

お知らせ

01 後期高齢者医療被保険者向けの健診

問 福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092-651-3111

【健康診査】

生活習慣病の発症や重症化を予防するため、健康診査を実施しています。

今年度の受診期限は令和4年3月31日です。受診を希望する人は、健康診査実施医療機関に予約し、受診しましょう。また、あすてらすの集団健診でも受診できます。

対象者には4月下旬に受診票を送付しています。令和3年5月以降に75歳になる人には、誕生日の10日ごろに送付しています。(誕生日以降に受診をお願いします)

- ★対象 被保険者
- ★持参物 被保険者証、受診票
- ★自己負担金 500円

【歯科健診】

口腔機能低下や肺炎などの疾病を予防するため、歯科健診を実施しています。

今年度の受診期限は令和3年12月です。受診を希望する人は、早めに歯科健診実施医療機関に予約し、受診しましょう。対象者には、5月下旬に受診券を送付しています。

- ★対象 今年度76歳になる被保険者
- ※長期入院・施設入所の人などを除く
- ※令和3年12月までに限り、77歳以上の被保険者で、歯科健診を希望する人も受診できます(昨年度までに受診した人は受診できません)
- ★持参物 被保険者証、受診券
- ★自己負担金 300円

織姫☆彦星キャンパス

03 “豊かに生きる力”を育む Loving コミュニケーション

申問 子ども育成課医療・手当係(北別館1階)
☎72-2111 F72-7481
✉syogai-katei@san.bbq.jp

「自分らしく豊かに生きる力」を育むコミュニケーションについてお伝えします。

- ★日時 11月26日(金)／午前10時～正午
- ★会場 生涯学習センター七夕ホール
- ★対象 子育て中の保護者
講座に興味がある人
- ★講師 井上きく子さん(ラビングコミュニケーション&ケアあくららー代表)
- ★定員 50人(先着順)
- ★受講料 300円
- ★託児 無料(要申込)
- ★申込方法 窓口・ファクス・Eメールで①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥託児の有無⑦託児希望のお子さんの氏名(ふりがな)・生年月日を明記し申込み

介護予防サロン

02 音楽で心と身体のストレッチ

申問 長寿支援課地域包括支援係 ☎72-2111

音楽はストレス解消やリフレッシュ、呼吸機能の強化、脳の活性化に効果があり、介護予防に有効とされています。歌や運動、簡単な楽器演奏、生演奏の鑑賞などを楽しみませんか。

- ★日時 11月19日～令和4年3月4日の金曜(全12回)
午前10時～11時30分
- ※11月26日、12月31日、1月28日、2月11日を除く
- ★会場 ポピーの里あじさか館
- ★対象 65歳以上の市内在住者
- ★定員 25人(先着順)
- ★参加費 無料



九歴特別展記念講演

06 すいちくおうか
「翠竹黄華」としての見心
来復像～背振に抱かれた
中国五山の禅林文化～

会場 申問九州歴史資料館 ☎75-9575

佐賀県鳥栖市の萬歳寺には、中国の元時代に描かれた肖像画が伝えられています。元時代末から明時代初めにかけて活躍した高僧、見心来復の像です。この希代の肖像画とその背景や伝来について、東アジア絵画史の権威が語ります。

★日時 11月6日(土)

午後1時30分～4時

★講師 井手誠之輔さん(九州大学人文科学研究院主幹教授)

※申込みが必要です。詳しくは九歴のホームページをご覧ください



健母の健康クッキング

04 みんなしあわせ♡
おうちごはん！
～パパ編～

申問健康課健康推進係 ☎72-6666

赤ちゃんのいるおうちのパパ！料理が苦手でも大丈夫！「とりわけ離乳食」の方法や「料理の基本」など楽しく一緒にチャレンジしてみませんか。

★日時 11月20日(土)／午前10時～正午

★会場 ふれあい館三国

★対象 市内在住で赤ちゃんのいる父親

★内容 しあわせ健康づくりミニ講話
健康を守る母の会考案の「とりわけ離乳食」
「簡単」「おいしい」レシピの調理実習

※「とりわけ離乳食」とは離乳食を作る過程で大人のごはんも一緒に作ることで

※教室での試食はありません

★定員 10人(先着順)

★参加費 500円

★持参物 エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用タッパなど

お知らせ

07 【第6回後期】
小郡ふるさと歴史検定

申問埋蔵文化財調査センター
☎75-7555 ☎75-2777

★日時 12月5日(日)

午前10時～11時10分

★会場 ①埋蔵文化財調査センター
②生涯学習センター

★定員 各会場35人(先着順)

★参加費 無料

※受検者全員につこっコクッキーをプレゼント！

★問題 小学生・中学生編(三択式)
一般・オープン編(記入式、一部三択式)

★合格 50問中40問以上正解

★特典 合格した翌年度ものづくり講座参加費無料など、その他特典あり

★申込方法 電話、ファクス

※申込書(チラシ内)は、埋蔵文化財調査センターや、埋文センターホームページから取得できます

★検定前に過去問勉強会を実施します。



お知らせ

05 冬季ジュニア研修

申問小郡市青少年育成市民会議事務局
(子ども育成課内) ☎070-2371-1184

皆さんのふるさと小郡のすてきな場所・ものについてクイズ形式で学んでみませんか。また、古代の須恵器を見て、粘土から自由に土器を作ります。

※詳細は、各学校を通して配布している募集要項をご覧ください

★日時 11月28日(日)／午前10時～正午

★会場 埋蔵文化財調査センター

★対象 市内小学校4～6年生

★参加費 無料

★申込締切 11月5日(金)



募集

10 AHP(アープ)特別レッスン・特別講座

申問 あすてらすトレーニング室
(水・土・日曜を除く) ☎72-6666

NPO法人あすてらすヘルスプロモーション(AHP(アープ))が、新たに特別レッスン・特別講座を行います。

コロナ禍で重くなってしまった心と体をリフレッシュしませんか。

①出張レッスン(らくらくヨガ)

★日時 11月2日(火)
午前10時30分～11時30分
★内容 ヨガの呼吸・姿勢・瞑想を組み合わせ、心身の緊張をほぐします

★申込締切 10月26日(火)

②バラエティ運動教室(体力測定)

★日時 11月8日(月)
午前10時15分～11時45分
★内容 運動不足解消・脂肪燃焼に向けて、一人ひとりに必要な運動を紹介・実践

★申込締切 11月1日(月)

③健康講座

★日時 11月25日(木)
午後3時30分～4時30分
★内容 感染症に負けないための食事について管理栄養士が話します

★申込締切 11月18日(木)

共通事項

- ★会場 ①大原校区コミュニティセンター
②③あすてらすトレーニング室
- ★対象 高校生以上
- ★参加費 ①無料
②③210円

自宅でできる簡単トレーニングを動画配信しています

外出するのが難しい人や、自宅でもトレーニングを行いたい人は、YouTube動画を見て体を動かしましょう。



NPO法人あすてらす
プロモーション

YouTubeチャンネル登録
お願いします

お知らせ

08 家族で楽しむ！ 芋ほりday!

申問 花立山芋っこ隊(安藤)
☎090-8910-5154(前日・当日のみ)
✉hanatateyama.imokkotai@gmail.com

子どもたちに土いじり体験を！家族で芋ほりをしませんか。

★日時 11月3日(水・祝)
午前9時30分～正午

※少雨決行、雨天時11月7日(日)に延期

- ★会場 城山公園南側
- ★対象 未就学・低学年のお子さんと家族
- ★定員 100組(先着順)
- ★参加費 1区画500円(1家族)
- ★持参物 軍手、スコップ、長靴、袋など
- ★申込方法 専用申込フォーム
- ★申込締切 10月31日(日)



お知らせ

09 フレイル予防教室

申問 長寿支援課地域包括支援係 ☎72-2111

フレイル予防のために、栄養に関する講話や、手軽にできる体操を行います。

★日時 11月11日～12月23日の木曜
(全7回)
午後1時30分～3時

- ★会場 稲穂の里みはら館
- ★対象 65歳以上の市内在住者
- ★定員 25人(抽選)
- ★参加費 無料
- ★申込締切 10月29日(金)

楽パソ講座

13 パワーポイント入門

申問 生涯学習課社会教育係
(生涯学習センター内)

☎72-2111 ☎73-5222

〒838-0142 小郡市大板井1180-1

- ★日時 11月17日～12月3日の水・金曜
(全6回)
午前9時30分～正午
- ★会場 生涯学習センター
- ★対象 18歳以上で文字入力可能な人
- ★内容 パワーポイントの基本操作や作成など
- ★定員 7人(抽選)
- ★受講料 3,000円(テキスト代990円)
- ★申込方法 窓口・ファクス・はがきで①講座名②氏名③住所④年齢⑤電話番号を明記し申込み
- ★申込締切 10月28日(木)／午後5時必着

お知らせ

14 クリーンヒル宝満から
ごみ搬入に関するお願い

問 クリーンヒル宝満 ☎092-926-5300

処分を急がないごみは、クリーンヒル宝満への搬入を控え、定期収集に出すようお願いいたします。

現在、クリーンヒル宝満では通常どおりごみの受け入れを実施していますが、マスク着用・手洗い消毒・フィジカルディスタンスの確保・換気などの新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行っています。感染拡大を防止するため、ごみの搬入の抑制、搬入時のマスク着用・手指消毒・必要最少人数による搬入にご協力をお願いします。

※ごみ搬入時は、運転免許証を提示すると、よりスムーズに受付できます

お知らせ

11 ふるさと歴史さんぽ
～松崎藩と松崎宿～

申問 小郡市の歴史と文化を守る会
(毎週日・月曜日は休館日) ☎80-1920

✉npo.orm@ser.bbq.jp



九州最大級のサザンカの白い花や貴重な「伊吉ハゼ」の紅葉を楽しみながら、ふるさと案内人ガイドと一緒に散歩してみませんか。

- ★日時 11月27日(土)
午前9時～正午ごろ
- ★集合・解散場所 甘木鉄道松崎駅
- ★行程 霊鷲寺→松崎宿歴史資料館→旧松崎旅籠油屋→松崎城跡(約5km)
- ★定員 15人(先着順)
- ★参加費 無料(要申込)
- ★持参物 マスク、帽子、水筒など
- ★申込方法 電話・Eメールで①氏名②電話番号を明記し申込み

お知らせ

12 高齢者のための
「しごと・ボランティア
合同説明会」

申問 福岡県70歳現役応援センター久留米
オフィス ☎36-8355

職場や地域で活躍したい皆さんを後押しします。企業の担当者から直接話を聞くことができ、参加無料、履歴書不要です。(要申込)

- ★日時 10月28日(木)
①午前11時30分～午後0時50分
②午後1時40分～3時

- ★場所 久留米シティプラザ2階展示室
- ★対象 おおむね60歳以上の人
- ★定員 各回40人(先着順)

※詳細はホームページをご覧ください



お知らせ

戦没者遺骨の身元特定のためのDNA鑑定対象地域が拡大されます

厚生労働省では、DNA鑑定により戦没者遺骨の身元を特定してご遺族のもとへお返しする事業を実施しています。このたび、この対象地域が拡大されました。

対象地域 硫黄島、インド、インドネシア、沖縄、樺太、旧ソ連、モンゴル、タイ、中部太平洋地域、東部ニュージーニア、ノモンハン、ビスマーク・ソロモン諸島、フィリピン、ミャンマー

対象者 対象地域の戦没者の配偶者、子、父母、孫、兄弟姉妹、甥、姪など

料金 無料(申請書などの郵送料は自己負担)

申請方法 申請書を郵送・ファクス・メールで提出

※申請書は厚生労働省ホームページから取得できます



【申請】厚生労働省社会・援護局事業課DNA鑑定担当

☎ 03・3595・2219
F 03・3595・2229

✉ dnakantei@mhfw.go.jp

T 100-8916

東京都千代田区霞が関一丁目2-2

傾聴ボランティアの養成講座

傾聴ボランティア「でんでん虫」はリモート(Zoom)による傾聴ボランティアの養成講座を行います。いろいろな聴き方を学びます。

日時 11月6日(土)

20(土)

午後1時30分

～3時30分

会場 自宅からオンライン受講

講(自宅からの参加が難しい場合は大原コミセン)

講師 黒川貢さん(NPO傾聴講師研究会代表)

受講料 無料(テキスト代300円)

【申請】小郡市ボランティア情報センター

☎ 73・1131

小郡地区労働相談会

解雇や賃金未払、パワハラ・セクハラなど職場でのトラブルに関する相談をお受けします。(事業主からの相談も可)

※相談無料・秘密厳守

日時 10月28日(木)

午後4時～8時

(要申込)

会場 あすてらす

【申請】小郡市商工・企業立地課

☎ 72・2111

【申請】福岡県筑後労働者支援事務所

務所

☎ 30・1034

就職活動実践セミナー&個別就職相談

期日 11月2日(火)

① **就職活動実践セミナー**

時間 午後1時～3時

応募書類の書き方や面接マナーなど、就活ステップに合わせた対策ポイントが学べます。

② **個別就職相談**

時間 午後3時～5時

「自分の強み」が客観視できる適性検査がご利用できま

す。

※どちらか一方の受講可

会場 生涯学習センター

対象 おおむね50歳未満で就職を希望する人

【申請】福岡県若者就職支援センター

☎ 092・720・8830

運命の出会いを応援

福岡県では出会いの場を提供するため、「あかい糸めーる」で体験活動などのイベント情報を配信しています。また、結婚を希望する独身の人を応援する企業・団体として「出会い応援団体」にも登録しています。



【福岡県出会い・結婚応援事務局】

☎ 092・733・8202

年末調整説明会中止のお知らせ

令和3年分以降の年末調整説明会は、感染症拡大防止やデジタル化への対応のため、開催しません。ご理解とご協

力をお願いします。

【久留米税務署】

☎ 32・4461

イベント中止のお知らせ

① 第35回宝満川河川美化「ノーポイ」運動

10月24日(日)

② 第3回小郡市高齢者カラオケの集い!

ハロウィン工作

日時 10月29日(金)

午前9時30分～正午

対象 子育てに関心がある人

講師 ファミサポ事務局

定員 15人程度(先着順)

※お子さんと一緒に参加可

受講料 無料

申込方法 電話

【会場】ファミリー・サポート・センターおごおり

(シルバー人材センター内)

☎ 27・5411

「ご存じですか？」
「中退共」の退職金制度

●国の制度だから安心
新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。

●掛金は全額非課税
手数料もかかりません。

●社外積立で管理が簡単
納付状況や退職金試算額を事業主にお知らせします。

●パートの人も加入OK
パートの人のための特例掛金月額をご用意しています。

●中小企業退職金共済事業本部
☎03・6907・1234

小郡市母子寡婦福祉会へ
入会しませんか？

ひとり親や寡婦の皆さんの自立と生活の向上、子どもの健全な育成に取り組んでいます。さまざまな行事や研修を行っているので、入会して一緒に活動しましょう。

●事業内容

小・中学入卒業祝い金、ひとり親家庭のための奨学金制度、学習支援塾、日常生活支援事業、資格取得手当、ひとり親サポートセンター事業

●行事内容

親子レクリエーション、一日お父さん事業、親子クリスマス会、視察研修、総会
☎080・7805・1927



小郡短歌会

暖冬で桜も藤も開花せり庭のもちの木新芽萌え出ず
虫の音にひかれて外に出てみれば空には満月煌煌として
青春が恋しくなればアラン・ドロンの「太陽がいっぱい」を見ればいい
緑から黄色に変わり秋が来る銀杏並木の七夕通り
中秋の名月友と見上げてた二十年前の敦煌の宿

田島 節生
中原カツエ
城崎 浩平
渡辺 健二
末崎 法子

地域子育て支援拠点事業(小郡市)



☎つどいの広場 ぽかぽか
(ひまわり館東野内)

☎75-7077
✉tsudo@san.bbiq.jp
市ホームページ



開室時間

月～土曜日／午前9時～午後4時
日、祝日、ひまわり館の休館日および年末年始はお休みです。利用は無料で、要予約です。

つどいの広場ぽかぽかは、就学前の乳幼児とその家族がゆくりと過ごすことができる場所です。お子さんとおもちゃで遊んだり、絵本を読んだり楽しくふれ合ってくださいね。

赤ちゃん広場 抱っこ法～泣くことの大切さ～

要申込

こころとからだを抱っこする育児法です。
赤ちゃんは泣くものと分かってはいても、一日中向き合うのはヘトヘトになってしまいますよね。赤ちゃんが泣くことの意味や大切さを学んで、親子の心のつながりを深めましょう！

- ★日時 11月17日(水)／午後2時～3時
 - ★会場 ひまわり館東野和室
 - ★対象 首がすわって～1歳くらいのお子さんの保護者
 - ★定員 10人程度(先着順・託児あり)
 - ★講師 宮崎由紀子さん(ゆっこの癒しの子育てネットワーク)
 - ★参加費 無料
 - ★申込方法 10月22日(金)／午前9時～電話受付
- ※託児利用の人は、着替え・おむつ・お茶・ビニール袋・タオル・バスタオルを持参してください(要記名)



国岡小郡市子育て支援センター
☎ 73-5041
✉ kosodateshien5041@suo.bbiq.jp
市ホームページ

小郡市子育て支援センターは、未就園のお子さんとその家族のために、さまざまな事業を行っています。



のびのび教室 近くの会場へどうぞ 校区外の参加も大歓迎

0歳～就園前の親子対象 午前10時～11時30分 **要申込**

期 日	会 場	校区(小学校)	活動内容 (持ってくる物)
11月 2日(火)	ふれあい館三国	三国(三国小)	秋探しの散歩 ・水筒・帽子 ・ビニール袋
11月 9日(火)	稲穂の里みはら館	宝城(御原小)	

のびのび教室・オープンルーム・キッズルーム・広場は開催日1週間前から電話で予約を受け付けます



のびのびオープンルーム **要申込**

親子で自由に遊ぶ場・交流の場
楽しい遊びのコーナーがいっぱい!!

午前10時～11時30分
(時間内に自由にご参加ください)



11月 5日(金)	ポピーの里あじさか館
11月12日(金)	あすてらす多目的ホール
11月26日(金)	

子育て人権講座 **要申込**

『わたしたちの暮らしと人権』～日常生活や子育ての中で～

11月11日(木) / 午前10時～11時30分
人権教育啓発センター

対 象 子育てに携わっている人・子育てに興味のある人
講 師 荒巻憲一さん(小郡市人権・同和教育課)
託 児 生後3か月からの乳幼児
申込締切 11月4日(木)

**申込
受付中**

のびのびキッズルーム **要申込**

2歳半～就園前までの親子対象 『散歩』

11月19日(金)
午前10時30分～11時30分(受付午前10時～)
人権教育啓発センター
※『人権のまちづくりふれあい公園』に行きます
雨天時は製作をします

リフレッシュ講座 **要申込**

保護者のための保育付き講座 『寄せ植え』

11月18日(木) / 午前10時30分～正午
稲穂の里みはら館研修室 託児…和室・会議室

対 象 未就園児の保護者12人
講 師 杉山マリコさん(kirsche代表)
託 児 生後3か月からの乳幼児
申 込 11月4日(木) / 午前9時～電話受付 ※材料費がかかります

のびのび広場 **要申込**

『親子エクササイズ』
～育児の疲れをふきとばそう!～

11月25日(木)
午前10時30分～11時30分
あすてらす多目的ホール
講 師 小田あゆみさん
(健康運動実践指導者)
定 員 15組

のびのび講演会 **要申込**

『こどもの豊かな育ちを支える』

11月16日(火) / 午前10時～11時30分
あすてらす会議室3 託児…和室

対 象 未就学児の保護者25人
講 師 橋本里香さん(こぐま学園 保育士)
託 児 先着15人(生後3か月からの乳幼児)
申 込 11月2日(火) / 午前9時～電話受付

秋探しの散歩

