

教えて特定保健指導  
長谷川利行展 9月22日から  
犬・猫の殺処分減少の舞台裏  
三瀧消防署 新庁舎が完成  
久留米市美術館/シティプラザ情報

2  
4  
7  
8  
9



新連載  
ホークスとの共同企画がスタート 6ページ

わかたか  
久留米出身の若鷹戦士取材

レギュラーシーズン真っただ中の8月29日、ナイトゲームの練習前に、久留米出身の牧原大成選手が新連載のインタビューに応じてくれました。表紙撮影の時にこやかな表情。連戦スタメン出場の疲れを感じさせませんでした。

和建設

教えて特定保健指導

# 6カ月で ウエストすっきり

久留米市は、特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要な人に特定保健指導を行っています。実際に指導している保健師に、内容や受け方を聞きました。

## Q 1人ひとりに寄り添ってサポートするのは、効果的に改善できます。

毎年、40歳から74歳の人を対象に行っている特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目した健診です。心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病を早めに見つけて治療するためにも、定期的な受診が必要です。健診の結果で、生活習慣の改善が必要と診断された人が、特定保健指導の対象になります。

長年の生活習慣を一人で変えるのはとても難しいことです。特定保健指導は、医師や保健師、管理栄養士などが、一人ひとりに寄り添ってサポートするので、効果的に改善できます。

## Q 対象になる基準は

特定健診の結果、おなか回りが男性85cm、女性90cm以上で、血糖、血圧、脂質の数値に異常がみられる人や喫煙習慣がある人です。

## Q どんなサポートを

6カ月かけてサポートします。初回の面接で、健診の結果を説明し、生活習慣を確認します。体重を何kg減らすかなどの目標と、運動や食生活の計画と一緒に立てます。

1カ月後、計画の進み具合を確認し、アドバイスを行います。実践できていない場合、計画の内容を見直すこともあります。その後、電話や手紙などでサポートします。

6カ月後に最終面接。生活習慣や、体重や腹囲などの変化を確認します。

## Q 6カ月続けるには

これは、生活を大きく変えないこと。できることをちよつと足したり、引いたりするだけでいいのです。例えば、少し大股で歩いたり、速度を上げて歩いたり、歯磨きをしながらかかとの

## Q お金がかかるとの

市国保に加入している人は無料です。市国保以外の人は、それぞれの健康保険で指導を受けられます。費用などは、加入している保険で異なる場合がありますので、職場に確認してください。

健康推進課(0942・309331、FAX0942・309833)

フードモデルで食生活のアドバイスを  
する佐々木さん



### ■メタボ改善のワンポイントアドバイス

#### 運動編

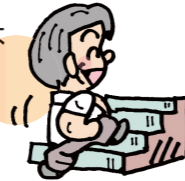
ラジオ体操はお勧め  
正しい動きで約400種類の  
筋肉を満遍なく刺激



掃除や洗濯などでもエ  
ネルギーは消費される



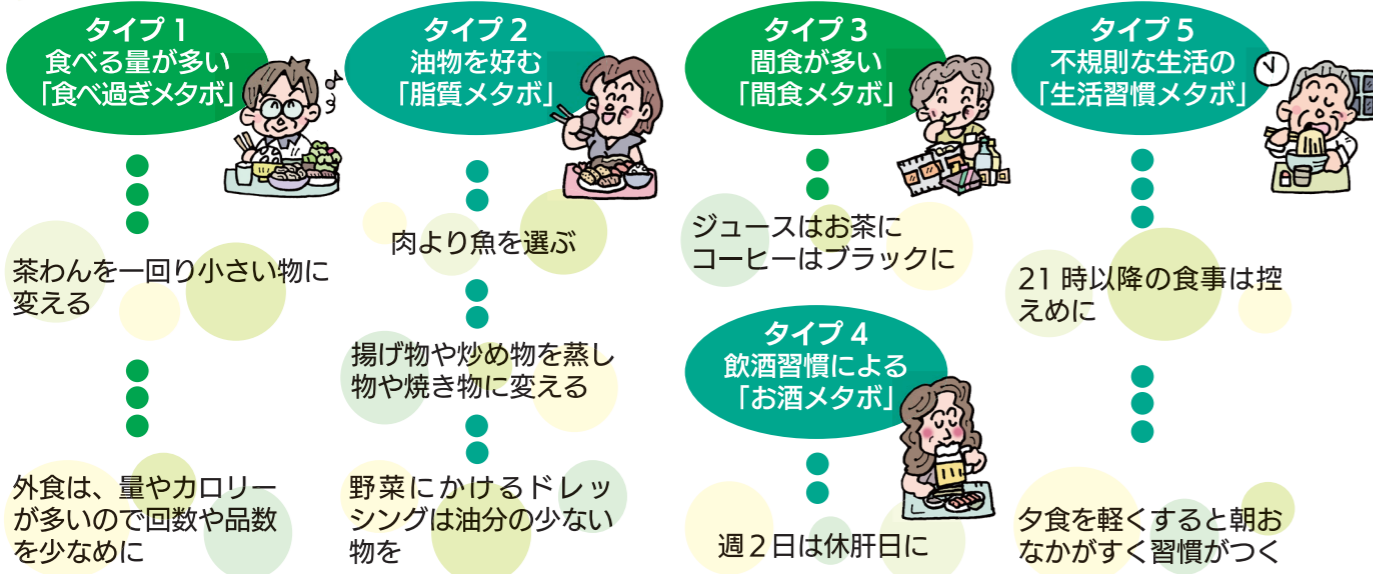
忙しくて運動できない人は  
なるべく階段を利用



特定保健指導の受診者に渡されるノート。  
たくさんの方々の生活習慣改善のこつを掲載

#### 食事編

食生活の習慣で、5つのメタボタイプに分かれます。それぞれに改善のこつを紹介します



### ■できることをマイペースに 藤原誠二さん(三潁町)

特定保健指導を受けて、脱メタボを達成した藤原さんに、話を聞きました。

最初の面接で、保健師さんから、私の場合、食事の取り方に問題があると指摘されました。半年後の体重マイナス5kgを目標に



設定。始めに取り組んだのは「食べる順番を変える」ことでした。

晩酌で、空腹のままビールを飲むと血糖値が急上がり、中性脂肪の増加につながるそうです。野菜から食べ始めてビールにとアドバイスされました。

また、350ml缶を2本飲んでいたので、カロリーや糖質を抑えたビールと焼酎に変更。量は減らさず、種類を変えてみました。

その結果、体重が8kg減。うれしかったですね。できることをマイペースでやっただけなのに。意外と簡単にできますよ。



私が質問に答えます  
生きがい健康づくり財団  
保健師・佐々木芳子さん

《水泳場》1932年 板橋区立美術館蔵



《白い背景の人物》1937年 個人蔵



《ノアノアの少女》1937年  
愛知県美術館蔵(木村定三コレクション)

《夏の遊園地》1928年 個人蔵



# 長谷川利行展

HASEKAWA TOSHIYUKI

9月22日(土)から  
11月4日(日)まで

 久留米市美術館  
KURUME CITY ART MUSEUM  
ISHIBASHI CULTURAL CENTER

## 昭和初期の東京を描く 日本のゴッホ

### 九州初の大回顧展

久留米市美術館は、洋画家・長谷川利行の企画展を開催します。利行の大回顧展は九州で初。油彩画や水彩画、ガラス絵など、約140点を紹介します。

**短く濃密な人生**

京都に生まれた長谷川利行は、関東大震災から復興する東京の街を描き続けま

した。その画風や劇的な人生から、「日本のゴッホ」とも呼ばれます。

利行が本格的に絵画の道を志したのは、上京した30歳の頃。36歳になると二科展で樗牛賞を受けるなど、才能を一気に開花させました。しかし、放浪癖から次第に生活は荒れていき、三河島の路上に倒れ、49年の生涯を閉じました。

自由奔放な筆遣いと明る

段階で発見された晩年の大作です。

【会期】9月22日(土)から11月4日(日)までの10時〜17時。11月3日(祝)の入館は無料。月曜は休館。9月24日(休)、10月8日(祝)は開館。10月16日(火)から作品の一部展示替えあり

【料金】1000円、65歳以上700円、大学生500円。高校生以下は無料。前売り券は、600円でチケットぴあ、ローソンチケットなどで販売

### 関連イベント

【美術講座】①描くこと、生きること・10月13日(土) ②利行が歩いた東京 帝都復興の時代・10月27日(土) いずれも時間は14時〜15時30分。会場は市美術館1階。定員は各70人。当日先着順。料金は無料

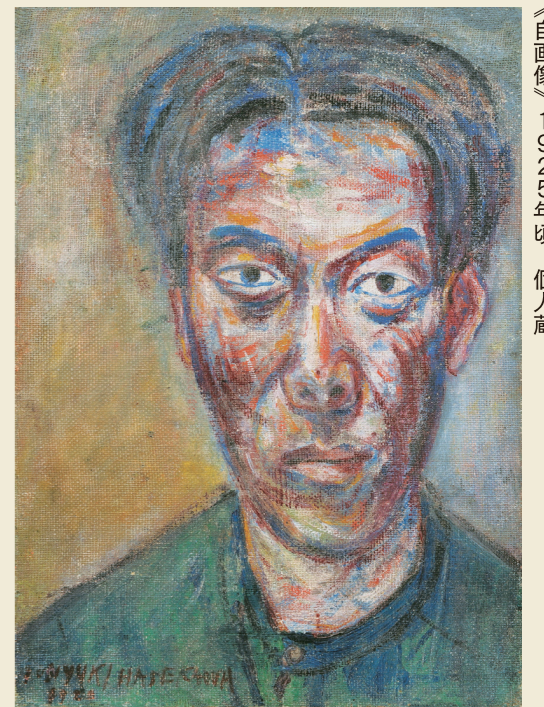
【ギャラリートーク】会期中の土・日曜14時〜14時20分。10月13日、10月27日を除く。料金は無料。展覧会のチケットが必要

**新発見の作品を公開**

利行の大回顧展は、平成12年以来、18年ぶりの開催です。目玉作品は「白い背景の人物」。展覧会の準備

◎久留米市美術館 (0942-39-1131、FAX 0942-39-3134)

「リコウ」の愛称で親しまれている長谷川利行  
《自画像》1925年頃 個人蔵



9月20日から動物愛護週間



「殺処分」減少の舞台裏  
ペットの命は  
預かりもの

899頭一。久留米市保健所「動物管理センター」ができた平成20年度に殺処分された犬や猫の数です。それが29年度は105頭。昨年11月から今年4月までの殺処分はゼロでした。犬や猫の引き取りや迷い犬の捕獲などを行う同センターは、大切な命をつなごうと日々奮闘しています。

☎動物管理センター (☎0942・30・1500、FAX 0942・30・1788)



取材当日も捕獲依頼や譲渡の相談などの電話が多数ありました

持ち込み数も大幅減  
殺処分を減らそうと、21

「20年度は、まさに抑留施設でした」と同センターの馬場修さん。飼い主の元に帰れない犬猫は殺処分しなく、保護する期間は最短で3日間でした。「犬ごろし」と言われることもありました」と言います。殺処分に当たり、実際に処分を行う県に提出する「動物収容依頼伝票」には、獣医師の職員が署名・押印します。「死刑執行」にサインをするようなもの。泣きながら帰宅する職員を何度も見ました」と話します。殺処分が大きく減った背景に、同センター職員の「命への思い」がありました。

涙する職員 後を絶たず



動物収容依頼伝票は、殺処分に出すたびに提出します

年度に「譲渡事業」を開始。同時に保護期間を延ばしました。「餌やりや掃除、散歩などで休日も交代で出勤。獣医師は動物の厳しい体調管理を求められます。でも、尊い命をつなぐために必要なことと言います。一方で、「毛の色が気に入らないだけで持ち込んだ人が居ました」と、減らさない持ち込みに頭を抱え、飼い主の意識に疑問を感じたことがあると言います。「保護できる数は限界がある。一頭持ち込んだら、その分一頭が殺処分されることに気付いてほしい」。



開設時から同センターで働く馬場さん。これまでに多くの保護犬・猫を世話してきたそうです

人とお動物の支援基地に  
引越越し、病気、高齢化。飼い主の環境の変化のしわ寄せはペットへ向かいます。「動物を飼うことは命を預かること。金も手間もかかる。簡単ではないんです」。譲渡の際、飼い主になる人の生活環境や家族構成などを確認し、譲渡できるか見極めます。「飼う時は今後の暮らしを現実的に考えて」と馬場さんは訴えます。そして、センターの未来像を次のように話しました。「飼えなくなった人は、無責任に投げ出さず、自分で何とかしようとしてほしい。私たちは、そんな時の支援基地になりたいのです。飼い主に持ち込まれるペットがゼロ頭になればいい」。



■牧原大成 (まきはら たいせい) 平成4年、田主丸町生まれ。中学時代まで市内の野球チームに所属。22年ドラフト会議で育成5位指名。今シーズン、選手層の厚い同球団で連続スタメン出場を果たす。50mを5.8秒という俊足を生かし、次世代の「安打製造機」として期待される。

福岡ソフトバンクホークス × 広報

# 牧原大成 選手

「久留米を歩いてても、案外気付かれないんですよ」と笑顔で話すのは、久留米市出身、現在福岡ソフトバンクホークスで活躍中の牧原選手です。

福岡ソフトバンクホークスと久留米市は、まちのにぎわいづくりなどのために包括連携協定を結んでいきます。今号から共同連載をスタート。お互いの魅力や交流の様子などを紹介します。

17月に1軍昇格してから、プロ入り初ホームランや連日の猛打賞など大活躍ですね。今の気持ちは？

(牧原選手、以下略) 出場選手登録後は、全試合に出場できて(8月29日現在)、結果も残せている。正直自分でもびっくりしています。

2軍の時は「きれいにプレーしたい」と思ってたけど、今は「内野安打でもヒット」と、自分の持ち味を出せているかな。1軍で出続けるには、自分の立ち位置

を意識してアピールし続けないといけないんです。

「田舎ですかね。でも僕、都会より田舎が好きなんです。実家に帰ったらゆっくりにしたい。最近、親が頼まれたサイン色紙が家に積まれて、書かないと怒られるんですよ(笑)。

久留米には、今もよく帰っていますか？

2日前に帰りましたよ。行きつけの店で髪を切つて、映画を見ました。2軍の時はたびたび食事もしました。ラーメンも焼き鳥も久留米の店の味が好き。地元の田主丸にお気に入り焼鳥屋があって。その雰囲気が好きなんです。小さい頃は、よく川で

遊んでました。筑後川河川の自然風景がとても好き。中学校の時、河川敷のサイクリングロードを通して、合川の映画館まで自転車で遊びに行っていました。

今地元でやりたいことは、野球選手だから、やっぱり

今、チームの状態はとも良いです。自分も活躍して、逆転優勝を果たしたいです。個人的には、残りのシーズン全試合出場を狙います。久留米市民の皆さん、応援をお願いします。

※シリーズは不定期に掲載します

## 校区に招待券やグッズを提供



抽選結果に見入る子どもたち。ユニホームが人気

福岡ソフトバンクホークスは、「ホークスだより」を各世帯に配布する校区に、観戦招待券やレプリカユニホームを提供する「公式戦招待・ホークスだより事業」を行っています。

8月25日、小森野校区夏祭りの景品にはレプリカユニホームや観戦チケットがずらり。同校区まちづくり振興会副会長の龍頭京子さんは、「2年目で楽しみにしている人は増えました。昨年、招待券が当たった80歳代のおばあちゃんが、ドームに試合を見に行ったそう。こういう連携があると球団が身近になりますね」と話しました。

■「公式戦招待・ホークスだより事業」に興味のある校区は、福岡ソフトバンクホークス総務部渉外課の帆足さん (☎092・847・1953、FAX 092・847・1664) に問い合わせください



# 久留米市美術館

## とき・ひと・美をむすぶ

市美術館のイベントや所蔵作品を紹介します。

### 美術と音楽をつなぐ ミュージアムコンサート

市美術館の長谷川利行展に併せて、作品や画家にちなんだ曲を演奏するミュージアムコンサートを開催します。

【箏、マリンバ、バイオリンが奏でる 和と洋の響き】

■日時 10月12日(金) 14時～ ■会場 石橋文化ホール ■内容 箏・みやざき都、マリンバ・田代佳代子、バイオリン・工藤真菜 ■料金 1,000円、65歳以上700円、大学生500円、高校生以下無料。コンサートのチケット提示で、当日美術館の入館が無料

◎石橋文化センター

(☎ 0942・33・2271、FAX 0942・39・7837)



前回の様子

「長谷川利行展」9月22日(土)～11月4日(日)



子どもたちと、まちと、文化の明日を元気にする

## 久留米シティプラザ



シティプラザの主催・提携イベントを紹介します。

■会場 六角堂広場など ■対象 高校生以上。未成年者は保護者の同意が必要 ■申込期間 10月1日(月)～11月16日(金)

◎シティプラザ

(☎ 0942・36・3000、FAX 0942・36・3087)

### 飛ぶ劇場 vol.40

#### わたしの黒い電話

■日時 来年2月9日(土) 18時～、10日(日) 14時～ ■会場 Cボックス ■内容 北九州で活動している飛ぶ劇場の新作公演 ■料金 2,800円、学生1,800円、高校生以下1,000円、当日は200円増し ■一般発売 10月6日(土) 10時～シティプラザ窓口・ホームページ、各プレイガイドなど。学生は当日学生と確認できる物が必要

◎飛ぶ劇場 (☎FAX 093・372・0299)

### 小松杏里のくるめ演劇塾 2018 後期 参加者募集

【プラ座クラス】■日時 10月16日(火)から来年1月18日(金)・練習、19日(土)、20日(日)・発表公演 ■会場 スタジオ・Cボックス ■対象 中学生以上 ■料金 1万2,000円、高校・大学生1万円、中学生8,000円 ■定員 15人・選考 ■申込締切 10月10日(火)

【特別ゼミ】■日時 10月14日(日) 14時～17時 ■会場 スタジオ ■対象 中学生以上 ■内容 劇作家・岸井大輔の講義 ■料金 1,000円 ■定員 20人・先着順

### 久留米たまがる大道芸 2018 サポート ボランティア募集

11月17日(土)、18日(日)に開催する「久留米たまがる大道芸 2018」の運営などに関わるボランティアを募集します。活動日時は相談に応じます。事前説明会あり。

## MICE 情報

※ MICE (マイス) とは、多くの集客・交流が見込まれる会議 (Meeting)、研修旅行 (Incentive Travel)、学会や国際会議 (Convention)、展示会や見本市 (Exhibition/Event) の頭文字を取った言葉です

シティプラザで開催される MICE を紹介します。

◎ 9月26日(火)～28日(金)・第60回天然有機化合物討論会 (関係者のみ)

◎ 同実行委員会 (☎ http://www.tennenyuuki.ne.jp/)

◎ 10月6日(土)、7日(日)・第22回血液透析技術基礎セミナー(久留米会場) (関係者のみ)

◎ 一般社団法人日本血液浄化技術学会 (☎ https://jyouka.com/BasicSemiForm/basic\_sem.php)

## 三潯消防署 新庁舎が完成 災害時の広域活動拠点に

### 新たな機能を備えて

三潯消防署の新庁舎が完成しました。旧庁舎の老朽化に伴う建て替えで、所在地や出勤区域などの変更は無く、城島町と三潯町、大木町を管轄します。

新庁舎は旧庁舎の約1.5倍の広さ。救急車を丸ごと滅菌できる消毒室や、女性隊員の浴室や仮眠室を新設。訓練棟は、煙を充満させ、火災現場を想定した訓練ができます。大規模災害時は、他県の緊急消防援助隊の活動拠点にもなります。総事業費は、約7億8600万円。管轄区域の人口割合で久留米市と大木町が費用を負担しました。



ポンプ車や救急車など計10台を配備



8月30日に行われた開庁式でのテープカット

### 施設概要

【所在地】城島町江上上165の1  
【構造】■庁舎棟・鉄筋コンクリート造2階建て ■車庫棟・鉄骨造2階建て ■訓練棟・鉄筋コンクリート造2階建て  
【延床面積】1681・17㎡  
◎久留米広域消防本部総務課 (☎ 0942・338・5157、FAX 0942・338・5172)

## 有馬記念館企画展 大名有馬家臣団Ⅲ

# 久留米藩の幕末維新

9月29日(土)～ 来年1月7日(月)

### 激動の時代を生きた久留米藩士たち

シリーズ企画「大名有馬家臣団」の第3弾は、明治維新から150年の節目に合わせて、久留米の幕末維新をテーマに開催。久留米藩の幕末志士や、戊辰戦争に参加した藩兵にまつわる歴史資料を通して、激動の時代を紹介します。

■日時 9月29日(土)から来年1月7日(月)までの10時～17時、入館は16時30分まで。火曜、12月28日(金)～1月1日(祝)は休館 ■料金 200円、高校生以下無料。15人以上団体割引あり

◎文化財保護課 (☎ 0942・30・9323、FAX 0942・30・9714)



▲可児鍋喜久ガラス写真 戊辰戦争に従軍した、可児鍋喜久。東京へ出陣する前に撮影し、両親に送った。当時16歳。



▲ル・フォショウ六連発レボルバー 可児鍋喜久の家に伝わった拳銃。



▲山田正之助手之者肩章(左) 山田正之助貞勝肩章(右) 久留米藩士山田貞勝とその従者の肩章。有馬家の家紋の一つ「釘抜紋(くぎぬきもん)」で久留米藩に属することを示している。



▲絵はがき「戊辰役従軍兵士」 戊辰戦争に出兵した若者たち。右から二番目の山本常五郎(常寛)は、富豪の商家出身で、父と共に拳銃を製造。その一丁を携え従軍した。

展示資料は全て市教育委員会所蔵

### 日本柔道女子で最年少アジア制覇

◆南筑高校・素根輝選手が金メダル

インドネシアのジャカルタで開かれたスポーツの祭典・アジア大会。8月31日、柔道女子78kg超級で市立南筑高校3年の素根輝選手が金メダルを獲得しました。日本の女子柔道選手で史上最年少でのアジア大会制覇です。



アジア大会の柔道女子78kg超級決勝で金珉程選手(上)を破り、金メダルを獲得した素根輝選手(30年8月31日、ジャカルタ。西日本新聞社提供)

### 甘い宝石がお買い得に ぶどう祭り

観光ブドウ狩りが人気の巨峰開植の地、田主丸町で9月1日と2日、「ぶどう祭り」が開かれました。通常1kg1100円を、1000円で購入できるとあって、同町の47農園は、普段の週末を大きく上回る人出でにぎわいました。毎年家族でブドウ狩りに来ている小学4年の長谷川翠さん(福岡市)は「大きいのを探して自分で切りました。新鮮でおいしい」と顔をほころばせました。



取材した日曜は晴天に恵まれ多くの家族連れでにぎわっていました

### 42組がタイムを競う Eボートフェスティバル

9月2日、筑後川漕艇場でEボートフェスティバルが開かれ、地域や職場のメンバーなどで作る42チームが参加しました。Eボートは10人乗りの組み立て式手こぎボートで、対岸付近のブイを回って往復するタイムを競います。その日のTシャツやカップの衣装などで出場するチームもあり、炎天下の中、水しぶきを浴びながらイベントを楽しみました。



息の合った動きでボートをこぐ参加者

### 福岡市の中心で魅力を発信

◆久留米フェスティバルin天神

9月2日、福岡市役所ふれあい広場で、久留米フェスティバルが開催され、約1万5000人が来場しました。久留米の観光や暮らしやすさを福岡都市圏の人に発信し、訪れたり、移住したりしてもらうことが目的です。食べ物や物産の販売、観光案内、移住相談などのほか、ステージでは音楽ライブが行われ、1日中家族連れなどでにぎわいました。



市の特産品や美術館招待券などが当たる抽選コーナーは行列ができました

## 市政の動き

### 局地的大雨での被災を想定 総合防災訓練に700人

防災の日の9月1日、市は筑後川の河川敷などで、総合防災訓練を実施しました。自衛隊や警察、消防、医療機関など40団体から約700人が参加。災害時の対応を確認しました。訓練は、局地的な大雨で河川増水や土砂災害などの発生を想定。川で溺れる人をボートで救助したり、土砂に埋もれた建物から人を運び出したりしました。破損した水道管やガス管、寸断された道路の復旧訓練



土砂で埋もれた家屋からの被災者救助訓練を行う参加者

や、視界不良で複数台が絡む交通事故の負傷者救助訓練も実施。土のう作成には、災害ボランティアなどを行う市民も参加しました。訓練本部長の大久保勉市長は、あいさつで7月豪雨に触れ「久留米でも観測史上最大の雨で多くの被害が出た。豪雨災害を踏まえた今回は、実践的な訓練ができたと思う」と話しました。

協定書を掲げる喜多村浩司支部長(左)と大久保勉市長



### 災害時に優先給油 石油組合と協定

久留米市は、県石油商業組合筑後支部と災害時の燃料供給に関する協定を締結。8月29日に締結式を行いました。

地震や風水害などが発生した場合に、市内43カ所のガソリンスタンドで、災害対応や復旧活動を行う公用車や消防車両などへ優先的に給油。また、医療機関や社会福祉施設、指定避難所など、災害対応で重要な施設へ発電機などの燃料を届けます。

☎防災対策課(☎0942・309074、FAX0942・309712)

### 人権問題に 積極的に対応

久留米市は、「住みやすさ日本一」のまちの実現に向け、人権行政を積極的に進めていくため、(仮称)人権施策推進委員会を設置します。

委員会は、学識経験者や人権関係団体の代表など10人程度で構成。これまでの人権・同和行政の検証を行い、これからの人権行政の基本的な方向性や施策のあり方などについて広く意見を聞きます。初回会合は10月上旬を予定しています。

☎人権・同和対策課(☎0942・309045、FAX0942・309703)



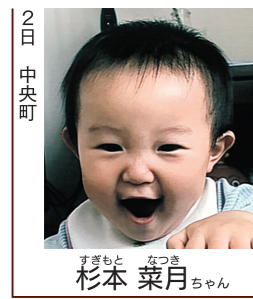
委員会設置を発表した8月29日の記者会見の様子

# わが家の天使

## 9月生まれの赤ちゃん

みんなおめでとう!

12月に満1歳の誕生日を迎える赤ちゃんの応募方法  
**【写真】** L判程度のバスタップの縦写真で大きく鮮明に写っていて頭部が切れていないもの  
**【定員】** 28人・抽選  
**【応募締切】** 11月15日(休) (必着)  
**【応募方法】** 写真の裏に住所、氏名・ふりがな、保護者名、生年月日、性別、電話番号を書いて申込先へ。複数の応募は不可。写真は返却しません  
 〓広報課 (☎ 830・8520 住所記入不要、☎ 30・9119、FAX 30・9702)



人権の花「ひまわり」

シリーズ

# じんけんの絆

33

## 外国人も「地域の住人」

認定 NPO 法人ワンストップリーガルネットは、久留米で暮らす外国人の悩みやトラブルの相談を受け、法的手続きのサポートなどを行っています。同法人理事長の大内田治男さんに話を聞きました。

### 増えている相談

海外勤務の経験を生かして、久留米で外国人の相談に乗ったり、法的手続きのサポートをしたりしようと、平成5年に行政書士になりました。当時は600人ほどだった市内に住む外国人も、今では約3,800人に。コンビニエンスストアなどで働く外国人に出会う機会が多くなりました。それに伴って、労働に関する相談も増えています。

### 都合の良い労働力

日本の企業などで働いて、知識や技能を学び、母国の発展に役立っているのが外国人技能実習制度です。久留米にも企業や農家で働く実習生が居ます。その人たちから長時間労働をさせられているという相談を受けることがあります。特に、農業分野は法律上で労働時間の定めが無く、労働時間が

長くなりがちです。

実習生の多くが、借金をして来ています。仕事ができないと借金が返せなくなるので、黙って雇い主に従うしかないのです。このような問題が起きるのは、制度の課題もあるのですが、雇う側に、外国人実習生を、都合の良い労働力として低く見てしまう意識があるからではないかと思います。

### 意識を変えていく

日本は、今、深刻な労働力不足です。その解決策として、外国人の労働力は貴重な存在です。国は、在留資格を見直すなど、外国人が働きやすい環境を整えようとしています。今後ますます、外国人労働者は増えるでしょう。

そういう時代だからこそ、私たちは、外国人労働者への意識を変えていく必要があると思います。「労働力」としてだけでなく同じ地域で生活する「住民」であることをきちんと認識することが大切です。そうすれば、お互いに助け合いながら暮らす「共生」の社会に、おのずと近づいていくのではないのでしょうか。

日本人も外国人も、一緒に地域の清掃活動やお祭りなどに参加して、汗を流したり、楽しんだりできる関係が理想ですね。

〓観光・国際課  
 (☎0942・30・9137、FAX 0942・30・9707)

昭和17(1942)年生まれ。東瀬原町在住



ハンドボール教室

10月6日から来年3月30日までの土曜、①9時30分～11時30分・小学生、②12時～15時・中学生
西部地区体育館 料金 2,000円
申込方法 申込先に連絡
市ハンドボール協会の稲積さん
(稲積合金内、☎35・5545、FAX 35・5546)

発心コンサート

10月6日(出)、7日(日)13時～21時
水天宮 内容約30組のアマチュアバンドが出演する野外コンサート
料金無料 申し込み不要
同アソシエーションの今村さん
(☎080・3227・8788、FAX 32・7500)

久留米三曲協会 定期演奏会

10月7日(日)12時30分～16時
文化センター共同ホール 内容箏、三弦、尺八の演奏。古典曲から現代曲まで14曲のプログラム
料金 800円。チケットは問い合わせ先で販売
久留米三曲協会
(☎FAX 32・4477)

ホスピスボランティア講座

10月7日から11月11日までの日曜13時～16時。5回
聖マリア学院大学、在宅療養サポートセンター久留米 対象市内に住んでいる人
内容終末期の在宅介護の講話と実習 料金無料 定員30人・先着順 申込締切9月28日(日)
NPO法人結の会
(☎080・3374・3143、FAX 30・5240、yuinokai-B2008@softbank.ne.jp)

笑いの口演・創作落語の集い

10月6日(出)14時～16時
ふれあいほーる中央町 内容講演「笑って元気!必要とされる喜び」(講師=おおいた観光特使・矢野大和氏)
料金 500円 申込方法 申込先に連絡
久留米健康くらすの横道さん
(☎FAX 35・0212)

オープン私立保育園 ウィーク

10月9日(火)から13日(出)までの10時～16時
保育協会に加盟している市内の私立保育園 対象来年度の入園を希望する乳幼児と保護者
内容施設開放、保育内容の紹介
料金無料 申し込み不要
市保育協会事務局
(☎37・2928、FAX 27・7402)

みんなで 前向き子育て講座

10月13日(出)①10時～11時、②11時～12時、③13時～14時、④10時～14時
本庁舎3階会議室 内容講座①「親になるということ」、②「パートナーと支え合う子育て」、③「子育てと仕事の両立」。④受講者相談会
料金①～③500円、④無料 定員①～③15人、④6人・先着順
申込開始9月22日(出)9時
申込方法 希望講座番号、氏名、託児を希望する人は子どもの氏名・年齢を電子メールで連絡
前向き子育てふくおか
(☎080・4912・3771、happy8kurume@yahoo.co.jp)

久留米の歴史まち歩き

10月14日(日)9時30分～12時
五穀神社 内容明治維新150年、井上伝、田中久重ゆかりの地を巡る約2.3kmのコース
料金 500円 定員 20人・先着順 申込期間 9月22日(出)9時～28日(日)
申込方法 住所、氏名、電話番号を連絡
市観光ボランティアガイドの会の草場さん
(☎090・6036・6796、FAX 26・4744)

編集後記

私の実家は、築150年の日本家屋で、エアコン無しで一年を過ごせるのが両親の自慢でした。そんな実家に今夏、「必要ない」と、何十年も設置を拒んできた頑固な二人も、軽い熱中症になり、さすがに今年の猛暑には勝てなかつたようです。今年の夏の異常な暑さを裏付ける個人的なエピソードです。9月に入り、8月の猛暑が遠い記憶になってきました。いよいよ秋本番です。今号で紹介している市美術館の長谷川利行展。日本のゴッホと呼ばれた画家の秋を楽しまたいです。(雄)

フィルムコート体験

10月20日(出)10時～11時
久留米信愛短期大学 対象中学生以上
内容本の耐久性を高める透明のフィルムを張るワークショップ
料金材料代500円 定員10人・先着順
申込期間 9月25日(火)9時～10月12日(金)
申込方法 住所、氏名、電話番号を連絡
同短期大学
(☎43・4532、FAX 43・2531)

パイプオルガンとチェロの調べ

10月20日(出)15時30分～16時45分
日本福音ルーテル久留米教会 内容ヘンデル、バッハなど
料金 2,000円、小・中学生1,000円。チケットは問い合わせ先、石橋文化センター、岩田屋久留米店で販売
けやきとアートの散歩路事務局
(☎38・6822、kurume.keyaki@gmail.com)

佐世保海上自衛隊 クリスマスコンサート

12月2日(日)15時～17時
シティプラザ ザ・グランドホール 料金無料。10月1日(日)8時30分から同プラザ、10時から問い合わせ先で配布する整理券が必要
ちくご菜の花ライオンズクラブ事務局
(☎37・5131、FAX 37・5138)

おわびと訂正

9月1日号情報ほっとライン12ページに掲載した「柳川堀割物語上映会」の電話番号に誤りがありました。正しくは「38・6822」です。おわびして訂正します。

日曜在宅医

※日曜在宅医は夜間の診療は行っていません。診療時間は各医療機関にお問い合わせください
※医療機関が変わる場合があります。変更は市ホームページ「日曜在宅医」で確認してください

Table with 3 columns: Date (9月16日), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 久留米リハビリテーション病院, アルカディアクリニック, 柴田循環器科内科医院, etc.

Table with 3 columns: Date (9月17日祝), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 青木内科・消化器クリニック, 原田内科医院, 渡辺医院, etc.

Table with 3 columns: Date (9月17日祝), Department (外科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes きたがわ整形クリニック, 福田病院, 浮羽クリニック, etc.

Table with 3 columns: Date (全日曜、祝日), Department (外科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 聖マリア病院, 新古賀病院, 嶋田病院.

Table with 3 columns: Date (9月23日祝), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 心臓病院, ファミリークリニック, 陽なた, etc.

Table with 3 columns: Date (9月24日休), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes つむら診療所, 今立内科クリニック, 野伏間クリニック, etc.

Table with 3 columns: Date (9月24日休), Department (外科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes ならはら整形外科医院, 福田病院, 鳥越胃腸科外科医院, etc.

※青字の医療機関では、市の各種健診やがん検診などが受診できます。受診できる検診項目は各病院へ直接問い合わせてください

Table with 3 columns: Date (9月30日), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 花畑病院, 小坪内科・消化器内科, 田中内科クリニック, etc.

Table with 3 columns: Date (10月7日), Department (内科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes やの医院, いのくち医院, みつい医院, etc.

Table with 3 columns: Date (10月7日), Department (外科), and Clinic Name/Address/Phone. Includes 楠病院, 神代病院, 高木病院, etc.

夜間・休日の子どもの急な病気やケガで心配なときは 小児救急医療電話相談へ
平日19時～7時、土曜は12時から、日曜・祝日は24時間受け付け
ダイヤル回線 37-6116 プッシュ回線・携帯電話 #8000

「情報ほっとライン」は裏表紙から始まります

救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったときは救急電話相談・医療機関案内
プッシュ回線 #7119 または ☎092・471・0099へ。24時間受け付け



## ♥ 福祉

### 認知症介護電話相談

■9月25日、10月2日、9日、16日の火曜。各13時30分～16時30分 ■内容日常生活、在宅介護の悩みなどに介護経験者が対応  
 ☎長寿支援課  
 ☎(☎ 30・9207、FAX 36・6845)

### トランポリン健康運動教室

■10月4日から来年3月22日までの木曜10時～11時30分。22回 ■シティプラザ スタジオ ■対象市内に住んでいる65歳以上の人。ただし、「にこにこステップ運動&スロージョギング教室」参加者を除く ■内容ケアトランポリンを使った運動 ■料金無料 ■定員24人・先着順 ■申込開始9月25日(火)8時30分  
 ☎長寿支援課  
 ☎(☎ 30・9207、FAX 36・6845)

### 触れ合いグラウンドゴルフ大会

■10月14日(日)9時30分～15時 ■津福公園 ■対象障害のある人と家族 ■内容5～6人のチームを組んで競技 ■料金無料 ■定員90人・先着順 ■申込期間9月25日(火)10時～10月5日(金)  
 ☎市身体障害者福祉協会  
 ☎(☎ 39・2666、FAX 38・9290)

### 難病患者家族交流会

■10月25日(木)14時～16時 ■本庁舎3階会議室 ■対象脊髄小脳変性症・多系統萎縮症患者とその家族 ■内容理学療法士の講話あり ■料金無料 ■定員20人・先着順 ■申込期間9月25日(火)9時～10

月17日(木)  
 ☎健康推進課  
 ☎(☎ 30・9729、FAX 30・9833)

### 市総合福祉会館の教室

【頭と体ののびのび体操】 ■10月11日から来年3月28日までの第2・4木曜13時30分～15時 ■対象市内に住んでいる60歳以上の人 ■定員20人・抽選 ■申込期間9月21日(金)～28日(金)  
 【年賀状の美文字講座】 ■10月15日から12月3日までの月曜10時～11時30分。5回 ■対象市内に住んでいる60歳以上の人、身体に障害のある人、ひとり親家庭の人 ■内容ボールペン字の練習 ■定員20人・先着順 ■申込開始9月25日(火)9時  
 ◆ ◆ ◆  
 いずれも料金は無料。  
 ☎同会館  
 ☎(☎ 38・9288、FAX 38・9289)

## +

### ママパパ気持ち楽々無料相談

対象は妊娠中、子育て中で疲れやすい、眠れないなどの症状がある人。臨床心理士、心理相談員が対応。申込方法は申込先に連絡。  
 【保健所】 ■10月5日(金)13時15分～  
 ☎子ども子育てサポートセンター  
 ☎(☎ 30・9731、FAX 30・9718)  
 【三潁保健センター】 ■10月19日(金)13時15分～  
 ☎同センター  
 ☎(☎ 64・2412、FAX 65・0957)

### すこやかマタニティ教室

■10月14日(日)10時～12時 ■南

部保健センター ■対象35歳以上の初産の人とそのパートナー、家族 ■内容助産師の講話、グループワーク ■料金無料 ■申込締切10月12日(金)  
 ☎子ども子育てサポートセンター  
 ☎(☎ 30・9731、FAX 30・9718)

### ゆったり子育て無料相談

対象は就学前の乳幼児。身体計測、栄養・子育て相談に保健師、助産師、保育士、栄養士などが対応。申し込みは不要。母子健康手帳を持参のこと。  
 【コスモすまいる北野】 ■10月2日(火)13時30分～15時  
 ☎北野総合支所保健師事務室  
 ☎(☎ 23・1307、FAX 78・6482)  
 【本庁舎2階くろみホール】 ■10月10日(火)9時30分～11時  
 ☎子ども子育てサポートセンター  
 ☎(☎ 30・9302、FAX 30・9718)

## 募集

### 臨時職員

■職種・勤務地・人員栄養士・津福小学校・1人 ■資格栄養士か管理栄養士の資格を持つ人 ■雇用期間任用決定から平成31年3月31日まで ■勤務時間8時30分～17時15分 ■給与日額7,700円 ■選考方法面接  
 ☎教育部総務  
 ☎(☎ 30・9213、FAX 30・9719)

### 久留米観光コンベンション国際交流協会パート職員

■職種・人員久留米競輪場での湯茶サービス業務など・1人 ■資格高校卒業以上 ■雇用期間10

月25日から来年3月31日まで。更新あり ■勤務時間月12日程度 ■給与時給910円 ■試験日10月16日(火) ■選考方法面接 ■申込締切10月9日(火)(必着)。申込書は申込先・ホームページ、ハローワークに準備  
 ☎同協会  
 ☎(☎ 31・1717、FAX 31・3210)

### 防衛大学校・防衛医科大学校医学科看護科学生

■職種①防衛大学校 ②防衛医科大学校医学科 ③防衛医科大学校看護科 ■資格日本国籍を持ち来年4月1日時点で高校卒業以上で、20歳以下の人 ■試験日①11月3日(祝)～4日(日) ②10月27日(土)～28日(日) ③10月20日(土) ■申込締切9月28日(金)  
 ☎自衛隊福岡地方協力本部 久留米地域事務所  
 ☎(☎ FAX 23・7055)

## おさそい

### 観月茶会

■9月22日(土)16時～19時30分 ■日吉神社 ■内容拝殿と境内で茶会 ■料金2席1,500円、当日は1席800円。チケットはよしの園で販売  
 ☎茶道裏千家淡交会久留米支部の石井さん ☎(☎ FAX 21・9578)

### 日本舞踊素踊り勉強会

■9月30日(日)10時～13時、14時～17時 ■シティプラザ 久留米座 ■料金1回1,500円 ■申し込み不要  
 ☎久留米連合文化会日本舞踊部の花柳さん ☎(☎ 090・7477・2958、FAX 38・5556)

### 高良山ウォーキング

■9月24日(木)9時30分～ ■御井町バス停横集合 ■内容高良地蔵、毘沙門岳などを巡る6kmのコース ■料金300円 ■申し込み不要  
 ☎高良山ウォーキングくらぶ  
 (高良大社内、☎ 43・4893、FAX 43・4936)

### 自閉症支援フォーラム

■9月30日(日)13時～16時25分 ■ホテルニュープラザ久留米 ■内容講演「これからの自閉症支援について」(講師=臨床発達心理士・服巻智子氏)、シンポジウム ■料金500円 ■申込方法電子メール  
 ☎gocochi ☎(☎ 090・4997・8111、✉ gocochi117@yahoo.co.jp)

### 高良台分屯基地一般公開

■9月30日(日)12時～21時。荒天時は10月28日(日) ■内容ベトリオット訓練展示、防空隊空包射撃、打上げ花火など。JR荒木駅・西鉄花畑駅東口駐車場・成田山駐車場から無料シャトルバスを運行  
 ☎同基地 ☎(☎ FAX 21・7400)

### 久留米大学病院がん教室

■10月1日(日)13時～14時 ■久留米大学病院 ■対象がん患者、家族など ■内容講演「リンパ浮腫のケア」(講師=同大学病院がん看護専門看護師・物部千穂氏) ■料金無料 ■申し込み不要  
 ☎同病院腫瘍センター事務室  
 ☎(☎ 27・8249、FAX 32・6278)

### 六ツ門パソコン教室

【10月分】 ■水曜10時30分～12時30分・ワードステップアップ、木曜10時30分～12時30分・エクセルステップアップ、金曜10時

30分～12時30分・はじめてのパソコン。各4回  
 いずれも会場は六ツ門大学。対象はパソコンを持参できる人。料金は6,000円。定員は各5人・先着順。申込開始は9月22日(土)10時。  
 ☎同大学  
 ☎(☎ 31・6260、FAX 32・0039)

### 5 大学共同講義

■10月2日(火)から11月30日(金)までの18時30分～20時。15回 ■くるめりあ六ツ門 ■対象学生、市内に住んでいる人 ■内容「久留米における暮らしと未来」をテーマに市民公開講義。詳細は申込先ホームページで公開 ■料金無料 ■定員各60人・先着順 ■申込開始9月25日(火)10時  
 ☎高等教育コンソーシアム久留米  
 ☎(☎ FAX 32・7622、✉ info@consortium-kurume.jp、☎ http://consortium-kurume.jp/course)

### 聖マリア学院大学公開講座

■10月2日(火)13時～14時 ■一番街プラザ ほっとステーションマリア ■内容講話「食の外部化の視点から」 ■料金無料 ■定員30人・先着順 ■申込開始9月23日(祝)9時  
 ☎同大学地域貢献センター  
 ☎(☎ 35・7271、FAX 34・9125、✉ koukai@st-mary.ac.jp)

### 初めてのパソコン講座

■10月4日から25日までの木曜。各10時～12時 ■府中公民館 ■対象市内か近郊に住んでいる人 ■内容パソコンの基礎、インターネット、電子メール ■料金3,900円 ■申込締切9月28日(金)  
 ☎NPO法人シニアネット久留米  
 ☎(☎ FAX 65・4545)

九州心塗 Kyushu Shinto

TEL. 0942-43-6660

久留米市山川追分1-5-16  
<http://www.kyushushinto.com/>

日本塗装名人社認定店  
 私たち九州心塗は日本塗装名人社に認定されています。  
 【福岡県知事許可(般-26)第104753号】

**60歳以上の方対象 高齢者のための**

## しごと・ボランティア 合同説明会

参加無料 予約不要 履歴書不要

福岡県70歳現役応援センター

TEL/0942-36-8355

## くるるん

☎ 830・0033 天神町8リバー5階  
☎ 34・5571、FAX 34・5572  
✉ kururun@ktarn.or.jp

### 子育てを語り合おう

■ 9月28日(金)、10月26日(金)、  
11月23日(木)、12月28日(金)。各  
10時30分～12時 ■対象 妊娠中、  
未就学児の保護者

### 健康無料相談

■ 10月24日(木) 10時30分～12  
時。受け付けは11時15分まで。  
■内容 妊娠中、未就学児の育児中の  
悩みに助産師、栄養士が対応

### 触れ合い遊びと パネルシアター

■ 10月28日(日) 11時～12時 ■対  
象 未就学児と保護者

### 絵本の読み聞かせ

■ 10月14日(日)、11月11日(日)、  
12月9日(日)。各14時～ ■対象 未  
就学児と保護者

### 親子で音楽遊び

■ 10月19日(金)、11月16日(金)、  
12月21日(金)。各13時15分～ ■対  
象 未就学児と保護者



いずれも料金は無料。申し込み  
不要。

## コスモスフェスティバル

コスモス街道には、地元ボランティアの皆さんが育てたコスモスが3.5kmに  
わたって咲き誇ります。

■ 10月13日(土)、14日  
(日) 10時～16時 ■コスモ  
スパーク北野

【13日】 ■ 10時20分～  
コスモス大使就任式、12  
時～コスモスウエディン  
グなど。ウエディングは雨  
天時は14日

【14日】 ■ 11時～九州  
大学書道部のパフォーマン  
ス、14時25分～シンガー  
ソングライター・百音さんの演奏など

両日とも、バルーンの中で遊ぶるっぱのふわふわ、野菜収穫体験など  
◎同実行委員会(久留米東部商工会北野事務所内、

☎ 78・3311、FAX 78・4873)



## 離乳食無料相談

■ 10月12日(金) 前期・中期 10時  
30分～11時15分、後期・完了期  
11時15分～12時 ■対象 4カ月児  
～1歳6カ月児の保護者 ■定員 各  
10人・先着順 ■申込開始 10月1日  
(月) 10時 ■申込方法 電話、ファクス

## 子育てセミナー

■ 10月16日(火) 10時30分～  
12時30分 ■対象 未就学児の保護  
者 ■内容 講演「イヤイヤ期のコミュ  
ニケーション術」(講師=言語聴覚  
士・高山紀子氏) ■定員 20人・抽選  
■料金無料 ■申込締切 10月9日(火)  
■申込方法 電話、ファクス

## 児童センター

☎ 830・0031 六ツ門町3の11、  
くるめりあ六ツ門5階  
☎ 35・3809、FAX 35・3835  
✉ jidou@piif.k-ikigaikenko.jp

## リトミック教室

■ 9月26日(木) 10時30分～11  
時30分

## 親子体操教室

■ 9月27日(金) 10時30分～11  
時30分

## 9月生まれの誕生会

■ 9月28日(土) 10時30分～11  
時30分



いずれも対象は未就学児と保護  
者。料金は無料。申し込み不要。

## スライム作り

■ 10月13日(土) 13時30分～14  
時15分、14時15分～15時 ■対  
象 小学生 ■定員 各20人・先着順  
■料金無料 ■申込開始 9月23日(水)  
10時 ■申込方法 電話、ファクス、  
電子メール

## デーキャンプ

■ 10月27日(土) 9時40分～  
15時45分 ■ふれあい農業公園  
JR久留米駅集合 ■対象 小・  
中学生 ■内容 久大本線謎解き列  
車の旅、ピザ作り ■定員 20人・  
抽選 ■料金 500円。別途運賃  
280円 ■申込締切 10月13日(土)  
17時 ■申込方法 電話、ファクス、  
電子メール

## ふれあい農業公園

☎ 839・0836 草野町吉木33  
☎ 47・6065、FAX 47・6068  
✉ agri@city.kurume.fukuoka.jp

## 鉛筆デッサン講座

■ 10月14日から12月16日ま  
での日曜 10時～12時。6回 ■料  
金 6,000円 ■定員 20人・抽選

## パン作り教室

■ 10月14日(日)、28日(日) 10時  
～12時 ■内容 ピザパン、くるみ  
パンなど ■料金 材料代2,000円  
■定員 16人・抽選



いずれも申込締切は9月30日  
(日)。申込方法は電話、ファクス、は  
がき。

## 地場産くるめ

☎ 839・0809 東合川5の8の5、  
地場産業振興センター  
☎ 44・3700、FAX 43・1020  
✉ info@jibasankurume.jp

## 紐でウエストポケット 作り

■ 10月11日(土) 10時、13時30  
分 ■料金 材料代900円 ■定員 各  
25人・抽選 ■申込締切 10月4日(土)  
■申込方法 電話、ファクス

## 山辺道文化館

☎ 839・0835 草野町草野487の1  
☎ FAX 47・3015  
✉ yamabe1@ktarn.or.jp

## 久留米まち旅博覧会 10年の歩み展

■ 10月3日(木)までの10時～17  
時 ■内容 ポスター、パンフレット、  
耳納北麓地域の写真約30点展示

## 抽象表現作品展

■ 10月6日(土)から28日(日)までの  
10時～17時。28日は16時まで  
■内容 和紙やオーガンジーに描いた  
作品約20点展示



いずれも料金は無料。

## 城島げんきかん

☎ 830・0211 城島町橋津739の1  
☎ 62・2122、FAX 62・2148  
✉ https://ssk-joujima-com.ssl-xserver.jp/contact/

## キッズチャレンジ教室

■ 10月27日(土) 10時～12時  
■対象 年長～小学生 ■内容 ハロ  
ウィーンの菓子作り ■料金 700円  
■定員 20人・先着順

## 秋の食材で料理教室

■ 10月31日(木) 10時～13時 ■対  
象 18歳以上。高校生を除く ■料金  
1,400円 ■定員 16人・先着順



いずれも申込開始は9月22日(土)  
9時。申込方法は電話、ファクス。

## 天文台

☎ 830・0203 城島町浜293、  
城島ふれあいセンター内  
☎ 62・6226、FAX 62・6688  
✉ j-kyouik@city.kurume.fukuoka.jp

## 無料観望会

■ 10月6日(土)・M31、13日(日)・

二重星団、20日(土)・月。19時～  
20時30分 ■申し込み不要

## 城島ふれあいセンター

☎ 830・0203 城島町浜293  
☎ 62・6226、FAX 62・6688  
✉ j-kyouik@city.kurume.fukuoka.jp

## 脚筋力の貯筋運動

■ 10月16日から30日までの火  
曜 10時～12時 ■料金無料 ■定  
員 20人・抽選 ■申込締切 10月5  
日(金) ■申込方法 住所、氏名、年齢、  
連絡先を電話、ファクス、電子メー  
ルで連絡。託児は申込先に連絡

## 北野生涯学習センター別館

☎ 830・1113 北野町中3298の2  
☎ 78・5939、FAX 78・5991  
✉ k-bunka@city.kurume.fukuoka.jp

## 水彩色鉛筆教室

■ 10月17日から11月7日までの  
水曜 10時～12時。4回 ■料  
金 材料代800円 ■定員 10人・抽  
選 ■申込締切 9月28日(金)

## 手編みのがまぐち財布作り

■ 11月1日から29日までの木曜  
10時～12時。4回 ■料金 材料代  
900円。10月18日(土)までに納入  
■定員 20人・抽選 ■申込締切 10  
月9日(火)



いずれも申込方法は電話、ファク  
ス、電子申請。託児は申込先に連絡。

## 三瀬生涯学習センター

☎ 830・0112 三瀬町玉満2949の1  
☎ 64・3020、FAX 64・4687  
✉ m-bunka@city.kurume.fukuoka.jp

## 三瀬の歴史 弥生時代

■ 10月13日(土) 10時～11時30  
分 ■料金無料 ■定員 50人・先着順  
■申込開始 9月25日(火) 9時

## 男性料理教室

■ 10月27日(土) 10時～13時  
■対象 男性 ■内容 魚の切り身で料理  
■料金 材料代700円 ■定員 16人・  
抽選 ■申込締切 10月2日(火)



いずれも申込方法は電話、ファク  
ス。託児あり。

## 体操講座

■ 10月①2日(火)、16日(火) 9時  
45分～11時 ②14日(日) 10時～  
11時30分 ■内容 音楽に合わせて  
体操 ■定員 各30人・先着順 ■申  
込開始 9月25日(火) 10時



いずれも1回200円。申込方法  
は電話、ファクス。

## 無料育児相談

■ 9月27日(土) 10時～11時30分  
■対象 乳幼児と保護者 ■内容 絵本の  
読み聞かせあり ■申し込み不要

## ゆうゆう

☎ 830・0112 三瀬町玉満1790  
☎ 65・1200、FAX 65・1219  
✉ http://www.heartful-volunteer.net/contact/index

## 脳トレ貯筋運動

■ 10月12日から来年3月22日  
までの第2・4金曜 13時～14時  
30分 ■定員 25人・先着順 ■申  
込開始 9月26日(火) 10時

## 三瀬図書館

☎ 830・0112 三瀬町玉満2949の1、  
三瀬生涯学習センター内  
☎ 64・6010、FAX 64・6006

## 三瀬 de シネマ

■ 10月14日(日) 14時～16時10  
分 ■内容 2014年日本映画「暗い  
ところで待ち合わせ」 ■料金無料  
■定員 80人・当日先着順








**JCHO 久留米総合病院**  
〒830-0013 福岡県久留米市横原町21  
URL: http://kurume.jcho.go.jp/

**乳がん検診  
予約優先制  
になりました!**

午前中だけでなく  
午後も実施中!  
月・火・木・金  
14:00～16:00

久留米市健康診査・がん検診のご案内・ご予約は  
0942-33-1211 受付時間 9:00～17:00  
(月～金、祝日除く)  
JCHO久留米総合病院 健康管理センターまで。

【広告】

広報くまのめ情報をいろいろな方法で発信しています  
 【ホームページ】PDF版、音声版、音声読み上げソフト  
 対応テキスト版

【携帯サイト】広報くまのめ・情報ほっとライン  
 【くーみんテレビ】11ch「テレビ広報くまのめ」  
 【ドリームスエフエム】76.5MHz「広報くまのめラジオ版」



【点訳・音訳版】視覚に障害のある人を対象に点  
 字冊子、録音テープ、デイジー版CDを作成して  
 います 広報課 ☎ 30-9119、FAX 30-9702

## 空き家活用DIY体験

■10月14日(日)、21日(日)9時30分～17時 ■合川町の空き家 ■対象市内に住んでいる人、市内の空き家活用を検討している人 ■内容戸建て空き家の砂壁塗り、床張り ■料金無料 ■定員8人・先着順 ■申込期間9月24日(月)8時30分～10月9日(火)  
 ◎住宅政策課  
 ☎ 30-9139、FAX 30-9743、  
 ✉ housing@city.kurume.fukuoka.jp

## 働きたいママ座談会

■10月18日(木)10時30分～12時 ■児童センター ■対象子育て中の女性。子どもの同伴可 ■内容テーマ「子どもの預け先はどこにする?」、就職相談あり ■料金無料 ■定員20人・先着順 ■申込期間9月25日(火)9時～10月17日(水)  
 ◎県子育て女性就職支援センター  
 ☎ 38-7579、FAX 30-1025

## 緑化センターの催し

【秋の音楽会】■10月14日(日)14時～15時30分 ■内容ギターとオカリナの演奏 ■申し込み不要

## 【初心者向けガーデニング教室】

■10月24日(木)、25日(金)9時30分～15時30分 ■定員20人・抽選 ■申込締切10月10日(水) ■申込方法はがきかファクス  
 いずれも料金は無料。  
 ◎同センター  
 ☎ 839-1213 田主丸町益生田1125、☎ 0943-72-1193、  
 FAX 0943-72-1558

## 発達支援の子育て講演会

■10月20日(土)10時～12時 ■シティプラザ 大会議室 ■内容講演「子どもの思いを育て、自立につながる支援とは?」(講師=県筑後地域発達障がい者支援センターあおぞらセンター長・公文真由美氏) ■料金無料 ■定員300人・先着順 ■申込期間9月25日(火)9時30分～10月12日(金)。託児・手話通訳・要約筆記は申込先に連絡  
 ◎幼児教育研究所  
 ☎ 35-3812、FAX 35-3886、  
 ✉ yohken@city.kurume.fukuoka.jp

## 食育講演会

■10月21日(日)10時30分～12時

■宮ノ陣クリーンセンター 環境交流プラザ ■対象市内に住んでいる人 ■内容講演「大地の生きる力いただきまます」(講師=大地といのちの会代表・吉田俊道氏) ■料金無料 ■定員100人・先着順 ■申込開始9月25日(火)8時30分 ■申込方法住所、氏名、年齢、電話番号を連絡。託児・手話通訳の申し込みは開催日の18日前  
 ◎資源循環推進課  
 ☎ 30-9143、FAX 37-3344

## 生涯学習センター

☎ 830-0037 諏訪野町1830の6、えーるピア久留米内  
 ☎ 30-7900、FAX 30-7911  
 ✉ elpia@piif.k-ikigaikenko.jp

## シニアカレッジ公開セミナー

■10月16日(火)10時30分～12時 ■内容講演「日本最古の笑い狂言」(講師=萬狂言九州支部代表・野村万禄氏) ■定員50人・抽選

## 公開講座

■10月17日(水)10時～12時 ■内容講演「西南戦争と福岡」(講師=久留米大学文学部教授・大庭卓也氏) ■定員72人・抽選。託児は申込先に連絡

## 市民相談のご案内 (10月分)

市は各種無料相談を行っています。★印の付いた相談は、前日までに申し込みが必要。また、下記の日程以外にも、希望する日時に無料で弁護士の相談が受けられる、チケット法律相談を行っています。  
 ◎広聴・相談課 ☎ 30-9017、FAX 30-9711

### ◎本庁舎 6階

市政・一般高齢者相談	8:30～17:15	平日
★法律相談	13:00～15:30	3日(水)10日(火)24日(水)
★公証業務相談	13:00～15:00	17日(水)
★司法書士相談	13:00～16:00	11日(木)
★建築相談	13:00～16:00	4日(木)
不動産相談	13:00～16:00	15日(月)29日(月)
行政相談	13:00～16:00	12日(金)
人権相談	13:00～16:00	-
行政書士相談	10:00～15:00	2日(火)
社会保険労務士相談	10:00～15:00	5日(金)
交通事故相談	10:00～15:00	9日(水)23日(水)

### ◎総合支所

	田主丸	北野	城島	三潁
★一般相談 10:00～16:00	18日(木)	4日(木)	25日(木)	11日(木)
★法律相談 13:30～15:10	5日(金)	15日(月)	11日(木)	30日(火)
行政相談 13:00～16:00	12日(金)			
人権相談 13:00～16:00	-	19日(金)	-	-

### ◎市民センター

	耳納	筑邦	上津	千歳	高牟礼
★一般相談 10:00～16:00	9日(火)	16日(火)	30日(火)	23日(火)	2日(火)
★法律相談 14:00～15:40	19日(金)	-	-	-	-
行政相談 13:00～16:00	-	-	-	-	12日(金)
人権相談 13:00～16:00	-	19日(金)	19日(金)	-	19日(金)

## 子どもの写真の撮り方教室

■10月20日(土)10時～12時 ■対象未就園児と保護者 ■内容プロが指導 ■定員10組・抽選。託児は申込先に連絡  
 ◆ ◆ ◆  
 いずれも料金は無料。申込締切は10月5日(金)。申込方法は電話、ファクス、電子メール。

## 消費生活センター

☎ 830-0037 諏訪野町1830の6、えーるピア久留米内  
 ☎ 30-7700、FAX 30-7715  
 ✉ shouhi@city.kurume.fukuoka.jp

## 金融経済講演会

■10月30日(火)13時30分～15時 ■内容講演「お金について考えてみよう」(講師=元衆議院議員・杉村太蔵氏) ■料金無料 ■定員200人・先着順 ■申込期間9月26日(火)9時～10月22日(月) ■申込方法電話、ファクス、電子申請

## 人権啓発センター

☎ 830-0037 諏訪野町1830の6、えーるピア久留米内  
 ☎ 30-7500、FAX 30-7501  
 ✉ jinken@city.kurume.fukuoka.jp

## 性同一性障害の人たちの人権パネル展

■9月18日(火)から10月10日(火)までの9時30分～17時 ■内容パネル展「自分らしく生きるために」 ■料金無料

## 耳納市民センター多目的棟

☎ 839-0824 善導寺町飯田202の1  
 ☎ 47-0995、FAX 47-0994  
 ✉ minou-tamoku@ktarn.or.jp

## 図書室仕事体験

■9月29日(土)13時30分～15時 ■対象小学生 ■定員10人・先着順

## 久留米城下町の話

■10月6日(土)10時30分～12時 ■定員15人程度・先着順  
 ◆ ◆ ◆  
 いずれも料金は無料。申込開始は9月22日(土)9時30分。申込方法は電話、ファクス。

## 筑邦市民センター多目的棟

☎ 830-0073 大善寺町宮本165の6  
 ☎ 27-4210、FAX 26-1246  
 ✉ chiku-tamoku@ktarn.or.jp

## 久留米城下町の話

■10月6日(土)14時～15時30分 ■料金無料 ■定員20人程度・先着順

## リトミック教室

■10月10日(火)から来年3月28日(木)までの第2水曜、第4木曜①10時～11時、②11時～12時。各12回 ■対象①7カ月～1歳5カ月、②1歳6カ月～4歳の乳幼児と保護者 ■料金6,000円 ■定員各15組・先着順  
 ◆ ◆ ◆

いずれも申込開始は9月22日(土)9時30分。申込方法は電話、ファクス。

## みんくる

☎ 830-0031 六ツ門町3の11、くるめりあ六ツ門6階  
 ☎ 30-9067、FAX 30-9068  
 ✉ workers@ksc-minkuru.com

## パワーポイントでチラシ作成講座

■10月4日(日)14時～16時 ■対象パワーポイントのソフトが入ったパソコンを持参できる人 ■料金無料 ■定員10人・先着順 ■申込開始9月22日(土)10時 ■申込方法電話、ファクス、電子メール

## 環境交流プラザ

☎ 839-0805 宮ノ陣町八丁島22-25、宮ノ陣クリーンセンター内  
 ☎ 27-5371、FAX 27-5443  
 ✉ myjclean@city.kurume.fukuoka.jp

## 古着で箸袋作り

■10月12日(金)10時～12時 ■料金材料代200円 ■定員15人・抽選 ■申込締切10月2日(火)。託児の対象は6カ月～未就学児

## 視聴覚ライブラリー

☎ 839-0862 野中町970の1、中央図書館3階  
 ☎ 38-7116、FAX 38-7183  
 ✉ library@city.kurume.fukuoka.jp

## ライブラリーシネマ

■10月4日(日)14時～15時35分 ■内容1960年フランス映画「地下鉄のザジ」 ■料金無料 ■定員120人・当日先着順

## 勤労青少年ホーム

☎ 839-0862 野中町1075の2  
 ☎ 34-4996、FAX 34-5018

## 簿記入門講座

■10月17日から11月7日までの水曜18時30分～20時30分 ■対象34歳までの働いている人 ■料金無料 ■定員20人・先着順 ■申込開始9月22日(土)10時 ■申込方法電話、ファクス。対象外の人も3,000円で受講可

## 世界のつばき館

☎ 839-0837 草野町矢作490の2  
 ☎ FAX 47-1821  
 ✉ tsbakikan@ktarn.or.jp

## 日曜日 4周年大感謝祭

■10月7日(日)10時～16時 ■内容地元野菜や果物などの販売、抽選会など

通夜式と告別式がない  
シンプルな葬儀

# 直葬 12万円プラン一式(税別)

広告

## 久留米直葬センター

福岡県久留米市本町230-2 (ときの風久留米中央斎場内)

24時間受付中 0942-46-0984

市役所の郵便番号(〒830・8520)は、市役所専用です。郵便番号を記入すれば、住所を書く必要はありません

「広報くるめ」は古紙を配合した再生紙を使用しています

### 森林保全に貢献する Jクレジットの購入者を募集

耳納連山の森林約770haを管理する田主丸財産区は、国の認証を受けて区有林のCO2吸収量をクレジット化した「Jクレジット」を販売しています。販売価格は1クレジット1万円で、販売代金は区有林の適正管理に活用します。購入方法など、詳しくは「かっぱの森」クレジットで検索してください。

◎田主丸総合支所産業振興課  
(☎0943・72・2110、  
FAX 0943・73・2288)

### 市民温水プール臨時休館

10月1日(月)から4日(木)まで、プール清掃のため休館します。

◎同プール  
(☎21・2040、FAX 21・1140)

### 北部九州圏 パーソントリップ調査に協力を

県は、今後の交通計画やまちづくりなどを考えるため、「人の1日の動き」の交通実態調査を行います。無作為に抽出した世帯を対象に10月から調査票を郵送しますので、協力してください。

◎県都市計画課  
(☎092・643・3712、  
FAX 092・643・3716)

### 2019年版県民手帳 予約受け付け

■料金ポケット判500円、標準判600円、ハンドブック判1,000円

■申込締切9月28日(金)  
◎総務課  
(☎30・9053、FAX 30・9706)

## 相談

### 消費生活無料法律相談

■10月3日(木)、17日(木)。各13時～15時30分 ■えーるピア久留米  
■対象市内に住んでいる人 ■内容多重債務・悪質商法などの悩みに弁護士が対応 ■申込方法申込先に連絡  
◎消費生活センター  
(☎30・7700、FAX 30・7715)

### 土地家屋調査士の 境界問題無料相談

■9月26日(木)、10月24日(木)。各13時～16時。受け付けは15時30分まで ■篠山コミュニティセンター ■内容境界問題、土地の分筆などの悩みに対応 ■申し込み不要  
◎県土地家屋調査士会  
(☎092・741・5780、  
FAX 092・731・5202)

### 法の日週間無料法律相談

■10月5日(金)13時～16時 ■筑後弁護士会館 ■内容家事、不動産、金銭問題などの悩みに弁護士が対応 ■定員40人・先着順 ■申込開始9月25日(火)9時  
◎県弁護士会筑後部会  
(☎30・0144、FAX 32・2691)

### 女性のための相談

【総合・性暴力相談】■月～水・金・土曜10時～18時、木曜17時～20時、日曜10時～17時 ■内容DV、夫婦問題、性被害、職場での悩みに電話、面接で女性相談員が対応  
【無料法律相談】■10月11日(木)、

25日(木)、各14時～15時30分。18日(木)17時30分～19時 ■内容夫婦問題などの悩みに面接で女性弁護士が対応

いずれも会場はえーるピア久留米。面接相談は申込先に電話で連絡。託児・手話通訳の申込締切は相談日の5日前。  
◎男女平等推進センター  
(☎30・7802、FAX 30・7811)

## もよおし

### バス・鉄道フェスタ

■9月22日(土)11時～17時 ■シティプラザ六角堂広場、展示室、小会議室 ■内容夜行バスの展示、ミニ新幹線の乗車体験、制服を着て記念撮影など。バス・鉄道グッズの販売あり ■申し込み不要  
◎交通政策課  
(☎30・9328、FAX 30・9714)

### Kurume こくさい Day

■9月29日(土)11時～16時 ■シティプラザ六角堂広場 ■内容国際色豊かなステージ、各国のオリジナル料理など ■申し込み不要  
◎久留米観光コンベンション国際交流協会  
(☎31・1717、FAX 31・3210)

### シルバーパソコン個人指導

■10月3日から24日までの水曜 ①②10時～12時、③④13時～15時 ■市シルバー人材センター ■対象パソコンを持参できる人 ■内容①入門、②ワード、③エクセル

ル、④個別指導 ■料金教材代など4,800円 ■定員6人・抽選 ■申込締切9月28日(金)  
◎同センター  
(☎35・5229、FAX 35・5974)

### くるめライブチャレンジ

■9月30日(日)16時30分～20時 ■シティプラザ六角堂広場 ■内容10組のアマチュア演奏家が、各20分程度演奏 ■料金無料  
◎石橋文化センター  
(☎33・2271、FAX 39・7837)

### 合唱教室無料体験

■10月2日(火)、16日(火)19時～20時 ■そよ風ホール ■対象小学生～高校生 ■内容曲目「ドレミのうた」「ハナミズキ」など  
◎NPO法人田主丸カル・スポクラブ  
(☎FAX 0943・74・7080)

### シニア向け ボランティアセミナー

■10月3日(水)13時30分～15時 ■県70歳現役応援センター久留米オフィス ■対象60歳以上の人 ■料金無料 ■申し込み不要  
◎同センター福岡オフィス  
(☎092・432・2512、  
FAX 092・432・2513)

### 市総合美術展

■10月①3日(水)～7日(日)、②10日(水)～14日(日)、③17日(水)～21日(日)、各10時～17時。7日、14日、21日は16時30分まで ■市美術館1階 ■内容①彫刻、書道、デザイン②洋画、工芸③日本画、水墨画、写真 ■料金300円。高校生以下は無料  
◎同実行委員会事務局  
(☎32・7487、FAX 48・6660)

### 同和問題講演会

■10月4日(木)19時～ ■そよ風ホール ■内容講演「共感の橋を懸ける」(講師＝部落解放同盟筑後地区協議会委員長・中山末男氏) ■料金無料 ■申し込み不要  
◎田主丸総合支所地域振興課  
(☎0943・72・2111、  
FAX 0943・72・3819)

### 競輪バンク無料走行体験

■10月6日(土)10時～11時。雨天時は中止 ■競輪場 ■内容持参の自転車で競争路を走行 ■定員30人・先着順 ■申込期間9月22日(土)9時～10月5日(金)  
◎競輪事業課  
(☎43・3996、FAX 43・0840)

### 家族介護教室

【介護技術講座】■10月6日(土)10時～12時 ■耳納市民センター多目的棟 ■内容家庭での簡単な移乗法や福祉用具の活用法  
【介護家族のストレスケア講座】■11月7日(水)10時～12時 ■本庁舎3階会議室  
いずれも対象は介護している家族など。料金は無料。定員は各15人・先着順。申込期間は9月22日(土)10時～28日(金)  
◎市介護福祉サービス事業者協議会  
(☎35・1525、FAX 46・5841)

### ラジオ体操

【講習会】■10月6日(土)13時～ ■久留米アリーナ ■内容NHKでラジオ体操の指導をする講師が実技指導 ■料金無料 ■定員200人・抽選 ■申込締切10月4日(木) ■申込方法申込書は市ホームページに準備  
【市民の集い】■10月7日(日)6時20分～ ■久留米スポーツセンター

補助競技場、サブ会場は鳥飼・草野・大橋小学校、安武コミュニティセンター ■対象市内に住んでいる人 ■内容ラジオ体操の後、約5kmのウォーキング。サブ会場は体操のみ ■料金無料 ■申し込み不要  
◎健康推進課  
(☎30・9331、FAX 30・9833)

### 健康づくりのトレーニング教室

■10月9日から来年3月12日までの第2・4火曜13時～15時。10回 ■西部地区体育館 ■対象市内に住んでいる18歳以上の人 ■内容ストレッチ、有酸素運動 ■料金5,000円 ■定員30人・先着順 ■申込開始9月25日(火)9時。託児の対象は1歳～未就学児で、料金は3,000円、2人目以降は1,500円  
◎同館 (☎27・3741、FAX 27・3742)

### チャレンジやるキッズ ボランティア説明会

■10月10日(水)19時30分～ ■えーるピア久留米 ■対象18歳～39歳。高校生を除く ■内容来年3月上旬に行う小・中学生対象の1泊2日の体験活動などの企画・運営 ■料金無料 ■申し込み不要  
◎生涯学習推進課  
(☎30・7970、FAX 30・7971、  
☐manabi@city.kurume.fukuoka.jp)

### 触れ合いゲートボール大会

■10月16日(火)9時～ ■津福公園 ■対象市内に住んでいる人 ■料金無料 ■申込締切10月5日(金) ■申込方法申込書を郵送かファクス。申込書は長寿支援課、各総合支所市民福祉課、各市民センターに準備  
◎市ゲートボール連合の森さん  
(☎830・0204 城島町内野289の8、  
☎FAX 62・2233)

## 広報クイズ 特別編

正解者の中から抽選で5人に牧原大成選手のサイン色紙



6ページに関連の記事があります

## 〇〇〇〇さん

市出身で、福岡ソフトバンクホークスで活躍中の牧原大成選手が、子どもの頃に教えてもらったことがある同球団のコーチは誰でしょう。〇に漢字を入れてください。

前回の答え → あんしん

【申込締切】10月5日(金)(必着)  
【申込方法】答え、住所、氏名、年齢、電話番号、紙面への要望や意見をはがき、電子メールで連絡。複数の応募は不可。なお、当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます

◎広報課 (☎830・8520  
住所記入不要、  
☐kouhou@city.kurume.fukuoka.jp)

### 相続手続

### 遺言

### 随時相談受付中!!

不動産名義変更には何が必要なの?

遺産分割で採めない方法は?

遺言が無効になる時ってどんな時?

相続放棄 親の借金を相続したくない!

司法書士法人  
**州都綜合法務事務所**  
SHUTO JUDICIAL SCRIVENER OFFICE

主たる事務所 佐賀県鳥栖市秋葉町3-18-6  
福岡県司法書士会所属  
福岡・久留米オフィス代表社員 池見智幸

久留米市 相続 州都 検索  
▲詳しくはホームページをご覧ください



経験豊富な  
司法書士が相談対応!!

福岡・久留米 オフィス ☎0120-410-565 福岡県久留米市通町10番地4 TEL: 0942-36-3311 FAX: 0942-36-3322 平日 8:30～17:30 平日17:30以降、土日にも対応可能です(要予約) 駐車場あり

広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨するものではありません  
広告の掲載希望は、株式会社ホープ (☎092・716・1401、FAX 092・716・1467) へ



# 情報ほっとライン

このコーナーでは、市からのお知らせや催しなどを紹介します。

残暑が厳しい夏が終わると稲刈りの季節。市内の至る所で黄金色の景色が広がります

## ひとの動き

【平成 30 年 9 月 1 日現在】

- 人口 305,958 人(前月比 45 人増)  
男 145,106 人・女 160,852 人
- 世帯数 134,504 世帯(前月比 100 世帯増)

## お知らせ

### 今月の納付 (9 月分)

【口座振替・納付書】■固定資産税、都市計画税、後期高齢者医療保険料  
・第 3 期分 ■国民健康保険料、介護保険料  
・第 4 期分 ■納期限 10 月 1 日(月)

納付には、便利で安心な口座振替を利用してください。

### 豪雨被災者の医療費を免除

7 月豪雨で、住家に床上浸水以上の被災をした国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者は、10 月 31 日(火)受診分まで、医療機関など窓口での一部負担金の支払いを免除します。申請・還付方法などは問い合わせ

てください。なお、その他の健康保険の加入者は、各保険者に問い合わせてください。

☎健康保険課

(☎ 30-9029、FAX 30-9751)

### 市有財産を売却

■物件＝地目面積・予定価格 上津町 2228 番 152＝原野 633 ㎡・107 万円 ■入札日 11 月 6 日(火) 10 時～ ■本庁舎 3 階会議室 ■対象税の滞納が無く、暴力的行為を行う組織に属していない人など ■申込締切 10 月 23 日(火)。申込書は申込先に準備

【説明会】■9 月 28 日(金) 10 時～ ■本庁舎 3 階会議室 ■申し込み不要 ☎財産管理課

(☎ 30-9059、FAX 30-9712)

### リフォーム助成金申請受け付け

■対象市内の住宅に住んでいて、市税の滞納が無い人 ■対象工事市内の事業者に発注し、来年 2 月 28 日(木)までに完了報告ができる 10 万円以上の省エネ改修・バリアフリー改修 ■助成額費用の 2 分の 1

以内。10 万円まで ■定員 50 戸程度・先着順 ■申込開始 10 月 1 日(月) 8 時 30 分。申請書は申込先、市ホームページに準備。着工前の申請が必要 ☎住宅政策課

(☎ 30-9139、FAX 30-9743)

### 中心市街地への外出をサポート

市は、高齢者や障害のある人の外出をサポートしています。

【まちなかへの外出支援】■木曜、土曜、日曜 10 時～16 時 ■内容自宅からの送迎、買い物などのサポート、参加者の交流イベント ■料金 1 回 500 円 ■申込方法利用日の前の週の日曜までに申込先へ連絡。事前登録が必要

【車いすなどの貸し出し】■一番街プラザ 10 時～19 時。久留米物産館六ツ門店 10 時～19 時、11 月から 3 月までは 18 時まで ■内容車いす、ベビーカー ■申し込み不要

また、利用者のサポートなどを行うボランティアを募集しています。申込方法は申込先に連絡。

☎ NPO 法人シニア情報プラザ (一番街プラザ内、☎FAX 32-0039)