



## 特集 秋のイベント盛りだくさん

- 04 若者相談支援事業
- 06 市民活動を知る、応援する
- 08 みんなで集い、脳も体も元気に
- 10 NHK交響楽団 12年ぶりの久留米公演
- 11 高齢者の予防接種助成

### 【今月の表紙】

#### 市立高校生が全国1位の快挙

南筑高校柔道部の古賀龍之介さん（3年）が全国高校総体男子60kg級で優勝し、大会2連覇を果たしました。久留米商業高校珠算・電卓部も全国高等学校ビジネス計算競技大会電卓競技で団体優勝。小林應介さん（3年）は個人総合でも1位に輝きました。



光のアート絵巻(白鳥の池ゾーン)

久留米イルミネーション

## 光のミュージアム2026

10/23 金 ▶▶▶ 1/31 日

期間中の月曜日(祝日を除く)、12/28(月)～1/2(土)は休み

18:00～21:00



### 📍 石橋文化センター

石橋文化センターのイルミネーションがパワーアップ。4エリアが加わって全7エリアで開催。西日本初さまざまな演出が登場します。西洋式庭園や日本庭園、白鳥の池でも幻想的な「光と音のショー」を展開します。

■料金【当日券】大人 1,000 円、高校生以下 500 円 (3歳以下無料)。前売り券やデジタルチケットは各 100 円引き

📍石橋文化センター

(☎0942・33・2271、FAX0942・39・7837)

# れ Autumn を味わう



輝きがパワーアップ。

「バル」。

みづま祭」。

友人と風薫る秋を楽しもう。

11/7 土 10:00～17:00

8 日 9:00～16:30

### 📍 水沼の里2000年記念の森



「ちっごへその市」や「みづまん市」には地元グルメが集結。迫力ある「YOSAKOIみづま2026」などステージイベントが満載です。今年は久留米たまがる大道芸出演パフォーマーが特別出演。楽しく学べる防災コーナーも。

📍ふるさとみづま祭実行委員会

(三潕総合支所産業振興課内、

☎0942・64・2315、FAX0942・65・0957)

11/22 日 受け付けは10/1(木)～



## 高良山もみじ狩り奥レ

「奥レ」は自然を感じながら自分のペースで楽しむトレッキングです。全長8.6kmのコース途中では、手作りのスイーツやところてんなどでおもてなし。同日開催の「宝の山高良山もみじ狩り祭り」にも立ち寄ります。

■集合場所 JR 久留米大学前駅前。10時から順次スタート

■定員 300人・先着順 ■料金 2,000 円 (前払い)

■申込方法 電子申請、メール、電話

■昼食は各自で準備してください

📍九州奥レ「久留米・高良山コース」推進協議会

(観光・国際課内、☎0942・30・9137、FAX0942・30・9707、

メール kanko@city.kurume.lg.jp)





光のオーケストラ(メモリアルゾーン)

10/18 日 11:00～20:00



## 耳納 de FES

福岡県緑化センター

ベビィ・アイラブユーで知られる「TEE」などの有名アーティストによるステージや、田主丸地域を中心に約50店舗の飲食店のグルメが楽しめます。夜は会場をライトアップ。フィナーレには花火も上がって一層盛り上がります。

田主丸ふるさと会館 (カフェ カパテリア)  
(☎0943・72・5225、FAX0943・73・2288)

10/24 土 ▶ 25 日  
10:00～16:00



## コスモスフェスティバル

コスモスパーク北野、北野天満宮参道

北野地域のシンボル・コスモスが咲くコスモス街道などを散策しながら、グルメや特産品を楽しめます。ステージイベントのほか、今年は子ども仕事体験やサツマイモ収穫体験も。

コスモスフェスティバル実行委員会 (北野総合支所産業振興課内、☎0942・78・3569、FAX0942・78・3377)

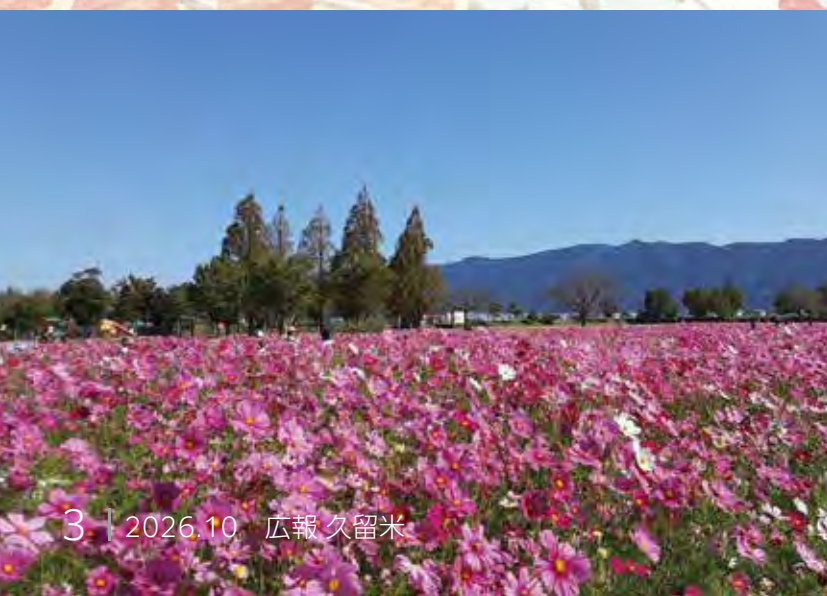


秋のイベント盛りだくさん

# 自然に囲ま 久留米の秋

久留米の秋はイベントが盛りだくさん。  
音楽や打ち上げ花火も楽しめる「耳納deFES」。  
石橋文化センターの「光のミュージアム」も  
満開のコスモスが迎える「コスモスフェスティ  
」  
圧巻のパフォーマンスが見どころの「ふるさと  
」  
人気の「高良山もみじ狩りオルレ」など、家族や

## ふるさとみづま祭





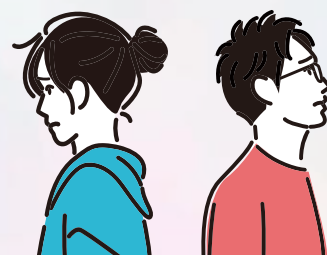
## 若者相談支援事業

# 若者に寄り添う

## 過ごしやすい居場所をつくる

さまざまな悩みを抱える若者たちは、いつの時代も存在します。若者や家族からの相談に寄り添い、支援している青少年育成課の相談員に、若者の悩みや関わり方について聞きました。

☎青少年育成課 (☎0942・35・3806 FAX0942・34・9001)



### いくつもの悩みが重なる

市が設置している若者相談窓口「みらくる」では、若者やその家族の相談に応じています。

相談内容は、将来への不安や学校のことなどさまざまです。具体的な支援を求めている場合もあれば、単に話を聞いてほしい場合も。ただ、相談の多くに共通するのは、悩みがいくつも重なっていることです。例えば、進路の悩みをきっかけに話をよく聞いてみると、生活困窮や家族の病気など、1人では抱えきれないほどの課題を背負っている若者もいます。

そこには、周りに相談できる人がいない、相談先を知らない、自分が困っていることに気づけないといった背景も影響していると考えられます。

### 居場所から相談につながる

相談を聞く中で、「支援が必要になる前に、誰かと気軽に話せる機会があればよかったのに」と思うことが度々あります。「みらくる」



「悩みを話すには多くの居場所が必要」と話す相談員の川口さん

では、相談支援の他に若者の居場所をつくる取り組みも進めています。地域や職場、趣味の集まりなどで、若者が安心して過ごせる居場所が増えたらいいなと思っています。

若者にとって多くの居場所があることは、悩みを和らげ孤立を防ぎます。そして、相談や支援につながるきっかけになります。若者と関わる機会があれば声をかけてみてください。ちょっとした雑談で構いません。気軽に話せる関係が不安を和らげます。

もし、若者が悩みを打ち明けた時は、否定せずまずは受け止めてください。専門的な支援が必要な時は、「みらくる」に相談を。私たちが、若者に寄り添い相談に応じます。

## 若者相談窓口「みらくる」が悩みを聞きます

「みらくる」は、中学校卒業からおおむね39歳までの人や家族の相談に応じています。内容は何でも大丈夫。ひとりで悩まず相談してください

- 日時 平日8時30分～17時15分 (木曜日は19時まで)
- 相談方法 電話、メール、面談 (要予約)、オンライン、相談員の訪問
- 連絡先 ☎0120・369656 (相談専用フリーダイヤル)  
FAX0942・34・9001  
メール wakamono@city.kurume.lg.jp
- 場所 青少年育成センター(野中町1074の1)



# まちで若者の声を聴く

西鉄久留米駅周辺で、若者向けのアウトリーチを開始

市は、今年6月から西鉄久留米駅周辺で若者に声をかける取り組みを始めました。学校や職場、家族や友人関係のことなど、若者の素朴な思いや本音に耳を傾けています。

## 誰が、いつ、どこでしているの？

「みらくる」の相談員が、若者支援活動を行う団体(※)と連携して取り組んでいます。

### ■ 開催日時

毎月1回(偶数月は第4水曜、奇数月は第3金曜)  
18時から21時まで

### ■ 場所 西鉄久留米駅周辺

※「一般社団法人ソーシャルワーク・オフィス福岡」  
[NPO法人あいむ]

## 何をしているの？

気軽に話してもらえるように、雑談を交えて声をかけています。その中で、悩みや不安がないかを尋ねたり、「みらくる」の連絡先を渡したりしています。

## 何でも答えなくちゃいけないの？

声をかけられた時に「話したくない」と思ったら、断って大丈夫。「話してもいい」と思えることで、楽しい事や興味のある事、心配事などを話してもらえたらうれしいです。「後から相談したいことがある」「じっくり話を聞いてほしい」と思ったときは、若者相談窓口「みらくる」のカードを見て連絡してください。

※個人情報をいきなり尋ねることはありません。

職場での人間関係が  
うまくいかない



## 実際の活動の様子



相談員が名札、腕章を着用の上で声をかけます



民間団体のアンケートにも協力してもらいました



いつでも相談できるように「みらくる」のカードを配っています

## 動画で学ぶ「若者の居場所づくり」

今年7月に本庁舎で、子どもや若者の居場所づくりについて学ぶ講演会を行いました。当日の様子を動画で配信しています。

### ● テーマ

現場の実践から見える「居場所」の持つ力  
～子ども・若者のために、今日から私たちができること～

### ● 講師

後藤富和 さん (NPO法人イルタテエ 代表理事、弁護士)

講演会の様子は  
こちらから



若者にとっての居場所の大切さを語る後藤さん



市民活動を知る、応援する

# 地域から広がる多文化交流の輪

さまざまな人や団体が、より良い地域をつくるために市民活動に取り組んでいます。多文化交流を通して地域のつながりを育む「グローバル・コンパス・ひまわり」のザイ インナンさんに活動への思いや取り組みについて話を聞きました。

## 外国ルーツの親子が交流



「親にとってもほっとできる居場所にしたい」と話すザイさん

私は外国にルーツを持つ親子と地域の人たちが、遊びや芸術、食などを通じて交流する活動をしています。上津にある南部保健センターで、さまざまな国の家庭料理を作ったり、タンバリンや古箏<sup>こそう</sup>といった各国の楽器に触れたり、伝統的な遊びを楽しむ交流会などを開催。地域のつながりを深め、子育てもサポートしながら、子どもたちが自然に国際交流できる環境を提供することが目的です。

活動を始めたきっかけは、私自身の子育ての経験です。中国から来日して子育てをする中で、育った環境との違いにとっても戸惑いました。困った時すぐに相談できる

人が近くにいなかったため、孤独や不安を感じることも。また、同じ国の人との関わりはあっても、多様な国の人と親子で交流する機会はあまりなく、だからこそ「さまざまな国にルーツを持つ親子同士が、気軽に集まれる場をつくりたい」と思うようになったんです。

## 違いを楽しみ助け合う

最初は少なかった参加者も、今では地域の日本人を中心に中国、オーストラリア、アメリカ、イラン、インドネシアなど多国籍になり、年齢も幼児から70代までに広がりました。初めは恥ずかしがっていた子どもたちも、国籍を超えて仲良く遊び始め、さまざまな国の言葉が飛び交う中で、積極的にコミュニケーションをとることができるようになりました。お互いの違いや文化を、自然と受け入れ合っているのを感じます。

活動中は多くの大人が子どもを見守るため、親にも心の余裕が生まれます。「子どもの悩みを相談し合える」「困ったときに助け合

える」という関係性も生まれつつあります。学校以外に安心できる場所があったり、地域に顔なじみの大人が増えたりすると、子どもも親も安心できますよね。「地域みんなで子育てをする」という感覚が広がっていくことが私の喜びです。こうした小さな活動の積み重ねが、地域の豊かな未来につながっていくことを願っています。

（岡協働推進課 ☎0942・30・9064、FAX 0942・30・9706）

「グローバル・コンパス・ひまわり」公式インスタグラム



中国の伝統芸能

「変面ショー」を体験

いろいろな国の家庭料理をみんなで作ります

市民活動サポートセンター

# みんくる

市民の“やってみたい”を  
応援する場所です



市民活動サポートセンター「みんくる」は、市民活動団体やこれから活動を始めたい人を応援しています。団体と連携したい企業からの相談や、市民活動団体同士の交流会、ボランティアのマッチングといったサポートも。

会議室やロッカー、ボランティアや市民活動に関する本の貸し出しなども行っています。オンライン事業の開催から団体運営の相談まで幅広くサポート。

■場所 くるめりあ六ツ門6階

■開館時間 10時から21時。日曜・祝日は19時まで

☎みんくる

(☎0942・30・9067、FAX0942・30・9068)



くるめりあ六ツ門6階にある、市民活動サポートセンター「みんくる」の入り口



いつでも気軽に相談できる環境が整っています



## クラウドファンディングで活動を応援

市民活動団体が市と協働し、ふるさと納税を活用したクラウドファンディングに取り組んでいます。

市民の皆さんも寄付が可能で、寄付金は税控除の対象。地域課題を解決するための活動に、支援をお願いします。

寄付の締め切りは12月31日(木)です。



各団体の代表の皆さん

団体や寄付の  
詳細はこちら



### 対象団体

#### ■久留米市手をつなぐ育成会

誰でも来ることができる、地域の「まぜこぜの居場所」づくり

目標金額：200万円

#### ■高良山竹林環境研究所

地域住民と共に進める高良山の竹林整備と、地域内外の交流ができる拠点づくり

目標金額：350万円

#### ■香気広場づくりの会

地元高校生や地域住民と連携したイベントなどで、にぎわいやつながりを未来につなぐ取り組み

目標金額：180万円

#### ■<sup>ウマウ</sup>umau.

親子関係の維持や修復のための、子どもが気軽に立ち寄り宿泊できる居場所づくり

目標金額：200万円

#### ■花火動乱蜂保存会

花火動乱蜂の準備を通じた多世代交流、団体と地域住民が共に進める環境整備

目標金額：120万円

#### ■エツ祭実行委員会

エツ祭やヨシ刈りを通じた地域のにぎわいづくりや、地域の環境を守る意識を高める取り組み

目標金額：145万円



# みんなで集い、脳も体も元気に

年齢を重ねると、誰もが身体機能の衰えを感じる場合があります。自分の体の状態を知って、できることからチャレンジ。日々の積み重ねが心身の健康にもつながります。

☎長寿支援課 (☎0942・30・9207、FAX0942・36・6845)

## 認知機能検査から トレーニングまでの流れ

### ① 認知機能検査を受ける

VR 機器の映像を見て回答。  
5分でできます



### ② 検査結果を確認

検査の結果、MCI の疑いがある人は  
トレーニングに参加する

### ▼ トレーニング内容

#### 月2回の集合のとき

- ・リズムを取りながら、連想ゲームなどの  
**運動×頭**の体操
- ・個別面談で保健師からアドバイス

#### 自宅

- ・トレーニング教室で習った運動をする
- ・クロスワード、塗り絵、連想ゲームなどの脳トレのプリントをする
- ・日記をつけて、一日の行動を振り返る



## 自分の脳の状態をチェック

自分や家族の物忘れ、同じ質問の繰り返しに気になっていませんか。日常生活に支障がなくても、以前より物忘れが増えたと感じたら、MCI（軽度認知障害）かもしれません。MCIは認知症の一手前の状態。放っておくと認知症に進行します。しかし、この段階で適切な予防をすることで、脳を健全な状態に戻したり、認知症への進行を遅らせたりすることができます。

市は、VR機器を使って認知機能を

を検査し、MCIが疑われる人を対象に、6カ月間のトレーニング講座

を開催しています。トレーニング

では、自宅学習のほか、月に2回集

まって脳トレや運動、保健師との面

談などを実施。昨年度トレーニング

に参加した人のうち、約3割の人の

認知機能が改善しました。

11月1日(日)に、久留米シティプラ

ザで「もっと知ろう認知症」のイ

ベントを開催します。認知機能の

検査やトレーニングの一部を体験

することができます。

## 若さを維持するために

認知症予防には、運動と頭の体操を同時に行うことが効果的。認知機能と運動機能を同時に刺激することで脳の働きがより活発になります。地域の集まりやボランティアに参加し、何らかの役割を持つて交流することも脳の活性化につながります。市は、介護予防のためのさまざまな講座を開催。講座終了後も活動を続けることが若さを維持する秘訣です。実際の取り組み事例を紹介します。



音楽に合わせて、トレーニングをしながら計算中。参加者の笑顔もあふれます

## 仲間と楽しく頭と体の体操

昨年度、介護予防教室を受講し、今も自主的に集まって活動している「ぐるトレ・アリーナ」代表の岡本禎行さんに話を聞きました。

体を動かしたいと思っていた時に教室の募集案内を見たことがきっかけで夫婦で参加しました。教室では、足踏みをしながらしりとりをしたり、リズムを取りながら口の体操をしたりしました。終了後も続けたいと思い、今は週に1回、60代から70代までの14人で集まっています。みんなで他愛もないことを話しながら運動するひとときが何より楽しいです。これからも和気あいあいと活動していきたいですね。



代表の岡本さん

## 近所で生きがいづくり

自分でもできる／  
認知症予防に  
おすすめの  
運動×頭の体操



- ▶ 歩きながら、数を数える
- ▶ 踏み台昇降しながら、しりと
- ▶ 手拍子しながら、物の名前を  
考える

通いの場の活動団体一覧



市内には、住み慣れた地域で元気に暮らし続けるための「通いの場」があります。通いの場は、参加者が自ら企画し、交流しながら生きがいを感じたり、仲間の輪を広げたりする場所。体を動かす認知症予防プログラムや、健康運動指導士などによる健康講座などを定期的に開催しています。近くの活動場所は、市ホームページから確認できます。「通いの場」として活動を行いたい団体も募集中。みんなで健康と笑顔の輪を広げましょう。

## イベント情報



### もっと知ろう認知症



認知機能を測るコーナーやトークセッションなどを通して認知症の理解を深めるイベント。入場無料。

■日時 11月1日(日) 11時～16時30分

■会場 久留米シティプラザ 久留米座

◆11時～ 認知機能チェックコーナー

脳の状態をセルフで簡単に検査できます

◆11時30分～(5回に分けて開催)

認知機能トレーニング体験会

1コマ20分。各回定員40人(当日先着順)。

普段の講座の一部が体験できます

◆13時5分～13時50分

「知って安心!成年後見制度 小雪さんと一緒に学びましょう」

認知症になったときの財産管理を軽快なトークでわかりやすく。定員399人(当日先着順)

◆14時30分～16時15分

映画「毎日がアルツハイマー」

認知症と向き合う家族の暮らしをユーモアを交えて見つめる作品。定員399人(当日先着順)

会場は  
スタジオ3



### 口からはじまる健口教室



最近、「むせる、食べこぼす、固いものが食べにくい、滑舌が気になる」ことはありませんか。

教室ではガムでかむ力を測り、歯科衛生士が唇や舌の動きを測定。歯ブラシの正しい当て方や動かし方、口の体操も学べます。口腔機能と

認知機能の関係を知り、介護予防に役立てましょう。参加費は無料です。

■開催日・会場

① 12月9日(水) こがケアアベニュー宮ノ陣

② 12月10日(木) 城島げんきかん

③ 12月18日(金) コミュニティセンター上津校区  
会館

■時間 10時～11時30分

■定員 ①③は5人、②は10人。いずれも抽選

■申込締切 11月30日(月)

■申込方法 電話、ファクス、郵便

☎長寿支援課(〒830・8520 住所記入不要、

☎0942・30・9207、FAX 0942・36・6845)



久留米シティプラザ開館10周年記念

# N響12年ぶりの久留米公演

創立100年を迎えたNHK交響楽団。華やかな音色がシティプラザ開館10周年を彩ります。

①久留米シティプラザ（☎0942・36・3000、FAX 0942・36・3087）



指揮  
パスカル・ロフエ

ピアノ  
小林愛実



©HOSOO CO., LTD.



©N.Ikegami

## フランスの名匠が指揮

NHK交響楽団が、久留米では12年ぶりとなるコンサートを開催。フランスの名匠パスカル・ロフエの指揮で、変化に富んだ曲目を披露します。

18世紀イタリアの音楽を20世紀風に味付けした、ストラヴィンスキーの「プルチネラ」と、ブラームスが敬愛する作曲家のメロディーを用いた「ハイドンの主題による変奏曲」は、どちらも過去と現在をつなぐ試み。これらの曲でシティプラザの歩みを振り返りつつ、「大学祝典序曲」で節目を祝います。

ショパンコンクール入賞者・小林愛実が得意とするラヴェルの「ピアノ協奏曲ト長調」にもご期待ください。

## 公演情報

- 日時 来年2月1日(月) 19時開演(18時開場)
- 会場 久留米シティプラザ ザ・グランドホール
- 料金 全席指定S席7,000円、A席5,000円、B席3,500円  
18歳以下は無料(枚数限定。事前のチケット発行が必要。  
入場時に学生証などの証明書を提示してください)  
未就学児の入場不可
- 一般発売 10月17日(土)10時～シティプラザ総合受付、Webにて

## 久留米広域連携中枢都市圏先行販売

- 対象 久留米市、大川市、小郡市、うきは市、大刀洗町、大木町に住んでいる人
- 販売期間 10月9日(金)10時～10日(土)19時(Webは23時59分まで)  
シティプラザまたはWebで販売





高齢者の新型コロナウイルス・インフルエンザ予防接種助成

# 「予防接種」は 医療機関に直接予約を

## 費用の一部を助成します

65歳以上の高齢者を対象に、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの予防接種費用を一部助成します。接種場所は、市内の受託医療機関。かかりつけ医でも接種できる場合があります。高齢者は、感染すると重症化の恐れがあります。希望する人は、流行に備えて早めに接種しましょう。

## ■接種期間

10月1日(木)～来年1月31日(日)

## ■対象者

次のいずれかの人。マイナンバーカードなど、対象者と確認できるものの提示が必要です

①接種当日に65歳以上の人

②接種当日に60歳以上65歳未満の人で、心臓や腎臓、呼吸器に重い病

気があるか、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害がある人

## ■費用(自己負担額)

新型コロナウイルスは6000円、インフルエンザは1650円です。いずれも接種期間内に1回のみ。非課税世帯や生活保護受給世帯は無料ですが、事前に必要書類の準備や手続きが必要です。詳しくは市ホームページで確認してください

## ■接種の予約

接種券やコールセンターはありません。医療機関に直接予約してください

市内受託医療機関  
一覧はこちら



③保健予防課(☎0942・30・9730、FAX0942・30・9833)

石橋文化センター開園70周年記念

宝くじおしゃべり音楽館

## 思い出のスクリーンミュージック

映画音楽の名曲をオーケストラで楽しめる演奏会を開催します。春風亭小朝ナビゲートのもと、島田歌穂の歌、小原孝のピアノ、おしゃべり音楽館ポップスオーケストラが奏でる豊かなハーモニー。久留米児童合唱団も2曲共演し、元気いっぱいの歌声でステージに笑顔とパワーを届けます。

◎石橋文化センター

(☎0942・33・2271、FAX0942・39・7837)

■日時 来年2月14日(日) 14時開演(13時開場)

■会場 石橋文化ホール

■料金 一般 2,500円(当日 3,000円)

高校生以下1,500円(当日 2,000円)

3歳以下は入場不可

前売りで完売の場合、当日券の販売はありません。

宝くじの助成により、特別料金になっています。



左から、春風亭小朝、島田歌穂、小原孝

■チケット販売 10月25日(日)10時～

・石橋文化センター

・石橋文化センター情報サテライト

・チケットぴあ

・ローソンチケット

・木下楽器店





シリーズ 今、気づき、じんけん

## 共に生きる 63

# 女だから、男だからをやめる

市の男女平等政策審議会委員や校区まちづくり連絡協議会で副会長をしている緒方浩一さんに、地域コミュニティでの男女平等の取り組みについて聞きました。

### 作業を洗い出し、みんなで分担

市内の校区コミュニティ組織における女性役員の割合は、令和3年度の18.2%から、令和8年度には23.8%へと着実に増えています。地道な声かけにより女性役員が増えましたし、女性の事務局長が増えて、地域活動に参加しやすい雰囲気になりました。地域コミュニティが良い方向に変わりつつあると実感しています。

以前、まちの行事の役割分担について話し合う場に参加したことがありました。行事によって「男性は力仕事」、「女性は清掃」というように性別で役割が決められており、個人の得意分野や能力を生かすことができていませんでした。そこで作業を細かく洗い出し、性別ではなく、それぞれができることを無理なく対応できるよう、参加したメンバー

と共に提案。最終的には地域で話し合いを重ねたことでお互いの考えへの理解が深まり、性別による役割の決めつけは解消しました。性別で役割を固定化する意識をなくすことと、日頃から話し合う大切さを実感しています。

### 性別に関係なく、みんなでまちをつくる

災害時にも「性別による役割分担」にとらわれず、全員で協力し合うことが必要です。避難所には不安を抱えたさまざまな人が訪れるので、受付では男性だけよりも女性に加わって対応したほうが避難者の安心感も違います。非常時だからこそ、多様な視点を持って一人一人に寄り添うことが大切だと感じましたね。

いつまでも過去の慣習を引きずっていても未来は変わりません。みんなが遠慮なく意見を出し合い、性別に関係なく協力し合える良いまちをつくっていきたいです。

◎男女平等政策課

(☎0942・30・9044、FAX0942・30・9703)



緒方浩一さん

久留米市校区まちづくり連絡協議会副会長。田主丸校区まちづくり振興会会長も務め、地域活動の運営などに広く関わっている

「お互いの思いを理解するためにも話し合うことが大切です」と話す緒方さん



### 久留米女性週間

毎年10月1日から1週間は市民と行政が一緒に男女平等を考える「久留米女性週間」。記念事業として、10月7日(水)まで「くるめフォーラム」を開催します。





## 祐誠高男子弓道部インターハイ制覇

9月2日、祐誠高校男子弓道部が原口新五市長を表敬訪問しました。同部は、8月に和歌山県で行われたインターハイで9年ぶり2度目の優勝。選手たちは、長年チームを率いた安達淳一監督の勇退試合で結果を残せた喜びを報告しました。

石橋稜主将（3年）は、「監督を日本一にするために頑張ってきました。これからは、それぞれの目標に向かって努力したいです」と話しました。



原口市長は、「弓道で鍛えた精神力を生かし、次の目標に向かって頑張ってください」とエールを送りました。

## 久留米を睡眠産業の拠点へ

9月3日、県や市が推進する「福岡バイオコミュニティ」は、久留米大学と連携し、寝具やパジャマなど睡眠に関する製品開発を支援すると発表しました。企業からの相談やデータ測定の分析、情報発信などで製品化を後押し。支援を通じて睡眠産業の拠点化を目指します。同大は50年以上にわたり睡眠の研究を続けており、内村直尚理事長は「久留米から睡眠の重要性を発信していきたい」と期待を込めました。



学内にある「スリープラボ」で、脳波のほか眼球や顎の筋肉の動きを基に、睡眠の質を説明する八木朝子准教授

## 各店自慢の焼きとりが集結

9月12日・13日、東町公園で久留米焼きとり日本一フェスタがありました。市内外の焼きとり店12店が並び、約2万5千人が来場。プロが子どもたちに焼き方を教える体験コーナーもあり、子どもたちは真剣な表情で味付けをして串を焼いていました。

初めて来たという松本善彦さん（佐賀市）は、「いろいろな店の焼きとりを食べて楽しんでいます。ダルムがお気に入りでした」と笑顔で話しました。



豚バラなどを手に、各店自慢の串の食べ比べを楽しむ笑顔の子どもたち

## 市内の100歳を市長がお祝い

今年度、124人の市民が100歳を迎えます。敬老の日を前に、9月16日と17日の2日間、原口市長が6人を訪問。一人一人にお祝い状と記念品を贈りました。お祝いを受け取った牛島辰次さん（大石町）は、「多くの人に支えられ、こうして100歳を迎えられたことがうれしいです。長生きの秘訣は、3食しっかり食べ、脳トレや掃除をして手足などを動かすことです」と笑顔で話しました。



「ピアノやギターを弾くことも好きで、よく手先も動かしています」と話す牛島さん



詳細は

久留米市公式ホームページ

検索

イベントをお知らせします。久留米広域連携中枢都市圏や筑後川流域クロスロード協議会を構成する市のイベントも掲載

金

2

カラーボールであそぼう  
児童センター ☎35-3809

久留米まちなか美術館  
(12/1まで) ギャラリーアールグレイなど ☎090-9073-1798

9

歴史講座 水沼の君の時代 三  
瀬生涯学習センター ☎30-9137

みんなであそぼう  
児童センター ☎35-3809

みんなでおしゃべり会園えらび  
くるるん ☎34-5571

らっこくらぶ 各地域子育て  
支援センター ☎33-4441

連文会員華道展 (10/12まで)  
石橋文化センター ☎32-7487

16

手形アートor足形アート  
児童センター ☎35-3809

ブックスタート  
耳納市民センター ☎38-7116

23

秋のバラフェア&もみじまつり  
(12/6まで) 石橋文化センター  
☎33-2271

うんどうあそび  
児童センター ☎35-3809

ブックスタート  
三瀬図書館 ☎64-6010

30

みんなであそぼう  
児童センター ☎35-3809

土

3

オールちっごフェス (10/4まで)  
東町公園 ☎090-8407-0000

がんサロンルルド講演会 お金の制度  
聖マリア病院 ☎35-3322

聖マリア病院生活習慣病センター市民公開  
講座 生活習慣病 シティプラザ ☎35-3322

久留米大学先端癌治療研究センター市民公  
開講座 肝・胆・脾(すい)のがん  
石橋文化センター ☎31-7746

10

イベント情報 LINE配信日

リサイクル宝の市 (10/18まで)  
宮ノ陣グリーンセンター ☎30-9143

男女共同参画講座 家事・育児・介護は誰の  
仕事? 男女平等推進センター ☎30-7800

筑後SAKE(さけ)フェスタ (10/11まで)  
六角堂広場 ☎44-3700

まちに潜むケア研究会  
本庁舎2階くるみホール ☎30-9175

久留米室内管弦楽団定期演奏会  
石橋文化センター ☎090-1513-4585

17

親子そば打ち体験教室  
田主丸保健センター ☎0943-74-4000

筑後川流域装飾古墳同時公開  
下馬場古墳など7カ所 ☎30-9225

企画展 近代久留米の日本画 (1/11まで)  
有馬記念館 ☎39-8485

上下水道フェア  
南部浄化センター ☎30-8565

おもちゃ病院  
石橋記念くるめっ子館 ☎35-8411

24

工作ランド シャカシャカキーホルダーをつく  
ろう 児童センター ☎35-3809

落花生の収穫体験  
ふれあい農業公園 ☎47-6065

くるめ病院市民公開講座 大腸がん  
シティプラザ ☎43-5757

道の駅おおき丹波黒枝豆収穫祭 (10/25まで)  
大木町・くるるん農園 ☎0944-75-2150

31

広報紙発行日

こぐまちゃんおはなし会  
中央図書館 ☎38-7116

日

4

喜劇「人類館」プレレクチャー わたしの社会  
運動 シティプラザ ☎36-3000

ブックスタート みんなくる ☎39-5620

お茶を楽しむ会 青木繁旧居 ☎39-3575

プールストラ 愛 個展 (10/25まで)  
山辺道文化館 ☎47-3015

スターKIDS(キッズ)フェスタ  
久留米東部商工会館 ☎47-1231

堀DAY(デー)ミュージック  
大木町・クリークの里 石丸山公園 ☎0944-32-1336

11

18

サンデーリサイクル  
宮ノ陣グリーンセンター ☎30-9143

エコハロウィン 廃材カボチャグッズ工作  
宮ノ陣グリーンセンター ☎27-5371

野の花を描く絵の教室  
山辺道文化館 ☎47-3015

久留米カンマーコール 40周年記念演奏会  
石橋文化センター ☎090-4986-2102

25

イベント情報 LINE配信日

子育てフェスタ  
くるるん ☎34-5571

ボードゲームと図書館バックヤードツアー  
中央図書館 ☎38-7116

久留米ちくご大歌舞伎  
シティプラザ ☎33-5010

小郡市民まつり  
小郡市・市生涯学習センター ☎73-9103

11/1

絵本作家たしろちさと講演会  
中央図書館 ☎38-7116

ブックスタート  
みんなくる ☎39-5620

カラダ活性化フェスタ  
シティプラザ ☎35-1525

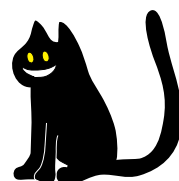
市民公開講座 心臓と血管  
久留米大学筑水会館 ☎31-7580



# 10月イベントカレンダー

イベント名・会場・問い合わせ先電話番号を記載しています

| 月                                                                                                | 火                                                                                                                               | 水                                                                                                                                                                                       | 木                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                  |                                                |                                                                                                        | <b>1</b> <span>広報紙発行日</span><br>くるめフォーラム (10/7まで)<br>えーるピア久留米 ☎30-7800<br><b>大きくなったかな</b><br>児童センター ☎35-3809<br><b>お誕生会</b><br>くるるん ☎34-5571<br><b>ブックスタート</b><br>筑邦市民センター ☎38-7116                     |
| <b>5</b> シティプラザ休館                                                                                | <b>6</b> シティプラザ休館<br>リトミックを楽しむ<br>児童センター ☎35-3809<br><b>講演 男女共同参画で豊かな地域づくりを</b><br>えーるピア久留米 ☎30-7900                            | <b>7</b><br>なるほど人権セミナー こうのとりのゆりかご<br>耳納市民センター ☎30-7970<br><b>ブックスタート</b><br>北野図書館 ☎23-1151                                                                                              | <b>8</b><br>ミニうんどうかい<br>児童センター ☎35-3809                                                                                                                                                                 |
| <b>12</b> スポーツの日<br>ケロポンズファミリーコンサート<br>石橋文化センター ☎33-2271                                         | <b>13</b><br>こども子育てサポートセンター出張相談 くるるん ☎34-5571                                                                                   | <b>14</b><br>センターであそぼう<br>児童センター ☎35-3809<br><b>帰ってきた!出前講座 筑後国府跡の歴史的価値</b> 本庁舎2階くろみホール ☎30-9322<br><b>ブックスタート</b><br>えーるピア久留米 ☎38-7116                                                  | <b>15</b><br>ベビーマッサージ<br>ゆうゆう ☎65-1200<br><b>ブックスタート</b> 田主丸図書館 仮出張所 ☎0943-73-4031<br><b>ブックスタート</b><br>城島図書館 ☎62-1777<br><b>紙コップでつくるジャンピングおばけ</b> くるるん ☎34-5571<br><b>保健師さんと話そう</b><br>児童センター ☎35-3809 |
| <b>19</b><br> | <b>20</b><br><b>講演 災害に備えよう</b><br>えーるピア久留米 ☎30-7900<br><b>ブックスタート</b><br>中央図書館 ☎38-7116<br><b>おえかき・制作あそび</b><br>児童センター ☎35-3809 | <b>21</b><br><b>ライブラリーシネマ「マダム・フローレンス 夢見るふたり」</b><br>中央図書館 ☎38-7116<br><b>わくわくタイム</b><br>児童センター ☎35-3809<br><b>小児科医と話そう ワクチン</b><br>くるるん ☎34-5571<br><b>こっちゃんおはなし会</b><br>中央図書館 ☎38-7116 | <b>22</b><br><b>ストレッチでスキンシップ</b><br>児童センター ☎35-3809<br><b>赤ちゃんサロン</b><br>児童センター ☎35-3809                                                                                                                |
| <b>26</b><br>ふれあいベビーマッサージ<br>くるるん ☎34-5571<br><b>高良山歴史ウォーク 古代神籠石</b> ☎080-5607-0416              | <b>27</b><br><b>誕生会・パネルシアター</b><br>児童センター ☎35-3809                                                                              | <b>28</b><br>センターであそぼう<br>児童センター ☎35-3809<br><b>助産師相談</b><br>くるるん ☎34-5571<br><b>手作りパン教室</b><br>ふれあい農業公園 ☎47-6065                                                                       | <b>29</b><br><b>カレンダーをつくろう 11月</b><br>児童センター ☎35-3809<br><b>そよ風秋ヨガ</b> 県緑化センター ☎0943-74-4000                                                                                                            |



# ちよいと行ってみらんね

## 久留米市総合美術展

10月14日(水)～11月1日(日)

半世紀以上続く、歴史ある美術公募展。日本画、水墨画、洋画、彫刻、工芸、書道、写真、デザイン各部門の入賞・入選作品が展示されます。

■日時 10月14日(水)から11月1日(日)まで。10時～17時(入場は16時30分まで)。日曜日のみ16時まで  
10月19日(月)、20日(火)、26日(月)、27日(火)は休場

■会場 久留米市美術館1階

■入場料 一般300円、高校生以下無料  
☎久留米市総合美術展実行委員会事務局  
(☎0942・32・7487、FAX0942・48・6660)



作品は、部門ごとに3期に分けて展示されます



## KurumeこくさいDay

10月18日(日)

国際色豊かな音楽や踊りのステージイベントを楽しんだり、各国自慢の絶品グルメを堪能したりしながら、世界の文化を学ぶことができます。見て、食べて、遊んで、さまざまな文化や価値観に触れてみませんか。

■日時 10月18日(日)12時～16時  
■会場 久留米シティプラザ六角堂広場  
■入場料 無料

☎久留米観光コンベンション国際交流協会  
(☎0942・31・1717、FAX0942・31・3210)



世界の音楽と踊りがステージを華やかに彩ります



## サイクルファミリーパークフェスタ

11月15日(日)

思わずチャレンジしたくなるおもしろ自転車や、みんなで楽しめる2～4人乗りの自転車など、約150台がそろっています。車輪回し競争やマウンテンバイク教室、屋台の出店など、楽しいイベントも盛りだくさん。

■日時 11月15日(日)9時～16時30分(自転車受付は16時まで)  
■会場 久留米サイクルファミリーパーク  
■入場料 高校生以上200円、中学生以下無料  
自転車や施設の利用料は別途必要

☎サイクルファミリーパーク  
(☎0942・45・5656、FAX0942・45・8511)



個性豊かな自転車が勢ぞろい。子どもから大人まで楽しめます





## 10月12日(祝)

|    |                 |      |              |
|----|-----------------|------|--------------|
| 内科 | 宮崎内科循環器内科       | 野中町  | 41-0011      |
|    | よしかいクリニック       | 花畑   | 39-4114      |
|    | みつい医院           | 安武町  | 27-9966      |
|    | 富田病院            | 城島町  | 62-3121      |
|    | 田主丸中央病院         | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
| 外科 | 耳納日高整形外科医院      | 山川町  | 43-3177      |
|    | 高木病院            | 大川市  | 0944-87-0001 |
|    | 鳥越胃腸科外科医院       | うきは市 | 0943-75-4185 |
| 小児 | 河野小児科           | 国分町  | 21-3219      |
| 眼  | 久留米セントラルアイクリニック | 津福今町 | 36-8200      |
| 耳  | まなこ耳鼻咽喉科クリニック   | みやき町 | 89-1733      |
| 歯  | わかすぎ歯科          | 合川町  | 27-9876      |
| 産  | 聖マリア病院          | 津福本町 | 35-3322      |

## 10月18日

|    |                   |      |              |
|----|-------------------|------|--------------|
| 内科 | ★ツジ胃腸内科医院         | 国分町  | 21-1582      |
|    | 下津浦内科医院           | 東町   | 36-0620      |
|    | 松枝医院              | 荒木町  | 26-1453      |
|    | 新古賀リハビリテーション病院みらい | 小都市  | 73-0011      |
|    | 安本病院              | 三瀬町  | 64-2032      |
| 外科 | 古賀医院              | 三瀬町  | 65-0240      |
|    | 原鶴病院              | うきは市 | 0943-75-3135 |
|    | ★齋藤醫院             | 白山町  | 34-3110      |
|    | 高木病院              | 大川市  | 0944-87-0001 |
|    | 原鶴病院              | うきは市 | 0943-75-3135 |
| 小児 | 福田こどもクリニック        | 宮ノ陣  | 46-6000      |
| 眼  | 久留米おの眼科医院         | 東町   | 46-7724      |
| 耳  | 木下総合歯科眼科          | 大川市  | 0944-85-0600 |
| 歯  | 大淵耳鼻咽喉科クリニック      | 八女市  | 0943-23-2811 |
| 産  | 青木歯科医院            | 瀬下町  | 32-8764      |
|    | ★宮原クリニック          | 国分町  | 22-3011      |

## 10月25日

|    |                |      |              |
|----|----------------|------|--------------|
| 内科 | ★つむらファミリークリニック | 高良内町 | 43-9720      |
|    | ★おだ内科医院        | 西町   | 32-4986      |
|    | くるめ駅前クリニック     | 中央町  | 32-8311      |
|    | 富田病院           | 城島町  | 62-3121      |
|    | いしばし循環器内科      | 三瀬町  | 64-6111      |
| 外科 | 大川リバーサイド病院     | 大川市  | 0944-87-5757 |
|    | おおかわメンタルクリニック  | 大川市  | 0944-88-1275 |
|    | 筑後吉井こころホスピタル   | うきは市 | 0943-75-3165 |
|    | 岡部医院           | 荒木町  | 27-0185      |
|    | 神代病院           | 北野町  | 78-3177      |
| 小児 | 田主丸中央病院        | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
| 眼  | ★つむらファミリークリニック | 高良内町 | 43-9720      |
| 耳  | きのした小児科クリニック   | 小都市  | 72-6856      |
| 歯  | 実吉眼科医院         | 天神町  | 37-3111      |
| 産  | 井之口耳鼻咽喉科医院     | 莊島町  | 34-3387      |
|    | さかた歯科医院        | 宮ノ陣町 | 31-2121      |
|    | ★みやじまクリニック     | 大善寺町 | 51-3188      |

## 11月1日

|    |                |      |              |
|----|----------------|------|--------------|
| 内科 | 薬師寺内科医院        | 国分町  | 21-2683      |
|    | 内藤病院           | 西町   | 32-1212      |
|    | 西村医院           | 長門石  | 32-8712      |
|    | 富田病院           | 城島町  | 62-3121      |
|    | ハイジア内科         | 三瀬町  | 55-9550      |
| 外科 | 大川リバーサイド病院     | 大川市  | 0944-87-5757 |
|    | いちのせファミリークリニック | 大川市  | 0944-86-2366 |
|    | 田主丸中央病院        | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
|    | おざさクリニック       | 東瀬原町 | 32-1068      |
|    | 神代病院           | 北野町  | 78-3177      |
| 小児 | 田主丸中央病院        | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
| 眼  | さかた小児科クリニック    | 御井旗崎 | 27-8841      |
| 耳  | いちのせファミリークリニック | 大川市  | 0944-86-2366 |
| 歯  | 石川眼科医院         | 莊島町  | 34-1881      |
| 産  | 池田耳鼻咽喉科医院      | 朝倉市  | 0946-21-1678 |
|    | 中村歯科医院         | 荒木町  | 27-2248      |
|    | ★まえだ婦人科クリニック   | 諏訪野町 | 36-6200      |

## 11月3日(祝)

|    |               |      |              |
|----|---------------|------|--------------|
| 内科 | 亀尾医院          | 宮ノ陣町 | 34-0226      |
|    | 花畑病院          | 西町   | 32-4565      |
|    | ★緒方胃腸科医院      | 莊島町  | 34-8311      |
|    | 安本病院          | 三瀬町  | 64-2032      |
|    | 田主丸中央病院       | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
| 外科 | 村岡外科医院        | 東瀬原町 | 32-8889      |
|    | 高木病院          | 大川市  | 0944-87-0001 |
|    | 平田外科診療所       | うきは市 | 0943-75-2065 |
|    | おおぶ小児科        | 諏訪野町 | 33-2551      |
|    | くどうこどもクリニック   | 小都市  | 75-9100      |
| 小児 | 山下こどもクリニック    | 小都市  | 41-7400      |
| 眼  | 鶴丸眼科医院        | 筑後市  | 52-0002      |
| 耳  | あらき耳鼻咽喉科クリニック | 御井町  | 44-6888      |
| 歯  | 井上邦子歯科クリニック   | 小頭町  | 34-6800      |
| 産  | 空の森クリニックくるめ   | 天神町  | 46-8866      |

## 全日曜、祝日

|       |        |      |         |
|-------|--------|------|---------|
| 外科    | 聖マリア病院 | 津福本町 | 35-3322 |
| 外科    | 新古賀病院  | 天神町  | 38-2222 |
| 内科・外科 | 嶋田病院   | 小都市  | 72-2236 |

### 救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったとき

24時間受け付け救急電話相談・医療機関案内

■プッシュ回線 #7119 ■☎092・471・0099

★の印のついた医療機関では、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

休日当番薬局は久留米三井薬剤師会ホームページへ



## 南部地区障害者就職相談会

■**内容** 企業約30社が集まる個別相談会。手話通訳や車椅子での相談などにも対応 ■**日時** 10月16日(金)13時～16時。受け付けは15時30分まで  
■**会場** 久留米リサーチセンタービル ■**対象** 就職・転職を希望する障害のある人 ■**料金** 無料 ■**申し込み** 不要  
問) ハローワーク久留米

☎90・0013、FAX39・4877



## 外国人のための無料相談会

■**内容** 在留資格、労働の悩みなどに行政書士や弁護士、社会保険労務士が対応。多言語通訳サービスあり ■**日時** 10月17日(土)13時～16時  
■**会場** みんなくろ ■**申込締切** 10月16日(金)  
申) 広聴・相談課 ☎30・9096、FAX30・9711



## こころの相談カフェ

■**内容** 臨床心理士などが対応 ■**対象** 市内に住んでいるか、通勤・通学している人 ■**料金** 無料 ■**申込方法** 申込先に連絡

【みんなくろ】■**日時** 10月から11月までの11月3日を除く火曜、11月15日(日)、12月6日(日)、各13時～16時。11月4日(水)17時～20時

【中央図書館】■**日時** 10月18日(日)13時～16時

申) こころの相談カフェ

☎0120・905・399、  
FAX55・4664



## ●編集後記

広報戦略課に異動してはや半年が経過。右も左も分からない状況でしたが、スタッフに支えられながら、なんとかやってきました。どうすればいいのか迷う中、ある研修会で講師の言葉が深く心に刺さりました。「広報紙は市民との信頼関係で成り立っている」今は、その考えを心の支えに、広報紙をより良いものにと精進する毎日です。(雲)

## 10月4日

|    |                |      |              |
|----|----------------|------|--------------|
| 内科 | 久留米リハビリテーション病院 | 山本町  | 43-8033      |
|    | 安達医院           | 西町   | 27-5312      |
|    | 大善寺医院          | 大善寺町 | 27-3851      |
|    | 安本病院           | 三瀬町  | 64-2032      |
|    | たなか医院          | 大木町  | 0944-33-0075 |
| 外科 | 田主丸中央病院        | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
|    | 森山整形外科         | 長門石  | 30-1625      |
|    | 神代病院           | 北野町  | 78-3177      |
|    | 高木病院           | 大川市  | 0944-87-0001 |
|    | 宮崎整形外科         | 田主丸町 | 0943-72-1000 |
| 小児 | ひだか子どもクリニック    | 南    | 22-0119      |
| 眼  | しらたに眼科医院       | 篠原町  | 31-6660      |
|    | 中村眼科医院         | 大川市  | 0944-87-1618 |
| 耳  | 川口耳鼻咽喉科医院      | 櫛原町  | 32-2107      |
| 歯  | 大石歯科クリニック      | 御井町  | 44-0014      |
| 産  | ★渡辺レディースクリニック  | 国分町  | 21-1103      |

## 10月11日

|    |                   |      |              |
|----|-------------------|------|--------------|
| 内科 | みい駅前まわり内科         | 御井町  | 41-8881      |
|    | ★ささき内科呼吸器糖尿病クリニック | 合川町  | 48-3306      |
|    | 柴田循環器科内科医院        | 野中町  | 36-1777      |
|    | 富田病院              | 城島町  | 62-3121      |
|    | 安本病院              | 三瀬町  | 64-2032      |
| 外科 | 大川リバーサイド病院        | 大川市  | 0944-87-5757 |
|    | やのクリニック           | 田主丸町 | 0943-72-2464 |
|    | 山下脳神経外科医院         | 諏訪野町 | 21-9626      |
|    | 高木病院              | 大川市  | 0944-87-0001 |
|    | 田主丸中央病院           | 田主丸町 | 0943-72-2460 |
| 小児 | かとう小児科            | 大善寺町 | 27-2220      |
| 眼  | 杉田眼科医院            | 国分町  | 22-2020      |
| 耳  | かみむら耳鼻咽喉科         | 大牟田市 | 0944-52-4426 |
| 歯  | えだみつ歯科クリニック       | 上津   | 51-2203      |
| 産  | 久留米総合病院           | 櫛原町  | 33-1211      |

※診療時間や災害時の開閉は各医療機関に問い合わせてください

※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

## 子どもの急な病気やケガで心配なとき

### 小児救急医療電話相談

受診するか迷ったら、看護師や小児科医師が助言します。

■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

■プッシュ回線・携帯電話 #8000 ■☎092・731・4119

### 久留米広域小児救急センター

夜間の子どもの急病に対応しています。

■毎日19時～23時。22時30分受付終了

■聖マリア病院 地域医療支援棟 1階





## 女性のための相談

■【総合・性暴力相談】■内容 DV、夫婦問題、性被害、労働、職場での悩みなどに電話、面接で女性相談員が対応 ■日時 月～水・金・土曜10時～18時。木曜17時～20時。日曜10時～17時。面接相談は申し込みが必要

■【無料弁護士相談】■内容 夫婦問題などの悩みに面接で女性弁護士が対応 ■日時 11月12日(木)、26日(木)、各14時～15時30分。11月19日(木)17時30分～19時 ■申込締切 希望日の前日

いずれも会場はえーるピア久留米。託児の申込締切は相談日の5日前。

申) 男女平等推進センター

☎30・7802、FAX30・7811



## 精神科医のこころの健康相談

■日時 10月8日から12月3日までの第5週を除く木曜。各13時30分～15時 ■会場 保健所 ■対象 市内に住んでいる人 ■料金 無料 ■定員 各3組・先着順 ■申込開始 10月8日(木)9時

申) 保健予防課 ☎30・9728、FAX30・9833



## 成年後見などの無料相談会

■内容 成年後見や相続などの悩みに行政書士が対応 ■日時 10月21日(水)、11月18日(水)、12月16日(水)。各13時～16時 ■会場 みんなくる ■申込方法 申込先に連絡

申) コスモス成年後見サポートセンター福岡県支部の田端さん ☎070・2401・5131、FAX55・6255



## 身体障害のある人のための無料相談

■日時 10月14日(水)、21日(水)、11月4日(水)。各13時～16時 ■会場 市総合福祉会館 ■対象 身体障害のある人と家族 ■申し込み 不要

問) 障害者福祉課 ☎30・9035、FAX30・9752、  
E-mail fukushi@city.kurume.lg.jp



## 無料育児相談

■内容 絵本の読み聞かせ・育児相談 ■日時 10月22日(木)10時～11時30分 ■会場 ゆうゆう ■対象 乳幼児と保護者 ■申し込み 不要

問) ゆうゆう ☎65・1200、FAX65・1219

## 宝くじ助成で自主防災機材を購入

竹野校区自主防災会は、宝くじ助成金でトランシーバーやポータブル電源などを購入し、自主防災資機材を整備しました。

宝くじ助成は、自主防災活動の活性化を目的とした事業などに活用されます。



問) 防災対策課 ☎30・9074、FAX30・9712



広告

## 古い家だからしかたない。

そう思いませんか？

窓の断熱リフォームで、  
住まいはまだまだ快適になります。

今なら窓リフォームで補助金あり  
(環境省 先進的窓リノベ 2026 事業)

補助額  
最大 **100万円**

お気軽に問い合わせください



**ウインドコンビニ**  
株式会社ウインドコンビニ  
〒830-0018 福岡県久留米市通町109-13  
TEL. **0120-48-1134**

## 図書館の福祉ボランティアとの交流会

■内容 九州国立博物館視覚障害者向けプログラムの受講と、福祉ボランティアとの交流 ■日時 11月29日(日)13時30分～15時30分 ■会場 中央図書館 ■対象 視覚障害のある人と同伴者 ■料金 無料 ■定員 15組・先着順 ■申込期間 10月8日(木)10時～30日(金)17時  
申) 中央図書館 ☎38・7116、FAX38・7183

## 60歳以上の仕事説明会

■内容 シルバー人材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能 ■対象 定年退職予定者、60歳以上の人 ■料金 無料 ■申し込み 不要  
【田主丸校区コミュニティセンター】■日時 10月21日(水)14時～16時  
【三潯生涯学習センター】■日時 10月22日(木)14時～16時  
【北野生涯学習センター】■日時 10月23日(金)14時～16時  
問) シルバー人材センター  
☎35・5229、FAX35・5974

## 障害者ふれあいスポーツソフトバレー大会

■内容 6人制、9人制で競技 ■日時 11月15日(日)10時～13時 ■会場 野中生涯学習センター ■対象 身体障害のある人と家族 ■料金 無料 ■定員 40人・先着順 ■申込開始 10月8日(木)10時  
申) 市身体障害者福祉協会  
☎39・2666、FAX38・9290

## プロに学ぶ家族介護教室

【健康維持増進のための口腔ケア】<sup>こうくう</sup> ■日時 10月31日(土)10時～12時 ■申込締切 10月20日(火)  
【自宅で安心して暮らせる環境作り】 ■日時 11月7日(土)10時～12時30分 ■申込締切 10月27日(火)  
【家族介護に伴うストレスへの対応】 ■日時 11月21日(土)10時～12時30分 ■申込締切 11月10日(火)  
いずれも会場は本庁舎3階会議室。対象は家族を介護している人など。料金は無料。定員は15人・抽選。  
申) 市介護福祉サービス事業者協議会  
☎35・1525、FAX46・5841

## 相談

### 消費生活無料法律相談

■内容 悪質商法などの悩みに弁護士が対応 ■日時 11月4日(水)、18日(水)。各13時～15時30分 ■会場 えーるピア久留米 ■対象 市内に住んでいる人 ■申込方法 申込先に連絡  
申) 消費生活センター  
☎30・7700、FAX30・7715

### 市勤労者生活資金貸付無料相談

■内容 教育費、医療費、冠婚葬祭費などを低利子で貸し付ける制度の説明・相談 ■日時 10月11日(日)、18日(日)。各10時～17時 ■会場 九州労働金庫ローンセンター久留米 ■対象 市内に住んでいる64歳以下で、融資制度がない中小企業に1年以上勤めている人 ■申込方法 申込先に連絡  
申) 同センター久留米 ☎33・7117、FAX33・7123

広告



整形外科専門医  
(日本専門医機構認定)  
樋口 健吾 医師



整形外科専門医  
(日本専門医機構認定)  
田原 慎太郎 医師

“ひざ”の痛み、手術の前にできることがあります  
ラジオ波末梢神経ブロックによる痛みをコントロールする治療も選択肢の一つです

保存療法  
消炎鎮痛剤  
セアロン阻注射など

ラジオ波末梢神経ブロック  
痛みを感じる神経をラジオ波で  
変性させる治療

手術療法  
人工関節など

整形外科専門医による  
(日本専門医機構認定)  
チーム医療

診断からリハビリまで  
一貫サポート

手術は避けたい  
そんな方は、一度ご相談を

ひざの痛みを減らす  
新しい治療法  
ラジオ波末梢神経  
ブロック

当院の治療実績  
300件以上の  
症例実績!!  
※2024年3月～2026年6月現在

あなたの資格・経験を活かし、  
一緒に働きませんか?  
幅広い職種でスタッフ募集中心!

医療法人 社団 健栄堂  
甘木中央病院  
福岡県朝倉市甘木567  
☎0946-22-5550  
甘木ICより車で5分

病院Instagram▶

小郡院HP▶

みんなの整形外科  
リハビリと痛み  
☎0942-73-0521  
イオン小郡店すぐ  
福岡県小郡市大板井750番地11

2026.10 広報 久留米 | 20

# 情報ほっとライン



## ボディー Bodyバランス&エアロ

■内容 体幹トレーニング、優しいエアロビクス、ストレッチなど ■日時 11月3日から24日までの火曜10時～11時30分 ■会場 市総合福祉会館 ■対象 市内に住んでいる60歳以上の人、身体障害のある人、ひとり親家庭の人 ■料金 無料 ■定員 25人・抽選 ■申込期間 10月8日(木)～15日(木) 申) 同会館 ☎38・9288、FAX38・9289



## ものわすれ座談会

■内容 情報を共有し不安や悩みを解消する。本人のみ、家族のみの話し合いと、全員での意見交換 ■日時 12月5日(土)10時～12時 ■会場 本庁舎3階会議室 ■対象 市内に住んでいて物忘れで悩んでいる人、家族 ■料金 無料 ■定員 5組・抽選 ■申込締切 11月6日(金)。電子申請あり 申) 長寿支援課 ☎30・9207、FAX36・6845



## 11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)<br>11日(水)<br>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(木)                    |
| ★建築相談       | 13:00～16:00 | 5日(木)                     |
| ★税理士相談      | 13:00～16:00 | 2日(月)                     |
| ★交通事故相談     | 10:00～15:00 | 10日(火)<br>24日(火)          |
| ★出入国管理局相談   | 13:00～15:00 | 5日(木)                     |
| ★行政相談       | 13:00～16:00 | 13日(金)                    |
| ★人権相談       | 13:00～16:00 | 20日(金)                    |
| ★マンション管理士相談 | 13:00～16:00 | 27日(金)                    |
| 不動産相談       | 13:00～16:00 | 9日(月)<br>19日(木)           |
| 行政書士相談      | 10:00～15:00 | 17日(火)                    |
| 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(木)                    |

### ◎総合支所

|                       | 田主丸    | 北野     | 城島     | 三潴     |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|
| ★一般相談<br>10:00～16:00  | 19日(木) | 5日(木)  | 26日(木) | 12日(木) |
| ★弁護士相談<br>13:30～15:30 | 6日(金)  | 16日(月) | 12日(木) | 24日(火) |
| ★行政相談<br>13:00～16:00  | 13日(金) |        |        |        |
| ★人権相談<br>13:00～16:00  | 20日(金) | —      | 20日(金) | —      |

### ◎市民センター

|                       | 耳納     | 筑邦     | 上津     | 千歳     | 高牟礼   |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|-------|
| ★一般相談<br>10:00～16:00  | 10日(火) | 17日(火) | 27日(金) | 24日(火) | 6日(金) |
| ★弁護士相談<br>14:00～16:00 | —      | —      | 18日(水) | —      | —     |
| ★行政相談<br>13:00～16:00  | 13日(金) | —      | —      | —      | —     |
| ★人権相談<br>13:00～16:00  | 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10月8日(木)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。

申) 広聴・相談課 ☎30・9017、FAX30・9711



## 庭木1本から承ります! 早く! きれいに! お得に! 広告

お客様との  
お約束

庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りません  
土日でもOKです  
お茶はご遠慮します



広報久留米を  
ご覧の方へ

生垣剪定 長さ1m×高さ2m  
通常 2,200円を ※税込  
先着10名様 1,100円

お見積り・お問い合わせは ☎電話 もしくは 2次元コードから

1本からの  
お庭サービス

ガーデンエクステラス

0120-61-4128

【福岡博多店】福岡市博多区諸岡6-23 【久留米店】久留米市草野町矢作286 【久留米筑前店】朝倉郡筑前町新町349

営業時間 9:00～17:00





## 市有地売却

■物件=地目面積・予定価格 合川町字西上ノ原74番1他7筆=山林等1,034.35㎡・2,920万円

■対象 税の滞納がなく、暴力的行為を行う組織に属していない人など ■入札参加申込締切 11月11日(水)。入札期間は11月12日(木)から19日(木)まで。申込書は申込先、市ホームページに準備

申) 財産管理課 ☎30・9059、FAX30・9706



## 来年度の保育所入所申し込みを受け付け

■申込期間 電子申請10月19日(月)～11月30日(月)17時15分。窓口11月2日(月)～30日(月) ■申込方法 電子申請か、申込書などを申込先、各総合支所市民福祉課に持参。入所日時点で、2歳児以上は面接あり。3歳以上で幼稚園の入園を希望する人は各園に直接申し込みを。

申) 子ども保育課 ☎30・9025、FAX30・9718



## シニアアート展作品募集

■対象 市内に住んでいる60歳以上の人

■募集作品 絵画、手芸・工芸、書道、写真、共同作品

■作品規定 高さ180cm、幅100cm、奥行100cm以内。未発表の作品。1人1点 ■申込締切 12月28日(月)16時。申込書は申込先、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。展示会は来年2月に市美術館で開催

申) 市シニアクラブ連合会事務局

☎39・1550、FAX65・7250



## もよおし



## 生涯学習センターの講座

【エクセル入門講座】■内容 基礎からグラフ作成まで ■日時 11月5日から12月3日までの木曜10時～12時 ■対象 文字入力ができる人 ■料金 2,000円 ■定員 17人・抽選 ■申込締切 10月20日(火)

【はじめての俳句教室】■日時 11月18日(水)、25日(水)、12月2日(水)13時～15時 ■料金 無料 ■定員 20人・抽選 ■申込締切 10月20日(火)

【できると楽しいiPhone活用 初心者向け】<sup>アイフォン</sup>■日時 11月24日から12月22日までの火曜10時～12時 ■料金 2,000円 ■定員 10人・抽選 ■申込期間 10月15日(水)～11月5日(木)

【シニアスマホ講座】■内容 基本操作、日常で便利に使う方法など ■日時 11月25日から12月23日までの水曜10時～12時 ■料金 2,000円 ■定員 18人・抽選 ■申込期間 10月15日(水)～11月5日(木)

【楽しい脳トレ&体操&ゲーム講座】■内容 地域の集まりの場で使える脳トレなどを学ぶ ■日時 11月28日(土)13時30分～15時30分 ■対象 地域活動をしたい人 ■料金 500円 ■定員 30人・抽選 ■申込期間 10月15日(水)～11月5日(木)

いずれも会場はえーるピア久留米。対象は60歳以上。申込方法は電話、ファクス、メール、窓口、ホームページ。

申) 生涯学習センター ☎30・7900、FAX30・7911、  
x-ll elpia@piif.k-sports-manabi.jp

## 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

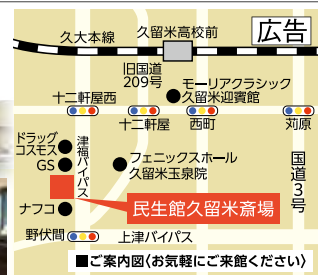
# 『民生館』

式場見学会  
開催中

無料事前相談も承っています

全てのお葬儀・法事に関するどんなことでもお気軽にお問い合わせください

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

## 市の人口 令和8年9月1日現在

|     |            | 前月比  | 前年同月比  |
|-----|------------|------|--------|
| 人口  | 298,148 人  | -110 | -1,115 |
| 男   | 141,643 人  | -41  | -474   |
| 女   | 156,505 人  | -69  | -641   |
| 世帯数 | 145,544 世帯 | -40  | +1,181 |

## 今月の納付（10月分）

### 口座・納付書

|            |    |                 |
|------------|----|-----------------|
| 市・県民税      | 3期 | 納期限<br>11月2日(月) |
| 国民健康保険料    | 5期 |                 |
| 介護保険料      | 5期 |                 |
| 後期高齢者医療保険料 | 4期 |                 |

### 年金天引き

|            |                   |
|------------|-------------------|
| 市・県民税      | 天引き日<br>10月15日(木) |
| 国民健康保険料    |                   |
| 介護保険料      |                   |
| 後期高齢者医療保険料 |                   |

納付は便利で安心な口座振替で

## お知らせ

### 在日外国人への障害者・高齢者給付金の支給

制度上の理由で障害年金や老齢年金を受けられない在日外国人に、給付金を支給しています。



【①障害者給付金】■対象 昭和37（1962）

年1月1日以前に生まれ、昭和57（1982）年1月1日までに日本国籍を取得したか外国人登録をした人で、取得・登録前から障害のあった人 ■支給額 月額1万円

問）障害者福祉課 ☎30・9035、FAX30・9752



【②高齢者給付金】■対象 大正15（1926）

年4月1日以前に生まれ、昭和57（1982）年1月1日までに外国人登録をした人で、永住又は特別永住許可を受けているか昭和36（1961）年4月1日以降に日本国籍を取得した人。ただし、①の対象者を除く ■支給額 月額7,000円

問）長寿支援課 ☎30・9038、FAX36・6845



## 広報クイズ



8～9ページに関連の記事があります

## ○の体操

認知症予防には、認知機能と運動機能を同時に刺激することが効果的。運動と一緒に何の体操を同時に行うとよいでしょう。○に漢字を入れてください

9月号の答え → ありがとう

正解者の中から抽選で5人に図書カードを差し上げます

【申込締切】10月20日(火) (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、メール、電子申請で連絡。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

申）広報戦略課（〒830・8520 住所記入不要、メール kouhou@city.kurume.lg.jp）

広告

九州心塗 代表 岡知 健太

「広報久留米を読んだ」とお伝えいただくと 8%OFF!

令和8年10月末まで

台風・災害の被害はありませんでしたか？ 令和6年度久留米市優良施工事業者として表彰されました！

外壁・屋根のプロが 地域密着!!

施工実績 3,000棟以上

雨漏り原因調査します!

施工料金 8%OFF!

プレミアム商品券 取扱店

株式会社 九州心塗

心を込めて、塗装します。Kyushu Shinto

現地調査 お見積り 無料!!

雨漏り・防水・塗装・大工・瓦・板金 工事・シロアリ駆除/リフォーム等

TEL 0942-43-6660

久留米市山川追分 1-5-16

九州心塗

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、株式会社ジチタイアド（☎092・716・1401、FAX092・716・1467）へ



## これ、何、てる!? [112]

### 《「ポテト王」の生誕記念碑》

梅満町の掛赤公園に、牛島謹爾氏の生誕記念碑があります。牛島氏は、元治元(1864)年生まれ。明治21(1888)年に渡米後、カリフォルニア州の約4万ヘクタールの土地を開拓し、ジャガイモの大量栽培に成功しました。州の市場を左右する程の生産量だったことから、「ポテト王」と呼ばれるようになりました。

記念碑と功績をたたえる石碑が設置されています



## くるめのトリクミ

久留米市が進めている施策や事業を紹介します

### ▶ ごみ減量や食育を推進——生ごみリサイクルアドバイザー

#### 土の中の微生物が生ごみを分解

ごみ減量や食育を進めるため「生ごみリサイクルアドバイザー」を派遣します。土の中の微生物の働きで生ごみを分解し、堆肥にする方法を紹介。幼稚園、保育所、学校のほか、市内で活動する10人以上のグループで申し込みます。

#### 畑やプランター、段ボールで堆肥化

生ごみを、畑やプランターの土と混ぜる「大地コンポスト」は野菜作りにおすすめ。専用の土を混ぜて堆肥化する「段ボールコンポスト」は家庭で気軽に取組みます。

☎資源循環推進課 (☎0942-30-9143、FAX0942-37-3344)



米ぬかは微生物の大好物

野菜の皮と米ぬかを土に混ぜている様子



段ボールでの取り組み例

詳しくはこちら



市の情報を  
デジタルで



ホームページ



電子ブック  
ちいき本棚



ライン



くるめ  
ぱれっと



ユーチューブ



くるめ  
ナビ



※QRコードは株式会社デンソーウェーブの商標登録です

広報久留米は、毎月1日から配布を始めるため、各世帯に届くまで5～6日かかります。

市外局番を記載していない電話番号は「0942」を省略しています