

ほろき ふれあい 安らぎの都市

市
報

かがすが

祝「敬老の日」 2

市からのお知らせ 4
トビックス 7
情報ひろば 9
カンガルー通信 17
まちのニュース 18

平成16年(2004年)

9/15号

No.789

今月の第3月曜日、9月20日は「敬老の日」です。

長年、社会に尽してきたお年寄りを敬い、長寿を祝う日として昭和9年に設けられ、今年で90年目を迎えます。

この間、お年寄りを取り巻く環境は、時代とともに大きく変わってきました。

しかし、どんなに時代が変わっても、今ある社会を築いてきたのは、その時代のお年寄りにほかなりません。

そんなお年寄りに対する感謝と敬意の気持ちを、この日一日、一緒に楽しく過ごしたり、電話したりすることで表現してみませんか。

祝「敬老の日」

市長敬老祝辞



「敬老の日」にあたり、一言お祝いを申し上げます。

今年も9月15日から一週間、老人の日・老人週間が始まります。

この老人の日が制定されたことは喜ばしいかぎりであり、わが市も、その趣旨にたって皆様の長年のご苦勞に感謝し、安心して生活できる環境づくりに努めてまいりたいと考えています。

このようななか、高齢者をはじめとするすべての人が安心してはつらつと暮らせる社会づくりが求められています。

折りしも来年は、スポーツにいきしむ高齢者が一堂に会する「ねんりんピックふくおか2005」のさまざまな交流大会が当地で開催されます。

この機会にいつまでも生きがいを持って生き生きと暮らしていけることをお願いする次第です。

皆様の一層のご多幸とご健康をお祈りいたします。

平成十六年九月十五日

春日市長 井上 澄 和

スポーツ万歳

「健康で長生き」は万人の願いです。しかし現実には、たやすいことではありません。

新百歳の石川さんは、自らの精神力で健康を保ち続けてきました。

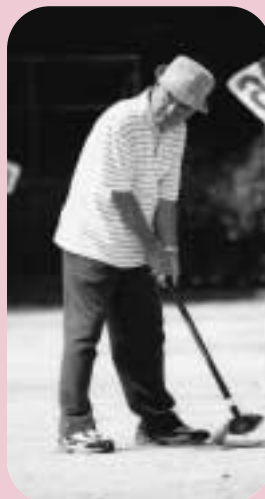
健康は恵まれるものではなく、やはり自分で勝ち取らなければならないものかもしれません。

ここでは、「健康で長生き」を目標に、日々スポーツに励む地域の高齢者を紹介します。

「グラウンドゴルフが若さの秘訣」



とみながやすぞう
富永泰造さん
(須玖南) 71歳



しろかわ みのる
城川 實さん
(須玖北) 70歳

年齢を問わず人気のスポーツとなっているグラウンドゴルフの全国大会に、市内から2人の選手が出場します。

いずれも市内のグラウンドゴルフ協会に所属する城川 實さんと富永泰造さん。共に県大会などの好成績が認められて県代表に選拔され、10月の「第17回全国スポーツ・レクリエーション祭(福井県)」で精鋭50

新100歳、おめでとうございます

今年、めでたく100歳となられた平田台の石川定夫さんを紹介します。

石川さんは、明治38年、八女郡矢部村に生まれ育ち、大工一筋に生きてきました。春日市には17年前に移り住んで来ましたが、今日までずっと元気に過ごしています。そんな石川さんの「健康で長生き」の秘訣を探ってみました。



「一切、間食せず。でも食前酒は欠かせません」

いしかわさだ お

石川定夫さん（平田台）

石川さんは、歩く時に杖を使う以外、日常生活に何の不自由もなく、次男の久芳さん家族と一緒に暮らしています。

数年前まで、老人会の仲間と近くの広場でゲートボールに興じていましたが、今は、もっぱら花つくりの毎日です。

さっそく本題の健康について何うと、話は大工の修行時代に遡ります。

「17歳で弟子入り。親方のうちに住み込み、朝は4時起きで道具の点検やのみ・カンナ研ぎ。食事はいつもそこそこに済ませる厳しい修行時代を送りました。そんな食生活がたまって胃腸を悪くした経験から、修行を終えてからは人一倍食事に気を配り、毎食ご飯とおかずは2杯までと決めました。以来このかた胃腸を病んだことがありません」。自ら確立し80年間守りつづけた食事の習慣をすらすらと語って聞かせるその顔に、健康に対する人一倍強い決意と自信があふれています。

さて、厳しい修行を耐え抜き、晴れて一人前の大工となって独立したのが21歳。それから60年間にわたって石川さんは家を建て続けてきました。八女地方には、今でも自分の建てた家がたくさん残っており、それが石川さんの誇りでもあります。

今では、悠々自適の毎日で、食事はいつも久芳さんの妻良子さんの手料理です。「昼食に焼酎の氷割り一杯、夕食に燗酒の一合が欠かせません。これが楽しみで」と笑顔がこぼれます。

そんな石川さんに一つだけ止められないことがあります。それは生醤油です。「食卓での醤油のかけすぎが体に悪いことは百も承知していますが、嫁も気遣ってくれますが、やっぱり冷奴とソーメンのつゆの中には、たっぷりかけないと」とこだわります。

妻は早くに亡くしていますが、16人の孫にも恵まれ、面倒を見てくれる家族の思いやりのおかげで幸せな日々を送っています。

帰り際、これからの100年に向けての抱負を問うと「人手をとらずに、健康に生きていけたら、ほかに何も望むことはありません」

明治生まれの人らしく、厳格で規律正しく、気骨のある生き方に触れました。

いつまでもお元気で！



▲自分が育てた花に囲まれて

「敬老の日」にちなんでお年寄りを敬愛する気持ちを思い起こしていただきましたが、身内に限らず、お年寄りに対しては誰にでもこの気持ちをもちて接していきたいものです。一方で、長寿国となった今、だれもが健康で、生きがいを持って生活できる老後を送りたいと願っています。この「敬老の日」が、そんな老後の実現に向けて自分自身を見つめ直すきっかけにもなることを願っています。

0人と対戦します。

二人がグラウンドゴルフを始めたのは、当時、老人会がこのスポーツを取り入れていたことがきっかけで、もうかれこれ10年近く実績を積みできました。

8月25日、本番に向けて地域のメンバーと練習に励む二人を見学すると、それぞれが自分の打順で見せるその真剣な眼差しにはっとさせられました。

誰にでもできて単純なようで、コースに応じた力加減や打つ方向の正確さが要求される奥の深いスポーツのようです。

反面、打ち終わると、打って変わってジョークを交え、互いの出来を褒めあったり慰めあったり。そんな和気あいあいの雰囲気、このスポーツの人気のわけが伺われます。

これからの二人の特訓は続きますが、本番での抱負を問うと、共に「県代表としてベスト10を目指します。全国の仲間との交流も楽しみです」

快活に笑って答える二人の意気込みは、まさに青春そのものです。

平成16年度下半期（10月～平成17年3月）

スポーツ・温水プール教室

市内に居住または勤務する人が対象の教室です。
あなたの健康づくりに役立ててみませんか。

いずれも、申込多数の場合は抽選で決定します。
なお、申込方法などは、随時、市報でお知らせします。
※ 定員に余裕がある場合は、市外に居住する人も

受講できます。

問い合わせ先 スポーツ課
☎(571)3234
☎(585)1634



	教室名	対象	期間	曜日	回数	時間	受講料	定員	申込期間		
スポーツ教室	ソフトエアロビクス教室	18歳以上の人	11月20日 ～12月18日	土	5	午前9時30分 ～11時30分	1,000円 ※「テーピング教室」 のみ別途材料費が 必要です。	28人	10月15日 ～11月13日		
	テーピング 教室		平成17年1月12日 ～2月9日	水		午後7時～9時		24人	12月15日 ～平成17年1月5日		
	初心者 トレーニング教室		平成17年2月23日 ～3月23日			午後2時～4時		15人	2月1日～16日		
温水プール教室	幼児水泳教室	水の苦手な 4歳以上の未就学児	平成17年3月17日 ～29日	火・木	4	午後3時～5時	1,000円	20人	2月15日～27日		
	小学生 水泳教室	水の苦手な 小学生	10月29日 ～12月17日	金	8	午後5時～7時	2,000円		10月1日～17日		
			平成17年1月8日 ～3月26日	土	12	午前10時 ～正午	3,000円		12月1日～19日		
	初心者 水泳教室	水の苦手な 18歳以上の人	平成17年1月7日 ～3月25日	金			6		1,500円	10月1日～17日	
	平泳ぎ 水泳教室	クロールで 25m以上泳げる 18歳以上の人	11月17日 ～12月22日	水	8				2,000円	12月1日～19日	
	バラエティー 水泳教室		平成17年1月19日 ～3月9日	水					2,000円	10月1日～17日	
	土曜ビクス 教室	18歳以上の人	10月30日 ～12月18日	土	12		3,000円			30人	12月1日～19日
	脂肪燃焼 アクア教室		平成17年1月6日 ～3月24日	木							
	ナイトビクス 教室		平成17年1月21日 ～3月25日	金		8	午後7時～9時		2,000円		

ご存知ですか？

国民年金付加年金

付加年金とは、老齢基礎年金に上乗せして支給される年金です。

毎月の保険料に400円を加算して納めれば、200円に納付月数を乗じた金額が年間の年金受給額に加算されます。

※ 希望する場合は、年金手帳を持って年金担当窓口で手続きしてください。

問い合わせ先 国保年金課年金担当
☎(584)1111 ☎(584)1141

国民年金受給額

定額で40年間納付した場合	付加付きで40年間納付した場合
年間 79万4,500円	79万4,500円+(200円×480月) 年間 89万 500円

40年間で19万2,000円保険料を多く納付すれば、受給の際には年間9万6,000円加算してもらえます。

声を聞かせてください

健康増進計画の策定に向けて

国は、健康寿命の延伸や壮年期死亡の減少を最終目標に、「健康日本21」と題し、生活習慣病を予防するための健康づくり運動を推進しています。

これに基づき、市でも計画を策定するため、市民の健康増進に向けた目標案を作りました。

この案について、また今後取り組んでほしいことや取り組みたいことなど、みなさんの意見や要望などを聞かせてください。

意見提出方法 9月30日(木)までに、ファックスかEメール、郵送、または直接窓口で提出する
提出・問い合わせ先 健康課（〒816-0851昇町1-120）

☎(501)1134 ☎(501)0051

✉kenkou@city.kasuga.fukuoka.jp

項目	目標案
栄養・食生活	▷自分の健康状態を認識し、生活習慣病を予防する食事をする人が増える
身体活動・運動	▷運動習慣者が増える▷日常生活における歩く時間が増える
休養・こころの健康づくり	▷過剰なストレスを感じる人が減る ▷過度の疲労を感じる人が減る
たばこ	▷禁煙、節煙に取り組む人が増える ▷分煙に取り組む事業所が増える
アルコール	▷多量に飲酒する人、妊娠・授乳中に飲酒する人が減る▷未成年者の飲酒の害についての知識を持つ人が増える
歯	▷歯の健康管理ができる人が増える

10月の日程

出前トーク「市長と語る」

井上市長が各地区公民館に出向いて、市民の皆さんと意見交換します。気軽にご参加ください。

日程・会場

- ▷ 10月6日(水) 須玖北公民館
- ▷ 10月12日(火) 春日原南公民館
- ▷ 10月13日(水) 日の出町公民館
- ▷ 10月19日(火) サン・ビオ公民館
- ▷ 10月26日(火) 桜ヶ丘公民館
- ▷ 10月27日(水) 岡本公民館

時間 午後7時～8時30分（春日原南地区のみ午後7時30分～9時）

問い合わせ先 行政管理課

☎(584)1111 ☎(584)1145

申請期限が迫っています

支給対象年齢引き上げに伴う児童手当

今年の6月に法律が変わり、小学1～3年の児童も児童手当の支給対象になりました。

申請が9月30日を過ぎると、4月にさかのぼって支給できなくなります。該当する人でまだ申請していない人は、急いで申請してください。

※ 郵送でも申請できます。詳しくは問い合わせください。

申請・問い合わせ先 こども未来課母子児童担当
(〒816-8501春日市役所)

☎(584)1111 ☎(584)1115

シリーズ 白水小学校建設

建設用地については、文化財発掘調査を終え、これから本格的な造成工事を始めます。

建物については、北側に校舎と体育館、南側にグラウンドを配置することが決定し、校舎には普通教室が20教室、特別教室が10教室、屋上にはプールを設置することが決まりました。この基本設計図は、10月15日号の市報に掲載します。今後は、より詳しい設計（実施設計）を行って

いきます。

通学路の安全対策については、自治会や学校関係者の協力を得ながら、検討していきます。

今後、本格的な造成工事や建築工事に取り掛かりますが、工事を始める前には、地元説明会を行います。日程などについては、それぞれ自治会を通して回覧板でお知らせしていきます。

問い合わせ先 教務課施設計画担当
☎(584)1111 ☎(584)1153

作品募集

第31回春日市文化祭

11月6日(土)・7日(日)の文化祭に、作品を展示しませんか。

対象 市内に居住または通勤・通学している人

募集作品 ▷書道▷絵画▷墨絵▷写真▷木彫▷手芸▷陶芸▷俳句▷短歌▷盆栽▷生け花

応募方法 10月30日(土)午前10時～午後4時に、作品に出品申込書を添えて、ふれあい文化センター旧館(大谷6-24)に搬入する

※ 作品によっては搬入日が異なる場合があります。作品の規格と搬入日は、出品申込書裏面の要項を見てください。

出品申込書は、9月29日(水)から市役所ロビー、いきいきプラザ、ふれあい文化センター、奴国の丘歴史資料館、各地区公民館にあります。

問い合わせ先 社会教育課公民館担当

☎(575)4121 ☎(593)7380

優秀作品を紹介します

第54回「社会を明るくする運動」作文コンクール

市内の中学生を対象に筑紫保護区保護司会春日支部が行った「社会を明るくする運動」作文コンクールの優秀作品を紹介します。



いなくなった転校生

春日西中学校3年 しんかいれいな 新開玲奈さん

あれは、私たちが小学校4年生になったころのことです。ある男の子がほかの学校から転入してきました。その子の兄弟は男の子3人、女の子1人の4人です。入ってきたときからその子は、ちょっと内気で、でも面白い子でした。

私たちのクラスは男女関係なく、みんなで仲良く遊ぶことがよくありました。その子もさっそく輪の中に入ってきました。笑って、笑って、笑って。毎日が本当に楽しかったです。

ある日、私は男の子に傷があることに気が付きました。転んですったりしてできた傷ではなく、何かにぶつけたようなあざが、腕や足に点々とありました。私は一瞬奇妙に思いましたが、「男の子には、よくあることなのかな」と思い、その子に問うことをやめました。

夏、プールの時期です。フツと、その男の子の姿が私の目の中に、入ってきました。その子もみんなとはしゃぎながら泳いでいました。しかし、ただ一つ、気になることがありました。それは、あのときのあざです。治るどころか、また増えていたのです。それも、足や腕だけではなく、背中など、身体中どこを見てもありました。

私の小学校では、「わんぱくウォーク」といって、冬でも5、6年生は上半身裸、女子は半袖で体力作りに励みます。4年生以下の生徒は半袖で参加します。しかし、その男の子はどんなに寒くても、雪が降って指や足のつま先の感覚がなくなっても、体操服を着るように勧められても着ようとはしませんでした。気が付くとその子は身体にはあざや傷をつくり、顔には無数の傷がありました。そして日に日に疲れが見え始め、転入してきたときの元気はなくなり、笑顔もなんとなくこちないような感じになってきたのです。それまではすべてをきちんとこなしていく、とても真面目な人だったのに、朝ご飯を食べてこなかったり、とても薄着だったり、私は疑問を抱く反面、すごく悲しくなりました。

普通、私たちなら休む程の熱があるにも関わらず、男の子は学校にきた日もありました。

先生が家に帰るように言ったときも見るからに帰りたくないという感じで、とてもつらそうでした。

ある日の朝、男の子は学校にきませんでした。先生はその子について、あまり詳しくは話されませんでした。先生に直接聞いて

てみたけれど、先生もあまり知らされてなかったそうです。

私とその子が最後に交わした言葉は、「その英語、見せてくれん」「ちょっと待って。後でね」でした。そして今、表紙に書かれた1、2行の英語のノートをまだ見せることができていない自分がいます。たった二言で交わされた約束。けれど、その約束を守ることができず、今も後悔しています。

あの男の子がどんな目にあっていたか分かっていないのに、少しの力にもなれなかったからです。そしてあんなに暗い光景はもう二度と、見たくありません。

私は、虐待や差別など人間の精神的な問題は、人間同士でゆっくりと、そして確実に解決していくほかないと思います。世界を見れば難しいように思えますが、自分の友達や仲間の間からなら始めることができると思います。それは、心から信じ合える関係を人と人との間で作ることが第一歩になるでしょう。そのためには日ごろの生活、家族との関係、友人との関係の中で、まず、「相手の立場に立って話を聞くこと」、「相手の立場に立って話すこと」が必要になると思います。それこそが「愛のある行為」だと思うからです。(一部割愛)

中学校に来ませんか 子どもの居場所づくり委員会

7

トピックス



春日北中学校区の読み聞かせボランティアが、夏休みに、同校の図書室を使って、交替で読み聞かせを行いました。

同校の「子どもの居場所づくり委員会」が、安全、かつ安心できる活動の場として校舎を開放し、学校と地域が協力して子どもを育てようと企画したもので、幼児から大人まで幅広い層の住民が参加しました。

厳しい暑さの中、部活動に励んでいた中学生も合間を見て参加。癒しのひとときを楽しむように聞き入っていました。

このほか、パソコン教室や吹奏楽、またサッカー、野球、バレーボール、卓球などの運動クラブも開放され、参加者にとっては中学校がとても身近な存在となったようです。

委員長の原尾京子さんは「夏休みだけでなく、今後も継続して行っていきたい」と張り切っています。

(広報レポーター 水町早苗)

水を大切に使ってね 駅前で「水」キャンペーン

「水週間」にちなんだ街頭キャンペーンが、8月2日、西鉄春日原とJR春日の両駅前で行われました。

これは、夏場の水不足に悩む福岡都市圏の市町村が、限られた水資源を大切にしようと、毎年この時期に行っているもの。

春日原駅前では、井上市長をはじめ市職員や春日那珂川水道企業団の職員が、通勤途中の市民に啓発物品を配って節水を呼びかけました。



かすかの元気印

今年の夏に、スポーツ大会や文化活動で活躍した、春日市内の中学生を紹介します。(敬称略)

第2回全国中学生アーチェリー大会

春日中学校

▷ 太田愛梨 (1年) RC女子50m×30mの部優勝

中学校体育連盟総合体育大会

春日北中学校

▷ 安田智美 (3年) 県大会水泳女子200m自由形6位

春日西中学校

▷ 松隈千恵 (3年) 県大会剣道女子個人戦3位→九州大会出場

春日野中学校

▷ バスケットボール部女子 県大会ベスト8

▷ 牧野美咲 (3年) 県大会水泳女子400m自由形6位

▷ 山口泰輝 (3年) 県大会水泳男子1,500m自由形3位

▷ 水泳部女子 県大会水泳女子400mメドレーリレー8位

▷ 水泳部男子 県大会水泳男子400mメドレーリレー4位

春日東中学校

▷ 日高誠大 (3年) 県大会水泳男子100mバタフライ全国標準記録を突破→全国大会出場

春日南中学校

▷ 藤本良太 (2年) 県大会陸上低学年男子100mハードル2位→九州大会出場

▷ 加納晴香 (1年) 県大会陸上1年女子800m3位

ラグビーを通じてスポーツ国際交流 「春日リトルラガーズ」



粘り強く食いさがるリトルラガーズチーム

ラグビーの本場ニュージーランドと市内の子どもたちが、8月19日から30日までの約2週間、ラグビーを通じてスポーツ交流しました。

ワイタクリ市の「マッシーラグビークラブ」と市内の「春日リトルラガーズクラブ」が1990年から相互訪問して続けてきたもので、6回目となる今回は、子どもたちと指導員合わせて94人が来日。

リトルラガーズのメンバー宅にホームステイして、交流試合はもちろん、ステイ先の家族と一緒にスペースワールドを訪れたり、自動車工場を見学したりして交流を深めました。

28日、白水大池公園で行われたラグビー交換会では、白熱した試合が展開される中、マッシーチームの巧みなプレーに双方の応援団から歓声が上がっていました。

次回は、3年後にリトルラガーズがワイタクリ市を訪問する予定です。



歓迎レセプション。滞在中の無事を願う安全祈願に神妙な面持ち



マッシーチームには、華やかなチアリーダーも登場



着物姿で日本の伝統芸能を披露



戦い終わってメンバー同士の固い握手。「3年後にまた会おう!」

8月20日、マッシークラブの代表者が井上市長を訪問。引率は実行委員長の松本弘樹さん(左端)とリトルラガーズクラブ代表の秋吉包雄さん(右端)



ニュージーランドとの交流を希望する人や、ラグビーに興味のある人は問い合わせてください。

問い合わせ先 春日リトルラガーズクラブ事務局 秋吉 ☎954-1551 ☎954-1555



イベント

公開録音観覧希望者募集

NHK邦楽一座がやってきた

NHK福岡放送局は、「第19回国民文化祭・ふくおか2004」を記念して、ラジオ番組「邦楽一座がやってきた」の公開録音を行います。

この番組は、演奏家による楽器指導や生演奏を行い、和楽器の魅力を紹介するもので、国民文化祭に向けて雅楽に取り組んでいる市内の中学生の演奏も紹介します。

観覧は無料です。

日時 10月9日(土)

午後2時～3時30分

(開場 午後1時～)

会場 ふれあい文化センタースプリングホール(大谷6・24)

司会 山田邦子さん(タレント)

出演 春日西・春日南・春日北中学校の生徒▽雅楽会和雅音▽筑紫奈所

定員 600人(申込多数の場合)

抽選

申込方法 9月24日(金)必着までに往復ハガキに郵便番号住所氏名電話番号を書いて送る(二枚につき一人のみ)

申込・問い合わせ先 NHK福岡放送局「邦楽一座がやってきた」係(〒810-8577)

☎(724)2843 ☎(724)2844

サタデープロジェクト

ふれあい探検隊第3弾

今回は、天拝山でハイキングです。「筑紫植物友の会」会員による木や植物の案内に耳を傾けながら、自然とふれあいませんか。

日時 10月16日(土)

午前10時～午後3時(予定)

集合場所 天拝公園(筑紫野市武蔵)

※現地までの交通手段がない人は相談してください。

参加費 一人300円程度

持ってくるもの ▽弁当▽飲み物

定員 40人程度(申込多数の場合)

抽選

申込方法 10月6日(水)までに、電話かファックスで住所氏名電話番号、年齢を伝え

る

申込・問い合わせ先 スポーツ課

☎(571)3234 ☎(585)1634

各種大会参加者募集

日時 10月10日(日) 午前9時～

会場 市民スポーツセンター(大谷6・28)

弓道大会

対象 市内に居住する弓道経験者

※胴衣と袴 白足袋で参加してください。

申込方法 10月5日(火)までに電話で申し込む

申込・問い合わせ先 春日市弓友事務局

☎(582)0905

ソフトテニス大会

対象 市内に居住または勤務するソフトテニス経験者

か春日市ソフトテニス連盟所属会員

※試合は3人1チームの団体戦で行います。なお、ペア



スポーツ

当日抽選し決定します。

申込方法 9月30日(木)までにハガキまたはファックスで住所氏名年齢勤務先または所属クラブ名を書いて送る

申込・問い合わせ先 長野博美

(〒816-0831大谷5-84-1-605)

☎(571)5615 (☎兼用)

硬式テニス

▽ベテランテニス大会

対象 市内に居住または勤務する人が春日市テニス連盟所属会員(男子は50歳以上、女子は45歳以上)

種目 50歳以上男子ダブルス・65歳以上男子ダブルス・45歳以上女子ダブルス

▽ジュニアテニスを楽しむ会

対象 市内の小学生で、ラケット、テニスシューズを準備できる人

※若葉台テニスコート(若葉台西3-4-1)で行います。運動できる服装で参加してください。

申込方法 9月30日(木)までに、

申込・問い合わせ先 スポーツ課

☎(571)3234 ☎(585)1634

体力・運動能力調査

市内に居住または勤務する20～64歳の人が対象です。

あなたの体力年齢を調べてみましょう。

日時 10月21日(木)

午後7時～9時(予定)

場所 勤労青少年ホーム2階体育室(大谷6・28)

測定種目 ▽握力▽上体起こし▽長座体前屈▽反復横とび▽立ち幅とび▽20mシャトルラン(計6種目)

定員 40人程度

※申込多数の場合は抽選を行います。当選者にはのみ通知します。

申込方法 10月5日(火)までに、電話かファックスで郵便番号住所氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を伝える

ハガキかファックスで
ペアの住所、氏名、年齢、勤務先または所属クラブ名を書いて送る

申込・問い合わせ先 春日市テニス連盟事務局 中牟田

田(〒816-0823若葉

台西6-103くすの木

幼稚園内

☎(571)0254 ☎(582)9568

あなたの体力年齢はいくつ?

体力・運動能力調査

市内に居住または勤務する20～64歳の人が対象です。

あなたの体力年齢を調べてみましょう。

日時 10月21日(木)

午後7時～9時(予定)

場所 勤労青少年ホーム2階体育室(大谷6・28)

測定種目 ▽握力▽上体起こし▽長座体前屈▽反復横とび▽立ち幅とび▽20mシャトルラン(計6種目)

定員 40人程度

※申込多数の場合は抽選を行います。当選者にはのみ通知します。

申込方法 10月5日(火)までに、電話かファックスで郵便番号住所氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 スポーツ課

☎(571)3234 ☎(585)1634

9

情報ひろば

第27回春日市市長杯

オープンテニス大会(男子)

日時 10月17日(日)雨天時24日(日)

午前9時～午後3時

(受付 午前8時30分～)

場所 市民スポーツセンターテニ

スコート(大谷6・28)

種目 ▽一般男子ダブルス▽ベテ

ラン120歳以上男子ダブルス

※ 参加者数により変更すること

があります。なお、試合の組み

合わせは当日発表します。

参加費(一人)

▽会員 1,000円

▽一般 1,500円

申込方法 10月8日(金)(必着ま

でに、往復ハガキにペアの

住所、氏名、年齢、勤務先、

優勝経験者は優勝年度を書

いて送る

申込・問い合わせ先 同大会係

(〒816-0823若葉台西

6103)

☎(571)0254 ☎(582)9568

部員募集

バウンドテニス愛好会

若い人からお年寄りまで、み

なで楽しめるスポーツです。

朝の部

練習日時 毎週火(第3週を除

く・土曜日

午前10時～正午

練習場所 西スポーツセンタ

(那珂川町中原541)

夜の部

練習日時 毎週金曜日

午後7時30分～9時30分

練習場所 春日東中学校体育館

(若葉台東1・41)

問い合わせ先

▽酒田(596)9378(昼間)

▽田中(591)2360(夜間)

※ いずれも☎兼用です。

環境

10月から始まります

自動二輪車リサイクル

10月1日から、廃棄する自動二輪車は、国内販売メーカーや輸入販売メーカーが有料で引き取りま

す。料金は、販売メーカーによって

異なりますが、4,120～6,800円(ほかに収集運搬料金も必

要です。詳しくは問い合わせしてくださ

い。

問い合わせ先

▽各販売店

▽二輪車リサイクルコールセンタ

1(受付時間 午前9時30分～

午後5時)

☎03(3598)8075

☎03(3903)3487

<http://www.jarc.or.jp/>

廃棄物処理法の改正

一般廃棄物にも処理責任

廃棄物処理法が改正され、一般廃棄物についても排出事業者の処理責任が問われます。

一般廃棄物の処理を委託する際には、許可証の確認などの確実な手段で、委託業者が廃棄物処理の許可業者であることを確認してください。

問い合わせ先 環境対策課(こみ減

量担当)

☎(584)1111 ☎(584)1147

お届けします

リサイクル肥料「博多のびのび」

家庭などから出る下水をもとに作った肥料です。有機物や石灰を多く含む土壌改良材で、種まきや苗の植付け前の元肥として最適です。注文後約2週間で宅配します。

価格 1セット500円(10kg入り2袋 宅配料・税込み)

支払方法 宅配時に商品と引き換

え。

問い合わせ先

源センター

☎0120(803)804

☎(807)5044



健康

える

問い合わせ先 (財)福岡市下水道資

源センター

☎0120(803)804

☎(807)5044

案内を一部訂正します

平成16年度いきいき健康診査

6月末に対象者に送付した「いきいき健康診査通知」の「病医院一覧表」に誤りがありました。

「和田整形外科医院(表最下段)」では、「結核・肺がん」の検診は

行っておりません。

お詫びして訂正します。

問い合わせ先 健康課

☎(501)1134 ☎(501)0051

気軽にご相談ください

栄養相談

生活習慣病が気になる人などの相談に、管理栄養士が応じます。

日時 10月14日(木)・26日(火)

午後2時～5時

場所 いきいきプラザ(昇町1・120)

※ 事前に予約が必要です。

なお、都合のつかない人は、

問い合わせてください。

予約・問い合わせ先 健康課

☎(501)1134 ☎(501)0051

筑紫保健福祉環境事務所

食肉の生食に注意

鶏肉を生で食べたことによる「カンピロバクター食中毒」や、牛の生レバーや加熱不十分な食肉などによる「O157食中毒」が発生しています。

特に、幼児や高齢者など抵抗力の弱い人は、重症化しやすい傾向にあります。

生の食肉や、加熱不十分な食肉は食べないよう注意しましょう。

予防方法

①食肉は、中心温度75℃で1分以上加熱する。バーベキューや焼

肉などは、大人が十分に焼いて子どもに与える。

②食肉を扱ったあとは、手を石けんと消毒液でよく洗浄・消毒する。

③食肉の調理に使用したまな板や包丁は、他の食品への汚染を防ぐため、使用後は洗剤でよく洗

い、熱湯または消毒液で消毒する。

問い合わせ先 同事務所衛生課食

品衛生係

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

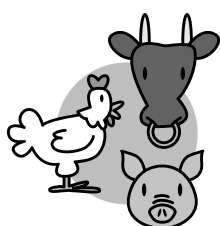
☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444

☎(513)5582 ☎(592)8444



参加者募集

菊池養生園研修

「食は命なり」。人間一人ひとりが自らの生き方を考える時代に入っています。今までの食生活を見つめ直し、食事を考えることによる養生法を学んでみませんか。

日時 10月20日(水)

午前8時30分～午後4時30分

場所 菊池養生園(熊本県菊池郡酒井町)

※ 市のバスで送迎します。

内容 ▽食品の安全についてのビデオ学習▽竹熊園長の養生説法▽健康食体験▽農園見学

募集人数 30人(申込先着順)

参加費 2,200円(昼食代込み)

申込方法

9月21日(火)～30日(木)に、電話かファックスで住所・氏名・年齢・性別・電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 健康課

☎501)1134 ☎501)0051

筑紫保健福祉環境事務所

膠原病講演会

膠原病との上手な付き合い方について講演します。講演終了後は交流会で情報交換もできます。

参加は無料です。

日時 10月1日(金)

午後1時30分～3時30分

会場 筑紫総合庁舎4階中会議室

(大野城市白木原3-5-1)

25

※ 駐車場に限りがあります。できるだけ公共交通機関を利用してください。

定員 50人(申込先着順)

申込方法 9月24日(金)までに、電話かファックスで住所・氏名・電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 同事務所健康対策課健康増進係

☎(513)5583 ☎(592)8444



講演・講座

春日市青少年育成市民会議

青少年育成のための活動報告会

青少年の育成に携わっている地域や団体による活動報告会です。入場は無料です。

日時 9月25日(土)

午前10時～正午

(受付 午前9時30分)

場所 ふれあい文化センター大会議室(大谷6-24)

活動発表者

▽渡邊章三さん(惣利地区自治会長)

▽高橋道夫さん(春日市少年相談員連絡協議会)

▽後藤清忠さん(春日市青少年育成市民会議事務局長)

※ 春日市少年少女合唱団によるアトラクションもあります。

問い合わせ先 同市民会議

☎(584)3366 ☎(575)0768

中高年初心者向け

パソコン習得法講座

おおむね50歳以上の初心者を対象で、受講は無料です。

日時 9月22日(水)

午前10時～11時30分

場所 クローバープラザ506研修室(原町3-17)

定員 60人(申込先着順)

申込方法 9月19日(日)に、電話で申し込む

※ 実技はありません。

申込・問い合わせ先 パソコン同好会 恒崎

☎(691)7349(☎兼用)

福岡地区職業訓練協会

職業訓練講座

講座名・申込開始日・定員

▽パソコン「エクセル」(昼・夜)

9月21日(火) 各20人

▽手織・染色

9月17日(金) 13人

▽ガス溶接技能

9月16日(木) 50人

※ いずれも申込先着順です。日程や受講料、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 同協会

☎(671)6831 ☎(672)2133

各地区公民館で行います

男性高齢者料理教室

あまり料理をしたことがない60歳以上の男性を対象に、調理や食事の基礎知識を教えます。この機会に料理に挑戦してみませんか。

会場・日程(いずれも3日間)

▽紅葉ヶ丘公民館

10月1日(金)・22日(金) 11月12日(金)

▽桜ヶ丘公民館

10月21日(木)・28日(木) 11月4日(木)

▽泉公民館

10月27日(水) 11月10日(水)・24日(水)

▽春日原公民館

11月1日(月)・8日(月)・15日(月)

時間 午前10時～午後1時

費用 実費(材料費)

定員 各10人(申込多数の場合抽選)

※ 詳しくは問い合わせください。

問い合わせ先 高齢障害課高齢担当

当

☎(584)1111 ☎(584)3090

(財)福岡県建築住宅センター

住まいづくり教室

日程・内容

▽10月19日(火) 高齢者のための住宅改造

▽10月26日(火) なつとく・床暖房

▽11月9日(火) 防犯対策のいろいろ

時間 午後1時30分～3時

会場 クローバープラザ(原町3-1-7)

受講料 無料

定員 各40人(申込先着順)

申込方法 電話かファックス、メールで住所・氏名・電話番号、希望日を伝える

申込・問い合わせ先 同センター

☎(781)5169 ☎(715)5230

✉kkaku@kjc.or.jp

筑紫食品衛生協会

食品衛生責任者養成講習会

食糧衛生法で設置が義務付けられている「食品衛生責任者」の知識と技術を身につける講習会です。

対象 食品関係の営業者が従事者または受講希望者

日時 10月20日(水)・21日(木)

午前10時～午後5時

(受付 午前9時30分)

※ いずれか1日のみの受講です。

会場 クローバープラザ508研修室(原町3-17)

受講料 7,000円

定員 各120人(申込先着順)

申込方法 10月15日(金)までに窓口で申し込む

申込・問い合わせ先 同協会(大野城市白木原3-5-25筑紫総合庁舎内)

☎(575)5056(☎兼用)

男女共同参画について学ぶ
筑紫地区女性大学

性別や慣習にとらわれず、一人ひとりが個性と能力を発揮できる社会の実現を目指して、学習会を行います。

筑紫地区に居住または勤務する人が対象で、参加は無料です。

日時・内容・講師・場所

▽10月28日(木) 「生涯学習社会における女性の生き方」
石井カズエさん(北九州あいの会)

ミリカローデン那珂川(那珂川町仲294-1)

▽11月12日(金) 「老年医学から見た痴呆」
岡山昌弘さん(今津赤十字病院院長)

ふれあい文化センター(大谷6-24)

▽12月7日(火) 「身近なジェンダーを考える・ジェンダーってなんだ？」
吉野あかねさん(ジェンダー出前劇団「お茶するう?」)

太宰府市中央公民館(太宰府市観世音寺1-3-1)

▽平成17年1月11日(火) 「日本の国際化と在日外国人の人権」
金 泰泳さん(福岡教育大学助教授)

筑紫野市生涯学習センター(筑紫野市二日市南1-9-3)

▽2月21日(月) 「これからの『地域力』を考える」
林田スズさん(大野城まどかぴあ男女平等推進センター所長)

大野城まどかぴあ(大野城市曙町2-3-1)

時間 午前10時~正午
定員 200人(申込先着順)
申込方法 10月1日(金)までに、電話かファックスで住所氏名、電話番号を伝える
申込・問い合わせ先 社会教育課 社会教育担当
☎(575)4121 ☎(593)7380

筑紫地区商工会職業訓練会
パソコン講習会

○ワード中級講座

ワードの基本操作ができる人が対象の、マウス検定試験のための対策講座です。

日程 10月14日(木)・19日(火)・21日(木)・26日(火)・28日(木)

○ホームページ作成応用実践講座

ホームページ作成の基礎知識がある人を対象に、画像処理やバナーの作成など、オリジナル

ページの作成を教えます。

日程 10月15日(金)・18日(月)・20日(水)・22日(金)・27日(水)

※ いずれも5日間です。

時間 午後1時~5時
会場 太宰府市商工会館(太宰府市観世音寺1-2-5)

受講料 各1万円(テキスト代込み)
定員 各20人(申込先着順)

申込方法 9月16日(木)~30日(木)に、電話かファックスで住所氏名、電話番号を伝える

※ 申込期限後のキャンセルは返金できません。
申込・問い合わせ先 同会
☎(581)3557 ☎(581)3558

福岡いのちの電話

相談ボランティア養成講座

24時間電話相談にに応じている「いのちの電話」相談員の養成講座です。

対象 23~65歳の人で、受講終了後、電話相談員を務めることができる人

日程 10月23日(土)~平成17年9月(原則として隔週月曜日計20回)

※ これ以外に宿泊研修(土・日曜日)が2回あります。

時間 午後6時30分~8時30分
会場 九州キリスト教会館研修室(福岡市中央区舞鶴2-7-1)

7

内容 ▽カウンセリングの基礎 ▽精神医学 ▽法律 ▽人権 ▽自殺 ▽心の健康 など

受講料 2万円
定員 30人(申込先着順)

※ 申込方法など、詳しくは問い合わせください。

問い合わせ先 福岡いのちの電話事務局
☎(713)4343 ☎(721)4343



子育て

筑紫野APリーダー会

子育てミニ講演会

子育ての体験談を聴いてみませんか。日ごろ子育てで感じたことなどを語り合いまじよう。

託児(無料・1歳以上・先着15人も行います)。
日時 10月5日(火)
午前10時30分~午後0時30分

会場 筑紫野市生涯学習センター(筑紫野市二日市南1-9-3)

参加費 300円(資料代として)
定員 20人(申込先着順)

申込方法 電話かファックスで氏名、電話番号、託児希望者は子どもの月齢を伝える
申込・問い合わせ先 同会 野口

☎(925)3870 (☎兼用)

「ファミ・サポの紹介」

子育て教室

1歳未満の子とその保護者の交流の場です。

参加は無料です。
日時 10月6日(水)
午前10時30分~正午

場所 いきいきプラザ(昇町1-120)

持つてくるもの 母子健康手帳
問い合わせ先 健康課
☎(501)1134 ☎(501)0051

幼児期からの正しい歯みがき
歯みがき教室

1歳以上の幼児とその保護者を対象に、歯科衛生士が正しい歯みがきを教えます。

参加は無料です。
日時 9月29日(水)
午前10時30分~正午

場所 いきいきプラザ(昇町1-120)

持つてくるもの ▽子ども用歯ブラシ ▽母子健康手帳
問い合わせ先 健康課
☎(501)1134 ☎(501)0051





相談

福岡県司法書士会

無料法律相談

相続・贈与・売買・多重債務
訴訟手続・成年後見などの相談に
応じます。

日時 10月2日(土)

午前10時～午後4時

会場 太宰府市いきいき情報セン
ター (太宰府市五条3-1

1)

問い合わせ先 同会

☎(74)3721 ☎(74)4234

福岡県土地家屋調査士会

法の日無料相談会

土地の境界 測量 土地建物表
示登記などの相談に応じます。

日時 10月2日(土)

午前10時～午後4時

会場 太宰府市いきいき情報セン
ター (太宰府市五条3-1

1)

問い合わせ先 同会筑紫支部

☎(501)2932 ☎(502)2751

福岡法務局筑紫支局

筑紫地区定例人権相談

人権問題に関する相談に人権擁
護委員が応じます。

日程・会場

▽10月5日(火) 春日市役所

▽10月7日(木) 大野城市総合福祉

センター (大野城市曙町2-1)

▽10月19日(火) 筑紫野市役所 (筑

紫野市二日市西1-1-1)

相談時間 午前10時～午後3時

問い合わせ先 同支局

☎(922)2881 ☎(922)3342

福岡県宅建物取引業協会

不動産無料相談所

不動産取引のトラブルなどに
いての相談に応じます。

日時 9月28日(火)

午前10時～午後4時

(受付 午後3時まで)

会場 大野城まどかぴあ (大野城

市曙町2-3-1)

問い合わせ先 同協会筑紫支部

☎(923)8948 ☎(923)8966

福岡県弁護士会

法の日週間無料法律相談

10月1日～7日の「法の日週間」
にちなんで法律相談です。

日時 10月7日(木)

午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後4時

時

会場 同弁護士会館3階ホール

(福岡市中央区城内1-1)

定員 100人程度(申込先着順)

申込方法 9月16日(木)午前9時以

降(電話)で申し込む

申込・問い合わせ先 天神弁護士

センター

☎(741)3208・(741)0994

福岡法務局筑紫支局

無料法務総合相談所

10月1日～7日の「法の日週間」

にちなんで、弁護士や公証人など

による相談所を開設します。

日時 10月7日(木)

午前10時～3時

受付 午前9時～

会場 二日市コミュニティセンタ

ー (筑紫野市二日市中央5

1-5-18)

※ 先着順に相談を受けます。

問い合わせ先 同支局

☎(922)2881 ☎(922)3342

労働関係の悩みを受付

総合労働相談コーナー

勤労者 事業主からの労働問題
に関する相談に、専門の相談員が
応じます。

秘密は厳守します。気軽に相談
してください。

相談日 月～金曜日(祝日を除く)

時間 午前9時～午後4時30分

相談先

▽福岡労働局相談コーナー (福岡

市博多区博多駅東2-11-1)

☎(411)4764 ☎(473)0736

▽天神相談コーナー (福岡市中央

区天神2-14-2)

☎(739)2790 ☎(739)2795

▽福岡中央相談コーナー (福岡市

中央区長浜2-1-1)

☎(761)5605 ☎(761)5616



福祉

ご参加ください

共同募金運動推進大会

共同募金運動に対する功労者の
表彰式典と講演を行います。

参加は無料です。

日時 9月28日(火)

午後1時30分～3時30分

(受付 午後1時～)

会場 ふれあい文化センターサン

ホール(大谷6-24)

講演

▽演題 「誰もが安心して暮らせ

る地域をつくるには」ハン

セン病元患者の社会復帰を

通して

▽講師 中修一さん (菊池恵楓

園退所者の会副会長)

問い合わせ先 市社会福祉協議会

総務課

☎(581)7225 ☎(581)7258



国保いろいろ

ラジオ「健康ワンポイント」
ただいま放送中

国民健康保険中央会が提供
する「健康ワンポイント」は、
週替わりのテーマに沿って、
医師などがアナウンサーの質
問に答える番組です。

健康づくりや病気予防に役
立つ情報を放送しています。
ぜひ聞いてみてください。

放送局 九州朝日放送(周波

数1,413kHz)

放送時間 毎週月～金曜日

午前10時48分～10時52

分

※ 国民健康保険中央会のホ
ームページ内 (<http://www.kokuh.or.jp/kenko/>) に
放送テーマ・講師を掲載し
ています。

問い合わせ先 国保年金課国

保担当

☎(584)1111 ☎(584)1141



かすがボランティアセンター

ボランティアフォローアップ研修

ボランティア活動をしている人が対象です。ボランティアについてより深く学びませんか。
参加は無料です。

日時 9月25日(土)・10月2日(土)

(計2日)

午後1時30分～5時

会場 ▽社会福祉センター(昇町3-10-1) ▽いきいきプラザ(昇町1-12-0)

定員 30人(申込先着順)

※ 内容や申込方法など、詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ先 同センター

☎(501)1136 (☎兼用)



筑紫地域精神障害者家族会「五筑会 精神保健福祉講演会」

精神障害者の自立生活支援と地域福祉を考える講演会です。

入場は無料です。

日時 9月28日(火)

午後1時30分～3時

場所 筑紫総合庁舎2階(大野城)

市白木原3-5-25

演題 「共生のためのまちづくり ～ノーマライゼーション社会をめざして～」

講師 山崎安則さん(筑紫女子大学 助教授)

問い合わせ先 同会

☎(592)3942 (☎兼用)

福岡県立福岡聾学校

移動母子教室

聴覚障害者に関わる保護者や教員、施設関係者を対象に、講演と公開授業を行います。

日時 9月30日(木)

午前9時20分～午後0時30分(受付 午前9時～)

場所 同校図書室(福岡市早良区荒江3-2-1)

演題 「家庭における聴覚障害児へのかかわり方について」

読み書きにつなげるための「言葉かけ」

講師 馬場 顕さん(元筑波大学 附属聾学校副校長)

申込方法 9月24日(金)までに、電話かファックスで住所氏

氏



名 電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 同校

☎(821)1212 ☎(822)9861

募 集

参加者募集

福岡県ねりん・スポーツ文化祭

スポーツや文化活動を通じて、高齢者の生きがいや健康づくりを支援し、はつらつとした高齢社会を築くことを目指して開催している「第4回ねりん・スポーツ文化祭」への参加者を募集します。

今年、来年開催する「ねりんピックふくおか2005」のりハサル大会も兼ねており、春日市では11月14日(日)になぎなたを開催します。

対象 県内に在住する60歳以上の人(昭和20年4月1日以前に生まれた人)

種目 ▽ねりんファッションショー ▽合唱フェスティバル ▽卓球 ▽ゴルフ ▽マラソン ▽社交ダンス など

※ 開催日や会場、申込期間など、詳しくは市高齢障害課、各保健福祉環境事務所にある実施要項を見てください。

問い合わせ先 高齢障害課高齢担当

☎(584)1111 ☎(584)3090



今日の健康料理

鮭のホイル焼き

魚にはEPAやDHAなど血中のコレステロールや中性脂肪を低下させる作用を持つ質のいい油が含まれています。今回は、そんな油を落とさない調理方法で作る料理です。

材料(4人分)

生サケ 4切れ

塩 小さじ1/2

酒 大さじ2

生シイタケ 4枚

グリーンアスパラ 4本

タマネギ 小1個

バター(マーガリン) 大さじ2

レモン 1/2個

作り方

①サケに塩を振り、10分ほど置いてから酒を振り掛ける。

②タマネギを薄切りにする。シイタケは軸を取り、十文字に切り目を入れる。グリーンアスパラは根元を切り、3~4cmの長さに切る。

③30cmの長さに切ったアルミホイルにタマネギを敷き、その上にサケ、シイタケ、グリーンアスパラの順にのせる。

④バター(マーガリン)を③にのせてアルミホイルの口を閉じる。

⑤熱したフライパンに④を並べ、ふたをして強火で4分弱火で15分程度蒸し焼きにする(オーブントースターで15~20分程度焼いてもよい)。

⑥皿にのせ、くし型に切ったレモンを添える。

熱量(1人分) 210kcal

(春日市食生活改善推進会)



出店者募集

市商工まつりフリーマーケット

対象 市内に居住または勤務する人（業者は不可）

※ 食品の販売はできません

日時 10月17日(日)

午前10時～午後4時

会場 豊宮春日公園（原町3-1-4）

出店料 2,000円

定員 50組(申込多数の場合抽選)

申込方法 9月24日(金)（必着）までに、往復ハガキに住所氏名、電話番号、販売品目、搬入車両番号を書いて送る

申込・問い合わせ先 春日市商工会フリーマーケット係（〒816-0825 伯玄町2-24）

☎(581)1407 ☎(575)0702

冒険しませんか

ボーイスカウト春日第3団

6歳以上の人が対象で、性別は問いません

部員

▽ビーバースカウト（幼稚園年長～小学2年生8月）

▽カブスカウト（小学2年生9月～小学5年生8月）

▽ボーイスカウト（小学5年生9月～中学2年生8月）

※ 20歳以上の人は、指導者として登録できます。（資格取得が必要。詳しくは問い合わせ）

ください。

問い合わせ先 日本ボーイスカウト春日第3団事務局 中尾

☎(501)2857（☎兼用）

福岡地方裁判所

通訳人候補者

外国人が関与する刑事事件の裁判手続時に必要な通訳人候補者を募集しています。

募集する言語 ▽アラビア語▽イタリヤ語▽インドネシア語

▽ベトナム語▽ウルドゥ語▽シンハラ語▽中国(上海)

▽ドイツ語▽トルコ語▽パンジャビ語▽フィリピン

▽タガログ語▽フランス語▽ヘブライ語▽ペルシア

語▽ベンガル語▽ポルトガル語▽ミャンマー語▽ロシア

ア語

※ 中国(上海)語については緊急のため、9月30日(木)までに電話で応募してください。

応募・問い合わせ先 同裁判所刑事訴訟事務室

☎(781)3141

その他

春日市ふれあい文化センター

施設利用予約

同センターの利用予約の受付

新入園児募集 春日市内私立幼稚園

市内に9園ある私立幼稚園の平成17年度新入園児を募集します。

対象 満3～5歳児

願書配布 10月1日(金)～

願書受付 11月1日(月)～

※ 願書、入園要項などの配布や願書の受付は、それぞれの園で行います。なお、受付は定員になり次第締め切ります。

保育内容など詳しくは、各園の説明会に出席するか、直接お問い合わせください。

○延長保育

通常の保育終了後、夕方まで園児を預っています。

○私立幼稚園就園奨励費

市は、幼稚園教育の振興を目的に、私立幼稚園に通う園児の保育料を、保護者の所得状況や通園児童数に応じて補助しています。

※ 詳しくは、各幼稚園または市教務課に問い合わせてください。



園 名	電話番号	説明会日時
須玖幼稚園(須玖北8-56)	582-9830	10月4日(月) 午前10時30分～
森の木幼稚園(昇町2-85)	592-3977	10月8日(金) 午前10時～
春日幼稚園(春日3-42)	501-3425	10月13日(水) 午前10時～
くすの木幼稚園(若葉台西6-103)	571-0254	10月14日(木) 午前10時～
泉ヶ丘幼稚園(泉2-2)	574-4154	10月16日(土) 午前10時30分～
宝幼稚園(宝町4-14-1)	591-2414	10月16日(土) 午前9時30分～
もみの木幼稚園(上白水445-2)	582-4292	10月19日(火) 午前10時～
春日小鳩幼稚園(岡本1-86)	581-5905	10月20日(水) 午前10時～
恵星幼稚園(春日原北町4-23)	501-7635	10月21日(木) 午後1時～

は、ホールとギャラリーは1年前から、それ以外の施設は6カ月前からとなっています。

しかし、公社主催の事業などが増加してご利用いただける日が少なくなっています。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

※ 同センターの空室状況は、ホームページで確認するか直接問い合わせてください。

問い合わせ先 同センター

☎(584)3366 ☎(501)1669

http://www.reserve.city.kasu

ga.fukuoka.jp/

「コミュニティバス「やよい」」

荒天時の運行休止

8月30日の台風接近により、コミュニティバス「やよい」の運行を一時休止しました。

荒天や災害などの影響で「やよ

い」の運行に支障が予想される場合は、西鉄路線バスに準じて運行を休止します。テレビやラジオの交通機関運行状況を確認してください。

また、運行休止の情報は、ホームページとケーブルテレビでもお知らせしています。

問い合わせ先 都市計画課

☎(584)1111 ☎(584)1143

ご存知ですか？

1万円が当たる抽選券フェア！

春日市商工会では、現金1万円が500本当たる抽選券フェアを開催しています。

ポスターをはっている加盟店で、お買い上げ千円ごとに抽選券1枚を差し上げます。

開催期限 9月30日(木)

※ 10月17日(日)の「商工まつり(春日八公園)」で、抽選会を行います。

問い合わせ先 同商工会

☎(581)1407 ☎(575)0702

南福岡社会保険事務所

年金相談を行います

国民年金に関する相談に応じます。未納保険料の納付相談や支払いも受けます。

日時 9月24日(金)・29日(水)

午前10時～午後4時

場所 市役所1階ロビー

持ってくる物 年金手帳

問い合わせ先 同社会保険事務所

☎(552)6111



こんにちは保健師です



肥満は万病のもと

肥満とは、体に必要以上の脂肪を蓄えている状態です。肥満になると内臓に負担がかかります。

人はなぜ太るのか

平成14年国民栄養調査によると、30～60歳の男性と60歳以上の女性の約3割が肥満であるといわれています。

人間は、あまり体を動かさないと、摂取エネルギーが余分な脂肪として体内に蓄積されていきます。これが肥満の原因となるのです。

肥満のタイプを知ろう

肥満の指標には、「BMI (体格指数)」がよく用いられます。この値が22前後の人が最も病気にかかりにくいと言われており、25以上の人は肥満と判定されます。

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

また、肥満には脂肪のつき方によって2つのタイプがあります。BMIで肥満と判定された人は、ウエスト（おへそ）周りヒップ（お尻）周りを測定して、ウエスト・ヒップ（W/H）比を出し、どちらのタイプに該当するか判定してみましょう。

$$\text{W/H比} = \text{ウエスト(cm)} \div \text{ヒップ(cm)}$$

○男女ともW/H比が0.7以下—「洋ナシ型肥満」

皮膚の下に脂肪がついている肥満で、お尻・太ももなどがふっくらとしている。若い女性に多い。

○男性1以上、女性0.9以上—「リンゴ型肥満」

内臓周辺に脂肪がついている肥満で、男性や更年期以降の女性に多い。生活習慣病との関わりが大きい。

肥満になりやすい人とは

現在、肥満ではない人でも、将来的に肥満になる可能性はあります。生活習慣病との関わりが大きい「リンゴ型肥満」の危険度をチェックしてみましょう。

ひとつでも当てはまる項目がある人は注意が必要です。

- ☐ 満腹になるまで食べてしまう
- ☐ よく間食をしてしまう
- ☐ アイスcreamやスナック菓子をよく食べる
- ☐ 清涼飲料水や炭酸飲料などのジュースをよく飲む

☐ 緑黄色野菜が嫌い

☐ 移動は車を使うことが多く、歩くことが少ない

☐ タバコを吸う

肥満予防のために

肥満予防は、自分に制限をかけすぎず、できることに継続して取り組むことが大切です。

まず、食生活を見直しましょう。極端な減量食は長続きせず、リバウンドしてしまいがちです。高エネルギー食品に注意し、腹八分目を心掛けましょう。

また、ウォーキングなど無理のない運動から始めてみましょう。毎日の体重をグラフ化するのも効果的です。

健康課保健師 寺田貴代

冬ごもり前のダイエット教室

生活習慣を見直し、肥満を改善する教室です。あなたも参加してみませんか。

対象 BMIの値が25以上の人

日程・内容

- ▷ 10月7日(木) 開講式・講義
- ▷ 10月14日(木) 健康チェック
- ▷ 10月21日(木) 運動実技
- ▷ 10月28日(木) 栄養講義
- ▷ 11月4日(木) 調理実習
- ▷ 12月9日(木) 運動実技
- ▷ 1月13日(木) 運動実技
- ▷ 2月10日(木) 修了式・健康チェック

※ この日程のほかに、いきいきルームのフリーコース体験を行います。

時間 午前10時～正午（11月4日は午後1時まで）

会場 いきいきプラザ（昇町1—120）

受講料 1,000円

定員 30人（申込先着順）

申込方法 9月17日(金)～30日(木)に、電話かファックスで住所、氏名、年齢、電話番号、BMIの値を伝える

申込・問い合わせ先 健康課

☎(501)1134 ☎(501)0051

たんぽぽめーる

絵本の読み聞かせ

絵本の読み聞かせは、豊かな心やことばを育み、親子の心のふれあいを生みまします。

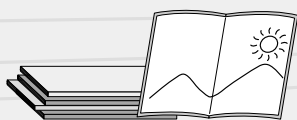
また、親子で絵本を楽しむ中で、一つの世界を共有し、語り合うことで、子どもは親への信頼感を育てます。

幼児期は、心を育てる大切な時期です。この時期に繰り返し読み聞かせを体験することで、話を聞く態度や集中力が身についていくのです。

子育て支援センターたんぽぽルームでも、定期的に絵本の読み聞かせを行っています。ぜひ参加してみてください。

日時 毎月第3木曜日 午前11時～正午

※ 同時に、読み聞かせについての質問に答える読書相談も行っています。

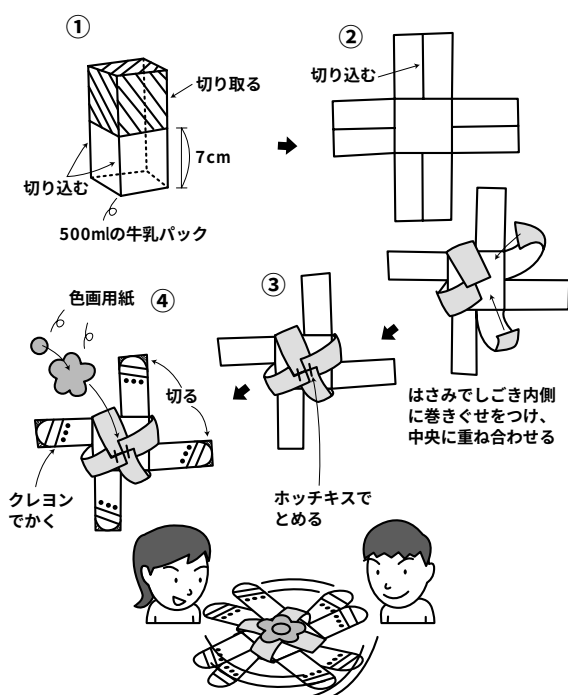


ためしてみよう くるくるこま

牛乳パックで簡単に作れます。

4枚の羽根がくるくる回って、とってもきれいです。小さい子どもでも簡単に回せます。

模様を描いたり、飾りを付けたりして、あなただけのこまを作ってみましょう。



ふれあいひろば

～保育所情報「大和保育所」～

大和保育所では、子どもたち一人ひとりの自発性や意欲、周りの人への信頼感を育てる「応答的保育」を行っています。

0～2歳児は、それぞれ年齢ごとに担当の保育士が付き、家庭的な保育を行っています。

3～5歳児は「異年齢混合保育」を取り入れ、自分で活動を選び、その活動に集中し、できた・終わったという充実感を味わえるような保育を行っています。

毎月1回、老人のデイケアセンターを訪問するなど、地域との交流も大切にしています。

保育所に入所していない子どもも一緒に参加できる地域活動も行っています。一度のぞいてみませんか。

主な地域活動

▷ 園庭開放

日時 毎日 正午まで

▷ 地域公開保育あそび会（わらべうたや手作りおもちゃの紹介など）

日時 毎月10日・20日 午前10時～11時
問い合わせ先 同保育所 ☎(571)3267



国民文化祭で披露 市内中学生が雅楽の演奏に挑戦

毎年、各県持ち回りで行われる国民文化祭が、今年、福岡県で開催されます。春日市では3つの事業が企画され、そのうちの一つ「弥生の里雅楽祭」が、10月31日、ふれあい文化センターで行われます。この雅楽祭に、春日西、春日南、春日北の三中学校が、合同で参加します。

昨年、雅楽の体験授業を受けた生徒の内の希望者が、今年4月から、雅楽の選択授業を受講。主に福岡の浄土真宗本願寺派（西本願寺）の僧侶などで構成する雅楽会「和雅音」の指導を受けながら、週1回の練習を重ねてきました。

指導者は、「最初は心配しました。2カ月ほど練習を重ねたところから上達し始め、今では予想以上の出来。雅楽祭でどこまで演奏できるか楽しみ」と語っていました。

当日は、「越天楽」（合奏）と「更衣」（合唱）の2曲を披露。時代を越え、春日に響く、和のオーケストラ。本番が楽しみです。

（注）雅楽とは、奈良時代前後に中国や朝鮮などから輸入した楽舞とそれを模した日本製の楽曲に、その影響下で作られた声楽、神楽など日本古来の歌と舞を含む、宮廷音楽全般を指します。



▲8月26日に、ふれあい文化センターで行われた合同練習。北（左）が筑、西（中央）が龍笛、南（右）が篳篥を担当。

児童センターで工作教室 ブタの貯金箱作り



夏休みの工作教室が、8月25日、光町児童センターで行われ、小学校1～6年生10人が参加し、ブタの貯金箱作りに挑戦しました。

ペットボトルで胴体を、フェルトで目や鼻や足を、モールで尻尾を作成。ホットボンドで接着して組み立てました。

細かい作業に苦勞しながらも、全員、かわいらしいブタの貯金箱を完成。素晴らしい夏休みの宿題(!?)が出来上がりました。

市の人口 (8/15 現在)

●市の人口	109,498人
女 55,794人	男 53,704人
●世帯数	42,723世帯

表紙の写真 8月26日に毛勝児童センターで行われた「そうめん流し」の様子。竹筒を流る冷たいそうめんを必死にすくい上げ、おいしそうに食べていました。

奴国写真館



ひとがた ど せいひん
人形土製品

下白水北5丁目の下白水大塚古墳から出土したものです。

古墳を作る際の儀式に使われたと考えられています。

なこく
(奴国の丘歴史資料館)

右：高さ8.8cm