

市シルバー人材センターの催し
【60歳以上の仕事説明会】 ■内容同センターでの働き方などの説明。希望者は当日入会手続き可 ■9月①20日(水)、②21日(木)、③22日(金)、④25日(月)。各14時～16時 ■①北野生涯学習センター ②城島げんきかん ③市民温水プール ④荘島校区コミュニティセンター ■対象定年退職予定の人、60歳以上の人 ■料金無料 ■申込締切9月19日(火)
【シルバーパソコン教室】 ■内容①入門、②チラシ作り・10時～12時。③表計算、④希望テーマの

個別指導・13時～15時 ■10月3日から31日までの火曜、水曜。①～③各3回 ④1回 ■市シルバー人材センター ■対象パソコンを持参できる60歳以上の人 ■料金①～③4,500円、④2,000円 ■定員①～③各4人、④各週1組・抽選 ■申込締切9月22日(金)
 ㊤同センター (☎35・5229、FAX 35・5974)

リズムで座ってストレッチ教室
 ■内容口腔体操、筋肉運動など ■10月13日から来年1月26日までの隔週金曜①10時～

11時30分・シティプラザ、②10時30分～12時・特別養護老人ホームわかくさ ③10月16日から来年1月29日までの隔週月曜10時～11時30分・篠山コミュニティセンター。各8回 ■対象市内に住んでいる65歳以上で、体力に自信がないが軽運動を始めたい人。今年度のにこにこステップ運動教室とケア・トランポリン教室の参加者を除く ■料金無料 ■定員①③25人、②15人・抽選 ■申込締切9月14日(木)
 ㊤長寿支援課 (〒830・8520 住所記入不要、☎30・9207、FAX 36・6845)

の第2・4金曜10時～12時。8回 ■料金4,000円 ■定員12人・先着順
 ㊤同センター多目的棟 (☎47・0995、FAX 47・0994)

プロに学ぶ家族介護教室
【自宅で安心して暮らせる環境づくり】 ■10月14日(土)10時～12時 ■申込締切10月4日(水)
【家族介護に伴うストレスへの対応】 ■11月11日(土)10時～12時30分 ■申込締切11月1日(水)
 いずれも会場はえーるピア久留米。対象は家族を介護している人など。料金は無料。定員は各15人・選考。
 ㊤市介護福祉サービス事業者協議会 (☎35・1525、FAX 46・5841)

10月分 市民相談のご案内

●本庁舎6階

一般・市政相談	8:30～17:15	平日
★弁護士相談	13:00～16:00	4日(水) 11日(水) 25日(水)
★公証業務相談	13:00～15:00	18日(水)
★司法書士相談	13:00～16:00	12日(水)
★建築相談	13:00～16:00	5日(水)
★税理士相談	13:00～16:00	2日(月)
★交通事故相談	10:00～15:00	10日(水) 24日(水)
★出入国管理局相談	13:00～15:00	5日(水)
不動産相談	13:00～16:00	16日(月) 23日(月)
行政相談	13:00～16:00	13日(金)
人権相談	13:00～16:00	-
行政書士相談	10:00～15:00	3日(水)
社会保険労務士相談	10:00～15:00	6日(金)
土地家屋調査士相談	13:00～16:00	26日(水)
マンション管理士相談	13:00～16:00	27日(金)

●総合支所

	田主丸	北野	城島	三潁
★一般相談 10:00～16:00	19日(水)	5日(水)	26日(水)	27日(金)
★弁護士相談 13:30～15:30	6日(金)	16日(月)	12日(水)	24日(水)
行政相談 13:00～16:00	13日(金)			
人権相談 13:00～16:00	-	20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	10日(水)	17日(水)	31日(水)	23日(月)	3日(水)
★弁護士相談 14:00～16:00	18日(水)	-	-	-	-
行政相談 13:00～16:00	-	-	-	-	13日(金)
人権相談 13:00～16:00	-	20日(金)	20日(金)	-	20日(金)

★印の付いた相談は申し込みが必要。先着順で、申込開始は9月8日(金)8時30分。相談日を指定できる。無料のチケット弁護士相談も行っています。
 ㊤広聴・相談課 (☎30・9017、FAX 30・9711)

パソコン要約筆記者養成講座
 ■内容話していることをその場で要約し、文字にして伝える通訳方法を学ぶ ■10月28日から来年8月10日までの土曜10時～12時 ■市総合福祉センター ■対象 Windows10以上のノートパソコンを持参でき、講座修了後、市内で要約筆記者として活動できる人 ■料金4,000円 ■定員20人・抽選 ■申込締切10月25日(水)
 ㊤市社会福祉協議会ボランティアセンター (☎34・3035、
 ☐heartful@heartful-volunteer.net)

シニアライフ充活講座
 健康や学びなどの講座を開講。対象は60歳以上。申込開始は9月8日(金)9時30分。
【筑邦市民センター多目的棟】 ■内容音楽、健康運動、認知症予防など ■10月11日から来年2月14日までの第2・4水曜10時～12時。8回 ■料金3,000円 ■定員20人・先着順
 ㊤同センター多目的棟 (☎27・4210、FAX 26・1246)
【耳納市民センター多目的棟】 ■内容健康、IT関連、人生など ■10月27日から来年2月23日まで

九州各地を駆け抜ける

10月6日(金)から9日(水)まで、国際サイクルロードレース「マイナビ ツール・ド・九州2023」が福岡、熊本、大分で開催されます。久留米市は7日(土)の福岡県縦断コースで通過します。北九州市からスタートし、朝倉市小石原を通り、久留米市田主丸町に入って浮羽バイパスを抜けて大牟田市へ向かいます。雄大な耳納連山の山々を越え、アップダウンに富んだ本格的なラインレースです。

10月7日(土)はコース上に交通規制が敷かれます。8時50分頃から10時30分頃を予定。競技車列が通過した後に順次解除します。周辺道路を含め大変な混雑が予想されるので注意してください。



提供:OITAサイクルフェス実行委員会

㊤体育スポーツ課 (☎30・9226、FAX 38・2259)

外壁塗装(シリコン樹脂) 安心パック 令和5年 久留米商工会議所 Theプレミアム商品券が使えます! ¥1,000 ¥500

基本工事費 込価格 **33坪 85.8万円** (税込)

【バック内容】
 ①足場・ネット養生 ②高圧洗浄 ③ひび割れ補修
 ④塗装(外壁・軒天井・被風板・雨樋・水切り鉄板・庇鉄板・フード・雨戸・戸袋・帯板)
 ⑤産業廃棄物運搬処理 ※産業廃棄物運搬処理の許可を持っている業者と提携しております。

見積無料 まずはお気軽にご相談を!
 MP (株)マツダペイント
 〒839-0801 福岡県久留米市宮ノ陣2丁目2-10
0120-27-1116
 ☎0942-30-5891 営業時間:10時~19時 定休日:日曜日

家族のお葬式 お葬式のことなら、安心価格の「民生館」。

社会福祉法人 大牟田市福祉事業協会 久留米事業部 **「民生館」**

式場見学会 開催中 無料事前相談も承っています 11万円より(税込)

社会福祉法人 大牟田市福祉事業協会久留米事業部 総合葬祭 民生館久留米斎場 久留米市津福今町680-2 ☎0942-36-6699