

広報

2011

10

# かわさき

Public Relations KAWASAKI

No.738



## 「栄養満点・おいしい給食」



川崎町キャラクター  
小梅ちゃん。

### 10月号の主な内容 CONTENTS

災害に備えて (火災) …… 2 ページ  
 まちのわだい …… 8~9 ページ  
 保健センター …… 12~13 ページ  
 お知らせ情報局 …… 14~15 ページ

プラスチック容器は祝日も回収しています。ゴミは、回収日の朝8時30分までに出示しましょう。

# わが家の火災予防対策

お彼岸も過ぎてだんだんと涼しくなり、  
たき火をしたりストーブを使う季節がもうすぐやってきます。  
火を使うときにはしっかりと管理をしましょう。

## 初期消火の3原則

### 通報

- 大声で「火事だ!」と叫び、隣近所に知らせる
- 火災報知器や非常ベルがあればならす
- 小さな火でも必ず119番に通報する



### 初期消火

- 火が横に広がっているうちは消火可能
- 消火器、水や座ぶとんなど手近なものを利用して消火する



### 避難

- 火が天井に届いてしまったら、まよわず避難する
- 燃えている部屋の窓ガラスやドアを閉めて空気を遮断してから避難する



## 出火原因別防火のポイント

### 放火

- 家の周囲に燃えやすいものを置かない
- 車庫や物置などに鍵をかける



### コンロ

- 油料理のときは火のそばを離れない
- 周りに燃えやすいものを置かない



### たき火

- 風の強いときや空気が乾燥しているときはしない
- 周囲の安全を確認する
- 消火用の水を用意し、終わったら必ず消火する



### ストーブ

- ストーブで洗濯物を乾かさない
- 周囲に燃えやすいものを置かない
- 給油は火が完全に消えてから



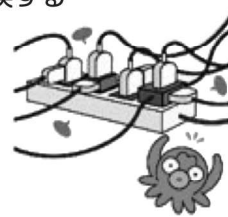
### たばこ

- 寝たばこや投げ捨てをしない
- 火がついたままその場を離れない
- 灰皿に水を入れておく



### 配線

- タコ足配線をしない
- 傷んだコードは修理・交換する



## 住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅用火災警報器は、火災の煙や熱を感知し、警報音などでいち早く火災の発生を知らせてくれます。すべての住宅に設置が義務づけられています。設置場所は、寝室・階段などです。

- 煙感知式（煙タイプ）  
..... 寝室や階段への設置に向いています
- 熱感知式（熱タイプ）  
..... 台所などへの設置に向いています

詳しくは、田川地区消防本部（☎44-0650）または最寄の電器店へおたずねください。

# 川崎町里山保全促進事業

## 10月23日(日)

場 所 川崎町  
勤労青少年ホーム

入場  
無料

### 第1部 里山をとおしての 環境保全学習会

14時～(13時30分開場)



■演題  
「ぼくの  
エコロジーライフ」  
■講師  
山本コウタローさん

### 第2部 小さな森のコンサート

17時～(16時30分開場)

■曲目／アイネ・クライネ・ナハトムジーク……モーツァルト  
“四季”より 春……ヴィヴァルディ  
日本の名曲メドレー ほか  
■演奏／久井誠子と楽しいなかまたち



ヴァイオリン 倉田 輝美



ヴァイオリン 長島 洋太



ヴァイオリン 松隈 麗子



チェロ 久井 誠子



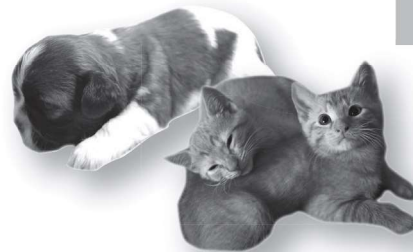
コントラバス 時津 りか

この事業は「全国～モーターボート競走施行者協議会」から拠出金を受けて実施するものです。

主催：川崎町 後援：川崎町教育委員会 (問) 企画情報課・環境保全課 ☎72-3000(内線301・220)

## こいぬ・こねこの

# 飼い主さん募集!!



10月23日(日)



香春町役場 駐車場

### こいぬ・こねこを譲りたい人

対象となるのは、生後3ヶ月以内で無料のこいぬ・こねこです。事前に下記の動物病院にお申し込みください。(当日受付はできません)当日は午前9時30分にこいぬ・こねこを会場まで連れてきてください。もしも病気であることが分かった場合はお引取りいただくことがあります。新しい飼い主さんが決まらなかった時は、必ずまた連れて帰ってください。

### こいぬ・こねこを欲しい人

10時～10時30分に受付をします。(時間厳守)10時30分から約30分間、こいぬ・こねこを皆さんに見ていただきます。希望者が複数の場合は抽選を行います。新しい飼い主さんは飼い方講習を受けていただきます。(講習は11時30分～12時の予定)  
※動物の飼育が禁止されている住宅にお住まいの人はご遠慮ください。

(問) 田川開業獣医師会  
白木原動物病院(川崎町) ☎42-1006  
済城動物病院(田川市千代町) ☎46-1122  
たがわ動物クリニック(田川市糺) ☎44-8600

ひらいし動物病院(香春町) ☎32-7007  
坂東動物病院(赤村) ☎62-3522

# 乳幼児医療費の助成を 小学校就学前までに拡大



川崎町では子どもの健やかな成長を願い、  
安心して病院などで診療ができるよう  
乳幼児医療費が無料になりました。  
就学前(6歳の誕生日前日以後最初の3月31日)まで、  
通院・入院ともに無料になります。



## 改正前

- 3歳未満  
通院／無料 入院／無料  
所得制限 なし
- 3歳以上～小学校就学前まで  
通院／600円/月  
入院／500円/日(月7日限度)  
所得制限 あり



## 改正後

(平成23年10月から)

- 0歳～  
小学校就学前まで

**通院／無料**  
**入院／無料**  
**所得制限 なし**

## ★ 助成対象

町内にお住まいで、健康保険に加入している小学校就学前までの子ども(乳幼児)  
※生活保護を受けている人は助成を受けられません。

## ★ 助成の範囲

健康保険の診療対象となる医療費の自己負担額を全額

## ★ 申請方法

現在、乳幼児医療証をお持ちの人は手続き不要です。  
※新しい乳幼児医療証は郵送しています。届いていない場合はご連絡ください。  
※所得制限超過などにより、乳幼児医療証をお持ちでない人は申請が必要です。



## ★ 届け出が必要な場合

- 健康保険証の内容に変更があった場合
  - 氏名、住所が変わった場合
  - 町外へ転出する場合
  - 乳幼児医療証を紛失、棄損した場合
  - 生活保護を受けるようになった場合
- ※平成23年9月まで使用していた乳幼児医療証は、個人で責任を持って処分するか、役場へ返却してください。

(問) 社会福祉課 子ども係 ☎72-3000(内線131・132)

COLUMN

「永井のオオガマ コガマ」



永井のオオガマ コガマ

皆さん、こんにちは。かわさきワクワク発掘隊です。今月は、永井地区を流れる中元寺川にある「オオガマ コガマ」を紹介します。

オオガマは別名「カネツキフチ」、コガマは別名「ニワトリフチ」と呼ばれます。フチは淵のことで、水が淀んで深いところを意味します。カネツキフチの所で中元寺川は大きく右に曲がりますが、ここには様々な奇岩があります。昔は今よりも水が深くこの奇岩は水の中に隠れていたようで、当時の子どもたちの格好の遊び場だったそうです。

名前の由来は2説あり、光蓮寺の釣り鐘をここで鑄造したから「釣り鐘ふち」あるいは「鐘つきふち」と呼ばれるようになったとか、天降神社でも昔、川渡り神幸祭のように山笠が川を渡っていたが、山笠が川に落ち込んでも鐘を鳴らし続けたからとか云われますが、正確なことは解りません。

現在は護岸工事の影響で水嵩も減り、奇岩は水面上に現れ当時の面影はありません。ましてニワトリフチに関しては、護岸工事によって完全に失われており、その由来どころか存在したことが解らなくなっています。

来月の報告は何でしょうか? お楽しみに!

# 後期高齢者医療保険 加入者のみなさんへ



## 健康診査は毎年受けましょう!

福岡県後期高齢者医療制度の被保険者を対象に、健康診査を実施しています。平成23年度の受診期限は平成24年3月31日です。まだ受診していない人は、指定医療機関でお早めの受診をお願いします。指定医療機関の一覧は受診票と一緒に送っています。

受診のときは、「被保険者証(保険証)」と広域連合が郵送した「受診票」が必要です。受診票が見あたらない場合は再発行しますのでお問い合わせください。

※生活習慣病で治療中の人は受診の対象となりません。

問 福岡県後期高齢者医療広域連合 お問い合わせセンター  
☎092-651-3111

## 後期高齢者医療保険料の納付をお願いします

平成23年度後期高齢者医療保険料の1期・2期・3期を納め忘れている人は早めに納めてください。

口座振替にすると、納め忘れがないので便利です。希望する人は、郵便局や指定の金融機関の窓口でお申し込みください。その際、①通帳 ②通帳届出印 ③納付書をお持ちください。

詐欺にご注意!!

「保険料還付」「医療費や年金などの払い戻し」の詐欺事件が多発しています。**ATM(現金自動預け払い機)を使って払い戻しをすることはありません。絶対にお金を振り込まないでください。**またキャッシュカードをだまし取ろうとする詐欺も発生していますのでご注意ください。

問 高齢者福祉課 高齢者福祉係 ☎72-3000 (内線124・128)

# 田川地域 在宅医療 支援センター

「できるだけ長く、住み慣れた  
自分の家で過ごしたい」  
「家で看取りたい」  
「訪問看護や訪問診療をしてくれる  
先生を探したい」

田川地域在宅医療支援センターは、難病やがんなどで在宅医療を希望する患者・家族を支援します。不安や悩みの相談に応じたり、近隣の在宅医療に関する情報提供を行います。お気軽にご相談ください。

相談窓口 田川保健福祉事務所 健康増進課 健康推進係  
☎42-9345 月～金曜日(土日祝日は休み)  
9時～16時

# 国保だより

特定健診、受けて  
生きいき健康ライフ!!



## 国民健康保険 特定健康診査の受診はお済みですか?

### Q1 特定健診は誰が受けるの?

A. 40~74歳で国民健康保険に加入している人が対象です。

### Q2 なぜ健診を受けるの?

A. 生活習慣病を防ぐためです。

### Q3 どんな検査をするの?

A. 身長・体重・腹囲・血圧測定・血液検査(血糖値・脂質・肝機能・腎機能)・尿検査など。

### Q4 料金は?

A. 無料で受診できます。

### Q5 病院で定期的に検査しているから受けなくてもいいのでは?

A. 特定健診は義務健診です。(会社などで受ける健診と同じです)

### Q6 どこで受けられるの?

A. 集団健診(保健センター)と個別健診(田川市郡の医療機関)で受診できます。

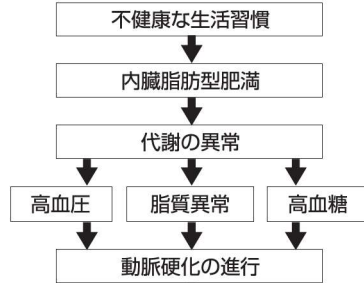
### Q7 受診方法は?

A. 集団健診は事前予約が必要です。通院している人は、かかりつけの医師にご相談ください。

### Q8 受診するとき必要なものは?

A. 国民健康保険証が必要です。

◎生活習慣病は  
このように進行します



心臓病・脳卒中などの循環器病、糖尿病の合併症(腎臓病・失明など)の発症へ

平成23年10月から、特定健診を受診していない人を対象に、アンケート調査と訪問指導を行います。ご協力よろしくお願ひします。

### 慢性腎臓病(CKD)とは…?

※成人の8人に1人がCKDと推測されますが、自覚症状がでないのではほとんどの人が気づかず、症状がでて受診するとすぐ人工透析を始めなければなりません。

※人工透析にかかる医療費は、1人あたり年間600万円とされています。

※腎臓の機能を調べる方法は、尿検査と血液検査(クレアチニン)で分かります。(特定健診にはこの検査項目が含まれています)

※糖尿病や高血圧を早期に予防したり治療することで防ぐことができます。

倒産・解雇・雇い止めなどにより離職され、国民健康保険に加入している人へ

## 申請により、国民健康保険税が軽減されます

対象 / ①平成22年3月31日以降の離職者  
②実際に公共職業安定所(ハローワーク)で雇用保険の手続きをしている人  
③雇用保険受給資格者証に記載されている離職コードが要件に該当する  
④65歳未満の人

対象期間 / 離職日の翌日の月から、その月の属する年度の翌年度まで

軽減措置を受けるには申請が必要です。その際、ハローワークなどで発行される雇用保険受給資格者証・印かんをご持参ください。

### 保険税の支払いは口座振替で

郵便局や指定の銀行などの窓口で受け付けています。納め忘れを防ぐことができ、来庁の手間も省けます。手続きは簡単です。  
【申込に必要なもの】 ①通帳 ②通帳届出印 ③納税通知書

問 住民保険課 国保医療係 ☎72-3000 (内線 122・123・127)

# パノラマたがわ

## 福智町

### 第10回 金田・神崎山笠競演会

毎年この日のために里帰りをするという若者も多い2日間。7基の山笠による迫力の競演を、ぜひ間近でご覧ください！

とき／10月15日(土)19時30分～  
16日(日)18時00分～

ところ／金田駅裏イベント広場

問 福智町役場まちづくり総合政策課  
☎22-7766

## 添田町

### 第24回ふる里まつり

地元の特産品や姉妹町・北海道美深町から直送のジャガイモ・カボチャなどを販売。楽しいステージイベントなどもあります。

とき／10月22日(土)10時～16時  
23日(日)10時～16時30分

ところ／そえだサン・スポーツランド

### 第21回岩石城まつり

戦国時代さながらの合戦パフォーマンスが会場を沸かせます。

とき／10月16日(日)14時～16時  
ところ／役場出発～

そえだサン・スポーツランド

問 添田町役場地域産業推進課商工観光係  
☎82-1236

## 田川市

### 山本作兵衛コレクション展

ユネスコ世界記憶遺産に登録された山本作兵衛氏の炭坑の記録画の原画展を開催します。

とき／9月17日(土)～  
平成24年1月9日(月・祝)  
9時30分から17時30分まで  
(入館は17時まで)

ところ／田川市石炭・歴史博物館  
観覧料／大人210(150)円、高校生100(70)円、小中生50(30)円

※( )内は20人以上の団体料金(毎週土曜日は高校生以下無料)

休館日／月曜日(月曜日が休日にあたる時は翌火曜日。火曜日以降も休日が続く場合は、連休終了日の翌日)年末年始(12月31日及び平成24年1月1日)

※企画展入替などにより、臨時休館する場合があります。

(平成24年1月10日・11日は臨時休館)

問 田川市石炭・歴史博物館 ☎44-5745

## 糸田町

### いしばい・とっても・だいきき祭2011

とき／11月12日(土)、13日(日)  
両日とも9:00～

ところ／糸田町文化会館、町民体育館

問 糸田町教務課社会教育係 ☎26-0038

# 土地を公売します

**入札日時** 12月2日(金)  
10時～10時10分

**場所** 庁舎2階入札室

◎入札に必要なもの／印鑑・公売保証金・適格証明  
※代理人の場合は委任状が必要です。

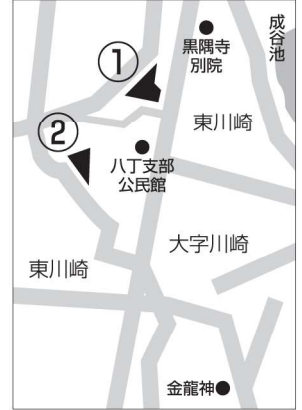
### ①畑(登記地目は田)

所在：川崎町大字川崎 1235 番 1  
地積：491㎡(約148坪)  
最低入札価格……………180,000円  
公売保証金……………20,000円

### ②田

所在：川崎町大字川崎 1245 番  
地積：485㎡(約146坪)  
最低入札価格……………220,000円  
公売保証金……………30,000円

※詳しくはお問い合わせください。



## 農地公売のため適格証明等が必要です

入札参加希望者は、10月25日までに農地法3条申請とあわせて川崎町農業委員会へ申請を済ませてください。

問 歳入推進課 歳入推進係 ☎72-3000(内線114・115)

# 国民年金 アラカルト

## 社会保険労務士が年金に関するご相談を無料でお受けします。

(請求書・届出書などの記入方法の説明や、「ねんきん定期便」などの相談)  
※相談の際は、年金証書・振込通知書、年金手帳や被保険者証、また本人確認できる身分証明書(運転免許証など)を必ず持参してください。  
※代理人が相談する場合は、本人からの委任状と代理人の身分証明書(運転免許証)などが必要です。  
※事前予約は必要ありません。

開催日	【平成23年】	【平成24年】
	10月12日(水)・19日(水)	1月18日(水)・25日(水)
	11月16日(水)・22日(火)	2月15日(水)・22日(水)
	12月14日(水)・21日(水)	3月14日(水)・21日(水)

■ 時間／9時～12時、13時～16時

■ 場所／伊田郵便局(田川市番田町4-32)

## 障害年金を請求される人は、予約年金相談をご利用ください

直方年金事務所では、予約による年金相談を実施しています。待たずに相談できる「予約年金相談」をご利用ください。

「予約年金相談」のお申し込みは、お客様相談室へ基礎年金番号などをお知らせください。

なお、代理人が相談する場合は、本人からの委任状と代理人の身分証明書(運転免許証など)が必要となります。

詳しくは、直方年金事務所へお問い合わせください。

問 直方年金事務所 ☎0949-22-0891

7/30

きれいな森を守るため  
大ヶ原自然の森  
ボランティア清掃活動

強い日差しが降りそそぐなか、「大ヶ原自然の森を守る会」メンバーが「大ヶ原自然の森」の清掃活動を行いました。早朝から約20人の参加者が集まり、道に覆い茂った草を刈り、ゴミ拾いに精を出しました。清掃後はすっきりとした気持ちのいい森になりました。



▲汗を流したメンバー



▲大釜で約1800人分のおかずを作る

おいしいごはんを子どもたちへ  
給食センターが  
新しくなりました

9/1~

川崎町給食センターが東田原工業団地に移設されました。調理器具や食器を一新し、衛生面でも徹底して、調理場には健康診査を受けた職員しか入れないようになっています。給食センター内で炊飯もできるようになり、よりおいしいごはんを子どもたちに届けることができました。



◀たくさん食べて大きくなってね

9/2

右見て左見て、もういちど右  
子どもたちの交通安全教室

川崎保育園と緑保育所で交通安全協会による交通安全教室が開かれました。交通安全協会の職員が紙芝居や人型のパネルを使い、子どもたちの興味を引くよう、楽しく・分かりやすく説明しました。信号機と横断歩道の模型を使い、道を渡るときのタイミングも教えます。川崎交番の警察官も登場して子どもたちに注意を呼びかけました。子どもたちは元気よく返事をして、職員や警察官の話をじっと聞いていました。



▲左右を確認したら手をピンとあげて





今年も甘いりんごができました

## 川崎町観光リンゴ園で収穫

9/3・4

オーナー制の観光リンゴ園で「つがる」が収穫の時期を迎えました。土曜日には雨で足元の悪い中20組120人もオーナーが訪れ、土日を合わせると39組210人が来園しました。家族連れも多く、子どもたちが一生懸命りんごをもぎ取っていました。来園者は戸谷山荘で食事をとり、袋いっぱいりんごを抱えて帰りました。

※「ふじ」は10月末の予定です。

9/6

長寿と健康を願って

## 愛光園にマッサージチェア寄贈

愛光園の嘱託医である向野医院の向野守人先生から、愛光園へ電動マッサージチェア2台が寄贈されました。向野先生から「これで体をほぐして、ますます元気になってください」と贈られたマッサージチェアに、入園者は「こりや一気持ちが良い」と喜んでいました。

▶ 向野先生(中段右)と入園者、職員



「日本を東北を元気にしよう AKB48」  
吉田 伸慈(西新町)



読者のページ

皆さまの「声」を  
募集しています

嬉しい出来事、発見、面白かったこと、川柳や俳句……。あなたの思いを広報かわさきに載せてみませんか。

### 投稿方法

- ① 企画情報課(役場3階)まで持参
- ② ハガキや封書で郵送

あて先

〒827-8501

田川郡川崎町大字田原789-2

川崎町役場 企画情報課

☎723000(内線301)

9/12

薄暗い中に小さいろどり

## 雪舟ロード

## トンネルの壁に花の絵

藤川幸子さん(安真木)が雪舟ロードのトンネルに花の絵を描いています。50代で布絵を始め、2000年4月に脳梗塞で右半身がまひし車椅子生活になった藤川さん。それでも利き手でない左手で絵を描き続け、繊細で見事な花を描きます。作品の一部を販売し、東日本大震災の義援金にあてるなど精力的に活動しています。

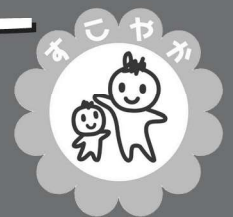


▲筆を手に、素敵な笑顔を見せる藤川さん

藤川さんは通りかかったトンネルに「描いてみたい」と思い、許可を得て8月末から描き始めました。車椅子に顔料などの画材を載せ、少しずつ筆を重ねています。11月13日の「雪舟さんの紅葉まつり」までに一通り描き終える予定だそうです。



# 川崎町地域子育て支援センター



## 読書の秋は絵本で親子のふれあいを!

本を読むのには、とても良い季節です。  
 子どもたちは、年齢を問わずリズムのあることば絵本が大好きです。  
 口ずさんだり、すっかり覚えて一緒に読んだりします。  
 こうしてことばのおもしろさや楽しさを自然に感じていきます。



### 読み聞かせのPOINT

- 絵を指差して優しく声をかけてあげよう。
- 小さい子は、膝に座らせ体温を感じながら。

## 熊丸みつ子先生と遊みましょう!

リズム遊び、集団遊びを通して親も子ども育ちあいましょう。  
 親子で一緒に遊びながら熊丸先生に子育てのヒントをいただきましょう!  
 当日は、動きやすい服装でおいでください。

- 日 時：10月21日(金)10:30~11:30
- 講 師：熊丸みつ子先生
- 場 所：子育て支援センター わくわく広場
- 参加費：無料

### 0~3歳の子どもに作ってあげたいおもちゃ

#### 【ボタンを使って】

輪っかをつなげて、ボタンかけの練習。  
 はじめてならボタンホールはゆるめのサイズに、  
 慣れてきたら小さめにしてボタンをとめにくくして、  
 子どもの成長に合わせて作りましょう。



#### 作りかた

1. フェルトを長く切る（フェルトは伸びる方向があります）
2. ボタンホールは、穴を切り込んで手縫いします。

## 親子でデコ・おいしい!楽しい!おやつづくりを

- 日 時：10月27日(木)10時~12時
- 場 所：子育て支援センター
- 参加費用：200円(1世帯)

10月11日より、3世帯を募集します。  
 事前申込をお願いします。



## 10月は「里親を求める運動推進月間」です。

里親とは、親の病気や離婚などの事情によって、あたたかい家庭のぬくもりを求めている子どもを自分の家庭に迎え入れ、養育する人のことです。  
 福岡県でも、さまざまな事情により家庭で暮らすことができない子どもたちがいます。このような子どもたちを受け入れて、養育する里親を募集しています。

また、親が死亡・行方不明などになった子どもを三親等以内の親族が養育する場合には、親族里親制度もあります。詳しくは最寄りの児童相談所へご相談ください。

全国共通ダイヤル ☎0570-064-000

## \* わくわく広場 \*

(地域子育て支援センター内)

ままごと・絵本・お絵かきコーナー、  
 いろんな遊具があるよ!

- 開館日：毎週月~金曜日  
 (祝日・年末年始を除く)  
 10時~16時  
 12時~13時は昼食の時間  
 です。お弁当を持ってお越しください。
- 利用料：無料
- 対 象：就学前の子どもとその保護者

## 子ども発育相談

子どもの発育・行動・子育ての悩み  
 や不安、わからないことなどお気軽  
 にご相談ください。指導員が相談に  
 応じます。

## おはなし会

絵本の読み聞かせ、手遊び歌など

- 日 時：10月12日(水)  
 11時~11時30分
- 講 師：福岡県立大  
 「アンビシャス親子広場  
 ボランティア養成ワーク  
 ショップ」
- 参加費：無料

## 子どもとおりがみ

- 日 時：10月20日(木)  
 14時~14時30分
- 場 所：わくわく広場
- 講 師：羽田野りかさん

## ★ お知らせ

### 図書館まつり

日時/10月1日(土)  
10時～

### 大人の工作 「お花のキーホルダー」

日時/10月27日(木)  
10時～12時  
講師/太田ツル子さん  
参加費/無料  
定員/20人



## ★ 新着図書

### 【一般書】

『密売人』 佐々木 譲 / 著  
『鍵のかかった部屋』 貴志 祐介 / 著  
『炭鉱に生きる』 山本作兵衛 / 著  
『恋かたみ』 諸田 玲子 / 著

### 【絵本】

『ひまわりさん』 くすのき しげのり / 原作  
いもと ようこ / 文・絵  
『ありんこのアリー』 みやにし たつや / 作  
『まんまるいけのおつきみ』 かとう まふみ / 作

### 【児童書】

『うさぎを食べないわけ』  
きむら ゆういち / 作 山下 ケンジ / 絵  
『男子弁当部』  
イノウエ ミホコ / 作 東野 さとる / 絵  
『タラ・ダンカン8 (上・下)』  
ソフィー・オドゥワン=マミコニアン / 著  
山本 知子・加藤 かおり / 訳

### 【朗読テープ】

広報かわさき9月号



## 10月

### 図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	● 休館日	■ 館内整理日(休み)			

### 10月の予定

- ・リコーダー教室  
8・15・22・29日(毎週土曜日)10時～11時
- ・漢字教室募集  
8・15・22・29日(毎週土曜日)11時～12時  
対象:小学1年生～6年生
- ・ローマ字教室  
8・15・22・29日(毎週土曜日)13時～14時
- ・切り紙教室  
8・15・22・29日(毎週土曜日)14時～15時  
対象:小学4年生～6年生 要:ハサミ 参加費:300円
- ・大人の漢字教室  
6・13・20・27日(毎週木曜日)13時30分～
- ・大人の折り紙  
12・26日(第2・4水曜日)13時～14時

開館時間 ☎73-2699

平日・土曜 10:00～18:00  
日曜 10:00～17:00

### 8月の利用状況

入館者数 6,120人  
貸出冊数冊 4,516冊  
新着図書冊 113冊

8月より川崎町立病院外科に着任しました、長島と申します。七十歳になりましたが体力、気力は六十歳のつもりです。町民の皆さまの健康維持のために、お役に立てるよう一生懸命努力いたしますので、どうぞよろしくお願いたします。

#### 長島先生のコメント



長島 正明 先生

8月から外科の診察が始まりました。  
診察日は  
毎週火曜日と金曜日です。  
担当医は長島正明先生です。

### 川崎町立病院からの

## お知らせ



Information  
from Hospital

病院からのお知らせ

# 高血圧を予防しましょう!

高血圧の人は現在全国で3,000万人いると言われ、まさに国民病です。そのうちの95%以上は、毎日の生活習慣が血圧上昇の大きな原因です。

## 血圧が高いとなぜ良くない?

血圧が高いと動脈硬化が早く進み、脳の血管がつまる脳梗塞や、脳の血管がやぶれる脳出血などの脳卒中や心筋梗塞を引き起こします。寝たきりになる原因で1番多いのは脳卒中で、脳卒中が起きると手足が麻痺したり、しゃべりづらくなります。若い時から血圧が高くなるような生活習慣を身につけることが大切です。

自分の血圧がどれくらい知っていますか?

**理想の血圧: 120/80mmHg未満**

できるだけ毎日同じ条件で測定して血圧の変動を確認してみましょう!  
(運動・飲食・入浴直後は避けましょう)

必見!

## 血圧をさげる5つの生活習慣



### 1 減塩

食塩は1日10g未満をめざし、薄味に慣れましょう。

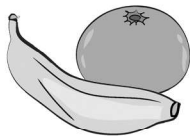
### 2 野菜と果物をしっかり食べる

野菜と果物に多く含まれるカリウムが血圧を下げます。

野菜は1日5皿(毎食1皿以上)

果物は1日に約2個

(例えばバナナ1本・みかん1個)



### 3 お酒を飲みすぎない

1日1合以内までに。

#### 1合の目安

ビール………中瓶1本(500ml)

焼酎お湯割り……1合(お湯6:酒4)

日本酒なら………1合(180ml)

ウイスキー………ダブル1杯(60ml)

ワイン………グラス2杯(200ml)



### 4 適度な運動

自分のライフスタイルに合わせて、無理なく運動しましょう。

**からだが変わる! ウォーキング**

週3回位、1日30分弱の

ウォーキングがお勧めです。

ストレス解消や

足腰の強化にも効果あり。



### 5 肥満の解消

BM Iとは身長から見た体重の割合を示す体格指数で、BM I 22が理想です。

**BM I = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)**

だれかのためにわたしができる贈り物  
~10月は臓器移植普及推進月間です~

11月12日~13日に  
ミニ健康展を行います。  
詳しくは11月号にて

# 健康だより

10月16日～11月15日

- 場所：川崎町保健センター
- 持ってくるもの：母子健康手帳

## 教室

### ピヨピヨ教室（育児教室）

10月24日(月) 11月7日(月)  
10時～11時30分

リズム体操、絵本の読み聞かせ、育児相談  
などを行っています。行事はミニバスハイク・芋掘り

### 乳幼児食おはなし広場（要予約）

11月11日(金) 10時～12時

乳幼児食の調理・試食、栄養講話

## 健診

### 乳児健診

11月8日(火) 受付時間：13時～14時

身体測定、診察、保健相談、離乳食・栄養相談

※初回健診の場合のみ、ご案内のはがき  
をお送りしています。

(平成23年6月5日～

平成23年7月8日生まれのお子さん)

### 1歳6ヶ月～7ヶ月児健診

11月15日(火) 受付時間：13時～14時

身体測定、診察、歯科健診、保健相談、栄養相談  
※臨床心理士によるお子さんの言葉や行動面の  
相談も行っています。

## 予防接種

### ポリオの予防接種

10月17日(月) 受付時間：13時～14時

※接種は13時30分からです。

※12時30分から予約表を出しますが必ず保健  
センター内にてください。

生後3ヶ月～7歳5ヶ月までの間(できるだけ生後  
18ヶ月まで)に受けましょう。

## 相談

### なんでも相談

11月11日(金) 10時～11時30分

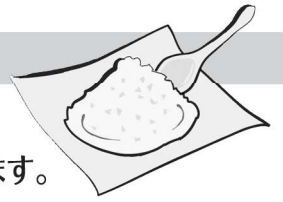
身長、体重測定や離乳食相談、育児相談、  
血圧測定、心身の相談など

### 子ども療育相談（要予約）

10月18日(火)・10月23日(日) 9時～16時  
11月15日(火) 9時～12時

ことばや発達、行動などのご心配に臨床心  
理士が対応します。(人数に限りがあります  
ので、お早めにお問い合わせください)

## 減塩は家族ぐるみで



食塩は1日10g未満が目標ですが、  
現在の日本人は1日11～12g摂取しています。

日本は伝統的に食塩摂取が多い国で、  
いわゆる「おふくろの味」は塩分が多すぎる可能性があります。  
食塩を多く含む食品を減らし、家族ぐるみで減塩していきましょう。

※**高血圧と診断された人は、1日6g(小さじ1杯)未満が目標です。**

### ●食品を多く含む食品やメニュー(例)

食品名	目安量	食塩量
あじの開き	小1枚(60g)	1.2g
ハム	3枚(60g)	1.5g
味噌汁	1杯	1.5g
たくあん	2切れ(20g)	1.5g
カレーライス	1人前	3.3g
塩鮭	1切れ(40g)	3.5g
天丼	1人前	4.1g
にぎり寿司	1人前(醤油込み)	5.0g
きつねうどん	1人前	5.3g
カップラーメン	1個(100g)	5.5g

## 減塩のコツ

- ①つけものは控える
- ②麺類の汁は残す
- ③新鮮な食材を用いる
- ④味噌汁は具たくさんにする
- ⑤むやみに調味料をかけない
- ⑥香辛料・酸味を利用する
- ⑦外食や加工食品を控える

## 具たくさん味噌汁を作ってみましょう！

### 材料(4人分)

えのき100g、人参40g、ごぼう40g、油あげ20g、ねぎ12g  
白みそ48g(大さじ3杯強)、だし汁600cc(3カップ)

### 【作り方】

- ①えのきは食べやすい大きさに切り、人参はいちょう切り、  
ごぼうはささがき、ねぎは小口切りにする。
- ②油揚げは油抜きし、細切りにする。
- ③鍋にだし汁を入れ、材料を加え煮、  
材料に火が通れば味噌を溶き入れる。
- ④器に盛り、ねぎを散らす。



1度作ってみて、家庭で作るみそ汁と食べ比べてみませんか？  
だしをしっかり取り、野菜たっぷりにすることがコツです。

お問い合わせ・申込は 保健センター ☎72-7083 まで



# 10月 こちらからお知らせ情報局

## 平成23年度 第4回普通救命講習Ⅰ

▼日時 11月9日(水)  
9時～12時  
▼場所 田川地区消防本部  
▼対象 田川市郡に居住・勤務している人(15歳以上)  
▼受講料 無料  
▼受付期間 10月12日～11月2日 17時まで  
詳しくは田川地区消防本部 ホームページをご覧ください。  
<http://www.tagawa-fukuko.jp/>  
田川地区消防署 川崎分署  
☎72・3007

## 母子家庭のためのパソコン講習会(ワード・エクセル)

▼資格 母子家庭の母または寡婦で、就職・転職を希望している人(定員10人)  
▼日時 11月15日～18日  
▼場所 福岡県直方総合庁舎(直方市)  
▼受講料 無料(テキスト代2100円程度は自己負担)  
▼受付期間 10月28日(金)まで(必着)  
問 福岡県母子家庭等就業・自立支援センター 飯塚プランチ  
☎0948・21・0390

## 女性の健康いきいき講座 ～いきいきい女～

▼日時 10月18日(火)  
10時～13時  
▼場所 コミュニティセンター  
▼申込期限 10月12日(水)  
▼申込期間 10月16日(水)  
14時～16時  
▼場所 隣保館  
▼申込期限 10月31日(月)  
▼その他 どちらの講座も参加費1,000円  
定員20名 ※定員締切  
申込・問 人権推進課  
☎73・3277

## 飯塚駐屯地 創立45周年記念行事

▼日時 11月6日(日)9時～  
一般開放  
▼場所 飯塚駐屯地  
(飯塚市津島)  
▼内容 観閲行進、模擬戦闘訓練展示、装備品展示、こども広場・乗馬体験、装備車試乗文化展・模擬売店などを予定  
※当日はシャトルバスを運行  
陸上自衛隊 飯塚駐屯地  
☎0948・22・7651  
(内線246)

## 地域住民公開講座 「がん」…あなたや 家族ががんになったら

▼日時 11月12日(土)  
14時～16時30分(受付13時30分)  
▼場所 田川医師会講堂  
(田川市伊田)  
▼入場 無料(定員150人)  
▼申込方法 郵便番号、住所、氏名、「がん住民講座」受講希望と書いてハガキ、FAX、電子メールにてお申し込み下さい。  
申込・問 825・00002  
田川市伊田2735・23  
田川医師会住民公開講座係  
☎44・1647  
FAX 47・1126  
メール:info@tagawaishikai.jp

## 田川地区合同行政相談所

年金・保険、生活安全、環境衛生、消費者問題、暮らしや行政のことについてなんでもご相談ください。相談無料、秘密厳守。  
▼日時 10月21日(金)  
10時～15時  
▼場所 田川市役所  
問 総務省九州管区行政評価局 行政相談課  
☎092・431・7081

## 農地の貸し借り(利用権設定)を行っています。

農業生産の合理化・効率化により生産コストを下げるため、農地の貸し借りを推進しています。農業経営基盤強化促進事業(貸した農地は設定した期限内になければ確実に帰ってきます。また、離れ料を払う必要もありません。賃貸の契約期間が満了した場合、引き続き更新契約ができます。  
▼受付期間 10月25日(火)まで  
問 農業委員会事務局  
☎72・3000(内線222)

## 隣保館「ワイワイ交流講座」

季節の食材を生かし、楽しいシエフの会話を交えた料理講習会  
【館外編】

## 原爆被爆者 健康診断

原爆被爆者二世の人を対象に無料で健康診断を行っています。詳細は...

川崎町ホームページアドレス <http://www.town-kawasaki.com>

人の動き (8月末日現在)  
男 8,960人  
女 10,318人  
計 19,278人  
(前月比-13人)  
世帯数9,441世帯  
出生 17人 死亡 32人  
転入 48人 転出 46人

- 川崎町役場 ..... ☎72-3000
- B&G海洋センター ..... ☎73-3899
- 町立病院 ..... ☎73-2171
- 町立図書館(パピルスホール) ..... ☎73-2699
- 保健センター ..... ☎72-7083
- 子育て支援センター ..... ☎72-5800
- 火災の問い合わせ ..... ☎42-0119
- 漏水・断水の問い合わせ  
(昼間・水道課) ..... ☎72-3000  
(夜間) ..... ☎73-2273

## 善意をありがとう

【愛光園へ】(敬称略)  
子どもの未来と環境を守る会  
緑保育所 (東田原)  
同和保育所 (上豊州)  
大野百合子 (北九州市戸畑区)  
豊岡紀子  
【川崎町身体障害者福祉会へ】  
(初盆返し)  
喪主 手嶋秀昭 (西田原)  
故人 手嶋サユ

このお問合をさせていただきます。  
福岡県健康増進課  
☎092・643・3267

平成23年度福岡県沖縄地域  
戦没者追悼式参加者募集

日時 平成24年1月20日(金)  
10時～11時  
※出発日1月19日(木)

場所 沖縄県糸満市「福岡の  
慰霊の塔」

参加資格 先の大戦における  
沖縄地域での本県出身の戦没  
者・一般戦死死没者の遺族(配  
偶者・父母・子・兄弟姉妹で福  
岡県に住んでいる人)

募集人数 25人

申込期限 10月31日(月)

申込先 財団法人福岡県遺族  
連合会事務局  
☎092・761・0012

平成23年度  
第4回県営住宅入居者募集

県内に所在する県営住宅の入居  
者を募集します。詳細は募集案  
内書をご覧ください。

案内書配布・申込受付期間  
10月3日～10月12日

案内書配布場所 県住宅供給  
公社県営住宅管理部管理課、  
公社管理事務所出張所(行橋・  
大牟田・直方・田川)、県内の各  
市(区)役所や町村役場ほか  
問 福岡県住宅供給公社県営住  
宅管理部管理課  
☎092・781・8026

第20回 視心書道会展

学童展、東日本大震災のチャリ  
ティー展も行います。

日時 10月21日～23日

場所 川崎町町民会館

問事務局 ☎733・3008

あまのぼる出前講座「かわわち

第3回 劇で解説!

よくわかる男女共同参画  
創作劇「すてきに年輪を重ねたい  
のよね」

日時 10月20日(木)18時30分～

場所 池尻中学校体育館

出演 たがわ21女性会議

第4回 落語と劇で解説!

よくわかる男女共同参画

創作劇「私はイヤ」とは言わな

日時 11月11日(金)18時30分～

場所 川崎東小学校体育館

出演 たがわ21女性会議、川崎  
亭好朝

主催/福岡県男女共同参画セン  
ター「あまのぼる」

川崎町人権・同和教育推進協議会

問人権推進課 ☎733・3077

第25回 まひろいふく

期日 11月12日(土)～13日(日)

場所 川崎町役場駐車場

問 豊前川崎商工会議所  
☎733・22208

テレビは映っていますか?

地上デジタル放送への完全移行に  
ともない、「テレビが映らなくなっ  
た」部の番組が映らなくなりなどの  
不具合があったときはお問い合わせ  
ください。

問 ☎092・3003・0101

(〒)サボ福岡

☎0570・07・0101

(総務省地デジコールセンター)



平成23年度 自衛官等採用試験案内				
募集種目	資格(平成24年 4月1日現在)	受付期間	試験日	試験会場
高等 工科学校 生徒	推薦 中卒(見込含) 17歳未満の人	11月1日 ～12月16日	平成24年 1月上旬予定	高等工科 学校本校
		11月1日 ～1月6日	平成24年 1月14日 (一次試験)	飯塚開発 センター

問 自衛隊福岡地方協力本部 飯塚地域事務所 ☎0948・22・4847

田川警察署  
からのお知らせ

■夜間出発している高齢者の  
交通事故が多発しています。  
夜に歩くときは明るい色や  
反射材のついた服を着るな  
どしてドライバーから見え  
やすくしておきましょう。



川崎町の事件事故発生状況

	8月	前年度月比
自転車盗	4件	+ 3
オートバイ盗	2件	- 1
車上荒らし	0件	- 3
万引き	1件	- 1
空巣・忍込み	3件	- 2
交通事故	6件	- 2

編集後記

■今月の表紙は、川小の給食  
時間。新しい給食センターでつ  
くられたごはんをおいしそう  
に食べる子どもたち。  
■私が小中学生のときに好き  
だったメニューは、ミートスパゲ  
ティ、ゆで野菜のサラダ、鯖のホ  
イル焼き、野菜のムース。牛  
乳パックの底に三角のマークが  
並んでいれば「当たり前」でし  
た。懐かしいです。

沙

男女共同参画社会 ことば一口メモ 5

## セクシュアル・ハラスメント

一般的にセクハラといわれるこの言葉は、「性的嫌がらせ」という意味です。セクハラは身体に不必要に触れたり、性的関係を迫ったり、性的な噂を広めたり、多くの人の目に触れる場所にわいせつな写真を掲示することなどが含まれます。

セクハラに関する裁判は年々増加しているといわれています。各職場でもセクハラ対策に取り組んでいるところですが、セクハラは苦情は後を絶ちません。加害者はその言動がセクハラだと気付いていないという現状があります。

### セクハラに悩んでいるあなたへ

国や県では、専門の相談員がご相談をお受けしています。

セクハラ  
相談

労働者・事業主からのご相談を専門の相談員が  
面談または電話でお受けしています。  
福岡労働局総合労働相談コーナー  
☎0120-601-025 時間/平日9時15分～17時

# HAPPY BIRTHDAY!!



10月22日生まれ(太田)  
**大坪伸子ちゃん**  
おほつほのぶこ  
 思いやりのある女の子に！  
 正治お兄ちゃんと仲良くネ！

11月に1歳を迎える  
 お子さんを募集します。  
 10月14日(金)までに  
 企画情報課へ写真を  
 お持ちください。

**社会教育だより** | 社会教育係 ☎72-3000 (内線 409) 勤労青少年ホーム ☎72-3000 (内線 408)  
 B&G 海洋センター ☎73-3899 図書館「パピルスホール」 ☎73-2699

## 6日間の体験クルーズを終えて

9月3日(土)、川崎町コミュニティセンターで川崎町少年の船事業「B&G体験クルーズin小笠原」での活動を終えた研修生が、解団式と事後研修を行いました。8月17日～22日の6日間、研修生たちは小笠原諸島までの船旅を通して、仲間と触れ合い規律を学ぶことができました。解団式では研修生を代表して吉田夏海さん(鷹中3年)が、「見たことのない植物や、山頂からの小笠原の海の美しさに感動しました。このクルーズでの貴重な体験や団体生活の経験を生かし、これからの生活に役立てたいです」と報告しました。



平成23年度 川崎町少年の船事業「B&G体験クルーズin小笠原」

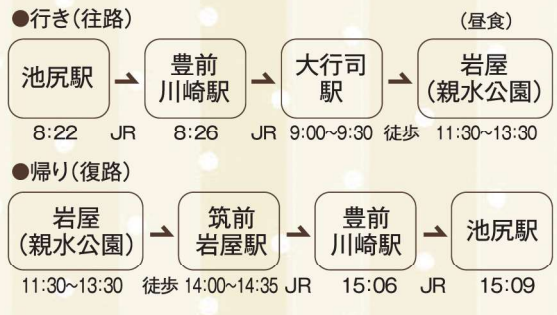
## 第32回 川崎町総合文化祭

秋の一大イベント、総合文化祭が今年もやってきます。  
**■期日** / 11月12日(土)・13日(日) **■会場** / 川崎町民会館  
**【予定部門】** 美術関係、生活芸能関係、文芸関係  
**【出品規格】**  
 ●絵画・工作: 保育園・幼稚園児作品(就学前児のみ) でB4サイズ、工作作品は高さ30cm以下とし、園などでまとめて出品する。また、福祉施設なども同様とする。  
 ●書道: 小・中学生は半切の4分の1(68×17.5cm)以下または、半紙(33.5×24cm)の無野とし、高校生・一般は半切(135×35cm)以下の大きさとする。  
**【申込期間】** 10月3日(月)～10月14日(金) 9時～17時(時間厳守)  
**【申込場所】** 川崎町コミュニティセンター  
**【申込方法】** 申込用紙をコミュニティセンターに用意していますので、各自で取りに来てください。  
**【参加料】** 展示部門: 1区画1,000円(1区画に何名でも出品可)  
 ※出品(出演)するためには原則として文化連盟会員であることが必要です。  
 ※出品(出演)を取り消した場合、納入された参加料はお返しできませんのでご了承ください。  
**主催** 川崎文化連盟  
**問** 社会教育課 ☎72-3000(内線409)

## 第49回 町民ハイキング

**参加者募集中**

■期 日 / 10月30日(日)  
 ■目的 地 / 東峰村「岩屋」  
 ■コ ー ス / 徒歩 往路約6km・復路約1.6km



■集合場所 / 豊前川崎駅及び池尻駅  
 ■集合時間 / 豊前川崎駅 7:30 池尻駅 7:45 切符団体購入のため時間厳守。  
 ■参加資格 / 自他とも健康と認められ、ハイキングコースを自力で歩ける体力のある人。(小学3年生以下は保護者同伴)  
 ■参加費 / 大人1200円 小学生以下600円  
 ※当日受付時に徴収いたします。(当日つり銭のないように!)  
 ■申込期限 / 10月20日(木)  
 ※土・日・祝日除く8時30分～17時まで  
**問 (申込)** 川崎町教育委員会 社会教育課  
 ☎72-3000(内線406)

## 第6回 日中交流水墨画公募展開催

■日時 / 11月3日～6日 **■場所** / 中央体育館  
 全国から出品のあった245点を展示。  
 11月3日には揮毫画家を招いて揮毫会を本庁で開催。  
 (参観者には抽選でプレゼントがあります。)  
**出席予定の揮毫家**  
 公益社団法人日本南画院 本部事務局長 堀江春美 先生  
 社団法人日本中国水墨交流協会 副会長 芝 龍郎 先生  
 中国一級美術師・教授 曹 亜鋼 先生

## 川崎町健康づくりの日 10月16日(日)町内体育施設を無料開放します。

■開放施設 / 海洋センター、町民運動公園、町民会館中央体育館ほか  
 ■開放時間 / 屋内施設9時～22時(海洋センターは21時30分まで) 屋外施設9時～17時  
 ■使用時間 / 全施設2時間以内(トレーニングルームは1時間)  
 ■申込条件 / 20歳以上の責任者が1名必要 利用人数の下限あり  
 ■申込期日 / 10月14日(金)(電話不可)  
**申込・問** 川崎町民健康づくり推進本部体力づくり部会事務局  
 川崎町教育委員会 社会教育課 ☎72-3000(内線406)