

人の力が、地域の力。

ふくろくろ 広報

くらて

CONTENTS ~主な内容~ ●まちの話題……2~3
●すくすく日記……3 ●ひろば……4~5 ●リレー
エッセー・広報ぎやらりー……5 ●ほん大好き……6
●くらて病院・薬剤科長吉村の調子はいかが？……7
●いきいき健康だより……8 ●年金のそこが知りたい
……9 ●くらしの情報……10~14 ●くらてまち
振興券発売……15 ●元気が出る献立・8月のカレン
ダー……16

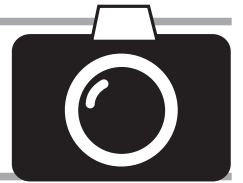
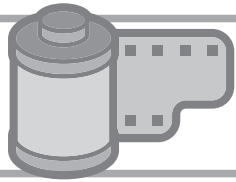


1週間の大成長記

NPO 法人南陵塾が毎年開催している通学合宿。今年は7月5日から11日までの1週間にかけて行われ、町内各小学校から35人(過去最多!)の児童が参加しました。ホームシックと戦いながら掃除、洗濯、炊事やそのほかさまざまな体験学習をしたこの1週間は、子どもたちにとって、長いようで短く、そして何より、大きな成長を遂げた1週間となったことでしょう。

8

August
2015
No.668



心温まる話を伝えたい

▶同和問題啓発強調月間に合わせ中央公民館で講演会



すべての人が、人は皆それぞれに違いがあるということを理解したうえで、一人ひとりの長所を素直に認め合うことができたなら、それこそがすべての差別解放の第一歩になるのではないだろうか。大分県九重町在住・在勤の9人のそんな思いから結成された「ハート降るこのえ」が、7月21日、中央公民館で同和問題啓発強調月間講演会を行い、会場には100人を超える来場者が詰めかけました。講演会では、日常生活で出会った心温まるエピソードや人権をテーマにしたオリジナル曲などが披露され、その柔らかい語り口や優しい歌声に包まれながら同和問題について真剣に考え、自分自身の心と素直に向き合える時間となりました。

受け継がれるリーダーの資質

▶子ども会野外生活リーダー研修



7月4日から5日にかけて、宗像市にある少年自然の家「玄海の家」で、子ども会野外生活リーダー研修が行われました。今年は町内の小学4年生から6年生のうち62人が参加。8グループに分かれリーダーとしての資質を向上させながら2日間にわたり、野外調理、海岸の清掃、子どもフェスタの企画会議などのプログラムに取り組みました。8月30日に行われる子どもフェスタではこの中から28人の子どもたちが実行委員として活躍します。これからも地域のリーダーとしての頑張りを期待しています。

青少年の非行防止に貢献

▶埜岡昌秀さんに警察庁長官から表彰状



埜岡昌秀さん(新北・75歳)が警察庁長官及び全国少年警察ボランティア協会から、少年補導功労者表彰を受けました。これは、長年にわたって少年の非行防止に尽力し、健全育成に貢献されたことが評価されたものです。埜岡さんは「次世代を担う子どもたちが心豊かにたくましく育ち、非行のない明るい社会になることを願って、これからも青少年の非行防止、健全育成に努めていきたい」と熱く語ってくれました。

七夕に願いを込めて

▶町立保育園児から七夕飾りの贈りもの



7月の風物詩「七夕飾り」。今年も町立保育所の園児たちが一生懸命に手作りした七夕飾りが、まちを明るく彩りました。

7月3日、園児たちは七夕飾りを贈った役場や中央公民館、鞍寿の里を訪問し、出会った人に元気にあいさつ。短冊に書いた願いが叶うといいですね。



食育体験は大豆の種まきから

▶西川小学校と古月小学校の3年生が大豆種まきにチャレンジ

毎年恒例の町内小学生による大豆の種まき。梅雨の晴れ間となった7月15日、今年も西川小学校、古月小学校の3年生が大豆の種まきに挑戦しました。今年で10年目を迎えるこの事業は、食育の活動に取り組み鞍手町農業女性の会の皆さんの協力のもと行われているものです。児童たちは女性の会の皆さんから指導を受けながら手際よく種をまき、土を被せていました。これから8月には紫色の花を咲かせ、10月には枝豆を収穫し販売を行う予定です。また、児童たちは大豆を使った豆腐作りや味噌汁作りなどにも挑戦し、大豆を通して様々なことを学んでいきます。



社会を明るくする運動啓発活動

▶ふれあいと対話が築く明るい社会

7月は社会を明るくする運動強調月間です。7月10日、町の保護司会の皆さんが役場庁舎前で出発式を行い、広報車で巡回啓発活動を行いました。この運動は、全国一斉に行われ、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深めていただくものです。私たち鞍手町に住む一人ひとりが、自らの問題として犯罪・非行防止に積極的に取り組み、大人も子どもも夢や希望を持ち、支えあって生きる明るい地域づくりを目指しましょう。



未来に向けた新しいまちづくり

▶第5次総合計画、まち・ひと・しごと創生総合戦略策定に向けて始動

まちづくりの考え方や今後取り組むべき施策を示した、まちの基本となる計画が総合計画。町では、平成19年3月に策定した「第4次鞍手町総合計画」が平成27年度で目標年次を迎えるため、時代の流れや求められる地方自治の姿を踏まえながら、新たな総合計画を策定することとしています。また、国が「しごと」と「ひと」の好循環作りと好循環を支える「まち」の活性化を目標とする「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定したことを受け、町においても、住民一人ひとりが夢や希望を持って安心して暮らせるよう、目指すべき将来の方向性や方策を示した総合戦略を策定することとしています。

6月25日、第1回鞍手町総合計画審議会と第1回鞍手町まち・ひと・しごと創生総合戦略推進委員会を開催し、総合計画、総合戦略ともに策定に向けて動き始めました。詳しい審議の内容などは、今後ホームページや広報でお知らせしていきます。



【写真】⑤総合計画審議会会長に選出された小川和男さん（区長会会長）／⑥総合戦略推進委員会委員長に選出された山本華世さん（メディア関係者として委員に選出。総合戦略推進委員会では、産業界や大学等の高等教育機関、金融機関など幅広い分野の人材を委員に迎えている）

すくすく日記 8月生まれ



Happy birthday to you.



まつおこうせい
松尾昂星くん

平成24年8月7日生まれ
3歳のお誕生日おめでとう!! 元気過ぎるぐらいに伸び伸びと育ってくれて嬉しいです。これからも笑顔で元気に周りを楽しませてね!! (父 裕也さん・母 理恵さん・小牧)



かつきひより
香月日和ちゃん

平成26年8月15日生まれ
1歳のお誕生日おめでとう!! 食欲旺盛でよく寝る日和。和とお姉ちゃんとは大の仲良しで、お姉ちゃんにあやされると一番嬉しい日和(^^) これからも笑顔の素敵な元気な日和でいてね♡ (父 雄次さん・母 絵里加さん・木月)



しむらこうは
紫村凰羽くん

平成25年8月21日生まれ
2歳のお誕生日おめでとう!! 元気いっぱい笑顔いっぱい みんなを幸せにしてくれてありがとう。すくすく大きくなる凰羽が大好きだよ!! (父 光弘さん・母 恵美さん・新延)



うちうみのい
内海望威くん

平成26年8月22日生まれ
ノイ君、1歳のお誕生日おめでとう!! たれ目さんで大きな泣き声で…全部がかわいいよ♡今はたっちの練習中!! お姉ちゃんと手を繋いで歩くのが楽しみなね!! (父 崇さん・母 京子さん・中山)

お待ちしております

広報「すくすく日記」のコーナーでは、発行月に誕生日を迎える満3歳までのちびっ子を募集しています。9月生まれば、8月10日(月)までにお申し込みください。申し込みや申込方法に関するお問い合わせは、役場政策推進課 ☎42局2111番まで。

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。

まぶたをとじて 心で聴く 朗読会へどうぞ

●朗読サークル「こだまの会」

朗読サークル「こだまの会」では、次のとおり第16回朗読発表会を開催します。今年もたくさん作品を朗読します。お誘い合わせのうえ、どうぞご来場ください。

- とき 9月12日(土) 午後1時30分から
- ところ くらじの郷
- 朗読する作品 港町の老夫婦(作〓椋鳩十)、でんでんむしのかなしみ(作〓新美南吉)、清兵衛と瓢箪(作〓志賀直哉)、など
- 参加料 無料
- 問い合わせ 松浦みち子 ☎42局7875番まで

昭和30年代・40年代の 写真を集めています

●鞍手町歴史民俗博物館

鞍手町歴史民俗博物館では、今年の秋に企画展「あの頃、この頃 写真で見る昭和の記録(昭和30年)」を開催します。この企画展では昭和30年代から昭和40年代の風景やくらしの様子などの写真の展示を予定しており、現在写真を集めているところです。もし皆さん

子どもフェスタ くらて2015に 行くこう!!

●鞍手町子ども会連絡協議会

鞍手町子ども会連絡協議会と教育委員会では、次のとおり子どもフェスタくらて2015を開催します。今年も子どもの実行委員がユニークなイベントを企画しています。入場は無料です。

- とき 8月30日(日) 午前9時から午後2時まで
- ところ 中央公民館
- 内容 カレー・焼きそば・かき氷販売、アクセサリー作り、宝探し、体力測定&ニユースポーツ体験、ヨーヨー釣り、おぼけ屋敷など
- 問い合わせ 教育課生涯学習係 ☎42局7200番まで

求む。力作。自信作。 鞍手美術展の 出品作品を 募集します

●鞍手美術協会

第57回鞍手美術展が次のとおり開催されます。鞍手美術協会では、町民の皆さんから出品作品を募集します。

- 開催期間 10月16日(金)から18日(日)まで
- 開催場所 町立体育館
- 募集作品 ▽一般の部(高校生を含む) 〓絵画、書道、写真、服飾工芸、彫刻工芸、陶芸、生花▽小中学生の作品 〓なんでも出品できます
- 応募の決まり ▽絵画 〓洋画は必ず額縁に入れる▽書道 〓本表装または仮巻(裏打ち)をする▽写真 〓四つ切り大以上を台紙にはるか額縁に入れる
- 出品料 1部門につき千円
- 申込期間 9月1日(火)から9月18日(金)まで(土・日・祝日は除く)。時間は午前9時から午後5時まで
- 申し込み・問い合わせ 開催要項や、出品票は9月1日(火)から中央公民館に用意しています。詳しいことは美術協会事務局(中央公民館内) ☎42局7200番まで

鞍手町でぶどう狩りを 体験してみませんか?

●直鞍農業協同組合宮農センター

直鞍農業協同組合では、多くの人に鞍手のぶどうの美味しさを知り、より身近に感じてもらうと、次のとおりぶどう狩り体験を開催します。収穫したぶどうは、1キログラム(2房から3房)あたり千円程度で持ち帰ることもできます。また、飲み物や試食用のぶどうも用意していますので、ぜひご参加ください(参加には事前の申し込みが必要です)。

- とき 8月22日(土)、25日(火)。時間はいずれも午後1時20分から3時30分まで
- ところ くらじの郷研修室(集合後に体験農園まで案内します)
- 申込方法 8月3日(月)から10日(月)までにFAXで申し込み
- 募集定員 各10世帯程度(申し込み多数の場合、抽選となります)
- 申し込み・問い合わせ 直鞍農業協同組合宮農センター ☎32局3755番、FAX 32局3580番まで



のご家庭にある古いアルバムの中などに、このような写真がある場合は、ぜひご連絡ください。問い合わせ 鞍手町歴史民俗博物館 ☎42局3200番まで



男女共同参画ネット 第2回企画「DVD上映会」 ●男女共同参画ネット

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。鞍手町男女共同参画ネット第2回企画「DVD上映会」を次のとおり開催します。で、お気軽にご参加ください。どなたでも参加できます。

- とき 8月23日(日) 午後1時30分から
- ところ くらじの郷
- 内容 「恋するトマト」(主演 大地康夫)
- 問い合わせ 男女共同参画ネット代表 小島美智子 ☎42局5214番まで

創部以来初の快挙!! ミニバスケット大会で 優勝↓県大会出場決定 ●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女子チームは、7月5日に小竹町民体育館で行われた第31回福岡県ミニバスケットボール交歓大会・直轄遠中地区予選に出場し、スピードを生かしたコンビネーションプレーと強いチーム



ワークを発揮し、優勝することができました。

これにより、チームは創部以来初めての県大会への出場が決定。監督陣、選手、保護者一丸となって8月に行われる県大会に臨みます。

なお、剣ミニバスケットボールクラブでは次のとおり男女クラブ員を随時募集しています。

- 活動日 毎週火・水・木曜日の午後6時から8時まで(剣北小学校体育館)及び、毎週土曜日の午前9時から午後1時まで(町民体育館)
- 問い合わせ 剣ミニバスケットボールクラブ代表・上野深雪 ☎(090) 7475局3828番まで

4年前の3月11日、あの東日本大震災が起きました。私は、職場のテレビで目に飛び込む映像を息を飲んで見続けました。その数日後、私は被災地である福島県に支援活動として向いました。車は家に突き刺さり、家は崩壊。テレビで見た衝

言葉を口にできたでしょうか。この言葉は、「いくらどん底に落ちてても、人は強く、どこからでも這い上がる事ができる」と感じる事ができる言葉であり、それ以降、私は何度でも壁にぶち当たる度に、この困難は自分を強くしてくれていると前

は快く受け入れてくれました。鞍手町はなんといても人が温かく、住みよい街です。生まれて間もない長男は今では3歳、鞍手町で産まれた次男も1歳に成長しました。この子たちにとっては、もちろん鞍手町が故郷であり、私にとっても今では、

リレーエッセー 晴れたらいいね。

村上太治さん(新北・33歳)

VOL 197

撃の光景と現実が一致し、体の震えが止まりませんでした。

活動を始めて数日たったある日のことです。ある1人の地元住民の女性が私に「いつもありがとう。お疲れ様です。」と声を掛けてくれました。果たしてこの状況下で私がその

向きに考えることができるようになります。

そして3年前、この鞍手町に引越してきました。縁もゆかりもない鞍手町に不安と期待を抱きながら鞍手町での生活が始まりました。そんな私たち家族を鞍手町の皆さん

鞍手町が第2の故郷になっています。あの時の被災地での経験を次世代を担う鞍手町の子どもたちに広めていければと思います。

次回は、
ジェフリー・ジョーダンさん(中山)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。役場政策推進課 ☎42局2111番まで、ご連絡ください。

手編み

奈木野ツヤ子さん
(い牟田区)

棒針で透かし模様のセーターと、かぎ針で松葉模様のカーディガンのアンサンブルを編みました。



俳句

権藤よし子さん
(新北)

芦屋の海岸に
はまの綿の群落を見た。夏潮にサーフィンやビキニの若者でにぎわう中、浜木綿は香りのよい白花を咲かせ、磯伝いに静けさを漂わせていた。

風白し
どこか寂しき
浜万年青



今月新しく入りました。

※7月の新刊は、3日(月)からの貸出となります。

●一般の本

／マインド(作=今野 敏)／ヒポクラテスの誓い(作=中山七里)／透明カメレオン(作=道尾秀介)／森に願いを(作=乾 ルカ)／フランス人は10着しか服を持たない(作=ジェニファー・L・スコット)



ちゃんぽん食べたかっ!

作=さだ まさし

僕は絶対に故郷を思って泣くことはしないと自分に誓った。だからそんな時は小声で、「ちゃんぽん食べたかっ!」と叫んだ。涙と笑いの自伝的青春小説。大志を抱いた少年は夢に破れて何になる?

●子どもの本

／おまつりやさん(作=飯野 由希代)／むしとりにいこうよ(作=はた こうしろう)／あした花になる(作=いもと ようこ)／うみへいく ピン・ポン・バス(作=竹下文子)／かいけつゾロリのクイズ王(作=原 ゆたか)

そらめくんのあたらしいベッド

作=なかや みわ

そらめくんの宝物のベッドが、さいきん、前よりもぺちゃっとして元気がありません。「どうしよう!!」かなしむそらめくんに、えだめくんに『わたのき』のことをおしえてくれました。あたらしいベッドをさがして大冒険!さて、どんな冒険になるでしょう。



あした花になる

作=いもと ようこ

「あした花になる」の作者、いもとようこさん。この作品は、彼女が恋をした美しい蘭の花に魅了された祈りまじりかみさま、これからは決してこのカマを使いません、だからお願いです。私の体をあの花に似合う体にして下さい。お願いです。一億年の時を超えて祈り続けます。さて、マンティスはどの様に、そして願いは叶ったのでしょうか。



足のトラブルは靴で治そう

作=塩之谷 香

「あ」あなたの足に痛みとあころはありませんか?「痛くても仕方ないと思っ
ていませんか?」「どの靴を履いても合わないと思っ
ていませんか?」「歩くとき、立つと疲れる、著者の言葉に興味を持
ち、ページを開いてみると、今までいかに自分が間違っていたか、そして足に合う正しい靴の選び方の大切さが理解出来ました。今までどんな靴にも満足出来なかった私が一気に読み上げた一冊です。

本は知識を深めるだけでなく、人と人とのつながりを広げてくれます。新たな本との出会いは新たな人との出会いの始まり。広がる本だなどでは、新たな本との出会いの場として、毎月おすすめの本を2冊紹介いたします。今月の紹介者は松下のり子さん(文庫連絡会)です。

広がる本だなど

Health ADVICE

吉村薬剤科長の

調子はいかが？

くらで病院 ☎42局1231番

くらで病院スタッフ
からの健康
アドバイスです



薬局で薬をもらうときに、「今回からジェネリック医薬品に変わります。」と言われました。ジェネリック医薬品とはどのようなものですか？(61歳・女性)

ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品の特許が切れた後、別のメーカーが同じ有効成分で開発した医薬品のことです。後発医薬品という言い方もありますが、イメージが良くないということで、コマーシャルなどではあまり使われていません。

ています。この他にも溶出試験や安定性試験などが行われ、有効性や安全性、品質について国の審査で認められている薬です。

新薬と比較すると…

ジェネリック医薬品の大きな特徴として、「低価格」「改良製剤」という2点が挙げられます。

新薬と同等の有効性・安全性

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分で作られ、どれくらいの速さで一定量の薬の成分が血液に入っているかを調べる生物学的同等性試験において、新薬と同等であることが確認され

研究開発や審査等の各種手続きなどにかかる開発コストを抑えられるため、国が価格を新薬の約2〜7割に設定しています。そのため、医療機関窓口で支払う負担金のうち、薬代が安く抑えられます。また、形や色、大きさ、服用性、使用感など新薬の発売後に開発された新しい技術を用

用いて工夫を施しているものや、服用者の「こうだったらいいのに」という声を集めて

改良されたものが多く出てきています。

国の課題解決にも

少子高齢化がすすむ日本では、年々増大する医療費の節減が緊急の課題といわれています。ジェネリック医薬品は窓口負担金の軽減や健康保険組合の財政健全化など医療費適正化にも役立てられています。



【アドバイザー】

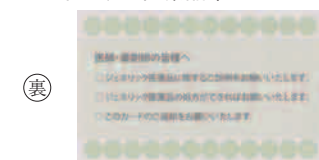
吉村昌克さん・よしもらまさかつ・昭和61年福岡大学薬学部卒業。昭和62年穀手町立病院勤務。平成27年4月より、くらで病院薬剤科長。

ジェネリック医薬品は有効性や安全性において、新薬と同等であると認められている薬です。新薬よりも安価であるため、医療費節減という国の課題解決にも役立てられています。

Before	After
● 粉薬で飲みにくい…、入れ歯に挟まってしまう… →水を含むと「ふわっ」と溶ける錠剤に	
● 味が苦い… →苦味をなくす添加物を混合	
● カプセル剤で、のどを通りにくい… →飲みやすい錠剤に	
● 小さすぎて扱いにくい…、大きすぎてのどを通りにくい… →扱いやすく飲みやすい、適度な大きさの薬に	



ジェネリック医薬品希望カード



裏



予防接種を受けましょう!!

予防接種とは、ワクチンを接種して感染症が流行するのを防いだり、病気にかからないように、またかかっても重症にならないようにするためのものです。麻しん（はしか）・風しんの予防接種を次のとおり対象となる人に通知しています。期限を過ぎると実費（有料）での接種となりますので、早めに予防接種を受けましょう。

- **1期対象者** 1歳から2歳未満。

期限は2歳の誕生日前日

- **2期対象者** 平成21年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた人。期限は平成28年3月31日



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** 毎週水曜日の午前10時から11時30分まで。必ず妊婦本人がお越しください

- **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）



施設健診（個別健診）のご案内

特定健診は医療機関でも受診できます。生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受けましょう。特定健診は鞍手町国民健康保険に加入している40歳以上75歳未満の人が対象です。

- **ところ** かかりつけの医療機関
- **申込方法** 「特定健診受診券」を送付しますので、役場保険健康課健康増進係までお申し込みください

乳幼児健診・相談

8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・小児科医師診察・育児相談・栄養相談など

区分	期日	対象児
4か月健診	8月11日(火)	平成27年 3月15日から 平成27年 4月20日生まれ
7か月健診	8月20日(木)	平成26年 12月26日から 平成27年 1月22日生まれ
12か月健診		平成26年 8月 1日から 平成26年 8月31日生まれ
1歳半健診	8月 6日(木)	平成26年 1月 3日から 平成26年 2月 6日生まれ
3歳児健診		平成24年 7月 3日から 平成24年 8月 6日生まれ
乳幼児相談	8月26日(水)	平成27年 5月24日から 平成27年 6月27日生まれ

※乳幼児相談は、身体測定・育児相談・栄養相談を行います。申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

鞍手町認知症サポーターになろう!!

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る応援者です。町では、次のとおり「安心して徘徊できるまちづくり」を目指して、次世代を担う小中学生を対象とした認知症についての勉強会を開催します。勉強会の後には、食生活改善推進会の皆さんが作る、バランスの良い昼食を食べることもできますので、ぜひご参加ください。

- **とき** 8月26日（水）午前10時30分から午後0時30分まで（昼食時間含む）
- **ところ** 総合福祉センター
- **対象** 小学4年生から中学生まで。親子での参加も大歓迎です
- **申し込み** 総合福祉センターまで



年金の

そこが知りたい

役場国保年金係 ☎ 42局2111番

国民年金からのお知らせです



Support

COMMENT

— ご存知ですか? —

国民年金保険料免除・納付猶予制度

国民年金第1号の被保険者は、毎月の保険料を納める必要があります。もしも収入の減少や失業等によって保険料を納めることが困難になった場合、保険料を未納のままにしておくと、将来の年金（老齢年金）や障害、死亡といった不測の事態が生じたときに「障害年金」、「遺族年金」を受け取ることができない場合があります。

そのような状況を防ぐため、被保険者本人が申請することで保険料が「免除」または「猶予」される制度があります。

①免除（全額免除・一部免除）制度

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合に保険料が全額または一部免除されます。なお、一部免除の場合は減額された保険料を納めなければ「未納」期間扱いになります。

②若年者納付猶予制度

30歳未満の人で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予されます。

◆制度の対象となる所得の基準

前年所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内であること。

区分	計算式
全額免除・納付猶予	(扶養親族等の数+1) × 35万円 + 22万円
3/4免除	78万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
半額免除	118万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
1/4免除	158万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等

◆申請方法

平成27年度の免除・納付猶予の申請は、7月1日から受付を開始しており、平成27年7月分から平成28年6月分までの期間を対象として審査が行われます。

年金手帳、印かんをお持ちのうえ、役場保険健康課国保年金係または直方年金事務所（☎22局0891番）など最寄りの年金事務所で申請してください。

※失業特例により、前年度までに失業した人の所得額を失業後の期間は0として審査することができます。特例に該当する場合は、「離職票」または「雇用保険受給資格者証」などの写しが必要です。

「年金情報流出」を口実とした犯罪にご注意ください!!

日本年金機構や年金事務所などの職員をかたり、口座番号を聞き出そうとするものや、「流出した個人情報削除する」と持ちかけてくるものが現れています。日本年金機構から年金情報流出について電話やメールで連絡することはありません。また、お金やキャッシュカードを要求したり、ATMでの操作をお願いすることはありません。不審な電話や訪問があったときや年金情報流出についてのお問い合わせは、日本年金機構専用電話☎(0120)818局211番までお願いします。

くらしの

情報

Calendar 2015 8

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

税等



今月の納税(8月)

- 町県民税―第2期分
 - 国民健康保険税―第3期分
- 納期限は8月25日(火)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。

今月の納付(8月)

- 後期高齢者医療保険―第2期分
- 納期限は8月25日(火)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 役場保健健康課公費医療係まで

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



- 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

- 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 役場保健健康課公費医療係まで

自営業者の皆さん 個人事業税の納期限は8月31日まで

個人事業税は、住みよい街づくり、郷土づくりを進めるため重要です。平成27年度は8月31日(月)が納期限となります。忘れずに納めましょう。なお、個人事業税の納付には、口座振替が利用できます。振替開始は、手続きをした月の翌々月からです。

相談



今月の補聴器相談日

8月の補聴器相談が次のとおり行われます。

- 役場での相談 ▼とき
8月7日(金) 午後1時から2時まで(九州補聴器センター) ▼
- とき 8月20日(木) 午後1時から2時まで(あさひ補聴器) ▼
- とき 8月26日(水) 午後1時から2時まで(小倉補聴器)

役場での相談は、受付順

- 番号札を配布します。
- くらて病院での相談 ▼とき 8月6日(木) 午後2時から5時まで(九州リオン) ▼
- とき 8月25日(火) 午後2時から4時30分まで(九州補聴器センター) ▼
- とき 8月27日(木) 午後2時から5時まで(池田補聴器)

- 問い合わせ 役場福祉課福祉係またはくらて病院まで

身体障がい者の巡回相談について

身体に障がいを持っていての人を対象に、次のとおり、巡回相談を行います。



- とき 9月15日(火) 午前9時30分から11時

- 30分まで、午後1時から2時まで
- ところ マリーホール 宮田(宮若市宮田29番地1)
- 相談内容 肢体不自由の補装具費の新規支給・再支給・修理の要否判定、処方及び適合判定。ただし、電動車いす、重度障害者用意思伝達装置については相談のみで判定は行いません。また、座位保持装置、車いすについては事前の調整が必要です。
- 必要なもの 印かん、身体障害者手帳、補装具費再支給の場合は前回支給の補装具、補装具修理の場合は修理が必要な補装具
- 問い合わせ 役場福祉課福祉係まで

- 問い合わせ 役場福祉課福祉係まで

西村弁護士による 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 8月10日(月)
- ▽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
悩みにおこたえします。

- とき 8月25日(火)
- ▽受付■午後0時45分

お盆は ごみとし尿の 収集日が 変わります



8月13日(木)から15日(土)ま
でのお盆の期間は、ごみとし尿の収集
日が次のとおり変更になります。

- 固形燃料用(燃える)ごみ ▷月曜・
木曜の収集地区=8月13日(木)は
収集を休みます▷火曜・金曜の収集地
区=8月14日(金)は収集を休みます
- 粗大ごみ・燃えないごみ 全地区変更
ありません
- ペットボトル ▷剣地区=15日(土)
の収集を22日(土)に変更します
- し尿 ▷剣・古月・西川地区=8月13
日(木)から15日(土)までの3日
間はおみ取りを休みます。
▷剣・古月地区=タケマツ環境
☎42局4911番
▷西川地区=深草環境サービス
☎42局0717番
- 問い合わせ 役場農政環境課生活環
境係まで

- 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



消防吏員採用試験

直方・鞍手広域市町村
圏事務組合では、次のと
おり平成27年度消防吏員
採用試験を行います。

- 試験日 10月18日(日)
午前9時40分から(受
付は午前9時から)
- ところ 福岡県立鞍手
竜徳高等学校(宮若市
龍徳161番地)
- 募集職種 消防吏員(消
防士・救急救命士(取
得見込含む))

- 募集人員 4人程度
- 受験資格 平成元年4
月2日から平成10年4
月1日までに生まれた
人で、消防吏員として
任務遂行に支障のない
身体を有する人
- 願書配布期間 8月1
日(土)から直方・鞍手
広域市町村圏事務組合
消防本部総務課、宮田
消防署鞍手出張所など
で配布します
- 申込期間 8月10日
(月)から9月11日(金)
まで(土・日は除く)。
時間は午前8時30分
から午後5時15分まで。
ただし、郵送での申し
込みは9月4日(金)
まで(消印有効)
- 申し込み・問い合わせ
直方・鞍手広域市町村

自衛官採用試験

自衛隊飯塚地域事務所
では次のとおり自衛官採
用試験を行います。

- 試験日 ▽一般曹候補
生、自衛官候補生(男子)
■9月19日(土) ▽自
衛官候補生(女子) ■
9月27日(日)、28日(月)
▽航空学生(男女) ■
9月23日(水・祝)
- 受験資格 ▽一般曹候
補生・自衛官候補生(男
女) ■18歳以上27歳未
満の人▽航空学生(男
女) ■高等学校を卒業
した(見込みを含む)
21歳未満の人
- 受付期間 8月1日
(土)から9月8日(火)
まで
- 問い合わせ 試験の内
容など詳しいことは、
自衛隊飯塚地域事務所
☎(0948)22局
4847番まで

圏事務組合消防本部総
務課☎32局1136
番まで



福岡県海外戦没者 慰霊巡拝団員募集

一般財団法人福岡県遺

族連合会では、先の大戦
における海外での福岡県
出身戦没者を追悼し、平
和を祈念するため、慰霊
巡拝団員を募集します。

- 対象者 東部ニューギ
ニア及びミャンマーに
おいて戦没された福岡
県出身の軍人、軍属ま
たは準軍属の遺族
- とき ▽東部ニューギ
ニア■10月1日(木)か
ら6日(火)まで▽ミヤ
ンマー■10月15日(木)
から21日(水)まで
- 募集人員 各15人予定
- 申込期限 ▽東部ニュ
ーギニア■8月10日
(月)▽ミャンマー■8
月28日(金)
- 申し込み・問い合わせ
一般財団法人福岡県遺
族連合会☎(092)7
61局0012番まで

障がい者の 職業訓練生募集

福岡障害者職業能力開
発校では、次のとおり平
成28年度の訓練生を募集
しています。

- 募集人員 コンピュータ
ー製図科、プログラム設
計科、商業デザイン科、
OAビジネス科、福祉住
環境科、各20人
- 訓練期間 1年間(プロ
グラム設計科は2年間)

- 応募資格 平成28年3
月に高等学校、短期大
学、大学等を卒業見込
み(平成27年9月卒業
含む)で身体障害者手
帳または精神障害者保
健福祉手帳を取得して
いる人及び取得可能な
人。精神障害を持つ人
で、統合失調症、そう
うつ病、てんかんのい
ずれかの診断を受けて
おり、主治医の意見書
の写しを提出できる人
- 申込期間 8月3日
(月)から10月1日(木)
まで
- 問い合わせ 応募方法
など詳しいことは、福岡
障害者職業能力開発校
☎(093)741局5
431番まで



飲酒運転撲滅週間

8月25日から31日は飲
酒運転撲滅週間です。社
会全体で飲酒運転をしな
い、させない、許さない
環境作りに励みましょう。

- 問い合わせ 撲滅への
取り組みなど詳しいこ
とは、福岡県新社会推
進部生活安全課☎(0
92)643局316
7番まで

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8月の休館日は、次のとおりです。

● 休館日 3日（月）、10日（月）、16日（日）、17日（月）、24日（月）、31日（月）です。

● 問い合わせ 社会福祉協議会まで

国民健康保険に 加入している皆さん 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、外来診療でも使えます。もし、入院や高額な外来診療が決まったときは、早めに交付の手続きをしてくださいます。また、各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ましょう。

● 申請場所 役場保健健康課国保年金係窓口

● 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）

● 問い合わせ 役場保健健康課国保年金係まで

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日以内に役場へ届け出てください。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ければならぬ場合があります。

● 問い合わせ 役場保健健康課国保年金係まで

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が70歳を迎えた人（昭和20年8月2日から9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）からです。

● 交付する日 8月27日（木）午前9時から

● ところ 役場保健健康課国保年金係窓口

● 必要なもの 国民健康保険証、印かん

● 問い合わせ 役場保健健康課国保年金係まで

後期高齢者医療の 保険証を送付します

後期高齢者医療は、75歳以上の人が対象となる医療保険制度です。75歳の誕生日以降は、現在加入している医療保険にかかわらず、後期高齢者医療へ加入することになります。9月に75歳を迎える人（昭和15年9月1日から9月30日までに生まれた人）には、8月中旬に後期高齢者医療保険証を簡易書留で郵送します。

● 問い合わせ 役場保健健康課公費医療係まで

後期高齢者医療に 加入している皆さん 高額な外来診療は 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、入院したときの食事代や入院、外来診療での窓口負担額が自己負担限度額までで済む限度額

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、申請した月の1日からしか使えませんので、入院または高額な外来診療が決まったときは前もって交付の手続きをしてください。すでに認定証を持つている場合は、記載されている有効期限まで外来診療にも使うことができます。

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 役場保健健康課公費医療係まで

ひとり親家庭等医療、重度障害者医療、乳幼児等医療の更新・申請手続きをお忘れなく

現在使用しているひとり親家庭等医療証及び重度障害者医療証の有効期限は9月30日までとなっています。引き続き使用するためには更新手続きが必要で、乳幼児等医療については10月1日からの助成拡大に伴い、新たに資格認定の申請が必要で、それぞれ対象となる人には申請書を郵送します（乳幼児等医療認定申請書は未就学児には郵送、小学生には学校で配布しています）。

● とき ▽重度障害者医療更新、乳幼児等医療申請期限 8月28日（金） ▽ひとり親家庭等医療更新期間 8月3日（月）から28日（金）まで（土・日・祝日は除く）。時間はいずれも午前8時30分から午後5時15分まで。ただし木曜日は午後7時まで

● 必要なもの 申請書と同封の通知書に記載

● 問い合わせ 役場保健健康課公費医療係まで

● 必要なもの 申請書と同封の通知書に記載

● 問い合わせ 役場保健健康課公費医療係まで



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!!

2015 くらて 元気まつり

- とき 10月25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

協賛広告を募集します

元気まつりの趣旨にご賛同いただける企業、事業所を次のとおり募集します。ご応募お待ちしております。

- 申込期限 9月4日(金)
- 協賛金額 1枠5,000円(縦3cm×横5cm・単色)
- 広告 元気まつりチラシに掲載

出店希望者を募集します

出店は、町内の団体やグループに限られます。

- 申込期限 9月4日(金)。応募多数の場合は抽選で決定
- 出店料(予定) 1店舗10,000円(テントリース代金など)。ただし、社会福祉法人などは減額になる場合があります。また、飲食物を販売する場合は、臨時食品営業許可申請のため別途手数料が必要です
- 申し込み・問い合わせ くらて元気まつり実行委員会事務局(役場地域振興課)まで

お父さんお母さん 忘れないうでね 現況届の提出を

児童扶養手当と特別児童扶養手当の現況届を提出する時期になりました。これは、引き続き受ける資格があるかどうか、年に一度確かめるものです。届け出をしないと、資格があっても8月以降の支払いを受けることができなくなります。なお、現況届の必要な人は役場から通知します。

●現況届受付期間

▽児童扶養手当 8月3日(月)から8月31日(月)まで
▽特別児童扶養手当 8月11日(火)から9月10日(木)まで

介護保険証を交付します

9月に65歳を迎える人(昭和25年9月2日から10月1日まで生まれた人)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

8月26日(水)、27日(木)の午前8時30分から午後5時15分まで(木曜日は午後7時まで)
●ところ 役場福祉人権

●届出・問い合わせ

詳しいことは、役場福祉人権課児童人権係まで

課高齢者支援係窓口 必要なもの 交付案内の通知はがき、印かん

オストメイトのための医療講演会

日本オストミー協会福岡県支部筑豊分会では、社会適応訓練のため、人工肛門、人工膀胱を持つ人とその家族などを対象に講演会を行います。

●とき

9月6日(日) 午後1時から4時まで
●ところ サン・アビリティーズいづか(飯塚市柏の森956番地4)
●演題 社会保障制度をどう活用するか

●問い合わせ

日本オストミー協会福岡県支部筑豊分会 ☎(090)3075局9535番まで

定住促進奨励金の申請手続きはお早めに！ 交付申請の受付が始まりました

鞍手町では、平成25年度から町内に住宅を取得して定住する人に、定住促進奨励金を10年間交付する事業を行っています。平成27年度の申請期間は次のとおりです。対象となる場合は忘れずに申請してください。なお、交付には要件があります。詳しいことはお問い合わせください。

●申請期間

8月3日(月)から11月2日(月)まで(土・日・祝日は除く)。時間は午前8時30分から午後5時15分まで。ただし木曜日は午後7時まで

●申請書類

①鞍手町定住促進奨励金交付申請書 ②個人情報取扱に関する同意書兼宣誓書 ③登記事項証明書 ④住宅の平面図。2年目以降の申請書類は①②のみとなります ※これら以外にも提出をお願いする場合があります

網で受け継がれた三百六十年の伝統

永谷万年願盆綱

- とき 8月14日(金)▷子ども綱=午後8時30分から▷本綱=午後10時30分から
- ところ 真教寺下永谷街道

永谷万年願盆綱 実行委員会では、綱の引き出しに力があるまの若者を探して、郷土の力を貸して、伝統を継いでいきます。

求む。綱引人

希望する人は、麻生和明さん(永谷区長) ☎42局1904番までご連絡ください。



- 申請書類の配布 申請書類①②は、役場地域振興課で配布するほか、町ホームページからダウンロードすることもできます。③④は申請者が準備してください
- 申請先・問い合わせ 役場地域振興課まちづくり係まで

5年に1度の 重大な調査 今年

国勢調査の年です

10月1日は、全国一斉に国勢調査が行われます。これは日本に住んでいるすべての人を対象とした、国の最も重要な統計調査

で、国内の人口や世帯などの実態を把握するために行われています。大正9年の第1回調査以来ほぼ5年ごとに行われ今年で20回目にあたります。調査結果は、福祉や雇用、住宅対策など、国や都道府県、市町村がこれからの行政を考えていく大切な資料となり、私たちの暮らしの様々な分野で生かされていきます。町内では、9月から調査員が各家庭を訪問しますので、ご協力ください。 ※調査員は、必ず顔写真付きの調査員証を身に着けています

- 問い合わせ 役場政策推進課政策係まで

遠賀川が泣いています
不法投棄防止に
ご協力ください

遠賀川河川事務所では、福岡県や流域市町村・警察と連携し、パトロールや監視カメラによる不法投棄の監視、一斉清掃活動等によるゴミの削減に取り組んでいます。しかし、遠賀川流域の河川に捨てられるゴミは依然として多く、これらのゴミが洪水時に一斉に下流に流れ河川や海の環境、水質を悪化させ、場合によっては地域を水害から守る水門やせき・排水機場等の操作に悪影響を及ぼすことも考えられます。遠賀川流域の良好な河川環境を保持するため、ごみ

の不法投棄防止にご協力ください。
● 問い合わせ 遠賀川河川事務所河川環境課 ☎ 22局1830番まで

高齢者見守り ネットワークにご協力ください

鞍手町では、緊急時や災害時などの支援を充実させるため、ひとり暮らしの高齢者や高齢者夫婦の世帯、高齢者のみの世帯を民生委員が訪問し、世帯の状況などを聞き取り調査します。
民生委員は身分証を携帯しており、登録手数料や金品の請求をすることは一切ありません。また、聞き取りした内容は、見守りネットワーク活動、

町内の交通事故発生状況



【6月中】		【累計】	
件数	9件(-1)	件数	47件(+1)
死者	0人(±0)	死者	1人(±0)
傷者	9人(-5)	傷者	61人(-3)

(カッコ内は前年比)

巡回交通事故相談

- とき 8月12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 ハピネスなかも (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

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

【6月中】		【累計】	
刑法犯総数	116件(-7)	刑法犯総数	622件(+24)
車上ねらい	5件(-10)	車上ねらい	63件(-4)
自転車盗難	13件(+2)	自転車盗難	66件(±0)
空き巣	4件(-9)	空き巣	26件(-15)

生活安全課からのお知らせ

電話でお金はすべて詐欺! すぐに相談・110番!

二セ電話詐欺急増中!



家族の絆・地域の力・ひと声かけて被害ゼロ。

- 普段から家族と連絡を取り合って、突然の電話にだまされないようにしましょう。
- 地域のお年寄りに気を配り、社会全体で二セ電話詐欺被害を防止しましょう。

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情報を確認できます。

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

子どものお話の会



楽しいお話の会
お話しよばい

中央公民館内の母と子の図書室で、子どもを対象としたお話の会を行います。親子で聞きに来てみませんか。

- とき 8月8日(土) 午前10時から
- ところ 中央公民館(母と子の図書室)
- 問い合わせ 中央公民館まで

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。

- 8月13日(木) くらて病院(城ヶ崎) ☎ 42局1231番
- 8月16日(日) 原医院(新北) ☎ 43局2030番

緊急時・災害時救護活動及び更新調査以外に使用することはありません。高齢者のみなさんが安心して暮らせることを目的として暮らせることを目的として暮らすので、民生委員がお伺いしたときはご協力をお願いします。
● 対象者 ① 60歳以上のひとり暮らしの高齢者 世帯② 高齢者夫婦(夫

- 65歳以上・妻60歳以上)のみの世帯③ その他高齢者のみの世帯④ 民生委員が対象者として適当と判断する世帯
- 訪問期間 8月1日(土)から11月末まで
- 調査内容 現在の世帯状況や緊急連絡先
- 問い合わせ 役場福祉人権課高齢者支援係まで

役場職員を装った悪質な訪問販売業者にご注意ください
役場上下水道課職員や委託業者を装って水質検査を行い、水道管が古い、水質が悪いなどとして浄水器を買わせようとする業者が現われています。また、電話で役場職員を

役場上下水道課では、浄水器の購入を勧めることや電話によるアンケート調査などは行っていません。委託業者への依頼もしていませんので、これらの訪問販売や電話には十分にご注意ください。
● 問い合わせ 役場上下水道課まで

愛の贈りもの



次の方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。故人敬称略)。
● 社会福祉協議会へ「香典返し」
▽ 木村みつこ様(八尋(清人))



町制施行60周年記念



プレミアム20%付!

くらてまち振興券発売

平成27年

8月30日(日)

販売開始

午前10時～午後4時
[完売まで]

総額

7,500冊

(プレミアム除く)

【商品券】

1冊 10,000円

(500円券×24枚綴=12,000円分)

販売冊数

7,500冊

※1名につき5冊まで購入可能です。

※15歳以下の方は保護者の同伴が必要です。

1万円が

1万2千円に!!

発売場所

くらじの郷 [鞍手町大字新延414-1]

使用期間

8月30日(日)～12月31日(木)

利用できる
お店・事業所

登録店の町内のお店・事業所
[振興券取扱店のステッカーが目印です]

※ただし、一部使用できないお店や事業所、
購入できない商品等がありますのでご了承ください。

—— 8月30日に完売しなかった場合は鞍手町商工会館にて販売します。[午前10時～午後4時/土・日・祝日・国民の休日を除く] ——

※公共機関への支払い、出資や債務の支払い、寄付、有価証券、商品券、図書券、年賀状、はがき、印紙、切手、ビール券、清酒券、プリペイドカード、電子マネー、たばこの購入などには使用できません。

※県の通達により、振興券にはつり銭が出ませんので、ご利用の際はご注意ください。

お問い合わせ

鞍手町商工会 [鞍手町中山2768] tel.0949-42-0357



テーマ
「認知症を予防する!!」

【ねばねばそば】 1人当たりの栄養価 384kcal

■材料 (6人分)

そば [乾麺] (450g)、なめこ (150g)、オクラ (150g)、塩 (適宜)、大根 (600g)、ひきわり納豆 (150g)、【A…だし (300cc)、しょうゆ (大さじ6)、みりん (大さじ4.5)】、小ねぎ (30g)、いりごま (大さじ1)、刻みのり (3g)

■作り方

- ① 小なべに【A】を入れてひと煮立ちさせる。あら熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
- ② なめこはさっと茹で、ざるにあげて湯を切る。オクラは塩を適量ふって板ずりをし、さっと茹でて冷水にとり、水けをきって小口切りにする。大根はすりおろし、汁けをきる。
- ③ そばを好みの硬さになるまで茹で、冷水にとってぬめりを洗い、水けを切る。
- ④ 器にそばを盛り、②と納豆を混ぜ合わせてのせ、小ねぎの小口切りを散らして、ごまと刻みのりを散らす。①を全体に混ぜ合わせて食べる。



【焼きさばのごまみそだれ】 1人当たりの栄養価 206kcal

■材料 (6人分)

さば (6切れ)、塩 (小さじ1/3)、サラダ油 (大さじ1)、カットわかめ (10g)、水菜 (150g)、【A…水 (300cc)、みそ (大さじ3)、砂糖 (大さじ3)、みりん (大さじ3)】、【B…片栗粉 (大さじ1)、水 (大さじ2)】、すりごま [白] (大さじ6)

■作り方

- ① さばの切り身の皮に数本切り目を入れ、塩をする。
- ② わかめは水に浸してもどしておく。水菜は3cm幅に切り、鍋に湯を沸かしてさっと茹でる。わかめと水菜の水けを切って合わせておく。
- ③ フライパンにサラダ油を熱してさばを皮目から中火で2～3分焼き、裏返して火を弱め、中まで火を通す。
- ④ 器に②を敷き、焼きさばを盛る。
- ⑤ 鍋に【A】を入れて、弱めの中火で少し煮詰め、【B】でとろみをつけて火を消し、ごまを加え混ぜ、さばにかける。



認知症予防の基本は…

- **青背魚、大豆、牛乳を摂る!!**
抗酸化ビタミンを多く含む緑黄色野菜 (人参、ほうれん草など) を組み合わせるとより効果的。
- **食事や睡眠を規則正しく!!**
1日3食きちんと食べ、食事や睡眠を規則正しくとること。
- **料理で脳を活性化!!**
脳のトレーニングには五感を働かせる作業「料理作り」がおすすめ。

8月の行事カレンダー

日	曜日	行事内容
1	土	
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	1歳半、3歳児健診 (福祉センター、8ページ参照) 補聴器相談 (くらて病院: 14時～17時、10ページ参照)
7	金	補聴器相談 (役場: 13時～14時、10ページ参照)
8	土	子どものお話の会 (中央公民館: 10時～、14ページ参照)
9	日	
10	月	無料法律相談 (くらしの郷: 13時～16時、11ページ参照)
11	火	4か月健診 (福祉センター、8ページ参照)
12	水	
13	木	
14	金	永谷万年願盆綱 (真教寺下永谷街道: 20時30分～、13ページ参照)
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	
19	水	
20	木	7か月、12か月健診 (福祉センター、8ページ参照) 補聴器相談 (役場: 13時～14時、10ページ参照)
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	町民税 (第2期分)、国民健康保険税 (第3期分)、 後期高齢者医療 (第2期分) 納期限 (10ページ参照) 補聴器相談 (くらて病院: 14時～16時30分、10ページ参照) 心配ごと相談 (くらしの郷: 13時～15時、11ページ参照)
26	水	乳幼児相談 (福祉センター、8ページ参照) 認知症についての勉強会 (福祉センター、8ページ参照) 補聴器相談 (役場: 13時～14時、10ページ参照) 介護保険証交付 (役場: 8時30分～17時15分、13ページ参照)
27	木	補聴器相談 (くらて病院: 14時～17時、10ページ参照) 国保高齢受給者証交付 (役場: 9時～、12ページ参照) 介護保険証交付 (役場: 8時30分～19時、13ページ参照)
28	金	
29	土	
30	日	子どもフェスタくらて2015 (中央公民館: 9時～14時、4ページ参照)
31	月	個人事業税納期限 (10ページ参照)



● 町の人口・6月の人の動き

・人口 16,769人	・出生 5人
・男性 7,962人	・死亡 24人
・女性 8,807人	・転入 40人
・世帯数 7,575世帯	・転出 50人

(平成27年6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>

■ 鞍手町フェイスブックアドレス

パソコン・携帯電話から <http://ja-jp.facebook.com/town.kurate>