

最優秀賞

ちょっと早めの夏少女

堤 隆博さん
(中間市在勤・43歳)
場所：波津海水浴場

【講評】水面のかけ・人物・テトラポットの3分割の割合がGOOD！靴を持ってカメラを見る最高の笑顔も◎。親子の愛が感じられる。逆光で海が白く写るのもこの場合はOK。文句なしの一枚です。



岡垣町



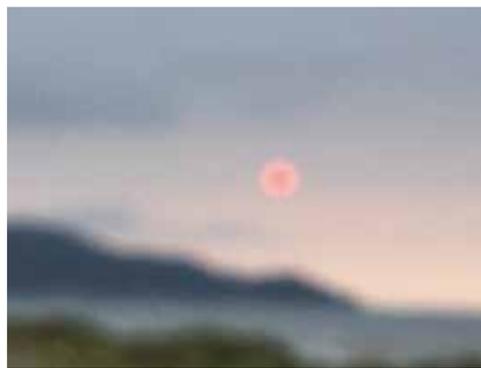
【講評】順光でおさえることで空の青、海の青が美しく出ている。広角で撮って大胆に空を写しているところもGOOD！夏らしさがすごく伝わり、今すぐにも海に行きたくなるような一枚。

パパと手をつないで

坂本 美紀さん (遠賀町在住・30歳)
場所：波津海水浴場

岡垣シンボルマーク 3色

宮本 和敏さん (岡垣町在住・66歳)
場所：汐入川付近



【講評】景色に町のシンボルマークを思い浮かべたアイデアが面白い。あえてぼかすことで、水墨画のように見えてGOOD！地元愛がすごく伝わる一枚。

入選作品

遠賀・中間1市4町合同企画

未来に残したいまちの魅力

今月の特集は「遠賀郡・中間市フォトコンテスト」。未来に残したいまちの魅力をテーマに、この地域に暮らす皆さんから写真を募集しました。入選作品15点を紹介しながら、それぞれのまちの魅力に迫ります。

見慣れたまちの「魅力」

岡垣町・芦屋町・遠賀町・水巻町・中間市……。北九州市と福岡市の間に位置し、海、山、川などの豊かな自然に囲まれ、多くの歴史を持つこの地域の魅力を、皆さんはどれだけ知っていますか。

風景やモノは、毎日見ていると変化を感じづらいものです。旅先の風景は写真に撮っても、見慣れたまちの風景を撮って残す人は少ないのではないのでしょうか。同じようにこの地域でも、地元の人にとっては当たり前のもので、そのまちを訪れた人には魅力的に映ることがきつとあるはず

です。

また一方で、地元の人だからこそ知る昔ながらの伝統や風景、人の温かさなど、後世に残したいものや、ほかのまちに自慢したいものもあるでしょう。

こうした魅力を掘り起こすため、自分が住んでいるまちに限らず、この地域で撮った写真を募集しました。

応募作品は1%点

平成29年9月15日～11月10日の約2カ月にわたる募集期間には、計1%点の作品が寄せられました。まちの垣根を越えて募集したことで、さまざまな視点で撮影された「一枚」

が集まりました。特に多く寄せられたのは、美しい自然や季節を感じられる作品です。

最終選考者はプロカメラマン

応募作品の中から上位15点を厳選したのは、芦屋町で地域おこし協力隊を務めるプロカメラマンの長島毅さん。数多くの作品に触れて培われた感性で審査し、そのまちの魅力が伝わる作品を選んでもらいました。

次のページからは、それぞれのまちで撮影された入選作品を長島さんの講評とともに紹介します。これを機会に皆さんも地域の魅力を見つめ直しませんか。

特別審査員

ながしま つよし
長島 毅さん
(プロカメラマン・芦屋町地域おこし協力隊)



ファッション誌のカメラマンとして活躍するほか、ドラマ「ドクターX 3～外科医大門未知子～」や映画「ヒメアノール」など数多くの作品にオフィシャルスチールカメラマンとして関わっている。平成28年、東京都から芦屋町に移住。現在は地域おこし協力隊として映画の誘致や写真を通じた地域活動を行っている。



最優秀賞

水墨プラットフォーム

高 大貴さん (遠賀町在住・23 歳)
場所：遠賀川駅

【講評】光と影の使い方が GOOD！白と黒のコントラストがノスタルジックな雰囲気をかもし出している。朝日の逆光を使うことでできた影の長さが印象的。ホームに立つ人の姿からいろいろなことが想像できる。まるで映画のワンシーンのような一枚。



最優秀賞

桜の小径

於田 一憲さん (芦屋町在住・50 歳)
場所：第二緑ヶ丘団地

【講評】春の柔らかい光の中に背中越しの人物を入れることによって、日常の平凡なワンシーンもドラマチックに変わる。光を取り込んでソフト効果にしたところも◎。真ん中よりも下に人、上に桜を配置することで写真全体に広がりが出ている。季節感がとても伝わる一枚。

遠賀町

芦屋町

夕暮れ

立野 香子さん (遠賀町在住・41 歳)
場所：遠賀総合運動公園



【講評】おもしろい形の雲を使って画面を大胆に2分割しているところが GOOD！個性的な雲と重なったバレーボールに躍動感を感じられる一枚。子どもたちの楽しそうな姿に家族の温かさを感じる。



やさしい光に
つつまられて
入選作品
守田 泰造さん (岡垣町在住・42 歳)
場所：ふれあいの里

【講評】暗いシーンをスローで撮ってオレンジ色が増し、母娘のやさしい雰囲気が伝わる一枚。母の右手に力がこもっているところにも親子愛を感じる。また、人物を暗めにおさえることでろうそくの光が生かされている。

海鏡

入江 将安さん (芦屋町在住・19 歳)
場所：狩尾岬近くの海



【講評】逆光で人物をシルエットにしている。オレンジ色の夕日と黒色のシルエットの構図で色の対比がすばらしい一枚。スマートフォンでチャレンジしたところも GOOD！



ちびっ子カメラマン
入選作品
半田 尚未さん (遠賀町在勤・36 歳)
場所：芦屋競艇場

【講評】広い青空の中の個性的なスモークが、インパクトがあって目を引く。手前に写した子どもの背中からでも表情が伝わってくる一枚。親子愛が感じられる。もっとローアングルで撮り、アスファルトの部分を減らすとさらに GOOD！

最優秀賞

桜トンネル

古城 正直さん
(中間市在住・78歳)
場所：JR筑豊線と垣生公園
の間を通る坂道

【講評】奥に向って狭くなっていく放射構図で奥行きが出ているところがGOOD！奥行きのある桜のトンネルで引き締まった画になっている。トンネルの中に自転車を配置することで動きが出ているのも良い。桜が散っている瞬間を捉え、この季節にしかない、はかない雰囲気も感じられる一枚。



中間市



最優秀賞

秋桜

安永 梨沙さん(遠賀町在住・35歳)
場所：遠賀川河川敷(猪熊)

【講評】被写体の少女を画面いっぱいに入れた構図がGOOD！満面の笑みに引き込まれてしまった。人物を中央ではなく少しずらすことでコスモス畑の広がりを感じる。コスモスの魅力がとても伝わる一枚。

水巻町



娘と鯉のぼり

岡田 謙治さん(中間市在住・39歳)
場所：遠賀川河川敷

【講評】人物の位置など構図のバランスがGOOD！望遠を使って少しうるさくなりそうな鯉のぼりをぼかしたところが◎。左手の動きにも子どもらしさを感じられる一枚。

遠賀橋夕景

山藤 寛さん(中間市在住・61歳)
場所：中間市役所前の遠賀橋



【講評】空・橋・水面で作られた三分割構図のバランスがGOOD！何気なく写っている自転車にも目がいく。夕焼けの時刻に帰宅の途に着く自転車からストーリーを感じる一枚。

入選作品

家路

佐々木 幸峰さん(水巻町在住・55歳)
場所：家の前の路地



【講評】神秘的な色をした空の色合いが面白い。暗闇の中に車のブレーキランプが赤く光っていることや、うるさくなりがちな電線も日常の一コマを演出している。神秘と日常が混ざり合っているところが面白い一枚。



ともだち
西村 政彦さん(水巻町在住・34歳)
場所：水巻吉田保育園

【講評】2人の仲の良さがとても伝わる表情やポーズを画面いっぱいに表現した一枚。シンバルのレフ板効果も表情を生かしていてGOOD！

入選作品

シンメトリーが映える風景写真

左右・上下対称で撮る

いつもの見慣れた景色の中にシンメトリーを見つけて撮ってみましょう。シンメトリーとは「対称」という意味で、左右または上下対称の構図のことです。シンメトリーを利用すると整列感や奥行きを表現することができ、印象的な写真になります。建物や橋、鳥居など人工的

に作られたものや、田んぼ、海、川の水面に写る景色に、シンメトリーが映える風景が見つけれられるでしょう。

いつも歩いている道や行き慣れた図書館でも、シンメトリーを使うと特別な空間のように表現することができます。



物語性のある写真

人物と風景をうまく配置する

人物と背景の配置を工夫すると、写真に物語や感情が追加されて、より深みのあるものになります。



▲後ろ姿は写真にドラマ性をもたらします。想像力をかきたてられますね

▲思い切って画面をナナメに見慣れない構図がアクセントになります

▲背景を気にせず、一歩も二歩も寄りましょう

▲眼力が写真にパワーを与えます。あえて日の丸構図で人物を中央へ



答えがないから面白い
今回、たくさんの応募があり、これだけ多くの皆さんが写真に興味を持っているということが改めて分かりました。今やスマートフォンやSNSなどの情報ツールは皆さんの生活に深く関わっています。いつも思うのですが、写真には答えがありません。つまり正解も不正解も無いのです。良い悪いを追究するより、どこかにかけて季節を感じたり、何気ない景色の中にすばらしさを見つけたり、撮った写真を発信したりして、楽しいフォトライフを送ってください。ただし、周りの皆さんに迷惑をかけない心配りも大切にしましょう。

インスタ映えする写真を撮ろう！

2017年のユーキャン新語・流行語大賞を受賞した「インスタ映え」。インスタグラムを含むSNSに投稿するためにさまざまな機会写真を撮る人が増えてきました。スマートフォンのカメラが高性能になったため、いつも持ち歩いているスマートフォンで撮影する人も多いようです。そこで、スマートフォンで写真を撮るときの簡単なテクニックを長島毅さんに聞きました。

※ SNS…ソーシャル・ネットワーキング・サービスの略。人と人の社会的なつながりを維持・促進するさまざまな機能を提供する、会員制のオンラインサービス (Facebook、Twitter、Instagram など)



おいしく見える料理の写真

自然光・逆光で撮る



料理は、フラッシュを使って撮ると不自然な明るさになってしまいおいしさが伝わりませんが、自然光で撮るとおいしそうに見えます。さらに料理の後ろ側から光が当たると、影ができて立体感や照りを出すことができます。また、飲み物のグラスは透き通ってきれいに写ります。

寄る・ずらすで想像させる

ごはん、味噌汁、おかずなど全てを写真に入れてしまいがちですが、主役を一つに絞って撮りましょう。メイン料理に寄って斜めから撮ることでインパクトが出ます。また、背景に余計なものも写らなくなります。見えないところは見る人の想像力に任せましょう。



アングルで映える人物の写真

ローアングルで脚長効果

旅先でも日常でも、写真には美しく写りたいものです。きれいに見える効果の一つに脚長効果があります。カメラを低い位置で構え、遠近法を使うことで、脚を長く、顔を小さく見せることができます。人物を撮るときはローアングルで撮ってみましょう。



ハイアングルで笑顔が光る



子どもの写真を撮るときなどに、上からのアングルを意識してみましょう。表情豊かな子どもの顔に注目が集まります。大人でも目が大きく開いて、瞳がきれいに写るほか、あごのラインをシャープにする効果もあります。

窓口開庁時間を延長します

●問合先 市民課 ☎(246)6239

転入や転出などの手続きで、多くの人の来庁が予想されるこの時期、市役所を利用しやすいように木曜日の窓口開庁時間を延長します。転入や転出の届け出などに、ぜひ利用してください。詳しくは事前に担当課にお問い合わせください。



●日時 3月15日(木)、22日(木)、29日(木)、4月5日(木)、12日(木)の計5回
17時15分～19時

市民課 ☎(246)6239

- 転入や転出、転居などの住民異動届
 - 諸証明発行
 - 所得や納税、固定資産の証明
 - 印鑑登録
 - 戸籍届
 - 国民年金の加入手続きや免除申請
- ※証明書の発行には、窓口に来る人の身分証明書が必要です。本人以外の申請の場合は委任状が必要です。
※戸籍の届け出で、他市町村などへの確認が必要な場合、届出書をお預かりします。
※国民年金の手続きで、年金事務所などへの確認が必要な場合、後日連絡することがあります。

健康増進課 ☎(246)6246

- 住民異動に伴う、国民健康保険や後期高齢者医療、子ども医療、障害者医療の手続き
- ※他市町村や医療機関、保険者などに確認が必要な場合や添付書類に不備があるときは、受け付けできないことがあります。後期高齢者医療の保険証などは、後日郵送します。

介護保険課 ☎(246)6243

- 住民異動に伴う、介護保険被保険者証の発行手続き
 - 介護保険料納付書の発行
- ※納付場所は収納課です。

都市整備課 ☎(246)6260

- 市営住宅関係の相談

収納課 ☎(246)6237

- 税金の納付や納税相談

福祉支援課 ☎(246)6282

- 障がい者手帳の住所変更手続き
- ※県外(政令市含む)で発行された手帳をお持ちの場合は、手続きできないことがあります。

子ども未来課 ☎(246)6248

- 保育所入所の受け付け
 - 児童手当や児童扶養手当、特別児童扶養手当の申請
 - ひとり親医療証の発行手続き
- ※他市町村などへ確認が必要な場合や添付書類に不備がある場合は、受け付けできないことがあります。

学校教育課 ☎(246)6222

- 転校手続き
- 校区外・区域外通学申請



なかまでつなごう 市民リレー



人から人へとバトンをつなぎながら、キラリと輝く中間市民を紹介します。



とくなが かずお
徳永 一雄さん(中央三丁目・75歳)

「ファーストペンギン」でありたい

得意な英語やパソコンのスキルを活かして地域貢献ができないかと、北九州市の民間企業やまちの子どもたちを対象に英会話教室やパソコン教室を始め、今年で17年目を迎えます。また、子どものころから親しんできた音楽をみんなで共有しようと、「歌声館」を開講し、オリジナルの楽譜を使って楽しんでいます。

このように好きなことを続けられるのは、ひとえに丈夫な体を持ち健康でいられるからです。実は、3か月前から市内のスポーツジムで肉體改造にも取り組んでいます。75歳になっても新しいことが始められるんだということを高齢者の皆さんに知ってほしいですね。

今の元気をずっと維持しながら、ペンギンの群れの中で、最初に海に飛び込む勇氣ある「ファーストペンギン」でありたいと考えています。何よりも中間市の未来を託す子どもたちを大切にすまちづくりに貢献していきたいですね。

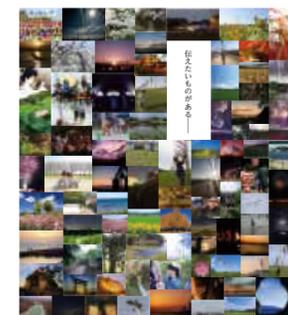


目次 -CONTENTS-

広報なかま 2018年3月号

- 2 遠賀・中間1市4町合同企画
～未来に残したいまちの魅力～
- 10 なかまでつなごう市民リレー
- 11 窓口開庁時間を延長します
- 12 市からのお知らせ
- 16 まちのわだい
- 18 ちいさなころではぐくむ人権
世界遺産でなかまになろう
- 19 やっちゃれ環境、くらしのミカタ
- 20 図書館だより、Nakama's キッチン
- 21 なかマルシェ、文芸歳時記
- 22 健康ファミリー、国保だより
- 23 医療講座、年金ニュース
- 24 くらしの情報
- 26 みんなのひろば
- 27 行事予定表・公共施設問合先
- 28 NAKAMA's Letter
わが家のすこやかちゃん

表紙のはなし -COVER STORY-



毎年、1市4町で行う合同企画の季節がやってきました。今年のテーマは、「フォトコンテスト」。市町に縁のある皆さんに地域の良さを再発見・発信してもらおうと企画しました。200件近い応募作品の中には、私たち広報担当者も知らないような風景や魅力がたくさんありました。



中間市役所代表 ☎(244)1111
http://www.city.nakama.lg.jp

中間市ホームページのQRコードをご利用ください。



中間市公式 Facebook
https://www.facebook.com/city.nakama.lg.jp/

中間市公式 Facebook のQRコードをご利用ください。

縦覧帳簿・固定資産課税台帳の閲覧

●問合先 課税課 ☎(246)6274

- 縦覧帳簿**
固定資産税の納税者が、本人の固定資産の価格が適正であるかどうかを確認するために、土地または家屋価格等縦覧帳簿で、ほかの土地または家屋の価格と比較することができます。
- 土地価格等縦覧帳簿** 土地の所在・地番・地目・地積・価格が記載されています。
 - 家屋価格等縦覧帳簿** 家屋の所在・家屋番号・種類・構造・建築年・床面積・価格が記載されています。
 - 縦覧期間** 4月2日(日)～5月31日(日) 8時30分～17時15分 ※土曜・日曜日、祝日を除きます。
 - 縦覧できる人** ○市内に所在する土地や家屋の固定資産税の納税者、同居の親族 ○相続人(相続が確認できる人のみ)
 - 納税管理人** ○納税者からの委任状を持つている人
 - 持ち物** ○納税通知書 ○運転免許証またはマイナンバーカードなど本人であることを証明できるもの
 - 閲覧開始日** 4月2日(日) 8時30分～17時15分 ※土曜・日曜日、祝日を除きます。
 - 閲覧できる人** ○納税義務者、同居の親族 ○相続人(相続が確認できる人のみ)
- 固定資産課税台帳**
固定資産(土地・家屋・償却資産)の所有者や借地借家人などの関係者は、平成30年度の固定資産税・都市計画税の課税のもととなる、固定資産課税台帳(固定資産の所有者の住所、氏名、所在地番、評価額、課税標準額などが記載されたもの)を閲覧することができます。
- 閲覧開始日** 4月2日(日) 8時30分～17時15分 ※土曜・日曜日、祝日を除きます。
 - 閲覧できる人** ○納税義務者、同居の親族 ○相続人(相続が確認できる人のみ)



- 納税管理人** ○納税者からの委任状を持つている人
- 借地人・借家人(賃貸借契約書などが必要)** ○借地または借家人は、当該借地または借家にかかる固定資産に限り、閲覧および証明手数料1件300円 ※縦覧期間中(4月2日～5月31日)は、閲覧に限り無料です。
- 持ち物** ○納税通知書 ○運転免許証またはマイナンバーカードなど本人であることを証明できるもの
- 権利を証明できるもの
- 閲覧場所** 課税課

若年者専修学校等技能習得資金の貸し付け

●問合先 人権男女共同参画課 ☎(245)3511

- 貸付条件** ○市内在住の人またはその子で、専修学校などに入学した年度の前年度に中学校または高校を卒業した人、または高校を中退した人
 - 平成30年度に、対象の専修学校の専門課程(修学年限1年以上2年未満)、専修学校の高等課程、一般課程または各種学校(修業年限1年以上)に進学する人
 - 中間市若年者専修学校等技能習得資金貸与要綱に当てはまる人
 - 収入基準** 世帯の収入が生活保護基準額の1.5倍以下の世帯
 - 貸付金額** ○入校支度金：10万円 ○修学資金(月額)：専門課程・53,000円、その他の課程：3万円
 - 返還期間** 在学期間の3倍の期間内
 - 申込期間** 4月2日(日)～27日(金)
 - 申込先** 人権男女共同参画課
- 経済的な理由で専修学校などへの進学が困難な人、無利子で修学資金の貸し付けを行っています。申込方法など詳しくはお問い合わせください。

中間市の消防設備が充実

●問合先 予防課 ☎(245)0901



新しい救急車を使用して、救急救命のデモンストレーションを行う消防職員。



人体模型のほか、防災啓発などで使用する法被が寄贈された。

高規格救急自動車受納式
一般社団法人日本損害保険協会九州支部から、高規格救急自動車(高規格)が寄贈されました。日本損害保険協会は、地域の防災・減災や地震発生後の生活再建支援などに取り組んでいます。

今回受納された救急車には、消防職員が協議を重ね、AEDなどの最新鋭の救急設備が適材適所に搭載されています。また、反射板を最大限利用するなど緊急走行の際の安全性も考慮されています。

中間市では一日平均7件の救急要請があり、市内を緊急走行しています。救急車の安全走行と適切な利用にご理解とご協力をお願いします。

救急救命資機材を整備
一般財団法人自治総合センターでは、コミュニティ助成事業の一環として、宝くじの収益で、地域活動に必要な備品や施設の設備、安全と共生のまちづくりなどを支援しています。これは、地域活動の充実・強化を図ることで、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目指した取り組みです。

今回、この事業を活用して、新たな救急救命用資機材を整備しました。人工呼吸の練習を行う人体模型など、今後の講習で役立てられます。市民の皆さんも、ぜひ救急講習などに参加し、救急現場で救命措置をより円滑に行えるよう、体の仕組みを理解しましょう。

子どもたちに「おいしい」を

●場所・問合先 保健センター ☎(246)1611

- 離乳食教室** 教室参加中は保育を行います。教室開催後には子どもの計測も行います。
- 日時** 4月17日(日) 10時～11時30分(受付は9時30分)
- 内容** 栄養士による離乳食の講話と試食 ※講話は離乳食前期～後期(生後5か月～1歳3か月ごろ)について行います。
- 申込方法** 電話
- 申込締切** 4月10日(日)
- 子ども料理教室(野菜をおいしく食べよう)** 3月28日(日) 9時～10時

- 参加料** 無料
- 対象** 小学4～6年生 ※子どものみの参加です。
- 持ち物** エプロン、三角布、手拭きタオル、水筒
- 参加料** 400円(材料費)
- 定員** 20人・先着順
- 申込方法** 電話、FAX ※FAXで申し込む場合は、氏名、学年、住所、昼間連絡ができる保護者の電話番号、アレルギーの有無を書いてください。
- 申込締切** 3月20日(日) ※3月22日(日)以降に参加を取り消した人は、参加料を支払っていただきます。

ダンボールコンポスト利用講座

●問合先 環境保全課 ☎(245)5300

- 参加料** 無料
 - 持ち物** 自分のダンボールコンポストで作成した堆肥(ビニール袋1袋分)
 - 参加資格** 市内在住
 - 申込方法** 窓口、電話、FAX ※FAXの場合は、参加者の氏名、住所、電話番号、「ダンボールコンポスト利用講座参加希望」と明示してください。
 - 申込締切** 3月19日(日) 正午
 - 申込先** 環境保全課 ☎(245)5300 FAX(244)1317
- 家庭から出る生ごみから堆肥を作るダンボールコンポストの利用講座を開催します。今回は、ダンボールコンポストで生ごみの堆肥化に取り組んでいる人を対象に、さまざまな疑問や悩みについて答えるとともに、さらなるステップアップを目指します。専門講師によるわかりやすい講座ですので、ぜひ参加してください。



中間市役所代表 ☎(244) 1111
http://www.city.nakama.lg.jp

中間市ホームページのQRコードをご利用ください。

行政相談

行政への苦情・要望などの相談に応じます。予約は不要です。直接会場にお越しください。

- 日 時 4月7日(土)、20日(金)・15時～17時
- 場 所 ハピネスなかま(通谷一丁目36番10号)
- 問 合 先 企画政策課 ☎(246) 6271

心配ごと相談

法律に関する悩みを弁護士に相談できます。前日までに窓口で予約してください。受付時間は月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時15分で、定員は6人です。

- 日 時 4月7日(土)、20日(金)、26日(木)・15時～17時
- 場 所 ハピネスなかま(通谷一丁目36番10号)
- 問 合 先 中間市社会福祉協議会 ☎(244) 1230

家庭児童相談

子どもの養育など児童に関する相談をお受けします。

- 受 付 月曜日～金曜日・9時～17時
- 問 合 先 こども未来課家庭児童相談係(市役所本館3階) ☎(246) 3515

市民生活相談センター

生活が困難な人が自立した生活を行えるよう相談に応じます。

- 受 付 月曜日～金曜日・9時～16時
- 場 所・問 合 先 市民生活相談センター(中間二丁目10番1号) ☎(246) 1030

消費者相談

悪質商法やインターネットのトラブルなどの相談に応じます。

- 受 付 月曜日～金曜日・9時～16時
- 場 所 産業振興課(市役所別館2階)
- 問 合 先 消費生活センター ☎(246) 5110

県巡回交通事故相談

交通事故のトラブルなどについて、専門の相談員が応じます。

- 日 時 5月9日(火)・10時～16時(受付は15時まで)
- 場 所 ハピネスなかま(通谷一丁目36番10号)
- 問 合 先 安全安心まちづくり課 ☎(246) 2017

補聴器相談

- 期 日 毎月第1火曜日・第3月曜日
- 時間・場所
 - 13時～14時・福祉支援課(市役所1階)
 - 14時30分～15時30分・ハピネスなかま
- 問 合 先 福祉支援課 ☎(246) 6282

女性のための悩みごと相談

さまざまな女性問題に対し、1人1人に合わせた相談に応じます。

- 受 付 月曜日～金曜日・8時30分～17時15分
- 場 所・問 合 先 人権センター ☎(245) 7801

新藤まゆみと歌おう～昭和ソングスの広場～

●問合先 中央公民館 ☎(246) 2321

●日 時 3月24日(土)・14時30分～15時30分

●場 所 中央公民館

●定 員 100人

●出演者 新藤まゆみさん(ピアノ・歌・司会)、碧真理さん(歌)

●申込方法 入場整理券を公民館の窓口で配布します

●参加料 無料

昨年5月に脳出血で倒れた現役ミュージシャンの新藤まゆみが右半身まひのハンデを抱え「左手だけのピアノスト・車椅子のグospelシンガー」として音楽活動を再開。昭和の名曲の数々を新藤まゆみの伴奏にのせて一緒に歌いましょう。

御座ノ瀬・中ノ谷線バイパスが供用開始

●問合先 土木管理課 ☎(246) 6259

県道中間宮田線と市道市宮球場2号線を結ぶ約560mの御座ノ瀬・中ノ谷線バイパスおよび御座ノ瀬1号線が開通しました。中間市西部の交通ネットワークを整備したことにより、地域の発展が期待できます。さらに、交通量が多いため、通勤や通学時の利便性と安全性が高まります。



中間市ゲートボール大会

●問合先 体育協会 ☎(246) 2801

参加希望者は電話で申し込んでください。チームでも個人でも申し込むことができます。個人の申込者は、当日チーム編成します。

●日 時 4月19日(木)・9時～(受付は8時30分)

※雨天時は4月20日(金)に順延します。

●場 所 太陽の広場

●参加資格 市内在住または市内でゲートボール活動をしている人

●参加料 無料

●申込締切 4月12日(日)

※雨天時は8時以降にお問い合わせください。

狂犬病予防の集団接種

●問合先 環境保全課 ☎(245) 5300

予防注射実施日程表

4月	午 前		午 後	
	場 所	時 間	場 所	時 間
1日(日)	市役所河川敷駐車場	10:00～11:00		
5日(木)	岩瀬東町公民館	9:45～10:10	中鶴三区集会所	13:20～13:40
	岩瀬西町一區公民館	10:25～10:55	栄町公民館	13:55～14:10
	浄花町公民館	11:10～11:30	下蓮花寺公民館	14:25～14:40
10日(火)	垣生公民館	9:45～10:20	砂山公民館	13:20～13:40
	下大隈公民館	10:35～10:50	御館町公民館	14:00～14:40
	J A北九底井野倉庫前	11:05～11:20	白天公民館	14:55～15:15
	中底井野公民館	11:35～11:50		
12日(木)	土手ノ内二區公民館	9:55～10:35	小田ヶ浦公民館	13:20～13:45
	中尾一區公民館	10:50～11:05	深坂公民館	14:00～14:25
	松ヶ岡一區公民館	11:20～11:35	七重公民館	14:40～15:00
26日(木)	扇ヶ浦一區公民館	9:45～10:05	通谷三区公民館	13:20～13:40
	鍋山公民館	10:20～10:40	市役所本館地階 公用車駐車場	14:00～14:40
	通谷二區公民館	10:55～11:15		※時間厳守でお願いします。
	桜台公民館	11:25～11:40		

自治公民館などで、狂犬病予防の集団注射を行います。犬の登録をしている飼い主の皆さんへは、3月下旬までに案内はがきを郵送します。都合の良い時間・実施会場を確認して、必ず予防注射を受けてください。注射はどの会場でも受けることができます。

毎年好評の日曜日注射は、4月1日(日)に市役所河川敷駐車場を実施します。仕事などで平日の集団注射に参加できない人は、この機会を

ぜひ利用してください。犬には狂犬病予防法により、名前や犬種などを登録することが義務付けられています。未登録の人へは案内はがきが送付されませんが、注射と同時に登録をすることができます。最寄りの実施会場に来てください。

また、予防注射はかかりつけの動物病院でもできます。狂犬病は感染・発症した場合ほぼ100%死に至る人畜共通感染症です。年1回必ず予防注射を受けてください。

- 実施日・会場 左記の表で確認してください
- 手数料
 - 予防注射 3,150円
 - 登録+予防注射 6,150円
- ※おつりが出ないように準備してください。
- 注意
 - 飼い犬が登録済みであるか事前に確認してください
 - 犬の扱いが十分可能な人が連れてきてください
 - 会場でふんをしたときは片づけをしてください

全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉試験放送

●問合先 安全安心まちづくり課 ☎(246) 2017



市内の公共施設などに設置している「なかまコミュニティ無線(防災行政無線)」のスピーカーから試験放送が流れます。実際の災害ではありませんので注意してください。

●日 時 3月14日(日)・11時ごろ

●場 所 市内全域

※全国的に行われます。

●放送内容

「上り4音チャイム」
「これは、テストです」×3回

「こちらは、防災中間で下り4音チャイム」

※全国瞬時警報システム(Jアラート)とは、緊急地震速報、武力攻撃などといった対処に時間的余裕のない事態に関する緊急情報を、消防庁から人工衛星を通じて直接、市区町村の防災行政無線を自動起動させることによって、市民の皆さんに瞬時に情報を伝えるシステムです。

2/6 第58回中間市卓球大会 ～いざ卓球のまちへ～

年齢や経験に合わせて行われた個人戦のほか、団体戦には21の自治会チームが参加しました。普段の練習の成果を発揮しようと100人以上が熱戦を繰り広げ、決勝戦では奇しくも朝霧のチーム同士の対戦となりました。市民同士の交流の場として根強い人気がある卓球。福田市長は開会式で「卓球を通じて台湾との交流を」とあいさつ。ますます中間市のスポーツの象徴として期待されます。



2/2 くるり節分 ～良い子で一年を過ごそうね～

中間市の子育て支援センター「くるり」で節分にちなんだ豆まきを行い、市内外の0～4歳までの子どもたちと保護者約50組が参加しました。「たろうくん」の心に棲みついた鬼を退治するため、親子は豆に見立てた新聞紙を投げつけていました。思わず泣き出す子どももいる中、勇敢に立ち向かう子どもの活躍もあり、鬼たちは「まいった、まいった」と退散。最後はみんなで後片付けをしました。



2/23 希望が丘高校相撲部 全国大会へ ～目標は全国制覇～

希望が丘高校の相撲部が、福岡県代表として出場した「全九州新人選手権大会」で見事優勝を果たしました。また、県大会個人戦では、西村篤さん(2年)が優勝するなど絶好調。部員は7人と少数精鋭ですが、1日3時間に及ぶ厳しい稽古を乗り越え、3月に高知県で開催される全国選抜大会に臨みます。モンゴル出身のテムレンさん(主将・2年)は「目指すのは、全国制覇です」と力強く答えてくれました。



2/8 うどんづくり体験 ～食べ物を自分で作るって楽しい～

中間南校区まちづくり協議会(=まち協)の主催で、中間南小学校3年生がうどんづくりを体験しました。中央公民館でそば塾を開講している中村廣海さんに、まち協会長の松崎英人さんが講師を依頼して実現したものです。小麦粉をこねてゆで上がるまでを体験した田代莉彩(写真=中央)さんは「うどん屋さんで作っているのを見たことはあったけど自分で作るのは初めて」と楽しんでいました。

2/18 しんしんの科学実験教室 ～科学の「なぜ」を楽しく学ぼう～

科学を楽しく学ぶ教室に親子82人が参加。毎回人気の実験コーナーでは、洗濯のりを使ったスライム作りやストローとビニールひもを使ったロケット作りを行いました。スライム作りでは、メジャーカップで材料を丁寧に計りながら調合して、オリジナルのスライムを手に入れました。ロケット作りでは、親子で合作したロケットで競技会を開催。最長飛距離を飛ばした子どもたちには図書券が贈られました。



2/7 ケアランポリン ～体と心を弾ませて～

中間市の通谷二区公民館で、介護予防の一環として「ケアランポリンわいわい教室」が行われました。ケアランポリンは、手すり付きのランポリンを使って、楽しみながら介護予防を目的とした運動を行うことができます。福田健次市長は「ケアランポリンも大切だけど、この教室に参加することで、人との交流を楽しんでほしい。中間市の健康を全力発信してください」と話しました。



2/15 初心者タブレット講座 ～意外と簡単?! タブレット～

今では生活に欠かせないスマホやタブレット。「でも、使い方がいまいち分からない…」という人も多いはず。そこで、中央公民館では、初心者向けのタブレット講座を開講しました。参加者は、タブレットの簡単な操作方法から、カメラや動画の撮影方法などを学ぶと「わあ、簡単」「こんなにきれいに撮れるのか」と感心の声をこぼしていました。自撮りまでマスターした人たちは、レンズを覗き込みながら満面の笑顔でした。



2/7 ははきぎほうせい 帯木逢生さんが生原稿を寄贈 ～ぜひ図書館に見に来てください～

中間市在住で吉川英治文学新人賞などを受賞した作家、帯木逢生さんから、著書「悲素」の自筆原稿の寄贈を受けました。帯木さんは、市民図書館に並ぶ原稿の数々を見て「中間市のために少しでも役立ててもらえればうれしい限り」と話しました。福田市長は、「帯木先生のきれいな日本語と緻密な物語は子どもたちのお手本になる。また、これを機に中間市の文化を発信していきたい」と感謝を述べました。

ちいさなころではぐくむ人権



子どもたちが感じた人権のカタチ。作文をとおして、もう一度人権について考えてみませんか。



友達がいてくれるから毎日が楽しいです。友達とは、けんかをすることもあるけど、これからもずっとずっと友達でいたいんです。

「大切な友達」

中間北小学校4年
大和 優香

わたしは、友達がいてくれてとてもよかったと思います。

わたしは、一年生の時ひっこしてきました。初めて学校に来た時は、「もしも友達ができなかったらどうしよう」とどきどきしていました。けれど、教室に入ってみんなの顔を見たら、とてもやさしい顔をしていて、席にすわったらすぐに近よって来てくれる人もいました。わたしは、「みんなやさしいな。」と安心しました。

それから何日かしたらもう友達はできていました。親友もできました。その子といっしょに遊んでいる時、すごく幸せだったから、親友なのかなと思いました。その子とい

っしょに一輪車の練習をしたり、いっしょにドッチボールをしたり、いろいろなことをしました。とても楽しい時間をすごしました。さらに他にもたくさん友達ができました。その中には、学校のことを教えてくれる友達やいっしょに遊んでくれる友達がいました。

三年生になって、学校にすっかりなれたころ、親友とけんかをしました。その時はしばらく遊ばない日が続きました。そんなわたしに、一人の友達が、「けんかしたの？だいじょうぶ？」と声をかけてきてくれました。わたしはとてもうれしくなりました。それで、勇気を出して親友と仲直りをしました。その時、声をかけてくれた友達とは、親友と仲直りした後も遊んだり、いっしょに帰ったりしています。四年生にな



ってからも、友達の仲は続いています。もう二学期が終わろうとしています。今でも仲よしです。

わたしは、友達のおかげで楽しく毎日をすごせています。友達とは、時にはけんかもするけれど、もう、すぐに仲直りができます。ずっと友達でいたいんです。わたしは友達にいてくれて、本当によかったなと思っています。

※この作文は、平成28年度中に書かれた作品で、学年の表記は当時のものです。



ごみカレンダーを活用してください

今号の広報なかまに、昨年引き続き、平成30年度の4月～9月までのごみ収集日を記載した「ごみカレンダー」を同封しています。

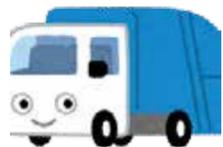
両面印刷の表と裏で収集地区が異なります。自宅の住所が当てはまる収集日を確認してください。

なお、10月～平成31年3月までのごみカレンダーは、広報なかま9月号に同封予定です。

ごみ出しはマナーを守って

ごみは、7時～8時の間に出してください。回収車は8時から収集を開始します。収集ルートは最も効率よくステーションを回れるように決定されています。必ず8時までに決められたごみステーションへ出してください。

収集はおおむね16時ごろには終わりますが、回収車がステーションへ来る時間は、交通事情や天候などに影響され、毎回同じではありません。この時刻になってもステーションにごみが残っているようなら次のことを確認し、環境保全課までお問い合わせください。



○「シール」が貼っていないか
：残っているごみに「シール」が貼られていれば、違反ごみです。出した人が責任をもって再分別する必要があります

○周辺のステーションを確認
：シールがない場合は、周辺のステーションを確認し、ごみがまだあれば回収車が来ていない可能性が高いです。しばらく様子を見てください。シールがなく周囲のステーションのごみが回収されている場合は、収集後に出されたごみだと考えられます。次回の収集日に直し直してください

ペットボトルで資源回収

ペットボトルは、資源回収の点からも、拠点回収ボックスに出してください。その際、ラベルとキャップは剥がしてプラスチック製容器包装へ分別してください。通常のごみステーションに出す場合は、上記の分別を行い「燃えるごみ」で出してください。

くらしのミカタ

全国の消費生活センターに寄せられる相談の一部を紹介します。

届いた商品は偽物？！

消費生活センター ☎(246)5110

■相談事例

フリマアプリを利用して、ブランド品の靴を定価の約半額で購入した。届いた商品を確認すると、アプリ上で表示されていた商品の画像とは微妙に異なり作りも粗雑であった。

また、出品者は日本在住となっていたが、中国から発送されていたので、コピー商品ではないかと不安になり、メールで「正規品か」と質問したところ「正規品である」との返信があった。出品者に返品したいとメールしたが「商品は正規品なので代金を支払うように」と返信があった。

●消費者ホットライン ☎1188

管会社と連絡し取引中止の処理してもらった。しかし、出品者の住所が分からず手元に商品を置いていたところ、出品者から「商品の代金はまだか」「窃盗だ」「警察に届けて法的手続きをする」などとメールが届いた。

■アドバイス
スマホで手軽に商品を取引することができるフリマアプリが幅広い世代で利用されていますが、便利な反面「商品が届かない」「送られてきた商品が不良品だった」「コピー商品だった」などのトラブルの相談が寄せられています。

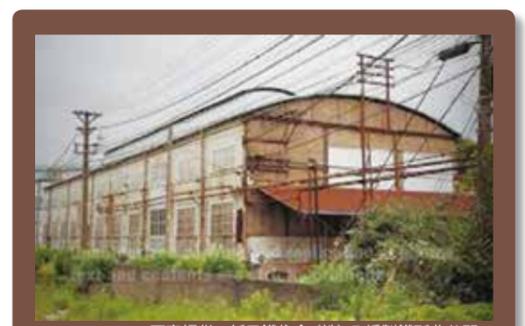
フリマアプリは利用者個人にインターネット取引の場を提供しているにすぎません。そのため、トラブルが発生した場合、運営会社の規約に規定がなければ解決は個人間の話し合いに委ねられ、返金などが困難になります。

利用するときは、利用規約などをよく読み、理解し、うえで慎重に利用しましょう。



遠賀川水源地ポンプ室の世界遺産仲間を紹介します。

官営八幡製鐵所旧鍛冶工場



写真提供：新日鐵住金(株)八幡製鐵所非公開

- 場所 八幡東区大字枝光
- 問合先 北九州市世界遺産課 ☎(582)2922
- アクセス 最寄駅：JRスペースワールド駅
※施設は稼働中の構内にあるため非公開です。北九州イノベーションギャラリーにて、資料映像をご覧いただけます。

1900(明治33)年、「製鐵所」建設に必要な鍛造品製造を行う目的で、ドイツのGHH社の設計と鋼材で建設された鉄骨造の建築です。旧鍛冶工場では、大型のスパンや鑿、ハンマーや機械の架台などを製作しました。桁行25mだった鍛冶工場は、1909(明治42)年、当初の部分と同じ構造を追加し、約2倍の大きさに増築されました。その後は製品試験所として利用されるなど、時が経つにつれ用途が変化をしていきます。現在は、史料室として利用されていますが、タイル貼りの床が試験所当時の名残をとどめています。

なかマルシェ

中間の街を散歩してみつけたスポットを紹介します。「この店を紹介してほしい」といった声も募集中です。広報広聴係宛にメールでご紹介ください。メールアドレス…koho@city.nakama.lg.jp



MEMO
〒809-0018 通谷六丁目5-1
☎093(245)1333
営業時間 9:00～20:00
定休日 火曜日
フラワーアレンジメント教室も行っています。教室では、はじめての人からプロを対象にしたものまで、幅広い人に花を楽しんでもらえます。

ささきフローリスト

花の命で感動を

花の世界に入って40年というオーナーの佐々木寛さん。独立してからの10年は毎日花と向き合ってきました。花の魅力を伺うと「花の命を預かって、お客さんに感動を届ける。短命だからこそ、美しさや人を魅了する力があるんです」と話してくれました。美しいアレンジフラワーを手がける佐々木さんは、国家資格である「フラワー装飾一級技能士」を有し、優れた技能と専門的な知識を兼ね備えた人だけ

がなることを許される「全技連マイスター」に福岡県内で初めて認定されました。また、花の世界で何か恩返しがしたいと、後進の育成にも尽力しています。「花屋はなかなか儲からない」と苦笑いする佐々木さんですが「自分を慕ってくれる生徒やお客さんが私の財産です」と笑顔。また「結婚や卒業、就職、葬儀まで人生の節目に携われる唯一の仕事」と花屋の魅力を教えてくれました。



1 雛祭りがテーマのアレンジメント。花で感謝や祝福の気持ちを伝えませんか。
2 店内は、切り花や鉢、多肉植物、プリザーブドフラワーなどが並び美しい空間。
3 お客さんからの注文で、結婚する人へのプレゼント用の花束を作る佐々木さん。



「旅立ちを迎えるあなたに」
3月は卒業式や引越しのシーズンです。メッセージカードやアルバムの作り方の本などを集めました。大切なあの人に思い出と感謝の気持ちを贈ってみませんか。

利用者満足度アンケート調査結果揭示
2月に実施したアンケート調査にご協力いただきありがとうございます。

特集展示
● 新聞社 朝日、毎日、西日本、読売、日本経済新聞の朝刊・夕刊、日刊スポーツ
● 対象 平成28年4月1日～平成29年3月31日に発行された新聞
● 新聞社 朝日、毎日、西日本、読売、日本経済新聞の朝刊・夕刊、日刊スポーツ
● 受付時間 9時30分～17時

新聞譲渡
保存期間満了の新聞を譲ります。先着順で無くなり次第終了です。(予約不可)
● 対象 平成28年4月1日～平成29年3月31日に発行された新聞
● 新聞社 朝日、毎日、西日本、読売、日本経済新聞の朝刊・夕刊、日刊スポーツ
● 受付時間 9時30分～17時

忘れ物はありませんか
館内での忘れ物を図書館入口に展示しています。心当たりがある人は3月31日までに取りに来てください。

図書館だより

市民図書館おすすめの本やイベントを紹介するよ。みんな遊びに来てね。

中間市民図書館
住所 蓮花寺三丁目1-2
開館時間 9時30分～19時
休館日 3月12日(日)、19日(日)、26日(日)、28日(日)、4月2日(日)、9日(日)
問合先 市民図書館
☎(245)4664
FAX(245)4608

(一般書)
幕末暗殺!
谷津 矢車ほか 著
桜田門外の変、坂本龍馬暗殺、塙忠宝暗殺、油小路の変、清河八郎暗殺、孝明天皇毒殺、佐久間象山暗殺。幕末史の暗部に、実力派作家7人が想像力と推理を駆使して挑む短篇競作。

(児童書)
ともだちのやくそく
中川ひろたか文／ひろかわさえこ絵
わにのカイとうさぎのウーは、別々の学校に行ったせいで、なかなか会えない。そこでカイはウーに手紙を書くことに。会いたい日の候補を書いて送ると…。新入園・入学にぴったりの絵本。

注目の本

文芸歳時記

短歌
木の影にひっそり咲きぬエビネ 蘭黄色の花は季節忘れじ
日暮時の小路歩めばそここに空き腹に沁む夕餉の匂う
風やわく満天輝きおたやかに一人ながめる晩秋の夜
早春のひかり明るき庭先に紅梅の香り馥郁と満つ
何もかも投げ出した衝動に母の遺影が我をしずめる
通谷二丁目 山下純子
松ヶ岡 金子純子
土手ノ内二丁目 岡本マキ子

俳句
雛の宴子のゆつくりと一歩二歩
扇ヶ浦四丁目 是松喜美江
啓蟄や内ボケツトに耳飾り
弥生一丁目 升水恵美子
月光に蠟梅の芯艶めきぬ
桜台二丁目 吉田織恵
登校の子らの笑顔や春来る
鍋山町 岩下マズ子
追儼寺黒装束に鬼の面
朝霧四丁目 太田眞佐子

川柳
歳月の重みに耐えた古時計
中間三丁目 柴田弘美
七草が無病息災鍋かこむ
弥生二丁目 永石スミ子
「がんばろう」ふたりで探す平ら道
弥生一丁目 大住久子
梅見ごろ幸府に絵馬の花が咲く
中央三丁目 桑原康博
謎解きをして生きづらくなっている
弥生一丁目 古谷龍太郎

下野恵助選

Nakama's キッチン

中間市食生活改善推進会の監修により、体に優しいレシピを紹介しています。

今月のレシピ

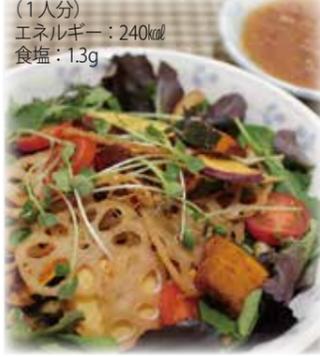
揚げ野菜のサラダ

材料(2人分)
サツマイモ…30g、ゴボウ…1/2本、レンコン…60g、カボチャ…50g、トマト…1個、レタス…適量、カイワレ大根…適量

A (玉ねぎ(おろし)…大さじ2、しょうゆ…大さじ1、酢…大さじ1、オリーブ油…大さじ1)

作り方

- ① ゴボウは、ささがきし水にさらす。サツマイモ、レンコン、カボチャは薄切り、トマトは食べやすく切る。レタスは一口大にちぎり、冷水につける。
- ② 170℃の油で①の野菜(トマト、レタスを除く)を軽く色がつかまで揚げる。
- ③ 器にレタスを盛り②の根菜とトマトをのせAを混ぜ合わせてかける。カイワレをのせる。





4月の子育てカレンダー		
4日(木)	7・8か月児健診	受付13:00～13:30
6日(土)	1歳6か月児健診	受付13:00～13:30
16日(日)	すくすくあかちゃん広場	10:00～11:30
17日(月)	わんぱく広場	10:00～11:30
	離乳食教室	10:00～11:30
19日(水)	4か月児健診	受付13:00～13:30
26日(水)	3歳児健診	受付13:00～13:30

**がん検診を
早期発見・早期治療に活かす**

平成28年度に市のがん検診(胃エックス線検査、肺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、大腸がん検診)を受診し、要精密検査と診断された人は235人でした。そのうち、約10人ががんが見つかりました。

これは、国の指針改正により、要精密検査者には、市が受診指導をするだけでなく、精密検査の結果を把握することが求められることとなり、取り組みを進めてきた結果判明したものです。

しかし、精密検査が必要と診断されたにもかかわらず、自覚症状がないことや多忙を

めにはある程度までは避けられませんが、「精密検査が必要」と判断された場合には、迅速に精密検査を受診することが必要です。

正しく知ってがん検診受診

どのように優れた検査であっても、がんが発生した時点から、一定の大きさになるまでは検査でがんを発見することはできません。また、がんの種類や発生箇所により、発見が困難になることがあります。がん検診の最大の目的は「無症状の間のがんを早期発見し、治療に結びつけ、そのがんが死亡する可能性を減少させること」です。精密検査を受けないとすると、がんの早期発見・治療の機会を逃すこととなります。そのことを理解し、「異常がない」と診断された場合でも、定期的に次の検診を受診しましょう。

新年度の検診スケジュールは、広報なかま4月号と同時に配布する『健康診査・がん検診のお知らせ』を確認して、受診予定を立ててください。

※がんについて詳しくは、国立がん研究センターのホームページを見てください。

○URL:
<https://ganjoho.jp/public/index.html>

理由に精密検査を受診していない人がいることがわかりました。また「毎年要精密検査と診断されるが、精密検査してもがんではなかった」という理由で「また今度も、がん以外の精密結果だろう」と自己判断により精密検査を受けないという人もいました。

精密検査は必ず受診

がん検診によってがんの疑いがあると判定され、精密検査を行ってもがんがない場合も多くあります。これを検診での偽陽性と言います。がんの有無は、精密検査を行って初めてわかるので、この偽陽性は早期発見、早期治療のた

医療講座



身近に潜む病気を医師がわかりやすく解説します。

市立病院
☎(245) 0981

今月のテーマ
糖尿病の最新アイテム

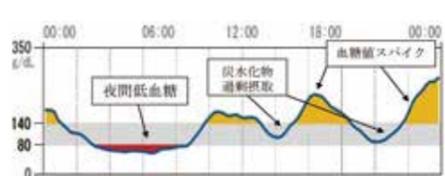


市立病院 内科 稲田 良都 医師

**血糖測定の最新アイテムと
カーボカウント**

CGM(皮下連続式グルコース測定)機器である、「FreeStyle リブレPro」は、500円玉サイズのセンサーを糖尿病患者の上腕に穿刺装着することで、血糖値を持続的に測定することができます。センサーは15分ごとに自動で血糖値を記録し、最大14日間、1,340回の測定データを保存することができます。指先穿刺での血糖値の補正が必要ないため、手軽に実施できるようにになりました。

データは、専用ソフトで解析、レポートを作成し、血糖値の日内変動など詳細に評価できます。夜間の無自覚低血糖や食直後の血糖値スパイクなど、従来の自己血糖測定では分からなかった血糖変動を明らかにすることができるようになりました。



血糖値を1日測定したときの例。最新機器を使えば、夜間の無自覚低血糖や食後の急激な血糖値の上昇(血糖値スパイク)などの血糖値の変動を解析することができる。

また、それと合わせて大事なのが、カーボカウントです。三大栄養素は「炭水化物」「たんぱく質」「脂質」ですが、そのうち摂取後に直接血糖に変わるのは炭水化物のみで、たんぱく質と脂質は、直接血糖に影響を及ぼすことはないことが、アメリカ糖尿病学会で認められました。血糖管理をするうえで、炭水化物(カーボ)を管理することが重要であることが分かり、欧米では、カーボカウントとして広く普及しています。

日本ではまだまだ普及が遅れていますが「リブレPro」の登場で、炭水化物と血糖の関係が手に取るように分かるので、カーボカウントの普及にもつながると期待されています。

装着できる人の保険適応は「血糖プロファイルの把握に必要な1型糖尿病患者、至適インスリン用量の決定が必要な2型糖尿病患者、低血糖を繰り返す2型糖尿病患者」とされています。施設基準があり、限られた施設でしか行えませんが、当院では装着者が保険適応を満たせば、保険診療内で行えます。

保険点数は70点(7,000円)であり、1割負担の人なら、700円で装着することができます。

国保だより

健康増進課
☎(246)6246

還付金詐欺に注意

市役所職員や銀行員などを装い、電話や訪問によりお金や保険証をだまし取る事例が発生しています。

市役所職員が電話で指示をして、ATMなどを操作させることは絶対にありません。また、市役所職員が訪問したときは、必ず職員証で身分の確認をしてください。

事例

- 市役所職員を名乗る人からの電話で、次に当てはまる場合は十分に注意してください
- 銀行やATMに行くよう指示された
- まだ間に合うと言われ急ぐよう指示された
- レターパックなどで現金を送るよう指示された
- 相手の電話番号が表示されない非通知での着信があった

年金ニュース

市民課
☎(246)6240

退職後の国民年金の手続き

在職中に社会保険の厚生年金に加入していた人が退職した場合は、厚生年金から国民年金第1号の資格取得手続きが必要です。厚生年金の脱退手続きは会社が行いますが、国民年金への加入手続きは被保険者自身が行います。

ただし、配偶者が加入している厚生年金の被扶養者になる場合や、引き続き厚生年金に加入する場合は、国民年金の加入手続きは必要ありません。

配偶者の被扶養者にならない場合

(例)退職日 3月31日(資格喪失日4月1日)
 4月1日から国民年金第1号被保険者となり、4月末以降も第1号被保険者である場合、4月分の保険料から納付します。この場合、

○090や080などで始まる携帯電話の番号から着信があった

注意事項 市役所では、「医療費」や「国民健康保険料」「後期高齢者医療保険料」などの還付金がある場合、電話で口座の暗証番号を聞くことはありません。また、銀行に職員が出向くことや、電話でATMなどを操作させることはありません。怪しいと感じた場合は、すぐに警察に相談してください

問合せ先 折尾警察署
☎(691)0110

修学での市外転出も届出が必要です

届出は毎年度必要です。進級などで継続して市外に住む場合、平成29年度に申請をした人であっても、4月以降に再度手続きが必要です。

必要書類

- 印鑑
- 在学証明書または学生証など
- ※入学前の人は「合格通知書」や学費などの「納入証明書」でも手続きをすることができます。

会社を月の途中でやめた場合

(例)退職日4月15日(資格喪失日4月16日)
 4月16日から国民年金第1号被保険者となり、4月末以降も第1号被保険者である場合、4月分の保険料から納付します。この場合、年金事務所または市役所の窓口で国民年金第1号資格取得の手続きが必要です。

配偶者の被扶養者になる場合

配偶者の勤務先を通して、手続きを行ってください。

配偶者が退職した場合の手続き

厚生年金に加入していた被保険者が退職した際、その被保険者に扶養されていた20歳以上60歳未満の配偶者も、それと同時に国民年金第3号被保険者の資格を喪失する(扶養から外れる)ので、年金事務所または市役所の窓口で国民年金第1号被保険者の手続きが必要です。

問合せ先 八幡年金事務所
☎(631)7962

募集



学童支援員

市内に3か所ある学童保育所の学童支援員と補助員を募集します。応募資格に経験は問いませんが、保育の経験がある人を優先します。

詳しくは、お問い合わせください。

- 勤務内容 学童内事務、児童の安全確保、健康管理、自主性・社会性を培う支援
勤務時間 正午～18時・8時～18時
賃金 時給800円～850円
問合せ 社会福祉協議会

国税専門官

申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

- 試験期日 第1次試験：6月10日回、第2次試験：7月11日回、19日困のうち指定する日
受検資格 昭和63年4月2日～平成9年4月1日生まれの人
平成9年4月2日以降生まれで次に当てはまる人

もじフィッシングクラブ

故郷の海や川の素晴らしい環境を知るため、1泊2日で魚釣りを中心とした集団自然体験活動を行います。

- 日時 全3回・9時30分～15時30分
第1回：4月21日回、22日回
第2回：7月14日回、15日回
第3回：10月20日回、21日回
場所 北九州市立もじ少年自然の家
対象 新小学4年生～中学3年生
参加料 1人7,800円
申込方法 ハガキ
必要事項 氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、生年月日

- 定員 15人
申込締切 3月29日困・必着
問合せ 北九州市立もじ少年自然の家
電話 341-1128

大学を卒業した人および平成31年3月までに大学を卒業する見込みの人
人事院がそれらと同等の資格があると認める人

試験の程度 大学卒業程度
申込受付期間 3月30日回～4月11日回・受信有効
※受験案内を確認して、インターネットで申し込んでください。

- 問合せ 若松税務署総務課
自動音声がかかりますので、「2」をダイヤルください。
福岡国税局
092(411)0031
国税庁ホームページURL: http://www.nta.go.jp
裁判所職員

受験資格など、詳しくは最寄りの裁判所で配布する受験案内または裁判所ホームページで確認してください。

- 採用区分 裁判所職員採用総合職試験
裁判所事務官・院卒者、家庭裁判所調査官補・院卒者、家庭裁判所調査官補・大卒程度
裁判所職員採用一般職試験
裁判所事務官・大卒程度

お知らせ



発達障がい者支援センター 啓発講演会

発達障がい児・者の「こだわり行動」を理解し、支援するための講演会を行います。障がい者本人はもちろん、保護者や支援者など興味がある人の参加をお待ちしています。

- 日時 4月7日回・13時～16時(受付は正午～)
場所 宗像ユリックスホール(宗像市久原400)
定員 40人・先着順
参加料 無料
申込締切 3月20日回
問合せ 県発達障がい者支援センター

JR九州がダイヤ改正

3月17日のJR九州ダイヤ改正に伴い、上下線合わせて8便減便となります。11時台、13時台、15時台の運行する便が上下線で各1便ずつ減便となりますので、利用するときは運行時刻にご注意ください。

申込期間
インターネット：4月2日回～15時～10日回・受信有効
郵送：4月2日回～4日回・消印有効
第1次試験日 5月13日回
福岡地方裁判所
092(781)3141
福岡家庭裁判所
092(510)0403
ホームページURL: http://www.courts.go.jp/saiyo/index.html

自衛官
資格など、詳しくはお問い合わせください。予備自衛官補の採用試験も行います。
募集種目 次に掲げる一般幹部候補生
陸上：大学程度(一般要員)、院卒者程度(一般要員)
海上：大学程度(一般要員)、飛行要員、院卒者程度(一般要員)
航空：大学程度(一般要員)、飛行要員、院卒者程度(一般要員)・飛行要員)
試験期日 5月12日回・13日回
13日は飛行要員のみです。
受付締切 5月1日回
問合せ 芦屋地域事務所
223)0981

自衛官

新名所の完成を記念したイベントを開催します。ミニSLの乗車体験もあります。桜が満開の時期、家族みんなで遊びに来てください。
日時 4月1日回・11時



新名所完成イベント
新名所の完成を記念したイベントを開催します。ミニSLの乗車体験もあります。桜が満開の時期、家族みんなで遊びに来てください。
日時 4月1日回・11時

イベント



恒生公園に 新たな見どころが出現

「水」と「癒し」をテーマに、恒生公園内の池周辺整備を進め、せせらぎや滝、庭園を配した新名所が誕生します。また、桜の名所としても大人気の恒生公園に、大きなシダレザクラを植樹。同じ桜でもソメイヨシノとは違った雰囲気を出してくれます。春の日差しの中、園内を散策してみませんか。

恒生公園に新たな見どころが出現
「水」と「癒し」をテーマに、恒生公園内の池周辺整備を進め、せせらぎや滝、庭園を配した新名所が誕生します。また、桜の名所としても大人気の恒生公園に、大きなシダレザクラを植樹。同じ桜でもソメイヨシノとは違った雰囲気を出してくれます。春の日差しの中、園内を散策してみませんか。

営業時間 9時～17時(平日のみ)
問合せ JR九州筑豊篠栗鉄道事業部
0949(22)0985

生き心地のよい社会へ
3月は自殺対策強化月間
例年、3月は自殺者が最も多くなっています。自殺は、その多くが「追い込まれた末の死」です。
自殺は、個人だけではどうにもならない構造的な問題をはらんでおり、非常に身近で私たちの社会と深く関わる問題です。
自殺対策は 特別な人を救うための限定的な施策ではありません。自殺対策は、生き心地のよい地域を作ることであり、地域全体で取り組むべき課題です。生きづらいと悩んでいる人はぜひ相談してください。

自殺対策は 特別な人を救うための限定的な施策ではありません。自殺対策は、生き心地のよい地域を作ることであり、地域全体で取り組むべき課題です。生きづらいと悩んでいる人はぜひ相談してください。

- 問合せ よりそいホットライン(自殺相談ダイヤル)
0120(279)338
福祉施設の利用説明会
2月にオープンした「多機能型就労継続支援事業所いなほ」では、中間市近郊の明るく豊かな福祉社会の実現を目指す。

2月にオープンした「多機能型就労継続支援事業所いなほ」では、中間市近郊の明るく豊かな福祉社会の実現を目指す。

正午
ミニSL乗車体験は10時～正午、13時～15時。雨天時は中止します。
場所 恒生公園
問合せ 企画政策課
246)6234

子育て講座
「乳幼児期のテレビ・ビデオ視聴の仕方」をテーマに講座を開催します。育児をする中で「目が合わない」「言葉の遅れ」といった悩みはありませんか。
NPO法人「子どもとメディア」の園真紀子さんを招き、0歳～幼児期の子どもにスマホやテレビ、ビデオをどう視聴させるかをわかりやすく講演していただきます。
育児中のお父さん、お母さんの参加をお待ちしています。
日時 3月22日回・10時30分～11時30分
対象 0歳～就学前の子どもとその保護者、乳幼児関係機関の職員
定員 20組程度
参加料 無料
申込方法 電話
申込締切 3月20日回
場所・申込・問合せ 子育て支援センター
245)5557

子育て講座
「乳幼児期のテレビ・ビデオ視聴の仕方」をテーマに講座を開催します。育児をする中で「目が合わない」「言葉の遅れ」といった悩みはありませんか。
NPO法人「子どもとメディア」の園真紀子さんを招き、0歳～幼児期の子どもにスマホやテレビ、ビデオをどう視聴させるかをわかりやすく講演していただきます。
育児中のお父さん、お母さんの参加をお待ちしています。
日時 3月22日回・10時30分～11時30分
対象 0歳～就学前の子どもとその保護者、乳幼児関係機関の職員
定員 20組程度
参加料 無料
申込方法 電話
申込締切 3月20日回
場所・申込・問合せ 子育て支援センター
245)5557

開催している補聴器相談の開催曜日が4月から変更になります。なお、相談時間や場所に変更はありません。
開催曜日 毎月第1火曜日、第3月曜日
開催時間
福祉支援課：13時～14時
ハピネスなかも：14時30分～15時30分
※第3月曜日はハピネスなかもでの相談はありません。
問合せ 福祉支援課
246)6282

標としています。利用対象者、各種機関、地域住民への説明会を行いますので、気軽に参加してください。

- 日時 3月25日回・13時～
場所 多機能型作業所いなほ(中間一丁目8・17)
内容 事業所のコンセプト・支援内容の説明、質疑応答
問合せ 一般社団法人オプティ
244)2929

不妊治療費を一部助成します
平成29年4月1日以降に治療が終了し、助成申請に当てはまる人を対象に治療費の一部を助成しています。
助成金額や回数など、詳しくはお問い合わせください。
対象 指定医療機関で特定治療(体外受精または顕微受精)や男性不妊治療を併せて行った法律上の夫婦
金額が730万円未満の夫婦
申請締切 3月30日回
問合せ 福岡県宗像・遠賀保健福祉環境事務所
0940(37)4070

平成29年4月1日以降に治療が終了し、助成申請に当てはまる人を対象に治療費の一部を助成しています。
助成金額や回数など、詳しくはお問い合わせください。
対象 指定医療機関で特定治療(体外受精または顕微受精)や男性不妊治療を併せて行った法律上の夫婦
金額が730万円未満の夫婦
申請締切 3月30日回
問合せ 福岡県宗像・遠賀保健福祉環境事務所
0940(37)4070
補聴器相談の曜日が変わります
市役所やハピネスなかもまで

巡回事故相談の日程が変わります
毎月第2水曜日にハピネスなかもで開催している巡回交通事故相談が4月から2か月に1回の開催となります。なお、相談時間に変更はありません。交通事故に関するどんなことでも気軽に相談してください。

巡回事故相談の日程が変わります
毎月第2水曜日にハピネスなかもで開催している巡回交通事故相談が4月から2か月に1回の開催となります。なお、相談時間に変更はありません。交通事故に関するどんなことでも気軽に相談してください。
平成30年度開催日 5月9日、7月11日、9月12日、11月14日、平成31年1月9日、3月13日
※いずれも水曜日。
相談時間 10時～16時(受付は15時まで)
※事前予約はできません。
問合せ 安全安心まちづくり課
246)2017



みんなで作るページだぬん。お知らせやイラストなどを送ってほしいぬん。
 ●応募・問合せ 広報広聴係 (〒809-8501 中岡一丁目1番1号)
 ☎(246) 6271
 ○メール…koho@city.nakama.lg.jp

みんな集合

ウィッチ&くるっとコール
演奏会

さわやかな風に乗って歌います。皆さんも一緒に参加して歌いませんか。

●日時 4月8日(日) 14時～
 (開場は13時30分)

●場所 響ホール(八幡東区平野二丁目1-1)

●入場料 1,000円

●内容
 ○女声合唱とピアノのための「ふゆやん」
 ○女声合唱のための「沙羅」
 ○世界の名歌
 ○懐かしき歌

●問合せ 蛙田携帯
 ☎090(5290)5806

韓国語教室
 韓国語講座を開講します。

外国人日本語弁論大会

外国人の皆さんに日本語学習の成果を披露する機会を提供するための催しです。ぜひ参加してください。身近に外国人がいる人もぜひ参加を呼び掛けてください。

●日時 5月26日(土) 13時～

●場所 吉崎の島ホール
 (長崎県吉崎町浦町本村445)

●対象 小学生～高校生

●申込方法 協会に直接資料を請求してください

●申込締切 4月10日(日)・必着

●問合せ 国際青少年研修協会
 ☎03(6417)9721

熊野古道・神話の郷出会い旅&野宿体験

神々の住む地とされてきた世界遺産の熊野古道を訪ねます。温泉あり、野宿ありの楽しい旅で、地元の人たちと交流しましょう。

●期間 5月3日(日)～6日(水)

●対象 小学3年生～中学生

●定員 20人

●申込方法 協会に直接資料を請求してください

●申込締切 4月10日(日)・必着

●問合せ 国際青少年研修協会
 ☎03(6417)9721

カリフォルニア・デイ

行橋にカリフォルニアがやってきました。親子でできるボウリング体験や、ハンバーガーの祭典、アメリカ産外国車の展示などを行います。ぜひ遊びに来てください。

●日時 3月21日(日)

●場所 行橋総合公園(行橋市大字今井3759)

●問合せ カリフォルニアデイ実行委員会
 ☎0930(28)8420

日 曜	4 月 の 行 事 予 定
1 日	○新名所完成イベント 垣生公園 (11:00～12:00)
2 月	
3 火	
4 水	
5 木	
6 金	春の交通安全県民運動(15日まで)
7 土	○おはなし会(図書館員) 市民図書館 (11:00～) ○行政相談 ハビネスなかま (15:00～17:00) ○心配ごと相談(弁護士) ハビネスなかま (前日までの窓口予約受付者6人以内・相談15:00～17:00)
8 日	環境美化の日
9 月	
10 火	○5月保育所入所受付締切 こども未来課 (締切17:15)
11 水	○なやみごと相談所開設 人権センター (13:30～15:30)
12 木	○「子育て女性再就職支援」出張面接相談(4/10までに要予約) 人権センター (10:00～12:00)
13 金	
14 土	
15 日	
16 月	
17 火	○民生委員児童委員協議会 保健センター (14:00～)
18 水	○自治会連合会総会 中央公民館 (13:30～)
19 木	
20 金	○行政相談 ハビネスなかま (15:00～17:00) ○心配ごと相談(弁護士) ハビネスなかま (前日までの窓口予約受付者6人以内・相談15:00～17:00)
21 土	○「子ども読書の日」特別おはなし会 市民図書館 (11:00～12:00)
22 日	○わくわくアニメ上映会「おおかみと七ひきの子やぎ」ほか全4話 市民図書館 (13:30～)
23 月	
24 火	
25 水	○ベビーマッサージ 子育て支援センター (10:30～11:30)
26 木	○心配ごと相談(弁護士) ハビネスなかま (前日までの窓口予約受付者6人以内・相談15:00～17:00) ○市税などの夜間納付窓口の開設(27日まで) 収納課 (17:15～19:00)
27 金	
28 土	○チャレンジショップオープニングセレモニー チャレンジショップ施設 (10:00～) ○おはなし会(なかまフレンズ) 市民図書館 (11:00～)
29 日	
30 月	

※行事予定は変更されることがありますので、ご注意ください。

■ 公共施設問合せ先 ■

市役所代表	(244) 1111
中央公民館	(246) 2321
消防署	(245) 0901
市立病院	(245) 0981
地域交流センター	(245) 4665
東部出張所	(246) 1110
西部出張所	(244) 1112
市民図書館	(245) 4664
歴史民俗資料館	(245) 4665
なかまハーモニーホール	(245) 8000
生涯学習センター	(246) 4316
体育文化センター	(246) 2800
人権センター	(245) 3511
働く婦人の家	(246) 0483
ハビネスなかま	(245) 8686
社会福祉協議会	(244) 1230
保健センター	(246) 1611
親子ひろばリンク	(244) 0742
パルハウスぼちぼち	(243) 3387
子育て支援センター	(245) 5557

■ 人の動き ■

平成30年1月末現在(前月比)

○人	□…42,399人(-44)
○男	…19,712人(-24)
○女	…22,687人(-20)
○世帯数	…20,508世帯(-27)

■ 交通事故発生件数 ■

平成29年12月末現在

12月	累計
件数	20件 290件
死者	0人 0人
負傷者	26人 399人

■ 火災発生件数 ■

1月	累計
建物	4件 4件
林野	0件 0件
車両	0件 0件
その他	0件 0件
件数	4件 4件

子供服 子供用品 おもちゃ

賢くお得にお買い物♪

お売り下さい!

子供服・子供用品専門 リサイクルショップ 全国チェーン

きつず★えんじえる

中間駅前店 中間市岩瀬1-2-11 ☎093-244-8489

●営業時間/10:00～18:00
 ●店休日/火曜定休

パートさん募集 委細面談

福岡県公安委員会 第903030810040

【マネースクール101】好評につき第2弾! お金のことがわかるセミナー&個別相談会開催 主催/マネースクール101事務局

初心者でもわかる iDeCo・NISA のメリット、デメリット 参加無料

「今こそ、自分に合った有利な資産運用方法を選ぼう!」

セミナー開催日程
 定員:各回30名 先着順、要予約

4月6日(金) 14:00～16:00	4月8日(日) 10:30～12:30
7日(土) 10:30～12:30	9日(月) 14:00～16:00

会場:リーガロイヤルホテル小倉 (北九州市小倉北区浅野 2-14-2) 会場:アートクレフクラブ (北九州市八幡西区瀬板 2-4-7)

【お申し込み&お問い合わせ】 TEL 0120-434-336 メール kita@r.ms101.jp (空メール送信)
 マネースクール101事務局 FAX 0120-260-436 希望セミナー日時/〒/住所/氏名/年齢/TELを明記の上、送信。【マネースクール101】(検索) マネースクール

<講座内容> ケーキ&コーヒー付き
 ●「NISA」、「ジュニアNISA」活用法
 ●確定拠出年金制度のメリット、デメリット
 ●NISAやiDeCoはこう選ぶ
 ●今年から始まった「つみたてNISA」の使い方
 ●自分に合った制度や商品の選び方 など



NAKAMA's Letter

市長っていったい何をしてるんだらう。
NAKAMAのために日々奮闘を続ける、
市長の足あととその想いを写真で巡ります。

中間愛を深めよう

3月18日回、市役所前の河川敷で「遠賀川フェス」が行われます。昨年11月の全国フットパス大会に合わせて開催したイベントに多くの観客を動員したのは記憶に新しいところですが、今回のイベントのテーマは「郷土愛」。中間市の郷土のシンボル「遠賀川」を舞台に中間市民、特に子どもが楽しめるイベントを準備しています。さらに、中間市自慢の飲食店とB級グルメ、キッチンカーのグルメ対決も見どころ。ぜひぜひ、18日は遠賀川に足をお運びください。



- 1 中間市のシンボル遠賀川を見つめる福田市長。
- 2 日ごろの健康増進・維持の活動が認められ、県知事表彰を受けたほほえみ会の皆さん。
- 3 交通安全教室に参加した緑ヶ丘第三幼稚園の子どもたち。
- 4 安部一正さん(右)と東悦子さん(左)の老人クラブ連合会などでの多年にわたる活動を表彰。

編集後記

▶冬季オリンピックが終わりましたね。パラリンピックは競技真只中ですが、少なくとも開幕前の心配をよそに大盛況の感があります。これから問われる東京オリンピックを控えた日本のあり方。台湾卓球の誘致に力を入れている中間市も同様です。海外の人が来てても恥ずかしくない振る舞いを心掛けたいですね。この機会に「から英語を勉強し直そうかなあ…。(講)

▶全国大会への出場を決めた希望が丘高校の相撲部。取材を機に、その稽古を見学させていただきました。稽古場に入ると大きな声と体と体のぶつかり合う音にびっくり。初めて間近で見る相撲の稽古の迫りに圧倒されました。気づくと稽古を見ているだけの私の拳にも力が入り、固く握られていました。相撲部の皆さん全国制覇を目指して頑張ってください(翔)



たなか けんとう
田中 健斗ちゃん
H29.7.31 生 (星ヶ丘)

待望の第一子!
今年から中間市民になりました。
元気に成長中です!



えぐち ほと
江口 陽翔ちゃん
H28.10.6 生 (中間三丁目)

我が家の長男です。
陽翔の笑顔は、みんなを幸せにしてくれます。これからも陽翔らしくすくすく大きくなってね!



わが家の「アイドル・ヒーロー」を掲載しませんか。対象は未就学児までです。必要事項に写真を添えて、メールで応募してください。

●必要事項 氏名、ふりがな、生年月日、住所、連絡先、メッセージ(40~60字)

●応募・問合せ先 広報広聴係 ☎(246) 6271

○メールアドレス… koho@city.nakama.lg.jp

家族墓・夫婦墓・個人墓として
ご提案いたします。

屋外納骨堂「やすらぎ」新たに完成!! |大好|評|受|付|中|

永代使用料・
永代管理料含む
一基

38万円
より

この様な方にお勧めします。

- ご自分の安住の場所を生前中に確保しておきたい方
- お子様、跡継ぎが無く、継承が心配な方
- 遠い所にお墓をお持ちで、改装または分骨されたい方
- 家にお骨があり、納めるところをお探しの方

◎永代管理料込みなので、今後一切の費用はかかりません。



●お申込み・お問い合わせは、中間霊園管理事務所まで
☎0120-659-117 宗旨・宗派問わず

【受付時間】午前9時～午後5時 水曜日定休
※当日、お申込みされる場合は、申込金1万円と印鑑をご持参ください。



場所は先着順となります。
良い場所はお早めに。

有料広告欄



■点字・声の広報なかまを発行しています
目が不自由な人に「広報なかま」を点字または朗読テープにてお届けします。詳しくはお問い合わせください。

●問合せ先 企画政策課広報広聴係
☎(246) 6271