他にも様々なイベントを企画しています！
図書館内の掲示板をご確認ください。

*♡おはなし会・読書会「つきよみ」のお知らせ

7月

すくすくおはなし会

7/13(月) 11:00～

わくわくおはなし会

7/19(日) 15:00～

つきよみ-大人のための読書会-

7/10(金) 18:30～

8月

すくすくおはなし会

8/10(月) 11:00～

わくわくおはなし会

8/16(日) 15:00～

つきよみ-大人のための読書会-

8/8(土) 14:00～

9月

すくすくおはなし会

9/14(月) 11:00～

わくわくおはなし会

9/20(日) 15:00～

つきよみ-大人のための読書会-

9/11(金) 18:30～



▲読書会
「つきよみ」の様子

☆7～9月のすくすくおはなし会はチャイルドルームで行います。当日は直接会場へお越しください。
☆すくすくおはなし会は0、1、2歳向けのお話を読みます。 ☆わくわくおはなし会は小学生以下の児童向けのおはなし会です。
☆「つきよみ」は要予約です。詳しくは早良南図書館までお問い合わせください。

お問い合わせ・ご予約 早良南図書館 TEL092-400-0690 (開館時間9:00-20:00)

福岡市早良南地域交流センター とまでらす早良

〒814-0176 福岡市早良区四箇田団地9番1号

☎ 092-812-3312 ✉ info@tomoterasusawara.jp

HP <https://tomoterasusawara.jp/>

【開館時間】9:00～21:00(多目的ホールは22:00まで)

【休館日】毎月最終月曜日(祝日のときは翌日)、年末年始(12/28～1/3)

【駐車場】8:30～22:00(休館日は8:45～17:45まで)

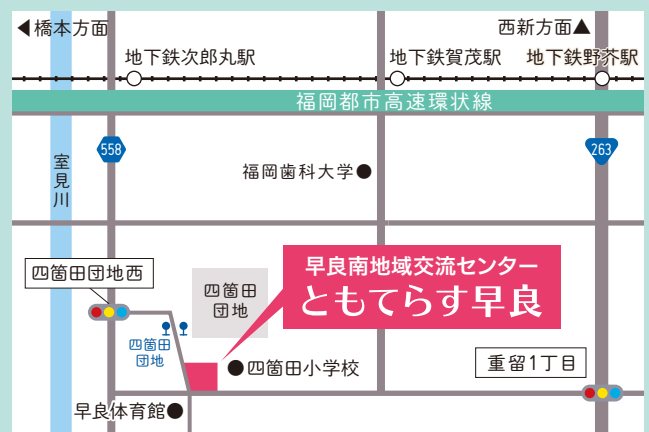
収容台数241台(施設利用者は当日最大300円)

早良体育館の駐車料金も、とまでらす早良で事前精算できるようになりました

公式HP



Facebook



交通
アクセス

西鉄バス「四箇田団地」バス停より徒歩4分

博多・天神・西新・藤崎方面より[西鉄バス] 2、2-1、19、201、93、306系統

《電車でお越しの方》福岡市地下鉄七隈線「次郎丸」駅 2番出口から徒歩1分の「昭和新町」バス停よりバスにご乗車ください。