



お多福エプロン隊と健康カルタを楽しむ
青い鳥保育園の園児（3ページ）

2010 October
10
平成22年 神無月
No. 592

特集 家族で、地域で、はじめよう！食育
**健全な食生活を実践する
力を身につけよう**

Taku 市報 ku

住みたい美しいまち 多久

index

- 04 財政健全度の公表
- 07 なくそう！児童虐待
- 08 各種講演会のご案内
- 11 悪徳商法の被害にあわないで！
- 12 秋のイベントを楽しもう！
- 15 市長コラム
- 16 まちの話題



ピーちゃん祭りでしおりをゲットした中部小児童
（3ページ）

飽食の時代と言われてから久しく年月が経ち、豊かで便利になった現代の食生活。その一方、「健全な食」や「安全・安心」の乱れが問題視され、平成16年の食育基本法施行とともに『食育』や『地産地消』などの言葉も浸透し、多久市でも「食」を見直すさまざまな取り組みを続けてきました。地域をあげて、さらに食育を進めるため、「多久市食育推進計画」を策定。この計画を実行するための推進協議会を設置し、新たな取り組みが始動しました。今回は、この計画や食育活動を続ける学校、地域の優良事例を紹介します。

健全な食生活 実践する力 身につけよう

そのための、多久市では今年3月、食育推進の方向性を示し、家族、地域、関係機関と行政が役割分担しながら市民一人ひとりが生涯を通じて自らの食のあり方を考え、健全な食生活を実践する力を身につけられるよう、「多久市食育推進計画」を策定しました。『はじめよう食で育てる元気な子』をスローガンに、「食育」

市民が生涯にわたってイキイキと幸せに過ごすには、心身ともに「健康」であることが基本です。しかし、近年のライフスタイルの変化は、「食」を大切にする心の欠如や、栄養バランスの偏った食事、不規則な食事の増加（欠食や過食、孤食や個食）、生活習慣病の増加、過度の瘦身志向、「食」の海外への依存、伝統ある食文化の喪失などをもたらす、改めて食育の取り組みが必要となっております。

8月30日には、市内の各団体の代表で構成する委員ら25人が集まり、第1回食育推進協議会を開催。西溪中の櫻井俊史校長を会長に選任し、計画の進行管理、定期的な評価を行うほか、食育に関する情報・意見交換等を通して、家庭・地域・保育園・幼稚園・教育機関・行政が連携しそれぞれの役割に応じた取り組みを推進していくことを決定しました。

を一生にわたるテーマとし、生涯にわたるライフステージのあらゆる場で「食育」の実践を進めていきます。実践目標は枠内の5つ。家庭や地域で自分たちができること、お互いが協力してできること、市全体で取り組みできることなど連携して進め、いろんな機会を通じて、みなさんへ情報を発信します。

5つの実践項目



食事を楽しく、おいしく食べましょう

- 地元の食材でおいしく食べる
- 「いただきます」「ごちそうさま」の感謝のこころを育てる
- おいしい・楽しい・幸せと感じる
- 家族や友人と会話しながらの食事ができる
- よくかんで食べる



食の関心を高めましょう

- 旬を知る
- 多久の食文化を知る・食べる・伝える
- 食品を選ぶ力を身につける
- 調理の技術と知識を身につける
- 食品表示を確認する習慣をつける
- 安全な食材を入手できる
- 地産地消に取り組む



体験（ふれあい）を通じて学びましょう

- 体験するよこびを広める
- 家族で料理を仲良く作る
- 農業体験で生産を学ぶ
- 食から命の大切さを学ぶ
- 食への感謝の気持ちを育てる
- 食の文化を学び、伝える



食を通じた環境づくりを 実践しましょう

- ごみを減らす
- もったいないの気持ちを育てる
- 手洗い、うがい、調理器具の管理など食中毒予防が推進できる



適切な生活習慣を 身につけましょう

- 1日3回食事をしっかり食べる
- 生活リズムを整える
- 季節にあった食材を選ぶ
- 肥満や生活習慣病を予防する

11月27日(土)、内田美智子さんを講師に迎え、食育に関する講演会を開きます。演題は『いのちをいただくってどんなこと?』。会場は中央公民館、時間は10時30分から12時までの予定です。食のこと、いのちのことを家族みんなで考えましょう。参加は無料です。

食育の推進に顕著な個人や団体を表彰している佐賀県食育賞が創設（平成19年度）後、
 多久市から2団体が初めて表彰を受けました。その活動内容などを紹介します。

佐賀県食育賞（学校部門）
 中部小学校



▲ピーちゃん委員会のメンバー

中部小は、平成10年度に健康教育総合モデル事業で食育の研究に取り組んで以来、家庭や地域と連携しながら、学校を核とした活動を継続。

児童の食への関心が高まり、食習慣の確かな定着を図っています。その年々の充実した活動内容や独自性、他校への波及性などが評価され、表彰となりました。



▲ピーちゃんデーに給食を会食する1年生と保護者（6月18日）

特長的なのは、『ピーちゃん』をマスコットとして幅広く活用している活動です。研究当初、児童に募集した食育キャラクターで、野菜の中でも嫌われるピーマンに愛着を持とうと考えたアイデアを採用、以来愛され続けています。ピーちゃんデーは、毎年6月に行う食育参観日。恒例のピーちゃん祭りの日でもあり、ピーちゃん委員会（5・6年生の給食委員）が企画・運営するイベントで、全校児童が楽しみにしています。今年は食育カルタ、紙芝居、豆つかみ、ピーちゃんに挑戦する腕相撲・棒引きを催し、どれにも参加自由。先生手づくりのピーちゃんしおりが賞品です。1年生のランチルームでは、保護者にも給食を試食してもらい、食事の内容や子どもたちのマナーを観察し、食育講話は「家庭でも役立つ」と人気。5時間目は授業参観で、1・2年生はお多福エプロン隊のエプロンシアター観劇、5年生は田植え体験、3・4・6年生は栄養職員や教諭から食育授業を受け、感謝して食べることの意味や、おやつのととり方、給食の秘密などを学び、1日を通して食を考え、関わりました。

また、生活習慣を1週間チェックする『ピーちゃんがんばりカード』は、親子で生活習慣を見直す機会になり、食育通信の『ピーちゃんだより』の発行や町内の事業所などに手づくり食育カレンダーを配布するなど独自の取り組みが多彩で、ピーちゃんは先生たちの名前にも健在。市内全小中学校で食育指導を行う松山静花栄養教諭（中央中）は、「各学校では地域色豊かな食育に熱心ですが、中部小は児童自らが企画し、下級生にも教えたり、積み重ねて成長できる形や、地域に発信できるところがすごい。給食の残菜率はゼロに等しく、学年毎の畑では野菜も育っています」と。塚本泰徳校長は「継続が評価につながり嬉しい。今の形を長く続け、子どもたちの健康や人づくりにつながり、中学校区に広がればとも思います」と、子どもたちの将来を見据えた食育を大事にされています。



佐賀県食育賞（家庭・地域部門）
 お多福エプロン隊

食生活を通じた健康づくりのボランティア活動を行うヘルスマイト（食生活改善推進員）がメンバーのお多福エプロン隊は、平成18年に活動が始まり、親しみやすい食育活動や地域全体の教育への貢献、県内全域に広がる期待などが評価されました。

笹川昌子さん（北多久町）が代表を務め、現在のメンバーは6人。多久の「多」と福祉の「福」を組み合わせた命名で、食の大切さを伝えることで、たくさんの福につながることを願って毎年、市内の保育園・幼稚園の全14園や3～5校の小学校などで、エプロンシアター上演や健康カルタ、食育紙芝居などを催しています。

9月14日に訪れたのは、青い鳥保育園。「野菜を食べて元気にうんちを出す」をテーマにした劇に、45人の園児が見入りました。物語は、「さて、人間の体は何からできているかな？」でスタート。主役のけんこちゃんの友達、たっくんは、元気がないし、うんちも出ません。たっくんは、けんこちゃんがなぜいつも元気なのか不思議で、2人はその秘密を探ります。食べ物をグループ分けしたイエロー君、レッドちゃん、グリーンちゃんが登場し、それらがどんな働きをするのか紹介。劇が進むと、たっくんは、「野菜を食べてないこと」が判明。そして、もう一つ元気の秘密「よく噛んで食べている」ことも分かりました。けんこちゃんは最後に「3つのグループの食べ物をバランスよく食べて、30回しっかり噛んで食べること」を園児と約束しました。この後、健康カルタを楽しんだ園児は「好き嫌いしないで食べるよ」や「面白かった」と大はしゃぎ。保育園からは「エプロンを興味深く使って、園児にも分かりやすく学べるストーリーや演技に感心。私たちも食育の勉強になります」と、毎年の来園が楽しみな様子でした。

市の福祉健康課と連携し、テーマやシナリオは毎年変え、台詞やアドリブは自学自習で身に付けるメンバーは、「劇がきっかけで食を学び、意識が変わった話は嬉しく、活動が認められた表彰は励みになります。アイデアを出しながら、今後も頑張りたい」と、意欲的でした。



▲青い鳥保育園の園児も加わったエプロンシアターの一場面

多久市の財政健全度を公表します

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」が平成20年4月に一部改正され、地方公共団体は毎年度、「健全化判断比率」（実質的な赤字や外郭団体を含めた実質的な将来負担等に係る指標）と「資金不足比率」（公営企業ごとの資金不足率）を議会に報告し、公表することと定められました。

平成21年度決算に基づき算定した多久市の「健全化判断比率」と「資金不足比率」は下表のように、すべての項目において国が定めた「早期健全化計画の策定」などを必要とする基準を下回り、本市の『財政健全度』は保たれているといえます。しかし、多久市の財政が厳しい状況にあることには変わりなく、これからも行政改革の推進をしていくことが必要です。

●多久市の健全化判断比率●

(単位：%)

項目	比率	説明	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	—	普通会計における実質赤字の標準財政規模に対する比率 (多久市は、5.19%の黒字となり、実質赤字はありません)	14.58	20.00
連結実質赤字比率	—	一般会計、特別会計及び公営企業会計における実質赤字の標準財政規模に対する比率 但し、公営企業は資金不足の額で計算する。 (多久市は、23.05%の黒字となり、連結実質赤字はありません)	19.58	40.00
実質公債費比率	14.9	普通会計の元利償還金や特別会計、公営企業、一部事務組合等へ繰出す元利償還金に準ずる経費も含めた額の標準財政規模に対する比率	25.0	35.0
将来負担比率	36.7	特別会計、公営企業、一部事務組合、出資法人を含めた普通会計の将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率	350.0	

* 早期健全化基準を超えると財政健全化計画の策定が義務付けられ国への報告義務を負います。

* 財政再生基準を超えると財政再生計画の策定が義務付けられ、事実上総務大臣の同意を得なければなりません。

●多久市の公営企業会計の資金不足比率●

(公営企業ごとの資金不足額の事業規模に対する比率)

特別会計	比率	説明	経営健全化基準
水道事業	—	38.9%の資本保有となり、資金不足はありません	20.0
病院事業	—	20.9%の資本保有となり、資金不足はありません	
公共下水道事業	—	資金保有・資金不足ともありません	
農業集落排水事業	—	資金保有・資金不足ともありません	
簡易水道事業	—	10360.2%の資金保有となり、資金不足はありません	

※ 資金不足額 = 流動資産（現金・未収金ほか） - 流動負債（未払金ほか）

※ 資金不足比率が経営健全化基準を超えた場合は、「経営健全化計画」を策定し、改善努力をする必要があります。

■問い合わせ 財政課 財政係 ☎75-2118

10月18日(月)～24日(日)は

行政相談週間です

行政への苦情や相談は
行政相談委員に
ご相談ください

国や県、市の仕事や手続き、サービスへの苦情や相談また、説明や処置に納得がいかないことなどがありましたら、行政相談委員にご相談ください。
行政相談委員は、行政と市民のパイプ役として、総務大臣から委嘱された民間の有識者です。相談は無料、秘密は厳守されます。

行政相談委員

円城寺 照子さん(東多久町)
☎76-2172

■定例行政相談日

日時 10月18日(月)
10時～15時
会場 多久市役所
大会議室(東)

■特設(巡回)行政相談日

日時 10月19日(火)
10時～15時
会場 東多久公民館

■問い合わせ

総務課 行政係
☎75-2112
国の行政機関などのご相談は、
総務省佐賀行政評価事務所
☎22-2651



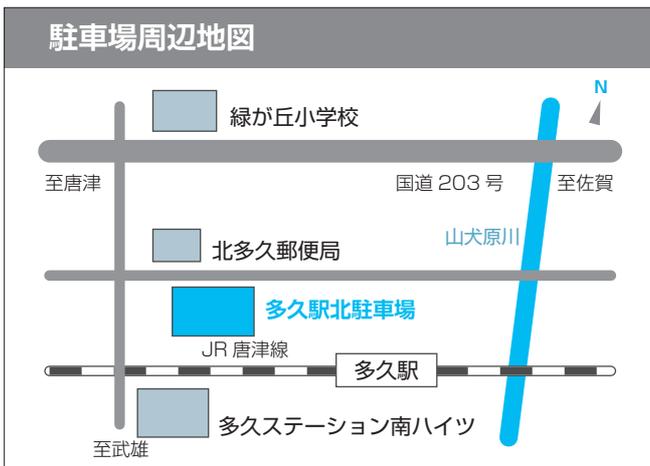
■問い合わせ
 商工観光課 商工観光係
 ☎75-2117

駐車台数 54台
 (車椅子利用者用駐車施設2台を含む)

多久駅北駐車場を ご利用ください

JR多久駅周辺では、中心市街地の形成と活性化を目指し、駅舎移転や道路・公園・街路灯などの整備を進めています。その中で、JR多久駅や中心市街地の利便性向上のために整備していた『多久駅北駐車場』が完成し、利用できるようになりました。

市民の駐車場として、長時間の駐車禁止や大型・大型特殊車両の駐車禁止などのルールを守り、ご利用ください。



土地取引後は利用目的と 価格の届出が必要です

一定面積以上の土地を売買など取引した場合には、「国土利用計画法」により、契約締結後2週間以内に「買主」は、土地の利用目的や取引価格などを届け出なければなりません。

佐賀県では、その利用目的が公表されている土地利用に関する計画に適合しているかなどを審査し、場合によっては利用目的の変更を勧告することがあります。

届出をしなかったり、虚偽の届出をすると6か月以下の懲役または、100万円以下の罰金が科せられることがあります。

届出が必要な土地の面積

都市計画区域内	5,000㎡以上
都市計画区域外	10,000㎡以上
届出義務者	買主
届出の時期	契約締結後2週間以内
届出先	土地の所在する市・町

■問い合わせ

佐賀県 土地対策課 ☎25-7034
 多久市 都市計画課 都市計画係 ☎75-4827

今月のパブリックコメント

10月に予定しているパブリックコメントの募集案件は、次のとおりです。

- ☆第4次多久市総合計画(案) 担当課▶総務部経営統括室
- ☆多久市過疎地域自立促進計画(案) 担当課▶総務部経営統括室
- ☆多久市観光振興計画(案) 担当課▶商工観光課

詳しい内容は、多久市ホームページや担当窓口などで閲覧できます。

■問い合わせ 総務課 行政係 ☎75-2112

宝くじの助成金で整備されました

コミュニティ助成事業

財団法人自治総合センターでは、宝くじの販売収益財源として、地域コミュニティの健全な発展と宝くじの普及・広報を行うため、コミュニティ助成事業を実施しています。

平成22年度、多久市では2団体が事業の採択を受けました。今回は、多久町栄町区の取り組みを紹介します。

コミュニティ助成事業

栄町区 屋外放送設備

地区内の情報伝達の確保とコミュニティ意識の向上を図るために整備する屋外放送設備に対して助成されました。



■問い合わせ 総務部経営統括室

企画経営係 ☎75-2116



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。



つむぎ

国勢調査「調査票」の提出は、お済みですか？

10月7日(木)までに「調査票」を提出できなかつた方は、
 総務部経営統括室 広報統計係 (☎75-2116) にご連絡ください。

議会 市定

一般会計予算3億9千327万2千円を補正

多久市議会9月定例会が9月2日から21日までの20日間の会期で開かれ、28議案等が審議・可決承認されました。主なものは次のとおりです。

▼多久市定住促進条例の

一部改正をする条例

現在実施している新規の住宅取得者に対する転入奨励金、持ち家奨励金事業を、2年間延長します。

また、新たに新婚1年未満の世帯に対する、民間賃貸住宅への入居に係る家賃補助制度や自宅の増改築費用に係る補助制度を創設しました。補助制度実施は平成23年4月からです。

▼平成21年度多久市一般会計

歳入歳出決算の認定

平成21年度一般会計決算額は、歳入が106億5千749万8千32

2円、歳出が102億8千632万3千225円となり、歳入歳出差引額、3億7千117万5千997円は、翌年度へ繰越しています。

▼平成22年度多久市一般会計

補正予算(第2号)

補正予算の主なものは、7月10日から15日の梅雨前線豪雨による農林業施設・市道・市河川の復旧事業の経費「健康戦略シンポジウム」の開催経費、多久北部工業団地の擁壁等の修繕費用、市道中山・筋原線の湧水処理にかかる費用、軽可搬ポンプ等の整備費用などです。

今回、一般会計の歳入歳出予算は、それぞれ3億9千327万2千円の補正を行い、予算総額101億5千938万2千円となりました。

国土交通省からのお願い

道路交通センサスにご協力をお願いします

国土交通省では、自動車の利用実態を把握し、将来の交通計画を立てるための基礎資料を得る目的で全国一斉に『道路交通センサス』(全国道路・街路交通情勢調査Ⅱ平成22年9月～12月)を実施しています。

調査は、今年6月末現在の国土交通省が管理する自動車登録情報から調査対象車両を無作為に選定し、一日の自動車の動きを把握するためのアンケートです。

選定した調査対象車両を所有されるお宅に調査員が訪問し、調査票の配布と記入の仕方をご説明させて頂いています。

調査結果は、道路計画、事業評価、政策評価などに活用され、ご回答いただいた内容は、調査目的以外には使用しません。

調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

本調査に関する情報は
<http://www.mlit.go.jp/road/n22census/>
 で公開中。どうぞご覧ください。

■問い合わせ

国土交通省 九州地方整備局
 佐賀国道事務所 調査課

☎32-11151



中央公民館からの お知らせ

中央公民館大ホールの舞台照明設備改修工事を下記日程で行います。

工事期間

平成23年1月10日(月)
 ～2月25日(金)

期間中は大ホールの利用ができません。ご迷惑をかけますが、利用者みなさんご理解、ご協力をお願いします。

■問い合わせ

中央公民館

☎74-3241

見過ごすな
幼い子どものSOS



大きな社会問題となっていて、児童虐待は、多久市内でも発生しています。このため市では、多くの方に児童虐待に関心を持っていただき、児童虐待の予防や防止、早期発見・早期対応に努めています。

市民一人ひとりが子どもを守るために、「おかしいな?」と思ったら、まず通報することが支援の始まりです。

全国的に子どもへの虐待に関する相談対応件数は、依然として増加傾向です。

最近の報道によると、保護者から心や身体を傷つけられることや、尊い命さえ奪われる痛ましい事件も伝えられ、児童虐待は社会全体で早急に解決すべき重要な課題となっています。

虐待の種類には、身体的虐待、心理的虐待、性的虐待、ネグレクト(育児放棄)などに分類され、身体的虐待とネグレクトがその大半を占めています。

程度の差はあれ、疑わしいものも含めると、多久市の身近な所でも児童虐待

待と思われるケースは発生しており、平成10年度以降、54世帯で70人が確認されています。

身体的虐待は、保護者がしつけの一部と思いついて行っていることもあり、虐待という意識がないことが多いようです。ネグレクトも家庭内のことでなかなか表面に出てくることなく、発見や事実確認が難しいのが現状です。

しかし、放っておくと虐待死や子どもが成長した後の不登校や非行なども大きな問題につながることもあります。

行動や身体的状況がおかしいと思われる子どもに気付いたり、虐待かどうかわからなくても「かもしれない?」「おかしい?」と思ったら、福祉健康課に相談や連絡をお願いします。

佐賀初公演です
入場無料!

あなたにもできるのです。
虐待予防支援が!

～聞こえていますか?
親と子どもの叫びが～

日時 11月18日(木)

開場13時 開演13時30分～16時

会場 佐賀市文化会館中ホール

講師 平原 義行さん



1部 講演
2部 劇団 生活舞台
『暗い部屋』
(脚本・演出は、講師)

『暗い部屋』の紹介
足が不自由になった父
親に母親の家出、子ども

達の非行と次々に襲いかかる悲惨な事実。働かない飲んだくれの父親が悪いのか、非行に走る子ども達が悪いのか。崩壊している虐待父子家庭からの悲痛な叫び、その叫びの裏にある悲しい現実。

■問い合わせ

NPO 法人 被害者支援ネットワーク佐賀
VOISS ☎33-2130

みんなの力が子どもたちを守ります

♥子どものサインを見逃していませんか?

- あざや傷が多い、不自然
- 乱暴な行動をする
- 体や衣服が汚れている
- 食事を与えられていない
- 極端に落ち着きがない、おびえている
- 虚言、万引き、家出など問題行動を繰り返している



♥ひとりでかかえこまないで!!

「育児がうまくいかない」「つい、手を出してしまう」など、ひとりで悩んでいる方も多いようです。子育てはこれまでの大人だけの生活パターンとは一変します。育児情報に振り回されたり、他の子どもと比べてしまうことも少なくありません。「自分だけ」「私だけ」と思わずに、まずは相談してください。

♥「おかしい?」と感じたら、電話を!

- 佐賀県中央児童相談所 ☎26-1212
- 多久市福祉健康課社会福祉係 ☎75-6118
- 小城警察署 ☎73-2281

※子どものことや支援に詳しい相談員が対応し、相談や連絡した方の情報は守られます。

※子どもや保護者への支援で、子どもの自立・家庭機能の回復を行います。



児童虐待防止推進月間の11月には、行政、民間団体、企業などがオレンジリボンキャンペーンを行っています。オレンジリボンは、児童虐待防止のシンボルで、虐待の現状を広く知らせ、子どもの虐待を防止し、虐待を受けた子どもが幸福になれるようにというメッセージが込められています。

私たち一人ひとりがこの問題の理解を深め、発生の予防や早期発見に努め、みんなの力で子どもたちを守りましょう。

各種講演会のご案内

『メグさんの性の健康教育講演会』が
多久市で開催!!

(県民カレッジ夢パレットさが共催事業)

敬遠されがちな性の問題を、子どもから大人まで明るくユーモアたっぷりに教えるメグ・ヒックリングさんが多久市にやってきます。いま、日本の子どもたちにどのような性教育が必要なのか。カナダの教育の取組みとその成果を聞いて一緒に考えてみませんか。

日時 10月17日(日) 10時～12時(開場9時30分)**会場** 多久市社会福祉会館(☎75-3593)**講師** メグ・ヒックリングさん【通訳 青木理恵子さん】

●演題 『性の健康教育 カナダでの取組みと成果』

対象 どなたでも **定員** 70人

(注)参加や一時保育(原則6か月以上就学前まで)、手話通訳をご希望の方(料金無料)も電話、FAX、郵送かEメールで、10月6日(水)までに下記へお申込みください。

●佐賀県立男女共同参画センター(アバンス)

☎840-0815 佐賀市天神三丁目2-11

☎26-0011/☎25-5591

✉ danjo@avance.or.jp

●多久市役所 人権・同和对策課

☎846-8501 多久市北多久町大字小侍7-1

☎75-4824/☎74-3284

✉ jinkendowaa@city.taku.lg.jp

主催 (財)佐賀県女性と生涯学習財団**共催** 多久市、多久市女性ネットワーク、
NPO法人女性と子どものエンパワメント関西**後援** 佐賀県、佐賀県教育委員会

多久市男女共同参画フォーラム

今年『佐賀大学公開講座 in 多久』
として3回開催!

30代の若い講師陣による「70年代が考える男女共同参画——たがいにおもいやり、わかちあうく女と男>の関係に向けて」をテーマにした講座です。

3回とも受講の方には修了証が交付されます。どうぞ、みなさんのご参加をお待ちしています。

会場 多久市社会福祉会館(☎75-3593)**募集人数** 各50人(当日参加もできます)**主催** 佐賀大学・多久市・多久市女性ネットワーク**第1回** 10月18日(月) 14時～16時
講師 後藤 正英さん

(佐賀大学文化教育学部准教授)

演題 『男性学からクリント・イーストウッド
を考える』**第2回** 10月25日(月) 18時～20時
講師 栗林 佳代さん

(佐賀大学経済学部准教授)

演題 『夫婦が離婚した場合における
子どもとの面会交流をめぐる』**第3回** 10月30日(土) 10時～12時
講師 吉岡 剛彦さん

(佐賀大学文化教育学部准教授)

演題 『妊娠中絶を考える——
中絶率全国一の佐賀、
その背景に何があるのか?』**問い合わせ・申し込み**

人権・同和对策課 ☎75-4824

無料相談会のご案内

借金でお困りの方、
勇気を持って相談を!!

本年6月18日、改正貸金業法が完全施行され、年収の3分の1を超える貸し付けが禁止されるなど、貸し付けに対する規制が強化されました。

これにより、新たな借入れができなくなる方をはじめ、クレジットやサラ金など借金問題でお困りの方への法的支援が必要とされ、佐賀県弁護士会では支援窓口として6月から電話による無料相談を行ってきました。

多数の電話相談が寄せられ、借金問題がまだまだ根深いことが明らかになり、さらなる支援を続けるため、12月末まで電話相談を延長することになりました。

借金問題は必ず解決できます。解決を先延ばししないで、勇気をもって相談の電話をください。

■クレサラ電話相談受付

佐賀県弁護士会

☎24-13411

日時 12月末までの毎週土曜日

10時30分～12時30分

明日の介護を考える講演会 『認知症になっても いつまでも自分らしく』

～高齢者の権利擁護を考える～

“いつまでも自分らしく 住み慣れた地域で
 ころ豊かに暮らしたい”
 これはみんなの共通の願いです。
 歳をとってからだが思うように動かなくなったり、
 判断力が低下してくると誰かに生活の世話や財産の
 管理などをしてもらうことが必要となります。
 あなたがいつまでも自分らしくあるために知ってお
 いてほしいこと、
 家族として、地域の一員として、できること一緒に
 考えてみませんか。

日 時 10月31日(日)
 14時～16時(開場13時)
会 場 佐賀市文化会館
 中ホール
 (佐賀市日の出一丁目
 21-10)
講 師 池田恵利子さん



～お願い～

会場駐車場は台数が限られています。
 できるだけ公共の交通機関をご利用くださいま
 すようご協力をお願いします。

■問い合わせ

佐賀中部広域連合 給付課 ☎40-1134

セルフケアをしっかりおぼえて帰ろう！ リンパ浮腫を学ぶ会

日 時 10月17日(日) 10時～12時(開場 9時30分)
会 場 ほほえみ館(4階 視聴覚室)
 (佐賀市兵庫町大字藤木1006番地1)

♥乳ガン予防ピンクリボンキャンペーン2010同時開催

講師 枝國医院 副院長 濱本 隆浩さん
 佐賀大学医学部附属病院産婦人科

中尾 佳史さん

セルフケア講習会 リンパ浮腫指導技能認定者 数名
 ※リンパ浮腫指導技能認定者がいないに指導し、
 ご質問にもお答えします。

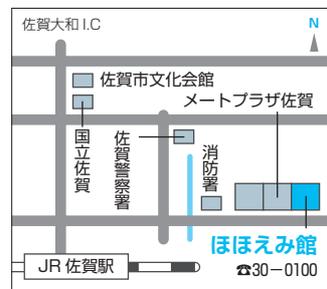
(注)参加ご希望の方は、往復ハガキで事務局にお申し
 込みください。【10月14日(木)必着】(当日の受付票
 になります) 往ハガキには、住所、氏名、年齢、上・
 下肢の別、電話番号を、復ハガキ宛先には、住所、
 氏名を必ずご記入ください。

リンパ浮腫を学ぶ会事務局

☎843-0024 武雄市武雄町大字富岡10164-3
 高田仁子 ☎/☎0954-23-5680

共催 佐賀市

後援 佐賀県・(社)佐
 賀県医師会・(社)佐賀
 県看護協会・佐賀新
 聞社・STSサガテ
 レビ



■問い合わせ

福祉健康課 健康増進係 ☎75-3355

10月は「高齢者雇用支援月間」です

事業主のみならず、広く国民のみなさんに対し、高
 齢者の雇用問題についての理解と協力を要請するた
 め、さまざまな啓発活動を展開しています。

詳しくは

(財)佐賀県高齢・障害者雇用支援協会 ☎25-2597

高齢・障害者雇用支援機構 で

■問い合わせ 多久市商工観光課 ☎75-2117

労使間のトラブル解決をお手伝いします

解雇や賃金未払いなど、労使間のトラブルで悩んでい
 ませんか？佐賀県労働委員会では、公正・中立な立場で
 トラブル解決をお手伝いします。ご利用は無料、秘密は
 厳守しますので、お気軽にご相談ください。

詳しくは 佐賀県労働委員会事務局(県庁新行政棟11階)

☎25-7242 ☎ roudoui@pref.saga.lg.jp

佐賀県ホームページ で

■問い合わせ 多久市商工観光課 ☎75-2117

国保通信



■問い合わせ
市民生活課 保険年金係

☎ 75-2159

病院の窓口で支払った医療費の自己負担額が1か月間で高額になった場合、申請により限度額を超えた分が高額療養費として払い戻されます。

●高額療養費の計算の仕方

(今回は70歳以上の方です)
70歳以上の高額療養費計算の仕方は、70歳未満の方のように合算要件はなく、保険診療すべての支払いが対象となります。(70歳未満の方の計算方法は、市報9月号に掲載) 入院した時の食事代など、保険が

きかない分は対象外となりますのでご注意ください。上の表が医療費の自己負担限度額です。
多久市国民健康保険では、該当になった方に、診療月の2か月後に通知してきます。(遅れる場合もあります) ご不明な点はお問い合わせください。

70歳以上の方の自己負担限度額

区分	外来のみ (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)	
現役並み 所得者 ※1	44,400円	80,100円 総医療費が267,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算 ※4	
一般	12,000円	44,400円	
住民税 非課税	低所得者Ⅱ ※2	8,000円	24,600円
	低所得者Ⅰ ※3		15,000円

- ※1 70歳以上の国保加入者のうち、1人でも住民税課税所得が145万円以上ある人がいる方
- ※2 同一世帯の世帯主(擬制世帯主を含む)を含む被保険者全員が住民税非課税世帯で「低所得者Ⅰ」に該当しない方
- ※3 同一世帯の世帯主(擬制世帯主を含む)を含む被保険者全員が住民税非課税世帯で、かつ、年金収入が80万円以下の方
- ※4 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の自己負担限度額は、44,400円となります

健診を受けることから始めて、その結果から自分ができることを見つけてみませんか?



健診受診から始めましょう!
生活習慣病の予防

6月から行っていた特定健診の集団健診が終了し、未受診者の方に次のような通知をお送りしています。

☆「特定健診」受けられませんか

これまで市の健診を受けられていない方に、健診の活用をご案内しています。

☆「特定健診」お忘れでは

ありませんか?

今年、まだ健診を受けられていない方に、医療機関で特定健診ができる案内をしています。

☆40歳・節目の年のあなたへ

40歳の節目の年に、自分の健康を考える良い機会としていただくため特定健診の案内をしています。

☆血糖が高かったあなたへ

過去の健診結果から血糖値が基準値以上であった方に案内をしています。

☆血圧が高かったあなたへ
これまでの健診で、高血圧の方に案内をしています。

☆検査結果提出の

ご協力をお願いします

「職場や病院で健診を受ける」とお答えの方には、健診結果を市へ提出されることによって、健診を受けたことと同じになります。市が結果を把握することで、健康管理を行うことができ、市の受診率アップにもつながります。

生活習慣病は自覚症状がないまま進行するので、「こんなはずでは…」という方が多いのが現実です。毎日の生活習慣の中で、「時間を考えて食べる」「選んで食べる」「ウォーキングを始める」「晩酌のお酒の種類を変える」などちょっとしたことで身体は変化し、病気の進行を防げます。

受診の結果説明は保健師が行いますので、お気軽にご相談ください。なお、健診受診者の方には、市内の協力店で使える「健康づくり応援クーポン券」をお渡ししています。

■問い合わせ

福祉健康課 健康増進係

☎ 75-3355

「分別」のある人 を目指して!

—エコ達人への道—

ゴミの出し方⑤
『3R』の巻

リデュース (Reduce) …ごみになるものを減らす!

リユース (Reuse) …使えるものは繰り返し使う!

リサイクル (Recycle) …資源として再利用する!

この3つの言葉は頭文字を取って『3R』と言われ、
ゴミを減らすために重要なキーワードになっています。

買物にはマイバッグを持参し、レジ袋はもらわず、
ゴミになるものを減らして「リデュース」、詰め替え商品
で繰り返し使って「リユース」、それでもゴミになってし
まったものを分別して「リサイクル」。ゴミが減れば、
焼却場からの二酸化炭素の排出量も減り、地球温暖
化対策になります。

まず、私たちが“できること”から始めましょう!!

なお、11月2～7日に佐賀市内で『3R推進全国大
会』があります。著名人による講演会や3Rに取り組む
企業・団体の出展コーナーをはじめ、3Rを体感できる
楽しいイベントがいっぱいです。ご家族などでお出掛け
になり、環境について考えてみてはいかがでしょうか?

詳しくは、3R推進全国大会実行委員会事務局：
佐賀県循環型社会推進課内 (☎25-7774) まで!

■問い合わせ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117

例年11月に開いていた市主催の金婚式は
今年度から取りやめます。

■問い合わせ

福祉健康課 高齢・障害者福祉係 ☎75-4823

多久市職員人事異動

多久市職員の人事異動を次のとおり発令しました。

■退職 (8月31日付) 東島 佳代

■新規採用 (9月1日付) 齋田 哲也

市立病院薬剤師

『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 [FAX] 0952-25-1462



悪質商法の被害に

あわないで!

業者から商品を勧められたとき、契約
が相手にどう思われるかを基準に決め
るのではなく、本当に自分に必要かどう
かを冷静に判断しましょう。

必要のないものを売りつけられそう
になったときは、毅然とした態度で断る
ことが大切です。

■トラブルを防ぐポイント

- ・安易に家の中に業者を入れない。
- ・その場では決して契約しない。
- ・家の修繕など高額な契約は、複数の会
社から見積もりを取る。
- ・公共機関の職員を名乗る人には身分証

や名刺などの提示を求め、その場で関

係機関に電話をして確認する。

・業者の名刺は必ず保管しておく。

■効果的な断りの言葉

・「買いません」

・「必要ありません」

・「今後、勧誘(電話)は二度としない
でください」

・「お帰りください」

※「必要がない」という意思をはっきりと

伝えましょう。相手に「勧誘しても時間の

ムダ」と思わせることがポイントです。

■困ったときにはすぐ相談!

○多久市市民生活課 生活環境係

☎75-6117

○佐賀県消費生活センター

(土・日・祝日も可) ☎24-0999

国民年金保険料は前納がお得です!

国民年金保険料の納付には、翌年3月分までをま
とめ払いすると、年金保険料が割引される『前納制
度』があります。毎月納めるよりお得で、納め忘れ
も防ぐことができ、とても便利です。例えば、下の
表のように10月分から翌年3月分まで(6か月分)
をまとめて納めると、740円お得な89,860円とな
ります。

前納をご希望の方は年金事務所までお申しくだ
さい。

	前納額	割引額	納付期限
10月分～	89,860円	740円	平成22年11月1日
11月分～	75,010円	490円	平成22年11月30日
12月分～	60,110円	290円	平成23年1月4日
1月分～	45,150円	150円	平成23年1月31日
2月分～	30,150円	50円	平成23年2月28日

※金額は現金納付の場合

■問い合わせ 佐賀年金事務所 ☎31-4191
市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

を楽しく!

が盛りだくさん。
をたっぷり身につけ、それぞれの

11/6・7
(土)(日)

第40回 多久まつり

じかん 6日 11時～18時
7日 10時～16時30分
ところ 市役所周辺

今回の目玉は「町別対抗イベント(歌合戦・綱引き)」「多久のうまかもん市」。テーマは「食べてみん祭 してみん祭 皆で楽しむ 多久まつり」です。各種イベントの詳しい内容やシャトルバス、駐車場などは10月中旬以降に区を通して、全世帯に配布するチラシをご覧ください。ビンゴゲームや多久クイズ選手権などでは、賞品ゲットのチャンスがあります。

■問い合わせ

多久祭り振興会事務局
(商工観光課内) ☎75-2117

10/17
(日)

武富豊監督の陸上教室

じかん 9時30分～11時
ところ 多久市陸上競技場(雨天時は北部小体育館)

天満屋女子陸上部の武富豊監督による教室です。市内の小中高生で陸上(長距離)に興味のある方、プロの指導を受けてみませんか。ランニングのできる服装で9時までにご集合ください。参加料無料です。

■問い合わせ 財団法人 多久市体育協会 ☎75-5385
生涯学習課 ☎74-3241

10/24
(日)

秋季釈菜 & 孔子祭

じかん 10時30分～13時
ところ 多久聖廟境内、イベント広場

佐賀県の重要無形民俗文化財に指定される『釈菜』は、儒学の祖「孔子」を偲ぶ中国式の式典で、300年以上変わることなく続く厳かな式典です。また、『孔子祭』では、釈菜後に「釈菜の舞」や「花棒舞」「腰鼓」「獅子舞」などの舞や踊りが華やかに披露されます。

(※12時～16時までは、普段見ることのできない聖廟内を一般公開。孔子像も拝顔ください)

釈菜後の聖廟境内で、本誌9月号でグランプリ決定をお知らせした「孔子先生」のイメージキャラクターデザインと、募集していた愛称をお披露目し、表彰式を行う予定です。



孔子先生イメージキャラクター

■問い合わせ

財団法人 孔子の里 ☎75-5112

10/31
(日)

多久市文化連盟発足30周年記念

日本舞踊・民踊舞踊合同発表会

じかん 12時開演(開場11時30分)
ところ 多久市中央公民館大ホール

佐賀県文化団体協議会発足50周年も記念した踊りの祭典です。入場料は500円。先着300の方に岸川まんじゅうを進呈します。

■問い合わせ

多久市中央公民館 ☎74-3241

秋のイベント

秋本番!の多久は、イベント
伝統や文化にも触れ、情報
魅力を楽しんでください。

11/14
(日)

第16回 論語カルタ大会

じかん 12時30分開会
ところ 西溪中学校体育館

今年度から園児の部を新設しました。市内外
を問わず参加できます。多数の参加をお待ちし
ています!

競技部門/園児の部、小学生の部、中学生の部、
一般(高校生以上)の部

申込書の配布、参加申込の受付/多久市教育委
員会事務局、中央公民館、各町公民館

申込締切/10月14日(木)

※多久市のホームページからも申込書のダウンロー
ドができます。

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

■問い合わせ 教育統括室 ☎75-3450
生涯学習課 ☎74-3241

11/7
(日)

多久ミュージカルカンパニー
〜旗揚げ公演〜

市民ミュージカル とうげのおりゅう

じかん 2回公演
14時開演(13時30分開場)
18時開演(17時30分開場)

ところ 多久市中央公民館大ホール

西多久町と武雄市若木町の境にある「女
山峠」に伝わる民話「峠の女とうぞく」を
原作にしたミュージカルで、募集で集まっ
た第1期の市民キャストが練習を重ねて上
演する歌やダンス、演技をお楽しみください。
詳しい内容は、配布のチラシをご覧ください。

只今、チケット販売中!

(19ページの教室紹介と合わせてご覧ください)

■問い合わせ たく市民大学「ゆい工房」
(中央公民館 ☎74-3241/
財団法人 孔子の里 ☎75-5112)

11/7
(日)

技能の未来を見に行こう

第15回 産技祭

(同時開催:第24回佐賀県技能まつり)

じかん 9時30分~15時30分
ところ 佐賀県立産業技術学院(多久町)

学院生の実習作品の展示・製作実演・販売、
佐賀マイスターによる実演や体験指導、飲食パ
ザー、景品が当たるスタンプラリーなどを準備。
体験で作られた作品は、記念にお持ち帰りいた
だけます。地元のみなさん、どうぞお出掛けく
ださい。

■問い合わせ
佐賀県立産業技術学院 ☎74-4330

10/1
(金)

多久市郷土資料館 開館30周年記念企画

多久の絵馬展

多久市内と旧多久領のお寺や神社に残る絵馬を展示
します。

■問い合わせ 多久市郷土資料館 ☎75-3002

学びをつなぎ、かわりをつなぐ 「小中一貫教育」―多久市教育講演会―

8月22日、中央公民館で300人を超える参加者の中、「多久市教育講演会」を開きました。前半はシンポジウム、後半は講演の2部構成で、平成25年度からスタートする「多久市の小中一貫教育」について共に学び、共に考えました。

〈シンポジウム〉
テーマ「小中一貫教育、その成果と課題を考える―小中一貫校からの報告―」

パネリストとして迎えた福岡市立照葉小中学校の樋口綾子校長、佐賀市立小中一貫芙蓉小中学校の緒方俊昭校長、佐賀市立小中一貫校思斉館の大曲尚美校長が、それぞれの学校の立地環境や導入の経緯、基本方針、教育活動の現状、成果・課題を報告しました。

会場から「小学生と中学生が一緒に校舎で生活する中で、小学低学年の子どもが不安がることはないのか」の質問に、「中学生が小学生に接



■シンポジウムの様子

することで、優しく穏やかな表情になり、よい効果をもたらしている」とパネリストが答えると、会場ではうなずく姿も見られました。また、「9年間を通して一人ひとりの状況が分かり、小中学校の教職員が子ども成長を見守りながら共に力を合わせて教育ができることがよい点」と報告がありました。

〈講演〉演題「子どもからの視点に立つ、小中一貫を」

講師の國學院大學人間開発学部・新富康央学部長が「無理かきている現在の6・3制と、中1ギャップを解消していくには、9年間をつないだ小中一貫教育が効果的である」などの話や、小学6年から中学1年のつなぎが滑らかにでき、それが授業における子ども不安を和らげ、学力も向上してきた事例を具体的に紹介。最後に、子どもたちの将来を描き新しい教育システムを創造する小中一貫教育に向けて、「地域ぐるみの取り組みが大切」と結びました。

■問い合わせ

教育委員会 学校教育課

☎75 12227

教育委員会からのお知らせ

*『歯・口の健康づくり健康発表会』を10月15日(金)13時から南部小学校で開催します。その中で、アニメ「サザエさん」のマスオさん役や、「それいけ!アンパンマン」のジャムおじさん役などで人気の声優・増岡弘さんを迎え、『サザエさん一家は幸福みつけの達人ぞろい』と題した講演を行います。参加は無料です。

*10月の定例教育委員会は、10月12日(火)13時30分から第3委員会室(市役所2階)で開きます。傍聴は自由です。

■問い合わせ

教育委員会 教育統括室

☎75 13450

市政への提言・地域の課題を 市長が直接つかがいます 移動市長室

第6回 移動市長室
日時 10月31日(日)
9時〜10時30分
場所 西多久公民館

面談をご希望の方、団体は「移動市長室希望書」に必要事項を記入して、10月21日(木)までに総務部経営統括室、または各町公民館に書面でお申し込みください。

第7回は、11月28日(日)に午前9時から東多久公民館で開く予定です。

■問い合わせ

総務部 経営統括室 広報統計係

☎75 12116

市交際費支出状況

▼平成22年度8月分

支出種別	区別	件数	金額(円)
弔慰	今月分	51	100,610
	累計	58	133,610
見舞い	今月分	0	0
	累計	4	40,000
御祝	今月分	4	21,255
	累計	19	111,805
賛助	今月分	0	0
	累計	4	18,310
激励金	今月分	0	0
	累計	1	10,000
接遇	今月分	1	1,120
	累計	58	129,080
会費	今月分	1	4,000
	累計	19	94,000
その他	今月分	0	0
	累計	2	6,510
合計	今月分	57	126,985
	累計	165	543,315

◎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



▲「世界トップの情報を集めて日本の電気工学を進めた」と、博士の業績を伝える松瀬教授の講演

電気学会（東京都）で、
「100年前に高度情報社会が見えていた天才」と紹介されている志田博士



多久市出身の先覚者「志田林三郎博士」（1855－1892年）の偉業を称え、親しみ、ふるさと多久の誇りにしてもらいたいと、顕彰会が発足し、多久シティホテル松屋で8月19日、設立総会がありました。博士の遺徳や業績を広く社会に発信し、博士にちなんだ科学・文化賞制度の設置やイベントなどを行うことを決めました。

顕彰会の設立は、『でんきの礎』顕彰受賞がきっかけとなったもので、総会には教育関係者や県内の歴史研究家など約60人が参加。江口吉則教育委員長が「博士は幼少時に母親の手伝いでまんじゅうを売っていたことにちなみ、“博士まんじゅう”の商標を取得しました」という報告で始まりました。

博士の遺徳と業績を顕彰し、科学・文化の振興発展と次世代を担う若人の育成を目的にすることや事業計画などを確認し、会長に就任した横尾俊彦市長は「共に学び、一般には知られていない郷土の偉人にスポットを当て、発信したい」と挨拶。電気学会前会長で多久市出身の松瀬貢規明治大学教授の『志田林三郎先生と電気工学』と題した記念講演もあり、「今の時代に使っている通信、ネットワーク、電力などは、全て博士が明治の終わりに予言したことで、技術も科学もその通り動いている。色んな技術が進歩して総合的によくなったとみられる」など、博士の生涯とその功績によってわが国の電気工学の発展や、これからの低炭素社会の実現に向けての展望を話しました。

顕彰会では今年から、博士の誕生日だった12月25日に市内の子どもたちを対象にロボットコンテストの開催を決定。電気学会から講師を招き子どもたちに電気や科学技術を楽しく学べるイベントなどを検討しています。また、広く会員も募集中です。

■問い合わせ

志田林三郎顕彰会事務局（東原庁舎内） ☎75-5112

東多久町で誕生した志田博士は、幼少の頃から神童と呼ばれ、工部大学校電信科（現：東京大学工学部電気系3学科の前身）の1期生で、1879年に主席で卒業。その後、スコットランドのグラスゴー大学に留学し、物理学、数学などを学び、帝国大学教授や逓信省の初代工務局長を歴任。我が国第1号の工学博士、電気学会の創始者で、明治時代に活躍した日本の電気工学の祖といえる人物です。1888年の電気学会第1回総会演説で、無線、録音、テレビ、送電など、電気工学が成しえる未来技術を予測。この120年前に唱えた未来技術が次々と実現し、その先見性が高く評価され、博士とその事績を展示・紹介している多久市先覚者資料館が平成20年、創立120年を迎えた電気学会から『でんきの礎』第1回顕彰を受賞しています。

市長コラム

温 | 故 | 創 | 新

Message for citizen

先覚者・志田林三郎博士

「天才とは1%のひらめきと99%の努力」はトマス・エジソンの有名な名言。世界的発明王であるエジソンが唯一尊敬した人物がグラスゴー大学のケルビン卿（ウイリアム・トムソン）といわれている。そのケルビン卿が愛弟子として教え「私が出会った数ある教え子の中で最高の学生」と高く評価した日本人がいた。明治時代初期に英国に渡航した多久出身の志田林三郎である。

グラスゴー大学は当時の世界最高学府で、かのジェームス・ワットもアダム・スミスも縁のある大学である。林三郎はここで最優秀学生に与えられるケレランド金賞を授与されている。さらに大学での学究に加え、英国郵便事業実情を調査して帰国し、工部省電信局の実務に尽力し、日本の郵便・通信事業の基礎を築く仕事に奔走した。

27歳で工部大学校電気工学科の初代日本人教授に就任。明治19年の帝国大学（現在の東京大学）発足では教授となり、21年に我が国第1号の工学博士となり、東京電信学校校長も務めた。

電気学会創設にも尽力し、設立記念の第1回総会講演で、テレビなど現代に至る科学技術の進展と情報化社会を予言した。まさに俊才、ぶりを発揮して活躍した。だが病のため36歳8か月で逝去。存命ならさらに日本と世界に貢献したはず。

その活躍の第一歩を支えたのは若い才能を見出し支えた多久の人々だった。人づくりの気風が多久にあり、人物輩出につながったのである。

このほど志田博士を顕彰する会が発足した。郷土の先覚者をさらに学び、発信し、人づくりの気風も高めたい。ご協力をお願いします。（俊彦）



◀市長の言葉に感謝し、握手する梶原さん

100歳のご長寿を祝い状や花束で祝福

市長がお祝いの表敬訪問

敬老の日を前に9月11日、横尾市長が100歳の市民3人に花束や祝い金などを贈り、長寿を祝いました。

北多久町の梶原コマツさんは、明治43年生まれ。フライドチキンやうなぎなどが好物で、日課で聴いているラジオから流れていた「千の風になって」が好きになり、歌詞も覚えて歌うほどお気に入りです。市長が「益々、お元気で。おめでとうございます」と祝い状や花束を手渡すと「もったいないほど嬉しい」と涙ぐみ、家族が暮らしぶりを披露すると、「みんながよくしてくれ、心配事もなく幸せ」と、感謝の気持ちいっぱい。よく食べ、よく眠り、大好きなお話をするのが、長生きの秘訣のようです。

このほか市では、9月15日で100歳以上の11人と米寿(88歳)を迎えられた127人も敬老祝い金を贈呈。健やかな長寿を祝福しました。

英語力アップに中学生とALTが楽しく交流

イングリッシュサマーフェスタ

市内の中学生とALTらが英語で交流する『イングリッシュサマーフェスタ』が8月26日、南多久公民館でありました。

「楽しみながら英語に触れ、自分の英語が通じる喜びをひとりでも多くに体感してほしい」と、多久市中学校英語教育研究会が夏休みを活用して開いているもので、49人が参加。小中学校でALTを務めるロス先生とペニー先生や5人の外国語指導者を中心となって進行し、英語教諭もサポートしています。

アメリカのテレビ番組の“ジャパディ”や“アメイジンググレイス”というクイズや昼食づくりなどを楽しみました。

調理のメニューは、メキシコ料理の定番『ガカモレ』『タコス』『サルサ』や、オーストラリア伝統のお菓子『ラミントン』など9種類。英和辞書を開き、材料や作り方を解説し、作業に悪戦苦闘しながらも、おいしいできあがりみんな満足。1日を通した英語や友とのふれあいで、コミュニケーション力を高めていました。



▲「おいしい！」とタコスはかわりすぎるほど人気

8/16 女山大根アイスが一村逸品大賞前期優秀賞に輝く

多久市ふるさと情報館『幡船の里』が開発し、販売している女山大根アイス「乙女のこころ」が、日本農業新聞が選定する一村逸品大賞の前期優秀賞に表彰されました。紙面や農netに掲載している全国各地の特産加工品の中から「アイデアあふれた個性的な加工品で滋味も秀でている」と評価。船津忠伸代表は「認められて嬉しい。今後もおいしいものをみなさんに提供したい」と特色ある店づくりや品づくりに意欲的です。



8/2 ~ 8/8 日本ジャンボリーで全国の仲間と集う

「ボーイスカウト多久第1団」に所属している4人が静岡県朝霧高原で行われた第15回日本ジャンボリーに参加。4年に1度の大会で、全国から2万人が集い、8泊9日のキャンプ生活をしながら、様々な活動を通して知識や技能を取得しました。日頃のボーイスカウト活動の集大成として参加した中央中の久我さん、早川さん、米倉さん、待永さんは、「友達がたくさん増え、自分のためになった」と語り、今後続く団員の参加を呼びかけていました。



Good Choice

グッドチョイス

まちの話題をお寄せください。

総務部広報統計係 ☎75-2116/☎75-2110

きれいな学校で、元気よく学んで！

老人クラブが小学校で除草作業



▲オープニングで「ふるさと」を歌う多久ジュニアコーラスと勝田さんら音楽家

日本の美しいことばとメロディを伝えましょう

多久市童謡の集い

多久市文化連盟は9月4日、中央公民館で『多久市童謡の集い～愛の童謡コンサート』を開きました。

佐賀県出身のテノール歌手・勝田友彰をはじめ国内外で活躍する一流の音楽家や、市内の多久ジュニアコーラス、多久保育園、コーラスいずみ、好齢大学院音楽科のみなさんが、会場を埋め尽くした観客を楽しませました。

このコンサートは、「日本の美しいことばとメロディを伝えよう」「子どもたちに舞台経験を！」、そして「みんなで歌えば心も揃う」と始まって24年目。それぞれのすばらしいステージに観客は、「童心に返り、一緒に歌って、楽しかった」や「プロの優しく、柔らかい歌声に癒されました」などと感動し、来年も楽しみにしていました。

多久市老人クラブ連合会は、『社会奉仕の日』に設定した9月15日、市内の全小学校で会員約300人が美化活動に取り組みました。

市内12クラブが日常的に行っている地域の清掃美化や花づくり、資源ゴミ回収など社会奉仕やボランティア活動に加えたものです。

北部小には、泉町、メイプルタウン、中多久団地、自由が丘、北多久連合から会員約60人が集まり、校門から玄関につながる校庭の花壇やグラウンドの除草作業に精を出しました。

運動会の応援練習をしていた全児童から伝えられた感謝の言葉や、心伝わる運動会の案内状に会員らは感激。責任者の高屋克之助さんは、「小学生から日頃、元気をもらっているの、じいちゃん、ばあちゃんたちも頑張っ、環境整備をお手伝い。きれいな学びの場で元よく成長してほしい」と話し、世代間交流ができることも喜びました。

峯晋校長は「学校の雰囲気を感じて頂け、交流やご縁も貴重。きれいになってありがたい」と感謝していました。



▲運動会前のグラウンドで雑草をとる会員（北部小で）

消防団訓練大会で北多久分団2部と西多久分団が優勝



第48回多久市消防団訓練大会が多久市陸上競技場で行われ、消防団員350人が参加しました。今年は、訓練礼式の部15隊、ラッパ吹奏の部5隊が出場。団員は優勝を目指し、きびきびとした動きで日頃の訓練の成果を発揮しました。訓練礼式の部・優勝は北多久分団2部、2位西多久分団第2小隊、3位西多久分団第1小隊。ラッパ吹奏の部・優勝は西多久分団、2位北多久分団、3位多久分団でした。

中学2年生が市内の事業所で“仕事”を学ぶ



市内中学校ではキャリア教育の一環として、2年生が夏休みに職場体験を行っています。人間関係形成能力や将来設計をはぐくむ力を育てるための経験で、多久市役所に訪れた中央中の生徒5人は、市民生活課窓口や福祉の現場、10月にある国勢調査の仕分け作業を体験。「一つ一つが大事な仕事だということがわかり、今できる勉強をしっかりと将来目指す仕事に就けるよう頑張りたい」と話しました。

「おすすめの新着本」

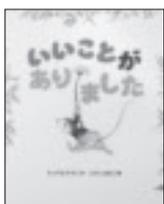
「その他おすすめの本」



ぼくのおふろ

作・絵
鈴木 のりたけ
(PHP研究所)

毎日毎日、おなじおふろ。たまには違うおふろに入りたい。めいろのおふろに、シーソーふろ、たんけんふろ、にじふろ…。こんなおふろがあったらいいな!おふろがたのしくなる絵本です。



いいことがありました

作・もりやま みやこ
絵・ひがし あきこ
(偕成社)

友だちとけんかしたねずみの子は、思わずけっとばしたどんぐりがきっかけで、くまのおじいさんとなかよしになりました。ふたりにおこった、とってもいいことってどんなこと?



100年前の女の子

作・船曳 由美
(講談社)

100年前に生まれた女の子が、何を感じ、何を学び、いかに生きていったか。明治・大正・昭和を其の母を知らないけれども、けなげにそして命たからかに生きた少女の成長物語。

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。

◆おりがみあそび

日時 10/9(土) 10時~12時

◆メルヘンタイム(おはなしの時間)

日時 10/16(土) 14時~

◆ハロウィンの指人形作り

日時 10/23(土) 10時~12時

◆ビニールパラシュート作り

日時 10/30(土) 10時~12時

◆紙ひこうきであそぼう

日時 11/6(土) 10時~12時

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

このゆびと~まれ

☎74-3241 (中央公民館)

◆着付け教室

日時 10/26(火) 13時30分~15時30分

図書館からのお知らせ

10月9日(土)10時~11時に
中央公民館和室で
『おはなしキャラバン』
を行います。絵本の読み聞か
せや紙芝居があります。お友
達をさそって、
みんなで来てね!

【10月の休館日】

4(月)・11(月)・18(月)
25(月)

児童向き

- ◆ちいさなおうさま (三浦太郎)
- ◆ねこふんじゃった (せなけいこ)
- ◆むかしむかし (谷川俊太郎)
- ◆かちかち山 (広松由希子)
- ◆山菜の絵本 (ふじしまいさむ)

一般向き

- ◆永遠の夢 (レイ・ブラッドベリ)
- ◆思い出コロッケ (諸田玲子)
- ◆土の文明史(デイビッド・モンゴメリー)
- ◆オトコの介護を生きるあなたへ (男性介護者と支援者の全国ネットワーク)
- ◆食品サンプルの作りかた、教えます。(今井規雄)

「ここで寝る。おやすみなさい。」当時9歳の女の子の最後の言葉です。悲しく痛ましいこの言葉を記憶している人も多いと思います。両親からの虐待の末、ベランダに放置され、そのまま亡くなってしまった事件です。児童虐待の事件は年々増え続け、信じ難いことに、加害者は実母が59%実父が16・4%だといわれています。児童虐待は社会の深刻な問題です。様々な社会環境、家庭環境の変化が子

人権教育 No. 162 と生きる

「子どもの人権」

どもたちにも、いろいろな影響を与えています。わが子に愛情が持たず虐待してしまいう人、自らの子ども時代に虐待を受けた経験から虐待に走ってしまいう人(虐待の連鎖)、ネグレクト(育児放棄)から虐待してしまいう人、事件の背景は様々ではありませんが、被害者は大人が健やかに育まなければならない子どもたちです。「しつけ」や「愛のムチ」と親が思っている、子どもを傷つける事や食事を与えないことは虐待です。子どもは、一人ひとりが個性を持った、かけがえない存在です。家庭、地域、学校など身近な所から、子どもが健やかに成長できる社会を作ることが大人の責任です。「子どもだから」「子どものくせに」など一方的な押し付けはせず、子どもの自尊心を大切に、心身の成長を見守りたいと思います。社会教育指導員 福島かおり

在宅当番医のご案内

※必ず保険証をご持参ください

多久市在宅当番医

日付	在宅当番医	所在地 & TEL
10月3日 日	石井医院 (内科)	☎75-3230 北多久町
10月10日 日	多久市立病院 (診療科未定)	☎75-2105 多久町
10月11日 祝	内田整形外科 (整形外科)	☎75-8838 北多久町
10月17日 日	諸隈病院 (診療科未定)	☎74-2100 北多久町
10月24日 日	江口医院 (内科・小児科)	☎76-2137 東多久町
10月31日 日	中多久病院 (精神科・内科)	☎75-4141 北多久町
11月3日 祝	多久生協クリニック (内科・小児科)	☎76-3177 東多久町

※多久市立病院・諸隈病院の診療科については当日お問い合わせください。

小城市在宅当番医

日付	在宅当番医	所在地 & TEL
10月3日 日	徳富医院 (産婦人科・内科)	☎66-1547 芦刈町
10月10日 日	坂田クリニック (内科)	☎72-1151 三日月町
10月11日 祝	鶴田運動機能回復クリニック (リウマチ科・整形外科)	☎51-5611 牛津町
10月17日 日	古賀医院 (内科)	☎73-2067 三日月町
10月24日 日	野田好生医院 (内科・小児科)	☎72-3232 小城市
10月31日 日	小城市民病院 (内科)	☎73-2161 小城市
11月3日 祝	ひらまつ病院 (診療科未定)	☎72-2111 小城市

※ひらまつ病院の診療科については、当日お問い合わせください。

ふ・わ・あ・い・ひ・ろ

▶「頑張った成果を舞台上で爆発させたい」と元気がいっぱいメンバー



多久ミュージカルカンパニー

たく市民大学「ゆい工房」☎75-5112
中央公民館 ☎74-3241

教室紹介

多久オリジナルのミュージカルを公演

11月7日は、ぜひ観劇してください

『多久ミュージカルカンパニー』は、市民から団員を募り5月のオーディションを経て結成した市民ミュージカル劇団です。劇団員は、小学2年生から74歳と幅広い年代の46人。11月7日の『とうげのおりゆう』初公演に向けて、6月から声の出し方、表情のつくり方、歩き方、体の動かし方などの基礎トレーニングを重ね、配役も決まり、本格的な練習に熱が入っています。

元米国州立大学演劇学助教授で俳優の青柳達也さん(東多久町在住)が演技を指導。プロ直伝の演技・歌・ダンスで表現の形を学び、演じることで自分の気持ちや意見を発信することが自信につながったり、相手の話を聞く力が伸び、思いやりを育てています。また、コミュニケーション能力も高まり、自己表現力が豊かになりました。プロデューサーの川内丸信吾中央公民館長は「市民が多久の民話をオリジナルの曲や歌で演じて、みなさんに観ていただこうと頑張っている姿は、郷土愛を感じます。ボランティアスタッフの力も貴重で、関わるスタッフと団員の心が一つになる生の舞台をぜひみなさんに観てほしい」と話し、観劇を呼び掛けています。

短歌

《麦の芽短歌会 互選》

ここ迄と思う仕事も 抄らす
歳には勝てぬ我が身甲斐なき
「古城」舞う袴姿の凛凛しさに
しばし拍手の鳴り止まずなり
老二人明けても暮れてもびったんこ
偶には俺を喜ばせんかい
真白く湧き立つ雲の峯並び
卒業記念の娘の洋皿を迂闊にも
去年のバザーに出したる我が
尾形 節子

俳句

《楷樹句会 互選》

手火花やかがめる子らの間にうき
不二見恵美子
青田風余生の風をふところに
松尾 孤杖
七夕やサッカーボールは孫吊るし
大坪 蒙仁
夕風に目覚めておりし月見草
野田キヌ子
風鈴は母への土産窯めぐり
納富 芦風

川柳

《多久市川柳会 互選》

妻の留守一本増やす台所
井上 東子
愛しくてふわふわお手々頬ずりす
古賀ちひろ
苔むしても貫き通す夫婦愛
猪ノ口昭子
ゆっくりと長く歩いて敬老日
田代まつこ
手作り人間の値が付けてある
西山 残月

市民文芸



第2回危険物取扱者試験

試験種類 甲種・乙種・丙種
試験日時 11月28日(日)
 ・乙種(第4類) 10時～
 ・甲種、乙種(第4種を除く)、丙種 13時30分～
試験会場 佐賀大学 本庄キャンパス
願書受付 消防試験研究センター佐賀県支部
受付期間 9月30日(木)～10月15日(金)
 ・願書は、下記センターのほか、佐賀広域消防局の各消防署に常置しています。

■問い合わせ 消防試験研究センター佐賀県支部
 ☎840-0831 佐賀市松原一丁目2番35号
 佐賀商工会館別館2階 ☎22-5602/☎29-8359

小城ウインドアンサンブル定期演奏会 -第17回グリーンコンサート-

日時 10月24日(日)14時～ (開場13時30分)
会場 佐賀市文化会館 中ホール
料金 500円(小学生以下無料)
曲目 日本民謡組曲「わらべ唄」
 交響詩「ジャングル大帝」など
 ■問い合わせ 小城ウインドアンサンブル(吉田)
 ☎090-1929-0075
<http://www3.ocn.ne.jp/~muraji/ogiwind.htm>

漢詩公開講座

「NHK漢詩紀行」で有名な石川忠久先生を講師に招いての公開講座『自然を詠う詩』のほか、全国ふるさと漢詩コンテスト表彰式、その最優秀者の石碑披露、揚琴の調べ(中国古典楽器演奏)を行います。参加費は無料です。

日時 11月6日(土) 13時～17時
会場 東原摩舎 講堂

■問い合わせ 財団法人 孔子の里 ☎75-5112

作業療法の日記念 市民公開講演会

新しいリハビリの取り組みや作業療法実践に関する講演会です。

日時 10月10日(日)
 14時～15時30分(受付13時30分～)
場所 メートプラザ佐賀(佐賀市)
内容 新しいリハビリの取り組み
 ～ココロが動けば、カラダも動く!～
講師 葉山靖明氏
 (デイサービスけやき通り施設長)

参加料 無料

■問い合わせ 佐賀県作業療法士会
 担当 佐藤 崇 ☎0955-78-3064

ケーブルインターネット ハイパーコース・ブロードコース 新登場!!

広告

← 160M!! ← 24M!

選べる3つのコース!ただいま予約受付中!

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 ◆◆◆

★ ハイパーコース 6,300円

(速度 下り160Mbps 上り10Mbps)

★ ブロードコース 4,725円

(速度 下り24Mbps 上り5Mbps)

★ 新ベーシックコース 4,200円

(速度 下り4Mbps 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)

※ 従来のベーシックコース(下り上り2Mbps)をご利用の方は、月額料金3,990円のままです。(金額は、すべて消費税込みです)

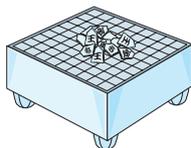


詳しくは、多久ケーブルメディア ☎75-8585 まで

第6回多久市文化祭り 囲碁将棋大会のご案内

日時 11月6日(土) 受付 9時 試合開始 10時
会場 多久市老人福祉センター「むつみ荘」
 (多久市中央公民館北側)
 ・車の方は、むつみ荘か北多久運動広場をご利用ください。

参加料 1,500円
申込先 「むつみ荘」 ☎75-3701
申込締切 10月20日(水)



■問い合わせ
 多久市囲碁将棋連盟 米倉 ☎090-5928-8049

第34回さが矯正展

刑務所など矯正施設の大きな役割のひとつは、受刑者の再犯を防止し、立ち直りを助けることにあります。矯正展では、パネルで「刑務所や受刑者の1日」や「刑務作業」を紹介し、施設見学も実施予定で、全国の刑務所で制作した刑務所作業製品の展示・販売します。中学生や幼稚園児の演奏披露や陶器の絵付け体験など、イベントを盛りだくさん準備しています。

日時 11月7日(日) 9時30分～16時
会場 佐賀少年刑務所庁舎前(佐賀市新生町2-1)

■問い合わせ
 佐賀少年刑務所 職業訓練担当 ☎24-3291

サガン鳥栖を応援に行こう！ 10月&11月ホームゲーム日程



- ①10月17日(日) 16時～V S 横浜FC
- ②10月24日(日) 13時～V S 東京ヴェルディ
- ③11月7日(日) 16時～V S 徳島ヴォルティス
- ④11月20日(土) 12時～V S 柏レイソル
- ⑤11月28日(日) 16時30分～V S 大分トリニータ

会場 / ①佐賀県総合運動場陸上競技場、
 ②～⑤ベストアメニティスタジアム

■問い合わせ 佐賀県プロサッカー振興協議会
 ☎0942-81-5290 / FAX 0942-81-5291

知っていますか？建退共制度

建退共制度は、建設現場労働者の退職金制度です。国の制度なので安全、確実、申し込み手続きが簡単、経営事項審査で加点評価の対象、掛金の一部を国が助成などの特長があります。

加入できる事業主 建設業を営む方
対象となる労働者 建設業の現場で働く方
掛金 月額310円

詳しい内容は で

■問い合わせ 独立行政法人 勤労者退職金共済機構
 建退共佐賀県支部 ☎26-2778

平成22年 佐賀県金婚夫婦表彰式のご案内

広告

西日本新聞社主催：参加費 無料

とき 11月28日(日)13時～ ところ 佐賀市文化会館(佐賀市日の出1-21-10)

対象者 昭和35年(1960)御結婚のご夫婦(結婚50周年が過ぎた方で、同表彰式に参加されていない方も可) 証明書類は必要ありません。西日本新聞をお読みでない方でも参加頂けます。

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、お近くの西日本新聞エリアセンター(販売店)もしくは事務局に送付。エリアセンター(販売店)に申込書は準備しています。お電話いただければ申込書をお届けします。

詳しくは西日本新聞金婚夫婦表彰式事務局まで TEL092-711-5113 FAX092-713-7117 午前10時～午後5時
 (株)西日本新聞社 〒810-8721 福岡市中央区天神1-4-1

あなたの借金生活、見直してみませんか？

広告

相續登記はお済みですか？

- 任意整理
- 過払請求
- 自己破産
- 個人再生
- 不動産登記
- 商業登記
- 裁判手続き

10年以内に、完済した方もOK!!
 払い過ぎた利息取り返せます

司法書士法人 MCP

佐賀MCP

検索

例えば

- ・追加融資で、借りれない！・夫に承諾なんて、得られない！
- ・住宅を処分せずに借金を整理したい！
- ・少しでも、借金の悩みから解放されたい！



☎0952-75-2170

【佐賀事務所】佐賀県多久市北多久町小侍45-129 司法書士米満安浩 / 認定番号第130027号

多久ケーブルメディア 10月番組表

今月のコミュニティー番組	
10 / 1(金)～ 2(土)	■県政広報番組『教えて!くすじい』 ■第51回 北多久町民体育大会
4(月)～ 6(水)	■さがUDステーション ■第24回 多久市童謡の集い～愛の童謡コンサート～
7(木)～ 9(土)	■県政広報番組『教えて!くすじい』 ■多久市老人クラブ グラウンドゴルフ大会
11(月)～ 13(水)	■さがUDステーション ■南部小学校・南多久町民合同体育大会
14(木)～ 16(土)	■県政広報番組『教えて!くすじい』 ■東部小学校 体育大会
18(月)～ 20(水)	■さがUDステーション ■西多久町 七郎神社祇園祭
21(木)～ 23(土)	■県政広報番組『教えて!くすじい』 ■中部小学校・多久町民合同体育大会
25(月)～ 27(水)	■さがUDステーション ■市内のニュース・話題を紹介
28(木)～ 30(土)	■県政広報番組『教えて!くすじい』 ■イオンシネマ Presents 週末@シネマ
11月1日以降の予定	多久聖廟秋季稲葉・孔子祭の放送を予定しています。お楽しみに!

現在、多久ケーブルメディア コミュニティー番組を地上デジタル放送111ch (リモコン11ch) にて試験放送中です。ご覧頂くには地上デジタル対応のテレビ・ビデオの再スキャンが必要な場合があります。

一日の基本番組表							
	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～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			ショップチャンネル
9:30～	ショップチャンネル						
11:00～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			コミュニティー番組
12:30～	ショップチャンネル						
14:00～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			ショップチャンネル
15:00～	ショップチャンネル						
15:30～	コミュニティー番組						
18:00～	多久市行政放送 お知らせ多久さん						
19:00～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			コミュニティー番組
20:30～	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～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			ショップチャンネル
24:30～	ショップチャンネル						

❖毎週日曜日はその一週間に放送したコミュニティー番組を一挙放送!!

❖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。



皆さんの情報発信待ってます!!



- 収録日 10月13日 (水)
【収録内容】 10 / 25(月)～11 / 7(日)に行う行事
- 収録日 10月27日 (水)
【収録内容】 11 / 8(月)～11 / 21(日)に行う行事
- 収録日 11月10日 (水)
【収録内容】 11 / 22(月)～12 / 5(日)に行う行事

※申し込みは収録日の1週間前までに

■申し込み・問い合わせ 総務部広報統計係 ☎ 75 - 2116



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



2歳になって静から動へと行動的になり、自己主張もはっきりしてきた陽人くんは、明るく元気いっぱいです。

パパのマイカーと趣味の釣りが大好きで、釣り具のお店に行くと、欲しいものがたくさん!釣竿とリールだけでも、知識がドーンと飛び出して、興奮しちゃいます。パパが釣りに出掛ける時は、自分までワクワクして、一度行ったイカ釣りが忘れられません。早く大きくなって、ドライブ&釣りをパパと満喫したい気分です。緑茶に和菓子、焼鳥が好物!仲良しのおばちゃんには「これからも遊んでね」と、慕っています。

♡パパ・ママから…元気でたくましく育ってね♪

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!!

は い すくすく たくっ子

ぽ ～ ぷ

ながいし しゅんたるう
永石 瞬汰朗くん(1歳)

(北多久町南の原)

パパ/浩二さん
ママ/春香さん

だばる はると
駄原 陽人くん(2歳)

(南多久町泉町)

パパ/晋さん
ママ/郁恵さん

活発でおもしろい瞬汰朗くんは、働く車や電車が大好き。最近では、バスやトラックなどの走る姿を見ると、感動しながらみんなに教えます。家の中にもそんなミニの愛車がたくさんです。ニンジンが大好きで、ママがお料理に使っていると、おねだりして分けてもらい、ままごと調理の材料にします。スポンを着たり、靴を履いたり、自分でやってみようとチャレンジ精神旺盛で、ママのおなかで育つ赤ちゃんに台える12月を待ち遠しくしています。

♡パパ・ママから…大きくなったら、たくさんドライブに連れて行ってね♪



ヘルシーキッチン

地産地消
menu

「かぼちゃとチーズのカレーサラダ」

ホクホクのかぼちゃに具材を混ぜて、色鮮やかなサラダにしました。ほんのりとしたカレー味が食欲をそそります。

材料 4人分

作り方

(1人分: 111kcal)

かぼちゃ…150g
キュウリ…60g
ニンジン…40g
プロセスチーズ…30g
干しぶどう…15g

- ① かぼちゃは一口大、ニンジンは薄いイチョウ切りにして、ひとつの鍋に入れ、ヒタヒタの水を加えて軟らかく茹でる。
- ② チーズは5mm角に切る。
- ③ 干しぶどうはぬるま湯で洗う。
- ④ キュウリは薄切りにして軽く塩を振り、絞る。
- ⑤ Aを混ぜ、①～④を和え、器に盛る。

A [マヨネーズ…大さじ2
カレー粉…適量



■問い合わせ 健康増進係 ☎75-3355

2010.10月号
市報多久
No.592

発行 ■ 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1 編集 ■ 総務部経営統括室 印刷 ■ 株式会社 音成印刷
Tel. 0952-75-2116 Fax. 0952-75-2110 発行日 ■ 平成22年10月1日

ホームページ ■ <http://www.city.taku.lg.jp/> E-mail ■ koho@city.taku.lg.jp
市報多久は多久市ホームページでもご覧いただけます。

自然保護のため再生紙を使用しています。

