



広報 おかがき

2024.DECEMBER
12
No.1088

CONTENTS 目次

ライナビツール・ド・九州2024 福岡ステージが岡垣町で開催されました！	2
特集 地域で生きつらさや 困難を抱えて生きる人を支える	4
まちかどZOOMアップ	8
お知らせ	10
健康づくり Information	18
町民ふれあい広場	18
まち活のススメ	20
行事予定・施設情報	22
子育てNavi	23
相談窓口・救急医療	24
第31回まつり岡垣が催されました	25
	26

・ド・九州2024」 ステージが岡垣町で開催されました！

岡垣サンリーアイをスタートし、宗像大社をフィニッシュとする全長約 141km の「マイナビ ツール・ド・九州2024」福岡ステージ。選手たちの迫力満点の走りを見て、沿道にはたくさんの声援が響き渡り、観戦エリアは大盛り上がりでした。

地域の皆さま、店舗・企業などの皆さま、ご理解とご協力をいただきありがとうございました。

熱いレース、響き渡る歓声！

▶岡垣サンリーアイをスタート！



選手たちが参加の意思を表明するサインオンと、岡垣中学校吹奏楽部の演奏でスタートへの期待は最高潮に達しました。一斉にスタートを切る選手たちの迫力は圧巻で、観客席からは驚きと興奮の声が上がっていました。

▶岡垣の海・山コースでレースは白熱！



スプリントポイント（八幡屋前）や King Of Mountain（垂見峠）では、ポイント獲得を目指す選手たちの駆け引きでレースがさらに白熱しました。

総合優勝は…
エミリアン・ジャニエール！
（トタルエナジー）



ステージ優勝は…
イヴァン・スミルノフ！
（アスタナ・カザクスタン）



★ LPガスの緊急対応
★ 水まわりのトラブル

24時間年中無休



キッチン・お風呂・トイレ
水漏れ・詰まり修理
各種リフォーム承ります。

MEISHIN GAS

水道局指定工事店

名神産業株式会社

遠賀郡岡垣町

093-282-0099

海老津2-8-1

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

観戦イベント会場也大盛り上がり!

【八幡屋前】

観戦客は、地元の食などを楽しみながら、スプリントポイントでの白熱したレース展開を観戦していました。



【ふれあいスポーツ広場】

「エア遊具」や「自転車体験スペース」で子どもたちも存分に楽しんでいました。



【ぶどうの樹ワイナリー】

音楽やダンスなどのステージイベントのほか、弓矢体験などのブースが出店!

スペシャルゲストの「あばれる君」も登場し、会場全体が笑いに包まれていました。



10/15

感動を、ありがとう

VC FUKUOKA

福岡を拠点とするチーム「VC FUKUOKA」が、大会の成績などを報告に来られました。

「VC FUKUOKA」は、福岡ステージ9位、チーム総合成績4位と素晴らしい結果を残されました。おめでとうございます。



FUNRIDE
IN FUKUOKA

10/13

大会コースを実際に走り、地元の食を楽しめるイベントが催されました。参加者は、サイクリングや食事を楽しみながら仲間たちと絆を深めていました。



不動産

売りたい、買いたい、ご相談下さい

- 査定無料
- 不動産なんでも相談無料
- 買取りの相談
- 室内外の片づけ、清掃
- 古家の解体相談
- など…

スタッフ全員が宅地建物取引士の資格を持ち、売却まで一括サポートいたします。

地元岡垣で開業47年の吉田住建におまかせ下さい!

吉田住建
☎283-2042

岡垣町海老津駅前12-8
<http://yoshida-jyuuken.com>



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。

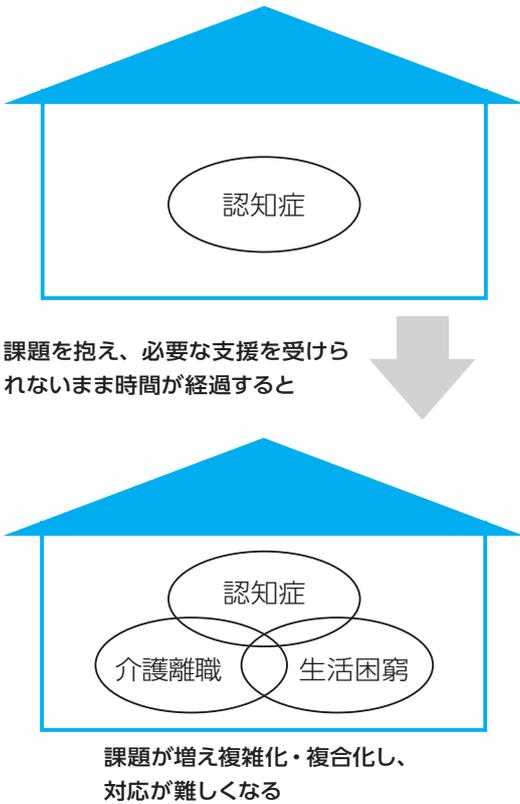
地域で生きづらさや 困難を抱えて生きる人を支える

あなたが暮らす地域にも生きづらさや困難を抱える人がいます

地域には、さまざまな人が暮らしています。中には、認知症で介護が必要な人や生活に困窮している人、障がいがあり生活に支援が必要な人、配偶者からDV（ドメスティックバイオレンス）を受けている人、罪を償って地域での生活を新たにスタートする人もおられるかもしれません。

周囲の手助けや適切なサービス利用により、自分らしい暮らしができる人がいる一方、支援を受けず生きづらさや困難を抱えたまま生活している人もいます。必要な支援を受けないまま時間が経過すると課題が複雑化・複合化し、対応が難しくなってしまうケースが起きていることがあります。

課題が複雑化・複合化するイメージ



町が実施したアンケートで近所付き合いの程度について聞いたところ、「困ったときに助け合える人がいる」と答えた人の割合は減少しています（図1）。このことが地域から孤立したまま、誰にも気づかれず、相談もできないという要因の一つにつながっていると考

えられます。人と人とのつながりが薄れる中で、実際に生きづらさや困難を抱える人の支援に携わる人たちはどのように感じ、どういった支援を受けているのか。実際に相談を受けている人たちにインタビューしました。

助け合いや支え合いの機能が働きづらい背景

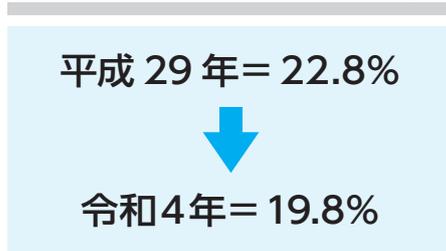
近年、高齢化や家族形態の変化、新型コロナウイルス感染症の影響などにより家族関係や近所付き合いが希薄になっていると考えられます。

また、世帯数は年々増加していますが、1世帯当たりの平均人数は減少し、全国的に核家族化が進んでいます。さらに、町の人口は平成22年をピークに減少が続き、令和6年4月1日時点の高齢化率は33.6%で、高齢化も進んでいます。

近年、核家族化や共働き世帯の増加などの影響で人と人とのつながりが薄れる中、障がいや高齢、生活困窮など、さまざまな課題が絡み合っており複雑になるケースが増えていきます。今回の特集では、複雑化・複合化した課題に直面している人を支える人や課題に対する町の取り組みを紹介いたします。

問い合わせ 福祉課

図1 「困ったときに助け合える人がいる」と答えた人の割合



※令和4年度「地域福祉の推進に関する住民意識調査」

最前線で相談を受ける人たちの

実際の声

どのような活動をしているか
教えてください

民生委員として地域の高齢者の家庭を訪問して話を聞いたり、相談に乗ったりしています。

活動する中で人と人のつながりの薄さを実感することがあります

例えば「認知症の人が一人暮らしをしていて、家族とは疎遠で身近な民生委員が一番頼りになる存在になっている」ということが実際にあります。

昔は隣近所が声を掛け合って、

今の制度だけでは支援が

難しい人がいます

民生委員・児童委員
藤山 千秋さん

何かあればすぐに駆け付けてくれるということがありました。しかし最近では、核家族化や共働き世帯の増加などの影響もあってか、日中家にいる人が少なく、近所付き合ひが希薄化していると思います。

民生委員として活動するうちに
難しさを感じますか

民生委員としての対応の多くは、専門の機関につながることで課題の解決に向かうことが多いです。ただ、支援する人の家族が遠方に住んでいてすぐ来られないような状況で関わり方について悩むことはあります。

また、制度で助けられない部分をどうすれば良いか、という課題もあると思います。

介護保険のサービスを利用していても多くありますが、例えば手紙が来ても内容を理解できないなど、サービスだけでは解決できない、あらゆる場面での困りごとがあります。そのようなとき、民生委員としてどう関われるかということも難しい課題だと思います。

どのような活動をしているか
教えてください

非行や罪を犯した人の立ち直りの支援をしています。具体的には、矯正施設を出て地域で生活している人と面接し、仕事や交友関係、困りごとなどの話を聞いています。また、非行防止のための活動もしています。

相手の立場を

分かってもらいたい

周囲から好奇の目で見られることもあり、地域から距離を置かざるを得ない状況もあります。

矯正施設を出た人たちのこと
について教えてください

岡垣町では、保護司が関わる人は減っていますが、全国的には再犯をしてしまう人の割合が増えています。特に高齢者の割合が高く、これは高齢で働くことが難しいことや核家族化による一人暮らしの寂しさなどにも起因していると思います。

活動する中で人と人のつながりの薄さを実感することがあります

罪を犯した人もそうですが、罪を犯した人の家族の支援に携わるときもつながりの弱さを実感します。罪を犯した人の家族もまた、生きづらさを抱えて生活しています。

地域の住民に伝えたいことは
ありますか

まずは、罪を犯した人やその家族がどのような立場に置かれているのかを分かってほしいです。そして、あえて何かをしようというのではなく、声を掛け合う、気にかけて合う、そういう地域社会であってほしいと思います。

また、SNSのトラブルなどを含む非行について、学校や警察に相談しづらいつきは保護司会を活用してください。必要であれば関係機関につながることもできます。相談は誰でもできますので気軽に遠賀保護区保護司会更生保護サポーターセンター(☎201・2144)に連絡してください。



遠賀保護区保護司会
保護司
阿童 靖代さん





どのような活動をしているか
教えてください

私は、家が片付けられない、生活に困窮しているなどの複数の困りごとを持っている家庭から相談を受けたり、訪問したりして解決に向けたお手伝いをしています。

地域の人が抱える
困りごとはどう変
化しているか教えて
ください

社会が変化する中で、高齢や障がいなどの福祉制度だけでは対応できない複雑化した困りごとを抱える世帯が見られるようになりました。中でも、ヤングケアラーや子育てと親の介護を同時に担うダブルケアなど、これまでなかった新たな課題が出てきていると感じています。

以前と比べ、支援する中で対応が
難しいと感じることはありますか

家族の関係が希薄化しているのか、一人暮らしの家庭で家族の人に今後の生活について相談しても関わってもらえないことがあります。特に、支援していた人が入院し

家族関係の

希薄化を感じます



岡垣町社会福祉協議会
川嶋 太一さん

たときやお亡くなりになったときに手続きを求められることがありますが、支援機関としては対応することができません。家族のつながりが弱くなることで支援機関として支援できない部分が出てくることは、社会全体の課題になっていて、このような状況から、支援者単独での支援が難しくなっていると思います。

地域の住民に何か伝えたいことは

近隣の人たちに違和感や気になることがあれば、早めに相談してほしいです。早く気づければ、その対策をすることで、困りごとが深刻化することを予防できると考えています。

ここにも 気軽に相談できる人たちがいます

岡垣町高齢者・障がい者相談センター 岡垣町東部高齢者・障がい者相談センター

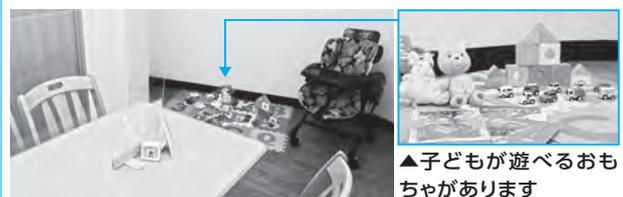
在宅の高齢者の介護に関する相談や障がいのある人の日常生活に関する相談などを受け付けています。窓口または電話で相談してください。



【岡垣町高齢者・障がい者相談センター】
担当地区：海老津小学校区、吉木小学校区、内浦小学校区
ところ 公園通り 1-7-1「高倉苑」内
問い合わせ ☎ 282-5167

【岡垣町東部高齢者・障がい者相談センター】
担当地区：山田小学校区、戸切小学校区
ところ 鍋田 2-1-5「あゆみの里」横
問い合わせ ☎ 282-5103

子ども支援オフィス・困りごと相談室



▲子どもが遊ぶおもちゃがあります

「子ども支援オフィス」では子どもがいる家庭の困りごと、「困りごと相談室」では暮らしの中の困りごとに関する相談を受け付けています。子どもと一緒に相談できるスペースもあるため、子ども連れでも安心です。

ところ 水巻町頃末北 1-12-12
問い合わせ
●子ども支援オフィス☎ 203-1661
●困りごと相談室☎ 203-1630

※生活保護を受給している人は、まずケースワーカーに相談してください。



特集

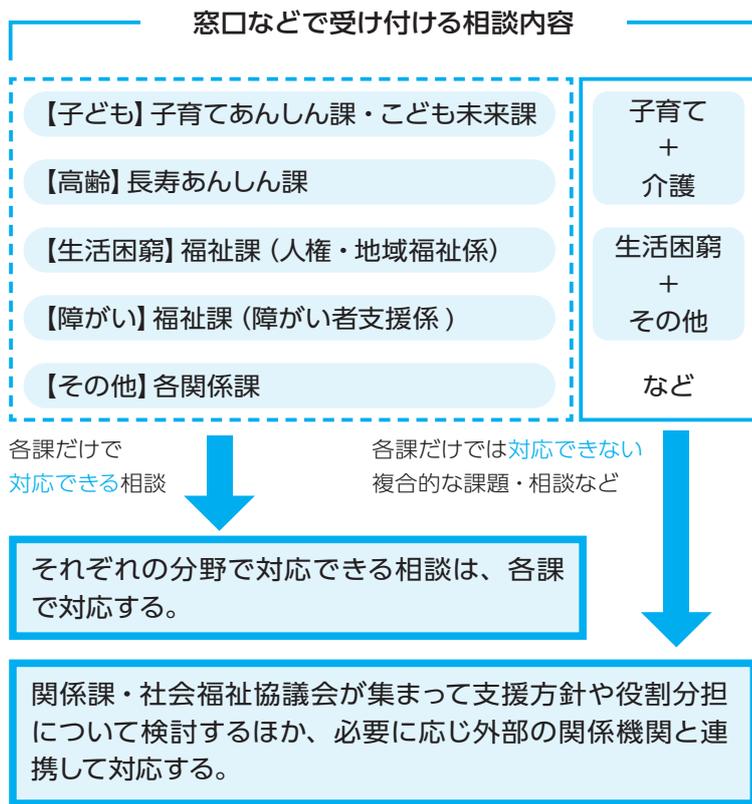
地域で生きづらさや
困難を抱えて生きる人を支える

さまざまな課題 (生きづらさや困難) を抱える人への

町の支援体制

各課で連携して必要な支援を行います

●重層的支援のイメージ



インタビューから、課題が複雑化していることや家族・地域の関係性が希薄になってきている状況、社会情勢などにより新たな課題が生まれていることが分かりました。そのような課題に対応するには、支援者間の連携が重要です。町ではそれぞれの担当業務の垣根を超えて支援する体制を作るため、役場本館2階に福祉課・長寿あんしん課・こども未来課・子育てあんしん課を横並びに設置し、すぐに連携できる環境を整えています。

また、令和4年度からは「重層的支援体制整備事業」を開始し、毎月、関係課と社会福祉協議会で複数の課題を抱えている人の支援方針についての話し合いを行うほか、必要に応じ関係機関と連携することで課題解決の糸口を見つけ、自立に向けて支援しています。困りごとがあるときや、近所の人困っているときなど、どこに相談したらよいか分からないときはまずは福祉課や社会福祉協議会に連絡してください。

困難な問題を抱える女性からの相談も受け付けています

生活困窮や性暴力被害、予期せぬ妊娠など、女性であることでさまざまな困難に直面しやすい状況があり、相談しづらい内容が多いことから問題が表面化しにくい傾向にあります。町では、令和6年4月に施行された「困難な問題を抱える女性への支援に関する法律」に基づき、困難な問題を抱える女性からの相談を受け付け、関係機関の紹介や必要な対応を行っています。何か問題を抱えているときは福祉課に相談してください。



地域とのつながりについて考えてみませんか

社協だより11月号では、人と人とのつながりが希薄になる中での地域とのつながりの重要性について特集しています。地域とのつながりがあれば、困りごとがあったときに相談したり、誰かが気づいたりしてくれることがあるかもしれません。

この機会に地域とのつながりについて改めて考えてみませんか。

イラスト引用元：厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp/kyouseisyakaiportal/#tiikikyosei>)

工事の安全を願って

10/17 はるおかスイミングスクール建設予定地で地鎮祭

株式会社はるおかが運営するはるおかスイミングスクールの建設予定地である岡垣サンリーアイ駐車場で地鎮祭が行われました。当日は、株式会社はるおかや建設事業者などの関係者をはじめ、門司町長も参列し工事の安全を祈願。令和7年4月の開校を目指し、11月ごろから工事が始まる予定です。



学生が見た岡垣町は？

9/30～10/25 大正大学地域創生学部の学生5人による地域実習

地域連携協定を結んでいる東京都の大正大学の学生が岡垣町に滞在しました。学生たちは、まつり岡垣など町内のイベントに参加しながら、実習テーマに沿って取材し、町の自然や人に触れながら地域の魅力や課題を探りました。

17日には役場で報告会が催され、それぞれのテーマに沿って調べた町の魅力や課題を基に、町がより発展するための提案を発表しました。

かわいく、かっこよく、元気よく！

9/28 中部保育所運動会

中部保育所の園庭で運動会が行われました。当日はたくさんの方の前ということもあり、少し緊張した様子の子もたちでしたが、頑張って練習したダンスを元気よく披露しました。子どもたちが一生懸命頑張る姿に、保護者の皆さんからは大きな声援が送られました。



遊び場がパワーアップ！

元松原区が遊具を整備

元松原区がすべり台やブランコなどの遊具を整備。今回は、宝くじの社会貢献広報事業として実施しているコミュニティ助成事業（宝くじ助成金）を活用しました。この事業は宝くじの受託事業収入を財源とし、地域のコミュニティ活動の充実・強化を目的に行われています。

心身ともに健康に

8/8、9/19 運動普及推進会あいあいうみがめ主催のヨガ教室

地域で健康増進や体力の維持向上のため、健康運動の普及活動を行っている「運動普及推進会あいあいうみがめ」が、ヨガ療法士の美和子さんを講師に迎えいこいの里で催しました。参加者は日常生活にも取り入れられる呼吸法や椅子に座ってできるヨガを体験し、心身ともにリフレッシュしました。





校庭に響いた拍手と歓声

10/26 町内の小学校運動会

町内の小学校で運動会が行われました。少し肌寒い日でしたが、元気いっぱいによりーや大玉転がし、ダンス、応援合戦など多様な種目を披露し、応援に来た保護者からたくさんの拍手をもらっていました。精いっぱい頑張った子どもたちは運動会が特別な思い出になったようです。



英語教育の充実を目指して

10/15、16 安河内哲也さんが岡垣町を訪問

岡垣町のふるさと大使で、英語教育アドバイザーの安河内哲也さんが来町しました。安河内さんは町内の中学校で英語の授業を行ったほか、内浦小学校と山田小学校の英語の授業を見学。役場で行われた英語教育ワーキング会議では、英語科の先生たちと授業の目的や構成について議論を行い、授業全体を通しての講評もいただきました。町では引き続き、英語教育の充実に向けた活動に取り組んでいきます。



不動産のご相談大募集!

無料査定

家・土地のお探し

空き家の管理

リフォームのご相談

相続のご相談

お部屋探し

現金買取も致します!

株式会社岡垣地建

☎ 093-282-0033

岡垣町中央台 3-1-1

メール info@okagaki-c.com

http://www.okagaki-c.com



宅地建物取引士

三角 貴彦



海老津バスのりば横

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。



主な問い合わせ先

町役場・教育委員会・
地域包括支援センター・
こども家庭センター

☎ 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

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・ボラ
ンティアセンター

☎ 283-2940

シルバー人材センター

☎ 282-4688

健康保険証の代わりに **マイナンバーカード**の利用を

令和6年12月2日から、医療機関などを受診するときはマイナンバーカードを保険証として利用することが基本となります。なお、マイナンバーカードを保険証として利用するには、事前登録と電子証明書の暗証番号(4桁の数字)が必要です。

現在発行している国民健康保険や後期高齢者医療の保険証は、記載されている有効期限まで使用できます。

マイナンバーカードを持っていない、保険証利用登録をしていない人には発行済みの保険証の有効期限が切れる前に「資格確認書」を郵送します。

【事前登録・電子証明書の設定】

- 事前登録：次の2つの方法があります。
- ①スマートフォンでマイナポータルアプリから手続き
- ②住民環境課で手続き
- 電子証明書の暗証番号が分からないときや有効期限が切れているときは、住民環境課で再設定してください。



【メリット】

- 過去の診療情報などに基づいたより良い医療が受けられる。
- 事前申請をしなくても、高額療養費制度が適用される。



※マイナンバーカードは保険証利用のほか、コンビニでの各種証明書の取得などに使えます。持っていない人はぜひ申請してください。申請方法など詳しくは町公式ホームページをご覧ください。

※国民健康保険や後期高齢者医療保険以外の保険のことは、各保険者に問い合わせてください。

問い合わせ

- 保険証利用について=健康づくり課
- マイナンバーカードの申請や暗証番号などについて=住民環境課



万一の交通事故に備えて **交通共済**に加入しませんか

一人一人が掛金を出し合うことで、交通事故のときに共済金が給付される制度です。

対象 町内に住むか働いている人※町外に就学中の人も家族とともに申し込み可

出資金 1世帯 100円※500円になるまで、1年に100円ずつ積み立て

掛金 1口500円※3口まで加入可。ただし日割りによる減額はなし

共済期間 加入日の翌日～令和7年9月30日(火)

1口あたりの補償内容 死亡=120万円、重度障害=110万円～120万円、

7日以上通院・入院=1万7千円～20万円

申し込み 地域づくり課にある申込書と掛金などを同課に提出

問い合わせ 地域づくり課



中学生は「自分に合った高校へ」、高校生は「可能な限り希望の進路へ」

受験生はここから冬期講習 受付中

が本当の勝負です

よ〜く考える習慣を！ 志望大学の難易度はいくら高くても構いません！

小学5・6年生～トップレベルの大学受験生

1対1での解説と解答

個別指導

個々の学力レベルや志望校に合わせて教材を作成し、理解度を確認しながら、無理なく進めます。

[長時間+多量の問題+宿題]に頼らなくても、得点力の高い学力が得られることを実感してください。

成績や進路で悩んでいる高校生のみなさん、待っています！

【創立からの大学受験と進路】

国公立	北見工業・室蘭工業・東北・茨城・筑波・千葉・一橋・東京工業・横浜国立・横浜市立・防衛・名古屋・京都・大阪・岡山・広島
今春	山口・愛媛・高知・北九州市立・九州工業・福岡教育・福岡女子・九州・佐賀・長崎・大分・熊本・宮崎・鹿児島・琉球
今春	私立 東京理科・早稲田・日本・明治学院・金沢工業・同志社・立命館・関西学院・同志社女子・徳島文理・福岡・西南学院
今春	西南学院・福岡女子学院・筑紫女学園・福岡工業・九州産業・日本赤十字九州国際看護・九州栄養福祉
今春	福岡・西南学院

向陽塾 遠賀郡岡垣町東松原 2-2-18 TEL/FAX 093-283-3880

詳しい内容はホームページをご覧ください。 <https://www.koyojuku.com>

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。

※掲載している情報は広報発行時点での情報です。
各イベントが開催されるかどうか分からないときは、担当課または主催者に問い合わせてください。

広報おかがき 2024.12



お知らせ

Information

- 投票できる人には、12月13日(金)以降に入場券を発送します。
- 同じ世帯の人でも、同じ日に届かないことがあります。
- 住民基本台帳にある住所に届き

投票所入場券

平成18年12月23日までに生まれ、令和6年9月16日以前から引き続き岡垣町の住民基本台帳に記載されている人
 ※町外に転出したときは、転出日(転出予定日)から投票できません。

投票できる人

町の未来を決める大切な選挙です

岡垣町長選挙

投票日 12月22日 日

午前7時～午後8時



問い合わせ 岡垣町選挙管理委員会 (住民環境課)

候補者の氏名や経歴、政見などを載せた選挙公報を、12月19日(木)以降に各世帯へ配布します。また、役場や中央・東部・西部公民館、情報プラザ人の駅に設置するほか、町公式ホームページにも掲載します。
 ※選挙公報は告示日(12月17日(火))以降に作成されるため、届くまでに日数がかかります。

選挙公報

対象 投票日に予定がある人
 と き 12月18日(水)～21日(土)午前8時30分～午後8時
 ところ 役場新館1階ロビー
 持ってくるもの 投票所入場券
 ※裏面の宣誓書に必要事項を事前に記入してください。
 ※届いていない人は、運転免許証など本人確認ができるものを持って来てください。

期日前投票

入場券が届かない、またはなくした人は、運転免許証など本人確認ができるものを持って、投票所の係員に申し出てください。
 ●投票日当日は、入場券に書かれている投票所ではなく投票できません。
 ●点字用入場券を希望する人は、選挙管理委員会に問い合わせてください。

不在者投票

●投票日および期日前投票期間中に岡垣町にいない人は、事前に不在者投票用紙を請求してください。
 ※郵送での手続きとなるため、早めに請求してください。
 ●指定病院や施設などに入院・入所している人は、その施設内で不在者投票ができることがあります。施設の担当者に申し出てください。

代理投票・点字投票

けがなどで字を書けない人は、投票所の係員が代筆する代理投票ができます。また、視覚障がいのある人は点字投票ができます。投票所の係員に申し出てください。

郵便投票

障がいのある人など、郵便投票の対象に当てはまる人は、事前に岡垣町選挙管理委員会から「郵便等投票証明書」の交付を受けてください。対象など詳しくは町公式ホームページを見てください。
 ※手続きに日数がかかるため、早めにお問い合わせください。



YOSHIMURA ORTHOPEDICS CLINIC

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

吉村整形外科クリニック

院長: 吉村 洋一

京大医学部卒業 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 日本医師会認定産業医

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
- 装具治療
- リハビリ
- 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
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:30~18:00	○	○	○	○	○	○

休診: 水曜・土曜午後、日曜、祝日 駐車場20台完備 院内バリアフリー

●西鉄「海老津台入口」バス停すぐ ●岡垣町役場から車で約1分

☎093-282-2500 <http://yoshimura-ortho-clinic.com/>

〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間2丁目7-5

理療療法士・看護師 医療事務(常勤・パート) 経験の有無に関わらず、様々な年齢の方々が活躍している職場です。
 ※詳しくは右記までお問い合わせください。

新年度募集

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。



事前に確認してください

年末・年始の医療・公共サービス

内科・小児科

診察時間

- 12月31日(火)、令和7年1月2日(水)、3日(金) = 午前9時～正午、午後1時～5時
- 令和7年1月1日(水・祝) = 正午～午後5時

※受け付けは診療終了時間の30分前まで。
小児科は事前に要問い合わせ

ところ 遠賀中間休日急病センター
電話番号 282-9919

【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 福岡県救急医療情報センター
電話番号 #7119 または 092-471-0099
問い合わせ 健康づくり課

歯科

診療日	ところ	電話番号
12月29日(日)	柴田歯科医院(遠賀町)	293-6851
12月30日(月)	ひだか歯科医院(水巻町)	201-5200
12月31日(火)	沖永歯科医院(水巻町)	201-0772
1月1日(水・祝)	若松歯科医院(芦屋町)	222-3333
1月2日(木)	ももぞの歯科クリニック(中間市)	246-2070
1月3日(金)	三阪歯科医院(中間市)	244-0315

診療時間 全て午前10時～午後5時※事前に要問い合わせ
問い合わせ 健康づくり課

ごみ収集の休み ※下記以外の日程は通常通り収集します。

収集を休む日	種類	振替日
1月1日(水・祝)	燃えるごみ	なし
	ビン・カン	なし
	粗大ごみ	1月8日(水)
1月2日(木)	燃えないごみ	1月9日(木)
	ビン・カン	なし
	粗大ごみ	1月9日(木)
1月3日(金)	燃えるごみ	なし

遠賀・中間リレーセンターへの自己搬入の休み
12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

粗大ごみ受付センターの休み
12月28日(土)～令和7年1月3日(金) **問い合わせ** 住民環境課

収集を休む日
12月28日(土)～令和7年1月5日(日)

※12月28日(土)より前に臨時収集を希望する人は、12月20日(金)までに収集業者(環整 ☎ 223-0402)に申し込んでください。
問い合わせ 住民環境課



バス・乗合タクシーの運休
12月31日(火)～令和7年1月3日(金)
※西鉄バスのダイヤは、西鉄バスのホームページをご覧ください。
※乗合タクシーの電話受け付けは12月27日(金)までです。
問い合わせ 都市建設課



岡垣第一幼稚園

TEL 093-282-0235

http://www.okagaki-daiichi.com
Instagram: okagakidai

♡ **令和7年度入園願書受け付け中** ♡

いつでも見学OKです！入園案内いたします！

対象：H31.4.2～R5.4.1

詳しくは、幼稚園までご連絡下さい！

☆ **新入園児用品販売** ☆

日時 **12月7日(土)**

10:00～11:30*

※詳しくは、お手紙いたします。





幼稚園へ「しゃーぽんぽん」さん来たよ!!

岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



お知らせ

Information

令和7年4月からの入所を希望する人は
忘れずに申し込みを

学童保育所の 入所を受け付けます



学童保育所の入所申請書の配布と受け付け
を次のとおり行います。

と き 12月6日(金)～令和7年2月14日(金)
ところ

●学童保育所

平日＝午後1時30分～5時30分
土曜日＝午前8時30分～午後5時30分

●事務局(山田第三学童保育所内)

平日＝午前9時30分～午後5時30分
※申請書などは町公式ホームページにもあります。

問い合わせ NPO法人こども未来おかがき

☎283-0340

岡垣町子育て世帯生活応援電子クーポン

使用期限は **12/31** (火) まで

期限を過ぎた電子クーポンは使えな
くなるほか、現金などへの交換もでき
ないため、注意してください。詳しくは、
町公式ホームページを見てください。



【郵便で電子クーポンを受け取れなかった人】

12月27日(金)までにこども未来課へ受け取
りに来てください。

※12月27日(金)までに受け取りに来られない場合
は、受け取りを辞退したものとみなします。

持ってくるもの

- 本人確認書類(運転免許証など)
- 委任状(世帯主以外の方が受け取る場合の
み必要です)

受け取り窓口・問い合わせ こども未来課

あなたのチカラを
生かしませんか

保育士や幼稚園教諭を募集中の施設を紹介します

右の表のとおり保育士や幼稚園教諭を募
集している施設を紹介します。各施設の情
報は、町公式ホームページでも確認できます。

問い合わせ 各施設



施設名	所在地	問い合わせ
岡垣ほしのほいくえん	東松原 1-3-1	282-0073
おとぎのいえ保育園	東松原 1-6-16	283-1110
キッズルーム岡垣	海老津駅前13-3(2階)	
サンライズキッズ保育園岡垣園	大字高倉 1086	050-5807-2404
ひよこ保育園	中央台 3-22-1	092-436-6170
認定こども園岡垣中央幼稚園	吉木西 1-1-15	282-0247
社会福祉法人つつみ会 なかよし保育園	鍋田 2-1-3	092-263-8040
岡垣第一幼稚園	東松原 1-15-2	282-0235

町内で働く保育士や幼稚
園教諭への奨学金返還支
援はコチラ



古い戸籍から家系図を作成いたします

～ 一人ひとりにルーツがあります ～

戸籍の保存期間経過の前に 家系の記録を残す為に ご両親への贈り物に

ご先祖供養(お墓参り)の為に ご自身の楽しみ(大人の自由研究)の一步に

詳細は「家系図の窓口」まで ☎ 093-642-6033 北九州市八幡西区岡田町

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。



12月のし尿収集

大型車	12月	小型車
波津、内浦、手野、新松原	2日	東黒山、糠塚
三吉、三吉団地、吉木、元松原、西黒山、東黒山	3日	
月2回A(波津、手野、三吉、三吉団地、吉木、高倉、東黒山、西黒山、糠塚、戸切、戸切百合野)	4日	
月2回B(西山田、山田、山田峠、高倉、上高倉、海老津、上畑、戸切、野間)	5日	月2回(吉木、高倉、元松原、百合ヶ丘、海老津、上海老津、戸切、戸切百合野、戸切百合野、東山田、西黒山)
野間、海老津、新海老津、吉木	6日	
新海老津、東海老津、海老津、百合ヶ丘、高陽、東高陽、東松原、鍋田、戸切白谷、戸切、戸切百合野	9日	湯川、原、波津、内浦、手野、元松原、高塚、吉木
高倉、高塚、吉木、塚原、野間、緑ヶ丘	10日	
戸切、戸切百合野	11日	上畑、上高倉、西黒山、東黒山
	12日	海老津、新海老津、東山田、西山田、南山田、山田、野間、山田峠、東松原、吉木、新松原、茅原
糠塚、東黒山、高倉、上高倉、西山田	13日	戸切白谷、戸切、戸切百合野
海老津、上畑	16日	
月2回A(波津、手野、三吉、三吉団地、吉木、高倉、東黒山、西黒山、糠塚、戸切、戸切百合野)	18日	手野、三吉、高倉
月2回B(西山田、山田、山田峠、高倉、上高倉、海老津、上畑、戸切、野間)	19日	月2回(吉木、高倉、元松原、百合ヶ丘、海老津、上海老津、戸切、戸切百合野、戸切百合野、東山田、西黒山)

問い合わせ 住民環境課

10月採用 役場の新規採用職員を紹介します

よろしくお願ひします

問い合わせ 企画政策室



いそべ ひとみ
磯邊 瞳 (健康づくり課)

大好きな岡垣町で働けることをうれしく思います。管理栄養士の知識を生かし、町民の皆さまをサポートできるように頑張ります。

混ぜれば ごみ・分ければ 資源

—分別して、ごみを減らしましょう—

- ごみは種類ごとに分別。
- 生ごみは水分を切る。
- 地域の資源物回収を利用する。
- 生ごみを堆肥化する機材を利用する。※補助金あり

問い合わせ 住民環境課



みんなでまちを元気に!まちづくりのアイデアを募集

令和7年度の提案公募型地域活性化事業「協働のまちづくり部門」の提案を募集中!「まちの未来計画(第6次総合計画)」の5つの基本目標を実現するための取り組みに必要な費用を支援します。

【5つの基本目標】

- 自然を守り、活かし交流を生むまち
- 地域資源を活かし発展するまち
- 人・つながりが育つまち

- 誰もが元気で自分らしく暮らせるまち
 - 安全・快適に暮らせる持続可能なまち
- 対象** ボランティア団体やNPO法人など、10人以上で構成している団体が行う事業費 10万円以上のもの
補助額 補助対象経費の3分の2以内※上限あり
申し込み・問い合わせ 12月16日(月)までに地域づくり課または町公式ホームページにある申込書を同課に提出



宗像いきまるクリニック 内科・糖尿病内科・皮膚科

岡垣から**当院**まで約 **13分**

(3号線から自由ヶ丘方面) 宗像市自由ヶ丘9丁目1-1

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00-13:00 (最終受付 12:30)	●	●	●	●	●	●
14:30-17:00 (最終受付 16:30)	●	●	●	●	●	●※

■皮膚科は平日午前のみ ■予約優先制 (HPよりご予約ください)
 ※土曜日は16:00(最終受付15:30)まで

日本糖尿病学会認定 **糖尿病専門医** 院長 塚本真大

日本皮膚科学会認定 **皮膚科専門医** 副院長 塚本華倫

美容皮膚科 シミ・しわ・たるみ・ニキビ・IPL・医療脱毛・ドクターズコスメあり



岡垣町広告掲載要綱に基づき掲載しています。



連載 消費者トラブルQ&A

このコーナーでは、実際に起きている消費者トラブルなどをQ&A形式で紹介します。消費者トラブルは決して他人事ではありません。おかしいと思ったときは、周りの人や消費生活相談窓口にご相談してください。

Q. 訪問してきた事業者に家や設備の点検をされ、「すぐに修理が必要」などと、しつこく契約をせまられます。どうすればいいのでしょうか？



A. 工事の契約は、必ず複数の事業者に見積もりを依頼し、慎重に判断しましょう！

事業者が、突然自宅に訪問したり電話をかけてきたりして、「家の修理や設備の交換がすぐに必要」などと不安をあおり契約させることを「点検商法」といいます。

最近では、家の屋根の修理や給湯器の交換に関する点検商法の相談が全国的に増加しています。

しつこく勧誘されても慌てて契約せず、複数の事業者に見積もりを依頼し、慎重に判断しましょう。

なお、訪問販売や電話勧誘販売で契約した場合、契約書面を受け取った日から8日間はクーリング・オフできます。おかしいと思ったらすぐに特定記録郵便などの記録が残る形でクーリング・オフの手続きをしましょう。

【ポイント】

- 工事の勧誘を受けたときは、その場で契約しない。
- しつこく勧誘されたときは、きっぱり断る。

消費生活相談員による相談

● 窓口：月・水・金曜日 午前10時～午後5時

● 電話：火・木曜日 午前10時～午後5時

※ 祝日、年末年始を除く

※ 土日祝日の相談は消費者ホットライン ☎ 188へ

問い合わせ 地域づくり課

12月3日～9日は障害者週間です 障がいへの理解を深めよう

皆さんが障がいや障がいのある人への関心と理解を深めるきっかけとなるように、次のとおり啓発活動を行います。

障がいのある人もない人も、ともに暮らしやすいまちをつくりましょう。

【街頭啓発】

とき 12月3日(火)午後5時から

ところ 町内の大型商業施設、JR海老津駅

【啓発展示】

障がい者支援団体の活動を紹介するほか、施設利用者の作品を展示します。

とき 12月2日(月)～13日(金)

ところ 情報プラザ人の駅

問い合わせ 福祉課



地下水・太陽光発電の条例 に基づく届出書の提出はお早めに！

町が新たに制定した「地下水の保全に関する条例」と「太陽光発電事業と地域環境との調和に関する条例」で、一定規模以上の井戸や太陽光発電設備を設置する人は町に届出書の提出が必要になりました。令和6年6月30日時点で対象に当てはまる場合は、12月27日(金)までに届出書を提出してください。

※詳しくは、町公式ホームページを見てください。



◀ 地下水の保全に関する条例



◀ 太陽光発電事業と地域環境との調和に関する条例

問い合わせ 住民環境課



匠の技
永住仕様

極・爽快家
株式会社
匠永工務店
— SHOEI —

☆匠永(しょうえい)のイチ推し☆



NO4



準耐火構造で火災保険が安く！
『アップルゲートセルロース断熱』

パルプ(紙)が原料で再利用もできるエコ建材。
隙間なく吹付けるので断熱はもちろん、防音にも◎
セルロース断熱についてブログに掲載しております。
ぜひQRコードよりご一読ください！

まずは、お気軽にご相談下さい！

福津市八並1389-1

☎ 0940-72-4742

住活協リフォーム

住活リフォーム
株式会社
住居環境課
国土交通省登録

info@shoei-kt.com

ブログ



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。



令和6年1月1日以降に結婚した・結婚する皆さんへ

住宅の購入費や家賃、引越費用などを補助します

対象 町が指定する条件に当てはまる世帯

- 婚姻届を提出した時点で夫婦の年齢がいずれも39歳以下
- 令和6年1月1日以降に婚姻届を提出し、町内に住んでいる
- 夫婦の合計所得が500万円未満 など

補助上限額 婚姻日時点の年齢が夫婦ともに

- 29歳以下=60万円 ●39歳以下=30万円

補助の対象経費 住宅購入費やリフォーム費、引越費用、家賃など

申し込み・問い合わせ 令和7年2月28日(金)までにこども未来課



例：Aさん夫婦の場合（年齢39歳以下）

- | | |
|-------------|---------|
| ①引越費用 4万円 | ⑤実質家賃負担 |
| ②敷金・礼金 10万円 | ③-④ |
| ③家賃 月5万円 | 月4万円 |
| ④住居手当 月1万円 | |
| ◆町から支払われる金額 | |

$$①+②+(⑤ \times 4 \text{カ月}) = 30 \text{万円}$$

補助額が上限に達するまで月数を加算

町の大切な財産をみんなで守ろう 「松葉かき」で三里松原を元気に

三里松原の松葉かきを行います。地面に積もった松葉やコケなどを取り除いて、松が育ちやすい環境を整えましょう。

とき 12月8日(日)午前9時から※少雨決行

ところ 三里松原内黒山浜

問い合わせ 三里松原防風保安林保全対策協議会（農林水産課）



町では、育児に不安を抱えている人を支えるために産後ケア事業を実施しています。皆さんがより事業を利用しやすくなるように、10月から課税世帯の利用者負担額を軽減しました。産後ケア事業の利用方



産後ケア事業が利用しやすくなりました

- 公民館Ⅱ中央公民館
- 公民館Ⅱ東部公民館
- 体育施設、小中学校運動場・体育館Ⅱ中央公民館

問い合わせ

※現在の定期利用団体には、11月末までに申込書を送ります。

申し込み 12月13日(金)までに中央・東部・西部公民館にある申込書をいずれかに提出

令和7年度からの体育施設と公民館の定期利用団体登録を受け付けます。利用できる団体など詳しくは、中央・東部・西部公民館または町公式ホームページにある案内を見てください。



町立体育施設などの定期利用団体は登録を

お知らせ

提出先 勤務地の県保健福祉(環境)事務所または保健所

期限 1月15日(水)

問い合わせ 県医療指導課

●保健師・助産師・看護師・准看護師Ⅱ ☎092-643-3276

●歯科衛生士・歯科技士Ⅱ ☎092-643-3274

対象 12月31日(火)時点で、保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技士のいずれかの免許を持ち、これらの免許が必要な仕事をしている人

看護師などの業務従事者届の提出をお忘れなく

問い合わせ 県がん感染症疾病対策課 ☎092-643-3267

対象 原爆被爆者2世の人

とき 2月28日(金)までの午前8時20分～正午※土日祝日、年末年始を除く

ところ 遠賀中間医師会おかがき病院※そのほかの実施医療機関は問い合わせてください。

申し込み 遠賀中間医師会おかがき病院 ☎282-2777

問い合わせ 県がん感染症疾病対策課 ☎092-643-3267

無料健康診断

法など、詳しくは町公式ホームページを見てください。

申し込み・問い合わせ こども家庭センター

原爆被爆者2世の人のための無料健康診断





募集

県営住宅の入居者を募集します

対象 収入が低いなどの理由で住宅に困っている人
申し込み 11月27日(水)～12月12日(木)に役場総合案内、都市建設課、情報プラザ人の駅にある申込書を福岡県住宅供給公社に郵送
お問い合わせ 福岡県住宅供給公社
092-781-8029

町営住宅の入居者を募集します

対象など詳しくは町公式ホームページを見てください。
内容 龍王団地2戸※単身入居はできません。
申し込み 12月27日(金)
までに役場総合案内、都市建設課、情報プラザ人の駅にある申込書を都市建設課に提出
問い合わせ 都市建設課

講座

椅子に座って楽しむ健康教室に参加しませんか

【出前楽らく健康教室】
とき・ところ

- 東部公民館 11月7日～28日の火曜日
●中央公民館 11月9日(木)・23日(木)

開始時間 第一部は午前9時30分、第二部は午前11時
申し込み
●東部公民館 12月4日(水)から岡垣町社会福祉協議会(電話または窓口)
●中央公民館 申し込み不要
【ヨロガ健康教室】
とき・ところ

●西部公民館 1月10日(金)
●いこいの里 1月24日(金)・31日(金)
時間 午後1時30分～2時30分
申し込み 不要

【ともに】

対象 町内に住む60歳以上の入居者
費用 無料
問い合わせ 長寿あんしん課

情報プラザ人の駅のパソコン講座

【仕事に役立つパワーポイントビジネス活用①】
とき 1月16日～2月6日の木曜日(全4回)午後6時30分～8時30分
申し込み 12月28日(土)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同所に提出または電話

【ゆっくり学べるエクセル講座②】
とき 1月20日～3月17日の月曜日(全8回)午前10時～正午※

休日を除く
申し込み 1月6日(月)
までに情報プラザ人の駅にある申込書を同所に提出

【ともに】

その他 内容や費用など、詳しくは情報プラザ人の駅ホームページを見てください。
問い合わせ 情報プラザ人の駅

ITボランティアのパソコン講座

【ワード初心者講座】
とき 1月10日～31日の金曜日(全4回)
午前9時30分～正午
定員 20人※超えるときは抽選

【スポーツ講座(エクセル)】

とき 1月6日～20日の月曜日(全3回)午前9時30分～正午
定員 10人※超えるときは抽選

【ともに】

ところ 情報プラザ人の駅
費用 500円※教材費

申し込み 12月24日(火)までに情報プラザ人の駅にある申込書を同所に提出
問い合わせ ITボランティア岡垣 090-5730-3871(午前9時～午後5時)

催し

情報プラザ人の駅イベント

【新春にぎわい寄席】

とき 1月19日(日)午後1時～3時30分(予定)
費用 無料

定員 先着50人※要予約
出演 東福亭扇香さん、艶家古良夜さん、目留変亭えくぼさんほか(予定)
申し込み 12月2日(月)から情報プラザ人の駅(電話または窓口)
【プラン工作】
お花の小物を作りましょう。
とき 12月8日(日)午後1時～3時
※受け付けは午後0時50分から
費用 300円※教材費
定員 15人※申し込み不要

【ともに】

対象 誰でも可※小学校低学年以下は要保護者同伴
ところ 情報プラザ人の駅
問い合わせ 情報プラザ人の駅

冬の恋活パーティーが開催されます

対象 25歳から39歳までの独身の人で、遠賀郡に在住・在勤しているまたは遠賀郡に興味のある人
とき 12月22日(日)午後1時50分～4時40分
ところ おんがみらいテラス(遠賀町)
費用 2500円
定員 男女各10人
申し込み 12月11日(水)までにホームページ内の応募フォームに必要事項を入力(イベント番号2050)
問い合わせ 福岡県出会い・結婚応援事務局 092-733-8202





連載 全12回

血圧管理で安心生活！

問い合わせ 健康づくり課

第4回

～寒い季節の血圧管理～

寒いところでは、全身の血管が縮こまるため、冬場は夏場より血圧が上がりがやすくなります。また、冬場は運動不足になりがちで、忘年会や新年会など会食の機会が増え、体重が増えることも血圧が上がる要因になります。今回は、寒い季節の血圧との上手な付き合い方を紹介します。

冬!の塩分注意報

冬はおでんや鍋物など塩分を多く含む食事が増える上に寒くて汗をかかないため、汗から余分な塩分が排出されず体内にたまりやすくなります。人間の体内の塩分濃度は約0.8%で保たれるため、塩分を取りすぎると体が余分な塩分を排出しようと水分を取ることで血液量が増え、血圧上昇につながります。

※県では、1日の食塩摂取量の目標値を7.0gまでと定めています。日ごろからこの目標を達成することを心がけましょう。

※出典：福岡県健康増進計画（2024年3月策定）

【食品に含まれる食塩の目安】

- おでんの具
 - ・さつま揚げ 1.1g
 - ・味しみこんにゃく 0.8g
 - ・味しみ大根 0.4g
- ちゃんこ鍋(1人分) 4.0g
- シチュー(一皿) 2.1g

【吉田副院長のここが大事!!】

- ①おでんや鍋物は、汁に含まれる塩分に注意!汁をなるべく飲まないよう心がけましょう。
- ②汁物を食べる回数を減らしましょう。
- ③酸味や香り、香辛料を料理に活用しましょう。塩分を控えてもおいしく食べられますよ!

冬!場に多発!ヒートショックにご用心!

ヒートショックは、暖かい部屋から寒い部屋への移動など、急激な温度の変化により血圧が大きく変動することをきっかけにして起こります。11月から2月ごろまでにかけての寒い季節は、入浴中に気を失い、浴槽の中でおぼれる事故が多いため、特に高齢者は注意しましょう。

ページ
トップ

【吉田副院長のここが大事!!】

- ①食後すぐの入浴や、飲酒後の入浴は避けましょう。
- ②入浴前に脱衣所や浴室を暖かくしましょう。
- ③入浴の前に同居者に一声かけましょう。
- ④かけ湯(足→お腹→胸の順)をしましょう。
- ⑤湯の温度は41℃以下、浸かる時間は10分以内を目安にしましょう。
- ⑥浴槽からゆっくり立ち上がりましょう。
- ⑦入浴前後に水分補給をしましょう。



費用無料!健康づくり講演会

血圧管理で安心生活!～薬を使わず血圧を下げるコツとは?

とき 12月19日(木)午後2時～3時30分

ところ いこいの里

申し込み・問い合わせ 12月11日(水)までに健康づくり課(電話または申し込みフォーム)

▲詳しくは
コチラ▲申し込み
フォーム

講師

遠賀中間医師会おんが病院

副院長 吉田 哲郎先生



進めよう! 岡垣町の健康づくり 10 カ条

第 6 条 過度なお酒の摂取は控え、休肝日をつくろう

問い合わせ 健康づくり課

【20 歳未満】 20 歳未満の飲酒は法律で禁止されています。飲酒は絶対にやめましょう。

【20 歳以上】 次のことを守りましょう。

- ① 妊娠中は禁酒する
- ② 自分の体質などを把握する
- ③ 量を決めて飲酒する
- ④ 飲酒前・飲酒中に食事を取る
- ⑤ 飲酒の合間に水を飲む
- ⑥ 飲まない日を設ける



■ 節度ある適度な飲酒量 (純アルコール約 20g) の目安

種類・量	ビール	ワイン	日本酒	焼酎	ウイスキー ブランデー
	500ml 中瓶 1 本	200ml グラス 2 杯	180ml 1 合弱	110ml 0.6 合	60ml ダブル 1 杯
アルコール濃度	5%	12%	15%	25%	43%

※この量の飲酒を推奨するものではありません。

個別がん健診、受けましたか？

問い合わせ 健康づくり課

受診期限が近くなると予約できない場合がありますので、早めに申し込みましょう。健診の詳細内容は、広報おかがき 7 月号または町公式ホームページをご覧ください。

種 類 胃がん (胃内視鏡)、肺がん、大腸がん、子宮がん、乳がん、前立腺がん

期 間 令和 7 年 3 月 31 日 (月) まで ※胃がん検診は令和 7 年 2 月 28 日 (金) まで

申し込み 令和 7 年 2 月 28 日 (金) までに健康づくり課 (電話または申し込みフォーム)。
申込確認票などが届いたら医療機関に電話で予約。



申し込み
フォーム



▲胃がん



▲胃がん以外

新型コロナウイルス感染症定期予防接種

高齢者は、次の医療機関で接種できます。※要予約

医療機関名	電話番号
いまづ内科消化器科クリニック	283-0099
占部胃腸科内科医院	282-0127
遠賀中間医師会おかがき病院	282-0181
公園通りクリニック	282-0224
柴山クリニック	282-0091
白石龍クリニック	283-0101
田中ひろし小児内科医院	283-1640
ふじた医院	283-3211
やまがたクリニック	281-5152
吉村整形外科クリニック	282-2500



▲詳しくは
コチラ

お口から取り組む健康づくり

歯科保健講座 を催しました



なかむら歯科クリニックの中村院長と福岡県歯科衛生士会の於保歯科衛生士を講師に迎え、いこいの里で催しました。講演では、歯周病が肺炎や糖尿病など全身に影響することや、予防のためには定期健診を受けることが大切であることなどを紹介。参加者は、元気な歯と口を維持するための体操やマッサージなどを真剣に取り組んでいました。



ヘルシー クッキング

No. 389 ~魚を食べよう~

さわらの炊き込みご飯

4 人分の材料

- 米 2 合 ●だし汁 400cc ●さわら 2 切れ (150g) ●枝豆 (さや無し) 100g ●ニンジン 70g ●ゴボウ 100g ●ショウガ 20g ●小ネギ 適量 ●塩 小さじ 1/4
- A: ●しょうゆ 大さじ 2/3 ●みりん 大さじ 2/3 ●酒 大さじ 2/3



1 人分の主な栄養価

エネルギー 393kcal、たんぱく質 16.2g、食塩相当量 1.0g

作り方

- ①米を研ぎ、ザルにあげて 30 分置く。
- ②さわらに塩を振り 5 分程置き、キッチンペーパーで水気を取る。
- ③ニンジンは細切り、ゴボウはささがき、ショウガは千切り、小ネギは小口切りにする。
- ④炊飯器に米、だし汁、A を入れて軽く混ぜ、さわら、枝豆、ニンジン、ゴボウ、ショウガを加えて炊いたら、さわらの皮と骨を除いて大きめにほぐし、全体を混ぜ合わせる。
- ⑤器に盛り、小ネギを散らす。

※さわらのうまみで薄味でもおいしく食べられます。

監修 岡垣町食生活改善推進会 (ヘルスメイトの会)



Hello! Baby·kids

12月生まれ

2月生まれの子どもを募集中

●対象 町内に住み、2月で1歳～3歳になる子ども
 ●申し込み 12月10日(火)までに投稿する写真(無加工のもの)・住所・親子の氏名(ふりがな)・子の生年月日・電話番号・子どもへのコメント(22文字以内)・広報おかがきへの意見をおかがきPR課に窓口、郵送またはメール(koho2@town.okagaki.lg.jp)で提出



麻生(あま)くらちゃん(3歳)
 令和3年12月10日生まれ
 いつもニコニコ可愛い
 さっちゃん大好きだよ♡

小早川(こばやかわ)天(た)怜(れん)ちゃん(1歳)
 令和5年12月14日生まれ
 ニニコ癒やしの天怜ちゃん♡
 1歳おめでとう！



江口(えぐち)明来(あこ)ちゃん(2歳)
 令和4年12月20日生まれ
 我が家の元気印☆可愛くて
 面白い明来が大好き！



小川(おがわ)玄(げん)ちゃん(3歳)
 令和3年12月20日生まれ
 お誕生日おめでとう！
 大大大好きだよ！！

東美玖(ひがしむく)ちゃん(1歳)
 令和5年12月22日生まれ
 いつもニコニコな美玖ちゃん♡
 元気いっぱい大きくなあれ😊



橋本(はしもと)璃子(りこ)ちゃん(1歳)
 令和5年12月27日生まれ
 これからも周りのみんなを
 トリコにしてね！



短歌・俳句・川柳

【一般の作品】

ありんこやページ歩いて旅をする
 中村行雄
 足もとに風が告げ来つ庭の秋
 山村英之
 体重無差別国技の見せどころ
 恵家健生
 配られたビールの缶に俳句あり
 友と語りて祝敬老
 井上アヤノ
 【岡垣川柳会】
 旨いこと担がれましたこの役目
 藤原一子
 いなか道乗り合いバスに笑い声
 山田眞理子
 ヤバイ話乗って一生台無しに
 坂本堂
 記憶してメモも取らずにすぐ忘れ
 有吉俊幸
 【青嶺岡垣俳句会】
 再びの能登の無情や鴨猛る
 平村久恵
 宮居へと色なき風の橙のぼる
 生野八代子
 園児らの声のときなみ飛蝗とぶ
 青竹町子
 旅先の眠りは浅し蚯蚓鳴く
 田代輔八
 【サンリーアイ俳句会】
 秋に入る真綿の如き雲流る
 沼田捷子
 石仏は城の礎つくつくし
 赤田由美子
 島に待つ御座船二隻みあれ祭
 深田英子
 遠く来て丹後宮津の黒揚羽
 カ丸ツヤ子

【青葉短歌会】

一日中己の立てる音以外
 聞くことは無し独りの暮らし
 山口茂
 ある日ふと脳裏をかすめることありて
 過ぎにし過去をあたためてみる
 早川京子
 カラコロと赤い鼻緒の下駄を履き
 ゲルダさんちのゴミ受け取りに
 新川正恵
 妹も弟も居ぬ我は五女
 兄の様なる夫の居し日々
 石松清美
 【岡垣短歌教室(榎村隆雄)選】
 此処十日蟬の声なく増す暑さ
 立秋なれどアカネも飛ばぬ
 藤原一子
 能登地震関連死にてその数が
 増えゆく事には心が辛い
 白武眞理子
 米が無いと娘からのメール生活苦かと
 心配したらスーパーに無いと
 黒瀬里美
 畔に立つ驚の姿に惹かれたり
 一幅の絵画を見ているようで
 石田眞知子

募集

町民ふれあい広場では、お知らせ、サークルなどの紹介、イラスト・写真、俳句・短歌・川柳などを募集します。※営利・政治・宗教に関するものなど、掲載できないものもあります。申し込み 2月号は12月10日(火)までに住所・氏名・電話番号・原稿などをおかがきPR課に窓口、郵送またはメール(koho2@town.okagaki.lg.jp)で提出※応募多数のときは抽選

※町民ふれあい広場に掲載するイベントの告知や募集期間など期日をお知らせする情報は、広報発行日の10日以降に実施されるものに限りますので注意してください。

※掲載している情報は広報発行時点での情報です。各イベントが開催されるかどうか分からないときは、担当課または主催者に問い合わせてください。



まさき ひろこ あかほし やすえ
眞崎 弘子さん(左)・**赤星 康恵**さん(右)

学校のある日は「海老津小学校前」の交差点で毎朝1時間ほど交通ボランティアをしている。子どもたちが安全に横断歩道を渡るよう、車の動きに注意し、日々の「当たり前」の通学を支えている。今の活動を始めて、眞崎さんが今年で20年目、赤星さんが今年で18年目になる。

住人十色のコーナーでは、趣味やスポーツなど、何かを頑張っている人や挑戦している人を紹介しています。ぜひ、あなたの周りにいる輝いている人を教えてください。※いただいた情報が必ず掲載されるわけではありませんので、ご了承ください。

問い合わせ おかがきPR課

町の輝いている人や元気な人を紹介します

住人十色 第94回

「安全」をこれからもずっと

Q この場所で交通ボランティアを始めたきっかけは？

A 眞崎さん もともと、別の場所で交通ボランティアをしていたとき、子どもに付き添って今の活動をしている交差点に行ったのがきっかけです。交通量や通学する子どもが多いのに校長先生1人しか立っていなかったのを見て協力するような形で始めました。

赤星さん 眞崎さんが交差点で交通ボランティアを始めたと聞いて、私も一緒に活動したいと思い始めました。

Q 交通ボランティアの活動の魅力ややりがいを見せてください。

A 眞崎さん 子どもたちと楽しく話せることです。赤星さんとの何気ない会話も楽しみの一つです。活動しているときに、子どもから「ありがとう」と言われるとうれしい気持ちになるとともにやりがいを感じます。

赤星さん 毎日たくさんの子どもの会えるのがうれしいです。眞崎さんと話すことも楽しいですし、朝起きる習慣が身に付いて、生活リズムが整うことも魅力の一つです。また、子どもたちが当たり前のように無事通学できることがやりがいになっています。

Q どのようなことを心がけていますか。

A 眞崎さん 車の動きには特に注意しながら活動しています。また、常に笑顔で子どもたちと接するように心がけています。

赤星さん 信号だけを見て横断歩道を渡るのではなく、周りの車にも注意しながら渡ってほしいということを子どもたちに伝えています。

Q 今後の目標は？

A 眞崎さん・赤星さん お互い健康に気を付けながら、二人三脚でこの活動をずっと続けていきたいです。



内科・人工透析・皮膚科

ワクチン接種
受付中

インフルエンザ
新型コロナウイルス

☎ **お気軽にお問い合わせください** ☎

皮膚科診療 毎週木曜日

※山縣院長(内科)の診察も通常通り行っています。

腎臓・一般内科診療 毎週土曜日

※腎臓内科専門医による診察となります。

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
7:45 ~ 13:30	人工透析					
9:00 ~ 12:30	○	○	○	13:30まで	○	○
13:30 ~ 17:00	○	○	○	○	○	○

※新患受付は診療終了時間の30分前までとなります
 ※日祝休診(急患はこれに限らず)
 ※毎週木曜日は皮膚科診療 ※毎週土曜日は腎臓内科診療

医療法人 恵結会
やまがたクリニック
 理事長 山縣 淳
☎ 093-281-5152 遠賀郡岡垣町公園通り 3-1-31

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。



観光 *sightseeing* のススメ

問い合わせ 岡垣町観光協会
☎ 281-5050

岡垣町観光協会の おススメ Best 3!



第1位 海辺のサイクリング

潮風を感じながら走る大人気のサイクリングロード!岡垣町観光協会では、自転車の貸し出しを行っていて、自転車を持っていない人でも楽しめます。

また、フルーツ狩りとスイーツ作りを楽しめる「フルーツライド」も季節ごとに開催しています♪



第2位 ほろ酔いバスツアー

毎回満席!ワイン・クラフトビール・日本酒の3つの酒蔵巡りとおいしいランチがセットになったバスツアーです♪



第3位 HELLO ! SUP・SURFING&LUNCH



インストラクターの指導付きのサーフィン・サップ体験とランチがセットで楽しめます!※4~10月のみ

詳しい情報はコチラ▶



★岡垣町観光協会会員募集中! 希望する人・団体は、岡垣町観光協会にお問い合わせください。

ボランティア のススメ

問い合わせ 岡垣町ボランティアセンター
☎ 283-2940

岡垣町ボランティア登録団体活動紹介

いこいの里

レクダンス同好会

「いこいの里レクダンス同好会」は、健康の増進や人との交流を目的に、さまざまな年代の人がいろいろなジャンルの曲に合わせて楽しく踊るレクリエーションダンスを町内の施設やサロン、イベントなどで披露するグループです。

9月13日には、福祉施設の敬老会に参加し利用者の皆さんと交流を楽しみました。

一緒に楽しく活動する会員を随時募集しています。また、活動の依頼もお待ちしています。



文化 のススメ

問い合わせ 岡垣町文化協会事務局(御領園)
☎ 080-6419-7318

文化協会団体紹介

歌謡クラブ 絆

音楽と詩を合体させて表現した「歌」を仲間の前で歌うことで、腹式発声や豊かな表現力を身に付けることができ歌唱力が向上します。また、好きな曲や新曲、懐かしい曲を口ずさみ流れを覚えることは、頭を使うので健康にも効果的です。

人生100年時代、健康で長生きするために一緒に歌を愛し、歌って生活を豊かにしませんか。

団体に関する問い合わせ 熊谷 ☎ 282-2402





スポーツのススメ

問い合わせ 岡垣町体育協会 ☎ 282-0200

がんばった人にマル

則松少年柔道大会

《幼年の部》

第3位 上松丈琉

《小学5年生男子の部》

第3位 花田幸樹

ゆうま旗争奪少年軟式野球大会

優勝 山田ビクトリー

準優勝 野間レンジャーズ

岡垣町混合ダブルス硬式テニス大会

《①ブロック》

優勝 三川 正一・水上美咲

準優勝 善明朋子・鐘廣喜

《②ブロック》

準優勝 用山善男・田中直美

《③ブロック》

優勝 上田哲夫・福澤智子

準優勝 神屋種義・森本美枝子

岡垣町バレーボール選手権大会

優勝 マンシャフト

準優勝 ラガーズ

第3位 スリーピース

岡垣オープンソフトバレーボール秋季大会

《ミックスフリーの部》

(1位グループ)

優勝 ひらまる Italy

準優勝 岡垣倶楽部 Z

(2位グループ)

準優勝 TETRIS

《ミックスシニアの部》

(3・4位グループ)

優勝 レインボーズ B

準優勝 岡垣倶楽部 T

グラウンド・ゴルフ秋季交歓大会

優勝 中根香代子

準優勝 一松トキエ

第3位 白水秀樹

おんが自動車学校旗争奪少年軟式野球大会

第3位 山田ビクトリー



遠賀郡駅伝競走大会

参加者募集

対象 次のいずれかに当てはまる人

●高校生以上で、遠賀郡内に住んでいるまたは働いている

●小学3年生から中学3年生までで、郡内の学校やスポーツクラブに在籍している

とき 令和7年2月2日(日)午前9時から※荒天時は、2月11日(火・祝)に延期

ところ 芦屋海浜公園

種目

●小学生・中学生女子：5区間・2キロメートル

●中学生男子・一般男子：5区間・3キロメートル

申し込み 岡垣町体育協会にある申込書を令和7年1月14日(火)までに同所に提出

12月の行事予定・施設情報

※()は実施場所または展示者、時間は開始時間

校区コミュニティ

■山田校区コミュニティ運営協議会
2日(月) ●あいさつ運動(山田小学校) 7:20

展示コーナー

【駅前ぎやらりー】
～25日(水) 駅前ぎやらりークリスマスイルミネーション
29日(日)～ 駅前ぎやらりー年賀状展
【西部公民館】
7日(土)～令和7年1月25日(土) 陶芸作品展(楽陶会)

情報プラザ人の駅

8日(日) プラバン工作 13:00
毎週(土) パソコン相談室 9:30

いこいの里

14日(土) ふれあいイベント：三波小春ショー 14:00

役場・地域・学校

2日(月)～令和7年1月31日(金) ●駅前イルミネーション点灯
(JR海老津駅前) ※駅前ぎやらりーは12月25日(水)まで
7日(土) ●人権フェスティバル(岡垣サンリーアイ) 13:00
8日(日) ●松葉かき(三里松原内黒山地区) 9:00
24日(火) ●2学期終業式(町内の小中学校)
28日(土) ●納め不動(成田山不動寺) 10:00
31日(火) ●大晦日除夜の鐘(龍昌禅寺)
●除夜祭(高倉神社)

岡垣サンリーアイ

1日(日)	おはなし会	14:30
8日(日)	おはなし会	14:30
13日(金)	ミュージックスペース「おんぶの会」	17:00
15日(日)	岡垣ミューズオーケストラ 第6回定期演奏会	14:00
	おはなし会	14:30
20日(金)	ミュージックスペース「フルーツ& オカリナ高木 華子・ピアノ溝口 美香」	15:45
22日(日)	第26回こどももおとなも ゆめフェスタ・サンリーアイ	14:00
	クリスマスおはなし会プラス	14:30

※29日(日)～令和7年1月3日(金)は休館



こども未来館

イベント情報



12/7 (土) 12/8 (日) 季節の星空を観察しよう
天体観望

大型望遠鏡がある天体室で、ボランティアスタッフによる星のお話を聞きながら、夜空を観察しませんか。



対象 誰でも可
とき 18:00～19:00 ※雨天・くもりのときは中止
費用 無料

12/8 (日) まだまだ遊べるかも?
おもちゃ病院

おもちゃドクターが、壊れたおもちゃを診察・治療してくれます。

対象 誰でも可
とき 10:00～14:00
費用 無料※部品代がかかることがあります。
持ってくるもの 壊れたおもちゃ

※イベントの詳細内容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。

12/27 (金) 一人で悩まないで、子育てのこと
電話相談

育児に関する悩みや困りごとの相談を受け付けます。対面での相談でも構いません。

対象 誰でも可
とき 10:00～12:00

ハンドメイドひろば

消しゴムはんこで

オリジナルの**バッグ**を作りました!



参加者はカッターや彫刻刀を使って好きな絵を上手に彫っていました♪

今回は令和7年1月11日(土)に牛乳パックを使ってリリアン編みで作る「毛糸でマフラー作り」を予定しています。詳しくは「こどもみらいかんメール1月号」でお知らせします。

問い合わせ こども未来館

12月 健診・子育て支援行事

申し込み・問い合わせ こども家庭センター

行事予定	
日程	種 目
4日(火)	4カ月児健診
	7カ月児健診
6日(金)	こどもの発達相談
	かるがも親子教室
10日(火)	子育て相談
11日(水)	3歳児健診
18日(火)	1歳6カ月児健診
19日(水)	にこにこクッキング

※健診の対象者には案内を送ります。

こどもの発達相談 (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。

時間 13:30～16:40
ところ いこいの里

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その親を対象にした遊びの教室です。



●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、申し込むときに伝えてください。

時間 13:45～14:15、14:30～15:00

ところ いこいの里
費用 無料

子育て相談 (要予約)

子どもの成長(食事、歯、身長・体重など)に関する相談を無料で受けます。

時間 9:30～11:00
ところ こども未来館



▲予約フォーム

にこにこクッキング (要予約)

離乳食の調理実習や試食を行います。

時間 10:00～14:00

ところ 中央公民館

定員 先着10組

費用 1組200円





相談窓口・救急医療

休日・夜間の救急医療

■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

ところ 福岡県救急医療情報センター

電話番号 #7119 または 092-471-

0099

■休日急病センター

対象 内科、小児科

診察時間 日祝日＝9:00～正午(受け付けは11:30まで)、13:00～17:00(受け付けは16:30まで) ※小児科は要問い合わせ

電話相談 月～土曜日＝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

人身事故 9月 13件(死亡1人・重傷1人・軽傷15人)

救急 9月(出場169件・搬送162件)

火災 9月 出火2件

ごみ

9月 岡垣町から出た

人の動き

町の人口や世帯数などの最新情報は町公式ホームページをご覧ください。



●一般ごみ 581.7t

・1人当たり 18.5kg

●資源ごみ 41.7t

・1人当たり 1.3kg

納期

●固定資産税3期分……………12月25日(水)

●国民健康保険税7期分……………12月25日(水)

●保育所保育料12月(延長保育料は11月)分…12月27日(金)

●後期高齢者医療保険料6期分……………令和7年1月6日(月)

●町営住宅家賃12月分……………令和7年1月6日(月)

町長のひとこと お母さん頑張れ

道路利用者会議全国大会で青森市に出張した際、福岡から青森へは飛行機の直行便がないため羽田空港で乗り継ぎをしました。

その羽田から青森へ向かう機内でのことです。3人掛けの席で私は通路側。窓側には私と同年代くらいの男性がおり、その間の席に大きなリュックを背負い、1歳くらいの赤ちゃんを胸に抱え、手に紙袋とビニール傘を持ったお母さんが座りました。これではシートベルトも締められないだろうと思い、客室乗務員を見るも忙しそうで気が付いてくれません。窓側の男性と目が合って、一緒にお母さんのリュックを肩から下ろし、リュックとビニール傘を棚に入れました。

お母さんは疲れていたのかすぐに寝てしまい、続けて赤ちゃんも私の腕を枕代わりにぐっすり。青森までの1時間余り腕が動かさず、赤ちゃんの寝顔をずっと見ていました。青森に着くとお母さんは私と男性に何度もお礼を言い、「いいえ。大変ですね、頑張ってください。」とお答えし、男性とは笑顔で会釈して飛行機を降りました。腕は痛くなりましたが、幸せな気持ちになる時間でした。



岡垣町長 門司晋

窓口

補聴器相談

とき 12月9日(月)14:00～15:00

12月16日(月)13:00～15:00

12月23日(月)13:00～14:00

ところ 岡垣町役場

問い合わせ 福祉課

行政相談委員による行政相談※要予約

とき 月・火・水・金曜日8:30～17:15

ところ 岡垣町役場など

問い合わせ 総務課

※時間や場所は予約時に調整。メール相談も受け付けます。

総合福祉相談(福祉110番)

とき 12月10・24日ともに火曜日10:00～12:00

ところ いこいの里

問い合わせ 社会福祉協議会

法律相談※要予約

とき 12月13日(金)13:30～16:30

ところ いこいの里

問い合わせ 社会福祉協議会

子ども支援オフィス巡回相談

とき 12月26日(木)10:00～11:00

ところ 岡垣町役場

問い合わせ こども家庭センター

こころの健康相談※面談は要予約

とき 月～金曜日8:30～17:15

ところ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所(宗像市)

問い合わせ ☎0940-36-2473

窓口・電話

高齢者・障がい者相談※24時間受付

ところ・問い合わせ

●岡垣町高齢者・障がい者相談センター☎282-5167

●岡垣町東部高齢者・障がい者相談センター☎282-5103

消費生活相談

とき 月～金曜日8:30～17:15

●月・水・金曜日10:00～17:00 専門員が対応

●火・木曜日10:00～17:00 全国消費生活相談員協会が電話で対応

電話

ふくおか自殺予防ホットライン※24時間受付

☎092-592-0783

宗像児童相談所※24時間受付

☎0940-37-3255

児童相談所虐待対応ダイヤル※24時間受付

☎189(通話料無料)

児童相談所相談専用ダイヤル※24時間受付

☎0120-189-783

子どもホットライン24※24時間受付

☎0948-25-3434

教育電話相談

とき 月～金曜日8:30～17:15

☎282-4884

みんなの人権110番

とき 月～金曜日8:30～17:15

☎0570-003-110

第31回

まつり 岡垣



10月20日(日)に催されたまつり岡垣。
毎年恒例の精華女子高等学校吹奏楽部マーチングのほか、エア遊具や忍者迷路など子どもが楽しめるイベントも盛りだくさんで、会場は多くの人で賑わいました。



広報おかき令和6年12月号 発行/岡垣町 編集/おかきPR課 ☎093-282-1211
〒811-4233 福岡県遠賀郡岡垣町野間1丁目1番1号 印刷/福岡ココニー
町公式ホームページ URL <http://www.town.okagaki.lg.jp/>

岡垣町公式SNS

Facebook



LINE



Instagram



編集後記

▼今回の特集では、複雑化・複合化した課題を支援する人たちにインタビューし、いろいろな事情を持つ人たちがともに生活していることが再認識できました。私も「思いやり」の気持ちをもって過ごそうと思います。(西藤)
▼秋は、「マイナビツール・ド・九州2024」や「まつり岡垣」など催しがたくさんありました。イベントの取材の中で、皆さんが楽しんでいる様子を撮影できて私も楽しかったです！今年はとても充実した秋でした♪(山住)