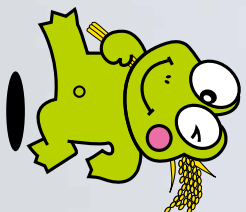


子や孫に誇れる郷土 江北



広報

# こまほく



2017  
June  
Vol.289

6

まちの人口	前年同月比	前年同月
(平成29年4月30日現在)	(平成28年4月30日現在)	(平成28年4月30日現在)
人口 9,640人	△89人	9,729人
男 4,550人	△59人	4,609人
女 5,090人	△30人	5,120人
世帯数 3,369世帯	28世帯	3,341世帯

(町の木) マチの木 (町の花) 水仙

## 4/25 西九州大学短期大学部 in すいれん



西九州短期大学部生活福祉学科（学校法人永原学園）の学生がレクリエーションを行い、デイサービスセンター「寄り合い所 すいれん」に来ていただきました。

江北町と学校法人永原学園は、包括的地域連携に関する協定を締結しており、その一環で、今年度のスタートは、すいれんでのレクリエーションを実施してくださいました。

まず、佐賀弁クイズで、日頃から慣れ親しんであったのが、大きな笑いが起こっていました。（例：つのできたばい。…かさぶたができたよ）

次に、トイを利用したボウリングが行われました。距離は短いのですが、傾斜をどうするかでピンの倒れる本数が変わるため、白熱した戦いが繰り広げられました。

すいれんには7月まで毎月1回来ていただける予定です。今後も楽しいレクリエーションが行われることでしょう。



## 4/29 サノ・ボヌール開催



佐賀農業高校生によるケーキカフェ「サノ・ボヌール」が上小田の「おへそのおへそ」において開催されました。

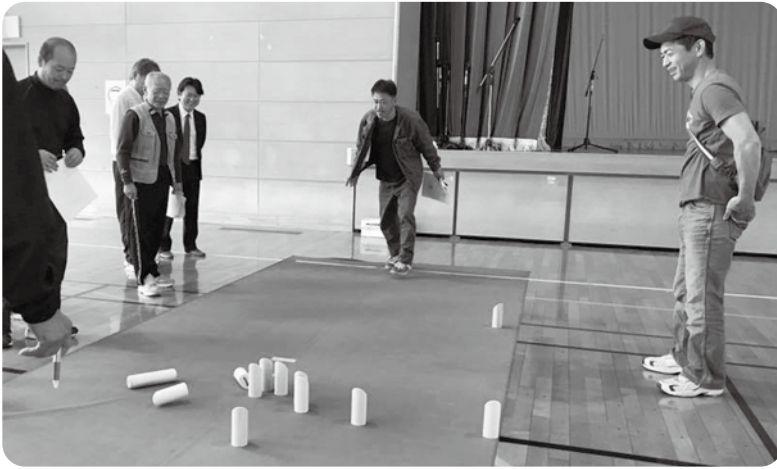
今年度になって初めての開催ということもあってか、多くの人でにぎわいました。

次回開催は、7月とのことですが、まだ行ったことのない方、ぜひとも一度はご来店ください☆



# まちの話題 TOPIC NEWS

## 4/29 スポーツリーダー講習会



ネイブルにおいて、スポーツリーダー講習会が開催されました。参加された皆さんは「輪投げ」や「スカットボール」などのニュースポーツ体験に大いに盛り上がりました。

ニュースポーツは子どもから年配の方まで、全ての方が気軽に楽しめるスポーツです。地区の行事、子どもクラブのレクリエーション等で取り入れてみてはいかがでしょうか？

用具の貸し出しも行っているので、お気軽にお問い合わせください。

(江北町教育委員会 86-5623)

## 5/9 交通安全教室 at 江北小学校体育館



児童を対象に、交通安全教室が行われました。これは、交通安全に対する関心や意識を高め、児童が主体的に危険を回避し、安全な行動をとれるようにすることを目的としています。

今回は雨天であったため、白石警察署の方による講話やビデオで交通安全への理解を深めました。

守ろう！交通ルール  
高めよう！交通マナー

今後、交通安全意識を高く持ち、ご家庭でも定期的に交通安全について話し合います。

## 4/27 関西佐賀県人会、役場訪問



佐賀県人相互の親睦と交流を図ることを目的とし、「集まろう！佐賀みんな」を合言葉に結成されている関西佐賀県人会の岡会長、松尾専務理事、三島事務局長が役場を訪問されました。

今回、「ふるさと佐賀」を訪問して、県人会総会・ふるさと交流会への出席を要請されました。

# 平成28年度 歳入・歳出予算執行状況

地方自治法第243条の3第1項及び江北町財政状況の公表に関する条例に基づき、町の財務状況を公表します。

平成29年6月1日 江北町長 山田 恭輔

## 一般会計 53億894万3千円

### 歳入

科目	予算現額	収入額	収入率
町税	9億1,996万4千円	9億8,451万7千円	103.1%
地方交付税	16億8,764万8千円	17億3,482万8千円	102.8%
国県支出金	8億2,032万6千円	7億6,845万7千円	93.7%
繰入金	5億388万7千円	4億5,978万4千円	91.2%
繰越金	1億1,770万7千円	1億3,776万6千円	117.0%
町債	2億6,135万8千円	2億5,135万8千円	96.2%
その他	9億9,805万3千円	9億7,396万2千円	97.6%
計	53億894万3千円	53億1,067万2千円	100.0%

### 歳出

科目	予算現額	支出額	執行率
総務費	16億2,630万1千円	15億4,027万9千円	94.7%
民生費	13億9,578万9千円	13億4,491万7千円	96.4%
衛生費	2億5,337万5千円	2億3,861万3千円	94.2%
農林水産費・商工費	3億5,925万6千円	3億4,821万6千円	96.9%
土木費	6億5,662万8千円	6億4,813万0千円	98.7%
教育費	3億4,229万3千円	3億3,616万7千円	98.2%
公債費	3億9,797万9千円	3億9,777万3千円	99.9%
その他	2億7,732万2千円	2億6,669万9千円	96.2%
計	53億894万3千円	51億2,079万4千円	96.5%

## 特別会計 26億9,696万6千円

### 歳入

科目	予算現額	収入額	収入率
無資力臨鉱ポンプ	1億2,554万3千円	1億2,556万3千円	100.0%
国民健康保険	14億3,615万3千円	13億3,157万5千円	92.7%
後期高齢者医療	1億752万4千円	1億523万6千円	97.9%
水道(収益的)	2億7,434万1千円	2億7,531万8千円	100.4%
水道(資本的)	101万1千円	308万3千円	304.9%
下水道事業	7億1,452万0千円	7億525万6千円	98.7%
計	26億5,909万2千円	25億4,603万1千円	95.7%

### 歳出

科目	予算現額	支出額	執行率
無資力臨鉱ポンプ	1億2,554万3千円	1億2,286万5千円	97.9%
国民健康保険	14億3,615万3千円	13億3,948万2千円	93.3%
後期高齢者医療	1億752万4千円	1億467万5千円	97.4%
水道(収益的)	2億6,862万6千円	2億4,963万9千円	92.9%
水道(資本的)	4,460万0千円	4,363万9千円	97.8%
下水道事業	7億1,452万0千円	6億8,735万5千円	96.2%
計	26億9,696万6千円	25億4,765万5千円	94.5%

# 平成28年度における主要事業概要

## 一般会計

事業名	予算額	支出額	執行率
ふるさと納税推進事業	2億9,240万5千円	2億4,876万2千円	85.1%
路線バス運行補助事業	883万3千円	855万9千円	96.9%
学校給食費助成事業	994万8千円	988万4千円	99.4%
子ども・小中学生医療費助成事業	3,831万6千円	3,614万9千円	94.3%
小規模保育所整備事業	561万5千円	507万1千円	90.3%
いきがい対応型デイ・サービス事業	599万0千円	550万6千円	91.9%
高齢者祝金支給事業	541万3千円	541万3千円	100.0%
低所得の高齢者向けの臨時福祉給付金給付事業	2,605万9千円	2,604万6千円	99.9%
さかの米・麦・大豆競争力強化対策事業	336万1千円	336万1千円	100.0%
多面的機能支払交付金事業	8,472万5千円	8,456万2千円	99.8%
町道門前～観音下線道路改築事業	1億4,445万4千円	1億4,024万6千円	97.1%
通学路交通安全対策事業	2,289万6千円	2,289万1千円	99.9%
消防施設整備事業	424万1千円	420万3千円	99.1%

## 特別会計

事業名	予算額	支出額	執行率
人間ドック助成事業	220万5千円	208万4千円	94.5%
高額医療費共同事業	3,613万0千円	3,425万9千円	94.8%
水道施設監視システム更新工事	3,402万0千円	3,348万0千円	98.4%
岳受水配水場追塩設備交換工事	247万4千円	243万0千円	98.2%
低コスト型農業集落排水施設更新支援事業	4,588万7千円	4,316万4千円	94.1%
特定環境保全公共下水道事業	1億7,397万5千円	1億6,556万0千円	95.2%

## 基金の状況

基金とは、お金があるときに積立をし、支出があるときに取り崩して使うことができるお金で、家計でいえば貯金にあたるものです。

町の基金には、年度の財源調整を行う基金や、町の借金を返済するための基金、特定の目的のために積み立てている基金があります。

一般会計	財政調整基金	8億4,184万9千円
	減債基金	8億6,593万4千円
	ふるさと振興基金	4億6,310万2千円
	ふるさと応援基金	3億 222万8千円
	町営住宅基金	4,440万8千円
	その他の基金	1億9,776万8千円
	定額運用基金	7億3,845万8千円
小計	34億5,374万7千円	
特別会計	鉱害復旧施設維持管理基金	84億8,490万9千円
基金合計		119億3,865万6千円

## 町債の状況

町債とは、住宅建設や道路整備などの事業を行うときに国などから借りたお金で、家計でいえばローンにあたるものです。

お金の返済は、現在利用する人と将来利用する人の負担が公平になるように長期にわたり少しずつ返済されます。

一般会計	過疎対策事業債	9億5,826万3千円
	広域水道一般会計出資債	6億4,098万0千円
	臨時財政対策債	19億6,317万2千円
	公営住宅建設事業債	3億5,000万0千円
	公共事業等債	1億9,497万7千円
	その他の町債	2億 138万4千円
	小計	43億 877万6千円
特別会計	上水道債	6,856万8千円
	下水道債	53億5,856万8千円
	小計	54億2,713万6千円
町債合計		97億3,591万2千円

問い合わせ先 江北町役場 政策課 0952-86-5612



## 特別児童扶養手当について ~障がいのあるお子さんを養育されている方へ~

精神又は身体に中度以上の障害を有する児童（20歳未満）の父もしくは母、または父母にかわって児童を養育している人に対し佐賀県より支給される手当です。手当は、児童が20歳に達した日の属する月の末日まで支給されます。

### <支給制限>

特別児童扶養手当を請求する人、請求者と生計を同じくする扶養義務者（父母兄弟等）の所得額が一定の額以上である場合、または障害のある児童が公的年金を受けられる場合、または児童が児童福祉施設に入所している場合などは支給されません。

手当の額（月額）	特別児童扶養手当 所得制限限度額表			単位：万円
	扶養親族等の数	請求者	配偶者及び扶養義務者	
1級該当児童1人につき 51,450円	0人 1人 2人 3人	459.6	628.7	
2級該当児童1人につき 34,270円		497.6	653.6	
※毎年4月、8月、11月（年3回）の各月11日に指定金融機関への振込みにより支給されます。		535.6	674.9	
		573.6	696.2	

## 児童扶養手当制度について

児童扶養手当は、父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭（ひとり親家庭等）の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、18歳に到達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童（中度以上の障害を有する場合は20歳未満）を監護・養育している人に対し佐賀県より支給される手当です。

手当の額（月額）			※毎年4月、8月、12月（年3回）の各月11日に指定金融機関への振込みにより支給されます。 ※手当の受給者や対象児童が婚姻や施設への入所などの資格喪失事由が発生した場合は、速やかに福祉課の窓口で手続きをしてください。住所等を変更する場合も、変更の届出が必要です。
区分	全部支給される者	一部支給される者	
児童1人の場合	42,290円	42,280円～9,980円	
児童第2子加算額	9,990円	9,980円～5,000円	
児童第3子以降加算額	5,990円	5,980円～3,000円	

児童扶養手当 所得制限限度額表		単位：万円		※手当の受給者の前年の所得（養育費等の8割を合算した額を含む）が、左記の限度額以上ある場合は、その年度（8月から7月まで）の手当の全部または一部が支給停止となります。 ※扶養親族の数が3人以上の場合、左記の金額に38万円ずつ加算する。
扶養親族の数	本人		配偶者及び扶養義務者 孤児等の養育者	
	全部支給	一部支給		
0人	19	192	236	
1人	57	230	274	
2人	95	268	312	

### <現況届の提出について>

児童扶養手当の受給対象となる方は、毎年8月1日現在において、引き続き手当を受ける要件があるかどうかを確認するための届として、『現況届』を提出しなければなりません。7月末頃に対象者あてお知らせしますので、福祉課窓口でお手続きください。

※現況届を提出しない場合、8月以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

## ひとり親家庭等医療費助成について

20歳未満の児童を養育している母子家庭の母、父子家庭の父、その父母が養育する18歳に達した日の属する年度の末日までの間にある児童、父母のいない児童等が、健康保険により病院などの医療機関で診療を受けた場合、医療費の自己負担金の一部を助成します。

### <受給資格の更新について>

ひとり親家庭医療費助成を受けられている方は、児童扶養手当と同じく、毎年8月1日現在において、引き続き助成を受ける要件があるかどうかを確認するための書類「更新申請書」を提出しなければなりません。児童扶養手当現況届と併せてお手続きください。

※更新手続きをしない場合、9月診療分以降の医療費の助成が受けられなくなりますのでご注意ください。

お問い合わせ先 江北町役場 福祉課 0952-86-5614

# 6月23日～29日は 男女共同参画週間です

施設名

【う】:うるる  
【保】:保健センター  
【老】:老人福祉センター

水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
5/31	1 【保】歯科保育教室  可燃物(A地区)	2 【う】ぴよぴよルーム  可燃物(BC地区)	3 ・江北町フリー参観デー (小・中学校)  容器包装プラスチック(A地区) 資源物(A地区)
7	8 【保】2歳半健診  可燃物(A地区)	9 【老】心配ごと相談 ・人権相談所開設(役場) 【う】ぴよぴよルーム  可燃物(BC地区)	10  容器包装プラスチック(BC地区) 資源物(B地区)
14 【う】うるるんキッズ ・無料法律相談	15 【保】2か月児教室  可燃物(A地区)	16 【う】ぴよぴよルーム  可燃物(BC地区)	17  容器包装プラスチック(A地区) 資源物(C地区)
21 【う】ママサロン	22 【保】乳幼児相談  可燃物(A地区)	23 【老】心配ごと相談 ・ふれあいウォーキング (惣領分) 【保】乳児健診 【う】ぴよぴよルーム  可燃物(BC地区)	24  容器包装プラスチック(BC地区)
28 【う】うるるんキッズ	29  可燃物(A地区)	30 【う】ぴよぴよルーム  可燃物(BC地区)	7/1  容器包装プラスチック(A地区)

## 《白石消防署管内 日曜・祭日在宅医当番予定表》

日	曜日	内科		外科	
		当番施設名	電話番号	当番施設名	電話番号
4	日曜日	吉村医院(白石町)	0952-84-2155	順天堂病院(大町町)	0952-82-3161
11	日曜日	武岡病院(江北町)	0952-86-3013	高島病院(白石町)	0954-65-3129
18	日曜日	順天堂病院(大町町)	0952-82-3161	藤井整形外科病院(白石町)	0952-84-5880
25	日曜日	古賀小児科内科病院(江北町)	0952-86-2533	重村医院(白石町)	0952-84-2656

# こうほくまちカレンダー



ゴミ指定日地区割

## A地区指定日

新宿、土元、門前、東分、西分、花祭、高砂、上惣、宿(バイパス南を含む全地区)

## B地区指定日

観音下、石原、新町、上区、岳、鹿ノ口、白木、平山、仲町、浪花町、日ノ出、原宿

## C地区指定日

上分、下分、野口、下惣、馬場、祖子分、江口、正徳、八北、八中、八南、東区、大西、南郷

## BC地区共通

※6月は資源物回収です。  
詳細はかわら版をご覧ください。  
ごみ袋に氏名区名の記入をお願いします。

日(SUN)	月(MON)	火(TUE)
5/28	5/29 可燃物(A地区)	5/30 可燃物(BC地区)
4 ・県下一斉 ふるさと美化活動	5 可燃物(A地区)	6 ・窓口延長サービス (町民課窓口業務のみ) ・消費生活相談 可燃物(BC地区)
11 ・日曜役場 (町民課窓口業務のみ) ・各区対抗バレーボール大会	12【う】読み聞かせ 可燃物(A地区) 不燃物(A地区)	13【保】デイケア ゆとり ・窓口延長サービス (町民課窓口業務のみ) 可燃物(BC地区) 不燃物(BC地区)
18	19 可燃物(A地区)	20 ・窓口延長サービス (町民課窓口業務のみ) ・消費生活相談 可燃物(BC地区)
25	26 可燃物(A地区) 不燃物(A地区)	27【保】健康相談 【保】ベビーとママのこここ教室 ・窓口延長サービス(町民課窓口業務のみ) ・消費生活相談 可燃物(BC地区) 不燃物(BC地区)

## こどもセンター「うるる」

★うるるんキッズ(16:00～17:00)◎対象:小学1～6年生

・14日:新聞紙のねじねじ棒で遊ぼう

・28日:傘袋ロケットを作って遊ぼう

★読み聞かせ(10:30～11:00)◎対象:満1歳～未就園児

★ぴよぴよルーム(10:15～11:00)◎対象:満1歳～未就園児

2日:(10:00～11:30)ゆっこ先生のおはなし会

9日:さつまいもの苗植え

16日:父の日の制作

23日:紙コップ遊び(太鼓)

30日:6月生まれの誕生会

問い合わせ(うるる)

Tel.0952-65-1265

## 第2回 ママサロンのご案内

内容:おしゃれな命名書づくり

講師:江崎陽子さん

日時:6月21日(水)10:00～11:30

場所:うるる 学習室2

費用:500円(材料・おやつ代込み)

定員:10名(託児あり)

申込:6/7～定員になるまで(うるるまで)

# 肥前山口駅 駅弁復活 懐かしい『かしわめし』限定販売!!

平成 28 年 11 月に江北町駅弁研究会を発足し、これまで 10 回近くの研究を重ねて、今回「かしわめし」の限定販売を行うことになりました。

**駅弁研究会の集大成！ぜひご賞味ください!!**

- ◆期 日 平成 29 年 6 月 30 日(金)・7 月 1 日(土)
- ◆時 間 午前 10 時～午後 2 時
- ◆場 所 ネイブル(ホワイエ)・肥前山口駅南北線(駅改札前)
- ◆販売数 6 月 30 日：大 100 食 小 200 食  
7 月 1 日：大 150 食 小 300 食
- ◆価 格 大 700 円(税込)・小 500 円(税込)



▲ 大



▲ 小

お問い合わせ先 江北町役場 政策課 0952-86-5612

## 環境課下水道係からのお願い

### 下水道未接続の方へ

当町では、町民の皆様のご協力により、下水道整備区域全ての整備が完了し、区域内全ての方が下水道をご利用頂けるようになりました。

まだ下水道への接続がお済みでない方は、工事費の 3% を補助する「接続推進補助金」をご利用頂き、お早めの接続をご検討ください。また、浄化槽整備区域にお住まいで浄化槽設置を希望される方は、随時受付を行っておりますので、詳しくは役場環境課までお問い合わせください。

お問い合わせ先 江北町役場 環境課 下水道係 0952-86-5624

※平成29年3月に、江北町下水道事業経営戦略を策定しました。詳しくは町のHPをご覧ください。

## 計量器の定期検診を実施します

取引や証明に使用する「はかり」は、2年に1度その精度を確認するために、使用者が定期検査を受ける必要があります。



- 検査日：7月27日(木)
- 時 間：10時～15時30分
- 場 所：江北町役場 車庫及び車庫前



なお、所在場所検査(※)を希望される方は別途申請が必要で、検査期間は8月16日～9月14日の間で行われます。また、検査日の日程等は変更の可能性があります。

※検査員が計量器のある場所まで出向きます

◆定期検査の対象者でありながら検査を受けない場合、50万円以下の罰金に処すと規定されています。また、不合格になったはかりを取引や証明に使用した場合、6ヶ月以下の懲役若しくは50万円以下の罰金、又は併科と規定されています。

お問い合わせ先：佐賀県計量協会 0952-31-1411 江北町役場 産業課 0952-86-5615

始めよう!楽しみながら健康づくり

# 江北町健康ポイント事業

平成29年度  
第1クール  
参加者募集中!

5月から「実践」スタート

5月1日現在で、参加申込者は約500人

自分で決めた毎日の取り組みを実践  
することでポイントがたまる制度

【対象者】 20歳以上の江北町民の方

【実施期間】 5月～8月(4ヵ月) 第1クール

【参加申込期間】 4月～随時受付

【申込方法】 ①窓口(役場福祉課)

②電話(福祉課86-5614)

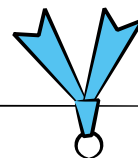
③郵送(各世帯に配布したポイントカードに  
ついてのハガキ利用)

【ポイント交換期間】 9月1日～9月30日

【ポイント交換場所】 ①江北町役場福祉課

②江北町商工会

問い合わせ先 江北町役場 福祉課 保健係 0952-86-5614



頑張った取り組みで健康づくりに

★商品券をプレゼント★

1日1ポイント(自己申告)

- 100ポイント以上  
…3,000円分の商品券と交換
- 80～99ポイント  
…2,000円分の商品券と交換
- 60～79ポイント  
…1,000円分の商品券と交換

町長に聞こう!町長と話そう!  
**出前談義**

- ・申し込みは、5名以上の団体をお願いします。
- ・ご希望のテーマに沿ってお話しします。
- ・まずは、電話等でご連絡ください。

町政を分かりやすく解説

みんなの意見を町政に反映

4月に行われた  
出前談義の様子



問い合わせ先

江北町役場 政策課 企画情報係

0952-86-5612

# ご注意ください！架空請求

～突然、「訴訟最終通知書」というハガキが届いた～

佐賀県内で、不審なハガキが自宅に届いたという相談が寄せられています。

## 相談事例

民事訴訟を管理する団体を名乗るところから「総合消費料金未納分訴訟最終通知書」と書かれたハガキがきた。

このままだと給与差し押さえや強制執行を行うと書いてある。

全く身に覚えがないが、強制執行となるのだろうか。また、問い合わせ先に連絡したほうがよいのだろうか。



このようなハガキが送られています

〇〇料金未納訴訟最終通知書

未納されている〇〇料金について、契約会社から民事訴訟として訴状の提出がありました。このまま連絡がない場合は、給与及び不動産の差し押さえを行います。民事訴訟及び裁判取り下げのご相談は、当局にて承っておりますのでご連絡ください。

以上もちまして最終通告とさせていただきます。

裁判取り下げ最終期日〇月〇日

〇〇管理センター

消費者相談窓口 XX-XXXX-XXXX

受付時間 9時～20時

## 消費者へのアドバイス

- **身に覚えのない請求の場合は、支払う必要はありません。**

**請求には応じないようにしましょう。**

一旦、支払ってしまうと取り戻すことは困難です。また、支払ったことにより、さらに新たな請求を受けるケースも少なくないようです。不審に思った場合は、問い合わせないようにしましょう。

- **悪質な業者には一切連絡しないようにしましょう。**

こちらから連絡をすることにより、電話番号等の個人情報を知られてしまうおそれがあります。

支払う前に、消費生活センターにご相談ください。

ご  
相  
談  
は

佐賀県消費生活センター

TEL 0952(24)0999

FAX 0952(24)9567

メール shouhisoudan@pref.saga.lg.jp

土日祝日（年末年始  
を除く）も受付可  
相談無料です

消費者ホットライン

TEL 局番なし 188(いやや!)

お近くの相談窓口につながります

# 平成29年度の保険料から 軽減制度が見直されます

全ての方が安心して医療を受けられる社会を維持するために、世代間・世代内の負担の公平を図り、負担能力に応じた負担を求める観点から、保険料の軽減制度が見直されます。

## 1. 均等割額の5割・2割軽減の減額基準の見直し

世帯内の被保険者数に乗ずる金額を、5割軽減は「27万円」に、2割軽減は「49万円」にそれぞれ上げます。これにより、それぞれの軽減該当条件が拡大します。

### ●5割軽減の拡大

拡大前	基礎控除(33万円) + 26.5万円 × 被保険者数	以下の世帯
拡大後	基礎控除(33万円) + 27万円 × 被保険者数	以下の世帯

### ●2割軽減の拡大

拡大前	基礎控除(33万円) + 48万円 × 被保険者数	以下の世帯
拡大後	基礎控除(33万円) + 49万円 × 被保険者数	以下の世帯

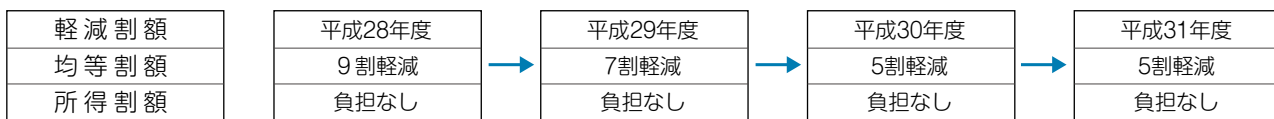
## 2. 低所得者の所得割額軽減特例の段階的見直し

後期高齢者医療制度発足時の激変緩和措置として行われてきた、基礎控除後の総所得金額58万円以下(年金収入で211万円以下)の被保険者の所得割額における軽減特例が段階的に見直され、平成28年度までは「5割軽減」だったものが平成29年度は「2割軽減」、平成30年度以降は「軽減なし」となります。なお、基礎控除後の総所得金額が0円(年金収入で153万円)の場合は、所得割額はかかりません。



## 3. 元被扶養者の均等割額軽減特例の段階的見直し

後期高齢者医療制度発足時の激変緩和措置として行われてきた、後期高齢者の資格取得直前に被用者保険(市町村国民健康保険・国保組合を除く)の被扶養者であった被保険者の均等割額軽減特例が段階的に見直され、平成28年度までは「9割軽減」だったものが平成29年度は「7割軽減」、平成30年度は「5割軽減」、31年度以降は「資格取得後2年間に限り5割軽減」となります。なお、所得割額は引き続きかかりません。



※世帯の均等割額の軽減割合が9割または8.5割の場合は、軽減割合は9割または8.5割となります。(資格取得後2年間)

お問い合わせ先 / 佐賀県後期高齢者医療広域連合 業務課 資格賦課係 TEL : 0952-64-8476

## 訪問健康指導事業(訪問健康相談)のお知らせ

佐賀県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の方を対象に、ご家庭でのより良い生活のため、健康づくり・医療機関や福祉サービスの利用方法などについての相談や情報提供・アドバイスをさせていただき、訪問健康指導事業(訪問健康相談)を実施いたします。身体の不調や気になることなど、お話をお聞かせください。

### ○対象者

佐賀県後期高齢者医療の被保険者のうち、医療機関を受診されている方の中から任意で選ばさせていただきます。




※対象となられる方には、広域連合から個別に事業のご案内文書を郵送します。

※訪問健康相談は、無料です。

お問い合わせ先 / 佐賀県後期高齢者医療広域連合 業務課 企画・保健係 0952-64-8476

# ～ストレスに負けない食事～

新年度になって新しい環境や生活になられた方も多いかと思います。希望にあふれ、いきいきと生活されている方も多いと思いますが、慣れない環境にストレスをかかえている方も多いかと思います。ストレスが加わると多種のホルモンが分泌されカルシウムやビタミンB群C群が不足します。積極的に摂るように心がけましょう。またストレス解消で甘いものやお酒が増えないように気をつけましょう。

ストレスで必要・消費する栄養素	積極的に摂りたい食品
<b>ビタミンB・C群</b> 副腎からのホルモン合成増加のため消費 	<b>&lt;ビタミンB1&gt;</b> 豚肉、レバー、うなぎ、かつお、玄米 <b>&lt;ビタミンB2&gt;</b> レバー、うなぎ、さば、鶏卵、乳製品 <b>&lt;ビタミンC&gt;</b> ブロッコリー、小松菜、ピーマン、じゃがいも、キウイ、かんきつ類
<b>たんぱく質・抗酸化ビタミン</b> (ビタミンB・β-カロテン・ビタミンE) 副腎皮質ホルモン分泌によるたんぱく質の分解亢進・免疫機能低下に備え補給 	<b>&lt;良質な動物性たんぱく質&gt;</b> 肉類、魚介類、牛乳、乳製品、卵 <b>&lt;β-カロテン&gt;</b> ほうれん草、小松菜、かぼちゃ、ブロッコリー、にんじん、春菊 <b>&lt;ビタミンE&gt;</b> たらこ、すじこ、うなぎ、ぶり、アーモンド、かぼちゃ、アボガド、抹茶
<b>カルシウム・マグネシウム</b> ミネラル尿中排泄量増加により消費 	<b>&lt;カルシウム&gt;</b> 牛乳、乳製品、小魚、小松菜、豆腐、切り干し大根、ひじき <b>&lt;マグネシウム&gt;</b> 納豆、かき、ほうれん草、ホタテ貝、枝豆、ピーナッツ、ごま、アーモンド

簡単でわかりやすい方法として子どもの食育で使われる「まごは(わ)やさしい」があります。「まめ・ごま・わかめ・やさしい・さかな・しいたけ・いも」の頭文字をとった言葉です。

- ま**：大豆、納豆などの**豆類**（良質のタンパク質やビタミンB群、食物繊維、マグネシウム、亜鉛などが豊富）
- ご**：ごま、ナッツなどの**種子類**（マグネシウム、亜鉛などのほか、ゴマのセレンなどの抗酸化栄養素が豊富）
- わ**：ワカメ、昆布などの**海藻類**（ビタミンB群や、マグネシウムをはじめとするミネラルが多く含まれている）
- や**：緑黄色**野菜**、淡色野菜（ベータカロチン、各種ビタミンを豊富に含み、免疫システムを活性化させる）
- さ**：**魚介**とくにの青魚類（オメガ3系脂肪酸やビタミンB群、亜鉛やタウリンが豊富）
- し**：シイタケなど、**きのこ類**（食物繊維やカルシウム、免疫力を高める多糖体が含まれる）
- い**：**芋類**（食物繊維のほかビタミンCカルシウムが豊富）

これらを少量づつでも毎日（できれば毎食）とりいれると自然に栄養バランスもよくなりストレスで消耗しやすい栄養素が補給できます。わかりやすいのでスポーツ選手なども取り入れている方もいますよ。



## おすすめ

### 児童書

- 『ようこそ！花のレストラン』  
多田 多恵子・写真・文
- 『よくわかる病院』  
梶 葉子・著
- 『お願い！フェアリー♥18』  
みずの まい・作
- 『香菜とななつの秘密』  
福田 隆浩・著



『暗号クラブ 9』  
ペニー・ワーナー・著

### 絵本

- 『かさちゃんです。』  
とよた かずひこ・作・絵
- 『はいはいあかちゃん』  
ミスミヨシコ・絵
- 『かしてあげたいな』  
長 新太・絵
- 『やったね！きつねくん』  
クラウディア・ボルト・作
- 『もりのとしょかん』  
ふくざわ ゆみこ・作・絵



『くすのきだんちのあめのひ』  
末崎 茂樹・絵

## 新着本



### 一般書



『ひとめぼれ』  
畠中 恵・著

- 『鳥類学者だからって、鳥が好きだと思ふなよ。』  
川上 和人・著
- 『「ワーママ」5年目に読む本』  
パワーママプロジェクト・編
- 『男子ごはんの本 その9』  
国分 太一/栗原 心平・著
- 『知りたい会いたい特徴がよくわかるコケ図鑑』  
藤井 久子・著
- 『BUTTER』  
柚木 麻子・著

- 随時、新しい本が入ってきています。新着本など、本の検索はネイブルのホームページからでもできますので、どうぞご利用ください。
- リクエストも受付けております。お気軽にカウンターまでどうぞ。
- 毎月第3土曜日におはなし会を行っています。次回は6月17日(土)午後2時からです。
- ネイブルからのお願い：本を借りる人は、バッグをご持参下さい。

## 編集後記

GWも終り、次の楽しみは夏休み(夏季休暇)!みなさんは、どんなGWを過ごされましたか?今年は黄砂で曇ってはいましたが、気温も上がり、おでかけに最高のGWだったように思います。私はまさかの体調不良による自宅療養で、しょぼーんな過ごし方でした。江北町では健康ポイント事業があります。私はすでに参加申込はしているのですが、毎日体重を量ることを取り組み目標に掲げていて、楽しんでポイントを稼ぐ作戦を決定していました。しかし、今後の行事に向け、ここは体力作りもかねて、取り組み目標を変えます。毎日持続でき、体力作りにもなるいい目標を見つけます。参加申込がまだの方、ともに頑張りませんか? (調)



# ピッキーのかわら版

## 放送大学10月入学生募集

放送大学はテレビ・ラジオ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。

ただいま平成29年10月入学生を募集しています。詳しい資料を送付致しますので、お気軽にお問い合わせください。

### 募集学生の種類

#### ◎教養学部

- 科目履修生 (6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
- 選科履修生 (1年間在学し、希望する科目を履修)
- 全科履修生 (4年以上在学し、卒業を目指す)

#### ◎大学院

- 修士科目生 (6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
- 修士選科生 (1年間在学し、希望する科目を履修)

### 出願期間

平成29年6月15日～8月31日、9月1日～9月20日  
(インターネット出願も受け付けております)

### 資料請求(無料)・お問い合わせ先

〒840-0815 佐賀市天神3-2-11  
 放送大学佐賀学習センター 0952-22-3308  
 放送大学ホームページ <http://www.ouj.ac.jp>

## 21世紀社会福祉セミナーのご案内

### 第24回 21世紀社会福祉セミナー 「いつまでも自分らしく生きるために」 ～知っていますか?成年後見制度利用促進法～

成年後見制度利用促進法について、制度の専門家にわかりやすく解説していただきながら、成年後見制度に関わる弁護士、司法書士、社会福祉士等と「成年後見制度利用促進法」の施行の現状や課題、今後、社会福祉士に求められる役割や展望を皆さんと考えていきたいと思ひます。

期日 平成29年7月8日(土) 13時～16時30分

場所 アバンセ 大ホール 佐賀市天神3丁目2-11

対象 一般の方、行政関係者

定員 300名(参加無料)

主催 公益社団法人 佐賀県社会福祉士会

問い合わせ先/佐賀県社会福祉士会 0952-336-5833

## ごみの捨て方のお願い

6月は、資源物回収の月となっています。回収日が雨天の場合、翌週の木曜日に延期になります。なお、容器包装プラスチックについては、雨天の場合も収集しますので、お間違えのないようにお願いします。

- 生ごみの水分はよく切りましょう。
- ごみ減量化にご協力をお願いします。
- 町指定のごみ袋に氏名・区名のご記入をお願いします。

問い合わせ先/江北町役場 環境課 環境水道係  
0952-86-5617

## 佐賀県立盲学校 「目の支援センター ゆうあい」

見えにくさや、見えないことで困っている方、目の支援センターゆうあいに相談してみませんか。

相談窓口 佐賀県立盲学校「目の支援センター ゆうあい」

相談日時 毎週月～金曜 9時～17時

(祝日、年末年始、学校行事等による代休を除く)

相談場所 佐賀県立盲学校 佐賀市天佑一丁目5番29号

費用 無料

対象者 見えにくさや見えないことによる悩みや不安を持つ方並びにそのご家族、関係者

なお、乳幼児から成人まで年齢は問いません

相談方法 対面相談を行います(電話やメールでご予約ください)

問い合わせ/佐賀県立盲学校 0952-23-4672

E-mail [mougakkou@mail.saga-ed.jp](mailto:mougakkou@mail.saga-ed.jp)

※秘密は厳守します。相談は、本稿への転入学を前提とするものではありません。

## 第1回 難病医療相談のご案内

神経難病(パーキンソン病や脊髄小脳変性症等)と診断された方や、声が出にくい、歩きにくい、転びやすい、手足に力が入りにくくなった等の体の不調等で悩んでいる方の医療に関する相談を受け付けています。予約制(定員あり)で無料です。

お一人で抱え込まず、神経内科専門医に相談してみませんか? 相談を希望される方は6月19日(月)までに下記までご連絡ください。

開催日時 平成29年6月29日(月) 15時～16時30分

場所 杵藤保健福祉事務所 1階

相談医 佐賀大学医学部付属病院  
鈴山 耕平医師(神経内科医)

問い合わせ先/杵藤保健福祉事務所 難病担当  
0954-22-2105

## 全国一斉「子どもの人権110番」 強化週間

いじめ・虐待など、子どもの人権に関わる悩みごと、心配ごと等の相談に応じます。相談内容についての秘密は固く守られますので、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

実施期間 平成29年6月26日～7月2日

受付期間 6月26日(月)～6月30日(金)

8時30分～19時00分

7月1日(土)、7月2日(日)

10時00分～17時00分

(フリーダイヤル)0120-007-110

ゼロゼロなの ひゃくとおばん

相談担当者/法務局職員、人権擁護委員

## 白石警察署の犯罪発生状況(平成29年4月30日現在)

犯罪発生件数…22件(うち窃盗犯 14件)

自転車盗…4件、万引き…1件、空き巣等…2件

※自転車や車、自宅等に確実な施錠をお願いします。

問い合わせ先/白石警察署 0952-84-2021

## 5/2 歓迎遠足 (江北小学校)

5月2日(火)、江北小学校の歓迎遠足が行われました。

気持ちよく晴れ、歓迎遠足にはもってこいの日となりました。

目的地は、鳴江河畔公園で、小学校から学年ごとに3つの班に分かれて歩きました。

1年生は6年生に手を引かれ、この長い道のりを歩きます。



出発から約1時間後、目的地の公園につくころには「久しぶりの遊具だけど、おじいちゃんになっちゃった」という名言(迷言?)も出てきていて、疲れの度合いがわかります。

集会では、先生からの「誰でもきついんです。あなただけじゃないんです。」の言葉に、ざわざわしていた子どもたちが姿勢を正していたのが印象的でした。「次のこと、次のことを考えて動きなさい。」という言葉も、今の私たちにも通じる言葉であり、小さいころからそう育てられていることをうらやましく思いました。

集会の後、思い思いの場所でお弁当を食べ、元気いっぱい遊び、地区別集団下校となりました。

様々な場面で、下級生を優しく手助けする上級生を見ることができ、下級生は上級生からそういった行動を学び、また下へ受け継いでいってほしいと願っています。

