

No. 471

1989

広報

# おんが

11月25日



飯塚青年弓友会で活躍する矢野美津子さん

## 弓道一筋



日立金属Bチームと遠賀Gチーム



弓道の型を表す「矢渡し」を披露する原田清和さん(錬士六段)

遠賀町弓道場  
5周年記念大会 11月12日(日)

# 暮らしの情報 Living Information

12月						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

今月の納税：固定資産税（Ⅲ期）12月16日～25日

お問い合わせは……役場 ☎ 293-1234番

## お知らせ

### 年末調整をお忘れなく

源泉徴収された税の  
過不足額を精算

今年も、年末調整の時期がやって来ました。

ご存じのように、サラリーマンの所得税は、毎月の給料やボーナスから源泉徴収されます。しかし、源泉徴収された所得税の一年間の合算額と、その年の給与総額に対する正規の年税額は、

①年の途中で結婚や出産などによって、扶養親族の数が変わることがある。

②生命保険料や損害保険料の控除などは、源泉徴収のときには考慮されていない。

などの理由により、必ずしも一致しません。

そのため、その年の最後の給料が支払われるときに、過不足額の精算が行われます。これが年末調整です。

### 年末調整の申告書を勤務先に提出

年末調整を受けるときには、次の点に注意してください。

- ①この一年間に結婚や出産、就職などによって扶養親族の数に変化があった場合には、異動申告書の提出が済んでいるかどうかを確認する。
- ②配偶者特別控除を受けるため

の「給与所得者の配偶者特別控除申告書」を勤務先に提出する。

- ③生命保険料などの控除を受けるための「保険料控除申告書」を勤務先に提出する。
- ④住宅取得等特別控除を二年目以降、年末調整で受ける場合は「年末調整のための住宅取得等特別控除証明書」と申告書を勤務先に提出する。

サラリーマンの年末調整は、事業者の確定申告に相当するものです。間違えと翌年に確定申告が必要になりますから、正確に手続きをしてください。

●詳しい内容については  
若松税務署所得係へ  
☎(761) 2536

## 案内

### 福岡県立

### 北筑前養護学校

北筑前養護学校は、遠賀郡、宗像市、宗像郡、粕屋郡を校区とし現在122名の児童・生徒が学んでいる精神薄弱児対象の養護学校です。日頃、「養護学校って、どんな学校なんだろう」と思っておられる保護者の皆様、どうぞご参加ください。

●日時 12月15日(金)午前9時から午後3時 ●場所 北筑前養護学校(粕屋郡古賀町大字久保浜山16121586) ●体験内容 スクールバスの体験乗車、学校案内、授業の参観、教科学習の体験、在校生保護者と

の懇談など ●問合せ 北筑前養護学校 ☎092-94318674

### 女性のための技術講習会

福岡県婦人就業援助センター策支所では、就業を希望される家庭の婦人を対象に講習会を開きます。

●日時 平成2年1月10日から3月5日までの21日間(毎週月水、金曜日) ●場所 中間市働く婦人の家(中間市大字中間680911) ●定員 20人程度 ●科目 ビジネス実技・ワープロ ●受講料 無料(但し教材費は受講者負担) ●申し込み受付期間 12月13日・14日の午前9時～12時と午後1時～5時 ●申し込み方法 電話で申し込み後面接 ●問合せ 福岡県婦人就業援助センター策支所(飯塚市新立岩8番1号 ☎09481234156)

### 育成資金貸付

自動車事故対策センターでは、自動車事故の被害者やその家族に援助業務を行っています。(交通遺児育成資金の貸付け) ●対象者 自動車事故により死亡または重度の後遺障害が残った人の子弟(0歳から中学校卒業まで)

●貸付け金額 当初の一時金・十三万五千元、貸付期間中の月額・一万六千元、入学支度金・

三万七千元 ●貸付け期間 貸付決定時から中学校を卒業するまで ●利子 無利子 ●返還方法 貸付終了後6カ月を経過した後二十年の均等分割返還(介護料の支給)

### 黒潮からのメッセージ

●期日 11月17日～12月24日(毎週月曜日は休館日) ●会場 宗像ユリックス美術ギャラリー ●開場時間 午前10時～午後6時 ●入場料 一般五百円、小・中・高生三百円

脊髄損傷を生じた人 ●支給額 入院・一日につき三千八百円、自宅療養・一日につき千九百円 ●問合せ 自動車事故対策センター 福岡主管支所業務課(福岡市博多区博多駅東三丁目10-17 陸運会館ビル3階 ☎092145117751)

### 「藤ノ木古墳とその時代」展

●期日 11月23日～12月24日 ●会場 福岡県立美術館 ●入場料 大人七百元、学生(大・高生)五百円、小人(小・中学生)三百円

## 募集

### 直方コンピュータ・カレッジ 一期生募集

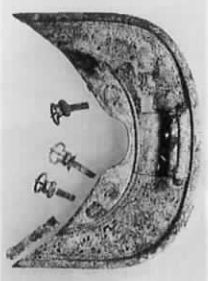
現在、高度情報化社会に向けて大幅に情報処理技能者が不足する中で、直方市に情報処理技能者養成施設直方コンピュータ・カレッジの設置が決まりました。平成2年4月入学の一期生を募集します。

●選考日(予定) 12月中旬、1月下旬、3月中旬、4月上旬 ●学科・定員内容 情報ビジネス科50人、マイコン制御コース25人、コンピュータデザインコース25人 ●出願資格 平成2年3月高等学校卒業見込みまたは、高等学校卒業以上の人 ●問合せ 直方市役所経済部商工課内コンピュータ・カレッジ開設準備室 ☎094921512155

### 海外農業視察団

前原町では、ふるさと創生事業の一環として、農業後継者を海外派遣する予定です。農業に理解をお持ちの独身女性の方々に今回の海外視察にご招待します。

●視察国 オランダ・西ドイツ・スイス・フランスの諸国 ●募集対象者 20歳以上の独身女性 ●募集期間 12月25日まで ●募



# 人権講演会の御案内

12月3日(日曜) 13:30~15:00

於 遠賀町中央公民館

講演 「俳優生活のウラ・オモテと人権」

—私の芸能体験から—

## 講師紹介



入川 保則氏

朝日放送テレビドラマ「部長刑事」の主演。

大島渚「青春の深き淵より」で芸術祭賞を受賞。

昭和59年教育映画「信濃天露伝記」を監督するなど多彩な能力の持ち主としてその存在を印象づける。

目下大阪でテレビドラマの出演、司会の仕事のかたわら俳優生活のウラ、オモテの実態を通して講演活動に

精力を傾ける。とりわけ昨今の人権・教育問題にも大きな関心を持ち、この分野の専門家とは一味も二味も違った角度から諸問題を切ってみせる。

町民の皆様方の多数の御聴講をお待ちしています。

なお、当日は町福祉課主催でフォークグループ「マウンティンゴリラ」の演奏も同時開催いたします。

## 12月4日~10日は「人権週間」です。

「人権」：もしかすると、自分には関係ないと思いついでいる人はいませんか。私たちの日々の暮らしは、人とのかわりです。そのたれもが幸せに生きたいと願っています。その願いが「人権」そのものなのです。お困りの方は特設人権相談へおこしください。

●開設日時 12月11日(月) 13時~16時

●場所 遠賀町公民館別館

●相談担当者 人権擁護委員 法務局職員

# 試験

**福岡県農業大学校**

- 受付期間 平成2年1月4~22日
- 定員 農業自営科70人・農業指導科20人
- 試験日 第1次・平成2年2月2日、第2次・同年2月16日
- 問合せ先 福岡県農業大学校(筑紫野市大字吉)

集人員 男女あわせて20人(男性は前原町の農業後継者) ●派遣期間 平成2年4月中旬から10日間 ●経費 全額前原町負担 ●問合せ先 前原町役場農政課(福岡県糸島郡前原町大字前原623 電092-323-1111)

木767 電092-925-2403

遠賀・中間地域広域行政事務組合

**職員採用試験**

●試験日 平成2年1月21日(日) ●試験会場 広域行政事務組合庁舎(遠賀町大字今古賀松ノ本806-3) ●受付期間 11月20日~12月16日 ●採用職種 寮父または寮母 ●採用予定人員 1人 ●勤務先 養護老人ホーム翔賀静光園 ●受験資格 昭和39年4月2日から昭和47年4月1日までに生まれた人 ●受験手続 申込用紙を組合総務課で交付します ●問合せ先 広域行政事務組合総務課庶務係 電293-35581

## 遠賀町消防団が 秋季総合訓練を行います。

「おとなりにあげる安心 火の始末」

遠賀町消防団は、毎年2回の総合訓練を行っています。この訓練は、消防団の日頃の活動を通して町民のみなさんの理解と協力を促すために行われます。今回は、ポンプ車による放水訓練や小隊訓練などを次の日程で行います。みなさんのご観覧をお待ちしています。

●日時 12月10日(日) 午前9時開始

●場所 広渡小グラウンド



11月12日(日) 防火パレードを行う消防団

## 一般家庭での選手宿泊で 思い出作りを手伝ってくださーい。

とびうめ国体 漕艇競技

平成2年9月に開催される国体では全国から大勢の選手、監督などが遠賀町を訪れます。

この受け入れについては、広域配宿(旅館やホテルに宿泊させること)も実施しますが、遠賀町では当初から心のふれあい

ができ、真心がかよい合う絶好の機会であり、また遠賀町を全国の人々に知ってもらうため民泊を出発点として取り入れる方針を進めてきました。現在、各区にお願ひして一部民泊家庭も決まっていますが、まだまだ不足しています。どうか真心のこもった素晴らしい交流ができるよう、町民の方々の一層のご協力をお願いします。

▼宿泊期日と日数 平成2年9月5日~12日まで、宿泊日数は4日~8日間ぐらいますが、敗れたチームから帰るので一定していません。

▼チームと人数 少年(高校生) 男子・女子のチームで都道府県単位にお引き受け願ひしますが、人数は2名~7名程です。

▼食卓について 「とびうめ国体標準献立」が

作ってありますので、それを参考に料理を作ってください。また講習会も来年度に入って開設します。昼食については、弁当業者に一括注文します。

▼入浴・トイレと洗濯について お風呂とトイレは、各家庭のものを使用します。洗濯は、選手が洗濯機を自由に使えるようにしていただければ結構です。

▼寝具について 一人につき敷布団一枚、毛布一枚、掛けふとん一枚が必要ですが、足りない場合には、町の方で斡旋します。

▼宿泊料金について 県内統一の料金が近いうちに決定しますが、参考までに第44回北海道大会では、一人一泊二食付で6,300円でした。

▼とびうめ国体民泊施設改善資金について 民泊を行う家庭で、住宅を改修される場合は、300万円を限度に融資(年利4.1%)が受けられます。

●申し込み・問い合わせは 役場国体事務局(293) 1234内線257まで。

# 健康ホットライン

保健衛生係からのお知らせ  
TEL (203) 1234 内線 2503

## 妊婦相談

- 期日 12月4日(月)
- 時間 13時30分～15時30分
- 場所 役場保健室
- 持参品 母子手帳受領の人は、印鑑
- 内容 産前産後の過ごし方、妊婦体操
- 料金 無料

## 乳児相談

- 期日 12月5日(火)
- 時間 9時30分～10時30分
- 場所 中央公民館
- 持参品 母子手帳、バスタオル
- 内容 体重、身長測定、離乳食など指導、小児がん検査セット配付
- 料金 無料

## 一歳六カ月児検診

- 期日 12月14日(木)
- 時間 受付 13時10分～14時 検診 13時30分～
- 場所 中央公民館
- 対象者 一歳六カ月～一歳八カ月児(昭和63年4月～6月生)
- 持参品 母子手帳、検診票
- 内容 身体測定、保健指導 診察(内科、歯科)

## 乳児相談

- 期日 12月12日(火)
- 時間 9時30分～10時30分
- 場所 中央公民館
- 内容 体重、身長測定、離乳食など指導
- 料金 無料

## 総合検診の結果通知について

検診の結果通知の発送は、受診されてから1か月ほどかかりますが、2か月過ぎてても通知がないときは、役場保健係までご連絡ください。

なお、胸部レントゲン(39歳未満)のみ受診された人の結果は、直接撮影の必要のある人のみ通知します。

## し尿年末臨時収集とゴミの収集について

臨時収集をご希望の方は、12月19日(火)までに役場保健衛生係へお申し込みください。収集は12月29日(金)午前中までに行います。また、ゴミの収集は12月30日(土)～1月3日(水)まではお休みです。この期間は、ゴミは出せません。1月4日以降は通常どおりです。



## 飽食時代の栄養不足

### 午前 エネルギー不足を招く

最近、「朝食」をとらない人が増えています。

今年の国民栄養調査(厚生省)によると、朝食をとらない人は、五年前に比べて増える傾向にあり、男性ではほとんどすべての年齢層に、女性では若い世代に「朝抜き」がみられるようになってきました。

朝食をとらないと第一に体の燃料(エネルギー)が不足します。

### 朝食抜き

前日の夕食をとってからの翌日の朝食までの間に消費されるエネルギーは三百～五百キロカロリーで、これは午前中に通勤や仕事などで消費されるエネルギーとほぼ同じ程度です。前日までの食事で体に多少の蓄積はあるものの、朝食をとらなければ、胃は空になり、エネルギーも少なくなり、仕事に対する活力がわかなくなってしまうます。第二は、脳の働きが鈍くなるということです。

脳の重さは、体重の二%程度ですが、安静時では、エネルギー

1全体の約一八%も消費していて、筋肉のエネルギー消費とほぼ、同じくらいです。脳のエネルギー源は、血液中のブドウ糖です。朝食をとらず、これが減少すると、脳の活動が低下して仕事の能率が落ちます。

### 午後 過食で肥満の原因に

第三は、とらなかった朝食の分を昼・夕食で補うと肥満につながります。チェコスロバキアに住む高齢者を対象に食事の回数と肥満の関係について調べたところ、一日にとる食事の量が同じであれば、その回数が少ないほど問題となることを示していました。日に三回以下の食事の人は、五回以上の人に比べて太り気味で、そのうえ、高コレステロール血糖、糖尿病などの病気をもつ人も多かったということです。

### 少し早く起きて朝食を

## 脳の働きが鈍くなる

朝食をとらない理由としては朝起きるのが遅く、食べている時間がない、朝食を作るのが面倒だ、ダイエット中、などとなっています。しかし、食べる物が時代ならともかく、なんでも食べられるこの時代に仕事や健康に悪影響を与えてまで、朝食をとらない理由はないと思います。朝は三十分、無理ならば十五分早く起きて朝食をとり、最低三百キロカロリーのエネルギーを補給できるように心がけてください。メニューとしては、和食ならご飯、味噌汁、魚または肉を、洋食ならパン、牛乳、ハムエッグなどがよいでしょう。

