

広報

おかがき

2015.JUNE

6.10

No.935

お知らせ版

地域力

×

女性力

=

無限大の未来

男女共同参画週間

6/23(火)～29(月)

「地域力×女性力＝無限大の未来」は「身近な女性の活躍を地域ぐるみで応援する」をテーマに、内閣府が公募で決定した平成27年度男女共同参画週間のキャッチフレーズです。

男性と女性が、家庭や地域、職場、学校などで互いに尊重しあい、一人ひとりの個性や能力を発揮できる社会を「男女共同参画社会」といいます。この機会に、自分の働き方や家庭生活、地域活動などについて考えてみましょう。

男女共同参画に関する図書を紹介しています

とき 6月29日(月)まで

ところ 岡垣サンリーアイ図書館

CONTENTS

目次

お知らせ.....	2
・ 12桁の数字があなたの暮らしを支えます	
・ あなたの理想のまちづくり	
アンケートで聞かせてください	
・ まつり岡垣に出店しよう	
・ 元気波津らつ海水浴	ほか
健康づくり Info	12
子育てナビ.....	14

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

マイナンバー制度(社会保障・税番号制度)がスタート 12桁の数字があなたの暮らしを支えます

マイナンバーとは？

国民一人ひとりが持つ12桁の個人番号のことです。

この番号は、複数の機関が管理する個人の情報を、同じ人の情報であるか確認を行うために活用されます。



マイナンバーは一生使うものです

マイナンバーは、番号が他人に漏れ、不正に使われるおそれがあるときを除いて、一生変更されることはありません。

行政手続きをするときに必要になります

平成28年1月から、健康保険の加入や税の申告、災害対策などに関する行政手続きで利用が始まります。

法人には法人番号を配布します

マイナンバーの導入にあわせて、企業などの法人には13桁の法人番号が配布されます。法人番号は公開され、法人の正式名や所在地を確認するときにだれでも自由に使うことができます。

マイナンバーの3つのメリット

マイナンバー制度が導入されると、次のような効果が期待されます。

面倒な手続きが簡単に

添付書類の削減など、行政手続きが簡単になり、皆さんの負担が減ります。また、行政機関が持っている自分の情報を確認したり、行政機関からさまざまなサービスのお知らせを受け取ったりできるようになります。

手続きが正確で早くなる

いくつかの業務の間で連携が進み、行政機関や地方公共団体などでさまざまな情報の照合、転記、入力などにかかる時間や労力が大幅に減ります。また、作業の重複などがなくなります。

給付金などの不正受給の防止

所得や他の行政サービスの受給状況を確認しやすくなるため、負担を不当に免れることや給付を不正に受けることを防止し、本当に困っている人にきめ細かな支援を行えるようになります。

★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。

平成 27 年 10 月から マイナンバーを 通知します

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。郵送されたカードはさまざまな手続きで使います。大切に保管しておいてください。

個人情報保護対策

- マイナンバーは、社会保障・税・災害対策の手続きで行政機関などに提供する以外で、他人に提供することはできません
 - 他人のマイナンバーを不正に入手したり、提供したりすることは、処罰の対象となります
 - 町がマイナンバーを取り扱うときは、マイナンバーが適切に管理されているか第三者機関が監視・監督を行うことになっています
- ※詳しくは町公式ホームページをご覧ください

もっと詳しく知りたい人は

- 国では、マイナンバーに関する最新情報を提供しています。詳しくはこちらから確認してください。
- ホームページでの情報提供(内閣官房)
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
 - マイナンバーコールセンター
日本語 ☎ 0570-20-0178
外国語 ☎ 0570-20-0291
- ※午前9時30分～午後5時30分(土日祝日、年末年始を除く)

問い合わせ 広報情報課へ

マイナンバーのこれから

平成 28 年 1 月

- マイナンバー利用開始
社会保障・税・災害対策に関する手続きにマイナンバーが必要になります。
- 個人番号カード交付開始
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。このカードには氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバー、本人の写真が表示され、本人確認のための身分証明書として利用できます。

(うら)



▲個人番号カード(イメージ)

※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

平成 29 年 1 月

- 自分の個人情報の閲覧履歴が確認可能に
専用サイト「マイナポータル」が開設され、自分の個人情報がいつ、だれに、何のために提供されたかをインターネットを通じて確認できるようになります。

平成 29 年 7 月

- 国と自治体間の情報連携が始まる
各種申請書に必要な添付資料が不要になるなどさまざまな行政手続きが簡単になり、申請者の負担が減ります。

第 2 回 わんぱくクラブ

★★在園児のお友達と楽しく遊ぼう!!
給食の試食会もあります★★



岡垣第一幼稚園

TEL 093-282-0235

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



6月26日(金)10:00～受付

10:30～12:30

*参加費・事前の申し込みはいりません!

*水筒をご持参ください!!



♥第2回♥親子ふれあいひろば

6月29日(月)10:00～11:30

対象・・・0歳～幼稚園就園前のお子様

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。

あなたの理想のまちづくり

アンケートで聞かせてください

6月中旬から、無作為に選んだ4,000人を対象にまちづくりに対するアンケートを行います。

このアンケートは、平成28年度から5年間のまちづくりの方向性を示す計画の作成や人口の将来展望、具体的な目標や取り組みをまとめるための参考にするものです。

よりよい計画を作るためには、皆さん一人ひとりの意見を聞くことが重要だと考えています。あなたが考える理想のまちづくりはどのようなものですか。アンケートで聞かせてください。

※計画の作成状況などは、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

問い合わせ 企画政策室へ



アンケートを参考に次の計画などを作成します

岡垣町第5次総合計画

平成23年度から10年間のまちづくりの方向性を示す計画です。今回は前期5年間の計画の進み具合を踏まえて、後期5年間で取り組む内容をまとめるものです。

岡垣町人口ビジョン

町の人口の現状を分析し、今後目指すべき将来の方向性と人口の将来展望を示すものです。

岡垣町まち・ひと・しごと創生総合戦略

人口ビジョンや町の実情を踏まえて、特に重点的に取り組む必要がある政策の具体的な内容をまとめるものです。

7月は上下水道料金収納強化月間です

上下水道料金は納期限内に納めましょう

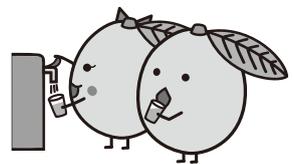
皆さんに納めていただいている上下水道料金は、安全でおいしい水を供給するための水道施設や、きれいで住みよい環境をつくるための下水道施設の維持・管理を行うための大切な財源となっています。

上下水道料金の滞納者には、督促状や催告書を送っていますが、それでも納付がないときは給水を停止しています。

7月は収納強化月間として、2カ月分以上滞納があると給水を停止します。

経済的な事情などで期限までに納めることが難しい人は、早めに相談してください。

問い合わせ 上下水道課へ



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。

児童手当を受けている人へ

現況届の提出を忘れずに



児童手当を受けている人は、毎年6月に現況届を提出しないと、それ以降の児童手当を受けられません。対象者には書類を送っています。必要事項を記入し、次の書類と一緒に提出してください。

提出書類

- 受給者の健康保険被保険者証
 - 平成27年度所得課税証明書※平成27年1月2日以降の転入者のみ
- ※このほか、必要に応じて提出書類あり
- 提出先・問い合わせ** こども未来課へ

岡垣っ子育て支援事業補助金

子育てを支援する団体の活動を支援します

親子のコミュニケーションづくりのための音楽会や子育て支援情報を得るための講演会など、子どもの健全育成のための活動を支援する補助金です。

新たな取り組みを考えている団体や企業の皆さんの申し込みを待っています。

対象 町内で新たに子育て支援のためのボランティア活動を始める町内の団体や企業

補助額 活動に必要な補助対象経費の2分の1以内※10万円を上限

申し込み 平成28年2月29日(月)までにこども未来課にある

申込書を同場所に提出

問い合わせ こども未来課へ



犯罪者は、あなたを言葉巧みに誘導してきます

ニセ電話詐欺に注意しましょう

被害に遭わないために、次のことを実践しましょう。

電話で「お金」の話は要注意！

家族や役所、警察を名乗る電話でも、電話でお金の話が出たら、詐欺の可能性があります。家族や警察に相談してください。

現金を送る前に、まず相談！

詐欺の犯罪者は、「だれにも言わないで」「銀行で

理由を尋ねられたらこう言って」などと言葉巧みに誘導して、被害者を孤立させようとします。

一人で悩まずに家族や警察に相談しましょう。

問い合わせ

地域づくり課または折尾警察署 ☎ 691-0110 へ



エコナビ搭載のエアコンなら！

今まで届きにくかった横方向にも心地よい風を届けます！



センサーで「人」「もの」を見分けて快適な気流を届けます！

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。

7月は福岡県同和問題啓発強調月間です

認知症への理解を深めよう

岡垣町人権教育推進協議会の総会と講演会を催します。

今年度のテーマは「認知症の理解」。認知症はすべての人が発症する可能性のある病気で、発症すると周りの人の支えが必要となります。認知症の人を差別しないように、周りの人の接し方などを学びましょう。また、認知症への予防などを紹介します。

と き 6月27日(土)午後1時30分～3時40分
※講演会は午後2時40分から

ところ 中央公民館

費用 無料

演題 みんなで支えあうまちに～認知症の理解「認知症になる脳、ならない脳」～

講師 長谷川嘉哉さん
(医療法人ブレイン 土岐内科クリニック理事長)

問い合わせ 生涯学習課へ



6/22

本格焼酎「岡垣」
新酒、発売開始



お土産、贈り物には
現代の名工の逸品を

問い合わせ
岡垣町の特産品を育てる会(産業振興課)へ

毎年約2万人が来場!

まつり岡垣に出店しよう

町内に住む人または町内の事業所を優先、応募多数のときは抽選で決定します。



【内容】

●出店

品目 飲食物や農産物の販売など

募集区画数(予定) 14 ※1区画 3.6m × 5.4 m

費用 2,000円

※品目で臨時営業許可申請、消火器の設置などが必要

●フリーマーケット

品目 リサイクル品や手作り雑貨の販売

募集区画数(予定) 26 ※1区画 3m × 3.6 m

費用 1,000円

【ともに】

申し込み 6月11日(木)～7月10日(金)に産業振興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

【まつり岡垣】

と き 10月18日(日)午前10時～午後3時30分

ところ 岡垣サンリーアイ

問い合わせ まつり岡垣実行委員会(産業振興課)へ



いらっしゃい!! お店屋さんごっこへ



子供たちが1番楽しみにしているごっこ遊びです。みんなで考えて作ったフレイランド・自分達で焼いたホットケーキのレストランなど色々なお店で買い物ごっこができます。ぜひ遊びに来てくださいね。



日時
6月26日(金)
10:00～11:00



TEL: 282-1135



岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

はっ 元気波津らっ 海水浴

波津海水浴場

今年も青い海があなたを待っています！

海開き 7月4日(土)

監視員設置期間 7月4日(土)～8月12日(水)
午前9時～午後6時

観光ステーション北斗七星

海と木の香りを感じながら、
休日を満喫しよう！

開館時間 午前9時～午後6時

サービスと費用

- 海の家 高校生以上1人800円、4歳～中学生1人500円、3歳以下無料※時間制限なし
- 軽食コーナー カレーやうどん、かき氷や飲み物の販売
- 温水シャワー 1回3分100円
- コインロッカー 1回100円
- 貸自転車 中学生以上300円、小学生以下200円、幼児乗せ二人乗り400円※3時間。延長可。水曜定休

Wi-Fi完備！
売店あり！



- バーベキューセット貸出 5,000円※いす・テーブル・パラソル・炭3kg付き。食材なし、時間制限なし。水曜定休

祝！開館1周年！

7月5日(日)は利用料が無料！

- 海の家
- 貸自転車
- バーベキューセット※先着3組。要事前予約

高倉びわ茶も無料で飲める！



問い合わせ

観光ステーション北斗七星(岡垣町観光協会)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】

- 6月28日(日)午後6時から(ファジアーノ岡山戦)
申し込み期限 6月24日(水)
- 7月4日(土)午後6時から(ツエーゲン金沢戦)
申し込み期限 6月30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

第2回わんぱくクラブ ミニミニ運動会

6月20日(土) 9:30～受付

集まれ!! 元気キッズ!!

♥かけっこ・たまいれ・パン食い競争 etc
みんなで一緒に頑張ろうね!! ♥

岡垣中央幼稚園
TEL 282-0247
<http://www.okagakichuoyoutien.com>

体験入園 実施中です！
希望者の方は幼稚園まで
お問い合わせ下さい



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。

今年も新色が登場!

岡垣町 P R ポロシャツを販売します

2015年デザインのポロシャツが登場。涼しいポロシャツを着て暑い夏を乗り切りましょう!

種類 白、ネイビー、赤、緑の全4色

価格 1枚1,200円

サイズ XS、S、M、L、XL、XXL

販売場所 役場総合案内、情報プラザ人の駅、岡垣サンリーアイ、岡垣町観光協会、加藤呉服店、ポプラ岡垣芹田店

※サイズや色、販売場所で数に限りがあります

※色は町公式ホームページで見ることができます



①ポロシャツ着用イメージ
②左袖口には町イメージキャラクター「びわりん&びわすけ」。今年はサーフィンバージョン

これまで作成したポロシャツも数、サイズに限りはありますが、役場総合案内で販売中です!

■ 2013年デザイン

白、黒、オレンジ、トロピカルピンク、ターコイズブルーの全5色

■ 2014年デザイン

白、黒、オレンジ、ピンク、ネイビーの全5色

町公式 Facebook でも 岡垣の魅力をPR中!

4月1日から本格運用をスタートした町公式 Facebook (フェイスブック)。町の旬な情報や風景写真など岡垣町の魅力を発信しています。ぜひチェックしてください。



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

問い合わせ 広報情報課へ

お知らせ

ひよこ保育園が 開所しました

町内に事業所内保育所が開所しました。事業所内保育所は、事業主が雇用する労働者の子どものほか、地域で保育を必要とする子どもを預かります。

対象 生後5カ月～2歳児

ところ 中央台3丁目22-1

定員 12人※従業員を優先

事業者 日本傷痍者更生会

申し込み・問い合わせ こども未来課へ

届出保育所の保育料を一部補助します

対象 次のすべてに当てはまる人

○保護者と児童が町内に住んでいる

○週に4日以上、または月に16時間以上利用する契約をし、1カ月以上利用している

○保育料を滞納していない

○町の税金を滞納していない

支給月 7・10・1・4月※一度に3カ月分を支給

補助金※所得制限なし

○3歳未満 11万円/月

○3歳以上 5万円/月

申し込み こども未来課または児童が通う届出保育施設にある申込書と同場所に提出

問い合わせ こども未来課へ

新しい監査委員が 決まりました

5月12日に開かれた臨時議会で、町議会から選ばれる監査委員として森山浩二議員が選ばれました。



森山浩二委員

監査委員は、町の財務や経営の事務が適正に処理されているかを監査する重要な役割を担っています。任期は平成31年4月30日までです。

問い合わせ 総務課へ

えびつかぐや灯籠まつり 今年は8月29日(土)に開催

今年で10周年を迎えるえびつかぐや灯籠まつり。今年も1カ月時期をずらして催します。詳しくは、広報おかがき8月10日号に折り返すチラシを見てください。

問い合わせ えびつかぐや灯籠まつり実行委員会(岡垣町商工会)

282-0294へ



平和を願って 千羽鶴を折ろう

今年には戦後70年の節目の年。今年の岡垣町核兵器廃絶平和の町宣言事業で、町民の皆さんが折った鶴を使って千羽鶴を作り、小学生に長崎に届けてもらう取り組みを行います。



次の場所に鶴を折るコーナーを設けます。千羽鶴を折って、平和への思いを長崎に届けましょう。

いこいの里ふれあいイベント 6月は中止します

いこいの里の入浴施設が休止中のため、広報おかがき5月25日号の施設情報でお知らせしたいこいの里のイベントを一部中止します。

○6月21日(日)ふれあいイベント
(新舞踊翼流)

○6月27日(土)ふれあいイベント
(新舞踊末広会)

交通共済の 組合総代が代わりま

総代選考委員会から次のとおり

候補者の推薦がありました。候補者に異議がある組合員は、6月30日(火)までに文書で地域づくり課長に届けてください。

候補者氏名※順不同、敬称略

○橋村魁(旭南区)○中葉允雄(高陽区)○松井裕一(手野区)○小田明廣(戸切百合野区)○松下恵一(野間三区)○大谷清(塚原区)

労働保険年度更新の 手続きはお早めに

平成27年度の労働保険年度更新の期限は7月10日(金)です。手続きは銀行や郵便局、労働基準監督署、福岡労働局などでできます。また、今年度から労災保険料率と労務比率が変わります。詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ 同局労働保険徴収課
☎092-434-9833へ

募 集

県営住宅の 入居者を募集します

住宅に困っていることなどを点数化して、点数の高い人から入居できます。詳しくは申込書を見てください。

対象 収入が少ないなどの理由で住宅に困っている人

申し込み 7月13日(月)～22日(水)に役場総合案内、都市建設課、情報

プラザ人の駅にある申込書を福岡県住宅供給公社に郵送

真田町の人々とふれあい 冬の思い出をつくらう

長野県上田市真田町にホームステイをする「ふれあいinSANAAD」の研修生を募集します。岡垣町とは異なる自然や歴史、文化などを体感しませんか。



対象 町内に住む小学5年生～中学2年生

とき 12月23日(水・祝)～28日(月)の5泊6日

定員 小学5・6年生16人、中学1・2年生14人※8月に選考試験あり

費用 3万円

申し込み 7月3日(金)までに各小中学校にある申込書を同場所または生涯学習課に提出

問い合わせ 同課へ

就職に役立つ 知識や技術を身に付けよう

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
内容・定員

○機械加工技術科15人
○機械CAD技術科30人
○住宅リフォーム技術科30人
○電気設備技術科30人
○若年者機械加工技術科5人
訓練期間 9月1日(火)～平成28年2月29日(月)

試験日 8月7日(金)

試験内容 筆記試験、面接

申し込み 7月17日(金)までにハローワーク八幡へ

問い合わせ ポリテクセンター福岡 ☎641-6909へ

全国の仲間と一緒に 富士山に登ろう

静岡県で行われる青少年交流キャンプの参加者を募集します。登山や野外活動を通して、全国から集まる仲間と交流ができます。

対象 小学3年生～中学3年生

とき 8月3日(月)～6日(木)の3泊4日

ところ 朝霧野外活動センター(静岡県)

定員 日本人180人、外国人20人

費用 小学生16万9千円、中学生18万9千円

申し込み・問い合わせ 7月10日(金)までに国際青少年研修協会 ☎03-6417-9721へ

厚生労働省慰霊巡拝

国が費用の3分の1を補助します。

〔旧ソ連(ウズベキスタン)〕

とき 10月15日(木)～23日(金)の8泊9日

費用 22万円

締め切り 7月10日(金)まで

〔インドネシア〕

行程によって費用が変わります。

詳しくは問い合わせてください。

とき 10月15日(木)～23日(金)の8泊9日

締め切り 7月3日(金)まで

〔ともに〕

対象 おおむね80歳以下で、各地域の戦没者の遺族※詳しくは問い合わせてください

申し込み 締切日までに福祉課にある申込書と必要書類を同場所に提出

問い合わせ 県保護・援護課 ☎092-643-3301または福祉課へ

試験

税務職員採用試験 (高卒程度)

対象 平成24年4月1日以降に高校または中高一貫校を卒業した人または平成28年3月までに卒業する見込みの人

試験日 9月6日(日)

申し込み 次のいずれかの方法で

○インターネット 6月22日(月)～7月1日(水)に人事院九州事務局

(<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から

○郵送・持参 6月22日(月)～24日(水)に同事務局にある申込書を提出

問い合わせ 同事務局 ☎092-431-7733へ

講座

ITボランティア岡垣のパソコン初心者講座

〔BGM入りスライドショーを作る〕

対象 町内に住んでいる簡単な文字入力ができるパソコン初心者

とき 7月2日、9日、16日、23日すべて木曜日午前9時30分～正午(全4回)

ところ 情報プラザ人の駅

内容 旅行や家族の写真でBGM入りスライドショーを作成

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 6月25日(木)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 ITボランティア岡垣 ☎090-7984-3180または情報プラザ人の駅へ



情報プラザ人の駅のパソコン研修

〔なるほど楽しいパソコン&インターネット〕

とき 7月7日、14日、21日、28日、8月4日、11日、18日、25日すべて火曜日午前10時～正午(全8回)

内容 パソコンの基礎知識や基本操作、インターネットの活用法

費用 千290円

持参品 パソコン

〔なるほど楽しいワード活用〕

とき 7月23日、30日、8月6日、20日、27日、9月3日、10日、17日すべて木曜日午後1時～3時(全8回)

内容 カレンダーや案内状を作成しながら、基本操作を学ぶ

費用 千290円

持参品 パソコン

〔初めてのタブレット体験講座〕

とき 7月10日、17日、24日すべて金曜日午後1時～3時(全3回)

内容 タブレット端末を操作し、どんなことができるかを体験

※タブレット端末は貸し出し

費用 千240円

〔すべて〕

対象 町内に住むまたは勤務している人

ところ 情報プラザ人の駅

定員 各20人※応募多数のときは抽選

申し込み 6月23日(火)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 同プラザへ

職場復帰が不安な看護師のための支援セミナー

とき 7月15日、22日、29日、8月5日、19日、26日すべて水曜日午後1時30分～4時30分(全6回)

ところ 遠賀中間医師会おんが病院(遠賀町)

定員 15人程度※先着順

費用 無料

申し込み 7月8日(水)までに同病院看護部 ☎281-2810に電話またははがきに氏名・年齢・住所・電話番号を記入して〒811-4342 遠賀郡遠賀町大字尾崎1725-2 同病院看護部に郵送

問い合わせ 同病院へ



催し

岡垣町民吹奏楽団 第16回定期演奏会

家族みんなで楽しめる演奏会です。皆さんの来場を待っています。

とき 6月21日(日)午後2時から

※開場は午後1時30分

ところ 岡垣サンリーアイ

費用 300円※小学生以下は無料

【おわびと訂正】 広報おかがき5月25日号表紙に掲載した内容に誤りがありました。訂正しておわびします。

㊤: 町道上畑・海老津線で起こった土砂崩れ

㊦: 県道上畑・海老津線で起こった土砂崩れ

気軽に利用してください
ま ち の 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 7月10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 ①7月3日(金) 10:00 ~ 16:00
②7月8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 7月14・28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 7月17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 7月10日(金) 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

問い合わせ 同楽団(梶原) ☎ 09
0-1877-8243 へ

英語を学ぼう
Englishワールドキャンプ

国際交流員のコールと福岡に住む外国人の仲間たちと一緒に異文化交流をしてみませんか。スポーツや美術、料理など子どもたちが楽しめるイベントを用意しています。

対象 小学4年 ~ 6年生
とき 7月24日(金)午後1時30分 ~ 4時30分

ところ 中央公民館
定員 50人
費用 100円



申し込み 7月17日(金)までに参加者の氏名・年齢・電話番号を地域づくり課に電話またはメール(chiiki@town.okagaki.jp) 問い合わせ 同課へ

私たちの身近な川
矢矧川をきれいにしよう

とき 6月21日(日)午前7時から
集合場所 地域交流センター駐車
場(川側)

内容 清掃と草刈り

持参品 長靴※草刈機がある人は持参してください

問い合わせ

花咲き商店街
組合(山内)

☎ 282-3633 へ



自分だけの名刺を作ろう

ITボランティア岡垣が催すイベントです。写真やイラストを使ってオリジナル名刺を作りませ

んか。

対象 だれでも可※幼児は小学生以上の人と一緒に参加してください

とき 6月20日(土)午前10時 ~ 午後4時※受け付けは午後3時30分まで

ところ 情報プラザ人の駅

費用 無料

問い合わせ ITボランティア岡垣 ☎ 090-7984-3180 へ

相 談

国税の相談
税理士が無料で受けます

所得・譲渡・相続など、国税のことで悩んでいる人は利用してください。

とき 7月16日(木)午後1時30分 ~ 4時

ところ 情報プラザ人の駅
申し込み 7月15日(水)までに岡垣町商工会へ
問い合わせ 岡垣町商工会 ☎ 282-0294 へ

いじめや不登校で悩む人
一人で悩まず相談を

6月22日 ~ 28日は子どもの人権110番強化週間です。この日に合わせて、いじめや体罰、不登校、虐待など子どもの人権に関する相談を無料で受けます。

とき 6月22日(月) ~ 26日(金)午前8時30分 ~ 午後7時、6月27日(土)28日(日)午前10時 ~ 午後5時

相談電話 0120-0007-110 (フリーダイヤル) ※IP電話の人は092-852-4536 へ
問い合わせ 福岡法務局北九州支局 ☎ 561-3542 へ

熱中症、早めの対策を！

暑い夏が近づいてきました。私たちの体は、暑くなってから4日ほど経たないと体温調整がうまくできません。そのため、熱中症は、真夏だけではなく、急に暑くなった日や久しぶりに暑い環境で活動したときにもなりやすく、注意が必要です。早めの対策を心掛けましょう。

熱中症を知ろう

【熱中症とは】

私たちの体は、暑いと皮膚から熱を逃したり、汗をかいて蒸発させたりすることで、体温が異常に高くなるのを防いでいます。しかし、気温が高いところに長くいると、体の熱は逃げにくく、汗を多くかくので、徐々に体内の水分・塩分が失われ、バランスが崩れてきます。また、湿度が高いと汗は蒸発しにくいため、体内の熱をうまく発散できずに熱がこもってしまいます。このように、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体に熱がこもってしまった状態が熱中症です。

【熱中症の症状】

熱中症になると、初めはめまいや立ちくらみ、筋肉痛などの症状が見られます。その状態のまま暑さの中にいると、体がだるくなり、吐き気や頭痛が生じます。さらに状態が悪化すると、まっすぐ歩けなくなったり、けいれんが生じたり、呼びかけへの反応が弱くなる

など命に関わることもあります。

まずは予防が大切

熱中症予防のポイントは、暑さを避け、こまめに水分をとることで。具体的には表1のとおりです。また、ニュースやテレビの熱中症注意情報などを参考にして、暑くなる日や外での作業を控えるなど、無理しないようにしましょう。

熱中症かも…と思ったら

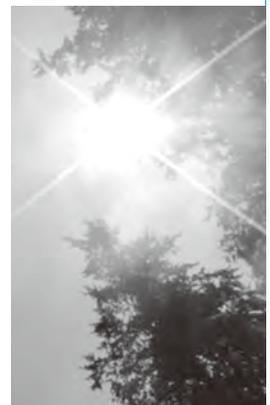
体調がおかしいと思ったら、無理をせずに涼しい場所へ移動し、水分・塩分の補給をしましょう。また、衣服をゆるめ、保冷剤などで脇の下や足の付け根などを冷やしましょう。

症状が改善しないときは、医療機関を受診してください。万が一呼びかけに対し反応がおかしい「自力で

■表1 熱中症の予防法

暑さを避ける	
・涼しい服装をする	・保冷剤や冷たいタオルなどを使って体を冷やす
●室内では	
・部屋の風通しを良くする	・すだれや遮光カーテンを使う
・室温をこまめに確認し、扇風機やエアコンで温度を調整する	
●外出するときは	
・日傘や帽子を使う	・日陰や涼しい場所でこまめに休憩する
こまめに水分をとる	
・のどの渇きを感じなくても、こまめに水分をとる	・運動や農作業などでたくさん汗をかくときは、水分と一緒に塩分も補給する

※高血圧や腎不全などで医師から水分や塩分の制限が必要といわれている人は、かかりつけ医に相談してください



水が飲めない」などの症状が見られるときは、すぐに救急車を呼んでください。

特に、暑さやのどの渇きを感じにくい高齢者、身長が低く地面からの熱の影響を受けやすい子どもは、熱中症になりやすい傾向があります。家族や近くにいる人で声をかけ合い、お互いの様子を気づかって、熱中症を防ぎましょう。

健康づくり課 保健師 津上幸子

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FA X案内 ☎092-415-1311
- 北九州テレフォンセンター ☎522-9999

あなたの献血が命をつなぎます

献血にご協力を

輸血や血液製剤のもととなる血液は、健康な皆さんの協力による献血で支えられています。皆さんの協力をお願いします。

とき・ところ

7月2日(木)午前10時～正午、東部公民館
午後2時～4時、中央公民館

献血(400ml)の条件

- 年齢 男性17～69歳、女性18～69歳
※65歳以上の人は、60～64歳の間に献血経験がある人
- 体重 男女とも50kg以上
- 献血の間隔 男性12週間後、女性16週間後 ※同じ曜日から
- 年間総献血量 男性1,200ml以内、女性400ml以内
※海外渡航歴や病気の治療のための服薬、当日の体調、当日の問診結果などで献血ができないことがあります。詳しくは問い合わせてください

問い合わせ 健康づくり課

または福岡県赤十字血液センター

☎ 631-1211 へ



高温多湿の季節を迎えます

食中毒にご用心

食中毒は一年を通じていつでも発生しますが、気温や湿度が高くなる夏場は、菌やウイルスが増殖しやすいため、集中して発生する傾向があります。

食中毒を予防するために、次の3つの衛生習慣を守りましょう。

【食中毒予防の3原則】

菌やウイルスを「つけない」

- 洗う
手や食品、調理器具はしっかり洗う
- 包む
食品は包んで保存する



菌やウイルスを「増やさない」

- 温度管理
常温で放置せず、冷蔵庫に保存する
- 早く食べる
作った料理は早めに食べる



菌やウイルスを「殺菌する」

- 加熱
食品内部まで十分に火を通す
- 消毒
調理器具は定期的に消毒する



食中毒かなと思ったら…

嘔吐おうとや下痢、吐き気、腹痛などの症状が出たときは、すぐに医療機関を受診しましょう。

問い合わせ 健康づくり課へ



ヘルシー クッキング

No. 275

～ロコモティブシンドロームを予防する食事～
具たくさんみそクリームスープ



2人分の材料

○キャベツ 100g ○玉ネギ 1/4個
○鶏ひき肉 20g ○生シタケ 2枚
○水 150cc ○鶏がら顆粒だし 小さじ1
○みそ 小さじ1 ○牛乳 150cc
○塩・コショウ 各少量 ○ショウガ 適量

作り方

- ①キャベツは一口大、玉ネギとシタケは薄切りにする。
- ②鍋に油少量(分量外)を熱して、鶏ひき肉を炒め、色が変わったら、①を入れて炒める。
- ③②に分量の水と鶏がら顆粒だしを入れて、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④③にみそを溶き入れ、牛乳を加えてひと煮立ちしたら、塩、コショウで味を調える。器に注ぎ、おろしショウガを添える。

一人分の栄養価

エネルギー 84kcal、塩分 0.8g、
タンパク質 4.2g、脂質 3.4g、
カルシウム 115mg

ロコモティブシンドロームとは？

骨や関節、筋肉などの運動器の障害のために、立つ・歩く・座るなど、日常生活に必要なからだの移動機能が低下した状態のことです。

監修 岡垣町食生活改善推進会(ハルスメイトの会)

ここから相談窓口

■女性の健康・不妊相談※要予約

とき 7月17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



6/20 (土) ひとりでチャレンジ!
麩どんぶり

要予約

麩を使って親子丼を作ります。また、食材の玉ネギについて学びを深めます。

対象 小学生以上

時間 ①9:45から②11:15から③14:00から

持参品 エプロン・三角巾・マスク・ハンカチ・水筒

定員 各8人

費用 100円

6/25 (木) **ママのじかん**
「お茶を楽しむ」

要予約

おいしいお茶を点て、優雅なひとときを過ごします。

対象 子育て中のママ

時間 10:00～12:00

持参品 25cm×25cm程度のハンカチ1枚

定員 8人※託児あり

費用 300円



●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

申し込み・問い合わせ こども未来館 ☎281-5501へ
※申し込みは1回の電話で兄弟のみ受け付け

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。

7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 健康づくり課へ

■子どもの健診 ところ いこいの里

日程	種目	受付時間
2日(木)	4か月児健診	12:45
2日(木)	7か月児健診	13:00
15日(水)	2歳児相談(初回)	13:00
15日(水)	フッ素塗布2回目以降	12:45
22日(水)	1歳6か月児健診	12:45

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 7月16日(木)10:00～12:30

ところ 中央公民館

申し込み 健康づくり課へ

今回は「離乳食」です

子どもの発達相談(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 7月24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



かるかも親子教室(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 7月24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



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 7月14日(水)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

こども未来館から

こんにちは



裏庭の遊び場をリニューアルしました!

こども未来館の裏庭にかわいい砂場と日陰のあるリラククスコーナーができました。

館内の手作りおもちゃもリニューアル!

遊戯室には新しい手作りおもちゃがたくさんお目見えしました。お気に入りを見つけに遊びに来てね。



合唱クラブに参加しよう



合唱の基礎を学びながら、子どもたちがのびのびと楽しく歌を歌えるクラブです。岡垣サンリーアイの「いちご畑の大音楽会」などにも出演します。

毎月2～3回土曜日に練習しています。一度遊びに来てください。

とき 6月20日、7月4日ともに土曜日
15:00～17:00

ところ こども未来館

問い合わせ 同館 ☎281-5501へ

