

広報

人の力が、地域の方。

くらて

CONTENTS ～主な内容～ ●選ばれた
名作たち……2 ●まちの話題・すく
すく日記……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 ●くらて
病院・Dr. 寶地の調子はいかが？……7
●いきいき健康だより……8 ●環境衛
生からのお知らせ……9 ●年金のそ
こが知りたい……10 ●くらしの情報
……11～15 ●元気になる献立・4
月のカレンダー……16

4

April
2013
No.640

“ふっ”と笑顔になる。
“て”を伸ばせば希望に届く。
探せば“ふく”も見つかる。
そんな願いを込めて、
ふっくらくらて。
鞍手町の新しいロゴマーク、
決まりました。



● 町の新しいロゴマーク
が決まりました。
イメージアップ戦略事
業に取り組んでいる鞍手
町では、公募で選ばれ
た「ふっくらくらて」
、「くらくらくらて 沸騰
中!」、「伸びしろありま
す 鞍手町」のキャッチコ
ピー3案の中から「ふっ
くらくらて」をロゴマー
クとして図案化すること
に決定。複数のプロのデ
ザイナーによって図案化
されたものの中から鞍手
町イメージアップデザイ
ン選考委員会で上記のデ
ザインが選ばれました。
新しいロゴマークは
緑を基調とした一筆書き
の伸びる「手」が特徴的
で、笑顔や優しさ、希望
、幸福感などが盛り込まれ
ています。
今後町では、この新し
いロゴマークを活用した
イメージアップ戦略事業
に取り組んでいきます。
詳しいことは、来月号以
降の広報紙の中でご紹介
していきます。

美しいふるさとであることを願って

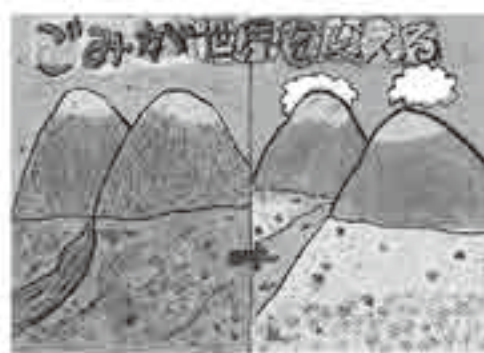
不法投棄防止の 啓発看板に選ばれました



鞍手町青少年育成町民会議環境部会では、不法投棄防止啓発活動の一環として、町内の小学生に不法投棄防止を呼びかけるポスターを描いてもらいました。その中から各小学校ごとに代表作品1点を選んでもらい屋外設置用の看板を製作しました。鞍手町衛生連合会や鞍手町の協力を得て完成した立派な看板は、各小学校区内の人目につきやすい場所に設置されています。



舞北小学校 高橋介 吉岡悠太 森村高樹 柳山真 船橋裕希 伊口三郎
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



新田小学校 西野真由
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



古月小学校 金子このみ 藤江真樹 山口賢雄
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



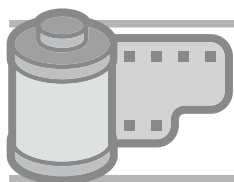
西川小学校 山口一輝
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



旭陽小学校 長崎満 池野新 栗原真乃
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



青木小学校 岡崎礼治 木村悠樹 小西直 西村文信 丸野光輝 斎藤真太郎 西島彩世
青少年育成町民会議・鞍手町衛生連合会・鞍手町



まちの話題

My Town Topics



上木月区自主防災組織始動

▶町歩きを通しての気づき



3月2日、県の職員、ぼうぼうネットの山崎さんを講師に迎え、上木月区で自主防災組織による町歩きが行われました。参加者たちは実際に災害が起きた時を想定し上木月公民館に集合。その後、避難場所の古月小学校まで避難路を確認しながら歩きました。避難場所までの所要時間は25分程度。実際の災害では、それ以上かかると想定されます。その後、公民館で上・中・下組に分かれ、感想などを報告。「避難場所である古月小学校下の坂道は高齢者や車いすを利用している障がい者には、かなりきつい」、「避難路に外灯や歩道がないところがある。石ころが多い」などたくさんの感想が出ました。また、行政との連絡調整など、大事な部分を共通理解し、この日の自主防災組織の訓練は終了しました。みなさんも「もしもの時」に備えて各自の防災知識を身につけましょう。

公園はいつもきれいに

▶3月10日、鞍手公園で清掃ボランティア



鞍手公園で「第8回環境美化ボランティア鞍手公園クリーン大作戦」がありました。年々参加者が増え、今年も、地域住民のほかにも商工会（青年部・女性部含）、ライオンズクラブ、役場、議会、町内企業や団体の

みなさんなど約200人が参加。中には、家族で参加している人もあり、清掃を通じての家族のコミュニケーションを図っていました。これもこのようなボランティア活動のおかげかもしれません。主催した鞍手町ボランティア連絡協議会の川波会長は、「参加者も年々増えて感謝しています。今後も活動を続けていきたい」と話してくれました。鞍手公園の桜もふっくらとつぼみをつけていました。開花が楽しみです。

食の大切さを学ぶ

▶小学生がみそ汁と豆腐作りに挑戦

2月28日に剣北小学校、3月6日に西川小学校、3月12日に古月小学校3年生（いずれも当時）が、みそ汁と豆腐作りに挑戦しました。児童たちは夏から自分たちで育ててきた大豆を使って、11月にはみそ作りを体験し、この日は豆腐作りに挑戦です。鞍手町農業女性の会の指導のもと初めて作った豆腐は、みそ汁の具材にもなりました。みそも手作り、豆腐も手作り。材料の大豆までもすべてが手作り。3校の児童たちは食の大切さを学んだ1年間でした。



*** すくすく日記 ***

4月生まれ Happy birthday to you.



くにやま みおな
國山美桜和ちゃん

平成24年4月9日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう。ななみねえとしょうせいにいのに輪に負けじと入り、とてもたのしく育っています。桜のような笑顔でいつも家族を和ませてくれてありがとう。あなたの成長を皆が楽しみにしていますよ。（父 勝彦さん・母 美樹代さん・中山）



おおたに しほ
大谷志穂ちゃん

平成24年4月20日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう!!いろいろなことができるようになり、笑顔で元気に成長している姿を見ることができて幸せです♡志穂のことが大好きなみんなに囲まれて、うれしいこと、楽しいことがいっぱい1年になりますように!!（父 和寛さん・母 千恵さん・中山）



こたに ゆきな
古谷倅奈ちゃん

平成24年4月27日生まれ

倅ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう!!歩くのが上手になり大好きなお姉ちゃんの後ろをついていく倅ちゃん。家族皆の癒しアイドル。お姉ちゃんと仲良く元気に育ってね。（父 隆行さん・母 ちずるさん・新延）



ごうはら るか
合原琉架くん

平成22年4月27日生まれ

るかちゃん3歳のお誕生日おめでとう!!いつもお兄ちゃんとおもちゃの取り合いをしたり、たましい反面、ママが洗濯や掃除をしているとお手伝いをしてくれる優しい子に育ってくれてママはうれしく思っています。4月からは幼稚園ですね♡明るく元気に育ってね★（父 武史さん・母 明日香さん・新延）

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

日頃の練習の成果を発揮

●三桜会

3月10日、中央公民館で三桜会の舞踊発表会を行いました。花柳流と藤間流の会員が出演しての発表会。会員たちは日ごろの練習の成果を存分に発揮しました。また、会場からも温かい拍手がたくさん。出演者も来場者もそれぞれに発表会を堪能していたようです。



第22回くらて芸能まつり

●鞍手町文化連盟

鞍手町文化連盟では、次のとおり第22回くらて芸能まつりを開催します。今回も舞踊愛好者が多数出演し、日ごろの練習の成果を発表します。皆さん、お誘い合わせてお越しください。



- とき 5月12日(日) 午前10時から
- ところ 中央公民館
- 入場料 無料
- 問い合わせ 鞍手町文化連盟(中央公民館内) ☎42局7200番まで

くらじ短歌会の会員を募集しています

●渡辺栄子さん・くらじ短歌会

中央公民館自主サークル「くらじ短歌会」では、次のとおり会員を募集しています。ペンと紙さえあればよいのです。身の回りのこと、自然のことなど、31文字に思いをのせて短歌を作ってみませんか。

- 活動日 毎月第1金曜日。時間は午後1時から
- ところ 中央公民館
- 申し込み・問い合わせ 渡辺栄子(世話係) ☎42局1634番まで

ボランティア仲間を募集しています

●読み聞かせビヨビヨ

読み聞かせボランティア「ビヨビヨ」では、読み聞かせ活動の仲間を募集しています。本を通して子どもたちと触れ合ってみませんか。



- 活動日 毎週木曜日。午後1時30分から3時30分まで
- 活動場所 中央公民館・くらじの郷
- 活動内容 読み聞かせ活動やブックスタート(6ページ参照)のお手伝いなど
- 問い合わせ 由衛久子 ☎42局7817番または中央公民館まで

木彫

太田秀之さん
(中山)

今回の作品は刻字といっても二匹の魚を彫って「双魚」と称している。一般的な描毫を彫る以外にもいろいろな作品にチャレンジしていきたい。



陶芸

石坪 弘さん
(中山)

日常使用しています。お湯呑、お茶碗、急須を作りました。イメージ通りの作品はできませんでしたが、一応、自己満足しています。これからもいろいろな作品に挑戦して陶芸を楽しみたいと思っています。



俳句

森さつきさん
(新北)

太宰府天満宮初詣での折、遠くにいる孫の合格祈願を絵馬に書いた時の一句です。

梅の香の漂う絵馬の鳴りにけり

あなたの知識・技能・経験を 人材バンクに登録して 活かしてみませんか

●鞍手町教育課社会教育班

町では、さまざまな知識や技能・経験を有する人を人材バンクに登録し、町民の皆さん等からの要望に応じた指導者を紹介し、学習機会の提供を行うことを目的とした制度を設立しました。

●登録できる人 ①文化・体育等各種の知識・技能・経験を有し、指導できる人 ②生涯学習活動に対して、理解・熱意及び責任を持って取り組むことができる人 ③指導者の身分を利用して政治・宗教・営利活動を行わない人

●登録分野 美術、工芸、音楽、芸能、文芸、語学、生活、趣味、スポーツ全般、その他地域活動等

●募集期間 随時募集

●問い合わせ 教育課社会教育班 ☎42局7200番まで

年末、年始問わず、月日が経つのは早いな～と感じることが多くなりました。

何かのTV番組で「歳を重ねる＝思い出が増えること」で月日が「あっという間に過ぎていく」と思うようになる」と言っていました。

確かに思い出は増えていきます。

リレーエッセー 晴れたらいいね。

中村しのぶさん（中山・42歳）

VOL
169

特に出産してからは子どもの成長はすべて思い出になって増え続けます。

長女は、この春には年中組に、ついこの間生まれたと思っていた長男は来春には年少組に。

初めての「ママ」も「ヨチヨチ歩き」ももう思い出の一部。

子どもの成長は、本当に早くて、うれしくもあり、時に寂しく思うこともあります。

初めての子育てで、わからないことばかりで、楽しさ、不安、イライラの繰り返しの中、親身になって話を聞いてくださった保育士さんや一緒に遊び、学び、悩んできたママ

友さんに出会えてとても感謝しています。

「ママ抱っこ」も「チュー」もなくなり、彼氏や彼女を紹介される日もいづれ来るでしょう（正直、嫌なので、このことは考えないようにします）。

家事や仕事に追われて忙しい毎

次回は、本田清佳さん（中山）です。

ひなまつりのお茶会

●剣第一・西川第一・古月保育所

剣第一・西川第一・古月保育所では、月1回、お茶の先生から指導を受け、お茶ごっこをしています。（写真は、古月保育所ゆり組）お茶ごっこを通してあいさつや座り方を学び日本の文化に触れています。3月4日は保護者たちやお世話になった方を招待してお点前を披露。シヤカシヤカとたたたお茶をおいしく飲んでいただき、子どもたちは大満足の様子でした。



手編み

桑原カオルさん
（中山）

ネックから編み進めるポンチョです。気分転換に楽しみながら編みました。今からの季節、重宝しそうです。



表装

古屋日出子さん
（室木）

法然上人の教えの書を頂いたので、常日頃から掛けていたかったので、軽く仕上げてみました。家の壁に掛けて楽しんでします。



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

／下に見る人(作＝酒井順子)／
55歳からのハローライフ(作＝村上 龍)／いちばん長い夜に(作＝乃南アサ)／
水のかたち(上・下)(作＝宮本 輝)



●子どもの本

／もしもしトンネル(作＝ひろかわさえこ)／でんしゃはっしゃしまーす(作＝松岡達英)／ともだちをさがそうムーミンコントロール(作＝トーベ・ヤムソン)／ぼくはからっぽパンツくん(作＝むらたよしこ)

中でもこの本がオススメです。

シルバー川柳

作＝全国有料老人ホーム協会



「誕生日ローソク吹いて立ちくらみ」「万歩計半分以上探しもの」……。物忘れも、医者通いも、はたまた微妙な夫婦関係も。悩める老後は、笑って過ごすのがイチバン！
政治も教育も暗い話の多いニッポン、シニア発、お達者パワー全開の、笑えて、しみじみするメッセージが満載。全国有料老人ホーム協会が主催し、1万を超える応募作の中から、ユニークな作品が選ばれました。人生の達人たちによる川柳傑作選です。

どうぶつえんのいちにち

作＝オリビア・ブルックス



にぎやかなどうぶつえんの日をえがいた、「楽しいさがし絵」絵本。今日は、どうぶつえんに新しいどうぶつがやってくる日。しいくいんさんやじゅういさんはおおいそがし。おやこ連れや、えんそくの子どもたちもやってきて、にぎわってきました。そのうち、サルがにげ出して大さわぎ!!

あたたかいふれあいのひとときを

ブックスタート



ブックスタート。それは、絵本を通して、家庭内で赤ちゃんに「温かい、ふれあいの時間」を持つきっかけを作るための取り組み。どこの家庭でもすぐに絵本を開いて楽しんでもらいたい。そんな願いを込めて、4か月健診時にすべての赤ちゃんに同じ絵本が入ったブックスタートパックを差し上げています。

●4月23日は「子ども読書の日」

中央公民館図書室では、4月23日の「子ども読書の日」にちなんで、次のとおり「子どものオススメ絵本」を展示します。普段は手にすることの少ない子どもたちの本。ぜひこの機会に手にとってみてはいかがでしょうか。(展示期間中は、展示本の貸し出しはできません)

●とき 4月20日(土)から5月10日(金)まで

●ところ 中央公民館ロビー

●なぜ絵本なの？

赤ちゃんには「自分は大切な存在である、愛されている存在である」と思える体験が大切だと言われています。絵本には、赤ちゃんを抱いて語りかけ、顔を見て、一緒に楽しいひとときを過ごすことが出来る不思議な力があります。



●赤ちゃんに絵本は早いのでは？

赤ちゃんにも好きな絵や音、色があるように、絵を見つめたり指さしたり、読んでくれる人をじっと見つめて声に耳を傾けたりと、赤ちゃんの絵本の楽しみ方があります。同じ絵本、同じ絵なのに、その反応は一人ひとりさまざま。そんな赤ちゃんの姿を見ている大人も楽しくなります。



Share Books

大好きな人との時間を絵本で分かち合う。そんな時間を楽しんでみてはどうですか。



Health

ADVICE



今年は花粉の飛散する量が増えると聞きました。今まで花粉症とは縁がありませんでしたが、何かよい花粉症対策はありますか？（50歳・男性）

花粉症とは

花粉症とは、体の免疫反応が花粉に対して過剰に反応して、花粉を外に出そうとするために「くしゃみ」で吹き飛ばしたり、「鼻づまり」で体内に花粉が入ってこないように防御したり、「鼻水」「涙」で花粉を洗い流そうとしたりしている状態です。

花粉の飛散時期と種類

日本では主に2月から4月はスギ花粉、4月から5月はヒノキ花粉、6月から8月はカモガヤなどのイネ科花粉、8月から10月はブタクサやヨモギなどの雑草類の花粉が飛散しますが、患者数の多さから「花粉症」というと、「スギ

花粉症」のことを指す場合が多いです。

スギ花粉症が問題となっているのはほとんど日本だけだと言われおり、スギ花粉症を有する人は近年増加傾向で、国民の約20～30%程度がスギ花粉症であるとの報告があります。戦後に植えられたスギの木が大きく成長し花粉の生産能力が高い状態になっていくことが大きな理由の一つとして考えられています。

花粉症の予防と治療

治療は、まずは自身で花粉症対策をすることがあげられます。十分に睡眠をとり、よい生活習慣を心掛けるようにして免疫機能を正常に保つことが重要です。また風邪

に気を付けること、過度の飲酒やタバコを控えることも鼻粘膜を正常に保つために重要と考えられています。

また花粉情報に注意して、花粉の飛散が多い日は外出を控えたり、マスクやメガネをしたり、また帰宅時に衣服や髪等をよく払ったりして、自身で花粉を除去したり回避したりすることが肝心です。

病院での治療としては、まずは内服薬や点鼻薬、点眼薬などで加療します。治療のポイントとして、症状が出現する1週間程度前（2月上旬頃）からこれらの治療を開始すると、花粉の飛散する時期でも症状が楽になることが分かっています。近年、花粉症の薬は、効果的で安全性の高いもの

が増えています。また鼻水、くしゃみ、鼻づまりなどの症状が重症な人や、薬の治療で改善が見られない人は、鼻の内視鏡手術を施行する場合もあります。



まずは自身で花粉症対策をすることがあげられます。十分に睡眠をとり、より良い生活習慣を心掛けるようにして免疫機能を正常に保つことが重要です。



「アドバイザー」

寶地信介さん・ほうちのぶすけ・平成11年 産業医科大学医学部卒業。関東労災病院勤務などを経て、平成19年8月より産業医科大学耳鼻咽喉科・頭頸部外科に勤務。現在、産業医科大学耳鼻咽喉科外来医長。医学博士、日本耳鼻咽喉科学会専門医・騒音性難聴認定医・日本医師会認定産業医・日本耳鼻咽喉科学会補聴器相談医。



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** 4月3日、10日、17日、24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）

予防接種

■BCG予防接種

- ▷ **接種期間** 生後12か月未満
- ▷ **場所** 総合福祉センター保健棟
- ▷ **事前に福祉センターへ予約をお願いします。**



期 日	時 間
4月18日(木)	午後1時30分から2時まで
5月16日(木)	

BCG予防接種は、平成25年4月より接種対象年齢が0～12か月未満（標準接種年齢5～8か月）に変更になりました。接種スケジュールについては、4か月健診時にご案内しています。不明な点は、総合福祉センターまで、お電話をいただくか、健診時にご相談ください。

わくわくクッキング

現在、子育て真っ最中のお母さん、食育推進料理教室に参加してみませんか。鞍手町食生活改善推進会の会員のみなさんが簡単に栄養たっぷりの料理を紹介します。

- **とき** 5月8日、7月3日、9月4日、11月6日、1月15日の水曜日 午前10時から
- **対象者** 乳幼児、小学生の子どもがいるお母さん
- **場所** 総合福祉センター保健棟
- **参加費** 材料代として1回300円
- **申し込み期限** 5月1日（水）

平成25年度の総合健診 （特定健診・各種がん検診）のお知らせ

春の健診の申し込みで下記の日程には若干の余裕がありますので、お問い合わせください。

■集団健（検）診日程

期 日	場 所	受付時間など
5月15日(水)	総合福祉センター	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
5月16日(木)		
5月17日(金)		
6月 4日(火)	中央公民館	
6月 5日(水)		
6月 6日(木)		
6月 7日(金)	総合福祉センター	
7月21日(日)		
7月22日(月)		
7月23日(火)		

申込方法

- **申し込み方法** 健診希望日の1か月前までに総合福祉センターまでお電話で申し込みください。また、申込書が自宅に届いている場合は、必要事項を記入してご返送ください。
- **検診内容** 各種がん検診（胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん・肝炎ウイルス）、結核検診、基本健診、特定健診
- **申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

乳幼児健診・相談

4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	対象児
4か月健診	4月18日(木)	平成24年11月20日から 平成24年12月19日生まれ
7か月健診	4月25日(木)	平成24年8月24日から 平成24年9月13日生まれ
12か月健診		平成24年4月1日から 平成24年4月30日生まれ
1歳半健診	4月11日(木)	平成23年9月8日から 平成23年10月11日生まれ
3歳児健診		平成22年3月8日から 平成22年4月11日生まれ
乳幼児相談 (身体測定・育児・栄養相談)	4月24日(水)	平成25年2月26日から 平成25年3月25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）



愛犬に 愛情一本



狂犬病の予防注射が4月10日から始まります

注射の日時と場所は次のとおりです。集団注射を利用せずに掛かりつけの獣医師から予防注射を受けた場合は、役場農政環境課で「注射済票」の交付を受けてください。この場合、掛かりつけ獣医師が発行する「注射済み証明書」と手数料550円が必要です。

と き		ところ
4月10日(水)	午前	9:20~9:40 新延古賀剣神社
		9:50~10:00 泉水公民館
		10:10~10:20 室井集会所
		10:30~10:50 セヶ谷入口
		11:00~11:20 神崎公民館
		11:30~11:50 古門区公民館
4月19日(金)	午後	1:10~1:35 新北公民館
		1:45~1:55 八尋集会所
		2:05~2:15 八尋神田公民館
		2:25~2:35 神田公民館
		2:45~3:05 室木公民館
4月23日(火)	午前	9:20~9:40 中山本村公民館
		9:50~10:00 上新橋公民館
		10:10~10:30 小牧公民館
		10:40~11:00 大池公民館
		11:10~11:20 本町公民館
		11:30~11:50 城ヶ崎公民館
	午後	1:10~1:25 上月公民館
		1:35~1:55 木月公民館
		2:05~2:35 弥生区公民館
		2:45~3:05 中山西区公民館
		9:20~9:30 猪倉公民館
	午前	9:40~9:55 中山北区公民館
		10:05~10:20 中山南区公民館
		10:30~10:50 い牟田公民館
		11:00~11:10 昭和通り公民館
		11:20~11:45 役場車庫前

- 持ってくるもの 問診票（事前に配布済。なお、新規の場合はいずれかの注射日当日に問診票をお渡しします。）
- 料金 ▷新規登録+注射=6,050円▷注射のみ=3,050円

6 犬を飼うときの つのルール



犬を飼う場合は、しつけなどたいへんなこともあります。家族の一員として扱い、次の6つのルールを守りましょう。

しつける



その1

愛犬も社会の一員です。きちんとしつけをして他人に迷惑をかけないようにしましょう。正しいしつけは飼い主との信頼を深めます。

最後まで 面倒をみる



その2

愛犬もいつかは亡くなります。最期を看取ってあげることが、私たちにゆぎない信頼を寄せてくれた犬への恩返しです。

狂犬病予防 注射・登録



その3

犬の登録は生涯1回、狂犬病予防注射は毎年1回行うことが義務付けられています。鑑札・狂犬病予防注射済票は、必ず犬の首輪につけてください。

不妊・去勢 手術をする



その4

繁殖を望まない場合には、飼い主の責任で繁殖制限をしましょう。不妊・去勢手術は犬に害のあるものではなく、不幸な子犬をつくらないための最良の方法です。

つなぐ



その5

敷地内でつなぐか、逃げ出さないよう柵内などで飼いましょう。放し飼いは条例で禁止されています。散歩のときは引き綱をつけましょう。

フンを 持って帰る



その6

散歩中の愛犬のフンは必ず後始末をしましょう。必ず飼い主がその場で拾い、自宅に持ち帰りましょう。

Pension

QUESTION

ANSWER

国民年金からの
お知らせです

年金の

そこが知りたい



役場保険年金班 ☎42局2111番

こんなときには、 こんな手続きを



Q
疑問

私は今年、20 歳になります。国民年金に加入するように言われたのですが、必ず加入しなければならないのでしょうか。

A
答え

日本に住んでいる 20 歳以上 60 歳未満の人は国民年金に加入しなければなりません。被保険者の種類は働き方などによって次の 3 種類に分かれています。老後の生活保障や障害を負ったときのためにも必ず加入手続きをしてください。

種 別	第 1 号被保険者	第 2 号被保険者	第 3 号被保険者
対象者	自営業、学生など	厚生年金や共済組合に加入している会社員や公務員	第 2 号被保険者に扶養されている配偶者
保険料の納め方	納付書や口座振替などにより個人で納めます。保険料は月額 15,040 円です	給与から職場の年金制度の保険料を納めています。国民年金保険料を個別で納める必要はありません	配偶者の勤務先に届け出れば、自分で保険料を納める必要はありません
加入手続き	お住まいの市区町村役場に自分で届け出ます	勤務先が年金事務所に届け出ます	配偶者の勤務先が年金事務所に届け出ます

国民年金の加入の種別が変更になったときには忘れずに届け出ましょう。
次の表のような場合は変更を届け出てください。

◆第 1 号被保険者（自営業・学生など）

こんなとき	変更後の種別	届け出先
会社員・公務員になった	第 2 号	勤務先
会社員・公務員と結婚し扶養されるようになった	第 3 号	配偶者の勤務先

◆第 2 号被保険者（会社員・公務員など）

こんなとき	変更後の種別	届け出先
退職した	第 1 号	役場
会社員・公務員と結婚し扶養されるようになった	第 3 号	配偶者の勤務先

◆第 3 号被保険者（会社員・公務員に扶養されている配偶者）

こんなとき	変更後の種別	届け出先
扶養からはずれた	第 1 号	役場
配偶者が退職した	第 1 号	役場
会社員・公務員になった	第 2 号	勤務先



くらしの情報

Calendar
2013

4

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
- 歴史民俗博物館…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
● くらて病院…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（4月）

● 固定資産税 第1期分

納期限は4月25日（木）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

軽自動車税の

納期限が変わりました

平成25年度より軽自動車税の納期限が変更されます。主な変更点は次のとおりです。

- ① 納税通知書の送付：5月上旬
- ② 納期限：平成25年5月

27日（月）

③ 口座振替領収書の送付

：6月上旬
納期限等の変更によりご迷惑をおかけしますがよろしく願います。

● 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ず、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翌月から口座振替ができます。どうぞご利用ください。申込用紙は町内の金融機関や役場税務住民課にあります。

● 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、西日本シティ銀行、郵便局

● 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

固定資産税の帳簿の 縦覧は4月25日まで

平成24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の帳簿などをご覧いただけます。縦覧できる期間や場

所は次のとおりです。なお、平成25年度も固定資産税の課税明細書を納税通知書と一緒に送ります。

● とき 4月1日（月）から4月25日（木）まで（土・日を除く）。時間は午前8時30分から午後5時15分まで

● ところ 役場税務住民課税務班窓口

● 縦覧できる人 納税義務者、納税義務者の代理人、納税管理人

● 問い合わせ 役場税務
住民課税務班まで

税の納め忘れは ありませんか

平成24年度も終わりましたが、税の納め忘れはありませんか。納付書で納税されている皆さん、

納め忘れがないかお手元の領収書でもう一度ご確認ください。また、口座振替を利用されている皆さんは、引き落としをされている通帳でご確認ください（残高不足などにより納付書で納められた場合は、領収書でご確認ください）。納め忘れがある場合は、早めに納めましょう。

● 問い合わせ 役場税務
住民課税務班まで

● 縦覧できる人 納税義務者、納税義務者の代理人、納税管理人

● 問い合わせ 役場税務
住民課税務班まで

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 4月10日（水）

相談



▽ 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
協議会まで

一人でも悩む前に…
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 4月25日（木）

▽ 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

● とき 4月10日（水）

女性のための 無料法律相談会

福岡県青年司法書士協議会では、「司法書士による女性のための無料法律相談会」を実施します。多重債務、生活保護、セクハラ、離婚、DV問題などについて司法書士が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。

●相談日 ▽面談相談

4月13日(土) 午前10時から午後5時まで
電話相談 4月13日(土) 午前10時から4月14日(日) 午前10時まで(24時間)

●ところ 福岡市内

●相談用電話 ☎(092)724局9505番まで

●面談予約 面談には事前に予約が必要です。

☎(092)713局6563番まで

●問い合わせ 福岡県青年司法書士協議会

☎(092)713局6563番まで

今月の補聴器相談日

4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 4月5日(金) 午後1時から2時

まで(九州補聴器センター) ▽とき 4月11日(木) 午前11時から正午まで(九州リオン) ▽とき 4月18日(木) 午後1時から2時まで(あさひ補聴器) ▽とき 4月24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。

●くらて病院での相談

▽とき 4月4日(木) 午後2時から5時まで(九州リオン) ▽とき 4月20日(土) 午前9時から正午まで(池田補聴器) ▽とき 4月23日(火) 午後2時から4時30分まで(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



地域の安全安心に 貢献できる仕事です 警察官採用試験

福岡県警では警察官の採用試験を行います。募集は平成25年度中に2回に分けて行います。
採用予定数 ▽警察官

A 男性178人(大学卒業程度) ▽特別募集 男性70人、女性23人、武道指導3人 ▽警察官B 男性30人(高校卒業程度) ▽警察官C(専門捜査官) 4人
●受付期間 4月1日(月) から4月22日(月)まで
●問い合わせ 詳しくは福岡県警察本部警務課採用センター ☎(092)622局0700番まで



手話講習会のご案内

社会福祉協議会では次のとおり手話講習会入門講座を開催します。

●とき 5月23日から10月24日までの毎週木曜日。時間は午後7時から9時まで(全22回)

●場所 くらじの郷

●受講料 無料(ただし、テキスト代として千二百円)

●募集人員 20人(中学生以上)

●申込期限 5月15日(水)

●問い合わせ 社会福祉協議会まで

点字講習会のご案内

社会福祉協議会では次

のとおり点字講習会初級講座を開催します。
●とき 5月20日から11月11日までの毎週月曜日。時間は午後7時から9時まで(全20回)

無料介護講座のご案内

福岡県地域介護実習・普及センターでは、次のとおり介護講座を行います。介護の知識と技術を身に付けてみませんか。

●スキルアップ講座 4月27日(土) 午前10時から午後3時30分

●介護スポット講座 5月8日(水) 午前10時から正午、5月12日(日) 午前10時から午後3時、5月22日(水) 午前9時30分から午後12時30分、7月17日(水) 午前10時から正午。

●介護予防シリーズ 5月9日から7月4日までの毎週木曜日。時間は午後1時30分から3時30分まで

●介護実践アップコース 5月15日(水) から7月10日(水) 全5日間。時間は午前10時から午後3時30分まで
●認知症サポーター養成講座 7月23日(火)、9月27日(金)。時間は午前10時から午後12時30分まで

●ところ 福岡県地域介護実習・普及センター

●申し込み・問い合わせ 福岡県地域介護実習・普及センター ☎(093)244局4747番まで



歴史民俗博物館を サポートしてください ボランティア募集

歴史民俗博物館では、体験学習会や展示替えなどをサポートするボランティアを募集しています。ご協力いただける人は、歴史民俗博物館へご連絡の上、次のとおりお集まりください。



セレモニー・ホール
安心館
あん しん かん
鞍手町小牧2084-1(旧ダイヤブック)

※入会金(1万円)のみの
『鞍心会員』募集中!!

◆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



放課後が
楽しくなるよ
友だちがたくさん
できるよ

学童保育所の入所児童を募集します

学童保育所は、保護者が働いているなどの理由で、放課後にだれも面倒を見てくれる人がいない小学生が集い、楽しい時間を過ごす場所です。入所を希望する人は、気軽にお申し込みください。町内には次のとおり3か所に学童保育所があります。

- 剣北小校区** 鞍手学童保育自然クラブ（中山西区・旧鞍手分校跡地）☎42局8077番
- 剣南小校区** 剣南学童のびのびクラブ（中央公民館敷地内）☎43局1771番
- 室木・西川・新延・古月小校区** 西川古月学童なかよしクラブ（くらじの郷敷地内）☎43局1772番
- 申し込み・問い合わせ** 各校区の学童保育所まで（放課後から開所されます）

- とき** 4月17日（水）午前10時から
- ところ** 歴史民俗博物館
- 問い合わせ** 歴史民俗博物館まで
- 筑豊市民大学の受講生を募集**
筑豊市民大学運営委員会では、次のとおり平成25年度の筑豊市民大学生を募集します。
- 対象者** 積極的に学習に参加できる人
- 講座内容** 講座聴くアラカルト、ヘルシーエイジング、中高年里山歩きゼミ、筑豊郷土史ゼミ
- 申込み期間** 4月1日（月）から5月9日（木）まで
- ところ** 福岡県立大学
- 開校式** 5月25日（土）13時30分から
- 募集人員** 各ゼミ20人程度
- 年会費** 1万円（重複受講は経費として1コースにつき2千円が必要）
- 申し込み方法** はがき（田川市伊田4395）またはファックス（0947-42局2109番）で住所、氏名、連絡先、希望コースを明記の上、申し込んでください
- 問い合わせ** 詳しくは筑豊市民大学携帯☎（080）5210局0245番まで

- 申し込み方法** はがき（田川市伊田4395）またはファックス（0947-42局2109番）で住所、氏名、連絡先、希望コースを明記の上、申し込んでください
- 問い合わせ** 詳しくは筑豊市民大学携帯☎（080）5210局0245番まで

- お問い合わせ** 社会福祉協議会まで
- 小型家電の回収**
町では小型家電の回収を行っています。回収で
- お風呂はお休みです**
くらじの郷の休館日
- 休館日** 1日（月）、8日（月）、15日（月）、21日（日）、22日（月）、29日（月）です。
- 問い合わせ** 社会福祉協議会まで



4月から「くらて病院」に変わります

4月から鞍手町立病院が地方独立行政法人くらて病院に変わります。今後も医療の質や患者サービスの向上に努め、地域医療の更なる充実に努めていきます。



■ 外来診療体制

● 受付・診察時間

外来の受付等は従来通り変更はありません。これまでどおりの診療を行います。

	外来受付時間	診察時間
平日	午前 8時00分～11時30分 午後 1時15分～4時30分	午前 9時00分～正午 午後 2時00分～5時15分
土	午前 8時00分～11時30分	午前 9時00分～正午

● 休診日 日曜・祝日・年末年始

※午前・午後とも予約診療ですが、急患についてはこの限りではありません。また、受診科によっては異なりますので、事前にご確認をお願いします。

● 問い合わせ くらて病院

- 回収できる小型家電**
デジタルカメラ・ビデオカメラ・ポータブル音楽プレイヤー・携帯ラジオ・携帯型テレビ・小型ゲーム機・携帯電話・電子機器付属品類（ACアダプター、充電器）
- 対象サイズ** 25cm×15cm
- 注意事項** ①携帯電話はアドレス帳などの個人情報、②乾電池は対象外
- 設置場所** 町役場（福祉人権課横）・中央公民館・くらじの郷
- 問い合わせ** 詳しくは農政環境課まで

- 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は、申請のあった次の2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。）
- 石井設備** ▼住所 八幡西区陣原3丁目17番27号☎電話 〓（093）230局4809番
- 鍵元設備** ▼住所 八幡西区日吉台2丁目14番15号☎電話 〓（093）602局7008番
- 問い合わせ** 役場上下水道課上水道班まで

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!!

町内の交通事故発生状況



【2月中】		【累計】	
件数	2件(－1)	件数	15件(+8)
死者	0人(±0)	死者	0人(±0)
傷者	3人(±0)	傷者	19人(+9)

- とき 4月26日(金)
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

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に異動があった場合、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ます。届け出を忘れたり、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

国民健康保険に加入している皆さん
入院するときや高額な外来診療は前もって手続きを医療機関窓口での支払

いが自己負担限度額までとなる「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」は、今まで入院時にしか使えませんでした。平成24年4月1日からは外来時にも使えるようになります。もし入院や高額な外来診療が決まったときは、早めに限度額適用認定証等の交付手続きをしてくださいます。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、保険税は必ず納期内に納めるようにしましょう。

●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 印かん・国民健康保険証・住民税非課税世帯の人で、過去一年間に90日

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

【2月中】		【平成24年】	
刑法犯総数	110件(－10)	刑法犯総数	202件(－48)
車上ねらい	9件(+1)	車上ねらい	15件(－2)
自転車盗難	10件(+6)	自転車盗難	23件(+7)
空き巣	6件(－4)	空き巣	14件(±0)

生活安全課からのお知らせ

門扉の盗難が増加中!!



- ◆一戸建て住宅に設置された「アルミ製 門扉」の盗難が多発しています。
- ◆不審者(車)を見かけた際は、110番通報してください。

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

を超える入院があった人は、入院期間が確認できる書類(領収書など)を

●問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで

国保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

- とき 4月26日(金) 午前9時から
 - ところ 役場保険健康課
 - 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
- 18年4月2日から昭和18年5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。なお、高齢受給者証が利用できるのは70歳の誕生日の翌月(1日が誕生日の人はその月)からとなります。

一定の障がいがある65歳以上74歳以下の人は、

75歳になる前に後期高齢者医療に加入できます

●問い合わせ 役場保険健康課保険年金班まで

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

後期高齢者医療に加入している皆さん入院するときや高額な外来診療は前もって手続きを

いろいろばたお話の会



楽しいお話を聞けるよ

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 4月13日(土) 午前10時から
- ところ 歴史民俗博物館
- 問い合わせ 歴史民俗博物館まで

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。

- 4月21日(日) 梅谷外科医院(本町)
☎42局3377番

後期高齢者医療制度に加入している人で、世帯全員が住民税非課税の場合、入院したときの食事代や入院、外来での窓口負担額が自己負担限度までで済む限度額適用認定証・標準負担額減額認定証を発行します。この認定証は、申請した月

PM2.5の注意喚起

PM2.5（微小粒子状物質）とは

PM2.5（微小粒子状物質）とは、大気中に浮遊する小さな粒子で、粒子の大きさが2.5μm（1μm＝1mmの千分の1）以下の非常に小さな粒子のことです。成分には、炭素成分、硝酸塩、硫酸塩、アンモニウム塩のほかケイ素、ナトリウム、アルミニウムなどの無機元素などが含まれます。特に呼吸器系や循環器系の疾患を有する人や子どもや高齢者などは、より影響を受けやすい可能性があるため、普段から健康管理を心がけるようにしましょう。また、ぜんそくや気管支炎などの呼吸器疾患のリスクも懸念されます。外出する場合などは各種情報入手し、外出を控えたり、外出時にはマスクの着用をするなど対策を心がけましょう。

注意喚起

PM2.5の測定値（速報値）は福岡県ホームページ <http://www.pref.fukuoka.lg.jp/c01/pm25-tyuukanki.html> で確認することができます。また、「防災メールまもるくん」に指定した地域にPM2.5の注意喚起及び光化学オキシダント注意報等が発令されたときにはメールでお知らせする機能が加わりました。防災メールまもるくんの登録はmamoru@bousaimobile.pref.fukuoka.lg.jpに空メールを送信するとすぐに返信メールが届きますのでメールの内容に従って登録操作をしてください。

●注意喚起の内容

- ① 不要不急の外出や屋外での長時間の激しい運動を減らす
- ② 換気や窓の開閉を最小限にし、屋内への外気の挿入をできるだけ少なくする

●問い合わせ 福岡県環境保全課大気係 ☎（092）643局3360番まで

の1日からしか使えませんが、入院または高額な外来診療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。平成24年3月31日以前に交付された認定証をお持ちの方は、記載されている有効期限まで外来診療にも使用することができ、改めて交付手続きをする必要はありません。

●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

後期高齢者被保険者の健康診査のお知らせ

福岡県後期高齢者医療広域連合では、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ます。なお、問い合わせ電話番号をお間違えないようにお願いします。

●受診対象者 後期高齢者医療被保険者

●受診期限 平成26年3月31日（月）まで

●受診方法 受診票に同封

した健康診査の実施医療機関で個別に予約のうえ受診

●受診票の送付時期 ▽4月下旬＝平成25年4月末までに被保険者になる人、▽平成25年5月以降＝被保険者となる月（75歳の誕生日）の月上旬

●自己負担額 五百円

●問い合わせ 福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎（092）651局3111番まで

障がい者の皆さん 有料道路割引制度の 手続きはお済みですか

障がいがある人が車に乗る場合、次のとおり手続きをすれば有料道路の通行料が半額になることがあります。手続きは役場福祉人権課でできます。

●対象者 身体障害者本人が運転するか、身体障害者手帳（第一種）または療育手帳（A）を持つている人を常時介護している人が運転する場合

●対象の自動車 障がい者一人につき一台の自家用車（営業車は対象となりません）

●必要なもの 身体障害者手帳、療育手帳、車検証（ETCを利用して

いる場合は、ETC車

載器セットアップ申込書・証明書、障害者本人名義のETCカード）

●問い合わせ 役場福祉人権課福祉高齢者班まで

介護保険証を 交付します

65歳を迎える人（昭和23年5月2日から6月1日生まれの人）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 4月25日（木）から26日（金）午前8時30分から午後5時15分まで。ただし、毎週木曜日は午後7時まで

●ところ 役場福祉人権課福祉高齢者班窓口

●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

劇場型詐欺に ご注意ください

多数の人物が登場する「劇場型詐欺」に関する相談が増加しています。パンフレットを送付し、「私の代わりに申し込んでほ

しい」や訪問、電話で「以前あった投資の被害を回復してあげる」などと言葉巧みに勧誘や強要をしてきます。安易に相手を信用せず、消費生活センターへご相談ください。

●相談時間等 平日の午前8時30分から午後5時

まで

●問い合わせ 直轄広域消費生活センター（直方市役所内） ☎25局2162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す（かっこ内は故人、敬称略）。

●社会福祉協議会へ【香典返し】

▽岩永ツル子様＝中本町（孝）

▽進 みゆき様＝中本町（憲司）

▽吉田幸廣様＝神崎（ヌイコ）

●町立病院へ【香典返し】

▽吉田幸廣様＝神崎（ヌイコ）

▽庭木日出夫様＝本村（モト）

▽大森康夫様＝い牟田（シズエ）



テーマ
「花見気分!!」

【盛り合わせ寿司】 1人当たりの栄養価 561kcal

■材料（6人分）

酢飯…ごはん（1.2kg）、酢（大さじ5）、砂糖（大さじ4）、塩（小さじ1）
いなり寿司…寿司あげ（6枚）、だし汁（150cc）、しょうゆ（大さじ1）、砂糖（大さじ2）
巻き寿司…巻きのり（3枚）、きゅうり（1/2本）、たまご（4個）、砂糖（小さじ1）、塩（小さじ1/4）、サラダ油（適宜）、かにかまぼこ（4本）、ツナ缶（小1缶）、マヨネーズ（大さじ1）

■作り方

- ①酢、砂糖、塩の材料を混ぜ合わせ、合わせ酢をつくる。
- ②炊き立てのごはんに合わせ酢を加え、混ぜ合わせておく。
- ③寿司あげを半分に切って、油抜きしておく。
- ④だし汁と調味料を合わせた中に③を入れ、煮汁がなくなるまで煮含める。
- ⑤いなりの皮に酢めしをつめる。
- ⑥たまごは割りほぐして、調味し厚焼きたまごを作り、3本に切る。
- ⑦きゅうりは縦3つに切っておく。
- ⑧ツナ缶は油分を切ってマヨネーズと合わせておく。
- ⑨⑥⑦⑧、かにかまぼこを芯にして、海苔巻きを作る。1本を6～8つに切る。



【小松菜の炒めもの】 1人当たりの栄養価 129kcal

■材料（6人分）

小松菜（300g）、しめじ（240g）、赤パプリカ（100g）、ごま油（大さじ2）、おろししょうが（大さじ1）
調味料…酒（大さじ1）、鶏がらスープ（大さじ1）、オイスターソース（大さじ1.5）、しょうゆ（小さじ1）砂糖（小さじ2）、水溶き片栗粉（適宜）

■作り方

- ①小松菜は5cm位のざく切り、しめじは石突を除き、さいておく。パプリカは乱切りにする。調味料は混ぜ合わせておく。
- ②フライパンにごま油、おろししょうがで香りを出したら、野菜を入れ、強火で一気に炒める。
- ③最後にパプリカを入れ水溶き片栗粉でとろみをつける



□ 4月のカレンダー

日	曜日	行事内容
1	月	
2	火	
3	水	
4	木	補聴器相談（くらて病院：14時～17時）
5	金	補聴器相談（役場：13時～14時）
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	無料法律相談（くらじの郷：11P参照）
11	木	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）
12	金	
13	土	いろいろたお話の会（歴史民俗博物館：10時～）
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	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）
19	金	
20	土	補聴器相談（くらて病院：9時～12時）
21	日	
22	月	
23	火	補聴器相談（くらて病院：14時～16時30分）
24	水	乳幼児相談（福祉センター） 補聴器相談（役場：13時～14時）
25	木	心配ごと相談（くらじの郷：11P参照） 固定資産税（1期分）納付期限 7か月、12か月健診（福祉センター） 介護保険証交付 25日～26日 （役場：8時30分～17時15分 15P参照）
26	金	国保高齢受給者証交付（役場：9時～14P参照）
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	



広報くらて

平成25年4月号 No.640

編集●広報くらて編集委員会
発行●鞍手町

印刷●社会福祉法人 福岡コロニー



●町の人口・2月の人の動き

・人口 17,200人	・出生 9人
・男性 8,152人	・死亡 14人
・女性 9,048人	・転入 49人
・世帯数 7,534世帯	・転出 31人

（平成25年2月28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>