



🔊 今月号より市報たくがリニューアルしました！

特集

いよいよマイナンバー制度が始まります

INDEX

- 04 財政健全度を公表します
- 06 軽度・中度の難聴児補聴器購入費助成事業のお知らせ
- 07 定住奨励金制度を実施しています
- 09 だまされないために賢い消費者になろう!!
～自分は大丈夫と思っていませんか?～
- 13 小中一貫教育連載No.31
スーパーティーチャー ～西浜校 本村教諭～
- 14 まちのわだい
- 16 健康ノススメ
お口のチェックはしていますか?
- 18 Hello! 福祉 認知症を知る ～認知症を予防する食習慣～
- 20 各種お知らせ

関連記事 P15

第40回 ふれあいグリーンキャンペーン

間伐材を利用したコースター作り

FM佐賀
77.9MHz

Hello! 多久

好評
放送中

📺 毎週月曜 お昼12時～12時30分

いよいよ マイナンバー制度が始まります

社会保障・税番号制度

チェック 具体的にいつ使うの？

- 年金、健康保険、介護保険、雇用保険、労災保険、生活保護、公営住宅の入居申請、その他社会保障制度
- 確定申告、源泉徴収、扶養控除申請など
- 日本学生支援機構への奨学金の申請

などに関する手続きに利用します。

チェック どこで提示が求められるの？

- 市役所の社会保障や税の窓口
- お勤め先、アルバイト先
- 口座を開設している証券会社、契約している生命保険会社など

法で定められた社会保障や税の手続きのためにマイナンバーを求められた場合に提示する必要があります。

今月から、マイナンバー制度が始まり、国内の全住民一人ひとりに12桁のマイナンバーが通知されます。多久市のみなさんには、11月中旬に届く予定です。

マイナンバーは平成28年1月から社会保障、税、災害対策の各種手続きで使用する番号で、福祉などの申請に必要な添付書類が減り、行政手続きが簡素化されるなど、さまざまなメリットがあります。

名前や住所が変わってもマイナンバーは原則変更されません。生涯にわたって使うものですので、なくさないよう大切にしてください。

マイナンバーとは？

マイナンバーで
もつと便利に
暮らしやすく。



通知カードを受け取って、個人番号カードを申請しよう

STEP 1 書留（通知カード）を必ず確認

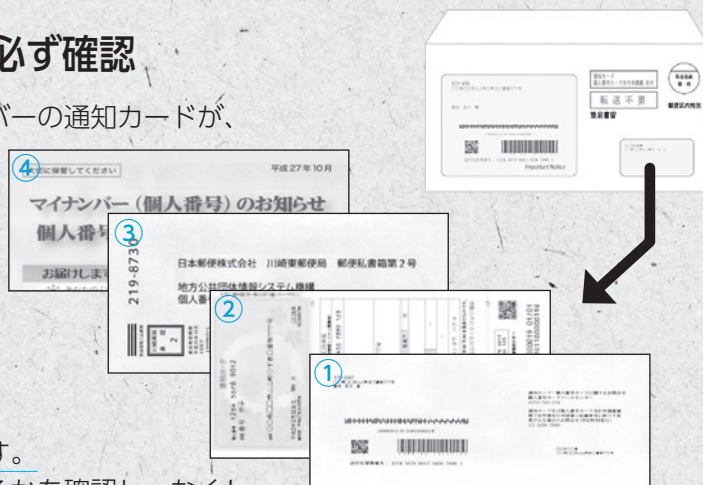
11月中旬以降、住民票の世帯ごとにマイナンバーの通知カードが、簡易書留で届きます。

(送られてくる内容)

- ① 宛名台紙
- ② 通知カード&個人番号カード交付申請書
- ③ 返信用封筒
- ④ 説明用パンフレット

通知カードはマイナンバーを証明する書類です。

記載事項に間違いがないか、世帯分入っているかを確認し、なくしたり、捨てたりしないよう大切に保管してください。



STEP 2 個人番号カードを申請（任意）

申請したら初回無料で交付される顔写真入りのカードです。
身分証明書として使えます。ぜひ個人番号カードを申請しましょう。

通知カードと申請書は
切り離して
使います。

個人番号カードの申請方法には主に2通りあります

① 郵送で申請

個人番号カードの交付申請書に顔写真を貼り付け、同封の返信用封筒に入れてポストに投函。



② オンラインで申請

スマートフォンなどを利用したWEB申請もできます！

- ① スマートフォン等のカメラで顔写真を撮影
- ② 交付申請書のQRコードから申請用WEBサイトにアクセス。必要事項を入力の上、顔写真データを添付して送信すればOK。

※手続きの詳細は、同封している説明用パンフレットをご覧ください。

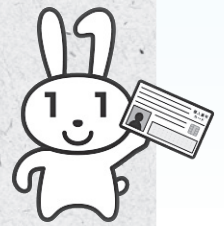
<表 面>

<裏 面>

STEP 3 個人番号カードを受け取る

申請した人には平成28年1月以降、個人番号カードの交付準備が整うと、はがきで交付通知書が送られてきます。ご本人が市役所の窓口で受け取れます。通知カードと引き換えになります。

こんなに便利な
個人番号カード



よくあるご質問

- Q 個人番号カードに有効期限はあるの？
A 20歳以上は10年に一度、20歳未満は5年に一度更新が必要になります。
- Q 個人番号カードの代理受取は可能ですか？
A 原則ご本人が市役所窓口で受け取ります。本人確認の上、暗証番号を設定いただくことで個人番号カードが交付されます。しかしながら、体が不自由であるなどやむを得ない場合は、代理受取もできますので事前にご相談ください。

今年の多久まつりには
マイナちゃんがやってくるよ

- 顔写真があるので、マイナンバーの提示と本人確認がこれ一枚で完了します。通知カードでは本人確認はできず、運転免許証など顔写真付きの証明書を用意する必要があります。
 - ICチップ搭載なのでe-Taxなどの電子申請を行えます。
 - パソコンから自分のマイナンバーがどのように使われているのか確認できます。（平成29年1月開始予定）
 - 今後コンビニなどで、住民票などの証明書を取得できるよう検討されています。
- その他、将来的にさまざまな使いみちが検討されています。

<表 面>

<裏 面>

※サイズは運転免許証と同じです

国のコールセンター：☎0570-20-0178（9時30分から17時30分・平日のみ）

多久市役所

：■制度について……………情報課 情報推進係 ☎75-2114

■「通知カード」「個人番号カード」の申請・交付手続きについて

…市民生活課 窓口係 ☎75-6116



多久市の
財政状況は
“健全”です



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」では、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ています。

平成26年度決算に基づき算定した多久市の「健全化判断比率」「資金不足比率」は下表のようになっています。すべての項目において国が定めた「早期健全化のための計画の策定」などを必要とする基準を下回っており、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、これからも引き続き行財政改革の推進に努め、健全な財政運営を進めていきます。

■多久市の健全化判断比率

（単位：％）

	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、4.99%の黒字となり、実質赤字はありません）	14.52	20.00
連結実質赤字比率	—	一般会計、特別会計およ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 ただし、公営企業は資金不足の額で計算する。 （多久市は、23.46%の黒字となり、連結実質赤字はありません）	19.52	30.00
実質公債費比率	11.5	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	0.3	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の不足額の事業規模に対する比率）

（単位：％）

特別会計	比率	説 明	経営健全化基準
水 道 事 業	—	資金不足はありません（124%の資本保有）	20.0 $\left(\frac{\text{資金の不足額}}{\text{事業の規模}} \right)$
病 院 事 業	—	資金不足はありません（44%の資本保有）	
公共下水道事業	—	資金不足はありません	
農業集落排水事業	—	資金不足はありません	
宅 地 造 成 事 業	—	資金不足はありません	

※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。

平成27年度 たく市民大学

ゆい工房講座 受講生を募集します

10月から開講する講座をご紹介します。市内を問わず、どなたでも受講できます。
詳しくは、市内公民館に配布しているチラシをご覧になるか、公益財団法人孔子の里に問い合わせください。



▲講座「親子でUDONづくり」の様子

◆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上、受講料、材料代を添えて、孔子の里へ持参または郵送で申し込みください。先着順で受け付けます。

講座名	開講日	時間	会場	回数	受講料	材料代
こんにゃく屋さん	11月7日(土)	9時～12時	南多久公民館	1	2,000円	受講料に 含む
孔子の里 芋煮会	12月6日(日)	10時30分～13時30分	東原庁舎	1	1,500円	
野菜ソムリエ×メイソンジャー ～女山だいこん編～	2016年 1月31日(日)	13時～15時	多久市まちづくり交流センター あいばれっと	1	3,000円 ※瓶代含む	
0～99歳までのおさんぽ会	2016年 3月21日(月・祝)	9時30分～12時	東原庁舎	1	1,500円 (未就学児無料)	

※前回の講座（8月23日に「桐岡ナス編」を実施）を受講された人に限り、瓶持参で1,000円引き。

▶問い合わせ・申し込み 公益財団法人 孔子の里 ☎75-5112

▼問い合わせ 総合政策課 企画係
☎75-2116

提出期限は
10月7日(水)
です



国勢調査の調査票の提出は**10月7日(水)**までとなっています。
調査員へ渡していただくか、郵送で回答していただきますようお願いいたします。

国勢調査の調査票の提出をお願いします

information 総合政策課

▼問い合わせ 最寄りの商工会議所・商工会まで
詳しくは 佐賀県商工課 ☎25-7095

■使用期間 10月20日(火)まで
■取扱店舗 のぼり・ポスター等がある店舗

佐賀わくわくプレミアム商品券の使用期限が**10月20日(火)**までとなっています。使用期限を過ぎた場合はご利用いただけません。また、返品や換金にも応じられませんので、必ず期限内にご利用ください。

佐賀わくわくプレミアム商品券のご利用は、**お早めにご利用します!!**

information 県商工課

「エコガーデン別府北 II」

分譲宅地総数9区画！（建築条件無）

- ◆所在地：多久市東多久大字別府5533-1（他3筆）
- ◆交通：JR唐津線東多久駅 徒歩1分
- ◆用途地域：第一種住居地域
- ◆建ぺい率：60% ◆容積率：200%
- ◆学区：小・中一貫校 東原庁舎 東部校
- ◆設備：電気（九州電力）水道（多久市水道課）
ガス（個別プロパン）排水（合併浄化槽）
- ◆売主：笹川工建株式会社
- ◆開発行為許可番号：平成26年12月26日
（佐賀県指令26佐土第3014号）

号地	土地面積 (㎡/坪)	坪単価	販売価格
1	286.25 / 86.59	¥60,000	¥5,195,400
2	238.69 / 72.20	¥60,000	¥4,332,000
3	241.27 / 72.98	¥60,000	¥4,378,800
4	300.35 / 90.85	¥60,000	¥5,451,000
5	263.84 / 79.81	¥65,000	¥5,187,650
6	289.65 / 87.61	¥60,000	¥5,256,600
7	277.52 / 83.94	¥65,000	¥5,456,100
8	274.09 / 82.91	¥65,000	¥5,389,350
9	263.07 / 79.57	¥65,000	¥5,172,050



※境界フェンス工事負担（実費）が別途必要です。
※土地売買契約締結後3ヶ月以内に住宅の建築請負契約を締結して頂くことを条件として販売致します。
この期間中に住宅を建築しないことが確定した時、又は住宅の建築請負契約が成立しなかった場合は白紙となり、受領した金額は全額無利息で返金致します。



笹川工建株式会社

想いのままをカタチに。

お客様専用ダイヤル 0120-75-6530

（社）佐賀県宅地建物取引業協会 佐賀県知事(6)第1804号
九州不動産公正取引業協会加盟
建設業許可番号 佐賀県知事(特-27)第6566号



軽度・中度の難聴児補聴器購入費 助成事業のお知らせ

多久市では、身体障害者手帳の交付対象とならない難聴のお子さんに対して、言語の習得、教育等における健全な発達を支援するため、補聴器の購入費用の一部を助成します。

(1) 助成制度について

○対象者

次の要件を全て満たすことが条件です。
①保護者が多久市内に住所を有している18歳以下の人(18歳に達した日(誕生日の前日)の属する年度の3月31日まで)

②両耳の聴力レベルが30デシベル以上で、聴覚障害を事由とする身体障害者手帳の交付対象とならない人

③補聴器の装用により、言語の習得等に一定の効果が期待できると指定医師に判断された人

○助成対象 新規および更新時の補聴器の購入費(修理費は助成対象に含まれません)

○所得制限 市民税所得割額が46万円未満の世帯

○助成金額 補聴器の種類毎に定める基準価格と補聴器購入費のいずれか低い

額の3分の2の額(100円未満切り捨て)

(2) 申請手続きについて

補聴器の購入前に市への申請が必要です。

購入後に申請手続きをしても助成金は受け取れませんのでご注意ください。

○必要書類

①交付申請書

②交付意見書

(指定医師が作成したもの)

③見積書(意見書の処方に基づき、補聴器の販売業者が作成したもの)

④対象児の属する世帯全員の所得証明書(本市で課税状況を確認できる場合には省略可)

○注意事項

○指定医師の意見書作成にかかる費用は申請者の負担となります。

▼問い合わせ 福祉課 高齢・障害者福祉係 ☎75-4823

10月1日は浄化槽の日です

みなさんのご協力によりきれいな川や海が保たれます。

浄化槽設置へのご理解と確実な保守点検をお願いします

◆浄化槽について

浄化槽とは、水洗トイレや、台所、ふる場などからの汚水を処理し、きれいな水にする施設です。浄化槽は微生物が汚水の中の汚物を食べ、きれいな水にする働きを利用しています。

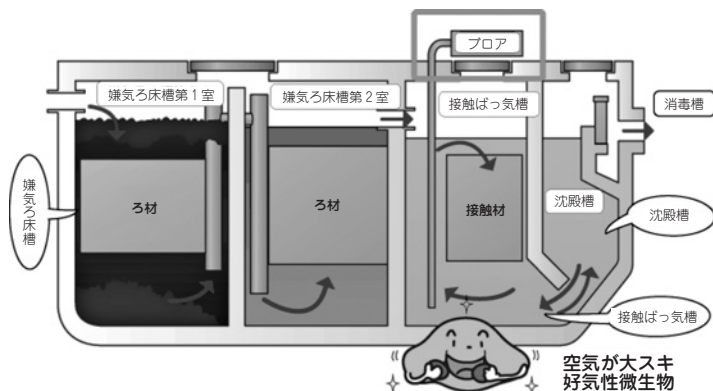
◆浄化槽の維持管理および保守点検について

浄化槽は適正な維持管理が行われないと、その機能が十分に発揮されなくなり、その放流水が河川等の汚れの原因になることもあります。そこで、機械の点検・補修や消毒剤の補給などが必要です。

また、浄化槽内にたまった汚泥などを汲み取り清掃をしていただく必要があります。

多久市では、住宅、店舗、事務所その他の建築物(建売住宅は除く)に浄化槽を設置しようとする場合は、予算の範囲内で補助金を交付します。ただし、

下水道が整備されている地域および公共下水道の事業計画区域内は交付されません。



▼問い合わせ

都市計画課 都市計画係 ☎75-4827

「多久へ来てくんしゃいー」

定住奨励金制度を実施しています

多久市では、平成27年4月から左記の定住奨励金制度を実施しています。市内への定住をお考えのご家族やご友人などがいらつしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

◆制度実施期間 平成27年4月1日～平成29年3月31日



子育て・若者世帯定住奨励金

- 奨励金の対象となる人
多久市に定住することを目的として、新たに住宅を取得する申請者もしくは配偶者が40歳未満の世帯、または申請者に中学生以下の子がいる世帯
- 奨励金の額
(上限50万円)
【定住奨励金額】
20万円
【加算額】
転入加算20万円
地元業者加算20万円
- 申請期限 住民票異動後6か月以内
※平成27年4月1日以降の契約が対象となります

新規制度

三世帯同居増改築等補助金

- 補助金の対象となる人
申請者または三親等以内の親族が所有する住宅をリフォームして三世帯同居を始める人、または新たに住宅を取得して三世帯同居を始める人
- 補助金額 (上限50万円)
【増改築等補助金】
増改築等の代金または住宅取得価格の3%
【加算額】
地元業者加算 30万円
- 対象となる工事
三世帯同居を始めた日の前後1年以内に完了する工事

新規制度

空き家リフォーム補助金

- 対象となる工事
空き家バンクを介して売買契約し、市内業者を利用してリフォームする50万円以上の工事
- 補助金額 (上限50万円)
【基本額】
リフォーム代の10%
※ただし、上限30万円
【加算額】
転入加算 20万円
- 申請期限 工事請負契約前の申請

▼問い合わせ 総合政策課 ☎75-2116

「お忘れなく」

土地取引後は利用目的と価格の届出が必要です

「国土利用計画法」に基づき一定面積以上の土地を売買などで取引引きした場合、買主は契約締結日を含め2週間以内に、土地の利用目的や取引価格などを土地の所在する市町村に届出なければなりません。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

問い合わせ

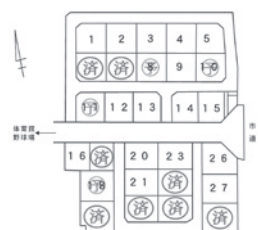
- 佐賀県土地対策課 ☎25-7034
- 多久市都市計画課 ☎75-4827

多久市定住促進住宅団地 中央公園東

「現地案内会」

中央公園東の住宅団地で、現地案内会を開催します。

住宅を建設するための土地購入を考えられている人、分譲内容について詳しく知りたい人は、ぜひお越しください。



- 日時 10月24日(土)、25日(日) 9時～17時
- 場所 多久市定住促進住宅団地 中央公園東
- その他 9月16日現在の分譲状況



▼問い合わせ 総合政策課 ☎75-2116



『多くの人が集まる催しを行う場合は 次のことに注意してください!』

◆多くの人が集まる催しでは、火気器具を使用する露店等に次のことが義務付けられています。

①露店等を開設する際の届出 ②消火器の準備

多くの人が集まる催しとは

祭礼、縁日、花火大会など社会的
広がりをもつとし、屋内、屋外を問
わず不特定多数の人が出入りする
催しが対象となります。

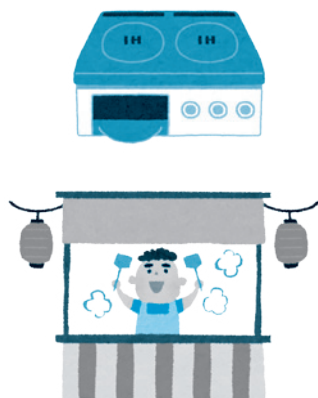
【例】①自治会等が実施する祭り

②事業所が近隣住民等を招い
て実施する催し

③学校で開催されるバザーで
関係者以外に周知し来場さ
れる催しなど

※近親者によるバーベキュー、幼稚
園で父母が主催するもちつき大
会のように、相互に面識がある人
が参加する催しなどは**対象外**と
なります。

○このほか、大規模な催しのうち、
消防署長が指定するものは、**主催
者**に防火担当者の選任、火災予防
上必要な業務計画の作成・提出な
どが義務付けられています。



○火気器具とは…コンロ・グリドル・ス
トーブ・ホットプレー
ト・発電機など。

○露店等とは…露店、屋台その他これ
らに類するものを開設
し、物品、飲食物等を
販売または提供するも
のをさします。

ご不明な点は最寄りの消防署へお尋ねください。

▶問い合わせ 佐賀広域消防局 多久消防署 予防指導課
☎75-2191 ☎75-2696

「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

新たに帳簿の作成など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 視聴覚室

◆日時 11月6日（金）

【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 小城市役所 大会議室
（西館2階）

◆日時 11月10日（火）

【営業・不動産】10時～12時

【農業】13時30分～15時30分

■会場 メートプラザ（佐賀市）

◆日時 11月12日（木）

【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 担当…安田

※自動音声に従って「2」を選択してください。

○税務課 市民税係
☎75-2126

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



「自分は大丈夫と思っていませんか？」

だまされないために賢い消費者になろう!!

◆国勢調査の調査員が直接電話で質問することはありません

○自宅に国勢調査を名乗った電話があり、「二人暮らしか、国民年金か厚生年金か、証券はあるか、貯蓄は1千万円以上あるか」などを聞かれるままに答えてしまった。

国勢調査はどのように電話で質問するのか？

(70歳代 女性)



出典：独立行政法人国民生活センター

《ひとこと助言》

- 国勢調査をかたって家族構成、預金などの個人情報を聞き出そうとする不審な電話に関する相談が寄せられています。
- 国勢調査では、預金額、収入など財産に関する質問事項はありません。また、直接、調査員が電話やメールで個人の情報を聞くことはありません。
- 不審な電話があったときは、お住まいの都道府県の統計主管課や自治体の消費生活センターなどにご相談ください。
- * 国勢調査の今後のスケジュールは
インターネット回答がなかった世帯に調査員が9月26日から紙の調査票を配布し、10月1日以降に回収に伺います。
- ※調査員は「調査員証」を携帯しています。

▶問い合わせ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117

Vol.4

10月1日からふれあいバス・ふれあいタクシーの

運行見直しを行います

◆多久市ふれあいバス

運行時刻表については、曜日交互運行を廃止し、月曜日から土曜日まで、毎日同じ時刻表で運行します。(日曜日、元日は運休です)



東多久立山線	東多久駅、大工田西、両の原公民館、高木川内に新たなバス停を設置し、一部運行ルートを変更します。
西多久納所線	産業技術学院前にバス停を設置します。栄町地区内乗入を行います。(栄町バス停位置を変更します)
南多久岸川線	南多久公民館始発〜花祭〜東多久駅〜中小路を通るルートに変更します。高木川内(新バス停)にも停車します。

◆多久デマンドタクシー(愛称を「ふれあいタクシー」とします)

運行エリアを(1エリア)に変更し、運行日数を週3回(月・水・金曜日)に変更します。

また、対象行政区に居住されている人のほか、自宅から最寄のバス停まで相当の距離がある人は利用登録の対象とします。

※詳しい内容は市役所、各町公民館、ふれあいバス車内のパンフレットをご覧ください。

※ホームページ(お役立ち情報)でも確認できます。

▼問い合わせ 総合政策課 ☎75-2116



危険予測で安全確保

みんなで目指そう農作業事故ゼロ！

9月1日～10月31日まで「秋の農作業安全運動」が実施されています。

◆農業機械の作業で特に注意すべき事項

●県内でトラクター等の転倒、転落による死亡事故が発生しています。道路の路肩や、ほ場の出入口、傾斜地でのトラクター等の転倒、転落に十分注意しましょう。

※万一の場合に備えて、安全キャブ・フレーム、シートベルトを装着しましょう！

●トラクター等で道路を走行する時には、反射板や低速車マークを取りつけ、後方から追突されないよう十分注意しましょう。

●作業を始める前には、農機具の取扱説明書の確認や、整備点検を行い、安全な運転操作に努めましょう。

●機械の修理・点検や稲わら等を除去する時などは、必ずエンジンを停止させましょう。

●機械に衣服などが巻き込まれないよう、作業に適した服装で作業しましょう。

◆農業機械以外の作業で特に注意すべき事項

●脚立やはしご等を使って作業する場合は、落下や転倒をしないよう、足場に十分注意しましょう。

◆農業機械、その他作業に共通して注意すべき事項

●適度な休憩をとり、ゆとりをもって作業しましょう。



▼問い合わせ 農林課 農政係 ☎75-4825

第21回 多久市論語カルタ大会 参加者募集!!

■日 時 11月23日(月・祝)

12時30分～15時30分
■場 所 多久市立小中一貫校

中央校 中学部体育館
■対 象 保育園・幼稚園児・小学生・中学生・一般(高校生以上)

■募集期間 10月1日(木)～30日(金)

■参加・応募方法 市内保育園・幼稚園、小中学生、教育委員会、中央公民館に参加申込書を提出してください。

■対戦方法 各部門で対戦します。組み合わせは当日発表します。



▼問い合わせ 生涯学習課 社会教育係 ☎74-3241

「市長と語る会」を開催します

新たに始まるマイナンバー制度や多久市の課題・取り組み、今後の市政運営などについて、市長が直接市民のみなさんへ説明し、また意見交換を行う「市長と語る会」を開催します。

開催日	時間	場所
10月19日(月)	19時～ 20時30分	多久公民館
10月26日(月)		東多久公民館
10月27日(火)		南多久公民館
10月28日(水)		納所会館
10月29日(木)		北多久公民館
11月2日(月)		西多久公民館

▼問い合わせ 情報課 広報広聴係 ☎75-2280

国保通信



■問い合わせ

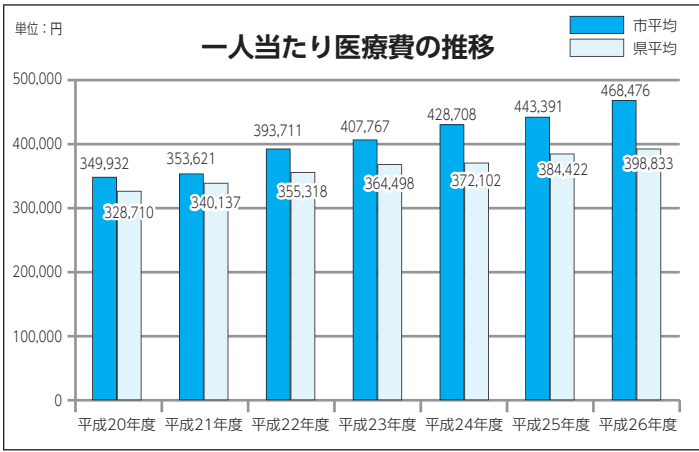
市民生活課 保険年金係

☎ 75-2159

医療費について考えましょう

国民健康保険制度（国保）は、病気やけがに備えて加入者のみなさんがお金を出し合い、お医者さんにかかる時の医療費を自己負担分で済み、安心して受診できるようにするための助け合いの制度です。

国保の財政は高齢化の進展や医療の高度化などにより医療費が年々増加し、極めて厳しい状況にあります。



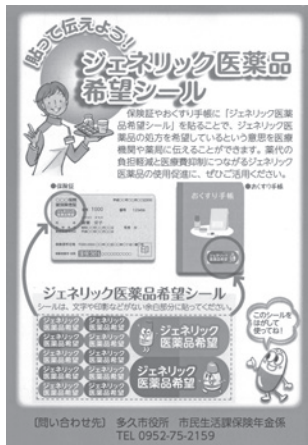
◇一人ひとりが健康な体を維持することが大切です。

生活習慣を見直し、病気を予防したり、年に一度は必ず健診を受けたりして、健康づくりに努めましょう。

◇ジェネリック医薬品（後発医薬品）を活用しましょう。

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、特許期間の過ぎた新薬（先発医薬品）と同じ有効成分を持った安価な処方薬です。「ジェネリック医薬品希望シール」を活用するなどして医師・薬剤師へご相談のうえご利用ください。

シールが新たに必要なのは保険年金係の窓口へお申し出ください。



内臓脂肪を減らして、健康を手に入れよう



自分の健診
結果から
生活を見直し、
健康を守りましょう

★健康に良い食品の落とし穴

「健康に良い」と聞くと、つい、量もたくさんとるようになります。

食べ物には、エネルギーのほかに「栄養素」があり、それぞれの役割を果たしています。からだを「作る」・「動かす」・「貯める」などを行います。

例えば、「牛乳」



牛乳には、「カルシウム」以外にも、「中性脂肪（油）」や「炭水化物（糖）」などが含まれています。

牛乳…1本 200ml
エネルギー…134kcal
カルシウム…220mg
炭水化物…9.6g
中性脂肪…7.6mg

次に、「コナツツオイル」

「コナツツオイル」に、多く含まれる中鎖脂肪酸は、消化吸収が早く、ケトン体になって消費されるため、蓄積される可能性の極めて低い油です。一般的な食用の油脂と比べると、中性脂肪になりにくく、皮下脂肪に蓄積しにくくなります。

しかし、「コナツツオイル」は、油ですから、カロリー・エネルギーはほかの食用の油と同じです。

10g=90kcal

脂質 9.8
脂肪酸 3.5

コナツツオイル

VS

サラダ油

10g=90kcal

脂質 9.7
脂肪酸 9.2

「コナツツオイル」を使うときは、「エネルギー」、「脂質（油）」のことも考える必要があります。

食べ物の量や取り方（種類）に偏りがあると、自覚症状がないまま、血液結果が基準値を超えて、生活習慣病になっていることがあります。

このことから、自分の食べ方や量があっているのか、まずは健診を受けて確認しましょう。

■問い合わせ 健康増進課

☎ 75-3355



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。
申し込みなどが必要ありません。就学前のお子さんは、保護者と一緒にあそびにきてください。

- 10月3日(土) スライムづくり
- 10月10日(土) おりがみあそび
- 10月17日(土) メルヘンタイム
- 10月24日(土) ハロウィン人形づくり
- 10月31日(土) 卓球であそぼう
- 11月7日(土) パラシュートづくり
- 11月14日(土) おりがみあそび

◆母と子のサロン・レクリエーション◆

親子でいっぱい楽しもう、ふれあい遊び
日時 10月13日(火) 10時～12時

- ※10時～10時30分 身体測定
- ※10時30分～12時 レクリエーション

場所 多久市児童館
対象 就学前の乳幼児とその保護者
講師 日本レクリエーション協会 森 恵美
内容 親子で一緒にふれあい遊び・リズム遊びをしながら楽しく遊ぶ

参加料 無料

■問い合わせ 児童館 ☎75-16621

子育て支援センター (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

人権教育 No. 222

「生」に必要としている人のために

商業施設などで、パーキングバミット専用の駐車スペースをよく目にするようになりました。

パーキングバミット制度は、身障者用駐車場を必要とする人(身体に障がいのある人、高齢者やケガをして一時的に歩行が困難な人、妊産婦、難病のある人、知的障害のある人など)に身障者用駐車利用証(バミット)を発行し、適正なスペースを確保するための制度です。

ある時、そのスペースに自転車やバイクが止められ、車2台分が駐輪場になっていました。このスペースを本当に必要としている人が使えなくなっていました。病气やケガな

どで障がいを持つことになる可能性は誰にでもあります。高齢になると、程度の差はあっても、体の機能が低下し、誰にでも何らかの障がいが見えるものです。誰にとっても、障がいとは身近なものであり、決して他人事ではないのです。

私の知人は、利用証を持っているにも関わらず、減多なことでは使おうとしません。「もつと本当に必要としている人のために、駐車スペースを確保しておきたいから」と。人が共に支え合い、助け合う事の大切さ、そして「恕」の心を行動で示してくれる人です。

日常生活の中で、相手の立場にたって行動するとき、社会をより良くする大きな「ちから」となると思っています。

社会教育指導員 野中久美子

市交際費の支出状況

▶平成27年度8月分

支出種別	区分	件数	金額(円)
弔慰	今月分 累計	22 29	49,872 99,072
見舞い	今月分 累計	0 1	0 10,000
御祝	今月分 累計	10 27	32,400 112,800
賛助	今月分 累計	0 2	0 8,000
激励金	今月分 累計	0 0	0 0
接遇	今月分 累計	0 37	0 95,346
会費	今月分 累計	7 23	47,500 111,000
その他	今月分 累計	0 3	0 12,800
合計	今月分 累計	39 122	129,772 449,018

◎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

市民文芸

短歌

《麦の芽短歌会 互選》

何処より濡し来しならん揚羽蝶
軒かげの竿に雨宿りする
田淵ミチ子

夫は耳を吾は眼を病みちぐはぐの
言葉交わしつ 八十路を歩む
川浪 信子

古い二人忘れの事の多くして
三歳児わらべにもどるが如し
福島那智子

遠慮する事しか知らぬ母なりき
節くれ指が哀しく浮かぶ
浦野 嘉恵

勘違い間違い間断なくおこる
これが呆けの始まりならんか
尾形 節子

俳句

《大石ひろ女 選》

鰯雲いつか一人となる二人
中嶋 清子

ひとり居の卓に酌みたるにぎり酒
倉成 皓二

腰折りて両手で掬ふ山清水
富樫 明美

鳥賊の目のしろがね色に干されけり
小川 鈴

星空をひとり占めして虫の宿
選者 吟

川柳

《多久市川柳会 互選》

柿たわわ過疎の村にもエネルギー
西山 残月

柿の葉のハラリと落ちて冬仕度
古賀ちひろ

柿熟し夕焼け空に溶けてゆく
田中 正春

若者の創る新語も辞書に載る
高塚チカ子

アルバムの剥した跡が気にかかる
井上 東子



スーパーティーチャー 西溪校・本村信教諭インタビュー



教員としての高い専門性に裏付けられた実践的指導力があり、児童生徒のために優れた教育活動を行っている教員を佐賀県教育委員会は、「スーパーティーチャー」として認証しています。

県内25人の「スーパーティーチャー」の一人で理科・ICT利活用エキスパートとして、西溪校小学部で3年生の担任を務める本村信教諭に、小中一貫校での理科におけるICT利活用の教育実践について取材しました。

Q: 学校教育でのICT利活用教育の意義と成果は?

A: 学習指導要領の中に「情報活用の実践力」「情報の科学的な理解」「情報社会に参画する態度」という3つの観点がある重要であると明記されており、佐賀県も先進的ICT利活用推進事業に取り組んでいます。

学校では、見ることが難しい月の動きや、昆虫の羽化の様子などインターネット上の画像や動画を電子黒板に映して児童に興味を持たせ、意識を集中させています。

Q: 「理科ばなれ」の状況はいかがですか?

■問い合わせ

教育委員会 学校教育課 ☎ 75-2227

10月の定例教育委員会のお知らせ

日時 10月8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



A: 学力状況調査の結果を見ても、小学生は好きと回答しており、嫌いというわけではありませんが、中学生になると内容が多岐になり、机上の授業が中心となることで嫌う傾向が出てきます。小中いづれも「観察や実験の結果を分析し、説明する力」に課題があります。

Q: 授業づくりで工夫していることは?

A: 3年生は、理科の最初の導入学年にあたります。

ショウリウウバツや種からヒマワリを育てるなど「本物」を重視した実験や観察を行っています。児童にはできるだけ直接体験させ、「不思議だな」と思う事象の提示の工夫に心掛けています。

Q: 今後の抱負は?

A: 楽しい授業の実践を心掛けていきます。

「本物」を使うことが難しい場面では、ICT機器を活用し、電子黒板の画像や動画で授業を行っていきます。実験・体験ができる教科が理科であり、実践内容を授業研究会等を通じて他の教師に伝えることも自分の使命だと思います。小中教員の乗り入れ授業など小中一貫教育を活かして、これらの実践が中学段階につながるよう努めます。



市長コラム Message for citizen

マイナンバー制度、 いよいよ発進

市長 横尾 俊彦

マイナンバー制度がいよいよ10月にはじまります。

行政サービスの向上に役立つ制度として、国民のニーズに対応し、迅速・公平・公正な行政サービスの提供を可能とする未来に向けてスタートするものです。市民の皆さんの事務手続き簡素化や、行政コスト削減もできるようになります。

10月5日の住所情報等にもとづき個人・法人に付番されます。まず通知カードが送付され11月頃皆さんに届きます。個人番号は個人に唯一無二で、今後重要ですので、大切に保管して下さい。マイナンバーが可能にする未来像を少し見てみましょう。

確定申告は、税務当局や市役所から個人のスマートフォンやパソコンに、前年分所得と源泉徴収等の情報が送信され、内容に誤りがなければチェックボックスをクリックすれば申告は完了。実に簡単です。これは既に番号制度を活用している国の例です。災害や遭難等の際、遭難者の既往病歴等の情報に基づき、その人に必要な薬品と専門医をヘリコプターで運び、救急医療提供。これも大切な対応で、これを実行している国があります。

年金等情報を自身で確認できたり、子育て支援情報等を適宜メールで受信することなども可能になるでしょう。

情報管理にも最高度のセキュリティ対策が施されます。また、自分の個人情報誰がいつ見たかも確認でき、不正ならすぐに訴えができる態勢も整えるなどの安全対策も完備されます。

まさに新たな行政サービスを可能にする社会基盤です。そのためにも「個人番号カード」申請が大切です。引き続き説明会や広報を行いますので、よろしく願います。



saturday

8/22

sunday

8/30

油絵と書、異色のコラボが実現！

「牛丸和人・山口芳水 二人展」

多久市まちづくり交流センター“あいぱれっと”で「牛丸和人・山口芳水二人展」が開催されました。絵画10点のほか、山口さんの書などが展示され、多くの人が訪れました。

この展覧会は、あいぱれっとを多久の文化の発祥地として、多久のアーティストの作品を市民に気軽に観てもらえる場所にしたい、という思いから、初めて行われたものです。展覧会では、牛丸さんの洋画・神仏画に、山口さんの書が融合した、新しい芸術作品が展示されました。この油絵と書のコラボは、牛丸さんが油絵に書を入れるという作風を模索していた時、書道家である山口さんと知り合い、実現しました。「油絵に書を入れるという初の試みは、さまざまな反応がありました」と話す牛丸さん。展覧会は好評のうちに終わりました。



▲牛丸和人さんと作品：風神蹴球之図

まちの話題をお寄せください!!

情報課 広報広聴係 ☎75-2280 / FAX 75-2110



多久市そうじの会

「道路功労者表彰」を受賞！

Thursday

8/28

多久市そうじの会（山崎昌治会長）が、公益財団法人日本道路協会から県内で唯一「道路功労者表彰」を授与されました。これは、道路愛護、美化保全などに尽力した団体や個人に贈られるもので、同会は平成9年10月に活動を始め、平成14年から“ボランティア・サポート・プログラム”の協定を締結し、市内全域の国道を活動拠点として、道路環境づくりに尽力した功績が認められました。

伝達式では、佐賀国道事務所柳田誠二所長が「我々としても嬉しい受賞。活動に感謝します」とあいさつ。賞状と記念品が贈られました。山崎会長は「美しく綺麗なまちにしようという気持ちで頑張ってきました」と話されました。

地域を見守る強い味方

「高齢者見守り活動」の協定締結

Thursday

8/28

多久市は「高齢者見守り活動」等に関する協定を株式会社セブンイレブンジャパンと第一生命保険株式会社佐賀支社と結びました。

この協定は、一人暮らしの高齢者など支援が必要な人の異変を早期に発見し、行政や医療機関などに連絡してもらうなど、見守り支援体制の強化を目的にしたものです。

東多久店オーナーの永渕弘文さんは「私たちが出来ることに対応していく。少しでも協力していきたい」。

内木場信篤佐賀支社長は「これまでも地域に密着した健康増進などの取り組みを行っている。女性スタッフが多いので、女性ならではの感性で対応していきたい」と話されました。

▶(株)セブンイレブンジャパン



▶第一生命保険(株)佐賀支社



▶ 間伐材を使った
コースター作り



Saturday
9/5

多久市に緑の贈り物

「第40回ふれあいグリーンキャンペーン」が開催

トヨタ自動車株式会社と佐賀トヨペット株式会社では、緑環境の保全と環境緑化推進を目的に県内で植樹活動の一環として「ふれあいグリーンキャンペーン」を実施されています。40回目を迎えた今回は、多久市にヤマツツジ、ヤマモミジ、ヨドガワツツジなど360本が寄贈されることとなり、内田健社長から横尾市長に目録が手渡されました。

式典当日は中央公園の見晴らしの良い場所に、孔子にちなんだ「楷の木」が植樹されました。

その後、間伐材を利用したコースター作りが行われ、参加した子ども達は協力しあいながら、楽しく完成させていました。

▶ 植樹した楷の木の前で記念撮影



友だち、たくさんできたよ！

子ども達の「生きる」力を育てる通学合宿

今年で17回目となる通学合宿が東原庫舎で行われ、市内の小学3～5年生、27人が参加しました。これは、3泊4日寝食を共にし、学年や学校の違う友人と一緒に生活をしながら、がまんしたり、ゆずりあったりする体験を通して、思いやりの心を育む場となっています。子ども達は班の中で役割を分担し、互いに協力し合って過ごしました。

また、多久高校の生徒会から4人がボランティアで参加し、班のリーダーとして子ども達と関わっていました。

参加した子どもは「新しい友だちができて、とっても嬉しい」「楽しかった！帰りたくない」と感想を話してくれました。

Wednesday
9/16

Saturday
9/19



▲開校式で真剣に話を聞く子どもたち



「多久スポーツピアジュニアバドミントン」が快挙！

全国大会での活躍も光る 実力派バドミントンクラブ

設立25年の「多久スポーツピアジュニアバドミントン」の活躍が光ります。小学1年生から中学3年生まで43人の部員が所属し、田中昌樹コーチの指導の下、日々真剣な練習に取り組んでいます。

〈全国ABC大会〉

Bの部・田中陽樹くん(小4)…全国ベスト16

Cの部・吉次和義くん(小2)…全国ベスト16

〈全日本ジュニアバドミントン選手権 県予選大会〉

1位 田中果帆さん(中2)…全国大会出場

〈全九州小学生バドミントン九州大会 選考会〉 出場決定

シングルス 2位 大川内奏羽さん(小6)、荒川佳輝くん(小6)

1位 田中陽樹くん(小4)、3位 藤木大翔くん(小4)

ダブルス 2位 坂本燎亮くん・辛川友斗くん組(小4)

3位 辛川美結さん・周藤妃南さん組(小6)

♡妊娠届はお早めに♡

《持ってくるもの》

妊娠届出書
印鑑

《交付されるもの》

母子健康手帳、
妊婦健診補助券



お母さんと赤ちゃんをつなぐ胎盤のこと、お母さんの体の変化やお腹の赤ちゃんの成長についてお話しします。

40歳～74歳の国民健康保険加入者へ

特定健診は医療機関での受診になります

まだお済みでない人は、県内の指定医療機関で受診する個別健診を受けてください。個別健診は、事前に医療機関への予約が必要です。

■健診内容

血液検査、尿検査、血圧、身長、体重等

■持っていくもの

国民健康保険証、特定健診受診券

※受診券を紛失した人は再交付できますので、健康増進課へご連絡ください。

■料金 1,000円

歯周病は歯ぐきの腫れ、出血だけでなく、口臭などの症状があるものの、自覚症状は乏しいため、知らないうちに進行している場合があります。また、歯周病は、糖尿病など全身の病気とも深く関連していますので、若いうちから定期的に検診を受ける習慣を持ち、お口の健康を保つよう心がけましょう。

市では、歯周疾患（歯周病）検診を実施しており、対象となる人は費用の助成があります。節目の年にお口の健康から見直してみませんか？

健康



問 健康増進課 ☎75-3355

歯周疾患（歯周病）検診のすすめ

お口のチェックは

していますか？



【対象者】

平成27年4月1日～平成28年3月31日までの間に、40、50、60、70歳の誕生日を迎える人

【検診内容】

問診・口腔内検査・ブラッシング指導

【検診料】

500円

通常4,000円程度かかります。

※要治療となった場合、治療にかかる費用は別途必要です。

【実施医療機関】 ※要予約	電話番号
井上歯科医院（北多久町）	74-3333
うえつはら歯科医院（北多久町）	75-5170
木下歯科クリニック（東多久町）	76-4970
副島歯科医院（北多久町）	75-2824
たく歯科クリニック（多久町）	75-6262
松尾歯科医院（北多久町）	75-2230

■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
10/4 ㊦	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
	池田内科・胃腸科医院（内科）	北多久町 ☎71-9355
10/11 ㊦	まなべ消化器内科クリニック（内科・消化器内科・外科）	三日月町 ☎72-3636
	江口医院（内科・小児科）	東多久町 ☎76-2137
10/12 ㊦	まえだ脳神経外科・眼科クリニック（脳神経外科）	三日月町 ☎72-6101
	多久生協クリニック（内科・小児科）	東多久町 ☎76-3177

月 日	医療機関名（診療科）	所在地&TEL
10/18 ㊦	はやしだ耳鼻咽喉科（耳鼻咽喉科）	三日月町 ☎72-8741
	坂田整形外科（整形外科）	三日月町 ☎72-5155
10/25 ㊦	鶴田整形外科医院（整形外科）	牛 津 町 ☎66-4114
	中多久病院（精神科）	北多久町 ☎75-4141
11/1 ㊦	伊東医院（内科・整形外科）	小 城 町 ☎73-3235
	諸隈病院（内科・外科）	北多久町 ☎74-2100
11/3 ㊦	徳富医院（産婦人科・内科）	芦 刈 町 ☎66-1547
	豊田医院（内科）	小 城 町 ☎72-2031

※診療科未定の当番医は、当日お問い合わせください。
※QRコード対応の スマートフォンをお持ちの人は、右のQRコードを読み取るとアクセスできます。



■各種スケジュール

母と子の教室や健診

会場は母子健康センターです

日程	事業名	受付時間	持参するもの	対象者
10/ 5 (月)	乳児健診	13時～13時20分	母子手帳、問診票、赤ちゃんファイル	H27.5.1～H27.6.30 生まれ(個人通知)
15 (木)	すくすく子育て相談会	予約制	母子手帳	就学前まで(要予約)
16 (金)	すくびょん相談	13時30分～14時	母子手帳、問診票	H26.12.1～H27.1.31 生まれ(個人通知) その他希望者(乳児～就学前幼児)
21 (水)	発達相談	予約制	母子手帳	就学前まで(要予約)
29 (木)	3歳半児健診 フツ化物塗布	13時～13時20分	母子手帳、問診票、尿、赤ちゃんファイル	H24.3.1～H24.4.30 生まれ(個人通知)
11/12 (木)	1歳半児健診 フツ化物塗布	13時～13時20分	母子手帳、問診票、尿、赤ちゃんファイル	H26.3.1～H26.4.30 生まれ(個人通知)

健診結果説明会

* 結果は郵送せず、説明してお返しします

日程	場所	時間	持参するもの	対象者
10/10 (土)	母子健康センター	9時～11時30分	健康手帳 おくすりノート	9月6・7日に健診を受けた人 ※ひとり30分程度 要予約
11 (日)		13時～16時		
13 (火)				

がん検診

日程	場所	受付時間	持参する物	検査項目・事業名/対象者
10/ 1 (木)	南多久公民館	8時～11時 ※乳がんのみ 10時30分終了	★案内通知 ★健康保険証 ・健康手帳 ・健診料金(受診項目分) ★乳、子宮、大腸の無料クーポン券(該当者のみ)	結核(65歳以上・無料) 胃がん(40歳以上・900円) 子宮がん(20歳以上女性・600円) 肺がん(40歳以上・レントゲンのみ200円、レントゲンと喀痰700円) 大腸がん(40歳以上・500円) 前立腺がん(50歳以上男性・500円) 乳がん(40歳代女性・800円・要予約)(50歳以上女性・500円・要予約) 骨粗鬆症(40～74歳・300円) 肝炎ウイルス検査(新規受診者・無料)
2 (金)	南多久公民館			
4 (日)	母子健康センター			
6 (火)	↑			
7 (水)	東多久公民館			
8 (木)	↓			
9 (金)	↓			
26 (月)	↑			
27 (火)	多久公民館			
28 (水)	↓			
11/13 (金)	↑			
15 (日)	↑			
16 (月)	母子健康センター			
17 (火)	↓			
18 (水)	↓			



インフルエンザの流行期を前に予防について再確認!

- ◆日頃から手洗いやうがい、予防接種を受けて、予防しましょう
- ◆流行期は、人込みを避け、外出時にはマスクを着用しましょう
- ◆室内では湿度管理や換気に努めましょう

◎高齢者のインフルエンザ予防接種費用助成

10月1日から12月31日までの間、65歳以上の人は、インフルエンザ予防接種を自己負担額1,200円で受けることができます。

詳しくは、今月配布する平成27年度「高齢者インフルエンザ予防接種説明書」をご確認ください。

より効率的な接種を!!

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月間とされています。

インフルエンザが流行する前の12月中旬までの間に接種を受けておくことが望ましいとされています。

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

みなさん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)

多久市 すくすく健康プラン

- ☆ 早寝・早起き・朝ごはん!
- ☆ 両手いっぱいの野菜を食べよう!
- ☆ タバコの害をなくそう!

みんなでとりくみましょう!!



認知症を知る

～認知症を予防する食習慣～

認知症予防には、朝・昼・晩とバランスよく食べることは、心身を元気にして、衰弱を防ぎます。血管の老化を防ぎ、認知症予防に効果があると考えられる食材・成分を意識してみませんか？

野菜やくだものに含まれているビタミンC・E、βカロテンなどには抗酸化作用があり、ミネラル、食物繊維が豊富なので、体調を整え、お通じをよくする効果もあります。



特に緑黄色野菜はトマトに含まれるリコピンなど、脳細胞や血管に害を与える活性酸素を取り除くポリフェノールが多く含まれているため、積極的に摂りましょう。

サバやイワシ、アジなどの青背の魚に多く含まれる不飽和脂肪酸のEPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)には、神経細胞を保護する効果や動脈硬化を予防する効果があり、脳の神経伝達を活性化させて、脳の血流をよくする効果があるといわれています。積極的に食卓にのせましょう。



青背の魚を食べる機会を増やしましょう



緑黄色野菜をたくさん食べる意識をしましょう！



よく噛んで、ゆっくり時間をかけて食べ、水分補給も忘れずに

肥満は、脳血管性認知症の原因となる脳卒中を誘発します。ゆっくり時間をかけて食べることで満腹中枢が刺激され、食べ過ぎや肥満を防ぐことにつながります。また、かむ行為が脳の血流を増やし、脳への刺激にもなります。

水分が不足し脱水に体が傾くと、脳の認知機能が衰えたり、血管が詰まりやすくなり、認知症のきっかけともなったりします。食事の前後や入浴の前後、寝る前などお茶や水でこまめに水分を補給しましょう。



10・11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 10月1日・8日・15日・22日

11月5日・12日・19日・26日

【初心者】9時30分～10時30分
【経験者】10時45分～11時45分
■場所 スポーツぴあ(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 10月2日・9日・16日・23日

11月6日・13日・20日・27日

【初心者】13時30分～14時30分
【経験者】14時45分～15時45分
■場所 スポーツぴあ(ゆめひろば)

家族介護教室

■日時 10月3日(土)

13時30分～14時30分

■場所 社会福祉会館

■テーマ 「医療と介護の連携つてなに？」～高齢者の暮らしを支える地域包括ケア～

■講師 多久市在宅医療連携ネット

ワーク「ちくたくネット」

■参加費 無料

※今は介護をしていない人もお気軽に！参加ください。

『介護の日』記念イベント

に参加しませんか？

介護について知ってもらい、在宅で高齢者を介護している人とその家族、周りで介護を支える専門の人をサポートするために、毎年『介護の日』にイベントを行っています。



- 日 時 11月6日(金) 13時10分～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)
- 入場料 無料

《記念講演会》

第1部『大家族 支え愛、見守り愛、励まし愛』

【講師】^{にしかわ}西川ヘレン さん (タレント)

第2部『認知症の方への関わり方』

【講師】^{いちまる のりみ}市丸 徳美 さん (認知症看護認定看護師)
(介護老人保健施設ケアコートゆうあい)

《介護に関する相談会》

- ・介護相談コーナー
- ・介護福祉用具展示
- ・介護福祉士養成学校案内、相談



問い合わせ 佐賀県介護保険事業連合会
☎36-9368 FAX 36-9369
または、佐賀中部広域連合 給付課 包括支援係
☎40-1134 FAX 40-1165

「介護の日」無料相談会を開催します

日頃の介護について、理解と認識を深めていただく機会に、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。



■問い合わせ
佐賀県介護保険事業連合会
☎36-9368

日 時	場 所
小城・多久地区 11月11日(水) 10時～16時	ダイレックス三日月店（店舗出入口周辺） 小城市三日月町長神田2371

■指定管理者募集のお知らせ

老人福祉センター「むつみ荘」の、指定管理者募集を行います。募集要項等の詳細は、多久市HPに掲載しますので、ご覧ください。

- 施設 名：多久市老人福祉センター「むつみ荘」
- 指定予定期間：平成28年4月1日から平成33年3月31日まで
- 問 い 合 せ：福祉課 高齢・障害者福祉係 ☎75-4823

市民公開講座のお知らせ

いのちを受け止めるまちづくり ～地域で支える医療と介護の連携～

- 日時 11月29日(日) 開場13時
13時30分～16時30分
- 場所 小城市生涯学習センター
「ドゥイング三日月」多目的文化ホール
- 参加費 無料
- 内容
 - ・基調講演「治療と療養を支える緩和ケア」
 - ・シンポジウム「小城市であった医療と介護の連携の一事例（仮）」

※当日のパソコンは無料で貸出します。

- 申込先 〒846-1850-1
(住所の記入は不要) 多久市役所福祉課 地域包括支援係
- 受講料 500円 (1コース5日分) テキスト代が1,296円、CD-ROM代が30円別途必要。ただし、第1・2回に参加された人はテキスト代不要。
- 申込期間 10月1日(木)～9日(金) (当日消印有効)
- 日時 10月26日(月)～30日(金)
- 場所 市役所4階 大会議室
- 申込方法 郵便はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、郵送してください。

第3回 高齢者パソコン教室

■対象者 65歳以上の多久市民でワープロソフトの使い方に興味がある人（中級～上級）



第52回佐賀県精神保健福祉大会を開催します

県民一人ひとりが心の健康に留意してその保持増進に努めるとともに、精神保健福祉や精神障害者に関して、理解と認識を深める場として、精神保健福祉大会を開催します。

日時 11月11日(水) 13時～16時
(展示、即売は11時30分～)

場所 白石町総合センター

内容 講演「亭主が変われば日本が変わる」

講師 全国亭主関白協会
会長 天野周一さん

アトラクション

「かしまんにわか」

演者 かしまんにわか一座

販い商 はっぴい♡かむかむ
障害者の作品展示・販売など

入場料 無料

問 佐賀県 障害福祉課 ☎25-7064

納所おくんち前夜祭

納所の空に響く笑い声 おくんちの幸をおすそわけ

日時 10月18日(日) 18時～19時

場所 納所会館

参加費 無料

内容 佐賀にわかと講演

出演者 きんちゃん一座

問 納所交流センター ☎76-5370

その他

老人福祉センターむつみ荘 10月の無料送迎バスの運行日

日程	運行
8日(木)	四下・岸川・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(四下地蔵前9時発)
22日(木)	メイプルタウン大工田方面(メイプルタウン公民館前10時発)
27日(火)	東多久方面
28日(水)	南多久方面(谷下8時55分発)

問 むつみ荘

☎75-3701

司法書士による 「成年後見制度入門講座」

日時 11月7日(土) 13時～17時

会場 佐賀市川原町2番36号

佐賀県司法書士会館

申込方法 電話による受付(定員50名になり次第受付終了)

受講料 無料

講座内容

①「成年後見人って、何だろう」

②「福祉の現場から見た成年後見」

③「後見制度のじょうずな活用法」

講座内容が変更になる場合があります。

また、当日司法書士による無料相談を行います。

問 (公社) 成年後見センター・リーガルサポート佐賀支部 ☎29-0626

※毎週火曜日18時から19時30分まで成年後見・相続・遺言電話無料相談(☎29-0635)を実施しています。

精神保健「患者・家族講座」のご案内

佐賀中部保健福祉事務所では、精神疾患で治療中(統合失調症や躁うつ病など)の人やご家族を対象に、「患者・家族講座」を開催します。

場所 佐賀中部保健福祉事務所

時間 13時30分～15時
(受付13時15分～)

日程

○10月14日(水)

「精神疾患について」(精神科医師)

○10月20日(火)

「家族の対応の仕方について」
(作業療法士)

○10月29日(木)

「地域生活で利用できるサービス」
(精神保健福祉士)

※内容は変更になる場合があります。各講座後には参加者の交流会も予定しています。参加希望の人は、開催日1週間前までに申し込みください。1回のみ参加も可能です。

問 佐賀中部保健福祉事務所
精神保健福祉担当 ☎30-1691

第45回佐賀県人権・同和教育研究大会

「人権教育・啓発・まちづくりをすすめていくために、学校・家庭・地域の連携の在り方を明らかにしよう!」を大会のテーマに「行動につながる学びづくり」や「子ども支援・家庭支援」など実践報告があります。

日時 10月20日(火) 9時30分～16時

場所 玄海町町民館ほか

参加費 1,500円(資料代含む)

参加対象 どなたでも参加できます

問 佐賀県人権・同和教育研究協議会事務局 ☎62-6434

ご存じですか?労働委員会 ～労使間のトラブル 気軽にご相談を～

佐賀県労働委員会では、解雇や賃金未払いなど、労使間のトラブルについて、「あっせん」制度により公正・中立な立場で、解決のお手伝いをします。電話、来所での相談を年間を通じ平日の8時30分～17時15分まで無料でお受けしています。秘密は厳守されます。

◎労使間のトラブル相談重点受付週間の開催

下記期間は、平日は時間を延長して、また週末も相談を受け付けます。

期間 10月19日(月)～10月25日(日)

平日 8時30分～19時
(来所の受付は18時)

土日 9時～17時
(来所の受付は16時)

問 佐賀県労働委員会事務局 ☎25-7242

『Hello!多久』好評放送中

F M佐賀77.9MHz 毎週月曜

♪ お昼12時～12時30分 ♪

♪ 番組へのリクエストやメッセージは ♪

✉ taku@fmsaga.co.jp ☎0952-25-1462

みなさん!市報多久に広告を掲載しませんか?

新たな財源の確保や地域経済の活性化を図るため、「市報多久」に有料広告枠を設け、掲載する広告を募集しています。

多久市では2色刷A4版5段組み1段を1枠とし、1ページ当たり2枠を限度とします。

掲載料 1枠(A4版5段組み1段)あたり8,000円

掲載枠 2分の1枠(4,000円)、1枠(8,000円)、2枠(16,000円)のいずれか

掲載枠縦横幅 2分の1枠(縦42ミリメートル×横87ミリメートル)、

1枠(縦42ミリメートル×横177ミリメートル)、2枠(縦88ミリメートル×横177ミリメートル)

発行部数 約8,000部 **発行日** 毎月1日発行

広告

サイズ1枠	サイズ1/2枠	サイズ1/2枠
-------	---------	---------

ここに掲載します

問 = 問い合わせ先 申 = 申し込み先

募集

自衛官募集案内説明会を開催します！

自衛隊は、国民の生命・財産と領土・領海・領空を守ることを任務としています。自衛官等の募集に関する各種説明を行いますので、興味・関心がある人の参加をお待ちしています。

多様な職種

陸・海・空自衛隊それぞれに多様な職種があり、一人ひとりの実力が発揮できます。

給与・各種手当

基本給与のほか、年2回の期末・勤勉手当が支給されます。

このほか、職種により手当が支給されます。

各種資格免許

自衛隊では職種により、各種資格免許を取得することができます。

日時 11月7日(土) 11時～15時
※都合のいい時間帯にご参加ください。

場所 多久市中央公民館

第二研修室

参加費 無料(個別に説明を行います)

問 佐賀地方協力本部 募集課

☎24-2291

創業セミナー参加者募集！

～未来へ向けたあなたの第一歩を応援します～

佐賀県商工会連合会と多久市商工会では、市内における新規創業を促進するため、創業セミナーを開催します。

対象 創業に関心のある人
創業後まもない人

日時・内容・講師

1日目 10月27日(火) 18時30分～21時
創業への心構えとその意義について
(オフィス未来 麻生祥三郎さん)

2日目 10月29日(木) 18時30分～21時
記帳・税務の基礎知識

(池田和夫税理士事務所 池田和夫さん
創業関連融資公庫佐賀支店 恩地貴彦さん)

3日目 10月31日(土) 9時30分～16時30分
事業計画の考え方・作り方
(オフィス未来 麻生祥三郎さん)

場所 唐津東商工会

参加費 無料

募集定員 15人

問 佐賀県商工会連合会 指導課

☎26-6101

多久市商工会 ☎74-2144

催し

多久市文化祭り

第11回囲碁将棋大会を開催します

多久市囲碁将棋連盟では、囲碁将棋文化の発展のため、多久市文化祭りにあわせ大会を開催します。

日時 10月24日(土) 9時受付
10時試合開始

場所 多久市老人福祉施設センター
むつみ荘

参加料 1,500円(会員1,200円)

申込締切 10月16日(金)まで

申込先 むつみ荘 ☎75-3701

問 多久市囲碁将棋連盟

(担当: 米倉武司) ☎090-5928-8049

第45回多久まつり

今年の多久まつりは、「祭りであつなごう笑顔の輪」をテーマに、多久駅周辺で、各種イベントを開催します。詳しい内容は、全世帯配布のチラシをご覧ください。

日時 10月24日(土) 10時～

25日(日) 9時30分～

場所 JR多久駅周辺

問 多久祭り振興会事務局

☎75-2117

多久聖廟秋季釈菜・第25回孔子祭

多久聖廟創建から約300年間にわたり、毎年春と秋に孔子とその高弟(顔子・曾子・子思子・孟子)を祀る伝統行事『釈菜』を開催しています。

開催日 10月25日(日)

10時30分～13時(雨天決行)

※式典終了後、12時～15時まで廟内の見学もできます。

問 (公財) 孔子の里 ☎75-5112

第2回骨董&蚤の市 in 多久聖廟
同時開催TAKUフリマ

さまざまな骨董品や懐かしのアンティークの数々や古道具などが販売されます。今年はフリーマーケットとマルシェも同時開催となり、約50店舗の出店を予定しています。

開催日 10月25日(日)

9時～16時(雨天決行)

場所 多久市物産館『朋来庵』

南側自由広場

問 多久市観光協会 ☎74-2502

広告

STB登録取付費 ~~5,184円(税込)~~ 無料キャンペーン開始!!

ケーブルテレビ新規加入 半額 キャンペーンも同時実施中!!

通常 64,800円(税込) ⇒ 32,400円(税込) (平成27年10月1日～11月30日)

STB(セットトップボックス) レンタルにデジ録(HDD)登場!! ※レンタル保証金10,000円(解約時に返金)

リモート視聴が可能

スマホやタブレットで外出先でも
お好きなときに番組視聴できます



HDD500GB

トリプルチューナー搭載

番組を見ながら、2つの裏番組を
同時録画できます

STB月額利用料(1台目) 1,200円(税込1,296円) + レンタル料 700円(税込756円) ⇒ CS・BS 45ch

(2台目以降) 1,400円(税込1,512円) + レンタル料 700円(税込756円)

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、情報課 広報広聴係 ☎75-2280 ✉koho@city.taku.lg.jp

- 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。
 ○詳しい番組の放送時間・内容はホームページまたは佐賀新聞第2テレビ欄をご覧ください。
 デジタル放送では電子番組表(EPG)でも確認できます。

1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
6:00 ~		おくやみ情報／多久市広報番組ほか						
7:00 ~		コミュニティ番組①			コミュニティ番組②			コミュニティ番組①
9:00 ~		おくやみ情報／多久市広報番組ほか						
10:00 ~		コミュニティ番組①			コミュニティ番組②			コミュニティ番組②
12:00 ~		Hello! 多久	おくやみ情報／多久市広報番組ほか				佐賀新聞テレビタ刊	
13:00 ~		ショッピングチャンネル						
14:00 ~		コミュニティ番組①			コミュニティ番組②			コミュニティ番組①
16:00 ~		おくやみ情報／多久市広報番組ほか					佐賀新聞テレビタ刊	
19:00 ~		コミュニティ番組①			コミュニティ番組②			コミュニティ番組②
21:00 ~		ショッピングチャンネル						
22:00 ~		おくやみ情報／多久市広報番組ほか						
23:00 ~		コミュニティ番組①			コミュニティ番組②			コミュニティ番組①
26:00 ~		ショッピングチャンネル						

今月のコミュニティ番組のご案内

1日(木)~3日(土)	☆うまりポ!武雄編	■第53回多久市消防訓練大会
5日(月)~7日(水)	☆佐賀県警安全安心だより	■多久町民体育大会
8日(木)~10日(土)	■学校給食センター 親子でうきうき地産地消クッキング	
12日(月)~14日(水)	☆うまりポ!伊万里編	■東多久八幡神社祭
15日(木)~17日(土)	☆うまりポ!伊万里編	■東部校 いのちの授業
19日(月)~21日(水)	☆佐賀県警安全安心だより	■なつかしビデオ
22日(木)~24日(土)	☆佐賀県警安全安心だより	■中央校中学部 芸術鑑賞
26日(月)~28日(水)	☆うまりポ!唐津編	■太平庵 酒蔵落語
29日(木)~31日(土)	☆うまりポ!唐津編	■市内ニュース・話題を紹介



【長崎ケーブルメディア制作】秋祭り生中継 長崎から生中継!

- 長崎くんち「くんちの夕べ」:10月7日(水) 17時~20時(予定)
 ●竹ン芸 :10月14日(水) 20時~20時30分

※雨天・荒天時変更あり

多久市広報番組

TAKU-SUN インフォメーション

4月より番組タイトルをリニューアル!番組コーナーも一新。
 毎週水曜日に番組内容を更新します。
 出演者も募集中!みなさんからの情報発信をお待ちしています。

■ボケスタ収録日:毎週水曜日

■問い合わせ・申し込み 情報課 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
2 階	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
3 階	農林課	☎ 75-4825
	農業委員会事務局	☎ 75-4831
	管財係（財政課）	☎ 75-2132
	契約検査係（財政課）	
	情報課	
	情報推進係	☎ 75-2114
	広報広聴係	☎ 75-2280
	議会事務局	☎ 75-4828
	総務課	
	行政係	☎ 75-2112
4 階	人事係	☎ 75-2115
	秘書係	☎ 75-2115
	選挙管理委員会事務局	☎ 75-4829
	防災安全課	☎ 75-2181
	総合政策課	☎ 75-2116
	財政課	☎ 75-2118
	広域クリーンセンター推進課	
	推進係	☎ 75-2217
	教育委員会事務局	
	教育総務課	☎ 75-3450
東 庁 舎	学校教育課	☎ 75-2227
	監査委員事務局	☎ 75-4830
	水道課	
	管理係	☎ 75-3003
	工務係	☎ 75-8433
	都市計画課	
	都市計画係	☎ 75-4827
	区画整理係	☎ 75-8440
	下水道係	☎ 75-2179
	中央公民館	
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

Monthly Schedule

10月

催し & 相談スケジュール

催し

日付	内 容	場 所	時 間	問い合わせ
1日☾	第68回 県民体育大会 多久市選手団結団式	天山カントリークラブ	18時30分～	生涯学習課
3日☽	天 山 祈 念 碑 祭	天山山頂	11時～	商工観光課
4日☽	東 多 久 町 民 体 育 大 会	東部校	8時30分～	東多久公民館
8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・同和对策課
11日☽	北 多 久 町 民 体 育 大 会	北多久運動広場	8時～	北多久公民館
17日☽～ 18日☽	第68回 県民体育大会	鳥栖市、神埼市、 吉野ヶ里町、基山町、 上峰町、みやき町	—	生涯学習課
24日☽～ 25日☽	第45回 多 久 ま つ り	JR多久駅周辺	10時～	商工観光課
25日☽	秋 季 釈 菜 ・ 孔 子 祭	多久聖廟	10時30分～	生涯学習課
25日☽	第2回 骨董 & 蚤の市 in 多久聖廟	多久市物産館 「朋来庵」 南側自由広場	9時～16時	商工観光課

相談

日付	内 容	場 所	時 間	問い合わせ
1日☾、11/2日☽	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
7日水、21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日月	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
19日月	法律相談 (司法書士)	大会議室東	(受付)13時～15時	総務課
19日月	登記相談	大会議室東	(受付)13時～15時	総務課
21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
21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
21日水	法律相談(弁護士)	第2委員会室	(受付)13時～14時30分	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
月・水・木	★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27年9月1日現在◇

総 数…20,278人(－5) 男…9,476人(－12) 女…10,802人(＋7)
世 帯…7,797世帯(＋12) ※ () は前月との比較

◇平成27年8月の異動◇

出生…7人 死亡…21人 転入…57人 転出…48人

材料 (4人分)

- ベーコン：52g
- にんじん：40g
- 玉ねぎ：120g
- ジャガイモ：100g
- 大豆（ゆで）：32g
- マカロニ（乾）：20g
- オリーブ油：小さじ1/2
- にんにく：1.2g
- パセリ：1.2g
- 粉チーズ：4g
- トマト缶詰（ホール）：40g
- トマトケチャップ：大さじ1と小さじ1
- 固形コンソメ：2g
- ガラスープ：30cc
- 水：400cc
- 食塩：1.2g
- こしょう：少々
- 砂糖：小さじ1/2

作り方

- ① にんにくとパセリはみじん切りにし、Aはさいの目切りにする。
- ② 大豆は水を切っておき、マカロニは固めに茹でておく。
- ③ 火にかけて鍋にオリーブ油とにんにくを入れて、にんじくの香りが出てきたらベーコンをいれてよく炒める。
- ④ Aと大豆を入れて軽く炒め、Cを加えて煮る。
- ⑤ Aに火が通ったら、Bを加える。
- ⑥ 塩・こしょう・砂糖で味を整える。



多久市学校給食センターのみなさん

学校給食のメニューを紹介します。ミネストローネは、野菜を美味しくたくさん食べられる料理で、ご家庭でも簡単に作ることができます。今回の分量は、小学生が食べている量です。

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。

ハサミで切り取って、レシピ集を作りましょう。✂



すくすくたくっ子

はいぽーず



のなか りょうが
野中 陵牙くん
(7歳)

れいあ ちゃん
鈴朱 ちゃん
(2歳)



陵牙くんはしっかり者で優しいお兄ちゃん。バドミントンに夢中で、家でも素振りをするがんばり屋さん。元気いっぱい鈴朱ちゃんは家族のムードメーカー的存在でみんなを明るくしてくれます。

パパ・ママから

いつも仲良しな2人。さらに仲良く、優しい人に育ってね★

(東多久町大門) パパ/祐喜さん ママ/友紀さん

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

はなしま ゆいた
花島 惟太くん
(5歳)

しおん ちゃん
汐音 ちゃん
(3歳)



サガン鳥栖ファンの2人！惟太くんの夢はゴールキーパーで、豊田選手のボールをキャッチする練習をしています。ダンスが大好きな汐音ちゃんはサガントーナが大好き♡

パパ・ママから

人のことを思いやり、大人になってもみんなから愛される人になるよう、願っています。

(北多久町メイプルタウン) パパ/文雄さん ママ/京子さん