

多 久



「わっしょい♪わっしょい♪」
みんなで元気におみこしを担ぎました！

TOPICS

特集Ⅰ 第43回 多久まつり&秋季釈菜・孔子祭

特集Ⅱ 2013年 多久市この1年

特集Ⅲ さあ！どうする
わかってきた多久市民の健康課題！

INDEX

- 08 — 平成26年度 保育所の新入園児募集！
- 09 — 平成25年 多久市教育委員会表彰
- 12 — 観光ホットなう
- 13 — 翔け！多久高校 School Topics Vol.5
弓道部・郷土芸能同好会
- 14 — スタート小中一貫教育 連載No.9
～多久市の教育の特色を活かした実践（学力向上、交流活動）～
- 16 — まちの話題
- 20 — 今月の健康
～飲酒の機会が増える年末年始 上手な飲み方、付き合い方～
- 22 — 今月の福祉
認知症をくいとめる毎日の習慣 “虎の巻” 便秘を防ぐ
- 24 — 各種お知らせ

12/31(火)多久聖廟『お火たき』が執り行われます



今年一年の厄を払い、無病息災や家内安全を祈願する多久聖廟『お火たき』が12月31日(火)の23時20分から（火入式は23時45分）、多久市物産館『朋来庵』南芝生広場にて執り行われます。また、お火たきとともに、しょうが湯のふるまい、郷土芸能の披露では多久東部太鼓、孔子の里獅子舞の出演などもあります。あわせて、多久聖廟周辺のライトアップやイルミネーションをお楽しみください。

— 緑園に輝く —

みんなで創る
文教・安心・交流のまち 多久



多久市ホームページ
URL <http://www.city.taku.lg.jp/>

2013 December 12 平成25年 師走

No.630

第43回 多久まつり & 秋季釈菜・孔子祭



▲市内外の各団体が参加して披露されたよさこいの演舞。最後は全員で勇壮な総演舞を披露し、会場を大いに盛り上げました。

秋晴れとなった10月26、27日の両日、多久聖廟周辺を会場に、第43回多久まつりが開催されました。イベント会場では、県内各地からご当地キャラが参加した大運動会や、お笑いライブ、よさこい、子どもみこしはじめ、抽選会や町別対抗綱引き、赤ちゃんハイハイレースなど参加型イベントが行われました。

今月号では、第43回多久まつりと秋季釈菜・孔子祭にスポットを当て、写真で振り返ります。

10/26, 10/27
第43回 多久まつり

マーチング演奏♪



▲杉の子保育園児によるマーチング

▼開会式であいさつする横尾市長

多久まつり開会式



鼓笛隊演奏♪

▲中央校児童による鼓笛隊の演奏

ブラスバンド演奏♪



▲中央校生徒によるブラスバンドの演奏

「弥奉拝」の披露



▲多久町郷土芸能弥奉拝保存会による、健康と幸せ、平和を祈る奉納舞「弥奉拝」



赤ちゃんハイハイレース

▲「こっちよ〜っ、こっちよ〜っ」と親子で白熱した赤ちゃんハイハイレース

ご当地キャラ大運動会 IN 多久聖廟



▲県内各地のご当地キャラが一同に会したご当地キャラ大運動会。写真は来場者と力を合わせた綱引きの様子です。

▶初日を締めくくった宮内少年団ライブ。60年代の懐かしい「エレキ」の音色に、来場者は酔いしれました。



宮内少年団ライブ♪



▲多くのB級グルメゾーン



▲市内の各種団体による出店ブース



▲子どもみこし
市内の各保育園児がかわいらしい法被を身に着け、手作りのみこしを担ぎました!!



▲多久市学校給食センターのブース。目指せおはし名人(写真上)や「ごま味けんちん汁」の試食の様子(写真左)

市民総踊り



お楽しみ抽選会



▲豪華賞品が勢ぞろい!! 特賞授与の様子



髭男爵お笑いライブ

▲観客席に登場!会場は一気に盛り上がりました。

秋季釈菜・孔子祭

▲県内外から寄せられた漢詩を
読み上げる祭官ら



▲西溪校児童と多久町老人会
による参列生徒の唱歌

▲孔子の里獅子舞の演舞
(写真右)と、来場者
と握手や写真撮影をす
る獅子(写真左)



秋晴れの10月27日、秋季釈菜・孔子祭が多
久聖廟で執り行われました。
式典は、市長が献官を、市議会議長、教育
長などが祭官を務め、伶人による雅楽が奏で
られる中、孔子や四配(孟子・曾子・顔子・
子思子)にお供え物を奉納。その後、西溪校
児童、老人クラブによる参列生徒の唱歌、西
溪校児童の腰鼓や西溪校生徒、多久高生によ
る釈菜の舞などが披露され、多くの来場者で
にぎわいを見せました。



▲のぞみ保育園児による花棒舞



▲息のあった庄巻のぼちさばきの
西溪校児童による腰鼓

2013年 多久市この1年

早いもので、2013年も残りわずかとなりました。今年は記録的な連日の猛暑や台風襲来など天候に悩まされる一年となりました。本格的な冬はこれからです。しっかりと対策を行い、体調を整えて新しい年を迎えてください。2013年を締めくくる今月号は、多久市のこの一年の主な出来事を振り返ってみましょう。

▼今年の春季釈菜では、孔子が説いた中庸の徳、謙譲の徳を形にした『宥坐之器』の贈呈式が行われました。宥坐之器は銅板製で、水を入れる器は、水、器の重さそして器を支える支点が揃い、空の状態では傾き、ほどよく水を入れていくと水平を保つように作られています。



4月18日

▶東部っ子の像タイムカプセル開放式



1月6日



5月9日

▲梅雨時期を前に、土砂災害、洪水、河川の氾濫などの危険性が想定される場所の対応策を協議するため、毎年防災パトロールを行っています。当日は、国土交通省、佐賀県、小城警察署、多久消防署、多久市消防団等関係者らが出席し、情報の共有を図りました。

5月	4月	3月	2月	1月
22日	18日	24日	24日	3日
14日	12日	19日	17日	6日
12日	11日	9日	15日	13日
9日	2日	3日	17日	14日
6日	1日	19日	24日	17日
1日	1日	3日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日	15日	6日
		3日	17日	14日
		9日	24日	17日
		19日	15日	20日
		3日	17日	14日
		9日	24日	13日
		19日		

▲昨年7月の九州北部豪雨での水防活動の功績が称えられ、多久市消防団が防災功労者として内閣総理大臣表彰を受賞。9月2日に総理官邸にて行われた表彰式には多久市消防団を代表して陣内成和団長が出席し、表彰を受けました。



9月2日



8月15・16日

▲第65回多久山笠が多久駅周辺で行われ、華麗な装飾を施した人形山と、勇壮な提灯山が練り歩き、山笠若衆会による、素早い提灯山の組み立て競争、迫力ある曳き回しで来場者を魅了しました。

▼金属容器の製造・販売を行う、金方堂松本工業株式会社の東多久町への進出が決まり、進出協定締結式を行いました。写真は、進出協定の締結を終えて、握手を交わす竹内雅夫代表取締役社長（右）と横尾俊彦市長（左）



5月22日

11月

- 2日 教育委員会表彰式
- 4日 『多久市民の翼』 曲阜市友好都市締結20周年訪中（～8日）
- 10日 多久市教育の日 小中一貫教育研究発表会
- 14・24日 孔子の里 紅葉まつり
- 16日 多久高校創立50周年記念式典
- 第9回多久市文化祭り（～17日）
- 24日 多久市論語カルタ大会
- 27・28日 議会報告会
- 30日 全国漢詩コンテスト

10月

- 2日 第66回県民体育大会多久市選手団結団式
- 5日 多久市郷土資料館特別企画展
- 『多久のお宝展』佐賀県重要文化財を中心に（～12/1）
- 13日 多久聖廟周辺合同美化活動
- 19・20日 第66回県民体育大会が唐津市ほか3市町で開催される
- 26・27日 第43回多久まつり
- 27日 秋季釈菜・孔子祭

9月

- 1日 多久市消防団訓練大会
- 2日 多久市消防団 防災功労者内閣総理大臣表彰を受賞
- 8日 多久市長選挙
- 14日 ご長寿を祝い市長が最高齢者と100歳の11人を表敬訪問
- 17日 5期目の当選を果たした横尾俊彦市長の初登庁・就任式
- 株式会社J A食糧さが・多久市進出協定締結式
- 東原摩舎で『通学合宿』（～28日）
- 26日 多久市メガソーラー発電開始式

8月

- 27日 多久市同和問題講演会
- 15・16日 第65回多久山笠
- 15日 岸川地区で盆綱引き

7月

- 1日 多久市特産『青しまり漬』の販売開始
- 17日 ボブ・ホークスカラシップ中学生海外派遣研修招待状贈呈式
- 21日 第23回参議院議員通常選挙
- 給食センター一日体験『多久いっばいの夏野菜カレーをつくろう』
- 28日 佐賀県消防操法大会訓練礼式の部に多久市消防団代表選手が出場

6月

- 19日 西日本電信電話株式会社・多久市光ファイバー網整備事業協定締結式
- 22日 多久市青少年育成市民大会・少年の主張発表会
- 27日 J A X A 宇宙飛行士古川聡さん 中央校で小中一貫記念講演会
- 30日 大賀ハス（二千年ハス）観察会



今年も残すところあと1か月になりました。紙面の都合上ここに掲載できない話題もありました。これから年末にかけて一段と寒さが厳しくなります。今年も多久聖廟周辺を彩るイルミネーションやお火たきなど防寒対策を十分にして、楽しんでみては。来年もホットな話題をお届けできましように願っています。来年もよい年でありますように。



▶ J A食糧さがが進出協定締結式

9月20日



▶ 初登庁する横尾市長

9月17日



▲株式会社九電工が多久町（多久みず環境保全センター南側市有地）に設置する太陽光発電施設が完成し、発電開始式が行われました。

9月26日



▲JAXA宇宙飛行士の古川聡さんを講師に迎え、中央校で第3回佐賀県宇宙学校が開催されました。

6月27日

さあ！どうする わかってきた多久市民の健康課題！



特定健診は、医療費の60%以上を占めている生活習慣病への対策として始まったのですが、その狙いとは…。

1. 若いころからの健康増進を！
2. 生活習慣病が起ることを予防する（発症予防）
3. 生活習慣病の悪化を防ぐ（重症化防止）の3つです。

多久市の特定健診は、平成22年度から受診率50%以上を継続しています。この健診データから、見えてきたことがあります。これから多久市民が取り組むべき課題とは何かを、みなさんにお知らせします。

平成23年度 特定健診の結果でみる

佐賀県内23国民健康保険者での多久市の順位

メタボリックシンドローム該当者

佐賀県ワースト1位

BMI25以上の肥満該当者

佐賀県ワースト3位

低HDLコレステロール (39mg/dl 以下) 該当者

佐賀県ワースト1位

高中性脂肪 (150mg /dl 以上) 該当者

佐賀県 16位

ヘモグロビンA1c (6.1% 以上) 該当者

佐賀県ワースト3位

血圧 (130-159mmHg) 該当者

佐賀県ワースト3位

血圧 (160/100mmHg 以上) 該当者

佐賀県 12位

この結果から見えてくるものは？

残念ながら佐賀県内でメタボリックシンドローム該当者はワースト1位の結果ですが、よく見てみると、BMI25以上の肥満該当者はワースト3位。これは、太りすぎというよりは、内臓脂肪が多い（メタボが多い）という結果が見てわかります。

また、血圧やヘモグロビンA1c (6.1% 以上) からは、高血圧や血糖値が高い人が多く、重症化しやすい人やいつ倒れてもおかしくない人が見つっています。治療が必要な人は必ず治療を受けましょう！

どうやって判断するの？

では、自分の健康はどのように判断するの
か？生活習慣病の自覚症状とは…？

生活習慣病に

自覚症状はありません！

健診を受けるきっかけは、「通知が届いた」
ではなく、「健康の確認」として行ってください。

生活習慣病対策で変わる健康！

- 例1 血圧を下げるため、減塩など食事に
気を使っていたら、血圧が下がっただ
けでなく、他のデータも改善された！
- 例2 食事のとり方を見直し、薬をちゃんと
飲むことで、血糖値が改善された！

わかっているけど…と思われる人は、健
診を受け、適切なアドバイスを聞くことで、
ちよとずつ変わっていきけるものです。



「メタボ」は知っているけど、**内臓脂肪が多いと、危険なこと知っていますか？**

図1のように「メタボリックシンドローム」の認知度は、98%を超えており、その意味も多くの人に知られています。(図1)

しかし、多くの人は**メタボ**＝**太った**

と誤った認識をしていることが多く、本当の意味は、**内臓脂肪**がたまることで、**血圧**や**糖**が高く**なり**、**脂質**の異常を起すことで、**心筋梗塞**や**脳卒中**のきっかけになることです。メタボになってしまったら、**食事**や**運動**の生活改善がなければ、**内臓脂肪**が**ホルモン**を分泌し、**悪さ**をします。自覚症状がないため、**気づかない**うちに取り

図1 メタボの言葉を知っていますか

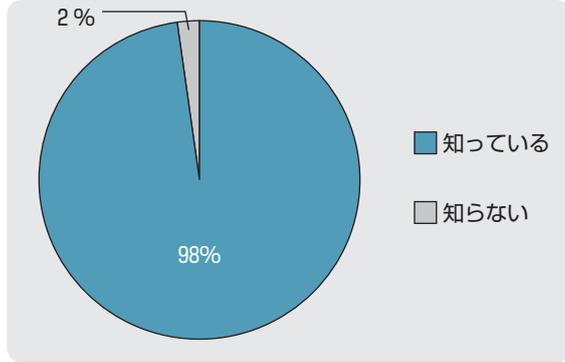


図2 メタボの意味を知っていますか

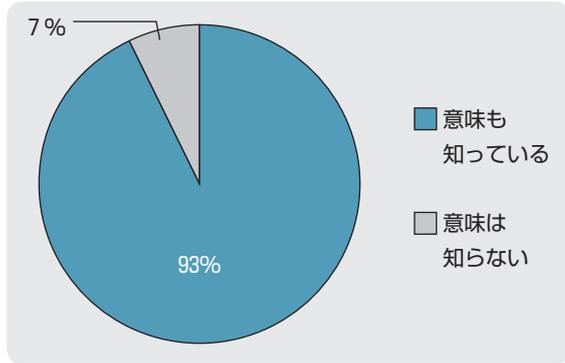
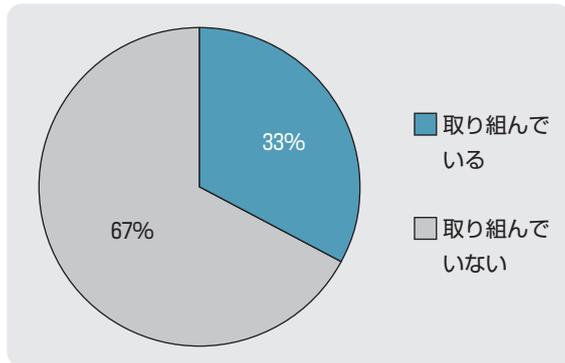


図3 生活改善に取り組んでいますか



※出典：内閣府「食育の現状と意識に関する調査」(2010年3月)



内臓脂肪は、付きやすいけど落としやすい！

皮下脂肪と内臓脂肪を比べると、**体重**を落とす場合、**皮下脂肪**よりも**内臓脂肪**の方が**減りやすく**、逆に**体重**が増えた場合は、**皮下脂肪**よりも**内臓脂肪**の方が**増えます**。そう！**落としやすい**から、まずは**チャレンジ**!!

返しのつかない状況になります。しかし、メタボ対策で、実際に適切な食事や運動を半年以上継続して実践している人は、わずか33% (図3) という残念な数値となっているのが現状です。



野菜を最初に食べよう

- 野菜のねばねばが脂肪や糖とくっつくので血糖のあがり方が緩やかになる
- おなか膨れるので食べる量を減らせる



ゆっくり噛んで食べよう

- よく噛めば、血糖の上がり方をゆっくりにできる



寝る3時間前には食べないようにしよう

- カロリーを使わないため、脂に変えて蓄えてしまう
- 栄養を取りこむために、肝臓は夜中まで働くことになる



食べてから30分後くらいの運動が効果は高い

- 筋肉への糖の取り込みが始まる



誰でもできる!! 毎日意識して続けられる工夫が効果的!

平成26年度 保育所の新入園児募集！

■問い合わせ 福祉課 社会福祉係 ☎75-6118

平成26年度の保育所新入園児の入園申し込みを12月から受け付けます。

■申し込みが必要な人

- 1.平成26年4月から入園を希望する児童
- 2.平成25年度多久市外の保育園に通っている児童

■対象年齢 0歳児（生後6週間経過後）から

■受付日程 1次受付 12月2日(月)～27日(金)
2次受付 平成26年1月6日(月)～随時

■入園の基準

- 1.保護者が日中、自宅以外で仕事をしている。
- 2.保護者が日中、自宅内で児童と離れて家事以外の仕事をしている。
- 3.母親が妊娠中か産後間がない。(通常は最大産前産後5か月)
- 4.保護者が病気やケガ、または精神や身体に障害がある。
- 5.保護者が長期にわたり、病気などの状態にある同居親族を常時介護している。

※休職中の人でも保育園への入園は可能ですが、条件があります。必ず福祉課でご確認ください。

その他入所申込書は福祉課・各保育所に用意しています。

幼稚園への入園の希望者は

ひしのみ幼稚園とひしのみ保育園では、平成26年度の入園児を募集しています。詳細は、ひしのみ幼稚園・保育園にお尋ねください。

☎ ひしのみ幼稚園・保育園 ☎75-2706

『クリスマス映画会』のご案内



子どもたちが映画を通して文化に親しむことで、情操豊かな青少年に育つことを願った映画会です。

上映映画 『ももへの手紙』

上映日 12月23日(月・祝)

時間 午前の部 9時30分～12時

午後の部 14時～16時30分

※開場は、開始時間の30分前

場所 多久市中央公民館 大ホール

参加費 200円(当日のみ)

対象者 市内の小学生・中学生

映画終了後に、お楽しみ抽選会を予定しています。

■問い合わせ

教育委員会 生涯学習課 ☎74-3241



政府統計

工業統計調査にご協力ください

平成25年工業統計調査は、従業者数4人以上のすべての製造事業所を対象に、平成25年12月31日時点で全国一斉に実施されます。

工業統計調査は、わが国の工業の実態を明らかにすることを目的とする政府の重要な調査で、統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。

調査をお願いする事業所には、12月から来年1月にかけて県知事に任命された調査員が調査票の配布・回収にお伺いします。

調査票にご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外に使用することは絶対にありません。

調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をよろしくお願いたします。



■問い合わせ

総合政策課 企画係

工業統計キャラクター
コウちゃん
☎75-2116

多久市ごみ収集カレンダー 有料広告募集！

■問い合わせ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117

多久市では平成26年4月に市内全世帯に配布する『ごみ収集カレンダー』に掲載する有料広告を募集します。企業、事務所、商店の宣伝や広告などさまざまな用途にご活用ください。

■発行部数 8,000部

■配布 市内全世帯(転入・転居時に随時配布しています)

■仕様 A4横版 全12ページ

■応募方法 申請書類を市役所1階市民生活課に持参してください。

※郵送では受け付けません。また、応募順に審査します。

申請書類は市民生活課窓口で配布、または多久市ホームページからダウンロードできます。

多久市ホームページ <http://www.city.taku.lg.jp/>

■広告掲載料

1枠 24,000円(消費税等含む)

※1社が掲載できるのは、原則1ページにつき1枠を限度

■募集期間

12月9日(月)～12月27日(金)

■掲載枠

大きさ：縦35mm×横138mm

枠数：カレンダー掲載4ページに各2枠、計8枠

平成26年度 多久市ごみ収集カレンダー	
○月 カレンダー	○月 カレンダー
○月 カレンダー	広告①
○月 カレンダー	広告②

平成25年 多久市教育委員会表彰

多久市教育委員会では、11月2日(土)に市役所で教育委員会表彰式を行いました。教育や文化、芸術、スポーツ活動などに貢献された6人が表彰されました。

- ◆**学校教育部門**
服部 政昭さん (南多久町)
 多年にわたり、特別非常勤講師として市内小学校で地域の歴史や文化の指導を行い、学校教育に貢献。
- ◆**文化芸術部門**
森山 孝さん (北多久町)
 多年にわたり、多久市文化連盟並びに文芸協会役員として尽力。
- 田中 俊勝さん** (北多久町)
 多年にわたり、多久市文化連盟並びに囲碁将棋連盟役員として尽力。
- ◆**社会体育部門**
木戸 真由美さん (北多久町)
 多年にわたり、北多久町体育協会役員として尽力。



▲表彰後に授与者、関係者での記念撮影の様子

- 野田 吾良さん** (北多久町)
 第26回都城弓祭り全国弓道大会において一般男子個人の部第2位の成績。
田中 陽樹さん (北多久町)
 第14回全国小学生ABCバドミントン大会シングルスCグループ(1・2年生)男子の部第2位の成績。

多久市職員の募集

■問い合わせ 総務課 人事係 ☎75-2112

平成25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) 土木(若干名)
- 受験資格** 昭和58年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、職員採用後、多久市内に居住できる人
- 試験日** 平成26年2月2日(日)
- 採用予定** 平成26年4月1日(火)
- 申込期間** 12月16日(月)～平成26年1月10日(金)
持参 土・日曜日、祝日、年末年始を除く
 8時30分～17時15分
- 郵送** 特定記録郵便で提出(1月10日消印有効)

- 申し込み先**
 〒846-8501 多久市 総務課 人事係
 (所在地の記入は不要)
- 受験申込書類等の取得方法**
 - ・市役所総務課人事係で配布
 - ・多久市のホームページからダウンロード
 多久市ホームページ <http://www.city.taku.lg.jp/>
 - ・郵便請求(住所、氏名、電話番号を明記し、120円切手を同封のうえ、封筒に「採用試験申込書請求」と朱書きしてください)

節電へのご協力をお願いします

節電にご協力いただきありがとうございます。今冬についても、次の期間において支障のない範囲で節電にご協力いただきますようお願いいたします。

- 実施期間** 12月2日(月)～平成26年3月31日(月)
 ※年末年始12月30日(月)～1月3日(金)を除く
- 実施時間帯** 8時～21時
- 問い合わせ**
 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117
 九州電力(株) 佐賀営業所 ☎0120-986-303

冬の交通安全県民運動のお知らせ

- 期間**：12月11日(水)～12月20日(金)
- ※12月11日(水)から20日(金)は冬の交通安全県民運動期間です。交通事故には十分注意して下さい。
- ・日没の時刻が早まっています。夕暮れ時の自動車運転では、早めのライト点灯を心がけましょう。
- ・早朝・夜間のジョギング等の外出時には、明るい服装と反射材等の着用を心がけましょう！
- 問い合わせ** 防災安全課 ☎75-2181



新成人のみなさんへ 成人式のご案内

■問い合わせ 生涯学習課 社会教育係 ☎74-3241

平成26年多久市成人式を**1月3日**に開催します。11月1日現在、多久市に住民登録をされている対象者には、案内状を送付します。※事前の参加申し込みは不要です。進学や就職で市外に転出している人も参加できますので、多久市からの案内状送付を希望される人は、氏名・生年月日・案内状の送付先・電話番号をご連絡ください。



▲平成25年成人式の様子

- 日時** 平成26年1月3日(金)
 開式11時(開場10時30分)
 - 会場** 多久市中央公民館大ホール
 - 対象者** 平成5年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人
 - 問い合わせ** 多久市教育委員会生涯学習課(中央公民館内)
 ☎74-3241 ☎74-3284
 e-mail: shogaigakushu@city.taku.lg.jp
- ※内容は多久市ホームページにも掲載しています。
<http://www.city.taku.lg.jp/>

高額介護合算療養費の支給申請が今年もはじまりました

■問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159 佐賀県後期高齢者医療広域連合 ☎64-8476

医療保険と介護保険の自己負担額の合算が著しく高額になる場合、その負担を軽減するために、「高額介護合算療養費制度」が設けられています。

この制度は、各医療保険の世帯ごとに平成24年8月1日から平成25年7月31日（基準日）までの1年間で、医療保険と介護保険の自己負担分の合算額が下表の限度額を超えている場合に支給されるものです。

（医療費分は、高額療養費の計算対象になったものがこの制度でも対象となります）

加入保険・年齢		後期高齢者医療+介護保険 75歳以上	国民健康保険+介護保険 70～74歳	国民健康保険+介護保険 70歳未満
所得区分				
上位所得者・現役並み所得者		67万円	67万円	126万円
一般		56万円	56万円	67万円
住民税 非課税	低所得者Ⅱ	31万円	31万円	34万円
	低所得者Ⅰ	19万円	19万円	

※所得区分は、高額療養費の所得区分（平成25年7月31日時点）と同じです。ただし、その超えた額が500円未満の場合は支給されません。

◎多久市国民健康保険（または佐賀県後期高齢医療制度）加入者

多久市の国民健康保険（または佐賀県後期高齢医療制度）加入者で、佐賀中部広域連合の介護保険加入者は、支給対象となった場合は、多久市（または佐賀県後期高齢医療制度）から通知を送付します。通知が来ていなくても、支給対象となる場合（期間中に転入や健康保険の異動があった人等）がありますので、保険年金係までお問い合わせください。

◎他の医療保険（協会けんぽ・健保組合・共済等の職場の保険）加入者

加入されている医療保険者への申請となります。詳しい申請方法等は、基準日（7月31日）に加入している医療保険者に問い合わせください。その際に介護保険の「自己負担額証明書」が必要ですので、まず「自己負担額証明書」の交付申請を行ってください。「自己負担額証明書」は、発行までに約1か月かかります。

◎介護保険の自己負担額の発行申請先

佐賀中部広域連合および多久市福祉課、または郵送で受け付けています。

■問い合わせ 〒840-0831 佐賀市松原四丁目2番28号 佐賀中部広域連合 給付課 ☎40-1134

競争入札の参加を希望する 事業者のみなさんへのお知らせ

■問い合わせ

管財契約課 契約検査係 ☎75-2132

平成26年度に多久市が発注する競争入札に参加を希望される事業者は、関係書類を添えて入札参加資格申請をしてください。（詳細は多久市ホームページに掲載しています。申請の要領や様式が閲覧・取得できます。

多久市ホームページ

<http://www.city.taku.lg.jp/>

※今回の登録期間は平成26年4月1日から平成27年3月31日までの1年間です。

※「平成25・26年度」の申請を既にされている場合は、今回は申請の必要はありません。

登録区分

- 物品の購入・役務の提供など
- 建設工事
- 測量・設計コンサルタント

受付期間 平成26年1月15日(水)～平成26年2月17日(月)

受付場所 市役所2階 管財契約課 契約検査係

放火による火災を防止しましょう！

平成9年以降連続して全国の出火原因の第1位は、**放火**によるものです。

放火による被害の軽減を図るため、以下のことに注意してください！

◆建物に対する放火防止対策

- (1)建物の周囲に燃えやすいものを放置しない
- (2)ポストに郵便物や新聞等をため込まない
- (3)施錠管理をきちんと行い、外部からの侵入を防ぐ
- (4)照明器具の設置により暗がりなくす

◆車両に対する放火防止対策

- (1)車両の施錠管理をしっかり行う
- (2)荷台に荷物を積んだまま駐車しない
- (3)ボディカバーをする際には、防災製品を使用する

◆その他のものに対する放火防止対策

- (1)夜間にごみを放置しないようにする
- (2)ごみは指定された場所、日時以外は搬出しないようにする
- (3)ごみ集積所の環境づくりを地域ぐるみで実施する

◆地域における放火防止対策

- (1)防火・防災訓練を開催して、地域住民の防火意識を高める
- (2)外出時には、隣近所に一声かけて協力を求める

■問い合わせ 佐賀広域消防局 予防課 ☎33-6765

多久消防署 ☎75-2191

国 保 通 信



■問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-12159

国民健康保険の助成制度をご存知ですか？

多久市の国民健康保険では、加入者が、はり・灸・あんまや人間ドックを受ける際の負担額を一部助成しています。

ご利用希望者は、保険年金係の窓口までお申し出ください。助成内容、申請に必要なものは次のとおりです。

◆はり・灸・あんま助成

◇対象者

・多久市の国民健康保険加入者

◇助成額

・利用1回につき千円の助成

◇利用制限

・年間30回（4月～翌年3月まで）
・1日に1回まで

◇持ってくるもの

・受診される人の国民健康保険証
※代理申請の場合は、身分証明書などもお持ちください。

★後期高齢者医療制度加入者についても同様の助成を行っています。

◆人間ドック助成

◇対象者

・多久市の国民健康保険加入者
（入院療養中の人は除く）

※予算の範囲（70人）までとなります。お早めの申請をお勧めします。

◇助成額

・2万8千円（医療機関では総請求額から2万8千円を差し引いた額をお支払いください）

◇持ってくるもの

・受診される人の国民健康保険証
・印鑑

※代理申請の場合は、同意書などの本人記入書類がありますので、一日持ち帰りとなります。

◇申請・受診の流れ

1. 申請に必要な書類（4枚）に記入
2. 決定通知書の送付を待つ
3. 本制度対象医療機関へ予約
4. 受診

☆いずれも、申請時に国民健康保険税の納期到来分に未納がある世帯は、助成を受けることはできません。

野菜のひみつ
何のために
「一日350g食べよう」
と言うのか？



自分の健康を
守るために
できること

長寿日本一の長野県は、野菜摂取量がとても多く、佐賀県より1000

g以上も多く摂取しています。野菜

には身体を健康に保つために必要な

ものがたくさん含まれています。

野菜のひみつを知って、

1日350gの野菜を食べるように心がけましょう。

日々の積み重ねが、健康につながります。

野菜摂取量の平均値 (g/日)

	男性	女性
佐賀県	270g (全国45位)	253g (全国44位)
長野県	379g (全国1位)	353g (全国1位)

(平成22年 国民健康・栄養調査)

野菜のひみつを見てみよう

①ビタミン

糖や脂質は体内で作れますが、ビタミン類は野菜などで外から摂取するしかない栄養素です。特に、色の濃い野菜に含まれているビタミンAとC、葉酸は、細胞（血管）を修復する際に必要で、がんやさまざまな病気の予防に役立ちます。

②食物繊維

野菜に多く含まれる食物繊維は、胃腸で消化されず、血液に吸収されません。そのため、より満腹感を感じたり、食事の際に野菜から食べることで、ほかの栄養素よりも大きな「粘着力」を活かして、ごはんの糖や肉などのコレステロールを吸着し、血液中に糖や脂質が吸収されにくくしたりします。

また、食物繊維は便の10～15%を占め、多く摂取することで便量を増やします。便量が少ないと便秘になりやすく、大腸がんの原因となります。

■問い合わせ 健康増進課

☎ 75-33355

住民さんの声

平成24年度特定保健指導を受けられた
たけとみ 武富 由美さん(南多久町)

質問 生活習慣の改善を目指して取り組まれ、変わったことは？



体重：5kg減
腹囲：9cm減

お昼のお弁当箱をふたまわり小さくして、食べる量を減らしました。最初はお腹が減ってしまいましたが、ゆっくり食べるようになったので、最近は大満足です。

多久のホットな観光情報をお届けします!!

多久の観光 **ホット**なう

受験生を
応援!!

多久聖廟巨大絵馬を出張設置 JRの3駅に設置します!

設置場所 JR多久駅・JR小城駅・JR唐津駅

▶JR多久駅設置の巨大絵馬
(写真は去年の様子)



多久聖廟までお越しできない受験生のため、JR多久駅、JR小城駅、JR唐津駅に巨大絵馬を出張設置します。備え付けられた絵馬カードに受験や学業成就への思いを書いて、巨大絵馬に投函ください。願いが込められた絵馬カードは定期的集め、多久聖廟内にある孔子像の前に大切に奉納します。

設置期間 12月9日(月)～平成26年3月中旬まで
(多久駅、小城駅)

12月18日(水)～平成26年3月中旬まで(唐津駅)

絵馬カード 無料

主催・問い合わせ 多久市観光協会 ☎74-2502



期間 12月15日(日)～平成26年1月15日(水)

時間 日没～21時頃

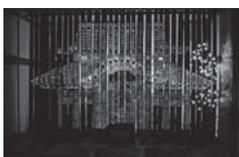
※大晦日～正月三が日は夜間通してライトアップ

点灯式 12月15日(日) 18時より行います

主催 多久美化クラブ

問い合わせ 多久市観光協会 ☎74-2502

▶自由ヶ丘OYAJIー倶楽部
製作の竹灯り「多久聖廟」



また、一昨年、昨年と大好評だったイベント広場中央に作成した「龍」のオブジェのイルミネーションに加え、今年も自由ヶ丘OYAJIー倶楽部のみなさんが製作した多久聖廟を模った竹灯りも同時に点灯されます。

多久聖廟入口周辺からイベント広場を囲う参道の木々が、上品に輝くLED照明約3万個のイルミネーションで鮮やかに浮かび上がり、その下の参道に約60個の竹燈籠が静かに灯ります。参道の奥にはライトアップされ、いつもと違った多久聖廟がみなさんの参拝をお待ちしています。

多久聖廟年末年始イルミネーション



今年も1年ありがとう 来年もよい1年でありますように

多久聖廟『お火たき』・『初詣』

防寒対策を
万全にして
お出かけ
ください

青竹や木で組み上げられた「お山」に神職が点火すると、またたく間に10メートルを超す炎が上がります。この火にあたり罪やけがれが清められると言われていいます。毎年、参拝者が御神火に身を清め、来年の無病息災や家内安全を祈願する「お火たき」に足を運ばれます。

また、お火たきとともに、多久聖廟開廟やしょうが湯のふるまい、孔子の里獅子舞の出演などもあります。あわせてお楽しみください。

日時 12月31日(火) 23時20分～(火入式 23時45分) ※雨天時中止

場所 多久市物産館『朋来庵』南芝生広場および多久聖廟



1. **お火たき**：今年一年の厄を払い、来年も良い年でありますように
2. **多久聖廟を一般公開**：普段はなかなか開かれない正面の扉が開かれ、天井絵の蟠龍や、孔子像を見ることができます(1月1日～3日 9時～17時、大晦日の23時から元旦は夜どおし一般公開)
3. **しょうが湯のふるまい**：やさしく体を温めて、参拝しましょう
4. **多久聖廟周辺をライトアップ**：1月1日～3日までは日没から夜明けまで多久聖廟をライトアップします。そのほか、参道のイルミネーション、竹灯籠、龍のオブジェなどが一晩中点灯されます。
5. **郷土芸能披露**…多久東部太鼓のみなさんによるオープニングと孔子の里獅子舞による年越し演舞が行われます
6. **カウントダウン**…年越しに来られた参拝者と一斉に新しい年を祝います

イベントのご案内



●連載 No.9 ● スタート! 小中一貫教育

多久市の教育の特色を活かした実践
(学力向上、心の教育、多久学、交流活動、ICT教育、国際化)

■問い合わせ

教育委員会 学校教育課 ☎75-2227



多久市小中一貫教育の6つの特色について、紹介を続けています。今月号は、児童生徒の「学力向上」への取り組みと、幼保小の連携などの「交流活動」について実践内容を紹介します。

学力向上



『少人数の授業を実践するために、市内に10人の常勤の先生、5人の非常勤の先生を別枠追加で配置しています。更には、小中一貫教育を活かして小中の先生がチームを組み、中期(5〜7年)段階で重点的に授業を実践しています(写真は西溪校のタブレットパソコンを活用した研究授業の様子)』

児童生徒の学力向上に向け、「先生は授業で勝負する」という精神のもと、①市内全教員による研究授業の実践、②小中学校の授業参観を通じて、義務教育9か年の授業づくりのための自己研鑽を積み上げています。また、きめ細やかな指導展開として、チームを作って授業を行う『ティーム・ティーチング』や学級の児童生徒を2つのグループに分けて

—多久市の小中一貫校・教育の視察が続く—

義務教育9か年のなめらかな接続、小中教職員の協働を生かした教育実践、「中一ギャップ」と称される不登校や問題行動等により良く対応するために、今、全国的に、小中一貫校が数多く開校しています。

しかし、多久市のように、**学校教育の特色**として6本の柱(学力向上、心の教育、多久学、交流活動、ICT教育、国際化)を掲げ、全学校が切磋琢磨しながら実践する学校づくり。また、**市内全域で小中学校の統廃合**を行い、その直後に、市内全域で**一斉に小中一貫校を開校**させた市町村はほとんど例がありません。更には、小中学校の**施設一体型**(東部校、西溪校)、同一敷地内に**小中学校が併設**(中央校)、小中の先生が**同じ職員室**に入るといった画期的なシステムに、県内外から多久市の小中一貫教育への視察が昨年後半から続いています。すでに、40件近くに至っています。

11月10日(日)の多久市教育の日には、東部校で「多久市小中一貫教育研究発表会」を開催し、県内外から約250人の先生が集い、授業公開や分科会を通じて小中一貫教育について研修を深めました。また、当日午前中は全学校を公開し、多くの地域のみなさんに参観いただきました。

交流活動

市では、1年から4年を前期、5年から7年を中期、8年と9年を後期として、3段階の区割りを活かした学習活動や行事に挑戦しています。

○中央校：小中のペア学年でトイレ磨き活動

○東部校：文化発表会を5〜9年生で実施

○西溪校：夏季小学部学習会の先生役を中学生が務めて指導・支援

このように様々な学年の組み合わせの中で、小中学生の心を豊かに耕すとともに、いろいろな人との関わり方を学んでいます。また、幼稚園児と保育園児と1・2年の交流活動、5・6年生が多久高校生のお世話の中でパソコンや福祉や工作等に挑戦しています。児童生徒の学びの輪が小中一貫校になって更に広がっています。



▲中学生合唱コンクールの感想を中学生に届ける小学生(中央校)

借金問題

過払い請求

広告

○サラ金からの借金を完済された方、時効前(10年)であれば、過払い請求が可能です。
○過払いの請求の場合、着手金不要(解決後、報酬金のみ)裁判までします。(印紙代等の実費は負担)

借金の相談は無料で随時受け付けます。民事・刑事の身の回りの問題もご相談ください。

営業時間 平日 9:00~18:00 土曜 9:00~12:00 日曜・祝日休

高崎繁行法律事務所

弁護士 高崎繁行(佐賀県弁護士会所属)
唐津市千代田町2109-17 くりはらビル1F

TEL 0955-70-0315



12月の定例教育委員会のお知らせ

日時 12月12日(木) 13時30分~

場所 市役所 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 教育総務課 ☎75-3450

多久市・曲阜市友好都市締結20周年

多久市と曲阜市が孔子様をご縁に友好都市の盟約を交わし、20周年を迎えました。これを記念して、11月4日から8日にかけて、「多久市民の翼」訪中団（横尾俊彦団長以下24人）が曲阜市や北京市を訪れ、これまでの交流に感謝し、更に交流を深めることを確認しました。

最初に訪れた曲阜市政府では、楊 鳳東市長が、「文化・教育・儒学の分野で友好交流を深めていきましょう」とあいさつ。横尾市長も「いろんなことがあってもそれを乗り越え、絆を結んでいくのが、家族親戚、友人である。孔子様の故郷であるこの曲阜市との契りをさらに強くしていきたい」と述べました。

また、北京では、曲阜市との交流のご縁を結んでいただいた中日友好協会を訪れ、感謝の気持ちを伝えました。

夕刻には、孔子第77代子孫孔德懋女史との交流

会を行い、友好を確認しました。



▶ 11/5 曲阜市表敬訪問の様子



▶ 11/7 孔子第77代子孫孔德懋女史との交流会の様子

第51回多久市成人祝賀ロードレース大会

新春と新成人を祝う祝賀ロードレース大会を次のとおり行います。

■日 時 平成26年1月13日（月・祝）※雨天決行

〔受付〕 8時50分～10時30分

〔開会式〕 9時30分～

■集合場所 多久市陸上競技場

■種 目
2km＝小学生女子・男子（4年生以上）
3km＝中学生女子、高校生女子、一般女子
5km＝中学生男子、40歳以上男子
10km＝高校生男子、一般男子

■申込方法 参加申込書、誓約書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて多久市体育協会へ申し込みください。

■参加料 一般・高校生以上 1,000円
小・中学生 500円

■申込期限 12月14日（土）17時まで
※郵送の場合は、当日消印有効

大会当日や電話での申し込みは受け付けません

■問い合わせ・申し込み

〒846-0002 多久市北多久町大字小侍1119-90
一般財団法人多久市体育協会 ☎75-5385

市長コラム

温故創新

Message for citizen

孔子生誕地・曲阜との友好交流

市長 横尾俊彦

孔子廟・多久聖廟を擁する多久市には、孔子生誕地・中華人民共和国山東省曲阜市との友好交流があり、今年で20年になります。始まりには多久市日中友好協会有志の方々の民間交流があり、両市の友好交流締結ができたのです。

友好5年目の平成10年には記念碑を曲阜市に建立し、その後に曲阜市から孔子立像が寄贈され、さらに多久聖廟三百年祭典には曲阜の楊副市長も参加。楊氏は今は市長として活躍中で、今回の24名の「市民の翼」訪問を歓迎して下さいました。「これからも文化教育の交流を深めたい」と述べられ、まさに同じ思いを抱きつつ、熱く歓談することができました。旧知の朋友にも会えました。

曲阜では三つの世界遺産、孔廟（孔子廟）・孔府（孔子直系家族の居所）・孔林（孔家の墓所）を改めて訪問し、新たな発見や気づきがありました。壮大な孔廟に至る道には多くの皇帝が寄進した石碑と建物や、「大学」や「孝経」などの古典を刻んだ碑もあり、率直に感銘しました。深い思いを寄せた歴代皇帝や君子が続いたということです。

正道を踏み、隆盛を叶え、時空を超えて後世にも役立てるようにと孔子墓前にお参りました。

北京では孔子直系第七十七代の孔德懋女史にお会いし、幾度も孔子の教えを世界に広げたいとの使命を語られ、「横尾市長も支援してほしい」との言葉が心に響きました。今後努力したいと思えます。世界の新たな和平への発信なども含め、多久市も頑張っていきたいと思えます。

色鮮やかな紅葉でおもてなし



◀紅葉まつりのスタートを飾ったバルーンリリース



◀色鮮やかに色づいた紅葉を楽しむ来場者ら

11月14日(木)から24日(日)まで、西溪公園、多久聖廟周辺を会場に「孔子の里紅葉まつり」が開催されました。14日にはオープニングイベントが行われ、多久市観光協会の野中保園会長が「素晴らしい紅葉、そしてイベントで来場者をおもてなしします」とあいさつ。その後、杉の子保育園児によるマーチング、バルーンリリースが行われ、来場者全員で開会を迎えました。

孔子の里紅葉まつり

期間中は多久の郷土芸能の披露や利き酒、JR九州主催の「孔子の里 紅葉まつりウォーキング」、サテライト会場の多久市物産館では寒蘭展や論語書道体験などの参加型イベントも開催され、来場者は鮮やかに色づいた紅葉とともに深まる秋を楽しみました。

伊藤節子さんが文部科学省から表彰！

平成25年度生涯スポーツ功労者表彰

文部科学省「平成25年度生涯スポーツ功労者表彰」が10月11日に東京で行われ、伊東節子さん（北多久町四下）が受賞されました。この表彰は、地域または職場におけるスポーツの健全な普及および発展に貢献し、地域におけるスポーツの振興に顕著な成果をあげたスポーツ関係者およびスポーツ団体に対し授与されるもので、表彰後の10月21日に横尾市長へ報告されました。

伊東さんは、27年間勤められた救護施設「しみず園」での障害者スポーツ・レクリエーション指導がきっかけでレク指導員となられ、長年にわたり公民館や体育館で高齢者や障害者、子どもたちと幅広く、レクダンスやペタンク、スポーツ吹き矢などを指導されました。この活動は多久市だけに留まらず、佐賀県全体での活躍が認められての表彰でした。

伊東さんは「最初の人集めが大変でした。みなさんを楽しませていますが、私もみなさんからパワーをもらっています」とこれまでの活動を振り返られました。



▲報告後の伊東さんと横尾市長

芸術の秋 県立美術館所蔵作品展

10/29 ~ 11/26

佐賀県立美術館では、今年の10月で開館30周年を迎えるにあたって所蔵作品を公開する「佐賀県立美術館コレクション展」が展開されています。



コレクション展の連動企画として、市役所1階市民ホールでは、「佐賀県立美術館サテライト展示—素敵な絵画をあなたの近くにお届けします—」が開催されました。今回の展示は、コレクション展で展示した作品のうち、来場者からサテライト施設等での展示要望の多かった作品が展示されました。

ポイ捨てのない美しいまちを目指して

10/25

佐賀たばこ販売協同組合小城・多久支部（大坪幸佑支部長）が、環境美化活動を通じた地域貢献として、多久市役所から北多久郵便局跡までの国道と県道沿いの美化活動を行いました。



この活動は10年以上続けられており、今回は12人が参加。大坪支部長は「きれいになったまちを見て、ポイ捨てをやめようと思ってもらえるように毎年続けています」と思いを語りました。

厚生労働大臣表彰!

平成25年度国民健康保険関係功績者厚生労働大臣表彰

10月31日に副島洋二さん(北多久町筋原)が国民健康保険関係功績者厚生労働大臣表彰を授与され、11月20日に伝達式が多久市役所で行われました。伝達式では、佐賀県健康福祉本部大川内直人副本部長から表彰状および記念品が手渡され、長年の功績が讃えられました。

副島さんは平成3年から現在までの21年の永きにわたり、多久市国民健康保険運営協議会の保険医(歯科医師)代表委員として、保険事業の重要性を深く認識され、被保険者の健康増進および事業の健全な運営のために尽力されました。

副島さんは「時代の流れの中で、お手伝いできたことが嬉しい。はじめのうちは、専門用語など意味が分からず苦労したが、予算を立て事業を行っていくうちに大切な役割だと感じ、責任感で取り組んできた。自分の時間もほしいけど、まだ頑張ります」と語られました。



▶伝達式後の大川内副本部長(左)と副島さん(右)

多久の芸術の秋到来を告げる文化の祭典

第9回多久市文化祭り



▶市民劇場「金色夜叉」での一幕

11月16日、17日の両日、多久市中央公民館で第9回多久市文化祭りが開催されました。

展示発表会では、美術協会による絵画・工芸・写真・書道の展示、華道会、多久高校「日本赤十字青少年クラブ」5人による生け花、俳句・川柳・短歌など文芸協会による作品、編物やパッチワークなどの服飾手芸文化の会作品の展示や、茶道会によるお茶のお点前も行われました。

18日の芸能発表では、日舞や民謡、市民劇場、多久ミュージカルカンパニーによる歌と踊りなどが披露され、尾崎紅葉作の「金色夜叉」を取り上げた市民劇場では、迫真の演技やコミカルな振る舞いに会場から拍手が送られ盛り上がりました。



▲来年の干支である「馬」にちなんだ作品展示もありました(服飾手芸文化の会作品)

市役所玄関に大輪の菊の花がお目見え

11/5

市役所玄関に北多久町の松瀬眞記さんが育てた菊の花約30鉢が飾られました。玄関の入り口から並ぶ白、黄、ピンクの色とりどりに咲き誇る大輪の花は見事で、大輪菊や野菊など訪れる人から、「きれいだ」と毎年好評です。



松瀬さんは「今年は干ばつ、突発的な豪雨と思うような出来ばえとはいきませんでした。1年中かけて、心を込めて大輪の菊の花を作り続けています」と語られました。

展示中の水遣り、花の交換もされ、来場者は綺麗な花を楽しんでいました。

剪定などで活躍! シルバーの日

10/31

10月の「シルバーの日」啓発月間の取り組みで、多久市シルバー人材センターの会員54人が、市内小中一貫校3校と筋原公民館裏鬼子母神の剪定、草刈・除草作業のボランティア活動を行いました。



早朝より4班に分かれて行われ、日ごろ培われた、丁寧で手際よい作業で庭木や校庭が美しくなりました。

会員らは、「少しでもみなさんのお役に立ててやりがいがあります。子どもたちの笑顔が見れてうれしいです」と話されました。

開館時間 (火)~(金) ▶ 9時~17時 ■ 問い合わせ
 (土)・(日) ▶ 9時~16時 多久市立図書館 ☎75-2233
 休館日 月曜日、図書整理日、祝日、年末年始

「おすすめの新着本」

「その他おすすめの本」



6人の小説家が描く
 稀代の軍師 黒田官兵衛
黒田 官兵衛
 作・末國 善己 (作品社)

信長・秀吉の参謀として江戸時代から評価が高い黒田官兵衛は、歴史小説で取り上げられる機会の多い人物でした。本書は、菊池寛をはじめとする高名な小説家たちが描いた「黒田官兵衛」6篇の傑作をまとめたものです。



ネコのとつぞうとの
 愛おしい日常の記録
てつぞうはね
 作・ミロコマチコ
 (ブロンズ新社)

私にしかなつかない大好きな猫。名前はてつぞう。ずっと一緒だと思っていただけ…。愛する猫との日々を描いた絵本です。飛び出してきそうなたつぞうの絵がかわいらしく、ゆっくりとていねいに読みたくなる1冊です。



「渋〜い柿が、甘い柿に！」
 おばあちゃんの知恵袋
おいしいほしがき
 おばあちゃんをつくったよ!
 作・宇部 京子・細川 剛
 (ひさかたチャイルド)

干し柿がおいしくなる季節になりました。渋柿を甘くして保存する方法には、昔の人の知恵がつまっています。むきたての柿が干し柿になっていくまでをわかりやすく写真で教えてくれます。

子育て支援施設 & 催しのご案内

- 児童館** ☎75-6621
 いずれも対象は幼児から小学生までです。
- ◆すこやかタイム
 毎週土曜日 10時30分~、13時30分~
 12/7(土) クリスマス飾り作り
 12/14(土) おりがみあそび
 12/21(土) メルヘンタイム
 12/28(土) 映写会
 平成26年1/4(土) コマ作り
 - ◆母と子のサロン
 毎週火曜日 10時~12時
 内容 おしゃべり会
 (第1、3、4火曜日)
 ミニ講座、身体測定など
 (第2火曜日)
 12/10(火) 『子どもの栄養』
 講師：管理栄養士
 場所：中央公民館

子育て支援センター

☎75-5780 (杉の子保育園内)

- ◆子育てクラブ「わくわくランド」
 日時 毎週木曜(祝日休み) 10時~12時
 場所 多久市児童館
- ◆園庭開放 (杉の子保育園内)
 日時 月~土曜日 (祝日休み)
 9時~14時
- ◆子育て相談 (電話相談可)
 日時 月~土曜日 (祝日休み)
 9時~17時

【12月の休館日】
 2日(月)、9日(月)
 16日(月)、23日(月)
 28日(土)・月末整理
 29日(日)から1月3日(金)
 …年末年始のため
 お休みします。

【みなさんへお願い】
 休館日の返却は返却ポストへお願いします。

- | 児童向き | 一般向き |
|---|---|
| ◆あんみつひめさま (エクトル・シエラ)
◆じゅっぴぎでいわる (二宮由紀子)
◆せかいでいちばん大きなおいも (とよたかずひこ)
◆いちごさんがね (たけのこまきこ) | ◆ゼツメツ少年 (重松清)
◆みがけば光る (石井桃子)
◆あかちゃんとお母さんのあそび (小林衛己子)
◆えほん (小森 誠)
◆マグノリアの眠り (バロンスキ)
◆いますぐ使える！折り方・たたみ方・包み方 (あたらしいやり方研究会) |

人権教育 No. 200

とくに 同和問題を 見つめ直そう

先ごろ、オリンピッククイズ開催を決定づけた、滝川クリステルさんのプレゼンテーションの中に「おもてなし」という言葉がありました。日本人の内面の美しさ、心づかいを一番表現してくれた言葉だったと思います。しかし、この日本人を象徴する一面に相反することが日本人にはあります。例えば、同和地区を誹謗中傷するインターネットでの差別書き込み、行政へは同和地区があるかどうかの問い合わせなど、特定の地域や人々に対する差別事象が後を絶ちません。

「自分は差別をしていないから同和問題は関係ない」ということを耳にします。この同和問題についての認識と理解の少なさが、結婚や就職などの時に、差別や偏見を生み出すのです。

相手をごく表面的な見た目や肩書、出自で判断してしまったり、個人の能力や考え方や、内面性を理解しようとしないうちに、差別につながるひとつの要因にもなっています。

同和問題という「根が深い」差別は、いまだに残っています。この差別を将来なお残すことは、同じ日本人として許されるべきことではない、恥ずべきことではないでしょうか。

同和問題を、正しく理解することから始めましょう。そうすることで、差別する理由のないことに気づくのです。

私たちの心の中に「おもてなし」の心をもって…

社会教育指導員 釘崎考博

南星JVC (なんせいジュニアバレーボールクラブ)

みんなで助け合い、星のように輝きます！



▶一致団結！メンバーみんな
で頂点を掴むぞ！！

南星JVCは、子ども達ひとりひとりが、星のように輝けるクラブを目指し、旧南部小学校体育館で活動しています。

メンバーは小学2年生から6年生までの男子3人、女子9人。週3日の練習に励んでいます。

今年の多久市小学生バレーボール大会では優勝、小城多久地区の交流戦では3位と好成績を収め、メンバーには“自信”ができました。

練習では、「こーい！」「1本とるぞ〜！」と大きな声がひびきわたり、全力でボールを追いかけます。学年や男女の関係なく、みんな仲良し！上級生が下級生に教えるところもあります。ミスをしてでも責めることなく、みんなで励ましあい、“本当の仲間”の姿がここにはあります。

監督の片淵文昭さんは「バレーボールがうまくなることも大切ですが、それ以外の何かを学ぶことも大切にしたい」と話されました。

毎週水曜日・木曜日の17時30分～20時、土曜日の9時～13時に旧南部小学校体育館で練習しています。ぜひ一度見学に来てください。



問 片淵文昭 ☎090-1169-2400

●連載32● 郷土資料館で学ぶ多久の歴史

石器の材料 サヌカイト

南多久町から多久町の広い範囲で、サヌカイト（讃岐石）という石が産出します。サヌカイトは固く、鋭く割れるため、石器の材料として使われていました。そして、多久市内には旧石器時代とみられる遺跡が約40か所も発見されており、中でも三年山遺跡、茶園原遺跡は旧石器時代の遺跡としては九州で初めて学術調査が行われ、学史に名をとどめています。

これらの遺跡からは大量の石器や剥片（石のかけら）が出土しました。多久では大量の石器が生



▲多久町茶園原遺跡と山王遺跡から出土した尖頭器

産されていましたが、多久産の石器は他の地域ではほとんど見つかりません。しかし、大量の石器を多久だけで消費していたとは考えにくく、多久で作られた石器はどのように流通したのか、大きな謎となっています。

多久市郷土資料館・歴史民俗資料館・先覚者資料館

開館時間 / 9時～16時 入館料 / 無料

休館日 / 月曜日(月曜が休日の場合は開館し翌火曜休館)

■問い合わせ 多久市郷土資料館 ☎75-3002

市民文芸

短歌

《麦の芽短歌会 互選》

畔走る野火の如くに彼岸花
夕陽を浴びて赤あかと燃ゆ
川浪 信子

亡き父の無言の教え壁に掛かる
二宮尊徳、ミレーの「晩鐘」
浦野 嘉恵

夏すぎて仕舞い忘れし風鈴の
音色さびしき秋のおとずれ
梶原恵美子

田楽の味噌に生姜を擦り込めば
なすびの味が酒をひき立つ
本村 則子

長年の献身の夫逝かしめし
友よ虚脱を抱きて休め
尾形 節子

俳句

《俳句 あざみ句会 互選》

すこやかを謝す秋日和夫と居て
田中あつ子

秋深し木漏れ日の中孔子廟
中尾 和弘

もぎたての柿に残れる日の匂ひ
中嶋 清子

落葉焚き煙を潜り遊ぶ子等
武富りつ子

日溜まりに猫の包まる 石路の花
大石ひろ女

川柳

《多久市川柳会 互選》

ほめ上手 瞳輝く子を育て
高塚チカ子

コスモスとバルーンで染まる
佐賀平野

紅筆に重い心をうすくのせ
古賀ちひろ

愛してる重い言葉が不意に出る
大谷 和

遊歩道メタボとスリムすれ違う
西山 残月

東島すみ子



お酒は楽しく、健康的に！

飲酒の機会が増える年末年始

上手な飲み方、付き合い方

そろそろ忘年会、新年会とお酒を飲む機会がふえてくる季節ですね。飲みすぎで病気になるないように、日ごろから適量を保ち、定期的に健康診断を受けることをおすすめします。

少量のお酒は健康にいいといわれますが、大量に飲み続けるとさまざまな生活習慣病を引き起こします。脂肪肝、肝炎、肝硬変といった肝機能障害はもちろんのこと、すい炎、糖尿病、高血圧、動脈硬化、心臓疾患、脳血管障害など全身のあらゆる病気の原因になるといっても過言ではありません。



「私の肝臓は元気かな？」と思った人は、γ-GT（ガンマGT）をチェックしましょう！（血液検査）

適量ってどれくらい？

肝臓が処理できる量には個人差がありますが、1日に20gまでなら処理（3～4時間かかります）することができ、60gが限界です。これ以上飲んでしまうと、肝臓は代謝（食物から吸収された栄養素を利用しやすい形にかえる）などの他の仕事ができなくなります。

1日20gのアルコールってどれくらい？

	ビール：400ml（中ビン1本弱） ※アルコール度数 5度
	発泡酒：300ml ※アルコール度数 6度
	日本酒：130ml ※アルコール度数 15度
	ワイン：160ml ※アルコール度数 12度
	焼酎：80ml ※アルコール度数 25度

インフルエンザの流行が始まる時期になりました！

普段から手洗い・うがいをしっかり行い、十分な栄養と休息をとって規則正しい生活を心がけましょう。

また、咳でうつさない、うつされないためにマスクを着用しましょう。

発熱などの症状がみられる方は、早めに医療機関を受診してください。

日ごろの予防と早めの対応が重要です！



**65歳以上の人へ
インフルエンザの予防接種は
お済みですか？**

65歳以上の人には、インフルエンザ予防接種費用の助成があるため、1,200円で接種できます。ただし助成期間は12月末までのため、1月以降に接種する場合は、全額自己負担となります。

予防接種を希望される人は、早めの接種をおすすめします。

■接種方法

県内登録医療機関へ接種希望日の1週間前までに電話などで予約をして下さい。

子育て知恵袋

～子育てがもっと
楽しくなるヒント～

子どもに注目している気持ちを伝えましょう

（注目は関心を持って見ること）

子どもは注目されていると

- ①うれしい気持ちになる。
- ②注目してもらえるとという安心感を持っていると、好ましい振る舞いをしたら褒めてくれるだろうという期待も出てくるので、好ましい行動を促すことにつながる。
- ③自分は“愛されている”と自信を持つようになり、より好ましい行動が生まれる。

逆に、変な顔や言葉づかいなど、親が子どもにやめさせたいと思う行動に対しては注目せず、意識的に無視をしてください。子どもは、親の気はひけないと学ぶと、その行動をやめます。

☞ 成功のコツ

- 普段から十分関心をもって注目し、よい行動はきちんとほめましょう。
- 注目と無視の差で、子どもはよい行動とそうでない行動を学ぶことができます。



母と子の教室・健診のスケジュール

日程	内容 / 会場 / ▶受付時間 / 対象者	(母子健康手帳を持参)
12/12 (木)	3歳半児健診 フツ化物塗布	母子健康センター / ▶13:00~13:20 / H22.5.1~6.30 生まれ (個人通知)
18 (水)	乳児健診	▶13:00~13:20 / H25.7.1~8.31 生まれ (個人通知) その他希望者 (1歳未満)
19 (木)	すくすく子育て相談会	▶予約制 / 就学前まで (要予約)
20 (金)	すくびょん相談	▶13:30~14:00 / H25.5.1~6.30 生まれ (個人通知) H24.12.1~H25.1.31 生まれ (個人通知) その他希望者 (乳児~就学前幼児)

※持参していただくものなどは、対象者のみなさんに届くご案内で確認し、当日忘れないように注意してください。

モデル総合健診のスケジュール

日程	会場 / ▶受付時間
12/8 (日)	母子健康センター / ▶8:30~11:00
9 (月)	

※受診券 (特定健診のみ)、案内通知 (がん検診のみ)、健康保険証、健康手帳を必ずお持ちください。

特定健診 (一般健診)、
がん検診を同時に受けること
ができます。
健診をまとめて受ける1年に
1度のビッグチャンスです!

特定健診

・40~74歳で多久市国民健康保険に加入している人

一般健診

・20~39歳の多久市民
・40~74歳で多久市国民健康保険に平成25年度
の途中から加入した人

がん検診の検査項目

・結核	・子宮がん	・乳がん
・肺がん	・大腸がん	・骨粗しょう症
・胃がん	・前立腺がん	・肝炎ウイルス検査

検査項目

- ・腹囲
- ・身長
- ・体重
- ・血圧
- ・検尿
- ・血液検査
- ・診察

休日・夜間の相談機関や診療機関

★99さがネット (佐賀県医療機関情報・救急医療情報システム)
<http://www.qq.pref.saga.jp/>

★各地区消防本部問い合わせ
佐賀広域消防局 救急医療情報 ☎31-8899

★小児救急医療電話相談
時間 19時~23時 (毎日)
プッシュ回線、携帯電話から⇒#8000
プッシュ回線以外の固定電話から⇒☎30-1255

★休日夜間こども診療所 (ほほえみ館敷地内: 佐賀市)
時間 9時~22時 (年末年始、日曜日)
※平日は20時~22時、土曜日は17時~22時
☎36-9174

★休日歯科診療所 (ほほえみ館1階: 佐賀市)
時間 9時30分~16時 ☎36-9164

★精神科救急休日電話相談窓口
時間 9時~17時 ☎73-5599

* お気軽にご相談ください! *

毎週月曜日は 健康相談日

時間 ▶ 13:00~16:00

場所 ▶ 市役所1階
健康増進課窓口

市民のみなさんのための健康増進窓口として、妊産婦、乳幼児から大人まで、すべての方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ご利用できます)



多久市 健康プラン

重点目標!

☆朝ごはんを食べよう!
☆タバコの害をなくそう!

みんなできりくみましよう!!

多久市 & 小城市 休日在宅当番医のご案内

受付時間 ▶ 9時~17時 ※必ず保険証をご持参ください

月日	医療機関名 (診療科)	所在地 & TEL
12/1 (日)	石井医院 (内科)	北多久町 ☎75-3230
	まなべ消化器内科クリニック (一般内科・消化器内科・外科)	三日月町 ☎72-3636
12/8 (日)	内田整形外科 (整形外科)	北多久町 ☎75-8838
	小城市民病院 (内科)	小城市 ☎73-2161
12/15 (日)	諸隈病院 (診療科未定)	北多久町 ☎74-2100
	ザイゼン眼科 (眼科)	牛津町 ☎66-6631
12/22 (日)	江口医院 (内科・小児科)	東多久町 ☎76-2137
	村岡内科医院 (内科)	牛津町 ☎66-3750
12/23 (祝)	みつふじ医院 (婦人科・内科)	北多久町 ☎75-5088
	藤井整形外科 (整形外科)	小城市 ☎72-7650
12/29 (日)	多久生協クリニック (内科・小児科)	東多久町 ☎76-3177
	徳富医院 (産婦人科・内科)	芦刈町 ☎66-1547
12/30 (日)	長野医院 (内科)	西多久町 ☎74-2755
	百武整形外科 (整形外科)	芦刈町 ☎66-5335
12/31 (火)	多久市立病院 (診療科未定)	多久町 ☎75-2105
	坂田整形外科 (整形外科)	三日月町 ☎72-5155
1/1 (祝)	中多久病院 (精神科・内科)	北多久町 ☎75-4141
	ひらまつ病院 (診療科未定)	小城市 ☎72-2111
1/2 (木)	諸隈病院 (診療科未定)	北多久町 ☎74-2100
	江口病院 (内科)	三日月町 ☎73-3083
1/3 (金)	諸江内科循環器科医院 (内科)	北多久町 ☎75-3880
	伊東医院 (内科・整形外科)	小城市 ☎73-3235
1/5 (日)	みつふじ医院 (婦人科・内科)	北多久町 ☎75-5088
	坂田クリニック (内科)	三日月町 ☎72-1151

※診療科未定の当番医は、当日お問い合わせください。



認知症を予防しよう! No.9

今月の福祉

多久市地域包括支援センター
(多久市役所 福祉課内)

☎ 75-6033

多久市地域包括支援センター
(おたっしや本舗多久) は高齢者のみなさんが、いつまでも元気で安心して暮らせるように、あらゆる面から応援する総合相談機関です。

認知症をくいとめる毎日の習慣 ~虎の巻~ 便秘を防ぐ

認知症の発症や進行を予防するには、毎日の小さな習慣の積み重ねがポイントです。

年齢とともに日々の活動性が低くなったり、生活習慣病や偏った生活習慣の積み重ねで『脱水・便秘・不眠・低栄養・かぜ・骨折』などが起こりやすくなり、認知症の発症や進行にもつながる大きな要素ともなります。これらを防ぐ体調管理のポイントの一つずつ見てみましょう。

今回は、便秘を予防するポイントについてです。

便秘も認知症を進行させる原因のひとつです。

例えば、認知症の方が便秘による不快感がつのり、夜間徘徊やせん妄などの症状につながっていたということもあります。

まずは水分補給とともに、野菜や穀類、豆など水溶性の食物繊維が豊富な食材を、煮物や汁物など調理方法や味付けも工夫しながら積極的にとりましょう。

腸を刺激してスムーズな便通を促すためにも、家事や軽い運動で積極的にからだを動かしましょう。



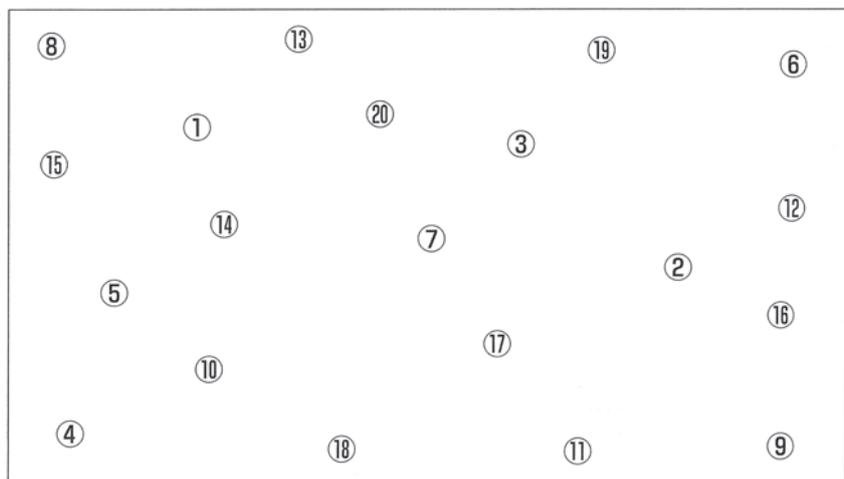
ワンポイント

起床後、コップ1杯の白湯は腸の動きを刺激し、朝の便通につながりやすくなります。

~クイズで脳を刺激しよう~ 脳ミソ ☆きらりん☆ タイム

時間を計りながら①から順にチェックしていきましょう。集中力や選択力を養います。

35秒以内なら天才、
45秒以内なら名人、
60秒以内ならOK!!



げんきアップさー来る (もりもりコース)

- 日時 【毎週木曜日】
12/5・12・19
1/9・16・23
9:30～10:30 (初心者)
10:45～11:45 (経験者)
- 場所 スポーツピア

げんきアップさー来る (まらきらコース)

- 日時 【毎週金曜日】
12/6・13・20
1/10・17・24
13:30～14:30 (初心者)
14:45～15:45 (経験者)
- 場所 スポーツピア

家族介護教室

- 日時 12/14(土)
13:30～14:30
- 場所 社会福祉会館
- テーマ 「こんな事もできます!!
住宅改修と福祉用具」
- 講師 福祉住環境コーディネーター
- 参加費 無料

12・1月の主な行事

■問い合わせ

福祉課 高齢・障害者福祉係

☎75-4823

食の自立支援事業の 年末年始のお知らせ

12月30・31日、1月1・2・3日は、食の自立支援事業のお弁当はお休みです。新年は1月4日(土)から再開します。

在宅福祉事業を利用中の みなさんへ

食の自立支援事業や生活管理指導員派遣事業などの在宅福祉事業を利用されている人は、1年に1回の更新手続きが必要です。

更新手続きは、在宅福祉事業を利用されているみなさんの自宅を調査員が訪問して行いますので、ご協力をお願いいたします。市役所福祉課での手続きは必要ありません。

- 調査期間 平成25年12月～平成26年3月
- 調査員
 - ・在宅介護支援センター天寿荘の職員
 - ・在宅介護支援センターいこいの里の職員

家族介護教室のご紹介

高齢者を介護されている人や、福祉・介護に興味がある人を対象に、偶数月の第2土曜日に家族介護教室を開催しています。参加費は無料です。

12月の家族介護教室は…

14日(土)、13時30分から14時30分まで、「こんな事もできます!!住宅改修と福祉用具」をテーマに、社会福祉会館で行います。

今回は、在宅での生活や介護を、安全に、快適に行えるような福祉用具の説明・展示や、住宅改修についての講座です。

実際に介護を受けていらっしゃるだけでなく、今後安全に多久で生活を送っていただくためにも、ぜひ今回の教室で、福祉用具と住宅改修について学んでみませんか?



こんな話を聞いたり、あんな体験が
できたりするんです♪



「転ばぬ先の杖」といいますが、杖以外にも転びにくい生活のためにできることがあるんです!

なかなか乗る機会がない
シニアカー。ぜひ試乗し
てみませんか?



介護保険の認定があれば、
こんな事も可能ですよ!
(住宅改修、便座の和式から洋式への交換、手すり取り付けなど)

他にも「熱中症と救急救命」や「認知症を学ぼう」、「楽する介護法」、「口腔ケアについて」等、楽しく学べるテーマで開催しています。奮ってご参加ください!

■問い合わせ 福祉課 高齢・障害者福祉係 ☎75-4823

年末年始の業務のお知らせ 年末年始は業務の変更がありますので、ご確認ください。

施設・業務	日付	12/28 (土)	12/29 (日)	12/30 (月)	12/31 (火)	1/1 (水)	1/2 (木)	1/3 (金)	1/4 (土)	1/5 (日)
市役所		休	休	休	休	休	休	休	休	休
市立病院		休	休	休	休	休	休	休	休	休
ごみ収集		午前のみ	休			休	休	休	休	休
し尿くみ取り		休	休	午前のみ	休	休	休	休	休	休
天山斎場						休				
中央・各町公民館			休	休	休	休	休	休		
市立図書館		休	休	休	休	休	休	休		
児童館			休	休	休	休	休	休		休
運動施設			休	休	休	休	休	休		
学校体育施設			休	休	休	休	休	休		
東原庁舎			休	休	休	休	休	休		
舎内研修施設等は12/26(木)～1/3(金)まで利用できません										
物産館			休	休	休					
郷土資料館		12/25～ 休	休	休	休	休	休	休	休	1/6まで 休
ふれあいバス			休			休				休

年末年始のごみ収集と持ち込み受付業務

清掃センターの「ごみ収集と持ち込み受付業務は、1月1日(水)～1月5日(日)まで休みます。

年末は、清掃センターへのごみの持ち込み量が増えるため、場内が大変込み合い、長時間お待たせすることもあります。余裕を持って、早めにお持ち込みください。持ち込みの際は、きちんと「分別」していただくようお願いいたします。

■持ち込みの受付時間

午前 8時30分～12時 午後 1時～4時15分

※土曜日は、第2・第4週目の午前中(8時30分～11時45分)のみ受け付けます。(12月は14日と28日となります)

※日曜・祝日は終日休みです。

■問い合わせ

市民生活課 生活環境係

☎75-6117

多久市清掃センター

☎75-3001

12月の納期のお知らせ

税目 国民健康保険税 7期、固定資産税 3期

納期限 12月25日(水)

☎ 税務課 納税係

☎75-6115

■市役所の業務は、12月28日(土)～1月5日(日)まで休みですが、この期間中の出生届・死亡届・婚姻届などは、市役所通用口にある当直室で受け付けます。宅地内漏水なども当直室へご連絡ください。 多久市役所当直室 ☎75-2111

■市立病院は、休業中も宿・日直医師が待機しています。

多久市立病院 ☎75-2105

■救急医療機関などのお問い合わせは、「佐賀広域消防局救急医療情報」をご利用ください。在宅当番医(21ページ)もご確認ください。 佐賀広域消防局 ☎31-8899

■「し尿くみ取り」は、12月30日(月)は午前中行います。電話受け付けは、12月20日(金)午前中までです。

多久環境整備センター ☎74-2233

■市役所での「犬の引き取り」は、12月16日(月)の午前中まで、年明けは1月6日(月)からです。

市民生活課 生活環境係 ☎75-6117

■佐賀中部保健福祉事務所での「犬の引き取り」は、12月27日(金)まで。年明けは1月6日(月)からです。

佐賀中部保健福祉事務所 ☎30-1906

■物産館は、12月31日(火)の21時から営業します。

多久市物産館(朋来庵) ☎74-2502

**過払金
返還請求!**

完済した方だけでなく、現在まだ借金が残っている方でも、連続10年以上の取引がある方には、自己負担金をゼロにします。

取り戻した過払金以上のお金は、一切いただきません。何も取り戻せなかった場合は、1円もいただきません。(取り戻した過払金の中から20～25%をいただくのみです。)

相談無料 秘密厳守

詳しくはホームページをアクセス!

西九州総合法律事務所
佐賀県弁護士会所属
弁護士 福田 大志 弁護士 行武 謙一

西九州総合 検索

<http://nishi9kabarai.com/>

西九州総合法律事務所



要電話予約

☎0954-27-8056

受付(月～金) 9:00～12:00 13:00～18:00
佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

募集

県立有田窯業大学校平成26年度学生募集

陶磁器産業の後継者・技術者となる人材を育成するため、学生を募集します。

専門課程（陶磁器科）〔後期〕

受付期間 平成26年1月14日(火)
～2月7日(金)

修業年限 4年間・2年間

募集定員 6人(4年制) 14人(2年制)

試験日 平成26年2月22日(土)

一般課程（ろくろ科・絵付科）

受付期間 12月16日(月)
～平成26年1月14日(火)

修業年限 1年間

募集定員 10人(ろくろ科) 20人(絵付科)

試験日 平成26年1月25日(土)

短期研修（ろくろ成形・絵付技法）

受付期間・試験日 一般課程と同じ

修業年限 1年間（週に1日）

募集定員 各5人(ろくろ成形・絵付技法)

問・申 県立有田窯業大学校
☎0955-42-3144

催し

がってん福祉・介護講座

福祉に関心を持つ人を対象に、福祉・介護サービスについて分かりやすい講義や疑似体験等を行います。

日時 12月10日(火)、11日(水)
10時～16時

場所 三日月保健福祉センター

参加費 無料

問 (公社) 佐賀県社会福祉士会
☎36-5833

司法書士による成年後見制度入門講座

日時 12月21日(土) 10時～16時30分

場所 アイスクエアビル5階

申込方法 電話受付(定員74人)

問・申 (公社) 成年後見センター・リーガルサポート佐賀支部(佐賀県司法書士会)
☎29-0626

(公財)孔子の里主催 平成26年新年のつどい

新年のつどいで親睦を深め、決意も新たにしてみませんか。

日時 平成26年1月6日(月)
16時～17時30分

会場 多久シティホテル松屋

参加料 3,000円 申込期限 12月13日(金)

申込方法 孔子の里、中央公民館、各町公民館で申込書に記入のうえ、参加料を添えて申し込みください。

問・申 (公財)孔子の里 ☎75-5112

その他

国有財産の売買・解体工事に関する架空の話にご注意ください

国家公務員宿舎の削減計画に関し、国有財産の売買や解体工事に関する架空の話を持ち掛けられるケースが多発しています。

未利用国有地を一般競争入札によらず個人や特定の民間企業に直接随意契約で売り払うことはありません。

問 佐賀財務事務所 ☎32-7161

『Hello!多久』好評放送中

F M佐賀77.9MHz 毎週月曜

♪ お昼12時～12時55分 ♪

♪ 番組へのリクエストやメッセージは ♪

☐ taku@fmsaga.co.jp ☎0952-25-1462

自動車事故による被害者の方へ

自動車事故の被害者援護のために次の業務を行っています。

1. 交通遺児等育成資金貸付

自動車事故により死亡または重度の後遺障害が残った方の中学校卒業までのお子様に対する育成資金の無利子の貸付

貸付金	金額
一時金	155,000円
月額	20,000円

2. 介護料の支給

自動車事故が原因で、脳、脊髄または、胸腹部臓器を損傷し、重度の後遺障害を持つため、移動、食事および排泄など日常生活動作について常時または、随時介護が必要な状態で一定の要件に該当する方への支給

支給金額 月額29,290円～136,880円
問 独立行政法人 自動車事故対策機構 佐賀支所 ☎29-9023

老人福祉センターむつみ荘

12月の無料送迎バスの運行日

日程	運行
4日(水)	岸川・四下・立山・前田・高木川内・明治佐賀・栄町・番所・横柴折・筋原・砂原方面
5日(木)	東多久方面
19日(木)	メイプルタウン・大工田方面
26日(木)	南多久方面

問 むつみ荘

☎75-3701



無線LAN対応ケーブルモデム新登場!!

広告

あなたのお宅もWi-Fi接続しませんか?!

STBと多久ネットの両方をご契約の方は、お得な640円のセット割引があります!

登録料 6,300円
(仮申し込みの際にお支払い)

工事費 5,250円
(工事の際にお支払い)

初期費用合計 11,550円

※他コースからの乗換手数料
… 5,000円

(コースの変更はモデム交換工事が必要です)

◆◆◆ インターネット月額料金 ◆◆◆

★ 無線LANハイパーコース 6,825円

★ ハイパーコース 6,300円

(速度 下り160Mbps 上り10Mbps)

★ 無線LANブロードコース 5,250円

★ ブロードコース 4,725円

(速度 下り30Mbps 上り5Mbps)

★ 新ベーシックコース 4,200円

(速度 下り8Mbps 上り2Mbps)

(速度はベストエフォートですので実際の速度とは異なります) (金額は、すべて消費税込みです)

※ハイパーコース・ブロードコースご契約で、無線LANモデムに交換の際は、手数料2,100円が必要です。



詳しくは、多久ケーブルメディア ☎75-8585 まで

一日の基本番組のご案内

時間	曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
7:00~		多久市行政放送 お知らせ多久さん						
8:00~		コミュニティ番組			コミュニティ番組			ショップチャンネル
9:00~								
10:00~		ショップチャンネル						
11:00~		コミュニティ番組			コミュニティ番組			コミュニティ番組
12:00~	エフエム佐賀 「Hello!多久」							
12:30~		ショップチャンネル						
13:00~								
14:00~		コミュニティ番組			コミュニティ番組			ショップチャンネル
15:00~								
15:30~		ショップチャンネル						
18:00~		多久市行政放送 お知らせ多久さん						
19:00~		コミュニティ番組			コミュニティ番組			コミュニティ番組
20:30~								
21:00~	エフエム佐賀 「Hello!多久」	ショップチャンネル						
22:00~		多久市行政放送 お知らせ多久さん						
23:00~		コミュニティ番組			コミュニティ番組			ショップチャンネル
24:30~		ショップチャンネル						

- ❖ 今月は佐賀県議会(一般質問)を生中継、多久市議会定例会(一般質問)を録画放送いたします。
- ❖ 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。
- ❖ 番組の放送時間・内容はホームページまたは佐賀新聞第二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。



今月のコミュニティ番組のご案内

2(月)~4(水)	■ 県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■ 東原産魯東部校 文化発表会 ~後篇~
5(木)~7(土)	■ 第19回 多久市論語カルタ大会	■ エコびより
9(月)~11(水)	■ 県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■ 佐賀県ママさんバレーボール大会
12(木)~14(土)	■ 西多久ふれあいまつり	■ エコびより
16(月)~18(水)	■ 県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■ 佐賀県高等学校総合文化祭
19(木)~21(土)	■ 多久聖廟 秋季祓菜・孔子祭	■ エコびより
23(月)~25(水)	■ 県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■ 第43回 多久まつり ~第1部~
26(木)~28(土)	■ 第43回 多久まつり ~第2部~	■ エコびより
30(月)~31(火)	■ 県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■ 佐賀新聞2013 県内10大ニュース



行政放送 お知らせ多久さん
出演者募集中!
みなさんからの情報発信をお待ちしています。

※申し込みは収録日の1週間前までにお願いします。

- ポケスタ収録日のお知らせ
- 12月4日(水) 【12/16(月)~12/31(火)に行う行事】
- 12月18日(水) 【1/1(水)~1/19(日)に行う行事】
- 1月8日(水) 【1/20(月)~2/2(日)に行う行事】

■ 申し込み・問い合わせ 総務課広報広聴係 ☎75-2280



KTK

株式会社 多久ケーブルメディア

有線テレビジョン放送多久施設許可 第H410006号 第一種電気通信事業許可 九第32号

〒846-0003 佐賀県多久市北多久町大字多久原 2700-2

☎0952-75-8585

🌐 www.taku.ne.jp ✉ taku@catv.taku.ne.jp

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
	広域クリーンセンター推進係	☎ 75-2217
	税務課	
	納税係	☎ 75-6115
	市民税係	☎ 75-2126
	資産税係	☎ 75-2176
	福祉課	
	福祉計画係	☎ 75-2113
	社会福祉係	☎ 75-6118
	高齢・障害者福祉係	☎ 75-4823
	地域包括支援センター	☎ 75-6033
健康増進課	☎ 75-3355	
建設課	☎ 75-4826	
商工観光課	☎ 75-2117	
会計課	☎ 75-6114	
農林課	☎ 75-4825	
農業委員会事務局	☎ 75-4831	
2階	管財契約課	☎ 75-2132
	電子自治体係 (総合政策課)	☎ 75-2114
3階	議会事務局	☎ 75-4828
	総務課	
	行政係	☎ 75-2112
	人事係	
	広報広聴係	☎ 75-2280
	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
4階	教育委員会事務局	
	教育総務課	☎ 75-3450
	学校教育課	☎ 75-2227
	監査委員事務局	☎ 75-4830
東庁舎	水道課	☎ 75-3003
	都市計画課	
	都市計画係	☎ 75-4827
	区画整理係	
中央公民館	下水道係	☎ 75-2179
	人権・同和対策課	☎ 75-4824
	中央公民館	
	生涯学習課	☎ 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	

12月

催し&相談スケジュール

Schedule

催し

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
1日◎	親子のニュースポーツ大会	旧北部小体育館	9時～	北多久公民館
7日±	5町公民館合同事業 「ものづくり体験隊」	中央公民館集合	9時～	各町公民館
11日水	交通安全マナーアップキャンペーン	西多久町幡船の里	9時30分～	防災安全課
14日±	ちびっこもちつき大会	東多久公民館	9時～	東多久公民館
15日◎～ 1/15日水	多久聖廟年末年始 イルミネーション	多久聖廟周辺	日没～21時頃	商工観光課
23日月	クリスマス映画会	中央公民館	9時30分～	生涯学習課
25日水	キッズサイエンス教室	中央公民館	9時～	生涯学習課
28日±～ 30日月	消防団年末警戒	市内一円	21時～3時	防災安全課
31日火	多久聖廟お火たき	多久市物産館南芝生広場	23時20分～	商工観光課

1月の行事

3日金	多久市成人式	中央公民館	10時30分～	生涯学習課
6日月	新年のつどい	多久シティホテル松屋	16時～	生涯学習課

相談

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
2日月、1/6月	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
4日水、18日水	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
18日水	法律相談(弁護士)	中央公民館	(受付)13時～14時30分	総務課
18日水	D V 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
18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
4日水、1/17金	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
4日水、1/17金	法律相談(司法書士)	大会議室東	13時～15時	総務課
4日水、1/17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
毎週月・木 (祝日の場合は火曜日)	★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
月～土	★子育て相談	子育て 支援センター	9時～17時	子育て支援センター ☎75-5780

・相談は無料です。・祝日は休みです。・★印は電話による相談もお受けします。

人のうごき

◆平成25年11月1日現在◆

総数…20,963人(-35)
男…9,808人(-21)
女…11,155人(-14)
世帯…7,849世帯(-12)
()は前月との比較

◆平成25年10月の異動◆

出生…15人 死亡…20人
転入…33人 転出…63人

編集集後記

◎今年も色鮮やかな紅葉が市内を彩り、キラキラと輝く美しい紅葉狩りを楽しめました。季節は過ぎ去り、寒さ厳しい冬へと向かっていきます。

12月に入ると市内のあちらこちらに幻想的なイルミネーションが灯り始めます。個人のお宅でも趣向を凝らしたイルミネーションを施されているところもあり、本当に素敵で、観る人を癒してくれます。

◎今年も残すところ後1か月！私事ですが、世間で言われている「厄年」もあと1か月で終わろうとしています。無事に過ごせた1年といえるよう、気を引き締めてがんばっています(笑)さて、今月号は多久まつりの特集でしたが、盛り上がった会場の様子などみなさんに伝わりましたか？今年も雨男に負けず、天候に恵まれた最高の「多久まつり」になったのではないのでしょうか。取材にご協力いただいたみなさん！最高の笑顔ありがとうございました。



妹思いのやさしい翔生くん。莉紗ちゃんができないことは、いつも手伝ってあげます。動く車が大好きで、ダンブやパワーショベルのおもちゃを手放しません。最近では、好き嫌いが減ってお魚を食べるようになりました。

お兄ちゃんが大好きな莉紗ちゃん。いつもお兄ちゃんを追っかけて一緒に遊びます。最近髪を結ぶのがブームで、ママにいろんな髪型に結んでもらって、かわいく変身しています。

誰とでも仲良くできるのがふたりの“特技”で、どこでもみんなを楽しませてくれる、明るく楽しい兄妹です。

♥パパ・ママから…いつも元気にすごしてくれてありがとう。これからも仲良く元気に大きくなってね。

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!!

のぐち しょうせい
野口 翔生くん(4歳)
りさ
莉紗ちゃん(3歳)
(多久町宮ノ浦)
パパ/隆弘さん
ママ/美奈子さん



はやしだ るいと
林田 墨叶くん(3歳)
もな
萌叶ちゃん(2歳)
(北多久町山犬原)
パパ/一栄さん
ママ/結香さん



優しく人見知りやしない墨叶くん。来客があっても“ウェルカム!”懐っこく話しかけて和ませます。最近では「スパイダーマン」がお気に入り。高いところからジャンプしたり、鉄の輪にぶらさがったり、活発に元気いっぱい遊びます。

癒やかで“癒しの存在”萌叶ちゃん。家にいるだけで家族みんなを癒します。ぬいぐるみが大好きで、特にくまさんとライオンさんのぬいぐるみで遊びます。ご飯の好き嫌いがなく、何でも食べてくれるのは嬉しいけど、ママに似て最後まで、はしを握っています(笑)いつもママの取り合いになるけど、気が付けばふたりで楽しく遊んで、仲良し兄妹です。

♥パパ・ママから…いつもニコニコ元気な墨叶くんと萌叶ちゃん。2人の笑顔に包まれてパパとママは幸せだよ!パパとママのところに産まれてきてくれてありがとう!これからの成長を楽しみにしてるよ。墨叶くん萌叶ちゃん大好き♡♡

ヘルシークッキング



menu 「3色ボンボンドーナツ」 健康増進課 ☎75-3355

- 材料** 4人分
 にんじん…30g
 ほうれん草…20g
 かぼちゃ…40g
 ホットケーキミックス…150g
 卵…1個
 A バター…20g
 砂糖…大さじ1
 牛乳…大さじ1
 揚げ油…適量
- 作り方** (1人分: エネルギー288kcal・塩分0.5g)
 ① にんじんはすりおろす。ほうれん草はゆがいてすりつぶす。かぼちゃはゆがいてつぶす。
 ② Aを混ぜ合わせ、3等分にする。
 ③ 3等分にした②に、①の野菜をそれぞれ加え、混ぜ合わせる。
 ④ ③を丸め、170℃の揚げ油で揚げる。
 ※焦げやすいので、なるべく小さく丸めた方が好ましいです。
 ※野菜の水分が出るので、生地が緩い場合はホットケーキミックスで調節してください。

野菜嫌いな子どもでも、みんなで楽しく食べられるようなおやつ作りに取り組んでいます。今回のメニューは、素材の味を活かし、味の違いを楽しみながら食べてくれるように作りました。



各保育園の給食担当のみなさん

多久市食育推進協議会委員によるおすすめメニューを紹介しています。

