

広報

子や孫が誇れる郷土 江北

3月号

Vol.394
2026.3



こうほく

～鬼はそと
福はうち～



まちの人口
令和8年1月31日現在

	人口	前年同月比	前年同月
男	4544人	△72人	9611人
女	4995人	△34人	4578人
世帯数	3756世帯	△38人	5033人
		17世帯	3739世帯



町の木：モチノキ



町の花：スイセン



江北町役場HP

手話フェス in 江北 ~手話で広がる、笑顔の輪~

1月31日（土）、江北小学校体育館で「手話フェスin江北」を開催しました。

昨年4月の「手話言語条例」等の施行を記念したイベント。当日は多くの方にご来場いただき、誠にありがとうございました。

手話を通じて心を通わせた一日の様子をダイジェストでお伝えします。



第1部：心でたのしむニューイヤーコンサート

エフエム佐賀の公開収録を兼ねたステージでは、コロンえりかさん（歌）、大町彩乃さん（ピアノ）、奈苗さん（アカンパニスト）が登場。美しい歌声と視覚的な音楽表現「アカンパニスト」が融合した圧巻のステージを披露しました。



第2部：手でつながる笑顔のフェス

・条例施行はゴールではなく、スタート

山田町長は「これからが共生社会へのキックオフ」と決意を表明。特別ゲストのデフリンピック金メダリスト・永石泰寛選手とは、バドミントンラリーを行い、世界レベルを体感しました。



・地域が一つに！笑顔のステージ

地元の園児や小学生は手話歌「にじ」を、江北手話の会の皆さんは「さんぽ」などを披露。世代を超えて手話で表現する姿に、会場中が笑顔に包まれました。



・多彩なプログラムが彩る

井崎哲也氏：手話と動きで物語を紡ぐ「サインマ임」で観客を魅了。

みんなで第九：コロンえりかさんと共に「第九」を手歌で表現し、会場が一つになりました。

田頭真理子氏：手話の軌跡を光で描いた「第九のきせき」を展示・紹介。



・トークセッション：ジャンルを超えてつながる

ゲスト3名が登場。町広報大使の井崎さんは、「ホワイトハンドコーラスに出会うまでは音楽に消極的でしたが、皆さんの『音楽を伝えたい』という強い思いに心を動かされ、音楽が好きになりました」と語り、互いを理解し合う大切さを伝えました。



※ホワイトハンドコーラス（障がいの有無に関わらず、手話や歌を融合させて活動するインクルーシブな合唱団）

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 ☎0952-86-5614

令和7年度江北町少年の主張大会

2月7日（土）、江北町公民館において江北町少年の主張大会が開催され、小学生6組・中学生6組の計12組の皆さんがステージに上がり、それぞれが感じたことを緊張もあったと思いますが堂々と発表されました。聞いている人たちが聞き入るようないい発表でした。

これからの皆さんのますますのご活躍をお祈りします。発表ありがとうございました。

順番	発表者氏名	学年	テーマ
1	鶴丸 凌真	小学6年生	戦争の恐ろしさについて
2	黒岩 希翠 江口 莉紗	小学6年生	戦争の悲惨さと平和の尊さ
3	西田 悠真	小学6年生	戦争の恐ろしさを知ろう
4	定松 心音 武富 朱里	小学6年生	戦争の恐ろしさ
5	新井 薫子 久原 真帆 笹川 花	小学6年生	ルーサランカレッジとの交流を通して
6	古賀 野乃	小学6年生	明るい社会への私の一歩
7	田中 陸翔	中学2年生	職場体験を通してみてきた将来の夢
8	堤 光奈希 田口 桜雅 江崎 大翔	中学2年生	「ホームワイド江北店」で学んだこと
9	北村 真子 樋口ひより 武富陽茉莉	中学2年生	「ユートピアしゃくなげ」で学んだこと
10	淵上 莉弓 富山 奈央 大塚 彩世	中学2年生	「古賀小児科内科医院」で学んだこと
11	浪瀬 理央	中学2年生	職場体験で学んだこと ～看護師への道～
12	赤嶺 心春 大塚 彩世	中学2年生	人と人とのつながりの温かさ





1/6

女性ネットワークの会が江北駅北口に植栽

1月6日（火）、江北町女性ネットワークの会の皆さまが、江北駅北口の1番のりば隣の土地に菜の花とスイセンを植栽しました。今後も季節の花々を植えられる予定です。

景観美化にご協力いただき、ありがとうございました。



1/17

えいごであそぼう～公民館講座～

当日は3歳～小学3年生までの子どもたち16名、保護者4名を含めた19名の町民の方が参加され、子どもたちは自分で書いたローマ字の名前札をつけて元気よくマシュー先生にあいさつをしていました。みんなで輪になって英語の歌を歌いながら踊ったり、絵本の読み聞かせ、くまの貼り絵を楽しんでいました。

お知らせ えいごであそぼう ～for adults～

日時：3月13日（金） 19:00～20:00

場所：公民館 2F 講座室

対象：英会話を楽しみたい大人の方

〈申込フォーム〉

申込期限：3月10日（火）

参加費：無料



「0からの英会話」レッスン始めませんか？
※大人向けですが、小学生以上であれば親子参加もOKです

1/21

古賀成氏（東区） 高齢者叙勲受章

元町議会議員の古賀成氏（東区）が、高齢者叙勲きよくじつたんこうしょう旭日単光章を受章され、その伝達式が令和8年1月21日（水）江北町議会議場にて執り行われました。

古賀氏は、平成15年5月から平成27年4月までの3期12年間の長きにわたり江北町議会議員として活躍され、町政の発展と地方自治の振興に尽力され、住民の生活の安定、福祉の向上に貢献されました。



1/23 福岡県広川町とのボウリングゲームオンライン対戦会に出場!!

令和7年12月に江北町公民館において開催した、シニア世代の交流大会イベント「ゲームで元気! こうほくモチノキ杯」(ボウリング部門)の上位3チームが、江北町代表として、福岡県広川町とのボウリングゲームオンライン対戦会に出場しました。

県外の町とオンラインで交流する貴重な機会となり、会場全体が終始活気ある雰囲気には含まれていました。

福岡県広川町		佐賀県江北町	
164点	第1試合	169点	勝利
144点	第2試合	170点	
190点	第3試合	213点	
合計 3勝			



1/26 江北町文化財防火デー

白木聖廟において、白木区及び江北町消防団による消火放水訓練を実施しました。火の取り扱いに注意してこれからも地域と町で文化財を守っていきましょう。

文化財防火デーとは

1月26日は法隆寺金堂壁画が消失した日です。この日を中心に文化財保護に関心を高める日として「文化財防火デー」と定められています。



1/28 最優秀賞受賞及び九州農政局長賞 受賞

第52回佐賀農業賞、若い農業経営者の部において、北原御夫妻が最優秀賞および九州農政局長賞を受賞されました。受賞者代表のこぼれの中で、「家族や仲間にも恵まれてこまで来ることができ、感謝しています。これからは、後輩や次の世代とのつながりを大切にしながら、佐賀県及び江北町の農業の発展に貢献していきたい。」と強く語られました。この度の受賞を心よりお喜び申し上げます。

若い農業経営者の部

最優秀賞・九州農政局長賞

北原 良太・昌江 (地区：江口)

主な経営品目：米・麦・大豆



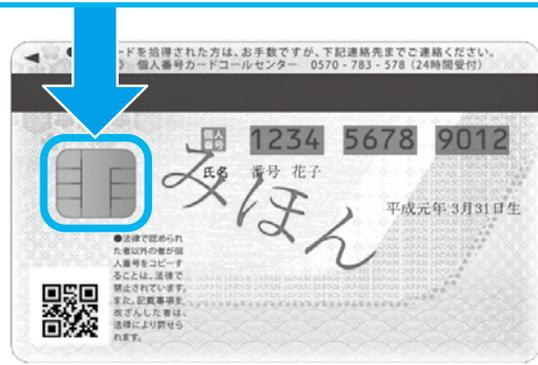
お知らせ

マイナンバーカード「電子証明書の更新手続」が山口郵便局・小田郵便局でもできます！

江北町に住民登録のある方（15歳以上）でマイナンバーカードをお持ちの方は、マイナンバーカード「電子証明書の更新手続」が役場町民生活課に加え、町内2郵便局でもできます。

早くて便利！ぜひ、ご利用ください！

- マイナンバーカード電子証明書の有効期限は「5年」です。
- 電子証明書の有効期限が切れると関連サービスの利用ができなくなります。
- 電子証明書の有効期限が切れる前に必ず「更新手続」をしてください。



対応郵便局	住所	電話番号	対応時間
山口郵便局	江北町大字山口1650番地1	0952-86-2042	9:00~17:00 ※土・日・祝日・ 年末年始を除く
小田郵便局	江北町大字上小田1566番地13	0952-86-2750	

※役場町民生活課でも引き続きマイナンバーカード「電子証明書の更新手続」はできます。

更新手続き可能な方

- 江北町に住民票がある15歳以上の方 ※代理人による手続きはできません。

更新手続きに必要なもの

- マイナンバーカード
- 署名用電子証明書暗証番号（6～16桁の英数字） ※お忘れの場合は再設定できます。
- 利用者証明用電子証明書暗証番号（4桁の数字） ※お忘れの場合は再設定できます。

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

各種宴会 承ります

三夜待デー 毎月3日・13日・23日

月末29日 肉類が旨い・安い

肉屋直営・黒毛和牛専門店

佐賀和牛専門店 焼肉三夜待

定休日…毎週月曜日 大町町新町 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。ゆずりは しげ み

行政書士 杠 繁美

(日本行政書士会登録番号05410974)

TEL 0952-37-0939

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。

コンビニ交付サービスのご利用方法について

「住民票の写し」、「印鑑証明書」、「所得証明書」などがコンビニなどで取れます！

コンビニ交付サービスを利用する際に「用意するもの」

マイナンバーカード



マイナンバーカードをお持ちでない方は、役場総合窓口又はスマートフォンなどから申請をしてください。

手数料 200円/通



4桁の暗証番号



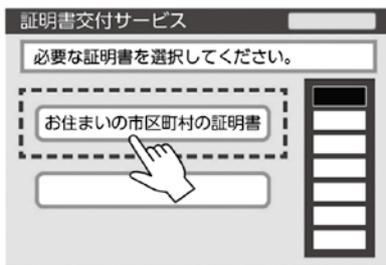
マイナンバーカードの受け取り時に設定した4ケタの暗証番号

暗証番号を3回間違えるとロックがかかりますのでご注意ください。

利用可能店舗内にある「マルチコピー機」画面の操作方法



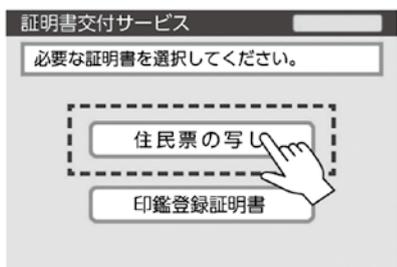
① 画面に表示される「行政サービス」ボタンを押す



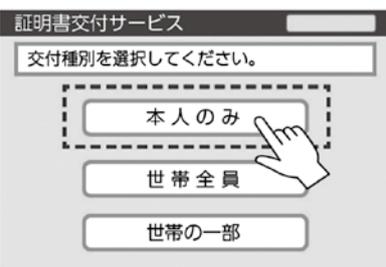
② 「お住まいの市区町村の証明書」を選択し、マイナンバーカードを所定の位置に置く



③ マイナンバーカード交付時に設定した4桁の暗証番号を入力



④ マイナンバーカードを取り外し、一覧から必要な証明書を選択



⑤ 証明書の種別、記載する項目の有無を選択



⑥ 部数を入力し、料金を支払うと印刷され完了

利用可能時間	利用可能店舗	取得できる証明書	取得区分	その他
6:30~23:00 ※年末年始及びシステム休止日を除く	セブンイレブン ローソン ファミリーマート ミニストップ イオン九州 ホームワイド ほか	住民票の写し	本人分、同一世帯員分	<ul style="list-style-type: none"> 店舗内のマルチコピー機をご自身で操作します。 マイナンバーカード受取時に設定された4桁の暗証番号が必要です。 交付後のデータはマルチコピー機に一切残りません。ご安心ください。
		印鑑証明書	本人分のみ	
		住民票記載事項証明書	本人分、同一世帯員分	
		所得証明書	本人分のみ(最新年度)	
		課税証明書	本人分のみ(最新年度)	
		所得課税証明書	本人分のみ(最新年度)	

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

お知らせ

江北町元気クーポン券 “第11弾”

町から3,000円分のクーポン券をお送りします！

物価高騰の影響を受けた生活者の消費を下支えする取り組みとして、『江北町元気クーポン券』を交付します。

有効期限 令和8年3月1日（日）～5月31日（日）

使用可能店舗 クーポン券送付時に取扱店一覧を同封致します（チラシ）

対象者 令和7年12月31日時点で江北町に住民登録がある方

※世帯主の方に、世帯人数分まとめて配送します。

※配送の都合上、同区内でも到着時期が異なることがあります。

※クーポン券を迅速に配布するため、佐留志・惣領分・八町地区はヤマト運輸、山口・上小田・下小田地区は日本郵便が配送します。再配達のご依頼先にご注意ください。



【問い合わせ先】江北町役場 地域づくり課 管理振興係 ☎0952-86-5618

注意喚起

不要なオプションが付いている?! 携帯電話の契約は慎重に

相談事例

機種変更のために携帯電話ショップに出かけ、同系列のキャリアが提供する端末を勧められて契約した。その後、契約書を確認したら、オプションやセキュリティソフトも契約させられていた。納得できない。

アドバイス

- 携帯電話の買い替えなどの際、不要なオプションが付いていたという相談が寄せられています。
- 契約の際は、契約内容をよく確認しましょう。オプションなどを勧められても、必要ない場合はきっぱり断りましょう。
- 契約書もその場でよく確認し、不要な契約がないか、月々の支払額はいくらになるかなどを確認しましょう。



【問い合わせ先】江北町役場 地域づくり課 管理振興係 ☎0952-86-5618

有料広告

60歳以上で求職中の方は
シルバー人材センターへ！



会員募集中

会員 > 生き生きと健康に毎日働く！
メリット > 仕事に応じて収入も得られる！

シルバー人材センターは
生きがいと地域の
ニーズを結びます。



お問合せ先

公益社団法人 佐賀県シルバー人材センター連合会
TEL 0952-20-2011

佐賀県シルバー 検索

連合会HPへ



シルバー人材センターへ
入会を検討中の皆様へ！

令和7年度厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業



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8年7月20日から令和11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、農地利用集積計画、農地利用配分計画、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。

担い手への農地利用の集積・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。

募集期間 令和8年3月23日（月）～4月17日（金）

定数 13名

- ※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3名以上、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律第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）

※様式は農業委員会事務局で配布又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 ☎0952-86-5620

新型コロナウイルス感染症予防接種について

新型コロナウイルス感染症予防接種の接種期間は令和8年3月31日までです。県内の実施医療機関で接種可能となっています。接種を希望される方は、期間内の接種をお願いします。

対象者	江北町民の方で、①または②に該当する方 ①接種当日65歳以上の方 ②接種当日、60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器などの機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、日常生活行動が制限される程度の障がいがある方（身体障害者手帳1級程度）
自己負担額	4,600円
接種期間	令和8年3月31日まで ※各医療機関の診療日に限ります

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 保健係 ☎0952-20-8585

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

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

B C 地区共通

※3月は粗大ごみ回収と
なっています。

- プラスチックは、雨天の場合も回収しますので、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。
- 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】

1  日曜確定申告相談 粗大ごみ(A地区)	2  分館長会 可燃物(A地区)	3  窓口延長サービス  区長会  消費生活相談  ママサロン 可燃物(BC地区)
8  日曜役場 粗大ごみ(B地区)	9 可燃物・不燃物(A地区)	10  窓口延長サービス  ベビーとママの にこにこ教室 可燃物・不燃物(BC地区)
15 粗大ごみ(C地区)	16  絵本の読み聞かせ 可燃物(A地区)	17  窓口延長サービス  消費生活相談 可燃物(BC地区)
22 粗大ごみ(C地区)	23 可燃物・不燃物(A地区)	24  窓口延長サービス 可燃物・不燃物(BC地区)
29 粗大ごみ(C地区)	30 可燃物(A地区)	31  窓口延長サービス  消費生活相談 可燃物(BC地区)

こどもセンター「うるる」

【問い合わせ先】 ☎0952-65-1265

ぴよぴよルーム 毎週金曜日 10:15~11:00

6日(金)おすしのピクニックあそび

13日(金)おたのしみ会

うるるんキッズ

日時:21日(土) 10:30~11:30

場所:こどもセンタープレイルーム

内容:プラバンキーホルダーを作ろう

定員:10名

持ってくる物:描きたい絵の見本、水筒



絵本の読み聞かせ 16日(月) 10:30~11:00

ママサロン

日時:3日(火) 10:00~11:00

内要:脂肪燃焼トレーニング&骨盤ストレッチ

講師:竹下璃乙先生(フィットネスクラブRS)

参加費:無料

定員:10名

託児:あり

持ってくる物:タオル、水筒

その他:動きやすい服装



担当課

総務政策課(86-2111)

こども教育課(86-5623)

※ゴミに関することは町民生活課
環境係(86-5617)まで

地域づくり課(86-5615)

うるる(65-1265)

※市外局番(0952)

健康福祉課(20-8585)

町民生活課(86-5613)

水曜日 / WED	木曜日 / THU	金曜日 / FRI	土曜日 / SAT
4 健 1歳半健診	5	6 う びよびよルーム 総 行政相談 江北中学校 卒業式	7 地 エキ・キタイイベント
	可燃物(A地区)	可燃物(BC地区)	プラスチック(A地区)
11 健 2か月児教室 健 民生委員会 地 無料法律相談 ↑要予約	12 健 歯科保健教室	13 う びよびよルーム	14
	可燃物(A地区)	可燃物(BC地区)	プラスチック(BC地区)
18 健 乳児健診 健 女性相談 ↑要予約 健 民生委員会 江北小学校 卒業式	19	20 春分の日	21 う うるるんキッズ
	可燃物(A地区)	可燃物(BC地区)	プラスチック(A地区)
25 健 乳幼児相談	26 健 オレンジのつどい	27	28
	可燃物(A地区)	可燃物(BC地区)	プラスチック(BC地区)
4/1 不燃物・資源物(グループ①) プラスチック(グループ①)	2 可燃物(グループ①)	3 可燃物(グループ②)	4

白石消防署管内 日曜・休日在宅医当番予定表

日	曜日	当番施設名	電話番号
1	日曜日	武岡病院(江北町)	0952-86-3013
8	日曜日	カタフチ医院(白石町)	0952-87-2233
15	日曜日	原田内科医院(白石町)	0952-87-3737
20	金曜日・春分の日	重村医院(白石町)	0952-84-2656
22	日曜日	白石共立病院(白石町)	0952-84-6060
29	日曜日	順天堂病院(大町町)	0952-82-3161

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。

お知らせ

令和8年4月1日(水)から ごみ収集日・収集場所などが変わります

江北町では、ごみ出しについて「利便性の向上」と「リサイクルの推進」を図るため、「ごみ収集日」及び「ごみ収集場所」を見直しました。

令和8年4月1日(水)からは、下記のとおり「地区割」、「収集頻度」及び「収集場所」が変わります。
町民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

【地区割の変更】

収集グループ	ごみ出し日
グループ①： 新宿、土元、門前、東分、西分、花祭、高砂、上惣、宿、岳、原宿、上区、白木、石原、観音下、浪花町、仲町、平山、日ノ出、鹿ノ口、新町	可燃物 ：毎週 月・木 曜日 不燃物 ：毎月第1・3 水 曜日 資源物 ：毎月第1・3 水 曜日 粗大ごみ ：毎月第1 日 曜日
グループ②： 上分、下分、野口、下惣、馬場、祖子分、江口、正徳、大西、東区、南郷、八町北、八町中、八町南	可燃物 ：毎週 火・金 曜日 不燃物 ：毎月第2・4 水 曜日 資源物 ：毎月第2・4 水 曜日 粗大ごみ ：毎月第3 日 曜日

【収集頻度、収集場所の変更】

ごみ区分	例	収集頻度	収集場所
可燃物	<ul style="list-style-type: none">生ごみ紙くず	毎週2回	クリーンステーション
資源物 (プラスチックを含む)	<ul style="list-style-type: none">新聞、段ボール食品トレープラスチック食器古着ペットボトルカン類、ビン類	毎月2回	クリーンステーション
不燃物	<ul style="list-style-type: none">陶器類金属類	毎月2回	クリーンステーション
粗大	<ul style="list-style-type: none">タンス布団ベッド	毎月1回	地区集積所

※詳細につきましては、広報「こうほく」または「町ホームページ」に掲載の「ごみ出しカレンダー」にてご確認ください。

【問い合わせ先】江北町役場 町民生活課 環境係 ☎0952-86-5617

お知らせ

さが西部クリーンセンターにおける休日などの ごみ直接搬入は事前予約が必要です

休日など(土曜日・第2日曜日・祝日・年末)に、さが西部クリーンセンター(伊万里市)へ、ごみを直接搬入する場合は、事前予約が必要です。

事前予約は、さが西部クリーンセンターのホームページまたは電話(☎0955-26-2500)にてできます。

【問い合わせ先】江北町役場 町民生活課 環境係 ☎0952-86-5617

2025年度 全国統一防火標語 「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

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。

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、こんろなど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部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- ④消火器などを設置し、使い方を確認する。
- ⑤高齢者や身体の不自由な人は、避難経路などを確保し、備える。
- ⑥地域防災訓練への参加、地域ぐるみの防火対策を行う。



《白石消防署・江北町消防団からのお願い》

この時季は空気が乾燥して風が強いため、火災が発生しやすく、また、大規模火災につながるおそれがありますので、火災予防に努めてください。今年から林野火災に係る火災予防条例が施行され、強風の場合などは火の使用制限を行う場合がありますので、町民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】 杵藤地区消防本部 白石消防署 ☎0952-84-3283

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。ひとりで悩まず話してみませんか？まずはお電話を…。

相談内容	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	毎日24時間
	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 9:00～16:45
	佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337	毎日 20:00～6:00 ※佐賀県内のみ
消費生活全般	佐賀県消費生活センター	0952-24-0999	毎日 9:00～17:00 (年末年始除く)
法的トラブル相談	法テラスサポートダイヤル (情報提供のみ)	0570-078374	平日 9:00～21:00 土曜 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
職場、家庭、DV問題など	アバンセ女性総合相談	0952-26-0018	火曜・木～土曜 9:00～18:00 水曜 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 19:00～21:00 (祝日除く)

3月は、ふれあい交流センターネイブルの図書館に、「こころのとしょかん」と題し、メンタルヘルスに関する書籍やグッズのコーナーを設けています。

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 保健係 ☎0952-20-8585

自転車の安全な乗り方

次の問題のうち正しいものには○印を、間違っているものには×印を記入しましょう。

問18 自転車に乗るとき、交通事故に遭うことはほとんどないし、自己責任なのでヘルメットを着用しなくてよい。

問18

問19 自転車は、路側帯のある道路では、路側帯を通行しなければならない。

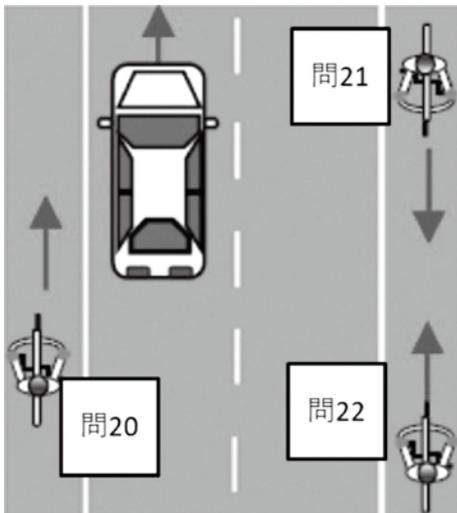
問19



路側帯

問20～22

自転車でやむを得ず路側帯を通行する場合、通行できる場所には○、通行できない場所には×を記入しましょう。



路側帯

問20

問21

問22



問23 自転車は、信号交差点を通行する場合、全て車両用信号の灯火に従って進行しなければならない。

問23



車両用信号

問24 自転車は、一時停止標識のある交差点では、停止線がなければ一時停止しなくてもよい。



問24

問25 自転車での逆走 (道路の右側を通行すること) は、駐車車両などの障害物があるときや、見通しの悪いカーブで、対向車から自転車が見えず、正面衝突する危険や、交差点で自転車が自動車の左方から飛び出してきたときに、自動車の発見が遅れ、ブレーキをかける余裕がなく、衝突する危険がある。

問25

問26 自転車で歩道を通行する際に、歩道の中央から車道寄りの部分を通行しなければならないのは、路外の施設や交差道路から出てくる自動車との距離を確保して、自動車から自転車を発見しやすくし、ブレーキをかける時間を確保し、事故を防止するためである。

問26

問27 一緒に飲酒した友人に自分の自転車を貸したが、友人が警察に捕まったとしても、自分が悪くなることはない。

問27

問28 自転車乗用中の死者のうち、約半数が頭部負傷が致命傷となっている。

問28

問29 自転車に乗っているとき、携帯に電話がかかってきたので、「後で折り返す」とだけ伝えようと通話しながら運転すると携帯電話使用等(保持)(反則行為)として、反則金(12,000円)の対象となる。

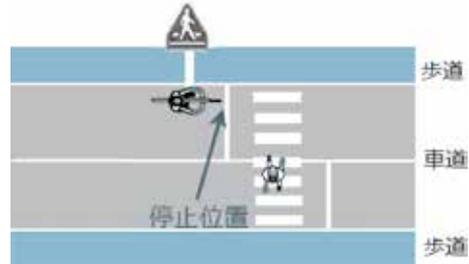
問29

問31 横断歩道を横断中の歩行者がいる場合、自転車であれば、横断歩道の手前で一時停止しなかったとしても、横断歩行者等妨害等(反則行為)として、反則金(6,000円)の対象とはならない。

問31

問30 自転車に乗っているとき、スマートフォンの画面を見ながら運転してしまい、前から通行してきた歩行者に気付くのが遅れ、ぶつかったが、怪我はなかったため警察に届け出なかった。

問30



問32 自転車は、歩道や路側帯で並進すれば、並進禁止違反(反則行為)として、反則金(3,000円)の対象となるが、道路では並進しても違反とならない。

問32

【問い合わせ先】 佐賀県白石警察署 交通課 ☎0952-84-2021

×27局 〇92局 〇25局 ×24局 ×23局 問22× 問21〇 問20〇 問19× 問18× 景観
 ×23局 ×11局 ×03局 〇29局 〇28局 問32× 問31× 問30〇

お知らせ

江北町成年後見制度研修会のご案内

成年後見制度は、認知症・知的障がい・精神障がいなどによって、判断能力が不十分な方に対し、後見人などが本人に代わって財産や権利を守る制度です。

「身寄りがないので、将来に不安を感じる」、「一人暮らしの認知症の母親が、悪徳商法に騙されなにか心配」など、このようなときには成年後見制度が有効です。

この研修会では、制度の基礎的な内容を分かりやすく説明します。ぜひこの機会に、成年後見制度について学んでみませんか？

日時 3月19日(木) 13:30~15:00

場所 江北町公民館3階 大ホール

テーマ 「みんなで学ぼう！成年後見制度」

講師 (株)ノーマライフ 代表取締役 社会福祉士 永松万一郎 氏

対象 成年後見制度に興味・関心がある方など、どなたでも参加できます

参加費 無料 ※令和8年3月16日(月)までに電話にてお申込みください。



【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 介護保険係 ☎0952-20-8585

手話を学ぼう！

みなさんは3月3日といえば何を想像されますか。桃の節句、ひなまつりを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。

一般社団法人日本耳鼻咽喉科学会が、耳の衛生についての知識の普及、聴覚障がいへの予防・治療などへの理解を深めることを目的として、1956年（昭和31年）に『耳の日』を制定しました。これは、「3（み）月3（み）日＝耳」と読む語呂合わせにちなんだものです。また、目、耳、声の三重苦であったヘレン・ケラー（1880～1968年）にアン・サリヴァン（サリヴァン先生）が「しつけ」「指文字」「言葉」などの指導を始めた日であり、電話の発明者アレクサンダー・グラハム・ベル（1847～1922年）の誕生日でもあります。

この『耳の日』には、毎年3月には全国各地で、聞こえない人たちが中心となって開催するイベントがあり、佐賀県においても3月8日に開催予定です。

参考までに「耳」に関連する記念日として、6月6日は「補聴器の日」、9月9日は「人工内耳の日」となっています。

ワンポイント手話（気を付けて）



両手を胸の前で広げて上下に並べ、胸元に引き寄せながらきゅっと握ります。

【問い合わせ先】 江北町役場 健康福祉課 福祉係 ☎0952-86-5614 FAX 0952-86-2130

生活支援
コーディネーター
だより

へそのまちお助けサポーター 養成講座



施設見学（しゃくなげ）

第6期へそのまちお助けサポーター養成講座（全5回）が終了しました。受講後へそのまちお助けサポーターとして登録された方は、1～5期生と一緒に地域で活動されます。みなさんよろしくお祈りします！

今年度も、介護保険・高齢者の心身の状態・栄養・口腔・認知症について地域で活躍されている専門職の方に講師としてご協力頂きました。其々の専門性を活かした講義内容は、受講者のみなさんからも“参考になった”と、好評でした。また介護老人保健施設ユートピアしゃくなげのご協力により、施設見学も実施することができました。ご協力、本当にありがとうございました！

高齢者見守りネットワーク
フォローアップ研修

2026.1.23
於：公民館研修室



高齢者見守りネットワークへ登録頂いている協力団体及び協力事業者を対象に、フォローアップ研修として『認知症サポーター養成講座』を実施しました。14名の方が参加され、日頃の業務の中で対応に苦慮すること、生活の中で迷うことなど、頂いた事前質問に対し、講座の中で丁寧な返答を受けとられ、今後の参考になられたのではと思います。認知症は、誰もがなる可能性のある脳の病気です。正しい知識と対応の仕方を理解していただき、見守りの輪を広げていきたいと思っています。

第6期の養成講座が終了しました！



4名の方が受講されました。



山下主任
介護支援専門員



仙波認知症専門
作業療法士



宮副理学療法士



講師の先生方



阿波野管理栄養士



坂井歯科衛生士

* 地域活動の情報提供、出前講座・へそサポ利用希望の方は下記連絡先迄ご連絡ください！連絡お待ちしております。

【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） ☎0952-20-8585



★難聴があると…①音の刺激や脳に伝えられる情報が少ない状態が続く ⇒脳が委縮し、神経細胞が弱まる
⇒認知症の発症に影響する

②人との会話を避ける ⇒抑うつ状態になる・社会的孤立につながることも

★「良い聞こえ」が認知症予防につながります。

適切なタイミングで耳鼻咽喉科を受診し、必要に応じた補聴器の使用が重要です。

★大切なのは、①早期に「聞こえづらさ」に気づくこと、②「聞こえ」に不安がある時は早めに医療機関を受診。

聞こえのセルフチェック

1. 会話していると聞き返す
2. 後ろから呼びかけられると気づかないことがある
3. 聞き間違いが多い
4. 話し声が大きいと言われる
5. 見えないところの車の接近に気付かない
6. 電子レンジなどの電子音が聞こえない
7. 耳鳴りがある



～セルフチェックの結果～

☑の数が

- 1～2個：生活で困ることがあれば
耳鼻咽喉科を受診
- 3～4個：耳鼻咽喉科に相談
- 5個以上：早めに耳鼻咽喉科を受診

巡回聴こえの相談会のご案内

相談会では、言語聴覚士が聴力測定を行い、結果を分かりやすく説明します。
お話ししやすい環境づくり、聞きとりのコツなどについてもお伝えします。まずは、
ご自分の聞こえにくさの程度を確認してみましょう。測定・相談は無料です。

日時 3月24日（火） 10：00～15：00

会場 江北町役場 1階相談室（大）

内容 聴力測定・カウンセリング（1人30分程度）

対象者 聴こえに不安や悩みがある方（成人）

申込方法 予約制（3月17日（火）まで健康福祉課介護保険係までご連絡をお願いします）

電話 0952-20-8585



【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） ☎0952-20-8585

認知症地域支援推進員

お知らせ

オレンジのつどい

物忘れが心配な方やその家族の方が集まって、認知症についての情報交換や日頃の悩みを話し合える場です。「認知症の人と家族の会」佐賀県支部顧問の森久美子さんも参加いただいています。日頃の悩みや困りごと等の個別相談もできます。気軽に参加してみませんか。

日時 3月26日（木） 10：00～12：00

場所 ネイブル 教養室

内容 ミニ体操・ミニ講話・座談会など

今回は管理栄養士による「フレイル予防・おやつづくり」です

参加費 無料 ※個人情報の秘密は厳守します



【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） ☎0952-20-8585



在宅医療・介護住民公開講座

日時 3月14日(土) 14:00~16:20
場所 武雄市北方公民館(文化ホール)
テーマ おひとりさまでも安心して暮らすために～在宅医療と成年後見制度～

入場料 無料
講演1 「在宅医療と人生会議～家でちょっとだけでも療養したい人に～」
 医療法人 あおばクリニック 院長 伊藤 大樹 先生

講演2 「成年後見制度と終活を考える～もしもの話を元気なうちに～」
 佐賀県社会福祉士会 西部事務所長 三角 明裕 氏

【問い合わせ先】

武雄杵島地区医師会 ☎0954-22-3344

令和7年度 佐賀県がん患者・家族つどいの会

日時 3月15日(日) 受付 12:30～
場所 佐賀メディカルセンタービル3階・研修室
対象・定員 がん患者・その家族20名(受付順)
内容 13:00～14:00 セルフケアを学ぼう
 特定非営利活動法人 ソシオの杜 理事長 江頭 裕美 氏
 14:00～16:00 親睦・交流会 (お茶菓子付き)

参加料 無料
申込方法 住所・氏名・電話番号・家族同伴の有無を電話でご連絡ください。
 電話受付 月～金曜日(祝日を除く) 9:30～13:00、14:00～16:30

申込期限 3月12日(木)

【問い合わせ・申し込み先】

佐賀県がん総合支援センター“さん愛プラザ” ☎0120-246-388

佐賀県健康づくり財団 内 ☎840-0054 佐賀市水ヶ江1丁目12-10

終活の準備はできとるね?～事前準備と遺言のススメ～

終活の準備はできていますか?相続のしくみについてきちんと理解して、自分の意思をしっかりと伝えられるようにしておきましょう。

日時 3月28日(土) 14:00～16:00
場所 佐賀県弁護士会館 大会議室
定員 80人程度 (先着順・事前要電話予約・駐車場限りあり)

参加料 無料

【問い合わせ・申し込み先】

佐賀県弁護士会 ☎0952-24-3411

職業訓練受講生募集(5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	14名
溶接技術科	
住環境CAD科	
電気保全サービス科(企業実習付コース)	

募集期間 3月2日(月)～31日(火)
入所選考 4月7日(火)
訓練期間 5月8日(金)～11月27日(金)
受講料 無料(全訓練期間中)
 テキスト代などは別途自己負担となります。

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(ハローワーク)所長より受講指示などを受けることが可能な方。

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訓練課

☎0952-26-9516

白石警察署の犯罪発生状況

(令和8年1月31日現在)
犯罪発生件数 10件(うち窃盗犯3件)
 自転車盗 0件 オートバイ盗 0件
 万引き 1件 車上ねらい 0件
 空き巣、忍び込み等 1件
 ※自転車、自動車、自宅の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



～ストレスに負けない食事～

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い時期と言えます。

ストレスに対抗するには、栄養バランスの整った食事と十分な休息でストレスに負けない体をつくるのが大切です。朝昼夕の食事をしっかりととり、その中でストレスを解消する栄養素も取り入れてみましょう。

ストレスを解消する栄養素	主な働き	多く含まれる食品
トリプトファン	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必須アミノ酸の一種。	牛乳・乳製品、卵、ナッツ、バナナ、大豆製品など
ビタミンC	身体への抵抗力をつける。 心身を安定させる。	野菜、果物、いもなど
ビタミンB群	神経の興奮を鎮める。	魚介、肉、豆、青菜など
カルシウム		牛乳・乳製品、小魚、乾物、青菜など
マグネシウム		ナッツ、魚介、海藻、野菜、豆など

食品は一例です



おすすめメニュー

ポーチドエッグのサラダ

材料 (2人分)

卵	2個
レタス	30g
トマト	1/2個
黄ピーマン	20g
粉チーズ	小さじ2
塩こしょう	少々
酢	大さじ2～3

エネルギー 98kcal たんぱく質 7.5g 脂質 5.8g カルシウム 58mg 塩分 0.7g

作り方

- ①レタスは食べやすい大きさに切り、トマトと黄ピーマンは細切りにする。
- ②鍋に卵がたっぷり入る程度のお湯をわかし、酢を大さじ2～3杯いれる。
- ③卵は1個ずつ別の器に割る。
- ④鍋底に卵がつかないようにお玉でかき混ぜ、卵を入れる。時々鍋をゆらして鍋底に張り付かないように気を付ける。だいたい2分半から3分でややトロリとしたものができると固めが好きな人は少し長めに茹でる。
- ⑤野菜と卵を盛り合わせて粉チーズをかける。好みで塩こしょうをかける。



【問い合わせ先】江北町役場 健康福祉課 保健係 ☎0952-20-8585



ネイブル図書コーナー

おすすめ新着本



Check! ネイブルホームページ 二次元コード▶
URL▶
<http://kouhoku-navel.com/>



児童書

『神の蝶、舞う果て』
上橋菜穂子／著

『知って役立つ! 記号図鑑』
白鳥敬／著

『絶対解きたくなる! 考えるのが
楽しくてとまらない算数』
前田健太／著

『ココとナツのひなまつり』
いとうみく／作



絵本

『ふきのとう』
くすはら順子／絵

『くるんくるん』
中新井純子／作

『ダンゴムシはめいろのたつじん?』
スギヤマカナヨ／絵

『だいすき! しりとり』
かとうゆーこ／作・絵



一般書

『憤怒の人
母・佐藤愛子のカケラ』
杉山響子／著

『古代ローマの教科書』
田中創／監修

『人も盆栽も枯れるから面白いんだ』
小林國雄／著

『いちばんやさしい着物リメイク』
松下純子／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。

おはなし会 ★毎月第3土曜日に行っています。
次回は3月21日(土) 14:00からです。

まちの話題

2/3 世代を超えて餅つき交流会

2月3日（火）、江北町老人クラブ連合会の皆さんが永林寺保育園を訪れ、世代間交流会として餅つきを行いました。臼と杵を使った昔ながらの餅つきに、園児たちは目を輝かせながら参加し、「よいしょ！」と元気な掛け声が園内に響きました。つきあがったお餅は、子どもたちが小さく丸めて味わい、世代を超えた温かなふれあいのひとときになりました。



平時の「定時放送」、緊急時の「避難情報」などが、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。

いつでも！
どこでも！
へそなび！



Android版



iOS版

防災行政無線の聞き直しサービス ☎0952-20-0701 ※放送されてから、2時間以内の放送を聞き直すことができます。

有料広告

あんしんカメラ



※申し込みには条件がございます。詳しくはお問い合わせください。

外(SOTO)も
あんしん



中(NAKA)も
あんしん

詳しくは
コチラ



CableOne
株式会社ケーブルワン
TEL 0120-12-4614

有料広告



理想の住まいのヒントを
ここで
見つけてみませんか？

地元佐賀の企業
が手掛けた
リフォーム事例ばココに
集めとっけん！

佐賀県



佐賀県 建築住宅課 〒840-8570 佐賀市内 1-1-59 TEL:0952-25-7165 FAX:0952-25-7316 E-Mail:kenchikujuutaku@pref.saga.lg.jp

あきやをよきやに 検索

有料広告

今よりもっと、心地よい暮らしへ
KISHIMA 住宅工房



- ・水廻り工事・塗装工事・内装工事・建具工事
- ・エクステリア工事・給湯・加熱機器工事
- ・大工工事・設備工事・電気工事・屋根工事

KISHIMA HOUSING WORKSHOP

住宅リフォーム専門店 ご相談、お見積り無料



0952-77-0037

〒849-0603 佐賀県杵築市江島町山口1398-1

編集後記

今月号の表紙は、豆まきの様子。「鬼は外！福は内！」の元気な掛け声とともに、春の訪れを感じます。

寒さの中にも、少しずつ暖かさが見える始める3月。新年度に向けて準備が始まるこの時期、気持ちも新たに過ごしていきたいですね。町民の皆さんにたくさんの福が訪れますように。