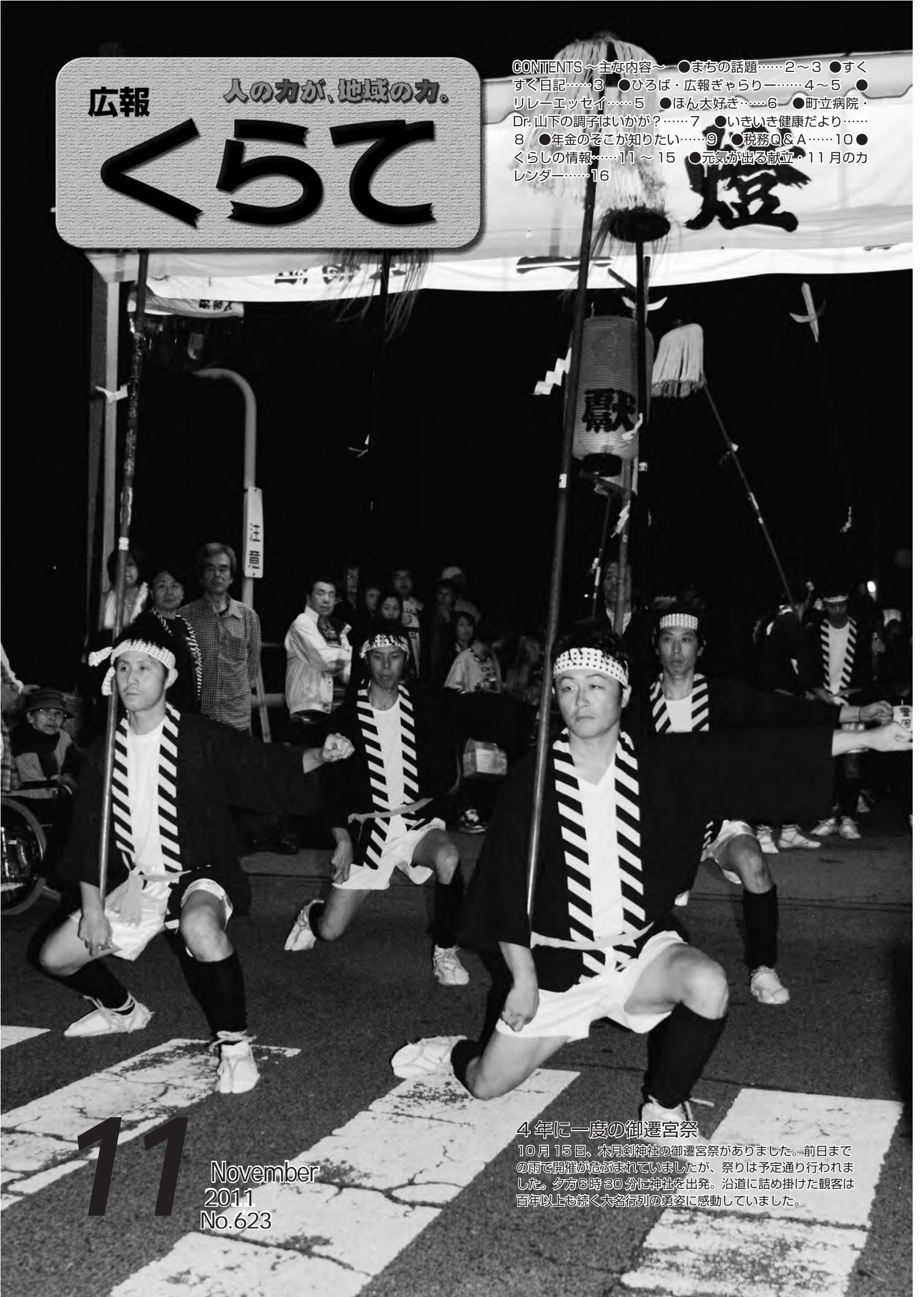


広報

人の力が、地域の力。

くらで

CONTENTS ~主な内容~ ●まちの話題……2~3 ●すく
ずく日記……3 ●ひろば・広報ぎゃらりー……4~5 ●
リレーエッセイ……5 ●ほん大好き……6 ●町立病院・
Dr. 山下の調子はいかが?……7 ●いきいき健康だより……
8 ●年金のそこが知りたい……9 ●税務Q&A……10 ●
くらしの情報……11~15 ●元気が出る献立・11月のカ
レンダー……16

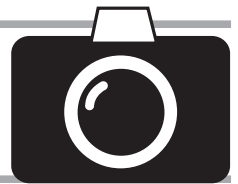
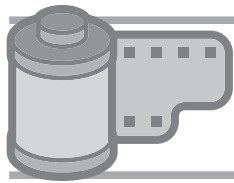


11

November
2011
No.623

4年に一度の御遷宮祭

10月15日、木月剣神社の御遷宮祭がありました。前日までの雨で開催が危がまれていましたが、祭りは予定通り行われました。夕方6時30分に神社を出発。治道に詰め掛けた観客は百年以上も続く大名行列の勇姿に感動していました。



新しい公共交通体系が発進

▶くらの郷を拠点に



10月1日、くらの郷で「すまいるバス」と「もやいたクシー」の出発式が行われました。10月からは、くらの郷が西鉄バスやすまいるバス、もやいたクシーが行き交う公共交通の拠点となります。すまいるバスは、これまでのみやわか線に加えて、まちなか線を新設。くらの郷から平日1日15往復し、朝夕の通勤・通学にも便利になりました。また、公共交通機関の利用が困難な地域には、公共交通の乗り継ぎ場所までの交通手段として、もやいたクシーが運行されます。新たな公共交通機関の今後の活躍が期待されます。

練習の成果を発揮 !!

▶気持ちのいい汗を流しました

10月9日、町民グラウンドで町民体育祭が行われました。36の区が参加し、今年も各地区の代表選手たちが輪投げやみんなでジャンプ、二人三脚リレーなど5種目の競技で競い合いました。子どもから高齢者まで、練習の成果を思う存分発揮し、競技が終わった後の表彰式では、皆、満足げな顔をし、スポーツの秋を満喫していました。



エイの掛け声に合わせて

▶10月15日、木月剣神社で御遷宮祭

10月15日、木月剣神社御遷宮祭がありました。沿道の見物客から送られる「ガンバレ!」、「あと少し!」の声援。「エイ、エイ」の掛け声に合わせて、独特な動きで歩を進めるハッピー姿の人たちの勇壮な姿は、4年に1度の木月の風物詩です。江戸時代の大名行列を模し、槍や狭箱を手にした人たちが地域を練り歩くこの行事は、鞍手町の指定文化財。大勢の人が集まったまつりの熱気は、夜の冷え込みをも忘れさせるほどです。秋の夜空を彩った打ち上げ花火もまつりを大いに盛り上げ、観客を魅了していました。



ちびっ子たちの運動会

▶町立保育所合同運動会

10月10日、好天に恵まれた体育の日に町民グラウンドで町立3保育所の運動会がありました。プログラムはかけっこやお遊戯、保護者と一緒の競技など盛りだくさんでした。子どもたちは元気いっぱい走り、一生懸命に踊ったりと楽しい1日を過ごしていました。





ひらかわみちの
平川美智乃ちゃん

平成20年11月5日生まれ

みっちゃん、3歳のお誕生日おめでとう!! 保育所でたくさんお友だちができてよかったね。妹とも、いつも遊んでくれてありがとう。これからも仲良くしてね。(父 哲雄さん、母 裕美さん・中山)



にしのるい
西野琉生くん

平成22年11月13日生まれ

るいくん、1歳のお誕生日おめでとう!! 4,100gと大きく産まれて元気にすくすく育ってくれてうれしいです。これから歩いたりおしゃべりしたりを楽しみにしています。元気にたくましく育ってね!! (父 勝師さん、母 由香さん・永谷)



うめつせいげつ
梅津晴月くん

平成22年11月15日生まれ

晴月くん、1歳のお誕生日おめでとう。甘えん坊でいつも抱っこされているけど、ハイハイや拍手ができるようになったね。これからもそのかわいい笑顔で元気いっぱい育ってね。(父 茂さん、母 千登勢さん・古門)



おかまつかずき
岡松和紀くん

平成22年11月16日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう。早く翔紀兄ちゃん、知穂姉ちゃんと走り回れるようになりたい和紀。ご飯をたくさん食べて元気に育ってね。(父 寿紀さん、母 斉子さん・新延)



おだちな
小田智菜ちゃん

平成20年11月17日生まれ

おしゃれに興味津々な姿を見ると女の子だなあ~!! と思います。これからどんなかわいい女の子に成長するか家族みんな楽しみにしています。智菜ちゃん、3歳のお誕生日おめでとう!! (父 祐嗣さん、母 智子さん・中山)



いしいふうた
石井楓大くん

平成22年11月17日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう!! 手を叩いたり、お返事してくれたり上手になったね。元気にすくすく育ってる楓大を見てるとパパとママはとっても幸せです。これからもお姉ちゃんと一緒にたくさん笑顔を見せてね。(父 大輔さん、母 真弥さん・木月)



つじいりな
筒井椋菜ちゃん

平成22年11月22日生まれ

椋菜ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう!! わんぱくでママはついていくのがやっとなのですが、その元気な姿にいつも癒されています。これからもいっぱい食べて元気に育ってね。(父 一寿さん、母 英美さん・古門)



いしまつあいご
石松愛吾くん

平成22年11月28日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう!! 11月からお姉ちゃんと一緒に保育園へ。おちゃめなお姉ちゃんがいっぱい笑わせてくれるから楽しいね。保育園でたくさんのお友だちを作って、これからもキラキラした笑顔いっぱい見せてね。(父 愛宏さん、母 孝子さん・木月)

12月生まれは、11月11日(金)までに電話で役場総務課☎42局2111番へお申し込みください。

潤いと安らぎのある川、六田川

▶六田川の生物観測

潤いと安らぎを与えてくれる川をめざしている「六田川をきれいで水害のない川にする会」では、10月11日に剣南小学校5年生の児童と六田川の生物を投網などで捕獲し、観測を行いました。「六田川にいる生物を調べよう」、「絶滅危惧種」などについての学習。この日は希少種のメダカや絶滅危惧種のニホンバラタナゴなど多種を捕獲しました。また、ギンブナなどを解剖し体のしくみや水辺に関するさまざまなことを学びました。



コミュニティ助成事業

▶宝くじの収益が地域活動に

上木月区と弥生区の自治会では、(財)自治総合センターの宝くじの助成金による「平成23年度コミュニティ助成事業」で、地域活動のための備品を購入しました。上木月区では、地域のお祭りで使う太鼓やのぼりなどを購入、弥生区では、祭り用のハッピースピーカーなどの音響施設を購入。両区長とも、「地域の活動の和を広げ、さらに活発にしていきたい」と話してくれました。いずれも地域の親睦と発展のため活用されることでしょう。このように宝くじの収益の一部は地域活動に役立てられています。この助成事業を希望される場合は、役場企画財政課政策財政班にお問い合わせください。



▲上木月区備品の一部



▲弥生区備品の一部

公民館まつりと美術展

▶思い思いの作品と熱いステージ

10月14日から16日の3日間は芸術の祭典。中央公民館では公民館まつり、町立体育館では、美術展が行われました。公民館まつりでは、15日に実技の発表があり、コーラスなどがステージ上で披露されました。展示コーナーでは、1年間の集大成、思い思いの作品が展示されました。また、美術展にも力作がたくさん出品され、来場者たちは靴手の芸術家たちの作品に見入っていました。



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。

読者の皆さんのページです。

ひろば

ミニバスケットボールを体験してみませんか

● 剣ミニバスケットボールクラブ

剣ミニバスケットボールクラブでは、小学生の部員（男女）を募集しています。ミニバスケットに興味がある人は、ぜひ、この機会に体験バスケットに参加してみませんか。



● とき 11月27日（日）午前9時から正午まで

● ところ 剣北小学校体育館

● 申し込み 体験バスケットの後は食事会を行いますので、参加希望の人は事前にご連絡をお願いします

● 問い合わせ 剣クラブ（清水） ☎（090）1921局6706番まで

卓球大会で得意のスマッシュ

● 鞍手町体育協会

第28回ラジボール卓球大会を次のとおり開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

● とき 12月4日（日）午前9時から（8時30分集合）

● ところ 町立体育館

● 参加資格 町内に住んでいる人や勤めている人、鞍手町卓球連盟の会員

● 種目 ①男子シングルス②女子シングルス③ミックスダブルス（予定）

● 試合形式 パート別予選リーグ戦後、順位別決勝リーグ戦、ダブルスはトーナメント。試合球はラジボール

● 参加費 無料

● 申し込み期限 11月25日（金）まで

● 申し込み・問い合わせ 鞍手町体育協会事務局（中央公民館内） ☎42局7200番まで

第22回町長旗争奪野球大会結果

● 鞍手町野球連盟

9月4日から11日、18日の日曜日、第22回鞍手町長旗争奪野球大会が行われました。参加チームは20チーム、白熱した試合を繰り広げました。結果は次のとおりです。（丸数字は順位）①ヤンキース②海坊主



福岡県民体育大会結果

● 鞍手町体育協会

9月17日と18日に第54回福岡県民体育大会が行われました。鞍手町も鞍手郡の代表として各種目に出場しました。上位の結果は次のとおりでした。バレーボール競技（一般女子の部Dパート）≡第3位 陸上競技 ▽壮年男子40歳代走り幅跳び第7位（4メートル13センチ）≡栗田光晴 ▽壮年男子60歳代三千メートル第5位≡石橋健次（12分07秒）

青色回転パトロール決起集会

● 鞍手町青少年育成町民会議

10月19日、サンダグリーンで青色回転パトロールの5周年を記念して決起集会が行われました。現在、青色防犯パトロール車は28台。これからも地域と子どもたちの安全を守るため会員一同、巡回パトロールを行っていきます。



友禅

北村邦子さん
（中山）

無地の生地に絵を描いてのりづけして染めます。染めも色塗りも大変でしたけれど、きれいな作品になったのでうれしく思います。



表装

栗田嘉子さん
（中山）

鍾馗様を軸装にしてみました。唐の玄宗の夢の中に出てきて魔を祓い病を癒したという、神巨眼、多髯で黒冠をつけ長靴を穿き、右手に剣を執り小鬼をつかむ鍾馗大臣。



短歌

吉澤京子さん
（い牟田）

節くれの大きな手でした。夜なべに作ったであろう藁草履をすすめられ、土産に買って店を巡ったうたです。冬に先駆け元気なかけ声の媪たちは達者であろうか、旅の出会いに息災であれと願うばかりです。

節くれの手に持つ媪の藁草履
求めて輪島の朝市めぐる

舞踊協会定期公演会

● 鞍手町舞踊協会

鞍手町舞踊協会では、次のとおり第14回定期公演会を開催します。今回も舞踊愛好者が多数出演します。皆さん、お誘い合わせしてお越しください。

● とき 12月4日(日) 午前10時30分から

● ところ 中央公民館

● 入場料 無料

● 問い合わせ 藤間菊名里 ☎ 42局2045

番まで



大人が変われば子どもも変わる

青少年健全育成講演会

● 鞍手町青少年育成町民会議

鞍手町青少年育成町民会議では、次のとおり青少年健全育成講演会を行います。みなさんの参加をお待ちしています。

● とき 11月19日(土) 午前10時から

● ところ 中央公民館

● 演題 「思春期の心のサインを見逃さないように」

● 講師 檜橋照子さん (元福岡県警少年育成指導官)

● 問い合わせ 教育課社会教育班まで

秋空の下、枝豆収穫

● 鞍手町農業女性の会

7月に大豆の種をまいてから数か月が経ち、大豆になる前の枝豆を古月小学校と西川小学校の3年生が13日に収穫しました。収穫した枝豆は、14日にサンダグリーンで販売。お客さんたちに「おいしい枝豆いかがですか」と大きな声で枝豆のおいしさをアピールしながら販売しました。両小学校とも販売開始から30分程度で完売となり、児童たちはとてもうれしうでした。食育の活動に取り組む鞍手町農業女性の会では引き続き学習のお手伝いを行います。



学生時代まで、陸上競技の短距離走をしていたこともあり、社会人になっても、たまに陸上の試合に出ています。ただ、ほとんど練習を積まずに出たため、いつも不満足な結果でした。試合が終わるたびに「来年こそは...」、「少しでも練習すれば...」と

けようとプロテインを購入しました。準備は万端、気持ちが高まったところで、いよいよトレーニングの開始です。しかし、あれ?何かが違います。走っても足が重い。すぐに痛くなる。疲れがなかなか取れない...。これもしや年齢のせい?いやそんなはずは

晴れたらいいね。

森 健一郎さん (新北・38歳)

VOL 152

言い訳をしている間に、十数年が過ぎてしまいました。

そこで、「来年こそは...」を「今年こそは...」に置きかえ、いつもより少し多めにトレーニングをやってみることにしました。まずは形から...と、ウエアやシューズを揃え、筋肉をつ

ない。「試合になればきつと速く走れるはずだ」などと考えている間に、試合当日を迎えてしまいました。

久しぶりの緊張感、独特の雰囲気、いい記録が出るかもしれないというワクワク感...。しかし、結果は...まったくの期待はずれ。予選落ち。後には

た、試合では、懐かしい友人との再会や60歳、70歳でも元気に走られている先輩方との出会いがありました。いつの日か、努力が実る日が来ることを信じて、好きな陸上競技をもう少し続けていきたいと思えます。

次回は、梶栗みどりさん(古門)です。

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。

リフォーム

結城三知子さん (福津市)

今年80歳になられた方から、若い頃の着物(おめし)をいただき、アオザイ風ワンピースを作りました。リフォーム教室に入会して最初の作品です。



陶芸

安増千恵子さん (小牧)

「呉須」で絵をかきました。一気に描くことはむずかしく、蕪はだんだん大きくなってしまいました。ふと、昔読んだ「大きなかぶ」という童話を思い出しました。





今月新しく入りました。

●一般の本

／兼好さんの遺言（作＝清川 妙）／信玄の軍配者（作＝富樫倫太郎）／しょうがない人（作＝平安寿子）／ジュージュウ（作＝よしもとぼなな）／光あれ（作＝馳 星周）／海松（みる）（作＝稲葉真弓）／我が家の問題（作＝奥田英朗）／虹の岬の喫茶店（作＝森沢明夫）

●子どもの本

／いちご電鉄ケーキ線（作＝二見正直）／ほげちゃん（作＝やぎ たみこ）／うふふ森のあららちゃん（作＝麻生かづこ）／ポケットのなかで…（作＝鈴川ひとみ）／かくれんぼだーれだ？（作＝こうだてつひろ）／ミス先生とふしぎな本（作＝マイケル・ガーランド）／くまのオットーとえほんのおうち（作＝ケイティ・クレミンソン）

中でもこの本が **オススメ** です。

紅梅

作＝津村節子



癌が発見され臓腑全摘の手術後、夫婦水入らずの平穏な日々が訪れるも、癌は転移し、夫は自らの死が近づいていることを強く意識する。一方で、締め切りを抱え満足に看病ができない妻は、自分を責める。そしてある晩自宅のベッドで、夫は思いもよらない行動を起こす。作家吉村昭の闘病と死を、妻と作家両方の目から見つめ、純文学に昇華させた衝撃作。

オトタケ先生の3つの授業

作＝乙武洋匡



『五体不満足』の乙武さんは2010年3月までの3年間、東京都内の小学校で、先生として教壇に立っていました。この本は、乙武さんが教室で実際に行った、乙武さんならではの授業を、楽しい読み物にしたものです。「星に願いを」「心のバリアフリー」「犬のキモチ」の3話。



布のいのち

作＝堀切辰一

古 い普段着や野良着には、今の時代は失われてしまった心、現代最も必要とされているものが、その隅々に迄あふれていることを知ってほしいと、作者は言う。百枚以上の当て布がある作業着、山本作兵衛氏の「炭坑（ヤマ）」にいき

る」にも描いてある、女炭坑夫のまぶせこや頭にかぶる手拭の事、中でも妓楼に売られた人の持ついたはんてんの話は、私には想像もつかない凄まじい人生が残されていて、重く心に残る一冊です。



あたまにつまった石ころが

作＝キャロル・オーティス・ハースト

お となになつたら何になりたいたいとかれたら、いつも答えはおなじ、「なにか石に関係のある事がいいなあ」。石が好きで、大人になっても「あいつは、ポケットにも頭の中にも石ころがつまってるのさ」と、まわりの

人たちは言いました。たしかにそうなのかもしれない。年をとっても働きのながら大学に通い、一つの事に熱心に取り組み勉強し続けた一人の父親の話、あたまの中にも石ころが詰まっていた、その方の娘さんが書かれた絵本です。



春の桜、夏の花、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」の2冊の本を「紹介」します。11月は「ひとつの事にこだわり、長く続ける」をテーマに紹介者は友枝欣子さん（鞍手町文庫連絡会）です。

ADVICE Health

Dr. 山下の

調子はいかが？

町立病院 ☎42局1231番

町立病院スタッフ
からの健康
アドバイスです



町立病院に新しい医療機械が入ったと聞きましたが、どういったものですか？（62歳・女性）

【最新のCT装置が導入】

近年、放射線撮影装置であるCT装置はその性能をめぐり発展させ、多検出器型CT(MDCT)が導入されるようになり、これにより心臓の冠動脈をかなり詳細に描出することができるようになりました。今回、町立病院に最新のCT装置が導入されました。1回転0.27秒+128スライスという、現在CT装置の中でも最速で先進的な機器であり、今までできなかった心臓検査をはじめ、これまで以上に診療に有効な検査及び画像を提供できる機器です。



【入院することなく検査可能】

日本人の心血管疾患による死亡は、悪性腫瘍の次に大き



【アドバイザー】

山下和仁さん・やましたかずひと・平成2年産業医科大学医学部を卒業後、九州労災病院、岩手労災病院などを経てマイアミ大学に留学。帰国後は、産業医科大学病院などを経て、平成20年6月から鞍手町立病院循環器内科に勤務。46歳。

最新のCTが導入されました。今までできなかった心臓検査をはじめ、これまで以上に診療に有効な検査及び画像を提供できる機器です。

な原因の一つとなっています。

高齢者での狭心症や心筋梗塞が多くなっていますが、逆に食生活の欧米化に伴い若年者での狭心症、心筋梗塞も多くなっているといわれています。

狭心症や心筋梗塞といった虚血性心疾患とは、心臓に栄養をおくる冠動脈という血管が動脈硬化をきたし、狭くなったり閉塞したりすることに

よっておこる疾患で、左前胸部が重苦しくなったり、激しい痛みが出現したりします。虚血性心疾患が疑われる患者さんが受診した場合、心電図や胸部レントゲン、心エコー検査を行った後、運動負荷心電図などの負荷試験を行うことがあります。これらの検査は「非侵襲的な検査」といわれます。これらの検査や問診で疑わしい場合は、冠動脈造

影検査を行います。冠動脈造影検査は、通常は入院を必要とし、手や足の動脈を通してカテーテルを挿入していく検査であり「侵襲的な検査」といわれます。現在では非常に安全にできる検査になってきていますが、稀に死亡につながる合併症が起こりうる検査になります。

町立病院では、最新の造影CTを用いることによる冠動脈造影検査(CTCA)が行われるようになりました。冠動脈CTとも呼ばれるこの検査は、冠動脈の狭窄やプラークの性状診断に優れ、従来心臓カテーテル検査だけでは知り得なかった冠動脈の異常を、入院することなく、外来で腕の静脈から造影剤を注入することにより、外来検査として検出可能なものになりました。冠動脈疾患の診断に従来の冠動脈造影の代替検査としての役割が期待されます。

【負担の少ない検査に期待】

様々な医療技術は、より低侵襲の方向へ発展していきまますので、MDCTも今後ますます発展していくこととされています。心電図や胸部レントゲン検査のようなスクリーニング検査とは異なり、適応症例を検討する必要はありますが、低侵襲の検査ということで患者さんにとって負担(精神的、肉体的、経済的)の少ない検査です。今後も症例が増えていくこととされています。

最近胸の調子が...と思われる場合は、ぜひ一度循環器内科外来を受診してください。

次回12月号では、さらに専門的に説明をします。



高齢者インフルエンザ予防接種 のお知らせ!!

インフルエンザの予防接種が始まっています

これから寒くなり、インフルエンザが流行する季節になります。インフルエンザを予防するには予防接種を受けることがとても有効な手段です。予防接種を受けて抵抗力(抗体)がつくまで2週間程度かかります。インフルエンザが流行するのは12月下旬から3月下旬といわれていますので、予防接種は12月中旬までには済ませましょう。



- **接種期間** 平成23年10月から平成24年3月31日まで (できる限り12月中旬までに受けてください)
- **接種料金** ①65歳以上及び60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1級程度の障がいを持つ人=1,000円②一般の人=全額自己負担 ※料金は病院によって異なります
③上記①に該当する人で生活保護世帯(診療依頼書が必要)の人は接種料金が無料になります。
- **接種できる医療機関** ほとんどの医療機関(内科等)で接種できます。できるだけかかりつけの医療機関で予約をして予防接種を受けてください。ただし、指定医療機関に指定されていない病院では、接種することができませんのでご注意ください

保健師からの健康ワンポイント



風邪をひかないためには、もともと体がもっている免疫力を高める必要があります。①血の巡り(血行)の改善②体を動かす③体を温める④体を冷やさない⑤栄養補給⑥食べる⑦水分補給⑧ウイルス対策(手洗い・うがい)等を取り入れ、普段どおりの生活を心がけましょう。また、インフルエンザの予防接種を受けることも、ある程度の効果が見込まれます。

乳幼児健診・相談

11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	期 日	生年月日
4か月健診	11月17日(木)	平成23年6月21日から 平成23年7月20日生まれ
7か月健診	11月24日(木)	平成23年4月1日から 平成23年4月28日生まれ
12か月健診		平成22年11月1日から 平成22年11月30日生まれ
1歳半健診	11月10日(木)	平成22年4月7日から 平成22年5月10日生まれ
3歳児健診		平成20年10月7日から 平成20年11月10日生まれ
乳幼児相談 (身体測定・育児・栄養相談)	11月16日(水)	平成23年9月27日から 平成23年10月17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)

予防接種



■BCG予防接種

- ▷4か月健診のときに一緒に行います
- ▷接種期間 生後6か月未満
- ▷ところ 総合福祉センター保健棟

期 日	時 間
11月17日(木)	午後1時30分から2時まで
12月8日(木)	

■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

期 日	時 間
11月30日(水)	午後1時30分から2時まで

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** 11月2日、9日、16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、毎週水曜日が交付ですが、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)

Support

国民年金からの
お知らせです。

国民年金の
そこが知りたい

役場保険年金班 ☎42局2111番

年末調整や確定申告には 「社会保険料（国民年金保 険料）控除証明書」を

国民年金保険料は
社会保険料控除の対象

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市町村民税の社会保険料控除の対象となります。

国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、毎年1月1日から12月31日までの間に納付（納付見込みを含む）した国民年金保険料の額

を証明する書類の添付等
が必要です。

毎年11月上旬頃に送付

このため、生命保険会社等が発行する控除証明書と同様に、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（ハガキ）が日本年金機構から11月上

旬までに送付されます。

証明内容は、本年1月から9月30日までの間に納付された国民年金保険料額と、年内に納付が見込まれる場合の納付見込み額です。

1月下旬に

送付される場合

今年はじめに国民年金に加入した場合など、10月1日から12月31日までの間に初めて保険料を納付する人については、翌年1月下旬に同様の証明書が送付されます。

国民年金保険料は世帯
で連帯して納付

国民年金保険料は、被保険者本人だけではなく、その世帯の世帯主及び配偶者も連帯して納付する義務があります。ご家族の国民年金保険料を

納付した場合は、その納付額の全額が納付した人の所得税等の控除対象となりますので、年末調整等の手続きの際にご自身の社会保険料の額と合算して申告してください。この場合、ご家族分の「社

会保険料（国民年金保険料）控除証明書」も、申告する人の申告書に添付等する必要があります。

お問い合わせは、お近くの年金事務所（全国312カ所）、または「控除証明書専用ダイヤル」（0570・070・117）のご利用をお願いします。

* 日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

扶養親族等申告書の 提出をお忘れなく

老齢年金等（老齢または退職を支給事由とする年金）には、所得税法上、「雑所得」として所得税がかかります（障害年金や遺族年金には税金はかかりません）。所得税は受け取る年金から源泉徴収されますが、源泉徴収の対象となるのは年金額が百五十八万円以上の人のみです（65歳未満の人は百八万円以上）。

所得税には、納税者の税を負担する能力に応じた課税を行うために各種の控除が設けられています。公的年金等に係る源泉徴収の際はこの控除を受けるためには、あらかじめ「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書（ハガキ）」（以下、「扶養親族等申告書」といいます）を日本年金機構に提出しなければなりません。

この扶養親族等申告書は、毎年11月上旬までに日本年金機構から対象となる年金受給者の人へ送付されます。必要事項を記入の上、12月1日までに日本年金機構にお忘れなく提出してください。

また、扶養親族等申告書が届かない場合や、なくしてしまった場合などには、日本年金機構のホームページをご覧ください。ただか（申告書ダウンロード）

す、お近くの年金事務所、または「ねんきんダイヤル」（0570・05・1165（市内通話料金のみ））にお問い合わせください。

扶養親族等申告書は、所得税の控除を受けるための大切な届書です。申告書が提出されないとして扱われてしまいますので、忘れずに提出してください。



Pension

QUESTION

ANSWER

税務

税金の疑問に
お答えします

Q&A

役場税務班 ☎42局2111番



Q

疑問

税金を滞納すると財産を差押えられると聞きました。個人の財産を調べるなんてプライバシーの侵害じゃないのですか？また、差押えには、裁判所の許可が必要じゃないのですか？

A

答え

納税は、国民の三大義務の一つです。税が納期限までに完納されない場合、「税務職員は、滞納者の財産を差押えなければならない。」と法で定められています。そのため、税務職員には強い権限が与えられています。滞納処分のため必要と認められる範囲内において、個人情報保護法に拘束されずに財産を調査することができ、また、住居などを捜索することも許されています。調査や捜索、差押えには、裁判所の許可は必要ありません。納税の公平性を守るために、納めることができるのに納めない人に対しては差押えが行われます。

Q

疑問

分割納付の約束を守っているのに財産等の調査をされると聞きました。約束を守っているのになぜですか？

A

答え

納税は、納期に行うのが原則です。一時的に何らかの事情で分割納付を始めたとしても、その後状況が回復したのであれば、すぐに完納していただくかなければなりません。残念ながら、状況が回復しているにも関わらず少額の分割納付を続ける人がいます。税務職員は、このような事態を見逃すことはできないので財産等の調査を行っています。

今後の取り組み

税の公平性を守るために滞納者への差押えを行っていきます



徴収の取組みの強化として、特に財産の発見に力を入れています。債権や不動産の調査はもちろん、平成22年度より捜索にも着手しています。平成23年9月までに、7事案の捜索を行い、滞納税7,094,800円の内5,187,900円を徴収しました。今後も必要に応じて捜索を実施し、動産、不動産の公売にも着手していきます。税金は、町の財政にとって大切な財源です。この財源は町の運営や皆さんの福祉・教育などに使われています。税金は、納期どおりに納めましょう。

第2回筑豊地区合同公売会が開催されます

福岡県及び筑豊地区の市町村では、税金の滞納を解消するために、滞納者から差押えた財産の公売をしています。

昨年の第1回公売会には、貴金属やブランドバッグ、陶器、新米など約200点が出品され、約100万円の落札代金が滞納税に充てられました。今回も多数の出品が見込まれますので、ふるってご参加ください。

- とき 平成23年11月12日(土)9時開場(10時入札開始)
- ところ 田川市民会館(田川市伊田2550-1)
- 内容 福岡県及び筑豊地区の各市町村による合同公売会(入札による公売)
- 必要なもの 購入代金、身分が証明できるもの、印鑑(代理で参加される場合は、委任状が必要です。)
- 問い合わせ 地方税収対策本部筑豊地区特別対策班 TEL 0948-21-4968
鞍手町役場税務住民課税務班 TEL 0949-42-2111 内線 235・236

福岡県のWebサイトにも掲載されています。

URL : <http://www.pref.fukuoka.lg.jp/f04/chikuhou-goudou.html>

くらしの 情報

Calendar 2011 **11**

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			

☎ 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 (11月)

● 国民健康保険税—第6期分

納期限は11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

● 納期限は11月30日
● 個人事業税の納税をお忘れなく

個人で事業を営まれている皆さん。11月は個人事業税の第2期分の納付月です。県税は、住みよいまちづくりのための貴

重なる財源。忘れずに納めましょう。納税は、便利で安全な「口座振替」をご利用ください。

● 納期限 11月30日(水)

● 問い合わせ 福岡県飯塚・直方県税事務所課税第一課事業税係 ☎ (0948) 23局 4111番まで

事業者を対象に 年末調整の説明会

直方税務署では、事業者を対象にした年末調整説明会を次のとおり行います。事前に事業者へお送りする関係書類を持参してください。

● とき 11月18日(金)

午後1時30分から
● ところ ユメニテイのおがた(直方市山部)

● 問い合わせ 直方税務署法人課税部門 ☎ 22局 0719番まで

自宅やオフィスから 申告ができます

国税庁では、自宅やオフィスからインターネットを利用して簡単に申告や納税などができる国税電子申告・納税システム(e-Tax)を運用しています。これを利用すると、

今まで書面で行われていた手続きをインターネットを利用して行うことができます。利用するためには、事前に開始届出書を提出していただく必要があります。税務署までお問い合わせください。
● e-Tax でできる手続き ① 申告(所得税、法人税、消費税など)

② 申請・届出など(青色申告の承認申請など)
③ 全税目の納税
● e-Tax ホームページ <http://www.e-tax.nta.go.jp>

税を考える週間

国税庁では、11月11日から17日を「税を考える週間」と定め、税の意義や役割などについて考え、税務行政の現状と取り組みに対する理解を深めてもらう活動をしています。また、国税電子申告・納税システム(e-Tax)の周知と利用促進に取り組んでいます。

● 問い合わせ e-Tax ヘルプデスク ☎ (0570) 015901番または、直方税務署総務課 ☎ 22局 0880番まで

相談

西村弁護士 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 11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 くらじの郷

● 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 11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 くらじの郷

● 問い合わせ 社会福祉協議会まで

犯罪被害者相談電話 ミス・リリーフ・ライン

福岡県警では、犯罪の被害にあわれた人の心のケアを行う専門の相談電話「ミス・リリーフ・ライン」を開設しています。匿名で構いません。女性の臨床心理士が相談に応じます。

● とき 平日の午前9時から午後5時45分

● 相談電話番号 ☎ (092) 632局 7830番まで

トラブルや悩みは 特設人権相談所まで

人権擁護委員や直方法務局職員が、人権についての相談に応じてくれます。相談は無料で、秘密は固く守られます。

●とき 12月5日(月) 午前10時から午後3時まで

●ところ ぐらじの郷

●相談内容 いじめ問題、法律問題、家庭内のもめごと、近隣とのトラブルなど

●問い合わせ 役場福祉人権課児童人権班まで

障害年金を請求… 予約年金相談を ご利用ください



直方年金事務所では、予約による年金相談を実施しています。待たずに相談できる「予約年金相談」をご利用ください。なお、ご本人以外が相談される場合は委任状と代理人の身分証明書が必要となります。詳しくは直方年金事務所にお問い合わせください。

●問い合わせ 日本年金機構直方年金事務所 ☎ 22局0891番まで

法律問題の悩みを解決 無料調停相談会

直方調停協会では、次のとおり無料調停相談会を行います。法律問題でお悩みの人はお気軽にご相談ください。秘密は固く守られます。

●とき 11月20日(日) 午前10時から午後3時まで

●ところ 宮若市地域交流センター(宮若市本城)

●相談内容 金銭問題(消費者金融を含む)、交通事故、土地・家屋、家庭問題、公害(騒音・悪臭など) 戸籍、相続など

●問い合わせ 直方調停協会(福岡地方・家庭裁判所直方支部内) ☎ 22局0522番まで

一人で悩む前に… 全国一斉女性の 人権ホットラインへ

夫やパートナーからの暴力、職場でのセクシュアル・ハラスメントなど悩み事や困りごとがあったらひとりで悩まずにお電話ください。

●とき 11月14日(月) から20日(日)の午前8時30分から午後7時まで(土日は午前10時

から午後5時まで)

●相談電話番号(0570) 070局810番

●問い合わせ 福岡法務局人権擁護部 ☎ (092) 832局 4311番まで

働く人のなんでも 労働相談

福岡県筑豊労働者支援事務所では、解雇、賃金未払い、いじめ、セクハラなど職場で発生したさまざまな労働問題について専門の相談員が相談に応じます。

●とき 11月7日(月) 午後1時から午後7時まで

●ところ 直方市中央公民館

●問い合わせ 福岡県筑豊労働者支援事務所 ☎ (0948) 22局 1149番まで

今月の補聴器相談日

11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 11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 11月10日(木) 午前11時から正午まで(九州リオン)

●説明会 11月27日(日)、12月4日(日)、12月11日(日)

▽とき 11月17日(木) 午後1時から2時まで(あさひ補聴器) ▽とき 11月24日(木) 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 11月5日(土) 午前9時から正午まで(九州リオン)

▽とき 11月19日(土) 午前9時から正午まで(池田補聴器)

▽とき 11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

募集



求む。平和を愛する人 陸上自衛隊 高等工科学校生徒

自衛隊飯塚地域事務所では次のとおり陸上自衛隊高等工科学校生徒の募集に際し、次のとおり説明会を行います。

●説明会 11月27日(日)、12月4日(日)、12月11日(日)

●資格年齢 15歳以上(中卒見込含) 17歳未満の男子(平成24年4月1日現在)

●説明会場 飯塚地域事務所

●問い合わせ 申し込みなど詳しいことは、自衛隊飯塚地域事務所 ☎ (0948) 22局 4847番まで

自宅がキャンパスです 放送大学の学生を募集

放送大学は、衛星放送(CS)で授業を行う国が作った通信制の大学です。幅広い分野の科目を1科目から学ぶことができます。福岡学習センターでは、平成23年4月入学生を次のとおり募集します。

●教養学部 ①学士の学位が取得できます ②15歳以上であればだれでも入学でき、心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学などの幅広い分野(約3百科目)から学べます ③入学試験はありません

●大学院 18歳以上であればだれでも入学できます

セレモニー・ホール 鞍心館 あんしんかん

鞍手町小牧2084-1(旧ダイヤブック)

- ◆信頼・・・35年以上の経験!
- ◆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

※入会金(1万円)のみの
『鞍心会員』募集中!!

2011 くらて 元気まつり

- とき 11月6日(日) 午前9時30分から
- ところ 鞍手町文化体育総合施設内

今年の元気まつりは、「がんばろう日本!がんばろう鞍手!」をテーマに開催します。家族みんなで、友だちを誘って、ぜひお越しください。



- ふれあいゾーン 歯科、親子で遊ぼう、食進会、検診栄養相談、薬剤、介護保険事業者、乳児院、手話の会、ボランティア連絡協議会コーナーなど
- 元気ゾーン 藤 雄介歌謡ショー、松下笑一風船パフォーマンス、げんき大声コンテスト、南陵太鼓、鞍手あゆみ保育園児の太鼓演奏など
- 問い合わせ 実行委員会事務局(鞍手町役場企画財政課内・電話 42-2111)まで

●問い合わせ 放送大学 福岡学習センター ☎(092) 473局136 5番まで

講習

手作りのしめ縄で新年を迎えませんか

歴史民俗資料館講座「青空の会」では、しめ縄作りの体験学習会を次のとおり行います。手作りのしめ縄で新年を迎えませんか。

- とき 12月3日(土) 午前9時から正午まで
- ところ 歴史民俗資料館
- 参加費 無料

●定員 30人(1家族1名。また、定員になり次第締め切り)

●申し込み・問い合わせ 歴史民俗資料館まで

お知らせ

お風呂はお休みです くらじの郷の休館日

くらじの郷の福祉棟(お風呂)と勤労者ふれあい棟(体育館)の11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

懐かしいあの人と再会 来年1月8日は 鞍手町成人式

平成23年度の成人式を次のとおり行います。該当する人には12月初旬に往復はがきのご案内卒業後に町外に転出してある人で、鞍手町の成人式に出席を希望する人は教育課社会教育班までご連絡ください。

- とき 平成24年1月8日(日) 午前9時30分 受付開始
- ところ 中央公民館
- 問い合わせ 教育課社会教育班まで

主役は僕たち、私たち 少年の主張を 聴いてください

鞍手町教育委員会では、次のとおり「第26回少年の主張大会」を行います。町内の小・中学生の代表18人が、さまざまな体験から得た喜びや悩み、そして日ごろ考えていることなどを主張します。青少年の心の声を聴いてみませんか。

- とき 11月3日(祝・文化の日) 午前9時から
- ところ 中央公民館
- 問い合わせ 教育課社会教育班まで

人権週間講演会

12月4日から10日までの一週間は人権週間です。町では、毎年12月に「人権週間の集い」を行っています。皆さんも人権の大切さについて考えてみませんか。

- とき 12月5日(月) 午後2時から
- ところ 中央公民館
- 内容 「今の子どもはいい」という前に
- 講師 ロバート・ワトソンさん(和都村企画代表)
- 問い合わせ 教育課社会教育班まで

献血にご協力を

鞍手ライオンズクラブ主催の献血を次のとおり行います。皆さん、ご協力ください。

- とき 11月9日(水) 時間は午前9時30分から正午まで、午後1時から3時30分まで
- ところ JA直鞍剣支所横駐車場
- 対象者 17歳(女性は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

聞こえでお困りの事ありませんか?

ご自宅へ無料出張致します。

耳 信頼と実績で24年。障害者自立支援法取扱店

小倉補聴器 黒崎店

北九州市八幡西区岡田町2-20(旧九州厚生年金病院横)
http://www.iwanaga-co.com TEL093-622-5888

町内の交通事故発生状況



【9月中】		【累計】	
件数	10件(+ 2)	件数	67件(+ 2)
死者	1人(+ 1)	死者	1人(+ 1)
傷者	10人(- 4)	傷者	81人(-16)

- とき 11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

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

【9月中】		【累計】	
刑法犯総数	156件(+ 9)	刑法犯総数	1250件(+91)
車上ねらい	28件(+14)	車上ねらい	117件(+21)
自転車盗難	17件(- 1)	自転車盗難	161件(+37)
空き巣	8件(-12)	空き巣	73件(-21)

ゴミの投棄・焼却

ちょっと待って!! それって犯罪では?



最近、管内で家庭ゴミ、草木などの焼却が原因で建物や原野の火災が多発傾向にあります。廃棄物(ゴミ)をみだりに捨て、あるいは燃やすことは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律違反」となり、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金という思い処分が科せられます。

- ・ゴミは自治体が指定した方法で、指定のゴミ袋に入れて、指定場所に出しましょう。
- ・刈り取った竹、草木などであっても、焼却すれば法律違反となる場合があります。

お住まいの地区の犯罪発生状況は、県警のホームページで、校区別の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

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 役場保健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)

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。

- 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。

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。届け出を忘れていたり、遅れたりすると後で医療費を返さないといけない場合があります。

- 申請場所 役場保健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)

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11月2日から12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 11月30日(水) 午前9時から
- ところ 役場保険健康課保険年金班窓口
- 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

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、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。

快適な空間を
水洗改造をしませんか?

有限会社 **有泉管工**
水洗改造工事・浄化槽工事・水道工事

福岡県鞍手郡鞍手町大字中山 3218
TEL 0949 - 42 - 4676
FAX 0949 - 42 - 7852

広報くらてに**広告**を掲載しませんか。

●掲載料(1か月あたり)

▶全一段(縦43mm×横187mm) ... **1万円**

▶半一段(縦43mm×横91mm) ... **5千円**

●申し込み期限 発行日(毎月1日)の40日前まで

●掲載の可否 事前審査により決定

●申し込み・問い合わせ 役場総務課庶務管財班まで

募集
します!!

いろいろりばた お話の会



楽しいお話のつばい
聞けるよ

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 11月12日(土) 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

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
●後期高齢者の健康診査は 3月31日までに
広域連合では、被保険者を対象に生活習慣病の予防及び早期発見・早期治療を目的として健康診査を実施しています。まだ受診していない人は、お早目の受診をお願いします。
●受診期限 平成24年3月31日(土)まで
●自己負担額 500円
●受診期限 健康診査の実施医療機関で個別に予約し、受診してください
●その他 受診の際は保険証と受診票が必要です。

受診票を紛失した場合
は広域連合で再発行します
●問い合わせ 福岡県後期高齢者医療広域連合 (092) 6511局 3111番まで
●介護保険証を交付します
12月に65歳を迎える人(昭和21年12月2日から昭和22年1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 11月24日(木)から25日(金)の午前8時30分から午後5時15分まで、ただし

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

木曜日は午後7時まで
●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
11月は児童虐待防止推進月間
11月は児童虐待防止推進月間です。児童虐待はどこでも起こりうることです。日ごろから子どもたちに関心を持ち「児童虐待では？」と感じることがあればご連絡をお願いします。
●問い合わせ 役場福祉人権課 児童人権班または福岡県宗像児童相談所 ☎(0940) 37局 3255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。

- 11月20日(日) 梅谷外科医院(本町) ☎42局3377番

野犬や動物の引き取り
変更のお知らせ
福岡県鞍手保健福祉環境事務所の統合に伴い、直方分庁舎(直方総合庁舎)での引き取りを毎週月・木曜日に行っていました。次のおり変更いたします。みなさんのご理解とご協力をお願いします。
●引き取り日 毎週木曜日の午後1時30分から3時まで
●引き取り手数料 生後91日未満の犬・猫 400円、91日以上犬・猫 2千円
●問い合わせ 福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所保健衛生課 ☎(0948) 21局 4973番まで

犯罪被害給付制度

通り魔殺人などの故意の犯罪行為により、亡くなられた人のご遺族、身体に障がいが残った人及び重大な負傷または疾病を受けた人に給付金が支給されます。支給要件や申請手続きなど詳しくはお問い合わせください。
●問い合わせ 福岡県警察本部被害者支援・相談課 ☎(092) 6411局 4141番、または直方警察署被害者支援係 ☎22局0110番まで

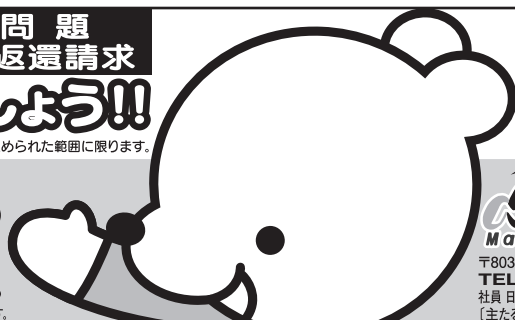


次の方々から寄附をいただきました。ありがとうございました(かっこ内は故人、敬称略)。
●社会福祉協議会へ「香典返し」
▽田中 猛様 新延南区(恵子)
▽宮原拓子様 中山北区(良順)
▽宮本正敬様 八尋(チカノ)
●町立病院へ「香典返し」
▽中原広二様 西区(和子)

借金問題 過払い金返還請求 解決方法を考えましょう!!

※ご相談内容は、司法書士法第3条に定められた範囲に限ります。
通話料無料
ゼロをまわしてマロに行こう!
0120-006-215
女性専用無料ダイヤル
ゼロをまわしてみんなマロに!
0120-037-062

※女性専用ダイヤルは、平日9時~18時限定です。なお、司法書士は男性ですが、お電話は女性スタッフが対応させていただきます。



ご相談は無料です!
※手続きをご依頼される場合は費用が発生致します。

司法書士法人
Maro 磨法務事務所
〒803-0818 北九州市小倉北区野町1-6-1 NSビル6F
TEL093-592-8862
社員 日高 静男(福岡県司法書士会所属 認定番号第729043号)
[主たる事務所] 北九州市小倉北区野町1-6-1 NSビル6F

元気が出る

献立

食進会おススメのメニューです



テーマ
「肥満を予防する!!」

【肉巻き豆腐ステーキ】 1人当たりの栄養価 222kcal

■材料 (6人分)

もめん豆腐(1.5丁)、豚ももスライス(240g)、小麦粉(30g)
サラダ油(大さじ1)、バター(20g)、しょうゆ(大さじ2.5)、
みりん(大さじ2.5)、トマト(3個)、レタス類(6枚)

■作り方

- 豆腐はペーパータオルに包んで重石をし約15分くらいおいてしっかり水切りをする。1人分2~3切れずつに切り、塩、こしょう各少々をふり、豚肉を1枚ずつまきつけて小麦粉をまぶす。トマトは横半分に切る。
- フライパンに油を熱し、①の巻き終わりを下にして入れる。時々、上下を返しなが全体に焼き色がつくまで6~7分焼く。肉まきをフライパンの端に寄せ、トマトの切り口を下にして加え、焼き色がついたら上下を返す。
- ペーパータオルでフライパンの油をふき取り、バターを入れて溶けてきたらしょうゆ、みりんを加えてからめる。
- 器に肉巻きとトマトを盛って、レタスを添え、フライパンに残ったたれをかける。



【小松菜とチーズのわさびしょうゆあえ】 1人当たりの栄養価 85kcal

■材料 (6人分)

スライスチーズ(120g)、小松菜(450g)、練りわさび(少々)
だし汁(大さじ1)、しょうゆ(大さじ1)、砂糖(小さじ1/2)、きざみのり(適宜)

■作り方

- スライスチーズは、半分に切って5mm幅のせん切りにする。
- 練りわさびにだし汁としょうゆ、砂糖を加え混ぜ合わせる。
- 茹でた小松菜は3cm幅に切り、チーズと②であえて、器に盛りきざみのりをのせる。



肥満が気になる人

素材や調理方法でカロリーは下がります

- 肉の部位や魚の種類を選ぶ(バラ肉よりもひれやもも肉、青身魚よりも白身魚)
- 調理法を考える(揚げるから茹でるに変更)
- 脂質はカロリーアップの原因(肉の脂身ははずす)
- 味付けのコツ(砂糖やみりんは高カロリー、かんきつ類や香味野菜、香辛料を上手に使いましょう)
- 切り方、見せ方も大事です(材料は大きめにカットし、ぴったりサイズの器に盛るとボリューム感アップ)



11月のカレンダー

日	曜日	行事内容
1	火	
2	水	
3	木	文化の日 第26回鞍手町少年の主張大会
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	くらて元気まつり(文化体育総合施設内:13P参照)
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	無料法律相談(くらじの郷:11P参照) 1歳半、3歳児健診(福祉センター) 補聴器相談(役場:11時~12時)
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	乳幼児相談(福祉センター)
17	木	4か月健診・BCG予防接種(福祉センター) 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	総合検診20日~22日(福祉センター:8時30~10時30分)
21	月	
22	火	補聴器相談(町立病院:14時~17時)
23	水	勤労感謝の日
24	木	介護保険証交付 24日~25日 (役場:8時30分~17時15分 15P参照) 補聴器相談(役場:13時~14時) 7か月、12か月健診(福祉センター)
25	金	心配ごと相談(くらじの郷:11P参照) 国民健康保険税(6期分)納付期限
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	国保高齢受給者証交付(役場:9時~14P参照) ポリオ予防接種(福祉センター)



広報くらて

平成23年11月号 No.623

編集●広報くらて編集委員会

印刷●社会福祉法人 福岡コロニー

発行●鞍手町



●町の人口・9月の人の動き

- 人口 17,507人
- 出生 12人
- 男性 8,312人
- 死亡 22人
- 女性 9,195人
- 転入 51人
- 世帯数 7,586世帯
- 転出 45人

(平成23年9月30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.lg.jp>

携帯電話から <http://www.town.kurate.lg.jp/mobile>