

Nakama 12

広報なかま 平成25年12月10日号

No.952



CONTENTS

特集

- 2 我慢しなくていいよ
- 8 人事行政の運営などの状況
- 10 市からのお知らせ
- 12 健康ファミリー、おすすめ料理
- 13 やっちゃれ環境、くらしのミカタ
- 14 医療講座、図書館だより
- 15 人権作文、無料相談コーナー
- 16 くらしの情報
- 18 まちのわだい
- 20 みんなのひろば
- 22 温故知新

表紙の説明は21ページをご覧ください

スマホで動画を見ることができます

動画 Do-gAR.利用方法

1 お持ちのスマートフォンのOSにあわせてそれぞれのアプリストアで「COCOAR(ココアル)」をインストール(無料)してください。



2 「COCOAR」を起動し、表紙全体にかざしてください

※動画の再生はパケットを使用しますので、パケット定額の加入またはWi-Fi環境下でご利用ください。※動画の再生状況は3G(LTE)またはWi-Fiの電波状況に依存します。そのため、電波状況が悪い場所、混みあう場所や時間帯では動画が止まる恐れがあります。*Android端末の一部の機種では対応していません。あらかじめご了承ください。



我慢しなくていいよ

辛いときや悲しいとき、
胸のうちの話を話せる安全な場所があることを
あなたは知っていますか。

**助けを求めるのは
弱いこと？**

「心の健康について気を配りましょう」。
この言葉はだれでも一度は聞いたこと
があるのではないだろうか。

しかし、それと同時に、心について
悩みを抱えている人に対して「あいつ
は弱い」「我慢が足りない」など厳しい
目を向ける人がいることも感じることは
ありませんか。

日本ではかつて、企業では終身雇用
が普通、家族もおじいちゃんおばあち
ゃんと同じ家に住み、困ったときは隣
近所で助け合う、という風景がよく見
られました。

しかし、近年は、欧米化の波にのまれ、
企業は年功序列を廃し、リストラや非正
規雇用の増加、生活の場では核家族化や
コミュニティの解体など、今までにはな
かった厳しい社会を迎えています。

欧米社会では、心の健康を保つため

のカウンセリングは一般的に普及し、
だれでも気軽に利用しています。しか
し、日本では、まだまだ心について相
談をすることに抵抗を感じる人が多い
ようです。

このような時代の狭間で、だれにも
心のうちを相談できずに苦しんでいる
人がいるのではないだろうか。

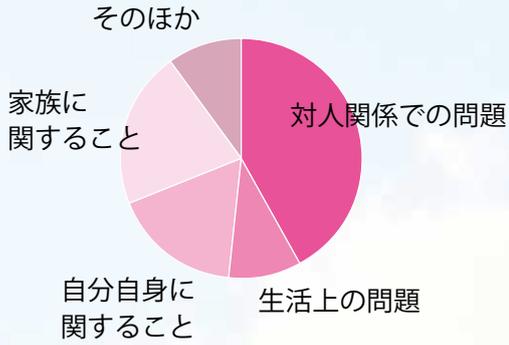
心の健康を保つためには、安全な場
所で自分の気持ちを受け入れてもらう
ことが大切です。そ
のひとつの方法がカ
ウンセリングです。

中間市にある障害
者地域活動支援セン
ターパルハウスぼち
ぼちでは、「心の無
料相談」という取り
組みを行っています。
ここでは、産業
カウンセラーを招
き、個別カウンセリ

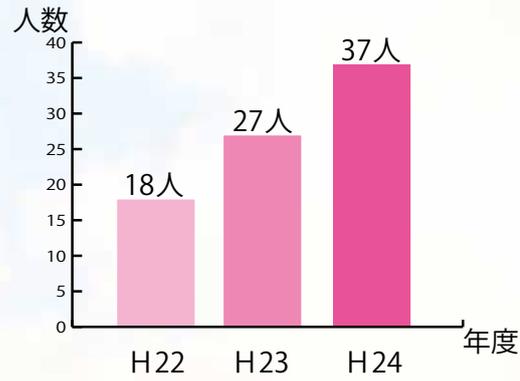
これくらい
みんな我慢してる

ひとりぼっちだ

「心の無料相談」に寄せられた相談内容



「心の無料相談」相談人数の推移



ングを無料で行っていきます。
今回は、この県内でも進んだ取り組みである、「心の無料相談」を通して、心の健康について取材しました。

こんなキモチ 抱えていませんか

だれにも
相談できない…

将来のことが
不安

家のことは
自分たちでなんとか
しなきゃ

また怒ってしまっ
た。ダメな私…

モデル 藤井 梨緒きん(大根土)
アソウスタイルオフィス所属

カウンセリングをもっと知りたい 初心者のための基礎知識。

お話を伺った方



(社)日本産業カウンセラー
協会九州支部長

小野元 さん

Q カウンセリングを受けると、弱い人だと思われそうで抵抗があります…

A 心理的に不安を抱えることはだれにでも起こりうることです。

弱い自分を隠して、人には強い自分を見せているということはありませんか。この場合、自分が思っている「自分」と、人に見せている「自分」に隔たりがあるのではないのでしょうか。こういう状態は非常にストレスを感じやすい状態です。

「メンタル不全」はだれでもなりうる状態。特にいつも一生懸命な人になりやすいもの。そういう認識が広まってほしいですね。

A 心療内科は医療行為を行うところ。カウンセリングは医療行為ではありません。

混同されがちなカウンセリングと心療内科・精神科ですが、実際は別物です。

心療内科や精神科は、医療機関であり「ストレスからくる身体の不調」を治すところ。薬も処方します。

カウンセリングとは、「精神的に健常人」を対象としていて、カウンセリングでは薬を使いません。ほとんどの人は話をちゃんと聴いてもらえれば自分の力で問題を乗り越えられます。それを手助けするのがカウンセリングです。

Q カウンセリングと心療内科ってどう違うの？

A 話がまとまっても大丈夫。安心して気軽に足を運んで。

「辛いな」「気持ちがゴタゴタして落ち着かない」と感じたら気軽にカウンセラーに相談を。

ただ、カウンセリングではカウンセラーからの指示はなく、自分自身の力で解決方法を導き出していくもの。「カウンセラーの力を借りて自分が解決する」という気持ちが必要です。

Q 友達に話を聴いてもらうのとどう違うの？

A ちゃんと話を聴いてもらえると、心が穏やかになり自分自身を見つめられます。

友達などに話を聞いてもらうと、「アドバイス」をされることがあります。カウンセリングではアドバイスは行いません。なぜなら、アドバイスをされることで、自分で問題を解決する機会を失ってしまうからです。そもそも、「なぜ悩んでいるか」が一番知っているのは本人自身のはず。自身で問題を解決する力を引き出し、その手助けを行う場がカウンセリングなのです。

Q 初めてカウンセリングを受けるときの心構えや準備はありますか？

一人で解決策が見つからないとき、
どこに相談したらいいんだろう。
そんなときにぜひ活用してください。

心の無料相談

県内でも有数の 本格カウンセリング

相談者の悩みに真摯に耳を傾け、自分で問題解決ができるよう援助します。個室でカウンセリングを受けることができ、待合室もプライバシーに配慮している本格カウンセリングです。

1人50分の 完全個別カウンセリング

- 日時 平成26年1月19日回・午前10時～午後4時
 - 料金 無料
 - 場所 ハピネスなかま
 - 申込方法 電話で予約
 - 申込締切 平成26年1月17日 昼(定員あり)
 - 申込・問合せ先 パルハウスばちばち
- ☎(243)3387

あなたが悩んでいることを、ぜひ知らせてください。専門家のカウンセリングを受けたいけれど、なかなか機会がない。そういう場合はどうすればよいのでしょうか。産業カウンセラー協会九州支部長小野元さんに伺いました。

「具体的な悩みがいくつも重なって、医療が必要なのに病気になることがあります。悩みが重なっていつぱいいつぱいになる前に、相談窓口を利用することで、心にかかるストレスを軽くし、心の健康を保つことにつながります。」

ここでは中間市の、それぞれの機関が設けている相談窓口を紹介します。

「何から相談していいかわからない」「原因が分からない」「心が落ち着かない」そういった場合は「心の無料相談」をぜひ利用してください。

健やかに過ごすための 3カ条

リフレッシュしよう

趣味や好きなスポーツをすると、ストレスを一時的に忘れることができます。

たくさん眠ろう

ストレスがたまってくると次第に眠れなくなります。たくさん眠ることは心の回復をうながします。

自分の「ものの見かた」の クセを知ろう

「こうあるべき」「こうならないといけない」という気持ちは、自分を縛りつけ、無理をすることにつながります。いろんな人と話をする中で、自分のものの見かたを知ることができます。

子育て支援センター

笑顔でお待ち しています

子育てで困ったとき、育児の情報が知りたいとき、お友達と出会いたいとき、親子で遊びたいとき、気軽に利用してください。スタッフ一同笑顔でお待ちしています。

がんばってるお母さん、 ちょっと一息いれませんか

くろり広場は、0歳から就学前のお子さんを対象に親子で集い交流できる場です。子育ての悩みや不安、家族のことや就労のことなど、一人で抱えこまず相談してください。

- 相談受付日時 平日・午前8時30分～午後5時
- ☎(245)5557

相談できる場所を知ろう

家庭児童相談係

心の内、話してみませんか

毎日の生活の中でいろいろな悩みを抱えながら過ごしているあなた。話すことでホッしたり、解決の糸口が見つかったり、先へ進む気持ちを持つるかもしれません。

児童と家庭のあらゆる悩みの問題解決をお手伝いします

18歳未満の児童の養育上の悩みや問題、配偶者からの暴力に関することなどに応じます。秘密は守られます。電話または来室での相談、必要であれば訪問もします。

●相談受付日時 平日・午前8時30分～午後5時15分

☎ (246) 6225または(246) 3515

地域包括支援センター

周囲の人からの相談も受け付けます

認知症もうつ病もだれでもかかりうる病気です。本人より周囲の人が先に病気に気づくことがあります。様子がおかしい?と思ったらまず相談してください。

高齢者の身体と心の悩みをサポートします

社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャーといった専門職が連携して、高齢者のみなさんが住み慣れた地域でその人らしい生活が送れるようサポートします。

●相談受付日時 平日・午前8時30分～午後5時15分

☎ (245) 7716

市外

若者しごと将来なんでも相談室

秘密は厳守します

1回約50分の相談です。ニート、フリーター、就職、転職、人間関係のことなど相談してください。専門の産業カウンセラーと一緒に考えましょう。相談は無料で秘密は厳守します。

働くこと、生き方の悩み…産業カウンセラーと一緒に考えます

●日時 基本的に毎週木曜日・午後6時30分～8時30分(受付終了時間は8時)

●対象 おおむね15歳～35歳の人、またはその家族

●場所 北九州パレス(北九州市小倉北区井堀五丁目1-3)

●申込方法 当日会場で受付

☎ (651) 4600

5. 職員手当の状況

平成 25 年 4 月 1 日現在

区 分	支給月	中 間 市		国	
		支 給 率	支 給 率	支 給 率	支 給 率
期末手当 勤勉手当		期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
	6 月期	1.225 (0.65) 月分	0.675 (0.325) 月分	1.225 (0.65) 月分	0.675 (0.325) 月分
	12 月期	1.375 (0.8) 月分	0.675 (0.325) 月分	1.375 (0.8) 月分	0.675 (0.325) 月分
	計	2.6 (1.45) 月分	1.35 (0.65) 月分	2.6 (1.45) 月分	1.35 (0.65) 月分
	職制上の段階 職務の級等による 加算措置	有		有	
退職手当	区 分	支 給 率		支 給 率	
		自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年
	勤続 20 年	23.03 月分	28.7875 月分	23.03 月分	28.7875 月分
	勤続 25 年	32.83 月分	38.955 月分	32.83 月分	38.955 月分
	勤続 35 年	46.55 月分	55.86 月分	46.55 月分	55.86 月分
	最 高 限度額	55.86 月分	55.86 月分	55.86 月分	55.86 月分
	その他の 加算措置	定年前早期退職特例措置 (2%～20%加算)		定年前早期退職特例措置 (2%～20%加算)	
1 人当たり 平均支給額	215 千円	24,525 千円			

- 注意 1. () 内は再任用短時間勤務職員に係る支給割合です。
 2. 退職手当の1人当たり平均支給額は、平成24年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。
 3. 市の財政事情を考慮し、平成16年度から引き続き管理職手当の支給率を1%から3%の範囲でカットを行っています。
 4. 平成22年4月から医師を除く職員の地域手当の支給を廃止しました。

平成 25 年 4 月 1 日現在

区 分	全職種	
	職員全体に占める手当支給職員の割合 (25 年度)	22.9%
支給対象職員 1 人当たり平均支給年額 (24 年度決算)	105,050 円	
手当の種類 (手当数)	8	
代表的な手当の名称	支給額の多い手当	社会福祉業務手当
	多くの職員に支給されている手当	救急出動手当(消防職)

時間外 勤務手当	24 年度決算		23 年度決算	
	支給総額	45,870 千円	支給総額	47,119 千円
職員 1 人当たり支給年額	135 千円	職員 1 人当たり支給年額	132 千円	

手 当	内 容 (平成 25 年 4 月 1 日現在)
扶養手当	配偶者 13,000 円、そのほかの扶養親族は 1 人につき 6,500 円
住居手当	貸家などに係る費用を負担している職員に月額 27,000 円を限度に支給 持家 2,500 円
通勤手当	交通機関などを利用している職員に対して月額 55,000 円を限度に支給

6. 特別職の報酬などの状況

平成 25 年 4 月 1 日現在

区 分	給料月額等	期末手当 (支給割合)
給 料	市 長 888,000 円	● 6 月期 1.425 月分 ● 12 月期 1.525 月分
	副市長 724,000 円	計 2.95 月分
報 酬	議 長 471,000 円	● 6 月期 1.425 月分 ● 12 月期 1.525 月分
	副議長 424,000 円	計 2.95 月分
	議 員 395,000 円	

- 注意 市の財政事情を考慮し、平成15年1月から市長、副市長の給料カットを実施し、平成17年度からは減額率をさらに引き上げています。減額率は、市長10%、副市長7%で、実際に支払われている給料月額は、市長799,000円、副市長673,000円となっています。なお、教育長も4%の減額措置を実施しています。

総務課人事給与係からのお知らせ

人事行政の 運営などの状況



● 問合せ 総務課 ☎ (246) 6232

1. 人件費の状況

(普通会計決算)

区 分	住民基本 台帳人口	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 (B/A)	23 年度の 人件費率
24 年度	平成 25.3.31 現在 44,569 人	千円 16,655,751	千円 202,495	千円 2,810,745	% 16.9	% 17.5

- 注意 1. 普通会計とは、一般会計に地域下水道事業特別会計、公共用地先行取得特別会計、住宅新築資金等特別会計を合算したものです。
 2. 人件費には、特別職に支給される給料、報酬を含みます。

2. 職員給与費の状況

(普通会計決算)

区 分	職員数 A	給 与 費			1 人当たり 給 与 費 (B/A)	
		給料	職員手当	期末・ 勤勉手当		
24 年度	人 308 (33)	千円 1,210,466	千円 170,195	千円 427,159	千円 1,807,820	千円 5,870

- 注意 1. 職員手当には、退職手当、子ども手当、児童手当を含みません。
 2. 職員数は平成24年4月1日現在の人数です。
 3. () 内は再任用短時間勤務職員を外数で計上しています。
 4. 給与費には、再任用短時間勤務職員等分を含んでいます。

3. 職員の平均給料月額および平均年齢の状況

平成 25 年 4 月 1 日現在

区 分	一般行政職		技能労務職	
	平均給料月額	平均年齢	平均給料月額	平均年齢
中間市	319,872 円	41.3 歳	357,154 円	47.3 歳

注意 平成 25 年 地方公務員給与実態調査に基づくものです。

4. 職員の初任給の状況

平成 25 年 4 月 1 日現在

区 分	学 歴	中 間 市	国
		決定初任給	決定初任給
一般行政職	大学卒	172,200 円	163,987 (172,200) 円
	高校卒	144,500 円	133,418 (140,100) 円
技能労務職	高校卒	144,500 円	— 円

注意 国の () 内は、給与改定特例法による措置がないとした場合の値 (減額前) です。

9. 職員の分限および懲戒処分の状況

(1) 分限処分者数 (平成 24 年度)

(単位:人)

区 分	降 任	免 職	休 職	降 給	合 計
勤務成績の不良	0	0	0	0	0
心身の故障	0	0	5	0	5
適格性の欠如	0	0	0	0	0
廃職・過員	0	0	0	0	0
刑事事件に因る起訴	0	0	2	0	2
欠格条項該当	0	0	0	0	0

(2) 懲戒処分者数 (平成 24 年度)

(単位:人)

区 分	免 職	停 職	減 給	戒 告	合 計
法令違反	0	0	0	0	0
職務上の義務違反 または職務怠慢	0	0	5	1	6
非行行為	0	1	0	0	1

10. 職員の服務の状況

(単位:人)

区 分	内 容	違反者数
法令等および上司の職務上の命令に従う義務	職員は法令に従い、かつ、上司の職務命令に従わなければならない	3
信用失墜行為の禁止	職員は職の信用を傷つけ、または職の不名誉になるような行為をしてはならない	1
秘密を守る義務	職員は職務上知り得た秘密を漏らしてはならない	0
職務に専念する義務	職員は勤務時間中、職務に注意力のすべてを用い、職務にのみ専念しなければならない	0
政治的行為の制限	職員は政治活動をしてはならない	0
争議行為等の禁止	職員はストライキ等をしてはならない	0
営利企業等の従事制限	職員は営利を目的とする私企業を営み、または報酬を得ていかなる事業にも従事してはならない	0
管理監督責任	管理監督者は、服務規律の確保を図り、部下職員の行動を適切に指導、監督しなければならない	3

注意 9. 職員の分限および懲戒処分の状況 (2) 懲戒処分者数の再掲です。

11. 職員の研修の状況 (平成 24 年度)

(単位:人)

研 修 内 容 等	受講者数
福岡県市町村職員研修所での研修	77
市町村職員中央研修所での研修	1
北九州広域圏市町村との研修	3
全国市町村国際文化研修所での研修	4
人権・同和研修	74
人権・同和研修 (人権みんなの幸せを願う集い)	257
コンプライアンス (法令遵守) 研修	85
債権管理術研修	32
危機管理術研修	33
法制執務研修	54
総合文書管理システム研修	26
メンタルヘルス研修	18
ゲートキーパー研修	34
管理職研修	58
自治大学校 e-ラーニング (地方自治制度・地方公務員制度・地方税財政制度)	2
市町村職員中央研修所 e-ラーニング (法令実務・地方税入門徴収編・議会事務)	6

12. 職員の健康診断の状況 (平成 24 年度)

(単位:人)

区 分	実 施 日	受診者数
健康診断	平成 24 年 4 月 1 日～平成 25 年 3 月 31 日	463
VDT (コンピュータ) 作業従事者健康診断	平成 25 年 2 月 25 日	41

7. 部門別職員数の状況と主な増減理由

(各年 4 月 1 日現在)

部 門	区 分	職 員 数		対前年 増減数	主な増減理由
		平成 24 年	平成 25 年		
一般行政 部門	議 会	5	5		
	総 務	67 (9)	66 (7)	▲1(▲2)	事務効率化による減員
	税 務	20 (4)	20 (4)		
	民 生	67 (5)	67 (2)	(▲3)	
	衛 生	22 (1)	19 (2)	▲3 (1)	事務効率化による減員
	農林水産	2 (1)	2 (1)		
	商 工	3 (1)	3 (1)		
特別行政 部門	土 木	36 (2)	38 (1)	2 (▲1)	土木業務の充実
	小 計	222 (23)	220 (18)	▲2(▲5)	
	教 育	38 (9)	40 (5)	2 (▲4)	社会教育施設業務の充実
公営企業等 会計部門	消 防	48 (1)	48 (1)		
	小 計	86 (10)	88 (6)	2 (▲4)	
合 計	病 院	82 (3)	80 (2)	▲2(▲1)	退職者不補充
	水 道	25 (2)	25 (1)	(▲1)	
	その他	26	27	1	職員派遣による増員
	小 計	133 (5)	132 (3)	▲1(▲2)	
合 計		441 (38)	440 (27)	▲1(▲11)	

注意 1. 職員数は、一般職に属する職員であり、臨時または非常勤職員を除いています。
2. () 内は再任用短時間勤務職員を外数で計上しています。

8. 職員の勤務時間そのほかの勤務条件の状況

(1) 職員の勤務時間

標準的な勤務時間

開始時間	終了時間	1日の勤務時間	1週間の勤務時間
午前 8 時 30 分	午後 5 時 15 分	7 時間 45 分	38 時間 45 分

注意 職場などにより、上記と異なる場合があります。

(2) 休暇制度

休暇の種類	休 暇 日 数 等
年次有給休暇	一の年度につき 20 日を付与 (前年に未使用日数がある場合は、最大 20 日を翌年繰越)
病気休暇	医師の証明などに基づき最小限度必要と認められる日または時間を付与
結婚休暇	連続する 7 日以内 (週休日を含む)
生理休暇	生理に伴う身体の異常により、勤務が困難な職員に対し、一の月に 2 日の範囲内で付与
妊娠障がい休暇	妊娠によるつわりにより、勤務が困難な職員に対し、7 日の範囲内で付与
健診休暇	妊娠中の職員が母子保健法に規定する保健指導、健康診査を受ける場合に必要と認められる時間を付与
出産休暇 (産前・産後)	妊娠した職員に出産予定日までの 8 週間、出産日の翌日から 8 週間を付与
育児時間	生後 1 年に達しない子を養育する職員に対し、1 日につき 2 回 (1 回 1 時間以内) を付与
子ども看護休暇	子 (中学校就学の始期に達しない子) の看護が必要な職員に対し、一の年度において 5 日 (2 人以上の場合は 10 日) の範囲内で付与
出産補助休暇	配偶者の出産に際し、2 日の範囲内で付与
育児参加休暇	配偶者の出産予定日までの 6 週間、出産日の翌日から 8 週間、子 (小学校就学の始期に達しない子) を養育するため、勤務しないことが相当であると認められる場合、5 日の範囲内で付与
忌引	職員の親族が死亡した場合で、その続柄に応じ、1～10 日の範囲内で付与
父母の追悼	1 日の範囲内で付与
夏季休暇	7 月～9 月までの間において、5 日の範囲内で付与
ドナー休暇	骨髄移植のための骨髄、または末梢血幹細胞移植のための末梢血幹細胞を提供する職員に対し、検査・入院など必要となる期間の休暇を付与
ボランティア休暇	自発的に、かつ、報酬を得ないで社会に貢献する職員に対し、一の年度において 5 日の範囲内で付与
リフレッシュ休暇	勤続 10 年、20 年、30 年に達した職員に対し、連続した 3 日の範囲内で付与
短期介護休暇	配偶者、父母、子などの介護が必要な職員に対し、一の年度において 5 日 (要介護者が 2 人以上の場合は 10 日) の範囲内で付与
介護休暇	職員が配偶者、父母、子、配偶者の父母等の負傷、疾病または老齢により日常生活を営むのに支障があるものの介護をするため、勤務しないことが相当であると認められる場合、6 月の期間内において必要と認められる 2 週間以上の期間の休暇を付与 (休暇期間は無給)

(3) 育児休業 (平成 24 年度)

(単位:人)

区 分	平成 23 年度中に新たに育児休業が取得可能となった職員 (育児休業対象者)	うち育児休業取得者数	
		うち部分休業取得者数	うち完全休業取得者数
男 性	6	0	0
女 性	3	3	0
計	9	3	0

不動産公売（入札会）を実施します

●問合せ 収納課 ☎(246)6237

- **対象物件** 土地・家屋
- **土地の詳細**
 - 所在：中央一丁目4366番6ほか2筆
 - 地目：宅地
 - 地積：合計398・56㎡
- **家屋の詳細**
 - 所在：中央一丁目4366番6ほか
 - 家屋番号：4366番6
 - 種類：居宅
 - 構造：木造スレート葺2階建
 - 床面積：1階72・50㎡、2階71・36㎡
- **見積価額** 2,163,000円

- **公売保証金** 220,000円
 - **申込方法** 収納課窓口にて備え付けの申込書類に必要事項を記入のうえ、申し込んでください
 - **申込期間** 12月10日(金)～27日(金)
 - **入札日時** 平成26年1月10日(金)・午前10時～
 - **場所** 市役所本館3階第3会議室
- ※「中間市暴力団排除条例」に抵触する場合は、入札に参加できません。



生活保護費不正受給調査報告書（中間報告）を公開

●問合せ 福祉支援課 ☎(246)6270

当市元職員などによる生活保護費不正受給・支出事件を受け、副市長および部長級職員で構成する「生活保護費不正受給調査等委員会」を設置し、必要な調査などの作業を行ってきました。被害の実態や内在した問題、そして、取り組むべき課題などを明らかにすることを通じて、事件の全容についての中間報告書として取りまとめました。

10月23日まで行いました。この報告書は、これまで行ってきた調査により把握できた不正受給・支出の範囲や金額、その手法など、事件の全容とその原因、そして原因などを調査する中で検討した再発防止対策の考え方についてまとめたものです。

中間市ホームページで公開していますので、ご覧ください。

二度とこのような不祥事を起こさず、市民のみさんの信頼を回復するため、職員自らが再発防止に向けた取り組みを行っていきます。

年末年始のごみ・し尿収集、犬猫の引き取り業務

●問合せ 環境保全課 ☎(245)5300

12月の祝日など	ビン・カン	プラスチック製容器包装	もえるごみ
12月23日(月)天皇誕生日が収集日の地区	収集します		収集します
12月31日(木)が収集日の地区			収集します
1月1日(金)が収集日の地区	1月29日(木)に振替		×
1月2日(土)が収集日の地区		1月30日(金)に振替	×
1月3日(日)が収集日の地区		1月31日(土)に振替	×

- **ごみの収集**
- **休み期間** 平成26年1月1日(金)～3日(日)
- **祝日などに伴う収集**
 - 12月23日(月)天皇誕生日が、ビン・カン、もえるごみの収集日の地区は、収集します
 - 12月31日(木)のもえるごみは収集します
 - 1月1日(金)がビン・カンの収集日の地区は、1月29日(木)に振り替えます
 - 1月2日(土)がプラスチック製容器包装の収集日の地区は、1月30日(金)に振り替えます
 - 1月3日(日)がプラスチック製容器包装の収集日の地区は、1月31日(土)に振り替えます

- **犬猫の引き取り**
 - **休み期間** 12月27日(金)～1月5日(日)
 - ※引き取りの時間など詳しくは、宗像・遠賀保健福祉環境事務所 ☎(0940)36(6098)にお問い合わせください。
- **粗大ごみの受付**
 - 12月27日(金)までです。12月28日(土)～1月5日(日)は休止します
- **し尿の収集**
 - **休み期間** 12月28日(土)～1月5日(日)
 - ※正月の来客などで年末の臨時収集を希望する場合は、12月16日(木)までに環境保全課に申し込んでください。17日(金)以降は直接業者へ連絡してください。ただし、業者の受付は12月25日(木)までです。休み期間中は、し尿収集は一切できませんので、早めに便槽の確認をお願いします。

眠れていますか～老年期のうつ病～

●問合せ 地域包括支援センター ☎(245)7716

■うつ病とは

「憂うつだ」「気分が落ち込んでる」といった状態を抑うつ状態と言います。うつ状態が重症であるとき、うつ病と呼んでいます。うつ病は単なる「甘え」や「怠け」、「精神的に弱い」せいではなく病気です。目に見えない病気のため、他人にわかってもらいにくく、老年期では認知障害が目立つ点の特徴です。

■高齢の女性に多いうつ病

うつ病は増加傾向を示し、女性は男性の1.5倍の患者数です。これは、女性性が性別役割分担などの社会的立場の違いがあることや、女性ホルモンの減少と関係しているためです。

ことに老年期は慢性的なストレスを感じやすく悲しい出来事が多い世代です。一方で、甲状腺機能亢進などほかの病気のこともあり、鑑別診断が必要です。

また、認知症の初期症状にうつ病がみられたり、糖尿病、パーキンソン病、レビー小体型認知症などの病気でうつ病を合併したりしていることがあります。

■うつ病の兆候をチェック

- ①注意・集中力の低下
- ②記憶力・判断力の低下

- ③疲れやすさや気力の減退
- ④悲しみや空虚感を感じる
- ⑤不眠または睡眠過多
- ⑥決断困難
- ⑦食欲減退または過食
- ⑧体重減少または体重増加
- ⑨酒量の増加

■病気かも？と気づいたら

- ①地域での孤立防止などのための活動に目を向ける
- ②かかりつけ医に相談する
- ③一人で抱え込まずに、知人や地域の相談役、公的

相談支援窓口相談する
放置しておく健康状態

や病気の悪化を招いたり、閉じこもりがち暮らしから筋力低下、歩行困難、ひいては寝たきりになったりしかねません。

■向こう三軒両隣の地域力

地域には助けを求められない人がいます。発症のきっかけとなる退職、転居、親しい人との別れなどを経験した人は周囲にいませんか。周囲の人による地域活動への参加促しや、相談・受診のきっかけ作りといった地域の支え合いも大切です。

■相談支援窓口

○地域包括支援センター
☎(245)7716

○宗像・遠賀保健福祉環境事務所(予約制)
☎0940(36)2473

水道管にも冬じたくを

●問合せ 上下水道局工務課 ☎(246)6263

ご家庭にある露出した水道管や浅い所に埋めてある水道管、太陽熱温水器などは、冬の寒さで凍結して水が出なくなったり、ひどいときには破損したりします。

水道管は市販の保温チューブや布などで保護をして凍結しないようにし、太陽熱温水器は事前に水を抜くなど、早めに冬じたくをしましょう。

天気予報に注意し、氷点下になりそうときや冷え込む夜は、ボイラーなども凍結しないよう処置をしましょう。

夜間の水道管の凍結防止には、蛇口から微量の水を垂らすのも有効です。もしも水道管が凍った場合は、露出部分などにぬるま湯をかけて溶かしてください。

このとき水道管が破損する危険があるので、しっかりと熱湯をかけないでください。水が流れだしたら管の破損がないか(水洩れしていないか)の確認もお忘れなく。



まもろう健康受けよう健診

●問合せ 保健センター ☎(246)1611

保健センターでは、平成26年1月・2月に集団健診を行います。

●期 日 1月30日(日)

31日(日)、2月2日(日)、3日(日)

●場 所 保健センター

※2月3日はハピネスなかも。

●健診項目・料金 健康づくりハンドブック、ホームページでご確認ください

●申込方法 住所、氏名、生年月日、希望の検診名、健診希望日(第3希望まで)を記入のうえ、はがき、メールで申し込んでください

※保健センター窓口でも受け付けます。また、12月24日(日)からは電話でも受け付けます。

●申込締切 1月7日(日)

がん検診無料クーポン券 対象者はお忘れなく

昨年度に特定の年齢に達した人へ、子宮頸がん、乳がん、大腸がんの検診費用が無料となるクーポン券を6月に送付しています。有効期限は、平成26年2月28日までです。例年、有効期限ぎりぎりに受診する人も多いので、ぜひお早めに申し込んでください。

健康ファミリー

あなたの健康づくりのために



Health Care



保健センター

☎(246)1611

FAX(246)3024

genki@city.nakama.lg.jp



こどもの予防接種と免疫をつくって病気を予防

「感染症が流行するのを防ぐ」「病気にかからないようにする」「かかっても重くならないようにする」ものが予防接種です。予防接種法では安全性や効果のために、接種対象年齢や接種間隔が定められています。

また、国が決めて保護者に接種をすすめている「定期接種」と「任意接種」があります。定期接種は接種年齢であれば無料で受けられますが、任意接種は全額自費となります。

定期の予防接種は、生後2か月から開始するものや、小学校入学前1年間(年長児)に接種するもの、学童期に接種するものもあります。日本脳炎について

定期接種

種類	対象年齢	接種回数	
ヒブ(インフルエンザ菌b型)	生後2月から5歳まで	接種開始時期により	
小児用肺炎球菌		1~4回	
BCG	1歳まで	1回	
四種混合※1 三種混合※2 ポリオ	1期初回	生後3月から7歳6か月まで	3回
	1期追加		1回
二種混合(ジフテリア、破傷風)	11歳以上13歳未満	1回	
麻しん 風しん混合(MR)	1期	1歳から2歳まで	1回
	2期	5歳以上7歳未満で 小学校就学前の1年間(年長児)	1回
日本脳炎	1期初回	生後6月から7歳6か月まで	2回
	1期追加		1回
	2期	9歳以上13歳未満	1回
	特例措置	平成7年4月2日~平成19年4月1日 生まれの人は、20歳になるまでの間	4回のうち、接種できなかった残りの回数
子宮頸がん※3	小学6年生から高校1年生女子	3回	

※1 四種混合…ポリオ、ジフテリア、百日咳、破傷風。 ※2 三種混合…ジフテリア、百日咳、破傷風。 ※3 子宮頸がんの予防接種は、現在積極的勧奨を差し控えています。
※年齢の見方…「まで」は誕生日の前日まで、「未満」は誕生日の前々日まで。

は、平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれのお子さんへの経過措置もあります。予防接種は、お子さんの体調のよいときに、健康状態のわかる保護者の付き添いのもと、必ず母子手帳を持っていきましょう。
なお、長期にわたり療養を必要とする疾病にかかったなどで、定期の予防接種を受けることができなかった場合の特例措置もあります。詳しくは、中間市健康づく

接種間隔

生ワクチン…BCG、麻しん風しん混合(MR)、麻しん、風しん	27日(4週間)以上あけて
不活化ワクチン…ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、三種混合、ポリオ、二種混合、日本脳炎、子宮頸がんほか	6日(1週間)以上あけて

※同一ワクチンを2回以上接種する場合は異なります。

りハンドブックや、ホームページなどでご確認ください。

エネルギー：349kcal
食塩：1.7g



あなたも作ってみませんか

おすすめ 料理レシピ

中間市食生活改善推進会(緑の会)による、身体に優しいレシピを大公開。

簡単いり鶏

材料(4人分) ……………

鶏もも肉…300g、にんじん…200g、れんこん…300g、ブロッコリー…150g、ごま油…大匙1、A(だし…80ml、酒…50ml、塩…小匙1/3、しょうゆ…大匙1と1/2、みりん…大匙3)

作り方 ……………

①鶏肉は1口大に、にんじん、れんこんは乱切りに、ブロッコリーは小房に分ける②鍋に湯を沸かし、にんじんを入れて4~5分ゆで、れんこん、ブロッコリーを入れて、沸騰したら1~2分ゆで、ざるにあげる③フライパンにごま油を熱し、鶏肉を中火で焼き付けるように炒める。焼き色がついたら、にんじん、れんこんを加え、油がなじむまで炒める④③にAを加えて、ときどき上下を返しながらかき混ぜ、ほとんど汁気がなくなるまで12~13分煮る⑤ブロッコリーを加えて強火にし、汁気を飛ばすように炒りつける

もえるごみの搬入量状況

平成25年度のもえるごみの搬入量は、対24年度比5%の減量を目指しています。ごみの減量化・資源化にご協力をお願いします。

	25年度	24年度	差 (25年度-24年度)	減量率
10月	973,650kg	1,026,840kg	△ 53,190kg	5.2%
累計	6,831,290kg	6,923,610kg	△ 92,320kg	1.3%



犬の放し飼いは 大変危険です

犬の飼い主は、法律で、飼った犬を常に繋留しておかなければならないことになっています。

市役所には迷い犬の情報がたくさん入ってきます。これらは犬の管理方法が不十分で飼った犬を野放しにしてしまった結果で、もしその犬が人を襲う事態となれば飼い主の責任は重大です。

「うちの犬はおとなしい。人に咬みついたりしない」といった安易な思い込みは捨てて、もう一度飼った犬の管理状況を見直してみてください。「犬を繋ぐ鎖や首輪は古くなって外れかかっているか」「自宅の囲いや柵などが壊れ、犬が出入りできるスペースがないか」など改めて点検してみましょう。事故が起こってからでは手遅れです。

飼い犬の登録、狂犬病予防注射と鑑札・注射済票の装着を忘れずに

犬の飼い主には、一生に一度の飼い犬の登録と、年一回の狂犬病予防注射(生後91日以上)の犬が対象を受けさせること、その際に交付された鑑札・注射済票を登録犬に装着することが狂犬病予防法で義務づけられています。

愛犬が迷い犬になった場合、鑑札などを装着していれば、その登録番号によって飼い主に連絡することが可能です。鑑札などをつけていた迷い犬の多くが、飼い主の元に無事戻ることができていますが、何も手がかりのない犬は戻ることが困難となっています。

愛犬の命を守るためにも、鑑札・注射済票は必ず装着しましょう。

散歩をするときのルールとマナー

犬の散歩中、公園や道路での犬のふんの放置は、周辺の住民の迷惑になるばかりでなく、衛生面でも悪影響を及ぼします。犬を散歩させるときは、ふんを拾うための袋などを携帯し、必ず持ち帰って処分してください。犬も家族の一員です。ふんの後始末は、家族の手で行いましょう。

飼い主のいない猫にえさを与えている方へ

飼い猫だけではなく、飼い主のいない猫(野良猫)が苦情の原因になることがあります。特に野良猫にえさを与えていると、えさを求めて猫が集まり、それらのふんや尿、鳴き声などさまざまな迷惑を周囲に及ぼすことがあります。

飼い主のいない猫にエサを与えている人は、その行為によって起こる影響をきちんと認識し、地域住民への配慮を忘れないようにお願いします。

知っ得!



今月のテーマ

「ロト6の当選番号を教えます」は詐欺

消費生活センター ☎(246)5110

■相談事例

突然、「会員になれば、ロト6の当選番号を事前に教える」という電話がかかってきた。「当選番号を言うから、明日新聞で確認してみても」と言われ、翌朝の新聞を見たところ、当たっていたので、すっかり信用してしまった。会員になるため、審査費用1万円を指定口座に振り込み、「宝くじが当たったら」という将来の夢を書いた作文を保険証のコピーと一緒にファックスで送った。後日、合格の連絡の際に、情報料として35万円かかると聞き、あまりに高額だったので不安になった。払っても大丈夫だろうか。

■アドバイス

ロト6などの数字選択式宝くじの当選番号を事前に

教えてもらうのと引き換えに、高額な情報料や預託金を支払われたという相談が寄せられています。ほかにも「くじで使う出玉にICチップを埋め込んでいるので、自在に数字が出せる」と説明されたケースもあります。数字選択式宝くじの抽選は、インターネットで生中継されます。抽選結果が翌朝の新聞に掲載されるまでの時間差を利用して消費者をだますのが、この詐欺の手法です。宝くじの抽選は厳正、公正に行われていて、抽選を操ることや、抽選結果が事前に分かることは、絶対にありません。うまい話には耳を貸さず、お金は絶対に支払わないようにしましょう。困ったときは、消費生活センターなどに相談してください。

よくわかる 医療講座

No
75

中間市立病院医師が、健康のためになる話をお届けします。

中間市立病院 ☎ (245)0981

今月のテーマ

花粉症

産業医科大学 耳鼻咽喉科
今里 圭 医師



■花粉症とは

花粉症とは、ヒノキやスギの花粉によるアレルギー症状が眼や鼻、のどに起こる病態です。1度アレルギーとして認識すると、花粉をアレルギー物質として認識し、身体の免疫反応が花粉に過剰に反応し、体の外に出そうとします。花粉を外に出そうとするために「くしゃみ」で吹き飛ばしたり、「鼻づまり」で体内に花粉が入ってこないように防御したり、「鼻水」「涙」で花粉を洗い流そうとしている状態です。特に鼻水がサラサラしているのも特徴です。そのため集中力や安眠の妨げになり、仕事や勉強へも支障をきたしてしまいます。

■花粉の飛散と花粉症

日本では主に2～4月はス

■治療方法

ギ花粉、4～5月はヒノキ花粉、6～8月はカモガヤなどのイネ科花粉、8～10月はブタクサやヨモギなどの雑草類の花粉が飛散します。このため花粉症の症状が長く続く人がいます。花粉症の人は近年増加傾向で、2008年の統計では約29.8%であると、厚生労働省から発表されています。同様に、日本で花粉症が多い原因の一つとして、戦後植えられたスギの木が成長し、花粉の生産能力が高くなっていることが大きな理由であるとされています。

治療としては、まずは花粉回避を心がけることにあります。花粉情報に注意を払い、飛散の多いときの外出を控えたり、窓戸を閉める、外出時はマスク・

花粉対策用メガネを着用するなどあげられます。また帰宅時には衣服や髪をよく払い、うがいでなく洗顔も心がけることも重要になります。

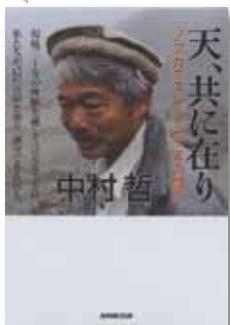
これで改善しない場合は、症状に応じて抗アレルギー薬や抗ヒスタミン薬の内服、さらにステロイド含有の点鼻薬を組み合わせて行われますが、医師と相談しながら自分にあつた薬剤を見つけることが大切です。内服のみで症状が強い人には手術を勧めることがあります。

薬物治療のポイントとして、症状が出現する約2週間前にこれらの治療を開始すると、症状が楽にすむことがわかっていきます。

例年春に鼻の調子が悪くなる人は、早め(1月下旬～2月下旬)に耳鼻科に受診することをお勧めします。

New arrivals

今月の新刊紹介



天、共に在り アフガニスタン
三十年の闘い

中村哲・著

1984年からパキスタン、アフガニスタンで支援活動続ける医師・中村哲。彼はなぜ1600本もの井戸を掘り、25.5キロにもおよぶ用水路を拓くに至ったのか。「天」と「縁」をキーワードに、その数奇な半生をつづる。



水の精とふしぎなカヌー

岡田淳・作

だれもいないはずの屋根裏部屋に、だれか、いる?!ふたごが見つけた小さなカヌーの正体は?足をけがしたトワイエさんがガラスびんの家にいるあいだにあった、ふたつの話を紹介します。

Nakama Culture Books

市民図書館だより ☎ (245)4664

市民図書館は、毎月新しい本をそろえています。市民図書館に来れば、運命的な本との出会いがあるかもしれませんよ。

Fun event

おはなし会を開催

- 日 時 1月18日 田・午前11時～
- 内 容 絵本の読み聞かせなど
- 協 力 ほっとブックなかも

私たちが感じた人権問題

「一度考える」

内野 琴音さん
(中間東中学校3年)
平成25年度小・中学校人権作文から

ある日、友達と遊んでいるときにケンカをした。でも、私が悪いからちゃんと謝ろうと思い「ごめんね」と手紙で謝った。

その日の放課後、友達から呼び出され「こんな手紙をもらっても絶対許さんけ」と言われた。私は、なんで許してくれないんだろうという想いしかなかった。

次の日から、ケンカはどんどんエスカレートしていった。毎日のように休み時間があれば呼び出され、「一生自分たちの奴隷になれ」とか「明日までに坊主にしてこい」とか「欲しい物があるから一万円用意しろ」などと言われたり、掃除の時間には、ほこりを投げられたりした。なぜ、こんなにまで言われたりしないとい

けないんだろうと思った。こんな日が一月ぐらいいつて、学校に行くのが怖くなった。

ある日、もう学校に行くのは無理と思いい母にすべてを話した。すべてを話したことで、気持ちが少し楽になった。

その日、母は学校に電話をし、担任の先生に話してくれて話し合いをすることになった。あの友達と会うのは嫌だった。でも、話し合わないとも解決しないと思い、先生と友達と私とで話し合った。友達にも自分の気持ちを正直に伝えることができたし、友達もちゃんと謝ってくれた。

今までのような、毎日が終わると思ったら自然に笑顔になれた。

今の私ならどんなことを言われても、されても自分の気持ちを正直に言えると思う。

最近、テレビのニュースなどで、いじめが原因で自殺したという放送を見掛ける。私はいじめなどで人が死ぬのは絶対あってはならないと思うし、早く無くなってほしいと思う。

いじめは、ちょっとしたことでも人が始め出し人を死に追いやることがある。そんないじめを無くすことができるのも人であり、その人

を死から救うこともできる。

あのとき母や先生が、すぐに手段を取ってくれたことであの友達とも仲直りでき、自分を救ってくれた。

私はこんな経験ができたことで、今までの自分の行動を改めて考え直すことができた。これから自分が取る行動で、相手を傷つけてしまわないか、「一度考えて行動しよう」と心で決めている。

私は、将来人を少しでも多く救えるような人間になりたいと思っている。



人権標語

- | | | |
|----------|---------|---------|
| ごめんなさい | 勇気を出して | 第一声 |
| 中間中学校3年 | | 小畑 美憂さん |
| ありがとう | 心をなごます | あいことば |
| 中間中学校3年 | | 井上 凌介さん |
| すなおにね | ありがとうって | 言えたらな |
| 中間南小学校6年 | | 中島 歩夢さん |

～気軽に利用してください～

無料相談 コーナー

Free
Consultation

行政相談

■場所 ハピネスなかま

- 行政への苦情・要望などの相談に応じます。
- 日時 1月11日(土)、17日(金)・午後3時～5時
 - 問合せ 総務課 ☎(246)6232

心配ごと相談

■場所 ハピネスなかま

- 日時 1月11日(土)、17日(金)、23日(木)・午後3時～5時(前日まで窓口で予約受付・受付時間は月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時15分・定員6人)
- 問合せ 中間市社会福祉協議会 ☎(244)1230

県巡回交通事故相談

■場所 ハピネスなかま

- 日時 1月8日(木)・午前10時～午後4時(受付は午後3時まで)
- 問合せ 安全安心まちづくり課 ☎(246)2017

消費者相談

■場所 産業振興課(市役所別館2階)

- 悪質商法などの相談に応じます。
- 受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後4時
 - 問合せ 消費生活センター ☎(246)5110

女性のための悩みごと相談

■場所 人権男女共同参画課(人権センター)

- あなたが納得のいく生き方ができるようお手伝いします。
- 受付 月曜日～金曜日・午前8時30分～午後5時15分
 - 問合せ 人権男女共同参画課 ☎(245)7801

補聴器相談

■場所 福祉支援課・ハピネスなかま

- 日時 毎月第1～4火曜日・午後1時～2時は福祉支援課(市役所1階)、午後2時30分～3時30分はハピネスなかま
- 問合せ 福祉支援課 ☎(246)6282

悩み・いじめ・教育相談

■場所 少年相談センター(働く婦人の家)

- 未成年者の非行などの相談に応じます。
- 受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後5時
 - 問合せ 少年相談センター ☎(246)0484

家庭児童相談

■場所 家庭児童相談係(市役所3階)

- 子どもの養育(しつけ、養育者の問題)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・午前9時～午後5時
 - 問合せ こども未来課 ☎(246)3515

くらしの 情報

身近な役立つ情報をお届けします

平成25年度 第3回危険物取扱者試験

●期 日 平成26年3月2日

●場 所 九州共立大学(八幡西区自由ヶ丘)ほか2会場

●試験の種類と受験料

○甲種……………5,000円

○乙種全類…3,400円

○丙種……………2,700円

●申込方法 12月19日(金)から平成26年1月14日(金)(当日消印有効)までに、(一財)消防試験研究センターに願書を郵送してください。また、インターネットでの電子申請の受付期間は、12月16日(金)から1月11日(木)までです。詳しくは(一財)消防試験研究センターのホームページをご覧ください

○ホームページ

<http://www.shoubo-shiken>

or.jp
※願書と受験案内は、消防署にあります。

●問合先 消防署

☎(245)0901

お餅搗きを通じて昔の道具を体験しませんか

餅米を蒸すのを「羽釜」と「蒸籠」で、お餅を搗くのを「臼」「杵」で、大豆を挽いてきな粉を作るのを「石臼」で行います。できたお餅はその場で食べてみましょう。

●日 時 12月26日(金)・午前10時～(2時間程度)

●場 所 地域交流センター

●参加料 無料

●定 員 30人(先着順)

●対 象 小学生、中学生

※保護者の同伴も可能。

●申込方法 12月24日(金)までに電話で申し込んでください

●申込・問合先 生涯学習課

☎(246)6224

「時代とともに発展した福岡県の交通・鉄道軌跡を中心に」

鉄道網が発達した背景や、福岡県における近代交通システムの形成と発展について、福岡共同公文書館に移管された特定歴史公文書や行政資料をもとに紹介します。

九州の玄関口として、近代以降めまぐるしい変化と発展

を遂げた福岡県。産業や人々の生活に決定的な変化をもたらした、鉄道、空港、港湾、道路といった各交通システムは、どのように生まれ、発展していったのでしょうか。交通史を通して、福岡県の近代を振り返ってみませんか。

●期 間 平成26年1月7日(金)～3月23日(日)

●開館時間 午前9時～午後5時

●休館日 毎週月曜日、祝日

※祝日が月曜日にあたるときはその翌日。

●場 所 福岡共同公文書館(筑紫野市上古賀一丁目3・1)

●観覧料 無料

●問合先 福岡共同公文書館

☎092(919)6166

製造事業所のみなさんへ

平成25年工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにすることを目的とする重要な調査です。統計法に基づき報告義務のある基幹統計調査として、

製造事業所を対象に12月31日時点で実施します。

調査の結果は中小企業施策や地域振興など、国や地域行政施策のための基礎資料として活用され、調査票に記入

していた内容、統計作成の目的以外(税金の資料など)に使用することは絶対ありません。

調査の趣旨・必要性をご理解いただき、ご回答をよろしくお願いします。

経済産業省 福岡県 中間市

福岡県立高校の定時制課程入学で特例措置

福岡県立高等学校定時制課程では、満20歳以上で希望する人に対し、一部学校を除き、学力検査を行わず、作文で入学者選抜を行う特例措置を実施しています。これから勉強を始めて、高校卒業資格を得たいと考えている人の入学をお待ちしています。

●応募資格 高校入学資格がある、平成26年4月1日現在で満20歳以上の人

●願書配布・試験場所 各志願先高校

●願書受付期間 平成26年2月18日(金)～25日(金)

●試験日 3月11日(金)、12日(土)

※作文に加えて、面接を行う学校もあります。詳しくは志願先高校にお問い合わせください。

●問合先 福岡県教育庁高校教育課

☎092(643)3904

中間市遠賀郡の指定「ごみ袋」に掲載する広告を募集します

平成26年度中に作成する「もえるごみ(大)・(中)の袋」に掲載する広告を募集します。

●予定数量・広告の大きさ・募集数

○もえるごみ(大) : 240万枚

(縦)80mm×(横)380mm・4枚

○もえるごみ(中) : 120万枚

(縦)80mm×(横)280mm・2枚

●広告掲載料(1枚)

○もえるごみ(大) : 20万円

○もえるごみ(中) : 10万円

●広告掲載の開始予定時期

平成26年4月以降

※組合や各販売店の在庫状況により、掲載袋の販売開始が遅れることがありますのでご了承ください。1社が申し込むことのできる広告の数は、袋の種類ごとに1枠です。応募多数の場合は組合で選考します。

●応募方法 申込書に広告の原稿を添えて、遠賀・中間地域広域行政事務組合へ提出してください

●募集期間 12月16日(金)～平成26年1月10日(金)午後5時

※申込用紙設置場所など詳しくはお問い合わせください。

●応募・問合先 遠賀・中間地域広域行政事務組合

☎(296)3581

健康づくりサポート教室 参加者を募集

食事編

- **テーマ** 食事で防ぐ高血圧
- **日時** 1月23日(金)・午前10時～正午(受付は9時30分～)
- **内容** 調理実習
- **参加料** 400円
- **持ってくるもの** エプロン、三角巾

- **申込締切** 1月15日(金)

運動編

- 「スローな筋トレ」をテーマに開催します。軽い負荷でゆっくりと筋トレを行うことで、普通の筋トレと同じような筋力アップ効果があります。
- **日時** 1月27日(金)・午後1時30分～3時(受付は1時～)
- **対象** 中間市民(69歳まで)

- ※治療中の人は医師から運動制限指示を受けていないことが条件です。
- **持ってくるもの** 健康手帳、室内シューズ、お茶などの水分補給、タオル
- ※動きやすい服装で参加してください。

- **定員** 25人
- **申込締切** 1月17日(金)

- **場 所** 保健センター

- **申込方法** 電話またはFAX、メールで申し込んでください。
- ※FAX、メールで申し込む際は、住所、氏名、生年月日、連絡先、希望の講座名を明記してください。

- **申込・問合せ先** 保健センター
- ☎(246)1611
- FAX(246)3024
- メール：genki@city.nakama.lg.jp

平成25年度自衛官候補生の2次募集を実施します

- **応募資格** 採用予定日の1日現在、18歳以上27歳未満の男子
- **応募締切** 平成26年1月14日(日)
- **試験日** 平成26年1月19日(木)～21日(土)のいずれか

- ※詳しくは、お問い合わせください。
- **問合せ先** 自衛隊福岡地方協力本部
- ☎(223)0981

中間市母子寡婦福祉会「一日父親行事」

中間市母子寡婦福祉会では、母子・父子家庭などの児童のための行事を行っています。今年の冬は、コロナキヤットボール、いのちのたび博物館に行きます。ぜひ遊びに

- 来てください。
- **日時** 12月26日(金)・集合時間午前8時50分
- ※帰着は午後3時の予定。
- **集合場所** 市民図書館前ロタリ
- **参加対象** 小学生と中学生
- **参加料(昼食代含む)**
- 中間市母子寡婦福祉会会員：無料
- 非会員：1,000円

- **申込締切** 12月17日(金)
- **申込・問合せ先** 市役所売店
- ☎(244)1111
- (内線1906)

標準営業約款制度 Sマークをご存じですか

標準営業約款制度は、消費者保護の観点から、提供する役務の内容や施設・設備を事前に利用者や消費者にお知らせすることで安心して利用できるよう利便を図ろうとするものです。現在、理容業・美容業・クリーニング業・麺類飲食店・一般飲食店営業で実施していて、福岡県では約2,000店が登録し、店頭でSマークを掲げています。詳しくはお問い合わせください。



- **問合せ先** 財団法人福岡県生活衛生営業指導センター

ガンブル依存症講演会「回復へのメッセージ」

- **日時** 12月23日(祝)・午後零時30分～4時15分(受付は午前11時30分～)
- **場 所** ウェルとばた(戸畑区汐井町1-6)
- **内 容** 森山成林さん(通谷メンタルクリニック院長)による講演、経験者や家族の体験発表
- **参加料** 無料
- **問合せ先** GA八幡西グループ
- ☎080(6437)0185

火葬施設天生園の喫茶・売店の出店者を募集

火葬施設天生園は、平成26年4月1日に新しい施設に変わります。新しい天生園内に設置する喫茶・売店の店舗経営と待合棟の運営を併せて受託できる事業者を募集します。
- **業務内容** 出店者は次のすべての業務を一括して請け負うものとします
- 喫茶・売店コーナーの営業(酒類の提供可能)
- 自動販売機の営業(標準サイズのもの3台設置可能)
- 待合棟の日常清掃(待合ホール、待合室、授乳室、湯沸室、喫茶・売店コーナー)

- **業務内容** 出店者は次のすべての業務を一括して請け負うものとします
- 喫茶・売店コーナーの営業(酒類の提供可能)
- 自動販売機の営業(標準サイズのもの3台設置可能)
- 待合棟の日常清掃(待合ホール、待合室、授乳室、湯沸室、喫茶・売店コーナー)

- 待合室利用者の茶器類配膳、片付け
- **応募資格** 次のすべてに当てはまる条件です
- 前記の業務内容を一括して受託できる者であること
- 店舗の企画・運営のノウハウを持つ者であること
- 平成26年1月1日現在、中間市および遠賀郡内でレストランや食堂などの健全な経営を行っている者であること、または中間市および遠賀郡内に住民票を有する者で、レストランや食堂などの健全な経営を行っている者であること

- ※このほかにも条件があります。詳しくは、12月26日(金)以降に、遠賀・中間地域広域行政事務組合のホームページをご覧ください。
- ホームページ：<http://www.onga-nakama.or.jp/>
- **応募期間** 12月26日(金)～平成26年1月15日(日)
- ※12月28日(日)～1月5日(日)、土曜・日曜日、祝日は除く。
- 受付時間は午前8時30分～午後5時15分。応募期間中に施設の見学ができます。
- **説明会期日** 1月22日(日)
- **入札期日** 1月31日(金)
- **応募・問合せ先** 遠賀・中間地域広域行政事務組合
- ☎(293)3581



11月17日・中間西小学校でミュージカル

夢と仲間を信じて歩き出そう

中間西小学校体育館で、全校生徒によるミュージカルが行われました。これは、プロの劇団員から演技、歌唱、ダンスの指導を受け稽古して、発表会を行う地域交流事業として行われたものです。若者たちが未来を信じて歩き出す姿を描いたミュージカルの最後には、全校生徒が立ち上がり、出演者と一緒に歌とダンスを披露しました。子どもたちは、仲間と夢を信じる物語をとおして、その大切さを学んだことでしょう。



10月29日・人権の花運動感謝状贈呈式

一生懸命育てたよ

人権の花運動感謝状贈呈式が中間小学校で行われました。4月に寄贈を受けたひまわりの種を、3年生の児童が育て、夏に花を咲かせたひまわり。その種を人権擁護委員に手渡しました。生徒を代表して、甲佐悠斗さんは「植物を育てることの大変さと心の大切さを学んだ」と話し、大庭美咲さんは、「前の学校の生徒が育てた種を一生懸命に育てた。次の学校の生徒にも大切に育ててほしい」と話しました。



中間東中学校吹奏楽部が全日本吹奏楽コンクールで銀賞

東中の音楽を全国に響かせました

中間東中学校吹奏楽部が、10月26日に名古屋市で行われた全日本吹奏楽コンクールで見事銀賞に輝きました。11月19日に松下俊男市長に報告に訪れた、顧問の菅原宏先生は、「自分たちの音楽を精一杯表現できたのが銀賞を獲れた要因」と話しました。副部長の池田樹穂さんは「ステージの上で演奏を楽しめたのが印象に残りました。市民のみなさんにたくさんの声援をもらって感謝しています」と話しました。



10月30日・中間市防災講演会
災害に備えることが当たり前という文化を

防災講演会がなかまハーモニーホールで開催されました。講師を務めた群馬大学の片田敏孝さんは、東日本大震災以前から岩手県釜石市の子どもたちに防災教育を施してきました。これにより、ほぼ全員が無事に避難できたことから「釜石の奇跡」と称されています。片田さんは「防災教育には、大人が『備える』という行動を子どもたちに見せることが大切。その行動が次の世代へ継承されると、災害文化として定着します」と力強く語りました。



11月12日・中間市暴力追放市民集会・中間市防犯大会
暴力のない平和な地域をめざして

なかまハーモニーホールで暴力追放市民集会・防犯大会が開催されました。大会内で、松下俊男市長は「みんなと一緒にになって暴力のない明るいまちづくりを進める」と決意を表明。折尾警察署の元吉雄一署長は「地域の力をいただき、暴力団の存在しない明るい社会づくりをめざす」と語りました。その後、約800人の参加者はプラカードを持ち、やすらぎ通りまでを「暴力団を恐れないぞ」などと唱和しながらパレードしました。

**読書感想画
コンクール**

今年は、市内の小学生から48点の作品が寄せられました。応募の中から金賞、銀賞、入選が選ばれ、10月31日から11月10日まで市民図書館に展示されました。ここでは、金賞と銀賞の作品を紹介します。



銀賞 きいちゃんどろんこピッチ
小寺 聖愛さん(北小5年)



金賞 モンスター一家のモン太くん
栗田 翔さん(南小1年)



銀賞 千と千尋の神隠し
山川 世羅さん(底井野小6年)



銀賞 シートン動物記
山野 うららさん(北小4年)



金賞 海賊日誌
小寺 竜童さん(北小6年)

みんなのひろば



このページは、みなさんで作るコーナーだぬん。イラストやエッセイ、お知らせなど待ってるぬん。「すこやかちゃん」「文芸歳時記」も応募してほしいぬん。

●応募・問合せ先 総務課広報広聴係
(809-8501 中間一丁目1番1号)
☎(246) 6271



中間市公式キャラクター「なかっぱ」

もじ少年自然の家「冬塾」に参加しませんか

全3回を通じて行う冬の野外キャンプ。野外炊飯やテント泊など、日常生活では味わえない体験が待っています。

仲間と一緒に一生の思い出に残る冬にしませんか。

●開催日(全3回)

- 平成26年1月11日(土)～12日(日)
- 2月8日(土)～9日(日)
- 3月8日(土)～9日(日)

●時間 午前10時～翌日の午後3時30分

●場所 北九州市立もじ少年自然の家

●対象 小学3年生～6年生の児童

●定員 24人

※申込者多数の場合は抽選。

●参加料金 1人7,000円(全3回分)

●申込方法 住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話番号、保護者の氏名を記入のうえはがきで申し込んでください

●申込締切 12月24日(火)・必着

●申込・問合せ先 北九州市立もじ少年自然の家(〒801-0812 北九州市門司区大字喜多久784-1)
☎(341) 1128

福岡モーターショー2014を開催します

●期日 平成26年1月24日(土)～27日(日)

●時間 午前9時30分～午後6時

※27日は午後5時まで。

●場所

○マリンメッセ福岡(福岡市博多区沖浜町7-1)

○福岡国際会議場(福岡市博多区石城町2-1)

○福岡国際センター(福岡市博多区築港本町2-2)

●内容

国内自動車メーカー・二輪メーカー・輸入車のコンセプトカーの展示、自動車産業などに関するシンポジウム、ご当地グルメコーナーなど

●入場料

○大人：1,300円(1,100円)
○高校生：800円(600円)

※(一)内は前売り料金。中学生以下は無料です。

●問合せ先 福岡モーターショー事務局

☎092(711)5583

やの ゆうま 矢野 佑真ちゃん

H24. 5.16 生
(長津三丁目)



ヤンチャで元気いっぱい
の佑真くん。2人仲良くす
くすく元気に育ってね。

やの まさき 矢野 真輝ちゃん

H24. 5.16 生
(長津三丁目)



甘えん坊で笑顔がかわい
い真輝くん。2人仲良くす
くすく元気に育ってね。

わが家の

すこやか
ちゃん



「上方演芸会」
公開録音を開催します

NHK北九州放送局と中間市では、「上方演芸会」公開録音を実施します。この番組は、漫才・漫談・落語などの演芸をお楽しみいただくラジオ番組です。

みなさんのご応募をお待ちしています。

●日時

平成26年2月16

日回・午後2時30分～4時30分

(開演は3時)

●場所 なかまハーモニートホ



ール(大ホール)

●出演

○1本目：海原はるか・かなた、幸助・福助

○2本目：今いくよ・くるよ、喜味家たまご

●入場料 無料

●応募方法

往復はがき(私製を除く)の往信用裏面に、郵便番号、住所、名前、電話番号を、返信用表面に、郵便番号、住所、名前を明記し、応募してください

※返信用裏面には何も書かないでください。抽選結果を印刷して返送します。

●応募締切 1月28日四・必着

※応募多数の場合は抽選のうえ、1枚で2人まで入場できる整理券を2

月3日(日頃)に発送する予定です。

●注意事項

○1歳以上のお子さんから整理券が必要で

○インターネットオークションなどでの転売を目的としたお申込みは固くお断りします。なお、売買を目的としたお申込みである

と判明した場合には、抽選対象外とさせていただきます。

○ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果のご連絡のほか、受信料の支払いに使用させていただきます

●応募・問合せ NHK北九州放送局「上方演芸会」係(〒803・8555(住所不要))

(591)5002

文芸歳時記

俳句

末永 あつし選

塀越しの朝の挨拶爽やかに

扇ヶ浦一丁目 中村 富美江

台風の前報に仰ぐ柿熟るる

上底井野 島津 貞子

窓越の眼下の富士の秋の雲

小田ヶ浦二丁目 広松 律子

雨音の混ざる虫の音聞いてゐし

中鶴一丁目 平野 静子

本堂の礎を狭めて曼珠沙華

桜台二丁目 篠原 正章

川柳

吉富 廣選

難聴のせい内緒話を大声で

中間四丁目 森 紀子

主婦業はながら族です暇ほしい

扇ヶ浦四丁目 西本 多津子

初恋はそうね何年前かしら

中間三丁目 仰木 孝子

急ぐまい谷から見れば山ばかり

小田ヶ浦二丁目 武田 睦代

見栄張つてみても所詮は井の蛙

朝霧二丁目 松下 未代子

短歌

中間市短歌会

畦道の真白に連なる彼岸花捧ぐるごとくたかだかと咲く

通谷一丁目 戸田 恵美子

金木犀小花やさしく地にこぼす十字の花はかおり芳し

太賀三丁目 日野 康子

十五夜は私を守る母の月私の生く道黄金に照らす

鍋山町 柴田 キヌ子

消えかけし命大微かに燃やす母足に注したる針を頼みて

太賀一丁目 石田 順子

暖房の効きいる午後講演会手足つねりて睡魔を払う

弥生二丁目 吉田 千歳

今月の表紙

11月16日にやすらぎ通りでイルミネーションの点灯式イベントが開催されました。ステージイベントやダンスコンテストなどが開催され、熱気で包まれた会場。イルミネーションが点灯されると大歓声が上がりました。また、「シトラスノール」による「なかまのうた」が初披露されました。

■撮影データ

レンズ17～40mm 1秒 F18 ISO800

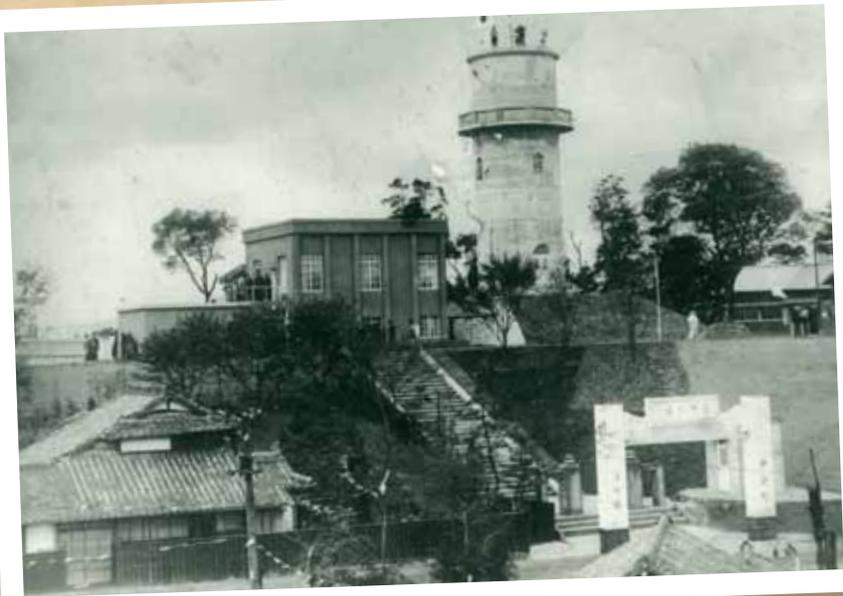
編集後記

▶もうじき平成25年も終わります。みなさんにとって今年1年はどのような年になりましたか。私は新しい家族が増え、慌ただしいながらも充実した1年となりました。来年は、公私ともにさらに実のある1年を目指します。(謙)
▶特集で使ったハートの風船。ただ膨らましてもきれいな形にならないのです。膨らませて優しくモミモミ…時間をかけちよつとずつ空気を移動させハート型に。心にもこれくらい手をかけてあげれば、元気でイキイキとしたハートになるかな?(悠)

温故知新

其の二十一 中間市上水道の完成と

八幡製鐵所遠賀川水源地



中間市浄水場（昭和8年）

日本国内で上水道が初めて造られたのは1887（明治20）年の横浜で、その後も各地で次々と上水道が造られます。

中間市の上水道は、遠賀川右岸（中間唐戸付近）で取水し、これを揚水、濾過浄水して各戸に給水するもので、1933（昭和8）年4月に完成し、給水は同年7月1日から開始されました。

しかし、給水開始時の給水戸数はわずか25戸と振るわず、水道会計は逼迫します。そこで、中間市は当初予定していなかった炭坑地区への給水加入交渉を行います。当時、各炭坑はそれぞれ簡易水道施設をもっていたため、加入交渉は難航しますが、最終的に新手电坑、中鶴炭坑、日本炭坑高松鋳業所（水巻町）などが加入しました。

その後、給水戸数はさらに増え、施設の拡張工事も次々と行われますが、炭坑の洗炭廃水などによって遠賀川砂面が閉鎖されたため、取水量が激減します。この事態に八幡製鐵所遠賀川水源地が活躍します。1941（昭和16）年、中間市上水道は、八幡製鐵所遠賀川水源地の水を分水することで飛躍的に給水量を増大させることに成功し、さらに給水戸数を増加させることとなりました。

中間市教育委員会生涯学習課

〒809-8501 福岡県中間市中間一丁目1番1号
 電話 093-246-6271 FAX 093-245-5598
 http://www.city.nakama.jp/

今回の「広報なかま」にかかった経費は1部約26万円です。
 「広報なかま」の配布は発行日から開始します。みなさんのお手元に3日以内でお届けできるようにしています。

◆婚活の目的は成婚です！

官公庁ファミリークラブは『成婚』までを**完全サポート**する相談所です

結婚についてよく言われる『適齢期』という言葉。それは年齢ではありません。老若男女問わず、結婚を意識し始めた時が適齢期なのです。弊社ではこのような考えで『婚活支援』をしております。さあ、結婚への歩みをスタートさせましょう。

ご子息 お嬢様の為の 親御様相談会 開催中

登録番号 40000027 福岡県社会保険労務士会所属
福岡障害年金サポートセンター
北九州中央社会保険労務士法人
 Certified social insurance & Labor consultant
 北九州市八幡西区船越1丁目3-47

「官公庁ファミリークラブ九州本社」は、みなさまの結婚への架け橋役として、福岡の地で**25年目**を迎えました。

官公庁ファミリークラブ九州本社
 福岡市中央区大名 2-10-4 シャンボール大名 D-302
 営業 / 10～19時 定休日 / 水曜日

ご来社の際は日時をご予約下さい 官公庁ファミリークラブ 検索

092-714-3987

経験と実績が豊富!! 一人で悩まないでお気軽にご連絡下さい

障害年金 ■複雑な書類作成や手続きを専門家に依頼したい!
 ■役所の窓口で相談しているが、分からない!
 ■突然障害年金が支給停止され困っている!
 ■障害年金の等級・年金額に納得出来ない!
 ■精神疾患、知的障害でも障害年金は貰えるのか?

初回、来所相談無料!!

その他の取扱業務 | 人事・労務管理全般・就業規則作成・労使トラブル、企業年金、給与計算、助成金支給申請 等々

TEL. 093-618-2601
 ●平日9:00～17:00
 ●土日も相談受け付けます。(完全予約制)

北九州 社労士 検索

有料広告欄