



せせらぎに  
 ぼくも魚も  
 すきとおる

—7月は全国「河川愛護月間」です—



6月10日、吉木小学校の3年生が汐入川(乳垂川)の環境の豊かさを調べる学習を行いました。児童たちは、川に入りメダカやオイカワなどの水中生物を採取。校庭に戻って捕まえた生物を点数化して川の豊かさを調べました。

子どもたちからは「こんなにたくさんの生物がいる川だとは思いませんでした」という声が聞かれ、身近な乳垂川に今もなお豊かな自然環境が残っていることを学び、自然と生物への理解を深めていました。

**CONTENTS** 目次

お知らせ..... 2

- ・ いこいの里の入浴施設に  
環境に優しいボイラーを導入します
- ・ 未来のおかがきをともに創造しよう
- ・ 土砂災害に注意してください ほか

健康づくり Info ..... 14

子育てナビ..... 16

**町公式 Facebook 更新中**

まちの話題や魅力、お知らせなどを発信中！  
 だれでも見ることができます。

岡垣町役場 Facebook URL  
<https://www.facebook.com/okagakimachi>



# お知らせ

## Information

町の情報や広報おかがきは公式ホームページで見ることができます  
町公式ホームページ  
<http://www.town.okagaki.lg.jp>

### 主な問い合わせ先

役場・教育委員会	☎ 282-1211	東部公民館	☎ 282-0035	観光ステーション北斗七星	
情報プラザ人の駅	☎ 281-2005	中央公民館	☎ 282-0162	(岡垣町観光協会)	☎ 281-5050
こども未来館	☎ 281-5501	西部公民館	☎ 281-5006	岡垣サンリーアイ	☎ 282-1515
		ボランティアセンター	☎ 282-5767	社会福祉協議会	☎ 283-2940
		文化財展示室	☎ 282-6118	シルバー人材センター	☎ 282-4688

いこいの里の入浴施設に

## 環境に優しいボイラーを導入します

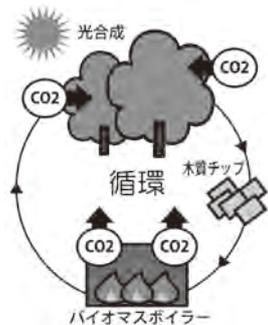
平成22年に行った外部評価を踏まえ、施設の在り方を検討していたいこいの里の入浴施設。燃料費や二酸化炭素排出量を削減するためにバイオマスボイラーを導入して、引き続き利用できるようにします。

### バイオマスボイラーとは？

石油などの化石燃料を使わず、安価なスギやヒノキの間伐材を利用した木製チップを燃料にお湯を沸かすボイラーです。バイオマスボイラーも二酸化炭素を排出しますが、燃料になる木材が成長する過程で二酸化炭素を吸収しているため、大気中の二酸化炭素を増やさないことになり、燃料費も削減できます。



▲燃料となる木製チップ



▲二酸化炭素の循環が可能に

### 入浴施設を存続することで

- 住民の皆さんのいこいの場として活用します
- 災害時に住民の皆さんが利用できる入浴施設を確保できます

## 利用再開は7月30日(木)から

入浴施設の利用は、4月11日に発生した火災の影響で利用を休止していましたが、バイオマスボイラーの導入と合わせて利用を再開します。

### 利用再開日は無料で入浴できます

利用再開当日は、バイオマスボイラー導入を記念して、入浴施設を無料開放します。

### 利用時間

午前11時～午後8時

問い合わせ 福祉課へ

### ★乳幼児施設★

## おとぎのいえ



～より一層家庭的な保育をめざします！～

❖ 4ヶ月～2才

❖ 7時30分～18時

❖ 自園給食(アレルギー食・離乳食対応)

❖ 岡垣住民の方 町より10,000円補助あります



岡垣町東松原1丁目1-10



随時入園できます！



FAX・TEL 093-283-0330

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

国民健康保険・後期高齢者医療に加入している人へ

## 8月から使える新しい保険証を送ります

### 国民健康保険

平成 27 年度から保険証の更新が 8 月になりました  
有効期間 平成 27 年 8 月 1 日～平成 28 年 7 月 31 日  
※納付状況などで有効期間が短いことがあります

#### 国民健康保険証が新しくなります

現在の保険証は 7 月 31 日(金)までしか使えません。  
8 月から使える新しい保険証は 7 月下旬に郵送します。

#### —70～74 歳の人へ—

平成 27 年 8 月～平成 28 年 7 月の医療費自己負担額の割合を確認してください

負担割合	対 象
1 割	昭和 19 年 4 月 1 日以前に生まれた人
2 割	昭和 19 年 4 月 2 日以降に生まれた人
3 割	同じ世帯に住民税の課税所得が 145 万円以上ある被保険者がいるとき

※ 3 割対象の人でも一定の要件を満たす人は 1 割または 2 割負担になります

### 後期高齢者医療

#### 後期高齢者医療保険証が新しくなります

現在の保険証は 7 月 31 日(金)までしか使えません。  
8 月から使える柿色の保険証は 7 月下旬に郵送します。

有効期間 平成 27 年 8 月 1 日～平成 28 年 7 月 31 日  
※納付状況などで有効期間が短いことがあります

平成 27 年 8 月～平成 28 年 7 月の医療費自己負担額の割合を確認してください

負担割合	対 象
1 割	原則全員
3 割	同じ世帯に住民税の課税所得が 145 万円以上ある被保険者がいるとき

※ 3 割対象の人でも一定の要件を満たす人は 1 割負担になります

#### 平成 27 年度の保険料の額が決まりました

この金額は平成 26 年中の所得で決まります。詳しくは、7 月中旬に郵送される「後期高齢者医療保険料決定通知書」を確認してください。

## 国民健康保険・後期高齢者医療共通事項

限度額適用認定証と限度額適用・標準負担額減額認定証が 8 月から切り替わります

右の表を参考に認定証を申請してください。認定証は申請した月の 1 日から有効となります。

問い合わせ 保険証や認定証については健康づくり課へ、保険税(料)については税務課へ

区 分	申請するもの	申請に必要なもの	認定されると
70 歳未満の人	限度額適用認定証	・印鑑 ・保険証	医療費の自己負担額が限度額までになります
住民税が非課税の人(世帯)	限度額適用・標準負担額減額認定証		上記のほか入院中の食事代が減額されます



第 3 回わんぱくクラブ・・・

7 月 25 日(土) 9:30 受付

みんなあつまれ～

★★持参品等の詳細は幼稚園にお問い合わせ下さい!★★

幼稚園のプールで水遊び

＊ 岡垣第一幼稚園 ＊

TEL 282-0235

<http://www.okagaki-daiichi.com>



♥ 第 3 回 ♥ 親子ふれあいひろば

7 月 13 日(月) 10:00～11:30

対 象・・・0 歳～幼稚園就園前のお子様  
参加費・・・400 円(当日ご用意ください)

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。

介護保険に加入している人へ

## 介護保険料と介護保険の制度が変わります

### 介護保険料が大幅に変わります

今年度は、3年に1度の介護保険料見直しの年です。保険料は、市町村間の介護サービスに使われる費用の差をなくすため、費用が高い順に3つのグループに分けて決めています。

岡垣町は、今回の見直しでグループが変わったため平成27年度から保険料が上昇します。詳しくは、広報おかがき5月10日号と同時に配布したパンフレット「みんなで支える介護保険」の32ページを見てください。

※パンフレットは県介護保険広域連合ホームページからも確認できます



### 8月上旬に保険料決定通知書を送ります

介護保険料決定通知書を8月上旬に郵送します。納付方法が変わることがありますので、決定通知書で確認してください。

保険料を滞納すると、介護サービスを利用したときの自己負担額が増えることがあります。

### 65歳になる人へ

これまで個別に交付していた介護保険被保険者証を、7月からは毎月1回行う交付会で交付します。対象者には事前に案内を送付します。

**対象** 65歳になる人  
**ところ** いこいの里  
**問い合わせ** 福祉課へ

### 8月から介護保険の制度が変わります

#### サービス費の利用者負担割合が変わります

介護保険サービスを利用したとき、原則として利用者はサービス費の1割を負担しますが、次の人は2割負担になります。

○本人の合計所得金額が160万円以上で、年金収入とその他の合計所得金額の合計が単身世帯は280万円以上、2人以上の世帯は346万円以上

※要介護・要支援認定者には、利用者負担割合が載っている「介護保険負担割合証」が発行されます

#### 一部の世帯の利用者負担上限額が変わります



同じ月に利用したサービスの利用者負担の合計額が上限額を超えたときは、申請することで超えた額が高額介護サービス費として後から支給されます。現役並みの所得がある世帯は、上限額が44,400円に引き上げられます。

#### 現役並みの所得がある世帯とは

課税所得が145万円以上ある65歳以上の人がいる世帯※単身世帯は年収383万円、2人以上の世帯は年収520万円に満たないときを除く

#### 食費・居住費の補助の条件が変わります

世帯の全員(別世帯の配偶者も含む)が住民税非課税の人が施設のサービスを利用するとき、食費・居住費の補助を受けられますが、次に当てはまる人は受けられません。

○本人と配偶者(別世帯も含む)の預貯金額などが一定額(単身=1千万円、夫婦=2千万円)を超えている

※補助申請には、預貯金額の確認のため通帳などの写しが必要です

問い合わせ 県介護保険広域連合 ☎ 092-643-7055 または福祉課へ



## 家を売りたい、土地を売りたい・・・

### 不動産売買なら吉田住建におまかせ下さい！

地元岡垣にて開業38年、長年の経験と地域に根ざした豊富な情報力で、適正に価格を査定いたします。スタッフ全員が宅地建物取引士(国家資格)、安心の地元の不動産業者です。

**相談 査定** は無料です。どうぞお気軽にご相談下さい(\*^\_^\*)

二級建築士も2名在籍しております

小さな工事からリフォームまでおまかせ下さい！

不動産  
リフォーム **吉田住建**

岡垣町海老津駅前 12-8 ☎ 283-2042 ★HPアドレス <http://yoshida-jyuuken.com> ★

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

国民年金に加入している人へ

## 保険料の納付が困難なときは免除申請ができます

国民年金は、保険料を25年以上納めないと受け取ることができません。平成27年度の納付が困難なときは相談してください。前年の所得が一定の基準を超えていないときは、次のことができます。

### 【29歳以下や学生の人】

本人や配偶者の前年の所得に応じて猶予となります。ただし、年金を満額受け取りたい人は猶予期間中の額を後で納付する必要があり、納付しないときは受け取る年金額が減ります。



### 【自営業・無職の人など】

本人や配偶者、世帯主の前年の所得に応じて一定額が減額(免除)されます。



### 免除の申請ができる期間

- 過去の期間＝申請した月から2年1カ月前まで
- 将来の期間＝申請した月から平成28年6月まで

### 申し込み

次のものを持って健康づくり課へ

- 印鑑
- 失業した人は離職票または雇用保険受給資格者証などの写し
- 学生は学生証または在学証明書などの写し
- 平成27年1月以降に転入した人は平成27年度の所得額証明書など

問い合わせ 同課へ



### 汐入川河口水門の管理橋

## 歩行者・自転車以外は通行止め

汐入川河口水門に架かる管理橋は、遠賀宗像自転車道の一部で歩行者・自転車専用道路です。

現在は自動車が通行していますが、7月17日(金)から管理橋の両側に車止めを設置し、歩行者・自転車以外の通行を禁止します。

この日以降は、汐入川河口部の右岸側と左岸側を自動車で行き来することはできなくなります。

問い合わせ 北九州県土整備事務所 ☎ 691-2764 へ



当店で  
お使いいただけます!  
プレミアム付き商品券

Panasonic

響 ひびき電器

遠賀郡岡垣町海老津駅前12-5

TEL 282-0171 FAX 282-2256

Panasonic

パナソニックの店

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。

平成 27 年 10 月から

# マイナンバー (個人番号) を通知します

## 住民票の住所に郵送します

町の住民票を持つすべての人に、マイナンバーが記載された通知カードを郵送します。住民票の住所に送りますので、住民票の住所と異なる場所に住んでいる人は住所変更の手続きをしてください。

通知カードには氏名、住所、生年月日、性別、マ

イナンバーが記載されます。マイナンバーは一生使うものなので大切にしてください。



▲通知カード (イメージ)

## 平成 28 年 1 月から希望者に個人番号カードを交付します

通知カードが届いた後、希望者には申請により個人番号カードを交付します。申請方法など詳しくは、今後広報おかがきや町公式ホームページでお知らせします。

### 個人番号カードとは

- 顔写真付きの IC カードで氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーが表示されます
- 本人確認のための身分証明書として利用できます
- e-Tax (確定申告など) の電子申請などさまざまなサービスに利用できます
- 初回発行手数料は無料です (電子証明書代含む)



(表)



(うら)

### ▲個人番号カード (イメージ)

※住民基本台帳カードは有効期限まで利用できますが、個人番号カードと両方を持つことはできません。個人番号カードを取得するときは、交付時に住民基本台帳カードを返納してください

## 事業者の皆さんへ

平成 28 年 1 月から、民間事業者も税や社会保険の手続きで従業員などのマイナンバーを取り扱うこととなります。



個人情報を守るためマイナンバーは法律で定められた範囲外では利用できません。

詳しくは国が示しているガイドラインを確認してください。

問い合わせ 住民環境課へ

## 事業者向けマイナンバー制度説明会

制度の概要や民間事業者の対応などを説明します。

**対象** 県内の事業者

**とき** 7月24日(金)午後2時～3時30分

**ところ** 県吉塚合同庁舎(福岡市博多区)

**定員** 1事業者につき1人

**申し込み** 7月17日(金)午後5時までに県ホームページから

**問い合わせ** 県情報政策課 ☎ 092-643-3197 へ



## 楽しい水遊び・お食事会

### えびつキッズ (未就園児教室)

**日時** 7月23日(木) 10時～12時

色々な水遊びコーナーで楽しんだ後、親子一緒に食事をお楽しみ下さいね。水着・バスタオルをご持参下さい。尚、雨の場合は室内で遊びます。



**ならし保育実施中!!**

**岡垣町中央台5丁目7-18**

**TEL 282-1135**



岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

# 未来のおかがきをともに創造しよう

一般事務職 5人程度

対象 昭和60年4月2日～平成10年4月1日に生まれた人

土木技術職 1人程度

対象 昭和55年4月2日～平成10年4月1日に生まれ、高等学校や大学などの土木、建築、電気、機械、化学などの専門課程を修了し、卒業または平成28年3月までに卒業する見込みの人※専門試験の科目は土木(高卒程度)



## 岡垣町職員募集

### 【第1次試験】

とき 9月20日(日)

ところ 九州共立大学(北九州市八幡西区)

内容 教養試験、専門試験、事務適性検査など※専門試験は土木技術職のみ

申し込み 8月21日(金)までに役場総合案内、情報プラザ人の駅、町公式ホームページにある申込書を企画政策室に提出

問い合わせ 同室へ

主な議案についてお知らせします

## 6月議会を終えて

### ●岡垣町民間宅地開発奨励金の交付に係る条例の制定

町ではゆるやかな人口減少が進んでいるので、転入者のより一層の増加に取り組んでいます。その一つとして、事業者が住宅用地を分譲するための開発を行う中で、公共の道路などを整備するときに町が奨励金を交付することを



決めました。

### ●岡垣町太陽光発電設備の設置に係るため池の使用料に関する条例の制定

環境負荷の少ない再生可能エネルギーの普及促進や公有財産を有効活用するため、事業者がため池水面を利用した太陽光発電事業を行うときの使用料を決めました。

問い合わせ 総務課へ

## 第3回わんぱくクラブ・・・7月25日(土) 9:30～受付

♥大きなプールでパチャパチャ水遊び♥

おおきなプール・かわいいプール

いろいろなプールで水遊び・・・

すいか割りやスライム作りもありますよ!

みんなで遊びにきてくださいね!!



岡垣中央幼稚園

☎ TEL 282-0247 ☎

<http://www.okagakichuoyoutien.com>

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。

交通事故はいつ起こるかわかりません

## もしものときに備えて交通共済に加入しよう

交通事故に遭ったときのために、少ない掛け金で加入できる共済制度です。加入条件に年齢制限はなく、子どもから高齢者まで幅広く加入できます。

7月下旬以降に町内のすべての世帯に申込書を配布します。もしものときに備えて、この機会に交通共済に加入しましょう。

### 対象

平成27年10月1日現在、町内に住むか働いている人※町外に就学中の人も、町内に住む家族と一緒に申し込むことができます



掛け金 1口500円

※2口まで加入可

※平成27年10月1日

現在で65歳以上の人は、

加入の申し込みがあれば

1口分を町が負担

共済期間 10月1日～平成28年9月30日

### 1口あたりの補償内容

○死亡=120万円

○重度障害=110万円～120万円

○7日以上 of 通院・入院=1万7,000円～20万円

### 出資金

新規加入・継続加入ともに1世帯につき100円

※出資金は500円になるまで積立増資

申し込み・問い合わせ 地域づくり課へ



ギラヴァンツ北九州からのお知らせ

## ホームゲーム(B席)に招待します

### 【招待試合・申し込み期限】

●7月22日(水)午後7時から(コンサドーレ札幌戦)

申し込み期限 7月17日(金)

●8月1日(土)午後6時から(大宮アルディージャ戦)

申し込み期限 7月28日(火)

### 【ともに】

ところ 本城陸上競技場(北九州市八幡西区)

定員 各50人※応募多数のときは抽選

申し込み 町公式ホームページから

問い合わせ (株)ギラヴァンツ北九州 ☎ 863-6777 へ



**Giravanz**  
KITAKYUSHU

©2009 GVK

住宅用太陽光発電システムなどの新設を補助

## 家庭での環境を守る取り組みを支援します

地球温暖化防止のため、次のものを新たに設置した人に費用の一部を補助します。

詳しくは町公式ホームページで確認するか、問い合わせてください。



### 【内容・補助金額】

■住宅用太陽光発電システム(10kw未満)  
2万円/1kw ※上限8万円

■家庭用燃料電池システム(エネファーム)  
一律10万円

問い合わせ 住民環境課へ

台風や大雨が発生したときは

## 土砂災害に注意してください

町内のがけやその周辺では台風や大雨、梅雨時期の長時間の雨などで地盤が緩み、土砂災害が起きる恐れがあります。日ごろから災害時の行動などを確認しておきましょう。

### 土砂災害警戒情報とは

土砂災害の危険性が高まったときに、県と気象庁がテレビやラジオなどを通じて発表するものです。

### 避難情報とは

防災無線やエリアメールなどを通じて町が避難を呼びかけるものです。災害の状況に応じて避難準備情報、避難勧告、避難指示を発令します。

### 日ごろから災害に備えよう

- 防災マップはいつでも確認できる場所に保管しておきましょう。町が避難情報を発表するときは、防災マップの土砂災害警戒区域などに入っている人やその周辺に住む人に避難を呼びかけます
- 家屋などへの浸水が予想されるときは、事前に土のうなどを準備しておきましょう

### おわびと訂正

## 防災マップに誤りがありました

平成26年5月に全戸配布した「岡垣町防災マップ」の「土砂災害警戒区域等」に誤りがあったことがわかりましたので、おわびして訂正します。

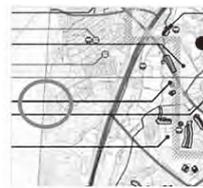
### 【修正内容】

#### ○22 ページ「海老津小学校区 01」

(正)



(誤)



#### ○24 ページ「海老津小学校区 02」

(正)



(誤)



※最終ページにある大判地図の誤りはありません  
 ※訂正内容は町公式ホームページでも確認できます  
 ※希望者には地域づくり課で修正シールを配付します  
 問い合わせ 地域づくり課へ

### 土砂災害の種類など

	土石流	がけ崩れ	地すべり
種類			
特徴	多量の土砂が川の水で運ばれる現象	急な斜面が崩れ落ちてしまう現象	斜面の一部または全体がゆっくり滑り落ちる現象
前兆現象の代表例	山鳴りがする 急に川の水が濁る	がけに亀裂が入る 小石が落ちてくる	斜面から水が吹き出す 地面にひび割れ発生

### 災害が発生する恐れがあるとき

- 土砂災害警戒情報や避難情報が発表されたときは、危険な場所には近づかず早めに安全な場所に避難しましょう
- 豪雨などで避難場所への避難が困難なときは、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難するなど、少しでも安全な場所に移動しましょう

問い合わせ 地域づくり課へ

### 7月20日(月)は祝日のため

## ごみの収集を休みます

振り替え日は次のとおりです。

ピンカン	振り替えなし
燃えないごみ	7月30日(木)

※遠賀・中間リレーセンターへの持ち込みもできません

問い合わせ 住民環境課へ



### 熱中症などに気をつけながら

## 節電に取り組みましょう

今年も暑い季節を迎えました。

役場では冷房の28℃設定や照明のLED化・間引き、クールビズ、緑のカーテンなどの節電に取り組んでいます。

皆さんの家庭でもエアコンや冷蔵庫の温度設定を見直したり、不要な照明を消したりするなど、できる範囲で節電に取り組んでください。

問い合わせ 住民環境課へ



## お知らせ

### 町内で発生！ かたり調査に注意を

国勢調査員を名乗って電話をかけ、個人情報聞き出すとする事案が町内で発生しました。

国や県、町が行う統計調査は、まず調査員証を持った調査員が世帯を訪問するので、いきなり電話をかけることはありません。

不審に思ったときは即答せず、役場に相談してください。

### 岡垣中学校体育館の 利用を休止します

トイレの改修工事を行うため、次の期間中は体育館の利用ができません。

工事期間 7月17日(金)～8月31日(月)  
問い合わせ 生涯学習課へ

### 「年金情報流出」を口実にした 振り込め詐欺などに注意

日本年金機構を名乗って口座番号を聞き出したり「流出した個人情報」を削除してあげる」と話を持ちかけたりする事案が発生しています。日本年金機構は次のことは行いませんので注意してください。

○情報流出に関して電話やメールで連絡する  
○情報流出したことで現金やキャッシュ

シユカードでの支払いを要求する  
○情報流出したことでATM(銀行・コンビニなどの現金自動預

払機)の操作をお願いする  
※情報流出が確認された人への新しい基礎年金番

号のお知らせは  
郵送で行います

問い合わせ  
日本年金機構専用電話窓口

☎0120-01818-2111へ



### 自然を守ろう！ 食用の廃油回収に協力を

家庭から出た食用の廃油を回収します。回収した廃油は、石けんや印刷インクなどにリサイクルしています。

とき 7月15日(水)～17日(金)午前9時～午後2時

ところ 町内の各小学校  
問い合わせ 中学校給食センター

☎281-3001へ

### 三吉、吉木西2丁目 事業を営む皆さんへ

毎月勤労統計調査を行います。この調査は、厚生労働省と県が労働者の賃金や労働時間などの変化を把握するために行うものです。8月から9月にかけて調査員が訪問するので、回答に協力してください。

問い合わせ 県調査統計課  
☎092-643-3187へ

### 「189」番で近くの 児童相談所につながります

7月1日から児童相談所全国共通ダイヤルが「189」番となりました。近くに子育てに悩んでいる人や児童虐待の疑いがある人がいるときは、すぐに電話してください。連絡者や連絡内容などの秘密は守られます。

※通話料がかかります。一部のIP電話からはつながりません

問い合わせ 福岡県宗像児童相談所  
☎0940-37-3255へ

### 屋久島町口・永良部島新岳 噴火災害義援金

受け付け期間は12月25日(金)までです。

【口座振替】  
口座番号  
○鹿児島銀行、鴨池支店(普) 664155

○三菱東京UFJ銀行、やまびこ支店(普) 2105510

○みずほ銀行、クヌギ支店(普) 0620278

○三井住友銀行、すずらん支店(普) 2787515

口座名義 日本赤十字社※鹿児島銀行は「日本赤十字社鹿児島県支部長」

【郵便振替(ゆうちょ銀行・郵便局)】

記号番号 00900161208120

払込用紙の加入者名欄  
日赤口永良部島噴火災害義援金

【とも】  
○金融機関により振込手数料がかかることがあります

○受領証の発行を希望する人は問い合わせてください

問い合わせ 日本赤十字社 ☎03-3437-7081へ

### 県立宗像中学校(中高一貫 教育校)学校説明会

学校の特色や教育内容などを説明します。

対象 小学6年生とその保護者  
とき 8月2日(日)

○第1回 午前10時30分から  
(受け付けは午前10時から)

○第2回 午後2時30分から  
(受け付けは午後2時から)

ところ 宗像ユリックス(宗像市)  
申し込み 不要

問い合わせ 県立宗像中学校  
☎0940-36-2029へ

## 募集

学校で働く臨時職員を募集します

### 【学校事務】

対象 パソコン操作ができる人  
定員 1人

勤務場所 山田小学校

【特別支援学級補助】  
定員 3人

勤務場所 町内の小中学校

【英会話講師】

対象 日常英会話の指導ができる人

定員 1人

勤務場所 町内の小学校

【すべて】

勤務時間 午前8時～午後5時の指定する時間

雇用期間 9月1日(火)～平成28年3月31日(木)まで※更新あり

申し込み 7月27日(月)までに教育総務課、町公式ホームページにある申込書を同課に提出※郵送のときは同日必着

問い合わせ 同課へ

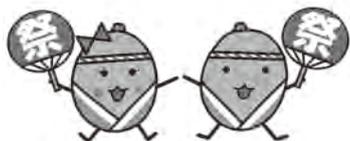
### 宣伝効果抜群！まつり岡垣のチラシの広告募集

毎年約2万人が来場するまつりのチラシに広告を載せませんか。チラシは広報おかがき9月25日号に折り込むほか、町内・近隣市町の主要施設、まつり来場者に配ります。

対象 町内の事業所

募集枠数 4※先着順、審査あり

仕様 1枠40×97ミリメートル、カラー、掲載場所は実行委員



会が指定  
費用 1枠5千円

【チラシ】

配布時期 9月25日(金)～10月18日(日)

配布数 1万7千500部

申し込み・問い合わせ 7月24日(金)までにまつり岡垣実行委員会

(産業振興課)へ

子どもたちをサポートしよう

ふれあいinSANDA

岡垣町とは異なる自然・歴史・文化をもつ長野県上田市真田町との交流事業に、スタッフとして参加しませんか。

対象 次のすべてに当てはまる人

○町内に住み、平成27年4月1日現在で18～30歳

○10月～平成28年2月に行う研修(全10回)に参加できる

○研修後も町の行事などに積極的

に携われる



▲マナーなどの講話や指導を行います

募集内容 カウンセラー2人

活動内容 研修の内容決めや研修

生のサポート・指導、報告書の作成など

申し込み 7月31日(金)までに生涯学習課または町公式ホームページ

にある申込書を同課に提出※8月中旬に個別面接を行います

問い合わせ 同課へ

参加者には豪華景品あり！

ゆかたコンテスト

えびつかぐや

灯籠まつりの中で催します。かわい

いやあでやかな着こなし、すてきな

衣美人の参加を待っています。

対象 会場に浴衣を着て来場できる女性

部門・定員

○小学1年～3年生 10人

○小学4年～中学生 10人

○高校生以上 10人

※応募多数のときは抽選

とき 8月29日(土)午後6時から

※雨天時は順延

ところ えびつかぐや灯籠まつりイベント会場

申し込み・問い合わせ 7月31日(金)までにえびつかぐや灯籠まつり実行委員会(岡垣町商工会) ☎2282-0294へ



### 自衛隊のヘリコプターに乗ってみよう

対象 小学生以上の人※小学生は保護者同伴

とき 8月22日(土)午前8時30分～午後2時のうち約20分間

ところ 航空自衛隊芦屋基地(芦屋町)

定員 約80人※応募多数のときは抽選。結果は当選者のみに8月上旬ごろ通知

申し込み 7月31日(金)(消印有効)までに往復はがきに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、人数(1枚で2人まで)を記入し〒807-0133芦屋町大字芦屋1455-1航空自衛隊芦屋基地基地渉外室体験搭乗係に郵送

問い合わせ 同基地基地渉外室 ☎223-0981へ

専門技術を学び

転職に生かそう

県立戸畑高等技術専門校の訓練生を募集します。対象者や申し込み方法などは問い合わせてください。

募集料 介護サービス料

定員 30人

訓練期間 9月25日(金)～平成28年3月17日(木)

選考日 8月27日(木)

申し込み・問い合わせ 8月17日(月)までに同校 ☎882-4306へ

## 福岡県公衆衛生医師を募集します

県保健福祉環境事務所などで保健・医療・介護施策の企画などをしてみませんか。詳しい内容は問い合わせてください。

**選考方法** 面接試験、小論文など  
**定員** 3人  
**申し込み・問い合わせ** 7月31日(金)までに県保健医療介護総務課  
☎092-643-3237へ

## 福岡県海外戦没者慰霊巡拝

対象者や費用などは問い合わせてください。

### 【東部ニューギニア】

**とき** 10月1日(木)～6日(火)の5泊6日

**締め切り** 8月10日(月)

### 【ミャンマー】

**とき** 10月15日(木)～21日(水)の6泊7日

**締め切り** 8月28日(金)

### 【ともこ】

**申し込み・問い合わせ** 締め切り日までに福岡県遺族連合会

☎092-761-0012へ

## 自衛官を目指しませんか

### 【自衛官候補生】

**対象** 平成28年4月1日現在、18～26歳の人

### 試験日

○男性 9月18日(金)、19日(土)  
○女性 9月27日(日)、28日(月)

### 【一般曹候補生】

**対象** 平成28年4月1日現在、18～26歳の人

**試験日** 9月18日(金)、19日(土)

### 【航空学生】

**対象** 平成28年4月1日現在、18～20歳の人

**試験日** 9月23日(水)

### 【ともこ】

**申し込み** 8月1日(土)～9月8日(火)に自衛隊福岡地方協力本部

☎223-0981へ

### 【説明会】

8月の土日に行われます。詳しくは問い合わせてください。

### 【すべて】

**問い合わせ** 同本部 ☎223-0981へ

## 講座

### 情報プラザ人の駅のパソコン研修

### 【エクスセル初級講座】

**対象** 町内に住むまたは勤務している人

**とき** 8月4日、11日、18日、25日、9月1日、

8日、15日、29日すべて火曜日午後7時～9時(全8回)

**内容** 情報プラザ人の駅  
表やグラフの作成・編集

などの基本操作を学ぶ  
**定員** 20人※応募多数のときは抽選  
**費用** 千296円

**持参品** パソコン

**申し込み** 7月21日(火)までに情報プラザ人の駅にある

申込書を同場所に提出

**問い合わせ** 同プラザへ



### ITボランティア岡垣のパソコン講座・相談室

**「エクスセルで「健康管理表」を作る」**

**とき** 8月6日(木)、11日(火)、20日(木)、27日(木)午前9時30分～正午(全4回)

**内容** 健康管理表を作成しながら、入力規則や表示形式などの基本操作と簡単な関数を学ぶ

**定員** 10人※応募多数のときは抽選

**費用** 200円(教材費など)

**申し込み** 7月25日(土)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同場所に提出

### 【パソコン相談室】

パソコン操作に関する疑問を個別に聞くことができます。

**とき** 毎週金曜日午前9時30分～正午

**費用** 無料

**対象** 町内に住むパソコン初心者  
**ところ** 情報プラザ人の駅

**問い合わせ** ITボランティア岡垣 ☎090-7984-3180  
または情報プラザ人の駅へ

### 家庭介護介助者養成講座

家庭や地域で行う介護に役立つ知識や技術を学べます。

**対象** 介護方法や介護の基本を学びたい人

**【改正介護保険制度を学ぼう】**

**とき** 8月2日(日)午前10時～午後1時

**【転倒予防】**

**とき** 8月9日(日)午前10時～午後1時

### 【ともこ】

**ところ** 岡垣サンリーアイ

**定員** 20人※定員になり次第締め切り

**費用** 無料

**申し込み・問い合わせ** 麻生教育サービス(株) ☎092-43216266へ

### 危険物取扱者保安講習

8月17日(月)～10月28日(水)に、北九州市など5つの会場で行われます。詳しくは、遠賀郡消防本部に問い合わせてください。

**問い合わせ** 同本部 ☎293-8125へ



気軽に利用してください  
まちな相談窓口

電話相談

- ふくおか自殺予防ホットライン  
☎ 092-592-0783 へ (24時間受付)
- 子どもホットライン 24  
☎ 0949-24-3344 へ (24時間受付)
- 女性のための悩みごと相談  
とき 毎週水曜日 10:00 ~ 17:00  
☎ 561-5737 へ
- 教育電話相談  
とき 月~金曜日 8:30 ~ 17:15  
☎ 282-4884 へ

窓口相談

- 補聴器相談  
とき 第1・3月曜日 13:00 ~ 15:00  
第2・4月曜日 13:00 ~ 14:00  
ところ 岡垣町役場  
☎ 282-1211 (福祉課) へ
- 行政相談  
とき 8月14日(金) 13:30 ~ 16:00  
ところ いこいの里  
☎ 282-1211 (総務課) へ
- 交通事故相談  
とき①8月7日(金) 10:00 ~ 16:00  
②8月12日(水) 10:00 ~ 16:00  
ところ①宗像市役所  
②ハピネスなかま (中間市)  
☎① 0940-36-5050 へ  
② 246-2017 へ

※ともに受け付けは 15:00 まで

- 総合福祉相談(福祉 110 番)  
とき 8月11・25日ともに火曜日  
10:00 ~ 12:00  
ところ いこいの里  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ
- 心配ごと相談  
とき 8月28日(金) 14:00 ~ 16:00  
ところ 東部公民館  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ
- 法律相談※要予約  
とき 8月7・21日ともに金曜日  
13:30 ~ 16:30  
ところ いこいの里  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ

電話・窓口相談

- 高齢者・障害者相談  
とき 24時間受付  
ところ  
①岡垣町高齢者・障害者相談センター  
☎ 282-5167 へ  
②岡垣町東部高齢者・障害者相談センター  
☎ 282-5103 へ
- 消費生活相談  
とき 月~金曜日 8:30 ~ 17:15  
※専門員による相談は火・金曜日  
10:00 ~ 17:00  
☎ 282-1211 (地域づくり課) へ

困る前に知っておこう  
犬の育て方セミナー

とき 8月3日(月)午後1時30分  
~ 4時※受け付けは午後1時から  
ところ 県宗像総合庁舎(宗像市)  
定員 約30人※先着順。要予約  
費用 無料  
申し込み・問い合わせ 7月30日  
(木)までに宗像・  
遠賀保健福祉環  
境事務所 ☎ 09  
40-36160  
98 へ



ひとり親家庭のための  
介護事務講習会

対象 県内(福岡市、北九州市  
を除く)に住むひとり親家庭の父  
や母、または母子家庭だった女性  
で就職や転職を希望している人

とき 9月3日(木)~17日(木)のう  
ち火・木曜日の5日間、午前9時  
30分~午後3時30分  
ところ 田川総合庁舎(田川市)  
※託児あり(要予約)

定員 10人※書類選考あり。少  
数のときは中止  
費用 無料※テキスト代は別  
申し込み 8月13日(木)までにこど  
も未来課にある申込書を福岡県ひ  
とり親家庭等就業・自立支援セン  
ターに提出  
問い合わせ 同センター ☎ 094  
8-21-0390 へ

試験

民間企業経験者などの  
県職員採用試験

対象 昭和31年4月2日以降に  
生まれ、民間企業などで5年以上

働いた経験のある人  
【第1次試験】

とき 8月23日(日)

申し込み 県庁にある申込書を次  
のいずれかの方法で

○インターネット 7月13日(月)~  
21日(火)に県ホームページから

○郵送・持参 7月13日(月)~24日  
(金)(消印有効)に県人事委員会事

務局へ

問い合わせ 同事務局 ☎ 092-  
643-3956 へ

福岡県町村会等  
職員採用試験(行政事務)

対象 平成元年4月2日~平成  
6年4月1日に生まれた人

定員 1人程度(大学卒業程度)

【第1次試験】

とき 9月20日(日)

ところ 福岡県自治会館(福岡市)

博多区)  
申し込み・問い合わせ 7月27日  
(月)~8月14日(金)に福岡県町村会  
☎ 092-651-1121 へ

相談

古賀特別支援学校の  
体験学習

部門 知的障害教育(小中学部)

とき 8月24日(月)、25日(火)のい  
ずれか1日

ところ 同学校(古賀市)

申し込み 7月23日(木)までに教育  
総務課または通っている幼稚園・  
小学校などの職員へ

問い合わせ 古賀特別支援学校小  
中学部 ☎ 092-1943-867  
4 へ

## ロコモ予防で健康寿命をのばそう

近年耳にするようになったロコモティブシンドローム(略称:ロコモ、和名:運動器症候群)は、メタボに並んで増加しています。日ごろから適度な運動やバランスのよい食生活を心掛け、予防に取り組みましょう。

### ロコモを知ろう

#### 【ロコモとは】

運動器である筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板などに障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの支障をきたしている状態をいいます。

#### 【発症する原因】

運動不足や食生活の乱れが主な原因です。立つ・歩く・走る・登るなど日常生活で必要な体を移動させる能力は、少しずつ低下していきます。日ごろ運動しない人や肥満・やせ過ぎの人、痛みやだるさを放置している人は、生活習慣を見直し医療機関を受診するなど、ロコモの予防に取り組みしましょう。



### ロコモを予防しよう

#### 【毎日の生活に「+10」を】

ロコモ予防には運動習慣を身につけることが大切です。なかなか運動できない人は、今より10分多く体を動かすことから始めましょう。

### 「+10」の例

- 自動車ではなく自転車や徒歩で移動する
- エレベーターやエスカレーターではなく階段を使う
- テレビを見ながらストレッチや筋トレをする

#### 【健康的な食生活を心掛けよう】

食事をきちんととり、ロコモにならない丈夫な骨や筋肉をつくりましょう。

#### ○バランスのよい食事

肥満になると腰やひざに負担がかり、やせ過ぎると体を支える骨や筋肉が弱くなります。1日3回の食事に「ごはん」などの「主食」、肉や魚などの「主菜」、野菜やきのこ類などの「副菜」をバランス良く取り入れましょう。

#### ○骨を強くする食品(表1)

骨をつくるのに最も必要な栄養素はカルシウムですが、日本人には不足しがちです。カルシウムを多く含む食品を意識してとりましょう。ま



(表1) 骨と筋肉を強くする栄養素と食品

栄養素	多く含む食品
カルシウム	牛乳・乳製品、小魚、緑黄色野菜、海藻類、大豆製品
ビタミンD	サケ、うなぎ、さんま、干しいたけ
ビタミンK	納豆、青菜
たんぱく質	肉、魚、卵、大豆・大豆製品

た、カルシウムなどの吸収をよくするビタミンD、骨の形成や骨質を維持するビタミンKも大切な栄養素です。食塩やカフェイン、食品添加物に含まれるリンは、カルシウムの働きを妨げるので、コーヒーや加工食品をとりすぎないようにしましょう。

#### ○筋肉を強くする食品(表1)

筋肉をつくる最も重要な栄養素はたんぱく質ですが、高齢期になると食事が減り、たんぱく質が不足しがちになります。3食の中に肉、魚卵、大豆製品のうち一品を取り入れましょう。

運動と食生活の両面からロコモ予防に取り組み、これからも健康でいきいきとした生活を送りましょう。

### 健康づくり課 管理栄養士

林田智子

### 休日や夜間の診療は

#### 【日曜日・祝日】

とき・ところ 受け付け 午前9時～午後4時30分、遠賀中間休日急病センター(遠賀中間医師会おんが病院・遠賀町) ☎282-9919  
診療科目 内科、小児科※小児科は要連絡

#### 【夜間相談】

内容・とき  
○診療できる病院を知りたい 遠賀郡消防本部 ☎293-1231  
○小児救急電話相談 ☎#8000 または 662-6700(北九州地区) 午後7時～午前7時  
○一般相談 ☎282-9919  
平日午後6時～10時、日祝日午後5時～10時

### 医療機関の情報を知りたいときは

※いつでも可

- 救急医療情報センター ☎092-471-0099
- 救急医療情報センター音声 FAX 案内 ☎092-415-1313
- 北九州テレフォンセンター ☎522-9999

熱中症に注意してください

## 5つの心掛けで夏を乗り切ろう

これから本格的な暑い夏を迎えます。熱中症にかからないように次のことに気をつけましょう。

### ○温度に気を配ろう

今いる場所やこれから行く場所の温度を、温度計や天気予報で知るようにしましょう。



### ○飲み物を持ち歩こう

いつでも水分補給ができるように、飲み物を持ち歩きましょう。たくさん汗をかいたら塩分も補給しましょう。

### ○休息をとろう

寝苦しい夜は部屋の風通しをよくし、通気性の良い寝具を使うなど、ぐっすり眠れる工夫をしましょう。

### ○栄養をとろう

朝食をしっかりとり、1日3食バランスよく食べましょう。



### ○声を掛け合おう

家族や隣近所の人と「水分補給している?」「少し休んだほうがいいよ」などと声を掛け合しましょう。

問い合わせ 健康づくり課へ

感染症の危険がたくさん

## 蚊に刺されないように!

今年も蚊の発生シーズンには、今年の夏に国内でも発生したデング熱や日本脳炎など蚊との接触で感染する病気が発生するおそれがあります。

蚊を近づけない、蚊に刺されない対策をしましょう。



### 【幼虫対策】

- 水中に生息するボウフラを退治しましょう
- 建物周辺にある不要なものは片づけましょう
- たまり水をなくしましょう
- 週1回は建物周辺の清掃や汲み置き水の交換を行きましょう

### 【成虫対策】

- 日中に屋外で活動するときは蚊に刺されない対策をしましょう
    - ・肌の露出を控える
    - ・蚊を近づけない薬剤などを使用する
  - やぶや草むらを放置しない
  - 網戸や防虫網を設置する
- ※殺虫剤などの薬剤を使用するときは、使用上の注意をよく読んでください



### デング熱の症状

デングウィルスに感染してもすべての人に症状が出るわけではありませんが、高熱や関節の痛み、目の奥が痛くなるなどの症状が1~2週間続きます。

問い合わせ 健康づくり課へ

## ヘルシークッキング

No. 276  
~南フランスの野菜炒め~  
ラタトゥユ



### 4人分の材料

- ナス 230g
- マカロニ 20g
- セロリ 40g
- アスパラガス 40g
- 玉ねぎ 60g

- オリーブオイル 小さじ1
- A: チキンスープ適量、塩・コショウ各少量、ケチャップ大さじ2、醤油小さじ2

### 作り方

- ①ナスは乱切りしてあく抜きする。そのほかの野菜をすべて一口大に切り、オリーブオイルで炒め、Aで煮含める。
- ②マカロニを茹で①に加える。

### 一人分の栄養価

エネルギー 87kcal、塩分 0.6g、タンパク質 1.8g、脂質 2.2g、カルシウム 18mg

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスメイトの会)

### ここから相談窓口

#### ■女性の健康・不妊相談※要予約

とき 8月21日(金) 13:00 ~ 16:00  
ところ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)

☎ 0940-37-4070 へ

#### ■こころの健康相談※面談は要予約

とき 月~金曜日 8:30 ~ 17:00  
ところ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)

☎ 0940-36-2473 へ

# 子育てナビ

こども未来館

## イベント情報



7/25 (土) 8/8 (土) 8/15 (土)

夜空のすてきな世界を見よう!

### 天体観望

天体望遠鏡で月や季節のいろいろな星を見ます。

対象 だれでも可

時間 ○7月25日(出)  
= 20:00 ~ 21:00  
○8月8日・15日(出)  
= 19:30 ~ 20:30



8/1 (土) 8/15 (土) インストラクターが指導します

### スポーツクライミング

屋外の高さ6mのクライミングウォールに挑戦しよう!

対象 小学生以上

時間 9:30 ~ 11:30  
※運動靴、長ズボンで参加してください



●イベントに参加する人は、始まる10分前までに集合してください  
問い合わせ こども未来館 ☎281-5501へ

ほかにも楽しいイベントが盛りだくさん!  
詳しくはこども未来館または町公式ホームページにある「こどもみらいかんメール」をご覧ください。

こども未来館から

こんにちは

### 日本の伝統「和太鼓」の演奏に感動!

6月13日、航空自衛隊芦屋基地「鼓道」の皆さんが和太鼓演奏を披露してくれました。演奏を見に来た子どもたちは、その迫力にびっくり。最後は和太鼓の演奏を体験するなど、楽しい時間を過ごしました。



音楽ひろば

### みんなで演奏しよう



身近にあるストローで簡単な楽器を作り、みんなで音を出して楽しめます。



▲昨年の音楽ひろばの様子

対象 だれでも可  
とき 8月1日(出)

15:00 ~ 15:45

ところ こども未来館

問い合わせ

同館 ☎281-5501へ

## 8月 健診・子育て支援行事

■子どもの健診 ところ いこいの里

日程	種 目	受付時間
6日(木)	4か月児健診	12:45
6日(木)	7か月児健診	13:00
19日(水)	3歳児健診	12:45

### こどもの発達相談 (要予約)

子どもの心の発達に関する相談を臨床心理士が無料で受けます。

とき 8月7日(金) 13:30 ~ 16:00

ところ いこいの里

申し込み 健康づくり課へ

### 子育て相談自由広場

成長のこと、離乳食やお口のケアなど気軽に相談してください。

とき 8月11日(火) 9:30 ~ 11:00

ところ こども未来館

持参品 母子手帳・バスタオルなど



※詳しくは「健康・福祉の大切なお知らせ」をご覧ください  
問い合わせ 健康づくり課へ

### かるがも親子教室 (要予約)

発育や発達に不安のある子どもと親を対象にした親子遊び教室です。

●参加を希望する人は、事前に臨床心理士との面談が必要です

●託児が必要な人は申し込みのときに伝えてください

とき 8月7日(金)

14:00 ~ 15:30

※受け付けは13:30 ~ 14:00

ところ いこいの里

申し込み

健康づくり課へ

