

広報

2019.OCTOBER

# おかがき

# 10

No.1026



## CONTENTS

## 目次

特集	自分らしく笑顔で生きる	2
	まちかどZOOMアップ	8
	お知らせ	10
	町民ふれあい広場	22
	まち活のススメ	24
	国際交流	26
	新岡垣風土記	27
	健康づくり Information	28
	子育てNavi	29
	行事予定・施設情報	30
	えびつかぐや灯籠まつり	32

認知症カフェで  
楽しいひととき。





## 特集

# 自分らしく笑顔で生きる

「もしも、親や身近な人、あるいは自分自身が認知症になってしまったら……」  
そんな不安を抱いたことはありませんか。認知症は誰もがなる可能性があり、「他人  
事」ではなく「自分事」として考える必要があります。

問い合わせ 長寿あんしん課

### 認知症を知る

認知症とは、脳細胞の死滅や活動低下が原因で、記憶や判断力などが衰え、日常生活への支障がおおむね6か月以上続いている状態をいいます。もっとも多いのはアルツハイマー型認知症で、全体の約50パーセントを占めています。

加齢による物忘れは昨日の夕食に何を食べたかを思い出せなくても、夕食を食べたことは覚えていきます。しかし、認知症の人は夕食を食べたことを覚えていないなど、体験したこと自体を忘れてしまいます。物忘れと認知症の大きな違いは、「物事を忘れている」ということへの自覚があるかどうかです（表1）。

### 岡垣町の現状

町の65歳以上の高齢者のうち、約2千人が要介護認定を受けています。認知症と診断されている人はそのうちの1052人。高齢者全体で見ると10人に1人の割合で、その数は年々増加しています（図1）。

また、認知症と診断された高齢者の人数を見ると75歳以上が約9割を占めています（図2）。高齢化が進む現代社会では認知症は人が老いていくうえで避けては通れないものと考え、向き合っていく必要があります。



表1 「加齢による物忘れ」と「認知症の記憶障害」の違い

加齢による物忘れ	認知症の記憶障害
出来事の一部を忘れる	出来事のすべてを忘れる
何を食べたか思い出せない	食べたことを忘れる
約束の内容を忘れた	約束したことを忘れる
目の前の人の名前などが思い出せない	目の前の人が誰なのか分からない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある
ヒントがあれば思い出せる	ヒントがあっても思い出せない

図1 65歳以上の人口に占める認知症の人の割合

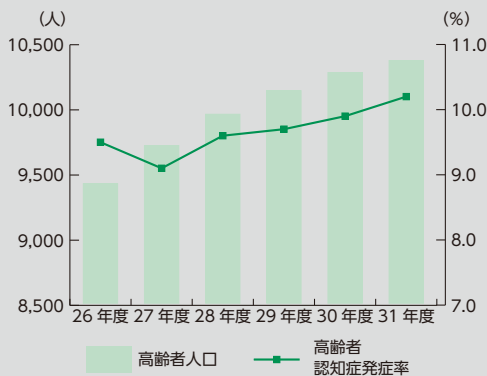
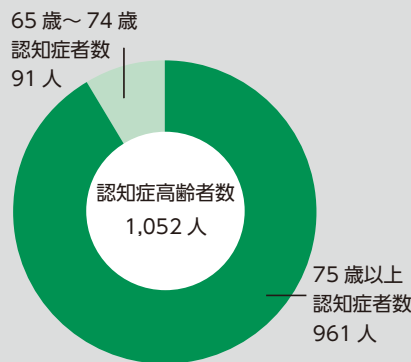


図2 認知症高齢者の人数 (平成31年4月現在)



## 「早期発見・早期治療」が自分らしく生きるための鍵

### 早期発見・早期治療が大切

認知症の中で最も多いアルツハイマー型認知症は、早期発見が大切で薬により進行を遅らせることができますといわれています。また、早くから本人や家族が認知症への理解を深め、日ごろから話し合っておくことで自分らしく生きるための準備をすることができます。「最近、何かおかしいな」「ひよっとしたら……」と思ったら、で

### 周囲のサポートが必要

きるだけ早く相談窓口や医療機関に相談し、専門家のアドバイスを受けましょう。

認知症の人が住み慣れた地域で暮らしていくためには、地域全体で見守り、支える必要があります。日ごろから声を掛け合える地域づくりをしていき、認知症カフェや認知症サポーター養成講座、必要に応じて介護保険サービスや成年後見制度などを活用することで、認知症になっても自分らしく笑顔で生きていくことができます。





# 地域で支える

あなたやあなたの家族を支えるサービスや支援の輪を紹介します。

## 認知症カフェ

認知症の人やその家族、地域の人が集まる認知症カフェ。ここでは情報交換のほか、予防に効果的といわれている頭を使うゲームや折り紙などを参加者が楽しみながら行っています。

また、カフェでは専門知識を持つスタッフから予防に適したバランスの良い食事や適度な運動などの話を聞くことができ、認知症についての相談も受け付けています。

人との会話は脳に程よい刺激を与えます。カフェにはさまざまな年代や地域から人が集まるため、積極的に利用して人と会う機会を作りましょう。誰でも参加できるほか、おいしいコーヒーやお菓子を準備しています。ぜひ一度参加してください。



表2 岡垣町認知症カフェ一覧

	場所	日時	費用
オレンジほっとカフェ〜つながる〜	公園通り 1-7-1 (高倉苑) ☎ 282-5167	第1日曜日 13:30~16:00	100円
オレンジカフェ〜よりあい処〜	鍋田 2-1-6 (あゆみの里) ☎ 281-2223	第3日曜日 13:30~15:30	100円
オレンジカフェ天狗屋	吉木西 1-1-5 ☎ 282-9397	第2・4金曜日 13:30~15:30	200円
ふれ愛カフェ	野間南 4-7 (ふれ愛の郷) ☎ 281-5535	第2日曜日 13:00~15:30	100円
オレンジカフェひなたぼっこ	内浦 592 ☎ 282-4270	第3土曜日 13:30~15:30	200円
くつろぎCafeみかんの木	中央台 2-7-26 ☎ 282-9343	月~金曜日 (祝日除く) 10:00~16:00	100円
オレンジカフェおしゃべり会	東山田 1-18-4 ☎ 282-4797	第1火曜日 13:00~15:00	100円
グリーンカフェ	南高陽 12-6 (南高陽区公民館) ☎ 090-5733-1696	第1日曜日 13:00~15:00	200円
オレンジカフェ笑顔で丸い心	海老津駅南 2-3-10 (白谷区公民館) ☎ 282-5903	第4日曜日 11:30~14:00	100円



## 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人をそっと見守り手助けするサポーターを増やすために催しています。

講座では、認知症の原因や症状、予防法などの知識と認知症の人やその家族への接し方を学ぶことができます。また、講座終了後にはサポーターの証であるオレンジリングを配布しています。

8月24日には、JA北九岡垣支店・岡垣東部支店合同で催しました。今後も住民や事業所、中学生向けに催し、認知症への地域の理解と支援の輪を広げていきます。

講座の受講を希望する人は、長寿あんしん課に問い合わせてください。





あなたの生活を守ります

## 成年後見制度

判断能力が不十分な認知症の人などが社会で不利益を受けたり、被害に遭ったりすることがないように本人に代わって財産の管理や医療・介護などの手続きを行う制度です。



### 財産の管理

- 預貯金の管理
- 税金や光熱水費などの支払い
- 不動産に関すること
- 遺産分割 など

### 医療・介護などの手続き

- 介護・福祉サービスの契約
- 施設への入退所の手続き、費用の支払い
- 医療機関の受診に関すること
- 要介護認定の申請 など



日ごろの生活や将来の暮らしに不安があるときは、制度を利用することを考えてみましょう。



認知症になるとお金の管理やさまざまな手続き、物事の判断などが難しくなります。ここでは認知症の人を不利益や被害から守る制度を紹介します。

# 権利を守る

## 本人が困らないよう、味方になって見守ります

### 成年後見人の業務

対象者を月ごとに訪問する中で困りごとがないかなどを確認し、相談を受けたときは、解決に向けてサポートします。銀行からお金を下ろして本人に渡すのはもちろん、赤字になりそうなときは本人や家族とお金の使い方を話し合うこともあります。本人が困らないよう、見守りながら味方として働いています。

### 家族としてサポートを

本人やご家族から相談以外にもさまざまな願いをされることがありますが、後見人はあくまでも本人の代理人です。例えば、病院から依頼された入退院の同意書へ家族に代わって署名することはできません。



社会福祉士  
ひらはら ちえ  
平原 智恵 さん

また、買い物や掃除といった身の回りのお世話などの直接的な支援はできないようになっています。後見人として困ったことがないようにサポートしていきますが、家族や身近な人が認知症について学び、制度やサービスを理解して上手に活用しながら、支えていくことも大切なことです。

## 困ったときに利用してほしい制度です

### 裁判所が適任者を選任

成年後見人は家庭裁判所がもっとも適任だと判断して選任した人が務めます。制度が始まった当初は家族が後見人になることが多かったのですが、最近は専門職(弁護士・司法書士・社会福祉士など)が務めることも多くなっています。

成年後見制度を利用するには印紙や診断書代などの申立費用、利用開始後には後見人への報酬が必要です。報酬金額は本人の資産に配慮して裁判所が決定しますので、安心して利用できます。

### トラブルを未然に防いで

制度の利用相談は問題が起こってから来られる人が多いので、トラブルに遭わないためにも制度を上手に活用してほしいです。

ただし、成年後見の申し立てには必要な書類も多く、一度申し立てると原則として取り下げができません。制度の詳しい内容は、町の包括支援センターや専門家に問い合わせてください。



司法書士  
ひらはら よしのり  
平原 嘉章 さん



# 認知症?と思ったら チェックしてみましょう



(大友式認知症予測テスト-認知症予防財団 HP より抜粋)

- ① 同じ話を無意識のうちに繰り返す
- ② 知っている人の名前が思い出せない
- ③ 物のしまい場所を忘れる
- ④ 漢字を忘れる
- ⑤ 今しようとしていることを忘れる
- ⑥ 器具の使用説明書を読むのが面倒
- ⑦ 理由もないのに気がふさぐ
- ⑧ 身だしなみに無関心である
- ⑨ 外出がおっくうだ
- ⑩ 物(財布など)が見当たらないのを他人のせいにする

<input type="checkbox"/>	ほとんどない	0点
<input type="checkbox"/>	ときどきある	1点
<input type="checkbox"/>	よくある	2点
<b>合計</b>		<b>点</b>
<hr/>		
①から⑩の合計を計算		
● 0～8点(正常) 老化現象の範囲内。点数が高い人は疲労やストレスが原因のときもあります。		
● 9～13点(要注意) 家族に再チェックしてもらいましょう。認知症予防策を生活に取り入れて。		
● 14～20点(要診断) 初期症状の可能性もあります。専門医などに相談してください。		

※このチェックリストはおおよその目安で、医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。

認知症は、さまざまな原因で引き起こされる症状です。徐々に進行するものもありますが、治療をすることで改善が見込めるものもあります。初期症状を見逃さず早い段階で相談し、適切な治療と日々の生活に認知症予防を取り入れる

## 気付きのポイント

もの忘れ外来では、本人やご家族からの認知症に関する相談を受け付けています。お話を聞きながら、「加齢による物忘れなのか」「認知症なのか」または「別の病気が隠れているのではないか」などのいろいろな可能性を考えながら診察しています。

## 心配になったら受診を

# ひとごと 「他人事」ではない認知症

認知症に関する困りごとがあれば、もの忘れ外来や地域の相談窓口にご相談ください。本人や家族だけで抱え込まずに、同じ悩みを持つ人の集まりに参加するのも良いでしょう。支えてくれる人は地域にいます。困りごとを解決するためにはどうすれば良いかをみんなで一緒に考えていきましょう。

## いつでも相談してください

ことで、進行を遅らせられる可能性があります。普段の様子を知る身近な人が「何かおかしい」と気付くこと、地域全体で早く見つけるという意識を持つことが早期発見のポイントです。

おかがき病院  
もの忘れ外来  
てせん ひろふみ  
手銭 宏文 医師







■町内のもの忘れ外来がある医療機関 (表 3-1)

病院 (所在地)	電話番号
遠賀中間医師会おかがき病院 (大字手野 145 番地)	282-0181
高倉クリニック (公園通り 1-7-1)	282-0081
堤病院 (鍋田 2-1-1)	282-1234

■県が指定する認知症専門医療機関 (表 3-2)

病院 (所在地)	電話番号
医療法人光風会 宗像病院 (宗像市光岡 130 番地)	0940-36-2775
産業医科大学病院認知症センター (北九州市八幡西区医生ヶ丘 1-1)	691-7666

町内では3つの病院に「もの忘れ外来」が設置されていて、診察を通して医師が助言を行っています(表3-1)。また、近隣の市にも県が指定する認知症専門医療機関が2つあります(表3-2)。認知症と診断されることには不安があるかもしれませんが、早期発見・早期治療が進行を遅らせるための鍵です。自分らしく笑顔で生きていくためにも早めに受診しましょう。

不安に思ったときは  
早めに受診してください

# 私たちに相談を

受診するときは  
必ず電話で予約しましょう



## ひとりで悩まないで

自分や家族が認知症かもしれないと悩んだとき、なかなか人には相談しにくいものです。しかし、ひとりで悩んでも何も解決しません。まずは電話などで気軽に相談してください。

施設名	電話番号
岡垣町長寿あんしん課地域包括支援係 (地域包括支援センター)	282-1211
岡垣町高齢者相談センター	282-5167
岡垣町東部高齢者相談センター	282-5103

## 認知症サポートブック

町の施設や町内のもの忘れ外来の3か所、認知症カフェで「認知症サポートブック」を配布しています。認知症の症状や認知症の人との適切な接し方、進行段階ごとに受けられるさまざまなサービスの内容など、地域で認知症の人を支えるための助けとなる内容を掲載しています。



## 私たちがサポートします

長寿あんしん課に高齢者の相談窓口「地域包括支援センター」があります。

「身近な人が認知症かも」「本人が病院に行きたがらない」「認知症について知りたい」などの相談も受け付けています。認知症になっても笑顔で自分らしく、いつまでも安心して暮らしていけるように皆さんと一緒に考え、解決に向けてサポートしていきます。



## ようこそ岡垣町へ

8/6～7 国内派遣交流で石川県津幡町の児童が来町

平成24年から災害時相互応援協定を結んでいる石川県津幡町の小学6年生25人が岡垣町を訪れました。今年で6回目となるこの交流は、両町の児童が共同学習などを通して、友好を深め、子どもたちのコミュニケーション能力を高めるために行われています。

台風の影響で岡垣町の児童との交流はできませんでしたが、津幡町の児童たちは、岡垣かるたや勾玉づくり、波津海水浴場でのサーフィンやスタンドアップパドルボードなどの水上スポーツ体験で笑顔を輝かせていました。



## わかば整骨院

首・肩・腰にお悩みのある方、交通事故に遭われて後遺症をお持ちの方、是非『わかば整骨院』へお越し下さい。当院はご利用様とのふれあいを大切にする岡垣町の整骨院です。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	9時～15時 休
14:30～20:00	○	○	○	○	○	○	



☎093-863-5270

☎093-701-8170

野間本院:野間2丁目16-3

中央台院:中央台4丁目1-8

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



## みんなで楽しく自由研究

8/7 夏休みチャレンジ Day「自由研究の日」

夏休みの自由研究のヒントを見つけてもらおうとこども未来館で催したイベントに、町内外から90人の小学生が集まりました。今年は福岡県立東筑高校の理科部の皆さんと岡垣竹部隊の皆さんを講師として招待。不思議な実験や竹ストローづくりなどを子どもたちに体験させてくれました。子どもたちからは「もう一度自分でやってみて自由研究に役立てたい」などの声が聞かれました。



## 地域福祉の推進を目指して

8/24 社会福祉協議会会長表彰、夏まつり

長年、社会福祉事業などに積極的に協力された30人の皆さんと多額の寄付をされた1団体3人の皆さんが社会福祉協議会から表彰されました。おめでとうございます。

表彰後には地域ふれあい交流と福祉ボランティア活動などの促進を図るために夏まつりが催されました。大人から子どもまで約400人が参加し、かき氷やポップコーンの屋台、輪投げや福引きなどのイベントを楽しんでいました。



## 夏空に響く歓声

8/17 内浦校区の夏祭り

内浦小学校区育成会や内浦小学校PTAが中心となって催した「うつら夏祭り」に参加しました。当日は手押し相撲大会や岡垣町民吹奏楽団の演奏などの多くのステージイベントで会場は大いに盛り上がりました。

毎年恒例の内浦校区コミュニティが作る焼きそばパンは瞬間に完売し、会場には地域の皆さんの笑顔があふれていました。



★乳幼児施設★



おとぎのいえ

随時入園できます！！

～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



FAX・TEL 093-283-0330



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。

## 主な問い合わせ先

- 町役場・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  
☎ 282-0162
- 西部公民館  
☎ 281-5006
- 地域交流センター  
(ボランティアセンター)  
☎ 282-5767
- 文化財展示室  
☎ 282-6118
- 観光ステーション北斗七星  
(岡垣町観光協会)  
☎ 281-5050
- 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

## 親子で考える「男女共同参画」

パパと子どものクッキング教室&ママのキャリアアップ講座

父子でのクッキング教室と母親を対象とした金融講座(キャッシュフローゲーム)を催します。当日はクッキング教室で作った料理を参加した家族全員で楽しみます。

**対象** 共働き家庭の小学3年生〜6年生までの子どもとその両親※父親・母親両方の参加が必要。対象年



年齢であれば兄弟・姉妹の参加も可

**とき** 11月30日(土)午前9時30分〜午後1時30分

**ところ** いこいの里

**定員** 10家族※応募多数のときは抽選。参加決定者には11月上旬に郵送でお知らせします。

**費用** 1家族500円

**申し込み** 10月18日(金)までに福祉課、中央・東部・西部公民館、こども未来館、

いこいの里、町公式ホームページにある申込書を福祉課に提出※無料の託児あり。

申込時に予約してください。

**問い合わせ** 福祉課

プレミアム付き!お得な商品券

## “うきうき”商品券を追加で販売します

申し込み方法など詳しくは今回の広報おかがきと同時に配布しているチラシを見てください。

**販売価格** 1冊1万円(1万1千円分の商品券)※1世帯につき5冊まで購入可

**商品券の内容** 1冊の中に次の2種類の商品券が入っています。

●共通券=500円×15枚(7,500円分)

●中小会員店専用券=500円×7枚(3,500円分)

※どちらも岡垣町商工会に加入している店舗(一部を除く)のみ使用可。公共料金やたばこ、切手など一部の支払いには利用できません。

**使用期間** 10月1日(火)~令和2年2月29日(土)

**問い合わせ** 岡垣町商工会 ☎ 282-0294

## 不動産のご相談大募集!

無料査定

家・土地のお探し

空き家の管理

リフォームのご相談

相続のご相談

お部屋探し

現金買取も致します!

株式会社岡垣地建

メール info@okagaki-c.com

☎ 093-282-0033

岡垣町中央台3-1-1

http://www.okagaki-c.com



宅地建物取引士

三角 貴彦



海老津バスのりば横

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



### ■予防接種を受けられる町内の指定医療機関

医療機関	電話番号	対象		
		未就学児	小学生	中学生
いまづ内科 消化器科クリニック	283-0099	×	○	○
いわくまハート クリニック	701-6037	×	○	○
占部胃腸科内科医院	282-0127	×	○	○
岡垣腎クリニック	982-5645	×	×	○
遠賀中間医師会 おかがき病院	282-0181	×	○	○
加藤医院	282-0003	○ 3歳以上	○	○
くわのキッズ クリニック	281-5515	○	○	○
公園通りクリニック	282-0224	×	×	○
こんどう胃腸科 外科医院	283-0101	○	○	○
柴山クリニック	282-0091	×	×	○
田中ひろし 小児内科医院	283-1640	○	○	○
ふじた医院	283-3211	○ 3歳以上	○	○
やまがたクリニック	281-5152	○	○	○

※町外の指定医療機関は、助成券を送るときに同封する案内を見てください。

## 子どものインフルエンザ 予防接種の費用を補助します

インフルエンザの発症や重症化、感染拡大を防ぐため、予防接種費用の一部を助成します。対象者には、9月末までに助成券を送ります。

- 対象 町内に住み、予防接種を受けるときに1歳～15歳の人※15歳
- 対象の人は中学生に限る
- 助成券の使用期間 10月1日(火)～令和2年2月29日(土)
- 助成金額 1回あたり上限2千円
- 助成回数 12歳以下は2回まで、13歳以上は1回まで

※12歳で1回接種し、2回目があるときは助成の対象になります。※12歳の人には助成券を2枚送ります。1回目を接種するときの年齢に注意してください。

### 指定医療機関で 予防接種を受けるときは

医療機関に助成券を提出し、不足分の費用を支払ってください。

### 指定医療機関以外で 予防接種を受けるときは

医療機関に全額支払った後、健康づくり課で助成金の払い戻し手続きをしてください。

### 注意事項

● 医療機関によっては予約が必要ですが、各医療機関にお問い合わせください。

● 助成券を紛失したときは、再発行の手続きが必要になりますので問い合わせてください。

● 町外に転出したときは助成券は使えません。

● 1歳の誕生日を迎える人には誕生月の前月末に助成券を送ります。

問い合わせ 健康づくり課



旧3号線沿い茅原信号すぐ側

## 家・土地を売りたいとお考えなら、 地元岡垣で開業40年の吉田住建におまかせ下さい！

- 査定無料
- 不動産なんでも相談無料
- 買取りの相談
- 室内外の片づけ、清掃
- 古家の解体相談
- など…

スタッフ全員が宅地建物取引士の資格を持ち、売却まで一括サポートいたします。  
どうぞお気軽にご相談下さい (\*^^\*)

吉田住建 ☎ 283-2042 岡垣町海老津駅前 12-8 [http://yoshida-jyukken.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。

「日程に余裕があって受けやすい」と好評です

## 個別がん検診で自分の体と向き合おう

がんの種類	対象 ※年齢は令和2年3月31日現在	費用	内容
胃がん	大正・昭和の偶数年に生まれた50歳以上の人	3,000円	胃内視鏡検査※バリウム検査は行いません。
肺がん	40歳以上の人	500円	胸部レントゲン撮影
大腸がん		1,000円	便潜血反応検査
前立腺がん	50歳以上の男性	1,000円	血液検査
子宮頸がん	20歳以上の女性	1,000円	細胞診
乳がん	昭和の偶数年に生まれた40～49歳の女性・41歳で無料クーポン券対象者	2,000円	マンモグラフィー(2方向)
	大正・昭和の偶数年に生まれた50歳以上の女性	1,500円	マンモグラフィー(1方向)

※6月以降に町が行った集団検診または無料クーポンを使って受診した検診と同じものは受診できません。

※生活保護を受給している人はすべて無料です。

※授乳中または断乳後間もない人は、乳がん検診は受けられません。

### ■受診できる医療機関

がんの種類	医療機関名	電話番号
すべてのがん検診	遠賀中間医師会おんが病院(遠賀町)	282-0121
	福岡新水巻病院(水巻町)	203-2252
胃がん検診	いまづ内科消化器科クリニック	283-0099
	占部胃腸科内科医院	282-0127
	こんどう胃腸科外科医院	283-0101
	柴山クリニック	282-0091
	田中ひろし小児内科医院	283-1640

※胃がん検診は、遠賀郡内・中間市にも受診できる医療機関があります。

期限が近くなると、予約が取れないことがあります。早めに申し込んでください。

**受診できる期間** 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)※胃がん検診は令和2年2月29日(土)まで

**申し込み** 令和2年2月28日(金)までに健康づくり課に電話。その後、健康づくり課から申込確認票などが届いたら医療機関に電話※受け付けは各医療機関の診療時間内で、遠賀中間医師会おんが病院は午前11時からです。

**問い合わせ** 健康づくり課

境  
問  
い  
合  
わ  
せ  
住  
民  
環  
境  
課

●カードを受け取る人 町から届いた交付通知書、通知カード、本人確認書類、住民基本台帳カード(持っている人のみ)※代理人の申請は不可

●カードを申請する人 申請書、印鑑、通知カード、本人確認書類、住民基本台帳カード(持っている人のみ)※代理人の申請は不可

※本人確認書類(免許証など顔写真付き)は1点、健康保険証などは2点必要

※必要な書類がないときは問い合わせしてください。

マイナンバーカードで住民票などをコンビニエンスストアで取得できます!



仕事や学校などの都合で、平日にマイナンバーカードの申請や受け取りができない人は利用してください。

**とき** 10月5日(土)・27日(日)午前8時30分～午後5時

**ところ** 住民環境課※住民票の発行などは不可

**費用** 無料※再発行時は有料

**持ってくるもの**

●カードを申請する人 申請書、印鑑、通知カード、本人確認書類、住民基本台帳カード(持っている人のみ)※代理人の申請は不可

●カードを受け取る人 町から届いた交付通知書、通知カード、本人確認書類、住民基本台帳カード(持っている人のみ)

開設します

マイナンバーカードの専用窓口  
土曜・日曜に

マイナンバーカードの専用窓口

カラオケ喫茶

不老長寿の館

営業時間：(昼の部) 12:00～16:00  
(夜の部) 16:00～20:00

日曜・祝日休館

歌い放題・フリードリンク付

電話：093-555-3290

岡垣町旭台 2-26-1 (旭東バス停前)

## シニアの「健康長寿」をサポート!



・貸切(要予約) ～料理・飲み物持込自由～  
(通信カラオケ・120インチDVDスクリーン完備)  
(午前)10:00～12:00 (午後)18:00～要相談  
※詳しくはお問合せください

### ボイストレーニング講座 会員募集!

- ・ボイス講座 … 月3回 3,000円 (1回毎は 1,300円)  
火曜又は金曜 10:00～
- ・ボイス&歌講座 … 月3回 4,000円 (1回毎は 1,600円)  
火曜又は金曜 10:00～



岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



生ごみを堆肥に、ごみを簡単に減量!

## ダンボールコンポスト研修会に参加しませんか

微生物の力で生ごみを堆肥に変える「ダンボールコンポスト」。できた堆肥は家庭菜園やガーデニングに利用できます。参加者には資材を一世帯に1つプレゼントします。

**対象** 町内に住む人

**とき** 11月16日(土)午前10時～11時30分

**ところ** 東部公民館

**定員** 20人※応募多数のときは抽選

**費用** 無料

**共催** 福岡県、各校区コミュニティ運営協議会

**申し込み・問い合わせ** 10月25日(金)までに住民環境課



10月1日から受けられます

## 高齢者のインフルエンザ予防接種

**対象** 65歳以上の人或は60歳～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスの免疫機能に障害のある人(身体障害者手帳1級に相当する人)

**費用** 1,500円

※住民税非課税世帯の人や生活保護世帯の人は、次のいずれかの書類を医療機関に提示することで無料になります。

- 生活保護証明書類(診療依頼書)
  - 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証
  - 介護保険負担限度額認定証
  - 介護保険特定負担限度額認定証
  - 所得段階1～3段階の介護保険料額決定通知書
- ※書類がない人は事前に健康づくり課に来てください。

**問い合わせ** 健康づくり課

### ■接種できる町内の医療機関※要予約

医療機関名	電話番号
いまづ内科消化器科クリニック	283-0099
いわくまハートクリニック	701-6037
占部胃腸科内科医院	282-0127
岡垣腎クリニック	982-5645
遠賀中間医師会おかがき病院	282-0181
加藤医院	282-0003
公園通りクリニック	282-0224
こんどう胃腸科外科医院	283-0101
柴山クリニック	282-0091
田中ひろし小児内科医院	283-1640
ひぐち耳鼻咽喉科	281-3341
ふじた医院	283-3211
やまがたクリニック	281-5152
吉村整形外科クリニック	282-2500

令和2年  
—20歳の門出を祝います—  
**成人式**

対象者には10月末までに案内状を送ります。当日忘れずに持って来てください。案内状が届かなかった人や、現在町外に住んでいて参加を希望する人は、11月1日(金)までに問い合わせてください。12年4月1日に生まれた人

**対象** 平成11年4月2日～平成12年4月1日に生まれた人



とき 令和2年1月12日(日)午後3時から  
ところ 岡垣サンリーアイ  
問い合わせ 生涯学習課

Y O S H I M U R A O R T H O P E D I C S C L I N I C



整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

## 吉村整形外科クリニック

**院長: 吉村洋一**

京都大学医学部卒  
整形外科専門医  
リウマチ認定医

リハビリ認定医  
日本リウマチ学会専門医

休診: 水曜・土曜午後、日曜、祝日

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:30~18:00	○	○		○	○	

**10月1日から**  
右記のように  
診療時間が変わります

〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間2丁目7-5 **駐車場20台完備** **院内バリアフリー**

●西鉄「海老津台入口」バス停すぐ ●岡垣町役場から車で約1分 <http://yoshimura-ot-clinic.com/>

093-282-2500



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。

# ノルディックウォーキングで 健康な体をつくらう

足への負担を軽減し、  
全身を効果的に動かせる  
ノルディックウォーキング  
を体験しませんか。ポー  
ルは無料で貸し出します。  
**対象** 町内に住む18歳  
以上の人  
**とき** 10月27日(日)午前  
9時～11時  
**ところ** 山田小学校グラ

**ウインド集合**  
※雨天時は体育館  
**定員** 30人※応募多数  
のときは抽選  
**費用** 無料  
**申し込み** 10月15日(火)ま  
でに中央・東部・西部公  
民館にある申込書を同所  
に提出  
**問い合わせ** 中央公民館



迫力ある飛行展示をお楽しみに!

## 芦屋基地航空祭2019

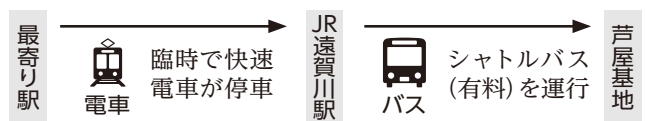
**内容** 航空機の飛行展示や地上展示、警備犬の訓練展示など  
**その他** ペットは入場できません。  
**交通機関など**  
●一般車両は乗り入れできません。公共交通機関を利用してください。

とき・ところ

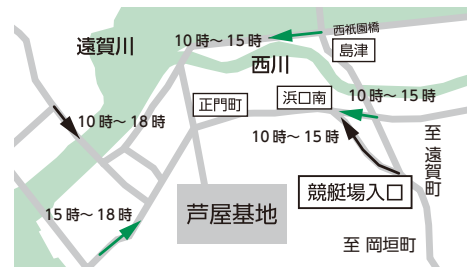
**10/13日**

8:00～15:00

航空自衛隊芦屋基地



当日は右図のとおり基地方面に向かう車の交通規制を行います。



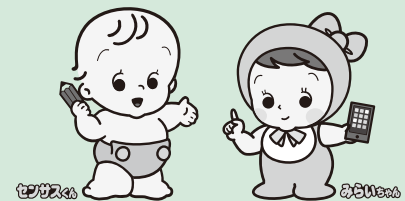
問い合わせ 芦屋基地基地渉外室 ☎ 223-0981

## 経済センサス基礎調査 に協力してください

10月～令和2年3月に経済センサス基礎調査を行います。この調査は2、3年に一度行われているもので、前回把握した事業所などの活動状態は外観や聞き取りで確認し、新たな事業所などには調査票を配布します。

調査員証を携帯した調査員が伺いますので、皆さんの協力をお願いします。

問い合わせ 産業振興課



「すべての事業所」が対象です

## おみせやさんごっこをします!!



## 幼稚園見学会

(入園説明会)

## 岡垣中央幼稚園

10月11日(金) 10:20 受付

TEL 282-0247

http://www.okagakichuoyoutien.com

\*\*わんぱくクラブ(未就園児対象)・体験入園 実施しています 詳細は幼稚園までお電話をください\*\*

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



10月のし尿収集

大型車	10月	小型車
	1日	東黒山、糠塚
波津、原、内浦、手野、新松原	2日	
三吉、三吉団地、吉木、元松原、西黒山、東黒山	3日	湯川、原、波津、内浦、手野、元松原、高塚、吉木
月2回A(波津、手野、三吉、三吉団地、吉木、高倉、東黒山、西黒山、糠塚、戸切、戸切百合野)	4日	月2回(吉木、高倉、元松原、百合ヶ丘、上海老津、戸切、戸切百合野、東山田)
月2回B(西山田、山田、山田峠、高倉、上高倉、海老津、上畑、戸切、野間)	7日	上畑、上高倉、西黒山、東黒山
野間、海老津、新海老津、吉木	8日	
新海老津、東海老津、海老津、百合ヶ丘、高陽、東高陽、東松原、綱田、戸切百合野	9日	海老津、新海老津、東山田、西山田、東松原、野間
高倉、高塚、吉木、塚原、野間、緑ヶ丘	10日	
戸切百合野、戸切、戸切百合野	11日	戸切百合野、戸切、戸切百合野
戸切、戸切百合野	16日	手野、三吉、高倉
糠塚、東黒山	17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、吉木、新松原
月2回A(波津、手野、三吉、三吉団地、吉木、高倉、東黒山、西黒山、糠塚、戸切、戸切百合野)	18日	月2回(吉木、高倉、元松原、百合ヶ丘、上海老津、戸切、戸切百合野、東山田)
月2回B(西山田、山田、山田峠、高倉、上高倉、海老津、上畑、戸切、野間)	21日	
海老津、上畑	23日	
高倉、上高倉	24日	

問い合わせ 住民環境課

犬を飼いだめたら  
**登録と年1回の予防注射を忘れずに**

犬の登録と狂犬病の予防注射は法律で義務付けられており、これらに違反すると20万円以下の罰金が科せられます。必ず登録と予防注射をし、登録用鑑札と予防注射済票を犬の首輪に付けてください。

【犬の登録】  
ところ 住民環境課  
費用 3千円※登録と鑑札の交付に必要  
【予防注射】  
ところ 最寄りの動物病院  
費用 動物病院に問い合わせ

▶登録用鑑札



▲狂犬病予防注射済票

【ともに】  
問い合わせ 住民環境課

ください。※接種料のほか、予防注射済票の交付に550円必要

ふれあいファミリースポーツ教室の参加者を募集します

親子でスポーツを楽しみませんか

縄跳びやマット運動、タグラグビーの基本動作を体験できます。費用は無料です。親子で一緒に身体を動かしましょう。

対象 町内に住む年中～小学3年生の子どもとその保護者

※子どものみや大人のみ参加は不可

とき 11月10日(日)午前10時～正午

ところ 町民体育館

申し込み 10月25日(金)までに中央・東部・西部公民館にある申込書を同所に提出※申込書は10月上旬に保育園や幼稚園、小学校でも配布

問い合わせ 中央公民館



▲前回のマット運動の様子

お店屋さんごっこをします!!

岡垣第一幼稚園

10月3日(木) 10:00 受付

TEL 282-0235

http://www.okagaki-daiichi.com

ママと一緒に買い物!!



《前年のひとこま》



幼稚園見学会  
(入園説明会)

みんなで遊びにきてね!!

第4回

♡親子ふれあい登園♡

10月7日(月) 10:00～11:30

0歳～幼稚園就園前のお子様対象

※令和2年度入園願書受付中 体験入園を実施しています 詳細は各園までお電話をください※

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。

広報おかがき9月号「幼児教育・保育の無償化が始まります」の

## 掲載内容に誤りがありました

広報おかがき9月号の10・11ページに掲載した「幼児教育・保育の無償化が始まります」の内容に次のとおり誤りがありました。訂正してお詫びします。

### 【図2 町内の施設・サービスごとの無償化の区分】

#### ●施設・サービスの種類（1行目）

「おとぎのいえ保育園」も無償化の対象になります。

#### ●上限金額（1行目～3行目）

所得により決定される保育料が全額無償化となるため、説明を追加しました。なお、利用する施設や年齢・クラスなどで無償化となる上限金額が変わります。

修正後の内容は下の図2を見てください。

問い合わせ こども未来課

図2 町内の施設・サービスごとの無償化の区分

施設・サービスの種類	対象年齢・クラス	対象世帯	無償化の対象	保育サービス 必要性の確認(注1)	上限金額	必要な手続き
中部保育所、おとぎのいえ保育園、岡垣ほしのほいくえん、ひよこ保育園、キッズルーム岡垣、認定こども園えびつ幼稚園(保育所部分)	0～2歳児クラス	市町村民税非課税世帯	保育料	入所申込時に確認済み	全額(月7,500円まで)※	なし
	3～5歳児クラス	すべての世帯			全額(月36,000円まで)※	
認定こども園えびつ幼稚園(幼稚園部分)	満3歳から	すべての世帯	保育料	なし	全額(月20,200円まで)※	なし
岡垣第一幼稚園、岡垣中央幼稚園	満3歳から	すべての世帯	入園料(初年度のみ)・保育料	なし	月25,700円まで	施設利用の認定申請
次の施設の預かり保育【認定こども園えびつ幼稚園(幼稚園部分利用者)、岡垣第一幼稚園、岡垣中央幼稚園】	満3歳児	市町村民税非課税世帯	預かり保育料	あり	月16,300円まで	施設利用の認定申請
	3～5歳児クラス(年少から)	すべての世帯			月11,300円まで	
届出保育施設(乳幼児施設おとぎのいえ、ちゃいりど・はーと幼保園)、一時保育(こども未来館、岡垣ほしのほいくえん)	0～2歳児クラス	市町村民税非課税世帯	保育料	あり	月42,000円まで	施設利用の認定申請
	3～5歳児クラス	すべての世帯			月37,000円まで	

令和元年8月1日現在で上の表にある施設(手続きが必要な施設に限る)を利用している保護者には、施設を通じて申請の案内を行っています。

#### ■上限金額(※)について

所得により決定される保育料が全額無償化となり、かつこ内は岡垣町の上限金額です。

## 50歳を過ぎたら PETがん健診適齢期

### PETがん健診のメリット

- ①がん早期発見
- ②一度にほぼ全身チェック
- ③苦痛なく短時間(3.5時間)

西日本産業衛生会 北九州PET健診センター

コース(税別)	金額
A-Ⅲ(基本)	95,000円
B-Ⅲ(標準)	105,000円
C-Ⅲ(総合)	115,000円



PCサイト

資料請求および  
お問合せは

☎ 0120-66-2503

北九州PET 検索  
北九州市小倉北区室町3-1-2

## 成年後見なんでもご相談ください!

○成年後見ってなに? ○どんな手続きが必要?

福岡県社会福祉士会所属

独立型 社会福祉士  
平原智恵

福岡県司法書士会所属

簡裁代理認定 司法書士  
平原嘉章



相続遺言・債務整理・各種登記  
も承ります

☎ (093) 282-2615

アドボカシー法務事務所 岡垣町松ヶ台4丁目16-12

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



令和2年4月から保育所や幼稚園を利用したい人へ

# 入所・入園申し込みを受け付けます

## ■保育施設（こども未来課に申し込み）

区分	施設名	定員	対象	開所・開園時間 (延長保育含む)	電話番号
町立	中部保育所	60人	7カ月児 ～5歳児	7:00～20:00	282-9164
私立	岡垣ほしの ほいくえん	120人	3カ月児 ～5歳児	7:00～20:00	282-0073
	おとぎのいえ 保育園	60人	3カ月児 ～5歳児	7:00～20:00	283-1110
	キッズルーム岡垣	19人	6カ月児 ～2歳児	7:00～19:00	701-4353
	ひよこ保育園(事業所 内保育所のため、従 業員の子どもの優先)	19人	5カ月児 ～2歳児	7:00～19:00	282-0145
	認定こども園えびつ 幼稚園(保育部分)*1	48人 (78人)	2歳4カ 月児(6 カ月児) ～5歳児	7:30～18:30 (7:00～19:00)	282-1135

\*1 認定こども園えびつ幼稚園の定員、対象、開所・開園時間のかつこ内は令和2年4月以降の予定であり、変更となることがあります。

受付期間

11/1 **金** ～ 12/13 **金** 17:15まで

保育料

0～2歳児クラスの課税世帯の児童は、10月1日から始まる幼児教育・保育無償化後も保育料が発生します。

- 令和2年4月～8月＝令和元年度の市町村民税をもとに決定
- 令和2年9月～令和3年3月＝令和2年度の市町村民税をもとに決定

※必要書類は受付期間のみ配布。受付期間終了後の申し込みは1次選考の対象になりません。

※受付期間終了後に選考を行い、令和2年1月下旬～2月中旬に結果をお知らせします。

※町外の保育所を利用したい人も、こども未来課に申し込んでください。

問い合わせ こども未来課

## ■幼稚園・認定こども園（各園に申し込み）

受付開始 11/1 **金** から

### 町内の幼稚園

施設名	開園日・時間 (預かり保育含む)	給食	電話番号
岡垣中央幼稚園	月～土	あり	282-0247
岡垣第一幼稚園	7:30～18:00	(月～金)	282-0235

### 町内の認定こども園

施設名	開園日・時間 (預かり保育含む)	給食	電話番号
認定こども園 えびつ幼稚園 (幼稚園部分)	月～金 7:30～18:30	あり (月・火・木・金)	282-1135

### 遠賀郡内・中間市の幼稚園・認定こども園

施設名	電話番号	施設名	電話番号
菅屋町	認定こども園 芦屋中央幼稚園	中間市	はぶ幼稚園
	222-0327		245-0519
	愛生幼稚園		緑ヶ丘第三幼稚園
	223-0358		244-2487
遠賀町	遠賀中央幼稚園		明願寺幼稚園
	293-0097		246-1998
水巻町	認定こども園 水巻幼稚園		中間東幼稚園
	202-0001		245-0968
	水巻聖母幼稚園		中間中央幼稚園
	201-9559		244-1530
	認定こども園 水巻中央幼稚園		中間南幼稚園
	201-0419		246-1258

問い合わせ 各幼稚園・認定こども園

月々 **新車生活**

軽 月々8,640円から乗れるプランとは？

これが  
すべて  
コミコミ

自動車税

登録費用

自賠責保険

重量税

オイル交換

車検2回

**安心定額**

リース期間  
7年間

**車輦代**

購入時にかかる  
登録費用・マツ  
備品込み!

**メンテナンス代**

7年間分の  
車検代  
オイル交換が  
込み!

**税金**

7年間分の  
自動車にかかる  
税金込み!

こんな方にオススメ!

- これから車検代を気にせず乗りたい
- 毎年の自動車税も気にしたくない
- メンテナンスをして、大事に長く乗りたい
- 今までクルマに修理費をかけていた

お車・オプション・ボーナス支払い額・頭金などは自由に設定できます。

本契約はリース契約となります。契約に当たっては審査があり、ご契約頂けない場合があります。

**(有)宮崎自動車**

TEL.293-3333

ホームページ <http://miyazaki-i.com/>

遠賀町別府3473-3

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。

## 年金を含めた収入が一定基準に満たない皆さんへ 年金生活者支援給付金制度が始まります

年金受給者で公的年金などを含めた収入が一定基準に満たない人は、年金生活者支援給付金を受け取れます。受け取りには請求が必要です。

### 対象

- **「老齢基礎年金受給者」**  
次のすべてに当てはまる人  
65歳以上
- 世帯員全員が市町村民税非課税
- 年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下
- **「障害基礎年金、遺族基礎年金受給者」**  
前年の所得が約462万円以下

### 申し込み

「年金の受給開始が平成31年4月1日以前の人」

日本年金機構から届く案内をもとに請求してください。※案内は9月上旬から順次発送しています。

「年金の受給開始が平成31年4月2日以降の人」

年金の請求を行うときにあわせて請求してください。

問い合わせ 給付金専用ダイヤル  
☎0570-0514092(ナビダイヤル)

## みんなで植えた本格焼酎「岡垣」の原料 黄金千貫を収穫しよう

**と き** 11/2 土  
午前9時から※雨天決行



今年の5月に多くのボランティアの皆さんと植えたサツマイモが、収穫の時期を迎えます。収穫したイモは町の特産品、本格焼酎「岡垣」の原料になります。みんなで町の特産品づくりに参加しませんか。

※JA北九遠賀中間営農経済センターの駐車場を利用してください。

問い合わせ 産業振興課



## お知らせ

### 天皇陛下ご即位

奉祝記帳所を設置します

天皇陛下のご即位をお祝いするため、即位礼正殿の儀にあわせて奉祝記帳所を設置します。記帳いただいた芳名帳は、後日宮内庁に届けます。

と き 10月19日(土)～25日(金)午前9時～午後5時

ところ 役場本館1階

その他 お祝いの金品などはお預かりできません。

問い合わせ 企画政策室

祝日はごみの収集と  
持ち込みができません

収集なし 燃えるごみ 10月22日(火)(振り替えなし)

※10月14日(月)・22日(火)は遠賀・中間リレーセンターへの持ち込みはできません。

問い合わせ 住民環境課

必ず守ってください  
いいこの里での駐車マナー

いいこの里で駐車場以外の場所に止まっている車が多く見られます。緊急車両の通行や歩行の妨げになり、皆さんが安心して施設を利用できません。



車でお越しの皆さんは、必ず決められた場所に駐車してください。

問い合わせ 福祉課

妊娠・子育て期の皆さんが  
より相談しやすい環境に

10月から健康づくり課に「子育て包括支援センター」を、こども未来課に「子ども家庭総合支援拠点」を新たに設置します。これによって、妊娠・子育て期の皆さんへの切れ目のない支援や相談への専門的な助言などのサービスがより充実します。

さらに、来年4月からは一つの窓口で相談を行えるよう、これらの統合を検討しています。

問い合わせ 企画政策室

展示入れ替えのため  
文化財展示室を休館します

10月17日(木)から催す企画展「火のある生活」の準備のため、文化財展示室を休館します。

休館期間 9月26日(木)～10月15日(火)

問い合わせ 生涯学習課

取り引きや証明にはかりを  
使う人は受検を忘れずに

はかりの定期検査を行います。はかりは2年に一度、検査を受けることが法律で義務付けられています。※県に届け出た計量士の検査を受けたはかりは受検不要

と き・ところ  
●10月24日(木)午前10時～正午 Ⅱ中



● 央公民館  
10月24日(木)午後1時～3時  
● 西部公民館  
10月25日(金)午前10時～正午、午後1時～3時  
● 東部公民館  
10月25日(金)午前10時～正午、午後1時～3時

### 持ってくるもの

● はかり、おもり、分銅  
● 特定計量器定期検査通知書  
● 費用

● はかりⅡ1台250円～2200円  
● おもり、分銅Ⅱ1個10円  
● 問い合わせ 福岡県計量協会 ☎092-939-2945 または産業振興課

### 固定資産評価審査委員の再任が決まりました

9月6日に任期満了となった穴井秀幸さんが委員に再任されました。



穴井秀幸さん  
(緑ヶ丘区)

ほか2人の委員とともに、納税者から固定資産課税台帳に登録された価格について申し出があったときに審査します。任期は3年間です。

### 原爆被爆者2世の人のための無料健康診断

対象 原爆被爆者2世の人

とき 10月1日(火)～令和2年2月28日(金)※要予約  
ところ 遠賀中間医師会おんが病院(遠賀町)



※そのほかの実施医療機関は問い合わせてください。

申し込み 午前8時20分～8時30分に遠賀中間医師会おんが病院 ☎282-0121

問い合わせ 県がん感染症疾病対策課 ☎092-643-3267

## 募集

### シルバー人材センターの会員になりませんか

興味がある人は説明会に参加してください。

対象 町内に住む60歳以上の人と  
とき 10月16日、11月20日、12月18日すべて水曜日午後1時30分から※参加はいずれか1日  
ところ いこいの里

### 町民農園の空き区画を利用しませんか

対象 町内に住んでいる人

利用期間 令和2年3月末まで※更新あり  
ところ 糠塚区

募集 7区画(1区画54平方メートル)

トル) ※応募多数のときは抽選  
費用 年7千円※年度途中から利用するときは月割り  
申し込み・問い合わせ 10月11日(金)までに産業振興課

### ハロートレーニング職業訓練生を募集します

対象 公共職業安定所に求職申し込みをし、受講指示または推薦をもらえる人  
募集科・定員

① 金属加工技術科Ⅱ12人  
② 導入訓練Ⅱ18人

### 訓練期間

① 11月1日(金)～令和2年4月30日(木)  
② 11月1日(金)～令和2年5月29日(金)

試験日 10月16日(水)  
試験内容 筆記・面接

申し込み 10月7日(月)までにハローワーク八幡  
問い合わせ ポリテクセンター福岡 ☎641-6909

### サイパン交流40周年記念事業 南の島体験ホームステイ

対象 小学3年生～高校3年生で、身の回りのことが一人でできる人

とき 12月27日(金)～令和2年1月2日(木)(6泊7日)

ところ サイパン  
定員

① 無料招待Ⅱ1人  
② プログラム参加費無料招待Ⅱ5人

※応募多数のときは抽選  
費用

## 相談

### 暮らし・行政の困りごと相談所

とき 10月23日(水)午前10時30分～午後3時30分

ところ 小倉井筒屋パステルホール(北九州市小倉北区)

相談内容 登記、税金、年金、相続、法律問題など

※相談は30分以内。予約は不要です。

費用 無料

問い合わせ 九州管区行政評価局 行政相談課 ☎092-431-7082



### がんの治療と仕事の両立を支援します

がんにかかっている人が治療をしながら働き続けることができるよう、社会保険労務士が就労に関する相談を無料で受けます。

問い合わせ がん相談支援センター ☎092-511-2770

障害がある人のための  
雇用促進面談会

就職を希望する障害のある人が、企業の担当者と直接面談できます。

とき 10月30日(水)午後1時～4時  
ところ 西日本総合展示場新館A IMビル(北九州小倉北区)  
持ってくるもの 履歴書  
問い合わせ 八幡公共職業安定所  
☎622-5566

境界問題無料相談会

土地の境界問題や土地・建物の測量、登記の相談を土地家屋調査士が無料で受けます。

とき 10月9日(水)午後1時～4時  
ところ 桐友ビル3階(北九州市小倉北区)  
問い合わせ 福岡県土地家屋調査士会☎092-741-5780

あなたの「働きたい」を  
応援します

県内の18カ所で個別の就職相談を受け付けています。自分に合う仕事が見つからない、求人探し方が分からないなどの悩みがある人は相談してみませんか。

対象 40歳以上で仕事を探している人  
とき 平日午前10時～午後5時  
ところ 福岡県中高年就職支援セ

講座

ITボランティア岡垣の  
パソコン講座



【ワードで年賀状作成】  
とき 11月1日・8日・15日・22日すべて金曜日(全4回)午前9時30分～正午  
定員 20人※応募多数のときは抽選

【無料ソフトで年賀状作成】

とき 11月7日・14日・21日・28日すべて木曜日(全4回)午前9時30分～正午  
定員 10人※応募多数のときは抽選  
持ってくるもの OSがWindows7以降のノートパソコン

【ランチ】

対象 町内に住んでいるまたは勤務している人  
ところ 情報プラザ人の駅  
費用 500円※教材費  
申し込み 10月24日(木)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同所に提出

問い合わせ ITボランティア岡垣☎090-9604-8349  
もしものときに備えよう  
出張型普通救命講習

遠賀郡消防本部が行う「出張型普通救命講習」では、訓練人形を使って心肺蘇生法やAEDの使い方を学べます。  
とき 3時間程度※申し込み時に調整

ところ 遠賀郡内にある公民館など※申し込み者が準備  
定員 30人～50人程度  
費用 無料  
申し込み・問い合わせ 遠賀郡消防本部救急課☎293-8127

住民公開講座「訪問診療」

いつまでも自宅で暮らすために欠かせない「訪問診療」に関する講座を催します。  
とき 11月4日(月・休)午後1時30分～4時  
ところ 芦屋町民会館

テーマ  
講演Ⅱ「住み慣れた家で安心して療養するために、最後まで過ごせる地域づくり」

●パネルディスカッションⅡ「遠賀中間地域における訪問診療の『いま』と『これから』」

講師 医療法人白髭内科医院 院長 白髭豊さん、ほか遠賀中間

地域の医師  
定員 先着20人  
費用 無料

申し込み・問い合わせ 講座当日までに遠賀中間医師会在宅総合支援センター☎281-3100またはファクス281-3105

セカンドキャリア  
応援セミナー

「まだまだ働きたい」、「社会とつながっていたい」と考えている人のためのセミナーを催します。



対象 おおむね60歳以上の人  
とき 11月6日(水)午後1時～3時30分  
ところ 八幡西生涯学習総合センター(北九州市八幡西区)  
定員 先着20人  
費用 無料

申し込み・問い合わせ セミナー前日までに福岡県70歳現役応援センター☎092-432-2540

催し

情報プラザ人の駅イベント

「プラパン☆デコ」

プラパンに絵を描いてストラップやキーホルダーを作ります。



**対象** 誰でも可※未就学児は要保護者同伴

**とき** 10月13日(日)午後1時～3時※1回30分程度

**費用** 100円※材料費

**朗読「目でみる物語り」**

ギターの演奏とともに物語を朗読します。

**対象** 誰でも可

**とき** 10月26日(土)午後6時30分～7時30分※予定

**出演者** 山口恭子さん(語り)、上田たけしさん(音楽)

**定員** 50人程度

**費用** 無料

**【ともじ】**

**ところ** 情報プラザ人の駅

**問い合わせ** 情報プラザ人の駅

### 健康長寿同好会

椅子に座って体操しよう

参加できる日  
のみでも構いま  
せん。

**対象** 町内に  
住むおおむね60  
歳以上の人

**とき・ところ**

●中央公民館 10月8日(火)・15日(火)・30日(水)

●東部公民館 10月2日(水)・10日(木)・16日(水)・26日(土)・31日(木)

●西部公民館 10月4日(金)・11日(金)

すべて午後2時～3時20分

**【体力測定を行います】**



日ごろの運動の成果を確認できます。

**とき・ところ**

●西部公民館 10月23日(水)

●中央公民館 10月24日(木)

●町民体育館 10月25日(金)

すべて午後1時30分から

**問い合わせ** 長寿あんしん課

### おかがきを楽しく歩こう

保健推進委員会(楽健会)がウォーキング会を催します。今回は、「戸切コース」を散策します。

**とき** 11月8日(金)午前9時30分

から※雨天中止

**集合場所** ふれあいスポーツ広場

持ってくるもの 飲み物、タオル、おかがき楽しく歩こうマップ※初めて参加する人には当日配布

**費用** 無料

**問い合わせ** 健康づくり課

**子どもの育ちを考える会に参加しませんか**

こだわりが強い、友達とうまく関われないなど、子どものちよっと気になることをお互いに話し合い、子どもたちが少しでも楽に生きられる方法を考えてみませんか。

**とき** 10月5日(土)午前10時～正午



▲「おかがきカラバン」のFacebookページ

**ところ** 地域交流センター

**費用** 無料

**問い合わせ** おかがき★カラバン(石井) ☎090-1512-9187

**砂の彫刻は迫力満点! あしや砂像展2019**

今年のテーマは「絶滅危惧の生きものたち」。夜間は砂像のライトアップや音と光のショーを楽しめます。

**とき** 10月18日(金)～11月4日(月)・休)の午前10時～午後9時※入場は午後8時30分まで

**ところ** 芦屋海浜公園レジャープールアクアシア(芦屋町)

**費用** 大人 500円、65歳以上 400円、障害者 300円、小・中学生 200円、未就学児 無料

※入場券は会場で購入してください。

**問い合わせ** 芦屋町観光協会 ☎23-3481

**相撲でハツピ**

わくわくワークショップ

東関部屋のカシさんを講師に招いて催すワークショップです。カシさんとの綱引きや相撲を体験できます。そのほかの詳しい内容は問い合わせてください。

**対象** 高校生までの男女

**とき** 10月27日(日)午後1時から

**ところ** 遠賀総合運動公園(遠賀町)



**講師** 日本相撲協会 東関部屋 高見劉さん

**定員** 先着30人

**費用** 無料

**申し込み・問い合わせ** NPO法人ハッピーワークス ☎0940-37-1477またはメール npo.happy.works@gmail.com

**コスモスと笑顔が満開!**

水巻町の秋を満喫しよう

水巻町では、10月に入ると遠賀川河川敷を中心にたくさんのコスモスが咲き誇ります。家族や友人と一緒に、水巻町の秋を楽しみませんか。

**【コスモス園】**

花の鑑賞やウォーキング、ピクニックを楽しめます。

**とき** 10月中旬～下旬

**ところ** 遠賀川河川敷

**【コスモまつり】**

キャラクターショーや謎解きイベントのほか、多くの出店で盛り上がるイベントです。

**とき**

●10月26日(土)午前10時～午後6時

●10月27日(日)午前10時～午後4時

**ところ** みどりんぱあーく

**【ともじ】**

**問い合わせ** 水巻町産業環境課

☎201-4321(代表)



# Hello! Baby-kids

10月生まれ

12月生まれの子どもを募集中 - 12月号掲載 -

- 対象 町内に住み、12月で1歳～3歳になる子ども
- 申し込み 10月15日(火)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広報情報課に窓口、郵送またはメール(koho2@town.okagaki.lg.jp)で提出

樋口琥哲ちゃん(3歳)  
平成28年10月24日生まれ(東高陽)  
日に日に活発になつてきたね!  
たくましく育つてね♡



上田蓮斗ちゃん(2歳)  
平成29年10月6日生まれ(旭西)  
蓮斗2歳おめでとう。  
笑顔でいてね。



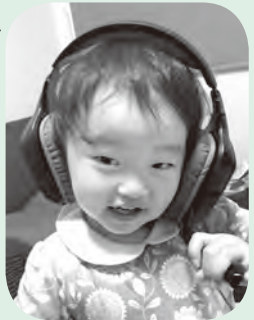
入船蒼一朗ちゃん(2歳)  
平成29年10月3日生まれ(三吉)  
2歳おめでとう☆これからますます大きくなつてね😊



嶋崎心乃ちゃん(1歳)  
平成30年10月15日生まれ(鍋田)  
1歳おめでとう♡  
笑顔で元氣いっぱい育つてね!



吉崎有菜ちゃん(2歳)  
平成29年10月5日生まれ(海老津)  
おめでとう♡これからみんなを笑顔にしてね♪



短歌・俳句・川柳

【一般の作品】

どう見ても都会に見える選手村  
馬場とき子  
十葉の乱れ咲く庭声もなく  
神谷かよ  
吹く風も日影も秋を装いで  
山村英之

新茶汲み逝夫と分つ雨の朝  
井上アヤノ

いつもより力を込めて坂の道  
廣渡憲峰

電池自転車ペダルの踏ん張る  
籾生照未

びわ山の草追ひかけて刈る我を  
曾宮六四

あざ笑ふげに夏草は伸び

【岡垣川柳会】  
おみくじに愉快な声でマジン言ひ  
廣渡憲峰

立心偏愉快という字大笑い  
坂本美代子

一杯の酒が愉快な友に変え  
宇都宮福夫

アルバムに愉快なポーズお父さん  
俵澄子

【言葉短歌会】  
何事もさだめと思えば安からむ  
石松清美

心の襷を少しずつ解く  
石松清美

入居者の募集職のはためき  
早川京子

あそこは風があるらし猛暑日  
早川京子

ただ無心に乳ぶきにすがる幼児よ  
橋本和子

皆よき運命もちらと願う  
南里和昭

山の田の彩りはじめにぎやかに  
南里和昭



町の輝いている人や元気な人を紹介します



ぐんしん あきこ  
軍神 明子さん

吉木区在住。25年前から水墨画を始め、南北墨画会の理事のほか、岡垣サンリーアイの文化講座や町外の水墨画教室で講師を務めている。

## 墨と余白が織りなす芸術

Q 水墨画を始めたきっかけは？

A 25年前、岡垣サンリーアイの文化講座で水墨画を習い始めたのがきっかけです。それまでは何かを「描く」といえば学校の美術の時間ぐらいでしたが、母がもともと水彩画や油絵の教室に通っていたため、芸術に対する漠然とした興味はあったのだと思います。

Q 水墨画の魅力は？

A 墨の濃淡と余白でさまざまなものを表現できることです。作品が意味するものを最大限に表現できるように、筆の勢いや墨のにじみによる「筆感」を大事にしています。

Q 作品を完成させる上で大変なことは？

A 構図を考えることです。散歩中など、日常生活の中でも常に構図のことを考えています。また、墨は日を置くとき色が変わってしまうため、どんなに大きな作品でも1日以内に描き終えるようにしています。

Q 今後の目標は？

A これからも講師としての活動を通して、大切な伝統文化である水墨画を、一人でも多くの人に知ってもらいたいです。



▲全国水墨研究会合同展で表彰された作品(平成27年)

### 硬式テニス教室の受講生を募集

## 朝からテニスを楽しもう

対象 次のいずれかに当てはまる初心者～中級者程度

- 社会人※学生は要相談
- 家族ペア(5歳～13歳程度の子どもと大人)

とき

- 火曜日コース=10月1日～12月24日(月4回)

●土曜日コース=10月5日～12月28日(月4回)

ともに午前7時20分～8時50分  
ところ 町民総合グラウンドテニスコート

費用 月2,000円

申し込み・問い合わせ 岡垣町硬式テニス連盟(鈴木) ☎090-4483-2246



▲年齢を問わず楽しめるテニス教室です

**募集** 町民ふれあい広場では、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。※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 掲載号の前々月15日(12月号は10月15日(火))までに住所・氏名・電話番号・原稿などを広報情報課に窓口、郵送またはメール(koho2@town.okagaki.lg.jp)で提出※応募多数のときは抽選

**「サンリーアイ俳句会」**  
短夜の短き夢に遊びけり 川原和子  
夏の月雨乞山より覗きけり 木村守  
草茂る手塩むなしき山の畑 中村和信  
短夜や別れの紅は鮮やかに 沼田捷子  
**「青嶺岡垣俳句会」**  
蟬しぐれ海人の眠りし古墳山 木下武久  
海こそは平和の砦浜おもと 平村久恵  
亡き母の櫛・笄や八月来 岩崎要子  
人骨も出でし貝塚草いきれ 岸原邦代  
**「岡垣短歌教室」**  
ひまわりの笑顔に向けて軽快に 白武真理子  
サイクリングにさあ出かけよう  
大分へ息子と共に墓参り  
景色なつかし何回見ても 飛高弘子  
時間なく出かける準備で汗だくに 鳴くセミにまで急ぎ立てられる 石田眞智子  
田んぼから道路横切りガシガシと 川に向つてカニ横歩き 神屋真弓

# ボランティアのススメ

問い合わせ 岡垣町ボランティアセンター ☎ 282-5767



岡垣町ボランティアセンター登録団体紹介

## 「ふれんず」がつなぐ笑顔の輪

### ボランティアが元気をつなぐ架け橋に

ボランティア団体「ふれんず」は介護施設などを訪問して、入所している人たちと一緒に歌や体操、折り紙を楽しんだり、紙芝居の読み聞かせをしたりして、ボランティアをする人も、受ける人もお互いに元気になる活動を目指しています。

写真は8月20日に遠賀町の養護老人ホーム遠賀静光園を訪問したときの様子。この日は遠賀高



校の生徒もボランティアに加わって、施設の入所者と一緒に折り紙を楽しみました。

参加した入所者は「孫のような年齢の高校生と一緒に折り紙で遊べて、楽しかったです」、高校生は「介護施設は初めて訪問しましたが、入所者の皆さんと楽しく過ごすことができました」と、お互いに笑顔で話していました。

### 一緒に活動しませんか

私たちと一緒に、「元気が出る」ボランティアで笑顔や感動、友だちの輪を広げませんか。興味がある人は気軽に連絡してください。

## 観光のおススメ

問い合わせ 岡垣町観光協会  
☎ 281-5050

### 世界でもめずらしい北斗の水くみを岡垣で見よう!

## 星空観望会2019 in 波津海岸

### & 北斗の水くみコンサート **参加無料**

10/27日

※雨天時は観望会のみ中止  
観光ステーション北斗七星

午後7時から大鍋豚汁を100人限定で振る舞います!

### ■北斗の水くみコンサート

フルートと堅琴という珍しい組み合わせで、秋にぴったりの曲をお届けします。

時間 午後6時～6時30分

定員 50人

### ■星空&北斗の水くみのおはなし

北斗の水くみと岡垣の星空を星のソムリエが解説します。

時間 午後6時30分～7時

### ■星空観望会

北斗の水くみを双眼鏡で見ることができます。

時間 午後7時～8時30分

## 文化のおススメ

問い合わせ 岡垣町文化協会事務局(田和)  
☎ 090-5924-1531

●第1～第4水曜日午後6時～9時  
●第1～第4土曜日午前9時～正午  
と ころ 野間公民館  
問 合 せ 藤岡(代表) ☎ 080-642617587

昭和55年に発足した団体で、みなで好きな曲を歌ってストレスを分散しています。さらに定期発表会として3カ月ごとにこの里ふれあいイベントに参加しています。そのほか、年間行事では新年会や花見を行うなど、楽しく活動しています。

## 野間カラオケ同好会

文化協会の団体を紹介しします



▲仲の良いメンバーでワイワイ活動しています





# スポーツのススメ

問い合わせ 岡垣町体育協会 ☎ 282-0200

## 第9回子ども相撲のオープニングイベント 赤ちゃんの土俵入りを行います

社会人全国相撲大会で活躍した力士に抱っこされて土俵入ります。子どもたちの健康祈願と思いつくりぜひ参加してください。

**対象** 2歳未満の子ども  
**とき** 10月13日(日)午後1時から※受け付けは正午から

**ところ** 高倉神社相撲場

**定員** 30人※先着順

**問い合わせ** 早苗 ☎ 090-7390-6149 または川原 ☎ 090-5285-4873



## JRで行くふれあい登山 皿倉山(北九州市八幡西区)を散策

**とき** 10月5日(土)午前8時集合※雨天中止

**集合場所** JR 海老津駅前北口

**持ってくるもの** 弁当、水筒、帽子、手袋、交通費

**問い合わせ** 岡垣町登山連盟(藤本) ☎ 282-1056

## 10月のスポーツイベント

5日(土)	皿倉山ふれあい登山(八幡東区)	8:00
6日(日)	軟式野球大会(町民総合グラウンド)	8:00
	インディアカ大会(町民体育館)	9:00
	ソフトボール大会(松ヶ台グラウンド)	9:00
	混合バレーボール大会(一般・壮年)(岡垣サンリーアイ)	10:00
13日(日)	少年軟式野球大会(松ヶ台グラウンド)	8:30
	ソフトボール大会(町民総合グラウンド)	9:00
	卓球大会(町民体育館)	9:00
	高倉神社奉納弓道大会(高倉神社弓道場)	9:00
	高倉神社奉納相撲大会(高倉神社相撲場)	13:00
14日(祝)	高倉神社奉納剣道大会(高倉神社境内)	12:00
16日(水)	グラウンド・ゴルフ大会(町民総合グラウンド)	9:00
20日(日)	少年サッカー大会(松ヶ台グラウンド)	8:00
27日(日)	硬式テニス大会(町民テニスコート)	8:00
	少年軟式野球大会(松ヶ台グラウンド)	8:30
	ジュニアバレーボール大会(町民体育館)	9:00
	テコンドー大会(岡垣サンリーアイ)	9:00



## スポーツ結果

### グラウンド・ゴルフ夏季大会

**とき** 7月17日  
**ところ** 町民総合グラウンド  
**優勝** 池部紘  
**準優勝** 白水秀樹

### 岡垣町オープン ソフトバレーボール大会

**とき** 7月14日  
**ところ** 岡垣サンリーアイ  
《レディース・フリーの部》  
(Aグループ)  
**優勝** Beans  
**準優勝** シリウス2  
《レディース・シニアの部》

(Aグループ)  
**優勝** ユニティ  
**準優勝** たちばな  
《ミックス・フリーの部》  
(Aグループ)  
**優勝** フェリース  
**準優勝** 岡垣倶楽部Z  
《ミックス・シニアの部》  
(Aグループ)  
**優勝** アクアマリン  
**準優勝** カッターズ

### ゆうま杯争奪 少年軟式野球大会

**とき** 8月18日  
**ところ** 町民総合グラウンド  
**優勝** 山田ビクトリー  
**準優勝** 中間バファローズ



## がんばった人にマル

### 宮崎クラシックロングボード コンペティション

**とき** 7月14日  
**ところ** 宮崎市木崎浜海岸  
《マスタークラス》  
**優勝** 田原貞博



### 全日本ジュニアテコンドー 選手権大会

**とき** 7月28日  
**ところ** 長野県松本市  
《中学生女子51kg級》  
**優勝** 加藤葵  
《小学生女子+37kg級》  
**準優勝** ミラー綺芽

国際交流員ダニエルの

## KANGA KOURYUU

カンガ交流



### ソーセージ・シズル

オーストラリアの代表的な食文化と聞かれたら、「バーベキュー」が思い浮かびます。オーストラリアではバーベキューコンロでハンバーガーやビーフステーキ、エビ、野菜などの色々なものを焼きます。今回はソーセージを焼くイベント「Sausage Sizzle (ソーセージ・シズル)」とその料理のことを紹介したいと思います。どうぞ、楽しんで読んでください。

#### Sausage in bread

ソーセージ・シズルは、学校やスポーツクラブなどの「fund raising (資金集め)」のために「Sausage in bread (食パンに挟んだソーセージ)」をみんなに販売するイベントのことで、毎年さまざまなところで催されています。料理はシンプルで、バーベキューコンロで焼いたビーフソーセージの上に焼いた玉ねぎを載せ、食パンに挟んだものです。仕上げにトマトソースやバーベキューソースをかけるのが主流です。食材費も安く、友人同士の少人数のパーティーなどでも好まれています。

小学校では、修学旅行やスポーツ用品、本などを購入する資金を集めるために、スポーツクラブやコミュニティセンター (公民館)、お店では募金や備品の購入のために催されます。その他にも、サークルや友達同士で公園のバーベキュー施設を無料で利用してソーセージ・シズルのパーティーをすることがよくあります。

#### 投票所に登場、ソーセージ・シズル

最近、オーストラリアの投票所でソーセージ・シズルをよく見かけます。投票が国民の義務になっている

## オージー・スラング・タイム

オーストラリアのスラングを学ぼう



### "Mystery Bags"

読み方 「ミステリー・バッグズ」

意味 「ソーセージ」

「Mystery Bags」を直訳すると「不思議な袋」や「お楽しみ袋」となります。普通のソーセージは中身が挽肉ですが、見た目では何の肉が入っているかはわからないため、ジョークで「中身は〇〇の肉だ!!」などと言う人がたくさんいました。この話を気に入ったオージーの誰かがソーセージのことを「Mystery Bags」と名付け、今でも人気のスラングとして使われています。

オーストラリアの投票所には多くの人が集まるのでソーセージ・シズルでお祭りみたいな楽しい雰囲気になります。「投票をしに行くことが面倒くさいな」と思う人の心を動かす意味もあるかもしれませんね。選挙では、「Democracy Sausage (民主主義のソーセージ)」という名前がついた中身は普通のソーセージシズルがすごく人気です。この「Democracy Sausage」という言葉は、2016年の流行語大賞に選ばれました。

皆さんもソーセージ・シズルのようなイベントやパーティーで、友人と一緒に楽しいひとときを過ごしてはいかがでしょうか。また、日本の若者の投票率が低迷しているようなので、次の選挙では「Democracy Sausage」のような流行する言葉を作って、ソーセージ・シズルを行うと投票率が上がるかもしれません。日本の政治や選挙の話はあまり詳しくないですが、ソーセージ・シズルは任せてください!



## 楽しいひとときをありがとう



7月27日に中央公民館で「ENGLISH ワールド・キャンプ」を催しました。当日は町内・町外の小学3年生から5年生12人が参加し、イベントのお手伝いをしてくれたALTのゴードンさんと一緒に楽しいひとときを過ごしました。子どもたちは、

アフリカのゲーム「マンカラ」やスペインの曲「マカレナ」でのダンス、インドの「おんどり相撲」などを通して、世界各国の文化と英語を楽しく学ぶことができました。これからも楽しいイベントを企画するので、ぜひ参加してください。



新岡垣風土記

第409回

古文書で探る庶民のくらし③

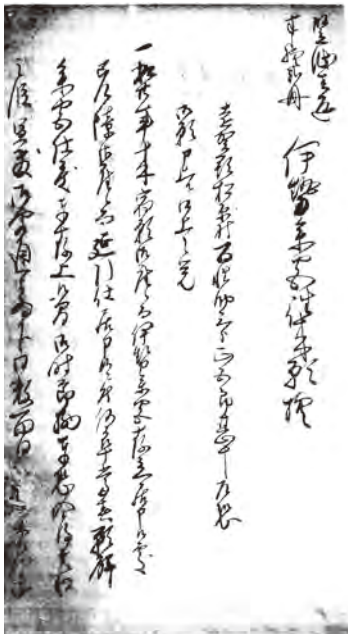
―伊勢参宮―

岡垣歴史文化研究会 羽山 健一

『吉田文書』に「伊勢参宮往来願控」がある。往来切手(往来手形)の交付申請書の控えて、文書の後半部分が欠落している。前半部分を紹介する。

遠賀郡松原村百姓助三郎・正五郎・甚十、恐れながら御願ひ申し上げる口上の覚え  
一、私共年来宿願御座候て伊勢参宮存じ立て居り申し候処、差し障り御座候て延引仕居り申し候に付き、何

卒当春願解き参宮仕りたく存じ上げ奉り候間、御時節柄恐れ入り奉り候へども、右の段宜しく御聞き通り為し下され、日数百日限り往来御切手頂戴仰せ付けられ為し下さるべく候。留守中御公役並びに田畠作り方などは親・兄弟居り申し少しも差し間え筋御座無く候条、御慈悲の上を以て、この段宜しくお聞き通り仰せ付けられ為し下さるべく候、偏に願ひ上げ奉り候、以上。



▲伊勢参宮往来願控

松原村百姓助三郎、同正五郎、同甚十 弘化2(1845)年正月 遠賀鞍手御郡代御役所  
この後に、組合(5人組)の口上が続く。  
右私共組合助

三郎・正五郎・甚十3人の者共、伊勢参宮往来御切手御願ひ申し上げ候処、相違御座無く候。御公役並びに作り方などは親・兄弟受持ち、尚又私共よりも助合、差支え申さずよう仕上げるべく候条、宜しく御聞き通り仰せ付けられ為し下さるべく候、願ひ上げ奉り候、以上。

松原村助三郎・正五郎・甚十組合勝平(以下6名連署) 同年正月 遠賀鞍手御郡代御役所

この後に庄屋貞次・組頭運署の奥書、別府触大庄屋仰木三兵衛の奥書が続くのである。以上が願書である。願書と同時に「往来切手申請帳」が作成された、書式を紹介する。

「遠賀郡○○村伊勢参宮之者、往来御切手申請書物之事」に続き、参宮人の名前、性別、年齢、身分、檀那寺、宗派などを記載し、次に誓約事項を箇条書きする。

◎ 出生月日、日数百日を厳守する。  
◎ 寺証文(身分証)を持参する。  
◎ 寺証文(身分証)を持参する。◎ 他国居住者でなく、帰参遅延の場合には必ず呼び戻す。また、他国で紛争などを起こさない。◎ 送り酒や迎え事をしない。留守見舞いや贈物は受け取らない。◎ 旅行中に借金をしない。不相応な買物や後払いの買物をしない。◎ 刀(脇差)を携帯しない。◎ 他国で病気になる百日を超え

る時は、医者や宿主の証文を取る。以上の誓約事項の後に、「右の条々相守り候様申し付け候。もし違背仕り候はば、その者の儀は申し上げるに及ばず、私共まで越度仰せ付けらるべく候、後日のため書き物件の如し。弘化〇年〇月 〇〇村庄屋・組頭(連署) 遠賀鞍手御郡代御役所」

往来切手交付の願書と申請帳が郡代役所に提出されて、初めて往来切手が発行されるのである。松原村の3人は、往来切手と寺証文を携帯し、同行10〜20人の団体で伊勢参宮に向かうのである。

弘化2年1月下旬に芦屋か黒崎から船で出発し、海路・陸路で伊勢神宮や各地の神社、名所旧跡を廻る50〜70日の旅である。旅先では各地の名産品やお土産、書籍、農産物の種子や苗木なども購入したのである。3人にとって、伊勢参宮は生涯1度の大旅行だったのである。前述の願書や申請帳は、旅行の日程などが確定した後に作成されるので、松原村の3人が伊勢参宮をしたのは事実である。

つづく

# インフルエンザを 予防しよう

毎年、寒くなってくるとインフルエンザが流行します。一度流行が始まると、短期間で多くの人に感染します。一人一人が「かからない」「うつさない」を心掛け、感染を防ぎましょう。

## インフルエンザとは

インフルエンザは、急に38度以上の高熱が出て、頭痛や筋肉痛など全身に重い症状が現れるという特徴があります。小さな子どもはまれに急性脳症を、高齢者や免疫力が低下している人は肺炎を伴い、重症になることがあります。

## 感染しないために

### 【手洗い・うがいを徹底する】

外から帰ったときや食事の前は石けんで手を洗い、うがいをしてしましょう。アルコール製剤による手の消毒も効果があります。

### 【適度な湿度を保つ】

空気が乾燥すると、病原菌やウイルスが体内に入るのを防ぐことができなくなってしまいます。加湿器などを利用し、50

〜60パーセントの湿度を保ちましょう。

### 【栄養や休養を十分にとる】

体の免疫力が低下すると感染しやすくなります。十分な睡眠とバランスのよい食事を心掛け、免疫力を高めましょう。

### 【人混みを避ける】

インフルエンザが流行してきたら、繁華街など人が多く集まる場所への外出を控えましょう。避けられないときはマスクをして、できるだけ短い時間で用事を済ませましょう。

## 流行前には予防接種を

予防接種には発症を抑える効果や感染時の重症化を防ぐ効果があります。インフルエンザは例年12月〜3月ごろに流行し、1月〜2月にピークを迎えます。予防接種を受けて効果が出るまで約2週間かかるため、12月中旬までには予

防接種を受けておきましょう。

### 【子どもの予防接種】

町では、1歳〜15歳(15歳の子は中学生に限る)を対象に、インフルエンザの予防接種費用を一部助成しています。対象者には助成券を送ります。詳しくは11ページを見てください。

### 【高齢者の予防接種】

10月1日から受けられます。詳しくは13ページを見てください。

## 感染してしまったときは

周りの人にうつさないようマスクを着用し、早めに医療機関を受診してください。熱が下がっても2、3日は体内にウイルスが残っています。医師の判断のもと、数日は学校や職場などに行かず、自宅で療養しましょう。

インフルエンザ対策に取り組み、寒い季節を上手に乗り切ります。



## ヘルシー クッキング

No. 327 ～糖尿病予防のための食事～

## サバ缶詰 簡単ごま味噌煮

### 2人分の材料

- サバの味噌煮缶 150g
- しいたけ 2枚
- 大根 100g
- しょうが 1/2 かけ
- 水 200cc
- すり白ごま大さじ1
- オクラ2本
- 白ねぎ 30g



### 作り方

- しいたけを半分に切り、大根は厚さ1.5cmのいちよう切りにする。しょうがは薄切りにする。
- 鍋に水、しいたけ、大根、しょうがを入れ、ふたをして煮る。

③②に少し火が通ったところで、サバのみそ煮缶を汁ごと加えて煮る。

④オクラは塩もみしてさっと茹で、縦半分に切っておく。白ねぎは白髪ねぎにする(なるべく細く切り、水にさらす)。

⑤③の汁気が少なくなったら、すりごまを加えて器に盛り付ける。

⑥⑤の上に白髪ねぎを盛り、オクラを添えてできあがり。

### 1人分の主な栄養価

エネルギー203kcal、カルシウム348mg、食塩0.8g

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスメイトの会)



### こども未来館

## イベント情報



### 10/3 (木) あそびのひろば 出張乳幼児ひろば

こども未来館乳幼児ひろばが東部公民館にやってきます。リズム遊びや読み聞かせなど一緒に楽しみましょう。

**対象** 就学前の子どもと保護者

**とき** 10:00～11:30

**ところ** 東部公民館 13 会議室



### 10/17 (木) 双子ちゃんひろば 同じ悩みを共有しよう

双子ちゃんならではの子育ての悩みや疑問、工夫などをみんなで話しましょう。

**対象** 双子ちゃん親子、先輩ママ、妊娠中の人

**とき** 10:00～11:30

### 10/26 (土) みんなのひろば ハロウィンパーティ

ゲームや仮装コンテストなどイベント盛りだくさん。参加する人は仮装をしてきてください。

**対象** 小学生以上の人

**とき** 14:00～16:00

**定員** 40人

**費用** 100円



中部保育所から

## こんにちは



### 中部保育所の園庭を開放します

11月は楽しい音楽教室の時間。みんなで大好きな曲の音楽にあわせて歌ったり、体を動かしたりして過ごします。



**対象** 町内に住む幼稚園や保育所に通っていない就学前の乳幼児とその保護者

**とき** 11月6日(水) 10:00～11:00

**ところ** 中部保育所

**定員** 親子5組程度※応募多数のときは抽選  
**費用** 無料

**申し込み・問い合わせ** 10月25日(金)までに中部保育所 ☎ 282-9164 ※受け付けは平日 10:00～16:00

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。

●イベントが始まる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

## 10月健診・子育て支援行事

※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

### 子どもの健診

日程	種目	受付時間
2日(水)	4カ月児健診	12:45
2日(水)	7カ月児健診	13:00
16日(水)	3歳児健診	12:45

**ところ** いこいの里

### ここにこッキング(要予約)

妊娠中～幼児期の子どもの「食」と「からだ」を、調理実習をしながらみんなで考えます。

**とき** 10月10日(木) 10:00～12:30

**ところ** 中央公民館

**申し込み** 健康づくり課

今回は「幼児食」です

### こどもの発達相談(要予約)

こ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** 10月4日(金) 13:30～16:40

**ところ** いこいの里

**申し込み** 健康づくり課

### 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** 10月8日(水) 9:30～11:00

**ところ** こども未来館

**持ってくるもの** 母子手帳・バスタオルなど

### 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遊びの場です。

●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むときに伝えてください

**とき** 10月4日(金)

14:00～15:00

※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



# 10月の行事予定・施設情報

OCTOBER 2019 令和元年 ( ) は実施場所または展示者、時間は開始時間

岡垣町の公共施設で行われるイベントなどをお知らせします。

岡垣サンリーアイ		
5日(土)	おはなし会	14:30
6日(日)	カルチャーフェスタ「バイオリン・チェロ・二胡いっしょにコンサート」	10:30
	おはなし会	14:30
11日(金)	ミュージックスペース「ミニ箏 千代の会」	16:30
12日(土)~14日(祝)	第19回アジアバドミントンジュニアクラブ選手権 in 岡垣	
12日(土)	おはなし会	14:30
13日(日)	岡垣ミュージズオーケストラ 第3回定期演奏会	14:00
	おはなし会	14:30
18日(金)	ミュージックスペース「サークル POES」	16:30
19日(土)	おはなし会(キッズ・スペース)	14:30
20日(日)	おはなし会	14:30
26日(土)	おはなし会	14:30
	いちご塾文化講演会「森田正光」	18:30
27日(日)	おはなし会	14:30
31日(木)~11月10日(日)	絵本作家西村繁男原画展	10:00

情報プラザ人の駅		
13日(日)	ミニイベント：プラパン☆デコ	13:00
26日(土)	朗読「耳でみる物語り」	18:30
毎週(火)	パソコン相談室	9:30

いこいの里		
5日(土)	ふれあいイベント：秋まつり	12:30
20日(日)	ふれあいイベント：新舞踊末広会	12:30
26日(土)	ふれあいイベント：千草会	12:30
27日(日)	ふれあいイベント：ジョイフルの会	12:30

役場・地域・学校	
3日(木)	●来年度小学校入学予定児童の健康診断(いこいの里) 13:30
18日(金)	●高齢者スポーツ大会(岡垣サンリーアイ) 10:00
20日(日)	●まつり岡垣(岡垣サンリーアイ) 10:00

校区コミュニティ	
■吉木校区コミュニティ運営協議会	
27日(日)	●ふれあいふる里めぐり(中央公民館集合) 9:00
■海老津校区コミュニティ運営協議会	
13日(日)	●防災講演会(東部公民館) 13:30
■山田校区コミュニティ運営協議会	
1日(火)	●あいさつ運動(山田小学校) 7:30
15日(火)	●あいさつ運動(岡垣東中学校) 7:50
26日(土)	●ふれあい健康いも掘りウォーキング(山田小学校集合) 8:30
■戸切校区コミュニティ運営協議会	
19日(土)	●グラウンドゴルフ大会(戸切ふれあいスポーツ広場) 9:00

展示コーナー	
【駅前ぎやらりー】	
●~15日(火)	ウミガメ倶楽部活動写真展
●16日(水)~	三里松原の会活動写真展
【地域交流センター】	
●~15日(火)	アンダンテ有志作品展
●16日(水)~	ウミガメ倶楽部活動写真展
【中央公民館】	
●9日(水)~23日(水)	かな書道作品展(若潮学級かな書道)
●23日(水)~11月27日(水)	色鉛筆画作品展(若潮学級色鉛筆画)
【東部公民館】	
●1日(火)~	編み物作品展(ストレッチ編み岡垣教室)
【西部公民館】	
●~11月下旬	レース切り絵作品展(赤星 康恵)

## 人の動き

### 8月末

# 31,654人(+2人)

男性……14,972人(+15人)  
女性……16,682人(-13人)  
世帯数……13,843世帯(+6世帯)  
出生18人・死亡30人・転入103人・転出89人  
※( )は前月との比較



納期	7月 岡垣町から出た
●町県民税3期分	10月31日(木)
●国民健康保険税5期分	10月31日(木)
●後期高齢者医療保険料4期分	10月31日(木)
●保育所保育料10月分	10月31日(木)(延長保育は9月分)
●町営住宅家賃10月分	10月31日(木)
ごみ	7月 燃えるごみ 676.2t 資源ごみ 37.5t
	・前年同月比 +23.7t ・前年同月比 -4.0t
	・1人当たり 21.7kg ・1人当たり 1.2kg

**人身事故** 7月 52件  
死亡0人・重傷6人・軽傷79人

**救急** 7月 出場133件・搬送129件

**火災** 7月 出火0件・り災0件



# 相談窓口・救急医療

心配なことがあるときやもしものときの相談窓口・救急医療をお知らせします。

## 【まちの相談窓口】

相談の種類	とき	ところ	電話番号	
女性の健康・不妊相談 ※要予約	10月18日(金) 13:00～16:00	宗像・遠賀保健福祉事務所(宗像市)	0940-37-4070	
補聴器相談	10月21日(月) 13:00～15:00 10月28日(月) 13:00～14:00	岡垣町役場	282-1211(福祉課)	
行政相談	10月11日(金) 13:30～16:00	いこいの里	282-1211(総務課)	
総合福祉相談 (福祉110番)	10月8・22日ともに火曜日 10:00～12:00	いこいの里	283-2940 (社会福祉協議会)	
心配ごと相談	10月18日(金) 14:00～16:00	東部公民館		
法律相談※要予約	10月11・25日ともに金曜日 13:30～16:30	いこいの里		
こころの健康相談 ※面談は要予約	月～金曜日 8:30～17:00	宗像・遠賀保健福祉事務所(宗像市)	0940-36-2473	
窓口・電話	高齢者・障害者相談	24時間受付	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
電話	消費生活相談	月～金曜日 8:30～17:15 ※専門員への相談は 10:00～17:00	岡垣町役場	282-1211 (地域づくり課)
電話	ふくおか自殺予防ホットライン	24時間受付	—	092-592-0783
	子どもホットライン 24	24時間受付	—	0949-24-3344
	教育電話相談	月～金曜日 8:30～17:15	—	282-4884

もしものときは  
早めの対応を

休日・夜間の  
救急医療

### ■休日急患センター

対象 内科、小児科

診察時間

●日祝日=9:00～正午(受け付けは11:30まで)、13:00～17:00(受け付けは16:30まで) ※小児科は要問い合わせ

●電話相談 月～土曜日=18:00～22:00、日祝日=17:00～22:00

ところ 遠賀・中間休日急病センター

電話番号 282-9919

### ■小児救急医療電話相談

受付時間

●平日=19:00～翌朝7:00

●土曜日=正午～翌朝7:00

●日祝日=7:00～翌朝7:00

電話番号 #8000

■受診できる病院などを知りたいとき

受付時間 24時間受付

ところ 遠賀郡消防本部

電話番号 293-1231

## 編集後記

▼皆さんはオレンジカフェを知っていますか。今回の認知症の記事を作成するにあたって「天狗屋」さんと「くつろぎのあみかんの木」さんにお邪魔しました。カフェの扉を開けると体操や歌で元気に活動され、笑顔で楽しそうにおしゃべりをする姿が……。私の祖父母の友人がおられたので懐かしいお話を聞くことができました。皆さんのお元氣な姿にパワーをいただきました。ありがとうございました。(門司)

▼先月、えびつかぐや灯籠まつりの取材に行ってきました。このまつりは町内でも大規模な催しの一つで、今年も大変な盛り上がりを見せていました。私は音楽が好きなので、ステージ上で披露される歌や演奏を聴いていると、思わず体が動いてしまいます(笑)まつり当日の様子は今月号の裏表紙に掲載しています。今年参加できなかった皆さんも、来年はぜひ会場に足を運んでみてくださいね。(江河)



# 幻想的な光に 包まれて



8月3日、JR海老津駅周辺でえびつかぐや灯籠まつり<sup>とうろう</sup>が催されました。矢矧川沿いには町内の小学生が作った紙灯籠が灯され、辺りを優しく照らしていました。また、メイン会場ではバンドや吹奏楽団の演奏、ダンスなどが披露されたほか、多くの出店が並びました。

地域交流センターではこどもイベントに多くの親子が参加し、情報プラザ人の駅の広場では岡垣国際交流協会がワールドレストランを催すなど、盛りだくさんのイベントに会場は大いに盛り上がりました。

**LINE**

岡垣町の役立つ情報をLINEでお届け  
LINEの「公式アカウント検索」で「岡垣町」を検索または  
「QRコード」で友だち登録しよう



f 町公式  
Facebook

<https://www.facebook.com/okagakimachi>

