

広報おんが

ONGA

2019
11.10
No. 1190



CONTENTS

- 02 特集
一人で悩まないで
相談する勇気を
- 11 安心して暮らせる家を目指して
木造戸建て住宅耐震診断
- 14 人権週間講演会
「共感はせんていいけど、
理解が大事バイ」

一人で悩まないで 相談する勇気を

●問い合わせ 福祉人権係

暴力をなくそう

遠賀町では、男女共同参画の基礎資料とするため、6～7月に「男女共同参画社会づくりに向けた町民意識調査」（以下「意識調査」）を実施し、その中でDV（ドメスティック・バイオレンス）についても質問していました。

DVは犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です。どんな理由があっても、暴力は決して許されるものではありません。

遠賀町におけるその実態を、意識調査の結果から見ていきます。

「男女共同参画社会づくりに向けた町民意識調査」の概要

- 調査対象
町内在住の満18歳以上の男女
1500人
- 抽出方法
男女同数を無作為抽出
- 調査方法
無記名自記式の調査票を
郵送により配布・回収
- 調査期間
令和元年6月1日～7月8日
- 有効回収数（回収率）
709件（47・3%）

暴力、 受けていませんか？

暴力を受けても相談できない

意識調査の中で「自分が暴力を受けたことがある」と答えた人は6.6% (47人)で、そのうち53.2% (25人)が「誰かに打ち明けたり、相談したりできなかった」と答えています。

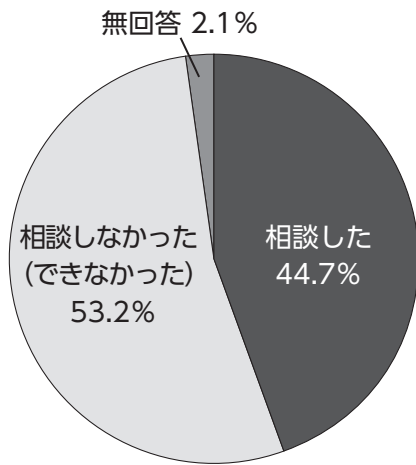
なぜ、暴力を受けたことがある

人は、相談しなかった(できなかった)のでしょうか。

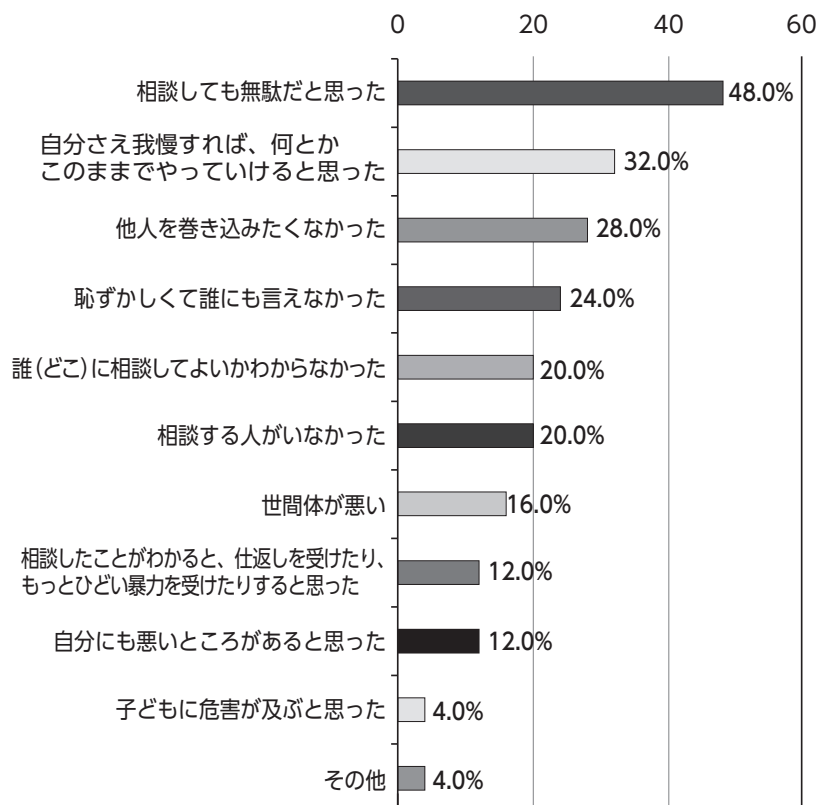
被害者の気持ち

DVを「誰にも相談しなかった(できなかった)」と回答した人にその理由を尋ねたところ、「相談しても無駄だと思った」が48%と最も多く、以下「自分さえ我慢すれば、何

(自分が暴力を受けたことがある人)
誰かに打ち明けたり、
相談したりしましたか？



(DVについて)
誰(どこ)にも相談しなかった理由は？



とかこのままでやっていけると思った」が32%、「他人を巻き込みたくなかった」が28%、「恥ずかしくて誰にも言えなかった」が24%と続いています。

「私が我慢すればいい」「自分が悪いから暴力を振るわれた」と思う被害者も少なくありません。

**こんなこと
思い当たりませんか**

「相手のことは好きだけど、なんだ

か怖い」
「いつも相手の顔色ばかり気にして、息苦しさ」
など。

DVを自分一人で何とかしようとしていませんか。DVは、一人で解決するにはとても難しい問題です。誰かに相談することで、自分だけでは気付かなかった解決方法が見つかるかもしれません。

一人で悩まず、勇気を出して相談してください。

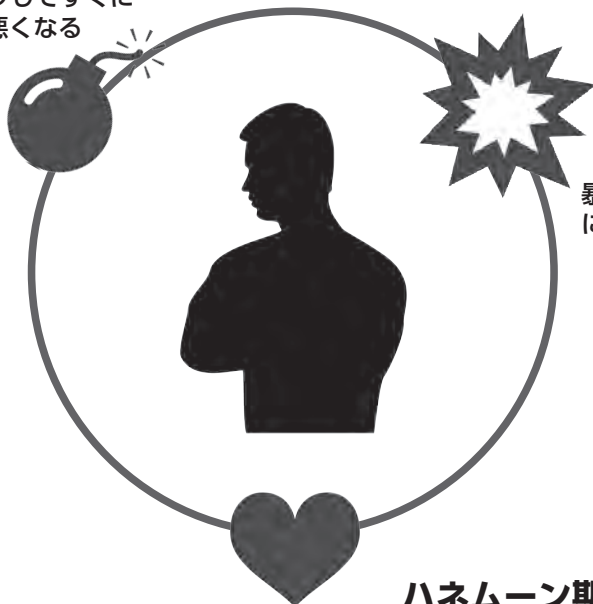
それって DVじゃない？

DVのサイクル

DVにはサイクルがあり、加害者が優しい時期と暴力を振るう時期が繰り返されます。同じ相手が抑圧者にも救済者にもなるため、被害者は混乱してしまい相手の支配からなかなか抜け出せません。

緊張期

イライラしてすぐに
機嫌が悪くなる



爆発期

暴力を振るうよう
になる

ハネムーン期

別人のように優しくなり
反省する

DVのサイクル

多くの場合、DVには「緊張期」「爆発期」「ハネムーン期」のサイクル(周期)があります。

ハネムーン期で加害者が被害者に優しくなるのは、被害者が離れていくのを防ぐためです。この時被害者は、もしかしたら暴力が無くなるかもしれない期待を抱き、逃げるタイミングを失います。全てのDVがこのサイクルにあてはまるというわけではなく、ハネムーン期がなく緊張期が長く続く場合もあります。

デートDVを知っていますか

DVとは、配偶者など親密な関係にある人から振るわれる暴力のことですが、その中でも、交際中のカップル間での暴力を「デートDV」と言います。

「自分の思い通りに動いてほしい」「独り占めしたい」とコントロールされたり、「自分のモノ」として扱われたりすることも「暴力」、いわゆる「デートDV」にあたります。

パネル展のお知らせ

～デートDVパネル展～

DVは誰もが当事者になりえる身近な問題。特にデートDVは、若い世代にとって他人事ではありません。この機会にぜひデートDVの知識を深めてください。

- 展示期間 11月13日(水)～21日(木)
- 展示場所 遠賀町役場 玄関ロビー



今すぐ相談

DVに理解のある
専門の機関からアドバイスを

被害者が暴力を受けないためには、加害者のもとを離れるという選択肢があります。このとき「どのようなタイミングで家を出るか？」

「家を出た後はどうするのか？」
「子どもの学校はどうするのか？」
など現実的な問題が生じてきます。これらの問題に対して、事前に専門機関からアドバイスを受けることは、あなたの安全のために必要なことです。各種専門の窓口がありますので、いつでもご相談ください。

一人で悩まないで 勇気を出してご相談ください

相談窓口	相談日時・電話番号
福岡県あすばる相談ホットライン	毎日 9:00～17:00 金曜日(祝日を除く)のみ 18:00～20:30も可 ※8月13日～15日、年末年始を除く ☎092(584)1266
配偶者暴力相談支援センター	月～金曜日 8:30～17:15 ※祝日、年末年始を除く ☎093(201)2820
福岡県配偶者からの暴力相談電話	月～金曜日 17:00～24:00 土・日曜日、祝日 9:00～24:00 ※年末年始を除く ☎092(663)8724
性暴力被害者支援センター・ふくおか	24時間 年中無休 ☎092(762)0799
男性DV被害者のための相談ホットライン	水・木曜日 17:00～20:00 金曜日 12:00～16:00 ※祝日、年末年始を除く ☎092(571)1462
LGBTの方のDV被害者相談ホットライン	第2火曜日 12:00～16:00 第4火曜日 17:00～20:00 ※祝日、年末年始を除く ☎080(2701)5461

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

11月18日から24日までは全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。夫・パートナーからの暴力、職場でのセクハラ、ストーカーなど女性に関する人権問題についての相談を無料で受け付けます。

●日時 11月18日(月)～22日(金) 8:30～19:00
11月23日(土・祝)・24日(日) 10:00～17:00

●相談電話番号 ☎0570(070)810

●問い合わせ 福岡法務局 北九州支局 人権擁護係 ☎093(561)3542



笑顔ハツラツ 楽しくスポーツ

スポレクおんが2019



10月13日に遠賀総合運動公園で、スポレクおんが2019が開催されました。参加者はボールを投げて9枚の的を抜くストラックアウトやフリスビースロー、グラウンドゴルフなど、さまざまな競技に挑戦。家族連れなど多くの人に参加し、皆さんさわやかな汗を流していました。参加者は「家族で気軽に参加できて楽しい。運動不足の解消にもなります」と話していました。

詩吟歴4年で全国優勝

第46回 ユニバーサル全国吟詠オーディション決選大会



10月6日に荏原文化センター（東京都品川区）で開催された「第46回 ユニバーサル全国吟詠オーディション決選大会」で、島門小学校4年の三林 勇斗さんが幼少年の部で見事優勝しました。

勇斗さんが詩吟を習い始めたのは、小学1年生のとき。親戚の南里 眺洲さんが全国大会で優勝し、自分も同じように歌いたい、日本で一番の人に教えてもらいたいと思い、詩吟を始めたそうです。勇斗さんは「練習は楽しいです。お腹から声を出し、息を長く続けることが難しいですが、少しずつできるようになりました」と語ってくれました。また、「作者の感情を考え詩の意味を勉強してから歌うので、歴史の勉強にもなり、とてもためになります。多くの人に聴いてほしいです」とのこと。今後の目標については「作者の気持ちを考えながら、たくさん練習して今よりもっと上手に歌えるようになりたいです」と話す勇斗さん。これからのさらなる成長が楽しみです。

- 1 賞状とトロフィーを手に喜ぶ勇斗さん
- 2 全国大会では堂々たる姿を披露
- 3 5歳の弟(写真右)と一緒に日々練習に励む

大人も子どもも真剣勝負

第18回 遠賀町三輪車4時間耐久レース



10月13日に遠賀総合運動公園で、第18回 遠賀町三輪車4時間耐久レースが開催されました。毎年恒例となったこのレース、大人も子どもも関係なく三輪車を愛する者たちが真剣勝負をします。今回は12チーム163人が参加し、三輪車を4時間こぎ、コースを何周できるか競いました。「大人の部」の優勝は、仮装して観客を沸かせる常連の「遊びの職人A」チーム、「子どもの部」の優勝は、学童保育ひまわりクラブの児童による「ひまわりファイターズ」チームでした。



災害に強いまちづくりへ向けて連携

災害時支援協定書 調印式

9月20日に遠賀町役場で、災害時支援協定書 調印式が行われました。これは、遠賀町とグリーンコープ生活協同組合ふくおか(以下「グリーンコープ」)が、災害が発生した場合に必要な生活支援物資の提供や防災訓練及びボランティア派遣での連携などについて、協定を締結したものです。

この協定により、災害時には町の要請に応じて、グリーンコープから避難所などに食料品や衣類、日用品などが供給されます。また、防災訓練などでも連携の確認を行い、万が一に備え、災害に強いまちづくりを目指します。

なお、同月2日には株式会社グッデイと「災害時における物資の調達及び供給に関する協定書」を、ヤフー株式会社と「災害に係る情報発信等に関する協定」を締結しています。



古野 修町長(左)とグリーンコープ生活協同組合ふくおか理事長 三原 幸子さん

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

健康・子育て

すくすく(乳児)ひろば

- 日時 11月19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
- 問い合わせ 健康対策係

いっしょにの相談

- 日時 12月6日(金)
〔受付〕9時～12時
- ※1組30分程度です。
- 場所 遠賀町中央公民館

試験・募集

ねんどアート体験 ～来年の干支リースをつくごよう～

- 対象 町内在住の小学生以下
の子どもとその家族
- 内容 臨床心理士による言葉
や心の発達相談
- 定員 6組(先着順)
- 費用 無料
- 申し込み・問い合わせ
健康対策係

- 日時 12月5日(木)
13時30分～15時30分
- 場所 遠賀町中央公民館
- 内容 話題のねんどアートで
来年の干支「ねずみ」のリース
を作ります。部屋に飾ったり、
プレゼントにしたり、楽しい
年始を迎えましょう。
- 対象 町内在住・在勤の人優先



かわいい「ねずみ」のリース

専門家による空き家セミナー 空き家に関する基礎知識

- 定員 10人(先着順)
- 費用 無料
- 受講料500円
▽材料費1000円
- 持ってくるもの
手拭き、粘土用ヘラなど
- 申込期間 11月12日(火)～
- 申し込み・問い合わせ
遠賀町中央公民館

- 誰でも空き家の所有者などに
なる可能性があります。その心
構えとして、空き家に関する基
礎知識を、専門家が分かりやす
く説明します。
- 日時 12月6日(金)
14時～15時30分

お知らせ・アラカルト

福岡県最低賃金改定

- 場所 遠賀町中央公民館
- 講師 栗田 真志さん(福岡県
司法書士会 司法書士)
- 定員 20人程度(先着順)
- 費用 無料
- 申込期限 11月29日(金)
- 申し込み・問い合わせ
都市計画係

- 福岡県の最低賃金が改定され
ました。雇う上でも働く上でも、
最低限のルールです。使用者も
労働者も、最低賃金を必ず確認
しましょう。
- 〔令和元年10月1日から〕
1時間841円(27円アップ)
- 問い合わせ
福岡労働局 賃金室
☎ 092(411)4578

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-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。

プレミアム付商品券の申請はお済みですか？

「非課税者分」の購入には、事前の申請が必要です。「非課税者分」の購入対象者となる可能性がある人には、すでに申請書を送付しています。

※「子育て世帯分」の購入は申請不要です。

●販売額

1冊5000円分(500円分×10枚の商品券を4000円で販売 ※対象者1人につき5冊まで購入可)

●申込期限 11月29日(金)

●申し込み・問い合わせ 福祉人権係

指名手配被疑者の逮捕にご協力を

警察では11月中旬に全国警察の総力を挙げて指名手配被疑者の早期逮捕に取り組んでいます。指名手配被疑者の発見には、皆さんのご協力が必要です。「あのポスターの犯人に似ている人がいた」といった情報など、わずかなことでも結構です。通報をお願いします。

●問い合わせ

福岡県警察 折尾警察署
☎093(691)0110

「かかしコンテスト」

水と緑のまちを象徴する田んぼの魅力を発信するイベントが今年も開催されます。田んぼの見張り番「かかし」の出来を競う「かかしコンテスト」。当日は特産品・農産物などの試食・販売、もちまき、お楽しみ抽選会など楽しい催しが盛りだくさん。収穫の秋の休日は、家族そろって遠賀町の魅力を肌で感じてみませんか。

●日時 11月24日(日) 11時～

●場所 遠賀町中央公民館前田んぼ

▽遠賀町中央公民館前田んぼ

▽今古賀イベント交流広場

●問い合わせ 農業推進係

第46回福岡県父母と教師の教育交流大会

折尾神楽の鑑賞や日本文学研究者ロバート・キャンベルさんの講演を通して、日本の良さを再認識し、これからの子どもたちへの教育について考えましょう。

●日時 11月24日(日) 13時30分～16時40分

●場所 黒崎ひびしんホール (北九州市八幡西区岸の浦)

●費用 無料

●問い合わせ 福岡教育連盟
☎092(631)2901



ロバート・キャンベルさん

献血のお願い (400ml献血)

●日時 11月27日(水) 10時～12時、13時～16時

●場所 遠賀町役場

●持つてくるもの 本人確認ができるもの(健康保険証など)、献血磁気カード(献血した人に交付済み)

●対象 17歳～69歳の男性、18歳～69歳の女性で体重が50kg以上の人

※65歳以上の人は、60歳～64歳に献血経験がある人

※献血者に生化学検査、血球計数検査の結果を通知します。(希望者のみ)

※当日は骨髄バンク登録の受付もしています。

●問い合わせ 健康対策係

サケを育ててみませんか？

来年2月に西川へ放流するサケを、卵から約3カ月間育てるボランティアを募集します。飼育説明会を行いますので、初めて飼育する人もぜひお申し込みください。

【サケの飼育説明会】

●日時 12月7日(土) 10時～

●場所 遠賀町中央公民館

●その他 サケの放流会は、令和2年2月23日(日・祝)に予定しています。

●申込期限 11月22日(金)
●申し込み・問い合わせ 遠賀町青少年育成町民会議 (生涯学習課内)

宝くじ助成金で防災資機材を購入しました

宝くじ助成金(地域防災組織育成助成事業)を活用して、投光器5台、発電機5台、コードリール5台、避難所用マット50セットを購入しました。「自分たちの地域は自分たちで守る」を合言葉に、これらの備品を災害に備え安全な地域づくりのために活用します。

●問い合わせ 庶務係



宝くじ助成金で購入した防災資機材

犯罪・不審者・火災・救急件数		
令和元年9月分		
街頭犯罪 (忍込み)	3件	火災 (郡内) 1件
(自転車盗)	2件	救急出動 (郡内) 78件
不審者情報	0件	火災案内 460件
		☎0180(999)998

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 許可
運送業 産廃業

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!!

その他 農地転用・許認可など

くらもと行政書士事務所
行政書士 藏元 泰子
中間市垣生 303 (福岡県行政書士会 会員)

TEL 093-982-1830

くらもと行政書士事務所

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。

ロボット掃除機が電気ストーブを押して火災に

電気ストーブがロボット掃除機に押されて動き、付近のソファやカーテンなどに触れ、室内が焼ける事故が起きています。

ロボット掃除機と電気ストーブの使用中は、周囲に燃えやすいものを置かない、留守中や違う部屋にいるときは使用しないなどご注意ください。

●問い合わせ

遠賀郡消防本部 予防課

☎093(293)8125

11月は「ドッグマンス」犬を飼う人のルールとマナー

〔畜犬登録・狂犬病の予防接種をしましょう〕



犬を飼育する際は、畜犬登録及び年に1回の狂犬病予防接種とその届出が義務付けられています。役場で登録の手続きをし、適正な時期に狂犬病の予防接種をしましょう。毎年4、5月ごろに各地区公民館などで集団接種も行っています。

〔登録などにかかる費用〕

◆畜犬登録手数料

1頭当たり 3000円

※費用がかかるのは1頭につき生涯で一度きりです。転入、

転出をしたときに、再度費用がかかることはありません。狂犬病の予防接種

▽接種費用(集団接種の場合)

1回2600円(税込み)

▽注射済票交付手数料

550円

〔散歩のルールとマナー〕

◆犬をリードでつなぎましょう 福岡県の条例で犬を放すことは禁止されています。どんな犬でも「怖い」「苦手」と思う人がいます。散歩中は必ずリードでつなぎ、短めに持ちましょう。

◆ふんは持ち帰りましょう

ふんの放置も条例で禁止されています。きちんと家に持ち帰ることが飼い主の責任です。

●問い合わせ 環境衛生係

役場に公衆Wi-Fiを 設置しました

役場1階ロビーに公衆Wi-Fi

(DoSPOPT・FREE)

を設置しました。窓口での手続きなどの待ち時間にご利用ください。

Wi-Fi対応機器であれば、誰でも1日最大60分(15分×4回)無料で利用できます。

●問い合わせ 情報推進係

スポーツ

第62回 福岡県民体育大会 夏季大会 結果

8月18日に、筑豊緑地プール(飯塚市仁保)で開催されました。

た。(町内者のみ・敬称略)

▽50mバタフライ

(50歳男子)

準優勝 山下政二

公民館対抗 グラウンドゴルフ大会結果

9月29日に



遠賀総合運動公園で、23地区から選手約410人、応援に約100人が参加して開催されました。

▽優勝 中央区

▽準優勝 緑光苑

▽第3位 松の本

※ホールインワン達成者は50人でした。

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 遠賀コミュニティーセンター
☎093(293)6525
<https://www.onga-park.jp>

おんがかえっこバザール

もう遊ばなくなったおもちゃを会場に持ってきて「かえるポイント」と呼ばれる子ども通貨に交換し、他の子どもが持ってきたおもちゃとかえっこする買い物遊びをします。

おもちゃを修理してもらえる「おもちゃ病院」も同時開催！診察は無料です。

●日時

11月30日(土) 10:00～15:00

※「おもちゃ病院」の受付は14:00まで

●場所

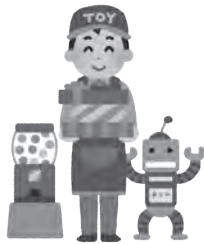
遠賀コミュニティーセンター 中庭

[雨天時]多目的ホール

●対象

子どもはもちろん、子どもの心を持つ人なら誰でも大歓迎です。

カレーやうどん、たこ焼きなど、いろいろな店のキッチンカーも来ますよ！ぜひご来場ください。ご不明な点はお気軽にご連絡ください!!



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(税別)～ ※(分電盤)・(特設)取り替えの場合(最大50,000円) (これ以上は頂きません) 買い替えの場合 70,000円(税別)～ ※湯水廻り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!



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慢あり。○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。 ※新築コンクリート住宅、2階浴室住宅は除く

電気工事と水廻りの事なら電太郎 福岡知事登録201039号

(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%～

電太郎なら水廻りの工事もオールサポート

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 | 浴槽 | システムキッチン | 洗面台

55% OFF

商品代 定価798,000円 359,100円(税別) 工事費 200,000円～

商品代 定価690,000円 310,000円(税別) 工事費 150,000円～

電太郎4つ約束 アフター支援 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。

昭和56年5月以前に
自宅を建築した皆さんへ

安心して暮らせる家を目指して

木造戸建て住宅耐震診断

地震が発生した際の死亡やけがの多くは、倒壊した建物の下敷きになることが原因です。いつどこで起こるか分からない地震に備えるため、住宅の耐震性能を確かめましょう。

◆申し込み・問い合わせ 都市計画係

耐震診断を受けましょう

耐震診断を受けることで、家の耐震性能を確かめることができます。診断は福岡市耐震推進協議会が実施します。

◆診断対象

次の条件をすべて満たす住宅

- ▽町内にある個人所有の木造戸建て住宅
- ▽昭和25年以降、昭和56年5月31日以前に建築確認を得て建築された住宅
- ▽平屋建て、または2階建ての住宅

◆対象外になる住宅

- ▽スキップフロア(中2階など)がある住宅
- ▽店舗併用住宅
- ▽2×4工法の住宅
- ▽借家 など

◆診断費用

1件当たり3,000円(税込み)
※調査時に、福岡市耐震推進協議会へ直接お支払いください。

◆申込受付期間

11月11日(月)～12月20日(金)
※土・日曜日、祝日を除く

◆申込方法

申込用紙に必要な事項を記入

し、住宅の平面図と建築年が確認できる資料を添付して、提出してください。

※住宅の平面図がない場合でも診断は可能ですが、できるだけ準備してください。

※申込用紙は、都市計画課窓口
に用意しています。また、遠賀町ホームページからもダウンロードできます。

耐震改修工事に対する補助があります

診断時に作成された耐震補強計画書に基づく耐震改修工事を行う場合、工事費の一部を補助します。

◆補助金の額

耐震改修工事費の2分の1
※補助金の上限は60万円です。

◆その他

▽過去5年間の耐震改修工事費の平均は約155万円、平屋建てで改修箇所が少ない場合は、100万円以下で実施できることがあります。

▽工事施工業者との契約は、補助金の申請後、交付決定通知書が届いてから行ってください。

▽補助要件などの詳しい内容はお問い合わせください。

住宅耐震のことをもっと知りたい方に

耐震セミナー

◆日時 **12/13(金)**
14:00～16:00

◆場所 **遠賀町中央公民館**

写真や模型を使い、地震による揺れと耐震の仕組みを分かりやすく説明します。質問や相談の時間もありますので、住宅の耐震や耐震診断について気になることがあれば、お気軽にご参加ください。

◆講師 白水 秀一 さん
(福岡市耐震推進協議会 会長)

◆対象 町内在住の人

◆申込方法
電話または都市計画課窓口でお申し込みください。

見^{しん}く^{るま}定額

新★車生活

これがすべて コミコミ

自動車税
登録費用
自賠償保険

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？

車輦代

購入時にかかる登録費用・マツコ備品込み!

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!

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。

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

未来へ語り継ぐ

遠賀町では、先の大戦における戦没者の方々に追悼の意を捧げるとともに、平和を祈念するため、毎年10月に「遠賀町戦没者追悼式」を実施しています。今年も10月17日に遠賀中学校慰霊塔前で開催され、遺族ら約70人が戦没者をしのび、1時間の黙とうと参列者全員による献花を行いました。



戦争では、人々がさまざまな権利を制約され、否定されます。さらに、最も基本的な人権の一つである「生存する権利」さえも脅かされるため、戦争は最大の人権侵害と言えます。

戦後74年が経過しましたが、私たち一人一人が戦争の記憶を風化させることなく、未来へ語り継いでいかなければなりません。

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

新聞の長期購読契約を途中でやめたいと思うのですが、できますか？

- Q. 新聞を読むのがおっくうになり、「5年契約の途中だが、今月末で契約をやめたい」と申し出たところ、断られた。
- A. 一旦交わした契約は、原則として一方的に解除できません。契約期間内に解約する場合には、販売店から契約時に渡された景品の返還や、違約金を請求されることもあります。「いつでも解約できる」などと気軽に考えずに、契約期間終了まで購読できるか十分に考え、契約書面の内容もよく確認した上で契約しましょう。訪問販売でどうしても断り切れずに契約した場合は「契約書面を受け取った日から8日以内」であれば、クーリング・オフが可能です。困った時には消費生活相談窓口にご相談してください。

■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

はつらつ



健康三辞典

健康寿命のために大切なこと

「フレイルって何？」

「フレイル」は健康と要介護状態の間の状態

フレイルは、高齢期の「衰弱」「虚弱」などに代わる新しい名称で、早く気づいて正しい治療や予防をすることで、生活機能の維持と向上が可能な状態を言います。

フレイルチェック

- 次のうち1～2項目にあてはまるとフレイルの前段階、3項目以上にあてはまると「フレイル」の疑いありと判定されます。
- ① 1年で体重が4～5kg減った
 - ② 疲れやすくなった
 - ③ 筋力(握力)が低下した
 - ④ 歩くのが遅くなった
 - ⑤ 身体活動量が減った

フレイル予防・改善の3本柱

1.「栄養」バランスの良い食事を

高齢期(65歳以上)になると「やせ」に注意が必要です。「やせ」には、高齢期の人に不足しがちな「たんぱく質」と「エネルギー」が関係しています。食事は1日3食、バランス良く理想ですが、食欲がない、食が細いなどで必要な量がとれない場合は、間食や栄養補助食品を利用しましょう。間食はヨーグルトやチーズなどの乳製品や果物がお勧めです。

2.「運動」足腰の筋肉を鍛える

高齢期に筋力を維持するには、ウォーキングなどの有酸素運動のほか、足腰の筋肉を鍛えることが重要です。コミュニティセンターで月2回開催される運動教室「悠遊ひろば」がお勧め。日程は遠賀町ホームページや広報おんが25日号に折り込みの町民カレンダーでご確認ください。

3.「社会参加」1日に1回は外出を

社会参加というと大げさな感じがしますが、買い物や近所への散歩、通院などはすべて「社会参加」です。高齢期のフレイルを招く原因のひとつに「閉じこもり」があります。外出の機会を増やすと、日常生活は自然と活発になるので、1日に1回は外出することをお勧めします。

感染症の重症化や持病の悪化にご注意を

フレイルのきつかけとなるインフルエンザなどの感染症の重症化や、持病の悪化などに注意が必要です。

高齢期には、インフルエンザの予防接種を受け、定期的にかかりつけ医を受診して、持病を重症化させないことが大切です。持病がない人も年1回の健診を活用し、生活習慣病の発見や重症化予防をしましょう。

Power Push 図書館スタッフのイチオシ

セミ

著者 ▶ ショーン・タン
訳 ▶ 岸本 佐和子 (河出書房新社)

人間と一緒に会社で働くセミ。誰からも認められず昇進もせず、17年間コツコツと働いて定年を迎えたセミは、ビルの屋上へ…。

ココがオモシロイ！

わずか20ページ足らずの絵本。セミを勤め人に擬人化して、個人と社会の関係を描いている。セミだから人としてではなく、よく働く社畜でもなく、奴隷でもない扱いを受ける。居場所のない疎外感を抱くのだが、読んでいて気付いた。これは、移民・難民の今とこれからを予言している。セミと私たちの明日を象徴している。畏るべし絵本。

(P.N. 蝙蝠)



New 新着本案内

某

著者 ▶ 川上 弘美 (幻冬舎)

名前も記憶もお金も持たない某は、丹羽ハルカ(16歳)に擬態することに決めた。変遷し続ける愛と未来をめぐる長篇。



空は逃げない

著者 ▶ まはら 三桃 (小学館)

二人のリントロウは、陸上部の棒高跳びの選手。練習風景をスケッチしていた芸術学部の石井絵怜奈が、突然、自分も棒高跳びの選手になりたいと志願し…。



星砕きの娘

著者 ▶ 松葉屋 なつみ (東京創元社)

鬼の砦に囚われた少年が拾った赤子、蓮華。一夜にして成長した彼女がふるう破魔の剣には鬼を滅する力があつた。第4回創元ファンタジー新人賞受賞作。



遠い他国でひょんと死ぬるや

著者 ▶ 宮内 悠介 (祥伝社)

単身フィリピンに渡り、激戦地ルソン島で戦死した詩人・竹内 浩三の足跡を辿り始めた須藤。山下財宝、山岳民族、イスラム独立戦争・須藤はそこで何を見たのか。



Your Library

遠賀町立図書館だより



映画化もされた「黄泉がえり」の作者 梶尾 真治さんを招いて文学講演会を開催します。皆さん、ぜひお越しください。

遠賀町立図書館



Events 図書館イベント情報

文学講演会

「梶尾真治が語る 私のSF作法」

●日時

12月7日(土)
13:30 ~ 15:00

●定員

50人(先着順・要予約)

●申込期間

11月10日(日) ~



図書館ボランティア「えほんばこ」
おとなのためのおはなし会

●日時 11月30日(土) 10:30 ~ 12:00

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 11月20日(水) 11:00 ~ 11:30

俳句・短歌

おんが短歌会詠草

奥陸美選

酷暑すぎ秋が連れくる台風は
幾つ来るかと思ひめぐらす
松原敬子
福智山彼方に見ゆる山頂に
綿のようなる雲の浮かべり
寺本雅光
ニニロツソ心にしみる夜空の星
我が終焉の枕辺にひびけ
神谷律子

崗短歌会詠草

植村隆雄選

野分前簾八枚外す夫
寄ってくる蚊を打ち払いつつ
松本美智江
もう少し涼しくなったら逢おうねと
約した友の葬儀の知らせ
宮川益子
酒喰らい新幹線に揺られ往く
明日の天気も我感知せず
築城せつ子

遠賀俳友句会抄

池田幸利選

風傷みして身を起こす秋桜
芦賀恵子
数珠玉や貨物列車の長き列
広渡豊子
夕鴉や書庫の整理終はらざる
松本筍弥

遠賀青葉句会抄

岸原清行選

白波の沖の潮鳴りかえり花
石橋京子
記念樹にかなかな鳴くや校舎跡
紀成慶子
一夜明けあたり一変秋出水
室井公子

人権週間講演会

「共感はせんていいけど、理解が大事バイ」

講師 アン・クレシーニさん(北九州市立大学 准教授)

■ 日時 **12/10(火)**
18:30 ~ 20:00

入場無料

■ 場所 **遠賀町中央公民館**

手話通訳があります

■ 問い合わせ・託児申込 福祉人権係

皆さまお誘い合わせの上、多数のご参加をお待ちしています。

託児も無料で利用できます。

※詳しい内容は、広報おんが11月25日号の折込チラシをご覧ください。



テレビのコメンテーターや執筆活動などでも活躍中のアン・クレシーニさんが、コミュニケーションの大切さ、お互いを尊重し、理解し合う姿勢の重要性について、自身の体験を元に講演します。

おたんじょうびおめでとう Happy Birthday



金子 菜摘ちゃん
平成30年10月26日生(田園北)

我が家のアイドル、なっちゃん♡
1歳おめでとう!!いじいじもばあばも、みーんな、なっちゃんのこと大好きだよ♡



野田 剛生ちゃん
平成29年10月19日生(浅木)

剛ちゃん、2歳のお誕生日おめでとう♡大好きなお姉ちゃんと一緒に仲良く大きくなってね♪



川崎 大馳ちゃん
平成28年10月17日生(上別府)

お誕生日おめでとう!お兄ちゃんになってますますかっこよくなったね★これからも3人仲良く大きくなってね♡



赤崎 祐颯ちゃん
平成30年10月11日生(広渡)

1歳のお誕生日おめでとう♡これから祐颯のペースで大きくなってね★パパもママも大あいすきだよ♡



山下 真之介ちゃん
平成30年11月8日生(松の本)

1歳の誕生日おめでとう!お姉ちゃんと仲良くして、元氣いっぱい大きくなってね♡



中井 晴仁ちゃん
平成28年10月27日生(松の本)

晴くん3歳のお誕生日おめでとう!これからもたくさん食べてたくさん遊んで元氣いっぱいになってね♪

編集後記

ラグビーワールドカップ2019日本大会、皆さんご覧になりましたか。私はまさに、にわかラグビーファン。日本代表の快進撃に関心はどんどん高まり、テレビにかじりついて見っていました。決勝トーナメントでは残念ながら南アフリカに敗れましたが、初のベスト8という結果に胸が熱くなりました。合言葉は「ONE TEAM」。強い結束が生んだ劇的な勝利に、ラグビーの面白さ、スポーツの素晴らしさを感じたワールドカップでした。
(半田)

