

広報

# おかがき

2017.MARCH

# 3.10

No.977

お知らせ版



## みんなでおひなさまをつくったよ

ひなまつりを前に、2月16・17日に中部保育所で催された作品展に、子どもたちが作ったかわいいひな人形が飾られました。子どもたちは「これはぼくが作ったよ」「顔を描くのが難しかった」と迎えに来た保護者の皆さんに一生懸命説明していました。



岡垣町イメージキャラクター  
♥ひわりん&ひわすけ♥

## CONTENTS

## 目次

お知らせ.....	2
・副町長が変わりました	
・岡垣交番が移転します	
・楽しく!健康に!ウォーキングスタンプラリー	
・町職員の給与と定員の状況を公開 ほか	
健康づくり Info .....	10
子育てナビ.....	12

### 主な問い合わせ先

町役場・教育委員会

☎ 282-1211

情報プラザ人の駅

☎ 281-2005

こども未来館

☎ 281-5501

東部公民館

☎ 282-0035

中央公民館

☎ 282-0162

西部公民館

☎ 281-5006

地域交流センター

(ボランティアセンター)

☎ 282-5767

文化財展示室

☎ 282-6118

観光ステーション北斗七星

(岡垣町観光協会)

☎ 281-5050

岡垣サンリーアイ

☎ 282-1515

社会福祉協議会

☎ 283-2940

シルバー人材センター

☎ 282-4688

# 副町長が変わりました

3月1日、任期満了により、山田敬二副町長が退任されました。山田副町長は、8年の間、町政の発展のために尽力されました。



山田敬二さん

後任には、門司晋さんが選任され、岡垣町議会3月定例会で同意を受け、3月2日付けで副町長に就任しました。任期は平成33年3月1日までです。

お問い合わせ 企画政策室へ

## 就任のあいさつ

このたび、町議会の同意をいただき、宮内町長から副町長を拝命いたしました。大変身に余る光栄であると同時に、町長の補助機関の責任者として責務の重さを痛感しております。

今、地方自治体は人口減少問題、それに伴う少子化対策や財政の健全化など、課題は山積しております。これから4年間、常に町の将来像を意識しながら、それらの課題解決に向けて誠心誠意努力してまいります。

宮内町政も3期目がスタートいたしました。元気な町「おかがき」の実現には、住民の皆さんと行政との協働力が不可欠です。職員も元気に一丸となって業務を遂行いたしますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



もんじ すすむ  
門司 晋

昭和58年に岡垣町役場に入庁。地域づくり課長、総務課長、企画政策室長などを歴任し、副町長に就任。

♪もうすぐ ピカピカの一年生♪

☆平成29年度☆

- ♡ りんごチャレンジクラス (体験保育) ♡ 親子ふれあいひろば (親子登園)
- ♡ わんぱくクラブ (未就園児親子教室) ♡ ももくみ (2才になったら・・・クラス)

☆パンフレットお送りいたします! 幼稚園見学も随時OKです!

**岡垣第一幼稚園** ☎ 093-282-0235  
http://www.okagaki-daiichi.com

\*素敵な思い出 たくさんありがとう!!\*

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

地域の皆さんの要望を受け、多くの方が利用するJR海老津駅周辺の防犯効果を高めるため、3月18日(土)に東松原区にある岡垣交番が、同駅前に移転します。

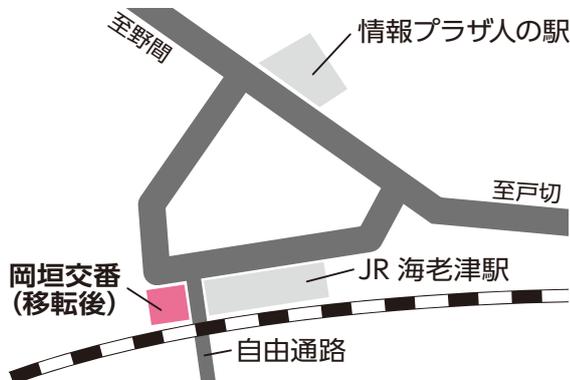
移転後も岡垣交番の電話番号は変わりません。警察への相談などは、岡垣交番 ☎ 282-0296 または折尾警察署 ☎ 9110 を使います。 ※緊急の事件・事故のときは迷わず110番通報してください

お問い合わせ 地域づくり課へ



### 岡垣交番が移転します

#### ■移転後の岡垣交番周辺地図



### 第14回岡垣ウォーキング大会・マラソン大会 町の自然を体感しよう

参加者には記念バッジをプレゼント!子どもから大人まで誰でも参加できます。

とき 4月15日(土)午前9時から

ところ 内浦小学校運動場～遠賀宗像自転車道

種目  
○ウォーキング=2・3・5・7・10kmのいずれか  
○マラソン=小学生は2km、中学生は3km、一般は3kmまたは5km

※完歩証・記録証を配布。表彰はマラソンの男女上位3人のみ

費用 無料

申し込み 4月10日(月)までに岡垣町体育協会(中央公民館内)、東部・中央・西部公民館、役場総合案内にある申込書を同場所



▲日ごろの練習の成果を試してみませんか

問い合わせ 同協会

☎ 282-0200 または中央公民館へ

#### 第8回岡垣町民チャリティゴルフ大会参加者募集

### スポーツをしながら社会福祉に貢献しよう

収益金の一部を岡垣町社会福祉協議会などに寄付します。

対象 誰でも可。ただしグループ内に町内に住むまたは勤務している人が2人以上いること

とき 5月9日(火)

ところ 玄海ゴルフクラブ(宗像市)

定員 200人※先着順

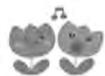
費用 ○参加費=2,000円

○プレー費セルフ=8,060円、キャディ付=10,760円

※同クラブのメンバーは別料金

申し込み 4月10日(月)までに役場総合案内、東部・中央・西部公民館、岡垣ゴルフパーク、アメリカンゴルフプラザ宗像(宗像市)にある申込書を同場所

問い合わせ 同大会実行委員会(中央公民館)へ



### ♪ 素敵な思い出ありがとう♪

みんなと過ごした時間が私達の宝物です!!



作品展



豆まき



### \*\*\* 岡垣中央幼稚園 \*\*\*

☎ 093-282-0247

<http://www.okagakichuoyoutien.com>

平成29年度わんぱくクラブ・体験入園希望の方はご連絡ください。  
パンフレットお送りいたします!幼稚園見学も随時OKです!!



広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。

# 楽しく！健康に！ ウォーキングスタンプラリー



平成 29 年度に町が行うウォーキング事業を対象にしたスタンプラリーです。町内に住む人なら誰でもOK！3つ以上スタンプを集めると、すてきな賞品が当たる抽選会に参加できます。

## 対象となるウォーキング事業

次の4つです。事前に申し込みが必要な事業もあります。詳しくは担当課にお問い合わせください。

### 【岡垣ウォーキング大会・マラソン大会】

詳しくは3ページを見てください。

問い合わせ 生涯学習課へ

### 【楽健会ウォーキング】

1回の参加につきスタンプを1つ押します。

とき・集合場所※変更あり

- 第1回＝5月12日(金)、東部公民館
- 第2回＝10月18日(水)、ふれあいスポーツ広場
- 第3回＝11月14日(火)、いこいの里

すべて午前9時30分から

問い合わせ 健康づくり課へ

### 【ウォーキング教室】

とき 平成 30 年3月3日(土)

開催内容が決まり次第広報おかがきでお知らせします。

問い合わせ 生涯学習課へ

### 【「散歩で健康」大作戦】

年間を通したウォーキング事業です。「散歩で健康」大作戦年間カレンダーを使って歩いた日を記録。年間25日歩くとスタンプを1つ押します。※最大2つまで  
年間カレンダー配布場所 東部・中央・西部公民館、岡垣サンリーアイ、情報プラザ人の駅、いこいの里

問い合わせ 福祉課へ



## スタンプシートの配布場所

- ①「岡垣ウォーキング大会・マラソン大会」「楽健会ウォーキング」「ウォーキング教室」の各会場
- ②福祉課
- ③東部・中央・西部公民館
- ④情報プラザ人の駅
- ⑤いこいの里
- ⑥サンリーアイ

## 抽選会への参加方法

平成 30 年2月1日(木)～28日(水)に、スタンプが3つ以上押されたスタンプシートを福祉課窓口へ提出または上の③～⑥の施設にある回収BOXに投函するかウォーキング教室に持って来てください。抽選会は、ウォーキング教室で行います。

## ウォーキングスタンプラリーの問い合わせ

福祉課へ

## ★乳幼児施設★

# おとぎのいえ



～より一層家庭的な保育をめざします！～

✿ 4ヶ月～2才 ✿ 7時30分～18時

✿ 自園給食(アレルギー食・離乳食対応)

✿ 岡垣住民の方 町より10,000円補助あります



岡垣町東松原1丁目1-10



FAX・TEL 093-283-0330

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

**急募**

待っています。あなたのチカラ。

**主任介護支援専門員 (常勤)**

**対象** 昭和 32 年 4 月 2 日以降に生まれ、主任介護支援専門員の資格を持つ人

**勤務場所** 岡垣町地域包括支援センター(役場内)

**雇用期間** 5 月 1 日(月)から 1 年間※更新あり。採用日は要相談

**給料月額** 前歴加算があるため個人差あり  
(例) 40 歳 24 万円程度 など

**定員** 1 人

**【面接試験】**

**とき** 3 月 30 日(木)

**ところ** 岡垣町役場

**申し込み** 3 月 21 日(火)までに役場総合案内、企画政策室、情報プラザ人の駅、町公式ホームページにある申込書を同室に提出※詳しくは同場所にある募集案内を見てください

**問い合わせ** 同室へ

**犬の登録と狂犬病予防注射は飼い主の義務です  
狂犬病予防注射を受けよう**

**対象** 生後 91 日以上の子犬

**費用** ○登録している犬 = 3,150 円

○登録していない犬 = 6,150 円

※この日程で参加できないときは動物病院へ

とき・ところ	午前	午後
4 月 13 日(木)	井堀公園 (野間三区) 10:00 ~ 10:20 役場 10:30 ~ 11:10	桜公園 (百合ヶ丘区) 13:30 ~ 14:00 戸切スポーツ広場 14:15 ~ 14:45
4 月 14 日(金)	岡垣第一公園 (高陽区) 10:00 ~ 10:20 東部公民館 10:30 ~ 11:20	高倉区公民館 13:30 ~ 14:10 手野区公民館 14:25 ~ 14:45 ふれあいスポーツ広場 (原区) 15:00 ~ 15:30
4 月 17 日(月)	中央公民館 10:00 ~ 11:00 三吉区公民館 11:10 ~ 11:30	町民総合グラウンド 13:20 ~ 14:00 上畑施設改善センター 14:15 ~ 14:30 西山田区公民館 14:40 ~ 15:00
4 月 18 日(火)	山田区公民館 10:00 ~ 10:20 東黒山区公民館 10:30 ~ 10:50 糠塚区公民館 11:00 ~ 11:20	元松原区公民館 13:20 ~ 13:40 松ヶ台グラウンド 13:50 ~ 14:40

**問い合わせ** 住民環境課へ

**補助金の申請を忘れずに**

届出(認可外)保育所を利用している人は

届出保育所の利用者に、保育料の一部を補助しています。

**対象** 次のすべてに当てはまる人

○保護者と児童が町内に住んでいる

○週に 4 日以上、または月に 160 時間以上利用する契約をし、1 ヵ月以上利用している

○保育料を滞納していない

○町の税金を滞納していない

※入所日が月の初日でないときは翌月から補助金を交付

○3 歳未満 11 月額 1 万円

○3 歳以上 11 月額 5 千円

※所得制限なし

**支給月** 7・10・1・4 月※1 回の支給で 3 ヵ月分

**申し込み** 3 月 31 日(金)までにこの

も未来課または児童が通う届出保

育所にある申込書を同課に提出

**問い合わせ** 同課へ



**家を売る  
土地を売る**

**大切な財産を安心して売却したい、  
信頼できる業者にまかせたい、**

そんな思いにお答えします！吉田住建なら売却まで一括でサポート！

「室内外の片付け・処分」、相続した家の「遺品整理」、古家の「解体」など

吉田住建は地元岡垣にて開業 40 年、地域に根ざした豊富な経験と情報力で「不動産の無料査定」、「不動産なんでも無料相談」を行っています。

スタッフ全員が宅地建物取引士の資格を持った、安心の地元の不動産業者です。どうぞお気軽にご相談ください(\*^^\*)

**吉田住建** ☎ 283-2042 岡垣町海老津駅前 12-8 『http://yoshida-jyuken.com』



旧 3 号線沿い茅原信号すぐ側

広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。

# 町職員の給与と定員の状況を公表します

岡垣町職員の給与は、国の人事院勧告などを参考にして、ほかの自治体とバランスを取りながら町議会の議決を受けて決まります。

問い合わせ 企画政策室へ

## 1 給与の状況

### ①人件費の状況(平成27年度普通会計決算)

住民基本 台帳人口	歳出額(A)	人件費(B)	人件費率 (B/A)	前年度の 人件費率
32,275人 (27年3月末)	100億 6,273万円	14億 246万円	13.9%	13.1%

※人件費には町長や議員などの特別職の給与や報酬などを含む

### ②職員給与費の状況(平成27年度普通会計決算)

職員数 (A)	給与費				1人当りの 給与費(B/A)
	給料	職員手当※	期末勤勉手当	計(B)	
147人	6億 1,111万円	9,593万円	2億 2,421万円	9億 3,125万円	634万円

※退職手当と児童手当は含まない

### ③平均年齢、平均給料月額、平均給与月額(平成28年4月1日現在)

平均 年齢	一般行政職		平均 年齢	技能労務職	
	平均給料 月額※1	平均給与 月額※2		平均給料 月額※1	平均給与 月額※2
41.3歳	307,131円	369,506円	52.0歳	285,937円	306,780円

※1 基本給の平均額

※2 基本給に手当を加え平均したもの

### ④職員の初任給の状況(平成28年4月1日現在)

区分	一般行政職		技能労務職
	大学卒	高校卒	高校卒
岡垣町	178,200円	150,500円	143,500円
国	178,200円	146,100円	143,500円

### ⑤退職手当(平成28年4月1日現在)

区分	勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度	1人当たり 平均支給率
自己都合	20.445 月分	29.145 月分	41.325 月分	49.59月分	
勸奨・定年	25.55625 月分	34.5825 月分	49.59月分	49.59月分	

※1人当たり平均支給率は、27年度に退職した職員に支給された平均額

※給与・定員の状況は、紙面の都合上内容を一部省略しています。詳しくは町公式ホームページに掲載します

### ⑥期末・勤勉手当(平成28年度支給割合)

支給割合		役職加算
期末手当	勤勉手当	
2.6月分	1.7月分	5~15%

### ⑦そのほかの手当(平成28年4月1日現在)

手当名	支給条件	支給単価	1人当たり 平均支給年額
扶養手当	配偶者	13,000円	230,764円
	配偶者以外	6,500円	
住居手当	借家(限度額)	27,000円	283,875円
通勤手当	交通機関利用(限度額)	55,000円	59,320円
	自家用車(限度額、2km以上)	24,500円	
管理職手当	給料月額の10~17%	—	625,390円
地域手当	給料と扶養手当、管理職手当の合計額の2~10%	—	19,491円
時間外勤務手当	正規の勤務時間外に勤務命令を受けた職員に支給	—	224,325円

### ⑧特別職の報酬など(平成28年4月1日現在)

区分	給料月額	退職手当	区分	報酬月額
町長	727,700円	10,187,800円	議長	350,000円
副町長	607,000円	5,098,800円	副議長	310,000円
教育長	574,000円	4,132,800円	議員	289,000円
期末手当	支給割合3.5月分、役職加算20%			

※町長、副町長、教育長の金額は、特例条例で減額された値

## 2 職員数の状況※教育長を含む

単位：人

区分	平成27年 職員数	平成28年 職員数	対前年 増減数
一般行政部門	129	139	10
議会	3	3	0
総務	50	48	-2
税務	13	13	0
農林水産	7	8	1
商工	3	4	1
土木	13	14	1
民生	28	36	8
衛生	12	13	1
教育部門	18	22	4
公営企業等	21	20	-1
水道	7	6	-1
下水道	6	6	0
その他	8	8	0
合計	168	181	13

※主な増減理由：復職後の異動、任期付職員への任用替えによるもの

Y O S H I M U R A O R T H O P E D I C S C L I N I C



# 吉村整形外科クリニック

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

院長：吉村洋一

京都大学医学部卒  
整形外科専門医  
リウマチ認定医  
リハビリ認定医  
日本リウマチ学会専門医

●水曜午後、日曜、祝日休診

☎093-282-2500

〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間2丁目7-5 ●西鉄「海老津台入口」バス停すぐ

駐車場20台完備 院内バリアフリー

**診療内容**

- ・整形外科全般(五十肩・腰痛・痛風・ヒザ痛など)
- ・骨粗しょう症
- ・関節リウマチ
- ・リハビリ各種
- ・スポーツ医学
- ・運動指導
- ・健康指導など

その他、ご相談されたいことが  
ありましたらお気軽にどうぞ。

**診療時間**

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00~13:00	○	○	○	○	○	9:00~12:00
14:30~18:00	○	○	○	○	○	13:00~15:00




岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

### お知らせ

町が発注する工事の入札指名願を受け付けます

町が発注する工事の一般競争入札と指名競争入札への参加を希望

3月20日(月)は祝日のため

## ごみの収集を休みます

振替日は次のとおりです。

ビン・カン	振り替えなし
燃えないごみ	3月30日(木)

※当日は、遠賀・中間リレーセンターへの持ち込みできません  
問い合わせ 住民環境課へ



住民環境課へ

する人は、町公式ホームページにある申込書に必要事項を記入して提出してください。

【平成29・30年度建設工事】とき 会社名で受付日が変わります。



- ア・カ行 4月6日(木)～12日(水)
  - サ・タ行 4月13日(木)～19日(水)
  - ナ行 以下 4月20日(木)～27日(木)
- すべて平日午前9時～11時30分、午後1時15分～4時45分  
ところ 岡垣町役場  
問い合わせ 総務課へ

### 戦没者の遺族の皆さんへ 特別弔慰金の請求を忘れずに

第10回特別弔慰金の請求期限は平成30年4月2日(月)です。対象者は請求してください。

対象 次のいずれかに当てはまる人※詳しくは要問い合わせ  
○これまでに特別弔慰金を受給した戦没者の遺族

○平成21年4月1日～平成27年3月31日に公務扶助料や遺族年金などを受給していた人が死亡などで権利を失い、ほかに受給権者がいなくなった戦没者の死亡  
当時の遺族※優先順あり

弔慰金 25万円を5年間に分けて支払う

### 【請求をしている人へ】

申請してから債券が届くまでに約1年半かかります。債券ができ

次第郵送でお知らせします。

申し込み 福祉課へ

問い合わせ 同課または県保護課 ☎092-64313313へ

ブックカフェの営業時間が変わります

4月1日(土)から情報プラザの駅3階にあるBook座Cafeの営業時間が変わります。



### 変更後の営業時間

午前10時～午後8時※オーダーストップは午後7時30分。カフェエリアは営業時間終了後午後9時30分まで無料で利用可  
問い合わせ 広報情報課または情報プラザの駅へ

### 入札参加資格審査の申し込みを受け付けます

遠賀・中間地域広域行政事務組合が平成29・30年度の建設工事や建設コンサルタント業務、物品供給契約などの入札参加審査の申し込みを受け付けます。

申し込み 4月3日(月)～28日(金)までに同組合または同組合ホームページにある申込書を同組合(遠賀町)に提出※受け付けは平日午前9時～午後4時

問い合わせ 同組合 ☎29313581へ



4月からスタート!  
えびつキッズ☆未就園児教室



親子で楽しめるイベントがいっぱい!



園の見学・途中入園も  
随時受け付けています

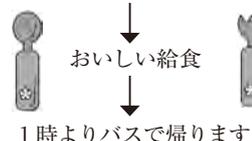
TEL: 093-282-1135



6月からスタート!

在園生登園後、かわいいアンパンマンバスでお迎え  
お山のある広い園庭で遊びます

ならし保育一日の流れ



広告内容に関しては、広告主に直接お問い合わせください。

**展示入れ替えのため  
文化財展示室を休館します**

4月20日(木)から催す企画展「岡垣の文化財」の準備のため休みます。  
休館期間 3月23日(木)～4月18日(火)  
問い合わせ 生涯学習課へ

**知っていますか  
児童の権利に関する条約**

この条約は、18歳未満のすべての子どもの権利や自由を尊重し、健やかな成長や幸せを守るために作られたものです。

児童生徒の基本的な人権を改めて考え、一人ひとりを大切にされた教育環境を皆さんの手で実現しましょう。

**【条約の主な内容】**

- 教育を受けることや遊ぶことが認められるべきです
  - 自由に考え、信じる事が認められるべきです
  - 家庭環境に恵まれない子どもに保護と援助が与えられるべきです
  - あらゆる差別や暴力、虐待などの不当な扱いから守られるべきです
- 問い合わせ 県青少年育成局政策課 ☎092-643-3134 へ

## 募 集

**シルバー人材センターで  
働く嘱託職員を募集します**

対象 昭和27年4月2日以降に生まれた人

**勤務場所** シルバー人材センター

**雇用期間** 5月1日(月)～平成30年3月31日(土)※更新あり

**定 員** 1人※応募多数のときは書類選考あり

**【面接試験】**

**と き** 4月15日(土)

**と ころ** いこいの里

**申し込み** 3月31日(金)までに履歴書と同センターに提出

**問い合わせ** 同センターへ

## 試 験

**国税専門官採用試験**

対象 昭和62年4月2日～平成8年4月1日に生まれた人

**一次試験日** 6月11日(日)

**申し込み** 3月31日(金)～4月12日(水)に人事院ホームページ(<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から

**問い合わせ** 福岡国税局 ☎092-411-0031 へ

**労働基準監督官採用試験**

対象 次のいずれかに当てはまる人

○昭和62年4月2日～平成8年4月1日に生まれた人

○平成8年4月2日以降に生まれ、大学を卒業した(見込みを含む)または人事院がそれと同等の資格があると認められた

**定 員** 170人

○労働基準監督A(法文系) 170人  
程度

○労働基準監督B(理工系) 40人  
程度

**一次試験日** 6月11日(日)

**申し込み** 3月31日(金)～4月12日(水)に人事院ホームページ(<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から※郵送や持参のときは

4月3日(月)までに福岡労働局へ

**問い合わせ** 同局総務課 ☎092-411-4741 または人事院九州事務局 ☎092-431-7733 へ

## 講 座

**情報プラザ人の駅  
パソコン研修**

**【基礎から学べるワード・エクセル初級講座】**

対象 町内に住むまたは勤務している人

**と き** 4月20日・27日、5月11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日、7月6日・13日・20日・27日、8月3日・10日・24日すべて木曜日(全16回)午後7時～9時

**内 容** ワードとエクセルの基本的な操作と機能を学ぶ

**定 員** 20人※応募多数のときは抽選

**費 用** 2千376円※教材費など

**申込締切日** 4月6日(木)

**【デジタルカメラと画像処理講座】**

対象 町内に住むまたは勤務している人

**と き** 4月28日、5月12日・19日・26日、6月2日・9日・16日・23日すべて金曜日(全8回)午後7時～9時

**内 容** 写真撮影のテクニックや補正方法、動画と作品の作り方を学ぶ

**定 員** 20人※応募多数のときは抽選

**費 用** 2千160円※教材費など

**申込締切日** 4月14日(金)

**【ともに】**

**と ころ** 情報プラザ人の駅

**申し込み** 各講座の申込締切日までに情報プラザ人の駅にある申込書を同場所に提出

**問い合わせ** 同プラザへ

**「Tポランティア岡垣のパソコン初心者講座」**

**【エクセル関数入門講座】**

対象 町内に住むまたは勤務している人

**と き** 4月7日・14日・21日・28日

すべて金曜日(全4回)午前9時30



### 気軽に利用してください まちの相談窓口

#### 電話相談

- ふくおか自殺予防ホットライン  
☎ 092-592-0783 へ (24時間受付)
- 子どもホットライン 24  
☎ 0949-24-3344 へ (24時間受付)
- 教育電話相談  
とき 月～金曜日 8:30～17:15  
☎ 282-4884 へ

#### 窓口相談

- 補聴器相談  
とき 第1・3月曜日 13:00～15:00  
第2・4月曜日 13:00～14:00  
ところ 岡垣町役場  
☎ 282-1211 (福祉課) へ
- 行政相談  
とき 4月14日(金) 13:30～16:00  
ところ いこいの里  
☎ 282-1211 (総務課) へ
- 総合福祉相談 (福祉 110 番)  
とき 4月11・25日ともに火曜日  
10:00～12:00  
ところ いこいの里  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ
- 心配ごと相談  
とき 4月21日(金) 14:00～16:00  
ところ 東部公民館  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ
- 法律相談※要予約  
とき 4月14日・28日ともに金曜日  
13:30～16:30  
ところ いこいの里  
☎ 283-2940 (社会福祉協議会) へ

#### 電話・窓口相談

- 高齢者・障害者相談  
とき 24時間受付  
ところ  
①岡垣町高齢者・障害者相談センター  
☎ 282-5167 へ  
②岡垣町東部高齢者・障害者相談センター  
☎ 282-5103 へ
- 消費生活相談  
とき 月～金曜日 8:30～17:15  
※専門員による相談は月・水・金曜日  
10:00～17:00  
☎ 282-1211 (地域づくり課) へ

分～正午  
ところ 情報プラザ人の駅  
内容 エクセルの基本操作や簡単な計算式を学ぶ  
定員 18人※応募多数のときは抽選  
費用 500円※教材費など  
申し込み 3月25日(土)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同場所に提出  
問い合わせ ITボランティア岡垣 ☎ 090-7984-3180 へ

#### 訪問看護師養成講習会



初めて訪問看護を行う看護師などが、基本的知識や技術を身につけるための研修です。

対象 訪問看護を始めて3年未満の看護師や行う予定の看護師  
とき 6月6日(火)～10月24日(火)のうち25日間  
内容・ところ  
○講義・演習Ⅱナースプラザ福岡 (福岡市東区)  
○実習Ⅱ県内の訪問看護ステーションや保健・福祉施設など  
費用 5万円※資料代など  
申し込み・問い合わせ 4月28日(金)までに福岡県ナースセンター ☎ 921631-1221 へ

#### 韓国語を学ぼう

在日韓国民団福岡県遠賀宗像支部の皆さんが講師を務めます。

内容・とき  
○入門クラス 4月4日(火)から毎週火曜日(月3回)午後7時～8時30分  
○初級クラス 4月7日(金)から毎週金曜日(月3回)午後7時～8時30分  
○中級クラス 4月5日(水)から毎週水曜日(月3回)午後3時～4時30分  
ところ 遠賀韓国会館(水巻町)  
定員 各15人※先着順  
費用 月額2千500円  
申し込み・問い合わせ 同会館 ☎ 201-1823 へ

#### 相談

【就職相談】  
対象 ひとり親家庭で児童扶養手当を受給している人  
とき・ところ  
○平日Ⅱ午前9時～午後5時、岡垣町役場※要予約  
○日曜日Ⅱ午前9時～午後4時、クローバープラザ(春日市)※要予約  
申し込み 福岡県ひとり親家庭等就業・自立支援センター飯塚プラザ ☎ 0948-21-0390 へ

【養育費の電話相談】  
対象 ひとり親家庭または離婚協議中の人  
とき 平日午前9時～午後4時  
相談電話 0948-21-0390  
【ともに】  
問い合わせ 同センター飯塚プラザ へ





岡垣町の健康づくり 10 カ条

# 地域の健康づくりに参加しよう 元気の「わ」広め隊

「元気の『わ』広め隊」は、食生活改善推進会、運動普及推進会、保健推進委員会の3つの団体で構成されています。この3つの団体は「食」「運動」「笑いや楽しさ」をテーマに、教室や体操、イベントなどを企画し、それぞれの特徴を生かしたさまざまな活動に取り組んでいます。

食生活改善推進会

おいしく食べて  
健康づくり

「野菜たっぷり」「塩分控えめ」「地産地消」「郷土料理の継承」などをモットーに活動している食生活改善推進会。町内のイベントや健康教室などで健康食を提供したり、一緒に調理したりしながら、からだを元気にするおいしい食事を紹介しています。

定期的に会員の研修を行い、講義や調理実習を通じて「食」からの健康づくりを学んでいます。

運動普及推進会

からだを動かして  
健康づくり

運動普及推進会では「楽しく続けられる健康体操を伝える」をモットーに、健康教室などで、地



域の皆さんと一緒に音楽に合わせてからだを動かしながら、健康体操を紹介しています。

定期的に会員が集まってストレッチや音楽に合わせた健康体操などを行い「運動」を通じた健康づくりを学んでいます。

保健推進委員会

笑いと楽しさで  
健康づくり

保健推進委員会では「笑いと楽しさ」をモットーに、地域の皆さんが元気になる催しを企画したり、健康づくりの情報を伝えたりする活動をしています。

年に4回行う「楽健会ウオーキング」では、季節ごとの風景を楽しみながら町内各地を散策しています。また、定期的に学習会を行い、レクリエーションや脳トレな

## 休日・夜間の救急医療

### ■休日急患センター

対象 内科、小児科※小児科を受診するときは要問い合わせ

受付時間 日祝日=9:00~16:30

ところ 遠賀・中間休日急病センター

問い合わせ 同センター☎282-9919へ

### ■電話による問い合わせ

受付時間

○平日=18:00~22:00

○日祝日=17:00~22:00

ところ 遠賀・中間休日急病センター

電話番号 282-9919

### ■小児救急医療電話相談

受付時間

○平日=19:00~翌朝7:00

○土曜日=正午~翌朝7:00

○日祝日=7:00~翌朝7:00

電話番号 #8000

### ■受診できる病院などを 知りたいとき

受付時間 24時間受付

ところ 遠賀郡消防本部

電話番号 293-1231

## こころとからだの健康相談

### ■女性の健康・不妊相談※要予約

とき 4月21日(金)13:00~16:00

ところ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)

☎0940-37-4070へ

### ■こころの健康相談※面談は要予約

とき 月~金曜日8:30~17:00

ところ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)

☎0940-36-2473へ

平成 29 年度

### 元気の「わ」広め隊養成講座 受講生を募集します

専門コースのうち、いずれか1つを選んでください。

#### 共通講座

と き (全4回)

- 5月16日(火)午前10時～正午
- 9月2日または16日ともに土曜日午後2時～4時
- 9月12日または19日ともに火曜日午後2時～4時
- 10月3日(火)午前10時～正午

内 容 健康づくり総論、歯科講座、こころの健康づくり

#### 専門コース講座

##### ■食生活コース(食生活改善推進員養成)

と き 5月25日、6月22日、7月6日すべて木曜日(全3回)午前10時～午後1時

内 容 生活習慣病と食生活について(講義、調理実習)

##### ■健康体操コース(運動普及推進員養成)

と き 6月2日、7月21日、8月4日すべて金曜日(全3回)午前10時～正午

内 容 健康づくりのための運動について

##### ■健康づくりコース(保健推進員養成)

と き 5月30日、6月20日、7月25日すべて火曜日(全3回)午前10時～正午

内 容 健診や医療費など地域の健康づくりについて

#### ともに

ところ いこいの里

定 員 各コース20人

費 用 無料※調理実習は1回200円(材料費)

申し込み・問い合わせ 4月14日(金)までに健康づくり課へ

—受講生の感想—  
妻への感謝を  
あらためて感じました



平成 28 年度受講生  
福井英幸さん(旭南区)

定年して暇だったことやテレビで「料理のできる男は頼もしい」と言っていたことから、この講座の「食生活コース」を受講しました。

生活習慣病と食塩・脂肪・糖質の関係を学び、普段の生活でも食生活に気を付けるようになりました。また、調理実習では、野菜の皮むきや後片付けに悪戦苦闘したこともあり、定年もなく家族の食生活を気遣い、家事を頑張ってくれている妻にあらためて感謝の気持ちを持ちました。

ど、仲間と楽しみながら取り組む健康づくりを学んでいます。

健康づくりの第一歩

元気の「わ」広め隊  
養成講座

3つの団体に所属しているのは「元気の『わ』広め隊養成講座」に参加した皆さん。この講座では、自分自身や家族の健康づくりに必要な知識や技術を学べます。また、3つのコースに分かれて、地域で行うさまざまな活動に参加します。活動を通して友達の輪が広がり、楽しみややりがいが増えていきます。興味がある人は、ぜひ参加してください。

### ヘルシー クッキング

No. 296 ～血流を良くする食事～  
菜の花のクリームスープ



#### 2人分の材料

○菜の花 75g ○玉ネギ 1/4 個  
○コーン缶 30g ○ニンジン 40g  
○バター 10g ○固形コンソメ 1/2 個  
○水 150cc ○豆乳 150g  
○塩・コショウ各少量

#### 作り方

- ①菜の花はさつとゆで、3等分に切る。玉ネギは7mm角に切る。ニンジンはいちょう切りにする。
- ②鍋にバターと玉ネギ、ニンジンを入れて炒め、水と固形コンソメを入れて、あくを取りながら弱火で煮込む。
- ③野菜に火が通ったら、豆乳を入れて混ぜ、菜の花とコーンを加え弱火で3分煮る。

#### 1人分の栄養価

エネルギー 123kcal、塩分 1.2g、タンパク質 5.6g、脂質 6.1g

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスマイトの会)

# 子育てナビ

こども未来館

## イベント情報



3/19 まんがクラブ  
(日) **4コマまんがを描いてみよう**

対象 小学生以上

時間 10:00～11:30

持ってくるもの 鉛筆、消しゴム、色鉛筆、マーカー、漫画



3/25 折り紙クラブ  
(土) **つなげて作ろう!**



対象 誰でも可※就学前の子どもは要保護者同伴

時間 10:00～12:00

持ってくるもの 折り紙、のり、はさみ、持ち帰り用のバッグ

3/25 思春期の児童と保護者の悩み相談  
(土) **みんなで悩みを語り合おう**

助産師の吉松成子さんと一緒に、思春期の悩みに関する情報交換会を催します。

対象 思春期の児童とその保護者

時間 10:00～11:30

●イベントに参加する人は、始まる10分前までに集合してください  
問い合わせ こども未来館 ☎281-5501へ

## 4月 健診・子育て支援行事

■子どもの健診 ところ いこいの里

日程	種目	受付時間
6日(木)	4カ月児健診	12:45
6日(木)	7カ月児健診	13:00
12日(水)	3歳児健診	12:45

### ここにこッキング(要予約)

妊娠中～幼児期の子どもの「食」と「からだ」を、調理実習をしながらみんなで考えます。

とき 4月20日(木) 10:00～12:30

ところ 中央公民館

申し込み 健康づくり課へ

今回は「離乳食」です

### 子どもの発達相談(要予約)

子どもの心の発達に関する相談を臨床心理士が無料で受けます。

とき 4月7日(金)  
13:30～16:40

ところ いこいの里

申し込み 健康づくり課へ

### 子育て相談自由広場

成長のこと、離乳食やお口のケアなど気軽に相談してください。

とき 4月11日(火) 9:30～11:00

ところ こども未来館

持ってくるもの 母子手帳・バスタオルなど

### かるがも親子教室(要予約)

発育や発達に不安のある子どもと親を対象にした親子遊び教室です。

●参加を希望する人は、事前に臨床心理士との面談が必要です

●託児が必要な人は申し込みのときに伝えてください

とき 4月7日(金)  
14:00～15:00

※受け付けは13:30～14:00

ところ いこいの里

申し込み

健康づくり課へ



こども未来館から

## こんにちは 日本の伝統文化を体験しました

2月11日、みんなのひろばを催しました。この日は、24人の子どもたちが会場に集まり「和を楽しもう!」をテーマに、日本の伝統芸能であるお琴とお茶を体験しました。

お琴の体験では、先生に弾き方を教えてもらいながら「さくらさくら」を一人ずつ練習。弦の扱いに苦戦していた子どもたちでしたが、最後には、みんなで演奏できるようになりました。



お茶の体験では、基本のあいさつからお菓子の食べ方、お茶のたて方など細かい作法に少し緊張気味の子どもたちでしたが、しっかりと手順を守ってお茶をたてることができました。



体験を終えた子どもたちからは「初めての体験で少し緊張したけれど、とても楽しかった」などの声が聞かれました。

ほかにも楽しいイベントが盛りだくさん! 詳しくはこども未来館または町公式ホームページにある「こどもみらいかんメール」をご覧ください。

※詳しくは広報おかがき 3月25日号に折り込む「健康・福祉の大切なお知らせ」をご覧ください  
問い合わせ 健康づくり課へ

LINE@

岡垣町の役立つ情報をLINEでお届け  
LINEの「公式アカウント検索」で「岡垣町」を検索または「QRコード」で友だち登録しよう



町公式 Facebook

https://www.facebook.com/okagakimachi

