

まちの元気と笑顔を発信

# おんが

ONGA TOWN Public Relations

広報

2012  
2.10  
No.1004



もつと、  
高く、高く、  
舞い上がれ。

## たこあげ大会に集まれ!

「第9回ふるさと遠賀たこあげ大会」の参加者を募集します。たこを持っている人ならだれでも参加できます。入賞者には、すてきな賞品を用意しています。

●とき 3月18日(日)午前9時30分～

●ところ 遠賀総合運動公園みどりの広場

※雨天の場合は、遠賀コミュニティーセンターホールで手作りだこの審査会などを行います。

●費用 無料

※カレーライス(無料)を準備しています。

●申し込み・問い合わせ

遠賀町青少年育成町民会議(遠賀町教育委員会内)

☎093(293)1234

# いつまでも安心して医療が受けられるよう、 医療費の節約にご協力ください

国民健康保険(国保)は、加入者の皆さんがお金を出し合い、病気・けがをしたときに、医療費の個人負担を減らし、安心して医療機関を受診できるようにするための相互扶助制度です。

国保に加入している人は、医療費のうち3割を窓口で支払い、残りの7割を町が医療機関に支払います。しかし、町が支払う医療費は年々増え続け、財政的に厳しくなっています。

## 国保の財政状況

町が負担する保険給付費(医療費など)、後期高齢者医療への支援金、介護保険への納付金は年々増加しており、国民健康保険特別会計(国保会計)は非常に厳しい運営が続いています。平成22年度の決算はおよそ3000万円の赤字でした。また、国保会計の貯金である基金積立金は、およそ390万円とすでに

底を突いている状況です。これは、収入よりも支出が多いため、基金積立金を取り崩して不足分を補ってきたからです。

## 医療費総額が年々増加

国保の財政を支えているのは、加入している人が納める国保税と、国や県などの補助金・交付金、町の一般会計からの繰入金などです。国保税は収入の中でも重要な財源ですが、全体に占める割合は、およそ2割に なっています。一方の支出は、そのほとんどが医療機関に支払う医療費です。医療費は年々増加し、患者負担を含めた総医療費が、平成22年度は18億5100万円に上りました。また、1人当たりの年間医療費は、33万7190円です。これは高齢化や医療技術の高度化による医療費の高額化、生活習慣病の増加などが原因と考えられます。



## ■効き目は同じで財布にも優しい ジェネリック医薬品を利用しませんか

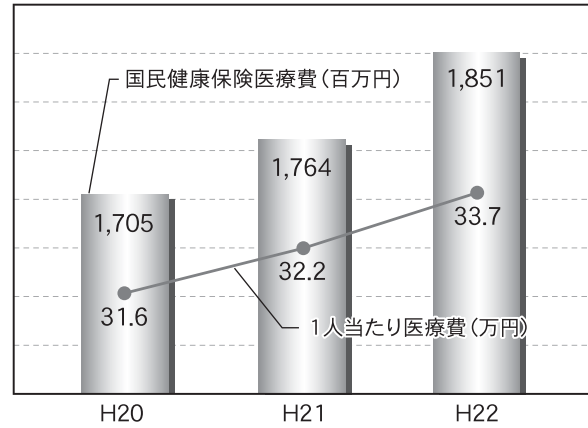


ジェネリック医薬品とは、最初に作られた新薬の特許が切れた後に開発・販売される薬のことです。成分や効果は新薬と同じですが、新薬に比べて開発経費が抑えられるため、価格が安くなります。日ごろの薬をジェネリック医薬品に変えることができれば、家計への負担も軽くなります。

平成23年11月から、町では処方された薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合、薬代の自己負担の減額が見込まれる人へ、お知らせを始めました。かかりつけ医やかかりつけ薬局に相談して利用しましょう。

### ■ジェネリック医薬品希望カード

医師や薬剤師にジェネリック医薬品への変更を伝えにくい場合は、「ジェネリック医薬品希望カード」を健康保険証と一緒に窓口に出しましょう。このカード(下の写真)は、平成22年3月に送付した国民健康保険証に同封したものです。町としてジェネリック医薬品の普及に取り組んでいくため、3月に平成24年度の保険証と一緒に、新しいカードを送付する予定です。



医療費の総額と1人当たり医療費の比較

## 医療費の増加は加入者の負担増につながる

医療費が増えると、国保の財政が厳しくなり、加入者の負担増につながります。これまで町では、平成20年度に国民健康保険の税率を見直しましたが、それ以降は医療費が増えても、加入者の負担を増やさないようやりくりをしてきました。しかし、このまま医療費の増加が続けば、国保の健全な運営のため、保険税の引き上げを検討せざるを得ません。

## 日ごろの健康管理で医療費の節約にご協力を

加入者の負担を増やさないためには、医療費を減らす必要が

あります。しかしそれは、加入者に医療機関への受診を我慢してもらったものではありません。むしろ症状が軽いうちに受診することで治療が長引かず、結果的に医療費が安く抑えられることとなります。大切なことは、日ごろの健康管理と、病気の早期発見・早期治療です。次のことを参考に、健康づくりを進めましょう。

### ■年に一度は健康チェックをしましょう

平成20年度から町では、40歳以上の国保加入者を対象に特定健康診査や特定保健指導を実施し、生活習慣病の早期発見や生活習慣の改善支援を行っています。自覚症状がなくても思わぬ病気が見つかるかも知れません。積極的に受診・利用して、健康

づくり役に役立ててください。  
■かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

医療機関への受診の仕方によっては、医療費が高額になる場合があります。例えば、同じ病気で何度も別の医療機関を受診すると初診料が重複したり、緊急時以外で時間外・休日に受診すると診察料が割り増しになったりします。日ごろから適切な受診を心がけましょう。

また、かかりつけ医やかかりつけ薬局を持ち、医師や薬剤師と相談しながら薬の用法や用量を正しく理解して使いましょう。

今後も国民健康保険制度を健全に安定して運営できるように、加入者の皆様のご理解とご協力をお願いします。



3つの計画を実施するために

# あなたの意見を聞かせてください

遠賀町では、次の3つの計画に住民の皆さんの意見を反映させるため、パブリックコメントを実施します。パブリックコメントとは、公的な機関が計画などを策定する前に、住民の皆さん(パブリック)から意見・情報など(コメント)を広く募集し、その結果を計画などに反映させることで、よりよい計画づくりを目指すものです。計画は遠賀町ホームページや役場窓口で閲覧できます。



## ①遠賀町生涯学習まちづくり基本構想・基本計画

平成16年3月に「遠賀町の生涯学習のまちづくり基本構想・基本計画」を策定し、生涯学習の推進に取り組んできました。計画策定から7年が経過し、生涯学習を取り巻く環境が大きく変わってきているところから、現行計画の実施状況や社会状況を踏まえ、今後10年間の目指すべき生涯学習の基本的な考え方や施策の方向性を示す「遠賀町生涯学習まちづくり基本構想・基本計画」を新たに策定するものです。



## ②遠賀町高齢者保健福祉計画

高齢化の進展により、高齢者の介護や医療などに関する問題が深刻化しています。高齢者に対する高齢者福祉サービスや介護保険事業の今後の施策について、3年を1期とした計画を策定しています。今回は、平成24年度から平成26年度までを計画期間とする「遠賀町高齢者保健福祉計画」を策定するものです。



## ③遠賀町障害福祉計画

障害者の自立と社会参加に取り組むためのさまざまなサービスが提供されています。必要なサービスが地域において行き届くために、障害福祉サービスの今後の施策について、3年を1期とした計画を策定しています。今回は、平成24年度から平成26年度までを計画期間とする「遠賀町障害福祉計画」を策定するものです。

●対象 次のいずれかに該当する人  
▽遠賀町内に在任・在勤・在学の人  
▽パブリックコメントに係る事案に利害関係を有すると町が認める人

●閲覧場所

▽①住民課窓口

▽②③いずれも福祉課窓口

※遠賀町ホームページでも閲覧できます。<http://www.town.ongak.jp>

ig.jp)

●閲覧時間 午前8時30分～午後5時15分(土日、祝日を除く)

●提出期限 2月29日(水)

●提出方法 住所・氏名・電話番号と意見を書いて郵便やFAX、メールで提出してください

※電話での意見の受け付けはできません。また、意見書の様式は各課窓口または遠賀町ホームページにあります。任意の様式でも構いません。

●提出・問い合わせ

〒811-4392

福岡県遠賀郡遠賀町大字今古賀5  
13番地

▽①住民課 協働・人権推進係

▽②③福祉課 高齢・障害者係

・ ☎ 093(293)1234

・ FAX 093(293)0806

・ メール

① [jyumin@town.ongak.jp](mailto:jyumin@town.ongak.jp)

②③ [fukushi@town.ongak.jp](mailto:fukushi@town.ongak.jp)



# 税の申告が始まります

遠賀町では、次の日程で町県民税・国民健康保険税・所得税の確定申告の相談・受付を行います。

●とき 2月16日(木)～3月15日(木)

「受付」午前9時～11時30分、午後1時～4時

●ところ 遠賀町役場2階大会議室

※駐車場は庁舎北側(図書館南側)をご利用ください。



## 町県民税・国民健康保険税の申告

申告が必要な人

■平成24年1月1日現在、遠賀町内に在住で、次のいずれか

に該当する人

①個人で事業を営んでいる人

②アルバイトや臨時雇用、平成23年中に退職したなどで、年末調整が済んでいない人

23年中に収入がない場合や、税金の対象にならない「遺

③給与所得者で、平成23年中に給与以外の所得として家賃収入や配当などがある人(所得が20万円以下の人を含む)

④年金収入があり、扶養控除や社会保険料控除などを受ける人

⑤個人年金や生命保険の満期保険金などを受け取った人

※国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険の加入者は、平成23年中に収入がない場合や、税金の対象にならない「遺

⑥個人年金や生命保険の満期保険金などを受け取った人

※国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険の加入者は、平成23年中に収入がない場合や、税金の対象にならない「遺

⑦個人年金や生命保険の満期保険金などを受け取った人

日程は地区で区分しています		
とき	対象者・対象地区	
2月	16日	木 指定日に来ることができない島門小学校区の人
	17日	金 指定日に来ることができない広渡小学校区の人
	20日	月 指定日に来ることができない浅木小学校区の人
	21日	火 上別府
	22日	水 松の本(名字がア行からタ行までの人)
	23日	木 松の本(名字がナ行以降の人)
	24日	金 田園北、旧停
	27日	月 別府(名字がア行からハ行までの人)
	28日	火 別府(名字がマ行以降の人)
3月	29日	水 遠賀川 譲渡所得者
	1日	木 芙蓉、道官 自営業者
	2日	金 田園南 自営業者
	5日	月 木守 自営業者
	6日	火 尾崎、島津 自営業者
	7日	水 虫生津、緑ヶ丘、若葉台
	8日	木 浅木、老良、千代丸
	9日	金 新町、今古賀
	12日	月 東和苑
	13日	火 広渡、中央
	14日	水 若松、鬼津
	15日	木 指定日に来ることができなかった人

次に該当する人は、申告日に注意してください。  
 ▽譲渡所得(株、土地・建物などの譲渡所得がある人)  
 2月29日(水)の1日のみ  
 ▽自営業者(不動産所得や自営業などの収支申告者)  
 3月1日(木)・2日(金)・5日(月)・6日(火)の4日間  
 ※農業所得がある人は、対象地区の日に申告してください。

族年金「障害年金」などの収入のみの場合でも申告が必要です。申告していない人は、減額世帯の対象にならない場合がありますので、必ず申告手続きをしてください。

## 所得税の申告

申告が必要な人

■平成23年中に事業所得、不動産所得、譲渡所得などがあり、所得金額の合計額が、所得控除の合計額を超える人

※税務署から申告書などが郵送された人は、必ずその申告書を持って来てください。

■給与所得者で、次のいずれかに該当する人

①給与の年収が2000万円を超える人

②2か所以上から給与の支払いを受けている人

③給与所得や退職所得以外の所得(年金など)が20万円を超える人

●問い合わせ

▽町県民税・国民健康保険税に関すること

税務課  
 ☎093(293)1234

▽所得税に関すること  
 若松税務署(自動音声案内)  
 ☎093(761)2536

▽国民年金保険料に関すること  
 八幡年金事務所  
 ☎093(631)7966

## 今回の主な税制改正

①年金所得者の申告手続きの簡素化

公的年金などの収入金額の合計額が400万円以下で、そのほかの所得が20万円以下の場合、所得税の確定申告をする必要がなくなりました。

ただし、所得税の還付を受けるための確定申告書の提出は今までどおりです。

なお、所得税の確定申告が必要ない場合でも、扶養控除・社会保険料控除・生命保険料控除・医療費控除などの控除を受けるには町県民税の申告が必要です。申告がない場合、各種の控除が適用されないため町県民税の税額が高くなる場合がありますので注意してください。

※すでに所得税の確定申告(還付申告)をした人は、改めて町県民税(国民健康保険税)の申告をする必要はありません。

②年少扶養控除などの廃止  
 0歳から15歳までの年少扶養親族に対する扶養控除(所得税は1人につき38万円)が廃止されました。

また、16歳から18歳までの特定扶養親族に対する扶養控除の上乗せ部分(所得税は1人につき25万円)が廃止され、扶養控除の額が所得税は1人につき38万円になりました。

2012.2.10.Feb.

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

### すくすく(乳児)ひろば

ベビーマッサージ

ジで親子の絆を育みませんか。保健師や助産師による育児相談も行います。



●とき 2月21日(火)

〔受付〕午前9時30分～10時30分

●ところ 遠賀町ふれあいの里研修センター

●対象 生後2か月～1歳未満児

●内容 ベビーマッサージ、身体計測、保健師・助産師・栄養士による育児相談

●費用 無料

●持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル

●問い合わせ 健康対策係

### 3歳児健康診査

子どもの健やかな成長を確認するために、定期的に健康診査を受けましょう。

●とき 2月23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20年11月1日から平成21年1月31日までに生まれた幼児

●内容 医師・歯科医師による診察、歯科衛生士による歯みがき指導・歯科集団指導、保健師・栄養士による健康相談・栄養相談

●費用 無料

●持ってくるもの 母子健康手帳、出かける直前の尿を10ml程度

### プレママ(妊婦)教室

家庭で使っている仕上げ磨き用歯ブラシ、健康診査票

●問い合わせ 健康対策係

ママになる前の準備を始めませんか。ママ同士お友達になりましょう。

●とき 2月17日(金) 午後1時30分～3時30分

〔受付〕午後1時20分～1時30分

●ところ 遠賀町中央公民館

●内容 楽しく出産を迎えるための生活、腰痛予防のストレッチ、お産のイメージリー、アロマテラピーでリラックス、保健師・助産師による相談、母子健康手帳の交付

●費用 無料

●持ってくるもの 母子保健テキスト(母子健康手帳交付時に配布)

●問い合わせ 健康対策係

### プレ・パパママ教室 (両親学級)

赤ちゃんの誕生を心待ちにしているお父さんお母さん、二人で協力して子育てする大切さを学びませんか。

●対象 妊婦とその家族

※二人目以降の人も参加できます。

●とき 3月11日(日) 午前10時～正午

〔受付〕午前9時30分～10時

●ところ 遠賀町中央公民館

●内容 赤ちゃんのお風呂入れ(実習)、赤ちゃんとの生活の話、オイルマッサージでリラックス

●定員 先着12組

●費用 無料

●持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル

●申込期限 2月24日(金)

●申し込み・問い合わせ 健康対策係

## 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。

## サケの放流を体験してみませんか

河川浄化と環境保全の一環として、西川にサケを呼び戻すため、育ててきた稚魚を放流します。サケの放流後に温かい豚汁も用意しています。

- とき 2月26日(日)午前10時～  
※雨天の場合も決行します。
- ところ 西川河川敷(広渡小学校西側)  
※駐車場は広渡小学校の駐車場をご利用ください。
- その他 当日、午前9時30分から西川河川敷の清掃活動を行います
- 問い合わせ 遠賀町青少年育成町民会議(遠賀町教育委員会内)  
☎093(293)1234

## すくすくクッキング

(離乳食教室)

離乳食に対する不安や悩みを解消しませんか。

- とき 3月16日(金)  
「受付」午前9時30分～10時
- ところ 遠賀町中央公民館
- 対象 生後3か月から1歳未満の乳児と保護者
- ※当日は託児があります。

- 内容 栄養士による講話、離乳食の調理実習、試食と座談会

- 定員 先着12組
- ※今年度初めての人を優先します。
- 費用 200円
- 持ってくるもの エプロン、三角巾、子ども用のスプーン、お茶、ミルク、託児に必要な

## イベント

### おもちゃ病院に来ませんか

大切なおもちゃの修理を行います。当日会場に来れない人は、福祉課民生児童係で、事前におもちゃを預かります。

- とき 2月26日(日)午前10時～午後4時
- ※受け付けは正午までです。
- ところ 遠賀町立図書館
- 費用 無料
- ※修理内容によって、費用が必要

- 着替え、おむつ、バスタオル
- 申込期限 2月24日(金)
- 申し込み・問い合わせ 健康対策係

## 保健師(臨時職員)募集

### 試験・募集

- 対象 保健師免許を有する人
- 業務内容 健診・訪問指導などに関する業務
- 勤務期間 4月1日～平成25年3月31日
- 勤務時間 午前8時30分～午後5時15分

- 内容 講演「病気の子供と向き合うために」【講師】前田徳子さん(臨床心理士)、交流会
- 費用 無料
- 申込期限 2月20日(月)
- 申し込み・問い合わせ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366

## ピアカウンセリング講演会・交流会

小児慢性特定疾患患児の家族を対象に講演会・交流会を開催します。

- とき 3月1日(木)午後2時～4時
- 「受付」午後1時30分～
- ところ 福岡県宗像総合庁舎(宗像市東郷)

必要な場合があります。また、危険なものや骨董価値のあるものなどは、修理できない場合があります。

- 問い合わせ 民生児童係

## 保育士有資格者現場復帰促進研修会参加者募集

結婚や出産、定年などで保育現場を離れている保育士の皆さんの再就職を支援するための研修です。

- とき・ところ  
▽2月27日(月)・28日(火)の2日間・水巻町いきいきほーる(水巻町頃末)  
▽3月8日(木)・直方市中央公民館(直方市津田町)
- 対象 保育士資格を持っている人
- 定員 先着50人
- 費用 無料
- 申し込み・問い合わせ 公益社団法人福岡県保育協会  
☎092(582)7955

後5時15分

- 募集人数 1人
- 給料月額 18万2400円

※町職員に準じてボーナス、通勤手当・住居手当などの諸手当があり、社会保険に加入します。

- 面接試験 2月29日(水)
- ※時間は後日連絡します。
- 申込期限 2月24日(金)
- ※郵送の場合は必着です。

- 申込方法 市販の履歴書に必要事項を記入し、保健師免許証の写しを添えて提出してください
- 申し込み・問い合わせ 人事係

## おんが病院

女性特有の検診も行っています

## レディースドック

乳がん・子宮がん・骨粗しょう病検査  
その他各種検診を行っています  
ホームページ <http://www.onga-hp.jp/>

### 診療科

内科、外科、消化器内科、循環器内科、救急科、整形外科、リウマチ科、糖尿病内科、小児科、放射線科、麻酔科、呼吸器内科

### 受付時間

月～金 8:30～11:30  
但し、急患はこの限りではありません。  
救急総合診療科が対応いたします。

### 休診日

土曜日、日曜日、祝日

### 救急告示病院



遠賀郡遠賀町  
大字尾崎1725-2  
(093) 281-3810

有料広告欄



## レガッタ体験教室を開催します

レガッタを体験してみませんか。教室では、初心者でも取り組みやすい4人漕ぎのナックルフォア艇を使用します。1人での参加も可能です。気軽に参加ください。

●対象 中学生以上

●とき 3月3日(土)・10日(土)・17日(土)・24日(土)・31日(土)

※天候により実施できない場合があります。

※町外の方は1回1000円の保険料が必要です。

●申し込み・問い合わせ

福岡県農業大学校教務部

電話 092(925)9129

●申し込み・問い合わせ

福岡県農業大学校教務部

電話 092(925)9129

●申し込み・問い合わせ

福岡県農業大学校教務部

電話 092(925)9129

●申し込み・問い合わせ

福岡県農業大学校教務部

電話 092(925)9129



## 平成24年度福岡県農業大学校学生募集

次代の農業を担う、農業経営者や農業技術指導者を養成します。

●募集コース・定員

花きコース 8人

果樹コース 若干名

水田経営コース 若干名

畜産コース 若干名

●修業期間 2年

●申込期限 2月17日(金)

●試験日 2月28日(火)

●申し込み・問い合わせ

福岡県農業大学校教務部

電話 092(925)9129

## 相談

### 情報公開・個人情報保護総合案内所

国の行政機関や独立行政法人の開示請求の手続きなどで、疑問に思っていることはありませんか。総合案内所では、情報公開制度や個人情報保護制度に関する情報を提供しています。

●相談日時 平日の午前9時～午後5時

●ところ 福岡合同庁舎(福岡市博多区博多駅東)

●費用 無料

●問い合わせ 情報公開・個人情報保護総合案内所

電話 092(431)7083

## Information 「11」の情報

### あなたの声をお待ちしています

町政に対するご意見や疑問など、あなたの「声」をお待ちしています。折り込みの「町長への手紙」を利用してお寄せください。「町長への手紙」は、広報紙面で紹介させていただきます。

また、建設的なご意見やご提案は、各担当課などから直接ご本人への回答もしています。

住所・氏名・電話番号などの記入をお願いします。

内容によって、返事に時間がかかる場合があります。

▽ふれあいの里センター

▽遠賀町立図書館

▽遠賀コミュニティセンター

▽お問い合わせ 情報推進係



### 寄せられたご意見の集計 (平成23年8月～12月)

8月	8
9月	8
10月	8
11月	10
12月	0
合計	34

たくさんのご意見、ありがとうございます。皆さんから寄せられた意見を真摯に受けとめ、よりよい町政に反映していくよう努めます。

返済でお困りの方、利息を払い過ぎたとお感じの方  
**「磨」へご相談ください** 予約受付中  
 返済後10年以内の方は過払い金の返還請求ができる場合があります。  
 ※ご相談は司法書士法第3条に定められた範囲に限ります。

2月14日・28日(金) なかまハーモニーホール  
 10:00～16:00 福岡県中間市蓮花寺3-7-1

ゼロをまわしてマロに行こう!  
 通話料 無料 0120-006-215  
 ※手帳をご依頼される場合は、費用が発生致します。

（まる）司法書士法人 磨法律事務所  
 〒903-0818 北九州市小倉北区整町1-6-1 NSビル6F  
 TEL093-592-8862  
 社員 日高 静男  
 (福岡県司法書士会所属 認定番号第73043号)  
 (主たる事務所) 佐賀市駅前本町1番23号

誠実・公平 身近な街のパートナー  
 行政書士 中小企業診断士  
**小川 浩三 事務所**

※ 先ずはご相談ください 遠賀町浅木382-4  
 ☎ 093-293-5322

〔主たる業務〕  
 家系図作成  
 相続手続きの代行  
 任意後見手続き  
 売り上げアップの経営診断

遺言書の作成支援  
 内容証明郵便の代理作成  
 示談書・念書・各種契約書の作成  
 起業支援

※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

## 出張労働相談会

賃金未払いや解雇、パワーハラメントなど労働に関する問題で悩んでいませんか。

●とき 2月29日(水)午後3時〜8時

●ところ 中間市中央公民館(中間市蓮花寺)

●内容 労働問題に関する相談

●費用 無料

●相談・問い合わせ 福岡県北九州労働者支援事務所  
☎093(592)3516

## お知らせ・アラカルト

### 後期高齢者の健康診査は済みましたか

福岡県後期高齢者医療広域連

合では、被保険者を対象に健康診査を実施しています。対象者には受診票を郵送しています。受診が済んでいない人は、同封した指定医療機関をご確認のうえ、早めに受診しましょう。

●対象 後期高齢者医療制度の被保険者

※糖尿病や高血圧症などの生活習慣病で通院している人は対象になりません。

●受診期限 3月31日(土)

●受診費用 500円

●受診に必要なもの 保険証、受診票

※受診票を紛失した場合は再発行しますので、事前にご連絡ください。

●問い合わせ 福岡県後期高齢者医療広域連合お問い合わせセンター  
☎092(651)3111

### ネズミ被害に注意しましょう 2月1日〜29日は 県下一斉ねずみ防除運動

福岡県地区衛生連合会では、経済的な損害を与えるほか、各種疾病を媒介して生活環境に悪影響を及ぼすネズミ被害に対して、県下一斉ねずみ防除運動を実施します。

#### ●ネズミの害

▽ふん尿による被害

乾燥したふん尿が空気中に広がり、不衛生な環境になります。

▽物をかじる被害

食品や家屋、家電のコードをかじり、菌の媒介や漏電火災を引き起こします。

▽菌の運搬やそのほかの被害

ねずみ一匹が運搬する菌の量は、ゴキブリの100倍以上です。また、寄生した

#### ●予防対策

▽侵入路を塞ぐ  
かじり穴を見つけたら、板などで塞ぎましょう。約2cmで出入りします。

▽寝床や棲み家を作らせない  
家具や家電の隙間、台所の引き出しなど、定期的に掃除しましょう。

▽エサを与えない  
ごみ箱などだけでなく、保存在中の食品類も、かじられないよう注意しましょう。

#### ●駆除対策

▽駆除薬や捕獲用品を使う  
小さいお子さんやペットがいる場合は、配置場所に十分注意しましょう。

※死体などは、二重にしたビニール袋などに包んだ後、もえるごみとして処理してください。

#### ●問い合わせ 遠賀町地区衛生

組織協議会事務局(環境課内)  
☎093(293)1234

## くらしの情報

## repair work

### ふれあいの里センター改修工事のため一部の施設を閉鎖しています

ふれあいの里センターでは、空調設備などの改修工事のため、一部の施設を順次閉鎖しています。なお、屋内運動場、研修センター、民俗資料館、ふれあい館は通常どおり利用できます。利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

#### ●閉鎖期間・内容

▽1月21日(土)〜3月4日(日)

・ふれあいの里センター内の各部屋を順次封鎖

※利用する場合は、事前にふれあいの里センターにお問い合わせください。

▽3月5日(月)〜19日(月)

・お風呂、食堂、カラオケ、トレーニングルームを閉鎖

※地域子育て支援ひろば「ぐっぴい」、デイサービス、定期利用団体は利用できます。

●その他 3月5日(月)から19日(月)までの期間は、入り口を正面玄関から副玄関に変更します

#### ●問い合わせ

▽民生児童係

▽ふれあいの里センター

## 火災・救急件数

遠賀郡消防本部  
平成23年12月分

火災	遠賀町内	0件
	郡内	2件
救急出動	遠賀町内	100件
	郡内	459件

火災案内

☎0180(999)998

一生に一度の成人式  
**振袖レンタル開始!**  
2013年予約スタート  
振袖一式(バック&草履込) レンタルのみ予約受付  
**¥84,000**  
成人式プラン ¥15,750

いっしょに  
**漢方香草カラー**  
10種類の生薬から漢方ハーブを配合し、髪にもやさしいカラーリングを可能にしました。  
●香草カラー ¥3,675  
●香草カラー&カット ¥4,515  
●カット ¥1,575  
●縮毛矯正 ¥3,450~  
●形状記憶コテパーマ ¥3,990~

Grandir  
TEL.093-293-7953  
093-293-7953  
093-293-7953

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

# 社会を明るくする運動 作文コンテストで優秀賞受賞

広渡小学校6年生の谷平有佑海さんが、「第61回社会を明るくする運動作文コンテスト」で、福岡保護観察所長賞を受賞しました。福岡保護観察所長賞は、最優秀賞に次ぐ優秀賞の一つで、県の応募総数8776点の中から選ばれました。谷平さんの作文テーマは「社会を明るくする運動」。飲酒運転やいじめに焦点をあて、ルールを守ることへの大切さをつづっています。

## 【主な内容】

最近、ニュースで飲酒運転のことをよく見ます。

5年前、福岡県で飲酒運転の被害にあった5人家族のうち、3人の子どもが亡くなっていました。5年前、わたしは7才、1年生でした。そのときは、あまり深く考えていませんでした。でも、わたしは6年生になりました。人が亡くなっているにもかかわらず、飲酒運転はな

くなつてはいないとニュースで知りました。

わたしは、気になって両親に飲酒運転のことを聞いてみると、「飲酒運転は、なくなるどころか減つてもいないよ。福岡県はワースト2位。2位と言ってもワースト1位との差は1件だけなんよ」と教えてくれました。わたしはなぜ減っていないのだろうと思いました。すると、母が「子どもがルールを破ったらおこられるのと同じで、大人もルー

ルを破ったら罰が与えられるんだよ。『運転するときは飲まない』『飲んだら運転しない』これも法律で決まっているルールだから、破つて飲酒運転をすれば罰が与えられるのは当たり前やん。だけど、事故を起こさなければいいと思つとる人がいるから飲酒運転は減らんのよ」と話してくれました。

でも、事故が起きて人が亡くなったときにはおそいと思いません。また、事故を起こしてない

広渡小学校6年生  
谷平 有佑海さん





12月15日に広渡小学校で行われた賞状の伝達式。  
笑顔で賞状を受ける谷平さん。

社会を明るくする運動作文コンテストは、次代を担う小中学生が、日常生活や学校生活の中で体験したことをもとに、犯罪や非行のない地域づくりについて感じたことを書くもので、毎年実施されています。

## 相手の立場になって考えれば、 気持ちはつながる

からいいという考えもちがうと思います。人が亡くなると、その人の家族はもちろん、事故を起こした人の家族も悲しみます。飲酒運転がなくならない原因は、本人の考え方が関係しているのだと思います。また、車を運転するのに飲もうとする。飲んだのに運転をしようとする。というルール違反を、いっしょにいた友達や家族などの周りの人が注意しないのも、1つの原因だと思います。

いじめもニュースでよく見ます。いじめは身近な犯罪です。ドラマなどでは、机に落書きをしたり、仲間はずれにしたりしています。わたしの学校では、けんかはありませんが、そのようないじめはありません。

ある日、わたしのクラスメイトが、友達からけられたと泣いて帰ったことがあります。そのときは、クラス全体の問題として、みんなで学級会を開いて、話し合いました。それから、このようなことはありませんでした。いじめをなくすには、周りの人が勇気を出して、悪いことはきちんと注意したり、みんなを思いやる気持ちを一人一人が持つことが大切だと思います。わたしの地いきでは、朝と夕方、見守り隊の方や、お母さん

方、先生方が通学路に立ってくださいます。学校では、『クリーンキャンペーン』という、登校するときにごみを拾う取り組み。『ハイタッチ運動』という、校門に立っている方とあいさつをしてハイタッチをする運動などがあります。これらの取り組みのおかげで、わたしたち小学生が笑顔になったり、名前と顔を覚えていただき、学校以外のところでもおたがいに声をかけあえるようになりました。

また、ごみを拾うことで、犯罪防止にもなっているのではないかと思います。これに協力してくださっている方々は、わたしたち小学生を思っていてくれるのだと思います。

このように、相手の立場に立つて考えれば、きっと相手の気持ちもわかるし、飲酒運転などのルール違反に対する考え方も変わると、わたしは思います。だから、もっと犯罪やいじめ、事故などが起こらないように、きちんとルールを守って生活していくべきだと思います。この作文のテーマについて考えてみて、

- ▽相手を思いやるやさしい心
- ▽ルールを守るきびしい心
- ▽注意し合う強い心

を、みがいていきたいとわたしは思います。



平成24年 Coming of age ceremony

# 遠賀町成人式



## 二十歳の門出に乾杯

遠賀町成人式が、1月9日に遠賀コミュニティーセンターで行われました。今年の新成人は、平成3年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた205人。会場では、真新しいスーツや艶やかな晴れ着に包まれた新成人たちが、友人らとの久々の再会に手を取り合って喜んでいました。式典では新成人を代表して丹後博之さんが、これまで育ててくれた父や母への感謝の気持ちと、新成人としての新たな決意を述べました。式典後の立食パーティーでは、小中学校の恩師と卒業アルバムを眺めながら、懐かしい思い出話に花を咲かせていました。



①\_立食パーティーでの乾杯 ②\_会場へ向かう新成人 ③\_式典の様子 ④\_感謝の気持ちを述べる丹後博之さん ⑤\_新成人を代表して記念品を受け取る原田梨沙さん ⑥\_記念写真の撮影 ⑦\_小中学校の恩師と卒業アルバムを眺める新成人 ⑧\_ステージで町民憲章を読み上げる田中誠人さん





ホット  
まちなわのHOTな話題をお届けします

## チームの支えが実り、ベンチプレスで日本記録更新

11月20日 第40回福岡県パワーリフティング選手権大会



①記録認定証とトロフィーを手にする木田裕大さん(写真中央)。初出場で優勝を果たした柴村龍之助さん(前列左)と瓜生哲朗さん(前列右)。  
②遠賀体育センターでのベンチプレスの練習風景

太宰府市のアクティブジムで開催された「福岡県パワーリフティング選手権大会」で、59kg級に出場した木田裕大さん(田園南区)が、ベンチプレスの日本新記録を樹立しました。パワーリフティング競技は、ベンチプレス、スクワット、デッドリフトの3種目の最大挙上重量の総計を競うスポーツ。木田さんは肩を痛めている中、大会への参加を決心。本番前のアップでは20kgのシャフトを持つだけで、肩に違和感を感じていたそうですが、チームの支えもあり、137.5kgという記録を挙げる事ができました。また、今大会の最優秀選手賞にも輝いています。

さらに、同大会に出場した、59kg級の柴村龍之助さんと74kg級の瓜生哲朗さんも初出場ながら、優勝を納めています。遠賀体育センターで活動しているSUBSTANCE[X]のメンバーは「次回の全日本ベンチプレス大会では、チーム一丸となり記録の更新ができるよう、日々精進していきたいです」と目標を掲げて練習に励んでいました。

## 初めての人権学習

1月20日 思いやり育む「人権のつどい」



優しさや思いやりの心を育んでもらおうと、保育園や幼稚園で開かれている「人権のつどい」。今年は遠賀川保育園が舞台になりました。園児たちは、人権擁護委員さんの話を聞いたり、人権アニメを見たりして、友達と仲良くすることの大切さを考えました。最後に、アニメの中に出てきた人権啓発キャラクターの人KENまもる君とあゆみちゃんが登場。園児たちは、まもる君やあゆみちゃんと握手したりふれ合ったりして、楽しい時間を過ごしました。

## 次は九州の頂点へ

12月10日 九州ジュニアサッカー福岡県大会



チームで記念撮影。後列の右から3番目が藤嶋誠汰くん。

宮若市西鞍の丘総合運動公園で「九州ジュニア(U-11)サッカー福岡県大会」が開催され、藤嶋誠汰くん(田園南区)が所属するひびきサッカースクールが優勝しました。ディフェンダーとして出場した藤嶋くんは、チームの守備に貢献。3月に沖縄で開催される九州大会のキップを手に入れました。藤嶋くんは「九州大会でも優勝したい。ディフェンダーとして無失点で切り抜け、フォワードにスルーパスを送りチャンスをつくりたい」と目標を語ってくれました。



## 健康づくりの第一歩

NEATを増やそう

糖尿病の予防や肥満解消のためには、食事療法と合わせて、運動習慣を身につけておくことが大切です。とはいえ、運動不足の人が「忙しくて運動する時間がない」とよく口にするように、決まったスケジュールで運動を続けるのは容易とはいえません。まずは、日常生活で少し余分に身体を動かす回数を増やすことから始めてみてはいかがでしょうか。

近年、NEATを増やせば糖尿病やメタボリックシンドロームを予防できるという研究結果が発表され話題になっています。NEATとは、「Non-Exercise Activity Thermogenesis（非運動性活動熱産生）」の頭文字で、運動ではない「日常の生活活動で消費されるエネルギー」のことをいいます。研究結果から、肥満気味の人はやせ気味の人より、1日に約25時間座っている時間が長く、歩行時間が少ない傾向であるとわかりました。特別な運動をしていなくても、日常で身体をよく動かし、NEATが増えると基礎代謝量（安静時のエネルギー消費量）も増える傾向があり、運動していないときでもエネルギーを消費しやすい身体をつくることにつながります。

NEATを増やすコツはあえてムダな動きを加えること！

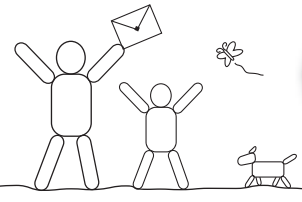
日常生活や仕事の場面などで、こまめに身体を動かすことが大切です。そのポイントは、座りながら行っていたことでも可能な限り立って行動するといったように、あえてひと行動加えて無駄な動きをすることです。

立って行動するだけで、動かない場合よりも20%エネルギー消費量がアップするといわれています。1つの行動による消費エネルギー量は少なくても、1日、1週間、1か月と続けていくことで、大きな効果が期待できます。

### NEATを増やす行動ポイント

- ▽朝、目覚めたら手足を思い切り伸ばす
  - ▽バスや電車のひと駅分を歩く
  - ▽車内では座らずに立つ
  - ▽積極的に階段を使う
  - ▽座っていても背筋を伸ばす
  - ▽ペットと散歩する
  - ▽立って身体を動かしながらテレビを見る
  - ▽寝る前にストレッチングをする
- 健康づくりの第一歩として、まずはNEATを増やすことから始めてみませんか。

## 環境衛生だより



### やっぱり、きれいなごみステーションが気持ちいい

最近、ごみステーションに関する苦情が増えています。「違反ごみが置きっぱなし」、「カラスがついてごみが散乱している」、「収集日以外の日に、ごみ袋が出してある」などです。

現在、町内に約600か所ほど設置されているステーションの苦情に、町だけで対応することが難しくなっています。ごみステーションの利用方法を正しく理解して、周辺の美化に努めましょう。

### ごみ出しは決められた日時に出しましょう

ごみ出しは、種類によって曜日が決まっています。また、出す時間も原則午前7時から午前8時までです。その日に収集す



### ごみステーションは利用する皆さんのものです

ごみステーションの設置場所は、周辺で利用する皆さんで決めます。ステーションによっては、利用する人が当番制で清掃を行い、周辺の美化に努めています。きれいに保つためには、利用者の心がけが大切です。ごみが散らかっている場合は、少しずつ整理しましょう。

### 決められたごみステーションに出しましょう

ごみステーションは、量によって設置を決め、周辺の利用者が管理しています。通勤途中などで、ほかのステーションへごみを出すことは、周辺の利用者に迷惑がかかりますのでやめましょう。

# 図書館だより

遠賀町立図書館開館10周年

●ホームページ

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

## 『えほんばこ』メンバー募集

図書館で行う「絵本の読み聞かせ(月に1・2回)」と遠賀コミュニティセンターで行う「ブックスタート(2か月に1回)」で、絵本の読み聞かせを手伝ってもらえるボランティアを募集しています。興味がある人は、問い合わせてください。見学も可能です。(集合時刻など打ち合わせのため、事前予約必要)

## 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)  
※そのほかの人でも利用できる場合がありますので、詳しく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)

### おはなし会

●対象・とき・ところ

▽幼児～小学校 毎週土曜日 午後2時30分～3時  
低学年向け おはなしの部屋

▽赤ちゃん向け 第3水曜日 午前11時～11時30分  
木ッヅランド

※赤ちゃん向けは、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 | マスカレード・ホテル   | 東野 圭吾 | 著 |
| 2位 | 謎解きはディナーのあとで | 東川 篤哉 | 著 |
| 3位 | 謎解きはディナーのあとで | 東川 篤哉 | 著 |
| 4位 | 境遇           | 湊 かなえ | 著 |
| 5位 | 真夏の方程式       | 東野 圭吾 | 著 |

## 新着本案内

一般書

ジョン・マン 大洋編

山本 一力 著



初めて乗った船で遭難し、アメリカの捕鯨船に救助された万次郎。中浜万次郎ことジョン・マンの生涯を描いた第2弾。

巴里 茫々

北 杜夫 著



「どくとるマンボウ航海記」時代のパリを舞台に、濃霧の中に漂う記憶を描く表題作など、単行本に収録されていなかった短編2編。

悪い娘の悪戯

マリオ・バルガス＝リョサ 著



ペルー、ロンドン、マドリッド、東京。世界の大都市を舞台に、一人の男が一人の女にささげた壮絶な愛の軌跡を描いた恋愛小説。

あの川のほとりで(上・下)

ジョン・アーヴィング 著



愛と暴力と偶然に翻弄されながら北米大陸を逃避行する料理人と息子の物語。代表作「ガープの世界」に並ぶ、半自伝的小説。

児童書

まいごの、まいごの、ゴンザレス

服部 千春 作



遊園地で迷子になったタクヤ。同じく迷子になった怪獣のゴンザレスと出会ったタクヤがゴンザレスのお母さんを探す読み物。

たんじょうびおめでとう!

マーガレット・ワイズ・ブラウン 作  
レナード・ワイズガード 絵

森の中で1歳になった動物たちが、贈り物をもらいました。それぞれ一番欲しかったものはなんでしょう。



## 短歌俳句

おんが短歌会詠草

天野 玲子選

顔あげて背筋のぼせば見えてくる  
皇帝ダリアも公孫樹の黄葉も

関口 キミ

菓子売場に思い出したり父の顔  
金平糖を籠に入れたり

松原 敬子

遊ぶ子と目が合いたれば笑顔にて  
手を振る姿に我も応うる

大場トシミ

遠賀俳友会抄

池田 幸利選

泡ひとつ呟ひてゆく寒の鯉

芦賀 恵子

茶の花やいよいよ古りし車井戸

渡邊 貢

バス停のベンチを濡らす時雨かな

服部美保子

遠賀青葉句会抄

岸原 清行選

神官の衣擦れの音初詣

生野八代子

名利の長き参道淑氣満つ

室井 公子

膳囲む家族は二人屠蘇を酌む

紀成 慶子



平成21年  
2月  
1日生

河野 葵ちゃん  
(田園北)

妹だった葵も弟ができて、お姉ちゃんになりました★みんな仲良く元気に育ってね♥

平成23年  
2月  
1日生

大森 瞬ちゃん  
(今古賀)

声が大きくてよく笑ってよく食べてよく寝る瞬。元気いっぱい育ってね。

平成21年  
1月  
24日生

常慶 心海ちゃん  
(旧傳)

甘えん坊で泣き虫なここみ。マイペースなここみ。笑顔がかわいいここみ。そんなここみがパパもママもなちゃんも大好きだよ♥

平成23年  
1月  
13日生

白石 莞大ちゃん  
(今古賀)

かんた、1歳おめでとう♥お姉ちゃんに負けずにたくましく育ってね★

平成22年  
2月  
23日生

吉田 颯翔ちゃん  
(別府)

★颯翔おめでとう★2歳の思い出もたくさん作ろうね♪大好きだよ♥  
パパ・ママ・碧希

平成21年  
2月  
14日生

安達 圭吾ちゃん  
(広瀬)

★3歳の誕生日★おめでとう★笑顔いっぱい、元気に成長して行ってね!!これからもたくさんお出かけしようね♪

平成23年  
2月  
7日生

五輪 奏音ちゃん  
(今古賀)

奏音、1歳のお誕生日おめでとう♥その笑顔でこれからもパパやママたちを癒してね♪

平成23年  
2月  
4日生

土谷 優大ちゃん  
(尾崎)

ゆうくん1歳の誕生日おめでとう♥かわいい笑顔が大好きだよ!お父ちゃん♥お母ちゃんより♥

international exchange ~国際交流事業~

# 子どもたちによる民族舞踊をご覧ください

遠賀町国際交流協会では、2月18日から「日朝・日韓子どもサミット」を行います。遠賀町内の各小学校と北九州朝鮮初級学校の子どもたちが、一泊二日の宿泊研修を通して交流を深めるもので、今回で8回目になります。初級学校の民族舞踊などを鑑賞する文化交流事業を2月19日に行います。鑑賞はだれでもできますので、気軽にご来館ください。

- とき 2月19日(日)午後1時ごろから30分程度
- ところ ふれあいの里センター
- 費用 舞踊鑑賞のみは無料  
※遠賀町ふれあいの里の施設を利用する場合は、別途利用料が必要です。



●問い合わせ スポーツ文化係(日朝・日韓子どもサミット実行委員会事務局)  
☎093(293)1355

この広報紙は環境などに配慮し、再生紙を使用しています。

●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

訪問販売業者による点検商法と思われ、屋根瓦の修理費用自体は少額でも、その後、次々と高額な工事を勧められるかも知れません。すぐに契約せず、ほかの業者から見積りをとったり、業者の評判を聞いたりするなどして、慎重に検討しましょう。

Q. 近所で工事をしているという業者が来訪し、「屋根瓦がずれている」と言われ、工事の契約を勧められた。契約しても大丈夫だろうか?

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。



## 消費生活の豆知識

明るくくらしのために!