

◆5月のイベント・講座情報

市民活動応援メルマガ『えぬびおーれ』

《イベント・講座情報》 2026.4.30 417.5号

- ・イベントは、状況により中止になる場合があります。
- ・イベントへの問合せ・予約は、各主催者にご連絡ください。

新緑かがやく季節になりました。体を動かしたり、誰かとつながったり、5月ならではの気持ちよさを味わいに出かけてみませんか。

+++++

もくじ

+++++

◆5月のイベント・講座情報

- ① 若くイール～脳と体を若く保つ介護予防教室～ (5/2)
- ② がんサロンちっこ～ひとりで悩まないで～ (5/9)
- ③ しゅわしゅわ絵本・しゅわしゅわあそび (5/9)
- ④ 新しい防災気象情報説明会 (5/12)
- ⑤ 外国人のための無料相談会 (5/16)
- ⑥ JPSA 久留米支部 学習会 (5/16)
- ⑦ ギャンブル等依存症問題啓発週間特別セミナー・RECOVERY FESTA 2026 in 久留米 (5/16)
- ⑧ 東京混声合唱団×九州交響楽団 団伊玖磨と久留米 メモリアルコンサート (5/17)
- ⑨ こころの相談カフェ (令和8年度・随時開催)
- ⑩ ファミリー・サポート・センターくるめみまもり会員養成講座 (5/19～6/2)
- ⑪ 「ひろがる」・「高まる」支援団体連携セミナー～平時から構築する災害支援連携～ (5/19)
- ⑫ 市民活動応援セミナー「基礎から実践クラウドファンディング」 (5/20)
- ⑬ コスモスふくおか 無料相談会 (5/20)
- ⑭ 第4回「市民公開講座」人生100年時代 終活で安心のそなえ (5/30)

★—————★

1. 若くイール～脳と体を若く保つ介護予防教室～

理学療法士が行う介護予防教室です。介護予防の知識をわかりやすく解説するお話（約30分）と、認知機能・バランス・筋力を鍛える体操（約30分）を組み合わせ、楽しく参加できる教室です。毎月

第1土曜日開催です。

○日時：2026年5月2日（土）スタート 毎月第1土曜日

第1部 10:15～11:15 / 第2部 11:30～12:30

○定員：各回先着10名

○会場：脳卒中専門リハビリスタジオ EYL（くるめりあ六ツ門2F）

○参加費：無料

○主催：NPO法人 EYL for smile（イール フォースマイル）

○問合せ：TEL 080-4761-7027

受付時間：月曜～金曜 10:00～18:30 / 土曜 10:00～12:30（当日朝の申込みも可）

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/11/wakakuiru/>

2. がんサロンちっこ～ひとりで悩まないで～

5月のミニ講演は「笑いヨガ」です。がんサロンとは、がん患者さんやご家族などの交流や情報交換の場です。ひとりで悩まずに、ぜひご参加ください。

※必ずマスク着用でご参加ください。検温で37.5℃以上ある方の入場はできません。

○日時：2026年5月9日（土）14:00～16:00（受付13:45～）

○会場：久留米市市民活動サポートセンター みんなる 会議室①②（くるめりあ六ツ門6階）

○参加費：無料

○対象：がん患者さんとそのご家族ならどなたでも

○主催：筑後ブロックがん相談支援センター連絡協議会/患者団体：がんサロンちっこ「虹の会」

○後援：久留米市

○問合せ（お近くの「がん相談支援センター」へ 平日9:00～16:00）

久留米大学病院 0942-35-3311 聖マリア病院 0942-35-3322

朝倉医師会病院 0946-23-0077 大牟田市立病院 0944-53-1061

公立八女総合病院 0943-23-4131

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/11/gansaron-waraiyoga/>

3. しゅわしゅわ絵本・しゅわしゅわあそび

手話を使った読み聞かせやゲームが楽しめるイベントです。聴覚障害教育支援 NPO 法人言葉の森くると久留米市立中央図書館の共催で開催されます。お子様から大人の方まで、申込不要でご参加いただけます。

○しゅわしゅわ絵本

日時：2026年5月9日（土）10:30～11:10

会場：久留米市立中央図書館1階 おはなしコーナー

○しゅわしゅわあそび

日時：2026年5月9日（土）11:20～12:00

会場：久留米市立中央図書館3階 会議室

○対象：お子様から大人の方まで

○参加費：無料（申込不要・当日会場にお越しください）

※公共交通機関のご利用または近隣有料駐車場をご利用ください

○主催・問合せ：聴覚障害教育支援 NPO 法人言葉の森くるめ

TEL/FAX 0942-45-2011 / Mail kotobanomorikurume@gmail.com

○共催：久留米市立中央図書館 TEL 0942-38-7116 / FAX 0942-38-7183

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/23/0509/>

4. 新しい防災気象情報説明会

令和8年5月下旬に気象庁の「防災気象情報」の見直しが予定されています。久留米市では、市民の皆さまが新しい情報を正しく理解し、適切な避難行動につなげられるよう、福岡管区気象台の職員を講師に招いた説明会を開催します。

○日時：2026年5月12日（火）13:00～15:00（受付12:30～）

○会場：えーるピア久留米 視聴覚ホール（久留米市諏訪野町1830-6）

○内容：①新しい防災気象情報のポイント解説

②気象庁「キキクル（危険度分布）」の使い方

○対象：久留米市民および久留米広域連携中枢都市圏にお住まいの方

○参加費：無料（事前申込制・先着順）

○申込締切：5月8日（金）17時

○申込方法：ふくおか電子申請サービス（<https://x.gd/8Ipc7>）またはFAX（0942-30-9712）

○主催・問合せ：久留米市総務部防災対策課

TEL 0942-30-9074 / FAX 0942-30-9712

<https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1500soshiki/9096bousai/3010oshirase/2026-0312-1257-86.html>

5. 外国人のための無料相談会

在留資格、国際結婚、労働問題の悩みなどに行政書士・弁護士・社会保険労務士が対応します。多言語通訳サービスもあります。予約優先（当日参加も可）。

- 日時：2026年5月16日（土）13:00～16:00（毎月第3土曜日開催）
- 会場：久留米市市民活動サポートセンター みんくる 会議室①②（くるめりあ六ツ門6階）
- 参加費：無料
- 申込・問合せ：久留米市役所 広聴・相談課 外国人相談窓口
TEL 0942-30-9096 / FAX 0942-30-9711（申込締切：前日まで）

<https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1050kurashi/2140soudan/3050lifetalk/2021-0315-1447-244.html>

6. JPSA 久留米支部 学習会

一般財団法人日本プロスピーカー協会（JPSA）久留米支部では、月に一度共同学習会を開催しています。事業に役立つ内容はもちろん、よりよい人間関係を築くための学びを得られる学習会です。経営者、組織人、個人事業主など様々な方が参加しています。初めての方も大歓迎！

- 日時：2026年5月16日（土）18:00～19:30（受付 17:30～）
- 講師：伊藤 正俊 氏
- 会場：久留米市市民活動サポートセンター みんくる 会議室①②（くるめりあ六ツ門6階）
- 対象：どなたでも
- 参加費：1,000 円
- 申込：<https://x.gd/63CJG>
- 主催：一般財団法人日本プロスピーカー協会 久留米支部
- 問合せ：TEL 080-5633-4730

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/08/0516/>

7. ギャンブル等依存症問題啓発週間特別セミナー・RECOVERY FESTA 2026 in 久留米

ギャンブル等依存症問題啓発週間に合わせた特別セミナーと、回復を応援するリカバリーフェスタが、久留米シティプラザで開催されます。依存症で悩む本人やご家族、支援者、関心のある方どなたでもご参加いただけます。

- 日時：2026年5月16日（土）
《六角堂広場》 10:00～18:00
《大会議室》 13:00～15:00（受付 12:30）
- 会場：久留米シティプラザ 六角堂広場 / 5階 大会議室
- 参加費：無料
- 主催：一般社団法人 ギャンブル依存症家族の会福岡
- 問合せ：TEL 090-2713-1684 / メール gdfam.fukuoka@gmail.com

https://www.instagram.com/gdfam.fukuoka_pr/p/DW7jeTOEmdk/

<https://www.instagram.com/p/DW8VMaXErHi/>

<https://kurumecityplaza.jp/events/7833/>

8. 東京混声合唱団×九州交響楽団 団伊玖磨と久留米 メモリアルコンサート

「ぞうさん」「筑後川」など多くの名曲を生んだ作曲家・団伊玖磨の没 25 年を記念したコンサートです。久留米シティプラザ開館 10 周年を飾る特別公演で、東京混声合唱団・九州交響楽団・ソプラノ歌手、小林沙羅らが集結。フィナーレは来場者全員で「筑後川」を合唱します。

○日時：2026 年 5 月 17 日（日）開演 15:00（開場 14:30）

○会場：久留米シティプラザ ザ・グランドホール

○料金：S 席 4,500 円 / A 席 3,500 円 / 18 歳以下 無料（要チケット・限定枚数）

※未就学児のご入場はご遠慮ください

○出演：齊藤一郎（指揮） / 小林沙羅（ソプラノ） / 東京混声合唱団 / 九州交響楽団

○主催・問合せ：久留米シティプラザ

TEL 0942-36-3000

<https://kurumecityplaza.jp/events/7439/>

9. 令和 8 年度 こころの相談カフェ

臨床心理士などの資格をもったカウンセラーが相談に寄り添います。「家庭や職場での人間関係がうまくいかない」「なぜかモヤモヤして気持ちが晴れない」といった悩みのある方へ。本人だけでなく、家族や支援者のご相談にも応じます。

○5 月の主な開催日：

・毎週火曜日 13:00～16:00（5/12・5/19・5/26）

・第 3 日曜日 13:00～16:00（5/17）

・第 2 水曜日 17:00～20:00（5/13）

○会場：久留米市市民活動サポートセンター みんなる または 久留米市立中央図書館

（日程・会場の詳細はチラシまたは久留米市 HP をご確認ください）

○対象：久留米市内にお住まい、またはお勤めの方

○相談料：無料

○問合せ・予約：TEL 0120-905-399（平日 8:30～17:15） / FAX 0942-55-4664

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/01/kokoronosoudan-2/>

<https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1070kenkou/2040hokeneisei/3070seisinhoken/2017-0602-0945-207.html>

10. ファミリー・サポート・センターくるめ みまもり会員養成講座

ファミリー・サポート・センターは、地域で子育てをたすけあう有償ボランティア組織です。保護者に代わって保育園のお迎えやお預かりをしてくれる「みまもり会員」を募集しています。子育て支援に意欲のある方、ぜひ養成講座を受講してみませんか。

○日程：5月19日（火）・20日（水）・21日（木）・26日（火）・27日（水）、6月2日（火）

○時間：10:00～15:00

○申込締切：5月13日（水）

○定員：30名（託児要相談）

○対象：久留米市・うきは市・大刀洗町・大木町在住の18歳以上で積極的に活動できる方

○会場：久留米赤十字会館（久留米市宮ノ陣3丁目4-27）

○問合せ：ファミリー・サポート・センターくるめ

TEL 0942-37-8888（月～土 9:30～18:00） / メール famisapo@ktarn.jp

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/15/519-602familysupportcenter/>

11. 「ひろがる」・「高まる」支援団体連携セミナー ～平時から構築する災害支援連携～

近年、県内でも災害が相次いで発生しています。平時から行政、社会福祉協議会、NPO、企業等の多様な主体が顔の見える関係を築き、連携した支援体制を整えておくことが、災害時の地域の回復力向上につながります。トヨタ自動車九州株式会社を講師に迎えた基調講演をはじめ、パネルディスカッションやワークショップが予定されています。

○日時：2026年5月19日（火）10:30～16:30

○会場：福岡県庁3階 講堂（福岡市博多区東公園7-7）

○内容：

- (1) 基調講演「企業が取り組む被災者支援の意義」
- (2) パネルディスカッション「被災者支援 ～八代市でのつながり～」
- (3) 活動紹介「災害中間支援組織の活動及び県の三者連携の取組紹介」
- (4) ワークショップ「みんなが繋がってできること」

○対象：被災者支援活動に関心のある企業や団体（NPO・大学など）、各市町村の行政及び社会福祉協議会

○定員：150名（先着順）

○参加費：無料

○申込締切：5月8日（金）

<https://www.csf.pref.fukuoka.lg.jp/news/detail/5b4f2efd-982d-4055-8395-2391f7e3d3c0>

○主催：福岡県 運営：福岡県社会福祉協議会

協力：特定非営利活動法人 福岡災害レジリエンス研究室

○問合せ：福岡県市町村・地域振興部地域振興総務課共助社会づくり推進室 協働係

(コラボステーション福岡) TEL 092-643-3938 / Mail kyodo@pref.fukuoka.lg.jp

12. 市民活動応援セミナー「基礎から実践クラウドファンディング」

クラウドファンディングの基礎知識から成功のための戦略、実践的なノウハウを解説するセミナーです。実際に資金調達に成功したプロジェクトの事例を交えながら、具体的な手順をわかりやすく紹介します。また、久留米市が行う「市民活動応援クラウドファンディング事業」についての説明も行います。対面・オンライン（Zoom）の両方で参加可能です。

○日時：2026年5月20日（水）18:00～19:30（受付 17:45）

○会場：久留米市市民活動サポートセンター みんくる 会議室①②（くるめりあ六ツ門6階）

またはオンライン（Zoom 配信）

○定員：会場 20 名程度・オンライン 20 名程度

○対象：久留米市において市民活動を実施する団体、個人の方

○参加費：無料

○申込：申込フォーム <https://forms.gle/7KWcChLRoD2J4qYd8>

○主催：久留米市 / 運営：公益財団法人 ちくご川コミュニティ財団

○問合せ：公益財団法人 ちくご川コミュニティ財団

TEL 0942-34-5600（平日 9:00～17:30）

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/23/0520/>

13. コスモスふくおか 無料相談会

行政書士による成年後見・相続・遺言等に関する無料相談会です（予約優先）。

○日時：2026年5月20日（水）13:00～16:00

○会場：久留米市市民活動サポートセンター みんくる セミナー室②

（久留米市六ツ門町 3-11 くるめりあ六ツ門 6 階）

○参加費：無料

○主催：公益社団法人 コスモス成年後見サポートセンター福岡県支部（コスモスふくおか）

○問合せ：TEL 070-2401-5131（田端）

<https://kurume-kyodo.jp/2026/03/23/04150520/>

14. 第 4 回「市民公開講座」人生 100 年時代 終活で安心のそなえ

高齢者・障がい者の安心をサポートする NPO 法人成年後見安心サポートネット久留米による市民公開講座です。今回のテーマは「身寄りなき老後 だれに託す? ~自分で選べる『任意後見』~」です。

○日時：2026年5月30日（土）10:30～12:00（受付10:00～）

○会場：久留米市市民活動サポートセンター みんくる 会議室①②（くるめりあ六ツ門6階）

○内容：「身寄りなき老後 誰に託す?」～自分で選べる「任意後見」～

○講師：NPO 法人高齢者・障害者安心サポートネット 理事長 豊留 一 氏

○参加費：無料

○主催：NPO 法人成年後見安心サポートネット久留米 後援：久留米市

○申込・問合せ：NPO 法人成年後見安心サポートネット久留米

TEL・FAX 0942-27-6122（火曜～金曜 10:00～16:00）

<https://kurume-kyodo.jp/2026/04/24/5-30-shimin/>

+++++

information

+++++

■ 5月のみんくる休館日は5月18日（月）

■ みんくる利用料金支払いの際は、現金とキャッシュレス決済（PayPayのみ）がご利用いただけます。

■ 「えぬぴおーれ」配信の登録・解除はこちらから

<https://www1.city.kurume.fukuoka.jp/katsudo/magazine/index.htm>

久留米市市民活動サポートセンターみんくるでは

ボランティアやNPOの皆さまのご相談も受け付けています!

■ オンラインによる市民活動のご相談受付中!(^^)!

公式サイト <https://kurume-kyodo.jp/>

TEL:0942-30-9067 / FAX:0942-30-9068

★☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆