

みんなで春をつくろう



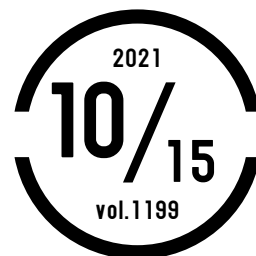
Kasuga

[市報 かすが] 令和3年10月15日号

春を
祝う。50TH
KASUGA CITY 50TH ANNIVERSARY

春日市制50周年記念事業がスタートします。

- P02 50周年記念事業スタート
- P04 ラグビーワールドカップ2019日本代表
流選手、姫野選手オンライン対談
- P06 成年後見制度
- P08 児童虐待防止推進月間
- P10 環境フェア
- P11 市からのお知らせ
- P13 情報ひろば



カウントダウン写真とお祝いメッセージを募集

市の50歳の誕生日である令和4年4月1日を市民の皆さんとお祝いするため、お祝いの写真とメッセージを募集します。

集まった写真とメッセージは、今後開設予定の記念事業特設サイトや市の会員制交流サイト(SNS)において、カウントダウン形式で掲載するほか、西鉄春日原駅に大型ポスターにして掲示するなど、記念事業で使用します。

皆さんの思い出の写真、楽しい写真など、たくさんの応募をお待ちしています。

募集期間 11月1日(月)～令和4年1月11日(火)

募集内容 人を中心として撮影した写真データ1枚(掲載は縦横比1:1)と市制50周年を祝うメッセージ(15字以内)
※写真データは、JPEG、GIF、PNG形式で2MB以上を推奨します。

応募方法 市ウェブサイトの応募フォームに入力するか、申請書などを郵送してください。詳しくは、QRコードから確認するか、問い合わせてください。



▲市ウェブサイト

記念事業のスケジュール

次のとおり、さまざまな記念事業を予定しています。詳しくは決まり次第、記念事業特設サイトなどでお知らせします。

令和4年

- 2～3月 カウントダウン写真の掲載
- 4月 オープニングセレモニー
- 8月 タイムカプセル開封イベント
- 11月 まちづくりシンポジウム
自治会・コミュニティスクール記念動画の公開

※4月以降、市、自治会、地域団体などによる冠事業を随時開催します。

令和5年

- 3月 クロージングイベント

市民実行委員会によるイベント

上記の記念事業に加えて、市民の皆さんが楽しく参加でき、市全体が盛り上がる記念事業を実施します。公募や団体推薦により選出した12人の市民実行委員が、この事業を企画・運営します。



※写真は掲載イメージです。

市制50周年記念と連携した「冠事業」を募集

市制50周年を市民の皆さんと一体となってお祝いするため、「春日市制50周年記念」の冠をつけて実施する市民・各種団体・企業の行事やイベント(冠事業)を募集します。

冠事業に登録されると、ロゴデザインの使用、周年記念PRグッズ(のぼり旗、横断幕、スタッフビブス)の借用、記念事業特設サイトへのイベント掲載をすることができます。

募集期間 11月1日(月)～令和5年2月28日(火)

対象事業 令和4年4月1日(金)～令和5年3月31日(金)に実施する事業

応募方法 市ウェブサイトから申請書入手し、郵送してください。詳しくは、QRコードから確認するか、問い合わせてください。



▲市ウェブサイト



春を祝う。 50周年記念事業 スタート

令和4年4月1日、春日市は市制50周年を迎えます。

この大きな節目を市民の皆さんと迎えるに当たり、記念事業のテーマなどが決定しました。

過去に思いをはせ、今を喜び合い、未来を展望する、そんな事業を11月1日からスタートします。

皆さんもぜひ参加してください。



▲春日市制50周年記念ロゴデザイン

問い合わせ先

経営企画課企画担当

☎ (584) 1111(代) 📠 (584) 1145

📠 1009226

●過去、現在、未来の3つの 視点で事業を展開

「昔を知ろう」

春日市の歴史や文化への理解をより一層深め、先人たちが築いてきた日々の営みに思いをはせ、その功績をたたえます。

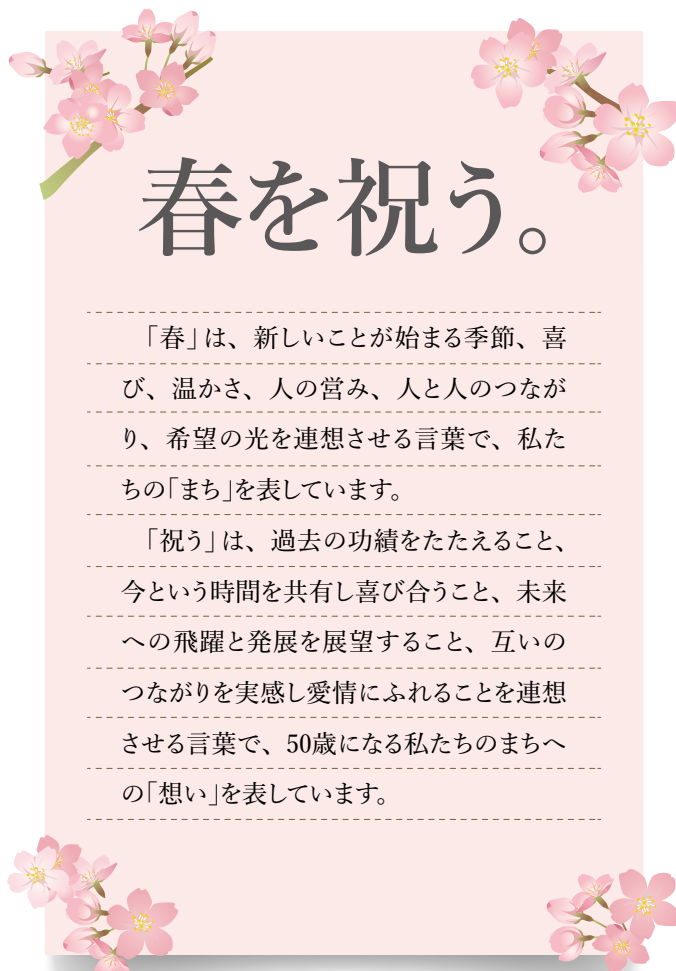
「喜びを分かち合おう」

今という時間を共有し喜び合うことで、春日市の魅力を再発見し、まちへの思いを育みます。

「未来を語ろう」

市民、地域、事業者、団体といったさまざまな主体が、互いにつながり一体となって、未来への飛躍と発展を展望する機会とします。

●50周年のテーマは「春を祝う。」



春を祝う。

「春」は、新しいことが始まる季節、喜び、温かさ、人の営み、人と人のつながり、希望の光を連想させる言葉で、私たちの「まち」を表しています。

「祝う」は、過去の功績をたたえること、今という時間を共有し喜び合うこと、未来への飛躍と発展を展望すること、互いのつながりを実感し愛情にふれることを連想させる言葉で、50歳になる私たちのまちへの「想い」を表しています。

あの熱狂をもう一度

ラグビー日本代表選手

流^な大^が選手、姫野^{ひめの}和樹^{かずき}選手が語る

日本中を熱狂の渦に巻き込んだラグビーワールドカップ(RWC)2019日本大会。2年前、春日市はアイルランド、フランス、カナダの3カ国のキャンプ地となりました。世界の一流選手との交流を通じ、大人から子どもまでラグビーという競技の魅力に触れ、この地にスポーツを「する」だけでなく、「見る」、「支える」といった文化が根付き始めました。

そのレガシー(遺産)を受け継ぎ、さらに発展させるため、現役ラグビー日本代表の2人がラグビーの魅力について語り合い、スポーツを愛する子どもたちや市民の皆さんへ熱いメッセージを寄せてくれました。



※この対談は、8月29日にオンラインで実施された市スポーツフェスタラグビーフェスティバルの内容を一部編集し、再現したものです。

―ラグビーを始めたきっかけは

流 小さい頃から体を動かすのが好きで、サッカーや野球をやっていました。小学1年生のとき、母親の知人がコーチをしていた関係で、りんどやングラガーズ(久留米市)に入部しました。当時は足が速く、トライをたくさん取るのが楽しかったです。

姫野 外遊びが好きで、小学生の頃は野球やサッカーをやっていました。中学校に上がり、部活動を決める際、(当時から体格が良かったため)人を吹っ飛ばして褒められるラグビーが向いていると思い、ラグビー部へ入部しました。

―ラグビーがうまくなるために努力したことは

流 高校生で成長が止まったため、小さい体格ながらもできることは何かと考え、俊敏性を鍛えるため、走るトレーニングに力を入れました。

姫野 強さを追求するため、たくさん食べるようにしていました。FW(前方で球を取り合うポジション)は、瞬発力が大切なため、10mや20mの短距離の走力を鍛えていました。

流 皆さんも、あまり小さなうちから本格的なトレーニングをやるというより、外で遊んで、ご飯をしっかりと食べて、体を動かす楽しさを覚えた方がいいですよ。

―子どもの頃に身に付けておけば良かったと思うものは

流 何と言っても英会話。社会人になり、外国人選手や外国人コーチと接する機会が増えました。ラグビーに限らず、英語は必要となるものではないでしょうか。

姫野 同じく英会話。中学時代の英語の授業は睡眠時間とっていたことを後悔しています(笑)。ニュージーランドのチームに加入してからは、積極的に選手同士で食事に行き、会話をするなど努力しました。

―高校進学にあたり、進路選択の決め手は。また、どのような練習だったか

流 福岡県は東福岡高校という常勝校があり、自分も憧れていました。しかし、熊本県立荒尾(現・岱志)高校の徳井^{とくい}先生が自分をどうやって成長させるかを考えてくれたため、将来の自分の成長を見据え、決めました。練習は非常に厳しかったです。基礎

ながれ ゆたか
流大さん

福岡県久留米市出身。荒尾（現・岱志）高校、帝京大学卒業後、平成27年サントリーサンゴリアス加入。平成28年、29年サントリー主将として連覇2冠に導いた。ラグビーワールドカップ2019、日本代表ベスト8の立役者。

—ラグビーチームは多種多様な背景の選手が集まっているが、他者を認めるためには

体力がついたこともあるが、何より厳しい練習を乗り越えたことが自信につながったと思います。

姫野 愛知県にも強豪校があり、そこから勧誘されました。しかし、春日丘高校のラグビースタイルに魅力を感じたのと、自分の手で花園へ連れて行きたいと思い、進学しました（実際に1年生時に花園初出場を果たす）。練習は時間が短く、近代的なトレーニングでした。選手の自主性に任されていた部分も多かったため、大学の練習がきつく感じました。

流 相手を尊重することです。深くコミュニケーションを取ることで、良いところが見つかるでしょう。

姫野 異なる文化を受け入れることです。自分たちの文化が正しいということはない。自分は、なるべく一緒に行動することで、文化の違いを理解するようにしています。

—RWC2019日本大会出場の思い出は

流 幸せの一言に尽きます。高校時代からの目標が達成できました。また、出場するだけでなく、ベスト8という結果を出せて本当に良かったです。

姫野 RWCは特別感が違いました。初戦の国歌斉唱時は自然に涙がこぼれたほど。多くの人に熱狂していただき、日本で開催できて良かったです。

—RWC2023フランス大会への抱負は

流 前回以上の成績を求められていると思います。自分は31歳を迎えます。この大会を代表ラストと捉え、ベテランらしく泥臭く頑張りたいです。

姫野 目標はベスト4。日本にとつ

ひめの かずき
姫野和樹さん

愛知県名古屋出身。春日丘高校、帝京大学卒業後、平成29年トヨタ自動車ヴェルブリッツ加入。ラグビーワールドカップ2019、日本代表ベスト8の立役者。令和3年ニュージーランドのハイランダーズに加入。

て、ラグビーがなくてはならないものにした。また、世界から見ても、日本と言えばラグビーと言えるようにしたいです。

—春日市の青少年少女へメッセージを

流・姫野 （緊急事態宣言のため）皆さんに直接お会いできず大変残念ですが、さまざまなストレスがありますが、負けずに頑張ってください。機会があれば、いざれぜひ、春日市へ伺いたいです。来年からは新リーグが開幕します。それぞれのチームでしっかり結果を出していくので、応援よろしく願います。

取材MEMO



自宅からオンラインで参加してくれた2人。大学時代の先輩後輩でもあるため、リラックスしたムードの中で、話がはずみました。

講演中はチャットを通じてさまざまな質問が飛び「好きな食べ物」「ケガをしない体づくり」「休みの過ごし方」などに気さくに応えてくれました。

流選手は、春日市での試合経験もあることで、どうしても春日市を訪問したかったと残念がっていました。姫野選手も春日市のラグビークイズとの触れ合いを楽しみにしていたとのこと。

2選手とも対面できなかった子どもたちのために、当日たくさんプレゼントを用意してくれました。心優しいラグーマンに感謝です。次回こそ、春日市にお越しください。（志）

知っていますか

成年後見制度

「高齢になった1人暮らしの親が、悪徳商法に引っかからないか心配」、「自分は今後財産をしっかりと管理できるだろうか」。こんな不安はありませんか。

成年後見制度は、高齢や認知症などの理由により判断能力が不十分で、契約などの法律行為、預貯金や不動産などの財産の管理が困難な人のために、本人の権利や財産を守る援助者を選び、本人を法的に支援する制度です。

判断能力があるうちから、将来に備えて後見人を決めておくこともできます。自分自身や家族などの将来のため、今のうちから考えてみませんか。

問い合わせ先 高齢課高齢者支援担当 ☎(584) 1111(代) 📠(584) 3090

「法定後見制度」と「任意後見制度」

成年後見制度は、判断能力が不十分になってから手続きをする「法定後見制度」と、判断能力が不十分になる前に将来に備えて手続きをする「任意後見制度」の2種類があります。

法定後見制度

- ▷家庭裁判所に審判の申し立てをすると、本人の判断能力に応じた支援（後見、保佐、補助）が決定されます。併せて、本人を援助する人（成年後見人、保佐人、補助人）を家庭裁判所が選びます。
- ▷審判の申し立ては、本人、配偶者、四親等内の親族、市区町村長ができます。
- ▷成年後見人などになってもらいたい人を希望することはできませんが、家庭裁判所の判断により、第三者である弁護士や司法書士、社会福祉士などが選ばれることがあります。

判断能力が
全くない



後見

判断能力が
著しく不十分



保佐

判断能力が
不十分



補助

任意後見制度

- ▷将来、誰にどのような援助をしてもらうかを決めて、公正証書を作成しておきます。公正証書の作成は、公証役場などで公証人の立ち会いのもとで行います。
- ▷実際に判断能力が低下してから、家庭裁判所への申し立てにより任意後見監督人が選ばされると、公正証書に基づき、任意後見人の仕事が始まります。



成年後見人などの役割

本人の心身の状態や生活の状況などに配慮しながら、与えられた法律上の権限により、主に2つの役割を果たします。

◎法律上の権限(※1)

▽代理権

本人に代わって財産の管理や、医療・介護サービスなどの契約を結ぶことができます。

▽同意権(取消権)

本人が行った契約などに同意します。成年後見人などの同意を得ずに行った契約などは、取消権により無効にできます(※2)。

※1 成年後見人、保佐人、補助人によって、与えられる権限は異なります。

※2 任意後見人には、取消権はありません。

◎2つの役割

▽財産管理

印鑑や金銭(預貯金)、不動産などの財産の管理

▽身上保護

生活、健康に必要な医療・介護サービスなどの契約

メリットと注意点

成年後見制度は、本人を守る制度である一方、利用にあたっては注意が必要なものもあります。制度内容をしっかりと理解した上で、活用しましょう。

◎メリット

▽本人に不利益な契約を結ぶことが防げる

▽本人が不利益な契約を結んでも、後から解約できる

◎注意点

▽一度成年後見制度の利用のための申し立てを行うと、取り下げることができない

▽手続きに費用がかかる他、成年後見人へ報酬の支払いが生じることがある

高齢者のための「権利擁護総合相談」を開設

判断能力の低下により、日常生活上で不安や困りごとがある高齢者のため、市は、成年後見制度の利用相談をはじめとした「権利擁護総合相談」を、10月1日に開設しました。

高齢者を支援している地域包括支援センターやケアマネジャーなどを通して相談を受けながら、関係機関とともに成年後見制度の利用やその他の適切なサービスの利用につなげます。家族などから直接相談を受けることもできます。

こんなときに相談を

- ▷通帳や印鑑を繰り返し紛失してしまう
- ▷必要としない高額なものを購入してしまう
- ▷サービスなどの契約や手続きができなくなってきた
- ▷成年後見制度を利用すべきかどうか迷っている



▲前列 権利擁護総合相談担当者 藤井由香さん
後列 福祉あんしんサービス スタッフの皆さん

相談先(委託先)

権利擁護総合相談窓口(春日市社会福祉協議会内(昇町3-101))

相談専用電話

☎(201)8977(平日午前9時～午後5時)

※知的・精神障がいのある人のための成年後見制度などの相談は、春日市障がい者基幹相談支援センター(市福祉支援課障がい担当)で応じます。

権利擁護関連事業

福祉あんしんサービス

対象 日常生活を自分の判断で適切に行うことは難しいが、サービス利用の契約や援助の内容について理解できる人

サービス内容

- ▷相談調整(各種サービスの紹介、利用相談)
- ▷生活支援(定期訪問によるサービス利用援助)
- ▷金銭管理(預貯金のおし入れ、公共料金の支払いなど)
- ▷保管(通帳・印鑑などの貸金庫への保管)

利用料 月額1,000円

※保管サービスは別途月額6,000円が必要です。

申込・問い合わせ先

春日市社会福祉協議会

☎(581)7225 F(581)7258



防ごう 子ども虐待 守ろう 子どもの命

◇ 11月は児童虐待防止推進月間です。 ◇

児童虐待は、特別な家庭に起こっていることではありません。どこでも、誰にでも、起こり得ることです。

かけがえのない子どもの命を守るために、児童虐待について考えてみませんか。

問い合わせ先 子育て支援課子育て支援担当
☎(584) 1010 📠(501) 0051

児童虐待ってどんなこと

児童虐待とは、親や親に代わる養育者によって、子どもの心や体に加えられる有害な行為であり、重大な人権侵害です。

● 身体的虐待

殴る、蹴る、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、冬の戸外に閉め出すなど

● 性的虐待

子どもにわいせつな行為をする・させる、性器や性交を見せる、ポルノ写真の被写体にするなど

● ネグレクト（育児放棄）

適切な食事を与えない、風呂に入れない、乳幼児を残したまま度々外出する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

● 心理的虐待

言葉で脅す、無視する、他のきょうだいと激しく差別する、子どもの目の前で家族に

対して暴力を振るうなど

虐待が子どもに与える影響

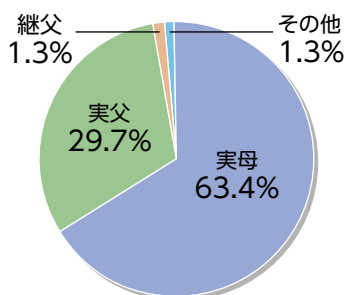
「しつけ」と称して叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、子どもの脳の発達に深刻な悪影響を及ぼすという研究結果が報告されています。

恐怖により子どもをコントロールすると、そのときは素直に言うことを聞いているように思えるかもしれませんが、しかし、将来的に精神疾患や反社会的な行動を起こしたり、対人関係や行動のコントロールで課題を抱えたりするなど、いわゆる「生きづらさ」を感じることにつながります。

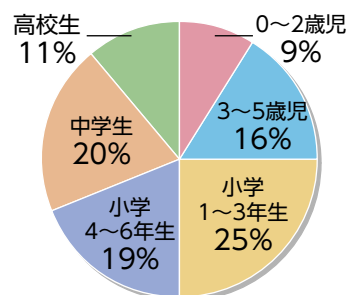
市の現状

虐待により、かけがえのない子どもの命が奪われている昨今、

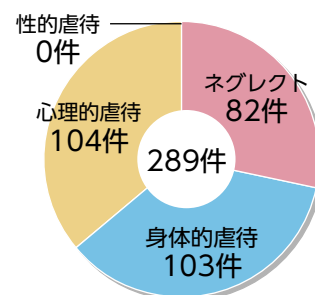
● 虐待者の内訳
(令和2年度)



● 虐待を受けた子どもの内訳
(令和2年度)



● 虐待相談対応件数
(令和2年度)



市の令和2年度児童虐待相談対応件数は、前年度と比較して68件増加し、およそ1.3倍となっています。

アンガーマネジメント

怒ったり、感情的になったりするのには誰でもあることです。そんな時に冷静になるためのヒントを紹介します。

●子育てに疲れ、ついついイライラして子どもに当たってしまう

深呼吸をしたり、少し距離を取ってみたりするなど、自分なりの気持ちを落ち着かせる方法を見つけてみましょう。

●子どもの感情の起伏やわがまに对应しきれない

「お腹がすいている時間は怒りっぽくなるな」「ここに来るとかんしゃくを起こしやすいな」など、子どもの感情の傾向を理解すると、準備や対策がしやすくなります。

●「わがままな子に育っては困る」という思いから、つい命令口調になってしまう

「どうしたらいいかな」「どうする？」など、子どもと一緒に考えたり、子ども自身に

選択させたりすることもお勧めです。

一人で頑張りすぎない子育てを

家事や育児が大変なときは、周囲に頼ることも必要です。一人で抱え込まずに、家族と分担したり、ファミリー・サポート・センターや一時預かりなどの子育てサービスを利用したりすることも、負担を軽減する一つの方法です。

また、子育ての苦労やイライラについて相談できる存在も重要です。

▽子育て仲間と話をしたいとき

・各児童センター

・保育所・幼稚園（おさそい行事）

・地域の子育てサロン

▽相談をしたいとき

・市子ども・子育て相談センター

☎(584)1015

F(501)0051

オレンジリボンに願いを込めて

オレンジリボン運動は、「子ども虐待のない社会の実現」を目指す市民運動です。オレンジリボンは、そのシンボルマークであり、オレンジ色は子どもたちの明るい未来を表しています。子ども虐待の防止は、児童相談所や市町村などの公的機関だ

けで行えるものではありません。

一人一人が「子育てに優しい社会」を作ることが、子ども虐待の防止につながります。オレンジリボンを見たときに、子ども虐待の防止を思い出してください。オレンジリボン運動を、世界に広めていきましょう。

④私たちは、地域の連携を広げます。

○オレンジリボン憲章

①私たちは、子どものいのちと心を守ります。

②私たちは、家族の子育てを支

援します。

③私たちは、里親と施設の子育てを支援します。

④私たちは、地域の連携を広げます。

子ども虐待のない、子育てに優しいまちをつくっていきましょう。



子どもを救う目と耳と心

気になる子どもや保護者を見掛けたら、声を掛けてみてください。温かい声掛けだけで心がほっとします。ちょっとした一言が心の支えになることもあります。子どもたちや子育て中の保護者に優しいまなざしを向けてください。



「虐待では?」と思ったら

子どもを守るための窓口迷わず相談・連絡してください。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

福岡児童相談所

☎189 (いちはやく)

☎0120(189)783

※24時間対応で、通話料はかかりません。

春日市環境フェア

入場
無料



▲環境フェア

動物愛護、地球温暖化対策、食品ロスなど、さまざまなテーマで環境について考える春日市環境フェア。身近なことから環境問題に取り組める講座や展示会などを開催します。この機会に、環境について楽しく学びませんか。

日時 11月15日(月)～26日(金)

午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

場所 市役所アトリウム他

1 環境パネル展・DVD上映

動物愛護、食品ロス(食品の無駄な廃棄)、生ごみ減量、地球温暖化対策、環境保全に関するパネルを展示し、気候変動に関するDVDを上映します。

場所 市役所アトリウム・市民ホール

2 エコ川柳投票

テーマ「食品ロス&生ごみを減らそう」で市民から募集したエコ川柳のうち、1次審査を通過した10点を展示します。今年はどの句が最優秀賞になるか、あなたの投票で決まります。※市ウェブサイトからも投票できます。

投票期間 11月15日(月)～26日(金)



▲エコ川柳投票

3 フードドライブ募集

家庭で余っている、賞味期限が1カ月以上残っている食品を集めます。子ども食堂などに提供し、食品ロスを防ぎます。

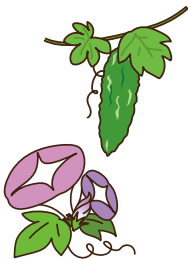
提供方法 環境フェア期間中に、市役所環境課に持参する



4 ゴーヤの種の回収

家庭で育てたゴーヤやアサガオなどの種を集めます。集めた種は、緑のカーテン事業で活用します。

提供方法 環境フェア期間中に、市役所環境課に持参する



5 動物愛護ポスター

小学生から募集した動物愛護のポスターを市ウェブサイト上で公開します。



▲動物愛護ポスター



6 環境講座

●3R&アロマ消臭剤作り

3R(ごみの発生抑制、再使用、再生利用)について学び、アロマ消臭剤を作ります。

日時 11月17日(水) 午前10時～正午

場所 市役所404～406会議室

参加費 無料

定員 15人(申込先着順)

●脱プラ&植物ハンギング作り

マイクロプラスチック問題や家庭でできる脱プラスチック法などを学び、ペットボトルを使った植物のハンギングを作ります。

日時 11月22日(月) 午前10時～正午

場所 市役所404～406会議室

参加費 300円程度(材料費)

定員 15人(申込先着順)

申込方法 10月29日(金)までに、各講座の申し込みページから申し込む

※申し込みができない場合は電話で問い合わせてください。



▲3Rアロマ申込



▲脱プラハンギング申込

●ダンボールコンポスト講習会(入門編)

家庭から出る生ごみを堆肥化する「ダンボールコンポスト」を始めてみませんか。

日時 ▶11月15日(月) 午後1時30分～3時

▶11月25日(水) 午前10時～11時30分

場所 市役所407会議室

参加費 無料

定員 各10人(申込先着順)

申込方法 10月15日(金)～29日(金)に電話、ファクス、Eメールのいずれかで、住所、氏名、電話番号を伝える



ダンボールコンポスト相談会(申込不要)

ダンボールコンポストを実践している人を対象とした相談会や、機材などの販売も行います。

日時 11月19日(金)、26日(金) 午前10時～正午

場所 市役所市民ホール

関連講座

問い合わせ先 環境課環境保全担当 ☎(584) 1111(代) 📠(584) 1147 📧1009265



出前トーク「市長と語る」 全体トーク開催

問い合わせ先 秘書広報課広報聴担当

☎(584)1111(代) ☎(584)1145 ☎1002514

より良い春日のまちづくりのため、市長や市の幹部職員が皆さんと意見を交換します。

申し込みは不要で、誰でも参加できます。手話通訳と要約筆記もあります。

日時 10月31日(日)

午後2時～3時30分

場所 ふれあい文化センター大会議室

内容

▷市政の状況について市長から説明

▷参加者と市長・部長などによる意見交換

定員 50人(当日先着順)



積極的に活用しましょう ジェネリック医薬品

問い合わせ先 国保医療課国保担当

☎(584)1111(代) ☎(584)1141

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に開発された医薬品です。新薬と同じ有効成分で同じ効き目を持ち、国が承認したものです。ジェネリック医薬品の中には、飲みやすさなどで新薬よりも工夫されたものもあります。

また、一般的に新薬より価格が安いいため、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、皆さんが薬局などに支払う薬代や、市国民健康保険(市国保)の医療費負担が軽減されます。

このため、市国保はジェネリック医薬品の普及・啓発のために、薬代の軽減額を記載した「ジェネリック医薬品差額通知」を送付しています。

ジェネリック医薬品への切り替えについては、医師・薬剤師に相談してください。

なお、全ての新薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。



年金生活者支援給付金 対象者へ請求手続きの案内を送ります

問い合わせ先

▷年金生活者支援給付金専用ダイヤル
(ナビダイヤル) ☎0570(05)4092

▷南福岡年金事務所

☎(552)6112 ☎(554)6535



年金生活者支援給付金は、令和元年10月1日から始まった制度で、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取るには請求書の提出が必要です。現在受給している人は、改めて請求書を提出する必要はありません。

案内送付対象 今まで受給しておらず、令和3年度に該当になる人

受給要件

○老齢基礎年金を受給し、次の要件を全て満たす人
▷65歳以上である

▷世帯全員の市町村民税が非課税である

▷年金収入額とその他の所得額の合計が88万1,200円以下である

○障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が472万1,000円以下である

請求方法 日本年金機構から送付される請求手続きの案内に同封されているはがき(年金生活者支援給付金請求書)に必要事項を記入し、令和4年1月4日(火)までに日本年金機構へ郵送する

※新たに年金を請求し、該当になる人は、年金請求の際に併せて手続きしてください。

※案内の送付対象者以外で請求の手続きが済んでいない人も随時受け付けています。

※詳しくは問い合わせてください。

日本年金機構や厚生労働省が電話で口座番号などを聞いたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。不審な電話や案内には注意してください。



春日市スポーツフェスタ 第46回走ろう大会参加者募集

申込・問い合わせ先 春日市スポーツフェスタ実行委員会事務局
〒816-0831大谷6-28(総合スポーツセンター2階)
☎(571)3247 ☎(571)3305 ID 1002656

対象 次のいずれかに該当する人

- ▷市内に居住または通勤・通学している
- ▷市社会教育関係団体などに所属している

日時 11月28日(日)

午前8時30分～午後0時30分

受付：午前8時～8時20分

場所 白水大池公園多目的広場および園路

種目(各男女)

- ▷中学生以上2.2km

▷小学生1km(1～3年生)

▷小学生2.2km(4～6年生)

定員 各30人(申込多数の場合抽選)

※抽選結果は、郵送でお知らせします。

申込方法 10月29日(金)(必着)までに次のQRコードで

申し込むか、窓口(平日)か郵送で申込書を提出する

※申込書は、総合スポーツセンター、ふれあい文化センター、北スポーツセンター、市役所市民課、いきいきプラザ、白水大池公園管理棟にあります。また、市ウェブサイトからも入手できます。



会計年度任用職員を募集します 障がい者生活等支援相談員(産休代替)

応募・問い合わせ先 福祉支援課障がい担当(〒816-8501春日市役所)
☎(584)1111(代) ☎(584)1154 ID 1009248

業務内容 障害支援区分認定調査、障がい者(児)に対する総合的な相談支援など

対象 次の全てに該当する人

- ▷保健師・精神保健福祉士・社会福祉士のいずれかの資格がある
- ▷普通自動車運転免許(AT限定可)がある
- ▷パソコン(エクセル・ワード)操作ができる

任用期間 令和4年1月1日～3月31日

※勤務成績が良好な場合、再度任用されることがあります。

勤務日数 週5日(土・日曜日、祝日を除く)

勤務時間 午前9時～午後4時(途中45分の休憩あり)

勤務場所 福祉支援課障がい担当

給与 月額16万8,000円程度、交通費あり

その他 有給休暇、健康保険・厚生年金保険、雇用保険あり

募集人員 1人

応募期限 11月26日(金)(必着)

※選考方法および応募方法は、市ウェブサイトを確認してください。



宝くじの受託事業収入を財源に整備 コミュニティ助成事業(岡本地区)

問い合わせ先 地域づくり課協働推進・文化振興担当
☎(584)1111(代) ☎(584)1153

岡本自治会は、テントなどのコミュニティ活動備品を、宝くじの助成金で整備しました。

これらは、各種地域イベントに活用され、自治会のコミュニティ活動の活性化に日々役立てられています。



イベントに参加する時は、マスクの着用、検温などの感染防止対策に協力してください。

イベント

プロの演奏を身近な場所で 音楽の玉手箱 オータムコンサート(無料)

音楽の玉手箱登録音楽家によるクラリネットとピアノのステージです。

申し込みは不要です。

日時 10月19日(火)

午後0時20分～50分

場所 市役所議場

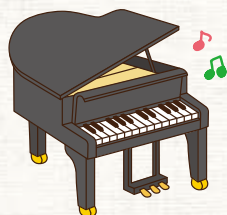
出演者 古賀久美子さん(クラリネット)、稲益初美さん(ピアノ)

問い合わせ先 地域づくり課協働推進・文化振興担当

☎ (584) 1111(代)

📠 (584) 1153

📄 1004763



シニアの就業を支援します アクティブシニア しごと合同説明会(無料)

企業との面談ブースの他、就職支援団体による相談コーナーもあります。

履歴書は不要です。

対象 おおむね60歳以上の人

日時 11月11日(木)

▽1回目：午前11時10分～午後0時40分(受付：午前10時50分～)

▽2回目：午後1時30分～3時(受付：午後1時10分～)

場所 福岡国際会議場多目的ホール(福岡市博多区石城町2-1)

定員 各70人(申込先着順)

申込方法 11月10日(水)までに電話かファクスで住所、氏名、電話番号、希望回を伝える

申込・問い合わせ先 県70歳現役応援センター

☎ (432) 2540

📠 (432) 2513

🌐 <https://70-f.net/>



正しい知識を身に付けて 血糖値をコントロール 専門医による糖尿病予防講座(無料)

糖尿病は進行すると、腎臓や神経、網膜(目)などに合併症を引き起こします。他にも、認知症や歯周病などとの関連も指摘されており、予防が大切です。

次のような人は注意が必要です。

▽血糖値が高いと指摘された

▽年々血糖値が高くなっている

▽糖尿病の家系など生活習慣を見直して糖尿病を予防しましょう。

日時 11月8日(月)

午後2時～4時

場所 いきいきプラザ健康指導室

講師 馬場裕生さん(馬場内科・乗本こころのクリニック 糖尿病専門医)

定員 30人(申込先着順)

申込方法 10月20日(水)午前9時～29日(金)午後5時に次のQRコードから申し込み、電話で氏名、生年月日、電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 健康スポーツ課健康づくり担当

健康

☎ (501) 1134
📠 (501) 1135
📄 1009068



ナギの木苑 リズムで介護予防 4回コース(参加無料)

昔懐かしの楽曲で、簡単な体操や合奏を行う教室です。動きやすい服装で来てください。

※参加は無料ですが、施設利用料(100円)が必要です。

対象 市に居住するおおむね65歳以上で、介護認定を受けていない人

日時 11月17日～12月8日の毎週水曜日

午後1時30分～3時

場所 老人福祉センターナギの木苑

定員 20人(申込先着順)

持ってくるもの 筆記用具、飲み物

申込方法 10月15日(金)～31日(日)に窓口か電話で住所、氏名、年齢、電話番号を伝える

申込・問い合わせ先 同苑
☎ (595) 0513(☎兼用)

参加しませんか 春日西テニスクラブ 無料体験教室(市後援事業)

対象・期日

▽一般初級：11月8日(月)

▽一般中級：11月9日(火)

時間 午前9時30分～10時30分

場所 春日西テニスクラブ室内コート(上白水4-12)

講師 石津 史さん(公社)日本プロテニス協会公認プロコーチ

定員 各10人(申込先着順)

持ってくるもの 運動のできる服、テニスシューズまたは運動靴、飲み物

申込方法 各開催日の前日までに電話かEメールで住所、氏名、電話番号、希望日を伝える

申込・問い合わせ先 同クラブ

☎ (573) 7239(☎兼用)

✉ kasugate@bb.cs.ne.jp



スポーツ



親が学ぶスマホSNS時代の
コミュニケーション

かすが家庭教育学級公開講座(無料)

子どもにとって適切なスマートフォンや会員制交流サイト(SNS)の使い方を学びませんか。

オンライン(Zoom)配信もあります。

※託児もあります(生後6カ月～未就学児、1人300円、先着7人程度、11月9日(火)までに要申込)。

日時 11月19日(金)

午前10時～正午(受付:午前9時30分)

場所 ふれあい文化センター旧館大会議室

講師 置鮎正則さん(オフィスラバーリング代表)

定員 50人(申込先着順)

※申込方法など詳しくは次のQRコードから確認してください。

申込・問い合わせ先 地域教育課社会教育・読書推進担当

☎(575)4121

F(596)7380

✉syakai@city.kasuga.fukuoka.jp



女性の働きたい!を応援します
子育て女性就職支援センター
ウェブ合同会社説明会

就職を希望する女性に対し、個別相談から就職あっせんまで一貫した支援を行っています。ウェブで生配信するため、会場まで足を運ぶことなく参加でき、チャット形式で質問することもできます。

※インターネット環境が整ったパソコン、スマートフォン

どで参加してください。事前にZoomアプリのダウンロードが必要です。

日時 11月10日(木)12日(金)

午前10時～午後3時

申込方法 ウェブサイトから申し込む(当日も申込可能)

申込・問い合わせ先 県女性のためのWEB合同会社説明会運営事務局

☎(741)9531

F(751)1069

🌐 <https://oubo-saiyou.com/web-session/>

参加しませんか
手をつなぐ育成会かすが講演会「親なきあとに備える」

障がいのある人の親や家族が亡くなり頼る人がいなくなる場合に備えて、家族が行うべきことは何か。仕事やお金、法的サポートなど、講師が分かりやすく説明します。

参加を希望する人は、電話で問い合わせください。

日時 11月20日(土)

午前10時～正午

場所 市社会福祉センター大会議室

講師 渡部 伸さん(親なきあと相談室主宰)

参加費

▽会員…無料
▽会員以外…500円
申込・問い合わせ先 同会
☎(517)8624(F兼用)



気軽に電話してください
15歳以上の無業の若者を
応援します(相談無料)

有資格者が職業的自立に向けた、個別面談と各種セミナー、就労体験など各種プログラムを実施します。

日時 月～土曜日(日祝日、年末年始を除く)

場所 福岡若者サポートステーション(福岡市中央区天神1-4-2エルガーラオフィスビル)

申込・問い合わせ先 同ステーション

☎(739)3405

F(739)3408

✉f-sapouste@gmail.com

10月18日～24日は行政相談週間
国などの行政サービスに関する相談に応じます(無料・申込不要)

毎日の暮らしの中で、国などの仕事についての要望や苦情はありませんか。



総務大臣から委嘱された市行政相談委員が、登記、税、年金相続などの行政サービスに関する要望や苦情などの相談を受け付け、助言や関係行政機関への通知を行います。

秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

日時 毎月第4火曜日

午前10時～午後3時

場所 市役所市民相談室

※電話でも相談を受け付けています。詳しくは問い合わせください。

問い合わせ先 人権男女共同参画課人権男女共同参画担当

☎(584)1201

F(584)1181



はじめまして、あかちゃん

親子で交流しませんか

タッチケアでスキンシップ(無料)

市に居住する生後2〜6カ月(令和3年5月〜8月生まれ)の子どもとその保護者が対象です。

※初めて参加する子どもが対象です。きょうだい児の参加はできません(託児なし)。

日時 11月5日(金)、9日(火)のいずれか1日

午前10時30分〜11時50分

場所 須玖児童センター

内容 タッチケア体験、子育て情報の提供、自己紹介、身体測定(希望者のみ)、子育て支援員による相談(希望者のみ)

定員 各8組(申込先着順)

持ってくるもの 母子健康手帳、バスタオル

申込方法 10月16日(土)〜31日(日)に電話(午前10時〜午後6時)、ファクス、Eメールのいずれかで居住地区、親子の名前、子どもの生年月日、電話番号、参加希望日を伝える

申込・問い合わせ先 同センター

☎ (573) 243 1

📠 (584) 773 9

✉ (584) 773 9

🌐 sugujidocenter@fcoop.or.jp

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

室(託児室は多目的室1)

定員 15人(申込先着順)

持ってくるもの 縦3cm、横2.4cmの証明写真2枚、筆記用具

申込方法 10月15日(金)〜29日(金)に電話、ファクス、Eメールのいずれかで住所、氏名、電話番号、託児の有無(有のときは、子どもの名前、生年月日)を伝える

申込・問い合わせ先 同事務局

☎ (584) 770 0

📠 (501) 005 1

✉ famisapo@city.kasuga.fukuoka.jp

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

士だけでなく、栄養士・調理師・看護師の仕事内容なども説明します。気軽に参加してください。

日時 11月6日(土)

午後1時〜4時

※開催時間内は、出入自由です。

場所 市役所大会議室他

※市民駐車場を利用できますが、台数に限りがあります。

参加予定

▽認可保育所(園)

昇町保育所、春日原保育所、岡本保育所、須玖保育所、青葉やまと保育園、春日白水保育園、春日中央保育園、若竹保育園、あいあい保育園、まみい保育園、春日やよい保育園、春日どろんこ保育園

▽幼稚園

泉ヶ丘幼稚園、森の木幼稚園、くすの木幼稚園、もみの木幼稚園

※参加園については変更になる場合があります。

問い合わせ先 こども未来課保育担当

☎ (584) 111 1(代)

📠 (584) 111 5

✉ (584) 111 5

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

いて、月齢の近い子どもを持つ保護者同士で、一緒に学びませんか。

対象 おおむね生後5〜8カ月児の保護者

日時 11月16日(火)

午後1時30分〜3時

場所 いきいきプラザ多目的室

1

内容 離乳食の進め方の講義、試食

参加費 200円

定員 12人(申込先着順)

持ってくるもの 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(子連れの場合)、飲み物

申込方法 10月20日(水)〜29日(金)に次のQRコードから申し込むか、電話で氏名、電話番号、子どもの名前・生年月日を伝える

申込・問い合わせ先 健康スポーツ課健康づくり担当

☎ (501) 113 4

📠 (501) 113 5

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て

📄 子育て



家庭教育のススメ



子育て通信

おうち時間に家族で
読書を楽しもう

コロナ禍で自粛生活が長引く
中、子どもも大人も緊張で心が
固くなっていませんか。家族で
読書を楽しむ時間は、そんな心
を和けてくれます。

家族で読書を楽しむには絵本
がおすすめです。子どもは、絵
を見ながら、物語を想像したり、
自分の体験を重ねたりします。
お子さんが絵本を通して、今日
あった出来事、驚いたことや楽
しかったことなどを話す時はゆ
っくり聞いてあげましょう。

小学生になって自分で字を読
めるようになっても、まだ1人
で物語を楽しむのは難しいもの
です。文字が読めることとお話
を理解できることは違います。
お子さんが文字に親しみ自ら物
語を楽しめるようになるまで、
親子で一緒に本を楽しみましょう。

子どものためにもと思って読ん
でいた本に大人が癒されること
もあります。「読書をしなければ
」と気負わず、一緒に読書を
楽しむ気持ちが大切です。

家族の楽しみとなり、お子さ
んの日々の成長を実感できる豊
かな時間を過ごしてみませんか。
問い合わせ先 地域教育課社会
教育・読書推進担当

☎(575)4121
F(593)7380



環境

堆肥の使い方を学びます
ダンボールコンポストを
使った菜園講座(無料)

ダンボールコンポストで作っ
た堆肥の使い方を学びます。

今回は季節の苗、種を植えた
り、落ち葉で堆肥を作ったりし
ます。

対象 市主催のダンボールコン
ポスト講座を受講したことが
ある人

日時 11月17日(水)

午前10時15分～正午
場所 下白水南6-1190

※できるだけ公共交通機関を利
用してください。

定員 10人(申込先着順)
持ってくるもの 筆記用具

申込方法 10月15日(金)～29日(金)

に電話、ファクス、Eメール
のいずれかで住所、氏名、電
話番号を伝える

申込・問い合わせ先 環境課こ
み減量担当

☎(584)1157
F(584)1147

✉gomgen@city.kasuga.fuk
uoka.jp



福祉

子どもの成長に愛の手を
募集しています
養育里親

さまざまな理由で家族と暮ら
せない子どもたちを、一定期間
家庭で育ててくれる人を募集し
ています。

少しの期間だけでも、養育里
親として子どもたちを預かるこ
とで、親子が向き合うきっかけ

や子どもたちが生まれた場所で
成長していく可能性を広げるこ
とにつながります。

詳しくは問い合わせしてくださ
い。

問い合わせ先 NPO法人キー

アセット福岡オフィス(福岡
県事業委託先)

☎(406)63551
F(406)63552

✉info@kiaseto.or.jp

原子爆弾被爆者二世が対象
県内約40医療機関で
健康診断を実施します(無料)

受診期限 令和4年2月28日(月)

場所 県内約40医療機関
※詳しくは県ウエブサイトで確
認するか、問い合わせしてくだ
さい。

問い合わせ先 県がん感染症疾

病対策課難病等助成係

☎(643)3267
F(643)3331

☎http://www.pref.fukuoka.
lg.jp/contents/nisei1.html



募集

夢を実現するために

国際ソロプチミスト福岡ーやよい
「夢を生きたる賞」応募者募集

キャリアアップなどのために
支援が必要な女性に、経済的援
助を行います。

対象 次の全てに該当する女性

▽家族に対して主な経済的扶養
責任を負っている

▽職業・技能訓練校、専門学校、
短期大学、大学の学部課程に

在籍中である(通信教育課程
も可)

賞金

▽クラブ賞・10万円

▽リジョン賞(クラブ賞受賞者
の中から選ばれた20人)・20
万円

▽アメリカ連盟賞(リジョン賞
受賞者の中から)・1位(1人)

5000ドル、2位(3人)
3000ドル

申込期限 10月24日(日)

※申し込み方法など詳しくは問
い合わせてください。

申込・問い合わせ先 国際ソロ

プチミスト福岡ーやよい 陶

山

☎(573)6460(F兼用)

フオークダンス フラワーリング 会員募集

リズムに合わせて楽しく踊りましょう。運動不足解消や脳トレにもなります。

日時 毎週火曜日

午後1時30分～3時30分

場所 いきいきプラザ

会費 月額1500円

※申込方法については、問い合わせてください。

申込・問い合わせ先 フラワー

リング 安部

☎ 090(2078)7888

📠 (595)1752



その他

命への優しさと思いやり 10月は臓器移植普及・ 骨髄バンク推進月間

あなたの意思で救える命があります。

○臓器移植

臓器提供の意思は、インターネットで意思登録をするか、意思表示カードやシール、運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄などで示すことができます。

問い合わせ先

▽（公社）日本臓器移植ネットワーク

☎ 0120(78)1069

🌐 <http://www.jotnw.or.jp/>

jp/

▽（公財）福岡県メディカルセンター

☎ (432)5577

○骨髄移植・末梢血管細胞移植

移植を希望する患者は、白血球の型が一致したドナーからしか移植を受けられません。兄弟姉妹間では4分の1の確率で一致しますが、親子ではまれにしか一致せず、非血縁者間では数百から数万分の1の確率でしか一致しません。そのため、1人でも多くのドナー登録者が必要です。

問い合わせ先 （公財）日本骨

髄バンク

☎ 03(5280)1789

🌐 <http://www.jmbp.or.jp/>



コロナ禍で60歳以上の人の通信販売トラブルが過去最高に

令和2年度に全国の消費生活センターなどに寄せられた約94万件の相談のうち、当事者が60歳以上のトラブルは約34万件でした。

特に、マスクを含む保健衛生品や健康食品などの通信販売に関するトラブルは過去最高の相談件数となりました。

相談事例

▽海外から、注文した覚えのないマスクが届いた

▽お試し価格のサプリメントを購入したら、実は定期購入契約であり、解約ができない

▽定額制動画配信サービスの解約手続きができない

▽保険金が受給できると言われ屋根工事の契約をしたが虚偽だった

▽トイレ修理を依頼したところ、高額な便器交換工事を勧められた

消費者トラブルはひとつとではありません。自分は大丈夫と思いつまらず、日ごろから注意しましょう。

また、家族など周囲の人によ

る見守りも大切です。

対応に困ったら、消費者ホットライン「188」へ電話で相談しましょう。

問い合わせ先

▽安全安心課防犯安全担当

☎ (584)1111(代)

📠 (584)1143

▽消費生活センター

☎ (584)1155(直通)



おわびと訂正

10月1日号17ページに掲載した「生活に役立つ話で福祉を身近に 市民福祉講座（無料）」の申し込み先Eメールアドレスに誤りがありました。正しくは次のとおりです。おわびして訂正します。

✉ fukushi@kasuga-shakyo.or.jp

新型コロナウイルス感染症を 疑ったときの相談・受診方法

発熱などの症状がある人は、まずは、かかりつけ医に電話相談してください。

かかりつけ医がない人は、近くの医療機関（次の4院を除く。福岡徳洲会病院・福岡大学筑紫病院・済生会二日市病院・自衛隊福岡病院）に電話相談してください。

相談した医療機関で診療・検査ができない場合や、相談する医療機関に迷った場合は、筑紫保健福祉環境事務所（受診・相談センター）に電話で相談してください。

問い合わせ先 筑紫保健福祉環境事務所（受診・相談センター）

受付時間 月～金曜日（祝日を除く）の午前8時30分～午後5時15分

☎ (707)0524

📠 (513)5598

※土・日曜日、祝日、夜間は、24時間対応相談窓口（☎(643)3288 📠(643)3697）に連絡してください。

春日市民図書館

大谷6-24

(ふれあい文化センター内)

☎(584)4646 📠(584)3900

🌐 <http://library-city-kasuga-fukuoka.jp>

本の検索が
できます

未来にホン気! バコく ばる〜ん vol.174

開館時間

火〜木・日曜日

午前9時〜午後7時

金・土曜日

午前9時〜午後8時

休館日

毎週月曜日(祝日を除く)、

毎月最終木曜日



ウェブサイトスマホ版

NEWS

お知らせ

春日市民図書館 健康講座

「未来へつたえたいふるさと」の味



楽しく豊かな人生を送るためには、日々の健康的な食生活の積み重ねが大切です。

自身の食生活のことはもちろん、食を大切にする文化を育て、子どもや孫など次の世代へ家庭の味やふるさとの味を伝承していくことをテーマにお話しします。

日時 11月12日(金) 午後2時〜4時(開

場:午後1時45分)

講師 梅木陽子さん(福岡女子大学国際文理学部講師)

申し込み方法など、詳しくはQRコードから確認してください。



NEWS

お知らせ

「見て楽しむ! 布の絵本展」を開催します



図書館内に展示している春日市の大きな布の絵地図や春日のはっけんさんのタペストリーは「布絵本コスモスの会」の作品です。

今回は数ある作品の中から選び抜いた布絵本を展示します。

期間 10月29日(金)〜11月24日(水)

場所 市民図書館 展示コーナー

BOOKS

司書のおすすめ

～ おうちで健康に ～

長い自粛生活で、運動の機会が減り、生活のリズムが崩れたという人も多いことでしょう。健康を保つためには、適度な運動や正しい食生活は欠かせません。自宅で楽しみながら、健康な体を目指しましょう。

「背中ゆるめ」ストレッチ

いわたかあき
岩井隆彰/著 青春出版社



781.4/4/
【棚54】

パソコン、配信コンテンツの長時間視聴などで身体が固まって節々が痛い…。そんな時には背中を伸ばすことで解決できるかもしれません。痛みの種類に合わせた5回でできる簡単なストレッチを紹介します。

まんがでわかる ぐっすり眠れる体の整え方

やざま
矢間あや(他)/著 イースト・プレス



498.3/4/
【棚57】

健康な生活の要は質の良い睡眠です。でもなかなか眠れない、それなら体の力を抜いてみませんか。理学療法士が編み出した体を整えてぐっすり眠る方法で、すっきりした目覚めと気持ちのいい生活を手に入れましょう。

女子栄養大学栄養の なるほど実験室

こだま
児玉ひろみ(ほか)/著
女子栄養大学出版部



498.5/3/
【棚57】

健康な体を作る上で食事は重要です。でもどう料理すれば効率よく栄養が取れるのでしょうか。この本では食材から取れる栄養の量が、調理や保存の仕方ですらどう変化するのか、実際に実験しながら分かりやすく教えます。

相談窓口

※いずれも無料です。また、日時や場所など、変更になることがありますので、事前に問い合わせてください。

妊娠出産・子育て・子どもの悩み、児童福祉

- 春日市子ども・子育て相談センター ☎(584)1015 ☎(501)0051
月～金曜日:8時30分～17時/いきいきプラザ1階
- 春日市子ども発達支援室 ☎(588)5150 ☎(501)0051
月～金曜日:8時30分～17時/いきいきプラザ1階
- 児童虐待相談 児童相談所全国共通:189(いちばやく)
- 福岡県福岡児童相談所 ☎(586)0023
月～金曜日:8時30分～17時15分/電話相談は24時間受付
- 養育費に関する電話相談 ☎(584)3931
月～金曜日:9時～17時(祝日、年末年始を除く)、土曜日、第1・3日
曜日:9時～16時/ひとり親サポートセンター春日センター

暴力・DV・セクハラ相談

- 春日市男女共同参画センター ☎(584)1202
月～金曜日:8時30分～17時/じよなさん
- ちくし女性ホットライン ☎(513)7335
月・水～金曜日:12時～19時、土曜日:10時～17時(祝日、年末年始を除く)

障がいに関する相談

- 春日市障がい者基幹相談支援センター ☎(584)1111 ☎(584)1154
月～金曜日:8時30分～17時(※緊急時は時間外も対応)

不安・悩みごと

- 心配ごと相談(暮らしの問題や悩み) ☎(581)7225
水曜日:13時～16時/市社会福祉センター
- 福岡いのちの電話 ☎(741)4343 ※24時間受付、匿名可
インターネット相談あり(<http://www.inochinodenwa-net.jp>)

高齢者の介護や福祉

- 北地域包括支援センター ☎(589)6227 ☎(589)6228
- 南地域包括支援センター ☎(595)8188 ☎(595)6069
- 東地域包括支援センター ☎(404)0310 ☎(404)0225
月～金曜日:8時30分～17時、土曜日:8時30分～12時30分
(祝日、年末年始を除く)

人権

- 定例人権(悩みごと)相談 ☎(584)1201(面談相談のみ)
第1火曜日(6月を除く):10時～15時/市役所2階市民相談室
(予約不要)
- 福岡法務局人権相談 ☎(922)2881
月～金曜日:8時30分～17時15分/福岡法務局筑紫支局

法律・生活・行政など

- 春日市無料法律相談 ☎(584)1148
第3水曜日:10時～16時/市役所2階市民相談室
(第1水曜日9時以降の平日に電話予約、先着15人)
- 春日市消費生活相談 ☎(584)1155(☎兼用)
月～金曜日:10時～12時15分、13時～16時/じよなさん
- 市生活困窮者自立相談支援窓口くらしサポート「よりそい」
☎(515)2098 ☎(581)7258
月～金曜日(年末年始、祝日を除く)※土・日曜日は要相談
:8時30分～17時/市社会福祉センター
- 定例行政相談 ☎(584)1201(面談相談のみ)
第4火曜日:10時～15時/市役所2階市民相談室(予約不要)



平成 アーカイブ Vol.31

平成31年
みんなで春をつくろう
桜のモザイクアート除幕式

※市制50周年(令和4年)に向けて、市史(平成版)を編さん中です。

さんぽみち

誕生日

「こんな年だし誕生日なんて」。友人の言葉です。皆さんの周りにも、そう謙遜する人はいませんか。でも、誕生日は自分だけのものではありませぬ。誕生日は、その日を迎える人を思う周りの人にとっても大切な一日。生まれてきてくれたこと、これまで生きていくれたことに感謝する日。今同じ時間を過ごさせていることを喜び合う日。これ

からの一年を幸せに過ごせるよう、心から願う日。だからいくつになっても、それが何度目でも、思いきり喜んで、祝ってもらっていい特別な日です。▼来年の4月1日で、春日市は市制50周年。この特別な節目を「祝う」、記念事業がスタートします。過去に思いをはせ、今を喜び、未来を望む、そんな事業を展開していきます。▼「まち」を思う全ての人にとって、記念すべき50回目の誕生日。皆さん一緒に、「春」を祝いましょう。(は)

お誕生日 おめでとう 10月



えだむら みくちゃん
枝村 未来ちゃん
(1歳)



えとう あこちゃん
江藤 彩心ちゃん
(3歳)



くにたけ りんちゃん
國武 美莉ちゃん
(1歳)



こばし きょうかちゃん
小橋 京香ちゃん
(1歳)



しげた はるとちゃん
重田 遼斗ちゃん
(1歳)



とみき ののかちゃん
富木 希乃華ちゃん
(1歳)



ひの ふみなちゃん
白野 文那ちゃん
(1歳)



ひらの けんとちゃん
平野 健斗ちゃん
(1歳)



まつだ ななちゃん
松田 七咲ちゃん
(1歳)

12月生まれの赤ちゃん募集(3歳まで)

写真の裏に赤ちゃんの氏名(ふりがな)、生年月日、住所、電話番号、市報かすが10月1日号または15日号の感想を書いて郵送するか、Eメールで送ってください。Eメールはタイトルを「お誕生日おめでとう」に、写真ファイル名は赤ちゃんの名前にしてください。11月8日(月) (必着) までの到着分から抽選で決定します。

【送り先】市報かすが「お誕生日おめでとう」係(〒816-8501春日市役所)
✉koho@city.kasuga.fukuoka.jp ※写真は返却できません。

※QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。

新型コロナワクチン 接種予約方法

集団接種

専用のコールセンターか市^{ライン}LINE公式アカウントで接種の予約をしてください。

留意事項

- ▷クーポン券(接種券)に記載の券番号、氏名、生年月日、電話番号、接種希望日を伝えてください。
- ▷予約は30分単位で受け付けます。
- ▷初回接種後、会場で2回目の接種日の案内をします。

安心して接種するために

- ▷治療中の疾患がある人や接種に不安がある人は、必ず事前にかかりつけ医に相談して、接種を受けるかどうか判断してください。
- ▷服薬中の方は、お薬手帳や飲んでいる薬が分かるものを接種会場に持ってきてください。
- ▷会場には、肩を出しやすい服装で来てください。



電話で予約する

☎(0570)065366(ナビダイヤル)

受付時間 ▷月～金曜日(祝日を除く):午前9時～午後7時
▷土・日曜日、祝日:午前9時～午後5時
※通話料がかかります。



LINEで予約する

▲市LINE公式アカウント
登録用QRコード

LINEアプリ(無料)は、[App Store]または[Google Playストア]からインストールしてください。

10月中旬以降の集団接種実施スケジュール

(会場:春日市総合スポーツセンター) ※接種は無料です

記号の見方:◎1回目・2回目ともに接種実施 ○2回目のみ接種実施 ー接種実施なし

接種時間帯	月	火	水	木	金	土	日
	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日
午前(午前9時～午後1時)		ー		ー	ー	◎	○
午後(午後2時～5時)	接種を 行いません	◎	接種を 行いません	○	○	◎	○
夜間(午後6時30分～8時)		◎		○	ー	ー	ー
	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
午前(午前9時～午後1時)		ー		ー	ー	◎	○
午後(午後2時～5時)	接種を 行いません	◎	接種を 行いません	○	○	◎	○
夜間(午後6時30分～8時)		◎		○	ー	ー	ー
	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
午前(午前9時～午後1時)		ー		ー	ー	◎	○
午後(午後2時～5時)	接種を 行いません	◎	接種を 行いません	○	○	◎	○
夜間(午後6時30分～8時)		◎		○	ー	ー	ー
	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
午前(午前9時～午後1時)		ー				◎	
午後(午後2時～5時)	接種を 行いません	◎	接種を 行いません	接種を 行いません	接種を 行いません	◎	接種を 行いません
夜間(午後6時30分～8時)		◎				ー	

ワクチン接種の現在の進捗状況などを鑑み、10月12日(火)以降の1回目の接種実施日を火・土曜日の週2回に縮小します。また、11月は、1回目2回目ともに火・土曜日の週2回のみ接種実施とし、さらに接種実施時間帯も縮小する予定です。接種を希望する人は、早めの接種予約をお願いします。なお、予約可能な時間帯は、コールセンターか市LINE公式アカウントの予約ページで確認してください。

問い合わせ先 健康スポーツ課健康づくり担当 ☎(501)1134 ☎(501)1135 @1008233