

人の力が、地域の力。

ふくくら 広報

くらて

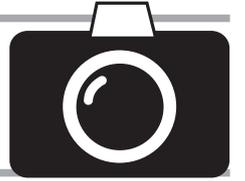
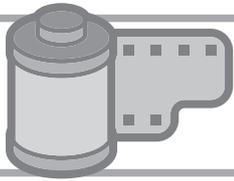
CONTENTS ~主な内容~ ●まちの話題・すくすく日記……2~3 ●ひろば・広報ぎやらりー……4~5 ●リレーエッセイ……5 ●ほん大好き……6 ●くらて病院・吉村薬剤科長の調子はいかが？……7 ●いきいき健康だより……8 ●年金のそこが知りたい……9 ●環境衛生……10 ●くらしの情報……11~15 ●元気が出る献立・4月のカレンダー……16



鞍手中学校「第1期生」旅立ちの日

3月10日、鞍手中学校で第1回卒業証書授与式が行われました。今年卒業したのは平成12年4月2日から13年4月1日までに生まれた144人。卒業生を代表して石田旭昇さん、宮谷桃子さんが答辞を行いました。鞍手中学校開校初年度に第1期生として、また、最高学年生として奮闘し培った力は、これからの人生に役立つ大きな力となることでしょう。

4 April
2016
No.676



鞍手中「第1期生」旅立ちの日

▶鞍手中学校で第1回卒業証書授与式

みんなで歌う最後の時。別れを惜しんで涙を流す生徒の姿も見られました。3月10日、鞍手中学校で第1回卒業証書授与式がありました。

今年の卒業生は、平成12年4月2日から13年4月1日までに生まれた144人。全力で頑張った運動会、友情を深めた修学旅行、最高に楽しかった文化祭など、それぞれに思い出がよみがえってきたことでしょう。式では「3年間で培ってきた生きる力と、私たちを支え励ましてくださったすべての方々への感謝の思いを胸に、これからも頑張っていくことを誓います」と卒業生を代表して石田旭昇さんと宮谷桃子さん。これからの人生で必要なものを中学校生活で身に付けることができたようです。鞍手中第1期生が作り上げた校風は、永く引き継がれていきます。

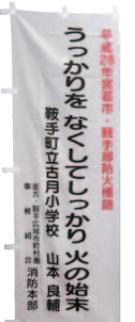


防火意識を高めて

▶古月小児童が防火標語コンクールで最優秀賞受賞

毎年3月1日から7日までの1週間は春季全国火災予防運動の期間です。これに合わせ、直方・鞍手広域市町村圏事務組合消防本部が、宮若市・鞍手郡内の小学6年生（当時）を対象に「児童防火標語コンクール」を実施。応募総数409点の中から、最優秀賞1点、優秀賞1点、入選4点が選出されました。

最優秀賞は、古月小学校・山本良輔さんの作品「うっかりをなくしてしっかり火の始末」。3月1日、古月小学校で表彰式が行われ、末吉消防長から山本さんへ賞状と記念品が授与されました。山本さんは受賞に際して「これからはこの標語を大切に、防火を心がけたい」と話してくれました。



まつおゆな
松尾侑奈ちゃん

平成26年4月20日生まれ
ゆなちゃん、2歳おめでとう!!
最近はおしゃべりや歌をよく歌ってくれて楽しませてもらってます。これからも素敵な笑顔で周りを幸せにしてください♡(父 裕也さん・母 理恵さん・小牧)



なかまるひな
中丸陽奈ちゃん

平成27年4月20日生まれ
陽奈ちゃん1歳のお誕生日おめでとう♡陽奈ちゃんが可愛くて仕方ないお兄ちゃんたちはいつも陽奈ちゃんの取り合いに。わが家のお姫様、陽奈ちゃんの笑顔でみんな幸せです。(父 裕司さん・母 理恵さん・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。5月生まれば、4月11日(月)までに申し込んでください。

申し込みはメールまたは持込みで

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。





身近なテーマを問題提起に

▶くらの郷で男女共同参画ネットの寸劇と講演会

2月27日、男女共同参画ネットがくらの郷で開催されました。日常生活の中で男女それぞれに違う大変さを、ネット会員が中心となって演じた寸劇は、それぞれ異性の大変さを知らなければ男女共同参画は実現できないという問題提起となったようです。劇中には、徳島町長が本人役で登場し、来場者を驚かせる場面も。寸劇の後には、社会福祉法人直鞆会理事長の小西重信さんによる講演会が行われ、一人ひとりの個性を尊重していくことが、最終的には男女共同参画に繋がっていくという話に、来場者たちは納得の様子でした。

先生たちも絶賛のおいしさ

▶古月・西川・剣北小児童が豆腐のみそ汁作りに挑戦

おいしいみそ汁を作りたい…。真剣な表情で農業女性の会の皆さんの説明を聴く児童たちからは、そんな思いが伝わってきます。3月3日は古月小学校で、4日は西川小学校で、14日には剣北小学校で3年生（当時）が、豆腐のみそ汁作りを行いました。大豆の種まきから始まった食育体験活動もいよいよ大詰め。児童たちは農業女性の会の皆さんの指導のもと自分たちの手で作った大豆やみそを使って、豆腐のみそ汁を作りました。このみそ汁は、全校児童や先生たちにも振る舞われ、おいしいと評判だったようです。



この木、何の木?

▶長谷区で地域づくりアドバイザーとまち歩き

3月7日、長谷区長・菰野静人さんとその呼びかけで集まった長谷区の皆さん（16人）が、まちづくり仕掛け人・今泉重敏さんと長谷区内で「まち歩き」を行いました。これは、町が県の地域づくりアドバイザー派遣事業を活用し、観光資源の発掘を目的に行ったものです。左の写真は長谷観音のほど近くに立っている木々です。この木をよく見てみると何かに見えてくる…そんな特徴を活かして区長が謎なぞ看板を設置されています。これも1つの観光資源。普段何気なく通る道も、ゆっくり歩いてみると面白い発見に出会えるかもしれません。

すくすく日記

4月生まれ

Happy birthday to you.



みしままお
三嶋舞桜ちゃん

平成26年4月2日生まれ

舞桜ちゃん♡2歳のお誕生日おめでとう!! かわいいおしゃべりとあとけない笑顔に家族みんなが癒されます。これからも大好きなお兄ちゃんと仲良く、すくすく育ってね!! (父 圭介さん・母 珠美さん・中山)



まつもとちか
松本千佳ちゃん

平成25年4月7日生まれ

千佳ちゃん、3歳のお誕生日おめでとう。保育所に通い始めて1年、たくさんお友だちもでき、1人で色んなことができるようになったね。これからもお友だちと楽しい思い出を作って元気に育って行ってね!! (父 竜太さん・母 桃子さん・古門)



の だ ら い ら
野田來夢くん

平成26年4月19日生まれ

來夢くん、2歳のお誕生日おめでとう!! 食欲旺盛でアンパンマン博士で、笑顔の可愛い來夢のことがみーんな大好きです♡これからもお姉ちゃんと仲良く元気に育ってね!! (母 亜実さん・八尋)

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。

くらでの芸能人が大集合 第25回くらで芸能まつり

●鞍手町文化連盟

鞍手町文化連盟では、次のとおり第25回くらで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、お誘い合わせの上、お越しください。



- とき 5月15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

読み聞かせ活動の ボランティア仲間を 募集しています

●読み聞かせボランティア「ピヨピヨ」

読み聞かせボランティア「ピヨピヨ」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・くらの郷
- 活動内容 読み聞かせ活動やブックスタートのお手伝いなど
- 問い合わせ 由衛久子 ☎42局7817番または中央公民館まで

ギラヴァンツ北九州サッカースクールの 無料体験会に参加してみませんか

●ギラヴァンツ北九州普及部

ギラヴァンツ北九州では、5歳児から小学6年生までを対象に、鞍手町民グラウンドでサッカースクールを行っています。初心者からもっと上手になりたいという人まで、幅広く募集しています。プロのコーチが一人ひとりの「サッカーが楽しい!」「上手くなつた!」を実現しますので、まずは無料体験会から参加してみませんか。詳しくはお問い合わせください。

- ところ 町民グラウンド
- 問い合わせ ギラヴァンツ北九州普及部 コーチ・上村 ☎(080)44061917番まで



体験学習や 自学学習もできます 鞍手町人権子ども会に 参加してみませんか

●鞍手町教育委員会

町では、少年期における人権意識の向上をめざす人権教育啓発活動として、次のとおり鞍手町人権子ども会を開催しています。人権学習や自学学習、様々な体験学習を行っており、随時申し込みできます。ぜひご参加ください。

- 鞍手人権子ども会 ▽とき 毎週月曜日の午後5時から6時30分まで ▽ところ 舟川隣

●八尋人権なかよし子ども会
▽とき 毎週水曜日の午後4時30分から6時30分まで
▽ところ 八尋集会所 ▽対象者 西川小学校・室木小学校の児童

●鞍手中学生人権子ども会
▽とき 毎週月曜日の午後7時から9時まで ▽ところ 八尋集会所 ▽対象者 鞍手中学校生徒

- 問い合わせ 教育課生涯学習係(中央公民館内) ☎42局7200番まで

平成28年度 家庭倫理講演会

●家庭倫理の会筑豊

一般社団法人倫理研究所では次のとおり平成28年度家庭倫理講演会を行います。

- とき 4月10日(日) 午前10時30分から
- ところ 中央公民館
- 講師 一般社団法人倫理研究所 講師・平島幸子さん
- 入場料 千円
- 託児 あり
- 問い合わせ 家庭倫理の会 筑豊 ☎42局6631番まで

クラフト

森 恵津子さん
(新北)

昨年、自宅の庭に咲いた花を乾燥して、リース台にアレンジしました。ミニバラ、百日紅、アジサイ、ハーブ、その他13種類のドライフラワーリースです。テーマは「春」です(円形40cm)。



温泉宿コンで恋の予感… 第3回宮若体験型婚活に参加してみませんか

●若宮商工会青年部

若宮商工会青年部では、次のとおり第3回宮若体験型婚活を行います。奈良時代から続く脇田温泉の老舗旅館で、「いい結（ゆ）」を見つけてみませんか。

- とき 5月21日（土）午後4時から22日（日）午前11時まで
- ところ 脇田温泉 喜楽荘（宮若市湯原1398番地）
- 参加資格 24歳から45歳までの独身の男女（当日は免許証等の身分証明書を持参してください）
- 定員 男女各15人（先着順のため、定員になり次第締め切り）
- 参加費 1人あたり一万五千円（1泊2食付）
- 申込方法 若宮商工会ホームページ内の婚活申込フォーム（<http://wakamiya-shokokai.jp/konkatsu>）からお申し込みください
- 問い合わせ イベントスケジュールなど詳しいことは若宮商工会 会コンかつ係 ☎52局0640番まで

一枚の毛布が心をつなぐ アフリカへ毛布を送る運動にご協力ください

●明るい社会づくり運動推進協議会直轄支部

明るい社会づくり運動推進協議会では、自然災害、社会情勢により苦しむアフリカ諸国の人たちに毛布を送る運動を行っています。皆さんのご協力をお待ちしています。（毛布の輸送料がかかっています。毛布でなく輸送料（千円）の負担でも可）事前にご連絡をいただければ、詳しい内容をご説明します。

- 収集期間 5月末日まで
- 注意点 破れた毛布、綿毛布、ベビー毛布、こたつ布団などは送ることができません
- 問い合わせ 明るい社会づくり運動推進協議会（下村） ☎42局7757番まで

リレーエッセー 晴れたらいいね。

松野賢珠さん（八尋・81歳）

VOL 205

「晴れたらいいね」という題を考えてみます。空が晴れると風景がよく見えて嬉しい。「空」を「心」に置き替えてみると、人生がよく見えるという大きな視点になる。若いころは心が晴れないことが多かった。フランス語にアンニュイという言葉があり、心が晴れないことをいう。年を重ねて八十を越して、若いころに見えなかった世界がよく見えるようになったと思う。体力の衰えを感じる反面、晴れやかなことがある。それは、自分の歩いてきた人生に道があったこと、そしてこれからの行先

が歩いた経験の上からよく見えるということがある。動体はスピードが上がるほど視野は狭くなる。ゆっくり歩くほど視野は広がる。むやみに走ってつまづく若い人たちの、つまづく原因が何であるか教えてあげることが出来る。実に晴れやかなことである。

古代ギリシャでは、デルフォイの神殿の神託、それはソクラテスなどの聖賢の哲学的な言葉であったろうと思うが、それに基づいて生活が営まれたという。なんとという文明社会であったことか。そのデルフォイの

合掌

今回は、舟津津代士さん（室木）です。

手編み

シンプルで美しい模様を選び編みました。ステキなプルオーバーの出来上がりです。



河野ミツエさん
（中山）

俳句

春を待ち、寒い日々御山に向かって白い息を吐きながら歩かれている姿を詠みました。

栗田 武さん
（中山）

冴え返る 道行く人の 影こゆし

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。



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
と「あたたかい、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バックを差し上
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18日（月）から5月8日（日）まで
- ところ 中央公民館ロビー

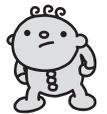
●なぜ絵本なの？

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。
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。絵本にはそんな体験を、同時に、そし
て、だれもができる良さがあるのです。



●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。みなさんと
楽しんでみてはどうですか。

今月新しく入りました。

※4月の新刊は、1日（金）から貸出します。

📖 一般の本

- ・獅子吼（作＝浅田次郎）
- ・人魚の眠る家（作＝東野圭吾）
- ・犬の掟（作＝佐々木 譲）
- ・花冷えて（作＝あさのあつこ）
- ・服を買うなら、捨てなさい（作＝地曳いく子）

📖 子どもの本

- ・コトリちゃん（作＝とりごえまり）
- ・たまおくんは たまごにいちゃん（作＝あきやま
ただし）
- ・いつだって ともだち（作＝内田麟太郎）
- ・ちいさなごるり（作＝松居スーザン）
- ・かようびのドレス（作＝ボニ・アッシュバーン）

中でもこの本がオススメです。



学力の経済学

作＝中室牧子

ゲームは子どもに悪影響？ 教育にはいつ
投資すべき？ ご褒美で釣るのっていけない？

「ゲームが子どもに与える影響」から「少
人数学級の効果」まで、今まで「思い込み」
で語られてきた教育の効果を、科学的根拠
から解き明かした画期的な一冊です。



手と手をつないで

作＝マーク・スペアリング

ちいさなその手をのばしてごら
ん。さあ、手と手をつないで、ふ
たりでいっしょにでかけよう。

ドイツで注目の絵本作家が描く
心あたたまる絵本です。

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



病院でお医者さんから「お薬手帳」を見せてくださいと言われました。いくつか持っているのですが、すべて見せる必要がありますか？（54歳・女性）

お薬手帳とは？

「お薬手帳」は、自分が使っている薬の名前・量・日数・使用方法などを記録できる手帳です。副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

お薬手帳があるとこんなに安心です

「お薬手帳」は、薬を服用している人の健康を守るために大変役立ちます。

①重複投与や相互作用の防止

ほかの病院・薬局に行くときや、市販の薬を買うときに「お薬手帳」を提示すると、医師、歯科医師、薬剤師があなたの服用中の薬を確認できるので、同じような薬を重複して飲んでしまうこと

や、飲み合わせの悪い薬を飲んでしまうのを避けられます。

②副作用の再発防止

体にあわない薬を記入しておけば、同じ薬が処方されるのを避けられます。

③災害時や旅先での急病やケガ

災害時や旅先での急病やケガで、かかりつけの病院・薬局に行けない場合にも、普段服用している薬がわかります。東日本大震災の際には、「お薬手帳」を持って避難された人たちは、速やかにこれまでと同じ薬を継続投与できたと報告もあります。

④質問や意見、要望などのメモ帳

薬に関する質問やお困りのことがあっても、いざそのときになると言い忘れてしまうことが多いものです。思いついたとき、すぐに「お薬手帳」に記入しておきましょう。

お薬手帳の正しい使い方

①お薬手帳は1冊に

病院毎に分けて「お薬手帳」を何冊も持っているという人がいらつしやいますが、それでは「お薬手帳」の利点が生かせません。情報は1冊の「お薬手帳」にまとめておく必要があります。その1冊のお薬手帳は、どの病院・薬局でも使えます。

②病院・薬局へ行くときは忘れずに

病院や薬局にあなたの情報がすぐに伝わり、的確な治療の助けになります。

③アレルギーや副作用歴は必ず記録を

薬を飲んでアレルギーが出たり、気分が悪くなるなどの副作用ではないかと思われることがあれば必ず記入しておきましょう。

健康管理の強い味方

④市販薬（一般医薬品）やサプリメントを買うときも
市販薬やサプリメントは、病院でもらう薬との飲み合わせが悪い場合があります。「お薬手帳」があれば、薬剤師が適切なアドバイスをする参考になります。

医師や薬剤師から「お薬手帳を見せてください」「お薬手帳を持っていますか？」などと尋ねられたときは、あなたの健康を守るため、ぜひお見せください。「お薬手帳」があれば、どこへ行っても過去に使用した薬や現在使っている薬について伝えることができ、自分で確認することもできます。お薬手帳は健康管理の強い味方とも言えるのです。



【アドバイザー】

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

「お薬手帳」は、薬や副作用歴などの情報を1冊にまとめておくことで、健康管理に役立てることができます。できる限り1冊にまとめて医師や薬剤師に見せるようにしましょう。





母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、母子健康手帳の交付を受けましょう。

- **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（運転免許証等）

総合健(検)診のお知らせ

生活習慣病予防のためにも年に1度は必ず健診を受け、健康づくりに取り組みましょう。

とき	ところ
5月 16日(月)、17日(火)	総合福祉センター
6月 1日(水)、2日(木)、3日(金)	中央公民館
7月 24日(日)、25日(月)、26日(火)	総合福祉センター

- **受付時間** 午前8時30分から10時30分まで。混雑緩和のため受付時間を20分ごとに区切って案内しています。健診の案内票をご覧のうえ、受診してください
- **申込方法** 健(検)診希望日の1か月前までに事前にお送りしている申込書を返送してください。なお、申込書が届いていない場合は、総合福祉センターまでご連絡ください
- **健(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）、特定健診、基本健診
- **申し込み** 総合福祉センターまで

ジカ熱を予防しましょう

ジカウイルス感染症（ジカ熱）は、主にウイルスを持った蚊が人を刺すことで感染しますが、性行為による感染が疑われる事例も報告されています。妊娠中の女性が感染すると、胎児に小頭症などの先天性障害を起こす可能性がありますので、妊婦及び妊娠の可能性のある人は、ブラジルなど流行地域への渡航を控えましょう。

また、流行地域から帰国した男性で妊娠中のパートナーがいる場合、性行為の際はコンドームを使用し、パートナーへの感染を予防しましょう。

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

区分	期日	対象児
4か月健診	4月14日(木)	平成27年11月24日から平成27年12月21日生まれ
7か月健診	4月28日(木)	平成27年8月28日から平成27年10月1日生まれ
12か月健診		平成27年4月1日から平成27年4月30日生まれ
1歳半健診	4月7日(木)	平成26年9月4日から平成26年10月7日生まれ
3歳健診		平成25年3月4日から平成25年4月7日生まれ
乳幼児相談	4月27日(水)	平成28年1月24日から平成28年2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。

わくわくクッキング

子育て中のお母さん、家族のために栄養バランスのとれた簡単・おいしいメニューを実習してみませんか。鞍手町食生活改善推進員の皆さんが、料理のコツも一緒に教えてくれます。託児もありますので安心してご参加ください。



- **とき** 5月11日、7月6日、9月7日、11月2日、平成29年1月11日（いずれも水曜日）の午前10時から午後1時まで。可能な限り全5回継続してご参加ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **対象者** 乳幼児、小中学生の子を持つお母さん
- **定員** 20人
- **参加費用** 1回につき300円程度
- **申込期限** 4月28日（木）
- **申し込み** 総合福祉センターまで



こんなときには、 こんな手続きを



Q
疑問

私は今年、会社を退職する予定です。まだ60歳になっていないので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16,260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



不幸な猫を増やさないために...

飼い主のいない猫

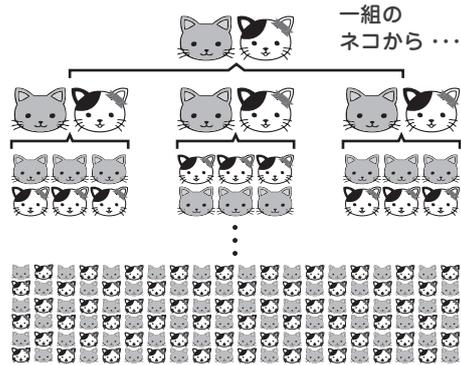
「かわいそうだから」という理由で飼い主のいない猫にえさを与えてしまうと、次々に子猫が生まれ、その子猫たちは保健所に持ち込まれることとなります。

平成26年度、嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所に持ち込まれた七百六頭の犬猫が殺処分されました。そのうち、猫は

四百六十一頭、うち約8割の三百六十四頭が子猫です。

不妊・去勢手術を

猫は年に2・3回出産をするため、すぐに増えてしまいます。責任を持って子猫を産ませるのでなければ、不妊・去勢手術をして、過剰繁殖を防ぎましょう。



生まれてくるネコすべてに責任を持てますか？



愛犬に愛情一本

狂犬病予防注射

平成28年度の狂犬病予防注射がはじまります。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

	とき	ところ
4月 7日(木)	午前 9:20~9:40	中山本村公民館
		上新橋公民館
		小牧公民館
		大池公民館
		本町公民館
	午後 1:10~1:25	城ヶ崎公民館
		上木月公民館
		木月公民館
		弥生区公民館
		中山西区公民館
8日(金)	午前 9:20~9:40	新延古賀剣神社
		泉水公民館
		くらの郷
		七ヶ谷入口
		神崎公民館
	午後 1:10~1:35	古門区公民館
		新北公民館
		八尋集会所
		八尋神田公民館
		室木公民館
26日(火)	午前 9:20~9:30	猪倉公民館
		中山北区公民館
		中山南区公民館
		い牟田公民館
		昭和通り公民館
		役場車庫前

かりつけ獣医師が発行する「注射済票」と手数料五百五十円が必要です。

● 問い合わせ 役場農政環境課生活環境係まで



- 持ってくるもの 問診票（事前に配布しています。また、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 ▷ 注射のみ = 3,150円
▷ 新規登録 + 注射 = 6,150円

● 問い合わせ 嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所保健衛生課生活衛生係 ☎(0948) 21局4973番まで

くらしの 情報

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（月）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

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して。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。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、ゆうちょ銀行
- **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** 役場税務住民課収納係まで

固定資産税の帳簿の縦覧は4月25日まで

自己の所有する土地や建物の価格を、町内の他の土地や家屋の価格と比較するため、土地や家屋の価格などが記載された縦覧帳簿を無料でご覧いただけます。縦覧できる期間や場所は次のとおり

です。なお、平成28年度も固定資産税の課税明細書を納税通知書と一緒にお送りします。

- **とき** 4月1日（金）から25日（月）の午前8時30分から午後5時15分まで（土・日・祝日は除く）
- **ところ** 役場税務住民課課係窓口
- **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** 役場税務住民課課係まで

相談



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。● **役場での相談** ▽とき

Calendar 2016

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

● **問い合わせ** 役場福祉人権課福祉係またはくからて病院まで

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11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

● **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、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** 4月25日（月）▽受付 午後0時45分

暴力団被害集中相談

暴力団等による暴力被害者の早期救済を目的に、警察、弁護士会、県暴追センター等が連携して、次のとおり面接、電話による集中相談を行います。● **相談** ▽とき 4月16日（土）午前10時から午後4時まで▽ところ 飯塚市民事暴力相談センター（飯塚市役所2階）▽相談電話 0948-22203883番まで

● **問い合わせ** 福岡県暴力追放運動推進センター ☎（092）651局 8938番まで

募集



平成28年度 県政モニター募集

福岡県では次のとおり、県の施策・制度などについて、ご意見・ご提案をいただく県政モニターを募集しています。

- **応募資格** 県内在住の18歳以上の人（平成28年4月1日現在）。ただし、国・地方公共団体の議員、常勤の公務員、平成26・27年度県政モニター経験者は除く
- **募集人員** 三百人
- **任期** 県政モニターを委嘱する日から平成29年3月末まで
- **活動内容** アンケートの回答（3回程程度）、県政への提案（意見がある人は随時）
- **謝礼** 図書カードまたはQUOカード（選択制）を呈呈
- **応募はがき配布場所** 役場政策推進課、県庁総合案内、県総合庁舎、アクロス福岡文化観光情報ひろばなど
- **応募期限** 5月31日（火）消印有効
- **申し込み・問い合わせ**



応募方法など詳しいことは、福岡県県民情報広報課広報係
☎（092）6433局3103番まで

歴史民俗博物館 ボランティア募集

歴史民俗博物館では、体験学習会や館内の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。説明会を次のとおり行いますのでご参加ください。

- **とき** 4月22日（金）午前10時
- **ところ・問い合わせ** 歴史民俗博物館まで

図書室ボランティアを募集しています!!

中央公民館図書室では、読み聞かせや本の修繕などをサポートする、ボランティアを募集しています。説明会を次のとおり行いますので、ご参加ください。

- **とき** 4月20日（水）午前11時から
- **ところ** 中央公民館
- **問い合わせ** 中央公民館まで

試験



介護保険広域連合 嘱託員採用試験

福岡県介護保険広域連合鞍手支部では、利用者実態調査型ケアプラン点検業務等のため、介護支援専門員を募集します。

● 応募資格

介護支援専門員の資格を有し、5年以上の実務経験がある人。自家用車での調査活動が出来る人など

● 募集人員

1人

● 雇用期間

6月1日から平成29年3月31日まで（更新可）。週4日、29時間勤務

● 報酬

月額20万円（健康・雇用保険加入）、交通費支給

● 申込用紙配布場所

福岡県介護保険広域連合鞍手支部・遠賀支部、役場福祉人権課

● 申込期限

5月16日（月）

● 申し込み・問い合わせ

福岡県介護保険広域連合鞍手支部（宮若市）☎34局5046番まで

自衛官幹部候補生の採用試験を行います

自衛隊では次のとおり

幹部候補生の採用試験を行います。

● 募集種目

▽大卒程度 試験Ⅱ陸上一般要員、海上一般・飛行要員、航空一般・飛行要員▽

院卒者試験Ⅱ陸上一般要員、海上一般要員、航空一般・飛行要員

▽とき 5月14日（土）、15日（日）（15日は飛行要員のみ）

● 受験資格

▽大卒程度 試験Ⅱ22歳以上26歳未満の人または20歳以上22歳未満で大学を卒業した人（見込含む）▽院卒者試験Ⅱ20歳以上28歳未満で修士課程等を修了した人（見込含む）

● 受付期限

5月6日（金）

● 申し込み・問い合わせ

試験会場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



4月は未成年者の飲酒防止強調月間です

未成年者の飲酒は法律で禁止されています。未成年者がお酒を飲むと、脳の機能低下、肝臓等の臓器への障害、性ホルモ

ンの異常などのリスクが高くなります。お酒は二十歳になってから。

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4月の休館日は、次のとおりです。

● 休館日

4日（月）、11日（月）、17日（日）、18日（月）、25日（月）です

● 問い合わせ

社会福祉協議会まで

水道メーターボックス 保温材料撤去のお願い

水道管や水道メーターボックス内に凍結防止のための保温対策をお願いしていましたが、気温が上昇し凍結の恐れがなくなり、毎月の水道メーター検針を円滑に行うためにも、保温材料の撤去にご協力ください。



● 問い合わせ

役場上下水道課上水道工務係まで

いたすらイノシシを 退治します

イノシシによる農作物の被害は、年々増えていきます。このため町では、猟友会の協力を得てイノシシの駆除をしています。

期間中は、日の出から日の入りまで猟犬と猟銃を使って駆除をしますので、山に入るときは十分に注意してください。

● 駆除期間

4月1日（金）から10月31日（月）まで

● 問い合わせ

役場農政環境課農業振興係まで

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

身体障がい者本人が運転するか、身体障害者手帳（第1種）または療育手帳（A）

を持っ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1人につき1台の自家用車（営業車は対象

外）

です

です

です

です

です

です

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係まで

障がい者基幹相談支援センター「かのん」開設記念講演会を行います

直轄地区2市2町の障がい者相談支援の中核的な役割を担う機関（障がいがある人のための第1次相談窓口）として、次のとおり障がい者基幹相談支援センター「かのん」を開設します。このセンターには、障がい者虐待の防止、養護者に対する支援等を促進するための虐待防止センターの機能も備えています。

また、開設に伴う記念講演会を次のとおり行います。この機会に障がい者福祉に関する知識を深めてみませんか。

- **相談支援業務** ▽とき
 4月18日（月）以降の午前8時30分から午後5時まで（土・日・

祝日は除く）。障がい者虐待防止センターは24時間対応▽ところ 直轄地区障がい者基幹相談支援センター「かのん」（直方市津田町7番20号）▽相談電話 24局15551番まで。障がい者虐待防止に関する相談は24局15556番まで

- **記念講演会** ▽とき
 4月14日（木）午後1時30分から▽ところ 直方市中央公民館▽演題 「障害のある人が地域で豊かに暮らすために」基幹相談支援センターの意義と役割を考える▽講師 北九州市立大学教授・小賀久さん

- **問い合わせ** 直轄地区障がい者基幹相談支援センター「かのん」 24局15551番まで

平成27年国勢調査調査へのご回答ありがとうございました

平成27年10月1日を基準日として行われた国勢調査へのご回答、ありがとうございます。2月26日、総務省統計



局から平成27年国勢調査人口速報集計結果が公表されましたので本町の結果をお知らせします。

- **人口** 一万六千二百二十九人（平成22年調査時から千五十九人減）。うち男性七千五百三十四人、女性八千四百九十五人
- **世帯** 六千三百九十二世帯（平成22年調査時から百十八世帯減）

6月1日は経済センサス活動調査

総務省と経済産業省は、平成28年6月1日現在で、「平成28年経済センサス活動調査」を実施します。全国のすべての事業所及び企業が対象となります。



- **調査票は、** 県知事が任命した調査員が5月中旬に訪問して直接配布するか、国が郵送します。調査員が訪問する場合は、必ず「調査員証」のほか「従事者用腕章」を身に付けていますので、安心してご回答ください。
- **問い合わせ** 役場政策推進課政策係まで

高齢者給付金について

年金生活者等支援臨時福祉給付金

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及びにくい所得の少ない高齢者に対して、次のとおり「高齢者向け給付金」（年金生活者等支援臨時福祉給付金）が支給されます。

- **支給対象者** 平成27年度分の住民税が課税されていない人で、平成29年3月31日までに65歳以上になる人。ただし、課税されている人に扶養されている場合や生活保護等を受給している場合は対象になりません
- **支給額** 対象者1人につき30,000円
- **基準日** 平成27年1月1日
- **申請について**
 - ▷とき = 5月2日（月）から8月1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
 - ▷ところ = 役場福祉人権課「高齢者向け給付金」窓口（※基準日時点で、住民票がある市町村に申請してください）
 - ▷申請書類 = 対象者には4月下旬に申請書を郵送します
- **問い合わせ**
 - ▷申請について = 役場福祉人権課
 ☎ 42局2111番（内線244・245）まで
 - ▷制度について = 厚生労働省給付金専用ダイヤル
 ☎（0570）037局192番まで



「高齢者向け給付金」の「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください

- 町や厚生労働省などがATM（現金自動支払機）の操作をお願いすることはありません。
- ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことはできません。
- 町や厚生労働省などが、「高齢者向け給付金」を支給するために、手数料の振り込みを求めることはありません

町や厚生労働省などをかたる不審な電話や郵便があった場合は、役場や警察署（または警察相談専用電話（#9110））にご連絡ください。

町内の交通事故発生状況



【2月中】		【累計】	
件数	10件(+ 3)	件数	15件(± 0)
死者	0人(± 0)	死者	0人(± 0)
傷者	13人(+ 4)	傷者	19人(- 1)

- とき 4月13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

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 役場保険健康課国保年金係まで

国民健康保険の高齢受給者証を交付します

国民健康保険の加入者で70歳を迎えた人(昭和21年4月2日から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)からです。

●交付する日 4月26日(火) 午前9時から

●ところ 役場保険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 役場保険健康課国保年金係まで

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、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 役場保険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 役場保険健康課国保年金係まで

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

【2月中】		【累計】	
刑法犯総数	78件(-38)	刑法犯総数	148件(-58)
車上ねらい	2件(-8)	車上ねらい	3件(-16)
自転車盗難	4件(-4)	自転車盗難	14件(-7)
空き巣	4件(±0)	空き巣	7件(-2)

福岡県警察からのお知らせ

福岡県内の二セ電話詐欺 ◆被害額 3,020万円 ◆阻止額 5,698万円 (平成28年中(1月末まで))

- 最近の発生事例 捜査第二課などの警察官をかたるオレオレ詐欺が多発しています。内容は「捜査していたら、犯人があなたの名前と連絡先を持っていた。」「被害にあったらいけない。確認のために通帳残高と暗証番号を教えてください。」など
- 警察が電話で暗証番号を聞いたり、現金や通帳等を要求することはありません!
- このような電話があった場合は、相手の警察署名などを聞いて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

子どものお話の会



楽しいお話の会

- 中央公民館母と子の図書室で、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 4月9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。

- 4月17日(日)のりまつ医院(猪倉) ☎42局7008番

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

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。5月に75歳を迎える人(昭和16年5月1日から5月31日までに生まれた人)には、4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入院するときや高額な外来診療は前もって手続きを

あなたの学習意欲を 応援します



若年者専修学校等技能習得資金

- **利用できる人** 専修学校及び各種学校（職業に必要な技術・技能の習得を目的とした学科に限る）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者及び当該年度の高等学校中退者
- **使い道** 授業料、実習費、入学金、入学支度金など
- **貸付額** ▷ 専門課程 = 月額 53,000 円 ▷ その他 = 月額 30,000 円 ▷ 入学支度金（1回） = 100,000 円
- **利息** 無利子
- **貸与の基準** 世帯の収入が基準以下であること、他の奨学金を受けていないこと
- **返済期間** 在学期間の3倍以内（最長12年以内）
- **受付期限** 5月10日（火）
- **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

ときは前もって交付の手続きをしてください。すでに認定証を持っている場合は、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。

- **申請場所** 役場保健健康課公費医療係窓口
- **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** 役場保健健康課公費医療係まで

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。

- **受診対象者** 後期高齢者医療被保険者
- **受診票の送付時期** ▽ 平成28年4月末現在で被保険者の人 ▽ 4月下旬 ▽ 平成28年5月以降に被保険者となる人 ▽ 被保険者となる月（75歳の誕生日）の上旬
- **受診期限** 平成29年3月31日（金）
- **受診方法** 健康診査の実施医療機関で、個別に予約のうえ受診
- **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）6511局

311番まで

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、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

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27日（水）、28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
- **問い合わせ** 役場福祉人権課高齢者支援係まで

マイナンバー（個人番号）をお知らせする「通知カード」を平成27年10月5日時点の住民票情報に基づき、簡易書留・転送不要郵便（世帯単位）で11月末までにお送りしました。配達時に不在（1週間郵便局で保管）や転送サービスを利用して、返戻となった通知カードは役場で保管しています。対象の人に、返戻のお知らせを普通郵便・転送可能で送付しましたが、一部の人はまだ「通知カード」を受け取られて

ていません。

役場で一定期間（5月末までを予定）保管した後は、廃棄処理となり、その後交付する場合は再交付手数料五百円が必要となります。お早めにお受け取りください。なお、お受け取りの際には本人確認できる書類が必要です。

- **問い合わせ** 役場税務住民課住民係まで



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。故人敬称略）。

- **社会福祉協議会へ「香典返し」**
- ▽ 石松健男様 ▽ 今村（タカエ）
- ▽ 小松八州明様 ▽ 小牧（ノブ）
- ▽ 浦部正秀様 ▽ 新北（富志子）

● **くらすて病院へ「香典返し」**

- ▽ 永田和江様 ▽ 中山南（有田政住）
- ▽ 有田 健様 ▽ 中山南（クメ）
- ▽ 長谷弘則様 ▽ 八尋（ユリ子） ※ 鞍寿の里へ
- ▽ 柴田正治様 ▽ 中山南（磯子）

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
「バランスの良い食事を」

【ケーキ寿司】 1人当たりの栄養価 452kcal

■材料（6人分）

白米（3カップ）、飾り用ミニトマト（3個）、かいわれ菜（1/3パック）、【A…酢（大さじ3）、砂糖（大さじ3）、塩（小さじ1/2）】、【B…ツナ缶（小2缶）、砂糖（大さじ1）、しょうゆ（大さじ1.5）】、【C…たまご（2個）、砂糖（小さじ1/2）、塩（ひとつまみ）】

■作り方

- ①【A】の材料で合わせ酢を作り、炊きたてのご飯と合わせておく。
- ②【B】の材料から、鍋に軽く油を切ったツナ缶、しょうゆ、砂糖を入れ、水分がなくなるまで煮詰める。
- ③【C】の材料から、たまごに砂糖、塩を加えて薄焼卵を焼き、錦糸卵を作る。
- ④ケーキの型にラップを敷き、底に錦糸卵を敷き詰め、寿司めしを1/2量のせる。
- ⑤寿司めしをのせたら、しゃもじで全体を平らにならし、さらに上から②のツナそぼろをのせる。
- ⑥最後に残りの寿司めしをまんべんなく敷き詰める。平らにならしながら押さえておく。
- ⑦上にお皿をかぶせ、くるっとひっくり返す。ミニトマトと、かいわれ菜で飾り、人数分に切り分ける。



【大根ステーキ】 1人当たりの栄養価 157kcal

■材料（6人分）

大根（600g）、生しいたけ（120g）、しめじ（120g）、バター（30g）、サラダ油（大さじ1）、酒（大さじ2）、だし汁（200cc）、しょうゆ（大さじ3）、みりん（大さじ3）、ピザ用チーズ（100g）、みじん切りパセリ（適宜）

■作り方

- ①大根は3～4cmの輪切りにし、皮をむき、面取りし、好みのかたさに下茹でしておく。生しいたけは軸を落としておく。しめじは軸を除いてほぐしておく。
- ②フライパンに油とバターを入れ、大根に軽く焦げ目がつくように焼きながら、きのこ類も横で焼く。酒、だし汁、しょうゆ、みりんを加え、途中裏返ししながら煮からめる。
- ③大根を煮汁ごと耐熱容器に移し、きのこ、チーズをのせてオーブントースターなどでチーズが溶けるまで焼く。みじん切りのパセリをのせる。



4月の行事カレンダー

日	曜日	行事内容
1	金	固定資産税帳簿の縦覧（※4月25日まで）（役場：8時30分～17時15分、11ページ参照） 補聴器相談（役場：13時～14時、11ページ参照）
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	
6	水	
7	木	1歳半、3歳健診（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）
8	金	
9	土	子どものお話の会（中央公民館：10時～、14ページ参照）
10	日	
11	月	無料法律相談（くらじの郷：13時～16時、11ページ参照）
12	火	
13	水	
14	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：11時～12時、11ページ参照）
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	補聴器相談（役場：13時～14時、11ページ参照）
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	固定資産税（第1期分）納期限（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）
26	火	補聴器相談（くらて病院：14時～16時30分、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）
27	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） 介護保険証交付（役場：8時30分～17時15分、15ページ参照）
28	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（くらて病院：14時～17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）
29	金	昭和の日
30	土	



●町の人口・2月の人の動き

・人口	16,615人	・出生	4人
・男性	7,892人	・死亡	20人
・女性	8,723人	・転入	42人
・世帯数	7,575世帯	・転出	51人

（平成28年2月29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>