

特集

人のつながりから昔のような活気を
—中多久マーケット—



INDEX

- 04 — 里親制度をご存知ですか～
- 05 — ジェネリック医薬品に関するお知らせ
- 06 — 多久市にファミリー・サポート・センターが平成29年4月スタート!
- 07 — 長期間使用している家電の発火に注意
- 08 — 児童扶養手当額が改正されます
- 09 — 戦没者等の遺族への特別弔慰金の請求を受け付けています
- 10 — 8月は佐賀県同和問題啓発強調月間です
- 13 — 国保通信
- 15 — 小中一貫教育連載No.41
多久市の特色ある教育【論語】
- 16 — まちのわだい
- 18 — 健康ノス・メ
- 20 — Hello! 福祉 実践! いきいきセカンドライフno.5
「食べること」は、生きる礎。
- 22 — 各種お知らせ



市報たくが
スマートフォン
でも読めます

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

みんなで楽しく
作ってます！



人のつながりから 昔のような活気を

—中多久マーケット—



よねみつ まさ ゆき

米満 正幸さん

中多久マーケット代表



唐

津線・中多久駅から北へ2000メートルほどの、住宅街の中に昭和レトロな雰囲気を感じられる一角が残っています。この場所こそ、50年以上の歴史がある中多久マーケット。昭和20年代から30年代にかけて、市が炭鉱で栄えたときは大いに賑わっていました。しかし時がすぎ、昔ほどの活気がなくなった現在「以前のよう盛りにガリをふたたび！」と立ち上がったのが中多久マーケット組合長の米満正幸さん。流しそうめん、ハロウィン、魚の解体ショーなど、定期的に（現在は2か月に1回）趣向を凝らしたイベントを企画し、フェイスブックなどで参加者を呼びかけています。

ちようごこの日は「手づくりギョウザ」のイベント当日。あたりには食欲をそそる、旨みと香ばしさが漂います。男性たちはお酒を片手にギョウザをほおぼり、女性たちは楽しいおしゃべり、そして子どもたちは走りまわって鬼ごっこ。それぞれの楽しみ方でイベントを満喫していました。

「このようなイベントを通して、まず中多久マーケットを知ってもらいたいな」と思っています。「こんなお店があるんだ」と知ってもらうことで、買物に足を運んでくださるお客さんもうらっしゃると思いますしね」と米満さん。魚・肉・野菜・お好み焼き・お弁当・ホットドッグなど食に関するお店から、美容室・1000円ショップ・宅急便など、中多久マーケットは現在10店舗ほどあり、米満さんも「米満鮮魚店」の店主。米満さんが店を継いだ15年前は、マーケットに4店舗しかなかったそうです。それが1店舗ずつシャッターが開き、少しずつですが以前の活気を取り戻しています。



ご結婚おめでとうございます!
黒岩浩徳・さとみさん

HAPPY♡WEDDING!

2人はもともと知り合いましたが、中多久マーケットのイベントで再会したことをきっかけに、よく話すようになりました。大人になると、なかなか出会いの場もなくなるし、このようなイベントは貴重だと感じますね。このあたりは子どもの頃、走りまわっていた場所ですし「がんばれ中多久マーケット!」と思っています。



「ハマチの解体ショー」のイベントのとき、ボクも魚を切りました! 今日のギョウザもおいしかった〜(笑)

よね あつ れい
米満 滯さん
中央校 5年



思い出に残っているイベントは流しそうめんです。学校以外での交流もあって、おもしろいですよ。

じんのうち かける
陣内 駈さん (右)
お がわ ぼく あ
小川 白雅さん (左)
中央校 8年



イベントには10回以上参加しています! ハロウィンのときオーリーのコスプレをして楽しかったです!

よし うち あつき
吉浦 碧月さん
中央校 5年

中多久マーケットの



今日は娘とイベントに参加しました。私も子どものころ、このあたりにあった駄菓子屋さんに通っていて、思い出の場所なんです。イベント以外でもホットドッグ屋さんや魚屋さんは、たまに利用していますよ。「今日のごはん何にしようかな?」とか、お店の人と会話しながら買物できるところが中多久マーケットの良さだと思います。

じんのうち ひろこ
陣内 弘子さん
筋原



新たなパワースポットに?!

ここまで読んで「わたしは結婚もしていないし、子ども連れじゃないとイベントに行きにくいのでは?」と思われる人、そんなことありません! このイベントを通して結婚されたカップルがいっぱいいます! もともと知り合いだった2人がイベントで再会、そしてめでたくゴールインとなりました。今回のイベントは、2人の結婚を祝う会でもあったのです。そんな素敵な出会いのチャンスもある中多久マーケット。もしかしたらこのあたりは恋愛成就のパワースポットかもしれませんよ。

中多久マーケットの良さを米満さんにうかがうと「私たちのように個人でやっている店のいいところは、お客さんの要望に何でも対応できることだと思います。たとえば『1人前ください』など、気軽に声をかけてください」と笑顔。夢は30店舗ほどある中多久マーケットのシャッターをすべて開けること! 買物にも足を運んでいただきたいと思いますし「お店を出したい」という人はぜひ相談してください。

手づくりギョウザでおいしい笑顔があふれた今回のイベント。きれいな夕焼けとあたたかな空気が中多久マーケット全体を包み込んでいました。

イベント参加費

大人2,000円 (※酒代込3,000円)
中学生以下 (↑家族何人でも一律) 1,000円
次回開催 8月27日(土) (予定)
場所・多久市北多久町多久原2512127

Facebook 中多久マーケット

問い合わせ 米満鮮魚店 ☎75-12368



～ 里親制度をご存知ですか ～



家庭のめくもりを求めている子どもたちのために里親になりませんか

里親とは…さまざまな理由で家庭で養育できないお子さんを、自分の家庭に迎え入れ、愛情と真心をこめて養育してくださる人のことです。

■里親には次の4種類の里親があります。

養育里親	要保護児童を養育することを希望する里親（養育里親研修の修了が必要になります）
専門里親	専門的な対応が必要な要保護児童を養育する里親（養育里親のうち、一定の資格要件を有し、専門里親研修を修了した人です）
養子縁組里親	養子縁組によって養親となることを希望する里親
親族里親	要保護児童の両親その他要保護児童を養育する人が死亡、行方不明または拘禁等の状態となったことにより養育が期待できない場合に、扶養義務のある親族の人で、要保護児童を養育する里親（ただし、養育を委ねた場合その親族が経済的に生活が困窮する場合に適用されます）

*要保護児童とは…保護者のない児童または保護者が何らかの事情により養育できない児童です



新しい絆を待っている
子どもたちがいます

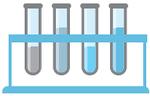
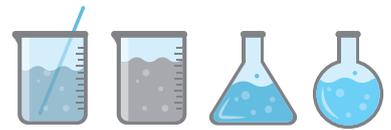


里親についての質問・相談などお気軽にお問い合わせください

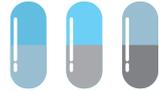


▶問い合わせ 慈光園（里親支援専門相談員） ☎0955-73-1988
佐賀県中央児童相談所（里親担当） ☎26-1212

西日本新聞社 主催	平成28年 西日本新聞金婚夫婦表彰式			広告
昭和41年（1966）に結婚、50周年を迎えられるご夫婦。結婚50年を経過され同表彰式に参加されることがないご夫婦。付き添いのご家族とも写真を撮れます。証明書類は必要ありません。どの会場でも参加いただけます。 ※西日本新聞を購読されていない方、ご家族の方からの申し込みも歓迎します。				
参加 無料	鳥栖市民文化会館 (鳥栖市宿町807-17)	9月10日(土) 午前10時半開式	アバンセ (佐賀市天神3-2-11)	10月15日(土) 午前10時半開式
	唐津市民交流プラザ (唐津市南城内1-1大手ロセンタービル3階)	10月22日(土) 午前10時半開式	武雄市文化会館 (武雄市武雄町武雄5538-1)	10月29日(土) 午前10時半開式
【お問い合わせ】西日本新聞エリアグループ佐賀 TEL:0952-26-0148 (平日の午前10時～午後5時) 〒840-0857 佐賀市鍋島町大字八戸上深町3039-4 【参加記念品】表彰状・記念写真(当日撮影、後日お届け)				



ジェネリック医薬品に関するお知らせ



佐賀県後期高齢者医療広域連合では、現在服用されているお薬をジェネリック医薬品（後発医薬品）に切り替えられた場合に、お薬代の自己負担額をどのくらい軽減できるか試算した差額通知ハガキを「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」として、7月29日に発送しています。



■通知の対象となる人

該当月に処方された先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、1か月あたりの自己負担額の軽減が一定額以上見込まれる人が対象となります。

※必ずしも全員に届くわけではありません。

■通知の記載内容について

1. お薬代にかかった金額のみ表示しています。
実際の窓口でのお支払いには、技術料・管理料などの別費用が含まれていることがあります。
2. ジェネリック医薬品に切り替えるとお薬代が安くなる可能性があることをお伝えするもので、切り替えを強制するものではありません。

■ジェネリック医薬品とは？

ジェネリック医薬品は、最初に作られたお薬（先発医薬品）の特許が切れた後に販売される医薬品です。先発医薬品と同等の有効成分・効能・効果をもつ医薬品ですが、まったく同一というわけではありません。ジェネリック医薬品を希望される場合は、まずは、かかりつけの医師・薬剤師へご相談ください。

■問い合わせ窓口

通知書に関する問い合わせ専用窓口「国民健康保険中央会コールセンター」を設けています。通知書裏面にコールセンターのフリーダイヤルが記載されていますので、ご利用ください。

▶問い合わせ 佐賀県後期高齢者医療広域連合 業務課 企画・保健係 ☎64-8476

多久市行財政改善協議会 公募委員を決定しました

「多久市行財政改善協議会」の委員改選期となり、公募委員を募集したところ多くのご応募をいただきました。選考により3人の委員が決まりましたのでご紹介します。

品川 美樹さん（北多久町） 野方 徳浩さん（北多久町）
まつせ 智子さん（東多久町）

▶問い合わせ 総合政策課 企画係 ☎75-2116

家を建てたり、取り壊したりしたら、 税務課に届けてください

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

お盆のお供え物などを 川に流さないでください

（精霊流し、お供え物を川に流すことは
不法投棄になります）

昔から、お盆になると川にお供え物を流したり精霊流しをしたりする風習がありますが、そのことで川が汚れるだけでなく下流域の漁業などに支障を与えることとなります。

環境を守るため、川にお供え物など流さないよう、みなさんのご協力をお願いします。

精霊流しなどを行った場合は各自で責任を持って回収をお願いします。



▶問い合わせ
市民生活課 生活環境係 ☎75-6117



多久市にファミリー・サポート・センターが平成29年4月スタート！ 開設に向けて、利用会員と協力会員を募集します

協力会員は9月から、利用会員は12月から募集します！応募希望者は問い合わせ先までご連絡ください！

県外から引っ越してきて、知り合いが誰もいない！

上の子の参観日、下の子がいるとなかなかゆっくり見られない。

冠婚葬祭の行事の間、誰か見てくれる人がいたらいいのに…。

残業で、保育所や幼稚園・小学校・放課後児童クラブのお迎えに間に合わない！

こんなお悩みありませんか？

通院や買い物、美容院などの時にちょっとだけ誰か見てくれたら助かるなあ。

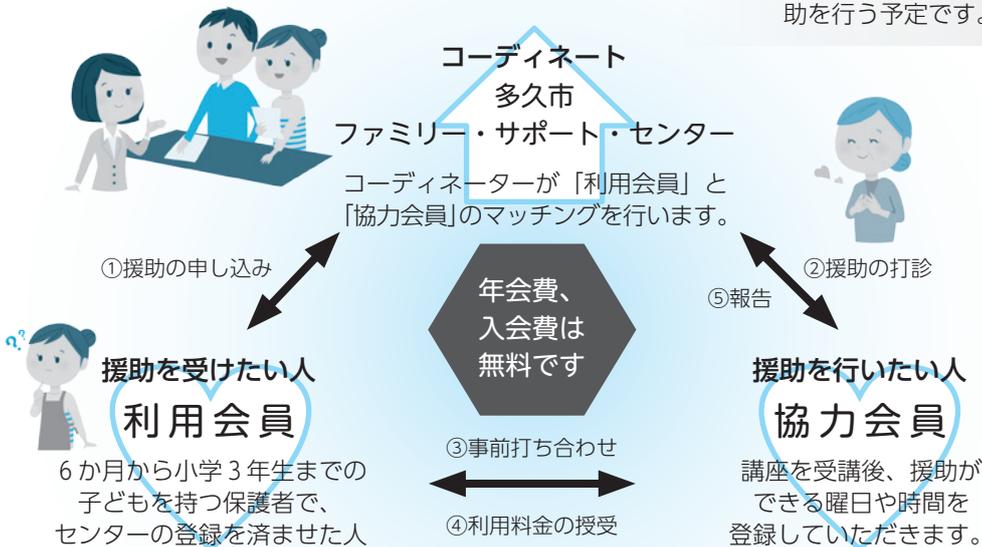
2人目を出産予定、近くに頼れる人もいないし、どうしよう…。

ファミリー・サポート・センター（略称：ファミサポ）とは…

地域の中で、「子育ての援助を受けたい人」と「子育ての援助を行いたい人」が会員となり、会員同士で一時的な子育てを助け合う有償のボランティア活動です。利用したい人も、援助を行いたい人も、会員登録が必要となります。

■主な援助内容

- 保育施設・学童保育施設までの送迎や預かり
 - 乳幼児連れで出かけにくい時の（参観日・病院など）の預かり
 - 就業活動および就業訓練の間の預かり
 - 映画鑑賞などのリフレッシュの預かり
 - 冠婚葬祭の間の預かり
- ※病児・宿泊の援助は行いません。
*上記の他にもセンターで認める範囲でさまざまな援助を行う予定です。お気軽に問い合わせください。



会員の条件

利用会員（援助を受けたい人）

市内に在住または在勤で、生後6か月から小学3年生までの子どもを持つ保護者。

協力会員（援助を行いたい人）

市内に在住で、心身ともに健全で多久市主催の「協力会員養成講座」を受講修了した人。

両方会員

（援助を受けたり行ったりしたい人）

利用会員、協力会員の両方の条件を兼ねる人。

利用料（予定）

①月～金（8時～18時）	500円/1時間
②月～金 ①以外の時間帯	600円/1時間
③土、日、祝日、年末年始（8時～18時）	600円/1時間
④土、日、祝日、③以外の時間帯	700円/1時間

受付：月～金 9時～16時30分 ※祝日、年末年始（12月29日～1月3日）を除く

▶問い合わせ 福祉課 こども係（ファミリー・サポート・センター担当） ☎75-6118（直通）

長期間使用している家電の発火に注意

○10年以上前に購入した扇風機を深夜に使用した。1時間後、たまたま目が覚めて扇風機を見た。モーター部分から火を噴いていた。

(60歳代 男性)

○30年前に購入したルームエアコンを送風機能で使ったら、送風口から黒煙が出た。その後、エアコンの下部から火が出たので水をかけて消した。

(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》

- 家電製品は、長期間の継続使用や購入から年数が経過していると、経年劣化で発煙や発火などの危険な状態が起きることがあります。不具合が発生したら、使用をやめてコンセントから電源プラグを抜き、販売店やメーカーに相談しましょう。
- 同じ製品でも、使用状況や環境により劣化が早く進む場合があります。電源コードや家電製品のまわりは、こまめに掃除するなど、日頃からチェックしておきましょう。
- 部品の保有期間を過ぎると修理ができなくなります。家電製品は修理をすれば永久に使えるわけではありません。
- 詳しくは、 (経済産業省) をご覧ください。

▶問い合わせ 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117 消費者ホットライン ☎188

仕事や生活にお困りの人の無料相談窓口

多久市生活自立支援センターを開設しています

多久市生活自立支援センターは、多久市社会福祉協議会が多久市からの委託を受け、生活困窮者自立支援事業を行っています。「生活に困っている」、「家賃が払えない」、「働きたくても働けない」など、さまざまな事情で悩んでいる人は気軽にご相談ください。支援員が相談者に応じた支援プランを作成し、関係機関と連携しながら早期の自立を支援します。秘密は守ります。生活上で不安なことなどがあれば相談してみませんか？家族など周囲の人からの相談にも応じています。センターでは次のような支援を行います。

○自立相談支援事業

生活に困りごとや不安を抱えている人に、状況に応じた支援を相談者と一緒に考え、具体的な支援プランを作成。寄り添いながら自立に向けた支援を行います。

を整えて、就職に向けた支援を行います。

○家計相談支援事業

家計再建に向けた、きめの細かい相談支援を行い、支援や債務者へ関係機関との仲介を行い、早期の生活再生支援を行います。



○住居確保給付金

離職などで家賃が払えなくなり住居を失った人、または失うおそれのある人に、就職活動を行うことなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。生活の土台となる住居

■相談窓口

多久市生活自立支援センター(多久市社会福祉協議会内) ☎75-3593
相談日は月曜日・金曜日 8時30分～17時 ※祝日・年末年始を除く

▶問い合わせ 多久市生活自立支援センター ☎75-3593



児童扶養手当額が改正されます

児童扶養手当の法改正により、8月(12月支給分)から児童扶養手当額が改正されます。

○児童扶養手当

	現行		改正後	
	一部支給	全部支給	一部支給	全部支給
第1子	42,320円 9,990円	42,330円	変更なし	変更なし
第2子加算額	5,000円	5,000円	9,990円 5,000円	10,000円
第3子以降加算額	3,000円	3,000円	5,990円 3,000円	6,000円

※児童扶養手当…父母が離婚などで、父または母の一方からしか養育を受けられないひとり親家庭などの児童のために支給される手当です。

▼問い合わせ 福祉課 とも係 ☎75-6118

『ひとり親家庭等医療費受給資格証』 更新手続きのお知らせ

現在、お持ちの受給資格証の有効期限は8月31日(水)までです。9月以降も助成を受けるには、更新手続きが必要です。

■受付期間 8月1日(月)～8月19日(金)

■受付場所 福祉課 とも係

該当する人には郵送でお知らせしていますので、忘れずに手続きしてください。

▼問い合わせ 福祉課 とも係 ☎75-6118

児童扶養手当・特別児童扶養手当の 『現況届』の届出時期です

児童扶養手当・特別児童扶養手当を8月以降も継続して受給するには、『現況届』の手続きが必要です。

該当される人には郵送で通知をしています。手続きが遅れると、受給が遅れることがあります。

■受付期間 児童扶養手当 8月1日(月)～8月19日(金)

特別児童扶養手当 8月15日(月)～8月19日(金)

■受付場所 福祉課 とも係

※児童扶養手当・特別児童扶養手当は、受給資格があっても手続きをしないと支給されません。

▼問い合わせ 福祉課 とも係 ☎75-6118

ひとり親家庭 親子のふれあいバス旅行参加者募集

多久市母子寡婦福祉連合会と多久ライオンズクラブでは、親子でゆっくりとしたふれあいの時間を過ごしてもらおうと、バス旅行を実施します。楽しい思い出づくりに参加してみませんか？

■日時 8月28日(日) 8時30分～17時(予定)

■行き先 波戸岬・相賀(地引網体験)、

唐津(バーベキュー昼食)、おさかなセンター

■参加対象者 ひとり親家庭の子ども(中学生まで)

とその保護者

■参加費 無料

■持ってくるもの 水筒、着替え、タオルなど

■申込期限 8月12日(金)

▼問い合わせ・申し込み 福祉課 とも係 ☎75-6118



「平成28年度臨時福祉給付金」および「障害・遺族年金受給者向け給付金」を支給します

「平成28年度臨時福祉給付金」

消費税率引き上げの影響を踏まえ、住民税非課税世帯への負担を緩和する観点から暫定的・臨時的な給付措置として支給します。

■給付対象者

○基準日（平成28年1月1日）時点で多久市に住民票がある人

（DV被害者等の例外あり）

○住民税が課税されていない人

※住民税において課税者の扶養となつていない場合や、生活保護の受給者である場合は対象となりません。

■支給額 1人につき 3,000円

「障害・遺族年金受給者向け給付金」

一億総活躍社会の実現に向け、賃金引き上げの恩恵がおよびにくい年金受給者を支援します。

■給付対象者

○平成28年度臨時福祉給付金の支給対象者

○平成28年5月分の障害基礎年金・遺族基礎年金を受給されている人

※生活保護受給者や高齢者向け給付金の支給対象者および受給された人などは対象となりません。

■支給額 1人につき 30,000円

◆申請手続

○申請書 8月下旬に郵送します。（住民税の非課税通知に同封します）

○申請期間 8月22日～11月22日

○支給 申請受付後1か月程度

◆「振り込み詐欺」や「個人情報搾取」にご注意ください！

自宅や職場などに市区町村や厚生労働省の職員などをかたった電話がかかってきたり、郵便が届いたりしたら、迷わず、市民生活課 ☎75-6117や最寄りの警察署、または警察相談専用電話#9110にご連絡ください。

▼問い合わせ

- ・制度について 厚生労働省給付金専用ダイヤル ☎0570-037-1192
- ・手続きについて 福祉課 地域福祉係 ☎75-12113

戦没者等の遺族への

特別弔慰金の請求を受け付けています

第10回特別弔慰金の請求受付が昨年4月から始まっています。請求は平成30年4月2日までとなっていますので未請求の人は早めの手続きをお願いします。

■支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける人（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に次の順番による先順位者のご遺族お一人に支給されます。

- 1 平成27年4月1日までに援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- 4 三親等内の親族（甥・姪）は1年以上生計関係の有る人

■支給内容 5年償還の記名国債（額面25万円）

■請求期間 平成27年4月1日～平成30年4月2日

▼問い合わせ 福祉課 地域福祉係 ☎75-12113

Information 福祉課

戦没者遺児のみなさんへ

戦没者遺児による慰霊友好親善事業参加者募集をします。旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、現地のみなさんとの友好親善を深める事業です。

■参加資格 戦没者の遺児

■参加費 10万円

■慰霊地域 フイリピン、ニューギニア、ミャンマー、バシー海峡など

▼問い合わせ 福祉課 地域福祉係 ☎75-12113

（財）佐賀県遺族会 ☎23-4490

啓発強調月間です

「同和問題啓発強調月間」とは？

同和問題の早期解決を目指し、集中して啓発活動を行う月間です。佐賀県では8月が同和問題啓発強調月間と位置づけており、多久市でも同和問題講演会や人権啓発パネル展、市報、行政放送など、さまざまな啓発活動を行っています。



多久市同和問題講演会

「同和問題」とは？

自分の能力や人柄とは関係なく、生まれた場所やそこに住んでいるというだけで、結婚を反対されたり、就職できなかつたり、日常生活をおくる上で差別を受けるといふ、日本固有の深刻な人権問題です。

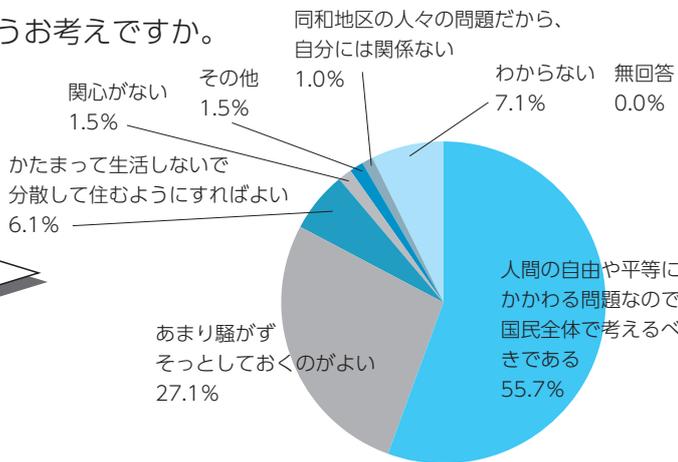
同和問題の解決に関する市民の意識

平成25年度に実施した「人権・同和問題に関する市民意識調査」で「あなたは、同和問題の解決についてどう思いますか」と質問した結果、次のとおり回答がありました。

平成25年度多久市人権問題に関する市民意識調査

あなたは、同和問題の解決について、どうお考えですか。

「あまりさわがず、そっとしておくのがよい」という考え方を「寝た子を起さず論」といいます。同和問題は口にせず、そっとしておけば自然になくなるでしょうか。



(中央公民館内) ☎75-4824

8月

佐賀県同和問題

そっとしていても、同和問題は自然にはなりません

多久市では、「寝た子を起こすな」ではなく、「寝ている子を正しく起こそう」という取り組みを行っています。「寝た子を起こす」ということは、「同和問題を全然知らない人には正しく教える」ということで、「間違っていて知っている人には正しく認識してもらおう」ということです。「寝た子を起こすな」（あまりさわがず、そっとしておけば同和問題はなくなる。）という考え方では、同和地区に対する偏見や誤った認識はそのまま残り、差別はいつまでもなくなりません。同和問題が自分の身にふりかかったとき、差別する心が表われるのです。

もし、あなたが自分ではどうしようもないことで差別をされるとしたら、どのような気持ちになりますか。差別されることについて仕方がないと納得できますか。自分を差別される側の立場で考えてみる必要があるのではないのでしょうか。人はだれでも差別されず、幸せに生きる権利（人権）があるのです。

学びから行動へ。同和問題の解決のためには、私たち一人ひとりが偏見を持たず、正しく知る（学ぶ）ことが大切です。学ぶことで人権意識が高まり、差別をなくす態度や行動に現れるという調査結果があります。

多久市は「孔子の里」としてまちづくりを推進しており、子どもたちは学校で、孔子の教えである「恕の心」（思いやりの心）の大切さを学んでいます。市民総ぐるみで人権が尊重される魅力のあるまちづくりを推進していきましょう。

「同和問題啓発強調月間」に行われる講演会や学習会に、ぜひ、ご参加ください。



同和問題啓発ポスター（多久市）

多久市では、同和問題の解決のため、さまざまな啓発活動を行っています。ぜひご参加ください。

出前講座・企業研修

市では、人権・同和問題の出前講座を行っています。地域での寄り合いの場、老人クラブの定例会、PTAの集まり、地域婦人会の定例会、サークル活動などの場に、参加者の人数を問わずご希望の場所に伺います。また、企業で人権・同和問題の研修をされるときにも講師を派遣します。

人権啓発パネル展

さまざまな差別や人権問題を紹介する啓発パネルを展示します。ぜひご覧ください。

■日時 7月29日(金)～8月5日(金)

■場所 多久市役所 市民ホール

▶問い合わせ 人権・同和对策課

県営住宅入居予備者を募集します

佐賀県営住宅指定管理者佐賀管理室では、多久市内の県営住宅入居予備者を募集します。
※登録の有効期限は、今回の募集に伴う受付開始日の前日までです。

■募集団地 北多久団地

■入居資格 県営住宅条例に定める入居資格が必要です

■資料配布期間 9月1日(木)から ※9月3日(土)・4日(日)は配布しません。

■受付期間 9月6日(火)～12日(月) ※9月10日(土)は受け付けしません。

9月11日(日)は受け付けしません。

■受付時間 9時～18時

■受付場所 佐賀市八丁畷町8番1号 (佐賀総合庁舎別館)

佐賀県営住宅指定管理者 株式会社マベック 佐賀管理室

▼問い合わせ・申し込み

佐賀県営住宅指定管理者 株式会社マベック 佐賀管理室 ☎20-25500

Information 多久山笠委員会

第68回 多久山笠

多久市最大の夏祭りが、今年もJR多久駅周辺で開催されます。絢爛豪華な人形山車2台、夜路を彩る提灯山車2台が笛や太鼓の音色を響かせながら、まちを練り歩きます。

また、まつりの最後を締めくくる800発の花火が夏の夜空を彩ります。みなさんぜひお越しください。

■日時 8月15日(月)・16日(火) 18時～

■花火大会 16日(火) 21時～

※雨天の場合は延期します。主催者に問い合わせください。

■場所 JR多久駅周辺

■主催 多久山笠委員会

■問い合わせ

(一社) たく21 ☎20-22203



国民年金保険料

納付猶予制度の対象者の拡大のお知らせ

平成28年度国民年金保険料免除申請の受付が7月1日から始まりました。

平成28年度の免除等の受付は平成28年7月分から平成29年6月分までの期間を対象として審査が行われます。

今まで、30歳未満で本人並びに配偶者の所得が一定以下であることと条件にして、国民年金の保険料を猶予する「(若年者)納付猶予制度」が実施されてきました。

この猶予期間の対象者の年齢制限が、平成28年7月1日から平成37年6月までの時限措置で、30歳から50歳未満に引き上げられました。

全年齢層において「納付猶予制度」の対象にならなくても、半額免除などの一部免除申請の対象となる場合があります。

納付猶予が認められた期間は、老齢基礎年金の年金額には反映されませんが、受給資格期間として算入されます。また、もしこの期間にけがや病気で一定の障害の程度になった場合でも、認められれば、障害年金を受給することができます。

失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間がある人なども、年金事務所または市民生活課保険年金係でご相談ください。

なお、申請できる過去の期間は、申請書提出日から2年1か月前までです。ただし、30歳以上50歳未満の人の納付猶予が申請できるのは時限措置期間である平成28年7月分以降からです。

▼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

国保通信



▼問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-12159

限度額適用認定証は8月に新たに申請が必要です！

平成27年8月～平成28年7月の間に申請された「限度額適用認定証」(以下、認定証)の有効期限は最長で今年の7月末までになっています。認定証は申請し、交付を受けて医療機関へ提示した月からの適用になりますので、平成28年8月からの認定証が必要な人は8月1日以降早めに認定証の交付手続きをしましょう。

◆申請に必要なもの

- 申請に来られる人の印鑑(認め可)
- 申請に来られる人・受診される人のマイナンバーのわかるもの
- 申請に来られる人の身分証明書(運転免許証等)
- 受診される人の保険証

☆後期高齢者医療制度(75歳以上)の人で、すでに認定証をお持ちの人には、保険証送付時に認定証も同封しております。ご確認ください(保険証発送後7月末に申請された場合は別送されます)。

◆認定証を使うとどうなる？

認定証を医療機関で提示すれば医療費は自己負担限度額(以下、限度額)までの窓口負担となります(入院時の食事代や差額ベッド代、保険がきかない医療費等は対象外となります)

※認定証の交付を受けずに医療費が高額になった場合、一旦、医療費(1割～3割分)をお支払いいただき、申請により、限度額を超えた分を高額療養費として支給します。

※限度額は世帯・年齢によって異なります。

※国保税に未納がある場合は認定証の交付ができません。



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

野菜の「ちがひ」

最近、テレビCMや健康番組でも「野菜のもつ「ちがひ」」について多くの情報が流れ、食事のときに「野菜から食えること」が知られてきました。

この「野菜から食える」の効果は、「糖」を吸収する「ため」なのです。私たちの体、もちろん血管も、そこを流れている血液も、食べたもので作られています。毎日食べている食事の中で、野菜はどんな仕事をしているのでしょうか？

その① ビタミン類の宝庫

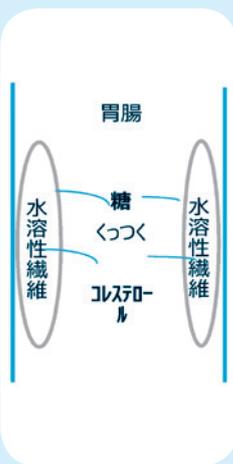
ビタミン類は、食べ物からとらないと、からだで作れません。からだは細胞でできていますよね。血管も皮膚も…。その細胞が傷んだ時に修理するのに必要なのがビタミンなのです。ビタミン類は肉や卵などにもありますが、野菜には量が豊富です。

このほかに、「細胞膜の酸化予防」「血栓予防」「恒常性の維持・水分の代謝」「神経や筋肉の興奮伝達物質」などの機能があります。

その② 「便秘の時は食物繊維の多いものを食すると「んちがでる」と言われます。

その通り、食物繊維は便量を増やし(便の10～15%)、便秘の予防になります。食物繊維は、からだでは作ることができません。

食物繊維は、血液の中には行きませぬ。腸の中で食物繊維のネバネバが広がり、このネバネバが食べた血糖やコレステロールとくっつき、吸着するため、血管に吸収されにくいのです。



野菜は、「からだの調子を整える役割」と言われますが、私たちが元気で過ごすためには、血管を守ることが重要です。毎日、両手いっぱい野菜(350g)を食えることが必要です。

▼問い合わせ 健康増進課

☎ 75-13355



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。

事前の申し込みは必要ありません。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。

※1回目10時30分から、2回目13時30分から

○8月6日(土) プラパンキーホルダー作り

○8月13日(土) おりがみあそび

○8月20日(土) メルヘンタイム

○8月27日(土) ロケット作り

○9月3日(土) 牛乳工作

◆母と子のサロンを開催します◆

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、おもちゃなどをつくって過ごします。

▼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

◆わくわく広場

日時 月～土曜日 (祝日休み) 9時～17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. 232

こむに生

「同和問題 解決のために」

8月は、佐賀県同和問題啓発強調月間です。同和問題に対する正しい理解と、認識を深めるための啓発活動を実施しています。

同和問題とは、同和地区の出身であることや、そこに住んでいることを理由に結婚を反対されたり、就職が出来なかつたり、日常生活をおくる上でさまざまな差別を受けるといった、日本固有の人権問題です。

1965年(昭和40年)8月に出された同和对策審議会答申では、同和問題の解決は「国民的課題」であり、「国の責務である」として政府が同和問題の解決を国策として取り組むことが明記され

ました。

4年後には「同和对策事業特別措置法」が施行され、その後、平成14年3月までの間、同和問題の解決に向けた取り組みが行われた結果、住環境の整備や、教育支援などの実態的な差別は、ほぼ改善されましたが、結婚や就職での差別、差別発言、インターネット上の誹謗中傷など、心理的差別は未だになくなっていません。

日本国憲法は全ての国民に基本的人権を保障しているのですが、現実には私たちの身のまわりには、同和問題をはじめ、さまざまな人権問題が存在します。すべての人の人権が尊重され、「思いやり」の心で満たした多久市にするため、みんなで力や心を合わせていきたいと思います。

社会教育指導員 出口 幹子

市交際費の支出状況

▶平成28年度6月分

支出種別	区分	件数	金額(円)
弔慰	今月分計	0	0
	今月累計	2	26,200
見舞い	今月分計	0	0
	今月累計	2	20,000
御祝	今月分計	1	3,400
	今月累計	13	44,400
賛助	今月分計	0	0
	今月累計	2	9,000
激励金	今月分計	0	0
	今月累計	0	0
接遇	今月分計	3	66,120
	今月累計	4	67,240
会費	今月分計	5	18,000
	今月累計	14	59,940
その他	今月分計	0	0
	今月累計	0	0
合計	今月分計	9	87,520
	今月累計	37	226,780

◎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

《表の芽短歌会 互選》

びろうどの如き早苗田撫づること
やさしき風の吹きわたたりゆく
川浪 信子

親知らず子すらも知らぬ鮭の群
ひたすら川をのぼりて行けり
本村 則子

われの身はこの世に生まれ八十四年
子孫曾孫と暮らす侍せ
福島那智子

道草を避ける人生選ばない
ロスタイムには大きなドラマ
野崎 隆幸

改憲党が過半数占むそんなにも
捨てたいのかや平和と人権
尾形 節子

俳句

《大石ひろ女 選》

水音のやさしき流れ 独活の花
富樫 明美

留守の家伸び放題の若葉かな
武富 律子

姫女苑 小さき鳥居を隠しをり
おおやはな
中嶋 清子

嬰の顔けふは父似や青葉風
駒の目に山あぢさゐの色灯る
選者 吟

川柳

《多久市川柳会 互選》

華燭の典菓立つ二人の始発駅
高塚ちかこ

出発し思い出すのは忘れ物
松下 修

長雨で草も主もあぐらかく
古賀ちひろ

谷間にも活気溢れる 温泉郷
西山 残月

父の汗子の学歴に形かえ
大谷 和



多久市の特色ある教育「論語」



▲中央校の校内論語カルタ大会

今回は、6月市議会でも取り上げられた多久市の特色ある教育「多久学・論語教育」を紹介いたします。

論語は、世界中で最も多くの人に読まれてきた書物で、現代もお広く読まれています。多久市では、子どもたちが楽しみながら論語に親しめる「論語カルタ」を制作し、市内全学校で「校内論語カルタ大会」などの論語教育を実践しています。平成6年から行っている「多久市論語カルタ大会」は今年度は、東部校会場で11月23日(水・祝)に22回目を開催します。

○子どもが奏でる美しい論語の響き！

「子曰く、学びて時にこれを習う、また説ばしからずや」論語の冒頭に出てくる言葉です。多久市の子どもたちは、1年生から「論語カルタ」100枚の暗誦に挑戦し、湯島聖堂の斯文会主催の論語検定試験を受験します。3年生で初級、5年生で中級合格をめざします。全員が論語検定初級を取得し、中学部に進学していきます。このように、子どもたちは何度も論語の素読を繰り返すことで、孔子の教えを自然に身につけ、恕の心を学んでいます。

○先生も多久学を勉強！

多久市勤務の先生は、全体の約85%が市外から通勤し、初めて多久市に赴任された先生も毎年20人ほどいます。そこで、赴任された先生に多久の自然、歴史、文化に触れる「教職員現地研修会」を毎年8月に実施しています。多久のことを知り、特色ある教育「多久学・論語教育」を推進してもらっています。

○主な見学地

- 東多久町：羽佐間水道、北ノ森古墳、通玄院
- 大平庵酒蔵資料館
- 南多久町：延寿寺、高野神社、妙覚寺
- 北多久町：前田窯跡、番所関所跡
- 多久町：専称寺、郷土資料館、多久聖廟
- 西多久町：円通寺、川打家・森家住宅



▲高野神社を見学する先生 (平成27年)

■問い合わせ 教育委員会 学校教育課 ☎75-12227

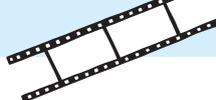
温故創新

市長コラム Message for citizen

暗闇の先に見えた夜明けの光 被災地からの便り

市長 横尾 俊彦

熊本地震被災地に住む方からお手紙を頂きました。
 「一年で一番華やかな季節を見失ってから間もなく三か月。ようやく自然の明るさに心を寄せられるようになって参りました」。移動中に突然車が左右に激しく動き、携帯の異様な音で地震を認識し、やっとの思いで自宅に着いても激しい余震。その後は縦に横にと揺れながら、不安な夜を過ごされました。
 十六日深夜の本震。自宅から飛び出したそうです。「絶え間なく避難を呼びかける町の放送、おもちゃのようにグラグラと揺れる家々。ゴーツという不気味な地鳴り。逃げ惑う沢山の車...」。
 「ぼーっと震んだ月明りの下で私達ができたことは只々大地の怒りが収まることを願い家庭で身を寄せることでした」。
 「恐怖が支配する暗闇の先に見えた夜明けの薄明りのなんと嬉しかったことか」。体験の言葉だけに心に響きます。「それからの毎日は完全に地震に支配され」、唯一の特技「いつでもどこでも眠れる」が出来なくなっても、「そんな時に皆様方から頂きました励ましは、私たちの何よりの力となりました」。
 「ゆっくりとゆっくりと日常が戻り、お蔭様でほぼ以前と変わらない生活になりました。余震は当初より回数も震度も随分落ち着き、街並みも人も少しずつ活気を取り戻しています」。
 「地震はたくさん爪痕を残しましたが、大切なことも教えてくれました。当たり前だと思っていたことが、決して当たり前ではなかったことを痛感しています」。「何よりたくさんの方々に支えられて今の私たちがいるということ。日常を楽しめるようになったのは皆様の励ましのおかげだと心から有難く思っています」とのことです。「人という字の成り立ちを改めて納得し感謝する毎日です」。改めて心に刻みたい言葉です。
 八月、お盆の季節です。先祖を思い崇敬の念を尊ぶとともに、被災地の苦難を忘れず応援を続けます。熱中症にご用心を。



Sunday
7/3

多久東部少年13人が快挙！134チームの頂点へ 高円宮賜杯 第36回全日本学童軟式野球佐賀県大会初優勝

まちのわだい

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



7月3日、みどりの森県営球場で行われた、高円宮賜杯第36回全日本学童軟式野球佐賀県大会決勝戦。多久東部少年が4-2で三根ボーイズに見事勝利し、全国大会出場の切符を手に入れました。

今年の大会には、県内134チームが参加。5月14日から県内野球場を会場に佐賀県代表を目指し熱戦が繰り広げられました。

多久東部少年の部員数は13人（6年生6人、4年生3人、3年生4人）。少ない部員で、またレギュラーの3人が4年生と、若いチームが試合を重ねるごとに大きく成長しました。特にバッテリーと4年生の成長は目を見張るものがあり、優勝の大きな原動力となりました。

キャプテンの柴田剛志くんは「佐賀県大会での勢いのまま全国大会でも勝ち進んでいきたいです」と意気込みを語りました。

「正直、優勝するとは…。勝つごとに本当の“チーム”になった」と話す中村茂樹監督。

大会は全国から51チームが参加し、8月7日から13日までの7日間の日程で東京で行われます。

全国約12,000チームの頂点を目指し、大舞台での活躍を期待します！みなさんの応援をお願いします。



▲多久東部少年のみなさん



▲優勝が決まり、喜ぶ選手たち



▲決勝戦で、打席に立つ柴田くん

県内初！

災害時におけるゴルフ場施設の利用に関する協定締結式

Tuesday
6/28

多久市役所で「災害時におけるゴルフ場施設の利用に関する協定締結式」を行いました。

県内初の試みとなるこの協定は、災害発生時にゴルフ場施設を緊急避難施設や被災者支援施設として利用し、市民の安心安全確保を図ることを目的としています。

今回協定を結んだゴルフ場は、西多久町の佐賀クラシックゴルフ倶楽部、北多久町の天山カントリー倶楽部、天山カントリー倶楽部北コース、多久ゴルフクラブで、利用できる主な施設は、クラブハウス、駐車場、浴場などで飲料水や食料の提供も行うこととなっています。また、ゴルフ場のグリーンを利用して、臨時ヘリポートの設置も検討しています。

タニミズ企画株式会社佐賀クラシックゴルフ倶楽部の高木一哉支配人は、「大きな災害があった時に、たくさんの人にご利用していただければ」と話し、株式会社天山カントリー倶楽部の谷口祐代表取締役は「災害の際にはみなさんのお役に立てれば」と話しました。



▲今回調印式を行った谷口代表取締役（写真左）横尾市長（写真中央）高木支配人（写真右）

▶車種…ホンダN-ワゴン
軽自動車(4人乗り)



▶車種…日産キャラバン
普通車(9人乗り)



Friday
7/1

心に思いやりの花を咲かそう

日本財団から福祉車両が助成されました

「障害者支援センターまや」に日本財団から、車両2台が助成されました。

障害者支援センターまやは、平成27年4月1日に開所し24人の利用者と共にスタートし、地元の人や佐賀県内の特別支援学校の協力もあり、1年目にして40人以上の利用者が通所するようになりました。

これに伴い、送迎車が必要となり、平成27年度に日本財団に申請したところ2台の助成が決定し、平成28年3月に納車されました。

利用者の送迎だけでなく、利用者と一緒にまやで作ったお菓子やミディトマトの販売や外作業に行くときにも活用されています。

受賞おめでとうございます！

多久市消防団 陣内成和団長が消防功労者総務大臣表彰を受賞

Friday
7/8

長年にわたり、地域消防のリーダーとして消防活動や火災予防思想の普及などに尽力したとして、7月6日に多久市消防団陣内成和団長が高市早苗総務大臣から表彰され、横尾市長に報告されました。陣内団長の消防団歴は今年で42年目です。今回表彰を受けたのは陣内団長を含め全国で7人。陣内団長は「家族、消防団員、関係者への感謝が1番です。今後は従来の“やり方”を見直し、消防団員が活動しやすい環境づくりに取り組みたい」とこれからの活動への意気込みを語られました。



横尾市長に受賞の報告をする陣内団長



▲報告後の記念撮影の様子

Wednesday
7/20

視野を広げ あふれる夢の実現へ向け

オーストラリアでの海外研修に出発！



村益さんと大垣内さんを中心とした記念撮影の様子

(株)オニザキコーポレーションとボブ・ホーク スカラシップ財団が実施するオーストラリア中学生海外派遣研修事業に村益櫻子さん(中央校8年)と大垣内彩さん(西溪校8年)が選ばれ、招待状の贈呈式が市役所で行われました。

市長、オニザキコーポレーションの金丸美智夫会長、齋藤淳一社長からの激励に対し、村益さんは「異文化を学び、いろいろなことに挑戦したい」、大垣内さんは「多くの人と英語で話し、広い視野をもちたい」と2人は英語で決意を述べました。

この事業は異文化交流を通じた人材育成を目的としたもので、2人は7月23日から8月20日の約4週間、オーストラリアでホームステイをしながら英語学校に通います。

▶海外派遣研修に選ばれた村益さん(写真左)と大垣内さん(写真右)



当月と翌月前半の健康づくりに関する行事をカレンダーでお知らせします

市民の健康カレンダー



健康

問 健康増進課 ☎75-3355

母…母と子の教室や健診（会場は母子健康センターです）

宅…多久市&小城市 休日在宅当番医のご案内（※必ず保険証をご持参ください）

相…健康相談日 市役所 1階（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利用できます）

赤…赤ちゃんファイルまたはこどもノート

8月

日	月	火	水	木	金	土
<p>説 健診結果説明会 場所：西多久公民館 対象：7月4日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p> <p>母 多久っ子健診 持参：問診票、尿 対象：5年と7年で保護者の同意がある人 時間：8時～10時</p>	<p>1 相 健康相談日 時間：13時～16時 特 特定健診・一般健診 場所：母子健康センター ※P.18下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>2 特 特定健診・一般健診 場所：母子健康センター ※P.18下段、詳細をご覧ください。</p> <p>説 健診結果説明会 場所：西多久公民館 対象：7月5日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>3 説 健診結果説明会 場所：南多久公民館 対象：7月6日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>4 説 健診結果説明会 場所：南多久公民館 対象：7月7日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>5 説 健診結果説明会 場所：南多久公民館 対象：7月8日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	
<p>7 宅 徳富医院 (産婦人科・内科) 芦刈町 ☎66-1547 宅 りゅう整形外科 東多久町 ☎76-2101</p> <p>特 特定健診・一般健診 場所：母子健康センター ※P.18下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>8 相 健康相談日 時間：13時～16時 母 3歳半児健診 フッ化物塗布 持参：母子健康手帳、問診票、尿、赤 対象：H25.1.1～25.2.28生まれ（個人通知） 受付：13時～13時20分</p>	<p>9 母 発達相談（医師） 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで（要予約） 時間：予約制</p>		<p>11 宅 ザイゼン眼科 牛津町 ☎66-6631 宅 豊田医院（内科） 小城町 ☎72-2031</p>		
<p>14 宅 鶴田整形外科医院 牛津町 ☎66-4114 宅 ひらまつ病院（診療科未定） 小城町 ☎72-2111</p>	<p>15 相 健康相談日 時間：13時～16時</p>	<p>16 説 健診結果説明会 場所：東多久公民館 対象：7月11日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>17 母 発達相談（言語） 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで 時間：予約制</p> <p>説 健診結果説明会 場所：東多久公民館 対象：7月12日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>18 説 健診結果説明会 場所：東多久公民館 対象：7月13日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	<p>19 説 健診結果説明会 場所：東多久公民館 対象：7月14日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>	
<p>21 宅 鶴田運動機能回復クリニック (リウマチ科・整形外科) 牛津町 ☎51-5611 宅 野田好生医院（内科・小児科） 小城町 ☎72-3232</p>	<p>22 相 健康相談日 時間：13時～16時 説 健診結果説明会 場所：東多久公民館 対象：7月15日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>		<p>24 母 発達相談 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで 時間：予約制</p> <p>説 健診結果説明会 場所：納所会館 対象：7月19・20日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。</p>			

★は、特定健診の受診が必要です

特…特定健診・一般健診の詳細情報はこちらをお読みください。

受付時間：8時30分～10時30分

検査項目：身長、体重、腹囲、血圧、検尿、血液検査、診察

*眼底検査は必要とされた人のみ

*40歳以上の人は心電図検査ができます

対象者：

<特定健診>40～74歳で多久市国民健康保険に加入されている人

<一般健診>①20～39歳の多久市民

②40～74歳で多久市国民健康保険に年度途中加入された人

③生活保護世帯の人

持参するもの：★受診券 ★健康保険証 ○健康手帳

○問診表(事前に記入) ○尿(起床後一番の尿)

○おくすりノートなど ★健診料金(1,000円)

早寝 早起き
朝ごはん！



両手いっぱいの
野菜を食べよう！

予防接種のお知らせ

～長期療養児等の予防接種について～

長期療養等の特別な事情で定期予防接種を受けることができなかった人は、特別な事情がなくなった日から2年を経過するまでの間（ワクチンの種類によっては年齢の上限あり）予防接種を実施することができます。

※対象期間の特例		
B	C	G：4歳に達するまで
ヒ	ブ	10歳に達するまで
小児肺炎球菌：6歳に達するまで		
4種混合：15歳に達するまで		

事前に母子健康手帳をご持参の上、対象となるか健康増進課（☎75-3355）に相談ください。

8月	9月	日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3		
宅 しまうちクリニック (内科) 牛津町 ☎66-6036 宅 藤井整形外科医院 小城町 ☎72-7650	相 健康相談日 時間：13時～16時 母 すくすく・療育相談会 持参：母子健康手帳 対象：就学前まで 時間：予約制	母 乳児健診・相談 持参：母子健康手帳、問診票、☑ 対象：H28.3.1～28.4.30生まれ H27.10.1～27.11.30生まれ（個人通知） 受付：13時～13時20分	説 健診結果説明会 場所：母子健康センター 対象：7月27日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。	説 健診結果説明会 場所：母子健康センター 対象：7月28日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。	説 健診結果説明会 場所：母子健康センター 対象：7月29日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。			
4	5	6	7	8	9	10		
宅 おおしまクリニック (内科・消化器科) 牛津町 ☎66-0314 宅 上坂医院 (耳鼻咽喉科) 小城町 ☎73-2930	相 健康相談日 時間：13時～16時 説 健診結果説明会 場所：母子健康センター 対象：8月1日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。	説 健診結果説明会 場所：母子健康センター 対象：8月2日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。		母 1歳半児・2歳半児健診フック物塗布 持参：母子健康手帳、問診票、☑、尿（1歳半児のみ） 対象：1歳半児：H27.1.1～27.2.28生まれ（個人通知） 2歳半児：H26.1.1～26.2.28生まれ（個人通知） 受付：13時～13時20分		説 健診結果説明会 場所：社会福祉会館 対象：8月7日に健診を受けた人 ※P.19下段、詳細をご覧ください。		

8月は「食品衛生月間」です

夏期になると多発する食中毒事故の防止や衛生管理のため、家庭でも次のことに気を付けましょう。

- 食品を購入したら、肉汁や魚介類などの水分が他の食品にかからないよう、ビニール袋などにそれぞれ分けて包んで持ち帰る。
- 食品を保存する場合は、冷蔵庫の7割程度を目安にし、詰め過ぎに注意する。
- 調理前だけでなく、生の肉・魚・卵を触ったあとは必ず手洗いをする。
- 調理器具は、よく洗い熱湯などで消毒する。
- 加熱調理が必要な食品は、十分に加熱する。
- 食事前は手を洗い、調理後早く食べる。
- 残った食品は小分けにし、室温で放置せずに冷蔵庫に保存する。

食中毒予防の三原則

- 菌をつけない
- 菌を殺す
- 菌を増やさない



気温の高い夏場に多発しますので、バーベキューなど、野外でのイベント時には十分気を付けましょう！

説 …健診結果説明会の詳しい情報はこちらをお読みください。

*説明会で結果の説明をしてお返ししています。健診結果は郵送していません。

受付時間：9時～11時30分／13時～16時
ひとり30分程度
要予約

持参するもの：健康手帳
おくすりノート





「食べること」は、いしずえ生きる礎。

今回は食べにくい食品をできるだけ食べやすく調理する工夫やお手軽調理や食事術をご紹介します。暑い夏も、しっかり栄養をとって、元気に乗り切りましょう。

食べにくい食品と調理のひと工夫

噛む力や飲み込む力が弱ってくると、食べにくくなる食品があります。それらが食べにくい要因は主に ①噛み切りにくい ②むせやすい ③口やノドに残りやすいことが挙げられます。

食べにくいからといって、避ける食品が増えると、栄養バランスの乱れにつながることも。下ごしらえの工夫などで安全に食べられるようにしてみましょう。

ポイント① 【食べにくい食品の一例】

繊維の多いもの	ごぼう、たけのこ、セロリ、パイナップルなど
弾力の強いもの	こんにゃく、タコ、イカなど
酸味の強いもの	酢の物、かんきつ類など
バサバサしたもの	パン、ゆで卵、カステラ、蒸しイモなど
ベタベタしたもの	餅、ダンゴなど
口の中にはりつくもの	きなこ、のり、青菜など

ポイント③ 【調理や食事のお手軽術】

料理が面倒だったり、作っても余らせてしまうのがもったいないと調理を敬遠し、やがて食事の回数を減らしてしまうということもありがちです。ときには「お手軽調理や惣菜など」で、日々の食事を偏らせない工夫もしましょう。

電子レンジを上手に活用



まとめて作って冷凍しておく



市販の惣菜を利用する



宅配サービスや買い物代行サービスを利用



ポイント② 【調理のひと工夫】

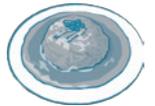
○隠し包丁を入れる



○やわらかく煮込む



○あんかけや卵とじにする



○よく叩き繊維を切る



○水分（牛乳・お茶など）に浸す



○湯むきする



■参加費 無料

■対象者 介護をされている人や介護に興味がある人

■講師 多久消防署 救急隊

■テーマ 「救命法を学ぼう!」

■場所 社会福祉会館

■日時 8月6日(土) 13時30分～14時30分

家族介護教室

■日時 8月5日・12日・19日・26日

■初級者 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)

■日時 8月5日・12日・19日・26日

■げんきアップサー来る

■さらさらコース(毎週金曜日)

■日時 8月4日・18日・25日

■げんきアップサー来る

■もりもりコース(毎週木曜日)

■初級者 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)

8・9月の主な行事

認知症の人にやさしいまちづくりのために

超高齢社会を迎え、ニュースでも認知症の話題が増えています。「認知症は誰にでも訪れる可能性のある病気で、他人事ではない」という意識を持って、**さりげない手助け・見守りを心がけていくことが認知症の人や家族を支えます。**

地域のみなさんの理解と支えがあれば、認知症など何らかの病気や障害がある人も介護する家族も、安心してまちに出て、自分らしい暮らしを続けることができます。

必要なのは専門的な知識や技術だけではなく、さりげない手助けや見守り、声かけなど。ちょっとした勇気ややさしさこそが、多久を安心して安全なまちにする力になります。



☆認知症の人の視点に立ったかかわりを☆

現在、認知症の人のとらえ方も含めて、認知症の人へのかかわり方の変革が求められつつあります。認知症の人を支援するときに大切なポイントは、本人とのかかわり方です。

その基本は「**本人の視点に立つ**」ことです。

認知症の人の状態は、適切な医療につながることはもちろんですが、周囲の支援のしかたやかかわり方によって、良くも悪くも大きく変化します。周りの人の認知症に対する理解や適切な支援で、進行を遅らせたり、地域で安心して暮らせる可能性が広がります。

「認知症の本人が主人公」ととらえ、「本人中心」のかかわり方で認知症の人の不安・混乱・ストレスを軽減し、認知症の状態や支援者との関係の維持・改善、負担の最小化につながります。

本人の視点に立った認知症の人のとらえ方やかかわり方



☆周りの人の認知症のとらえ方

- 認知症になると何もわからなくなる、できなくなるではなく、わかること、できることがある。
- 認知症になっても個性や人間性は有している。
- 周囲の理解、適切なかかわり、環境によって状態の悪化を予防したり、状態が維持・改善したりする可能性がある。
- 本人が主人公。本人がよりよく暮らしていくことを支える。

☆周りの人の認知症の人とのかかわり方

- 周囲がとらえた本人の表面的な問題に対して一律に対処するのではなく、問題の要因を探り、その時々に応じたかかわりを心がける。
- 周囲の意向や都合ではなく、できる限り、本人の気持ちや意向、状態に応じて支援する。
- “してあげる支援”から“本人の力を生かす支援”、“本人の力を借りる支援”へ。
- ひとりでの支援ではなく、地域の多様な人とつながり、共に支え合う気持ちで周囲へ頼る。

直接認知症の人と接する機会がない時も、話題がでたりしたら、日々介護する家族や近隣の人へ友人や知人として、ねぎらいの声かけや相談先をアドバイスするなどさりげない見守りをお願いします。

見守りや声かけでちょっと相談してみようかと思われたらお気軽にご相談ください。

【問い合わせ】 多久市地域包括支援センター ☎75-6033

事業主のみなさんへ

高校生の積極的な採用をお願いします

新規高校卒業者を対象とする求人
のハローワークでの受付は6月20日
から、採用選考の開始は9月16日か
らです。

早めの採用計画の検討と求人の中
し込みをお願いします。

問 佐賀公共職業安定所
☎24-5181

**「プラスワン休暇」で
有給休暇を上手に活用！**

せっかくの有給休暇、なかなか使
えずにいませんか？

そこで、働き方・休み方を変える
第一歩として「プラスワン休暇」を
実施してみませんか。

例えば、

①土日、祝日に有給休暇を組み合わ
せて連休にする。

②労使協定を結び、「計画的付与制
度」を活用。夏期休暇と有給休暇
を合わせて連続休暇にする。

など「プラスワン休暇」で有給休
暇を上手に取得しましょう。

問 佐賀労働局 雇用環境・均等室
☎32-7167

【引揚者ご家族のみなさんへ】

税関では、終戦後外地から引き揚
げて来た人からお預かりした通貨や
証券類を返還しています。

心当たりのある人は、税関までお
問い合わせください。

問 長崎税関 業務部 税関相談官
☎0120-828-680
(平日9時~17時)
✉nagasaki-sodan@customs.go.jp

10月訓練開始の訓練生を募集します

介護員養成科 (実務者研修)

訓練期間 10月4日(火)~
平成29年3月30日(木)まで
訓練会場 旧ポリテクセンター伊万里
視聴覚教室
(伊万里市東山代町里359-4)

対象 ハローワークに求職の申し込
みをし、ハローワークの受講指示
または受講推薦などを受けた人

定員 20人 **受講料** 無料
※テキスト代20,000円程度は自己負担

申込方法 現住所を所管するハロー
ワークに職業相談のうえ、願書を
提出してください。

申込期限 9月2日(金)

問 佐賀県立産業技術学院 ☎74-4330

【全国一斉！法務局休日相談所】を開設

佐賀地方法務局では、平日に法務
局の相談窓口を利用できない人のた
めに「全国一斉！法務局休日相談所」
を開設します。

当日は、法務局職員のほか、公証
人、司法書士、土地家屋調査士、人
権擁護委員が相談にお答えしますの

でお気軽にお越しください。

また、公証人による講演会を開催
しますのであわせてご参加ください。

日時 相 談 10月2日 10時~15時
講演会 10時~11時30分
「未来につながる相続登記」

講師 唐津公証人
会場 佐賀市保健福祉会館
(ほほえみ館4階)

料金 無料

問・予
佐賀地方法務局 総務課 ☎26-2149

**老人福祉センターむつみ荘
8月の無料送迎バスの運行日**

日程	運行
17日(水)	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)
25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 地藏前 9時発)
30日(火)	東多久方面 (石原橋 9時発)
31日(水)	南多久方面 (谷下 8時55分発)

問 むつみ荘 ☎75-3701

『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

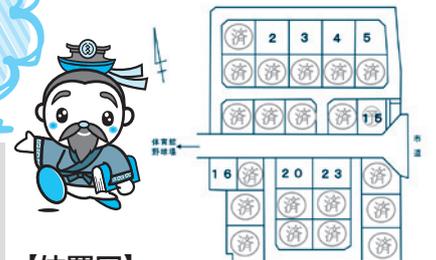
✉ taku@fmsaga.co.jp ☎0952-25-1462

**多久市定住促進
住宅団地中央公園東**

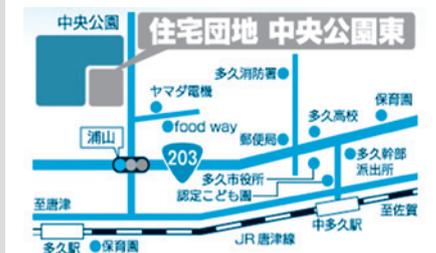
残り7区画!!

好評
分譲中

【分譲状況】7月20日現在



【位置図】



【所在地】 多久市北多久町
大字小侍 287-46

【交通】 J R 唐津線多久駅 徒歩13分

【用途地域】 工業地域

【建ぺい率】 60%

【容積率】 200%

【学校区】 小中一貫校 東原庁舎 中央校

【設備】 電気 (九州電力等)、水道 (公営)、
ガス (個別プロパン)、
排水 (公共下水道)

【売主】 多久市

【開発行為許可番号】

佐賀県指令26まち推第14号

【予定最低価格】 490万円

【予定最高価格】 690万円

【分譲宅地総数】 28区画

【価格】 1坪 (3.3㎡)

6.6万円~7.2万円

問 = 問い合わせ先 申 = 申し込み先 予 = 予約

健康料理教室

玄米ごはんの炊き方を学び、ごはんに合うおかずを料理します。
日時 8月9日(火) 9時30分～13時
場所 納所交流センター
会費 2,000円
申込締切 8月7日(日)
 問・申 ☎76-4618 (梅崎)

ひとり親のための『在宅就業に向けたパソコン講座』受講生募集

対象 県内在住のひとり親家庭の親
期間 10月上旬～12月上旬(約2か月間、平日のみ)
コース 午前コースまたは午後コース(3時間)
場所 佐賀市内
募集人員 各コース10人
受講料 無料
申込方法 ホームページから申込用紙をダウンロードし、郵送またはFAXで申し込みください。
申込期限 8月31日(水)
 ※郵送の場合は必着
その他 託児サービスの予定
 問・申 NPOひとり親ICT就業支援センター
 ☎26-3900 ㊚26-3919

🔍 NPOひとり親ICT就業支援センター **検索**

平成28年度 白秋献詩募集

形式 自由詩(字数、内容等制限はありません。B4版400字詰原稿用紙で提出)
 ※未発表の作品に限ります。

応募部門 小学生の部、中学生の部、高校生・一般の部
応募点数 1人2点まで
募集期限 9月2日(金)必着
 詳細は問い合わせください。
 問 柳川市学校教育課(直通)
 ☎0944-77-8863

有明海クリーンアップ作戦2016

有明海は、さまざまな生物が生息する自然の宝庫。その環境を守るため、有明海沿岸4県(佐賀・福岡・長崎・熊本)の県民と漁業者が行う海岸清掃にあなたも参加してみませんか。
日時 8月27日(土) 8時～
 ※荒天の場合は、8月28日(日)に順延します。
場所 東与賀海岸(干潟よか公園集合)
 ※参加者には、記念品があります。
 問 佐賀県水産課 ☎25-7144

平成28年度 下水道排水設備工事責任技術者試験

受験講習会 9月27日(土)
受講料 3,000円
 ※別途テキスト代 2,500円(各自購入)
試験日 10月5日(水)
申込書配布・受付期間 8月1日(月)～8月19日(金)
 ※当日消印有効
申込書配布場所 多久市都市計画課

申込方法 佐賀県下水道協会へ郵送ください
試験会場 佐賀市文化会館 3階大会議室

受験料 5,000円
 ※詳細は受験案内をご確認ください
受験資格 次のいずれかに該当する人
 1, 高校(旧制中学)以上の土木工学科等を卒業し、排水設備工事等の設計または施工に関し2年以上の経験を有する人
 2, 高校(旧制中学)を卒業し、排水設備工事等の設計または施工に関し3年以上の経験を有する人
 3, 排水設備工事等の設計または施工に関し5年以上の経験を有する人

問 佐賀県下水道協会
 佐賀市上下水道局総務課内 ☎33-1330

大学通信教育合同入学説明会

希望する大学の講義内容、学習方法、受講手続きなどの相談ができます。
日時 9月3日(土) 12時～17時
会場 エルガーラ8階 エルガーラホール(福岡市中央区天神1-4-2)
参加申込 不要
入場料 無料
 問 公益財団法人 私立大学通信教育協会
 ☎03-3818-3870

広告

大好評に
お応えして

夏のキャンペーン始めました!!

デジ録STBで専門チャンネルを楽しもう♪(平成28年6月1日～8月31日)

STB登録取付費

5,184円(税込)が**無料!!**

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



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)

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**44ch**

(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



コミュニティチャンネル

地域の話題を放送!



放送時間

7:00~9:00 / 10:00~12:00 / 14:00~16:00 / 19:00~21:00 / 23:00~25:00

今月の番組案内

1日(月)~3日(水)	■第36回全日本学童軟式野球県大会決勝
4日(木)~6日(土)	■第52回多久市防犯少年柔道大会 中学生の部
8日(月)~10日(水)	■生と死を考える授業講演会「出会いの中で学んだこと」
11日(木)~13日(土)	■山笠情報
15日(月)~17日(水)	■あいぱれっと2周年イベント 同時開催イベント
18日(木)~20日(土)	■給食センター1日体験
22日(月)~24日(水)	■地域の話題をお届け!
25日(木)~27日(土)	■第68回多久山笠
29日(月)~31日(水)	■メイプルタウン夏まつり



○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。

多久市商工会青年部Presents

青年部アワー~商工会青年部が勝手に作っちゃいました~



商工会青年部制作番組
多久の魅力を紹介します!

☆第13回 8日(月)~10日(水)
 ☆第14回 22日(月)~24日(水)

放送時間 7:00~
 10:00~ / 14:00~
 19:00~ / 23:00~



くらしに役立つ情報
 や楽しくなるような
 情報をお届け!

放送時間 7:00~
 10:00~ / 14:00~
 19:00~ / 23:00~

☆お祭りに出かけよう!
 11日(木)~13日(土)
 ☆中多久マーケット特集
 25日(木)~27日(土)



佐賀県内のグルメ情報をケーブルテレビ7局が紹介します。

放送時間 9:00~ / 12:00~ / 16:10~ / 18:30~ / 22:10~ ※週代わりで放送

佐賀県警 安全安心だより 佐賀県警より地域の防犯についてお知らせ、注意事項を放送します。



5分間のヨガ体操です。少しの時間で身体をリフレッシュ!

放送時間 8:55~ / 11:55~ / 15:55~ / 20:55~ / 23:55~



多久市広報番組「TAKU-SUN インフォメーション」

◆◆ポケット収録日：毎週水曜日◆◆

市役所からのお知らせ・イベント等情報

放送時間 6:30~ / 9:30~ / 12:30~ / 18:00~ / 22:30~

株式会社 多久ケーブルメディア の Facebook をご覧ください!

番組の最新情報や放送時間、取引先でのちょっとした出来事など
旬な情報を発信しています!

多久ケーブルメディア 検索

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	
	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	人権・同和対策課
中央公民館		☎ 74-3241
生涯学習課		
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

8月

催し & 相談スケジュール



日付	内容	場所	時間	問い合わせ
7日㊤	多久子どもクラブ球技大会	西溪校	8時15分～	多久公民館
7日㊤	東多久子どもクラブ球技大会	東部校	8時～	東多久公民館
7日㊤	北多久子どもクラブ球技大会	旧北部小体育館	8時～	北多久公民館
4日㊤～ 6日㊤	夏休み教育キャンプin北山2016	北山少年自然の家	—	生涯学習課
13日㊤	多久町夏祭り	多久公民館駐車場	18時30分～	多久公民館
20日㊤	多久町・西多久町親善球技大会	西溪校グラウンド	17時30分～	
20日㊤	すこやか東部つままつり	東部校グラウンド	16時～20時	東多久公民館
21日㊤	北多久町民ソフトバレー大会	旧北部小体育館	8時30分～	北多久公民館
22日㊤	夏休み大自然体験ツアー	三瀬ルペール牧場 どんぐり村	9時20分～	各町公民館



日付	内容	場所	時間	問い合わせ
1日㊤、9/1㊤	身体障害者相談	社会福祉会館	10時～15時	福祉課
3日㊤、17日㊤	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
17日㊤	法律相談(弁護士)	第2委員会室	(受付)13時～14時30分	総務課
17日㊤	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
17日㊤	★心配ごと相談	社会福祉会館	9時30分～15時	社会福祉協議会 ☎75-3593
18日㊤	行政・人権相談	大会議室東	10時～15時	総務課
18日㊤	法律相談 (司法書士)	大会議室東	13時～15時	総務課
18日㊤	★登記相談	大会議室東	13時～15時	総務課
毎週月曜日	健康相談	健康増進課	13時～16時	健康増進課
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28年7月1日現在❖

総数…20,043人(-17) 男…9,371人(-6) 女…10,672人(-9)
世帯…7,818世帯(-1) ※()は前月との比較

❖平成28年6月の異動❖

出生…14人 死亡…20人 転入…47人 転出…58人

夏野菜とはるさめのスープ

1人分
野菜量 42g
41 kcal
塩分 1.0g



材料 (4人分)

- 桐岡なす…80g
 - 干しいたけ…8g
 - ごぼう…50g
 - にんじん…40g
 - はるさめ(乾)…20g
 - ねぎ…適宜
 - 水…800ml
- A
- 固形コンソメ…1.5個
 - 塩、こしょう…少々

作り方

- 1 はるさめをゆがく。
- 2 桐岡なすは短冊切り、干しいたけは水でもどして千切りにする。
- 3 ごぼうとにんじんはそぎ切りにする。
- 4 2と3、水を鍋に入れて火にかける。
- 5 具材に火が通ったら、Aで味を調べて1を加える。
- 6 最後に刻んだねぎを散らす。



幡船の里のみなさん

夏の疲れには、野菜たっぷりのスープはいかがでしょうか？冷たくひやしてもおいしいですよ。材料は何でもOKです。

多久市食育推進協議会委員が作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



かじはら たいが
梶原 大雅くん
(2歳)

く め こは
久米 心羽ちゃん
(2歳)

ここな
心菜ちゃん
(3歳)



大好きな電車が園から見ると、大きく手を振っている大雅くん。最近はママの太鼓に合わせて、オリジナルの歌と手遊びを披露してくれます。何でも食べる元気いっぱいの子です☆

パパ・ママから いろんな事に挑戦して、たくましく優しい子に育ってね！

(西多久町) パパ/真俊さん ママ/景子さん



甘えん坊だけど、しっかり者な面も見せてくれる心菜ちゃんはひじきやかんころなど、煮物が大好き♡心羽ちゃんは「ファインディング・ニモ」のドリーに夢中で、大きなぬいぐるみを枕に寝ています☆

パパ・ママから 姉妹、元気に仲良く成長してください。

(北多久町山犬原) パパ/隆寛さん ママ/静香さん

