

### アルコール依存症研修会

■日 時 11月27日(金) 14:00~16:00  
 ■内 容  
 講演 「アルコール依存症を理解し、その対応について学ぶ～すこやかな生活を取り戻すために～」  
 講師 神谷 直美氏(雁の巣病院 リハ部相談支援課 係長)  
 体験発表 「願望と行動が鍵」、だれにもできますソプラエティー!  
 ※ソプラエティーとはアルコールを使わないで生きてゆくことの意味  
 講師 トミー(AA福岡グレイスグループ代表者)

■日 時 12月10日(木) 14:00~16:00  
 ■内 容  
 講演 「依存症についての正しい知識とその対応」  
 講師 上田 美佐子氏(八幡厚生病院 心身医療病棟看護師長)  
 体験発表 「支えが、絆が、回復の歩みへ！」  
 講師 リセット(GAいづか 代表者)

■会 場 福岡県行橋総合庁舎 4階大会議室  
 ■対 象 テーマに興味のある方、患者を持つ家族、支援者など  
 ■参加費用 無料  
 ■申込方法 11月19日(木)までに事前にお電話でお申し込みください。  
 ●申し込み・問い合わせ先  
 福岡県京築保健福祉環境事務所 健康増進課 精神保健係  
 TEL 0930-23-2966

### 福岡共同公文書館公開講座のご案内 「ふるさとの結婚～福岡県内市町村合併史～」

市町村合併は、よく結婚に例えられます。「明治の廃藩置県」から「平成の大合併」まで、福岡県の変遷について考えていきましょう。

■日 時 11月29日(日) 14:00~15:30  
 ■場 所 福岡共同公文書館 2階研修室  
 (筑紫野市上古賀1-3-1)※無料駐車場あり  
 ■講 師 渡部 邦昭氏(学芸員)  
 (九州歴史資料館 学芸調査室 主任技師)  
 ■定 員 80名(事前申し込み)  
 ■参加費 無料  
 ●申し込み・問い合わせ先  
 福岡共同公文書館 TEL 092-919-6166  
 ホームページ <http://kobunsyokan.pref.fukuoka.lg.jp/>

### 多重債務者無料相談ウィーク

借金問題は一人でも悩まず最寄りの専門家に相談しましょう。国の多重債務者相談強化キャンペーンに合わせて、福岡県、県弁護士会及び県司法書士会が連携して県内各地で無料相談を実施します。

■日 時 11月9日(月)~13日(金) 受付9:00~17:00  
 ■会 場 県内の弁護士会及び司法書士会の相談センター(全24箇所)  
 ■内 容 福岡県消費生活センターで一括して相談を受け付け、最寄りの弁護士会、または司法書士会の相談センターを紹介します。



●相談・問い合わせ先  
 福岡県消費生活センター TEL 092-632-1600

### 医療講演会・相談会のご案内

**パーキンソン病関連疾患患者及びその家族の方**  
 ■日 時 12月3日(木) 14:00~16:00(受付開始13:30~)  
 ■内 容  
 講演 「パーキンソン病の最新の治療と対処法」  
 講師 魚住 武則先生  
 (産業医科大学若松病院 神経内科診療教授)  
 講演 「パーキンソン病患者さんのための栄養管理」  
 講師 青木 哲美氏  
 (社会保険田川病院 栄養科 科長)  
 ※講演後、患者・家族交流会(相談会)を実施します。

**膠原病の患者及びその家族の方**  
 ■日 時 12月4日(金) 14:00~16:00(受付開始13:30~)  
 ■内 容  
 講演 「膠原病の理解と病気との上手なつきあい方」  
 講師 中野 和久先生  
 (産業医科大学病院 第1内科学講座 病棟医長)  
 ※講演後、患者・家族交流会(相談会)を実施します。

■会 場 福岡県京築保健福祉環境事務所  
 ※駐車場の台数には限りがありますので、あらかじめご了承ください。  
 ■申込方法 11月20日(金)までに事前にお電話でお申し込みください。なお申込多数の場合は、行橋市・豊前市・京都郡・築上郡在住の方を優先します。  
 ●申し込み・問い合わせ先  
 福岡県京築保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係  
 TEL 0930-23-2960

### 築城基地 自衛官候補生募集のお知らせ 【採用種目】自衛官候補生(陸・海・空)

■試験日 11月28日(土)小倉・29日(日)飯塚  
 ■受験資格 18歳以上27歳未満の男子  
 ■受付期日 11月18日(水)まで  
 ■採用時期 3月下旬~4月上旬  
 ●問い合わせ先  
 福岡地方協力本部 築城地域事務所(築城基地内)  
 TEL 0930-56-1150(内線229)



### 平成27年度 福岡県沖縄地域 戦没者慰霊巡拝団員募集

先の大戦における沖縄地域での本県出身の戦没者及び一般戦災死没者の方々を追悼し、平和を祈念するため、慰霊巡拝を実施します。団員として参加するご遺族を募集します。  
 ■巡拝日程 平成28年1月21日(木)~22日(金)2日間  
 追悼式 日時 平成28年1月21日(木) 15:00~16:00(予定)  
 場所 沖縄県糸満市「福岡の慰霊の塔」  
 方式 無宗教献花方式  
 ■参加資格 先の大戦における沖縄地域での本県出身の戦没者及び一般戦災死没者の遺族(配偶者、父母、子及び兄弟姉妹で、福岡県に居住している方)  
 ■募集人員 20名  
 ■申込期限 11月27日(金)  
 ●申し込み・問い合わせ先  
 一般財団法人 福岡県遺族連合会 TEL 092-761-0012

### 保健師だより

## インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザは12月~3月にかけて流行します。38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、子どもや高齢の方は重症化することがあります。予防法を正しく理解し、インフルエンザを予防しましょう。



### インフルエンザの予防法

- 流行前の予防接種が有効です  
 インフルエンザワクチンは重症化の予防効果が認められています。高齢の方がワクチン接種を受けると、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3~1/2に減少することが期待できると言われています。(上毛町ではインフルエンザ予防接種の費用を助成しています。詳しい内容は、広報誌10月号P6をご覧ください)
- 手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効です  
 手に付いているウイルスを洗い落とすことや、アルコール製剤による手指の消毒もインフルエンザウイルスに対して有効です。
- 「咳エチケット」を心がけましょう  
 インフルエンザは、主に咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴によって感染します。普段から「咳エチケット」を心がけましょう。咳エチケットとは、①他の人に向けて咳やくしゃみをしない、②咳やくしゃみが出るときはマスクをする、③手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗うなどのことです。

### 中津市民病院健康教室のお知らせ

■日 時 11月21日(土)14:00~15:00  
 ■開催場所 中津市民病院 2階講堂  
 ■演 題 「脳梗塞、脳出血になりたくない! ~どうすればいいの~」  
 ■講 師 中津市民病院  
 脳神経外科部長 古賀 広道  
 ●主催・問い合わせ先  
 中津市民病院 相談支援センター TEL 22-6521



### 平成27年度 豊前市外二町清掃施設組合 リサイクル講座受講生募集

■講座名 正月飾り作り  
 ■講座開催日 12月11日(金)10:00~12:00  
 ■開催場所 豊前市外二町清掃センター  
 (豊前市大字八屋322-45)  
 ■募集人数 15名  
 ■申込期間 11月4日(水)~27日(金) 8:30~16:30  
 ※土・日・祝日を除く  
 ●申し込み先 豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192

### 豊前築上医師会看護高等専修学校 准看護師生徒募集

■試験日程  
 (1)一次募集 試験日 12月12日(土)  
 願書受付 11月9日(月)~12月11日(金)必着  
 (2)二次募集 試験日 平成28年2月13日(土)  
 願書受付 平成28年1月25日(月)~2月12日(金)必着  
 ■試験内容 国語、作文、面接  
 ■募集定員 30名  
 ■修業年限 2年  
 ■受験資格 中学校卒業(見込)者及びそれ以上の学力を有する者  
 ■奨学金制度 有り※詳細については、本校へお問い合わせください。  
 ●問い合わせ先 豊前築上医師会看護高等専修学校  
 〒828-0021 福岡県豊前市八屋1522-2  
 TEL 82-0607

### 職業訓練講座の開講

■場 所 豊前地区職業訓練協会(豊前市八屋1926番地)  
 ※各講座とも定員になり次第締め切ります。  
 【パソコン基礎講座】  
 ■訓練期間 11月27日~12月9日(月・水・金)  
 ■対象者 初心者:定員20名  
 ■費 用 受講料:8,220円 別途テキスト代1,080円必要  
 【アーク溶接特別教育】  
 ■訓練期間 11月27日~29日(金・土・日)  
 ■対象者 未資格者:定員20名  
 ■費 用 受講料:15,420円 別途テキスト代1,000円必要  
 【ガス溶接技能講習】  
 ■訓練期間 12月12日~13日(土・日)  
 ■対象者 未資格者:定員20名  
 ■費 用 受講料:7,200円 別途テキスト代800円必要  
 【年賀状作成講座】  
 ■訓練期間 11月24日~12月10日(火・木)  
 ■対象者 パソコンの基本操作のできる方:定員20名  
 ■費 用 受講料:8,220円 別途テキスト代必要  
 ●申し込み・問い合わせ先  
 豊前地区職業訓練協会 TEL 82-1511

### ~ちょっとお洒落にクラシック~ ウィンターコンサート10th おかげさまで10周年...楽しいおしゃべりと共に

■日 時 11月29日(日)13:00開場 14:00開演  
 ■会 場 吉富フォーユー会館  
 ■演奏者 九州室内合奏団  
 ■チケット 前売券3,500円(指定席4,500円)  
 当日券4,000円(指定席5,000円)  
 ※ただし前売券完売の場合、当日券の販売はありません。  
 ■後 援 上毛町教育委員会、豊前市教育委員会、築上町教育委員会、吉富町教育委員会、豊前市芸術文化振興協会  
 ●問い合わせ先  
 プリティ・ママン代表 松田 TEL 090-8919-8059