

3

広報みずまき  
2016

遠賀・中間1市4町合同企画  
ブラツクダイヤと  
5つの物語

T O W N M I Z U M A K I I S S U E

広報

みずまき



**ブラックダイヤが紡ぐ  
国の産業発展の歴史**

筑豊地方や遠賀・中間地域で産出された石炭は、重要なエネルギー源として利用されました。この石炭は、遠賀川や堀川を利用した「水運」や、鉄道を利用した「陸運」で運搬され、国の産業発展の礎となりました。

「水」と「石炭」。この2つの資源に恵まれていたことが、中間市でのポンプ室建設につながりました。

**ブラックダイヤが紡ぐ  
国の産業発展の歴史**

筑豊地方や遠賀・中間地域で産出された石炭は、重要なエネルギー源として利用されました。この石炭は、遠賀川や堀川を利用した「水運」や、鉄道を利用した「陸運」で運搬され、国の産業発展の礎となりました。

**「水」と「石炭」が  
ポンプ室建設の決め手**

20世紀初頭、鉄の需要が高まってきました。そのため必須だったのが、大量の水の確保でした。

そこで水源として期待されたのが遠賀川。遠賀川は、古くから「氾濫することはない」といわれるほど豊かな水量を誇っていたのです。

しかし、問題は遠賀川から製鐵所までの約11kmにも及ぶ距離。これを解決したのが、海外で実績のあったヘイソーン・デビー社製の蒸気エンジンポンプでした。産地であった中間市には、その蒸気エンジンポンプを動かすために必要な石炭が、大量にありました。

「水」と「石炭」。この2つの資源に恵まれていたことが、中間市でのポンプ室建設につながりました。

# 100年以上稼働するポンプ室



上) 新日鐵住金(株)八幡製鐵所まで、毎日12万トンの水を送っている鉄管道路。  
下) ヘイソーン・デビー社製の蒸気エンジンポンプ。ポンプの高さは地上5m、地下2mにもなります。  
左) 世界文化遺産に登録された構成資産の一つ、遠賀川水源地ポンプ室。(写真提供：新日鐵住金(株)八幡製鐵所)

**鉄鋼業に欠かせない  
「水」を送るポンプ室**

遠賀川水源地ポンプ室は、官営八幡製鐵所の施設として、明治43(1910)年に建設されました。

当時、製鐵所の鉄鋼業は国が進める近代化の柱として重要視され、鉄鋼の生産量を2倍にする計画がありました。この計画に欠かせないのが「水」。その水を遠賀川から製鐵所まで供給し続けているのが、この施設です。

今月の特集記事では、遠賀・中間1市4町の文化遺産を紹介。この地域が日本の近代化にどのように関わってきたのかを伝えます。

黒いダイヤともいわれた石炭。かつて筑豊地方から遠賀・中間地域にかけては、石炭の一大産地として知られていました。

「官営八幡製鐵所の誘致」「遠賀川と堀川の水運の盛衰」「鉄道の発達」という私たちが住む地域で起きた出来事を、その「石炭」というキーワードで結び付け、5つの物語にしました。

【中間市】遠賀川水源地ポンプ室

平成27年7月5日  
世界遺産に登録

明治日本の産業革命遺産  
製鉄・製鋼、造船、石炭産業

23施設で1つの世界遺産

極めて短期間のうちに急速な近代化を遂げた日本。その近代化の過程を示す重要な産業遺産群として、長崎県の端島炭坑(軍艦島)や山口県の松下村塾など、8県に点在する23施設が「明治日本の産業革命遺産 製鉄・製鋼、造船、石炭産業」として、世界遺産に登録されました。

稼働施設の登録は日本初

中間市の遠賀川水源地ポンプ室は、その23の施設に含まれています。現在も稼働している施設が世界遺産に登録されるのは、日本では初めてのことです。

●ところ 中間市土手ノ内

【芦屋町】川ひらた

# 遠賀川を行き交った川ひらた

●ところ 芦屋町中ノ浜

筑豊炭田などの石炭運搬に使われた川ひらた。五平太船とも呼ばれ、最盛期には約7000艘の船が遠賀川や堀川を行き交いました。

## 浅い河川を進むのに 有利な川ひらた

川ひらたは、船底が浅く平らになっているのが特徴の川船です。海で使われる船は、波を切って進むため船底が三角形になっています。しかし、浅い河川で使われる船には、底がつかえないこの形状が適しているのです。

## 水運の主力は 芦屋町の川ひらた

また、若松港から石炭を積み出すため、遠賀川と洞海湾をつなぐ堀川ルートの水運も活発になります。

## 芦屋港や若松港への 石炭運搬で活躍

古代から重要な港であった芦屋町は、川ひらたを使った水運でも知られていました。

特に、江戸時代後期以降、筑豊炭田などの石炭の輸送手段として、川ひらたが重要な役割を担います。川ひらたに載せられた石炭は、遠賀川を下って芦屋港に運ばれ、海を渡る沖船へと積み出されました。

明治時代になり、石炭産産業が発達すると、遠賀川、堀川流域を行き交う川ひらたはますます増えました。明治30年ごろには遠賀川流域の川ひらたは約7000艘を数え、そのうち半数以上が遠賀郡内の川ひらたでした。その中でも、芦屋町の川ひらたは最も多くを占めていました。その後、石炭輸送の役割は、大量に早く輸送ができる鉄道に、徐々に移っていくものの、川ひらたでの輸送も昭和時代初期まで続きました。現存する川ひらたは2艘だけだといわれ、芦屋町中央公民館と県立折尾高校（八幡西区大膳）に1艘ずつ保存されています。



上) 芦屋町中央公民館に展示されている現存する川ひらた。「ひらた船」という名称で県指定文化財になっています。



左) 川ひらたを改造した船に乗り、芦屋見物と船遊びをする香月町（現・八幡西区香月）の貝島大辻炭坑の職員。

【水巻町】堀川

●ところ 水巻町吉田東・水巻町吉田団地

# 日本の近代化を支えた水運

遠賀川から洞海湾までの水運を可能にした堀川は、地域の石炭産産業を活性化させ、それが官営八幡製鐵所の誘致へとつながっていきました。

## 江戸時代から 流れ続ける運河

堀川は、遠賀川から分かれ、洞海湾へ注ぐ約12kmの運河です。江戸時代初期に遠賀川洪水の防止、かんがい用水の確保、物資の流通を目的として開削が計画されました。

宝暦12（1762）年に開通し、宝暦13年に川ひらたが堀川を行き来し始めます。

## 日本の重化学工業の 発展に貢献

石炭産産業の発展に伴い、堀川を行き交う輸送船は急速に増加。明治時代になると輸送が石炭採掘に追いつかなくなり、明治24（1891）年には、若松と直方間に開通した筑豊興業鉄道での輸送が始まります。明治30（1897）年には、現在の北九州市に官営八幡製鐵所が誘致されました。製鉄に必要な石炭が豊富にある筑豊炭田が控え、水運や鉄道での高い輸送能力を持つ立地が注目されてのことです。

石炭輸送の役割は、徐々に鉄道に移っていくものの、昭和時代初期まで堀川の水運は活躍し続けました。

江戸時代に遠賀川と洞海湾をつないだ堀川。その流れは、日本の重化学工業の発展に貢献したのです。



上) 明治時代中期の水巻町吉田付近。堀川に多くの川ひらたが付けられている。



左) 大正時代の河守神社前(水巻町吉田東)の堀川。川ひらたが帆を揚げるのは珍しい。

## 石炭の採掘が 変えた役割

当初は、1日平均5艘くらいが、藩の年貢（米・大豆）を運んでいる程度でしたが、特産物（ハゼの実・ろう・菜種・卵）や日用品も運搬されるようになっていきます。

江戸時代後半に、筑豊の遠賀川流域で石炭が採掘されるようになると若松まで石炭を積み出す輸送路とな

1940

昭和時代

1930

1920

大正時代

1910

1900

1890

明治時代

1880

1870

1860

江戸時代

【岡垣町】赤レンガアーチ

# 旧路線の軌跡を残す美しいアーチ

遠賀郡内に初めて鉄道が通った明治時代後期。そのころの軌跡をたどることができる橋梁が、今もなお鉄道の往來を見守っています。

## 汽車は海岸寄りを走る予定だった

石炭産業の発展を受け、石炭輸送は大量に早く輸送できる鉄道へと移っていきました。そのような時代の流れを受け、明治23（1890）年に遠賀川駅～赤間駅間の鉄道路線が開通します。

初めの予定では、現在よりも海岸寄りを通るはずだったこの路線。しかし、陸軍の命令で、海から攻撃されにくい位置へと変更されます。こうして、内陸部に遠賀川駅が建設され、岡垣町の山あいを抜ける現在の路線の原型ができたのです。

## 開通した路線には急勾配の難所があった

実は、この時の路線は現在よりも南側を通っていました。岡垣町と宗像市の境界にある城山峠を越えて赤

間駅（宗像市赤間駅前）に抜けていたのです。急勾配の区間では、列車の前後から補助機関車で支援することで、何とか通過していました。この後、城山トンネルを開通させ、勾配の緩い路線へ変更されたのです。

## 今も路線のかたわらにたたずむ美しい橋梁

その当時の風景が残る場所が、岡垣町海老津にある赤レンガアーチです。現在の路線ができる前の旧路線で使われていたもので、遠賀川駅～赤間駅間が開通した時に、ドイツ人技師がイギリス式の設計で造ったものです。

このころの橋梁には、簡単に手に入り、外観が美しい素材として、レンガが多く使われていました。道路と立体交差になっていたレンガ造りの美しいアーチは、今も明治文化の面影を残しています。



上) 美しいアーチを描く、レンガ造りの橋梁（岡垣町指定文化財）。  
左) 赤レンガアーチに代わり現在も鉄道の往來を支えるレンガ造りのトンネル。



●このころ 岡垣町海老津

【遠賀町】遠賀川駅

# 石炭産業と共に歩んだ基幹駅

石炭産業の黄金時代に重要な役割を担っていた遠賀川駅。基幹駅としてさまざまな路線をつなげていたのです。

## 遠賀町誕生に強い影響を与えた石炭産業

明治時代初期から日本の産業発展に貢献してきた筑豊炭田。その石炭産業の黄金時代に遠賀川駅は重要な役割を担っていました。

遠賀川駅は、国鉄室木線など石炭運搬を主な目的とする路線が接続する基幹駅だったので、石炭産業の発展と鉄道開通での人口の急激な増加は、遠賀村からの町制施行を実現させました。

## 開通と廃止を繰り返した芦屋との路線

遠賀川駅から芦屋までをつないだのが、芦屋軽便鉄道の路線です。大正4（1915）年に開業した芦屋軽便鉄道でしたが、芦屋港から若松港へと石炭積み出しの主力基地の役割が移ったことなどで、石炭運搬に

用いられることはなく、昭和6年に廃止されました。

しかし、米軍芦屋基地への物資輸送などをする路線が必要となり、昭和22年に再び遠賀川駅と芦屋が結ばれます。これが、国鉄芦屋線です。昭和25年には一般旅客を乗せるようになったのですが、この路線も米軍芦屋基地が返還された昭和36年に廃止されました。

## 今も残る廃線跡 追憶の国鉄室木線

国鉄室木線は、明治41（1908）年から昭和60年まで遠賀川駅から鞍手町の室木駅までを結んでいました。

石炭運搬の役割を終えた後も、通勤や通学に利用され、新幹線建設のための資材運搬用の路線としても活躍しました。今でも、遠賀川駅付近では、ノスタルジックな姿を残す廃線跡を見ることが出来ます。



上) 遠賀川駅を発着していた8620形の蒸気機関車。活躍していた当時の姿のまま遠賀総合運動公園に展示されています。



左) 手前の橋梁が室木線跡、奥は鹿児島本線下り。

●このころ 遠賀町遠賀川

## タクトで音が自由自在



1月20日、頃末小学校で福岡教育大学の学生が行う音楽アウトリーチコンサートが開かれました。この活動は、福教大の大学院生が頃末小学校を講師で訪れていた縁で実現したものです。児童たちは本格的な指揮者体験などを一緒に楽しみました。

## 貴船神社節分祭



1月31日、貴船神社(吉田東)で節分祭が行われました。

豆まきが始まると、前方が見えないほどの人だかりとなった境内。子どもも大人も、まかれる豆を受け取ろうと手を伸ばし、恒例の行事を楽しみました。

## おいしくできるといいな



2月3日、いきいきほーるで離乳食教室「わんぱくランチ」が行われました。

参加したのは16人のお母さんたち。子どもの発達段階に応じて、すりつぶしたり、優しい味付けにしたりする工夫を座学と調理実習で学びました。



## 防災学習って楽しいね

イザ!カエルキャラバン! in みずまき

1月16日、猪熊小学校の土曜日授業で防災学習が行われました。この防災学習では、「イザ!カエルキャラバン!」という防災体験プログラムを町内で初めて導入。各プログラムは、子どもたちが参加しやすいように、クイズやゲームの要素を盛り込んだものとなっています。その内容は、倒れた人を毛布で運ぶ方法や、新聞紙を食器代わりに使う方法など、実際の災害時に使われた技術を学ぶ実用的なものです。

各プログラムを受けた子どもたちからは、「毛布で人を運ぶときに落とさないようにするのが難しかった」「ボールや簡易トイレのことを知らなかったので、教えてもらって驚いた」といった声が聞かれ、災害時のさまざまな対応方法を学べたようです。



たすきをつなぐ

遠賀郡駅伝競走大会

2月11日、芦屋海浜公園で遠賀郡駅伝競走大会が行われました。参加したのは32チーム160人の選手たち。チームのたすきをつなぐために、全力で走りぬぎました。

町内の参加チームの成績は次のとおりです。(敬称略)

【団体】●中学生男子①水巻中学校●中学生女子①水巻南中学校A  
【区間賞】●小学生女子▷3区 福山大喜(吉田水泳A)▷5区 原田愛理(宮尾台ミニバスケット)●中学生男子▷1区 石松希仁(水巻中学校)▷2区 大濱徹也(水巻中学校)●中学生女子▷1区 矢納遥(水巻中学校)▷2区 橋本玲菜(水巻中学校)▷3区 山添琉菜(水巻南中学校A)▷4区 中原美羽(水巻南中学校A)▷5区 船津桜子(水巻南中学校A)



## お祝いとお礼を伝えました

広報みずまき新春クイズ当選者発表

2月3日から8日までに、広報みずまき1月10日号に掲載した新春クイズの賞品を、役場広報担当者が当選者の家に届けました。

当選者の新川マツエさん(写真)は「広報に載っている料理のレシピを参考にしています。賞品でもらったこのでかんににく加工品を使って、一工夫してみます」と、感想を話してくれました。

当選者は次の皆さんです。

【新春クイズ当選者(順不同・敬称略)】

新川マツエ(頃末北)、野村和男(猪熊)、卯野律子(梅ノ木団地)、楠田圭子(高尾)、入江加津子(立屋敷)、工藤美代子(下二西)、山田等(二東)、樋口澄男(二東)、高田剛(吉田西)、田辺すが子(吉田東)



## 骨は静かに語る

歴史資料館講演会

2月7日、図書館視聴覚ホールで歴史資料館講演会が行われました。講師は、山口県下関市にある土井ヶ浜ミュージアム博物館の松下孝幸名誉館長。人の骨からさまざまな歴史をひも解く松下先生は、形質人類学という分野の第一人者です。

これまでに行った1万體以上の人骨の調査を基に「九州・山口地域の弥生人は3つのタイプに大きく分かれ、北部九州の人たちには大陸からの渡来民の特徴が強く表れています。現代の人の骨はあごが細くなって美しく見えますが、これはかむ力が弱まっているという危険な兆候。食生活の見直しは今後必須です」と、過去から未来を予見していました。

2月4日、南部公民館で親子で遊ぼう「親子ふれあい遊び」が行われました。この日集まったのは、21組46人の親子。子ども発達支援センターいっぽの久田恵子施設長を講師に招き、親子が愛情を伝えあう過ごし方を楽しく学びました。

簡単な手遊びから始まった内容は、だんだんと全身を使ったふれあいへ。子どもたちの反応や喜び方も、それにつられてどんどん大きくなっていきました。

久田先生は「スマホに子守りをさせないでください。赤ちゃんの心や体は、人や自然と関わる遊びの中で大きく育っていきます。親と同じものを見て気持ちを共感してもらえるということは、赤ちゃんの自己肯定感を育てるためにとても大事ですよ」と、直接ふれ合うことの大切さを最後に呼び掛けました。

目と目、手と手で伝わる愛  
親子で遊ぼう「親子ふれあい遊び」

# PUBLIC みんなのひろば SQUARE

読者の皆さんが  
つくるページです

地域の出来事やサークル・講座のお誘い、日々の感じていること、イラスト、広報へのご意見・ご感想などを寄せさせていただきます。お問い合わせ 役場企画広報係 ☎201局4321番

## 「すまいる\*すまいる」 会員募集

運動普及推進会「すまいる\*すまいる」は、気軽に楽しくできる運動の普及に取り組んでいるボランティア団体です。毎月の定例会で情報交換をしながら、地域の依頼で、健康体操の講師などを行っています。



- とき 毎月第4木曜日午前9時～11時30分
- ところ いきいきほーる
- 費用 年会費1000円
- 申し込み・問い合わせ いきいきほーる健康課 ☎202局3212番

## 韓国語講座 受講生募集

遠賀韓国会館では、習熟度に応

じた韓国語講座を行います。  
〔入門クラス〕

- とき 4月12日(火) 開講・毎週水曜日午後7時～8時30分(月3回)
- 対象 韓国語が全く分からない人

〔初級クラス〕

- とき 4月15日(金) 開講・毎週金曜日午後7時～8時30分(月3回)
- 対象 韓国語を少し習ったことがある人

〔中級クラス〕

- とき 4月13日(水) 開講・毎週水曜日午後3時～4時30分(月3回)
- 対象 韓国語がある程度話せる人

〔共通事項〕

- ところ 遠賀韓国会館(頃末南) ※駐車場があります。
- 定員 各クラス20人(先着順)

- 費用 月2500円
- 申し込み・問い合わせ 遠賀韓国会館 ☎201局1823番

## アロマ&ハーブ教室 参加者募集

ハーブの持つ成分を、健康や美容に役立ててみませんか。メデイカルハーブコーディネーターから、ハーブの使い方を学びます。料理に使ったり、育てたりとハーブを生活の一部にしてみよう。

- とき 毎月第3土曜日午後1時30分～3時30分
- ところ 中央公民館
- 費用 月2500円
- 問い合わせ 久野 ☎(090)1367局3735番
- とき 7月下旬～8月中旬の夏休み海外派遣で世界を広げよう

## みんなに 教えて おいしいおかず Recipe vol.185

### ニンジンサラダ



調理：食生活改善推進会

材料・4人分

ニンジン	280g
レーズン	大さじ2
塩	小さじ½
レモン果汁	大さじ2
オリーブ油	大さじ2
コショウ	少々
パセリ	適量

作り方

- ①ニンジンは、細めの千切りにして塩を振り、しんなりしたら、しっかり水気を絞る。
- ②レーズンは湯通しする。
- ③①、②をレモン果汁・オリーブ油・コショウで調味する。器に盛って、パセリのみじん切りをのせる。  
1人分102キロカロリー、塩分0.8グラム

料理一口メモ

ニンジンは、ベータカロチンの含有量が多いのが特徴です。ベータカロチンは免疫力を高める働きがあり、油と一緒に調理することで効果が高まります。

- 費用 25～69万円程度 ※派遣先で異なります。
- 派遣先で日程が異なります。
- ところ 英国、オーストラリア、カナダ、スイパン、シンガポール、フィジー、フィリピン、モザンビーク
- 対象 小学校3年生～高校3年生
- 内容 ホームステイ、ボランティア、文化交流、学校体験、英語研修、地域見学、野外活動など

- 費用 5月25日(水)までに申し込みと、1万円程度の引金をします。
- 申し込み 5月26日(木)または6月9日(木)
- 事前説明会 費用は無料で予約不要です。
- 申し込み・問い合わせ 国際青少年研修協会 ☎(03)6417局9721番



## ギラヴァンツ北九州のホームゲームへ 水巻町民を無料招待します



2016シーズンが始まりました。今年もホームゲーム無料招待を継続します。本城陸上競技場をホームスタジアムとして活動するラストシーズンです。皆さんの熱い声援を選手たちに届けてください。

- とき・申込期限
- ▷3月20日(日) 午後4時(ロアッソ熊本戦)・申込期限3月17日(木)
- ▷4月9日(土) 午後4時(横浜FC戦)・申込期限4月6日(水)
- ▷4月23日(土) 午後4時(清水エスパルス戦)・申込期限4月20日(水)

- 定員 各50人(抽選)
- ところ 本城陸上競技場(八幡西区御開)
- 申込方法 町ホームページから申し込むことができます。必要事項を入力してください。 ※役場企画広報係 ☎201-4321 へ電話でも申し込むことができます。
- 問い合わせ (株)ギラヴァンツ北九州 ☎863-6777



平成12年4月～平成28年2月  
全191回

## コーナー終了します

第1回目の広報クイズは、平成12年4月10日号。このときは「3問のトク」というコーナー名でした。

4月から紙面変更を行い、「みんなのひろば」ページの内容が変わります。広報クイズも2月10日号が最後の出題となりました。

長い間、広報クイズへの応募を楽しんでいた皆さん、ありがとうございました。さらに楽しめる紙面づくりに努力していきますので、これからも「広報みずまき」をよろしくお願ひします。 ※毎年1月10日号の新春クイズは継続します。

## 2月10日号の答えと当選

- 答え ①水巻町
- 応募総数 21
- 正解総数 20

●当選者 〈敬称略〉

- ▶杉本尚史(二西)
- ▶林聖是(頃末北)
- ▶赤宗真由美(古賀)



水巻町の図書館です。コミュニケーションの場として多くの町民から利用され、その蔵書数は約15万点。平成27年に町が行った中学生へのアンケートでは、町で自慢できるものとして上位にあげられています。

## Sports&Culture Digest がんばった人にマル

### 県中学校新人バレーボール大会 水巻中学校(男子)が優勝

水巻中学校の男子チームは、1月30日と31日に行われた県中学校新人バレーボール大会で優勝し、3月26日から宮崎市で行われる九州大会に出場します。

### 水泳スポーツ少年団マラソン大会(敬称略)

●2月21日●総合運動公園グラウンド●参加者72人

- 【団体】①吉田水泳②頃末水泳③伊左座水泳【小学1年生】
- 男子①東木好誠②田口結大③藤田朋志 ●女子①安部シヨンデエリザベツト②宮久柚希③椿結愛【小学2年生】
- 男子①清水英心②南寿樹③椿徹将 ●女子①黒田陽菜乃②宮崎優③久場さゆり【小学3年生】 ●男子①福山大喜②海蔵寺伸一郎③田口一颯 ●女子①橋本累②今津心那③佐藤蓮華【小学4年生】 ●男子①松本遥輝②榎崎高太郎③岡部柊己 ●女子①竹本ののか②小林彩香③川崎加奈【小学5年生】 ●男子①橋本青磨②花田響 ●女子①清水捺月②津田菜乃③藤田望未【小学6年生】 ●男子①松尾雄一朗②宅島旭飛③松元崇紘 ●女子①今村心春②田口ひなた③香月萌里

### バドミントン選手権大会(敬称略)

●2月14日●町民体育館●参加者86人

- 男子C級②野路・松尾 ●女子A級①前田・久賀谷②高崎・木下 ●女子C級②木原・佐久間 ●マスターズ①塚本・永松

生活習慣の乱れが命を脅かす慢性腎臓病に

# 「食生活」が腎臓へ直結する

現在、既に約2000万人が発症しているといわれる慢性腎臓病（CKD）。毎年数万人の規模で患者が増え続けているため、結核に変わる新たな国民病ともいわれています。

慢性腎臓病が持つ本当の怖さを知り、普段の生活を振り返りましょう。

## 初期の自覚症状は表れず 大事なものは健診結果

慢性腎臓病の人は全国民の中で約6人に1人の割合。その診断をされるのは、①尿にたんぱくが出るなど腎臓に異常がある②腎臓のはたらきの目安となる糸球体ろ過量が毎分60ml未満のどちらか、または両方の状態が3か月以上続いたときです。

初期には自覚症状がなく、貧血、疲労感、むくみなどの症状が表れたときには、病気がかなり進行していることもありま

引き起こす合併症  
これが慢性腎臓病の怖さ  
慢性腎臓病になると、血液中の老廃物を十分に排泄できなくな

り、重症化すれば透析や腎移植が必要になります。この腎機能の低下でさまざまな合併症も引き起こすことが、慢性腎臓病の恐ろしさです。

体内の余分な塩分などを体外に排泄できずにいると、知らず知らずのうちに心臓や血管に負担をかけ、狭心症や脳卒中、心筋梗塞などの心血管疾患を起こしやすくなります。これらはどれも命を奪ってしまうほどの恐ろしい病気です。

## 特効薬はない 健全な日常生活を

慢性腎臓病を発症または進行させないためには、まず生活習慣の見直しが必要です。既に発症している人は適切な食事量や水分量、運動量などが一人ひとり異なるの

で、かかりつけ医に相談してください。

## 【塩分の取り過ぎに注意】

塩分の取り過ぎは、腎臓を傷めるとともに血圧も上昇させます。調味料の他にも加工品やインスタント食品にも多く含まれます。調理法や食べ方を工夫して減塩に努めましょう。

## 【バランスの良い食事を】

主食（ご飯・パン・麺など）、主菜（肉・魚・卵・大豆などのたんぱく質源）、副菜（野菜・きのこ類・海藻類）のそろった食事を心がけましょう。バランスの取れた食事を続けることは、生活習慣病を予防し腎臓への負担も軽くなります。

## 【生活習慣病の人はまず治療を】

高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病または肥満などが

あると、慢性腎臓病になりやすくなります。既にその症状がある人は、継続して治しましょう。

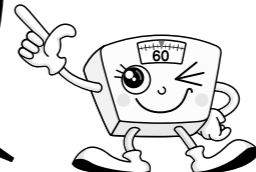
## 【たばこをやめましょう】

たばこに含まれるニコチンは腎臓で排泄されるため、たばこを吸うと腎臓に多大な負担がかかります。また、喫煙は血管を収縮させ、血圧を上昇させます。高血圧が続くと血管が傷つき、腎機能の低下にもつながります。

## ※糸球体ろ過量（GFR）

単位時間当たりに腎臓でろ過される血液量。単位はml/分またはリットル/日。実際の計測は複雑な検査が必要のため、通常の健診では簡易な方法で算出した推定糸球体ろ過量（eGFR）を使っている。

毎年1回は健康診断を受けることが早期発見につながります。腎機能を判定する血清クレアチニンまたは、推定糸球体ろ過量（eGFR）や尿たんぱく、尿潜血などを確認しましょう。



## 国民健康保険証が切り替わります

現在の国民健康保険証（桃色・クリーム色）は、3月31日有効期限が切れ、4月から新しい保険証（藤色・クリーム色）に切り替わります。



新しい保険証は、3月中旬に簡易書留郵便で発送します。保険証が届いたら、記載されている内容を確認してください。保険証が届かなかつたり、記載されている内容に間違いがあったりした場合は、問い合わせください。

なお、水巻町に住民票がない学生などは、遠隔地の届け出が必要となります。次のものを用意して役場健康保険係窓口で手続きをしてください。

- 持ってくるもの
- ▷国民健康保険証
- ▷印鑑
- ▷在学証明書など（学生で水巻町に住民票がない場合のみ）
- ▷入所証明書など（施設などの入所者で水巻町に住民票がない場合のみ）

【保険税の納め忘れはありませんか】  
保険税に未納がある場合は、短期保険証または資格者証を郵送することになります。納付が困難なときは、納付相談を利用してください。

●問い合わせ 役場健康保険係 ☎ 201-4321



## まとめ払いで年間納付額が割引に 平成28年度保険料の決定と納付書での前納割引制度

国民年金の保険料は年度ごとに改定され、平成28年度は月額16,260円になりました。これは前年度より670円引き上げられた金額となりましたが、納期限前に保険料をまとめて支払う「前納」という制度を利用すれば、割引を受けることができます。



日本年金機構から、毎月支払用の納付書12枚、6か月前納用の納付書2枚、1年前納用の納付書1枚の計3種類の納付書が、4月上旬にまとめて送られます。6か月前納と1年前納の納付書では、あらかじめ割引かれた金額で納付をすることができますので、金融機関またはコンビニエンスストアでの支払いに利用してください。

### 【各納付方法と年間割引額】

納付方法	年間納付額	割引額
毎月	195,120円	0円
6か月前納	193,540円	1,580円
1年前納	191,660円	3,460円

- 問い合わせ
- ▷役場医療・保護係 ☎ 201-4321
- ▷八幡年金事務所 ☎ 631-7966

## 町が発注する建設工事や業務などの入札参加希望業者を受け付けます

平成28年度に町が発注する建設工事の入札参加を希望する町内登録業者と、平成28年度に町が発注する業務などの入札参加を希望する預かり業者の登録を受け付けます。



### 【町内登録業者】

- 対象 町が発注する建設工事のうち土木・建築・舗装・管・水道施設の業者で、町内に本店や支店の登記がある法人または町内に住む個人事業主
- ※現在登録をしている業者は、更新の手続きが必要です。

### 【預かり業者】

- 対象 町内登録業者以外の建設業者、測量・コンサルタント業者、その他の業者

※平成26・27年度に登録した業者は、手続き不要です。ただし、平成29年度に再申請が必要です。

### 【共通事項】

- 受付時間 4月1日（金）～15日（金）午前8時30分～正午・午後1時～5時
- ※土曜日、日曜日を除きます。
- ところ 役場2階203会議室
- 有効期間 6月1日（水）～平成29年5月31日（水）
- 申込方法 次のいずれかの方法で申込要領、申請書などを受け取り、手続きをしてください。
- ※申請時にファイル代100円が別途必要です。
- ▷町ホームページからダウンロード（無料）
- ▷管財係窓口での配付（資料代が必要）
- 申し込み・問い合わせ 役場管財係 ☎ 201-4321

# みずまき生活情報

## INFORMATION

- 水巻町役場 ☎ 201-4321  
FAX 201-4423
- 中央公民館 ☎ 201-0401  
FAX 201-0411
- 南部公民館 ☎ 202-2472  
FAX 202-2473
- 総合運動公園  
・スポーツ振興係 ☎ 201-4000  
・テニスコート ☎ 201-5757
- いきいきほーる  
・健康課 ☎ 202-3212  
FAX 202-3621
- 子育て支援センター ☎ 203-5772  
FAX 203-5806
- 児童少年相談センター ☎ 203-1555  
FAX 203-1553
- 図書館 ☎ 201-5000  
FAX 201-0995
- 歴史資料館 ☎ 201-0999
- えぶり山荘 ☎ 202-6230
- 障害者福祉センター ☎ 201-0794
- 高齢者福祉センター ☎ 201-3344

### 3月26日(土)・27日(日) 休日納税相談

当日は納付もできます。仕事などで、平日に納付が困難な人はぜひ利用してください。また、毎週木曜日は午後7時まで納付ができます。

- とき 3月26日(土)・27日(日) 午前9時～午後3時
- ところ 役場納税係

※当日は正面玄関が施錠されています。裏口(保育所側)から入ってください。

- 問い合わせ 役場納税係

### お知らせ

福祉タクシーチケットを交付します

- 対象 平成27年度住民税の所得割が非課税の人(障がい児の場合はその保護者)で、次のいずれかに該当する人
  - ▽身体障害者手帳1・2級の人
  - ▽療育手帳A判定の人
  - ▽精神障害者保健福祉手帳1・2級の人
  - ▽特定疾患医療受給者証を持つ人
- ※入院中の人や施設に入所している人は対象になりません。
- 交付開始日 3月25日(金)
- 持ってくるもの 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、特定疾患医療受給者証のいずれか
- ※代理申請をする場合は、代理人の印鑑を持ってきてください。
- 申し込み・問い合わせ 役場障がい支援係

### 手当の月額が変わります

- 児童扶養手当・特別児童扶養手当 児童扶養手当と特別児童扶養手当の月額が、物価の変動に合わせて平成28年4月分から次のように変わります。
- 児童扶養手当
  - ▽全部支給(月額) 4万2330円
  - ▽一部支給(月額) 9990円
  - ▽4万2320円
- 特別児童扶養手当
  - ▽1級(月額) 5万1500円
  - ▽2級(月額) 3万4300円
- 問い合わせ 役場子育て支援係
- 忘れていませんか 就学援助の申請
- 申込期限 3月31日(木)

▽小学校・中学校の新1年生 入学式当日  
●問い合わせ 役場学校教育係

### パブリックコメントの結果を公表します

町の計画案へ寄せられた意見の内容と町からの回答を、次の場所でご覧いただけます。

- 【いきいき健康みずまき21第4期】いきいき水巻食育推進計画(第3期)
- とき 3月10日(木)～24日(木)
- ところ いきいきほーる 役場1階情報公開コーナー、図書館、南部公民館
- ※町ホームページでも閲覧することができます。
- 意見数 1件
- 問い合わせ いきいきほーる健康課

### 暴力団被害集中相談

福岡県暴力団追放運動推進センターは警察や弁護士会などと連携して、暴力団被害などの相談に電話または面談で応じます。

- とき 4月16日(土) 午前10時～午後4時
- ところ 北九州市安全・安心相談センター(小倉北区内・北九州市役所2階)
- 相談電話番号 ☎ 582局2140番
- 問い合わせ 福岡県暴力団追放運動推進センター ☎ (092) 651局8938番

### 募集

- 町の計画を検討する女性委員募集
- 公共施設等総合管理計画審議会の女性委員を募集します。
- 対象 18歳以上の町内に住んでいる女性
- 定員 2人(選考)
- 任期 6月～平成29年3月
- 内容 任期中4回程度開催する会議で、町が保有する公共施設などの在り方や今後の整備の方向性を定めていくための計画を検討します。
- 申込期限 3月31日(木)
- 問い合わせ 役場企画広報係

### 意見を聴かせてください

- 対象 平成28年4月1日時点で、県内に住んでいる18歳以上の人の人
- ※国・地方公共団体の議員、常勤の公務員、平成26・27年度県政モニター経験者を除きます。
- 任期 委嘱日～平成29年3月31日(金)
- 内容 アンケートの回答(3回程度)、県政への提案(意見があるときに随時できます)
- ※謝礼は、図書カードまたはQUOカードを選択できます。
- 定員 300人
- 申込期限 5月31日(火) 消印

有効  
●問い合わせ 詳しくは県庁県民情報広報課広聴係 ☎ (092) 643局3103番へ

### 相談

- 住民相談 高齢や身体が不自由などの理由で相談に来ることができない人は、相談員が自宅を訪問します。日常の悩みを一人で抱え込まずに相談してください。
- 社会福祉協議会の相談事業



## 高齢者世帯の住宅火災予防に役立つ「日常生活用具」

在宅で一人暮らしの高齢者に、介護保険の対象とならない、住宅火災予防に役立つ日常生活用具を給付し、自立した生活を支援します。

- 詳しくは問い合わせください。
- 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの寝たきり高齢者や認知症高齢者など
- 日常生活用具の種類
  - ▷火を使わない電磁調理器
  - ▷煙や熱を感知する火災警報器
  - ▷自動的に消火液を噴出する自動消火器
- 費用 所得に応じた自己負担があります。
- 問い合わせ 役場高齢者支援係 ☎ 201-4321

- とき 毎週月曜日・金曜日(祝日は除く) 午後1時～4時
- ※受け付けは午後3時30分までです。
- ※相談は電話でも受け付けます。
- 相談員 住民相談員
- 行政相談 毎日の暮らしの中で、行政に対する意見や要望、苦情などはありません。行政相談では総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が相談に応じています。
- とき 3月28日(月) 午後1時～4時
- ※受け付けは午後3時30分までです。
- 相談員 行政相談委員
- 介護相談 介護について困っていることや悩んでいることがあれば、相談してください。
- とき 3月16日(水) 午後1時～4時
- 相談員 介護支援専門員
- 司法書士の無料法律相談 3月12日(土) 午後1時～4時
- ※受け付けは午後0時50分～3時30分です。
- 内容 財産、相続、多重債務などの相談
- 相談員 司法書士
- 共通事項 社会福祉協議会事務局
- 問い合わせ 社会福祉協議会 ☎ 202局3700番

- 一般寄付 1月14日～2月9日受付分
- 香典返し寄付
- みずほ 故・境 辰一様
- 猪熊 故・境 明美様
- 猪熊 故・石橋ヨシノ様
- みずほ 故・石橋 隆広様
- みずほ 故・上杉 國雄様
- みずほ 故・上杉 和子様
- 猪熊 故・柴田 茂様
- 猪熊 故・柴田 徹哉様
- 猪熊 故・矢野ミチ子様
- 猪熊 故・矢野 俊彦様
- 立屋敷 故・松野多賀子様
- 立屋敷 故・竹森 利弘様

## 広告募集中

事業所などの有料広告を募集しています。「広報みずまき」で会社のPRをしてみませんか?

- 契約料金 10,000円×掲載回数
- 1区画(91mm×55mm)
- ※1回から契約できます。

詳しい掲載条件などは役場企画広報係まで ☎ 201-4321

学校法人 福岡保健学院 <http://hidamari-ie.jp>

### みずまき助産院 ひだまりの家

(ブログ・Facebookもぜひご覧ください)

#### 楽しいイベントご案内

ひだまりの家でのんびり過ごしませんか

- ☆3月12日(土) 午後2時30分～  
▷白川先生のお話  
▷絵本の読み聞かせ  
・参加費 100円
- ☆3月17日(木) 午後1時～  
▷よろず教室  
・参加費 500円
- ☆3月17日(木) 午後2時30分～  
▷安産灸教室 [毎月第3木曜日]  
・参加費 500円

妊娠、出産、育児、母乳などに関するお問い合わせ、お気軽にご相談ください。

〒807-0051 遠賀郡水巻町立屋敷1-14-50  
学校法人 福岡保健学院 みずまき助産院ひだまりの家  
TEL: 093-201-7731 FAX: 093-201-7741 E-Mail: jyosanin@hidamari-ie.jp



# 介護認定が要らない 新しい介護サービス



これまで要支援1・2の認定を受けて利用していたデイサービスとホームヘルプサービスが、4月から新たに始める「介護予防・日常生活支援総合事業」(以下「総合事業」)へ移行します。この総合事業は、65歳以上の全ての人を対象に、介護保険制度の地域生活支援事業として実施するものです。

●問い合わせ 役場高齢者支援係 ☎ 201-4321

## 【総合事業の特徴】

- ▷従来に比べて、サービス利用料が軽減される場合があります。
- ▷総合事業のみを利用する場合は、町の判定だけで対象サービスが利用できます。医師の意見書の提出や訪問調査、認定審査会などで日数がかかる介護認定を受ける必要がありません。

介護認定を受ける必要がありません。

## 【総合事業のサービスの内容】

- ▷訪問型サービス ホームヘルパーが身体介護や掃除・洗濯などを行う生活援助
- ▷通所型サービス 通所介護事業所などでの生活支援、運動機能向上や栄養改善

## 【介護認定での利用可否】

要介護1~5の人	×	総合事業は受けられません。これまでどおりの介護保険サービスを利用してください。
要支援1・2の人	○	総合事業が受けられます。 ※総合事業以外の介護保険サービスを利用するためには、介護認定が必要です。
介護認定を受けていない人	?	役場高齢者支援係窓口で総合事業が受けられるかの判定を受ける必要があります。

## 【要支援1・2の人】

要支援1・2の人が総合事業を利用できるのは6月以降です。ただし、介護認定の期限までは、従来のサービスを継続して受けてください。

介護認定の期限が近付いたら担当のケアマネジャーと総合事業のサービスを利用するか話し合っておきましょう。

総合事業の利用を希望するときは、役場高齢者支援係窓口で相談してください。

※今後、総合事業のサービスのみを利用する場合は、介護認定を更新する必要はありません。

## 【新規に利用する人】

- 1 役場高齢者支援係窓口で利用相談をします。**  
※相談内容から介護認定の必要性も判断します。  
※すでに介護保険サービスを利用している人は、先に担当のケアマネジャーに総合事業のサービスが必要か相談してください。
- 2 チェックリストの設問に回答します。**  
※要支援1・2の人はチェックリストの判定は不要です。
- 3 後日、チェックリストで、総合事業の対象者と判定されると総合事業の利用ができます。**

この広報紙は再生紙を使用しています。

3月10日号には、毎年、遠賀・中間1市4町合同企画の特集記事を掲載しています。

今年の企画は、明治時代以降の日本の急速な産業発展に、私たちの住む遠賀・中間地域がどのように関わってきたのかを伝えるものです。各市町の文化遺産を一つずつ紹介するという形を取りながら、石炭産業という共通の話題でつなげました。

各市町の広報担当者と打ち合わせをしていくと、意外な情報に気づく出会いがあります。よく知っていることと知らなかった新しい情報が絶妙に補完し合い、気付けずいた物語を発見。「面白い！」と何度も心の中で叫んだものです。合同企画ならではの良い経験となりました。(村岡)

■今号の「みんなのひろば」のコーナーで案内していますが、次の4月10日号から紙面の組み方を部分的に見直します。

その中で広報クイズは終了しますが、他の部分でも皆さんの反応がどのようになるか分からないところもあります。ただ一つ言えるのは、決して広報の紙面づくりの仕事を楽しみたいと思っただけで変えるのではないというところ。読みやすさと時代に合った紙面を求めながら、今まで感じていた課題や先々のことを考えての変更にします。

変えた理由を全部説明できれば良いのですが、字数が収まらず申し訳ありません。最初は見慣れないところもあると思います。少し長い目で見てもらえれば幸いです。(小畑)

## 広報みずまき編集後記

# [SPORTS & CULTURE] 10th Edition [生涯学習だより] Volume 30

今回は自分磨きやスキルアップ、趣味の講座などを案内します。

●申込方法 中央公民館・南部公民館の窓口または電話で申し込んでください。

※メールでの申し込みを希望する場合は、件名に「家庭教育学級」または「バティック・レッスン」と記入し、氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・住所・託児の有無を明記して送信してください。

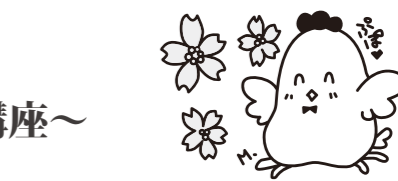
▷koza@town.mizumaki.lg.jp

●問い合わせ 役場公民館係(中央公民館内) ☎ 201-4321



## 家庭教育学級

～学び心を満たす8つの講座～



自分や家族が笑顔になるために、生活にいろいろな色を足してみませんか。

家庭教育学級では、子育てや健康など、さまざまな分野の講座で、皆さんの「学び心」を満たします。暮らしに素敵な変化をもたらすためのヒントにしてください。

- とき 5月19日、6月2日・16日・30日、7月14日・28日、9月15日・29日(木曜日) 午前10時～正午・全8回
- ※日程・内容は、講師の都合で変更になることがあります。
- ところ 中央公民館
- 対象 子育て中の人、家庭教育や子育てボランティアに興味のある人
- 内容 育児が楽しくなるコツ、相続税、常備菜の使い方、写真撮影、飲酒運転撲滅などさまざまな話題の講座を受けられます。

- 定員 30人程度(抽選)
- ※町内に住んでいる人、町内の幼稚園・保育所に子どもが通っている人を優先します。
- 費用 500円
- ※材料費などが別途必要です。
- 託児 生後6か月～就学前の子どもを預かります。子ども一人あたり保険料が800円程度必要です。
- 申込期限 5月10日(火)



## 和モダン バティック・レッスン

Japan New Style

～ろうけつ草木染初級講座～

自然界が生み出す色の世界はとても表情豊か。緑あふれる工房には、目にも心にも柔らかな時間が流れます。

この講座では、ろうけつ草木染を基本から学べます。毎年好評の福岡市美術館での鑑賞会もあります。一流の草木染講師に学べる貴重な機会です。

- とき 4月27日、5月18日、6月8日・22日・29日(水曜日) 午前9時30分～午後0時30分・全5回
- ※福岡市美術館「太平洋展」での校外学習は、6月22日(水)を予定しています。
- ※日程・内容は、講師の都合で変更になることがあります。
- ところ 染工房(頃末北)
- 対象 20歳以上の人

- 内容 ラウンドトレイ、小風呂敷
- 定員 10人(抽選)
- ※町内に住んでいる初心者の人を優先します。
- 費用 3,400円程度
- ※材料代、道具代、「太平洋展」のチケット代を含みます。
- 託児 生後6か月～就学前の子どもを預かります。子ども一人あたり保険料が800円程度必要です。
- 申込期限 4月15日(金)



# BABY PHOTOALBUM [赤ちゃんアルバム]



町内の元気いっぱいな1歳の赤ちゃんを掲載しています。

誕生月の前月15日までに赤ちゃんの写真を持って申し込んでください。(定員12人・先着順)

5月生まれの赤ちゃんは、4月15日(金)までに役場企画広報係へ申し込んでください。

●申し込み・問い合わせ 役場企画広報係 ☎ 201-4321



電子メールで申し込むときは、タイトルを「赤ちゃんアルバム」として、掲載事項・電話番号・26文字以内のメッセージと写真データを一緒に送信してください。

▷ koho@town.mizumaki.lg.jp

梨奈お誕生日おめでとう♪  
れからも笑顔で過ごそうね♡



古賀  
ありよし りな  
有吉 梨奈ちゃん  
27年3月14日生まれ

お姉ちゃんと仲良く元気に育  
ってね♡



机  
やまもと ゆうと  
山本 悠翔ちゃん  
27年3月12日生まれ

1歳のお誕生日おめでとう♪  
幸せな毎日ありがとう♡



下二西  
うらの こはる  
裏野 心晴ちゃん  
27年3月27日生まれ

いつまでも元気でお姉ちゃん  
大好きなたっちゃんできてね♡



高松  
ひらた たつや  
平田 竜也ちゃん  
27年3月12日生まれ

れんたお誕生日おめでとう♪  
いつも笑顔ありがとう♡



古賀  
はらだ れんた  
原田 蓮汰ちゃん  
27年3月6日生まれ

## 活動 頑張ってます! 町内の頑張っている人を紹介するコーナーです

もう一つの故郷、  
水巻町に帰ってきました。



ダビット・プルドンさん  
(オランダ)

- 生年月日 平成5年6月16日
- 好きな物 焼きそば
- 研修期間 2月12日～6月17日

今月は、インターンシップで、中央公民館や図書館などで就業研修をしているダビット・プルドンさんを紹介します。

### ●インターンシップの研修先として日本を選んだのはなぜ。

子どものころから、アニメや音楽などの日本文化に魅力を感じていました。そして、平成21年の日蘭中学生交流事業で水巻町にやってきたことで決定的に日本が好きになったんです。

日本で就職し、日本で暮らすことを目指して、日本語学科のあるソド大学へ進みました。1年前には、信州大学(長野県松本市)へ留学し、今回は、インターンシップを利用して水巻町に再びやってきました。

### ●日本や水巻町の魅力を教えてください。

日本人は、会話をするとき、相手のことを思いやっ、失礼にならないようにコミュニケーションを取ろうとします。それが、私が思う日本文化の一番素晴らしいところです。

水巻町は、そうした日本の魅力を体験させてもらった思い出の場所です。それだけではなく、日蘭中学生交流を通して出会った多くの友人が住んでいる場所でもあります。さまざまな場面で私を助けてくれた人たちが住んでいる水巻町は、日本で一番大切な場所、もう一つの故郷なんです。

### ●水巻町の皆さんへひとこと。

インターンシップを利用して、再び水巻町に来ることができて本当にうれしいです。

今まで何度も親切にしてくれた水巻町の皆さん、皆さんに恩返しができるよう、一生懸命仕事をしますので、見かけたら気軽に日本語で声をかけてくださいね。