

『健口(けんこう)食育のススメ～共育から響育へ～』



8月19日、白壁ホールで、「子育てと教育を進める集い」(うきは市青少年育成市民会議主催)が開催され、『健口(けんこう)食育のススメ～共育から響育へ～』というテーマで、西日本新聞編集委員で「食卓の向こう側」の連載で知られる佐藤弘さん、子どもの学びを家庭に返す「響育」に取り組む佐世保市立広田小学校教諭の福田泰三さん(写真左)、吉井町の廣田歯科医院の歯科医師廣田和子さんの3人が、食育を推進する上で、歯と口の健康がとても大切であると小中学校PTA関係者など参加者に熱心に語りかけました。



～講演で取り上げられた「あいうべ体操」を紹介します～

上のイラストのように、「あ～」「い～」「う～」「べ～」と大きく口と舌を動かすと、舌先がぴつたりと上あごにつき、自然と口が閉じることで、口呼吸が鼻呼吸に。その結果、インフルエンザ予防や口臭の減少、スッキリした口元になるなどの効果が期待されます。



市内でも保育園(所)で「あいうべ体操」が実践されています。口呼吸から鼻呼吸になることで、風邪の予防にも役立っているようです。(写真=浮羽保育所での「あいうべ体操」の様子)

あなたも人権について一緒に考えてみませんか？

第3回 うきは市人権セミナー

人権の問題を学習していくことは難しいことではなく、人権について考えることで、人を大切にする「人権のまちづくり」を目指します。お気軽にご参加ください。(入場無料)

- 日時 9月27日(水) 19時30分～
- 会場 うきは市民センター3階小ホール
※今回から会場が変更していますのでご注意ください。
- 託児 あり(9月22日までに事前申込み)
- 講師 徐^そ麻^ま弥^みさん
- 演題 在日朝鮮人の人権と生活～当事者の立場から～
- 問合せ 人権・同和対策室 Tel75-4984



～講師プロフィール～

福岡県直方市出身。在日朝鮮人3世。韓国籍。
生まれたときから日本名を家族で使用していたが、鞍手高校時代の朝鮮文化研究会(朝文研)活動を通して民族的アイデンティティに目覚め、大学入学を機に民族名で生きるようになる。
広島市立大学国際学部で国際関係を学び、大学卒業後、在日コリアン大学生の学生団体である、在日本朝鮮留学生同盟九州地方本部(略称、留学同九州)にて専従職員を務め、多くの若者の置かれた現状を知り、講演活動をするようになる。現在、福岡県内各地の小学校・大学、様々な研修で講演活動を続けている。

うきはの里安全安心まちづくり市民大会

～交通事故・犯罪から自分と大切な家族の命を守る～

防犯、暴力追放や交通事故防止について、地域と行政が共通の意識を持ち、一体となって取り組むことにより、「犯罪や交通事故から自分や大切な家族を守る」という防衛意識を地域住民のみなさん一人ひとりが持つことで、安全で安心して暮らせるまちづくりの実現を目指すものです。(どなたでも参加できます。)

- 日時 10月7日(土) 午前10時30分から
- 場所 白壁ホール(吉井)
- 内容
 - ・式典：開会行事、安全安心まちづくり宣言
 - ・アトラクション：福岡県警察音楽隊の演奏及びカラーガードの演技



福岡県警察音楽隊は、隊長以下38名(カラーガード7名を含む。)の隊員で編成しており、県民の皆さまと警察の懸け橋として、県内各地で開催される「暴力団排除運動」、「地域安全運動」、「小・中・高校での交通安全・防犯教室」等での演奏活動を通じて、県民の皆さまとのふれあいの輪を広げています。子どもから大人まで楽しみ、感謝と笑顔をお届けする本格的な素晴らしい演奏です。

- 主催 うきは市、うきは市安全・安心まちづくり推進協議会
- 共催 久留米市、浮羽地区交通安全協会、うきは防犯協会、暴力追放事業体等浮羽地区協議会
- 後援 うきは警察署、うきは市老人クラブ連合会、久留米市田主丸町老人クラブ連合会
- 問合せ 市民協働推進課 消防防災係 Tel75-4982

男女共同参画センター主催講座

みんなでクッキング講座 中華を作ろう！

「家庭の火力で中華料理を作る」にチャレンジしましょう！男性の参加も大歓迎です。

- 日時 10月31日（火曜日）18時30分～21時
- 場所 御幸コミュニティセンター 調理室
- 講師 佐藤 茂さん（炒飯酒家 Coco kara 店主）
- メニュー 中華丼
- 定員 10組 ■受講料 1つにつき700円
- 託児 あり（3日前まで要予約・無料）



<昨年受講された皆さんの感想>

- ・調味料を教えてくださいました。とても美味しかったです。
- ・炒め方のポイントを教えてくださいましてうれしかったです。
- ・下ごしらえが大切だとわかりました。今度作ってみようと思います！
- ・今まで自己流でやっていましたが、別の方法で美味しくなることを知りました！

自己アピール！カラーコーディネート講座

ビジネスでは第一印象が大事です。再就職でも活用できるポイント、「私に似合う、色と形はなんだろう？」を学ぶ事ができる講座です。

- 日時 10月3日（火）14時～16時
- 場所 うきは市民センター3階
- 定員 20名 ■受講料 300円
- 託児 あり（3日前までに要予約・無料）
- 講師 小川 千草さん（アトリエコンタン主宰）



高校教師を21年間務めた後、退職。自らアトリエコンタンを立ち上げ、服飾のセミオーダーやカラーコーディネートの仕事などに携わる。

<これまで受講された皆さんの感想>

- ・カラーコーディネートなどを受けた事がなかった。知るきっかけになったので、参加してとても良かった。
- ・また是非季節が変わった頃に教えてほしい。今度は家族全体の分の見直しをしたい。



●申込み・問合せ先

男女共同参画センター・だんだん TEL77-2661（平日8時30分～17時）

工業団地への企業の進出

市では雇用創出を目的として、工業団地を造成し、企業誘致に取り組んでいます。最近の企業進出のうぎきについて、お知らせします。

三春工業団地について、医療・介護給食等の製造を行う森永食研株式会社（大分市）の進出が決まりました。



▲ 8月8日、市役所での立地協定調印式（森永隆美代表取締役（左）と高木市長）

また、富永工業団地について、平成21年に進出された建設機械の総合メーカー平戸金属工業株式会社（福岡市）の主力工場として、吉井工場が開所されました。



▲ 7月28日、吉井町の富永工業団地の吉井工場が開所式が行われました。

☆☆☆シリーズ「うきはブランド推進隊の活動紹介」☆☆☆ 地域外の人材を招致して地域力を高める「地域おこし協力隊」の制度。「うきはブランド推進隊」として、現在9人がミッションに取り組んでいます。

インバウンド推進プランナー
矢倉 紗弥佳

うきはは来てから早5ヶ月。インバウンド推進プランナーとして、海外に向けてうきは市の情報発信に取り組んでいます。7月には台湾からパワープロガーさんを3名お招きして、1泊2日で市内を案内してまわりました。つづら棚田や浮羽稲荷の絶景スポットでは、美しい景色をカメラに収めようと夢中でシャッターを切るプロガーさん。その他、白壁吉井町や調音の滝の流しそうめん、うきは自慢のフルーツ狩りなどを心から楽しまれていた様子を見て、うきは市の魅力は台湾の方にも十分伝わるといふ手応えを得ることができました。

台湾では、多くの方がブログを見て観光に來られます。今回の旅の内容も素敵な写真と一緒に発信していただけたこと。台湾の方々とうきはの魅力が伝わり、うきはに訪れるきっかけにしていきたいです。

一方で、外国語表記の看板やマップの不足など課題も見られました。これを踏まえ、現在は観光に関わる事業者様に向けたアンケートを行っています。市のインバウンドの現状と課題を洗い出すことを目的としています。できるところから一歩ずつ改善につなげていきたいです。



うきは駅活用プランナー
石川 亮

着任してから3年目になりました。「うきは地域総合商社」の観光DMの活動についてお伝えします。

☆サイクルツーリズム検討会（男のチャリ部）



自転車に乗って新しいうきはの楽しみ方を探しました。車とは違う風景が見えるので新しい発見がありました。今後、サイクルマップなど作成して楽しみ方の提案をしていきます。

☆復興支援出張販売会（中村学園オーブンキャンパス）



福岡市などイベントでの出張販売会を行っています。特産品の販売だけでなく復興の現状をお伝えして、うきは・朝倉などに観光に来てもらえるようPR活動をしました。

うきは市観光協会事務局長
藤田 豪太郎

今回は、7月5日の九州北部豪雨災害に対する観光協会としての活動をご紹介します。

1つ目は、被災地への支援活動です。災害の直後から協会会員のフルーツ農園と協力して朝倉市や東峰村の避難所へ「ぶどう」をお届けしました。

また市内2か所の観光案内所に義援金箱を置き、皆さまからのお志をお預かりしております。

2つ目は、うきはからの応援・支援活動です。ムラおこしセンターだった建物が大学生ボランティアの活動拠点として、情報交換や宿泊の場となっています。観光協会からはレンタサイクル5台を無償でお貸ししているほか、市内の食事や買物場所などの情報提供を行っています。また学生の振り返りミーティングへの参加など、さらに支援できることを検討しています。

3つ目は、うきは市内の復興活動です。8月2日の「フルーツ王国開国式」では7組の「親善大使」を任命し、福岡市内など市外で「うきはの元氣」を伝えていただいています。さらに福岡市役所横の「九州広場」でも観光イベントを開催、東京新橋にオープンしたアントナシヨップ「福岡久留米館」でも2日間にわたって「うきはフェア」を実施しました。今後は、この「復興活動」をさらに進めるとともに、朝倉市や東峰村からうきは市内で「みなし仮設」として生活されている被災者への支援なども行いたいと考えています。



▲円形劇場は日本初といわれる農民劇団「嫩葉会」が大正14年に当時の山春村有志と完成させました

自治協議会が発足し3年が経過しました。この間、「安心安全なまち、活力溢れるまち、子どもから高齢者まで皆が生き生きと暮らせるまち山春」を目指しいろいろな取組を行ってきました。

山春地区には道の駅うきは（九州・山口エリアの道の駅満足度2年連続総合1位、7月に軽運動の拠点「エフコープ健康づくりステーション」開設）があり、その敷地内では大正時代に造られたギリシヤ式野外円形劇場が発掘され、整備が始まりました。また、防災機能を持つ公園としても整備が進められています。

地域活性化に向けて

自治協議会が 元気な地域づくりの今、を発信

山春地区

(No.5)

この、道の駅がある西見台エリアが地域活性化の起点、情報集発信の場所になるのではと期待を集めています。

山春地区は元来フルーツや野菜、お茶づくりなどの農業が盛んなまちでありますが江戸時代に造られた袋野隧道をはじめとした歴史遺産の多い所でもあります。

この山春の従来からの特徴と新たに変貌してきた西見台エリアをうまくマッチングして元気のある地域にすることが地域活性化のテーマの一つではないかと考えています。

山春地区自治協議会は今年度にも会長が代わり組織も一部変更になりましたが、新体制でも地域振興の主役は住民一人ひとりであるとの認識のもと（住民ファースト）、皆の意見やアイデアを募りそれを地域活性化に生かし「山春に住んで良かった」と思えるまちにすることを目指していきます。

自治協議会が 元気な地域づくりの今、を発信

山春地区

(No.5)

「地域の宝」子どもたちとの交流

山春校区の子育てと教育を進める集い（フルーツコンサート）

自治協議会の教育文化部会が中心となり組織する実行委員会が毎年秋に山春校区の子育てと教育を進める集い「フルーツコンサート」を開催しています。地区公民館時代から続き、今年で20回目を迎えます。



▲うきは市民の歌「ルリ色のふるさと」を山春小の全校児童が合唱

「山春の子どもたちは、地域の宝」として地域を挙げて子どもたちの健全な育成を願い保育園児、小学生、中学生、高校生の発表を応援しています。

会場では、区長さんをはじめ小中学校PTA、地元PTA応援団、自治協役員など多くの地域の方々

が山春産フルーツやポン菓子など思い思いの物を子どもたちにふるまい、楽しい一日を過ごします。

ふれあいグラウンドゴルフ大会（6年生を送ろう会）

山春地区自治協議会では、山春小学校6年生の卒業と中学校入学を地域の方々と交流を深めながらお祝いし、良き思い出をたくさん作ってもらおうと「ふれあいグラウンドゴルフ大会（6年生を送ろう会）」を毎年、卒業式前の3月に開催しています。

5年生、6年生及び地域の方々が一緒にグラウンドゴルフ大会をし、その後コミュニティセンター大ホールで皆一緒に食事をしながら交流を深めます。

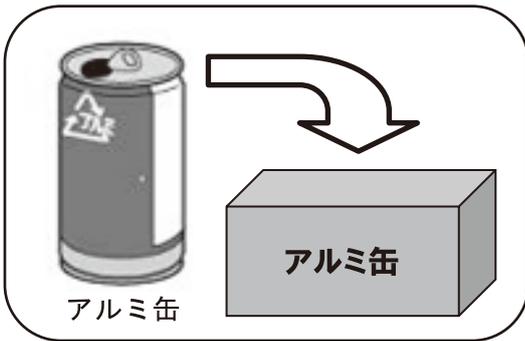


▲グラウンドゴルフの後、約100名でカレーを食べながら小学校や地域行事の思い出等で盛り上がりました

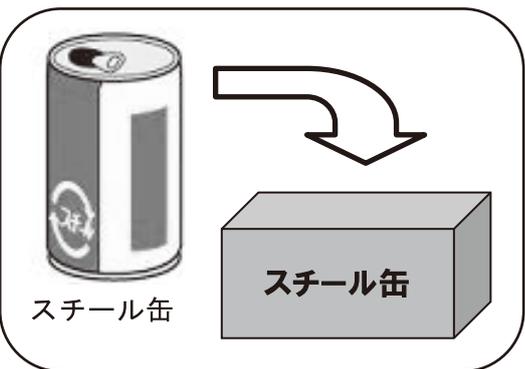
●問合せ 市民協働推進課
ユニティ支援係 Tel 7554982

平成 29 年 10 月から 空き缶の回収方法が変わります

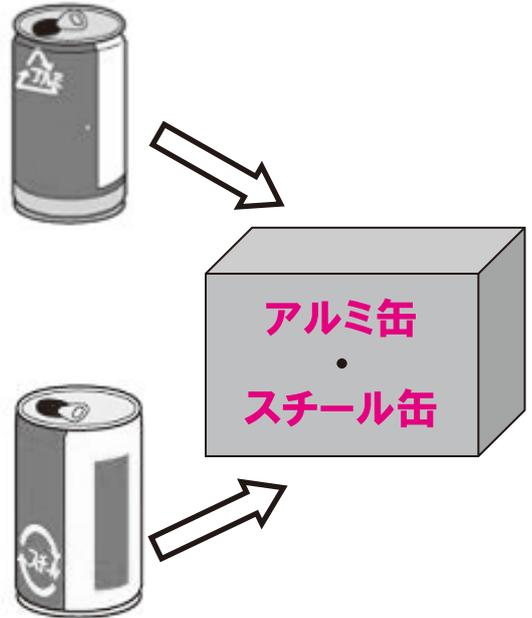
現在



※アルミ缶・スチール缶を分別して出す



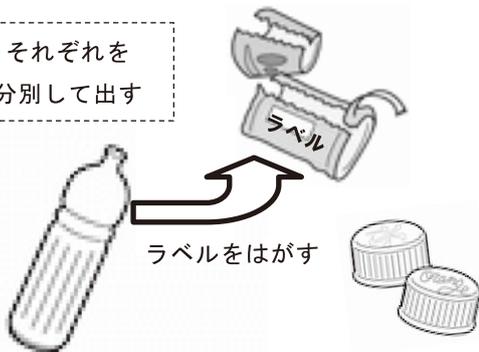
変更後



分別せずに一緒に出す

ペットボトルの出し方について

それぞれを
分別して出す



ペットボトルのラベルは、できるだけはがして可燃ごみへ入れてください。キャップは⑭のプラスチック類へ、残ったペットボトルは、中身を水洗いした後に⑯のペットボトルへ分類をお願いします。

分ければ資源に、分けなければごみとなりますので、市民皆さまのご協力をお願いします。

●問合せ 市民生活課生活環境係 Tel 75-4972

うきは市立総合体育館
うきはアリーナ指定管理者の公募
(指定期間：平成30年度～平成34年度)

うきは市教育委員会では、うきはアリーナの管理運営を効果的かつ効率的に行うために、指定管理者の公募を行います。詳細は、うきは市ホームページに掲載の「うきは市立総合体育館うきはアリーナ指定管理者公募要項」をご覧ください。

※うきは市ホームページアドレス (<http://www.city.ukiha.fukuoka.jp/>)

※書類配布期間：9月19日(火)～9月27日(水) ※土・日曜日は配布を行いません。

(ホームページからダウンロード可能です。)

●問合せ 生涯学習課スポーツ文化振興係 Tel.0943-75-3343

森林セラピー

巨瀬川の源流を歩こう

心と体を健康にする「森林セラピー」を森林セラピー案内人と体験し、1日ゆっくり、ゆっくりと歩いてみませんか。昼食は、うきはのほっこり弁当をご用意します。

- 日 時 10月22日(日) 10時～14時頃予定 (調音の滝駐車場に10時までに集合)
- 参加料 2,000円 (ガイド料+昼食代込み)
- 持参品 飲み物、タオル、雨具、帽子、敷物
- 服装 長袖、長ズボン (虫刺されや草まけ予防)、履き慣れた運動靴

小物づくり&ハンモック体験

森林セラピーと小物づくり&ハンモック体験をしてみませんか。

- 日 時 10月15日(日) 10時～15時予定
(四季の舎ながいわ駐車場に10時までに集合)
○午前 森林セラピー(長岩公園散歩コース) 約2.0km
○昼食 うきはのセラピー弁当またはセラピーランチ
○午後 小物づくり及びハンモック体験 ※小雨実施
- 参加料 2,500円 (ガイド料、昼食代、材料費込み)
※当日お支払いをお願いします。
- 持参品 飲み物、タオル、雨具、帽子、
- 服装 長袖、長ズボンの動きやすい服装、履き慣れた運動靴

●申込み 1週間前までに、うきは市癒しの旅先案内人協会 (Tel.080-2714-6065) へ予約をお願いします。

※うきは市観光ホームページ「うきうきうきは」もご覧ください。

※キャンセルは、実施3日前の17時までに必ずご連絡をお願いします。

キャンセルが遅くなるとキャンセル料が発生しますのでご了承ください。

はち うき8体操



昨年度末に制作しました、うきは市オリジナル体操「うき8体操」。現在、介護予防として地域公民館や、健診結果説明会、母親学級など幅広い年代の方への活用をおすすめしています。

広報うきは 6月1日号で、完成したことをお伝えしましたが、今回は実際の活用方法について、お伝えしたいと思います。

●問合せ 保健課 TEL75-4960



■うき8体操の目的

うき8体操は、たくさんある運動方法の中から、特に覚えて継続していただきたい運動を8個にまとめました。生活動作に影響が出やすく、歩くだけでは鍛えにくい下半身の運動をメインにしています。

■生活動作には筋力が必要ですよ

平地を歩くだけでは、ぐっと踏ん張ったり、立つ座るなどの重心を上下させるような動きが少なくなりがちです。心肺機能は維持されても、下半身の筋力は徐々に低下していることもあります。痛みがなくても、筋力が低下してくると徐々に歩行スピードがゆっくりになってきたり、機敏な動きが苦手になってくることもあります。



筋肉は
使えば太く、使わなければ
細くなります。

- ◎関節を動かす
- ◎骨格を支える
- ◎エネルギー消費

特にお尻、太ももの筋肉は全身の中でも一番大きな筋肉で役割は大きい。

■うき8体操はじめよう！

重りなどを使わず、自分の体重を利用して行う運動で無理なく個々の体力にあわせられます。姿勢を正しく整え、関節を正しい方向に体重をかけながら動かすことによって、体に染み付いた動かし方のクセや、使いすぎている筋肉、使っていない筋肉のバランスをとっていきます。

Q. どれからはじめたらいい？

A. まずは1番から4番までの基本の動きをしっかりマスターしましょう。左のページと実際にやっている自分の姿を鏡に映し比べてみましょう。

Q. どれぐらいしたらいいの？

A. 正しい姿勢でできる回数を行いましょう。3回ぐらいからでもOK。20回以上できるのであれば、1回あたりのペースをゆっくりしてみましよう。負荷が強くなります。一日1セットからスタート。

Q. 膝、腰の痛みがあっても大丈夫？

A. 痛みが出ない範囲で小さい動きから始めてみましょう。痛みの原因が姿勢不良、動かし方にある場合は、正しい動かし方で行うことで改善することもあります。痛みがある場合などは専門家に相談ください。

パンフレットは、窓口で配布しています。興味のある方は、ぜひご覧ください。



1. 爪先立ち (つま先立ち) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

2. スクワット (スクワット) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

3. 足踏み (あしふみ) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

4. ちもあげ (ちもあげ) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

5. 四股踏み (よこあしふみ) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

6. のびのび体操 (のびのび体操) - 足指を伸ばし、踵を離して立ちます。膝を伸ばし、腰を伸ばし、呼吸を止めず、背筋を伸ばして立ちます。

うき8体操

基本姿勢

背筋を伸ばし
目線は正直



足の裏をしっかり
地面につける



横から見て
耳・肩・股関節・膝・くるぶしが一直線上にある姿勢が理想的な基本姿勢。



①爪先立ち ふくらはぎ・バランス

①足を肩幅よりやや広い向き、背筋を伸ばして立ちます。

②踵を1.2.3.4でゆっくりあげ、5.6.7.8でゆっくり下げます。

基本姿勢 (①～⑧全ての)

②スクワット 下半身の筋力

①足を肩幅よりやや広めに爪先は30°程度開き、腰をゆっくりに落とします。

②膝が爪先より前に出ないこと、爪先と方向を揃えることに注意。

☆ここがポイント☆

基本姿勢が崩れないように、壁などに手をつけてもOK。かかとを引き上げる時に、外側（小指側）に体重がかかり、膝が開かないように、親指の付け根の部分で地面を蹴りながら行います。一緒にお尻も意識をしてヒップアップ！ウォーキング時の歩幅やスピードアップにつながります。

●の部分（拇指球）を意識してかかとを引き上げます。



☆ここがポイント☆

- ①上半身の姿勢を保つ（胸をはる）
→背中、胸の筋肉を意識
- ②膝が爪先より前に出ないように曲げる
→お尻、太ももの筋肉を意識
- ③膝と爪先の方向を揃える
→膝周りの筋肉を意識

この3つのポイントが重要です。日頃から、このポイントに気をつけて膝、股関節を動かすことも大切です

★ポイント解説★



①目線をあげてしっかり上体を起こします。



②お尻を後ろに引くように股関節から曲げます。



③膝は爪先の方向に曲げないと膝関節にずれが生じ痛みの原因にもなります。

③足踏み

足を引き上げる・全身バランス



①背筋を伸ばし正面を向き足踏みます。

②足踏みしながら右手を前後に胸と肩中の筋力を意識してほぐします。

☆ここがポイント☆

基本姿勢から手を前後に振りながら、足踏みをします。おへそを正面に向け、軽く肘を伸ばし、胸の筋肉と肩甲骨が動くのを感じながら、前後に腕をふります。足を引き上げる高さは、上半身の姿勢が保てる程度。足の重さ（約体重の4分の1）を利用して、足を引き上げる力と全身のバランス力をつけます。

④ももあげ

股関節の柔軟性・全身バランス



①足踏みをしながら、引き上げた膝に手を添えます。

②上半身が倒れないよう気をつけ、息を吐きながら、すねや足先にチャレンジ。

☆ここがポイント☆

③の応用です。引き上げた膝を反対の手でタッチ。上半身の姿勢が崩れやすいので、バランスがとりにくい場合など、背中を壁につけて行うとよいでしょう。③に比べて交差の動きがありますので、股関節や腰回りの柔軟性と筋力アップにつながります。

うきはバス時刻表（平日のみ）

山春線

うきは市民センター	↓ 8:40発	↑ 10:56着	↓ 13:00発	↑ 15:26着
中町	↓ 8:42	↑ 10:54	↓ 13:02	↑ 15:24
東町(なぎの橋東)	↓ 8:43	↑ 10:53	↓ 13:03	↑ 15:23
下組(元渡辺動物病院前)	↓ 8:44	↑ 10:52	↓ 13:04	↑ 15:22
上組(上組公民館前)	↓ 8:45	↑ 10:51	↓ 13:05	↑ 15:21
道の駅うきは	↓ 8:46	↑ 10:50	↓ 13:06	↑ 15:20
山春小学校	↓ 8:49	↑ 10:47	↓ 13:09	↑ 15:17
山春選果場	↓ 8:49	↑ 10:47	↓ 13:09	↑ 15:17
袋野信号先	↓ 8:54	↑ 10:42	↓ 13:14	↑ 15:12
荒瀬(元Aコープ前)	↓ 8:57	↑ 10:39	↓ 13:17	↑ 15:09
川籠石(元バス停前)	↓ 8:58	↑ 10:38	↓ 13:18	↑ 15:08
三春原(国道道路入口)	↓ 8:59	↑ 10:37	↓ 13:19	↑ 15:07
原口(JA山春支所前)	↓ 8:59	↑ 10:37	↓ 13:19	↑ 15:07
高見(JR筑後大石駅前)	↓ 9:00	↑ 10:36	↓ 13:20	↑ 15:06
朝羽青果市場前	↓ 9:01	↑ 10:35	↓ 13:21	↑ 15:05
浮羽中学校前	↓ 9:03	↑ 10:33	↓ 13:23	↑ 15:03
うきは市民センター	↓ 9:06着	↑ 10:30発	↓ 13:26着	↑ 15:00発

大石線

うきは市民センター	↓ 9:10発	↑ 11:23着	↓ 13:30発	↑ 15:53着
中千足(御幸小学校北)	↓ 9:11	↑ 11:22	↓ 13:31	↑ 15:52
下千足(国武外科東)	↓ 9:12	↑ 11:21	↓ 13:32	↑ 15:51
JRうきは駅	↓ 9:13	↑ 11:20	↓ 13:33	↑ 15:50
千足新町(元自動車学校)	↓ 9:14	↑ 11:19	↓ 13:34	↑ 15:49
うきはアリーナ	↓ 9:14	↑ 11:19	↓ 13:34	↑ 15:49
川原町(下御所橋北)	↓ 9:15	↑ 11:18	↓ 13:35	↑ 15:48
中鶴(鬼塚商店前)	↓ 9:16	↑ 11:17	↓ 13:36	↑ 15:47
吉江(永松商事西)	↓ 9:17	↑ 11:16	↓ 13:37	↑ 15:46
糸丸(広場前)	↓ 9:17	↑ 11:16	↓ 13:37	↑ 15:46
古川村(消防詰所)	↓ 9:18	↑ 11:15	↓ 13:38	↑ 15:45
大石小学校前	↓ 9:20	↑ 11:13	↓ 13:40	↑ 15:43
筑後川温泉病院	↓ 9:21	↑ 11:12	↓ 13:41	↑ 15:42
老人センターちかぜ	↓ 9:24	↑ 11:09	↓ 13:44	↑ 15:39
温泉入口(温泉組合前)	↓ 9:25	↑ 11:08	↓ 13:45	↑ 15:38
古川町駐車場	↓ 9:26	↑ 11:07	↓ 13:46	↑ 15:37
高見(JA大石支所前)	↓ 9:27	↑ 11:06	↓ 13:47	↑ 15:36
朝羽青果市場前	↓ 9:28	↑ 11:05	↓ 13:48	↑ 15:35
浮羽中学校前	↓ 9:30	↑ 11:03	↓ 13:50	↑ 15:33
うきは市民センター	↓ 9:33着	↑ 11:00発	↓ 13:53着	↑ 15:30発

流川線(予約制)

うきは市民センター	↓ 8:28発	↑ 11:35着	↓ 12:48発	↑ 16:05
中千足(御幸小学校北)	↓ 8:29	↑ 11:34	↓ 12:49	↑ 16:04
下千足(国武外科前)	↓ 8:30	↑ 11:33	↓ 12:50	↑ 16:03
畑田 自動車学校前	↓ 8:31	↑ 11:32	↓ 12:51	↑ 16:02
畑田 木乃香前	↓ 8:32	↑ 11:31	↓ 12:52	↑ 16:01
下流川 旧県道	↓ 8:35	↑ 11:28	↓ 12:55	↑ 15:58
上流川 三浦組東側	↓ 8:36	↑ 11:27	↓ 12:56	↑ 15:57
小坂 カーセレクト前	↓ 8:37	↑ 11:26	↓ 12:57	↑ 15:56
うきは市民センター	↓ 8:40着	↑ 11:23発	↓ 13:00着	↑ 15:53発

<ご注意> 「流川線」は、事前予約がなければ運行いたしません。

乗車日前日(月曜予定の場合は前週の金曜)午後1時~4時の間に、電話で予約してください。
予約先: 浮羽観光バス(うきはバス運行委託先) TEL77-2604

あなたも文化活動を始めませんか うきは市文化協会 各部紹介および会員募集

部門	部	サークル・社中名	活動内容(活動日、発表・展示、うきは市民文化祭)	申込み・問合せ先
文芸	俳句	耳納ホトトギス俳句会	[やまたら俳句会・浮羽句会・葵句会の連合句会で活動] 各句会で月2回例会を開催、耳納ホトトギス俳句会を年7回開催 市民文化祭に歳時記集を発表・展示	やまたら俳句会 山崎 宗昇 75-4100 浮羽句会 大力 妙子 77-8300 葵句会 今村 絹子 72-3795 耳納ホトトギス俳句会事務局 喜多川 昇 75-2739
		きりしま会	月1回 句会を開催、西日本新聞に2～3ヶ月ごとに投稿、市民文化祭に 作品展示	平川 進子 77-5573
	短歌	吉井短歌会	毎月1回学習会を行い、文化祭では会員が作品2首を色紙にて展示	権藤 久美子 76-5088
		歩道浮羽短歌会	毎月1回短歌会を開催、歌集「歩道浮羽」を2年毎に発行、市民文化祭 に短冊を2首ずつ発表・展示	川原 佳秀 77-5654
美術	洋画	絵画教室	第2・第4金曜日に教室開催、筑後吉井の小さな美術館めぐり・市民大 学学習発表会・市民文化祭に出展・展示	宮崎 定旨 77-2985
		洋画部	年1回日帰りスケッチ旅行(10月予定)を実施。筑後吉井の小さな美術 館めぐりに作品展示、市民文化祭に油彩・水彩画展示(最終日午後は 作品批評会)	重富 貞美 75-4310
	水彩画	浮羽水彩画教室	第1・第3金曜日に教室開催、うきは市民大学学習発表会・筑後吉井の 小さな美術館めぐり・市民文化祭に出品、常設会場に年間展示	江藤 すげ子 77-2224
	陶芸	うきは市土の詩陶芸教 室	第3木曜日・金曜日に教室開催、御幸地区文化祭に作品展示、市民文 化祭に作品展示	齋田 昌弘 75-5462
華道	華道池坊 高瀬伊勢雄 教室	毎週月曜日 14:00～16:00 高瀬宅にてお稽古、筑後吉井の小さな美術 館めぐり・市民文化祭に出品	高瀬 伊勢雄 080-2780-0117	
	池坊いけばな教室	第2・第4土曜日(月2回) 吉井自治協議会で教室開催、筑後吉井おひな さまめぐりにて「いけばな展」を開催、市民文化祭に出品	河原 暁子 77-4034	
	草月流華道	現在、活動を休止中	うきは市教育委員会 75-3343	
書道	あかつき会	第1・2・4木曜日 20:00～、第1・3火曜日 14:00～、第1・2・3・4木曜日～ 日曜日に教室開講、市民文化祭・小さな美術館めぐり・県展・読売展な どに出展	黒田 暁洲(黒田 成人) 76-3765	
	浮羽町書道部会 JAIにじ女性書道部会	第2・第4月曜日9:00～11:00に教室開催、浮羽おくんち奉納書道審査・ 賞状作成、町内学童書展に出品[習研彩舟会・日習今村教室・岩下教 室・江藤教室・原田教室の集合体で活動]	今村 ヤエ子 77-3501	
	浮羽町書道部会 習研浮羽支部彩舟会	毎週火曜日・日曜日にお稽古、習研本部に毎月作品を提出、11月に 市民文化祭出展、1月に社中展開催、3月に学童書道展開催	佐々木 彩舟(佐々木 敦子) 77-3614	
写真	写真部	写真部各自でフォトコンテストに参加、写真に関する情報交換を実施、 市民文化祭に出品	樋口 秀吉 080-1731-1300	
手芸	押し花教室	第1・第3土曜日13:00に作成活動、筑後吉井の小さな美術館めぐり・お 食事処うきは・筑邦銀行・市民文化祭に出品	古賀 弘子 77-7321	
	リフォーム手芸	第2・第3月曜日に教室開催、市民文化祭・うきは市民大学学習発表会 に出品	坂本鈴子 080-1535-1313 青野清香 090-9476-7440	
茶道	抹茶	吉井茶道部	筑後吉井の小さな美術館めぐりにチャリティ茶席、市民文化祭にて菊 竹六鼓記念館で茶席を実施	田中 睦 75-5183
	煎茶	浮羽煎茶	第1・第3木曜日に御幸コミュニティセンターでお稽古を実施、御幸地区 文化祭でお茶席を開催	福嶋 リツ子 77-7600
謡曲	喜笠会(喜多流)	毎月2回土曜日に練習を実施、毎年喜多流発表会を開催、市民文化 祭に出演	平川 柳子 77-2352	
	観世流梅若会	4月29日春の謡曲大会、10月中旬秋の謡曲大会	江藤 榮男 77-3458	
	お誂い教室佐々木社 中	第2・第4水曜日20:00～22:00教室開催、春・秋謡曲大会、御幸校区文 化祭出場予定	小河 由紀 77-2317	
邦楽	三味線	美寿社中	月に3回月曜日に練習実施、市民文化祭および平成29年度北筑後ブ ロック古典芸能祭出場予定	梶村 敏枝 76-3210
		美京会	毎月3回稽古を実施、2月に美京会を開催するほか、各地の祭りおよ び市民文化祭に出演	古賀 京子 75-2940
		なごみ会	毎月2回稽古を実施、各地区敬老会で三味線を演奏するほか、市民文 化祭やJAIにじ文化サークル発表会に出演	佐藤 キヨミ 77-3682
	太鼓	浮羽みざれ太鼓保存 会	毎週火曜日・金曜日20:00より練習、あびす祭り・うきは祭り・市民文化 祭等、各種イベントで年間約20回演奏	松尾 美穂子 090-2086-7797
		筑後川六鼓の太鼓の 会	毎週火曜日20:00～21:30に練習、市民文化祭芸能祭に出演	高野 洋一 090-1513-5171
	大正琴	琴伝流大正琴 うきはレ インボーアンサンブル	毎月2回練習会を開催、市民文化祭芸能祭に出演、琴伝流県大会・西 日本大会出場、宝珠山ほたるまつりや山春菜の花まつりなどに出場	後藤 十三代 77-4782

あなたも文化活動を始めませんか うきは市文化協会 各部紹介および会員募集

部門	部	サークル・社中名	活動内容(活動日、発表・展示、うきは市民文化祭)	申込み・問合せ先
洋楽	コーラス	合唱団 翼	毎週火曜日 定例練習、市民文化祭・県合唱祭に出演するほか、12月にクリスマスコンサートを開催	西 栄子 72-3301
		ライラック浮羽	毎月3回月曜日20:00~21:30御幸コミュニティセンターにて練習、市民文化祭およびJAIにじ文化サークル発表会に出演	井上 富志代 77-3758
	ゴスペル	SOUL LINK	毎月第1日曜日・第3金曜日に練習、6月にGOSPEL LIVE in UKIHAを開催する他、各種イベントに出演	伊福 一大 080-1540-5955
日舞	千富美会	週1回練習、市民文化祭に出演、ボランティア慰問、真千の会参加	藤間 千富美(上祐 富美枝) 75-2402	
	寿雅の会	市民文化祭に出演	藤間 寿々輔(内山 ヒロ子) 75-3869	
	つぼみの会	毎週土曜日にお稽古、市民文化祭に出演、各地区の催しにボランティアで踊りを披露	泉 弓紫翔(中村 準子) 090-1928-6479	
	賢南海会	アイリスやひじり園など各施設を慰問、市民文化祭に出演	藤間 賢南海(熊谷 久子) 76-2028	
	珠豊会	市民文化祭・山北おくんちに出演、田主丸中央病院など各施設に慰問、合同発表会出演	藤間 珠豊(大山 美咲) 090-5920-2461	
	盛華会	週1回練習、市民文化祭・山北おくんちに出演、合同発表会出演	藤間 盛華(大山 秀子) 77-3730	
	千頭(の)会	毎月4回(火曜日)10:00~11:30 日舞体操開催、市民文化祭に出演、真千の会参加	藤間 千頭(佐藤 雅代) 080-1736-7256	
	圭柳社中	市民文化祭・初舞会に出演、介護施設に慰問	藤間 圭柳(石井 砂奈恵) 77-5151	
	勢伊令社中	市民文化祭・初舞会に出演	藤間 勢伊令(末次 久枝) 77-5852	
	勤卯女会	毎週月曜日10:00より日舞お稽古、毎週火曜・金曜日10:00より舞踊体操お稽古、市民文化祭に出演、各施設に慰問	藤間 勤卯女(木下 ウメカ) 77-8222	
	賢翠社中	市民文化祭・御幸校区文化祭・合同発表会出演	藤間 賢翠(吉田 ハルカ) 77-7613	
	花柳金玉	月4回(昼間)、月2回(夜)にお稽古を実施、各施設に年6回慰問、市民文化祭・御幸校区文化祭に出演	花柳 金玉(平川 隆子) 77-2675	
	花柳櫻千代社中	市民文化祭に出演	花柳 櫻千代洋(稲田 晴代) 77-6559	
	洋舞	ジャズダンス	ジャズダンスサークル 吉井	毎週月曜日 20:30~、毎週金曜日19:20~練習、ぎおん祭り前夜祭・うきはよさこい祭り・市民文化祭出演
フラダンス		九州ハワイアン協会マヒナプア吉井	第2・第3・第4木曜日 14:00~15:30練習、市民文化祭・九州ハワイアン協会フラフェスティバル出演	秋山 房子 75-5488
		プアリリーズみゆき	毎週木曜日13:30~15:00練習、各施設を慰問、市民文化祭・フラパーティ出演	松田 清恵 77-2660
		マブアナスタジオUkiha	第2・第3・第4水曜日20:00~ 第2・第4火曜日 19:30~ 第2・第4金曜日 13:30~ 練習、市民文化祭および各地のイベントに出演	平田 桂子 75-3817
バレエ		うきはバレエ研究所 Ukiha Ballet Studio	月曜日 16:30~ 水曜日 10:30~ 木曜日 17:30~ 土曜日 13:00~ レッスン開催、各種コンクール・公演出場、市民文化祭出演	うきはバレエ研究所 Ukiha Ballet Studio 77-7674
社交ダンス	浮羽社交ダンス愛好会	毎週木曜日 20:00~22:00練習、年4回社交ダンスパーティを開催、市民文化祭出演	田中 廣茂 090-7535-2107	
	中野ダンサーズ	週1回月曜日に練習実施、年5回社交ダンスパーティを開催、市民文化祭・JAIにじ文化サークル発表会出演	中野 督 73-1826、090-8228-2547	
民謡	公益財団法人日本民謡協会 南部連合浮羽支部	月2回木曜日お稽古、市民文化祭・日本民謡協会大会出演	平川 隆子 77-2675	
演劇	劇団ガレージ・シアター	市民ミュージカルワークショップを主宰、市民文化祭に舞台演出、アナウンスなど裏方で協力	弥吉 智浩 77-3255	
吟詠	言志堂節風会	毎月水曜日練習、うきは市吟詠大会・市民文化祭出演	杉 茂人 090-6422-1806	
	吟道泰山会浮羽支部	週1回教室を開催、吟詠大会・詩舞大会・市民文化祭出演	永井 達子 090-5485-3836	
	詩吟朗詠錦城会	月2回土曜日にお稽古、福岡県大会・全国大会出場、市民文化祭出演	秦 勝恵 77-3933	
	吉井吟詠クラブ	うきは市吟詠大会を開催、市民文化祭出演	岡野 茂敏 76-2640	
囲碁	うきは囲碁クラブ	年2回 囲碁大会を開催	山崎 郁治 77-4705	

あなたの声を待っています!!

◆毎年9月10日～16日は、
自殺予防週間です。

我が国における自殺者数は、平成21年より、減少傾向にあります。自殺は、三大死因（がん、心疾患、脳血管疾患）に相当する問題となっています。

また、うつ病を起因としたものは少なくありません。ただし、「うつ」の症状には、本人の自覚しにくいものも多く、家族や周りの人も気づきにくい傾向があります。そのような中で、もともとも自覚しやすい症状は「不眠」です。

不眠とうつ

うつ病と不眠には、深い関係があります。うつ病にかかると、疲れているのに眠れない、夜中に目を覚ましてしまう、朝早くに目覚めてしまうなど、ほとんどの人が睡眠に障害をきたします。

不眠が、休日も含め2週間以上続くときは、うつのサインかもしれません。

せん。早めにかかりつけ医や専門機関へ相談してみてください。

周囲の人から見ても、睡眠の問題は気づきやすいものです。

まずは「眠れていますか？」の一言から、身近な方へ、声かけを行ってみてください。

●問合せ

福祉事務所福祉係
Tel 75-4961

◆近隣の主な相談機関◆

名称	電話番号	受付時間等
ふくおか自殺予防 ホットライン	092-592-0783	24時間
福岡いのちの電話	092-741-4343	24時間
心の健康電話相談	092-582-7400	月～金 9時～正午 13時～16時
心の健康相談 (会場:うきは市総合 福祉センター)	0946-22-3965 (事前予約制)	相談日(第4月曜日) 13時30分～15時

うきは市戦没者慰霊式

うきは市では、戦没者を追悼し遺族の方々をお慰めするとともに、平和の尊さを次の世代に引き継ぎ恒久平和を強く希望していくことを目的に、下記のとおり戦没者慰霊式を執り行います。遺族の方のみならず、広く市民の方のご参列をお願いします。



▲慰霊式の様子

■日時 9月30日(土) 午前10時 開式

■場所 うきは市文化会館(白壁ホール)

●問合せ 福祉事務所福祉係 Tel 75-4961

骨髄移植ドナーの方へ 補助金を交付します

市では、骨髄等の移植の推進を図るため、骨髄または末梢血管細胞を提供した方に対して補助金を交付しています。

■対象者

次のすべてに該当する方

- ① 市内に住所を有し、(公財)日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業で、骨髄等の提供を完了した方
- ② 企業等に勤務している場合は、勤務先にドナー休暇(骨髄等の提供に特化した有給休暇)の取得制度がないこと
- ③ 骨髄等の提供に対して他の自治体が実施する同種同類の助成金等を受けていない方
- ④ 市税等を滞納していない方

■助成内容

骨髄等の提供のため、通院または入院等に要した日数に対し、1日2万円を乗じて得た額とし、1回の提供につき14万円を限度。

- ① 健康診断のための通院
- ② 自己血貯血のための通院
- ③ 骨髄等の採取のための入院

■必要なもの

提供が完了した日から90日以内に、次のものを揃えて申請してください。

- ① (公財)日本骨髄バンクが発行した骨髄等の提供が完了したことを証明する書類(原本)
 - ※助成の対象となる全ての期間の証明書が必要。
 - ② 印鑑
 - ③ 振込先口座が確認できる書類(通帳の写し等)
- ※申請書は、うきは市のホームページに掲載しています。

●問合せ

保健課食育・健康対策係
Tel 75-4960

糖尿病教室の参加者募集!

糖尿病は悪化するまで、ほとんど自覚症状がありません。

しかし、自覚症状がなくても、血糖値が高かったり、高い状態が続いたりすると、糖尿病の可能性があります。また、血糖値が高いままだと、合併症を引き起こします。

この教室では、血糖値を自分で管理できるようになるための食事や運動について具体的にお話しします。この機会に、あなたとご家族のために自分自身の健康づくりを考えてみませんか。

■対象者

- うきは市在住で次に該当する方
- ・糖尿病治療中の方でHbA1cが6.5%以上の方
 - ・おおむね75歳未満の方

■定員 20名(完全予約制)

■申込み 9月21日(木)まで

●問合せ 保健課食育・健康対策係 Tel 75-4960

日程	テーマ	担当	会場
9月28日(木) 9時30分~11時	糖尿病とはどんな病気? どんな治療をするの?	保健師	市役所西別館
10月5日(木) 9時30分~11時	私の食事バランスチェック	管理栄養士	市役所西別館
10月19日(木) 9時30分~11時	知っておきたい 一日の食事目安量	管理栄養士	市役所西別館
11月2日(木) 9時30分~11時	どれだけ食べられるの? ~間食とアルコール~	管理栄養士	市役所西別館
11月16日(木) 10時~13時	食べて実感、糖尿病の食事 【調理実習】	管理栄養士	御幸コミュニティセンター
11月30日(木) 9時30分~11時	筋力アップで 血糖値をコントロール	保健師	市役所西別館
12月14日(木) 9時30分~11時	糖尿病とともに歩もう!	保健師	市役所西別館
1月25日(木) 9時30分~11時	フォローアップ教室①	保健師	市役所西別館
2月22日(木) 9時30分~11時	フォローアップ教室②	保健師	市役所西別館

皆さまのご参加をお待ちしています。



高額介護（予防）サービス費の負担上限額が変わります

介護保険法の改正により、平成 29 年 11 月に支払われる高額介護（予防）サービス費（平成 29 年 8 月サービス利用分）の算定が下記のとおり変更となります。

（現在）

区分	負担限度額(世帯での合計)	
生活保護を受給されている方	15,000円	
世帯全員が 住民税非課税の方	高齢福祉年金を受給の方 または、合計所得金額および課税年金収入の合計が80万円以下の方	24,600円 (ただし、個人で 15,000円を超えている 場合は支給対象。)
	前年の合計所得金額及び課税年金収入の合計が80万円を超える方	24,600円
市町村民税課税世帯の方	37,200円	
① 課税世帯で現役並みの所得がある方 ② 同一世帯に課税所得145万円以上の65歳以上の方がいて、65歳以上の方が1人の場合は、383万円以上、2人以上の場合は520万円以上の収入がある方	44,000円	

（変更後）

負担限度額(世帯での合計)
15,000円
24,600円 (ただし、個人で15,000円を超えている場合は支給対象。)
24,600円
44,000円
44,000円



※ただし、長期にわたり介護保険サービスを利用されている方に配慮し、65歳以上の方すべての利用者負担割合が1割の世帯は、**446,400円**（37,200円×12月）の年間上限額が設けられます。（3年間の時限措置）

●問合せ 保健課介護・高齢者支援係 TEL75-4960

うきは創業塾

うきは市商工会及びうきは市が連携し「うきは創業塾」を開講します。

現在、創業のカたちは大きく変わってきています。「夢を実現したい!」、「空いた時間を有効に活用したい」、「セカンドキャリアとして創業したい」など、創業には様々な想いがあります。創業塾では、皆様が抱く創業への想いをカタチにするための道しるべとなるセミナーです。具体的な計画が無くても大丈夫です! 経験豊富な熱血講師陣と一緒に楽しく学べます。

- 日 時 1日目：10月14日（土）10時～17時
2日目：10月21日（土）10時～17時30分
3日目：10月28日（土）10時～16時

■場 所 うきは市民センター別館（U-BiC）

■受講料 2,000円

■内 容 経営、財務、労務、販路開拓、創業体験談、POP作成、創業計画書作成
(座学・ワークショップ形式)

■講 師 ユアブレイン・オフィス（千葉 真弓）、内村明子商業施設コンサルタント（内村 明子）、日本政策金融公庫、うきは市内経営者、うきは市商工会

■定 員 先着12名

- 修了者 ①全講義受講者には終了証を交付します。
②セミナー終了者はうきは市創業奨励金に申請することができます。
(申請には一定の要件があります。)
③創業実現まで商工会がサポートします。

●問合せ うきは市商工会 経営支援指導課 TEL77-2239
うきは市商工会ホームページ (<http://ukiha-sho.com>)



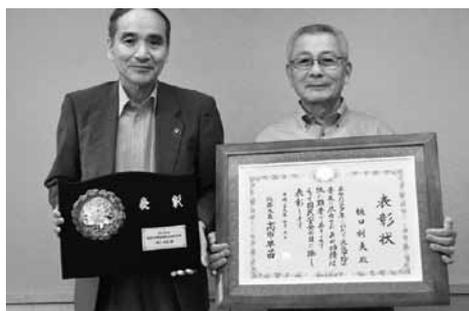
昨年度開催の様子



▲ 7月28日、吉井町千年の小江八幡神社で約200年の伝統をもつ獅子舞が行われ、2頭の獅子が地域を練り歩きました。



▲ うきは市商工会の国際交流事業として、中国上海市の中学生10人が8月4日から5日間うきは市を訪れ、ホームステイや吉井中学校訪問などで交流を深めました。(写真=8月7日、うきは市長表敬訪問)



▲ 浮羽地区防災協会会長・樋口利夫さん(写真右)に、防火・防災への貢献に対して、安全功労者総務大臣表彰が贈られました。(8月17日、市長報告)



▲ 8月23日、うきは茶振興会(堀江昭一会長)から市の地産地消・食育の推進にと、昨年度の「うきはん茶」の販売収益金から13万1,184円(1本1円)を寄付いただきました。



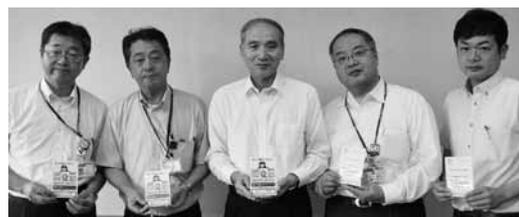
▲ 8月20日、白壁ホール前広場でうきは市商工会青年部主催の納涼盆踊り大会が開催され、やぐらを囲んで吉井音頭やうきは音頭などで盛り上がりしました。



▲ 今年で5回目となるお盆の里帰りに合わせた写真展が、「卒業写真」をテーマに、8月13日から3日間新川コミュニティセンターで開催されました。



▲ 障害者支援施設「希望が丘」の利用者の「貼り絵」の作品展が、うきは郵便局(浮羽郵便局から改称)で来年3月まで(予定)開催されています。



▲ うきは警察署管内の郵便局と企業(計25事業所)は、ニセ電話詐欺への注意喚起のため高齢者世帯等に配達される残暑見舞い(3600枚)を8月10日、うきは防犯協会(会長・高木市長)に寄贈されました。

問=問い合わせ、HP=ホームページ参照

断酒会 10月の開催日

お酒を断めようと思っても断められない方、お酒の異常飲酒でお困りの家族の方、断酒会に参加して一緒にお酒を断めましょう。

浮羽断酒友の会(午後7時・うきは市民センター)3(火)、17(火)

問 中野淳一さん Tel.090-3605-6724

浮羽断酒会(午後8時)

- 2(月)例会・総合福祉センター
 - 9(月)例会・筑後吉井こころホスピタル
 - 13(金)家族会・総合福祉センター
 - 16(月)例会・総合福祉センター
 - 23(月)例会・朝倉市総合市民センター
 - 30(月)例会・総合福祉センター
- 問 舍川時義さん Tel.76-3183

道路河川愛護 吉井町 10/8(日)

問 住環境建設課公共土木係 Tel.75-4987

第4回県営住宅入居者募集

募集案内書配布・申込受付=9/28~10/6(うきは市民センター2階浮羽市民課、うきは市役所2階住環境建設課建設管理係) 問 県住宅供給公社県営住宅管理部 Tel.092-781-8029

高齢者のためのしごと・ボランティア合同説明会

10/12(木)13時~15時30分(受付12時~15時)、久留米商工会館 問 福岡県70歳現役応援センター Tel.0942-36-8355 HP 無料・申込不要

不安解消!働きたいママ座談会

子育て女性の「働きたい!」を応援する座談会「子どもの預け先はどこにする?」(子ども同伴可)

日時=10/13(金)11:00~12:30、申込み=先着順、前日12時締切、場所=久留米市児童センター遊びの広場 問・予約 県子育て女性就職支援センター Tel.0942-38-7579

「わらべ歌と絵本の講習会」

ファミリー・サポート・センターは一時的な子育てを助け合う有償ボランティアの組織(会員外も受講可) 日時=10/11(水)10:00~11:30、場所=うきは市総合福祉センター2階和室、内容=「楽しみましょう!わらべ歌と絵本」(講師:絵本コンシェルジュ・本村尚子)、定員30名(子連れで参加可)、無料、申込み=ファミリー・サポート・センターくるめ Tel.0942-37-8888

北部九州圏パーソントリップ調査

福岡県、佐賀県、北九州市及び福岡市が主体となり、10月~12月に、「人の1日の動き」についての交通実態調査を実施します。約28万6千世帯へ、調査票を郵送しますの で、ご協力をお願いします。 問 福岡県都市計画課 Tel.092-643-3712

福岡県司法書士会筑後支部主催 法の日司法書士無料法律相談会

相続・遺言・不動産登記・商業登記・成年後見制度・多重債務・裁判など身近な法律トラブルについて無料で相談に応じます。(予約不要) 日時=10/7(土)10時~13時、会場=うきは市総合福祉センター2階相談室(うきは警察署西側)

問 福岡県司法書士会筑後支部 Tel.0942-32-6641

福岡県土地家屋調査士会主催 法の日無料相談会

日時=10/7(土)9時~14時、会場=うきは市総合福祉センター(うきは警察署西側)、相談無料、予約不要 相談内容=境界問題、土地の分筆・合筆、地目変更、建物の新築・増築・滅失等の測量・登記手続等 問 福岡県土地家屋調査士会吉井支部(樋口) Tel.77-8770

熱戦!「第13回うきは市民ソフトボール大会」 旭町チーム、驚異の10連覇達成!

市内32行政区(隣接区を含む)の参加のもと開催された市民ソフトボール大会で、旭町チームが見事10連覇を達成しました。

優勝=旭町、準優勝=千年ニュータウン、3位=千足3丁目・大野原 最優秀選手賞=浅野裕隆(旭町)、優秀選手賞=小林剛(千年ニュータウン)、敢闘賞=中尾菜耶(千足3丁目)、末次満(大野原)

▼10連覇を喜ぶ旭町チーム(8月27日夜・浮羽体育センター)



創業以来12年間、自治体の広報紙を手掛けてきたホープで

自分史を贈ろう



初回
5組
限定

親孝行として、または還暦などのお祝いやプレゼントに、大切な人の軌跡を一冊の本にして贈りませんか？

20万円(税抜き)

撮影込み
取材込み



お申し込み・お問い合わせ

お気軽にご連絡ください

☎092-716-7300

株式会社ホープ

東証マザーズ上場

福岡県福岡市中央区薬院1-14-5

Mail/jibunshi@zaigenkakuho.com

担当:高橋

SOMPO ホールディングス
損保ジャパン日本興亜ひまわり生命

ご契約年齢
満20歳～満80歳

新 健康のお守り
ハート

払込期間中無解約返戻金限定告知医療保険・手術I型

「不安」を「安心」にかえる医療保険

健康に不安がある方のためにできました。

- ✓ 健康に不安がある方
- ✓ 持病がある方
- ✓ もう医療保険に「はいれない」と思っていた方

を一生涯保障する医療保険です。

HL-P-B1-15-01567 (2016.02.09-2018.01.31)



0037-6001-68767

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。
恐れ入りますが携帯電話等でおかけ直してください。

受付時間

10時～19時
(日曜定休)

【募集代理店】株式会社ニュートン・
フィナンシャル・コンサルティング

〒160-0022

東京都新宿区新宿5-17-18

広告有効期限:2018年3月31日

【引受保険会社】損保ジャパン日本興亜
ひまわり生命保険株式会社

〒163-8626 東京都新宿区西新宿

6-13-1 新宿セントラルパークビル

TEL:03-6742-3111 (代表)



～障がい者のみなさんが“まごころ” 込めてつくった製品を販売します～ 「まごころ製品販売会」

福岡県では、障がい者のみなさんがつくるパン・お菓子・野菜・果物・縫製品・木工品などの製品、クリーニングなどのサービスを総称して「まごころ製品」と呼んでいます。市でも、障がい者の自立支援のため「まごころ製品」の販売や提供を通じて、障がい者のみなさんの収入向上に取り組んでいます。

今回、就労系障がい福祉サービスでの活動内容や様々な事業所があることを知っていただくことを目的として、「まごころ製品販売会」を開催します。ぜひ多くの方にお越しいただき、商品を手にとりいただければと思っております。

また、小郡特別支援学校や田主丸特別支援学校の生徒が作った作品の展示も行います。みなさまのお越しを、心よりお待ちしております。

■日時 10月14日(土) 午前10時～午後3時

■会場 道の駅うきは

●問い合わせ 福祉事務所福祉係 TEL 75-4961

～全国から駆け付けた学生ボランティアが宿泊～ ムラおこしセンターに開設“うきはベース”

九州北部豪雨災害被災地への学生ボランティアの宿泊施設として、7月22日から吉井町のムラおこしセンターに「大学生災害ボランティア支援センター（うきはベース）」が開設され、多くの学生に利用されました。写真=8月10日夜、今村副市長による激励



災害ボランティアに贈る“樟チップ”の袋詰め・・・市内中学生が協力

朝倉市など九州北部豪雨の被災地で活動するボランティアが身につける長靴等の消臭・防虫・防湿に役立ててもらおうと「樟のチップ」の袋詰め作業が8月28日、吉井中学校（写真左）・浮羽中学校（写真右）で、生徒会執行部や部活動で登校した生徒のみなさんの協力により行われました。

古くから、樟は樟脳（ショウノウ）の原料として用いられてきました。今回、日田市の木材加工業・原田重臣さんから提供された樟のチップを段ボール箱から取り出しティーパックに約20グラムずつ詰めて、両校で合計約1万2千袋が作られ、朝倉市災害ボランティアセンターに届けられました。

