

「フルーツ王国うきは開国式」

道の駅うきは展望デッキで8月2日、フルーツ狩りシーズンの訪れを告げる「フルーツ王国うきは開国式」が開催されました（市観光協会主催）。四季折々楽しめるうきはのフルーツ狩りのPRをお願いする親善大使に任命された家族連れなど7組が、ぶどう・梨・ブルーベリー狩りを楽しみました。今回の豪雨災害からの復興を推進するためにも、うきは市と被災した朝倉市・東峰村・添田町・大分県日田市など周辺地域をつなげる観光の取組を推進していきます。



▲ 大きな梨がたわわに実った観光農園で、梨狩りを楽しむ親善大使のみなさん



▲ 「開国式」で紹介を受ける市観光協会フルーツ部会のみなさん（道の駅うきは展望デッキ）

# 市民生活課からのお知らせ

**戸籍や住民票の請求は  
本人確認資料の提示を  
お願いします。**

他人になりすまして、戸籍や住民票等の証明書を請求したり、虚偽の戸籍届出をして、真実でない記載ができないように、請求者の範囲が限定され、受付（請求）の際に「証明書による本人確認」が、法律上のルールとして定められています。

**☆証明書の請求は、請求者の範囲が限定されます。**

## ○戸籍の場合

戸籍に記載されている人またはその配偶者、直系の親族の方（これ以外は本人からの委任状を持参した人）。その他正当な理由がある人

## ○住民票の場合

請求者本人またはその同一世帯の人（これ以外は本人からの委任

状を持参した人）。その他正当な理由がある人

**☆届出の場合は、届出の際に本人確認が必要です。**

## ○戸籍の届出や住民異動の届出

※偽り、その他不正の手段による戸籍証明書や住民票の写し等の交付を受けたものは、刑罰が科せられます。

### 本人確認できるものの例

- ① 個人番号（マイナンバー）カード、運転免許証、パスポート等のほかに、官公庁が発行した免許証、写真が貼付された許可証。
  - ② 健康保険証、年金手帳、年金証書、各種医療証等。
- ※証明書類は、有効期間内のものに限ります。  
なお、口頭質問により本人確認を行う場合もあります。

**どうしてマイナンバーは  
必要なの？**

マイナンバー制度には、「国民の利便性の向上」、「行政の効率化」、「公平・公正な社会の実現」という目的があります。

- ・ 国民の利便性の向上と面倒な行政手続きがカンタンに！
- ・ 添付書類の削減などができるようになります。

- ・ 行政の効率化と手続きをムダなく正確に！

- ・ 手続き業務に係る時間や労力が大幅に削減されます。

- ・ 公平・公正な社会の実現と給付金などの不正受給の防止！

- ・ 所得や行政サービスの受給状況を把握しやすくなります。
- ・ 本当に困っている方に、きめ細やかな支援を行うことができます。

**マイナンバーは  
どんな時に必要？**

現在、社会保障、税、災害対策の行政手続きでマイナンバーが必要となっています。

具体的には次のような場合で提供する必要があります。

- ・ 年末調整や、源泉徴収票の作成、雇用保険の手続きで勤務先へ提供
- ・ 雇用保険の失業給付の手続きでハローワークへ提供
- ・ 資産運用の手続きで銀行や証券会社へ提供

- ※平成30年1月からは預貯金口座へのマイナンバーの付番が始まります。また、NISA口座を開設している場合はマイナンバーの告知が必要です。

- ・ 児童手当や福祉、介護の手続きで市役所へ提供
- ・ 税の申告などの時に税務署や市役所へ提供
- ・ 生命保険、損害保険、共済などの受取時に保険会社や組合へ提供



- ・アルバイトやパートを始める時にバイト先やパート先に提供
- ・災害時の支援制度の利用申請時に市役所へ提供などです。

## マイナンバーカードはどうしたらもらえるの？

### 郵便による申請

個人番号カード交付申請書（通知カードと一緒に送付しています。）に署名または記名・押印し、顔写真を貼り付け、内容を確認したら送付用封筒に入れて投函します。

### パソコンによる申請

- ① デジタルカメラで顔写真を撮影し、パソコンに保存します。
- ② 交付申請用のWEBサイト（「マイナンバーカード総合サイト」で検索してください。）にアクセスします。画面にしたがって必要事項を入力し、顔写真を添付して送信します。

### スマートフォンによる申請

- ① スマートフォンのカメラで顔写真を撮影します。

- ② 個人番号カード交付申請書（通知カードと一緒に送付しています。）のQRコードを読み込み、申請用WEBサイトにアクセスします。画面にしたがって必要事項を入力の上、顔写真を添付し送信します。

※通知カードを受け取られた日以降に引越し等をされた方が申請する場合は、申請書の内容が旧住所等になっていきますので使用できません。市役所で新たな申請書の交付を受けてください。

・マイナンバーの提示と本人確認がこれ1枚で完結できます。顔写真付きの身分証明書としてもお使いいただけます。

・発行手数料は無料です。



● 本人確認書類やマイナンバーカードについてのお問合せは  
市民生活課 住民係  
TEL 0943-75-4972

## 第23回棚田 in うきは彼岸花めぐり&ばさら祭

日本棚田百選のつづら棚田をはじめ、新川地区一帯の棚田を舞台に「棚田 in うきは彼岸花めぐり&ばさら祭」を実施します。

初秋の棚田に広がる真っ赤な彼岸花と黄金色の稲穂の絶妙なコントラスト、まさに日本の原風景をお楽しみください！期間中は地元の特産品直売も行います。



■日時 9月16日（土）～18日（月・祝日）

■会場 浮羽町新川地区内の棚田一帯

【かかしコンテスト同時開催！】

イベント期間中につづら棚田にてかかしコンテストを実施します。

今年は出展希望者を募集しています。

個性豊かな作品をおまちしています！来訪者投票にて入賞者には賞品があります。

### ●問合せ先

- ・棚田 in うきは彼岸花めぐり&ばさら祭実行委員会  
新川コミュニティセンター TEL77-6557
- ・うきはブランド推進課 地域振興係 TEL76-9059 FAX 77-5557

## 農業委員・農地利用最適化推進委員を募集します！

農業委員会等に関する法律の改正により、農業委員はこれまで、選挙制と農業団体や議会からの推薦により市長が選任する方法でしたが、今後は、推薦された方または応募された方の中から、市長が議会の同意を得て任命する方法に変わりました。

また、農地利用の最適化のため、「農地利用最適化推進委員」が新設されました。

### 農業委員

#### 【募集人数】16人

農業委員は、農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進に関する事項、その他の農業委員会の所掌に属する事項に関し、その職務を適切に行うことができる者のうちから、市長が任命します。

#### 【任用期間】

平成30年3月20日～平成33年3月19日

#### 【主な業務内容】

農業委員会の会議に出席し、農地法や他の法令業務に基づく、農地の権利に係る許可等に関して審議を行います。

- ・農業委員会全体の企画運営
- ・転用審査決定等
- ・農地の利用状況の調査
- ・新規就農の支援
- ・農地利用最適化推進業務

農業委員会は、年齢や性別に偏りなく構成されることが求められています。

また、農業委員の過半数は、認定農業者でなければなりません。



### 農地利用最適化推進委員

#### 【募集人数】21人

農地利用最適化推進委員は、農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有する者のうちから、農業委員会が委嘱します。

#### 【担当区域】

区域	人数	区域	人数
妹川	1人	御幸	3人
新川・田籠	1人	千年	2人
小塩	3人	福富	4人
山春	3人	江南	3人
大石	1人		

#### 【任用期間】

平成30年3月20日～平成33年3月19日

#### 【主な業務内容】

農業委員と連携して、担当する区域において、農地等の利用の最適化を推進する活動を行います。

- ・農地の利用状況の調査
- ・遊休農地の解消指導
- ・農地を「借りたい（買いたい）」「貸したい（売りたい）」希望者の結びつけや相談
- ・新規就農の支援

など

### 共通事項

#### 【応募方法】

次の3通りの応募方法があります。

- ・団体からの推薦
- ・個人からの推薦
- ・自らの応募

#### 【募集期間及び提出方法】

平成29年9月11日（月）～10月10日（火）  
持参または郵送（10日（火）の消印有効）

#### 【募集要項・申込書の配布及び提出先】

うきは市農業委員会事務局

#### 【問合せ先】

うきは市農業委員会事務局 TEL75-4976

※詳しくは、募集要項をご覧ください。

なお、募集要項・申込書は、うきは市ホームページからもダウンロードできます。



自治協議会が 元気な地域づくりの  
今、を発信

# 小塩地区

(No.4)

## 地域計画から

### 見えた課題

小塩地区は、うきは市の東南部に位置し、大分県日田市と隣接する中山間地です。

全国の中山間地同様に少子・高齢社会・核家族化が進む中、集落（13の集落）の存続と農業従事者の高齢化、担い手の減少による農地・農業の維持存続、人口減や空き家の増による過疎化が進んでいます。

1985年（昭和60年）には人口1314人であったものが、それから約30年後の2016年（平成28年）には、646人と半減、世帯数は277世帯が233世帯、農家数は236戸が161戸。高齢率は、14・6%が45%となり、限界集落ではなく限界「校区」となりつつあります。集落によって、高齢率70%を超えています。



▲過疎化や離農などの危機から地域を守ろうと集落営農法人を立ち上げた広島県東広島市小塩地区を7月に視察

一方、年少率は6%で15歳未満の子供はわずか40人です。  
このような中、小塩保育所は統合により廃園となり、公共交通（バス）も廃止され、現在小学校の再編が検討されているところです。

市内11地区に自治協議会（前身は公民館）が平成26年に設立され、中長期を展望しながら新たな自治活動を展開しています。設立と同時に地域の課題を明らかにし、課題解決のための一環として「地域計画」を全11の自治協議会で策定しました。

そのなかで、中山間地の自治協議会では、当面する課題、特に必要があるもの、地域の魅力を高める優先的に取り組むべきものとして、耕作放棄地の整備・有効活用、耕作放棄地の無い地域づくりとなっています。

## 「農地保全」へ 踏み出した一歩

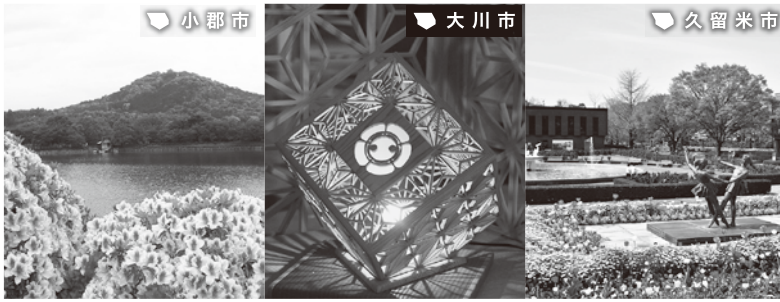
私ども、小塩地区自治協議会も農地の保全、維持存続を主要な課題とし、農業委員、中山間地直接支払代表、ホタルの里営農組合（機械利用組合）、真美野を考える会、市、JAにじ、県の改良普及センターで組織する「農政等懇談会」を立ち上げ、水田裏作やブランド化の推進、耕作放棄地でのそば栽培、中山間地の振興作物などについて議論しているところです。

また、当地区は環境省から「生物多様性保全上重要な里地里山」に認定された地区で、ホタルを地域資源として、6月の「ホタル祭り」や秋には収穫を祝う「秋祭り」、ホタル公園のキャンプ場化、ふるさと体験と銘打ち「田植え・椎茸菌打ち・稲刈り体験」やそば打ち体験などを通じ、自然豊かな地域性をアピールし都市との交流、大学生との交流などを行っているところです。いずれにしても、これまでの10年とこれからの10年は大きく様変わりするものと認識し、農業のみならず、高齢者に対する福祉サービスなど新たな取組を模索しています。



▲中村学園大学の学生や韓国からの留学生が、小塩でそば打ちを体験

●問合せ 市民協働推進課  
ユニティ支援係 075-54982



# 東京新橋「福岡久留米館」オープン 首都圏に伝える 4市2町の魅力

7月22日から営業開始

アンテナショップ(※)「福岡久留米館」が7月22日、東京新橋にオープンしました。特産品の販売や試食、伝統工芸品の展示・販売、移住に関する相談や情報提供などを行います。人口減少と首都圏への人口流出が進む中、国は地域の主体的な活性化の取り組みとして「地方創生」を打ち出しました。そこで、久留米市、大川市、小郡市、うきは市、大刀洗町、大木町の4市2町で構成する「久留米広域連携中枢都市圏」で、圏域を活性化するため41の取り組みを決定。

その一つがアンテナショップで、首都圏で情報発信し、圏域をPRします。

田中麗奈さんも来館

店舗は新橋駅のすぐそば。12階建てのビルの1・2階です。整備費用は約7000万円。交通アクセスが良く、働く人や買い物客など、多くの人が行き交う場所を選びました。

開館セレモニーには、久留米ふるさと特別大使の田中麗奈さんも参加。来場者に記念品を配り、一緒に完成を祝いました。

◎広域行政推進課(☎0942・30・9114、FAX0942・30・9743)

福岡久留米館の入り口



## 都会からの 新たな人の流れ

久留米市長 橋原利則

古くから生活圏や経済圏が同じ筑後川流域の4市2町は、共通のニーズや課題に対応するため、これまでも連携してきました。

このたび開店した福岡久留米館は、この圏域の魅力や首都圏で発信し、新たな人の流れを生み出すことを大きな目的としています。店内には、豊かな食文化や匠の技を生かした品揃えと

なっています。圏域外の皆さんには大いにアピールし、ゆかりの皆さんには懐かしさを感じていただけるものと思います。新橋という地の利を生かし、末永く愛される店を目指していきます。



各首長と久留米ふるさと特別大使の田中麗奈さんがくすたまを割り、開館を祝いました

※アンテナショップとは、企業や自治体(自社(地域))の商品の紹介や、消費者の反応を見ることを目的に開設する店舗のこと

福岡 久留米館

■所在地 東京都港区新橋2の19の4、SNTビル1・2階 ■営業日 12月31日～1月3日を除き、無休 ■営業時間 10時～20時 ■アクセス 東京メトロ銀座線新橋駅2番出口すぐそば ■連絡先 ☎03・6280・6557、FAX 03・6274・6647



福岡久留米館は、1階で旬のフルーツや久留米ラーメンをはじめ、さまざまな特産品を販売。2階は、伝統工芸品販売や飲食コーナーなどを設けています。今後は、圏域が誇る20歳元の地酒や、農産物の即売会など、イベントも行います。同館は、行政が店舗を造り、民間業者が運営。受託したのは、かがし屋（うきは市）です。マネージャーを務める三井恒一さんに、各コーナーの案内と、注目ポイントを聞きました。

おすすめ、こだわり多数

三井恒一さん



マネージャーがショップをご案内

福岡 久留米館フロア案内

1階は特産品 2階は伝統と体験



ラーメンや農産物の他、日本酒、ワイン、燻製、調味料、菓子、加工品など、幅広いラインナップ。中には、圏域の出身者でもあまり知らない、隠れた逸品も



店の顔にふさわしい品揃え

1階に並んだ商品は400種類以上。今の売れ筋は、東京でも人気のとんこつラーメンです。酒も20種類以上を準備。これから東京のお客さんのニーズが見えてくるので、店の顔にふさわしい品を数多く揃えていきます。



## 特集 広域連携で圏域の成長・発展へ

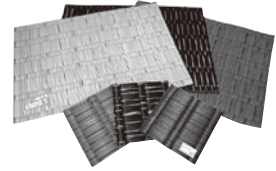
## 工芸品コーナー

## 手に取って感じられる

蒔製品や大川組子、一の瀬焼きイ草製品など、構成市町の伝統工芸品を展示。販売コーナーに陳列した商品約100品目を、手に取れるようにしています。

東京で伝統工芸品に触れられる機会は少ない。なので、作り手の思いや工房の雰囲気など、本当の魅力を感じられる催しをやりたいと思っています。

2F



東京に居ながら、地方の工芸品を手に取り、素材の感触を確かめられる。ネットショップには無い良さです

## イートインコーナー

## 店を丸ごと楽しめる場所

テーブルと椅子は、大川家具を使用。手触りが素晴らしいですよ。テーブルの中央には久留米蒔と大川組子をあしらっています。このコーナーの一番の売りは「今日の銘酒飲み比べ」。500円という破格で提供しています。酒だけでなく、5種類のおつまみやコーヒー、お菓子など、このコーナーで味わえるものは、全部1階で購入できます。まさに「イイトこ取り」。お店を丸ごと楽しめるコーナーですよ。

## 圏域情報コーナー



## 週1で移住コンシェルジュ

移住を考えている人のために、水曜の14時から18時まで移住コンシェルジュが来店。情報提供やアドバイスを行っています。また、圏域のことが分かるように、観光・物産情報紙なども準備。市町ごとに並べています。

## アンテナショップ通も満足

アンテナショップで、各地の地酒を楽しむのが好きです。ここは座って飲み比べができて良いですね。お酒自体もすごくおいしい。この酒を引き立てるつまみをセットで出しておくと、味になじみがない人にもおいしさがしっかり伝わるとおもいます。



本紙の取材日に店舗を訪れた古賀俊治さん（東京都）。また来たいと感想を話してくれました







瀬戸 渡さん

明善同窓会関東支部会長

## 福岡久留米館は ふるさとの玄関口

東京で生活する圏域出身の瀬戸渡さんに、福岡久留米館への期待などを聞きました。

地元で「知らない人は居ない」から、「知る人ぞ知る」商品まで、実にいろいろな物が揃っているなと感じました。地元で長く愛されている物は、東京でも通用します。お客さんは「そこには無い物」を求めてきます。例えば、日本酒の飲み比べと「がめ煮」をセットにしたりすると喜ばれるんじゃないですかね。お酒に合うし、東京ではまず味わえない。

アンテナショップの目的は「発信」。それならば「おいしい」「素晴らしい」と心から感じて、ファンになってもらうことが大切。そうすればまた来てくれるし、必ず誰かに話してくれまします。気に入った物は人に話したいじゃないですか。それが一番のPR。そのためにもコンセプトを明確にして、魅力を分かりやすく「見せる」ことが大切です。

ここに来ればふるさとの商品や情報がある。そして同郷の人と立場や年代を超えて交流できる。関東に住む圏域出身者にとっての「ふるさとの玄関口」になれると思います。

## 地方創生に不可欠 広域連携のまちづくり

久留米広域連携中枢都市圏ビジョンに基づき4市2町が連携。  
来訪者や移住者を増やし、圏域の活力維持を目指します。

### 人口と活力の維持が不可欠

平成22年から、久留米市、大川市、小郡市、うきは市、大刀洗町、大木町の4市2町は、「久留米広域定住自立圏」として連携。小児救急センターの運営支援や病児保育の広域化など、暮らしに密着したサービスの向上を進めてきました。

しかし近年、人口減少や少子高齢化、首都圏への人口の一極集中が進行。圏域の人口や活力の維持が難しくなっています。そのため、限られた財源や地域資源などを活用し、圏域の経済の活性化や、新しい人の流れの創出に取り組む必要があります。

### 住みたい、訪れたい圏域へ

28年2月、「定住自立圏」から「連携中枢都市圏」に移行し、「久留米広域連携中枢都市圏ビジョン」を策定。定住自立圏で進めてきた事業に加え、圏域全体の経済成長や高次の都市機能の集積・強化に取り組み、定住・移住・交流人口を増加します。そして、「住み続けたい、暮らしてみたい、訪れてみたい」という将来像の実現を目指します。

### 初年度から取り組みが進む

アンテナショップの開設は、首都圏での知名度向上や特産品の販路拡大・販売促進で、圏域経済を活発にする取り組みです。また、久留米シティプラザを生かした、圏域のにぎわいづくりも実施。久留米たまがる大道芸のプレイバントを大刀洗町で開催したり、ウィーンフィルハーモニー管弦楽団の公演の



多くの人でにぎわった久留米たまがる大道芸

圏域住民向け予約枠を設けたりしました。圏域の公共交通の路線を一覧できるマップも作成。暮らしやすいまちづくりを進めました。



マップは各市町の本庁舎などでもらえます

特集 広域連携で圏域の成長・発展へ

## 連携中枢都市圏



## 久留米市

広域行政推進課  
竹下佳奈さん

## 県南の中核都市

久留米市は、古くから県南地域の経済・文化の中心都市として栄えてきました。餅やゴム産業など、ものづくりのまちとして発展。県内最大の農業都市でもあります。また、久留米ラーメンや焼きとりといったグルメなど、多彩な食文化が根付いています。

## ものづくりのまち

日本の三大酒どころ・城島を中心に、日本酒造りが盛んです。アンテナショップでは、さまざまな種類の酒を出品しています。また、餅の日傘やハンカチも販売し、久留米餅や藍胎漆器など、伝統工芸品を気軽に使ってもらえるよう工夫を凝らしています。

◎広域行政推進課 (0942・30・9114、FAX 0942・30・9703)



## うきは市

企画財政課  
宮原有加さん

## 美しい水のまち

うきは市は、耳納連山と筑後川に挟まれた肥沃な田園が広がる美しいまちです。日本名水百選「清水湧水」、全国水源の森百選「調音の滝公園周辺」、日本棚田百選「つづら棚田」、疎水百選「大石用水」という水にちなんだ4カ所の全国百選があります。

## フルーツ王国うきは

春のイチゴに始まり、ブドウや梨、キウイなど、四季折々の果物が楽しめる「フルーツ王国」としてPRに力を入れています。アンテナショップでは、地元産の果物を使ったジャムや一の瀬焼などの焼物も出品。「うきはブランド」の魅力を発信していきます。

◎うきは市企画財政課 (0943・73・9152、FAX 0943・75・5509)



## 大刀洗町

地域振興課  
棚町寿さん

## うましふるさと大刀洗

大刀洗町は、筑後平野に包まれた自然豊かなまちです。穏やかな田園風景が広がり、人々の温かさやまちな自慢の一つ。福岡都市圏や九州各地へのアクセスも便利で、「都心で働きのながら、子育ては大自然の中で」。そんな暮らしを叶えられるベッドタウンとして注目されています。

## 地の豊かさあふれる逸品

アンテナショップには、地酒やしょうゆ、餅商品などを出品しています。他にも、新鮮なサバとすり身を合わせた一風変わった練り物など、大刀洗町でも人気の高い商品を取り揃えています。

◎大刀洗町地域振興課 (0942・77・0173、FAX 0942・77・3063)

# 各市町 自慢の逸品

## 大川市



企画課  
二神翼さん

日本有数の木工のまち、大川市。毎年「木工まつり」の時期には全国から多くの人が訪れます。「筑後川昇開橋」をはじめとする文化財や、「古賀政男記念館」など、見どころも満載です。

**オール大川で販路開拓**

アンテナショップでは木製品や、掛川織や酢など、大川の魅力をぎゅっと集めた展示になっています。大川市は、都市圏や海外への販路拡大に積極的に取り組んでいます。商工会議所青年部が中心となって経ち上げたブランド「木のきもち」がその一つ。木工製品やお菓子など、地元のいろんな商品に使用して「オール大川」を演出しています。

◎大川市企画課 (☎0944・85・5553、FAX 0944・88・1776)



**家具も 家具以外も**

## 小郡市



企画課  
池上崇啓さん

自慢の逸品として日本酒、はちみつ、洋ラン、コーヒード豆などを、アンテナショップに出しています。小郡市でも購入可能なものばかり。ぜひ、小郡市にお越しください。「メイドイン小郡」の逸品を存分にお楽しみください。

◎小郡市企画課 (☎0942・72・2111、FAX 0942・73・4466)

**メイドイン小郡の逸品**



**七夕の里**

小郡市には、織姫を祭った「七夕神社(媛神社)」と、織姫の恋人・牽牛を祭った「老松神社(牽牛社)」が川を挟んであります。つまり小郡市は、真正正銘の「七夕の里」。平成25年には「恋人の聖地」にも選定されています。恋する七夕のまち、小郡へぜひ遊びに来てください。

## 大木町

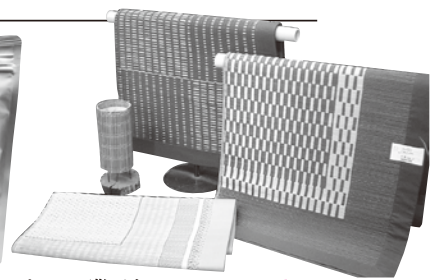


産業振興課  
高木希美さん

近年では、イチゴやグリーンアスパラガスなどを温室やハウスで育てる「施設型農業」が盛ん。アンテナショップには、果物を使った酢やひし茶の他、い草を使った消臭剤などを出品しています。

◎大木町産業振興課 (☎0944・32・1063、FAX 0944・32・1054)

**イ草にヒシ茶 果実酢も**



**広がる食の景観**

大木町は、総面積の14%を堀が占める町です。古くから温暖な気候と肥沃な土地、豊富な水に恵まれ、農業を中心として発展してきました。また、県内有数の米作地帯、国内屈指のい草・草製品の産地として知られてきた歴史を持っています。生きる上で大切な食物を作り出す「食の景観」が広がっています。

## 認知症予防についての講演会 認知症を予防する講座「脳いきいき教室」を実施！

老化による物忘れと認知症による物忘れの違いはなんでしょう。

認知症は加齢によるものとして見過ごされがちですが、脳の障害によっておこる「病気」です。今のところ 100%ではありませんが、予防できる方法があります。認知症の原因や予防法、そして治療の現状など認知症について正しい知識やいきいき脳をめざして今からできることを学ぶ講座を開催します。

また、希望者には講演会後に脳の健康度チェックを実施します。たくさんのご参加お待ちしております。

■日時 9月11日（月）午前9時30分～10時30分

■場所 みゆき未来館（御幸コミュニティセンター・元だんだん）

■対象 うきは市在住の方 ■定員 50名 ■持参物 眼鏡（必要な方）、飲み物（水分補給用）

時 間	内 容
9時30分	受付
9時45分 ～ 10時30分	①講演会 講話 「認知症の予防について」 講師 筑後吉井こころホスピタル 院長 古賀 寛 氏
10時35分 ～ 11時30分	※希望者のみ ②脳の健康度チェック（ファイブ・コグ検査）45分程度 終了

※②（脳の健康度チェック）の参加者は、第2回目の教室があります。

■日程 9月25日（月）午前9時30分～11時30分

■内容 脳の健康度チェックの結果返却・解説と今できる予防方法について

■申込み 9月8日（金）まで

●問合せ 保健課 介護・高齢者支援係 Tel.75-4960

### 脳の健康度チェック

※ファイブ・コグ検査とは…？

ファイブ・コグ検査とは、認知症のなりかけに低下しやすい5つの脳の機能（記憶・注意・言語・視空間認知思考）を調べる検査です。

#### 【検査方法】

スクリーンに映し出された課題を指定の用紙に記入していく検査です。検査時間は45分程度かかります。

### 【参加者の感想】

○初めて脳いきいき教室に参加して、自分の脳の機能がわかり教室で聞いた事を日常生活の中で取り入れたいと思っています。

○友人からの誘いで参加しましたが、参加してとつためになりました。  
加齢することも楽しく運動して健康でありたいです。

