

まちの元気と笑顔を発信

おんが

ONGA TOWN Public Relations

広報

2013
3.10
No.1030



遠賀・中間1市4町合同企画「わがまち自慢」

遊びに来ちゃらん♪

水上の熱い戦い おんがレガッタ



絶対に負けられない水上の戦いがそこにはある

おんがレガッタ参加者募集

- とき・種目 両日とも受付は午前8時から
▽5月25日(土) オープンの部:男子の部・女子の部
▽5月26日(日) 区対抗の部:男子の部・女子の部
中学生の部

※全てナックル艇による500mのレースです。

- ところ 遠賀川漕艇場
- 対象 中学生以上
- チーム編成 1チーム8人(監督1人、舵手1人、漕手4人、補漕2人)
- ※漕手4人が男女混合の場合は、男子の部での出場になります。
- 申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、持参するか、郵送、FAXまたはメールで提出してください。申込用紙は、遠賀コミュニティーセンターか遠賀町教育委員会窓口、または遠賀町ホームページからダウンロードできます。

- 申込期限 4月30日(火)必着
- その他 9月に新潟県阿賀町津川漕艇場で開催される「第22回全国市町村交流レガッタ」の選考会になります。
- ※大会2日間を通じ、遠賀町内に在住・在勤の人で構成されたチームのうち、男女各1チームを全国大会に選出する予定です。

●申し込み・問い合わせ

▽遠賀コミュニティーセンター
〒811-4302 遠賀町大字広渡23番地の6
☎093(293)6525 FAX093(293)7057
mail community@town.onga.lg.jp

▽スポーツ文化係
〒811-4392 遠賀町大字今古賀513番地
☎093(293)1234 FAX093(293)0806
mail syougaiakusyuu@town.onga.lg.jp

春のイベント、「おんがレガッタ」。今年で15回目となり、ここ数年は町外からの参加も増えてきています。チームの構成もさまざまで、職場の仲間や地域の集まりなど。昨年は小・中学校の先生や遠賀郡内の町議会議員で構成されたチームもありました。また、「区対抗の部」が17年ぶりに復活し、男子15チーム、女子6チームが熱いレースを繰り広げました。

また、8月3日から6日までに「全国高等学校総合体育大会(インターハイ)」のボート競技も行われます。高校生たちの熱い戦いにもご注目ください。



遠賀・中間1市4町合同企画「わがまち自慢」

遊びに来ちゃらん♪

遊びに来ちゃらん♪



秋のイベントといえば、「4時間耐久三輪車レース」。毎年体育の日に行われる「スポレクおんが」で開催されています。その魅力は大人と子どもの真剣勝負。参加者は町内外を問わず、上は還暦過ぎから下は小学生まで、幅広い年齢層の人たちが、4時間三輪車をひたすらこいで練り広げる熱い戦いを、ぜひご覧ください。

そして、レース以外の見所は三輪車。大人が市販の三輪車に乗るのは至難の業。そのため自作の三輪車でレースに臨んでいるチームも多数あります。とくに強豪チームともなると、もはや芸術品。レースとともに必見です。

NAVI

- とき 体育の日
※平成25年度は10月14日(祝) 予定です。
- ところ 遠賀総合運動公園
- 対象 三輪車を愛する人
- その他 募集内容などは、8月25日号に掲載予定です。
- 問い合わせ 社会教育係 ☎093(293)1234

白熱するサーキット
4時間耐久

三輪車レース



はまゆう群生地

シーズン..夏

芦屋町



NAVI

【周辺の見所】

- ▽夏井ヶ浜はまゆう公園
「恋人の聖地」に認定
「響愛の鐘」もあります
- ▽芦屋釜の里
☎093(223)5881
- ▽その他
農・海産物の物販所、魚見公園、洞山、千畳敷、狩尾岬など

●問い合わせ 芦屋町商工観光係
☎093(223)3542

●ところ 山鹿地区夏井ヶ浜

●問い合わせ 芦屋町商工観光係
☎093(223)3542

芦屋町が一年で一番にぎわうのは、なんととっても夏。花火大会を始め、海水浴にプール、夏を楽しむ人であふれかえります。

そんな元気な芦屋の夏を、美しく彩る花が、町の花「はまゆう」です。はまゆうは、7月下旬から8月上旬にかけて、1本の茎からたくさん小さな白い花が、ほのかな甘い香りとともに咲き誇ります。シーズン中は白く輝くはまゆうと真夏の青い空と海のコラボレーションを写真に収めようと、多くの人が訪れます。また、自生する九州北限の群生地として、福岡県の天然記念物にも指定されています。

水巻町

コスモス園

シーズン..秋



水

水巻町の西側を南北に流れる遠賀川。その遠賀川に沿う

全長6.5kmの河川敷公園では、毎年秋になると、100万本のコスモスが咲き誇ります。その姿はまさに圧巻。各地から多くの家族連れなどが訪れ、ピンクや白の美しいグラデーションに魅了されています。

北側に位置する猪熊コスモス園は、遠賀川の河口近くにあり、この河川敷に隣接する公園「みどりんばあーく」で毎年10月後半に行われるのが「コスモスマツリ」。水巻町1番の人気イベントで来場者は2万人を超えます。

南側の伊左座・立屋敷コスモス園で楽しめるのが、コスモスと大イチョウという水巻町のふたつのシンボルのコラボレーション。立屋敷の土手の上に姿をのぞかせる大イチョウの推定樹齢は1900年以上と言われ、日本武尊（日本武尊）と碓姫（碓姫）の伝説も有名です。

何より魅力的なのは、咲く場所によって少しずつ表情の違うコスモスたち。水巻町のコスモス園を歩けばいつまでも楽しい時間を過ごせることでしょう。

●問い合わせ

水巻町役場産業環境課環境係
☎093(201)4321

遠賀・中間1市4町合同企画「わがまち自慢」

遊びに来ちゃらん♪

遊びに来ちゃらん♪

三里松原とウミガメ シーズン…夏

岡垣町



岡 垣町の波津から芦屋町まで続く三里松原。紺碧の海と白い砂浜が織りなす風景は、「白砂青松百選」や「福岡県快適な環境スポット30選」に選ばれるほど。

また、町のキャッチフレーズに「海がめもかえる町」とあるように、三里松原に面する岡垣町の海岸は、ウミガメの産卵場所となっていてます。6月から7月にかけて産卵に訪れ、約60日後に一斉にふ化します。子ガメが我先にと海へ帰っていく姿は、本当に感動的です。

●問い合わせ

岡垣町役場住民環境課

☎093(282)1211

NAVI

【貸自転車】

- ところ 波津海水浴場休憩所
※平日は田原商店(休憩所横)にお電話ください。
☎093(282)6713
- 費用 ()は小学生以下の料金
▽3時間:300円(200円)
▽4時間:400円(200円)
▽4時間以上:500円(300円)
- 問い合わせ 貸自転車運営実行委員会
☎093(283)1961

また、三里松原のそばには波津海水浴場から芦屋町海浜公園まで続く自転車道が整備されています。貸自転車もあり、気軽に自転車を借りることができます。潮風の中、サイクリングを楽しみませんか。



中間市

やすらぎイルミ

11月中旬〜2月中旬

中 間市の冬の新名所、「やすらぎイルミ in なかま」。上蓮花寺一丁目のやすらぎ通りで、約13万球ものLED電球を使った光の旅が楽しめます。

まず、出迎えてくれるのは、まるでクリスマスツリーのような、高さ8mの光のオブジェ。ピンクや青など色とりどりの光のボールでデコレーションされています。ゆっくりと進んでいくと、かわいい光の「なかつば」たちが楽しく踊りながら歓迎してくれます。その左手にある小さな光の小屋は、子どもたちのお気に入りの場所。小さな窓から顔を出した姿はぜひ写真に収めた

まず、出迎えてくれるのは、まるでクリスマスツリーのような、高さ8mの光のオブジェ。ピンクや青など色とりどりの光のボールでデコレーションされています。ゆっくりと進んでいくと、かわいい光の「なかつば」たちが楽しく踊りながら歓迎してくれます。その左手にある小さな光の小屋は、子どもたちのお気に入りの場所。小さな窓から顔を出した姿はぜひ写真に収めた

い愛らしさです。次に、近づいてきたのは、長さ20mの大きな青い光のトンネルです。このトンネル入口の両端にあるボタンを2人で同時に押すと…。ぜひ皆さん試してください。トンネルを抜けるといよいよクライマックスです。直径8m、高さ6mの黄金の光のドームへ。
ゆっくりと光の散歩を楽しんだり、笑顔を写真に収めたり。心がきつと暖まります。
※イルミネーションの内容は変更になる場合があります。

●問い合わせ

中間市企画政策課

☎093(246)6234



2013.3.10.Mar.

Public News

くらしの情報

Public News

■遠賀町役場

☎ 093 (293) 1234
FAX 093 (293) 0806

■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

遠賀町ホームページ

<http://www.town.onga.lg.jp/>

健康・子育て

1歳6か月児健康診査

●とき 3月28日(木)

〔受付〕

前半…午後1時～1時10分
後半…午後1時40分～1時50分

●ところ 遠賀コミュニティセンター

●対象 平成23年7月1日から9月30日までに生まれた幼児

●内容 身体計測、小児科医・歯科医による診察、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談、歯科集団指導

●費用 無料

●持ってくるもの 母子健康手帳、健康診査票、アンケート、バスタオル、歯ブラシ

●問い合わせ 健康対策係

すくすく(乳児)ひろば

●とき 3月19日(火)

〔受付〕午前9時30分～10時30分

●ところ 遠賀町中央公民館

●対象 生後2か月から1歳未満の乳児

●内容 ベビーマッサージ、身体計測、保健師・助産師による育児相談

●費用 無料

●持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル

イベント

ポートレース芦屋フリーマーケット開催

●とき 3月17日(日)

午前10時～午後3時

●ところ ポートレース芦屋(芦

屋町大字芦屋)

●問い合わせ ポートレース芦屋企画宣伝係
☎ 093 (223) 0581

※出店の受付は終了しています。

ブルーインパルス 松島基地帰隊行事(展示飛行)

●とき 3月25日(月)

午前9時50分～11時10分

〔開門〕午前8時30分

●ところ 航空自衛隊芦屋基地(芦屋町大字芦屋)

●問い合わせ 航空自衛隊芦屋基地渉外室
☎ 093 (223) 0981

試験・募集

青年海外協力隊&シニア海外ボランティア募集

「体験談&説明会」を各地で行っています。詳しい内容は、ホ

ームページで確認するか、お問い合わせください。



●対象

▽青年海外協力隊 満20歳～39歳

▽シニア海外ボランティア 満40歳～69歳

※いずれも日本国籍を持つ人

●募集期間 4月1日(月)～5月13日(月)

●募集分野 計画・行政、農林水産エネルギーなど

●派遣国 アジア、アフリカ、中南米など66～70か国

●派遣期間 1年または2年

●問い合わせ

▽JICA九州 ☎ 093 (671) 8349

☎ 093 (671) 8349

✉ jicakcp-jpcvqc@jica.go.jp

URL <http://www.jica.go.jp>

▽JICAテスク北九州

☎ 093 (662) 0055

家を売りたい、査定を依頼したい・・・

～そんな時は、岡垣にて開業33年の吉田住建にご相談下さい (*^_^*)

当社では、岡垣・遠賀を中心に不動産売買に力を入れています。スタッフ全員が宅建主任者(国家資格)です! 安心してご相談下さい。

ご相談 査定 は 無料 です

二級建築士も2名在籍しております。建築に関するご相談もお気軽にどうぞ。



一般建築不動産 吉田住建
岡垣町海老津駅前12-8
☎ 283-2042

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。

安全なまちを作るため

春休み地域安全パトロール



子どもたちが事故や犯罪に巻き込まれることを未然に防止するためにパトロールを実施します。皆さんの協力をお待ちしております。

●とき

▽3月26日(火)午後7時30分～

▽4月4日(木)午後7時30分～

※各日1時間程度です。雨天の場合は中止です。

●集合場所

遠賀町役場 玄関前

●問い合わせ

社会教育係

●定員 18人

- 対象 遠賀町内に在住・在勤の18歳以上の人
- とき 4月16日から5月14日までの毎週火・金曜日(全8回) 午前10時～正午
- ところ 遠賀町中央公民館
- 内容 初めてパソコンを操作する人を対象に、ウインドウズの基本操作(キーボード・マウスの使い方)、文字入力、インターネットの活用法などを基礎から丁寧に学びます。経験者のおさらいにも最適です。

フード・インターネット基本講座(昼間)

4月から講座を開講します。

2013年度「韓国語講座」受講生募集

- 費用 2000円(テキスト代含む)
- 申込期限 4月1日(月)午後5時まで
- 今後の開催予定 6月・フード・インターネット基本講座(夜間) 7月・フード・インターネット中級講座(昼間)
- 申し込み・問い合わせ スポーツ文化係

※応募者多数の場合は抽選となります。

詳しい日程などは、お問い合わせください。

「入門クラス」

- 対象 韓国語がまったく分からない人
- とき 4月2日から毎週火曜日の午後7時～8時30分(月3回)

「初級クラス」

- 対象 韓国語を少し学んだことがある人
- とき 4月4日から毎週木曜日の午後7時～8時30分(月3回)

「中級クラス」

- 対象 韓国語がある程度読める人
- とき 4月3日から毎週水曜日の午後3時～4時30分(月3回)

【共通事項】

- ところ 遠賀韓国会館(永卷町頃末南)
- 定員 各クラス先着20人
- 費用 ▽年5000円(入会金) ▽月1500円(受講料)

※別にテキスト代が必要です。

●申し込み・問い合わせ

遠賀韓国会館
☎093(201)1823
※午前10時～午後3時

春休み犬のしつけ方教室

福岡県動物愛護推進員(家庭犬



しつけインストラクター)が犬の問題行動について、予防のためのしつけ方法と修正のヒントやケース毎の相談先について、講習とモデル犬の実技を通じて対処法などを説明します。

「受付」午後1時～

- とき 3月25日(月) 午後1時30分～4時
- ところ 福岡県宗像総合庁舎(宗像市東郷)
- 定員 先着30人
- 申込期限 3月21日(木)
- 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(36)6098

相談

出会い系サイト・アダルトサイトトラブル110番

出会い系サイト・アダルトサイトに関するトラブルに司法書士が電話で相談に応じます。

- とき 3月17日(日) 午前10時～午後4時
- 相談電話番号 ☎092(722)4131
- 問い合わせ 福岡県司法書士会消費者問題対策委員会 ☎092(761)3203

お家のリフォームは当社へご相談下さい!

- ・サッシ、ガラス取替
- ・アミド張替・戸車取替
- ・内窓(インプラス)
- ・風呂・流し・トイレリフォーム
- ・カーポート・フェンス門扉取付
- ・物置・バイク保管庫など



(有)江頭トーヨー住器

遠賀町別府 4141 番地
TEL: 293-1620

暮らしの中の様々な相談をお受けします。

行政書士 中小企業診断士 ファイナンシャルプランナー(AFP)

小川 浩三 事務所

遠賀町浅木382-4
☎093-293-5322

- 遺言書の作成
- 相続手続き
- 官公署許認可の取得
- 経営体質の改善
- 家計・各種保険の見直し

- 内容証明郵便の代理作成
- 任意後見手続き
- 契約書・示談書・公正証書の作成
- 経営上の諸問題
- ライフプラン作成、手持ち資産の活用

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。

DV(ドメスティック・バイオレンス)相談窓口

遠賀町と福岡県はDVの相談窓口を開設しています。DVとは、配偶者や恋人などから受ける、身体的な暴力や怒鳴る、脅す、電話や外出を制限するなど、暴力のことです。一人で悩まず、ご相談ください。

【配偶者暴力相談支援センター(遠賀)】

と き 午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く)

相談電話番号 093(201)2820

【女性相談所】

と き 午前9時～午後5時15分(土日・祝日を除く)

相談電話番号

全国高等学校総合体育大会ボート競技を楽しくする

レガッタの知識 その一



●全国高等学校総合体育大会のあゆみ

大会は、教育活動の一環として高校生が広くスポーツに親しみ、競技力の向上とスポーツ精神を高めるとともに、生徒間の交流を深め、心身ともに健やかに成長することを願い、昭和38年から全国高等学校総合体育大会(インターハイ)として開催されてきました。平成23年度からは、これまでの各都道府県の単独開催から全国を9ブロックに分けた広域開催になりました。平成25年度は北部九州ブロック4県(福岡・大分・長崎・佐賀)で開催され、福岡県では遠賀町のボート競技など計11種目が開催されます。

●インターハイ 競技種目と種目の表記

インターハイでは、シングルスカル、ダブルスカル、クォドルブルの3種目があります。種目名はクォドルブルであれば「4×+」のように、数字と記号で表記することがあります。数字は漕手(漕ぐ選手)の数を表し、「×」は漕手が両手にそれぞれ1本ずつオールを持って漕ぐ艇を意味し、「+」は舵手(漕がないで舵を取る選手)がいることを意味しています。

●競技方法

- ①競漕距離 1000m
- ②レーン 5レーン
- ③勝敗 ボートは陸上競技と同じように、決勝ラインを通過した順番に着順が決まります。

●問い合わせ 高校総体推進係

【配偶者からの暴力相談電話】

と き

▽平日…午後5時15分～午前0時

▽土日・祝日…午前9時～午前0時

●相談電話番号

092(716)0424

※すべて年末年始は除きます。

お知らせ・アラカルト

タクシー初乗り料金を補助

重度障害者が利用するタクシの初乗り料金を補助します。

●対象 遠賀町内に在住し、平成24年度の町民税非課税の

人で、次のいずれかに該当する在宅の重度障害者

▽身体障害者手帳の一、二級の交付を受けている

▽療育手帳「A」の交付を受けている

▽精神障害者保健福祉手帳の一、二級の交付を受けている

▽特定疾患医療受給者証を持っている

●内容

4月から平成26年3月末までの1年分として利用券24枚交付(人工透析を受けている人は72枚交付)

※利用券1枚につき、1回の初乗り料金を補助します。

●受付開始日 3月27日(水)

●持ってくるもの

▽印鑑

▽次のうちいずれか

・身体障害者手帳

・療育手帳

・精神障害者保健福祉手帳

・特定疾患医療受給者証

※有効期限を過ぎた利用券は、返却してください。

●申し込み・問い合わせ 福祉係

カーボン製のナックル艇を

購入しました



スポーツ振興くじ(Toto)助成金を活用して、ナックル艇を5艇購入しました。カーボン製なので、今までの木製に比べ軽量で使いやすくなりました。おんがレガッタを始めとする漕艇事業で、多くの皆さんに利用してもらい、漕艇がより身近なスポーツとなることを期待しています。

スポーツ振興くじ(Toto)助成金とは、販売による資金をもとに、地方公共団体などが行うスポーツ振興を目的とする事業に対して助成を行うものです。

●問い合わせ スポーツ文化係

火災・救急件数

遠賀郡消防本部

平成24年1月分

火災	遠賀町	2件
	郡内	4件
救急出動	遠賀町	84件
	郡内	487件

火災案内

0180(999)998

結婚物語

初婚・再婚・中高年 医師・歯科医師・他

知性の香り 良縁への最短距離・

◎縁とは不思議なものです・ね

ご縁をつなぐ!

地域密着型

遠賀郡を中心に 古賀市・宗像市 飯塚市・宮崎 八幡市・若松 他

福岡・北九州 山口・佐賀 東京・大阪 全国



bridal salon

モア 093-291-3211 遠賀郡遠賀町本2-6-1

おんがゆめタウン前 水曜日定休 予約制

お仲間業として、福岡県下で最も実績を重ね、結婚をお考えの町民の方々に、良きご相談役としてきつとお役にたてるものと思います。どうぞお気軽にお立ち寄り下さいませ。 ■西日本唯一の内容のある会を目指して。

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。

国保を

見つけて

National Health Insurance

『後期高齢者支援金・介護納付金について』

以前紹介した医療費の増加以外で国保特別会計赤字の要因として「後期高齢者支援金」と「介護納付金」の増加があります。今回は、後期高齢者支援金と介護納付金についてお知らせをします。

《後期高齢者支援金》

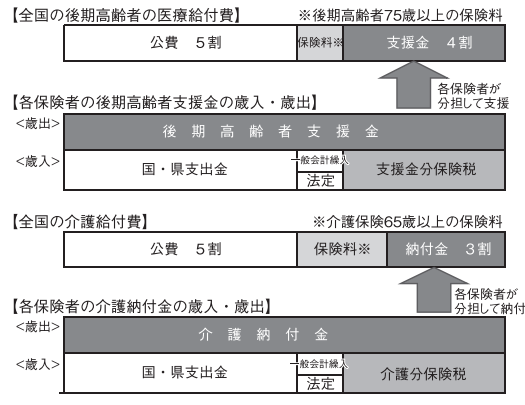
後期高齢者支援金とは、後期高齢者医療制度を支えるために被保険者などが負担する費用のことです。

後期高齢者医療に必要な費用は、被保険者が納める約10%の保険料を除けば、国、県、市町村の公費負担が50%、社会保険や国保などの被保険者が後期高齢者支援金として約40%を負担しています。

《介護納付金》

介護納付金とは、40～64歳までの人が介護保険制度を支えるために負担する費用のことです。

《保険税算定の概観》



左の図は保険税算定の概観

とです。

介護サービスに必要な費用は、第1号被保険者（65歳以上）が支払う21%と第2号被保険者（40～64歳まで）が支払う29%の保険税を除けば、国、県、市町村の公費負担が50%を負担しています。このうちの第2号被保険者は、加入している社会保険や国保などの健康保険を通じて負担することとされています。

を表したものです。本町の国保では歳出である「後期高齢者支援金」と「介護納付金」に見合った、歳入（支援金分保険税）と「介護分保険税」を確保することができておらず、毎年赤字となっています。平成23年度では、後期高齢者支援金では約4784万円の赤字、介護納付金で約1854万円の赤字でした。この不足分は、一般会計からの繰入れにより運営されていますが、毎年、制度で認められた法定の金額よりも多額の金額を繰り入れています。後期高齢者医療と介護保険の給付費の伸びにより、国保が負担しなければならぬ額が増加する一方、国保税率を据え置いたままでは大変厳しい状況です。

このことから、1年に一度の特定健診を受けるなど、心と体の健康を保ち、介護保険に頼らず、高齢者になって元気で生活できるように住民一人ひとりが考えなければなりません。

今回のテーマ 『国保優良健康 家庭表彰』

●問い合わせ 国保年金係

進めています 特別支援教育 No.24 遠賀南中学校における特別支援教育の取り組みについて

今年度、特別支援学級を開設し、次のような取り組みをすすめています。

学校全体では「障害者に対する差別や偏見を取り除く心のバリアフリー」を育む教育、障害のある生徒には「社会で自立できる自信と力」を育む教育を推進しています。

特別支援学級では、本人や保護者の「思いや願い」を大切に、二一ズにに応じた特別な教育課程を編成しています。具体的には、学習した基礎的な知識やスキルを、実際の体験を通して確かな「生きる力」につなげたり、よりよい進路の実現に向けて、中学校の教育課程以外に、調理や買い物、交通機関の利用の仕方など生活に必要な内容の学習や、働く喜びや達成感を学ぶ作業学習などを行っています。

また、友達とのよりよい関係を築く場、集団生活のスキルやマナーを学ぶ場などとして、通常学級との交流も積極的に行っています。このような取り組みを通して「自分を好き」になり「自分を大切」にし、主体的に活動に取り組むことができる生徒の育成をめざしています。

●問い合わせ 学校教育係

英会話

☆こどもから4月生申込受付中☆

ベビー・キッズから大人ベテランまで！
使える英語を知的に楽しく学べる英会話教室。

●JR遠賀川駅ロータリー内●
英会話マーフィスクール
☎ 093-293-3934
www.murphyschool.com



有料広告欄

生命保険の見直し 無料相談のお知らせ

「節約のため保険を見直したい」「今の保険で大丈夫？」という方は、全国161店舗、年間2万5,000世帯が相談を体験している保険クリニックへ。

独自の見直し診断は、複数社の保険を一度に比較でき、中立的な立場から相談を受けられると好評をいただいております。家計の見直しにも最適です。

事前に予約をされると、150円の来店相談料が無料になります。まずは電話で予約を。

●問い合わせ
保険クリニック八幡店
北九州市八幡西区下上津役1-19-5
▼時間 9時～18時 駐車場完備
☎ 0120-015-929

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

いつでも 誰でも

起こりうる

認知症を 正しく理解しよう

単なるもの忘れ？

年相応のもの忘れと、認知症のもの忘れは、次のような違いがあります。

【加齢の場合】

▽目の前の人の名前が思い出せない

▽ものの置き場所を思い出せないことがある

▽何を食べたか思い出せない

【認知症の場合】

▽目の前の人がだれか分からない

▽置き忘れ・紛失がひんばんにある

▽食べたこと自体を忘れている

大切なのは、日々の予防と 早期診断・早期治療

認知症の原因となる病気には、早期に治療をすれば治せるものや進行を遅らせることができるものがあります。

認知症は、だれにでもおこりうる脳の病気によるものです。85歳以上では4人に1人にその症状があるとされており、今後、認知症高齢者数は増加することが予想されています。もし自分や身近な人が認知症になってしまったら…。この病気を正しく理解し、本人や家族にとって何が必要なのか、どのようなサポートができるのかを考えてみませんか。

「やってみよう 認知症チェック！」

- | | | | |
|----|----------------------|-------|---|
| 1 | 同じ話を無意識に繰り返す | _____ | 点 |
| 2 | 知っている人の名前が思い出せない | _____ | 点 |
| 3 | ものしまい場所を忘れる | _____ | 点 |
| 4 | 漢字を忘れる | _____ | 点 |
| 5 | いま、しようとしていることを忘れる | _____ | 点 |
| 6 | 器具の説明書を読むのを面倒がる | _____ | 点 |
| 7 | 理由もないのに気がふさぐ | _____ | 点 |
| 8 | 身だしなみに無関心である | _____ | 点 |
| 9 | 外出をおっくうがる | _____ | 点 |
| 10 | ものが見当たらないことを他人のせいにする | _____ | 点 |

採点方法

ほとんどない…0点
ときどきある…1点
ひんばんにある…2点

【合計点数】

0～8点 ……正常
9～13点 ……要注意
14～20点 ……要受診

接し方で変わる 認知症の症状

記憶障害や時間・季節の感覚が薄れる見当識障害などの症状は治療が困難ですが、本人本来の性格や心の状態、環境が絡み合って起こる興奮・徘徊・うつ状態・妄想などの「行動・心理症状」は、まわりの人の接し方で症状を和らげ、表れないようにすることができま

◆認知症の人への対応の心得

- ▽驚かささない
- ▽急がせない
- ▽自尊心を傷つけない

安心して暮らせる まちを目指して

多くの人が認知症について正しい知識を持ち、認知症の人に対する理解や対応ができる地域づくりをめざして「認知症サポーター養成講座」を開催しています。「認知症サポーター養成講座」の開催を希望される団体・会社はお問い合わせください。

●問い合わせ 遠賀町地域包括支援センター(福祉課内)

認知症を引き起こす 主な3つの原因

【アルツハイマー病】

脳の神経組織にタンパク質のごみがたまって細胞が破壊され、その結果、脳が萎縮する病気です。萎縮の程度によって認知症のさまざまな症状が現れます。

【レビー小体型認知症】

異常なタンパク質が脳の神経細胞内にたまる病気です。

【脳血管性認知症】

脳の血管が詰ったり、壊れたりして血液が途絶え、脳細胞が死んだり、働きが悪くなることにより起こる認知症です。

TDK株式会社製加湿器 の使用中止とリコール (製品回収)について

2月8日に長崎市のグループホームで発生した火災で、TDK株式会社は、同社製の加湿器(KS-1500H)が火元であった可能性が高いと発表しました。この加湿器を含む4機種がリコールの対象で、まだ多数の未回収品が残っています。対象機種を持つている人は、すぐに使用をやめ、TDK株式会社にリコールの申し出をしてください。

●リコールの対象機種

TDK株式会社製加湿器



機種名は、本体全面のTDKマークの右側および裏面のラベルに表示してあります。

●リコールの申し出先

TDK株式会社加湿器お客様係
☎0120(604)777

※午前9時～午後7時
URL <http://tdk.co.jp>

●問い合わせ 消費生活相談窓口(まちづくり課内)

ホット
まちのHOTな話題をお届けします

町と心をきれいに

1月27日 遠賀町地区公民館長会清掃活動



今年度3回目となる清掃活動を行いました。

寒いなか朝から各地区の公民館長が集まり、清掃場所の確認を行いそれぞれ担当する場所に向かっていきました。今回集めたごみはカンやペットボトルなどは前回よりも少なかったそうです。参加した館長は「町並みクリーン作戦や各地区の清掃活動などにより、町全体の環境美化意識が高まっていると感じられる」と話してくれました。また、「今後もこの活動を続けていき、遠賀町内の美化活動の推進していきたい」と意気込みを語ってくれました。

悠久の流れを

1月19日 遠賀川流域宣言の日一斉清掃



毎年1月22日は「遠賀川流域宣言の日」です。これに先立ち、遠賀川河川敷の清掃活動が行われました。これは、遠賀川流域の7市12町と関係機関が協力して行ったもので、遠賀川の景観と印象の改善や水質改善意識の浸透などが目的です。

この日は遠賀町側の河川敷およそ2kmに渡って清掃。想像以上のごみの多さに参加者は驚きながらも、黙々とごみを拾っていました。集まったごみの量は、45ℓごみ袋でおよそ70袋にもなりました。

美しい遠賀川を後世に残していきましょう。

将来のエースパイロットへ

1月29日 浅木小学校 ブルーインパルスパイロット・整備士訪問



航空自衛隊松島基地に所属するブルーインパルスのパイロット4人とブルーインパルスの整備士2人が浅木小学校を訪問し、児童と交流しました。これは浅木小学校で行われているキャリア教育の一環として、主に5、6年生を対象に行われたものです。

最初は照れていた児童も、気さくに質問に答えてくれる隊員に、次々と質問をしました。なかには仕事とは関係のない質問もありましたが、隊員は笑いを交えながら、全ての質問に真剣に答えていました。交流会後、サインをもら

おうと待っている児童の姿も見られました。

子どもたち憧れのパイロット。この中から、将来そんなパイロットが生まれるかもしれませんね。



健康のカギは自律神経！
ゆっくりとした時間を取り入れてみませんか

私たちの生命活動を維持しているのは、無意識に働く自律神経系（以下「自律神経」）で、この自律神経のバランスがくずれると全身に悪影響をおよぼします。そして、自律神経の中で、緊張や興奮時に働くのが交感神経、リラックスしているときに働くのが副交感神経です。この副交感神経の働きの低下が自律神経のバランスをくずす原因で、男性では30歳くらい、女性では40歳くらいから低下すると言われています。

【自律神経のバランスが

良いとこんなメリットが]

- ▽疲れにくくなる
- ▽免疫力が上がる
- ▽眠りが良質になる
- ▽お通じが良くなる
- ▽冷え性が改善する

【副交感神経の働きを

よくするには]

◆ゆっくりとした動きをしてみま

しゅじゅ

ゆっくり歩く、ゆっくり朝を過ごす、ゆっくりできる「余裕の時間」を持つなど、ゆっくりとした動きは自然に呼吸を深くします。呼吸が深くなると血流もよくなり、からだ全体に質のよい血液が流れます。気持ちにも余裕が出てきます。

◆生活習慣のポイント

睡眠…睡眠不足は自律神経のバラ

ンスをくずす最大の敵です。忙しいときでも睡眠を大切にしましょう。寝る前の1時間は暗めの光の中でゆったりと過ごししょう。また、寝酒は交感神経を刺激し、眠りを浅くします。睡眠をアルコーンに頼らないようにしましょう。

笑顔…笑顔はその真似をするだけでも免疫力がアップするなど心に効果があります。鏡に向かってたときなどに口角を上げて笑ってみましょう。

深呼吸…深呼吸により副交感神経の働きはアップします。力を抜いてリラックスした状態で、おなかを膨らませるつもりで3〜4秒かけて鼻から吸って、口をすぼめて口から6〜8秒かけてゆっくり吐きます。

運動…夕食後30分〜1時間のウォーキングが心地よい眠りを誘います。

入浴…39度〜40度のぬるめのお湯にゆっくり浸かると質の良い睡眠につながります。一日の疲れを取ってリラックスしましょう。

これ以外にも、自分なりのリラククス方法やゆっくりできる時間を保ち、からだの抵抗力を高めましょう。

環 境 衛 生 だ よ り

犬・猫に対する苦情について

最近、犬や猫に関する苦情が増えています。その多くは、放し飼いや鳴き声、フンの放置などです。飼いの皆さん、もう一度犬や猫を飼うときのルールを確認しましょう。

【犬の飼育5つのルール】

◆登録をし、鑑札を付ける

犬は飼い始めたら、登録をして、鑑札をつけることが、法律で定められています。また、鑑札をつけることで、行方不明などで保護された場合に、早く所有者に返すことができます。

◆注射をする

1年に1回、狂犬病予防の注射をし、注射済票をつけることも法律で定められています。狂犬病は発症すると100%死に至る恐ろしい病気です。

◆近所に迷惑をかけない

番犬としてほえることは必要なことですが、過剰になると騒音になります。また、飼育場所は清潔に保ち、悪臭やハエの発生などを予防しましょう。

◆つなぐ

ひもにつないで散歩をさせましょう。「小型犬だから」「おとなしいから」というのは、飼いの主側の考えです。犬を好きでない人、苦手な人も多くいます。また「人対犬」だけではなく、「犬

対犬」の問題もあります。犬同士のけんかになり、巻き添えで人がけがをすることもあります。

◆フンの後始末をする

犬がフンをしたら、袋に入れて必ず持ち帰ってください。そのままにしておくのは、法律違反です。また、水も持ち歩き、道路などでおしっこをしたら軽く流してください。

【猫の飼育のルール】

◆屋外に出さない

猫は外で飼育するのが当然と思う人もいますが、環境省のガイドラインによると、室内で立体的に動ければ、心身ともに健康に過ごすことができる、と言われています。

いくらしつけをしても、外に出した猫を完全に監視することはできません。室内飼育することで、無駄な繁殖、近隣の迷惑、車両との事故なども無くなります。

当然のことですが、犬や猫は人間と同じく、ご飯を食へ、フンをし、しゃべり（ほえ・鳴き）ます。しかし、人間と違うのは、それを自分で抑えられないところ。ですから、飼いがしっかりとして対処してあげることが必要です。



図書館だより

●ホームページ

http://www.library.onga.fukuoka.jp

利用カードの登録について

- 対象 遠賀町内に在住・在勤・在学の人(年齢は問いません)
※そのほかの人も利用できる場合がありますので、詳しい内容はお問い合わせください。
- 費用 無料
- 持ってくるもの 運転免許証、健康保険証など名前と現住所が確認できるもの

イベント情報 (すべて無料)

4月23日は「子ども読書の日」

子ども読書まつり

スタンプラリーや楽しいイベントを行います。

- スタンプラリー 3月16日(土)～5月5日(日)
 - お話かるた ～楽しい本をかるたで紹介～
3月16日(土)～4月7日(日)
 - しかけえほん展 4月20日(土)～5月5日(日)
- ### おはなし会のお知らせ(幼児～小学校低学年むけ)
- とき 毎週土曜日 午後2時30分～3時
 - ところ おはなしの部屋
- ※絵本の読み聞かせや手あそびなどを行います。

おはなし会0・1・2(赤ちゃんむけ)

- とき 毎月第3水曜日 午前11時～11時30分
 - ところ 木ZZランド
- ※赤ちゃん絵本の読み聞かせやわらべうた、手あそびなどを赤ちゃんと一緒に楽しみましょう
- ※0歳から2歳までの乳幼児と保護者が対象です。

人気本ベスト5

- | | | |
|----|-------------|----------|
| 1位 | 虚像の道化師 | 東野 圭吾 著 |
| 2位 | ソロモンの偽証 第1部 | 宮部 みゆき 著 |
| 3位 | 64 | 横山 秀夫 著 |
| 〃 | ソロモンの偽証 第2部 | 宮部 みゆき 著 |
| 〃 | 木槿ノ賦 | 佐伯 泰英 著 |

遠賀青葉句会抄

朝の日に川面光りて寒の明け
岸原 清行選

カーテンを開ければ雪の明りかな
室井 公子

田園のレンガ隧道草青む
花田 京次

上谷恵美子

遠賀俳友句会抄

大寒や絵馬の願ひ字風に鳴る
池田 幸利選

寒鴉一声吐きし田畦かな
芦賀 恵子

竹林に響くものなし寒しまる
服部美保子

高瀬 芳子

おなが短歌会詠草

この服に合うアクセサリー見つけんと
奥 陸美選

店先のぞけど中まで入れず
上野 淑子

垣根ごしの友との会話聞きとれず
声高になる二人の媼

日曜をソファァーにテレビ見る息子
上通ヨシノ

髻の辺りに白髪の日立つ
高崎 佳子

短歌俳句

新着本案内

一般書



『こちら弁天通りラッキーロード商店街』
五十嵐 貴久 著

借金から逃れるため、全てを捨てた主人公が、ある町で寺の住職と間違えられる。読めば希望が湧いてくる痛快な小説。



『たったひとり』
乾 ルカ 著

廃墟探索サークルの5人を襲うタイムループ。あの時、たったひとりで死んだのは誰だったのか!? 新感覚ホラー小説。



『私の東京地図』
小林 信彦 著

いつもどこかを開発している東京では、昔の姿は映像や写真の中にしかない。今と昔を綴ったエッセイ集。



『いつまでもショパン』
中山 七里 著

コンクールの会場で殺人事件が発生。出場するために居合わせた岬洋介が、鋭い洞察力で犯人を見つける推理小説。

児童書



『おひなさまのいえ』
ねぎし れいこ 作/吉田 朋子 絵

売れ残ってしまったおひなさまたちは、自分たちの住む家を探すことに。元気なおひなさまたちの絵本。



『わっ』
井上 洋介 絵・文

おじいさんが歩いていると、街には、びっくりがいっぱい。おじいさんとお散歩に出発する楽しい絵本。

公共・地域下水道(団地下水道)、農業集落排水区域の皆さん

平成25年4月検針分から 下水道使用料が変わります。

下水道事業の経営健全化のため、公共下水道、農業集落排水および地域下水道(団地下水道)の下水道使用料が4月検針分(5月納付分)より新料金となります。下水道事業の運営には多額の費用がかかりますが、これまでの料金では、まかなうべき費用を十分にまかなうことができていません。また、その財源を確保するための一般会計からの繰入金は今後さらに増加し、町の財政に深刻な影響を与えるおそれがあります。そのため、長期的に安定した住民サービスを実現するために、今回、下水道使用料の改定を行いました。皆様のご理解とご協力をお願いします。

※上水道料金は変わりません。

新料金計算式

(基本料金+超過料金) × 1.05	
基本料金(10㎡まで)	1,350円
超過料金(1㎡につき)	175円

計算例(1か月分)

使用水量が10㎡以下の場合	1,350円 × 1.05 = 1,417円
使用水量が20㎡の場合	{1,350円 + (175円 × 10㎡)} × 1.05 = 3,255円

詳細につきましては、広報おんが1月25日号また遠賀町ホームページをご覧ください。

●問い合わせ 下水道管理係



平成22年
3月
9日生

本田
智己
ちゃん
(古賀)

トモ君3歳のお誕生日おめでとう！春からお兄ちゃんと幼稚園だね。お友達をたくさんつくってね★



平成24年
2月
22日生

占部
恵明
ちゃん
(未守)

1歳のお誕生日おめでとう。いつも明るい笑顔がありがとう。大好きなお兄ちゃんと仲良く、元気に成長してね。



平成23年
3月
11日生

斉藤
憧歩
ちゃん
(上別府)

★2歳のお誕生日おめでとう★
★ワンパクで元気な憧歩君がみんな大好きです♥優しいお兄ちゃんになってね!!



平成23年
3月
11日生

木本
蒼太
ちゃん
(遠賀川)

2歳のお誕生日おめでとう★
病気がないで元気に大きく育ってね！頑張れ蒼太！



このコーナーでは、誕生日を迎える3歳までのお子さんの写真を募集しています。掲載を希望する人は、広報発行日の1か月前までに、まちづくり課(広報担当)にご連絡ください。



平成23年
3月
15日生

夏村
結愛
ちゃん
(鬼津)

♥結愛お誕生日おめでとう♥
毎日ニコニコ皆から愛されるゆあ★これからも元氣一杯育ってね♪♥ゆあ大好き♥

JRダイヤ改正による コミュニティバスへの影響

3月16日に、JRのダイヤが改正されますが、それによる遠賀町コミュニティバスの時刻表の変更はありません。なお、おんがコミバスナビ(VOL.1 H 24・4・1)に掲載しているJRの時刻表は改正前のものですので、JRに乗り換えする場合は、JRの発着時刻をご確認ください。また、4月以降に他の公共交通機関情報を更新した、おんがコミバスナビ(VOL.2 H 25・4・1)をバス車内に搭載します。

●問い合わせ

▽JRのダイヤの改正について

☎093(293)0017

▽コミュニティバスについて

都市計画係

芦屋町タウンバス・西鉄バス ダイヤ改正について

芦屋町タウンバスと西鉄バスのダイヤが改正されます。詳しい内容は、お問い合わせください。

●とき 4月1日(月)

●問い合わせ

▽芦屋町タウンバスについて

☎093(223)0881

▽西鉄バスについて

☎0570(0)1010

明るいくらしのために！ 消費生活の 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。



Q. 遠くに住む息子宛に、9年前利用した出会い系サイトの請求が特定通知郵便で届いた。「現金書留で送れ、支払わなければ自宅に来ると書いてある。恐いので、支払うつもりだが。」

A. 架空請求が考えられます。また、時効の可能性もあります。自分で判断しないで、息子さんに相談しましょう。利用した覚えがなければ、支払わず放置しても構いません。連絡をとるので、避けてください。根拠のない悪質な取り立てがあれば、警察に届けましょう。

●相談・問い合わせ 消費生活相談窓口(まちづくり課内)

午前9時〜午後4時30分(土日・祝日を除く)

☎093(293)1234