

勝負は一瞬、  
努力は無限。

## 8月1日 遠賀郡消防操法大会

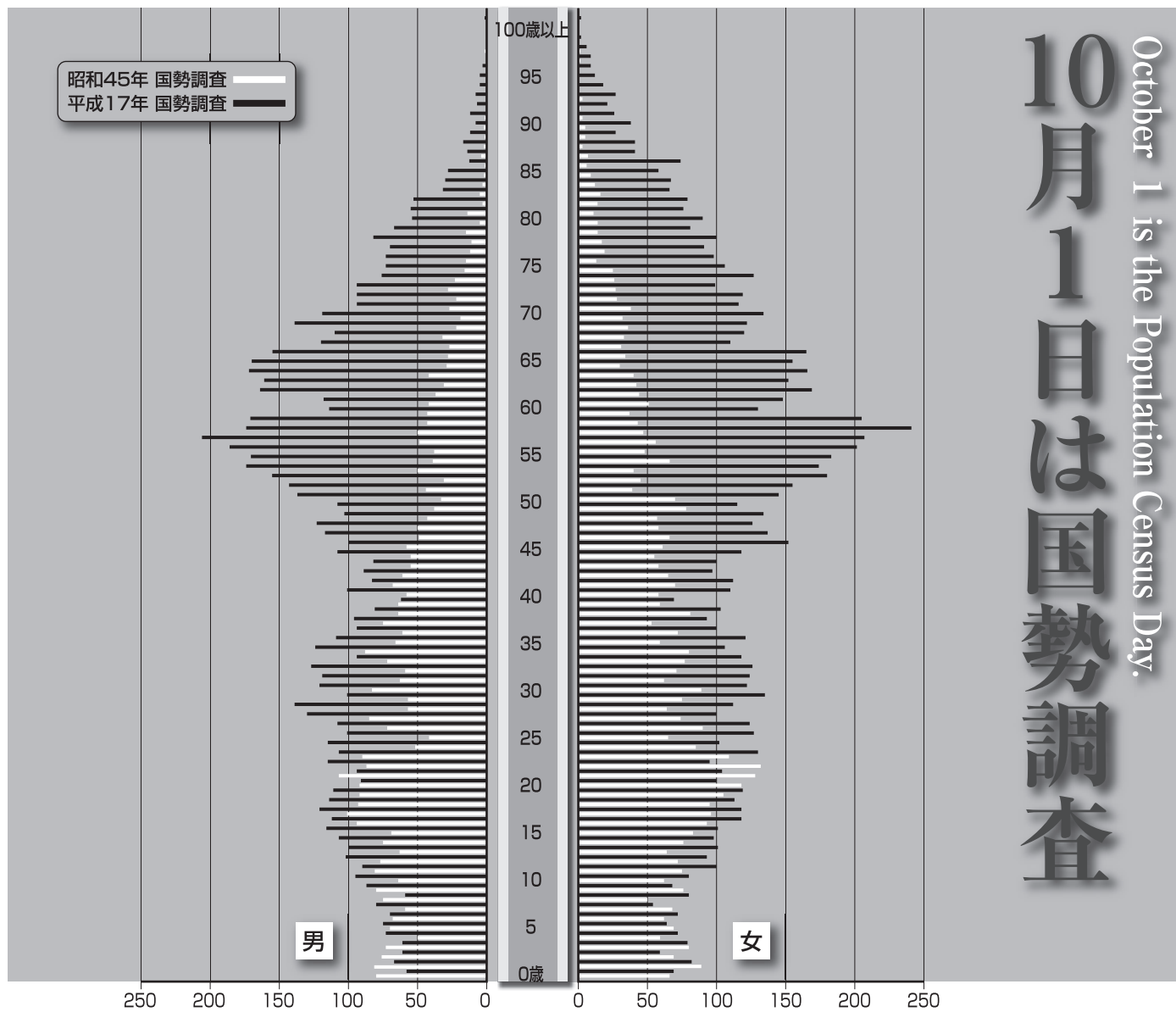
強い日ざしが照りつける中、岡垣町民総合グラウンドで行われた「遠賀郡消防操法大会」。選手たちは手際よくホースを延ばし、火元に見立てた的をねらって放水。動作の正確さや速さなどを競い合い、日ごろの成果を披露しました。

### 【遠賀町から出場した選手】

指揮者	森 達郎	2番員	花田真治
1番員	村田次夫	4番員	香山英昭
3番員	二村誠司	補助員	西岡範雄
補助員	姉川宗弘		

October 1 is the Population Census Day.

# 10月1日は国勢調査



全国一斉に国勢調査が行われます。日本に住んでいるすべての人、世帯が対象です。グラフは、昭和45年と平成17年の国勢調査人口を比較した遠賀町の人口ピラミッド。国勢調査は、少子高齢化など、社会の変化を数値で見ることで、時代に合った施策や未来につながる計画を立案するための資料になります。未来はどんな形をしていますか。10月1日、あなたの今をお知らせください。

つけています。  
**個人情報保護されます**

統計法により調査員には、個人情報に関する守秘義務が課せられています。調査票に記入いただいた内容は、統計目的以外に使用しません。

## 調査は全部で20項目

調査は、氏名や性別、出生の年月、就業状況、通勤・通学地、住居の種類などです。ほとんどの項目はマークシート式の記入になっています。

## 調査票の提出

国勢調査はすべての人に回答していただくことになっています。記入した調査票は、封筒に入れ封をした上で、調査員に渡すか、役場に直接郵送(料金受取人払い)することもできます。

## 暮らしに役立てられます

調査の結果は、高齢者の介護や医療、児童福祉、雇用対策、地域の活性化など、私たちの暮らしに役立てられる大切な資料になります。あなたの今が、これからのまちづくり役立てられます。

## 問い合わせ

▽産業振興係

▽国勢調査コールセンター

☎0570(01)2010

**調査対象は日本に住んでいる人**  
国勢調査は10月1日現在、日本に住んでいるすべての人が対象です。生まれたばかりの赤ちゃんはもちろん、3か月以上日本に住んでいる外国人も調査の対象です。  
**9月下旬から調査票を配布します**

調査員が各世帯を訪問し、調査票などを配布します。

※調査員は国勢調査員証を身に



# 地上デジタル放送への準備は済みましたか 地デジ相談会・説明会を開催します

地上デジタル放送に関するさまざまな疑問に、総務省福岡県テレビ受信者支援センターの職員がお答えします。気軽にお越しください。

## ●とき・ところ

### 【相談会】

▽9月28日(火)・29日(水)

午前10時～午後4時  
ふれあいの里センター  
1階ロビー

▽9月30日(木)・10月1日(金)

午前10時～午後4時  
遠賀町役場1階ロビー

### 【説明会】

▽9月29日(水)

午後3時～午後4時  
ふれあいの里センター研修室2

▽10月1日(金)

午後3時～4時  
遠賀町役場2階大会議室

## ●費用 無料

## ●その他 申し込みは不要です

## ●問い合わせ 総務省福岡県テレビ受信者支援センター

☎092(534)7411



# congratulation ご長寿おめでとうございます

敬老の日を前に、遠賀町のご長寿者を紹介します。  
皆さん、これからもお元気で、長生きしてくださいね。

100歳以上(4人)

(8月31日現在)

氏名・行政区	年齢 (生年月日)
小城 マツさん(浅木)	104歳 (明治38年10月23日生)
井口マサ子さん(浅木)	103歳 (明治40年1月27日生)
乗定ミサオさん(松の本)	102歳 (明治41年6月8日生)
佐藤 定子さん(芙蓉)	101歳 (明治42年4月6日生)

※本人または家族の承認を得ることのできた人を掲載しています。

## 90歳から99歳までの人数

年齢	人数	年齢	人数
99歳	7人	94歳	23人
98歳	9人	93歳	25人
97歳	10人	92歳	28人
96歳	9人	91歳	27人
95歳	15人	90歳	60人

# ポリオ予防接種 (ポリオ生ワクチン経口服用)

## ●とき 10月1日(金)

「受付」午後1時10分～1時30分

## ●ところ 遠賀コミュニティセンター

●対象 生後3か月から90か  
月未満までの乳幼児(望ましい  
年齢は生後3か月から18か  
月まで)

●接種方法 41日以上の間隔を  
空けて2回服用

※今回は、11月30日に予定して  
います。

●持ってくるもの 母子健康手  
帳、予防接種予診票(会場にも  
準備)

## 【次のような人は受けられません】

- ①熱がある(37.5度以上)
- ②重い急性疾患にかかっている  
(急性の病気で服薬中)
- ③ウイルス性疾患(麻疹・風疹・  
水ぼうそうなど)にかかった  
り、かかった人と接触した  
りして4週間たっていない
- ④生ワクチン(BCG・麻疹・風  
疹)の予防接種を受けてから  
27日たっていない
- ⑤三種混合・日本脳炎などの予  
防接種を受けてから6日たっ  
ていない
- ⑥下痢をしている

【次のような人は、主治医と相談してください】

- ①風邪の引き始めや病気で治療  
中
- ②予防接種や薬を飲んで何らか  
の異常が出たことがある
- ③けいれんを起こしたことがあ  
る
- ④免疫状態の異常を指摘された  
ことがある
- ⑤突発性発疹にかかって4週間  
たっていない

※生後3か月から5か月までの  
乳児で、BCGをまだ受けて  
いない人は、なるべくBCG  
を優先させましょう

## ●問い合わせ 健康対策係



# まちのわだい

## TOPICS

### 川から始まる交流の環わ

7月24・25日 流イキッズ交流会

遠賀川の上流と下流に住んでいる子どもたちが遠賀川のことについて学習しながら交流することを目的に、「流イキッズ交流会」が開催されました。この交流会は、遠賀・中間広域連携プロジェクトの一環として、社団法人ひびき青年会議所が行ったもので、子どもたちは、学習のほかにも芦屋町花火大会の見学や砂像づくり体験などを満喫しました。参加者は49人で、遠賀町からは9人の子どもたちが参加。遠賀町ふれあいの里に宿泊し、2日間にわたる集団生活を送りました。



濱田梨奈さん 佐藤優里さん 豊田美織さん



遠賀川河口堰せきでは、職員から河口堰の管理や遠賀川の現状の説明を受け、上流から流れてくるたくさんのごみの中には冷蔵庫やテレビなどもあると聞くと、「エエッー！」という驚きの喚声わんせいが…。このあと、実際に上流から流れてきたたくさんのごみを目の当たりにして、広渡小学校3年生の仲良し3人組は、「ごみが多くてびっくりした」「ペットボトルが多かった」「ごみの中にサッカーボールとかもあった」と、その多さにあぜんあぜんとしていました。

みんなで協力して、ごみのないきれいな遠賀川を目指しましょう。

## 堂々の銅メダル

7月24日 全国高校女子重量挙げ



神奈川県立体育センターで行われた「第12回全国高等学校女子ウエイトリフティング競技選手権大会」に、八幡中央高校3年生の飯干美加いひほし みかさん(緑ヶ丘区)が出場しました。飯干さんは女子58kg級で、62kg(スナッチ)と74kg(ジャーク)の合計136kgをマークし、全国3位に輝きました。おめでとうございます。

## 九州大会2冠達成

8月7・8日 九州中学校陸上競技大会



佐賀県総合運動場陸上競技場で行われた「第32回九州中学校陸上競技大会」に、遠賀南中学校3年生の金平裕希かねひら ゆきさん(浅木区)が出場しました。金平さんは、女子800mと1,500mの競技で、驚異の2冠を達成しました。タイムは、800mが2分12秒75、1,500mが4分31秒47です。おめでとうございます。



## 学校給食に挑戦

8月4日 学校給食親子料理教室

毎年、夏休み期間中に開かれている「学校給食親子料理教室」。今年は、中央公民館が改修工事のため、広渡小学校家庭科室で行われました。参加した親子は、「ビビンバ」「レタスと卵のスープ」「ごぼうとれんこんのサラダ」など、全5品に挑戦。子どもたちは、給食センターの職員や親から指導を受けながら、包丁やなべの使い方を学んでいました。料理ができ上がり、いよいよ試食へ。子どもたちは、自分で作った料理に大満足。この教室で料理を作る楽しさを学んだようです。



## 精霊を送る

8月15日 西川納涼祭り

西川河川敷で行われた「西川納涼祭り」。この祭りは、町内のボランティア団体「キャッツ21」と「四方の里」が主催するもので、毎年精霊流しが行われています。会場では多くの皆さんが、流し灯ろうや精霊舟に向けて手を合わせ、故人や先祖の霊を送っていました。

また、今年もキャッツ21から、昨年行われた「得トクまつり」「西川納涼祭り」の収益金の一部が、遠賀町へ寄附されました。いただいた寄附金は、まちづくりのために役立っています。



## 地域のために

7月14日 集中豪雨水害支援

7月13日から14日にかけて日本各地に被害をもたらした集中豪雨。遠賀町でも河川のはんらんや道路の冠水など、甚大な被害が発生しました。

その被害の中、今古賀地区の冠水した道路では、トラクターなどで住民の交通誘導など、被災者を支援する活動が行われていました。福岡クボタ遠賀川営業所や遠賀石油など、地域の皆さんの協力で多くの被災者を支援することができました。ご協力ありがとうございました。



## 広がる交流の輪

8月7日 桃李会夏祭り

恒例の「桃李会夏祭り」が、四方の里で行われました。祭りのスタートから、「障害者支援センターさくら」や「四方の里」の利用者の皆さんが、歌や踊りで会場を盛り上げていきます。

さらに、ヨーヨー釣りやたこ焼き、かき氷などの出店がずらりと並び、会場内はお祭りムード一色。そして、盆踊りでは、施設の利用者の皆さんや地域の人々が大きな輪になり、交流を深めていました。



# くらしの(情報) Public News

遠賀町ホームページ

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

## 遠賀町役場

☎093(293)1234  
FAX 093(293)0806

## 遠賀コミュニティセンター

☎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

## 健康・子育て

### すくすく(乳児)ひろば

ベビーマッサージで親子の触れ合いをしましょう。

- とき 9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

### 1歳6か月児健康診査

- とき 9月16日(木)

- 「受付」  
▽前半 午後1時～1時10分  
▽後半 午後1時30分～1時40分
- ところ 遠賀コミュニティセンター

- 対象 平成21年1月1日から3月31日までに生まれた幼児

- 内容 身体計測、小児科医・※対象者には通知します。

- 対象 歯科医による診察と歯科衛生士による歯科集団指導、保健師・栄養士による健康相談

- 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、タオル
- 問い合わせ 健康対策係

### すくすくクッキング (離乳食教室)

離乳食の作り方などで悩みはありませんか。一緒に教室で悩みを解消しましょう。

- とき 10月8日(金)
- 「受付」午前9時30分～10時
- ところ 遠賀町ふれあいの里研修センター

- 対象 生後2か月から1歳未満までの乳児と保護者
- 内容 栄養士による講話、離乳食の調理実習、試食しながらの座談会

- 定員 10組(先着順)

## イベント

### 第37回遠賀町少年剣道大会

剣士たちの活躍を見にきませんか。

- とき 9月23日(祝)
- 「開会式」午前9時30分～
- ところ 遠賀体育センター
- 問い合わせ 勝野さん(遠賀剣道教室)

☎090(5386)4025

## おんが病院

### ◇看護師募集中◇

病院見学随時受け付けております。  
電話から申込み下さい。  
担当:堀田(ほりた)



- 受付時間 月～金 8:30～12:00  
13:30～16:30  
土 8:30～12:00

- 休診日 土曜日の午後、日曜日、祝日
- 救急告示病院

遠賀郡遠賀町大字尾崎1725-2  
ホームページ <http://www.onaga-hp.jp/>

(093) 281-3810



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。



# 試験・募集

いきいきふれあい学級

## エクササイズ教室

ラテンの曲にのって、楽しく体を動かしましょうか。



●と き 全8回

▽10月6日(水)・13日(水)・20日(水)

▽11月10日(水)・17日(水)

▽12月1日(水)・8日(水)・15日(水)

※いずれも午後1時30分から3時までです。

●ところ 遠賀コミュニティセンター

●対象 遠賀町内に在住・在勤の人

●定員 20人(応募者多数の場合抽選)

●費用 1000円

●申込期限 9月22日(水)

●申し込み・問い合わせ スポーツ文化係

## 少年相撲大会出場者募集

ちびっ子力士の力いっぱいぶつかり合う勇姿を、見に来ませんか。

●と き 10月17日(日)午前9時

「開会式」午前8時45分

●ところ 遠賀総合運動公園相撲場

●種目

▽個人戦(学年別)

▽男子シングルス

▽男女混合ダブルス

▽団体戦  
※監督1人と選手6人(小学1年から6年生までの男子で、各学年一人ずつ)

●申込期限 10月9日(土)

●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)

●と き 10月24日(日)午前9時

## 走力記録会出場者募集

●その他

▽遠賀コミュニティセンターで、10月2日午後7時30分から行われる監督会議に出席すること

▽必ず「相撲用まわし」を着用すること(各チームで準備)

▽手足の爪は必ず切っておくこと

●申込期限 9月30日(木)

●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)

●と き 10月17日(日)午前9時

●ところ 遠賀総合運動公園(遠賀体育センター内)

## 遠賀町硬式テニス大会

出場者・出場チーム募集

秋空の下、さわやかな汗をかきませんか。

●と き 10月17日(日)午前9時

「開会式」午前8時50分

※雨天中止の場合は、10月24日に延期します。

●ところ 遠賀総合運動公園テニス場

●種目

▽男子・女子ダブルス

有料広告欄



## 第6回スポレクおんが2010

子どもから高齢者まで、だれもが自由に参加して楽しめる、レクリエーション&スポーツを開催します。家族や友達、近所の人と一緒に、また一人でも気軽にご参加ください。

●と き 10月11日(祝)午前9時15分~正午

●ところ 遠賀総合運動公園

●費用 無料

●問い合わせ スポーツ文化係

## おすすめ貸家物件

新築 戸建平家

ゆとりの

3LDKが5棟!

岡垣町中央台3-3-(32~36)

家賃 7.5万円

◎駐車場2台無料(並列) ◎敷金3ヶ月

◎礼金1か月 ◎ひろびろ浴室・テラス付き

≪平成22年8月末完成予定≫

いつでもご案内いたします。お気軽にお電話下さい。

## 不動産なんでも相談(無料)

探しています!中古住宅

地元岡垣32年

(貸主)吉田住建

岡垣町海老津駅前12-8

☎(093)283-2042

営業時間9:00~17:00

※有料広告の内容は、直接広告主にお問い合わせください。

## 韓国語講座(初級)受講生募集

韓国語を楽しく学んでみませんか。

- とき 10月5日(火)から12月7日(火)までの毎週火曜日(全8回)午後7時30分～8時30分 ※11月2日と23日は除きます。
- ところ 遠賀コミュニティセンター

●対象 遠賀町内に在住・在勤で、18歳以上の人

●定員 25人(応募者多数の場合は抽選)

●費用 2000円程度(テキスト代含む)

●申し込み方法 往復はがきの往信面に住所・氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・電話番号

号を記入し、「韓国語講座受講希望」と朱書してください(申し込みは一人1枚)

※返信面には住所・氏名・郵便番号を記入してください。

●申込期限 9月27日(月)・必着

●申し込み・問い合わせ 093-293-8125  
遠賀町大字今古賀5-1-3番地 スポーツ文化係

## 臨時職員(一般事務)募集

職員の育児休業取得に伴う臨時職員を募集します。意欲のある人、待っています。

●募集人数 1人

●業務内容 一般行政事務

●任用期間 10月下旬～平成23年12月下旬(予定)

●応募資格 18歳以上でパソコンの操作ができる健康な人

●勤務場所 遠賀町役場庁舎内

●勤務時間 午前8時30分～午後5時15分

●給料月額 17万円程度

※その他、町職員に準じて諸手当があり、社会保険に加入します。

●選考方法 面接(10月上旬予定) ※日時などはご連絡します。

●募集期間 9月10日(金)～28日(火)

●申し込み方法 市販の履歴書に記入のうえ、写真を張り付けてご提出ください

※事務アルバイトの登録をしている人で、臨時職員を希望する人は別途、申し込みが必要です。

●申し込み・問い合わせ 人事係

所健康増進課

093-40362473

## 危険物準備講習会

危険物取扱者試験を受験する人を対象にした、準備講習会を開催します。

●対象 乙4種と丙種

●とき 10月31日(日)

●ところ 遠賀郡消防本部

●費用 2000円(テキスト代と問題集代が別途必要)

●その他 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

## 危険物取扱者試験

●試験種類 全種類

●とき 11月28日(日)

●ところ 九州共立大学(北九州市八幡西区)

●その他 遠賀郡消防本部に申込書を準備しています

※9月13日から消防試験研究センターのホームページでも申し込みができます(<http://www.shoubo-shiken.or.jp>)

●申込期間 9月16日(木)～10月1日(金)

●申し込み・問い合わせ 遠賀郡消防本部予防課

093-293-8125

## おもちゃ病院を開設します

in健康福祉まつり

大切なおもちゃの修理を行う「おもちゃ病院」。元気になったおもちゃで遊びませんか。会場に来れない人は、民生児童係でおもちゃをお預かりします。



### ●とき

10月3日(日) 午前10時～午後2時  
※受け付けは、正午までです。

●ところ ふれあいの里センター

●費用 無料(修理内容によっては費用がかかる場合)

●その他 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

## 精神保健福祉ボランティア養成講座

●とき 10月21日(木)・28日(木) 午後1時30分～3時30分

「受付」午後1時～

※11月にも2回予定しています。

●ところ 宗像総合庁舎(宗像市)

●内容 「心の病気とは」、「ボランティアとは」など

●申込期限 10月15日(金)

●申し込み・問い合わせ

宗像・遠賀保健福祉環境事務

行政書士は、訴訟を未然に防止する“身近な街の法律家”  
中小企業診断士は、“企業経営のホーム・ドクター”

- ・法人設立、許認可申請等、官公署に提出する書類の作成
- ・日常生活で発生する法的トラブルの解決をバックアップ
- ・財産管理委託、任意後見契約、その他各種契約書の作成
- ・遺言書、遺産分割協議、その他相続手続きを支援
- ・企業経営上の様々な問題対応に相談役としてお手伝い

※私の経営信念：地域の方達に感謝される仕事を元気に限り続ける。

行政書士 中小企業診断士

小川浩三事務所 (遠賀町浅木382-4)

TEL・FAX (093) 293-5322

HP: 小川浩三事務所 / 小川経営法務事務所



見積もり **無料**

IH、エコキュート、温水器、太陽光発電  
**オール電化の事なら**

株式会社 **電太郎**

遠賀町鬼津417(8組)

電太郎

検索

0120-315-194 代表 大場

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。



# 相談

法アラス北九州 in 遠賀町  
無料法律相談会

弁護士や司法書士が相談に  
応じますので、気軽に相談くだ  
さい。

●とき 10月20日(水)午後1時  
〜4時相談時間は1人30分程  
度

●ところ 遠賀コミュニティ  
センター

●対象 収入や資産が一定基  
準以下で、法的トラブルに困  
っている人

※詳しい内容は、お問い合わせ  
ください

●申し込み 事前申し込みが必  
要です(9月15日から受付開始)  
午前9時〜午後5時(平日のみ)

●申し込み・問い合わせ 法テ  
ラス北九州民事法律扶助係  
☎050(3383)5506

## お知らせアラカルト

10月1日から遠賀分庁舎の  
犬・猫の引取り日時が  
変わります

犬・猫の引取り日時が変わり  
ます。引取り手数料や本庁舎(宗  
像市)での取り扱いは変更ありま  
せん。

【変更前】 月・木曜日の午後2  
時から4時まで  
【変更後】 月曜日の午後2時か

# 子ども手当での申請 忘れていませんか？

子ども手当の申請受付が9月30日で終了します。  
申請していない人は、早めに済ませましょう。

●対象 原則、中学2年生と3年生がいる場合、  
および児童手当制度で所得超過になっている人  
※児童手当の受給者は申請の必要はありません。

●支給額 13,000円/1人

●申請者 対象者と同居している世帯主が、申請を  
行ってください

※受給資格者は子どもの生計を維持・監護している  
人で、かつ、生計を同一にする父または母などで  
す。父母に養育されていない子どもは、子どもを  
監護し、かつ、生計を維持する人です。

●持ってくるもの 健康被保険者証の写し、振込先  
の預金通帳、印鑑(その他、必要に応じて提出する  
書類有)

●申請・問い合わせ 民生児童係

ら3時30分まで  
※事前に電話連絡が必要です。  
●問い合わせ 宗像・遠賀保健  
福祉環境事務所保健衛生課  
☎0940(36)6098

## 交通共済に 加入しませんか？

皆さんで掛金を出し合い、交  
通事故にあったときに役立てて  
もらう、助け合いの精神を基本  
にした共済制度です。

●共済期間 毎年10月1日から  
1年間

●加入できる人 10月1日現在  
で遠賀町内に在住・在勤の人

●出資金 加入時に出資金10  
0円が必要になりますが、町  
が補助しますので必要ありま  
せん

●掛金 500円/1口(最大  
2口まで)

※満70歳以上の人の補助制度は  
廃止になりました。

## ●対象の交通事故

日本国内で一般の人や車が自  
由に往来できる道路などでの  
自動車、バス、バイク、自転車、電  
車、モノレール、ケーブルカー、  
航空機、船舶などの人身事故  
●その他 すでに加入している  
人には、各隣組長を通じて更  
新のお知らせをしています

●申込期限 9月30日(木)  
●申し込み・問い合わせ  
庶務係

## 新入学児童健康診断 があります

●とき 10月21日(木)午後1時  
〜

「受付」午後0時30分〜午後1時  
●ところ 遠賀コミュニティ  
センター

●対象 平成16年4月2日か  
ら平成17年4月1日までに生  
まれた人

●持ってくるもの 新入学児童健  
康診断の案内はがき

●その他 8月25日現在の住民  
登録からはがきを送付してい  
ます。はがきが届かない人は、  
学校教育係へご連絡ください

※希望者は、就学についての相  
談ができます。  
●問い合わせ 学校教育係

## 地上デジタル放送 受信チューナーを給付します

総務省では経済的な理由で、  
地上デジタル放送に移行するこ  
とが難しい世帯に対して、簡易  
チューナーを給付するなどの支  
援を行っています。

●対象 生活保護世帯や障が  
い者非課税世帯など、NHK  
放送受信料が全額免除になっ  
ている世帯

●内容 地上デジタル簡易チ  
ューナー1台  
※必要に応じてアンテナ改修な  
ど、共同受信施設やケーブルテ

レビの改修経費も支援します。  
●費用 無料  
●申込期限 12月28日(火)  
●問い合わせ  
▽総務省地デジチューナー支  
援実施センター  
☎0570(03)3840

▽IP電話などでつながらな  
い場合  
☎044(969)5425

## 宝くじの助成金で AEDなどを購入しました

財団法人自  
治総合センタ  
ーのコミュニ  
ティ助成事業  
「自主防災組  
織育成事業助  
成金」で、英



担架

## 遠賀町長職務代理者の 設置期間を延長します

木村隆治町長が病氣療養  
のため、8月23日から11月30  
日まで、遠賀町長職務代理者  
を延長します。

【遠賀町長職務代理者】  
遠賀町副町長 原田 正武

# はちゅ健康



## 辞典

### 急増している糖尿病

#### ◆糖尿病の増加

コンビニエンスストアの普及や長時間労働などで、私たちの食生活や生活スタイルは、夜型の生活や朝食欠食者の増加、食事の欧米化・動物性たんぱく質、脂肪の摂取割合の増加など、大きく変わりました。

この50年間で、糖尿病患者数は約20倍に増えていきます。平成19年には、患者数が870万人まで増加し、予備群を合わせると約1900万人。6人に1人が糖尿病やその予備群です。合併症である透析患者も糖尿病が原因の人が増えてきています。

#### ◆日本人の体質

永年、穀物が主食であった日本人は、欧米化した食事をとると太りやすく、また欧米人と比べ、インスリンの分泌が2分の1程度と少ないため、ちよっと太っただけで、糖尿病になりやすい体質を持っています。

しかも、太っていないからと言って安心することはできません。日本人の糖尿病患者は、肥満でない人のほうが6割を占めています。

#### ◆自覚症がなくても健康とは限りません

糖尿病の多くは進行して初めて、自覚症が現れます。早期発見するためには、血液検査で調べるしかありません。

#### ◆自分の体を守るために

穀物や野菜、肉や魚など、バランスのよい食事をとりましょう。野菜は1日350gが目標です。また、こまめに体を動かし、運動を心がけましょう。若いときよりも体重が増えている人は注意が必要です。

人は生物学的に昼間活動するのに適した体の仕組みになっています。夕食はなるべく午後9時までに済ませましょう。また、夜更かしをせず、朝食をしっかりとりすることも大切です。

#### ◆健診で自分の体をチェック

9月28日まで総合健診が行われています。対象者でまだ受診していない人は、受診を済ませ自分の体の健康チェックをしましょう。

●問い合わせ 健康対策係

### パッケージについたシールはどうするの？

コンビニエンスストアなどで買ったおにぎりなどに、商品の表示をするシールが張ってあります。「このシールはどうすればいいの？」と、思う人がいるかもしれません。答えは、「はがせる分だけはがす」です。シールのあとが残っていても問題ありません。できるだけはがしてプラごみとして出しましょう。



分別しましょう  
資源分別クイズ

ごみを分別するとき「これは一体何ごみ？」と、疑問に思うことがあります。今回は志向を変えて、分別に困ったというお問い合わせが多いものをクイズにしてみました。

クイズは全部で15問です。燃えるごみだと思ふ人は「も」、燃えないごみなら不燃の「ふ」、プラスチック容器包装なら「プ」、

## 環境衛生だより



ビンカンなら「ビ」と、メモをしながら答えてみて下さい。また、「ごみじゃない、資源だ！」と思ったら数字を〇で囲んでみましょう。では、始めてみましょう。

#### 【問題】

- ①ハンガー
- ②お菓子の紙箱
- ③割れ物を包むプチプチ
- ④荷造りひも
- ⑤CD・DVDケース
- ⑥苗ポット
- ⑦クリーニングのビニール
- ⑧腕時計
- ⑨ペットボトル
- ⑩みかんネット
- ⑪ジャムのビン
- ⑫化粧品のビン
- ⑬クッキーの缶
- ⑭塗料の缶
- ⑮ねりわさびのチューブ

答えはこの項の下段にあります。さて、あなたはいくつ正解しましたか。



環境保全のためには、資源をいかしてリサイクルすることが重要です。「捨てればごみ、分ければ資源」。分別にご協力をお願いします。

●問い合わせ 環境衛生係

それでは答え合わせです。

#### 【答え】

- ①燃えるごみ。プラごみではありません。
- ②燃えるごみですが、集団回収に出せば資源です。
- ③緩衝材なのでプラです。※資源の場合もあります。
- ④燃えるごみです。プラではありません。
- ⑤燃えるごみです。プラではありません。
- ⑥洗って出せばプラです。
- ⑦ビニールですが、燃えるごみです。
- ⑧金属部分が多く不燃です。金属部品があつて、どちらかわからない場合は不燃になります。
- ⑨汚れのひどいものは燃えるごみですが、洗えば資源です。
- ※ふたとラベルはプラです。
- ⑩マークはないですがプラです。
- ⑪食用ビンはビンカンです。
- ⑫食用以外のビンは不燃です。
- ⑬食用缶はビンカンです。
- ⑭食用以外の缶は不燃です。
- ⑮きれいに洗えばプラです。中身が少しでも残っていれば燃えるごみになります。



# 図書館だより

●ホームページ

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

## 蔵書200冊が不明

6月21日から7月1日まで、蔵書点検のため休館しました。点検の結果、全体蔵書数89,406冊のうち、200冊が不明になっていることが分かりました。不明本の中には、高価な辞典や数十冊のコミック、文庫本などが目立ちます。

図書館資料は遠賀町の財産です。貸出手続きを忘れた本などは、図書館に知らせてください。

## イベント情報 (すべて無料です)

### 読み聞かせ講座 (初心者向け)

#### ●とき

▽1回目 10月14日(木)

▽2回目 10月28日(木)

※いずれも午前10時30分から午後0時30分までです。

#### ●ところ 図書館多目的室

●対象 地域や学校で読み聞かせ活動を始めた人、または、これから活動をしたいと考えている人

※2回とも参加できる人で、初心者を優先します。

#### ●定員 15人程度

#### ●内容

▽1回目 本の選び方・読み方など基本的な事柄

▽2回目 実演

【講師】草野三保子さん(古賀子どもの本の交流会・たけのこ文庫代表)

●申し込み 9月18日から図書館カウンターで受け付けを開始します

※電話での受け付けはできません。

## 人気本ベスト5

1位	1Q84 (BOOK 3)	村上 春樹	著
2位	1Q84 (BOOK 1)	村上 春樹	著
〃	小暮写真館	宮部 みゆき	著
〃	夜行観覧車	湊 かなえ	著
〃	小さいおうち	中島 京子	著

鰻焼く親父の破れ団扇かな  
千々和忠弘

西窓に残る余熱や遠火花  
生野八代子

夏雲のつながって大き宇宙人  
紀成 慶子

岸原 清行選

### 遠賀青葉句会抄

服部美保子

坑口へ錆びし線路や夏つばめ  
渡辺 貢

五感みなつながっている蟻の穴  
芦賀 恵子

神木の裏も表も蟬しぐれ  
池田 幸利選

### 遠賀俳友句会抄

大場トシミ

庭畑にラジオオラスの咲きつげば  
関口 キミ

毎日切りて客に持たせり  
上通ヨシノ

汗を拭きふきバスを待ちおり  
梅雨空にカラオケ合唱聞こえくる

笑顔が揃う「おもや」の一日  
天野 玲子選

一斉に鳴きだす蟬の声の中  
梅雨空にカラオケ合唱聞こえくる

汗を拭きふきバスを待ちおり  
笑顔が揃う「おもや」の一日

一斉に鳴きだす蟬の声の中  
梅雨空にカラオケ合唱聞こえくる

汗を拭きふきバスを待ちおり  
笑顔が揃う「おもや」の一日

一斉に鳴きだす蟬の声の中  
梅雨空にカラオケ合唱聞こえくる

汗を拭きふきバスを待ちおり  
笑顔が揃う「おもや」の一日

短歌  
俳句

おんが短歌会詠草

## 新着本案内

### 一般書



いつもの毎日。

松浦 弥太郎 著

「暮しの手帖」編集長である著者が、生活でのこだわり、物への変わることのない価値観、他人への心遣いについて語るエッセイ。



ひそやかな花園

角田 光代 著

大人たちの秘密を知った私たちは、自分という森をさまよひ始める。夫婦、家族でいることの意味を根源から問いかける長編小説。



御当家七代お祟り申す

佐藤 雅美 著

古筆の真がんとを瞬時に見抜き、こそ泥を一刀のもとに切り倒す新之丞の正体を探るため半次は大和路へ。時代小説半次捕物控の新作。

なんとなく・青空

工藤 直子 詩

身の回りの物や風景と自分のやりとりを歌った詩に、シンプルなオブジェ写真を添えた詩集。



### 児童書



ずるやすみにかんぱい!

宮川 ひろ 作

学校へ行きたくなかった雄介に、お父さんは「ずる休みをしよう」というのです。子どもも大人も一緒に読んでほしい物語。

4ひきの子グマ物語

前田 菜穂子 文・写真

クマの王国、アラスカのカトマイ国立公園。厳しい自然の中で子グマを育てる母グマの愛情あふれる様子を紹介する絵本。



# 第4回たのし～いパソコン教室 (エクセル初級講座)

エクセルの基本操作やグラフ作成など、丁寧に教えます。あなたも基礎から学んでみませんか。

●と き

10月5日(火)から29日(金)までの毎週火・金曜日(全8回)午前10時～正午

●と ころ ふれあいの里センター

●対 象

遠賀町内に在住・在勤の18歳以上で、ワードの基本操作ができる人

●内 容

エクセルの基本操作、グラフの作成、データベースの利用方法など

●定 員 18人(応募者多数の場合は抽選)

●費 用 2,000円

●申し込み方法

はがきの往信面に、住所・氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・電話番号および「パソコン教室受講希望」と朱書してお申し込みください(申し込みは一人1枚)  
※返信面には、住所・氏名・郵便番号をご記入ください。

●申込期限 9月21日(火)・必着

●申し込み・問い合わせ

〒811-4392  
遠賀町大字今古賀513番地  
スポーツ文化係

## Happy Birthday おたんじょうびおめでとう

平成21年8月12日生



佐藤 なつちゃん  
(別府)

なっちゃん、おたんじょうびおめでとう♥  
ニコニコスマイルでみんなを癒してね。


平成20年8月11日生



林 琉香ちゃん  
(広瀬)

るーたん、お誕生日おめでとう♥  
そらにいちゃんと仲良く元気にあそぼうね。


平成21年9月5日生



大坪 琴奈ちゃん  
(今古賀)

♥1歳のお誕生日おめでとう♥  
これからも元気で活発な皆に愛されるキュートなこっちゃんていてね♥

平成21年9月1日生



松尾 優治ちゃん  
(今古賀)

いつもニコニコ笑顔の優ちゃん。お姉ちゃんと仲良く元気に遊ぼうね。

## 明るくくらしのために! 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.

知らない業者が「家の掃除をあげます」と勝手に台所に入り、水道の蛇口にタンクを取り付けてしまった。そのときになって初めて浄水器の販売だと気づいた。



訪問目的を確認、白黒はっきりと！  
パンダちゃん

A.

8日以内であればクーリング・オフ(無条件解約)ができます。たとえ使用していても、業者の負担で引き取ってもらえます。安易に家に上げるのはトラブルの元です。まず、訪問の目的を確認しましょう。クーリング・オフ期間を過ぎていても、あきらめずにご相談ください。

●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

この広報誌は環境などに配慮し、再生紙を使用しています。

### 火災・救急件数

#### 遠賀郡消防本部

平成22年7月分

火災	遠賀町 郡内	0件 1件
救急出動	遠賀町 郡内	59件 370件

#### 火災案内

☎0180(999)998

もしも遠賀町が1000人の町だったとしたら：  
この町には、男性が47人、女性が53人で生活しています。15歳未満の人が12人、15歳から64歳までの人が66人、65歳以上の人が22人です。仕事をしている人は47人、そのうち9人が事務に従事している人、6人が販売に従事している人、5人がサービス職業に従事している人です。  
さて、今年(平成22年)は全国で国勢調査が行われます。この数値は、平成17年国勢調査結果から計算したものです。  
国勢調査は、日本に住んでいるすべての人を対象にした国の最も重要な調査です。遠賀町でも9月下旬から調査員が、皆さんのお宅へ調査票などの配布にお伺いします。記入した調査票は、封をして調査員に渡していただくか、希望で郵送することもできます。  
皆さん、国勢調査にご協力をお願いします。  
(矢)

### 編集後記

