

広報

# おかがき

2015.AUGUST

# 8.10

No.939

お知らせ版

いよいよ、出陣。



## 92日間の熱き戦いが始まる！

全国のご当地キャラクターが地域のために人気を競って戦う「ゆるキャラグランプリ」。今年も町をPRするため岡垣町イメージキャラクター「びわりん&びわすけ」が参戦します。

みんなで投票して上位を獲得し「元気なまち岡垣」をアピールしましょう！

**投票期間** 8月17日(月)～11月16日(月)

**投票方法** ゆるキャラグランプリ2015ホームページからのインターネット投票※1アドレスにつき1日1回



▲投票ページ

### CONTENTS

### 目次

お知らせ.....	2
・ 国勢調査のお知らせ	
・ マイナンバー（個人番号）制度の疑問を解決します	
・ こどもイベントで夏の思い出をつくろう	
・ 中学生の伝えたい思いを受け止めよう ほか	
健康づくりInfo .....	12
子育てナビ.....	14

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>

# お知らせ

Information

## 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	☎ 281-5050
情報プラザ人の駅	☎ 281-2005	中央公民館	☎ 282-0162	(岡垣町観光協会)	
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

# 国勢調査 2015

9月10日(木)から、顔写真入りの調査員証を身に付けた調査員が全世帯を訪問し、説明します。

## ◆オンラインでの回答期間

9月10日(木)～20日(日)

## ◆調査票での回答期間

9月26日(土)～10月7日(水)



5年に1度国が行う国勢調査。調査結果が社会福祉や生活環境の整備などに利用される重要な調査で、日本に住むすべての人が対象となります。皆さんの10月1日現在の状況を回答してください。

※詳しくは国勢調査2015キャンペーンサイトを見てください  
問い合わせ 産業振興課へ

オンライン  
での回答が  
可能に！

今回の調査から、スマートフォンやパソコンでの回答が可能になります。調査票を昼間に提出することができない人も、時間や場所を気にせずに回答できます。

## ★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。

どこが違うの？通知カードと個人番号カード

## マイナンバー（個人番号）制度の疑問を解決します

平成 27 年 10 月から、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。通知カードと個人番号カードの違いなどを質問形式で説明します。



**Q1** 通知カードはどのようなものですか

A. マイナンバーを知らせるための紙製のカードです。マイナンバーのほかに氏名、住所、生年月日、性別が記載されていますが、身分証明書として使用することはできません。

**Q2** 住民票を持っていない人にもマイナンバーは付番されますか

A. 平成 27 年 10 月以降、国外に滞在していて住民票がない人などには、マイナンバーを付番することができません。国内で住民票を作成したときにマイナンバーを付番します。

**Q3** 個人番号カードはどのようなものですか

A. 個人番号カードは顔写真付きの

ICカードです。身分証明書や e-Tax (確定申告など) の電子申請などに利用できます。

**Q4** 個人番号カードは、いつから取得できますか

A. 個人番号カードは、希望者の申請で平成 28 年 1 月以降に交付します。個人番号カードを取得するときは、通知カードを返納する必要があります。※申請方法は、広報おかがき 9 月 10 日号に掲載します



**Q5** 住民基本台帳カードは使用できなくなりますか

A. 平成 27 年 12 月以前に発行した住民基本台帳カードは、有効期間内は引き続き利用できます。しかし、個人番号カードを取得するときは、住民基本台帳カードを返納する必要があります。

問い合わせ 住民環境課へ

高齢者スポーツ大会に参加して

## 健康・仲間づくりのきっかけをつくろう

風船割りや玉入れなどの軽スポーツや健康づくり講演会、児童との交流競技などを催します。

**対象** 町内に住むおおむね 60 歳以上の人

**とき** 10 月 16 日(金)午前 10 時～午後 2 時 30 分

**ところ** 岡垣サンリーアイ

**費用** 無料



**そのほか** ○当日は無料送迎バスを運行します

○参加者全員に弁当を配布します

※飲み物や座布団、運動靴は持参

**申し込み** 9 月 10 日(木)までに、8 月 25 日以降の組回覧に記入または住んでいる自治区の老人クラブ会長へ

**問い合わせ** 高齢者スポーツ大会実行委員会

☎ 283-0862 (橋本) または福祉課へ



## \*あたらしいバスへボタンタッチ\*



SLバスたくさんの思い出をありがとう！  
パーシー号 トーマスと一緒に頑張ってね！

**岡垣第一幼稚園**

TEL 282-0235 <http://www.okagaki-daiichi.com>

**体験入園クラス実施中です！**

♥りんご組(体験保育のクラスで)リトミック→

外遊び→絵本や紙芝居→給食→バスで降園♥

\*\*体験希望の方は幼稚園まで お問い合わせください\*\*



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。

えびつかぐや<sup>とうろう</sup>灯籠まつりの日は地域交流センターに集まれ！

## こどもイベントで夏の思い出をつくろう

楽しい催しが盛りだくさん！ぜひ遊びに来ててください。

**と き** 8月29日(土)午後5時から※雨天時は翌日に順延

**と ころ** 地域交流センター※授乳室・おむつ替えコーナー・休憩スペースあり

当日は、地域交流センターを午後9時まで閉館しています。イベントに参加しない人でも気軽に利用できます。

### 内 容

○手形ぺったん ○バルーンアート

○ヨーヨーつり ○わたがし

**定 員** 先着200人

**費 用** 100円※すべての催しを体験できます

**問い合わせ** ボランティアセンターへ



平成28年成人式の実行委員を募集します

## あなたの手で思い出に残る成人式をつくろう

成人式の企画や運営に携わり、晴れ舞台での素敵な思い出をつくりませんか。



**対 象** 町内に住み平成7年4月2日～平成8年4月1日に生まれた人  
**定 員** 10人程度

### 【平成28年成人式】

**と き** 平成28年1月10日(日)午後2時30分から  
※平成28年成人式から、成人の日の前日(日曜日)に催すことになっています

**と ころ** 岡垣サンリーアイ

**申し込み・問い合わせ** 8月31日(月)までに生涯学習課へ

地域交流センターフリーマーケットの出店者を募集します

## 団体のPRや出店者・来場者と交流しよう

不要品や作品の展示販売などを中心としたフリーマーケットです。

**対 象** ボランティア団体や子育て団体、地域活動団体など※営利目的は不可。岡垣町ボランティアセンターに登録している団体を優先

**と き** 11月29日(日)午前10時～午後2時

**と ころ** 地域交流センター

**募集区画** 25(1区画3m×2m)

**出店料** 無料

**申し込み** 9月8日(火)までに地域づくり課、ボランティアセンター、東部・中央・西部公民館、町公式



ホームページ、ボランティアセンター公式ホームページなどにある申込書を同センターまたは同課に提出  
**問い合わせ** 同課へ



## 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。

## 第37回少年の主張福岡県大会

# 中学生の伝えたい思いを受け止めよう

県内各地から選ばれた中学生15人が、日ごろから考えていることや感動したことなど、熱い思いを発表します。

今年の会場は岡垣町。入場無料なので皆さん見に来てください。

とき 8月29日(土)午後1時から※受け付けは正午から

ところ 岡垣サンリーアイ

### 問い合わせ

「少年の主張福岡県大会」岡垣町実行委員会

☎ 282-9031 へ

※受け付けは火・金曜日午前9時～正午



## 家庭教育講座の受講生を募集します

# 笑顔あふれる子育て術を学ぼう

全3回の講座で、6歳までの子どもの成長に必要な習慣づけなど、子育てについて考えます。

対象 町内に住む未就学児の保護者や子育てに関心のある人※未就学児の保護者優先。応募多数のときは抽選

とき 10月8日(木)午前10時～11時30分

ところ 中央公民館※託児あり

定員 約30人

テーマ 脳からみた「食べる」～食卓が変われば子どもが変わる～

講師 九州歯科大学准教授 吉野賢一さん

申し込み 9月9日(水)までに東部・中央・西部公民館にある申込書を同場所に提出

第2回目は11月3日(火・祝)に行います。

募集内容は広報おかがき9月10日号を見てください。

問い合わせ 中央公民館へ

## みんなの迷惑

# 野焼きは違法です

屋外でごみなどを燃やすことは、例外として認められているものを除き、法律で禁じられています。

燃やしたときは、5年以下の懲役、1,000万円以下の罰金が科されます。

ごみは燃やさずに分別し、決められた収集日に出してください。

問い合わせ 住民環境課へ

## 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

### 【招待試合・申し込み期限】

●8月23日(日)午後6時から(水戸ホーリーホック戦)

申し込み期限 8月19日(水)

ところ 本城陸上競技場(北九州市八幡西区)

定員 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



## 夏休みの幼稚園

ゆったりとした幼稚園を、見学してみませんか!



毎日プール遊びができるパンピ組(預かり保育)  
預かり時間: 夏休みは 8:30～17:30



園の見学・途中入園も  
随時受け付けております  
TEL 282-1135

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。

## お知らせ

飲酒運転は絶対しない、  
させない、許さない

8月25日～31日  
は飲酒運転撲滅週  
間です。

飲酒運転は重大  
な犯罪であり、罰

金や懲役、運転免許の取り消しな  
ど非常に重い罰則が科されます。  
また、事故を引き起こし、被害者  
や加害者とその家族の生活を大き  
く変えてしまうこともあります。  
飲酒運転をしないように、家族  
や友人とお互いに呼びかけ合いま  
しょう。



問い合わせ 地域づくり課へ

## 夏から秋の活動が活発な セアカゴケグモに注意

毒を持つセアカ  
ゴケグモにか  
まれると、痛み  
を感じ赤くはれ  
ます。悪化する  
と頭痛や筋肉痛  
などの症状が現  
れるので十分注意してください。



▲体長約1センチメートルで体全体は黒く、腹部に赤い模様がある

かまれたときは、すぐに医療機  
関に相談し、住民環境課に連絡し  
てください。

駆除方法 市販の殺虫剤や熱湯を  
かけるか踏みつぶす(特に卵)

問い合わせ 同課へ

## 外で作業をするときは マダニに注意

この季節は、

農作業や草刈り、ハイキング  
などでマダニが  
生息する森林や  
畑、草むらなど  
に入る機会が増  
えます。マダニ  
の中には重症な

感染症を引き起こすウイルスを持  
つものもいるので、かまれないよ  
うに注意しましょう。



## マダニから身を守るには

○森林や草むらなどに入るとき  
は、長袖や長ズボン、足を完全  
に覆う靴を着用し、首周りもタ  
オルなどを巻いて肌の露出を少  
なくしましょう。

○屋外活動のあとは

・車や家に入る前に衣服をはたき  
ましょう。

・早めに入浴してマダニがついて  
いないか確認しましょう。

## マダニにかまれたときは

マダニを皮膚から無理に引き抜  
かず、すぐに皮膚科などの医療機  
関で処置を受けてください。その  
後、数週間は体調の変化に注意し、  
発熱などの症状が出たときは医療  
機関を受診してください。

問い合わせ 健康づくり課へ

いいこの里ふれあいイベントの  
日程を変更します

8月23日(日)に予定していたイベ  
ントを次のとおり変更します。

とき 8月22日(土)

団体 新舞踊末広会

問い合わせ 社会福祉協議会へ

## 通信教育を行う大学の 合同入学説明会

対象 高校生以上の人

とき 8月30日(日)午前11時～午  
後4時

ところ エルガーホール(福岡  
市中央区)

費用 無料

問い合わせ 私立大学通信教育協  
会 ☎03-3818-3870へ

## 8月は 道路ふれあい月間です

だれもが利用する道路の大切さ  
を、この機会に改めて考えましょ  
う。

## 月間標語

いい出会い いい道からの 贈り物

問い合わせ 都市建設課へ

## 情報公開・個人情報保護 総合案内所

国の行政機関などの情報公開制  
度や個人情報保護制度の情報提供  
などを行っています。開示請求の  
窓口がわからないときなど、気軽  
に利用してください。

## ＊わんぱくクラブ＊体験入園＊

共に実施しています。参加ご希望の方は  
幼稚園にお問い合わせ下さい。  
要項郵送いたします。



## お友達できたよ!!

《♥体験クラスでのひとこまです♥》



## ＊岡垣中央幼稚園＊

TEL 282-0247

<http://www.okagakichuoyoutien.com>

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

とき 平日午前9時～午後5時  
 ※年末年始は除く  
 ところ 福岡合同庁舎(福岡市博多区)

問い合わせ 総務省九州管区行政評価局 ☎092-431-7083

## 募 集

### 町営住宅入居者募集

- 対象** 次のすべてに当てはまる人
- 町内に3カ月以上住んでいるまたは働いている
  - 20歳以上※既婚者は20歳未満可
  - 同居の家族がいる
  - 持ち家がなく、住宅に困っている
  - 収入が一定基準以下
  - 公営住宅に住んでいない
  - 結婚予定者は3カ月以内に婚姻の届け出ができる
  - 暴力団員ではない
- 内 容** 龍王団地1戸Ⅱ昭和58年度建設、プレキャストコンクリート造2階建、3DK62・29平方メートル、単身入居不可
- 家賃** 1万4千600円～3万2千600円
- 敷金** 家賃の3カ月分
- 申し込み** 8月17日(月)～27日(木)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都市建設課に提出
- 問い合わせ 同課へ

### 岡垣町社会福祉協議会の嘱託職員を募集します

**職 種** 介護支援専門員  
**対 象** 介護支援専門員の資格を持ち、パソコン操作ができる人  
**定員** 1人  
**試験日** 9月6日(日)

**申し込み** 8月28日(金)までにこの里、社会福祉協議会ホームページにある  
 申込書と介護支援専門員証の写しを同協議会に提出  
**問い合わせ** 社会福祉協議会へ



### 国産材木の特徴や良さを生かした建築物を募集

**募集内容・部門**  
 平成17年7月1日～平成27年6月30日に完成し、現在使用されている県内の建築物で次の部分に木材を利用してしているもの

- 木材の部Ⅱ建築物の柱、梁、け
- 木質化の部Ⅱ天井、床、壁、窓枠、
- 外壁など

**募集期間** 9月15日(火)まで  
 ※応募方法など詳しくは県ホームページを見てください  
**問い合わせ** 県林業振興課 ☎092-643-3536へ

### 岡垣町青少年の主張大会で日ごろの思いを発表しよう

日ごろ考えていることや自身の体験談などを発表する人を募集します。

**対 象** 町内に住む高校生～25歳程度の人

**申し込み** 8月25日(火)までに青少年の主張大会実行委員会(中央公民館内)に発表する原稿(千200字程度)を提出  
**岡垣町青少年の主張大会**  
 とき 10月3日(土)午前9時～11時15分  
**ところ** 岡垣サンリーアイ



### 放送大学に入学して教養を身につけよう

平成27年10月に入学する学生を募集します。

**内 容** 教養学部、大学院修士選科生、大学院修士科目生※詳しくは放送大学ホームページ(<http://www.ouj.ac.jp>)を見てください  
**申し込み・問い合わせ** 9月20日(日)までに北九州サテライトスペース ☎645-3201へ

YOSHIMURA ORTHOPEDICS CLINIC

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

診療内容: 整形外科全般(五十肩・腰痛・痛風・ヒザ痛など)、骨粗しょう症、関節リウマチ、リハビリ各種

院長: 吉村洋一  
 京都大学医学部卒 リハビリ認定医  
 整形外科専門医 日本リウマチ学会専門医  
 リウマチ認定医

《水曜午後、日曜、祝日休診》

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00～13:00	○	○	○	○	○	9:00～12:00
14:30～18:00	○	○	○	○	○	13:00～15:00

〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間2丁目7-5  
 ☎093-282-2500

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  
 駐車場20台完備

シルバーホーム東高倉 入居者募集中!

## 敷金・入居金 0円

完全個室 全10戸

月額ご利用料金

家賃	35,000円
食費	30,000円
水光熱費	13,000円
管理費	10,000円
合計	88,000円

完全個室でプライバシーも安心

- 24時間スタッフ常駐
- リフト付き浴室
- 認知症対応可

体験入居施設見学が気軽にどうぞ

住居型有料老人ホーム

【別途実費料金】  
 ■洗濯費3,000円/月  
 ■外出介助500円/回

※介護サービス利用による費用、診察等にかかる費用、理美容費、消耗品代(おむつ等)は実費※介護保険別途

シルバーホーム東高倉  
 ☎093-641-1125 遠賀郡岡垣町東高倉2-20-10

《職員募集中!!》詳細はお気軽にお問い合わせください

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。

## 北九州いのちの電話 ボランティア相談員募集



**対象** 20歳～68歳の人  
**研修期間** 10月4日(日)～平成29年2月※実習あり  
**ところ** 北九州パレス(北九州市小倉北区)  
**費用** 3万円(研修受講料)  
**定員** 30人  
**申し込み** 9月20日(日)までに北九州いのちの電話ホームページにある申込書に応募の動機(800字程度)と自分の幼少期や家庭、職場、生活のことなどがわかるもの(2千字程度)を添えて北九州いのちの電話事務局に郵送※提出後面談あり  
**問い合わせ** 同事務局 ☎65216628へ

## 障害のある人の 職業訓練生を募集します

**対象** 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳のいずれかを持ち、公共職業安定所に求職登録をしていて介護を必要としない人  
**訓練期間** 10月1日(木)～12月24日(木)※職場実習を希望する人は平成28年1月29日(金)まで  
**ところ** カルチャーセンター黒崎(北九州市八幡西区)、カルチャーセンター折尾(北九州市八幡西区)  
**内容** パソコンビジネス科

**費用** 無料※教材費などは別  
**申し込み** 8月27日(木)までに八幡公共職業安定所にある申込書を同場所へ提出  
**問い合わせ** 訓練内容は(有)メイトカルチャー Village ☎62110077へ、そのほかは福岡障害者職業能力開発校 ☎74115431または同安定所 ☎62215566へ

## 障害のある子どもたちの 活動を支援しよう

障害のある子どもたちの教育活動を支援するボランティアを募集します。  
**【説明会】**  
**とき** 9月8日(火)午前10時～正午  
**ところ** 古賀特別支援学校  
**申し込み・問い合わせ** 同学校 ☎092194318674へ

## 第24回春日市弥生の里 児童画大賞展作品募集

**対象** 県内に住む小学生  
**テーマ** わたしたちの命を感じるまま、思うまま、自由に描こう  
**申し込み** 10月30日(金)までに春日市ホームページにある申込書に必要事項を記入して作品(四つ切画用紙)の裏面右下に貼り付け、送付表を添えて持参または郵送  
**問い合わせ** 春日市教育委員会社会教育課 ☎092157514121へ

## 講座

### 情報プラザ人の駅の パソコン研修

**対象** 町内に住むまたは勤務している人  
**とき** 9月1日・8日・15日すべて火曜日、午前10時～正午(全3回)

### 「タブレット初級講座」

**対象** 町内に住むまたは勤務している人  
**内容** タブレット端末の基本的操作を学ぶ  
**定員** 20人※応募多数のときは抽選  
**費用** 2千400円  
**申し込み** 8月18日(火)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同場所へ提出  
**問い合わせ** 同プラザへ

### ITボランティア岡垣の パソコン初心者講座

**【ワードの基礎をチラシ作りで学ぶ】**  
**対象** 町内に住むパソコン初心者  
**とき** 9月3日(木)、10日(木)、17日(木)、23日(水・祝)午前9時30分～正午(全4回)  
**ところ** 情報プラザ人の駅  
**内容** 写真や飾り文字を使って見栄えのよい



文書を作成する  
**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** 8月25日(火)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同場所へ提出  
**問い合わせ** 同プラザへ

### 介護職員初任者研修

ホームヘルパー2級相当の資格を得ることができます。  
**対象** 介護の仕事をしている人やこれから始める人  
**とき** 10月21日(水)～平成28年2月10日(水)の指定された水・金曜日(全25回)  
**ところ** 宗像ユリックスなど  
**定員** 4人  
**費用** 2万円  
**申し込み** 9月11日(金)までに福祉課にある申込書を同場所へ提出  
※要印鑑

### 40歳からの2日間集中 就職支援セミナー

再就職のコツを学びます。受講後は、再就職専門コンサルタントが個別に就職活動をサポートします。  
**対象** おおむね40歳～64歳  
**とき・ところ** 8月24日(月)・25日(火)、ハローワー



ク八幡(北九州市八幡西区)  
○9月1日(火)・2日(水)、宗像市役  
所

ともに午前10時～午後3時  
**申し込み** 福祉課にある申込書を  
県中・高年就職支援センターに提出  
**問い合わせ** 同センター ☎092  
143317780へ

### 講座と実技で学ぶ 犬のしつけ方教室

**対象** 畜犬登  
録と狂犬病予防  
接種をしている  
4カ月齢以上の  
健康な犬とその  
飼い主で、4日  
間すべてに参加  
できる人



**【講義】**※犬の参加は不可  
**とき** 10月5日(月)午後1時30分  
～3時30分  
**ところ** 宗像・遠賀保健福祉環境  
事務所遠賀分庁舎(水巻町)

### 【実技】

**とき** 10月8日・15日・22日  
すべて木曜日、午前9時30分～11時  
30分  
**ところ** ふれあいの里(遠賀町)  
**定員** 10人※要予約。受講経験  
のない人を優先  
**費用** 千円  
**申し込み・問い合わせ** 9月17日  
(木)までに同事務所 ☎09404013  
616098へ

### ひとり親家庭のための 医療事務講習会

**対象** 県内(福岡市、北九州市  
を除く)に住むひとり親家庭の保  
護者または以前に母子家庭だった  
女性で、就職や転職を希望してい  
る人

**とき** 9月29日(火)～11月10日(火)  
のうち火・木曜日(全12回)、午前  
9時30分～午後3時30分  
**ところ** 宗像市役所※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** 9月1日(火)までにこど  
も未来課または県母子寡婦福祉連  
合会ホームページにある申込書を  
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  
812110390へ

## 試験

### 中学校卒業程度の認定試験

中学校卒業程度の学力があるか  
どうかを認定するために国が行う  
試験です。合格した人には高等学  
校の入学資格が与えられます。

**対象** やむを得ない理由で小  
中学校に就学できなかった人  
**試験日** 10月28日(水)

**ところ** 吉塚合同庁舎(福岡市博  
多区)

**申し込み** 8月24日(月)～9月11日  
(金)(消印有効)に県教育委員会や文  
部科学省にある申込書を同省に提出  
**問い合わせ** 県義務教育課 ☎09  
2164313909へ

### 遠賀郡消防職員採用試験

**対象** 平成3年  
4月2日～平成10  
年4月1日に生ま  
れ、日本国籍を持  
つ人※詳しくは試  
験案内を見てくだ  
さい

**定員** 5人程度  
**給与** 15万7千700円程度

### 【二次試験】

**とき** 10月18日(日)  
**ところ** 遠賀郡消防本部(遠賀町)  
**申し込み** 9月1日(火)～17日(木)に  
遠賀郡消防本部、芦屋分署、岡垣  
出張所、遠賀中間広域行政事務組  
合、遠賀郡消防本部ホームページ  
にある申込書を同消防本部に持参  
または郵送※持参時の受け付けは  
平日午前8時30分～午後5時15分  
**問い合わせ** 同消防本部総務課  
☎29318123へ



### 福岡県職員採用試験

### 【短大卒業程度(Ⅱ類)】

**対象** 平成2年4月2日～平成  
8年4月1日に生まれた人

**定員** 行政事務49人、教育行政  
17人、警察事務18人

### 【高校卒業程度(Ⅲ類)】

**対象** 平成4年4月2日～平成  
10年4月1日に生まれた人※大学  
(短大除く)在学期間が2年を超え  
る人を除く

**定員** 一般事務35人、教育行政  
16人、警察事務12人、土木3人

### 【ともに】

**試験日** 9月27日(日)  
**申し込み** 8月17日(月)～28日(金)  
(消印有効)に福岡県庁にある申込  
書を県人事委員会事務局に郵送・  
持参または8月17日(月)～25日(火)に  
県ホームページから  
**問い合わせ** 同事務局 ☎0921  
64313956へ

### 行政書士試験

**とき** 11月8日(日)

**ところ** 福岡工業大学(福岡市東区)  
**申し込み** 9月4日(金)までに福岡  
県庁、福岡県行政書士会、地区県  
民情報コーナーにある申込書を行  
政書士試験研究センターへ郵送ま  
たは9月1日(火)までに同研究セン  
ターホームページから  
**問い合わせ** 同研究センター ☎0  
31326317700または県市  
町村支援課 ☎0921643130  
73へ

## 採石業務管理者試験

岩石採取時の災害防止に必要な知識と技能に関する試験です。

とき 10月9日(金)

ところ 吉塚合同庁舎(福岡市博多区)

申し込み 9月11日(金)までに県工業保安課にある申込書を同課に提出  
問い合わせ 同課 ☎092-643-3438へ

## 相談

### 法律人権相談

いじめなどの人権問題や家庭内、近隣とのもめごとなどの相談を人権擁護委員が無料で受けます。

とき 8月21日(金)午後1時30分～4時

ところ 東部公民館  
問い合わせ 地域づくり課へ

### 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 9月15日(火)午後1時30分～4時

ところ 情報プラザ人の駅  
申し込み・問い合わせ 9月14日(月)までに岡垣町商工会 ☎282-0

294へ

### 親子のなやみ相談窓口

子育てや、非行、いじめ、引きこもりなど子どもや若者に関する相談を無料で受けます。



とき 9月11日(金)・12日(土)午前9時30分～午後4時30分

ところ イイツカコスモスコモン(飯塚市)※要予約

相談電話 0948-29-6732(期間中のみ)

申し込み・問い合わせ 県青少年課 ☎092-643-3388へ

### ひとり親家庭の悩み まずは相談してください

#### 【就職相談】

対象 ひとり親家庭で児童扶養手当を受給している人

とき・ところ

平日 午前9時～午後5時、岡垣町役場※要予約

日曜日 午前9時～午後4時、クローバープラザ(春日市)※要予約

#### 【養育費の電話相談】

対象 ひとり親家庭または離婚協議中の人

とき 平日午前9時～午後4時

#### 【弁護士無料法律相談】

対象 ひとり親家庭または離婚

協議中の人

とき 8月19日(水)午後1時～3時※要予約

ところ 宗像市役所

#### 【すべて】

申し込み・問い合わせ 福岡県ひとり親家庭等就業・自立支援センター ☎0948-21-0390へ

### 職場でのパワハラやセクハラ 気軽に相談してください

電話や面談で行う無料相談です。

とき 9月2日(水)・3日(木)午前9時～午後8時

ところ 県北九州労働者支援事務所(北九州市小倉北区)

相談電話・問い合わせ 同事務所 ☎592-3516へ

### 精神障害者の家族は 気軽に相談してください

同じような悩みを経験してきた家族が電話相談を受け、地域の福祉に関する情報提供なども行います。

対象 うつ病や発達障害など心の病を持つ人の家族

#### とき・相談電話

① 毎週月曜日午後1時～4時 011-6151

② 第1～3水曜日、毎週木曜日午後1時～4時 092-292-0560

③ 毎週金曜日午後1時～4時 80-4279-2970  
※面談は要予約

問い合わせ ①はまゆうサポートセンター事務局 ☎201-6151へ、②③県精神障害者福祉会連合会 ☎092-292-0560へ

## 催し

### 世界に一つのオリジナルブックカバーを作ろう

対象 4歳以上の人※未就学児は保護者同伴

とき 8月22日(土)午前11時から②午後2時から※約45分

ところ 情報プラザ人の駅

定員 各15人※先着順  
費用 無料

持参品 ブックカバーに飾りたい写真やイラスト、端切れなど

申し込み・問い合わせ 同プラザへ

### ひとり暮らし 高齢者のつどい

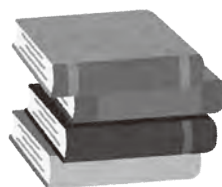
みんなで楽しいひとときを過ごしませんか。

対象 9月30日現在で満75歳以上のひとり暮らしの人

#### 対象地区・とき

○内浦・吉木・海老津校区 10月26日(月)午前11時30分～午後2時

○山田・戸切校区 11月9日(月)午前11時30分～午後2時  
【ともじ】



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 9月11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①9月4日(金) 10:00 ~ 16:00  
②9月9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 9月8・29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 9月18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 9月11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

ところ ぶどうの樹(手野区)  
費用 千円  
申し込み 9月13日(日)までに住んで  
いる地区の民生委員・児童委員へ  
問い合わせ 社会福祉協議会へ

北斗七星開館1周年記念  
「夏の夜の渚」コンサート  
仮面を着けて、生バンドのリ  
ズムに合わせてダンシング!ミニ  
トークでは夜空の北斗七星などを  
鑑賞しながらロマンティックなひ  
とときをどうぞ!

とき 8月22日(土)午後7時~9  
時※雨天時は中止

ところ 観光ステーション北斗七星  
出演 アルカディア・福岡スクー  
ルオブミュージック&ダンス専門  
学校  
費用 無料  
その他 地元海産物・イノシシ料

理などの販売  
問い合わせ 岡垣町観光協会へ

うつら校区夏祭り2015  
子ども会の出し物  
や福引き、岡垣町民  
吹奏楽団の演奏など  
イベント盛りだくさ  
んです。

とき 8月22日(土)  
午後5時~8時30分

ところ 内浦小学校  
問い合わせ 内浦小  
学校(東) ☎ 282-0116 へ

中間・遠賀地区母親大会  
「子どもたちの未来と平和のため  
に今、私たちができること」をテー  
マとしたパネルディスカッション



や合唱などを披露します。  
とき 8月30日(日)午前10時から  
ところ 中央公民館  
費用 500円(資料代)  
問い合わせ 中間・遠賀地区母親  
大会実行委員会(岩崎) ☎ 090-  
5386-1043 へ

公文書から  
平和の尊さを学ぼう  
福岡共同公文書館が所蔵する戦  
災孤児の収容保護施設として発足  
した「百道松風園」に関する公文書  
や写真資料などを紹介します。  
戦後70年を迎える今年の夏。戦  
争が人々の生活に与える影響や平和  
の尊さを改めて考えてみませんか。  
とき 9月27日(日)まで、午前9  
時~午後5時

ところ 福岡共同公文書館(筑紫  
野市)※無料駐車場あり

休館日 月曜日、祝日(月曜日と祝  
日が重なるときはその翌日も休館)  
費用 無料  
問い合わせ 同館 ☎ 092-91  
9-6166 へ

福祉の「じゅ」就職フェア  
2015 in FUKUOKA  
対象 社会福祉施設などへの就  
職を希望する人(高校生除く)  
とき・内容 8月21日(金)午前11時  
30分~午後4時  
○就活応援セミナー 午前11時30  
分~午後0時30分  
○就職面談会 午後1時~4時  
※ともに受け付けは30分前から  
ところ クローバープラザ(春日  
市)※託児あり(要予約)  
費用 無料  
問い合わせ 県福祉人材センタ  
ー ☎ 092-584-3310 へ

## 子どもの睡眠を見直そう！

睡眠不足や睡眠障害が続くと、肥満や生活習慣病、うつ病などの発症率を高め、さらには症状を悪化させる危険性があります。適切に対処していくために、子どものうちから「早寝・早起き」という基本的な生活習慣を心掛けましょう。

### 子どもの眠りに黄色信号

子どもは昼間に遊び回り、夕食とお風呂を済ますと重たいまぶたをこすりながらあくびをして寝床に入る。以前はこれが一般的な姿でしたが、最近は寝るべき時間に眠らない子どもが増えています。睡眠習慣の乱れや睡眠障害など何らかの睡眠問題を抱えている子どもが増えていると言われています。



### 学童期の夜更かしも増加

日本の小・中・高校生は、世界でも最も夜更かししていることで有名です。特に思春期になると寝る時間が遅くなり、睡眠時間は短くなります。しかし、夜更かししても登校時間は同じなので、朝起きてもボーっとしたまま朝食も取ら

ムはさまざまですが、夜遅くの外出や夜更かしなど、親のライフスタイルの変化が子どもの睡眠に大きな影響を与えることを意識する必要があります。

### 幼児の生活が夜型に

最近では、幼児の生活リズムが夜型傾向にあり、遅寝遅起きの習慣が多く見られます。親が残業などで帰宅時間が遅くなることなどが影響し、午後9時を過ぎても寝ていない子どもが増えています。各家庭の生活リズム

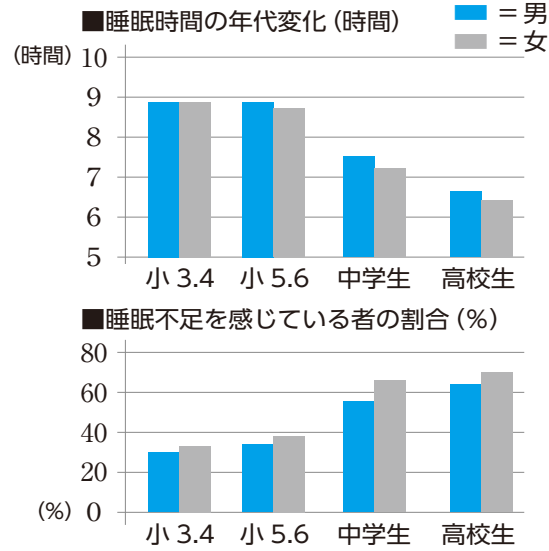


図1：寝不足を招く子どもたちの睡眠習慣 (日本学校保健会「児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書」から作成)

ずに登校し、日中は強い眠気に耐えながら授業を受けている子どもが多くいます。



### 夜更かしには早めに指導を

夜更かししている子どもは、日ごろの睡眠不足を週末に解消します。週末の起床時間が平日より3時間以上遅い子どもは、睡眠不足の状態であるといえます。実際に睡眠不足と感じている子どもは、年代が上がるごとに増加しています。(図1)

しかし、週末に遅くまで寝ていると、その日の夜に眠れなくなり、月曜日の朝につらい思いをするなど悪循環が続きます。TVやゲーム、勉強など原因はさまざまですが、夜更かししている子どもたちには適切な指導が必要です。

健康づくり課 保健師 加藤理恵

健やかな眠りがあってこそ、活発な日常生活を送ることができません。子どもの睡眠習慣は大人の生活スタイルを映す鏡です。家族全員で生活習慣を見直し、子どもの快眠を支えていきましょう。

### 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

夏休みを利用して

## 予防接種を受けましょう

対象者のうち、まだ接種を受けていない人は無料です。

### 【麻しん(はしか)風しん(2期)】

**対象** 平成21年4月2日～平成22年4月1日に生まれた人

**接種できる期間** 平成28年3月31日まで

### 【二種混合(ジフテリア、破傷風)】

**対象** 11歳～12歳(13歳の誕生日の前日まで)の人

### 【日本脳炎】

### 対象

○1期(初回2回、追加1回) = 生後6

カ月～7歳5カ月の人

○2期(1回) = 9歳～12歳(13歳の

誕生日の前日まで)の人

※平成7年4月2日～平成19年4月1日に生まれ、1・2期の接種が済んでいない人は、20歳未満まで接種可

### 【すべて】

**ところ** 遠賀郡内、中間市の指定医療機関または福岡県予防接種広域化実施医療機関※要予約。ほかの医療機関を希望するときは、事前に健康づくり課に要相談

**持参品** 母子健康手帳

**問い合わせ** 同課へ



予防の基本は手洗い・うがい!

## 子どもの感染症に注意

夏は、次のような「夏風邪」が流行します。のどが痛いときや食欲がないときでも水分補給はこまめに行い、脱水にならないよう気を付けましょう。感染予防のためには、手洗いやうがいのほか、タオルを人と共有しないことなどが大切です。



### 【夏風邪の主な種類と症状】

#### ○手足口病

手足や口の中に2～3mmの水疱ができ、ときには発熱することもあります。水疱は、かゆみはありませんが、つぶれると痛くなります。

#### ○ヘルパンギーナ

38～40度の急な高熱で発症し、同時にのどが痛くなります。

#### ○咽頭結膜炎(プール熱)

プールでうつることが多いのでプール熱とも呼ばれています。39～40度の高熱やのどの痛み、目の充血と目やにが多くなるのが特徴で、特に強い感染力を持っています。

**問い合わせ** 健康づくり課へ

家族や友人と気軽に来てください

## みんなで楽しく広げよう元気の"わ"

食生活改善推進会、運動普及推進会、保健推進会の活動紹介やロコモ予防の体操・試食、フロアカーリングなどを行います。

**とき** 9月11日(金)・12日(土)

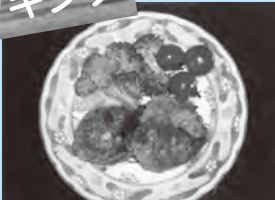
午前10時～午後3時

**ところ** 地域交流センター

**問い合わせ** 健康づくり課へ



## ヘルシークッキング



No. 277 ～低栄養を予防する食事～  
シャキシャキれんこんのつくねバーグ

### 2人分の材料

○ごま油大さじ1 ○ブロッコリー適量 ○プチトマト適量 A: ○鶏ひき肉150g ○玉ねぎ1/4個 ○れんこん30g ○卵1/2個 ○おろしにんにく小さじ1/2 ○おろししょうが小さじ1/2 ○塩少量 B: ○しょうゆ大さじ1 ○オリーブオイル大さじ1 ○砂糖大さじ1/2 ○水大さじ1

### 作り方

- ①玉ねぎはみじん切り、れんこんは半量はみじん切り、残りはすりおろす。
- ②Bの調味料は合わせておく。
- ③ボールにAの材料を入れ、粘りが出るまでしっかりこねる。
- ④フライパンにごま油を入れて熱し、俵型にした③を並べ、ふたをして中火で両面焼く。
- ⑤中まで火が通って両面にこんがり焼き色がついたら、Bの調味料をフライパンに流し込み、煮絡める。
- ⑥⑤を器に盛り付け、ブロッコリーとプチトマトを添える。

### 1人分の栄養価

エネルギー 184kcal、塩分 1.0g、タンパク質 17.9g、脂質 9.3g、カルシウム 23mg

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスメイトの会)

### ここからだの相談窓口

#### ■女性の健康・不妊相談※要予約

**とき** 9月18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



8/22 (土) うまくつくれるかな  
**折り紙ひろば**

小鳥のつるし飾りをつくります。

対象 だれでも可

時間 10:00～12:00

持参品 折り紙・ハサミ・のり

9/9 (水) 子どものことを一緒に考えよう  
**とことこクラブ**

安全な食品・製品などの情報交換の場です。

対象 保護者

時間 10:00～12:00

9/15 (火) 9/30 (水) ママのつながりを広げよう  
**なかよしひろば**

子どもたちを遊ばせながらママ友をつくれるフリースペースです。

対象 10カ月～2歳未満の子どもと保護者

時間 10:00～11:30

●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。

## 9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
3日(木)	4か月児健診	12:45
3日(木)	7か月児健診	13:00
16日(水)	フッ素塗布2回目以降	12:45
16日(水)	2歳児相談(初回)	13:00
24日(木)	1歳6か月児健診	12:45

### にこにこクッキング(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 9月17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 9月4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 9月8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

### 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 9月4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



こども未来館から

こんにちは



### 「夏あそびスペシャル Day」大盛況!

7月19日、いこいの里で夏あそびスペシャル Day を催しました。おしごと体験ができるこのイベントには、438人の親子連れが参加。子どもたちはアナウンサーやお菓子屋さん、銀行員(造幣局)、ネイルアーティストなどさまざまなおしごとを体験し、働く楽しさや大変さを学びました。



### 修理はおまかせ! みんなのおもちゃ病院



お気に入りのおもちゃが壊れてしまった人は、持ってきてください。おもちゃドクターが壊れたおもちゃを診察し、できるものは修理してくれます。

対象 壊れたおもちゃ  
とき 9月13日(日) 10:00～15:00

※受け付けは14:00まで  
問い合わせ こども未来館 ☎281-5501へ



※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