

9月は「認知症月間」です

北九州市では、9月の「認知症月間」に合わせて、認知症に対する理解と知識の普及・啓発に取り組んでいます。

映画「オレンジ・ランパ」上映会 〜認知症とともに生きる〜

認知症当事者の講演や、若年性認知症を題材とした映画の観賞を通して、認知症とともに生きる社会について考えます。9月29日(日)13時30分〜16時、J・COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。定200人。申9月4〜24日に認知症月間事務局 ☎967・1320へ。ネットも可。

認知症介護技法講演会

高齢者や認知症の人など、ケアを受ける人の人間らしさを尊重する技法である「ユマニテュード®」の基本の考えを学びます。9月24日(火)10〜11時40分、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借丁目)で。定80人。申9月4〜18日に認知症月間事務局 ☎967・1320へ。ネットも可。

講座「認知症にやさしい図書館」

認知症に関する講話や本の紹介など。▼八幡図書館(八幡東)

「年長者の祭典」を開催

長寿者の表彰や医師・鎌田實さんによる講演「長寿のしあわせ〜認知症・虚弱にならず、ピンピン元気」など。10月2日(水)14〜16時10分、J・COM北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階)で。定1000人。講演会(14時50分から)だけの参加も可能。申往復はがき(4人まで)に基本



▲鎌田 實さん

事項を書いて9月17日までに問先へ。ネットも可。

問 ☎803-8501 保健福祉局
長寿社会対策課 ☎582・2407



問 保健福祉局
認知症支援・介護予防課
☎582・2063

このほか、小倉城のプロジェクト(投影)や市内各所のオンラインライトアップなどを行います。詳細は問を。市のホームページ(下記を読み取り)でもご覧いただけます。



▲詳細は
コチラから

9月は「健康増進普及月間」 「北九州市減塩推進月間」です

- 1に運動 2に食事
- しっかり禁煙
- 良い睡眠
- 健康寿命の延伸

健康寿命を伸ばすには、生活習慣病の発症予防・重症化予防が大切です。生活習慣病は日常生活と深く関連しています。健康的な生活習慣をちよつとだけ意識してみませんか？

はじめよう！減塩生活

食塩の取りすぎは高血圧の原因となり、心臓病や脳卒中、腎臓病などのさまざまな生活習慣病を招きます。市では、各区役所で食生活の相談や減塩のイベントを実施しています。

各区のイベントや減塩のポイント

イベント「スマドリ×スマソるでいっっちゃー！」

飲める人も飲めない人も楽しめる、体質や気分に合わせて自由な飲み方「スマードリ×スマソる」(「スマドリ」※と、料理に「スマルト」(ソルト)を使う減塩プロジェクト「TRY！スマソる？」)のイベントを開催します。

※「スマドリ」はアサヒビール㈱が提唱する取り組みです。

日時 9月15日(日)・16日(祝)の11〜18時

場所 小倉駅JAM広場

内容 小倉駅JAM広場

適正飲酒・スマドリセミナー

アルコールに関する正しい知識を身に付け、お酒と付き合うコツを学びます。15・16日とも、11時



問 保健福祉局健康推進課
☎582・2018

健康寿命を伸ばすには、生活習慣病の発症予防・重症化予防が大切です。生活習慣病は日常生活と深く関連しています。健康的な生活習慣をちよつとだけ意識してみませんか？

減塩のポイント

- 麺類のスープは残す
- しょうゆやソースは「かける」より「付ける」
- 酢や香辛料を使うなど



厚生労働省のサイト「健康寿命をのばそう〜SMART LIFE PROJECT〜」もご覧ください。



▲詳細は
コチラから

市民センター館長(会計年度任用職員)を募集します

例年募集している「一般枠」に加え、今年度から「豊かなコミュニケーション力」や「民間経験を活かした企画力」を持ち、地域と共に成長を重ねていく人材を求め「民間経験枠」を導入します。勤務はいずれも来年4月から。

対象

- ① パソコンの基本操作ができる人
 - ② 常時勤務できる人
 - ③ 民間企業などで直近10年以内に5年以上の勤務経験がある人
- ※③は「民間経験枠」だけ

定員

- ▼ 一般枠 30人程度
- ▼ 民間経験枠 若干名

第1次試験

- ▼ 一般枠 10月14日(祝)
- ▼ 民間経験枠 職務経歴書と作文の事前提出

申し込み

- 9月18日まで。申込書は各区役所コミュニティ支援課・出張所、各市民センターなどで配布中。

問 総務市民局地域振興課
☎582・2111

「後世に残したいお店・味・ものづくり」を募集

事業承継の支援対象者の掘り起こしのため、「後世に残したいお店・味・ものづくり」を広く募集します。抽選でギフト券を進呈します。10月31日まで。応募方法など詳細は問を。専用サイト(下記を読み取り)でもご覧いただけます。ネットも可。



▲詳細は
コチラから



後継者不在に悩む市内事業者と開業希望者をつなぐマッチングサイトを開設しました。

問 産業経済局中小企業振興課
☎873・1433

地方創生プログラム「OFA」の参加者・企業を募集しています

市内企業の若手社員や人事担当者や学生が、ワークショップなどを通じて学びと交流ができる地方創生プログラム「OFA」を開始しました。

「地方創生」や「キャリア設定」、「業界研究」などをテーマにしたワークショップ(月2回)のほか、就職に向けた企業と学生のマッチングなども行います。



▲詳細は
コチラから

問 産業経済局
雇用・産業人材政策課
☎582・2419

