



かすか

平成3年 8月1日号
No.474

発行・編集 春日市役所企画広報課

春日市役所 〒815 春日市大字下白水34番地の1 TEL.(501)1131

元|気|人|間 募 集

春日市職員採用試験

■試験区分・採用予定人員 一般事務A（7人程度）、一般事務B（数人）、建築（数人）、土木（数人）、司書（1人）、保母（1人）

■受験資格 一般事務A：昭和40年4月2日から同45年4月1日までに生まれた人 一般事務B：昭和44年4月2日から同49年4月1日までに生まれた人（大学卒業見込みの人を除く） 建築・土木：昭和37年4月2日から同49年4月1日までに生まれた人 司書：昭和37年4月2日以降に生まれた人で、司書の資格を有するか、または平成4年3月31日まで

■第1次試験 9月22日 第一経済大学（太宰府市）

■申込方法 「春日市職員採用試験申込書」に必要事項を記入し、所定のところに写真と41円切手を貼り、8月12日から23日までの間に総務課人事係まで提出してください。

※詳しいことは総務課人事係まで、



※市役所は第2・第4土曜日(今月は10日と24日)が休みです。

『九大いきいき老人健康調査』からの報告

人生80年時代をいかに過ごすか

インタビュー

健康を維持するために健康診断や各種の検診が有効なのは明らかです。しかし、一方で、これらは病気の早期発見を目的としているため、その限界が指摘されているのも事実です。

人生80年時代を迎え、いかに病気を治療するだけでなく、いかに病気を予防するかが求められています。このような状況に対応するため、春日市と九州大学健康科学センターは協力して、さまざまな調査・研究を進めています。

今回は、このような研究の一つとして、春日市と九大が共同研究した『九大いきいき老人健康調査』の結果分かったことをもとに、九州大学健康科学センターの藤野武彦先生に「人生をいかにいきいきと健康に過ごすか」というテーマで語っていただきました。

いきいき老人の研究を

始めたのはなぜですか

日本の人口構造は急速に高齢化しており、21世紀の初頭には、世界のどの国も経験したことがないほどの高齢化社会を迎えることが予想されています。

この状況を踏まえ、ただ長生きするだけでいいのか、健康でいきいきと生きることが必要ではないのかと考え、研究を始めました。

具体的には、現実には健康でいきいきしているお年寄りを探し、その人の肉体的な面だけでなく、歴史、生活状況などを聞き、どのような生活をすれば健康で長生きができるかを調べました。実を言うと、歴史的に見て、

お坊さんが貴族や武士より平均的に長生きだったというの、以前から分かっていたんです。奈良時代以降で文献に残っている人の平均寿命を調べると、お坊さんが70歳くらいまで生きたのに対し、貴族は50歳、武士は約40歳くらいの平均寿命でした。

面白いことに、お殿様は40歳ほどで家老クラスは50歳ほどと、同じ武士でも寿命に差があったんです。

やはり、美食と運動不足は健康の大敵であるということでしょう。

研究の方法と手順を

教えてください

まず、調査の対象として、肉体的に健康なだけでなく、社会

的にもいきいきと活動しているお年寄りを、老人クラブに呼びかけて選り出し、協力をお願いしました。

そして、アンケート調査で、生活のサイクルや食物の嗜好、運動の状況、経済的な環境などを尋ね、次に、運動生理学的、心理的、医学的、歯学的な面からの調査に協力してもらいました。

その結果、いきいき老人は、医学的に病気が少なく、肉体的にも能力の衰えが少ないのが分かりました。また、食べものは一般のお年寄りとあまり変わらなかったのですが、残っている歯の本数が普通の人の平均の約2倍あったのが大きな特徴でした。

心理的には、自立し、人間関

係を大切にしている人の割合が高いという特色を示しました。これらのことから、自分の歯で噛むということは、ただ単に食べ物を細かくするだけでなく、噛むことで脳に刺激を与え、脳の衰えを防ぐ効果があることが分かりました。このことは、歯の最も大きな役割かもしれませぬ。この他にも、統計学的に見て、残った歯の本数と血圧の間には密接な関係があるなどたくさん分かったことがありました。

健康に老いるためには

どうすればよいのですか

一番大切なのは、心の平静を保つこととおもいます。生き生きとしたお年寄りの多くは、

自分以外の何か大きなもの存在を信じており、クヨクヨ悩んだりしない人がほとんどです。つまり、物事に執着せず、ストレスのコントロールがうまくいっている人がいきいきと老いることができる人ではないでしょうか。ただ単に、カルシウムを摂取し歯をよく磨くとか、運動をし粗食をすればよいというような問題だけではありません。常に好奇心を持ち、いきいきと生きるという人生に対する構えを持てば、自然と歯を磨き、身体を動かすようになるのではないのでしょうか。そして、歯を大切にすれば、脳を刺激しストレスコントロールがうまくいくといった好循環をつくるのです。



九大第一内科助教授
藤野 武彦

健康に関する調査は色々行われていますが、どれも医学的な見地からだけ行われているものがほとんどです。いくつかの分野を統合し、学際的な見地から行った調査で、しかも行政と大学が協力して行ったこの「いきいき老人健康調査」は、世界的にみても類がないのではないのでしょうか。

この研究は、市民とのかかわりを市の健康課が受け持ち、九州大学が学部の垣根を越えて調査を行ったからこそできたもので、そこに意義があります。どちらか単独でできる調査ではありません。

今後は、この研究を実証する意味から、衰えたきりのお年寄りの調査を進め、いきいき老人との比較をしたいと思っています。

ワクワク♥ドキドキ♥ いろいろな催しがあるよ



■食生活改善コーナー — 「食物繊維」展示と試食。コンピューターによる栄養診断、塩分濃度測定などを行います。

■健康相談コーナー — 内科、小児科、外科、整形外科の相談をお受けします。

※ 体力測定を受ける人は別に心電図検査を行いますので、健康相談コーナーでの心電図検査はご遠慮ください。

■歯科相談コーナー — 歯科検診、コンピューターによる歯槽膿漏診断などを行います。

■薬剤相談コーナー — コンピューターによる漢方相談、薬酒試飲などを行います。

■結核検診 — 16歳以上を対象に料金無料で午前9時30分から受け付けます。

■大腸がん検診 — 20歳以上を対象に1,030円の料金を午前9時30分から受け付けます。



■血液検査

■救急法実演

■ワクワク抽選会

■TNCまんが大会

■大声大会

■人形劇

■親子折り紙教室

■市民バンド演奏

■「健康づくりがんばってます」発表会

■ふれあいバザール—低農薬野菜の販売、食べ歩きテント、手芸・工芸品販売、健康もち販売

次の催しは、予約制です。参加を希望する人は、8月7日から23日までに健康課へ電話で申し込みください。

受けやすくなりました

がん検診

料金を引き下げ、検診を受けやすくしました。休日でないときも受けやすくなりました。

■乳がん検診
定員 100人
料金 20〜29歳は1,000円
30歳以上は1000円
受付時間 午前9時30分〜11時

■子宮頸部がん検診
定員 150人
料金 20〜29歳は1,400円

ご予約ください

今年もかすが健康まつりを開きます。これを機会に、皆さんも健康について考えてみませんか。

日時 9月8日(日)午前9時〜午後3時
場所 市文化会館・スポーツセンター・勤労青少年ホーム

かすが健康まつり

9月8日(日)スポーツフェスタと同時開催

健康相談コーナー

30歳以上は400円
受付時間 午前9時30分〜11時

■胃がん検診
定員 100人
料金 20〜39歳は1,900円
40歳以上は500円
受付時間 午前8時30分〜11時

腹部超音波による、肝臓、胆のう、すい臓検査を行います。定員 30人

※ 当日は朝食を食べずに検査を受けてください。胃がん検診との重複申し込みはできません。希望者が多数のため、昨年受けたい人はご遠慮ください。

あなたとフィットネス

(体力測定)コーナー

あなたは「運動不足病」になつていませんか。自転車エルゴメーターで体力チェック。あなたにあった運動処方を行います。自信のないお父さんどうぞぞ。

定員 120人
場所 文化会館大会議室



家庭看護教室

時間 午前10時〜午後3時

家庭看護教室

しのびよる高齢化社会・・・「いざ」という時のために身につけておきませんか！寝たきりの人のお世話に必要な技術などを指導します。

定員 30人
場所 文化会館音楽室
時間 午前10時30分〜12時30分

親子の料理教室

親子でおいしいポーズを作ります。

定員 15組
時間 午後1時30分〜2時30分

スポーツフェスタ

9月8・15・22日

グラウンドゴルフ
体力測定(20歳以上)

OILCOOL(日)

時間 午前9時～12時

場所 市スポーツセンター

グラウンド

体力測定の内容

握力、垂直とび、反復横
とび、ジグザグドリブル、急歩(男子1,500m、
女子1,000m)※ 雨天の場合は、体育館2階
競技場で体力測定のみを行い
ます。

プール無料開放

OILCOOL(日)

時間 午前9時～午後5時

場所 市民プール

※ 水泳帽を忘れないように持
ってきてください。

四王寺山ハイキング

9月22日(日)

集合時間 午前9時

集合場所 市スポーツセンター

参加費 無料(昼食は各自持参)

募集人員 150人

申込方法 往復はがきに、代表

者の住所、氏名、年齢、

電話番号、参加人数(大

人・子どもの別)を記入

し、8月31日(土)(必着)

までに申し込む

申込先 社会体育課(春日市大

谷6-28 市スポーツセ

ンター内)

※ 原則として家族で申し込ん
でください。

由美かおるさんがやってくる!

かすが健康まつり
スポーツフェスタ

健康体操講演会

テレビ番組「水戸黄門」のお
銀役でおなじみの由美かおるさ
んが春日市にやってきました。
由美かおるさんといっしょに体を動かしませんか。もしかし
たら、あなたも由美さんのよう
なスリムな身体になれるかも?

【由美かおる】ゆみかおる

昭和25年生まれ。中学時代に
西野バレエ団に入団。15歳でT
V番組「11PM」に出演、新鮮
さとキュートな魅力でマスコミ
の話題をさらい、石原裕次郎の
相手役として「夜のバラを消せ」
で映画デビュー。ステージの主
演、ワンマンショーも多数こな
している。ゴールデン・アロー
賞の新人賞、グラフ賞受賞、海
外では、チリ国際音楽賞、ベネ
チア音楽祭などに入賞。現在、
テレビ番組「水戸黄門」のお銀
役で活躍中。全国の公共団体、
企業、教育機関などで西野流呼
吸法の講演を行う。合気道4段。
酒田短期大学講師。

由美かおる健康体操講演会

場所 市スポーツセンター

期日 9月8日(日)

▶ 講演・実技指導12時30分

▶ サイン会 14時

第15回

春日おとん祭



松居 通美

期日 8月19日・20日
場所 県営春日公園

島原・フィリピン火山災害チャリティー

大石 昌美 ハーモニカコンサート

とき/8月24日(土) 開場/午後2時 開演/2時30分
ところ/市文化会館 小ホール

▼入場券 1,000円 (一部義援金として、全席自由、前売りのみ)
▼演奏予定曲目 荒城の月、この道、島原の子守歌、セレソローサ、
ラ・クンパルシータ、マドモアゼル・ド・パリ、影を慕
いて、無法松の一生、悲しい酒、川の流れるように
※ みんなで歌おう! 赤とんぼ、みかんの花咲く丘、おぼろ月夜
▼主催 ハーモニカ音楽研究会
▼後援 春日市雲仙普賢岳災害救援連絡協議会
春日市私立幼稚園連盟
▼チケットの販売・問い合わせ先 大石昌美 ☎(581) 5320

【大石昌美】

ハーモニカというポピュラーな楽器とともに半世紀、KBCラジオの番組でもおなじみ。西ドイツで行われた世界ハーモニカコンテストで第5位に入賞。フィリピンの子どもたちにドレミファ大使としてハーモニカを贈る。ハーモニカの演奏と独特なユーモアのある話術で観客を魅了する。演奏曲は、クラシックから童謡・唱歌、なつメロまで幅広い。現在、学校教育、PTA関係のつどいに、会社、官公庁の教養講座にと活躍している。



▽前夜祭(19日) アマチュアバンド
コンサート、春日太鼓、市民カ
ラオケ大会決勝、陸上自衛隊音
楽隊演奏会、歌謡ショー(湊て
つや、若杉ひとみ)
▽本祭り(20日) ミス春日市中パレ
ード、オープニングセレモニー
・春日の火を迎えて、ミス春日
発表会、歌謡ショー(レディ
スエアロピクス、松居直美、大
空澄、藤原次とモダンカンカン、
松川文子)、花火大会

~'91 市民ふれあいコンサート~

田中さちこ & 菊池由美

クラシック・コンサート

とき/9月11日(水) 開場/午後6時30分 開演/午後7時
ところ/市文化会館 小ホール
■入場料 1,000円

■演奏予定曲目: おお、私にユバルの堅琴があれば
(ヘンデル) 月の光、夢のあとに (フォー
ーレ) 四つの愛のマドリガル (ロドリ
ゴ) 真夜中に、糸巻き棒、夜のとばりは
静かに閉ざし (ドニゼッティ) 宝石の歌
(グノー)

■主催 市民ふれあいコンサート実行委員会
※ チケットは文化会館(☎501-5005)で発売して
います。



【田中さちこ】 福岡県春日
市出身。国立音楽大学ピアノ
科卒業。福岡文化連盟推薦演
奏会や、「新進ピアニストの夕
べ」など東京、福岡、宮崎、
などを中心にジョイントコン
サートや九州交響楽団との共
演、ピアノリサイタルを数多
くこなしている。現在、宮崎
女子短期大学音楽科助教授、
ラウルス音楽協会、福岡青年
音楽家協会、九州公私立大学
音楽学会会員。



【菊池由美】 東京音楽大学
音楽学部声楽専攻卒業。1985
年第1回国際コンクール・イ
ン北九州声楽の部第1位に入
賞する。福岡を中心に、オペ
ラコンサートやピアニストと
のジョイントコンサートを始
め、他の器楽奏者や合唱団と
の共演も数多く行っている。
福岡青年音楽家協会、福岡文
化連盟会員。



味はどうかな

成人病予防食料理教室

6月23日に、文化会館の料理実習室で、成人病予防食を学ぶ料理教室が開かれました。
この教室は、春日市身体障害者福祉協会の聴覚障害者部会が主催し、手話の会が協力して、耳の不自由な人と健常者が一緒に成人病予防の献立を学ぶ教室です。

当日25名の参加者は、講師の古賀生子さん（ボランティア）の指導で、カルシウムを補うための牛乳を使った料理に挑戦しました。

出来上がった料理の試食をしながらの、予定外の懇談会も聞かれるなど、参加者は和気あいあいの雰囲気なかで、しっかりと料理の腕をみがいたようです。昨年からはまったこの教室、本年秋頃にもう1回開かれる予定だそうです。



8/18 家庭の日映画会

アニメ

「火垂るの墓」

市では、毎月第3日曜日を「家庭の日」とし、親子のふれあいをより大切にする運動を実施しています。

8月の「家庭の日」には、映画会を催します。親子でご覧になって意見や感想を話しあってみてはいかがでしょうか。

日時 8月18日(日)

午前の部 10時から

午後の部 2時から

会場 市文化会館小ホール

題名 「火垂るの墓」

入場料 無料

問い合わせ先 社会教育課

青少年係

春日高校吹奏楽部

第2回定期演奏会

県立春日高等学校吹奏楽部では第2回定期演奏会を開きます。皆さんのご来場をお待ちします。

日時 8月10日(出)

午後6時開演

場所 福岡市立南市民センター

ホール

和気あいあいとプレー グラウンドゴルフ講習会

老人福祉センター・ナギの木苑で6月21日にグラウンドゴルフ講習会が行われました。これ



は、高齢者の生き甲斐と健康づくり推進事業の一つとして、老人クラブ連合会が市の協力を得て行ったものです。

講習会には、各地区の老人クラブの会長や役員など約60人が参加。市職員のルール説明の後で、全員が実際にプレーしました。

参加者は、なれないルールに最初はとまどっていたものの、グートボールで鍛えたスティックさばきはなかなかのもの、なれるにつれ、「自分たちよりうまい」と市の職員が声をあげるほどの上達ぶりでした。

第19回 市長杯争奪

バレーボール大会

準優勝 春日球志

6月23日市スポーツセンターで、第19回市長杯争奪バレーボール大会が行われました。熱戦の結果、次のチームが入賞しました。

(男子) 優勝 春日春陽クラブ

準優勝 春日共友クラブ

(女子) 優勝 みつば

準優勝 春日共友クラブ

優勝 春日共友クラブ

準優勝 春日共友クラブ



なるほどサKASUGA

- 問1 市役所の採用試験(1次試験)は?
 ① 9月8日
 ② 9月15日
 ③ 9月22日
- 問2 あんどんまつりに来るゲストは?
 ① 竹居直美
 ② 梅居直美
 ③ 松居直美
- 問3 商工会の無料法律相談はいつ?
 ① 毎月第1水曜日
 ② 毎月第2木曜日
 ③ 毎月第3金曜日
- 問4 歯ぐきの病気はどれ?
 ① 歯槽膿漏
 ② 中耳炎
 ③ 結膜炎
- 問5 児童センターの夏休み工作教室は?
 ① 8月1日と2日
 ② 8月10日と11日
 ③ 8月18日と19日

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、市報に対する質問や要望などがあれば記入し、下記までお送りください。

あて先

〒816 春日市大字下白水634-1
 春日市役所 企画広報課

締め切り日 8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ち、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代わらせていただきます。

前回の答え(7月1日号)

- 問1 ㊤「共に語ろう外交」月間
 問2 ㊤さんぽようび
 問3 ㊤新
 問4 ㊤7月13日と27日
 問5 ㊤8月20日

*ヒントーほかのページを見てください。

図書券がもらえるよ

お盆の野犬捕獲は、8月6日頃から8月15日(休)まで休みます。また、不用犬の引き取りも、8月15日(休)は休みます。
 (生活環境課)

野犬捕獲・不用犬引き取りの盆休み

お盆の精霊送りの集積所を次

精霊送りの集積所設置

自分の住んでいる地区のゴミ出し日を確認かめて、ゴミを出し忘れたり、使そうがいっぱいになったりしないように注意しましょう。

ゴミ・し尿 収集の盆休み

お盆のゴミ出しの休みは、8月13日(休)から8月15日(休)までになっています。表を見て十分気をつけて出してください。またし尿くみとりの休みは8月14日(休)から8月16日(休)までになっています。

なお、お盆のお供えものなどは、自分で処理するか盆明けのゴミ出し日に出してください。

日時 8月15日(休)
 午後5時～9時

場所 市役所 東別館横
 (生活環境課)



もえるゴミ収集日程

| 収集区域のゴミ出し日 | 春日市役所 571-0223 | 春日清掃 573-0959 | 春日総業 582-2621 | 盆明け最初のゴミ出し日 |
|------------|--|------------------------------|------------------|-------------|
| 8/9日 | 小倉、大谷、上白水、天神山、下白水、岡本元町 | 松ヶ丘、塚原台、松ヶ丘、昇町1組(湯の原) | 小倉東 | 8/16日 |
| 8/11日 | 須賀北、須賀南、泉、昇町(1組以外)、日の出町(4-5丁目) | 春日原南町、春日公園、日の出町(1-2-3-6-7丁目) | 弥生 | 8/18日 |
| 8/12日 | 若葉台東、若葉台西、ちくし台、紅葉ヶ丘、春日(原町)、平田台、惣利(春日10丁目含む)、日本池、空町、大和町 | 春日原北町、春日原東町 | 千歳町 | 8/19日 |

*不燃物、燃焼品、油、紙類の入れ、不燃物置場には持ち込みできません。(生活環境課)

大きなゴミは月の第1回目の指定日

もえないゴミ収集日程

| 収集区域のゴミ出し日 | 春日市役所 571-0223 | 春日清掃 573-0959 | 春日総業 582-2621 | 盆明け最初のゴミ出し日 |
|------------|---------------------------------------|------------------------|------------------|-------------|
| 8/6日 | ちくし台、春日(原町)、紅葉ヶ丘、平田台、白水池、惣利(春日10丁目含む) | | | 8/20日 |
| 8/7日 | 岡本、元町、大和町、空町、日の出町(4-5丁目) | 春日公園、日の出町(1-2-3-6-7丁目) | 千歳町 | 8/21日 |
| 8/8日 | 上白水、天神山、下白水 | 松ヶ丘 | | 8/22日 |
| 8/9日 | 若葉台東・西、小倉、大谷 | 松ヶ丘、塚原台、昇町1組(湯の原) | 小倉東 | 8/16日 |
| 8/11日 | 須賀北、須賀南、泉、昇町(1組以外) | 春日原北町、春日原東町 | | 8/18日 |
| 8/12日 | 東、昇町(1組以外) | 春日原南町 | 弥生 | 8/19日 |

※不燃物置場には、生ゴミを出さないようお願いします。誤りの方の大きなゴミになります。

不燃物処理場の盆休み

春日・大野城衛生施設組合(春日6丁目2)は、8月13日・14日・15日・16日の4日間を休みます。期間中は、不燃ゴミの持ち込みができません。皆さんのご協力をお願いします。

新刊の紹介コーナー
中央公民館図書室(☎581-1211)



日本革命

堺屋太一

富んではいるが、豊かではない—繁栄を謳歌する日本ではあるが、その実像は個人が豊かさを実感できない社会となっている。
新戦後を迎えた今、90年代日本社会の質的変換を迫る書。



わたしのベツトは鼻づらルーティ

ドライブの途中で立ち寄った小さな村のお祭り、妹が特賞を当てた。その賞品はなんと子ブタ。ベツト嫌いのパパを説得して、とりあえず家に連れて帰った…。1990年度ドイツ児童文学賞受賞作品。



家政学の間違い

ローラ・シャピロ著
種田幸子訳

20世紀が科学的ユートピアとして夢想されていた百年前のアメリカ。アメリカ家政学の先駆者たちの情熱と、今となっては奇妙で心得違いな発想を語り起こし、料理と女性とのかかわりを跡づける。



生きることを読むこと

人間は、生きることを考える。また、読むということをする。いのちとは何か、人間とは、生きるとは—、自分のところに目を向けはじめた中学生、高校生にすすめる人生の読書案内。

一般書

読書の時間

メキシコの夢

告別

一心腹の殺人剣

夢虫

紅子の夢

森が消えるとき

苦い蜜

スフィンクス

孤高のダンディズム

葛飾発アメリカ行

101号で書かれた世界の歴史

児童書

さちこちゃん たくやくん

花の館に

二人あわせて三百さい

リズム

●図書室だより

おはなし会にきませんか

日時：8月3日・17日(毎月第1・3土曜日) 14時30分～15時

会場：中央公民館和室▷詳しくは図書室まで

子才郎 亮子 宏枝 勝彦 信彦 絵都
佐次 亮子 宏枝 勝彦 信彦 絵都
川羽 田みず子 春久 久枝 勝彦 信彦 絵都
赤鳥 増吉 高澤 アンヌ・ガレタ 山田 勝彦 信彦 絵都
松本 久枝 勝彦 信彦 絵都

もりやまみやこ
三輪裕子
田中まる子
森 絵都

こんにちはは保健婦です

生涯自分の歯で噛むために③

あなたの歯ぐき健康ですか？

水久歯は「親知らず」まで含めると32本ありますが、厚生省の調査によると、70歳で平均10本、80歳では4本しか自分の歯が残っていないという結果が出ています。
歯が抜ける原因としては、若いうちは虫歯が多く、中年以降では圧倒的に歯槽膿漏によるものが多くなります。
歯ぐきの病気の主なものとして、「歯肉炎」「歯槽膿漏」があります。
歯のまわりには「歯肉」があり、そのすぐ下には「歯槽骨」という骨があって歯を支えています。(図1)

- 説明します。
- ①歯磨き不十分。
 - ②歯垢(細菌の集まり)増加。
 - ③赤く腫れ、出血(歯肉炎)。
 - ④歯を支えている骨(歯槽骨)が、細菌によって溶かされ、しだいに小さくなっていく。(歯槽膿漏)
 - ⑤歯と歯ぐきの間に、大きなすきま(歯周ポケット)ができる。またうみが出てくる。
 - ⑥歯の支えがなくなり、歯がぐらぐらし始める。(図2)
 - ⑦歯が抜ける

つまり、虫歯は家屋の大災で、歯槽膿漏は家を支えている土台を崩す地盤沈下のようなものです。歯槽膿漏はじわじわと慢性的に進行し、気づくのが遅れがちです。
歯の汚れ(歯垢)が原因ですから、その予防のためには、しっかりと歯垢を取り除くことが大切です。
また定期的に歯科検診を受け、歯垢を取ってもらうことも大切です。
(保健婦 百武彩子)



図-2

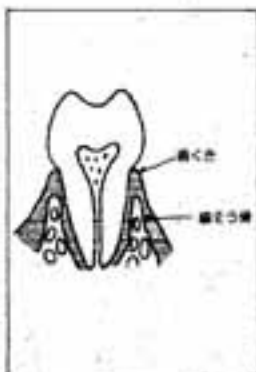


図-1

お知らせ

でんわ

| | |
|----------------------|----------|
| ○市役所・教育委員会 | 501-1131 |
| ○市役所東支所 | 561-1257 |
| ○スポーツセンター | 571-3234 |
| ○老人福祉センター (ナギの木館) | 595-0513 |
| ○シルバー人材センター | 574-5120 |
| ○児童センター | 573-2431 |
| ○光町児童館 | 501-7014 |
| ○文化会館 | 501-5005 |
| ○中央公民館 | 581-1211 |
| ○春日郡河川水道企業団 | 571-7001 |
| ○春日大野消防署 | 571-1191 |
| ○シティ情報かすが | 501-3355 |
| ○ヤングテレホン | 582-7830 |
| ○埋蔵文化財センター | 573-1077 |

相談

心身障害児 巡回教育相談

日時 9月24日(火)
午前9時30分～午後4時
場所 大野城市役所
対象者 心身に障害をもつ就
学前の子どもの保護者
申込先 春日市教育委員会
学校教育課指導係
※ 申し込み用紙を準備して
います。

人権問題で 悩んでいませんか

特設人権相談所を開設
皆さんが、人権問題、借地
借家、相続、遺言、離婚など
の問題でお困りであれば、気
軽にご相談ください。
相談は、無料で秘密は固く

新米ママさん大集合！ 子育て教育講座

市青少年育成市民会議では、
若いお母さんのために、子育
てについての4回連続の講座
を開きます。保育の準備もし
ていきますので、安心して参加
ください。

守られます。
日時 8月12日(月)
午前10時～午後3時
場所 市文化会館児童室
相談員 春日市人権擁護委員
福岡法務局職員
(厚生課)

講座・講習会

フレッシュな野菜を
作ってみませんか！
「秋冬野菜作り」講習会
家庭菜園作りをしている人
を対象に「秋・冬野菜作り」
の講習会を開催します。
皆さんの参加をお待ちして
います。

日時 8月21日(木)
午前10時

会場 筑紫豊原春日支店研修
室(2階)
講師 筑紫農業改良普及所
主任技師 釜瀬健一氏
(管理振興課)

老齢福祉年金の定時届

平成3年度の老齢福祉年金
の定時届を表の日程で受け付
けますので、最寄りの会場で
届け出てください。
持つてくるもの
①印かん(年金証書に押印
しているもの)
②福祉年金証書(みどり色
の証書)
③福祉年金の他に公的年金
を受けている人はその公
的年金証書
④健康保険証
⑤平成3年1月2日以降、
春日市に転入した人は、
前住所地での平成3年度
所得証明書(本人、配偶

福祉年金定時届の日程表

| 受付日 | 会 場 | 時 間 |
|----------|----------|-------------|
| 8月19日(月) | 春日原公民館 | 9:00～9:30 |
| | 春日公民館 | 10:00～10:30 |
| | 松ヶ丘公民館 | 11:00～11:15 |
| | 原田北公民館 | 14:00～14:30 |
| | 橋ヶ丘公民館 | 15:00～15:30 |
| | 宜町公民館 | 16:00～16:30 |
| 20日(火) | 上白水公民館 | 9:00～9:30 |
| | 下白水公民館 | 10:00～10:30 |
| | 小倉公民館 | 11:00～11:30 |
| | 千歳町公民館 | 14:00～14:30 |
| | 紅蔭ヶ丘公民館 | 15:00～15:30 |
| | 若葉台西公民館 | 16:00～16:15 |
| 21日(水) | 市役所国保年金課 | 9:00～11:30 |

者、扶養義務者分)
⑤お知らせのながき
なお、8月12日(月)から年金
が支払われますので8月16日
までに受け取って、定時届
を済ませてください。
(国保年金課年金係)

受付日を過ぎて届け出をす
ると、11月の年金受け取りが
遅れる場合があります。
前年度(平成2年度)に、
所得制限により支給停止とな
っている人も、必ず届け出で
ていただきます。

受講料 無料

9月10日 子どもの栄養と体
(離乳食とおやつ)
土肥愛子先生(食生活
コンサルティングアカ
デミー)

10月8日 心がかよう親子の
ふれあい(幼児期にお
ける教育)
丸山美恵子先生(福岡
市家庭相談担当者)

11月12日 親がつくる子ども
の心と体(親の気持ち
が伝わっていますか)
安成恵子先生(親業訓
練インストラクター)

12月9日 座談会

福岡県身体障害者 初心者フープ講習会

県内に居住している身体障
害者を対象に、フープなど
福祉機器の操作訓練講習会と、
つどいの会(集団見合い)が
開催されます。
皆さんの参加をお待ちしてい
ます。

フープ講習会
対象者 身体手帳を持ってい
る18歳から60歳までの
人

期日 8月27日(火)・9月6日
(土)の2日間
申込締め切り日 8月15日(木)

つどいの会
対象者 県身体障害者結婚相
談所へ登録している人
期日 9月1日(日)
場所 福岡県社会福祉センタ
ー連絡先 福祉事務所福祉係

若者よ

世界に飛翔せよ

県青年の船団募集
11月20日から30日までの11

日間、中国の広州市と香港に
行く「青年の船」の団員を募
集しています。
健康で地区の青年リーダー
となる若者を持っています。
募集人員▽班長18人(26～35
歳まで)
▽一般団員30人(18～
30歳)
個人負担金 9万円(班長は
免除)

募集締切日 班長は8月31日
まで、一般団員は9月
7日まで
申込・問い合わせ先 社会教
育課

募集

井戸水の 無料検査

井戸水検査を希望する家庭を募集しています。希望する人は、はがきに住所、氏名、電話番号、飲料の有無、井戸の深さ(推計)を書いて生活環境課まで申し込んでください。

なお、調査箇所に関りがありますので、決定者のみ連絡します。

検査時期 9月中旬
締め切り日 8月24日

第5回春日市 国際文化交流の賢

第5回春日市国際文化交流の賢は、スリランカ8日間の

旅を計画しています。コロンボでの文化交流会、遺跡見学などを予定していますので、皆さんの参加をお待ちしています。

日時 11月11日(月)18日(日)
訪問地 スリランカ
費用 196,000円
募集人員 40人程度
締め切り日 9月30日
申込先 春日市文化会館内
社会教育関係団体連絡室
☎(55)0768

その他

原爆死没者の 追悼と平和祈念 に黙とうを

広島市と長崎市に原爆が投下された日に原爆死没者のための追悼と世界恒久平和の確立を祈念するため、サイレンを合

平和祈念 被爆写真パネル展

市では、昭和60年10月、恒久平和への願いをこめて、「非核平和都市宣言」を市議会において決議しています。

本年度は、次のとおり被爆写真パネルを展示します。皆さんの観覧をお待ちしています。

期間 8月1日(木)31日(土)
場所 本庁、文化会館、中央公民館、老人福祉センター
(市厚生課)

合同会社面談会

福岡県と人材協では、来春卒業予定の大学、短大、高等専修学校生を対象に企業と学生が直接面談する「合同会社面談会」を開催します。

日時 8月9日(日)
午後1時~5時
場所 フアンションビル8階
(福岡市博多区博多駅前2-10-19)

問い合わせ先 福岡学生職業センター
☎(74)1556

申込・問い合わせ先 環境衛生営業指導センター
☎(61)5115

お早めに手続きを 児童扶養手当・福祉 手当などの現況届

児童扶養手当・特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当・春日市心身障害者福祉手当を受給している人(平成2年度支給停止の人を含む)は、期間内に現況届けを済ませてください。

現況届は、前年の所得や養育、障害の状況などを毎年確認するためのものです。届け出をしなかった場合、8月分以降の手当を受けられなくなりますので、必ず手続きをしてください。

ご存知ですか かんえい公庫

かんえい公庫は、飲食、理容、美容、旅館、クリーニングなどの環境衛生関係営業の皆さんに低利で長期の資金を融資する政府系金融機関です。

期間 8月16日(金)31日(土)
午前9時~午後4時
(土曜日は12時まで)
診療時間 午前9時~12時

歯科休日急患診療

筑紫歯科医師会では、急患時の歯科急患に対応するため、休日急患診療を行います。

8月14日(木) 佐々木歯科医院
(筑紫野市大字二日市)
☎(95)2181
8月15日(金) 花等歯科医院
(大宰府市五采)
☎(95)7557

無料相談

家庭児童相談 ◆毎週月~金曜日
◆10時~16時◆市役所福祉事務所

消費生活相談 ◆毎週月・木曜日
◆10時~15時◆市役所西別館相談室

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(土曜日は12時30分まで)
◆市役所本庁ロビー

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 ◆8月21日(木)◆10時~15時◆市役所東別館相談室◆市役所企画広報課

商工会無料法律相談 ◆毎月第1水曜日◆13時~15時◆春日市商工会(JR春日駅前)
◆☎(581)1407

休日・夜間当番医

問い合わせ先
春日大野消防署
☎(571)1191
県救急医療センター
☎(471)0099

8月の 水道修理当番店

宅地内の漏水など
8/1~8/10 白水設備工業
昼・夜 ☎(952)3756
8/11~8/20 新生工業
昼 ☎(581)1414
夜 ☎(595)1414
8/21~8/31 大興産業
昼・夜 ☎(565)5981
道路の漏水など
筑紫商會
昼 ☎(921)1155
夜 ☎(581)0386
春日郡珂川水道企業団
☎(571)7001

市の人口

まちづくりイメージキャラクター
物生ちゃん

総人口 90,171人
 男 44,701人
 女 45,470人
 前月比 +35人
 前年同期比 +2,411人
 世帯数 31,764世帯
 (7月1日現在)

「モデルさん」には、
 写真を差し上げます。市
 役所企画広報課市民広報
 係までご連絡ください。
 ☎(通) 1131内線58



元気！
 バレリノ！
 6月20日
 日本脳炎予防接種

今月は納期です

市民税・県民税……………第2期
 国民健康保険税……………第3期
 国民年金保険料……………8月分

自主納付・納期内納付にご協力を！
 =納税は便利な口座振替で=

今月の土曜シアター
『シェルプールの雨傘』

青春の初めての恋と、悲しい別れを美しい色彩のなかに描いた珠玉の名作。全てのセリフが歌でつづられた映画です。
 日時 8月17日(土) 午前10時(上映時間) 午後2時 午後7時(1時間31分)
 場所 市文化会館 小ホール
 観入場無料

散歩道

見えないものを

広報にきて、カメラを扱いはじめて約1年経った。いい写真はなかなか撮れないものだ▼写真を撮っていると、人が撮るものが気になってくる。以前は気にもかけなかった新聞の写真に、思わず目が行ってしまふ今日この頃である▼新聞を見ていて、

市内には写真で賞をもらう人が結構多いことに気付いた。写真以外の分野でも、いろんな特技や技能を持つ人が多いようだ。新聞にも載り、人の話で聞いたことも多いことだろう▼しかし、自分の心に何かが欠けていて、示されても見えず、言われても聞かえなかったのかもしれない。見えぬ、聞かえぬものに、大切なものがなければいいのだ

(無)

8月のこよみ

(8月11日~8月31日)

| 日付 | 行事 | 内容 |
|-----|---|----|
| 11日 | | |
| 12日 | | |
| 13日 | ごみ収集休み (15日まで) | |
| 14日 | し尿収集休み (16日まで) | |
| 15日 | 精霊送り 17:00-22:00 | |
| 16日 | 母子健康手帳交付 9:15-9:30 (文化会館) マザークラス (妊婦教室) 3回目 13:30-15:30 (文化会館) | |
| 17日 | | |
| 18日 | 第3回 市民ゲートボール大会 県民体育大会夏季大会 (福岡市) | |
| 19日 | | |
| 20日 | 婦人ガン検診 9:30-10:30 (春日小学校) | |
| 21日 | 4か月児健診 (平成3年4月生まれ対象) 13:30-15:00 (文化会館) | |
| 22日 | 婦人ガン検診 9:30-10:30 (春日北小学校) 不用犬引き取り日 8:30-9:30 (生活課棟) | |
| 23日 | 母子健康手帳交付 9:15-9:30 (文化会館) 婦人ガン検診 9:30-10:30、13:30-15:00 (スポーツセンター) | |
| 24日 | 市役所閉庁 | |
| 25日 | 九州ママさんバレーボール大会 春日市予選 | |
| 26日 | 婦人ガン検診 9:30-10:30 (春日南小学校) | |
| 27日 | 乳幼児と母の健康相談 13:30-15:00 (文化会館) | |
| 28日 | 3歳児健診 (昭和33年7月生まれ対象) 13:20-14:10 (文化会館) 婦人ガン検診 9:30-10:30 (春日西中学校) | |
| 29日 | 不用犬引き取り日 8:30-9:30 (生活課棟) | |
| 30日 | 婦人ガン検診 9:30-10:30、13:30-15:00 (スポーツセンター) | |
| 31日 | | |

からだで笑おう

第5回かすが健康まつり

とき 9月8日(日)

ところ 春日市文化会館

勤労青少年ホーム スポーツセンター

催しのご案内



＜市民バンド演奏：スポーツセンター2F＞
※今回はビッグアップルホールでの演奏になります。



「自然食で病気に
パンチ」
—アレルギーで
苦しんでいる方へ—
高畑康子氏の講演

高畑康子氏は、自然食の普及と食品改善、化粧品
分野についての講演を全国各地で行っている。
現在、北九州の小倉・博多に2つの教室をはじめ九州大学医学部付属福岡大学
部、京浜東北線沿線を回る福岡県・小中学校・高校・PTA・福祉施設等で講演活
躍中。

と き：AM11:30～PM0:30
と ころ：文化会館小ホール

12時

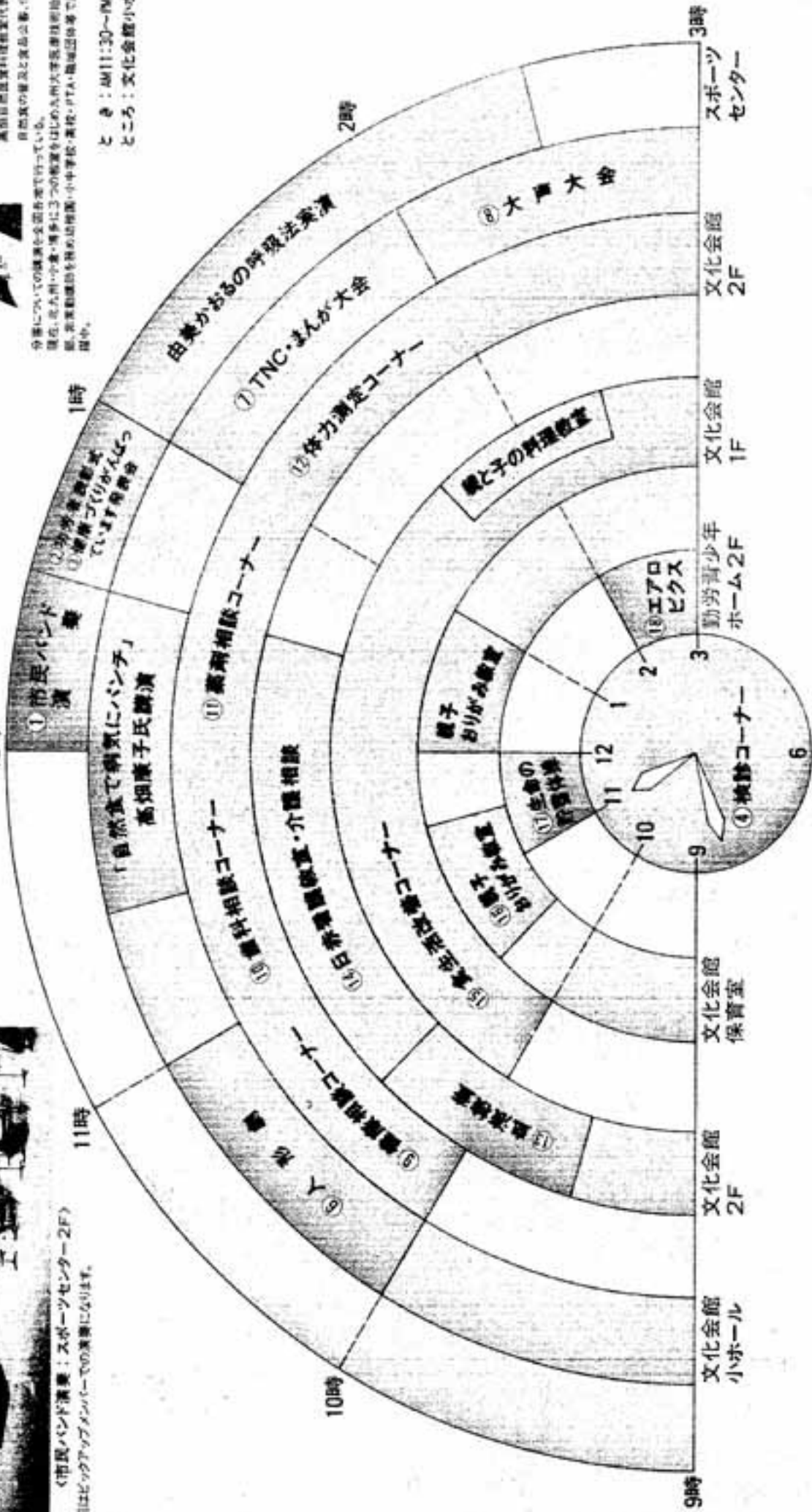
11時

10時

2時

9時

3時



スポーツセンター

① 市民バンド演奏

来年、オーストラリア(シドニー)のオペラハウスでのオペラハウスで行われる国際音楽祭にも出演予定の春日市民吹奏楽団が皆さんおなじみの曲を演奏します。PM0:00～PM0:30

② 功労者表彰式

いきいき老人、いきいき家族、献血功労者、記念品贈呈式。PM0:30～PM0:45

③ 「健康づくりがんばってます。」発表会

地域で、友人同志で、健康づくりのために活動している皆さんの体験発表です。

発表グループ：太極拳、エアロビクス。PM0:45～PM1:00

④ 検診コーナー(有料)

※胃がん検診 AM8:30～AM11:00 (予約制&会場受付)

※子宮がん検診 AM9:30～AM11:00 (予約制&会場受付)

※乳がん検診 AM9:30～AM11:00 (予約制&会場受付)

※結核検診 AM9:30～PM 3:00 (会場受付)

※大腸がん検診 AM9:30～PM 3:00 (会場受付)

※なお、大腸がんについては、AMスポーツセンター PM文化会館

⑤ 複合十字シール運動奉金

結核や肺がんのない社会への思いをこめて、春日市婦人会が1組200円(シール、封筒3ヶ入)の販売による募金活動を行います。ぜひご協力下さい。AM9:30～PM3:00

文化会館小ホール

⑥ 人形劇 AM10:00～11:00

公演：どんぐり座・あひるのおさんぽ

・こいのたまご

・ボードビルー海の中の小さな仲間たち～

⑦ TNCまんが大会 PM1:00～PM2:00

「トラップー実物語」

「俺は直角」

⑧ 大声大会

おもいきり大声出して、普段のストレスを発散しよう!!

参加費及び上位入賞者(3位迄)には、豪華賞品を用意しております。

PM2:00～PM3:00

● 問い合わせは、市健康課(☎501-1131)へ

講演については、別面をご覧ください。

文化会館2F

① 健康相談コーナー

内科：胆部超音波エコーによる肝臓・胆のう・すい臓等の検査(予約制)、心電図検査(会場受付)

小児科：順調に育っていますか? 診療・計測・計測・育児相談を行います。

※相談を受けられる方は母子手帳をご持参下さい。AM10:00～PM3:00

外科：「外科なんでも相談」

② 歯科相談コーナー

歯はながーい方たちです。この機会に歯科検診してみませんか?

コンピュータによる歯槽膿漏診断と口臭チェッカー。AM10:00～PM3:00

③ 薬物相談コーナー

コンピュータによる漢方相談と薬用酒の試飲。AM10:00～PM3:00

④ あなたとフィットネスー体力測定コーナー

エルゴメーターであなたの最大酸素摂取量を測定し、あなたに合った運動処方をいたします。(予約60名&会場受付60名)。AM10:00～PM3:00

⑤ 血液検査

健康管理に役立てていただくため、生化学検査(7項目)を行います。

AM9:30～先着100名になり次第終了。

⑥ 日赤家庭看護教室・介護相談

日赤福岡県支部の講師による看護教室(排泄、床ずれ予防等)のおとしよりの世話を役立ち知識を。AM10:30～PM 0:30

文化会館1F

① 実生活改善コーナー

・テーマ「食物繊維」展示・試食会

・コンピュータによる栄養相談

・塩分濃度測定(ご家庭のみそ汁をご持参下さい)。AM10:00～PM3:00

★親子の料理教室(予約制&会場受付)

親子でひじき入りポーンズを作ってみませんか。PM1:30～2:30

② 親子おりがみ教室

親子で楽しくおりがみをしましょう。指導：九州手づくり研究所

AM10:30～11:30 PM 0:00～1:00

勤労青少年ホーム2F

① 生命の貯蓄体験

「東洋の養生術」を覚えてみませんか? 五つの動作(要の体操)をマスターして病知らずの健康体に/まぐつ下、タオルを必ずご持参下さい。AM11:00～12:00

② エアロビクス&エクササイズ

誰にでもできる有酸素運動一緒に汗を流してみませんか?

指導：STUDIO PARADISO ※軽装でご来場下さい。PM2:00～3:00

今、爽やかに身体の革命

由美かおるの呼吸法実演

体の中に誰もが持っている「生命の輝き」を生き生きと、目覚めさせてくれる呼吸法を、由美かおると一緒に体験してみませんか。軽装でご来場ください。



由美かおる (ゆみ かおる)
昭和25年生まれ。中学校時代に西野バレエ団に入団。全国の公共団体、企業、教育機関などで西野流呼吸法の公演を行う。会費道4段。清田短期大学講師。

と き：PM1:00～2:30

と ころ：スポーツセンター

ふれあいバザール AM10:00～

- 低農薬野菜の即売 (春日市消費者の会)
- 食べ歩きテント
カレーライス・焼そば・手作りケーキ・山菜おこわ他
(食生活改善推進会・食進教室)
- 木工芸・手工芸
(福岡県身体障害者授産指導所・宰府園)
- 健康もち (春日市少年の船)
- お菓子の販売 (やるときややります会)

ワクワク抽選会

からくじなし、一人一回限り

特等：鹿児島往復航空券 ペア1組

一 等：自転車…………… 2台

二 等：自動血圧計…………… 3台

他、映画チケット、ディナー券、おもちゃなど盛りだくさん。

会場内4ヶ所に設置してあるアンケート(クイズ)のどれかひとつに答えた方に抽選チャンス!

笑顔で歩こう…緑と湖の街並みを!!

—— 第1回 かすが健康ウォーク ——

家族そろって参加してみませんか!? 7km程度のさわやかに歩けるコースを用意しています。

参加希望の方は、健康課までお問い合わせ下さい。

NO CAR DAY!

車でのご来場は、できるだけご遠慮ください。

あなたの家から何キロですか?

歩ける距離ならしっかり歩こう!

主催/春日市、春日市健康づくり推進協議会、日赤春日市地区

協力/筑紫医師会春日医師団、筑紫歯科医師会春日支部、福岡県薬剤師会筑紫支部、日本赤十字社福岡県支部、福岡県赤十字血液センター、春日市民吹奏楽団、福岡県対ガン協会、春日市食生活改善推進会、福岡県筑紫保健所、春日市婦人会、九州乳業株式会社、春日市消費者の会、富士通、東映エージェンシー、福岡県栄養士会公衆栄養推進協議会、行政システム九州株式会社、春日高等学校、大谷小学校、東芝メディカル株式会社、株式会社ジーシー、テレビ西日本、明治製菓、日本エアシステム、東映イン博多、マツヤレディス、バンダイ、J.R九州厚生メディカルサービスセンター

(順不同)