

元気な風がふくまち

NAKAMA CITY Public Relations

# なかま

広報

# 2

2012  
No.908

平成24年2月10日発行



# 祝！成人式

## CONTENTS

もくじ

特集	2
自らの安全は自らで守る、地域の安全は地域で守る	
<small>4月から「中間市安全・安心まちづくり条例」が施行</small>	
遠賀川と中間の歴史	4
市からのお知らせ	6
まちのわだい・成人式	8
環境・市民協働・くらしのミカタ	10
くらしの情報・無料相談	11
健康ファミリー・医療講座	14
人権作文・健康な身体を手に入れよう	15
みんなのひろば	16
文芸歳時記	18

表紙の説明は18ページをご覧ください

平成 24 年 4 月 1 日から「中間市安全・安心まちづくり条例」が施行されます。

# 自らの安全は自らで守る、地域の安全は地域で守る

生命、身体、財産に危害を受ける不安がなく、だれもが安全・安心して暮らせるまち。それが、市民みんなの願いです。その実現に向けて、一人ひとりができることは何でしょうか。

●問合先 総合まちづくり課市民協働係 ☎(246)2017 FAX(245)5598

## 安全・安心のまちづくりの第一歩

中間市安全・安心まちづくり条例は、市民共通の願いである「安全・安心な地域社会」をつくりあげるための、基本的な考え方を共有することを目的としています。このため、罰則などは特に設けてはいません。

この条例を真に実効性のあるものとするためには、市民のみなさんや事業者、行政がみんな力を合わせて、安全・安心まちづくりに取り組むことが大切です。これまで中間市では、昭和28年の大水害で遠賀川堤防が決壊して以降、58年間にわたって、大規模災害は起こっていません。

しかし、昨年発生した東日本大震災や原発事故の惨状を、わがまちのこととしてとらえたとき、いつなるとき災害が起きるかわからないという「想定外」の事態を前提として、災害に備えたまちづくりに取り組む必要があります。

また、自然災害以外にも安全を脅かすものとして、凶悪事件、窃盗、車上荒らし、不審者、詐欺、悪質商法といったさまざまな犯罪や、一向に減らない飲酒運転、高齢者や子どもを巻き込んだ交通事故のように、だれもが直面する

かもしれない危険が、日常に潜んでいます。

もし、一刻を争う事態に、「公助」を担う救急車や消防車、パトカーが現場に駆けつけるまでの5分、10分の間に、何もしなければ…。家族や隣人、目の前の生命や財産が失われ

ることになるかもしれません。あなたにできる範囲のことをする。そのために備えておくことがきつとできるはず。自らの安全は自らで守る(自助)、地域の安全は地域で守る(共助)。これが安全・安心のまちづくりの第一歩です。

## 安全安心まちづくりイメージ

### 自助



### 自らの安全は自らで守る

- 日ごろから避難場所や経路、非常時持ち出し品を確認しておく
- 敷地の草刈り、家屋の施錠や修繕など適正管理する
- 店舗や事業所の非常口を確保しておく

### 共助



### 地域の安全は地域で守る

- 自主防災組織で災害時などの役割分担を決めておく
- ひとり暮らし高齢者等見守り隊やふるさとみまわり隊など地域活動に参加する

## 安全・安心まちづくり

### 公助



### 市や国、警察などが連携した公的支援

- 安全・安心に関する施策や計画を推進する
- 災害時に備えた情報伝達・避難支援体制を整備し、避難訓練などを実施する

## 条例の主な内容

中間市安全・安心まちづくり条例と解説は、中間市ホームページで閲覧できます。 <http://www.city.nakama.fukuoka.jp/>



### 青少年の健全育成は

中間市や地域の将来を担う子どもたちが健やかに成長できるよう、安全・安心への理解を十分に深め、規範意識（社会のルールを守ろうとする意識）を高める教育を、学校や家庭、地域社会が協力しあっています。



### 市の役割

市は、国、県、警察その他の関係機関、市民等と連携して、安全・安心まちづくりを推進するため、総合的な施策を実施します。



### いざ災害が起こったときの対応は

今まさに災害が発生している状況で、市や関係機関、市民等は、一致協力し連携して、地域や市民の安全を守り、被害を最小限に食い止めるため、最善を尽くします。



### 市民の役割

安全・安心まちづくりについて理解を深め、日常生活で自分や家族の安全確保に努め、地域での自主的活動に取り組むよう努めます。市が実施する安全・安心まちづくりに関する施策に協力するよう努めます。



### 市民等の活動に対する支援は

市は、市民や事業所等が行う安全・安心活動に対し、情報提供、助言、事業や人材育成への協力などの支援を行います。



### 事業所等の役割

事業活動の中で、従業員や顧客、通行者などの安全確保に努め、地域での安全・安心まちづくりの自主的活動に取り組むよう努めます。所有・管理する土地や建物などの保安・衛生・防犯各面で適正管理を行います。

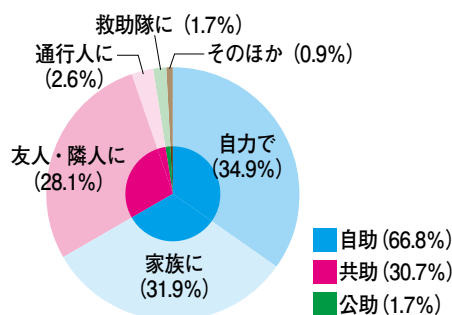
## 自助・共助・公助の連携

災害時にあなたを助けてくれるのはだれでしょうか。市や消防、警察などの行政でしょうか。実は、災害の規模が大きくなればなるほど、意外に行政の「公助」の対応力は小さくなるのです。災害時にどの力がどれだけの割合で必要になるか、一般的に言われている割合は、自助・共助・公助＝7:2:1とされています。

阪神・淡路大震災を例に見ると、地震で生き埋めになったり、建物や家具の下敷きになったりした人のうち、「自力」「家族」などの自助による救助は67%、「友人・隣人」などの

共助が約30%、消防や自衛隊などの救助活動による公助は2%にも満たない割合でした（左図参照）。いかに自助が重要か、隣近所による共助が頼りになるかがわかるとと思います。

■阪神・淡路大震災における救助・救出活動の実態



(参照：日本火災学会「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」)

### 自分自身や地域を守るために登録しませんか <http://www.anzen-fukuoka.jp/>

福岡県が「安全・安心のまちづくり」のために開設しているホームページです。携帯電話やパソコンから登録手続きすると、中間市や県、県警が発信する防災・安全情報メールを受信することができます。また、生活情報や地震・気象情報、人工透析病院の状況などの確認や、地域防犯活動団体同士の交流に活用することができます。登録は無料です。

#### ●登録できる内容

- 防災メールまもるくん…市町村や県が随時発信する防災・安全情報メールです
- ふっけい安心メール…福岡県警から事件や不審者情報などをリアルタイムに発信しています

#### 折尾警察署からも地域情報を配信

折尾警察署管内の事件や事故、防犯情報などをメール配信しています。企業や団体などが防犯活動を行う際に活用いただけます。配信を希望する人は総合まちづくり課へお問い合わせください。



# 遠賀川と中間の歴史

「中間市は昔、海だったらしいよ」「堀川は人工の川なんだって」。私たちが住んでいる中間市はまだまだ知らないことがたくさん。今回は、みなさんに中間市のことをもっと知ってもらうために、なるほどと思える講座を開催します。定員は各回 50 人（先着順）で、1 回のみ受講も可能です。希望者は生涯学習課 ☎（246）6224 に申し込んでください。

3月3日(土)・午後1時～



■講師 九州国際大学教授  
清水 憲一さん

近年、文化遺産をまちづくりの軸に据える試みが全国的に盛んです。なかでも、世界遺産登録の動きはその最たるものです。世界遺産をめざす「九州・山口の近代化産業遺産群」。そして、その構成資産に加わった遠賀川水源地ポンプ室がどのような「普遍的価値」を有しているか。世界遺産登録の要件を踏まえ、世界遺産に登録された産業遺産と比較しながら検討します。

●募集締切 2月27日(日)

2月25日(土)・午後1時～



■講師 中間市文化財専門委員  
中村 修身さん

弥生時代の人々は、どんな道具を使って、どんな生活をして暮らしていたのか。石器製作、木器製作、土器製作、金属器製作、食料生産…。弥生人たちはさまざまな「ものづくり」をしています。「ものづくり」とおして彼らの生活を考えましょう。

●募集締切 2月20日(日)

「文化遺産と世界遺産登録」  
九州・山口の近代化産業遺産群と遠賀川水源地ポンプ室の意義

「弥生時代のものづくり」

中間市観光ガイドボランティアを募集します

中間市内を案内する観光ガイドボランティアを募集します。約2年間のガイドボランティア養成講座がありますので、中間市について詳しい人でなくても問題ありません。

養成期間中には、中間市の歴史・文化・自然・人物のほか、観光やボランティア活動について専門の講師を招いて学習します。この2年間で中間市や観光ガイドボランティアについてしっかりと学び、中間市を訪ねるみなさんをガイドしてみませんか。

●募集締切 3月9日(金)  
●研修期間 3月17日(土)

平成26年3月31日  
●募集人数 20人前後

※応募者多数の場合は、面接などの選考を行うことがあります。観光ガイドボランティアメンバーが決定次第、説明会を開催します。その際に各研修の詳細をお知らせします。説明会の日程は後日、個別に連絡します。

平成23年度観光ガイドボランティアアカリキュラム  
① 3月17日(土)

## 資料館・発掘調査臨時作業員を募集します

歴史民俗資料館の資料整理や発掘調査作業に従事していただく臨時作業員を募集します。申し込んだ人は、業務の状況に応じて採用されることになります。そのため、申し込み後すぐに採用ということではありません(採用されない場合もあります)ので、あらかじめご了承ください。

●**応募資格** 地方公務員法第16条に規定する欠格事項に該当する人は応募できません。経験や資格は問いません

- 賃金** 日額 6,200 円
- 作業時間** 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分
- 募集人数** 10 人前後
- 募集期間** 2 月 13 日(木)～24 日(金)
- 応募方法** 写真を添付した市販の履歴書を生涯学習課まで本人が持参してください
- 応募・問合せ先** 生涯学習課 ☎(246)6224

### 歴史や文化を学ぶことは 楽しみを増やすこと

綺麗な茶碗を目にしたとき、どういう工程や技法で作られたのか、どんな歴史があるのかという、「モノ」の背後にある情報を知っていると、この茶碗をより楽しんで見ることができます。このように、「楽しみを増やすこと」が歴史や文化を学ぶ目的の一つだと私は思います。

中間市では、平成 26 年 3 月まで、中間市にある文化遺産を広く伝え、継承していく事業を実施していきます。この事業では、今回実施されるような講座や、図録の刊行など、さまざまな企画を考えています。なお、今年度の図録は、中間の古い写真を集めた写真集です(3月刊行予定)。懐かしい風景がたくさんあるので、手に取ってみてください。また、写真集刊行に合わせた写真展を、

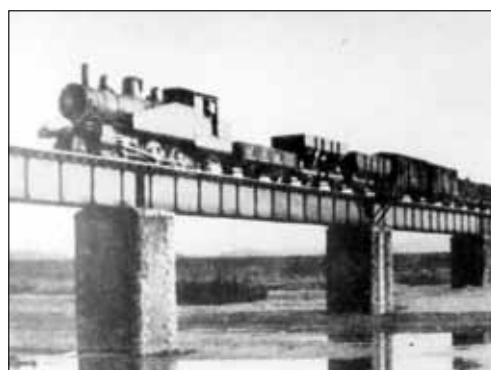
2月14日(木)～3月18日(金)に中間市歴史民俗資料館で開催しますので、こちらにも足を運んでみてください。

これらの企画は、みなさんの日々の暮らしに新たな「楽しみ」を増やす機会になるはずですよ。ぜひ多くの方々に参加してほしいと思います。

生涯学習課 吉田 浩之



### 3月10日(土)・午後1時～



#### ■講師 北九州市立大学准教授 内田 晃さん

中間市には、遠賀川水源地ポンプ室、遠賀川鉄橋、堀川運河など日本の近代化を支えた多くの遺産があります。これらを地域まちづくりに活用していくためには、住民、企業、地域団体、行政などのさまざまな担い手が協働して実施していくことが求められます。それぞれが何をすべきか、何ができるのかを、国内外の事例を交えながら考えましょう。

●募集締切 3月2日(金)

「近代化遺産を活用したまちづくり・景観づくり」

- 講師** 木付まゆみさん(福岡県観光ボランティアガイド連絡協議会副会長)
- 内容** 門司港レトロ地区のガイドなど
- ② **3月24日(土)**
- 講師** 大内田佳介さん(NPO北九州タウンツーリズム代表理事)
- 内容** 歩きながらガイドするノウハウや街歩き楽しみ方などを学びます
- ③ **3月31日(土)**
- 講師** 岸本博和さん(虫愛会)
- 内容** 中間市をガイドするうえで必要な生物と自然の知識習得をめざします
- 平成24年度観光ガイドボランティアアキラム**  
全12回、月に1回の研修です。各地の観光ガイドボランティア活動を視察する予定です。
- 平成25年度観光ガイドボランティアアキラム**  
中間市を実際にガイドする実地研修や自ら企画・立案する事業の実施を予定しています。
- 応募・問合せ先** 生涯学習課 ☎(246)6224

## 中間市放置自動車の処理に関する条例が施行されました

●問合先 環境保全課  
☎(246)6265

「中間市放置自動車の処理に関する条例」が昨年10月1日から施行されました。

この条例は、道路などに長期間放置された自動車を対象に、所有者の調査、撤去の指導・命令や、所有者などが分らない場合の、市による自動車の撤去・処分、費用請求までの手続きやルールを定めたものです。

### ●条例の内容

○市が管理する道路、公園、広場などの公共施設に放置されている自動車が対象です(ただし、原動機付自転車を除く)

○調査で判明した所有者と使用者(以下、「所有者等」という)に撤去の指導を行い、従わなければ、期限を定めて撤去命令をします

○調査をしたが、所有者等が分からないとき(行方不明を含む)は、公示による送達で撤去命令をします。公示による送達とは、簡易裁判所の掲示板に掲示することです。一定期間がたつても撤去しないときには、自動車の使用を終了したものと、市が所有者等に代わって、自動車を撤去し、引取業者に引き渡します



○処理後所有者等が判明した場合、自動車の処理にかかった費用を所有者等に請求します

※不用になった自動車を道路上や公園などの公共の場所に放置することは、地域の美観を著しく損ないます。また、通行の妨げとなったり、周りにごみを不法投棄されたりし、さらには子どもの危ない遊び場になり、犯罪の温床となることもあります。周辺住民にとって大変迷惑となりますので、絶対にやめましょう。道路、公園、広場、公共施設に、長い期間、移動がななく放置されている自動車を発見したときは、環境保全課まで連絡をお願いします。※条例の詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。

## お寄せください。みなさんの声を

●問合先 保健センター

☎(246)1611

中間市では、子どもから高齢者まで多世代にわたる市民がいきいきと暮らせることをめざして「中間市健康増進計画」の策定を予定しています。この計画に広く市民のみなさんの意見を反映させるため、「意見(パブリックコメント)を募集します。

なお、寄せられた意見は集約のうえ公表することとし、個別回答は行いませんので、ご了承ください。

●募集期間 2月10日(金)～3月10日(土)・必着

●意見の提出方法

○メール：hokencenter@city.nakama.fukukajip

○郵送：保健センター(〒809・0014蓮花寺三丁目1・6)

○FAX：(246)3024

※直接お持ちいただいたも構いません。

●応募資格 市内に在住、通勤または通学している人、この計画に利害関係のある個人または団体

●計画案の閲覧方法 市役所1階・情報公開コーナー、健康増進課、保健センター、東部・西部出張所、中央公民館、働く婦人の家、ハピネスなかも、人権センターで閲覧・配布します。中間市ホームページからもダウンロードできます

## 第2回男女共同参画講座を開催します

●問合先 中央公民館

☎(246)2321

●日 時 3月10日(土)・午後1時30分～3時(受付は1時～)

●場 所 中央公民館

●講 師 中嶋玲子さん(福岡県男女共同参画センターあすばるの前館長)

※一時保育を希望する人は、3月1日(困)までに連絡してください。

申込みは不要です。

中間市は、女性も男性もずっと住みたいまち、住みたくなるまちをめざしています。今回は、「みんなで創ろう!活力あるまち」をテーマに、地域や市民活動の中での男女の関わり方について、講演を行います。参加は無料で事前申し込みは不要です。



## Topic & Information

### 平成24年4月学童保育所入所の申し込みを受け付けます

共働き世帯など、保護者が昼間家庭にいない小学1～3年生の健全な育成のために、放課後児童健全育成事業（学童保育）を行っています。

利用を希望する家庭は、各学童保育所に申し込んでください。

●申込期間 2月15日(日)～3月5日(日)

●申込先

○北学童保育所(中間北小学校敷地内)

☎(246)2645

○東学童保育所(中間東小学校敷地内)

☎(244)2690

○西学童保育所(中間西小学校敷地内)

☎(245)0554

○南学童保育所(中間南小学校敷地内)

☎(245)4517

○底井野学童保育所(底井野小学校敷地内)

☎(246)5035

○中間学童保育所(中間小学校内)

☎(246)1023

○中間東幼稚園学童保育クラブ(中間東幼稚園敷地内)

☎080(3900)0968

●受付時間 午後2時～5時

●問合せ こどもと福祉の課 ☎(246)6248

### 人命救助機材をさらに強化

中間市消防本部は、平成23年度石油貯蔵施設立地対策等交付金で、充電式油圧救助器具と重量物排除用救助資機材を配備しました。これにより、車両横転事故などで車内に取り残されている人に対する迅速な救助活動や、災害被災者の引き上げ救出活動など、さまざまな災害に対応することが可能になり、人命救助活動能力がさらに強化されました。



●問合せ 消防署 ☎(245)0901

### 下水道排水設備指定工事店の登録申請を受け付けます

●問合せ 下水道課

☎(246)6256

### 子ども手当の申請をお願いします

●問合せ こどもと福祉の課

☎(246)6248

排水設備工事は、中間市が指定

した「指定工事店」でなければ施工できません。

そこで、下水道排水設備指定工事店の登録申請を受け付けます。

●対象 ○新規登録：中間市で登録された1人以上の排水設備工事責任技術者を専属雇用している福岡県内の工事店



○更新登録：中間市での登録期限が平成24年3月31日となっている工事店

●受付期間 2月27日(日)～3月9日(金)・午前9時～午後5時(閉庁日は除く)

●申請書の配布 2月20日(日)から、下水道課窓口で配布します

※申請書は、中間市上下水道局ホームページからダウンロードできます。

○ホームページ <http://www.city.nakama.fukuoka.jp/jougusuidou/index.html>

子ども手当の額(平成23年10月)

平成23年10月からの子ども手当を受け取るための、認定請求の申請が済んでいない人は、申請をお願いします。申請締切後の受け付けはできませんのでご注意ください。なお、公務員の人は、職場で申請してください。

●申請締切 3月30日(金)

●申請場所 こどもと福祉の課

※西部出張所、東部出張所では受け付けできません。また、郵送による申請も受け付けできませんのでご注意ください。

子ども手当の額(平成23年10月)

分(平成24年3月分)

○3歳未満：(一律)15,000円

○3歳～小学校卒業(12歳に達する日以後の最初の3月31日)までの第1子、第2子：10,000円

※第3子以降は15,000円

○中学生(15歳に達する日以後の最初の3月31日まで)：(一律)10,000円

※子どもが施設に入所している場合や里親などに預けている場合は、原則として、子どもの保護者ではなく、その施設の設置者や里親などに子ども手当が支給されます。

# ま ち の わ だ い

## 雄大な空を舞ったわたしの<sup>たこ</sup>凧

1月15日・ふるさと遠賀川親子凧あげ大会

ふるさと遠賀川親子凧あげ大会が、中間市役所前河川敷で行われました。この日は約200人の親子連れなどが参加し、空には思い思いの凧が舞いました。中でも目を引いたのは砂山保育園の園児たちが中心となって作った約200枚の連凧。子どもたちは凧を引きながら元気よく駆け回り、喜んでいました。

このコーナーでは楽しいイベントや地域の話などをお届けします。



## 成人式

なかまハーモニーホール

平成24年1月8日 日曜日

中間市新成人406人







## 自分たちの街は自分たちで守る

1月8日・平成24年中間市消防出初式

消防団員や中間市消防クラブ員、中間市婦人防火クラブ員が一堂に会して、消防出初式が開催されました。消防団員は、JR中間駅から体育文化センター前広場までパレード。その後、纏振りやまとい太鼓、幼年消防クラブによる演奏などが行われました。昨年の東日本大震災でその存在意義を示した自治消防組織。自分たちのまちは自分たちで守る。その中心を担うみなさんの姿は、たくましく誇りに満ちているようでした。

## これからも地域のために尽力

前殿哲也さん(中鶴三丁目)が厚生労働大臣表彰を受章

前殿哲也さんが厚生労働大臣表彰を受賞しました。今回の受賞は、昭和52年から民生委員を34年間務め、地域の社会福祉に対する尽力が認められたことによるもの。前殿さんは、「今回の受賞は、私個人の受賞ではなく、みなさんの力添えがあったからいただけたものだと思います。これからも今までのことを振り返りながら、地域のために民生委員としてがんばっていきたいです」と話しました。



今日は、成人式だった。

久しぶりの同級生の顔、変わってなくてはいやいだ。  
吹奏楽の「エール」、感動した。

いろんな人たちから激励された。  
家族も、私の晴れ着姿を見て喜んでくれた。

20歳になっても、何も変わらない。  
でも、成人式に出て、自分の中で何かが変わった一気がした。

**もえるごみ搬入量状況**

平成23年度のもえるごみ搬入量は、対22年度比5%の減量を目標としています。ごみの減量化・資源化にご協力をお願いします。

	23年度	22年度	差(23年度-22年度)	減量率
12月	999,180kg	1,021,050kg	△21,870kg	2.1%
累計	8,952,170kg	9,098,060kg	△145,890kg	1.6%

**やっちゃん環境**

●問合せ 環境保全課 ☎(245) 5300

**犬の放し飼いは大変危険です！**

犬の飼い主は、法律により飼い犬を常にけい留しておかなければなりません(福岡県動物の愛護及び管理に関する条例第5条、中間市飼犬条例第4条)。

市役所には市民のみなさんから迷い犬の情報がたくさん寄せられています。これも結果として犬の管理方法の甘さで飼い犬を野放しにしてしまったことによるものです。もしその犬が人を襲う事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、今一度飼い犬の管理状況をチェックしてください。犬をつな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、犬が出入りが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。なお、飼い主のみなさんには、散歩中の愛犬のふんの片付けも必ずお願いします。

**飼い犬は登録し、狂犬病予防注射を受けさせ、鑑札・注射済票の装着を忘れずに！**

犬の飼い主は、一生に一度の飼い犬の登録と年1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、その際に交付された

鑑札・注射済票は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、その登録番号により飼い主に連絡することができます。実際に東日本大震災において、鑑札などを着けていた迷い犬の多くは、飼い主の元に無事戻ることができましたが、何も手がかりのない犬は保健所で処分せざるをえなかったという悲しい事例も報告されています。あなたの飼い犬もいつどこで災害に巻き込まれるかわかりません。愛犬の大切な命を守るためにも、鑑札・注射済票は必ず装着しましょう。

**飼い主のいない猫にえさを与えている人へ！**

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。特に飼い主のいない猫にえさを与えていると、えさを求めて猫が集まり、ふんや尿、鳴き声などさまざまな迷惑を周囲に与えることがあります。

さらに、餌付けによって新たに子猫が生まれ、結果的に飼い主のいない不幸な猫を増やしてしまうことにもつながります。飼い主のいない猫にえさを与えている人は、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。

**はばたけ！市民活動**  
～ちいさな力を集めて、まちづくり～



**NPO法人ひかりのさと**

岩瀬地区に、地域の福祉や教育の充実を目的として、平成21年に有志によって設立しました。現在、スタッフ10人で、介護事業としてのデイサービスと、中間北小学校で学童保育を行っています。1日の利用定員が15人の小規模デイサービスにより、地域の憩いの場となっています。さらに、高齢者と学童保育の児童が交流できる機会をつくり、世代間のふれあいの時間を楽しく過ごしています。

●問合せ ボランティアセンター ☎(246) 2184

**知っ得！**

**くらしのミカタ**

**●消費生活相談窓口**

☎(246) 5110

**アフターサービスのはずが…**

**思わぬ契約にご注意**

はり高額なので解約したい。

■相談事例 「以前購入された健康器具のアフターサービスです」と業者が訪問してきた。器具の使用法などを説明しながら、足を指圧し「あなたの膝は特にひどいので、この器具ではこれ以上治療は難しいですが、このサプリメントを飲めば、すぐに病気が治りますよ」と言われ、高額な健康食品を勧められた。

■アドバイス 健康器具などを購入したことがある人に、点検やアフターサービスを口実に訪問し、新たに高額な健康食品などを契約させる手口です。「病気がよくなる」「健康になる」などの効能、効果をうたったセールストークは、薬事法に抵触する場合もあります。また、訪問販売なので、8日以内であればクーリング・オフで契約解除できますので、消費生活相談窓口へ相談してください。

# くらしの 情報

## Information

### 健康診査は毎年度 受けましょう

後期高齢者医療制度の被保険者を対象に健康診査を実施しています。当てはまる人には平成24年3月末まで受診できる受診票をお送りしています。  
※生活習慣病(糖尿病や高血圧症など)で通院している人は対象となりませんので、注意してください。  
※指定医療機関などで受診してください。指定医療機関は、受診票に同封した一覧表に記載しています。

- 自己負担額 500円
- 受診のときに必要なもの
- 被保険者証(保険証)
- 広域連合から郵送した受診票

※受診票を紛失した場合は再発行しますのでお問い合わせください。

●問合先 福岡県後期高齢

者医療広域連合お問い合わせセンター  
☎092(651)3111

### 中間市出張労働相談会

解雇や賃金未払い、いじめ、パワーハラスメントなどで困っていませんか。福岡県北九州労働者支援事務所職員などが、労働に関する相談に面談で応じます。秘密は厳守されますのでお気軽に相談してください。

●日 時 2月29日(困)・午後3時～8時

●場 所 中央公民館

※予約は不要で、相談は無料です。

●問合先 福岡県北九州労働者支援事務所  
☎(592)3516

### 悪質商法・多重債務無料 法律相談会を開催

悪質商法被害、インターネットトラブルなどの消費者トラブル、多重債務、ヤミ金、過払金請求などの、日常生活の中に潜む落とし穴についてのさまざまな法律相談に司法書士が無料で応じます。1人で悩まず、まずはお気軽にお電話ください。

●日 時 3月17日(田)・午後1時～4時

●場 所 北九州市立子ども館(八幡西区黒崎三丁目15・3コムシテイ内)

●予約受付期間 2月27日(月)～3月15日(困)

※土曜、日曜を除きます。

●予約電話番号 ☎(571)8445

●定 員 12人(予約優先) ※1件につき、相談時間は30分です。

●問合先 福岡県司法書士会北九州支部  
☎(571)6708

### 都市高速道路モニターを 募集します

福岡・北九州の都市高速道路に関する意見・要望などを広く聴取し、事業の円滑な推進を図るため、都市高速道路モニターを募集します。

●業務内容

- インターネットアンケート調査などへの回答(年4～5回・各10問程度)
- 福岡北九州高速道路に対する意見・要望の提出
- モニター会議などへの出席
- 自ら運転して、福岡または北九州都市高速を利用して人

- 日本語で、インターネット、電子メールの利用ができる人
- 当公社のさまざまな施策に

関心を持ち建設的な意見を持って人

○平成21～23年度福岡北九州都市高速道路モニターでない人

●募集人員 福岡都市高速または北九州都市高速の利用者、それぞれ50人以上

●任 期 平成24年4月～平成25年3月

●募集締切 2月29日(困)・午後5時

●謝礼など

○インターネットアンケート調査などへの回答1回につき1,000円分のクオカードを、平成25年3月末～4月ごろに一括して進呈

○モニター会議に出席した人

○モニター会議に出席した人

●応募方法 ホームページから応募してください

○ホームページ <http://www.k-toskou.or.jp>

●応募・問合先 福岡北九州高速道路公社  
☎092(631)3284

### 平成23年度ひきこもり 支援関係者研修会

関係機関の職員やひきこもり支援に関心がある人を対象に、ひきこもりについての知識を深めるための研修会を開催します。お気軽にご参加

ください。

●日 時 2月29日(困)・午前10時～午後3時30分

●会 場 クローバープラザ(春日市原町三丁目1・7)

●内 容

- 講演：ひきこもりの理解と地域における支援について
- シンポジウム：福岡県におけるひきこもり地域支援を

考える

●申込・問合先 福岡県精神保健福祉センター  
☎092(582)7510  
☎092(582)7505

### 両親学級を開催します

妊娠中を健康に過ごし、元気な赤ちゃんを生み育てるために、楽しく学んでみませんか。2人目以降の妊娠中の人にも大歓迎です。お気軽にご参加ください。

●日 時 3月4日(田)・午前10時～正午

※受付は9時30分。

●場 所 保健センター

●内 容 あかちゃんのお風呂入れの実習や助産師による子育ての話など

●持ってくるもの 母子健康手帳、筆記用具

●申込締切 2月29日(困)

●申込・問合先 保健センター  
☎(246)1611

## 心の無料相談を 開催します

さまざまな問題で心に悩みを抱えている人のため、専門のカウンセラーが個別に相談をお受けします。

●日時 2月25日(土)・午前10時～午後4時  
※相談は1人50分程度で、事前の予約が必要です。

●場所 ハピネスなかま

●相談内容 対人関係、仕事、介護、育児の悩みなど

●料 金 無料

●申込締切 2月24日(金)

●申込・問合せ先 中間市社会福祉協議会  
☎(244)1230

## 日常生活自立支援事業を 利用しませんか

認知症、知的障がい、精神障がいなどで判断能力が十分なため、日常生活に困っている人に、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理書類など(預貯金通帳、印鑑、権利書など)の預かりサービスを行っています。

●利用料  
○福祉サービス利用料：1時間1,000円(1回あたり)

※1時間を過ぎると、30分ごとに350円が追加されます。

○日常的な金銭管理に伴う書類

など(預貯金通帳、通帳印など)の預かり料金：月額350円

○それ以外の書類など(権利書、実印など)の預かり料金：月額250円

※利用方法など、詳しくはお問い合わせください。

●問合せ先 福岡県社会福祉協議会相談課  
☎092(584)3344

## 福岡県あんしん 住み替え情報バンク

高齢者や子育て中の世帯の住み替えを公的相談窓口がサポートします。持ち家を活用した住み替え相談、公営・民営を問わず住み替え先情報の提供など、住み替えに関する総合的な相談に応じます。

●相談日時 平日・午前9時～午後5時

●相談方法 面談、電話

●問合せ先 福岡県あんしん住替え情報バンク事務局  
☎092(725)0896

## 認知症電話相談

認知症に関する悩みについて無料で相談をお受けします。介護を一人で抱え込まないで、まずはお電話ください。

●電話相談日時 火曜、木曜、金曜、土曜日・午前10時～

午後4時  
※火曜・金曜日は介護経験者が、木曜・土曜日は保健師が相談をお受けします。

●相談電話番号  
☎092(584)3317

●問合せ先 福岡県社会福祉協議会相談課  
☎092(584)3344

## 耐震診断アドバイザーの 派遣制度

耐震診断アドバイザーが、建物の劣化状況の目視調査、現況と図面との照合などの現地調査に基づき地震に対する強さを総合的に検討します。

※耐震診断アドバイザーとは、県が主催する講習会を受講した建築の専門家です。

●相談日時 火曜・金曜日・午前10時～午後5時

●相談方法 面談、電話

●対象者 福岡県内に原則昭和56年以前に建築された木造戸建住宅に住んでいる人

●派遣費用 3,000円(1件あたり)

●問合せ先 (財)福岡県建築住宅センター  
☎092(582)8061

## 福祉サービスでの 困り事はありますか

福祉施設や在宅福祉サービスなどで提供される福祉サ

ビスに関する苦情を解決する事業です。

苦情が事業所との話し合いで解決しない場合、直接話しにくい場合は、ご相談ください。相談は無料です。

●日時 毎週火曜・日曜日と第4月曜日・午前9時～午後4時

●対象者 福祉サービスの利用者やその家族など

●問合せ先 福岡県社会福祉協議会  
☎092(915)3511

## バリアフリー アドバイザー派遣制度

高齢者や障がいのある人の安全なすまいづくりのために、専門家(建築士・作業療法士または理学療法士)を派遣し、住宅改造が必要な箇所や施工方法などについて適切なアドバイスを行います。お気軽にご相談ください。

●相談日時 火曜・金曜日・午前10時～午後5時

●対象者 介護保険制度や福岡すみよか事業などを利用して、バリアフリー改修工事を検討している人(北九州市、福岡市を除く)

●料 金 無料

●問合せ先 (財)福岡県建築住宅センター  
☎092(582)8061

●料 金 無料

●問合せ先 (財)福岡県建築住宅センター  
☎092(582)8061



大好評受付中

場所は先着順となります

良い場所は  
お早めに

家族墓地として・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」堂々完成

- 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葬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

一墓 永代使用料・永代管理料含む  
永代管理料込みで  
今後、一切の費用がかりません。  
49.3 (税込) 万円より



宗旨・宗派問わず  
●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  
【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。

有料広告欄

# 無料相談コーナー

～気軽にご利用ください～

## 心配ごと相談

■場所 ハピネスなかま

○日時… 3月3日(土)、16日(土)、22日(金)・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10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… 3月14日(金)・午前10時～午後4時(受付は午後3時まで)

●問合せ 総合まちづくり課 ☎(246)2017

## 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… 3月3日(土)、16日(土)・午後3時～5時

●問合せ 総務課 ☎(246)6232

## 補聴器相談

■場所 介護保険課・ハピネスなかま

○日時… 毎月第1～4火曜日・午後1時～2時… 介護保険課(市役所1階)、午後2時30分～3時30分… ハピネスなかま

●問合せ 介護保険課 ☎(246)6282

## 消費者相談

■場所 産業振興課(市役所別館2階)

悪質商法などでお悩みのときはご相談ください。

○受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後4時

●問合せ 消費生活相談窓口 ☎(246)5110

## 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 こどもと福祉の課 ☎(246)3515

## 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に関する相談はこちら。

○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

## 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

●問合せ 福岡県社会福祉協議会  
相談方法や予約の方法など、詳しくはお問い合わせください。

●日 時 毎週水曜日・午後1時～4時  
●日 時 毎週火曜日・日曜日と第4月曜・午前9時～午後4時

●日 時 毎週火曜日・日曜日と第4月曜・午前9時～午後4時

●日 時 毎週火曜日・日曜日と第4月曜・午前9時～午後4時

●日 時 毎週火曜日・日曜日と第4月曜・午前9時～午後4時

●日 時 毎週火曜日・日曜日と第4月曜・午前9時～午後4時

●対象者 小児慢性特定疾患患者の家族

●内容 講演会：テーマ「病気の子どもとどのように向き合えばいいのか」

●場 所 福岡県宗像総合庁舎(宗像市東郷一丁目2・1)

●日 時 3月1日(金)・午後2時～4時

●日 時 3月1日(金)・午後2時～4時

●日 時 3月1日(金)・午後2時～4時

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

●申込方法 電話かFAX  
●申込・問合せ 福岡県宗像市 遠賀保健福祉環境事務所  
☎0940(36)2366  
FAX 0940(47)0031

◆有料広告掲載のお問い合わせは：  
総務課広報広聴係 ☎(246)6277

3★D★K 入居者募集中!!

お気軽にお問い合わせ下さい。  
その他、2DKのお部屋もあります。

**通谷グリーンハイツ**



通谷駅徒歩1分  
ショパースモール至近!!  
全戸南向き、日当たり良好♪

資料:50,000円  
敷金1カ月(敷引1カ月)  
中間市鍋山町1-1  
鉄筋コンクリート造7階建  
使用部分面積:59.94㎡  
築年数:1980年2月  
共益費:2,500円  
取引態様:貸主

株式会社 グリーンプラザ開発

TEL:093-245-4813 中間市上蓮花寺1-2-1  
e-mail:info@g-plaza.co.jp

# 健康ファミリー

保健センターだより



保健センター ☎(246)1611

## 桜に誘われてまち歩きを愉しむ ウォーキングエクササイズ

暖かくなったら外歩きをし  
ようと考えている人や、運動が  
苦手な人を対象に、正しい歩  
き方についての受講後、垣生公  
園周辺を歩きます。

一緒に春の訪れを感じてみま  
せんか。多くのみなさんの参加  
をお待ちしています。

●日 時 3月23日(金)・午  
前10時～11時30分(受付は  
午前9時30分)

●場 所 地域交流センター

●内 容 ウォーキングの  
基本を学び、ウォーキング  
エクササイズをとおして、  
脂肪が燃焼しやすいからだ  
作り、すてきなボディライ  
ンをめざします

●講 師 竹村亮子さん

●定 員 25人(先着順)

※定員になり次第締め切ります。  
●参加料 無料  
●持ってくるもの 外用シ  
ューズ(動きやすい服装)、タ  
オル、水筒(必要な人)、健  
康手帳  
※現在治療中の人は、医師か  
ら運動制限の指示がない人に  
限ります。雨天時は室内運動  
になります。

●申込・問合せ先 保健センター



講師：竹村 亮子さん  
■プロフィール  
体幹部を鍛え、美しいボディーラインを作る  
【コアコンディショニング】のトレーナー。

## 健康づくりサポート教室 食事編の受講生を募集

●期日・テーマ

○3月15日(日)：「食事で防ぐ  
高血圧症」

○3月22日(日)：「食事で防ぐ  
脂質異常症」

●時 間 午前9時30分～  
午後1時(受付は午前9時)

●場 所 保健センター

●内 容 栄養士による講  
義と調理実習

●受講対象 次のいずれかに  
当てはまる人

○肥満症などの生活習慣病を  
改善しようと思っている人  
○家族の調理を担っている人  
○生活習慣病について知らな  
い人  
※「食事で防ぐ高血圧症」は、  
特に血圧が収縮期血圧130mmHg以  
上または拡張期血圧が85mmHg以  
上の人、家族歴のある人。  
「食事で防ぐ脂質異常症」  
は、特に健診でLDLコレステ  
ロールが120mg/dl以上の人また  
はHDLコレステロールが39  
mg/dl以下の人、中性脂肪が150mg/dl  
以上の人。いずれも治療中の  
人も参加できます。

●定 員 各回40人  
※先着順です。

●参加料 食材料費として  
各回400円

●持ってくるもの 筆記用具、  
エプロン、三角巾、電卓、健  
康手帳、あれば食品成分表

●申込締切  
○食事で防ぐ高血圧症：  
3月8日(日)  
○食事で防ぐ脂質異常症：  
3月15日(日)  
※受講取り消しの連絡は、申  
込締切日までお願いいたします。  
申込締切日以降に受講を取り  
消す場合、当日欠席の場合は  
参加料400円をいただきますの  
で了承ください。

●申込・問合せ先 保健センター  
☎(246)1611

知って得する  
**医療講座**  
Medical Lecture  
No. 53

## 骨粗鬆症

■今回の講師■



中間市立病院整形外科  
石村啓司 医師

中間市立病院  
☎(245)0981  
中間市蓮花寺三丁目1-7

骨粗鬆症は、骨の中に鬆  
が入ったようになってもろく  
なり、ちょっとした衝撃でも  
骨折を起こすようになる病  
気です。特に背骨(胸椎・腰  
椎)や足の付け根(大腿骨)の  
骨折のために歩行が困難と  
なり、結果寝たきりになる  
人も多いため、その予防対  
策は急務となっています。

今回は、骨粗鬆症の原因  
と検査についてお話します。

■原因 骨は一度できあが  
ってしまつと、その後変わら  
ないもののように思われが  
ちですが、実は古い骨を壊  
し、新しい骨を作るというこ  
とを常に行なっています。骨  
粗鬆症はそのバランスが崩  
れ骨がもろくなるのです。

また、「甲状腺機能亢進  
症」「関節リウマチ」「糖尿  
病」などの病気や、胃切除後、  
ステロイド薬の長期内服で  
起こることもあります。

## ■検査

①骨密度 DXA(デキサ)  
法、MD法(当院はこの  
方法)、超音波法などが

あります。成人(20～44  
歳)の骨密度の平均値  
(80%)を下回ると骨折が  
多くなるというデータが  
あり、骨密度を測定する  
ことで骨の強さを推定す  
ることができるとため、骨  
の強さを判定するための  
尺度としています。

以前に、ちょっとした外  
力で骨折している人は、  
それだけで骨粗鬆症と診  
断しますが、それ以外の  
人は骨密度を測定し問診  
などの診察結果と合わせ  
て判断します。

②血液検査・尿検査 血液

中や尿中の骨代謝マーカ  
ーという検査により、骨  
の新陳代謝の速度を知る  
ことができます。骨吸収  
(骨を壊す)を示すTRAc  
CP-5b、NTxなど、  
骨形成を示すPINP  
や、そのほかカルシウム  
の濃度なども調べます。

次回は、いくつかの新薬  
が発売され変わってきた薬  
物治療についてお話します。

# 子どもたちの瞳に映るもの

「人権について」

諸熊 春香 さん  
(中間南中学校3年)

平成23年度小・中学校人権作文から

## 今回

人権について作文を書いたことになりました。

人権ってなんだろう。辞書で調べてみると人権とは人が生まれながらにして、有する自由平等の権利と書いてありました。

私は疑問に思いました。人は生まれながら本当に平等なのでしょうか。

世の中には強い者と弱い者が存在し、弱い者は強い者の支配を受けることが多いのではないのでしょうか。

頭の良い人と頭の良くない人、走るのが早い人と遅い人、金持ちと貧乏な人、歌の上手な人と下手な人。生まれたときから素質によって差がつき、平等でない立場に立たされてしまうような気がします。

また、世の中には不公平なことともよくあると思います。「あんなに意地の悪い人なのがいいことばかり」「まじめに一生懸命働いているのに、いつもお金に困って幸せになれない人」「あんなに良い人なのに病気がかりしている」など。

でも、もっと大きな人権を奪われるような出来事が起こりました。

それは平成23年3月11日の東日本大震災です。この大震災では死者、行方不明者2万4千人以上にのぼるといわれ、さらにその地震と津波によって福島原発でも事故が発生し、大きな被害が広がりました。

東北の人々は思いもよらぬ天災によって人権を奪いとられ、愛する家族や幸せな生活を失い、お腹が空いたときに御飯を食べることができず、喉が渇いたときに水を飲むことができず、寝るところにも不自由をして人々から生きる希望を奪いとるほどだったと思います。

そんな中で、自分の命とひきかえに人の命と人権を守られた人がおられました。

街全体が津波に呑みこまれ、街の半数以上の一万人が死亡、行方不明となった宮城県南三陸町で自分が津波に襲われる直前まで防災無線で住民に避難を呼びかけた女性職員の人がおられたそうです。

この人のおかげで尊い命と人権を守られた人も多くおられたことでしょう。

震災や原発事故のため、人権と幸せを失い大きな悲しみの中に沈まれておられる人々が、ささやかでも明るい「明日への希望」をもてる日々がいつかきつとくることを信じています。

人権は私たちが幸せに生活を送っていくために大変深いつながりがあると思います。

人権は、天災以外でも犯罪や差別、イジメなどによっても簡単にこわされ、奪われていくように思います。

人権は侵さず、侵されないという意識をみながもって協力しあつて守っていくことが、うれしいことやよるこびを感じられる、安心して生活できる明るい「明日」が約束される世界になつていくと思います。

## 人権標語

- いじめても 得する事は なにもない  
中間西小学校6年 松原 琴海さん
- いつまでも やさしいところ わすれずに  
中間西小学校6年 江平 芽生さん
- ごめんねと その一言で 仲直り  
中間西小学校6年 荒上 秀平さん

あなたも健康のことを学んでみませんか。

●申込・問合せ先 保健センター ☎(246) 1611

# 健康な身体を手に入れよう

## 健康づくりサポート教室

- 日 時 3月7日(木)・午後1時30分～2時30分(受付は1時～)
- 場 所 保健センター
- 内 容 中間市立病院の医師による講話
- テ ー マ 生活習慣と高血圧症・脂質異常症
- 持ってくるもの 筆記用具、健康手帳
- 参加料 無料
- 申込締切 3月6日(水)

## お薬で聞きたいことはありませんか

- 日 時 3月12日(月) 午後2時～3時(受付は午後1時30分～)
- 場 所 保健センター
- 内 容 中間市立病院の薬剤師による講話
- テ ー マ クスリと上手につきあうために
- 持ってくるもの 筆記用具など
- 参加料 無料
- 申込締切 3月9日(金)





# みんなのひろば

このページは、みなさんでつくるコーナーです。イラストやマンガ、エッセイ、お知らせなどをお待ちしています。はがきで広報広聴係までご連絡ください。



## ◆書道を始めませんか

～墨親会～

墨親会では生涯学習の一環として、書道に取り組んでいます。サラーマンから、主婦や熟年者まで、書道に興味がある人であれば、初心者でも大歓迎です。みなさんの参加をお待ちしています。自分で目標を持って、基本を学ぶもよし、師範免許に挑戦するもよしです。

●日 時 毎週土曜日・午後1時30分～3時30分

●場 所 生涯学習センター  
●科 目 漢字、かな、実用書体など

●問 合 先 三輪宅  
☎(244)8706

◆一緒にウォーキングを  
楽しませんか

中間歩こう会は、昭和56年4月に「自分の健康管理は、自らの足

で」をテーマに、市民が歩くことをとおして健康で心豊かに暮らし、社会貢献を進めてより良く住みよい中間市づくりをめざし結成されました。

本会は、毎年4月から翌年3月までの1年間を期間として、毎月第3日曜日の例会や会員相互の親睦を深める一泊旅行などを実施しています。また、中間市が主催する行事(スポーツフェスタや歴史探訪など)にも積極的に参加しています。

近年、健康づくりに対する認識が高まり、あらゆる人々が、健康について考えています。私たちと一緒に四季折々の自然とふれあいながらウォーキングを楽しみませんか。多くのひととのふれあいと出会いを大切にし、自分の健康維持をめざしませんか。興味がある人はご連絡ください。

●問 合 先 中間歩こう会会長丸宅  
☎(244)4028

## Cooking

今月のおすすめ料理



### ブロッコリーの卵炒め

#### 材 料 (4人分)

ブロッコリー…400g、卵…2個、ベーコン…20g、サラダ油…大さじ1、片栗粉…大さじ1(水…大さじ2)、A(しょうゆ…小さじ2、みりん…小さじ2、酒…小さじ2、鶏ガラスープの素…大さじ1/2)

#### 作り方

- ①ブロッコリーは、小房に分け、かためにゆでておく。ベーコンは千切りにする
- ②フライパンに油を熱して、①を炒め、溶き卵を流し入れ、大きく混ぜながらふわり炒めて盛り付ける
- ③鍋にAと水300mlを入れて煮立て、水溶き片栗粉でとろみをつけて②にかける

エネルギー 144kcal 食塩 1.2g

中間市食生活改善推進会(緑の会)

## ◆ちびっこ探険学校ヨロン島

参加者募集

全国から集まる仲間との共同生活をとおして、一生の思い出に残る楽しい体験をしてみませんか。

●期 間 3月27日(火)～4月2日(月)

●場 所 鹿児島県大島郡与論町

●対 象 小学生

●定 員 200人

●内 容 海水浴、イカダ作り、さとうきび刈り、洞窟探険など

●申 込 締 切 3月7日(先着順)

※参加料など詳しくはお問い合わせください。

●事業説明会

●日 時 2月18日(土)・午後3時30分～4時30分

●場 所 深見ビル(福岡市博多区博多駅前四丁目14-1)

●問 合 先 財団法人国際青少年研修協会  
☎03(6459)4661

## 地域とのつながりのために

12月22日、中間東中学校の全校生徒が、校区内の各公民館付近の清掃活動を行いました。この取り組みは、地域の人たちとの結びつきを強めるための奉仕活動の一環として行われているもの。生徒たちは、寒さに負けず熱心に清掃活動に励んでいます。



校区内の清掃活動を行う生徒たち。



豆知識! 昆布を煮るときは、梅干しか少量のお酢を入れて煮ると柔らかく煮える。



# ホンのムシ

●問合先 市民図書館 ☎(245)4664

## 「ほっとブックなかま」のおはなし会

市民図書館は現在休館していますが、読書ボランティアの「ほっとブックなかま」は、毎月第3土曜日におはなし会を開催しています。場所は月ごとに変わりますが、楽しい話を毎回聞かせてくれます。

親子でぜひ参加してください。

- 日 時 2月18日(土)・午前11時～
- 場 所 ハピネスなかま
- 内 容 絵本の読み聞かせなど

## 市民図書館児童書貸出ベスト5

平成23年1月1日～8月31日の期間中、市民図書館での貸し出しで人気のあった児童書作品を紹介します。

- ① ハリー・ポッターと死の秘宝下 J・K・ローリング・著
- ② かいけつゾロリのなぞのおたから大さくせん 前篇 原ゆたか・著
- ③ ハリー・ポッターと死の秘宝上 J・K・ローリング・著
- ④ そらめくんとめだかのこ なかやみわ・著
- ⑤ かいけつゾロリのなぞのおたから大さくせん 後篇 原ゆたか・著

## わが家のすこやかちゃん



いのうえ しょうたろう ちゃん  
井上 翔太郎 ちゃん  
平成22年3月23日生(通谷六丁目)

車が大好きな翔太郎くんです。今のままで元気に成長してください。



いのうえ ゆうか ちゃん  
井上 優花 ちゃん  
平成19年8月6日生(通谷六丁目)

だんだんお姉ちゃんらしくなってきました。おしりを振る姿がとてもかわいいね。

### 編集後記

1月10日号掲載のクロスワードパズル。質問は「中間市の花はパンジーとなに？」で、正解は「コスモス」でした。正解者の中から厳正な抽選を行い、当選者にプレゼントをお渡ししました。92通もの応募を頂き、パズル作成者の(謙)も満足げ。頂いたご意見、ご感想には一通一通目を通し、今後の広報紙作成の参考とさせていただきます。たくさんのご応募をありがとうございました。▶(悠)

## 南小もちつき



1月20日、中間南小学校の5年生が餅つきを行いました。これは、農業体験の一環として田植えから稲刈り、もちつきまでを行うもの。田植えから協力していただいている中間市認定農業者協議会のみなさんや、保護者の参加もあり、収穫した米のうち約40キロをつきました。杵と臼を使った餅つきは初めての体験だという生徒も多く、慣れない手つきではありましたが餅つきを楽しんでいました。

## 火遊びは絶対にしないよ



12月13日、市内12の幼稚園・保育園の年長組(306人)による幼年消防クラブ大会が、なかまハーモニーホールで開催されました。

中間小学校読書ボランティア「どんぶらこ」のみなさんによる、なかっぱを交えた手遊びや人形劇、消防署員の防火の寸劇を見るなど、楽しい時間を過ごした子どもたち。最後に、「絶対に火遊びはしません」と園児全員で防火の誓いを行いました。

# 文芸歳時記



→ 田中弘子さん (砂山)・作

## 俳句

末永 あつし 選

冬山に声はり上げて待待つ

通谷一丁目

石松 梅子

仕舞湯の小窓に注ぐ冬の月

扇ヶ浦四丁目

樋口 かなえ

燭絶ゆる七盛塚の冬の雨

扇ヶ浦二丁目

宮崎 サカエ

散り敷ける落葉巻き上げ車去る

上底井野

小林 香子

教会の十字架かすみ千鳥とぶ

太賀二丁目

白石 紀子

## 短歌

中間市短歌会

吹きよする風のかたちに寄る落ち葉散りつくしたる冬空の庭

朝霧二丁目

上山 昭子

乱されし心しずめる術もたず路傍の石ともわれはなれずに

中央三丁目

掛田 清香

娘の料理私の舌にはなじめずも婿は旨いと頬張り続く

弥生二丁目

吉田 千歳

お年玉思いもかけずいただきぬ成長したる孫に初めて

太賀三丁目

日野 康子

カニサポテン溢るるばかり競い咲き道ゆく人の歩みを止むる

通谷一丁目

戸田 恵美子

## 川柳

吉富 廣 選

人生は行ったり来たり迷路なり

中間三丁目

花川 民子

四股を踏む力士見習いストレッツ

中間三丁目

仰木 孝子

よかつたなお前と組んだ五十年

朝霧一丁目

阿部 和雄

断れず次々買って悔いの山

扇ヶ浦二丁目

志岐 けい子

座るひまなかつた母の子沢山

朝霧二丁目

小崎 国雄

### 表紙説明

1月8日に行われた成人式。今年の新成人は、平成3年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた406人で、男性が219人、女性187人。会場には、旧友や恩師と再会し、喜びの表情をした新成人の姿が多く見られました。

■「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

■発行 福岡県中間市役所 ■編集 総務課広報広聴係  
〒809-8501 福岡県中間市中間一丁目1番1号

TEL 093(244)1111 FAX 093(245)5598

■ <http://www.city.nakama.fukuoka.jp/>

■ [webmaster@city.nakama.fukuoka.jp](mailto:webmaster@city.nakama.fukuoka.jp)

■ 今回の「広報なかま」にかかった経費は1部約23円です