－ 緑園に輝く － みんなで創る 文教・安心・交流のまち 多久

市報 TAKU

INDEX

07 ― 多久市市制施行60周年記念事業
“宝くじスポーツフェア ドリーム・ベースボール”を開催します
10 ― 平成27年10月からマイナンバー制度が導入されます
11 ― なくそう！児童虐待
11月は児童虐待防止推進月間です　～見逃さないで子どものサイン～
14 ― TAKU-SUN観光情報便
15 ― 翔け！多久高校 School Topics Vol.16
JRC部、工業技術部
16 ― 2年目　小中一貫教育 連載No.20
生徒から見た小中一貫校vol.2 ～東部校生徒会インタビュー ～
18 ― まちの話題
22 ― 健康のすゝめ
～ 子どもを感染症から守ろう！ ～
24 ― Hello! 福祉
～知っていますか？？ロコモティブシンドローム～
26 ― 各種お知らせ

特集Ⅰ

土砂災害発生！そのときあなたは！

特集Ⅱ

財政公表
平成25年度決算と平成26年度予算の執行状況

TOPICS　11/15㈯～11/24㈪『孔子の里　紅葉まつり』が開催されます

■期間　11月15日㈯～24日㈪　■場所　西渓公園および多久聖廟
※詳しくは、P14『TAKU-SUN観光情報便』をご覧ください。

写真説明：９月29日に行われたしみず園と多久保育園の合同芋ほりの様子【関連記事Ｐ18】

きらり輝く60年！ TAKU CITY 1954-2014 60th Anniversary
多久市市制施行60周年

11 No.641
November 2014

土砂災害発生！

そのときあなたは！

近年、台風や集中豪雨により全国各地で土砂災害による大きな被害が発生しています。

多久市では、土砂災害の危険性が高まった場合に**広いエリアに対して避難勧告等**を発令します。

地域を確認！

土砂災害警戒区域、避難所などを確認しておきましょう。

多久市内では、土砂災害警戒区域の調査が実施されています。平成27年度中には調査が完了する予定です。
調査が完了した土砂災害警戒区域は多久市のホームページで確認できます。
未調査の地区は、多久市ハザードマップを参考にしてください。

多久市ホームページ（もしもの時）　https://www.city.taku.lg.jp/

情報を収集！

大雨などの気象情報や避難勧告などの防災情報に注意しましょう。

多久市では、以下の方法で情報を提供しています。

- 防災行政無線、緊急速報メール、ケーブルテレビ など
  【※注意】緊急速報メールは、携帯電話所有者へ強制的にメールを配信するサービスです。突発的なメールが送られますので、ご注意ください。
- 多久市防災メール（※ぜひ登録をお願いします）
- 市ホームページ（https://www.city.taku.lg.jp/）

早めの避難！

危険を感じたら速やかに避難しましょう。

土砂災害は、発生する前に前触れがある場合があります。

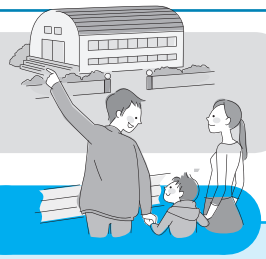
避難には「避難所などへの避難」と「屋内安全確保」があります。

土砂災害は、避難所などへの避難が基本です。
緊急のときは崖から離れた2階以上の部屋に避難しましょう。

避難勧告の種類

避難準備情報	災害発生の可能性がありますので、避難できるように準備してください。 避難に時間がかかる人は早めに避難しましょう。
避難勧告	災害発生の可能性が高まっています。避難を開始してください。
避難指示	いまにも災害が発生する可能性があります。すぐに避難してください。 ※大雨などで避難所への避難が危険なときは、崖から離れた２階以上の部屋に避難しましょう。

家族や地域ぐるみで地域の危険性や避難先を確認しておきましょう。
いつ・どこへ？　避難の準備（食糧、雨具など）



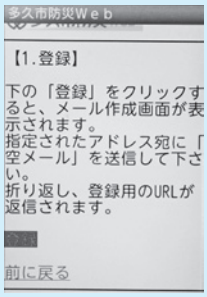
多久市防災メールの登録方法

ステップ1　登録申し込み

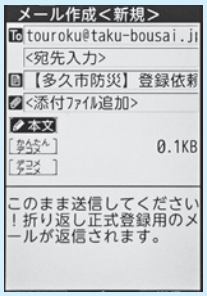
1.QRコード読み取り
QRコードを読み込み、サイトへリンクします。

〈QRコード〉

2.登録を選択します

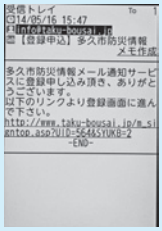


3.携帯の空メールを送信

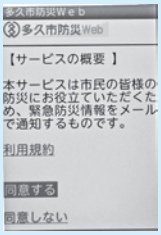


ステップ2　防災Webシステム登録

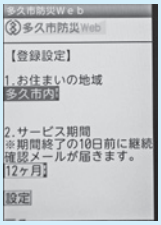
4.受付メールの受信
システムより、申し込み受付メールが送信されます。その後URLリンクを選択します。



5.「同意する」を押します



6.地域、期間を設定し、設定ボタンを押します



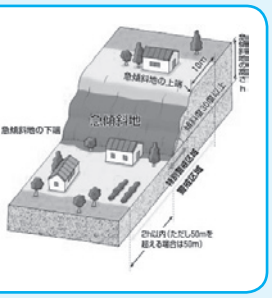
ステップ3　登録完了通知

システムより、登録完了メールが送信されます。

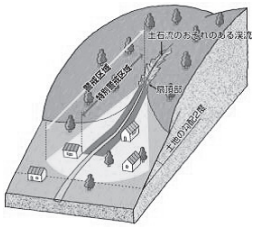
土砂災害の種類

土砂災害は、大雨などにより土壌中の雨量が高まった場合に、急傾斜地の崩壊や渓流の土石等が水と一体となって流下する自然現象をいい、毎年のように全国各地で発生しています。（以下のイラストは土砂災害のイメージです。）

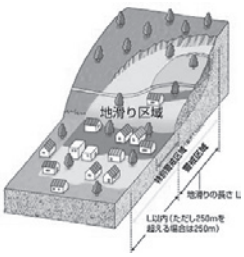
急傾斜地の崩壊
急傾斜地が30度以上である土地が崩壊する自然現象



土石流
崩壊した山腹や渓流の土砂が流下する自然現象



地すべり
地下水等に起因して滑る自然現象



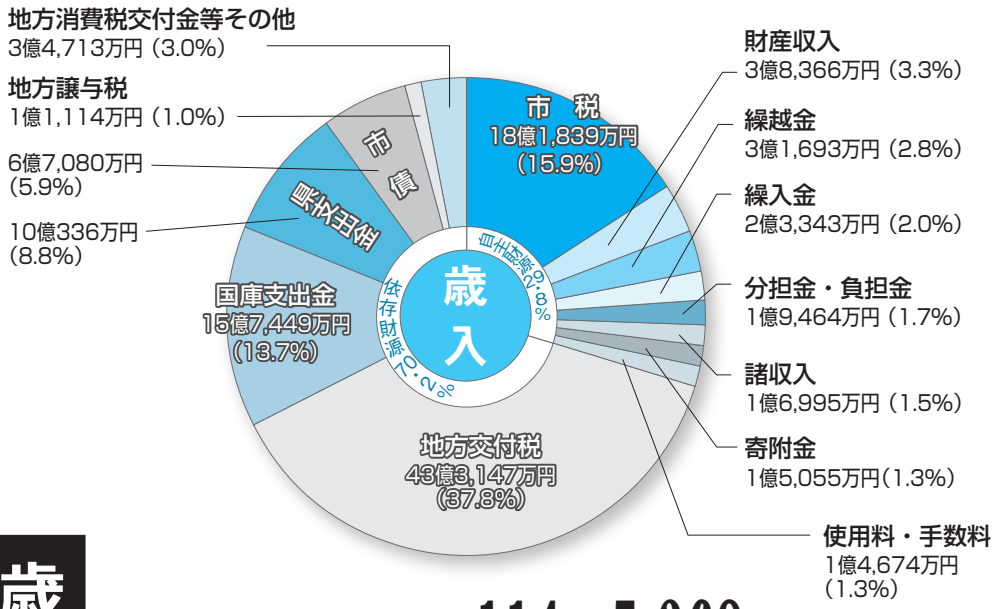
■問い合わせ　防災安全課　☎75－2181

平成25年度決算
財政公表

市は、みなさんからの税金や国・県からの補助金がどのように使われているか、また、市の財政がどのような状況にあるのかを年２回、市報を通じてみなさんに公表しています。今回は９月議会で認定された平成25年度決算の詳細と平成26年度予算の執行状況（９月30日現在）をお知らせします。

一般会計

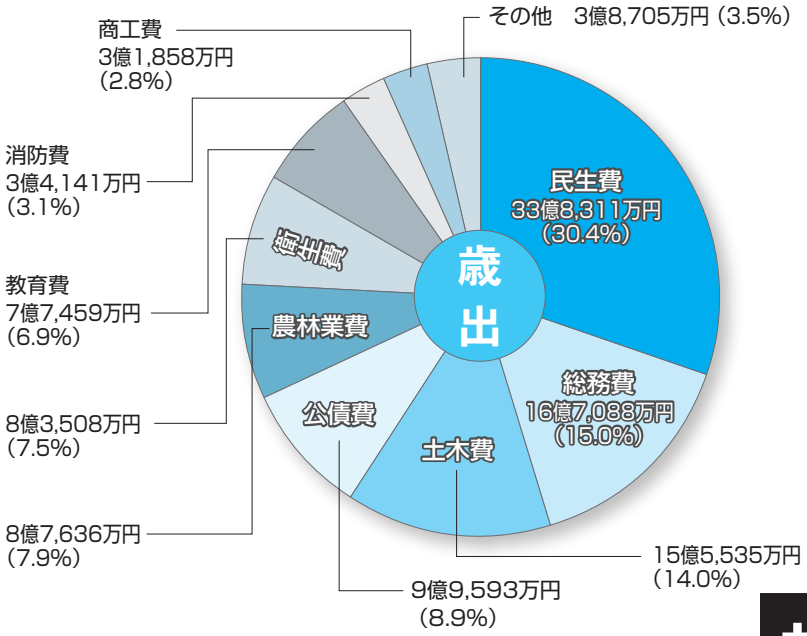
平成25年度一般会計決算は、歳入総額114億5,268万円、歳出総額111億3,834万円で歳入歳出差引額は３億1,434万円となり、翌年度への繰り越すべき財源4,347万円を差し引いた実質収支は２億7,087万円の黒字となっています。



■市税の内訳

税目名	決算額
市民税	7億2,239万円
固定資産税	8億8,547万円
軽自動車税	5,747万円
市たばこ税	1億5,306万円
計	18億1,839万円

歳入　市に入ったお金は114億5,268万円



【主な用途】
- **民生費**…福祉や子育て支援に
- **総務費**…行政運営に
- **土木費**…道路、橋りょう等維持整備や下水道会計への繰出に
- **公債費**…借入金の返済に
- **農林業費**…農林産業の振興に
- **衛生費**…ごみ処理や市民の健康増進に
- **教育費**…学校維持整備や教育振興に
- **消防費**…消防･防災に
- **商工費**…商工業の振興に
- **その他**…議会運営、災害対策、雇用対策、用地取得等に

歳出　市が使ったお金は111億3,834万円

● 市債の状況 ●

現在高	100億7,772万円（一般会計）
市民1人当たり	485,463円

※市債とは、多額の資金を必要とする事業を行うときに借り入れる資金のことです。なお、返済の財源として将来的に69億円程度、普通交付税が交付される見込みです。

● 基金の状況 ●

財政調整基金	12億　714万円
減債基金	13億3,764万円
その他特定目的基金	50億1,146万円
合　計	75億5,624万円

※鉱害復旧施設基金の繰替え運用分は含まれていません。

● 市民の負担と経費の状況 ●

区　分	みなさんが負担したお金	みなさんのために使われたお金
1人当たり	87,595円	536,555円
1世帯当たり	232,204円	1,422,339円

※上記金額は決算内容を平成26年3月31日の人口20,759人、世帯数7,831世帯で除した金額です。

● 市有財産の状況 ●

土地 12,172,458㎡	建物 121,498㎡
立木 139,607㎥	基金 75億5,624万円

特別会計

特別会計とは地方公共団体が特定目的の事業を行う場合に特定の歳入を特定の歳出にあて、一般会計と区分して経理しているものです。平成25年度は、住宅団地を造成する目的で新たに宅地造成事業特別会計を設置しました。

会計名	歳入	歳出	差引額
土地区画整理	5億417万円	5億217万円	200万円
公共下水道	9億3,250万円	9億2,585万円	665万円
農業集落排水	7,800万円	7,800万円	0円
宅地造成	1億3,386万円	1億3,386万円	0円
国民健康保険	29億763万円	29億343万円	420万円
後期高齢医療	2億3,643万円	2億3,594万円	49万円

公営企業会計

＝水道事業会計＝

平成25年度は、平均9.89%の水道料金の値下げを行い収益は減となりましたが、佐賀西部広域水道企業団からの受水単価の減額や企業債利息の減少などで経費が抑えられたため、収益的収支は1,548万円の利益が生じました。また、新井上配水池および東多久町未整備地区配水管の整備事業等により資本的支出が増となりました。

収益的	収入	5億2,934万円
	支出	5億1,386万円
資本的	収入	2億2,549万円
	支出	3億5,827万円

＝病院事業会計＝

平成25年度は、外来および入院患者数の減により医業収益は減となりましたが、材料費等の減により医業費用も減となり収益的収支は4,661万円の純利益が生じました。また、電子内視鏡システムの更新を行いましたが、資本的収入および支出ともに減少しました。

収益的	収入	15億2,336万円
	支出	14億7,675万円
資本的	収入	535万円
	支出	863万円

平成26年度予算の執行状況

上半期
9月30日現在

上半期（9月30日まで）に使われた額をお知らせします

一般会計歳入の国庫支出金、県支出金、市債などの収入率が低いのは、それぞれの事業が終了した後に収入になるためです。また、歳入の「その他」には、地方消費税交付金、手数料、財産収入などが含まれています。

今年度の予算は 126億2,427万円（前年度からの繰越を含む）

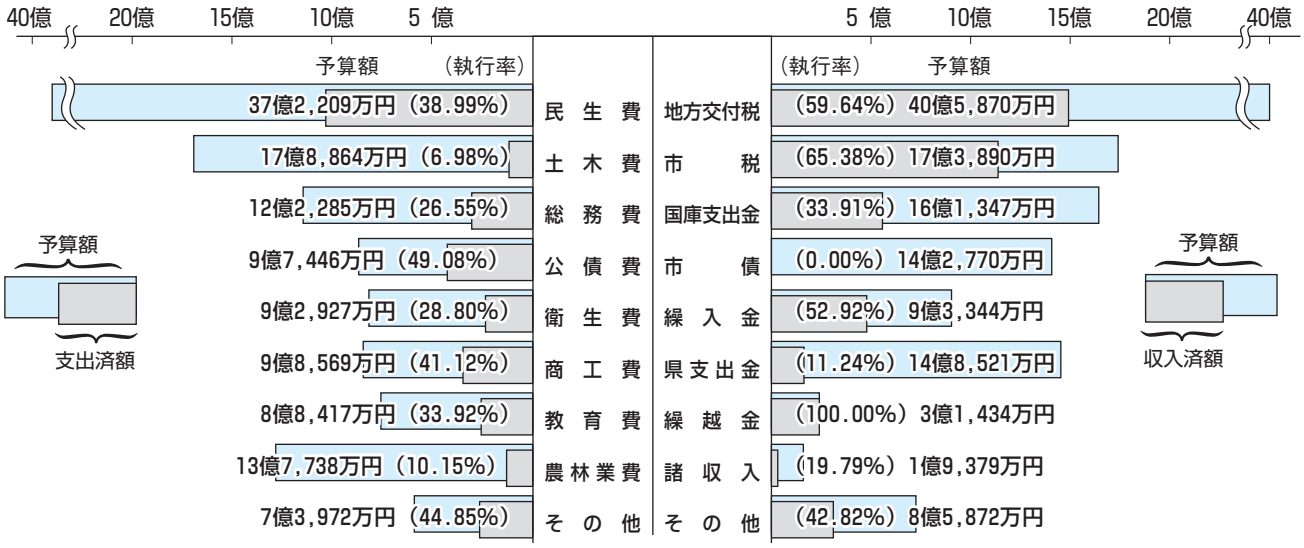
一般会計の状況

＜歳出＞

予算額 126億2,427万円
支出済額 38億2,355万円（支出率30.29%）

＜歳入＞

予算額 126億2,427万円
収入済額 54億8,616万円（収入率43.46%）



市民の負担と経費の状況はこうなります	区分	みなさんが負担するお金	みなさんのために使われるお金
	1人当たり	84,212円	611,374円
	1世帯当たり	222,053円	1,612,089円

税金や市営住宅使用料・水道料・保育料など納期が決まっているものは、必ず納期内に納入してください。

※上記の金額は、平成26年9月30日の人口20,649人、世帯数7,831世帯で除した金額です。
※住民基本台帳法改正（平成24年7月9日施行）により、住民基本台帳人口には外国人住民も含まれています。

公営企業会計の状況

＝水道事業会計＝

区分		予算額	執行済額
収益的	収入	6億4,231万円	2億7,690万円
	支出	6億4,231万円	1億6,327万円
資本的	収入	1億1,160万円	0円
	支出	2億9,704万円	8,298万円

＝病院事業会計＝

区分		予算額	執行済額
収益的	収入	15億6,841万円	6億6,278万円
	支出	18億6,167万円	8億4,510万円
資本的	収入	1億952万円	135万円
	支出	1億5,173万円	2,244万円

特別会計の状況

会計名＼区分	予算額	収入済額	支出済額
土地区画整理	10億3,474万円	200万円	1億5,029万円
公共下水道	5億5,506万円	4,265万円	1億4,865万円
農業集落排水	8,323万円	579万円	3,421万円
宅地造成	1億877万円	0円	3,220万円
国民健康保険	29億4,646万円	11億21万円	12億8,025万円
後期高齢者医療	2億5,088万円	7,140万円	5,452万円

※支出済額が収入済額を超えている各特別会計の不足額は、各会計間の資金流用で対応しています。

■問い合わせ　財政課　財政係　☎75−2118

あなたに夢を。宝くじ 街に元気を。
クーちゃん

多久市市制施行60周年記念事業 “宝くじスポーツフェア ドリーム・ベースボール”を開催します

ドリームチームが多久にやって来る！

ドリームチーム（元プロ野球選手）による少年少女ふれあい野球教室やアトラクション（プロに挑戦）、ドリームチームと多久市選抜チームによる親善試合、不滅の400勝投手金田正一（かねだまさいち）氏の講演会「私の野球人生」も行います。

往年の名選手が多久市へ多数来られます。野球ファンのみならず、多くのみなさんのご来場をお待ちしております。先着1,000人に宝くじグッズのプレゼントやドリーム抽選会も行います。

■日　時　11月30日㈰　9時開場～15時
■場　所　多久市野球場（雨天時：多久市体育センター）
　　○講演会：多久市中央公民館大ホール

入場無料（ただし、整理券が必要です）

【整理券配布場所】
市役所総合政策課、中央公民館、各町公民館、体育協会（スポーツピア）、あいぱれっと、佐賀県庁ほか

《実施イベント》

『少年少女ふれあい野球教室』
○時間　9時30分～12時（予定）
○内容　元プロ野球選手が投・守・打に分かれてわかりやすく指導します

『ドリーム抽選会』
○時間　12時（予定）
○内容　12時までに来場されたみなさんを対象に行うプレゼント賞品抽選会です
○賞品　・サイン入りバット　・サイン入りグローブ
　　・特大サインボール　・硬式サインボール

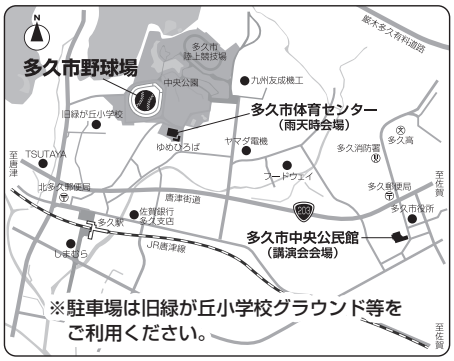
『ドリームゲーム』
○時間　13時30分～15時（予定）
○内容　元プロ野球選手「ドリームチーム」VS多久市選抜チーム
　　ホームラン競争や90分7回戦の試合を行います

不滅の400勝投手　金田正一ふれあい講演会
『私の野球人生』（同時開催）

○時間
10時30分～11時30分
（開場10時～）
○場所
多久市中央公民館
大ホール

宝くじスポーツフェア ドリーム・ベースボールとは…

元プロ野球選手による開催地チームとの親善試合（ドリーム・ゲーム）、野球教室等を全国各地で行い、青少年の健全育成、地域社会の健全な発展および住民福祉の向上を目的とした宝くじの社会貢献広報事業です。

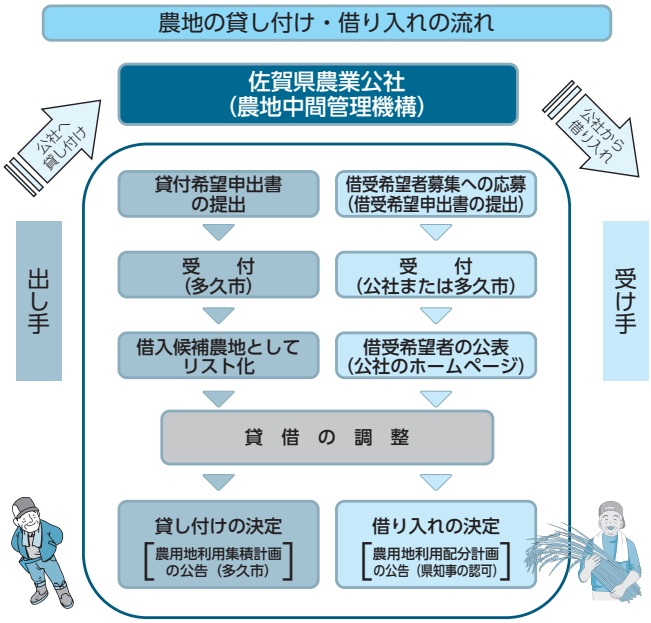


広告
九州地区で仕事を探すなら！
あなたの街のお仕事情報サイト
JOB LIN
佐賀県 福岡県 長崎県 他
希望のお仕事がきっと見つかる
正社員転職 契約社員 派遣社員 パート・アルバイト
会員登録無料 プロフィールを入力して簡単応募！
PC スマホ タブレット 携帯対応!!
JOB LIN でお仕事を探して お祝い金をGETしよう
ジョブリンから応募して採用されたら、採用祝い金をプレゼント！
▼登録はこちらから！
https://www.job-lin.jp/
ジョブリン 検索
株式会社ヒューテック 佐賀県武雄市北方町大字大崎1089 1
TEL0954-33-0198 FAX0954-33-0198

農地中間管理事業の貸し付け希望の申し出・借り受け希望の応募を受け付けます

農地中間管理事業とは、※佐賀県農業公社が農地の出し手から農地を借り受けて、経営規模の拡大や農地の集約化を図ろうとする担い手に貸し付けることによって、農地の有効利用や地域の農地利用の効率化を進めていくものです。第２回の農地の貸し付け希望の申し出・借り受け希望の募集を11月１日から12月５日まで受け付けます。（但し、申し出の受け付けや相談については、募集期間中の平日に限ります）

※佐賀県農業公社とは、農地中間管理機構として佐賀県知事が指定した機関です。



応募方法

貸付希望申出書および借受希望申出書は、農林課農地係（農業委員会）に用意しています。または、県農業公社のホームページからダウンロードすることもできます。

農業公社ホームページ：http://saga-agri.or.jp/

公社が借り入れることができない農地

○農業振興地域内の農用地等でないもの
○山林化している等再生不能と判定されている遊休農地など、農用地として利用することが著しく困難な農用地
○借り受けの応募状況などからみて、貸し付ける可能性が著しく低い農用地など

■問い合わせ・申し込み

○農林課 農地係（農業委員会）　☎75－4831
○佐賀県農業公社　☎26－9503
佐賀市城内一丁目６番５号　県庁南別館

ＪＲ九州から列車運休のお知らせ

■問い合わせ　唐津鉄道事業部　☎0955－75－0382

唐津線では、11月19日㈬10時頃～14時頃、久保田～山本間において線路修繕工事を行います。これに伴い、工事時間帯の佐賀～多久・唐津・西唐津間の列車が運休となりますので、ご注意ください。

※同区間のバス等での代行輸送は実施しません。

運休となる列車

	11月19日㈬の運休区間
下り	佐　賀（10:38発）～多　久（11:13着）
	佐　賀（10:59発）～西唐津（12:16着）
	佐　賀（11:40発）～唐　津（12:50着）
	佐　賀（12:40発）～西唐津（14:06着）
上り	西唐津（10:16発）～佐　賀（11:30着）
	多　久（11:30発）～佐　賀（12:00着）
	西唐津（11:36発）～佐　賀（13:02着）
	西唐津（12:31発）～佐　賀（13:50着）

多久市人権フェスタを開催します

多くの市民に人権の大切さや共に生きることのすばらしさを実感し、人権問題に対する正しい理解と認識を深めてもらうために「多久市人権フェスタ」を開催します。参加費無料で、事前の申し込みは不要です。

▶ゴスペル歌手 市岡裕子さん

■日時　11月29日㈯
13時30分～15時45分

■場所　多久市中央公民館
大ホール

■スケジュール

13時30分～人権標語・ポスター入賞者表彰式
学校での「人権・同和教育」実践発表
14時10分～講演「誰かがあなたを必要としている」
ゴスペル歌手　市岡（いちおか） 裕子（ゆうこ）さん

※中央公民館で「人権標語・ポスター」を展示します。（11月27日～12月10日）

12月４日～10日は『人権週間』です

人権問題でお困りの時は、人権擁護委員にご相談ください。相談は無料で秘密は厳守されます。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

12月４日に「行政･人権･登記相談」を行います。

■問い合わせ　人権・同和対策課　☎75－4824

秋季全国火災予防運動が実施されます

11月9日㈰から11月15日㈯まで、秋季全国火災予防運動が実施されます。

この時季は、だんだん気温が下がってきて、ストーブ等の暖房器具を使用する機会が増えてきます。

普段の何気ない行動や不注意から生命や財産を失ってしまうような大きな火災につながる可能性があります。火災や、火災による死傷者を無くすためにも、みなさん一人ひとりが火災予防に努め、安心して暮らせる街づくりを実現しましょう。

みんなで取り組もう！「住宅防火　いのちを守る　7つのポイント」

3つの習慣

- ○寝たばこは絶対にやめる
- ○ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ○ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消す

4つの習慣

- ○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災報知器を設置する（平成23年6月からすべての住宅に設置が義務付けされています）
- ○寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防火品を使用する
- ○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を設置する
- ○高齢者や体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

全国統一標語

『もういいかい　火を消すまでは　まあだだよ』

■問い合わせ
佐賀広域消防局
多久消防署 予防指導課　☎75－2191

多久市での火災発生状況

（平成26年1月～9月）

火災種別	件数
建物火災	4
林野火災	0
車両火災	0
その他	5
合　計	9

～佐賀税務署からのお知らせ～

記帳開始説明会を開催します

新たに記帳を行う人や記帳の仕方が分からない人は、この機会にぜひご参加ください。

【対象者】
事業（営業・農業）所得、不動産所得または山林所得が生じる業務を行うすべての人

会場：多久市中央公民館　大ホール
◆**日時**　11月19日㈬
【営業・不動産】10時～12時
【農業】13時30分～15時30分
※都合が悪い場合は、他会場でも参加できます。

会場：メートプラザ（佐賀市）
◆**日時**　11月10日㈪
【営業・不動産】10時～12時
【農業】13時30分～15時30分

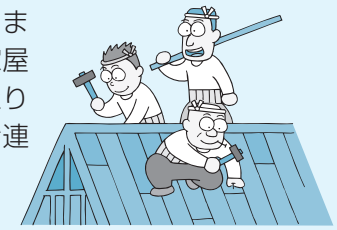
会場：小城市役所　大会議室（西館2階）
◆**日時**　11月11日㈫
【営業・不動産】10時～12時
【農業】13時30分～15時30分

■問い合わせ
佐賀税務署（佐賀第二合同庁舎）担当：安田　☎32－7511
※自動音声にしたがって「2」を選択してください。
多久市 税務課市民税係　☎75－2126

家を建てたり、取り壊したりしたら、税務課にお届けください

固定資産税は、毎年1月1日に所在する家屋・土地などに課税されます。

家や倉庫などを新築や増築した場合は、その翌年から課税の対象となり、取り壊しても届け出がないと、誤って課税されてしまう原因にもなります。家屋を建てたり、取り壊したりしたときは、税務課へご連絡ください。



■問い合わせ　税務課 資産税係　☎75－2176

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

平成27年10月からマイナンバー制度が導入されます

さまざまな国民生活を支える社会的基盤として、平成27年10月から社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）が導入されます。

マイナンバー制度とは、すべての国民に12桁の個人番号（マイナンバー）を付番して、社会保障、税、災害対策の分野で行政機関が保有する個人情報とマイナンバーを紐づけて管理することにより、行政事務を効率化し、国民の利便性を高め、公平・公正な社会を実現する社会基盤となる制度です。

マイナンバー制度スタートまでのスケジュール

平成27年10月　住民票を有する全ての市民に12桁のマイナンバーが通知されます

↓

平成28年１月　社会保障、税、災害対策の行政手続でマイナンバーが必要になります
※希望者には、個人番号カード（顔写真付きのＩＣカード）が交付されます

↓

平成29年１月　国の機関同士での情報連携が開始されます

↓

平成29年７月　市役所などの地方公共団体等でも情報連携が開始されます

制度導入によるメリット

○より正確な所得把握が可能となり、社会保障や税の給付と負担の公平化が図られます
○真に手を差し伸べるべき状況にある者を見つけ、対応することが可能となります
○社会保障や税に係る各種行政事務の効率化が図られます
○ＩＴを活用することにより添付書類が不要となるなど、国民の利便性が向上します
○行政機関から国民にプッシュ型の行政サービスを行うことが可能となります
○大災害時における真に手を差し伸べるべき者に対する積極的な支援に活用できます

詳しくは内閣官房社会保障・税番号制度ホームページ（http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/）をご覧ください。

国のマイナンバーコールセンターが開設されました
【受付時間】平日９時30分～17時30分（土日祝日･年末年始を除く）
【問い合わせ】0570－20－0178　全国共通ナビダイヤル

▶マイナンバーの広報用キャラクター〝マイナちゃん〟

■問い合わせ　総合政策課 電子自治体係　☎75－2114

県内全市町と佐賀県が一斉に取り組みます

特別徴収の適正な実施を求める通知書を発送します

■問い合わせ　税務課 市民税係　☎75－2126

現在、個人住民税の特別徴収を行っていない事業所に対し、11月６日㈭付けで、県内一斉に「特別徴収の適正化通知文書」または「特別徴収義務者指定の適正化最終通知文書」を発送しますので、文書がお手元に届いた事業所は関係市町にて手続をしてください。

個人住民税の特別徴収とは？

事業主（給与支払者）が、所得税の源泉徴収と同様に、毎月従業員に支払う給与から個人住民税を天引きし、市へ納入していただく制度です。

給与を支払う事業者は、地方税法および市の条例により、特別徴収義務者として個人住民税を特別徴収していただくことになっています。原則として、パートやアルバイトなどを含む全ての従業員について特別徴収する必要があります。

メリット

従業員にとって、毎月給与から天引きされるため、納め忘れがない、１年分の税額を12回に分けるので１回あたりの納付額が少なくてすみます。

2015年（平成27年）版

さが県民手帳 発売中！

スケジュール帳（月間・週間予定表）、過去10年分のお天気、公共機関一覧表、統計データ（佐賀県の概要・全国主要統計）、お出かけに便利な県内一円のイベント情報、観光施設案内、官公庁の所在地、郷土の歳時記など、仕事や暮らしに役立つ情報を多数掲載しています。

色　ブルー、レッド
価格（専用鉛筆付）
大型（14.2×９㎝）　700円（税込）
小型（10.8×7.5㎝）　550円（税込）
販売場所
総合政策課（多久市役所３階）　☎75－2116
多久市観光協会　☎74－2502
TSUTAYA多久店（配達可）　☎74－4174
■問い合わせ
総合政策課 企画係　☎75－2116

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書は年末調整・確定申告まで大切に保管を

■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

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・住民税等の社会保険料控除の対象になります。その年の１月１日から12月31日までに納付した保険料が対象で、年末調整や確定申告をする場合には「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の添付が必要です。納め忘れなどがある場合も、年内に納付すれば今年度分の控除として申請できます。

佐賀年金事務所から証明書が届いたら、年末調整や確定申告を行うまで大切に保管してください。

いつ送付されてくるの？

平成26年１月１日から９月30日までの間に納付された人	➡	11月上旬～
平成26年10月１日から12月31日までの間に納付された人	➡	平成27年２月上旬～

家族の国民年金保険料を納付された場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を申告書等に添付して申告してください。

11月は「ねんきん月間」11月30日（いいみらい）は「年金の日」です！

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、国民のみなさんに公的年金制度に対する理解を深めていただくための普及啓発活動に積極的に取り組んでいます。

◆年金相談の窓口として「出張年金相談」を開設しています
◆国民年金保険料が未納となっている人への納付の勧奨を行っています
◆大学・高校などの教育機関や事業所等へ出向いての年金セミナーや年金制度説明会を開催しています
◆年金委員を対象として研修会を開催しています

今年からねんきんネットなどを活用して、年金記録や年金受給見込み額を確認し、老後の生活設計に思いを巡らしていただくことを目的に、11月30日を「ねんきんの日」と設定しました。

■問い合わせ
市民生活課 保険年金係　☎75－2159

11月は児童虐待防止推進月間です
～見逃さないで子どものサイン～
なくそう！児童虐待

全国的にも大きな社会問題となっている児童虐待は、多久市でも発生しています。このため、多くの人に児童虐待に関心を持っていただき、児童虐待予防・防止、そして早期発見ができる相談・通報体制を整えています。

子どもへの虐待に関する相談件数は、依然として増加傾向にあります。報道などでもご存知のように、尊い幼い命が奪われるなどの痛ましい事件も発生しています。

このため、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。

○「虐待かも・・・」と感じたら連絡を！

保護者は〝しつけ〟だと言うかも知れませんが、子どもの視点で判断してください。

●身体的虐待
なぐる、ける、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、おぼれさせる、意図的に子どもを病気にさせる、戸外に閉め出すなど。

●性的虐待
性的行為の強要、性器を触るまたは触らせる、性器や性交を見せるなど。

●ネグレクト
家に閉じ込める、食事を与えない、衣類や下着などを長期間ひどく不潔なままにする、オムツを替えない、病気やケガをしても病院につれて行かないなど。

●心理的虐待
言葉によるおどし、脅迫、無視、兄弟間の差別的扱い、甘えてきても無視するなどの拒否的な態度、子どもの前で配偶者やその他の家族などに暴力をふるうなど・・・。

「おやっ？と思ったらまず通報を！」そこからが始まりです。

平成26年度
児童虐待防止標語
ためらわず 知らせてつなぐ 命の輪

みんなの力で子どもたちを守ります

おやっ？と思ったらまず通報を！
■佐賀県中央児童相談所へ相談・通報　☎26－1212
■多久市役所へ相談・通報
○相談　健康増進課 健康増進係　☎75－3355
○通報　福祉課 こども係　☎75－6118
■小城警察署への連絡　☎73－2281

➡

在宅の子どもや親への支援と予防
○関係機関の実務者検討会の開催
○保健・福祉サービスの利用や助言
○関係機関による子どもと親への支援

⬇

子どもの自立・家庭機能の回復

■問い合わせ　福祉課 子ども係　☎75－6118　健康増進課 健康増進係　☎75－3355

オレンジリボンには、児童虐待を防止する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！

市議会定例会

一般会計予算1億4千583万4千円を補正

多久市議会9月定例会が、9月1日から18日までの18日間の会期で開かれ、25議案が審議・可決・承認されました。主なものは次のとおりです。

▼多久市特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例

子ども・子育て支援法の制定により、特定教育・保育施設の運営に関する基準等が条例で定められました。

▼多久市教育委員会委員の任命について

江口吉則氏が議会の同意を得て再任されました。

▼平成25度多久市一般会計歳入歳出決算の認定

平成25年度一般会計決算額は、歳入が114億5千268万619円、歳出が111億3千833万8千117円となり、歳入歳出差引額、3億1千434万2千502円は、翌年度へ繰り越しています。

▼平成26年度一般会計補正予算（第2号）

補正予算の主なものは、7月2日～3日発生の豪雨災害による復旧工事、がんばる地域交付金（地域活性化・効果実感臨時交付金）を活用した事業や、幼児の水痘および高齢者の肺炎球菌ワクチンの定期接種に伴う経費等です。

■問い合わせ
総務課 行政係 ☎75－2112

平成26年度に実施した コミュニティ助成事業を紹介します

財団法人自治総合センターでは、地方自治の振興及び住民福祉の増進に寄与することを目的に、宝くじの社会貢献広報の一環である、コミュニティ助成事業を実施されています。

平成26年度に、多久市内で事業の採択を受けた団体の取り組みを紹介します。

南多久町桐野地区

屋外放送設備整備事業

地域住民のコミュニティ活動に係る連絡、災害時などの緊急を要する場合の一刻も早い情報伝達に活用するなど、コミュニティ活動の活性化がはかられます。

■問い合わせ
総合政策課 男女参画・市民活動推進係
☎75－2116

多久市市制施行60周年記念事業

第20回 多久市論語カルタ大会を開催します

■日時 11月23日(日)
12時30分～

■場所 西渓校西体育館
（旧西渓中体育館）

■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

■問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 ☎74－3241

第2回 多久市社会福祉大会を開催します

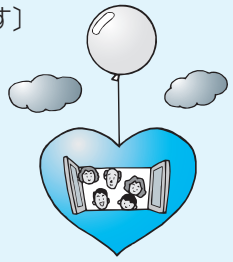
多久市社会福祉協議会では、地域福祉の推進および啓発、社会福祉の発展に寄与された人に対し感謝の意を表すため社会福祉大会を開催します。

どなたでも入場できます。みなさんの参加をお待ちしています。

■日　時 11月24日（月・祝）
第１部　式　　典　13時30分
第２部　記念講演　14時15分～15時45分
・演題　『聴き上手になろう』
・講師　ＮＰＯ法人日本ソーシャルコーチ協会
理事長　冨岡（とみおか） 郁雄（いくお）さん

■場　所 多久市中央公民館
〔ホールでは市内福祉施設等による展示・販売を行います〕

■料　金 入場無料



※来場者には素敵な景品が当たる抽選会を行います。

■問い合わせ 多久市社会福祉協議会 ☎75－3593

国保通信

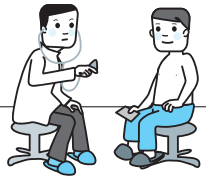
国保おしらせシリーズ　高額療養費支給申請編

高額療養費の申請をする際に、必要な書類がそろわないと、何度も市役所へ足を運んでもらうなど、手間がかかります。

そこで、今回は「高額療養費申請」の流れを詳しくお知らせします。この申請は、入院等により1か月の医療費が高額になった世帯が、自己負担限度額を超えた部分の支給を受けるための手続きです。限度額については、来月号でお知らせします。

■問い合わせ
市民生活課　保険年金係
☎75－2159

～高額療養費の支給申請の流れ～

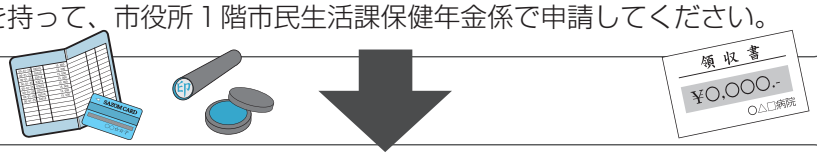


高額療養費に該当された場合、約2か月後に市役所から青い封筒で各世帯へ通知を送ります。

通知が届いたら

①該当している月分の**すべての領収書**
②国保世帯主の**通帳**
③**印鑑**（認め印可）
④送られてきた**通知書**

を持って、市役所1階市民生活課保健年金係で申請してください。



通知書に書かれた締切までに申請すると、その月の月末に指定口座へ振り込まれます。締切を過ぎて申請された場合は、別途振込日を窓口にてお伝えします。

2か月後の申請時に、該当する月のすべての領収書を確認しますので必ず保管してください。

健診の結果から生活を見直し、健康を守りましょう

「メタボ脱出プログラム教室」では、たくさんの気付きの声がありました。

9月30日に母子健康センターで、「メタボ脱出プログラム教室」を開催し、32人が参加しました。

兵庫県在住で、17都道府県で活動されている、保健師の門田（かどた）しず子（こ）さんを講師に迎え、メタボ脱出方法についてわかりやすく説明されました。教室は、笑いあり、どよめきありの楽しい雰囲気で、参加者の反響も大きいものでした。

参加したみなさんの気付いたポイントは以下のとおりでした。

1．血管を守ろう！

ただ体重を減らし痩せるのではなく、健康的に痩せることが大事。血管の傷みを防ぎ、血管を守ることを意識して適切な体重になることが大切。

2．インスリンの使い過ぎに注意！

食事をすると、インスリン（ホルモン）が分泌され、血糖値を下げる。一生涯のインスリンの量は決まっていて、出しすぎると将来足りなくなり、糖尿病になる危険性が高まる。日本人の糖尿病は、食べ過ぎが主な原因で、現在増加傾向にある。

3．内臓脂肪は減らしやすい

体内には、脂を貯える倉庫が皮下脂肪と内臓脂肪にある。運動したり、食生活を見直したりすると、内臓脂肪から減っていくので、腹周りが細くなる。

4．きれいな血液に！

腹周りを細くすると、腹周りにある「脂肪」＝「脂（あぶら）」が減り、血液の状態が良くなるので、病気の予防になる。また、このことが1の血管を守ることにもつながる。

5．野菜からゆっくり食べよう

食物繊維の多い野菜を先に食べることで、血糖値の上昇が緩やかになる。食べる量は適量、よく噛みゆっくり時間をかけて食べることが大切。

▼個人面談の様子

今回の学びを今後の生活に活かしてください。

■問い合わせ
健康増進課　☎75－3355

TAKU-SUN観光情報便

～もぎたてフレッシュな観光情報をお届け！～

孔子の里　紅葉まつり

■テーマは「紅葉」と「音楽」

今年で8年目を迎える「孔子の里紅葉まつり」。メイン会場となる西渓公園は県内でも有数の紅葉の名所です。

音楽や郷土芸能などを日替わりで楽しめます。

■日時　11月15日(土)～24日（月・祝）　10時～17時

■会場　西渓公園 および 多久聖廟

■問い合わせ
多久市観光協会　☎74－2502

期間中は国登録有形文化財の「寒鶯亭（かんうぐいてい）」を特別一般開放しますので、休憩所として利用することができます。そのほか、西渓公園内の郷土資料館では、特別企画展「旧多久領の肥前狛犬展」が同時開催されます。

また、サテライト会場の多久聖廟では、聖廟秋の特別一般公開、聖廟前の多久市物産館『朋来庵』では「寒蘭展」などが開催されています。

紅葉まつりイベント

15日(土)　オープニングイベント
○杉の子保育園マーチング
○多久東部大鼓
○孔子の里　獅子舞
○趙勇さん揚琴演奏

16日(日)　もみじ音楽祭
○池田隆臣（いけだたかおみ）ライブ
○おやじバンドらいぶ
○中西隆二（なかにしりゅうじ）＆勝っちゃん
○バンドらいぶ　他

22日(土)・23日(日)
○もみじgarden market
　約17ブースが並び、雑貨・焼き菓子などを販売します。
○多久ミュージカルカンパニー

24日(月・祝)　たくさん体験教室!!
　子どもから大人まで楽しめるさまざまな体験教室を用意します。
　（※一部有料となります）

※野外イベントは雨天時はすべて中止となります。

多久市まちづくり交流センター
あいぱれっとオープン記念

孔子の里「紅葉まつり」ウォーキング

多久駅隣接の『あいぱれっと』から出発し、紅葉が美しい西渓公園や、多久聖廟など落ち着いた街並みをたどるコースです。ウォーキングを通して、多久の良さを体感してみませんか。

■開催日　11月23日(日)

■受付　8時30分～11時15分

■スタート・ゴール
多久市まちづくり交流センター「あいぱれっと」

■距離・所要時間
約10㎞・約3時間

■主催　ＪＲ九州

■事前申込　不要です
どなたでも参加できます

■問い合わせ
唐津鉄道事業部
☎0955－75－0382
商工観光課 商工観光係
☎75－2117

市内15店舗の協力により「多久秋のグルメ＆とくとくクーポン」のサービスを実施しています。グルメクーポン券を持参すると各店舗でサービスとスタンプが受けられます。また、スタンプ３つで１回抽選が受けられ素敵な商品が当たります。

グルメクーポン配布場所

クーポンサービス参加店、市役所、各町公民館、市内スーパー、多久市まちづくり交流センター「あいぱれっと」など

スタンプを３つあつめてステキな商品をGET!!

抽選会場：多久市物産館『朋来庵』、多久市まちづくり交流センター「あいぱれっと」

抽選期間：12月10日(水)まで（物産館定休日：11/25、12/１）

ご利用店舗：大平庵、ミルキーウェイ、後楽園本店、麺工房こうき、幡船の里、そば花、でんでんカフェ、大清花、シャンボール（笹屋酒店内）、Café bar SajiBe、アムール、韓流和食 青松、和醸良酒とりごえ、広島お好み焼じゃろ、天柳鮨

■問い合わせ

商工観光課 商工観光係	☎75－2117
多久市商工会	☎74－2144
多久市観光協会	☎74－2502
多久市まちづくり交流センター「あいぱれっと」	☎20－2203

観光大使「夢乃聖夏（ゆめのせいか）」さん公演のご案内

宝塚歌劇団　雪組公演『ルパン三世－王妃の首飾りを追え！－』で、多久市観光大使「夢乃聖夏」さん（北多久町出身）が銭形警部役を演じられます。

雪組新トップ「早霧せいな」さん（佐世保市出身）のお披露目でもある公演で、夢乃聖夏さんの今まで以上の活躍を、ぜひこの機会にご覧ください。みなさんの応援をよろしくお願いします。

雪組公演　ミュージカル
『ルパン三世』－王妃の首飾りを狙え！－
ファンタスティック・ショー
『ファンシー・ガイ！』

■宝塚大劇場公演：平成27年1月1日～2月2日
（一般前売　11月29日）

■東京宝塚劇場公演：平成27年2月20日～3月22日
（一般前売　平成27年1月18日）

■問い合わせ　☎0570－00－5100
☎03－5251－2001

■宝塚歌劇公式ホームページ
（http://kageki.hankyu.co.jp）

翔け！多久高校 Vol 16 School Topics

■問い合わせ　佐賀県立多久高等学校　☎75－3191

JRC部（Junior Red Cross club）

JRC部（顧問　渕上美奈子先生）は部員9人（3年3人、2年5人、1年1人）で、責少年赤十字佐賀支部での防災学習や、人工呼吸、AED講習会など救急法について学び、市内の清掃活動や募金活動など幅広くボランティア活動に取り組んでいます。また、救急法の技術向上のために、講習会への参加や赤十字救急法指導員の資格取得に励んでいます。

県内小高合同で8月に行われた2泊3日の青少年赤十字リーダーシップ・トレーニング・センター研修では災害学習やボランティアについて集団生活の活動体験を通じて協調性、助け合いの心の大切さを学びました。

校内での活動としては、月に2回、華道部の講師による指導を受けながら活け花の技術を身に付け、花壇の整備や入学・卒業式での生花の飾りつけ、アルミキャップの収集、市内では、多久まつりでの募金活動や通学合宿のサポートにも取り組んでいます。

～インタビュー風景～

▲老人ホーム慰問時のお礼にいただきましたと原巴瑠菜さん

▶部長の渡辺那津美さんは「登山部との掛け持ちですが、部員に協力してもらっています」と語ります。

そうじの会200回記念大会での事例発表

10月18日に中央公民館で行われた多久市そうじの会（会長：山﨑昌治）200回記念大会では、JRC部の日頃の活動内容について、毛利彩乃さんと成富友香さんが出席して発表しました。

毛利さんは「ボランティア活動を通じて自己成長にもつながっています」とJRC部での経験について語りました。

工業技術部（Industrial Technology Club）

◀部員みんなで集合写真！取材当日は3年生の女子部員もかけつけていただきました。

工業技術部は、部員15人（3年3人、2年10人、1年2人）で、部員のほとんどが、マルチメディア系列か工業技術系列に属しています。顧問の吉武吉隆先生と幟持佳明先生の熱心な指導のもと、毎週水曜日と金曜日の週2回活動を行っています。

活動内容は、自動車づくりと機械制御の2本柱。

現在、自動車づくりでは、2人乗りのエコカー（50cc）を製作しています。2年前からスタートしたこのプロジェクトは、アルミを使い軽量化を図った車体の製作には部員全員がパーツ毎に分かれて機械加工や溶接などの技能と経験を積み重ねながら一丸で取り組んでいます。

機械制御では、C言語を用いた“アルドゥイーノ”というシステムによるプログラミングを学んでいます。

～インタビュー風景～

商業コースから入部した部長の井上さんと副部長の入江さん。普段経験できない「溶接などに魅力を感じて入部しました」と語ります。

また、井上さんは「明るく楽しい雰囲気づくりを心掛けています」と話し、これまでの活動を振り返りました。

▲（左から）部長の井上星佳さんと副部長の入江希さん

▶永松達也さん（2年生）は「プログラミングは長くかかる分、実際に動いた時に達成感があります」と部の魅力を語ります。

▶エコカーの骨組み部分を溶接する部員

▲機械制御の仕組みを指導する幟持先生

2年目　小中一貫教育　●連載No.20●

生徒から見た小中一貫校vol.2
～東部校生徒会インタビュー～

■問い合わせ　教育委員会 学校教育課　☎75－2227

各小中一貫校の生徒会にスポットを当てる学校訪問取材の第2弾は東部校中学部生徒会！

生徒会活動や生徒から見た小中一貫校の良さ、アピールポイントを取材しました。

生徒会執行部インタビュー
一人ひとりが主人公の学校づくりを目指して

（写真左から）
（生徒会長）松本利幸さん
（副会長）川久保拓海さん
（執行委員）幸田昌哉さん
岸川文音さん

小中一貫校東原庠舎東部校中学部生徒会は、生徒会執行部（生徒会長、副会長、執行委員）、専門部（生活・放送、保健体育、給食、美化、学習、図書）から構成されており、各専門部は各クラスから2人ずつ選出され活動に取り組んでいます。

生徒会長の松本さんは『一人ひとりが主人公』、『互いに助け合い、作り上げる東部校』、そして『自覚をもつ』をスローガンに掲げて小中学校の連携を深める活動に取り組んでいます。

過ごしやすい学校生活を目標に、執行部が中心となり、毎朝校門前であいさつ運動を行っています。

松本さんは「生徒のお手本となり活動する責任を常に抱いています。全校集会など生徒の前に出て活動することも多く、自信にもつながっています」と振り返りました。

▶生徒会長の松本さん

生徒会委員会の司会や活動の運営や、企画を担当する副会長の川久保さんは「全体を見通す力や気配りの大切さを実感しています」と活動での経験を振り返りました。

体育祭の応援団長を務めた川久保さんは「小学部の団長と連携した練習など小中の連携を深める企画に取り組み、その他にも市内の福祉施設への暑中見舞い書きや年賀状書きをはじめ、小中共催での論語カルタ大会など年間を通した企画があります」と笑顔で語ってくれました。

執行委員を務める幸田さんと岸川さん。年間を通して取り組むアルミ缶、プルタブ回収活動では、回収状況をグラフ化して校内に掲示するなどの工夫をして児童生徒への呼びかけに取り組んでいます。

幸田さんは「委員として率先して児童生徒の行動につなげることができるよう常に意識しています」と話し、また岸川さんは「一貫校となり小中のまとまりが強くなったと実感しています。日々やりがいを感じながら頑張っています」と自身の活動をそれぞれ振り返りました。

▶あいさつ運動の様子

11月の定例教育委員会のお知らせ

日時　11月13日㈭　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

小中一体となった取り組みで児童生徒の成長を目指します

小中一貫校東原庠舎東部校
古賀一哉　校長

東部校中学部生徒会は、生徒会長を筆頭に『一人ひとりが主人公』をスローガンに、小中一体となった合同行事や交流活動を企画、運営し、非常に心強く感じています。

また、異学年の交流活動として生徒会の体育委員が中心となって小学部中学部合同の縄跳び大会を企画してくれました。児童生徒が互いに協力し合いながら取り組む姿を見て互いによい刺激を受けていると実感しています。

『命の授業』を通じた学びを後輩に伝える手作りの授業

9年生による『生と死を考える授業』

命の大切さや思いやりの心を育むことを目的に、東部校で取り組んでいる、生と死を考える授業。東部校では、小中合同授業の一環として9年生がこれまで学んできたことを小学部児童に伝える手作りの授業に昨年度から取り組んでいます。

授業では、嬉しい時や悲しい時の心の色を表現する「命の色」、「命から連想することば」や幸福感の高低によってこれまでの人生を一本の線でつなぐ「ライフライン」など工夫にあふれた内容で命の大切さを伝えます。

▶自分史を作成するライフラインの授業

多久市教育の日

日程　11月9日㈰
内容　市内全学校の公開授業（午前）
中央公民館での健康教育講演会（13時30分～）

保護者はじめ地域のみなさんの多数の参加をお待ちしています。ともに、多久市の小中一貫教育について考えましょう。

10月1日

天山地区共同環境組合を設立

～共同での一般廃棄物（ごみ）処理施設の建設と運営を目指し一部事務組合を設立～

多久市と小城市が、共同で一般廃棄物処理施設の設置と処理を行うために一部事務組合「天山地区共同環境組合」を10月1日に設立し、その設立式を10月24日、多久市役所で行いました。

▲設立式典後に看板を前に“がっちり”握手する横尾俊彦多久市長と江里口秀次小城市長

式典は、佐賀県や両市議会議長・副議長、地元関係者ら30人が参加して行われ、天山地区共同環境組合管理者の横尾俊彦多久市長が「これまで両市とも循環型社会の実現を目指して取り組んできました。ごみの処理は市民生活に必要不可欠な施設であり、環境に負担がかからないよう地元や住民の協力・理解を得ながら進めていきます」とあいさつ。佐賀県市町村課熊﨑康春課長から「両市の連携と関係者の尽力に敬意を表します」と来賓代表の祝辞がありました。

現在の多久市清掃センターは、平成17年度に炉の改修を行いましたが、施設稼動後30年以上が経過し、老朽化が進んでいる状況です。また小城市では一般廃棄物処理を行っていた天山地区共同塵芥処理場組合が平成21年度に解散し、現在は一般財団法人・佐賀県環境クリーン財団の中間処理施設（クリーンパークさが）で処理を行っている状況です。両市ともに現状の処理体制を今後も継続していくには課題もあり、加えて循環型社会実現に向けた新たな一般廃棄物処理施設の整備も急務となっていました。

このため、多久市、小城市ではこれまで対策協議を行い、平成25年に多久・小城地区広域クリーンセンター建設促進協議会を設けました。そして多久市役所内に事務所を設置して協議を重ね、両市による一般廃棄物処理施設の設置、維持管理および運営と一般廃棄物の収集および運搬に関する事務について一部事務組合を設置して共同処理することを決定し、天山地区共同環境組合を設立しました。

今後は11月に議会を開催し、12月には「循環型社会形成推進地域計画」を国に提出し、その認可を受けて、さらに具体的に進めていきます。

▼ごみ処理施設建設予定のゆうらく跡地。処理能力１日あたり約50ｔの処理施設を検討中です。

市長コラム　温故創新　Message for citizen

国際儒学連合会で多久の世界デビュー

市長　横尾俊彦

国際儒学連合会という学術組織があります。世界の儒学研究者等をネットワークして研究学会を催すとともに、孔子の教えを軸に新たな時代の要請に応えうる儒学の可能性を探求・発信すべく、１９９４年に設立され、５年毎に総会が開かれます。本部は中国北京で、孔子直系子孫の孔徳懋先生、孔垂長先生、多久も毎年お世話になっている漢詩指導の大家・石川忠久先生も栄誉顧問です。

その本部から「第５回国際儒学研究大会で日本のスピーカーの１人として発表してほしい」と依頼がありました。９月24日から北京で学会・総会、続けて孔子生誕地・曲阜訪問の日程です。公務があり全参加は難しいと相談し、多久と多久聖廟の世界発信チャンスと捉え参加しました。

風雨の中、北京会場着22時。強風のあとに青空となった天安門広場の人民大会堂での開会式典には習近平国家主席も最後までの参加でした。まさに孔子・儒学に並々ならぬ熱の入れ様です。

公用語は中国語と英語のため、発表も論文提出も英語で挑戦しました。当日は多久の論語教育や多久聖廟について90枚の画像を使って伝えました。各国参加者から「今度日本に行くときは多久を訪れたい」と好評でした。さらに総会採決で世界３１２人の理事メンバーに加わることとなりました。

今年は孔子生誕２５６５年。儒学の深い教えに学びながら多久を発信していきたいと思います。

すべての皆様に、実りの秋を祈念します。

まちの話題

まちの話題をお寄せください!!
総務課 広報広聴係　☎75－2280 ／ FAX75－2110

こだわりの〝地酒〟と芸術で彩るまちなかのリビング
「酒」と「器」展&「利き酒」の旅

9月28日、多久駅に隣接するまちづくり交流センター「あいぱれっと」を会場に、多久市観光振興協議会主催で、銘酒や市内3窯元の作品展示・販売会「『酒』と『器』展」が行われました。

この催しは、地元の“銘酒”や“食”を堪能してもらおうと行われたもので、東鶴酒造（東多久町）による地酒の試飲・販売、市内飲食店によるミニ軽トラ市、多久高校登山部によるボルダリング教室、平筆を使ったグラデーションアート『ワンストロークペインティング教室』も行われ、多くの来場者でにぎわいました。

当日は佐賀駅～唐津駅間をJR九州企画の『九州横断特急』が限定運行し、沿線の銘酒や食を味わう「『利き酒』の旅」も開催。多久市観光公使の多久翁さんも駆けつけ、孔子の里獅子舞による演舞、物販コーナーも設置されるなど、銘酒と食、芸術で来場者をもてなしました。

利き酒の旅に参加した竹内豊（たけうちゆたか）さん（佐賀市）は「多久の文化や地酒を堪能できました。美味しいお酒や食を一度に楽しめる良い機会でした」と充実した表情で話しました。

▶野中保園（のなかやすくに）多久市観光協会会長の発声で一斉に乾杯

◀銘酒を引き立てる地元窯元による酒器の展示・販売

秋の恵み〝さつま芋〟の収穫で交流
しみず園・多久保育園の合同芋ほり

▶大きなさつま芋を丁寧に収穫する園児

▼“芋ほり”後に笑顔で記念撮影

晴天に恵まれた9月29日、救護施設しみず園主催で地域交流、異世代交流の一環として、多久保育園との“芋ほり”交流がしみず園の畑で行われました。

入所者25人と多久保育園の4歳から5歳児の園児27人が参加し、大きく育った“さつま芋”を収穫しました。

「自然に触れるいい体験になると思います」としみず園の河野良治（かわのりょうじ）園長があいさつし、収穫がスタート。しみず園の入所者が土を掘り返し、大きな“さつま芋”が姿を現すと、園児たちの歓声が沸き上がりました。

今年5月に苗を植え、入所者が無農薬・有機栽培で丁寧に育てたさつま芋を、約50kg収穫。入所者と園児たちは、さわやかな秋空のもと、心地よい汗を流しました。

収穫のお礼として、しみず園から園児たちに収穫したさつま芋とお菓子が手渡されると園児たちは「ありがとうございました」と元気なあいさつで応えました。

しみず園では、約3,000㎡の畑でさつま芋のほか40種類の野菜を育てており、園で食べる以外にも市内の店舗や軽トラ市でも販売されています。

9/26 Fri.
交通安全マナーアップキャンペーン

「秋の交通安全県民運動」にあわせ、南多久町で交通安全マナーアップキャンペーンを行いました。

小城警察署をはじめ、多久地区交通安全協会、佐賀県自家用自動車協会、交通安全母の会、交通安全指導員、こばと保育園園児などが参加しました。

園児たちの「安全運転でお願いします」のかわいい声に、ドライバーは思わずにっこり。交通安全啓発チラシと竹の里（東多久町）で作られた竹炭を手渡しました。

現在県内では、昨年を大きく上回るペースで交通死亡事故が発生しています。交通事故に注意し、安全運転を心がけましょう。

10/1 Wed.
第2回　チャレンジ！佐賀県1万人で乾杯プロジェクト

10月1日の日本酒の日にあわせて、佐賀県内約460の飲食店で「第2回　チャレンジ！佐賀県1万人で乾杯プロジェクト」が行われました。

多久市内では18店舗、約270人が参加し、19時30分に合わせ、一斉に日本酒で乾杯しました。

でんでんカフェ（あいぱれっと内）では、SNSやラジオで企画を知った約30人が参加。多久市商工会会長の飯盛康登（いいもりやすと）さんの「多久の発展を願います」の音頭で乾杯し、この日集まった仲間と楽しいひとときを過ごしました。

県内の乾杯参加者数は、前回より約900人増加しましたが、8,077人と、残念ながら目標の1万人に届きませんでした。

新しい取り組みと新名物で大盛況！

～納所里づくり委員会の挑戦～

▲幻想的な光で来場者の道しるべとなった竹灯篭。

▲両子神社で８年ぶりに行われたふれあいまつり。締元区の平林区による「太鼓浮立」

▶納所非公認キャラクター「納所ビワ代」さんと横尾市長もかけつけました。

秋晴れの10月19日、“両子神社秋季大祭”通称「納所くんち」が行われました。新たな取り組みとして、納所地区の住民等で組織する「納所里づくり委員会（平成26年４月発足）」が、旧納所小学校から両子神社まで300mの“道しるべ”として竹灯篭を設置し、その優しい光で来場者をなごませました。

これは、今年から夜の部の奉納芸能会場を、納所会館から両子神社にもどし行われたため、納所里づくり委員会が、来場者のために安全にかつ、目で楽しんでもらおうと発案。真竹11本を切り出し、約300個を作成しました。

納所里づくり委員会の田渕厚会長は「道しるべとして設置した竹灯篭は、地元の竹を活用し、みんなで作成しました。歩きながら幻想的な風景を楽しんで欲しい」と新たな取り組みについて語りました。

また、納所びわを使った新名物のサイダー“ビワノミ”が、この日お披露目されると、準備した360本が完売。来場者は珍しい“びわ味”のサイダーを楽しみました。

良質な水と寒暖の差で育むこだわりの棚田米を収穫！

平野棚田の稲刈りと散策！

西多久町の平野地区で10月５日、標高約190mに位置する棚田（300坪）を会場に、平野地区の農家10戸で構成する平野棚田米保存協議会（代表：小園敏則）主催で稲刈り体験が開催され、市内外から家族連れなど36人が参加しました。

今回の収穫体験は棚田の魅力の発信や稲刈り体験の定着を目指して行われたものです。

平野棚田米は、平野地区の良質な水と昼夜の温度差など、稲の生育に最適な環境のもとで育ったもので、品種は『夢しずく』。平成23年から直売所はじめ市内５か所・ホームページ（http://www.hirano-tanada.com/）で「平野棚田米」として販売されています。

稲刈り体験に先立ち、小園代表が「平野の棚田米は美味しいと評判も高く、福岡等からの注文も寄せられています。稲刈りと棚田米の試食を通じて、棚田米の魅力を体感してください」とあいさつ。

参加者は協議会会員の指導を受けながら刈り取り作業に汗を流しました。その後、参加者へ棚田米、しし鍋汁が振舞われ、秋晴れのもと食感豊かな料理に舌鼓を打ちました。

福岡市内から家族で参加した久家昌則さんは「自然豊かな土地で汗を流し、おいしい料理を堪能できました」と体験を振り返りました。

◀黄金色に実った稲穂を丁寧に刈り取りました

▶棚田米としし鍋汁に舌鼓を打つ参加者

10/19 Sun.

花いっぱいの学校にしたい！

北多久生涯学習推進委員会による「花いっぱい運動」の一環として、北多久町の区長会、老人会、分館長会、体育協会、中央校関係者、一般市民、のべ20人が参加し、中央校校門前の空き地に60本のつつじの苗木を植樹しました。

園芸委員会の紫村花音さん（中央校６年）と一般参加の閉籠悠依さん（同校６年）は「水をあげるなど世話をして、綺麗な花を咲かせたいです」と話しました。

北多久生涯学習推進委員長の野田義雄さんは「環境活動に取り組み、児童の心も育ってほしい」と活動を語りました。

10/８ Wed.

月明かりのもと、五穀豊穣の祈りを込めて観月会

西多久町の宝満山公園を会場に、五穀豊穣と秋の実りに感謝する観月会が行われました。

観月会は西多久町を考える会（会長：飯守康洋）主催で、今年で11回目を迎える恒例行事。

会では、西多久町老人会サークルによるお謡いや詩吟、西多久町太鼓浮立保存会による太鼓の演奏が披露され、来場者は西多久産の具材を使ったしし鍋汁に舌鼓を打ちながら親睦を深めました。

当日は皆既月食も観測でき、澄み渡った夜空を眺めながら天体ショーも堪能。町内から参加した富永玲子さんは「太鼓の音色とともに月食も楽しめました」と振り返りました。

図書館へ行こう！ ～Taku City Library Information～

開館時間 ㈫～㈮ ▶ 9 時～17時
㈯・㈰ ▶ 9 時～16時
休館日　月曜日、図書整理日、祝日、年末年始
■問い合わせ　多久市立図書館　☎75－2233

［11月の休館日］
3 日㈪、10日㈪
17日㈪～28日㈮
※特別図書整理のため休館

［おすすめの新着本］

ヨハンナの電車のたび

ヨハンナといっしょに電車のたびに出発！

作・カトリーン・シェーラー
訳・松永　美穂（西村書店）

絵描きさんが描く電車の絵の中からうまれたブタのヨハンナ。ヨハンナの注文どおりにステキな服を着せて、電車に乗り込ませます。さて、ヨハンナはどんな旅に出かけるのでしょうか？動物たちがイキイキと動き出すような楽しい絵本です。

てがみぼうやのゆくところ

ほのぼのとしたタッチの挿絵で楽しめる絵本♪

著・加藤　晶子（講談社）

となり町に住むおばあちゃんの所にとどくようにと、ポストに入れられたてがみぼうや。ゆうびんやさんに運ばれて、となり町までやって来たのですが、アイスクリームのゆうわくにまけて迷子に！無事におばあちゃんの所にたどりつけるでしょうか？

我れ、美に殉ず

江戸期の芸術をけん引した名だたる絵師たちの壮絶な生涯

著・小嵐　九八郎（講談社）

江戸時代に綺羅星のごとく輝いた絵師たちの生涯を描いた物語。約束された地位や平穏な暮らし、守るべき家業などを捨て去り、周りのものすべてを失いながらも、魂を込めて描き極める４人の絵師。実在の絵師を個性豊かに描く小説です。

［その他おすすめの本］

一般向き

- ◆結び屋おえん糸を手繰れば（志川　節子）
- ◆屋根屋（村田　喜代子）
- ◆アガサ・クリスティー完全攻略（霜月　蒼）
- ◆明治・大正・昭和　九州の鉄道おもしろ史（弓削　信夫）
- ◆やきものの里めぐり（永峰　美佳）

児童向き

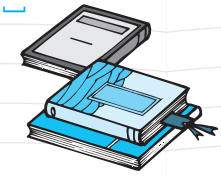
- ◆まぜごはん（内田　麟太郎）
- ◆しゅくだいさかあがり（福田　岩緒）
- ◆とっておきの名探偵（杉山　亮）
- ◆かぞくのヒミツ（イソール）
- ◆13歳からの料理のきほん34（アントラム栢木利美）

図書館からのお知らせ

［本のリサイクル］

寄贈本（了承済み）、雑誌、除籍済みの本などを無料で配布します。

■期日　11月26日㈬・27日㈭
■時間　9時～17時
※26日は10時から
■場所　中央公民館２階ラウンジ
※持ち帰りは自由です
（雑誌は一人２冊まで）
※本がなくなり次第終了します



［特別図書整理休館］

所蔵図書の点検整備など通常では出来ない作業を次の日程で閉館して行います。

■期間　11月17日㈪～28日㈮
11月29日㈯からは通常どおりに利用できます。期間中の本の返却は返却ポストへお願いします。

市交際費の支出状況

▶平成26年度９月分

支出種別	区分	件数	金額（円）
弔　慰	今月分	1	10,000
	累　計	27	76,900
見舞い	今月分	0	0
	累　計	3	30,000
御　祝	今月分	8	16,000
	累　計	33	123,400
賛　助	今月分	0	0
	累　計	2	8,000
激励金	今月分	0	0
	累　計	0	0
接　遇	今月分	1	4,000
	累　計	35	90,653
会　費	今月分	0	0
	累　計	23	103,500
その他	今月分	0	0
	累　計	1	3,400
合　計	今月分	10	30,000
	累　計	124	435,853

◎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

人権教育 No.211 ともに生きる

「忌避（きひ）意識」

二年前に、東京都内のある法律事務所の司法書士や元弁護士が、職務権限を悪用し、探偵社や調査会社の依頼を受けて、戸籍謄本を不正取得した事件がありました。佐賀県内でも十五件ほど不正取得されていたことが発覚しました。これに関わっていた行政書士は、「ほとんどが同和地区かどうかを調べる身元調査だった」と明かしています。また、市役所や公共施設に、同和地区かどうかを問い合わせる事案も起きています。

なぜ、身元調査をしたり、同和地区かどうかを調べる必要があるのでしょうか。人は誰でも、生まれてくる場所や親を選ぶことはできません。そもそも、どこで誰から生まれたかは「人の価値」とは無関係のはずです。ですが、そのことが、現実の社会の中では差別することの理由となって現れてくることがあります。出身地などを理由に差別を受ける同和問題は、基本的人権が保障されていないという、深刻な日本固有の人権問題です。このような身元調査や問い合わせが行われる背景として「同和地区と関わりたくない」「同和地区を避けたい」という忌避意識から、調査を求める市民の存在があるのです。『身元調査は重大な人権侵害』につながる行為だということを、私たち一人ひとりがしっかり認識し、自分の問題として捉える必要があります。

社会教育指導員　野中　久美子

グループ紹介

緑が丘スポーツ少年団バレーボールクラブ

みんな笑顔でがんばります！

▲「まずは一勝！」と緑が丘スポーツ少年団バレーボールクラブのメンバー

緑が丘スポーツ少年団バレーボールクラブの歴史は古く、約50年以上前に設立されたクラブで、3世代にわたり活動しています。

現在のメンバーは小学2年生から6年生までの10人。「声を出す！先生の話を聞く！さわらないで（ボールを）落とすより、さわって落とすほうがずっとかっこいい！！」のチーム目標を持って、週3回、多久市体育センターで練習に励んでいます。今年は、チームの都合でなかなか試合に出場できませんでしたが、サーブ・レシーブ・アタックの基本を中心に練習を重ね、徐々に実力をつけており、今後の活躍に期待が膨らみます。

「時々けんかもするけど、チームは明るく仲良しです！」とキャプテンの溝口素世さん。チーム唯一の6年生でみんなをまとめ、引っ張っています。

「礼儀を重んじ、チームワークを大切にし、バレーを楽しむ！をモットーに取り組んでいます」と代表の田尻好治監督。西村文男先生と副島洋二先生も指導にあたります。メンバーは、なごやかな雰囲気の中にも熱心にボールを追いかけていました。

練習は火・木曜日の17時～19時30分、土曜日の16時～19時。

多久市体育センターで練習しています。新メンバーも募集中です。ぜひ一度見学に来てください。

▲一生懸命、練習に取り組むメンバー

問 代表　田尻　好治　☎75－2732

子育て支援施設 & 催しのご案内

◆すこやかタイム◆

毎週土曜日に、児童館で子ども向けの「すこやかタイム」という楽しい催しを行っています。

申し込みなどは必要ありません。就学前のお子さんは、保護者と一緒に遊びにきてください。

11/1(土)　パラシュート作り
11/8(土)　おりがみ遊び
11/15(土)　メルヘンタイム
11/22(土)　しおり作り
11/29(土)　映写会
12/6(土)　クリスマス飾り作り

◆母と子のサロン◆

毎週火曜日に、児童館で、就学前のお子さんとその保護者を対象に『母と子のサロン』を行っています。事前の申し込みは必要ありません。気軽にお越しください。

開催日　毎週火曜日　10時～12時
内　容　おしゃべり会（第1、3、4火曜日）
親子で楽しく遊んだ後、絵本の読み聞かせや紙芝居、簡単な手遊び、おもちゃなどを作って過ごします。

11/11(火)　『子育て講演会』
時　間　10時～12時　　**場　所**　児童館
内　容　悩んでいるのは、みんな一緒。子育ての悩みを共感しながら心のリセットをしませんか？
講　師　野中 邦浩さん
（児童施設『こどもの城（長崎県諫早市）』）
参加料　無料
■問い合わせ　児童館　☎75－6621

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　毎週木曜日　（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

市民文芸

短歌

《麦の芽短歌会　互選》

下りたる　のうぜんかづらの　花房に
蝶の止まりて　風と遊べり　川浪　信子

秋の香を　放ちて咲ける　金木犀
黄金の花びら　道を染めたり　梶原恵美子

明日ここで　また会えるとは　限らない
変わらぬ愛を　信じていたい　野﨑　隆幸

活火山　美しい姿　一変し
人間世界を　啞然とせしむ　田渕ミチ子

体験なきは　悟れぬものか　戦争と
平和の対比　この大いさを　尾形　節子

俳句

《大石ひろ女　選》

木犀の　匂ひ流るる　港町　中尾　和弘

虫時雨　眠れぬままに　夜の明けり　武富　律子

待宵や　宵待草を　口遊む　納富　芦風

菊月や　大吟醸の　盃を干す　富樫　明美

嵐去り　償ひのごと　秋の虹　田原のぼる

川柳

《多久市川柳会　互選》

鮮やかな　紅葉前線　南下中　高塚ちか子

あざやかな　手捌きに酔い　鮪買う　大谷　和

農産物　新鮮が売り　道の駅　田中　正春

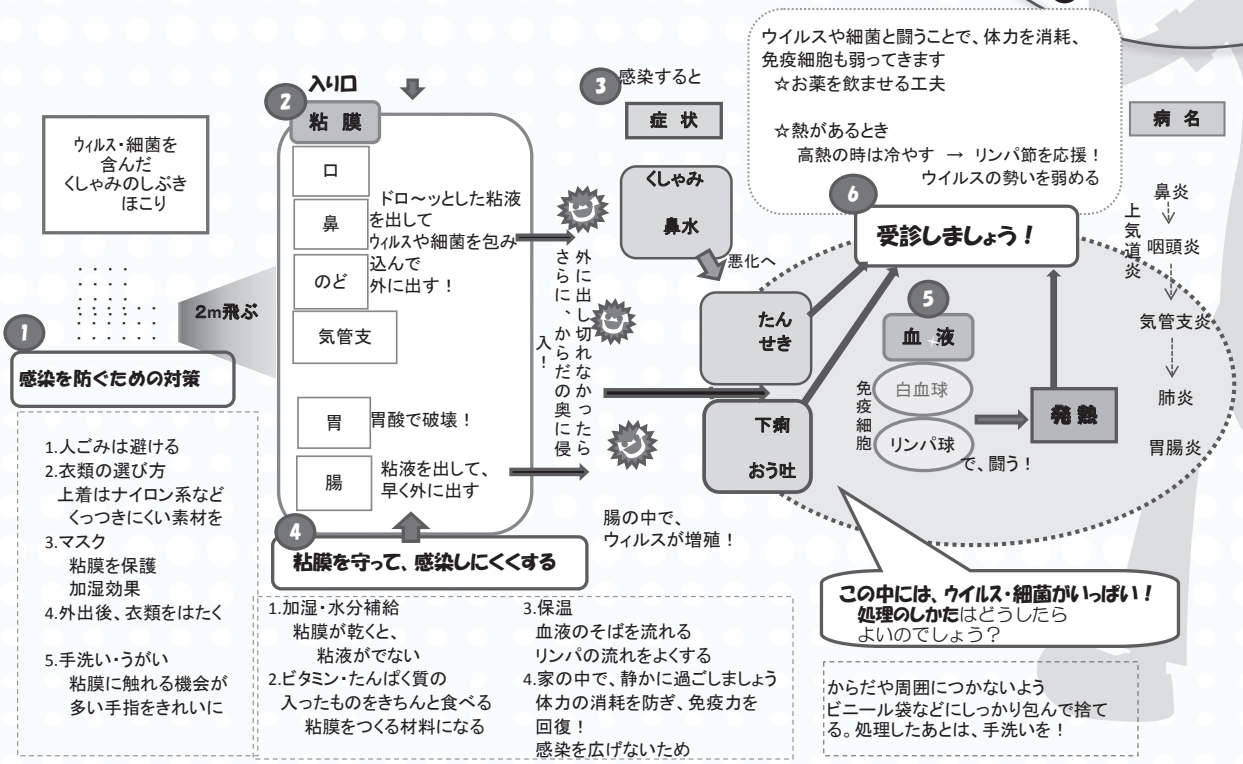
手作業の　針一指しに　価値がある　古賀ちひろ

鮮やかな　色は最後に　一気塗り　西山　残月

問 健康増進課 ☎75－3355

子どもを感染症から守ろう！

今からの季節、インフルエンザなどの感染症が流行します。感染症を防ぐ予防法を紹介します。



平成26年度 くすのみ園新入園児募集！

「ことばの遅れが心配…」
「保育園や幼稚園に行かせたいけど、大丈夫だろうか」
くすのみ園は発達の遅れや集団生活に不安のある子どもを対象に療育をする通所施設です。保護者同士も親しくなれる所です。

■**対象者**　2歳から就学前まで
※原則自力歩行ができる子ども
■**実施日**　毎週月～金
（祝祭日休み・夏冬春季の休業あり）
■**活動内容**　療育活動、言語訓練、運動発達チェック、心理検査、家族への助言など
■**予定人員**　10人程度
■**受付締切**　12月12日㈮
■**問い合わせ**
佐賀県療育支援センター
☎62－2131
（佐賀市大和町尼寺1231－1）

歯周疾患検診を実施しています

歯周病になると、歯周病菌の感染によって、歯ぐきの腫れや出血がおこり、最終的に歯を支える骨がなくなったり、歯周病菌が血中に入り込むと、心疾患・糖尿病・動脈硬化などを引き起こしたりします。歯周病は、自覚症状がないので注意が必要です。

歯周疾患の予防には定期的な検診が必要です。この機会に検診を受け、お口の健康を保ちましょう。

■**対象者**　40・50・60・70歳（平成27年3月31日現在）
■**内　容**　口腔内診査
（歯科検診と歯磨きのアドバイス、ブラッシング指導）
■**検診料金**　500円

井上歯科医院（砂原）	☎74－3333
うえつはら歯科医院（中の原）	☎75－5170
木下歯科クリニック（別府三区）	☎76－4970
副島歯科医院（菰原）	☎75－2824
たく歯科クリニック（東の原）	☎75－6262
松尾歯科医院（菰原）	☎75－2230

※受診の際は、市内指定医療機関へ直接予約をしてください。

歯周病を併発していた糖尿病の患者さんが、歯周病の治療を行った結果、血糖値のコントロールを示すHbA1c値が7.3%から6.7%に低下しました。歯周病は糖尿病など全身の病気と関係があるのです！

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
11/13(木)	1歳半児健診 フッ化物塗布	母子健康センター	13時～13時20分	H25.3.1～4.30生まれ (個人通知)
20(木)	すくすく子育て相談会		予約制	就学前まで（要予約）
26(水)	2歳半児歯科健診 フッ化物塗布		13時～13時20分	H24.3.1～4.30生まれ (個人通知)
12/2(火)	乳児健診		13時～13時20分	H26.7.1～8.31生まれ (個人通知)
11(木)	3歳半児健診 フッ化物塗布		13時～13時20分	H23.5.1～6.30生まれ (個人通知)

※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。

がん検診のスケジュール

日程	会場	受付時間
11/9(日)	母子健康センター	8時～11時
11/10(月)		※乳がんのみ 10時30分まで
11/11(火)	西多久公民館	
11/12(水)		
11/13(木)	南多久公民館	
11/14(金)		
11/17(月)	母子健康センター	
11/18(火)	東多久町公民館	
11/19(水)		
11/20(木)		
12/7(日)	母子健康センター	
12/8(月)		

持参するもの

★案内通知
★健康保険証
★健康手帳
★検診料金
★乳、子宮、大腸の無料クーポン券（該当者のみ）

がん検診の料金

内容	料金	対象者
結核	無料	65歳以上
肺がん	200円	40歳以上
胃がん	900円	40歳以上
大腸がん	500円	40歳以上
前立腺がん	500円	50歳以上
骨粗しょう症	300円	40歳～74歳
子宮がん	600円	20歳以上の女性
乳がん	40歳以上 800円 50歳以上 500円	40歳以上の女性 ※事前申し込みが必要
肝炎ウイルス検査	無料	新規受診者のみ

11月8日～14日は8020運動推進週間

11月8日は「いい歯の日」です。こどもの頃から歯を大切にすることで、80歳で20本の歯を保持することに繋がります。いつまでも自分の歯で美味しく食事が出来るよう、お口の中の健康を保っていきましょう。

多久市すくすく健康プラン

重点目標！

☆☆朝ごはんを食べよう！
☆タバコの害をなくそう！

みんなでとりくみましょう!!

毎週月曜日は 健康相談日です

時間 ▶ 13時～16時
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）

11月27日(木)は 心・ストレス相談日です

時間 ▶ 14時～17時
場所 ▶ 母子健康センター

ストレスなどについて臨床心理士が相談に応じます。健康増進課（☎75−3355）に申し込みください。【完全予約制】

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
11/2(日)	酒井内科クリニック（内科）	小城町 ☎71-1377
	ひらまつ病院（診療科未定）	小城町 ☎72-2111
11/3(祝)	坂田整形外科（整形外科）	三日月町 ☎72-5155
	諸隈病院（外科）	北多久町 ☎74-2100
11/9(日)	樋口クリニック（外科・内科）	牛津町 ☎66-4838
	中多久病院（精神科・内科）	北多久町 ☎75-4141
11/16(日)	坂田クリニック（内科）	三日月町 ☎72-1151
	内田整形外科医院（整形外科）	北多久町 ☎75-8838
11/23(日)	伊東医院（内科・整形外科）	小城町 ☎73-3235
	みつふじ医院（婦人科・内科）	北多久町 ☎75-5088
11/24(祝)	古賀医院（内科）	三日月町 ☎73-2067
	池田内科・胃腸科医院（内科）	北多久町 ☎71-9355
11/30(日)	ひろおか内科・神経内科クリニック（内科・神経内科）	三日月町 ☎73-8022
	諸隈病院（外科）	北多久町 ☎74-2100
12/7(日)	ザイゼン眼科（眼科）	牛津町 ☎66-6631
	江口病院（内科）	三日月町 ☎73-3083

※診療科未定の当番医は、当日お問い合わせください。

足腰元気に介護予防コーナー No.1

知っていますか??

ロコモティブシンドローム

ロコモティブシンドローム（ロコモ：運動器症候群）とは、筋肉・骨・関節・軟骨・椎間板などの運動器の機能低下によって、日常生活の動作が難しくなった状態のことです。50歳以上の約７割がロコモまたはその予備群とも言われています。要介護状態となるきっかけも転倒や骨折、関節疾患など、運動機能の低下に起因するものが多くあります。

Hello! 福祉

多久市地域包括支援センター
（多久市役所　福祉課内）
問 ☎75－6033

多久市地域包括支援センター（おたっしゃ本舗多久）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。

ロコモティブシンドロームの３つの要因

ロコモティブシンドロームになる要因として、次のようなものがあります。

- ●骨や関節の病気（※1）
- ●バランス能力の低下
- ●筋力の低下

（※１）【骨や関節の病気の例】

★骨粗しょう症

骨密度が低下して、骨がもろくなる症状

★変形性関節症

関節の軟骨がすり減ることにより、痛みやはれをきたす症状

★脊柱管狭窄症（せきちゅうかんきょうさくしょう）

腰の神経の圧迫によって、しびれや痛みをきたす症状

“ロコチェック”をしてみましょう

- □片足立ちで靴下がはけない
- □家の中でつまずいたり、滑ったりする
- □横断歩道で青信号を渡り切れない
- □階段を上がるのに手すりが必要
- □15分くらい（１km程度）続けて歩けない
- □２kg程度の買い物をして、持ち帰るのが困難
- □家のやや重い仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）が困難

いかがでしたか？７つの項目のうち、ひとつでも該当するものがあればロコモの可能性があります。
これを機会に、運動習慣を身につけるための行動を起こしましょう！！

ストレッチに挑戦!!“固まったからだをやわらか～く”

からだが硬いと、筋肉や関節の動く範囲が狭くなり、ケガや転倒の原因になります。からだをほぐし、筋力トレーニングの効果を高めるためにも、ストレッチをしっかり行いましょう。

★ひざと足首をストレッチ★

①足を伸ばした体勢で床に座り、両手を後ろにつきます。
②左足はつま先まで伸ばして、ピンと一直線にします。
　右のひざを上げ、同時に右の足首も曲げます。
③今度は右足を伸ばして、左のひざと足首を曲げます。

げんきアップさー来る～ストレッチで老化防止

★足腰の筋肉を柔らかくして、転倒やつまずきを予防しましょう！
★みんなで集まれば、体だけでなく心の元気にもつながります。

対象者：65歳以上の多久市民
参加費：参加後１年間は無料
申込み：福祉課 地域包括支援係☎75-6033

11・12月の主な行事

げんきアップさー来る【もりもりコース】（毎週木曜日）

■**日　時**　11/６・13・20
12/４・11・18・25
【初心者】９時30分～10時30分
【経験者】10時45分～11時45分
■**場　所**　スポーツピア（ゆめひろば）

げんきアップさー来る【きらきらコース】（毎週金曜日）

■**日　時**　11/７・14・21
12/５・12・19・26
【初心者】13時30分～14時30分
【経験者】14時45分～15時45分
■**場　所**　スポーツピア（ゆめひろば）

高齢者パソコン教室

■**対象者**　65歳以上の多久市民
■**内　容**　ワープロソフトの使い方（初級～中級）
■**日　時**　11/17㈪～11/21㈮の５日間
10時～12時
■**場　所**　多久市中央公民館視聴覚室
■**申し込み方法**：官製はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、郵送してください。
■**申込先**
〒846－8501（住所の記入は不要）
多久市役所 福祉課 地域包括支援係
■**申込期間**
11/３㈪～11/７㈮（当日消印有効）
■**受講料**　500円（５回分）
テキスト代は別途1,296円必要です。

※パソコンは無料で貸し出します。

サポーティア事業に参加しませんか？

（介護支援ボランティアポイント制度）

佐賀中部広域連合では、サポーティア事業を実施しています。これは、高齢者のみなさんがサポーティア活動（介護支援ボランティア活動）を通じて地域貢献することで、自らの介護予防や生きがいづくりを図り、活動に応じてポイントが付与されるものです。

サポーティアに登録して、健康で生きがいを感じながらボランティアに参加しませんか。

■**対象者**
佐賀中部広域連合管内（佐賀市、多久市、小城市、神埼市、吉野ヶ里町）の介護保険第１号被保険者（65歳以上）
※ただし、要支援・要介護認定を受けていない人
■**活動内容**
あらかじめ登録された受入機関（介護保険施設等）でのレクリエーションのお手伝いや話し相手など
■**サポーティアポイント**
１時間当たり100ポイント（100円）
※貯まったポイントは、年間 5,000円を上限に換金することができます。
■**参加方法**　サポーティアとしての登録申請が必要です。
※詳しくは、佐賀県長寿社会振興財団にお問い合わせください。募集チラシや申請書は、佐賀中部広域連合給付課、多久市福祉課でもお渡しします。
■**問い合わせ・申し込み**
（公財）佐賀県長寿社会振興財団
佐賀県長寿センターはればれ内　☎31－4165
佐賀中部広域連合 給付課 包括支援係　☎40－1134

11月11日は介護の日

介護の日記念イベント「認知症介護を知ろう」

■**日時**　11月11日㈫
13時～16時30分
（開場12時）
■**会場**　佐賀市文化会館中ホール
（佐賀市日の出１－21－10）
■**内容**　記念講演会や介護に関する相談など
■**入場料**　無料
■**問い合わせ**
佐賀県介護保険事業連合会
☎36－9368
佐賀中部広域連合
給付課 包括支援係
☎40－1134

県下一斉「介護の日」無料相談会

介護に関する質問や相談を専門の相談員（介護事業所の相談員や介護支援専門員＝ケアマネジャー）が受け付けます。
お気軽にご参加ください。

◎多久・小城地区の相談会
・**日時**　11月12日㈬
10時～17時
・**場所**　ダイレックス三日月店

■**問い合わせ**
佐賀県介護保険事業連合会
☎36－9368

第５回リンパ浮腫を学ぶ会のご案内

リンパ浮腫の基本から治療内容の紹介、最先端の外科治療を学ぶ講演会を開催します。

日時　11月29日㈯　10時30分～13時
場所　佐賀大学医学部臨床講堂２階
内容　１．一般講演
『リンパ浮腫治療のおさそい』
２．特別講演『リンパ浮腫に対する外科治療（仮題）』
参加料　無料
申込方法
１．往信ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入ください。
２．返信ハガキにご自身の住所、氏名を記入ください。

問 NPO法人リンパ浮腫を学ぶ会　☎050－3671－8201

アバンセ開館20周年記念イベント

アバンセでは、開館20周年を記念して、講演会やワークショップ等のイベントを開催します。

場所　アバンセ（佐賀市）
日時・内容
11月29日㈯　10時～16時30分
１．講演・パネルディスカッション
演題「私たちが描く！未来の生き方～“ズレ”ない男女共同参画のために～」
講師　古市憲寿（ふるいちのりとし）さん（社会学者）
２．特別相談、ブックリサイクルなど
11月30日㈰　10時～16時
１．まなびぃフェスタ
宇宙科学館展示、クラフト教室、各種体験講座など
２．県民カレッジの集い
講演会「グレートジャーニー～挑戦・夢の見つけ方～」
講師　関野吉晴（せきのよしはる）さん（探険家）
※内容によっては事前申込が必要です

問 アバンセ　☎26－0011

第17回全国ふるさと漢詩コンテスト公開講座を開催します

（公財）孔子の里では、全日本漢詩連盟の石川忠久（いしかわただひさ）会長による無料公開講座『日本の漢詩』を開催します。

日時　11月29日㈯　13時～14時45分
場所　東原庠舎
参加料　無料　※事前申込不要

問（公財）孔子の里　☎75－5112

平成26年度佐賀県がん患者・家族集いの会

（公財）佐賀県総合保健協会では、がん患者とその家族を対象に、焼き物作りや親睦会を行います。

日時　11月29日㈯　13時～16時
会場　伊万里市市民センター
対象　がん患者とその家族30人
内容　１．陶芸教室「手びねりによる焼き物づくり」（13時～14時20分）
２．親睦交流会（14時30分～16時）
参加料　800円／人
※交流会のみ参加の場合は300円
申込方法　住所、氏名、電話番号、家族同伴の有無を電話でご連絡ください。
申込期限　11月21日㈮まで

問（公財）佐賀県総合保健協会　☎27－4666

全国一斉「女性のホットライン」強化週間

法務省人権擁護局・全国人権擁護委員連合会では、女性をめぐる人権問題についての相談を受け付ける専用電話相談窓口を開設します。

受付期間　11月17日㈪～23日㈰
受付時間　８時30分～19時（～21日）
10時～17時（～23日）
専用電話番号
☎0570－070－810（全国共通）
※法務局職員や人権擁護委員が受け付けます。

問 人権・同和対策課　☎75－4824

第３回東日本震災復興チャリティー「笑いと涙の佐賀仁〇加」公演

劇団都々美（つつみ）（座長：堤美恵子（つつみみえこ））による舞踊ショーや佐賀仁〇加です。

日時　12月７日㈰　13時～（開場）、14時～（開演）
場所　多久市中央公民館
入場料　2,000円（前売り、当日同じ）
内容　１部　舞踊ショー（40分）
２部　佐賀仁〇加（60分）
※なお、本公演の益金は全額、被災地への救援物資という形で輸送する予定です。

問 佐賀仁〇加保存会（担当：松永）　☎090－4342－9153

その他

老人福祉センターむつみ荘 11月の無料送迎バスの運行日

日程	運　行
4 日㈫	四下（地蔵前 9 時発）・岸川・立山・前田・高木川内・明治佐賀・栄町・番所・横柴折・荻原・砂原方面
11 日㈫	西多久方面（平古場入口 9 時発）
20 日㈭	納所方面

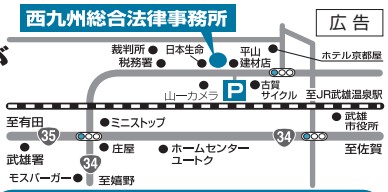
問 むつみ荘　☎75－3701

11月の納期のお知らせ

税目　国民健康保険税６期
納期限　12月１日㈪

問 税務課 納税係　☎75－6115

『Hello!多久』好評放送中
ＦＭ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　FAX0952－25－1462

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 検索
http://nishi9kabarai.com/
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
広告
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

問＝問い合わせ先　申＝申し込み先

募集

（公財）国際青少年研修協会『楽しさ丸ごと冬体験＆雪遊びin北海道』

（公財）国際青少年研修協会では、小学２年生から６年生までを対象に、新しい環境での仲間づくりや出会いをとおして自主性や仲間と助け合う楽しさを学ぶ体験事業を行います。

日程　12月25日㈭～31日㈬
場所　北海道（旭川、名寄、札幌）
対象　小学２年生～６年生
内容　交流体験、かまくら設営＆野宿体験、冬のスポーツ体験（カーリング、スキー、そり）、冬の動物観察
定員　20人　**募集締切**　12月５日㈮
申込方法　下記まで問い合わせください
問・申（公財）国際青少年研修協会　☎03－6417－9721

鍋島直正公銅像再建募金にご協力を！

佐賀藩10代藩主鍋島直正公の銅像再建を目指す『鍋島直正公銅像再建委員会』では、寄附金を募集しています。

募金目標額　１億円
募金額　１．個人１口5,000円以上
２．法人等１口50,000円以上
※税制上の優遇措置も受けられます
募集期間　平成27年６月30日㈫まで
銅像再建場所　佐賀城公園（佐賀市）
※平成29年春の完成を目指しています。
募金方法　下記事務局まで問い合わせください。
問 鍋島直正公銅像再建委員会（佐賀商工会内）　☎24－5155

職業訓練受講生募集（１月生）

ポリテクセンター佐賀では、新たに職業に就こうとする人など求職者が早期に就職できるよう、さまざまな職業訓練コースを設定しています。

今回１月入校のコースについて下記のとおり募集します。

募集コースおよび定員

機械・ＣＡＤ技術科	15人
板金・溶接施工科	15人
電気設備科	18人
住宅リフォーム技術科	18人
建築ＣＡＤ科	24人

応募資格　新たな職業に就こうとする求職者で、受講意欲がありハローワーク所長より受講指示または受講推薦を受けた人
受講料　無料（※６か月間の受講料は無料ですが、テキスト代等一部個人負担があります）
訓練期間　６か月
※平成27年１月６日（入校）～６月29日（修了）
応募期間　12月２日㈫まで
筆記試験・面接日　12月９日㈫
応募方法　最寄りのハローワークでご相談のうえ、応募書類を提出してください。
問・申 ポリテクセンター佐賀　☎26－9516

催し

第10回多久市文化祭りのご案内

11月15日㈯と16日㈰に多久市中央公民館で開催します。

【芸能部門】

15日㈯は12時30分から獅子舞披露。日本古来の花嫁行列挙行と題して市民劇場を公演。原口豊秀（はらぐちほうしゅう）さんの唄と踊りの競演も。先着200名には岸川饅頭を進呈！！

16日㈰は10時30分から、踊りや民謡等に加えて、永田（ながた）はる奈（な）さん特別公演と多久ミュージカルカンパニーの特別公演も開催予定。茶道会のお茶とお菓子の接待（300円）

【展示部門】

15日　９時から17時まで
16日　９時から16時まで
問 多久市文化連盟　☎74－3241

第19回産業技術学院祭を開催します

佐賀県立産業技術学院では、学院生による作品の展示や、体験コーナー、模擬店コーナーなど楽しいイベントがもりだくさんの産業技術学院祭を開催します。

日時　11月16日㈰
９時30分～15時30分
場所　佐賀県立産業技術学院
問 佐賀県立産業技術学院　☎74－4330

広告

平成26年10月より防災緊急放送開始!!
自然災害が多発する昨今、たく市民チャンネルでは、市役所や消防署からの文字情報を放送画面にのせて、皆様へお知らせいたします。

緊急放送開始に伴い 平成26年10月1日より12月末まで
ケーブルテレビ新規加入 半額 キャンペーン！
通常60,000円（税込64,800円）→ 30,000円!!（税込32,400円）

たくネットのご案内　CATV契約者なら…お得なWi-Fiコース♡
最安!! Wi-Fi コースで ⇨ ネット＋CATV＝3,300円!!
1,500円（税込1,620円）＋1,800円（税込1,944円）＝（税込 3,564円）
♪～たくネットはプロバイダ料 無料でお得 !! 加入時の接続設定もおまかせ安心!!～契約期間による違約金もナシ!!～♬

たくネットとCATVのお問合せは ☞ 株式会社 多久ケーブルメディア ☎0952-75-8585

多久市の収入の一部とするため、有料広告を掲載しています。
詳しくは、総務課広報広聴係　☎75-2280　✉koho@city.taku.lg.jp

11月 多久ケーブルテレビ番組ガイド

Television guide

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～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			ショップチャンネル
9：00～							
10：00～	ショップチャンネル						
11：00～		コミュニティー番組		コミュニティー番組			コミュニティー番組
12：00～	エフエム佐賀「Hello！多久」						
12：30～							
13：00～	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～							コミュニティー番組
16：00～	ショップチャンネル						
17：00～							
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
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～	コミュニティー番組			コミュニティー番組			ショップチャンネル
25：00～	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。

今月のコミュニティー番組のご案内

3日(月)～　5日(水)	■西渓校文化活動発表会～後編～ ☆うまリポ！佐賀編
6日(木)～　8日(土)	■中央校小学部 運動会
10日(月)～12日(水)	■東部校文化活動発表会～前編～ ■西多久町 平野棚田の稲刈り体験
13日(木)～15日(土)	■東部校文化活動発表会～後編～
17日(月)～19日(水)	☆うまリポ！多久編 ■多久聖廟周辺 合同美化活動
20日(木)～22日(土)	■納所両子神社ふれあいまつり
24日(月)～26日(水)	■多久市市制施行60周年記念事業 スローライフまちづくりシンポジウム「温故知新とスローライフ」
27日(木)～29日(土)	■多久聖廟秋季釈菜・孔子祭

☆今月から県内のケーブルテレビ局が地元とっておきのおすすめのグルメ情報をお届けする番組「うまリポ！」がスタートします！！お楽しみに！！

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

11月12日（水）
【11/25(火)～12/７(日)に行う行事】

11月26日（水）
【12/８(月)～12/21(日)に行う行事】

12月10日（水）
【12/22(月)～１/４(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
	税務課	
	納税係	☎75－6115
	市民税係	☎75－2126
	資産税係	☎75－2176
	福祉課	
	地域福祉係	☎75－2113
	保護係	☎75－2324
	こども係	☎75－6118
	高齢・障害者福祉係	☎75－4823
	地域包括支援係	☎75－6033
	健康増進課	☎75－3355
	建設課	
	建築住宅係	☎75－4826
	道路河川係	☎75－2350
	商工観光課	☎75－2117
	会計課	☎75－6114
2階	農林課	☎75－4825
	農業委員会事務局	☎75－4831
	管財係（財政課）	☎75－2132
	電子自治体係（総合政策課）	☎75－2114
	広域クリーンセンター推進課	☎75－2217
	議会事務局	☎75－4828
3階	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	
	下水道係	☎75－2179
中央公民館	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

11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
9日(日)	消防署・消防団合同秋季防火演習	東多久町	8時～	防災安全課
9日(日)	北多久町民文化祭	北多久公民館	9時30分～	北多久公民館
9日(日)～15日(土)	秋季全国火災予防週間	市内一円	-	防災安全課
15日(土)～16日(日)	第10回多久市文化祭り	中央公民館	9時～16時	生涯学習課
15日(土)～24日(月)	孔子の里紅葉まつり	西渓公園および多久聖廟	10時～17時	商工観光課
16日(日)	北多久町民グラウンドゴルフ大会	北多久運動広場	9時～	北多久公民館
16日(日)	東多久町民球技大会第二部	小中一貫校東部校	8時30分～	東多久公民館
23日(日)	孔子の里紅葉まつりウォーキング	多久駅北口出発	8時30分～11時15分	商工観光課
23日(日)	論語カルタ大会	西渓校西体育館	12時30分～	商工観光課
24日(月)	東多久町民ゴルフ大会	天山カントリー倶楽部	12時30分～	東多久公民館
27日(木)	第27回すこやか長寿祭	中央公民館	9時～	福祉課
29日(土)	全国漢詩コンテスト	東原庠舎	13時～	生涯学習課

相談

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
4日(火)、12/1(月)	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
5日(水)、19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
19日(水)	法律相談（弁護士）	第1委員会室	(受付)13時～14時30分	総務課
19日(水)	女性総合相談	電話で問い合わせください	10時～16時	多久市相談窓口 ☎75－6117
19日(水)	★心配ごと相談	社会福祉会館	9時30分～15時	社会福祉協議会 ☎75－3593
18日(火)	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
18日(火)	法律相談（司法書士）	大会議室東	13時～15時	総務課
18日(火)	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26年10月1日現在❖

総　数…20,649人（－23）
男　…9,684人（－11）
女　…10,965人（－12）
世　帯…7,831世帯（－1）
（　）は前月との比較

❖平成26年9月の異動❖

出生…12人　死亡…14人
転入…45人　転出…56人

編集後記

◎秋はイベント満載。今月号も情報満載。広報広聴係の想いも満載。聖廟秋季釈菜・多久まつり・紅葉まつり・ドリームベースボール！自白押しのイベント。ぜひ、ご家族お友達とおでかけください！楽しい想い出が作れるはず！

先日、他市の広報担当から多久市報の表紙を褒めていただき、思わずニンマリ。まだ表紙を飾る腕はないけど（涙）今月号の表紙は、素敵な笑顔が飾っていますよ～さすがF係長！（り）

◎実りの秋。冷夏の影響を心配していたのですが、持ち直してくれたようで〝ほっ〟とひと安心。お陰さまで表紙のいい写真が撮れました（笑）

さぁー、今月末には、みなさんお待ちかねのプロ野球OBがやってきます！こんな機会は滅多にありませんよ。ぜひご参加ください。

今月号にご協力いただいたみなさん感謝です。（ひ）

すくすくたくっ子 はいぽ～ず

わかばやし　はやた
若林 隼汰くん（7歳）
せいた
星汰くん（5歳）

（南多久町西ノ谷）
パパ／たかふみ孝史さん
ママ／ともみ智美さん

優しいお兄ちゃんの隼汰くんは、お絵かきが得意で、自作のモンスターや複雑な迷路を細かいところまで描くのが上手。夜空に輝く星が好きで、初めてプラネタリウムでいろんな星を観たときは、大興奮でした。今年はカブトムシも幼虫から育て、何にでも興味津々。将来は、病気の人を助ける薬剤師さんになるのが夢です。

アウトドア派の星汰くんは、自転車が大好き。９月に補助輪なし自転車にすぐ乗れるようになりました。家のお手伝いをよくしてくれる星汰くん。洗濯物をたたむのが上手で、家族みんなの洋服をきれいにたたんでくれます。大きくなったら、大工さんになって大きなお家を作るのが夢です。

二人とも絵本が大好きで、寝る前に１冊ずつ読んでもらうのが日課です。家族や周りの人たちにたくさんかわいがってもらって大きく成長しています♪

パパ・ママから　いつまでも助け合える兄弟になって欲しいな～。明るく・強く・優しく育ってね！

妖怪ウォッチに夢中の瞬汰朗くん。入手困難な妖怪ウォッチ腕時計を、お誕生日プレゼントでもらえるように、家のお手伝いなど一生懸命がんばっています！

アイカツが大好きな柚鈴ちゃんは、ちょ～ぅオシャレな女の子。洋服のコーディネートから髪型にまでこだわって、毎日女子力に磨きをかけています（笑）

ひとりで歩けるようになった、いろはちゃん。いつもお兄ちゃんとお姉ちゃんの後を追いかけます。音楽が大好きで、テレビからお気に入りの曲が流れてくると上手に踊ってくれます♪

パパ思いで、お弁当作りを手伝ってくれる優しい瞬汰朗くんと柚鈴ちゃん。人見知りだけど、素敵な笑顔でみんなを癒してくれるいろはちゃん。永石家の大切な宝物です♡

ながいし　しゅんたろう
永石 瞬汰朗くん（5歳）
ゆず
柚鈴ちゃん（3歳）
いろはちゃん（1歳）

（北多久町両の原）
パパ／こうじ浩二さん
ママ／はるか春香さん

パパ・ママから　パパとママのところに生まれてきてくれてありがとう！
どんなことにも恐れずにチャレンジする３人をいつも応援しています。

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

HEALTHY COOKING
ヘルシークッキング

手作りチキンナゲット

1人分：エネルギー335kcal・塩分0.8g

材料　4人分

A
- 鶏むね肉…160ｇ
- 鶏ひき肉…120ｇ
- たまご…1個
- ハーブソルト…小さじ1/3
- にんにく…3ｇ
- 小麦粉…大さじ3

B
- 小麦粉…50ｇ
- ハーブソルト…少々

- 揚げ油…適量

C
- ケチャップ…小さじ4
- とんかつソース…小さじ4

作り方

1 鶏むね肉は粗みじん切りにする。
（フードプロセッサーを使うと簡単にできます。）
2 ボールにAの材料をよく混ぜ合わせ、小判型にする。
3 Bの材料を合わせ、全体を2にまぶす。
4 170℃に熱した油にゆっくりと3を入れ、揚げる。
5 4を器に盛り、お好みでCのソースをかける。

親子料理教室に参加のみなさん

親子料理教室では、食べ物と体のはたらきについて学び、食べたもので体はできていることを確認しました。今月は親子料理教室で作られたメニューの中から「手作りチキンナゲット」を紹介します。手作りなので、添加物などの心配もなく安心です。また、鶏むね肉を豆腐に変えるなどして、自分なりにアレンジしても…。簡単にできますので、ぜひ作ってみてはいかがですか。

多久市食育推進協議会委員によるメニューを紹介しています。　問 健康増進課 ☎75－3355

November 2014
No.641
市報TAKU

発行　多久市　〒846-8501　佐賀県多久市北多久町大字小侍７－１
Tel. 0952-75-2280　Fax. 0952-75-2110　E-mail：koho@city.taku.lg.jp
ホームページ　https://www.city.taku.lg.jp/　市報多久は多久市ホームページでもご覧いただけます。
編集　総務課 広報広聴係　印刷　株式会社 音成印刷　発行日　平成26年11月1日

FM佐賀 77.9MHz Hello!多久　好評放送中
毎週月曜 お昼12時～12時55分

自然保護のため再生紙を使用しています。