

- 緑園に輝く - みんなで創る 文教・安心・交流のまち 多久

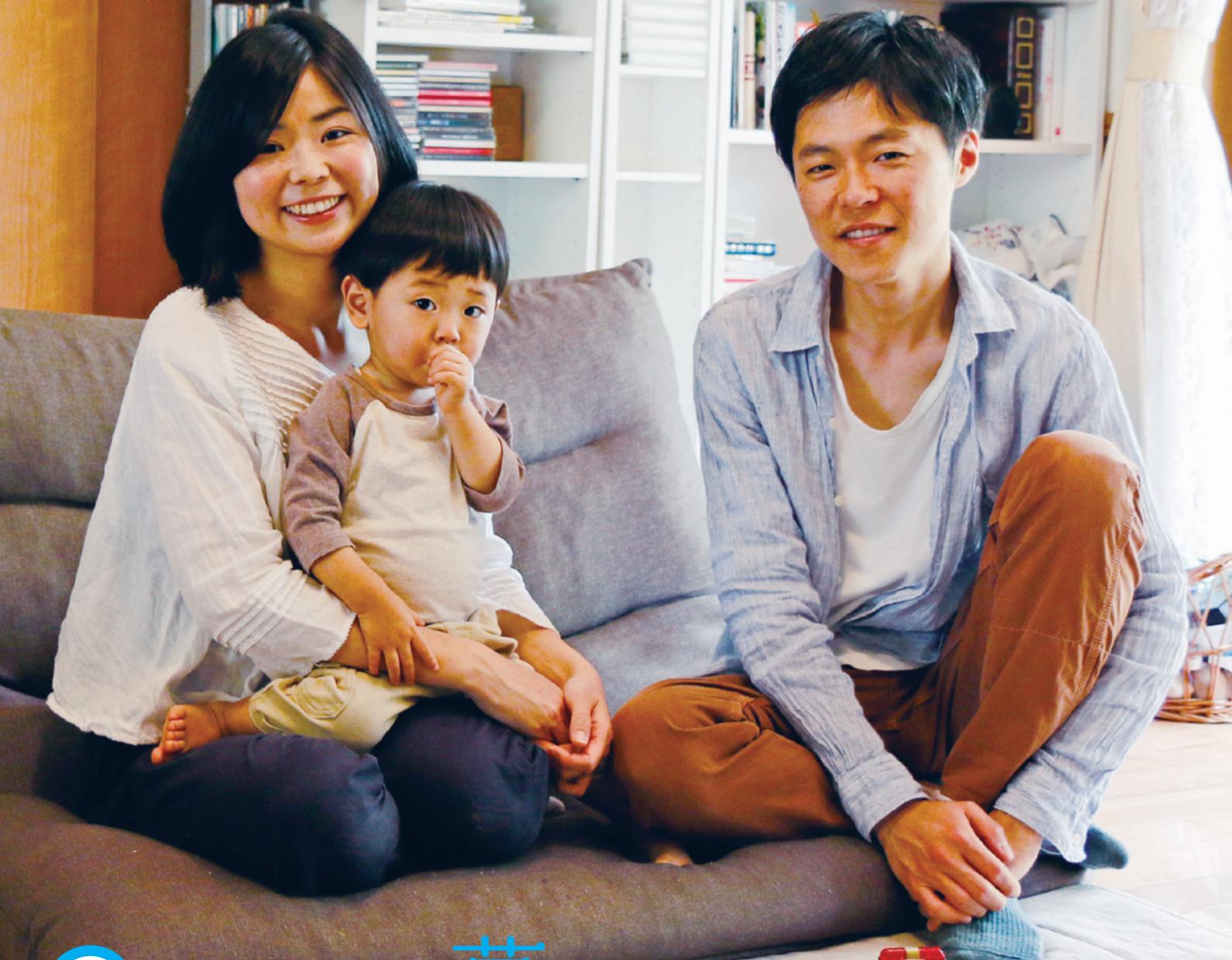
# たく和

市報たくと No.674

8月  
2017



市報たくがスマートフォンでも  
読み始めます。



特集

## 多久で暮らす。

- 定住支援に取り組んでいます -

➡ 今月の税の納期をお知らせします

市県民税 第2期／8月31日(木)

※納期後に納付されると督促手数料、延滞金がかかる場合があります

国民健康保険税 第3期／8月31日(木)

♪ 好評放送中

FM佐賀  
77.9MHz

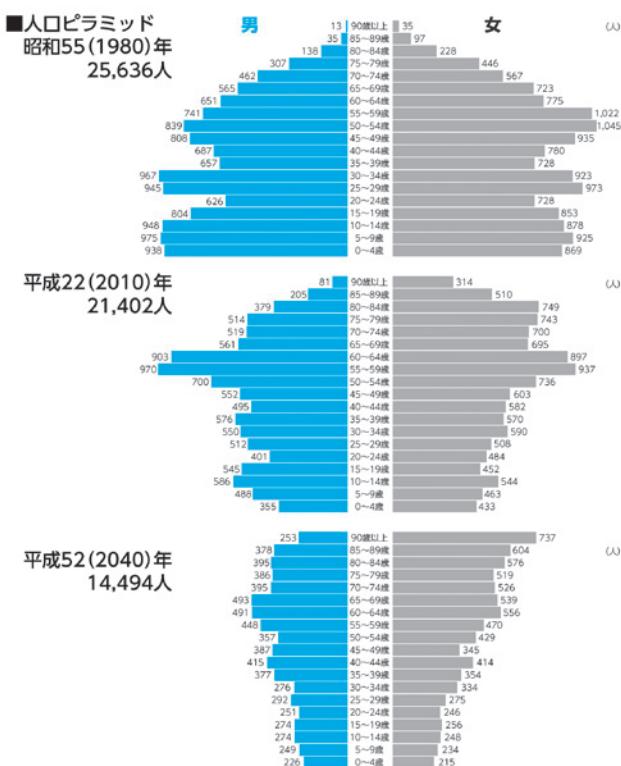
➡ Hello!多久  
毎週月曜 お昼12時～12時30分

# 多久で暮らす。

人口減少は、多久市においても重要な課題です。

市では、第4次総合計画で、『いきいき交流・定住するまち多久』を基本目標の一つに掲げ、まちの都市基盤・定住基盤の整備と交流資源を活用した産業振興等により若者定住の促進や人口減少への施策として、定住と交流を生み出す生活基盤づくりを進めています。

今回の特集では、市の施策と実際に移住した人からのインタビューを交えて、多久市で暮らす魅力をお伝えします。



資料：平成22（2010）年までは国勢調査、平成27（2015）年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」（平成25年3月推計）

## 定住促進のための助成制度

新たに家を取得したい人にオススメ

### 子育て・若者世帯定住奨励金

奨励金を受ける人

中学生以下の子どもがいる世帯または申請者若しくは配偶者が40歳未満の世帯

#### POINT

60m<sup>2</sup>(約18坪)以上で取得価格が500万円以上(取得後6か月以内のリフォーム代を含む)の住宅を取得され、定住をされる人

三世代同居をするためにリフォームしたい人にオススメ

### 三世代同居増改築等補助金

補助金を受ける人

三世代同居開始前後1年内に、200万円以上の増改築が建て替えまたは新築住宅か中古住宅の取得をされた世帯

#### POINT

三世代同居を開始した前後1年内に完了した工事が対象

多久に移り住みたい子育て世帯にオススメ

### NEW 移住子育て世帯家賃補助金

補助金を受ける人

中学生以下の子どもがいる世帯で、平成29年3月1日以後の賃貸借契約に基づき多久市内の民間賃貸住宅に転入し、その住宅の所在地に住民登録している世帯

#### POINT

- 過去1年内に転入の届出をされた世帯
- 転入前5年以上市外に居住していた世帯（いずれも満たす必要があります）

新婚世帯にオススメ①

### 新婚世帯家賃補助金

補助金を受ける人

賃貸借契約に基づき多久市内の民間賃貸住宅に居住し、その住宅の所在地に住民登録している世帯

#### POINT

過去1年内に婚姻の届出をされた新婚世帯

空き家バンクを利用した人にオススメ

### 空き家リフォーム補助金

対象工事

空き家バンクを介して売買契約し、市内業者を利用してリフォームする50万円以上の工事

#### POINT

売買契約後、6ヶ月以内に契約したリフォーム工事が対象

新婚世帯にオススメ②

### 新婚世帯増改築等補助金

補助金を受ける人

（いずれも満たす必要があります）  
 1. 婚姻前後1年内に200万円以上の増改築か建て替えまたは新築住宅か中古住宅の取得をされた世帯  
 2. その住宅が、申請者自身または三親等以内の同居家族が所有する多久市内の住宅で、当該住宅の所在地に住民登録している世帯

#### POINT

過去1年内に婚姻の届出をされた新婚世帯

※この件に関するくわしい問い合わせは、総合政策課 地域づくり係 ☎75-2116

# 移住

—多久に住んで—  
多久の魅力 “Iターン”で移り住んだみなさんにインタビュー

## 豊かな自然の中で、こだわりの米づくり



なかしま しょうへい  
**中島 昌平さん**

**出身地** 長崎県  
**多久歴** 5年  
**お気に入りの場所** 眺望が広がる私の棚田



農業の修業を経て独立するにあたり、無農薬・無化学肥料にこだわった米づくりができる場所を探していました。

田んぼを譲り渡したいという人から田んぼ、農機具、住居を譲り受けることもでき、結婚を機にこの地にきました。

（一）は、豊かな自然と棚田の景観が素晴らしいですね。きれいな水と昼夜の温度差のおかげで、おいしい米が穫れるんですよ。県外の顧客も多いので、多久をPRす

るお手伝いになると嬉しいです。

自然の中で子育てをしたいと思っていた通り、家族の時間を大切にしながら暮らしています。

近所のみなさんも温かく迎えてくださり、子どもたちもお世話になっています。

待機なしで、すぐに保育園に入れたことは助かりましたし、小学校にはスクールバスがあるので、ありがとうございます。

いつか人生の転機に、自然豊かな場所に移り住みたいと考えていました。結婚を予定していた妻が賛成してくれ、仕事の独立と結婚、同時のタイミングで祖母の家がある多久へ引っ越してきました。

多都市まちづくり協議会の一員として、いろんなイベントの企画もやっています。外から来たからこそ見える視点を大切にしつつ、多久を盛り上げていきたいですね。

## 移住で新しい人生をスタート

で支障はないですね。県内での仕事を徐々に増えてきました。

妻も多久での暮らしを大変気に入ってくれ、子どもと児童センター「あじさい」へ毎週通っています。

C Gクリエイターの仕事はネット環境があればどこでもできるの

昔からよく遊びには来ていましたが、住んでみると水道水はおいしいし、新鮮な魚や野菜が身近なところで買えることに驚きました。



ふじい けいすけ  
**藤井 啓輔さん**

**出身地** 埼玉県  
**多久歴** 4年  
**お気に入りの場所** slow cafe、船山キャンプ場

# 定住

— 多久で生きる —  
永く多久で暮らす良さを語る

## のんびり暮らすセカンドライフ

退職後に畠いじりをしながらのんびり過ごせる場所を探して

いた時に、多久を訪れました。私が生まれ育った場所に似ているのと、畠が広いこと、両親の住む福岡にアクセスしやすかったことから、多久に決めました。

ここは鳥のさえずりで目が覚

めるくらい静かで周りを気にせず、のんびりできるのがいいですね。道が整備されているので、生活に不便を感じることはあります。友達や近所のみなさんとも

良い関係を築け、すっかり地元民として暮らしています。

畠では年間40種類ほどの野菜を育て、産直所にも出しています。最近「女山大根」を育て始めました。西多久の中でも自宅周辺が産地の元祖なので、どう育つか楽しみです。

旬の野菜を食べ、穏やかに暮らしているうちに、健康診断で高かつた数値が下がってきました。これからも夫婦仲良く、平々凡々と暮らしたいですね。



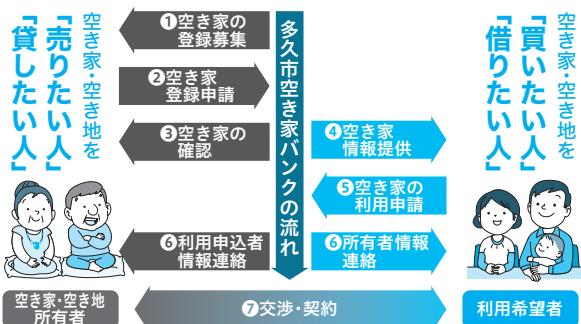
いかるがたもつ  
**鶴保さん**

出身地 福岡県  
多久歴 15年  
お気に入りの場所 よく登った八幡岳

市では多久で住宅を「買いたい」「借りたい」の声に応えるため充実した情報発信を行っています

### 空き家バンク制度

空き家・空き地の所有者と、空き家・空き地をお探しの人を結びつける制度です。物件については、多久市のホームページで閲覧できるほか、総合政策課でも配布しています。いろいろな物件を掲載していますので、ぜひ一度ご覧ください!!



### 空き家バンク

多久 空き家

検索



### 住・多久・情報

多久市では市内の賃貸アパート、賃貸一戸建て、売家、分譲地・売地、マンションなどの情報を市のホームページに掲載し、市内物件のPR活動を行っています。  
※なお、物件に関する問い合わせは、取扱業者へ直接ご連絡いただくことになります。

#### 取扱業者

笹川工建株式会社	☎ 0120-75-6530
株式会社 ミキハウス	☎ 76-2438
大東建託	☎ 080-5903-4710
株式会社 タクボ産業	☎ 74-2418
西部建設株式会社 佐賀支店	☎ 75-3155

### 住・多久・情報

住・多久

検索



問い合わせ 総合政策課 地域づくり係 ☎ 75-2116

# 多久市職員（臨床工学技士・看護師）募集

平成29年度の職員採用試験を次のとおり行います。

## ■試験区分（採用予定）

①臨床工学技士（1人） ②看護師（若干名）

## ■受験資格

①：昭和42年4月2日以降に生まれた人で、臨床工学技士免許取得者または取得見込者

②：看護師免許取得者または取得見込者

## ■試験日

10月15日(日)

## ■採用予定

平成30年4月1日以降

## ■申込期間

9月4日(月)～9月22日(金)

持参：土・日・祝日を除く

平日 8時30分～17時15分

郵送：特定記録郵便で提出（9月22日(金)消印有効）

# 臨時職員の採用登録を受け付けます

市役所では職員以外に、臨時職員の人も一緒に働いています。臨時職員は、原則土・日・祝日の勤務はなく、子育て中の人も多い職場です。

## 雇用期間

5か月～1年

（更新の場合有）

## ○受付期間

随時受け付けています。

## ○申込方法

市販の履歴書に必要事項を記入し、市役所3階総務課人事係まで郵送または持参してください。

## ○採用方法

総務課で応募者を名簿登録し、採用する課が選考します。

※履歴書を提出しても、応募者数・業務量によっては、採用されない場合があります。

- 応募資格 多久市に住所を有する人
- 業務内容 事務補助、受付業務
- 雇用条件 条件は業務によって異なります。

## 勤務時間

月～金曜日  
8時30分～17時15分

賃金 日額 6,400円  
保険適用 雇用形態によって社会・雇用保険適用

賃金 日額 6,400円  
保険適用 雇用形態によって社会・雇用保険適用

問い合わせ 総務課 人事係 ☎75-2112

問い合わせ 総務課 人事係 ☎75-2112

# 多久市長選挙の投票開票日です

9月10日(日)は

多久市長選挙を9月3日告示、9月10日投開票で行います。

投票は、9月10日の7時から20時まで市内11か所で行います。

開票は、21時から北多久社会体育館（旧北部小体育館）で行います。

## ■投票できる人

投票日現在で満18歳以上の人が平成11年9月11日以前に生まれた人）で、多久市の住民基本台帳に登録され、引き続き3か月以上居住し選挙人名簿に登録されている人です。

は、期日前投票をご利用ください。入場券が届いていなくても、選挙人名簿に登録されている人は期日前投票ができます。

## ■投票所入場券

投票入場券は9月3日頃に世帯ごとに郵送します。

有権者みなさんの利便性を図るため、入場券の裏面に期日前投票宣誓書を印刷しています。

期日前投票をする人は、入場券裏面に必要事項を記入し、期日前投票所にお越しください。

※選挙権があるのに入場券が届かない人、紛失した人は問い合わせください。

## ○時間

8時30分～20時まで

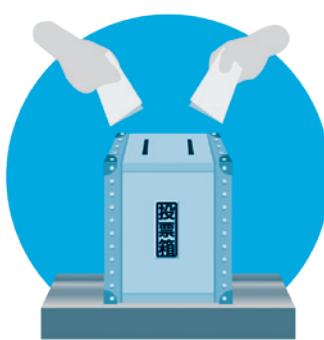
## ○場所

市役所1階市民ホール

## ○期間

9月4日(月)～9月9日(土)

※期間中は土曜日も投票できます。



問い合わせ 多久市選挙管理委員会事務局 ☎75-4829

# PETボトル（ペットボトル） リサイクルにご協力ください!!



多久市ではPETボトルを分別回収しております、年間約20トンが集められています。PETボトルは、みんなが飲み物を持ち運ぶときなどに便利なだけではなく、使い終わった後のリサイクルでも優秀な容器です。回収したものをPETボトルに再生したり（ボトルtopottle）、原料に戻してから文房具や洗剤ボトル、衣類などに生まれ変わることができます（マテリアルリサイクル）。分別の方法もわかりやすく、①PETマークがあるか確認する、

②キヤップとラベルを外す、③水で軽くゆすいで汚れを落とす、④指定袋に入れて収集日に出す、の4点を徹底するだけでリサイクルできます。（外したキヤップとラベルはプラスチック製容器包装です）

## カラスによるごみ散乱対策

### ～ごみ出しのマナー向上を図指して～



**①ごみの減量**  
カラスとごみとの関係を絶つには、生ごみや残飯を減らすことが重要です。市民のみなさん一人ひとりのごみの減量化の取り組みが、カラスによるごみ散乱対策だけではなく、資源の有効利用等にも繋がります。

### ②ごみ出しの時間

カラスは、たいへん早起きです。日の出の30分ほど前から活動を始めます。そのため、深夜にごみを出すことは、カラスに朝食を提供していることになります。

### ③ごみの出し方

ごみ袋をネットで覆うことで、カラスどごみの接点を絶ちます。ネットを適切に使用することで、簡便かつ低コストで、被害を最小限ににくい止めることができます。ただし、ネットの目は、5mm以下の細かい方が有効です。

## お盆のお供え物などを川に流さないでください

### 川に流さないでください

精霊流し、お供え物を川に流すことは不法投棄になります。

昔から、お盆になると川にお供え物を流したり精霊流しをする風習がありますが、そのことで川が汚れるだけでなく下流域の漁業等に支障をおよぼすことになります。

環境を守るために、川にお供え物など流さないよう、みんなのご協力をお願いします。



問い合わせ

市民生活課 生活環境係

☎75-6117

## 市役所に自動証明写真機を設置しました

【撮影料】 800円  
(各種証明写真用・マイナンバー)

市民のみなさんに、よりスムーズに行行政手続等を行っていただくため、市役所1階裏玄関に、自動証明写真機を設置しました。

※庁舎裏玄関に設置しているので、閉庁時にもご利用いただけます。



問い合わせ

市民生活課 窓口係

☎75-6116

# 国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例の免除等の申請ができます

平成29年度の国民年金保険料は、月額1万6,490円です。国民年金保険料を納めることができない場合には、国民年金経済的に困難な場合には、国民年金保険料免除・納付猶予・学生納付特例の申請を行い、日本年金機構で前年所得などを審査して承認を受けると保険料の納付が免除、または猶予されます。

平成29年度の申請の受付は7月1日から平成30年6月分までの期間を対象として審査が行われます。

この制度は、保険料を納め忘れの状態で、障害や死亡といった不慮の

これまで、老齢年金を受け取るためには、保険料納付済期間と国民年金の保険料免除期間などを合算した資格期間が25年以上必要でしたが、平成29年8月1日時点では、資格期間が10年以上あれば老齢年金を受け取ることができます。

資格期間が10年以上25年未満で該当する人へは、日本年金機構から年金請求書が送付されていますので、早めに手続を行ってください。

## 受給資格期間が短縮されます



問い合わせ

佐賀年金事務所 ☎31-4191

市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

事故が発生した場合、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられることができなくなることを防止するためのものです。

失業等で経済的に保険料を納付することが困難になった人や、申請を忘れていたため未納期間がある人なども、早めに相談してください。

申請日から2年1か月分までさかのばって免除申請をすることができます。

# 児童扶養手当・特別児童扶養手当の『現況届』の届出時期です

児童扶養手当・特別児童扶養手当

特別児童扶養手当  
8月14日(月)～8月18日(金)

受付場所  
福祉課 こども係

を8月以降も継続して受給するには、『現況届』の手続きが必要です。該当される人には郵送で通知をしています。手続きが遅れると受給が遅れることがあります。

### ■受付期間

児童扶養手当

8月1日(火)～8月25日(金)

特別児童扶養手当  
8月14日(月)～8月18日(金)

受付場所  
福祉課 こども係

※児童扶養手当・特別児童扶養手当は、受給資格があつても手続きをしないと支給されません。



# 親と子のふれあいバス旅行 参加者を募集します

多久市母子寡婦福祉連合会と多久

ライオンズクラブでは、親と子でゆっくりとしたふれあいの時間を過ごしてもらおうと、バス旅行を実施します。楽しい思い出づくりに参加してみませんか?



### ■対象者

ひとり親家庭の子ども(中学生まで)とその保護者

※参加費 無料

持ちてくるもの  
水筒、着替え、タオルなど

日 時  
8月27日(日) 8時30分～17時(予定)

行き先

佐世保・森きらら・海きらら  
昼食(バイキング)

申し込み  
福祉課 こども係 ☎75-6118

申込期限 8月18日(金)

問い合わせ

福祉課 こども係 ☎75-6118

問い合わせ 福祉課 こども係 ☎75-6118

# 『ひとり親家庭等医療費受給資格証』 更新手続きのお知らせ

現在、お持ちの受給資格証の有効期限は8月31日(木)までとなっています。9月以降も助成を受けるには、更新手続きが必要です。

## ■受付期間

8月1日(火)～8月25日(金)

■受付場所  
福祉課 こども係  
※該当する人に  
は郵送でお知  
らせしていま  
す。忘れず  
手続きしてく  
ださい。



問い合わせ 福祉課 こども係 ☎75-6118

## ジェネリック医薬品のお知らせ

佐賀県後期高齢者医療広域連合では、現在服用されている薬をジェネリック医薬品(後発医薬品)に切り替えた場合に、薬代の自己負担額をどのくらい軽減できるか試算した差額通知ハガキを「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」として、7月31日に発送しています。

## ○通知の対象者

該当月に処方された先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えられた場合に、1か月あたりの自己負担額の軽減が一定額以上見込まれる人が対象です。  
※必ずしも全員に届くわけではありません。

## ○通知の記載内容

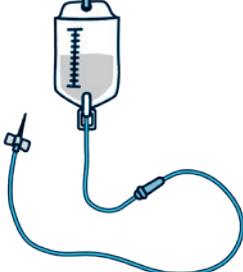
- 薬代にかかった金額のみ表示しています。実際の窓口での支払いには、技術料・管理料等の別費用が含まれていることがあります。
- ジェネリック医薬品に切り替えると薬代が安くなる可能性があることをお伝えするもので、切り替えを強制するものではありません。

### ※ジェネリック医薬品とは?

ジェネリック医薬品は、最初に作られた薬(先発医薬品)の特許が切れた後に販売される医薬品です。

先発医薬品と同等の有効成分・効能・効果をもつ医薬品ですが、まったく同一というわけではありません。

問い合わせ 佐賀県後期高齢者医療広域連合  
業務課 企画・保健係 ☎64-8476



1994年頃までに出産や手術による大量出血をした際に、血液から作られた医薬品(フィブリノゲン製剤、血液凝固第9因子製剤)が使用されたことによって、C型肝炎ウイルスに感染した人は、2018年1月15日までに国を相手とする裁判を起こし、国と和解することで給付金を受け取ることができます。

## 1994年頃までに、輸血を受けた人へのお知らせ (C型肝炎救済特別措置法)

### ■問い合わせ

厚生労働省フィブリノゲン製剤等に関する相談窓口 ☎0120-509-002

受付時間：9時30分～18時  
(土・日・祝・年末年始を除く)

## ○訴訟の提起に必要な当時の診療録(カルテ)等の資料を探す際に利用できる資料があります。希望者には無料で配布されます。

### 《請求先》

〒856-8562 長崎県大村市久原2丁目1001-1

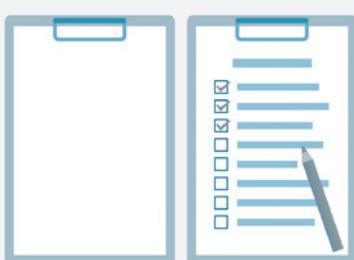
国立病院機構 長崎医療センター 臨床研究センター 調査係

\*封筒には「資料請求」と朱書きしてください

\*資料の請求期限は11月30日までです

### 《記入内容》

①お名前、②ご住所、③輸血・血液製剤投与を受けられた医療機関のある都道府県名



問い合わせ 健康増進課 健康増進係 ☎75-3355

# がん検診を受けてがんの早期発見に努めましょう!!

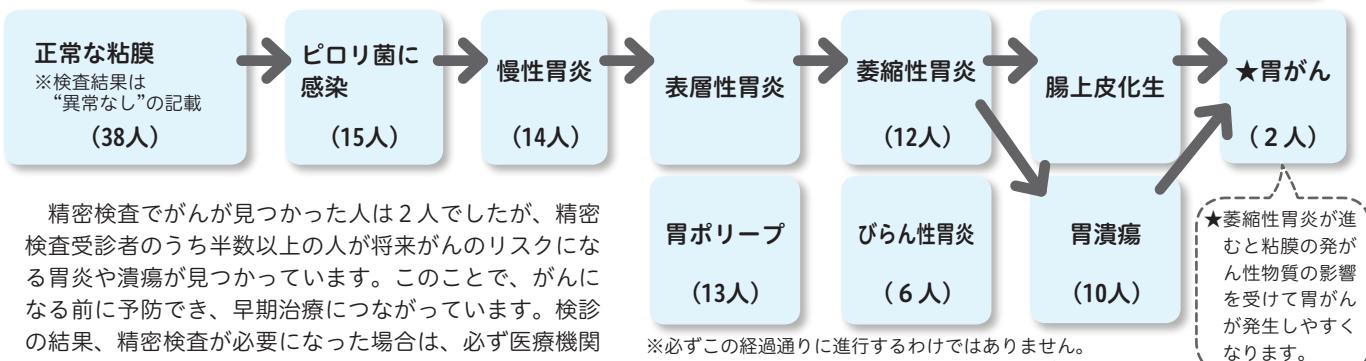
市では9月からがん検診も始まります。がんは早期発見が鍵となりますので、年に1回は検診を受けましょう。

## 「毎年検診を受ける 必要があるの？」

と思っている人はいませんか？  
実は、検診を受けることで、“がん”だけでなく、がんになる手前の病気も見つかっています。  
ここでは、胃がん検診をご紹介します。

### «平成27年度胃がん検診精密検査結果状況»

～胃の粘膜の変化からみました～



#### 胃内視鏡検診（胃カメラ検診）が始まりました

胃内視鏡検査では直接胃の粘膜を観察する検診です。

申し込み者には、案内の通知書を送付しました。

- 対象年齢：50、52、54、56、58歳（平成30年3月31日時点の年齢）
- 条件：①多久市に住民登録がある人  
②平成29年度に多久市の胃がん検診（バリウム検査）をしていない人
- 検診料金：5,000円
- 実施医療機関：  
(多久市) 池田内科胃腸科医院、多久市立病院  
(小城市) ひらまつ病院、野田好生医院、小城市民病院、江口病院、坂田クリニック、まなべ消化器内科クリニック

#### 多久がんサロン ハート ご存知ですか？

サロンは、がんの悩みや辛さを抱えている患者さんやご家族が自由に語り合える場です。

近日の開催日：8月6日(日)・9月17日(日)  
時間：13時30分～15時30分  
会場：多久市中央公民館 1階研修室

参加無料、予約は不要です

ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。



40～74歳の多久市国民健康保険に加入されている人へ

## 今年も特定健診受けましたか？

### ○どうして健診は必要なのでしょう？

- ①自分の健康管理のため
- ②通院治療していて他の病気が見つかることも

例えば…

701人の高血圧又は脂質異常症の治療中の人から  
→糖尿病の人が47人見つかりました。(H28特定健診結果)

- ③健診を受けた人のほうが医療費が安く済んでいます

健診受診者	14,019円
健診未受診者	33,819円

(H27年度 特定健診受診の有無と生活習慣病治療にかかるお金)

- ④みなさんに受診してもらうことで、保険者支援金に加算されます(受診率60%以上)

- 多くの項目が受けられて、料金は1,000円！
- 40歳以上の人は、全員心電図検査もできます！

### 集団健診がお得!!



### ○集団健診は8月で終了です！ この機会にぜひ受けましょう

日 程／8月27日(日)、28日(月)

受付時間／8時30分～10時30分

場 所／保健センター(旧母子健康センター)



# 多久都市計画公園（中央公園）の都市計画の変更に関する原案の説明会と公聴会を開催します

多久都市計画公園（中央公園）の都市計画の変更に関する原案を、広くみなさんにお知らせするとともに、多くの人の意見を伺います。

## 説明会

○日時 8月23日(水) 19時～  
○場所 多久市中央公民館  
視聴覚室

## 計画原案の縦覧

この計画原案は、多久市役所  
都市計画課で縦覧できます。

## 公聴会

(公述申出書の提出があつた場合のみ開催します)  
○日時 9月13日(水) 19時～  
○場所 中央公民館 視聴覚室

## 公述申出書

この計画原案に、意見のある人は公述申出書を提出することができます。(様式は任意) 住所・

氏名・年齢を明記の上、意見の趣旨とその理由を記載して提出してください。

〈提出方法〉 郵送、持参  
〈提出期限〉 9月6日(水)  
17時15分必着

※期間内に公述申出書の提出がない場合は、公聴会は開催しません



問い合わせ

都市計画課 ☎75-4827

K U S A B A H A I S E N

## 没後150年記念行事

### 山行示同志

草場佩川

路入羊腸滑石苔  
風從鞋底掃雲廻  
登山恰似書生業  
一步歩高光景開

【意訳】  
山路はくねくねと曲がり、  
苔の生えた石は滑らかで  
風は足もとから雲をはらって  
吹きめぐる。  
山に登るのはちょうど、  
書生の学問修行と同じで、  
一步一步高いところに登るにつれて  
新しい視界が開けてくるのである。



草場佩川の会

草場佩川は、生涯で二万首を超える漢詩や多くの文書を作りました。佩川は、一日に一首の漢詩を作ることを自らに課していました。

その漢詩の中でも、「山行示同志」は特に親しまれている有名な一首です。詩吟で詠われたり、漢文教材として取り上げられたりしており、「ご存知の人も多い」といいます。

一歩ずつ苦労して登る道のりと共に開け行く視界を、学業を重ねることによって広がる知見と掛けたて詠んだものです。

没後百五十年にあたり、文教の里、多久の子ども達にも、ぜひ触れてほしい漢詩の一つです。

(文責 松尾久二)



聖廟にある「山行示同志」の石碑

問い合わせ

草場佩川の会 桑原峰俊 ☎75-6824

Check!

# だまされない賢い消費者になろう!!

～自分は大丈夫だと思っていませんか?～

趣味の会で知り合った人に勧められて、1年前に仮想通貨への投資の説明会に行つた。「仮想通貨を購入すると価値が上がる」と言われ、約90万円振り込んだ。「1年経つたら会社が買い取る」と言っていたが業者と連絡が取れないと返金してもらいたい。

(60歳代女性)



出典:独立行政法人国民生活センター

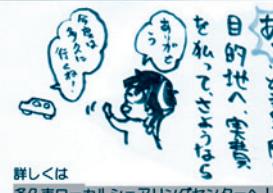
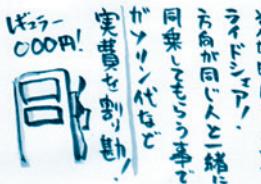
ひとこと助言

- 知人から説明会やセミナー等に誘われ、売却利益を目的に仮想通貨を購入したところ、もうかるどころか支払ったお金も戻ってこないという相談が寄せられています。
- 仮想通貨は、価格が急激に低下するなどのリスクを伴うため、将来必ず値上がりするものではありません。仕組みや取引に伴うリスク等がよく分からなければ決して契約しないでください。
- 仮想通貨交換業の登録がなければ、国内で仮想通貨と法定通貨との交換サービスは行うことができません。
- 不安を感じたときは、市民生活課生活環境係、または消費者ホットラインにご相談ください。

問い合わせ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117 消費者ホットライン ☎188

## 割り勘で楽しくドライブ！

空席を持て余しているドライバーと同じ方面に安く移動できる



## 多久市から広がるシェアリングエコノミー ⑥「ライドシェアサービス 編」

## 割り勘で楽しくライドシェア!



notteco(ノッテコ)は2008年にサービスを開始した相乗りマッチングサービスです。ガソリン代など、実費を同乗者で割り勘することで経費を抑えることができるほか、同じ目的地の人と移動することで新しい出会いが生まれることも!

## ★ドライバーの場合★

- ①会員登録（無料）
- ②目的地、経由地、1人当たりの実費（ガソリン代）などを盛り込んでドライブ登録
- ③楽しく移動
- ④到着、実費受け取り



## ★同乗者の場合★

- ①会員登録（無料）
- ②ドライブ検索、予約
- ③楽しく移動
- ④到着、支払い



※利用の前にドライバーも同乗者も身分確認が必要です。

今月紹介のシェアサービスは「株式会社notteco」でした。  
来月は軒先のスペースシェア「軒先株式会社」を紹介します。

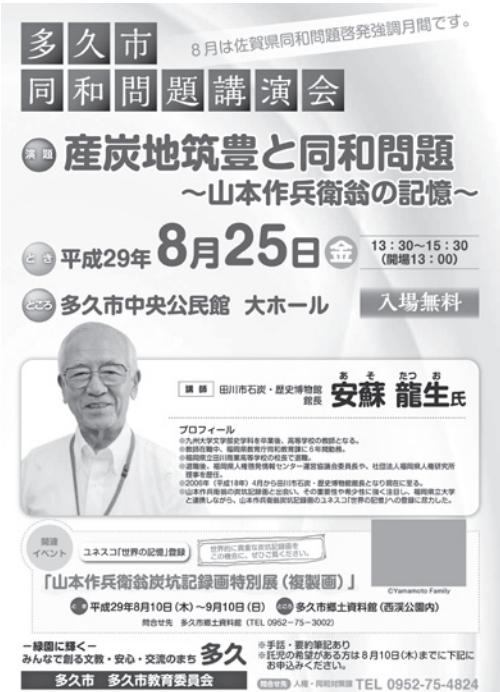
問い合わせ

ひとしごと創生協議会 事務局:多久市ローカルシェアリングセンター  
(運営:NPO法人価値創造プラットフォーム)北多久町小侍1088-2 ☎37-1323

# 社会を目指して

## 題啓発強調月間です

### 法律（部落差別解消推進法）施行



### 「同和問題啓発強調月間」とは？

同和問題の早期解決を目指し、集中して啓発活動を行う月間として、佐賀県では8月を同和問題啓発強調月間と位置づけています。多久市では、同和問題講演会や同和問題啓発パネル展、市報、行政放送等、あらゆる機会を通じて啓発活動を行っています。

### 「同和問題」とは？

自分の能力や人柄とは関係なく、生まれた場所やそこに住んでいるというだけで、結婚を反対されたり、就職できなかったり、日常生活をおくる上で差別を受けるという、日本固有の深刻な人権問題です。

そっとしていても同和問題は自然にはなくなりませんし、差別はいつどのような形で現れるか分かりません。そのとき、予断や偏見にまどわされて、誤った判断をしてしまい、知らないうちに人を傷つけることがあるかもしれません。  
まずは、同和問題について知り、正しい理解と認識を持つことが大切です。



### 同和問題啓発強調月間（8月）の主な取組み

- 同和問題啓発街頭キャンペーン
- （8月1日／市内3店舗前…（株）フードウェイ多久店、ユアーニ新鮮館、（有）久我商店）
- 市報による同和問題の啓発
- （8月号／全戸配布）
- 同和問題啓発ポスターによる啓発
- （8月～／全行政区の公民館や公共施設 その他）
- 多久市同和問題講演会
- （8月25日／中央公民館大ホール）
- ※関連イベント「山本作兵衛翁炭坑記録画特別展（複製画）」（8月10日～9月10日多久市郷土資料館）
- 同和問題啓発パネル展
- （8月2日～7日 市役所市民ホール）
- 横断幕とのぼり旗による啓発
- （8月中 各町公民館、市役所周辺）
- マグネットシートによる啓発
- （8月中 市役所庁用車、ふれあいバス）
- 行政放送による啓発
- （8月中）

# 差別のない明るい

Q なぜ、この法律ができたのですか

同和問題（部落差別）が、現在もなお深刻な問題として、存在していることを国が認めたもので、その問題解決が重要であることから法律が成立・施行されました。差別や人権侵害の例としては、インターネット上での差別書き込みや同和地区の暴露、「全国部落調査」復刻版の出版事件等です。

Q どのような法律ですか

国や地方公共団体に同和問題に関する相談体制を充実させるだけでなく、同和問題の解消に向けた教育・啓発活動を行うことが義務づけられています。また、地方公共団体には、国が行う実態調査に協力するように明記されています。

Q 多久市では今後どのようなことを行うのですか

多久市は、平成21年3月に策定した「多久市人権教育・啓発基本方針」に基づき啓発活動を行っています。新たな法律の制定等もふまえ、時代の変化に対応した基本方針への見直しを平成29年度と平成30年度で行い、法律が求める相談体制の充実や教育・啓発活動を行っていきます。

## 8月は佐賀県同和問題月間

平成28年12月16日

「部落差別の解消の推進に関する

親から子  
伝えなならぬ  
差別の眼



平成29年度 多久市同和問題啓発ポスター

多久市では、同和問題の解決のため、さまざまな啓発活動を行っています。ぜひご参加ください。

### 出前講座・企業研修

市では、人権・同和問題の出前講座を行っています。地区の会合や老人クラブの定例会、PTAの集まり、家庭教育学級、サークル活動などの活動の場に、参加者の人数を問わず、希望の場所に出向き話をします。企業で人権・同和問題の研修をされるときにも講師を派遣します。講師料は無料です。ご活用ください。

### DVD無料貸し出し

市には、人権・同和問題に関するDVDがあります。希望するDVDがない場合は、県などから借りることもできますので、問い合わせください。



▶問い合わせ 人権・同和対策課 (中央公民館内)

☎ 75-4824



# 限度額適用認定証は8月に新たに申請が必要です！

平成28年8月～平成29年7月の間に申請された「限度額適用認定証」（以下、認定証）の有効期限は最長で平成29年7月末までになっています。

認定証は申請し、交付を受けて医療機関へ提示した月からの適用になりますので、平成29年8月からの認定証が必要な人は8月中に手続きをしましょう。

## ◆申請に必要なもの

- 申請者の印鑑（認め印）
- 申請者・受診者・世帯主のマイナンバーのわかるもの
- 申請者の身分証明書（運転免許証等）
- 受診者の保険証

☆後期高齢者医療制度に加入していて、すでに認定証をお持ちの人には、保険証送付時に認定証も同封していますのでご確認ください。

問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

## ◆認定証を使うとどうなる？

認定証を医療機関で提示すれば医療費は自己負担限度額（以下、限度額）までの窓口負担となります（入院時の食事代や差額ベッド代、保険がきかない医療費等は対象外となります）

※認定証の交付を受けずに医療費が高額になった場合、一旦、医療費（1割～3割分）をお支払いになり、申請により、限度額を超えた分を高額療養費として支給します。

※限度額は世帯・年齢によって異なります。

※国保税に未納がある場合は認定証の交付ができません。



今月は  
内臓脂肪と  
皮下脂肪の  
関係です

## 自分の健診結果から生活を見直し健康を守りましょう

### 内臓脂肪の脂は意外と減りやすい

体重を減らす目的は、インスリンをうまく働けるようにしてあげることです。ただ、体重を減らせばよいということではありません。必要な栄養素を摂らない、または無理な運動をして一気に体重を減らすことは、かえって体重増加を引き起します。自分のペースでゆっくり時間をかけて内臓脂肪・体重を減らして健康を維持しましょう！

人の体で脂肪を蓄える場所は、皮下脂肪と内臓脂肪があります。わかりやすく皮下脂肪は定期預金、お腹の腸間膜の内臓脂肪は普通預金と考えてみてください。体质的にインスリンがたくさん出て太りやすい人もいますが、体重が20歳のころより約10キロくらい増えた人は、インスリンで余った脂肪を内臓脂肪にかえて太つたと考えられます。

普通預金である内臓脂肪の脂は、お腹がすいたと感じる時間にはエネルギーとして使われます。普通預金を引き出す時は、書類等の手間をかけずに引き出せるよう、脂肪も少し頑張れば内臓脂肪から先に使われ、体重が減ります。

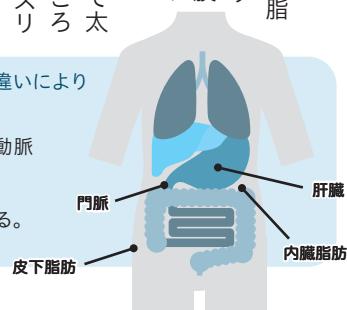
《内臓脂肪と皮下脂肪の違い》 内臓脂肪と皮下脂肪は同じ脂肪細胞だが、分布の違いにより対照的な性質です。

**内臓脂肪**

内臓脂肪は分解されると門脈を通って肝臓に入るで生活習慣病や動脈硬化の原因となりやすい。

**皮下脂肪**

皮下脂肪が分解され全身に運ばれ筋肉などでエネルギーとして使われる。



問い合わせ

健康増進課 ☎75-3355

《病気がみえる③糖尿病・代謝・内分泌より抜粋》

# 夏休み！子どもの学びを広げています

## ◆多久市キャリアスタートワーカー

市内の義務教育学校8年生は、夏休みの期間中に「多久市キャリアスタートワーカー」を設定し、事業所の協力を得て職場体験を実施します。「体験活動を通して人と関わりながら将来の職業を描ける子どもを地域で育てる」という趣旨で行っています。市内外の事業所のみなさんの協力のもと、80か所で生徒たちが職場体験を行います。生徒たちを見かけられましたら、ぜひ声掛けをお願いします。（食事や買い物は、市の店を）利用ください。

○期間：8月22日～25日の4日間  
○対象者：各校8年生170人

## ◆オーストラリア短期留学制度

### 「ボブ・ホークスカラシップ」出発!!

(株)オニザキコーポレーションが支援するオーストラリア短期留学制度で、家永咲美さん（東原岸舎中央校8年）小松奈央さん（東原岸舎東部校8年）に、招待状の贈呈式が7月24日に市役所で行われました。

この事業は次代を担う自立した青少年の育成とオーストラリアとの親善関係を築くことを目的としたもので、2人は7月30日から8月20日の約3週間、オーストラリアでホームステイをしながら語学（英語）学校に通います。



問い合わせ 教育委員会 学校教育課 ☎75-2227

ちょっといい話

教育長コラム



## 「子どもたちのお腹を満たしてあげたい」

万引き等を繰り返すKの家に、毎晩足繁く通つたものです。

両親は偽装離婚、母親は深夜まで帰宅せず、二人の妹とKは常に空腹でした。ある晩、弁当を手に訪問し「食べたと思ふけど、これも入ると思うよ」と差し出すと、妹たちが喉をゴクリとならし、弁当の袋をとつて素早く奥の部屋へ。

そういう日々の繰り返しの中、Kはとうとう唐津の児童自立支援施設に入る事態になりました。その寮生活で「家庭」を学びました。朝食を準備する指導員さんの横で、毎日テレビに両手をついて脚をピョンピヨン上げて喜ぶ姿に、そんなんに嬉しいのか尋ねたら「うん、僕の朝ご飯は田原先生のおにぎりだけやつた」と私との秘密を話したそうです。

教育長 田原 優子

## 市民文芸

### 8月の定例教育委員会のお知らせ

◆日時／8月10日(木) 13時30分～ ◆場所／第2委員会室(自由に傍聴できます)

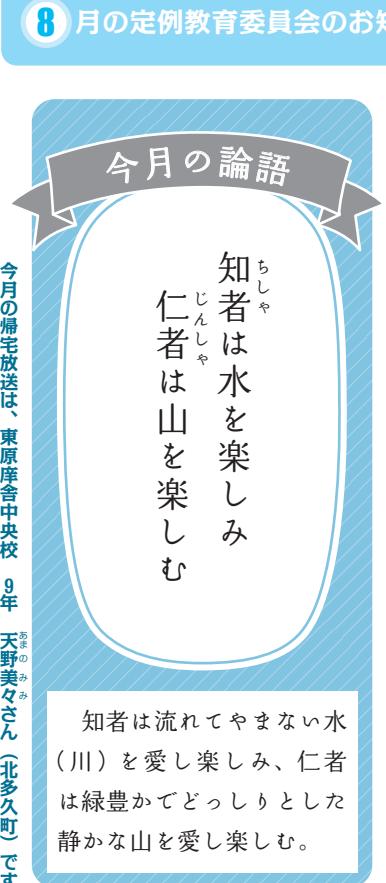
◆問い合わせ／教育委員会 教育振興課 ☎75-8022

## 今月の論語

知者は水を楽しみ  
仁者は山を楽しむ

知者は流れてもやまない水（川）を愛し楽しみ、仁者は緑豊かでどっしきとした静かな山を愛し楽しむ。

今月の帰宅放送は、東原岸舎中央校 9年 天野美々さん（北多久町）です



### 一 川柳 《多久市川柳会 互選》

- ◆ 風鈴の軽やか音色涼運ぶ 田中 正春
- ◆ 草取りが大好きなのね孫が云う 古賀ちひろ
- ◆ 人生も斯うだつたなあ迷い箸 松下 修
- ◆ 雨風に濡れて結び目堅くなる 西山 残月

### 俳句 《互選》

- ◆ 修復の土くつきりと夏蒸 中嶋 清子
- ◆ 老夫婦 土砂にまみれて命終ゆ 野崎 隆幸
- ◆ 明易し 軒先に聞く鳥の声 田中あつ子
- ◆ 泰山木 終の一花の白さかな おおやはな
- ◆ 梅洗ふ 口に唾液のあふれけり 浦野 嘉恵
- ◆ 空梅雨や 眠に農夫の思案顔 倉成 啓二

### 短歌 《麦の芽短歌会 互選》

- ◆ いつしかに春はゆきたり紫陽花に細き雨降る六月も好さ 川浪 信子
- ◆ 秀才でありし友にも降り掛かる痴呆と言ふ名の恐ろしきものアジ刺しと熱燗好む夫のためリハビリ帰りを準備し待ちおり 梶原恵美子
- ◆ アジ刺しと熱燗好む夫のためリハビリ帰りを準備し待ちおり 梶原恵美子
- ◆ あなたの方で数えて欲しい手を止めて私のことを思い出し あなたの方で数えて欲しい手を止めて私のことを思い出し
- ◆ あなたの方で数えて欲しいあなたの時で数えて欲しい
- ◆ あなたの方で数えて欲しいあなたの時で数えて欲しい

# 多久市子ども・子育て会議 市民委員を公募します

市では、子ども・子育て支援に関する施策や事業を総合的に実施するため、「多久市子ども・子育て支援事業計画」を策定しています。この計画の検証および、地域の子ども・子育て支援の充実等に関する審議を行うため「多久市子ども・子育て会議」で、意見を述べていただける市民委員と保護者委員を募集します。

## ○応募方法

応募動機、住所、氏名、児童の年齢および通園先（通園している場合のみ）、電話番号（専用に連絡の取れる番号）を記入し、「地域における子育て支援」をテーマにした800字程度の作文を添えて郵送または持参してください。

## ○応募資格・公募人数

市民…多久市内に住所を有する20歳以上の人（1人）  
保護者…多久市内に住所を有する0歳～6歳の児童の保護者（2人）

## ○応募期限

8月31日（木）必着  
〒846-8501  
多久市北多久町大字小侍7番地1  
多久市福祉課こども係

問い合わせ 福祉課 こども係 ☎75-6118

## 市交際費の支出状況

平成29年6月分

支出別	区分	件数	金額(円)
弔慰	今月分 累計	1 6	5,000 46,200
見舞い	今月分 累計	0 2	0 20,000
御祝	今月分 累計	0 12	0 39,600
賛助	今月分 累計	2 2	9,000 9,000
激励金	今月分 累計	0 0	0 0
接遇	今月分 累計	2 4	65,920 70,900
会費	今月分 累計	5 15	14,000 52,000
その他	今月分 累計	0 2	0 6,800
合計	今月分 累計	10 43	93,920 244,500

◎くわしくは市のホームページに掲載しています。

問い合わせ 総務課 秘書係  
☎75-2115

## Message for citizen

いろいろな出会いの御縁から、新たな展開につながることがある。素朴な「協力してほしい」の相談依頼に、「できる範囲で」とお答えし、約束の有言実行を心がけただけだが、真摯に努めれば結果も出し、次なる展開や市政への効果も派生し、未来創造につながっていく。

6月コラムで紹介した全国ICT教育首長協議会は7月11日に松野博一文部科学大臣を訪ね、提案書を手渡して教育改革推進を要望した。子供達はかけがえのない一年一年を過ごすだけに真剣に理想を探求したい。

最近は、あらゆるものインターネッで結び变革を促す「一〇〇」に注目が集まっている。そんな時代の社会進展を図る「地域一〇〇官民ネット」の設立にも関わった。これも出会いの御縁からだ。昨年既に総務

いろいろな出会いの御縁から、新たな展開につながることがある。素朴な「協力してほしい」の相談依頼に、「できる範囲で」とお答えし、約束の有言実行を心がけただけだが、真摯に努めれば結果も出し、次なる展開や市政への効果も派生し、未来創造につながっていく。

6月コラムで紹介した全国ICT教育首長協議会は7月11日に松野博一文部科学大臣を訪ね、提案書を手渡して教育改革推進を要望した。子供達はかけがえのない一年一年を過ごすだけに真剣に理想を探求したい。

最近は、あらゆるものインターネッ



市長

横尾 俊彦

初心忘れず、出会いと経験を活かし、未来創造

省の「一〇〇実装タスクフォース」に委員として参画し、担当審議官の協力要請に「できる範囲で協力します」と、地域一〇〇推進に努めた結果である。

7月11日に官民265の自治体・団体で設立総会を行い、わせミーティングに参加した。印象的なのが民間の取組み。一〇〇企業のみならず金融・保険・商社など広い分野で一〇〇担当部署がある。官も負けずに取組み、相互連携で新たな繁栄を生み出すべきと強く感じた。

多くの市も総務省一〇〇活用事業に選ばれ、新しい時代の防災行政向上等に挑む。これを契機に未来創造を加速させたい。

行政もイノベーションの時代。初心を忘れず、これまでの経験を活かし、時流をとらえつつ、トップランナーをめざしたい。





▲笑顔の井上・古賀ペア



▲左から梶原隆徳さん、本島恵子さん、古賀三奈子さん、井上英明さん

それぞれの年代で2組が見事優勝！

## さわやかスポーツ・レクリエーション祭テニス競技

Sunday

5/28

第21回 佐賀県さわやかスポーツ・レクリエーション祭（主催：佐賀県さわやかスポーツ・レクリエーション祭実行委員会）のテニス競技がみゆき運動公園テニスコート（嬉野市）で行われ、男女混合ダブルスに出場した40歳代の井上英明さん・古賀三奈子さんのペアと50歳代の梶原隆徳さん・本島恵子さんのペアが各年代で見事優勝されました。4人は、日ごろから多久スポーツピアなどでテニスを楽しめているメンバーで出場。本島さんは「タイプブレーク2-6からの逆転、信じられませんでした。ペアの梶原さんあってのタイトルです。感謝しています。」と話されました。

Saturday  
6/24

大人も子どもワクワク！

## 鉄道イベント in 多久開催

今年で2度目となる「鉄道イベントin多久」が、あいぱれっとで開催されました。今回はJR九州唐津鉄道事業部発足25周年の感謝企画として、「かわせみ やませみ」のミニ列車乗車体験、映像を見ながら運転士気分を楽しめるシミュレーター体験、リアルな鉄道模型の展示など、盛りだくさんの内容でした。

市内外から多くの親子連れが訪れ、子どもたちはミニ列車に大喜び。憧れの制服を試着したり、高所作業車に乗車したりと楽しいひと時を過ごしていました。



▲制服を着て、ハイポーズ！

▲ミニ列車の乗車体験に大人も子どもも大興奮！

高所横尾さん  
「たくさん館」  
市長とJA館  
さんが運営  
農産物直売

▲発送開始のテープカット

多くの“夏限定”自然の恵み！

## 「青しまうり漬」発送開始式

Friday

6/30

市の特産品「青しまうり漬」発送開始式（主催：JAさが佐城地区多久営農経済事業所）が、JAさが農産物直売所「たくさん館」で行われました。

式では、たくさん館運営委員長の高塚治康さんが「6月は雨が少なかったので、うりが病気にならず元気に育った。今年もたくさんの人たちに美味しい青しまうり漬を食べてほしい」とあいさつしました。

来場者は「毎年親戚や友人が首を長くして待っている」と笑顔で話しました。

商品は無くなり次第販売終了となります。多くの夏の特産品を味わってみてはいかがでしょうか？

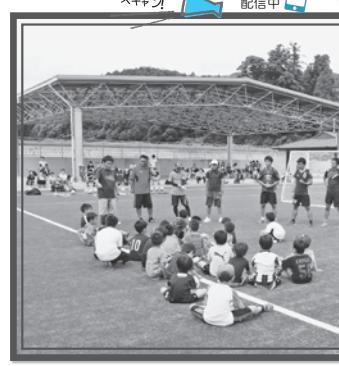


子どもたちの笑顔と元気が溢れる

## 「多久っ子キッズサッカー教室」キックオフ！

市内の園児から小学2年生までを対象とした、多久っ子キッズサッカー教室（主催：多久市サッカー協会）がスタートしました。

この日の練習は、西多久多目的運動広場で行われ、28人が参加、サッカー初心者の子供たちは、レクリエーションやゲーム方式では一生懸命ボールを追いかけ、楽しく体を動かしていました。みどりFCスタッフの福島健さんは「この教室を機に一人でも多くの子どもたちがサッカーを好きになってくれたら嬉しい」と話されました。

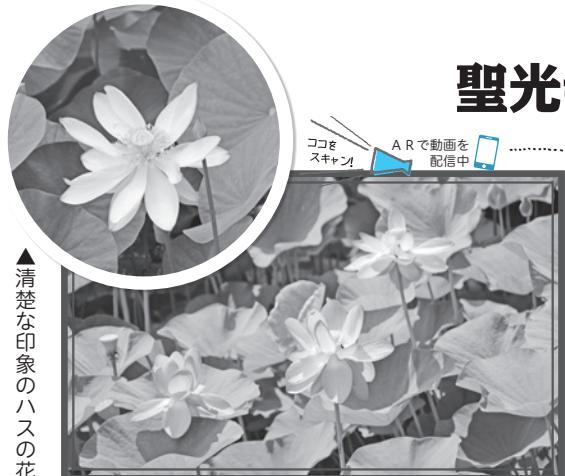


▲指導者はクラブチームから大学生までの幅広いコーチ陣が集合



▲元気にボールを追いかける  
子どもたち

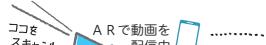
//////////////////



▲清楚な印象のハスの花



▲満開のハス



ARで動画を配信中



ARで動画を配信中

古代のハスに思いをはせて

## 聖光寺二千年ハス観察会



Sunday

7/2

7月2日、多久町西の原の聖光寺で、二千年ハスの観察会（主催：二千年ハスを守る会）が開催されました。この観察会は、二千年ハスの魅力を市内外の人たちに知ってもらうことを目的に、毎年ハスの見ごろを迎えるこの時期に行われているもので、この日は100人を超える人たちが、美しいハスを見ようと訪れました。

この二千年ハスは2002年に、聖光寺の野中寛應住職が発芽に成功。以来、丹精込めて野中住職が栽培されていましたが、2013年からは多久二千年ハスを守る会が維持管理を行っています。市外から訪れた来場者からは、「かわいい」、「涼しげ」などの声が上がっていました。



▲「多久の歌」を披露する  
池田隆臣さん



▲ステージに詰めかける観客

熱狂のステージで参加者が一体に！

## もりあがらナイト2017



Saturday

7/22

多久市物産館「朋来庵」南側自由広場で、CSOマタキタクナル♪♪主催の野外ライブイベント「もりあがらナイト2017」が開催されました。

今年で4回目となるこのイベントには、開演前から多くの来場者が訪れ、当初の予定より30分早まるほどの盛況ぶり。

出演者は「飲んで騒いで歌って踊って、集まった人々と垣根なしに交流を深められる素敵なおイベントです。盛り上がりていきましょう」と会場を沸かせていきました。

日が暮れるほどに熱気は増し、クライマックスではHello!!多久でおなじみの池田隆臣さんが「多久の歌」を披露し雰囲気は最高潮に。来場者は「いつもは静かな聖廟周辺ですが、賑やかな野外ライブも普段と違う活気があっていいですね。ぜひ市内外問わず色々な人に参加してほしい」と興奮冷めやらぬ様子で話しました。

# 市民の健康カレンダー

Health calendar

8月

当月と翌月前半の健康づくりに関する行事をカレンダーでお知らせします

日	月	火	水	木	金	土
		1 結果説明会(南) 献血(市役所) (9~16時)	2 結果説明会(南)	3 結果説明会(南)	4	5
6 在宅当番医 がんサロン(ハート)	7 健康相談日	8	9	10	11 在宅当番医	12
13 在宅当番医	14 健康相談日	15	16 結果説明会(東)	17 結果説明会(東)	18 結果説明会(東)	19

… 健康相談日 市役所1階（みなさんの健康増進窓口として、妊産婦、乳幼児から大人まで、すべての人の健康に関する相談に応じています。）  
メールでの相談も実施中！ kenkozoshin@city.taku.lg.jp（多久市のホームページから利用できます）  
※結果説明会【要予約】

… こども相談 [会場／保健センター 受付時間／要予約]

場所：略式表記の場所はこちらです。

… こども健診 [会場／保健センター 受付時間／13時～13時20分]

(セ)…保健センター（南）…南多久公民館

… フッ化物塗布 [会場／保健センター 受付時間／13時～13時20分]

(西)…西多久公民館（東）…東多久公民館

… 個人通知あります 在宅当番医

(多)…多久公民館（納）…納所会館

… 特定健診 [受付時間／8時30分～10時30分]

【※くわしくは問い合わせください】



多久市・小城市 休日在宅当番医のご案内 ※必ず保険証をご持参ください

月日	医療機関名(診療科)	TEL	住 所	月日	医療機関名(診療科)	TEL	住 所
8/6 (日)	鶴田運動機能回復クリニック (リウマチ科・整形外科)	☎51-5611	牛津町	8/20 (日)	鶴田整形外科医院 (整形外科)	☎66-4114	牛津町
	野田好生医院(内科・小児科)	☎72-3232	小城町		上坂医院(耳鼻咽喉科)	☎73-2930	小城町
8/11 (祝)	しまうちクリニック(内科)	☎66-6036	牛津町	8/27 (日)	おおしまクリニック (内科・消化器科)	☎66-0314	牛津町
	藤井整形外科医院 (整形外科)	☎72-7650	小城町		坂田整形外科(整形外科)	☎72-5155	三日月町
8/13 (日)	小城市民病院(内科)	☎73-2161	小城町	9/3 (日)	江口病院(内科)	☎73-3083	三日月町
	諸隈病院(内科・外科)	☎74-2100	北多久町		多久市立病院(診療科未定)	☎75-2105	多久町

# 多久市健康プラン & 多久市食育プラン

## すくすく

重点目標！

みんなでとりくみましょう!!

早寝 早起き 朝ごはん！



両手いっぱいの野菜を食べよう！



タバコの害をなくそう！



8月

日 9月 月

火

水

木

金

土

20 在宅当番医

21 健康相談日  
結果説明会(東)  
乳児健診・相談

22 結果説明会(東)

23 すくすく子育て相談会

24 結果説明会(納)

25 結果説明会(セ)

26 結果説明会(セ)

27 在宅当番医

多久っ子健診(セ)  
特定健診(セ)  
結果説明会(セ)

28 健康相談日  
特定健診(セ)  
結果説明会(セ)

29 結果説明会(セ)

30 結果説明会(セ)

31 結果説明会(セ)

1

2

あなたの生活習慣  
見直してみませんか？

40歳以上の人には、  
心電図検査も全員できます！

## 特定健診は、とってもお得！

### 健診項目

問 診 身長、体重、腹囲測定、血圧測定

血液検査 GOT、GPT、γ-GTP、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、血糖値、\*HbA1c、\*尿酸、\*クレアチニン、\*貧血検査

尿 検 査 糖、蛋白、\*潜血

これだけの  
項目が受けられて、  
料金は1,000円！

## 健 診結果説明会のくわしい情報はこちらをお読みください。

※説明会で結果の説明をしてお返ししています。健診結果は郵送していません。

受付時間：9時～11時／13時～16時  
ひとり30分程度（要予約）

持参するもの：○健康手帳

○おくすりノートなど

○糖尿病連携手帳（持っている方）



## 夏休みを利用して予防接種を済ませましょう

**6年生(平成17年度生まれ) 4年生(平成19年度生まれ)・18歳(平成11年度生まれ)**

二種混合の予防接種

日本脳炎の予防接種

子どもを守るためにも予防接種は早めに受けましょう。

## 多久っ子健診実施します！

○対象者：5年生、7年生 ※対象者には通知しています。

○日 時：8月27日(日) 8時～10時

市では、子どもの将来の生活習慣病予防のために  
大人と同じ項目の健診を実施しています。

○場 所：保健センター(旧母子健康センター)

○申込締切：8月16日(水)

○申込先：健康増進課 ☎75-3355

無料で受けられます！

今日から実践!! 認知症予防Part⑤

# ～認知症予防はからだづくりから～

日々の生活の中で認知症予防を高める生活習慣の実践として「認知」と「運動」を組み合わせた脳への刺激が期待される運動方法(コグニサイズ)を4月号から紹介しましたが、ステップ運動やウォーキングも体力や筋力をしっかりと維持してこそできます。

今回は、いつまでも健康でいきいきと過ごすには、歩く力を保ったり、運動中のけがの予防にもつながる筋トレに挑戦してみましょう。



レッツ筋トレ!

## 筋力を維持して動く力を保ちましょう!

急な運動は筋肉や関節を痛める可能性があります。筋力運動を行う前のストレッチ(4月号市報や6月の行政放送などでも紹介しました)の実施等準備体操を行い体をならし筋トレしましょう。

### ◆脚の後ろ上げ◆

- ①脚を少し開いてイスの背等をつかみ、上体を45度程度ゆっくり前に倒します。
- ②膝が曲がらないように、片脚を後方に上げ、ゆっくり元に戻します。



### ◆4分の1スクワット◆

- ①イスの背等に手を置き足を少し開いて立ち、上体をのばしたままひざを4分の1くらい曲げ、腰を落とします。
- ②ゆっくり膝をのばして元の姿勢に戻します。



### ◆つま先立ち◆

- ①脚を少し開いてイスから少し離れて立ちます。
- ②つま先を軸にしてゆっくりかかとを上げ、ゆっくりと下ろします。



### ◆股関節の筋トレ◆

- ①イスに浅く座ります。背筋をのばすのがコツです。
- ②片方のひざをゆっくり上に蹴り上げるようにできるだけ高く持ち上げ、ゆっくりと元に戻します。



### 【実施のポイント】

- ①息は止めず、自然に呼吸しながら行いましょう。
- ②1日5~10分を目安に行いましょう。
- 1日の中で2~3回に分けて行っても効果はあります。
- ③ストレッチと筋トレを組み合わせて行うと、より効果的です



※認知症の予防や体力・筋力の維持は日々の生活を活動的に行動することが基本です。

閉じこもらず、積極的に外出し、人との交流や体を動かすことをこころがけ、毎日・いつまでも「元気!」を意識して過ごしましょう。



## 「在宅福祉サービス事業」のお知らせ

多久市では、ひとり暮らしの高齢者等で、自宅での日常生活上の簡単な家事援助や安否確認等の生活支援サービスを行っています。要件に該当し、希望する人は申請をしてください。

事業の詳細は、下記まで連絡・相談ください。

### ◆食の自立支援事業◆

**対象者：**①概ね65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者世帯ならびに重度の障害者等  
②自分で調理をすることができない人  
③安否確認が必要な人  
※①～③を満たす人

**内 容：**月曜から土曜の昼または夕食をお弁当の容器にいれて配達し、直接手渡しをすることで、安否確認を行います。

**利用料：**770円／1食(個人負担410円)



### ◎緊急通報システム

**対象者：**概ね65歳以上のひとり暮らしの人  
**内 容：**自宅電話に緊急通報システムを取り付け、急病等の緊急時に救急対応します。  
(NTTの回線が必要)  
**利用料：**399円／1か月

※利用申請等については、下記の地域包括支援センター、もしくは在宅介護支援センター（天寿荘☎74-4818、多久いこいの里☎75-3558）、地区の民生委員さん等に相談・問い合わせください。

**【問い合わせ・申請先】** .....  
多久市地域包括支援センター(多久市役所 地域包括支援課内) ☎75-6033



ひとりで悩ま  
相談しまし  
よう。

緊急時要援護者見守り支援事業 「まもりん」一家にひとついかがですか?

「まもりん」は、在宅の高齢者や身体の不自由な人たちの緊急時に対応するために生まれました。  
「まもりん」は、箇の中にあるあなたのかかりつけの病院や持病、普段飲んでいる薬などの健康に関する情報や、緊急時の連絡先などの緊急情報を入れて、冷蔵庫で保管します。緊急時にこの情報を上手く活用することで、あなたの大事な命を守ります！  
希望者は、地区の民生委員を通して申し込んでください。

冷蔵庫の外に吊り下げて設置もできます!!

多久市内での設置状況 436件  
(平成29年 6月末現在)

【問い合わせ】多久市社会福祉協議会 ☎75-3593

参加費  
無料

### 家族介護教室

日 時 8月5日(土) 13時30分～14時30分

場 所 多久市社会福祉会館

テマ 「これからの公的介護保険と地域資源を知ろう！」

講 師 多久市地域包括支援センター

多久市社会福祉協議会

8・9月の  
主な行事

### げんきアップさー来る

もりもりコース(毎週木曜日)

8 / 3 ・ 10 ・ 24 9 / 7 ・ 14 ・ 21 ・ 28  
9時30分～10時30分 10時45分～11時45分

スポーツピア(ゆめひろば)

きらきらコース(毎週金曜日)

8 / 4 ・ 18 ・ 25 9 / 1 ・ 8 ・ 15 ・ 22  
13時30分～14時30分 14時45分～15時45分

スポーツピア(ゆめひろば)

まちの

# Pick UP

募集・イベント情報がもりだくさん!

## インフォメーション

### 募 集

#### 平成29年度警察官B採用試験

佐賀県の安全・安心を守る若者を募集しています。

警察官になって共に頑張りましょう!

##### 受験資格

昭和63年4月2日～平成12年4月1日までに生まれた人

※大卒者・卒業見込み者は除く

##### 受付期間

8月15日(火)～9月8日(金)

##### 申込方法

7月上旬から、受験申込書を配布

試験日 10月15日(日)

##### 問 佐賀県警察本部警務課採用係

☎24-1111(代表)

佐賀県警察本部ホームページ

<http://www.police.pref.saga.jp>

小城警察署 ☎73-2281

※受験申込はインターネットでの応募もできます。

小城警察署では申込書の配布をしています。

お気軽に問い合わせください。

#### 平成29年度 下水道排水設備工事 責任技術者試験

受験講習会 9月27日(水)

講習会会場 佐賀市文化会館

3階大会議室

ピックアップ

西日本新聞社  
主催

## 平成29年 佐賀県金婚夫婦表彰式のご案内

広告

昭和42年(1967)に結婚、50周年を迎えるご夫婦。  
結婚50年を経過され同表彰式に参加されたことがない  
ご夫婦。証明書類は必要ありません。

※西日本新聞をお読みでない方も参加いただけます。  
ご家族の方からの申し込みも受け付けております。

【参加記念品】 表彰状・記念写真(当日撮影、後日お届け)

① 武雄市文化会館  
(武雄市武雄町武雄5538-1)

10月14日(土)  
午前10時30分開式

② サンメッセ鳥栖  
(鳥栖市本鳥栖町1819)

10月21日(土)  
午前10時30分開式

【お問い合わせ】TEL:0952-20-3757 (平日の午前10時～午後5時) 西日本新聞エリアグループ佐賀  
〒845-0033 小城市三日月町樋口1427

近隣の県でも金婚式を開催(9月24日から)、その他の会場はお問い合わせください。

**老人福祉センターむつみ荘  
8月の無料送迎バスの運行日**

日程	運行
17日(木)	メイプルタウン・大工田方面 (メイプルタウン公民館 10時)
23日(水)	岸川・四下・立山・前田方面、高木川内・明治佐賀、栄町、番所、横柴折、筋原、砂原方面 (四下お地蔵前 9時発)
28日(月)	東多久方面 (石原橋 9時発)
30日(水)	南多久方面 (谷下 9時55分発)

問 むつみ荘 ☎75-3701



**『Hello!多久』好評放送中**

F M佐賀77.9MHz 毎週月曜

♪ お昼12時~12時30分 ♪

番組へのリクエストやメッセージは ♪

✉ taku@fmsaga.co.jp ☎25-1462

会 期 8月10日(木)~ 9月10日(日)

休 館 日 月曜日

(月曜日が祝日の場合、火曜日)

開館時間 9時~16時

場 所 多久市郷土資料館

観 覧 無料

問 多久市郷土資料館 ☎75-3002

**高校生の積極的な採用をお願いします**

県内高校生の就職希望者のうち、半数以上の生徒が県内への就職を希望しています。

景気が回復傾向にあり人手不足が懸念される中、早期に求人を提出することや求人票における積極的な情報提供は、採用決定に大変好影響をおよぼすと考えられます。

早期に、高校生の採用計画を検討いただき、来春卒業する生徒が1人でも多く就職できるよう、ハローワークまで求人の申し込みをお願いします。なお、新規高校卒業者を対象とする求人のハローワークにおける受付は6月1日から開始しており、採用選考の開始は9月16日となります。

問 佐賀公共職業安定所

(ハローワーク佐賀) ☎24-5181

佐賀労働局職業安定課 ☎32-7216

催し

**【開催】  
第54回 関西多久会のお知らせ**

関西多久会は関西地区に住む、多久市出身者の親睦会で、年に1回開催されています。かくし芸大会や抽選会、物産展など多久を感じる集いです。

日時 11月12日(日) 11時~15時30分

場所 ニューオオサカホテル

会費 男性8,000円、女性7,000円

※中学生無料

問・申 関西多久会 (事務局 後川)

☎06-6904-5194

☎090-6980-4126

その他

**山本作兵衛翁炭坑記録画 (複製画)**

**特別展開催のお知らせ**

山本作兵衛は、筑豊の炭坑で約半世紀のあいだ働き、炭坑（ヤマ）の仕事とくらしを克明に描いた記録画を遺しました。

この記録画は平成23年に、ユネスコ「世界の記憶」に登録されました。

この記録画を中心として、多久の炭坑道具等も併せて展示します。

**0円**

ケーブルテレビ  
インターネット  
キャンペーン!!

6月1日~9月30日まで!

WAG! WonderBall

何が0円?

以下は月額費用に含まれています

回線使用料	無線ルーターの無料貸出しもあります ご希望の方はご連絡ください
メールアドレス標準1件	広告
ホームページ20MB	

**初期費用 0円!!**

登録料	6,480円 → 0円!! (仮申し込み時に支払い)
工事費	5,400円 → 0円!! (工事の時に支払い)

**利用料 3ヶ月 0円!!**

選べる4コース	これも0円!
ハイパーコース 160Mコース	オンラインゲーム 等にあすすぐ! (音楽・ローバルがお選び下さい) <b>月額 160円</b>
プロードコース 30Mコース	YouTube等動画 を見るなら! <b>月額 160円</b>
ベーシックコース 8Mコース	ホームページ閲覧 や検索に! <b>月額 160円</b>
ライトコース 1Mコース	とりあえずインターネットをはじめる! <b>月額 160円</b>

\*ベストエフォート形式のため、お客様の通信環境により実際の通信速度は変化します。  
※最低2年間は契約、2年に満たない場合は違約金が発生(21,600円)

**KTK 株式会社多々ケーブルメディア TEL 0952-75-8585**

多久に密着！暮らしに役立つ情報をお届け。

8月

# 多久ケーブルメディア番組ガイド

地域の  
話を放送！

## コミュニティチャンネルのご案内



放送時間  
7:00~9:00 / 10:00~12:00 / 14:00~16:00  
19:00~21:00 / 23:00~25:00

今月の番組案内

1日(火)～2日(水)  
いきいき大学省エネ講座  
「上手な電気の使い方」



3日(木)～5日(土)  
もりあがらナイト2017

7日(月)～9日(水)  
多久ミュージックステーションまちづくり駅前音楽祭2017  
in あいぱれっと&ボンドバ3周年

10日(木)～12日(土)  
子育て支援センター子育て講話

14日(月)～16日(水)  
多久保育園 夏祭り

17日(木)～19日(土)  
給食センター1日体験



21日(月)～23日(水)  
読書感想文に  
チャレンジしよう！

24日(木)～26日(土)  
市内の話を放送

28日(月)～30日(水)  
第69回 多久山笠

## PICK UP

10木～12土

### 子育て支援センター 子育て講話

演題：共に生きる

講師：佐賀女子短期大学准教授 白濱 洋子 先生  
(元 中央中学校 養護教諭)

21木～23水

### 読書感想文にチャレンジ

夏休みの宿題「読書感想文」なかなか進まない小学生必見！

佐賀県立図書館で開催された、小学生を対象にした読書感想文の書き方教室。

学校の先生が取り組み方等をアドバイス！

- 毎週日曜日はその一週間に放送したコミュニティ番組を一挙放送!!
- 主催者の都合、または天候等によって番組の内容が予告なく変更になる場合があります。
- 詳しい番組の放送時間・内容はホームページまたは佐賀新聞第2テレビ欄をご覧ください。  
デジタル放送では電子番組表(EPG)でも確認できます。

多久市商工会青年部Presents

## ばたいTV

～商工会青年部が  
勝手に作っちゃいました～



商工会青年部制作番組  
多久の魅力を紹介！

☆第37回 14日(月)～16日(水)  
☆第38回 28日(月)～30日(水)

放送時間  
7:00～ / 10:00～  
14:00～ / 19:00～ / 23:00～

## 松竹梅 Show・Chiku・Buyーくらしを元気に!!ー

くらしに役立つ情報や楽しく  
なるような情報を届け！



☆多久でセグウェイ体験／10日(木)～12日(土)  
☆アスパラ農家へ！／24日(木)～26日(土)

放送時間  
7:00～ / 10:00～ / 14:00～ / 19:00～ / 23:00～



### うまリポ！

県内のグルメ情報をケーブルテレビ7局が  
リレー方式で紹介します。

佐賀県警 安全安心だより  
佐賀県警より地域の防犯についてお知らせ。



放送時間  
9:10～ / 12:00～ / 16:10～  
18:30～ / 22:10～

5分間のヨガ体操 ちょこっと体操 55YOGA

放送時間  
8:55～ / 11:55～ / 15:55～  
20:55～ / 23:55～



### TAKU-SUN インフォメーション

市役所からのお知らせ・イベント等情報

放送時間  
6:30～ / 9:30～ / 12:30～ / 18:00～  
22:30～ ○ポケットスタジオ収録日：毎週水曜日

## ますます便利に！データ放送

「dボタン」を  
押してね！

多久市役所・お天気・時刻表など生活に役立つ最新情報を  
リモコンの「dボタン」でご覧いただけます。

Facebookも  
ご覧ください！

株式会社 多久ケーブルメディア

番組の最新情報や放送時間、取材先でのちょっとした出来事など  
旬な情報を発信しています！ 多久ケーブルメディア



# 直通電話のご案内

各課への問い合わせは、直通電話をご利用ください。

市民生活課	
窓口係	☎ 75-6116
保険年金係	☎ 75-2159
生活環境係	☎ 75-6117
税務課	
納税係	☎ 75-6115
市民税係	☎ 75-2126
資産税係	☎ 75-2176
福祉課	
地域福祉係	☎ 75-2113
保護係	☎ 75-2324
こども係	☎ 75-6118
高齢・障害者福祉係	☎ 75-4823
地域包括支援課	☎ 75-6033
健康増進課	☎ 75-3355
建設課	
建設管理係	☎ 75-4826
建設係	☎ 75-2350
道路河川係	
商工観光課	☎ 75-2117
会計課	☎ 75-6114
農林課	
農村計画係	☎ 75-8400
農村整備係	
振興係	☎ 75-4825
農政係	
農業委員会事務局	☎ 75-4831
財政課管財係	☎ 75-8020
情報課	
情報推進係	☎ 75-2114
広報広聴係	☎ 75-2280
議会事務局	☎ 75-4828
総務課	
行政係	☎ 75-2112
人事係	
秘書係	☎ 75-2115
選挙管理委員会事務局	☎ 75-4829
防災安全課	☎ 75-2181
総合政策課	☎ 75-2116
財政課	☎ 75-2118
契約検査係	☎ 75-2132
広域クリーンセンター推進課	
推進係	☎ 75-2217
教育振興課	
総務係	
社会教育係	☎ 75-8022
文化スポーツ係	
学校教育課	
企画係	☎ 75-3450
学務指導係	☎ 75-2227
監査委員事務局	☎ 75-4830
水道課	
管理係	☎ 75-3003
工務係	☎ 75-8433
都市計画課	
都市計画係	☎ 75-4827
区画整理係	☎ 75-8440
下水道係	☎ 75-2179
人権・同和対策課	☎ 75-4824
中央公民館	☎ 74-3241
市立図書館	☎ 75-2233
東多久公民館	☎ 76-2402
南多久公民館	☎ 76-2331
多久公民館	☎ 75-2519
西多久公民館	☎ 75-2205
北多久公民館	☎ 75-2586
市立病院	☎ 75-2105
清掃センター	☎ 75-3001



## 催し & 相談スケジュール

### 催し EVENT

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
6日(日)	東多久町 子どもクラブ球技大会	東部校体育館	8時30分～	東多久公民館
6日(日)	多久町・西多久町合同 子どもクラブ球技大会	西渓校体育館	8時15分開会	多久公民館 西多久公民館
6日(日)	南多久町子どもクラブ レクリエーション大会	南多久社会体育館	9時～	南多久公民館
6日(日)	北多久町 子どもクラブ球技大会	北多久社会体育館	8時30分～	北多久公民館
6日(日)	がんサロンハート	中央公民館 研修室	13時30分～ 15時30分	健康増進課
11日(金)	多久町納涼盆踊り大会	多久公民館駐車場	18時30分～	多久公民館
19日(土)	すこやか東部っ子まつり	東部校グラウンド	16時30分～	東多久公民館
20日(日)	北多久町民男子 ソフトバレーボール大会	北多久社会体育館	8時30分～	北多久公民館
25日(金)	「心のセミナー」 多久市同和問題講演会	中央公民館 大ホール	13時00分開場 13時30分開演	人権・同和 対策課
9/3日(日)	第55回多久市消防団 訓練大会	陸上競技場	7時～	防災安全課

### 相談 CONSULTATION

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
1日(木) 9/1日(日)	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
2日(金) 9/6日(土)	社会保険・年金相談 (完全予約制)	1階小会議室	10時～15時	市民生活課
16日(水)	法律相談(弁護士)	第1委員会室	(受付)13時～14時30分	総務課
16日(水)	女性総合相談	電話で問い合わせ ください	10時～16時	多久市相談窓口 ☎ 75-6117
23日(水)	★ 心配ごと相談	社会福祉会館	9時30分～15時	社会福祉協議会 ☎ 75-3593
18日(金)	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
18日(金)	法律相談(司法書士)	大会議室東	13時～15時	総務課
18日(金)	★ 登記相談	大会議室東	13時～15時	総務課
毎週月曜日	健康相談	健康増進課	13時～16時	健康増進課
月・水・木	★ 消費生活相談	市民生活課	10時～16時	市民生活課
月・水・金	★ 家庭児童相談	福祉課	9時～16時	福祉課
月・水・金	★ ひとり親相談	福祉課	9時～16時	福祉課
火～日	★ 子育て相談	子育て支援センター	10時～17時	子育て支援センター ☎ 37-1117

※相談は無料です。祝日は休みです。★印は、電話での相談を受け付けます。

### 人のうごき

平成29年7月1日現在

総数/19,737人(-5)

男/9,234人(-8) 女/10,503人(+3)

世帯数/7,839人(+3)

平成29年6月の異動

出生/9人 死亡/22人 転入/45人 転出/37人



両手いっぱいの野菜を食べよう

# きゅうりと春雨のサラダ

## 材 料 (4人分)

- きゅうり ..... 200 g (2本)
- 玉ねぎ ..... 200 g (中1個)
- 春雨(乾) ..... 40 g
- 生姜 ..... 20 g
- 合いびき肉 ..... 100 g

- A [・しょう油 ..... 大さじ2と小さじ1  
・酢 ..... 大さじ2と小さじ2]

## 作り方

- きゅうりは千切りし、玉ねぎは薄くスライスする。
- 春雨をゆがく。
- 生姜はみじん切りにし、フライパンで炒め、次にひき肉を入れ炒める。ひき肉に火が通ったら、Aを入れ、沸騰したら火を止める。
- ①と②を合わせたものに、③を熱いうちに入れ混ぜ合わせる。しんなりしたら出来上がり。

幡船の里のみなさん

夏の暑い日には、さっぱりしたものを !!  
意外とたくさん食べられますよ。



※多久市食育推進協議会委員が作るメニューを紹介しています

1人分 / 野菜量  
125 kcal 1.5g 105g



## すくすくたくっ子 はいぱーず!

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています! 情報課広報広聴係(☎75-2280)までご連絡を♪

のなか ゆうと  
**野中 優斗くん**(1歳2か月)



いつも元気いっぱいの優斗くん。ママとパパによじ登って遊ぶことにハマっています♪とっても表情が豊かで、お家にいるだけで家族みんなが元気に明るくなります。これからもよく食べて、遊んで、寝てすくすくと成長していきます★

パパ・ママ  
から

みんなに優しくて、強い男の子に育ってね。  
パパとママのところに産まれてきてくれてありがとう。

(北多久町多久原) パパ/竜太さん ママ/奈月さん

こが はづき  
**古賀 葉月希ちゃん**(1歳)



最近少しづつですが、歩くことが出来るようになってきた葉月希ちゃん。歩けるようになったのが、とても嬉しい様子でニコニコしながらママのもとに行きます♪とにかく動くことが大好きで児童センターでも活発に遊んでいます★

パパ・ママ  
から

たくさん遊んでいっぱい食べてよく寝て元気  
いっぱいの子に育ってください。  
はーちゃんの笑顔が大好きです。

(南多久町長尾) パパ/征樹さん ママ/菜保子さん

市報たく

# たく日和

8  
2017 NO.674

[発行] 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1

Tel. 75-2280 Fax. 75-2110 E-mail: koho@city.taku.lg.jp

[ホームページ] <https://www.city.taku.lg.jp/> 市報多久は多久市ホームページでもご覧いただけます。

[編集] 情報課 広報広聴係

[印刷] 株式会社音成印刷

[発行日] 平成29年8月1日

自然保護のため再生紙を使用しています。

