

# KASUGA

輝き ふれあい 安らぎの都市

市報 **かすか**

平成18年

11/15

No.841



いきいきフェスタ春日 2006

## CONTENTS

- |         |         |       |       |          |
|---------|---------|-------|-------|----------|
| 16      | 15      | 07    | 06    | 04       |
| まちのニュース | カンガルー通信 | 情報ひろば | トピックス | 市からのお知らせ |

特集

「燃えるごみ」  
減量大作戦！  
～みんなで減らそう生ごみ～

# 「燃えるごみ」 減量大作戦！

## ～みんなで減らそう 生ごみ～

私たちが生活し、活動する中で必ず出るごみ。  
ごみの増加は、環境に悪影響を与え、処理費用を増大させるなど、  
私たちへの大きな負担となっています。  
また、ごみの焼却灰の埋め立てにも限界があり、  
ごみ減量は、私たちの緊急の課題となっています。  
今回は、燃えるごみの中の「生ごみ」の減量方法を考えてみましょう。

### 燃えるごみの1/3は生ごみ

家庭から出る「燃えるごみ」の約  
1/3は生ごみです(グラフ参照)。

紙ごみの次に大きな割合を占める生ごみを減らすことができれば、燃えるごみの量を、大きく減らすことができます。

汚れた紙ごみなどはリサイクルできないので、ごみ削減効果としては、生ごみの方が大きいと言えます。

### 水切りを徹底しよう

生ごみには約7割もの水分が含まれています。そのため、生ごみの水切りを徹底すれば、かなりのごみ削減につながります。

また、水切りは、生ごみの腐敗防止にもつながり、ごみ出しの際のいやな臭いも軽減されます。

さらに、水分を蒸発させるにはかなりの熱量を必要とするため、焼却コストの削減効果もあります。

### 上手な水切り法

野菜のへたや皮など、水分の少ないものは、直接ごみ袋に入れるなど、乾いた生ごみはぬるさない。

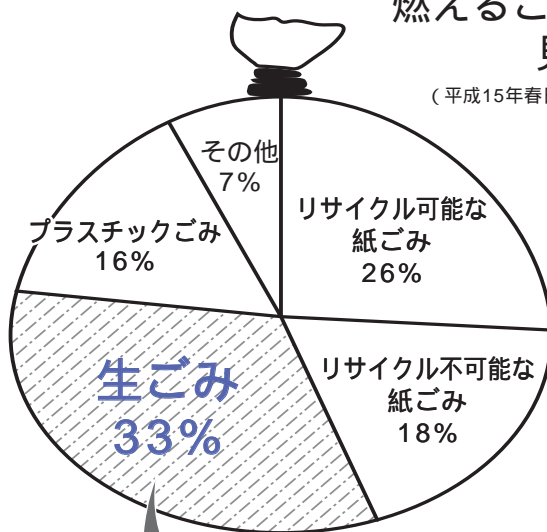
三角コーナーに水をかけない。

一晩置いて水を切る。

三角コーナーなどの生ごみは、手

### 燃えるごみの中身を見てみよう！

(平成15年春日市家庭系燃えるごみ調査)

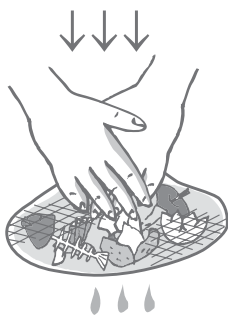


「水切りの徹底」と  
「生ごみのたい肥化」で  
燃えるごみ大幅削減

やびんの底などで押し、水分を絞り出す。

レジ袋などに生ごみを入れている場合は、割ればなどで底に穴を

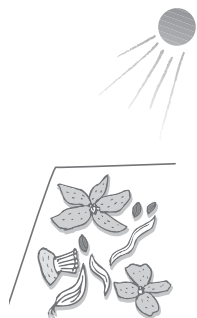
では、ごみを出さないでください。



空けて水を切る。

果物の皮などは日に干す。

ごみ袋の中に水が溜まった状態



種類	電動処理機 (バイオ型・乾燥型)	ダンボール	密閉容器	設置型
利点	手間がかからない	悪臭が出にくい 安価 マンションのベランダでも可能 生ごみは何でも可能 水分調整が簡単 手軽に混ぜることができる	あまり場所をとらない 土に戻した後、分解が早い	維持費がかからない 落ち葉や草の処理も可 手間がかからない 容器が丈夫で長持ち
問題点	高価 音や振動がうるさい 電気代、資材代がかかる 繊維質がモーターに絡んで故障しやすい 乾燥型は水分を除くだけで、たい肥化できない	基材(ピートモス、もみがらくん炭)が必要 ダンボールが傷みやすい	「ぼかし」が必要 土に移してから熟成が必要 未分解で土に戻すため、虫などが発生しやすい	庭が必要 切り返し(混ぜる作業)に少し力がある 水分調整が難しい

## 生ごみをたい肥化しよう

家庭の生ごみを処理し、たい肥化する容器が「コンポスト」です。  
これは、生ごみをほほ丸ごと処理できるので、燃えるごみを大幅に削減することができます。

また、良質なたい肥ができるので、ガーデニングや野菜作りなどに活用できます。

**電動生ごみ処理機の購入費補助**  
市は、電動生ごみ処理機の購入費の1/2(上限2万円)を補助しています。詳しくは問い合わせてください。

## ダンボールコンポストに挑戦

コンポストにはいろいろな種類がありますが、中でも、安価で手軽にできるのが「ダンボールコンポスト」です。  
上手に利用すれば、臭いや虫の発生はほとんどありません。日当たりの良い軒下やマンションのベランダなど、場所を選ばないのも利点です。  
みかん箱くらいの大きさで、1日500g〜1kg(4〜5人家族)程度の生ごみを、2〜3カ月間処理できます。

### ダンボールコンポスト講習会

市は、毎月第2木曜日に講習会



を行っています。初めての受講者には、ダンボールコンポストセット(2世帯に1個)を差し上げます。

詳しくは問い合わせください。  
**ダンボールコンポストの販売**

セツト箱・基材・キャップ 温度計・解説書) 1900円  
箱 200円  
基材 500円

キャップ・温度計 各350円

解説書 700円

注文・問い合わせ先 NPO法人  
循環生活研究所がすが

(596)0016

FAX(596)0463

**ガーデニング講習**

コンポストで作ったたい肥の利用法や、花や家庭菜園の作り方などの講習会を、毎月行っています。

場所 まちづくり支援センター「ぶどうの庭」(須玖北5-155)

詳しくは問い合わせください

申込・問い合わせ先 NPO法人  
循環生活研究所

(623)1816

FAX(621)5747

## \*ダンボールコンポスト利用者の声\*

NPO法人循環生活研究所 がすが代表 中島幸子さん

ダンボールで生ごみをたい肥化できるのかと、最初は不安でした。質の良いたい肥が手軽にできたときは、とてもうれしかったです。

現在、市内に畑を借り、コンポストのたい肥を使って野菜作りを始めました。安全でおいしい野菜がたくさんとれたら、「スプリング食堂」で料理として出す予定です。



「スプリング食堂」では、超低農薬野菜を使った、安全でおいしい食事を提供しています。ぶどうの庭で不定期に開催しています。(問い合わせは「同研究所がすが」まで)

## 傍聴しませんか 春日市議会12月定例会

- 1日 本会議(議案の上程、提案理由の説明など)
- 5日 本会議(議案質疑など)
- 6日・7日・8日 各常任委員会(議案審査)
- 11日・12日 本会議(一般質問)
- 13日 各常任委員会(議案審査のまとめ)
- 14日 各常任委員会(閉会中の調査事件の調整など)
- 15日 本会議(委員長報告、質疑、討論、採決)

日程は、都合により変更になることがあります。傍聴する場合は、事前に問い合わせてください。

問い合わせ先 議会事務局 ☎(584)1111 ☒(584)1146

# 市からの お知らせ

## 経費を助成します 位置情報サービス

認知症高齢者や知的障害者など徘徊の症状のある人が行方不明になったときに、役立つ「位置情報サービス」。



これは、GPS搭載の機器などを利用して、持ち主の居場所を常に把握できるサービスです。

市は、このサービスの利用契約をした場合の経費を助成しています。

助成対象 次のいずれかに該当する人

介護保険法の要介護認定で、「要支援」または「要介護」の認定を受けており、徘徊の症状があると認められた人

療育手帳の交付を受けていて、所在不明になる可能性がある知的障害者(児)。または、福祉事務所長が、同等の症状がありサービスの利用が必要だと認める人

助成内容 サービス新規加入の際にかかる経費(限度額1万円)

詳しくは、問い合わせてください。

問い合わせ先 高齢課高齢者支援担当

☎(584)1111 ☒(584)3090

## 手帳の形式が変わります 精神障害者手帳

精神障害者保健福祉手帳が、本人確認のための顔写真付きで、窓開きカバーに入れる形式に変わります。

現在の手帳は更新・等級変更・再交付の申請の際に、新しい手帳に切り替えますので、申請時には顔写真(縦4cm×横3cm)を持ってきてください。

なお、希望する人は、再交付の前でも新しい手帳に切り替えることができます。

新しい手帳に切り替えるまでの間は、現在の手帳をそのまま利用できます。

申請・問い合わせ先 福祉支援課障害担当

☎(584)1111 ☒(584)3090



進行状況をお知らせします

## 消防庁舎跡地活用事業

市は、JR春日駅前の「旧春日大野城消防署庁舎跡地（春日原北町1丁目）」を有効に活用するため、現在、跡地活用事業を進めています。

この事業では、民間事業者から募集した、自由で柔軟性のある跡地活用事業の提案の中から、市が選定し、決定した民間事業者がこの土地を売却します。

これまでの経過

8月18日～9月15日 募集要項の配布

9月26日 応募希望業者への説明会

10月23日～26日 応募登録の受付

今後の予定

12月上旬 提案書の受付

12月上旬～平成19年2月上旬 提案の審査

2月中旬 民間事業者の決定

2月下旬～3月下旬 契約等の締結と土地の引き渡し

4月以降 土地の引き渡しの日から6カ月以内に事業の着手、1年以内に建設等の着工

今後も、事業の進行状況を随時お知らせします。



問い合わせ先 行政管理課

☎(584)1111 ☎(584)1145

美しいまちづくりのために

## 秋のクリーン作戦

11月19日に、市内全域でクリーン作戦を行います。

これは、日ごろ使っている道路や公園などをきれいにし、「ポイ捨ての防止」など市民一人一人のマナーアップも目指そうというものです。

美しい街づくりのためにも、家族でクリーン作戦に参加しましょう。

クリーン作戦に便乗して、家庭やマンションなどの自転車や粗大ごみなどを出さないください。

問い合わせ先 春日市生活環境組合連合会事務局  
(市ごみ減量推進課内)

☎(584)1111

☎(584)1147



市民人権講座

## ふれあい人権セミナー-KASUGA

私たちの周りにはさまざまな人権問題で悩んでいる人がたくさんいます。今なお根強く残る差別や偏見について、一緒に考えてみませんか。

参加は無料で、申し込みも不要です。

期日・演題・講師

12月3日 「笑って健康大作戦」

いとうさねよし  
伊藤実喜さん(ドクター・マジック イトウ・クリニック院長)

12月10日 「普段着で人権を語ろう～鳥の目と虫の目で見る部落史～」

いしたきとよみ  
石瀧豊美さん(イシタキ人権学研究所所長)

時間 午後2時～3時30分

場所 ふれあい文化センター(大谷6-24)

問い合わせ先 社会教育課

☎(575)4121 ☎(593)7380

## TOPICS(1)

県下の市長が一堂に会す

### 第1111回 福岡県市長会

**ふ** れあい文化センターで、10月5日、第1111回福岡県市長会が行われました。

この会では、地方自治に影響を及ぼす法律や政令などについて、総務大臣を経て内閣への意見の申し出、国会への意見書の提出などの活動を行っています。

県下27の市長が集まった総会では、井上市長が議長となり、70件の議案と2件の決議を承認。この70件の議案のうち、特に重要なもの5件が九州市長会に提出されることになりました。

その後の事例発表・自由討論では、安全・安心のまちづくりについて「をテーマに、各市が取り組み状況を紹介。積極的な情報交換が行われました。



## TOPICS(2)

春日市商工会

### 商工展・まつり

**春** 日公園で、10月22日、春日市商工会による「商工展・まつり」が行われました。

会場には、新鮮野菜の販売や焼きそばなどの屋台、畳はりの体験コーナーなど、市内商工業者や団体による48もの出展ブースが設けられ、お買い得商品を購入しようと、市内・外から約1万人が訪れました。

また、毎年恒例のタマゴの激安販売には長蛇の列。パトカーや白バイの試乗コーナーでは、たくさんのお親子連れが楽しみに記念撮影などをしていました。

このほか、フリーマーケットや、バンド演奏やダンスのステージライブ、お楽しみ抽選会など、会場内は1日中多くの人出で賑わいました。



## TOPICS(3)

春日野小学校

### 第10回夢いっぱい 春日野まつり

**春** 春日野小学校で、9月30日、児童や保護者、先生、そして地域住民が一緒になって楽しめる、夢いっぱい春日野まつりが行われました。

会場では、同小学校PTAによるバザーや売店などのほか春日老人クラブ、若水会によるもちつき大会も行われ、世代間での交流が深められました。また、さまざまなスポーツ団体によるスタンブラー形式のゲームも行われ、次は何をしようかと、児童たちは楽しく相談し合っていました。

当日は、天気にも恵まれ、子どもも大人も祭りを満喫した様子。校内はたくさんの方々の笑顔であふれていました。

(広報レポーター 牟田ひろみ)



# 情報ひろば INFORMATION

春日市役所

☎ 584 1111

www.city.kasuga.fukuoka.jp



## 春日まちづくり支援センター ぶどうの庭手作り市

同センターは、これまで「であい祭」のみで出店していた、市民や市民団体の手作り作品の展示・販売を行います。

日時 11月22日  
午前10時～午後3時



場所 同センター「ぶどうの庭」  
(須玖北5-155)

出品内容 フェルト小物 ビー  
ズアクセサリー 手作り  
バッグ 和布で作った小物  
手編みのかご

カレライスの販売もありま  
す。

問い合わせ先 同センター

☎ (589)3388

FAX (589)3399

✉ machicen@bb.cst

## 福岡県男女共同参画センター あすばるフェスタ2006

講演やワークショップ、バザー、  
産直市、体験教室など約80のイベ  
ントを行います。入場は無料です。

日時 11月25日・26日  
午前9時30分～午後4時

場所 クローバープラザ(原町3-  
1-7)

詳しくは問い合わせしてくださ  
い。

問い合わせ先 同センター「あす  
ばる」事業推進課

☎ (584)1261

FAX (584)1262

## 筑紫農業共同組合 JA筑紫ふるさとまつり

日時 11月25日・26日(雨天決  
行) 午前9時30分～午後



3時ごろ  
場所 JA筑紫本店 筑紫野市杉  
塚3-3-10

内容 農産物品評会表彰 福農  
太鼓 抽選会 品評会農産  
物の即売など

午前9時～午後3時に福岡農  
業高校からシャトルバスを交互  
運行します。

詳しくはチラシを見てくださ  
い。

問い合わせ先 JA筑紫本店

☎ (924)1311

FAX (921)5082

## 春日市女性の会 映画「おばあちゃんの家」上映

同会は、福岡県男女共同参画セ  
ンターが行う「あすばるフェスタ」  
で、映画を上映します。

優しさに満ちたこの映画を、ぜ  
ひ見に来てください。

日時 11月26日

午前10時30分～正午

場所 クローバープラザクロー  
バーホール(原町3-1-  
7)

入場料 中学生以下 300円

小学生未満は無料です。また、  
親子券(900円)もあります。

大人 700円

小学生未満は無料です。また、  
親子券(900円)もあります。

問い合わせ先 同会 春口

☎ (584)6355(☎兼用)

## 日ごろの成果を披露 春日市舞踊連盟発表会

日ごろの稽古の成果を、ぜひ見  
に来てください。

入場は無料です。

日時 11月23日

午前10時～午後4時

場所 ふれあい文化センタースプ  
リングホール(大谷6-24)

問い合わせ先 同連盟 田中

☎ (571)5259(☎兼用)

## HEALTH 健康 介護予防運動教室 転はん塾

足腰の衰えが気になる虚弱傾向  
にある人のための運動教室です。  
自分で来ることが難しい身体状

況の人には、送迎サービスを行  
います。気軽に参加してください。

対象 市内に居住する、虚弱傾向  
にある65歳以上の(人 要介  
護認定者を除く)

日程 平成19年1月9日～3月20  
日の毎週火曜日(計11回)

時間 午前10時～正午

場所 いきいきプラザ(昇町1-  
120)

内容 筋力向上体操 生活動作  
向上訓練 リズム体操 伸  
間作りなど

参加費 1回250円

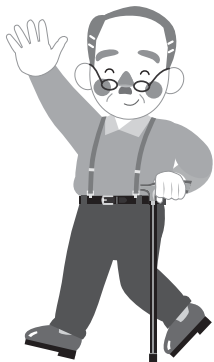
申込方法 12月22日 までに、電  
話で申し込む

事前に市保健師などが身体  
状況を確認します。

申込・問い合わせ先 健康課

☎ (501)1134

FAX (501)0051



これを読めばアナタもふくおか通！  
福岡県のメールマガジン **めるふく**  
毎月、第1・第3金曜日にインターネットを通じて、福岡県の最新情報を無料でお届けします。  
●登録は県のホームページから  
<http://www.pref.fukuoka.lg.jp/>

## いきいき会員になるための運動教室

いきいきルームは、健康運動指導士のアドバイスのもと、初心者や高齢者も無理なく自分に合った運動ができる施設です。

この施設のいきいき会員になるため、教室に参加しませんか。

対象 市内に居住または勤務する

20歳以上の人

日程(1回目・計4回)

65歳未満の人のための教室

火曜コース 12月5日

金曜コース 12月8日

土曜コース 12月9日

65歳以上の人のための教室

水曜コース 12月6日

2回目以降の日程は申込時に

確認してください。

時間 午前10時～正午

場所 いきいきルーム昇町1-120

内容 講話 体力・健康度測定

運動アドバイス ストレッチ・筋力向上体操・運動機器を使ったトレーニングなど

参加費 1000円

定員 各コース10人程度 申込先

着順)

申込方法 前日までに、電話で申し込む

申込・問い合わせ先 同ルーム

(501)1162(☎兼用)

## 福岡大学筑紫病院 市民公開講座

日時 11月25日

午後3時～4時

(開場 午後1時30分)

場所 筑紫野市生涯学習センター

(筑紫野市二日市南1-9-3)

内容 「生活習慣病の予防」メタボリックシンドロームについて

講師 飯野研三さん(同病院医師)

入場料 無料

問い合わせ先 同病院地域医療支援センター

(921)1011

(921)0910

ノロウイルスによる食中毒に注意!

ノロウイルスによる食中毒は11月～5月に多発します。

ノロウイルスに感染すると、24

～48時間で発症し、下痢や吐き気、嘔吐、腹痛、38℃以下の発熱など、風邪に似た症状が出ます。

保育園や学校、福祉施設などで発生した場合は、集団発生につながる可能性があるため、特に注意が必要です。

主な予防方法

カキなどの二枚貝を食べる際は、十分に加熱。

トイレ使用後や調理時、食事前はせっけんを使い、十分に手洗い。

手洗い後、使用するタオルなどは清潔なものを用意。

二次感染に注意

ノロウイルスに感染した人の嘔吐物やふん便にも、ウイルスが含まれています。処理が不十分だと、ウイルスが乾燥して舞い上がり、直接、口から取り込まれ、感染する恐れがあります。

二次感染を防ぐために、嘔吐物やふん便で汚れた衣類などは、ビニール手袋や、マスクを使用するなど、十分に注意して処理し

ましよう。

問い合わせ先 筑紫保健福祉環境事務所衛生課食品衛生係

(513)5582

(513)5598

中高年が対象

ナイスミドル運動サークル

一緒にリズム体操やストレッチ体操を楽しみませんか。運動初心者でも気軽に運動できます。

見学・体験は、随時受け付けています(予約不要)。

日時 第1・3木曜日

午後2時30分～4時30分

第2・4木曜日

午後1時～3時

場所 いきいきプラザ2階アリーナ(昇町1-120)

会費 月額・3カ月分前納)

月2回コース 700円

月4回コース 1400円

問い合わせ先 佐野

(712)4620

## 平成19年度 保育所(園)入所受付

市内保育所(園)の、平成19年度入所申込を受け付けます。  
対象 市内に居住し、保護者の仕事や病気などで家庭で保育を受けられない、生後51日(岡本保育所は生後3カ月)～就学前の乳幼児

申請が必要な人  
平成19年4月から入所を希望する人(現在待機中の人を含む)  
現在入所中で、平成19年度も継続して入所を希望する人  
職場復帰などで平成19年度の途中からの入所を希望する人

受付期間 12月18日～平成19年1月16日

受付時間 午前8時30分～午後5時

申込方法 市こども未来課に、申込用紙と添付資料を提出する  
申込用紙は12月1日以降に、市こども未来課や各保育所(園)で配布します。なお、申し込む前に、必ず入所を希望する保育所(園)を親子で訪問してください。

申込・問い合わせ先 こども未来課保育所担当  
(584)1111 ☎(584)1115

### 市内保育所(園)一覧

保育所(園)名	所在地	電話番号
昇町保育所	昇町3-159	(571)1915
春日原保育所	春日原北町1-3-2	(571)0153
須玖保育所	須玖南2-120	(501)3090
岡本保育所	岡本1-89	(591)3617
大和保育所	大和町1-4-1	(571)3267
白水保育所	下白水南3-68	(582)2657
春日東保育所	光町1-73	(591)1918
若竹保育園	桜ヶ丘4-6	(591)6023
春日中央保育園	昇町6-109	(581)8640
あいあい保育園	白水ヶ丘1-12-3	(915)7555
まみい保育園	大土居1-97-2	(588)7300







### しめ縄作りに挑戦しませんか 家庭の日親子ふれあい事業

小・中学生とその保護者が対象です。

しめ縄作りを通して、家族のふれあいの時間を楽しみませんか。

日時 12月17日

午前10時～正午

場所 ふれあい文化センター実習室  
大谷6-24



勤労感謝の日

## 11月23日(木)・24日(金)は ごみ収集休み

■粗大ごみ振替収集日

23日(木)→27日(月)、24日(金)→28日(火)

※粗大ごみを出す場合は、20日(月)午後4時までに地区担当収集業者に電話予約してください。

問い合わせ先 ごみ減量推進課  
☎(584)1111 FAX(584)1147

参加費 一組300円(材料費)

募集人員 15組(申込先着順)

申込方法 11月15日～12月5日

に、電話かファックスで

住所・参加者全員の氏名、電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 社会教育課

☎(575)4121

FAX(593)7380

### 赤ちゃんの歯のお手入れ 歯みがき教室

1歳未満の子どもとその保護者を対象に、歯科衛生士が乳児のこるからの歯の手入れの方法を教えます。

参加は無料です。

日時 11月27日

午前10時30分～正午

場所 いきいきプラザ昇町1-120

当日は、母子健康手帳と子ども用歯ブラシを持っていく人のみ)を持ってきてください。

問い合わせ先 健康課

☎(501)1134

FAX(501)0051



### 春日市献血推進協議会 献血にご協力を

治療に必要な血液は、すべて献

血で賄われています。無償の善意で成り立っている献血に、ご協力をお願いします。

日時 12月1日

午前9時30分～正午

場所 天神山小学校体育館前  
天神山6-39

問い合わせ先 同協議会 市福祉課  
計画課内)

☎(584)1111

FAX(584)3090

### かすがボランティアセンター 運転ボランティア講座

車の運転を通してボランティア活動をしたいと思っている、ボランティア初心者のための講座です。

日時(計3日)場所

11月27日、12月11日

午前10時～正午

春日市社会福祉センター2階大会議室 昇町3-101

12月4日

午後1時～3時

ナギの木苑下白水104-13  
参加費 300円(ボランティア活動保険代)

定員 15人(申込先着順)

申込方法 11月24日 までに、電話かファックスで住所、氏名、年齢、電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 同センター

☎(501)1136

FAX(581)7258

### 「認知症について」 介護者教室

高齢者を介護している家族などが対象の教室です。

参加は無料です。

日時 12月9日

午後2時～4時

場所 かすがの郷地域交流ゾーン  
(塚原台3-129)

講師 諸富康生さん(乙金病院医師)

申込方法 当日までに電話で申し込む

申込・問い合わせ先 春日市南地域包括支援センター

☎(595)8188

FAX(595)6069

### 障害者福祉の理解を深める 福岡県障害者文化祭

障害がある人となし人との交流や障害者福祉への理解を深めるための文化祭です。障害者による音楽演奏や障害者福祉活動の紹介などをを行います。入場は無料です。

日時 12月2日

午前10時～午後6時

場所 大丸パサージュ広場福岡  
市中央区天神1-4-1

問い合わせ先 同文化祭実行委員会  
会事務局

☎(584)6067

FAX(584)6070



### 保険税の滞納に注意

災害に遭うなどの特別な事情がないのに1年以上国保税を滞納している場合は、保険証を返還してもらいます。そして、代わりに資格証明書を交付します。

通常、保険証での受診は一部負担金の支払いで済みますが、資格証明書では、いったん医療費全額(10割)を支払わなければなりません。

支払った医療費のうち一部負担金を除いた金額については、申請すれば、払い戻します。が、1年6カ月以上滞納している場合は、払い戻しの額の全額または一部を差し止めます。

納付が困難なときは、早めに相談してください。

詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ先 国保年金課

納税課

☎(501)1111

FAX(501)1141



### 科学に楽しさを体験しよう 出前科学実験

県は、子どもたちに科学の楽しさを体験してもらうため、NPO法人科学の公園と協力して、「出前科学実験」を行っています。

子ども会やPTA、学校、企業などの依頼に応じて、ボランティアグループや大学教授、理科の先生などが、科学の実験・工作教室や自然観察会などをお届けします。ぜひ活用してください。

実験などの経費は、県が一部助成します。

申込方法など詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ先 県商工政策課  
TEL (643)3415  
FAX (643)3417

### 春日まちづくり支援センター 各種講座 参加者募集

「玄米ごはんを食べよう!」健康  
食育講座

自然治癒力を高める食事と健康増進についての講座です。圧力鍋を使った玄米の炊き方や旬の野菜を使った惣菜の調理実習も行います。

調理実習中のみ、託児一人

800円)も行います。  
日時 12月8日  
午前10時~午後2時

参加費 2000円(材料費込み)

定員 15人(申込先着順)

申込方法 12月1日 までに、

電話かファックス、ハガキ、Eメールで住所氏名、電話番号、託児の有無を伝える

### ワンコイン知恵袋教室

「新しいことを学びたい」、「地域に友達が欲しい」という人に学びと仲間づくりの場を、「自分の特技や知恵を教えてください」という人に教える場を提供する教室です。

すべて1回完結です。

講座・日時  
ダンボールコンポスト講座  
(スローフードおやつ付き)  
11月30日  
午後1時30分~3時30分

スクラップブック(写真を飾る)

12月1日  
午前10時~正午  
ひもを使った祝亀のキーホルダー

12月5日  
午後1時~4時  
ダンボールコンポスト講座  
(スローフードランチ付き)

12月7日  
午前10時30分~午後1時

クリスマスプレゼントのラッピング

12月9日  
午前10時30分~正午

はじめてのPATCHワーク  
12月12日  
午後1時~3時

中国本場の家庭料理(水餃子)  
12月14日  
午後3時~5時30分

持ち帰りがあります。

大人のぬり絵  
12月16日  
午後2時~4時

参加費 1回500円

講座によって、別途、材料費が必要なものもあります。

申込方法 各講座4日前までに、電話かファックス、

Eメール、ハガキで住所、氏名、電話番号、希望講座名を伝える(複数申込可)

申込者が3人に満たない場合は講座を中止します。

なお、材料費や当日持つてくるものなど、詳しくは問い合わせてください。

場所 申込・問い合わせ先 同センター「ぶどうの庭」〒816

10864 須玖北5-1-5

5)

TEL (589)33388  
FAX (589)33399

machicen@bb.cst.ne.jp

## にんじん畑 ムダなし エコクッキング

今回の料理  
大根葉のふりかけ

大根を使って料理するとき、葉を捨てていませんか。

大根葉にはカルシウムとカロテンが多く含まれています。ごみにするのではなく、工夫して自然の恵みをすべていただきましょう。



### 材料(4人分)

- 大根葉.....1本分
- 油あげ.....1枚
- ちりめんじゃこ.....50g
- ごま油.....小さじ1
- ごま.....大さじ3
- しょうゆ.....小さじ1
- 塩.....少々

### 作り方

大根葉をゆで、水にさらしてよく搾る。

と油あげをみじん切りにする。フライパンを熱してごま油をひき、とちりめんじゃこを炒める。

カラカラになってきたら、ごまとしょうゆ、塩を加え、味を整える。(こどもエコクラブサポーターの会)



中央公民館  
くらしの教養講座

暮らしに役立つ公開講座です。  
受講は無料で、託児一人300円・定員10人)や手話通訳・要約筆記も行います。

「奥の細道を旅しましょう」

期日 11月25日  
講師 弘中 孝さん(全国芭蕉歌碑・塚・文学碑調査会)

会長)「打掌笑」人生について

事故で幼くして両足を無くしたという現実を、どう受け止めたか話してもらいます。

期日 12月9日  
講師 吉住明海さん(高野山真言宗慈明院住職)

時間 午前10時～正午  
場所 ふれあい文化センター(大谷6-24)  
託児が必要な人は、それぞれ

7日前までに電話で申し込んでください。

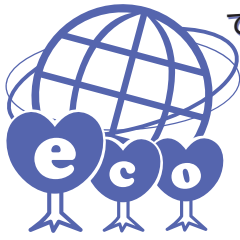
託児申込み問い合わせ先 社会教育課

☎(575)4121  
☎(593)7380

受講生募集  
小・中学生将棋教室

日時 毎週土・日曜日  
午後1時～4時

できることから始める 省エネライフ



電気製品を買い替える際、省エネについて考えていますか。省エネ効果が高いものを選ぶと、電気代も二酸化炭素も今より減らすことができます。



ブラウン管テレビ(32ワイド・210W)を液晶テレビ(32Vワイド・150W)に替える

1年間(1日5時間使用)で、200円節約

省エネ基準達成率133%のエアコン(冷房能力2.8kw)を選ぶ

1年間で8,100円節約

白熱電球60形54W(寿命1,000時間)を電球形蛍光灯12W(寿命6,000時間)に替える

1年間で4,700円節約

食器洗い乾燥機を使う

お湯(40、65)で手洗いするよりも1年間で8,960円節約

年間消費電力や家族の人数に合わせた大きさ・機能の冷蔵庫を選ぶことも省エネにつながります。



いずれの電化製品も短い期間使用してすぐに買い替えるのは、エネルギーの無駄になる場合があります。

なお、製品により、省エネ効果には差があります。購入の際に確認してください。

問い合わせ先 環境課環境計画担当 ☎(584)1111 ☎(584)1147

自衛隊福岡地方協力本部  
自衛官採用試験



2等陸・海・空士

対象 18歳以上27歳未満の人

試験日 12月17日

申込期間 11月20日～12月15日

陸上自衛隊生徒(陸・海・空)

対象 15歳以上17歳未満の人

一次試験日 平成19年1月13日

申込期限 1月9日 まで

いずれも年齢は平成19年4月1日現在です。申込方法など、詳しくは問い合わせてください。



場所 日本将棋連盟福岡筑紫野支所  
〒筑紫野市二日市南3-2-1

受講料(月額) 小学生 1,000円  
中学生 1,500円

対局してくれる大人も募集しています。

問い合わせ先 同連盟 鬼木(922)1181(☎兼用)

問い合わせ先 同本部春日分駐所  
☎(591)7450(☎兼用)  
http://www.fukuoka.plo.jda.go.jp



女性への暴力をなくそう  
ちくし女性ホットライン

11月12日～25日は、女性に対する暴力をなくす運動期間です。

配偶者からの暴力や性犯罪、売買春、セクハラ、ストーカー行為など、女性に対する暴力は人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。

市は、ちくし女性ホットラインを設けて、女性が抱える悩みの相談に電話で応じています。

相談日時 毎週月～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前10時～午後5時

相談先 同ホットライン  
☎(513)7335(☎兼用)



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

## DVの相談に応じます 配偶者暴力相談支援センター

県は、県内の保健福祉環境事務所を、配偶者暴力相談支援センターとし、電話や面接で、DV(配偶者やパートナーからの暴力)の相談に応じています。相談は無料で、匿名でもかまいません。

日時 毎週月～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前8時30分～午後5時15分

相談先 筑紫保健福祉環境事務所  
所 大野城市白木原3-1-25  
(584)0052

夜間・休日の相談(電話)  
日時

月～金曜日  
午後5時15分～午前0時  
土・日曜日、祝日(年末・年始を除く)

午前9時～午前0時  
相談先 福岡県配偶者からの暴力相談電話

(716)0424

## 仕事中的けがや病気など 労災保険の相談

仕事による過労死などの身体・精神の健康問題、労災年金受給者の介護・生活問題、制度や法律問題などの相談に応じています。相談



は無料で、秘密は厳守します。  
相談先 労災年金福祉協会福岡

労災年金相談所  
(472)7161  
(481)5609

## 若者の就職を支援 若年サポートステーション

学校を卒業・中退した後や仕事を辞めた後、長い間就職できずに悩んでいる若者の相談に、産業カウンセラーや臨床心理士が応じています。相談は無料です。

対象 おおむね15～35歳未満の人、またはその保護者

相談日時 毎週日曜日  
午後1時～5時

相談場所 福岡市立青年センター  
(福岡市中央区大名2-6-46)

予約方法 平日午前9時～午後5時に、電話で申し込む

予約・問い合わせ先 同ステーション事務局  
(739)3405  
(781)6105

## 高齢者・障害者のための 無料法律相談会

成年後見制度や財産管理、各種

契約の締結、相続・遺言などの相談に、公証人OBや弁護士などが応じます。相談は無料です。

日時 11月21日  
午前10時～午後3時

場所 クローバープラザ502研修室、視聴覚室(原町3-1-7)

問い合わせ先 NPO法人高齢者・障害者安心サポート  
ネット筑紫出張所  
(921)2130(☎兼用)

## 福岡専門職団体連絡協議会 くらし・事業なんでも相談会

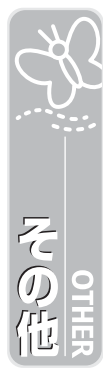
地域住民・企業などを対象に専門職の相談会を行います。

相談は無料(一人30分)です。  
日時 11月25日  
午前10時～午後4時(受付は午後3時30分まで)

場所 あいれが10階講堂(福岡市中央区舞鶴2-5-1)

問い合わせ先 同協議会事務局(福岡県社会保険労務士会)

(414)8775  
(414)8786



## 筑紫保健福祉環境事務所 水道施設の管理・届出

水道水をためるタンクの有効容

量が10m<sup>3</sup>を超えるものは、水道法で、簡易専用水道と定められており、厚生労働大臣の登録機関による定期検査が義務付けられています。

また、福岡県では、簡易専用水道を設置する場合、届出書を提出するよう定めています。

共同住宅や商業ビル、病院、学校などの所有者・管理者は、管理状況と届出状況を確認してください。  
問い合わせ先 同事務所環境課  
(513)5586  
(513)5598

## 選ばれたときにはご協力を 検察審査会

交通事故や詐欺などの被害に遭ったのに、検察官がその事件を裁判にかけてくれない「納得できない」。検察審査会は、そんなときに、検査官が出した処分が正当なものかどうかを審査します。

この検察審査会では、有権者の中から、「くじ」で選ばれた11人の審査員が審査をします。

あなたも、審査員に選ばれるかもしれません。審査員に選ばれたときには、市民の代表として、この仕事にご協力をよろしくお願います。

問い合わせ先 福岡検察審査会事務局(福岡地方裁判所内)  
(781)3141  
(781)3185



## 届け出が漏れていませんか 国民年金第3号被保険者

厚生年金や共済組合加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、国民年金第3号被保険者となります。

現在は、勤務先を通じて、健康保険の被保険者の手続きと併せて年金も切り替えられています。

しかし、昭和61年4月から平成14年3月までは、健康保険の届け出と別に、市への第3号被保険者の届け出が必要でした。

この期間は、届け出がないと年金の計算に入りません。第3号被保険者の届け出が漏れていた可能性がある人は早急に確認し、届け出をしてください。

### 届出先

配偶者の現在の勤め先での届け出漏れの場合は事業所  
退職や会社が倒産している場合などは社会保険事務所

### 必要書類

戸籍謄本  
住民票

所得証明書など

詳しくは、届出先に問い合わせてください。

すでに国民年金を受給している人は・・・

年金額の変更は、届け出のあった翌月分からとなります。届け出が済んでいない人は、早急に社会保険事務所に届け出をしてください。

問い合わせ先 南福岡社会保険事務所

☎(552)6111  
☎(541)7649

## 石綿による健康被害の救済 遺族給付金・労災保険給付

### 特別遺族給付金

平成13年3月26日以前に石綿ばく露を原因とする疾病により死亡した労働者の遺族で、時効により労災保険法に基づく遺族補償給付の支給を受ける権利が消滅した人に、特別遺族給付金を支給しています。

この給付金は、請求日の翌月からの支給となります。また、請求にはX線フィルムやカルテなどの医学的資料が必要で、これらは保存期限が定められているため、その期限を過ぎると入手することができなくなります。

まだ請求していない遺族は、早めに請求してください。  
労災保険給付

平成13年3月27日以降に石綿ばく露を原因とする疾病により死亡した労働者の遺族は、労災保険法に基づく遺族補償給付の支給を受けることができます。

この給付を受ける権利は、労働者が死亡した日の翌日から5年で時効となります。

早めに請求してください。

なお、石綿ばく露を原因とする疾病により療養中の労働者は、療養補償給付・休業補償給付の支給対象となります。

問い合わせ先 福岡労働局労働基準部労災補償課

☎(411)4799  
☎(472)0410

### 筑紫税務署 電話自動音声案内

筑紫税務署では、電話での問い合わせに対し、自動音声で案内しています。

電話での問い合わせの際には、音声案内に従ってダイヤルしてください。

税に関する一般的な質問や相談は「1」をダイヤル

福岡国税局電話相談センターにつながります。音声案内に従って、用件内容に応じた番号をダイヤルしてください。担当



の職員につながります。

調査や納税など筑紫税務署への用件は、2をダイヤル

筑紫税務署の交換手が出て、担当職員につながります。

多く寄せられる質問については、国税局のホームページに掲載しています。(☎ <http://www.taxanser.na.go.jp>)

問い合わせ先 筑紫税務署

☎(923)1400

## 納期は11月30日 個人事業税第2期分

個人事業税第2期分の納期は、11月30日です。

忘れずに納めてください。

便利な口座振替もあります。詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ先 筑紫県税事務所

☎(513)5574  
☎(513)5597

### あなたのイラスト募集中

八ガキに縦書き、白黒で濃い目にはっきりと描いて、表に住所、氏名、電話番号を書いて送ってください(ペンネームも可)。著作権の都合上、作品はオリジナルのものに限ります。あて先 〒816-8501春日市役所市報かすがイラストコーナー 係  
掲載された人には図書券(500円分)を進呈します。

高田洋子



「ペンネーム」ニキエ



「ペンネーム」みい



「ペンネーム」泉 和羽



賞金総額  
220万円が  
2,020人に  
当たる!!!

## 第3回 春日市商工会抽選券フェア

●賞金● 1等 1万円(20本) 2等 1,000円(2,000本)  
●抽選券進呈期間● 12月1日(金)~31日(日)

### 「ついで隊」の皆さんに うれしい特典

買い物などのついでに気軽にパトロールするボランティア「ついで隊」。これに登録し、腕章などのグッズを着用している人には、お買い上げ金額にかかわらず、来店ごとに抽選券を1枚進呈します。「ついで隊」の登録など、詳しくは市地域づくり課まで(☎(584)1111 ㊟(584)1153)。

このポスターがはってある市内の抽選券事業協賛店で買い物をすると、1,000円ごとに1枚、現金が当たる抽選券を進呈します。



問い合わせ先 春日市商工会  
☎(581)1407 ㊟(575)0702

### 「Sマーク」を知っていますか 標準営業約款制度

標準営業約款制度は、法律で定められた消費者を守るための制度です。

厚生労働大臣許可の「Sマーク」を店頭に掲げている理・美容店やクリーニング店、めん類飲食店、一般飲食店は、賠償保険や施設設備、仕事やサービスが正しく

なされてお

り、安心・安

全・衛生を約

束する信頼で

きる店です。

ぜひ、店選

びの目安にし

てください。

問い合わせ先

福岡県生活衛生

営業指導センター

☎(651)5115

㊟(651)5147



厚生労働大臣認可

## 11月は糖尿病予防月間 糖尿病が増えています!

飽食や運動不足などで、「糖尿病」にかかる人が増えています。

年に一度は、健康診断などで血液検査を行い、自分の血糖値を確認しましょう。

### 糖尿病とは

すい臓から分泌される「インスリン」というホルモンの作用が正常に機能せず、体内の血糖値が高くなる状態を「糖尿病」と言います。

高血糖の状態が続くと、血液にたまった血糖の一部は尿として排出されていきます。その後、糖尿病網膜症や糖尿病腎症、糖尿病神経障害など、さまざまな合併症を引き起こします。

糖尿病は痛みなどの自覚症状がないため、気づかないうちに病状が進行してしまう恐れがあります。

### 糖尿病の自覚症状

何度モトイレに行き、尿の量も多い

よくのどが渇く

からだのだるく、疲れやすい

皮膚がかゆく、化膿しやすい

視力が衰える。

手足のしびれや神経痛、こむらがりなどが起こる

このような症状が出たら、医師に相談しましょう。

糖尿病を予防しよう

適正な体重を保つ

適正体重は、身長(m)×身長(m)×22で算出できます。この適正体重に近づけましょう。

食事は1日3食

食事は1日3食、きちんと摂りましょう。また、夜食や間食は、肥満の原因になるので、控えましょう。



と、ビタミンやミネラル、食物繊維などの必要な分量が補給できます。また、同じ食品や加工食品は食べ続けないようにしましょう。

塩分・脂肪は控えめに  
食塩は1日10g未満に抑え、薄味を心がけましょう。揚げ物や炒め物よりも、ゆでたり蒸したり、網焼きしたりするほうが脂肪を落とし、エネルギー量を下げることができます。

運動習慣を身に付ける  
運動には、血糖値を下げ、筋力の低下を防ぎ、肥満を防ぐ効果があります。1日に20〜30分を目安に、毎日続けましょう。

ストレスをためない  
上手な気分転換や休養で、心のリフレッシュを心がけ、ストレスをためないように気を配りましょう。

### 糖尿病と診断されたら

糖尿病と診断されたら、1〜3カ月に1回は、尿糖や血糖などの検査を受け、医師の指示に従い、食生活や運動などの生活習慣を改善しましょう。治療は継続して行うことが大切です。

Kenko Keijiban

# 健康 掲示板

健康課(いきいきプラザ内)  
☎501)1134 ㊟501)0051



## たんぽぽメール

すくすくプラザの「たんぽぽルーム」は、就学前の子どもとその保護者の自由な遊び場です。遊びに来た皆さんが居心地よく過ごすことができるように、ルームには、子育てサポーターがいます。

子育てサポーターには、市内の保育所の保育士や、ボランティアサポーターである学生や先輩お母さんなどがいます。

### 子育てサポーター募集中

同センターは、子育てサポーターを随時募集しています。

子どもを遊ばせながらの活動でも構いません。子育てサポーターとして活動してみませんか？

詳しくは、同センターに問い合わせてください。



# カンガルー通信

春日市子育て支援センター  
須玖南2-120 春日市すくすくプラザ内  
☎584-1010 ☎584-7739  
<http://www.city.kasuga.fukuoka.jp/kosodate/>



## ファミサポかすが

今年度は、毎月90件程度の活動が行われています。

活動後、まかせて会員の皆さんには活動中の様子を報告してもらっています。

保育園へのお迎えとその後の託児をまかされた会員さんは、「久しぶりの託児で、会ってしばらくすると私のことを『わんちゃんのおうち?』と思い出してくれました。私の娘と遊ぶのがとても楽しい様子。子ども同士でかなり盛り上がっていました」と微笑ましい様子を報告してくれました。

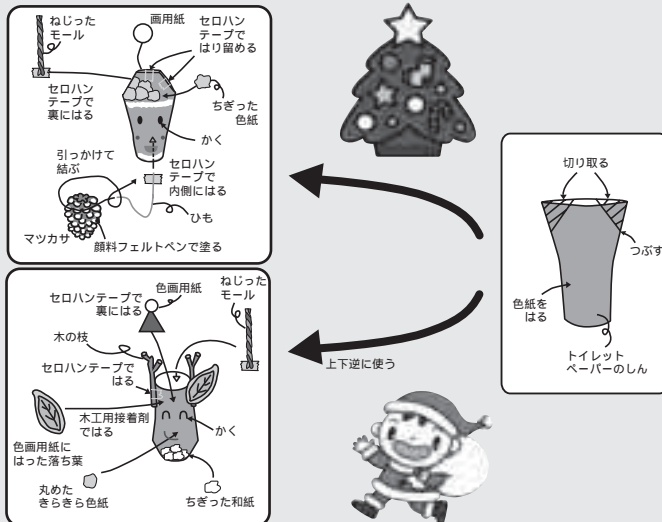
申込・問い合わせ先  
ファミリー・サポート・センターかすが  
(すくすくプラザ内)  
(584)7700 ☎(584)7739  
開設:月~金曜日 午前8時30分~午後5時



## ためしてみよう

### ナチュラルサンタ&トナカイ

もうすぐ、クリスマス。手作りのオーナメントで、気分を盛り上げましょう。



市内小・中学校から5人が表彰

## 筑紫地区少年愛護連盟 善行者表彰式

10月20日、筑紫野市生涯学習センターで、平成18年度前期善行者表彰式が行われ、春日北小学校4年の野崎琳太郎<sup>のざきりんたろう</sup>さん、春日東中学校1年の石橋知枝<sup>いしばしちえ</sup>さん、内山友里香<sup>うちやまゆりか</sup>さん、古賀愛佳<sup>こがあいか</sup>さん、吉崎舞<sup>よしざきまい</sup>さんの5人が表彰されました。

これは筑紫地区4市1町の小・中・高校生を対象に、善い行いをして地域社会に貢献した児童・生徒を表彰するもの。今回、春日市の5人を含め、全42人が表彰されました。

野崎さんの善行は迷子のお世話。ショッピングセンターで迷子になっている子どもを、そのお母さんのもとに届けました。そして、春日東中の4人の善行はボランティア活動。春日あんどん祭りの見物の際に出会った募金活動を、自ら志願して手伝いました。

式が終わると、みんなで記念撮影。5人の胸には表彰者をとたえるメダルが輝いていました。



「福祉」「健康」「子育て」

## いきいきフェスタ春日2006

10月22日、いきいきプラザと春日小学校、福祉ぱれっと館で、「いきいきフェスタ春日2006」が行われました。会場は、市内・外から訪れた、たくさんの人でにぎわいました。

「福祉」「健康」「子育て」をテーマに毎年行われているこのフェスタ。いきいきプラザでは、食生活改善コーナーや骨密度・一酸化炭素濃度測定、高齢者疑似体験、世代間交流調理実習、食べ物や物品のパザーなどが催されました。また、ぱれっと館ではオープンカフェや体験工房、春日小学校ではダンスや音楽などのステージ発表、子どもたち自身が考えた「子どもの店」、工作や遊びのコーナーなどもあり、世代に関係なく楽しめるイベントとなったようです。

体に重りなどを付け高齢者の疑似体験をした女性は、「一緒に住んでいるおじいちゃんの気持ちがよく分かりました。本当に大変なんですね」と話していました。



市の人口	10/15 現在
総人口	109,583人
女 56,014人	男 53,569人
世帯数	43,328世帯

### 表紙の写真

10月22日に行われた「いきいきフェスタ春日2006」の様子。春日小学校グラウンドに設けられた子ども広場には、たくさんの子供たちが大集合。将棋や剣玉、スライムづくりやゲームコーナーなどで楽しく遊んでいました。

## 奴国写真館

### 勾玉を作った型

須玖五反田遺跡(須玖北4丁目)と赤井手遺跡(弥生7丁目)から出土した勾玉の型です。

弥生時代～古墳時代は、土や石の型でガラス屑を溶かしてガラス勾玉が作られました。日本で、弥生時代のガラス工房の跡は、まだ須玖五反田遺跡でしか発見されていません。

(奴国の丘歴史資料館)



左：6.3cm 右：3.6cm