

市報

感性発信都市



かすか

平成7年 1月1日号
No.556

春日市役所 〒816 春日市原町3丁目1番地の5 TEL.(384)1111

マカバブーとイーグルスの皆さん

発行・編集 春日市役所秘書広報課



謹賀
新年

1995年ユニバーシアードサッカー競技

8月いよいよキックオフ!

市報かすかでは森林資源を守るため再生紙(混入率40%)を使用しています。

生涯学習の時代を迎えて

『ふれあい文化センター』

4月1日いよいよ開館



謹んで初春のお慶びを申し上げます

昨年中は、市政発展のため、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

今年も市民一人ひとりが感動し、充実した生活・人生を実感できる都市「感性発信都市・かすが」のさらなる実現へ向け、努力していく所存です。生涯学習をテーマとし、昨年より建設中でありました「ふれあい文化センター」が4月1日にいよいよ開館いたします。市民の皆様が生涯学習の場、市民文化の創造の場として、市民に親しんでいただけるセンターにしたいと考えます。

春日市も高齢化が進んでおります。

今後とも福祉の充実に力を入れ、社会的に弱い立場の方々にとり住みよいまちとなるよう、また市民の皆様により「住みたい都市、住んでよかった都市」と言われるような春日のまちづくりのため、本年も職員一丸となって、より一層の市民サービスに努めてまいります。ご協力の程、よろしくお願ひします。本年が市民の皆様にとりまして、幸多き年となりますようご祈念申し上げます。

平成7年1月1日

春日市長 白水清幸



国民年金コーナー

国民年金は
20歳から
スタートします



皆さん、国民年金の加入手続きはお済みですか。

20歳になったら必ず国民年金に加入しましょう。

手続き 市役所年金係窓口で加入の手続きをします

保険料 月11,100円(保険料の免除制度もあります)

給付

○ 障害基礎年金 — 病気や事故などで障害者になったとき

○ 老齢基礎年金 — 20歳からきちんと納めると満額で受け取れます

○ その他、遺族基礎年金もあります

国民年金の加入者は三つのグループに分けられます



新年の ごあいさつ



春日市 成人式

20歳の晴れの門出を祝って成人式を開催します。
今年成人式を迎える皆さん、ご来場をお待ちしています。

日時 1月15日(日)

○受付 午前9時から

○開式 午前10時から

会場 市スポーツセンター

対象者 昭和49年4月2日から昭和50年4月1日までに生まれた人で、住民登録をしている人(案内状を送付します)

※ 住民登録をされていない新成人の方でも、式典への参加は自由です。ただし案内状、記念品はありません。

20歳のステップ大人へのジャンプ



- ①第1号被保険者—学生、自営業者、無職の人など
- ▽自分で保険料を納めます
- ②第2号被保険者—サラリーマン、OL、公務員など
- ▽保険料は給料天引きです
- ③第3号被保険者—第2号被保険者の妻(夫)
- ▽届け出が必要、保険料は配偶者が加入している制度が負担します

(国保年金課年金係)

須玖児童センター ☎(573)2431

- 〈1月5日〉たこづくり ▷時間 午後2時
 〈1月6日〉デカカルタ大会 ▷時間 午後2時
 〈1月7日〉冒険九ギネス ▷時間 午後2時
 〈1月8日〉THE えいが
 ▷時間 午後1時30分
 〈1月10日〉たんぼぼ広場 ▷時間 午前11時
 〈1月14日〉ビデオ大会 ▷時間 午後2時
 〈1月21日〉ドリブル競争 ▷時間 午後2時
 〈1月22日〉たのしいエプロンシアター
 ▷時間 午後2時
 〈1月24日〉たんぼぼ広場 ▷時間 午前11時
 ▷対象 母親と幼児(1歳から4歳)
 〈1月24日〉筋分のお面づくり▷時間 午後2時

光畑児童館 ☎(501)7014

- 〈1月5日〉デカカルタ大会
 ▷時間 午後2時▷定員 30人
 〈1月7日〉道場やぶり
 ▷時間 午前10時～正午
 〈1月7日〉プラバンづくり
 ▷対象 道場やぶりでプラバン券を獲得した子のみです
 ▷時間 午後2時
 〈1月8日〉かみすきに挑戦 ▷時間 午前11時
 〈1月10日〉びよびよ広場 ▷時間 午前11時
 ▷対象 母親と乳幼児
 〈1月14日〉ビデオ大会 ▷時間 午後1時30分
 〈1月21日〉すもう大会 ▷時間 午後2時
 〈1月22日〉たのしいお話 ▷時間 午後3時

- 〈1月24日〉びよびよ広場 ▷時間 午前11時
 ▷対象 母親と乳幼児
 〈1月28日〉カラービニールで衣装をつくろう
 ▷時間 午後1時30分 ▷参加費 100円
 ▷対象(定員) 小学1年生以上(10人)
 〈1月29日〉挑戦ギネス ▷時間 午前10時30分
 〈1月29日〉オセロ大会 ▷時間 午後2時
 ▷対象(定員) 高学年(10人)、低学年(10人)

毛勝児童センター ☎(581)5614

- 〈1月6日〉めざせオリンピック
 ▷時間 午後2時
 〈1月7日〉たこづくり
 ▷時間 午前10時30分 ▷参加費 100円
 ▷対象(定員) 小学1年生以上(20人)
 〈1月8日〉3ON3大会▷時間 午後1時30分
 〈1月14日〉一周年記念
 ▷時間 午前10時～午後3時
 〈1月21日〉ビニールドレスづくり
 ▷時間 午後1時30分 ▷参加費 100円
 ▷対象(定員) 小学1年生以上(10人)
 〈1月22日〉THE えいが
 ▷時間 午後1時30分
 〈1月24日〉アップル広場▷時間 午前10時30分
 ▷対象 母親と乳幼児(2歳未満)
 〈1月27日〉星座教室▷時間 午後5時30分
 〈1月28日〉一輪車教室 ▷時間 午後2時
 〈1月29日〉体力測定
 ▷時間 午前10時30分～正午
 〈1月29日〉体操教室 ▷時間 午後2時



184

 猪岡川 桐
 馬真層物語⑧

『魏志・倭人伝』、詳しくは『三国志・魏書』東夷伝・倭人条の編修者は陳寿。成立は晋の武帝太康年間(280-289)で、わが国の弥生時代終末期に当たります。同書は、同時代的資料としての信憑性は高いのですが、内容の多くは伝聞記事であり、陳寿の主観も考慮してみる必要があります。

『魏志』に記録された「倭国乱」「女王卑弥呼共立」は、180年ごろで弥生時代後期。後を継いだ女王台与の誕生は、正治8年(247)で、すでに古墳時代です。

この二人の巫女王の時代は、既述のとおり、タウボ火山(ニュージランド島)の巨大噴火による浮遊微粒子が天空を覆い、日射量の激減、地球規模の気温の低下を来し、冷涼な小氷期を招来するという未曾有の異常気象の時代でした。

稲作の壊滅→ドンダリに命を繋ぎながら、度々の内乱に翻弄された弥生人。遙かな古代の激動と波乱の物語は、神話、伝承として記憶され、言い伝えられない筈はありません。こうした民族の歴史を、「国史」として纏めあげようとしたのが、天武天皇10年(681)の詔による「帝記及び上古の諸事の記定」です。川嶋皇子以下6名の皇族、大錦下の上毛野君三千以下6名の高官が参画しています。

次いで元明天皇和銅5年(712)太安麻侶らによって神田の阿礼が編み習う「古事記」の撰上。元正天皇養老4年(720)には勅撰の史書「日本書紀」30巻が、舎人親王、太安麻侶によって撰上されます。「倭人伝」との間には400年以上の隔たりがあつてすでに神話化されていますが、「倭人伝」と「記・紀」には相通する物語が聞かれているように見えます。

「倭人伝」のヒロインは、女王卑弥呼です。「記・紀」の場合は、天照大御神ということになります。この大御神は、イサナギの大神が「葦原の日向の橘の小門の阿波岐原」で葦原の給いし時、須佐男の命と共に生まれませる神とあります。江戸期の儒学者新井白石は、「古神」と言ひしは人なり」という名言

嬰 (児童センター) 1月のスケジュール

1月の 日数	須賀児童センター	光町児童館	毛郡児童センター
1日(日)		休館日	
2日(月)		休館日	
3日(火)		休館日	
4日(水)			
5日(木)	たこづくり	デカカルタ大会	
6日(金)	デカカルタ大会		めざせオリンピック
7日(土)	賢読丸ギネス	道場やぶり プラバンづくり	たこづくり
8日(日)	THE えいが	かみすきに挑戦しよう	ION3大会
9日(月)		休館日	
10日(火)	たんぼぼ広場	びよびよ広場	
11日(水)	母と子のあそび	母と子のあそび	母と子のあそび
12日(木)	母と子のあそび	母と子のあそび	母と子のあそび
13日(金)		母と子のあそび	母と子のあそび
14日(土)	ビデオ大会	ビデオ大会	一周年記念
15日(日)		成人の日	
16日(月)		休館日	
17日(火)		成人の日	
18日(水)			
19日(木)			
20日(金)			
21日(土)	ドリブル競争	すもう大会	ビニールドレスづくり
22日(日)	たのしいエプロンシ アター	たのしいお話	THE えいが
23日(月)		休館日	
24日(火)	たんぼぼ広場	びよびよ広場	アップル広場
25日(水)	母と子のあそび	母と子のあそび	母と子のあそび
26日(木)	母と子のあそび	母と子のあそび	母と子のあそび
27日(金)		母と子のあそび	母と子のあそび 星座教室
28日(土)	節分のお面づくり	カラービニールで衣 装をつくろう	一輪車教室
29日(日)		挑戦ギネス オセロ大会	体力測定 体操教室
30日(月)		休館日	
31日(火)			

成人おめでとう

喜んでみよ！選挙権

はたちの自覚を社会に生かそう
満20歳という、すぐに連想
するのは選挙権です。私たちは、
誰でもそれぞれの生活が幸いで
豊かになることを願っています。
そしてその願いを誰もが平等に
託せるのが選挙で投じる1票な
のです。
引越しをしたら住民票の異動
届けを

あなたが満20歳を迎えると、
「選挙人名簿」に名前が登録さ
れます。そして選挙があると
「投票場入場券」があなたの手
元に送られてきます。
しかし、他県に転出した場合、
住民票の異動届けを出してから
3か月間は、移転後の住所地で
の投票はできません(ただし、
国会議員の選挙は移転前の市町

村で投票できます)。
大切な選挙権を有効に使うた
めにも、引越しなどで住所を
変えたときは、必ず住民票の異
動届を出しましょう。
20歳になった皆さんへ
私たちの1票の力は、たとえ
ひと握りにすぎなくても、長い
目で見れば、私たちの住んでい
る社会を、より良くしていくた
めの価値ある1票であることを、
肝に銘じてください。
「どうせ誰に投票したところ
で同じこと」と棄権してしまう
人がいます。これでは、あなた

が住む社会をみすみす悪くする
のと同じことです。
選挙のときは必ず投票に行く
ようにしましょう。
公職選挙法とくちメモ
明るい選挙を実現するために
「贈らない、求めない、受けと
らない」わたしたちの清い1票
への日ごろの自覚です。
▼政治家や候補者などがお歳暮
や寄附など、金品を贈ることは
ルール違反です。
▼政治家や候補者などに、お祭
りの寄附など金品を求めること
も禁じられています。

▼政治家や候補者などから、祝
儀や餞別など、金品を受けとつ
てはいけません。
今年も統一地方選挙と参議院
議員通常選挙が行われます。20
歳になった皆さん、皆さんの価
値ある1票が住みよき春日市を、
そして明るい社会を作ります。
必ず投票しましょう
県知事・県議選挙 4月9日(日)
市長・市議選挙 4月23日(日)
参議院通常選挙 7月23日(日)
(予定)

を遺していますが、天照大神
須佐男命も歴史上実在の人物で
ある、と私には思えます。
【書記】巻第一、「書に曰く、
イザナギ・イザナミの尊、共に
譲りて曰はく、(吾己に大八洲
国及び山川草木を生み、何ぞ
天下の王者を生まざらむ)との
たまふ。是に共に日の神を生み
まつります。大日靈貴と号す。
一書に云はく、天照大神といふ。
一書に云はく、天照大日靈尊とい
ふ。(中略)次に素戔鳴尊を生
みまつります。此神、勇悍しく
て安忍なること有り。且、常に
哭き泣つるを以て行とす。故、
国内の人民をして多に天折なし
む。復使、青山を枯に變す。



△巫女がネックレスに用い
た玉類・呪的意味がある

(中略)故、其の父母の二の神、
素戔鳴尊に勸したまはく、汝基
無道し、以て宇宙に君臨たるべ
からず。當に遠く根国に逃ね。
と宣ひて遂に逐ひき。」(続く)
郷土史研究会 黒木康友
(注)
安忍—むごいこと
根国—遠い母の国、海の彼方の
聖地などの見方がある

お相撲さんを迎えて「もちつき大会」

大土居子ども会

11月23日(木)、浦の原集会所で、大土居子ども会育成会主催の「もちつき大会」が開かれました。これは、普段とはちよつと趣向を変えた行事にしたいと育成会が考え、若菜台にある高田川部屋にお願

いして、実現したものです。もちつき大会には高田川部屋から4人(前右、杉の山、義の岡、前豊)の力士が参加。約60人の子どもたちに囲まれて30キロの餅をつきあげました。子どもたちは、初めて間近に見る力士を見上げ、おなかをさわったり、力士に持ち上げてもわたりして大はしゃぎ。「お相撲さんのように、大きく伸び伸びと育ってほしい」という高田川部屋育成会会長の願いどおり、集会所は元気な子どもたちの歓声であふれていました。

広報レポーター 関戸みどり

これから世代の熱い主張

すこやかトーク'94

11月26日、市文化会館で、すこやかトーク'94が行われました。この催しは、青少年の健全育成を考える市民のつどいとして、今年10回目を迎えるもので、市民約200人がつめかけました。各中学校の弁論発表者は、次のとおりです。

- 【春日中 斉藤悠司】「かけがえのないわが生徒会」
- 【春日野中 木村雅子】「自分の人生の中で見つけていくもの」
- 【春日西中 古賀美穂子】「大人へ訴えたいこと」
- 【春日南中 天野貴雄】「生徒会活動を通して得たもの」
- 【春日東中 根之木靖世】「自分の住む街だから」



第12回春日市スポーツ少年団交流駅伝大会が、11月23日に県

走れ、走れ、声援に応えて

スポーツ少年団交流駅伝大会

宮春日公園で行われました。大会には、21チーム、639人の選手が参加。種目別の優勝は次のとおりです。

- 【駅伝の部】◆男子 下白水スポーツ少年団◆女子 天神山ミニバスケット
- 【マラソンの部】◆小1男子 立花まさちか◆小1女子 竹
- ◆小2男子 尾あきな◆小2女子 大久保直哉◆小3男子 寺本大我◆小3女子 浜田まい◆小4男子 増本健太◆小4女子 伊藤由紀◆小5男子 小佐々圭◆小5女子 松本裕美子◆小6男子 末竹貴雄◆小6女子 古川

「障害者に住みよいまはなへん」

障害者福祉講演会

「障害者福祉講演会」が11月27日に市文化会館であり、約2百人の市民が参加しました。

講演会では、春日市障害者福祉長期行動計画作成協議会の委員長を務める平岡善一、福岡県立大学教授が「障害者に住みよいまはなへん」という演題で講演。

アイマスクを利用したキャッチボール体験では、目の不自由な人にとって、少しの段差がどれほど危険であるかを実感したり、障害を持つ人と接するときのエチケットを勉強。最後に行なわれた質疑応答では、活発な質問が飛び交っていました。



なるほどサ KASUGA

- 問1 成人式はいつ?
①1月14日
②1月15日
③1月16日
- 問2 今年のユニバ、春日市である競技は?
①サッカー
②ラグビー
③バスケット
- 問3 今月の土曜シアターは?
①ラスト・オブ・アメリカン
②ラスト・オブ・モヒカン
③ラスト・オブ・アキカン
- 問4 商工会の法律相談は?
①1月4日
②1月11日
③1月18日
- 問5 ふれあい文化センター準備室の電話番号は?
①(581) 1211
②(584) 4646
③(584) 3366

応募方法 はがきに市報の月日号、クイズの
答え、住所、氏名、年齢、(学年)、電話番号、
市報に関する質問や要望などがあれば記
入し、下記までお送り下さい。

あて先

〒816 春日市原町3-1-5
春日市役所秘書広報課

締め切り日 1月20日(当日到着分まで有効)

賞品・当選発表 全問正解者の中から抽選の
うえ、10名様に図書券(500円)を差し上げ
ます。なお、賞品の発送をもって発表に
かえさせていただきます。

※ヒント ほかのページを見てください。

前回の答 (12月1日号)

- 問1 ㊟毎週金曜日
問2 ㊟12月27日
問3 ㊟ツナのおろし和え
問4 ㊟12月31日~1月3日
問5 ㊟(584) 4646



平成6年分消費税の確定申告
(個人事業者、1月1日~3月31日)

相撲道一筋33年

酒井幸雄さん (下白水)



界では、福岡に酒井ありとその
名を轟かせた戦歴の持ち主です。
昭和35年に勤務していた航空

場しています。県体の団体戦で
は、上位入賞の原動力として常
に活躍し、また、個人戦では、

優勝2回、準優勝1回の輝かし
い戦績を残しています。
日本体育協会公認のスポーツ
指導員となったのをきっかけに、
昭和39年から市内や近隣市町村
で青少年を指導。厳しい中にも
親切丁寧な稽古をつけてきまし
た。酒井さんが指導した地域は、
広く熊本から沖縄までおよび、
県の相撲連盟理事、市相撲協会
副会長として、今も活躍を続け
ています。

この間の功績が認められ、県
の相撲連盟を始め、様々な団体
から感謝状を送られ、昨年の11
月には、朝日新聞朝刊の全国表
彰も受賞しました。

「相撲は日本古来の伝統文化。
心・技・体のバランスの取れた
指導を心掛けています」と言う
酒井さん。五十路を越えた現在
でも、まわしを締めた土俵での
稽古を欠かしません。

曇りのち晴れ

「相撲歴は33年。指導した弟
子の数は、8百人ほどになりま
す」。西日本のアマチュア相撲

自衛隊春日基地で相撲と出会い、
稽古を開始。選手として、団体
に2回、県民体育大会に19回出

た。酒井さんが指導した地域は、
広く熊本から沖縄までおよび、
県の相撲連盟理事、市相撲協会
副会長として、今も活躍を続け
ています。

「手続きをお忘れなく」
退職したり、被扶養者でなく
なったりして、社会保険の資格
を喪失した人は、国民健康保険
に必ず加入しなければなりません。
加入の届け出は、社会保険
の資格喪失後、2週間以内です。
【届け出に必要なもの】
印かん、年金手帳、健康保険
等資格喪失証明書(用紙は市役
所本庁、西出張所または南福岡
社会保険事務所にあります)、
その他必要な書類

国保

いろいろ
いろいろ

国保の加入

【加入届が遅れると】
退職の翌日から加入届の前日
までに病院などで負担した医療
費(保険証がないため本人全額
負担)は、さかのぼって給付さ
れないことがありますので注
意ください。

なお、国保税は退職の月まで
さかのぼって課税されます。

【国保に加入しなくてもいい場合】
次の項目に該当する人は、国
保に加入する必要はありません。

①引き続き社会保険を継続する
場合(任意継続制度)

②社会保険に被扶養者として加
入できる人

③その他、何らかの社会保険に
加入する人

詳しくは、問い合わせください。
(国保年金課国保医療係)



毎朝の散歩と豊かな朝食が
若々しさの秘けつです
宮崎 ヨシさん (74歳)



この30年くらい体重は変わって
いません。

私たち夫婦は、そろって家に
じっとしてはいたくないほうで、
私は食進会やヘルスリーダー、
ピーチパレーに体操教室、80歳
になる主人も、老人大学などに
参加しています。それぞれ、上
手じゃないけれど、長続きする
のがいいみたいです。

これが、私の健康法です。ど
なたにもあてはまるとは思いま
せんが、少しでも役に立てばと
思い、紹介させていただきますし
た。(健康づくり体験談応募作
品)

健康づくり体験談随時募集申
問い合わせ先 健康課
☎(01) 1134

いきいき

健康セミナー

—食文化から学ぶ—

栄養学—

飽食の時代と呼ばれる今こそ、
日本古代からの食文化を学び、
自分の食生活を見直してみませ
んか。

テーマ 「食文化と栄養」

講師 味酒安則氏 (太宰府天満
宮文化研究所主管学芸員)

日時 1月23日(四) 10~12時

場所 いきいきプラザ

3階 視聴覚室

受講料 無料

※ 必要な方には、補聴器を貸
し出します。

問い合わせ先 健康課

☎(01) 1134

返付期間 8年以内

貸し付けを受けるためには、

厚生年金または国民年金の納付

済期間が、合計10年以上である

など、いろいろな条件が必要で

す。

貸し付けの条件や申し込み方

法など詳しいことは、福岡県年

金住宅福祉協会 (福岡市博多区

中洲5-1-6) 20明治生命ビル6

階 ☎01-0331) まで、お

問い合わせください。

市管理栄養士 田中智子

いよいよ



今月の健康料理

年末年始と、おごちそうを消
化してきた胃腸はちよっと疲れ
気味。

私は若いころから肺炎・中垂
炎・腎臓病と、色々な病気を経
験しました。でも、中年のころ
からは病気がない病気がせず、
ここ数年は国民健康保険の表彰
も受けています。

思い起こせば、歩くことを始
めてもう15年目になります。朝
5時に起きて春日公園へ行き、
約1時間ほど歩きます。なんで
も楽しもうと思ひ、重心に構つ
て、通りに遊園地でブランコな
どをして遊んでいます。

また、朝食は、牛乳・バナナ
・納豆・ヨーグルト・じゃこ・
みそ汁・チーズ・野菜のゴマあ
え・のり・芋・寒天・ごはんを、
毎朝変わりなく少しずつ食べて
います。昼・夜の食事は昔なが
らの粗末なものです。おかげで、

そこで今回は、あっさりとし
たトマト味の洋風雑炊をご紹介します
しましょう。

(材料 (2人分))

胃腸にやさしい トマトリゾット

▽完熟トマト 中2個▽タマネ
ギ 1/2個▽ベーコン 2枚▽固
形スープ 1/2個▽ごはん 茶わ
ん2膳▽水 4カップ▽塩・コ
ショウ 少々

(作り方)

1 トマトは洗ってヘタをくり
ぬき、湯むきする。

2 種を取り除き、小さめのさ
いの目切りにする。

3 タマネギは荒いみじん切り
にする。

4 ベーコンは1cm幅に切る。

5 ごはんはザルに入れ、水で

洗って粘りを取っておく。

6 鍋に水と固形スープを入れ
火にかける。

7 沸騰したらタマネギ、トマ
ト、ベーコンを入れる。

8 さらに沸騰したら、アクト
油をたんねんに取り除く。

9 ごはんを入れ、弱火で5分
位置煮る。

10 味見をして、薄ければ塩・
コショウで、味を整える。

市管理栄養士 田中智子

年金教育資金 貸付制度

年金積立金が皆さんの
の教育を応援します

年金法の改正で、年金教育資
金貸付制度ができました。

融資の対象となる学校などへ
の入学時の費用や、在学中の必
要な費用について保護者に融資
するものです。

貸付対象 高校、大学などの入
学金、授業料、下宿代お
よび在学中の国民年金保
険料など

貸付限度額 学生1人あたり、
厚生年金加入中の方は1
00万円、国民年金加入
中の方は50万円です

返付期間 8年以内

貸し付けを受けるためには、

厚生年金または国民年金の納付

済期間が、合計10年以上である

など、いろいろな条件が必要で

す。

貸し付けの条件や申し込み方

法など詳しいことは、福岡県年

金住宅福祉協会 (福岡市博多区

中洲5-1-6) 20明治生命ビル6

階 ☎01-0331) まで、お

問い合わせください。

市管理栄養士 田中智子

ホームドクター.....⑦

脱水症

高須医院院長 高須 矯

Home Doctor

人間の体重の約60%は、水分によるものです。運動をして汗をたくさんかいたり、高熱を出したり、嘔吐を繰り返したりすると、体の中の水分が失われます。それが補われないと、脱水症を起こします。

特に気をつけないといけないのは、小さいお子さんとお年寄りです。赤ちゃんは大人より水分の割合が多く、新陳代謝がはげしいので、すぐに脱水症状を起こし危険な状態になることがよくあります。かぜなどで小さなお子さんが高熱を出したときは、まず水分を普段より多めに与えなければいけません。

お年寄りの場合は、若い人と違って、体は水分を必要としているにもかかわらず、のどの渇きを感じにくいということがあります。お年寄りが脱水症になると、意識が低下したり、眠れなくなったり、ボケ症状が出ることもあります。本人はこのような症状には気がつかないので、まわりにいる家族の人たちが気をつけてあげなくてはなりません。脱水がひどくなると、血管内の水分が減って血液が濃くなり、動脈硬化のある血管内では血が固まり易く、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こす可能性が高くなります。



これらを防ぐには、日常生活で水分を多めにとることが必要です。特に昨年の夏のような猛暑の時は、水分を取ることが必要だったと思われれますが、冬場でも水分の補給は大切です。夜間トイレに行くのを恐れて、水を飲むのを我慢する人もいます。ようですが、午後3時くらいまではほとんど水分をとることをお勧めします。汗をかかなくても不感蒸散といって、皮膚や肺による呼吸で、絶えず水分が蒸発しており、1日に1リットル近くの水分が体内から失われています。

この値は温度や湿度によって変化しますが、自然に1リットルの水分は失われている訳です。のどが渇いたときはもちろん、飲みたくないときでも、少し無理をしても水を飲むことが老化防止にもつながります。

入院時 給食費 自己負担の 減額

申請が必要です

市民税非課税世帯の人は、申請により「標準負担額減額認定証」の交付を受けると、入院時給食費の自己負担額が減額されます。

①非課税世帯の減額
次にあてはまる場合は、入院時給食費自己負担が1日450円になります。

②市の国保加入者
国保加入者全員（加入者でない世帯主を含む）の市民税が非課税の場合
（老人医療受給者）
世帯の主たる生計維持者の市民税が非課税の場合

③長期入院者の減額
①の認定を受けた期間の入院について、1年間の入院日数が、90日を超える場合、新たに申請すると、入院時給食費自己負担が1日300円になります。

給者
老人医療受給者で、「入院時一部負担金減額認定証」をお持ちの人は、その認定証を提示すれば、入院時給食費自己負担が1日200円になります。新たに申請の必要はありません。入院時一部負担金減額認定証の交付を受けていない人は、申請が必要です。

入院時給食費の自己負担額一覧表

一般	1日600円	
非課税世帯	入院90日以下	1日450円
	入院90日を超える	1日300円
	老齢福祉年金受給者	1日200円

申請に必要なもの

- ・ 保険証
- ・ 老人医療証（受給者のみ）
- ・ 印かん
- ・ 非課税証明（平成6年1月1日現在春日市居住者は不要）
- ・ 入院期間を証明する領収書など（②の場合）
- ・ 老齢福祉年金証書（③の場合）
- ・ 申請・問い合わせ先

国保年金課（2番窓口）

市 市の国保加入者、老人医療受給者以外の人は、それぞれの健康保険の窓口にお問い合わせください。（国保年金課国保医療係）

INFORMATION

お知らせ

でんわ

- 市役所・教育委員会 584-1111
- 市役所西出張所 501-1133
- スポーツセンター 571-3234
- 西スポーツセンター 854-0112
- 老人福祉センター (ナギの本蔭) 583-0513
- シルバー人材センター 574-5120
- 児童センター 572-2431
- 光町児童館 501-7014
- 毛勝児童センター 581-5814
- 文化会館 501-5085
- 図書館 584-4646
- 春日那珂川水道企業団 571-7001
- 春日大野消防署 584-1191
- ヤングテレホン 584-1140
- 埋蔵文化財収蔵庫 572-1077
- 社会福祉協議会 581-7225
- ふれあい文化センター(準備室) 584-3366
- 健康課(いきいきプラザ) 501-1124
- 文化財課(中央公民館) 501-1144

休日・夜間当番医

問い合わせ先

春日大野消防署
☎(584) 1191
県救急医療センター
☎(471) 0099

1月の

水道修理当番店

- 宅地内の漏水など
- 1/1~1/10 岡山藤工業
昼・夜 ☎(573) 3600
 - 1/11~1/20 岡山本商会
昼・夜 ☎(581) 7127
 - 1/21~1/30 樹古竹設備工業
昼 ☎(501) 0188
夜 ☎(582) 2223

- 道路の漏水など
中原工務店
- 昼 ☎(591) 1400
 - 夜 ☎(501) 1371
- 春日那珂川水道企業団
☎(571) 7001

募集

第19回筑紫地区 少年野球大会

開催日 3月25日(土)・26日(日)

(雨天の場合は4月1日(土)・2日(日))

参加資格 春日市、大野城市、筑紫野市、太宰府市、那珂川町に在住する小学生で組織されたチーム

参加費用 1チーム 6,000円

募集期間 2月20日(月)~24日(金)

主催 (株)つくし青年会議所
申込・問い合わせ先 つくし青年会議所事務局(筑紫野市上古賀2671)



3 筑紫野市商工会館
2階 ☎91-8338

選考期日
○幼稚園 3月9日 午後1時30分開場
○高等部 3月9日 午前9時開始

合格発表 3月16日 午前9時
問い合わせ先 福岡県立福岡高等学校(〒818筑紫野市牛島1-4番地 ☎924-11101)

福岡県立福岡盲学校

募集人員

○幼稚園(3~5歳児) 若干名
○高等部

▽本科 普通科・保健医療科・生活技能科 各10人
▽専攻科 視覚科 20人

募集期間 2月1日~2月15日
採用予定日 4月1日

防衛庁

職員募集

職種・募集人員 ボイラー係、給排水係、備品整備係 各1人

応募資格 年齢40歳未満の経歴者または資質を有する人

応募受付期限 1月11日(月)
選考採用試験日 1月20日(金)
試験会場 自衛隊福岡病院

採用予定日 4月1日

問い合わせ先 自衛隊福岡病院 総務課人事班(〒816春日市大字小倉1-7 3-2 ☎91-0431 内線352)

春日リトルラガースクラブ ニュージラントツアー

参加者募集

春日リトルラガースクラブでは、創立15周年を記念したニュージラントツアーを企画し、このツアーへの参加者を募集しています。

日程 8月18日(金)~30日(木)
(12泊13日 ホームステイは9泊の予定)

旅行代金 ①子ども 160,000円
(ホームステイ、往復航空運賃、ワイトモ・ロトルア観光付)

②大人 208,000円
(モーテル利用、他は子ども参加資格 春日市在住の方)

子どもたちに

いきいきとした放課後を！ (学童保育入所説明会と講演会)

新年度の新会員募集を前に、クラブの運営や内容などについての説明会を行います。市内には、全小学校に児童クラブがあり、共働き・母子・父子家庭等の児童が下校時から夕方まで専任の指導員やお友だちと一緒に楽しく遊んでいます。

日時 1月29日(日)
午前10時~12時
場所 いきいきプラザ

対象 小学新1年生から新3年生までの子どもを持つ共働きなどの家庭
講演 「学童保育とは？」
講師 木村 政彦先生(須恵町立原田小学校教頭)
※ 託児室あり。

問い合わせ先 児童保育課毛勝児童センター
☎(91) 5614

説明会 1月22日(日) 午前10時~12時 市役所大会議室

申込・問い合わせ先 秋吉
(☎91-1551)

税金

法定調書の提出をお忘れなく

平成6年分の法定調書の提出期限は、1月31日(木)までです。提出もれがないようにお願いします。

主な法定調書は次のとおりです。

- 給与所得の源泉徴収票と給与支払報告書
- 退職所得の源泉徴収票と特別徴収票
- 報酬、料金、契約金および賞金の支払調書
- 不動産の使用料などの支払調書
- 不動産などの譲り受けの対価の支払調書

相談窓

家庭児童相談 ◆毎週月～金曜日

◆9時～16時◆市役所福祉課

子育て相談 ◆毎月第2・第4水曜日

◆10時～16時◆各保育所

消費生活相談 ◆毎週月・木曜日

◆10時～15時◆市役所

健康相談 ◆第1月曜日◆10時～15時

◆市役所健康課

住宅相談 ◆毎月2のつく日◆10時～15時

◆市役所

心配ごと相談 ◆毎週水曜日◆10時～15時

◆春日市社会福祉センター4階◆☎(581)7225

無料法律相談 1月18日(木)◆10時～16時

◆市役所市民相談室◆市役所秘書広報課◆先着10人程度◆受付は、9時～15時

商工会無料法律相談 ◆1月11日(木)◆13時～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時～16時◆県民相談室(県庁内)◆☎(651)1234◆電話での予約が必要◆1人30分程度

有料法律相談 ◆毎週月～土曜日

◆9時30分～16時(土曜日は12時まで)◆天神法律相談センター◆☎(741)3208◆電話での予約が必要◆料金は30分で5千円程度

県文通事故相談 ◆毎週月～金曜日

◆9時～17時◆福岡県交通事故相談所(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◆電話での相談もOK

不動産相談 ◆毎月第1・第3木曜日

◆13時～16時◆県民相談室(県庁内)◆☎(651)1234◆電話での予約が必要◆1人30分程度

人権相談 ◆人権、女性差別、労働差別などについての相談◆福岡

法務局筑紫支局◆☎(922)2881

虚なく筑紫税務署(☎921-1400)にお尋ねください。

サラリーマンの還付申告

大部分のサラリーマンの所得税は、年末調整によって清算されますので、改めて申告の必要はありません。

しかし、次のような事由がある人は、申告すれば所得税が戻ることがあります。

- ① 火災や風水害、盗難などで被害を受けたとき
- ② マイホームをローンなどで取得した場合
- ③ 病気や出産などで、多額の医療費を支払った場合
- ④ 年末調整後に、子どもの誕生など扶養親族に異動があったとき
- ⑤ 勤めを年の中途で辞めて再就職していないとき
- ⑥ 国や地方公共団体などに

寄付をしたとき

⑦ 平成6年に退職した人で、退職金から源泉徴収されている場合

還付の申告は、1月4日(木)から受け付けています。

なお、控除の種類に応じて預取証や証明書が必要になりますので、準備をお願いします。

詳しいことは、筑紫税務署(☎921-1400)にお尋ねください。

相談

援護業務

移動相談

平成6年度の援護業務移動相談が行われます。気軽に相談ください。

期間 2月2日(木)

午前10時～午後3時

場所 福岡県庁地下第6号会議室(福岡市博多区東公園7-7)

☎(61)1111(内線2872)

相談内容

- ・旧軍人などの恩給
- ・戦傷病者に対する援護
- ・戦没者などの遺族に対する援護
- ・中国などからの引揚者および未引揚者に対する援護
- ・その他援護業務全般

無料法律相談所

福岡法務局と筑紫人権擁護委員協議会では、法律相談所を開設します。

相談は無料ですので、お気軽にお越しください。なお、相談受付は電話による予約制となっております。

日時 1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

相談員 鶴法律扶助協会所属の弁護士

相談時間 1人30分程度
予約・問い合わせ先 福岡法務局筑紫支局(〒838-4111 ☎922-2881)

その他

都市計画・緑地保全地区

計画案の縦覧

春日の森林地保全地区の都市計画の案を縦覧します。

区域 春日1丁目地内
面積 約3・1ha
場所 都市計画課(市庁舎3階)

期間 1月6日～19日

第22回福岡県身体障害者作品展

今年も身体障害者作品展が開催されます。障害者の方々の多くの出品をお待ちしています。

開催期日 2月1日(木)～6日(月)までの6日間
会場 久留米岩田屋新館4階催場

出品者の範囲 福岡県内の在宅心身障害者および心身障害(児)者の施設であること
出品申し込み締め切り日 1月12日(木)

申込・問い合わせ先 春日市身体障害者福祉協会
☎(581)4711
勝野☎(511)5258
田川☎(511)0173

市の人口



総人口 98,383人
 男 48,871人
 女 49,512人
 前月比 +101人
 前年同月比+2,137人
 世帯数 35,760世帯
 (12月1日現在)

今月は納期です

市民税・県民税……………第4期
 国民健康保険税……………第8期
 国民年金保険料……………1月分
 自主納付・納期内納付にご協力を！
 =納付は便利な口座振替で=

|今月の土曜シアター|

『ラスト・オブ・モヒカン』

1757年、アメリカ建国前夜。開きの嵐が、運命の二人を引き寄せた……

“激しくも、ロマンチックな叙事詩”

日時 1月21日(土) 午前10時 上映時間
 午後2時 午後7時 1時間52分

場所 市文化会館 小ホール

* 入場は無料です。

散歩道

こたつにみかん

遠くのほうから、除夜の鐘がかすかに聞こえてくる。暖かい暖炉の前で、ワインでも傾けながら、ゆったり気分。ハッピニューイヤー! ▼コタリ。目が覚めると、私は暖炉の前にはずもなく、ただの小さなこたつの中。テレビをみてい

たら、いつの間にか眠ってしまいい、気がつくともう新年。だいたいいつもこんなものだ▼暖炉とワインにあこがれて、今年こそは、今までとは違う1年にするぞ!なんて意気込んでみる。されど、こたつにみかんの一般庶民、悲しいけれど、このほうが居心地がいいのです▼ああ寒い。寒い。早くこたつにもぐりこんで、みかんでも食べようっ

(瀬)

元気と
パチリ!

*モデルさん。には、写真を差し上げます。
 市役所秘書広報課広報広聴係までご連絡ください。☎(584)1111 内線2603

11月23日 大土居子ども会もちつき大会(浦の原集会所)



1月のこよみ

(1月16日~31日)

16月	
17日	
18日	ツベルクリン反応 13:30~14:30 (いきいきプラザ)
19日	マザークラス(妊婦教室) 2回目 10:00~12:00 (いきいきプラザ)
20日	母子健康手帳交付 9:15~9:30 (いきいきプラザ) BCG子防護種 13:30~14:30 (いきいきプラザ)
21日	市役所閉庁
22日	第34回親善卓球大会 (西スポーツセンター) スポーツ少年団運動適性テスト (スポーツセンター)
23日	いきいき健康セミナー「食文化と栄養」 10:00~12:00 (いきいきプラザ)
24日	健康ウォーク 9:30集合 (いきいきプラザ)
25日	
26日	マザークラス(妊婦教室) 3回目 10:00~12:00 (いきいきプラザ)
27日	母子健康手帳交付 9:15~9:30 (いきいきプラザ)
28日	市役所閉庁
29日	スポーツ少年団運動適性テスト (スポーツセンター)
30日	
31日	乳幼児と母の健康相談 13:30~15:00 (いきいきプラザ)

●飼えなくなった犬・猫の引き取り日 市役所生活環境課 毎週水曜日 8:30~10:00
 筑紫保健所 毎週金曜日 9:00~10:00
 (祝祭日を除く)