

# おかがき11

平成10年

11月25日

No.538



## 今年はどうんな年賀状に

## しよ卵かな？

### 「駅前ぎゃらりー一年賀状展」

町のみなさんに  
年始のあいさつを  
駅前ぎゃらりーでし  
ませんか？平成11年  
1月14日(木)から2週  
間、みなさんの「手作  
り年賀状」を展示しま  
す。どしどし応募くだ  
さい。

**応募方法** 年賀状の裏に  
絵や文字、版画や写真など  
作品の内容は自由です。1点の作品にはがきを10枚まで使用す  
ることができます。工夫して楽しい年賀状を作りましょう。年賀状  
の表に氏名、年齢、住所、行政区を書いてください。

**宛先** 〒811-4233 岡垣町役場「駅前ぎゃらりー一年賀状展」係まで

**応募締切** 平成11年1月4日必着  
**問い合わせ** 町長公室企画調整係へ

※年賀状人気投票を行い、人気作品上位の応募者と投票者の中から抽選  
で岡垣町テレホンカードをプレゼントします。また、駅前ぎゃらりー  
展示の際のネームプレートは名前と行政区のみです。年賀状の裏面を  
そのまま展示しますので写真入りの年賀状や住所や電話番号がでて不  
都合な人は応募しないでください。個人に宛てた内容は、さけてくだ  
さい。2枚以上の年賀状を使用した作品は、なるべく持参してくださ  
い。(はがきの方向や順番があるため)





インターネットで、  
恵の家の人からのメッセー  
ジを受け。



# り岡垣



吉木小学校区育成会



海老津小学校区育成会



戸切小学校区育成会

わっしょい  
わっしょい  
わっしょい

# 垣

秋といえば“まつり”、まつりとい  
えば“まつり岡垣”が、10月18日岡垣  
サンリーアイを会場に開催されました。

台風の心配もありましたが、集まった観客は  
およそ10,000人。おかがきっ子の熱意に台風も  
吹き飛んでしまいました。



わんぱく広場





内浦小学校区育成会



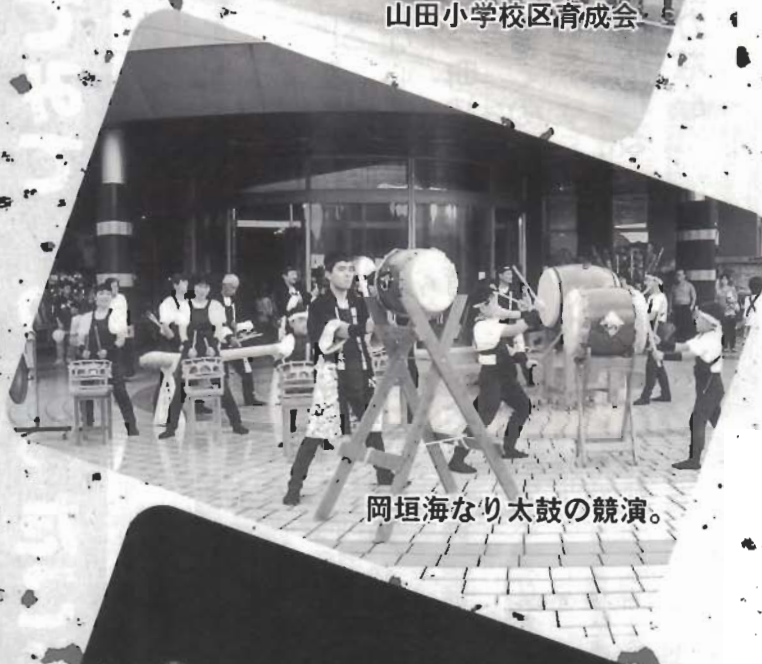
よっ、黄門様。

'98まつ

わっしょい



山田小学校区育成会



岡垣海なり太鼓の競演。



# '98まつり岡 総集編



スカブラ座の『大安吉日』



恒例のもち投げ。



# 岡垣こども宣言

岡垣！

緑豊かな岡垣！フルーツの里・岡垣！

海がめもかえる町・岡垣！

そんな緑豊かな町を、すばらしい自然を守りたい。大切にしたい。

そんな思いで「コミヨの日」を取り組んできました。花の苗を植えてきました。

人が見ていなくても、「コミヤ空き缶を拾ってきました。」

そして、もっともっと緑豊かな町に、だれもが喜んでくれるような町にしたいといます。

岡垣！

ふれあいの町・岡垣！かけがえのないふるさとになる町！

そんな町で、ほくは、お年寄りの方との温かいふれあいも体験してきました。笑顔であいさつをしてみました。

外国の人たちと交流も深めてきました。

もっともっと温かい町に！ふれあいの町に！

笑顔と笑顔が輝く町に！

もっと国際交流のさかんな町にしたいと思います。

そして、いろんな人が喜んで来てくれるため…

いじめをなくし、差別のない町にしていきたいです。

岡垣！

未来輝く岡垣！夢ふくらむ岡垣！

岡垣には、すばらしい未来があります。未来を担う私たちがいます。私たちには、夢があります。希望があります。

私たちがいます。

私たちがいます。

岡垣の未来、日本の未来は、私たちの中にあります。

だから、私たちは、自分の夢を大切にしたいと思います。

ます。希望を大切にしたいと思います。

そんな僕たちの夢や希望や願いを「青少年の主張大会」

やってみて わかったことはいっぱい

## 今、問われる

### 豊かな心

自殺・いじめ・ナイフ事件など子供が抱える様々な課題――。

『豊かな心実践モデル地域指定』

とは、家庭や学校・地域が一体となつて様々な体験活動を子供たちに仕組むことで、いのちを大切に心・自然を大切に心・奉仕する心などの「豊かな心」を育て、生きる喜びを体感させる実践を行う研究指定です。

岡垣中学校校区（岡垣中・内浦小・吉木小・海老津小）は、平成8年度からモデル地域指定を受けました。そして、教育委員会・学校代表・PTA代表・青少年健全育成町民会議・区長会・婦人会・

三年間、地域一丸となって取り組んできた成果を発表しよつと10月23日、岡垣中学校と岡垣サンリーアイで『豊かな心実践モデル地域指定』研究発表会が開かれました。

町や教育関係者はもちろん、保護者をはじめ町外からも多くの参加者で賑わった研究発表会の様子をお届けします。

ボランティア代表らにより推進委員会を組織。「あいさつ」「美化活動」を活動の柱に、「こみゼロの日」「青少年の主張大会」「ふれあい議会」「新入学生の中学校体験入学」などの合同事業を実施してきました。

また、学校では地域の皆さんの支援による道徳授業を行い、子供たちの豊かな心を育てる実践活動



△昨年11月1日のコミヨの日

△2月5日のふれあい議会

で発表しました。  
岡垣庁舎の講事堂で「子供ふれあい議会」に参加しました。  
そこで、これからの岡垣について真剣に話し合ってきました。

難しい問題もいっぱいあると感じました。  
未来は明るいことばかりではないと思っています。  
でも、僕たちは負けません。僕たちは、がんばります。  
よりよい岡垣をつくるために、

平和な社会をつくるために、  
世界が一つになる日を願いながら…  
私たちは、今、自分たちでできることをがんばりたいと思います。

小さいことから…ちよつとしたことから…人が見ていなくても…だれかに言われなくても…自分のできることをがんばりたいと思います。

「そんなつまらないことはやめろ」と言い、  
西にこみが落ちていけば、  
そつと拾ってこみ入れに捨て！  
北にホイ捨てをしている人がいれば、

「ちよつとがまんしろよ」と言い、  
南に困っている人がいれば、  
「何かできることはありませんか」と話しかける。

そんな自分に私はなりたいと思います。  
未来は、私たちの心の中にあるのです。  
私たちの「生きる力」が、未来をつくるのです。

豊かな心が、豊かな自然を作ります。  
二十一世紀は、僕らの舞台。  
二十一世紀の主役は、私たち。  
見ていてください。大人のみなさん！

平成10年10月23日

岡垣町青少年一同

## 先生は、地域の皆さん

前半の岡垣中での公開授業では、  
内浦小3年生、吉木小6年生、海老津小3・6年生、岡垣中1・3年生の道徳公開授業、岡垣中2年生の体験活動が行われました。



地域の人たちを講師に道徳公開授業

道徳の公開授業は、地域で活躍する様々な人たちを外部講師として招き、それぞれの体験を生かした講話を子供たちにしました。子供たちは今までの自らの体験を振



人んんん  
3くくさ  
る志也帆  
す岳裕麻  
を言松山高  
宣吉北日  
もど左中右  
こ真真真  
岡垣写真写

り返りながら真剣に耳を傾けていました。また、2年生の体験活動は、企画から実施まで生徒たちが行い、育成会や区長会の協力を得て地域のみなさんに集まってもらい、生涯スポーツ大会を開催しました。

## 子供たちのために大人たちは何ができる

後半は、会場を岡垣サンリーアイに移し、全体会としてこれも体験発表、ふれあい座談会、などが行われました。

ふれあい座談会は、子供たちの豊かな心を育てるために、私たち大人はどうすればよいかをテーマにフリートーク形式で行われました。パネラーは、刀根功町長、横山正幸福岡教育大学教授、保護者代表の松本雅子海老津小PTA副会長、池田貴子岡垣中PTA副会長、地域代表の高山弘青少年健全育成町民会議会長、学校代表の野中真知吉木小学校長・宮尾敏彦岡垣中学校長の7人。

「豊かな心を育てるためには感動を与えなければなりません。町では国内外短期留学事業など、子供たちに感動を与える事業をますます進めていきたい。」や「親は不安を抱えながら子育てをしている。PTA活動などで親同士が情報交換をすることが大切。」など、それぞれの立場からの意見が熱心に



ふれあい座談会

語られました。そして最後に日高麻帆さん（岡中2年）、吉松岳志くん（内浦小6年）、北山裕也くん（吉木小6年）により「岡垣こども宣言」が読み上げられ、二十一世紀を担う若者としての決意を高らかに宣言しました。  
現在社会において子供を取り巻く課題はたくさんありますが、学校と地域、そして家庭が一体となった取り組みの一つひとつによって、解決する手掛かりを見つけ出せるのではないかと。そういうことを示してくれた発表会でした。



## お菓子をくれなきゃいたずらするぞ！

### ハロウィンパーティー

アメリカ合衆国の伝統的な子供のお祭り、「ハロウィン」（10月31日）を知ってもらおうと25日、東部公民館で、国際交流員ボーパンの企画により「ハロウィンパーティー」が開かれました。

この日参加した小学1年生から中学1年生までの約30人は、それぞれ魔女やガイコツなど、思い思いの仮装をし、お世話をするボランティアも参加してハロウィンパーティーを盛り上げました。



パーティーでは「ザ・ミイラゲーム」「リンゴゲーム」「カボチャの提灯作り」と、様々なゲームをして、最後に「Trick or Treat（トリック オア トリート）」と言って、部屋を周りまわりました。



## 始皇帝の兵馬が駆ける

### 新進作家 江源個展

岡垣サンリーアイで10月18日まで中国の新進作家江源さんの個展が昨年引き続き開かれました。

江源さんは、中国広西省に生まれ10年ほど前に日本へ留学、熊本大学、東京芸術大学で研究と創作活動をして、現在は創作拠点を福岡に移し精力的に活動を行っています。

2000年以上前から始皇帝とともに大地に眠っていた兵馬たち“兵馬俑”を創作テーマにし、日本の金箔などを取り入れた絵画の数々が展示されました。

江源さんは「台風の影響で心配しましたがたくさんの方に作品を見てもらい岡垣町の皆さんの元気で温かい気持ちが伝わってきました、また、岡垣で個展を開きたいと思っています。」と語ってくれました。



## 厚生大臣表彰を受賞

### 食生活改善推進会

岡垣町食生活改善推進会（早川八重子会長、会員161名）が10月23日、岩手県花巻市で開催された平成10年度全国食生活改善大会で、地域住民の食生活改善向上及び健康増進に大きく貢献したということから栄養関係功労者厚生大臣表彰を受けました。

食生活改善推進会は、昭和52年設立以来、高齢者や障害者、小学生などを対象とした各種料理教室、広報への健康料理の掲載、高齢独居者に対する給食サービスなど、皆さんの健康づくりのために様々な食生活改善活動を進めてきました。今回の受賞はそのことが高く評価されたものです。



まちが  
ぞ  
ズームアップ

ホットな情報を  
お待ちしております



# ひとづくり まちづくり

子どもたちの豊かな心育てよう!

## 『ごみゼロの日』

9月19日台風で延期した『ごみゼロの日』を12月5日(土)に行います。町内の小中学校がPTAと協力して、小学1年生から中学3年生まで全員で町内のゴミを拾います。岡垣町環境衛生協議会もいっしょに活動します。美しいまちづくりは、美しい心づくりです。一人でも多くの皆さんの参加をお願いします。ごみを拾った後それぞれの校区の学校の集会に参加ください。

### 戸切小学校区

○自宅から保護者といっしょにごみを拾いながら各地区公民館に8時20分に集合する。○各地区公民館からゴミを拾いながら学校に登校する。○学校でゴミを分別し、8時45分から全校集会で活動のまとめをする。

### 山田小学校区

○自宅から保護者といっしょにごみを拾いながら各地区公民館に8時30分に集合する。○各地区公民館からゴミを拾いながら学校に登校する。○9時から運動場で全校集会を行い活動のまとめをする。

### 内浦小学校区

○8時から各家庭から通学路などのゴミを拾いながら登校する。○学校でゴミを分別し、全校集会を9時から行い、活動のまとめをする。

### 吉木小学校区

○自宅から保護者といっしょにごみを拾いながら各地区公民館に8時30分に学校に登校する。○ゴミを分別し、全校集会を8時45分から行い、活動のまとめをする。

### 海老津小学校区

○7時50分に各地区の集合場所に保護者といっしょに集合する。○8時からゴミ拾い活動を行い9時に学校に登校する。

### 岡垣東中学校区

○8時30分から海老津駅周辺・矢矧川沿い・通学路のゴミ拾いを行う。○10時から全校集会を行い活動のまとめをする。

### 岡垣中学校区

○8時10分から県道芦屋線(松露付近)・岡垣バイパス斜面・岡垣中学校役場周辺のゴミ拾いを行う。○9時50分から学校でゴミの分別を行う。○10時10分から全校集会を行い、活動のまとめを行う。

※詳しい活動内容などは、各学校へ問い合わせください。

## 役場の人事

11月1日付( )内は前職

・麻生千里=町民課(公民館) ・井上潔=農林水産課(水道課) ・相島秀明=公民館(農林水産課)



戸切小学校陶芸クラブ生花教室  
自由に生けよう

戸切小学校の陶芸クラブ活動で、初めて地域の人に参加をしてもらい生花教室が10月7日に行われました。

クラブの人数は、小学4・6年生の6人で、講師は老人クラブ寿会婦人部副会長有吉ケサエさん(南高陽)でした。有吉さんは「小学校で教室をするのは初めて、情操教育、心の勉強として受けとめてほしい」と語ってくれました。

みんな不馴れな手つきながらもいらいと楽しそうに花を生けていました。



## 第2回 岡垣町防犯大会

## 安心して暮らせるまちづくり



全国的にさまざまな犯罪が発生している中、犯罪防止と明るいまちづくりのため、第2回防犯大会が10月31日岡垣サンリーアイで開催されました。

この日参加した人は約400人、体験発表や1.3キロメートルの道のりをパレード、岡垣中学校吹奏楽部も参加し、防犯を呼びかけました。

婦人会会長木原伸子さんが「今日の犯罪情勢は、幼ない子どもを対象とした虐待や、暴力団による民事介入事件、薬物による殺人未遂事件が多く見受けられ、地域団結・協力して犯罪を発生させないまちづくりを進めていきたいと思います。」と力強く大会宣言をしました。







### 車いすなどの 寄贈

国際的な奉仕団体、遠賀ライオンズクラブより車いす10台などの寄贈がありました。

この車いすは、今後、社会福祉協議会で貸し出しなどに利用します。

## 冬の陽だまりコンサート

音楽グループ「ハーモニック・ラズベリー」による懐かしい曲の数々。幻想的な「銀河鉄道の夜」さらに、ミュージカルのハイライト曲の影絵をバックに歌い演奏します。

歌と影絵の絵本のような音楽会です。

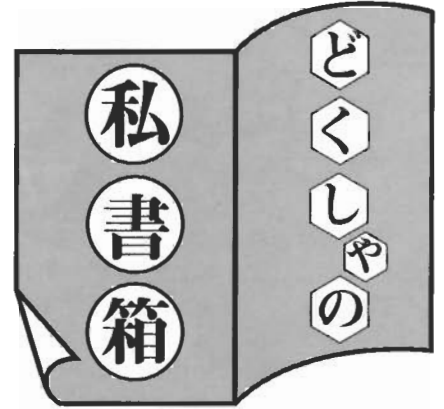
とき 12月13日(日)午後2時から

ところ 岡垣サンリーアイ・中ホール

入場料 前売=800円 当日=900円

※チケットは、岡垣サンリーアイにて発売中

問い合わせ 有持010-367-5788 または  
田中282-9139



参加する人も読む人もみんな友達。このコーナーでひとつになつて楽しもう。「どくしゃの私書箱」は、そんな願いを込めた読者のページです。

楽しかったこと、悲しかったことから地区の活動まで、また、イラスト・4コマまんが・俳句・川柳などの作品もお待ちしております。

応募先 〒811-4233岡垣町大字野間697-1 岡垣町役場地域振興課・広報「どくしゃの私書箱」係

※応募はがきには「住所・氏名(紙上匿名可)・年齢・電話番号」をお忘れなく。

## スポーツ結果

### 高倉神社奉納剣道大会

とき 10月10日(土)  
ところ 高倉神社境内

5人抜き 桃島 壮史

松尾 祥吾

都留 昂司

大谷 香里

岩丸 毅

林 典子

高山 和秋

古賀 武志

4人抜き 河村 大介

岩崎 優翔

3人抜き 市川 浩希

塩川 恒彦

赤城 慎平

### 第19回連盟会長杯大会 (少年軟式野球)

とき 10月11日(日)

ところ 松ヶ台グラウンド

優勝 海老津ニュースタース

準優勝 山田ビクトリー

三位 福岡キング

野間レンジヤーズ

### 遠賀町少年剣道大会

とき 10月18日(日)

ところ 遠賀町勤労者体育センター

個人戦

小学生女子低学年

二位 門司 奈々

中学生女子

三位 中西いつか

中学生男子

二位 高山 和秋

三位 古賀 武志

団体戦

小学生女子の部

三位 白雲練成会(吉田麻子・田中沙苗・大谷香里)

小学生男子の部

三位 白雲練成会A(塩川恒彦・赤城慎平・伊藤拓也・辻亘・池田詠生)

中学生女子の部

二位 白雲練成会A(林典子・平山裕子・中西いつか)

中学生男子の部

優勝 白雲練成会A(高山和秋・角田裕樹・杉谷英郁・畠中勇樹・古賀武志)

第7回全国小学生  
バドミントン選手権  
大会九州予選

とき 10月24日(土)

ところ 北九州市立小倉南体育館

5年生ダブルス 一位 久場秀行・峠畑亮太

6年生ダブルス 二位 中務敬太

三位 山口雄基・阿部陽輔

5年生ダブルス 一位 谷口智美・下崎彩

6年生男子シングルス 二位 小本淳二

三位 埴畑陽平

6年生女子シングルス 二位 竹田亜由美

上位四位以内の選手は、12月12日

## 俳句

一般の人の作品

鮮度よき鯖雲乱す航空シヨ

永野 和子

木綿間俳句会

手の甲にうくる接待秋道路

宮内 芳子

鱗雲裾すり切れし磯着干す

千々和 惠美子

宅配で頼みし秘境の新豆腐

岩崎 久忠

兄妹の見分けぬ七五三

杉山 久美子

公園の木椅子に黙す愁思かな

神谷 香代

## 岡垣サンリーアイ句会

浜菊や湖に削がれし道標

福島 和子

着飾りて安産祈願賜日

星川 泰子

小雨降る狩尾岬を鳥渡る

松尾 信義

狩尾岬雲間に消えし渡り鳥

矢野 博

渡り鳥釣の親子も見上げをり

横尾 淑子

## 川柳

岡垣川柳会

欲出せばこんな頭じゃないと親

工藤 熊雄

無欲という語は知りながら七十年

山本 雪鏡

年頃をよろしく頼む身上書

中村 ナヲ



# まちのさわやかさん

町のさわやかな若者を紹介するコーナーです。  
近所や職場のさわやかな若者を紹介してください。  
自薦・他薦、性別は問いません。



**宮城 和之さん**(25歳・百合ヶ丘)  
レインボーモータースクール勤務  
今月のさわやかさんは、バイクで世界中を制覇するのが夢だという自動車教習所で安全運転・交通指導を行っている、宮城さんの登場です。

♥仕事のほうは？

指導員となって3年目ですが、「運転」を教えるとなると、思った以上に大変でいつも、四苦八苦しています。

♥仕事で充実しているときは？

教習生に、自分の言ったことがうまく伝わって、運転がうまくできたとき。

♥性格は？

友人からは、「お人好し、優柔不断やね」とよく言われます…が自分ではかなりいい感じだと思います。

♥休みの日は何をしていますか？

家にじっとしているのがいやなので、春から秋は林道をツーリング・ゴルフ、冬はスキーをしています。

♥自己PRを

運転について、困っていることや質問があったら、聞いてください。バックアップします。  
「みなさん安全運転を心がけましょう！」



13日に広島県立総合体育館で開催される第7回全国小学生バドミントン選手権大会に出場します。

## カーステインのワンポイント英会話

### Kirsten's Idiom Corner

(カーステインの慣用語コーナー)

**Kirsten:** Aren't the leaves beautiful? You know, this is my favorite time of year.

「紅葉ってきれいでしょ。秋は私のとてもお気に入りの季節ですよ。」

**Derek:** Mine too. We picked a great day to go hiking. Clear skies, so many red trees, and the air is so fresh.

「僕も好きですよ。ハイキングするには今日は最高ですね。晴天で、紅葉がとても鮮やかですね。」

**Kirsten:** Yeah... Hey, it's already two thirty! We've been hiking for 5 hours. No wonder I'm hungry. In fact, *I am so hungry that I could eat a horse.* Let's stop soon and have lunch.

「ええ、そうですね。(時計を見て) ああ、もう二時半ですね。五時間も経ってしまったんです。お腹が空いたのは当たり前かしら。どこか食べに寄らましょ。」

**Derek:** Good idea.  
「そうしましょう。」

今月のワン・ポイント：

"I could eat a horse" = I am so hungry that I could eat an enormous amount of food.

日本語の直訳で、この熟語は「馬がたべられるほどお腹が空いている」に当たりますけど、英語でこの熟語を利用すれば、「お腹がたいへん空いている」ということを表現します。

## 短歌

### 一般の人の作品

浦島は亀の背にのりかへり来る村々は住める我が家もなし

正月のメ縄作る時期となり納屋の仕事場急にいそがし

岡垣の三里松原松かれて汐風じかに稲に吹きつく

秋陽照る大地にゆれる彼岸花豊かな色をひきだしており

今を問う男の老いは「光」「影」光明るく影くらく見え

適切と遊び抜かれた対策も民の心を安堵させるや

### 青葉短歌会

晩秋の夕日沈みし砂浜に海と耕す波の音聞く

失いし記憶戻るか長病みの兄は「泊ってゆけよ」とふと言ふ

大正琴弾きつつ童謡口ずさめは幼かりし日よみがえり来る

何もかも静止をしたらる刻の間を残留の中日さざの佇つ

悲しみを伝える重い筆の光

小田 和彦

佐々木 百合子



# 第1回「夢の体験塾」が終了!!

# 生涯学習 の ススメ

出会い  
ふれあい  
学び愛

10月24日(土)~31日(土)の7泊8日、町内各小学校の5・6年生17人が、老人憩の家「若潮荘」で行われた通学合宿「夢の体験塾」に参加しました。

この事業は、夢の体験塾実行委員会の主催で平成10年10月から平成11年1月にかけて5回行われます。

参加した子供たちは、慣れない環境で生活するうえに、調理や洗濯など身の周りのことは全て自分でやらないといけません。そのため、戸惑うことや壁にぶつかることが数多くありましたが、仲間と協力することでその困難を乗り越え、17人全員がひとまわり大きく成長したように見受けられました。



参加者と指導者で記念写真『イエーイ!!』



## 「夢の体験塾」

### 参加者の感想

6:00	起床準備	洗面準備	掃除片付け
7:00	朝食	準備後	登校
7:30	バス	登校	バス
16:30	夕食準備	下校準備	掃除片付け
17:00	夕食	準備後	掃除片付け
19:00	夕食	準備後	掃除片付け
20:00	夕食	準備後	掃除片付け
21:00	夕食	準備後	掃除片付け
22:00	夕食	準備後	掃除片付け

小早川さおりさん(海老津小6年)

この「夢の体験塾」にはいつ、はじめての人と友達ができて、うれしかったです。それに、お母さんのくろろがわかったです。私は、「夢の体験塾」にはいつ、将来お母さんになったときに、やくにたつと思います。一週間とてもたのしかったです。

佐々木 美穂さん(吉木小6年)

ふだん家で、ぜんぜん手伝いをしていないのでとてもはじめがつかめました。友達がいっぱいできてうれしかったけど、家に帰りたいなアーと思った。

辻 恒平くん(内浦小6年)

夢の体験塾は、きついと懇っていたけどやってみたらそんなにきつくなかった。

溝上 裕美さん(戸切小5年)

私は夢の体験塾に参加して、いろいろなことが学べました。そうじや料理などすごく大変だったけど、みんなで作ってすごく楽しかったです。体験塾が終わっても、友達の間で仲よくしていきたいなと思います。

菟田 洋丸くん(吉木小5年)

ぼくは、夢の体験塾でこの一週間いろんなことを学びました。ふだんやっていないせんたくもしました。きつかったです。ぼくは、お母さんが毎日こんなことをよくやってくれるなあと思いました。この夢の体験塾でお母さんのくろろがわかったです。

白石 由美さん(海老津小6年)

この体験で、みんなとお友達になれてうれしかったです。はじめのほうは、不安だらけだったけど、日々がたつとだんだん慣れてきて後のほうになると全員とお友達になれました。すごくうれしかったです。一週間、みんな、ありがとうございました。また、会いたいです。

一之瀬 麻未さん(山間小6年)

はじめは、きちんとできるの?って思ったけど日がたつにつれて、きちんと、準備などができるようになりました。でも、やはり少しは、時間にルーズなところがありました。その分は、これからきちんとできるようにしたいです。本当によいけんができました。



# 保健婦のお目を見借!

ちょっと

## 姿勢の悪さは万病のもと

病院で治療するまでではないものからだの不調を抱える人は多いと思います。

なかでも、肩こりや腰痛、手・膝・足首の関節痛などで悩む人が多く、成人健診や健康教室の問診では、約二人に一人の割合です。

原因がはっきりと思いたい当たらないことも多いこれらの症状…見落されやすいのが普段からの姿勢の悪さです。

なにげなく繰り返している姿勢や動作の積み重ねが、肩こりや腰痛などからだの不調に深くかかわっています。

姿勢が悪いとどうなる!?

も影響します。

特に多い背中を丸めた姿勢は、からだを支える背骨に大きな負担がかかります。背骨の中には、上から下まで通じている穴があり、脊髄神経が通っていますが、この神経を圧迫して炎症をおこします。

神経の場所によっては、肩こりや腰痛だけでなく、内臓の働きに

働きが弱まることにも。さらには、脳へ行く動脈が押さえられ、血圧

も影響します。なかでもおこりやすいのが胃の症状で、胸を圧迫し、背骨の中ほどの胃の働きにかかわる神経に影響し、胃痛や胃のもたれなどがあらわれます。

内臓の位置が全体的に下がり、働きが弱まることにも。さらには、脳へ行く動脈が押さえられ、血圧

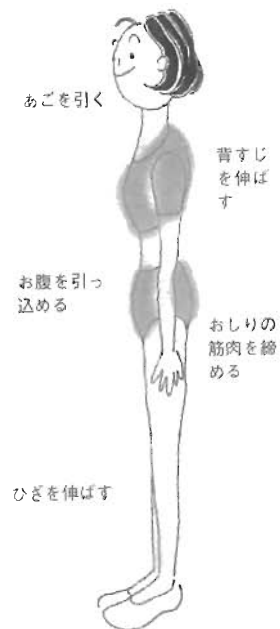
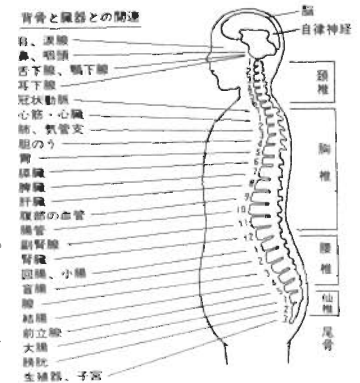
背中を丸めたり、おなかを突き出した姿勢が楽な人は、運動不足などで背筋や腹筋が弱く、背骨を

姿勢をよくしたり、体のバランスをうまくとることは、見た目や行儀の上でももちろん、気持ちよく毎日を過ごすためにとっても大切です。健康対策課保健婦 能見由香

が上がる原因になること。まさに、姿勢の悪さは万病のもとです。

正しく保つ力が足りないことが原因の一つです。適度な運動を毎日続けることも、姿勢をよくする力になります。

からだを片側ばかり使っていると、背骨のゆがみがおきます。座って足を組むのも、買い物で荷物を持つのも、バスの吊り革をもつのも、左右交互に心がけましょう。



背もたれとの間にすき間ができ、おしりを背中をつける。

## ヘルシークッキング

チーズを使った2種  
I ニラとチーズの蒸し焼き 17回  
II ご飯のチーズせんべい



### 〈Iの材料 4人分〉

- ニラ(4束) ○もやし(1パック)
- 木綿豆腐(1・1/3丁[400グラム])
- ごま油(大さじ1/2) ○ピザ用チーズ(80グラム) ○ポン酢しょうゆ(大さじ4杯) ○大根おろし(適量)
- ねぎ(適量)

### 〈作り方〉

- ① ニラは4センチの長さに切りもやしは洗っておく。豆腐は下茹でして水をきり、1センチの厚さの色紙切りにする。
- ② ホットプレートにごま油を熱し、①を入れて手早く炒める。
- ③ 最後にピザ用のチーズを上にかき、ふたをして蒸し焼きにする。
- ④ ポン酢しょうゆ、大根おろし、ねぎを添える。

### 〈IIの材料 4人分〉

- 残りご飯(200グラム) ○ピザ用細切りチーズ(40グラム) ○ちりめんじゃこ(10グラム) ○桜えび(10グラム) ○ごぼう(20グラム) ○青のり(少量)

### 〈作り方〉

- ① ごぼうは2センチ位の長さに薄切りして包丁の背でたたき、水にさらす。
- ② ご飯とチーズを混ぜ合わせて2等分する。1つにちりめんじゃこ、もう1つに桜えびと①を加え、それぞれ一口大にまとめる。
- ③ ②をそれぞれラップに包み、丸く押し広げる。
- ④ テフロン加工のフライパンで表面がカリッと香ばしくなるまで両面を焼く。(電子レンジでは表面約3分、裏面約1分)
- ⑤ ちりめんじゃこ入りの方に、青のりを振りかける。

岡垣町食生活改善推進会  
(ヘルスマイトの会)



# 師走のもよおし・おしらせ

●町役場  
●教育委員会

URL(ホームページのインターネット上の住所) <http://www2.tokyoweb.or.jp/okagaki/>

## ご存知ですか? 検察審査会制度

詐欺や交通事故などで被害にあった。加害者は、当然起訴されて処罰されるものと思っただのに、検察官は、加害者を起訴しなかった。どうも納得がいかない。

このような不満を持っている人のために、この制度があります。

検察官のした不起訴処分およびあしを審査するのが主な仕事です。

検察審査会は、そのために、検察官の作った不起訴記録を調べたり、証人を呼んだり、場合によっては実施検分などとして議決をします。その議決を参考にして、検察庁が事件を起訴すべきだと考えたときは、起訴の手続きがとられます。

相談や申し立てについての費用は一切無料です。秘密は固く守られます。

**問い合わせ** 小倉検察審査会事務局 56113431へ

**自然を守ろう!**  
**三里松原の松葉かきを**  
**行います**

三里松原防風保安林保全対策協議会は松原の保全・保護を目的に松林内の松葉かきを行いますのでボランティアとして参加できる人は協力をお願いします。

とき 12月1日(火)午前10時

時から午後4時まで  
ところ 吉木什王堂松林  
持参品 軍手、竹ボウキ、弁当  
問い合わせ 農林水産課へ

## ご利用ください! 特設人権相談所

法務局北九州市局と北九州人権擁護委員協議会では世界人権宣言50周年記念行事の一環として、人権相談所を開設します。

家庭、相続、登記、金銭、その他の心配ごとについて相談に応じます。相談費用は無料です。秘密は固く守られます。

とき 11月27日(金)午後1時30分から4時まで

ところ いこいの里  
問い合わせ 町民課人権擁護係へ

## フレッシュな人材を待っています 自衛官募集

来年4月入隊の陸、海、空自衛隊生徒を募集しています。

**応募資格** 中学校卒業(平成11年3月卒業見込みの人を含む)で17歳未満の男子

**締切日** 平成11年1月4日(月)

**問い合わせ** 役場総務課、芦屋募集事務所22310981へ

## 白衣の天使へ 准看護婦学生募集

現代社会の中で看護婦は尊敬され、期待される職業です。健康で優しく意欲的な入学生を募集しています。

募集期間 一次募集 1月6日から2月2日まで、二次募集 2月15日から2月24日まで  
入学資格 中学校卒業以上の人  
募集人員 四十五人  
問い合わせ 遠賀中間医師会看護高等専修学校20213711へ

## 第9回福岡県高齢者 美術展作品募集

高齢者の創作による絵画、書、彫刻、工芸、写真などの作品を募集します。

**出品申込** 12月19日まで  
**実施要領** 申込書は、福祉課、社会福祉協議会にあります。

**展示場所** 福岡県総合福祉センター(春日市)

**展示期間** 平成11年2月18日(土)～21日

**問い合わせ** いきいきライフセンター 高齢者美術展係092158413360へ

## 世界人権宣言50周年・ 人権擁護委員制度50周年記念月間

「世界人権宣言」が国連で採択されて、50年目に当たり福岡法務局・福岡県人権擁護委員連合会では、12月を「記念月間」として次のことを定め人権啓発活動を行っています。

○考えようあなたの人権私の人権

○子どもの人権を守ろう  
○国際化時代にふさわしい人権意識を育てよう  
○部落差別をなくそう  
○女性の地位を高めよう  
○障害をもつ人の完全参加と平等を実現しよう  
○高齢者を大切にすることを育てよう

人権とは、社会生活で幸福な生活をするために必要な憲法で保障されたものです。また、人権擁護委員も人権思想の普及に努めてきました。

私たちは基本的人権をお互いに尊重しあうとともに、自分たちの力で大切に守り育てていかなければいけません。

また、福岡と北九州に子ども人権110番を設置しています。

福岡092171516112  
北九州56113989  
町民課人権擁護係

まっぼっくりシリーズ(冬)

**「玄海の家」親子キャンプ**

とき 12月12日(土)～13日(日) 一泊二日

ところ 県立少年自然の家「玄海の家」(玄海町神湊)

**対象** 小学三年以上の子どもとその家族 百二十人

**内容** 冬の海岸漂着物調査・創作活動・クリスマスキャンドルのつどい・餅つき交流会など

**参加費** 一人二千五百円

**問い合わせ・申込み** 玄海の家 094016212511へ

## シリーズ 特集

ゴミは、この地球上に人類が誕生して以来、ながい友達です。最近ゴミ出しマナーの苦情が多く寄せられています。もう一度ルールを確認してみましょう。

※ゴミは、それぞれの指定された場所に朝8時までに指定ゴミ袋に分別して出しましょう。

※指定された場所の管理は各行政区で行い、清掃などをお願いします。

※指定ひもの利用は、次のようになっています。

・ダンボール箱を解体して結ぶとき

・90センチ以内で切った木の枝や木切れを結ぶとき

・指定ひもは切つて使用することではできません。

※こぶつき禁止!  
指定袋にいったいゴミを詰め、その袋の横に指定袋以外の袋を結び付けているとき

※地区外のゴミ出しは禁止です。町のゴミはみなさんが責任を持って負担しています。不法投棄を見かけたらすぐに連絡してください。計画ゴミ収集以外は自己搬入制度により有料で処理できます。(役場の証明が必要です。)

※粗大ゴミは来年4月から有料化・別別収集となります。

次回は、粗大ゴミと資源ゴミについてです。  
町民課生活環境係



町民武道館  
いこいの里・社会福祉協議会  
岡垣サントリーアイ  
シルバー人材センター

☎282-6111  
☎283-2940  
☎282-1515  
☎282-4688

中央公民館  
東部公民館  
西部公民館  
在宅介護支援センター

☎282-0162  
☎282-0035  
☎282-7476  
☎282-5167

## 岡垣サントリーアイ

ゆめフェスタ・

サントリーアイ

「子どもおとなもく

「祭り」をテーマに歌、踊り、太鼓など楽しい催しもりだくさん。ぐよいこにはプレゼントもあるよ。

とき 12月20日(日) 開場 午後1時30分 開演 午後2時

ところ 中ホール

料金 五百円(4歳以上) 全席自由

主催 岡垣ふれあい文化塾

「さんりん舎」実行委員会・岡垣サントリーアイ

※エントランスホールでも、午前11時からバナナのたき売り・南京たますだれなどの催しを行います。

サントリーアイ文化講座・

スポット講座

「すてきなおもてなし料理」

家庭でおしゃれにクリスマス。今年のクリスマスは、ちょっとはりきって家庭でクリスマスパーティーをしてはいかがですか？

講師 クッキングスタジオソルト&ベッパ主宰 服部範子

とき 12月15日(火) 午前10時から午後1時まで  
ところ 調理室

料金 受講料 1千円(1回) 材料費 2千円  
定員 20人  
持参品 エプロン

申し込み 12月8日までに直接岡垣サントリーアイへ(電話不可) また、定員になり次第締め切ります。

## サントリーアイ

文化講座展示会

岡垣サントリーアイ文化講座の活動成果の発表の場として展示会を行います。

「トール&デコレイティブ ペインティング アンジュリカ 作品展」

とき 12月4日(金) から 8日(火) 午前10時から午後5時まで(最終日は午後3時まで)

ところ 展示コーナー

料金 入場無料

「油絵・水彩画、はがき絵 サントリーアート」作品展

とき 12月21日(月) から 27日(日) 午前9時から午後10時まで(最終日は午後5時まで)

ところ 展示コーナー・ギャラリー

料金 入場無料

## ミュージックの心

地域音楽家の皆さんに発表の場を提供し、音楽のまちづくりを企画しています。

出演者 鞍手北中学校 brass band メンバーによるアンサンブル

曲目 グリーク/ペールギュントよりほか  
とき 12月4日(金) 午後6時30分から7時まで  
ところ エントランスホール

料金 無料

## いちい畑のコンサート

出演者 おんがくハウス

曲目 クリスマスソングほか

とき 12月11日(金) 午後6時30分から7時まで

ところ エントランスホール

料金 無料

※ただ今、出演者募集中！気軽にお問い合わせください。

## 岡垣サントリーアイ

都市計画

マスタープランの

あらましを

お知らせします

平成8年度から策定に取り組んできました都市計画マスタープランが完成しました。そこで今号には、そのあらましを説明したリーフレットを折り込んでいますのでご覧ください。

なお、都市計画マスタープランの内容について、詳しく知りたい人は、建設課都市計画係が説明しますのでぜひご来庁ください。  
問い合わせ 建設課都市計画係



## 曜日(日)に納税相談と町民税・個人町民税・国民健康保険税・国民健康保険税の申告を行います

町税(固定資産税・法人町民税・個人町民税・国民健康保険税・軽自動車税)を納めていない人や納付期限までに納められない人やいない人はいませんか。また、町民税・国民健康保険税の申告(平成9年分)をまだしていない人はいませんか。このような納税の相談・悩みのある人は、どうぞお越しください。

とき 12月13日(日) 午前8時30分から正午、午後1時から午後5時まで

ところ 役場101会議室

持参品 ・印鑑(認め印可) ・平成9年中の収入の分かるもの

問い合わせ 税務課へ

## 愛の心づかい

次の皆様から香典返しとしてご寄附がありました。厚くお礼申し、故人の冥福を心からお祈り申し上げます。(10月31日受付分まで)

- ▽社会福祉協議会へ
  - 助信 幸平 様(山田)
  - 門司 輝子 様(吉木)
  - 岩崎 富一 様(西黒山)
  - 小野 都男 様(東黒山)
  - 竹石 清子 様(戸切)
  - 鈴木 エイ子 様(東高陽)
- 筒井 任輔 様(緑ヶ丘)
- 吉田 知子 様(新松原)
- 鍋田 孝則 様(遠賀町)
- 秋武 博晃 様(吉木)
- 黒木 静男 様(戸切)
- 松本 敏子 様(南高陽)
- 岩本 松喜 様(東松原)
- 伊藤 賢次 様(神奈川県)
- 平野 栄二 様(福岡市)
- 老人クラブ寿会へ
  - 佐藤 昭子 様(筒井)
  - 秋武 博晃 様(伊藤)







# 12月の行事予定

31 (木)	30 (水)	29 (火)	28 (月)	27 (日)	26 (土)	25 (金)	24 (木)	23 (水)	22 (火)	21 (月)	20 (日)	19 (土)	18 (金)	17 (木)	16 (水)
			●役場仕事納め	●おはなし会 (岡垣サンリーアイ図書館) 14:30~	●おはなし会 (岡垣サンリーアイ図書館) 14:30~	●グランドゴルフ月例会 (総合グラウンドB) 10:00~12:00	●町内少年柔道紅白戦 (武道館) 18:00~20:00	●祝・天皇誕生日 (ごみ収集は休みです) ●納射会 (町民弓道場) 10:00~15:00 ●いこいの里ふれあいイベント「舞踊藤扇流」(いこいの里) 12:00~	●喘息教室 (県立遠賀病院) 13:00~ ●にこにこ育児サークル (いこいの里) 10:00~11:30 ●いきいきリハビリ教室「申込制」(いこいの里) 10:00~14:00	●母子手帳交付 (健康対策課) 9:00~9:20受付 ●27日、油絵・水彩画・はがき絵展示会 (岡垣サンリーアイ) 9:00~22:00	●おはなし会 (岡垣サンリーアイ図書館) 14:30~ ●ゆめフェスタ・サンリーアイ (岡垣サンリーアイ中ホール) 14:00~ ●いこいの里ふれあいイベント「舞踊宗家西川流」(いこいの里) 12:00~	●いこいの里ふれあいイベント「カラオケ」(いこいの里) 12:00~	●BCG (いこいの里) 13:30~13:50受付 ●にこにこクッキング「予約制」(中央公民館) 10:00~12:30 ●いちご畑のコンサート「秋武ゆう子(ピアノ)」 18:30~19:00	●3歳児健診 (いこいの里) 13:00~13:20受付	●ツベルクリン反応 (いこいの里) 13:30~13:50受付 ●いこいの里ふれあいイベント「舞踊若花流」(いこいの里) 12:00~ ●健康相談・栄養相談 (いこいの里) 10:00~11:00

**岡垣サンリーアイ 休館日の変更**  
 ◎23日(水)は、サンリーアイの定期休館日ですが、祝日のため開館します。休館日は翌日24日(木)となります。  
 なお、住民票などの自動交付機も同様に、23日は使用できますが、24日は使用できません。

**~年末年始の休み~**

- ・役場 12/29(火)~1/3(日)
- ・公民館 12/29(火)~1/4(月)
- ・岡垣サンリーアイ 12/28(月)~1/4(月)
- ・いこいの里 12/28(月)~1/4(月)

**展示会**

- サンリーアイパッチワーク講座作品展 .....12月1日~12月14日
- 中部保育所作品展 .....12月15日~12月28日
- 岡垣美術家連盟 .....12月29日~1月15日

## ☆12月の納期

- 国民健康保険税(12/25) ..... 7期分
- 固定資産税 (12/25) ..... 3期分
- 国民年金保険料 .....12月分
- 保育料 .....12月分
- 町営住宅家賃 .....12月分

税の標語

消費税

あなたの手から

豊かな福祉

原 恵利子

## ☆各種相談

- 心配ごと相談 (いこいの里) 4・18日、13:30~16:00
- 法律相談 (いこいの里) 4日、13:30~16:30  
※電話予約が必要です。☎283-2940
- 行政相談 (いこいの里) 4・18日、13:30~16:00
- 教育電話相談(教育委員会内) ☎282-4884 (毎週月・水・金曜) 9:00~17:00

## ☆休日・夜間の当番医は

遠賀郡消防署 ☎293-1231へ  
 (その時、診察してもらえらる当番医を) 教えてください

## 大型 可燃ごみ収集日程

(12月)

日	収集地区
3(木)	茅原、南山田、東山田、緑ヶ丘
4(金)	海老津、つくし会、上畑、新海老津
5(土)	上海老津、戸切、戸切百合野、戸切白谷、龍王団地
10(木)	湯川、波津、原、内浦、元松原
11(金)	西黒山、東黒山、糠塚、上高倉、高倉、山田、山田峠
12(土)	東高陽、鍋田、南高陽、西高陽
17(木)	吉木、高塚
18(金)	東松原、百合ヶ丘、東海老津、高陽
19(土)	野間(一・二・三・四)、西山田
24(木)	旭東、旭南、松ヶ台
25(金)	手野、新松原、三吉団地、三吉、塚原
26(土)	高尾、旭西、旭中、公園通り

◎出すことができるごみ  
 布団・毛布・カーペット・じゅうたん・畳・こたつ・ふすま・障子・テーブル・水屋・学習机・タンス・椅子・本棚・すだれ・籐製品・竹・角材・板・タキロン・ポリバケツ・収納箱・大型バックなど  
 ☆布団などは普通のひもで結んで出しましょう  
 ☆長いものは2メートル以内で切って出しましょう  
 ☆ごみは朝8時までに出してください  
 ☆家庭でのごみ焼却は排煙に注意をしましょう  
 大型不燃ごみの収集は1月です  
 ※ご自分で直掛ごみ焼却場を持っていくこともできます。  
 詳しくは町民課生活環境係にお問い合わせください。

ごみの収集は  
 12/31(木)~  
 1/3(日)まで  
 休みです。



ひとの動き

(10月末)

人口 ……30,400人(+38)

そのうち144人は外国人

女性 ……16,032人(+13)

男性 ……14,368人(+25)

世帯数 ……10,276世帯(+25)

そのうち72世帯は外国人世帯  
( )は前月との比較

出生 … 15人 死亡 … 18人

転入 …107人 転出 … 66人

まちの広さ ……48.51km<sup>2</sup>

町内の交通事故状況(人身)

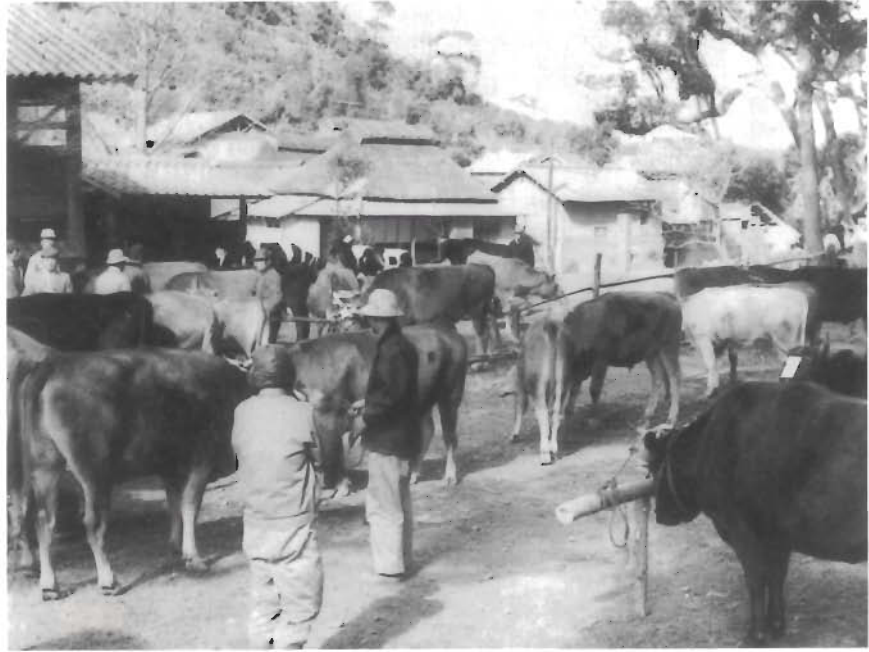
	9月	1月	前年同期	
	10月	10月	9月	1月
	10月	10月	10月	10月
事故件数(件)	23	127	7	122
	10		22	
死亡者数(人)	0	5	0	4
	0		0	
重傷者数(人)	0	6	0	9
	1		0	
軽傷者数(人)	33	153	7	114
	13		22	

救急・火災医療 10月分

救急	出動件数	62件
	搬送人員	60件
火災	出火件数	2件
	り災件数	0世帯

火災の問い合わせ

遠賀郡消防本部  
☎293-3921



農業祭(高倉) 昭和37年11月23日

写真は語る

岡垣の今昔

豊かに稔った稲をコンバインが  
整然と刈り取る姿はもう見慣れた  
毎年の光景である。

写真の牛は、昭和三十七年第二  
回岡垣町農業祭の品評会に出場し  
た牛たちである。農家が手塩にか  
けて育て、肉付きが良くピカピカ  
に磨き上げた自慢の牛である。  
また、農業祭では田鋤の競技会  
もあり農民にとっては熱のこもつ  
た秋の一大行事であった。

ところで、農業の主役であった  
牛は昭和四十年代に殆どその姿を  
消し今でも牛を置いているのは湯  
川と原に四軒だけである。

その中の一人で、毎年宮地嶽の  
秋祭りに形のいい牛を出している  
湯川の魚澄辰巳さん(七十五歳)  
に牛についての話をお聞きした。

今の牛は農耕をしないので練習  
をして神輿を曳かせるが、大勢の  
前に出ると興奮して暴れ出そうと  
するので元気な牛ほど大変だと話  
された。  
山出しと言って、以前は炭坑や

建築用の木を山から降ろすのに牛  
が使われた。湯川のように急な山で  
は木を降ろすのに危険がともなつ  
た。槓が石につかえ棒立ちになり  
木が倒れ掛かってきたり、へたを  
すると谷に落ちたりした。牛も、  
滑ってきた木で足を折ったり熱射  
病で死なしたこともあった。仕事  
が苛酷なので敏捷で気性の荒い牛  
の方が使いやすいと話された。

農家の牛は、一年中黙々と働き  
糞は堆肥となり、肉牛としても取  
引された。牛は大切な家畜として  
家族中で世話をし壁ひとつで寝起  
きを共にした。

魚澄さんは、牛を祀っている  
宗像田島の徳満神社の宮日には今  
も出かけているとのこと、お宮に  
は古い牛の絵馬がびっしりと掛け  
られていた。

牛小屋に牛を棲まぬ村冬銀河  
内田ふさえ(高陽)  
写真「ふるさと岡垣」  
(田中睦生編)

文 べっき たくじ

編集後記

異動して1か月がたつてしまつ  
た。前任者の力は「すごい」と感  
心している毎日ですが、感心はか  
りはしてられない。

先日広報担当者の研修があり、  
各市町村担当となつて0か月の人  
から13年たつ人と、さまざままし  
た。(0か月は私です。)

「広報の中で見る割合の多いの  
は、やっぱり編集後記ばい」と話  
されている人が多かった、私の中  
では編集後記なんて読む人がいる  
のかな?とちょっと思っていたが

先月号(10月25日号)の私のデビュ  
ー作ができあがつて、みなさんから  
「編集後記読んだよ、がんばれ」  
という言葉をよく耳にした。(み  
なさんありがとう。)

話は変わりますが、編集後記と  
いつても何を書けばよいか最初は、  
わからなかったのですが、書き出  
すと、これがまた手が止まらなく  
なつて、行数を減らさなければな  
らない始末…。3匹、いや4匹の  
ハエと格闘しながら作った今月号  
の広報、これからチェックがどれ  
くらい入るものか…

まったく話の趣旨がわからない  
編集後記となつてしまいました。が、  
この辺で編集後記をまとめなけれ  
ばならないようです。

みなさん応援をよろしくお願いま  
す! 投稿作品などもお待ちしております。  
(その)