

新たな力で躍動するまち

ふくくら  
くらで **広報**

# くらで

CONTENTS ~主な内容~ ●災害から身を守る  
……2~3 ●小学校統合説明会・競争入札参加登  
録・ふるさと納税……4 ●通いの場に参加しま  
せんか……5 ●まちの話題・すくすく日記……6  
●ひろば・やんぐすぽっと・広報ぎゃらりー……7  
●税務のそこが知りたい……8 ●いきいき健康だ  
より……9 ●ほん大好き……10 ●真鍋医師の  
調子はいかが?……11 ●くらしの情報……12~  
15 ●元気が出る献立・6月のカレンダー……16



## 古月保育所のこいのぼり

こどもの日のお祝いに古月保育所の子どもたちがこいのぼりを作りました。大きなこいのぼりをもって笑顔でポーズをとる姿はかわいらしいですね。こいのぼりのように大きくすこやかに育ってほしいですね。

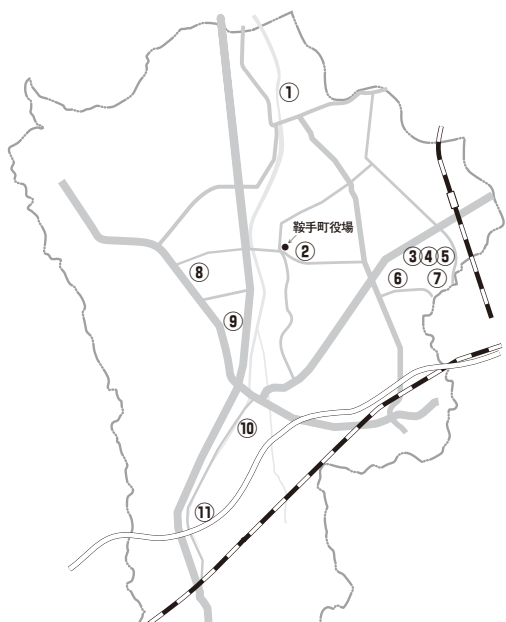
6 June  
2023  
No.762



靱手町公式 LINE では、町の便利な情報や新型コロナウイルスワクチン接種等の最新情報を随時配信しています。ぜひご登録をお願いします。







●災害時は、いつも通っている道が通れないこともあります。もしものときに慌てなくていいよう、避難所までの別の道も確認しておきましょう。

古月地区	※避難所は災害の状況に応じて段階的に開設します
① 古月小学校	
剣地区	
② 剣北小学校	
③ 鞍手町中央公民館	
④ 鞍手町立体育館	
⑤ 鞍手町立武道館	
⑥ 剣南小学校	
⑦ 鞍手中学校	
西川地区	
⑧ 新延小学校	
⑨ 鞍手町総合福祉センター	
⑩ 西川小学校	
⑪ 室木小学校	

災害時に備え、鞍手町では公共施設や町立の学校を避難所に指定しています。自分が住んでいる地域の避難所を確かめておきましょう。また、避難のときは、近所の人に

も声をかけ、地域で助け合うようにしましょう。なお、家の中が安全な場合は無理に避難せず、在宅避難を検討しましょう。町内の避難所は次のとおりです。

防災や気象についての情報を得る



※お使いのリモコンによりボタンの位置は異なります。

**テレビのデータ放送を利用 dボタン広報誌**  
町では、テレビのデータ放送による情報発信を行っています。テレビをKBC(1チャンネル)にあわせて、「dボタン」を押して、「dボタン広報誌」を選択することで視聴できます。  
●掲載内容 災害時には、避難所の開設状況や「高齢者等避難」「避難指示」等の防災情報の発信を行います。また、通常時も町の様々な情報を発信しています。  
※インターネットの接続は不要です。「テレビの放送電波」で文字情報を配信するため、無料で視聴できます。

**スマートフォンで簡単に情報ゲット 鞍手町公式LINE**  
町では、LINEを使った情報発信を行っています。災害時も避難所の開設状況や防災の最新情報がスマートフォンにリアルタイムで届きます。登録は無料です。  
●登録方法 左記のQRコードを読み取り、友だち登録してください。

**県も情報発信しています**  
気象情報、防災・安全情報のほか、徘徊・行方不明者情報を入手できます。  
●問い合わせ  
福岡県防災企画課防災情報係  
☎092(643)3114まで

NEW  
スマホアプリ 防災ナビまもるくん  
Android用  
IOS用  
防災メール まもるくん

**確**かめる  
避難所を  
ご存じですか？

**情**報を得る  
さまざま  
自分に合った確認方法を

情報は命綱!!

災害から身を守る

大雨・台風シーズンはもうすぐ。災害発生時に慌てることのないよう、事前に準備を整えておきましょう。

備えあれば憂いなし

毎年、豪雨の中で避難途中に流されたり、屋根の補強中に誤って転落したりして命を落としたという報道がされています。非常時になって慌てないためにも、日ごろから自然災害への備えを心がけましょう。

雨・風が強くなる前に屋根や窓の補強をしたり、風で飛ばされそうなものを固定したりすることもできます。

それらの情報をもとに、雨・風が強くなる前に屋根や窓の補強をしたり、風で飛ばされそうなものを固定したりすることもできます。

大雨や台風などの自然災害には、日ごろから準備しておくことが大切です。最近は気象予報の精度が高まっていることに加えて、テレビや携帯電話、インターネットなどにいつでもどこでも簡単に情報を知ることができるようになりました。どの程度の雨が降るか、台風などがいつ、どれくらい規模のものなのかなど、前もって把握できる情報がたくさんあります。

**備**える  
準備はできていますか？

これだけはそろえておきたい  
**防災グッズ**

水道や電気などのライフラインが止まったり、避難が必要になったときのために、最低限のものは準備しておきましょう。備蓄する食料品については、各家庭の状況に応じ、最低でも3日分の準備をしておきましょう。

- ▶非常食 調理せずに食べられるものを。消費期限があるので定期的な交換も必要です。
- ▶携帯ラジオ 停電時の情報収集に必要です。AMとFMの両方を開けるものが便利。予備の電池も忘れずに。
- ▶懐中電灯 停電時や夜間の避難時に必要。予備の電池も忘れずに。
- ▶飲料水 水道が止まったときのために備えましょう。ペットボトル入りのものが持ち運びにも便利です。
- ▶ヘルメット (防災ずきん) 落下物や飛来物、転倒事故から頭を守ります。
- ▶救急薬品 ばんそうこうや消毒液などちょっとしたケガのために。常備薬がある場合は一緒に用意しておきましょう。
- ▶その他 現金やライター、身分証明書のコピー、軍手、衣類があると便利です。避難時にも役立ちます。

**災害発生時の感染症対策**  
**在宅避難を考える**  
避難所の過密状態を防ぐため、安全確保ができる場合は、在宅避難や親戚、友人の家への避難を検討しましょう。  
**必要な物資の持参**  
町の備蓄品には限りがあります。避難所に避難するときには、「マスク」「消毒液」「体温計」「清潔品(タオル、歯ブラシ)」などを可能な限り持参してください。  
**健康状態の確認**  
避難時に発熱や咳などの症状がある人は、避難所の職員に速やかに申し出てください。また、避難生活時も定期的に健康状態を確認しましょう。  
**マスクの着用**  
避難時のマスク着用については個人の判断に委ねることが基本ですが、重症化リスクの高い人々への感染を防ぐためマスクの着用を推奨します。引き続き感染症対策にご協力をお願いします。



# 小学校統合に関する 住民説明会を開催します。

鞍手町の児童数は、昭和60年頃をピークに減少を続けています。国が示す基準では、一つの学校の学級数は12学級以上18学級以下を標準規模とすることになっていますが、令和3年5月時点で、町内6つの小学校の全てが11学級以下の小規模校となりました。

このことから、教育委員会では、鞍手町にとっての最適な小学校のあり方に関する検討を行い、6小学校を1校へ統合し、剣南小学校敷地へ新校舎を建設し、令和10年4月に開校することとした鞍手町立小学校統合基本計画（案）を策定しました。

現在、基本計画（案）へ町民の皆様の意見を広く反映するため、令和5年5月17日から6月6日までを意見募集期間としたパブリックコメントを行っています。意見募集期間終了後には、パブリックコメントの結果を反映した上で基本計画を確定し、以下のとおり住民説明会を開催します。

日程	地区	場所	時間
6月23日（金）	室木小学校区	室木小学校 体育館	午後7時から
6月26日（月）	古月小学校区	古月小学校 体育館	
6月27日（火）	剣南小学校区	中央公民館 第1研修室	
6月28日（水）	剣北小学校区	中央公民館 第1研修室	
6月29日（木）	西川小学校区	西川小学校 体育館	
6月30日（金）	新延小学校区	くらじの郷 多目的ホール	午前10時から
7月2日（日）	全校区	中央公民館 第1研修室	

※ご都合が悪い方はご自分の地区以外の日でも参加できます。  
なお、会場の都合により、お一人様につき1回のご参加となります。

●問い合わせ 教育課教育環境整備係まで

## 鞍手町の元気な 地域コミュニティに 参加しませんか？

〜いつまでも自分らしく  
元気でいきいきと〜

鞍手町では、地域の方々がいつまでも元気でいきいきと慣れ親しんだ地域で暮らしていただくために、地域住民が気軽に集まれる「通いの場」を開催しています。

鞍手町の通いの場は、小学校区に分かれて活動しており、ボランティアである介護予防サポートリーダーが運営しています。今回は、現在開催している剣北小学校区・剣南小学校区・西川地区の通いの場の活動について紹介します。

### 「通いの場」って何？

地域の住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所のことです。地域の介護予防の拠点となる場所でもあります。全国各地にあり、地域の特徴を生かした多様な取り組みが行われています。

★お住まいの近くの通いの場に来てみませんか。申し込みは不要です。興味のある方はいつでも参加大歓迎です。お待ちしております。

●問い合わせ  
地域包括支援センター ☎（43）3019まで

### 剣北小学校区 【通いの場 剣北『つどい』】

とき：毎月第1・3火曜日 10時～11時30分  
ところ：昭和通り区公民館

令和4年10月からスタートしました。体操やサポートリーダーが企画した脳トレや歌などを行っています。特に脳トレで認知症予防や脳の若返りを目指して取り組んでいます。脳トレはサポートリーダーが日々の生活の中で「面白そう」と思ったものをメモして、通いの場で活用しています。通いの場を始めてから、これまで交流のなかった近隣の地域の人とも自然と打ち解け、合間の時間も笑い声と話し声で和気あいあいとしています。



### 剣南小学校区 【通いの場『ゆとりピア』】

とき：毎月第2金曜日 10時～11時30分  
ところ：立林区公民館

令和4年6月からスタートしました。体操や脳トレ、歌、ゲームなどを行っています。ゆとりピアは参加者が20人程あり、みんなで楽しく活動しています。ゲームではチーム対抗で行い、かけ声や笑い声に包まれ大盛況です。自然と地域住民同士の交流が生まれ新しい出会いに繋がっています。参加者からも「ここに来るのが楽しみ」「楽しい」などの嬉しい声も聞かれます。



### 西川地区（新延・西川・室木小学校区） 【通いの場『赤れんが』】

とき：毎月第4月曜日 13時30分～15時  
（7月～9月は10時～11時30分）  
ところ：コミュニティハウス赤れんが

令和4年2月からスタートしました。体操や脳トレ、歌、ものづくり、ゲームなどを中心に行っています。ものづくりでは、ひとりひとり違ったアイデア満載の作品に笑顔がこぼれます。みなさんでお話しながらできた作品と時間は大切な思い出です。これまで交流のなかった地域の方・サポートリーダーともおしゃべりを楽しみ、和気あいあいと過ごせる場所となっています。

## たくさんの寄附 ありがとうございました！

全国の皆さんからふるさと納税により町へたくさんの寄附をいただきました。いただいた寄附は、ふるさと納税の一層の推進と令和5年度以降の本町のさまざまな施策に有効に活用させていただきます。

### ■寄附者が希望した使い道と寄附額

まちの基盤整備及び自然並びに環境保全に関する事業	98,013,000円
安全・安心なまちづくりに関する事業	14,469,000円
子育て支援及び未来を担う子どもの教育環境並びに生涯教育等の充実に関する事業	131,834,000円
高齢者及び障がい者福祉の充実並びに健康に関する事業	16,325,000円
地域産業振興に関する事業	13,064,000円
歴史又は文化の継承に関する事業	9,681,000円
希望なし	233,596,000円
合計（48,633件）	516,982,000円

※令和4年4月1日から令和5年3月31日までの寄附額

●問い合わせ 役場産業振興課商工振興係まで

## 競争入札の「参加登録」や 参加資格審査申請は6月中に。

町が実施する指名競争入札の指名選考及び随意契約の見積りを徴する相手方の選定については、参加登録されている事業者の中から行いますので、町との契約を希望する場合は、町内業者または町外業者であることを問わず「参加登録」していただく必要があります。

今年度から変更になっている部分がありますので、詳しくはホームページをご確認ください。

### ■参加登録（全事業者必須）

原則として、右記QRコードより町のホームページを確認して「令和5年度競争入札参加登録及び参加資格申請について」の「参加登録入力フォーム」から登録してください。



### ■参加資格審査申請（町内事業者は必須）

町のホームページを確認して「申請書類提出要領」に記載の必要書類を揃えて、持参または郵送等で提出してください。

●受付期間 6月1日（木）から30日（金）まで（窓口受付は土・日除く）（郵送提出の場合は6月30日（金）の消印まで有効）

●提出・問い合わせ 役場管財課契約管財係まで



町の未来を担う小学生は何を考えた、何を感じているのでしょうか。みな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。



後藤 千依さん  
剣南小学校 6年生

元々多様な価値観と出会える旅行が好きでしたが、特にインドネシアで出会ったツアーガイドの知識の深さと巧みな話術に心惹かれました。自分の知識を熱心に伝えるだけでなく、相手も興味を持つように話す、みんなが楽しめるツアーガイドを目指しています。

I have a dream to become a tour guide in the world!

私には、ツアーガイドになりたいという夢があります。一つ目の理由。それは世界中にあるわくわくを多くの人に感じてもらいたいからです。私はこれまでに、旅行や父の仕事の関係で海外に行く機会があり、その中で、たくさんのわくわくに会いました。インドネシアでは、ツアーガイドの案内で森の奥へ奥へと入っていき、野生のオランウータンに出会いました。ニュージーランドでは、絶滅危惧種のキウイバードに出会い、ガイドさんの話から環境保護の大切さについて考えさせられました。スペインで見たサグラダファミリアは、140年以上が経過した今でもガウディの思いが受け継がれていることに驚かされました。すべてがわくわくの連続です。このわくわくをいろいろな人に伝えたいです。そして、ツアーガイドになりたい二つ目の理由。それは、私が出会ったツアーガイドさんのように世界中の素晴らしい自然や文化、歴史を守っていきたく思ったからです。その夢の実現のために、英語と世界の文化や歴史をこれからもっともっと学んでいこうと思います。I want to tell you how wonder they are!

楽しかったこと、思い出、地域のできごと、イラスト、サークルのお誘いなどどしどしお寄せください。あなたの住所、名前、電話番号も忘れずに。

●「とびだす博物館！町の風景と歴史」の展示会を開催しています  
●歴史民俗博物館  
歴史民俗博物館では、工事に伴う閉館の間、展示会を開催しています。今回の展示は、重要文化財の長谷観音や中山不動尊などの「町の歴史」、昭和30～40年代のこどものくらしや地域の行事などの「昔のくらし」、中山・小牧地域の昭和30年代の風景などの「町の風景」の3つがテーマです。この機会に、歴史を振り返ってみませんか。  
●とき 午前6時から午後8時まで（予告なく終了する場合があります）  
●ところ くらで病院横のタケシタ調剤薬局内の多目的室  
●問い合わせ 歴史民俗博物館 ☎(42) 3200まで



●陶芸教室の参加者を募集します  
●鞍陶会  
陶芸教室では、参加者を募集しています。陶芸に興味のある方は参加してみませんか。詳細については、お問い合わせください。  
●とき 毎週火・金曜日午前11時から正午まで  
●ところ 総合福祉センター（くらしの郷）  
●問い合わせ 鞍陶会代表・森安久子 ☎090(6897)6175まで



## 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。役場まちづくり課 ☎(42) 2111まで、ご連絡ください。

手編み 田中満子さん (手編み教室)

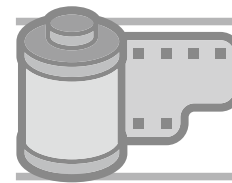


春らしい色合いで編んでみました。

俳句 小原健子さん (木洩れ日俳句会)

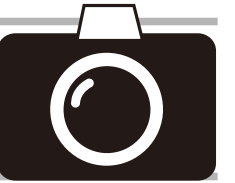
隠沼の動き始める夏来たり

春を迎え小さな沼の水面の蓮の葉が大きくなった。夏が近づくとつれ葉は水面を覆いつくし蓮の花が咲く準備をしているだろう。花が咲くのを楽しみにしている。



## まちの話題

My Town Topics



### みんなの人権、思いを込めて

▶室木小学校で人権の花運動

5月9日、室木小学校児童たちが「人権の花」運動の一環として、ひまわりの種を植えました。「人権の花」運動は、ひまわりの栽培を通じて、協力することの大切さや命の大切さを身に付け、思いやりの心を育てることを目的としています。児童たちは、大きく成長するひまわりのように、やさしい心を育てていくことでしょう。10月下旬には、みんなの思いとひまわりの種を風船に乗せて飛ばします。



### さまざまな舞台で観客を魅了

▶中央公民館でくらで芸能まつり

5月14日、中央公民館でくらで芸能まつりが開催されました。コロナ前と同じ収容人数となった会場には、団体・サークルのみなさんの努力の集大成を一目見ようと、多くの観客が訪れました。大正琴やコーラス、日本舞踊などが披露され、会場は観客からの惜しめない拍手に包まれました。トリを飾ったのは、鞍手中学校和太鼓部。中学生による迫力ある演奏でまつりはフィナーレを迎えました。

### 悔しさをばねにして

▶九州学生陸上競技対校選手権大会で優勝

5月5日から7日にかけて行われた九州インカレ陸上の個人200mと4×100mリレーで九州共立大学3年生の藤井颯樹さんが初出場し優勝を果たしました。当時は振り返り、「インカレに出場できず、悔しい思いをした1、2年生時代。その悔しさをばねに日々積み重ねた練習が結果に結びついた。」と嬉しそうに話す藤井さん。現在は、全日本インカレ陸上200mの標準記録超えを目標に、楽しみながら毎日練習をしています。将来の夢は、陸上を続けながら警察官として働くこと。文武ともに努力を重ねている藤井さん、夢に向かって頑張ってください。優勝おめでとうございます。



## すくすく日記

### 6月生まれ

Happy birthday to you.



わたなべ かいと  
渡邊凱士さん  
令和3年6月14日生まれ

2歳のお誕生日おめでとう！お喋りとても上手になったね。これからもたくさんの人と出会って、一緒にいろんなこと経験しようね。家族みんな凱くん大好きだよ♡(父 大輔さん・母 絵里さん・上木月)



まつもと ほのか  
松本萌花さん  
令和4年6月1日生まれ

ほのちゃん1歳のお誕生日おめでとう！よく食べよく寝てよく笑うほのちゃんこれから三姉妹仲良く楽しい思い出を作っていこうね♡(父 電太さん・母 桃子さん・古門)

### 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。7月生まれば、6月12日(月)までに申し込んでください。インターネットからも申込みができます。

●申込み・問い合わせ まちづくり課まちづくり戦略係 ☎(42) 2111 (内線312) まで





### 総合健診(特定健診/各種がん検診)について

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。

#### ● 集団健診(検診) 日程

と き	子宮・乳がん	と ころ
7月9日(日)、11日(火)、31日(月)	あり	総合福祉センター
9月6日(水)、22日(金)、26日(火)		
7月10日(月)、9月27日(水)	なし	

● **受付時間** 午前8時30分から11時まで。混雑緩和のため受付時間を20分ごとに区切ってご案内しています。

● **申込方法** 健診を希望する人には、申込書を送付しますので、電話でご連絡ください。また、申込書が自宅に届いている人は、必要事項を記入して返送してください。申込書は、ご希望の健診日の**1か月前までに返送**してください。



また、インターネットからも予約することができます。右記QRコードを読み取り、申込画面にお進みください。

● **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)、結核検診、特定健診、基本健診・肝炎ウイルス検診

● **問い合わせ** 総合福祉センターまで

### 脳と血管の若返り教室参加者募集

食と運動、高血圧や糖尿病などの改善で、脳と血管が若返ることがわかってきています。

皆さんで、一緒に学習し、実践してみませんか。

● **対象者** おおむね75歳以上の人  
● **と き** 7月5日(水)、9月13日(水)  
午前9時30分から午後1時まで

※2日間の参加をお願いします。

● **と ころ** 総合福祉センター保健棟

● **内容** からだの学習、昼食会、運動

● **持参品** 筆記用具、水分補給のお茶など、家庭用血圧計(持っている場合のみ)

※動きやすい服装でお越しください。

● **参加費** 無料

● **申し込み** 6月27日(火)までに電話で申し込めてください。定員(10人)になり次第、締切。

※令和2年度の認知症予防教室、令和3・4年度のこの教室に参加した人は、ご遠慮ください。

### 乳幼児健診・相談

6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。通知が来ていない人はご連絡ください。

● **と ころ** 総合福祉センター保健棟

健診	と き	対象児
4か月健診	6月8日(木)	令和5年1月19日から 令和5年2月13日生まれ
7か月健診	6月22日(木)	令和4年10月28日から 令和4年11月24日生まれ
12か月健診		令和4年6月1日から 令和4年6月30日生まれ
1歳半健診	6月1日(木)	令和3年11月12日から 令和3年12月1日生まれ
3歳健診		令和2年5月12日から 令和2年6月1日生まれ

### 献血のお知らせ

一般献血を行いますので、ご協力をお願いします。

● **と き** 6月6日(火)午前9時30分から正午まで、午後1時から4時まで

● **対象者** 18歳から69歳までの人(65歳以上の人は60歳から64歳までに献血経験がある人。男女とも体重が50kg以上の人)

● **と ころ** 役場玄関前

● **問い合わせ** 役場健康こども課健康増進係まで



### 5月31日からは「禁煙週間」です

5月31日から6月6日までは禁煙週間です。たばこの煙には70種類以上の発がん性物質をはじめ、5,300種類以上の化学物質が含まれ、喫煙するとがんや脳卒中、心臓病、慢性の肺疾患、糖尿病、腎臓病、認知症といった病気にかかりやすくなります。喫煙している人は、この機会に禁煙にチャレンジしませんか。禁煙を成功させるためには、禁煙外来を受診したり、薬局で取り扱っている禁煙補助薬を使って禁煙することがおすすめです。右記のQRコードを読み取ると、日本禁煙学会のホームページで禁煙治療に保険が使える医療機関を検索できます。



### 65歳以上の公的年金等所得に係る住民税は

## 「年金特別徴収」

公的年金などの所得に係る個人住民税(町民税・県民税)は原則、年金からの天引き(特別徴収)となります。対象者は、翌年度以降の住民税も年金特別徴収が原則となります。

### ～年金特別徴収 Q & A～

Q 疑問

公的年金からの特別徴収の対象者は？

A 答え

今年度の年金特別徴収の対象者は、令和5年4月1日現在65歳以上の公的年金受給者で、前年中の年金所得に係る住民税の納税義務がある人です。ただし、「介護保険料が年金から特別徴収されていない人」「徴収される住民税が対象となる年金の額を超える人」などは対象になりません。また、年金特別徴収は本人の希望による選択ができません。

Q 疑問

公的年金収入のほかに、給与所得と不動産所得があります。公的年金以外の所得に係る住民税も年金から特別徴収されるのですか？

A 答え

年金から特別徴収されるのは、公的年金などに係る個人住民税です。給与所得や不動産所得など、公的年金以外の所得に係る住民税は、給与からの特別徴収または普通徴収(納付書や口座振替)による納付となります。

Q 疑問

初めて年金特別徴収となります。納付方法はどのようになりますか？

A 答え

特別徴収を開始する最初の年度は、年税額の2分の1に相当する額を、第1期(6月)・第2期(8月)に普通徴収(納付書や口座振替)で納付します。残りの2分の1に相当する額は、10月・12月・2月の年金から特別徴収となります。

(例) 令和5年度の年税額が6万円の場合

期(月)	納付方法	税額
第1期(令和5年6月)	普通徴収(納付書または口座振替)	15,000円
第2期(令和5年8月)		15,000円
令和5年10月	特別徴収(年金から天引き)	10,000円
令和5年12月		10,000円
令和6年2月		10,000円





咳が止まらなくて困っています。なんとかありませんか？

### 3つの咳の種類

**咳**（せき）は気道内に貯留した痰などの分泌物や吸い込まれた異物を気道の外に出すためのからだの防御反応です。

咳は持続期間により3つに分けられます。3週間未満のものを急性咳、3週間以上8週間未満のものを遷延性咳、8週間以上のものを慢性咳と分類し、持続期間によって原因が変わってきます。

### 咳の原因とは

急性咳のほとんどは風邪



などの気道の感染症が原因となることが多く、持続期間が長くなるにつれて感染症の頻度は少なくなり、慢性咳においては感染症そのものが原因となることはまれとなります。慢性咳の原因としては喘息、副鼻腔炎（蓄膿症）、アトピーなどのアレルギーの病気に伴うものや間質性肺炎、びまん性汎気管支炎、気管支拡張症などの肺の構造的な病気、肺がんなどの腫瘍、逆流性食道炎に伴うもの、薬剤性など多岐にわたります。

### 咳の検査方法は？

咳の検査では、レントゲンで肺の構造的な病気がないかを調べます。レントゲンで異常があった場合はCT検査で

詳しく検査します。また、喘息などの可能性がある場合は呼吸機能検査や呼気一酸化炭素測定を行います。胃酸の逆流などを行うこともあります。

### 咳に対する治療は？

急性期の咳に対してはまず咳止め（鎮咳薬）を用いて治療します。通常の鎮咳薬では改善しない場合は強い鎮咳薬などを使用します。また、レントゲンやCTで異常があった場合は個別の治療を行います。呼吸機能検査で喘息などが疑われる場合は、吸入ステロイドなどを組み合わせて治療します。そのほか、場合によっては胃薬や抗アレルギー薬などを用いて治療すること

### 治療のためにはまず呼吸器内科へ

最近では新型コロナウイルス感染症が流行し、感染後に咳の頻度が増えているように思います。咳が長引くと、体力の消耗や不眠、強いストレスなど日常生活に支障を及ぼしたりします。最近ではこれまでとは違った方法で作用する新薬も登場し治療の選択肢が広がっています。咳が続く場合は呼吸器内科を受診してください。



【アドバイザー】

真鍋大樹・まなべたいき・平成30年に産業医科大学医学部医学科を卒業後、平成30年4月から広島県中国労災病院にて初期臨床研修を修了。産業医科大学呼吸器内科に入学し、産業医科大学病院、北九州市立八幡病院を経て、令和5年4月からくらで病院に勤務。

咳の持続期間により原因と治療法は異なります。まずは、呼吸器内科を受診してください。

### この本がオススメです。

#### あなたはここにいないとも

著＝町田 そのこ

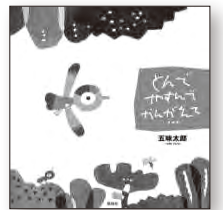
恋人に紹介できない家族、会社でのいじめによる対人恐怖、人間関係をリセットしたくなる衝動、わかまえていたはずだった不倫、ずっと側にいると思っていた幼馴染との別れ——それぞれ悩みを持つ人たちのもつれた心を解きほぐす、ぬくもりに満ちた短編集。



#### とんでやすんでかんがえて…

著＝五味 太郎

ことりさんがちょっととんで、ちょっとやすんで、きのみをたべたらまたちょっととんで…と、少しずつ前に進んでいきます。けれど、進む先には海がありました。ことりさんは小さいのであまりながくはとべません。すぐにおなかもへってしまいます。



「ここは ひとつ かんがえなくちゃ…」と、ことりさんは進む方法を考えはじめますが…

解決策を考えることりさんの姿がかわいいい絵本です。

### 今月新しく入りました。

※6月の新刊は、1日（木）から貸し出しを始めます。

#### 一般の本

- ・方舟（著＝夕木 春央）
- ・語学の天才まで1億光年（著＝高野 秀行）
- ・魔女と過ごした七日間（著＝東野 圭吾）

#### 子どもの本

- ・おにぎりおむすび（著＝かまがやせんり）
- ・パッポー（作＝北村 人）
- ・木箱の蝶（作＝藪口 莉那）

### 子どものお話の会

中央公民館内のこどものとしょしつで、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 6月10日（土）午前11時から
- ところ 中央公民館（こどものとしょしつ）
- 申込期間 6月1日（木）から9日（金）まで（土日を除く）。午前9時から午後5時まで
- ※参加無料
- 問い合わせ 中央公民館まで

## 広がる本だな

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冊紹介します。今月の紹介者は飯干愛理さんです。

### #真相をお話します

著＝結城 真一郎

家庭教師の仲介営業マンとして働く大学生、リモット飲み会に興じる学生時代の腐れ縁、人気YouTuberを夢見る小学生4人組など、今の時代どこかにいる、うな人たちを題材にしている、ミステリー5篇の短編集です。ミステリーは結末を何となく



考えながら読むことが多いのですが、自分で予想していたものとは全く違う方向からやってくる、どんでん返しの結末に驚かされた本でした。

### 100ぴきかぞく

文＝古沢 たろお

98匹の子どもたちとお父さんお母さん、総勢100匹の猫の家族が、おじいちゃんとおばあちゃんの家へ遊びに行きます。着替えたり、ごはんを食べたり、でんしゃに乗ったり。どのページにもそれぞれ違った個性をもつ猫たちがちゃんと100匹描かれています！見返しに猫たちの名



前と姿の一覧があるので、お気に入りの猫を選んで探す、探しの絵本としても楽しめる本です。



# くらしの

# 情報

Calendar 2023

				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

## 税金

### 今月の納税(6月)

- 町県民税 第1期
  - 国民健康保険税 第1期
- 納期限は6月26日(月)です。納期限を過ぎると督促状を送付します。

### 税金・保険料は期限内に納めましょう

税金や保険料は、町の運営や皆さんの福祉・教育・保険などに使われています。税金や保険料は納期までに納めましょう。また、納め忘れがある場合は、早めに納めましょう。

### ● 問い合わせ 役場税務 保険課収納係まで

## 10月1日から消費税インボイス制度が始まります

税務署では消費税の仕組みや制度の概要についての説明会を開催しています。詳しくは、最寄りの税務署へお問い合わせください。ご確認ください。



### 福岡県と連携して滞納整理(努力)します

5月11日、福岡県から派遣された4人の職員が、鞍手町職員として徴収業務を行うための併任辞令交付を受けました。町では、公平な税負担を実現するため、今後も財産調査や差し押さえな

### ど積極的に取り組みます。● 問い合わせ 役場税務 保険課収納係まで

### 納税・納付は 確実な口座振替で

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もなく安心です。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できません。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。

### ● 必要なもの 納税通知書、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)

## 募集

### 次の営業日) ● 問い合わせ 役場税務 保険課収納係まで

### 福岡県立雲生徒募集

学校や家庭での勉強に不安を抱えている小・中学生を対象に、宿題や復習をサポートします。

### ● とき 令和6年3月2日までの毎週土曜日(午後1時30分から3時30分まで)

### ● ところ くらじの郷

### ● 定員 10人程度

### ● 費用 無料

### ● 問い合わせ 株式会社トライグループ行政事業部(九州) ☎092(751)9711まで

## 相談

### 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

▽ 6月8日(木) 午前11時から正午まで(九州リオン)▽ 6月28日(水) 午後1時から2時まで(小倉補聴器)▽ 7月7日(金) 午後1時から2時まで(九州補聴器センター) くらて病院での相談

### 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

直轄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。

● 6月27日(火) 午後2時から4時まで(九州補聴器センター)▽ とき 7月6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

トラブル等で 困りの場合は 無料法律相談へ

野中・西村法律事務所 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 6月9日(金)▽ 受付(順番の抽選) 午後0時45分から▽相談 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

ひびきの相談所… 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 6月26日(月)▽ 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

直轄地区障がい者支援センターがのんごを存じですか

かのである、障がいのある人たちが地域で安心して暮らせるように支援をしています。お気軽にご相談ください。

● 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ご(24)1551まで

家庭の困りごと じっくり考えます

6月の子ども支援オフィスによる巡回相談を、次のとおり行います。

● とき 6月21日(水)

## 試験

### 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2回一般幹部候補生(一般・技術)▽ 受付締切 6月15日(木)▽ 試験期日 6月24日(土)

### ● 自衛官候補生(任期制自衛官)▽ 受付締切 6月15日(木)▽ 試験期日 6月26日(月)までのうちいずれか1日を選択(WEB試験) ください。

※自衛隊飯塚地域事務所では、説明会を行っています。個別説明、出張説明も可能です。

● 問い合わせ 自衛隊飯塚地域事務所 ☎0948(22)4847まで

福岡県介護支援専門員実務研修受講試験のお知らせ

次のとおり介護支援専門員実務研修受講試験が行われます。

● 試験日 10月8日(日)

● 申込期間 6月1日(木)から6月30日(金)まで(消印有効)

● 申込用紙 6月30日(金)まで県の各保健福祉事務所及び役場福祉人権課高齢者支援係等で配布

● 問い合わせ 福岡県介護支援専門員協会 ☎092(431)4590まで

### 介護保険の訪問調査認定調査員採用試験のお知らせ

介護保険に関する訪問調査業務を行う認定調査員の採用試験が行われます。

● 一次試験 7月2日(日)

● 受験資格 保健師・看護師・准看護師・社会福祉士・介護福祉士・介護支援専門員のいずれかの資格を有し、自家用車での調査活動ができる人

うちの子「結婚」しないのかしら? 独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。 まずはお気軽に仲人にご相談下さい

結婚相談所 ムスベル ☎093-967-0555

● 雇用期間 令和5年9月1日から令和6年3月31日まで(週4日勤務・雇用延長有)

● 報酬 年額240万円(社会保険・通勤手当有)

● 申込用紙 6月5日(月)から介護保険広域連合鞍手支部及び役場福祉人権課高齢者支援係等で配布

● 申込期間 6月5日(月)から6月27日(火)までに介護保険広域連合鞍手支部窓口持参

● 問い合わせ 介護保険広域連合鞍手支部 ☎(34)5046まで





### 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務者ふれあい棟(体育館)の6月の休館日は、次のとおりです。

- 休館日 5日(月)、12日(月)、18日(日)、19日(月)、26日(月)
- 問い合わせ 総合福祉センターまで

### 農業者年金に 加入しませんか

農業者年金は、農業者が豊かな老後生活を過ごすことができるよう国民年金(基礎年金)に上乘せされる公的な年金制度です。保険料は月額2万円から

6万7千円の間で自由に選択することができ、いつでも見直すことができます。詳しくは、農業者年金基金のホームページをご覧ください。

- 加入資格 以下の要件をすべて満たす人①年間60日以上農業に従事している②国民年金第1号被保険者③20歳以上60歳未満の人
- 加入手続き・問い合わせ 農業委員会事務局まで

### 低所得の子育て世帯に 給付金を支給します

子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。令和5年3月分の児童扶養手当受給者や令和4年度低所得の子育て給付金受給者は基本的に申請不要です。直近で収入が減少し、支給要件に該当す

### 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)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よりご確認いただけます。

http://chokuan-medical.jp



### 町のお店と暮らしを応援 プレミアム率 20%

鞍手町商工会では、町内事業者の支援と消費喚起を目的に、令和5年度「くらて元気エール券(プレミアム付き地域振興券)」を次のとおり販売します。

- 販売額 1億円(①商品券…6千万円、②リフォーム券…2千万円、③電子商品券…2千万円) 応募額が販売額を超えた場合には抽選となります。ご了承ください。
- プレミアム率 20パーセント
- 販売日 ①②7月29日(土)から31日(月)まで(予定)、③9月中旬(予定)
- 購入申込方法 事前申込方式。ただし、購入できるのは、①②は鞍手町に住民登録がある人(②は自らが居住している住宅が対象で、申込み時に「工事見積書」が必要)、③は18歳以上で鞍手町に住民登録がある人もしくは町内事業所の勤務者
- 申込限度額など 申込限度額や引換期間、使用期間など詳細については、広報7月号や町・商工会のホームページでお知らせします。また、鞍手町商工会では、くらて元気エール券の新規取扱店を随時募集しています。
- 問い合わせ 鞍手町商工会事務局 ☎(42)0357まで

### ひとり親家庭等の 就業を支援します

福岡県ひとり親サポートセンターでは、ひとり親家庭の人に講習会を行います。また、電話での養育費相談や役場での出張相談など随時受け付けています。

- 介護職員新任者研修(通信制) ▽とき 7月3

### 高齢者のための ミニ仕事合同説明会

高齢者の再就職支援を後押しする説明会です。会社(6社)の採用担当者から求人内容について直接聞くことができます。※参加には、福岡県生涯現役チャレンジセンターへの登録が必要で

- 対象 概ね60歳以上
- とき 6月28日(水) 午後1時から3時まで
- 人数 50人(要予約)
- ところ イイヅカコミュニティセンター4階学習室401
- 問い合わせ 福岡県生涯現役チャレンジセンター 飯塚オフィス ☎0948(21)6032まで

### 危険なブロック塀等の 撤去費用を補助します

町では、倒壊の危険性が高いブロック塀等の撤去を行う人に対し、撤去にかかる費用の一部を補助します。

- 対象要件 町内の道路

に面する高さが1メートル以上のブロック塀を撤去する工事(他に要件あり)

- 問い合わせ 役場管財課公共施設係まで

### 木造戸建て住宅の 耐震化を支援します

地震による木造戸建て住宅の倒壊を防ぐため、県では、令和5年度に行う性能向上工事等にかかる費用の一部を補助します。

- 交付要件 昭和56年5月31日以前に建築または着工された鞍手町内に建つ2階建て以下の1戸建ての住宅であること(他に要件あり)
- 申請期間 5月1日(月)から随時受付中

### 野焼きは法律で 禁止されています

野焼きは、「廃棄物の不適正な処理の防止」周辺地域の生活環境に与える影響」から原則禁止され

- 問い合わせ 役場住民環境課環境係まで

### ごみの不法投棄、 ポイ捨ては犯罪です

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たパトロールなど不法投棄の防止に努めています。ごみのポイ捨てはやめましょう。

- 問い合わせ 役場住民環境課環境係まで

### 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。

- 問い合わせ 役場税務課

### 新型コロナウイルス ワクチン接種のお知らせ

新型コロナウイルスワクチンの春接種(5~8月)を開始しています。65歳以上で、オミクロン株ワクチンを1回接種された人へ接種券を送付しています。同封のチラシをご覧ください。お申し込みください。65歳以上でオミクロン株ワクチン未接種の人や12歳以上65歳未満で基礎疾患等を治療中の人、医療従事者等で春接種を希望の人は接種券送付の申請が必要です。ホームページまたは来所等でお申し込みください。

- 問い合わせ 鞍手町新型コロナウイルスワクチン接種担当 ☎(42)2222まで
- 6月25日の日曜日は春の清掃デーです
- 私たちの住む鞍手町から不法に捨てられたごみを一扫するために、皆さんご協力ください。
- とき 6月25日(日)
- 回収方法 衛生連合会から各地区に配布されたごみ袋に、ごみを回収
- ごみの処理 燃えないごみは泉水最終処理場、燃えるごみはくらレクリンセンターに搬入(午前8時30分から10時30分まで)
- 家庭のごみは出さないでください
- 問い合わせ 役場住民環境課環境係まで

### 人権学習会のお知らせ

教育委員会では次のとおり、令和5年度鞍手町人権教育学級を開設します。この機会に、さまざまな人権課題や各分野での取組について学習してみませんか。

- 学習内容・日時
  - ①6月6日(火) 講師:矢野大和さん テーマ:様々な人権について
  - ②6月13日(火) 講師:組坂幸喜さん テーマ:部落問題について
  - ③6月20日(火) 講師:大西良さん テーマ:子どもの人権について
  - ④6月27日(火) 講師:ROSEさん テーマ:LGBTQの人権について
- ところ 中央公民館2階 研修室1
- 問い合わせ 教育課生涯学習係まで

◆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

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!!

新学期授業案内 4月10日(月)開始

小5・6生 授業	中1・2生 授業	中3生 授業
科目 国語・算数	科目 国語・数・社・理・英	科目 国語・数・社・理・英
曜日 週2回(1回60分)	曜日 週2回	曜日 週2回
授業時間 17:00~18:00	授業時間 19:30~22:00	授業時間 19:30~22:30
月額 10,000円(税込)	月額 20,000円(税込)	月額 22,000円(税込)

集え戦士たち 挑め、学年TOP10

開塾以来54年、個々の能力を最大限に伸ばし、志望の高校に合格することを目標としています。

新学期塾生募集! 3月~

白石学習塾 通算教室 ☎293-2611 鞍手教室 ☎942-7142





テーマ

「野菜をしっかり食べよう」

【野菜たっぷりぎょうざ】

■材料（6人分）

鶏ひき肉(120g)、キャベツ(300g)、  
たけのこ(水煮)(120g)、玉ねぎ  
(60g)、A【しょうが(6g)、酒(大さ  
じ1)、しょうゆ(小さじ2)、砂糖(小  
さじ1)、塩(小さじ1/2)、片栗  
粉(小さじ1)】、餃子の皮(36枚)、サラダ油(大さじ1)、  
水(150ml)、ぼん酢(大さじ2)



■作り方

- ① キャベツは耐熱ボウルに入れ、ふんわりとラップをし、電子レンジ(600W)で1分ほど加熱しやわらかくする。
- ② 粗熱が取れたらみじん切りにし、水けをしっかりと絞る。たけのこも玉ねぎもみじん切りにする。
- ③ ボウルに鶏ひき肉と②、Aを入れ、粘りが出るまでよく練る。
- ④ ③を36等分にし、餃子の皮で包む。
- ⑤ フライパンにサラダ油を中火で熱し、餃子を並べる。焼き色がついたら分量の水をフライパンのふちから回し入れて蓋をし、弱火で5分ほど蒸し焼きにする。
- ⑥ 水分がなくなり、焼き色がついたらお皿に盛り付ける(1人6個)。ぼん酢につけて食べる。

【セロリと玉ねぎのスープ】

■材料（6人分）

セロリ(180g)、玉ねぎ(300g)、  
ごま油(大さじ1)、A【鶏ガラ  
スープの素(小さじ1.5)、水(6  
カップ)、酒(大さじ3)】、B【カッ  
トわかめ(乾)(大さじ2)、しょ  
うゆ(大さじ1)、塩こしょう(少々)】、溶き卵(3個)



■作り方

- ① セロリ、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にごま油を熱し、①を炒める。Aを加えて煮立て、アクを取って蓋をして煮る。
- ③ Bを加え、溶き卵を入れる。

野菜を意識して食べていますか？

野菜は、ビタミンやミネラル、食物繊維を多く含んでいます。多くの研究で、野菜をたくさん食べる人は脳卒中や心臓病、ある種のがんにかかる確率が低いという結果が出ています。

野菜の摂取目標量は1日350g以上です。野菜料理を1食1皿以上、1日5皿分食べることを目指しましょう！

6月の行事カレンダー

日	曜日	行事内容
1	木	競争入札参加登録参加資格審査申請受付開始(4ページ参照) 1歳半健診、3歳健診(総合福祉センター、9ページ参照) 補聴器相談(くらて病院:14時~16時30分)
2	金	補聴器相談(役場:13時~14時)
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	一般献血(役場玄関前:9時30分~12時、13時~16時、9ページ参照)
7	水	
8	木	4か月健診(総合福祉センター、9ページ参照) 補聴器相談(役場:11時~12時、12ページ参照)
9	金	無料法律相談(総合福祉センター:13時~16時、13ページ参照)
10	土	子どものお話の会(中央公民館:11時~、10ページ参照)
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	
22	木	7か月健診、12か月健診(総合福祉センター、9ページ参照) 補聴器相談(くらて病院:14時~17時、12ページ参照)
23	金	
24	土	
25	日	春の清掃デー(ごみの受入:8時30分~10時30分、15ページ参照)
26	月	町県民税(第1期)、国民健康保険税(第1期)納期限(12ページ参照) 心配ごと相談(総合福祉センター:13時~15時、13ページ参照)
27	火	補聴器相談(くらて病院:14時~16時、12ページ参照)
28	水	補聴器相談(役場:13時~14時、12ページ参照)
29	木	
30	金	競争入札参加登録参加資格審査申請受付期限(4ページ参照)



●町の人口・4月の人の動き

・人口 15,083人	・出生 3人
・男性 7,167人	・死亡 16人
・女性 7,916人	・転入 54人
・世帯数 7,429世帯	・転出 58人

(令和5年4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) 2111 / ファックス 0949 (42) 5693

■鞍手町ホームページアドレス

パソコンから <https://www.town.kurate.lg.jp>  
携帯電話から <https://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 <https://ja-jp.facebook.com/town.kurate>

■鞍手町LINE @kurate