

あなたは大丈夫？
**消費生活
豆知識**



低価格で誘う、エアコンクリーニングに注意！

相談

自宅に「6,000円でエアコンをクリーニングします」と勧誘の電話があり、依頼した。

後日、事業者が来訪し、フィルター洗浄のために風呂場へ案内すると、「風呂場と洗面所が汚れているので一緒に掃除します」と言われた。よく分からないまま承諾してしまい、作業後に風呂場などの清掃料を含め30万円を請求されたが、納得がいけない。

相談員からのアドバイス

契約内容や料金について十分な検討ができないまま契約し、トラブルにつながってしまうケースが少なくありません。まずは、安易に訪問を承諾しないようにしましょう。

また、契約後に、追加作業を勧められても、すぐに承諾せず、家族などによく相談してください。作業内容や料金は、しっかりと確認し納得した上で契約することが大切です。

なお、低価格で勧誘され、思いがけず高額な料金を請求された場合など、一定の要件に該当する場合は、クーリング・オフなどが適用できる場合があります。早めに消費生活相談窓口にご相談しましょう。

不審に思うことやトラブルがあったときは、相談窓口へお問い合わせください。

遠賀町消費生活相談窓口 ☎ 093-293-7783 FAX 093-293-0806

[受付] 9:00~12:00、13:00~16:30 ※土・日曜日、祝日、年末年始は除く

消費者ホットライン ☎ 188 (局番無し) [受付] 10:00~16:00 ※年末年始は除く

折尾警察署 ☎ 093-691-0110 [受付] 9:00~17:45 ※土・日曜日、祝日は除く



今回は
ビクター アミルサム
Victor Amirtham 先生♪



おんがの皆さん こんにちは from ALT

◆問い合わせ 教育総務係

果物の王様「ドリアン」

暑くなってきた今、果物が食べたくなりますね。

ところで皆さんは「果物の王様」と呼ばれる「ドリアン」を知っていますか？

ビタミンCやカリウム、食物繊維を豊富に含んでおり、栄養価が非常に高いことなどからそう呼ばれているとか。

ドリアンの木は、私の母国マレーシアのような熱帯気候でよく育ち、適切な栽培を行うと100年以上もの間、実をつけ続けます。

マレーシアでは、ドリアン農園に泊まり、食べ放題を楽しむ特別ツアーもあるほど人気な果物。6月から8月にかけての今がまさに旬で、日常でも屋台などで切って食べるほか、スムージーやシュークリーム、キャンディーなどの材料としても重宝されています。

一方、独特の強い匂いも有名で、ホテルや公共交通機

関への持ち込みが禁止されている国もあるほどです。

さて、マレー語で最も一般的なドリアンに関する熟語は「mendapat durian runtuh」です。直訳すると「落ちてきたドリアンを手に入れる」となり、思いがけない幸運や臨時収入のことを表します。

英語にも果物を使った表現がありますね。

今月の“ひとこと”英語

Her youngest son was the
apple of her eye.

彼女の末っ子は、彼女が最もかわいがっている存在でした。

「apple of my eye」で「とても大切な最愛の人」という意味になりますよ。

月々定額 新車生活 ならすべて
もうすぐ車検の方！ 中古車を探している方！
今話題のマイカーリースを
オススメします！

(有)宮崎自動車 ホームページ
http://miyazaki-j.com/
遠賀町別府3473-3 TEL.093-293-3333

スズキセニアカー

電気で動きます。

手軽に操作できます。

歩道を通行します。

運転免許は
必要ありません。



(有)宮崎自動車 ホームページ
http://miyazaki-j.com/
遠賀町別府3473-3 TEL.093-293-3333



おさむこらむ

～町長のオフタイム～



現在は栽培技術の向上や輸送時間の短縮などで、一年中おいしい野菜を食べることができますよね。野菜の種類によって、旬はいつ？と考えてしまいます(笑)

私にとって今が旬の夏野菜といえば「トマト」「ナス」「きゅうり」などでしょうか。旬の野菜は、太陽の光を浴びて栄養価が高く、気温上昇で火照った体を内側からクールダウンする優れた効果があるといわれています。

また、身近で採れた旬の野菜を食べることは、鮮度が良く、一番栄養価の高い状態で体に取り入れることができます。搬送距離が短くなることでCO₂削減にもなります。

地元で育まれた食材を食べる「地産地食」が人の健康と環境の健康につながりますね。

皆さんもぜひ地元の「旬の野菜・大地の恵み」を食べて暑い夏を乗り切りましょう！

※気温が高すぎる場合は、無理をせず適切な対応をお願いします。

おながめして
「夏野菜のごまみそ炒め」
を作りました！
詳しくは20ページを
見て下さいね♪



古野 おさむ



子育て支援情報をお届け！

おながで子育て LIFE

問い合わせ 教育総務係



小・中学校の給食を完全無償化！

子どもたちの健やかな成長を支え、子育て世帯の経済的負担を軽減するため、給食費を支援する取り組みを行っています。

令和8年度から国による小学校の給食費無償化に加え、町独自で中学校の給食費も無償化しています。



遠賀町ホームページに給食の献立を掲載しています。



給食の提供を受けていない人への支援も！

次のような事情で給食の提供を受けていない人にも、給食費相当額を支援しています。詳しくは問い合わせてください。

■対象

次のいずれかに該当する児童・生徒

▷食物アレルギーや宗教上の理由などで、弁当を持参している

▷けがや不登校などの事情で、給食の提供を受けていない(給食停止届を提出している)

▷町外の学校に通い、他に助成を受けていない

※毎年3月に申請が必要です。

■申請・問い合わせ

教育総務係

☎ 093-293-1372



短歌・俳句

おなが短歌会詠草

奥睦美選

桜咲けど病院通いは続きいて
心は晴れず野球見んとす

上野淑子

東の青空に浮く白雲は
東南方へゆるゆる行けり

寺本雅光

春の陽をあびつつ育つバラの芽の
蕾となりたり咲く日を待てり

松尾恵子

崗短歌会詠草

植村隆雄選

薫風に良きも悪きもこぼれ出で
大濠の午後を友と語らう

今井孝美

白き雲浮かぶみづ田の早苗らは、
風にうなづき力溜めいん

花田京次

シャツの背にマール模様様の汗の夫
菜園めぐる夏の陽の中

築城せつ子

俳句ことはじめ

愛甲厚子選

梅雨散歩裾を短く折り曲げて
梅雨晴間白衣の揺るる軒の下

のりこ

梅雨晴間白衣の揺るる軒の下
くちなしの匂ひ立ちたる雨上がり

梶子

花水木

おながっぴーのつぶやき

宿題は最初にやる派？

最後にやる派？

後悔しないようにね。



スポーツ・文化・レクリエーション

遠賀総合運動公園NEWS

■休館日 水曜日
(祝日の場合は翌平日)

☎ 問い合わせ 遠賀コミュニティーセンター
☎093-293-6525

サークル活動室2へ鏡を設置しました

遠賀コミュニティーセンターのサークル活動室2に大型鏡を設置♪ぜひトレーニングやダンスの練習で使ってください！



教室参加者募集

どの教室も体験1回無料です。詳しくは遠賀総合運動公園ホームページで確認してください。



【大人向け教室】

- ▷ ズンバ教室
- ▷ リラックス夜ヨガ教室
- ▷ ピラティス教室
- ▷ 気功教室



【子ども向け教室】

- ▷ テニス教室
- ▷ ソフトバンクホークス野球教室
- ▷ ハニーズダンスアカデミー
- ▷ カワイ体操教室
- ▷ カワイ新体操教室



ふれあいの里 今月のイベント

★問い合わせ ふれあいの里センター
☎093-293-2030

■休館日 月曜日



季節の湯
朝顔の湯

8/1(土)・2(日)
15(土)・16(日)
終日・小浴場のみ



エントランス
ギャラリーの展示
和紙ちぎり絵
8/26(水)まで
観覧無料



参加者募集
手打ちそば教室
8/2(日)・16(日)
10:00～14:00

- 費用 2,700円/回
- 定員 5人(先着順・要申込)



詳しくは遠賀
町ふれあいの里
ホームページを
Check！



8/26(水)は
お風呂の日

カフェ無料券、風呂無料
券などが当たる「お楽しみ
ガラポン抽選会」を開催！



参加者募集
フラワーアレンジ教室
8/25(火)
10:30～12:00

- 費用 3,000円/回
- 定員 10人
(先着順・要申込)



参加者募集
バルーンアート教室
8/13(木)・27(木)
10:00～12:00

- 費用 700円/回
- 定員 5人
(先着順・要申込)

Your Library

遠賀町立 図書館より

☎ 問い合わせ
遠賀町立図書館
☎093-293-9090

■休館日 月曜日・第4水曜日
(祝日の場合は翌平日)



希望の牧場 原画展

福島第一原子力発電所からたった14km地点。警戒区域内に取り残された「希望の牧場・ふくしま」で、牛たちの命を守り続けると決めた牛飼いを描いた絵本「希望の牧場」の原画を展示します。

●期間
8/8(土)～8/21(金) 16:00

マップス 新・世界図絵 愛蔵版 パネル展

地図と4,000以上のイラストで世界の国々の食べ物や有名な人物・動物などを紹介した、大型地図絵本「マップス 新・世界図絵 愛蔵版」(アレクサンドラ・ミジェリンスカ&ダニエル・ミジェリンスキ/作・絵)をパネルで紹介します。

●期間 9/5(土)～9/23(水・祝)

絵本でかるた

札の代わりに絵本を使ってかるたをします。

- 日時 8/23(日)
11:00～12:00
- 対象 4歳～小学生
- 定員 10人(先着順・要申込)
- 申込開始
7/24(金) 11:00

おはなし会0・1・2 (赤ちゃん向け)

- 日時 8/19(水)
11:00～11:30

おはなし会

(幼児～小学校低学年向け)

- 日時 毎週土曜日
11:00～11:30

新着本

詳しくは遠賀町立図書館ホームページ「新着資料から探す」で確認してください。

遠賀町立図書館 検索



おながみらいテラス information

☎ 問い合わせ おながみらいテラス ☎093-482-8123
■休館日 火曜日(祝日の場合は翌平日)



航空自衛隊芦屋基地見学ツアー

航空機や売店などを見学できます。自衛隊について詳しく知ることができる貴重な機会です！

- 日時 9/7(月) 10:00～12:00、14:00～16:00
- 対象 3歳以上の人
- 定員 各20人(要申込)
※申し込み多数の場合は抽選
- 費用 無料
- 申込方法 電話、窓口またはWebで申し込み
- 申込期限 8/20(木)



おながみらいテラスCINEMA

無料

- 日時・上映作品 全て14:00から
▷8/9(日)「日本のいちばん長い日」
▷8/23(日)「LEGOムービー2」
- 定員 各50人(先着順)
- その他 映画鑑賞者には駐車場のサービス券(3時間無料)を配布します。





たくさんの縁を
結ぶ場所にしたい

にゃんむすび（遠賀町松の本）

こだわりのメニューで、ランチやカフェを提供する、家庭的なおにぎり屋さんです。

公式 YouTube で
動画を公開中。

詳しくはこちら▶



MY PRIDE

わたしの誇り vol.32

田中 陽子 さん たなか ようこ

開業 1 年目

実家がお弁当屋さんだったことや飲食店で働いていた経験から、だれでも気軽に立ち寄ることができるお店をしたいと思います。羽釜で炊き上げたおにぎりをはじめ、こだわり抜いたメニューを提供しています。

お店の内装は、趣味のバイクでつながった仲間とDIY。おにぎり屋さんを選んだのは、これまでの出会いがきっかけ。だから、何よりも大切にしているのは人との「縁」です。縁に支えられたこのお店で、たくさんの縁を結んで、立ち寄ってくれたお客さんを一人残らず笑顔にすること。それが私の誇りです。



人の動き

●世帯数：8,882世帯（-5）

●人口：18,754人（-6）

男：8,904人 女：9,850人
転入：59人 転出：49人
出生：6人 死亡：22人

令和8年6月末現在（ ）は前月比



防犯・火災・救急

●街頭犯罪：10件

自転車盗：9件
車上ねらい：1件

●不審者情報：3件

●火災：0件
（災害情報ナビダイヤル ☎0570-093-119）

●救急：110件

令和8年5月分



編集後記

暑すぎるのは考えものですが、やっぱり一番好きなのは「夏」です。夏野菜のおかげで食欲が止まらないので、夏バテというものを経験したことがありません。本当に。食べるって大事だなと思います。……さて、体重減らさなきゃ。（長岡）

転倒の不安を乗り越え、地道なりハビリを積み重ね、今では猫の世話に家事、そして新幹線での一人旅。交流や趣味を存分に楽しむ境さんの姿がとても印象的でした。そんな境さんの「暮らしのヒント」を4～5ページに掲載しています！（行正）