

広報おんが

ONGA



2020
1.10
No. 1194



新春特別企画 「笑う門には福来たる Laugh and grow fat」

年頭のごあいさつ



遠賀町長

古野 修

謹んで新春のお祝いを申し上げます。
皆さまにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、天皇陛下の御即位により「平成」から「令和」へ新しい時代の幕開けとなりました。人々は30年余りの平成の出来事に思いを巡らせ、新たな時代への希望が高まりました。

8月には九州北部で豪雨災害が発生し、10月には台風19号が東日本に上陸し甚大な被害を与えるなど、自然の猛威が日本列島に大きな爪痕を残しました。犠牲となった方々のご冥福と、被災地の1日も早い復興をお祈りいたします。

一方、ラグビーワールドカップ日本大会が開催され、日本代表が初の8強に進出するなど、本年夏にいよいよ開幕する東京オリンピック・パラリンピックにつながる明るいニュースもありました。

魅力とにぎわいの
創出に向けて
さらに前へ
共に前へ

遠賀町では、国道3号今古賀交差点の立体化工事が、皆さまのご協力により当初の予定より早く完成しました。また、小・中学校へのエアコンの設置とトイレの改修により、教育環境の充実を図り、さらに、情報発信を強化するため、公式LINEに加え、公式Instagramの運用を開始し、町の魅力を一層町内外に発信することが可能になりました。

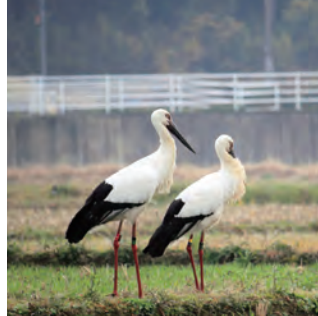
本年は、遠賀川駅北側における「魅力とにぎわいのあるまちづくり」を実現するため、(仮称)交流センター建設に先駆け、駅舎移転の着手を目指し、関係機関と連携して事業の進捗を図ります。また、これまでに経験したことがない大規模災害が発生しても、一人の犠牲者も出さないよう、皆さまと共に危機感を持って防災・減災対策を強化してまいります。

さらに、令和4年度から始まる「第6次 遠賀町総合計画」の策定に着手します。平成から令和へ。新しい時代に遠賀町がさらに発展し、町民の皆さまが将来にわたって安心して暮らせるまちづくりに、全力で取り組んでまいります。

結びに、本年が皆さまにとって、夢と希望に満ちた一年になりますことを心からお祈り申し上げ、新年のごあいさついたします。



[写真] 国道3号今古賀交差点(国土交通省提供)



#おんがのおと (遠賀町 + NOTE)

NOTEの意味

記録 手紙 文書 音符 調子 有名 知られていること
心に留める 特筆する 気付く 認める

ハッシュタグ(#)に込めた思い

遠賀町の記録であり、見ている人への手紙であり、皆さんの心に留めて欲しい、遠賀町を知ってほしいという思いを込めたハッシュタグ(#)※です。「遠賀ノート」という意味だけでなく「遠賀の音」という意味も込めました。「うれしい」「たのしい」「ここちよい」そんな「まちの音(日常、生活、にぎわいなど)」が聴こえてくるような写真をアップしていきます。「#おんがのおと」はみんなで作る「まちの想い出」。皆さんも「あ！おんがっばい！」と感じるステキな写真に「#おんがのおと」と付けて、ぜひ投稿してください♡

※ハッシュタグ(#)はSNSで検索するときに利用するキーワードです。

START!!

遠賀町公式Instagram
onga_town_official

Follow me ♡





歯磨き 上手かな？

親と子の良い歯のコンクール 表彰式



湯元 涼太ちゃん(写真左)と母・佳奈子さん

11月21日にアートクレフクラブ(北九州市八幡西区瀬板)で、遠賀中間歯科医師会による「親と子の良い歯のコンクール表彰式」が行われました。遠賀町からは湯元 佳奈子さん・涼太ちゃん(4歳)と板井 日奈子さん・沙恵子ちゃん(4歳)が表彰されることになり、湯元さん親子が出席しました。この表彰は、口の中の状態が特に優れている親子に授与され、「歯科口腔保健」に対する正しい理解と認識を深めるために行われています。湯元さんに子どもの歯を健康に保つためのコツを聞くと「フロス(糸ようじ)も使用して毎日の仕上げ磨きをしっかり行っています」とのこと。また、仕上げ磨きだけでなく、涼太ちゃんも自分から率先して、歯を磨いているということでした。

口は健康の入口ともいわれ、健康を維持するために重要な役割を果たしています。日ごろのお手入れや定期検診で口の中の健康を維持しましょう。



災害に強いまちづくりへ向け KBCと連携

防災パートナーシップに関する協定書 締結式

12月5日に遠賀町役場で、「防災パートナーシップに関する協定書」締結式が行われました。これは、10月に九州朝日放送株式会社(以下「KBC」)からの提案を受けて実現したもので、遠賀町で災害が発生した場合などに、KBCの協力を得て、災害・防災に関する情報を素早く町民に周知し、災害被害の軽減を図り、町民の安全の確保に努めるという内容です。

なお、平常時は町が実施する災害予防対策のために、KBCが災害に関する映像を提供するなど、地域防災力の強化を図っていきます。今回、KBCからは平成29年九州北部豪雨について検証した「まさか、私が」と、西日本豪雨を含めた災害への対応に迫られる自治体の現状に焦点を当てた「自治体の悲鳴」の2作品のDVDが贈呈されました。

今後協定に基づき、災害に強いまちづくりに向け、遠賀町とKBCはさらに連携を深めていくこととなります。



久野 修 町長(写真左)とKBC九州朝日放送株式会社 和氣 靖 代表取締役社長

新成人の
皆さんへ

20歳になったら

国民年金



●問い合わせ

▽八幡年金事務所

☎093(631)7962

▽国保年金係

加入したら
いいことあるの？



◆将来の大きな支え

国民年金は、20歳から60歳までの人が加入し保険料を納める制度です。若いときに加入し、保険料を納め続けることで、年を取ったときや、病気やケガで障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができます。

◆老後だけでは

ありません

国民年金には、年を取ったときの「老齢基礎年金」の他に、若くても受け取れる「障害基礎年金」と「遺族基礎年金」があります。

▽障害基礎年金

病気や事故で障がいが残ったときに受け取れる年金

▽遺族基礎年金

加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（子のある配偶者）や「子」が受け取れる年金

学生だし
収入がないので
払えない…



◆学生の納付は

猶予できます

一般的に学生は所得が少ないため、保険料への負担感は大きくなります。

そこで、学生であれば、本人の前年の所得が基準額以下の場合に、申請により国民年金保険料の納付が猶予される制度があります。それが「学生納付特例制度」です。

対象となるのは、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校（修業年限1年以上である課程）および一部の海外大学の日本分校に在学する人です。

猶予される期間は、年金を受給するための資格期間には算入されますが、老齢基礎年金を受給する際の年金額には反映されません。

また、在学中に事故や病気で障がいが残った場合には、障害基礎年金を請求することができます。

収入はあるけれど
支払う余裕が
ありません…



◆所得の少ない人も

猶予できます

学生ではない50歳未満の人で、本人と配偶者の合計所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される「納付猶予制度」もあります。

◆余裕ができれば

追納もできます

制度の利用により保険料の納付が猶予された場合、保険料を納付したときに比べ、受け取る年金額が少なくなります。しかし10年以内であれば、その期間の保険料をさかのぼって納め、年金額を増やすことができます「追納制度」があります。

ただし、保険料の納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、経過期間に応じた額が加算されます。追納を希望する場合は、八幡年金事務所または役場国保年金係で手続きしてください。



一足早く 所得税還付の申告を！ 還付申告センターを開設します

●問い合わせ 若松税務署 ☎093(761)2536

所得税の還付を受ける予定の人は、確定申告期間(2月17日～3月16日)より早く申告ができ、還付金も早く受け取ることができます。還付申告は、確定申告期間中に若松税務署や役場でも受け付けができますが、大変混雑しますので、当センターをご利用ください。なお、事業を営む人、生命保険などの営業職員、不動産所得がある人、譲渡所得がある人、原稿料などがある人は利用できませんのでご了承ください。

● 日時

▷ 1/28(火)、1/29(水) 9:30～15:30

▷ 1/30(木) 9:30～14:00

※例年2日目の午後と3日目(最終日)が比較的空いています。

● 場所

遠賀コミュニティセンター

● 対象

▷ 給与所得者や年金所得者で、住宅借入金等特別控除や医療費控除などによる還付を受ける人

▷ 中途退職して年末調整を受けていない人

● 持ってくるもの

▷ 印鑑(認印可)

▷ 申告者本人名義の還付金振込先の口座情報

▷ マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カードと運転免許証など

▷ その他必要な書類

【必要な書類の例】

**住宅借入金等
特別控除
を受ける人(住宅を取得した場合)**

▷ 源泉徴収票

▷ 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、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)

**医療費控除
を受ける人**

▷ 源泉徴収票

▷ 社会保険料・生命保険料・地震保険料などの控除証明書

▷ 支払った医療費の内訳明細書または医療保険者が発行した医療費通知書

※要介護認定を受けた寝たきりの人のおむつ代は、福祉課高齢者支援係が発行する証明書、または医師が発行するおむつ使用証明書が必要です。

▷ 医療費を保険金などで補てんした場合は、金額が確認できる書類など(生命保険や医療保険など)

**セルフメディケーション税制
(特定の医薬品購入額の
所得控除制度)
を受ける人**

▷ 源泉徴収票

▷ 社会保険料・生命保険料・地震保険料などの控除証明書

▷ 支払った対象医薬品購入費の内訳明細書

▷ 申告者本人の「一定の取り組み」を証明する書類(インフルエンザなどの予防接種の領収書、特定健康診査などの領収書または結果通知)

▷ 購入費を保険金などで補てんした場合は、金額が確認できる書類など(生命保険や医療保険など)

**中途退職など
により年末調整を受けていない人**

▷ 源泉徴収票

▷ 社会保険料・生命保険料・地震保険料などの控除証明書

**ふるさと納税など
の寄付金控除を受ける人**

▷ 源泉徴収票

▷ 社会保険料・生命保険料・地震保険料などの控除証明書

▷ 支払った寄付金の領収証明書

※寄付した時期によっては税額控除の対象とならない自治体がありますので、ご注意ください。



健康・子育て

すくすく(乳児)ひろば

- 日時 1月21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
- 持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル
- 申し込み・問い合わせ 健康対策係

ことばと心の相談

- 日時 2月7日(金) 9時～12時
※1組30分程度です。
- 場所 遠賀町中央公民館
- 対象 町内在住の小学生以下の子どもとその家族
- 定員 6組(先着順)
- 内容 臨床心理士による言葉や心の発達相談
- 費用 無料
- 申し込み・問い合わせ 健康対策係

試験・募集

遠賀川保育園 給食調理師・調理員募集

- 募集職種 調理師・調理員 各1人
- ※調理師は調理師免許が必要
- 勤務日時 月～土曜日

介護保険の訪問調査業務 認定調査員募集

介護保険の訪問調査業務を行う認定調査員の採用試験を実施します。

- 試験日 一次試験 2月9日(日)
二次試験 2月20日(木)

受験資格

保健師・看護師・准看護師・社会福祉士・介護福祉士・介護支援専門員のいずれかの資格を有し、自家用車での調査活動ができる昭和31年4月2日以降に生まれた人

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PIPIIT

☎ 093 (293) 2616



遠賀町公式
ホームページ



各種申請書
様式集

犬との付き合い方講座Ⅲ

犬の問題行動「かみつきの」その仕組みと、問題になる前に対処する方法をドッグトレーナーが実例を示しながら説明します。

- 申込期間 1月14日(火)～31日(金)
- 申し込み・問い合わせ 介護保険広域連合 遠賀支部
☎ 093 (291) 5266
- ※申し込みは役場 高齢者支援係でもできます。

家・土地を売りたいとお考えなら、 地元岡垣で開業40年の吉田住建におまかせ下さい！

- 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。
どうぞお気軽にご相談下さい(*^^*)

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



英会話レッスン

～ Let's study English! すぐに使える英会話～

国際交流クラブで外国人講師を招き、英会話教室を開催します。普段のあいさつから観光地や旅行先などですぐに使えるフレーズまで、楽しく学んでみませんか。

●日時 2月2日・9日・16日・23日(全て日曜日)
10時～11時(全4回)

●場所 遠賀町中央公民館

●対象 町内在住・在勤の人

●定員 10人程度

※申込者多数の場合抽選します。

●費用 500円(全日程分)

●申込期限 1月17日(金)

●その他 国際交流クラブの会員も募集中。
興味がある人はお問い合わせください。

●申し込み・問い合わせ 社会教育係



女性交流セミナー
防災士のトシ子さん考える
災害から命を守る女の目線
女性が地域で活躍するきっかけを作るセミナーで、災害時に誰もが安心できる避難所運営が

●日時 2月6日(木) 13時30分～16時
「受付」13時
●場所 福岡県宗像総合庁舎
(宗像市東郷)
●定員 20人(先着順)
●費用 無料
●申込期限 1月31日(金)
●申し込み・問い合わせ 福岡県宗像・遠賀保健福祉環境事務所保健衛生課
☎0940(47)0344

紙粘土でハッピー
わくわくワークショップ
親子で参加できるノーマライゼーション紙粘土教室です。

できるように避難所運営ゲーム「HUG」を体験します。知識のない人でも大丈夫です。
●日時 2月14日(金) 14時～16時
「受付」13時30分
●場所 遠賀コミュニケーションセンター
●対象 町内在住・在勤の人
●講師 防災士 江崎 俊子さん
●定員 10人(先着順)
●費用 無料
●その他 託児あり(無料)
●申込期限 1月21日(火)
●申し込み・問い合わせ 福祉人権係

広報おんがに掲載しませんか
春のサークル会員募集

●日時 2月16日(日)
①10時30分～12時30分
②13時30分～16時
●場所 ふれあいの里センター
●対象 4歳～高校生の入
各回15人(先着順)
●費用 無料
●申込方法 メール・はがき・LINEでお申し込みください。
●申込期限 2月10日(月)
●申し込み・問い合わせ NPO法人ハッピーワークス
☎093(776)1626
✉info.happy.works@gmail.com
〒811-4307
遠賀町遠賀川二丁目6番35号
LINE ID @ij3847n

広報おんがが4月10日号に「春のサークル会員募集」の記事を掲載します。掲載を希望するサークルは、必ず専用の掲載依頼用紙でお申し込みください。
●掲載依頼用紙配布場所 遠賀町中央公民館、ふれあいの里センター、遠賀町立図書館、遠賀体育センター、遠賀コミュニケーションセンター、駅前サービスセンター、生涯学習課窓口
●その他
▽写真の掲載は行いません。
▽サークルの種類は問いませんが、営利を目的とするもの

お知らせ・アラカルト

第7回 遠賀川流域リーダーサミット

環境保全活動を行っている住民団体の報告や、遠賀川流域自治体の首長などによるパネルディスカッションを行います。

●日時 1月26日(日) 13時～

●場所 宮若市文化センター

(宮若市宮田)

●費用 無料

●問い合わせ

国土交通省 遠賀川河川事務所
☎0949(22)1830

介護保険事業計画を策定する委員を公募します

令和2年度に、第8期(令和3～5年度)介護保険事業計画を策定するため、事業計画策定委員会に参画できる住民(被保険者)代表の委員を募集します。
●募集期間 1月20日(月)～2月18日(火)
●申し込み・問い合わせ 福岡県介護保険広域連合 事業推進係
☎092(981)9076

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!
その他 農地転用・許可可など
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)

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 検索

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!



福岡県知事(1)第17807号 (公社)福岡県宅地建物取引業協会 会員
株式会社オリジン都市開発
遠賀町遠賀川2丁目4番10-106号 (遠賀川駅から徒歩3分)
TEL:093-291-2261

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。

第24回 遠賀町 グラウンドゴルフ大会 結果

11月10日に遠賀総合運動公園で、160人が参加して開催されました。(敬称略)

優勝 沖田 正治
準優勝 宮原 登
第3位 添田 松實

第41回 遠賀町 少年空手道大会 結果

11月17日に遠賀体育センターで、12チーム172人が参加して開催されました。(町内者のみ・敬称略)

【組手 幼児の部】

第24回 遠賀町卓球大会 (秋季大会) 結果

第3位 白石 美咲希



▽男子B級

優勝 平岡 孝康

準優勝 石松 秀美

第3位 山下 清美

▽女子A級

優勝 森 祐華

準優勝 増永 ます代

第3位 中村 順子

▽女子B級

第3位 河内 悦子

▽男子小学生の部

優勝 門司 悠矢

準優勝 柳井 惣平

第3位 甲斐 龍之介

▽女子小学生の部

第3位 福田 あんな

▽小学生A級

優勝 門司 悠矢

準優勝 甲斐 龍之介

▽小学生B級

準優勝 福田 勇人

第3位 佐々木 拓海

徳永 優衣

第37回 健康マラソン大会 出場者募集

●日時 2月23日(日・祝)

9時30分

「受付」8時40分

●場所 遠賀総合運動公園

●対象

▽町内在住・在勤・在学で小学生以上の人

▽遠賀町スポーツ少年団に加盟している人

●内容

▽小学1～3年生(男女) 1 km

▽小学4～6年生(男女) 2 km

▽中学生・一般(女子) 2 km

▽中学生・一般(男子) 3 km

▽65歳以上男女 2 km

●費用 無料

●申込方法 遠賀体育センターに用意している申込書に必要事項を記入し、遠賀町体育協会または各小学校へ提出。

※当日申し込みの場合はオープン参加で、表彰の対象外です。

●申込期限 2月11日(火・祝)

●申し込み・問い合わせ 遠賀町体育協会

(遠賀体育センター内)

スポーツ・文化・レクリエーション 遠賀総合運動公園NEWS

申し込み・問い合わせ 遠賀コミュニティセンター
☎093(293)6525
https://www.onga-park.jp

おんが防災 Day

大切な人の命を守るために。午前の部と午後の部があり、それぞれ違った視点から防災について学び、体験することができます。参加を希望する人は事前にご連絡ください。

【午前の部】ママの防災ははじめの一歩 今日からできる防災のお話と 防災ポーチ作りワークショップ

「災害に備えないといけないとは思っているけど、何から取り組めばいいの?」そんなママにオススメの日頃からできる防災のお話と、持ち歩ける防災ポーチ作りの講座です。

- 日時 1/18(土) 10:30～11:30
- 費用 500円(防災ポーチ材料費込み)
- 定員 15人程度(先着順)

【午後の部】そんな時あなたは どうする?? 防災ゲーム「クロスロード」をやってみよう!

災害時のさまざまな判断を二者択一形式で質問し、参加者同士で意見交換を行います。

- 日時 1/18(土) 13:00～15:00
- 費用 無料
- 定員 15人程度(先着順)



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?

IH + エコキュート

新商品出ました!!

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(税別) ~	※「分電盤」中(幹線)取り替えの場合、最大+60,000円(税別)以上は頂きます!
	買い替えの場合 70,000円(税別) ~	※温水器の場合はお問い合わせ下さい。

370,000円(税別) ~

在庫あり最短で翌日より工事可能です!

3口 KZ-G32AK 単品価格50,000円(税別)

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

ECO NAVI 搭載

フルオート 洗い流す

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	バス・キッチン	システムキッチン
1坪サイズ	商品代 定価798,000円	商品代 定価690,000円
	工事費 359,100円	工事費 310,000円
	※工事費 200,000円~	※工事費 150,000円~

55% OFF

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。

※既設コンクリート住宅、2階浴室住宅は除く

電太郎

(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
アフター抜群
工事は丁寧
商品は最新型
補償も長い

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。

令和2年度
新入学 予定者

手続きはお早めに

就学援助「新入学学用品費」申請

●申請・問い合わせ 学校教育係

就学援助とは、経済的な理由で、町内の小・中学校に子どもを通学させることが困難な保護者に対し、学用品費や給食費、修学旅行費などを補助する制度です。そのうち、小・中学校の新入学予定者に対する「新入学学用品費」の申請を受け付けます。希望する人は、期間中に必要書類をそろえて申請してください。

※町外の小・中学校に入学する場合は、学校のある市町村で申請してください。なお、市町村によって申請時期が異なりますのでご注意ください。

※詳しい内容は、遠賀町ホームページをご覧ください。

●対象

次の①から③のすべてに該当する人

- ①令和2年度新1年生になる小・中学生の保護者
- ②生活保護法による教育扶助を受けていない人
- ③生活保護法に定められた要保護者と同程度に困窮している人(世帯全員の所得額により判断します)
または、特に補助の必要があると認められる人

●申込方法

学校教育課窓口で配布する申請用紙に必要事項を記入し、提出してください。

※申請用紙は、遠賀町ホームページからダウンロードすることもできます。

※世帯全員分(同一世帯)の所得情報が必要になりますので、収入の有無に関係なく税の申告は必ず行ってください。(勤務先などで年末調整をした人は不要です)

※平成31年1月2日以降に遠賀町へ転入した人は、学校教育課窓口でご相談ください。

●申請期限

遠賀町立小・中学校 入学式当日まで

※3月の支給を希望する場合は、**2月28日(金)まで**に申請してください。3月2日(月)から入学式当日までの申請は、4月の支給になります。

●申請に必要なもの

- ▷印鑑
- ▷申請者(保護者)名義の通帳
- ▷家賃を確認できる資料(アパート・借家などの契約書・領収書、引き落とし記載のある通帳など)

手続きはお早めに
ご不明な点はお相談ください

編集後記

あけましておめでとうござい
ます。新年を彩る広報おんがの
表紙、いかがでしたか。今回は
昨年を上回る92件もの応募が
ありました。応募の際、「遠賀町
が好き」「広報をいつも読んでい
る」「今は遠くに住んでいるが、
[ZIN]で広報を読み、懐かしく思
っている」「遠賀町に今年は遊び
に行きたい」などなど、嬉しいコ
メントをたくさんいただきました。
本当にありがとうございます。
また。ベストスマイル3点に小
さな♥を付けています。その方
には後日ささやかな記念品をお
送りますのでお楽しみに。
笑顔の写真を見ているとこち
らも元気が湧いてきます。みん
なで笑って楽しい1年にしたい
ですね。本年も広報おんがをよ
ろしく願います。
(半田)

犯罪・不審者・火災・救急件数			
令和元年11月分			
街頭犯罪 (忍込み) (自転車盗) (万引き) 不審者情報	6件	火災 (郡内)	0件 4件
	2件	救急出動 (郡内)	98件 509件
	3件		
	1件		
	0件	火災案内 ☎0180(999)998	

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8,640円から乗れるプランとは？

こんな方にオススメ！

車輦代
購入にかかる
登録費用・マツ
備品込み！

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！

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。

TEL.293-3333

ホームページ <http://miyazaki-j.com/>

遠賀町別府3473-3

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

有料
広告
欄

11

広報おんが 2020.1.10

WISH

みんなのねがい

人権や男女共同参画の情報を発信します

問い合わせ 福祉人権係

新たな気持ちで

新しい年を迎え、皆さん新たな気持ちでスタートされていることと思います。

福祉人権係では、昨年(2019年)の11月30日から12月1日までの2日間、人権擁護委員や保護司、学校長などの皆さんと一緒に、三重県津市で開催された「第71回 全国人権・同和教育研究大会」に参加しました。

行政職員の人権研修の取り組みや、識字学級の生徒の発表を聞き、深く心に残った一言一言。改めて自分のことや職場のことなどを見つめ直し、自分にできることは何なのか考えるきっかけになりました。

発表ごとに議論も行われ、会場に集まった参加者の熱い思いを感じることができた有意義な2日間。大会のまとめでは「人権が確立されたまちづくりを進めていくためには、世代や地域、職域を超え、共に考え、共に学べる場を作っていくことが大切である」という話があり、遠賀町でもそのような取り組みを進めていきたいと思っています。

明るい暮らしのために

消費生活豆知識

皆さんの悩みや疑問、気になっていることにお答えします



**現在、太陽光発電システムを導入している。
新たに蓄電池を勧誘されているが、必要だろうか。**

- Q. 10年前に太陽光発電システムを導入した。余剰電力の買取期間が満了になれば、買い取りされなくなるため、蓄電池を付けなければ損をすると言われたが、本当か。
- A. 買取期間が満了しても、売電先と新たな契約をすれば引き続き買い取りをしてもらえます。多くの事業者が余剰電力の買い取りを表明していますので、それぞれの事業者が発表する買い取りメニューを見て、希望に合う事業者と契約することができます。余剰電力を買い取ってもらう場合と、蓄電池を導入して自家消費する場合のどちらが得になるかは、各家庭の電力使用状況によって異なります。よく検討したうえで選択しましょう。

■ 相談・問い合わせ

遠賀町 消費生活相談窓口(駅前サービスセンター)

☎093(293)7783

[午前] 9:00 ~ 12:00

[午後] 13:00 ~ 16:30

※土・日曜日、祝日は除きます。

Health Dictionary

●問い合わせ 健康対策係



健康三二辞典

無理せず賢く減塩を

●何のための減塩?

減塩は、高血圧予防のために必要です。塩分は血管の中に水分を引き込み、血液の量が増えるため圧が上がりやすくなります。血管は高い圧がかかり続けると硬くなり、破れたら詰まったりして、命に関わります。塩分の摂取量は男性8g未満、女性7g未満が目標ですが、日本人の平均摂取量は約10gです。

●食品を選ぶ

塩分はさまざまなものに入っています。例えばインスタントラーメンには約6g入っていますので、スープを飲まなければ、その分減らすことができます。ハムやチーズ、ちくわ、パンなどの食品にも入っているため、包装の成分表示を参考にしましょう。回数や量をコントロールしていくことが大切です。

●減塩のツラ

薄味は味気ないと思ってしまうかもしれません。急に減塩すると味気なく感じるかもしれませんが、次のことに注意して徐々に減らすと、舌が慣れて続けやすくなります。

①塩分の含まれている顆粒だしやスープの素を避け、天然だしや塩分の入っていないものを使う。

利用しましょう。



- ②焼き物や揚げ物にはレモン汁をかけたたり、酢やショウガ、ネギ、香辛料を使ったりしましょう。
- ③煮物は最後にしょうゆを加え、表面にだけ味付けすれば、中まで染み込ませなくてもおいしく感じられます。
- ④しょうゆはかけずに小皿に少量出してつけましょう。スプレータイプや一度に多く出ない容器も有効です。
- ⑤漬物は自家製でも食べ過ぎに注意。もちろん、しょうゆをかけるのは控えましょう。
- ⑥最近は減塩食品や減塩調味料も豊富ですが、減塩だからと安心してたくさん使っていると、体内に入る塩分は減りません。

●塩分を体外に排出

カリウムは塩分と互いにその作用を打ち消し合う関係にありますので、ホウレンソウ、小松菜、春菊など、カリウムが多く含まれる野菜を積極的に食べましょう。

●無理せず減塩を続けよう

できるところから取り組み、減塩料理を工夫して楽しんでみてください。高血圧や腎臓病、心臓病などで治療中の場合は医師の指示を受けましょう。

はい！こちら子ども記者相談室デス！

著者 ▶ かめおか子ども新聞（新潮社）
イラスト ▶ ヨシタケ シンスケ

子どもが書いて大人が読む月刊紙「かめおか子ども新聞」の相談コーナーをまとめた本。大人の悩みを、子ども記者がズバッと解決。

ココがオモシロイ！

子どもって見てないようで、よく見ていると実感。「中1の息子にクソババアと言われ、ショックです」とか「老化が気になります」など大人から寄せられる悩みに対する子ども記者さんの答えを読んでいると「良いこと言うわ」と感心したり、思わず笑ってしまったり。悩みがある人も無い人も子どもたちの答えにハッと気づくことがあるかも。

（うり坊）



New 新着本案内

星と龍

著者 ▶ 葉室 麟（朝日新聞出版）

悪党と呼ばれる一族に生まれた楠木正成の信条は正義。近隣の諸将を討伐した正成は後醍醐天皇の信頼を得てゆくが…。未完の長編小説。



聖者のかけら

著者 ▶ 川添 愛（新潮社）

1252年、ローマ近郊の修道院に届いた謎の聖遺物が次々と奇蹟を起こした。若き修道士ベネディクトが調査を命じられるが…。



出航

著者 ▶ 北見 崇史（KADOKAWA）

出奔した母を探しに向かった北国の漁師町は、動物の死骸が散逸し、生々しい匂いが充満した町だった。第39回横溝正史ミステリ＆ホラー大賞優秀賞受賞作。



人外

著者 ▶ 松浦 寿輝（講談社）

アラカシの枝の股から滲みだし、四足獣のかたちをとった「それ」は、荒唐した世界の風景を横切り…。野間文芸賞受賞作。



Your Library

遠賀町立図書館だより



時代を経て読み継がれている絵本の特集を行います。子どもたちの感想画も展示しますので、ぜひご覧ください。

遠賀町立図書館



Events 図書館イベント情報

大人のための映画会

“あの日のロバート・レッドフォード”

●日時・作品

▷ 2月5日(水) 13:30 ~ 「追憶」

▷ 2月6日(木) 13:30 ~ 「愛と哀しみの果て」

おんがの子どもたちの絵画展 「ここに残る本の絵」

町内の幼稚園、保育園に通う子どもたちの感想画の展示や、長く読み継がれている絵本の特集をします。



●期間 1月18日(土) ~ 2月2日(日)

絵本の読み聞かせや手遊びをします

おはなし会(幼児~小学校低学年向け)

●日時 毎週土曜日 14:30 ~ 15:00

おはなし会0・1・2(赤ちゃん向け)

●日時 1月15日(水) 11:00 ~ 11:30

俳句・短歌

おんが短歌会詠草

奥陸美選

戴きし釣ったばかりの鰻の目の
輝き見れば手がにぶるなり

神谷 律子

日没は駆足のごと早くなり
冬の準備を促されおり

松原 敬子

勤めいし小企業なる我会社
タービン不用となりて廃業

寺本 雅光

崗短歌会詠草

植村 隆雄選

紅色の可憐に咲いた縷紅草
丁寧に採りおく来年の種

宮川 益子

公孫樹の黄葉雪の如くに乱舞して
降り積む道に轍が残る

築城 せつ子

孫ら来る ずいぶん続くこの行事
庭の芋掘りミカン狩など

田島 寿生

遠賀俳友句会抄

池田 幸利選

蟬鳴のみつむる先も枯れ尽す

芦賀 恵子

住み古りてここが終の地蔓珠沙華

広渡 豊子

破蓮や底の緋鯉の動かざる

松本 筍弥

遠賀青葉句会抄

岸原 清行選

山粧ふ墓参叶ひし帰郷かな

石橋 京子

境内に坐せば木の葉の時雨かな

紀成 慶子

大祭日小春日和を賜りぬ

室井 公子



たくさんのご応募ありがとうございました！

