

広報みずまき

MIZUMAKI TOWN

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

02 2026
No.1084

ハ
タ
チ
ハ
レ
の
日。

〔後列左から〕早川翼さん/木曾俊介さん/永見駿典さん/松本亜己さん/榎崎高太郎さん
〔前列左から〕小黑琴さん/瀬戸美希さん/藤田美樹さん/入佐春名さん/仲結奈さん



3



7



2



5



4

- ①式典で祝い太鼓を披露する水巻南中学校の「砦太鼓保存会」
- ②交歓会で久々に恩師と交流
- ③「二十歳のつどい」実行委員の10人
- ④参加者を代表して記念品を受け取る入佐春名さん
- ⑤誓いの言葉を述べる松本亜己さん



未来、キラメワ。

1月11日、中央公民館で「令和8年二十歳のつどい」が開催され、161人が式典に参加しました。二十歳を迎えた皆さんは、感謝や未来への希望を胸に、大きな一歩を踏み出しました。 〇 役場生涯学習係



水巻南中学校校区

特集 令和8年 二十歳のつどい

水巻中学校校区



吉田三区の歳末防犯夜警



12月26日と27日の両日、吉田三区自治会による歳末パトロールに子ども会が参加しました。自治会役員・民生委員・保護者を合わせて総勢約40名。小・中学生が大きな声で「戸締り用心、火の用心」を呼び掛けながら元気よく巡回しました。

貴船神社どんと焼き



1月11日、吉田の貴船神社で「どんと焼き」が行われ、境内には多くの人が集まりました。

参拝者が持参した正月のしめ飾りやお札・お守りなどを1カ所に集めて燃やし、豊作や商売繁盛・家内安全・無病息災などを祈願しました。



柴原洋少年野球教室

元プロ野球選手が子どもたちに直伝

12月28日に町民体育館で、プロ野球選手として活躍した柴原洋さんが、町内の野球・ソフトボールのスポーツ少年団に所属する子どもたちを指導しました。バッティング指導では、柴原さん自らがバットを握り、お手本のスイング。ただ見せるだけでなく、一人一人のスイングをじっくり観察した上で、優しく手を添えて丁寧にアドバイスをを行いました。さらに、スポーツ少年団の監督やコーチを集めて、指導方法について熱い議論。バッティングの最新理論や子どもたちの個性に合わせた指導方法など、話は尽きない様子でした。



1月11日、水巻南中学校で遠賀郡消防合同出初式が行われ、遠賀郡4町の消防団や遠賀郡消防本部が参加。消防団員の活動表彰などが行われました。受表彰者は次のとおりです。

(敬称略)

【藍綬褒章】黒瀬義明【日本消防協会表彰】▷勤続章 矢野篤/石松雅義

【福岡県知事表彰】▷感謝状 福田正太【福岡県消防協会表彰】▷永年勤続 大坪直二/大上貴士/福田正太/佐藤数孝/縄田智政/岸智宏/金子光晴/坂井義基/大坂間裕輔▷優良団員 中西慶蔵/松井歩/宗久佳聖/大坂間可奈子/中尾真理子▷夫婦消防団員 大坂間裕輔/大坂間可奈子【消防協会遠賀支部長表彰】佐藤数孝/池浦秀一【団長表彰】上原真吾

遠賀郡消防合同出初式

消防団の仕事始め

町議会3月定例会 3月2日月開会予定



議会日程 (予定)

- 3/2 月 全員協議会【9時 30 分】
本会議 (提案)
- 3/4 火 本会議 (質疑・付託)
本会議終了後 議会運営委員会
- 3/5 水 文厚産建委員会
- 3/6 木 総務財政委員会
- 3/9 日 本会議 (採決・一般質問)
- 3/10 月 本会議 (一般質問)
- 3/11 火 文厚産建委員会
- 3/13 木 総務財政委員会
- 3/18 火 議会運営委員会
- 3/19 水 本会議 (採決)

※開始時刻は全て 10 時です (全員協議会を除く)。

※日程は変更になる場合があります。2 月下旬の議会運営委員会で最終決定します。

(問) 役場議会事務局

● **お知らせ**

中間・遠賀リサイクルプラザ
家具など再生品を入札販売

とき 2月24日(火)～3月1日(日)
9時～16時30分

※最終日は11時30分までです。

ところ 中間・遠賀リサイクルプラザ (中間市大字垣生)

対象 遠賀郡・中間市に在住している人

出品 家具など150点程度

申込方法 会場の入札用紙に記入し提出してください。落札者にはハガキで通知します。同額の場合は抽選を行います。

引取期限 3月7日(土)正午

(問) 中間・遠賀リサイクルプラザ
☎ 245・5374

「お詫び」5月10日号赤ちゃんアルバム受付フォーム

広報みずまき1月25日号の表紙に掲載している「5月10日号表紙赤ちゃんアルバム」の受付フォームで、令和7年中に生まれた赤ちゃんの生年月日が入力できない

▲入力フォーム

不具合が発生していました。

問題の箇所を修正し、現在はい力できるようになっています。大変ご迷惑をおかけし、申し訳ありませんでした。

(問) 役場広報係

後期高齢者医療加入者の 診療分医療費通知

送付日程

- ▽令和7年1月～3月診療分
令和7年7月末送付済み
- ▽令和7年4月～7月診療分
令和7年11月末送付済み
- ▽令和7年8月～11月診療分
令和8年2月中旬送付予定
- ※通知は、被保険者住所(変更可能)に圧着はがきで送付します。
- ※医療機関の情報受け渡しのため、イメージで、通知に記載されないことがあります。
- ※令和7年12月診療分の医療費

生活情報 INFORMATION

水巻町役場 ☎ 201-4321
FAX 201-4423

消費生活センター
※は電話のみです。 ☎ 201-4321

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 ☎ 202-3212
健康課 FAX 202-3621

子育て支援センター
☎ 203-5772

ほっとステーション ☎ 203-1555
(児童少年相談センター) FAX 203-1553

図書館 ☎ 201-5000
FAX 201-0995

歴史資料館 ☎ 201-0999

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

コミュニティ無線 確認ダイヤル
☎ 201-9119

郡内火災発生 確認ダイヤル
☎ (0570) 093-119

遠賀中間休日急病センター
★休日救急医療★ ☎ 282-9919

マイナンバーカード 利用申請・交付窓口

平日の手続きが困難な人に向けて、申請・交付専用の休日窓口を開設します。
※住民票などの証明書の発行は行いません。

とき 3/8日9時～正午
(申) 役場住民係

完別 + 通い放題の塾 月額定額制

「AI システム学習による繰り返し学習」+「自立学習」により、1 人ひとりに合ったプログラム学習で、わかるまで個別指導をします。

高校生、中学生、小学生の 2 週間の無料体験予約をお待ちしております。

小中高5教科/受験 英検・文字検 / 通信制サポート校

松陰塾 遠賀川駅前校

〒811-4307 遠賀町遠賀川1丁目6-5 PIPIT2階
☎ 093-863-2905 / 受付時間 平日10:00～21:00



受診期限が迫っています 後期高齢者の健康診査

生活習慣病の早期発見・治療のためには、年に一度の健康診査が重要です。まだ受診していない人は健康診査を受診してください。

対象 後期高齢者医療保険加入者
費用 500円

受診方法 実施医療機関に予約して、マイナ保険証または資格確認書と受診票を持って受診してください。

受診期限 3月31日

問 後期高齢者医療広域連合
(092) 651・3111

排水設備指定工事店の登録

【新規・更新登録】 対象

次のいずれかに該当する業者
▽登録期限が令和8年3月31日
▽新規登録する

※町に登録した排水設備責任技術者を、1人以上専属雇用していることが条件です。

申込期間 3月2日(月)～12日(金)

※申込書は町ホームページで取得してください。

費用 3万円

【新規登録講習会】

とき 3月25日(木)18時

ところ 役場101会議室

【共通事項】

問 役場下水道課



ホームページ

募集

認知症の人を支える家族へ おれんじファミリー水巻

認知症の人を支える家族などが、互いに日々の悩みや想いを気軽に話したり、介護や医療の情報交換をしたりする場として、「おれんじファミリー水巻」を開催します。今回は、「認知症家族の心理ステップ」をテーマにした、講師によるミニ講話も予定しています。気軽に参加してください。



とき 3月16日(月)10時～11時30分
ところ 役場302会議室

対象 町内に住む認知症の人の家族や介護者

講師 山崎由美先生(福岡県認知症医療センター宗像病院認知症看護認定看護師)

申込方法 役場包括支援係窓口または電話で申し込んでください。

問 役場包括支援係

小・中学校で働きませんか 教員募集

公立小・中学校の講師登録者を募集しています。

対象 小学校または中学校各教科の有効な教員免許状を所持

している人

申込方法 福岡県公立学校講師志願書を提出してください。様式は下の二次元コードからダウンロードできます。提出先も、二次元コードから確認してください。



問 県教育庁北九州教育事務所総務課総務係
(0949) 25・1202

子どもバスケット短期教室

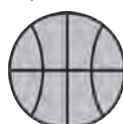
とき 3月14日・21日・28日(全3回) 11時～正午

対象 年長児・小学6年生

定員 15人(先着順)

費用 1500円(3回分)
持ってくるもの タオル・飲料

講師 木元周平さん(日本バスケット協会C級ライセンス)



問 水巻ゆう・あい倶楽部

子ども陸上教室

とき 3月14日・21日・28日(全3回) 10時30分～11時30分

※雨天順延です。予備日は4月4日・11日(全2回)です。

ところ 総合運動公園グラウンド

対象 年長児・小学6年生
定員 20人

費用 1500円(3回分)

持ってくるもの タオル・飲料

講師 大野直人さん・安部貴子さん

問 水巻ゆう・あい倶楽部

シニアのための 起業支援セミナー開催

起業したいけど、何をしたらいいのかわからないなどの理由で、あと一歩を踏み出せない人はぜひ参加してください。



対象 おおむね60歳以上で、起業に興味がある人

とき 3月4日(日)13時30分～17時

ところ AIMビル311会議室・312会議室

内容

▽起業ネタ探し

▽創業計画・資金計画・収支計画

▽労働者協同組合

費用 無料

定員 60人(事前予約制)

申込方法 下の二次元コードから申し込む



か、福岡県生涯現役チャレンジャー事務局に電話で申し込んでください。

問 福岡県生涯現役チャレンジャー事務局
(092) 432・2512

シニア世代の皆さまへ

日頃のご愛顧に感謝をこめて・・・

特別金利の定期預金実施中！！

詳しくは、店頭またはお電話でお問い合わせください

九州ろうきん 直方支店 0949-24-1717



1カ月の医療費 自己負担額が高額になったら

I LOVE 国保
アイラブ

㊤ 役場保険年金係

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。申請には領収書、世帯主の通帳、印鑑が必要です。また、入院したときなど医療費が高くなりそうな場合は事前に減額認定証・限度額適用認定証を医療機関窓口に提示することで、1カ月分の医療費が一定の金額までとなります。

70歳未満の人、70歳以上で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保険年金係で申請してください。また、マイナ保険証を利用することで限度額認定証の事前申請は不要となります。

計算方法など、詳しくは問い合わせてください。

自己負担限度額（70歳未満）

所得要件	総所得金額等－基礎控除（43万円）	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		8万100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

自己負担限度額（70歳以上の国保加入者）

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 ※3
低所得Ⅱ※1		5万7,600円
低所得Ⅱ※1		8,000円
低所得Ⅱ※1		2万4,600円
低所得Ⅰ※2		8,000円
低所得Ⅰ※2		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歳以上の国保加入者がそれぞれ年金収入80万6,700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

- 令和8年度一般生を募集
県立高等技術専門学校
〔戸畑高等技術専門学校〕
募集科目
①3D・CAD機械システム科
②溶接科
③介護サービス科
④戸畑高等技術専門学校（戸畑区東大谷）
☎882・4306

〔小倉高等技術専門学校〕
募集科目
①OA事務科
②エクステリア左官科
③建築科
④アパレルサービス科

㊤ 小倉高等技術専門学校（小倉北区横代東）
☎961・4002
〔共通事項〕
訓練開始日 4月9日（木）
訓練期間 6カ月～2年
申込期間 2月13日（金）
～3月17日（日）
申込方法 下の二次元コードから確認してください。
選考日 3月25日（木）
ポリテックビジョン開催
学生たちの研究・開発の成果やものづくり技術を公開する「ポリテックビジョン2026 in 北

九州」を開催します。
とき 2月20日（金）9時～16時
21日（土）9時～14時30分
ところ 九州職業能力開発大学校（小倉南区志井）
内容 機械加工技術コンテスト・ロボット競技会・作品展示・研究発表
☎963・8353
● 相談
税金に関する休日相談会
平日に相談が困難な人のために家計相談支援員による無料納税相談会を開催します。

とき 3月8日（日）9時～15時
ところ 役場納税係
窓口
申込方法 電話（事前予約制）
申込期限 2月20日（金）15時
㊤ 役場納税係
解雇・雇止め集中相談会
面談・電話による相談会を行います。秘密は厳守します。
とき 2月25日（木）・26日（金）9時～20時
※受け付けは、19時30分までです。
ところ 福岡県北九州労働者支援事務所（北九州市小倉北区



浅野）
㊤ 福岡県北九州労働者支援事務所
☎967・3945
社会福祉協議会の相談事業
〔住民相談員の住民相談〕
相談は電話でも受け付けています。
とき 毎週（金）（祝日は除く）13時～16時
〔弁護士無料法律相談〕
とき 3月11日（木）・27日（金）13時～16時
対象 町内に住んでいる人
定員 各6人（予約先着順）
申込開始 3月4日（木）8時30分
〔行政相談委員の行政相談〕
とき 3月9日（木）・23日（金）13時～16時
内容 行政への意見・苦情など
受付終了 15時30分
※事前予約制の相談を除きます。
ところ 社会福祉協議会（いきいきほーる2階）
㊤ 社会福祉協議会
☎202・3700



愛のおくりもの あじがとていじまじだ

12月10日～1月9日受付分
〔一般寄付〕
社会福祉協議会
遠賀中間地区農業祭実行委員会様

全町民1人当たり1万円分の生活支援商品券を発送します



長引く物価高騰に伴い、生活全般に影響を受けている町民および町内事業者を支援するため、町民1人当たり1万円分の生活支援商品券を発送します。

対象 令和8年1月1日時点で町に住民登録があり、商品券発送日まで引き続き住民登録がある人

商品券内容 町民1人当たり1万円分の商品券

商品券内訳 500円券×20枚

▷共通券：加盟店全てで使える券（ピンク色）14枚

▷小型店専用券：大型店以外で使える券（青色）6枚

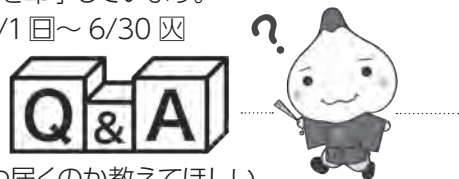
発送日 2月上旬から順次発送予定

※「ゆうパック」で1人につき1通配達します。（世帯で1通ではありません。）

利用可能店 利用できる店舗は、今号に折り込んでいるチラシを確認してください。

※商品券の表紙にも利用できる店舗が確認できる二次元コードを印字しています。

利用期間 3/1（日）～6/30（日）



Q. 自分にいつ届くのか教えてほしい。

A. 全町民へ配達するため、配達件数が非常に多くなっています。順次配達していますので、正確な配達

日は回答できません。そのため、役場・郵便局への個別の問い合わせは控えてください。

Q. 他の人には届いているのに、自宅に届いていない。不在票も入っていない。

A. 商品券をできるだけ多くの人に早く届けるために、2月の初回配達分については不在票を投函していません。3月以降に再度配達します。不在の場合には不在票が投函されますので、再配達の依頼を行って、受け取ってください。

Q. ポストに入れておいてほしい。置き配してほしい。

A. 商品券のため、原則対面での配達となります。郵便配達員から直接受け取ってください。

Q. 4人家族だが、1人分だけ届いていない。

A. 以下の場合など、一部郵便局で配達できないケースがあります。詳しくは問い合わせてください。

【配達できないケース】

▷郵便局に水巻町外への転送届を提出している場合

▷住民登録がある住所と郵便局の把握している住所が一致しない場合 など

Q. 郵便局での保管期限が過ぎてしまった。

A. 保管期限が過ぎた商品券は役場産業振興係で保管しますので、使用期限内に受け取りに来てください。

☎ 役場産業振興係

地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員

令和7年12月1日に民生委員・児童委員の一斉改選が行われました。任期は令和10年11月30日までの3年間となっています。

民生委員・児童委員ってどんな人？

民生委員・児童委員は、民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。

同じ地域で生活する住民の一員として、住民からのさまざまな生活上の困りごとや心配ごとに関する相談を聞き、必要な支援を受けられるよう、行政や専門機関へつなぐ橋渡しとしての役割を担っています。また、高齢者・障がい者・子育て世帯の見守りや安否確認などを行い、地域の福祉を担うボランティアとして活動しています。民生委員は児童委員を兼ねていて、子どもに関する問題を専門的に担当する「主任児童委員」もいます。



気軽に相談してください

民生委員・児童委員には皆さんに安心して相談してもらえよう、法に基づく「守秘義務」があります。地域の皆さんから受けた相談内容の秘密を守り、個人情報やプライバシーの保護に配慮した活動を行っていますので、心配ごと・悩みごとがある場合は気軽に相談してください。

住んでいる地域を担当している民生委員・児童委員に相談したい場合は、生活支援係に問い合わせてください。

☎ 役場生活支援係

3月8日は 環境美化の日



問 役場環境係

町内一斉清掃を行います。詳しい手順は各自治会で確認してください。

※側溝の清掃、公園の除草や枝の剪定などを行う場合は、必ず自治会に届けてください。

※当日は自治会配布のボランティア袋を使います。

※「もえるゴミ」は通常のごみ収集日に、「枝・側溝の土砂」は後日回収します。

※枝と草は必ず分けて袋にいれてください。

※少雨決行、荒天中止。延期はありません。

ごみの種類	袋の色	回収場所
もえるごみ	ピンク	ごみステーション
もえないごみ	青	各自治会指定の回収拠点
ビンカンごみ	透明	
枝	透明(大)	
草	透明(大)	

ごみの減量化に 取り組もう!

町の環境情報を発信
環境station

公式 LINE や町 HP で
地区ごとのごみカレンダー
が確認できます!

町民 1 人当たりの、遠賀・

中間リレーセンターへのごみの年間

搬入量は約 260kg となり、5 年間で約 34kg 減少しました。ごみ削減により焼却などによる環境負荷を減らし、地球温暖化対策の一環となります。小さな行動も一人一人が取り組むことで大きな削減になります。

▷食品は買い過ぎない。作り過ぎない。食べ切る。

▷地域の資源物回収活動などを活用し、古紙やビン・缶などをリサイクルしましょう。

▷ダンボールコンポスト・電動生ごみ処理機で家庭の生ごみを削減しましょう。これらを購入する場合、要件を満たせば補助金が交付されます。

▷役場などの公共施設では古着・廃食用油などを回収しています。また、拠点回収ボックスではペットボトル・紙パック・食品トレーを回収しています。

問 役場環境係

農業を支え導いてくれる 農仲間を募集します



任期満了に伴い、水巻町農業委員・農地利用最適化推進委員を募集します。あなたの知識を、町の農業に生かしてみませんか。

対象 農業に関する深い知識を持ち、農地利用の最適化推進などの職務を適切に行える人

任期 7/20 日から3年間

募集人数(選考)

▷農業委員 11 人

▷農地利用最適化推進委員 2 人

報酬 条例に基づいて報酬と交通費を支給

応募方法 役場産業振興係窓口・町公式ホームページで募集要項を確認の上、申請用紙を記入して提出してください。なお、農業委員と推進委員の両方に申し込むことも可能ですが、兼務はできません。

募集期限 3/10 〆

問 役場産業振興係



2年で約16,000円お得に 国民年金前納制度

国民年金 プラカール

国民年金には、保険料をまとめて納めることで割引となる「前納制度」があります。また、「口座振替」を併せて申し込むことで、割引額がさらに大きくなります。

【口座振替の場合】

前納期間	割引額
2年前納(4月～令和10年3月)	1万7,370円
1年前納(4月～令和9年3月)	4,510円
6カ月前納(4月～9月)	1,220円

【納付書またはクレジットカード払いの場合】

前納期間	割引額
2年前納(4月～令和10年3月)	1万6,010円
1年前納(4月～令和9年3月)	3,820円
6カ月前納(4月～9月)	870円

申請期限 2/27 〆

持ってくるもの

①基礎年金番号のわかるもの

②通帳印、通帳またはキャッシュカード

③クレジットカード

※②は口座振替の場合のみ、③はクレジットカード払いの場合のみ、必要です。

問

▷役場保険年金係

▷八幡年金事務所 ☎ 631-7966

みんなで見守り、防ごう

高齢者虐待

高齢化が進んだ近年、介護の需要が高まる一方で、高齢者の虐待と思われる事案は増えています。高齢者と家族がともに健やかに暮らせるよう、高齢者虐待について正しく理解し、高齢者虐待を未然に防ぎましょう。

⑧ 役場包括支援係

高齢者虐待とは？

65歳以上の人に対する「養護者」（高齢者を現に養護している家族・親族・同居人）または「養介護施設従事者等」が行う【表1】のような行為が虐待にあたります。

県内の高齢者虐待の現状

令和6年度の養護者による虐待に関する相談・通報件数は1415件、そのうち虐待と判断された件数は506件です。また、養介護施設従事者などによる虐待に関

【表1】養護者による虐待の分類と内容

身体的	▷殴る・蹴る・つねる ▷本人に向けて物を投げつける ▷無理やり食事を口に入れる ▷体を縛り付ける など
放棄・放任	▷世話をしない ▷病気の状態を放置する ▷同居人などによる暴力を放置する など
心理的	▷怒鳴る・無視する・嫌がらせをする ▷高齢者を子どものように扱う など
性的	▷性的な嫌がらせをする ▷裸にして放置する ▷人前でオムツを交換する など
経済的	▷生活費など必要な金銭を渡さない ▷入院費など必要な費用を支払わない ▷本人の金銭や資産を無断で使用する など

【表2】虐待発見チェックリスト

身体的	<input type="checkbox"/> 身体に小さな傷が頻繁にみられる <input type="checkbox"/> 回復状態がさまざまな段階の傷、あざなどがある <input type="checkbox"/> 急に怯えたり、怖がったりする <input type="checkbox"/> 臀部や手のひら、背中などに火傷や火傷跡がある <input type="checkbox"/> 傷やあざの説明のつじつまが合わない
放棄・放任	<input type="checkbox"/> 住居が非衛生的で、異臭やゴミの散乱などがある <input type="checkbox"/> 寝具や衣類、身体が汚れたままの場合が多い <input type="checkbox"/> 病気の症状が明白だが、医師の診断を受けていない <input type="checkbox"/> 無気力感、あきらめ、投げやりな様子になる
心理的	<input type="checkbox"/> 掻きむしりや噛み付き、ゆすりなどがある <input type="checkbox"/> 怯える、わめく、泣く、叫ぶなどする <input type="checkbox"/> 食欲の変化が激しく、過食や拒食がある <input type="checkbox"/> 体重が不自然に増えたり減ったりする
性的	<input type="checkbox"/> 不自然な歩行や座位を保つことが困難になる <input type="checkbox"/> 肛門や性器からの出血や傷がみられる <input type="checkbox"/> 通常の生活行動に不自然な変化がみられる <input type="checkbox"/> 怯えたり、怖がったり、人目を避け一人で過ごす
経済的	<input type="checkbox"/> 自由に使えるお金がないと訴える <input type="checkbox"/> お金があるのにサービスの利用料や生活費の支払いができない <input type="checkbox"/> 資産の保有状況と生活状況の落差が激しい

虐待に気付いた人には通報義務があります

高齢者虐待防止法では、虐待に気が付いた人は、市町村に通報義務（または努力義務）があることが規定されています。早めに対処することで深刻な事態を防止することができま

高齢者の介護、一人で悩まず相談を

このような相談・通報は、個人情報 の漏洩にはあたりません。また、相談・通報の秘密は守られます。

高齢者の介護は長期間にわたることが多く、心身ともに疲れ追い詰められてしまう人は少なくありません。

また、認知症や障がいなどの病気や症状を正しく理解できていないことから、虐待へつながってしま

【表2】を参考に、「もしかして虐待かも」と思われる状況を見たり聞いたりしたときは、ためらわずに相談・通報してください。

相談窓口

役場包括支援係・高齢者支援係

☎ 201-4321

平日8時30分～17時15分

※緊急時は受付時間外でも対応します。

●高齢者虐待の通報・相談フォーム

右の二次元コードを読み込んで必要事項を入力してください。

https://www.town.mizumaki.lg.jp/form/dv_form/02.html





いちちょうの湯

温泉に浸かりながら
転ばぬ先の筋肉を
鍛えませんか？

インタビュー



今回は、よくいちちょうの湯を利用している町内在住の人たちにお話を聞きました。

Q. いちちょうの湯の好きなのところはどこですか？

A. 長寿の湯では、お湯に浸かりながらトレーニングできるので、とても気持ち良いです。少し体が軽くなりました。

A. 足つばロードが露天風呂の横についているのでよく利用しています。体が温まった後の足つば刺激で、筋肉がほぐれて心身ともにリフレッシュします。ジェットバスが気持ち良くて疲れが取れます。

A. 自然と外に出るきっかけになり、顔見知りの人と話すのも楽しみのひとつです。

A. お湯が熱すぎず、丁度良いです。お湯が柔らかくて気に入っています。

Q. いちちょうの湯を利用したことがない人へひと言。

A. 体を温めることは大切なことで健康に良いので、利用してほしいですね。温まるし、休憩スペースもありドリンクも豊富に扱っていて、素晴らしい施設です。

町の天然温泉を身近な場所に



いちちょうの湯は、通い慣れた人や久しぶりの人、そして初めての人でも安心して利用できる施設です。

温泉には

- ① 体を温め、血行を良くする
 - ② 筋肉や関節のこばりを和らげる
 - ③ 気分転換や人との交流につながる
- といった効果が期待できます。

「利用券をもらったまま、しまい込んでいる」という人こそ、ぜひ一度利用してください。久しぶりの外出や健康づくりのきっかけにもなりますよ。

忘れていませんか？ 利用券

高齢者の健康増進・介護予防を図り、生きがいのある生活を支援するため、「健康推進施設体験事業利用券はがき」を8月下旬に送付しています。利用期限を過ぎると無料体験できませんので、早めに利用してください。紛失した場合は、役場高齢者支援係(10番窓口)まで気軽に連絡してください。

【無料券について】

対象 町内に住む70歳以上の人(令和7年8月1日現在)

内容 水巻天然温泉「いちちょうの湯」での入浴体験

利用方法 体験時に利用券を提示してください。

詳しくは、利用券を確認してください。

利用期限 3/31 ㊦

㊦ 役場高齢者支援係

この広報紙は
再生紙を
使用しています。



■寒さが一段と厳しくなる季節、温泉の心地よさがいっそう身に染みます。冷えた体を優しく包み込む湯のぬくもりは、日々の疲れを和らげ、心までほっとさせてくれます。湯気の向こうに広がる静かな時間は、忙しさの中でつい忘れがちな、自分を整える大切さを思い出させてくれるようです。寒い冬だからこそ味わえる温泉の良さは、暮らしの中のささやかな楽しみの一つです。(松崎)

■二十歳のつどいを取材しました。晴れ姿に身を包んだ皆さんが輝いていて、撮影するのが楽しかったです。二十歳、人生の一つの区切りですね。参加した人もそうでない人も、それぞれの道に向かって大きく羽ばたいてほしいなと思います。◆新春クイズへの応募ありがとうございました。メッセージや絵、一つ一つ拝見しました。はがき以外に、メールで温かいメッセージをくれる方もいて、とても励みになっています。(吉川)

編集後記

「BABY PHOTO ALBUM」 赤ちゃんアルバム

町内の元気いっぱいな1歳（令和7年4月生まれ）の赤ちゃんを募集しています。3月15日（日）までに、町ホームページや広報係窓口で申し込んでください。
（問）役場広報係



さかもと ゆいと
坂本 唯冬くん
7年2月14日生まれ



せいけ こはる
清家 呼春ちゃん
7年2月12日生まれ

お誕生日おめでとう♡いつも癒しをありがとう♡大好き♡

1歳オメデト♡これから楽しい♡といっぱいしよう☆



▲申し込み

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

今号では、第31回全国ジュニア・ラグビーフットボール大会女子の部で優勝した大坂間梨蘭さんを紹介し
ます。

第31回全国
ラグビー

ジュニア・
フットボール大会（選抜）
女子の部
優勝



おおさかま りら
大坂間 梨蘭さん

ラグビーを始めたきっかけは？

兄がラグビーをしていて、練習を見に行っていたことがきっかけです。次第に自分もやりたいと思うようになり、保育園年長の終わり頃にラグビーを始めました。

普段はどんな練習をしていますか？

ラグビーは持久力とスピードの両方が求められるスポーツなので持久力をつける練習・速さが身につく練習の両方をしています。特に持久力をつける練習はきついです。仲間と互いに励まし合うことで頑張っています。

得意なこと・苦手なことはありますか？

得意な戦い方は、体をしっかり当てるディフェンスです。アタック面では、外に広く展開して攻めることが得意です。苦手なことは（たくさん練習してきたので）ないです。

試合で心がけていることはありますか？

仲間を責めないこと・ポジティブでいることを心がけています。「ミスがあってもチームで取り返す!」という気持ちで、チームのメンバーのメンタル面を盛り上げています。あと、試合の日はいつもお母さんが編みこみをしてくれるので、それがトレードマークでもあり、ルーティンでもあります。

今回の大会でうまくいったことはありますか？

集中力を切らさず、守りきれたことです。かなり競る試合で前半はどちらも得点がありませんでした。ハーフタイム、チームメイトに「みんな、今負けていないよ!」と声をかけて気持ちを上げて挑み、後半の残り半分で得点することができました。その後も点を守っていけるよう、ディフェンスに最後まで気を抜かず、勝利を掴むことができました。今回は選抜での優勝でしたが、クラブチームの大会でも、笛が鳴る最後の瞬間まで諦めず挑んだことで、後半残り数分に逆転し、優勝することができました。

将来の夢を教えてください

世界で活躍するラグビープレイヤーになりたいです。そして、まずは4月から通う高校で、女子ラグビー初の全国制覇をしたいです。
ラグビーを頑張っている人へひと言

ケガをしないように!自分自身大きなケガでラグビーができず苦しんだ期間があったので、気を付けてほしいです。あとはスポーツだけでなく勉強も頑張る、文武両道が大事だと思います。