

新たな力で躍動するまち

ふくらむ くら 広報

# くらで

CONTENTS ～主な内容～ ●新庁舎等建設通信 vol.7.....2 ●まちの話題・すくすく日記.....3 ●ひろば・広報ざやらりー・やんぐすぽっと.....4～5 ●ほん大好き.....6 ●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 ●後期高齢者医療制度.....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

## 出会いと別れの季節

写真は鞍手インター近くで撮影した河津桜。一足早い2月上旬から3月上旬にかけて開花する早咲きの桜です。子どもたちの卒業を祝うかのようにあたり一面に咲き誇っていました。

4 April  
2024  
No.772



鞍手町 LINE 公式アカウントでは、町からの最新情報を随時配信しています。また、ごみの日リマインダーも設定できます。ぜひご登録ください。





# 新庁舎等建設通信

vol. 7

町では、現在の役場庁舎が老朽化していることに加え、大規模な地震が発生したときに崩壊の危険性があることなどから、役場庁舎の建替えと周辺施設整備を行う「新庁舎等建設事業」を進めています。

役場の移転が完了するまで、工事の状況などを随時お知らせしていきます。

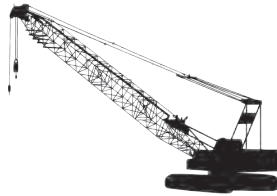
## 新庁舎等建設工事の近況

博物館別館、車庫棟については、建屋工事の大部分が終わり、外構工事に取りかかっています。

庁舎棟については、内装工事のうち、壁や天井をつくるための作業に取りかかっています。

令和7年1月の新庁舎オープンを目指して工事を進めています。現在のところ、工事全体でおよそ50パーセントが完成している状況です。

4月以降は、庁舎棟建物の内装仕上げ作業に加え、設備機器の取り付け作業に取りかかっています。ですので、次回の新庁舎等建設通信ではその様子をご報告できればと思います。



### ● 問い合わせ

役場管財課 庁舎等建設推進係

☎ (42) 2111 まで

### ● 令和6年3月時点



### ● 令和5年2月時点



① 庁舎棟 内装施工状況その1



② 庁舎棟 内装施工状況その2



③ 庁舎棟 内装施工状況その3

## 建設に携わって

株式会社 佐藤総合計画九州オフィス

副代表 篠原 正樹さん

## 設計・監理編

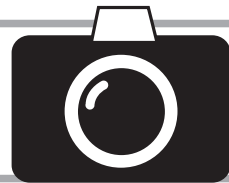
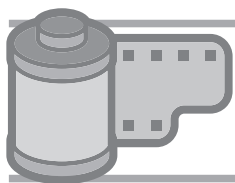
皆様に携わって。新庁舎の設計と工事監理の総括をしている篠原さんです。早速ですが、一般的な建物とは異なる特徴的な庁舎の形に「あれっ」と思われた方も多いのではないのでしょうか。しかし、私たちは決して奇をてらつてこの形を提案したわけではありません。これからの時代は、環境とともにある社会が求められています。特徴的な大屋根は、太陽光パネルを設置することで、庁舎で日常的に必要なエネルギーの大部分をまかなうことができます。さらに、自然の風、光、雨を徹底的に活用できる形態であるため、標準的な庁舎と比べて4分の1ほどのエネルギー利用に抑えることができます。また、大屋根を活かした2階の半屋外空間には、強い日差しを遮断し、雨の日の活動をも可能とする交流の場として「くららてらす」を計画しています。『大屋根のもとにみんなが集うー環境共生庁舎』という新庁舎計画のコンセプトを実現していくため、関係者一丸となって最後まで熱量を持って取り組みたいと思います。



設計・監理チームの皆さん



株式会社 佐藤総合計画



## 新しい制服姿で臨む卒業式

▶町内小・中学校で卒業式

3月7日に鞍手中学校で、14日に町内の各小学校で卒業式が行われました。写真は古月小学校の様子です。古月小の8人の卒業生たちは、ステージ上で卒業証書を受け取った後、一人ひとり将来の夢・目標を発表。木村校長先生からの「困難にぶつかった時、諦めたりせずに立ち向かってください」との励ましの言葉を胸に刻み、先生や保護者への感謝と6年間の学校生活への別れを告げました。卒業生の晴れ姿を見送った在校生たちは、先輩から受け継いだ伝統を守っていく決意を新たにしていました。

皆さん、卒業おめでとうございます。



## 人権意識高揚への尽力を称えて

▶鞍手中学校へ法務省と全国人権擁護委員連合会から感謝状が贈呈

鞍手中学校では、人権尊重の大切さや基本的人権についての理解を深め、豊かな人権感覚を身に付けることを目的として、毎年「人権作文のテーマ一覧」を配布しており、日常の家庭生活や学校生活等の中で得た体験に基づく作文を夏休みの宿題にしています。その中から選出した作品を「全国中学生人権作文コンテスト」に学校として応募しています。この取組が評価され、法務省と全国人権擁護委員連合会から感謝状が贈呈されました。與光光校長は「これからも継続して取り組んでいきたい」と生徒たちの人権意識高揚の取組への意気込みを語ってくれました。



## 舞踊の世界に魅せられて

▶中央公民館で舞踊協会定期公演が開催

3月10日、中央公民館で鞍手町舞踊協会第24回定期公演が開催されました。公演には4つの団体が出演し、伝統文化である日本舞踊を見ようとたくさんの人たちが来場。満席となった会場で出演者の皆さんは、舞踊に合わせた着物を身に付けて日ごろの練習の成果を存分に発揮していました。美しい所作、扇や手ぬぐいなどの道具を使った表現と音楽の調和に、観客は時が経つのを忘れるほどに見とれている様子。演目が終わるたびに惜しめない拍手や声援が送られ、あっという間の3時間となりました。

次の開催が楽しみです。



# すくすく日記



## 4月生まれ

Happy birthday to you.

今月は申込みがありませんでした。

### お待ちしています

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10日(水)まで**に申し込んでください。なお、役場まちづくり課まちづくり戦略係窓口で申請できるほか、『ふくおか電子申請サービス』を使ってインターネットからも申込みができます。右のQRコードから入力フォームに従って必要事項を入力してください。



鞍手 すくすく日記 申請

検索

●問い合わせ 役場まちづくり課まちづくり戦略係まで



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。

## 鞍手町人権子ども会に 参加してみませんか

### ◆鞍手町教育課生涯学習係

町では様々な体験学習や人権学習を行う鞍手町人権子ども会活動をしています。鞍手町在住の子どもたちであればどなたでも参加可能です。

●鞍手中学生人権子ども会 ▽とき 毎週月曜日。下校時間から午後6時まで▽ところ 鞍手中学校内▽対象者 鞍手中学校生徒

●くらて人権なかつし子ども会 ▽とき 毎週水曜日。下校時間から午後6時30分まで▽ところ 舟川隣保館▽対象者 新延小・剣北小・剣南小・古月小の児童

●やひろ人権なかつし子ども会 ▽とき 毎週金曜日。下校時間から午後6時30分まで▽ところ 八尋集会所▽対象者 西川小・室木小の児童

※事業内容など詳細は、お問い合わせください。  
●問い合わせ 教育課生涯学習係まで

## バドミントン教室を開催します

### ◆鞍手町体育協会（バドミントン連盟）

鞍手町体育協会バドミントン連盟では、次のとおりバドミントン教室の参加者を募集します。

●とき 6月8日、22日、7月13日、27日、8月10日、24日、9月28日、10月12日、11月9日、23日（土曜日・計10回）。時間は午後8時から10時まで

●ところ 町立体育館

●参加資格 18歳以上の人

●参加費用 保険料のみ

●持ってくるもの ラケット・シューズ

●申込み ▽期間 4月15日（月）から5月15日（水）まで（平日のみ）▽時間 午前9時から午後5時まで

●問い合わせ 鞍手町体育協会事務局（鞍手町中央公民館内）まで

## 鞍手町を散策しよう!!

## 春のウォーキング&史跡巡り 第2弾を開催します

### ◆鞍手町教育委員会

自然豊かな鞍手町を巡りながら、心と体をリフレッシュしませんか。コース途中では、博物館学芸員による史跡紹介などがあります。ちょっとした思い出作り・鞍手町について学び、知る良い機会になると思います。ぜひ、ご参加ください。

●とき 5月12日（日）午前8時45分から9時まで受付、9時15分出発予定。

※予備日として5月26日（日）があります。

●集合場所 鞍手町役場正面玄関

●参加料 1人あたり100円（保険料込）

●コース 役場発着の計8km（古門）コース

●申込み ▽期間 4月30日（火）まで（平日のみ）▽時間 午前9時から午後5時まで

●定員 30人（先着順）

●問い合わせ 教育課生涯学習係まで

## くらてなかよし食堂を 開催しました

### ◆くらてなかよし食堂 吉永

3月16日、舟川隣保館でくらてなかよし食堂を開催しました。この食堂は、子どもも大人も皆で楽しく食事をする場所です。今回は、直方のひろはしさん、鞍手町のエムケイ食品さんからお肉を提供いただき、カレーとから揚げを作りました。次回からは、子どもたち自ら料理を作り提供しようと考えています。毎月1回開催していますので子どもも、どなたでも食べに来てください。



●問い合わせ くらてなかよし食堂 吉永  
☎090（5473）8886まで

## 介護予防サポート ポイント事業のお知らせ

### ◆鞍手町地域包括支援センター

この事業は、町民の皆さんが住み慣れた鞍手町でいつまでも元気でいきいきと生活できることを目的として行っています。

介護予防活動や地域の支え合い活動に参加することでポイントを貯め、年に1回商品券と交換することができます。

皆さん、ぜひご参加ください。

●対象者 次の①、②、③のすべてに該当する人

①町内在住で40歳以上の人

②介護保険・総合事業対象者の認定がない人

③介護保険料に滞納がない人

●対象となる活動 次の①、②の2つの活動

①（セルフサポート）自らの健康づくり・介護

予防のための支え合い活動

②（地域貢献サポート活動）地域のための支え

合い活動

●ポイント付与から交換の流れ 次の①から④

までの順番に従ってポイントを付与します。

①専用の「ふつくらくらてサポートポイント

手帳」を対象事業参加時または包括支援セ

ンターの窓口で受け取る

②対象事業の活動に参加しポイントを貯める

③貯めたポイントを3月に申請

④貯めたポイントと商品券を後日交換

※LINEを使って、ポイントの蓄積・申請が

できます。

※ポイントの貯め方や対象となる活動など、詳

細はお問い合わせください。

●問い合わせ 地域包括支援センターまで



町の未来を担う小学生は何をを考え、何を感じているのでしょうか。  
皆さんに語っていただいた将来の夢を隔月でお届けします。



やまうち  
**山内 あかりさん**  
室木小学校 6年生

3年生の夏休みに料理を始めました。最初は、包丁や火などを使わない簡単なものからでしたが、次第に親からも許しが出ていろいろな料理に挑戦。得意料理はハンバーグ・肉ジャガです。将来は海外のコース料理を出すようなお店を持ちたいです。

## 将来の夢

私の将来の夢は、調理師免許を取って自分でお店を出すことです。

昔テレビで、お店の人が出した料理を食べたお客さんが笑顔になっているのを見て、「自分もいつか、自分で作った料理でお客さんを喜ばせ、笑顔にしたい」と、思うようになりました。それから私は、うまく作れるように休みの日におかし作りをしたり、お母さんがつかれているときや、ねているときは、妹のご飯も作ったりしました。ほとんどは失敗で、時にはあきらめかけたときもありました。しかし、作り続けていると、たまご焼き、ハンバーグ、肉ジャガなど、次第にレパートリーも増え、家族からも「おいしい。」「また作ってね。」といううれしい言葉をもらうようになりました。私はこれからもいろいろな料理づくりにチャレンジし、調理師免許をとって、たくさんの人を笑顔にしたいです。

## ピラティス教室参加者を募集します

◆鞍手町総合福祉センター（健康こども課）

ピラティスは、マットを使ってゆっくり体幹、インナーマッスルを鍛える運動です。初めての人も大歓迎です。

●対象者 町内在住の40歳から64歳までの人

●とき 5月14日から7月30日までの火曜日（6月25日と7月16日を除く全10回）。時間は午後1時30分から2時45分まで

●ところ 総合福祉センター保健棟

●定員 15人（新規の人を優先します）

●参加費 無料

●持参品 ヨガマット・水分補給のお茶・タオル

※動きやすい服装でお越しください。

※ヨガマットをお持ちでない場合は貸し出します。

●申込み 5月2日（木）までに電話申込

●問い合わせ 総合福祉センター保健棟まで

## フラダンス無料体験講座を開催します

◆カ・リコプア・フラレア

ハワイアンの音楽で楽しい踊りをします。健康増進にもなるフラダンスを体験してみませんか。

料金は無料で、基礎からお教えします。詳しくは、お問い合わせください。



●とき 4月23日（火）、30日（火）、5月7日（火）の全3回。

時間は午後1時から2時30分まで

●ところ くらじの郷

●料金 無料

●定員 8人（先着順）

●問い合わせ 津留理恵 ☎090（9791）1339まで

## 広報ぎやらりー

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。役場まちづくり課 ☎（42）2111まで、ご連絡ください。

### リース

森 恵津子さん  
（新北）



庭のミモザと丸葉ユーカリ、水仙の春のリースです。円形で30cmの大きさです。

### 手編み

竹松 孝子さん  
（手編み教室）



ハート模様のベストです。編むのがむずかしかったですが、とても素敵なベストが出来上がりました。長く編みものをしていて良かったと思いました。

### 俳句

川野 千代子さん  
（木洩れ日俳句会）

いつも見ている山なのに春になると、あちこちに美しい桜が浮きあがってきて、驚かされます。

人の苦しみ、悲しみを癒すように咲く桜、今年もありがたい声を掛けたくあります。

見なれたる山に浮き出る桜かな





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22日（月）から5月12日（日）まで
- ところ 中央公民館ロビー

### 今月 **新しく** 入りました。

※4月の新刊は、1日（月）からの貸出となります。

#### 📖 一般の本

- ・777 トリプルセブン（著＝伊坂 幸太郎）
- ・誰かがジョーカーをひく（著＝宇佐美 まこと）
- ・あのとき売った本、売れた本（著＝小出 和代）

#### 📖 子どもの本

- ・いよいよあしたは（文＝ナターシャ・ウィング）
- ・わたしたちのケーキのわけかた（作＝キム・ヒョウン）
- ・やさいのはなんのはな？（構成・文＝宮崎 祥子）

### 中でもこの本が **オススメ** です。

#### 山ぎは少し明かりて

著＝辻堂 ゆめ



瑞ノ瀬村に暮らす佳代、千代、三代の三姉妹は、美しい自然の中をかけまわり元気に暮らしていた。どんな時も、豊かな自然を讃えた山々の景色は佳代たちを包み込み、見守ってくれていた。あるとき、そんな瑞ノ瀬村にダム建設計画の話が浮上する。愛する村が湖の底に沈んでしまうという。佳代は夫の孝光とともに故郷を守ろうと奔走するが――。

### ●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いかがでしょうか。

### 子どものお話の会

中央公民館内のこどものとしょじつで、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20日（土）午前11時から
- ところ 中央公民館（こどものとしょじつ）
- 申込期間 4月15日（月）から18日（木）まで。  
時間は午前9時から午後5時まで
- ※参加無料（先着15人）
- 問い合わせ 中央公民館まで

#### どすこいみいちゃんパンやさん

作＝町田 尚子



猫のみいちゃんがパンをつくるすがたは、まるでおすすめさんみたい！

グーバーグーバーきじをこねる。どすこいどすこい、おいしくなあれ。

見ると楽しくなってくる、パンやのみいちゃんの朝がはじまります。

## 調子はいかが？

くらで病院 ☎ (42) 1231



# Health

ADVICE

## 遺伝子からみた 高齢化社会と老化雑感



河野公俊 こうの きみとし  
略歴  
昭和50年九州大学医学部卒業  
平成26年 産業医科大学名誉教授、顧問  
医療法人あさひ松本病院 内科医師  
地方独立行政法人くらで病院前理事長

日本の高齢化社会への変貌はかなりのスピードで進んでいます。鞍手町も例外ではありません。健全な社会経済の仕組みの構築には税金や年金、そして医療システムの改革が不可避と報道されています。一方で人間に目をむけてみる必要もあります。個別に人間観察していると、いわゆる暦年齢と生物学的年齢に開きのある方によく出くわします。そこでもし生物学的に若く健康な高齢者を増やし、社会で活用することができれば、様々な高齢化社会の問題解決の一助になるのかもしれない。

### 老化って何？

老化の原因は様々です。最近ではヒト遺伝子に組み込まれている特殊なウイルス遺伝子の復活が着目されています。古くは活性酸素も一因と言われています。酸素呼吸をすると、活性酸素が産生され、酸化により体が錆びていくのが老化というわけです。細胞内にはいくつもの「錆びとりシステム」すなわち錆のもとになる活性酸素を無害な水にかえる抗酸化システムが組み込まれています。老化と癌も密接な関わりがあります。老化細胞は細胞分裂できませんが、がん細胞は活性酸素を出しながら活発なエネルギー産生により無限に増殖します。これだけでも、がん細胞は若い

と言えます。同じく分裂可能な正常細胞として幹細胞やiPS細胞にも同じことが言えます。がん細胞と幹細胞やiPS細胞には効果的な抗酸化システムがあるに違いありません。これに関わる様々な抗酸化遺伝子が注目されています。

### 認知症って何？

個体レベルでは老化と脳機能も気になります。なかでも老化に伴う記憶力低下や認知症には皆さんが不安になるようです。最近の報告ではある2つの遺伝子の変異や修飾が海馬（記憶をつかさどる脳の部位）での記憶を制御しているそうです。日々の生活でだけ防止など「遅老」にむけて海馬の遺伝子機能をよくするために何らかの手が打てるのかは興味があります。

### 生活習慣と病気の 関係について

日々の生活習慣は大きく寿命に関係します。例えば食生活です。かなり以前より、「Eat less live long（食事を減らすと長生きする）」と言われており、カロリー制限は寿命を延ばすことが証明されています。最近では抗酸化物質に含まれるアミノ酸のグリシンが寿命を延ばすことが報告されています。過食は肥満の原因です。新

しい味覚として脂肪のうまみを感じるセンサー遺伝子が報告されました。このセンサーの感度の高い人は美味しいあぶらを含む食品がどうしても好きになって過食する原因となります。肥満の原因の一つである食生活・食行動を改善する食事指導に、味覚の個人差を取り上げる時代が来るかもしれません。

### 生活リズムと病気の 関係について

睡眠障害や、うつ病といった精神疾患、高血圧や肥満などの代謝性疾患、癌などは生活リズムの乱れとの関連性が報告されています。生活リズムも体にある体内時計遺伝子により調節されています。これらの疾病の制御と予防は健全な高齢化社会の維持に大切です。個人的には生活リズムの乱れが、がんの発症率を上昇させ、生存期間も短縮するといった疫学的報告が気になっています。

ともあれ、マスコミの情報に惑わされることなく、確固たる科学に裏付けされた予防医学に関心をもって、高齢化社会を自ら支えられる健康な高齢者でいたいものです。規則正しい生活をして、体を動かしている鞍手町の元気なお年寄りに学ぶところは多くあります。



## 令和6年度総合健診（特定健診・基本健診・各種がん検診）のお知らせ

5月から令和6年度の総合健診（特定健診・基本健診・各種がん検診）が始まります。健(検)診項目、日程等を確認して、ぜひ受診してください。

- **集団健(検)診内容・料金** 対象者の年齢は、令和7年3月31日時点の年齢です。

健(検)診名	料金	対象者
特定健診	500円	40歳以上74歳以下の鞍手町国民健康保険加入者
基本健診	500円	18歳以上39歳以下の人または生活保護受給者
肝炎ウイルス検診 ※過去に未受診の人	300円	18歳以上
胃がん検診	800円	
大腸がん検診	300円	
肺がん検診 ※該当者に喀痰細胞診(300円)を案内	200円	
前立腺がん検診	200円	50歳以上
子宮頸がん検診	400円	20歳以上
乳がん検診 (マンモグラフィ) ※2年に1回の受診	600円	40歳以上
結核検診	無料	65歳以上

※生活保護受給者の人は、健(検)診当日に「診療依頼書」を提示すれば、健(検)診料は無料です。

- **集団健(検)診日程（春の健診）** 日程に○印がある日は、子宮・乳がん検診を受診できます。

とき	子宮・乳	ところ	受付時間
5月13日(月)		総合福祉センター	午前8時30分から20分単位でご案内します。  健診の案内票をご覧のうえ受診してください。
5月14日(火)	○		
5月15日(水)	○		
6月5日(水)			
6月6日(木)	○		
7月7日(日)	○		
7月8日(月)			
7月9日(火)	○		
7月29日(月)	○		

※9月以降も秋の健診を行います。

※5月15日(水)は、託児があります。託児をご希望の人は予約が必要です。お早めに申し込みください。

- **申込書** 特定健診対象者と昨年度がん検診受診者に申込書を郵送します。それ以外に健(検)診を希望する人は申込書を送付しますのでご連絡ください。

- **申込方法** 申込書に記入して、同封の返信用封筒にて希望する健(検)診の1か月前までに返送してください。また、右のQRコードからも申込みできます。



## 個別がん検診(乳がん・大腸がん)のご案内

乳がん、大腸がん検診は「地方独立行政法人くらて病院」でも受診できます。ただし、令和6年度中に集団検診で受診する予定がある人は対象外です。また、乳がん検診は令和5年度に受診した人も対象外です。

- **乳がん検診** ▷対象者＝40歳以上の人▷検査内容＝マンモグラフィ検査(600円)▷申込み・問い合わせ＝くらて病院 ☎ (42) 1231 まで

※今年度から超音波検査は実施されません。

- **大腸がん検診** 容器を送付しますので、役場健康増進係または総合福祉センター保健棟に申込みをしてください。

## 乳幼児健診・相談

4月の乳幼児健診は次のとおりです。対象者には事前に通知しています。通知が来ていない人はご連絡ください。

健診	とき	対象児
4か月健診	4月18日(木)	令和5年11月21日から 令和5年12月20日生まれ
7か月健診	4月25日(木)	令和5年9月1日から 令和5年9月28日生まれ
12か月健診		令和5年4月1日から 令和5年4月30日生まれ
1歳半健診	4月4日(木)	令和4年9月8日から 令和4年10月4日生まれ
3歳健診		令和3年3月8日から 令和3年4月4日生まれ





## 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歳未満で、厚生年金保険に加入していない人は国民年金に加入しなければなりません。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 16,980 円です (※)	給与から職場の年金制度の保険料を納めます。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ている場合は、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または年金事務所に届け出ます	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

(※) 保険料を納めることが困難な場合、保険料が免除または猶予される制度がありますのでご相談ください。

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。  
20歳以上60歳未満で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（60歳未満）	第1号	役場・年金事務所
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

### ●役場での届出に必要なもの

- ・基礎年金番号通知書（年金手帳）またはマイナンバーカード（通知カードの場合は、本人確認書類も必要です）
- ・離職票（免除を申請する場合）

### ◆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・年金事務所
配偶者が退職した（60歳未満）	第1号	役場・年金事務所
配偶者が65歳になった	第1号	役場・年金事務所
会社員・公務員になった	第2号	勤務先

# 後期高齢者医療制度

問い合わせ  
役場税務保険課保険年金係  
☎ 42-2111(内線 201・202)まで

## ● 令和6・7年度の保険料率が決まりました

▶ 後期高齢者医療制度の保険料率は、2年ごとに改定されます。新しい保険料率は次のとおりです。

	令和4・5年度	令和6・7年度 ※
均等割額	56,435 円	60,004 円
所得割率	10.54%	11.83%
賦課限度額	66 万円	80 万円

※ 保険料の軽減及び激変緩和措置については、下記の保険料軽減措置をご確認ください。

## ● 保険料額の算出方法

▶ 個人ごとの保険料は、加入者全員が同じ金額を負担する「均等割額」と、個人ごとの総所得金額等（※1）に応じて負担する「所得割額」との合計になります。

保険料額		均等割額		所得割額
(年額) (10 円未満切り捨て)	=	60,004 円	+	$\left( \begin{array}{c} \text{総所得} \\ \text{金額等} \end{array} - \begin{array}{c} 43 \text{ 万円} \\ \text{(基礎控除額)} \end{array} \right) \times \begin{array}{c} \text{所得割率} \\ 11.83\% \end{array}$

※1：「総所得金額等」とは、前年中の「公的年金等収入 - 公的年金等控除」、「給与収入 - 給与所得控除」、「事業収入 - 必要経費」等の合計額で、各種所得控除前の金額です。

## ● 令和6年度の保険料軽減措置

▶ 世帯（※2）の所得額等に応じて、均等割額が軽減されます。

均等割額 軽減割合	軽減後の均等割額 (年額)	軽減の基準 (同一世帯内の被保険者及び世帯主の軽減対象所得金額（※3）の合計額で判定)
7 割軽減	18,001 円	43 万円(基礎控除額)+10 万円×(給与所得者等の数-1)以下の人
5 割軽減	30,002 円	43 万円(基礎控除額)+29.5 万円×被保険者数+10 万円×(給与所得者等の数-1)以下の人
2 割軽減	48,003 円	43 万円(基礎控除額)+54.5 万円×被保険者数+10 万円×(給与所得者等の数-1)以下の人

※2：「世帯」とは、4月1日時点の世帯(年度途中で75歳になる人、県外から転入された人等はその時点)が基準です。

※3：「軽減対象所得金額」とは、基本的には総所得金額等と同じですが、公的年金の場合は、さらに15万円を控除して計算します。

▶ 令和6・7年度の保険料率改定に係る制度改正の影響をふまえ、低所得者層等の負担増に配慮し、下記の激変緩和措置が講じられます。詳しい内容については、7月に送付予定の通知書に同封するリーフレットでお知らせします。

所得割率	令和5年中の基礎控除後の総所得金額等が58万円を超えない人の所得割率は、11.02%になります。
賦課限度額	昭和24年3月31日以前に生まれた人、令和7年3月31日までに障害認定により被保険者の資格を有している人は、73万円になります。

▶ 後期高齢者医療制度に加入する前日まで社会保険（※4）の被扶養者だった人は、均等割額が5割軽減（※5）されます（所得割額は、かかりません）。

### 軽減後の保険料：年額 30,002 円

※4：社会保険とは、協会けんぽ（全国健康保険協会管掌保険）、組合管掌保険、船員保険、共済組合などのことです。国民健康保険・国民健康保険組合は該当しません。

※5：均等割額の軽減が所得により7割軽減に該当する人は、7割軽減が優先されます。

## ● 保険料額の通知について

▶ 保険料額の詳細については、7月に送付予定の「令和6年度後期高齢者医療保険料額決定通知書」でお知らせします。



**納税・納付は  
確定な口座振替で**

個人が納める町税や保険料は、口座振替にすると納め忘れがなくて安心です。毎月15日までに手続きをすれば翌月の納期限から口座振替が出来ます。口座振替依頼書は町内の金融機関や役場税務保険課等にあります。

**今月の納期限(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。
- **問い合わせ** 役場税務保険課収納係まで



- **必要なもの** 納税(納入) 通知書、通帳、通帳届出印
- **取引金融機関** 直轄農業協同組合、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** 役場税務保険課収納係まで

**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・建物の価格を町内の他の土地・家屋の価格と比較するため、土地や家屋の価格等が記載された縦覧帳簿を無料でご覧いただけます。詳細は次のとおりです。令和6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25日(木)の午前8時30分から午後5時15分まで(土・日は除く)
- **ところ** 役場税務保険課課税係窓口
- **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** 役場税務保険課課税係まで

**補聴器相談日**

補聴器相談が次のとおり行われます。

- **役場での相談** ▽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)



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24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4時30分まで(九州リオン) ▽とき 4月23日(火) 午後2時から4時まで(九州補聴器センター) ▽とき 4月25日(木) 午後2時から5時まで(あそふ補聴器) ▽とき 5月2日(木) 午後2時から4時30分まで(九州リオン)
- **問い合わせ** 役場福祉人権課福祉人権係またはくらて病院まで

**心の悩み相談できます  
こころの健康相談**

福岡県では、心の相談、アルコール・薬物依存などの依存症に関する、引きこもりに関すること、物忘れに関する、不安や悩みがある人、またその家族や周りの人を対象に、精神科医師や保健師が相談に応じます。一人で悩まずに気軽に相談ください。

- **精神科医師への相談**  
▽申込み 予約制(相談日の1週間前まで)。相談日時など詳しくは、お問い合わせください。
- **保健師への相談** ▽電話相談 平日午前8時30分から午後5時15分の間にお電話ください。事前予約等必要ありません。

**トラブル等でお困りの場合は  
無料法律相談へどうぞ**

野中・西村法律事務所  
の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) ▽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** 総合福祉センター
- **問い合わせ** 社会福祉協議会まで

# くらしの 情報

Calendar  
2024

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) 2111  
FAX …… (42) 5693
- 中央公民館 …… (42) 7200
- 教育課 …… (42) 7200
- 歴史民俗博物館 …… (42) 3200  
(休館中)
- 総合福祉センター …… (42) 8811
- 地域包括支援センター …… (43) 3019
- 上下水道課 …… (42) 0408
- 中央浄水場 …… (42) 0417
- くらて病院 …… (42) 1231
- 鞍寿の里 …… (42) 1233
- 鞍手駅 …… (42) 5563
- 社会福祉協議会 …… (42) 7800
- 火災の発生状況 …… (32) 3211
- 防災無線内容確認 …… (43) 1550

ひとりでお悩む前に…  
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 総合福祉センター

●問い合わせ 社会福祉協議会まで

## 募集



歴史民俗博物館  
ボランティア募集中

歴史民俗博物館では、小学校での歴史体験学習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

## 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 小児科
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 直鞍急患センター  
☎(28)2840 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。

直方鞍手医師会ホームページから  
ご確認くださいませ。

<https://chokuan-medical.jp>



## 購入した商品や サービスに関するトラブルは 消費生活センターへ

直鞍広域消費生活センター

〒822-8501 直方市殿町7番1号  
直方市役所5階(商工観光課内)  
☎(25)2162  
平日8:30～12:15、13:00～17:00  
※相談員が不在の場合もあります。

ますのでご参加ください。

●とき 4月17日(水)

午前10時から

●ところ 中央公民館

●問い合わせ 歴史民俗博物館まで

図書館ボランティアを募集しています

中央公民館図書室では、本の修繕や整理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17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

令和6年度県政  
モニターを募集します

福岡県では、県の施策や制度などへ意見・提案を

いただく県政モニターを次のとおり募集します。

●応募資格 県内在住の18歳以上の人のうち、パソコンやスマートフォン等でインターネットの利用及び電子メールの送受信ができる人(国・地方公共団体の議員、常勤公務員、令和4・5年度県政モニター経験者は除く)

●募集人員 400人

●任期 県政モニターを委嘱する日から令和7年3月末まで

●活動内容 アンケートの回答(年6回程度)、県政への提案(随時)

●謝礼 活動実績に応じたQUOカードを進呈(上限3千円)

●応募方法 県ホームページをご確認ください。

●応募期限 5月31日(金)

●問い合わせ 福岡県県民情報広報課 ☎092(643)3103まで

求む。平和を愛する人  
自衛官等採用試験の  
お知らせ

自衛隊福岡地方協力本部飯塚地域事務所では、次のとおり自衛官等採用試験を行います。

●第1回予備自衛官補(一般)▽受付期限 4月11日(木)▽試験期日 4月7日(日)から14日(日)までのいずれか1日

●第1回一般幹部候補生(二般・飛行・歯科・薬剤)▽受付期限 4月12日(金)▽試験期日 4月20日(土)

※海空飛行要員のみ4月21日(日)試験実施。

●第1回一般曹候補生(1次)▽受付期限 5月7日(火)▽試験期日 5月18日(土)から24日(金)までのいずれか1日

※自衛隊福岡地方協力本部飯塚地域事務所では、説明会を行っています。

●問い合わせ 自衛隊福岡地方協力本部飯塚地域事務所 ☎0948(22)4847まで

統計調査員として  
働いてみませんか

町では、各種統計調査に従事していただける登録調査員を募集しています。登録の方法は次のとおりです。

●登録方法 登録申請書に写真を貼って必要事項を記入し、役場まわりの課へ提出

※登録申請書は、町ホームページからダウンロードできるほか役場まわりの課窓口にて配布しています。

●問い合わせ 役場まわりの課まわりの戦略係まで

## お知らせ



総合福祉センター  
ふれあい棟の休館日

総合福祉センター勤労者ふれあい棟(体育館)の4月の休館日は次のとおりです。

●休館日 1日(月)、8日(月)、15日(月)、21日(日)、22日(月)、29日(月・祝)

●問い合わせ 総合福祉センターまで



セレモニー・ホール

鞍心館  
あん しん かん

鞍手町小牧2084-1



※入会金(1万円)のみの  
『鞍心会員』募集中!!

◆信頼・・・45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



## 町内の交通事故発生状況



【2月中】

件数	2件(- 1)
死者	0人(± 0)
傷者	3人(± 0)

【累計】

件数	8件(± 0)
死者	0人(± 0)
傷者	12人(± 0)

(カッコ内は前年比)

- とき 4月11日(木)  
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
- 問い合わせ 福岡県交通事故相談所  
☎092(643)3168 まで

## 巡回交通事故相談

町では、経済的な理由で就学することが困難な人に次のとおり技能習得金を貸与します。

若年者専修学校等技能習得金の申込みは5月10日までです

全額公費負担での新型コロナウイルスワクチン接種は終了しました

新型コロナウイルスワクチン接種の全額公費負担は3月で終了しました。

4月1日以降は、65歳以上の高齢者を対象に秋・冬に定期接種を行います。詳細は、広報紙などでお知らせします。

●問い合わせ 役場健康こども課健康増進係まで

●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

●受付期限 5月10日(金)

●申込み・問い合わせ 教育課生涯学習係まで

障がいのある人のタクシール乗り料金を助成しています

町では、障がいがある人がタクシールを利用する際の初乗り料金を助成しています。助成を受けるためには、事前申請が必要です。

●対象者 身体障害者手帳(1級・2級)、療育手帳(A・B)、精神障害者保健福祉手帳(1級・2級)を持つ人

## 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】

刑法犯総数	46件(- 1)
自転車盗難	2件(- 6)
空き巣	0件(- 2)

【累計】

刑法犯総数	103件(- 4)
自転車盗難	12件(- 1)
空き巣	5件(± 0)

(カッコ内は前年比)

2級)を持つている在宅の人

●助成内容 ひと月に3枚のタクシール利用券を交付します。ただし、人工透析で通院する人はひと月に6枚交付します。

●利用できるタクシール 直鞍旅客自動車協同組合または北九州タクシール協会に加盟しているタクシール、叶えるサポート(福祉タクシール)、ワンピース(福祉タクシール)、介護タクシール、エルオー(福祉タクシール)、エルオー・テイカ(福祉タクシール)、福祉タクシール晴れるや

●申請に必要なもの 障害者手帳

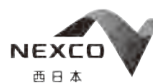
●問い合わせ 役場福祉人権課福祉人権係まで

令和6年4月1日から不動産の所有者が亡くなった場合の相続登記の申請が義務化されました。

相続によって不動産を取得した相続人は、その「所有権を取得したことを知った日」から3年以内に相続登記の申請をしなければなりません。4月1日より前の相続も義務化の対象です。また、正当な理由なく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科されることがあります。お気を付けください。

●問い合わせ 福岡法務局直方支局 ☎(22)1144まで

## 有料道路通行料金の障がい者割引制度をご存じですか



事前登録・更新申請をお忘れなく

「身体障がい者が自ら運転する場合」または「重度の障がい者もしくは重度の知的障害者が同乗し、障がい者本人以外の方が運転する場合」に有料道路の通行料金が割引になる制度があります。

●事前登録手続き 障がい者割引を受けるには役場での事前登録が必要です。申請に必要なものは次のとおりです。

- ①障がい者本人の身体障害者手帳または療育手帳
- ②登録する自動車の自動車車検証(割引の対象となる自動車には条件があります)
- ③ETCカード(障がい者本人名義のもの)
- ④ETC車載器の管理番号が確認できる書類(ETC車載器セットアップ申込書等)

※③、④はETC利用での割引の場合のみ必要です。

※未成年の重度障がい者の場合、親権者の名義のカードでも対象となることがあります。

●問い合わせ 西日本高速道路株式会社 ☎0120(924)863 または役場福祉人権課福祉人権係まで

空き家は放置せず適切な対処を

空家等対策の推進に関する特別措置法の一部を改正する法律が令和5年12月13日に施行されました。これに伴い、特定空家に加えて管理不全空家(放置した場合特定空家になるおそれがある空家)も自治体からの指導・勧告の対象になります。

市区町村からの指導に従わずに、勧告を受けてしまうと住宅用地特例が解除され、固定資産税の軽減措置が受けられなくなる場合があります。

空き家の対処に困ったら、早めに空き家のある市区町村の窓口、または

不動産・相続などの専門家に相談してください。

●問い合わせ 役場まちづくり課安全安心係まで

不動産・相続などの専門家に相談してください。

●問い合わせ 役場まちづくり課安全安心係まで

空家バンクは、空家・空地を売りたい・貸したい人と買いたい・借りたい人をつなぐ事業です。

登録された物件は、順次町ホームページに掲載されます。なお、登録物件の所在地は利用希望登録された人へのみ情報提供しています。登録は無料です。ぜひご利用ください。

●問い合わせ 役場まちづくり課まちづくり戦略係まで

危険な空き家の  
解体撤去費用を  
補助します

町では、町民の安全で  
安心な暮らしの実現を図  
るため、町内の老朽危険  
空家等の解体撤去費用の  
一部を補助します。

●補助対象空家

▽① Ⅱ  
空家等対策の推進に関  
する特別措置法第2条  
第1項に規定する空家  
等及び長屋住宅で、こ  
の空家が倒壊等した場  
合に人の生命、身体ま  
たは財産に被害を及ぼ

自衛官募集事務に係る  
対象者情報の提供について

町では、自衛隊法等に基づき自衛隊に対し、その年度に18歳、  
22歳になる人の自衛官及び自衛官候補生の募集に関し必要と  
なる情報を提供しています。

自衛隊への個人情報の提供を望まない場合は、本人等が除  
外申請の手続きをすることで、自衛隊へ提供する情報から対  
象者の情報を除外します。

●対象者 ▽①＝鞍手町に住居登録している令和6年度に18歳  
になる人 ▽②＝鞍手町に住居登録している令和6年度に22歳  
になる人

●受付期間 4月1日（月）から5月31日（金）まで（必着）。  
時間は午前8時30分から午後5時15分まで（土・日・祝日  
を除く）

●提出先 役場住民環境課住民係

※詳細は、右のQRコードからご確認ください。

●問い合わせ 役場住民環境課住民係まで



すおそれのある状態の  
もの（町が建物の調査・  
判定を行います）▽②  
Ⅱ建築物に所有権以外  
の権利が設定されてい  
ないもの  
※要件はそのほかにもあ  
ります。詳しくはお問  
い合わせください。

●補助対象者

補助対象空  
家の所有者等で、町税  
及び公共料金等の滞納  
がなく、暴力団員と密  
接な関係を有しない人  
●補助金額 補助対象と  
なる経費の2分の1以  
内（千円未満切り捨て）

で最大50万円

●交付申請 4月1日  
（月）から役場まちづく  
り課安全安心係窓口で  
受付を開始します（予  
算の上限に達し次第、  
受付を終了します）。

●注意事項

申請前に施  
工業者と契約または工  
事に着手している場合  
は補助対象外です。ま  
た、空き家の解体・撤  
去に伴い、翌年度以降  
の土地に対する固定資  
産税が増額になる可能  
性があります。

●問い合わせ

役場まちづ  
くり課安全安心係まで

国民健康保険に  
加入している皆さん  
こんなときは  
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。

●申請場所

役場税務保  
険課保険年金係窓口

役場に行く手間が省ける!!  
住民票など各種証明書を  
コンビニで取得できます



詳細はこちらから

マイナンバーカードを使って、コンビニのマルチコ  
ピー機で、住民票の写しや所得課税証明書等が取得で  
きます。申請書を記入、役場閉庁時間にも一部証明書を  
取得できる便利なサービスです。ぜひご利用ください。

●取得できるもの

証明書	請求範囲	利用条件	利用可能時間	手数料
住民票の 写し	本人または 同一世帯の人	町に住居登録 がある	毎日 午前6時30分 から 午後11時まで	300円
印鑑登録 証明書	本人のみ	町に印鑑登録 をしている		
所得課税 証明書		1月1日時点 と現在も住民 登録がある		
戸籍附票 の写し	本人または 同一戸籍の人	本籍地が 鞍手町にある	平日の 午前8時30分 から 午後5時15分 まで	450円
戸籍全部 （個人） 事項証明書				

※12月29日～1月3日及びメンテナンス日は除く。  
※証明の発行には、利用者証明用電子証明書（4桁の暗  
証番号）を搭載したマイナンバーカードが必要です。  
※マイナンバーカードの暗証番号は、3回連続で間違  
えるとロックがかかります。  
※間違えて発行された場合、交換・返金できません。

問い合わせ

- ▽住民票、印鑑登録証明書、戸籍＝役場住民環境課住民  
係まで
- ▽所得課税証明書＝役場税務保険課収納係まで

●証明書についての注意事項

証明書	注意事項
住民票の写し	▷ 発行できるのは、本人または同じ世帯の 人の住民票の写し（全員分もしくは一部） です。転出予定の人の分は発行できません。 ▷ 住民票コードやマイナンバーを記載する ことはできません。記載希望の場合は、 窓口にお越しください。 ▷ 住所変更や戸籍の届けがなされた場合 は、すぐに届出内容は反映されません。
印鑑登録証明書	▷ 発行できるのは、本人のものに限ります。 転出予定の人の分は発行できません。
所得課税証明書	▷ 発行できるのは、現年度分のみです。 ▷ 発行できるのは、本人のものに限ります。 転出予定の人の分は発行できません。 ▷ 非課税証明書や納税証明書等、税に関 するその他の証明書は、発行できま せん。
戸籍附票の写し	▷ 発行できるのは、申請者の最新の戸籍附票 です。除籍された戸籍附票は発行できません。
戸籍全部（個人） 事項証明書	▷ 発行できるのは、申請者の最新の戸籍です。 除籍された戸籍は発行できません。



- 申請に必要なもの 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 役場税務保険課保険年金係まで
- 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。届出が遅れ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 役場税務保険課保険年金係まで
- 国民健康保険に加入している皆さん 交通事故などでけがをしたときは必ず届出を 国民健康保険の加入者で交通事故やけんかなど第三者行為によってけがをした場合は、すぐに警察に届け出てください。その後、国民健康保険を使って診療を受ける場合は、必ず役場へ届け出てください。届出がないまま診療を受

狂犬病予防注射のお知らせ

令和6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。集合予防注射を利用せずにかかりつけの獣医師から予防注射を受けた場合は、役場環境係で「注射済票」の交付を受けてください。この場合、かかりつけ獣医師が発行する「狂犬病予防注射済証」と手数料550円が必要です。

- 持ってくるもの 問診票（事前に配布しています。また、新規登録の犬の場合は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 役場住民環境課環境係まで

とき		ところ
4月9日（火）	9:20～9:35	新延古賀剣神社
	9:45～9:55	泉水公民館
	10:05～10:20	くらの郷
	10:30～10:45	高見団地入口
	10:55～11:05	神崎公民館
	11:15～11:25	古門公民館
	13:00～13:20	新北公民館
	13:30～13:40	八尋集会所
	13:50～14:00	八尋神田公民館
	14:10～14:20	神田公民館
	14:30～14:45	室木公民館
4月25日（木）	9:20～9:35	中山本村公民館
	9:45～9:55	上新橋公民館
	10:05～10:20	小牧公民館
	10:30～10:45	大池公民館
	10:55～11:05	本町公民館
	11:15～11:25	城ヶ崎公民館
	13:00～13:10	上木月公民館
	13:20～13:35	木月公民館
	13:45～14:05	弥生公民館
	14:15～14:25	中山西区公民館
4月26日（金）	9:20～9:30	猪倉公民館
	9:40～9:50	中山北区公民館
	10:00～10:10	中山南区公民館
	10:20～10:35	い牟田公民館
	10:45～10:55	昭和通り公民館
	11:05～11:25	役場車庫前

けた場合、国民健康保険が使えないことがありますので、ご注意ください。

- 問い合わせ 役場税務保険課保険年金係まで
- 後期高齢者医療からのお知らせです 後期高齢者医療は75歳以上の人が加入する保険ですが、一定の障がいがある65歳以上の人も申請すると加入できます。また、住民税非課税世帯や3割負担（一部）の場合、入院や高額な外来診療が自己負担限度額までで済む認定証を発行します。詳しくは

お問い合わせください。

- 問い合わせ 役場税務保険課保険年金係まで
- ごみの不法投棄 ポイ捨ては犯罪です 不法投棄とは、廃棄物を適正に処理せず道路や空き地等に捨てる行為です。町では、人目につにくい場所などに不法投棄が発生しており、啓発看板の設置や警察と連携してパトロールを行うなど不法投棄の防止に努めています。
- 問い合わせ 役場住民環境課環境係まで

ルールを守ろう!! 野焼きは法律で禁止されています

「野焼き」とは、家庭ごみやせん定した枝などを屋外で焼却することです。野焼きは、「廃棄物の適正な処理の防止」、「周辺地域の生活環境に与える影響」から原則禁止されており、罰則の対象となっています。

近隣に住む人へ迷惑をかけるためにも野焼きはやめましょう。

- 問い合わせ 役場住民環境課環境係まで

いたず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、年々増え続けています。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。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（月）から令和7年3月31日（月）まで
- 問い合わせ 役場産業振興課農業振興係まで

4月は20歳未満飲酒防止強調月間です

国税庁では、20歳未満の者による飲酒の防止や酒類の適正な販売管理・適正飲酒の推進に取り組んでいます。

2022年4月から民法の成年年齢は18歳に引き下げられましたが、お酒に関する年齢制限は20歳のまま維持されています。心身の健全な成長のためにもお酒は20歳になってからにしてください。

- 問い合わせ 博多税務署酒類指導官 ☎092（641）8131まで



テーマ

「食物繊維を摂りましょう」

【マーボーほうれん草丼】

■材料（6人分）

ほうれん草(600g)、豚ひき肉(300g)、  
ごま油(大さじ1)、④【しょうが(10g)、  
ねぎ(10g)、赤唐辛子(1～2本)、  
粉山椒(小さじ1と1/2)、こしょう(小  
さじ1)】、⑥【酒(大さじ3)、みそ(大  
さじ3)、砂糖(大さじ1と1/2)、しょ  
うゆ(大さじ1)、水(600ml)】、③【片  
栗粉(大さじ2)、水(大さじ2)】、ラー油(お好みで)(適量)、  
ごはん(180g×6)



■作り方

- ① ほうれん草は塩ゆで(分量外)し、冷水にさらす。水けをしっかりとしぼり、細かく刻む。しょうがとねぎはみじん切りにする。赤唐辛子は輪切りにする。
- ② 鍋にごま油、④を熱してひき肉を炒める。⑥を加え、煮立ったら③でとろみをつけ、ほうれん草を加えて炒める。
- ③ 器にごはんを盛り、②をかける。
- ④ お好みでラー油をかける。

【きのこのスープ】

■材料（6人分）

鶏もも肉(150g)、もやし(360g)、  
えのき(150g)、しいたけ(150g)、  
しめじ(150g)、しょうが(6g)、水  
(720ml)、コンソメ(顆粒)(小さじ2)、  
しょうゆ(小さじ2)、ごま油(大さ  
じ1/2)



■作り方

- ① えのきとしいたけは石づきを取り、えのきは3等分の長さに、しいたけは薄切りにする。しめじは小房に分ける。しょうがはせん切りにする。
- ② 鶏もも肉は細切りにする。
- ③ 鍋に鶏もも肉、きのこ類、しょうが、水、コンソメを加えて中火にかける。
- ④ 鶏もも肉に火が通ったらもやしを加え、しょうゆを回し入れる。最後にごま油を加えて混ぜる。

食物繊維のはたらき

水溶性食物繊維

- ・血糖値上昇の抑制
- ・血中コレステロールの低下作用
- ・高血圧の予防

不溶性食物繊維

- ・便秘の予防、解消
- ・腸の病気を予防

など

※一日の摂取目標量は男性 20g 以上、女性 18g 以上です。  
食物繊維が豊富な野菜、芋類、きのこ類、海藻類、豆類などを毎食欠かさず食べることが大切です。

4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歳半健診、3歳健診(総合福祉センター、8ページ参照) 補聴器相談(くらて病院:14時～16時30分、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	狂犬病予防注射(15ページ参照)
10	水	無料法律相談(総合福祉センター:13時～16時、11ページ参照)
11	木	補聴器相談(役場:11時～12時、11ページ参照)
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	歴史民俗博物館ボランティア説明会(歴史民俗博物館:10時～、12ページ参照) 図書室ボランティア説明会(中央公民館:11時～、12ページ参照)
18	木	4か月健診(総合福祉センター、8ページ参照)
19	金	
20	土	子どものお話の会(中央公民館:11時～、6ページ参照)
21	日	
22	月	
23	火	補聴器相談(くらて病院:14時～16時、11ページ参照)
24	水	補聴器相談(役場:13時～14時、11ページ参照)
25	木	7か月健診、12か月健診(総合福祉センター、8ページ参照) 固定資産税(第1期分)納期限(11ページ参照) 固定資産税帳簿縦覧期限(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(総合福祉センター:13時～15時、12ページ参照) 狂犬病予防注射(15ページ参照)
26	金	狂犬病予防注射(15ページ参照)
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	



広報くらて

令和6年4月号 No.772

編集●広報委員会  
発行●鞍手町

印刷●社会福祉法人 福岡コロニー



●2月の人の動き

( ) 内は前月比

- ・人口 14,966 人 (-22) ・出生 1 人
- ・男性 7,118 人 (-11) ・死亡 19 人
- ・女性 7,848 人 (-11) ・転入 42 人
- ・世帯数 7,430 世帯 (-12) ・転出 46 人

(令和6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) 2111 / ファックス 0949 (42) 5693

■鞍手町ホームページアドレス

<https://www.town.kurate.lg.jp>

■鞍手町フェイスブックアドレス

<https://ja-jp.facebook.com/town.kurate>

■鞍手町 LINE 公式アカウント @kurate