

広報

2009.SEPTEMBER

おかがき

9.25

No.798

寿

おめでとう、ご長寿夫婦に聞いてみた



CONTENTS

目次

- 特集** 敬老インタビュー…………… 2～5
- まちかどZOOMアップ…………… 6～7
- 読者の私書箱…………… 8～9
- お知らせ…………… 10～11
- いきいき情報…………… 12
- 新岡垣風土記…………… 13
- 行事予定…………… 14～15
- 秋の海風、秋の岡垣を感じながら …… 16

夫・武中高雄さん 100歳

■明治42(1909)年2月27日生まれ

妻・ナミ子さん 88歳

■大正10(1921)年6月10日生まれ



特集 敬老インタビュー



写真の2人は、旭南区在住の武中高雄さん、ナミ子さん夫婦。現在、高雄さんが100歳で百寿、ナミ子さんが88歳で米寿です。2人ともその年齢には見えないくらいとてもお元気で、息子の啓一さん夫婦と仲むつまじく過ごされています。今回は9月21日の敬老の日にちなみ、このご夫婦に話を聞いてみました。



「まずはお2人とも、おめでたい年ですね。おめでとうございます。夫婦」そうですね。ありがとうございます。ございます」

—高雄さん、実際に100年間、人生を歩んできての感想を聞かせてください。

高雄さん「いやあ、たくさんのごとがありすぎて……。私は山口県で生まれました。28歳のときに父をなくし、そのとき兄が中国の天津に旅立ったのをきっかけに、私も兄を追い、天津に行きました。そこで陸軍に2年間入隊したあと山口に戻り、彦島で働きました。2か月でやめ、海軍に入隊して再び中国に行きました。終戦のときは36歳で、再び山口に戻り仙崎で魚の闇市をしていました。あの時



掃除機？私がかけてますよ。
寝てばっかりじゃあねえ……

は警察に何回も捕まったなあ(笑)。これじゃいかんと思っていたとき、国鉄が職員を募集していたので、それに応募し就職しました。16年間勤め55歳で定年しました。今こうして仕事のことだけを振り返ってみても、本当に激動、いろいろなことがありました」

—2人が結婚されたのはいつごろだったのですか？

高雄さん「昭和18(1943)年ですね。私が34歳、妻が22歳のときでした」

—出合ったきっかけは？

ナミ子さん「私の姉と、この人の

兄が結婚したことです」

—詳しく聞かせてください。

ナミ子さん「私がまだセーラー服を着ていたときだから、17、18歳くらいのときかなあ、姉と夫の兄が結婚しました。そしてその兄が中国に旅立つとき、港に見送りに行ったんです。そのとき、この人に出会いました。縁があったんでしょうね。それから手紙でやりとりしながら、親交を深めました」

高雄さん「その後私も中国に行きました。妻の母が妻を中国まで連れて来てくれて、そこで結婚、生活し始めたんですよ。戦時中だったので、結婚式なんてものはなかった。戦後日本に戻り、地元の役場に届出したのを覚えています」

—結婚生活66年目。とても仲がよさそうに見えるのですが、喧嘩などは……？

高雄さん「若いときはしませんでしたね。特に中国にいるときは。2人で力を合わせないと、という気持ちが大きかったんでしょう。ただ、年をとればとるほど喧嘩するようになった気がしますね」

ナミ子さん「お互いわがままになつてきてるんじゃないかな(笑)」

—お互いの魅力はなんでしょう？

高雄さん「もの静かなところですかねえ」

ナミ子さん「やさしいところです。私はそんなに気が強くないので、それを分かってくれているんだと思います」

—岡垣町に住み始めたのは？

高雄さん「昭和59(1984)年です。もう25年も前になりますかねえ。岡垣町はとても住みやすい町だと思えますよ。周りに住んでいる人たちもいい人ばかり。今でも老人会なんかに参加しては、わきあいあいと過ごさせてもらっています。楽しいですね」

ナミ子さん「引越してきたばかりのとき、町の公民館講座「若潮

「学級」に参加させてもらいました。あれがきっかけで友だちもたくさんできました。本当に助かりましたよ。若潮学級では絵を学び、それからというものが、絵が趣味になりました」

—生活で心掛けていることはありますか？

高雄さん「食べものをね、なるべくこう、無茶な食べ方せんと、過食せんように心掛けてます。それとね、ニンニク酒を毎日1、2杯、小さいコップで飲んでます」

—2人で晩酌などをされるのですか？
夫 婦「いいえ、しません。でも老人会などで少ししたしなむ程度です」

—睡眠はうまく取れていますか？

高雄さん「夜は8から9時くらいに床に就くんですが、それから寝れないんです。で、11時くらいにウトウトして、知らぬ間に…という感じです。朝は6時ごろ目が覚めます。起きるのが早すぎると、妻が怒るんです(笑)。でもね、私にもいろいろ仕事があるんですよ」

—仕事？

高雄さん「風呂の水をポンプで取って、それが終わったら、1階の部屋に掃除機をかけて…」

—え?!毎日の日課なんですか？

高雄さん「そうですよ、私がやっ

てる。やっぱり寝てばっかりじゃあねえ。体が動く間は働きますよ。あと妻が疲れているときなんかは、食器洗いなんかもやりますね。体は動かさんとね」

—100歳というのがますます信じられなくなってきました!

高雄さん「あと、趣味としては音楽。聴いて、歌って楽しむ。特にラテン音楽が好きなんです。ラテンのリズムはなにかこう、楽しくなるんです。60歳になったとき、ラジオであつていたのを録音して、勉強しました。そのとき録音したものがこれです(写真)。これがあったから音楽に興味を持てた。それまではまったく…だったんです」



ナミ子さん「悲しいときや苦しいときなんかも、これがあったから乗り越えることができたのかもしれませんね」

—奥さんは、生活で心掛けていることはありますか？

ナミ子さん「特にはないんですけど、家事をしていることでしょうか。体を動かすという意味でも、できるだけ自分たちのことは自分



趣味の絵、今はやめているけど再挑戦したいと思っています。

—ところでやることを心掛けています。趣味の絵は今はやめていますけど、再び挑戦しようという気持ちを持っています」

—これからの目標や夢などありますか？

高雄さん「このままずっと楽しい気持ちで過ごせたらいいな。それだけです。ただね、単に元気で長生きだけでなく、何かの役に立ちたいと、いつも思っています」
ナミ子さん「これからも夫と支え合いながら、健やかに過ごしていきたいですね」

—今日はお忙しいところありがとうございます。最後に、皆さんに長生きするためのアドバイスをお願いします。

ナミ子さん「寝込まないように体を動かして、元気に生活してほしいです」

高雄さん「自分のことが精一杯で、なかなか皆さんのことまで考えられません(笑)」

—これからお元気で過ごしてください。

夫婦「こちらこそありがとうございます」

趣味や生きがい、見つけよう

東部・中央・西部公民館では、100を超える同好会やサークルが、舞踊や合唱、絵画や手芸などの文化的な活動をしています。また、町も若潮学級や成人講座ゆうま、21世紀のライフスタイル講座など、皆さんに学びの場を提供しています。スポーツも盛んで、体育協会に加盟している団体数だけ見ても、こちらも100を超えます。ゲートボールやグラウンドゴルフ、ペタンクや登山など、種目も豊富です。

新たに挑戦してみたいことがある人、今持っている特技を発展させたいと思っている人など、一度見に来て見ませんか?きっと、あなたにぴったりのものが見つかるはずです。

問い合わせ 文化的な活動は東部公民館 ☎282-0035、中央公民館 ☎282-0162、西部公民館 ☎281-5006、スポーツ活動は社会教育課 ☎282-1211へ



敬老の日 データいろいろ

■町内の100歳以上の長寿者

氏名	自治区	生年月日	年齢
山浦マツさん	南山田	明治35(1902)年 2月25日	107
久保園彦左衛門さん	南高陽	明治37(1904)年 12月12日	104
力武綾子さん	東松原	明治39(1906)年 2月26日	103
後藤アタエさん	戸切百合野	明治40(1907)年 4月27日	102
小玉スミエさん	東山田	明治40(1907)年 10月 3日	101
池野トシさん	旭東	明治40(1907)年 11月25日	101
朝倉増蔵さん	鍋田	明治41(1908)年 6月18日	101
稻田シズエさん	恵の家	明治41(1908)年 10月10日	100
森太郎さん	山田峠	明治42(1909)年 1月 5日	100
武中高雄さん	旭南	明治42(1909)年 2月27日	100
高野益男さん	西黒山	明治42(1909)年 3月10日	100
野田信幸さん	糠塚	明治42(1909)年 7月23日	100

※今年度中に100歳になる人含む。年齢は平成21年9月25日現在の満年齢。掲載辞退者除く

氏名	自治区	生年月日	年齢
村井スエコさん	東高陽	明治43(1910)年 2月12日	99
仰木クマエさん	恵の家	明治43(1910)年 2月28日	99
原水輝彦さん	高陽	明治43(1910)年 3月10日	99
安元ハルエさん	高尾	明治43(1910)年 3月17日	99

■近隣市町の高齢化率

市町名	総人口	65歳以上人口	高齢化率
岡垣町	32,468	8,311	25.6%
北九州市	979,766	238,547	24.3%
宗像市	95,160	20,675	21.7%
中瀬市	46,404	13,212	28.5%
水巻町	30,648	7,373	24.1%
遠賀町	19,672	4,749	24.1%
芦屋町	15,885	3,739	23.5%

※平成21年4月1日現在。県高齢者福祉関係基礎資料から

■町内自治区の高齢化率

区名	人口	65歳以上人口	高齢化率
湯川	63	21	33.3%
波津	485	185	38.1%
原	186	54	29.0%
内浦	433	123	28.4%
手野	751	188	25.0%
新松原	228	65	28.5%
三吉団地	343	83	24.2%
三吉	630	197	31.3%
吉木	2,245	567	25.3%
高塚	300	93	31.0%
高倉	539	153	28.4%
上高倉	154	52	33.8%
元松原	203	71	35.0%
西黒山	110	38	34.5%
東黒山	156	46	29.5%
糠塚	363	98	27.0%
山田	329	83	25.2%
山田峠	385	99	25.7%
西山田	190	74	38.9%
東山田	628	144	22.9%
南山田	512	255	49.8%
茅原	269	54	20.1%
緑ヶ丘	996	274	27.5%
高尾	526	130	24.7%
旭西	524	148	28.2%
旭中	527	138	25.2%
旭東	749	203	27.1%
旭南	692	117	16.9%

※平成21年8月31日現在

区名	人口	65歳以上人口	高齢化率
東松原	945	383	40.5%
高陽	591	223	37.7%
百合ヶ丘	982	255	26.0%
鍋田	871	298	34.2%
西高陽	782	313	40.0%
東高陽	944	347	36.8%
南高陽	527	256	48.6%
戸切	366	131	35.8%
戸切百合野	271	98	36.2%
戸切白谷	851	272	32.0%
上海老津	239	93	38.9%
東海老津	155	38	24.5%
新海老津	999	282	28.2%
海老津	1,612	312	19.4%
上畑	249	70	28.1%
野間一	713	181	25.4%
野間二	461	137	29.7%
野間三	1,167	228	19.5%
野間四	1,065	151	14.2%
塚原	308	87	28.2%
松ヶ台東	1,325	57	4.3%
松ヶ台東	1,050	0	0.0%
公園通り東	459	45	9.8%
公園通り中	809	67	8.3%
公園通り西	596	37	6.2%
龍王団地	211	77	36.5%
施設・病院ほか	523	185	35.4%
岡垣町	32,587	8,376	25.7%

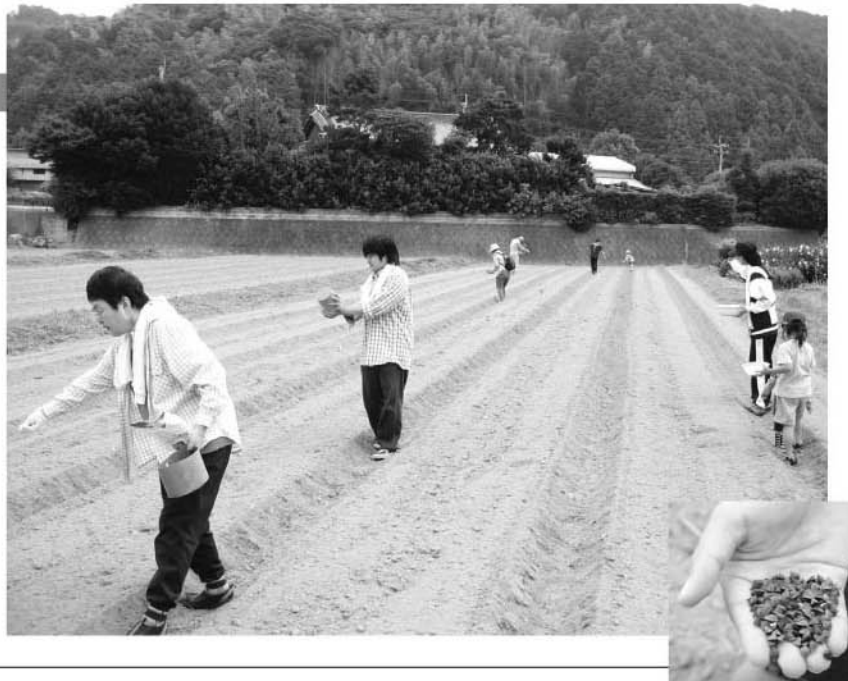
おいしく実ってね!

9/5 そばオーナー、種をまく

自然や農業とふれあい、その大切さを学ぶことなどを目的に実施されています。

厳しい暑さになったこの日、上高倉区の畑で、応募してくれた町内のオーナー10人が、農業者の神谷剛さん(上高倉区)から指導を受けながら、小さなソバの種を等間隔にまいていきました。参加者からは「普段体験することができないので、とても楽しかったです。これから成長していくのが楽しみです」という声が聞かれました。

ソバは今年の11月ごろ収穫され、オーナーたちは年末においしいそばを作る予定です。



野間二区にある須賀神社を中心に清掃活動や防犯活動に取り組んでいる団体「里山宮の森」が、県道原・海老津線の維持・保全に貢献したとして、日本道路協会から表彰されました。8月24日、宮の森の皆さんが役場を訪れ、宮内町長に報告しました。代表的な場所照彦さん(野間二区)は「県道の保全活動を始めて4年。45人で、毎週日曜にごみ拾いや樹木の管理などを行っています。これからもこのような活動を通して地域づくりに貢献していきたいです」と話してくれました。

道路の維持管理に貢献

8/10 里山宮の森に表彰状



“空家”を 収益物件 に
片付け 手直し リフォーム
客付 集金 管理まですべて
責任を持ってお手伝いします。

なんでもご相談ください

売家・売地 募集中

買い取りもいたします

不動産なんでも相談

まずはお電話でどうぞ

地元岡垣 32年 岡垣町海老津駅前 1 2 - 8

吉田住建 TEL 283-2042

福岡県知事(6)第9689号

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

きれいな海、あらためて実感

9/3 水辺の教室



青空の下、内浦小4年1組の児童が波津海岸で水生生物を取り、水質の状況や人の暮らしと海との関わりを学習しました。これは、子どもたちが身近に生息する生き物に触れながら観察することで、町の良好な環境とその保全に関する意識を持ってもらう目的で実施されています。

児童たちは、岩場に生息するムラサキインコやマツバガイなどをヘラなどで取り、それらを基に海の水質を調べました。結果、波津海岸の水質は、国の基準の中でもっとも良い「きれいな海」と判定されました。

美しい町の自然。これからもみんなで守っていきましょう。



安心して登校してね

9/1 町職員防犯パトロールボランティア出発式

町職員がボランティアで青色回転灯装着車を利用して、防犯パトロールを開始しました。これまでは週2回、小中学生の下校時間帯に実施していましたが、9月からは週3回、登校時間帯に合わせてパトロールをします。

今後も警察や地域の皆さんと協力して、安全・安心な町を目指します。



幼稚園見学（入園説明会）をいたします！！



* 岡垣第一幼稚園 *

10月1日（木）

《お店屋さんごっこ》



10:00受付 10:20～

問い合わせ Tel. (093)282 0235

* 岡垣中央幼稚園 *

10月2日（金）

《ケーキ屋さんごっこ》



10:20受付 10:30～

問い合わせ Tel. (093)282-0247

広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。



みんなの投稿 まっています

お知らせ、サークルなどの紹介、イラスト・写真、俳句・短歌・川柳などを募集します。締切日は毎月1日です。
※営利・政治・宗教に関するものなど、掲載できないものもあります
申し込み・問い合わせ ●〒811-4233 岡垣町野間1丁目1番1号 岡垣町役場地域づくり課 ☎282-1211
chiki@town.kagaki.fukuoka.jp

短歌・俳句・川柳

一般の作品

金と暇できた頃には腰が萎え

馬場哲哉

山波の狭間に霧のたちこめて

緩やかに昇る雨止みし朝
川原つる子

風立ちて飯田高原店先の

マツムシ草は静かにゆれる
吉永敏子

人の世の乱れに因るか自然界

猛威を振るふ止むなき災禍
大重正信

初孫がオランダで発表した世界絵
学会に旅費立替えた喜び乍ら
中原政平

岡垣川柳会

ふともらす言葉の裏に本音あり

大堂園治

何かあるお喋り好きが笑うだけ

野中よう子

喋るほど本音本心遠くなる

山本雪外

地獄耳誰かに喋らずにおれず

宇都宮福夫



早川綾菜ちゃん(1歳)
平成20年9月24日生まれ(原)

いっぱい泣いて笑って明るく元気な子になってね



森敬祐ちゃん(1歳)
平成20年9月28日生まれ(松ヶ台東)

さらさらの笑顔でいっぱいの幸せをありがとう！



柴田怜奈ちゃん(1歳)
平成20年9月27日生まれ(海老津)

元気いっぱい明るい怜奈ちゃんの笑顔が大好きよ♡



佐伯順ちゃん(3歳)
平成18年9月18日生まれ(松ヶ台西)

りょうくんのわらったかおがだいすきです。



添田望結ちゃん(1歳)
平成20年9月29日生まれ(吉永)

産まれてきてくれてありがとう♡パママより♡



土屋柁乃ちゃん(2歳)
平成19年9月15日生まれ(野間1)

おしゃべり上手な柁乃。いっぱいお話しようね♡



持原光希ちゃん(2歳)
平成19年9月19日生まれ(編田)

いつも元気いっぱい笑顔ありがとう♡

●対象●町内在住で、掲載月が誕生日の1~3歳の子ども
●申し込み●掲載月の1日までに投稿する写真・住所・親子の氏名(ふりがな)・子の生年月日・電話番号・子どもへのコメント(22文字以内)・広報おかがきへの意見を、地域づくり課(窓口・郵送・Eメール)へ
※応募者多数の場合は抽選

Hello! Baby-kid's

9月生まれ



○内科○消化器科○リハビリテーション科

柴山クリニック

☎282-0091
中央台3-5-2(海老津バスセンター横)

- ◆がん検診(胃・大腸・肝臓)
- ◆大腸ポリープ切除術
- ◆大腸検査時、個室利用
- ◆AED(自動体外除細動器)設置

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:30~18:00	○	○		19:00	○	

ホームページ <http://www.shibayamaclinic.jp>

※お知らせ 禁煙治療を開始しました。

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

木綿間俳句会

濃く淡く見馴れし山の秋ははじめ

竹ノ下静子

廃屋にとんぼの生るる池のあり

神谷かよ

土砂降りや梅雨の末期と思ひけり

中村鶴子

日蝕のたかぶり残る夜の秋

久留美智子

サンリーアイ俳句会(夜の部)

遺されし媪も病む身百日紅

木村守

石ひとつ置いて墓とす捨り花

川原和子

伐りたての生木匂へる日の盛り

重岡とみ子

雨けふる茅の輪の先の天狗杉

深田英子

青嶺岡垣俳句会

初秋の峰の雄振りも裏木綿間山

廣橋いたる

新涼の風たつぷりと五仏堂

木下武久

水揚げの海胆も息吐く残暑かな

平村久恵

沖縄の御霊に祈る花楸

田中アヤ子

青葉短歌会

売り場にてメガネを選びいる我に

幼娘小さき手を振りてゆく

阿部マサ子

ママとなりキッチンに立つ孫娘

エプロン姿も新妻らしく

西村光代

全盲の少年きみのピアノコンサート

哀楽の音色ながるる如く

岩崎京子

次つぎとさざ波生れるその様を

我にも似るととつと見つめる

石松文子

サンリーアイ俳句会(昼の部)

白鯧の味に重ねる古稀の酒

池尻実

子供らの声が跳ね飛ぶ滝滑り

藤本禮造

せがまれて子に吊る蚊帳の畳下わ

水城いつみ

目の前に金比羅山あり蝉しぐれ

梅野輝子

岡垣乳垂句会

身に沁むや夜半にひとりの米洗ふ

俵口勝美

駅前の子のブロンズ秋暑し

長畑田鶴子

ひそやかに季のうつろへる法師蝉

寺田たつ子

花木樺灘に雲浮く潮溜り

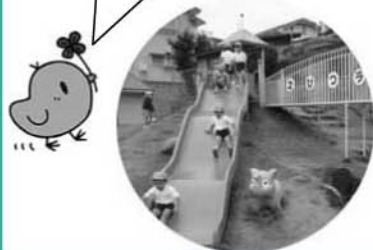
山中きよみ

**少年野球チーム
西武エンゼルスに入りませんか？**

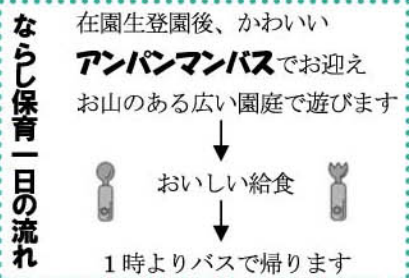
私たち西部エンゼルスは、内浦ふれあいスポーツ広場で活動している少年野球チームです。週に3~4日練習して、楽しさや集団活動の一体感、感動を感じてもらえるように、「あいさつ」「元気」「仲間」を大切にしています。1日体験も実施しています。一度参加してみませんか？
問い合わせ 西部エンゼルス(安部) ☎282-4629または(市津) ☎282-9539へ



無理なく少しずつ
お家から幼稚園へ



ならし保育に参加しませんか？



対象児：来年度2年・3年保育



お問い合わせは下記まで
TEL 282-1135
<http://ebitsuyouchien.jp/>

広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。

役場・教育委員会	☎282-1211
情報プラザ人の駅	☎281-2005
こども未来館	☎281-5501
東部公民館	☎282-0035
中央公民館・体育協会	☎282-0162
西部公民館	☎281-5006
町民武道館	☎282-6111
岡垣サンリーアイ	☎282-1515
社会福祉協議会	☎283-2940
シルバー人材センター	☎282-4688
いこいの里高齢者等 相談センター	☎283-0033
岡垣町高齢者・障害者 相談センター	☎282-5167
岡垣町東部高齢者・障害者 相談センター	☎282-5103

町の情報や広報おかがきは
岡垣町公式ホームページでも
見ることができます

出産育児一時金、10月から 額と支払い方が変わります

額が4万円引き上がり、
原則42万円になります

出産した場合に支給される出産
育児一時金が、緊急の少子化対策
として4万円引き上げられます。

これで、産科医療補償制度に加入
している施設で出産した場合は42
万円、それ以外は39万円になります。
対象 10月～平成23年3月31日
に出生した人

費用の準備が最小限に。

出産する施設に直接支払われます

一時金はこれまで、各健康保険
から出産後、保険加入者などに支
払われていましたが、10月からは
直接出産する施設に支払われるよ
うになります。このことで、出産



する人は事前にまとまった金額を
準備しなくて済みます。

※これまでの仕組みを利用するこ
ともできます

※出産費用が一時金の額より少な
かった場合、各健康保険に差額を
請求できます。逆に多かった場合
は、その差額を出産する施設に支
払ってもらうこととなります

問い合わせ 加入している健康保
険または出産施設へ

募集

溝の土砂を取り除く
シルバー作業員

道路の側溝にたまった土砂を取
り除く作業員を、町の緊急雇用創
出事業の一環で募集します。採用
者は説明会への参加と、シルバー
人材センターに会員登録をして
もらう必要があります。

対象 町内に住む60歳以上で、
10日間連続して作業できる人※日
曜日除く

作業期間 10月中旬から10日間

定員 若干名

【説明会】

とき 10月13日(火)午前9時～

ところ いこいの里

申し込み・問い合わせ 10月10日

(土)までに岡垣町シルバー人材セン
ターへ

八幡屋のお風呂 改修工事終了致しました。

長らくの間、皆様にはご迷惑をおかけ致しました。宿膳 八幡屋のお風呂の改修工事が
ようやく終了致しました。特に屋上の天上風呂は大幅にリニューアルし、今迄よりも
さらに広く大きくなりました！秋の名月を愛でながら入る露天風呂は最高です♪
(八幡屋から見える月が一番キレイな時間帯は19:30～20:30頃です)
是非新しくなった八幡屋のお風呂へ、ご家族や恋人、お友達と一緒にいらして下さい！
夜からの入浴がお得な『ナイト入浴デー』も行っております！！

『ナイト入浴デー』…20:00以降に八幡屋のお風呂にご入浴の方は、
ワンコイン(¥500)でご利用できます！(通常¥800)

¥500
サービス

さらに！3階バイキングには秋の新メニューが登場！



☎093-282-0031

<http://www.budounoki.co.jp/>

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

粗大ごみ収集日程

土日祝日を除く収集日の2日前までに粗大ごみ受付センター☎281-5380に電話で申し込んでください。

第1	水	東高陽、鍋田、南高陽、西高陽、高陽、東松原、百合ヶ丘、東海老津	第3	木	野間(一、二、三、四)、高倉、上高倉、西山田、茅原、南山田、東山田、緑ヶ丘
	木	三吉、三吉団地、吉木、高塚、塚原、西黒山、東黒山、糠塚、山田	第4	水	旭東、旭中、旭西、旭南、高尾、松ヶ台、公園通り
第2	水	湯川、波津、原、内浦、手野、新松原、元松原、海老津、上畑、新海老津		木	戸切、戸切白谷、戸切百合野、上海老津、龍王団地、山田峠

○有料シールを貼ってください○ごみは自宅まで取りに行きます
○出せるごみは「ごみの分け方、出し方」を見てください

10月のし尿収集日程表

大型車	10月	小型車
波津、原、内浦、手野	1日	東黒山
手野、新松原、三吉、三吉団地	2日	
元松原、吉木、高塚、野間	3日	
A(東黒山、塚原、吉木、三吉、手野、三吉団地、原、波津、内浦)	5日	A(波津、内浦、手野、新松原、元松原、吉木、高倉、上高倉 西黒山、東黒山、東山田、海老津、百合ヶ丘、野間、上畑)
B(糠塚、東黒山、山田、戸切、西山田、高倉、上高倉、吉木、高塚、塚原)	6日	B(戸切、戸切白谷、戸切百合野、上海老津)
三吉、吉木	7日	湯川、原、波津、内浦、手野、糠塚
吉木	8日	元松原、西黒山、東黒山
三吉	9日	上畑、上高倉
野間三(高倉団地、西鉄団地)海老津、緑ヶ丘、新海老津	13日	
新海老津、東海老津、海老津、百合ヶ丘、西高陽、東高陽、高陽、東松原、鍋田、山田	14日	海老津、新海老津、東山田、東松原
高塚、吉木、塚原	15日	
高倉	16日	戸切白谷、戸切、戸切百合野
戸切白谷、戸切、戸切百合野	19日	手野、三吉、吉木、新松原、高塚
A(東黒山、塚原、吉木、三吉、手野、三吉団地、原、波津、内浦)	20日	高倉
B(糠塚、東黒山、山田、戸切、西山田、高倉、上高倉、吉木、高塚、塚原)	21日	A(波津、内浦、手野、新松原、元松原、吉木、高倉、上高倉 西黒山、東黒山、東山田、海老津、百合ヶ丘、野間、上畑)
戸切、戸切百合野①	22日	B(戸切、戸切白谷、戸切百合野、上海老津)
戸切、戸切百合野②	23日	三吉、吉木、高倉、野間
東黒山、西黒山	26日	
糠塚	27日	
茅原、新海老津、桜台、東山田、西山田、南山田、山田、野間、山田峠	28日	
海老津、上畑	29日	
高倉、上高倉	30日	

催し

夜もすこい! コスモスマツリ

遠賀川河川敷で、約100万本のコスモスがあなたを待っています。
とき 10月24日(土)・25日(日)とも
に午前9時30分

ところ みどりんぱあーく(水巻町) イベント アンパンマンショー、バルーンアート、花火大会など
※詳しくは水巻町公式ホームページを見てください

問い合わせ 水巻町役場☎201-4321へ

相談

まちの相談窓口

電話で

女性のための悩みごと相談

「おかがきホットライン」

とき 水曜日午前10時〜午後5時

電話 ☎561-5737

教育電話相談

とき 月・水・金曜日

電話 ☎282-4884

面接で

心配ごと相談

とき・ところ 10月16日(金)東部公

民館、23日(金)ことぶき荘ともに午後2時〜4時

法律相談

とき・ところ 10月9日(金)、23日(金)

午後1時30分〜4時30分、いこいの里、要予約☎283-2940

行政相談

とき 第2・4金曜日午後1時30分〜4時

ところ いこいの里

交通事故相談

とき・ところ 10月5日(月)宗像市

役所☎0940-36-5050、10月14日(水)ハピネスなかま☎246-2017ともに午前10時〜午後4時、受け付けは午後3時まで

リフォームをお考えの方にうれしいお知らせ!

サンリーアイ前のショールーム「空の杜」の2階には、お客様用の仮住まい住居をご準備しています。リフォームの工事期間中、お風呂や台所・トイレが使えないといった生活の不便さをすっきり解消致します。リフォームをお考えの方は、ぜひ一度、お問合せ、ご見学ください。

TEL:093-282-1665

住研すまいる一む

ホームページは(岡垣 住研で検索)

岡垣町公園通り1-1-27(岡垣サンリーアイ前)



※糖尿病専門外来が始まりました。月曜・木曜・土曜
※リウマチ専門外来が始まりました。水曜

★住民のみなさまへお知らせ★
6月より小児科の医師が3人体制となりました。小児科に関する事お気軽にご相談ください。



遠賀中間医師会
おんが病院

遠賀郡遠賀町大字尾崎1725-2 (093) 281-3810



広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。

特定健診を受けて、生活を改善しよう

特定健診は、生活習慣病予防のため、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に重点を置いて実施しています。メタボを放置しておく、動脈硬化が急速に進み心臓病や脳卒中を引き起こす危険性が高まります。まずは健診を受けて、自分の生活習慣を見つめ直すことから始めましょう。

集団健診の結果から見えること

6、7月に岡垣町国民健康保険特定健診と生活習慣病予防健診を実施しました。その結果を、どの内容に異常がある人が多いのかを性別、年代別に見てみましょう(下表)。男女とも、どの年代も悪玉コレステロールや、過去1〜2か月の平均的な血糖の状態が分かるヘモグロビンA1cの異常割合が高くなっています。

受診者のうち、メタボとその予備軍に当てはまる人は女性17パーセント、男性46パーセント。さらにメタボに当てはまる女性の約42パーセント、男性の約36パーセントが血圧高値・脂質異常・高血糖状態の3つの状態をかかえています。

結果を生かして行動しよう

健診結果から、自分の生活をしっかりと見つめ直す行動を起こしましょう。ポイントは、1に運動・2に食事・しっかりと禁煙です。普



段の生活で体をよく動かし、考えて食事をつくり、食べる、たばこはやめる、ということ です。健康相談や特定保健指導などを利用しましょう。

受診していない人、受診してください

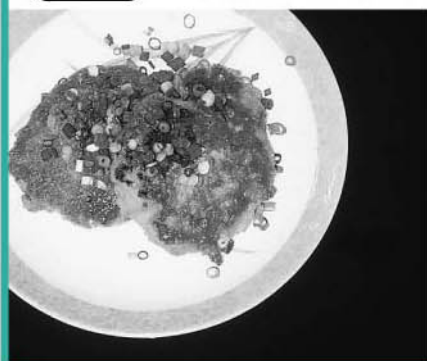
まだ特定健診を受診していない人は、個別に受けることができます。特定健診受診券と健康保険証を持って特定健診実施医療機関で受診してください。そして自分の体のデータを知ることから始めましょう。

健康福祉課保健師 野口洋子

■表 集団特定健診受診者に異常が多く見られた内容とその割合

受診者	順位	39歳以下		40歳代		50歳代		60歳-65歳未満		65歳-75歳未満	
男性 (929人)	1位	悪玉コレステロール	50%	悪玉コレステロール	65.9%	悪玉コレステロール	64.6%	ヘモグロビンA1c	74.4%	ヘモグロビンA1c	77.2%
	2位	ヘモグロビンA1c	37.5%	腹囲	46.3%	ヘモグロビンA1c	63.4%	悪玉コレステロール	53.8%	悪玉コレステロール	53.1%
	3位	腹囲	37.5%	最高血圧	43.9%	腹囲	45.1%	腹囲	51.3%	最高血圧	52.6%
	4位	中性脂肪	31.3%	ヘモグロビン	36.6%	最高血圧	39.0%	血糖値	44.4%	腹囲	46.4%
女性 (1,416人)	1位	ヘモグロビンA1c	37.8%	悪玉コレステロール	47.2%	悪玉コレステロール	70.4%	ヘモグロビンA1c	80.6%	ヘモグロビンA1c	83.6%
	2位	悪玉コレステロール	26.8%	ヘモグロビンA1c	41.6%	ヘモグロビンA1c	67.1%	悪玉コレステロール	74.7%	悪玉コレステロール	64.7%
	3位	肥満	7.3%	腹囲	19.1%	最高血圧	35.5%	最高血圧	40.8%	最高血圧	45.1%
	4位	肝機能	6.1%	肥満	16.9%	血糖値	25.7%	最低血圧	23.9%	血糖値	25.4%

第206回 ヘルシークッキング ～高齢者向け食材メニュー～



材料(2人分)

○ジャガイモ2個○小麦粉大2○ツナ(缶)60g○サラダ油大1○A(しょうゆ大1/2、酒大1/2、みりん大1/2)○小ネギ少々

作り方

- ①ジャガイモはおろし金でおろし、軽く水気をきる
- ②ボウルに①を入れて小麦粉を加え、ぼったりと落ちるようになるまで混ぜ、さらに缶汁をきったツナを加えて混ぜる
- ③フライパンを熱してサラダ油をひき、②

ツナ入りジャガイモもち

をスプーンで落としながら両面を焼き、Aを合わせたたれを入れてからめる
④器に③を盛り、小口切りにしたネギを散らす

1人分の栄養価

エネルギー218kcal、たんぱく質7.3g、脂質6.8g、炭水化物24.5g、カルシウム6mg、鉄0.4mg、レチノール当量2μg、ビタミンB₁0.06mg、ビタミンB₂0.04mg、ビタミンC21mg、塩分1g、食物繊維1

岡垣町食生活改善推進会(ヘルスマイトの会)

岡垣町のお寺様①

仏の里おかがきに想う

岡垣歴史文化研究会 石井 邦一

お気付きでしょうか。岡垣には周辺の町に比べて、お寺が多いことを。さらに古い来歴のお寺も多く、今は宗派が異なるが以前は日本仏教の淵源である天台宗や真言宗によって、9〜10世紀ころに開山された寺や、また鎌倉・室町時代に興った寺も見られる。

その理由は、この地が孔大寺山系の山麓に拓けた扇状沖積地で、早くから人びとが定住できた自然環境と、古代大宰官道がここを通っていた地の利が、山門を開くのに適していたからであろう。

明治元(1868)年の廃仏毀釈令(神仏混淆の廃止)まで、岡垣には18の寺があった。それまで高倉神社も神仏混淆で、高野山発光院末の覚応山神傳院神宮寺と呼び末院4寺があったのも、これに含む。

現在、町内にある寺院は16を数える。宗派別では浄土宗が6寺と多く、次に浄土真宗4寺、曹洞宗2寺、臨済宗1寺で、あと真言宗2寺、法華宗1寺となる。

また、江戸時代の前後に廃寺となった寺院も10寺あって、この中にはよそに移転して、今に現存する寺が2寺ある。

その1つは、かつて海老津にあった照安寺(浄土真宗)で、鞍手町木月に移転し現在も寺が営まれていて、住職は須藤氏である。

もう1つは、今の吉木小学校の校庭の端にあった浄蓮寺(浄土宗)で、江戸時代初期

に黒崎宿場(八幡西区藤田)に移された。境内にある紅梅地蔵は有名である。

吉木の三福寺境内には、移転前の浄蓮寺にあった地蔵堂が移設され現在も祭られている。

また高倉の神傳院や、元松原の安楽院のように中世の戦乱で戦火にか

かった寺もある。

ともあれ、こうした岡垣の寺院は、それぞれの時代の流れの中で檀越、すなわち檀家の手で支えられてきた。檀家制度が設けられたのは、寛永15(1638)年の島原

の乱の後である。徳川幕府は、キリシタンに厳しい禁制を敷き、その手段として「宗門改め」を実施した。つまり、寺と檀家を制度として結びつけ、檀家がキリシタンではないことを請け負う「寺請け制度」を設けたのである。以来寺と檀家の関係は、信仰と関係なく民衆統制の手段となり、同時に檀家は帰依する寺の維持を義務付けられる「寺檀制」が確立した。

江戸時代には、檀家の戸籍である「宗門人別帳」が寺ごとに作られ、この寺請証文がないと婚姻や旅行もできなかつたのである。

このように嫌でも菩提寺が定められた江戸時

代と違い「信教の自由」が保障される今の時代にあっても、私たちが父祖や家から受け継いできた菩提寺と檀家の関係は緊密に保たれている。

人は、誰もが肉体的な生・老・病・死の四苦や煩惱を持って生きている。この諸行無常の理を悟りと成仏の仏道に拓き、煩惱を解脱して生きる勇気や安心に誘う。

これがどんな宗派であっても、仏道の求める究極であろう。盆は先月に済んだが、この時期、私には懐かしい思い出がいつも蘇る。

幼いころ、盆の入りに祖母に連れられ墓地に仏様を迎えに行つた光景である。夕暮れ時、提灯を灯して山道を照らし、祖母が「こうごさい、こうごさい」と声を上げながら、家までの道のりを仏様を導いた。

私たちには、理屈ではないこんな仏道が根付いている。

墳墓の地があり祖先を崇め、わが家の菩提寺がある。この古里の風情は、私たち日本人に共通する心の原景であり、寺はその地に生きる人びとの安らぎの場である。こんな思いを通して、引き続き岡垣のお寺様を尋ねてみたい。



三福寺境内にある浄蓮寺のお地蔵さん

10月の行事予定

役場

☎2821211

- 1日(木)●地域安全運動大会(水巻町中央公民館)14:00
- 3日(土)●男女共同参画講座(岡垣サンリーアイ)10:30
- 11日(日)●遠賀郡消防総合訓練(役場)10:00
- 12日(祝)●ふれあいスポーツデー(町民総合グラウンド)9:30
- 16日(金)●高齢者スポーツ大会(岡垣サンリーアイ)10:00
- 18日(日)●まつり岡垣(岡垣サンリーアイ)10:00
- 27日(火)●戦没者合同慰霊祭(岡垣サンリーアイ)10:00
- 31日(土)●～3日(祝)町民文化祭(岡垣サンリーアイ)



保健行事

- 1日(木)●にこにこクッキング(中央公民館)10:00
- 2日(金)●ポリオ予防接種13:15
- 7日(水)●4・7か月児健診(いこいの里)13:00
- 13日(火)●子育て相談・自由広場(こども未来館)9:30
- 14日(水)●3歳児健診(いこいの里)13:00
- 16日(金)●こどもの発達相談(役場)9:00
- 29日(木)●にこにこ育児サークル(いこいの里)10:00

- 4日(日)●各小学校運動会(山田小除く)9:00～
- 10日(土)●～12(祝)おくんち(高倉神社)
- 20日(火)●クリーンアップサンリー海岸(海岸線一帯)
各小学校12:30、中学校13:00
- 中旬～●シーズンです！ミカン狩り



地域・学校



人の動き

8月末 32,587人(+28)

- 男性……………15,459人(+20)
- 女性……………17,128人(+8)
- 世帯数……………12,570世帯(+11)
- ・出生 23人 ・死亡 32人
- ・転入 118人 ・転出 81人
- ※ ()は前月との比較

納期

- 保育所保育料10月分……………10月末
(延長保育料は9月分)
- 町営住宅家賃10月分……………10月末

4日(日) ●卓球大会(町民体育館)9:00
 11日(日) ●高倉神社奉納弓道大会(高倉神社)9:00
 ●少年軟式野球大会(松ヶ台G)7:00
 ●軟式野球大会(町民総合G)8:00
 ●硬式テニス大会(町民テニスコート)8:30
 ●インディアカ大会(町民体育館)9:00
 12日(祝) ●高倉神社奉納剣道大会(高倉神社)12:00
 18日(日) ●軟式野球大会(町民総合G)8:00
 20日(火) ●ゲートボール大会(すばーく岡垣)8:30
 24日(土) ●湯川山ふれあい登山(湯川山)9:00
 25日(日) ●少年軟式野球大会(松ヶ台G)7:00
 ●ジュニアバレーボール大会(町民体育館)9:00
 26日(月) ●ベタンク大会(町民総合G)8:00
 29日(木) ●グラウンドゴルフ大会(町民総合G)9:00
 31日(土) ●新立山ウォーキング(宗像市)8:30

スポーツ大会

☎2821211

1日(木) ●地域づくり名人講座(中央)19:00
 6日(火) ●親子読み聞かせ教室(中央)10:00
 8日(木) ●地域づくり名人講座19:00
 10日(土) ●キッズ三味線教室(東部)9:00
 14日(水) ●若潮学級・成人講座ゆうま社会見学(大分県)8:10
 15日(木) ●地域づくり名人講座(中央)19:00
 20日(火) ●親子読み聞かせ教室(中央)10:00
 22日(木) ●地域づくり名人講座(中央)19:00
 ●家庭教育講座(中央)10:00
 24日(土) ●キッズ三味線教室(東部)9:00
 26日(月) ●成人講座ゆうま(中央)10:00
 28日(水) ●若潮学級(中央)10:00
 30日(金) ●21世紀のライフスタイル講座(中央)19:00

※講座の問い合わせは中央公民館へ

町立公民館

西中東
部央部
☎☎☎
282282
282282
150162
500035

3日(土) ●ふれあいイベント:新舞踊末広会12:30
 10日(土) ●ふれあいイベント:千草会12:30
 ●おもちゃ図書館13:00
 11日(日) ●ふれあいイベント:応援SUNの会12:30
 17日(土) ●ふれあいイベント:富久美新舞踊12:30
 19日(月) ●1人暮らし高齢者のつどい(ぶどうの樹)11:30
 24日(土) ●おもちゃ図書館13:00
 25日(日) ●ふれあいイベント:演歌みち12:30

いっいの里

☎2832940

2日(金) ●双子ちゃん情報交換会10:30
 3日(土) ●イラストクラブ10:00
 7日(水) ●アウトドアクラブ:大人の部19:00
 9日(金) ●ぶくぶくクラブ10:00
 10日(土) ●アウトドアクラブ:子どもの部13:00
 11日(日) ●おもちゃ病院10:00
 16日(金) ●ぶくぶくクラブ10:00
 17日(土) ●アウトドアクラブ:合同10:00
 20日(火) ●妊婦胎教教室10:00
 24日(土) ●みんなで楽しむ折り紙10:00
 ●音楽ひろば11:00
 27日(火) ●ベビークラブ10:00
 30日(金) ●ぶくぶくクラブ10:00

こども未来館

☎2815501

4日(日) ●おはなし会14:30
 ●~12日(祝)カルチャーフェスタ:サンリーア
 ート作品展
 9日(金) ●いちご畑のコンサート:ほっとけーき18:30
 10日(土) ●おはなし会14:30
 ●~12日(祝)アジアバドミントンジュニアク
 ラブ選手権in岡垣
 11日(日) ●おはなし会14:30
 16日(金) ●いちご畑のコンサート:三隈一治君と愉快的な仲
 間たち! 18:30
 ●SUPER JAZZ SELECTION MALTA Hit &
 Run×阿川泰子19:00
 18日(日) ●おはなし会14:30
 24日(土) ●おはなし会14:30
 ●いちご塾文化講演会:吉永みち子18:45
 25日(日) ●おはなし会14:30
 30日(金) ●~3日(祝)カルチャーフェスタ:九北陶芸展
 10:00

岡垣サンリーアイ

☎2821515

1日(木) ●パソコン体験:エクセル9:30
 3日(土) ●エクセルの基礎13:00
 5日(月) ●インターネットを楽しもう! 13:00
 8日(木) ●パソコン体験:エクセル9:30
 9日(金) ●エクセルで家計簿づくりに挑戦! 9:30
 10日(土) ●エクセルの基礎13:00
 ●仕事で即実践! 基本ビジネス文書作成19:30
 12日(祝) ●インターネット体験9:30
 15日(木) ●パソコン体験:エクセル9:30
 16日(金) ●エクセルで家計簿づくりに挑戦! 9:30
 17日(土) ●イベント:カレンダー&プリクラ10:00
 ●エクセルの基礎13:00
 ●仕事で即実践! 基本ビジネス文書作成19:30
 19日(月) ●インターネットを楽しもう! 13:00
 22日(木) ●パソコン体験:エクセル9:30
 23日(金) ●エクセルで家計簿づくりに挑戦! 9:30
 24日(土) ●エクセルの基礎13:00
 ●仕事で即実践! 基本ビジネス文書作成19:30
 26日(月) ●インターネットを楽しもう! 13:00

情報プラザ人の駅

☎2812005



人身事故

7月 13件

死亡 0人
 重症 2人
 軽傷 12人

救急

8月 出場 88件
 搬送 81件

火災

8月 出火 0件
 り災 0件



秋の海風、秋の岡垣を感じながら

町内の海岸線には、サイクリングロードがあります。「遠賀・宗像自転車道」と呼ばれ、宗像市から岡垣町を通過して芦屋町まで続いています。この地で、ボランティアの皆さんが自転車を貸し出す取り組みをしています。

8月29日、小倉南区から訪れていた吉田勝さん親子(写真)は「インターネットで調べて来ました。広がる海と松原の中、潮風を切って走るのが最高に気持ちいいです。自転車は利用者に合ったものを選べるし、自転車道は自動車が入ってくるできないようになっているので、子どもも安心して楽しむことができます。近くで新鮮な魚介類が食べられるのもいいですね」とニコリ。

秋はサイクリングにもってこいの季節。素晴らしい自然の中、心地いい汗をかいてみませんか。

【貸し自転車】

と き 9～11月、4～6月午前9時～午後5時

と ころ 波津海水浴場休憩所※平日は横の田原商店

費 用 200～500円※利用時間などで変動

問い合わせ 貸自転車運営実行委員会(穴井) ☎090-1672-7073へ

眠っている
自転車、譲って
ください!

編集後記

▼特集で武中さん夫婦の取材に行きました。2人とも本当にお元気で、取材中何度も驚かされました。夫の高雄さんは、かの有名な文豪、松本清張や太宰治と同じ年なんだとか。これだけ聞いてもすごい!でも本当にすごいというか素晴らしいのは、今も元気に楽しく、夫婦仲むつまじく過ごされているということだと思います。昔話を語る2人の温かい表情が、私にそれを感じさせてくれました。私にも幸い妻がいますが、武中さん夫婦のように、ずっと仲の良い2人でいられたらいいなと思います。(竹森)

▼9月10日号の表紙で紹介したイチジク。取材に行ったとき、取れたてのイチジクをいただきました。とにかく甘くてとてもおいしい!こんなぜいたくはほかにありませんね。四季折々の旬の食べ物は、私たちの体を健康にしてくれるようにできているそうです。自然は本当にうまくできているなと思います。いつでも欲しいものが手に入る世の中ですが、旬のものを旬の時期に食べる豊かさをいつまでも忘れないようにしたいですね。(齊藤)