

広報みずまき

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

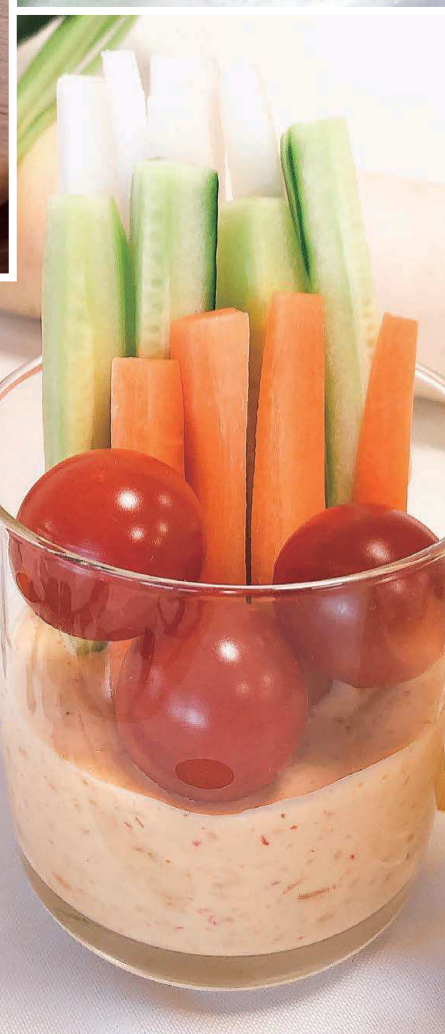
PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

07 2018
No. 993



特集

水巻のでかにんにくで 夏をおいしく乗り切る



CONTENTS

- 02 特集
水巻のでかにんにく
- 08 まちのわだい
- 10 みんなの掲示板
- 11 こんにちは保健師です
- 12 生活情報
- 15 公民館ふれあい講座 など
- 16 年金アラカルト など
- 17 高齢者の医療や介護
- 18 アイラブ国保 など
- 19 職員募集 など
- 20 赤ちゃんアルバム、頑張ってます



成長カレンダー

10月

畝作り・植え作業

植えのため、畑の土を成形して畝を作ります。種を植えるため7cm程度の穴を空け、生産者の皆さんが全て手作業で、一つ一つ丁寧に植えています。



4月下旬
5月上旬

花芽摘み作業

この時期伸びる花芽は手作業で摘み取ります。花芽を摘むことで、でかんにくを大きく成長させます。摘み取った花芽はおいしく食べることができます。



5月下旬
6月上旬

収穫・乾燥

天気の良い日に、でかんにくを機械で掘り出します。掘り出したら手作業で土を落として、茎や根を切って倉庫に入れて1カ月程度乾燥させます。



6月下旬

出荷準備

乾燥が終わったら、表面の皮をむき、白く美しくしてから出荷します。



7月
10月

販売開始

一玉一玉、丁寧に育て上げた、水巻のでかんにくの販売が、いよいよ開始されます。



旬
を迎えた
今が食べ
頃です

皆さんは「水巻のでかんにく」を知っていますか。「聞いたことはあるけれど、食べたことはない。」「食べてみたいけれど、どう食べるの。」「そもそもどこで売っているの。」「まだまだ詳しく知られていないのが現状。今号では、そんな水巻のでかんにくの食べ方や特徴などを紹介します。

最近、新聞やテレビで取り上げられ、少しずつ認知度も上がってきましたが、実はでかんにくが誕生したのは、13年前。特産品と呼べるものが無かった町に、何か作ろうと商工会を中心に「ジャンボのにんく」の商品開発に取り組んだのがきっかけでした。それから12年、特産品としてのブランド化に取り組むために、これまで生産や商品開発、販売などの体制が分かれていたものを一体的にし、魅力を高めようと「水巻のでかんにく協議会」が発足しました。当初より収穫量も増え、町外の大手スーパーなどでも取り扱われるようになってきた「水巻のでかんにく」。5月の収穫から乾燥期間をへて7月から本格的に市場へ出回ります。



豊かな自然の中ですくすくと成長した水巻のでかにんにく。ジャンボニンニクと呼ばれるネギ科ネギ属で西洋ネギの一種ですが、アリウムアンペロプラズムという種で、分類上はニンニクの仲間です。すくすくと成長したものは500gを超えるものもあり、その名を通りとても大きなニンニクです。水巻のでかにんにくは、大きさなどで商品名が変わり、特別大きなものは「完玉大王」と呼ばれ、極めてわずかしら収穫されない、特級品です。次に、標準サイズの「凡玉大王」標準と言えども

実寸大の「完玉大王」

プロフィール

普通のニンニクの5倍ほどの大きさです。最後に、一片バラ売りの「勢い一片」。玉の勢いが良いため、はじめてしまった商品の3つに分類されています。大きさは違いますが、どれも味は同じ、匂いほのかで、まろやか、火を通すとほくほくとした食感を楽しむことができます。生産者の皆さんが、一玉大切に育てています。

プロに聞く、評価

水巻のでかにんにくを実際にお店で取り扱ってくれている、町内にある飲食店の店主に、特徴や評判を聞いてみました。



炭火焼山之口(下二西) 垣内要 さん

肉との相性はもちろん、他の野菜との相性も良く、玉ネギやジャガイモの代用としても使える、使いやすい食材です。お店では、大きさを生かして一片をそのまま使うのですが、ほくほくとした食感が、子どもたちにも人気ですよ。



パスタキッチンドラゴ(中央) 藤川竜也 さん

「暑い夏を乗り越えるためスタミナを付けたい」。そんなとき、水巻のでかにんにくは匂いが残りやすいので、食べやすいと女性にも人気です。まろやかで、優しい味と匂い、ほくほくとした食感が、子どもたちにも人気ですよ。



やきとり厨房一徳(梅ノ木団地) 住吉浩徳 さん

普通のニンニクよりも水分量が多く、嫌な臭いがないので食べやすいです。店でメニューに出しているときは、カウンターに水巻のでかにんにくを飾っているのですが、皆さん大きさに驚いています。目で見ても、食べても楽しめる野菜です。



夏におすすめ でかにんにくレシピ



でかにんにくの アヒージヨ

◎おすすめポイント
香り付けだけでなく、食材の一つとして、でかにんにくを味わうことができます。



【作り方】

- ①砂ずりを食べやすい大きさに切り、塩、コショウをまぶし、10分程度おく。
- ②でかにんにくを4分の1のくし切りにする。
- ③シメジ、エノキタケ、アスパラガス、ブロッコリーを食べやすい大きさに切る。
- ④②とブロッコリーを耐熱皿に入れ、電子レンジで1分加熱する。
- ⑤小さめのフライパンにオリーブオイルと鷹の爪、①とでかにんにくを入れ、弱火で加熱する。
- ⑥香りが出てきたら、残りの材料を全て入れて、数回混ぜ、全体に火が通ったら完成。

【材料(4人分)】

でかにんにく	8片
砂ずり	120g
シメジ	100g
エノキタケ	40g
アスパラガス	4本
ブロッコリー	100g
オリーブ油	200ml
鷹の爪	2本
塩	小さじ1/2
コショウ	小さじ1/2



◎おすすめポイント
でかにんにく一片をそのまま贅沢に使用。ほくほくとした食感を楽しむことができます。

【作り方】

- ①砂糖、しょうゆ、酒を鍋に入れ、砂糖が完全に溶けたら火を止め、冷ます。
- ②でかにんにくを耐熱皿に入れ、電子レンジで2~3分加熱する。
- ③でかにんにくに豚肉を巻きつける。
- ④フライパンを熱して③を焼き、焼き色が付いたら①を加えて絡めて完成。

【材料(4人分)】

でかにんにく	12片
砂糖	大さじ1 1/2
しょうゆ	大さじ1 1/2
酒	大さじ1 1/2
豚肉スライス	12枚

丸ごと一片 でかにんにくの肉巻き

準グランプリ受賞



タレントの山本華世さんが特別審査委員長を務めた福岡の新しい土産物を発掘する「オミヤのTEPPEN2018」。県内各地に眠る逸品の中から、評価の高かったものを広くPR

することを目的として、6月10日、筑後船小屋駅前(筑後市大字津島)で開催されました。試食を基に審査が行われ、水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)の「マヨディップ」と「焼きおにぎり」を提供。来場者と審査員の双方の支持を得て、30品目の予選から勝ち上がった出店15品目中、見事準グランプリを受賞しました。

まるごとにつぼん 北九州都市圏域 売り上げ ランキング2位

日 本全国各地の旬の食や、地方のごちそう、職人の技が光る逸品などさまざまな「いいもの」を集めたアンテナショップ「まるごとにつぼん」(東京都台東区浅草)。

そこで5月の売り上げ実績報告で、水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)が北九州都市圏域30品目中、売り上げランキング2位を獲得しました。

でかんにんにく味噌が好評の「まるごとにつぼん」で、7月14日(16日の3日間「おすすめふるさとたこ焼きグランプリ」が開催されます。たこ焼きで有名な「築地銀だこ」のたこ焼きに合う、全国各地の特産品などを使ったオリジナルソースのグランプリを決定するイベントです。このイ

自治体×築地銀だこコラボ企画 北九州都市圏域 代表として出場決定

ベントの地域代表として、水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)にだしを加え、「築地銀だこ」のたこ焼きになじむようアレンジ加えた特製ソースが、北九州都市圏域代表として選ばれました。



今話題の万能調味料 水巻のでかんにんにく味噌

手間暇掛けて育てられた「水巻のでかんにんにく」を、たくさん練り込んだ無添加特製味噌。

味は、甘みの濃い「水巻のでかんにんにく味噌(濃く甘味)」と、今話題の、ピリッと辛みの効いた「水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)」の2種類です。

ご飯にのせてもよし、肉や野菜に付けてもよし、もつ鍋などの薬味としても、おいしく食べられます。一度食べると癖になる味。アレンジして使っても楽しめる万能調味料です。

水巻のでかんにんにく味噌を使った簡単なアレンジレシピを、少しだけ紹介します。皆さんも水巻のでかんにんにく味噌を使ったオリジナルのアレンジを楽しんでみませんか。

分量は好みで

水巻のでかんにんにく味噌を使った 簡単アレンジレシピ



焼きおにぎり

【材料】

焼きおにぎり(市販でも可)、水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)、焼きのり、七味唐辛子

【作り方】

- ①焼きおにぎりを温める。
- ②①に水巻のでかんにんにく味噌を塗り、オーブンで焦げ目が付くまで焼く。
- ③②を焼きのりの上に乗せ、お好みで七味唐辛子をまぶして完成。



マヨディップ

【材料】

水巻のでかんにんにく味噌(唐辛子入り)、マヨネーズ、好みの野菜

【作り方】

- ①野菜を食べやすい大きさに切る。
- ②水巻のでかんにんにく味噌とマヨネーズを2:3の割合で混ぜ合わせて完成。

水巻のでかんにんにくは ここに

生産者の皆さんが一玉一玉、愛情をたっぷり込めて育て上げた、水巻のでかんにんにく。旬は7月から10月までの4カ月間、これから本格的に販売が開始されます。



まずは、実際に現物を見て、手に取ってその大きさを実感してみてください。食べてみると、匂いほのかで優しい味わい、町の自慢の逸品です。

この暑い夏を乗り切りのにびつたりの水巻のでかんにんにくを一度味わってみませんか。たくさん食べても、匂いが残りにくいのも魅力。ちよっとしたお土産にもお薦めです。

●町内販売店 農産物直売所夢工房(頃末北一丁目19番12号)
▽連絡先 ☎20202局5588番

県税職員との徴収強化



5月10日、県税職員へ徴収業務の委嘱が行われました。

これは、催告に応じない滞納者などへの徴収強化を県税職員と協力しながら行っていくためのものです。町づくりの安定した財源確保にしっかりと取り組んでいきます。

連携で介護支援を充実



5月19日、社会福祉法人福祉松快園(古田南)で水巻町事業所連絡会「水巻かたらんネット」お披露目交流会が行われました。

これは、町内の介護事業所同士の情報共有を目的に設立されたもので、将来的に地域とともに活動することを目指しています。

長年の功績をたたえて



6月1日に、全国人権擁護委員連合会会長から表彰を受けた木村隆さん(古賀)が町長を表敬訪問しました。長年にわたり、人権擁護委員として人権擁護と人権思想の普及活動に取り組んできた木村さん。これからも活躍をよろしくお祈りします。



思い通りの色が出ますように

パティックレッスン

5月23日に、染工房でろうけつ草木染初級講座パティックレッスンが行われました。白い布に下絵を書き、白で残したい部分にろうを塗り固まったら、染料を刷毛で塗って染めるという作業を行います。草木などからできた染料で好みの色に染めてオリジナルのハンカチを制作します。

刷毛で染料を塗る工程に入った参加者の皆さんは、初めての草木染に少し緊張気味。先生の手本を見てから作業に入ります。刷毛を布に滑らせながら「力加減が難しい」との声が上がっていましたが、「完成後、色がどのように出るか楽しみです」と笑顔を見せてくれました。



初めての離乳食作り

離乳食教室

5月22日に、いきいきほーで離乳食教室が開催され、妊娠中のお母さんや、1歳半までの乳児を育てる保護者17人が参加しました。

離乳食の講義から始まり、始めるのに適切な時期や、月齢に合った食材の紹介など、離乳食を始めるために必要な知識を学んでから調理に取り掛かります。調理実習では、離乳食を初めて作るという保護者も多く「調理法が分かって良かった」「月齢によって硬さなどの調整が必要ということが分かって勉強になった」などと話してくれました。同世代の子育てる保護者同士、話をしながら楽しく調理が行われていました。

あなたの周りの出来事や
身近な話題をお待ちしています

まちのわだい

Town's Topics



絆が原動力の晴れ舞台

中学校体育会

5月20日、町内の二つの中学校で体育会が行われました。ここ水巻中学校でも、全校生徒がさまざまな競技に取り組み、体育会を盛り上げました。

保護者や地域の人たちなど、たくさんの方が練習の成果を見に来る中で、グラウンドの生徒たちから周りの人へ伝えられたのはこの日へ向けて高めた一体感。バトンを渡し合うリレー、足を結ばれる二人三脚やむかで競争、動きや振りを合わせた組体操・ソーラン節・応援合戦などでは、生徒会で決めたテーマ「躍進～さらなる高みへ～」に呼応するように、普段の絆をより一層強いものへとつなげていました。

みんなの 掲示板

サークル・団体の会員募集や講座の案内、地域の出来事などを投稿してください。ここでは、読者の皆さんからの記事で作られるページです。
 広報紙への意見・感想やイラストなども募集しています。
 ●問い合わせ 役場企画広報係 ☎201-4321

全日本学童軟式野球大会 伊左座ヤンキースが 8月の九州大会へ出場



5月19日から6月2日にかけて久留米市で行われた全日本学童軟式野球大会マクドナルド・トーナメント福岡県大会で、伊左座ヤンキースが準優勝し、九州大会への出場を決めました。
 準決勝までを安定した戦いで勝ち抜いてきたチームは、決勝戦で久留米市のチームと対戦。終盤まで接戦を繰り広げながらも惜しくも破れ、準優勝で九州大会へ駒を進めることとなりました。
 九州大会は8月18日(土)・19日(日)に長崎県で開催予定。福岡県として町の代表として、全力を尽くして堂々と戦ってきますので、皆さんの応援をよろしく願っています。
 ●伊左座ヤンキース

10月入学生募集 放送大学

- 対象 【教養学部】
 ▼15歳以上であれば、誰でも1科目から学習できる科目履修生・選択履修生として入学できます。
 ▼18歳以上の大学入学資格のある人は、誰でも全科目履修生として入学できます。
 ▼卒業すると学士(教養)の学位が取得できます。
 ▼18歳以上であれば、修士科目生・修士選科生として入学できます。
 ●費用 受講内容で入学金などが異なります。
 ●申込期限 9月20日(木)

※入学の相談は随時受け付けています。
 ●申し込み・問い合わせ 放送大学福岡学習センター ☎(092)58855局3033番

睡眠障がいを考える 講演会

- いびき・無呼吸・不眠症などの睡眠障がいについて、地域の専門医が講演を行います。
 ●日時 30分〜5時
 ●ところ 岡垣サンリーアイ小ホール(岡垣町野間)
 ●内容 地域の専門医の講演、体験談発表、質疑応答
 ●費用 無料
 ※事前の申し込みが必要です。

台風時の停電情報は 専用ページでチェック

- 台風などの停電が広範囲な場合は、電話が殺到してすぐに確認が取れないことがあります。非常災害時の停電情報は、スマートフォンなどで九州電力ホームページでも確認できるので、もしものときは利用してください。
 ●申し込み・問い合わせ NPO法人市民のための睡眠障害を考える会(泉) ☎(090)6893局2529番



- 水巻町ソフトボール選手権大会
 ●5月20日●総合運動公園グラウンド●参加者 50人
- ①レッドバイパス
 社会人ソフトボール選手権大会
 ●5月27日●総合運動公園グラウンド●参加者 110人
- 【Aパート】①鈴鹿宝飾店【Bパート】①立屋敷
 水巻町グラウンドゴルフ選手権大会(敬称略)
 ●6月1日●総合運動公園グラウンド●参加者 64人
- 【男子の部】①池本金二【女子の部】①勝原陽子
 水巻町ターゲットボードゴルフ選手権大会(敬称略)
 ●6月9日●ターゲットボードゴルフ場●参加者 14人
- ①佐渡原文代
 遠賀ロータリークラブ旗争奪少年剣道大会(敬称略)
 ●6月10日●水巻町武道館●参加者 147人
- 小学5年生の部①尾池心勇人●小学6年生の部①花園あんず

こんにちは保健師です

第2期データヘルス計画を策定しました。

分析データからの健康対策

国民健康保険加入者の毎年の特定健診の結果や医療・介護のデータを分析・活用して効率的に保健事業を行うため、データヘルス計画(国民健康保険保健事業計画)の第2期分が策定されました。町の現状と方針を一緒に確認してみましよう。

この計画の目的・内容と 第1期計画の振り返り

この第2期計画の目的は、平成30年度からの6年間を計画期間とし、脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病性腎症などを減らして、「健康寿命の延伸」と「医療費の適正化」を同時に図ることです。では、同じ目的で作られた町で初めての第1期データヘルス計画の実状はどのようなものでしょうか。

まず、町の特定健診の受診率と特定保健指導実施率【表1】は向上しませんでした。国の目標である60%にはなかなか近づいていません。その特定健診の結果【表2】を見ると、高血圧、脂質異常症、慢性腎臓病の人の割合の変化に比べて、高血糖の人の割合は大きく増加しています。

高血糖の症状は、糖尿病につながる可能性を高めてしまい、悪化してしまうと人工透析などの処置が必要になります。データもそれを示すかのように、町の人工透析患者に占める糖尿病性腎症の割合は半数を超えているほどです。40〜64歳(2号被保険者)という本来は活発な生活を行う年代の人たちの介護認定率が高くなっているのも、この高血糖などの生活習慣からくる原因が考えられます。

第2期で定められた
短期目標・中長期目標
 以上のデータから、不適切な生活習慣(食生活・運動不足・多飲酒・喫煙など)が引き起こす生活習慣病の兆候が、健診を受けないことで重症化していることが分かります。また、医療機関を受診しな

ったり、治療を中断したりしてしまうと、入院が必要になったり、生活機能の低下や要介護状態になったりすることもあります。

これらの分析・評価から、町は新たに第2期データヘルス計画の目標を立てました。短期的(毎年)には「特定健診受診率・特定保健指導実施率の向上」、「高血糖・高血圧・脂質異常症の予備群とその該当者の減少」です。中長期的(3〜6年)には、「脳血管疾患の新規患者数の減少」、「糖尿病性腎症による新規透析患者数の減少」です。

この目標を達成するため、効果的に保健事業を計画・実施していきます。生活習慣病は定期的な体状態を確認し、重症化させないことが大切です。また平成30年度で特定健診を受けていない人は、医療機関でぜひ受診しな

●問い合わせ いきいきほーる健康課 ☎202局3212番



【表1】町の特定健診受診率・保健指導実施率

内容	H26	H27	H28
特定健診受診率 ※40歳〜74歳の国保加入者の健診受診状況	34.3%	33.2%	32.7%
特定保健指導実施率 ※特定健診でメタボ判定が出た人のうち、個別指導案内への対応状況	56.1%	44.3%	50.7%

【表2】町の特定健診結果

健診項目	H26	H27	H28
高血糖 【HbA1c 6.5%以上】	11.2%	10.2%	14.4%
高血圧 【160/100mmHg以上】	9.1%	9.4%	8.1%
脂質異常症 【LDL コレステロール値160以上】	12.1%	12.1%	12.5%
慢性腎臓病 (CKD)	1.9%	2.8%	3.4%

水巻町役場 201-4321 FAX 201-4423

コミュニティ無線確認ダイヤル 201-9119

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

ほっとステーション (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

障害者福祉センター 201-0794

サクラほーる (高齢者福祉センター) 201-3344

北九州市上下水道局 お客様センター 582-3031 西部工事事務所 644-7820

【遠賀・中間の休日救急医療】 遠賀中間休日急病センター 282-9919

役場の夜間窓口

- とき 毎週木曜日午後5時15分～7時 ※祝日・休日は除きます。 ●開設窓口 住民課、福祉課、税務課、上下水道課、学校教育課、子育て支援係、環境係、住宅係 ※一部行えない手続きがあります。

お知らせ

夏休みの子どもたちへ「講座倶楽部」イベント

夏休み1日限定イベント「つくろあそぶかんがえる」を行います。子どもが喜ぶ手作りワークショップが盛りだくさんです。町のキャラクターとの謎解きのイベント「みずまろからのSOS」も特別開催します。 8月4日(土) 午前10時～午後1時

水害時などは注意

太陽光発電設備の感電 局地的な豪雨や台風に伴う大雨が発生した場合は、太陽光発電設備が浸水・破損などの被害を受ける恐れがあります。 太陽光発電設備は、浸水・破損した場合でも光が当たれば発電することがあり、接近や接触すると感電する可能性があります。有害物質が流出することもあり得るため、家庭用のものが被害を受ける場合もむやみに近づかず、販売施工業者に連絡して対策を取ってください。

●費用 レーパスボムなどのものづくり ●内容 スライム、虫よけスプレー、パスボムなどのものづくり ●費用 1000円 ※どちらもなくなり次第終了です。 ●申込方法 中央公民館窓口で前売りチケットを購入してください

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

住宅の工事で固定資産税が減額できることがあります

次の工事を行ったときは、工事完了後3か月以内の申請で固定資産税が減額できることがあります。 詳細は問い合わせください。 ●住宅のバリアフリー改修工事 ●住宅の断熱性能を高めるような省エネ改修工事

▽昭和57年1月1日以前に建てられた住宅の耐震改修工事 ●問い合わせ 役場固定資産税係

ヘリコプター体験搭乗 航空自衛隊芦屋基地

自衛隊が実際に使っている輸送用ヘリコプターに、体験搭乗していただきます。 ●とき 8月25日(土) 午前8時30分～午後2時 ※日程が変わることがあります。

●対象 小学生以上の人 ※小学生は保護者の同伴が必要です。 ●定員 約70人(抽選) ※抽選の場合の当選者には、8月上旬に通知します。

●申込方法 往復はがきに、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、人数を記入して郵送してください。 ※はがき1枚で2人まで申し込むことができます。

募集

民間経験のある 行政職員採用試験 県では、民間企業などで多様な経験を積んだ優秀な人材を求めています。県政の中に活躍の場をつかってみませんか。 ●試験日 8月26日(日) ●試験会場 西南学院大学福岡市早良区西新

▽立教大学池袋キャンパス(東京都豊島区西池袋) ●対象 次の条件全てを満たす人 1.昭和34年4月2日以降に生まれた日本国籍を持つ人 2.民間企業での職務経験が5年以上ある人

▽地方公務員法第16条の欠格条項に該当する人は受験できません。 ●採用予定数 7人 ●申込期間 7月17日(火)～27日(金) 消印有効

▽インターネット 7月17日(火)～24日(火)

▽送付先 〒807-0133芦屋町大字芦屋1-4-5番地1「航空自衛隊芦屋基地基地渉外室・体験搭乗係」

●申し込み・問い合わせ 航空自衛隊芦屋基地渉外室 ☎223局0981番

しつけの悩みを解決 犬の育て方教室

講習とモデル犬の美技で、犬を育てるときに知っておきたいことや対処法を説明します。 ●とき 8月2日(木) 午後1時30分～4時 ※受け付けは午後1時からです。

●申し込み・問い合わせ 宗像・遠賀保健福祉環境事務所保健衛生課 ☎(0940)47局0344番

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

●申し込み・問い合わせ 県企画・地域振興部総合政策課 ☎(092)6433022

九州職業能力開発大学校 キャンパス見学会

予約不要のキャンパス見学会を行いますので、気軽に参加していただけます。 ●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発大学校(小倉南区志井) ●問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

●申し込み・問い合わせ 九州職業能力開発

新築・増築などの調査で町職員が訪問します

家屋の新築・増築の評価もれ、減失もれなどが無いかを調査するため、町職員が訪問する場合があります。固定資産税の決定に必要な調査ですので、皆さんの協力をお願いします。 ●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

●申し込み・問い合わせ 役場固定資産税係

サマーキャンペーン 2018 特別金利 年0.15% 50万円以上フードコンテナセット 100万円以上保冷トートバッグ

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

魅力ある3つのコースを中央公民館で開講 ふれあい講座



●とき 9月4日、10月2日・16日・30日、11月13日・27日(火曜日・全6回) 午後1時30分～3時30分
※9月4日(火)は森江由美子さん(九州共立大学准教授)の公開講座「よろず法律講座」を行います。※日程は変更になる場合があります。

●ところ 中央公民館
●対象 20歳以上の入
※定員を超えた場合は、住所または勤務先が町内の人を優先して抽選します。

●費用 500円
※材料費などが別途かかることがあります。
※任意の傷害保険に加入する場合は保険料が発生します。

●申込方法 8月22日(水)までに役場公民館係(中央公民館内)へ電話で申し込みが、中央公民館窓口または南部公民館窓口で申し込んでください。電子メールで申し込むときは次の事項を送信してください。

▷電子メールでの申込方法 件名を「ふれあい講座申し込み」とし、「氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号・住所・傷害保険加入意思の有無・希望のコース名」を送信してください。

※町外者で勤務先が町内の場合、申し込み時に伝えてください。

●申し込み・問い合わせ 役場公民館係(中央公民館内) ☎201-4321

▷koza@town.mizumaki.lg.jp

【うま味の不思議コース】

発酵食品や薫製など食材を変化させることで、匂い、うま味、栄養価は変化していきます。変化のメカニズムを学び、調理実習も行います。
※実習材料費として2,500円がかかります。

●講師 三宅正起さん(九州女子大学教授)
▷なりまつりえさん(福岡・北九州発酵倶楽部主宰)
●定員 20人

【スマートフォンコース】

「便利ははずなのに使い方が分からない」「基本操作を覚えられない」など、スマートフォンを使いこなせていないシニア世代のための内容です。
※ソフトウェアがアンドロイドのスマートフォンの内容になります。

●講師 里村歩さん(エム・ティ・シー株)
●定員 20人

【シナプソロジーコース】

頭と体を動かしながら楽しく続けられることが魅力のシナプソロジー。前回人気だったプログラムが、音楽体操、ゲームなどで多彩にパワーアップします。
※材料費として200円がかかります。

●講師 シナプソロジー普及会 認定講師
●定員 30人

国の安全を守るために 入国警備官採用試験

【警備官】
●対象 次のいずれかの条件を満たす人
▽平成30年4月1日時点で、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して5年を経過していない人
▽平成31年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人
▽人事院が前の二つの条件に準じると認める人

【準備官(社会人)】
●対象 昭和53年4月2日以降に生まれた人
【共通事項】
●試験日 9月23日(日・祝)
●申込方法 インターネットの専用申込ページから申し込んでください。
▽URL <http://www.jinri-shike.go.jp/iken.html>
●申込期間 7月17日(火)～26日(木)

●問い合わせ 詳しくは福岡入国管理局総務課☎(092)717局5420番へ
●強い心お待ちしています
刑務官採用試験

【刑務(社会人) A・B】
●対象 昭和53年4月2日～平成元年4月1日生まれの人
【共通事項】
●試験日 9月16日(日)
●申込期間 7月17日(火)～19日(木) 消印有効
▽郵送 7月17日(火)～19日(木) 消印有効
▽インターネット 7月17日(火)～26日(木)

▽送付先 〒803-8510小倉北区大手町1番1号「北九州市上下水道局経営企画課(上下水道モニター担当)」
●試験日 8月8日(水)
●試験会場 県立戸畑高等技術専門校(戸畑区東大谷)
●募集科目 介護サービス科
●対象 離職者または転職を考えている人
●定員 30人
●申込方法 7月2日(月)～8月1日(水)にハローワーク八幡(八幡西区黒崎)で申し込んでください。
●問い合わせ 詳しくは県立戸畑高等技術専門校☎882局4306番へ

【親子ふれあい教室】
北九州市上下水道局
普段は入ることのできない浄水場や浄化センターで、楽しみながら「水道」「下水道」の役割や仕組みを親子で学べイベントです。
●とき 8月21日(火) 午前9時～午後4時30分
●ところ
▽井手浄水場(小倉南区井手連)
▽日井浄化センター(小倉北区西港町)
※集合・解散場所は、J R小倉駅新幹線口です。

●対象 小学生とその保護者
※1組3人までです。
●内容 施設見学、さき水体験、微生物観察、COD簡易測定
●定員 40人程度
●申込方法 往復はがきに、住所、氏名(フリガナ)、年齢、学年、電話番号を記入して、送付してください。

●安心で住みよい生活を
県営住宅入居者募集
入居を募集する住宅は、7月12日(木)から役場住宅係で配布する申込案内に記載されています。
●選考方法 ポイント方式
※住宅の困窮状況を点数化し、点数の高い世帯から優先的に入居を決定する方式です。

●職業訓練生募集
県立戸畑高等技術専門校
●試験日 8月8日(水)
●試験会場 県立戸畑高等技術専門校(戸畑区東大谷)
●募集科目 介護サービス科
●対象 離職者または転職を考えている人
●定員 30人
●申込方法 7月2日(月)～8月1日(水)にハローワーク八幡(八幡西区黒崎)で申し込んでください。
●問い合わせ 詳しくは県立戸畑高等技術専門校☎882局4306番へ

●相談員 介護支援専門員
【共通事項】
●ところ 社会福祉協議会事務局(いきいきはいる2階)
●問い合わせ 社会福祉協議会 ☎202局3700番

相談

社会福祉協議会の相談事業

●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。
●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

●司法書士の無料法律相談
●とき 7月14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

●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 7月18日(水) 午後1時～4時
※受け付けは午後3時30分までです。

●相談員 介護支援専門員
【共通事項】
●ところ 社会福祉協議会事務局(いきいきはいる2階)
●問い合わせ 社会福祉協議会 ☎202局3700番

●無料調停相談会
小倉調停協会
事前の申し込みは不要の無料調停相談会です。裁判所の調停委員が相談に応じます。
●とき 7月20日(金) 午前10時～午後2時30分
●ところ コレット井筒屋1階アイムホーム(小倉北区京町)
●内容 民事・家事関係問題の相談
●問い合わせ 小倉調停協会事務局 ☎561局3431番

●物品寄付 車椅子7台
株式会社溝口産業様
●一般寄付
水巻町文化連盟様
吉田団地 治部田トヨ子様 匿名1件
【香典返し寄付】
中央区 故・田中ミツ子様
新生街 故・中島しづ子様
故・石井 浅雄様
石井 勝司様 匿名2件

●愛のおくぐも
5月11日～6月11日受付分
5月11日(月)受付分
株式会社溝口産業様

子どもを守り、育てる青少年問題協議会

●問い合わせ 役場生涯学習係☎201-4321

町には子どもたちの健全育成のために活動する青少年問題協議会があります。青少年問題協議会は、地方青少年問題協議会法で定められた町の付属機関です。

協議会の主な活動を行う推進委員は、折尾警察署少年補導員水巻支部の皆さん、小学校・中学校の先生、地域の皆さんの総勢38人で構成され、日頃から小学校・中学校の下校時刻や夜間時に町内各所の巡回補導を行っています。

定期的に少年非行の現状を折尾警察署と確認しながら、子どもたちの健やかな成長を見守っているため、地域・学校・行政・家庭が一体となってみんなで育てる環境を作っていきます。



6月11日、折尾警察署少年課の青木課長から講義を受ける推進委員の皆さん

高齢者の医療や介護

認定証や通知書などが郵送される 切り替えの時期です

7月中旬に郵送

8月で切り替わる高齢受給者証と認定証

【高齢者受給者証を郵送します】

70歳から74歳の水巻町国民健康保険加入者が持っている、現在の高齢受給者証は7月31日で有効期限が切れます。8月から切り替わる、新しい受給者証を7月中旬に郵送します。

【認定証の切り替えは8月1日からです】

現在、水巻町国民健康保険加入者で、限度額適用認定証・標準負担額減額認定証(以下「認定証」)を

持っている人は、7月31日が認定証の有効期限となっています。引き続き認定を希望する場合は8月31日までに役場健康保険係で申請をしてください。この認定証は、医療機関で提示すれば医療費の自己負担額が限度額までとなるものです。詳しくは問い合わせてください。

●問い合わせ 役場健康保険係 ☎ 201-4321



7月下旬に郵送

8月は後期高齢者医療制度の更新月

被保険者証・限度額認定証が 切り替わります

●被保険者証

現在の被保険者証(水色)は、7月31日が有効期限です。8月1日から使用できる被保険者証(薄緑色)は、7月下旬に郵送します。8月1日以降に医療機関にかかるときは、新しい被保険者証を窓口で提示してください。有効期間は来年7月31日までの1年間です。新しい被保険者証が7月中に届かない場合は、役場健康保険係に問い合わせてください。



●限度額適用・標準負担額減額認定証

現在使用中の減額認定証の有効期限は7月31日です。減額認定証をすでに持っている人で、平成30年度住民税が非課税の世帯の人には、8月1日から使用できる減額認定証を、被保険者証とは別に7月下旬に郵送します。

※新たに減額認定証の交付を希望する人は、役場健康保険係窓口での申請手続きが必要です。8月からの制度改正で、所得要件が町民税課税標準額145万円以上690万円未満に該当する人は、新たに限度額適用認定証の対象となります。詳しくは問い合わせください。

●持ってくるもの 印鑑・被保険者証

●問い合わせ

▷役場健康保険係 ☎ 201-4321

▷福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎(092) 651-31

コンビニ収納が始まります

65歳以上の人の 介護保険料が決定されます

平成30年度の介護保険料決定通知書を7月下旬に郵送します。決定通知書が届いたら、保険料と納付方法を確認しましょう。

【保険料の納め方】

●特別徴収(年金から天引き)

年金の支給月に、決定通知書の記載額が天引きされます。

●普通徴収(納付書払いまたは口座振替)

▷納付書払い 決定通知書に納付書が同封されています。毎月の納期限までに保険料を納めてください。平成30年度からコンビニ収納が始まり、夜間・休日にもコンビニエンスストアで支払いができるようになりました。

※コンビニで支払う場合、納期限が過ぎたもの、金額を手書きで修正したものは、支払いができませんので注意してください。

▷口座振替 今回、決定通知書のみを送ります。8月～3月まで毎月、指定の口座から決定通知書に記載された金額が引き落とされます。

【給付制限】

保険料に滞納があると、1割または2割の通常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られたりするなどの制限があります。失業などの事情で支払いが困難になった場合は、役場高齢者支援係まで相談してください。

●問い合わせ 役場高齢者支援係 ☎ 201-4321

後期高齢者医療制度

高額療養費の 限度額が変わります

1カ月の医療費の自己負担額が高額になった場合に、自己負担限度額を超えた分が支給される高額療養費制度。8月から自己負担額の変更と、現役並み所得者の自己負担限度額が下表のとおり、3つに細分化されます。

※住民税非課税世帯は、自己負担限度額の変更はありません。

●8月以降の自己負担限度額

所得要件	外来+入院【世帯単位】	
	外来 【個人ごと】	※1
現役並み所得者		
町民税課税標準額 690万円以上	25万2,600円+	(総医療費-84万2,000円)×1%
町民税課税標準額 380万円～690万円未満	16万7,400円+	(総医療費-55万8,000円)×1%
町民税課税標準額 145万円～380万円未満	8万100円+	(総医療費-26万7,000円)×1%
町民税課税標準額 145万円未満の課税世帯	1万8,000円	※2 5万7,600円

※1 過去12カ月間に4回以上、同一世帯で高額療養費の支給があった場合は、4回目から限度額が下がります。

※2 年間の限度額は14万4,000円です。

●問い合わせ 役場健康保険係 ☎ 201-4321

災害食レシピ

九州女子大学と共同開発した、備蓄食料でもおいしく作れるレシピを紹介します。



●問い合わせ 役場庶務係 ☎ 201-4321

切り干し大根と ワカメのナムル



(九州女子大学提供)

●材料(4人分)

切り干し大根…36g、乾燥ワカメ…6g、酢…大さじ1強、濃口しょうゆ…小さじ2½、ごま油…小さじ½、鶏がらだし…小さじ½、ゴマ…適量

●作り方

- ①切り干し大根と乾燥ワカメを水で戻して水気を切る。
- ②切り干し大根を5cm程度に切る。
- ③②とワカメに酢、濃口しょうゆ、ごま油、鶏がらだしを加えてあえる。
- ④③にゴマを振って完成。

●一口メモ

切り干し大根と乾燥ワカメは、食物繊維を含み栄養価が高い食品です。この他にも、長期保存が可能な乾物を備蓄してみてください。

国民年金保険料の免除申請・納付猶予

平成30年度免除申請の受付が 7月から始まります

7月は、平成30年度分(平成30年7月から1年間)の国民年金保険料の免除申請・納付猶予の受け付けが始まる月です。

希望する場合は、2年1カ月前までさかのぼっての申請も可能です。

【免除申請】

国民年金保険料の納付が困難な場合に、申請して認められると、保険料の納付が「全額免除」または「一部免除」となります。本人、配偶者、世帯主それぞれの所得が一定額以下の人が対象です。

※平成30年度分の免除は平成29年中の所得で審査されます。

▷失業した人は、失業月の翌年6月までは、その後再就職をしても所得は無いものと見なされるので、免除申請ができる場合があります。雇用保険受給資格者証または退職票を持ってきてください。

※配偶者、世帯主の所得が一定額以上ある場合は、免除対象となりません。

※本人以外の人が申請するときは、認印が必要です。

【納付猶予】

「免除申請」よりも適用を受けやすい制度として「納付猶予」があります。所得の高い世帯主と同居している場合でも、50歳未満の人で本人と配偶者の所得が一定額以下のときには、保険料の納付が猶予される制度です。

▷学生納付特例制度

学生のため納付が困難な場合に、保険料の納付を猶予する制度です。まだ手続きをしていない人は、この制度をぜひ利用してください。

※平成30年度の在学が証明できるもの(学生証の表裏のコピーまたは在学証明書)と印鑑を持ってきてください。

●問い合わせ 役場医療・保護係 ☎ 201-4321

国民年金 アラカルト

水巻町職員を募集します

町では、平成31年4月から一緒に働く職員を募集します。1次試験は民間企業などで多く使われる「SPI3方式」で行います。まちづくりを推進する意欲ある人たちの応募をお待ちしています。

- 1次試験日 9月1日(土)～17日(月・祝)で受験者が選択する日
- ※希望するSPIテストセンターによって受験可能日が異なります。
- ※1次試験の手続きなどは、町ホームページまたは役場人事秘書係にある募集要項を確認してください。
- 試験会場 受験者が希望するSPIテストセンター会場
- 試験内容 SPI3(総合適性検査・能力検査・性格検査)
- 採用予定数・対象
 - ▷一般事務職 2人・平成2年4月2日～平成13年4月1日に生まれた人
 - ▷保育士 1人・平成2年4月2日以降に生まれた人

で、保育士資格を持つ人または平成31年3月31日までに取得見込みの人

- ※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する人は受験できません。
- 申込方法 役場人事秘書係にある申込書に、必要事項を記入して提出してください。
- ※郵送で申込書を請求する場合は、「採用試験申込書請求」と朱書きした封筒に希望職種を明記して、返信用封筒(A4サイズ・140円切手を貼付・返信先を記入)を同封して郵送してください。
- ▷郵送先 〒807-8501「水巻町役場総務課人事秘書係」(住所不要)
- ※町ホームページからも申込書の様子をダウンロードできます。
- 申込期間 8月1日(水)～17日(金) 必着
- 問い合わせ 役場人事秘書係 ☎ 201-4321



協働で進めて、みんなで伝える水巻の環境
町の環境情報を発信
環境 station

病気を媒介させる恐れも 蚊に刺されないように注意

蚊に悩まされる季節になりました。蚊の種類によっては日本脳炎やデング熱などの病気を媒介するものもあり、健康面での影響も懸念されています。蚊に刺されないように注意しましょう。



- 【蚊に刺されないために】
- 屋外など蚊に刺されやすい場所では、長袖、長ズボン、靴などを着用し、肌を露出しないよう心がけましょう。
- 蚊は色の濃いものに近づく傾向があります。白などの色が薄い衣服を選びましょう。
- 屋内では網戸などで蚊の侵入を防ぎましょう。

【蚊の発生抑制】
蚊は小さな水たまりを好んで、卵を産み付けます。そのため発生源となる水たまりを無くすことで発生する蚊を減らすことができます。庭やベランダに置いてある、植木鉢の受け皿、雨水がたまったバケツやジョウロ、タイヤの内側、空き缶など、少量の水たまりからも多くの蚊が発生しているので注意が必要です。

蚊の発生源をつくってしまうことで、体調を崩したり、近隣トラブルに発展したりすることもあるので、蚊の発生を抑えるための環境づくりに努めましょう。
環境係では雨水、汚水マス等に散布する不快害虫用殺虫剤の錠剤を無料配布しています。必要な方は相談してください。
●問い合わせ 役場環境係 ☎ 201-4321

総合運動公園プールと図書館・歴史資料館に 無料送迎バスが走ります

夏休み期間中は、総合運動公園プールと図書館・歴史資料館への無料送迎バスが運行します。安心・安全なバスを利用して、町の施設で楽しい夏休みを過ごしてください。

- 対象 町内の各小中学校の児童・生徒
- 発着場所 伊左座小学校・猪熊小学校の校門前、宮尾台公民館、武道館、町民体育館
- 運行期間 7月23日(月)～8月31日(金)
- ※図書館休館日は、図書館にバスは行きませんので注意してください。
- 運休日 土曜日、日曜日、祝日、8月13日(月)・14日(火)・15日(水)
- 問い合わせ
 - ▷総合運動公園スポーツ振興係 ☎ 201-4000
 - ▷図書館・歴史資料館 ☎ 201-5000

【バスの発車時間】
▷伊左座小学校区

行き	帰り	
伊左座小学校	プール	図書館
10:10	13:20	13:22
13:35	15:20	15:22

▷吉田小学校区

行き	帰り		
武道館	宮尾台公民館	プール	図書館
10:47	10:50	14:00	14:02
14:12	14:15	16:10	16:12

▷猪熊小学校区

行き	帰り		
町民体育館	猪熊小学校	プール	図書館
11:27	11:30	14:40	14:42
14:52	14:55	16:40	16:42



住居表示板は必ず設置

町内では、迷わず目的地に行けるよう、「水巻町住居表示に関する条例第4条」で住居番号を表示するように定められています。
住居表示板の「町名表示板」と「住居番号表示板」が流失などしている場合は、住民系の窓口で新しいものを交付します。
また、新築などで新たに住居番号を設定する場合は、住民係で事前に申請が必要となるので手続きを行ってください。

町名表示板	住居番号表示板
頃末北一丁目	1-1

●問い合わせ 役場住民係 ☎ 201-4321

編集後記

◆私が広報担当になって一週レフカメラで初めて撮った写真は、今号の特集で取り上げた「水巻のなか」に「く」でした。去年の7月1日「水巻のなか」に「く」で撮影をしてから一年、今年も「く」で撮影をするのの時期がやってきました。でかんにく好きの私としてはこの季節が待ち遠しくて仕方ありません。今年も早速肉巻きに挑戦してみたいです。どんな食材にも合わせやすいのでお薦めです。

◆今回の特集記事ではレシビを2つ掲載しましたが、町のホームページには「水巻のなか」に掲載されています。レシビが多数掲載されています。ぜひこちらもぜひ読んでみて、実際に皆さんのご家庭でも作って食べてみてください。

◆でかんにくのシーズン。表紙の彩りがとてもきれいですね。今期の収穫時期には、各テレビ番組からの撮影依頼をたくさんいただきました。生産者さんをはじめ、みんなが収穫、調理、実食などのさまざまな撮影の相談があるたびに、みなさん第一秘書を担う私は「うちのみずまき」の第一秘書を担う私は「うちのみずまき」のおかけさまでみずまきもデビューから数カ月で、私たちが想像していたより多くの有名人の皆さんと触れ合えました。「テレビを見逃した」という人も大丈夫。インターネットのみずまき特設ページには、撮影時の記念写真を残しているのをご確認ください。(小越)

この広報紙は再生紙を使用しています。



1カ月の病院代 高くなったときは

国民健康保険加入者は、1カ月の医療費の自己負担額が高額になったとき、自己負担限度額を超えた額が高額療養費として支給されます。申請には保険証、領収書、世帯主の通帳、印鑑が必要です。70歳未満の人、70歳以上での現役並み所得者や下表の低所得I・IIに該当する人は、事前に減額認定証・限度額適用認定証の交付を役場健康保険係で申請してください。

- 自己負担限度額の計算のポイント
 - ▷月ごと(受診日が1日から末日)の自己負担額を計算します。
 - ▷70歳未満の人は、医療機関ごとの入院と外来に区分して計算します。同じ医療機関でも歯科は別区分です。ただし、21,000円を超える区分が複数あるときは、それらを合算できます。
 - ▷過去12カ月間に4回以上、同一世帯で高額療養費の支給があった場合は、4回目から限度額が下がります。
 - ▷入院時の食事代や、保険の利かない差額ベッドなどは対象外です。

●自己負担限度額(70歳未満)

所得要件 【総所得金額等一基礎控除(33万円)】	自己負担限度額
901万円超	25万2,600円 + (総医療費 - 84万2,000円) × 1%
600万円超～901万円	16万7,400円 + (総医療費 - 55万8,000円) × 1%
210万円超～600万円	8万1,000円 + (総医療費 - 26万7,000円) × 1%
210万円以下	5万7,600円
住民税非課税世帯	3万5,400円

●8月診療からの自己負担限度額(70歳以上の国民健康保険加入者)

所得要件	外来・入院【世帯単位】	
	外来 【個人ごと】	
現役並み所得者	町民税課税標準額 690万円以上	25万2,600円 + (総医療費 - 84万2,000円) × 1%
	町民税課税標準額 380万円～690万円未満	16万7,400円 + (総医療費 - 55万8,000円) × 1%
	町民税課税標準額 145万円～380万円未満	8万1,000円 + (総医療費 - 26万7,000円) × 1%
	町民税課税標準額 145万円未満の課税世帯	1万8,000円 × 3
	低所得I※1	8,000円
	低所得II※2	2万4,600円
		8,000円
		1万5,000円

- ※1 低所得Iを除く町民税非課税の世帯
- ※2 同一世帯の世帯主と70歳以上の国民健康保険加入者が、それぞれ年収80万円以下で、その他の所得がない町民税非課税の世帯
- ※3 年間の限度額は14万4,000円
- 問い合わせ 役場健康保険係 ☎ 201-4321

BABY PHOTOALBUM

[赤ちゃんアルバム]



町内の元気いっぱいな1歳になる赤ちゃんの写真を募集しています。
 ▷9月生まれの赤ちゃんは7月17日(火)までに役場企画広報係へ申し込んでください。

1歳のお誕生日おめでとう
 いつも笑顔めぐりかっこいい♡



下二東
 そのだ ゆうり 結莉ちゃん
 29年7月14日生まれ

1歳おめでとう♡元気にすく
 すく育ってね♡



高松
 さとう まさと 真斗ちゃん
 29年7月17日生まれ

いつも笑顔な朝陽くん！元気
 に育ってくれてありがとう♡



頃末南
 のがた あさひ 朝陽ちゃん
 29年7月21日生まれ

稜★1歳おめでとう♪いつも
 笑顔で優しい子に育ってね♡



樋口東
 よしだ りょう 稜ちゃん
 29年7月3日生まれ

かいちゃんお誕生日おめでとう
 うすくすく育ってね！



伊左座
 なかむら かいと 権人ちゃん
 29年7月25日生まれ

産まれてきてくれてありがとう。
 うすくすく育ってね♡



頃末南
 はらぐち あい 藍ちゃん
 29年7月1日生まれ

運翔おめでとう！元気にすく
 すく育ってね！大好き♡



梅ノ木団地
 つじ れんと 蓮翔ちゃん
 29年7月7日生まれ

なつちゃん1歳おめでとう！
 姉妹仲良く元気に育ってね★



頃末北
 むらかみ なつちゃん
 29年7月14日生まれ

活動 訪問 頑張ってます

町の頑張っている人を紹介するコーナーです

リズム体操で楽しく健康に
 皆さんを笑顔にしたいですね



かわち みちこ
 川内 美知子さん(高尾)

- 生年月日 昭和24年1月3日
- 趣味 カラオケ、踊り
- 好きな花 サギソウ
- 所属 すまいる*すまいる

今月は、活動18年目を迎える健康推進ボランティアグループ、すまいる*すまいるで会長を務めている川内美知子さんを紹介します。

●どのような活動をしているのですか。

地域の公民館やデイサービスなどに出向いて、ストレッチ、リズム体操、手遊び、脳トレなどの気軽に楽しくできる運動を広める無償ボランティア活動を行っています。

平成29年度の活動実績は372回、会員38人が元気に活動しています。今年で活動18年目を迎えました。

●やりがいは何ですか。

地域の皆さんが楽しみに待っていてくれること、笑顔で私たちを出迎えてくれるというのが一番うれしいですね。待っていてくれる人のためにも、頑張ろうと意欲が湧きます。

●名前の由来は何ですか。

「すすんで、まいにち、いきいき、るんるんと」という言葉の頭文字をとって「すまいる*すまいる」と名付けました。私たちと一緒に運動することで、参加者の皆さんが笑顔になったら、うれしいなという思いが込められています。地域の皆さんに覚えてもらいやすい名前にしようと、結成当時の会員みんなでお考えました。

●町民の皆さんに一言お願いします。

地域の公民館で、ふれあい体操を行っています。運動がなかなか続かないと悩んでいる人は、一度足を運んでみてください。「すすんで、まいにち、いきいき、るんるんと」私たちと一緒に楽しく運動しませんか。