



節分

2月3日(日)、成田山不動寺で、節分の福まめまきが催されました。

年男・年女の皆さんが、豆やモチをまくと大歓声があがります。

ちなみに、豆はピーナッツでした。終了後にも、鬼との記念撮影などで楽しみました。



防犯キャンペーン

12月25日、岡垣町防犯協会（花田守会長）では歳末防犯キャンペーンを行いました。JR海老津駅、スーパー丸和、寿屋、大栄の4か所で34人の防犯推進員（各区の区長）が、チラシやティッシュを配布し防犯意識の向上に努めました。



シルバーホームヘルパー研修会

12月20日、恵の家で老人クラブ寿会連合会のシルバーホームヘルパー研修会が行われました。テーマは、「老人に対する接触の仕方」で老人体操、輪投げ、金丸施設長の話「老人とのつきあいの仕方」など。「研修会の結果を生かして今後のシルバーホームヘルパーの活動に生かしていきたい」と参加者の声。



少年少女駅伝大会

1月27日、海老津小学校周辺コースで少年少女駅伝大会が行われ、岡垣ウイングスが優勝しました。（参加23チーム、結果は4ページ）

まちのわだかまり



教育委員会

新教育委員が決まりました。

平成二年十二月二十一日付で、教育委員が次のとおり任命されました。

松丸照子氏 山田三三七番地

また、貝島保武氏は平成二年十月七日付で勇退されました。水い間教育行政に御尽力いただき、心より感謝申し上げます。

武道館トレーニング室

マシンを使ったトレーニング

「人間の体力は不思議な程、無限である」という言葉が、健康関係の専門誌に掲載されていましたが、確かにそのとおりです。しかし、それは日常ジョギングや軽スポーツなどを含めて体を鍛えるトレーニングがあつて、はじめて成し得ることです。

車社会といわれる現在、大半の人は車の便利さに魅せられて、歩いて行動することが少なくなりました。このような状態が長く続くと、青年期から壮年期の前半までは目立ちませんが、それ以降は年齢を重ねるにつれて、体力（主に足腰）の衰えが急速に進みます。

老化は足腰の衰えからといわれます。毎日ではなくとも、暇を作つて少し汗をかく程度のトレーニングを行い、体力の低下をできるだけ抑えましょう。汗は体の潤滑油の役目を果たしています。

トレーニング室では、皆さんがさわやかな汗を流し、体力づくりをするためのお手伝いをします。

今回は、メインユニットI型に組み込まれた、「レッグプレス」

と「バックキック」を紹介し、レッグプレスは、大腿部と膝の関節を伸ばしたり、縮めたりして脚力を鍛えるマシンです。固定された座席に腰を降ろして座り、踏台に両足の裏を当てます。腰を固定し、両膝を折り曲げた窮屈な姿勢から、両足を踏み出したり、戻したりすることより、大腿部の筋力、下肢の筋力アップに効果があります。



バックキックは、踏台を後向きに片足で蹴ることにより、筋力をアップさせるマシンです。本体ユニットにセットされているマットに両肩を当て、上半身を固定します。レッグプレスと同様に踏台を蹴つたり、縮めたりする動作で片足ずつ筋力アップを図ります。

それぞれのマシンは、皆さんの体力に応じて、トレーナーが所定の負荷（鉄製の重り）の調節を行います。詳しい取り扱い方法も指導します。

その他のマシンも、トレーナーが使用方法を指導しますので、気軽にどうぞください。

トレーナー 行山國雄

申告相談のお知らせ

●3月1日～15日●

町民税と国民健康 保険税の申告相談

町民税と国民健康保険税の申告相談を、役場大集会室で三月一日から三月十五日まで行います。

会場が混雑しないように、申告が予想される人の相談日を振り分けています。次の書類を準備してご来庁下さい。(印鑑をお忘れな

- ① 営業や不動産、その他、平成二年中の収支計算書や支払証明書
- ② 農業 平成二年中に購入した大農具の領収書、または販売証明書
- ③ 給与・年金・配当 源泉徴収票や支払証明書
- ④ 社会保険料、生命保険料、損害保険料の申告用控除証明書
- ⑤ 医療費控除 領収書(病院別、月毎に整理したもの)

医療費控除「二年中に支払った医療費」-「保険金などで補てんされる金額」-「十万円もしくは所得の五パーセントの少ない金額」

次の場合は、申告の必要がありません。

▽平成二年分の所得税の確定申告

書を税務署に提出した人

▽給与所得だけしかなく、給与の支払者から給与支払報告書が役場に提出されている人

▽還付申告・譲渡申告

前号でお知らせしたとおり、次の日程で受け付けます。

- 〔還付申告〕 二月十八日(月) 十九日(火) 二十一日(木) 二十二日(金)
 - 〔譲渡申告〕 二月二十一日(木) 二十二日(金) 二十五日(月) 三月四日(月)
- 不明な点は、役場税務課(☎二八二二二二)へお尋ねください。

臨時・パートの 調理員を募集中

県立遠賀病院

▽勤務時間 午前九時三十分～午後六時

▽賃金 月額五千七百円

▽期間 当分の間

詳しくは、遠賀病院庶務課(☎二八二二〇一八)まで。

原子爆弾被爆者二世 のための健康診断

2月13日～28日(除日曜)

▽対象者 希望する人

▽受診料 無料

▽実施機関 西日本産業衛生会北九州検診診療所(小倉北区大門

☎五六一〇〇三〇)ほか

▽受付時間 平日午前八時三十分～十一時三十分、午後一時～四時、土曜日は午前中のみ

医科学講演会が 開催されます。

2月24日

スポーツ傷害とその予防、治療についての講演が行われます。

▽とき 二月二十四日(日) 午前十時

▽ところ 水巻町中央公民館

▽講師 古澤弘行スポーツドクター

▽参加費 無料

▽お問い合わせ先 岡垣町体育協会 ☎二八二二二二二

老人保健福祉調査にご 協力をお願いします。

現在実施中

速賀保健所では、老人保健福祉調査を行っています。

①世帯調査 六十五歳以上の人が

いる世帯のアンケート調査(約十一パーセントを抽出)・・・老人クラブの会員が調査票を配布・回収中です。

②訪問ききとり調査 介護を必要とする高齢者がいる世帯のききとり調査・・・保健所の保健婦が訪問中です。

③訪問健康調査 ②の高齢者で希望する人に、九州大学医学部の専門医が行う調査・・・二月～三月に実施予定

▽お問い合わせ先 速賀保健所保健予防課 世帯調査係または保健婦係(☎二〇二一四一六一)

老人クラブから、小学校などへ雑巾を寄贈

老人クラブ奉会では、十二月十二日、各小学校、幼稚園、保育所、恵の家、母の家などへ、雑巾二千八百七十枚を寄贈しました。これは婦人部の奉仕活動として製作したもので、皆さんから大変喜ばれています。

また、山田小学校の先生や児童から感謝の手紙を頂きました。

老人クラブ連合会婦人部

インディアカ大会 を開催します。

教育長杯・2月24日

インディアカ連盟では、教育長杯をかけて、次のとおり大会を開催します。

▽とき 二月二十四日(日)

午前八時三十分～受付

▽ところ 町民体育館

▽チーム 四人で一チームとする。当日、会場で編成しても良い。

▽参加料 百円

詳しくは、行山(☎二八二一〇九一三)までお問い合わせください。



平成2年分の 所得税の還付は 集中還付申告センターで

●期間 平成3年2月1日(金)～3月15日(金)

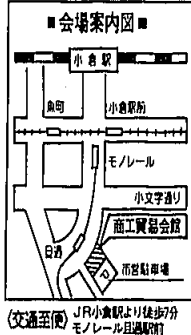
(第2、4土曜日及び、日祝日は除く)

9時～17時(土曜日は9時～12時)

※受付は16時まで、土曜日は11時まで

●会場 北九州市立商工貿易会館

1階エントランスホール



2月の行事予定表

(16~28日)

日	曜日	行事名	時間	場所	備考
16	土	母子健康手帳の交付	9:00~11:30	福祉課窓口	印鑑
17	日	卓球選手権大会	8:30~	町民体育館	
18	月	海蔵寺「馬頭観音座像」御開帳		海蔵寺	
		湯川山登山	9:00~	集合内浦バス停	
19	火				
20	水	育児相談	9:30~11:00	東部公民館	母子手帳
21	木	4か月児健診 (H2.9.18~10.21生まれ)	13:20~13:30	東部公民館	母子手帳
		7か月児健診 (H2.6.18~7.21生まれ)	13:30~14:00	東部公民館	母子手帳
22	金	献血	10:00~12:00	役場新館前駐車場	献血手帳
			13:30~15:30	東部公民館	献血手帳
		心配ごと・行政相談	13:30~16:00	東部公民館	
23	土	土曜閉庁 (第4土曜日)			
24	日	老人クラブ囲碁・将棋大会	9:00~	乳垂荘	
25	月				
26	火				
27	水	3歳児健診 (S62.11.1~S63.2.27生まれ)	13:30~14:30	東部公民館	母子手帳
28	木	子宮がん、乳がん検診 (予約制・30才以上)	9:30~10:30	東部公民館	個人負担各500円

2月は固定資産税(4期)の納付月です

▶ちょっと先の予定表 (3月)

青少年相談室…1日 母子健康手帳の交付…2日、16日 心配ごと相談・行政相談…8日、22日 特設人権相談…22日
 土曜閉庁…9日、23日 健康相談…1日 4か月児・7か月児健診…28日 母親教室…6日、13日 少年野球町長旗
 争奪戦…1日、8日、15日 硬式テニスクラブ内ミックス…3日 孔大寺山登山(孔大寺神社大祭)…2日 町長旗争
 奪少女バレー大会…10日 少年野球太田スポーツ杯…10日 弓道場創立記念射会…10日 クラブ対抗バトミントン大会
 …17日 少年サッカー春季大会…17日 剣道教室閉級式、昇級審査会…24日 柔道紅白大会…24日

進学貸付相談を商工会で行います。
 国民金融公庫・2月21日

▽とき 二月二十一日(木)
 午前十時~午後二時
 △ところ 岡垣町商工会館
 △貸付の概要 一進学者につき、
 百万円以内。返済期間5年以
 内。利率8・三%

詳しくは、国民金融公庫八幡支
 店(☎六四一七七一五)へ
**エアロビクススクラ
 ブができました。**
 毎週木曜日

皆さんは、日ごろ体に良いこと
 をしていますか。人の体は使わな

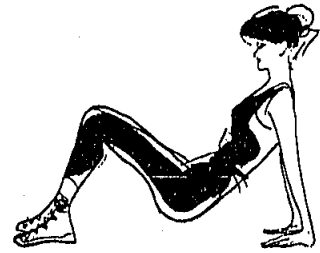
スポーツ結果

○第三十九回遠賀郡各町対抗駅伝
 競争大会 一月二十日
 遠賀町総合運動公園

【小学生男子の部】
 優勝 岡垣ウイングス
 第三位 吉木少年サッカークラブ
 (区間賞) 一区||秋武晋二、二区
 ||須藤直之、三区||松下博明、
 四区||田上徳幸、五区||白銀太
 可志、六区||杉光拓也(以上、
 岡垣ウイングス)

【小学生女子の部】
 (区間賞) 吉兼麻純(岡垣ジ
 ユニアバドミントン)

いと衰えてしまいます。運動不足
 の解消、シェイプアップのために
 エアロビクスダンスで心身共に健
 康になりませんか。
 △とき 毎週木曜日 午後八時
 △ところ 武道館剣道場
 △会費 二千元
 △問い合わせ先 田村(☎二八三
 一三三七)まで



○弓道東西対抗射会

一月十五日 町民弓道場
 【団体戦】(東西各百射×十五人)
 西軍 的中数 八百二十五本
 東軍 的中数 八百九本
 【個人戦】
 優勝 神谷五段(西軍) 的中
 数 八十三本

○少年少女駅伝大会
 一月二十七日 海老津小コース
 優勝 岡垣ウイングスA
 準優勝 東部ライナースA

③山田ビクトリアA ④野間レン
 ジャースA ⑤吉木ジャイアンツ
 A ⑥岡垣ウイングスB
 (参加数 二十三チーム)