

# かすが



## 市民創作ミュージカル

### 文化祭で公演します

今年の市民創作ミュージカルは「ハッケン伝説」。これは、「伯玄町」の地名の由来となった人、「ハッケンどん」を題材にしたものです。

この「ハッケンどん」は福岡県の民話集にも収録されており、春日が誇る民話でもあります。

市民ミュージカルの出演者17人は、本番当日に素晴らしい演技をしようと現在猛練習中です。

なお、今年のミュージカルは、できるだけたくさんの人に見てもらうため、文化祭期間中に2回公演します。

入場無料ですので、ぜひお越しください。

#### 日時

▽11月1日(土) 開演午後3時

▽11月2日(日) 開演午後2時

※ 開演は、各回とも開演30分前です。  
会場 ふれあい文化センター  
スプリングホール

問い合わせ先 社会教育課社会教育係

☎(575) 4121



写真は去年上演されたものです

存じ  
ですか?



# 障害者のための 福祉サービス

身体障害者手帳や療育手帳を持っている人のために、次のような福祉サービスがあります。今回は在宅の障害者にとって日々の生活に役に立つ福祉サービスについて紹介します。

## 自動車改造費の助成

今度、通勤に自動車をかうようになったのですが、改造しないと運転できません。何かいい方法はありませんか。

仕事に就くなどのために自動車の改造が必要な身体障害者に対して、改造費の一部を助成する制度がありますのでご利用ください。

対象 仕事に就いている身体障害者  
助成額 最高10万円  
申請に必要なもの 身障手帳、運転免許証、見積書、印かん  
※ 所得の制限があります。

## じん臓疾患患者福祉給付金

人工透析を受けていますが、仕事の都合で夜しか病院に行けません。バスが使えないので交通費がかさんで...

仕事などのためにやむを得ず夜間に人工透析を受けている人のために、交通費の一部を

助成する制度がありますのでご利用ください。ただし、いろいろな制限がありますので、事前に相談してください。

対象 仕事の都合でやむを得ず夜間に人工透析を行っている身体障害者  
給付金額 月額2,000円

## NHK放送受信料の減免

夫は視覚障害者で、テレビの音だけを聞いて楽しんでます。

私たちのような障害者のいる家庭でもNHKの受信料は一般の家並と同じなんじゃないか。

心身障害者の世帯などに対し、NHKの放送受信料が減免される制度がありますのでご利用ください。



対象 【半額免除】  
○生活保護受給者  
○貧困な身体障害者の世帯  
○市民税が非課税の重度（A判定）知的障害者世帯  
【全額免除】  
○契約者が視覚または聴覚障害者で世帯主  
○契約者が重度（身障手帳1、2級）の肢体不自由者で世帯主  
○契約者が重度の聴覚障害者で世帯主  
申請に必要なもの 身障手帳または療育手帳、印かん

【全額免除】

駐車禁止の除外指定

障害のために歩行が困難なおばあちゃんを病院に連れていくのに、駐車場が遠いので困っています。なにかいい方法はありませんか。

交通の妨げにならない限り、公安委員会指定の駐車禁止場所での駐車が認められる制度があります。

対象・条件

○次に掲げる障害程度に該当し、かつ、著しく歩行困難な人が自ら運転する車両またはその人を乗せて介護者が運転している車両

◇下肢または体幹機能障害(6級以上)

◇視覚障害2級以上

◇内部機能障害1級および3級

◇平衡機能障害3級

○精神薄弱者のうち、その程度が最重度に該当し、かつ、常時看護を必要とする人を乗せて介護者が運転している車両

申込・問い合わせ先 筑

紫野警察署 (筑紫)

野市大字上古賀2

32-7 ☎ 929-1

0110



相談員制度

家族のなかに障害を持つ子どもがいます。いろいろ悩みもあるのですが相談できるところはなんでしょうか。

市には障害を持つ人やその家族が抱えるさまざまな問題について、相談を受ける制度があります。ご利用ください。

●身体障害者相談員●

身体障害者のいろいろな悩みや問題について相談に応じ、問題解決を援助します。

◇大野忠男 (塚原台)

☎ (596) 2667

◇勝野明美 (上白水)

☎ (571) 5258

◇金堂正芳 (上白水)

☎ (571) 0178

◇田川佐智子 (上白水)

☎ (571) 0173

◇松尾志郎 (光町)

☎ (571) 6832

●精神薄弱者相談員●

知的障害者のいろいろな悩みや問題について相談に応じ、問題解決を援助します。

◇茨木真代子 (上白水)

☎ (581) 36517



◇西田紀代子 (須玖北)

☎ (582) 0915

●ろうあ者相談員●

聴覚などに障害がある人と、関係機関との間の手話通訳や、障害者本人または家族からのいろいろな相談に応じます。

なお、相談員は市役所福祉課にいます。

◇井上郁枝 (月・火・木)

◇西尾克子 (月・水・金)

☎ (584) 1154

☎ (584) 1111

内線1914

●家庭児童相談員●

毎週月～金曜日、市役所福祉課で、家庭における児童の心と体のあらゆる問題(非行、不登校、障害、家庭問題など)について、相談に応じ必要な助言指導を行います。

◇黒瀬文英

◇占野 豊

☎ (584) 1111

内線1904



障害者の手当の支給

夫は重度の障害を持っていますが、在宅でがんばっています。こんな夫に対して何か援助はないのでしょうか。

▲身に障害のある人が、その障害に応じた手当をもちえる制度があります。

対象

○特別障害者手当

重度の障害のため、日常生活において常時特別の介護を必要とする人（20歳以上）

○障害児福祉手当

重度の障害のため、日常生活において常時介護を必要とする児童（20歳未満）

○香日市心身障害者福祉手当

次のいずれかに該当する人

◇身体障害者手帳1級の人

◇療育手帳A判定の人

◇特別児童扶養手当をもらっている人

※ いずれの手当も所得の制限があり、施設などに入所中の人はもらえません。

なお、特別障害者手当については、入院が3か月を超えると受給資格がなくなります。



心身障害者扶養共済制度

子どもが障害を持っているのですが、将来の生活のことを考えるのが不安です。

▲心身障害者扶養共済制度に加入してはいかがですか。

心身障害者（児）の保護者にとって、最も大きな悩みは、万一の場合に残された障害者を誰が保護し、面倒を見てくれるかということだと思います。

県が実施するこの制度は、任意加入で、保護者の死亡後、障害者に年金を払い、その生活の安定の手助けをしようというものです。

対象 心身障害者（児）の保護者

掛金 月額3,500～13,300円

（1口）

給付金額 月額20,000円（1口）

●心身障害者扶養共済制度掛金補助●

心身障害者扶養共済制度の掛金の支払いが困難な人に対して、掛金の補助を行います。

対象（補助率）

○生活保護世帯（10/10）

○前年度市民税非課税世帯（5/10）

○前年度市民税均等割のみ課税世帯（3/10）

○災害により生計維持が困難な世帯（12か月を限度）（10/10）





## 住宅改造費の助成 募集受け付けます

日常生活に介助を必要とする高齢者や身体障害者が、生活しやすいように住宅を改造する場合に、その改造費用の一部または全部を50万円を限度に助成します。

ただし、全面的に改築・新築する場合は対象となりません。なお、世帯の生計中心者の所得により制限があります。

### 対象

- 日常生活に介助を必要とするおおむね65歳以上の人
- 身体障害者手帳（1級または2級）を持っている人
- 療育手帳（A判定）を持っている人
- 上記以外の人で補装具として車いすなどの交付を受けている人

**助成額** 改造費用と助成基準額（50万円）とを比較して低い額に、世帯の生計中心者の前年分所得税額に応じた助成率を乗じて、助成額を決定します

**募集件数** おおむね5件

**受付期間** 11月4日(火)～14日(金)

※ 期間中に定員に満たない場合は、以降順次受け付けます。

**申込・問い合わせ先** 高齢サービス課

※ 申し込みの際して、必要な書類などがありますので、事前に問い合わせください。

## 声の広報

妻は病気で目があまり見えなくなりました。以前から市報をよく読んでいたのですが、今は私が読んで聞かせています。私も年々あまり字が見えませんが、何か良い方法は無いでしょうか。

△セットテープに録音した「声の広報」があります。

声の広報は、「市報かすが」や「市議会だより」などをカセットテープに録音し、情報の提供をしています。月2回、市報の発行ごとに録音し希望者に配布しています。

対象 視覚障害3級以上の人



まだまだあります福祉サービス。相談と申し込みは、福祉課まで。

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



来年4月から

家庭、事業所ともに

# 燃えるゴミの出し方が変わります

.....燃えるゴミも半透明の指定袋で.....



現在、燃えるゴミとして、生ゴミや紙くすなどを入れている黒ビニール袋は、中が見えません。

そのため、燃えないゴミやスプレー缶、刃物などの危険物が混じっていることがわからず、収集作業に支障をきたしていました。

そこで来年4月から、この黒ビニール袋が、市が指定する半透明のビニール袋に変わります。

来年4月からは、燃えるゴミは、家庭、事業所ともに、市指定の袋（有料）に入れて出すようになります。

指定袋は、燃えないゴミの指定袋と同様、販売協力店で購入してください。

燃えないゴミ・粗大ゴミの出し方については、変更ありません。

(生活環境課)



空き缶・たばこの

## ポイ捨て禁止

今月は「空き缶・たばこなどのポイ捨て禁止」の啓発強調月間です。

あなたは、歩道の植え込みに捨てられている空き缶や、駅周辺に散らかっているたばこの吸い殻を見て、いやな思いをしたことはありませんか？

福岡都市圏22市町村では、空き缶やゴミの散乱を防止し、資源の再利用と環境の美化を推進するため、「空き缶等の散乱防止及びその再資源化の促進に関する条例」を一斉に施行するなどの取り組みを行っています。

この条例のポイントは

- ①みんなが力を合わせて、空き缶、空きビン、たばこ、チューインガム、ちらしなどのゴミのポイ捨てを防ぎ、わたしたちの住む街を清潔で美しくしようとする。
- ②自動販売機設置の事業者は、空

き缶などの回収容器を備えつけておかない。

※ 悪質な違反者には、罰金が課せられますが、この条例の趣旨は、ポイ捨てなどで街が汚れるのを防ぐためのものであり、罰金が目的ではありません。

わたしたちの住む街をきれいにするために、まず皆さんの第一歩が大切なのです。

(生活環境課)



# TOPICS

## トピックス



### み・ん・な・で・健・康 春日いきいきフェア

9月14日、いきいきプラザで「切春日いきいきフェア」が開かれました。

毎年恒例となった健康ウォークには、約150人が参加。それぞれが自分のペースで、白水大池公園までの往復約7kmのコースを歩きました。

会場では、健康や福祉に関するさまざまなコーナーを設置。訪れた市民たちは、クイズなどに挑戦したり、点字などを体験したりして、楽しんでいました。

健康づくり講演会では、落語家の桂文齋さんが、「だれでも迎える高齢化社会」と題して講演。ユーモアたっぷりの話に、観客からどっと笑いが上がっていました。

また、屋外では、焼きそばから野菜、おもちなどといった店がテントをはり、大変な人だかり。特設のステージ上では、バンド演奏やエアロビクス、ジュニアダンスなどが披露され、さかんな拍手をあげていました。

### '97 春日いきいき



### 交通安全キャラバン隊

メッセージ伝達式

全国を回って交通安全を訴えている全国交通安全キャラバン隊が、9月5日市役所を訪れました。

このキャラバン隊は、総務庁が全国に交通安全の輪を広げるため、毎年行っているものです。市長ら大勢の市民が出迎えるなか、キャラバン隊の宮石隊長が、「地域の実状に即した効果的な交通安全対策をお願いします」という総務庁長官のメッセージを伝達。

これを受けて市長は、「今後なお一層、交通安全対策の推進に努めていきます」と答えました。

### 交通安全キャラバン隊 メッセージ伝達式

▷白水市長から激励を受ける宮石隊長



### 人命救助で表彰

帰省先の海で2幼児救助

昇町3丁目に住む大石浩一さんが、8月15日、帰省先の鹿児島県隼人町の海水浴場で、おぼれていた6歳と4歳の兄弟を救助し、同県国分警察署から表彰されました。

兄弟は、乗っていたゴムボートが強風のため沖に流され、怖くなって海に飛び込み、おぼれてしまいました。

居合わせた大石さんが、すぐさま父親らを手こぎボートに乗せて現場に急行。浮いていた意識不明の二人を見つけて引き上げ、人工呼吸を行うなどして無事救助しました。

「泳いで助けに行くより、ボートを使おうと判断したのが結果的に良かった。それに私、学生時代ボート部でしたから」と大石さんはニコリ。

広報レポーター 東美和子



△感謝状を手にする大石さん

# お知らせ

## 催し

### ふれあいコンサート

日時 10月26日(日)

午後0時30分から

場所 春日西小学校体育館

入場料 無料

内容

▽第1部 上白水公民館で活動する音楽クラブの発表会(民謡、詩吟、日舞、大正琴)

▽第2部 春日西中学校ブラスバンド演奏、バイオリン演奏(八尋祐子さん)、みんなであたおう歌の交流(岩崎記代子さん)

問い合わせ先 上白水公民館

☎(582) 6879

### 陸上自衛隊第4師団 創立記念行事

日時 10月26日(日)

午前9時～午後2時30分

場所 陸上自衛隊福岡駐屯地(大)



◀ P.N. MILK大好き



イラストコーナー

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、白黒で書いて、表にははがきと描いて、裏に住所、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。(掲載した人には特製Tシャツ進呈)

内容 バレード、音楽演奏、訓練展示、試乗(ジープなど)、戦車・大砲などの装備品展示、模擬売店

問い合わせ先 陸上自衛隊第4師団広報班

☎(591) 1020

### ふれあいバザー

あけぼの会ひこうせん(春日市障害児親の会)では、ふれあいバザーを行います。

日時 11月23日(日)

午前10時～午後2時

場所 春日市社会福祉センター(春日小学校から変更になりました)

内容 不用品バザー、飲食コーナー、子ども遊びコーナーなど

問い合わせ先

ひこうせん事務所

☎(591) 7607

▽夜間

### 不用品市 春日市消費者の会

押し入れや物置に眠っている不用品(新品)を、持ち主に代わって売ります。

不用品受け付け

日時 10月30日(木)・31日(金)

午前10時～午後3時

場所 ふれあい文化センター

※ 不用品市で売ってもらいたい品物は、新品の物に希望の値段を付けて出してください。

不用品市

日時 11月1日(土)・3日(日)

午前10時～午後4時30分

場所 ふれあい文化センター

「文化祭消費者展会場」

問い合わせ先 春日市消費者の会

(総務課内)

お問い合わせ先 春日市消費者の会

(総務課内)



## 「春日」と名のつく市町村が集う「春日サミット」

春日サミットシンボルマーク

全国には、「春日」と名のつく市町村が六つあります。埼玉県春日部市、山梨県春日居町、愛知県春日井市、岐阜県春日村、兵庫県春日町、そして春日市です。

この六つの市町村が集まって、それぞれの地域の活性化と魅力あるまちづくりを目的に、平成5年から「春日サミット連絡協議会」を設置し、活動しています。

このサミットは、お互いの情報交換などのために、2年に一度開催。今年8月の埼玉県春日部市での「春日サミット」が、第3回目となりました。

今回のサミットでは、「春日部宣言」を採択。この宣言は、災害時の相互支援について協議を進めることなどを盛り込んだものです。

なお、次回(平成11年)の「春日サミット」は、山梨県春日居町で開催されます。

※ サミットとは、もともと頂上という意味ですが、現在は首脳会談を指しています。



六つの「春日」がしっかり握手



# Home Doctor

ホームドクター 59

ヤケド・凍傷



橋口病院

松村美幸

これから冬に向かい暖房器具の使用とともに多くなる「やけど」についてお話しします。

やけどの皮膚に受けるダメージの程度は、その深さによって第1度から第3度に分けられます。

おおよその目安として、第1度は皮膚の表層のみのダメージで、赤くひりつく程度。

第2度は表層から皮下脂肪組織の間のダメージで、赤みと水ぶくれがひどくなります。

第3度は皮下脂肪にまで及ぶので、水ぶくれがつかれ、赤紫色から逆に白色になっていきます。キズが深いわりには痛みはさほど強くありません。

やけどで来院する例としては、子どもがホットプレートやストーブ、アイロンなど、スイッチを切ってもすぐには冷めないものを触って、やけどするケースがあります。

親はスイッチを切ったことで安心してしまふのか、目を離したスキにという事例が多いようです。

このケースは、第2度の傷跡が残るやけどになりやすいため、使用後まだ熱いこれらの機器は、子どもの手の届かないところに置くようにしてください。

また、炊飯器の蒸気口に手をかざ

してやけどする例も多いので注意してください。

ほかに、脳こうそく後のマヒや糖尿脚で手足のしびれがある人など、手足の感覚が鈍くなっている人が、湯たんば、アンカ、ホットカーベットを使用したときにやけどすることがあります。長時間、体の同じ部分に触れないように注意してください。

この場合、第2度から第3度の深いやけどになっていることが多く、皮膚の移植などの手術が必要になってきます。

これらのやけどの治療の基本は、まず冷やすことです。30分から3時間程度または痛みがとれるまで水道水などを使って患部を冷やしてください。

第1度程度のやけどであれば、冷やすだけで翌日には跡形もなく治ることもあります。

第1度よりひどいやけどであれば、冷やすことと同時に、軟こうなどによる局所治療が必要になります。

自分で民間療法によって治療すると、傷口がかわれたり、化のうしたりして、かえって治療を長びかせたり傷を深くすることがあります。

できるだけ早く専門医に治療してもらうことが大切です。

## 地域安全運動 みんなでつくろう 安全の街 春日市



- 防犯協会をはじめとする地域安全に関する団体と警察が連携して、10月20日まで全国一斉に「全国地域安全運動」を実施しています。

### 地域安全運動の重点項目

○幼児などの誘拐（声かけなど）の防止

子どもを誘拐や変質者などから守るためには、子どもたちを見守ることと、子どもに対する日ごろのしつけが大切です。

子ども連れの不審な人物（年齢が釣り合わない、子どもが嫌がっているなど）を見かけたら、一声かけて確かめてみましょう。

子どもに対しては、子どもの年齢に合った言葉で、「お菓子をあげるよ」とか、お母さんが呼んでいるなどと言われても、知らない人についていけない、「登下校や遊ぶときには、一人にならない」と、具体的にわかりやすく注意しておきましょう。

一人で遊んでいる子どもを見かけたら、「一人で遊ぶとあぶないよ」と注意してあげましょう。

○自転車・オートバイの盗難防止  
自転車・オートバイから離れるときは、必ずカギをかけましょう。二重ロックが効果的です。

盗難予防や盗まれたときのために、泥よけなどに住所・氏名・電話番号を記載し、防犯登録をしておきましょう。

### ○痴漢・性犯罪の防止

見知らぬ男の人から「お茶でも飲みませんか」「自動車で送ってあげよう」などと甘い言葉かけられても、誘いに乗らないようにしましょう。

暗い夜道の一人歩きは避けて、どうしても出かけなければならぬときは、防犯ブザーなどを携帯するようにしましょう。

家の中をのぞかれないように気をつけて、確実に戸締まりをしましょう。

混雑する乗り物や映画館などで身体を触られたときは、大きな声で相手にはつきりと注意しましょう。

見知らぬ人が訪れたときは、ドアチェーンを付けたままで応対し、相手を確かめるまで、不用意に家の中に入れないようにしましょう。

○安全な街をつくるために  
犯罪を見たり聞いたりしたときは、どんなことでもかまいません。情報をお寄せください。

筑紫野警察署  
☎(92) 0110

下白水警察交番  
☎(90) 1873  
春日原警察交番  
☎(98) 0342



イラストコーナー



憎しみを慈しみに



◀ P・N 仏ゾーンー賞

◀ P・N 「ニキース」

◀ P・N エレガント

さわやかフェスティバル  
— 献血サンクスDAY in ちくし —

福岡県赤十字血液センターでは、献血への理解と献血協力に対する感謝の気持ちを込めて、第8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、ジャンケン大会、小学生3on3トーナメント、ミニ四駆血液センターカップほか楽しい催し物がいっぱい。家族みんなで、お越しください。

日時 11月2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  
(筑紫野市上古賀232-1)

問い合わせ先 福岡県赤十字血液センター

☎(92) 1400



講座

働く女性の  
能力開発講座

県労働福祉事務所では、「切ス テップアップセミナー・福岡」を行います。

職場で中堅として働く女性が、より一層の自己啓発と職務遂行能力を開発するためのセミナーです。会場 県福岡西総合庁舎2階大会 議室(福岡市中央区赤坂)

対象 働く女性(中堅女性勤労者を中心に)

定員 30人(応募者多数の場合は選考。参加決定者には受講証を送付します)

受講料 無料(ただし、教材費500円が必要です)

申込方法 県福岡労働福祉事務所に電話で10月31日(金)までに申し込む

申込・問い合わせ先 県福岡労働福祉事務所 ☎(76) 25338

月日	テーマ	講師名
11月10日(火)	開講式	
	先輩からのメッセージ	金生郁子さん(社員教育インストラクター) 藤田富子さん(岩田屋2nd第12店店長)
	女性労働問題	正光育子さん(弁護士)
11月12日(木)	「能力開発と行動実践学」—リーダーの視点、人間関係のこつ、生き方の黄金律—	甲上南彦さん(地方産業経営研究所所長)
11月13日(木)	「ビジネスシーンで求められる法」	黒木和彰さん(弁護士)
	「管理職と人間関係」新ストレス時代を生きる	徳永雄一郎さん(不知火病院院長)
	閉講式	

※ 時間は、いずれも午前9時30分から午後4時30分までです(11日は、午前8時からの受け付けです)。

チャレンジ・ザ・ゲーム  
「家庭の日」親子ふれあい事業

第3日曜日「家庭の日」です。「家庭の日」は、月に1回家族で地域行事に参加したり、健康づくりに取り組んだりというように、「家庭のあり方」について考えるための1日です。今回、親子で参加し、楽しめるゲームをたくさん企画しました。ぜひ参加ください。

日時 11月16日(日) 午後1時～3時(小雨決行)  
会場 市スポーツセンターグラウンド  
内容 靴とばしゲーム、梅干しの種とばしゲーム、グラウンドゴルフなど6種目  
参加費 無料  
※ なお、全ての種目に参加した人には、景品を準備しています(先着200人)。  
問い合わせ先 社会教育課 ☎(57) 4121

健康度測定  
11月分参加者募集



健康度測定を受けて、健康づくりを見直してみませんか。あなたに合った運動が、確実にあなたを変えていきます。継続指導を受けている人も年1回の健康度測定が必要です。

日時 11月15日(土) 午後1時、2時、3時から

▽ 11月26日(水) 午前10時、11時、正午から  
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  
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 ☎(30) 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。

こんにちは保健婦です

心と体のリフレッシュ  
健康度測定のおすすめ

さわやかな秋風のふく季節、さつそうとウォーキングしている人を多く見かけます。

しかし、それを横目に年々増えていく体重が気になりながらも、「運動は苦手」「運動はきついから」と、半ばあきらめている人も多いのでは。

そこで、いきいきプラザ健康度測定室でトレーニングを続けていらっしゃる丁さんの体験記を紹介いたします。

「だんだんと洋服のサイズが合わなくなってきたと思っていた平成6年12月に、いきいきプラザの健康度測定を受けました。週2回自転車エルゴメーターをこいだり、トレッドミルで歩いたり、ステップマシンで脚力をきたえたり、ダンベル体操をしたりしています。あさやすい私の性格にしては、珍しく長く続いています。

それは、健康度測定室で運動することが楽しみになっていくからでしょう。ここで知り合ったお友だちと話ししながら運動できるので、ストレスの解消にもなり一石二鳥です。

体重は、食生活にも気を使いましたが、あれよあれよという間に6kgほど軽くなりました。以前の服も変を着られるようになりまし

た。これまではテレビの前でごろろした生活でしたが、体が軽くなったせいも心ももうさうさう、どこに行くのもいやにならないうようになりまし。また、孫を少々長くだっとしても疲れないようになり、筋力もついてきたのかなあと実感しています。

人間の意志は弱いもので、いくら体によくないとわかっていても食べ過ぎてしまったり、運動が体にいいとわかっていても続かないことがよくあります。

これからの健康づくりを長続きさせるポイントには「心地よさ」「楽しさ」です。ニコニコベースの運動を続けると、脳からエンドルフィンというホルモンが分泌され、気分をさわやかにさせる作用があります。そうならば、体が自然に動いてきます。

健康度測定では、あなたの脂肪量や体力を測定し、あなたにとってのニコニコベースの運動量をアドバイスします。また、その結果をもとにトレーニングもできます。

自分の体の中から自然にわき出る心地よさを体験してみませんか。詳しくは、健康課まで問い合わせください。

保健婦 中国 直美

女性問題講座  
介護講座（入門コース）

少子・高齢化が進み、核家族が増加して行く中で、家庭介護は大きな問題となっています。

この講座では、介護についての講義と実技を行います。

日程 11月14日（金）・12月9日（火）

時間 午前10時～午後3時

場所 クローバープラザ（原町3-1-17）

講師 福岡県介護福祉士

参加費 無料

定員 各30人（定員になり次第締め切ります）

申込方法 10月31日（金）までに電話またはFAXに住所、氏名、電話番号、介護講座希望と記入し、厚生課に

募集  
平成10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10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1日

願書、入園要項などの配布および願書の受け付けはご希望の園で行います。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。

私立幼稚園就園奨励費補助金

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）の保育料などに応じて段階別に私立幼稚園就園奨励費を補助します。詳しくは各幼稚園、または市教育課にお尋ねください。

園名	所在地	電話
春日幼稚園	春日3丁目42	501-3425
春日小幡幼稚園	同本1丁目86	581-5905
春日第一幼稚園	同町2丁目85	592-3977
春日第二幼稚園	石原台西6丁目103	571-0254
春日西幼稚園	上白水445-2	582-4292
恵星幼稚園	春日湖北町4丁目23	501-7635
須玖幼稚園	須玖北8丁目56	582-9830
宝島幼稚園	宝島4丁目14-1	591-2414
やなぎ幼稚園	東2丁目2	574-4154

※ 園名は五十音順です。

健康度測定室  
日曜日特別教室11月分

いきいきプラザ2階の健康度測定室では、継続指導を受けている人はもちろん、一般の人でも利用できる日曜日特別教室を行います。

1日体験コース（要予約）  
自転車エルゴメーターをこいでみませんか？

日時 11月2日・23日 午前10時～、11時～、午後2時～、3時～

諸機能検査（要予約）  
皮下脂肪・柔軟度・握力・敏しょう性などを測ります。

日時 11月30日 午前10時～、11時～、午後2時～、3時～

エアロピクス（予約不要）  
この機会に健康づくりにチャレンジしてみませんか？

日時 11月16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  
※ 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



イラストコーナー

# Kids



P.A.N MYSTERY

P.A.N 須賀川線南

P.P.N

京都に行きたいの  
高田洋子さんの

## 福祉

### 精神保健福祉家族教室

筑紫保健所では、心を病む(精神分装病)患者を支えている家族を対象に家族教室を行います。

日程

○10月28日(水)

オリエンテーション

グループワーク

○11月11日(水)

精神分装病について

○11月25日(水)

制度・社会資源について

○12月9日(水)

家族の役割について

○12月15日(水)

まとめ・個別相談会

時間 午後1時～5時

場所 筑紫保健所庁舎2階大会議室(大野城市白木原3-5-25)

定員 30人

### 福岡地区高齢者いきいき活動のつどい

高齢者の学習活動や社会参加活動についての実践発表や講演会が行われます。入場無料でだれでも参加できます。

日時 11月13日(水)

午前10時～午後3時20分(受付9時30分)

会場 志免町民センター(糟屋郡志免町大字志免980)

内容

▽講演会

テーマ「心豊かに生き抜くために」

講師 諸岡和彦さん(アサヒ飲料株式会社 取締役九州支社長)

▽実践発表

## 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 11月12日(水)

午後1時～4時

場所 春日市社会福祉センター13階(昇町3-1-101)

予約方法 11月1日(日)から電話で予約をする(先着12人程度)

予約・問い合わせ先 春日市社会福祉協議会 ☎(581) 72225

申込・問い合わせ先 社会教育課 ☎(575) 4121

## レクリエーション講座 参加者募集

人と人のふれあいを、なごやかで楽しいものにす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(水)・19日(水)・26日(水)、12月3日(水)・9日(水)・16日(水) (全6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

定員 50人程度

申込方法 電話またははがきで住所、氏名、電話番号、所属団体を連絡する

申込締め切り日 11月10日(日)

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内)

☎(575) 4121

### 寝たきりの人や障害を持つ人へ 歯科衛生士無料訪問サービス

病氣や障害などで寝たきりに近い状態になると、歯がうまく磨けないために、食べ物の残りが残りやすくなり、口の中が不潔になりがちです。

市では、病氣や障害などで外出が困難な人に対し、歯科衛生士が訪問して、歯や入れ歯など口の中をきれいにしたり、手入れの方法を指導したりするサービスを行っています。

歯の無い人も、口の中の粘膜を清掃することで、「口の中が、さっぱりした」と好評です。

希望する人は、健康課まで申し込んでください。

本人に代わって、家族が申し込んでかまいません。

申込・問い合わせ先 健康課 ☎(501) 1134



女性相談委員による  
行政なんでも相談



福岡行政相談委員協議会女性委員会は、女性相談委員による行政なんでも相談コーナーを設けています。

教育、労働、福祉、道路、年金、

消費生活、環境衛生などについて困ったことがあれば、お気軽に相談ください。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

相談日 毎月第1・第3土曜日

受付時間 午前11時～午後3時

場所 県女性総合センター「あすばる」1階受付カウンター

1前（原町3-1-1）7

県クロージャープラザ内

☎(84) 1261

問い合わせ先 九州管区行政監察

局行政相談課

☎(81) 7081

国保 いろいろ

退職者医療

退職者医療に該当すると病院などで支払う一部負担金の割合が軽減されます。



対象となるのは

国保の加入者で、厚生年金または共済年金の老齢（退職）年金をもらっている人です。

ただし、厚生年金などの加入期間が20年以上、または40歳以後に10年以上ある人に限ります。

※ 国民年金の期間は、計算に入りません。

※ 老人医療の受給者は、対象になりません。

届け出に必要なもの

○国保の保険証

○年金証書

○厚生年金などの加入期間証明

（加入期間が20年未満の人）  
○印かん

詳しくは、問い合わせください。

（国保年金課国保係）

区分	負担割合	
	入院	外来
退職被保険者	2割	3割
退職被扶養者	2割	3割

旬の健康料理

ネギ 2、3本▽塩 少々▽酒 大さじ2

（作り方）

① サケは両面に塩少々と酒大さじ2をふる。

② キャベツはしんを取ってざく切りにする。エノキは根元を切り落とす。シメジは石づきを取って小房に分ける。ネギは小口に切る。

③ アルミホイルに薄くバターを塗ってキャベツを敷き、サケをのせた上にエノキダケ、シメジをのせる。最後にレモンの輪切りをのせてアルミホイルを折りたたみ、しっかりと包む。

キノコたっぷりサケのホイル焼き

エノキやシメジなどのキノコ類には、食物繊維が多く含まれています。

便秘や大腸がんを予防するためにも、積極的に食べたい食品です。

そこで、今回はキノコをたっぷり使った献立を紹介します。

（材料（5人分））

▽サケの切り身 5切れ▽キャベツの葉 3枚▽エノキダケ 1袋▽シメジ 1パック▽レモンの輪切り 5枚▽バター 大さじ1▽しょうゆ 大さじ3▽



④ オープントースターに入れて10分間焼く。取り出して皿にうつし、アルミホイルを開いてネギをちらし、しょうゆをかける。

1人分熱量 163kcal。カロリー市管理栄養士 田中智子

税金物語

あなたの満期保険金の受取人はだれ？

こんなケース

C子さんは、夫のDさんが長年掛けてきた保険の満期がきて、300万円の保険金を受け取り、さっそく自分のヘソクリにしました。

ところが、税務署から突然数十万円の贈与税を払うように告げられビックリ仰天してしまいました。その訳は

実はこの保険、契約者（契約した人）も、保険料負担者（保険料を毎月支払う人）も、ともに夫のDさんで、満期保険金の受取人だけが妻のCさんだったのです。

つまり、受取人と保険料負担者が異なる保険契約の満期保険金は、

受取人が保険料負担者から保険金を贈与してもらったものとみなされ、高い贈与税が課税されるのです。

ただし、受取人が夫のDさんになっていた場合でも、この満期保険金はDさんの一時所得となり、所得税がかかっていたかもしれせん。

なお、保険金を受け取る場合は、その保険が死亡によるものか、満期によるものかによっても、課税方法が異なります。

一度自分の保険を点検してみたいかがでしょうか。

（税務課）

# BOOK

## 新刊コーナー

春日市民図書館

(大谷6丁目24番地) ☎584-4646

### バットマン究極の悪

アンドリュース・ワックス／著



児童虐待、子ども買春、子どもポルノほどの非道はこの世にはない。自らが不幸な過去を持つ正義のヒーローは、子どもの性を食いものにする人身売買を根絶せんと、悪魔の帝国に乗り込む。ヒーローの新たな冒険。

### サハリン脱走列車

辻真先／著



昭和20年8月、終戦寸前の一方向的な運の侵襲による樺太と日本を舞台に、運命にほんろうされながらも強く生きる人々の、破天荒な脱出行を描く。痛快冒険小説。

### ●一般書●

○舞台裏 (滝沢美恵子) ○真説徳川慶喜 (重門冬二) ○横治 (今野敏) ○死のドリームボート (ダグ・J・スワンソン) ○ひ弱な男とフワフワした女の国日本 (マークス寿子) ○原子炉を眠らせ、太陽を呼び覚ませ (森永晴彦) ○定年後夫婦で楽しく生きるコツ (南和子) ○遺骨 (内田康夫) ○あとは野となれ (室井光広) ○銀行屋橋次郎事件簿上・下 (山田智彦) ○新宿ゴールデン街の人たち (田中小実品)

### ●児童書●

○ぼくじょうのくまさん (ジョン・ウォージントン) ○おとほけマッギーさんうみのぼうけん (パメラ・アレン) ○恐怖の13時間 (三田村信行) ○かんたんアウトドア・タッキング (細川隆平) ○イルカの風 (村上康成) ○かあさんになったあーちゃん (長野ヒデ子)

### 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  
※ 場所はいつでも春日市民図書館おはなしコーナーです。

### 囚われの恋

メリリン・シモンズ／著



屋根裏の古い手紙の束から過去への旅が始まった。第一次世界大戦後のカナダ。刑務所のある寒村での若き囚人と村娘の文通。当時の状況を調査し、克明に再現した、戀を隔てた愛の物語。

### アイラのおとまり

バーナード・ウェーバー／作



初めてのおとまりには、不安がつきもの。はじめは、楽しみで楽しみでたまらなかったアイラも、ちょっぴりいじわるなおねえちゃんにおどかさされて…。「くまちゃんをつれていこうかな」。

## その他

### 改正されました 福岡県の最低賃金

福岡県の最低賃金が、10月10日から改正されました。  
改正後の金額は、1日4、932円(従前4、824円)、1時間617円(同603円)です。  
詳しくは、福岡労働基準局賃金課(☎41-4578)または最寄りの労働基準監督署までお尋ねください。

### 県外に住む 阪神・淡路大震災の 被災者の皆さんへ

兵庫県では、県外に住む阪神・淡路大震災の被災者の皆さんに、兵庫県の行政情報や被災地の状況をお知らせするため、情報紙「ひょうご便り」を無料で送付しています。

送付を希望する人は、兵庫県震災復興相談センター(フリーダイヤル0120-78-4133)に電話してください。

なお、はがきでも申し込みます。はがきの場合は、住所、氏名、電話番号、被災時の居住地、「ひょうご便り」送付希望と記入し、兵庫県生活復興推進課(〒690神戸市中央区下山手通5-10-1)まで郵送ください。

また、兵庫県震災復興総合相談センターでは、県外に住む被災者のための無料電話相談も行っています。ご利用ください。



### 【ゆずります】

●2ドアミニ冷蔵庫(3千円)、コーヒーメーカー、ドリップ式(千円)、米びつ(5百円)、木製CDラック、約百枚収納(百円)、9号サイズのスカート・ワンピース・スリーブ(千円・5千円) マン野(弥生) ☎(54) 1616  
【ゆずってください】  
●パソコン、ワープロマワープロは、富士通社製希望▽井上(弥生) ☎(58) 3635▽1万円くらいまで。応相談

(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。

# もうだん

## 市無料法律相談 (月1回)

▷10月15日(水)・11月19日(水)▷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)

▷11月4日(水)▷10～15時▷家庭、学校、近隣などの人権問題について▷市役所206会議室▷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

「楽器を吹くことがお父さんの仕事」と息子が言った。それは、夜に楽器を持って練習にでかけた、いきいきフェアなどのイベントで演奏するのを見ていたからでしょう。勤め始めた年にアルトサクソスを購入し、それ以来10数年、市役所職員でつくったバンド「ブルーレイ」に参加しています。10年ほど前までは、結婚式の披露宴やダンスパーティー、定期演奏会と人前で演奏する機会もかなりありました。▼年月とともに、メンバーの平均年齢も着実に上昇。年齢のせいかわ覚えが悪くなり、新曲に取り組んでも時間ばかりかかって、なかなか仕上がりにせん。メンバーを取り巻く環境も、仕事に家庭にと、いそがしくなってきたため、満足に練習時間がとれません。▼私も、週1回の練習にも行けないことが多くなりました。結果、その腕前は、全くといっていいほど進歩がなく10年前に吹けなかったフレIZESが、今でもやっばり吹けません。これからは、まじめに練習しよう。そして、退職するまでにはあのフレIZESを吹けるようになろう。▼ところで息子よ、「お父さんは、市役所で広報紙をつくるのが仕事だぞ」(笑)

## 散

お父さんの仕事

# まわりのあ いさめ

## 敬老の日 長寿者訪問

敬老の日の9月15日、白本市長らが市内の100歳以上の長寿者の自宅などを訪問し、お祝い状と記念品を贈りました。

市内の100歳以上の長寿者は、岡田退次郎さん(下白水)、中島英雄さん(下白水)、今村シメノさん(昇町)、東司イナさん(松ヶ丘)の4人です。

この中で、今年100歳の東司イナさんのお宅には、市長とともに、県の常盤民生部長が訪問。内閣総理大臣からのお祝い状を併せて贈呈しました。

東司さんは、額に入った大きなお祝い状や記念品を受け取りながら、「こんなに大切に扱っていただけて、本当にありがとうございます」と、うれしそうに話していました。



お祝い状や記念品を受け取る東司イナさん

## これからもお元気で

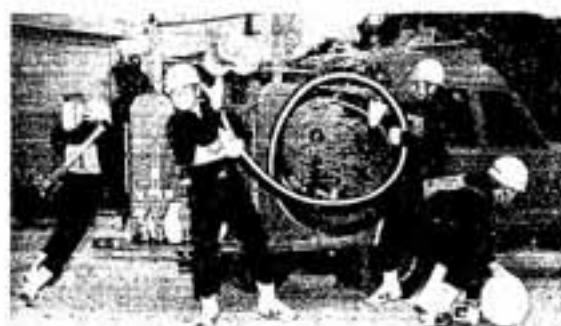
### 健康な高齢者に感謝状贈呈

市では、9月15日の敬老の日に、老人医療証を持っている人で過去5年間、病院などにかからなかった23人に、感謝状を贈呈しました。

地区の敬老祝賀会で感謝状をもらった中川タツノさん(須玖南)は、「とってもうれしい」と笑顔で話していました。

そのほかの感謝状を受けたのは、次の人たちです。みなさんこれからも元気で過ごしてください。

千歳町/平島芳子、朝位ヨシ子、柳井麗美、小江義美  
光町/長友フジエ 岡本/山下大助 須玖北/小幡ユ  
キエ 須玖南/萩原キヤウ 昇町/武末政子 大谷/  
明石サダ 小倉/藤井吉子、小嶋保人、塩川正恵 上  
白水/志田ミツ子、松尾文代 天神山/北田フサ子  
平田台/木下義武 春日/手嶋チエ子 紅葉ヶ丘/  
神脇フミ 小倉東/小池 勝 若葉台西/渡川義則  
春日原/結城エミ子(順不同、敬称略)



△すばやい動きとチームワークの選手たち

## 消防団の消火技術を競う

### 消防操法大会

第27回市消防団消防操法大会が、9月13日、春日東中学校グラウンドで開かれ、市内5分団から7チームが出場しました。

この大会は、消防自動車の操作技術の正確さや消火作業の速さを競うもので、各チームはこの日に備えて、8月半ばから毎晩訓練を重ねてきました。

当日は、春日大野消防署員が審査にあたり、想定した消火作業を行う各チーム5人の選手の動きの正確さと所要時間を基準に順位を決定しました。

その結果、本部分団Bチームが優勝し、那珂川町で開かれる筑紫地区大会へ出場します。

優勝以外の成績は、次のとおりです。

2位◆西分団Aチーム 3位◆南分団チーム



▷感謝状をもらう  
中川タツノさん



市の人口

●人口101,254人  
●男50,160人 ●女51,094人

●世帯数37,801世帯  
(9月15日現在)