

広報 ながさき

昭和62年

10月10日発行

第420号

発行所 福岡県遠賀郡遠賀町役場 編集 企画調整係 印刷 冷牟田印刷合資会社



うちの子どうしているかしら

島門小学校で授業参観

健康づくりのつどい

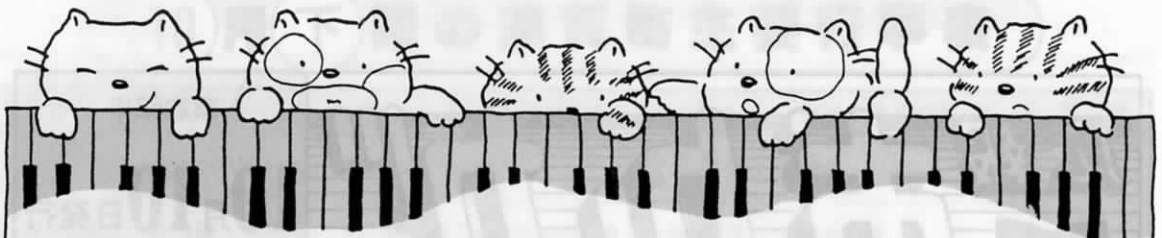
- ▷とき 10月25日(日)
8時30分～15時30分
- ▷ところ 水巻町中央公民館とその周辺
- ▷催し物
 - ・特別講演
(九大教授 緒方道彦先生)
 - ・相談コーナー(10時～12時)
 - ・家庭看護コーナー 他

* 10月の税金 *

町 県 民 税 (第3期)

納期 10月16日(金)～10月31日(土)

町税の納税は便利な口座振替で……遠賀信用金庫、遠賀郡農協遠賀支所、西日本銀行芦屋支店、福岡銀行、福岡相互銀行の窓口でお申し込みください。



特集 秋のサークル会員大募集

食欲の秋。でも食べてばかりいると.....になってしまいますよ。そんなあなたを、町内のいろんなサークルが手ぐすね引いて待っています。充実した秋をすごしてみてはいかがでしょうか。

おんが短歌会

現在十七人の会員で活動しています

▽例会 毎月第4日曜日

13時~16時

▽場所 遠賀町公民館別館

▽会費 月十円

▽申込先 木守 白石一夫

☎(293) 12886

遠賀俳友句会

自然といきものにやさしい目を向けて、俳句を作りませんか。初心者歓迎です。

▽句会 毎月第1、第3金曜日

13時~15時

▽場所 中央公民館

▽会費 月五百円

▽申込先 浅木 玉野信彦

☎(293) 11107

お茶

抹茶(表千家)、煎茶(小笠原流)です。特に初心の方歓迎です。

▽練習日 火曜日(月3回)

10時~15時

▽場所 中央公民館茶室

▽費用 月三千円

▽申込先 鬼津 半田宗富(富美子)

または半田秀富まで

☎(293) 4525

遠賀レクリエーション研究会



近年、職場や子供会などにおけるレク指導の内容は、より広く、深く、専門的に求められるようになりました。会の結成以来十二年間、私達もこの要望に対応すべく、勉強し、指導者を養成してまいりましたが、転勤や結婚によって会員が激減いたしました。そこで、今回、大幅に会員を募集いたします。初心者・経験者を問いません明るく活動的な人を求めます。

▽例会日 毎月第1、第3月曜日

▽時間 19時~21時

▽場所 コミュニティセンター

▽内容 ゲーム、ソング、ダンス、スネーク

クラブなど

▽会費 年二千四百円

▽入会と問合せ 例会時に直接会場においでください。

☎(293) 1234(昼)

☎(244) 1869(夜)

田中幸男まで

英会話サークル

未来の国際交流都市遠賀をみざして、異文化を英語を通して学びませんか。英文科教授松本先生を中心に、native speaker を招聘したり、hearing・speaking の向上に役立ちます。仕事から、家事労働から週一時間半離れて、頭をリフレッシュしましょう。

▽練習日 毎週木曜日

19時~20時30分

▽場所 中央公民館2階

▽対象 社会人、大学生

▽会費 月二千五百円前後

▽連絡先 (昼) 山下孝子

(夜) 広田礼子

☎(293) 4754

☎(293) 5551

全国組織に加盟の健全なカラオケ同好会です。健康に、美容に、ストレス発散に。

▽練習日 毎月第1、第3日曜日

12時~16時

▽場所 今古賀公民館

▽問合せ 江頭実

☎(293) 1620

結婚式などで詠われる謡曲の「一帖」の資料が当地にあることが忘れられつつあり、同好会をつくって輪を広げたいと思いますので、初心者も結構です。から、ご希望の方は申し込みください。なお、詳しいことは後日連絡いたします。

▽申込先 中央 永田源蔵

☎(293) 3986

将棋クラブ

町内に在住の将棋愛好者の皆さん、一緒に将棋をしましょう。将棋好きな方なら初心者、経験者を問いませんのでご連絡いただき、会場までおいでください。

▽練習日 10月18日(日)

13時~22時

以後の日程は後日

▽場所 公民館別館和室

遠賀川 豊平良徳

▽連絡先 (昼) 東和苑木野理容院内

☎(293) 2466

(夜) ☎(293) 3323

ポニースカウト



ます。
 ▼練習日 毎週末曜日
 19時30分～21時30分

◎練習 勤労者体育センター
 ▼対象 中学生以上の男女
 ▼会費 月千円
 ▼申込先 広渡 嶋崎慎吾
 ☎(293)5333

遠賀町剣道連盟



防具のつけ方を教わる豆剣士たち

▼問合先 上別府 石松 敦
 ☎(293)2994
 ◎広渡教室
 ▼練習日 毎週火曜、金曜日
 ▼時間 18時～19時30分
 ▼申込先 広渡小学校体育館で
 中央 庄賀恒雄
 ☎(293)3275

遠賀北クラブ

バレエボールでもう一度青春しませんか。
 ▼練習日 19時30分～21時30分
 ・火曜日 鳥門小学校体育館
 ・金曜日 遠賀中学校体育館
 ▼対象 遠賀中学校区在住の方
 ▼会費 毎月十円
 ▼申込先 鬼津 秦京子
 ☎(293)0301

インテアカ

健康づくりに、また老若男女を問わず誰でもできるスポーツとして人気のあるインテアカを、あなたもやってみませんか。入会をお待ちしています。
 ▼練習日 毎週水曜日(祝日は休み)
 19時30分～21時30分
 ▼場所 勤労者体育センター
 ▼会費 月五百円

遠賀少年サッカークラブ



▼申込先 練習日に直接会場においてになるか、教育委員会内田口まで。
 ☎(293)1234

現在約四十人の小学一年生から六年生までの部員が在籍して、北九州大会全日本大会など、年間大きな大会に六回出場しています。しかし、特に五年生から三年生までの部員が足りません。今すぐ君の足を借りたい！名ストライカー、名キッカーを募集します。
 ▼練習日 毎週火曜と金曜を除く毎日17時～19時
 ▼場所 総合運動公園グラウンド
 ▼対象 小学生全学年
 ▼会費 月千五百円
 ▼申込先 広渡 嶋崎慎吾
 ☎(293)5333

健康アイ体操

「いつまでも若々しく、美しく動ける身体に」を目標に、ストレッチ、ダンス、エアロビクスなど、各種の動きのトレーニングを組み込んだ健康体操です。お気軽にとっぞ。入会を希望される方は、直接会場へおいでください
 ▼練習日 毎週火曜日 別府新公民館
 10時～12時
 ・毎週火曜日 広渡公民館
 19時30分～21時
 ・毎週水曜日 勤労者体育センター 10時～12時
 ・毎週金曜日 東和苑公民館
 10時～12時
 ▼会費 月千五百円、入会金千五百円
 ▼連絡先 東和苑 岩邊七美恵
 ☎(293)3613

ヨガ教室

年令は問いません。熟年の方大歓迎。希望の方は会場へ運動のできる服装でおいでください。
 ▼練習日 毎週末曜、19時～20時30分
 ▼場所 広渡公民館
 ▼費用 月会費二千円 入会金一千円
 ▼連絡先 広渡 中野すみ
 ☎(293)0764

遠賀バスケットボールクラブ

当クラブは五十六年秋に創部され、北九州市民リーグ、県民体育大会などに出場しています。クラブの雰囲気はともにも明るく、初心者はもちろん、実年者(♀)、老若男女を問わず募集し

一貫した教育規定に基づいて、野山を訓練の場として元気に活動しています。駅前清掃、遠賀園のモチつき、子ども祭りに、奉仕しています。
 ▼練習日 日曜日(第3日曜を除く) 10時～12時
 ▼場所 旧商工会館
 ▼対象 小学三年生以上
 ▼費用 入団時 二千八百円 毎月 千円
 ▼申込先 今橋書店
 ☎(293)0038

◎遠賀教室
 ▼練習日 毎週月曜、金曜日
 第一武道場
 ・毎週火曜、土曜日
 南中学校武道場
 ・毎週水曜、土曜日
 鳥門小学校体育館

▼時間 いずれも18時～19時30分
 ▼申込先 10月16日(金)、18時から第一武道場で

防犯は日ごと家ごと地域ごと

全国防犯運動（十月十一日～十月二十日）

近ごろ新聞やテレビでいろいろな犯罪が報道されています。その中で被害者や加害者が遠賀町民という事件もたいていありません。犯罪は決して遠い存在ではないのです。

平和な生活でゆるみがかちな気持をも一度ひきしめ、犯罪から家庭を守ろうと、全国防犯運動が十月十一日から十月二十日までの十日間行われます。

- ・ 今回の運動の重点として
- ・ 自動車、侵入盗犯を防ごう
- ・ 暴力犯罪を防ごう
- ・ 悪質商法の被害を防ごう

犯罪のない明るい住みよい社会をめざして、あなたも家庭で、近所で、職場で防犯の輪を広げましょう。

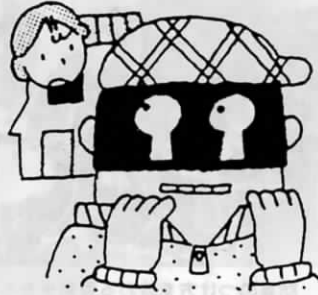
自動車盗を防ごう

折尾署管内で今年は七月までに七二件の自動車盗が起っています。盗難車の中には銀行強盗やひったくりなどで次の犯罪の道具として使われるものが少なくありません。

自動車盗防止のポイント

侵入盗を防ごう

- ・ 車から離れるときは、ちょっとした間でもキー抜きとドアロックを確実に
- ・ 車内にお金や貴重品を置かない
- ・ 長時間駐車は駐車場が確実に



同じ期間の窃盗は一五三一件、うち空果などの侵入盗は四二〇件です。侵入盗は強盗や傷害に発展する可能性を含んだ危険な犯罪です。甘く考えず十分注意してください。

悪質商法の被害を防ごう

- ・ 外出するときは隣近所に一声かけて出かけましょう。
- ・ 長い間留守にする場合は、近くの派出所や駐在所に連絡しましょう。
- ・ 出入口や窓には補助錠を取り付け、1ドア2ロックにしましょう。
- ・ 錠を新聞受けや牛乳箱に入れるのはやめましょう。



トイレファンの修理や、本などの学習教材を強引に売る悪質な訪問販売の被害が依然としてあとを断ちません。被害にあわないために次の点に注意しましょう。

悪質セールスマン

撃退十カ条

- ・ 何の用？しっかり聞こう身分と用件
- ・ おかしいと思ったらドア締めてもうかります、そんな言葉にご用心
- ・ あやしいぞ、人のフトコロ聞く業者
- ・ 勇気出し、はっきり言おう「いりません」
- ・ しつこいな、そんな相手は110番
- ・ 迷ったら一人で悩まず相談
- ・ サインして、あとでしまった、もう遅い
- ・ 契約してもお金は後払い
- ・ あなたです、自分の財産守るのは

暴力犯罪を防ごう

地域から暴力団を一掃し、暴力のない町をつくるため、暴力三ない運動を実行しましょう。

- ・ 暴力団を恐れない
- ・ 暴力団を利用しない
- ・ 暴力団に金を出さない

防犯相談所開設

折尾警察署と折尾防犯協会では、暴力関係や金融関係のトラブルなどについての相談を受ける、防犯相談所を開設します。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

△とき 10月16日(金)

13時～15時

△ところ 遠賀町公民館別館

消防119
コーナー
路上駐車
やじ馬車輛
は
消火の大敵

火災が発生しますと、一刻を争って消防車輛が現場にかけつけます。

でも、最近火災現場付近に路上駐車ややじ馬の車が多く、消防車や特殊車輛が現場へスムーズに急行できず困っています。

また、現場でケガ人がた時、救急車の現場到着が遅れる原因にもなっています。

万一あなたの家や家族に、火災や救急という事態が発生し、消防車や救急車の到着が遅れた場合を考えるとゾッとしませんか。

いざという時はいつやってくるかわかりません。その時に備え路上駐車をやめるとともに、どうしても火災現場へ車で行かなければならない時は、なるべく離れた空地などに駐車するように、皆さんご協力をお願いいたします。

火災・救急件数（8月中）

| 町名 | 種類 | 火災 | 救急 |
|----|----|----|-----|
| 遠賀 | 水巻 | 2 | 39 |
| 芦屋 | 水巻 | 0 | 63 |
| 岡垣 | 水巻 | 0 | 42 |
| 合計 | 水巻 | 2 | 182 |

芸術は爆発だ!!

遠賀町文化祭 (11月6日～8日)

今年一年の成果を大発表!!

恒例の文化祭を開催します。町民のみなさんの多数の出品とご観覧をお待ちします。

▽会期 11月6日(金) 13時～17時
7日(土) 9時～17時
8日(日) 9時～16時

▽会場 中央公民館と前の広場

▽主催 第12回文化祭実行委員会

▽問合せ 教育委員会社会教育課

☎(293) 1234

催し物のご案内

◎展示 (6日～8日)

・書道・生花・洋裁・刺しゅう

・俳句・短歌・和裁・和紙人形

・写真・手芸・レザークラフト

・陶芸・かな書道・手描き友禅

・ちぎり絵・紙粘土・煎茶 他

◎緑黄野菜、野草の調理と展示

◎影絵、紙芝居、読み聞かせ

◎文化講演会(7日、13時30分～15時)

・講師 川上裕之氏

(元NHKチーフアナウンサー)

◎芸能大会

8日、9時45分～15時30分

・展示作品の申込と搬入、搬出

10月24日(土)までに中央公民館へ

お申し込みください。

申込書は中央公民館窓口と教育委員会社会教育課にあります。

なお、搬入、搬出は出品者でお願いします。

国民年金

10月、11月は国民年金制度推進月間です

やすらぎの明日をささえる基礎年金

皆さんに国民年金制度を正しく理解

していただくため、県下各地で年金相談所や年金説明会をはじめ、国民年金習字、ポスターコンクール、新年金パ

ネル展などが行われます。

この機会にあなたの年金について正

しく理解し、老後に備えましょう。年

金に加入して、保険料を納めることが

将来の年金を受けるための条件です。

保険料を納めることが困難な人には、

保険料の免除制度があります。あなた

の年金権を守るのはあなた自身です。

あなたも次の三つのことを必ず守りま

しょう。

1、加入しています 全員で、

2、完納しています 保険料、

3、相談しています 疑問点、

納めましたか

国民年金の保険料

保険料の納め忘れがないかどうか、

いま一度お確かめください。保険料を

納め忘れてしまうと、万一の事故のと

き、障害基礎年金や遺族基礎年金など

が受けられないばかりか、歳をとった

ときの老齢基礎年金さえ受けられない

こともあります。また納め忘れのある

方は、すぐ納めましょう。

「硬式テニスをやってみたいなあ…」

という方に、初心者教室を開きます。

▽期日 10月16日(金)から

10月中は毎週火曜、金曜の

19時～21時(ナイター)

11月は土曜(14時～16時)と日曜(10時～12時)で、通算10日間

インディアカ教室
年齢を問わず手軽にできるスポーツとして最身愛好者が増えてきたインディアカ。気軽に参加してください。

▽開催日 10月14日(水)、21日(水)

28日(水)、30日(金)

▽時間 19時30分～21時30分

▽会場 勤労者体育センター

▽対象 成人男女

▽参加料 二百円(保険、資料代)

▽持参品 筆記用具、運動靴(上げき)

▽指導 遠賀インディアカ協会

▽主催 教育委員会

▽申込先 10月12日までに教育委員会

社会教育課、☎(293) 1234へ

危険物取扱者試験と準備講習会

※危険物取扱者試験

▽試験日 12月6日(日)

▽場所 遠賀町中央公民館

▽受付 10月1日～11月25日(25日は8時30分まで)に遠賀郡消防本部で

※詳細 遠賀郡消防本部予防係

☎(293) 1231へ

戦没者慰霊祭

遺族会主催で、戦没者慰霊祭が举行されます。

遠賀町に転入され、遺族会に所属されていない方で、慰霊祭に参加を希望される方は十月十七日までに役場福祉係にご連絡ください。

▽日時 10月21日(水) 10時～12時

▽場所 慰霊塔前 (遠賀中学校々庭)

▽日時 10月23日(金) 10時～15時30分

▽場所 八幡西区役所

▽受付相談事項

・旧軍人などの恩給について

・戦傷病者に対する援護について

・戦没者などの遺族に対する援護について

・旧軍人などの叙位叙勲について

・中国などからの引揚者および引揚者に対する援護について

・その他援護事務全般

秋の予防接種がスタート

秋の予防接種のトップをきって、ポリオ生ワクの投与が中央公民館でありました。おかあさんにつれられて会場にやってきた子どもたちは、問診のあと投与を受けました。他の予防接種とちがって痛くはないのですが、子どもたちは白衣の先生の姿を見ると顔が変形して、中には泣く子もちらほら。先生が「痛くないよ」とあやしてくれて、やっと投与がすみました。



JR遠賀川駅に 図書返却ポスト設置

中央公民館図書室で借りた本を、遠賀川駅でも返すことが出来るようになりました。24時間、通勤、買い物帰りなどにご利用下さい。

駅の入り口に設置してあります。



9月の末から10月の初めにかけて、町内の小・中学校や保育園・幼稚園で運動会が盛大に開催されました。

ここ遠賀川保育園でもお父さんお母さんの熱いまなざしを背に、園児たちはかけっこやお遊戯に大はしゃぎ。特に玉入れではお手伝いの大人の方がいっしょうけんめいになって、赤、白とも玉が山盛りになるほど入りました。

そのバトン私のおよ



9月11日、遠賀中央幼稚園でモチまきがありました。新しく建築される講堂の工事の無事を願った後、空から降ってくる紅白のモチに園児たちは大喜び。1人で20個ちかくも拾った子もいれば、1個だけの子も。でも、みんな仲よしお友だち、後でみんな同じ数に分けて、お母さんへのおみやげができました。

幼稚園でモチマキ

安全運転を お願いします

遠賀バイパスで秋の交通安全運動の一環として、交通安全キャンペーンがありました。ドライバーに安全運転をしてもらおうと、広渡小学校PTAの皆さんや先生、折尾交通安全協会、それに折尾警察署のおまわりさんたちが道行く車を止め、一台一台に冷めたい飲み物と交通安全のチラシ、そして「安全運転をお願いします」と声をかけていました。



二輪車の交通安全アピールにと、このほど交通安全ライダー隊が役場を訪れました。そろいのツナギに身をかためた皆さんが白バイを先頭に現れると、役場に来ていた人たちはびっくり。玄関前にピリッと整列した皆さんは町長宛の交通安全宣言を読みあげたあと、またさっそうと風を切って次の目的地へ向いました。

交通事故からお年寄りを守ろうと、このほど遠賀静光園で交通安全のつどいがありました。食堂横の特設会場に集まったおじいちゃんおばあちゃんたちは、最初に実際に起こったお年寄りの交通事故の映画をうなずきながら見たあと、折尾警察署のおまわりさんから自分たちでは気がつかないお年寄りの特性や、交通事故から身を守る方法などを教わりました。

交通安全ライダー参上

おじいちゃん おばあちゃん 車に気をつけてね

続遠賀町文学散歩

(42)

遠賀づつみ

—好晴の遠賀川は悠容と流れてゐる。港町芦屋に一里とは隔っていない河口。塙舸之水門。そこに今日の吾々の吟行が行はれてゐる。

芒はもつ穂に出て

銀鼠

芦が葎が枯れてゐる。水嵩の多い頃のあの眼も覚める様な草洲は、季節の風に



遠賀川堤防

乗って何処へ行ってしまったか。十一月の枯洲には黒い牛が二匹放してある。袂と其の引手。この引手は時々うごきます。

堤上のうら枯れたし草の中に咲いてゐる童。埃をかぶってはゐるけれど、こんな季節に咲き出ではゐるけれど、あの花はいつも相聞の歌をつぶやいてゐる。——白虹(「天の川」一五〇号より)

昭和六年十一月のある日、吉岡禪寺

洞をはじめ横山白虹、杉田久女、神崎るるなど五十人もの俳句作家が、遠賀を訪れている。彼等は折尾から自動車

を遠賀川橋の袂で捨て、長い遠賀づつ

みを徒歩で芦屋に行き、更に山鹿の城山にも登り、この一日で多くの作品を作っている。

その紀行文と俳句

を借りながら五十年

前の遠賀に思いを馳せるのである。

けば、秋の小鳥は浮かむで沈む。水の上を漂ふ白雲、それをめぐりて針を垂るる四五艘の舟。——るる

秋天や古江の鴉多からぬ

白虹

芦枯るる塙舸のみなどのふるせか

李塘

遠賀の洲や芦刈らぬあり乾くあり

静史

鯊釣も牛もつれり遠賀の水

蓼虫子

かがまるも漕ぐもをみなや遠賀の秋

水沙女

末枯れの水にちらりの蝶の影

泥中

荒れやまぬ遠賀の河口や鯉雲

嘉録

干いわたし見ている欄も夕

つげり

久女

干鯛しまへば屋根に日あ

るのみ

古鼎

城山にのぼりてつきし草

じらみ

禪寺洞

山鹿城山



(片山花御史)

おかあさんの健康メニュー

がめ煮(筑前煮)

日本食をみなおす
(繊維質のものを食べましょう)



がめ煮(筑前煮)

作り方
①こぼらは乱切りし、アクをぬく。
じゃがいもも切り、アクをぬく。
にんじん、たけのこも乱切りにし、しいたけは戻してそき切りにする。
こんにゃくはゆでて一口大に指でちぎる。
②鍋にだしとAを合わせて、鶏肉とさや豆以外の野菜を加え、落しぶたをして汁がなくなるまでゆつくりと煮る。
③器に盛り、青みのさや豆をのせる。
④みんなが集まって、わいわいしながら楽しく、おいしくいただきます。

※油で炊めて煮込んでよい。

遠賀町食生活改善推進会

材料(六人分)

鶏(骨つきかく切り)

じゃがいも

たけのこ

にんじん

こぼら

乾しいたけ

A
みりん
しょうゆ
だし汁

大きさ3
大きさ2
大きさ3.5
カップ3

500g
300g
100g
100g
100g
7枚

総合検診(もれ者)

- ▽対象者 8月18日～9月16日までの地区巡回で実施した時に、検診対象者で受けてない人
- ▽期日 10月31日(土)
- ▽時間 8時30分～11時 13時～15時
- ▽場所 遠賀町公民館別館
- ▽持参品 総合検診受診票および役場からの通知ハガキ

胸部レントゲン 要精密者検診

- ▽期日 10月31日(土)
- ▽時間 8時30分～11時
- ▽場所 遠賀町公民館別館
- ▽持参品 役場から通知の封書

妊婦相談

- ▽期日 10月26日(月)
- ▽時間 13時30分～15時30分
- ▽場所 役場保健室
- ▽内容 新生児の扱い方、沐浴指導
- ▽持参品 母子手帳受領の方は印鑑
- ▽料金 無料

インフルエンザ

- ▽期日 11月2日～12月15日
- ▽場所 町内の医院および病院

- ▽時間 各医院、病院の診療時間内
- ▽対象者 3歳以上の希望者
- ▽接種方法 一週間から四週間の間隔を二回接種
- ▽料金 3歳～中学生以下は無料 15歳以上は一回七百六十円
- ▽持参品 印鑑、料金
- ▽注意 朝の体温を計っておくこと
- ▽問診票の配布

3歳～中学生以下、生保および町県民税が均等割額以下の世帯の人は無料用の問診票を配布致しますので、役場に印鑑を持参して下さい。
なお前記以外の人は問診票を各医院および病院にお願いします。

三種混合 (百日せき・ジフテリア・破傷風)

- ▽接種日 11月5日(木) 11月27日(金) 12月22日(火)
- ▽時間 受付 13時10分～14時 接種 13時30分
- ▽場所 中央公民館
- ▽対象者 生後24カ月～48カ月児
- ▽持参品 問診票、母子手帳
- ▽予防接種の申込み方法

各予防接種の一週間前から前日までに印鑑を持参のうえ、保健衛生係に申込みをして問診票と注意書を受領してください。問診票を受領されないで予防接種は受けられません。

今日も元気で 目覚めぬ眠る時

午後になりこりがちな事故

大きな事故の陰には三十の小さな事故があり、一つの小さな事故の陰には三百の未然事故があるといわれます。気が緩みながら午後勤務での小さな事故や未然事故の一つ一つを教訓としていけば、決して大きな事故を起こすことはないでしょう。
快適に、そして安全に仕事を終えるためには、自分自身の状態をよく観察し、労働と休憩を適切に組み合わせることが大切なのです。

職場の安全と終業のベル

仕事の量や内容を検討しよう

仕事に慣れ始めたころに事故が起っているのです。これは初心者ドライバーが、ようやく自動車運転に慣れたころに事故を起こしやすくなるケースと似ています。これらをすべて「気の緩み」による事故としてしまふのは、あまりに安易すぎるといえるでしょう。

終業のベルを聞いて
ヘルス・チェック

終業のベルが鳴った時の心身の反応は、朝の仕事始めのベルとは違った意味で大切なヘルス・チェックの対象となります。
時間の経過を早く感じるのは、健康状態のよい証拠です。仕事に没頭し、遂行し得た喜

びと満足感を意味しているからです。このようなときは、身体的に健康な状態であるとともに、精神的・社会的にも良好な状態にあるといえます。
ただし、時間はあっという間に過ぎ去ったものの、仕事は思うようにはかたらず、やり残したことがたくさんあったりすると、精神的には落ち付きません。健康な生活を送るには、仕事の計画の立て方についても十分考えておいたほうが良いでしょう。

一日の仕事の反省を

もちろん、計画はよかったのに、いつもと違って能率が悪かったり、ミスやロスが多くて仕事をやり残してしまふことがあります。そのような時こそ、終業時に一日の仕事量や仕事の内容を点検してみることが大切です。能率が落ちた原因、ミスとはいえないまでもニアミスとなった原因などを検討しておくことは、あなた自身の健康で安全な職場をつくる基本となります。
このようにヘルス・チェックの目的は、自らの健康状態を観察することによって、生活の仕方、仕事の仕方を改善し、職場や生活環境の改善に役立てることにあります。



指導 青山英康

岡山大学医学部教授

10月下期の遠賀町主要行事表

| 日 曜 | 行 事 内 容 | 時 間 | 実施会場 | 担当係名 | 対象や終了時間など | 詳 細 | |
|----------|---------|-----------------------|---------------------------|-------------------------|-------------|---|----------------|
| 16 | 金 | 老人ふれあい日帰りの旅 | 日 帰 り | ゲンカイ パレス | 社会福祉 協議会 | 該当者 | |
| | | 読 書 講 座 ④ | 10:00~12:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 講座申込者 | |
| | | 和紙人形教室④ | 10:00~15:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| | | 硬式庭球教室① | 19:00~21:00 | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 17 18 | 土 日 | ふれあいキャンプ | 1泊2日 | コミュニテイ センター | 社会福祉 協議会 | 小学1年~中学1年 | |
| 17 | 土 | 刺しゅう教室⑤ | 9:30~11:30 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| 20 | 火 | 新入学児童の健康診断 | 12:30~受付 13:00~検診 | コミュニテイ センター | 学校教育係 | 昭和63年度新入学児童 | |
| | | 硬式庭球教室② | 19:00~21:00 | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 21 | 水 | 総 合 検 診 | 9:00~11:00 13:00~15:00 | 旧停公民館 | 保健衛生係 | 旧停区 胃ガン検診受付は11時まで | 広報 8月10日号 |
| | | インディアカ教室② | 19:30~21:30 | 勤 労 者 体 育 セ ン タ ー | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 22 | 木 | 高 齢 者 学 級 (寿大 学) | 10:00~15:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 60歳以上の男女 午前:教養コース 午後:選択コース | |
| 23 | 金 | 読 書 講 座 ⑤ | 10:00~12:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 講座申込者 | |
| | | 心 配 こ と 相 談 | 13:00~16:00 | 公民館別館 | 社会福祉 協議会 | お気軽にどうぞ | |
| | | 野 草 教 室 ⑨ | 13:30~15:30 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| | | 硬式庭球教室③ | 19:00~21:00 | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 24 | 土 | 総 合 検 診 | 9:00~11:00 | 老良公民館 | 保健衛生係 | 老良区 | 広報 8月10日号 |
| | | 刺しゅう教室⑥ | 9:30~11:30 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| | | 遠賀・中間地区婦人大学 | 9:30~12:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 郡内の婦人 実技「女性の健康美」 | 午後自治 会活動 |
| 25 | 日 | 第5回遠賀町民体育大会 硬式庭球競技 | 9:00~ | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | ○一般男子シングルス・ダブルス ○一般女子ダブルス・混合ダブルス | 申込締切 10月23日 |
| | | 第5回遠賀町民体育大会 少年相撲競技 | 9:30~開会式 10:00~競技開始 | 木 守 区 相 撲 場 | 体育係 | 小学生・中学生 ・団体戦 ・個人戦 | 申込締切 10月13日 |
| 26 | 月 | 妊 婦 相 談 | 13:30~15:30 | 役場保健室 | 保健衛生係 | 妊産婦 母子手帳交付 | 9ページ |
| 27 | 火 | 硬式庭球教室④ | 19:00~21:00 | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 28 | 水 | インディアカ教室③ | 19:30~21:30 | 勤 労 者 体 育 セ ン タ ー | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 30 | 金 | 総 合 検 診 | 9:00~11:00 13:00~15:00 | 遠 賀 町 公民館別館 | 保健衛生係 | 遠賀川区 胃ガン検診受付は11時まで | 広報 8月10日号 |
| | | インディアカ教室④ | 19:30~21:30 | 勤 労 者 体 育 セ ン タ ー | 体育係 | 教室申込者(最終) | 5ページ |
| | | 硬式庭球教室⑤ | 19:00~21:00 | 総合運動公園 テニス場 | 体育係 | 教室申込者 | 5ページ |
| 31 | 土 | 総 合 検 診 (も れ 者) | 9:00~11:00 13:00~15:00 | 公民館別館 | 保健衛生係 | 8月18日~9月16日までの 各区の総合検診で受診されて いない人 | 9ページ |