



2/3 鬼は外! 福は内! 幼児教育センター豆まき



まちの人口

令和5年1月31日
現在

人口	9,613人
男	4,557人
女	5,056人
世帯数	3,628世帯

前年同月比

前年同月

△40人 9,653人

△1人 4,558人

△39人 5,095人

22世帯 3,606世帯

(令和4年1月31日現在)



町の木：モチノキ



町の花：スイセン



まちの話題

1/5 第72回“社会を明るくする運動”作文コンテスト 優秀賞

平方璃子さん(江北中3年)が社会を明るくする運動作文コンテストにおいて優秀賞(佐賀県BBS連盟会長賞)を受賞されました。

犯罪や非行のない明るい社会を築いていく重要性をよく理解し、優秀な成績を収めたことにより受賞されたものです。

平方さんは「偏見を持たない日本を目指して」と題し、学校生活や日常生活の中で体験したことを基に犯罪・非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をした人の立ち直りについて考えたことなどを作文にされました。このたびの受賞おめでとうございます。



1/13 全国優良畜産経営管理技術発表会 優秀賞

洩上浩一さん、加奈子さん夫妻(八町中区)が全国優良畜産経営管理技術発表会において優秀賞を受賞されました。

洩上さん夫妻は「がんばる後継者、親父(おやじ)に負けるな! 地元での粗飼料調達による低コスト和牛スモール肥育経営の挑戦」と題し、畜産経営の独自の取組みについて発表されました。

このたびの受賞おめでとうございます。



1/20 人権教室「ちゅうりっぷのうた」

人権擁護委員による人権教室が開催され、紙芝居「ずっとともだちでいたいから」を上演されました。弱いものいじめをしないこと、みんなで仲良くすることが「人権をまもる」ことにつながるよ。と教えていただきました。

紙芝居の後は、県内の人権擁護委員とちゅうりっぷのうたの皆さんでポッチャを楽しみ交流を深めました。



1/25

第49回 佐賀農業賞 先進的農業経営者の部 優秀賞

佐賀農業賞は、佐賀県の農業・農村を持続的に発展させるために意欲的に技術や経営の改善に取り組み、地域農業の振興に貢献している農業者や組織を表彰するものです。

今回、武富和也さん、久美さん夫妻（八町北区）が先進的農業経営者の部において優秀賞を受賞されました。

武富さん夫妻は「楽農経営」（楽しい農業）をモットーに農業経営を行われています。

このたびの受賞おめでとうございます。



2/1

全日本交通安全協会表彰

東京都新宿文化センターにおいて全日本交通安全協会主催の表彰式が開催されました。

この表彰は、毎年全国から推薦された交通安全功労者・優良運転者・団体等を対象として「緑十字金章・銀賞」優良団体に贈られる表彰です。各部門の受賞者は下記のとおりです。

全日本交通安全協会表彰 優良交通安全協会
佐賀県白石地区交通安全協会



2/2

肥前山口駅名標寄贈式

昨年9月23日の西九州新幹線開業にあわせて江北駅に改称された「肥前山口駅」の駅名標がJR九州から寄贈されました。贈られた3枚の駅名標は、改称前日までホームで使用されていました。JR九州江北駅の岩吉駅長は「歴史ある肥前山口駅から江北駅に変わり、この歴史を残してもらえることはとても有難い。江北駅も肥前山口駅と同じように愛していただきたい。」と話されました。また、山田町長は「いただいた駅名標は歴史を物語る大切な財産であり、しっかり保存、管理していきたい」と謝辞を述べました。



人権擁護委員の委嘱（任期3年）

谷口多美子氏が、令和5年1月1日付けで法務大臣から人権擁護委員として新たに委嘱されました。人権擁護委員は、法務局と連携して、人権相談を受け問題解決のお手伝いをしたり、人権侵害の被害者を救済したり、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような人権啓発活動を行われています。



【問い合わせ先】 江北町役場 総務政策課 行政係 電話 0952-86-2111

江北町義務教育のあり方検討会 中間報告住民説明会を開催しました

義務教育のあり方検討会中間報告説明会の概要(教育委員会)

1月15日(日)、18日(水)、2月2日(木)に義務教育のあり方検討会中間報告説明会を開催しました。これまでの経緯や、新しい学校づくりに関する以下の2点を柱とした基本構想を、3月までに策定していく事などを報告しました。

【中間報告における基本的な方針】

- 義務教育学校化を目指します
- 学校施設の一体化を目指します



【中間報告での主な質疑】

- ・教育水準をどの程度まで高めていくのでしょうか
- ・義務教育学校とはどういったものですか
- ・小学部の先生が部活動の指導ができるようになるのでしょうか

中間報告会への参加者は80名(3回開催)で、さまざまな意見がありました。

※他の質問や、質問に対する回答については、ホームページに掲載しています。

今後のスケジュール

- ・令和5年3月までに基本構想を策定し、教育委員会の意見として町と協議していきます
- ・町との協議後、3月議会で基本構想を最終報告いたします
- ・その後、基本構想の内容について、町民説明会等で周知を図ります

※各区のこども会などでも出前説明会を実施しますので、お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】 江北町教育委員会 子ども教育課 学校づくり推進室 電話 0952-86-5621

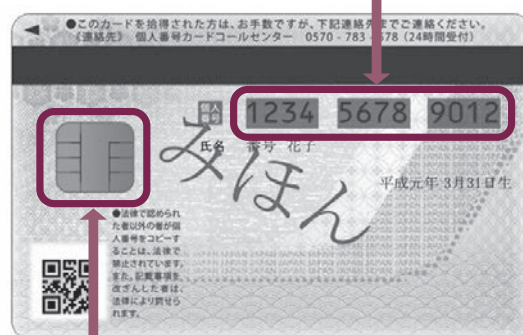
マイナンバーカードは持ち歩いても大丈夫「安全」です

マイナンバーカードにはいくつかのセキュリティ対策がとられているため、運転免許証やキャッシュカード同様、持ち歩いても大丈夫です。(紛失や盗難には十分注意してください)

対策① 顔写真入りのため対面での他人による「なりすまし」はできません。



対策⑤ 他人から12桁のマイナンバーを見られても、個人情報盗まれません。



対策② アプリごとに暗証番号の入力が必要なため、本人しか利用できません。

対策③ 他人が適当な暗証番号を一定回数入力すると機能にロックがかかります。

対策④ 紛失や盗難の場合は、24時間365日体制で一時利用停止できます。
※フリーダイヤル 0120-95-0178 (無料)

対策⑥ ICチップにはプライバシー性の高い個人情報が入っていません。健康保険証として使っても、特定健診結果や薬剤情報がICチップに記録されることはありません。

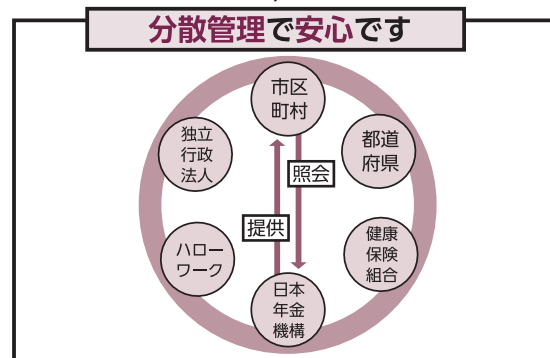
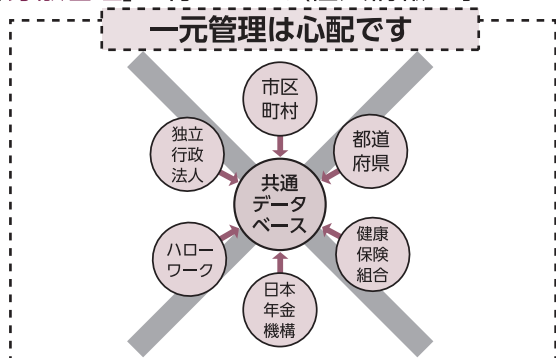
対策⑦ ICチップから他人が不正に情報を取り出そうとすると、ICチップが壊れる仕組みです。

対策⑧ オンラインでの利用には「電子証明書」を使うため、マイナンバーは使いません。

マイナンバーで国が個人情報を一元管理することはありません!

マイナンバー制度では情報を「一元管理」するようなことは一切ありません。

各機関で管理している個人情報は引き続きその機関で管理し、必要な情報を必要な時だけやり取りする「分散管理」を行います。(個人情報が芽づる式にもれることもありません)



【問い合わせ先】 江北町役場 町民生活課 総合窓口係 電話 0952-86-5613

ご来店くださいませ

三夜待デー
毎月3日・13日・23日



定休日…毎週月曜日

月末29日

肉類が旨い・安い
肉屋直営・黒毛和牛専門店

焼肉三夜待

大町駅前 TEL0952-82-2475



相続手続
土地や建物が亡くなった人の
名義になっている

その他
建設業許可・産業廃棄物・
内容証明・車庫証明等

遺言書
死んだら、家や土地の名義は
どうなるのだろうか?

相談は、無料です。

行政書士 榎 繁美

(日本行政書士会登録番号 05410974)

TEL 0952-53-1747

携帯 090-8836-5630

行政書士には守秘義務があります。お気軽にご連絡ください

「防災ネットあんあん」が スマートフォンアプリになります。

「防災ネットあんあん」は、メール配信からスマートフォンアプリへ生まれ変わります。
新たにご登録いただく方も、すでにメール配信にご登録いただいている方もスマートフォンアプリへのご登録をお願いします。

2023年4月3日(月) 10:00配信開始

なお、スマートフォンアプリのダウンロードは、2023年2月1日(水)より可能ですがアプリへの情報配信は、2023年4月3日(月)開始となります。

※スマートフォンアプリへの配信開始と同時にメール配信サービスは終了となります。

アプリのインストール方法

アプリストアで「防災ネット あんあん」で検索するか、右の二次元コードを読み込んでダウンロードしてください。



iPhone をご利用の方



Android をご利用の方

不妊治療費助成についてのお知らせ

令和4年度より不妊治療に対する保険診療が開始されました。江北町では、**令和4年4月1日以降**に実施された体外受精・顕微授精で、**保険適用外**となる治療費の一部を助成します。

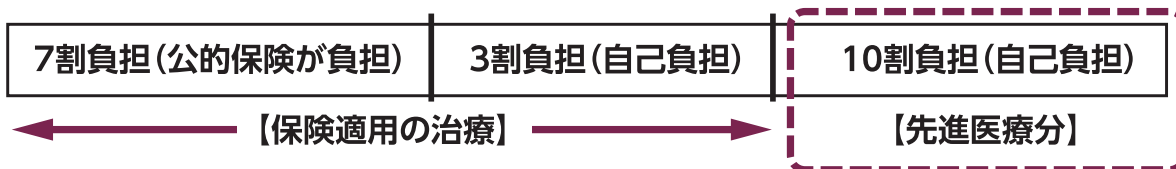
助成対象

①または②について、一部助成します。

①全て保険適用外(全額自己負担)で治療をされた費用の一部()の一部

10割負担(全額自己負担による治療)

②保険適用の治療と併せて実施した先進医療にかかる費用の一部()の一部



助成内容

- ・助成回数：1年度につき1回の治療を助成
ただし、1年度内の助成額は、上限10万円までとし、保険適用外の治療費と比較しいずれか少ない額とします。
- ・申請期間：治療が終了した年度の3月31日まで
※ただし令和5年2月～3月に終了した治療は、令和5年4月28日まで

※その他、申請に必要な書類等詳細については、江北町ホームページをご覧ください。ご不明な点はお問い合わせください。

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 保健係 電話 0952-86-5614

農業委員会の委員の募集について

江北町農業委員会の委員を募集します。

任 期 令和5年7月20日から令和8年7月19日まで(3年間)

資 格 次のすべてに該当する方。
(1) 江北町に住所を有する者、ただし、特別の事情があればその限りではない。
(2) 江北町の常勤職員でない者
(3) 暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律(平成3年法律第77号)第2条第6号に規定する暴力団員(以下「暴力団員」という。)でないこと。

活動内容 農地の権利移動の許可、農用地利用集積計画、農用地利用配分計画、農地転用許可にあたって具申すべき意見の決定などを農業委員会総会に出席して、最終的に合議体として決定することを主体として活動を行います。

担い手への農地の集積・集約化、遊休農地、荒廃農地の発生防止・解消等の地域における現場活動をおこなう。

担当する区域は、上小田地区、下小田地区、山口地区、八町地区、惣領分地区、佐留志地区の6区域とします。

報 酬 江北町が定める報酬額を支給します。

募集の期間 令和5年3月24日(金曜日)～4月20日(木曜日)

募集の内容 ○定数 13人
※定数13名のうち認定農業者又は農業法人の理事が7名以上、女性2名、年齢50歳以下1名、農業等の利害関係がない者1名(農業委員会等に関する法第8条第5項から第7項)

○募集の方法
(1) 農業者等からの推薦 (2) 応募(本人が自ら応募する)

○提出先
農業委員会事務局
※様式は農業委員会事務局で受取、または江北町ホームページからダウンロードできます。

【問い合わせ先】 江北町農業委員会事務局 電話 0952-86-5620

3月は自殺対策強化月間です

3月は「自殺対策強化月間」です。こころに抱えた不安や悩み…話してみることで、問題解決の糸口が見つかるかもしれません。



	相談窓口	電話番号	時間
こころの悩み・不安についての相談	佐賀いのちの電話	0952-34-4343	24時間、365日
	佐賀こころの電話	0952-73-5556	平日9:00～16:00
	佐賀県精神保健福祉センター	0952-73-5060	平日8:30～17:15
	佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337	毎日23:00～5:00
職場、家庭、DV問題等	アバンセ女性総合相談	0952-26-0018	火曜～土曜9:00～21:00 日曜・祝日9:00～16:30 (月曜・年末年始除く)
	アバンセ男性総合相談	080-6426-3867	毎週水曜(祝日除く) 19:00～21:00



3月

こうほくまち カレンダー

日曜日 (SUN)

月曜日 (MON)

火曜日 (TUE)

2/26

2/27

2/28

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

※3月は粗大ごみ収集月です。

- 以下の家電については回収できません。
[エアコン・テレビ・冷凍冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機・パソコン]
- 容器包装プラスチックは、雨天の場合も収集しますので、お間違え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。ごみの減量化にご協力ください。
- 町指定の各ごみ袋には、氏名、区名を必ず記入してください。(記入が無い場合は収集されません)

5

粗大ごみ (A地区)

6【町】確定申告等相談

可燃物 (A地区)

7【町】窓口延長サービス
【地】消費生活相談
【町】確定申告等相談

可燃物 (BC地区)

12【町】日曜役場

粗大ごみ (B地区)

13【町】確定申告等相談

可燃物・不燃物 (A地区)

14【町】窓口延長サービス
【地】消費生活相談
【町】確定申告等相談

可燃物・不燃物 (BC地区)

19 出張!なんでも鑑定団in江北

粗大ごみ (C地区)

20【う】絵本の読み聞かせ

可燃物 (A地区)

21

可燃物 (BC地区)

26

27

可燃物・不燃物 (A地区)

28【町】窓口延長サービス
【地】消費生活相談

可燃物・不燃物 (BC地区)

こどもセンター「うるる」

ぴよぴよルーム

対象: 満1歳～未就園児
時間: 10:15～11:00

- 3日(金): ひなまつりの制作 & 3月生まれの誕生会
- 10日(金): おたのしみ会

絵本の読み聞かせ

時間: 10:30～11:00
● 20日(月)



うるるんキッズ

対象: 小学1年生～6年生
日時: 18日(土) 10:30～11:30
場所: プレイルーム
定員: 10名
内容: 紙コップを飛ばして遊ぼう
持ってくるもの: 水筒

ママサロン

日時: 23日(木) 10:00～11:30
場所: うるるプレイルーム
定員: 8名(託児あり)
内容: ヨガ教室
料金: 無料
講師: 久野めぐみ先生
持ってくるもの: 水筒、ヨガマット (お持ちの方)



【問い合わせ先】 こどもセンター「うるる」 電話 0952-65-1265

担当課

【総】総務政策課(86-2111) 【こ】こども教育課(86-5623) 【町】町民生活課(86-5613)
 【地】地域振興課(86-5615) 【う】うるる(65-1265) ※ゴミに関することは
 【健】健康福祉課(86-5614) 【基】基盤整備課(86-5618) (86-5617)までお願いします。

水曜日(WED)

木曜日(THU)

金曜日(FRI)

土曜日(SAT)

1 春の火災予防週間 ~3/7 【町】確定申告等相談	2 【こ】公民分館長会 【町】確定申告等相談 可燃物(A地区)	3 【う】ぴよぴよルーム 【総】行政相談 【健】1歳半健診 【総】区長会 【町】確定申告等相談 可燃物(BC地区)	4 容器包装プラスチック(A地区)
8 【健】民生委員会 【地】無料法律相談 (要予約) 【町】確定申告等相談	9 【健】歯科保健教室 【町】確定申告等相談 可燃物(A地区)	10 【う】ぴよぴよルーム 【町】確定申告等相談 江北中学校 卒業式 可燃物(BC地区)	11 容器包装プラスチック(BC地区)
15 【健】2か月児教室 【町】確定申告等相談	16 【健】ベビーとママの にこにこ教室 幼児教育センター 卒園式 可燃物(A地区)	17 【健】乳児健診 江北小学校 卒業式 可燃物(BC地区)	18 【う】うるるんキッズ 江北ひかり保育園 卒園式 容器包装プラスチック(A地区)
22	23 【健】乳幼児相談 【う】ママサロン 可燃物(A地区)	24 可燃物(BC地区)	25 永林寺保育園 卒園式 容器包装プラスチック(BC地区)
29	30 可燃物(A地区)	31 可燃物(BC地区)	4/1 資源物(A地区) 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 ◆診療時間：午前9時から午後5時まで

日	曜日	当番施設名	電話番号
5	日曜日	有島病院	白石町 0954-65-4100
12	日曜日	溝口医院	白石町 0954-65-2046
19	日曜日	かわぞえ内科クリニック	白石町 0952-37-5593
21	火・春分の日	藤井整形外科	白石町 0952-84-5880
26	日曜日	重村医院	白石町 0952-84-2656

当番医療機関は変更になる場合がありますので、受診の際はご確認ください。

「江北町くらしの情報ナビ(へそなび)」

いつでも!どこでも!へそなび!

平時の「定時放送」、緊急時の「避難情報」等が、お手元のスマートフォンを通して、プッシュ式で『いつでも・どこでも・なんどでも』情報を確認できる**無料アプリ**です。防災行政無線で発信する情報もアプリで確認することができます。



iOS 版



Android 版

防災行政無線の聞き直しサービス：電話 0952-20-0701

令和5年度就学援助について（お知らせ）

江北町では、**町内の小中学校又は町外の国公立小中学校**に在学する児童生徒がいる世帯で、経済的に困窮している保護者に対して学用品等の就学援助を行っております。

1 就学援助の対象となる方

生計を一にする世帯が次のいずれかに該当する場合となります。

- ・令和5年度市町村民税(所得割)が非課税又は減免となった世帯
- ・特別な経済的理由で就学困難と教育委員会が認める世帯



2 就学援助対象となる方の認定基準

認定基準となる世帯の所得目安

家族数	認定基準額
2人（親・子）	177万円
3人（両親・子）	234万円
4人（両親・子2）	294万円

表の金額は、目安としてください。世帯員の年齢構成や収入状況等により認定基準額は異なりますので、目安を超えていても認定となる場合もあります。

3 援助内容

学用品費、新入学学用品費、給食費、校外活動費、修学旅行費、医療費、日本スポーツ振興センター共済掛金

4 受付期間

令和5年4月3日(月)から令和5年5月31日(水)まで

5 申請方法

教育委員会備え付けの申請書にて、直接窓口で申請を行ってください。なお、申請書は江北町ホームページからもダウンロードできます。

【問い合わせ先】 江北町教育委員会 子ども教育課 学校教育係 電話 0952-86-5621

令和5年 春季全国火災予防運動

3月1日(水)～3月7日(火)

2022年度 全国統一防火標語 「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

火災による死者の約7割は、**住宅**で発生しています！その出火原因は、**たばこ、ストーブ、こんろ、電気機器**など、日常生活で身近にある物が多くを占めます。

日頃から取り組む住宅防火対策として**4つの習慣、6つの対策**からなる「**住宅防火いのちを守る10のポイント**」を家族みんなで確認しよう！



住宅防火
いのちを守る**10**のポイント



4つの習慣



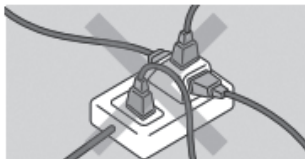
①寝たばこは絶対にしない、させない。



②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。

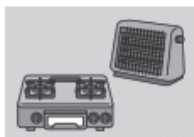


③こんろを使うときは、火のそばを離れない。



④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

6つの対策



①ストーブ、こんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。



②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。



③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防炎品を使用する。



④火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認する。



⑤高齢者や身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。



⑥地域防災訓練への参加、戸別訪問等により、地域ぐるみの防火対策を行う。

【問い合わせ先】 杵藤地区消防本部 白石消防署 電話 0952-84-3283

江北町在宅医療・介護連携推進事業講演会

ACP(人生会議)を知ろう!

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)とは:

万が一のときに備えて、あなたの大切にしていることや望み、
どのような医療や介護を望んでいるかについて、自分自身で
考えたり、あなたの信頼する人たちと話し合い、共有する取り組みです。
「いつか来る自分の最期」を考えてみませんか？

令和5年3月19日(日)

10:00~11:30(受付9:30~)

**参加
無料**

江北町公民館3階(大ホール)

対象：江北町にお住まいの方

定員:70名

※定員になり次第終了

講演

「ACP(人生会議)について」

講師:医療法人 敬天堂 古賀病院 理事長 古賀義行 氏



『お申し込み・お問い合わせはこちらから』
江北町役場 健康福祉課 介護保険係
電話 0952-86-5614

お申し込み期間
3/10(金)まで!

戦没者等のご遺族の皆さまへ 「第十一回特別弔慰金」の請求はお済みですか

令和2年4月から、戦没者等の遺族に対する特別弔慰金(第十一回特別弔慰金)の請求を受け付けています。

今日の日本の平和と繁栄の礎となった、戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金(記名国債)が支給されるものです。

請求期限 令和5年 3月31日まで

※請求期限を過ぎると第十一回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください。
※既に請求された方で、国債債券がお手元ない場合は、国・県での審査中または財務局での国債発行待ちです。準備が整い次第、町から案内しますのでしばらくお待ちください。

※支給対象者など、詳しくは健康福祉課福祉係までお問い合わせください。

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 福祉係 電話 0952-86-5614

心も体も元気に！いきいき百歳体操！

「いきいき百歳体操」とは

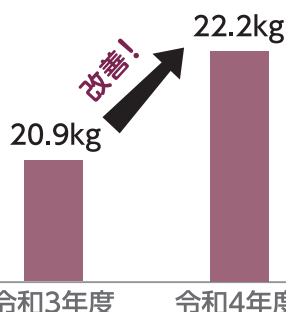
椅子を使って、ゆっくりとしたペースで行う体操です。「筋力アップ」を目的として、手首や足首に重りをつけて行います。自分の体力に合わせて体操できるので、運動が苦手な方でも安心して取り組めます。

百歳体操の効果

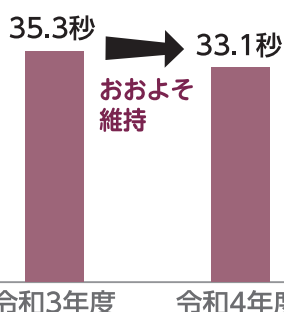
参加者の体力測定結果

昨年度と今年度の体力測定に参加され、教室参加率が70%以上の104名の結果（平均値）を比較しました。

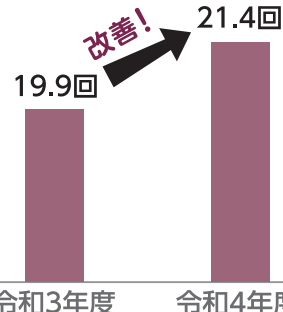
握力



片足立ち



30秒間立ち上がり



年を重ねるにつれ、筋力は衰えやすくなりますが、運動することで筋力が衰えるスピードを緩やかにするだけでなく、維持・改善することができます。

参加者の声

- ・週1回の体操がとても体にいいです。(Sさん)
- ・100歳に向かってがんばります!(Yさん)
- ・年は取りましたが、これからも百歳体操は続けます。(Kさん)
- ・毎週百歳体操教室に来るのが楽しみ!(Tさん)
- ・体操することで体調がよくなりました。(Sさん)

体調改善!

筋力維持
改善!

百歳体操に参加してスタンプを貯めると、商品券と交換できます!

百歳体操1回につき1スタンプ。10スタンプ貯めると、江北町内で使える商品券1,000円と交換できます。

スタンプカードの有効期限は令和7年2月までですので、この機会に百歳体操を始めてみませんか?

いきいき百歳体操を始めてみませんか?

いきいき百歳体操は地域の皆さんが主体となって行います。

江北町では、25団体・約390名が百歳体操に取り組まれています!

- ・百歳体操についてもっと詳しく知りたい方
- ・自宅近くの会場や開催時間を知りたい方
- ・新たに百歳体操に取り組む団体の立ち上げを検討されている方

問い合わせ先までお気軽にご連絡ください!



【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 介護保険係 電話 0952-86-5614

地域包括支援センターからのお知らせ

●ご存知ですか？「地域包括支援センター」

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの介護、福祉、健康、医療など様々な相談をお受けする「総合相談窓口」です。

保健師・主任ケアマネジャー・社会福祉士が中心となって相談内容に応じて、専門的視点から対応します。

「どこに相談したらいいのかわからない」といった悩みもご相談ください。悩みに応じて適切なサービスや制度の紹介、関係機関との連携によりスムーズな相談支援を提供します。相談は**無料**です。

お気軽にご相談ください。



黄色い看板が目印です！



●高齢者虐待はあなたの発見により防ぐことができます

高齢者を介護する中で、「虐待」と思われる行為が発生しており、重大な人権侵害として高齢者を苦しめています。高齢者虐待は、誰にでも起こりうる身近な問題として認識し、高齢者虐待の早期発見、防止に努め、高齢者の権利を守りましょう。

心理的虐待

脅しや侮辱的な暴言
無視する

経済的虐待

合意なく年金などを
勝手に使ってしまう

身体的虐待

殴る、蹴るなどの
暴力

性的虐待

性的な嫌がらせ
性行為の強要

介護・世話の放棄、 放任

劣悪な環境で放置

「虐待かも？」「このままでは虐待になってしまう」…

そんな時には、**地域包括支援センター**へ相談・通報をお願いします。

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 介護保険係(江北町地域包括支援センター) 電話 0952-86-5614

●認知症のかたの家族のつどい

認知症の症状は人によって違い、介護のあり方も人それぞれですが、似たような経験、悩みがあるかもしれません。

認知症のかたの家族のつどいは、認知症についての情報交換や、日頃の悩みを話し合い、励まし合えるような場です。ひとりで抱え込まずにあなたの思いを話してみませんか？

当日は「認知症の人と家族の会 佐賀支部 森 久美子 顧問」も参加されます。

日時 3月23日(木)

13:30~15:30

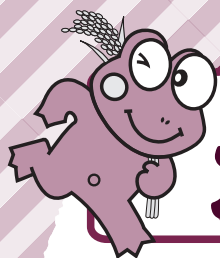
場所 江北町保健センター 集団指導室

参加費 無料

※完全予約制(事前にお電話ください)



【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 介護保険係(江北町地域包括支援センター) 電話 0952-86-5614



お知らせ ビッキーの かわら版

職業訓練受講生募集(1月入所生)

あなたの就職に『職業訓練』を活かしませんか！

募集コース及び定員

募集科名	定員
CAD/NCオペレーション科 溶接技術科、住環境CAD科	3科で14名

募集期間 ～3月31日(金)

入所選考 4月14日(金)

受講料 無料(全訓練期間中) ※テキスト代等は別途自己負担

応募資格 新たな職業に就こうとする求職者で、受講意欲があり公共職業安定所長より受講指示又は受講推薦等を受けた方。

申込方法 受講を希望される方は、最寄りのハローワークでご相談の上、応募書類をハローワークにご提出ください。

問い合わせ先
ポリテクセンター佐賀 電話 0952-26-9516

カウンセリング公開講座受講者募集

この講座は、カウンセリングの基礎的学習をする講座です。電話相談員育成第1過程ですが、どなたでも応募できます。電話相談員を志す方、カウンセリングを学びたい方、各種の相談業務に携わっている方など、相談員になる・ならないに関わらず自己成長を図るため公開講座に参加しませんか？

佐賀県内の大学の先生、精神科医、公認心理士のカウンセリング専門家が、わかりやすく講義します。

受講資格 20歳以上

募集定員 水曜班・土曜班 各35名

講座期間 5月～7月(毎週1回で11回)

会場 アバンセまたはメートプラザ佐賀(佐賀市)

受講料 15,000円 学生10,000円

応募締切 4月28日(金)

問い合わせ・申し込み先

佐賀いのちの電話 事務局

電話 0952-34-4186(平日10:00～17:00)

メール lifeline-1998@star.saganet.ne.jp

HP <http://areahot.jp/saga/lifeline-1998>

ホームページからも申し込みできます

求！江北町保育士募集！

「江北町で保育士として働いてみませんか？」

◎保育士の資格を有する方、又は資格取得見込のある方

◎住所は町内外を問いません

勤務場所 永林寺保育園・江北ひかり保育園・小規模保育所なのはな・ニチイキッズこうほく保育園・ひとのねこども園

問い合わせ先

江北町教育委員会 こども教育課

電話 0952-86-5623

海上保安官募集

採用試験

①2023年度 海上保安官採用試験(大学卒業程度)

②2023年度 海上保安学校学生採用試験(特別)

受付期間・試験日

①インターネット 3月 1日～3月20日まで
第1次試験日 6月 4日

②インターネット 3月 1日～3月 8日まで
第1次試験日 5月14日

受験資格

①試験年度の4月1日における年齢が30歳未満の者かつ大卒者(来年3月卒業見込み含む)

②高等学校又は中等教育学校卒業後13年を経過していない者等

※詳しくはお問合わせください

問い合わせ先

海上保安庁総務部教育訓練管理官付

試験募集係

電話 03-3580-0936



相続トラブル回避のための無料セミナー

相続のときに陥りやすいトラブルの具体例を示しながら、そうならないための回避術を弁護士がお話しします。参加は無料です。

参加された方は、後日弁護士による無料相談も受けられます。

申込みは佐賀県弁護士会までお電話ください。

日時 3月25日(土) 14時～16時

場所 佐賀県弁護士会館(佐賀市中の小路7-19)

定員 50人程度(先着順)

参加費 無料

問い合わせ先

佐賀県弁護士会 電話 0952-24-3411

佐賀地方裁判所武雄支部及び唐津支部が管轄する民事執行裁判事件の本庁集約について

佐賀地方裁判所では、令和5年4月1日以降、佐賀地方裁判所武雄支部及び佐賀地方裁判所唐津支部が管轄する不動産執行事件、債権等執行事件、財産開示事件、情報取得事件といった全ての民事執行事件(ただし、財産執行等の執行官が取り扱う事件を除く。)を佐賀地方裁判所本庁で処理することとしましたので、お知らせします。

民事執行事件に関するお問い合わせは、佐賀地方裁判所民事執行係までお尋ねください。

問い合わせ先

〒840-0833 佐賀市中の小路3-22

佐賀地方裁判所本庁 民事執行係

電話 0952-38-5619(不動産競売担当直通)

白石警察署の犯罪発生状況(令和5年1月31日現在)

犯罪発生件数.....11件(うち窃盗犯10件)

自転車盗.....1件 万引き.....0件

空き巣等.....1件 車上ねらい.....0件

オートバイ盗.....0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 電話 0952-84-2021

～ぐっすり眠れていますか？～

3月は季節の変わり目で体調を崩しやすいうえに、異動や卒業など社会生活の面で大きな変化を迎える時期です。新たに始まる日々に期待が膨らむ一方で、環境の変化に不安や心配も…。さらに年度末の忙しさも加わって普段よりもストレスをためこみやすくなり、体調不良や、しっかり眠れないという方も多いのではないのでしょうか？質の高い睡眠は、免疫力アップにもつながります。新年度に向けてしっかり眠れる体づくりをしましょう。

1. 体内時計を整える

規則正しい生活をおくる。朝・昼・夕の食事リズムをとる。
特に朝食は体内時計を正常化させる効果がある。

2. 寝る2時間前に食事を済ませる

満腹や空腹だと目がさえてしまう。量は腹八分程度にする。

3. 寝る直前にアルコール飲料やカフェイン飲料を大量にとらない

飲酒量が多いと眠りが浅く、すぐ覚醒してしまう。
鎮静効果のあるハーブティーなどおすすめ。

4. 神経の興奮を鎮め、安眠を促す成分を含む食品を取り入れる(下図参照)

安眠を促す成分	多く含まれる食品
トリプトファン 必須アミノ酸(体の中で作ることができない)の一種。催眠・精神安定作用のある神経伝達物質セロトニンの材料になる。	牛乳・乳製品、卵、ナッツ類、バナナ、大豆製品など
カルシウム 神経伝達を正常に保つ働きがある。その他にも筋肉の収縮やホルモン分泌など様々な生理機能に関わっている。ビタミンDと一緒にとると吸収率アップ。	〈カルシウム〉 牛乳・乳製品、小魚、小松菜、モロヘイヤ、大豆製品、切干大根など 〈ビタミンD〉 まいわし丸干し、紅鮭、さんま、しらす干し、きのこ類など
ビタミンB6・マグネシウム トリプトファンと同様に神経伝達物質の合成に関与している。	〈ビタミンB6〉 まぐろ(赤身)、かつお、牛レバー、鶏ひき肉、ししとう、赤ピーマン、モロヘイヤ、ナッツ類など 〈マグネシウム〉 玄米、そば、納豆、ほうれん草、帆立貝、枝豆、ナッツ類など

(食品は一例です)

こうほく 3月 おすすめ新着本

絵本



『うさぎぴこん!』
松橋利光/写真

- 「おたんじょうび ふ〜」
たなかしん/作
- 「ようかいむらの
ゆけゆけゆきがっせん」
たかいよしかず/作・絵
- 「すうじのかくれんぼ」
いしかわこうじ/作・絵

児童書



『ネズミなんびきでゾウになる?』
算数がわかる数のえほん
トレイシー・ターナー/文

- 「13歳からのニュースウィーク」
栗下直也/著
- 「都道府県別日本の
地理データマップ 1〜8」
松田博康/監修
- 「魔女のなみだのクッキー」
草野あきこ/作

一般書



『産後リセットレ もう手遅れ?』
いつはじめても大丈夫
吉田千鶴/著

- 「ドローン活用入門」
鈴木真二・中村裕子/編
- 「植物生まれの気楽なおやつ」
白崎茶会/著
- 「罪の境界」
薬丸岳/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。
- リクエストも受け付けております。お気軽にカウンターまでどうぞ。
- 本を借りる人は、バッグをご持参ください。

★ネイブル図書コーナーホームページアドレス
<http://kouhoku-navel.com>

★毎月第3土曜日におはなし会を行っています。次回は3月18日(土)午後2時から行います。

編集後記

寒かった冬が過ぎ、少しずつ春の訪れとともに花々が美しく咲く季節です。新年度や新生活への期待や不安が入り混じる時期に花見に出かけたり、自然を感じるとほっとします。自然の中でリラックスするほかに、新年度に備えて「睡眠」を見直してみるのもいいですね。15 ページに質の高い睡眠のためのポイントを紹介していますのでご覧ください。

まちの話題

17 江北小 サガン鳥栖デー

サガン鳥栖のサガン・リレーションズ・オフィサー（SRO）高橋義希氏が江北小学校に来校されました。夢、目標を持つことや日々の努力の積み重ねの大切さについて自身の経験から児童に授業を行いました。

この日は、朝のあいさつ運動から給食、下校まで1日児童と一緒に過ごされました。また、サガン鳥栖フラッグの掲揚や教職員がユニフォーム着用を行いました。



マイナカード広め隊

そろそろ、
あなたも
マイナンバーカード
カード取得はお早めに

マイナンバーカードを
使ってコンビニ交付を
ご利用ください

【今月の広め隊員】
ローソン江北店の野村さん



シルバー人材センターへ入会を検討中の皆様へ！

会員募集中

シルバー人材センターと一緒に
働きませんか？

お問合せ先

(公社)佐賀県シルバー人材センター連合会
TEL0952-20-2011 FAX 0952-20-2015



ありがとうございます魔法の言葉

令和4年度厚生労働省委託事業
高齢者活躍人材確保育成事業

有料広告

おおかま
さまで

イオン江北店ショッピングセンターから地域のお客さまへ感謝を込めて！ 3/23 26
木 日

1 粗品プレゼント！
期間中あさ9時より中央出入口にて配布！※先着200名様限定

2 専門店企画
「100円お買物券」進呈！
1,000円お買上げ毎に専門店でご利用できます ※数量限定

3 プレミアム付
ギフトカード販売！
10,000円分購入毎に
2,000円のお買物券進呈！

イオン江北ショッピングセンター 杵臼郡江北町大字山口 三本松二1223 TEL:0952-86-5511

有料広告

スマホのこと相談し放題！
ケーブルスマホ

親身なサポートで「ホッ」。使いやすい料金で「ホッ」。安心のドコモ回線で「ホッ」。
これまで以上に、安心の「スマホ」を。

point 店頭受付 + 初期設定サポート！ 安心の

point 990 1GB 円から
※ 通話料、スマホ本体別。

※ケーブルスマホはケーブルテレビ、インターネット契約向けのサービスです。条件等詳しくはケーブルワンにお問い合わせください。

Cable One 株式会社 ケーブルワン [白石営業所] 白石町福田 2278-15 ☎0120-12-4614