



笑いで春を呼ぶ おじゅごんち



金村神社で田植祭

糸田町に古くから伝わる田植祭が「おじゅごんち」の3月15日に金村神社でおこなわれ、今年の豊作を祈りました。

春らしい暖かな陽射しの中、子どもから大人まで多くの観客で会場は賑わいました。ハッピー姿の「むくで」(主人)や大きなお腹をした「おかつ」(妻)たちの軽妙な掛け合いに、訪れた人たちの顔も思わずほころびます。牛が暴れ出すと、子どもたちは大声をあげながら逃げたり追いかけたりして会場中が熱気に包まれました。また、田植舞では愛らしくもしとやかな踊りで五穀豊穡が祈願されました。

- まちのわだい……………2P~4P
- お知らせ(税務課・福祉課)……………5P
- くらしの情報館……………6P~7P
- お知らせ(保健センター)……………8P
- お知らせ
(田川郡民登山会・剪定枝のごみ処理施設)…13P

※予防接種についてのお知らせ
(中ページ)

2/24

誠心・努力を信条に町の教育を牽引

けんいん

鶴我多津子さんが県教育文化表彰に選出



優しい眼差しで町の教育を支えてきました

系田町の元教育委員長であった鶴我多津子さんが、平成23年度福岡県教育文化表彰を受け、2月24日に報告のため役場を訪れました。教育文化表彰とは県内で教育や文化、スポーツなどの分野で顕著な功績をあげた人や団体を表彰するものです。鶴我さんは教師として、また教育委員長として49年以上の間、教育力向上と子どもたちの過ごしやすい学校づくりに尽力したことが認められ、今回の表彰となりました。平成23年6月で教育委員長を退職されましたが、今後も温かい目で子どもたちの健全な成長を見守ってくださるでしょう。

3/15
3/16

涙の別れは次の出会いへの一歩

小・中学校卒業式(中学校 3月15日、小学校 3月16日)



中学校と小学校で卒業式がおこなわれ、93人の中学生と88人の小学生が希望の翼をはためかせ、毎日通い、思い出がぎっしりと詰まっている校舎から巣立っていきました。



中学校卒業式は3月15日におこなわれ、卒業生たちが、在校生や保護者らに見守られながら卒業証書を受け取り、3年間の中学生生活を締めくくりました。また、卒業の歌を全員で斉唱するときには涙があふれ出し、恩師や友人との別れを惜しみました。



3月16日におこなわれた小学校の卒業式では、卒業生全員が一人ひとり、しっかりと卒業証書を受け取ったあとに、送別の言葉・送別の歌を発表し、楽しかった小学校生活を振り返りました。「今日を未来への原動力として胸に刻んで生きていきます」と誓い、卒業生たちは6年間の思い出が詰まった学び舎に別れを告げました。



糖尿病 予防の大切さを実感

2/25

保健センターで糖尿病および合併症予防のための講演会



熱弁する池田先生



糖尿病への認識が深まりました

糖尿病とそれに伴って発症する合併症予防対策の一環として、「第13回糖尿病および合併症予防のための講演会」が2月25日に保健センターで開催されました。当日は小雨の降る天候にもかかわらず、多数の参加が見受けられました。参加者は、体験発表者の講話や田川市立病院長である池田喜彦先生の教育講演に真剣に聞き入り、多くの方が糖尿病疾患への認識、危機感を予想以上に自覚したようです。今後もさまざまな疾患に関する予防講演やセミナー形式の学習会などを通じ、町全体で一次予防対策を浸透させていく必要があるでしょう。

有事のとき 身を守るのは地域の絆

3/18

大熊公民館で自主避難訓練



消防団の団服を用いた簡易担架

雨が冷たい3月18日、大熊区政区の大熊公民館で自主避難訓練が行われました。大熊区政区は福岡県避難活動コミュニケーション強化事業によって自主防災組織を設立し、系田町の防災訓練モデル地区となりました。区の大部分が中元寺川の堤防より低い位置にある大熊行政区。過去には水害も経験しており、昨年3月の東日本大震災や日本各地の台風による甚大な被害を見るにつれて「これは何とかしなければ」との意識が高まったことが自主防災組織設立へと繋がりました。今回は、中元寺川が氾濫危険水位に達したことを想定した避難訓練がおこなわれました。避難指示の伝達方法や誘導などについて確認・実践することともに、消防団員が負傷者に扮して担架や車いすなどの使い方を学習しました。訓練終了後は反省会を開き、訓練の感想や改善点などを話し合っって今後の課題を明らかにしていきました。

命の尊さ もう一度見つめ直して

2/15

文化会館で猿渡直美さんが人権講演会



生きることの偉大さを瞳さんの代わりに訴える猿渡さん

2月15日、人権講演会が系田町文化会館でおこなわれました。「命を見つめて ～瞳スーパーデラックス～」と題したこの講演では、骨肉腫で余命半年と宣告されながらも最後まで生きることを諦めなかった猿渡瞳さんが命がけで世界中に伝えようとしたメッセージが、母・直美さんから私たちに届けられました。11歳でガンを告知され13歳で生涯を終えるまでの間、幾度も再発と入退院を繰り返した瞳さんの言葉には、「絶対、ガンに負けない」という強い意志が込められています。それは、講演中に流された瞳さんが弁論大会で発表したときの肉声にも強く表れていました。命を軽んじる人や世の中への怒り、そして今生きていることを感謝して悔いのない人生を送って欲しいという願いが詰まった発表に、集まった約150人の聴衆も思わず聞き入りました。

演題の「瞳スーパーデラックス」とは瞳さんが考案した薬の名前です。瞳さんの体から作られるというこの薬は、人種・年齢・性別を問わずどんな病気も治してしまうもので、自身と同じように病気で苦しむ人々を救いたいという願いから考えられたそうです。ガンを告知されたとき、「ママがガンじゃなくてよかった」と言った瞳さん。自分よりも他人を気遣う優しさや、命を大切にしたいという思いに心を揺さぶられた講演会となりました。

お知らせ

納税は公平・公正な街づくりの基本です 税務課債権対策班からのお知らせ

昨年5月に債権対策班が設置され約1年が経過しました。その間債権に対する研修、調査、協議をおこなうとともに、県税事務所の指導を受けながら徴収業務に鋭意努力を重ねてきました。その成果が徐々にではありますが現れてくるようになりました。今回は2月末までの現状をお知らせします。(表参照)

催告書発送数は1,730通で、うち541人から約1,800万円が納められました。また、72人への差押もおこない、約154万円を徴収しました。

発足初年度で不慣れなこともあり、思ったほどの成果があげられなかった部分もあると思います。

24年度は更なる対策強化を図り、徴収向上に努めますので、ご理解くださいますようお願いいたします。

相談・問合せ 糸田町役場 税務課 債権対策班 電話26-4040(直) または、糸田町役場 税務課 電話26-1233

(表) 平成24年2月末現在の内訳

※件数、金額は内数

県税引継数	23人	} 1,730通		
1次催告書送付数	800人			
2次催告書送付数	369人			
差押予告書送付数	538人			
現在までの納付数および金額	541人		18,558,539円 うち	
		軽自動車	214件	2,527,468円
		固定資産税	138件	6,006,945円
		住民税普通徴収	275件	10,024,126円
		合計		18,558,539円
金融機関臨場数	214人	うち預金差押件数	72件	1,540,515円
納付誓約書提出数	157人			
預貯金調査	995人			

※法的措置を積極的に実施する24年度からは、これまで以上に滞納整理・徴収業務を進めてまいります。皆様の更なるご理解、ご協力をお願いします。



ふくおか・まごころ駐車場制度が始まります

問合せ 糸田町役場 福祉課 電話26-1241

糸田町役場と糸田町社会福祉協議会の障害者等用駐車場を「ふくおか・まごころ駐車場」と位置づけ、障害者や高齢者など利用証の交付を受けた人が利用できる制度を5月1日(火)から開始します。

利用証交付対象者

- ①身体障害者手帳(視覚障害4級以上、聴覚障害3級以上、平衡機能障害5級以上、上肢機能障害2級以上、下肢・移動機能障害6級以上、体幹機能障害5級以上、内部の機能障害4級以上)、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級所持者
- ②特定疾患医療受給者 ③介護保険要介護1以上の人
- ④妊娠7か月から産後3か月までの人
- ⑤けがで車いすなどを使用している人

利用証の申請方法

障害者手帳や医療受給者証、母子健康手帳などの確認書類を持参して、下記窓口で申し込んでください。代理人申請の場合は、代理人の身分証明書も必要です。申請書は県ホームページからダウンロードできます。

◆申請窓口 福岡県田川保健福祉事務所 社会福祉課 電話42-9315

◆福岡県ホームページ【ふくおか・まごころ駐車場】 <http://www.pref.fukuoka.jp/b03/fukuokamagokorochusyazyou.html>



役場身障者用駐車場に屋根を設置しました(福岡県福祉のまちづくり支援事業補助金)



2/22 ありがとうの気持ちを込めて 糸田小学校で6年生を送る会

今まで先頭に立って引っ張ってくれた6年生に感謝の気持ちを一杯表し、最高の思い出になる集いを贈ろうと、2月22日に糸田小学校で「6年生を送る会」がおこなわれました。各学年や先生から6年生への感謝を歌や合奏などで表現し、6年生はそれに応えるとともに中学校進学喜びや在校生への希望を大きな声で呼びかけました。

また、送る会に先立ち、農業体験学習で10年間お世話になった松岡澄雄さんへのありがとうの会もおこなわれました。田植えや芋掘りを教え、ずっと子どもたちを支えてくれた松岡さんに感謝の気持ちが届けられました。会終了前には、昨年2月におこなったPTAバザーの売上からサッカーボールなどが児童へプレゼントされました。

この日は底冷えのする寒い日でしたが、綺麗に飾りつけられた会場と元気いっぱいの発表で、卒業生・在校生ともに心温まる一日となったようです。



6年生が「大好きです!」



花いっぱいアーチでお見送り



笑顔で報告の吉野さん(中央)

糸田から自衛隊員が誕生

3/5

吉野哲矢さんが自衛隊入隊を町に報告

3月5日、糸田町在住の吉野哲矢さんが自衛隊入隊の報告のため役場を訪れました。

高校時代は柔道部、中学・大学ではサッカー部に所属していたという吉野さん。大学卒業後、一度は就職しましたが車に携わる仕事がしたいという思いを捨てきれず、鍛えた身体を活かしつつ整備士免許などが取得できる自衛隊への入隊を決意しました。

自衛隊の所属は大きく分けて陸・海・空の3つがあり、吉野さんは航空自衛隊に所属するそうです。4月からは山口県防府市にある基地で研修を受け、それぞれの適性に合った部署に配置されるとのこと。「これから自衛隊の中で自分の可能性を探っていきたい」という言葉の通り、多くのことにチャレンジして欲しいですね。

3/6

桜の新名所づくり

中元寺川沿いに桜の苗木を植樹

美しい町づくりの一環として、糸田町議会議員による中元寺川沿岸と岩下公園(宮川一)への桜の植樹が3月6日におこなわれました。皆添橋から糸田橋にかけての桜並木と同じくらい大きく咲き誇る未来を期待し、心を込めて桜を植えていきました。来年の春には少し大きくなった桜の木が美しい花をつけ、町民のみならず中元寺川沿いを車で走る人たちに楽しんでもらえることでしょう。



1本ずつ丁寧に植えました



固定資産税課税台帳の縦覧について

▼問合せ 糸田町役場 税務課
電話 2611233

平成24年度の固定資産税にかかる固定資産課税台帳等を次により関係者の縦覧に供します。

◆期間
4月2日(月)～5月31日(木)
(土曜日、日曜日および祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

◆場所 糸田町役場 税務課

- ◆縦覧できる関係者
- ・固定資産税の納税者
 - ・納税者の委任を得たもの(委任状を要する)
 - ・納税管理人
 - ・土地・家屋についてそれぞれの賃借権その他の使用または収益を目的とする権利を有する者

◆不服審査申出手続き
固定資産税課税台帳に登録された価格

について不服がある場合は、次により糸田町固定資産評価審査委員会に審査の申出ができます。

今回の縦覧において不服審査の申出ができるものは、次に掲げるものに限られますのでご注意ください。

- ・土地
- ・家屋
- ・平成23年中に地目(種別)の変更があった土地に係るもの
- ・平成23年中に新築・増築があったもの
- ・申出先
糸田町固定資産評価審査委員会(事務局) 税務課
- ・申出期間
固定資産課税台帳の縦覧期間の初日(4月2日(月))から納税通知書の交付を受けた日(日)後60日まで(土曜日、日曜日および祝日を除く)
- ・提出書類
固定資産審査申出書(税務課に備えています)

※固定資産の価格とは…

固定資産税は、固定資産の価格を課税標準として課税されるものです。

固定資産の評価は、総務大臣が定めた固定資産評価基準に基づいておこなわれ、市町村がその価格を決定し、この価格をもとに課税標準額を算出します。このようにして決定された価格は固定資産課税台帳に登録され縦覧に供されません。

面接、電話による集中相談を実施いたします。

- ◆ご相談をお待ちしております。
- ◆日時 4月21日(土)
午前10時～午後4時
- ◆筑豊地区
・相談電話番号
094812213883
・飯塚市民事暴力相談センター
(飯塚市役所2階)
- ◆北九州地区
・相談電話番号
093158212140
・北九州市民事暴力相談センター
(北九州市役所2階)

平成24年度 福岡県警察官募集

▼問合せ
田川警察署総務課
電話 4210110
福岡県警察本部警務課採用センター
電話 092162210700

◆警察官A(男性・女性・武道指導)
昭和57年4月2日以降に生まれた人で、大卒(短期大学を除く)、または平成25年3月までに卒業見込みの人。

・採用予定数 男性 170人
女性 30人

◆武道指導
在りて柔・剣道の段位が3段以上などの資格条件があります。

パソコン講座 検定(資格取得)講座

▼問合せ・申込み場所
糸田町民会館
教務課 社会教育係
電話 2610038
FAX 2612526

パソコン講座情報処理(表計算)コースを開催いたします。

今回の定員は8人です。

定員になり次第締め切りますのでご注意ください。

なお、受講生が4人以下の時は教室を実施いたしませんのでご了承ください。

◆火曜日教室
・5月8日(火)から全8回
(5月8日・15日・22日・29日・6月5日・12日・19日・26日)
・毎週火曜日 午後7時～午後9時
・検定日 7月3日(火)

◆金曜日教室
・5月11日(金)から全8回
(5月11日・18日・25日・6月1日・8日・15日・22日・29日)
・毎週金曜日 午後7時～午後9時
・検定日 7月6日(金)

※申込み締切は5月1日(火)午後4時までです。

※申込み多数の場合は、話し合いや抽選になる場合があります。

◆実施場所 糸田町民会館 O A 室

◆警察官C(経済・北京語・情報工学)
昭和57年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた人。

平成3年4月2日以降に生まれた人で大卒(短期大学を除く)、または平成25年3月までに卒業見込みの人。

・採用予定数(経済・北京語・情報工学) 各2人

※性別は問いません。

※受験申込み日現在で、一定の専門的な資格または経験を有する人。

◆受験申込書受付期間
4月2日(月)～4月23日(月)

◆第一次試験 5月13日(日)

◆受験申込要領
田川警察署、最寄りの各交番、駐在所に受験申込書を置いてください。

司法書士による女性のための無料法律相談会

▼問合せ
担当 司法書士 西嶋
電話 092140710813

◆内容
多重債務、生活保護、セクハラ、離婚、DVなどの相談に応じます(ただし、司法書士の業務に関するものに限りません)。秘密は固く守られますので安心してご相談ください。

◆日時 4月22日(日)
午前10時～午後4時

◆場所 福岡市内

◆費用受講料 8,000円(税込)です。

※テキスト代は6,000円～1,200円です。

※検定料は別途がかかります。

(各級により検定料が異なります) 1,500円～3,000円(税込)

裁判所職員採用試験のお知らせ

平成24年度裁判所職員採用総合職試験 (①院卒者試験 [法律・経済区分]、②院卒者試験 [人間科学区分]、③大卒程度試験 [法律・経済区分]、④大卒程度試験 [人間科学区分]) および⑤一般職試験(大卒程度)について

◆申込み受付期間
・インターネット 4月5日(木) 午前9時30分～ 4月11日(水)
・郵送 4月2日(月)～4月16日(月) 【消印有効】

◆第1次試験日 6月3日(日)

※受験資格などの詳細は、最寄りの裁判所で配布する受験案内または最高裁ウェブサイト (<http://www.courts.go.jp/>) でご確認ください。

◆問合せ
・①、③、⑤については 福岡地裁人事課 電話092-781-3141(内線3159~3161)
・②、④については 福岡家裁総務課 電話092-510-0403

道の駅いとだ おじゅごんち通信

3月15日は「おじゅごんち市場」の名前の由来でもある田植祭へのシャトルバスが運行され、町外からのお客様の移動拠点となることができました。また、豚汁、おしるこの無料配布もおこなわれ、具だくさんの豚汁やもちもちの白玉の入ったおしるこに、多くの方が行列を作りました。

4月はついに道の駅いとだも1周年を迎えます。様々なイベントを用意して皆様をお待ちしております。(イベント詳細は20ページに掲載)

定休日：4月11日(水) ※毎月第2水曜日

第42回 田川郡民登山会

申込み・問合せ 糸田町教育委員会 教務課 社会教育係 電話26-0038

- ◆目的 自然とのふれあいを通じて、健康づくりを...
◆主 管 田川郡社会体育振興協会登山専門委員会
◆期 日 4月22日(日)
◆目的 田川郡香春町「牛斬山(5800m)」
◆集合 午前9時30分に香春町探銅所駅前集合
◆参加料 無料
◆参加上の留意点
①本行程に耐える体力の持ち主で、自分の責任で参加するものとし、小学生以下は保護者同伴とします。
②弁当、水筒、雨具などの必要品は、各自で用意してください。
③出発から解散まで団体行動をとり、単独行動はとらないで、役員の指示に従ってください。
④登山中の障害は、応急処置のみ主催者でおこないます。
◆申込み先および締切
参加者は、4月13日(金)までに糸田町教育委員会 教務課 社会教育係(電話)26-0038(または来庁)してください。

せんてい 剪定枝のごみ処理施設への持ち込みについてお知らせします

問合せ 下田川塵芥清掃センター 電話28-3588
糸田町役場 住民課 衛生係 電話26-1235

平成24年4月より下記のとおり剪定枝のごみ処理施設への持ち込みができるようになりました。

Table with 2 columns: 剪定枝の受け入れ (Pruning branch acceptance) and 持ち込む場所 (Disposal location). Rows include acceptance conditions (length, diameter, weight), disposal location (Shimoda Chusei Cleaning Center), confirmation requirements, and fees (60 yen per 10kg, plus 60 yen for over 10kg).

特定健康診査 特定保健指導 がん検診
平成24年度 受付が始まります

問合せ 糸田町保健センター 電話49-9020 (平日 午前8時30分~午後5時15分 土曜、日曜、祝日は休み)

次に該当する人が対象となります
糸田町国民健康保険に加入している人 (平成24年4月1日現在で40歳から74歳の人)
生活保護受給者 (平成24年4月1日現在で40歳以上の人)

糸田町国民健康保険に加入していない人は、特定健康診査・特定保健指導については加入している健康保険組合などにご確認ください。町民のがん検診については、秋にご案内します。

4月上旬に世帯主宛に案内が届きます
世帯全員の申込みハガキが入っています

受付締切日は4月27日(金)

糸田町の特定健診の分析

(平成22年度法定報告データ)
糸田町の健診結果で男女ともに高い数値だったのがHbA1c(ヘモグロビンエイワンシー)。これは過去2か月の食事のとりかたによって変化するものです。この数値が5.2以上だと、血管を傷つけ動脈硬化をおこし、心疾患や脳血管疾患を誘発する恐れがあります。糸田町では、5.2以上の男性平均が67.1%(県平均56.6%)、女性平均は73.0%(県平均57.3%)と大変高い結果がでました。保健センターではこのデータを更に分析し、皆さんの健康づくりを推進していきます。

健康診査のご案内
5月19日(土)・20日(日)
21日(月)・22日(火)
25日(金)・26日(土)
27日(日)

健診結果提出のお願い

- ◆対象 特定健康診査の対象者で、次に該当する人
・職場の健康診断を受けた人
・仕事に関する組合などで受けた人
職場などの健康診断を受けた場合でも、健診項目によっては特定健康診査を受診したとみなされ、健診の結果、必要と判断された人は特定保健指導を受けることができます。
◆提出は糸田町保健センターへお願いします

トレーニング室で健康づくりを始めよう!! 問合せ 糸田町保健センター 電話49-9020

4月スケジュール
【利用料金】 町内...1時間 100円 町外...1時間 150円
【回数券】 町内...12枚綴り 1,000円 町外...12枚綴り 1,500円
※※は健康運動指導士がいる時間です。初回利用や運動についての相談がある場合、この時間にお越しください。

Table with 6 columns: 月曜日, 火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日, 土曜日. Rows show training hours for each day, including specific time slots and rest days.

やすらぎ

社会福祉協議会では寄せられた一般の募金や、香典返し、赤い羽根共同募金配分金により糸田町の地域福祉事業をおこなっています。寄付は社会福祉協議会事務局で受け付けています。

寄付・寄贈の受付先

糸田町社会福祉センター内(役場横) 糸田町社会福祉協議会
電話26-4540 FAX26-3666

◇C組 (二段まで)
3位 和田美智男
2位 廣末 哲彌
優勝 古賀 一男



C組 優勝
古賀 一男さん

◇B組 (三段から二段)
3位 秋山 猛
2位 長尾 博海
優勝 山崎 敏明



B組 優勝
山崎 敏明さん

◇A組 (四段以上)
3位 豊福 成雄
2位 岩野 明爾
優勝 仲山 正時



A組 優勝
仲山 正時さん



3月4日、文化会館で西日本新聞社共催の第23回シルバークラス大会が開催され、19人の参加者が腕前を競い合い交流を深めました。この大会は、年に1度町内居住の60歳以上の人で競われます。

第23回シルバークラス大会開催

ボランティア保険加入受付

- 平成24年度の加入受付を開始します。
- ◆対象者 ボランティア活動団体(無給で自助活動でないこと) 糸田町在住の個人ボランティア(社会福祉協議会に活動内容の登録が必要)
 - ◆掛け金 1人 年額 420円
 - ◆申込み 社会福祉協議会事務局にある申込書に記入し、掛け金をお支払いください。

好評につき…今年度も開催します。「だれにでもできる健康体操」

- 糸田町社会福祉センターでは、イスに座ってできる健康体操教室を開催しています。
- ◆対象者 町内在住の社会福祉センター利用者
 - ◆場所 社会福祉センター内
 - ◆参加費 無料
※ただし、入館料(200円、80歳以上無料)が必要です。
 - ◆内容
・午前10時10分から健康チェック(血圧測定)
 - ・午前10時30分から健康体操(約60分間)
※初めての人でもすぐにできます。
終了後は、本センターにて自由にお過ごしください。
 - ◆開催期日 毎月第4水曜日
(4月は25日(水)に開催します)
※他の月の開催日は、社会福祉センター受付(電話26-4567)に問合せください。

児童館4月のお知らせ

- ◆休館日 毎週月曜日、5月1日(火)
- ◆開館時間 午前10時～午後6時
☆☆今月から開館時間に変更になります☆☆
*小学生未満のお子さんは保護者と一緒に来てください。



健康ひろば kenkouhiroba 日々の暮らしに役立つ健康だより



健康のために 痩せる!! 生活習慣病の原因の一つは肥満!!

■問合せ 糸田町保健センター 電話49-9020

トレーニング室で運動を始めて2か月で約6.7kgの減量に成功したSさん。今回はSさんの減量成功の力を皆さんにお伝えします。

Sさん基本データ 65歳 男性

	初回 1月12日	1か月後 2月13日	2か月後 3月7日
身長	168.8cm	168.8cm	168.8cm
体重	97.4kg	93.9kg (3.5kg減)	90.7kg (6.7kg減)
腹囲	119.5cm	—	109.0cm (10.5cm減)



保健センターでの運動を始める前のSさんは、体を動かすことは苦でなく毎朝ウォーキングを励行していたとのこと。しかし食生活は暴飲暴食で、昼は脂っこい食事、夜は外食も多く、友人も認める大食漢。家で

は食べてそのままソファに横になってすぐ寝る、という生活をしていました。当然このような生活では体に余分な脂肪が付きまわります。それ以上に心配なのが生活習慣病で、心臓や血管を傷めて命を縮める恐れもあります。「健康のために 痩せよう!」と一念発起したSさんのため、まず食生活の改善から取り組みました。三食必ずとり、昼食はちゃんぽん定食などの高カロリー食から蕎麦などの低カロリー食へ。夕食は高たんぱく質の食材などを多く取り入れた野菜中心の食事を心がけ、その上で脂肪減少のために有酸素運動と筋力トレーニングをしました。本人の強い意志と家族の協力もあり、1か月で3.5kg、2か月後には6.7kgの減量に成功。腹囲も2か月で約10cm減少し、ズボンのベルトも狭くなりました。現在の目標は10kgの減量。Sさんは「健康に対する意識が変わり、食生活や運動の重要性を理解し実行すると、こんなに嬉しい結果を出せる」と喜んでいました。

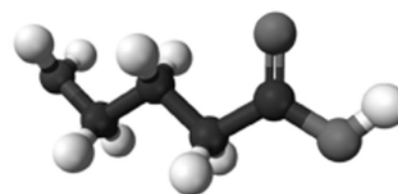
バランスのよい食事と適度な運動で「痩せる!」、爽やかな春「健康のために 痩せよう!」と思った人は、まずトレーニング室に来て運動を始めませんか? 保健センターでは、町民の健康づくりをすすめるため、健康については保健師・看護師、食生活は管理栄養士、運動は健康運動指導士が連携してサポートします。

健康運動指導士 大原

ギャバと血圧

管理栄養士 田中 薫

■問合せ 糸田町立緑ヶ丘病院
電話26-0111



ギャバとは「γ-アミノ酪酸」のことで、植物や甲殻類、ほ乳動物などの自然界に広く存在するアミノ酸の一種です。ヒトをはじめとするほ乳動物では、神経伝達物質として脳や脊髄などの中枢神経に特に多く存在することが知られています。

血圧に対するギャバの働きは、交感神経の亢進を抑え、血管を収縮させる作用のある神経伝達物質ノルアドレナリンの分泌を抑制することで血管を弛緩(ゆるめ)させ、血圧を下げるものと考えられています。さらに、腎臓の機能を活性化させ、その結果、血圧を上げる塩分の排出を促すことが報告されています。

ギャバが多く含まれる食品は、ジャコやメダシなどの頭から食べられる小魚をはじめ、芽玄米やギャバ含有発酵乳などで、これらを取り入れることで健康管理に役立ててほしいと思います。

しかし、もっとも重要なのは、食生活を含めた生活習慣の改善により血圧を管理することです。塩分やアルコールを控えたバランスのとれた食事、適度な運動と休息、禁煙、適正体重の維持を心がけてください。

パノラマ田

福智町
定禅寺「晋山式」
 ■4月29日(日・祝) ■定禅寺
 午前9時15分～ 稚児行列(福智町弁城迫公民館 出発)
 午前10時～ 定禅寺で式典開始
 ■問合せ 電話22-0637
上野焼春の陶器まつり
 ■4月27日(金)・28日(土)・29日(日・祝)
 ■上野の里ふれあい交流館・各窯元
 ■問合せ 上野焼協同組合 電話28-5864

添田町
添田公園 桜まつり
 ■4月8日(日) 午前10時～午後3時 ■添田公園周辺
 ■問合せ 添田町役場地域産業推進課商工観光係
 電話82-1236

田川市
映画「一枚のハガキ」上映
 ■5月3日(木・祝) ■田川青少年文化ホール
 1回目 午前10時30分～午後12時30分
 2回目 午後2時30分～午後4時30分
 3回目 午後5時30分～午後7時30分
 ■前売券 大人1,100円(当日券1,300円) 学生500円
 ※中学生以下は無料
 ※東日本大震災支援のために前売り券1枚につき募金100円をいただき、被災地に送ります。
 ■問合せ 田川地区労センター 電話45-1122

シリーズ 系田町の文化財のは・な・し 第130話

昭和4年田植祭の記事について



ハッピーの背に金の文字



蜂に襲われたむくで(右側手前)



女兒によって田植舞が奉納されます

今回ご紹介するのは、毎年3月15日に実施されている田植祭です。昭和4年に実施された田植祭の様子が「民俗芸術 第3巻 第六号」(昭和4年6月1日発行)の中で、桑野辰夫氏による「豊前系田の田植祭」という表題で紹介されています。記事には、むくでなどが田植え行事で着用しているハッピーには当時からマルに金の字が使用されていることや、蜂がおそってくる場面や牛が走りまわる様子などが描かれています。また、田植祭の会場である金村神社の紹介や現在も続く「田植舞」の初奉納の風景なども記載されており、田植祭の様子が分かる貴重な資料となっています。

参考資料:「民俗芸術 第3巻 第六号」(昭和四年六月一日発行)「豊前系田の田植祭」桑野辰夫氏著

ご意見・ご感想・ご要望などがありましたら、系田町教育委員会 教務課 社会教育係(電話26-0038) 担当 岩熊真実まで

今月のお知らせ 4 April 月

優良運転者表彰の申請

◆問合せ・申込み
 田川交通安全協会
 電話42-2476

◆対象者
 ・車の運転歴が10年以上無事故、無違反の人。ただし刑法上罰金刑以上の犯罪行為がある場合は受賞の資格を失います。
 ・交通安全協会、会員であること。

◆申請期間
 ※福岡県安全運転センターの無事故、無違反証明書が必要で、証明書は各自で請求されても、安全協会に依頼されても結構です。ただし、いずれにしても安全運転センターの手数料750円が必要となります。

◆問合せ
 アフリカへ毛布を送る運動
 田川地区明るい社会づくり運動協議会
 電話080-3944-6600
 私たちは毎年、戦争や干ばつなどで家を失ったアフリカの人たちに毛布を送る運動をおこなっています。ぜひみなさんもこの運動に参加してみませんか?
 洗濯した毛布1枚につき1,000円の輸送料をお願いします。

第12期 筑豊市民大学募集要項

◆問合せ
 筑豊市民大学運営委員会
 専用携帯
 電話080-5210-0245

◆募集期間
 4月2日(月)～5月15日(火)
 ◆場 所
 福岡県立大学・その他
 ◆募集人員
 ・ゼミ方式
 ・各ゼミ20人程度
 ※10人に満たないときは中止になる場合もあります。
 ・講座方式 100人程度
 ◆開催日
 基本は毎月1回の開催
 ・ヘルシーエイジングゼミ
 第3土曜日 午後1時30分～午後3時30分
 ・中高年里山歩きゼミ
 第3日曜日 午前9時～午後2時

◆募集期間
 4月2日(月)～5月15日(火)
 ◆場 所
 福岡県立大学・その他
 ◆募集人員
 ・ゼミ方式
 ・各ゼミ20人程度
 ※10人に満たないときは中止になる場合もあります。
 ・講座方式 100人程度
 ◆開催日
 基本は毎月1回の開催
 ・ヘルシーエイジングゼミ
 第3土曜日 午後1時30分～午後3時30分
 ・中高年里山歩きゼミ
 第3日曜日 午前9時～午後2時

リカの人たちに毛布を送る運動をおこなっています。ぜひみなさんもこの運動に参加してみませんか?
 洗濯した毛布1枚につき1,000円の輸送料をお願いします。

◆築豊郷土史ゼミ
 第2日曜日 午前10時～正午
 ◆講座方式
 第4土曜日 午後1時30分～午後3時30分
 ◆年会費
 1万円(重複受講は一つの分科会ごと、2千円)
 ※詳しくは問合せください。

◆申込み・問合せ
 一般財団法人
 福岡県遺族連合会
 電話092-76110012

先の大戦における海外での本県出身戦没者の方々を追悼し、平和を祈念するため、慰霊巡拝団員を募集します。

◆中国(浙江省・湖北省・雲南省地域)
 ・杭州、武漢、昆明、騰冲など
 ◆期間 7月27日(金)～8月2日(木) 7日間
 ◆台湾・パシフィック海峽(高雄、花蓮、九份、台北など)
 ◆期間 10月29日(月)～11月2日(金) 5日間

◆定 員
 両地域ともに 15人
 ◆申込み期限 5月31日(木)
 ※参加資格、費用などは問合せください。
 ※参加費用については、4月中旬決定予定。

納め忘れはありませんか?

国保税は年間を8期に分けて納めていただいています。特別な理由もなく保険税を滞納すると
 ①督促をうけたり、延滞金が加算される場合があります。
 ②有効期間の短い「短期被保険者証」が交付される場合があります。
 ③保険証を返すことになり、「被保険者資格証明書」が交付されます。(このとき、かかった医療費はいったん全額自己負担となります)
 などの滞納措置がとられる事がありますので、いま一度確認をお願いします。「アツ忘れてた」をなくすためには口座振替が便利です!!

国民健康保険

人権・行政相談日

4月18日(水) 毎月第3水曜日 午前9時～正午
 系田町住民センター 2階 第2・3研修室
 問合せ 系田町役場 総務課 電話26-1231

系田町の事件事故 2月

▶ 窃盗事件 1件(±0)
 ▶ 交通事故 8件(+2) ※()内は先月比
 ▶ 問合せ 田川警察署 電話42-0110

ルールを守って犬・ネコは正しく飼いましょう!

◆特に「フン」の後始末に注意してください。
 ・犬の運動や散歩のときの「フン」は飼い主が責任もって持ち帰る。
 ・ネコは隣近所に迷惑をかけないように、家で「フン」をするように、しつける。
 ◆犬は放し飼いをしない。
 ◆年1回の狂犬病予防注射を必ずする。



愛犬 モコ

生ごみの減量化にご協力ください!!

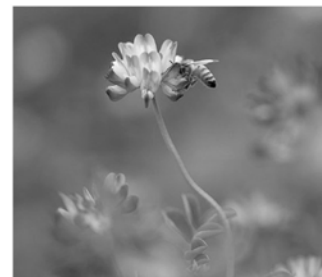
◆問合せ 系田町役場 住民課 衛生係 電話26-1235

生ごみ処理容器・電動式生ごみ処理機を購入されますと、系田町より下記の限度額を超えない範囲で購入金額の1/2の補助金が支給されます。

◆町補助限度額
 ・生ごみ処理容器(10ℓ以上) 1個あたり 2,500円
 ・電動式生ごみ処理機(家庭用) 1基あたり10,000円

二月系田短歌会詠草

安藤寿明 選
 草萌ゆる系田城跡君と立ち
 町の歴史語りし日遙けし
 都 思 秋
 朝の雨夕べに雪となりゆき
 ぬ訪ひ来し妹に露の菫摘む
 木村 笑佐子
 鉢植えのパンジーブルラムラ
 咲きおきてチューリップは
 芽立ち初めぬ
 安藤悦子
 蛾梅は吾庭隅に香を放ち朝
 の雪のはつかに積る
 大角 キクエ
 産まれ舎を終の棲家と暮し
 おり多くなりゆく亡きし人の夢
 川津 政造
 真夜覚めて夢に顕ちし子ら
 想ふいづち空か遠き雷
 安藤寿明



系田町民会館俳句教室

岩井鬼童 選
 甲冑の艶の際立つ余寒かな
 山本 空木
 茶柱にいい事ありと今朝の春
 堀 弘子
 海鳴りの浜の天神梅祭り
 大 司浪
 耳たてて着物着せらるる免難
 伊藤 千里
 園児らの声たかだかと春の歌
 小松 清子
 恋猫の艶なる夜のセレナーデ
 今井 三千代
 人恋し寄り添ひ歩く春の夢
 古賀 ひろこ
 残寒の祈願の乳房鬼子母神
 許 斐成子
 横に妻共に種蒔く土匂ふ
 坂田 浩一
 一輪の梅が人呼ぶ名勝負園
 倉智 節子
 女らの蔵元で買ふお白酒
 矢野 千鶴子
 椿咲き酒造を守る屋敷神
 井上 千代子
 雑巾を絞る手の泣く余寒かな
 吉村 ヨシ子
 筆塚の彫り深き銘梅三分
 迫田 昌子
 轉りも小笠原流茶釜塚
 長副 美恵子

日曜句会

島本流 花選
 送辞より 答辞にむせば
 初陣の 水飲んで行く 卒業す
 小宮 ももえ 恋の猫
 海光の 春めく岬 廻りけり
 被災地の 復興遅々と 春を待つ
 岡本 深雪
 鹿の害 ネットはりけり 春の山
 梅ひらく 潮風うけて 浜の宮
 三輪 敏夫
 難人形 さとすごときや 優しき眼
 作兵衛の 遺産すこやか 風光る
 日高 孝
 盆梅の 並びし寺の 茶の湯かな
 荒海の 飛沫にうたれ 牡蠣育つ
 松本 すま女
 春泥に 子犬を抱き 少女来る
 一声を 里に残して 鶴帰る
 吉積 漫歩
 陽春とは まだ云ひ難き 今日空
 麦の芽や しげを句碑まで 歩を伸ばし
 杉本 みどり



隣保館俳句教室

島本流 花選
 小袖着る 祝いの宴に 梅の花
 今村 悦子
 春炬燵 子猫と野球 見てをりぬ
 久富 五月
 風止んで 辛夷の花の 光りをり
 豊福 長生
 春炬燵 話題も変へず 途切れなく
 井上 吐詩生

祝 道の駅いとだ 開駅 1周年感謝祭 開催

4月14日(土)
15日(日)

イベント内容

- ✓ ビンゴ大会 (14日、15日)
 - ✓ マグロ解体ショー (15日)
 - ✓ 米、風船無料配布 (14日、15日)
 - ✓ 和太鼓演奏 (14日、15日) などなど
- ※詳細は下記スケジュールをご覧ください。

タイムスケジュール

4月14日(土)		午前9時	午前10時	午前11時	正午	午後1時	午後2時	午後3時	午後4時	午後5時
イベントなど			バナナ 即せ売り	和太鼓 演奏①	ビンゴ大会	和太鼓 演奏①	バナナ 即せ売り			
その他		米(2合) 無料		風船 無料		風船 無料				

4月15日(日)		午前9時	午前10時	午前11時	正午	午後1時	午後2時	午後3時	午後4時	午後5時
イベントなど		中国獅子舞	ビンゴ大会	和太鼓 演奏②	糸田舞姫 演技		マグロ解体ショー		カラオケ大会	
その他		風船 無料	米(2合) 無料			風船 無料				

※スケジュールは変更になる場合があります。

- ※和太鼓演奏 ①…和太鼓クラブたぎり
②…町立保育所 保育士
- ※ビンゴ、米、風船の無料配布は各回先着150人

物産館

新鮮野菜の特売

フードコート

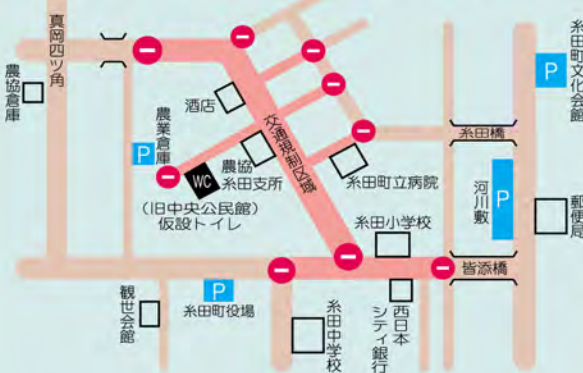
各店舗オリジナル特典をご用意



糸田祇園 山笠での 交通規制

5月12日
午後6時～午後10時まで
5月13日
午後4時～午後10時まで
交通規制をおこないます。
ご協力をお願いします。

- 駐車場は、糸田町役場・郵便局前河川敷・糸田町文化会館・農業倉庫へ。
- トイレは、旧中央公民館跡地仮設トイレをご利用ください。



今年も山笠の季節がやってきます!



5月12日(土) 夕方～夜
13日(日)

フェスティバルパーク(旧後場跡)に山笠が大集合!

