

広報

人の力が、地域のカ。

くらて

CONTENTS ～主な内容～ ●鞍手町職員の給与……2～4 ●選挙のお知らせ……5 ●まちの話題・すくすく日記……6～7 ●ひろば・広報ぎゃらりー……8～9 ●リレーエッセイ……9 ●ほん大好き……10 ●町立病院・原管理栄養士の調子はいかが？……11 ●いきいき健康だより……12～13 ●年金のそこが知りたい……14 ●くらしの情報……15～19 ●元気になる献立・3月のカレンダー……20

4月は選挙が目白押し

この町をつくっていくのは
あなたの大切な一票です
棄権をしないよう
必ず投票しましょう

3

March
2011
No.615

- 4月10日(日)
●福岡県知事選挙
●福岡県議会議員選挙
- 4月24日(日)
●鞍手町議会議員選挙

投票に関することや立候補者への事前説明会についての詳しい内容は5ページをご覧ください。

公表します 鞍手町職員の

給与

町民一人ひとりが安心して暮らせるよう町ではいろいろな仕事をしています
それらを担う町職員の給与は
条例や規則などの決まりに
基づいて支給されています
主要内容について次のとおり公表します

① 人件費の状況 (平成 21 年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 (平成22年3月31日現在)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)
17,655 人	65 億 524 万 6 千円	7,003 万 6 千円	12 億 8,277 万 1 千円	19.7%

人件費には、特別職に支給される給与や報酬などが含まれています (千円未満四捨五入)。

② 職員給与費の状況 (平成 21 年度普通会計決算)

職員数 (A)	給 与 費				1 人当たりの 給与費 (B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
131 人	5 億 241 万 3 千円	6,969 万円	1 億 9,428 万 2 千円	7 億 6,638 万 5 千円	585 万円

1) 職員手当には、退職手当は含まれていません (千円未満四捨五入)。

2) 職員数は、平成 21 年 4 月 1 日現在の人数です。

3) 平成 21 年度の給料月額額は、4 月～6 月まで▲3%、7 月～翌年 3 月まで▲2%の給与抑制措置を実施しました。

③ 職員の平均給料月額と平均年齢の状況 (平成 22 年 4 月 1 日現在)

区 分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額 (国ベース)	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額 (国ベース)	平均年齢
鞍手町	32 万 3,214 円	34 万 5,534 円	44.1 歳	31 万 3,806 円	31 万 7,170 円	50.1 歳
国	32 万 5,579 円	39 万 5,666 円	41.9 歳	28 万 4,514 円	32 万 2,291 円	49.3 歳

1) 一般行政職とは、行政職の職員のうち、税務職と保健師職の職員を除いたものです。

2) 平均給料月額とは、平成 22 年 4 月 1 日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均です。

3) 平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる諸手当の額を合計したものであり、国家公務員と同じベースで再計算したものです。

④ 職員の初任給の状況 (平成 22 年 4 月 1 日現在)

区 分	一般行政職		技能労務職
	大学卒	高校卒	高校卒
鞍手町	16 万 1,600 円	14 万 100 円	13 万 7,200 円
国	16 万 1,600 円	14 万 100 円	—

国の大学卒初任給は、国家公務員Ⅲ種適用の場合です。

⑤ 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額状況 (平成 22 年 4 月 1 日現在)

区 分	一般行政職		技能労務職
	大学卒	高校卒	高校卒
経験年数 10 年以上 15 年未満	25 万 4,045 円	23 万 2,022 円	該当者なし
経験年数 15 年以上 20 年未満	31 万 7,625 円	27 万 150 円	24 万 8,402 円
経験年数 20 年以上 25 年未満	35 万 2,800 円	31 万 238 円	該当者なし

1) 経験年数とは、卒業後直ちに採用された場合は採用後の年数を、採用前に民間などに勤務した経歴がある場合は、その期間を換算し、採用後の年数に加算した年数をいいます。

2) 平成 22 年地方公務員給与実態調査に基づくものです。

⑥ 期末・勤勉手当の状況

区 分		平成 21 年度支給割合			平成 22 年度支給割合		
		6 月	12 月	計	6 月	12 月	計
鞍手町	期末手当	1.25 月分	1.50 月分	2.75 月分	1.25 月分	1.35 月分	2.60 月分
	勤勉手当	0.70 月分	0.70 月分	1.40 月分	0.70 月分	0.65 月分	1.35 月分
国	期末手当	1.25 月分	1.50 月分	2.75 月分	1.25 月分	1.35 月分	2.60 月分
	勤勉手当	0.70 月分	0.70 月分	1.40 月分	0.70 月分	0.65 月分	1.35 月分

⑦退職手当の状況 (平成22年4月1日現在)

区 分		勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度	1人当たり平均支給額
鞍手町	自己都合	23.5月分	33.5月分	47.5月分	59.28月分	122万円
	勸奨・定年	30.55月分	41.34月分	59.28月分	59.28月分	2,208万5千円
国	自己都合	23.5月分	33.5月分	47.5月分	59.28月分	
	勸奨・定年	30.55月分	41.34月分	59.28月分	59.28月分	

1人当たり平均支給額は、平成21年度に退職した職員に支給された金額です。

⑧その他の手当の状況 (平成22年4月1日現在)

手当の名称	内 容	1人当たり 平均支給年額	手当の名称	内 容	国の制度との異同
地域手当	平成21年度より廃止	0円	扶養手当	配偶者1万3,000円、その他の扶養親族は1人につき6,500円	同
特殊勤務手当	危険・困難などに指定した業務に従事する職員に支給。伝染病防疫作業手当、行旅病人および死亡人取扱作業手当、し尿処理場作業手当がある	0円	住居手当	借家・借間などの居住にかかる費用を負担している職員に月額2万7,000円を限度に支給	同
時間外勤務手当	正規の勤務時間外に勤務した職員に支給	16万6,000円	通勤手当	最も経済的かつ合理的と認められる通常の通勤経路・方法により算出した額(例:2キロ以上5キロ未満の自家用車使用月額2,000円)	同

1人当たり平均支給年額は、平成21年度に支給された金額です。

⑨特別職の報酬などの状況 (平成22年4月1日現在)

区 分	給 料		報 酬		
	町 長	副町長	議 長	副議長	議 員
報酬などの月額	71万2,000円	62万2,000円	32万5,000円	27万1,000円	25万5,000円
期末手当	(平成21年度支給割合) 6月期…1.25月分、12月期…1.50月分、計…2.75月分 (平成22年度支給割合) 6月期…1.25月分、12月期…1.35月分、計…2.60月分				

1) 平成22年7月から平成26年3月まで町長10%、副町長7%の減額特例措置を行っています。(一般職に含まれる教育長についても5%の減額)

2) 平成21年度に町長・副町長・教育長に支給された期末手当は50%の減額を行いました。

⑩部門別職員数の増減状況 (平成22年4月1日現在)

部 門		一般行政 (福祉関係を除く)							福祉関係			一般行政計	
		議会	総務	税務	労働	農水	商工	土木	小計	民生	衛生		小計
職 員 数 (人)	平成21年	3	34	9	0	6	1	12	65	39	10	49	114
	平成22年	3	34	9	0	5	1	10	62	37	10	47	109
	対前年増減数					△1		△2	△3	△2		△2	△5

部 門		特別行政		公営企業など					総合計
		教育	小計	病院	水道	下水道	その他	小計	
職 員 数 (人)	平成21年	18	18	147	10	4	28	189	321
	平成22年	17	17	149	9	3	27	188	314
	対前年増減数	△1	△1	2	△1	△1	△1	△1	△7



⑪一般行政職の級別職員数状況 (平成22年4月1日現在)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計
標準的な職務内容	主事	主任主事	主査	主幹	班長	課長	課長	
職員数	0人	7人	44人	31人	23人	7人	0人	112人
構成比	0.0%	6.3%	39.3%	27.7%	20.5%	6.3%	0%	100%

鞍手町の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

⑫職員の厚生福利制度の状況

職員の健康管理

労働安全衛生法に基づき、職員の健康管理状況を把握し、健康障害や疾病を早期に発見するため、全職員を対象として定期健康診断を行っています。

定期健康診断の実施状況 (平成21年度決算)

受診者数	312人
町費負担額	226万4,104円



職員の福利厚生

地方公共団体は、地方公務員法第42条の規定に基づき、職員の健康維持や元気回復などの福利厚生計画を立て、実施しています。鞍手町では、社会保険制度として加入している福岡県市町村職員共済組合が、地方公務員等共済組合法に基づき、職員と市町村が分担して拠出した財源を使って主に次のような事業を行っています。

福岡県市町村職員共済組合の福利厚生事業

主な事業	内容
短期給付事業	病院にかかったときの医療費などの保健給付、休業給付
長期給付事業	年金などの給付
福祉事業	健康の維持・増進に関する保健事業

なお、これ以外にも、職員が納めた会費で運営されている鞍手町職員互助会が、各種厚生事業を行っています。
※鞍手町職員互助会に対する町からの補助金は平成20年度より廃止されています。

ちょっと疑問



給与に関する
2つの疑問に
お答えします。

Q 給料と給与、報酬はどう違うの？

A 給料とは、鞍手町の給与条例に規定している給料表に基づき支払われるものです。
給与とは、給料と諸手当を含めて支払われるものです。
また、報酬は議会議員や非常勤の特別職などに支払われるものをいいます。

Q ラスパイレス指数って何のこと？

A 地方公務員の給与水準を表す物差しです。
国家公務員の行政職の給与を100とした場合の値を算出することで、その地方自治体の給与の水準を図ることができます。
この指数は、自治体によって違いがあり、鞍手町の場合、一般行政職の職員のラスパイレス指数は94.1(平成22年4月1日現在)となっています。



あなたの一票で県知事・県議会議員・町議会議員が決まる!!

4月は選挙の月です



明るい選挙	 福岡県 知事選挙	 福岡県 議会議員選挙	 鞍手町 議会議員選挙
告示日	3月24日(木)	4月1日(金)	4月19日(火)
投票日	4月10日(日)		4月24日(日)
投票できる人	平成3年4月11日までに生まれた人で、平成22年12月23日までに鞍手町に転入の届け出をし、引き続いて住民基本台帳に登録されている人(3月23日に選挙人名簿に登録されます)	平成3年4月11日までに生まれた人で、平成22年12月31日までに鞍手町に転入の届け出をし、引き続いて住民基本台帳に登録されている人(3月31日に選挙人名簿に登録されます)	平成3年4月25日までに生まれた人で、平成23年1月18日までに鞍手町に転入の届け出をし、引き続いて住民基本台帳に登録されている人(4月18日に選挙人名簿に登録されます)
	鞍手町から県内のほかの市町村に1度だけ転出した人で、転出先の市町村の選挙人名簿に登録されていない人は、鞍手町の選挙人名簿に登録されている間のみ、鞍手町で投票ができます。この場合、転出先の住民登録担当課で発行される「引き続き県内に住所を有する旨の証明書」が必要です		
投票時間	午前7時から午後8時まで		
投票場所	選挙管理委員会から郵送する入場券に記載してあります		
持ってくるもの	選挙管理委員会から郵送する入場券 ●なくした人や投票当日に忘れた人は…入場券がなくても投票できます。本人確認ができるもの(運転免許証や保険証など)を持参し、投票所で係員に申し出てください		
投票の方法	投票用紙に投票したい候補者の名前を書いてください ●身体に障害がある人は…身体障害で字を書くことができない人は「代理投票」、視覚障害のある人は「点字投票」ができます。希望する人は投票所で係員に申し出てください		
期日前投票	●とき 3月25日(金)から4月9日(土)まで。受付時間は午前8時30分から午後8時まで	●とき 4月2日(土)から4月9日(土)まで。受付時間は午前8時30分から午後8時まで	●とき 4月20日(水)から23日(土)まで。受付時間は午前8時30分から午後8時まで
仕事や旅行などで投票日に投票ができない人は、期日前投票をすることができます	期日前投票で県知事選挙と県議会議員選挙を同時に投票する場合は、4月2日(土)から4月9日(土)の間に投票してください		
	●ところ 鞍手町選挙管理委員会事務室(役場玄関に向かって右側奥) ●必要なもの 入場券または本人確認ができるもの(運転免許証や保険証など)		
不在者投票	●指定された病院や施設に入院・入所している人 入院・入所している病院や施設で不在者投票ができます。事前に病院や施設の職員にお尋ねください ●身体に重い障がいがある人 身体障害者手帳や戦傷病者手帳の交付を受けている人、介護保険被保険者証の要介護5及び免疫の障がいの程度が1級から3級に該当する人は、自宅で「郵送等による不在者投票」ができます。事前に「郵便等投票証明書」の交付を受け、投票日の4日前までに投票用紙を請求してください。なお、投票用紙に自分で記載ができない人は、事前に手続きをすれば代理記載人に記載してもらうこともできます ●長期の出張や旅行の人 事前に投票用紙を請求しておけば、滞在している市区町村の選挙管理委員会ですら不在者投票をすることができます		

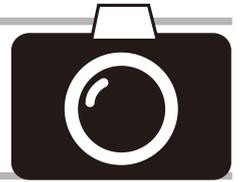
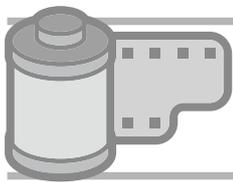
●鞍手町議会議員選挙立候補予定者への事前説明会

鞍手町議会議員選挙へ立候補を予定している人は、次のとおり事前説明会を行いますので、必ず出席してください。

- とき 3月29日(火)午後1時30分から
- ところ くらじの郷研修室
- 持ってくるもの 印かん

問い合わせ

選挙に関する疑問や質問は、鞍手町選挙管理委員会
☎42局2111番まで



鞍手インターチェンジ

▶ 2月19日に利用開始

2月19日、鞍手インターチェンジの利用が開始されました。この日、午前10時より鞍手インターチェンジにおいて開通式が行われました。まずは大型テント内で式典が行われ、その後、屋外のゲート付近に場所を移し、ドラムの音を合図にテープカットと久寿玉が開被されました。さらに町立保育所の園児たちがエゴ風船を飛ばし、鞍手北中学校の吹奏楽部による「明日に架ける橋」の演奏が行われ開通式に花を添えました。そして午後3時よりいよいよ鞍手インターの利用が開始されました。地域のみなさん通勤やレジャーでの交通機関として鞍手インターチェンジをぜひご利用ください。

今年の恵方方角は南南東

▶ プロの味付けに大満足

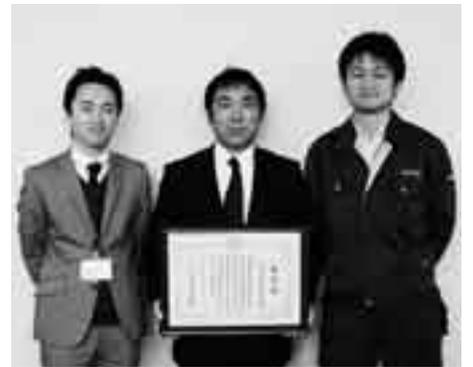
2月1日、中央公民館で公民館講座がありました。今回は恵方巻き作りです。最近では2月3日の豆まきと同様、恵方巻きを食べるのがすっかり習慣になりましたね。講師に寿司職人を迎えた今回、職人のワザに真剣に見入る参加者たち。最後の仕上げでは、巻きすを上手に使い出来上がりはなかなかのものとなりました。参加者の鈴木広隆さんは「とても楽しく恵方巻きが作れてよかったです。」と参加した感想を話してくれました。



商工会青年部

▶ 経済産業大臣表彰を受章

鞍手町商工会青年部が優良青年部として表彰されました。青年部はくらて星空シアター（2年に一度）や穴ヶ岳統一登山、クリーンキャンペンなど精力的に町などと連携し活動を行っている成果や商工会への組織運営に貢献されたことから、今回表彰をされました。「青年部は今後も地域をPRする地域貢献活動を積極的に行っていきたい」と商工会青年部の堀角泰正部長が抱負を語ってくれました。



まえおかのあ
前岡乃空くん

平成22年3月17日生まれ
大きく元気に育ってくれている乃空くん。これからも元気で笑顔の似合う男の子でいてください。(父 洋輔さん、母 育子さん・中山)



こみなみひなの
小南ひな乃ちゃん

平成21年3月20日生まれ
我が家の福の神ひな乃ちゃん、2歳のお誕生日おめでとう。豆まき楽しかったね。お姉ちゃんと仲良く、そして妹をかわいがる優しいお姉ちゃんになってね。(父 佳達さん、母 ゆき子さん・中山)



かみもりふみ
神森歩美ちゃん

平成21年3月28日生まれ
いつもに、ねえねの真似をして懸命について回る姿、とってもかわいいです。お歌や踊りが大好きでリズムに合わせてノリノリなふーちゃんを見ていると、心がホッとします。ありがとうございます。あなたの食べっぷり大好き♡(父 正茂さん、母 智恵さん・永谷)



むらかみはるか
村上遥香ちゃん

平成20年3月19日生まれ



むらかみそういちろう
村上蒼一郎くん

平成22年3月29日生まれ

踊るのが好きな遥香ちゃん、もうすぐあんよの蒼くん、お誕生日おめでとう。暖かくなったら、たくさんお外遊びしようね。(父 礼寿さん、母 亜矢子さん・中山)

3月生まれ Happy birthday to you.

火災から町の宝を守る

▶ 1月26日、伊藤常足旧宅で防火訓練

毎年1月26日は、文化財防火デー。これは昭和24年1月26日、奈良の法隆寺の金堂が炎上し、壁画が焼損したことを機に、昭和30年に制定されたものです。毎年この日は、貴重な文化財を火災から守るため、防災訓練が全国一斉に行われています。鞍手町でも1月26日、町教育委員会の職員や伊藤家の人たちが見守る中、県指定史跡の伊藤常足旧宅で行いました。119番通報を合図に直鞍広域消防本部と鞍手出張所の消防隊員が消火活動を開始。機敏な作業で無事対象物に向けての放水訓練は終了しました。乾燥するこの時期、火の取り扱いには十分気をつけましょう。



鬼は外～、福は内～

▶ 鞍手幼稚園に鬼がやって来た

2月3日鞍手幼稚園と鞍手北幼稚園で恒例の豆まきがありました。先生の「今日は何の日かな？」に「鬼の日」と答える子どもたち。節分は、泣き虫鬼や欲張り鬼が自分の心の中にいて、その鬼を豆をまいて追い出す日だと教えてもらい、やる気満々の子どもたち。そこに突然赤鬼、青鬼が登場し、さぁ大変。先生にすがりつく子、泣きながら豆を投げる子などさまざま。でも最後には子どもたちの活躍で鬼は退散。かわって福の神が登場し、子どもたちは福豆をもらいホッとした様子。自分の心の中の悪い鬼さんは追い出せたかな？



みんなで鬼をやっつけました

▶ 2月3日、3町立保育所で節分の豆まき

今年も恒例の行事、豆まきが行われました。古月保育所では、先生が「体の中にいる悪い虫さんを退治する日です」と子どもたちと一緒に豆まきを始めました。すると突然大鬼が保育所に出現。とたんにその場の雰囲気は一転。襲いかかってくる大鬼に隅に追い込まれて泣きだす子や友だちを助けようと鬼に向かっていく子などさまざま。でも最後は子どもたちの元気に鬼は退散していきましました。



休まず続けて体力UP

▶ 2月4日、介護予防運動教室が最終回

健康運動指導士になって、イスを利用したストレッチをする参加者たち。ゆっくり慎重に体を動かし体力アップに効果があったようです。2月4日、くらしの郷で介護予防教室の最終回が行われました。この教室は、10月15日から週に1回のペースで計16回行われました。体力測定をしたり、ストレッチをしたりと、みなさん楽しく続けてきた甲斐があり、体力向上につながったようです。健康が一番、これからも頑張ってください。

健康運動指導士になって、イスを利用したストレッチをする参加者たち。ゆっくり慎重に



*** すくすく日記 ***



よしわき 吉脇ゆめちゃん

平成20年3月2日生まれ
ゆめ、3歳オメデト!!幼稚園生活をエンジョイして毎日元気に楽しく過ごしている姿を見て、たくましく思います★ステキ女子めざしてガンバレ!!(父 周一さん、母 理恵さん・弥生)



つじもとそらと 辻本空都くん

平成20年3月2日生まれ
いにしえねえねのアイドルうーたん。お誕生日おめでとう!!幼稚園でたくさんのお友だちができるといいね。(父 善紀さん、母 正美さん・中山)



いわごうちりか 岩河内理夏ちゃん

平成22年3月5日生まれ
おじいちゃん、おばあちゃん、まわりの人たちのおかげで、すくすく元気で1歳になりました。お誕生日おめでとう。これからも笑顔いっぱい、元気いっぱいいてね。(父 孝寿さん、母 弘子さん・新北)



おおむらまさき 大村正樹くん

平成21年3月7日生まれ
まあくくん、2歳のお誕生日おめでとう!!お手伝いやお片付けが上手にできるようになったね。これからもいつも笑顔のかわいいまあくんでいてね。(父 純一さん、母 美紀さん・中山)



しもにしのそのそら 下西ノ園宙くん

平成21年3月7日生まれ
そらくん2歳のお誕生日おめでとう♡オーズが好きでいつも見えていますね!!これからも元気ですくすくと大きくなってくださいね☆(父 翔さん、母 亜美さん・室木)

楽しかったこと、悲しかったこと、思い出、地域のできごと、イラストやマンガ、エッセイ、サークルのお誘い、趣味や宝物、広報へのご意見・ご感想などどしどしお寄せください。あなたの住所、名前、年齢、電話番号も忘れずに。投稿された人には、記念品を差し上げます。

三桜会 舞踊発表会

●和田成子さん（小牧）

花柳流（奈里乙女）と藤間流（勘志絹・勢路）による三桜会舞踊発表会を次のとおり行います。皆さんお誘い合せてご来場ください。

●とき 3月13日（日）午前11時から

●ところ 中央公民館

●入場料 無料

●問い合わせ 花柳奈里
乙女（和田成子） ☎4
2局5654番まで



木彫教室で 生きがいつくり 始めませんか

●犬塚俊之さん・木彫教室

中央公民館自主サークル「木彫教室」では、次のとおり会員を募集しています。見学も大

歓迎ですので、興味がある方は活動日においでください。

●活動日 原則として毎月第1・第3火曜日。時間は午前10時から正午まで

●ところ 中央公民館

●申し込み問い合わせ 犬塚俊之（世話係） ☎42局3233番または（080）52000局3169番まで



マコころに響く 美しい音色を お届けします

「永遠会」定期演奏会

●鞍手高校吹奏楽部「永遠会」

鞍手高校吹奏楽部「永遠会」（OB会）では、第15回定期演奏会を次のとおり開催します。会場全体が一体となるような心に響く音色をお届けします。是非ご来場ください。

●とき 3月19日（土）午後6時開演（午後5時30分開場）

●ところ ユメニテイのおがた大ホール

●入場料 前売り・当日ともに五百円

●曲目 リスト作曲 交響詩「前奏曲」、リード作曲 吹奏楽のための第二組曲、デイズニーフアンテリジョンなど

●問い合わせ 永遠会事務局 ☎（090）5380局7613番まで



ウォーキングで六ヶ岳の歴史散策

●鞍手町教育委員会

鞍手町教育委員会では、宗像三女神降臨の地をめぐるウォーキングの参加者を次のとおり募集します。

●とき 3月27日（日）午前9時30分から（受付は午前9時から）※雨天による延期・決行は7時30分に決定します

●集合場所 長谷寺前駐車場

●コース 長谷寺く六ヶ岳く長谷寺 ※正午終了予定

●対象 鞍手町に住んでいる人や勤めている人

●定員 30人（定員になり次第締め切ります）

●参加費 無料

●申込期間 3月1日（火）から25日（金）までの平日。時間は午前8時30分から午後5時15分まで

●申し込み・問い合わせ 教育課社会教育班まで



木工細工

嶋立輝行さん
（室木）

次女に女の子が生まれたので、初節句に間に合うように作ったものです。線が柔らかいので、優しい作品に仕上がりました。95片の部品は箱を作って収納できるようにしました。



ちぎり絵

岡松陽子さん
（新延）

「あかりをつけましょぼんぼりに
お花をあげましょももの花」
咲きほこったももの花を見ると、
とても明るい気持ちになりました。



短歌

井手川 勉さん
（新延）

敗戦後、若者たちに流行したマルクスの理論。私もその働く者の社会に熱中した一人です。共産党の常任として親も家も捨て夢中で働いて60年80歳過ぎて私を育てて呉れた両親の恩にしみじみとお詫びする馬鹿者です。

マルクスに憑かれて親を見捨てたる
不孝に気付く八十歳の馬鹿者

第6回フルコンタクト空手道九州大会で姉妹で好成績を収めました

●福本博文さん・NPO法人新国際空手古武道連盟理事長

1月23日、中間市体育文化センターで第6回フルコンタクト空手道九州大会が行われました。幼児から中学生までの180人の選手が参加し、日ごろの稽古の成果を発揮し、熱戦を繰り広げました。福本会館空手道場から姉妹で出場した秋田雅さん(小1)と秋田葉月さん(5歳)はそれぞれのクラスで優勝、準優勝と好成績を収めました。抜群の試合センスで将来楽しみですと指導員からも声をかけられました。空手を始めて1年半程ですが、これからが楽しみな二人です。

▽小学校1・2年生女子の部優勝＝秋田雅▽幼児(年少・年中)の部準優勝＝秋田葉月(敬称略)



男女共同参画ネット 寸劇と講演会

●小島美智子さん(小牧)

鞍手町男女共同参画ネットでは、鞍手町に男女共同参画が根付くように行政と協働して研修会や講演会を行っています。どなたでも参加できますのでお気軽にご参加ください。

●とき 3月5日(土) 午後1時30分
から

●ところ くらじの郷(多目的ホール)

●入場料 無料

●内容 寸劇と講演会(祖母・母・わたし・娘)▽講師＝古賀市男女共同参画審議会会長石原豊子さん)

●問い合わせ 小島美智子 ☎42局5214番まで

昨年末頃から歯の痛みで悩まされていた。最初のうちは痛み自体も大したことなく、食事もいつも通りに摂れていたのですが、特に気にしていませんでした。

しかし、日増しに痛みは激しくなり食事もまともに摂れない程になりました。前歯の神経が壊死していることがわかった。「過去に前歯を強くぶつけたことはないですか?」と先生に聞かれ、よく思い出してみます。そういえば小学5年生の夏休み、友だちとプールで遊んでいるときに、プールの底で顔を強打して

ら削り、神経を取り除いてもらうと、痛みが完全になくなった。もう堅いものを食べても、熱いものを飲んでも平気である。これから食事の際には、食べ物だけでなく、歯が治ったという喜びも一緒に噛みしめていきたいと思う。

リレーエッセー 晴れたらいいね。

片岡祐治さん(小牧・24歳)

VOL 144

なっていました。歯が疼いて夜中に目が覚めることもあり、イライラする日々が続いた。まさに歯がゆい思いである。このまま放っておくわけにもいかない。近所の歯医者に行くことにした。虫歯は見つからなかった。レントゲンを撮っても

前歯が欠けたことがあった。どうやらそのことが原因のようだ。あれから10年以上も経つのに、何で今さら……。不思議に思ったが、ぶつけた歯が数年後に痛みだすのは、決して珍しいことではないらしい。そんなわけで早速、前歯を裏側か

何が言いたいのかよくわからない文章になってしまったが、とにかく歯無しにならないように、これからも気をつけたいという話である。

今回は、井手利佳さん(小牧)です。

リフォーム

樋口佐枝さん(宮若市)

白緋で作りました。自分で作る喜びに浸っています。



陶芸

古屋正美さん(室木)

無趣味なので趣味を持った方が人生が楽しくなると、陶芸サークルに入り頑張っています。



広報ぎやらりー

すてきな作品をお待ちしています

ねんど細工や絵、書、紙細工、陶芸、俳句、短歌など自慢の一品は、ありませんか。「広報ぎやらりー」では、紙面を彩るあなたの作品をお待ちしています。作品についての100字以内の感想もお願いします。役場総務課 ☎42局2111番まで、ご連絡ください。



今月新しく入りました。

●一般の本

／ピースメーカー (作=小路幸也) ／一刀斎夢録 (作=浅田次郎) ／ジョン・マン波濤編 (作=山本一力) ／婢伝五稜郭 (作=佐々木譲) ／Y氏の妄想録 (作=ヤン・ソギル) ／南極(廉) (作=京極夏彦) ／かたちだけの愛 (作=平野啓一郎) ／PRIDE-池袋ウエストゲートパーク (作=石田衣良) ／ベッドの下のNADA (作=井上荒野) ／どんぐり姉妹 (作=よしもとばなな)

●子どもの本

／かちかちやま (作=いもとようこ) ／キツネのおとうさんがニッコリわらっていいました／ふしぎなキャンディーやさん／まてまてー! (作=宮西達也) ／ねぎぼうずのあさたろう (その8) (作=飯野和好) ／徳間アニメ借りぐらしのアリエッティ (作=ノートン・メアリー) ／つちのなかのもぐらでんしゃ (作=のぶみ)

中でもこの本が **オススメ** です。

モルフェウスの領域

作=海堂 尊



日比野涼子は桜宮市にある未来医学探究センターで働いている。東城大学医学部から委託された資料整理の傍ら、世界初の「ゴールドスリープ」技術により人工的な眠りについた少年佐々木アツシの生命維持を担当していた。アツシは網膜芽腫が再発し、両眼失明の危機にあったが、特効薬の許可を待つために5年間の「凍眠」を選んだのだ。だが、少年が目覚める際に重大な問題が立ちあがることに気付いた涼子は、彼を守るための闘いを開始する。

バスたろう はじめてのうんてん

作=のぶみ



はじめて、ひとりでバスにのったら…あれ?初めて一人で乗るバスは、いったいどこへ?かんたろうは、お父さんに傘を届けようと、初めて一人でバスに乗ります。ところが、バスはパンの国、恐竜の駅、おばけの森を通過して…楽しい読み聞かせにぴったりの絵本です。



林住期

作=五木寛之

人の一生は実にいろいろ。どの時期が一番楽しいかは人それぞれの価値観で決まる。林住期とは、社会人としての務めを終えたあと、すべての人が迎えるもっとも輝かしい「第三の人生」のこと。日々の小さな「気づき」の積み重ねが私たちの心と体を支えているのだから、よりよく生きていかなくてはならない。本来の自己を生かす。自分を見つめる。心の中で求めている生き方を。人生の真の黄金期の生き方の指針となる一冊です。



おじさんの机

作=立松和平

小さな村から大都会にやってくる。寛太。ある日、おじいさんから届く、ひみつの机。机の引き出しを開けると、懐かしい風景が広がっている。水をたたえた田んぼ、満天の星空。緑色のじゅうたん。頭をたれた黄金色の稲穂の海。おじいさんは、本当会いたくだけ開けなさいと。がまんするたび寛太は強い人間になっていく。おじいさんも自然を守るため、村を離れない。季節が過ぎ冬になり引き出しを開けると元気が働くおじいさんの姿。寛太は2年生になりました。



春の桜、夏の海、秋の紅葉、冬の雪…。美しい四季が体感できるのは日本人の特権。そんな私たちがだからこそ、読みたくなる「旬」の本があります。シリーズ「旬の本だな」。3月は「生きる」をテーマに2冊の本をご紹介します。紹介者は河野たまきさん(いずみ読書会)です。

調子はいかが？

町立病院 ☎42局1231番



Health

ADVICE



食後の血糖値が高いと言われました。どのような点に注意すればよいでしょうか？ (50歳・男性)

【食後高血糖とは】

健康診断などでは空腹時の血糖値を測定することが多いと思いますが、食後の血糖値を気にしたことはありませんか。

近年、空腹時の血糖値が正常であっても食後の高血糖が心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化疾患と深く関係していることが明らかになってきました。

健康な人の血糖値はインスリンの働きにより食後2時間の値は140mg/dl以下にコントロールされています。しかし、インスリンの分泌量やタイミングが食後の血糖値を抑えるのに十分ではなくなったり、インスリンの効きが悪くなると140mg/dlを超えて食後高血糖が起こつてきます。

【食後高血糖を改善するには】

満腹感は、胃の中がいっぱ

いになることだけではなく、脳にある満腹中枢や摂食中枢が刺激されることでも感じる事ができるので。

この満腹感を得るための重要な要素は、よく噛んで、時間をかけて食べることで、咀嚼むことにより多くの唾液が分泌されでんぶんを分解するアミラーゼという酵素により迅速に糖分に分解されます。

時間をかけて食べることで、その糖分が血液中に緩やかに取り込まれ、急激な血糖値の上昇を防ぐこととなります。

また、食後の高血糖を抑える働きがある食物繊維を一緒に摂ることも大切になります。具体的には野菜、海藻、しいたけ、こんにやくなどのおかずを毎食小鉢2個程度食べるという良いでしょう。毎食野菜料

理を作るのが面倒でも時間のある時にまとめて調理して冷凍しておくのと食べたいときにすぐ食べられるので便利です。GI(グリセミック・インデックス)値が低い食品を選ぶのも良いでしょう。

GI値の高いもの	GI値の低いもの
食パン (95)	全粒粉パン (35)
うどん (80)	ライ麦パン (40)
白米 (70)	そば (54)
もち (80)	玄米 (50)
じゃがいも (90)	さつまいも (55)
バナナ (63)	かぼちゃ (53)
	オレンジ (40)
	りんご (39)

※GI値数は、日本栄養士会より抜粋

い食品は消化吸収が早く、血糖値の上昇速度が速くなります。GI値の低い食品は消化吸収が遅いことから血糖値とインスリン濃度の変動が少なく、血糖値の上昇下降がゆっくりであるため、満腹感が持続し食べ過ぎることを防いでくれます。

また、調理をする上で注意する点は、食べやすくしないことです。すなわち、すりおろす、つぶす、やわらかく煮る、長く茹でるなどの調理は、消化吸収を良くするため血糖値が上昇しやすくなります。

食後血糖値を改善するためには、GI値の低い食材と食物繊維を適度に取り入れ、調理方法に注意し、よく噛んで時間をかけて楽しみながら食事をする事です。

健康な人の食後2時間の血糖値は、140mg/dl以下です。食事はよく噛んで時間をかけて食べることで、また、食後の血糖値を抑える働きがある野菜や海藻などの食物繊維を一緒に摂ることが大切です。



【アドバイザー】

原 裕子さん・はらひろこ

平成19年3月、西南女学院大学卒業

平成20年4月より鞍手町立病院給食室に管理栄養士として勤務。26歳。

町立病院では、3月12日(土)に血糖値の上昇を緩やかにできる食事の無料調理実習を行います。詳しくはくらしの情報16ページをご覧ください。

INFORMATION Health

健康や各種健診
についての
お知らせです

いきいき
健康



だより

総合福祉センター ☎ 42局8812 番

平成 23 年度の総合健診（特定健診・各種がん検診）のお知らせ



平成 23 年度に実施される健診の日程です。健（検）診は身体の状態をチェックできるよい機会です。対象者の人は、健（検）診項目・日程を確認し、ぜひ受けてください。

集団健（検）診の日程は、4月から11月です。4月13日と10月12日は託児がありますので、ご利用ください。

■集団健（検）診日程

	とき	場 所	対象地区	受付時間など
春 の 健 診	4月11日(月)	総合福祉センター	新北・八尋 長谷・室木 新延・永谷 中山	午前 8時30分から 10時30分まで ※結果説明会は 後日行います
	4月12日(火)			
	4月13日(水)			
	5月19日(木)			
	5月20日(金)			
	5月21日(土)	中央公民館	古門・弥生 猪倉・中山 小牧・木月 上月	
	6月 7日(火)			
	6月 8日(水)			
	6月 9日(木)			
	6月10日(金)	総合福祉センター	町内全地区	
7月10日(日)				
7月11日(月)				
7月12日(火)	総合福祉センター	町内全地区		
10月12日(水)				
10月13日(木)				
10月14日(金)				
11月20日(日)				
11月21日(月)				
11月22日(火)				

■健（検）診内容・料金

健（検）診名		料金	対象者	
特定健診		500 円	40 歳以上 74 歳以下の鞍 手町国民健康保険加入者	
基本健診		500 円	18 歳以上 39 歳以下の人 または生活保護受給者	
肝炎ウイルス検診		300 円	18 歳以上	
肺がん検診	X 線	100 円		
	X 線・喀痰	400 円		
胃がん検診		500 円		
大腸がん検診		300 円		
子宮がん検診		400 円		
乳がん検診	視触診のみ	200 円		
	視触診と マンモグラフィ	600 円		40 歳以上(2年に1回)
前立腺がん検診		200 円		50 歳以上
結核検診		無 料		65 歳以上

※生活保護受給者の人は健診当日、「診療依頼書」を忘れずにお持ちください。健（検）診料金が無料になります。
※乳がん検診（マンモグラフィ）を希望の人は隔年（2年に1回）で視触診との併用受診になります。
※女性特有のがん検診推進事業のクーポン券対象者となる人は、無料で子宮がん・乳がんの検診が受診できます。

申込方法

春の健診の申し込みは3月18日（金）、秋の健診は6月30日（木）までの申し込みとなっています。早めの申し込みをお願いします。

- **申し込み方法** 昨年、健診を受けた人には2月下旬に申込書を郵送していますので、申込書に記入のうえ、同封の返信用封筒にてご返送ください。申込書が届いていない人はご連絡をお願いします。
- **その他** 65歳以上の人は基本チェックリストで「特定高齢者に該当する人」のみ追加で『介護予防健診（無料）』を受けていただきます
- **申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

乳がん検診

乳がん検診は、総合健診のほか町立病院でも受診することができます。

- **対象者** 40歳以上の人
- **申し込み方法** 電話で直接申し込み（町のホームページでも予約をすることができます）
- **問い合わせ** 町立病院 ☎ 42局1231 番まで

3月1日（火）より健（検）診の申し込みはパソコンや携帯電話からでもできます。町のホームページから申し込んでください。

※申し込みを行う際、送信後に返信メールが届きます。パスワードなどを入力し、再送信してください。再送信しないと本登録完了になりませんのでご注意ください。

鞍手町ホームページ <http://www.town.kurate.fukuoka.jp>

携帯電話 <http://k.shinseifukuoka.jp>

検索



携帯版はこちら



乳幼児健診・相談

3月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- **とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など



健診内容	とき	対象児
4か月健診	3月10日（木）	平成22年10月14日から平成22年11月16日生まれ
7か月健診	3月24日（木）	平成22年7月30日から平成22年8月26日生まれ
12か月健診		平成22年3月1日から平成22年3月31日生まれ
1歳半健診	3月3日（木）	平成21年8月4日から平成21年9月3日生まれ
3歳児健診		平成20年2月4日から平成20年3月3日生まれ
乳幼児相談 <small>（身体測定・育児・栄養相談）</small>	3月23日（水）	平成23年1月25日から平成23年2月21日生まれ

※乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。（申込不要）

母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。

- **とき** 3月2日、9日、16日、23日、30日の午前10時から11時30分まで①必ず妊婦さん本人がお越しください②原則、毎週水曜日の交付ですが、都合がつかない場合は相談に応じます



- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **必要なもの** 妊娠届出書（ある人のみ）・印かん

予防接種



■ポリオ予防接種

- ▷ポリオの予防接種は2回受けてください
- ▷対象者 生後3か月から90か月未満
- ▷ところ 総合福祉センター保健棟

とき	時間
4月1日（金）	午後1時30分から2時まで
5月17日（火）	
6月29日（水）	

子宮頸がん等予防接種の公費負担を始めました!!

町では、平成23年2月1日から次の3つの予防接種の公費負担（無料接種）を始めました。予防接種法に基づく定期の予防接種ではないため、接種義務はありませんが、接種対象者が接種する場合、指定医療機関で無料で予防接種を受けることができます。

▽指定医療機関…鞍手町内の指定医療機関は梅谷外科胃腸科医院、木原医院、鞍手町立病院、鞍手診療所です

▽接種機関…指定されていない医療機関で接種を希望する場合は、役場にて接種依頼書を交付します

▽接種費用…指定医療機関で接種する場合は無料。指定されていない医療機関で接種する場合は費用は立て替えていただき、後日役場にて還付請求をしていただくことになります（接種依頼書の交付がない場合は還付ができません）

▽問い合わせ…必ず事前に役場保険健康課健康増進班42-2111までお問い合わせください

■子宮頸がん予防ワクチン

予防効果	発がん性HPV（ヒトパピローマウイルス）16型、18型の感染による子宮頸がんの予防
対象者	中学1年から中学3年及び高校1年の女子
接種回数 接種間隔	計3回 （1回目から1か月後に2回目を接種し、その後1回目接種から6か月後に3回目を接種します）



■ヒブ（H i b）ワクチン

予防効果	インフルエンザ菌B型による感染症（髄膜炎、敗血症、肺炎、中耳炎、気管支炎など）に対する予防		
対象者	2か月齢から5歳未満		
接種回数 接種間隔	4回	2か月齢から7か月齢未満	1回目から3回目を4週間から8週間の間隔で接種し、その後3回目からおおむね1年後に4回目を接種
	3回	7か月齢から12か月齢未満	1回目から2回目を4から8週間の間隔で接種し、その後2回目からおおむね1年後に3回目を接種
	1回	12か月齢から5歳未満の間に1回接種	

■小児用肺炎球菌ワクチン

予防効果	肺炎球菌による感染症（髄膜炎、敗血症、肺炎、中耳炎、気管支炎など）に対する予防		
対象者	2か月齢から5歳未満		
接種回数 接種間隔	4回	2か月齢から7か月齢未満	1回目から3回目を27日以上の間隔で接種し、その後3回目からおおむね60日以上の間隔で4回目を接種
	3回	7か月齢から12か月齢未満	1回目から2回目を27日以上の間隔で接種し、その後2回目からおおむね60日以上の間隔で3回目を接種
	2回	12か月齢から24か月未満	1回目から2回目を60日以上の間隔で接種
	1回	24か月齢から5歳未満の間に1回接種	

子どもクッキング

親子で楽しく料理をしましょう。

- **とき** 3月25日（金）午前9時30分から午後1時まで
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **対象者** 町内在住の小中学生及びその保護者
- **募集人員** 30人
- **参加費** 無料
- **持ってくるもの** エプロン、三角巾
- **申し込み期限** 3月18日（金）までに電話でお申し込みください。

参加者募集



● 保険料の納付は口座振替が便利でおトクです

国民年金の保険料はお支払方法によっておトクな割引料金が設定されています。口座振替は納め忘れがなく、前納割引額もアップします。引き落とし方法は下記より選ぶことができます。

- ① 1年分の前納（4月から翌年3月分）
- ② 半年分の前納（4月から9月分、10月から翌年3月分）
- ③ 毎月（早割）※納付期限よりも1か月早く口座振替
- ④ 毎月（割引なし）



口座振替のお申し込みには、基礎年金番号が確認できるもの（年金手帳・納付書など）、預金通帳、金融機関届出印が必要です。詳しくは役場保険健康課保険年金班または直方年金事務所までお問い合わせください。

● 前納割引制度 平成23年度の申し込みはお早めに

◆◆ 平成23年度保険料納入額 ◆◆

	現金納付	口座振替
毎月（翌月末）	15,020 円	15,020 円
毎月（当月末）	15,020 円	14,970 円 (50 円割引)
半年分前納	89,390 円 (730 円割引)	89,100 円 (1,020 円割引)
1年分前納	177,040 円 (3,200 円割引)	176,460 円 (3,780 円割引)

※金額は平成23年度の予定額です。

新規に口座振替での前納を希望される場合は、事前の申し込みが必要です。前納振替日は4月末日および10月末日ですが、口座振替の手續完了までに時間を要するため、申し込み前にご確認ください。手續が間に合わなかった場合は次回の前納振替月までは毎月の振替になることがあります。詳しくは役場保険健康課または直方年金事務所までお問い合わせください。

● 障害基礎年金を受給中の60歳未満の人へ

障害基礎年金の受給権がある人は、国民年金法の規定により国民年金の保険料が免除されます（法定免除）。60歳未満で新規に障害基礎年金の受給権を得た人は、基礎年金番号が確認できるもの（年金手帳や納付書）、年金証書、認印を持参のうえ、役場保険健康課または年金事務所での免除の手續をしてください。

法定免除に該当する場合の保険料は、既に納付されたものと前納されたものを除き、受給権を得た月の前月から納付を要しないものとされています。したがって、遡って障害基礎年金の受給権を得た場合には、受給権発生日以降に納付されていた保険料（受給権を得た月の前月以降の保険料に限る）については還付することになります。

なお、還付対象の保険料について特に納付を希望される場合は、追納制度によって納付済み期間とすることもできます。詳しくは窓口でお尋ねください。

*** お問い合わせ ***

役場保険健康課保険年金班 ☎42-2111 内線202

直方年金事務所 ☎22-0891

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

IP電話・PHSからは ☎03-6700-1165



くらしの 情報

Calendar 2011 **3**

日	月	火	水	木	金	土
		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	31		

- ☎ 問い合わせ先 ☎**
- 鞍手町役場…42局 2111 番 (FAX…42局 5693 番)
 - 中央公民館…42局 7200 番
 - 教育課…42局 7200 番
 - 歴史民俗資料館…42局 3200 番
 - くらじの郷…42局 8811 番
 - 社会福祉協議会…42局 7800 番
 - 上下水道課…42局 0408 番
 - 中央浄水場…42局 0417 番
 - 町立病院…42局 1231 番
 - 鞍寿の里…42局 1233 番
 - 鞍手駅…42局 0980 番
 - 火災の発生状況…32局 3211 番

税金



今月の納税 (3月)

● 国民健康保険税—第10期分

納期限は3月25日(金)です。納期限を過ぎると督促状を送付します。督促手数料は一通につき百円です。

● 問い合わせ 役場税務 住民課税務班まで

税金の納付は安心・便利で確実な口座振替で

個人が納める町税は、口座振替にすると金融機関へ行く手間がいらす、納め忘れもなく安心です。毎月15日までに手続きをすれば

募集



県営住宅の入居者募集

福岡県住宅供給公社では、次のとおり県営住宅の入居者を募集します。募集対象住宅や募集戸数など詳しいことは、お問い合わせください。

● 募集案内書の配布 ▽と

き 3月1日(火) から▽と

● 申込期間 3月1日(火) から9日(水) まで

● 問い合わせ 福岡県住宅供給公社県営住宅管理部 ☎(092) 781

局 8029番まで

の帳簿などをご覧ください。確定申告が必要なのは、期限内に申告を済ませてください。また、国税庁のホームページ <http://www.nta.go.jp> の確定申告作成コーナーを利用すると自宅です。簡単に申告書が作成できます。

● 問い合わせ 直方税務 署 ☎22局 0880 番

● 必要なもの 納税通知書、通帳、通帳登録印

● 取引金融機関 直鞍農協、福岡ひびき信用金庫、福岡銀行、西日本

● 振替日 毎月25日(金融機関が休みの場合は次の営業日)

● 問い合わせ 役場税務 住民課税務班まで

● 確定申告と納税はお早めに

所得税の確定申告と納税は3月15日(火) まで

では、次のとおり予備自衛官補の採用試験を行います。

● 対象・募集人員 ▽一般 18歳以上34歳未満の人、約160人 ▽技能 18歳以上で、保有する技能に応じて53歳から55歳未満の人、約20人 (技能は衛生・語学・情報処理・整備・電気・建築・通信等)

● 申込期限 4月6日(水) まで

● 試験日 4月15日(金) から18日(月) までのいずれか一日

● 試験会場 ▽一般 小倉駐屯地 (北九州市)

▽技能 健康駐屯地(熊本)

● 問い合わせ 自衛隊飯塚地域事務所 ☎(0948) 22局 4847



自衛隊予備自衛官補の採用試験を行います

自衛隊飯塚地域事務所

固定資産税の帳簿の縦覧は4月25日まで

平成22年中(1月から12月まで)に土地を売り買いた人、家を新築、増築した人、相続や贈与があった人など、自分の所有する土地や建物の価格がどのようになっているかを確認するため、土地や家屋などの価格が記載された固定資産税

募集

臨時職員等



屋外作業員（緊急雇用創出事業）

- 応募資格** 鞍手町在住で、現在、①使用者の都合で解雇された人 ②雇い止めにより離職した人 ③使用者の都合により失業が決まっている人
- 募集概要** ▷業務内容 = 不法投棄・違法広告防止パトロールと回収・撤去▷人員 = 2人▷賃金 = 日額6,260円▷雇用期間 = 4月1日から9月30日まで▷勤務 = 週3日程度
- 応募期限** 3月15日（火）まで
- 問い合わせ** 応募方法等詳しいことは、役場企画財政課地域振興班まで

町役場当直業務員

- 勤務時間** ▷平日 = 午後5時から翌日の午前8時30分まで▷休日 = 午前8時30分から午後5時15分までと午後5時15分から翌日の午前8時30分まで（休日当直は2交代制）
- 募集人員** 1人
- 応募期限** 3月15日（火）まで
- 選考方法** 面談により決定
- 問い合わせ** 応募方法等詳しくは役場総務課庶務管財班まで

登録しませんか 臨時職員等登録制度



町では、臨時職員やパートタイム職員などを採用する場合、あらかじめ登録している人の中から採用する登録制度を導入しています。登録の方法や募集職種などは次のとおりです。なお、登録しても必ず採用されるとは限りません。ご了承ください。

- 登録方法** 登録申請書は、役場、中央公民館、町立病院、介護老人保健施設（鞍寿の里）、くらしの郷に置いてあります。また、町のホームページからもダウンロードできます
- 有効期限** 登録の日から1年間
- 募集職種** ▷免許・資格が不要な職種 = 一般事務補助（ワープロ・表計算ソフトが使える人）、調理師補助▷免許・資格が必要な職種 = 保育士、調理師、看護師、准看護師、その他医療・福祉の資格が必要な職種
- 問い合わせ** 賃金や勤務時間などの労働条件は、職種によって異なります。町のホームページをご覧になるか、役場総務課人事班までお問い合わせください

4月採用予定の職種

- 採用予定職種** ▷免許・資格が不要な職種 = 一般事務補助（ワープロ・表計算ソフトが使える人、10人）、調理師補助（10人）▷免許・資格が必要な職種 = 保育士・パートタイム保育士（計15人）、調理師（2人）
- 4月採用分応募期限** 3月15日（火）まで

西村弁護士の 無料法律相談



西村浩二弁護士による無料法律相談が行われます。受付は7人までです。

- とき** 3月10日（木）
- ▽受付（順番の抽選）
- 午後0時45分から▽相談■午後1時から4時まで

- ところ** くらしの郷
- 問い合わせ** 社会福祉協議会まで

一人で悩む前に… 心配ごと相談へどうぞ



直方法務局の職員、人権擁護委員、行政相談委員の皆さんが、あなたの悩みにお答えします。

- とき** 3月25日（金）
- ▽受付■午後0時45分から▽相談■午後1時から3時まで

- ところ** くらしの郷
- 問い合わせ** 社会福祉協議会まで

今月の補聴器相談日

3月の補聴器相談が次のとおり行われます。

- 役場福祉人権課での相談**
- ▽とき■3月4日（金）
- 午後1時から2時まで（九州補聴器センター）
- ▽とき■3月10日（木）
- 午前11時から正午まで（九州リオン）
- ▽とき■3月17日（木）
- 午後1時から2時まで（あさひ補聴器）
- ▽とき■3月23日（水）
- 午後1時から2時まで（小倉補聴器）

役場福祉人権課の相談では、受付順の番号札を配布します。

町立病院での相談

- ▽とき■3月5日（土）
- 午前9時から正午まで（九州リオン）
- ▽とき■3月19日（土）
- 午前9時から正午まで（池田補聴器）
- ▽とき■3月22日（火）
- 午後2時から5時まで（九州補聴器センター）
- 問い合わせ** 役場福祉人権課福祉高齢者班または町立病院まで

講習



調理実習に参加しませんか

町立病院では、メニューがあっても、食材や調理法で食後の血糖値の上昇を緩やかにできる食事の調理実習を次のとおり行います。

- とき** 3月12日（土）
- 午前9時30分から
- ところ** 中央公民館調理室



せしモノー・ホール 安心館

鞍手郡鞍手町大字小枝2084-1
TEL 0949(43)4499 FAX 0949(43)4488
安心会員募集中！（エンディングノートプレゼント）

- ◆信頼・・・36年の経験！
- ◆真心・・・心のこもったお葬儀を！
- ◆安心・・・無理のないプランを！

問合せ先



（有）花六葬儀社

鞍手町大字中山3024-42（昭和通り）

0120-41-8769

●内容 調理実習、食前食後の血糖値測定

●参加料 無料

●申込期限 3月9日(水)まで

●申し込み・問い合わせ 町立病院まで



お風呂はお休みです くらしの郷の休館日

くらしの郷の福祉棟(お風呂)と勤労者ふれあい棟(体育館)の3月の休館日は、次のとおりです。

●休館日 7日(月)、14日(月)、20日(日)、21日(月)、28日(月)です。

●問い合わせ 社会福祉協議会まで

3月定例町議会を 傍聴してみませんか

鞍手町議会3月定例会を開会します。一般質問と議案質疑の日程(予定)は次のとおりです。

議会には、年4回の定例会と必要ときに開会される臨時会があり、だれでも傍聴できます。

●一般質問 3月7日(月)、8日(火)開会時間午後1時。ただし、一般質問が7日で終了

すれば8日は休会となります

●議案質疑 3月9日(水)開会時間は午後1時

●問い合わせ 鞍手町議会議務局(役場内)まで

給水装置の指定工事 事業者を追加しました

水道管の新設や増設など給水装置の工事を行う事業者に、申請のあった次の一社を追加指定しました(水道工事は町が指定した工事事業者しかできません)。

●株式会社西住設備
住所 福津市津屋崎2

丁目12番23号▽電話 〇940) 52局5824番

●問い合わせ 役場上下水道課水道班まで

住宅の耐震改修工事 緊急支援します

町では、「震災に強いまちづくり」を目的に住宅の耐震化を促進するため、耐震診断にて改修が必要とされる住宅の耐震改修費用を補助しています。

●補助金額 1戸につき上限30万円まで
●募集戸数 20戸(先着順)
●申し込み期間 3月18日(金)まで

日(金)まで
●問い合わせ 募集要件など詳しくは役場建設課まで

中央公民館図書室の本をお譲りします ブックリサイクル

中央公民館図書室では、図書室の本を皆さんに有効活用してもらうため、役目を終えた本を無償でお譲りする「ブックリサイクル」を次のとおり行います。

●とき 3月23日(水)から31日(木)まで。時間は午前9時から午後5時まで。ただし、

本がなくなり次第終了します

●ところ 中央公民館一階ホール

●本の種類 ①破れや汚れなどにより図書室の蔵書から外す一般図書(小説、随筆など)・児童図書(絵本など)・雑誌②重複などの理由から図書室の蔵書にしな

●問い合わせ 中央公民館まで

介護保険証を 交付します

4月に65歳を迎える人(昭和21年4月2日から5

月1日までに生まれた人)に介護保険証を次のとおり交付します。将来介護が必要になったときや介護認定の申請のときに必要となりますので大切に保管してください。

●交付する日 3月23日(水)から25日(金)の午前8時30分から午後5時15分まで

●ところ 役場福祉人権課福祉高齢者班窓口

●申請に必要なもの 交付案内の通知はがき、印かん

●問い合わせ 役場福祉人権課福祉高齢者班まで

あなたの学習意欲を 応援します

国や県、町は、あなたの学習意欲を応援します。

鞍手町奨学金

●利用できる人 ①町内に引き続き2年以上居住する人で、高校や大学の学費の支払いに困っている人②日本学生支援機構などから奨学金を借りていない人③収入が日本学生支援機構が定めた基準以下の人

●奨学金貸付額(月額)▷公立高校=11,000円▷私立高校=15,000円▷公立大学=20,000円▷私立大学=25,000円

●入学支度金貸付額▷高校・高専=40,000円▷大学・短大=50,000円

●返済期間 卒業6か月後から返済開始▷高校=4年以内▷短大=3年以内▷大学=6年以内

●利息 無利息

●受付期間 3月31日(木)まで

●問い合わせ 教育課学校教育班まで

若年者専修学校等技能習得資金

●利用できる人 技能を修得するための専修学校(情報・福祉・工業・美容・ファッション・経理・公務員などの専門学校)に経済的な理由で就学することが困難な人

●使い道 授業料、実習費、入学金、入学支度金など

●貸付額 専門課程=月額53,000円▷その他=月額30,000円▷入学支度金(1回)100,000円

●利息 無利子

●貸与の基準 世帯の収入が基準以下であること、他の奨学金を受けていないこと

●返済期間 在学期間の3倍以内(最長12年以内)

●受付期間 4月1日(金)から4月28日(木)まで

●問い合わせ 教育課社会教育班まで

日本学生支援機構の奨学金・国の教育ローン

その他にも日本学生支援機構の奨学金や国の教育ローンがあります。詳しくは下記までお問い合わせください。

日本学生支援機構

●問い合わせ 入学後、在籍学校の奨学金窓口申し出てください

国の教育ローン

●問い合わせ 教育ローンコールセンター ☎(0570)008656番まで

町内の交通事故発生状況



【1月中】		【累計】	
件数	8件(-7)	件数	8件(-7)
死者	0人(±0)	死者	0人(±0)
傷者	13人(-8)	傷者	13人(-8)

- とき 3月9日(水) 午前10時から午後4時まで(受付は午後3時まで)
- ところ ハピネスなかま(中間市通谷)
- 問い合わせ 福岡県交通事故相談所 ☎(092)643局3168番まで

巡回交通事故相談

後期高齢者医療に加入している皆さん入院するときは前もって手続きを

後期高齢者医療制度に加入している人で、世帯員全員が住民税非課税の場合、入院したときの窓口負担額や食事代の負担が軽減される証明書を発行します。この証明書は、申請した月の1日からしか使えませんので、入院が決まったときは前もって手続きをしておいてください。

●申請場所 役場保険健康課保険年金班窓口

●申請に必要なもの 後期高齢者医療制度の保険証、印かん、過去1年間に90日を超える入院があった人は入院期

間が確認できる書類(領収証など)

●問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで

国民健康保険に加入している皆さん入院するときは前もって手続きを

国民健康保険に加入している人で、70歳未満の人は限度額適用認定証を、74歳以下で住民税が非課税となっている世帯の人は限度額適用・標準負担額減額認定証を医療機関の窓口提示することで、その医療機関での医療費の窓口負担が自己負担限度額までで済みます。これにより、後で高額療養費の払い戻し申請をする必要はなくなります。こ

のおがた警察署だより

直方警察署管内での犯罪発生状況

【1月中】		【累計】	
刑法犯総数	97件(+4)	刑法犯総数	97件(+4)
車上ねらい	20件(+10)	車上ねらい	20件(+10)
自転車盗難	4件(-4)	自転車盗難	4件(-4)
空き巣	3件(-3)	空き巣	3件(-3)

生活安全課からのお知らせ

～万引きは犯罪です～

平成22年中。福岡県内での「万引き」の発生件数は6,063件で自転車盗難17,521件に次ぐ第2位の犯罪発生となっており、直方警察署管内でも134件発生しています。

万引きは、刑法第235条(窃盗)により10年以下の懲役又は50万円以下の罰金現在、福岡県警では万引きをしない、させない、見逃さない運動を実施しています。



お住まいの地区の犯罪発生状況は、県警のホームページに校区别的詳しい犯罪発生状況などがご覧になれます。

直方警察署の最新情報はこちらから

福岡県警察

検索



http://www.police.pref.fukuoka.jp/
直方警察署 ☎22局0110番まで

お話しつばい いろいろばた お話の会



朗読サークルの皆さんが、いろいろのそばで昔話や絵本の読み聞かせをしてくれます。親子で聞きに来てみませんか。

●とき 3月12日(土) 午前10時から

●ところ 歴史民俗資料館

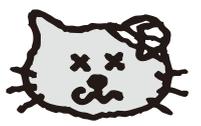
●問い合わせ 歴史民俗資料館まで

休日の夜間の体調不良は急患センターへ

診療日	診療科目
土曜・日曜・祝日 午後6時から11時まで	小児科 内科
第2、第4日曜 午前9時から午後6時まで	小児科

●問い合わせ 直轄急患センター ☎28局2840番まで

休日在宅医



診療時間は、午前9時から午後5時までです。休日在宅医は、変更になることもありますので、事前に電話でご確認ください。

- 3月13日(日) 鞍手クリニック(古門) ☎43局3030番
- 3月20日(日) 梅谷医院(本町) ☎42局3377番

の認定証は、次のとおり事前に申請することで交付されます。申請した月の1日から有効となりますので、もし入院が決まった場合は、早めに申請してください。また、認定証は国民健康保険税の納め忘れがある場合には交付されませんので、保険税は必ず納期限内に納める

●申請場所 役場保険健康課保険年金班窓口

●申請に必要なもの 国民健康保険証・印かん・住民税非課税世帯の人で、過去1年間に90日を超える入院があった人は、入院期間が確認できる書類(領収証など)

●問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで

●国民健康保険から社会保険へ加入14日以内に必ず届出を

国民健康保険(国保)に加入している世帯の全員、またはその一部の人が異動があった場合、14日以内に役場保険健康課

保険年金班へ届け出をしてください。届け出を忘れて、遅れたりすると後で医療費を返さなければならぬ場合があります。

●問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで

●国民健康保険の高齢受給者証を交付します

国民健康保険の加入者で70歳を迎えた人(昭和16年3月2日から4月1日までに生まれた人)に国民健康保険の高齢受給者証を次のとおり交付します。

- 交付する日 3月31日(木) 午前9時から
- ところ 役場保険健康課保険年金班窓口
- 申請に必要なもの 国民健康保険証、印かん
- 問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで



地デジ放送 簡易チューナー^{給付}支援

市町村民税非課税世帯への支援

- 支援の対象となるのは？ 世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯
- 受けられる支援の内容は？ 現在お持ちのアナログテレビに取り付ける「簡易なチューナー」の無償給付を行います
- 申し込み先は？ 地デジチューナー支援実施センターです。申込書は役場企画財政課及び地デジチューナー支援実施センターのホームページから入手できます
- 申し込み締切日は？ 7月24日(日)まで
- ご注意 ①ご自身で購入されたチューナーの費用を請求、精算はできません②NHKとの放送受信契約が必要です③地上デジタル放送を視聴されている世帯は申し込みできません④諸証明の手数料が必要となります

*** 問い合わせ ***

総務省地デジチューナー支援実施センター
☎ 0570-023724 (ナビダイヤル)
ナビダイヤルが利用できない場合
☎ 043-332-2525

NHK放送受信料全額免除世帯への支援

- 支援の対象となるのは？ 生活保護世帯などの公的扶助受給世帯、障がい者のいる世帯で市町村民税非課税の世帯、社会福祉事業施設入所者などで日本放送協会(NHK)の受信料の全額免除を受けている世帯が対象です
- 受けられる支援の内容は？ 現在お持ちのアナログテレビに取り付ける「簡易なチューナー」の無償給付を行います。アンテナ改修などが必要な場合は、その支援も行います
- 申し込み先は？ 地デジチューナー支援実施センターです。申込書は各市町村及び近くのNHK窓口に設置されています
- 申し込み締切日は？ 7月24日(日)まで
- ご注意 ご自身で購入されたチューナーやアンテナ改修などの費用を請求、精算することはできません。また、申し込みの際は、NHKとの受信契約を結び、全額免除の適用を受けることが必要です

*** 問い合わせ ***

総務省地デジチューナー支援実施センター
☎ 0570-033840
ナビダイヤルが利用できない場合
☎ 044-969-5425
NHKふれあいセンター
☎ 0570-000588
ナビダイヤルが利用できない場合
☎ 050-3786-5109
鞍手町役場 ☎ 42局2111
福祉人権課 内線 245 企画財政課 内線 342



75歳になる前に 後期高齢者医療に 加入できます

一定の障がいがある65歳以上74歳以下の人は、申請すると後期高齢者医療制度に加入できます。後期高齢者医療制度の被保険者になるかならないかにより、加入する医療保険、保険料、一部負担割合などが異なります。

●**問い合わせ** 役場保険健康課 保険年金班まで

ためには、事前に申請が必要ですが、

●**対象** 身体障害者手帳(1級・2級)、療育手帳(A・B)、精神障害者福祉手帳(1級・2級)を持っている在宅の人(生活保護受給者を除く)

●**助成内容** 月に2枚の割合でタクシー利用券を交付(月に3回以上通院する人は月に3枚。人工透析で通院する人は月に6枚)。利用券1枚で小型タクシーの初乗り料金を助成します

●**利用できるタクシー** 直鞍旅客自動車協同組合または北九州タクシー協会に加盟しているタクシー

●**受付開始日** 3月22日(火)から

●**申請に必要なもの** 障害者手帳、印かん

●**問い合わせ** 役場福祉人権課福祉高齢者班まで

●**献血にご協力を**

鞍手ライオンズクラブでは一般献血を次のとおり行います。皆さん、ご協力ください。

●**とき** 3月15日(火) 時間は午前10時から11時30分まで、午後12時30分から4時まで

●**ところ** 直鞍農業協同組合剣支所横駐車場

●**対象者** 18歳から69歳までの人(65歳以上の人は、60歳から64歳までに献血経験のある人、

また、男女とも体重が50kg以上の人)

●**問い合わせ** 役場福祉人権課福祉高齢者班まで

●**ふるさと納税にご協力を頂きました**

町では、平成20年10月よりふるさと納税制度を導入し、これまでに多くの人にたくさんの応援を頂きました。平成22年度の寄附状況を公表します。公開にご承諾をいただいた方のみ、実名で公表をしています。寄附状況は平成22年12月31日以降から1月31日までの寄附状況です。

●**寄附者等** ▽匿名 5万円 ▽平成22年度累計額 82万円

ふるさと納税に関する

詳しい内容は町公式ホームページまたは、役場企画財政課政策財政班まで

●**いたすらイノシシを退治します**

イノシシによる農作物の被害は、年々増えていきます。このため町では、年に2回、猟友会の協力を得てイノシシの駆除をしています。期間中は、日の出から日の入りまで猟犬と猟銃を使って駆除をしますので、山に入るときは十分に注意してください。

●**駆除期間** 3月16日(水)から4月30日(土)まで



●**問い合わせ** 役場農政環境課 環境課

次の方々から寄附をいただきました。ありがとうございました(かっこ内は故人、敬称略)。

●**社会福祉協議会へ(香典返し)**
▽小川和男様 上木月(シヅノ)
▽栗田和子様 立林(元臣)
●**町立病院へ(香典返し)**
▽藤井征治様 山ヶ崎(定博)
●**鞍寿の里へ(香典返し)**
▽坂本徳行様 室木(カズエ)





テーマ
「免疫力をアップさせる!!」

【しめじごはん】 1人当たりの栄養価 189kcal

■材料 (6人分)

米 (2カップ)、しめじ (100g)、ゆずの絞り汁 (大さじ2)、ゆずの皮 (適宜)、出し昆布 (適宜)、酒 (大さじ1)、調味料…だし (大さじ2)、淡口しょうゆ (大さじ1) 酒 (大さじ1)、みりん (小さじ1.5)、塩 (少々)

■作り方

- ①米は洗ってざるにあげる。
- ②炊飯器に洗った米と出し昆布を入れて、水をそそぎ、酒を加えて普通に炊く。
- ③しめじは石づきを除いてほぐし、長い場合は半分に切る。
- ④鍋にしめじと調味料を入れて火にかき、3分程煮る。
- ⑤炊き上がったらしめじを取り出し、④とゆずの絞り汁を加えてさっくりと混ぜる。
- ⑥器に盛り、ゆずの皮を散らす。



【チーズ入りチキンソテー】 1人当たりの栄養価 347kcal

■材料 (6人分)

鶏もも肉 (600g)、スライスチーズ (6枚)、じゃがいも (300g)、ミニトマト (12個)、にんにく (少々)、しょうが (30g) バター (20g)、塩 (小さじ1、小さじ1/3)、こしょう (少々)、白ワイン (50cc)

■作り方

- ①鶏肉は両面に小さじ1の塩をふってしばらく置き、肉の皮目を下にし、皿に置き、生姜とにんにくの薄切りをのせて白ワインをふり、蒸気のあがった蒸し器で10分程蒸す。
- ②鶏肉を人数分に切り、それぞれ厚みが半分になるように切り込みを入れチーズをはさむ。
- ③じゃがいもは皮付きのまま蒸し、皮をむいて2cmの厚さに輪切りにする。
- ④フライパンにバターを溶かし、皮目を下にして②を並べ入れ、こんがりとした焼き目がつくまでふたをして焼く。
- ⑤同じフライパンに②とミニトマトを入れ、塩、こしょうで調味してソテーする。



※次回定例会は3月8日 (火) 午前10時からです。

免疫力はからだに備わった自己免疫機能です。栄養不足やストレス、疲労などで低下します。食生活と休息が改善の基本です。

●免疫力アップ食材

- ・きのこ (免疫賦活成分と繊維補給) →しいたけ・しめじ・エリンギ・まいたけなど
- ・発酵食品 (乳酸菌や納豆菌) →納豆・ヨーグルト・キムチなど
- ・海藻 (セレンなどのミネラル源) →めかぶ・わかめ・ひじきなど



□ 3月のカレンダー

日	曜日	行事内容
1	火	確定申告：中央公民館
2	水	確定申告：くらしの郷 3月2日 (水)～3月15日 (火) (土・日除く)
3	木	1歳半、3歳児健診 (福祉センター)
4	金	補聴器相談 (役場：13時～14時)
5	土	補聴器相談 (町立病院：9時～12時)
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	無料法律相談 (くらしの郷：16 P参照) 補聴器相談 (役場：11時～12時) 4か月健診 (福祉センター)
11	金	
12	土	いろいろたお話の会 (歴史民俗資料館：10時～)
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	
17	木	補聴器相談 (役場：13時～14時)
18	金	
19	土	補聴器相談 (町立病院：9時～12時)
20	日	
21	月	春分の日
22	火	補聴器相談 (町立病院：14時～17時)
23	水	介護保険証交付 23日～25日 (役場：8時30分～17時15分 17P参照) 乳幼児相談 (福祉センター) 補聴器相談 (役場：13時～14時)
24	木	7か月、12か月健診 (福祉センター)
25	金	心配ごと相談 (くらしの郷：16 P参照)
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	国保高齢受給者証交付 (役場：9時～18P参照)

確定申告は2月16日 (水) から3月15日 (火) までです。受付時間は午前9時から11時30分、午後1時より4時までです。



● 町の人口・1月の人の動き

- ・人口 17,685人
- ・出生 7人
- ・男性 8,393人
- ・死亡 20人
- ・女性 9,292人
- ・転入 44人
- ・世帯数 7,600世帯
- ・転出 58人

(平成23年1月31日現在)

■ 鞍手町役場

〒807-1392 福岡県鞍手郡鞍手町大字中山3705番地
電話 (0949) 42局 2111番 / ファックス (0949) 42局 5693番

■ 鞍手町ホームページアドレス

パソコンから <http://www.town.kurate.fukuoka.jp>
携帯電話から <http://www.town.kurate.fukuoka.jp/i/>