

かが

子どもからお年寄りまで楽しんだ いきいきフェスタ春日'98



「いきいきフェスタ春日'98」が、9月13日、いきいきプラザと春日小学校を会場にして開かれました。今回のフェスタは、「いきいきフェア」に「市民福祉大会」や「子ども祭り」が合体したもので、子どもからお年寄りまで、だれもが楽しめる催しとなりました。

それぞれの会場では、集まった大勢の市民が、講演会やバザー、展示などを見て回り、健康と福祉について考えていました。

この日は、会場までの巡回バスが運行されたこともあって、約13,000人の市民でにぎわいました。





本番間近！練習にも熱が入る
市民創作ミュージカル

11月1日
午後5時開演

光の皇子と月の皇子

今年の市民創作ミュージカルは「光の皇子と月の皇子」。
小学6年生から社会人まで、市内はもちろん筑紫地区、福岡市、糟屋郡と広
範囲から集まった23人が演じる、日拝塚古墳の謎に迫る壮大な歴史ロマン。
6月から週2回の練習を重ねてきた出演者の皆さん。
いよいよ本番間近。10月16日からは毎日集まって、練習にがんばります。
本番の舞台では、素晴らしい演技を披露してくれることと思います。
入場は無料です。皆さんの来場をお待ちしています。 ▽練習風景

日時 11月1日(日) 午後5時～
(開場午後4時30分)
※ 公演時間は約1時間。
場所 ふれあい文化センター
スプリングホール
問い合わせ先 社会教育課
☎ (575) 4121



あらすじ

大和時代。「かすが」一帯を支配し
ていた豪族に2人の皇子がいた。その
名は、「春日彦」と「月彦」。
人々は、この兄弟を「光の皇子」
・「月の皇子」と呼んで、慕っていた。
しかし、大和朝廷の強大な権力が兄
弟を引き裂いた…。
時は流れて、兄の「光の皇子」は
「ちくし」を統一し、大和朝廷からの
信頼を受け人々と共に平和に暮らして
いた。
527年、現在の八女地方を中心に
勢力を拡大していた豪族磐井氏が反乱
を起こした。
そこで、「光の皇子」は、大和朝廷
の命に従い磐井氏の反乱の鎮圧に向か
ったが、そこには…。



日拝塚古墳
所在地 下白水南6丁目
全長40mと市内で最も大きい古墳
で、6世紀前半に築造された前方後
円墳。主軸がほぼ東西を向き、彼岸
の時期には、約16km東方にある大
樹地山から昇る太陽を拝めることか
ら「日を拝む塚」として、日拝塚と
呼ばれるようになりました。
昭和51(1976)年には、国指定史
跡となっています。



△石室内部
▷上空から見る古墳
全景

訂正とおわび
市報10月15日号の折り込み「文化事業だより」中、この
市民創作ミュージカル「光の皇子と月の皇子」の開場・
開演時間に誤りがありました。訂正しておわびします。

訂正後
▷開場 午後4時30分
▷開演 午後5時

出演者にインタビュー



信國 雅子さん (17歳)
クンバ役

舞台上に立った経験といえば小学生の時の学芸会くらいで、もちろんミュージカルは初参加です。セリフを覚えたり、歩き方一つにも気を配ったりと大変ですが、それでも今は練習が楽しくてしょうがありません。

このミュージカルの中で私が一番好きなのは、何と言ってもラストシーンです。台本を読みながら何度も涙がでました。皆さんにもぜひ注目して欲しい場面です。



笠松 守さん (60歳)
折とう師役

出演者の中では最年長。演じることで自分自身が元気になれるし、見ている高齢者にも元気のメッセージを送ることができていると思っています。60歳になってもこんなに元気でがんばっているという姿を見て欲しいです。

また、この話は史実を題材にしたものです。皆さんもこれを見て春日のすばらしい歴史を見直してみてください。



西田 康子さん (40歳)
月彦役

月彦は感情の起伏が激しい役ですが、私自身の性格に通じるところがあり、共感できます。月彦の力強さやキレのよさをしっかり表現したいです。

このミュージカルを通じて、人間がもともと持っているひたむきな強さや家族愛などを見る人にも感じてもらえたらと思っています。



川瀬 友美さん (12歳)
武人役

出演者の中では最年少ですが、昨年大野城市のミュージカルにも出演しました。歌を思いきり歌うことができるのでミュージカルは大好きです。

みんなが一生命ががんばっている姿をぜひ見て欲しいです。



上野 優子さん (24歳)
レイカ役

市民ミュージカルには市報の募集記事を見て応募しました。お芝居をするのは初めてなので、体がイメージについていかず、苦労しています。

レイカは物語の中の唯一の女性役です。やさしさと力強さの二面性をうまく出せるようにがんばります。



特別出演「学びすと春日・健康体操教室」のみなさん



演出指導 中村ジョーさん
(劇団テアトルハカタ)

平成4年から毎年のように春日市とその歴史の中に題材を求めてつくってきた市民創作ミュージカルも今年で6回目。老若男女が芝居を通じて自分自

身と月の皇子(作 徳満亮二)。日揮塚にまつわる戦史で、国を愛するが故に生き方がすれ違った、若き二人の皇子の物語です。今年のみどころとして、演技は

身を見つめ直し、自分の中の別の自分を再発見する。そして、歴史を学び、歴史を演じることで自分の住んでいる街をもっと好きになる。これが、市民創作ミュージカルの良さではないでしょうか。

今回の作品は、「光の皇子と月の皇子(作 徳満亮二)」。日揮塚にまつわる戦史で、国を愛するが故に生き方がすれ違った、若き二人の皇子の物語です。今年のみどころとして、演技は身を見つめ直し、自分の中の別の自分を再発見する。そして、歴史を学び、歴史を演じることで自分の住んでいる街をもっと好きになる。これが、市民創作ミュージカルの良さではないでしょうか。

市民創作ミュージカルのみどころ

もちろんですが、時間の経過や場面の変化などの表現にも力を入れています。

上演するスプリングホールですが、この規模のホールには珍しく、盆(回り舞台)とセリ(舞台の一部が昇降する)があります。この舞台機構を使った場面展開は、芝居をより面白いものにします。特に、国王の寝所の場面では珍しい使い方に挑戦します。ぜひ、11月1日は皆さんスプリングホールに足を運んで観劇してください。

お知らせ

イラストコーナー

あなたのイラスト募集中

はがきに縦書き、白黒で濃い色ははっきりと描いて、表に住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を書いて送ってください。ペンチームも可。(掲載した人には特製テレカ進呈)



健康

ソフトバレーボール仲間募集
フレンズ

一緒にソフトバレーボールを楽しみませんか。初心者も大歓迎。

練習日時 毎週木曜日
午後2時～4時

練習場所 勤労青少年ホーム
体育室

問い合わせ先 松岡(夜7時以降)
☎(35) 2680

健康度測定
11月分参加者募集

日時
▽11月5日(木)・25日(木)
午後1時、2時、3時
▽11月17日(火)
午後6時、7時、8時
場所 いきいきプラザ

内容
健康度測定
○診察・肥満度チェック
○最大酸素摂取量の測定(自転車エルゴメーターを約16分間こぎます) ○健康度の評価

対象 市内に居住または勤務する20歳以上の人

定員 各回30人(定員になり次第締め切り)

費用 2,100円

申込方法 電話で申し込む(同時予約制)

申込・問い合わせ先 健康課
☎(35) 1134

※事前(3か月以内)に市で行う基本健康診査または同程度の内容の健康診査を受けることが必要です。



春日聖剣会剣道道員募集

剣道を通して友だちを作りませんか。

練習日 毎週火・木・土曜日
練習時間
▽午後6時30分～8時(火・木)
▽午後4時～6時(土)

練習場所 春日小学校体育館

対象 小学1年生から大人まで

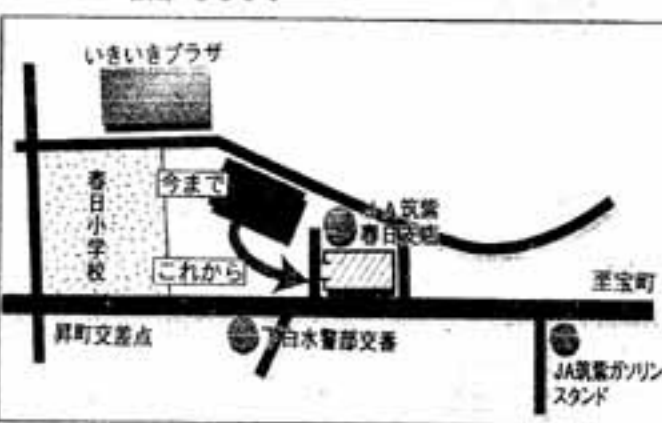
問い合わせ先
▽鳩山☎(35) 5450
▽森山☎(35) 2591

ママさんバレーボール
部員募集

できたてのチームです。多少の経験とやる気のある人大歓迎。
練習日時 毎週火・土曜日
午後7時30分～9時30分
練習場所 春日東中学校体育館
対象 大谷小、春日東小学校区の既婚女性

いきいきプラザ第2駐車場が利用できなくなりました

いきいきプラザ第2駐車場が、「春日市障害者福祉センター(仮称)」建設のため、利用できなくなりました。
プラザ前駐車場が満車の場合は、臨時駐車場(JA筑紫春日支店隣)を利用ください。
問い合わせ先 健康課
☎(501) 1134



問い合わせ先
▽高丘☎(35)
☎010(35) 1381
▽浦志(夜)☎(35) 1403

医療費を大切に
重複受診

同じ病気でいくつもの病院にかかることを「重複受診」といいます。現在、この重複受診が医療費増加の要因の一つになっていきます。少し病状の回復がはかばかしくないので、すぐにほかの

病院で受診したり、あるいは同じ病気でいくつもの病院にかかる人がいます。
病院を変えることに同じような検査、処置、投薬を繰り返す、そのたびに医療費を支払わないといけないので、その負担は2倍、3倍となります。

病院が変わる場合は、それまで受診していた主治医にも相談するようにしましょう。
重複受診を控えることは、皆さんの負担も少なくなると同時に、医療費の節約にもつながります。ひいては、それを支える保険料にも反映します。
(国保年金連)

市スポーツチャンバラ
選手権大会
出場者募集

生・一般 500円

申込方法 電話で申し込む
申込・問い合わせ先 県スポーツ
チャンバラ協会春日支部

☎(35) 6345

健康度測定
日曜日特別教室11月分

エアークラクション製の竹刀を持
つてスポーツチャンバラに挑戦し
てみませんか。だれでも参加でき
ます。

日時 10月25日(日) 午前9時30分
(受付 午前9時)

場所 春日野小学校体育館
種目
▽小学生(小太刀)の部
▽中学生・一般(長剣)の部
参加費 小学生 300円、中学

3時

○筋力検査(要予約)

皮下脂肪・柔軟度・握力・敏し
よう性などを測ります。

日時 11月22日 午前10時、11
時、午後2時、3時

○エアロビクス(予約不要)

運動しやすい服装で直接おいで
ください。(室内靴持参)

日時 11月29日 午前10時~11時
30分、午後2時~3時30分

場所 いきいきプラザ2階
アリーナ
予約・問い合わせ先 いきいきプ
ラザ内健康度測定室
☎(35) 1134

ファミリーバドミントン
1日教室

羽根突きとバドミントンをミッ
クスした、だれにでも手軽にでき
るファミリーバドミントン。

このファミリーバドミントンの
1日教室を行います。家族・グル
ープでの参加も大歓迎。

日時 11月14日(土)
午前10時~正午

場所 勤労青少年ホーム体育室
対象 市内に居住または勤務する
人
参加費 無料

募集人員 20人程度(申し込み多
数の場合は抽選)

申込方法 往復はがきに、住所
氏名、年齢、電話番号を記
入し、11月6日(金)(必着)
までに申し込む

申込・問い合わせ先 社会体育課
(〒881-0831大谷6-1
28)

☎(35) 3234

※ 運動ができる服装で、室内靴
を持ってきてください。



ストレスの効用

——災いを転じて福となす——

安永クリニック

安永 公平正



Home Doctor

ホームドクター(71)

現代は情報過多や生活の多様化
で、ストレス社会といわれていま
す。

「ストレス」はもともと物理学や
工学の用語で、「外力による物体
のひずみ」を意味します。

この「ストレス」を初めて医学
用語として使ったのはアメリカの
生理学者キャノンという人でし
た。

キャノンは犬にほえたてられた

ネコの反応を研究していました。
この時、ネコは目を見開き、毛を
逆立て、呼吸は荒くなり、脈拍は
増え、血圧は上がり、汗をかくと
いったことがおこります。そして、
これらの変化がおこることによ
り、ネコは非常事態への対応、つ
まり闘うか逃げるか身構えるとい
う行動をとります。キャノンはこ
れを「緊急反応」と呼びました。

また、この「ストレス」が有名

になったのは、
カナダの内分泌
学者セリエによ
ってでした。

セリエは、ネ
ズミに卵巣の抽
出物を注射する
と、副腎皮質が

肥大し、胃に出血やかいようがお
こる事を見つけた。

新しいホルモンを発見したと得
意になったセリエですが、ホルマ
リンでも同じ変化がおき、この変
化がホルモンによるものではない
ことがわかりました。

セリエは、一時はがっかりしま
したが、気を取り直して実験と思
考を重ね、ネズミに加えられた刺
激(ストレス)に対応して生体諸

機能に変化がおきることを明らか
にしました。

先に述べた犬にほえたてられた
ネコの反応も、刺激(ストレス)
に対応したものです。

特に人間では、肉体と精神的変
化が顕著に表れます。

つまり、ストレスを受けると身
体の抵抗力は一時的に低下しま
す。そして、やがて身体はストレスに順応
し抵抗力が高まります。そしてさ
らにストレスが続くと抵抗力は急
速に低下します。

例えば、摂取カロリーの制限は、
病気の進展を遅くしたり、寿命を
延ばしたりということが可能です。
また、はりや痛みは、むしろ
身体の免疫力を高めてくれます。
ストレスと上手に付き合う上で

最も大切なことは、ストレス(困
難)に遭遇した時、セリエが身を
もって示したように物事から逃げ
ないことです。

そして、しっかりとストレスを
認識し、受け入れ(受容)、現状
を分析し(順応)、視点を交えて
(気分転換)、姿勢を立て直すこと
です。

まさに「災いを転じて福となす」
や「難難汝を主にす」などの格言
の通りです。

とはいっても、ストレスとうま
く付き合うのはなかなか難しいも
のです。

ストレス解消についての具体例
は、また別の機会にお話ししたい
と思います。

ストレスと上手に付き合う上で

まき
て
まき

イラストコーナー

バイバイ

鈴木珠樹

大塚麗月





催し

全国産業教育フェア福岡大会
さんフェア福岡98

全国産業教育フェアは全国の産業教育を学ぶ高校生祭典です。生徒の研究発表、作品展示、ロボット競技なども行います。小、中、高校生の皆さん、産業教育の魅力に触れてみませんか。

会場
福岡サンパレス (福岡市博多区築港本町2-1)

期日 10月29日(木)

内容 総合開会式、アトラクション、記念講演

区沖浜町7-1

期日 10月29日(木)~11月1日(日)

内容 作品展示、ファッションショー、即売ほか

会場
マクシオン福岡 (福岡市博多区)

東洋尾公園2-1-4
期日 10月31日(土)

内容 全国高等学校ロボット競技大会

会場
マクロス福岡 (福岡市中央区天神1-1-1)

期日 11月1日(日)

内容 高校生ロボット相撲全国大会

※ 時間は、いずれも午前10時から午後4時までで、参加は無料です。

問い合わせ先 第8回全国産業教育フェア実行委員会事務局
☎(64) 1351

陸上自衛隊第4師団
創立記念行事

日時 10月25日(日)

午前9時~午後3時

場所 陸上自衛隊福岡駐屯地 (大和町5-12)

内容 式典、パレード、試乗(高機動車など)、戦車などの

福岡県展示、模範売店ほか
問い合わせ先 陸上自衛隊第4師団広報班
☎(選) 1020

つくし中央ライオンズクラブ
結成25周年記念講演会

つくし中央ライオンズクラブでは、結成25周年を記念して講演会を行います。

入場は無料です。皆さんのお越を待っています。

日時 11月8日(日)

午後1時30分~3時30分

会場 クローバープラザ大ホール (福岡3-1-7)

講師 丸山浩路さん (NHK手話ニュースキャスター)

演題 「愛するエネルギーあふれていますか!」

問い合わせ先 つくし中央ライオンズクラブ
☎(選) 7600

曇りのち晴れ

目指すは大学日本一



金堂 晃久くん
上白水 (18歳)

「弱気にならないよう、攻めの将棋を心掛けた」という金堂晃久くん。

8月に行われた第11回全国高校将棋選手権で、見事高校帝王に輝いた金堂くんが将棋を始めたのは5歳のとき。

最初はお父さんにコマの動かし方を習い、たまに指す程度でした。そして1年ほどでお父さんを負かすまでに上達した金堂くんは、毎日将棋を指したいとねだっていたそうです。そんな好きならはと、小学1年生から福岡市内の将棋会館に通うようになりました。

その後は6年生でジュニア将棋選手権に優勝。「将棋よりも、陸上部でハードルに熱中していた」という中学時代でさえ、3年生で全国優勝するなど、華々しい活躍

ぶりです。

挫折知らずに思える金堂くんですが、今回の優勝の原動力となったのは昨年の県予選敗退でした。「これまで一番悔しかった」という、金堂くんは、この時の悔しさをバネに、1年間毎日、本を読んだりして研究を重ねてきたとか。特に大会前は深夜まで将棋会館に残ってがんばりました。大会当日はかなり緊張したらしく、何度も深呼吸をして必死に心を落ち着けたそうです。

まわりに祝福されてだんだんと優勝の喜びを実感してきたという金堂くん。「友だちと優勝祝賀のカラオケ大会も済ませました」と笑います。

今回高校帝王を獲得したこと、小、中、高すべてで全国制覇を成しとげたことになりました。そんな金堂くんの次の目標は、ズバリ「大学日本一」。そのため、まずは将棋を一休み。しばらくは受験勉強に専念する日が続きそうです。

今、高専で勉強中という金堂くんは、この日のために、まずは将棋を一休み。しばらくは受験勉強に専念する日が続きそうです。

今、高専で勉強中という金堂くんは、この日のために、まずは将棋を一休み。しばらくは受験勉強に専念する日が続きそうです。

今、高専で勉強中という金堂くんは、この日のために、まずは将棋を一休み。しばらくは受験勉強に専念する日が続きそうです。

在宅介護者のつどい
温泉でリフレッシュしませんか

春日市社会福祉協議会では、寝たきりや痴呆性のお年寄りを家庭で介護している人を対象に、日曜日の研修会を行います。

日時 11月11日(木)

午前8時50分～午後5時30分

目的地 内牧温泉(熊本県阿蘇町)
参加費 1,000円
定員 20人(定員になり次第締め切り)

申込方法 直接窓口または電話で申し込む
※ 当日のお年寄りのお世話につ

いは、相談ください。
申込・問い合わせ先 春日市社会福祉協議会地域福祉課
☎(20) 7225

男女共同参画社会づくり講座
教育編

家庭、学校、地域、職場などで行われる教育や学習は、大人から子どもまで、私たちの男女平等観や人権尊重の意識を育てる上で、重要な役割を果たすとともに、さまざまなかたちで影響を与えています。

教育の面からの男女平等等をもう一度考えてみませんか。
日時 11月13日(金)

午後1時30分～3時30分
場所 ふれあい文化センター
大会議室

テーマ 「考えてみませんか、もう一度、男女平等とは？」

講師 平田 トシ子さん(九州女子大学教授)
子大教授

問い合わせ先 厚生課男女共生推進係

※ 託児を希望する人は、11月9日(日)までに申し込んでください。

さわやかフェスティバル

福岡県赤十字血液センターでは、献血への理解を深めるため、

また献血協力に対する感謝の気持ちを込めて、第9回さわやかフェスティバルを行います。

テレビアニメのキャラクターショーやウルトラクイズ、ストラックアウト、スタンブラリー、小学生3m3トーナメントほか楽しい催し物がいっぱい。

家族みんなで、お越しくたさい。

日時 11月1日(日)

午前10時～午後3時30分

会場 福岡県赤十字血液センター
(筑紫野市上白賀232-1)

問い合わせ先 福岡県赤十字血液センター
☎(20) 1400

航空自衛隊春日基地
第39回基地開庁記念行事

日時 10月31日(土) (雨天決行)
午前10時～午後3時

場所 航空自衛隊春日基地(原町3-1-1)

内容 装備品展示、航空学生によるドリル演技、音楽隊演奏、物産展など

問い合わせ先 航空自衛隊春日基地 地区広報班
☎(20) 4031

※ 駐車場が少ないため、公共交通機関をご利用ください。

こんにちには保健婦です

シェイプアップ教室から



肥満は糖尿病、心臓病、高脂血症などの生活習慣病と深い関係があります。

そこで、生活習慣を改善して肥満を解消するための「シェイプアップ教室」を、5月から8月までの間、8回にわたって実施しまし

た。
今回は、この教室についてお話ししましょう。

教室生は、まず初日に自分の生活を振り返って、それまでの生活習慣を総点検。その結果、肥満に結びつく原因と思われる項目につ

いて、自分にできる範囲で具体的な改善目標を立てました。

目標を立てた方の例として、①おやつをやめる、または週、1～2回にとどめる②少なくとも1口20回はかんで食べる③食事が済んだらすぐ歯を磨く④2日に1回、30分以上は歩くなど、無理なく実行できる内容としました。

これを3か月間、毎日、自分でチェックをしながら実行。チェックは○(実行できた)、△(半分できた)、×(できなかった)で記録し、同時に毎食の献立と全食品名、その日の体重も記録してもらいました。

教室のある日には、必ずこの記

録を持ってきてもらい、その内容を見ながら指導助言を行いました。

△や×が多くなった場合は、その都度目標を見直していくようにしました。食事については、栄養士が1日の品数とバランス、間食、アルコール、油脂類などをチェックして好ましくない点を指摘。

特に、体重の記録はその成果が一目で分かるため、その後の励みとなったり、反面、中途での気の緩みや不振生を反省させられたりしたようです。

最終日に体重と体脂肪を測定して初日の値と比較。結果は1～2kg減った人が7人、3～4kg減

ました。

が3人、5kg以上減が6人で、逆に1～2kg太った人が2人いました。

1か月に1～2kgの減量が望ましいとすると、ほぼ半数の人に効果があつたと考えられます。

やはり忠実に目標を守った人への効果が表れたようです。

3か月たつても望ましい生活習慣が身に付かなければ、体重は元に戻ってしまいます。自分がなぜ肥満を解消しなければならぬのかを認識し、少しずつでも体重を減らして欲しいものです。

継続することがとても大切です。
保健婦 宮川 はつ枝

まて

イラストコーナー

▶ 12月1日 星花 地獄



▶ 12月1日 桜水 弥生



▶ 12月1日 秋月 景季



募 集

**福岡障害者職業能力開発校
平成11年度職業訓練生募集**

北九州市若松区の福岡障害者職業能力開発校では平成11年度の職業訓練生を募集しています。

主な募集科名(訓練期間)

▽身体障害者対象
情報処理科(2年)、商業デザ

イン科(1年)など全8科

▽知的障害者対象
総合実務科(1年)

締め切り日 平成11年1月29日(金)

(ただし、総合実務科は平成11年1月13日(水))

問い合わせ先
福岡障害者職業能力開発校

☎093(2)5431
☎093(2)1340

▽ハローワーク福岡南
☎(2)8609

※ 授業料は無料で、入校は平成11年4月上旬の予定です。
申込資格など詳しいことは問い合わせください。

**要約筆記奉仕員養成講座
受講生募集**

聴覚障害者に情報を伝えるための要約筆記に必要な技術を取得するための講座です。

期間 11月10日～平成11年1月26日(毎週火曜日 計20回)

時間 午前10時～午後3時

場所 久留米市中央公民館(久留米市諏訪野町1830-1)

定員 40人(定員になり次第締め切り)

申込方法 往復はがきに住所、氏名、生年月日、職業、受講動機を記入し、10月25日(日)までに申し込む

問い合わせ先 社会福祉法人福岡県聴覚障害者協会(〒810)

0804原町3-1-7ク
ローバープラザ内
☎(2)2414
☎(2)2419

陸・海・空自衛隊生徒募集

受付期間 11月4日(水)～平成11年1月4日(月)

採用予定数 ▽陸上 約250人
▽海上 約60人▽航空 約50人

応募資格 平成11年4月1日現在15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業者(卒業見込みの人を含む)

試験日 平成11年1月5日(火)

試験科目 国語、社会、数学、理科、英語、作文

待遇
▽給与 154,500円
▽手当 期末勤動手当(5・2か月分)

▽衣食住 学生宿舎で生活し、被服、寝具、食事などは無料

▽休暇 2週間程度の連続休暇が年3回

問い合わせ先 福岡地方連絡部福岡募集事務所
☎(2)7450

▽市民課
☎(2)7450

救急救命士を募集します

春日大野城消防組合・
那珂川町消防本部合同
消防吏員採用試験



試験日 12月20日(日)
採用日 平成11年4月1日
申込期間 10月19日(月)～11月20日(金)

採用予定人員 3人程度
受験資格 救急救命士の資格を持つ人で昭和49年4月2日から同56年4月1日までに生まれた人

身体基準 消防吏員として職務遂行に必要な身体を持つ人
職務の内容 救急救命活動および火災の防除、鎮圧ならびに救急救助活動を主体とした消防業務

問い合わせ先 春日大野城消防本部総務課庶務係(〒814)0814春日2-2-1)
☎(2)1191

※「申込書(試験案内)」は春日大野城消防本部総務課で配布しています。郵便で請求する場合は、封筒の表に「申込書請求」と赤で書いて、返信用切手140円を同封してください。

▽休暇 2週間程度の連続休暇が年3回
問い合わせ先 福岡地方連絡部福岡募集事務所
☎(2)7450
▽市民課
☎(2)7450

**男性のための料理教室
参加者募集**

初心者でも簡単に作れる家庭料理教室を開きます。

日時 10月28日(木)

午前10時～午後2時
場所 いきいきプラザ3階

栄養指導室

募集人数 20人(定員になり次第)

締め切り

持ってくるもの エプロン

参加費 1000円

申込方法 10月23日(金)までに電話

で申し込む

申込・問い合わせ先 健康課

☎(通) 1134

博多南郵便局
アルバイト募集

博多南郵便局では、年末年始の期間、郵便物の配達や仕分けの手伝いをするアルバイトを募集しています。

期間 12月15日～平成11年1月9日(予定)

日(予定)

申込・問い合わせ先 博多南郵便局総務課(福岡市博多区元町2-2-12)

☎(81) 0151

**遊びを楽しんでみませんか
レクリエーション講座
参加者募集**

人と人とのふれあいをなごやかに楽しいものにしてくれるレクリエーションの講座です。

あなたも参加してみませんか。

日程 11月12日、19日、26日、12月3日、10日(木曜日)計5回

時間 午後7時～9時

場所 ふれあい文化センター
大会議室

参加費 600円

定員 50人程度(先着順)

※ 原則として、全講座に参加できる人。

申込方法 電話かほかで11月6日(金)までに住所、氏名、電話番号、所属団体などを連絡する

☎(通) 4121

申込・問い合わせ先 社会教育課(〒901-0831大谷6-24ふれあい文化センター)

※ この講座を受講すると、副日本レクリエーション協会公認指導者資格検定のための単位の一部が取得できます。

相談

無料法律相談

一人で悩まないでまず相談

心配ごと相談では、弁護士による法律相談を行います。

日時 10月28日(木)

午後1時～4時

場所 春日市社会福祉センター3階(算町3-101)

申込方法 10月19日(月)から電話で予約をする(先着6人程度)

申込・問い合わせ先 春日市社会福祉協議会地域福祉課

☎(通) 7225

平成11年度新入園児募集

春日市内私立幼稚園

市内には、9園の私立幼稚園があります。各園では、平成11年度の新入園児の募集を行います。

対象 3歳児・5歳児

願書受付開始 11月2日(月)

※ 願書、入園申請などの配布

および願書の受け付けはそれぞれ別の園で行います。各園とも定員になり次第締め切ります。詳しいことは、ご希望の園に直接問い合わせください。



園名	所在地	電話
春日幼稚園	春日3丁目42	501-3425
春日小鳩幼稚園	岡本1丁目86	581-5905
春日第一幼稚園	昇町2丁目85	592-3977
春日第二幼稚園	若葉西白6丁目103	571-0254
春日西幼稚園	上白水4452	582-4292
忠屋幼稚園	春日郡北町4丁目23	501-7635
須玖幼稚園	須玖北8丁目56	582-9830
宝幼稚園	宝町4丁目14-1	591-2414
やなが幼稚園	泉2丁目2	574-4154

※ 園名は50音順です



私立幼稚園奨励金補助金

市では、幼稚園教育の振興のため、私立幼稚園に在園している園児(3・4・5歳児)の保育料を、保護者の所得の状況に応じて補助を行っています。詳しくは各幼稚園、または市教育課にお尋ねください。

無料法律相談所の開設

福岡法務局筑紫支局と筑紫入植保護委員協議会では、無料法律相談を行います。

日時 11月12日(木)

午後1時～4時

場所 福岡法務局筑紫支局1階相談室(筑紫野市大字二丁目674-1)

申込方法 10月20日(火)午前8時30分以降に電話で予約する(先着5人)

予約・問い合わせ先 福岡法務局筑紫支局

☎(82) 2881

春日市商工会が移転しました

春日市商工会の事務所が、市役所西仮設庁舎（小倉）から移転しました。

移転先 伯玄町2丁目24番地（旧春日市中央公民館）

問い合わせ先 春日市商工会

☎(581) 1407



労働条件の相談は 福岡労働条件相談センター

労働者では、労働条件をめぐるさまざまな問題について専門のアドバイザーが相談に応じる福岡労働条件相談センターを開設しました。

相談日・時間

▽月～金曜日 午後2時～8時

▽土曜日 午後1時～6時

場所 福岡労働条件相談センター
（福岡市中央区天神2-1-8）

相談内容 ▽賃金の引き下げ▽労働時間の変更▽出向・配置転換や突然の整理解雇など

相談方法 直接出向か、または電話で相談する
問い合わせ先 福岡労働条件相談センター
フリーダイヤル01220-6101552

最低賃金の改正

福岡県の最低賃金が10月1日から改正されました。

改正後の金額は、1日5、021円（従前4、932円）、1時間6.28円（同6.17円）です。

詳しくは、福岡労働基準局賃金課（☎41-4578）または、もよりの労働基準監督署までお尋ねください。



ゆずります

●ベビーカー（A型）▽対面式に切り替え可▽紺色▽鶴田（宮町）
☎(58) 1103マ8、000円
で（希望があれば歩行器も差し上げます）

●二面鏡（木製・腰掛け付き）▽1万円
●洗濯機（二槽式）・冷蔵庫（210L）▽無料で▽中山（春日原南町）☎(58) 6334
（このコーナーの利用は、
■はがきに住所、氏名、電話番号、品物名（色、サイズ、特徴など）詳しく、有料・無料の別（有料の場合は1万円を上限とする希望価格）などを書いて送ってください。
（注意）品物の引き渡し、クレームなどは当事者間で相談して解決していただきます。

関係いろいろ 第三者によって 起ったけが

交通事故にあった場合

交通事故によるけがの治療にも
国保の保険証を使うことができま
す。

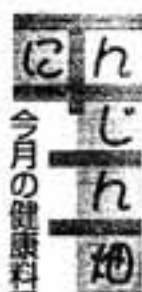
ただし、必ず国保年金課へ届け
出てください。用紙は国保年金課
にあります。

その他の場合

他人にけがをさせられたり、よ
その飼い犬にかまれたりしたとき
などでも保険証は使えますが、や
はり届けが必要です。

詳しくは問い合わせください。

国保年金課(国保係)



食欲の秋、食べ物のおいしい季節です。旬の食材は、栄養価が高く値段も安いので、上手に利用したいものです。

そこで今回は、生シイタケを使った献立を紹介します。

材料（1人分）

▽生シイタケ 3枚▽エビ 50g
▽ピーマン 1個▽酒 小じじー
▽ショウガ汁 少々▽かたくり粉

小さじ2▽白いりゴマ 少々▽
しょうゆ 小じじい▽塩・こしよ
う 少々

作り方

① 生シイタケは軸を除いて洗
う。

② エビは殻と背わたを取って包
丁で粗くたたき、酒、ショウガ

汁、かたくり粉を加えて混ぜ合
わせる。

③ 生シイタケのかさの内側に

かたくり粉を薄く振り掛け、②
を乗せて丸くなるように押さえ
る。

④ ③をよく熱した金網で、エ
ビの面、シイタケの面の順に焼
く。出ま上がりには照りをつける

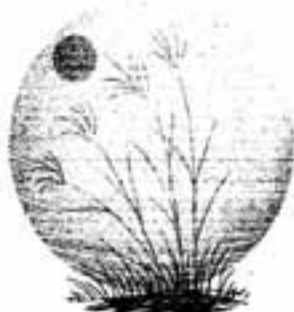
ため、エビの面にしょうゆをは
けで塗り、白いりゴマをちらす。

⑤ 付け合わせとしてピーマン
は、縦二つに切り、種をとった
後、塩、こしょうをして金網で
焼く。

⑥ ④と⑤を、色どりよく皿に
盛る。

一人分熱量 97和カロリー

春日市食生活改善推進会





市無料法律相談 (月1回)

▷10月21日(水)・11月18日(水)▷10～16時▷市役所2階市民相談室▷先着10人程度▷受付は8時30分～15時▷問い合わせは市役所秘書広報課広報広聴係

商工会無料法律相談

▷毎月第1水曜日▷13～16時▷春日市商工会▷☎(581)1407

県庁無料法律相談

▷毎週金曜日▷13～16時▷県民相談室(県庁内)▷☎(651)1234▷電話での予約が必要

有料法律相談

▷天神法律相談センター▷毎週月～土曜日10～16時(土曜日は12時30分まで)▷夜間相談(月・水・金曜日16～19時)▷☎(741)3208▷電話での予約が必要▷料金は30分程度で5,250円(消費税含む)

子ども・家庭110番

▷月～金曜日9～19時、土・日曜日、祝日9～17時▷県中央児童相談所▷☎(586)4152

家庭児童相談

▷毎週月～金曜日▷市役所福祉課

子育て相談

▷毎月第2・4火曜日▷10～16時▷市内各保育所

今日このごろです。(秋)

心配ごと相談

▷毎週水曜日▷10～15時▷春日市社会福祉センター4階▷☎(581)7225

特設人権相談 (月1回)

▷11月10日(火)▷10～15時▷家庭、学校、近隣などの人権問題について▷市役所2階市民相談室▷問い合わせは市役所厚生課

人権相談

▷人権、女性差別、労働差別などについて▷福岡法務局筑紫支局▷☎(922)2881

県交通事故相談

▷毎週月～金曜日▷9～17時▷県交通事故相談所(県庁内)▷☎(622)0403

交通事故相談

▷毎週月～金曜日▷9時30分～16時40分▷日本損害保険協会相談センター▷☎(713)7318▷電話相談も可

不動産相談

▷毎月第1・3木曜日▷13～16時▷県民相談室(県庁内)▷☎(651)1234▷電話での予約が必要

消費生活相談

▷毎週月・木曜日▷10～15時▷市役所2階市民相談室

女性問題に関する相談

▷毎週月～金曜日▷市役所厚生課男女共生推進係

女性のための総合相談

▷月曜日を除く毎日▷9時30分～16時▷あすばる相談室(県クローバープラザ内)▷☎(584)1266▷専門相談(法律・健康など)は月1～2回で予約制

クレジット・サラ金電話相談

▷毎週木曜日▷18～20時▷福岡県司法書士会▷☎(722)4131▷一般相談(月～金曜日13～16時)も行ってます

不安・悩み電話相談

▷24時間いつでも可▷福岡いのちの電話▷☎(741)4343

小・中学生のための悩み電話相談

▷毎週月・水・金曜日▷8時30分～17時▷ヤングテレホン(春日市役所内)▷☎(584)1140

聴覚障害者のためのFAX悩み相談

▷月～金曜日9～18時、土曜日9～13時▷福岡いのちの電話▷☎(721)4343

くらし・行政なんでも相談

▷法律・年金・福祉・税金・労働・行政・職業などから毎日1～3種類の相談を実施▷受付10～17時(例外あり)▷天神岩田屋お客様サロン(☎781-7830)▷問い合わせは九州管区行政監察局(☎473-1100)

高齢者のための相談

▷月曜日を除く毎日▷9～16時▷シルバー110番(県クローバープラザ内)▷指定曜日には法律・医療・年金の専門相談(予約制)もしています▷☎(584)3344

暮らしの相談

▷法律相談(第1・3・5木曜日)、
税務相談(第1・3・5火曜日)、
公的年金相談(第2・4木曜日)、
貯蓄相談(第2・4火曜日)、
介護相談(第1～4金曜日)
▷福岡大名暮らしの相談センター▷☎(721)6496▷電話での予約が必要

散
ベットのほなし?

つい最近この欄でベットの話を書いたばかりなのにまたまたベットのほなし▼数年前、熱帯魚を全滅させて以来生き物を飼っていないなかつた。そんな我が家に突然2匹のウサギが現れ、なぜか飼うことになりました▼この2匹の名前は、キックと、パンチ。初めて見た時はとても愛くるしく、片手に乗るほどの大きさでした。ミニウサギという種類で、あまり大きくならないと聞き飼いはじめたのですが、▼エサや敷きわら、水飲み専用の容器などをそろえ準備完了。ウサギの最初の住み家は熱帯魚用の水槽でした。でも、これはあまりにも狭かつた。すぐにウサギ用のカゴを購入し家移り。トイレやカゴの中の掃除にエサやり、水替えと生き物を飼うのは結構大変です▼あれから2か月余り、大きくならないはずのウサギは倍以上になり、住み家のカゴは小さくなくなってしまいました。世話はずっともたがするはずだったのに、なぜか自分がウサギのトイレ掃除をしている毎日▼かわいけれど、本当にこれでミニ?と思うほどドッシリとしたウサギたち。これ以上大きくならないで願っている



△Shall we ダンス?

まのの リハビリ教室 車イスダンスで 楽しいひととき



9月18日、いきいきプラザでリハビリ教室に通っている人を対象に車イス社交ダンス講習会が開かれました。

リハビリ教室は、脳卒中の後遺症などで体が不自由になった人の機能回復や仲間づくりを目的に開講。現在22人が月3回、いきいきプラザで手芸や体操などに取り組んだりハビリーに励んでいます。

この日は、教室生18人が運動療法の一つとして初めて取り入れられた車イス社交ダンスに挑戦。日本車イスダンス連盟福岡支部のメンバーの指導で、教室生とヘルスリーダーが一緒に手を取り合ってマンボなどを練習しました。参加者は「楽しい。音楽に合わせて自然と体が動きます」と、笑顔で話していました。



講演する藤田さん

子ども文庫・読書サークル連絡会 「子どもに語る」講演会

市子ども文庫・読書サークル連絡会は、9月9日、ふれあい文化センターで、「子どもに語る」と題した講演会を行いました。

日ごろ、子どもたちに読み聞かせをしていく会員の学習会として開いたもので、講義に活躍している藤田浩平さん。

子ども時代に関いた昔話を、ただ楽しく話さずだけでなく、身近な小道具を使って聞く側の興味を盛り立てながら話して聞かせる藤田さんに、会場は笑い拍手の連続。

感激した参加者は「語りの世界に引き込まれ、次はどんな話が出て来るのかとの期待に、ワクワク、ドキドキの2時間でした」と話していました。

広報レポーター 福山正美



社協一座が「水戸黄門」を熱演 惣利区の敬老会

9月15日の敬老の日、惣利公民館で開かれた同区の敬老会で春日市社会福祉協議会職員が「水戸黄門」の劇を上演。招待された75歳以上のお年寄り39人を喜ばせました。

今回の劇は、社会福祉協議会を地域の人にもっと知ってもらいたいと行われたもので、出演したのは、黄門役の有馬事務局長ら12人。台本も職員が書いて、約1か月前から練習してきました。

内容は、「春日村」を訪れた黄門様一行が、年貢の取り立てから暗躍する悪代官や悪徳商人を懲らしめるという、テレビ番組でおなじみのストーリー。

舞台をいっぱいに使っての立ち回りや最近の話題を盛り込んだアドリブの数々に、お年寄りたちも大喜び。

最後には、印籠も登場。平和な「春日村」が戻ってめでたしめでたしと幕が下りました。

市の人口

- 人口103,063人
- 男50,943人
- 女52,120人
- 世帯数38,740世帯 (9月15日現在)

※市報かすがは森林資源を守るため再生紙を使用しています。