



緑園に輝くまち 多久

市報

TAKUI

～時流を感じる
文教・安心・交流・協働のまち～

市報たくがスマートフォン
でも読めます



2022
8
August



毎日できる!健康づくりの第一歩



口腔ケアの意識を高めよう!



声の市報をYouTubeで!

多久市 声の市報

検索

🔔 今月の税の納期限をお知らせします
※納期限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

市民税 第2期 / 8月31日(水) 国民健康保険税 第3期 / 8月31日(水) ※口座振替日も8月31日(水)です

02	まちの話題
04	特集1 口腔ケア
06	特集2 同和問題啓発強調月間
08	多久市からのお知らせ
13	あじさいへ行こう！
14	教育委員会だより
15	市長コラム
16	健康ノススメ
18	おたっしゅだより
20	まちのPickUPインフォメーション
24	Hi! POSE ほか

6月18日[Sat]

青少年育成市民大会 & 少年の主張発表会を開催



▲主張・発表を行った16人の児童・生徒

多久市青少年育成市民大会・少年の主張発表会（主催：多久市青少年育成市民会議・多久ライオンズクラブ）が中央公民館で行われました。青少年育成市民大会では、多年にわたり多久市の青少年育成に貢献された木下敏江さん（東多久町）、林口八千代さん（多久町）、多久町老人クラブ長寿会を表彰。少年の主張発表会では、義務教育学校の6年生と9年生16人が、自分の夢や社会への提言などを堂々と発表し、優秀賞に武富紫音さん（東部校6年生）、瀬田滉さん（西溪校6年生）、藤田智美さん（中央校9年生）、野中琴未さん（中央校9年生）が選ばれました。

6月23日[Thu]

多久ロータリークラブが図書を贈呈



▲図書を手にはほほ笑む古井会長（前列中央）、石田教育長（前列右から2人目）、ほかロータリークラブ、学校関係者のみなさん

多久ロータリークラブが、市内の義務教育学校3校に10万円相当の図書51冊を贈呈されました。図書は各校の司書が論語や命などのテーマに沿って選書し、各学校に届けられています。多久ロータリークラブの古井俊路会長は「本を読んだ子どもたちに笑顔になってもらいたいです。読書をきっかけに多久市から新たな作家が誕生してくれたら嬉しいですね」と期待を込められました。石田俊二教育長は「学習に役立つ本の寄贈など、日ごろから子どもたちのために活動していただいていることに感謝します」と謝辞を述べました。

7月1日[Fri]

夏の味覚「青しまうり漬」今年も販売開始！



▲販売中の「青しまうり漬」を手には笑顔の多久野菜うり部会の北島部会長（右から1番目）と横尾市長（右から2番目）

多久市の特産品「青しまうり漬」の発送が7月1日（金）から始まり、多久野菜うり部会の北島一明部会長らが、多久市役所で横尾俊彦市長に販売開始の報告をされました。酒粕などで浅漬けにしたさっぱりとした味わいと、カリッとした歯応えが特徴の「青しまうり漬」。例年好評価を受けており、今年も約4トンの上質な青しまうりを加工し、出荷が進められています。北島部会長は「おいしい青しまうり漬ができたので、より多くの方の食卓にお届けしたい」と笑顔で話されました。「青しまうり漬」の問い合わせ・注文は多久農産物直売所「たくさん館」で受け付けています。夏ならではの多久の味を、ぜひご賞味ください。



今月の論語

天何言哉。四時行焉、百物生焉。天何言哉。四時行焉、百物生焉。天は何も言わないけれども、春夏秋冬は自然とめぐってあり、すべての物が生まれている。

出典：陽貨第十七

今月の帰宅放送は、東原摩舎中央校9年の津藤結菜さんです。



まちの話題

6月22日 [Wed]

山口仁也選手がデビュー戦でTKO勝利！



▲全日本新人王を相手にデビュー戦を勝利で飾った山口選手

後楽園ホール（東京都）で開催された「第100回オーバーヒート・ボクサーズナイト」で、スーパーフライ級に出場した山口仁也選手（多久町出身、三迫ボクシングジム所属）が、デビュー戦をTKO*勝利で飾りました。

12歳からボクシングを始めた山口選手は、大学までアマチュアボクシングで活躍し、今年3月にプロテストに合格。プロボクサーとしての一歩を踏み出しました。

華々しい勝利に山口選手は「初戦を勝ってホッとしました。世界チャンピオンを目指して頑張っていきたいです。多久のみなさん応援よろしくお願いします」と笑顔を輝かせました。

*TKOとは…レフェリーが試合続行不可能と判断し、試合を止めること

7月10日 [Sun]

第1回 多久二千年蓮まつり開催



▲飛び入りで参加した市民のみなさんも一緒に輪になって踊りました

聖光寺の二千年ハスゆかりのイベント第1回「多久二千年蓮まつり」（共催：二千年ハスを守る会、由紀流日本舞踊練舞会）が、多久市物産館「朋来庵」南のお火たき広場（多久町）で開催されました。

竹灯籠のあかりがゆらめくなか、趙勇氏による揚琴の演奏、由紀流日本舞踊練舞会の甲斐藍子名誉会長が創作した踊りが披露されました。市民のみなさんが踊れるようにと作られた「多久古代蓮おどり」の時には、客席からの飛び入り参加もあり、大いにぎわいました。

甲斐名誉会長は「多くのみなさんに来ていただけてよかったです。もっと蓮まつりが定着するように継続していきます」と話しました。

7月12日 [Tue]

学校訪問2024で弓道体験



▲体験前に多久市弓道連盟の富増晃二会長からの説明を熱心に聞く児童・生徒のみなさん

令和6年に開催される国民スポーツ大会「SAGA2024」に向けて、情報発信と理解を深めるために県と市町が取り組む体験会「学校訪問2024」を開催しました。今年度は義務教育学校3校の児童・生徒が弓道競技会場の多久市緑が丘弓道場で、国スポについての講話を聞き、弓道を体験します。

7月は西溪校の6・7年生が体験。初めて弓道を体験する児童・生徒がほとんどでしたが、多久市弓道連盟のアドバイスを受け、楽しく取り組みました。7年生の岸川陽作さんは「弓がすごく重かったけれど、矢が的に当たると気持ちよかったです」と感想を話しました。



早いうちからの
口腔ケアが大切。
今日からスタート!

特集

毎日できる!健康づくりの第一歩

口腔ケアの意識を高めよう!

特集

歯科検診は「お口の健康」を守るために重要ですが、最近の研究では、お口の健康を守ることで「身体全体」の健康に繋がることが指摘されています。

いつまでも元気で健康に暮らせるよう「口腔ケア」の意識を高めましょう。

口腔ケア

プロジェクト開始

多久市における令和3年度の歯周病検診の受診率は0.7%と低く、定期的に歯科医院でケアをしている人は少ないことが分かりました。

そこで、口腔ケアの重要性を市民のみなさんに広く知っていただくため、歯科医師、歯科衛生士、ケアマネジャー、言語聴覚士らが協力し合い、令和3年度に「口腔ケアプロジェクト」を開始。情報発信やアドバイスの場を設けるなど、さまざまな活動を行っています。

多久市の取り組み



予防教室などの開催

口腔ケアの重要性を啓発する活動の一環として、定期的に「予防教室」や「市民公開講座」を開催しています。



口腔体操の推進

高齢者に多くなる“むせ”を予防するため、口周りを動かして、顎の筋肉を鍛える「かみかみ百歳体操」や唾液の分泌を促す「唾液腺マッサージ」を推進しています。



動画はこちらから



検診の実施



歯周病が多くなる40歳・50歳・60歳・70歳を対象に、問診や口腔内検査、ブラッシング指導をする「歯周病検診」や76歳の人を対象にした「歯あわせ検診」(佐賀県後期高齢者医療広域連合事業)を実施しています。

まずは、かかりつけ歯科医院を持ちましょう。

これから先もストレスなく食事ができるよう、定期的に歯科医院へ通い、口腔ケアに取り組みましょう。

【多久市歯科医師会 口腔ケアプロジェクト担当】

うめず歯科口腔外科医院
うめず けんたろう
院長 梅津 健太郎先生



歯医者さんに聞いてみよう

うめず歯科口腔外科医院の梅津健太郎先生に、今日からできる口腔ケアのアドバイスをいただきました。

歯科医院は「困ってから行くところ」というだけではなく、「困る前に予防をするところ」でもあります。口腔内の問題は糖尿病、インフルエンザ、その他感染症とも深く関係しています。さらに誤嚥して細菌が気道に入ると、重篤な肺炎を引き起こしやすくなるので、定期的にケアすると安心です。口腔内を健康・清潔に保つことは身体全体の健康にもつながりますので、意識して口腔ケアを行いましょう。

気になったら すぐ歯科医院へ



起きたらすぐ歯磨き！

朝起きたらまず歯磨きをして口の中を清潔にしましょう。最低1日3回、朝昼晩、歯磨きをしてください。



しっかり噛む！

食べ物は20回～30回ほど噛んで、飲み込みましょう。うまく噛めない時は、すぐに歯科医院へ行きましょう。

義歯は作ってからが大切！

きちんと噛めないと誤嚥の原因になります。口腔内の形も変わるので、定期的に通院し、義歯がぴったり合うかを確認しましょう。



予防教室を行っています♪

歯科衛生士の八木浩子さんは「いきいき百歳体操」を実施している「通いの場」で平成30年から口腔予防教室に取り組んでいます。

予防教室では、参加者のお口の状態を視診し、結果を伝え、お口の健康管理に役立ててもらっています。また、口腔体操を毎日続けてもらうことで、顎や口周りの筋肉が付き、噛む力や飲み込む力が強くなるなど、改善している人が増えています。



八木さんによる
口腔体操の指導
模型を使いながら丁寧に

年代別/ 口腔内 リスクの解消法



青少年期

お口が発育、発達する時期です。「噛む」ことが顎の骨の発達だけでなく、歯並びや発音にも影響します。正しい生活リズムとブラッシングを習慣化しましょう。



成年期

むし歯と歯周病などが増えてきます。症状が出て歯科医院へ行った時には、すでに重症化している事例も。かかりつけ歯科医院に定期的に受診しましょう。



高齢期

加齢とともに噛む力や飲み込む力が弱くなります。誤嚥性肺炎を防ぐためにも、歯周病の治療や義歯の手入れ（管理）、口周りの筋肉を鍛えることが大切です。

市民公開講座のお知らせ

日時 10月9日(日) 10時～12時20分
場所 多久市中央公民館

毎年1回実施している市民公開講座の今年のテーマは「歯」「口腔」の健康についてです。

問 地域包括支援課 ☎ 75-6033

問題啓発強調月間です

佐賀県では、毎年8月を「同和問題啓発強調月間」と定めています。
 多久市では、この期間に街頭キャンペーンや啓発パネル展、同和問題講演会など、
 同和問題の正しい理解と認識を深めるための啓発活動を集中的に行います。

同和問題啓発街頭キャンペーン

啓発チラシと
啓発グッズを
お配りします



日時 8月1日(月) 17時～
 場所 久我商店、ユアー新鮮館、多久市まちづくり交流センターあいぱれっと ※出入口付近

同和問題啓発パネル展

場所	市役所1階ロビー	南多久公民館
開催期間	8月1日(月)～5日(金)	8月8日(月)～10日(水)
時間	8時30分～17時 最終日は15時まで	8時30分～17時 最終日は12時まで



期間中、啓発DVDを放映しています。

同和問題講演会

入場
無料

日時 8月23日(火)
 13時30分～15時30分 (13時受付開始)

場所 中央公民館 大ホール

演題 「笑いと共に生きる」

講師 桂 かつら 花團治さん (落語家)

申し込み 人権・同和対策課

※事前申し込みが必要です



◀くわしくはコチラ



▲同和問題啓発ポスター

出前講座のご案内

差別のない明るい社会づくりのため、人権・同和問題に関する出前講座を行っています。職場や地域への講師派遣など、お気軽に問い合わせください。

市立図書館へGO!

8月2日(火)から31日(水)まで、同和問題に関する図書コーナーを設置します。



問 人権・同和対策課 ☎ 75-4824



8月は佐賀県同和

「部落差別の解消の推進に関する法律」をご存知ですか？

- ①現在もなお部落差別が存在するという国の認識が明確にされています（第1条）
- ②日本国憲法の理念からも、部落差別は許されないこと、解消することが重要な課題であることが示されています（第1条）
- ③部落差別解消のための教育及び啓発の必要性が明記されています（第5条）

同和問題（部落差別）に関するさまざまな人権問題が今なお起きています

事例1 結婚・就職などでの差別

同和地区出身であることなどを理由に結婚に反対されたり、就職などで不利な取扱いを受けるなどの事案が発生しています。



事例2 差別落書きなど

同和問題に関する差別的な落書きがされたり、ビラがまかれるといった事案が発生しています。

特に近年は、インターネットの匿名性、情報発信の容易さから、差別を助長・誘発する表現の掲載が発生しています。インターネット上の情報は、一度拡散してしまうと完全に削除されることが難しいため、問題となっています。

事例3 差別につながる身元調査など

出身地を調べたり、特定の地区が同和地区かどうか調査したりするなどの事案が発生しています。こうした調査は、不当な差別的取扱いにつながりかねないものです。



事例4 えせ同和行為

「えせ同和行為」は、同和問題を口実に、企業や行政機関などへ不当な圧力をかけ、高額の本を売りつけたり、寄附金を強要するなどの行為です。

こうした行為は、同和地区出身者などに対する偏見を助長し、同和問題の解決を阻む大きな要因となっています。



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

問 福祉課 こども係 ☎ 75-6118



児童扶養手当を11月以降、特別児童扶養手当を8月以降も継続して受給するには、受給資格があっても『現況届』の手続きが必要です。対象者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

■受付期限 8月31日(水)
■受付場所 福祉課 こども係

ジェネリック医薬品に関するお知らせを送付しています

問 後期高齢者医療広域連合 業務課 企画・保健係 ☎ 64-8476



佐賀県後期高齢者医療広域連合では、現在服用中の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を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月末に送付しています。

えた場合に、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
※お知らせは必ずしも全員に届くわけではありません

■通知対象者

令和4年4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



後期高齢者医療保険料の減免を受けられます(新型コロナウイルス関連)

問 市民生活課 保険年金係 ☎ 75-2159
業務課 資格賦課係 ☎ 64-8476



新型コロナウイルスに感染し、世帯主が死亡または重篤な傷病を負った場合や、新型コロナウイルスの影響で世帯主の年間の収入が30%以上減少することが見込まれる場合は、申請することで保険料の減免を受けられます。

■減免申請受付期限

令和5年3月31日(金)まで



『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

問 福祉課 こども係 ☎ 75-6118



現在の受給資格証の有効期限は8月31日(水)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。

■受付場所

市役所1階 福祉課 こども係

■受付期限 8月31日(水)

※対象者には郵送でお知らせいたしますので忘れずに手続きしてください



多久市職員採用試験のお知らせ

問 総務課 人事係 ☎75-2112



令和5年4月採用の多久市職員を募集します。「自分の手で多久市を変えたい」「地元のために頑張りたい」という熱い思いを持っている「あなた」のチャレンジを待っています。

試験区分

区分	採用予定	職務内容	令和4年4月採用者数
一般事務A・B	若干名	市の各機関における一般的な行政事務	8人
土木	若干名	土木工事などの設計、積算、施工管理などの業務や一般的な行政事務	0人
建築	1人	建築士の業務や一般的な行政事務	0人
保健師	1人	保健師の業務や一般的な行政事務	0人

受験資格

区分	受験資格
一般事務A	平成9年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人※採用後に多久市に居住できる人
一般事務B (社会人等経験者枠)	昭和57年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人※採用後に多久市に居住できる人
土木	昭和57年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人※採用後に多久市に居住できる人
建築	昭和57年4月2日以降に生まれた人で、1級建築士または2級建築士免許取得者
保健師	昭和57年4月2日以降に生まれた人で、保健師免許取得者または取得見込者 ※採用後に多久市に居住できる人

採用試験のスケジュール

- 1次試験：9月10日(土)～19日(月・祝) **〈全区分共通〉**基礎能力試験など
テストセンター方式※で実施 ※全国の試験会場で期間内に希望する会場・日程で受験する方式
 - 2次試験：10月中旬 **〈一般事務〉** 集団作業試験、個人面接など
〈土木・建築・保健師〉 専門試験、個人面接など
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、試験科目などが変更になる場合があります
※1次試験に関しては、申込受付期間後にメールで案内します

受験手続き 市のホームページから申込書をダウンロードして提出してください。申込書は、郵送請求や市役所で受け取ることもできます。[くわしくは市のホームページをご覧ください。](#)

申込期間 8月1日(月)～8月19日(金) **※当日消印有効**
※郵送は「特定記録郵便」で送付してください

提出先 〒846-8501 多久市北多久町大字小侍7-1
多久市役所 総務課 人事係

給与 (令和4年4月1日現在)

一般行政事務・土木・建築：150,700円(高卒)、172,200円(大卒)

保健師：201,400円(短大卒)、213,600円(大卒)

※採用者の経歴などに応じて上記の金額に加算される場合があります

※このほかにも期末勤勉手当(ボーナス)や各種手当などを規定に基づき支給します



特別相談会を実施します ～まずは電話で問い合わせください～

「市職員がどのような仕事をしているか知りたい」「子どもが就活中なので、就職先の参考に話を聞きたい」など、就活中の学生や保護者のみなさんから、さまざまな相談をお受けします。

日時：8月8日(月)～12日(金) 9時から17時まで ※8月11日(木)を除く

相談方法：市役所での対面相談やweb会議ツールを使用したオンライン相談など

※完全予約制です。希望日の2日前までに総務課人事係までご連絡ください

SAGA2024多久市カウントダウンボードの写真を募集します



問 国民スポーツ大会推進課 ☎20-0268

SAGA2024多久市実行委員会では、佐賀県立多久高等学校と連携して、開会までの残りの日数を表示するカウントダウンボードを製作しています。カウントダウンと共に表示する市内在住の個人、市内の企業・団

体の写真を大募集しています。SAGA2024国スポ・全障スポを一緒に盛り上げていきましょう！

くわしくは、市ホームページ、または、国民スポーツ大会推進課まで問い合わせください。



「藤吉郎信長卿につかふ」秀吉が信長の草鞋を懐で温めている場面



「信長奇謀堀田春日の両士を斬る」信長と濃姫

「絵本太閤記」は豊臣秀吉の一代記を絵と文章でつづった江戸時代のベストセラーです。秀吉の出世物語であることはもちろん、名だたる戦国武将が登場するエンターテインメントでもあり、文楽などにも取り入れられました。今回の展示では、多久家に所蔵されていた「絵本太閤記」などの読本を紐解きます。資料館で近世文学の息吹にふれてみませんか。

- 日 時 9月25日(日)まで
- 休館日 月曜日
- ※月曜が祝日の場合は開館し、翌火曜日休館
- 場 所 多久市郷土資料館第2展示室(西溪公園内)
- 展示資料 「絵本太閤記」「源平盛衰記図会」「南総里見八犬伝」ほか

令和4年 夏季企画展 近世読本の秀吉「絵本太閤記」 展を開催しています

問 多久市郷土資料館 ☎75-3002



お知らせ

県営住宅の入居予備者を募集します



問 佐賀県営住宅指定管理者㈱マベック 佐賀管理室 ☎20-2500

多久市内にある県営住宅の入居予備者を募集します。

- 募集团地 北多久団地/砂原団地(3階・4階)
- 入居資格 県営住宅条例に定める入居資格が必要です。
- 資料配布期間

- ① 佐賀市八丁畷町8番1号(佐賀総合庁舎別館) 佐賀県営住宅指定管理者㈱マベック 佐賀管理室 9月1日(木)~12日(月)
- ※9月3日(土)・4日(日)・10日(土)は配布しませんが、9月11日(日)は配布します

- ② 市役所1階 建設課 9月1日(木)~12日(月)(8時30分~17時15分)
- ※平日のみ
- ※数に限りがあります

- 受付 受付は㈱マベック 佐賀管理室でのみ行います。
- ・ 受付期間 9月6日(火)~9月12日(月)
- ※9月10日(土)は休みますが、9月11日(日)は受け付けします
- ・ 登録有効期限 次回の募集受付開始日の前日まで



戦没者などの遺族に対する特別弔慰金の請求期限 は令和5年3月31日までです



☎ 福祉課 地域福祉係 ☎75-2113

令和2年4月1日（基準日）において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人（戦没者などの妻や父母）がいない場合は、戦没者などが死亡した当時のご遺族のうち、次の順番による先順位のご遺族1人に支給されます。

■支給対象者

- (1) 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- (2) 戦没者などの子
- (3) 戦没者などの①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
※戦没者などの死亡当時、生計を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります
- (4) 上記(1)から(3)以外の戦没者などの三親等内の親族

(甥、姪など)

※戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限ります

- 支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債
- 請求期間 令和5年3月31日(金)まで（この期間を過ぎると、請求できなくなりますのでご注意ください）
- 請求窓口 市役所1階 福祉課 地域福祉係

お知らせ



中央公民館を舞台に、おばけやしきを開催します。家族や友達と参加して、夏の思い出を作りませんか？

今年も開催！ 中央公民館でおばけやしき

☎ 中央公民館 ☎74-3241



- 日 時 8月26日(金) 18時～20時（最終受付19時30分）
- 会場 中央公民館
- 対象者 市内義務教育学校の児童生徒 ※保護者同伴でご参加ください
- 申込 申込用紙は各学校で配布します。必要事項を記入し、中央公民館または各町公民館へ提出してください。ホームページからも申し込みができます。
- 参加料 無料
- 締切日 8月18日(木)

お盆のお供え物などを 川に放置しないでください

☎ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117



昔から、お盆になると川にお供え物などを流す「精霊流し」をする風習がありますが、お供え物を川に放置することは不法投棄となります。また、川が汚れるだけでなく、下流域の漁業、農業などに支障をきたします。

環境を守るため、精霊流しなどを行った場合は各自で責任を持って回収を行い、川にお供え物などを放置しないよう、ご協力をお願いします。



8月からの限度額認定証は申請が必要です！



現在交付している限度額認定証（以下、認定証）の有効期限は7月31日(日)までです。

認定証は自動更新をしないため、8月以降に入院などで認定証が必要な人は新しく申請が必要です。必要な書類を持参し窓口で手続きをお願いします。

※国保税の未納や税の未申告がある場合は認定証の交付ができません

■限度額認定証とは？

入院、外来診療、診療に伴う調剤費などで医療費が高額になる場合、認定証を医療機関窓口で提示すれば当該医療機関窓口での1か月の支払額が自己負担限度額までとなります。

※差額ベッド代などの保険診療外費用は含まれません

■受診時に認定証がない場合は？

高額療養費で払い戻しが受けられます。一旦、限度額以上の医療費負担をしていただき、診療月から約2か月後以降、該当世帯に高額療養費の申請勧奨通知を郵送します（申請後に給付）。

■申請に必要なもの

- 受診者の保険証
- 申請者・受診者・世帯主のマイナンバーがわかるもの
- 申請者の顔写真付き身分証明書（運転免許証やマイナンバーカードなど）

8月1日(月)から4日(木)までに申請される場合、口座振替の人や納付書で直前に納入した人は、記帳をした口座振替の通帳や領収書をご持参ください。

後期高齢者医療制度加入者で、すでに認定証を持っている人には、保険証送付時に認定証を同封しています（6月から7月末までに認定証の申請をした場合は別々に送付）。



問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

メタボリックシンドロームを予防しよう

腸内細菌と肥満の意外な関係

腸内細菌は単におなかの調子を整えるだけでなく、さまざまな働きをしています。肥満とも関係していて、体重が増えると腸内細菌のバランスが崩れ、血糖値が上がりがやすく太りやすい体質に変わっていきます。

食欲を抑える上手な食べ方は？



腸内細菌は食事とった食物繊維などを発酵させて短鎖脂肪酸を作り出します。短鎖脂肪酸はエネルギー源になるほか、食欲を抑制する効果などがあることも分かっています。しかし、食品から直接とることができないので、自分の腸内細菌に作ってもらう必要があります。

腸内環境を整えることは便秘改善に限らず、体全体の健康につながります。食物繊維を多く含む野菜、きのこ、海藻、雑穀（玄米など）を意識して取り入れましょう。

問い合わせ 健康増進課 ☎75-3355



多久市の子育てを応援する「児童センター」

あじさいへ行こう!

Go!



あじさいホームページ
はコチラ



「ファミリーサポートを利用してみませんか?!

ファミリーサポート（通称：ファミサポ）とは、子育てのお手伝いをしてほしい人と子育てをお手伝いしたい人が会員登録し、送迎や一時預かりを行う有償ボランティアです。対象は、生後6か月から小学6年生までのお子さん。ファミサポ利用者からは「身近に子どもを見てくれる人がいないときに、とても助かる」「1時間単位で預けられるので、気軽に利用できる」などの声があります。市内に在住、または市内に勤務する保護者ならどなたでも利用できます。ファミサポは地域のみなさんと協力し、子育て中のお父さんやお母さんを支援していきたいと考えています。興味がある人はぜひ登録してみませんか？



▲乳児の預かりの様子



▲児童の預かりの様子

ファミリー・サポート・センター
☎(0952) 75-5111

あじさいのイベント情報♪

8月	
おはなしのドア（第1金曜）	
5日	読み聞かせ・手遊び
ほかほかタイム（第4金曜）	
26日	ふれあい遊び
にこにこサロン（毎週火曜）	
9日	読み聞かせ
23日	お誕生会
30日	みんなで遊ぼう
すこやかタイム（毎週土曜）	
6日	手話教室
20日	紙ねんど工作
27日	あじさいシアター
でんでんむし	
4日(木)	でんでんカフェ
11日(木)	子育て講演会
18日(木)	赤ちゃん広場 食育相談会
23日(火)	お誕生会

問い合わせ 児童館 ☎75-6621 / 子育て支援センター「でんでんむし」 ☎37-1117
利用者支援事業「パラソル」 ☎75-5120 / ファミリー・サポート・センター「にじいろ」 ☎75-5111

連載



出典：独立行政法人国民生活センター

事例 使用しているガラケーの電池パックを交換しに携帯電話ショップに行った。機種変更するつもりはなかったが、店員に「今より毎月の携帯電話料金が3千円安くなる」と言われ、スマホの契約をした。さらに、タブレットも勧められ、新機種に変更した。しかし、スマホは電話に出る方法が分からず、新しいタブレットも機種が違うため、電源の入れ方が分からず使っていない。返品したいができませんでした。（当事者：80代 男性）

- ひとことアドバイス
- 携帯電話を契約する際は、普段の自分の使い方に合った機種であるかをよく確認し、できるだけ周りの人に相談しましょう。
 - 操作方法に不安な点があるときは、店員に確認し、理解してから契約しましょう。事前にスマホ教室などで、操作方法を確認しておくのもよいでしょう。
 - タブレット端末や光回線などを勧められるケースもあります。契約内容や料金を確認し、不要な契約は断りましょう。
 - 条件を満たしていれば初期契約解除制度や確認措置などで、契約の解除ができる場合もあります。

18歳から大人！18歳からできること、できないこと

Q 競馬や競輪などの公営ギャンブルは18歳からできる？できない？

A 公営ギャンブルは20歳からです。「のめりこみ」にはくれぐれもご注意を。

こま 困ったこと（契約・製品のトラブル）が、無料で相談できます。

し 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117 しょう ひ 消費者ホットライン ☎188

Check!

機種を選びましょう

みんなで目指そう！自ら考え行動する消費者！



自ら考え行動する
賢い消費者



みんなで目指そう



「多久から発信！SDGs⑨」

「平和と恕の心」

「8月15日は何の日でしょうか」と尋ねられたら、みなさんは何と答えますか。昭和20年8月15日。今から77年前のこの日、日本がポツダム宣言を受諾し、太平洋戦争(第二次世界大戦)は終了しました。厚生労働省の資料によると、この大戦による日本の死者数は軍人230万人、民間人80万人とされています。当時の方々に思いを馳せると、その悲しみはどれほどのものであったか、容易に想像できると思います。

多久市子どもたちは「平和」をテーマにさまざまな活動に取り組んでいます。この夏に実施予定の9年生の修学旅行では、広島や南九州を学習地として活動し、平和の尊さを体感します。この修学旅行に至るまで、義務教育学校では、校内での平和学習に加え、大刀洗平和記念館(福岡県)の見学や長崎市での現地研修を行い、学びを積み重ねています。

このような学びを通して、平和を希求し、お互いのことを大切に思う人に育ってほしいと願っています。

孔子は、人生で一番大切なことは「恕」思いやり」の心であると言っています。8月15日は終戦記念の日。恕の心と重ねて、この日を過ごしたいと思えます。



連載

野の仏ギャラリー 39

馬頭観音坐像

多久町

光背・坐像・蓮華台が石に彫られ、光背には縁取りがあります。顔は正面と左右に計三面あり、正面は怒りの表情です。正面の逆立つ頭髪上に馬頭があり、額に第三眼があります。手は馬口(頭)印を結び、腕・手首に釧を着け、右膝を斜めに立てています。光背の左右それぞれに三手が刻まれ、左二手は法輪と瓶、右二手は剣と斧を持っています。馬頭観音は観世音菩薩の変化観音で、六観音の一つです。

銘「御願成就馬頭観世音多久村石洲分施主陣内菊一全サキ二昭和十年九月吉日」



○頭上の馬は悪魔を下し、煩惱を砕く象徴とされます。また、馬頭観音は馬の守護ともされます。
○馬口(頭)印は馬の口を模したとする説があります。
多久市郷土資料館長 藤井伸幸

市民文芸

短歌 《麦の芽短歌会 互選》

- ◆ 毎日が聖なる日々と思うから
僕は時間を無駄に出来ない
野崎 隆幸
- ◆ 堀のごと 深き我が家の池に落ち
儂なく逝きしおとうと三才
浦野 嘉恵
- ◆ 水張田 若苗豊かに育ちおり
農夫の背中に安堵感見ゆ
梶原恵美子
- ◆ 外地経験 豊かな先輩に支えられ
日中友好盛りあがりし頃
尾形 節子
- ◆ 次つぎに 蒔かざりし花庭に咲く
凌霄花の花は燃えたつ
川浪 信子

俳句 《大石ひろ女選》

- ◆ 海風の渡りゆく丘 枇杷熟る
富樫 明美
- ◆ 草刈つて 大の字に寝る 奥座敷
本村 則子
- ◆ 単線の心地良き揺れ 濃紫陽花
おおやはな
- ◆ 梅雨の家の 鯉のはねたる 留守居かな
武富 律子
- ◆ 柿若葉枝の向かうの 青い空
中嶋 清子

川柳 《多久川柳会 互選》

- ◆ おおらかに 生きよう空は 晴れている
西山 残月
- ◆ 紅葉を 松の緑は 知らぬまま
井上 東子
- ◆ 忘れては ならぬ戦を 子に語る
大谷 和
- ◆ 古い二人 緑茶で 午後のティータイム
田中 正春
- ◆ 西瓜みな 鳥ちゃんからのお裾分け
中尾 和弘

市交際費の支出状況



令和4年6月分

支出種別	区分	件数	金額(円)
弔慰	今月分	0	0
	累計	3	15,000
見舞い	今月分	0	0
	累計	1	10,000
御祝	今月分	0	0
	累計	3	10,740
賛助	今月分	0	0
	累計	0	0
激励金	今月分	0	0
	累計	0	0
接遇	今月分	38	76,000
	累計	39	78,254
会費	今月分	2	21,000
	累計	3	24,000
その他	今月分	0	0
	累計	0	0
合計	今月分	40	97,000
	累計	49	137,994

※くわしくは市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

「夏の夜空に想う」

日本人で初めて花火をみた人は、徳川家康だという説があります。

その徳川家康の遺訓として知られている「人の一生は重き荷を負うて遠き道をゆくがごとし。急ぐべからず。不自由を常とおもへば、不足なし。」という言葉は、幼少期を人質として過ごした時から天下を取るまでの、忍耐の一言につきる、家康の生涯そのまます。

怒りに身を任せず冷静に、辛抱強く好機を待つ。日々は不自由が常で、いかに生き易くするかを考え生きていく。しかし、わかつてはいても、毎日こんな考えでは疲れてしまいます。

tomonikiuru

重い荷物を持ち続けることがつらい時は、たまには荷物を置いて休憩したり、美味しいものを食べて友達と遊んだり、息抜きも必要ですよ。我慢し過ぎないでほしいと思います。

ひとり我慢せず、悩みがあつて胸がつかえる時は、誰かに話を聞いてもらいましょう。私たち人権擁護委員も近くにいます。お力になれればと、いつでもみなさまからの連絡を待っています。重い荷物も誰かと一緒なら軽くなるはずです。

不自由さや我慢のバトンをそのまま次へ渡さなくてよいように一緒に考えましょう。夏は全国各地で花火が打ち上げられます。立ち止まり、空を見上げて、夏の花火を楽しんでもらいたいと思っています。

人権擁護委員

連載

Message for citizen



7月の参議院議員選挙は大事な参政権行使の機会でしたが全国の投票率は52%程で有権者の半数が貴重な権利を放棄しています。誠に残念なことです。

選挙運動期間の最中、8日の白昼に安倍晋三元首相が奈良市の近鉄大和西大寺駅前の街頭演説中に銃撃されました。

オープンスペースの駅前で、歩道から近づく犯人が自作の銃器で二度発砲。一度目ははずれ、二度目の被弾が致命傷となり、失血で死に至る惨劇。あまりに突然の悲報に衝撃と悲しみが全国に広がりました。多久市も弔意の記帳所を設けました。

もっと堅固な警護をしてほしい。一般的には警護対象者の後ろには人が立つか車を配置するなどして護るものと認識していますが、報道画面からは元首相後方の注視が不十分と映ります。その間隙を突かれた悲劇です。事前に警戒ロープを歩道

安倍元首相急逝とコロナ感染

市長 横尾 俊彦

7月21日記

に張り巡らせていけばロープを越える動きを制止できたはず。「恨んでいる団体に関係しているから」が犯人の動機とのこと。政治姿勢の評価は様々あつても、外交関係の人的ネットワークなど失われたものは大きいです。改めて哀悼の意を表します。

7月は私もコロナ感染し、ご心配ご迷惑をおかけしました。感染予防を呼びかける側でありながら感染の事態となり責任を感じることも、誰もが感染しうる状況であることを痛感しました。療養中の公務はオンライン、電話、メールで行い、会議は代理対応、面会等は再調整しました。発熱は38・6度まで上がり喉の痛みもありました。今回の感染と療養体験も今後の対策に活かしていきます。

県内感染も1800人で最多更新。3回目4回目のワクチン接種も忘れずお願いします。皆様も十分に気をつけて下さい。

市民の健康カレンダー Health calendar 8月



健康相談
はコチラ

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
31	1 健康相談日	2	3	4	5 コロナワクチン接種 結果説明会(西) 終日	6
7	8 健康相談日	9	10 結果説明会(多) 終日	11	12	13
14	15 健康相談日	16	17 コロナワクチン接種 心ストレス相談	18	19	20
21 コロナワクチン接種 特定・一般 健診(役)	22 健康相談日	23 子ども発達相談 特定・一般 健診(役)	24 特定・一般 健診(役)	25 すくすく子育て相談会 終日	26	27
28	29 健康相談日	30 コロナワクチン接種	31	1	2 特定・一般 健診(役)	3

… 健康相談日 市役所1階の健康増進課で、乳幼児から大人までの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!メールは市ホームページから利用できます。

… 子ども相談 [会場/あじさい 受付時間/要予約]

… 心ストレス相談 [会場/社会福祉会館 受付/要予約]

… 特定・一般健診 [受付時間/9時~11時/要予約]

… 個人通知があります 場所:略式表記の場所はこちらです。

… 子ども健診 [会場/あじさい 受付時間/12時30分~13時]

(多)…多久公民館
(西)…西多久公民館
(役)…市役所4階

40歳～74歳の国民健康保険加入のみなさまへ



特定健診を受けてください

コロナ禍で健康が気になる今だからこそ、健診は必ず受けましょう。

ただいま集団健診の予約受付中です

随時予約が入っています。お早めにお申し込みください。

日程	曜日	健診会場	空き状況
8月21日	日	多久市役所 4階	△
8月22日	月		○
8月23日	火		○
8月24日	水		○

集団健診は**事前の予約**が必要です

健康増進課 ☎75-3355 へお電話ください。

ホームページで、直近の空き状況を確認することができます。



夏休みを利用して、予防接種を済ませましょう



◎二種混合の予防接種

- ・6年生(H22.4.2～H23.4.1)
- ・二種混合はジフテリア、破傷風を予防します

◎日本脳炎の予防接種

- ・4年生(H24.4.2～H25.4.1)・5年生(H23.4.2～H24.4.1)・18歳(H16.4.2～H17.4.1)
- ・平成14年4月2日から平成19年4月1日生まれの方は、日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えによって、予防接種を受ける機会がない時期がありました。そのため、20歳未満で未接種の方は、予防接種を受けることができます

◎新型コロナウイルス感染症の予防接種

- ・5歳～11歳(小児用ファイザー社製)・12歳以上(ファイザー社製またはモデルナ社製)

◎子宮頸がんの予防接種

- ・6年生～高校1年生相当の女子(H18.4.2～H23.4.1)
- ・平成9年4月2日から平成18年4月1日生まれの方は、未完了回数分を接種できます

※接種方法、接種場所など、くわしくはホームページや個人通知をご覧ください



多久市・小城市 休日在宅当番医のご案内 ※必ず健康保険証を持参ください



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
8/7 (日)	徳富医院(内科・産婦人科)	☎66-1547	芦刈町	8/21 (日)	諸江内科循環器科医院(内科)	☎75-3880	北多久町
	にしかわ整形外科クリニック(整形外科)	☎73-8855	三日月町		まえた脳神経外科・眼科クリニック(脳神経外科)	☎72-6101	三日月町
8/11 (木・祝)	池田内科胃腸科医院(内科)	☎71-9355	北多久町	8/28 (日)	中多久病院(精神科)	☎75-4141	北多久町
	まなべ消化器内科クリニック(内科・消化器内科・外科)	☎72-3636	三日月町		鶴田整形外科(整形外科)	☎66-4114	牛津町
8/14 (日)	諸隈病院(内科・外科)	☎74-2100	北多久町	9/4 (日)	江口医院(内科・小児科)	☎76-2137	東多久町
	江口病院(内科)	☎73-3083	三日月町		上砥川戸塚クリニック(内科・外科)	☎20-0573	牛津町

※変更となる場合がありますので、受診の際は事前に医療機関へ問い合わせください

家族介護教室を始めます

参加者
募集中！

今回のテーマは

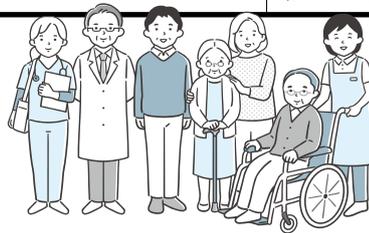
「ちょっと知っておくと、便利でぴったりの教室」です。

教室では、介護するときに、多くの人が悩んでいることを取り上げます。

今、介護をしている人や、これから介護について学びたい人など、介護に関心がある人の参加をお待ちしています。

回	場 所	内 容	講師
1	8月24日(水) 受付13時30分 14時～15時30分	今、家でできる感染予防方法を学ぼう	やまぐち ことじ 山口 琴路さん (中多久病院 看護長)
2	9月15日(木) 受付13時30分 14時～15時	市販食品を上手に使って介護食を考えよう	ふたせ ひろ 二瀬 邑さん (株)クリニコ 管理栄養士)
3	10月15日(土) 受付9時30分 10時～13時	フレイル、だんだん弱っていくのを予防しよう ※配食の試食あり(個人負担あり)	きくち いっこ 菊池 伊津子さん他 (多久市地域包括支援センター)
4	10月25日(火) 受付13時 13時30分～16時	認知症、今できる予防を知ろう	とみなが みき 富永 美紀さん他 (多久市地域包括支援センター)
5	11月12日(土) 受付9時30分 10時～12時	介護保険制度を学ぼう	ひらやま よしふみ 平山 義文さん他 (多久市地域包括支援センター)

- 定 員 各回20人
- 会 場 多久市役所4階 大会議室など
- 申込期限 8月19日(金)まで
- 申 込 先 地域包括支援課 ☎75-6033



※参加費は無料、予約が必要です。講座によっては自己負担があります

消毒は忘れずに

消毒液の設置台を配布しています



多久市では「いきいき百歳体操」を実施している通いの場に、感染予防の継続のために消毒液の設置台を配布しています。この台には、市内の義務教育学校の児童生徒がイラストを書いています(東部校→東多久町、中央校→南多久町と北多久町、西溪校→多久町と西多久町)。これからも感染予防に努めながら元気に体操をしましょう。



▲設置台を配布しました



▲西溪校のイラストを貼った消毒台



市内で活動されている通いの場を紹介します

西多久

多久原

西多久

中中原

両子

瓦川内

山犬原

四下

東原

庄

泉町



来月号は多久原の百歳体操教室の取り組みを紹介します。

グループ名：西多久いきいき百歳体操クラブ

開始時期：令和4年4月から始めました

会員数：西多久老人クラブに加入している
74歳から87歳までの12人

活動場所：西多久公民館

活動日：毎週水曜日 14時～15時

代表者：梶原 恵美子、深町 佳代

コメント：西多久老人クラブの会員から声があがり、このクラブを作りました。4月14日から活動しており、筋力をつけて健康で長生きできるようにみんなで頑張っています。最近では「足が軽くなった」「起きるのが楽になった」など効果を実感している人も多いです♪

東多久合同

納所

西ノ谷

古賀三区

撰分

裏納所

西の原

浦町

上田町

石州分

高木川内

中多久

別府二区

羽佐間

宝蔵寺

板屋

別府一区

池ノ平

宮ノ浦

浦山

立山

東町

東の原

高齢者パソコン教室の参加者を募集します

今年2回目の教室を開催します。今回は、ワード（Word）の基礎を学べます！

対象者 65歳以上で多久市に住民登録があり、パソコン操作に興味がある人（定員10人）

日程 9月5日（月）から9日（金）までの5日間

実施時間 毎日10時から12時まで

場所 多久市社会福祉会館2階 研修室2

参加料 500円（別途テキスト代1,320円が必要）

申込方法 電話申し込み。多久市地域包括支援課（☎75-6033）までご連絡ください。

申込期間 8月15日（月）から26日（金）まで（応募多数の場合は抽選で参加者を決定します）





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

佐賀県市町総合事務組合 職員を募集します

職種 一般事務

採用人数 若干名

第1次試験

○日時 9月18日(日) 10時〜12時

○場所 佐賀県立佐賀工業高等学校 (予定)

○試験内容 筆記試験および適性検査

第2次試験など 10月下旬以降

(面接試験、作文試験など)

申込期間 8月16日(火)まで

土日・祝日を除く8時30分〜17時

15分

※郵送は当日消印有効

※申込書は本組合で配布します

※受験資格などくわしくは、問い

合わせください

問 佐賀県市町総合事務組合

☎25-2354

令和4年度佐賀西部広域水道企業団職員採用試験(統一試験)

土木(社会人経験枠)・電気(高卒程度)の職員を募集します。

採用予定 いずれも1名

第1次試験 9月18日(日)

受付期間 8月16日(火)

くわしくはこちら▼



問 佐賀西部広域水道企業団 総務課
☎68-3181

下水道排水設備工事責任技術者試験

下水道排水設備工事責任者として登録するための資格認定試験と受験講習会を行います。

試験日 10月5日(水)

試験会場 佐賀市文化会館

受験料 8,000円

講習会場 佐賀市文化会館

講習料 5,000円

受講料 5,000円

(別途テキスト代2,500円)

申込方法 8月1日(月)〜8月19日

(金)の間に佐賀県下水道協会へ申込

書を郵送(当日消印有効)

※申込書は都市計画課で配布

問 佐賀県下水道協会 ☎33-11330

放送大学入学生の募集

2022年10月入学生を募集しています。放送大学はテレビやスマホ、パソコンを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など約300の授業科目があり、1科目から学ぶことができます。資料は無料で差し上げますので、お問い合わせ

ください。

出願期限 第1回 8月31日(水)まで/第2回 9月13日(火)まで

問 放送大学佐賀学習センター

☎22-3308

催し

「アスパラガス栽培やってみようセミナー」参加者募集!

開催日時 8月28日(日) 9時〜12時(受付8時30分から)

集合場所 J.Aさが佐城エリア中部営農経済センター

対象者 佐賀市・多久市・小城市在住の就農希望者、新規作付け希望の農家

内容 ハウスの見学、室内研修で栽培や経営、就農支援の情報提供など

参加費 無料

募集人員 15人 ※動きやすい服装でご参加ください

申込期限 8月18日(木)まで

申・問 佐城園芸センター 園芸指導課(佐城野菜)

☎72-5137

申・問 佐城農業振興センター

☎45-8888

令和4年度佐賀県がん遺族集いの会

日時 第1回 8月20日(土)/第2回 令和5年1月7日(土)

両日ともに13時〜16時

場所 佐賀県がん総合支援センターさん愛プラザ

対象 がんで大切な人を亡くされた人(10人程度)

内容 親睦・交流会や音楽鑑賞など(お茶菓子付き)

参加料 無料

申込方法 居住市町名・氏名・電話番号・参加人数を電話

でご連絡ください。

申込期限 開催日の3日前

問 佐賀県がん総合支援センターさん愛プラザ

(平日9時30分〜13時、14時〜16時30分)

☎0120-2461388

佐賀県労福協 無料法律相談会

県内勤労者とそのご家族の生活支援を目的に、弁護士による無料法律相談会を毎月1回日曜日に開催しています。コ

ピックアップ

<p>令和4年度厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業</p> <h2>受講生募集中</h2> <h2>受講料無料</h2> <p>申込み お問合せ先 公益社団法人 佐賀県シルバー人材センター連合会 TEL 0952-20-2011 FAX 0952-20-2015 または、お近くのシルバー人材センターへ 《 平日9:00〜17:00 》</p>	<p>福祉車両送迎 運転者講習</p>  <p>講習会場: 神埼市千代田交流センター 実施時期: 令和4年9月21日(水)〜 9月22日(木) (2日間) 締切日: 9月8日(木)</p> <p>対象者 佐賀県内在住の60歳以上で、 受講後シルバー人材センターに入会を 希望する方</p>	<p>マンション施設 管理員養成講習</p>  <p>講習会場: 鳥栖市シルバー人材センター 実施時期: 令和4年9月15日(木)〜 9月16日(金) (2日間) 締切日: 9月5日(木)</p> <p>定員 10名</p> <p>・「受講申込書」の提出が必要です。 ・日程、会場は変更になる場合があります。</p>
--	---	---

ナ禍による労働・生活問題や相談、借金など法律問題でお困りの人は、一人で悩まずご相談ください。

日時 8月21日、9月18日（各日 曜日 13時～15時）

場所 佐賀県労働会館 1階
※相談は予約制ですので、事前にお申し込みください

問 (一社) 佐賀県労働者福祉協議会
ライフサポートセンターさが
☎0120-931-536

「SAGAの里親さん」
街角パネル展を開催します

県内で活躍されている里親さんの写真を展示した街角パネル展です。期間中に1日、里カフェと個別相談会も開催します。

里親に興味のある人、子どもが好きな人、お話を聞きに来ませんか？

「パネル展」
日程 9月12日(月)～24日(土)

場所 多久市まちづくり交流センター あいぱれっと

※16日(金)は10時から13時まで個別相談会を開催します

「里カフェ」
日時 9月16日(金) 15時～16時30分

場所 でんでんカフェ
問 児童養護施設・聖華園
☎98-11075

その他

ひとり親のための

在宅就業に向けたパソコン講座

子育てと仕事の両立が図りやすい

ITを使った在宅就業や就労に役立つパソコン講座を開催します。

対象 県内在住のひとり親家庭の親でオンライン受講に参加できる人

期間 10月3日(月)～12月5日(月)
※土・日・祝日は休講

受講料 無料

申込方法 申込用紙をホームページからダウンロードし、必要事項を記入のうえ郵送してください。

申込期限 9月5日(月)必着
問 NPO法人ひとり親ICT就業支援センター
☎32-0221

「子どもの人権110番」強化週間

佐賀地方事務局では、いじめや虐待など子どもの人権に関わる悩みごと、心配ごとなどの電話相談を行っています。ひとり親で悩まずお気軽に相談ください。相談内容は固く守ります。

期間 8月26日(金)～9月1日(木)

受付時間 8時30分～19時

※8月27日(土)・28日(日)は10時～17時
相談担当 法務局職員、人権擁護委員
相談連絡先
☎0120-007-110

コンセント火災に注意しましょう

コンセントや電源プラグ周りに溜まったほこりが、空気中の水分を吸収して湿気を帯びます。ほこりが湿気を帯びると電気が流れやすくなるため、電源プラグの刃と刃の間にわずかな電気が流れ、火花放電が発生することで、ショートして火災になることがあります。

コンセント火災を防ぐポイント

○差込みプラグは緩みがないようにしっかりと差し込む。

○使用していない時は抜いておく。

○コンセント周りに燃えやすいものを置かない。

○ほこりが溜まらないようにこまめに掃除する。

問 佐賀広域消防局 予防課
☎33-6765

職業訓練受講生募集

令和4年10月入所生を募集します。あなたの就職に『職業訓練』を生かしませんか！

募集コース

○ものづくりベーシック科
※1日4時間の短時間訓練

○電気設備施工科

定員 各科15人

募集期間 8月29日(月)まで

入所選考 9月7日(水)に筆記試験と面接を行います

訓練期間 ものづくりベーシック科は、10月4日(火)～令和5年1月27日(金)、電気設備施工科は、10月4日(火)～令和5年3月29日(水)

受講料 無料

応募資格 (テキスト代などは自己負担) 新たな職業に就こうとする求職者で、受講意欲があり公共職業安定所長から受講指示などの受講斡旋を受けることができる人。

申し込み 最寄りのハローワークでご相談のうえ、応募書類をハローワークにご提出ください。

問 ポリテクセンター佐賀 訓練課
☎26-9516

パソコン設定からお困りごとまで、地元ならではの安心サービス

広告

ケーブルインターネット 好評です。

プロバイダ料込みの定額料金 安心プラン

動画視聴もストレスなく快適!	
ブロードコース 30M	下り: 30M (bps) 上り: 5M (bps)
光ブロードコース 50M	上り/下り 50M (bps)
月額利用料 4,400円	
スピーディにダウンロード	
ハイパーコース 160M	下り: 160M (bps) 上り: 10M (bps)
光ハイパーコース 200M	上り/下り 200M (bps)
月額利用料 5,500円	

WiFi ルーターを
無償(貸出し)で
提供いたします。

お問合せ先
多久ケーブルメディア
☎(0952) 75-8585

※光ブロードコース・光ハイパーコースは、光回線への切り替えが必要です。
※通信回線速度の状況やお客様のパソコン環境により、通信速度が得られない場合があります。
※ベストエフォート型のサービスであり、通信速度を保証するものではありません。

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

コミュニティチャンネルのご案内

※日曜日は1週間まとめて放送

放送時間 7:00～8:00 / 10:00～12:00 / 14:00～16:00 / 17:00～18:00 / 19:00～21:00 / 23:00～24:00 / 26:00～27:00

今月の番組案内

1日(月)～3日(水)	砂原二十三夜祭
4日(木)～6日(土)	東部校子ども教室～ピザづくり～
8日(月)～10日(水)	杉の子保育園 夏まつり
11日(木)～13日(土)	介護予防教室 歌おうドレミクラブ
15日(月)～17日(水)	多久保育園 夏まつり
18日(木)～20日(土)	ゆい工房 パステルアート
22日(月)～24日(水)	市内の話題をお届け！
25日(木)～27日(土)	シティーコムTV～鹿島市を中心に活動中！釣り番組～
29日(月)～31日(水)	なつかしビデオアーカイブ映像から懐かしいあの頃を放送

- 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。
- くわ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。
- 新型コロナウイルスの感染状況により、番組の内容が予告なく変更になる場合があります。

～今月の見どころ!～ PICK UP



毎週土・日曜日

あさ7時から放送中

伝統芸能の寄席落語から若手ニューウェーブまで笑いの演目を放送します。落語ファンに向けた落語噺はもちろん、若手噺家の新しい形の寄席にも注目!

初心者から始めるゴルフレッスン番組
ホップ★ステップ★ゴルフ
 HOP STEP GOLF シーズン2

#6

4日(木)～6日(土)

#7

18日(木)～20日(土)



放送時間

10:00～ / 14:00～ / 17:00～ / 20:00～ / 26:00～

松竹梅 Show・Chiku・Buyー暮らしを元気に!!ー

暮らしに役立つ情報や楽しくなるような情報をお届け!



☆防災について学ぼう! / 11日(木)～13日(土)

☆業界人に聞く / 25日(木)～27日(土)

放送時間

7:00～ / 11:00～ / 15:00～ / 19:00～ / 23:00～

週替わりで放送



うまりぽ!

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。

放送時間

8:10～ / 12:00～ / 13:10～ / 16:30～ / 18:30～ / 22:10～



佐賀県警 安全安心だより

佐賀県警から地域の防犯に関するお知らせ



TAKU-SUN インフォメーションプラス

市役所からのお知らせ・イベント等情報

放送時間

6:00～ / 8:30～ / 12:30～ / 18:00～ / 22:30～

○ポケットスタジオ収録日: 毎週水曜日

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。

1階	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	
建築係	☎ 75-2350	
道路河川係		
商工観光課	☎ 75-2117	
会計課	☎ 75-6114	
2階	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
3階	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
4階	総務課	
	行政係	☎ 75-2112
	人事係	☎ 75-2115
	秘書係	☎ 75-2115
	選挙管理委員会事務局	☎ 75-4829
	防災安全課	☎ 75-2181
東庁舎	総合政策課	
	企画係	☎ 75-2217
	地域づくり係	☎ 75-2116
	財政課	☎ 75-2118
	契約検査係	☎ 75-2132
第2東庁舎	教育振興課	
	総務係	☎ 75-8022
	文化スポーツ係	
	学校教育課	
中央公民館	企画係	☎ 75-3450
	学務指導係	☎ 75-2227
	監査委員事務局	☎ 75-4830
	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	
国民スポーツ大会推進課	☎ 20-0268	
人権・同和対策課	☎ 75-4824	
中央公民館 (教育振興課)		
社会教育係	☎ 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	
多久リサイクルセンター	☎ 75-3001	
佐賀西部広域水道企業団 多久営業所	☎ 75-3003	



催し & 相談スケジュール

今後の新型コロナウイルス感染拡大の状況で、中止や延期となる場合があります。

マイナンバーカードをつくらう！

カードの交付申請と
マイナポイントの予約・登録
をサポート♪



写真撮影も無料！

◎マイナポイント第2弾は、**9月末までの交付申請**が対象です！
最大2万円分のマイナポイントが受け取り可能！

◎市役所のサポートコーナーなら短時間で交付申請可能です!!

※運転免許証などの本人確認書類を持参してください

◎日曜日でも市役所でサポートコーナーを開設します！

8月7日、21日、9月11日、25日の9時～17時



▲くわしくはコチラ

個人・事業所などで出張サポートを希望する人は**予約が必要**です
(問い合わせ・予約先：情報課☎75-2114)

催し EVENT & 相談 CONSULTATION

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
1日☽	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課 ☎75-4823
3日☽	社会保険・年金相談日 (完全予約制)	市役所1階 会議室	10時～16時 ※12時～13時を除く	市民生活課 ☎75-2159
17日☽	心配ごと相談	社会福祉会館	9時30分～12時	社会福祉協議会 ☎75-3593
17日☽	社会保険・年金相談日 (完全予約制)	市役所1階 会議室	10時～16時 ※12時～13時を除く	市民生活課 ☎75-2159
18日☽	法律無料相談(弁護士) ※予約優先	市役所1階 会議室	13時30分～15時30分	総務課 ☎75-2112
19日☽	行政・人権相談	市役所4階 大会議室東	10時～15時 ※12時～13時を除く	総務課 ☎75-2112
19日☽	相続・遺言・終活・家庭の 法律相談(司法書士)	市役所4階 小会議室	13時～15時	総務課 ☎75-2112
9/1日☽	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課 ☎75-4823
9/7日☽	社会保険・年金相談日 (完全予約制)	市役所1階 会議室	10時～16時 ※12時～13時を除く	市民生活課 ☎75-2159
月・水・木	★消費生活相談	市民生活課	10時～16時	市民生活課 ☎75-6117
月・水・金	★家庭児童相談& ひとり親相談	福祉課	9時～16時	福祉課 ☎75-6118
火～日	★子育て相談	子育て支援センター でんでんむし	10時～18時	でんでんむし ☎37-1117

※祝日は休みです
※★印は電話での相談も受け付けます

令和4年度からの変更点

- ・「法律(司法書士)相談」は「**相続・遺言・終活・家庭の法律相談(司法書士)**」に名称変更しました。
- ・「法律無料相談(弁護士)」は毎月第3木曜日・市役所1階会議室に変更し、**予約優先**となりました。
- ・「登記相談」は、3月で終了しました。

人のうごき

令和4年7月1日現在

総数/18,390人(+6) 世帯数/7,906世帯(+22)
男/8,730人(-3) 女/9,660人(+9)

令和4年6月の異動

出生/5人 死亡/25人 転入/116人 転出/90人

Hi! POSE

もりなが ゆづき
森永 結月ちゃん (5歳)
まとい 真友一ちゃん (2歳)



結月ちゃんは体を動かすことが大好き♡で、音楽が流れると自然と歌ったり、ダンスをしたりしてしまいます♪真友一ちゃんはお絵かき♣にハマっていて、目を離れた途端、クレヨンを手に取り、家中のいたる所でお絵かきタイムが始まってしまいます★(泣笑)

パパ・ママからのメッセージ

“とと”と“かか”は、ゆづきとまといが大好きやで♡これからも家族4人頑張っていっぱい思い出つっくていこうや! いっぱい笑おうな!

お子さんの写真大募集

「はいぼーず」にお子さん(未就学)の笑顔を投稿してみませんか? くわしくは、情報課広報広聴係(☎75-2280)までご連絡ください♪



こちらからも応募できます!



鮭のちゃんちゃん焼き風井

※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

材料 (1人分) 作り方

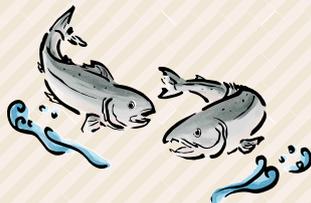
- ◆ 鮭フレーク …… 50g
- ◆ カット野菜 …… 120g
- ・ 水 …… 大さじ1
- ・ 味噌 …… 小さじ2
- ・ ごはん …… お好みの量

- ① 味噌を水に溶かしておく。
- ② ①と鮭フレーク、カット野菜を耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジ(500w)で1分30秒加熱する。
- ③ よく混ぜて、ごはんのにせる。



※1人分での量の野菜を使っています

1人分
エネルギー 404 kcal 塩分 1.6g 野菜量 120g



食生活改善推進協議会より

包丁も火も使わないため、お子様でも作ることができます。ぜひ、夏休みにチャレンジしてみてください♪



今月の一冊 『げんじものがたり』

多久市立図書館



文学史上傑作と名高い、紫式部の「源氏物語」。“古典文学は堅苦しくて”と、少し敬遠しがちですが、こちらの本は“京ことば”で訳されており、所々に入るコメディ調の会話が他の訳本とまた違った面白みがあります。紫式部は2024年のNHK大河ドラマにも決定しています。これを機会に、古典文学の世界に触れてみられるのも如何でしょうか?

問 多久市立図書館 ☎75-2233

紫式部/著
いしいしんじ/抄訳 講談社

