

WANTED!



O-157の顕微鏡写真 (都立衛生研究所提供)

姿を見せずに悪さする
「O-157」にご用心

食中毒が多発するシーズンです。とりわけ、病原性大腸菌「O-157」は、昨年夏、全国各地で猛威を振るいました。今年に入ってから、全国で発生、これが原因とみられる死者も出ています。

「O-157」による食中毒の被害者は、抵抗力の弱い子どもやお年寄りに集中します。

姿の見えない「O-157」から身を守るには、どうしたらよいのでしょうか。

(2ページに予防策掲載)

0-157

身を守ろう

予防策は、ほかの食中毒と同じですが、それをさらに徹底する必要があるといわれています。

食中毒の予防には「きれい」なことよりも「清潔」で「衛生的」なことが大切なのです。

むやみに恐れることなく、冷静に予防策を実行しましょう。

予防策

1

●食べ物は十分に洗い、加熱してから食べる

(中心温度が75度で1分以上加熱すれば減菌できますが、食材の中までしっかり火を通さないと危険です)



予防策

2

●井戸水や受水槽の衛生管理に注意し、生水はできるだけ煮沸する

(水道水は塩素消毒されているので安心です。ただし、ビルやマンションなどの受水槽では、貯水している間に塩素濃度が低くなるので注意が必要です)



予防策

3

●調理器具は食材ごとに熱湯消毒する

(肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べる物や調理の済んだ食品にかからないようにする)



予防策

4

●調理後できるだけ早く食べる

(加熱処理した食べ物でも、保存しておくと、菌が付着・繁殖する可能性があります。冷蔵庫を過信しない)



予防策

5

●調理中は直接手で食材に触れない

(調理したものを盛り付けるときは、必ずはしやスプーンを使う)



予防策

6

●日ごろからよく手を洗い、消毒する

(帰宅時、調理前、食事前、用後には、薬用石けんで手を消毒する。また、水道の蛇口にも菌が付着している可能性があるため、蛇口の消毒も忘れずに)



BOOK

新刊コーナー

春日市民図書館

(大谷6丁目24番地)

☎584-4646

沈みゆく香港

中嶋彌雄／著



広東省との一体化によって香港は繁栄を続けるのか。金融・貿易センターの地位は奪われ軍港化の道をたどるのか。著者長年の中国・香港研究の成果から未来のシナリオを描く。

ホメロスを 楽しむために

阿刀田流／著



オデッセウスの冒険談、トロイア戦争をうたい上げ、三千年の歴史を越えて読み継がれるホメロスの調べ。頻りに耳にする神話の登場人物総出演の世界が眼前に広がる、阿刀田流ダイジェスト魔術。

●一般書●

○庭がなくても楽しめる週末のガーデニング ○偽史日本伝(清水義範) ○天魔信長(高橋直樹) ○お聖さんの短篇(田辺聖子) ○チングス・ハーン一族(陳舜臣) ○大笑面(中島道子) ○タブな「男」になる80カ条(弘兼憲史) ○こう考える、こう動く(斉藤茂太) ○机の中の渦巻星雲(椎名誠) ○いじめの時間(江国香織) ○大地の息づかいがきこえる(スザンナ・タマーロ) ○サッカーと11の寓話(カミロ・ホセ・セラ) ○私の「このころの日曜日」(菅野泰蔵)

●児童書●

○いろいろな場所の虫さがし(藤丸篤夫) ○にんげんごっこ(長新太) ○たこのななちゃん(なかがわらひろ) ○おじいちゃんだいすき(ロブ・ルイス) ○ゴンちゃん(灰谷健次郎) ○マリオンのおつきさま(ヨゼフ・ウィルコン)

図書館だより

■おはなしかい：毎週土曜日午後2時30分～2時50分
■ボランティアおはなしかい：第2第4土曜日午前11時～11時30分
※ 場所はいずれも春日市民図書館おはなしコーナーです。

ふしぎなトイレくん

ニコラス・アラン／作



とてもきれい好きなお婆さんと暮らしているジェフリーは、家の中で遊ぶこともできない。ある日、ひいひいおじいちゃんが発明した薬でトイレが生き返り…。男の子とトイレくんとの友情を愉快に描く。

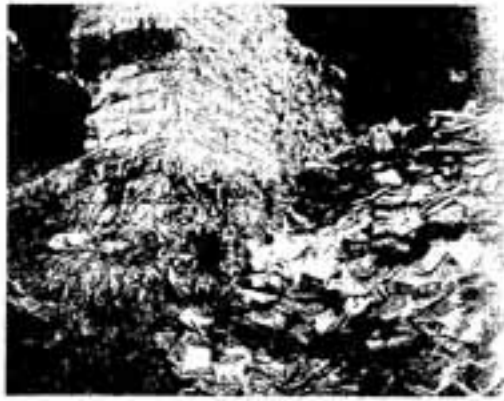
くものこともたち

ジョン・バーニングガム／作



アルパートと父さん、母さんの三人は山に登った。「真っ暗にならないうちに降りなきゃ」。その時、恐ろしい事が起こった。アルパートががけから落ちたのだ。でもアルパートは運が良かった。雲の子どもたちが受け止めてくれたのだ。

資源保護と古紙相場の低迷



を確実に行ってください。

各家庭では、回収が中断した品目については、古紙事情が好転するまで、家庭内で保管するなど、ご協力をお願いします。
また、紙製品を購入するときは、エコマークやグリーンマークを参考に、努めて再生製品を使うようにしてください。
(生活環境課)

最近、古紙のリサイクルを取り替く環境が急激に悪化しています。そもそもリサイクルは、消費回収再生、製品化と消費というように循環することが必要です。古紙の回収率は、全国的リサイクル運動の高まりから年々増加しています。しかし、これに反してトレットペーパーやコピー用紙など、いろいろな古紙再生製品の需要が伸びないため、回収業者は過剰な古紙の在庫を抱えています。そのため、古紙の価格が低迷し、集回収されていく古紙については、今後、引き取り手数料が請求されたり(逆有償)、雑誌など一部品目は引き取ってもらえなくなることも予想されます。
現在、集回収に対する本市の報償金(甲価9円/kg)は、福岡都市圏の市町村のなかでは最高額となっており、これに引き取り手数料を上乗せすることは、財政的にも非常に困難な状況にあります。したがって、この引き取り手数料につきましては、各団体で負担していただくことをご理解願います。また、引き取りが中断されることも予測されます。集回収を実施するときは、必ず古紙回収業者との綿密な打ち合わせのうえ、事前に回覧などで地域住民への通知



●エコマーク●



●グリーンマーク●

※ このマークのある製品を使うと、省資源・省エネルギーに結びつきます。

障害者のための福祉制度

身障手帳または療育手帳を
持っている人のために、
次のような福祉制度があります。



JRや西鉄などの運賃割引

Q 私は、じん臓の機能障害のため、定期的に病院に通っています。

病院へはJRとバスを乗り継がないと行けないので、交通費の負担が大変です。何かいい方法はありませんか。

A 身障手帳などを持っている人に対して、JRや西鉄などの運賃を割引する制度があります。

切符をかうときに手帳を見せてください。
対象・割引内容

○身障手帳第1種および療育手帳A判定の人は、本人および介護者一人が50%割引

○身障手帳第2種および療育手帳B判定の人は、本人のみ50%割引

※ なお、JRについては、割引内容が異なりますので最寄りの駅または福祉課までお問い合わせください。



障害を持つ人の日々の生活に役に立つ福祉制度を紹介します。

タクシー料金の割引

Q 障害を持った母を病院に連れて行くのに、昼間は車が無いのでタクシーを利用しています。少しでも安くすると助かるのですが。

A タクシー料金を割り引く制度があります。乗車の際に手帳を見せてください。
割引内容 10%割引

税の減免

Q 今度障害を持つ父が自動車を購入するのですが、何かいい制度はありませんか。

A 自動車税・取得税の減免を行う制度があります。

対象となるかどうかは障害の程度で異なりますので、詳しくは、軽自動車については市税務課に、普通自動車については県税事務所（☎521-1278）までお尋ねください。

このほかにも税の控除を行う制度があります。所得税や住民税については、障害の程度に応じた障害者控除を受けることができます。同様に、配偶者・被扶養者が障害者の場合にも控除があります。

●身障手帳と療育手帳●

身体障害者手帳（以下「身障手帳」という。）や療育手帳については、まず福祉課に相談ください。身障手帳は、身体に特定の障害がある人に対して、また、療育手帳は知的な障害がある人に対して、都道府県知事や政令市市長が発行するものです。

●身障手帳●

対象となる障害 視覚障害、聴覚障害、音声・言語・そしゃく機能障害、平衡機能障害、肢体不自由、心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の機能障害など

注意 申請には、指定医師による診断を受ける必要があります

●療育手帳●

対象者 生まれてから18歳くらいまでに、何らかの原因で知的な発達が阻害され、知的能力に障害を持つ人

注意 申請には、18歳未満の人は児童相談所で、18歳以上の人は障害者更生相談所で、判定を受ける必要があります

※ どちらの手帳も、申請に必要な書類は福祉課でお渡しします。



福祉制度について詳しく説明した「福祉のしおり(まごころ)」を福祉課で配布しています。ご利用ください。

有料道路割引制度

Q 障害者を持った父を病院に連れていくのに、高速道路を利用しています。でも、その費用が家計に響いて大変です。

A 自家用の乗用車で高速道路などの有料道路を利用する際に、料金を割り引く制度があります。割引券をお渡しますので、ご利用ください。割引率は50%です。

対象・条件

○身障手帳所持者が本人もしくは家族の所有する車を自ら運転する場合

○身障手帳第1種および療育手帳A判定の人が、本人もしくは家族の所有する車に乗りし介護者が運転する場合

申請に必要なもの 身障手帳または療育手帳、運転免許証、車検証

身障手帳交付申請用の診断料補助

Q 子どもの身障手帳を申請する際に、診断書が必要と聞きました。これまでの医療費の負担が大変だったので、何か補助があると助かるのですが。

A 身障手帳の交付申請の際に必要な医師の診断料および文書料を、とりあえず病院に支払っていただき、後日あなたに払い戻す制度がありますのでご利用ください。

対象 身障手帳の交付申請をしようとする人
補助内容 身障手帳交付申請用の診断料および文書料

このほかにも、様々な福祉制度があります。相談と申し込みは福祉課（6番窓口）まで。

☎(584) 11111
(内線1912、1913)
☎(584) 1154

お知らせ

健康

健康度測定 7月分参加者募集

年に一回健康診を受けるように健康度測定を受けて、健康づくりを見直してみませんか。

あなたの健康づくりを健康度測定室がお手伝いします。

継続指導を受けている人も年一回の健康度測定が必要です。

日時 7月16日(木)・31日(木)
いずれも午後1時、2時、3時から

場所 いきいきプラザ
健康度測定室

内容 ▽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、勤務する20歳以上の人



イラストコーナー
あなたのイラスト募集中

はがきに絵書き、白黒でよいめにほつきりと描いて、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。ペンネームも可。(掲載した人には贈品あり)

イラストコーナー
イラストコーナー

定員 各回30人
料金 2,100円
募集 随時予約制(定員になり次第締め切ります)

申込・問い合わせ先 健康課
☎(501) 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断を受けることが必要です。

健康度測定室 日曜日特別教室7月分

いきいきプラザ2階の健康度測定室では、継続指導者の利用はもちろん、一般の人にも利用できる日曜日特別教室を次のとおり行います。

諸機能検査(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 7月6日 午前10時、11時、午後2時、3時
1日体験コース(要予約)
自転車エルゴメーターをこいで



※ 運動しやすい服装でお越しください。(室内靴持参)
予約・問い合わせ先 いきいきプラザ内健康度測定室
☎(501) 1134

健康・栄養・介護相談

いきいきプラザでの相談
いきいきプラザでは、健康について悩んでいる人のために、保健婦や管理栄養士による相談窓口を随時開設しています。介護の相談も受け付けています。
場所 いきいきプラザ健康課窓口
問い合わせ先 健康課
☎(501) 1134

市役所での相談
高齢サービス課では、保健婦による健康や介護についての相談窓口を、毎週水曜日午前10時～午後4時に開設しています。
場所 市役所高齢サービス課窓口
問い合わせ先 高齢サービス課
※ いずれも無料で、電話相談も受け付けています。

初心者 トレーニング教室

スポーツセンターのトレーニング室には、筋肉づくりの機器や持久力をつける機器などがあります。自分に合ったトレーニング法とトレーニング機器の使い方を学びましょう。
日程 7月5日、12日、19日(毎回土曜日)
時間 午後7時30分～9時
場所 市スポーツセンター 体育館トレーニング室
対象 市内に住んでいる20歳以上の人

受講料 無料
募集人員 15人(申込多数の場合は抽選で決定)
講師 森山善彦さん(福岡大学非常勤講師)

申込方法 往復はがきに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号および受講希望の動機を記入し、6月25日(必着)までに申し込む
申込・問い合わせ先 ふれあい文化センター「初心者トレーニング教室」係(大谷6-24) ☎584-3366

Home Doctor
ホームドクター (55)



渡辺徹夫 渡辺病院

ビタミン剤と健康保険

渡辺徹夫

ビタミンは、体内の代謝作用などをスムーズに行わせるのに欠くことのできない栄養素です。

普通、体内ではつくることができないため、食物から摂取しなければなりません。

不足すると各ビタミン特有の欠乏症が起きます。

これらの病気について、ビタミン剤の処方、現在医療保険の適用の対象となっています。

ところが、ビタミンは本来、食物から摂取できるといふ考えから、今後、ビタミン剤は医療保険の適用を受けにくくなると思われる

ます。

そのため、ビタミン剤の服用は、主に「健康食品」、「栄養補助剤」として摂取していくこととなるでしょう。

従って、将来は、外国産みに薬局やスーパーなどで個人的に購入することになります。

ビタミン剤は簡単に手に入りませんが、過剰に摂取しすぎても問題がありますので適量摂取することが肝心です。

代表的なビタミンの種類とその働きについては、表のとおりです。

ビタミンの種類とその働き

●水溶性ビタミン

名称	働きなど
ビタミンB群	ビタミンBにはB1、B2、B6、B12、ニコチン酸、パントテン酸、葉酸などがあります。それぞれ様々な作用を持っています。 ①神経に作用するもの (B1、B12) ②皮膚病・口角炎 (B2、B6) ③コレステロール低下 (B6、パントテン酸) ④貧血 (B12、葉酸)
ビタミンC	アスコルビン酸ともいわれ、その働きとしては皮膚、骨、歯などの発育促進、止血効果、血中コレステロールの低下などがあります。ビタミンCは、タバコを多く吸う人、妊娠、授乳中、激しい運動・労働をする人などに特に必要です。

●脂溶性ビタミン

名称	働きなど
ビタミンA	不足すると、薄暗いところで視力が低下する夜盲症になります。ビタミンAには、皮膚が固くなる角化を防止する作用もあります。
ビタミンD	不足すると骨の発育障害が原因でせき瘻・四肢が湾曲するくる病や骨軟化症になります。ビタミンDは主に骨のカルシウム代謝に関与しています。また、カルシウムやリン酸の吸収を高めめます。
ビタミンE	別名をトコフェロールと言い、末梢の末梢を促進します。また、血中のコレステロールを下げる働きも抑制します。(老齢防止)
ビタミンK群	ビタミンK1、K2の二つが有名です。作用はともに止血効果です。

医療

郵送します。老人医療証

老人医療証(白色)を持っています。人で、医療証の有効期限が平成9年6月30日となっている人は、新しい老人医療証を郵送します。

もし、6月30日を過ぎても新しい医療証が届かないときは連絡ください。

また、老人医療証と一緒に病院などに見せる健康手帳を持っていない人や、手帳の余白がなくなっている人は、再交付の手続きを

てください。

詳しくは問い合わせください。

(国保年金課医療係)

募集

住宅・都市整備公団の賃貸住宅
アーベインピオ春日
入居者募集 要之必

住宅・都市整備公団では、日の出町に建築しているアーベインピオ春日の賃貸住宅の入居者の第2次募集を行います。

所在地 アーベインピオ春日
交通 1 京南福岡駅から徒歩約5分

分
分
西鉄陣橋駅から徒歩約10分

今回募集予定戸数 87戸(総建築戸数約700戸)

間取り 1DK・R・4LDK

現地申込受付期間 6月28日(土)～7月6日(日)

※ 郵送は7月7日(月)まで。

入居予定 8月下旬

申込・問い合わせ先 住宅・都市整備公団募集課(〒810福岡市中央区長浜2-2-4)

☎(72) 1068

※ 郵送申し込みの場合は、公団所定の申込用紙で申し込んでください。

お問い合わせ先 住宅・都市整備公団募集課(〒810福岡市中央区長浜2-2-4) ☎(72) 1068

ナギの木苑

土、日の閉館時間を午後7時まで延長します

7月1日から、老人福祉センター「ナギの木苑」(下白水104-13)の土曜日と日曜日の閉館時間を、現在の午後5時から午後7時に延長します。

ただし、入浴できる時間は、午後6時30分までです。

バスの送迎時間、売店の利用時間は、従来どおりです。



問い合わせ先
▽ナギの木苑
(☎595-0513)
▽高齢サービス課

掘り出し物がいっぱい! 白ゆり園のバザー

春日市心身障害者共同作業所「白ゆり園」ではバザーを行います。

掘り出し物を探しに来ませんか。

日時 7月13日(日) 午前10時～
場所 白ゆり園(小倉3-139 筑紫農協春日支店横) ☎585-6760

問い合わせ先 吉村 ☎(591) 6583
糟崎 ☎(571) 5711

お願い 家庭で眠っている品物を譲ってください。連絡いただければ、こちらから取りに伺います。なお、物品回収は7月10日(木)までとさせていただきます



イラストコーナー



◆ P・N シノハラ



◆ P・N 彩



◆ P・N アリス大好き

菌を失わないために

こんにちは保健婦です

日ごろ何気なく使っている自分の歯に注目してみましょう。

食べ物がおいしく食べられる、うまく発音できる、顔を形作っているなど、歯の役割は大きいものです。このように大切な歯ですが、手入れは十分でしょうか。失ってから知る歯のありがたさかもしれないが、失っては後悔しないためには、むし歯と歯槽膿漏の予防が決め手です。

この二つを防ぐためには、まず第一に歯垢をつけないことです。毎日の歯みがきでは、いかにきちんと歯垢を落とすか、口の中を清潔にしているかがポイントになります。

位によっては歯ブラシだけでなく、歯間ブラシ、デンタルフロス（糸ようじ）などを上手に使用して、汚れを落とすことも必要です。

かり悪けたら、歯の表面がツルツルになり、口の中がスツキリとして、とても気持ちが良いものです。この気持ち良さがくせになるくらいになって、はじめて健康な歯ができます。



- 1 毛先を使う
- 2 歯面に直角に毛先を当てる（歯垢が落ちやすい）
- 3 軽い力で動かす（力を入れ過ぎると、歯がすり減ったり、歯肉を傷つけたりする）
- 4 植毛部のいろいろな部位を使い分ける
- 5 柄は持ちやすい持ち方で

ブラッシングがきちんとできているかどうかについてや、歯間ブラシやデンタルフロスの使い方などは、歯科医や歯科衛生士に相談しましょう。

保健婦 宮川 はつ枝

1日1回は歯みがき粉を使わず、水でぬらした歯ブラシで1本1本磨くように、時間をかけてブラッシングします。時間をかけて磨きますので、座ってテレビなど見ながらでもよいでしょう。しつ



児童手当現況届

児童手当をもらっている人は、前年の所得の状況と、6月1日現在の養育の状況などを毎年確認するために、現況届が必要で、この現況届を提出しないと、6月分以降の児童手当がもらえなくなりますので、ご注意ください。なお、公務員はそれぞれの職場で手続きしてください。

また、6月は児童手当の支払期となっています。指定された口座

レクリエーション講座参加募集

人と人とのふれあいを、和やかに楽しいものにしてくれるレクリエーション。あなたも、野外での遊び方を学んでみませんか。

期日 7月17日、7月24日、7月31日、8月7日（全4回 毎回木曜日）
時間 午後7時～9時

女性水泳教室生募集

期日 7月8日(火)～12日(土)（5日間）
時間 午前10時～11時
場所 市スポーツセンター
対象 市内に住んでいる20歳以上の女性

へ振り込みますので確認してください。

持つてくるもの 児童手当現況届届通知書（はがきで個人通知します）、印かん、健康保険証、平成9年度所得証明書（平成9年1月2日以降の転入者のみ）、子どもの世帯全員の住民票（子どもと別居している人のみ）

受付期限 6月30日(月)
受付場所・問い合わせ先 福祉課 母子児童係（市役所1階）
会場 ふれあい文化センター 大会議室

定員 50人
申込方法 電話で直接、またははがきに住所、氏名、電話番号、所属団体を記入し、7月15日(火)までに申し込む

申込・問い合わせ先 社会教育課（大谷6-24 ふれあい文化センター1内）
☎ (55) 4121

募集人員 20人（申し込み多数の場合は抽選で決定）
申込方法 往復はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号および受講希望の動機を記入し、6月25日(水)（必着）までに申し込む

申込・問い合わせ先 ふれあい文化センター「女性水泳教室」係（大谷6-24）
☎ (584) 3366

保いろ 平成9年度の
国保税の計算

1 国保税の計算方法

次の①～③の合計が、1年間の税額です。

①所得割額

(前年中の所得ー基礎控除33万円ー給与控除2万円ー年金控除17万円)×7%

②前年中の所得

▽譲渡所得がある場合は、特別控除を控除する前の金額が対象となります。

▽事業専従者控除を適用している場合は、控除前の金額が対象となります。

③各種控除

▽給与控除は、給与所得がある場合、控除できます。

▽年金控除は、65歳以上の人で年金所得がある場合、控除できます。

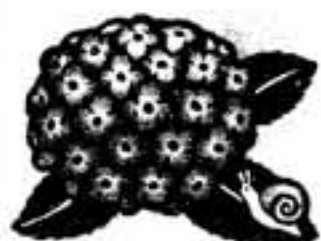
※所得割額は、世帯の国保加入者全員の合計額です。

②均等割額(人数割)

28,000円×加入者数

③平等割額(世帯割)

28,000円



※均等割額、平等割額は、所得が基準以下の場合、減額されます。

課税の限度額

①②③の合計が53万円を超える場合は、53万円となります。

2 月割

年度途中で国保に加入したり、国保の資格を喪失したりした場合の国保税は、加入月数に応じ月割で計算されます。

①加入の場合は、国保の資格取得の月から月割で課税されます。

②資格喪失の場合は、国保に該当しなくなった月の前月まで月割で課税されます。

3 納税義務者

国保税の納税義務者は、世帯主です。

世帯主が社会保険などの加入者で国保の加入者でない場合も、その世帯の国保加入者について計算した国保税は、世帯主に課税されます。

詳しくは、問い合わせください。

(国保年金課国保係)

一緒にやろうよ！初心者歓迎
部員募集

ママさんバレーボール

○春日南ママ

練習日 火・木曜日

練習時間 午後7時30分～9時30分

分

練習場所 春日南小学校体育館

対象 春日南小学校区に住んでいる25歳以上の主婦

申込・問い合わせ先 石津

☎(96) 51114

卓球

①春日スマツシュ

練習日 月・木曜日

練習時間 午前10時～正午

練習場所 春日南小学校区に住んでいる25歳以上の主婦

申込・問い合わせ先 石津

☎(96) 51114

②春日コスモス

練習日 水曜日

練習時間 午前10時～正午

練習場所 春日南小学校区に住んでいる25歳以上の主婦

申込・問い合わせ先 赤尾

☎(52) 0447

③スポーツ少年団

練習日 土曜日

練習時間 午後3時～5時

練習場所 市スポーツセンター2階競技場

対象 市内に住んでいる小学生

申込・問い合わせ先 西田

☎(57) 6763

申込・問い合わせ先 吉原

☎(別) 2424

②春日券生

練習日 火・金曜日

練習時間 午後7時～9時

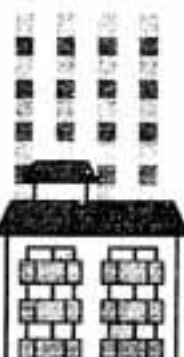
練習場所 春日南小学校区に住んでいる25歳以上の主婦

申込・問い合わせ先 柴田

☎(81) 3924

市営住宅補充入居者募集

- 市営住宅の補充入居者を募集します。
- 市営住宅名
- 第1種 上白水、大和、若草
- 第2種 欽修、双葉、若草
- 申込資格
- ① 平成8年8月31日以前から居住し、住民票がある人。または、勤務先が市内にある人
- ② 同居している親族、または同居しようとする親族がいること(単身者でも男性60歳以上、女性は50歳以上であれば申し込みできます)
- ③ 平成8年中の平均月収が、第1種は、11万5千円を超え19万8千円以下であること。第2種は、13万7千円以下であること



- ④ 支払いなどについて確実な連帯保証人が市内にいること
 - ⑤ 現在、住宅に困窮している人
 - 申込書配布・受付期間 7月1日(火)～31日(木)
 - 申込書配布・受付場所 厚生課(西出張所でも配布のみ行います)
 - 抽選日 8月8日(金)
- ※ 詳しくは、厚生課まで問い合わせください。





イラストコーナー



★本島知佳さん



★地蔵屋大くん



★ローレン・シンフリーさん



カツオの 漬け込みフライ

旬の魚を 食べましょう!

旬の素材は、栄養価も高く、価格の上でも、お求めやすくなっています。



旬の食材を上手に利用しましょう。

食べ物には旬があります。輸入品や養殖品などもあり、旬がわかりにくくなっています。

(材料 (4人分))

- ▽カツオ 1節▽キャベツ 4枚
- ▽ブチトマト 8個▽小麦粉 適宜▽溶き卵 適宜▽パン粉 適宜
- 調味料 (つけ汁用)
- ▽しょうゆ 大さじ4▽酒 大さじ3▽みりん 大さじ1▽シロウガ汁 小さじ2

《作り方》

- ① カツオは1cm厚さに切り、つけ汁に15分くらい漬け込む。
- ② 漬けたカツオに小麦粉、溶き卵、パン粉で衣をつけ、約180度の油でさっと揚げる。
- ③ キャベツの千切り、ブチトマトを添える。

1人分熱量 276kcal、カロリー

春日市食生活改善推進会

その他

広域行政推進研究等 支援事業について

県では、広域連合制度の導入や、自主的な市町村合併の推進に向けた地域の取り組みを支援するため、補助金を交付します。

対象団体 県内に事業所などがあり、次に該当する団体

- ① 地方公共団体
- ② 農協や商工会議所等の公共的団体など
- ③ 広域行政や地域づくりに活動実績がある市町村長が認める地域づくり団体など
- ④ 市町村長が推薦する③に準ずる団体

対象事業 事業費50万円以上の次の事業

- ① 広域行政に関する研究会等実施事業
- ② 広域行政推進のための調

無料法律相談所の開設

福岡法務局筑紫支局と筑紫人権擁護委員協議会では、無料法律相談を行います。

日時 7月10日(木) 午後1時～4時

場所 福岡法務局筑紫支局1階相談室

受付方法 電話による予約制 (先着5人)

予約・問い合わせ先 福岡法務局 筑紫支局 (筑紫野市大字二日市674-1 ☎922-2881)

福岡県合同会社説明会

大学、短大、高専、専修学校を卒業卒業する人 (今年3月の卒業生で平成10年4月に就職を希望する人も含む) を対象に、地元企業との合同会社説明会を行います。

日時 6月30日(月) 午後0時30分～午後5時 (受付は正午から)

女性問題に関する 情報を届けます

女性問題に興味のある人、考えてみたいと思っている人に、女性問題に関する各種情報や講演会の案内などを届けます。

問い合わせ先 厚生課男女共生推進係

☎(71) 15556

福岡県雇用対策協会 ☎(71) 16555

平成9年度 毒物劇物取扱者試験

日時 8月5日(火) 午前10時～午後0時30分

場所 第一薬科大学 (福岡市南区玉川町22-1)

受験手数料 10,500円 (福岡県領収証紙により納入)

受験資格 特に制限なし

受験申込期間 6月16日(月)～20日(金)

申込・問い合わせ先 筑紫保健所 (〒816大野城市白木原3-5-25 ☎573-1811)

※ 試験科目、提出書類など詳しくは、問い合わせください。

そ う だ ん

市無料法律相談（月1回）

▷7月9日(木)・8月20日(木)▷10～16時▷市役所市民相談室▷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

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（西仮設庁舎内）▷☎（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5千円程度

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水曜日▷10～16時▷市内各保育所

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）

▷7月1日(木)▷10～15時▷家庭、学校、近隣などの人権問題について▷市役所市民相談室▷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

女性の悩み・法律・健康電話相談

▷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▷面接・専門相談は予約制

クレジット・サラ金電話相談

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

不安・悩み電話相談

▷24時間いつでも▷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 華

七色の煙たなびく町は今

子どもを通りて北九州の八幡へ出かけた。初夏の陽気のせい、街並みが本当に美しい。この町に来ると必ず思い出す光景がある。小学校の社会見学で見た、もくもくと七色の煙を吐く工場の煙突群。子ども心に鮮烈な印象として刷り込まれていたらしい。▼当時自分は、日本産業を支えるこの光景を誇りにさえ感じたかも知れない。しかし今思うに、そこで生活する住民にしてみればさぞかしひどい環境だったに違いない。▼途中、国道沿いに目を引く青葉の森が見えた。車を止め、歩いて上っていくと、今はもう誰も住んでいない古い洋館が立ち並ぶ。いずれも一区画200坪はあろうか。広い芝生の庭と高い塀。なぜこんなものがと、辺りを見回していると、「管理○製鉄所」と書かれた看板。なんと、あの時代、こんな閑静な森の中にこんな優雅な生活があったとは。記憶の光景の裏にあっただろう生活に比してあまりに対照的なこの竹まいに、しばしばう然としてしまった。▼ふと、「早く行くようよ」という子どもの声。せかされて坂を下っていると前方に製鉄所の錆びた煙突と日差しに輝くスベースシヤトルが見えていた。（後）



△ウー、もうちょっと強く打てばー

ねらいを定めて

平成9年度 第1回グラウンドゴルフ大会

市グラウンドゴルフ協会主催の平成9年度第1回グラウンドゴルフ大会が5月16日、市スポーツセンターグラウンドで行われました。

大会には30チーム、約200人が参加。1チーム6人が、8ホールのコースを2回計16ホールまわり、その打数の少なさを競いました。

参加した人たちは、「クラブをしっかり握って打つと、ボールは真っすぐ転がってくれる」「今日初めて大会に出たが、ホールインワンできてうれしい」などと話していました。

まちのあ はれ

成績は次のとおりです。

優勝 千歳町
準優勝 惣利 A
第3位 若葉台西

足並みそろえてイチニ、イチニ

中学校運動会

5月18日、市内の6中学校で運動会がありました。日曜日だったこともあり、各中学校には、お弁当を持った保護者たちなどが応援に訪れ、にぎやかな運動会となりました。

春日東中学校では、各学年の各組ごとに8色に分かれ、二人三脚借り物リレーや大縄跳び、むかで競争など全27種目で競い合いました。

むかで競争では、1チーム6人の選手たちが、「イチニ、イチニ」と声をそろえ、足並みをそろえて力走。練習の成果が出て、あっと言う間にゴールしたチームや、ゴール直前で転んでしまったチームなどに、たくさんの声援が送られていました。



△あわてず、急いで

3くろ回して初挑戦

子どもたちの陶芸教室

市内の陶芸工房で、5月11日、子どもたちの陶芸教室が行われ、小学生約20人が初めての焼き物に挑戦しました。

この教室は、「世界に一つの自分だけのマイカップを焼いてみよう」と、児童センターが呼びかけて開かれたものです。陶芸家の桑野照園さんの指導で約2時間、思い思いの作品づくりに取り組んでいました。

初めは楽しそうにろくろを回していた子どもたちも、次第に思うようにならなくなり悪戦苦闘。しかし、先生にちょっとしたアドバイスを受けると、魔法のように出来上がっていく作品に自分でも驚いていました。

「土は生きものですよ」という先生のことばに、子どもたちは、手間をかけ、愛情を込めてつくる陶芸のおもしろさを学んだようです。



△ろくろを回して

市の人口

●人口100,928人

●男50,031人 ●女50,897人

●世帯数37,632世帯

※ 市報かすかは森林資材を守るため再生紙を使用しています。