

長門石ゴルフ場
☎ 36・1045、FAX 36・1046
✉ tosikoen@kurume.ktarn.or.jp

9 ホールコンペ
■8月31日(月)7時30分から順次開始 ■対象アマチュア ■料金1,600円 ■定員160人・先着順 ■申込開始8月8日(出)8時 ■申込方法電話、ファクス

ふれあい農業公園
☎ 47・6065、FAX 47・6068
✉ agri@city.kurume.fukuoka.jp

初歩から始める英会話
■9月3日から11月19日までの木曜10時～11時。9回 ■料金6,000円

スタンドグラス風
グラスアート作り
■9月4日(金)13時～15時 ■料金1,500円



いずれも定員は12人・抽選。申込締切は8月21日(金)。申込方法は電話、ファクス、はがき(☎839・0836 草野町吉木33)

くるるん
☎ 34・5571、FAX 34・5572
✉ kururun@ktarn.or.jp

プレママ・パパセミナー
■9月13日(日)10時～12時30分、13時30分～16時 ■対象初妊婦とパートナー ■内容妊婦体験、沐浴実習、助産師の講話 ■定員各4組・先着順 ■申込開始8月8日(出)10時 ■申込方法電話、ファクス

児童センター
☎ 35・3809、FAX 35・3835
✉ jidou@piif.k-ikigaikenko.jp

身体測定
■8月19日(水)10時30分～11時30分 ■対象未就学児と保護者 ■定

夏場は食中毒が増加 「付けない、増やさない、やっつける」

夏場は、気温や湿度が高いので細菌が増殖しやすく、細菌性の食中毒が起こりやすくなります。予防するには、「食べ物」と「調理環境」に注意することが重要です。☎衛生対策課(☎30・9726、FAX 30・9833)

【予防の6つのポイント】

- 食品の購入**
 - 消費期限などの表示をチェック
 - 肉、魚はそれぞれ分けて包む
 - 買い物後は寄り道しないで真っすぐ帰る
- 家庭での保存**
 - 帰ったらすぐに冷蔵庫
 - 肉、魚は汁が漏れないように包んで保存
 - 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に維持
 - 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
 - 調理中は小まめに手を洗う
 - 包丁などの器具、布巾は洗って消毒
- 下準備**
 - 生肉、魚を切った包丁やまな板は熱湯をかけて消毒
 - 加熱の目安は材料の中心部分の温度が、75℃で1分以上
- 調理**
 - 電子レンジを使う時は均一に加熱されるように
 - 食事の前には手を洗う
- 食事**
 - 室温で放置せずに早く食べる
 - 温め直すときは十分に加熱する
- 残った食品**
 - 開封したものは速やかに使用する



員6組・先着順 ■申込開始8月12日(水)10時

親子触れ合い遊び
■8月27日(水)14時～14時45分 ■対象0歳児と保護者 ■定員6組・先着順 ■申込開始8月20日(水)10時

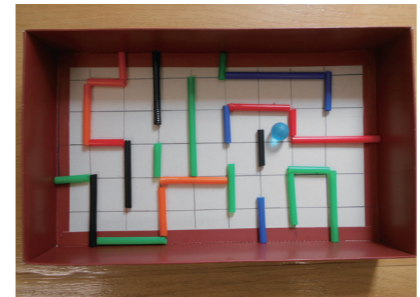
8月生まれの誕生会
■8月28日(木)10時30分～11時30分 ■対象未就学児と保護者 ■定員12組・先着順 ■申込開始8月18日(水)10時

いずれも料金は無料。申込方法は電話、ファクス。

子ども遊びボランティア養成講座
■9月5日(日)10時30分～12時 ■内容レクリエーション体験、遊びの活用ポイント ■定員12人・先着順

親子ストレッチ
■8月27日(水)10時30分～11時30分 ■対象未就学児と保護者 ■定員12組・先着順

作って遊ぼう
■8月①22日(出)、②29日(出)。各14時～15時 ■対象小学生、年長児と保護者 ■内容①プラ板キーホルダー ②コロコロ迷路 ■定員各12人・先着順



◆ ◆ ◆
いずれも申込開始は8月8日(出)10時。料金は無料。申込方法は電話、ファクス、メール、市ホームページ。

久留米アリーナ
代表 ☎ 39・7371、FAX 39・6271
✉ https://shisetsu.mizuno.jp/m-7411

ヨガ教室
■10月5日から12月21日までの月曜18時～19時15分、19時30分～20時45分。各10回

ピラティス教室
■9月30日から12月23日までの水曜18時～19時15分、19時30分～20時45分。各10回

◆ ◆ ◆
いずれも対象は18歳以上。料金は6,620円。定員各18人・先着順。申込期間は8月21日(金)9時～9月28日(月)。申込方法は窓口印鑑、料金を持参。

城島げんきかん
☎ 62・2122、FAX 62・2148
✉ https://ssk-joujima-com.ssl-xserver.jp/contact/

体験教室
【書道】■8月26日(水)17時30分～18時30分 ■対象小学生 ■定員15人・先着順。道具の貸し出しあり
【英会話】■8月①26日(水)17時～17時50分、②27日(木)18時～19時、③29日(土)10時～10時50分 ■対象①3年生～小学生、②小学4年生～6年生 ■定員①7人、②8人、③10人・先着順
いずれも料金は無料。申込開始は8月8日(出)9時。申込方法は電話、ファクス。

ゆうゆう
☎ 65・1200、FAX 65・1219
✉ http://www.heartful-volunteer.net/contact/index

ベビーマッサージ
■8月20日(水)10時30分～11時30分 ■対象乳幼児と保護者 ■料金200円 ■定員20組・先着順 ■申込開始8月8日(出)10時 ■申込方法電話、ファクス

みづま総合体育館
☎ 65・1115、FAX 65・1160
✉ miduma@shinko-sports.com

中学生バドミントン体験
■8月20日(水)20時15分～21時15分 ■料金810円 ■定員5人・先着順

◆ ◆ ◆
ミニバスケットボール体験
■8月21日(木)18時～19時 ■城島体育館 ■対象小学1年生～3年生 ■料金880円 ■定員10人・先着順

◆ ◆ ◆
いずれも申込期間は8月8日(出)9時～14日(金)。申込方法は電話、ファクス。

福祉

口の元気出張講座
■対象市内に住んでいる65歳以上の10人～20人の団体 ■内容口全体の働き、誤嚥性肺炎と予防のための歯磨きのコツ、口の運動などを学習 ■料金無料 ■定員30団体・先着順 ■申込締切開催希望日の4週間前。会場の確保・使用料などは利用団体が負担
☎長寿支援課(☎30・9207、FAX 36・6845)

九州心塗 Kyushu Shinto 日本塗装名人社認定店 0942-43-6660 雨もりでお困りの方へ 雨もり・防水の119番 九州心塗までご連絡ください! 施工料金8%OFF 広告有効期限:令和2年8月末まで

備えていますか? 相続 認知症 つつじ司法書士法人 代表司法書士 木築 一博 初回相談無料 要予約 0942-80-0545 久留米市東和町4-4 ウイングコート久留米401 [西鉄「久留米駅」徒歩5分] 営業時間 平日9:00～18:00 定休日 土・日・祝日 https://office-tsutsuji.com/