

広報「みやわか」が、あなたの生活に欠かせない「話題」と「情報」をお届けします

# 宮若 生活

Public Relation Magazine **Miyawaka city**

【特集】  
夏本番!!  
熱中症に気をつけろ

7

2023  
NO.210







# 熱中症に気をつける

6月20日、気象庁が7月からの3カ月予報を発表。九州を含む西日本地域は、平年に比べ平均気温が高くなる見込みとし、十分に熱中症の対策をするよう呼びかけられました。

毎年7月から8月にかけて急増する熱中症。今年の暑い夏を健康に乗り切るために何が重要なのか、熱中症について考えてみましょう。



## 熱中症かと思ったら…

熱中症は、気温が高い環境などで体温調節の機能が上手くいかず、体内に熱がこもってしまうことで起こり、重傷の場合には死亡することもあります。

熱中症が疑われる人を見かけたときは、早めに応急処置をすることが重要です。

軽症

### 症状

- ・手足がしびれる
- ・めまい、立ちくらみがある
- ・筋肉のこむら返りがある(痛い)
- ・気分が悪い、ボーっとする

### 応急処置

1. エアコンが効いている室内や、風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難しましょう。
2. 経口補水液、もしくは冷やした水と塩分を補給しましょう。
3. 誰かがついて見守り、良くならなければ病院へ行きましょう。



中等症

- ・頭がガンガンする(頭痛)
- ・吐き気がする、吐く
- ・体がだるい(倦怠感)
- ・意識が何となくおかしい

1. 軽症者への応急処置と同様に、涼しい場所へ避難しましょう。
2. 衣服をゆるめ、体を冷やしましょう。首の周りや脇の下、足の付け根などが効果的です。
3. 自力で水分補給ができない場合には、ためらわずに救急車を呼びましょう。



重症

- ・意識がない
- ・体がひきつる(けいれん)
- ・呼びかけへの返事がおかしい
- ・まっすぐに歩けない
- ・体が熱い

1. すぐに救急車を呼びましょう。
2. 救急車が到着するまでの間に、体を冷やしましょう。



判断に迷ったときは

# #7119

救急車の出動件数の増加に伴い、救急車が現場に到着するまでにかかる時間も伸びており、一刻を争う事態が発生した場合に救急隊の到着が遅れるおそれがあります。

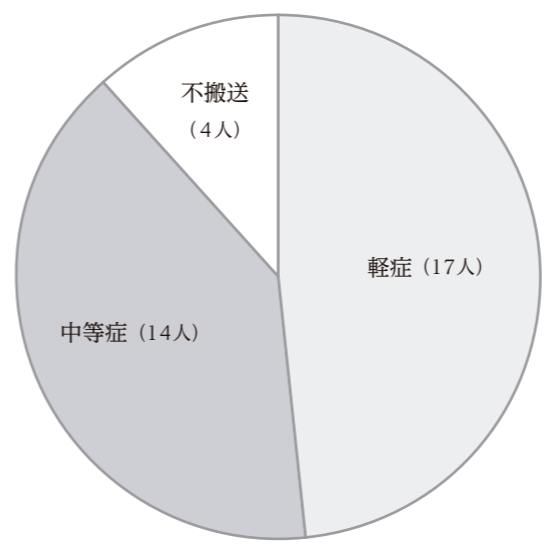
「#7119(救急安心センター事業)」は、医師や看護師、トレーニングを受けた相談員が24時間対応します。状況を聞き取り、緊急性のある症状か、すぐに病院を受診する必要があるかなどを判断し、緊急性が高い場合は救急出動につなぎ、低い場合には受診可能な医療機関や受診のタイミングなどをアドバイスしてくれます。

熱中症に限らず、具合が悪くなったときに「すぐに病院に行った方がいいのか」、「救急車を呼ぶべきか」など判断に迷ったときは、「#7119」にお電話ください。



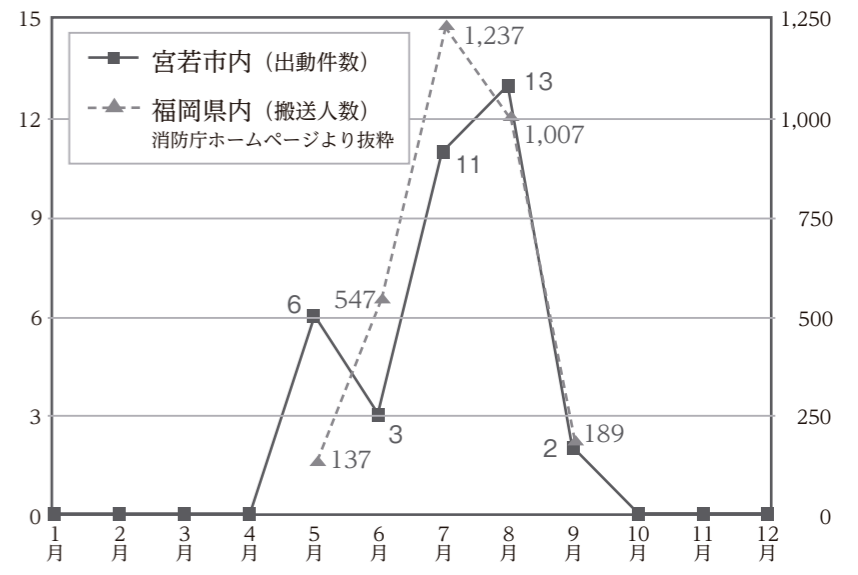
## - Data 2 -

市内の熱中症出動の傷病程度 (2022年)



## - Data 1 -

熱中症に関する月別救急出動(搬送)件数 (2022年)





# 予防のポイント

熱中症は命に関わる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。生活に予防法を取り入れ、夏を乗り越えましょう。

## 01 暑さを避ける

- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調節しましょう。
- ・暑い日や時間帯は外出を避けましょう。
- ・涼しい服装を心がけ、外に出るときには日傘や帽子を活用しましょう。

## 03 日頃の健康管理

- ・日頃から体温測定や健康チェックをしましょう。
- ・寝不足など体調不良のときは、熱中症になりやすいので、無理せず自宅で静養を。
- ・暑くなり始めの時期から適度に運動し、暑さに備えた体力作りをしましょう。

## 02 こまめな水分補給

- ・のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう（1日あたり1.2リットルが目安）。
- ・たくさん汗をかいたときは、水分だけでなく塩分も補給しましょう。（経口補水液やスポーツドリンク、塩あめなど）

## 屋外での作業は無理せず適度に休憩を

草刈りや剪定など外での作業では、汗をかいて水分も塩分も不足しがちなので、水に砂糖と塩を混ぜた手作りの経口補水液が欠かせません。実は、経口補水液だけでなく、2リットルのペットボトルに水を入れたものも、前日から冷蔵庫で冷やしています。休憩時に首や頭にかけて、ほてった体を冷やしたり、汗でべたつく顔を洗ってスッキリしたりできるのでおすすめです。

他に気をつけているのは、睡眠時間の確保ですね。外での作業の前日は、八時間以上寝るようにしています。昼休憩で昼寝をするのも、体力回復に最適ですよ。寝不足などで体調が万全でない時は、無理しないようにしてほしいですね。

今年の夏は、父の日に子どもたちから貰ったファン付きの空調ベストで、暑さを乗り切りたいです。皆さん、服装や帽子でも熱中症を予防してくださいね。



シルバー人材センター  
安全適正就業対策部会  
吉崎 年一さん

## 保育士の私たちも気をつけているポイント

乳幼児は、熱中症になりやすいと言われています。体温調節がうまくできませんし、身長が低いので地面からの熱や太陽の照り返しを受けやすく、大人よりも暑い環境にいます。ベビーカーでも同じです。

また、遊びに夢中になると、自分から水分を飲む意思表示をしない子もいます。そのため、普段と違った様子がないかや、水分補給をしているかなど、大人が気をつける必要があります。

今からの季節は、海やキャンプなど夏ならではの楽しみがたくさんありますが、大人のペースではなく、子どものペースに配慮した計画を立て、みんなで楽しんでほしいですね。外出時は水筒を持ち歩き、こまめに水分を補給し、帽子をかぶりましょう。

最後に、絶対に車内に子どもを置き去りにしない！ちよつとの間だから…という油断は禁物です。



子育て支援センター  
保育士  
松井 弘恵さん

## 一緒に働く会員を募集中！

- 宮若・小竹シルバー人材センターの活動は、草刈りや剪定、屋内清掃のほか、家事や子育ての手伝いなど多岐にわたります。六十歳以上の働く意欲のある健康な人は、どなたでも入会できます。
- 新規会員説明会 毎月15日、午後1時30分から1時間程度（土曜、日曜、祝日の場合は翌日）
- 問い合わせ 宮若・小竹シルバー人材センター ☎ 32・2400

## 子育て支援センターで遊びませんか

- 「たけくらぼ（磯光）」 「たけくらぼ（竹原）」
  - 「たんぽぽ（宮田）」
- 7月、8月のお天気の良い日には午前10時から11時頃に、園庭でタライの水をカップですくったり、パシャパシャと水面にふれて遊べます。
- 毎週金曜日の午前9時から、妊婦や一歳の誕生日までのお子さんを対象に「赤ちゃんの日」を開催。先輩ママから話を聞いたり、赤ちゃんに触れ合えます。

## 熱中症警戒アラート

### 環境省公式LINEの登録方法

- ①公式アカウント「環境省」を友だち追加する。
- ②トーク画面の下側にある「配信設定する」を押す。
- ③都道府県、通知する暑さ指数を選択し、「設定」を押す。

### メール配信サービスの登録方法

- ①QRコードを読み込み、サイト下部にあるリンクをクリックする。
- ②「空メールを送信する」をクリックして、メールを送信する。
- ③届いたメールに記載されたURLをクリックし、利用規約を確認の上「同意する」を押す。
- ④必要事項を入力し、「登録」を押す。

「熱中症警戒アラート」は、熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日から当日の朝にかけて、環境省と気象庁が発表しています。発表された日には、外出を控えたり、エアコンを使用したり、こまめに水分補給をするなど、熱中症の予防行動をとるようにしましょう。

● 発表のタイミング ▼前日の午後5時  
▼当日の午前5時

● 確認方法 ▼環境省や気象庁のホームページ ▼ニュースや天気予報 ▼メール配信サービス ▼環境省公式LINE

## 夏野菜たっぷり! ぶっかけそうめん

- 【材料】2人分
- ・きゅうり 1本
  - ・そうめん 2束
  - ・トマト 1個
  - ・大葉 3~4枚
  - ・シーチキン 1缶
  - ・ゆで卵 1個
  - ・めんつゆ お好みで



シーチキンの代わりに豚しゃぶしゃぶ肉もオススメ。そうめんと一緒に肉もゆでると簡単ですよ!



管理栄養士  
近藤 紀恵さん

- ① 大葉、きゅうりは細切り、トマトは5センチ角に切り、シーチキンの油を切る。
- ② そうめんをゆで、ゆであがったらざるにあげて冷水で冷やし、水気を切る。
- ③ そうめんを皿に盛りつけ、トマト・きゅうり・シーチキンをのせて、めんつゆをまわしかけ、ゆで卵、大葉をのせて出来上がり。





広報担当がどこにも取材に行きます！

どこかにあなたの知っている人がいるかもしれない

まちの話題やイベントを紹介するこのページの名は…

# Miyawaka Watching

## ベストスコアを目指して

### ▶ 宮田グラウンドゴルフ大会

5月29日、市民球技場でグラウンドゴルフ大会が行われました。第2回となる今回は、市内13地区の老人クラブなどから85人が参加。今大会は、チームのスコアの合計で勝利チームが決まるため、「こっちから狙った方が良いよ」と、互いに声を掛け合いながらゲームを楽しんでいました。

また、この大会の第1回を撮影した昨年の広報6月号の表紙が全国広報コンクールの一枚写真部門で入選。開会式で入選の報告がされると、会場は驚きや喜びに包まれました。



## 地域課題に応えるコミュニティ助成

### ▶ コミュニティ助成事業で倉久自治会に備品を整備

令和4年度に採択されたコミュニティ助成事業による備品が倉久自治会に納品されました。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品を宝くじの助成金で整備したものであり、自治会活動の充実を図ることを目的としています。

倉久自治会長の古野正弘さんは、「今回助成いただいた備品は、机やイスの他、空気清浄機などです。これまでコロナ禍で活動に支障をきたしていましたが、できることから活性化していきたいですね」と、今後の自治会活動への抱負を語ってくれました。



## 全国の頂点を目指して一手

### ▶ 河村芽衣さんが将棋の大会で優勝

6月4日に行われた全国中学生選抜将棋選手権大会福岡県予選で、宮若西中学校1年生の河村芽衣さんが優勝し、全国大会への出場権を獲得しました。

今大会は総当たりで試合が行われ、その中で全勝を成し遂げた河村さんは、8月2日から4日にかけて山形県で行われる全国大会に向け、「まずはトーナメントから確実に勝ち進め、ずっと念願だった全国大会優勝を目指します」と意気込みを語ってくれました。平日は自宅で、週末は福岡将棋会館に通い練習をしているそうで、全国大会への気持ちは人一倍です。



## 力を合わせ地域をきれいに

### ▶ ごみゼロ河川清掃運動

5月27日、市内の犬鳴川・八木山川周辺でごみゼロ河川清掃が行われました。

この活動は、流域に流れたごみが川の下流にたまり、水環境や景観を悪くしてしまうことを防ぐために毎年行っています。活動には、自治会や市内事業所からも多くの人が参加。ゴミ袋片手に空き缶や菓子袋のほか、たばこの吸い殻などの小さなごみも拾い、環境美化への意識を高めました。

この日、集まったのは可燃ごみと不燃ごみ合わせて240キロ。不法投棄を見かけた際は、市役所や警察署へ通報をお願いします。

## ほたるが乱舞する風景を次代へ

### ▶ ほたるの夕べ

5月27日、脇田地区で小学生とその保護者がほたるの観賞を行うほたるの夕べが行われました。

きれいな環境でしか見られないほたる。その環境を保ち続け、乱舞する風景を後世まで残していきたいとの思いで市観光協会が開催しているイベント。市内外から18組59人の親子が訪れ、ほたるが乱舞する幻想的な景色を観賞しました。

キッチンカー・マルシェによる販売、きさく博士のわくわく科学実験ショーや、アイリッシュ系音楽ユニット「森和田」による黒水宮でのミニコンサートなども開催され、参加者を楽しませました。

## 我が家の愛とる。

市内にお住まいで、満3歳までの宮若っ子を募集しています。8月生まれで掲載を希望する人は、7月10日頃までに本庁秘書広報係、支所市民窓口係でお申し込みください。メールでの申込方法は市公式ホームページをご確認ください。



うだ ゆの  
**宇田 悠乃** ちゃん  
R 4年7月25日生  
(鶴田)

もうすぐ1歳!! ゆのちゃんから、毎日ハッピーを貰ってますありがとう



かわしま いつき  
**川島 樹** ちゃん  
R 2年7月17日生  
(福丸)

いっちゃんたんじょうびおめでとう! いつもパパママを笑顔にしてくれてありがとう♡



くぼ けいし  
**久保 圭司** ちゃん  
R 2年7月7日生  
(本城)

3さいのたんじょうびおめでとう! お兄ちゃんと仲良く元気いっぱい育ってね☆



たきぐち なぎさ  
**瀧口 凧咲** ちゃん  
R 3年7月2日生  
(龍徳)

このままどんどんかわいく、ワガママに育ててね



たなか りつ  
**田中 律都** ちゃん  
R 3年7月16日生  
(本城)

律都くん2歳のお誕生日おめでとう!! これからも、笑顔の花をたくさん咲かせてね♡



はやし こうだい  
**林 煌大** ちゃん  
R 4年7月11日生  
(本城)

煌大くんお誕生日おめでとう! みんなで色んな所にお出かけしようね! だいすきだよ♡



ふなかわ れお  
**船川 怜臣** ちゃん  
R 4年7月18日生  
(磯光)

れおくん1歳の誕生日おめでとう! 毎日元気いっぱいすくすく育ってくれてありがとう♡



もり はやと  
**森 隼斗** ちゃん  
R 3年7月27日生  
(龍徳)

兄姉に負けないパワフルな隼斗、ちよこちよこ走る姿がこりやまた可愛い♡2歳おめでとう☆



やすなが みお  
**安永 滯緒** ちゃん  
R 4年6月1日生  
(金丸)

1歳のお誕生日おめでとう! いつも笑顔で元気いっぱい滯緒が大好きだよ♡





## 人間ドックと同時に特定健診を受診できます 【宮若市国民健康保険加入の特定健診対象者】

宮若市国民健康保険に加入している特定健診対象者（40歳から74歳まで）で、人間ドックの受診を希望する人は、特定健診と同時に人間ドックを行うと、特定健診分の費用は市が負担するため、受診費用が軽減されます。

受診する際は、医療機関に事前予約が必要です。

- **対象** 宮若市国民健康保険加入者で、今年度中に40歳から74歳に到達する人（市から特定健診受診券が交付されている人）

※ 同時実施が可能な医療機関以外で人間ドックを受診する場合や、すでに令和5年度の特定健診を受診している場合は対象外です。

### ● 同時実施ができる人間ドック実施機関

- ▶ 安倍病院(長井鶴) ☎32・0080
- ▶ 宮田病院(本城) ☎32・3006
- ▶ 福岡ゆたか中央病院 健康管理センター(直方市) ☎26・2327
- ▶ 直方病院(直方市) ☎22・1215

- ▶ 飯塚病院 予防医学センター(飯塚市) ☎0948・29・8009
- ▶ 宗像水光会総合病院 総合健診センター(福津市) ☎0940・34・3100
- ▶ 宗像医師会病院 健診センター(宗像市) ☎0940・37・0007
- **受診日に持参するもの** 宮若市国民健康保険の保険証、特定健診受診券
- **問い合わせ** 本庁健康対策係 ☎32・1177

### 参考(人間ドック料金が30,000円の場合)

人間ドック等費用(全額受診者負担)	
特定健診と同時に受診	↓ 軽減額 8,448円
特定健診(市負担 8,448円)	人間ドック等費用(受診者負担 21,552円)

# Health Info.



## 8月・9月実施分の「にこにこ運動教室」参加者を募集します

にこにこ運動教室は、1時間程度の軽めの運動を行っています。参加は予約制で、希望者が多い場合は、過去の参加回数を考慮して人数や参加日程を調整することがあります。ご理解をお願いします。



- **午前の部** 8月7日(日)、21日(日)、9月4日(日)、25日(日)、午前10時から11時まで
- **午後の部** 8月24日(日)、31日(日)、9月14日(日)、28日(日)、午後1時30分から2時30分まで
- **ところ** 保健センターパレット
- **定員** 各30人
- **参加時の主な注意事項** ▶参加前に体温測定を行い、37度以上の発熱や風邪の症状がある場合は参加しない ▶入室前に手指消毒を行う ▶十分な水分を持参する
- **予約期間** 7月10日(日)から14日(金)まで
- **予約・問い合わせ** 本庁健康対策係 ☎32・1177



## 8月の総合健診のお知らせ

市では、各健診をまとめて受診できる総合健診を行っています。予約制ですので申込用紙、窓口または電話でご予約ください。

- **とき** 8月17日(日)、18日(月)
- **ところ** 保健センターパレット
- **予約期限** 7月21日(金)
- ※ 電話での予約は7月10日(日)から
- **健診項目** ▶基本健診 ▶特定健診 ▶後期高齢者健診 ▶肝炎ウイルス検査 ▶胃がん検診 ▶胃がん検診+胃がんリスク検査 ▶肺がん検診 ▶大腸がん検診 ▶前立腺がん検診 ▶子宮頸がん検診 ▶乳がん検診 ▶骨粗しょう症検診(8月17日(日)のみ)
- ※ 8月18日(月)は託児(3歳以下)があります。
- ※ 各健診の対象者や受診料は、令和5年度保健事業カレンダーや市公式ホームページでご確認ください。
- ※ 申込用紙は保健事業カレンダーをご利用ください。
- **予約・問い合わせ** 本庁健康対策係 ☎32・1177

# 新型コロナウイルス関連情報

## ワクチン接種情報

高齢者など重症化リスクが高い人を対象に新型コロナウイルスワクチン接種を行います。内容は、6月26日現在のもので、国の方針変更やワクチン供給状況などで変更になることがあります。

- **対象** ▶12歳以上の人=初回接種(1回目・2回目接種)を終了し、前回接種から3カ月以上を経過した以下の人  
①65歳以上の高齢者 ②12歳以上64歳以下の基礎疾患を有する人(申請者のみ) ③医療従事者等(申請者のみ)  
▶12歳未満の人(個別接種のみ)=詳細は、接種券に同封のチラシや市公式ホームページをご覧ください。

### 【個別接種(12歳以上)】

医療機関により予約方法が異なります。接種券に同封のチラシでご確認ください。ワクチンはオミクロン株対応ワクチンを使用します。

- **市内実施医療機関** ▶有吉病院 ▶尾上小児科医院 ▶けいあいクリニック ▶光陵パークサイドクリニック ▶しもかわクリニック ▶杉坂クリニック ▶千々和耳鼻科医院 ▶藤井医院 ▶宮田病院

### 【集団接種(12歳以上)】

3回目以降の人へ接種を行います。ワクチンはオミクロン株対応ワクチンを使用します。

- **とき** 7月9日(日)
- **ところ** マリーホール宮田
- **予約期限** 接種希望日の3日前まで
- **予約方法** ウェブ(右QRコードからアクセス可)
- ※ 電話での予約は締め切りました。



## 主な相談先

### 【市の接種体制や接種券に関する相談】

- **本庁健康対策係** ☎32・1177  
(平日、午前8時30分から午後5時15分まで)

### 【集団接種の予約】

- **宮若市新型コロナワクチン接種コールセンター**  
☎0800・200・3730  
(平日、午前8時30分から午後5時15分まで)

### 【ワクチン接種全般に関する相談】

- **厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター**  
☎0120・761・770(年中無休、午前9時から午後9時まで)
- **福岡県新型コロナウイルス感染症総合相談窓口**  
☎050・3665・8126(24時間対応)

### 【医療機関の受診に関する相談】

- **嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所**  
☎0948・21・4972  
(平日、午前8時30分から午後5時15分まで)



## 接種券の再発行

接種券を紛失した場合や、他の自治体でワクチン接種を受けた後に転入した人などは、市役所に申請が必要です。下記申請先に電話または申請書を持参、郵送してください。

- **申請先** 〒823-0011 宮若市宮田29番地1 宮若市役所健康対策係 ☎32・1177

## 感染時の対応など

新型コロナウイルス感染症は5月8日から感染症法上の位置づけが、季節性インフルエンザと同じ「5類」に移行されています。

感染対策は個人や事業所の判断で行ってください。なお、新型コロナに感染した場合は、発症後5日間かつ熱などの症状が軽快してから24時間は外出を控え、その後さらに10日経過するまでマスクなどを着用することが推奨されます。



## 01 一筆に集中、書道の腕試し！ 宮若市七夕席上揮毫会

- **とき** 8月1日(日)、午前9時30分受付、10時開始
- **ところ** 宮若東中学校 体育館
- **課題**▷小学1年生=むぎ▷小学2年生=わかば▷小学3年生=かき氷▷小学4年生=夏山▷小学5年生=雲海▷小学6年生=大輪の花▷中学生=行雲流水
- ※小学生は楷書、中学生は楷書または行書です。
- **申込方法** 7月14日(土)までに申込用紙を本庁社会教育・文化推進係(宮若リコリス)に提出してください。
- **必要なもの** 道具一式、練習紙、新聞紙、ぞうきん、えんぴつ
- ※受賞作品は宮若リコリス、ハートフルに展示します。
- **問い合わせ** 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210



## 02 最後の一投の行方は？ 第15回カローリング大会が行われました

- 6月4日、宮若東中学校体育館でカローリング大会が行われました。
- カローリングは、カローリングをヒントに屋内で楽しめるスポーツとして誕生した競技です。年齢や体力に関係なく楽しめることから、園児から87歳までで構成された19チームが参加しました。
- 今大会は、6つのグループに分かれて総当たり戦を行い、各グループで勝利数が一番多かった中山運輸、トヨタ福岡、小原ゴールドマン、リコリスの絆、飯之倉公民館A・Bが優勝しました。参加者は床面を滑るジェットローラーの行方に「あー、止まらない」「曲がっちゃった」など、一喜一憂しながら盛り上がりました。



# Lifelong Study Scope

生涯学習スコープ



## 03 はたちのつどい実行委員を募集します 令和6年 宮若市はたちのつどい

- 案内状は12月中旬に発送します。市外に住民票がある人で、宮若市のはたちのつどいへの出席を希望する人は事前にお問い合わせください。
- **とき** 令和6年1月7日(日)、午後1時受付、2時開式
  - **ところ** 宮田文化センター
  - **対象** 平成15年4月2日から16年4月1日に生まれた人
- 【はたちのつどい実行委員募集】**
- はたちのつどいの企画、運営を行う実行委員を募集します。参加予定の20歳の人で、実行委員会に出席できる人の参加をお待ちしています。
- **内容** 11月から12月にかけて、実行委員会を計2回程度、夜間に行います。
  - **申込締切** 10月2日(日)
  - **申込み・問い合わせ** 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210



## 04 あなたの力作を宮若トレッジで披露しませんか 「市民の作品広場」展示作品募集

- 宮若トレッジには、皆さんの作品を展示するスペース「市民の作品広場」があります。
- 日々の芸術・文化活動で制作した作品を展示しませんか。
- **展示期間** 最長1カ月
  - **募集作品** 書、絵画、写真、手芸
  - **申込資格** 次のいずれかに該当する人や団体
    - ▷市内在住、在勤、在学、出身の人
    - ▷市内在住、在勤、在学、出身者を中心に構成する団体
    - ▷市内に活動拠点がある団体
  - **申込方法** 本庁社会教育・文化推進係(宮若リコリス)の窓口や市公式ホームページにある申込用紙に必要事項を記入して提出してください。(郵送・メール・ファクスでも可)
  - **申込み・問い合わせ** 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210、(ファクス)32・0713、(メール) syakai@city.miyawaka.lg.jp



## いきいきスポーツクラブに参加してみよう！

「いきいきスポーツクラブ」は、スポーツを楽しみながら、健康で明るく、充実した生活を送ることを目的に活動をしています。

スポーツ吹矢教室 / 健康体操教室 / 親子バドミントン教室 / バドミントン教室 / ヨガ教室  
ウォーキング教室 / 子ども体操教室 / コアパワーヨガ教室 / 若さを保つ運動教室 / ママのための運動教室

● 問い合わせ いきいきスポーツクラブ事務局 ☎090・7446・8686 (三嶋)

### → PICK UP SPORTS 健康体操教室

- **とき** 第1、第3木曜日、午後1時30分から2時30分まで
- **ところ** 宮田B & G 海洋センター
- **参加費**▷会員=800円▷非会員=1,000円
- **指導者** 伊賀春乃さん(ドリームボンバー代表 健康運動指導士)



### 教室の魅力

- ▶先生をはじめ、参加している皆さんが和気あいあいとして、楽しく運動ができる
- ▶一つ一つの動きの効果を説明して指導してもらえるので、家でもできる
- ▶一人ひとりの体調、動きに目を向け優しく指導をしている

### 参加者の声

体操した後、体が軽くなり家事がはかどっている

先生に感謝です  
楽しく運動ができる

知り合いの紹介で始めたのですが、始めて良かったです



### 運動の健康効果

- ▶骨盤底筋に効き目があり、トイレの回数が減る
- ▶血圧が正常になる

## いきいきスポーツ NEWS



### ▶専用LINEアカウントができました！

各教室の最新情報の配信や問い合わせ、申込みの受付を行っています。ぜひ友だち登録をお願いします。



友だち追加用QRコード

光陵グリーンスタジアム・西鞍の丘芝生フィールド 主な大会予定 (天候や新型コロナウイルスの影響などにより中止になる場合があります)

光陵グリーンスタジアム  
(☎33・1515)

7月1日(日)、2日(日)、4日(火)~9日(日)、11日(火)~14日(金) 第105回全国高等学校野球選手権記念福岡大会 高校硬式

7月15日(日)~17日(火) 第6回宮若市長杯ヤングリーグ九州宮若大会 小学・中学硬式

西鞍の丘芝生フィールド  
(☎54・0207)

主な大会はありません

※大会によっては、近隣へ応援やアナウンスなどが聞こえてくる場合があります。ご理解をお願いします。



### 『困りごと解決!家事ワザ262』

著者 ▶ かおり  
出版 ▶ KADOKAWA  
配架場所 ▶ ハートフル分館



毎日忙しいから掃除がちゃんと出来てない、きれいに片づいた家をキープしたいけど、そのために家事をがんばるのはイヤ、という人はとても多いと思います。そんな人たちのために、整理収納アドバイザー1級、クリンネスト1級の資格を持つかおりさんが手間と時間は最小限で、最も効果が上がる家事のワザを1つひとつ検証しました。日々の掃除、洗濯などの暮らしの困ったことを、最適なやり方で教えてくれます。解決しきれなかった家事のお悩み解消法を、写真を使って分かりやすく具体的にお伝えする1冊です。

### 『糸暦』

著者 ▶ 小川糸  
出版 ▶ 白泉社



季節を感じながら暮らしている著者の様子がつづられています。丁寧な暮らしは、食べ物をとびっきり美味しくするかもしれません。

### 『Another side of 辻村深月』

著者 ▶ 辻村深月  
出版 ▶ KADOKAWA



作家、辻村深月のすべてがわかる!どのように物語を作っているか、今まで発表された作品の解説などが盛りだくさんのファンブックです。

### 『お得きっぷで巡る!至高の列車旅』

発行人 ▶ 山崎准  
出版 ▶ 宝島社



鉄道好き・旅好きの人必見の1冊です。鉄道マニアが、全国のフリー切符を使った旅の提案や観光列車、お得な旅情報などを紹介してくれます。

### 『大胆推理!ケンミン食のなぜ』

著者 ▶ 阿古真理  
出版 ▶ 亜紀書房



作家であり、生活史研究家が日本全国の県民食を深掘り。博多ラーメンの出汁はなぜ豚骨なのか。など、ローカル文化の違いが面白くなる本です。

毎月発売される新刊の中から  
図書司書セレクトの本をお届けします。  
新刊チェックの参考にどうぞ。

## ↓ 注目の 新刊情報

### 『かわいい動物折り紙』

著者 ▶ たつくりのおりがみ  
出版 ▶ プティック社



YouTubeで人気の折り紙作家たつくりの作品を折ってみませんか。折り方はすべて写真で解説しており、QRコードから動画も見られます。

### 『省エネのプロが教える みんなの節電生活』

著者 ▶ 木村俊雄  
出版 ▶ 自由国民社



電気代の節約は電気のおかげを知ることから。冷蔵庫など家電の節電方法を段階を追って伝授しています。

本好きなあなたがおすすめの1冊を紹介するコーナーです。

### 第109回 私の1冊

▶ おすすめする人 飯島 俊太さん (2歳)



おうちでは、プラレールで絵本の世界と一緒に遊ぶ。レールなどを作って遊んでいる、列車が大好きな俊太さん。「せんろはつづくどこまでつづく」を紹介してくれました。6月で2歳になったばかりの俊太さんは、絵本を通じて色々なものに興味を持つみたい。最近料理の絵本にもハマっていて、絵本を読んだ後はお母さんが料理している姿を見ているそう。毎月2回も図書館に来ていて、寝る前に絵本を読んでもらうのが日課なんだとか。絵本をたくさん読んで育ってね♡



## 小学生読書リーダー 図書館のお仕事を体験してみよう

図書館を好きな小学生のみなさん、今年も小学生読書リーダー養成講座を開講します。「本を紹介しているPOPはどうやって作ってるの?」「図書館の人っていつもどんなことしてるの?」など、さまざまな疑問はありませんか。

カウンターでの窓口業務、本を紹介するPOP作りなどを通して、今後のお家や学校での読書活動につなげられるようなお仕事体験ができます。ぜひ参加してみませんか?

- とき 8月2日(日)、午後1時から4時30分まで
- ところ リコリス本館
- 対象 市内に在住または通学する小学4年生から6年生まで
- 定員 10人(先着順)
- 申込方法 リコリス本館とハートフル分館のカウンターにある申込用紙に必要事項を記入し、提出してください。電話での申込みもできます。
- ※電話での申込みの場合は、後日申込用紙のご記入をお願いします。
- 申込み・問い合わせ リコリス本館 ☎32・0710



### Information

●おはなし会 (小学生まで参加できます。ぜひご参加ください。)

7月1日(日) リコリス本館 午後2時から  
ボランティア「山口読書会」が担当

7月13日(日) リコリス本館 午前10時45分から(要予約)  
乳幼児おはなし会“おひざでだっこ”

7月15日(日) ハートフル分館 午後3時から 図書司書が担当

7月22日(日) リコリス本館 午後2時から  
ボランティア「ふぉーG」が担当

●朝のおんがく図書館 7月5日(日)、13日(日)、25日(日)、30日(日)  
午前9時50分から10時10分まで

●休館日 7月3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、27日(日)、31日(日)

### 【図書館利用時のお願い】

- ◎入り口にある消毒液での手指の消毒
- ◎発熱やせきなど、体調不良がある時の入館自粛
- ※館内の換気のため、窓を開放することがあります。ご理解をお願いします。



### \\ 夏休みの自由研究に // 理科の科学実験をします

鏡をテーマに絵本の読み聞かせや実験を行います。科学に興味がある人、科学的な絵本や本が大好きな人は、参加してみませんか。科学はちょっと苦手だなと思っている人にもオススメです。実験の最後には万華鏡を作ります。

- とき 7月30日(日)、午前10時から
- ところ リコリス本館研修室
- 対象 市内に在住または通学する小学生
- 定員 10人(先着順)

●申込方法 リコリス本館とハートフル分館のカウンターにある申込用紙に必要事項を記入し、提出してください。電話での申込みもできます。

※電話での申込みの場合は、後日申込用紙の記入をお願いします。

●問い合わせ リコリス本館 ☎32・0710





# まちづくりへの情熱 求む



令和5年度新規採用職員

## 令和5年度 宮若市職員採用試験

【試験区分】 一般事務、土木技術、保健師、学芸員

【受付期間】 7月18日(火)～8月15日(火)

【申込方法】 郵送、持参、電子申請 (市公式LINE)

## 市

民の幸せやまちの発展のために、与えられた職務のみでなく、常に問題意識や改善意識、向上心を持ち続けて働く仲間を募集します。

詳細は、窓口や市公式ホームページなどで配布する職員採用試験要項をご確認ください。

### 一般事務、土木技術の 第一次試験日程

- とき 9月17日(日)、午前10時開始(午前9時から受付)
- ところ 宮若中学校

### 保健師、学芸員の 第一次試験日程

- とき 9月13日(金)から26日(日)まで
- ところ 受験予約をした全国のテストセンター会場

### 第一次試験受験後の流れ (全試験区分共通)

- 合格発表 10月上旬頃、本庁舎西側入口横の掲示板と市公式ホームページで発表し、合格者には郵送で通知します。
- 第二次試験 10月下旬(予定)
- 第三次試験 11月下旬(予定)

### 手続方法

- 受付期間 7月18日(火)から8月15日(火)まで
- ※郵送の場合は、8月15日(火)までの消印があり、書類に不備のないものに限り受け付けます。
- 提出書類(郵送または持参の場合)
  - ▽受験申込書
  - ▽受験票
  - ▽写真票
  - ▽二級土木施工管理技士以上の資格を有する人は資格を証する書類の写し(土木技術のみ)
  - ▽保健師免許を有する人は免許を証する書類の写し(保健師のみ)
  - ▽学芸員資格を有する人は資格を証する書類の写し(学芸員のみ)
- 申込用紙などの配布 本庁人事係や支所市民窓口係で7月3日(日)から8月15日(火)までの期間で配布します。(平日の午前8時30分から午後5時15分まで)
- ※郵便で請求するときは、封筒の表に「受験申込用紙請求」と朱書きし、百二十円切手を貼ったA4サイズが入る返信用封筒に返信先を記入して同封してください。
- ※市公式ホームページで、試験要項や受験申込書、受験票などの各様式をダウンロードできます。
- 受験票の交付 8月31日(日)頃に郵送します。

### New 【市公式LINEアカウントと友だちになって、もっと便利に！】 LINEで受験申込ができます

今年度から、市公式LINEから電子申請で受験申込ができるようになりました。LINEの友達追加画面から、右のQRコードを読み取って宮若市公式LINEアカウントを友達追加し、トーク画面下部の「電子申請」→「職員採用試験」の順でボタンを押して、申請画面へ進んでください。

※ 申込の遅延にはいかなる理由でも一切責任を負いませんので、時間に余裕をもって申込みを行ってください。



### 受付・問い合わせ



【宮若市役所 総務課 人事係】

(本庁舎3階 ③番窓口)

●住所 〒823-0011 宮若市宮田29番地1

●問い合わせ ☎32-0511

※ 郵送は8月15日(火)消印有効。窓口への持参は、平日午前8時30分から午後5時15分まで受付。(提出前に必要書類がそろっているか、もう一度ご確認ください。)

### 試験区分・採用予定数・受験資格

試験区分	採用予定数	受験資格
一般事務	5人程度	平成5年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人(学歴は問いません)
土木技術	1人程度	昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人で、学校教育法における大学、高等学校などで土木の専門課程を修了した人、または2級土木施工管理技士以上の資格を有する人 ※ 令和6年3月末日までに高校卒業見込みの人の受験可。
保健師	2人程度	昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、保健師の免許を有する人 ※ 令和6年3月末日までに免許を取得見込みの人の受験可。
学芸員	1人程度	昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人のうち、学校教育法における大学、大学院等で考古学または文化財学もしくはこれらに類する専門課程を修了し、博物館法における学芸員の資格を有する人 ※ 令和6年3月末日までに同資格を取得見込みの人の受験可。



みやわか M for More. Info **お盆のごみ収集・資源回収**

## ごみ、し尿の収集は 8月12日(土)から15日(火)まで休みです

● 問い合わせ 本庁環境衛生係 ☎ 32・0516

**お** 盆期間中の固形燃料用ごみ、し尿の収集日程は、次のとおりです。

- **固形燃料用ごみの収集**  
8月12日(土)から15日(火)までお休みします。16日(水)から平常どおり収集します。
- **不燃物の収集 日程表**  
どおり行います。
- **し尿の収集**  
8月12日(土)から15日(火)までお休みします。16日(水)から平常どおり収集します。

※し尿の臨時収集の申し込みは、8月3日(木)までに一覧表にある担当者へ連絡をしてください。

**資源物拠点回収をご利用ください**

分別を徹底するとごみが減ります。資源回収を利用してみませんか。8月13日(日)の市役所本庁舎とハートフルでの資源物拠点回収は通常どおり行います。

● **対象** ▼空き缶 ▼空きビン ▼ペットボトル ▼食品トレイ ▼発泡スチロール ▼衣類 ▼ビニール袋 ▼紙類 (新聞やダンボールなど)

**固形燃料用ごみ、不燃物、し尿の問い合わせ先一覧表**

収集業者名	電話番号	業種	収集業者名	電話番号	業種
サン・フレッシュサービス	☎32・1176	し尿・ごみ	友永清掃	☎080・6417・2141	ごみ
西鞍手浄化槽管理	☎32・0507	し尿・ごみ	エーアンドシー	☎62・1197	ごみ
協和環境	☎32・4821	し尿・ごみ	クリーンサービス若宮	☎52・3337	ごみ
タケマツ環境	☎52・0903	し尿			

みやわか M for More. Info **第7期まちづくり委員会委員募集**

## 宮若の未来を共に考えませんか まちづくり委員会委員を募集します

● 問い合わせ 本庁政策推進係 ☎ 32・0512

**市** 民の皆さんと協働のまちづくりを推進するため、まちづくり委員を募集します。協働のまちづくりの推進に向け、参加してみませんか。

- **応募資格**  
市内に住んでいるか勤めている18歳以上の人で、まちづくりに興味のある人(学生可)
- **協議テーマ**  
▼市制施行20周年に向けた取り組み  
▼その他まちづくりに関する課題
- **報酬など**  
▼委員報酬 四五百円(一回) ▼交通費 二千元(一回)
- **応募用紙**  
今月の広報みやわかと同便で配布しています。(市公式ホームページからもダウンロード可)
- **応募方法**  
「応募用紙」に必要事項を記入し、郵送やファクス、電子メールなどで提出してください。

**まちづくり委員会とは**

市長の委嘱を受けた非常勤特別職の公務員として、市の現状や課題を整理して問題の解決に向けた話し合いを行います。委員会では、事前に協議テーマを設定し、二年間の任期の中で協議を行っていきます。毎月一回を基本的に会議を行います。原則、第四木曜日の午後7時から9時までを予定しています。市政運営をするにあたり委員の意見を必要とするときは、市が提案する題材の調査研究をお願いする場合があります。

みやわか M for More. Info **宮若市文化祭の参加者を募集します**

● 問い合わせ 本庁社会教育・文化推進係 ☎ 32・3210

**秋** 恒例イベントとなった今年も開催します。地域の文化や伝統を発信し、市民のコミュニケーションを促進するイベントとして、ステージ出演者と展示作品を広く募集します。日頃の成果をぜひ披露ください。

● **とき**  
11月4日(日)、5日(月)

● **ところ**  
▼ステージの部  
II宮田文化センター  
▼展示の部  
IIマリーホル宮田

● **内容**  
▼ステージの部  
舞踊、民謡、ダンス、詩吟、音楽、バレエなど  
▼展示の部  
II書、絵画、写真、手芸、華道、盆栽など

● **対象**  
市内に在住、在勤、在学している人や、市内に活動拠点がある文化団体

● **申込用紙配布場所**  
生涯学習センター「宮若リコリス」、若宮コミュニティセンター「ハートフル」、中央公民館、中央公民館若宮分館

● **申込方法**  
申込用紙に必要事項を記入し、提出してください。なお、様式は市公式ホームページにも掲載しており、郵送でも申込むこともできます。

● **申込締切**  
7月31日(日)必着です。

● **申込先**  
宮若市役所社会教育課 社会教育・文化推進係 (宮若リコリス内)  
● **住所**  
〒823・0011 宮若市宮田6番地1  
※郵送の場合は、7月31日(日)必着です。



みやわか M for More. Info **千石キャンプ場**

## 千石峡で夏の自然を満喫しませんか

● 問い合わせ 本庁観光推進係 ☎ 32・0519

**千** 石峡には、テントサイト、オートキャンプ場や各種公園、広場を整備しています。

特に夏は涼しく、透き通った水で遊んだり、つり橋を渡ったりすることができ、家族連れから大人気のスポットです。

また、周辺には戦国時代に築かれた笠木城跡のある笠置山や、高取焼の流れを汲む千石窯跡などもあり、散策も楽しめます。

なお、施設改修中のため、上流テントサイトはすべて利用できません。今年度は、下流のテントサイト、オートキャンプサイトのみ利用できます。

● **開設期間**  
7月11日(日)から10月10日(日)まで

● **予約**  
下流側の管理棟(☎347784) ※市役所では予約できませんのでご注意ください。また、予約受付後も新型コロナウイルスの感染状況によっては、利用をお断りする場合があります。

● **「笠置・有高線」の一部で通行規制を行います**

市道「笠置・有高線」の一部で以下の期間通行規制を行います。交通マナーを守った利用をお願いします。

● **全面通行止**  
平瀬橋〜トントン井堰 令和6年1月中旬まで

● **一方通行**  
トントン井堰〜笠置山登山口 7月11日(日)から10月10日(日)まで

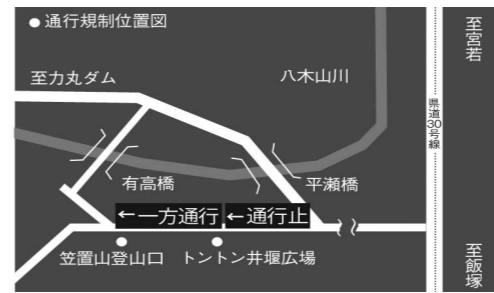
● **応募先**  
〒813・0001 宮若市宮田二九番地一、宮若市役所秘書政策課政策推進係

● **選考方法**  
レポートをもちに選考を行い、結果を8月中旬に応募者にお知らせします。

(直接持ち込み可) レポートは、応募動機やまちづくりの考えを記載してください。



人気スポットで予約が埋まりやすいため、お早めにご予約ください。





介護保険料	後期高齢者医療保険料	国民健康保険税	国民健康保険証の切替
-------	------------	---------	------------

**みやわか**  
M for More Info

## 後期高齢者医療保険料を決定して 通知書と保険証を送付します

● 問い合わせ 本庁国保年金係 ☎ 32・4004  
本庁市民税係 ☎ 32・0513

**令和5年度 後期高齢者医療保険料の算出（上限額は66万円）**

保険料 (年額)	被保険者均等割額	所得割額
=	56,435円	+
		[総所得金額等－43万円（基礎控除額）] × 10.54パーセント（所得割率）

● 問い合わせ 本庁国保年金係 ☎ 32・4004  
本庁市民税係 ☎ 32・0513

※「基礎控除額」は、合計所得金額が2,400万円超の場合は異なります。  
 ※「総所得金額等」は前年中の公的年金等収入、給与収入、事業収入の各収入から控除を差し引いた額などの合計額で各種所得控除前の金額です。

**後** 期高齢者医療保険料の決定通知書を7月中旬に送付します。年間の保険料は被保険者ごとに計算し、被保険者全員が等しく負担する均等割額と、被保険者の総所得金額等に応じて負担する所得割額との合計額となります。

**後** 期高齢者医療保険料の決定通知書を7月中旬に送付します。年間の保険料は被保険者ごとに計算し、被保険者全員が等しく負担する均等割額と、被保険者の総所得金額等に応じて負担する所得割額との合計額となります。

**後** 期高齢者医療保険料の決定通知書を7月中旬に送付します。年間の保険料は被保険者ごとに計算し、被保険者全員が等しく負担する均等割額と、被保険者の総所得金額等に応じて負担する所得割額との合計額となります。

**みやわか**  
M for More Info

## 65歳以上の人に 介護保険料額決定通知書を送付します

● 問い合わせ 本庁高齢者福祉係 ☎ 32・0515  
介護保険広域連合 ☎ 092・981・9071

**今** 年度の市民税の税額などを基に決まった介護保険料の決定通知書を7月下旬に郵送します。所得段階別の保険料などの詳細は、決定通知書や介護保険広域連合のホームページでご確認ください。

**低所得者の保険料軽減**

令和元年度の消費税率の引き上げにより、家計に影響を受ける可能性が高い低所得者の保険料を、基準額に一定割合をかけた額に引き下げています。軽減額は、該当する所得段階によつて異なります。

**納付方法など**

介護保険料を継続して年金からの天引きで納めている人は、今回決定した年間保険料額から4月、6月、8月（仮徴収期間）に天引きした保険料を差し引いた金額を10月、12月、来年2月に年金から天引きします。納付書払いや口座振替などは、8月から来年3月までの八期で納めます。

**納付が難しい場合は  
早めにご相談ください**

失業した場合など、やむを得ない理由で保険料の納付が難しくなったときは、申請により保険料の減免や納付猶予が受けられることがあります。

特別な事情なしに保険料を滞納すると、期間に応じて介護サービス利用時の自己負担割合が増えたり、一時的に介護給付が差し止めになるなどの制限が発生してしまいます。保険料は必ず期限内に納めましょう。



納付のうっかり忘れのないよう、口座振替の登録をご検討ください。

**みやわか**  
M for More Info

## 8月1日は国民健康保険証の切替日です 【新しい保険証はピンク色です】

● 問い合わせ 本庁国保年金係 ☎ 32・4004

**国民健康保険証の切替**

立つ社会保障制度で、その財源となる保険料の収納確保は、制度を維持していく上で重要です。特別な事情がなく保険料を滞納するとペナルティがあります。新しい保険証はピンク色です。

● 問い合わせ 本庁国保年金係 ☎ 32・4004

**国民健康保険に加入している世帯**（4月から6月までに加入していた世帯を含む）の世帯主（納税義務者宛）に、7月中旬に国民健康保険税納税通知書を送付します。

**新しい保険証を  
簡易書留で郵送します**

保険税に未納や滞納がない世帯は、7月中旬に新しい保険証（ピンク色）を簡易書留で送付します。未納がある世帯は、窓口交付となりますので早めの納付をお願いします。

**1 納期限を過ぎると督促を行います**

納期限後、11カ月を過ぎても納付がないと「弁明の機会の付与通知」という文書を送付します。納付相談を行いますので、届いたら必ず市役所に来てください。次のような事情で納付が困難な場合は保険証を交付しますが、届出が必要です。早めにご相談ください。

- ▶世帯主がその財産について災害によって大きな損失を被ったとき。
- ▶世帯主が盗難にあつて大きな損失を被ったとき。
- ▶世帯主または生計を同じくする親族が病気、負傷をしたとき。
- ▶世帯主が失業などにより所得がなくなったとき。

**2 納期限から1年間を過ぎると保険証を返してもらい、代わりに資格証明書を交付します**

医療費はいったん全額自己負担になり、窓口での申請により後から給付分が支払われます。  
 ※資格証明書とは、正式には「国民健康保険被保険者資格証明書」といいます。保険税を滞納している人に保険証を返還し、その代わりに交付するもので、国保の被保険者の資格があることを証明する書類です。（医療を受けるときは一度全額自己負担になります）

**3 納期限から1年6カ月を過ぎると、国保の給付の全部、または一部を差し止めます**

**4 それでも未納付の場合、差し止めた保険給付額から保険税の滞納分を差し引きます**

**みやわか**  
M for More Info

## 国民健康保険税の納税通知書を送付します

● 問い合わせ 本庁市民税係 ☎ 32・0513

**令和5年度 国民健康保険税 税率**

	医療分	後期支援分	介護保険分
所得割	9.20%	3.00%	3.00%
資産割	15.00%	-	3.19%
均等割	22,000円	7,800円	7,900円
平等割	23,500円	6,500円	5,600円
限度額	650,000円	220,000円	170,000円

・均等割は加入者1人あたり、平等割は1世帯あたりの金額  
 ・介護保険分は40歳から64歳の加入者（世帯）に適用  
 ・所得に応じて均等割と平等割の軽減措置あり  
 ・未就学児の均等割は半額

**国民健康保険に加入している世帯**（4月から6月までに加入していた世帯を含む）の世帯主（納税義務者宛）に、7月中旬に国民健康保険税納税通知書を送付します。

**納付方法など**

年度途中に七十五歳になる人や特定の条件を満たす人（世帯）は、納付方法が変更になることがあります。納付方法や条件は納税通知書で、必ずご確認ください。なお、加入者が社会保険

**正しい税額の算出には  
収入申告が必要です**

国民健康保険税を算出するには世帯主と加入者全員の収入の申告が必要です。申告がないと、正しい税額が算定できないほか、各種軽減措置や高額療養費の判定が受けられません。

など、別の保険に加入した場合、窓口や郵送での手続きが必要です。放置すると、国民健康保険税が課税され続けます。必ず手続きを行ってください。



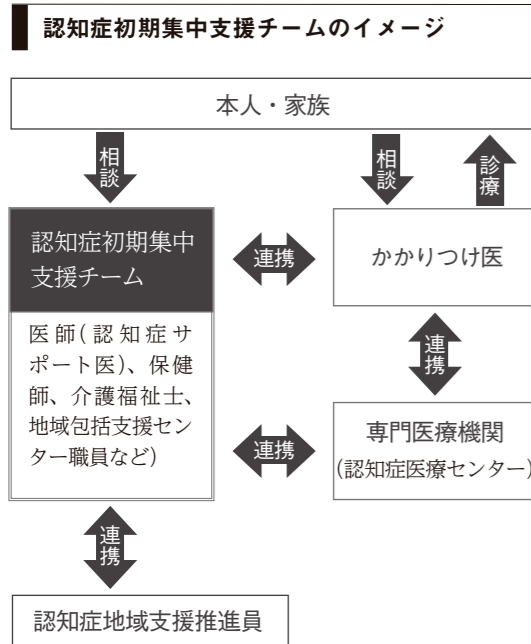


みやわか  
M for More. Info

認知症初期集中支援チーム

## 認知症初期集中支援チームを 活用しませんか

● 問い合わせ 地域包括支援センター ☎ 33・3456



**認知症初期集中支援チームのイメージ**

本人・家族  
↓相談  
認知症初期集中支援チーム  
⇔連携  
かかりつけ医  
⇔連携  
専門医療機関 (認知症医療センター)  
⇔連携  
認知症地域支援推進員

**支援の対象者について**

次のすべてに該当する人が対象です。

- ▼四十歳以上の人
- ▼在宅で生活している人

▼認知症が疑われる人やその家族を訪問し、認知症に関する心配ごとのケアなどを一定期間(おおむね6カ月)集中的に行います。希望する場合は、地域包括支援センターへご相談ください。

**認識**

知症初期集中支援チームとは、認知症の専門知識をもった医療・福祉・介護の専門職によって構成されたチームです。

認知症が疑われる人やその家族を訪問し、認知症に関する心配ごとのケアなどを一定期間(おおむね6カ月)集中的に行います。希望する場合は、地域包括支援センターへご相談ください。

▼認知症または認知症が疑われる人のうち次の①か②に当てはまる人

- ① 医療サービス、介護サービスを受けていない人、または中断している人
- ② そのうち、認知症疾患の臨床診断を受けていないこと、認知症と診断されたが介護サービスを中断していること、継続的な医療サービスを受けていないこと、適切な介護サービスに結びついていないこと、いずれかに該当する人

② 医療サービス、介護サービスを受けているが認知症の行動・心理症状が顕著なため、家族や関係者が対応に苦慮している人



みやわか  
M for More. Info

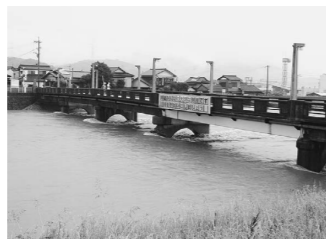
防災士養成研修・試験

## 福岡県防災士養成研修・試験の受講生を募集します

● 問い合わせ 本庁防災安全係 ☎ 32・0511

- **開催日や対象者など**
- **とき** 12月2日(土)、3日(日)、午前9時から午後5時30分頃まで
- **ところ** 飯塚研究開発センター
- **定員** 六十人
- **対象** 次の四つをすべて満たす人
  - ① 福岡県内に居住し、地域の自主防災組織の活動に参加する意思のある十八歳以上の人
  - ② 受講決定後、研修・試験の受講日までに、消防署等が実施する救命

- **申込方法**
- **費用** 受講料は無料ですが、教本代(四千円)と受験料(三千円)、試験合格後に認証登録料(五千円)が必要です。
- **申込締切** 7月21日(金)



地域の防災力を高めるために、より専門的な知識を学んでみませんか。

# 防

防災士とは、防災力を高めるために、十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを日本防災士機構が認めた人のことです。

福岡県でも、災害が頻発している、その被害を最小限に抑えるためには地域全体で防災体制を確立していくことが重要です。

その中心的な役割を担う自主防災組織の活動に参加するリーダーを防災士として養成するため、研修・試験を行います。

講習を修了し、防災士教本及び履修確認レポートを自主学習して提出用紙を受講日に提出できる人

③ 研修の全講目を受講し、防災士試験を受験する人

④ 受講申込書に記載している確認事項にすべて同意できる人



みやわか  
M for More. Info

国民年金保険料

## しっかり確認して きっちり保険料を納付しましょう

● 問い合わせ 本庁国保年金係 ☎ 32・4004

**国** 国民年金に加入し、保険料を納めることは義務ですが、毎月一万六五二〇円の保険料を納付するのが困難なときは、免除や猶予制度があります。

**免除制度**

経済的理由により保険料を納めるのが困難なときは、申請して認められると納付が免除となります。免除の承認期間は7月から翌年6月までです。

免除は前年の所得により審査し、全額、四分の三、半額、四分の一の四段階に分かれます。全額免除の場合以外は毎年申請が必要です。

※ 免除の承認を受けても、全額免除以外の場合は、残りの保険料を納める必要があります。

**学生納付特例**

学生で、本人の所得が一定額以下の場合、申請して認められると、在学期間中の保険料納付が猶予され、後払いができる学生納付特例制度が利用できます。承認期間は四月から翌年の三月までで、毎年申請が必要です。

● **対象者** ▼大学(大学院) ▼短期大学 ▼高等学校 ▼高等専門学校 ▼専修学校 ▼その他の教育施設に在学する学生(夜間、定時制課程、通信制課程も含みます。ただし、各種学校については一年以上の課程に在籍していること)

※ 卒業後、保険料をさかのぼって納付しないと、老齢基礎年金の額に反映されません。

**納付猶予制度**

失業などで所得が低い人も所得が一定額以上の世帯主と同居している場合には、保険料免除の対象となりますが、五十歳未満の人で、本人(配偶者を含む)の所得が一定額以下の場合には、申請し承認を受けることにより保険料の納付が猶予されます。

※ 保険料をさかのぼって納付(追納)しなければ、老齢基礎年金の額に反映されません。



みやわか  
M for More. Info

高齢者等 SOS ネットワーク

## 高齢者等SOSネットワークへ登録を

● 問い合わせ 地域包括支援センター ☎ 33・3456  
本庁障がい者福祉係 ☎ 32・0541



行方不明になった場合でもステッカーを目印に見つけることができます

**認識**

知症などの症状により道に迷うなど、行方不明になるおそれのある市内在住の高齢者等を支援する、宮若市高齢者等SOSネットワークを行っています。

**行方不明のおそれがある場合は事前登録を**

事前登録した人には履物などに貼るステッカーを交付します。顔や特徴が分かりにくくてもステッカーを目印に見つけることができます。

本人が自分の名前などを答えられなくても、登録番号を市の地域包括支援センターなどに伝えれば、本人の身元やご家族の連絡先が分かり、早期発見・保護を行うことができます。

● **対象者** 市内在住の行方不明のおそれのある高齢者や若年性認知症の人障がい者(児)

● **登録方法** 行方不明のおそれがある認知症高齢者などの名前、連絡先、身体的特徴など必要な情報の提出が必要です。希望する人は地域包括支援センターまたは本庁障がい者福祉係までお問い合わせください。

**ネットワークへの協力機関を募集します**

行方不明のおそれのある認知症高齢者等の地域で、日常的な見守りや行方不明が発生した場合の早期発見・保護などに協力いただける機関を募集しています。行方不明者が発生した場合、ファクスで情報が送信されます。日常業務に無理のない範囲で、早期発見・保護にご協力いただきます。

ネットワーク協力機関の登録には、届出が必要となりますので、登録を希望する団体は、地域包括支援センターまたは本庁障がい者福祉係までお問い合わせください。



その他  
others information

ベビーマッサージ教室を行います

- **とき** 8月4日(土)、午前10時から11時まで(7カ月から12カ月児)、11時から正午まで(2カ月から6カ月児)
- **ところ** 生涯学習センター「宮若リコリス」
- **定員** 各10組
- **対象** 1歳までのお子さんとその保護者
- **申込み・問い合わせ** 子育て支援センター「たんばぼ」☎32・0885

市民カメラマンの活動にご協力ください

- **とき** 市の豊かな自然やさまざまなイベントなどを撮影するため、市民カメラマンが市内各所で活動します。活動時には腕章を着用しますので、ご協力をお願いします。\*
- **被写体として撮影させていただく時にはお声がけします。**
- **問い合わせ** 本庁秘書広報係 ☎32・0512



親子ふれあいタイムの参加者を募集します



- **とき** 7月7日(土)、29日(土)、午前10時から11時まで
- **ところ** 子育て支援センター「さくらんぼ」
- **内容** ▷7月7日(土)=七夕まつり  
▷7月29日(土)=ミニコンサート&わらべうた
- **対象** 未就学(0歳から5歳まで)のお子さんと市内在住の保護者
- **定員** 各10組(事前予約が必要)
- **予約・問い合わせ** 子育て支援センター「さくらんぼ」☎32・1319

価格高騰重点支援給付金の給付額変更のお知らせ

- **広報** 6月号でお知らせしていましたが「価格高騰重点支援給付金」の給付額が変更となりました。
- **対象の人には確認書を送付していますので、忘れずに書類の提出をお願いします。**
- **給付額** 1世帯あたり3万5千円
- **申請期限** 9月29日(土)
- **問い合わせ** 価格高騰重点支援給付金窓口 ☎32・2015

盆踊り講習会参加者募集

- **時代**の移り変わりとともに、盆踊りの趣旨も先祖の霊を慰めるものから、地域コミュニティの行事へと変わり、今では地域公民館が主体となった年中行事の一つとなっています。
- **市では、4年ぶりに盆踊り講習会を行います。伝統文化の継承や地域活性化に、盆踊りを生かしてみませんか。**
- **とき** 7月27日(土)、午後7時から
- **ところ** マリーホール宮田
- **持ってくるもの** うちわ
- **問い合わせ** 本庁公民館・スポーツ振興係 ☎32・0123

夏の夜空を彩る  
第51回宮若納涼花火大会

- **約3,000発の花火が宮若の夏の夜空を彩ります。4年ぶりに帰ってきた夏の風物詩をお楽しみください。**
- **とき** 7月23日(日)、午後8時から(荒天の場合は26日(日)に延期)
- **ところ** 本城橋下流左岸堤防  
\* 周辺道路で交通規制があります。また、ごみをポイ捨てしないなど、マナーを守って観賞しましょう。
- **問い合わせ** 宮若商工会議所 ☎32・1200



日本赤十字社活動資金にご協力ください

- **日本赤十字社では、皆さんの協力により集まった活動資金で災害救助活動、医療事業、血液事業、社会福祉事業などを行っています。**
- **今年度も自治会などを通じて活動資金の募集を行いますので、ご協力をお願いします。**
- **問い合わせ** 本庁地域福祉係 ☎32・0562

子どものための地域の魅力  
体感事業パスポート

- **夏休み期間を中心に、文化施設をはじめとするさまざまな施設に、無料または一部割引で入場できるなどの特典が受けられるパスポートを配布します。ぜひご活用ください。**
- **問い合わせ** 子どものための地域の魅力体感事業 ☎093・976・1320

ベビーとママの  
子育てが楽しくなる講座  
～はじめのはじめのいっぽ～

- **はじめて子育てをするママへの講座です。あやし歌やベビーマッサージなどを行います。**
- **とき** ▷個別インタビュー=8月21日(土)(1人10分程度)▷講座=8月28日(土)から10月2日(土)までの毎週月曜日、午前10時から正午まで(第4回のみ祝日のため9月19日(土)に開催。全6回)
- **ところ** 子育て支援センター「たんばぼ」(宮若リコリス内)
- **対象** 市内在住で第1子が生後2カ月から4カ月の赤ちゃんと母親  
\* 対象者には案内を送付します。
- **申込締切** 7月28日(土)
- **申込み・問い合わせ** 本庁子育て支援係 ☎32・0517



お子さんの聞こえに対する相談を受け付けます



- **お子さんの聞こえに不安をお持ちの保護者への相談支援、支援が必要なお子さんの療育開始までのフォローを行います。**
- **とき** 毎週月曜日・水曜日・金曜日(年末年始、祝日を除く)午前10時から午後4時まで
- **相談方法** 電話、メール、面談(面談は事前予約が必要)
- **予約・問い合わせ** 福岡県乳幼児聴覚支援センター ☎092・402・2673

骨盤集中トレーニング教室

- **骨盤を中心とした運動で姿勢改善などを目指す無料の講座です。**
- **とき** 7月25日(土)、午前10時から
- **ところ** 若宮コミュニティセンター「ハートフル」
- **定員** 20人(事前予約、先着順)
- **対象** 市内在住で20歳以上の人
- **問い合わせ** 支所市民窓口係 ☎52・1111

【本庁舎、ハートフル、リコリス】  
点検のため停電します

- **市役所本庁舎と若宮コミュニティセンター「ハートフル」、生涯学習センター「宮若リコリス」で、電気工作物の点検を行います。点検日はハートフルと宮若リコリスを臨時休館します。点検中は電話、ファクス、各種証明書のコンビニ発行ができません。**
- **点検日** 7月17日(土)、午前9時から11時30分まで(予備日9月18日)
- **問い合わせ** ▷本庁舎=本庁財産管理係 ☎32・0761 ▷ハートフル=支所市民窓口係 ☎52・1111 ▷宮若リコリス=本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210

8月 保健事業カレンダー

- **2日(土): すくすく相談(要予約)**  
: マタニティー相談(要予約)  
午前10時~11時
- **7日(月): にこにこ運動教室(要予約)**  
午前10時~11時
- **8日(火): 4カ月児健診**  
受付は午後1時~
- **17日(日): 総合健診(要予約)**  
午前8時30分~10時30分
- **18日(土): 総合健診(要予約)**  
午前8時30分~10時30分
- **21日(月): にこにこ運動教室(要予約)**  
午前10時~11時
- **22日(火): 3歳児健診**  
受付は午後1時~
- **23日(水): 2歳児歯科健診**  
受付は午後1時~
- **24日(木): にこにこ運動教室(要予約)**  
午後1時30分~2時30分
- **25日(金): 離乳食教室(前期・要予約)**  
午前10時~11時30分
- **29日(火): 7カ月児健診、12カ月児健診**  
受付は午後1時~
- **31日(日): にこにこ運動教室(要予約)**  
午後1時30分~2時30分  
会場は、すべて保健センターパレットです。



妊娠がわかったら  
早めに母子手帳の  
交付を受けましょう

- **交付時間** 平日、午前8時30分から午後5時15分まで
- **問い合わせ** 本庁健康対策係 ☎32・1177

情報確認ダイヤル

防災行政無線  
放送内容フリーダイヤル  
☎0800・200・9945

火災案内ダイヤル  
☎32・3211



興味を持ったことを調べてまとめよう!

宮若市図書館を使った調べる学習コンクール ● 問い合わせ 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210

子どもたちが調べる力を育み、情報を収集・整理・分析して自分の考えをまとめていく力を養えるよう、「宮若市図書館を使った調べる学習コンクール」を開催します。

優秀作品は表彰を行います。また、市長賞は図書館振興財団主催の全国コンクール「図書館を使った調べる学習コンクール」へ推薦します。夏休みなどを活用して、自分の興味あることを深め、ぜひ応募ください。



- **対象** 市内の学校に通う小学1年生から中学3年生までの児童、生徒
- **テーマ** 自由(自分が興味を持ったこと。教科以外の内容でも可)
- **対象の図書館** 宮若市立図書館(リコリス本館、ハートフル分館)、各学校図書館
- **応募方法** 対象の図書館を1つ以上利用して調べたものを小学生はB4または八つ切りサイズ、中学生はA4サイズ50枚以内(表紙・目次・参考文献リストは含まない)で作成し、応募先に提出してください。小・中学生とも模造紙での提出も可。
- **応募締切** 9月15日(土)
- **応募先** 本庁社会教育・文化推進係(宮若リコリス内)



**募集**  
invite information

**ポリテクセンター飯塚  
職業訓練生募集**

ポリテクセンターは、求職者の再就職を支援するための職業訓練などを行う施設です。

現在、9月に入学する訓練生を募集しています。詳細はホームページをご確認ください。



- 募集学科(9月生) ものづくり溶接科、機械CADオペレーション科、ビル管理技術科、住宅リフォームCAD技術科、建設機械科
- 申込先 ハローワーク直方
- 申込締切 8月9日(日)
- 問い合わせ ポリテクセンター飯塚 ☎0948・22・4988

**市営住宅空家入居者募集**

- 受付期間 8月1日(日)から14日(日)まで
- 抽選会 9月下旬(予定)  
※ 募集団地や戸数は広報8月号でご確認ください。(空家住宅がない場合は募集しません)
- 申込み・問い合わせ 本庁住宅管理係 ☎32・0955

**インボイス制度・電子帳簿  
保存法対応セミナー**

インボイス制度や電子帳簿保存法に関する説明会を開催します。参加無料です。ぜひご参加ください。

- とき 7月20日(日)、午後2時から4時まで
- ところ 若宮商工会館
- 申込締切 7月14日(日)
- 申込み・問い合わせ 若宮商工会 ☎52・0640

**父子・母子家庭のための  
就業支援講習会を行います**

レシピ作成技能を含む診療報酬や、医療関係法規に関する知識を学び、医療事務技能検定試験2級の合格を目指します。

- とき 8月、9月の指定された10日間
- ところ 立岩交流センター(飯塚市)
- 対象 ひとり親家庭の父母や、かつて母子家庭だった寡婦で、この資格を生かして就職・転職を希望する人。全日程出席でき、講習会終了後、電話や紙でのアンケートに協力できる人。
- 託児 あり(事前予約が必要)
- 申込締切 8月8日(日)
- 申込み・問い合わせ マンパワーグループ ☎092・741・9531

**福岡県介護に関する  
入門的研修受講者募集**

- とき ▶A日程=9月9日(日)、17日(日)、10月1日(日)、7日(日)、22日(日) 午前10時から  
▶B日程=11月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、午前10時から
- ところ ▶A日程=なかまハーモニーホール ▶B日程=飯塚研究開発センター
- 対象 介護未経験の人
- 定員 50人(先着順)
- 問い合わせ 福岡県社会福祉協議会福祉人材センター ☎092・584・3310

**その他**  
others information

**人権・同和問題の研修への  
講師あっせん制度**

県では、さまざまな人権問題に関する講演会などを開催する時に、知事が選任した講師をあっせんする制度を実施しています。

企業・地域からの依頼の場合は、講師への謝金・交通費は県で負担します。ぜひご活用ください。

- 問い合わせ 福岡県人権・同和対策局調整課 ☎092・643・3325

**同和問題啓発強調月間  
人権講演会**

同和問題啓発強調月間にあわせ、人権講演会を行います。詳細は同封のチラシをご確認ください。

- とき 7月14日(日)、午後2時30分から
- ところ 若宮コミュニティセンター「ハートフル」
- 演題 情報化の進展と部落問題
- 講師 組坂幸喜さん(九州大谷短期大学人権論研究会主査)
- 問い合わせ 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210

**ふれあい・HAND講演会**



- とき 8月18日(日)、午後2時から午後4時まで
- ところ 直方拳手医師会館
- 演題 つらいなと思ったとき
- 講師 上野行良さん(福岡県立大学理事、人間社会学部教授)
- 申込み・問い合わせ ふれあい・HAND事務局 ☎0948・21・4875

**突然のけがや病気に備えて  
救命講習会を行います**

詳細はお問い合わせください。

- とき 8月5日(日)、6日(日)、午前9時から正午まで
- ところ 宮田消防署2階 訓練場
- 定員 各20人程度
- 内容 ▶8月5日(日)=主に成人に対する心肺蘇生法や応急手当など  
▶8月6日(日)=主に小児に対する心肺蘇生法や応急手当など  
※ 講習終了後には修了証が交付されます。
- 申込締切 7月31日(日)
- 申込み・問い合わせ 宮田消防署 救急消防係 ☎32・1132

**公益通報取扱状況を  
公表します【令和4年度】**

職員や市の委託業者などは、法律を遵守することで適正で公正な市政運営を行っています。市では職員などの公正な職務の執行を確保するための条例を制定し、市や事業者などの内部の不正行為を職員が通報した時に、通報した職員が不利益な扱いを受けることのないよう措置をとっています。

- 公益通報 ▶職員=0件 ▶事業者=0件
- 問い合わせ 本庁人事係 ☎32・0511

**相続登記が義務化されます**

令和6年4月1日から、相続により不動産を取得した場合の登記申請が義務化されます。令和6年4月1日より前の相続も、義務化の対象になります。詳細は、法務局ホームページをご覧ください。

- 問い合わせ 福岡県司法書士会総合相談センター ☎0570・783・544

**みんなで第九を歌いませんか**

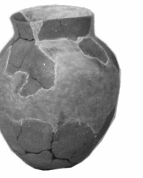


「ハート トゥ ハート 第九コンサート」を開催します。4年ぶりの合唱団員募集です。ベートーヴェンの第九を歌って、一緒に一年を締めくくりませんか。初心者大歓迎です。(4歳以上)

- とき 12月24日(日)、午後2時開演
- ところ ユメニティのおがた
- 練習日時 8月20日以降の毎週日曜日の午後2時から、水曜日の午後7時30分から
- 練習場所 なびきホールほか
- 参加費 5,000円(高校生以下無料)
- 申込み・問い合わせ 実行委員会 ☎090・1143・2595(加護)

**宮若トレッジ企画展  
土器のいろ・かたち・もよう展**

市内で発見されたいろいろな土器の形や文様の意味、土器の色が違う理由など楽しく学べます。



- 期間 7月19日(日)から9月17日(日)まで(月曜日休館)
- 開館時間 午前9時から午後5時まで
- 問い合わせ 本庁社会教育・文化推進係 ☎32・3210

**夏休み・楽しい木工教室**

詳細はお問い合わせください。

- とき 7月22日(日)、(午前の部)午前9時から11時30分まで、(午後の部)午後1時から3時30分まで
- ところ さくま産業(宮田)
- 対象 小学1年生から4年生
- 申込み・問い合わせ さくま産業 ☎32・0027

**7月は社会を明るくする運動  
強調月間です**

社会を明るくする運動とは、犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らせる地域社会を築くことや、犯罪や非行をした人の立ち直りを支える取り組みです。この機会に犯罪防止や立ち直りにつながる地域社会のあり方について考えませんか。

- 問い合わせ 本庁人権福祉係 ☎32・0765

**4年ぶりに開催!  
びあのといっしょリレーマラソン**

- とき 10月29日(日)、午後1時から
- ところ 若宮コミュニティセンター「ハートフル」
- ※ 応募方法などの詳細は広報9月号でお知らせします。
- 問い合わせ 支所市民窓口係 ☎52・1111

**マイナンバーカードを作いませんか**

- 問い合わせ 本庁市民係 ☎32・0514

マイナンバーカードの申請は、スマートフォンまたは市役所窓口でできます。市役所の時間外窓口でマイナンバーカードの申請・交付を希望する場合は、市公式LINEでも予約ができます。まだ作成していない人は作成しませんか。

**● マイナンバーカードのできること**

- ▶顔写真つきの本人確認証明書としての利用
- ▶コンビニエンスストアでの住民票の写しなど公的な証明書の取得
- ▶オンラインでの手続き(確定申告、転出届などの異動手続き、子育てや介護の手続きなど)
- ▶健康保険証としての利用



**● マイナンバーカードの安全性**

- ▶顔写真がついており、利用には暗証番号が必要なため、仮に紛失しても第三者はなりすますことができません。また、暗証番号は、入力を一定回数以上間違えるとロックされます。
- ▶マイナンバーカード裏面にはICチップが組み込まれていますが、ここにはカードに記載されている情報など必要最小限の情報のみ記録されています。税関関係情報や年金関係情報などプライバシー性の高い情報は記録されていません。





## 納期 tax・premium information

### 今月の納期【7月】

- 国民健康保険税 第1期
- 後期高齢者医療保険料 第1期
- 固定資産税 第2期
- 納期限 7月31日(日)まで
- 口座振替日 7月25日(日)

納期限内に納付しない場合は督促状を発送します。また、納期限の翌日から、延滞金が発生します。(最初の1カ月は年利2.4%、以降8.7%)

税金の納付には、うっかり忘れや納付の手間が省ける口座振替をご利用ください。口座振替依頼書は、市内各金融機関窓口にあります。

- 問い合わせ 本庁納税管理係 ☎32・1008

### 市県民税第1期の納付をお忘れなく【納期限は6月30日】

市県民税第1期の納期限は6月30日(日)です。

納期限を過ぎても納付がない場合は、差し押さえなどの滞納処分を行うこととなりますので、必ず期限内に納付してください。納付が困難な場合はお早めにご相談ください。

- 問い合わせ 本庁納税管理係 ☎32・1008

### 下水道受益者負担(分担)金の納付をお忘れなく

下水道供用開始区域の土地所有者の皆さんに、建設費の一部を受益者負担(分担)金として納付していただきます。今年度からコンビニエンスストアでの納付も可能になりました。

- 受益者負担金 第1期
- 納期限 7月31日(日)まで
- 問い合わせ 本庁下水道課管理係 ☎32・3159

## 相談 consult information

### ファイナンシャルプランニング相談を行います



家計の支出が多く、税金を払いたいけど払えない人などを対象に、専門家であるファイナンシャルプランナーによる無料相談を受け付けます。(事前予約が必要。1人1時間以内)

- とき 7月19日(日)、午後1時から午後6時まで(次回は8月18日(日))
- ところ 本庁101会議室
- 予約・問い合わせ 本庁納税管理係 ☎32・1008

### 行政書士による無料相談会



「住民の暮らしと財産」をテーマに、相談に応じます。秘密は厳守します。(中止の場合あり)

- とき 7月23日(日)、午後1時から4時まで
- ところ 生涯学習センター「宮若リコリス」第3研修室
- 問い合わせ アソシエイツ宮若華村公一事務所 ☎42・3955

### 行政相談委員による無料相談会



行政の仕組みや手続き、行政サービスに関する相談に応じます。お気軽にご相談ください。

- とき 7月19日(日)、午前10時から午後3時まで
- ところ 生涯学習センター「宮若リコリス」、若宮コミュニティセンター「ハートフル」
- 問い合わせ 本庁総務係 ☎32・0511

### 司法書士による相続・遺言に関する相談会

相続登記の手続きや遺言書の作成に関する相談に応じます。(事前予約が必要。1人30分以内)

- とき 8月5日(日)、午前10時から午後4時まで
- ところ 田川青少年文化ホール
- 予約受付 7月12日(日)から8月3日(日)まで
- 予約・問い合わせ 福岡県司法書士会事務局 ☎092・722・4131

### 空き家相談会



空き家や住まいの終活についての無料相談会、セミナーを開催します。専門相談員や各種専門家(不動産・法律)が相談に応じます。

- とき 8月1日(日)▷相談会=午前10時30分から午後3時30分まで▷セミナー=午後0時50分から1時50分まで
- ところ 直方市役所8階大会議室
- 定員(相談会) 最大14組(事前予約が必要。1人30分以内)
- 予約・問い合わせ 福岡県空き家活用サポートセンター ☎092・726・6210

### 福岡県警察官採用試験



福岡県警察採用サイトからお申し込みください。

- 募集種目 警察官A(男性・女性・武道指導)、警察官B(男性・女性)
- 1次試験日 9月17日(日)(1日目)
- 受付期間 8月10日(日)から31日(日)まで
- 問い合わせ 福岡県警察本部採用センター ☎092・622・0700

### 自衛官等採用試験

福岡県 自衛官募集

申込方法などの詳細は、お問い合わせください。

- 募集種目 一般曹候補生(定年制自衛官)、自衛官候補生(任期制自衛官)
- 試験日 9月16日(日)、17日(日)
- 受付締切 9月5日(日)
- ※ 個別説明・出張説明もできますのでお気軽にお問い合わせください。
- 問い合わせ 自衛隊飯塚地域事務所 ☎0948・22・4847

## 募集 invite information

### シニアのための就業支援セミナー

就職を考えているシニアに役立つ仕事の探し方や応募書類の作成方法などを、わかりやすく解説します。

- とき 8月8日(日)、午後2時30分から4時まで
- ところ 生涯学習センター「宮若リコリス」第1・2研修室
- 対象 おおむね60歳以上で、就労意欲のある人
- 定員 30人(事前予約が必要)
- 予約・問い合わせ 福岡県生涯現役チャレンジセンター ☎092・432・2512

## NUMBER INFORMATION 数字で見る宮若市

● 5月31日が基準日

### 事故・犯罪 飲酒運転撲滅

市内交通事故	件数	1月からの累計
物件事故	58件	314件
人身事故	14人	50人

窃盗犯罪内容	件数	1月からの累計
車上ねらい	0件	2件
部品ねらい	0件	1件
乗り物盗	1件	2件
自販機ねらい	0件	0件
空き巣など	0件	1件

### 火災 住宅火災警報器設置しましたか?

火災種類	件数	1月からの累計
建物火災	0件	1件
その他火災	1件	3件
死者	0人	0人

### ごみ 第2、第4日曜日は資源回収の日です

種類	重さ
ごみの量	680,670 キロ
資源回収量	8,446 キロ
1人当たりごみ排出日量	827 グラム

※ ごみ減量目標は総合計画に掲げたもので1人が1日に出すごみの量を780グラム以内にしようとするものです。

### 人の動き

※ 住民基本台帳法の改正により、外国人登録者数を含む人口情報となっています。

人口	23人 減りました	26,545人
男性	7人 減りました	12,855人
女性	16人 減りました	13,690人
世帯数	4世帯 増えました	13,245世帯
~14歳	11.6%	3,073人
15歳~64歳	52.7%	13,988人
65歳~	35.7%	9,484人
出生	9人	転入 75人
死亡	42人	転出 65人

## 夏休みに学んでみよう! 「夏期プログラミング教室」

- 問い合わせ 本庁政策推進係 ☎32・0512

直方・鞍手地域(宮若市・直方市・小竹町・鞍手町)の中学生と高校生を対象にしたプログラミング教室を行います。プログラミング言語「Python」で作られたゲームをみんなのアイデアでカスタマイズする、プログラミング初体験でも楽しく学べる内容です。

詳細は、各学校で配布するチラシや市公式ホームページでご確認ください。

ADANTHON GLEAP  
入場料なし 20名限定  
8月7・8・9日 10:00~16:00  
夏期プログラミング教室  
プログラミング言語「Python」で作られたゲームをみんなのアイデアでカスタマイズする、プログラミング初体験でも楽しく学べる内容です。

- とき 8月7日(日)から9日(日)まで
- ところ 汚泥再生処理センター「クリーン Hitz のおがた」
- 定員 20人
- 対象 ▷直轄地区に在住または通学する中学・高校生で3日間参加できる人▷キーボード・マウスを使うことができ、半角・ローマ字入力ができる人
- 申込締切 7月7日(日)
- 申込方法 右のQRコードから申込フォームにアクセスし、お申し込みください。



## 試験 examination information

### 福岡県下水道排水設備工事責任技術者試験

下水道排水設備工事の責任技術者として登録を行うための試験です。

- 試験日 11月5日(日)、午前9時50分から正午まで
- ところ 飯塚研究開発センター
- 申込締切 7月7日(日)
- 申込み・問い合わせ 本庁下水道課管理係 ☎32・3159



# きらびと

宮若市消防団 団長

## 松井 信秀 さん

「普段から繰り返し訓練することで、初めて身に付くんです」。4月から宮若市消防団の団長に就任した松井信秀さんは、緊急時に適切な行動をとるためには、日頃の心がけが重要であると話します。未曾有の災害が起こる近年に、消防団が果たすべき役割や現状について語ります。

### 災害に強い地域・消防団へ

り返りながら話す松井さん。

「近年、火災出動は減っていますね。ただ、十年に一度という災害が毎年のように発生しているので、常に気が張っています」。

昨今の消防団の活動の違いを振

「想定外の災害だからといって、消防団員が命を落とすことがあってはいけません。そのため、消防団では毎月繰り返し訓練を行うことで、消火や水防の知識・技能の習得に余念がありません」。

習得に余念がありません。



### 松井 信秀さん【まっいのぶひで】

昭和52年に旧若宮町消防団第3分団（現在の第8分団）に入団。平成27年4月から8年間宮若市消防団副団長を務め、今年4月から団長に就任。脇田地区在住、現在68歳。



5月28日に行われた消防団の水防訓練。全分団が参加し、近年頻発している水害に備え、土のう作りなどを行いました。

最近では、自治会や職場などで定期的に防災訓練が行われています。市民の皆さんにも、消防団の精神である『自分たちの地域は自分たちで守る』という自助の精神が広がってきているなと感じているところなんです。これからも、積極的に防災訓練などに参加していただき、知識や技術を身に付けて欲しいですね」。

### 人とのつながりが魅力

「私の入団当時の消防車は、ドアが無かったし、冷暖房なんて効かなかったんですよ」と、当時の活動風景を振り返り、笑いながら話します。

「地域にもよりますが、消防団全体で見ると、若い人が減ってきています。若い団員は、他に仕事をしていますし、家庭がある人もた

くさんいます。そんな中で活動してくれていますから、少しでも活動しやすいように、消防設備などの環境を整えたいと願っています。それは、団長としての役割の一つだと思っています」。

消防団長としての心がけと同時に、人とのつながり、郷土愛の醸成へと思いをはせる松井さん。

「消防団の活動は大変な部分も多いですが、入団して良かったところがたくさんあります。地域を越えて、年齢も職業も異なる人と話ができ、つながりも広がります。困った時、最終的には人と人ですから、若いときから多くの人とつながれたのは財産になっています。そんな人との輪が広がる消防団に、一人でも多くの人が入りたいと思ってもらえるよう訓練、活動をしながら、ふるさと宮若を守ってきたいですね」。



火災現場が防火水槽などの水利から遠い場合に必要、消防車と可搬消防ポンプの中継訓練も行われました。

