

— 緑園に輝く — みんなで創る 文教・安心・交流のまち 多久

たく日和

市報たく ④ No.698

8月
2019



市報たくがスマートフォンでも読めます



特集

「いきいき百歳体操」で地域を元気に!

みんなで育む地域の

絆

▲別府二区のみなさん (撮影場所: 別府二区公民館)

🔔 今月の税の納期限をお知らせします ※納期限後に納付されると督促手数料、延滞金がかかる場合があります

市県民税 第2期 / 9月2日(月)

国民健康保険税 第3期 / 9月2日(月)

口座振替日は8月26日(月)



声の市報を
YouTubeで!

多久市 声の市報

検索

「いきいき百歳体操」で地域を元気に!

みんなで育む地域の

絆



▲いきいき百歳体操を楽しむ別府二区のみなさん
(撮影場所：別府二区公民館)

健康維持を目的にはじまった「いきいき百歳体操」。体操を通し、住民同士の繋がりも深まると、多くの地区に広がっています。最近では、体操を楽しみに会場へと足を運ぶ姿があらこちらで見られます。9月には、百歳体操を実施している人たちが集まる全体会も開催します。市内に広がる「いきいき百歳体操」に注目です。

おしゃべりが楽しめる
身近な集いの場



「いきいき百歳体操」は、立つ、歩く、物を持つなど、日常生活で必要とされる動作を行うために、必要な筋力を鍛える運動です。

体操の時間は30分ほどで、足首や手首におもりを付けて負荷をかけ、筋力とバランス能力を高めていきます。体操を継続した場合、握力や体力年齢の数値にも変化が見られ、ほとんどの人に効果が認められています。これまでに、市内20か所の地区で開催されている百歳体操。その良さは歩いて行ける身近な場所で開催されていることです。

参加者からは、「気持ち明るくなった」「体操後のおしゃべりが楽しみ」といった声が多く、ご近所同士で声をかけあって参加する姿も見られます。

「いきいき百歳体操」は、互いに見守り、見守られる、楽しい集いの場でもあります。

地域の未来を考えよう



自分自身の健康増進と地域力を育てる「百歳体操」。徐々に導入す

いきいき百歳体操とは

介護予防教室として、週に1・2回各地区の公民館などで開催されています。市は立ち上げ支援、運動用のダンベルなどを貸与しています。また、導入時には市立病院の理学療法士による体操指導を4回実施し、初回・3か月後・1年後に体力・筋力測定を実施し、評価を行っています。

平成28年の参加者は、2地区36名でしたが、平成30年では、11地区147名と、**4倍以上に増加**しています!!



る地区が増えていきます。

9月には、百歳体操に取り組んでいる人たちが集まって、一緒に体操を行う全体会を開きます。

これからも住み慣れた地域で暮らすためには、健康な体はもちろん、いざという時に助け合える、地域の繋がりが重要です。あなたの地域

いきいき百歳体操の効果



運動機能 レーダーチャート

■ 初回評価
● 3か月後評価

○ 裏納所地区の評価

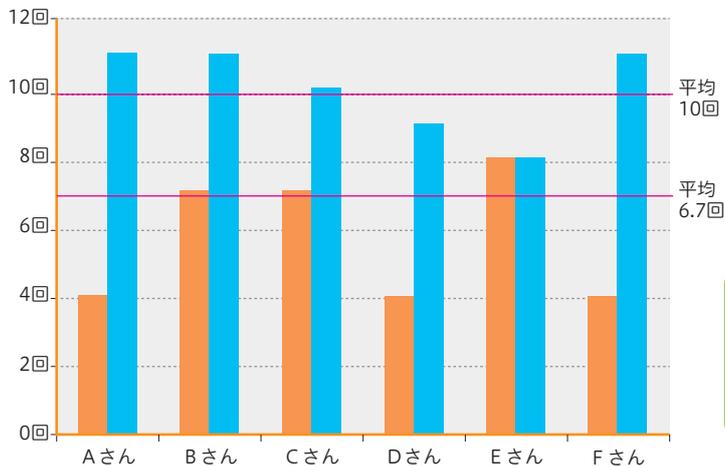
参加者 8名 平均年齢 82.4歳 (70歳代 2名、80歳代 6名)

初回評価：H30.10.17、3か月評価：H31.1.16

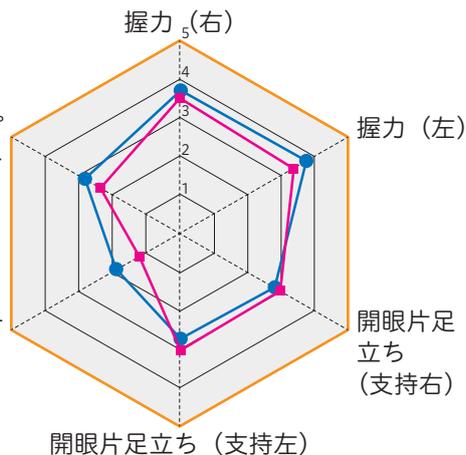
30秒椅子立ち上がりテスト

前の平均6.7回 → 後の平均10回

■ 体操前
■ 体操後



タイムアップ
アンドゴー
テスト



30秒椅子立ち上がりテストとは？

筋力がつき、椅子からの立ち上がり動作が早くできるようになります。

つかれるけど
楽しい!



他の地区で、百歳体操を元気に取り組まれている高齢者を見て衝撃を受け、これはうちの地区にも必要だと思い、今年の6月から始めました。久しぶりの再会を喜び、運動もできると、みなさん「来てよかった」とおっしゃっています。

参加者同士で、誘い合ってください、今では15人ほどが参加されています。

今後は、民生委員さんたちの協力を得て、お茶会やカラオケをしたいですね。無理せず、長く継続していきたいです。

【別府二区
区長古賀徳次さん】



でも「いきいき百歳体操」に取り組んでみてはいかがでしょうか。

わたしたちが、
サポートします!



多久市地域包括支援課

安松泰祐

菊池伊津子

池田照美

宮原杏

『百歳体操 全体会』を開催!

日時 9月3日(火) 10時40分～13時頃

会場 天山多久温泉 TAQUA



減塩弁当もあるよ

筋力は、何歳になってもつきまじ、百歳体操は、高齢者でも無理なくできる運動です。

体操自体よりも、集まって話をすることや互いに助け合う、コミュニケーションが重要だと思います。また、集まる中で、自分の役割を得られることも大きなメリットです。

取り組む地区が増えてきたことは、良いことだと思います。男性の参加者が増えるとともに良いので、とても楽しみです。

9月3日の全体会では、地域の人以外にも親睦を深めることができるので、とても楽しみです。

【多久市立病院理学療法室
室長小柳伸一郎さん】



趣味活動でいきいき 多久市高齢者趣味の作品展



YouTube で動画が見えます！

6/10[Mon]~21[Fri]



▲長尾フサさんの作品「令和」と
今泉静子さんの作品「テーブルクロス」

6月10日(月)から21日(金)まで、多久市高齢者趣味の作品展を開催しました。会場の市役所1階ロビーには、写真、絵画、書、手芸・工芸の4部門合わせて54点の力作が並びました。この作品展は、高齢者の文化活動を促すとともに、制作者の生きがいづくりを推進し、来場者との交流を深めることを目的に、毎年開催しています。

書で金賞を受賞された長尾フサさんは、出品者の中で最高齢の102歳。新元号の「令和」を力強い筆遣いで書かれました。手芸・工芸部門で金賞を受賞された今泉静子さんは、繊細なレースのテーブルクロスを編まれていました。お二人の作品は、佐賀県シニアアートフェスタ(主催：県長寿社会振興財団)にも出品され、長尾さんは特別賞を、今泉さんは同財団の理事長賞を受賞されました。

日本の電気工学の祖 志田林三郎博士モニュメント除幕式

6/22[Sat]

多久市を代表する偉人のひとり、志田林三郎博士モニュメントの除幕式を、JR東多久駅敷地内の東多久交流プラザ前で行いました。

このモニュメントは、佐賀県が開催した「肥前さが幕末維新博覧会」を記念して制作されたものの複製で、先人を顕彰し、郷土への誇りと愛着心を育むためにと、肥前さが幕末維新博推進協議会から市に寄贈されました。

東多久町出身の志田博士は、幼少期から学問に秀で、電気工学の技術発展に大きく貢献されました。訪れた人は、「モニュメントがとてもリアルで、志田博士が実際にいるようです」と話されていました。多久の先人・先覚者を身近に感じられるモニュメントです。ぜひご覧ください。



▲(左から)野田勝人 佐賀県議会議員、横尾俊彦 多久市長、田中裕之 佐賀県地域交流部文化・スポーツ交流局長、中島慶子 多久市議会副議長、野田和成 九州旅客鉄道株式会社 唐津鉄道事業部長、大島克己 東多久町囃子委員会会長

歴代領主が初揃い 多久の歴代領主と遺蹟展

4/1[Mon]~6/30[Sun]



▲歴代領主の肖像画と、県重要文化財でもある立葵蒔絵螺鈿等が展示

6月30日まで多久市郷土資料館で開催した、「多久の歴代領主と遺蹟展」。5代領主 多久茂村の肖像画の複製が加わり、多久家全領主すべての肖像画や墓所、関連遺跡の写真などが一堂に並び、期間中は熱心な歴史ファンが多く訪れました。

藤井伸幸館長によって見出された、領祖、龍造寺長信の妻・芳岩自身とみられる線刻画の写真と、芳岩が建てたとされる「芳岩妙春逆修塔」などの関連資料写真も展示。藤井館長は「線刻画自体が珍しいもので、芳岩自身なのかを特定するのに苦労しました。また、今回は女性に注目し、領主と関わりのある女性たちが寄進したとされる石仏や多久家に伝わる立葵蒔絵螺鈿等なども展示しました」と紹介しました。



1周年の感謝を込めて！ **タクア** **ファースト** **アニバーサリー**
TAQUA 1st Anniversary

7/5 [Fri]~7 [Sun]



▲来場者で賑わうマルシェ (TAQUA内)

「天山多久温泉TAQUA」のオープン1周年を記念するイベント「TAQUA 1st Anniversary」(主催：株式会社タクア)が、TAQUAで開催されました。

イベントでは、ご当地アイドルのライブやストリートダンスが披露され、圧巻のライブパフォーマンスに、会場は大盛り上がり。さらに、県内外から約40店が集ったマルシェでは、かわいい雑貨やインテリア、スイーツ、ワークショップが並び、来場した約2,200人を楽しませていました。株式会社タクアの永光将生さんは、「みなさまからご支援いただき、1周年を迎えることができました。これからもみなさまのご意見を真摯に受け止め、頑張っていきます」と感謝の言葉を述べました。

多久高校勢が活躍！ **国体九州ブロック大会スポーツクライミング競技**

7/13 [Sat]~14 [Sun]

第39回国体九州ブロック大会(主催：公益財団法人日本スポーツ協会 他)のスポーツクライミング競技が多久市で行われました。リード競技とボルダリング競技の2種目の結果を競うこの競技で、少年女子の部で樋口結花さん(多久高)・渡島夏希さん(佐賀北)組が総合1位に輝きました。また、少年男子の部では梶晃悠さん(多久高)・平井寛太さん(佐賀星生学園)組も総合2位の好成績を収め、見事アベックで本国体への出場を決めました。

「雨の中、悪いコンディションで、自分らしい登りができなかった。課題をクリアして、国体で決勝に残れるように頑張ります」と樋口さん。「昨年は、国体の決勝に残らなかったのが、今年は決勝に残りたい。」と梶さん。9月に茨城県で開催される本国体での活躍を期待します。



▲ハイレベルな戦いを制した樋口選手

しっとりと箏の音響く **第29回 諸田賢順を偲ぶ会**

7/13 [Sat]



▲箏や尺八の愛好家による献曲

毎年、諸田賢順の命日に行われている「諸田賢順を偲ぶ会」(主催：多久市文化連盟)が専称寺で行われ、市内外から約60人が参加しました。

賢順は、平安時代末期から北九州地方に流布していた箏曲を、筑紫流箏曲として大成したことで知られており、現在の筑紫流箏曲は、国の無形文化財にも指定されています。

会では賢順をしのび、箏・尺八合奏曲の「六段の調」や「北海民謡調」などが披露されました。参加者は「例年は汗だくになるほどの暑さですが、今年は雨。涼しげな中、箏の音が心に沁みました」と、顔をほころばせました。

問題啓発強調月間です

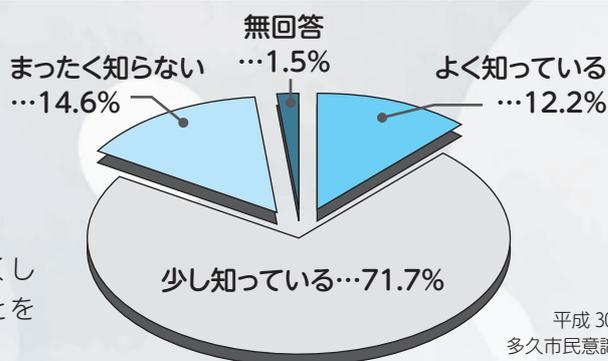
同和問題に対する市民意識

これまでの教育・啓発の成果や問題点を明らかにし、「差別のない明るい社会づくり」の基礎資料とするため、平成30年度に「多久市民意識調査」を実施しました。

Q あなたは同和地区と呼ばれ、そこに生まれ住む人たちや同和地区出身の人たちが差別されていること（同和問題）を知っていますか。

A 「よく知っている」（12.2%）、「少し知っている」（71.7%）で、合わせると83.9%となっています。「まったく知らない」と答えた人が14.6%いることは、今後の啓発の方法等を考える参考になります。

同和問題を正しく知ることから、あらゆる差別をなくしていく考えが生まれてきます。一人ひとりができることを行動にうつしていくことが大切です。



同和問題（部落差別）を解消するための法律

この法律は、現在もなお部落差別が存在すると国が認め、部落差別をなくすために施行（2016年）されました。日本国憲法の理念から、部落差別は許されないこと、解消することが重要な課題であることが示されています。

①部落差別は過去の問題ではありません

部落差別はまだ解決しておらず、一日も早く解消されなければならない重要な課題です。

②部落差別の解消はみんなの課題です

部落差別は『差別される人』の問題ではなく『差別する人』の問題です。一人ひとりが正しい理解と認識を深めることが、部落差別のない明るい社会の実現につながります。

③部落差別の解消は行政の責務です

インターネット上で、差別を助長する情報が拡散するなど、部落差別は潜在化、陰湿化しています。

国や地方公共団体は、部落差別の解消に向けた効果的な施策を行います。

④部落差別を受けた人への相談体制を確立します

部落差別の被害者は、カミングアウトによる二次被害を恐れ、相談を断念するケースが少なくありません。国や地方公共団体は、的確に対応できる相談体制を整備します。

⑤部落差別に重点をおいた教育・啓発を展開します

同和問題は、世代を超えて引き継がれてきた日本固有の人権問題であり、なくさなければならない深刻な社会問題です。国や地方公共団体は、部落差別に重点を置いた効果的な教育・啓発を行います。

⑥取り組みの効果を検証します

国や地方公共団体は、これまでの部落差別を解消するための取り組みや成果、問題点を検証し、今後の指針とするための実態調査を行います。



8月は佐賀県同和

同和問題啓発強調月間とは？

同和問題の早期解決をめざし、啓発活動を集中して行う月間です。

多久市では、佐賀県が8月に行う同和問題啓発強調月間にあわせて、同和問題講演会や同和問題啓発パネル展、市報、行政放送など、あらゆる機会を通じて啓発活動を行います。

同和問題講演会 8月20日(火)

演題 いのちをみつめて
～お芝居とおはなし～
講師 あり まり え 有馬理恵さん
開演 13時30分～15時30分 (開場13時)
場所 中央公民館大ホール (入場無料)
※手話・要約筆記あり



多久市同和問題啓発ポスター

市民のみなさんから応募いただいた標語の優秀作品の中から選考し、作成しています。



正しく
広げよう
同和問題



同和問題啓発パネル展 8月1日(木)～7日(水)

場所 市役所 1階市民ホール
※アンケートにお答えいただいた人に粗品進呈中!!



人権標語募集中!
くわしくはHPへ



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、サークル活動等の場に、参加者の人数を問わず、ご希望の場所に伺います。

また、企業での人権・同和問題の研修にも講師を派遣します。講師料は無料です。



DVD 無料貸し出し

市には人権・同和問題に関するDVDがあります。

希望するDVDがない場合は、県などから借りることもできますので、問合せください。

市の
多から
お知らせ

あつゝい夏も寒くなる!?中央公民館が「おばけやしき」に

問 中央公民館 ☎74-3241

この夏、一夜だけのホラーナイトイベントを開催します。

親子や友達と参加して、夏休みの思い出づくりをしませんか？

■日時 8月23日(金) 18時～19時30分(所要時間20～30分)

■会場 中央公民館

■内容 中央公民館を舞台にした、歩いて館内を回るおばけやしき

■対象者 市内義務教育学校の1年生～9年生

※保護者同伴での参加

■申込 申込用紙を各学校や各町公民館で配布します。必要事項を記入し、中央公民館または各町公民館へ提出してください。

■参加費 無料

■締切日 8月15日(木)

市の
多から
お知らせ

「山の日」は天山に登ろう！

問 天山自然公園協議会事務局(商工観光課内) ☎75-2177

『山の日』に佐賀が誇る『秀峰・天山』に登ってみませんか？天山山頂で、佐賀市・小城市・唐津市・多久市のそれぞれの特産物が入ったノベルティを、先着200人にプレゼントします。ただし、8月10日(出)19時時点で、11日の降水確率が50%以上の場合は、10時からJR佐賀駅と唐津駅で配布します。

■開催日 8月11日(日・祝)

■時間 8時～ノベルティがなくなり次第終了

■場所 天山山頂



▲市役所屋上から見える天山

市の
多から
お知らせ

放課後児童クラブ支援員を募集しています

問 学校教育課 学務指導係 ☎75-2227

多久市教育委員会では、市内義務教育学校の放課後児童クラブで働く支援員を募集しています。

■職務内容

日中仕事などで、保護者が家に居ない子どもたちの、安全で健やかな居場所を作り、育成支援を行います。また、宿題やおやつなどの時間を共有することで、第二の家庭の役割を提供します。

■申込資格(次の条件をすべて満たす人)

- 高卒以上
- 令和元年9月1日時点でおおむね65歳未満

■募集人数 2人

■勤務日時

- (1)学校開校日 13時～19時(うち5時間)
- (2)長期休業中 8時～19時(うち5時間～7時間45分)
- (3)土曜日 8時～18時
(うち5時間～7時間45分 ※月1～2回程度)
- ※日曜・祝日、8月13日～15日、年末年始を除く

■勤務場所 多久市内の放課後児童クラブ

■賃金 時給826円
(保育士、教員免許などの資格所持者は886円)

■その他 社会保険、雇用保険、公務災害(労災保険)、有給休暇有

■申込期間 随時

■申込方法

市販の履歴書に必要事項を記入のうえ、学校教育課まで郵送、またはご持参ください。後日、面接日を申込者に通知します。



市の
多から
お知らせ

児童扶養手当・特別児童扶養手当 『現況届』の提出時期です

問 福祉課 こども係 ☎75-6118

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』の提出が必要です。

該当者には、郵送で通知をしています。提出が遅れると受給が遅れることがあります。また、受給資格があっても、手続きをしないと支給されません。

■受付期間

児童扶養手当

8月1日(木)～8月30日(金)

特別児童扶養手当

8月5日(月)～8月23日(金)

■受付場所

福祉課

こども係



市の
多から
お知らせ

親子のふれあいバス旅行 参加者募集

問 福祉課 こども係 ☎75-6118

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、親子でゆつくりとしたふれあいの時間を過ごしてもらおうと、バス旅行を行っています。親子で楽しい思い出づくりに参加してみませんか？

■行き先

七ツ金鍾乳洞
長崎バイオパーク

■対象者

ひとり親家庭の子ども
(義務教育学校9年生
まで)とその保護者

■参加費

無料

■持ってくるもの
水筒、帽子、タオルなど

■申込期限 8月16日(金)

■日時 8月25日(日)
8時30分～17時30分

お知らせ

市の
多から
お知らせ

ひとり親家庭等医療費受給資格証 更新手続きをお忘れなく！

問 福祉課 こども係 ☎75-6118

現在、お持ちの受給資格証の有効期限は、8月31日(土)までとなっています。9月以降も助成を受けるには、更新手続きが必要です。該当者には郵送でお知らせしています。

■受付期間

8月1日(木)～8月30日(金)

■受付場所 福祉課 こども係



市の
多から
お知らせ

保育料等無償化説明会のご案内

申・問 福祉課 こども係 ☎75-6118

10月から始まる保育料などの無償化の説明会を行います。
参加希望者は、福祉課こども係まで申し込みください。
※市内各保育園などでも説明会を行なっています

■日時 8月22日(木)

10時30分～11時30分

■場所 児童センター「あじさい」

■対象 就学前の子どもの保護者



蜂の巣駆除お任せ下さい！

広告



見積り無料！ お気軽にお問い合わせください！



幸栄企画 ☎0952-48-0531
多久市多久町1798

0952-48-0531

市の
多から
かお
知らせ

モロドミ建設から太陽電池ポール時計が寄贈

問 教育振興課 文化スポーツ係 ☎75-8022

モロドミ建設株式会社（諸富公昭代表取締役社長）から多久市陸上競技場に、太陽電池ポール時計が寄贈され、7月12日に贈呈式を行いました。

陸上競技場のポール時計は、経年劣化のため2年前に撤去。簡易な時計を設置していましたが、利用者や市体育協会からの要望を知ったモロドミ建設株式会社から寄贈されたものです。

式に出席された同社の柴村英男専務取締役は、「多久市に恩返しをしたい思いが強し、多久市のスポーツ振興に役立てれば幸いです。」と話されました。

時計は、盤面直径70cm、支柱の高さ4m50cmの太陽電池電波時計で、陸上競技場の国旗掲揚台西側に設置しています。



▲贈呈式では柴村専務取締役から横尾俊彦市長へ目録が手渡されました。（左から田原優子教育長、横尾市長、柴村専務取締役、小野茂 市体育協会会長）



▲陸上競技場に設置された太陽電池ポール時計

お盆のお供え物などを川に流さないでください 「ソレダメ」

問 市民生活課 生活環境係 ☎75-6117

精霊流しなどで、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すなどの精霊流しをする風習があります。しかし、川にお供え物を流すと、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にな

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してください。

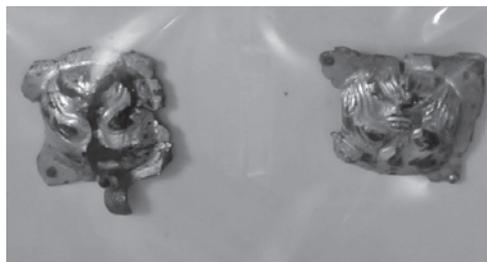
市の
多から
かお
知らせ

牟田辺前方後円墳発掘調査速報展

問 郷土資料館 ☎75-3002

多久市教育委員会は、平成29年度から平成30年度にかけ、南多久町牟田辺の弥生時代や古墳時代、中世、近世の遺跡を調査し、全国的にも類例の少ない遺物を発見しました。今回出土した遺物の中で、前方後円墳に関わるものを速報展として、多久市郷土資料館で展示します。

- 日 時 8月1日(木)～9月1日(日) 9時～16時
- 休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合は火曜日）
- 出品資料 三環鈴、五鈴杏葉、獅噛文帯金具、鉄器、勾玉、須臾器など
- 場 所 多久市郷土資料館（多久町）



▲獅噛文帯金具

市の
多から
かお
知らせ

多久市職員（看護師）募集

問 総務課 人事係 ☎75-2112

令和元年度 多久市職員採用試験（看護師）を次のとおり行います。

- 試験区分（採用予定人数）
看護師（若干名）
- 受験資格（すべてに該当する人）
○ 看護師免許取得者または取得見込者
○ 昭和55年4月2日以降に生まれた人
- 試験日 10月20日(日)
- 採用予定 令和2年4月1日
- 申込期間 9月2日(月)～20日(金)

- 申込書類
○ 総務課人事係で配布
○ 市のホームページからダウンロード
○ 郵便請求（住所・氏名・電話番号を明記し、120円切手を同封のうえ、封筒に「採用試験申込書請求」と朱書き）



▲くわしくはHPへ

市の
多
か
ら
の
お
知
ら
せ

県営住宅の入居予備者募集

問 佐賀県営住宅指定管理者(株)マベック 佐賀管理室 ☎20-2500

多久市内にある県営住宅の入居予備者を募集します。

■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2日(月)～9月11日(水)

■受付期間 9月5日(木)～11日(水) 9時～18時

※9月7日(土)は配布・受付をいたしません

■配布・受付場所 佐賀県営住宅指定管理者

(株)マベック 佐賀管理室

申込書は、市役所の建設課でも配布していますが、受け付けはできません。また、建設課での配布は、8時30分～17時15分です。(土・日を除く)



市の
多
か
ら
の
お
知
ら
せ

マイクロバス運転手募集

問 財政課 管財係 ☎75-8020

多久市のマイクロバス運転手を募集します。運行は、日時が不特定なため、運行日が決まった時点で、市が登録運転手の中から依頼を行います。行先は主に、市内および県内です。

■社会保険・通勤手当 なし

■雇用期間 令和2年3月31日まで(更新有り)

■申 込 随時受付

(電話での問い合わせ後に履歴書を提出)

■採用方法 面接、運転など

■応募要件 8t限定なしの中型免許

または大型免許所持者

■募集人員 5人程度

■勤務日数 月1日～5日程度

■賃 金 月額 8,040円

半日 4,020円



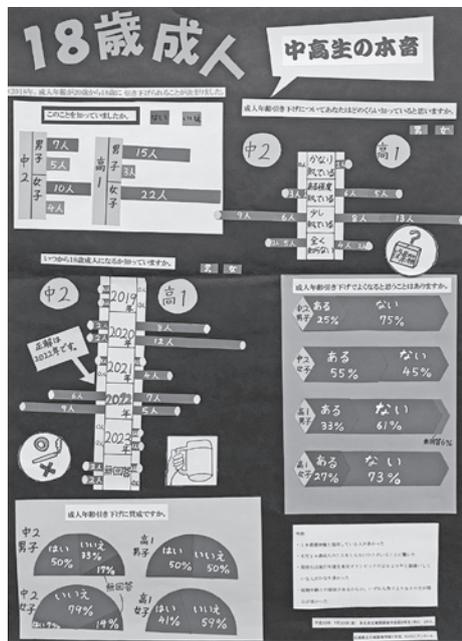
お知らせ

市の
多
か
ら
の
お
知
ら
せ

統計グラフ佐賀県コンクールの作品を募集します

問 佐賀県統計分析課 統計普及担当 ☎25-7036

統計知識の普及と統計の表現技術の向上を図るため、県内の小学生、中学生、高校生、大学生、および一般の人から統計グラフを募集します。



▲昨年の入選作品「中高生の本音」
東原彦倉中央校 9年 中尾幸太さん

■応募資格

部門	応募資格	課題
第1部	小学校1～2年生	自ら観察、または調査した結果をグラフにしたもの
第2部	小学校3～4年生	
第3部	小学校5～6年生	自由
第4部	中学生	
第5部	高校生以上	
パソコン統計グラフの部	小学生以上	自由(パソコンを使用したもの)

- 規 格 72.8cm×51.5cm (B2判)
- 締め切り 9月3日(火) 17時 必着
- 表彰式 佐賀県庁旧館4階正庁 (11月中旬予定)
- 主 催 佐賀県、佐賀県統計協会
- 後 援 佐賀県教育委員会、佐賀新聞社、サガテレビ
- その他 1人の応募点数に制限はありません。(2枚以上にわたる「シリーズ物」不可)
合作する場合は1作品につき5人以内
- 提出先 児童・生徒は各学校へ、その他の人は佐賀県庁統計分析課へ

限度額適用認定証は新たに申請が必要です！

平成30年8月から令和元年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、最長で令和元年7月末までとなっています。

認定証は申請後に交付を受けて、医療機関へ提示した月から適用されます。8月からの認定証が必要な人は、8月中に交付手続きをしましょう。

■申請に必要なもの

- 申請者の印鑑
- 申請者・受診者・世帯主のマイナンバーがわかるもの
- 申請者の身分証明書（運転免許証など）
- 受診者の保険証

☆ただし、後期高齢者医療制度加入者で、すでに認定証を持っている人には、保険証送付時に認定証を同封しています（保険証送付後から7月末に申請の場合は別々に送付）。

◆認定証を使うとどうなる？

認定証を医療機関で提示すると、医療費は自己負担限度額（以下、限度額）までの窓口負担になります（入院時の食事代や差額ベッド代、保険がきかない医療費などは対象外）。

- 認定証なしで医療費が高額になっても、ご安心ください。いったん限度額以上に、医療費を負担していただきますが、2か月後以降、該当世帯に「高額療養費」の申請勧奨通知を郵送します（申請後に給付）。
- 限度額は世帯の所得・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。



問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

自分の健診結果から生活を見直し健康を守りましょう

糖尿病を予防する ～野菜を摂る効果～

血糖値を上げない工夫の一つ「ベジファースト」は、野菜を食事の最初に摂ることで血糖値の急上昇を抑制する効果があると話題です。では、手軽に摂れる野菜ジュースやサプリメントには同じ効果があるのでしょうか？

野菜ジュースを飲むこと=野菜を食べることなのでしょうか…

～野菜ジュースやサプリメントと野菜を比べてみました～

①栄養成分

食品	緑黄色野菜	野菜ジュース
量	150g	200ml(1本)
糖質	3.4g	16.2g
食物繊維	4.2g	0.6~3.0g
ビタミンA	729mg	450~1780mg
ビタミンC	37mg	45mg
ビタミンE	2.4mg	1~3.3mg
カロリー	80kcal/350g	100kcal/本

①の栄養成分でみると、野菜はジュースに比べ、血糖値を上げる糖質の量が少なく、糖質や脂質、コレステロールなどの吸収を緩やかにする食物繊維が多いことが分かります。

また、②の身体の中では、野菜の方が時間をかけて小腸に行き、血糖値を下げるインスリンもゆっくり分泌され、すい臓の負担も減ります。

問い合わせ 健康増進課 健康増進係 ☎75-3355

②身体の中に入ると…

野菜ジュースやサプリメント	身体	野菜
影響なし	脳	噛むことで脳に伝わり、味覚が育つ
噛まない	□	噛む
腹持ちしない	胃	腹持ちがいい
インスリンが急に分泌!!	すい臓	インスリンがゆっくり分泌
糖や脂を一気に吸収!!	小腸	糖や脂をゆっくり吸収
大腸の動きが少ない	大腸	腸内細菌のエサになり、ガン予防
とりすぎたビタミン類を尿へ出すため、大忙し	腎臓	ナトリウムや尿酸を尿へ出し、高血圧、結石予防
便の材料にならない	便	便の材料になる





多久の子育てを応援する「児童センター」

あじさいへ行こう!

Go!



子育て支援センター”でんでんむし” 利用者2万人達成!!

6月7日、多久市子育て支援センター“でんでんむし”の利用者が2万人に達しました。これは昨年7月の1万人達成の期間より、4か月も短い期間での達成です。みなさん、いつもご利用いただき本当にありがとうございます!!これからも「でんでんむし」では、利用者みなさんがゆったりとくつろげる空間をつくり、専門のスタッフが子育ての悩みや相談を受け、情報提供を行っていきます。どうぞお気軽にお越しください♪

▶でんでんむしを利用する人たち



▲記念すべき2万人目の利用者は北多久町在住の森さん親子

あじさいのイベント情報♪

8月	
にこにこサロン (毎週火曜)	
6日	読み聞かせ
20日	お誕生会
27日	水遊び
すこやかタイム (毎週土曜)	
10日	貯金箱作り
24日	おりがみ遊び
31日	木工教室
でんでんむし	
1日(木)	ママカフェ
9日(金)	子育て講話
20日(火)	お誕生会
21日(水)	子育て講話
22日(木)	赤ちゃん広場

あじさいホームページのQRコード



問い合わせ

児童館 ☎75-6621 / 子育て支援センター「でんでんむし」 ☎37-1117

利用者支援事業「パラソル」 ☎75-5120 / ファミリー・サポート・センター「にじいろ」 ☎75-5111

Check!

みんなで目指そう 自ら考え行動する消費者!

オンラインゲームで高額請求!

利用する前に理解することが大切です

事例

クレジットカード会社から、28万円もの高額な請求があった。小学生の息子がオンラインゲームで有料アイテムを購入したらしい。先日、オンラインゲームの登録に700円が必要だと頼まれ、決済のために母親のクレジットカード番号を入力した。その後は、そのクレジットカード番号で、有料アイテムを次々に買ったようだ。息子は「ゲーム内でアイテムを買うときに難しい操作はなく、どんどん買った」と言っている。(当事者 12歳)

遊ぶ前に親子でルール作りを!



出典 独立行政法人国民生活センター

ひとことアドバイス

- クレジット決済のために、親が入力したクレジットカード番号が有効になっていて、子どもが自分で番号を入力しなくても、オンラインゲームに課金が出てしまうケースなども見られます。クレジットカード番号の管理には十分注意しましょう。
- オンラインゲームは、料金体系や決済方法が多様化しています。周りの大人は、オンラインゲームの仕組みを理解し、ゲームの遊び方やルールは、子どもと決めておくようにしましょう。
- 困ったときは、市民生活課 生活環境係 ☎75-6117 または、消費者ホットライン ☎188 にご相談ください。

広げようエシカル消費の輪

お中元やお盆の贈答品に、地域の特産品を贈ったり、普段のお買い物で近所の商店を利用することは、地域へ配慮したエシカル消費になります。



みなさんで考えましょう!

野の仏ギャラリー③

文殊菩薩坐像

東多久町高德寺

蓮華台に載り、幼顔ですが口元を引き締め、落ち着いた表情を見せています。光背に頭光が彫られ、頭部に三角形の装飾を有する宝冠を戴いています。右手に知恵を象徴する剣(智剣)、左手には経巻が載せられた蓮華を持っています。この像は十三仏の一体として造立されています。銘「杵島三坑 世話人 一力藏 崎島唯次郎」



多久市郷土資料館長 藤井伸幸

○菩薩は悟りを開く前の修行中の者を称します。
○近くに「十三佛建立記念」と刻まれた碑文があり、昭和七年五月に建立されたことが分かれます。

今月の論語

来者の今に
如かざるを知らんや

若い者は努力すれば将来は、今の人以上に立派な人になるであろう。

今月の福宅放送は、東原庵中央校9年 大田麻悠さんです

教育長コラム

ちよっとい話



「傘」

待ち遠しくて、指折り数えて待った帰省。当時の養護学校は寮が主流だった。その養護学校の児童が、帰省から戻ると元気がない。ホームシックだと思いきや、戻らぬなら、「ううん、僕を誰も待っていない。玄関に家族の傘が、父・母・弟…と、順番に一列に並んでいたけれど、自分の分は飛ばされていて傘が無かった。歯ブラシも家族分きれいに並んでいたのに自分のだけ無かった。僕には帰る家が無くなった。」

「ご家族も、きつと楽しみにして待ってくださって、掃除して下さっていただけだるうに、通常がない故にうっかりされたのらう。しかし、このうっかりが、この子にはとてもこたえた。」

「あなたは必要な存在なのだ」というメッセージを、大人が子どもに確実に伝えるようになりたいなあ。10代の若者が最も多く自死する日(9月1日)が近づいた。

教育長 田原優子

市民文芸

◆ 昼見しとひと味違う紫陽花の花を見ており月のさす庭

川浪 信子

◆ 夏座敷 百年余りの時流る

並ぶ遺影を 仰ぎ佇む 浦野 嘉恵

◆ 球根を植えし百合花 咲き揃う

令和の空を 仰ぎ見ること 梶原恵美子

◆ 人前で自分の夢を話せない

その現実を打破する命 野崎 隆幸

◆ 人間を愛する人の演説だと

心の底が揺さぶられている 尾形 節子

◆ 診察の窓開けてあり柿若葉

中嶋 清子

◆ 虎尾草の手にやはらかき夕べかな

武富 律子

◆ 端居して得意に話す子のデザート

本村 則子

◆ 雨よ雨歩みを忘る蝸牛

倉成 皓二

◆ 振鈴の四方に広がる青葉山

富樫 明美

◆ 甘党を断念させた血糖値

中尾 和弘

◆ お茶の友話し上手に聞き上手

高塚 ちかこ

◆ 能力は無くても大望捨てられず

西山 残月

◆ 処世術 出世街道 まっしぐら

田中 正春

◆ 蚊が止まる吸われる前に

平手 打ち 大谷 和

短歌 《麦の芽短歌会 互選》

俳句 《互選》

川柳 《多久川柳会 互選》

市交際費の支出状況

令和元年6月分

支出種別	区分	件数	金額(円)
弔慰	今月分	2	15,000
	累計	2	15,000
見舞い	今月分	0	0
	累計	0	0
御祝	今月分	3	12,200
	累計	12	47,800
賛助	今月分	1	4,500
	累計	1	4,500
激励金	今月分	0	0
	累計	0	0
接遇	今月分	1	52,200
	累計	5	71,584
会費	今月分	4	13,000
	累計	7	22,000
その他	今月分	0	0
	累計	2	7,200
合計	今月分	11	96,900
	累計	29	168,084

※くわしく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

市長コラム

「寝た子はネットで起こされる」

同和問題で、「今でも差別はあるの?」「そっとしておけばいい。寝た子を起こすな」「自分は差別しないから関係ない。差別するつもりもないから大丈夫」という素朴な疑問や意見を聞くことがあります。

これらの意見は、同和問題を知らない人に話をするから、差別がなくなると考えている人がいるということです。これは「寝た子を起こすな」と言われるのですが、同和問題の話をするから差別がなくなるとは、パソコンのみならず、スマートフォンなどを利用する人が増え、わからない

tomoniki

ことがあると、検索サイトを開いて調べている人が多くいます。同和問題への質問に対して、寄せられる回答の約7割が、差別的で偏見に満ちた内容です。質問した人だけでなく、それを見る人も不特定多数いて、知らない人は安易に信じてしまうことにもなります。このことから、最近では「寝た子はネットで起こされる」と言います。

私たちが同和問題の話を「する」「しない」にかかわらず、偏見をうのみにして、差別に気付かない人がいることが問題ではないでしょうか。同和問題を正しく理解して、差別に気付き、差別をなくす努力をみんなですべていきたいと思います。

社会教育指導員 木村博重

Message for citizen



市長コラム



このコラムでも幾度か健康について書きました。「健康危機宣言」「健診行くのは今でしょ」等の内容でした。健やかでいてほしいとの願いからです。

市では保健師チームを軸に、医師会や関係スタッフの協力のもと健康増進に努めています。

そのおかげで多久市は厚生労働大臣表彰を受けました。生活習慣病予防に欠かせない「特定健診」「特定保健指導」の実施率で全国4位と7位でした。

まさに快挙です。「頑張ってくれてありがとう」と保健師職員に声をかけると「頑張ったのは受診された市民のみなさんです」。なんとも爽やかな返答でした。健康への取り組みは、継続こそ力です。そこで7月末の各町嘱託員会で現状報告した内容の一端を紹介しましょう。

多久市は春に各種検診調査を回収します。受診勧奨でもありますが、今年は87・5%

健診・検診、お願いします

市長 横尾俊彦

と8%アップ。がん検診希望では「希望あり」「職場で受ける」「病院で受ける」の合計で約5割の人が自己管理されていると思われれます。でも「受けたくない」が8%程度。検診に対する不安などの先入観を払拭する啓発の必要性を感じます。

がん検診では、大腸がんは横ばい、肺がん、胃がんは減少傾向です。胃がんは胃内視鏡検診を2年前から開始し、当初は50歳代の偶数年齢対象としたものを、昨年から50〜68歳の偶数年齢に拡大し、検診料も当初の5千円から3千円に改め、受診しやすくしています。男女別のがんである、子宮がん、乳がん、前立腺がんはいずれも年々増加傾向です。ほかの部位のがんも検査でわかります。がんは早期発見で早期治療も可能です。かけがえのない自分自身の健康です。健診・検診を忘れずをお願いします。

市民の健康カレンダー Health calendar 8月

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

日	月	火	水	木	金	土
				1 特定健診(セ) 結果説明会(東)	2 特定健診(セ) 結果説明会(東)	3
4 在宅当番医 多欠り健診(セ) 特定健診(セ) がんサロン(ハート)	5 健康相談日 結果説明会(東)	6 結果説明会(東)	7 結果説明会(東)	8 結果説明会(納)	9 献血(市役所) 9~16時	10
11 在宅当番医	12 在宅当番医	13 健康相談日	14	15	16	17

... 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!(メールは多久市のホームページから利用できます)

... こども相談 [会場/保健センター 受付時間/要予約]

... こども健診 [会場/保健センター 受付時間/13時~13時20分] 場所:略式表記の場所はこちらです。

... 個人通知あります ... 在宅当番医

... 特定健診 [受付時間/8時30分~10時30分]

(セ)...保健センター (南)...南多久公民館
(西)...西多久公民館 (東)...東多久公民館
(多)...多久公民館 (納)...納所会館



多久市・小城市 休日在宅当番医のご案内 ※必ず保険証を持参ください

月日	医療機関名(診療科)	TEL	住所	月日	医療機関名(診療科)	TEL	住所
8/4 (日)	徳富医院(産婦人科・内科)	☎66-1547	芦刈町	8/18 (日)	小城市民病院(内科)	☎73-2161	小城市
	りゅう整形外科(整形外科)	☎76-2101	東多久町		多久市立病院(診療科未定)	☎75-2105	多久町
8/11 (日・祝)	上砥川戸塚クリニック(内科・外科)	☎20-0573	牛津町	8/25 (日)	鶴田整形外科(整形外科)	☎66-4114	牛津町
	ひらまつ病院(診療科未定)	☎72-2111	小城市		豊田医院(内科)	☎72-2031	小城市
8/12 (月・振)	鶴田運動機能回復クリニック(整形外科)	☎51-5611	牛津町	9/1 (日)	しまうちクリニック(内科)	☎66-6036	牛津町
	野田好生医院(内科・小児科)	☎72-3232	小城市		藤井整形外科医院(整形外科)	☎72-7650	小城市

※事前に医療機関へ問い合わせしてから受診してください

すくすく

重点目標!

みんなでとりくみましょう!!

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!



8月

日	月	火	水	木	金	土
18 在宅当番医	19 健康相談日 終日 すくすく子育て相談会	20 乳児健診・相談	21 心ストレス相談 (PM)	22	23	24
25 在宅当番医	26 健康相談日	27 こども発達相談	28	29	30 結果説明会(セ)	31
9月 1 在宅当番医	2 健康相談日	3	4	5	6	7
結果説明会(セ) がんサロン(ハート)	結果説明会(セ)	結果説明会(セ)	結果説明会(セ)	結果説明会(セ)		

夏休みを利用して、予防接種を済ませましょう

子どもを守るために、予防接種は早めに受けましょう。

- ◎二種混合の予防接種※₁ 6年生(H19.4.2~H20.4.1)
- ◎日本脳炎の予防接種※₂ 4年生(H21.4.2~H22.4.1)・18歳(H13.4.2~H14.4.1)



※₁ 二種混合はジフテリア、破傷風を予防します

※₂ 平成11年4月2日から平成19年4月1日生まれの人は、日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えによって、予防接種を受ける機会がない時期がありました。そのため、20歳未満で未接種の人は、予防接種を受けることができます

健診結果説明会

特定健診と一般健診の結果は、ご自分の体の状態を知っていた
だくために、説明をしてお返ししています。郵送はしていません。

受付時間：9時~11時/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
○糖尿病連携手帳(持っている人) など





脳細胞を守ろう

～血管を守ることのできる高齢者の認知症予防！～

認知症は予防可能？

アルツハイマー病は、脳細胞を守ることで、進行を緩やかにできるといわれています。

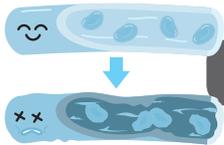
脳にはリンパ管がありませんので、老廃物は血管に流れます。

そのため、血管の働きが悪くなると、血管の壁にタンパク質やアミロイド、老廃物がたまり、脳細胞に悪影響を及ぼします。

血管を大切に！

血管を守ることが脳細胞を守ることにもつながります。そのためには、血液検査の項目が基準内に維持できていることが重要です。

みなさんのLDLコレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪、BMI、尿酸、血圧、糖（血糖値、HbA1c）等の数値は大丈夫ですか？数値が悪いと・・・。

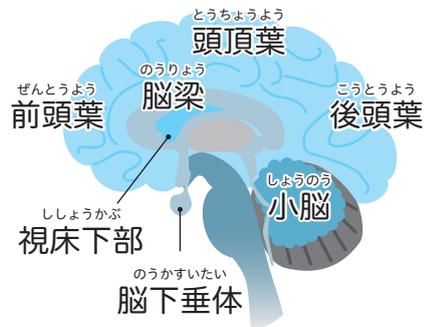


血行が悪くなり血管が傷つく

脳細胞にも悪影響！



○成人の脳…体重の2%～3%の重さ（約1,200g～1,500g）で、脳の細胞は役割によって名前があります。



○脳の栄養…酸素とブドウ糖。酸素は赤血球によって運ばれます。エネルギー源は糖です。

➡ 朝ごはんは大切です

☆脳の弱点…約6分間、血液が脳の神経細胞に届かないと、虚血になり細胞死が起こります。

認知症の人やその家族の集いの場

認知症カフェ

かふえ “いこい”

みんなで、お茶でも飲みながら、心配なこと、気になること、なんでも話をしましょう。

8月10日(土) 13時～15時30分 場所 多久いこいの里内

多久いこいの里 ☎75-3551(杉野)

おたっしやだより

明日の「元気」を、今「地域と一緒に」につくる

中小路 →

大野 →

別府
三区 →

相の浦

集いの場・いきいき百歳体操に取り組んでいる地区を毎月紹介します。

東多久町 裏納所地区



次号は西の原地区の
取り組みを紹介します！

グループの名称：裏納所サロン

開始時期：平成30年10月17日～

実施日：毎週水曜日 9時～10時

コメント：これまでは、地域で集まる機会が少なかったですが、体操を始めたことで交流の場が増えました。体操の後は、茶話会を楽しんでいますよ。これからも体操や農業を元気に頑張っていきます。

代表者：^{ななうら}七浦ワカヨ

砂原

東多久
合同

納所

西の谷

西の原 ←

裏納所 ←

撰分 ←

古賀三区 ←

第2回 高齢者パソコン教室の参加者募集

多久市に住民登録のある65歳以上の人を対象に、パソコン教室を開催します。

- 日時 9月5日(木)、6日(金)、9日(月)、10日(火)、11日(水)の10時から12時まで
- 場所 多久市役所4階 大会議室西
- 参加料 500円(別途テキスト代1,296円要) ※今回からテキスト変更
- 申込 はがきに「高齢者パソコン教室申し込み」と明記し、名前、年齢、住所、連絡先(携帯や自宅の電話番号)を記入の上、〒846-8501 多久市役所 地域包括支援課宛に郵送ください。
- 受付 8月5日(月)～8月16日(金) ※定員(20人)に達した時点で受付終了

今回は、
ワードの
基礎教室

歌おうドレミクラブの体験・見学に来られませんか？

10月から始まるドレミクラブを前に、体験・見学者を募集しています。ドレミクラブでは生伴奏付きで、音楽認定講師がストレッチや歌唱、器楽などの指導を行います。

- 内容 準備体操(リズムに乗ってストレッチ)→歌唱(手遊び・指遊びをしながら歌う)→器楽(ハンドベル・トーンチャイム演奏)→身体活動(ミュージックベルを使って歌いながら体操)→音楽鑑賞(ピアノ伴奏による回想法)
- 日時 8月27日(火) 受付：10時30分 時間：10時40分～12時20分
- 場所 天山多久温泉 TAQUA内 彩り(2階)
- 申込 地域包括支援課 ☎75-6033



Pick UP

募集・イベント情報がもりだくさん!

インフォメーション

募集

東京2020オリンピックピック 聖火リレー聖火ランナー募集

佐賀県では東京2020オリンピック聖火リレー聖火ランナーの募集を行っています。

実施日 5月10日(日)、11日(月)

公募人数 24人以上44人以下

選考方法 県実行委員会が選考した人を、東京2020組織委員会に推薦し、組織委員会が決定します。

当選発表 12月以降

応募方法 ホームページから応募できます。また、県庁や市役所などに応募用紙を設置しています。

締め切り 8月31日(土)

問 佐賀県実行委員会 聖火ランナー募集受付事務局 ☎2014455

ホ <https://runentry.saga-s.co.jp>

職業訓練受講生募集

就職に活かせる職業訓練受講生(10月入所)を募集します。

募集コースおよび定員

○ものづくりベーシック科

○電気設備施工科

○機械ものづくり科

各コース12人〜15人

募集期間 8月28日(水)まで

入所選考 9月4日(水)に筆記試験と面接

訓練期間 10月3日(木)〜3月30日(月)

(ものづくりベーシック科は1月30日(木)まで)

受講料 無料

(テキスト代などは自己負担)

応募資格 職業安定所長から受講指示などを受けられる求職者。

申込方法 最寄りのハローワークで相談の上、応募書類を提出ください。

問 ポリテクセンター佐賀 訓練課 ☎2619516

自衛官募集

自衛隊佐賀地方協力本部では自衛官を募集しています。

種目 一般曹候補生、自衛官候補生

応募資格 18歳以上33歳未満(性別不問)

試験日 9月21日(土)

試験会場 佐賀大学ほか県内5か所

申・問 自衛隊 佐賀地方協力本部 佐賀募集案内所 ☎2516700

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(金)

講習会会場 佐賀市文化会館

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3日(木)

受付期間 8月1日(木)〜19日(月)

※当日消印有効

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

試験会場 講習会会場と同じ

受験料 5,000円

※くわしくは受験案内をご確認ください

問 佐賀県下水道協会 ☎3311330

催し

「有明海クリーン アップ作戦2019」

有明海は、さまざまな生物が息する自然の宝庫。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17日(土) 7時45分〜

※荒天の場合は、8月18日(日)に順延

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 ☎2517144

つくってみらね!

アスパラセミナー

アスパラガスの収穫体験、室内研修で栽培や経営、就農支援の情報提供などを行います。

日時 8月25日(日) 9時〜12時

場所 JAさが中部地区総合野菜集荷場(佐賀市)

対象者 佐賀市・小城市・多久市在住の就農希望者または新規作付け希望の農家

希望の農家

事業者の皆様! / 2019年10月1日から消費税・地方消費税の**軽減税率制度**がスタート。仕入税額控除の方式が変わります!

標準税率 **10%** と、
に係る軽減税率 **8%** について

帳簿・請求書・レシート等の記載を複数税率に対応させる必要があります。

全ての事業者の方に関係があります!
飲食料品等の仕入れがあれば、対応が必要に。

レジや受発注・請求書管理システムの導入・改修が必要となることがあります。

中小企業・小規模事業者等の方向けに軽減税率対策補助金が拡充されました!

制度についてのお問い合わせ

●消費税軽減税率相談センター (フリーダイヤル) ☎0120-205-553

受付時間は平日午前9時から午後5時まで。
*ナビダイヤル0570-030-456(通話料がかかります)もご利用いただけます。

補助金についてのお問い合わせ

●軽減税率対策補助金事務局 (フリーダイヤル) ☎0120-398-111

受付時間は平日午前9時から午後5時まで。



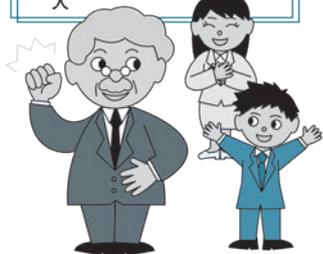
中小企業の退職金

国の制度が

サポートします。

中小企業退職金 共済制度なら:

- 掛金の一部を国が助成します。
- 掛金は全額非課税。手数料も不要です。
- 社外積立型なので管理が簡単です。
- パート・タイマーさんも加入できます。



お気軽にお問い合わせください

(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部

〒170-8055 東京都豊島区東池袋 1-24-1

TEL (03) 6907-1234 FAX (03) 5955-8211

参加費 無料
 募集人員 30人
 申込期限 8月22日(休)
 問 J.A.さが佐城エリア
 園芸部 園芸指導課 ☎72-5137

難病患者・家族の交流会・個別相談会

難病の疾患や治療方法、日常生活のことなどを相談してみませんか。
 日程 9月11日(水) 神経系疾患
 10月2日(水) 膠原系疾患
 10月17日(木) パーキンソン病関連
 10月29日(火) 脊椎疾患
 時間(各日共通) 交流会
 13時30分～15時(定員なし)
 個別相談 15時～15時30分(定員3人)
 ※先着順
 会場 佐賀県難病相談支援センター
 相談料 無料
 申・問 佐賀県難病相談支援センター ☎97-9632

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

一般就労が困難なひとり親家庭の親に対して、ITを使った在宅就業や就労に役立つパソコン講座を開催します。
 対象 県内在住のひとり親家庭の親
 期間 9月20日(金)～11月22日(金)
 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、必要事項を

記入の上、郵送してください。
 申込期限 8月26日(月)
 ※郵送の場合は必着
 申・問 NPOひとり親ICT就業支援センター ☎26-3900

「司法書士と社会福祉士の成年後見無料相談会」

成年後見に関するお悩みを相談してみませんか。相談には、司法書士と社会福祉士がお答えします。
 日時 9月7日(土) 10時～15時
 会場 アバンセ
 相談料 無料(予約不要)
 相談例
 ◆ひとり暮らしの今後が不安だ
 ◆遺産分割をしたいけれど、相続人のひとりが認知症
 ◆知的障がいがある子どもの将来が心配
 ◆年金が母のために使われていないみたい
 その他 毎週火曜日の18時から19時30分まで、成年後見や相続、遺言電話無料相談も行っています。
 申 ☎29-0635
 相(公社) 成年後見センター・リーガルサポート佐賀支部 ☎29-0626

その他

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間
 佐賀地方方法務局では、いじめ・虐待など子どもの人権に関わる悩みごと、心配ごとなどの電話相談を行っています。ひとりで悩まずお気軽に相談ください。相談内容は固く守ります。

開催期間 8月29日(休)～9月4日(水)
 受付時間 8時30分～19時
 ※8月31日(土)・9月1日(日)は10時～17時
 相談担当 法務局職員、人権擁護委員
 相談連絡先 ☎0120-007110

「花火・火遊び」による火災に注意!

- ★花火をするときの注意点
- ① 風が強い時には花火をしない
 - ② 周囲に燃えやすい物がなく、広くて安全な場所を選ぶ
 - ③ 大人のひとと一緒に遊ぶ
 - ④ 注意事項をよく読んで使用する
 - ⑤ 水バケツを用意して遊び終わった花火は必ず水につける
 - ⑥ 安全検査に合格したSFマークが付いた花火を使用する
- ★火遊び防止のポイント
- ① 子どもだけを残して外出しない
 - ② ライターやマッチを子どもの手の届くところに置かない
 - ③ 子どもだけで火を取り扱わせない
 - ④ 火遊びをしているところをみかけたら注意する
 - ⑤ 火災の恐ろしさ、火の取り扱い方法を教える

問 佐賀広域消防局 予防課 ☎33-6765



ピックアップ

今ご利用の電話番号、電話機はそのままでおトクな固定電話です!

電話(ケーブルプラス電話) ケーブルプラス電話 広告

月額基本料 **1,330円** ※4

「携帯電話持ってるし、固定電話は、ほとんど使わない。でも、無いと不安。」

そこで、ご紹介するのがKDDIと提携した「固定電話」です。今ご利用の電話番号・電話機はそのまま、毎月の基本料がNTT加入と比べ年間3,240円おトクに(安く)なります。その他、通話料もお得です。また、au携帯電話ご利用の方は、さらにお得な特典(固定電話～au携帯電話通話料無料)があります。

月額基本料がおトク!

NTT西日本の加入電話回線に相当する部分を多久ケーブルとKDDIが業務提携し、サービスを提供することにより、従来よりお得な料金でご利用できる新しい固定電話サービスです。

NTT加入電話 1,600円/月 ※4 ※5
 ケーブルプラス電話 1,330円/月 ※4

月額270円お安くなります! つまり年間3,240円おトク!

※4 別途、通話料及びユニバーサルサービス料が必要となります。
 ※5 住宅用1、2級取扱局のプッシュ回線料金。NTT東日本・NTT西日本の@ビルディング、Myビルディングの場合、110円/月が減額されます(お客様のお支払方法やご利用の回線種別・取扱局によっては対象外となります)。

多久ケーブルメディア テレビ・インターネット・ホーム電話のお申込み・お問い合わせは ☎0952-75-8585

多久に密着！暮らしに役立つ情報をお届け

8月

多久ケーブルメディア番組ガイド

コミュニティチャンネルのご案内

※日曜日は1週間まとめて放送

放送時間 7:00～ 8:00 / 10:00～12:00 / 14:00～16:00 / 17:00～18:00 / 19:00～21:00 / 23:00～24:00 / 26:00～27:00

今月の番組案内	1日(木)～3日(土)	砂原二十三夜祭
	5日(月)～7日(水)	こぼと保育園 夏祭り
	8日(木)～10日(土)	国体九州ブロック大会スポーツクライミング競技
	12日(月)～14日(水)	もりあがらナイト 2019
	15日(木)～17日(土)	第17回 メイプルタウン夏祭り
	19日(月)～21日(水)	多久町子どもクラブ球技大会
	22日(木)～24日(土)	東多久町子どもクラブ球技大会
	26日(月)～28日(水)	第71回 多久山笠
29日(木)～31日(土)	岸川盆づな引き	

- 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。
- くわ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。

～今月の見どころ!～ **PICK UP**

MUSIC ON! TV(エムオン!) presents
METROCK 2019 ダイジェストスペシャル

METROCK2019

METROPOLITAN ROCK FESTIVAL
TOKYO・OSAKA

8月12日(月)9時～・8月26日(月)21時～
放送します。

大阪と東京で5月に開催されたMETROCK2019日本のロックシーンを牽引するアーティストが集結した このフェスの模様をダイジェストで放送!

多久市商工会青年部Presents

ばたいTV ～商工会青年部が勝手に作っちゃいました～

商工会青年部
「いいね!」と言われたい
バラエティ番組



★3月・6月・9月・12月 第4月曜日放送中

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

松竹梅 Show・Chiku・Buy-くらしを元気に!!-

くらしに役立つ情報や
楽しくなるような情報をお届け!



☆西多久お店紹介 / 8日(木)～10日(土)
☆多久で夏を満喫 / 22日(木)～24日(土)

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

「週替わりで放送」



うまりポ!

県内のグルメ情報をケーブルテレビ7局がリレー方式で紹介します。

佐賀県警 安全安心だより

佐賀県警から地域の防犯に関するお知らせ



放送時間 8:10～ / 12:00～ / 13:10～
16:30～ / 18:30～ / 22:10～

5分間のヨガ体操

ちょこっと体操 55YOGA

放送時間 7:55～ / 11:55～ / 15:55～
19:55～ / 23:55～



TAKU-SUN インフォメーション

市役所からのお知らせ・イベント等情報

放送時間 6:00～ / 8:30～ / 12:30～ / 18:00～
22:30～ ○ポケットスタジオ収録日:毎週水曜日

ますます便利に!データ放送

「dボタン」を
押してね!

多久市役所・お天気・時刻表など生活に役立つ最新情報をリモコンの「dボタン」でご覧いただけます。

Facebookも
ご覧ください!

株式会社 多久ケーブルメディア

番組の最新情報や放送時間、取材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



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	
地域包括支援課	☎ 75-6033	
健康増進課	☎ 75-3355	
建設課		
建設管理係	☎ 75-4826	
建築係	☎ 75-2350	
道路河川係	☎ 75-2350	
商工観光課	☎ 75-2117	
会計課	☎ 75-6114	
2階	農林課	
	農村計画係	☎ 75-8400
	農村整備係	
	振興係	
	農政係	☎ 75-4825
	農業委員会事務局	☎ 75-4831
	財政課管財係	☎ 75-8020
	情報課	
	情報推進係	☎ 75-2114
	広報広聴係	☎ 75-2280
議事事務局	☎ 75-4828	
3階	総務課	
	行政係	☎ 75-2112
	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
	契約検査係	☎ 75-2132
	広域クリーンセンター推進課	
推進係	☎ 75-2217	
4階	教育振興課	
	総務係	
	文化スポーツ係	☎ 75-8022
	学校教育課	
	企画係	☎ 75-3450
	学務指導係	☎ 75-2227
	監査委員事務局	☎ 75-4830
	水道課	
	管理係	☎ 75-3003
	工務係	☎ 75-8433
東庁舎	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
	人権・同和対策課	☎ 75-4824
	中央公民館 (教育振興課)	
	社会教育係	☎ 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
中央公民館	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



催し & 相談スケジュール

催し EVENT

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
11日㊦	よってみんしゃい! 軽トラ市多久	あいぱれっと 周辺	8時~11時	商工観光課
11日㊦	あいぱれっと まるしえ	あいぱれっと	10時~16時	商工観光課
15日㊦~16日㊦	第71回 多久山笠	JR多久駅周辺	18時~22時	商工観光課
9/1日㊦	第57回 多久市消防団 夏季訓練大会	陸上競技場	7時~12時	防災安全課
9/7日㊦	多久市童謡の集い	中央公民館	14時30分~ 16時	教育振興課

相談 CONSULTATION

日付	内容	場所	時間	問い合わせ
1日㊦	身体障害者相談	社会福祉会館	10時~15時	福祉課
7日㊦21日㊦	社会保険・年金相談 (完全予約制)	市役所1階 会議室	10時~16時 ※12時~13時を除く	市民生活課
16日㊦	行政・人権相談	市役所4階 大会議室東	10時~15時 ※12時~13時を除く	総務課
16日㊦	法律相談(司法書士)	市役所4階 大会議室東	13時~15時	総務課
16日㊦	登記相談	市役所4階 大会議室東	13時~15時	総務課
21日㊦	★心配ごと相談	社会福祉会館	9時30分~12時	社会福祉協議会 ☎75-3593
21日㊦	法律相談(弁護士)	市役所2階 第一委員会室	(受付)13時~14時30分	総務課
21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 ☎75-2116
9/2日㊦	身体障害者相談	社会福祉会館	10時~15時	福祉課
9/4日㊦	社会保険・年金相談 (完全予約制)	市役所4階 大会議室東	10時~16時 ※12時~13時を除く	市民生活課
月・水・木	★消費生活相談	市民生活課	10時~16時	市民生活課 ☎75-6117
月・水・金	★家庭児童相談	福祉課	9時~16時	福祉課 ☎75-6118
月・水・金	★ひとり親相談	福祉課	9時~16時	福祉課 ☎75-6118
火~日	★子育て相談	子育て支援センター でんでんむし	10時~17時	子育て支援センター ☎37-1117

※相談は無料です。祝日は休みです。★印は、電話での相談を受け付けます。

人のうごき

令和元年7月1日現在

総数/19,136人(-30)
男/9,017人(-16) 女/10,119人(-14)
世帯数/7,855世帯(-2)

令和元年6月の異動

出生/9人 死亡/23人 転入/45人 転出/61人

すくすくたくっ子

はいカメラポーズ!

ななうら あんじゅ りんか
七浦 杏珠 ちゃん(7歳) 凜果 ちゃん(5歳)



“あじさい”では、お気に入りの場所で撮影した仲よし七浦姉妹♡1月から始めた習い事で、杏珠ちゃんはダンス★凜果ちゃんは体操♪にそれぞれハマっています。杏珠ちゃんはダンスをセクシーに踊ること、凜果ちゃんは側転ができるようになることを目標に日々頑張っています♣

パパ・ママから

いつも2人でミュージカルみたいに歌って踊って楽しませてくれてありがとう。笑うと目がなくなる笑顔が大好きだよ♡

(東多久町大門) パパ/恭平さん ママ/英子さん

とみなが
富永 るりか ちゃん(6歳)



カメラを向けると自然とポーズをしてくれて♣笑顔が素敵で可愛い、るりかちゃん♡保育園ではマーチングの練習で小太鼓を任されて日々特訓中♪最近では、ママの料理のお手伝いを進んでしてくれる、お利口さんです★

ママから

元気で誰にでも優しくできる
素敵なお女の子になってね♡

(北多久町砂原) ママ/涼香さん

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♪

ハサミで切り取って、レシピ集を作りましょう。

Healthy Cooking

早寝・早起き・朝ごはん 春雨の酢の物

1人分 /

57 kcal

塩分 0.6g

野菜量 25g

材料 (4人分)

- 春雨(乾) 20g
- ツナ缶 20g
- キャベツ 40g
- きゅうり 40g
- にんじん 20g
- 酢 大さじ2
- うすくちしょうゆ 小さじ2
- 砂糖 大さじ2
- 塩 少々

作り方

- ①Aの調味料を加熱する。
- ②春雨をゆでる。ツナ缶の油をきる。
- ③キャベツを太めの千切り、きゅうりは輪切り、にんじんは千切りにする。
- ④③をさっとゆでて冷ます。
- ⑤②・④を①で和える

1人分はこの量の野菜を使っています



多久市学校給食センターのみなさん

酢の物に春雨とツナを加えました。暑い季節にぴったりの酢の物に、春雨が入ることによって食感もよく食べやすくなります。



※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

市報たく

たく日和

8
2019 NO.698

[発行] 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1
Tel. 75-2280 Fax. 75-2110 E-mail: koho@city.taku.lg.jp
[編集] 情報課 広報広聴係 [印刷] 株式会社音成印刷
[発行日] 令和元年 8月1日

多久市公式HP



自然保護のため再生紙を使用しています。

