

人の力が、地域の力。

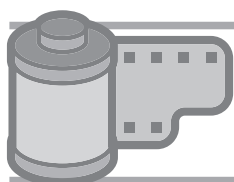
ふくらむ 広報

CONTENTS ～主な内容～ ○まちの話題・すくすく
目録……2～3 ○ひるば……4～5 ○広報ギャラ
リー・リレーエッセー……5 ○ほん大好き……6
○くらで病院・在宅支援室看護師の調子はいかが？……
7 ○いきいき健康だより……8 ○年金のそこが知り
たい……9 ○税の申告……10 ○くらしの情報……
11～15 ○元気になる献立・2月のカレンダー……16



2

February
2016
No.674



鞍手町消防団、頭、中!!

▶町立体育館で宮若市鞍手郡連合消防出初式

1月17日、町立体育館で宮若市鞍手郡連合消防出初式がありました。今年は、1市2町や直方・鞍手広域市町村圏事務組合消防本部から400人以上の団員・署員が参加。消防庁長官表彰や県知事表彰など、多くの団員が日ごろの消防団活動に対する表彰を受けました。今年は、天候不良によって屋内開催となり、観閲や分列行進、アトラクションは中止となってしまいましたが、団員たちは規律正しい姿で式に臨み、「町民の安全・安心を守るために」という思いを新たにしているようでした。



身体を動かすの大好き!!

▶鞍手あゆみ保育園園児にサッカーコーチから指導

目をキラキラに輝かせた園児たちが見つめる視線の先は、ギラヴァンツ北九州サッカースクールの田中三千太郎コーチ。1月18日、平井将梧コーチと共に鞍手あゆみ保育園を訪れ、きりん組（年長）の園児たちにサッカーはもちろん、体を動かすことの楽しさを伝えようと熱心に指導されました。日ごろから保育園の活動でサッカーに慣れ親しんでいる園児たちは、この日を待ち遠しく思っていたようで、男の子も女の子も元気いっぱいボールを追いかけたり、キックしたりと思いきり楽しんでいる姿が見られました。

今年もストップ交通事故!!

▶年の始めの交通安全啓発パレード

役場の仕事始めの日となった1月4日、今年も交通安全啓発パレードの出発式が役場で行われ、交通安全協会鞍手ブロックの皆さんが出席されました。式終了後には、啓発車で町内を走りながら、飲酒運転の撲滅や子どもと高齢者の交通事故防止などをアナウンスするパレードが行われました。昨年の町の交通事故発生件数は101件、一昨年に比べ5件の減少となりました。いつ起こるかわからない交通事故。お互いが譲り合う気持ちを持ち、車も歩行者もルールとモラルを守って交通事故や飲酒運転を防ぎましょう。交通安全協会の皆さん、これからも町の交通安全を見守ってください。



うらべ みなと
浦邊 湊くん

平成25年2月18日生まれ
みなとくん♡3歳のお誕生日おめでとう♪お兄ちゃんになって1年…おしゃべりもすごく上手になって、パパもママも嬉しいです♡ひなたに負けず、元気にすくすく育ってね♡
(父 卓さん・母 安矢加さん・中山)

お待ちしています

広報「すくす日記」のコーナーでは、発行月に誕生日を迎える満3歳までのちびっこを募集しています。3月生まれは、2月12日（金）までにお申し込みください。

申し込みの際は、①顔写真のデータ（持込みの場合はプリント写真も可）②お名前③生年月日④メッセージ（80文字以内）⑤保護者氏名⑥住所⑦連絡用の電話番号を jouhou@town.kurate.lg.jp にメールでお送りいただくか、役場政策推進課（☎42局2111番）までお持ちください。



お手つき厳禁!!

▶ 鞍手中で百人一首かるた競技大会

1月15日、鞍手中学校で1年生による百人一首かるた競技大会がありました。これは、国語の授業で古典を学ぶことから行われているもので、源平合戦のルールを一部変更し、取った札の枚数で競い合います。場内が静まりかえる中、生徒たちは一様に真剣な眼差しで取り札にとらめっこ。ドクドクと脈打つ心臓の音が聞こえてくるようでした。競技の結果、クラスの部で4組が、グループの部では1組Hグループが優勝。また個人の部では、1組の福島真衣さんが取り札99枚中64枚獲得という見事な成績で優勝しました。

あの日描いた夢は今

▶ 平成27年度鞍手町成人式

タイムカプセルの前に「はい、チーズ」。小学校卒業時に閉じ込めた思い出がよみがえる感動の瞬間です。1月10日、中央公民館で成人式がありました。今年、町内で成人式を迎えたのは平成7年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた182人。式典では、石橋健さん（新延小・鞍手南中出身）が新成人を代表し、成人式を迎えられたことへの感謝やこれからの人生に向けての決意を表明しました。式典終了後には町民体育館で「記念撮影」と「恩師と友人との集い」が行われ、あちこちで再会を喜ぶ声があがっていました。



中学校の玄関でコンサート!?

▶ 鞍手中で「真ん中、くらて2015 年忘れコンサート」

色とりどりのペンライトが照らし出すコンサートステージ。ここは鞍手中学校の玄関ホールです。12月27日、「真ん中、くらて2015 年忘れコンサート」がありました。これは、町の総合戦略推進委員会委員長を務めるタレントの山本華世さんが、県内2政令市の「真ん中」にある鞍手町を盛り上げようと開催されたもの。第1部では、鞍手中和太鼓部や吹奏楽部の演奏、松下笑一さんの風船芸などが、また第2部では、それぞれ地域に縁のあるミュージシャン（深草あゆみさん（鞍手町）、DrunK！（北九州市）、イース（福岡市））が歌でステージを盛り上げました。

すくすく日記

2月生まれ

Happy birthday to you.



熊井琉愛ちゃん

平成27年2月6日生まれ
るなちゃん♡1歳のお誕生日おめでとう!!これからはお兄ちゃんともたくさん遊べるようになるね♡これからも元気いっぱい、いつも笑顔で優しい女の子になってね♡(父 勝俊さん・母 亜紀子さん・古門)



浦邊ひなたちゃん

平成27年2月8日生まれ
ひなたちゃん♡1歳のお誕生日おめでとう!!小さかったひなちゃんが、こんなに大きくなって…家族みんなビックリしてます♡よく食べてよく寝て、お兄ちゃんに負けないその強さ、これからが楽しみです♡元気いっぱい大きく育ってね♡(父 卓さん・母 安矢加さん・中山)

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。

公民館講座「コケ玉づくり」を行います

●教育課文化振興係

公民館講座「コケ玉作り」を次のとおり行います。ジメジメとした印象でちよつと不気味なコケですが、よく見てみると繊細でかわいらしく、神秘的な外見をしています。この機会に、コケとの新たな出会いをしてみませんか。



●とき 2月27日(土) 午前9時30分から正午まで

●ところ 歴史民俗博物館

●参加料 千円

●定員 25人(定員になり次第締め切り)

●募集期間 2月8日(月)から15日(月)までの午前9時から午後5時まで(土・日・祝日は除く)

●持参するもの はさみ ※汚れてもよい服装で参加ください

●問い合わせ 教育課文化振興係 ☎42局7200番まで

舞踊協会定期講演会

●鞍手町舞踊協会

鞍手町舞踊協会では、次のとおり第18回定期公演会を行います。今回も舞踊愛好者が多数出演します。皆さん、お誘い合わせてお越しください。

●とき 3月27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 鞍手町舞踊協会・藤間菊名里 ☎42局2045番まで



温かい善意に感謝!! 神田入口バス停のベンチ大切にに使わせていただきます

●上野俊次さん(八尋)

室木小近くの県道沿いにある、すまいるバスの停留所「神田入口」。原因はわかりませんが、そのバス停横に設置してあったベンチが一期期なくなってしまうようになりました。ベンチに腰掛けることができなくなり、長時間立っていることが辛い人たちは、歩道から側溝へ足を伸ばして座っているような状況がありました。しかし、現在ベンチは復活しています。これは、そのような状況を心配された八尋在住の新谷留晴さんが作ってくれたさつ

出張!なんでも鑑定団in北九州 鑑定依頼人・観覧者を募集します

●北九州市役所広報室報道課

テレビ東京系列で放送中の人気番組「開運なんでも鑑定団」の名物コーナー「出張!なんでも鑑定団」が北九州市にやってきます。市では、次のとおり「お宝」の鑑定をしてもらいたい人(鑑定依頼人)及び観覧者を募集しています。

【開催概要】

●とき 4月10日(日) 午後1時開演(開場は正午)

●ところ 北九州国際会議場(北九州市小倉北区浅野三丁目9番30号)

●定員 六百人(観覧募集の当選者のみ入場可)

【鑑定依頼人募集】

●応募方法 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、鑑定品の写真を貼付し、受付係まで郵送または持参

●申込書配布 北九州市ホームページからダウンロード、もしくは、北九州市役所から郵送します。

たものです。私自身バスを利用する際には便利に使わせてもらっており、非常に助かっています。利用者の1人として心よりお礼申し上げます。



また、北九州市内各区役所及び出張所にも設置しています

●応募締切 2月15日(月) 必着

【観覧募集】

●応募方法 往復はがきに観覧を希望する人全員の氏名、住所、電話番号を記入のうえ、受付係まで郵送(応募者多数の場合は抽選となります)。当選したハガキ1枚につき2人まで入場できます

●応募締切 2月29日(月) 消印有効

【受付係】

鑑定依頼や観覧の申し込み、お問い合わせは、北九州市役所広報室報道課「出張!なんでも鑑定団in北九州」係(〒803-18501 北九州市小倉北区城内1番1号) ☎(093) 582局2235番まで



恒例の子どもゆめ基金事業 親子で本に親しもう!!

●鞍手町文庫連絡会

鞍手町文庫連絡会では、子どもゆめ基金の助成を受け、毎年恒例の公開講座を行います。講師は「もったいないばあさん」などの著者である真珠まりこさんです。子どもから大人までなたでも参加できます。事前の申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。

●とき 2月14日(日) 午前10時から11時30分まで

●ところ 中央公民館

●内容 演題「もったいないばあさんのおはなし会」絵かき歌や、音頭もあるよ」

●講師 真珠まりこさん(絵本作家)

●託児 あり

●問い合わせ 鞍手町文庫連絡会事務局(中央公民館内)
☎42局7200番まで

映画『うまれる ずっと、いつしょ。』 上映会を開催します

●鞍手町社会福祉協議会

直轄地区2市2町の社会福祉協議会では、合同企画として、次のとおり上映会を行います。上映作品『うまれる ずっと、いつしょ。』は累計50万人以上を動員し、観るものを号泣させたドキュメンタリー映画「うまれる」の第2章として制作された映画です(詳しくは鞍手町社会福祉協議会ホームページ <http://www.kurate-shakyo.jp>)をご覧ください。ぜひお誘い合わせのうえ、ご来場ください。

●とき 2月28日(日)▽第1回上映 午後1時30分から
▽第2回上映 午後6時30分から

●ところ 宮若市宮田文化センター(宮若市宮田29番地1)
●料金 ▽前売り券 七百円▽当日券 九百円 ※前売り券は数に限りがあります

●問い合わせ 前売り券についてなど詳しくは鞍手町社会福祉協議会 ☎42局7800番まで

リレーエッセー 晴れたらいいね。

栗田早苗さん(中山・64歳)

VOL
203

退職して4年近くになります。時間が自由になったらあれもこれもと、やりたいことはたくさんありましたが、今一番私にとって興味あるものは俳句です。俳句と関わりを持つようになって10年になります。出逢いは在職中にお客様だった1人の

れ、第一歩を踏み出しました。当時はまだ働いていたので、句会等に出ることはなく、遊び半分のような気持ちで、句を作っては先生に見てもらっていました。私の稚拙な句を、やさしく少し厳しく色々と教えてくださいました。

ましたが、退職して句会にも参加できるようになり、新しい師に指導していただき、経験豊富な諸先輩たちと一緒に楽しく俳句作りにいそいそでいます。巡り来る四季の風景、足の小さな花に、限りなく蒼い空に、時には激しく降る雨さえも愛しく思

俳句の先生に誘われた事です。その時のお誘いの言葉、「俳句は17文字の短い中で自分を表現することができて、紙と鉛筆があればいつでも、どこでもできる、お金のかからない遊びで何よりも呆け防止になるよ。」と言う先生の巧みな(?) 話術にひか

そんな折、突然の思いがけない病魔に襲われ、慌ただしく入院、手術となり、落ち込む私に先生は、「病気を乗り越える力に俳句はなるよ。ベッドに寝ていても俳句は詠めるよ。」と励ましてくださいました。

う。少しだけ心が豊かになったような気がします。紙と鉛筆があればできる俳句。あなたも始めてみませんか? 「人生や 残りは見へず 去年今年」 次回は、白石實枝さん(新北)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

編み始め前後脇下で模様編み、長編み引き上げで2枚編み、裾は脇をとじ輪で模様編み、袖口模様編みにしています。



竹松孝子さん
(直方市)

俳句

松野淳信さん
(八尋)

最初は勢いよく回っている独楽ですが、いずれ回転が落ちて止まってしまいます。私たちも元気でばかりはいられません。だからこそしっかりと向き合い生きていくことが大切なのでしょう。

独楽止まる 我が身の行方 案じけり



今月新しく入りました。

※2月の新刊は、1日(月)からの貸出となります。

■一般の本

- ・たんぽぽ団地 (作=重松 清)
- ・モナドの領域 (作=筒井康隆)
- ・エックハルト・トールの「子育ての魔法」(作=スーザン・スティフェルマン)
- ・かわいく作れるチョコ&お菓子 (出版=主婦の友社)



『魔女の封印』 作=大沢在昌

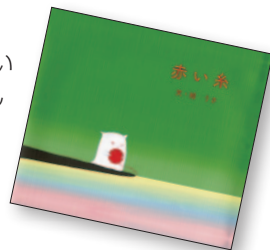
男の人間性を一目で見抜く特殊能力を活かし、裏のコンサルタントとして生きる女性が接触し調べた男性は、人間のエネルギーを摂取し命を奪う新種の頂点捕食者だった。一瞬で人の生命を奪い、日本の安全保障をも脅かす、1億人に1人の存在とは？

■子どもの本

- ・おとうさん ほくね… (作=長谷川義史)
- ・世界のどうぶつ絵本 (作=前田まゆみ)
- ・たんけん絵本東京駅 (作=濱 美由紀)
- ・10分で読めるノーベル賞をとったえらい人 (作=ノーベル賞受賞者研究会)

『赤い糸』 作=うさ

ある日見つけた赤い糸。それを巻いていくと聴こえてくる世界の悲しみや苦しみの声。さらに糸を巻いていくとそれぞれの幸せの姿が見えます。悲しみや苦しみを巻いた赤い糸は大きな玉になっていきます。世界は幸せになれるのでしょうか？



『ミルクこぼしちゃだめよ!』

作=スティヴン・ディヴィーズ
絵=クリストファー・コー

西アフリカのニジェールに住んでいる小さな女の子の冒険。原色の絵が異国情緒たっぷりです。お父さんが仕事をしている山の上まで、ミルクをなみなみいれたおわんを頭の上にのせて運びます。ラクダのいる砂丘を通り、川を船で渡り、お

面をつけた人たちの踊り、白いキリンの群れ、山を登り。よそみをしていないでしっかり堂々と歩くのよ。自分に言い聞かせながら困難にたえ、ついに着いたのに。お父さんの目の前でミルクが！お父さんの、女の子を思うすてきな言葉が心に残ります。



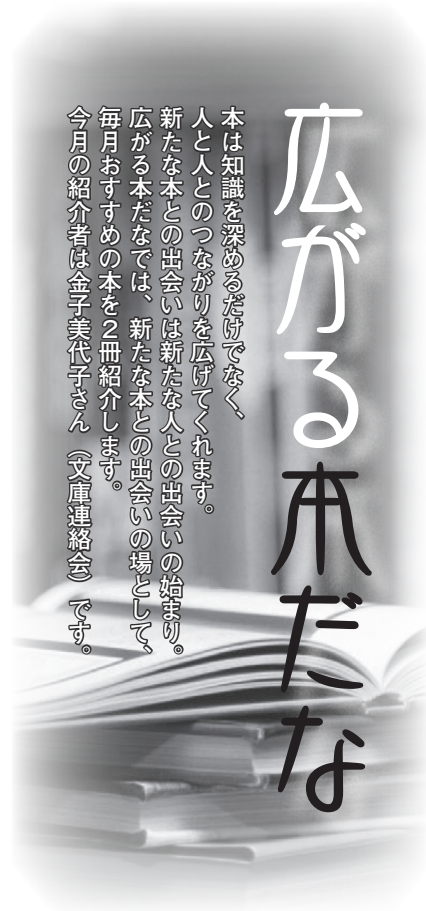
『ありがとう、フォルカーせんせい』

作・絵=パトリシア・ボラッコ

トリスシャにとつて字も数字もくねくねしたかたちには見えません。絵はすばらしく上手なのに本が読めないのです。すっかり劣等感をもったトリスシャはいじめられ辛い学校生活を送ります。理解し愛してくれていた祖母は、この世からいなくなってしまう。転校して5年生の時に担任になったフォルカー先生が気づき、字の読めないトリスシャにあった特別のやり方で教えてくれます。先生がさした本が読めた時の感動にトリスシャは自信を取り戻します。感謝の気持ちがあるまま題名にLD(学習障害)を理解するのに役立ちます。作者の心の叫びを読んでください。

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。今月の紹介者は金子美代子さん(文庫連絡会)です。

広がる本だ



在宅支援室看護師の

調子はいかが？

くらて病院 ☎42局1231番

くらて病院スタッフ
からの健康
アドバイスです



Health

ADVICE



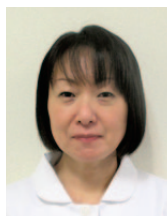
最近、「訪問看護」という言葉をよく耳にしますが、どのようなことをしてもらえるのでしょうか？（61歳・女性）

訪問看護とは

看護師などが直接患者宅を訪問して、かかりつけ医の指示のもと、必要な医療や看護を行うサービスを訪問看護といいます。医師により、訪問看護が必要と認められたすべての人が対象となるため、赤ちゃんから高齢者まで、疾病や障害を持ち、療養しながら自宅で生活している人に適切なケアを提供することができます。訪問看護を提供する機関には、訪問看護ステーションや医療機関（病院・診療所）が挙げられます。

健康状態チェックや相談 そのほか様々なケアが 受けられます

訪問看護では、かかりつけ医



【アドバイザー】

（写真上から）永嶋みどりさん・ながしまみどり、寶珠山加代さん・ほうしやまかよ（慢性呼吸器疾患看護認定看護師）・平成27年4月から地方独立行政法人くらて病院在宅支援室に勤務。

訪問看護サービスでは、自宅に居ながら、疾病や障がいへの適切なケアを受けることができます。

と連絡をとり、心身の状態に応じて次のようなケアを行います。

- ▼健康状態の観察と助言（健康のチェックや病状の観察と助言）
- ▼検査・治療促進のための看護（床ズレ・その他キズの処置、服薬指導・管理）
- ▼日常生活の看護（清潔・食生活・排泄のケア、寝たきり予防のためのケア）
- ▼療養環境改善のアドバイス（住宅改修の相談、療養環境の整備、福祉用具導入）
- ▼在宅リハビリテーション看護（体位変換、関節などの動かし方の指導）
- ▼介護者の相談（介護者の健康管理、日常生活に関する相談）
- ▼精神・心理的な看護（不安定な精神・心理状態のケア、生活リズムの調整）
- ▼認知症の看護（認知症状に対する看護・介護相談、生活リズムの調整）

▼終末期の看護（痛みのコントロール、療養生活の援助、療養環境の調整）

また、緊急訪問看護体制のある機関では、利用者の同意を得た計画のもと、状態の変化や病状の観察、緊急の処置、主治医との連携など、24時間対応することができます。

住み慣れた環境で 豊かな生活を

病院での療養とは異なり、訪問看護は、普段の生活の場（在宅）での療養となるため、住み慣れた環境で家族と一緒に過ごしながら、起床・食事・消灯などの生活のリズムを本人のペースで決めることができます。訪問看護を治療・療養の選択肢の一つとす

ることが、皆さんの生活の質を高める助けとなるかもしれません。

訪問看護サービスを利用したい場合は、かかりつけ医やケアマネージャー、またはお近くの訪問看護機関にご相談ください。





食で守れるあなたの腎臓講座

腎臓病のうち近年増加しているのは、糖尿病や高血圧によって血管が傷ついておこる慢性腎臓病（CKD）です。発見や治療が遅れて腎不全が進むと厳しい食事制限や透析治療が必要になることがあります。日ごろから食事に気を使うことで予防できます。腎臓をいたわる食事について勉強してみませんか？

- とき 3月3日（木）午前10時から午後1時まで
- ところ 総合福祉センター保健棟
- 対象者 健診等でeGFR値（糸球体ろ過量）が50未満（70歳以上の場合は40未満）だった人
- 持ってくるもの エプロン
- 申込期限 2月25日（木）
- 申し込み・問い合わせ 総合福祉センターまで

母子健康手帳の交付

妊娠中の生活や制度等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）、個人番号カードまたは個人番号通知カードと本人確認ができるもの（運転免許証、パスポートなど）

乳幼児健診・相談

- 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

区分	期 日	対 象 児
4か月健診	2月18日(木)	平成27年 9月22日から 平成27年 10月21日生まれ
7か月健診	2月25日(木)	平成27年 7月 3日から 平成27年 7月30日生まれ
12か月健診		平成27年 2月 1日から 平成27年 2月28日生まれ
1歳半健診	2月 4日(木)	平成26年 7月 8日から 平成26年 8月 4日生まれ
3歳児健診		平成25年 1月 8日から 平成25年 2月 4日生まれ
乳幼児相談	2月24日(水)	平成27年 11月29日から 平成27年 12月26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。

血管を守るため、健診結果を読み取ろう

●血圧の値が示すもの

心臓が縮まって全身に血液を送り出した時にかかる力を「上の血圧」、心臓が広がり血液を心臓に送り込む時にかかる力を「下の血圧」といいます。血管に負担がかからない血圧の基準は、上・130mmHg未満／下・85mmHg未満です。上の血圧が150mmHgのとき、血管の内側には2m40cmの水圧がかかっています。この高い圧力が、髪の毛ほどの細さの脳血管にかかった場合、血管が切れると「脳出血」、できたコブが破裂すると「クモ膜下出血」、傷ついた血管の内側に糖やコレステロールがもぐり込むと「脳梗塞」といったように、脳血管疾患を引き起こします。

鞍手町においては、高血圧から脳卒中などになる人が多く、脳血管疾患による6か月以上の長期入院で多くの費用を使っているという傾向があります。また、平成26年度の特定健診の結果、血圧が上・160mmHg／下・100mmHg以上の人は1,001人中92人（9.2%）でした。平成25年度の1,050人中47人（4.5%）と比べると、2倍以上増えていることになります。あなたの血圧はいかがでしょうか。

●血圧の正しい測り方

「健診だと血圧が高くなる、いつもはこんなに高くない」という人がいます。これは「白衣性高血圧」といわれ、将来、高血圧になる可能性があります。起床前後に血圧が高くなる「早朝高血圧」や夜間に血圧が高くなる「夜間高血圧」もあり、普段の血圧の状態を正確に知っておくことが大切です。そのためには、朝晩2回の家庭での血圧測定がオススメです。測定値は記録して、適切な自己管理や治療に役立てていきましょう。

測定のタイミング

- ・1日2回（朝・夜）
- ・いすに座り、1～2分安静してから測る
- ・寝る直前や入浴・飲酒・喫煙の直後は避ける

測定時のポイント

- ・カフは心臓と同じ高さに
- ・測定中は会話をしない





～平成 28 年度分の口座振替の申し込みはお早めに～

保険料の前納制度（前払い）をご利用ください

国民年金保険料額は月額 15,590 円（平成 27 年度）ですが、お支払方法によって割引料金が設定されています。

口座振替による前納制度を利用した場合、現金による毎月納付に比べて、1 年度分前納で 3,920 円、2 年度分前納で 15,360 円の割引となります。

便利でお得な口座振替による前納制度をぜひご利用ください。



●引き落とし方法は下記より選ぶことができます

- ① 2 年分の前納（4 月～翌々年 3 月分を 4 月末日に引落とし）
- ② 1 年分の前納（4 月～翌年 3 月分を 4 月末日に引落とし）
- ③ 6 か月分の前納（4 月～9 月分を 4 月末日、10 月～翌 3 月分を 10 月末日に引落とし）
- ④ 当月末振替（早割、納付期限よりも 1 か月早く引落とし）
- ⑤ 翌月末振替（通常の口座振替）

■平成 27 年度 国民年金保険料納付額

	現金納付		口座振替	
		割引額		割引額
毎月（通常）	15,590 円	割引なし	15,590 円	割引なし
毎月（早割）	15,590 円	割引なし	15,540 円	50 円
6 か月前納	92,780 円	760 円	92,480 円	1,060 円
1 年前納	183,760 円	3,320 円	183,160 円	3,920 円
2 年前納	—	—	366,840 円	15,360 円

※ 金額は平成 27 年度の実績です。

平成 28 年度の保険料予定額は 16,260 円です（2 月下旬に確定した保険料額が告示されます）。

2 年前納の割引額は、平成 27 年度・平成 28 年度の保険料を毎月納めた場合と比較した額です。

●事前の申込みが必要です

新規に口座振替での前納制度を利用する場合や引き落とし方法を変更する場合は、事前の申し込みが必要です。基礎年金番号が確認できるもの（年金手帳や納付書）、預金通帳、金融機関届出印をお持ちのうえ、役場保険健康課または年金事務所で申し込んでください。

4 月末日引落としの前納分は 2 月末日、10 月末日引落としの前納分は 8 月末日が申込期限です。手続き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。詳しいことはお問い合わせください。

●問い合わせ

役場保険健康課国保年金係 ☎ 42局 2111 番または直方年金事務所 ☎ 22局 0891 番まで

税の申告

■「申告のお知らせ」は2月上旬に郵送

2月上旬に役場から、住民税の「申告のお知らせ」のハガキを送付します。ただし、税務署から確定申告の用紙やハガキが送付されている人には、役場からの通知はありません。また、ハガキが届かない場合でも、申告が必要な人は下記の申告会場及び日程を参考に申告してください。

●住民税の申告をしなければならない人 町内に住所がある人は、原則として申告をしなければなりません。(税務署で確定申告をした人や前年中の所得が給与か公的年金のみの人は、原則申告の必要はありません。) また、医療費控除などの諸控除を受けようとする人も、申告が必要です。

■申告に必要な書類は

- ① 平成 27 年中の収入や所得の分かる書類 (年金や給与の源泉徴収票、事業所得がある人は既に計算している収支内訳書など)
- ② 国民年金保険料等の納付額が確認できるもの
- ③ 生命保険や地震保険などの控除証明書
- ④ 印かん (シャチハタ不可)
- ⑤ 医療費控除を受ける人は、病院別等に計算した明細書及び領収書
- ⑥ 事業所得 (商店・農業等) や不動産所得がある人は、収入金額や必要経費を計算した収支内訳書

■申告の際の注意

- ① 「申告のお知らせ」が複数届いている世帯は、どなたかがまとめて代理申告もできます。
- ② 医療費の明細書や収支内訳書が整理されていない場合は受け付けできません。用紙は役場税務住民課賦課係に備え付けています。
- ③ 生命保険の満期受取金 (一時所得) や個人年金 (雑所得) も受取金額によっては申告が必要です。申告の際は証明書をお持ちください。
- ④ 遺族年金及び障害年金のみを受給されている人は申告が必要です。
- ⑤ 例年、筑豊農業共済組合や企業年金連合会発行の源泉徴収票の提出忘れが多く見られます。金額に関わらず、受け取った源泉徴収票はすべてお持ちください。不足している場合は、受付できませんのでご注意ください。



町民税・国民健康保険税と所得税の申告の時期が近づいてきました。町では、住民税と所得税の申告の受付を下記の日程で行います。

■確定申告と納税は2月16日(火)から

事業を営んでいる人や給与以外に収入のあるサラリーマン、地代や家賃収入などがある人は、確定申告をしなければなりません。今年の確定申告と納税は、2月16日(火)からです。毎年、申告期限間近になると税務署の窓口が混雑しますので、申告はできるだけ早い時期に済ませてください。

●申告期限と納期限 ▷所得税、贈与税…3月15日(火)まで▷個人事業者の消費税及び地方消費税…3月31日(木)まで

■住民税の申告が必要な場合も

公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつそれ以外の所得金額が20万円以下の方は所得税の申告が不要となりました(還付を受けるための申告書を提出することはできます)。ただし、所得税の確定申告を要しない場合であっても、個人年金にかかる雑所得など住民税の申告が必要な場合があります。不明なときは役場税務住民課賦課係(☎42局2111番(内線233・234))までお問い合わせください。

■確定申告相談会場について

直方税務署では、次のとおり確定申告相談会場を開設します。税務署の駐車場には限りがありますので、ご来場の際は、公共交通機関等または周辺の有料駐車場をご利用ください。

●とき 2月16日(火)から(土・日・祝日は除く)。時間は午前9時から午後4時まで(受付終了間際は混雑しますので、お早めにご来場ください)

●ところ 直方税務署(直方市殿町9番10号)

■自宅でもできる申告書の作成

国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の「確定申告書等作成コーナー」で、申告書を作成することができます。給与・年金所得者向けの作成画面を新設し、初めての人も操作しやすい画面となっていますので、ぜひご利用ください。作成した申告書は郵送等により提出できます。

■確定申告に関するお問い合わせは

直方税務署 ☎22局0880番まで

申告会場及び日程

中央公民館
(第1研修室)

受付時間
午前 9:00～11:30
午後 1:00～ 4:00

2月16日(火) ▶ 29日(月)
(※土・日は除く)



くらの郷
(機能訓練室)

受付時間
午前 9:00～11:30
午後 1:00～ 4:00

3月1日(火) ▶ 15日(火)
(※土・日は除く)

整理番号札を午前8時50分から配付します。開場後に申告内容を確認し、受付札と交換します。

●**後期高齢者医療保険―第8期分**
納期限は2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。

今月の納付（2月）

- 固定資産税―第4期分**
- 国民健康保険税―第9期分**
納期限は2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** 役場税務住民課収納係まで

今月の納税（2月）



農作業用車両の登録はお済みですか

- 問い合わせ** 役場保険健康課公費医療係まで

●**問い合わせ** 役場保険健康課公費医療係まで

●**税額（年額）** 二千円（登録は無料）

●**登録・問い合わせ** 役場税務住民課賦課係まで

●**税の納め忘れはありませんか**
平成27年度分の税金の納め忘れはありませんか。納付書で納税されている



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** 2月10日（水）▽

●**役場での相談** ▽とき

●**今月の補聴器相談日**
2月の補聴器相談が次のとおり行われます。

- 問い合わせ** 社会福祉協議会まで
- 問い合わせ** くらじの郷

●**問い合わせ** 役場福祉人権課福祉係またはくられて病院まで

●**問い合わせ** 役場上下水道課上下水道工務係まで

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、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** 2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

●**問い合わせ** 社会福祉協議会まで

●**問い合わせ** 社会福祉協議会まで

●**問い合わせ** 社会福祉協議会まで

Calendar 2016

2

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					

☎ 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

水道管の凍結に 備えましょう



寒さが厳しくなると、水道管が凍結して破裂するおそれがあります。露出した水道管には保温チューブを巻いたり、寝る前に糸が引く程度に水を流したままにしたりすると凍結の予防になります。もし、水道管が凍って水が出なくなった場合は、ぬるま湯をゆっくりかけて溶かしてください。熱湯をかけると破損してしまう恐れがありますので、ご注意ください。

●**問い合わせ** 役場上下水道課上下水道工務係まで

新一年生になる皆さん 「入学通知書」は 届いていますか

今年4月から小学校、中学校に入学予定の皆さん、「入学通知書」は届いていますか。1月以降の転入などによって、まだこの通知書が届いていない場合は、教育課学校教育係までご連絡ください。

●問い合わせ 教育課学校教育係まで

小学校体育館の 耐震補強工事が 完了しました

昭和56年以前に建築した体育館について耐震診断を行い、耐震補強が必要と診断された小学校4校（剣南・古月・西川・新延）の体育館について、耐震補強工事を実施し、完了いたしました。なお、校舎については平成23年度までに完了しています。

●問い合わせ 教育課学校教育係まで

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2月の休館日は、次のとおりです。

●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

登録してみませんか 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 登録申請書に写真を貼って必要事項を記入し、役場総務課人事係へ提出してください（郵送でも構いません）。登録申請書は、役場、中央公民館、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ダウンロードすることもできます

●有効期限 登録の日から1年間

●4月以降の採用予定職種 ▽免許・資格が不要な職種 ▽一般事務（パソコン（ワープロ・表計算ソフト）が使える人、10人程度）

▽免許・資格が必要な職種 ▽保育士、調理師

●勤務条件 賃金や勤務時間などの勤務条件は、職種によって異なります。町のホームページをご覧ください。役場総務課人事係までお問い合わせください

地域包括支援センター 嘱託職員募集中！

鞍手町地域包括支援センターでは、次のとおり嘱託職員を募集しています。

●職種 介護支援専門員（ただし、必要に応じ、ほかの介護保険業務に従事していただく場合があります）

●業務内容 介護予防ケアプランの作成及び介護保険業務

●勤務地 鞍手町地域包括支援センター（くらしの郷内）

●採用条件 次の条件をすべて満たす人が対象です。①介護支援専門員または看護師の資格を有している②自動車運転免許を有している③パソコンの入力操作ができる

●定員 3人

●募集期間 随時（定員になり次第締め切り）

●問い合わせ 鞍手町地域包括支援センター ☎43局3019番まで

求む。平和を愛する人 自衛官採用試験

自衛隊飯塚地域事務所では、次のとおり自衛官候補生採用試験（4次募集）及び説明会を行います。

●試験期日 2月13日（土）

●受験資格 平成28年4月1日現在で18歳以上27歳未満の男子

●受付期限 2月10日（水）

●説明会 ▽とき ▽2月1日（月）から10日（水）までの午前10時及び午後1時30分から（土・日は除く） ▽ところ ▽自衛隊飯塚地域事務所 ▽内容 ▽自衛隊の概要及び自衛官候補生の説明、質疑応答

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

●障害者手帳がなくても
税の障害者控除を
受けることができます
身体障害者手帳の交付

を受けていない場合でも、申請により、障がい者に準ずる人として「障害者控除対象者認定書」の交付を受けることができます。住民税や所得税が課税されている人がこの認定書を持つていれば、障害者控除の対象となります。

●対象 身体障害者手帳、療育手帳などの交付を受けていない65歳以上の人で、介護保険の要介護認定が、要介護1から要介護5までの人

●申請 本人または家族が、役場福祉人権課高齢者支援係で申請（介護保険被保険者証と印かんが必要）

●問い合わせ 役場福祉人権課高齢者支援係まで

町内事業者の皆さん ネットショップで 起業してみませんか

町では、インターネットショップを出店・開設する場合や既に開設しているインターネットショップを拡充したりする町内事業者に対して、次のとおり補助金を交付します。インターネットショップの新規出店、2店目以降の出店等を検討している事業者のみなさんは是非ご利用ください。

●対象 町内に本店を有し、実在する店舗で1年以上の営業実績があり、町税等を滞納していない等の条件を満たす事業者のうち、次のいずれかの事業を行うもの①インターネットショップを新たに出店・開設する場合②既に開設しているインターネットショップを、スマートフォンやタブレット等に対応する更新を行う場合③既にインターネットショップを出店・開設している事業者で、2店目以降のインターネットショップを出店・開設する場合

●対象経費 インターネットショップの出店、開設、更新にかかる経費。インターネットショップの運営に係る経費

●補助金額 対象経費の2分の1以内（上限10万円）

●問い合わせ 役場地域振興課地域振興係まで

●都市計画
マスタープランへの
意見を募集しています
公的な機関が政策や条例を制定しようとするに、広く公に意見・情報・改善案を求める手続きの

あなたの学習意欲を 応援します



日本学生支援機構（JASSO）の奨学金

- **利用できる人** 大学、大学院、短大、専修学校、高等専門学校に入学・在学する生徒（家計の基準は世帯構成によって異なります。学力基準により、第一種（無利息）と第二種（利息付）があります）
- **貸付額（月額）** ▷大学院＝50,000円から▷大学、短大、専修学校＝30,000円から▷高等専門学校＝10,000円から（国・公・私立別、通学形態別で異なります）※入学時の特別増額貸与（利息付）もあわせて希望できます
- **問い合わせ** 入学後、在学する学校の奨学金担当窓口にお問い合わせください

鞍手町奨学金（無利息）

- **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の他団体から奨学金を借りていない人③世帯の収入が一定基準以下の人（基準は世帯構成によって異なります）※鞍手町居住の連帯保証人が2人必要（うち1人は父母などの保護者、1人は別世帯の代理弁済能力があると認められる人）
- **奨学金貸付額（月額）** ▷公立高校＝11,000円▷私立高校・高専＝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
- **申し込み期限** 3月31日（木）まで（申請書は教育委員会で配布します。なお、添付していただく書類がありますので、早めの手続きをお願いします）
- **問い合わせ** 教育課学校教育係まで

国の教育ローン

- **利用できる人** 大学や大学院、短大、高校、高専、専門学校、その他の各種学校などに入学・在学する人の保護者で世帯の年間収入や所得が一定基準以下の人（基準額は、申込者が扶養している子の人数によって異なります）
- **使い道** 入学金や授業料、アパートの家賃などの在学費用
- **融資額** 学生・生徒1人につき350万円以内
- **金利（年）** 2.05%（平成28年1月14日現在）。ひとり親家庭または世帯収入200万円（所得122万円）以下の人は1.65%
- **返済期間** 15年以内。交通遺児家庭、ひとり親家庭または世帯収入200万円（所得122万円）以下の人は18年以内
- **問い合わせ** 教育ローンコールセンター☎（0570）008656番まで

母子父子寡婦福祉資金の貸付（無利息）

- **利用できる人** 母子家庭の母または父子家庭の父で20歳未満の児童を扶養している人、扶養されている児童など
- **貸付の種類と金額** ▷修学資金・就学支度資金等＝各資金は、高校や大学などの学校の種類、国公立・私立の区分、通学形態によって異なります
- **問い合わせ** 詳しいことは福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所直方分庁舎社会福祉課☎22局5692番まで

- **案の公表** 地域振興課、中央公民館、くらしの郷で公表しているほか、町ホームページにも掲載しています
- **公表期間** 平成28年1月26日（火）から2月15日（月）まで
- **意見の提出方法** 公表

● **問い合わせ** 役場地域振興課まちづくり係まで

場所に備え付けの意見書に必要事項、意見を記入のうえ、役場地域振興課窓口へ持参または郵送・ファックス（FAX：42局5693番）で提出してください。意見書は町ホームページからダウンロードすることもできます。また、町ホームページに設置している「パブリックコメント専用フォーム」からも意見を提出できます

総合計画 行財政改革への 意見を募集しています

町では、今後9年間の町の最上位計画となる第5次総合計画（案）と事業の選択と集中を行う第6次行財政改革プラン（案）を策定しましたので、パブリックコメント制度により、これらの案に対する住民の皆さんの意見を募集しています。

● **案の公表** いずれの案も役場政策推進課、中央公民館、くらしの郷で公表しているほか、町ホームページにも掲載しています

- **総合計画案の公表期間** 平成28年1月8日（火）から2月6日（土）まで
- **行財政改革プラン案の公表期間** 平成28年1月13日（水）から2月6日（土）まで
- **意見の提出方法** 公表場所に備え付けの意見書に必要事項、意見を記入のうえ、役場政策推進課窓口へ持参または郵送・ファックス（FAX：42局5693番）で提出してください。意見書は町ホームページからダウンロードすることもできます。また、町ホームページに設置している「パブリックコメント専用フォーム」からも意見を提出できます
- **問い合わせ** 役場政策推進課政策係まで

家族介護教室に 参加してみませんか

家族介護教室を次のとおり実施します。参加費無料、事前の申し込み不要でどなたでも参加できます。在宅介護や認知症に関心のある人はぜひご参加ください。

● **教室①** ▽内容 ▽認知症高齢者の対応について▽とき ▽2月20日（土）午後1時30分から▽ところ ▽グリープホームなごみ（小牧1969番地）

● **教室②** ▽内容 ▽認知症と楽しく暮らすための工夫とその方法▽とき ▽2月27日（土）午後1時30分から▽ところ ▽特別養護老人ホームやすらぎ園（木月1826番地1）

● **問い合わせ** 役場福祉人権課高齢者支援係まで

参加ください。

● **教室①** ▽内容 ▽認知症高齢者の対応につ

いて▽とき ▽2月20日（土）午後1時30分

から▽ところ ▽グリー

プホームなごみ（小牧

1969番地）

● **教室②** ▽内容 ▽認知

症と楽しく暮らす為の

工夫とその方法▽とき

▽2月27日（土）午後

1時30分から▽ところ

▽特別養護老人ホーム

やすらぎ園（木月18

26番地1）

● **問い合わせ** 役場福祉人

権課高齢者支援係まで

国民健康保険に加入している皆さん
こんなときには
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

町内の交通事故発生状況



【12月中】		【累計】	
件数	9件(+ 2)	件数	101件(- 5)
死者	0人(± 0)	死者	1人(± 0)
傷者	9人(- 1)	傷者	129人(- 14)

(カッコ内は前年比)

- 巡回交通事故相談**
- とき 2月10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

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

【12月中】		【累計】	
刑法犯総数	65件(-51)	刑法犯総数	1289件(- 52)
車上ねらい	2件(- 7)	車上ねらい	113件(- 31)
自転車盗難	8件(-12)	自転車盗難	138件(- 41)
空き巣	7件(+ 3)	空き巣	72件(- 4)

生活安全課からのお知らせ

～22時を過ぎたら要注意！～ 深夜帰宅中の女性を狙う 性犯罪が多発中

性犯罪から身を守るためのポイントは、深夜に帰宅しないこと！

- やむを得ず深夜に帰宅するときは…
1人で帰らない(迎えにきてもらう、タクシーを利用する)、暗い道を通らない、油断して歩かない(時々後ろを振り返る)、ながら歩きをしな(音楽を聴きながら、スマホを操作しながらは危険)、止まっている車のそばを避ける

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



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

●交付・問い合わせ
役場保険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の異動があった場合、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 役場保険健康課国保年金係まで

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。3月に75歳を迎える人(昭和16年3月1日から3月31日までに生まれた人)には、2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 役場保険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
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

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。

- 2月21日(日)鞍手クリニック(古門)
☎43局3030番

後期高齢者の健康診査 3月31日までに

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ています。まだ受診していない人は、お早めの受診をお願いします。また、生活習慣病で治療中の人は受診の対象

●申請・問い合わせ
役場保険健康課公費医療係まで

マイナンバーの利用が始まりました

マイナンバーの記載・本人確認にご協力ください

役場窓口の申請などでマイナンバーの記載が必要となる主な事務は、次のとおりです。詳しいことは、各担当へお問い合わせください。

担当窓口	主な手続き
住民係	転入・転居・転出などの異動、戸籍届出の氏名などの変更（※記載事項変更のため、通知カードまたは個人番号カード持参）
賦課係	軽自動車税など減免申請書、償却資産申告書など
国保年金係	国民健康保険の加入・脱退・資格変更などの異動届、高額療養費支給申請書、限度額適用認定証などの交付・再交付申請など
公費医療係	後期高齢者医療保険被保険者証の再交付申請、限度額適用認定証・療養費・高額療養費の申請など
健康増進係	母子健康手帳の交付申請、養育医療の支給申請
高齢者支援係	介護認定・更新・区分変更の申請、被保険者証などの再交付申請など
福祉係	障害者手帳などの申請、障がい者福祉に関する申請、戦没者遺族等特別弔慰金の請求など
児童人権係	児童手当・（特別）児童扶養手当の新規認定請求、保育所入所申し込みなど
建築係	町営住宅への入居申請、住宅入居者による収入申告

万歳になる前に
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、

- 受診期限 平成28年3月31日（木）まで
- 自己負担額 五百円
- 備考 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福岡県後期高齢者医療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

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 役場保険健康課公費医療係まで

3月に65歳を迎える人（昭和26年3月2日から4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 2月24日

（水）、25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）

● 必要なもの 交付案内の通知はがき、印かん

● 交付・問い合わせ 役場福祉人権課高齢者支援係まで

県営住宅の入居者を募集します

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・申込期間 ▽とき 2月29日（月）から3月8日（火）まで ▽ところ

次の方から寄附（香典返し）をいただきました。ありがとうございました。ありがとうございました。故人。故人敬称略。

● 社会福祉協議会へ
▽古野好子様 中山本村（良隆）



● 申し込み・問い合わせ 貸与事業の対象となる学校など詳しいことは教育課生涯学習係まで

● 受付期間 3月1日（火）から5月10日（火）まで

● 利用できる人 専修学校及び各種学校に経済的な理由で就学することが困難な、中学校・高等学校の新規卒業生及び当該年度の高等学校中退者

● 若年者専修学校等技能習得資金貸与事業

町では、次のとおり技能習得資金を貸与します。

● 問い合せ 福岡県住宅供給公社県営住宅管理課 ☎（092）781局8029番まで

● 公社直方出張所（福岡県直方総合庁舎一階・直方市日吉町9番10号）、役場建設課など

世界品質を鞍手から！ この町で働こう！安心の正社員雇用

- ◆精密金型の製造・加工のお仕事です
- ◆経験者は優遇、これからチャレンジしたい方も是非！
- ◆月給16万円～26万円程度
- ◆工場内空調設備完備 ◆年1回の社員旅行でリフレッシュ♪



藤井精工株式会社 鞍手町室木 1057-1

お問い合わせ ☎ 0949-42-5651

ショールームにお越しください ♥ こち

Q-SAN リフォーム おがわ

住まいを、家族を、笑顔にしたい。

Q-SANリフォームおがわは『総合リフォーム会社』として皆様の快適な暮らしをサポートします

株式会社 Q-SANリフォームおがわ
本社 〒822-0015 福岡県直方市新町3-3-10 こちビル2F TEL0949-23-2522 FAX0949-23-2528
飯塚営業所 〒820-0062 福岡県飯塚市目尾398 TEL0948-25-6374 FAX0948-25-7750



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）

※入会金（1万円）のみの
『鞍心会員』募集中!!

- ◆信頼・・・40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



テーマ
「高血圧を予防する!!」

【薄切り豚ともやしの南蛮漬け】 1人当たりの栄養価 209kcal

■材料（6人分）

豚ももスライス（300g）、塩（少々）、サラダ油（適宜）、片栗粉（適宜）、もやし（400g）、鷹の爪（1本）、ねぎ（15g）、【南蛮酢の材料…酢（大さじ4）、しょうゆ（大さじ3）、砂糖（大さじ3）、だし汁（大さじ3）】

■作り方

- ① 南蛮酢を合わせておく。もやしは熱湯で30秒～1分くらいゆでておく。
- ② 豚肉は塩を少々ふって、下味をつけておく。片栗粉をまぶし、フライパンに油を入れて熱し、揚げ焼きにする。
- ③ 合わせておいた南蛮酢に、揚げた豚肉、もやしを漬け、種を取って小口切りにした鷹の爪を入れる。
- ④ 皿に盛り、小口切りにしたねぎをのせる。



【えびとブロッコリーの長芋グラタン】 1人当たりの栄養価 85kcal

■材料（6人分）

長いも（300g）、豆乳（150cc）、花かつお（3g）、塩（小さじ1/3）、むきえび（180g）、ブロッコリー（1株）、ピザ用チーズ（60g）

■作り方

- ① むきえびは竹串等で背ワタを取り除く。ブロッコリーは小房に切り分ける。一緒に耐熱皿に並べ、ラップをかけてレンジで4分加熱する。
- ② 長いもは皮をむいてすりおろし、ボウルに入れる。豆乳と削りカツオ、塩を加えて混ぜ合わせる。
- ③ グラタン皿にむきえびとブロッコリーを並べ、②をかけてピザ用チーズを散らす。オーブントースターでチーズに焼き色がつくまで7～8分焼く。



高血圧の予防・改善はもちろん、
胃がんの予防にも
減塩は大切です!!

①調味料に含まれる塩分量を知っておく②天然食品でだしをとる（昆布、かつお節、干しいたけなど）③香辛料（カレー粉、からし、わさび、生姜など）・香味野菜（しそ、ねぎ、ゆず、みょうがなど）、種実類（ごま、くるみ、ピーナッツなど）を上手に使う④酸味を活かす（レモン、かぼすなどのかんきつ類を利用して酸味だけでなく、香りも）⑤旬の食材を選ぶ（旬の食材は濃い味付けをせず素材の味を楽しもう）

2月の行事カレンダー

日	曜日	行事内容
1	月	
2	火	
3	水	
4	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、11ページ参照）
5	金	補聴器相談（役場：13時～14時、11ページ参照）
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	無料法律相談（くらじの郷：13時～16時、11ページ参照）
11	木	建国記念の日
12	金	
13	土	
14	日	文庫連絡会公開講座（中央公民館：10時～11時30分、5ページ参照）
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	4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、11ページ参照）
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	補聴器相談（くらて病院：14時～16時30分、11ページ参照）
24	水	乳幼児相談（福祉センター、8ページ参照） 補聴器相談（役場：13時～14時、11ページ参照） 国保高齢受給者証交付（役場：9時～、14ページ参照） 介護保険証交付（役場：8時30分～17時15分、15ページ参照）
25	木	7か月、12か月健診（福祉センター、8ページ参照） 固定資産税（第4期分）、国民健康保険税（第9期分）、 後期高齢者医療保険（第8期分）納期限（11ページ参照） 補聴器相談（くらて病院：14時～17時、11ページ参照） 心配ごと相談（くらじの郷：13時～15時、11ページ参照） 介護保険証交付（役場：8時30分～19時、15ページ参照）
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	



広報くらて

平成28年2月号 No.674

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・12月の人の動き

・人口 16,665人	・出生 8人
・男性 7,912人	・死亡 20人
・女性 8,753人	・転入 43人
・世帯数 7,586世帯	・転出 42人

（平成27年12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.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>