



多 久 市 報

みんなでおいしいカレーをつくるぞー！

特 集

九州自然歩道を歩く
緑園の頂 天山を目指して
～岸川登山口から天山頂上へ～

INDEX

- 04 — 生きててくれて ありがとう／9月10日～16日は自殺予防週間です
- 06 — 多久市ふるさと応援寄附へのご支援ありがとうございます
- 09 — 屋外広告物設置には許可が必要です
- 10 — 観光ホットなう
- 11 — 翔け！多久高校 School Topics Vol.2 サッカー部
- 12 — スタート小中一貫教育 連載No.6
～多久市教育の特色を活かした実践～
- 14 — まちの話題
- 18 — 今月の健康
～集団のがん検診を賢く利用しましょう～
- 20 — 今月の福祉
～頭の働きを良くする生活習慣のポイント！～
- 22 — 各種お知らせ

TOPICS

9/25(水)～9/28(土)『通学合宿』が開催されます



通学合宿は、東原庫舎で年齢の異なる児童と一緒に生活しながら、我慢したり、譲り合ったりすることを学ぶ生活体験学習です。毎年多くの子どもたちが参加し、学校では教わらない多くのことを学んで帰ります。通学合宿に関する詳しい内容は、23ページの各種お知らせをご覧ください。

— 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/>



緑

園の頂

天山を目指して

岸川登山口から天山頂上へ

いざ！林道岸川支線
起点から出発！！

岸川ダムから200m程下ったあたりに、林道岸川支線の起点の看板があり、そこから徒歩で頂上を目指すことに。岸川登山口付近には専用の駐車場がなく、数台の車で行くことと林道を通る車両の妨げになることがあります。林道岸川支線の起点付近には、若干の駐車スペースがありますので、そこからの登山をお勧めします。



九州自然歩道を歩いていくと、右のような標識がいくつも設けられています。標識を目印にたどっていけば、目標までたどり着けるようになります。

また、分かれ道があるところは左のような標識もあり、登山の道しるべとなっています。



本格的な自然歩道

岸川登山口までは、舗装された林道を歩いていくのですが、ここからは、石畳や石段が続きます。しばらく雨が降っていないなくても湿っている所もあり、滑りやすいので用心が必要です。

この辺りからは、木陰が続く隣を流れる清流の音も清々しく、登山を楽しむことができますが、しばらく登ると徐々に傾斜がきつくなっていきます。



所々で、大きな岩肌が剥き出しになっているところや、道幅が狭く崖になっている所もあるので、慎重に登ることをお勧めします。枯葉が堆積し足を踏み外すような所も…。途中には「ゆっくりと、一步一步があなたを守る」の立看板がありました。安全かつ着実な登山のための名言です。

急傾斜のところには、ロープを使って登るような斜面もあり、軍手は必需品です。この辺りからは、本格的な登山を思わせる自然歩道が山頂まで続きます。

息も上がりはじめ、体力的にきつく感じるころ。少しだけ後悔も…。しかし、木陰から吹く風、涼しさを感じさせる鳥の鳴き声や清流の音にも癒されながら自然の心地よさを満喫できます。



▶ルートの途中には、写真のような木々に覆われた石畳や石段が整備された場所があり、ひんやりと涼しさを感じながら歩いていけます。

あと約1km…。

急な斜面も少なくなり、ここからは歩きやすく整備された道となっています。吹く風も涼しさを増し、挫けかけた心を優しく励ましてくれるかのようでした。



綺麗な植物も心を癒します

道沿いには、周辺に生息する植物の案内板も設置され、美しい花や植物も多く見られます。道行く人の心を癒していました。



残り500m地点。ここまでくれば、あと一息で頂上です。頂上までが見渡せ、目的地がはっきりと

見えてきます。

あと少し…、なのですがなかなか足が上がりなくなってくるころ、急がずゆっくり進みましょう！



天然のクーラー

山頂に到着。撮影をしながらの登山で、約4時間の道のりでした。日頃の運動不足のせいか、大変長い道のりに感じました。

しかし、途中の疲れも山頂まで登りきった達成感で吹き飛びました。真夏の登山にも関わらず、山頂は涼しく、天然のクーラー。吹く風が大変心地よいものでした。敵木側から登ってきたスタッフとも合流して記念撮影！このときは、下山のことは考えたくない気分でした。

この日は雲が多く、山頂からの眺めは、晴れ間から時折見えるくらいでしたが、一瞬見える景色は格別で最高の大パノラマでした。みなさんもぜひチャレンジされてはいかがでしょうか？

登山の注意事項



- 低い山だからといって油断してはいけません。登山に適した服装で、暑さや寒さ対策を万全にしましょう。特に今の時期は、水分補給を十分に行いましょう。
- ケガをした場合の対策もおきましょう。
- 山の天候は変わりやすいもの。天候はチェックして行きましょう。
- 登山道を外れると危険な場所が多数あります。
- 途中は滑りやすい道になっています。あせらず慎重に進みましょう。
- 時期によっては、スズメバチやアシナガバチがいます。巣に近づいたりしないようにしましょう。蜂が攻撃してきた場合は、低い姿勢をとり巣から離れましょう。
- 夏の午後には雷や夕立が発生しやすいので、朝早めに行動し、夕方前には下山するくらいのスケジュールを立てましょう。



○自分が出したごみは必ず持ち帰りましょう。



■問い合わせ 商工観光課 商工観光係 ☎75-2117



生きててくれて
ありがとう



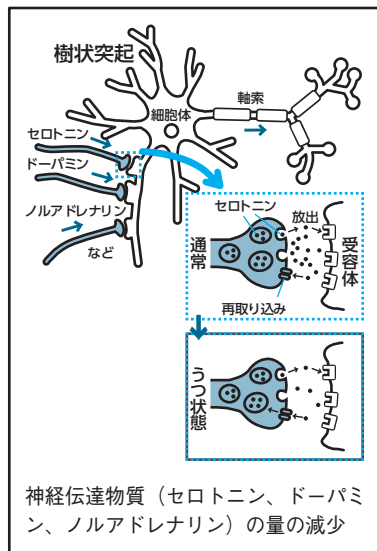
平成24年の自殺者は、2万7766人と15年ぶりに3万人を下回りました。しかし、依然として多くの人が自ら命を絶っています。

多久市でも年間3〜7人が大切な命を自ら絶つという現実があります。その原因は一人ひとり異なりますが、周りにいる私たちが支えとなり、かわりを持つことはとても大切なことなのです。

《脳の病気と脳は関係がある》

私たちの身近なところの病気の一つに「うつ病」があります。生涯で「うつ病」にかかる割合は、女性で25%、男性で8〜15%と、女性の方が「うつ病」にかかる割合が多い傾向にあります。

「うつ病」にかかると、気分が落ち込んだり、何事にも意欲がなくなったり、自信を喪失したりといった状態に陥ります。うつ状態は、こころの病気と言いますが、脳内の現象が原因で引き起こされているとも言われています。



《脳内で起きている現象とは？》



うつ病のメカニズムは、うつ病を回復させる薬の働き方を手がかりに解明されてきました。これにより、脳内の「モノアミン（とくにセロトニンとノルアドレナリン）」という神経伝達物質の量が変動することが原因の一つと考えられています。（神経伝達物質は神経細胞どうしの情報伝達を行う化学物質です）

抗うつ薬は、神経細胞どうしの隙間にモノアミンの量を増やす効果があります。この効果から、脳内のモノアミン量が減少するとうつ病になり、逆に過剰になると躁うつ病（気分が高揚するうつ病）になる原因なのではないかと考えられるようになっていきます。

《周囲の気づきが大切！》

本人のこころの健康の不調に最初気づくのは、家族や職場の仲間です。家族や職場の仲間が、こころの病気について「脳という臓器の動きの低下によるさまざまな症状」ととらえ、早期治療のため専門家への相談につなげて、適切な指導のもと、本人を見守っていくことで、かけがえない命を守ることができるのです。

9月10日～16日は自殺予防週間です

防ごう自殺！みんなで 九州・沖縄一斉電話相談

日時：9月9日(月)～13日(金) 9:00～21:00

☎73-5060 (佐賀県精神保健福祉センター)

☎73-5556 (佐賀こころの電話)

○いろんな相談機関があります

- 一人で悩んでいる 誰かに話してスッキリしたい
- ・市の「心・ストレス相談」（予約が必要です）
- ・市の「健康相談」健康増進課 ☎75-3355

○病院には行きたくない・精神科医師に相談したい・病院を受診させるか迷っている

- ・佐賀県精神保健福祉センター（小城市）
☎73-5060（平日8:30～17:15）
- ・佐賀中部保健福祉事務所（佐賀市）
☎30-1691（平日8:30～17:15）

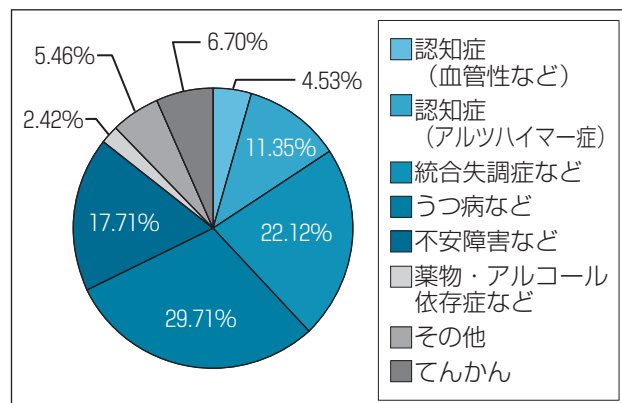
○「いなくなってしまう」「どうにかなりそうだ」など

- ・佐賀いのちの電話 ☎34-4343（年中無休 24時間対応）
- ・佐賀自殺予防夜間相談電話 ☎0120-400-337（毎日1:00～7:00）

○女性が抱える家庭や離婚の問題について

- ・アバンセ女性総合相談 ☎26-0018（火～土9:00～21:00/日・祝日9:00～16:30）
- ・婦人相談所（佐賀市）☎26-1212（平日8:30～17:15）

精神疾患の患者数（平成23年：患者調査）



平成25年



住宅・土地 統計調査

総務省・佐賀県・多久市では10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的かつ重要な調査で、多久市では約1400世帯（全国で約350万世帯）を対象とした大規模な調査です。

調査員が調査世帯へ調査票の記入のお願いに伺った際には、調査票へのご記入、または、インターネットでの回答をお願いします。

総務省統計局ホームページ <http://www.stat.go.jp/>



■問い合わせ

総合政策課 企画係
☎75-2116

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 保健師（1人）

■受験資格 昭和58年4月2日以降に生まれた人で、保健師免許取得者、または取得見込者職員採用後、多久市内に居住できる人

■試験日 10月20日(日)

■採用予定 平成26年4月1日(火)

■申込期間 9月9日(月)～9月24日(火)

持参 土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分

郵送 特定記録郵便で提出（9月24日(火)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）

9/9

9/8～9/14

「救急の日」と「救急医療週間」のお知らせ

■問い合わせ

多久消防署

☎75-2191

99さがネット <http://www.qq.pref.saga.jp>

インターネットや携帯電話から地域の医療機関情報等を検索することができます。

救急医療情報センター ☎31-8899

365日24時間体制で、電話にて医療機関等の情報を案内します。

多久消防署 ☎75-2191

救急講習等、各種お問い合わせは電話にて受け付けます。

みなさんは9月9日が何の日かご存知ですか？
9と9で「きゅうきゅうの日」、すなわち『救急の日』です。救急の日とは、市民のみなさんが救急医療および救急業務に対する正しい理解と知識を深め、併せて救急医療関係者の意識高揚



▲写真右が平成24年2月、左が平成25年2月に配備された新型救急車

「救急の日」をご存知ですか？

災害発生状況

平成25年度、佐賀広域消防局管内において、火災および救急発生件数は著しく増加傾向にあります。火災予防および救急車の適正利用にご協力下さい。

平成22年（暦年）の災害発生状況	
火災件数 114件	救急件数 11,469件
平成23年（暦年）の災害発生状況	
火災件数 113件	救急件数 12,045件
平成24年（暦年）の災害発生状況	
火災件数 100件	救急件数 12,518件

を目的とした日です。
また、9月9日を含む1週間を「救急医療週間」として、各地で救急医療の普及啓発運動が行われています。多久消防署では、9月9日(月)～9月16日(月)に多クケーブルテレビにおいて、心肺蘇生法（ガイドライン2010）についてのテレビ放映を行います。
私たちは、いつ、どこで怪我や病気になるかわかりません。大切な人が目の前で倒れたとき、あなたは救うことができますか？大切な人を救うためにもこの機会に命を救う術を身につけませんか？

多久市ふるさと応援寄附へのご支援ありがとうございます

■問い合わせ

総合政策課

男女参画・市民活動推進係 ☎75-2116

平成20年度から始まった『多久市ふるさと応援寄附』は6年目を迎え、平成24年度は、市内をはじめ県内外11人の方から、総額688,000円の寄附金をいただきました。ご支援に感謝いたします。

平成25年度もひきつづき『多久市ふるさと応援寄附』を受け付けています。みなさんのご協力よろしく願います。

平成24年度の寄附の状況

事業の区分別内訳	件数	金額
子どものための事業	1件	50,000円
豊かな自然を守るための事業	4件	210,000円
文化・スポーツ振興のための事業	2件	101,000円
まちづくりのための事業	2件	12,000円
その他、市長が必要と認める事業	5件	315,000円
合 計	14件	688,000円

①西溪公園・中央公園

(桜・紅葉)整備

桜3本、紅葉2本の植樹



②釈菜用龍旗

釈菜で使用する龍旗の購入



平成24年度の活用事業

☆豊かな自然を守るための事業

①西溪公園・中央公園(桜・紅葉)整備 158,500円

☆文化・スポーツ振興のための事業

②釈菜用龍旗購入 420,000円

③孔子の里芸能保存会備品購入補助 700,000円

☆その他、市長が必要と認める事業

④障害者就労支援事業補助 3,000,000円



●寄附金は所得税と住民税の控除を受けることができます

寄附金は、寄附金額から2,000円を差し引いた額が、寄附した年の所得税と寄附した翌年の住民税から一定の上限額まで控除されます。

※控除を受けるには申告等の手続きが必要です。なお、控除対象額は、個人住民税所得割額のおおむね1割が上限となります。



平成25年度

多久市市民活動推進事業費 補助金活用事業の紹介

■問い合わせ

総合政策課

男女参画・市民活動推進係 ☎75-2116

市民が自主的に地域の公益活動を企画・実施することを促進し、市民活動の活性化を図り、市と市民との協働のまちづくりを推進するために、市がその経費の一部を補助する「多久市市民活動推進事業費補助金」の助成を受けて活動を行っている、団体と事業を紹介します。

多久東部太鼓保存会

太鼓の購入



助成額：300,000円

多久太鼓ほうらい

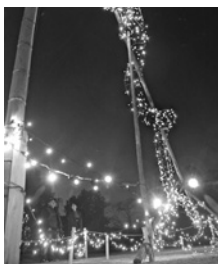
太鼓の購入



助成額：91,000円

多久美化クラブ

イルミネーション機材の購入



助成額：41,000円

多久ミュージカルカンパニー

音響機材とユニフォームの購入



助成額：209,000円

70歳未満の自己負担限度額表

区分	1～3回目までの自己負担限度額	4回目以降
上位所得世帯 基礎控除後の年間所得 金額が600万円超	150,000円 総医療費が500,000円を超えた時は 超えた分の1%を加算します。	83,400円
一般	80,100円 総医療費が267,000円を超えた時は 超えた分の1%を加算します。	44,400円
住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

年齢により限度額が異なります。
 今月は70歳未満の人についてお知らせします（70歳以上の人の限度額は来月号に掲載予定です）。

病院の窓口で支払った保険診療分の自己負担額が1か月で高額になった場合、申請により限度額を超えた分を高額療養費として払い戻します。

国
保
通
信



問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-12159

〔高額療養費の計算方法〕

① 月単位で計算します。（月をまたがった場合はそれぞれで計算します）

② 医療機関ごとに別計算です。

③ 保険診療分の自己負担額が21,000円を超えない場合は高額療養費の計算対象とはなりません。計算対象となった診療分に付随する調剤分は合算されます。（入院した時の食事代など保険がきかないものは対象外です）

④ 同じ医療機関でも入院と外来は別計算します。

⑤ 同じ医療機関でも内科と歯科は別計算します。

⑥ 過去12か月に同じ世帯で高額療養費の支給が4回以上となった場合は4回目からは限度額が低くなります。

※ 高額療養費の支払い対象となった場合には、診療月の2か月後に市から封書にて通知します（2か月より遅れる場合もあります）。申請には領収証の提示が必要です。領収証は確実に保管し、必要分を持参してください。

※ 入院等であらかじめ高額な医療費が見込まれている場合は限度額認定証の事前申請をお勧めします。詳細は保険年金係までお問い合わせください。

健診結果でわかる
自分の健康状態

今年は、健診を受診された方一人ずつに結果の説明を行っています。



自分の健康は
自分で管理できるように
「健診を活用しよう」

健康管理のために、自分の健診結果を確認し、身体の状態に気づいてもらえるように、受診者のみなさんに個別で説明を行っています。

健診結果は、食べたり飲んだりしたことで、体の動かし方などが血液検査に表れます。



平成24年度の健診の結果、治療中の人で新たな病気等が見つかった人の数

高血圧や脂質異常症で治療している678人	糖尿病や脂質異常症で治療している226人	糖尿病や高血圧で治療している621人
↓	↓	↓
そのうち、糖尿病の治療が必要な方が34人見つかりました。	そのうち、高血圧の治療が必要な方が48人見つかりました。	そのうち、脂質異常症の治療が必要な方が161人見つかりました。

■ 自覚症状のない『生活習慣病』は、知らないうちに病気になったり、症状が進んだりします。「治療中だから、健診は受けなくてもよい」と言われますが、右図のような発見もありますので、健診を受けて健康管理に活用しましょう。

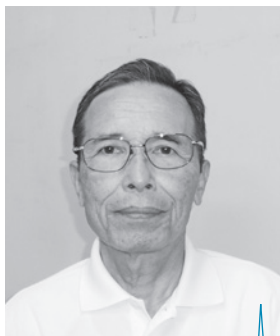
問い合わせ 健康増進課

☎ 75-3355

住民さんの
声
vol.47

平成24年度特定保健指導
を受けられた
かつのり
井手 甲詔さん（多久町）

質問 生活習慣の改善を目指して取り組み、変わったことは？



体重：2.8kg 減
腹囲：4 cm減

毎日1～2時間歩くようにし、ご飯を量って食べるようにしました。

第43回

多クまつり

祭だよ！全員集合！！

今年も多クまつりの季節がやってきます。

今回は、多ク聖廟周辺で開催します。

開催日 10月26日(土)・27日(日)

当日催される左記イベントの参加者を募集します。

募集案内の左記イベントは、出場数に限りがありますので、早めに申し込みください。



うちの子いちばん 赤ちゃんハイハイレース

快速赤ちゃん決定戦！家族みんなで応援しよう！！
豪華賞品・参加賞を用意しています。

日時 10月26日(土) 11:50～
募集数 先着50人
参加資格 立ち歩きをしない乳児
市内外を問いません
募集締切 10月4日(金)まで



市民総踊り

独自の衣装、パフォーマンス大歓迎！
みんなで一緒に踊りましょう！！

日時 10月27日(日) 13:30～
参加資格 市内を拠点に活動するグループ
または企業・団体
募集締切 10月4日(金)まで



■問い合わせ・申し込み
多ク祭り振興会事務局
今年の多クまつりメインイベントや詳細なイベントスケジュールは市報10月号でお知らせします。お楽しみに！！

(市役所商工観光課)

☎ 75-12117

今年の多クまつりイベントの一部をご紹介します！



10月26日(土)

「ご当地キャラS COLLECTION」

県内各地のご当地キャラが多ク聖廟に大集合！かわいいキャラクターたちがPK対決や綱引きに挑戦します。一緒に写真撮影も楽しむことができます。

(当日登場するキャラクターは写真と異なる場合があります)

時間 13時～15時20分 (予定)



ライフプラス
Life+
小城店

税込

98円

4/25にオープンしました。

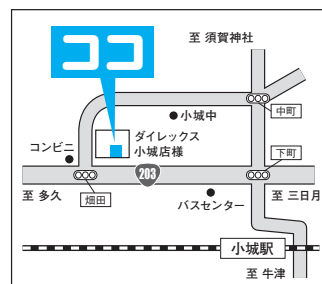
ショップ

皆様の生活にプラスになればという想いで商品を選択し、価格を93.3円に設定させていただきました。

3点お買い上げごとに1ポイントのスタンプカードもあります

小城市小城町畑田2557番地(ダイレックス小城店様 ATM横) ☎73-3709

ぜひ一度お越し
くださいませ



屋外広告物設置には許可が必要です

■問い合わせ

佐賀土木事務所 管理課 ☎24-4346
都市計画課 都市計画係 ☎75-4827

佐賀県では県民共有の財産である美しい景観をより良いものにして子どもたちに残すため、美しい景観づくりに取り組んでいます。

○屋外に広告物を設置する場合には許可が必要です

お店の看板や案内板などの屋外広告物は有効な情報提供の手段ですが、規制されないまま設置されると、無秩序な状態となり、美しい景観を損なうほか、老朽化による倒壊などのおそれがあります。そこで、佐賀県屋外広告物条例により、広告物を設置する場合には、許可が必要となっています。



○未申請分を調査・指導しています

平成22年4月から改正条例を施行していますが、これ以前に設置されていた屋外広告物については、平成25年3月末まで猶予期間がありましたが、現在も未申請分については、佐賀県で調査をし、届出をしていただくように指導を続けています。

美しい景観づくりは、県や市町など行政の取り組みだけでは達成できるものではありません。広告主の方々をはじめとした、県民のみなさんのご理解とご協力をお願いします。



「佐賀県屋外広告物条例」重要ポイント

県全域が規制の対象となりました

広告物を表示できない禁止区域以外は、表示する際に知事の許可が必要となる許可区域となりました。

自家用広告物も規制対象です

「自家用広告物」とは、自己の店舗や事業所などの敷地内に、店名や営業内容などを表示する広告物のことです。小規模なものを除き、広告物の表示には知事の許可が必要となります。

平成25年度 たく市民大学

ゆい工房講座 受講生を募集します

■問い合わせ・申し込み

公益財団法人 孔子の里 ☎75-5112



▲みなさん、時間を忘れて頑張っています♪
(エコクラフト教室)

■申込方法
「たく市民大学ゆい工房
受講申込書」(チラシ参照)
に必要事項を記入のうえ、
受講料、材料代を添えて、
孔子の里へご持参または郵
送で申し込みください。
先着順にて受け付けます。

今年度のゆい工房は6月
から開講し、たくさんの方
が受講され、学ばれ、楽しさを
実感されています。
今月は「めざせ！オシャレ
日本酒女子」講座や「陶
芸教室」自分だけのランプ
シェード」講座など、ま
だまだたくさんの方の講座を
用意しています。詳しくは
公益財団法人孔子の里まで
お問い合わせください。

講座名	開講日	時間	回数	受講料	材料代
めざせ！オシャレ日本酒女子♪	9月21日(土)	14時～16時	1	1,000円	1,500円
陶芸教室 ～自分だけのランプシェード～	9月28日(土)、10月5日(土)、 10月12日(土)、10月19日(土)		4	4,000円	6,000円
岸川まんじゅう屋さん	10月3日(休)	10時～12時	1	2,000円	受講料に含む
大道芸ってなに？(後期)	10月5日(土)、10月12日(土)	13時～15時	2	1,500円	1,500円
パン屋さん	10月12日(土)、11月9日(土)、 12月14日(土)、平成26年1月11日(土)	10時～12時	4	4,000円	4,500円
ガーデニング教室(後期)	11月9日(土)、平成26年3月8日(土)	10時～12時	2	2,000円	4,000円
こんにゃく屋さん	11月9日(土)	9時～12時	1	2,000円	受講料に含む
年越しそばづくり	12月17日(火)	10時～12時	1	3,000円	受講料に含む
一から始める韓国語	平成26年1月14日(火)、1月28日(火)、 2月18日(火)、2月25日(火)、 3月11日(火)、3月25日(火)	18時～19時	6	3,000円	受講料に含む
「韓国料理」に挑戦しよう	平成26年1月14日(火)、2月18日(火)、 3月11日(火)	10時～12時	3	3,000円	1,500円
お花見セットづくり	平成26年3月15日(土)		1	2,000円	受講料に含む

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

6代目の挑戦!

東鶴酒造株式会社

◀ 6代目野中保斉さん



多久市で唯一の蔵元「東鶴酒造」。約15年の休止から平成21年に酒造りを再開。今月号では本格的に再開された「東鶴酒造株式会社」について紹介します。

記録が残っているところで、天保元年(1830年)創業と歴史は古く、現在は6代目となる野中保斉さんが杜氏を務めています。実は野中さん、日本酒は好きな方ではなかったのですが、唐津市の蔵元で飲んだ日本酒がきっかけで、平成19年に5代目の跡を継ぐ決心。帰郷し多久での酒造りに取り組みました。

多久で美味しい酒を造る!

跡を継ぐといっても約15年もの間休止状態でしたから、設備以外は一からのスタート。お酒の造り方から学びました。まずは、唐津市の蔵元で手ほどきを受け、技術の習得のため東京にある酒類総合研究所で研修。その後、山口県の蔵元に住み込みで修行をしました。この山口県の蔵元「株式会社永山本家酒造場」での修行は、押し掛け修行でした。野中さんは「お金がなかったんで、ホテルなどから通う余裕がなく、住み込みをお願いしたところ、快く了解していただき、今でもいいお付き合いをさせてもらっています」と当時を振り返りました。

こだわりの純米酒造り!

日本酒といっても「一般酒」といわれる、米と水、糖類、蒸留アルコールでできた合成酒と、米と水だけで作る「純米酒」があり、コストを抑え味の均一化を図るには「一般酒」が向いています。が、美味しい酒を造るという信念で、「純米酒」を選びました。

酒の味や香りは、米、水、酵母菌のバランスで決まります。米は佐賀産の酒蔵用米「さがの華」といくつかの種類の酒蔵米を使用し、水は井戸水、佐賀酵母で造ります。佐賀の酒は味が濃くて甘口が主流。野中さんは「佐賀らしい上品な甘口のお酒を造ることを心がけています」と語られ、目標は、多久市の特産品になること。企業としても多久市に貢献したいとの思いで取り組みられています。また、「将来は多久産の米で美味しいお酒を作って行きたい」と多久での酒造りについて語られました。

この東鶴の純米酒は、9月28日(土)にJR九州と沿線自治体で企画されている、「利き酒」の旅でも出品されます。また、今月号9ページ掲載のゆい工房「めざせ! オシャレ日本酒女子」(9月21日(土))でもレクチャーを受けながら味わうことができます。関東や関西で高い評価を受けている東鶴の純米酒をこの機会にいかがですか?



▶ 東鶴酒造のラインナップ

第27回軽トラ市多久

カスタムシ相撲大会を行いました

8月11日(日)の軽トラ市多久にて、夏休みイベント第2弾として『カスタムシ相撲大会』が行われました。当日は、厳しい暑さの中、会場には、市内外から約50人の子どもたちが参加し大会を盛り上げました。子どもたちは、2回行える対戦チケットをもらい、事前に準備されたカスタムシの中から、それぞれお気に入りのカスタムシを選び、約30センチの土俵の上で対戦しました。



行司の「はっけよーい! のこった」の声で取り組みが始まると、子どもたちが自分のカスタムシに声援を送り、技が決まるたびに歓声が沸き起こり大会を盛り上げました。

「利き酒」の旅 佐賀の銘酒と器と食を満喫ください

開催日限定で、唐津線の特急「九州横断特急」の車両で運行します。停車駅の駅前広場や蔵元などで、県内の9蔵元(佐賀市、多久市、小城市、唐津市)の銘酒をお楽しみ頂けます。

★参加者への特典★

唐津焼「ぐい呑み」(袋付き)をプレゼント

■日時

9月28日(土)

■集合場所

佐賀駅改札口(9時30分集合)

■旅行代金

6500円

■募集人員

110人(最少催行人員100人)

※募集人員に達し次第、締め切りとします。

■問い合わせ

JR佐賀駅
JR九州旅行佐賀支店

☎ 24-4029
☎ 24-0773



翔け！ 多入高校

Vol 2

School Topics

■問い合わせ 佐賀県立多久高等学校 ☎75-3191

佐賀県立多久高等学校の旬な話題などを紹介します。

SOCCKER (サッカー部)



サッカー部は部員32人（3年10人、2年12人、1年10人）。谷口空良さん（3年）と山田将貴さん（2年）がチームをまとめます。普段から部員同士の仲がよく、雰囲気も“最高”のチーム。ゲームのキーマンは、武富翔馬さん（3年）。スタイルは、4-4-2や4-5-1でスピードあるサイドからの攻撃でゲームを組み立てます。

3年生は、高校総体が終わると、進学や就職のために引退する選手と、選手権大会まで部活を続ける選手とに分かれます。残った3年生は、進学への準備や就職活動を行いながらの練習となるため、思うような練習ができなくなります。顧問の嘉村哲也先生は「今年の3年生は、半数以上が残っておりポジション争いも熾烈。自分たちのスタイルを知っている3年生が多く残っているの頼もしい」と話されました。

心強いサポート①

多入高サッカー部OBの百武隆充さん。コーチングだけでなくスポーツトレーナーとして、選手のコンディション調整の手助けもされていました。



心強いサポート②

マネージャーの中島さん（右）と木村さん（左）。選手が快適に練習に取り組めるよう、サポートしています。

取材は8月16日。この日も手元の温度計では37℃を越えている猛暑日。灼熱のグラウンドでは熱のこもった練習が行われていました。



▲久しぶりの練習で汗を流す3年生

市交際費の支出状況

▶平成25年度7月分

支出種別	区分	件数	金額（円）
弔 慰	今月分 累 計	2 7	8,000 38,000
見舞い	今月分 累 計	0 1	0 10,000
御 祝	今月分 累 計	4 19	38,510 104,315
賛 助	今月分 累 計	0 2	0 10,000
激励金	今月分 累 計	0 0	0 0
接 遇	今月分 累 計	4 45	12,953 109,653
会 費	今月分 累 計	3 16	12,500 85,500
その他	今月分 累 計	0 2	0 6,510
合 計	今月分 累 計	13 92	71,963 363,978

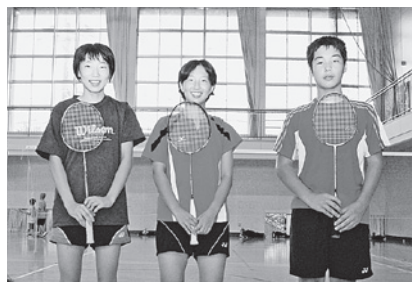
◎詳細は市のホームページに掲載しています。

■問い合わせ 総務課 秘書係 ☎75-2115

中体連佐賀県大会 バドミントン競技で大健闘！

7月20・21日に旭学園体育館（佐賀市）で行われたバドミントン競技で、女子の部シングルスで、黒岩はるなさん（東部中2年）が優勝、田中実結さん（中央中3年）がベスト8、男子の部シングルスで荒谷亮さん（東部中2年）がベスト8と健闘しました。優勝した黒岩さんは、決勝戦まで1セットも落とさず勝ち進み、決勝はセットカウント2対1の接戦を制しての優勝でした。

惜しくもベスト8の田中さんは、昨年の新人戦ベスト4の実力者。試合を有利に進めていたが、徐々に追いつかれ焦りからミスが出てしまい、悔いの残る結果でした。



▲黒岩はるなさん（左）、田中実結さん（中）、荒谷亮さん（右）

男子シングルスベスト8の荒谷さんは、「ミスが多かった」と試合を振り返り、来年は「3位以内」を目標に練習に励んでいました。優勝した黒岩さんは、九州大会に出場。ベスト8の結果でした。「九州大会は課題が残る大会でした。来年は、全国大会に出場できるようにがんばります」と決意を語りました。

スタート!

小中一貫教育 多久の義務教育9か年の新たな挑戦

連載 No.6

■問い合わせ 教育委員会 学校教育課 ☎75-2227



多久市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)

4月から、義務教育9か年の新たな枠組みで、小中一貫教育がスタートした多久市。(1) 市内全域が小中一貫校に、(2) 全小中一貫校が同時開校に、(3) 教職員が同じ職員室に入って教育実践を行うスタイルに生まれ変わりました。すでにスタートしている県内外の小中一貫校の中でも、特筆すべき学校づくり・学校教育の実践であると多久市の学校づくりは高い評価を受けています。本年度の教育行政視察も10件を超えています。

今回は、「心の教育」と「ICT教育」について、実践内容を紹介します。

心の教育

「トイレ磨きは心磨き」

児童生徒の心を豊かに育むための一方策として、「トイレ磨きは心磨き」を合い言葉に、市内全学校で「トイレ磨き活動」に挑戦しています。夏休みには、「まず、教職員が実践を」を合い言葉に、全学校において全教職員が「トイレ磨き活動」に取り組みました。佐賀イエローハット



▲グループに分かれて
トイレ磨きに取り組む先生たち

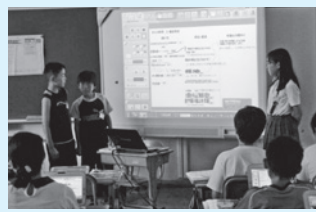
会長 山崎敬二さんを講師に招き、講義を受けた後、実際にトイレ磨き活動を行いました。先生たちは、汗をかきながら笑顔でトイレを磨き上げ、2学期からの児童生徒の取り組みに弾みを付けていました。

ICT教育

「楽しい、分かる、そして学力成果の上がる授業」

佐賀県では、ICT教育は学力向上の有効な手段であり今後の教育を左右する喫緊の課題と捉え、全県規模で「先進的ICT利活用教育推進事業」に取り組んでいます。

市では平成21年度、市内全学校全教室に電子黒板を設置し、ICT利活用教育に力を入れてきました。現在は、電子黒板配備率100%の強みを活かして、児童生徒にとって更なる「楽しい授業・分かる授業・学習成果の上がる授業」づくりを目指しています。定期的に授業研究会を開催し授業力を高めています。



▲電子黒板に写し出された資料をもとに
3人の役割を活かして発表する児童

全小中学校でプール開放

夏休み中、全小中学校でプールを開放しました。午前中は泳げない児童を対象とした水泳教室や、放課後児童クラブの水遊びの場を確保しました。また、お盆前までの期間は、児童の水遊び・水泳の場として提供し、連日プールでは、児童の歓声が響き、勢いの良い水しぶきが上がっていました。

今年から小学生も参加して行われ、西溪校6年の山田将輝さんは「外国に興味があり参加しました。中学校でも英語が得意になりたいです」と英語での会話を楽しんでいます。

▶国際理解講座の様子



イングリッシュサマーフェスタ2013



英語を使ったコミュニケーションや異文化を学んでもらおうと、8月9日、南多久公民館にてイングリッシュサマーフェスタが開催され、児童生徒40人が参加しました。

開会式では、市長や教育長の激励のあと西溪校の袈裯丸晋副校長が、「間違いを恐れず英語を存分に楽しんで」とあいさつ。参加者は、5つのグループに分かれ、英語で自己紹介し、A・L・Tのクイズに各班で協力しながら解答するゲームに挑戦。続いて留学生が母国の文化を紹介する国際理解講座、A・L・Tや留学生と一緒に英語のレシピを参考に料理作りに取り組みました。

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



9月の定例教育委員会のお知らせ

日時 9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



南三陸通信 Vol.3

東日本大震災復興支援として、宮城県南三陸町へ現在派遣している白武和磨主査からのお便り第3号です。

7月25日に南三陸町志津川地区復興まちづくり事業着工式が行われました。

来賓には、復興副大臣（宮城復興局担当）、国土交通省東北地方整備局長、地元選出の衆議員、参議員、宮城県知事、宮城県議会議長、町長、町議会議長他地元関係者総勢約90人（代理を含む）が参加。着工式では、鍬入れののち、町長の「着工開始！」の号令のもと、切土掘削が開始されました。

また、志津川市街地復興まちづくり住民説明会を7月末～8月初めにかけて実施しました。

南三陸町では「なりわいの場所は様々であっても、住まいは高台に」をコンセプトに復興に向けた事業として、高台移転事業（東・中央・西地区）で防災集団移転促進事業、災害公営住宅事業、公共公益施設の整備を行っています。説明会では、町長、復興市街地整備課だけでなく、町復興事業を統括する企画課、集団移転などを担当する復興事業推進課、仙台河川国道事務所、気仙沼土木事務所（道路、河川）、気仙沼地方振興事務所（港湾）も参加し、延べ約350人に説明を行いました。

復興の^{あちこち}音が、だんだん近づいているという実感がわいてきています。

新メンバーで多久の「旬」な魅力を発信

『Hee-o-o!多久』を聴こう！

F M佐賀のスタジオから毎週月曜日お昼12時から55分間の生放送でお届けしている多久の情報発信番組『Hee-o-o!多久』のディレクターが8月より新しくなりました。

Hee-o-o!多久（愛称…ハロタク）は多久市の観光広報ラジオ放送事業で制作しているものです。市内の学校や保育園の子どもたちの声、おでかけ情報や旬の食べ物、イベント情報など盛りだくさんで発信します。

情報収集やレポートで市内を飛び回り、多久の魅力をみなさんにお伝えします!!



◀ディレクター兼ミキサーの^{こでらせいこう}小寺正剛さん（写真中央）、パーソナリティーの^{わきたたつじ}脇田達司さん（写真右）、^{おおかわち まい}大川内麻衣子さん（写真左）

多久に住んでいるあなたも知らない多久の魅力を掘り起こします。みなさんからのメッセージや、リクエスト、情報をお待ちしています。

番組へのメッセージはこちらから

✉taku@fmsaga.co.jp / ☎25-1462

市長コラム

温故創新

Message for citizen

未来を拓く改革のステージ

市長 横尾俊彦

社会保障制度改革に関する国民会議の議論がまとめられ政府に提案された。それを受けて安倍総理大臣は改革プログラムを公表された。

それによれば今後3～4年で社会保障に関する広範な改革が進もうとしている。本人負担や公的支援の見直しもあるが、全体として持続可能な制度にするための取り組みでもある。持続可能な制度にならなければ国民の将来的な安心も確立できないからであり、財源議論は今後とも重要となる。

あわせてマイナンバー導入も予定されている。

国民一人ひとりに、的確で迅速な行政サービスを提供することを可能にする新たな社会インフラとなる予定だ。欧米諸国ではすでに医療や福祉、税の確定申告等広く活用され利便性を高めている。

さらに地方分権改革・道州制など、従来の行政にない改革も推進される見通しもある。教育改革の推進、経済成長戦略の充実などもある。全体としては国家の繁栄戦略の構築と実践であり、まさに前例のない改革・変革の時代到来といえよう。

いわば海図のない大海原に船をこぎ出すような状況ともいえる。この難所をいかに乗り越え、豊かな未来を構築するか。国でも地方でも縦割り行政や因襲を打破し、未来創造努力が欠かせない。官民が真に協働し、それぞれの分野でチャレンジし、互いに協力することが重要になる。

未来は今から始まっている。今日の誠実な努力は明日を創る基礎である。私たち一人ひとりが未来を担う存在だと自覚し、未来を拓きたいものだ。



▲収穫にあたってJAの指導員から野菜の見分け方について指導を受ける参加者ら（上）と、収穫に励む児童たち（左）

楽しく学んで、おいしく味わいました

佐賀県の「食と農」絆の輪活動の一環として、多久市内の児童を対象に地元の農業や農産物について理解を深める親子収穫体験を開催し、児童と保護者あわせて36人が参加しました。

参加者は南多久町の田柄地区、多久町の東の原地区の畑やハウスにてきゅうりやとうもろこし、トマトなどの収穫に親子で汗を流しました。

多久いっぱい夏野菜カレーを作ろう！

夏休み恒例の給食センター1日体験が、市内各学校の4年生41人が参加して、7月24日学校給食センターで行われました。この体験活動は、給食への理解を深めてもらうため、一般財団法人学校給食振興会が毎年開催しているもの。児童は調理員の指導のもと、具材となるかぼちゃなどの野菜を、包丁ではなくスライサーで切り、1,000人分が調理可能な大鍋で肉などといっしょに炒め、約200人分のカレーを調理しました。また、カレーのほか、焼きとうもろこしとフルーツゼリーもみんなで調理しました。

参加した児童は「家では作ったことないけど、みんなで作ると楽しい」と充実した表情で活動していました。



◀フルーツゼリーづくりに挑戦！果物を入れた容器にゼリーを流し込みます



◀「おいしくな～れっ」と心を込めて調理しました

今回は、給食センター1日体験と親子収穫体験を同日に開催し、新鮮な多久の野菜を味わってもらうこと、地産地消を考えてもらうための初の試みでした。給食センター1日体験に参加した児童が一生懸命作った料理は、親子収穫体験に参加したみなさんにも振舞われ、総勢約100人が南多久公民館で美味しくいただきました。また、会食後はスイカ割りや収穫したきゅうりを味わい、野菜に関するクイズにも挑戦しました。

日本観光振興連盟より市観光協会へプランター贈呈

（公社）日本観光振興協会の観光地美化事業の一環として、多久市観光協会へ計60万円相当のプランター6基が贈呈されました。

当事業は、花による観光地域づくりなどに積極的に取り組む地域が対象で、九州では多久市を含め3か所が選定。贈呈式では、当協会九州支部の中堀雅好事務局長が「住んでよし、訪れてよしの観光地づくりの一助になれば」とあいさつ。贈呈を受けて、多久市観光協会の野中保樹会長は「プランターを活用し、地元のご協力も頂きながら素晴らしい地域にしていきたいです」とお礼を述べました。



柴田健二さん ジャパンパラリンピック水泳競技で見事優勝

柴田健二さん（東多久町）が7月14日、15日に大阪で行われたジャパンパラリンピック水泳競技大会の400m自由形、100m背泳ぎで優勝、50m自由形で2位の成績を収められました。今回は大学生など若い選手が出場する中での入賞でした。

柴田さんは「練習メニューとして、100mのダッシュを5セット、チューブを使った左右200回の筋力アップなど工夫しています。神戸市で行われる日本選手権大会に向けて早速練習に励んでいます」と抱負を語りました。



自然とふれあい、仲間とふれあい、なにかをみつけよう！

夏休み教育キャンプ in 船山2013

夏！恒例の「夏休み教育キャンプin船山」が8月6日から8日の2泊3日、船山キャンプ場で行われました。今年も市内学校4～6年生53人が参加。児童愛護班などボランティアのみなさんから指導を受けながら、野外炊飯やテントの設営などにチャレンジしました。

また、自然体験活動では、竹とんぼ、水鉄砲、弓矢のやじりなどをつくり、大自然の中で、集まった仲間達と汗をかきながら遊びました。

夏休み教育キャンプのメインイベント「キャンプファイヤー」では、幻想的な光の中で歌やレクリエーションで盛り上がりました。

参加した子どもたちは「キャンプファイヤーが綺麗だった。貴重な体験でした」と元気に話しました。



◀ キャンプファイヤーを囲んでの交流。歌やレクリエーションで盛り上がりました



◀ 全員参加のレクリエーション。真夏の太陽の下、元気に遊びました



◀ 白熱した上地区と下地区の一戦。上地区対下地区、男性対女性と子どもの対決はそれぞれ1勝1敗で引き分けでした



▶ 貴重な伝承行事となっている大綱づくり



北多久町岸川地区で8月15日、『盆綱引き』が行われました。盆綱引きは、無病息災や作物の豊作を祈り、またお盆はご先祖や亡くなった方の魂を迎えるために、住民が一体となって行う伝統行事で、隔年で開催されています。

引き合う綱は、区民総出で14日早朝から稲ワラを練って作った6本の綱を3本に仕上げ、それをカズラと共に1本に練り合わせた頑丈なもので、直径70cm、長さ30m余りの大綱です。大太鼓の合図で、上地区対下地区の対戦や男性対女性と子どもの決戦を行い、「ヨイヨイサー、ヨイヨイサー」の掛け声や歓声で賑わいました。

綱引きの合間には、地元の子どもたちによる「盆綱引き歌」の披露があり、子どもたちは練習の成果を披露し、力いっぱい歌い上げました。

「ヨイヨイサー、ヨイヨイサー」で無病息災を祈って

岸川地区盆綱引き

思春期保健講座「気になるアイツ！アイツって何？」

8/17

中学生、高校生らを対象に、命の大切さと『性』について考えてもらおうと思春期保健講座を母子健康センターで行い、18人が参加しました。

佐賀のホスピスを進める会など、余命6か月のがん患者やHIV末期の患者などホスピスでの支援を続ける僧侶の古川潤哉さんを講師に、エイズの感染経路や現状、性病の危険性について、また生と死は切り離せないもの、『性』とは次の世代に命をつなぐための心と体の働きであることなど、体の変化に気づき、お互いを尊重し、自分も大切にすることを育みました。



多久の夏の風物詩 多久山笠

8/15

8/16

今年で65回目を迎える多久山笠が多久駅周辺で行われ、華やかな装飾を施した人形山と、勇壮な提灯山が練り歩き、多くの来場者で賑わいました。

多久山笠若衆会による提灯山の組み立て競争では、「ヨイトサー、ヨイトサー」の掛け声で素早い組み立てに歓声上がり、迫力ある曳き廻しで来場者を魅了。また、東西2基の人形山を、笛や太鼓の囃子にのせて、地元の子どもたちが「エンヤ」の掛け声で華麗に町中を曳き廻しました。フィナーレにはおよそ750発の花火が上がり、夏の夜空を彩りました。



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



おひさんと村人との心温まる一日

おひさん

作・たかべ せいいち
(くもん出版)

風太がすむ村があまりにもたのしそうだからって、おひさまがやってきてしまいました。いっしょにかくれんぼしたり、おふろにはいったり…。いったいどうなるのでしょうか!?

りっぱなお顔のおひさまを見るだけであたたかくなってきます。



ねこさんへのおきねずみのアドバイス

こまったときのねこおどり

作・いとう ひろし
(ポプラ社)

ねこはしばしばばかりで何もかもなくして、おまけにおなかをすかせてペコペコ。ようやくつかまえたねずみのいうとおりになると…。カラフルな色使いが魅力です。こどもたちに人気のいとうひろしさんの絵本です。



画家を取り巻く人々の視点から描かれた4つの短編集

ジュエル二一の食卓

作・原田 マハ
(集英社)

美術史を彩る画家・マティス、ピカソ、ドガ、セザンヌ、ゴッホ、モネ。美の巨匠たちが遺した作品は今も私たちを魅了してやみません。偉大な画家たちの人生を描いた読む絵画のような物語です。

「おすすめの新着本」

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～

- 9/7(土) コースター作り
- 9/14(土) おりがみあそび
- 9/21(土) メルヘンタイム
- 9/28(土) スライムあそび
- 10/5(土) 紙ヒコーキ作り

◆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)

9/10(火) 『子どもの栄養』

講師：管理栄養士

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

【9月の休館日】

2日(月) 9日(月)
16日(月) 23日(月)
29日(日) 30日(月)

※29日は月末整理

◎市立図書館北側入口案内

図書館は中央公民館正面入り口から階段でお越しいただけますが、図書館の北側にも、直接出入りできるスロープ式入口もあります。どうぞご利用ください。(身障者用駐車場1台分あり、自動ドア付近にインターホンがあります)

児童向き

- ◆お米なんでも図鑑 (石谷 孝佑)
- ◆ねずみのつきめくり (ルイス・スロボドキン) (三浦 太郎)
- ◆やさしい大おと (中島 和子)
- ◆ふしぎなやまびこしゃしんかん (大島 千帆)

一般向き

- ◆巨鯨の海 (伊東 潤)
- ◆高校入試 (湊 かなえ)
- ◆認知症ケア やさしい住まい (渡辺 一夫)
- ◆日本の石ころ 標本箱 (岡本 啓)
- ◆和紅茶の本 (渡辺 一夫)

「その他おすすめの本」

人権教育 No. 197

とも生 人権

人権

「すべて人は、人種、皮膚の色、性、人権の手引き」世界人権宣言には、白人の成人男子だけに通用するものでした。女性や子ども、奴隷、有色人種などは含まれていませんでした。侵略された国の人びとも、侵略し支配を続ける国と侵略軍にとっては、自分たちと「同じ人」ではありませんでした。

人権は、一人ひとりが人間として大切にされて生きていくためには、なくてはならないもの。人びとが違いを認め合い、支え合うことが大切で、公正で公平な社会、安全で安心できる社会をつくるために大きな力となります。人権がどういうものかを知ることが、他人の権利を大切に、人権侵害を防ぐ力にもなると思います。

多市市人権・同和教育推進協議会 会長 川内丸 信吾

言語、宗教、政治上その他の意見、国民的若しくは社会的出身、財産、門地その他の地位又はこれに類するいかなる事由による差別をも受けることなく」と書かれています。それぞれ別の国や地域の事情で異なる人権があるわけではありません。世界の「共通の基準として」の人権があるのです。

さわやかスポーツサークル

▶さわやかスポーツサークルのみなさん



みんなで心地よい汗流しませんか？

さわやかスポーツサークルは、スポーツピア発足以前から結成し、軽スポーツを楽しむことを目的に、現在18人のメンバーが多久市体育センターで活動しています。

軽スポーツの種類は、集まったメンバーの人数に応じて変わりますが、最近ではソフトバレーを主に行っています。ソフトバレー以外にもラージボール卓球をして、心地よい汗を流しています。

メンバーは30歳代から70歳代と幅広いのが特徴で「年齢に関係なく、みんなで楽しく汗を流しています」とメンバーのみなさん。

代表の桑原峰俊さんは「体と心の健康を第一に、みんなで和気あいあいと楽しんでいます」と話されました。

毎週水曜日と土曜日の10時～11時40分に多久市体育センターで軽スポーツを楽しんでいます。いっしょに心と体の健康づくりをしませんか？年齢や男女関係なく誰でも入れます。

※ただし、スポーツピアに入会していただくことになります。

問 スポーツピア事務局 ☎75-2225

ふ・れ・あ・い・ひ・ろ

●連載29● 郷土資料館で学ぶ多久の歴史

寄贈資料披露展② 大塚淳さん寄贈作品

先月に引き続き、新しく寄贈していただいた作品を紹介します。

東京都の大塚淳さんは、多久最後の漢学者といわれる大塚巳一の曾孫であり、大塚家が所蔵していた貴重な書画をご寄贈いただきました。中には草場佩川や古賀精里ら郷土の偉人をはじめ、吉岡拝山や柴田是真といった著名な画家の作品も含まれています。

▶長谷川東鶴筆

源盛賞賛「孔子四配像」



長谷川東鶴筆「孔子四配像」には、孔子とその教えを受け継いだ4人の人物、顔子、曾子、子思子、孟子が柔らかな筆使いで描かれています。漢学を重んじた大塚家を象徴する作品といえるでしょう。

伊藤輝久さん・大塚淳さん 寄贈資料披露展

会場 / 多久市郷土資料館 3号展示室

会期 / 9月29日(日)まで

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(月曜日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

短歌

《表の茅短歌会 互選》

二千年経しとふ蓮の花開く

我が里多久に驚き走る

お婆ちゃん好き好き好きと曾孫の連呼

ざゅつと抱きしむ春の日溜り

電線に五羽のスズメがとまりいて

さえずり合うは家族会議か

だいじょうぶ大丈夫とぞ胸張れど

検診の朝は足の重たし

いつも見る草取る姿の今日も無く

カーテン閉まる老いの二人家

浦野 嘉恵

本村 則子

田中あつ子

中尾 和弘

病む吾に言葉重たしほととぎす

吊り橋の板より覗く梅雨の川

すぐそこに鳥語聞こえてるて涼し

大石ひろ女

《俳句 あざみ句会 互選》

大木に囲まれて在り夏館

漆黒の間に七色大花火

川柳

《多久市川柳会 互選》

クラーをかけて待ちます先祖さま

世界地図開き避暑地へ旅プラン

手の届くところに罪な實が熟れる

今がいい今を大事に生きていく

懸命に生きる雑草いやがられ

西山 残月

東島すみこ

松下 修

大谷 和

井上 東子

先祖さま

避暑地へ

旅プラン

罪な實が

熟れる

今を大事に

生きていく

懸命に生きる

雑草いやがられ

市民文芸



メリット1

住んでいる近くの公民館で受けられます。(集団検診)

東多久公民館、南多久公民館、多久公民館、西多久公民館、母子健康センターで実施

メリット2

検診料金がお得!!

- ・胃がん 900円
- ・大腸がん 500円
- ・肺がん 200円
- ・前立腺がん 500円
- ・乳がん 40歳代 800円、50歳以上 500円
- ・子宮がん 600円
- ・肝炎ウイルス 無料
- ・骨粗鬆症検診 300円

メリット3

1回の受診で最大6種類のがん検診と骨粗鬆症検診が受けられます。

メリット4

集団検診は平日だけでなく、日曜日にも4回行い、合計22回行います。

メリット5

女性特有がん(子宮・乳)や大腸がんは、対象者に送られたクーポン券で無料になります。

※大腸がんの無料クーポン券は集団健診のみ利用可

メリット6

国民健康保険に加入している人は、検診料の一部に助成があり、さらにお得!

メリットいっぱい! がん検診



多久市のがん検診はとってもお得! お手軽に健康の確認をしたり、がんの早期発見・早期治療にむすびつけるチャンスです。

がん検診の申し込み受付中!
がん検診は、公民館等で受ける集団検診と、病院で受ける個別検診があります。集団検診は、4月の希望調査で申し込みされた方以外に、現在、電話等での申し込みも受け付けています。健康増進課へお尋ねください。

今月の健康

問 健康増進課 ☎75-3355

集団のがん検診を

賢く利用しましょう

10月から市のがん検診が始まります

多久市の死亡原因の1位はがんです。がんは早期発見・早期治療が鍵になります。年に1回はがん検診を受けましょう。

9月1日から30日は「健康増進普及月間」です

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命をのばしましょう～

親子料理教室の参加者募集

■日時・内容

(時間 各回 9:00～13:00)

☆1回目 10/12(土)

簡単!! 朝食メニュー

☆2回目 11/16(土)

挑戦!! 手作りウインナー

☆3回目 12/7(土)

変身!! 生クリームがバターに

■場所 中央小学校 調理室

■対象者・募集人数

市内の小学4・5・6年生とその保護者16組

■参加費

保護者1人につき 子ども1人500円
子ども2人750円

■申込受付 9/20(金) 8:30～ 電話にて可

■問い合わせ 健康増進課 ☎75-3355



毎年9月24日から30日は「結核予防週間」です

◆“結核”と聞いて、昔の病気だと思いませんか?

結核は、毎年約23,000人が発病し、2,000人以上が亡くなるという日本国内最大級の感染症です。佐賀県でも、毎年約160人が発病し、うち6割以上が70歳以上の人です(過去5年間の平均)。

近年は、かつて結核がまん延していたころに感染した人(既感染者)が高齢となり、免疫力が低下して「発病」する人が増えています。

◆症状が風邪と似ているので要注意!

症状は、せき(特に、乾いたせき)、たん、微熱、だるさ、食欲不振、体重減少などです。せきが2週間以上続いたら、結核を疑って早めに医療機関を受診してください。



医療の進歩により、結核は薬を飲めば完治できる時代です。

◆早期発見が一番大切! 年に1回は、必ず胸部X線検査を受けましょう。

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)
9/10(火)	1歳半児健診 フッ化物塗布	母子健康センター / ▶13:00~13:20 / H24.1.1~2.29 生まれ (個人通知)
19(木)	すくすく子育て相談会 /	/ ▶予約制 / 就学前まで (要予約)
26(木)	2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	/ ▶13:00~13:20 / H23.1.1~2.28 生まれ (個人通知)
10/11(金)	乳児健診 /	/ ▶13:00~13:20 / H25.5.1~6.30 生まれ (個人通知) その他希望者 (1歳未満)

※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。

特定健診・一般健診のスケジュール

日程	会場 / ▶受付時間
9/8(日)	母子健康センター / ▶8:30~10:30 (開場 8:00)
9(月)	/

健診未受診者のために実施します

持参するもの

★受診券★健康保険証・健康手帳・問診票(事前に記入)・尿(早朝に採る)・おくすりノート・健診料 1000 円
※★は特定健診の受診に絶対必要なものです

(受診券を紛失された人は、再交付します)ので健康増進課(☎75-3355)にご連絡ください。

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!
みんなとがんばろう!

9月6日(金)・27日(金)は

心・ストレス相談日です

時間 ▶ 13:00 ~ 16:00
場所 ▶ 6日 市役所1階 小会議室
27日 母子健康センター (ともに完全予約制)

ストレスなどについて専門員が相談に応じます。健康増進課(☎75-3355)に申し込みください。

毎週月曜日は

健康相談日です

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ご利用できます)

特定健診・一般健診結果説明会のスケジュール

日程	会場 / 対象者	時間	9:00 ~ 11:30、13:00 ~ 16:00
9/1(日)	母子健康センター / 7/28の健診受診者		
2(月)	/ 7/26 //		☆: 糖尿病予防のための医師による相談日
3(火)	/ 7/29 //		◎: 慢性腎臓病の予防のための医師による相談日
☆ 4(水)	/ 7/30 //		
◎ 5(木)	/ 7/31 //		
10/6(日)	/ 9/8 //		
7(月)	/ 9/9 //		

※健康手帳、お薬ノート(内服中の方のみ)をお持ちください。
※結果は郵送せず、説明して直接お返しします。
※説明はひとり30分程度です。

糖尿病予防の学習会(全2回コース)

■日 時 10/4(金) 9:30 ~ 11:30
10/15(火) 9:30 ~ 13:00
■場 所 母子健康センター
■対象者 特定健診の結果、HbA1c5.6~6.4と血糖値が糖尿病境界域だった人(先着30人)
■内 容 糖尿病予防のための食事の基本について
■講 師 管理栄養士 林 律子さん(長野県在住)
※2回目(10/15)は調理実習・試食があります
■問い合わせ 健康増進課 ☎75-3355

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
9/1	石井医院(内科)	北多久町 ☎75-3230
日	藤井整形外科医院(整形外科)	小 城 町 ☎72-7650
9/8	内田整形外科医院(整形外科)	北多久町 ☎75-8838
日	徳富医院(産婦人科・内科)	芦 刈 町 ☎66-1547
9/15	多久市立病院(診療科未定)	多 久 町 ☎75-2105
日	坂田整形外科(整形外科)	三日月町 ☎72-5155
9/16	諸隈病院(診療科未定)	北多久町 ☎74-2100
祝	伊東医院(内科・整形外科)	小 城 町 ☎73-3235
9/22	江口医院(内科・小児科)	東多久町 ☎76-2137
日	坂田クリニック(内科)	三日月町 ☎72-1151
9/23	多久生協クリニック(内科・小児科)	東多久町 ☎76-3177
祝	鶴田整形外科医院(整形外科)	牛 津 町 ☎66-4114
9/29	中多久病院(精神科・内科)	北多久町 ☎75-4141
日	鶴田運動機能回復クリニック(リウマチ科・整形外科)	牛 津 町 ☎51-5611
10/6	長野医院(内科)	西多久町 ☎74-2755
日	古賀医院(内科)	三日月町 ☎73-2067

※診療科未定の当番医は、当日お問い合わせください。



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。

頭の働きを良くする 生活習慣のポイント!

頭を使えば使うほどその機能は高まります。「知的活動習慣」を身につけるとともに、心も豊かにする「社会的ネットワーク」を大切にする生活習慣を心がけましょう。

「知的活動習慣」を身につける

高齢者の場合、仕事や子育てから解放されるなど、生活が安定すると日常生活で頭を使う機会が減ってしまいます。

頭を働かせる知的活動が、認知症の発症を防ぐことが明らかになっています。自分の関心に合わせ、新たな知的活動習慣を身につけましょう!



テレビやラジオを視聴して番組を楽しむ

新聞や雑誌を読んで新しい情報を得る

美術館や博物館に行つて文化を吸収する

楽器演奏やカラオケなどの趣味をもつ

囲碁、将棋、麻雀など頭を使うゲームをする

日記をつける
「自分史」を書く

「社会的ネットワーク」を大切にする

人とのつながりである社会的ネットワークを築くことは、心も豊かにし、認知症の予防に役立ちます。

積極的に社会との接点をもち、人とのきずなを大切にしましょう。

～社会的ネットワークを築くために～

気持ちのヒント

- ☆「もう年だから」と自ら老け込まず、「今は自分の適齢期」だと考える。
- ☆現在の自分を、自分の過去やほかの人と比較しない。
- ☆知らない新しいことに興味を持つ。
- ☆プラス思考を常とする。



行動のヒント

- ☆友人や親族との手紙のやりとり、お互いの家の行き来をする。
- ☆おしゃれや化粧に気を配る。
- ☆異性の友人をもつ。
- ☆趣味のサークルや、地域のボランティア活動に参加する。



げんきアップさー来る (もりもりコース)

- 日時 9/5・12・19・26 (毎週木曜日)
10/3・10・17・24
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 (きらきらコース)

- 日時 9/6・13・20・27 (毎週金曜日)
10/4・11・18・25
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 10/5(土) 13:30～14:30
- 場所 社会福祉会館
- テーマ 「みんなで知ろう、認知症」
- 講師 認知症キャラバン・メイト
- 参加費 無料

「熱中症」にご注意ください！

ニュースで耳にする熱中症による救急搬送や死亡例。患者の約半数は高齢者です。9月になりましたが、まだまだ熱中症への注意は必要です。

【高齢者が熱中症になりやすい特徴】

- ①加齢による体内の水分不足
- ②体温調節機能の低下
- ③のどの渇きを感じづらい
- ④暑さを感じづらい

このため、重症になるまで気づかない場合も…

【注意が必要な日は】

高温

多湿

風が
ない・弱い

【予防のポイント】

- ①室内は室温 28℃・湿度 60%以下を心がけ、暑さをガマンしすぎない。
- ②のどが渇いていなくても1日1～1.6ℓの水分を摂る。
- ③風通しのよい服を選び、外は帽子や日傘を活用する。
- ④十分な睡眠と休養で熱中症になりにくい体づくりをする。

9・10月の主な行事



多久市地域包括支援センター

福祉課内 ☎75-6033

地域包括支援センター
のおしごと紹介！
～Part2～

高齢者のみなさんが
自立して生活できるよう
支援します！

介護支援専門員（ケアマネジャー）

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが介護保険やその他のサービスを上手に利用しながら住み慣れた地域で生活を続けられるように、社会福祉士・保健師・主任介護支援専門員など専門のスタッフが、総合的な相談や権利擁護など、さまざまな支援を行う機関です。

その中で、介護支援専門員（ケアマネジャー）は要支援になるおそれのある人や介護保険の要介護認定を受けて、要支援1～2と認定された人の介護予防支援計画（ケアプラン）の作成を行い、できる限り、自立した生活を住み慣れた多久で送ってもらえるように支援しています。

こんなとき、ご相談ください！

- ・介護保険の新規申請、認定の更新申請
- ・状態が悪化した時の認定の変更申請
- ・各種サービス（介護・医療・福祉）の調整
- ・介護や生活に関する様々な相談
- ・様々なサービス事業所や施設などの紹介 など



多久市地域包括支援センターの
ケアマネジャーをご紹介します！

山崎です

高崎です

平山です

橋本です



平成25年度後期

調理技術審査・技能検定試験

受験案内および受験申込書配布期間

①郵送 9月25日(水)まで

②窓口等 10月4日(金)まで

受付期間 10月4日(金)まで

実技試験 日本料理、西洋料理、麺料理

学科試験 調理一般、調理法、材料、
食品衛生及び公衆衛生、食品及び
栄養、関係法規、安全衛生試験日 ①実技 平成26年1月18日(土)
～2月14日(金)の間で別途指定する日

②学科 平成26年1月19日(日)

※試験実施場所、その他受験資格等については試験案内をご覧ください。

問・申 社団法人 調理技術技能センター
(調理技術審査・技能検定試験担当)
☎03-3667-1867

平成26年度佐賀県農業大学校学生募集

応募資格 高等学校卒業生および平成26年3月高等学校卒業見込み者
募集課程および募集人員

①推薦 本科(2年制)50人の内7割

②一般 本科(2年制)50人の内3割
専科(1年制)若干人

試験日

①推薦 11月1日(金)

②一般 平成26年2月3日(月)

受付

①推薦 10月8日(火)～23日(水)

②一般 平成26年1月8日(水)
～22日(水)

試験科目

①推薦 作文、数学基礎および面接

②一般 必須科目：国語総合、数学Ⅰ
選択科目：英語Ⅰ、生物Ⅰ、農業
科学基礎、家庭総合のいずれか1
科目選択 ※専科は、作文、数学
基礎および面接を行います。問・申 佐賀県農業大学校養成部
☎45-2144/☎34-7004

ゆとりチャレンジに参加しませんか

10月と11月にノー残業や年次有給
休暇の取得促進など、労働時間短縮
に取り組む「ゆとりチャレンジ」に
参加する事業所を募集します。

募集締切 9月30日(月)

問 佐賀県雇用労働課
労働福祉相談担当 ☎25-7100

催し

「9/11」は警察相談の日です

警察では、

○不審な電話やメールがあった

○身近なトラブルで悩んでいる

○注文もしていない商品が届いた
などという人のために、全国共通の
警察相談専用ダイヤル「#9110」を
設置しています。警察に関する各種相談や要望、意見、
苦情等は、警察本部警察相談室
#9110または☎26-9110へ

問 小城警察署 ☎73-2281

成年後見に関する無料相談会

(公社)成年後見センター・リーガル
サポート佐賀支部では、「敬老の
日」にちなみ、無料法律相談会を開
催します。

日時 9月14日(土) 10時～15時

場所 アバンセ4階 第1研修室

相談員 成年後見センター・リーガル
サポート会員、佐賀県社会福祉
士会「ばあとな佐賀」会員相談例 ひとり暮らしの今後が心配、
遺産分割協議をしたいが相続人の
ひとりが認知症でできないなど問 (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

無料調停相談会を開催します

借金、近隣トラブル、不動産、交
通事故、相続、離婚、家庭内トラブ
ル等の問題について相談に応じます。

日時 10月5日(土) 10時～15時

場所 佐賀市民会館

相談員 民事・家事調停委員

※予約は要りません

問 佐賀調停協会(佐賀家庭裁判所内)
☎23-3161

全国一斉！法務局休日相談所開設

佐賀地方法務局では、平日法務局
の相談窓口をご利用になれない人の
ために、休日相談所を開設します。

日時 10月6日(日) 10時～16時

場所 ほほえみ館4階(佐賀市)

相談員 法務局職員、公証人、司法
書士、土地家屋調査士および人権
擁護委員相談内容 遺言、相続に関する登記、
境界、いじめなどの人権問題など問 佐賀地方法務局 総務課
☎26-2149

老人福祉センターむつみ荘

9月の無料送迎バスの運行日

日程	運行
12日(木)	西多久方面
19日(木)	多久方面
24日(火)	納所方面
26日(木)	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

問 老人福祉センターむつみ荘
☎75-3701

9月の納期のお知らせ

税目 国民健康保険税4期

納期限 9月30日(月)

問 税務課 納税係 ☎75-6115

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。)

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

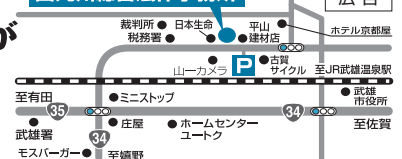
相談無料 秘密厳守

詳しくはホームページをアクセス!

西九州総合 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

インターネット利活用講座受講生募集

SIA倶楽部多久では、オートシェイプ（図形）を使って、花や動物の絵を描くインターネット利活用講座を開催します。

日時 9月19日(木) 13時～16時

場所 多久ケーブルメディア2階

募集人員 20人

参加費 1,000円(テキスト・材料代)

※パソコンはこちらで準備します

申込方法 事前の申し込みが必要です。下記までご連絡ください。

問・申 SIA倶楽部多久(担当:小川)
☎090-2501-6561

『通学合宿』の参加者を募集します

通学合宿は、年齢の異なるお友達との生活で思いやりの心を学ぶ場です。

日時 9月25日(水)～28日(土)

場所 東原彦倉(多久町東の原)

募集対象 小学3・4・5年生

参加費 5,000円 募集定員 30人

募集締切 9月9日(月)

問・申 公益財団法人 孔子の里
☎75-5112/☎75-5320

『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

防衛大学校学生等募集

【防衛大学校学生】

防衛大学校は、防衛学等充実した教育内容により、幹部自衛官としての人材を育成します。

応募資格 平成26年4月1日現在、18歳以上～21歳未満の志操健全・身体強健な方で高校卒業者(見込み含む)

受付期間 (1)推薦および総合選抜推薦
9月5日(木)～9日(月)

(2)一般(前期) 9月5日(木)～30日(月)

試験日 (1)推薦 9月28日(土)～29日(日)

(2)総合選抜 9月28日(土)

(3)一般前期(一次試験)

11月9日(土)～10日(日)

合格発表 (1)推薦 11月1日(金)

(2)一般(一次試験)11月29日(金)

【防衛医科大学校看護学科学生(自衛官コース)】

看護養成課程コースは、保健師、看護師である幹部自衛官となるべき者を育成するコースで4年間の教育を受けて国家資格の免許取得後は陸・海・空の幹部自衛官として勤務します。

応募資格 平成26年4月1日現在、18歳以上21歳未満で高校卒業者(見込み含む)

受付期間

防衛大学校学生(一般)と同じ

試験日 10月19日(土)

合格発表(1次試験) 11月15日(金)

【防衛医科大学校学生】

防衛医科大学は、医師である幹部自衛官の養成を教育目的として、医学教育を行う大学の設置基準に準拠して教育を行います。

応募資格 防衛大学校学生と同じ

受付期間

防衛大学校学生(一般)と同じ

試験日(一次試験)

11月2日(土)～3日(日)

合格発表(1次試験)12月3日(火)

問・申 自衛隊佐賀募集案内所
☎31-5002

産業技術学院平成26年4月入校生募集
訓練科・募集人数・訓練期間

訓練科	募集人数	訓練期間
建築技術・設計科	15人	2年
機械技術科	20人	
電気システム科	20人	
自動車工学科	15人	
木工芸デザイン科	10人	

応募資格 18歳～29歳までの

①平成26年3月高等学校卒業見込者

②離転職者または一般求職者

試験日 10月29日(火)

試験科目 筆記試験(国語・数学)、適性試験、面接

試験会場 佐賀県立産業技術学院

願書受付 10月1日(火)～22日(火)

提出書類および願書提出先

下記まで問い合わせください。

問・申 佐賀県立産業技術学院
☎74-4330



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

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								
12 : 30 ~	「Hello !多久」								
13 : 00 ~		ショップチャンネル							
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 ~								コミュニティ番組	
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	ショップチャンネル							
	「Hello !多久」								
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							

- ❖ 9月8日21時30分頃から多久市長選挙開票速報を放送します。(大勢判明まで放送)
- ❖ 今月は佐賀県議会(一般質問)を生中継いたします。
- ❖ 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』	■イングリッシュサマーフェスタ
5(木)～7(土)	■第14回 すこやか東部つ子まつり	■エコびより
9(月)～11(水)	■県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■多久市教育講演会「小中一貫教育3校の取組・学校の様子」
12(木)～14(土)	■市内のニュース・話題を紹介	■エコびより
16(月)～18(水)	■第4回ふるさと再発見・多久観光教室「多久の賢人を知ろう～志田林三郎～」	
19(木)～21(土)	■多久市童謡の集い	■エコびより
23(月)～25(水)	■県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■多久市消防団訓練大会
26(木)～28(土)	■市内のニュース・話題を紹介	■エコびより
30(月)～2(水)	■県政広報番組『さがケンちゃんねる』	■市内のニュース・話題を紹介



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
お待ちしております。

※申し込みは収録日の1週間前までに
お願いします。

■ボケスタ収録日のお知らせ
9月11日(水)
【9/24(火)～10/6(日)に行う行事】
9月25日(水)
【10/7(月)～10/20(日)に行う行事】
10月9日(水)
【10/21(月)～11/4(月)に行う行事】

■申し込み・問い合わせ 総務課広報広聴係 ☎75-2280



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。



9

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㊥	多久市消防団訓練大会	陸上競技場	7時～	防災安全課
7日㊥	多久市童謡の集い	中央公民館大ホール	14時～	生涯学習課
8日㊥	第5回ふるさと再発見・多久観光教室	多久聖廟駐車場集合	9時～	商工観光課
12日㊥	人権・同和教育講座 「心のセミナー」	中央公民館	10時～12時	人権・同和対策課
15日㊥	南多久町民体育大会	旧南部小	8時30分～	南多久公民館
15日㊥	岸川節全国大会	中央公民館	9時～	生涯学習課
15日㊥	七郎神社奉納相撲大会	旧西部小	9時～	西多久公民館
21日㊥	観 月 会	宝満山公園	19時～	西多久公民館
22日㊥	お 月 見 会	西溪公園	18時30分～	多久公民館
21日㊥～ 30日㊥	秋の交通安全県民運動	市内一円	—	防災安全課
25日㊥～ 28日㊥	通 学 合 宿	東原庁舎	17時～	公益財団法人 孔子の里 ☎75-5112
29日㊥	東多久町民体育大会	東部校	8時30分～	東多久公民館
29日㊥	多久町民体育大会	西溪校	8時30分～	多久公民館
29日㊥	西多久町民体育大会	旧西部小	8時30分～	西多久公民館

相 談

日付	内 容	場 所	時 間	問い合わせ
2日月、10/1㊥	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
4日㊥、18日㊥ 10/2㊥	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㊥	法律相談(弁護士)	第1委員会室	(受付)13時～14時30分	総務課
18日㊥	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㊥	★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㊥	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
18日㊥	法律相談(司法書士)	大会議室東	13時～15時	総務課
18日㊥	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8月1日現在❖

総 数…21,026人(－41)
男 …9,842人(－23)
女 …11,184人(－18)
世 帯…7,858世帯(－9)
()は前月との比較

❖平成25年7月の異動❖

出生…14人 死亡…34人
転入…46人 転出…67人

編集後記

◎今月の特集は、天山登山。幾度となく登ってはいるのですが、岸川から登ったことはなく、新たな発見でした。また、4ページでは自殺予防を呼びかけています。精神疾患で、自ら命を絶つた私の友人が、もし生きていたらどうなるか、「生きてくれてありがと」との思いでこのタイトルとしました。よく人生を登山に例えられますが、険しく急な上り坂では、周囲の気付きや励ましが大切だと感じます。

◎照りつける太陽が眩しく、外に出れば噴き出す汗が止まらない連日の猛暑。今年の暑さは一味違うようで、暑さを忘れようとエアコンの効いた室内で、つい毎日のようにアイスクリームをパクリ……。ただ、夏の暑さも少しずつ和らいでいるようで、夜になるとコロギの虫の音が聞こえ、涼しさを運んでくれます。夏休みも終わり、季節は秋へと流れていきます。

◎



みかしま さち
三ヶ島 幸ちゃん (3歳)

(東多町仁位所)

パパ／恒さん
ママ／美雪さん

おばあちゃんが大好きな幸ちゃん。幼稚園から帰るといつもいっしょ。野菜を作っている畑にもいっしょに行きます。

最近、包丁で野菜を切ったり、お魚を焼いたり、お母さんやおばあちゃんのお手伝いもよくしてくれます。お手伝い中にケガをしたこともあるけど、めげません！「幸ちゃんは、もうお姉ちゃんだからできるもん」と洗濯物も自分で畳んでくれるしっかりものです。

歌うのが得意な幸ちゃん。台の上に乗って幼稚園で習ってきた歌や自分で作詞作曲した歌を熱唱してくれます。

♡パパ・ママから…幸の歌と笑顔でみんな元気になるよ。ありがとう！いつまでもその笑顔を忘れないでね。

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!!



まつら かなな
松浦 栞那ちゃん (3歳)
そうすけ
颯佑くん (2歳)

(東多町大門)

パパ／潤さん
ママ／弘美さん

料理に興味がある栞那ちゃん。保育園から帰るとママといっしょに野菜を洗ったり、きゅうりの塩もみをしたり食事の準備を手伝ってます。作った料理に嫌いなピーマンが入っても、ちゃんと食べれるお姉ちゃんです。

わんぱくで何にでもチャレンジする颯佑くん。部屋の高い所からジャンプしたり、壁伝いに逆立ちしたりお姉ちゃんが出来ることには何でもチャレンジします。

いつもお姉ちゃんを追っかけてる颯佑くんと、弟思いの栞那ちゃん。とても元気な仲良し姉弟です。

♡パパ・ママから…いつもふたり仲良く遊んでくださいね♡



ヘルシークッキング



menu 「具入り卵焼き」

健康増進課
☎75-3355

材料 4人分

- 卵…4個
- にんじん…40g
- さやいんげん…20g
- ひじき(乾燥)…4g
- A 砂糖…大さじ1と1/3
- 酒…小さじ1
- 醤油…小さじ2/3
- 塩…少々
- サラダ油…適量

作り方

(1人分：エネルギー139kcal・塩分0.4g)

- ① にんじんはさいの目切り、さやいんげんは小口切りにして一緒にゆがく。ひじきは水でもどしておく。
- ② 卵をとき、Aと水気を切った①を混ぜる。
- ③ サラダ油をフライパンに回すくらいにひき、②を卵焼きにする。(サラダ油は②を足すときに少しずつひくと巻きやすくなります)

給食センターでは、『スポーツに適したお弁当』というテーマで、部活をしている市内中学生を対象に、スポーツ栄養教室を実施しました。スポーツをしている子どもたちには、バランスのとれた食事に加え、成長期に陥りやすい貧血を防ぎ、丈夫な骨格を作る鉄やカルシウムを多く含む食品をとってもらいたいです。今回は、お弁当の中から、鉄やカルシウムを吸収しやすいように工夫した卵焼きを紹介します。



給食センターの栄養士のみなさん

多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。

