情報ステーション

美姿勢ヨガ&安眠ヨガ体験者募集

これから身体を動かし始めるのにおすすめのヨガ教室です。姿勢改善・体幹強化のためのヨガと、睡眠前のリラックスを目的としたヨガで、どちらも正しい姿勢と正しい呼吸法を習得することにより、心と身体のバランスを整え、心身ともに健康になることをめざします。ぜひ今の生活に少しでも運動を取り入れ、健康的な身体づくりをめざしましょう。

▼**日時**
9月30日、10月7日、21日、28日（全て火曜日）
①美姿勢ヨガ 18時35分～19時20分
②安眠ヨガ 19時30分～20時30分

▼**場所**
地域交流センター2階多目的ホール

▼**対象**　18歳以上

▼**定員**　①、②ともに10人程度

▼**参加費**
各体験全4回3,000円、または1日体験1,000円を当日お支払い

▼**申込方法**
電話またはショートメール

▼**参加費**　一人500円（5歳未満無料）

▼**申込方法**
申し込みフォーム・電話にて「住所・氏名・同伴者・年齢・電話番号」をお知らせください。

▼**申込期間**
9月18日(木)～9月30日(火)
【電話受付時間】
9時～17時
（9月22日(月)、9月29日(月)は除く）

▲申し込みフォーム

申・問 **県立四王寺県民の森管理事務所**
（宇美町大字四王寺207）
☎932-7373
FAX932-7340

自衛官募集

【第4回自衛官候補生】
自衛官候補生…任期制。入隊後3か月の基礎的教育期間を経て、任用期間が定められた「任期制自衛官」に任官。選抜試験により3曹へ昇任、または任期満了後、民間企業などへ就職（就職援護あり）。

▼**応募資格**
日本国籍を有する18歳以上33歳未満の人（32歳の人は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人）

▼**受付期間**
9月16日(火)～11月21日(金)

▼**試験期日**
●筆記試験
11月29日(土)～12月2日(火)
WEB試験（簡易センター方式：高校生）
※試験会場は受付後に案内
※高校生以外は自宅などにて受験可能

●口述試験・身体検査
12月13日(土)～12月15日(月)の指定する1日

▼**合格発表**　令和8年1月9日(金)

【第3回一般曹候補生（1次試験）】
一般曹候補生…定年制。入隊後2年9か月経過以降、選考により3等陸・海・空曹に昇任。

▼**応募資格**
日本国籍を有する18歳以上33歳未満の人（32歳の人は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人）

▼**受付期間**
9月16日(火)～11月21日(金)

▼**試験期日**
●第1次試験
11月29日(土)～12月2日(火)
WEB試験（簡易センター方式：高校生）
※試験会場は受付後に案内
※高校生以外は自宅などにて受験可能

▼**1次試験合格発表**　12月15日(月)

▼**申し込み要領**
自衛官等インターネット応募サイトからの申し込み、または左記の連絡先に問い合わせ

問 **自衛隊福岡地方協力本部**
福岡募集案内所
福岡県福岡市東区名島3丁目24-2
☎672-3255（FAX兼）
担当　木下

申・問 **NPO法人ふみの里スポーツクラブ**
☎080-7004-1439

「大野城跡（四王寺山）森林浴ウォーキング」参加者募集

学芸員と森林インストラクターの解説で、大野城跡（四王寺山）の史跡や自然を巡りながらウォーキングを行います。秋の自然と大野城跡を満喫してみませんか（参加費無料、少雨中止）。
ウォーキング終了後、お茶と豚汁を配布予定です。

▼**コース（センター発着）**
A　祈りの地と博多湾を臨む絶景コース 2.5㎞
（八ッ波礎石群→毘沙門堂→大城自然の宝道展望台→広目天礎石群→けいさしの井戸→水城口城門）
B　岩屋城コース 1.6㎞
（尾花礎石群→増長天礎石群→馬責め→岩屋城跡）
C　百間石垣などをめぐる城跡満喫コース 3.5㎞
（33番札所→主城原礎石群→北石垣・北石垣城門跡→小石垣・小石垣城門跡→百間石垣）
D　自然を楽しみながら歩く山道コース 2.0㎞
（焼米ケ原→遠見所→村上礎石群）

▼**日時**　10月18日(土)
10時～13時（受付9時30分～）

▼**集合場所**
四王寺県民の森管理事務所

▼**定員**　60人（各コース15人、先着順、要事前申し込み）

▼**申込方法**
電話または申し込みフォーム・FAXにて、住所・氏名・年齢・電話およびFAX番号・希望コース（希望に添えない場合があります）をお知らせください。

▼**申込期間**
10月2日(木)～10月13日(月・祝)
【電話受付時間】
9時～16時30分（10月6日(月)を除く）
※定員になり次第締め切り。

▲申し込みフォーム

申・問 **県立四王寺県民の森管理事務所**
（宇美町大字四王寺207）
☎932-7373
FAX932-7340

「初心者向けガーデニング教室」の受講者募集

福岡県緑化センターでは、ガーデニングの基礎知識を学習する「緑の教室」の受講者を募集しています。

▼**日時**　11月6日(木)～7日(金)の2日間
9時30分～15時30分（昼休み12時～13時）

▼**場所**　福岡県緑化センター
（久留米市田主丸町益生田1125）

▼**内容**　初心者向けガーデニングの設計および実習

▼**応募資格**　ガーデニングに興味があり、2日間の出席が可能な人

▼**参加費**　無料

▼**定員**　15人（応募多数の場合は抽選）

▼**応募締切日**　10月19日(日)（必着）

▼**応募方法**　ハガキまたはFAX
【記載事項】郵便番号、住所、氏名、電話番号またはFAX番号
【宛先】
・ハガキ
〒839-1213　久留米市田主丸町益生田1125
福岡県緑化センター「緑の教室」係
・FAX
0943-72-1558

▼**受講者の決定**
10月31日(金)までに通知

問 **福岡県緑化センター管理事務所**
☎0943-72-1193
（祝日を除く月曜日休館）

「森歩きとキャンプで心地よい一日を過ごそう」参加者募集

▼**日時**　10月11日(土)
10時～13時30分（受付　9時30分）

▼**場所**
四王寺県民の森管理事務所集合（少雨決行）

▼**講師**　森林インストラクター

▼**内容**
10時
センター出発　野外研修場へ移動
10時20分
野外研修場にて森を散策。落葉や落枝集め　薪割り
12時
メスティンで炊いたご飯で昼食炊飯
13時30分
アンケート実施、解散

ふみなび　「宇美町生涯学習情報」し～ず・うみ行事の案内

法律講座　不動産　『相続トラブル』
「仲が良いから大丈夫」「揉めるほど財産がないから」と思っていても、いざ相続となった時にトラブルになりやすいのが不動産です。今まさにお悩みの人、将来に備えて学びたい人、ぜひご参加ください。

▼**講師**　ちくし法律事務所弁護士
岡田 佳奈美先生

▼**参加費**　500円

※参加者には1時間無料相談券進呈

▼**日時**　9月26日(金)14時～15時30分

『大人のためのポイントメイク講座』
ほうれい線、しわなどの肌悩みを自然にカバー眉、目元、リップの化粧テクニックをプロがわかりやすくレクチャー、鏡を見るのが楽しくなります。

▼**講師**　ビューティーアドバイザー
深江 朝子さん

▼**参加費**　1,000円

▼**日時**　10月9日(木)13時～14時30分

▼**定員**　7人

『大正琴の音色にのせてコンサート』（無料）
懐かしい昭和の名曲を大正琴の音色でお楽しみください。（申込不要、直接ご来館ください）

▼**日時**　10月16日(木)13時30分～14時30分
［共通］

▼**場所**　し～ず・うみ

申・問 **し～ず・うみ**
☎932-0365
✉shes-umi@mail.town.umi.fukuoka.jp
（氏名、TELを記入のこと）

広告

永代供養専用区画 悠久の丘
樹木葬60万円～
ペットと一緒に眠れる樹木葬あります!
篠栗駅から電話一本ですぐお迎え。
随時 無料送迎!!
ささぐり極楽霊苑（ハイゴクラク）
■篠栗町大字津波黒字極楽111-1
■定休日:毎週水曜日
フリーダイヤル 0120-81-5969
詳しくはコチラ
●事業主体／(公財)篠栗極楽苑 ●代表理事／上戸　浩介 ●経営許可番号／6生衛営第139号の7(平成6年11月1日許可)

よしやま眼科
YOSHIYAMA EYE CLINIC
一般眼科・日帰り白内障手術

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
09:00-12:30	●	●	●	●	●	●	／
14:00-18:00	●	●	／	手術	●	／	／

〒812-0871
福岡県福岡市博多区東雲町 2-3-24
092-710-0200