

広報

# おかがき

2016.DECEMBER

# 12.10

No.971

お知らせ版



体ポカポカ

## 免疫力アップ

西部公民館で行われているリフレッシュ体操教室では、多くの皆さんが気持ちの良い汗を流しています。寒さが強まるこの季節。日ごろから適度な運動で免疫力を高め、かぜなどの病気に負けない体力づくりを行いましょう。

今年は、例年より早くインフルエンザの流行が始まっています。インフルエンザの予防は、13ページを見てください。

岡崎町イメージキャラクター  
★ひわりん&ひわすけ★



### CONTENTS

### 目次

|                     |    |
|---------------------|----|
| お知らせ.....           | 2  |
| ・町長選挙のお知らせ          |    |
| ・年末・年始の急患診療・公共サービスは |    |
| ・もしもに備えて避難行動要支援者に   |    |
| 登録しましょう ほか          |    |
| 健康づくり Info .....    | 12 |
| 子育てナビ.....          | 14 |

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

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/>



まちの話題や魅力を発信中! 誰でも見ることができます。

町公式 Facebook

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



この一票 明るい未来の <sup>いしづえ</sup> 礎に

# 岡垣町長選挙

投票日

## 12月25日

午前7時～午後8時



### 投票できる人

平成10年12月26日までに生まれた人で、平成28年9月19日までに転入届を出した人※投票する前に転出した人は投票できません

### 期日前投票

**対象** 投票日に仕事がある人や投票区域外に出かける人  
**とき** 12月21日(水)～24日(土)午前8時30分～午後8時  
**ところ** 役場新館1階ロビー  
**持ってくるもの** 投票所入場券  
※届いていない人は本人確認ができるもの

### 不在者投票

○学校や仕事の都合などで、投票日当日や期日前投票期間中に岡垣町にいない人⇨不在者投票用

紙を請求してください

○指定病院などに入院している人⇨入院施設で投票できます。施設の担当者に申し出てください

### 投票所入場券

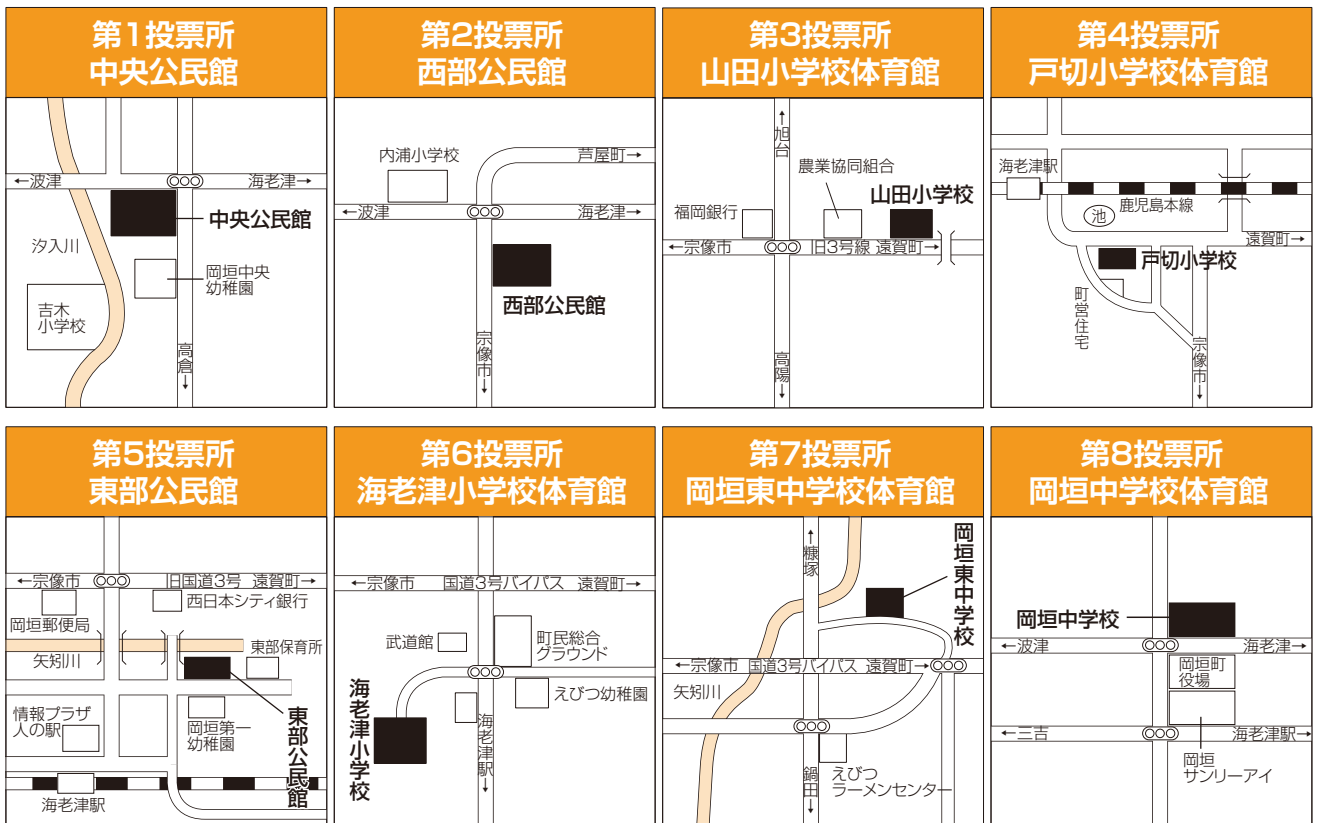
○投票できる人には、投票日の前日までに投票所をお知らせする入場券を郵送します。郵送先は、住民基本台帳にある住所です。事故防止のため、転送はしません。また、同じ世帯でも同じ日に届かないことがあります。

○入場券が届かないときは、選挙管理委員会に問い合わせてください。

○入場券に書いてある投票所以外では投票できません。投票所に行く前に確認しましょう。

○入場券をなくした人や投票日当日に入場券を忘れた人は、運転免許証など本人確認ができるものを持って投票所の受付係に申





### ■郵便投票ができる人

#### ●障害者手帳を持つ人 (○印が対象者)

| 障害                    | 1級 | 2級 | 3級 |
|-----------------------|----|----|----|
| 両下肢、体幹、移動機能           | ○  | ○  | —  |
| 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸 | ○  | —  | ○  |
| 免疫、肝臓                 | ○  | ○  | ○  |

#### ●戦傷病者手帳を持つ人 (○印が対象者)

| 障害                       | 特別項症 | 第1項症 | 第2項症 | 第3項症 |
|--------------------------|------|------|------|------|
| 両下肢、体幹                   | ○    | ○    | ○    | —    |
| 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓 | ○    | ○    | ○    | ○    |

#### ●介護保険被保険者証を持つ人

介護保険の被保険者証の要介護状態区分が要介護5の人

し出てください。

### 投票のルールを守りましょう

- 投票の秘密を守るため、投票所内での私語は控えてください。
- 投票用紙は持って帰らないようにしましょう。

### 身体に障害がある人は

#### ■郵便投票ができます

左の表のいずれかに当てはまる

人は郵便投票ができます。選挙管理委員会が「郵便等投票証明書」の交付を受けてください。

交付を受けた後は、郵便等投票証明書の有効期限を確かめ、12月21日(水)までに選挙管理委員会に投票用紙を請求してください。

#### ■代理記載制度

障害を持つ人に代わって、投票用紙の請求や投票用紙への記載ができます。代理記載ができる人は、選挙権を持つ人で、本人の同意が必要です。

#### 対象 「郵便等投票証明書」を持つ次のいずれかに当てはまる人

- 身体障害者手帳の上肢、視覚の障害の程度が1級である
- 戦傷病者手帳の上肢、視覚の障害の程度が特別項症、第2項症である

#### ■目の不自由な人は会場で申し出てください

目の不自由な人で、点字投票や代理投票を希望する人は、会場の係員に申し出てください。

### 開票は即日行います

とき 投票日の午後9時から  
ところ 岡垣サンリーアイ

#### 【すべて】

問い合わせ 岡垣町選挙管理委員会(住民環境課)へ

年末・年始を迎える前に確認しておきましょう

## 年末・年始の急患診療・公共サービスは

### 急患診療

#### ■内科・小児科

| 診療日                   | ところ                   | 電話番号     |
|-----------------------|-----------------------|----------|
| 12月31日(土)<br>～1月3日(火) | 遠賀中間休日<br>急病センター(遠賀町) | 282-9919 |

診療時間 午前9時～午後4時30分※1月1日(日)は正午～午後4時30分※小児科は事前に要予約

#### ■歯科

| 診療日       | ところ                  | 電話番号     |
|-----------|----------------------|----------|
| 12月30日(金) | なかむら歯科クリニック<br>(岡垣町) | 283-0338 |
| 12月31日(土) | なかやま歯科医院<br>(岡垣町)    | 281-1181 |
| 1月1日(日)   | 宮口歯科医院(中間市)          | 243-5055 |
| 1月2日(月)   | くまがい歯科医院<br>(岡垣町)    | 283-2112 |
| 1月3日(火)   | 高島歯科医院(芦屋町)          | 223-1515 |

診療時間 午前10時～午後5時※事前に要予約

問い合わせ 健康づくり課へ

### コミュニティバス

12月29日(木)～平成29年1月3日(火)は、土日祝日ダイヤで運行します。

問い合わせ 都市建設課へ

### ごみ

12月31日(土)～平成29年1月3日(火)は、すべてのごみの収集を休みます。収集を休む期間が収集日に当たる地区は、次のとおり振り替えます。

| 種類              | 収集日          | 振り替え日    |
|-----------------|--------------|----------|
| 燃えないごみ          | 平成29年1月2日(月) | 1月12日(木) |
| プラスチック製<br>容器包装 | 平成29年1月3日(火) | 1月6日(金)  |

※燃えるごみ、ビン・カンは振り替えなし

#### 【遠賀・中間リレーセンターへの搬入】

12月30日(金)～平成29年1月3日(火)は搬入できません。

#### 【粗大ごみ受付センター】

12月29日(木)～平成29年1月3日(火)は休みます。

問い合わせ 住民環境課へ

### し尿

12月29日(木)～平成29年1月3日(火)は、収集を休みます。

#### 年内の臨時収集の受け付け

○役場=12月16日(金)まで

○業者(環整)=12月22日(木)まで

#### 申し込み・問い合わせ

住民環境課または環整 ☎ 223-0402 へ

### PR効果抜群!

## みんなが使うごみ袋に有料広告を掲載しませんか

| ごみ袋の種類 | 燃えるごみ(大) | 燃えるごみ(中) |
|--------|----------|----------|
| 作成枚数   | 258万枚    | 130万枚    |
| 広告の大きさ | 8×38cm   | 8×28cm   |
| 募集枠数   | 4        | 2        |
| 費用     | 20万円     | 10万円     |

※袋の種類ごとに1枠まで応募可。応募多数のときは選考

申し込み 12月16日(金)～平成29年1月10日(火)午後

5時に遠賀・中間地域広域行政事務組合(遠賀町)または

同組合ホームページにある申込書と広告の原稿を同組

合に提出※ホームページへの掲載は12月12日(月)から

問い合わせ 同組合 ☎ 293-3581 へ

## 平成29年度新入園児願書受付中

随時見学OKです。詳細は園の方にお問い合わせ下さい!!

★★親子ふれあいひろば★★

12月12日(月) 10:00～11:30

**岡垣第一幼稚園**

TEL 093-282-0235

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

**移動クリスマス 12月18日(日)**

みんなのお家の近くにサンタさんがやってきます

☆☆クリスマスパーティをしよう!☆☆

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

JR海老津駅自由通路・南側広場、海老津白谷線道路  
12月17日(土)ついに完成



**自由通路・南側広場・海老津白谷線道路が開通します**

自由通路の開通にあわせて、金比羅踏切は廃止します。

**と き** 12月17日(土)午後3時から

**駅前北側・南側広場の駐車場が有料になります**

駐車場の目的外利用を減らし、駅の利用者が利用しやすい環境を整えます。

**と き** 12月22日(木)午前0時から

**料 金** 60分ごとに100円※30分以内の出庫は無料

**問い合わせ** 都市建設課へ

届出(認可外)保育施設を利用している人は  
**補助金の申請を忘れずに**

届出保育施設の利用者に、保育料の一部を補助しています。  
**対象** 次のすべてに当てはまる人

- 対象となる月の初日から保護者と児童が町内に住んでいて、届出保育施設に在籍している
- 週に4日以上、または月に160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  
○町税を滞納していない  
**補助金** ※所得制限なし

- 3歳未満Ⅱ月額1万円
- 3歳以上Ⅱ月額5千円
- 支給月** 7・10・1・4月※1回の支給で3カ月分
- 申し込み** 12月28日(水)までに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を同課に提出  
**問い合わせ** 同課へ

来年4月から保育所を利用したい人へ

**保育所の入所申し込み受け付けが始まります**

| 区分 | 保育所・園名    | 定員   | 対象      | 開所・園時間<br>(延長保育含む) |
|----|-----------|------|---------|--------------------|
| 町立 | 中部保育所     | 60人  | 7カ月～5歳児 | 7:00～20:00         |
| 私立 | 岡垣東部保育所   | 100人 | 3カ月～5歳児 | 7:00～20:00         |
|    | おとぎのいえ保育園 | 60人  | 3カ月～5歳児 | 7:00～20:00         |
|    | ひよこ保育園    | 12人  | 5カ月～2歳児 | 7:00～19:00         |
|    | キッズルーム岡垣  | 19人  | 6カ月～2歳児 | 7:00～19:00         |

※ひよこ保育園は事業所内保育所のため、従業員の子どもを優先

町外の保育所への入所を希望する人も、こども未来課に申し込んでください。

**保育料**

- 平成29年4月～8月＝平成28年度の市町村民税額に基づいて決定
- 平成29年9月～平成30年3月＝平成29年度の市町村民税額に基づいて決定

**申し込み・問い合わせ** 平成29年1月4日(水)～31日(火)午後5時15分にこども未来課へ

社会福祉法人岡垣睦福社会

**デイサービス(通所介護) ゆうまの里**



〒811-4204 福岡県遠賀郡岡垣町大字内浦 155-2  
TEL 093-281-2310 FAX 093-281-3102

**利用者募集** 見学・体験歓迎!!

**就労継続支援B型事業所 での**



〒811-4204 福岡県遠賀郡岡垣町大字手野 400-1  
TEL 093-282-4860 FAX 093-282-4850

**利用者募集** 見学・体験歓迎!!

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。

新婚・子育て世帯の皆さんの暮らしを支援します

## 定住奨励金や家賃補助の申し込みを忘れずに

### 内浦・戸切小学校区家賃補助

#### 補助内容

平成 28 年 1 月～ 12 月の家賃から共益費、管理費、駐車場代、住宅手当などを引いた金額※月額上限 2 万円

#### 対象

前年度に交付決定を受けた人または次のすべてに当てはまる人

- 平成 28 年 1 月以降に新たに内浦・戸切小学校区内の民間借家に入居している
- 入居したときに小学 6 年生以下の子どもがいるまたは夫婦の合計年齢が 80 歳未満で結婚して 1 年以内
- 平成 29 年 1 月 1 日時点で同じ借家に住み続けている
- 自治区に加入している
- ほかの公的制度の家賃補助を受けていない
- 町税などを滞納していない
- 暴力団員ではない

#### 必要書類

- ①申請書
  - ②住民票の写し
  - ③戸籍謄本または婚姻届受理証明書※新婚世帯のみ
  - ④町税などに滞納がないことの証明書
  - ⑤自治区加入証明書※発行は区長に申し出てください
  - ⑥賃貸借契約書の写し
  - ⑦家賃の支払いや住宅手当の内容が確認できる書類
- ※調査同意書を提出したときは、②～④は不要  
※前年度に交付決定を受けた人は、⑤・⑥は不要



### 定住奨励金

#### 補助内容

平成 28 年度固定資産税相当額※上限 15 万円。千円未満切り捨て

#### 対象

前年度に交付決定を受けた人または次のすべてに当てはまる人

- 平成 27 年 1 月～ 12 月に住宅を新築または購入している※床面積は 50 m<sup>2</sup>～ 280 m<sup>2</sup>に限る
- 入居したときに中学 3 年生以下の子どもがいるまたは夫婦の合計年齢が 80 歳未満
- 自治区に加入している
- 町税などを滞納していない
- 暴力団員ではない
- 新築または住宅を購入したときに、ほかの住宅を持っていない
- 住宅を取得した理由が、相続・贈与ではない

#### 必要書類

- ①申請書
  - ②住宅の工事請負契約書または売買契約書の写し
  - ③自治区加入証明書※発行は区長に申し出てください
  - ④住民票の写し
  - ⑤町税などに滞納がないことの証明書
  - ⑥平成 28 年度固定資産税の課税明細書
- ※調査同意書を提出したときは、④～⑥は不要  
※前年度に交付決定を受けた人は、②・③は不要

### ともに

申し込み 平成 29 年 1 月 4 日(水)～ 31 日(火)に必要書類を都市建設課に提出

問い合わせ 同課へ



## 移動クリスマス

12月23日(金・祝)



♡みんなのお家の近くに  
サンタさんがいきますよ!  
遊びに来てくださいネ!!♡

未就園児 わんぱくクラブ クリスマス会

12月10日 10:00～受付

サンタさんと一緒に楽しく遊びましょう!

プレゼントもありますよ!!

☆同日 29 年度新入園児用品販売もいたします!!



詳細は幼稚園までお電話ください!!

**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。



利用してください

# 子育てを支える3つの手当

将来を担う子どもたちの健やかな成長を支援するため、子育てをしている人に手当を支給しています。各制度の詳しい内容は問い合わせてください。



## 児童手当

**対象** 中学3年生以下の子ども  
の保護者

支給額 ○3歳未満 月1万5千円

○3歳～小学生

第1子・2子 月1万円

第3子以降 月1万5千円

○中学生 月1万円

※所得額によっては年齢に関わらず月5千円

## 児童扶養手当

**対象** 平成29年3月31日現在18歳以下で次のいずれかに当てはまる子どもの父母または父母以外で子どもを養育している人

○父母が離婚している

○父または母が死亡している

○母が未婚である など

支給額 所得額によって金額が変わります

## 特別児童扶養手当

**対象** 心身に障害のある20歳未満の子どもの保護者

## 各手当を 受給している人は

児童手当は6月1日現在の状況を、児童扶養手当と特別児童扶養手当は8月1日現在の状況を確認するため、毎年現況届などの提出が必要です。これらの提出がないと、手当を受けられなくなります。忘れずに届け出てください。

申し込み・問い合わせ  
こども未来課へ

## 平成29年1月31日(火)までに 償却資産の申告を

償却資産とは、町内で事業をしている個人(アパート経営者を含む)・法人が、その事業で使う資産のことで、固定資産税の対象になります。  
※法人税・所得税の申告で減価償却費として必要経費に算入できる資産は申告対象(一部除く)

### 【償却資産の例】

- 構築物=門扉、擁壁、広告塔など
- 機械・装置=太陽光発電設備、旋盤など
- 車両・運搬具=パワーショベルなど
- 工具・器具・備品=パソコン、電話、机など

問い合わせ 税務課へ

## コミュニティバス時刻表の広告を募集します 会社や団体をPRしませんか

| 掲載するもの                     | 規格           | 費用        | 配布   |
|----------------------------|--------------|-----------|------|
| コミュニティバスふれあい平成29年度時刻表(カラー) | 半段 68×97mm   | 10,000円/年 | 各戸配布 |
|                            | 1段 68×198mm  | 20,000円/年 |      |
|                            | 2段 140×198mm | 35,000円/年 |      |
|                            | 4段 284×198mm | 60,000円/年 |      |

※応募多数のときは選考。掲載前に広告の審査あり。広告の作成・デザイン費用は申込者が負担  
申し込み・問い合わせ 平成29年1月31日(火)までに都市建設課へ



**★乳幼児施設★ おとぎのいえ**

～より一層家庭的な保育をめざします!～

✿ 4ヶ月～2才    ✿ 7時30分～18時

✿ 自園給食(アレルギー食・離乳食対応)

✿ 岡垣住民の方 町より10,000円補助あります

**岡垣町東松原1丁目1-10**
**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。

## 土地や家屋を変更したときは 税務課に連絡してください

固定資産税は、毎年1月1日現在の登記簿や課税台帳に所有者として登録されている人に課税されます。平成28年中に状況が変わった家屋や土地は、税額が変わることがあります。

【家屋】※倉庫、車庫、物置などを含む

○登記簿に載っていない家屋を取り壊した

○登記簿に載っている家屋を取り壊したが法務局に届け出ていない

いない

○家屋を新築・増築したが法務局に届け出ていない

【土地】

○住宅用の敷地を広げるために隣接する土地を買って造成した

○新しく造成などをして土地の状況が変わった

※そのほか家屋・土地の状況が変わったときは問い合わせてください

問い合わせ 税務課へ

### 提案公募型地域活性化事業「協働のまちづくり部門」

## 求む。まちづくりのアイデア

あなたの考えたイベントなどを提案してください。次のテーマに当てはまる取り組みの費用などを支援します。

#### 【募集テーマ】

- 豊かな自然環境を守り育てる
- 地域の資源を生かし、町をPRする

○みんなが健やかで、安心して暮らせる

○町の歴史や伝統文化を守り育てる

○町の住みよさを向上させ、快適に暮らせる

例：町内産の農水産物を使った物産展を催す、高齢者や障害者と子どもが語り合うイベントを催す など

**対象** ボランティア団体やNPOなど10人以上の団体が行う事業で、事業費が10万円以上のもの

**補助額** 補助対象経費の3分の2以内※限度額50万円

**申し込み** 平成29年1月18日(水)までに地域づくり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

**問い合わせ** 同課へ



▲スーパーライブ in 北斗七星もこの事業を利用しています

### 災害時に自力で避難できない人を町と地域で支えます

## もしもに備えて避難行動要支援者に登録しましょう

12月下旬に、対象者には支援の利用希望を、すでに登録している人には登録内容を確認する書類を郵送します。

**対象** 次のいずれかの認定や交付を受け、施設や病院などに長期入所・入院していない人

○介護保険の要支援1・2、要介護1以上、総合事業対象者

○身体障害者手帳1級、2級

○視覚障害・肢体不自由で身体障害者手帳3～6級

○療育手帳A

○精神障害者保健福祉手帳1級、2級

※上記以外でも自力で避難できない人は受け付け可

**申し込み** 平成29年1月31日(火)までに対象者に郵送する申請書を同封の返信用封筒で福祉課に返送

**問い合わせ** 同課へ



## 家を売る 大切な財産を安心して売却したい、 土地を売る 信頼できる業者にまかせたい、

そんな思いにお答えします！吉田住建なら売却まで一括でサポート！

「室内外の片付け・処分」、相続した家の「遺品整理」、古家の「解体」など

吉田住建は地元岡垣にて開業40年、地域に根ざした豊富な経験と情報力で「不動産の無料査定」、「不動産なんでも無料相談」を行っています。

スタッフ全員が宅地建物取引士の資格を持った、安心の地元の不動産業者です。どうぞお気軽にご相談ください(\*^^\*)

**吉田住建** ☎ 283-2042 岡垣町海老津駅前12-8 [http://yoshida-jyuuken.com]

旧3号線沿い茅原信号すぐ側

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



# お知らせ

## Information

### お知らせ

12月23日(金)は祝日のため  
ごみの収集を休みます

振り替え収集は行いません。また、遠賀・中間リレーセンターへの持ち込みもできません。  
問い合わせ 住民環境課へ

**岡垣町商工会の商品券**  
使用期限は平成29年1月30日

岡垣町商工会が発行する次の商品券の使用期限は、平成29年1月30日(月)です。期限が過ぎる前に必ず使ってください。

**対象の商品券**  
○くまぐま商品券(共通券・中小会員店専用券)  
○岡垣町商工会商品券



問い合わせ 岡垣町商工会 ☎28210294へ

**学童保育所を利用したい人**  
説明会に参加してください

**対象** 平成29年4月から学童保育所への入所を希望する児童の保護者  
とき・ところ すべて午後7時から

○平成29年1月10日(火) 吉木学童保育所

○平成29年1月11日(水) 山田・山田第二学童保育所 ※山田第二学童保育所で合同開催

○平成29年1月12日(木) 内浦学童保育所

○平成29年1月13日(金) 海老津・海老津第二学童保育所 ※海老津学童保育所で合同開催

○平成29年1月16日(月) 戸切学童保育所

問い合わせ こども未来おかがき ☎28310340へ

**家庭への合併浄化槽の設置を支援します**

家庭から必ず出る生活排水。下水道が整備されていない家庭の生活排水は、河川に直接流れ込み、水質を悪化させてしまいます。河川の環境を守るために合併浄化槽を設置しましょう。

**対象** 公共下水道の整備計画がなく、し尿の収集をしている家庭 ※事業所や日常生活を営んでいない家屋を除く

**補助額** 本体設置費用の85パーセント ※上限あり

問い合わせ 住民環境課へ

**自然を守る**  
廃油回収に協力

家庭から出た食用の廃油を回収します。回収した廃油は、石けんや印

刷インクなどにリサイクルします。  
とき 12月20日(火)・21日(水)・22日(木) 午前9時～午後2時  
ところ 各小学校事務室  
問い合わせ 岡垣町中学校給食センター ☎28113001へ

**医師・薬剤師などの免許を持つ人**  
医師、歯科医師、薬剤師の免許を持っている人は、免許が必要な仕事をしていなくても、2年ごとに住所や氏名などを届け出ることが法律で義務付けられています。  
届け出 平成29年1月16日(月)までに県内の各保健所、各保健福祉環境事務所、県ホームページにある届出書を、自宅の住所地を管轄する保健所または保健福祉環境事務所に提出  
問い合わせ 県保健医療介護総務課 ☎092164313238へ

**県の特定最低賃金が12月10日から変わります**

○製鉄業、製鋼・製鋼圧延業、鋼材製造業 903円

○電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業 857円

○輸送用機械器具製造業 880円

○百貨店・総合スーパー 824円

○自動車(新車)小売業 870円  
問い合わせ 福岡労働局賃金室 ☎092141114578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

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

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  
・スポーツ医学  
・運動指導  
・健康指導など

その他、ご相談されたいことがありましたらお気軽にどうぞ。

診療時間

| 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 |

☎093-282-2500  
●水曜午後、日曜、祝日休診

駐車場20台完備 院内バリアフリー 〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間2丁目7-5 ●西鉄「海老津台入口」バス停すぐ

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。

**文化財展示室を  
臨時休館します**

展示物を変更するため、次の期間は文化財展示室を休館します。  
**期間** 12月22日(木)～平成29年1月10日(火)

1月12日(木)からは、企画展「昔の暮らし」を催します。  
**問い合わせ** 生涯学習課へ

**募 集**

**地域密着型サービスの  
整備事業者を公募します**

**申し込み方法**  
 など詳しくは、町公式ホームページを見てく  
 ださい。

**内容・施設数**

○定期巡回・随時対応型訪問介護  
 看護、1施設

○小規模多機能型居宅介護、1施設  
**申し込み期限** 平成29年2月3日  
 (金)※事前審査は2月15日(水)、応募書類の提出は2月20日(月)  
**問い合わせ** 福祉課へ

**一緒に考えましょう**

**航空自衛隊芦屋基地のこと**

芦屋基地モニターを募集します。  
**対象** 次のすべてに当てはまる人  
 ○20歳以上で防衛問題や自衛隊に関心があり、基地をより良くする



ための積極的な意見が述べられる  
 ○平日の年10回程度の行事などに出席できる

○国会議員や常勤公務員ではない  
**任期** 平成29年4月～平成30年3月までの1年間

**定員** 10人  
**申し込み** 平成29年1月15日(日)まで(必着)に往復はがきに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、職業、電話番号、申し込み理由を記入し、〒807-0133 芦屋町大字芦屋1455-1 航空自衛隊芦屋基地基地渉外室に郵送



※返信用はがきで結果を通知します  
**問い合わせ** 同基地基地渉外室 223-0981へ

**町営住宅の  
入居者を募集します**

**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  
 ○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5戸  
 ①Ⅱ昭和48年度建設、コンクリートブロック造2階建、2DK46・

80平方メートル、単身入居可  
 ②Ⅲ昭和52年度建設、コンクリートブロック造2階建、3DK58・41平方メートル、単身入居不可

④Ⅴ昭和53年度建設、コンクリートブロック造2階建、3DK61・15平方メートル、単身入居不可

**家賃**  
 ①Ⅱ9千300円～1万2千600円  
 ②③Ⅲ1万2千400円～2万3千円  
 ④Ⅳ1万3千200円～2万5千200円  
 ⑤Ⅴ1万3千200円～2万4千600円

**敷金** すべて家賃の3カ月分  
**選考方法** 抽選  
**申し込み** 12月16日(金)～26日(月)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同課に提出

**問い合わせ** 同課へ

**県営住宅の  
入居者を募集します**

住宅に困っている状況などを点数化し、点数が高い人から優先的に入居者を決定します。

**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** 平成29年1月10日(火)～18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県住宅供給公社に郵送

**問い合わせ** 同公社 ☎092-781-18029へ

**講 座**

**情報プラザ人の駅  
パソコン研修**

**「タブレット入門基礎講座」**

とき 平成29年1月17日・24日、2月7日・14日・21日すべて火曜日(全5回)午後4時～6時

**内容** タブレットを始めるための基礎を学ぶ  
**費用** 無料

**「ワードで楽しく自分史作成」**

とき 平成29年1月19日・26日、2月9日・16日・23日、3月2日・9日・16日すべて木曜日(全8回)午後7時～9時

**内容** ワードで自分の生きてきた歴史年表を作成する  
**費用** 2千600円

**「仕事に役立つ！ワード・エクセル基礎講座」**

とき 平成29年1月17・24日、2月7日・14日・21日・28日、3月7日・14日すべて火曜日(全8回)午後7時～9時

**内容** 仕事で使えるワード・エクセルの基礎を学ぶ  
**費用** 千円

**【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** 20人※応募多数のときは



### 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)
- 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 1月13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 ①1月6日(金) 10:00～16:00  
②1月11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 1月17・24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 1月20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 1月13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月・水・金曜日  
10:00～17:00  
☎ 282-1211 (地域づくり課) へ

抽選  
申し込み・問い合わせ 各講座開  
始日の2週間前までに情報プラザ  
人の駅へ

ITボランティア岡垣の  
パソコン初心者講座

【ワードの表で実用的な書類を作る】  
とき 平成29年1月6日・13日・  
20日・27日すべて金曜日(全4回)  
午前9時30分～正午

内容 ビジネス文書を作りなが  
らワードの使い方を学ぶ  
定員 15人

【BGM入りスライドショーを作る】  
とき 平成29年1月10日・17日・  
24日・31日すべて火曜日(全4回)  
午前9時30分～正午

内容 BGM入りスライドショー  
の作り方を学ぶ

### 相談

子育てや非行、いじめ、引きこ

#### 親子のなやみ相談

定員 10人  
持ってくるもの 旅行や家族の写  
真など50～70枚程度※USBメモリ  
などに保存して持って来てくださ  
い【ともに】

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

費用 400円※教材費など

申し込み 12月25日(日)までに情報  
プラザ人の駅にある申込書を同場  
所に提出※応募多数のときは抽選  
問い合わせ ITボランティア岡  
垣 ☎ 090-7984-3180 へ

### 催し

もりなど、子どもや若者に関する  
相談を、面接や電話で受けます。

とき 平成29年1月13日(金)・14  
日(土)午前9時30分～午後4時30分  
面接会場 古賀市青少年総合セン  
ター(古賀市)※要予約

相談電話 092-942-017  
5※期間中のみ

費用 無料

申し込み・問い合わせ 県青少年育  
成課 ☎ 092-643-3388 へ

簡単！楽しい！  
ブックカバー&しおり作り

ブックカバーとしおりを手作りし  
て、お気に入りの本に使いませんか。

対象 小学生以上※未就学児は  
保護者同伴

#### 岡垣新春にぎわい寄席

とき 12月17日(土)・18日(日)午前  
10時～正午、午後2時～4時※1  
回30分程度

ところ 情報プラザ人の駅

費用 100円※材料費

問い合わせ 同プラザへ

新春にふさわしい<sup>はなし</sup>噺と南京玉すだ  
れで、新年を楽しく過こしましょう。

対象 誰でも可

とき 平成29年1月9日(月)・  
祝)午後1時～2時30分

ところ 情報プラザ人の駅

出演者 山椒家小粒・双葉乃小花  
(噺の会しゅげむ小倉出張所)

定員 50人

費用 無料

問い合わせ 同プラザへ



進めよう！岡垣町の健康づくり10カ条 第6条  
過度なお酒の摂取は控え、休肝日をつくろう

# 女性の飲酒と健康

近年、女性の飲酒が一般的になってきましたが、女性の多量飲酒に特有のリスクがあることは、まだあまり知られていません。健康的にお酒を楽しむために適正飲酒を心掛けましょう。



### 女性の飲酒状況

昔は女性が飲酒することはあまり一般的ではなく、1954年に国税庁が行った「酒類に関する世論調査」では、女性の飲酒者<sup>※1</sup>は13パーセントに過ぎませんでした。しかし、女性の社会進出とともに飲酒も一般的になり、2008年

に行われた全国調査では、20代前半の女性飲酒者の数が、男性飲酒者を上回りました。

### 増加している女性のアルコール依存症

女性の飲酒が増えるにつれ、アルコール依存症も年々増加。今では依存症全体の約2割を占めると推測されています。アルコール依存症の人は、少量でも飲酒すれば短期間で元の飲み方に戻ってしまうため、完全に断酒することが必要です。

### 女性は男性よりお酒に弱い

女性は体内の水分量が男性より少ないため、同じ体重・同じ飲酒量でも血中アルコール濃度が高くなります。またアルコールの代謝能力も、平均すると男性の4分の3程度しかありません。そのため、

男性より早く肝硬変になったり、急性アルコール中毒などのリスクが高まったりします。

### 女性特有の病気のリスクも高まる

女性の病気の中で最も多い乳がんも、飲酒と関係しています。原因として広く知られている女性ホルモンや運動不足だけでなく、飲酒量に比例して乳がんのリスクも高くなります。また、飲酒は骨密度を減少させるため、高齢女性で大きな問題となっている骨粗しょう症のリスクも高まります。

### 妊娠中はお酒を飲まないようにしましょう

妊娠中は、たとえ少量でも飲酒を避けましょう。妊娠中に飲酒すると、生まれてくる赤ちゃんに体重の減少や奇形、脳の障害など、胎児性アルコール症候群(FAS)と言われるさまざまな悪影響が出る可能性があります。

これから迎える年末年始は、忘年会や新年会など飲酒の機会が増えます。誘いが多いからと毎日飲んではいけません。男女問わず飲まない日を決めたり、適正な飲酒量を守ったりして、身体をいたわりながらお酒と付き合いましょ。

健康づくり課 保健師 加藤理恵

※1女性の飲酒者 1年間に少なくとも1回以上飲酒した女性

### 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）☎28219919

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 ☎2931231

○小児救急電話相談 ☎8000または66216700（北九州地区）午後7時～午前7時

○一般相談 ☎28219919 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 ☎092147110099

○救急医療情報センター 音声 FAX案内 ☎092141513113

○北九州テレフォンセンター ☎52219999

無料で受けられます

### 予防接種を忘れずに

【麻しん(はしか)・風しん2期】

**対象** 平成22年4月2日～平成23年4月1日に生まれた人

**接種期間** 平成29年3月31日(金)まで

【二種混合(ジフテリア、破傷風)】

**対象** 満年齢が11歳～12歳の人

**接種期間** 13歳になる誕生日の前日まで

※なるべく11歳のときに接種を受けてください

【ともに】

**ところ** 各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。そのほかの医療機関を希望するときは健康づくり課に要相談

※町内の指定医療機関は町公式ホームページに掲載しています

**持ってくるもの** 母子健康手帳

**問い合わせ** 健康づくり課へ



## みんなで予防！インフルエンザ

インフルエンザの予防には、皆さんの「かからない」「うつさない」という気持ちがとても大切です。手洗いやうがいなどでインフルエンザを予防し、かかったらマスクなどを身につけ、早めに医療機関を受診しましょう。

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲を伸ばすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

出典：政府広報オンライン

問い合わせ 健康づくり課へ

### ヘルシークッキング

No. 293 ～野菜をたくさん食べましょう～  
ナスの豚肉巻き オニオンソースかけ



#### 5人分の材料

○ナス1本半 ○にんじん1/2本 ○いんげん(筋なし)10本 ○豚肉(薄切り)300g  
○水菜125g ○大葉5枚 ○油少量

オニオンソース：○おろし玉ねぎ125g ○砂糖小さじ2

と1/2 ○酒小さじ2と1/2 ○酢小さじ2と1/2 ○濃口しょうゆ小さじ1と1/2

#### 作り方

- ①ナスは皮をしま目にむき、半分に切った後、拍子木切りにする。あくを抜くため水に漬けておく。
- ②にんじんは皮をむき、7mm角の拍子木切り、ナスと同じくらいの長さに切る。にんじんといんげんは軽く茹で、いんげんも同じ長さに切っておく。
- ③ナスと水気をふいた野菜を豚肉で巻く。
- ④フライパンに油を薄くひき、③を巻き終わりを下にして並べ、中火で焼く。全体的にうすく焼き目をつける。
- ⑤火が通ったら、オニオンソースの材料を2/3程度加え、味をからめる。
- ⑥⑤を食べやすい大きさに切り、水菜をしいたお皿に盛り付ける。残ったオニオンソースを上からかける。
- ⑦千切りした大葉を⑥の上に盛り付ける。

#### 1人分の栄養価

エネルギー 133kcal、塩分 0.7g、タンパク質 15.1g、脂質 3.3g

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスメイトの会)

### ここからからだの相談窓口

#### ■女性の健康・不妊相談※要予約

とき 1月20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



### 12/24 折り紙クラブ (土) 正月飾りを作ろう

新年の干支「とり」を色紙に貼って作ります。  
**対象** 誰でも可※未就学児は要保護者同伴  
**時間** 10:00～12:00  
**持ってくるもの** 色紙、はさみ、のり、持ち帰り用のバッグ

### 12/24 天体観望 1/21・28 (土) すてきな夜空を眺めよう

天体望遠鏡で月や季節の星を見ます。  
**対象** 誰でも可  
**時間**  
 12月24日=18:30～19:30  
 1月21日・28日=18:00～19:00



### 1/8 おもちゃ病院 (日) また遊べるチャンスだ!

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ます。  
**対象** 壊れたおもちゃ  
**時間** 10:00～15:00 ※受け付けは14:00まで

●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

## 1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  |
|--------|------------|-------|
| 5日(木)  | 4カ月児健診     | 12:45 |
| 5日(木)  | 7カ月児健診     | 13:00 |
| 18日(水) | フッ素塗布2回目以降 | 12:45 |
| 18日(水) | 2歳児相談(初回)  | 13:00 |
| 25日(水) | 1歳6カ月児健診   | 12:45 |

### いこいの里にココッキング(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** 1月19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** 1月6日(金) 13:30～16:40  
**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** 1月10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

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

12月は「クリスマス会」です。サンタクロースや保育所のおともだちと一緒に、楽しい時間を過ごしましょう。  
**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** 12月22日(木) 10:00～11:00  
**定員** 親子5組程度※応募多数のときは抽選  
**申し込み・問い合わせ** 12月12日(月)～19日(月)に中部保育所 ☎282-9164 へ※受け付けは平日9:00～16:00

手作りで楽しむクリスマス

### クッキーとカードを作ろう♪

**対象** 小学生以上  
**とき** 12月17日(土) ①9:50～11:00 ②10:40～11:50 ③12:50～14:00 ④13:40～14:50 ⑤14:30～15:40  
**ところ** こども未来館  
**定員** 各回8人  
**費用** 100円  
**持ってくるもの** 汚れてもよいハンドタオル、マスク、ハンカチ  
**申し込み・問い合わせ** 同館 ☎281-5501 へ



要予約

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。

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

### かるがも親子教室(要予約)

発育や発達に不安のある子どもと親を対象にした親子遊び教室です。  
 ●参加を希望する人は、事前に臨床心理士との面談が必要です  
 ●託児が必要な人は申し込みのときに伝えてください  
**とき** 1月6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** 健康づくり課へ

