

広報おんが

ONGA

2021
1.25
No. 1217

1月12日に遠賀コミュニティーセンターで「わんぱく教室」が開催され、5組の親子が参加。幼児教育専門家の熊丸みつ子先生から子育てのアドバイスを聞いたり、みんな新聞紙を使って遊んだりして、楽しく過ごしていました。



令和2年分の申告が始まります

■問い合わせ 税務課

税の申告は、令和2年1月1日～12月31日の収入に基づき、町民税、県民税、国民健康保険税を課税する基礎資料となるほか、所得証明書の発行、介護保険料の算定、児童手当の受給などの公的サービスの基礎資料にもなります。必要書類を準備し、期間内に申告しましょう。

対象者は、令和3年1月1日現在、町内在住の人です。1月2日以降に転入した人は、前住所地にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための取り組みとお願い

- 会場を、遠賀町中央公民館に変更しますので、ご注意ください。
- 定期的に換気を行いますので、防寒対策をお願いします。
- マスクの着用や手指の消毒にご協力ください。
- 風邪の症状など、体調が悪い場合の来館はご遠慮ください。
- 玄関に、非接触型体温測定器を設置しています。体温が高いと判定された場合は、入場をお断りする場合があります。
- 換気や消毒などの対策を講じるため、例年より受付に時間がかかる場合があります。
- やむを得ず、会場を閉鎖し、受付を中断または中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■申告の流れ

申告の受付は、対象地区(対象者)ごとに日程を設定していますので、対象日での申告にご協力ください。

申告会場では、受付をスムーズに行うため、始めに医療費控除明細書、収支内訳書、青色申告決算書、住宅ローン控除の書類などの確認を行います。申告の内容により順番が前後する場合がありますので、ご了承ください。

■申告の日程

●日時

2月16日(火)～3月16日(火)
9時～11時30分、13時～16時

※詳しい日程は、下の表を参照してください。

※土・日曜日、祝日は除く。ただし、2月27日(土)・3月13日(土)は開設します。

●場所 遠賀町中央公民館 2階 大ホール

※申告期間中は、8時30分に開館します。

■対象となる人

- ▽個人で事業を営んでいる人
- ▽年末調整が済んでいない人
- ▽地代や家賃収入、配当金など給与所得以外の所得がある人
- ▽扶養控除や社会保険料控除、医療費控除、住宅ローン控除などを受ける人

■持っているもの(①～③)

- ①収入を証明する書類
- ▽給与や公的年金などの源泉徴収票
- ▽報酬や謝礼などの支払調書
- ▽個人事業、農業などの収支内訳書、青色申告決算書

※保険税(料)算定のため、町民税や県民税の申告が必要な場合があります。

■控除などを受ける人

- ▽個人年金や生命保険の満期保険金などを受け取った人
- ▽収入がない人や遺族年金などの税金がかからない収入がある人で、国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している人

土地や建物、株式などの譲渡所得がある人、山林所得がある人、配当所得(総合課税以外)がある人、平成31年(令和元年)分以前の申告をする人は、若松税務署で申告してください。 ☆税理士…税理士出張相談日(詳しくは3ページ参照)

申告の日程

2月

日程	対象地区(対象者)	☆税理士
16日 火	・所得税の還付申告のみの人で、JR鹿児島本線より北側に住んでいる人	○
17日 水	・所得税の還付申告のみの人で、JR鹿児島本線より南側に住んでいる人	○
18日 木	・田園南(名字がア行からタ行までの人)	
19日 金	・田園南(名字がナ行以降の人)	
22日 月	・島津、田園北	
24日 水	・新町、中央	
25日 木	・遠賀川、旧停、緑ヶ丘	
26日 金	・上別府、芙蓉	
27日 土	・対象日に来ることができない人で、JR鹿児島本線より北側に住んでいる人	

※混雑が予想される2月16日・17日・27日・3月13日は、入場を制限する場合があります。

3月

日程	対象地区(対象者)	☆税理士
1日 月	・別府(名字がア行からハ行までの人)	○
2日 火	・別府(名字がマ行以降の人)、千代丸	○
3日 水	・木守、老良	○
4日 木	・今古賀	○
5日 金	・道官、浅木	○
8日 月	・若松、広渡	
9日 火	・若葉台、東和苑	
10日 水	・尾崎、虫生津	
11日 木	・松の本(名字がア行からタ行までの人)	
12日 金	・松の本(名字がナ行以降の人)	
13日 土	・対象日に来ることができない人で、JR鹿児島本線より南側に住んでいる人	
15日 月	・鬼津	
16日 火	・対象日に来ることができなかった人	

所得税の確定申告

- 日時 3月15日(月)まで
9時～16時
- ※土・日曜日、祝日を除く。

- 場所 若松税務署
(北九州市若松区本町)

●対象

次のいずれかに該当する人

- ▷給与収入が2,000万円を超える人
- ▷給与所得以外に20万円を超える所得がある人(退職所得は除く)
- ▷公的年金などの収入が400万円を超える人
- ▷扶養控除や社会保険料控除、医療費控除、住宅ローン控除などを受ける人
- ▷個人年金や生命保険の満期保険金などを受け取った人
- ▷土地や建物、株式などの譲渡所得がある人
- ▷山林所得がある人
- ▷配当所得(総合課税以外)がある人
- ▷平成31年(令和元年)分以前の申告をする人

【休日に確定申告ができる会場】

- 日時 2月21日(日)・28日(日) 9時～16時
- 場所 アジア太平洋インポートマート(AIMビル3階)
(北九州市小倉北区浅野)
- その他 新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためにも、国税庁のホームページ「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成することをお勧めします。
- 問い合わせ 若松税務署 ☎093(761)2536



- ▽個人年金や生命保険の満期保険金などの支払証明書
- ②所得控除額を証明する書類
 - ▽国民健康保険税の納付証明書、任意継続の健康保険・建設国保などの保険料領収書
 - ▽国民年金保険料の控除証明書
 - ▽地震保険料の控除証明書
 - ▽生命保険料の控除証明書
 - ▽障害者手帳、療育手帳、障害者控除対象者認定書
 - ▽ふるさと納税などの寄附金控除用領収書
 - ▽住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書、登記事項証明書、取得年月日や

- 取得価格が確認できる書類の写し(請負契約書や売買契約書など)
- ▽医療費の明細書または医療保険者が発行した医療費通知書
- ▽スイッチOTC医薬品購入の明細書と申告者本人の健診結果など「一定の取り組みを行ったことを証明する書類」
- 【医療費控除・セルフメディケーション税制の注意点】
- ▽明細書は、事前に作成してください。
- ▽領収書の添付は必要ありませんが、5年間保存してください。

- ③その他
 - ▽印鑑、本人名義の通帳
 - ▽マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カードと顔写真付きで本人確認ができる書類(運転免許証など)
 - ▽医療費通知書は、次の項目が全て記載されている必要があります。
 - ※世帯主や組合員の氏名、療養を受けた年月、療養を受けた被保険者の氏名、療養を受けた病院などの名称、被保険者が支払った医療費の額、保険者の名称

☆税理士出張相談

相談する人は、対象地区の日程に関わらず次の日程にお越しください。

■事業や農業などの所得がある人、住宅ローン控除を受ける人は、税に関する専門的な知識が必要な場合がありますので、対象地区(対象者)に関係なく税理士が来る次の日程にお越しください。この日程以外で税理士の専門的な判断が必要な場合は、申告受付ができず、若松税務署での申告になりますので、ご了承ください。

2月16日(火)・17日(水)、3月1日(月)・2日(火)・3日(水)・4日(木)・5日(金)

※状況により、税理士の派遣が中止となった場合、住宅ローン控除等の専門的な知識が必要な申告の受付はできません。

申告書などの用紙が必要な人は

申告書は、ホームページからダウンロードできます。

■申告書などの用紙が必要な人は、若松税務署に電話(音声自動案内が流れるので0番をプッシュ)するか、国税庁のホームページからダウンロード、または役場税務課窓口でお受け取りください。以前は、毎年確定申告をしていた人に税務署が申告書などを郵送していましたが、近年は、はがきでの案内のみとなっています。



くらしの情報

- 遠賀町役場
☎ 093 (293) 1234
FAX 093 (293) 0806
- 駅前サービスセンター
☎ 093 (293) 8233
FAX 093 (293) 8234
- 遠賀町中央公民館
☎ 093 (293) 1355
FAX 093 (293) 5533
- 遠賀コミュニティーセンター
☎ 093 (293) 6525
FAX 093 (293) 7057
- 遠賀体育センター
☎ 093 (293) 5434
- 遠賀町立図書館
☎ 093 (293) 9090
FAX 093 (293) 9091
- ふれあいの里センター
☎ 093 (293) 2030
FAX 093 (293) 8506
- 遠賀町消費生活相談窓口
☎ 093 (293) 7783
- 遠賀町起業支援施設PIPIT
☎ 093 (293) 2616



遠賀町公式
ホームページ



各種申請書
様式集

新型コロナウイルス 感染症 関連情報

- ◆ 福岡県に緊急事態宣言が出されています。
- ◆ 昼夜を問わず、不要不急の外出・移動の自粛をお願いします。
- ◆ イベントなどが中止または延期になることがあります。また、イベント開催時の託児は、中止しています。
- ◆ イベントに参加するときは、マスクの着用、家庭や会場での検温、手指消毒などにご協力ください。
- ◆ 最新の情報は、遠賀町ホームページやLINEで随時お知らせします。

LINEの友だち登録はこちら



健康診・子育て

すくすく(乳児)ひろば

- 日時 2月16日(火)
「受付」9時30分～10時30分
- 場所 遠賀町中央公民館
- 対象 町内在住の生後2カ月～1歳未満の乳児とその家族
- 内容 ベビーマッサージ、身体計測、育児相談、栄養相談
- 費用 無料
- 定員 16組(先着順・要予約)
- 持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル
- 申込期限 2月9日(火)
- 申し込み・問い合わせ 健康対策係



試験・募集

初心者のための 楽しくなるカメラ教室

- 日時 2月18日(木)
13時30分～15時30分
- 場所 遠賀町中央公民館
- 対象 町内在住・在勤の人を優先
- 費用 500円
- 定員 10人(先着順・要予約)
- 持ってくるもの 一眼レフ・ミラーレスカメラ(スマートフォンでも可)
- 申込期間 1月29日(金)～
- 申し込み・問い合わせ 遠賀町中央公民館



便利におおう スマートフォン教室2020

- 今さら聞けないスマートフォンやSNSの使い方など、悩みを解決しませんか
- 日時 3月3日・10日・17日・24日・31日(全て水曜日)全5回
13時30分～15時30分
- 場所 遠賀町中央公民館
- 対象 町内在住・在勤の人を優先
- 費用 1200円
- 定員 12人(先着順・要予約)
- 持ってくるもの スマートフォン、筆記用具
- 申込期間 2月2日(火)～
- 申し込み・問い合わせ 遠賀町中央公民館



不動産 売りたい、買いたい、ご相談下さい

- 査定無料
- 不動産なんでも相談無料
- 買取りの相談
- 室内外の片づけ、清掃
- 古家の解体相談
- など…

スタッフ全員が宅地建物取引士の資格を持ち、売却まで一括サポートいたします。
地元岡垣で開業43年の吉田住建におまかせ下さい！

吉田住建 ☎283-2042 岡垣町海老津駅前12-8 『http://yoshida-jyuuken.com』



旧3号線沿い茅原信号すぐ側

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

令和2年度 消防設備士試験

- 日時 3月28日(日)
- 場所 福岡女学院大学
(福岡市南区日佐)
- ※詳しい内容は、お問い合わせください。

- 申し込み・問い合わせ
遠賀郡消防本部 予防課
☎093(293)8125

甲種防火管理 新規講習会

- 日時
 - ▽第2回 3月3日(水)・4日(木)
 - ▽第3回 3月10日(水)・11日(木)
- 場所 遠賀郡消防本部
- 費用 39200円
- ※テキスト代などを含む
- 定数 各回20人
- 申込期間
2月1日(月)～3月2日(火)
- 申し込み・問い合わせ
遠賀郡消防本部 予防課
☎093(293)8125

お知らせ・アラカルト

中学校体育館のトイレを 改修しました

遠賀中学校第一体育館と遠賀南中学校体育館のトイレを改修しました。今までの「臭い・暗い・汚い」のイメージは取り払われ、

明るくきれいで快適なバリアフリートイレに生まれ変わり、体育館が避難所になった時の利便性も向上しました。



遠賀南中学校体育館トイレ

町民体育館・田園テニス場の 利用時間を変更します

4月1日から遠賀町民体育館・田園テニス場の利用時間を、次のとおり変更します。

- 利用開始時間
 - ▽変更前 8時30分～
 - ▽変更後 9時30分～
- 問い合わせ スポーツ文化係

PCR検査費用を 助成します

遠賀町は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、症状のない高齢の方へ、検査費用の一部を助成します。希望者には、受診券を発行しますので、お申し込みください。

●対象

- 新型コロナウイルス感染症の症状がなく、検査を希望する
- ①または②の遠賀町民
- ①65歳以上の人
- ②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器機能に身体障害者手帳1級相当の障がいがある人
- 検査内容

- PCR検査 一人1回まで
- 助成内容 自己負担額が、7500円になります。
- 実施期間 3月31日(水)まで
- 申し込み・問い合わせ
健康対策係

公的年金等の源泉徴収票が 1月下旬に送付されます

令和2年中に厚生年金、国民年金、共済年金などを受け取った人に、支払った金額や源泉徴収された所得税額などをお知らせする「令和2年分公的年金等の源泉徴収票」が日本年金機構から送付されます。確定申告などが必要になりますので、大切に保管してください。なお、障害年金と遺族年金は課税対象ではないため、源泉徴収票は送付されません。

●問い合わせ

- ▽八幡年金事務所
☎093(631)7962
- ▽国保年金係

医療費の領収書は捨てずに 保管してください

同じ月に支払った医療費の自己負担額が高額になった場合、定められた自己負担の限度額を超えた分が、高額療養費として支給されます。国民健康保険の加入者が支払った医療費が、高額療養費に該当した場合、診療月の3カ月後に通知が送付されます。

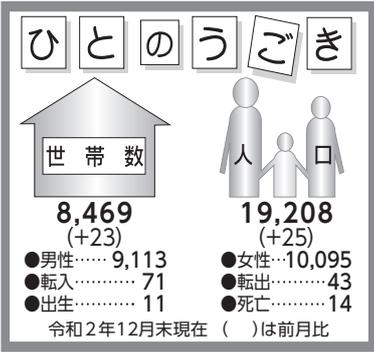
ます。申請には領収書が必要になりますので、大切に保管してください。医療費が高額になることが事前に分かっている場合は、「限度額適用認定証」が便利です。

●問い合わせ 国保年金係

高齢者のためのしごと・ ボランティア合同説明会

企業の担当者から話を聞くことができるなど、職場や地域で活躍したい高齢者の皆さんを支援します。

- 日時 2月18日(木)
- ▽1回目 11時30分～12時50分
- ▽2回目 13時40分～15時
- 場所 北九州市立商工貿易会館
(北九州市小倉北区古船場町)
- 対象 おおむね60歳以上の人
- 費用 無料
- 定員 各回40人(要申込)
- 申し込み・問い合わせ
福岡県70歳現役応援センター
北九州オフィス
☎093(513)8188



相続と遺言

ご家族に安心を!

早めに相談して安心じゃ!

ワンストップで丁寧な対応を心がけております!

企業様へのご案内!

建設業
運送業
産廃業 etc

法人設立
(法人化)
NPO 法人

会計記帳
経営審査

人材不足の
解決策!!

TEL 093-982-1830

くらもと行政書士事務所

行政書士 蔵元 泰子

中間市垣生 303 (福岡県行政書士会 会員)

土地・建物のことならオリジン都市開発へ!!

不動産の購入・売却・査定、
建物解体・管理ご相談ください!

皆様の安心・幸せ・笑顔を第一に全力でサポート
街の身近な相談員!お気軽にお問い合わせください!

不動産業:福岡県知事(2)第17807号 建物解体業:福岡県知事第741号

株式会社オリジン都市開発

遠賀町遠賀川3丁目15番6号(大駐車場完備)
(遠賀川駅から徒歩5分!) TEL:093-291-2261

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

求職者と企業をつなぐ 三二面接会

3社程度の県内企業の担当者から直接話を聞いて、求人に応募することが出来ます。



●日時 2月26日(金)
14時～16時

●場所 遠賀町中央公民館

●対象 おおむね40歳～64歳までの求職者

●費用 無料

●申込方法 電話、メール、FAX(氏名・住所・連絡先を記入)でお申し込みください。

●申し込み・問い合わせ

福岡県中・高年就職支援センター
(受託業者) 株式会社アソウ・ヒューマニセンター

☎092(711)7760

FAX 092(725)3622

✉asc-1@anc-net.co.jp

遠賀信用金庫の

駅前ATM廃止のお知らせ

駅前サービスセンターに併設されている遠賀信用金庫(遠賀町指定金融機関)の遠賀川駅前出張所ATMが、3月31日で廃止されます。今後は、遠賀支店、浅木支店、ゆめタウン遠賀出張所などのATMをご利用ください。

●問い合わせ

遠賀信用金庫 遠賀支店

☎093(293)0164

遠賀町ふるさと祭りの里

2月のイベント

●申し込み・問い合わせ
ふるあいの里センター
☎093(293)2030
※毎月曜日には休館日です。

お風呂イベント

季節の湯「梅の香の湯」

●日時

2月6日(土)・7日(日)終日

※小浴場内小浴槽で開催

毎月26日は「お風呂の日」

回数券購入の方を対象に、ガラポン抽選会を行います。

ふれあいの里センターイベント

エントランスギャラリーの展示

ひな人形いっぱい飾り

●展示期間 3月21日(日)まで

●観覧無料

募集しています

パン教室

オニオンベーコンクッペとコルネを作ります。



●日時 2月9日(火)
10時～13時

●定員 6人(先着順・要予約)

●費用 1500円

●申込期限 2月4日(木)

江戸前手打ちそば教室 初級(土曜教室)

3カ月(6回)コースで、そば打ちがしっかりとおいしくできるようになります。

●日時 毎月第2・4土曜日
10時～14時

●定員 5人(先着順・要予約)

●費用 1万5000円(6回分)

癒しのアロマ骨盤体操教室

アロマの優しい香りで癒やしのひとときを過ごしましょう。

●日時 2月25日(木)
10時30分～11時30分

●講師 一井久美子さん

●定員 10人(先着順・要予約)

●費用 800円

●申込期限 2月19日(金)

●持ってくるもの ヨガマット

令和3年度

ふれあい農園 利用者募集

土に触れ、おいしい野菜を自分で作ってみませんか。

●費用 9600円/年

●面積 21㎡/1区画

●申込期間 3月2日(火)～

※詳しい内容は、お問い合わせください。

おんがの皆さん こんにちは



from ALT
Chance Griffin

12月の授業で、年末年始の伝統的な風習や、その意味について話し合いました。日本では大みそかに年越しそばを食べますが、アメリカの一部地域では年越しを知らせる鐘の音に合わせて、ブドウを12粒食べるという風習があります。また、お正月に食べるおせち料理一つ一つに願掛けされているように、アメリカでも豊作を祈って、豆や、カブの葉、コーンブレッド、タマレス(メキシコ風肉まん)を食べます。

元日には、初詣のように多くの人が教会を訪れた後、ローズ・パレードを見に行きます。ローズ・パレードとは、1890年に始まった飾りつけた車やマーチングバンドが目玉のパレードで、この後にはローズ・ポウルという大学アメフトリーグの決勝戦が開催され、多くの人が観戦します。日本だと箱根駅伝にあたるでしょうか。

それぞれ違う文化の中で共通点を見つけられるのは、面白いことですよ。

●問い合わせ 学校教育係

オール電化・リフォーム

始めてみませんか?

買い替え時期ではないですか?

最新型 Panasonic

商品代 「エコキュート」 + 「IH」セット **300,000円** (税別) +

工事費 始める場合 **150,000円** 既設の場合 **70,000円**

※(分電盤)・(転脚)・(取り替え)の作業費(最大50,000円)はこれ以上は掛りません。

※湯沸かし器の場合はお問い合わせ下さい。

370,000円 (税別) 前後

在庫あり最短で翌日より工事可能です!

新商品出ました!!

Panasonic HE-NS37JQS コミュニケーションリモコン付 単品価格250,000円(税別)

3D K2-G32AK 単品価格50,000円(税別)

ECO NAVI 省エネ 2.8倍

電太郎なら水廻りの工事もお全サポート

バス・キッチン全メーカー取り扱い出来ます

ユニットバス | 4ドアトイレ | システムキッチン | 4ドア洗濯機

1坪サイズ

商品代 定価798,000円 **359,100円** (税別)

工事費 **200,000円** (税別)

55% OFF

商品代 定価690,000円 **310,000円** (税別)

工事費 **150,000円** (税別)

55% OFF

販売しすぎて、九州電力様、Panasonic様より表彰されました。

○工事費も安い! ○他メーカーも価格自信あり。○御見積り無料! 必ず期待にお応えします。まずは、お気軽にお問い合わせ下さい。

※詳細コンタクト住宅、2階浴室住宅は除く

電太郎 検索

電気工事と水廻りの事なら電太郎 福岡知事登録201039号

さいごーいぐよ (株)電太郎 ☎0120-315-194

【住所】福岡県遠賀郡遠賀町鬼津417番地【営業時間】9:00～21:00 年中無休【ローン取り扱い】2.85%～

電太郎4つの約束
アフターフォロー
工事は丁寧
商品は最新型
補償も長い

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。



公共下水道の整備に伴う新たな 供用(処理)開始区域をお知らせします

●供用(処理)開始日

1月31日(日)

●新たに供用を開始する区域

※下図の網掛け部分です。

▽大字鬼津の一部地域

▽大字広渡の一部地域

▽大字別府の一部地域

●縦覧場所・期間

遠賀町役場 都市計画課窓口
で、地図を確認できます。

1月25日(月)～2月15日(月)

8時30分～17時15分

※土・日曜日、祝日は除きます。

●供用開始区域に入ったら

供用開始日から3年以内(令和6年1月31日まで)に、水洗トイレに改造して下水道に接続する工事を行う必要があります。

排水設備工事は、遠賀町指定の下水道排水設備指定工事店にご依頼ください。指定工事店は、都市計画課窓口または遠賀町ホームページで確認できます。

●下水道使用料

使用料は、基本料金と超過料金を合計した金額になります。

▽基本料金使用水量10m³まで
1カ月 1350円

▽超過料金(10m³を超えた水量)
1m³当たり175円

※別途消費税が必要です。

※使用料は、水道料金と一緒に納付してください。

●受益者負担金

供用開始区域の土地所有者には、令和3年度に公共下水道事業受益者負担金(以下負担金)が賦課されます。負担金とは、下水道施設の整備工事費の一部を、土地所有者に負担してもらうもので、事業を推進するために必要な財源です。下水道をすぐに使用しない場合でも、負担金は納める必要があります。

※対象者には、5月上旬に申告書を送付します。

●負担金の額

土地一筆ごとの面積に、1m²当たり500円を乗じた額の合計です。

●徴収猶予と減免

対家の土地が農地などの場合は、徴収の猶予、墓地または境内地などの場合は、減免を受けることができます。

詳しくは、遠賀町ホームページで確認できます。



供用開始区域(網掛け部分)



下水道事業は使用料と負担金収入で賄われるため、多くの人々が利用することが安定した経営につながりますので、早めの接続にご理解、ご協力をお願いします。し尿浄化槽と合併処理浄化槽も、供用開始区域では、浄化槽を廃止して排水を下水道本管に接続してください。

●問い合わせ

- ▽下水道工事に関すること
 - ▽負担金・使用料に関すること
- 下水道工務係
下水道管理係

月々定額

新★車生活

これがすべて コミコミ

自動車税
登録費用
自賠責保険

重量税
オイル交換
車検2回

安心定額

リース期間
7年間

●(軽)月々8,800円から乗れるプランとは?

車輦代

購入時にかかる登録費用・マツト用品込み!

メンテナンス代

7年間分の車検代
オイル交換が込み!

税金

7年間分の自動車にかかる税金込み!

こんな方にオススメ!

- ☑これから車検代を気にせず乗りたい
- ☑毎年の自動車税も気にしたくない
- ☑メンテナンスをして、大事に長く乗りたい
- ☑今までクルマに修理費をかけていた

お車・オプション・ボーナス支払い額・頭金などは自由に設定できます。

本契約はリース契約となります。契約に当たっては審査があり、ご契約頂けない場合があります。

(有)宮崎自動車 TEL.293-3333

ホームページ <http://miyazaki-j.com/>
遠賀町別府3473-3

有料広告欄

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。



おんがめし

～私たちの健康は私たちの手で～

●問い合わせ 健康対策係



(1人分) エネルギー **217kcal**
塩分 **1.3g**

冬が旬の白菜を使ったおかず!
ご飯がすすみますよ♪

白菜たっぷりマーボー

材料 [4人分]

- 白菜 …………… 200g
- 木綿豆腐 …………… 1丁
- 豚挽き肉 …………… 160g
- サラダ油 …………… 小さじ2
- 生姜 …………… 8g
- 片栗粉 …………… 小さじ2
- 水 …………… 大さじ2
- 小ねぎ …………… 2g
- 濃い口しょうゆ…小さじ2と2/3
- 料理酒 …………… 大さじ2
- 味噌 …………… 大さじ1と小さじ1
- 砂糖 …………… 小さじ2
- みりん …………… 小さじ1と1/3

作り方

1. 豆腐は水切りをし、2cm程度の角切りにする。
2. 白菜はざく切りにする。
3. 鍋にサラダ油を熱し、生姜を炒める。香りがしてきたら、豚挽き肉・白菜を炒める。肉の色が変わったらAを入れる。
4. 白菜に火が通ったら、豆腐を入れ少し煮る。
5. 片栗粉を水に溶いて入れ、とろみをつける。
6. 皿に盛り、小ねぎを散らす。

食生活改善推進会(食進会)とは?

[私たちの健康は私たちの手で]をスローガンに、わが家の食卓を通じて自分や家族の健康管理を行います。家庭から地域へ健康づくりの輪を広げていくボランティアです。



石橋 いしはし
愛実 まなみ
ちゃん
平成30年1月6日生(今古賀)

3歳おめでとう♥よくお喋りして歌うの大好きなまなちゃん♪お兄ちゃんと仲良く毎日楽しく過ごそうね★

おたんじょうびおめでとう



3歳までの誕生日のお子さんの写真を募集中。掲載を希望する人は、メールで広報発行日の1カ月前までに情報推進係 広報担当まで。詳しくは遠賀町ホームページをご覧ください。



吉村 よしむら
凛 りん
ちゃん
令和2年1月15日生(鬼津)

凛ちゃん1歳のお誕生日おめでとう♥いっぱい食べていっぱい笑う凛ちゃんが大好き♥これからも元気に育ってね♥



千葉 ちば
舞花 まいか
ちゃん
令和2年1月7日生(鬼津)

舞ちゃんお誕生日おめでとう♥これからも元気で明るく素直に育ってね!みんな舞花のことが大好きだよ♥



野村 のむら
優唯 ゆい
ちゃん
平成31年1月30日生(緑ヶ丘)

ゆいちゃん誕生日おめでとう♥もうすぐお姉ちゃんになるね!ソア君と仲良くね♪



守田 もりた
愛之介 あいのすけ
ちゃん
平成30年1月26日生(鬼津)

愛くん、3歳のお誕生日おめでとう!愛くんの笑顔に癒やされてます♥ねーねの言う事聞いてね★ダイスキ♥



入学案内通知は届きましたか?

もうすぐ1年生!

●問い合わせ 学校教育係

1月下旬に、今春小・中学校に入学する予定の人へ入学案内通知書(はがき)を送付します。案内通知書が届かない場合はご連絡ください。

※1月12日現在で遠賀町に住所がある人に送付しています。

■入学式の日時

▶島門小学校/浅木小学校/広渡小学校

4月8日(木) 10:00～

▶遠賀中学校/遠賀南中学校

4月7日(水) 10:00～

※詳細は、体験入学・入学説明会当日に確認してください。

新小学1年生を対象に体験入学を行います

●日時・場所・問い合わせ

▷島門小学校 2月12日(金) 9:20～[受付]9:00～9:15

☎093(293)0004

▷浅木小学校 2月12日(金) 9:30～[受付]9:00～9:25

☎093(293)0009

▷広渡小学校 2月12日(金) 10:00～[受付]9:20～9:55

☎093(293)3711