

広報

# おんか

2000.10.10

Kouhou ONGA

No.732

大切に温めた卵から  
もうすぐ、ふれあいが  
生まれそうだよ…。



## 特集 ふれあい発見隊がゆく



# 特集 ふれあいの里見隊がゆく

調査ファイル1

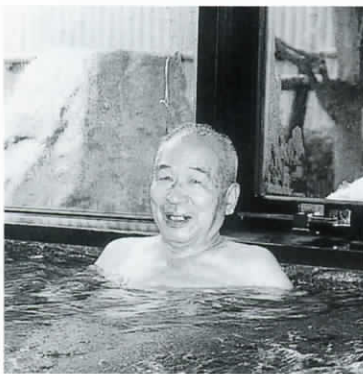
コミュニティセンターの拠点

ふれあいの里に迫る

平成6年11月にふれあいの拠点として誕生したふれあいの里。オープン以来多くの方が訪れ、みなさんが気軽に交流しあえる空間としてその役割を果たしているようです。はたしてふれあいの里はどのようなものなのでしょうか。ふれあい発見隊がその魅力に迫ります。

ゆっくりと湯舟に入れば  
心も体もツカポカ!

ふれあいの里センターのなかに入ると広々としたホールが広がっていました。奥には浴場があり、入館料のみで風呂に入れます。岩風呂のある大浴場と、松のふろや気泡風呂などがある小浴場があり、一定期間ごとに男女がそれぞれ交互に利用しています。また、それぞれの浴場にサウナも設置しているところも嬉しいですね。気持ちのよい風呂に入ったあと



は、ゆっくりとくつろげる休憩室が浴場入口の前にあります。休憩室の半分はタタミ敷きですので、横になってリラククスすることもでき、世間話でもしながら交流を深めるには最適ですね。



水口孝行さん  
(虫生津)

ゆっくりくつろげるから  
うれしいですね

足のケガのリハビリを兼ねてトレーニング室を利用しています。病院にも同じような器具はありますが、ふれあいの里はリハビリ以外にも風呂に入ったり、本を読んだり、テレビをみたりとゆっくりくつろげるからうれしいですね。

利用者に

聞く

ふれあい見~つけた!

ふれあいの里センター入館料

町内者	小・中学生、60歳以上	200円
	15歳以上60歳未満	300円
町外者	小・中学生	300円
	15歳以上	500円

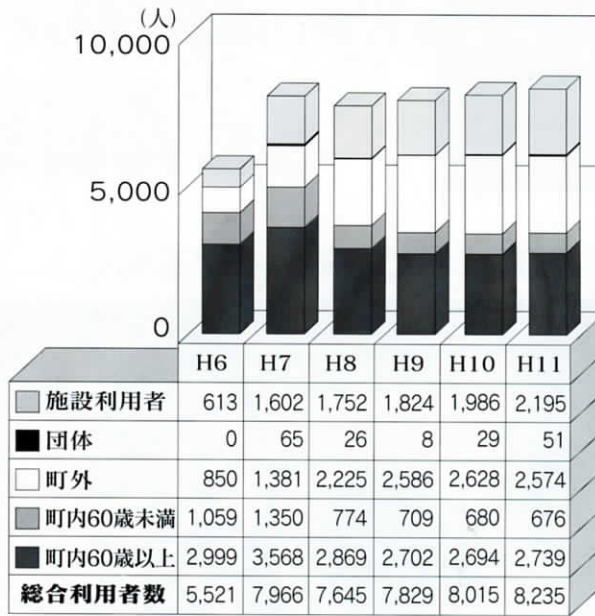
※浴場、娯楽室、トレーニングルーム、カラオケ室（一曲50円）使用料を含む

ふれあいの里施設利用料

クラブ室1・2・3	2時間	400円(600円)
研修室1・2	2時間	500円(750円)
生涯学習室1・2	2時間	600円(900円)
調理実習室	2時間	500円(750円)
屋内運動場(全面)	2時間	400円
なのはな・れんげ	2時間	800円(1,200円)
	宿泊1泊	5,000円(7,500円)
すいせん	2時間	300円(450円)
	宿泊1泊	2,000円(3,000円)

※( )は冷暖房利用の場合

ふれあいの里利用状況の推移(月平均)



趣味や娯楽で  
交流の輪を広げよう

ふれあいの里センターには趣味・娯楽を楽しめる部屋がたくさんありました。カラオケルームは一曲50円で歌え、最新の歌もそろっていますので思う存分歌えます。この日もグループがカラオケを楽しんでいました。娯楽室では囲碁や将棋でにぎわっています。同じ趣味の人たちと時間を忘れて楽しめる場所があるというのは魅力的ですよ。

お腹がすいたり、お茶でも飲みながら話をしたりしたいときには食堂が利用できます。食堂の利用は入館料がいりませんので、入口でバッジをもらえば無料で入ることが出来ます。恐龍公園に遊びに来たときにも寄ってみてはいかがでしょうか。

このほかにも研修室やクラブ室、生涯学習室、調理実習室など



状況に応じてさまざまな部屋がありますので、グループでの活動場所を探すにも安心ですね。大広間はイベントなどの劇や講演会にも使用されています。

たまには汗を流すのも  
いいんじゃない

簡単な運動ならふれあいの里センターでもできます。屋内運動場ではゲートボールやグラウンドゴルフをはじめ、テニスの練習やバレーボールができます。また、トレーニングルームには何種類かのトレーニング器具もありますので、風呂に入るまえにでも汗を流してはいかがでしょうか。

まるで家に住んでいるような  
気分を味わえる

研修センターはだれでも気軽に研修や宿泊ができる施設です。子ども会やクラブの合宿はもちろん、友だち同士や家族で楽しい時間を過ごすことができます。研修センターには30畳が2部屋と10畳が1部屋ありました。台所や冷蔵庫も完備され、自炊ができるのも魅力の1つです。また、10畳の部屋は高齢者・障害者用むけのモデルハウスで、風呂や洗濯機も備えています。

出会うふれあいが  
生きがいです

デイサービスに毎週1回通っていますが、それ以外でもほとんど毎日ふれあいの里に来ています。こんな施設があるのはありがたいですね。いろいろな人と知り合える社交の場となっています。ふれあいの里で知り合いになった方々と会うのが楽しみで、今では出会うふれあいが生きがいとなっています。



末森マツエさん  
(広渡)



神谷廣美さん  
(遠賀川)

部員7人でわきあいあいと  
練習しています

社交ダンスの指導をふれあいの里でしています。ふれあいの里は気軽に利用しやすいですね。現在は部員7人でわきあいあいと練習しています。社交ダンスを通して人と人とのふれあいも生まれますね。

ふれあいの場を求めて

# ろまん倶楽部



## ろまん倶楽部公演予定

(平成12年10月~12月)

- 10月12日 地域安全運動遠賀大会  
(コミュニティーセンター)
- 10月14日 遠賀南中学校文化祭  
(遠賀南中体育館)
- 10月27日 環境啓発事業遠賀大会  
(コミュニティーセンター)
- 11月5日 遠賀町文化祭  
(コミュニティーセンター)
- 11月12日 芙蓉区文化祭(芙蓉公民館)
- 11月27日 広渡区老人会(広渡公民館)
- 12月3日 遠賀町健康・福祉祭り  
(ふれあいの里)

した。

(写真左 高本さん  
右 新福さん)

る高村幸生さんに、お話をうかがいま

現在、ろまん倶楽部で部長をしてい

います。

話を中心に町内各地で訪問公演をして

世代間の交流を深めるために地域の民

体です。ふれあいの里を拠点として、

健康で生きがいのある生活をめざす団

ろまん倶楽部は演芸活動を通して、



公演終了後には、ホッとしますね

わんぱく教室では、子どもたちに大人気!



何度も練習した演技

ろまん倶楽部も始まって以来、6年目を迎えました。毎週水曜日に練習をしています。

私が入部したのは、ろまん倶楽部に入っていた友人からビデオを見せてもらったことがきっかけでした。「素人でもこんなにすばらしい演劇ができるのか」と驚きましたね。入部当初はセリフを覚えるのが大変でしたが、一度舞台上に立つたら感動してやめられなくなりました。

現在は中学校や老人ホーム、保育園などの舞台で活動をしています。みなさんが演芸をみて喜んでいられるのを実感できたときが一番うれしいです。中学生は感想文を書いてくれますが感謝の言葉のなかには「大道具の作り方を教えて欲しい」とか「どうしたらセリフをはっきりいえるのか」といった内容のものもあります。こういうことの指導などでも交流ができたらと思っています。

数年前に島門小学校の生徒たち6、7人と一緒に演劇を行ったことがありましたが、お祭りなどで子どもたちと再会したときに「また、一緒に演劇がやりたい」と話してくれました。やはり、演劇と一緒にやったことは印象に残っているんでしょうね。こういう機会があれば、どんな行なっていきたいものです。今年も昨年までと大きく変わったとこ

喜んでいられるのを実感できたときが一番うれしいですね。

### ろまん倶楽部の部員を募集します

ろまん倶楽部に入りませんか。舞台上で演じるだけでなく、音響や照明、大道具などに興味がある人も大歓迎です。地域で演芸を通じてボランティア活動や生きがい作りをしましょう。

●問い合わせ 中央公民館  
☎ (293) 1355

ろがありまます。それは今までは演劇のプロに指導してもらっていたのを、今年から全部自分たちで作るようになったことです。脚本や演出などすべて先生がしていたものを、練習をとおして全員で作りに上げていきます。演じる人も見る人も楽しめるものを作るために、和気あいあいと楽しみながら練習していきます。

現在、部員は10人いますが、ほとんどが高齢者です。今後は後継者を作るためにも若い世代の人たちに参加してもらいたいですね。今年からは踊りの部も新たに加わり、演芸にもますます幅が広がりました。今後はバナナのたたき売りやガマの油売りも計画中です。

これからは地域に根差したろまん倶楽部であるためにも、地区公民館などでもボランティアで活動して、みなさんとふれあいの輪を作っていきたいと思っています。

ふれあい見つけた!

ろまん倶楽部は  
たのしいね

お互いに教えあい  
勉強しあえることがすばらしい



有門博文さん  
(中央)

自分以外の人を演じられるという魅力からろまん倶楽部に入りました。みなさんとお互いに教えあい勉強しあえることがすばらしいですね。



樋口峰子さん  
(緑ヶ丘)

仲間と一緒にできることが楽しいですね。夫婦役や親子役などしていると親近感がわいてきます。演じた後に握手などをしてもらったりすると、やりがいを感じますね。

仲間と一緒にできることが  
楽しいですね

集団生活が子どもを磨く

# 通学合宿の一日を追う

9月3日から9日まで

ふれあいの里で行なわれた

通学合宿。

楽しいふれあいの一日を、

密着取材しました。



午後4時30分  
子どもたちがふれあいの里に帰ってきました。  
さあ、共同生活の始まりです。



午後7時  
料理のかたづけが終わると、  
次は掃除の時間。



午後5時10分  
学校から帰ってすぐに晩ごはんの準備が  
始まりました。今日  
のおかずは肉じゃが  
とサバの塩焼きです。

午後6時20分  
みんなで作った料理を「いただきます」。  
売り物になりそうなほどおいしかったそうです。

## 家に戻っても 継続していくことが 大切なんです

子どもたちの体験不足が叫ばれるなか、考え出された通学合宿。遠賀町でも平成8年度から開催されています。最初はなかなか人が集まらずに何度も学校へ足を運び、参加者を募っていましたが、今ではくじ引きをしないといけないほどの応募があつていきます。うれしい悲鳴というヤツですかね(笑)。宿泊場所もふれあいの里の茅葺き(かぶ)の家から研修センターにかわりました。収納スペースが少ないのですが部屋は広くなり子どもたちは伸び伸び活動しています。一週間泊まり込みで集団生活を行う通学合宿では自分のことは自分でしなければなりません。料理や洗濯など、普段の生活ではなかなか体験しないことを全部しなければならぬのです。始めはボラ



社会教育係  
向井理人さん

子どもたちの体験不足が叫ばれるなか、考え出された通学合宿。遠賀町でも平成8年度から開催されています。最初はなかなか人が集まらずに何度も学校へ足を運び、参加者を募っていましたが、今ではくじ引きをしないといけないほどの応募があつていきます。うれしい悲鳴というヤツですかね(笑)。宿泊場所もふれあいの里の茅葺き(かぶ)の家から研修センターにかわりました。収納スペースが少ないのですが部屋は広くなり子どもたちは伸び伸び活動しています。一週間泊まり込みで集団生活を行う通学合宿では自分のことは自分でしなければなりません。料理や洗濯など、普段の生活ではなかなか体験しないことを全部しなければならぬのです。始めはボラ

ただ、せっかく通学合宿で身に付けたものも、その後、活かされなければ意味がありません。家に帰ってからも学んだことを継続させていくことが大切なんです。それに関しては、保護者の皆さんにお願いしたいですね。

遠賀町教育委員会では通学合宿を修了した子どもたちで卒業生の会を作つて、様々な活動をしています。こういった子どもたちがいつか大人になって、いろいろなカタチでまちづくりに参加してくれたらうれしいですね。その頃、私は何歳になっているのでしょうか(笑)。



午後9時  
夜のつどいは一日の反省と明日の予定を確認する時間です。今日の反省は…。

午後7時20分  
洗濯もしなければ…。洗剤はこのくらいでいいかな。

午後9時45分  
パン工房のボランティア指導者から手作りのパンを差し入れしてもらいました。味の感想は？「とってもおいしいです」。



午後10時  
消灯の時間です。明日も一日がんばろう。



午後7時40分  
お風呂です。みんなで入るからお風呂もひときわ楽しいです。

午前7時45分  
学校の登校時間です。みんな元気に「行ってきまーす」。



午前7時  
朝ごはんもしっかりたべなくちゃ。「自分たちで作ったからいつもよりたくさん食べられるよ」。



午前6時  
起床の時間です。眠たい…とにかく眠たい…。さあ、早起きは三文の得ですよ。



三ツ橋健人くん  
……………  
(浅木小4年)

知らない人と友達になれて、よい経験になりました。将棋やトランプなどで一緒に遊んで、とても楽しかったです。一番身に付いたことは難しかったけど料理を作れるようになったこと。家に帰ってもたまにはしたいです。

身に付いたことは料理を作れるようになったこと！



内田 崇くん  
……………  
(広渡小6年)

欠点もあって怒られたりもしたけど、この一週間こうして通学合宿に参加できたことは本当によかったです。友達と日ごろは体験できない共同生活を送ることができました。今後はこの経験を活かしていきたいと思っています。

この経験を活かしていきたいと思います

☆ 通学合宿 ☆  
☆ 突撃インタビュー ☆

ふれあい見~つけた!

みんな協力したことが一番の思い出です

参加する前は友達ができるかどうか心配だったけど、みんなが誘ってくれて仲良くなりました。みんなで協力したことが一番の思い出です。今まではお母さんの手伝いをしてなかったけど、手伝おうという気持ちになれました。



加藤寛子さん  
……………  
(島門小6年)

新たなるふれあいの空間とは

ふれあい館(パン・麵工房 陶芸室・民俗資料館)

ふれあいの里に、研修センターに続いてあらたなふれあい空間が生まれました。新しく誕生した施設はパン・麵工房、陶芸室、民俗資料館。みんなが楽しめる新しい施設をふれあい発見隊がお知らせします。



**パン工房**  
 利用時間 午前9時～午後5時  
 パン工房 2時間 二百円  
 (冷暖房利用 三百五十円)  
 ガスオーブン 1回 三百円  
 ミキサー 1回 五十円

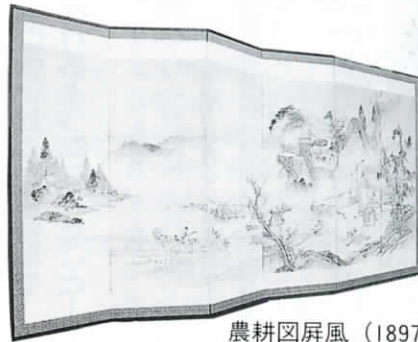


ふれあいの里の目玉として新たに誕生したパン工房と麵工房。粉から作れる本格的な工房は、それぞれ10人程度が利用できます。パン工房には材料を混ぜあわせるミキサーや2斤の食パンを一度に10本焼くことができるガスオーブンなどが設置され、麵工房には一度に15人分の麵をゆでることができるようどん釜や日本そば釜を用意しています。設備の整った工房、あとは、みなさんの利用を待つだけです。

作り方や器具の使い方がわからないと不安になっても大丈夫。パン工房・麵工房では講座も開きます。また、家族や友人グループで利用する場合には講師を紹介できるように進めています。

新しくできた食の空間で、あなたも腕をふるってみませんか。きつと楽しめるはずですよ。

民俗資料館



農耕図屏風 (1897年)

11月3日にオープン予定の民俗資料館。館内には明治以降の農具や民具などを多数展示しています。展示するだけでは他の資料館と変わりがないということで、写真が盛りだくさんのパネルや体験を通して学べる質問コーナーなど

工夫が盛りたくさん。小学校の授業にも最適です。

展示物の目玉は農耕図屏風。明治時代に有名な絵師が描いたもので、当時の農耕の姿を見ることが出来ます。板の間は竹細工やわら細工などの工作場所として使えますし、奥の四畳半のタタミ敷きでは世界の文明や日本の歴史を学べるビデオも上映します。

**民俗資料館**  
 利用時間 午前9時～午後5時  
 入場無料



武田光正さん(文化財担当)

水田にしても農具にしても弥生文化が基本です。そこからどう変わっていったか、そして、その変化でどう効率的になったかというのを考えながら学んで欲しいですね。そういった変化の着眼点をつかみ、過去を知ることで未来に前進していくと思うんです。一人でも多くの方が遠賀町の文化に触れることを願っています。





# ふれあい館



今まで総合運動公園内にあった陶芸室が、今回、設備を充実してふれあい館に誕生しました。現在は町内の3つのクラブが活動していますが、もちろん個人でも利用できます。電動ロクロや手回しロクロ、さらにタイマー付きの電気陶芸窯がありますので、材料さえあれば、手作りのすてきな壺や皿もできます。個性を活かしたあなただけの作品を、この陶芸室で作ってみてください。

## 陶芸室

利用時間	午前9時～午後5時
陶芸室	2時間 三百円
(冷暖房利用)	四百五十円
陶芸窯	素焼1回 千六百元
本焼1回	二千円

## パン工房・麵工房



### 麵工房

利用時間	午前9時～午後5時
麵工房	2時間 200円
(冷暖房利用)	300円
うどん釜	1回 300円
そば釜	1回 700円

## パン・麵講習会



### ●とき

▽パン講習会(10人)  
11月7日から毎週火曜日(全7回)  
午後1時～5時

▽麵講習会(10人)  
11月1日から毎週水曜日(全5回)  
午後1時30分～3時30分

### ●ところ

ふれあいの里(パン工房・麵工房)

### ●対象

20歳以上の町内在住者・在勤者

### ●費用

一回につきパン五百円、麵千円

### ●申し込み

10月25日(水)までに中央公民館事務室へ電話で申し込んでください

## 初心者陶芸教室



●とき 11月9日から毎週木曜日(全18回)

午後1時30分～4時30分

●ところ ふれあいの里(陶芸室)

●対象 10人

20歳以上の町内在住者・在勤者

### ●費用

初回二千円(材料費は自己負担)

### ●申し込み

10月27日(金)までに中央公民館事務室へ電話で申し込んでください

※両教室とも申し込み多数の場合は抽選になります

### ●問い合わせ

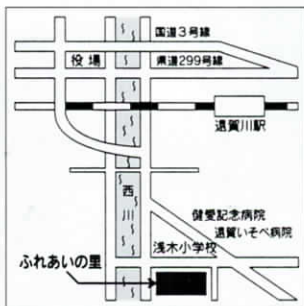
中央公民館

☎(293) 1355

# 調査報告

今回の調査でふれあいの里ではたくさんのふれあいが生まれていることがわかりました。新しくできるふれあい館や民俗資料館も交流の場として十分期待できると思います。ただ、一つ言えることは

施設があるからふれあいができるのではなく、人が集まるからふれあいが生まれるということ。どんなにすばらしい施設でも、それはふれあいのきっかけに過ぎません。あとは、みなさんがどう利用するかが大切なことなのです。ぜひ一度、ふれあいの里に足を運んでみませんか。きっと、すばらしいふれあいが待っているはずですよ。



井戸 今は水がありませんが、もちろん水をはることもできます。



蔵 時代を感じさせる蔵は民俗資料館の隣にあります。



五右衛門風呂 懐かしい五右衛門風呂を再現。



民家 昔ながらの茅葺の家です。



**遠** 賀南中では毎年3年生が南部保育園に訪れ、自分たちの作った絵本を読み聞かせしています。この事業にさきだつて、9月11日遠賀南中学校に読書ボランティアグループ「青い麦の会」のメンバーが訪れ、3年生に読み聞かせの指導を行いました。

「ゆっくりと心を込めて読むことが大切です」と話す青い麦の会の加藤さん。指導のあとには、大型紙芝居や影絵も披露されました。

3年生は「本読みの方法など、よくわかりました。教わったことを活かしていきたいです。」と話していました。

青い麦の会の読み聞かせ指導

まじろのまち

# まちの TOPICS わだい

## 伝統復活に取り組みました

### 別府区の千灯供養

**8** 月17日、別府地区の今泉神社で千灯供養が行われました。いつのころからか無縁仏を供養するために行われていたこの行事。一時は途絶えていましたが、伝統を復活させようと今年から老人会と子供会が一緒になって取り組んだのだそうです。

「私が子どものころは夏休みのなかで一番楽しい時間でした。老人会と子供会が一緒にしたことに意義があります」と語る公民館長の仲野さん。神社前の境内にはたくさんのろうそくが用意され、子供たちやお年寄りが明るい火を灯しました。



## 下水道普及を呼びかける

### 全国下水道推進デーに駅前啓発

**9** 月10日の全国下水道推進デーにともなって、9月8日に駅前街頭啓発が行われました。この日は町長をはじめ助役、担当職員が遠賀川駅や近くの商店街を歩き交う人に下水道の普及促進を呼びかけました。

下水道が普及すると台所や風呂場の汚水が側溝などに流れなくなったり、悪臭のない水洗トイレが使えるようになってきます。また家庭から出る汚水は下水道で浄化センターに集められるので、町だけでなく、川や海がきれいになります。みんなで下水道を普及促進しましょう。



## 災害救援のチャリティーコンサート

サンセットライブ2000

**伊** 伊豆諸島の人々に救援募金を贈るチャリティーコンサートが9月15日、尾崎区公民館で開催されました。牧山勇治さん、千鶴伽さん、平田達彦さん、笠山トリオの4組のアーティストを迎え行なわれたサンセットライブ2000。たくさんの観客が集まり、会場は盛り上がりました。募金は西日本新聞を通じて伊豆諸島に贈られるそうです。主催の橘三喜夫さんは「いい音楽を聴くことで地域のなかに文化が育つのがうれしいですね。伊豆諸島に尾崎区の心をとどけることがアーティストへのお礼になると思います」と語っていました。

## 長生きして本当によかった！

遠賀南中学校が静光園でボランティア

**遠** 賀南中学校の3年生が9月16日、静光園を訪れ、入所者への歌のプレゼントや園内の清掃活動を行いました。地域の高齢者とふれあうことで豊かな心を育てようで行なわれたこの授業は、福祉体験学習の一環で行われたものです。一緒に歌を歌ったり、レクリエーションをしたりと入所者と生徒たちは楽しい時間を過ごしました。

帰りには生徒たちから肩もみがプレゼントされ、入所者は本当にうれしそうな笑顔で「長生きして本当によかった。ありがとう」と中学生と言葉を交わしていました。



## ひと夏の感動をありがとう

中間遠賀地区「少年の船」

**中** 間遠賀地区「少年の船」が8月2日から6日に行われました。今年で16回目を迎えるこの「少年の船」には遠賀町からは団員とスタッフあわせて11人が参加し、全体で58人が集まりました。

今回の訪問先は鹿児島県の種子島・屋久島です。ウミガメの放流やキャンプなど大自然のなかでの貴重な体験を通して、友情を育み、団体生活の楽しさや厳しさを学ぶことができたのではないのでしょうか。真っ黒に日焼けして帰ってきた子どもたちの顔は旅の充実感を物語っていました。



伝統の思案橋を歌や演奏で盛り立てます。

楽しい演出でグランプリに輝いた  
若葉台のサーカス団。



「ギャル...」



## 仮装大会に歓声

この日のために、ガンバリました

カメラルホ

# 盆踊り大会

遠賀町夏まつり

夏の風物詩でもある遠賀町夏まつり盆踊り大会が8月19日に総合運動公園で開催されました。この日、会場には多くの参加者が集まり、盆踊りや仮装大会で盛り上がりました。毎年楽しい笑顔が広がる夏まつり盆踊り大会。今年もその写真を集めてみました。

### 思案橋は私たちの 誇りでもあります

今年の夏まつり盆踊り大会は木守区が伝統の思案橋を踊りました。昔ながらの町の伝統でもある思案橋は私たちの誇りでもあります。歌や三味線、太鼓に御はやしの地舞台と踊り子が一体となって練習にも励みました。若い人たちも地区の盆踊りで思案橋を覚えています。これからも伝統の火を守っていきたいですね。



岩見カツヨさん  
(木守)

### がんばってよかったという 満足感でいっぱいです

今年の仮装のサーカス団はみんなでアイデアを出しながら手作りで作上げたものです。無理をすることなく、できることをできる人がするということで大人から子どもまでが協力しあいながらやりました。子どもたちも積極的に参加してくるんですよ。

私たち自身が和気あいあいと本当に楽しくやれたということが意義のあることですね。がんばってよかったという満足感でいっぱいです。



瀬井公子さん  
(若葉台)



二千発の花火が夏の夜空を彩りました。

# 真夏の華、花火大会

2000発の光彩が夢のようなひとときを



華麗なるパチさばき。  
太鼓の音が響きます。



盆踊りはみんなが参加します。

## 熱演、盆踊り

もう、踊らずには  
いられない



会場は人の山でした。



今年の思案橋は木守区のみなさんでした。



松ノ本の花笠音頭。

### 来年もまた夏まつりの舞台に 立ちたいですね

遠賀太鼓で夏まつりの舞台に立つのは今年で2回目になります。竹をたたいてテンポをあわせる役でした。練習はきつかったけど本番は成功できて本当にうれしかったです。遠賀太鼓は友達ができるだけでなく、叩いていて楽しいんです。もっともっと上手になって、来年もまた夏まつりの舞台に立ちたいですね。



塩崎雄太くん  
(松ノ本)

参  
加  
者  
の  
声

## 手のひらマッサージで簡単にフレキシブルに！

日ごろの健康管理といえば栄養・運動・休養の3つが基本です。しかし、その他にも簡単な方法があるのです。そのひとつがマッサージ。ツボを刺激することで血液の循環が良くなり、張りや痛みを解消することもできます。そこで今回は家庭でも簡単にできる手のひらマッサージを紹介します。

### 「手のひら」は全器官の鏡です

手のひらは体の器官の状態を映

し出す鏡です。体中のあらゆる器官のツボが手のひらに集まっているのです。このツボをマッサージすることで、各器官の疲れを軽くすることができます。

### 手のひらマッサージでこんな効果が……！

血液は心臓から体中に送り出されますが、心臓から遠い体の末端では血液の流れが滞りがちです。このため、体の末端である「手」を良くもみほぐし、筋肉や血管を



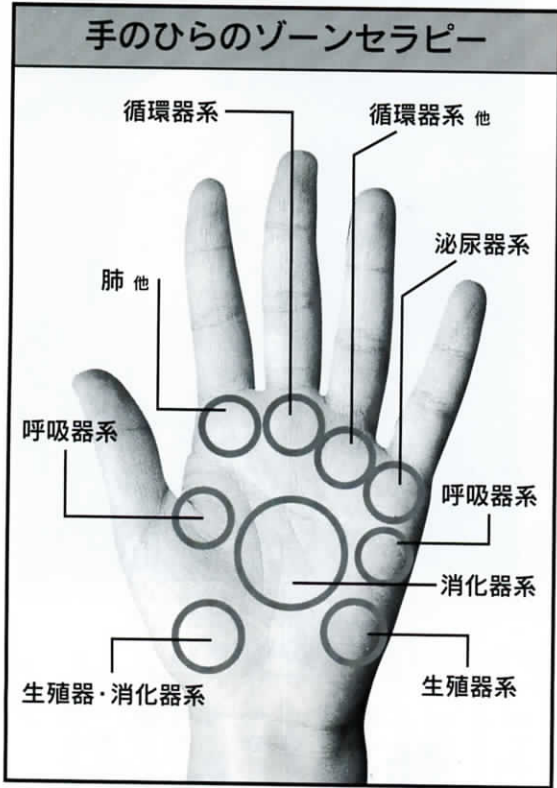
活発にさせることで、全身の血行が良くなるのです。これから寒くなりますが、冷え性対策にも効果的です。

また、手の神経は脳と非常に密接な関係があります。手への刺激によって、大脳の血液循環が良くなり、「頭がすっきりする」、「寝起きが良くなる」、「頭痛がやわらぐ」などの効果があります。

### ツボ、マッサージ

まず、気になる器官に対応するツボを確認し、あまり痛くない程度に強弱をつけながら、コリがほぐれるまで左右両方をもみます。片方約5分が目安です。

仕事の休憩時や家庭でテレビを見ながら、簡単にできる手のひらマッサージで、疲れをとり体をすっきりさせましょう。



## シリーズ 環境衛生を 考える

### — EMほかし —

とも土のなかにいる数十種以上の微生物を利用した製品なんです。土のなかには私たちにとって良い菌と悪い菌がありますが、良い菌は悪い菌をやっつけたら、植物が育つのを助けます。

ところが農薬をまくと悪い菌だけでなく、良い菌まで殺してしまい、土壌は弱くなっていきます。また、農薬は私たちの身体や自然環境にも悪影響があるのです。

EMほかしを使うと良い菌がだんだん増えて土が元気になるだけでなく、地球の環境もきれいになるんですよ。EMほかしは家庭でも簡単に使えますし、生ゴミの減少でゴミの減量にもつながります。

今、地球に優しい生活を求め模索している時代ですが、皆さんはどのような工夫をしていますか。まずは身近な所に目を向けてみましょう。家庭からできる生ゴミ。毎日の食事でかなりの量の生ゴミがでていきます。この生ゴミをコンポストや発酵促進剤などで再利用する試みが現在行われていることはみなさんもご存知でしょうが、EMほかしのことは知っていますか？

EMほかしとは薬ではなく、も



## 環境啓発の学習会に参加しませんか

●とき 10月27日(金)  
午後1時30分～

●ところ  
遠賀コミュニティーセンター

●学習内容  
EM菌を使った生ゴミ堆肥の作り方と園芸について  
※にじの会、青い麦の会、ろまん倶楽部の出演もあります

●問い合わせ 住民課環境衛生係

# まちかど キッズボール

このコーナーでは、皆さんの作品をお待ちしています。イラストや詩など、お気軽に企画課企画調整係までお寄せください。

(郵送でも直接窓口を持ってきてかまいません)

※住所、氏名(ペンネーム希望者は別途明記)、年齢、電話番号を記入してください。

絵



中村 貴大くん (小3)

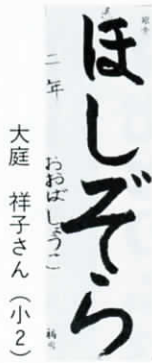


新妻 未来さん (小1)

習字



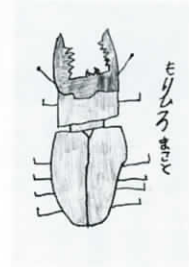
大庭 千佳さん (小4)



大庭 祥子さん (小2)



三浦 あゆみさん (小4)



森廣 慎くん (小1)

木細工



折尾 優樹くん (小2)

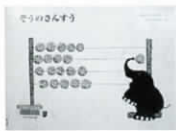
Book communication

図書室からの伝言板

新刊案内

一般図書

児童図書



そうのさんすう  
ヘルメ・ハイネ著

100歳生きてやつとゼロの意味がわかったゾウ。年を重ねたからこそ分かることがある。



うみぼうやとかぜはんば  
山下 明生著

うみぼうやは死にかけた仲間たちを救うため、風の番人に会いに北の国へ旅立った。



わゴムはどのくらい伸びるか  
マイク・サーラー著

ぼうやは、輪ゴムがどれくらい伸びるか試してみた。輪ゴムはどんなに伸びて…。



火の雨氷の雨  
かやのしげる著

豊かにくらすアイヌの村里を見に出かけた竜の神カンナカムイの息子は…。



希望の国のエクソダス  
村上 龍著

2002年経済の大停滞が続く日本。不登校を始めた中学生がネットビジネスを開始するが…。



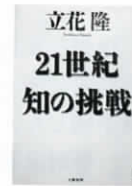
二十三年介護  
ねじめ正一著

夫の介護を明るく前向きにやり遂げた田を語り手記で描くある家族の23年の物語。



奇貨居くべし(飛翔篇)  
宮城谷昌光著

秦の始皇帝の父ともいわれる呂不韋。秦の政治の中核になるため賭を始め。



21世紀知の挑戦  
立花 隆著

科学技術の最先端をあらゆる角度から取材し、人類・自然史のなかに現在の位置づけを試みる。



陣借り平助  
宮本昌孝著

主は織田信長、愛馬で戦場に踏み出た若武者「陣借り平助」を待ち受けるものは…。



夢魔(ナイトメア)  
森村 誠一著

京子、圭子、雅江はりんの家から金を持ち出す。猫に引つかかれ奇妙な猫化が始まる。

俳句  
短歌

短歌 おんが短歌会詠草

河中 靖喜選

玄関のサンダルに砂付きのまま名残のように残暑は続く  
高崎 佳子  
野ポタンの音もなく散る水の面を行方は知れず夏はうつらふ  
上通ヨシノ  
清流の音に誘われ来し岸辺  
明るく咲ける「きつねのかみそり」  
山唄む空のかぎりの星月夜  
惜しみて寝ねず星野村の宿  
中野すえの  
道へだつ青田に眼休ませる  
仕入れ伝票入力終えて  
大場トシミ

俳句 遠賀俳友句会抄

池田幸利選

空青し傾く墓と鶏頭花  
服部美保子  
秋立つや草を刈りある草の中  
渡辺 貢  
小学校跡の碑蜻蛉群る  
縄手 進  
川風のままに向き変えねこじやらし  
岩萩 伸江  
威銃水路にかかる板の橋  
玉野 信彦

# 第25回

# 遠賀町文化祭

水と緑・文化とのふれあい・交流

●とき 11月3日・4日・5日

●ところ

コミュニティセンター・勤労者体育センター

●内容

▽3日(金)～5日(日) 作品展示会

(午前9時～午後5時・5日は午後4時まで)

▽3日(金) 町民のつどい(社交ダンス・カラオケ)

(午後1時～午後4時)

▽4日(土) 式典(午前10時～10時30分)

芸能まつり (午前10時30分～午後4時まで)

▽5日(日) 町民のつどい(レクダンス・エアロ

ビクス・ろまん倶楽部・ハーモニカ・コーラス)

(正午～午後4時まで)

●問い合わせ 文化祭実行委員会 (中央公民館内)

☎(293) 1355

## 乳がん・子宮がん 検診が あります

中央公民館とふれあいの里で検診を行います。事前に予約が必要ですので  
検診希望者や変更のある人は福祉課健康対策係までご連絡ください。

※予約した人には、受診券を郵送しています。

- 対象者 町内在住の30歳以上の人
- 費用 各500円
- 持ってくるもの 受診券、健康手帳
- 問い合わせ 福祉課健康対策係

日 程	受付時間	場 所
10月25日(水)	午前9時～10時 午後1時10分～2時	中央公民館
10月31日(火)	午前9時～10時 午後1時10分～2時	ふれあいの里
11月7日(火)	午前9時～10時 午後1時10分～2時	ふれあいの里
11月10日(金)	午前9時～10時 午後1時10分～2時	中央公民館





スポット

福祉に役立てて欲しい!

## 社会福祉法人桃李会に 寄付金



8月20日、知的障害者施設デイサービスセンターさくらを運営している社会福祉法人桃李会に谷川国光さん(遠賀ホルモン)から寄付金が贈られました。遠賀郡内の知的障害者施設として現在30人の利用者があるデイサービスセンターさくら。この寄付金は平成3年に無認可のさくら共同作業所として始まって以来、毎年贈っていただいているので、福祉活動などの費用に使われています。「この寄付金には私だけではなく、お客さんが持ってきてくれたものも入っています。寄付金は福祉のために役立ててほしいですね」と話す谷川さん。施設長の松井力さんは「長年にわたって影ながら支えてくださった温かい気持ちに感謝しています」と話していました。



## ファミリーバドミントン教室

- とき 10月23日(月) 午後7時30分～9時
- ところ 各小学校区の小学校体育館
- 参加資格 町内在住者、町内在勤者  
(小学4年生以上、性別・経験の有無は問いません)
- 申し込み 当日会場で受け付けます

## ファミリーバドミントン交流会

- とき 10月29日(日) 午前9時～  
受付=午前8時30分
- ところ 勤労者体育センター
- 参加資格 町内在住者、町内在勤者  
(小学4年生以上、性別・経験の有無は問いません)  
※1チーム3人ですが、個人でも参加できます
- 申し込み 10月25日(水)までに生涯学習課体育振興係へ電話で申し込むか、ファミリーバドミントン教室のときに各会場で申し込んでください

問い合わせ 生涯学習課体育振興係 ☎(293)6525

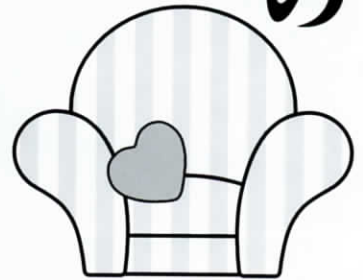
## 第12回

# おんがふれあい釣り大会

- とき 11月3日(祝)  
文化の日(雨天決行)
  - ところ 遠賀町西川河岸(島門橋～花園橋2.7Km)
  - 参加費 無料(先着1500人に参加賞進呈)
  - 参加資格 原則として小学生以上  
(小学校低学年は保護者同伴)
  - 対象魚 コイ、フナ、ハゼ、他魚(なまず、うなぎ、雷魚、ボラ、ワダカ、セイゴ、チヌに限る)  
※ルアー、フライ、ヒツカケ釣り、舟釣り、マキエサは禁止
  - 受付 午前7時～9時 ※受付時に一人釣竿一本持参
  - 検量 午前9時～正午
  - 表彰 午後1時～  
※受付・検量・表彰式等は大会本部(遠賀町役場)で行います
- 問い合わせ 遠賀町役場産業課



# くらしの Living Information 情報報



役場 293-1234

## 中央公民館

### 展示ロビーだより

- 展示作品  
水墨画
- 展示期間  
10月27日(金)まで

## 行政相談があります

行政への苦情など専門の相談委員による行政相談を開催します。秘密は固く守りますので、お気軽に相談ください。

- とき 10月16日(月)  
午後1時～4時
- ところ  
ふれあいの里センター
- 費用 無料

- 問い合わせ  
行政相談委員 木村榮さん  
☎(293)0182



## 乳児相談

- とき 10月24日(火)

受付 午前9時30分～10時30分

- ところ 遠賀町中央公民館和室
- 対象 生後3か月から12か月までの乳児

- 内容 体重、身長測定、保健婦による健康相談、栄養士による栄養相談など
- 持ってくるもの  
母子健康手帳、バスタオル
- 費用 無料
- 問い合わせ 福祉課健康対策係

## ツベルクリン反応検査と BCCG予防接種

- とき

▽10月24日(火) 〓ツベルクリン反応検査

▽10月26日(木) 〓BCCG予防接種

午後1時30分～2時

受付 午後1時10分～30分

- ところ 遠賀町中央公民館
- 対象  
3か月から4歳未満の乳幼児
- 費用 無料
- 問い合わせ 福祉課健康対策係

## 保健所栄養相談日を 開設

保健所では、栄養相談を実施し、栄養成分表示制度をはじめとした食品や外食料理など「食」に関する専門的栄養情報の提供を行います。

- とき 毎月第4木曜日  
午後1時30分～5時
- (祝日を除く)

- ところ 遠賀保健所(水巻町)
- 対象者 飲食店、給食関係従事者など(一般の方も可)
- 内容 栄養や食品に関する専門的なこと

## 糖尿病および合併症予防の 講演会

- とき 10月28日(土)
- ところ  
岡垣町いこいの里(岡垣町)
- 内容  
□ 午後1時～2時  
検尿検査、血糖検査、医療相談、生活相談など
- 午後2時～3時30分  
▽講演  
「こわいけどこわくない糖尿病」
- ▽講演  
「失明につながる糖尿病」
- 午後4時  
医師、看護婦、栄養士による個人相談

※糖尿病食の展示、尿糖・血糖測定、健康相談、糖尿病関連資料

## みつめよう ひとりひとりの輝きを

## 福岡県母子保健大会

母子保健に関する県民の理解と関心を高めるために母子保健大会

- 問い合わせ 遠賀保健所  
☎093(201)4161
- とき 10月26日(木)  
午後1時30分～4時30分
- ところ  
ピーポット甘木(甘木市)
- 内容  
▽映画、式典・功労者表彰  
講演(森脇 賢司さん)
- 問い合わせ 朝倉保健所  
☎0946(22)3963

## あなたの愛を分けてください 献血車がまいります

- とき 10月23日(月)  
午前10時～午後4時  
(正午から午後1時まででは休憩)
- ところ 役場玄関前
- 献血の種類 200ml・400ml
- その他 今回は成分献血はありません
- 問い合わせ 福祉課健康対策係



## 原子爆弾被爆者2世の健康診断を実施します

原爆被爆者2世に対する健康診断を実施します。受診希望者は、実施機関の窓口に、直接申し込んでください。

●とき 10月16日(月)～27日(金)  
午前8時30分～11時30分  
午後1時～3時

※土・日は除く

●ところ 西日本産業衛生会

北九州健診診療所

(北九州市小倉北区)

●対象者 県内在住の原子爆弾被爆者二世で受診を希望する人

●受診料 無料

●申し込み 西日本産業衛生会

北九州健診診療所

## ふれあいウォーキング参加者を募集します



●とき 10月22日(日) 午前10時～

受付=午前9時～9時30分

※雨天決行

●コース 直方市役所前河川敷中ノ島公園出発～飯塚の折返しコース

▷ファミリーコース(5km)

▷ロングコース(10km)

▷チャレンジコース(20km)

●参加費 一人300円

●申し込み 10月18日(水)までにハガキかFAXに住所、氏名、性別、年齢、電話番号、コース名を記入のうえ、遠賀川ふれあいウォーキング実行委員会へ申し込んでください(団体の場合は代表者が申し込み)

※当日も申し込みできます

〒809-0012 中間市大字中間5881-2

中間市中央公民館内

☎ 093(246)2321

FAX 093(246)0277

☎093(561)0030  
●問い合わせ 福岡県保健福祉部健康対策課保健事業係  
☎092(622)0716

## 最低賃金が改正されました

10月1日から福岡県最低賃金が1日五千百七円、1時間六百三十九円になりました。

●問い合わせ

福岡労働局労働基準部賃金課

☎092(411)4578

## 北九州都市高速の料金が変わります

●とき 11月1日(水)

午前0時～  
●新料金 (一)内は現行料金  
普通車 五百円(四百五十円)  
大型車 千円(九百円)  
身障者割引 二百五十円  
(二百三十円)

●回数通行券

平成13年1月31日(水)までは現行回数券で普通車・大型車は差額金の支払いなしで通行できます

●問い合わせ 福岡北九州高速道路公社北九州事務所管理課

☎093(922)6811

## 援護業務の移動相談

●とき 10月27日(金)  
午前10時～午後2時30分

●ところ 北九州市八幡西区役所(北九州市八幡西区)

●相談内容 旧軍人等の恩給、戦傷病者に対する援護、戦没者等の遺族に対する援護、中国等からの引揚者および未引揚者に対する援護、その他援護業務全般について(補装具の受付業務は除く)

●問い合わせ 福祉課福祉係

## ホームヘルパー2級養成講座

介護の経験がない人でも、ホームヘルパーに必要な知識と考え方を無理なく学習できる養成講座を開催します。自宅での通信講座とスクーリング(通学学習、施設実習)で、最短3か月間で取得可能です。

●通学学習会場

へるばー・はーと福岡(福岡市博多区)

●応募資格 性別・年齢および地域は問いません

●費用 七万円

※労働省教育訓練給付制度の指定を受けた講座のため費用の80%が返金されます

●申し込み

へるばー・はーと福岡

☎092(436)5288

## 働く人の労働相談

●とき 11月2日(木)、3日(金)

## 遠賀町青少年育成町民会議のイベント

### ▶青少年の主張大会

小学生、中学生の代表者が自分の主張を發表します。

●とき 10月22日(日) 午後1時～

●ところ 遠賀町中央公民館大ホール

### ▶家庭の日・オアシス運動の作品展

オアシス運動のポスターや標語を展示します。

●とき 10月31日(火)まで

●ところ ゆめタウン(ポスター) 遠賀町中央公民館(標語)

○問い合わせ 遠賀町青少年育成町民会議(教育委員会内)

●ところ 午後1時～6時  
北九州市立女性センター「ムーブ」

(北九州市小倉北区)

●対象 県内で働くすべての人(職業紹介は除く)

●内容 労働に関すること全般(職業紹介は除く)

●秘密は固く守ります

●費用 無料

●申し込み

予約は必要ありません。会場へ直接受け付けます

●問い合わせ

福岡県北九州労働福祉事務所  
☎093(592)3516

優 you

# 青春讃歌



安部 竜二さん  
26歳(木守区)  
浅木病院デイケアスタッフ

### ●仕事はどうか？

浅木病院でデイケアスタッフとして半年になります。利用者の方々から貴重な経験をさせていただき、未熟ながら介護業務や送迎を行っています。仕事は見た目以上に大変ですが、たくさんの人と接することができて本当に楽しいです。毎日、持ち前の明るさでがんばっています。

### ●趣味・特技は？

特技は中学校、高校と6年間していた柔道で、初段です。自衛官として勤務していたときに銃剣道というスポーツをしていて、3段を持っていました。自衛官の銃剣道大会では大将を務め、全国大会でベスト8まで行きました。

### ●尊敬する人は？

母親です。人に親しまれ、どんな時でも人前では明るく、心強い人なので尊敬しています。

### ●遠賀町への要望があれば…？

もっと高齢者や障害者が住みやすく、いろんな行事にも気軽に参加できるように遠賀町になるといいですね。

このコーナーは町の若者を紹介するものです。自薦、他薦、性別は問いませんので、近所の若者や職場の若者をどんどん紹介してください。

## 火災、救急件数

遠賀郡消防本部

平成12年8月分

火災	遠賀町	1
	郡内	2
救急出動	遠賀町	47
	郡内	245

火災の問い合わせ  
☎(293) 3921



遠賀町最長寿者は **101歳**



柴田 トヨさん

## 長寿おめでとうございます

# 長寿者番付

(9月25日現在 敬称略)

行政区	氏名	年齢(生年月日)	番付	年齢(生年月日)	氏名	行政区
広渡	柴田 トヨ	101歳(M32. 2. 11)	横綱	100歳(M32. 11. 29)	入江 喜郎	鬼津
木守	伊地知シヅエ	99歳(M33. 9. 23)	大関	99歳(M34. 3. 12)	上野 繁野	虫生津
遠賀川	時松イサヲ	99歳(M34. 4. 11)	関脇	99歳(M34. 4. 25)	古野 ユキ	虫生津
広渡	川神ヤエノ	98歳(M35. 3. 5)	小結	98歳(M35. 3. 26)	津中 ヤス	鬼津
別府	花田マツエ	98歳(M35. 6. 12)	前頭一	98歳(M35. 7. 11)	原田ヤチヨ	広渡
浅木	柳井 與壮	98歳(M35. 7. 25)	前頭二	97歳(M35. 9. 28)	森永カズエ	遠賀園
中央	伊藤ミトシ	97歳(M35. 11. 25)	前頭三	96歳(M36. 9. 15)	縄手ミサヲ	虫生津
遠賀園	増田フサコ	96歳(M36. 10. 9)	前頭四	96歳(M37. 2. 26)	細川フサエ	中央
今古賀	加藤ハルエ	96歳(M37. 3. 7)	前頭五	95歳(M37. 11. 28)	近松 マス	木守
木守	河野 鉄次	95歳(M38. 2. 21)	前頭六	95歳(M38. 3. 9)	瀬戸口エキ	木守
鬼津	秦 フジ子	95歳(M38. 4. 1)	前頭七	95歳(M38. 4. 25)	柴田ハツ子	遠賀園
静光園	川崎キクヨ	95歳(M38. 5. 30)	前頭八	94歳(M38. 10. 15)	井口謹一郎	遠賀園
遠賀園	高崎 勝利	94歳(M38. 10. 21)	前頭九	94歳(M38. 10. 23)	小城 マツ	東和苑
尾崎	林 キン子	94歳(M38. 12. 5)	前頭十	94歳(M38. 12. 27)	筒井テルエ	鬼津

## 編集後記

最近、娘が寝がえりを打ちそうなんです。もう、あと一息なのに、ひっくり返らないもどかしさ。ただジッと腕組みをしながら、娘の成長を見守っています。さて、シドニーオリンピックでは、さまざまな感動やドラマがありましたよね。メダルを取った喜び、残念ながら負けた悔しさ、そんなものがヒシヒシと伝わってきました。そんな感動を届けてくれるブラウン管の前で、「おまえはマラソン選手になるか、それとも、ソフトボールか、やっぱり柔道か？」と娘に勝手に話しかけながら、親バカならではの期待をもってしまおう私。人間には遺伝というものがあるというのに……

早いもので広報担当も2年半が経過しました。娘の成長とはウラハラになかなか成長しない広報に思い悩む今日このごろ。マラソンで金メダルをとった高橋選手のように、担当が終わったときには「楽しい広報担当の数年間でした」と笑って言えるよう、一瞬一瞬を精一杯がんばりたいと思います。

ところで広報担当の長い道のり。今、いったい何キロ地点なのでしょう？ (ハマ)