

場の燃料(助燃剤)へ再利用するな

循環型社会の構築にも力を注

:市の子どもたちにも広げて また、この施設を起点に人権

施設面では、研修や見学に対

ついて発信しています。

20人が収

~ 3 階

ユニバ

いすの

大型の

もが皆例外なく「食べて・出す」行為をします。 排泄行為を正しく学び理解することでマイナ スイメージ (汚い・くさい・恥ずかしいなど)を払拭 し、"当たり前のことが当たり前に(学校での排便な ど) 行動できる"・"いじめやからかいなどを「おかし い」と言える"、そして"自分を大切にしてほしい" との願いから生まれた言葉(造語)です。

間間って?

【排育3か条】

- 【なかまづくり】食べたら「出す」ことを、みん なで受けとめ認め合う
- 【食生活と健康の管理】うんちを気持ちよく出 すために、偏食しないでバランスよく食べる
- 【学力保障】心地よくうんちができ、学習に集 中できる学校環境をつくる

規則正しく。 うんちを出せていますか?

間は、生命を維持するために「食べる」行為と ▶「出す」行為を毎日繰り返しています。

「食べる」行為は、食文化としてさまざまな形で発 展してきた一方、「出す」(排泄) 行為は、どちらかと いうとマイナスイメージで捉えられてきました。「出 す」ことも人間の当たり前の営みです。皆さんはう んちを気持ちよく出していますか?

海津木苑では、「出す」行為に着目し、子どもたち が持っているトイレや排泄に対する「汚い」「くさい」 「恥ずかしい」などのマイナスイメージをプラスのイ メージに変え、特に学校で安心してうんちを出して ほしいとの願いを込め、「排育」に







2942-1165

海津木苑は、食品加工団地内に立地する全国的にも まれな存在です。それは、地元鹿部区はもちろん、先 人たちが公衆衛生という難題を乗り越えるため積み重 ねた努力のうえにあることを忘れてはいけません。「食 べること」と「排泄すること」は、私たちが生きる上で"あ たりまえ"の営みです。これからも「排育」に対する共感 の連鎖が広がっていってほしいですね。

設撤去・受入)、「排育」(排泄の 大切さ)など…60分 [申込・問い合わせ]

まちづくり推進課

古賀竟成館高等学校1年3組 森山 【2022年度 人権標語】 ●人の価値 肌の色では 決まらない

津市

12/1 新・海津木苑 (汚泥再生処理センター)

わたしたちの"あたりまえ"を支える。

[問い合わせ] 古賀市[海津木苑] ☎944-1030

40年ぶりにリニューアルした海津木苑。古賀市・福津市のし尿や浄化槽汚泥などを処理する施設として 環境への配慮と災害時の避難所の機能を両立させ、これからも市民の皆さんの生活を支えていきます。



処理を福岡市への委託(海洋 で閉鎖することに。その後、

わずか15年

新たな処理施設建設の必要

関係者の理解と協力を得る と何度も協議を重ねていくな の後申し入れを行った鹿部区 5つの建設候補地の交渉 いずれも難航し断念。

施設が建設されま

伝染病対策を優先させたこ

PUBLIC RELATIONS koga | 2

と古賀」って?

市が運営するAIオンデマンドバスです。 Alオンデマンドバスは、時刻表や決まった 運行ルートはなく、予約状況に応じてAI(人工 知能) が最適なルートを選択し効率的に移動す る乗合バスです。

利用したい日時を予約してご利用ください。

【運行時間】 平日:7時~20時

土・日・祝日:8時~18時

※12月29日~1月3日は運休

【定員】 8人



建									
運賃	エリア内⇄エリア内	エリア外 ⇄ エリア内 エリア外 ⇄ エリア外							
大人(中学生以上)	200円	300円							
障がい者*	100円 (同乗の介助者に	200円 は1人まで無料)							
小学生・未就学児	100円 (未就学児は同伴者1 <i>)</i>	200円 (につき2人まで無料)							
乳児(1歳未満)	無	料							

※身体障がい者手帳、精神障がい者保健福祉手帳、療育手帳の提示が必要です。

- ■運賃は現金または交通系ICカードでお支払いできます。
- ■車内には両替機・交通系ICカードチャージ機はありません。
- [70歳おでかけバス事業利用券] は利用できません。

增設箇所

- 20 みあけ史跡公園駐車場
- 65 こでまり小児科クリニック前(西向き)
- 66 こでまり小児科クリニック前(東向き)
- 67 庄公民館前(公民館正面)
- 68 庄公民館前(東向き)
- 69 サンコスモ古賀
- 70 まちの食交場 るるるる(西向き)
- 71 まちの食交場 るるるる(東向き)
- 72 産科・婦人科愛和病院
- 73 花鶴が浜公園
- 74 鹿部公民館
- 75 鹿部

鹿部保育所

美明2丁目24 (南向き)

美明2丁目24 56 (北向き)

播摩公園

通院などにぜひご利用ください 2 月 1 「のる 白より ます ・と古賀」。

設し、

物

中心に運行している「6令和4年10月から、 要望にお応えして、 ますます便利になり Þ 吉 通勤通学や買 乗降場所を増 美明地区を 皆さんの

経営戦略課 い合わせ

23

と古賀の

専用アプリで予約 (24時間受付)



乗車希望日の7日前から 乗車直前まで予約可能

〈アプリダウンロードはこちら〉









AppleとAppleのロゴは、米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。

初回登録時

400円分割引 クーポンプレゼント!

①ホーム画面左上 ▲ マークをタップ ②「プロモーションコード」を選択 ③「のるーと」と入力してクーポンGET

雷話で予約 (受付時間:平日9時~17時)

配車予約専用 **20263-31-5548**

*初回予約時に会員登録を行います。

乗り方は

STEP





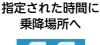




専用アプリまたは 電話で予約







STEP

3



予約番号を 伝える





STEP 5

6842 58 古貨中央病院 (西内))

dire (1) ししぶ駅西口 ししよ児童センター

運転手に







目的地近くの 乗降場所に到着



47 古賀変電所 (南向き)

古賀変電所 (北向き)

鹿部

鹿部

花鶴丘入口



サンコスモ古賀 69

KNOWHOUTE KOGA

庄

67

粕屋北部

【エリア内】 花鶴丘 日吉 美明

※1 16は2月1日からエリア内に変更

【エリア外】 古賀駅 古賀市役所 古賀中央病院

リーパスプラザこが サンコスモ古賀 など

※20 74 75はエリア内、その他はエリア外

予約方法(令和6年1月1日現在65歳以上の公的年金所得者で対面受付を希望する場合)

- ▶1人1枠の予約が必要です。過去の年の申告を行う場合は、年数分の予約枠をお取りください。
- ▶当日予約はできません。 ▶市税課窓□での予約はできません。
- ▶予約をしていない人は、キャンセルなどの空き時間が出た場合に限り、順番に受付します。
 - ●最終予約受付は、どちらも3月8日金(LINE16時・電話17時まで) ※予約が埋まり次第終了

LINEアプリでの予約

1月29日(月) 8時45分 予約受付スタート

①古賀市公式LINEのメニュー

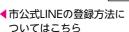
「予約・申込」を押す→「確定申告受付予約」を押す

- ②希望の日時など必要事項を入力
- ③予約完了!









電話での予約

2月5日(月) 8時45分 予約受付スタート

専用電話番号 ☎692-2500で以下の内容をお伝 えください(受付時間: 8時45分~17時)。

①希望日時 ②名前 ③電話番号 ④所得の種類 (年金所得と不動産所得、年金所得と給与所得など)

※予約開始から数日間は電話が混み合い、つながりにくくな ることがあります。お急ぎでない場合は時間をおいてかけ 直してください(予約枠はじゅうぶんに用意しています)。

··**予約受付期間中**、市役所「なんでもきくコーナー」でサポートします。 * LINEアプリ予約サポート

申告の注意点

- ●医療費控除を受ける人は、所定の必要事項をま とめた「医療費控除の明細書」を事前に作成し、 添付することが義務化されています。明細書用 紙は、市税課や税務署の窓口または国税庁の ホームページから取得できます。
- ■ふるさと納税でワンストップ特例制度を申請し た人も、確定申告をする場合はワンストップ特 例申請分も含めて申告する必要があります。

[香椎税務署からのお願い]

税務署会場は、混雑緩和のため「入場整理券」が必要です。 当日配付やLINEアプリによる事前発行で指定された入場時間 内に来場してください。当日配付は早めに終了し、後日の来場 をお願いする場合があります。また駐車場はありませんので、 公共交通機関または周辺の有料駐車場を利用してください。

- ▶所得税・贈与税の申告と納付は3月15日金まで
- ▶個人事業者の消費税の申告と納付は
- 4月1日/月まで

国税庁LINE公式アカウント



こちらもご利用ください

自宅からラクラク確定申告! **e-Tax**

国税庁ホームページから、スマホやパ ソコンで申告書を作成し、オンラインで 提出ができます。



印刷・持参・ 郵送 不 要



還付も早い♪

添付書類 提出不要







所得税の確定申告の義務がない人……

- 公的年金の収入が400万円以下で、その他の所得が20万円以下の人 ●給与所得者で、年末調整を行い、給与以外の所得が20万円以下の人
- ●所得よりも所得控除が大きい人(所得税がかからない人)など
- ※申告により所得税が戻る場合は、還付のための確定申告ができます。 ※上記に該当する人でも市県民税の申告が必要な場合があります。
- ※年金からの天引き以外で国民健康保険税や後期高齢者医療保険料な どの社会保険料を納付している人や扶養親族の追加がある場合は、 それらを申告することで、市県民税が安くなる場合があります。



市役所会場では ご自身でパソコン入力する 補助員が ナー」が利用できます。

65歳以上(令和6年1 対面での受付もできます。 税理士の対面受付ではありませ 職員・ 月1日現在)の公 ます を設置します。 今年も市役所内に申告の相談会場 申告の時期 時期になりました。いの申告・所得税の 確定

事前準備はお早めにノ

税の申告 始まります

市役所会場 2/12 (月・振) スタート

「問い合わせ」 市税課 ☎942-1126

	申告会場・期間一覧 会場により受付方法が異なります			事業		事業量		配当	給与	雑		彩色調波	公心人口在农在文	時	分離課税	住宅借入	雑損控除	事前予約
			営業など	農業				公的年金など	その他	短期	長期			住宅借入金等特別控除				
	古賀市役所 第2庁舎5階 申告会場 ★税務署職員の派遣はありません。 ★「△印の項目」の人は、原則自 書申告コーナー(入力サポート あり)へご案内します。 市税課 市民税係 ☎942-1126 ※土・日・2/23 金捌は閉庁	【年金所得者の対面受付】(予約制) ①年金所得のみ、年金所得と給与所得 2月12日(月振)~3月11日(月) ②①に加え、農業・事業・不動産所得あり 2月16日(金)~3月11日(月) 受付時間:①②とも9時~12時、13時~16時 【自書申告コーナー】(予約不要) 2月16日(金)~3月11日(月) 9時~11時、13時~16時			\triangleleft	△ 総合課税のみ	\triangleleft	0	\triangleright	×	×	<u> </u>	×	×	×	(年金所得者の対面受付希望者のみ)		
	香椎税務署 福岡市東区千早6丁目2番1号 ☎661-1031 ※左ページの「香椎税務署からの お願い」を参照	2月16日金〜3月15日金 受付時間:9時〜16時 ※土・日・祝を除く ※2月25日日は開庁	0	0	0	〇 総合課税	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(入場整理券)		
	出張申告会場 〈スマホ申告会場〉 イオンモール福津 ※イオンモール福津へのお問い 合わせはご遠慮ください。	1月31日(水)~2月2日(金) 受付時間:10時~15時(最終日18時) ※受付終了時間は早まる場合があります。 ※ご自身のスマートフォンを使って申告書を作成していただきます。スマートフォン及び前年の申告書の控えをご持参ください。 ※住宅借入金等特別控除の適用に伴う譲渡・贈与については相談に応じます。	×	×	×	〇 総合課税のみ	0	0	0	×	×	0	×	0	0	(先着順)		

申告当日に必要なもの

収入が分かるもの

- ▶給与、年金(企業年金も含む)の収入金 額などが分かる源泉徴収票など
- ▶不動産所得・農業所得・営業所得があ る人は事前に収支内訳書を作成し、帳 簿や領収書など収支が分かるものを併 せて持ってきてください。

控除が分かるもの

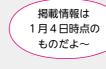
- ▶生命保険、個人年金、地震保険の 控除証明書
- ▶国民健康保険税、後期高齢者医療 保険料、国民年金保険料、介護保 険料の領収書・納付証明
- ▶その他控除を受けるための証明書 [医療費控除の明細書、寄附金等 (ふるさと納税)の領収書など]
- ▶心身に障がいがある人は障がい者 手帳など

その他

- ①本人名義の口座番号が分 かるもの(通帳など)
- ②申告者本人及び被扶養者 のマイナンバーが分かる もの
- ③本人確認ができるもの (運転免許証など)
- ※自書申告コーナーを利用 する人は、23のコピー が必要です。

7 | PUBLIC RELATIONS koga

※最新情報は市ホームページで確認、または担当課にお問い合わせください。





パブリック・コメントを募集します

- ①ヘルスアップぷらん 古賀市健康増進計画(第三次)・食育推進計画(第二次) 市民の健康増進や食育推進に関する計画を策定しています。計画案に対する意見 を募集します。
- **■意見募集期間 1月29日(月)~2月27日(火)** ※当日消印有効
- ●込 間 健康介護課(サンコスモ古賀内) 〒811-3116 庄205
- ②第7期 古賀市障がい福祉計画・第3期 古賀市障がい児福祉計画 障がい福祉サービス量の見込みなどに関する計画を策定しています。計画案に対 する意見を募集します。
- ■意見募集期間 2月2日(金)~3月3日(日) ※当日消印有効
- 福祉課(サンコスモ古賀内) 〒811-3116 庄205

市役所正面玄関ロビー、サンコスモ古賀(正面玄関ロビー)、リーパス(交流館1 階)、市隣保館「ひだまり館」、市立図書館、各担当窓口

※市ホームページにも掲載しています。

■対象

①市内に住所を有する人 ②市内に事務所または事業所を有する人 ③市内に通勤・通学する人 ④本計画に直接的に利害関係を有する人

※④に該当する人は利害関係の内容を明記してください。

■提出方法

郵送・FAX・メール・窓口

住所・名前・連絡先を明記し、意見を添えて提出してください。

※様式は任意ですが、市ホームページからもダウンロードできます。提出された意 見は、内容とそれに対する市の考え方を整理し、後日結果を公表します。

会計年度任用職員の募集

4月以降に勤務する会計年度任用職 員を募集します。

会計年度任用職員は1年度(4月~ 翌年3月)を任期として任用する非常 勤職員です。職種に応じてフルタイム とパートタイムの勤務があります。

1月24日(水)~2月13日(火)に申込受 付および名簿登録を行い、選考します。 募集職種や申込方法、採用時期など の詳細は、市ホームページでお知らせ します。

■募集職種

事務補助・保育士・保健師・管理栄 養士・文化財発掘調査員など

- ■選考の流れ
- ①申込受付・名簿登録
- ・名簿登録する職種 指定の様式を人事秘書課へ提出
- 任用する課で選考する職種 任意の履歴書および必要書類を任用 する課へ提出
- ②選考

書類、面接または電話で仟用者を選 考します。

③仟用者の決定

選考後に任用予定者へ連絡します。

市ホームページ

2 942-1121

※1月24日(水)に更新予定です。

会計年度任用職員募集

側 人事秘書課



検索

|しないのかしら? 独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、 プロの仲人がお答えします。

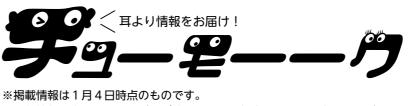
まずはお気軽に仲人にご相談下さい

©092-292-1056

【カラット 階 ATM 横 5050-5438-7818

有料広告欄





見ちゃら~んの



最新情報は市ホームページでご確認、または担当課にお問い合わせください。

第34回 古賀市童謡まつり

思いを乗せて~

問い合わせ 市文化協会 ☎944-2778

→ 謡には、美しい日本語でふるさとへの思い ーー 中子どもの健やかな成長を願った内容が多 く、多世代が一緒に歌えることから長く歌い継 がれてきました。

今回は二胡の親子演奏や、地域のさまざまな グループ、幼稚園・こども園・保育園の子ども など幅広い世代が出場します。温かな思いのこ もった童謡を聴きに来ませんか。

【場所】リーパス中央公民館 大ホール

10時~16時(9時30分開場)

内容

①童謡まつり部門(グループ・団体) 21団体、幼稚園・こども園・保育園:5園 ②独唱コンクール部門(個人) 7人

優雅な琴の 鍵盤ハーモニ 演奏「手ま カで「七つの り歌」 子」を軽快に ▲箏美会



小学生から社長まで!? 多分野の環境活動が出会う 「第2回 KOGA環境活動じまん!」

で元気あふれ

る演奏♡

問い合わせ 環境課 ☎942-1127



★ 内や近隣で環境保全に取り組む団体や企業が一堂に会し、 日頃の活動の成果や課題、活動にかける思いを発表します。 地道で身近な活動が、地域の環境を守り財産として残っている 現状を、子どもたちや団体自らが伝えるイベントです。

地域の自然環境を守るための取組を知り、その価値を再発 見できる機会になっています。身近で起きている環境問題や SDGsについて一緒に考えてみませんか。

【会場】リーパス多目的ホール 9時30分~11時30分(9時受付開始)

申込不要

【参加団体】 古賀北中学校・古賀北中学校PTCA、

㈱林田産業、千鳥校区コミュニティ、 光陵高等学校(うみがめクラブ)、 ㈱増田桐箱店など







○ ひとり親家庭の子どもの 進学を応援します

ひとり親または寡婦の人が扶養して いる子どもの進学に必要な資金の貸付 を行っています。

■貸付を受けられる人

- している人
- ③かつて母子家庭の母であった人(寡婦)
- ④寡婦に扶養されている子(20歳以上)
- ⑤配偶者と死別または離別した40歳 以上の配偶者のいない女性で、母子 家庭の母および寡婦以外の人

■貸付金の種類(進学関係)

①修学資金

どで異なります)

②就学支度資金

小学校、中学校、高校、高専、短大、 大学、大学院または専修学校に入学 するためのもの

- ※その他、生活安定貸付資金、就職支 度資金貸付などがあります。
- 間 子育て支援課(サンコスモ古賀内)
- **2** 942-1159

子ども・子育て会議の 市民委員を募集

市では、子どもや子育て支援に関す る取組などを審議する機関として、「古 賀市子ども・子育て会議 を設置して います。

委員の任期満了により、新たに市民 委員を募集します。

一任期

4月1日~令和8年3月31日

- **(ご)**以下の要件をすべて満たす人 (令和6年1月1日現在)
- ・市に1年以上在住している人
- ・18歳までの子どもを養育している人
- ・年3回程度の会議に参加できる人 ※託児が必要な人はご相談ください。

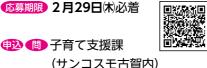
人数 2人

応募方法 ①応募用紙 ②作文(任意様 式で800字以内)を窓口・郵送・ FAX・メールのいずれかで提出

※作文は、応募の動機と子育てにまつ わるエピソード(地域活動などを含 む)を交えて作成してください。

※応募用紙は担当課窓口または市ホー ムページからダウンロードできます。

応募期限 2月29日休必着



〒811-3116 庄205

- **1** 942-1515 **(AX)** 942-0404
- kosodateshien@city.koga.fukuoka.jp

第11回 ひだまり館まつり

隣保事業のパネル展示や、さまざま な催しを通して、地域交流の輪を広げ ます。気軽にご参加ください。

事業作品・パネル展示

2月16日金13時~22日休13時 ※観覧時間は9時30分~17時 【ステージイベント】

- 2月18日(日) 13時~(3時間程度)
- ■消費者生活相談啓発劇

楽しくてためになる「詐欺に騙され ないための啓発劇」です。

出演:市消費生活センター相談員、古 賀法律相談センター弁護士ほか 有志の皆さん

■ひだまり人権啓発講座

演題:「人権落語」

講師:粗忽家勘心さん(アマチュア落語家) *「人権」について落語を交えながら楽し く、わかりやすくお話しいただきます。

■ひだまりミニコンサート

出演:石内音楽療法研究所 音楽療法士など *「よかよか広場」講師による生演奏を お楽しみください。

- 市隣保館「ひだまり館」
- **(ご)**関心のある人どなたでも
- **半**無料
- 問 隣保館「ひだまり館」
- **943-4222**



朝活ウォーク~歩いてん道~

朝のウォーキングは、朝日を浴びて 体内時計をリセットでき、一日を効率 よく活動的に過ごせる効果があるとい われています。今回は約500万本の菜 の花で有名な「筵内なの花の道」や田園 風景を眺めながら「歩いてん道・筵内 コース」を歩きます。

少し早起きして朝食をしっかり摂っ て参加してください。

500 2月21日水

(8時集合9時30分終了予定)

- ■集合場所 サンコスモ古賀
- ■距離 4.5km(歩いてん道・錠内コース)
- (半)無料
- ●≫当日、会場で申込
- ※雨天中止(中止の場合は2月20日に 市ホームページでお知らせします)
- (持)飲み物
- 售 生涯学習推進課
- 942-1347



ぐりんぐりん古賀 活動報告パネル展

ぐりんぐりん古賀は、古賀の環境保 全を行う市民団体・企業・行政・個人 の開かれたネットワークです。令和5 年度の活動報告パネル展を行いますの で、ぜひご覧ください。

※入会などは、ぐりんぐりん古賀事

務局 (ggecoken@npoecoken.sakura.ne.jp) へ気軽にお問い合わせく | 1 ださい。



問い合わせはこちら

【リーパス中央公民館ショーケース】

2月20日火13時~29日休15時 【リーパス交流館フォーラム】

3月2日(土)13時~9日(土)15時



間 環境課 **942-1127**



「本人通知制度」に登録しませんか

本人通知制度は、住民票や戸籍謄本 などが第三者に交付されたとき、その ことを本人に知らせるものです。

不正請求の抑制や不正取得による悪 用の早期発見を目的としています。 利用には、事前の登録が必要です。

②市民国保課市民係

- 市に住民登録または本籍がある人 (過去にあった人も含む)で、現在 日本に居住している人
- ①本人通知登録申込書(市民係窓口、 市ホームページから入手できます)
- ②登録する人の本人確認書類 (運転免 許証など官公署が発行した顔写真入 りのもの)
- ③法定代理人 (未成年の保護者や成年 後見人など) の場合は、法定代理人 であることがわかる書類
- ※顔写真入りの本人確認書類がない場 合は、事前にお問い合わせください。
- ※市外在住、疾病などで窓□に来るこ とができない場合は、郵送での手続 きも可能です。

問 市民国保課 ☎ 942-1123

軽自動車の車検時に納税証明書 の提示が不要になりました

軽自動車税納付確認システム(軽 JNKS) の運用開始に伴い、継続検査 窓口での納税証明書の提示が原則不要 になりました(二輪は対象外)。

- ※納付方法によっては、納付情報がシ ステムに登録されるまで日数を要す る場合があります。
- ※中古車の購入直後の場合は紙の納税 証明書が必要となる場合があります。





やさしい日本語研修会を開催

市内に住む外国籍市民は年々増えて いて、令和5年11月末現在で1,166 人と最多を更新しました。

外国籍市民の9割は、アジア圏の人 たちです。そのため、必ずしも「英語」 が伝わるとは限らず、日本語をわかり やすく言い換えた「やさしい日本語」が 伝わりやすいことがわかっています。

どうやって使うのか? コツを楽しく学んでみま せんか。

5 2月18日田

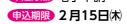
13時30分~15時

(2) リーパス302

■講師 岩田一成さん(聖心女子大学 現代教養学部日本語日本文学科教授)

人数50人

申込方法 電子申請



●込 間 まちづくり推進課 **2** 942-1165



Laite-

引っ越しする人へ

引っ越しに伴い上下水道の使用開 始、使用中止、使用者変更、人数変更 (井戸水使用世帯のみ)などがある場合 は、早めに届け出てください。

- ※市民国保課に異動届を出した場合で も上下水道課に別途届出が必要です。
- ※手続きはインターネットでの届出が 便利です(24時間受付)。

https://shinsei.pref.fukuoka.lg.jp/

【URLおよびQRコード】

追上下水道課

2 942-1129

固定資産税・市県民税の 口座振替済通知を廃止します

令和5年度から経費節減と省資源化 のため、国税庁と同様に、固定資産税・ 市県民税の口座振替済通知を廃止しま

- ※国民健康保険税、介護保険料、後期 高齢者医療保険料、軽自動車税の口 座振替済通知は、これまでどおり送 付します。
- 問 収納管理課 ☎ 942-1124



房 [女性人財リスト]への 登録者募集中

市の審議会や委員会などへ女性の積 極的登用を促進するため、「女性の人財 リスト」への登録者を募集しています。

- 市内に居住もしくは勤務、または 市内を活動の拠点とする団体に属 する18歳以上の女性で、次の①、 ②いずれかに該当する人
- ①人権、文化·芸術、商工業、地域活動、 環境、健康・福祉、教育などの分野 に関する専門的知識や技能を持って いる人
- ②市政について上記の分野などに関心 があり、審議会などに参加する意欲 のある人

■登録方法

ます。

登録申請書に必要事項を記入し、提 出してください。

※登録申請書は人権センター窓□にあ ります。市ホームページ からもダウンロードでき



得意分野を生かしたい

まちづくりに関わりたい

もっといろんなことを



※リストに登録された場合でも、必ず 審議会などの委員をお願いするもの ではありません。委員就任をお願い する場合は、あらためて担当課から

※受付は随時行っています。

連絡します。

● しん権センターWith(ウィズ)

3 942-1128 **3** 942-1286 danjo@city.koga.fukuoka.jp

11 | PUBLIC RELATIONS koga PUBLIC RELATIONS koga 10

オ

所得が児童扶養手当の所得制限限度 額未満で①~⑤のいずれかに該当す

- ①ひとり親で20歳未満の児童を扶養
- ②ひとり親に扶養されている児童

- 高校、高専、短大、大学、大学院ま たは専修学校に修学するために必要 な資金(貸付限度額は、学校種別な

🥎 🦳 届出保育施設利用者の無償化認定を受け付けます

令和6年度から届出保育施設を利用する人で次の①・②のいずれかに該当する場 合、またはすでに利用中で令和6年度から3歳児クラスに進級する人は、幼児教育・ 保育の無償化の認定を受けることができます(保育の必要性がある場合に限る)。

認定を受けた人は、すでに施設に支払った保育料について、給付を受けることが

- できますので、忘れずに申請してください(給付は月額上限額あり)。
- 全記子育て支援課窓口 (CD) ①保護者全員に家庭で保育ができない理由があり、利用子どもの生年月日が平 成30年4月2日~令和3年4月1日の世帯
- ②保護者全員に家庭で保育ができない理由があり、利用子どもの生年月日が令 和3年4月2日以降かつ市民税非課税世帯

申込期限 2月9日金(年度途中から利用する場合は利用開始月の前月の20日まで)

(長) 世帯員全員のマイナンバーを確認できる書類・届出人(保護者)の本人確認書

- 類・保護者全員分の保育の必要性を確認できる書類。 ※保護者が就労している場合は、職場から発行される就労証明書が必要です。

様式は市ホームページからダウンロードできます。



February

図古賀中央病院

☎944-1551

もよおし などの アイコン

●イベント ◇文化・教養 前健康 ●相談 6 暮らし

一子ども 🗃 図書館 ●その他 医休日当番医

労出促進事業対象イベント 予要予約 休施設休館日

休心図歴

今月の税金と料金

固定資産税(4期) 国民健康保険税(8期) 後期高齢者医療保険料(8期) 介護保険料(8期) の納期限は**2月29日**木です。

納付は便利な口座振替で

休日当番医	■診療時間 9:00~12:0	00 13:00~17:00						
内科・小児科 (いずれかの診療になることがあります)	粕屋北部休日診療所	サンコスモ古賀内	☎ 942-1511					
歯 科	粕屋中南部休日診療所	久山町久原3168-1	☎ 652-3119					
外科(図カレンダー内)	受付時間は医療機関ごとに異なります。お問い合わせください。							

●青少年支援センター(青少年に関する相談)

●ボランティアや市民活動団体に関する相談

など

	SUN	月 MON	火 TUE	7	WED	木 THU	金 FRI	<u>±</u> SAT
♥ミニつどいの広場	0~18:00 1月号P23 0~11:30 0~12:00	1/29 MURA	②家トレ相談室 ③予念 10:00~16:00	⊕ブックスタート 10:1 ●日本語教室(オン	5~11:00	●福祉相談(知的障がい)®予 13:30~15:30	② 1 歳誕生広場 2 かまール予 10:00~11:00	 市役所分別収集 8:30~11:00 子ども発達相談●予 8:30~17:00 節分あそび お面作り~豆まき●予 10:00~11:00 ごようおはなし会 図こがめルーム 11:00~11:20
●日本語教室●	1	② そうだん5 5	●家トレ相談室 ●子 10:00~16:00	エコロの森分別	収集 7	●定例教育委員会会議	⊕ リラックス体操 9	●土曜ミニつどいの広場 10
10:00~11:3	30		で福祉相談(身体障がい)優予 13:30~15:30	10:15△ ●離乳食教室●す ●日本語教室●		・	→大広間 (13:30~14:30)	●すこやかホール 10:00~12:00 ●どようおはなし会 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
図 じんぱやし整形外科リウマチ科医院 ☎96	962-0200	株の図像	13					
図みやざき整形外科 ☎4	11	12 図福岡東医療センター ☎943-2331	②スマホおたすけ窓口 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	●みんなでフリマ●再生展示棟予【県中高年就職支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	00~13:00 10:00~13:00 程センター出張相談 所予 10:00~17:00	●集団あそびペープサート 15 ●予 10:00~11:00 15 ②そうだん5 ●人権センター予13:00~15:00 『福祉相談(知的障がい)。●予 13:30~15:30	●中期すこやか教室 9:30~11:30 9:30~11:30 ●集団あそびペープサート●予 10:00~11:00 ●ひだまり館まつりパネル展示● ~2/22休まで 9:30~17:00 ※16日は13:00~ ⇒P11 22日は13:00まで	市役所分別収集 8:30~11:00 17:00
 ②つながりひろばパネル展「つながり つながる つがれば」 ①フォーラム~2/29(水)まで ●日本語教室 ③ひだまり館まつりステージイベント ⑥ 13:00~16:00 ②かわくぼ脳神経外科 ☎9/4 	ాద్దు IO 0~11:30 :00⇒P11	19 ###	 ②家トレ相談室 ③予② ②介護あんしん相談会そえるで ①13:30~15:30 	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	12:45 会開会 命 議場 9:30~ プサート 10:00~11:00 計 10:30~	●お雛様作り エプロンシアター●予 10:00~11:00 【福祉相談(身体障がい)●予 13:30~15:30	23 図福岡東医療センター☎943-2331	●土曜ミニつどいの広場 ●すこやかホール 10:00~12:00 ●どようおはなし会 図こがめルーム 11:00~11:20
	25	●ミニつどいの広場 (公園であそぼ!) 26	②スマホおたすけ窓□● ③ 27 9:00~12:00	②エコエコクッキ	ング 28	29	では、 「定期相談もあります。ご利用へ ● 県弁護士会古賀法律相談セン	
	23	(公園であそぼ!) 舞の里公園 10:00~12:00 ひそうだん5 ↑ 人権センター予 10:00~15:00 ひ補聴器相談 ◆ 相談室② 10:30~12:00	9:00~12:00 年 / 13:00~16:00 13:00~16:00 (家トレ相談室 の 予念 10:00~16:00	●再生展示棟予 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10:00〜13:00 gセンター出張相談 介所予 10:00〜17:00	生 り	● 県弁護士会古賀法律相談セン ● 市無料職業紹介所 ● 福祉相談 (障) ● 補聴器相談 ● 家庭児童相談室 (子) ● こども発達ルーム (就学前の発達相) ● こが女性ホットライン ● 青少年支援センター (青少年に関する)	がいに関するピアカウンセリング)予 育て・親子関係など) 炎) ロネス・ 回

10:15~11:00

19:00~20:00

※1月4日時点の情報で作成しています。

市ホームページなどでご確認ください。

※行事が変更になることがあります。

●日本語教室(オンライン)



行事の詳しい 情報はこちらを



さん

=みんなの参コ-

「あのくさ…」はお寄せいただいた読者の声(古賀市に思うこと、うれしかった話、 聞いてほしい自慢話、暮らしの中の何気ない話など)で作るページです。



※掲載者とプレゼント当選者は異なります。

しながおじ

る街です。 きました。 ガからパリ ご活躍をお祈りしています。 すので比江島選手にはパ (『子が幸せになる古賀市 来年は五輪イヤ ヘ!!めざせ金メダ

リでの

定を受けた後に広報掲載して

※記載がない場合は、実名で掲載します。

※名前と住所は必ず記入してください。

・喜多屋「生ビール(中)」

・コスモス広場 「米(1kg)」

今月の読者プレゼント(2月20日火)必着)

第1希望のプレゼントに○をつけてください。

(20ページ掲載)…10人

(23ページ掲載)…5人

お時間いただきます

くお願いいたします

ふりがな

ペンネーム

住所・テ

電話番号

名前

閉鎖が5月末となっていますの

年齢

例年、

市議会第3回定例会 9月下旬など)で認

年度(4月

~3月)に係る出納

う義務付けられて

います。

会計

歳

大阪の笑顔に元気をい グ施設も整っており誇りが持て ツ選手が多く、 紙の比江島選手と田辺市 古賀市出身の有名ス いただ ーで

しながおじさん』さん/バリ五輪期待しています シュートを決めた後のどや顔。 活躍、本当にうれしく思います。 絶体絶命からの大逆転。 本代表の比江島選手の大 ルドカップ2023日 そして



M』さん/中央/85歳)

必要な中で黒字で安心できまし

流行病、

物価高への支出が

り易

解説付き、

服を

いて分

さい。

73 歳) と早く

●ご意見ありが 同様の疑問をお持ちの方も いただきます。 その 要領を公表するよ 議会の ここでご説明さ とうござい 認定に付 法

されても遅いです。 せんか。決算終了後2か月後と 度は4月~3月まるが遅いですね。 か。決算終了後7か月後に報告 いますがもっと早く発表できま お願い ます。 3月までと思 発表はも (小 竹 決算年

POST CARD

郵送する場合 お手数ですが 63円切手を お貼りください

〒811-3192 古賀市役所経営戦略課 広報公聴係行

広報こが

こがんと。

2024年2月号

※第1希望以外のプレゼントが当選する場合があります。

・修正することがあり

※原稿を加筆 抽選で「今月の読者プレゼント」が当た からも応募で

までお持ちくだ

トに答えた人の中から 郵送か市役所玄関左

にある応募ポストまたは経営戦略課 アンケ アンケー トはがきに回答し、

広報こが12月号の感想

古賀市決算

比江島選手に感謝状贈呈

ナイトミュージアム& ライブラリー参加者募集

歴史資料館と図書館が、歴史好きの イタズラおばけに乗っ取られた!?

脱出ゲームに参加 して、イタズラおば けから館を守ろう

5 2月17日(土) 18時30分~19時30分

🍪 リーパス歴史資料館・図書館

🭘 小学生(市内在住または通学)

【数10組程度(2~5人/組)

※友だち同士やご家族など ※応募多数の場合は抽選

申込方法窓口・電話・電子申込

申込期限 2月7日(水) 18時

※参加決定(抽選結果含む)は、2月 10日生までに連絡します。

※開催時間が遅いため、必ず送迎をお 願いします。

1年経過後からいつでも
満期扱い!

(据え置き期間 1年) ポース お引き出し自由期間 4年

→ 最長 5年間)

横浜幸銀信用組合

https://www.yokohamakougin.co.jp/

東福岡支店 【営業時間/平日9:00~15:00】 **全 092-674-7733**

●募集金額/200億円●期間/最長5年●上記優遇金利0.5%の 適用は、初回1契約のみとなります。●満期後は「ベストパートナー 定期預金」(5年もの)に自動継続します。●既に当組合とお取引の

た前が出いている。 ある方、もしくは「契約300万円未満をお預け入れの場合は、新しい ご資金10万円以上を含むお預け入れを条件に、年初0.35% 組み 員でない方は0.25%)にてご契約いただけます。詳しくは当組合窓 口にお問い合わせいただぐか、組合ホームページをご覧ください。

하問合せは (空) 0120-86-1493

申込 間 市立歴史資料館

社会貢献

944-6214

文化芸術審議会委員を募集

市の文化芸術について審議し、古賀 市文化芸術振興計画の進捗管理を担う 委員を募集します。

■任期 4月1日~令和8年3月31日

市内在住の20歳以上の人で、文 化芸術または歴史に興味関心・知 識があり、日中の会議に出席でき る人(年4回程度)

※開催日・開催時間は、委員の都合を 考慮し決定します。

人数 2人程度

応募方法 応募用紙(市ホームページ、 歴史資料館、文化課にあります) に必要事項を明記し、「応募の動 機」を800字以内でまとめた作文 (様式自由)を添えて窓口・郵送・ FAXまたはメールで提出

応募期間 2月1日(木)~23日(金·祝)

● 文化課

〒811-3103 中央2-13-1

☎ 940-2683(火~日:10時~18時)

(A) 944-6215

♠ the bears'school

ではない方

bunka@city.koga.fukuoka.jp

第3回自然史・歴史講座 参加者募集【現地学習】

------「誾千代姫」ゆかりの地をバスでめぐ り、現地で学ぶ講座です。

3月13日(水)

8時45分~17時30分 (8時30分受付開始)

■見学先 大本山善導寺(久留米市)、 三柱神社・良清寺(柳川市)、ぼたも ちさん(熊本県玉名郡長洲町)

市民または市内に通勤・通学する人

✓数30人(応募多数の場合は抽選)

1,000円

申込方法 ①電子申込

て下記に送付

電子申込は こちらから

②往復はがき 名前(ふりがな)・年代・住所・電話 番号(昼間連絡がつく番号)を記入し

※1通で2人まで申込可能(重複分は 1通のみ有効)

※名前の記載がないと参加できません。 ※参加決定(抽選結果含む)は、2月末 までに連絡します。

申込期限 2月22日休必着

(制) 飲み物、弁当(周辺で購入可)

※昼食場所は三柱神社(柳川市三橋町 高畑323-1)付近を予定しています。

申込 問 市立歴史資料館

〒811-3103 中央2-13-1

944-6214



[相談受付時間]平日9:00~17:00 ※携帯電話からはご利用いただけません。

有料広告欄



新しい人生の第一歩を踏み出しましょう。 92-409-5568

灵会社 店長/山﨑

古賀市 マインズ有限会社 検索

うことでしょう。(『ログいん』

さん/千鳥/79歳)

自衛隊コンサ

☆暮らし 【り相談 ② イベント ○学び 舅募集 ○こども 【り健康 ※スポーツ 個 その他 ※「リーパスプラザこが」は「リーパス」と表記

●イベントや情報の4月号への掲載希望は、2月8日休までに内容・日時・場所と連絡先を明記の上、郵送、メールまたはお持ちください。ご希望に沿えない場合もありますので、 ご了承ください。宛て先・問い合わせ【〒811-3192(住所不要) 古賀市役所経営戦略課広報公聴係☎942-1346】⊠pr-koho@city.koga.fukuoka.jp

消防 TOPICS トピックス

住宅火災からいのちを守る 10のポイント

冬は火の取り扱いが増え、空気も乾 燥するため、ちょっとした不注意が大 きな火災につながりやすい季節です。 住宅火災で毎年約900人もの人が亡 くなり、その約8割が65歳以上の高

齢者です。また、死亡原因の半数は「逃

げ遅れ」です。 火災を防ぎ、いのち を守るためにも、以下 のことに注意して過ご しましょう。

こが

ん

と掲示板



- 寝たばこはしない、させない。
- ストーブの周りに燃えやすいものを 置かない。
- ・コンロを使うときは、火のそばを離
- ・コンセントはほこりを取り除き、不 必要なプラグは抜く。

【6つの対策】

- ・ストーブやコンロなどは、安全装置 の付いた機器を使用する。
- ・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。
- ・部屋を整理整頓し、寝具・衣類・カー テンは防炎品を使用する。
- ・消火器などを設置し使い方を確認し ておく。 ・避難経路と避難方法を確保し、常に
- 備えておく。
- ・防火防災訓練への参加、戸別訪問な ど、地域ぐるみの防火対策を行う。

粕屋北部消防本部

☎944-0131 **☎**944-0462 https://www.khfd-119.koga.fukuoka.jp/

西鉄バスの運賃が変わります

賀市内線の運賃が区間により最大50 円値上がりします(詳しくは西鉄バス ホームページでご確認ください)。

※市が発行する「おでかけバスチケッ ますのでご注意ください。

※新しい運賃表は、市役所のなんでも きくコーナーで配布しています。

- ■運賃改定実施日 1月20日仕
- 間 運賃改定について 西鉄バス お客さまセンター
- **6** 0570-00-1010
- **間** おでかけバスについて

▲詳しくは

こちら

家族塾[みどり]を開催 (古賀市・新宮町委託事業)

の教室です。

(5) 3月8日金

13時30分~16時(13時受付)

- 🍪 シーオーレ新宮 3階視聴覚室 (新宮町新宮東2-5-1)

■講師 山本タカタさん

※講演と座談会が約1時間ずつあります。 ※要事前申込。座談会は参加自由

- **億か市内・新宮町に在住で、心の病が** ある人の家族

10 0940-34-9750 (月~金 9時30分~16時30分)

遺言・相続・離婚・成年後見・公正証書の相談や官公署への書類の作成手続き等 日時 ● 1月28日(日) 10:00~12:00

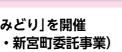
●2月18日(日) 13:00~16:00 ●3月17日(日) 10:00~12:00

場所 リーパスプラザこが交流館103洋室 ※予約不要※新型コロナ感染防止のため中止になる場合があります。事前に下記連絡先までお問い合わせください。

主催:福岡県行政書士会福岡北支部

福岡東医療センター感染症勉強会

- **⑩ 2月19日**例 14時~16時 (13時30分受付開始)
- (を) 市民向け感染症勉強会
- ②正しく知ろう! 手洗い・消毒
- 僴 福岡東医療センター管理課
- 祝日を除く



心の病がある人を支える家族のため

- ⋘□「患者さんとの効果的な
- コミュニケーションを学ぶ」

(福間病院講師)

200円(資料代)

申込方法 電話

申込期限 3月1日金

地域活動支援センター「みどり」

区 aspread.ivent.hokoku@gmail.com

※掲載情報は1月4日時点のものです。 最新情報は各間へお問い合わせください。

🍪 福岡東医療センター

①ワクチンで予防できる感染症

※講演後に感染症センター見学会を実施 人数 先着80人

半無料

※申込不要、当日受付

☎ 943-2331(月~金 9時~16時)

〈古賀市キッズサミット〉 記者体験イベント参加者募集



子どもたちが記者になって市内の企 業を取材し、記事にして発表するイベ ントの第4回目。最後となる今回は、 企業や市長を招いての発表会です。

発表が苦手な人もプロのレポーター やアナウンサーが簡単なコツを教えて くれるので大丈夫! 本物のテレビカメ ラによる撮影もあります。

今回からの参加でも楽しめるイベン トですので、ぜひお越しください。発 表はせずに応援サポーターでの参加も できます。 (D) 2月24日(土)

13時30分~15時30分

申込方法 電子申請

リーパス 2階 多目的ホール @ 小学生~中学生

QRコードから申込

申込期限 2月18日日

(株)ASPREAD(エスプリード)

命の恩人を探しています

Q1

今後の参考のために感想を記入してくださ今月の[こがんと。]はいかがでしたか。

【広報こがアンケ

います。 請をしてくださったおかげで、 ていたところ、声をかけ救急要 で助けていただいた方を探して し、路肩に停めた車で気を失っ 一命を取り留めることができま 時頃、見坂峠(若宮~福津) 運転中に脳出血を発症 4年2月6日休朝8

> 感 想

て帰り、

夜ご飯を作ります。そ 見切り品の食材を買っ

に寄り、

り一石二鳥です!

(『ゆうママ」

中のブラスバンド部の生徒さ

演奏に圧倒されました。

古賀北

に行きました。迫力ある 衛隊音楽隊のコンサー

ん達も身振りも交えて熱演で

した。とてもよかったですよ。

うする事で食品ロスも費用も減

光が家では節約も兼ねて、

脱

食品ロス

(助けてくださった方の特徴) 黒色の制服姿の女性

Q2

暮らし

のに

中の見

られしか

自由

た話、

八してくださいてほしい点

聞

17

自慢話

何気な

きもつと章がハン

っと障が

のある人へ

キしました。(『じゃりん子チエ ミュージカル‼気持ちがウキウ

ナーで、

(1

のある人への虐待

ディズニーメドレーではまるで

どんな情報でもかま 宮若方面から福津方面へ通 と思われます。 通学されていた方である いません。

●お心当たりのある方が お心当たりのある方はご連絡く (北九州市/31歳) いらっ

ございました。 ご感想ありがとう

ゆきちゃん

の声をお聞かせください 伝わるまちの広報紙〟をめざしています。●広報こが「こがんと。」は、〝人の温もり 面以外にも日々の生活のことなど、 皆さん

「こがんと。」 ţ

、人の温もり

達に語りつないでいって欲. と志をこれからもずっと子ども 生のころの哲さんを豊かな古賀 ならない郷土の誇りです。

参加します。

次回はきっと!

・幸運をお祈り

貴重なご意見や

自然が育んだことは良く知ら

村哲さん。彼は決して忘れては

小学

なってみたいと思い、

次も必ず

漑事業に力を尽くした中

当ててらして、 買でした。 ていますが、

楽しそうに帰っ つかその立場に

い。報公聴係までお知らせくださ

数人前の方が特賞を

いつも通りの参加

しゃいましたら、

経営戦略課広

ていたので、

フガニスタンで医療や灌

れています。

哲さんの強い信念

追悼

中村哲さん

食品のくじ引きを楽しみに行っ

大目の「まつり古賀」に行き

ほしいと感じます。

ん』さん/花見東/55歳)

ともっとたくさんの方に知って んなことが虐待というのかもっ むけてだけではなく人としてど

まつり古賀

問い合わせ 080-5606-1306(亀川)

西鉄バスグループの運賃改定で、古

ト」利用時、記載する金額も変わり

研修センター(千鳥1-1-1)

Yomotto!

使ってみらん? 古賀市電子図書館



本は読みたい、だけど寒いから出かけたくない

そんな時には、電子図書館で電子書籍を読んでみませんか?

〈電子図書館のいいところ4つ!〉

- が来たら、自動で返却! だから返し忘れなし
- 😝 読み方が選べる! 文字の大きさが選べたり、読み上げ 機能付きの書籍もあります。
- 4 もちろん予約もできる!

▲元の形を



- (1) 話題になったテレビドラマ「VIVANT」のノ ベライズ本や「下剋上球児」「メンタル強め美 女白川さん」の原作、ライトノベル「転生した らスライムだった件」「本好きの下剋上」も!?
- 2 旅行ガイドブックなど、持っていきたいけれ どかさばるものも電子書籍なら軽々、楽々!
- (3) 「どこどこ?セブン」などの楽しい絵本も!









紙と電子、両方使って楽しい読書ライフを!

*使い方は、電子図書館ウェブサイトの「ご利用ガイド」をご覧ください。

Ⅲ上記についての詳しい説明は、図書館ホームページに掲載しています。







みんなは歴史でタマムシ!って言ったら、教科書に出て きた[玉虫厨子]を思い出すんじゃないかな?じつは…、 まだ教科書には載ってないけど、船原古墳では、「玉虫馬具」 (二連三葉文心葉形 杏葉) が見つかったんだ!真ん中の文様 の下のタマムシの羽根がキラキラしてキレイでしょ?日本で 初めて見つかった玉虫馬具なんだ!!

他の玉虫馬具はぜ〜んぶ、韓国にあった新羅 (BC57 ?〜 935) の王族のお墓で見つかっているんだよ!馬具以外 のタマムシの羽根を使った装飾品といえば、日本では天皇家 と縁のある法隆寺と正倉院、そして沖ノ島でしか見つかって いないんだって!だから玉虫馬具は、当時の有力者だけが使 えるト・ク・ベ・ツな馬具って言われてるんだ♪

🗸 図書館や交流館への来館時には、ぜひお立ち寄りください。 🗩

市立歴史資料館 ☎944-6214

健康チャレンジ10か条 第10条 早起き早寝で

える

木

[問い合わせ] 健康介護課(サンコスモ古賀内) ☎942-1151

【古賀市民の睡眠の実態は…】

じゅうぶんに睡眠をとれている人は ほとんどの世代で50%以下!

20~29歳	45.2%	37.1%	17.7%
30~39歳	38.7%	48.1%	13.2%
40~49歳	39.2%	44.9%	15.9%
50~59歳	34.8%	48.2%	17.0%
60~69歳	45.7%	41.4%	12.9%
70歳以上	59.3%	29.7%	11.0%
統計	42.8%	42.7%	14.6%
Ö	20 4	0 50 60 80	0 100

とれている やや不足している 不足している

せません。 日々の活力の源です 脳や心 意欲や記憶力の低下

身の 休息の 心身の健康や $\boldsymbol{\sigma}$ か

ます 1.68倍

適切な睡眠時間を確保しよう

- 働く世代は、6~9時間が目安!
- ・1日に少なくとも6時間以上の睡眠を 確保する
- リタイア世代は、長寝に注意!
- ・長く眠ることよりも、よく眠れたと感 じる [睡眠の質] が重要
- ・寝床での長居、昼寝はなるべく避ける
- ・日中は活動的に過ごし、夜の休息との メリハリをつける

6 時間未満 の人は、 リスク大!

睡眠時間が

死亡▶ 1.12倍

冠

また、は

2型糖尿病 ▶ 1.37倍

認知症

就寝前はリラックス、嗜好品には注意しよう

▶寝る直前の食事は控える

睡眠前の2時間以内に食事を摂 ると、睡眠の質を低下させる可

能性があります。 なるべく決まった 時間に食事をしま

● 夕方以降はカフェインを控える

カフェインには覚醒作用や利尿作用 があるため、眠りを浅くしたり、途 中でトイレに起きたりす る原因にもなります。

【カフェインを含む飲料】 コーヒー、緑茶、紅茶、 ココア、栄養ドリンクなど



スマートフォンの使用を控える



睡眠の 1 時間前からスマートフォンやパソ コンの使用を控えましょう。寝室にスマホ を持ち込まない、通知を切る、寝る直前に 返信をしないなどを習慣化しましょう。



タバコに含まれるニコチンには覚醒作用 があり眠りを妨げます。また、喫煙歴の 長い人は睡眠時無呼吸症候群のリスクが

高くなるので注意しましょう。

寝室の環境を整えよう



できるだけ静かな環境で眠りましょ う。リラックスのために心地よい静か な音楽をかけることもよいでしょう。



体内時計を整えるためにも、朝はカー テンを開けて朝日を浴び、日中は明る く、夜はできるだけ暗い環境で眠りま しょう。



睡眠中は、快適な室温を保ちましょう。 冬は毛布や衣服で調整するだけでな く、エアコンなども活用しましょう。 寝る1~2時間前

にお風呂に入り一 度体温を上げるこ とで、その後に体 温が下がりやすく なり眠りにつきや すくなります。



参考:「良い目覚めは良い眠りから 知っているようで知らない睡眠のこと」(厚生労働省

【今月の介護予防カルタ】

19 public relations koga PUBLIC RELATIONS koga | 18

肉料理 喜多屋

私の元バ 実は







を組み立ててくれます予算やリクエストに応団体15人以上は貸り

1: (:

さ 15

舞の里4・5丁目

住所 舞の里4-1-2 営業時間 17時30分~21時 定休日 月曜日 (月曜祝日のときは火曜日)



多屋

小

@ishii_miki_22 料理レシピ

ホッとHot/な話題

快生館2周年 "鹿の湯まつり"



リノベーションして2周年 を迎えた快生館。イベントで 快生館の1年間の取組の 振り返りや、「シェア」「共創」 をテーマに、海外からのゲス トも交えたトークイベントな どを実施。しめ縄づくりの ワークショップも親子連れで



11月28日、明治安 田生命保険相互会社か ら、地域の活性化を後 押しするため「私の地 元応援募金」としてふ るさと応援寄附の申し 出があり、寄附をいた だきました。

花見小 まちづくり発表会



ブック作成に取り組 んでいます。花見小 の6年生がこれから のまちづくりの主役

として、市長や教育長、学校運営協議会の皆さんに自分た ちが考えたよりよいまちづくりのプランを提案しました。

いのち輝くまち☆こが 人権について考え、学びあう一日



児童生徒のステージ 発表や人権作文発表を 行いました。

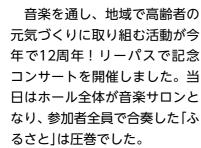
講演会では、朴一さ んを講師に招き、日本 に住む外国籍市民の課 題についてお話しいた だきました。

こがクリスマスマーケット



第4回こがクリスマスマーケット がグリーンパークで開催されました。 40店舗以上の出店と9団体のス テージパフォーマンスで会場 は大盛況。3,000人を超える 来場者が、古賀の冬を 大いに楽しみました。

祝12周年 介護予防記念コンサート







る長年の介護予防活動が評価され「厚生労働省 老健局長優良賞|を受賞しました。



取材してほしいお店、おススメのお店があればアンケートはがきなどで教えてくださいね。

Vol.

他にも幅広い 肉料理メニューが

- ・佐賀金星豚の角煮…¥850
- 鶏もものローストチキン風 コンフィー…¥630
- ・手造りジャンボ餃子…¥620 ・鍋(3種) など

0

*今月は「喜多屋」 さんから 生ビール(中)¥600を10人 にプレゼント! 15ページ のはがきかホームページか ら応募してね。

千鳥駅 ↑

肉料理 喜多屋

に応

電話 942-5025

Instagram

市役所 公式HP·SNS





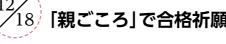


LINE

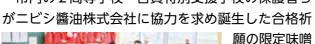


Instagram

YouTube



市内の2高等学校・古賀特別支援学校の保護者ら





願の限定味噌

「親ごころ」。進路を決め る520人に寄贈され、"親 の想い"を笑顔で受け取っ た生徒たち。自分の力ば 信じて!応援しとるけん。

Happy Birthday



ひかる 2月5日生

食べることが大好きな 光君。お姉ちゃんと仲 良くね!もうすぐお兄 ちゃんにもなるね!



侑希ちゃん 2月7日生

たくさん笑って、たく さん食べて大きくなぁ れ!いつもキュートな 笑顔ありがとう♡



えりぐち たいせい 大晴ちゃん 2月8日生

誕生日おめでとう!た くさん食べて大きく なってね。大好きだ



2月9日生

お誕生日おめでとう! いつも元気でかわいい さきちゃん大好きだ よ!



2月10日生

いつも笑顔なこはる ん。お誕生日おめでと う♡これからも元気に 大きくなぁれ♪



松曲 結来ちゃん 2月16日生

3歳おめでとう!たく さん遊んで、たくさん 笑って楽しく過ごそう ね



_{あおと} 碧**斗**5ゃん 2月24日生

1歳の誕生日おめでと う♪みんなからの愛情 をたくさんもらって、 心も体も成長してね♡



太田 胴花ちゃん 2月27日生

意思がはっきり! 行動 力抜群!元気食欲モリ モリ笑顔ニヤッと!素 敵な3歳おめでとう♡



希望する人は経営戦略

課へ連絡ください。 *市立図書館にも 置いています。

こがっ子募集中!

4月に誕生日を迎える3歳ま でのお子さんの写真を募集し ています。お誕生日の記念 にお子さんの笑顔で広報紙を 飾ってみませんか?写真また はデータにコメントを添えて 窓口に提出するか、市ホーム ページから応募してください。 たくさんの応募をお待ちして います。

申し込み:広報公聴係 **2**942-1346 申込期限:2月15日休





*[コスモス広場] さんから、「米(1kg)]を5人にプレゼント。15ページのはがきか市ホームページから応募してくださ

(ボッとHot/な話題

パラスポーツ 2種目で快挙



市内在住の馬場しのぶさん が、昨年10月に開催された「燃 ゆる感動かごしま大会(特別全 国障がい者スポーツ大会)」の2 種目(スラローム*1、ジャベリッ クスロー※2) で、優勝報告に来 庁されました。

吉永克美さんが、令

和5年秋の褒章で藍綬

褒章 ※を受章されまし

た。吉永さんは平成10

年から保護司として長

年活動され、現在は糟

屋保護区保護司会古賀

支部の支部長を務めて

※1: 重いすで直走路に置かれた赤白の旋門を前准・後進しながら涌渦し、そのタイムを競い合う競技 ※2:やり投げの要領で長さ約70cm・重さ300gのターボジャブを投げてその距離を競う競技

吉永克美さんが藍綬褒章を受章



日展入選 3回目の偉業



市内で絵画造形教室 「アトリエパレット」を 主宰する高田裕子さん が、日本美術展覧会(通 3回目の入

選をされました。「蓮と月を描くようになって、 自分の中での強みを見つけられた」と喜びを語 りました。

入選作「月のひかり」▶

リーパスカレッジ×

日本語教室の学習者による絵本の読み聞かせを 開催。 母国であるベトナムの絵本の読み聞かせや国の紹介

を通して、日本語と は異なる発音や絵本 の味わいなど、違い を楽しみながら異文 化を身近に体験でき るイベントとなりま した。





※国や地方公共団体から依頼されて行われる公共の事務(保護司、民生・児童委員、

(写真中央) 吉永克美さん、(右) 上手幸信副支部長 います。

調停委員など)に尽力した人などが対象

地域おでし協力隊



られます。

*無農薬のスティックセ ニョール。ブロッコリー に似ていますが、栄養価 の高い茎も葉も全部食べ

2 023年のミッション

農産物の加工だけでなく農業も 始めることができ、12月10日の軽 トラ市では自分で育てた『スティッ クセニョール』と『小かぶ』も販売で きました!

生産者と消費者が直接交流でき る場である軽トラ市。実際に自分 が生産者になってみるとわが子を 送り出すようで、うれしいようなな んとも言えないドキドキ感が!!

> たくさんの農家さんに 支えられてできたジャム▶



の関東憲子です。年が明けていよいよ任期



て活動を広げていきますよ!



イチゴもキウイもレモンも全て生産者さんの名前が紹 介できる古賀産です。古賀にはおいしいモノを作る農家 さんがたくさんいらっしゃいますが、農業を続けるには体 力的にも経済的にも厳しい面があるようです。

私がジャムを作り、皆さんに美味しいジャムを食べて



いただくことで、"食 家さんもうれしい"が 循環するジャム作り を2024年はめざ して活動していき

い。※プレゼントの内容は、変更される場合があります。

23 | PUBLIC RELATIONS koga

「たなごころ」

辰原 奈緒さん (手相・吉方位鑑定士)たつはら なを

葉通り頑なだった家族の氷は融解し 命の人だから、うまく行く」。断言 出会い、導かれるようにその著者に とに。そんなとき本屋で手相の本と 生涯共に歩もうと決めた相手の家族 の結婚を終わらせた。そうしてまで 切だった人を2度までも傷付け最初 未来がぱあっと拓けた気がした。言 されたその言葉で、霧が晴れ明るい 手相を見てもらうために横浜へ。「運 に猛反対され、五里霧中を彷徨うこ にある。寂しさと情熱の狭間で、大 手相を見るようになったきっ

> ら良くなるのか 識を少し変えた くなるのか、意

ことに神経を注 重に言葉を選ぶ を見極めて、慎

いでいる。

命の道筋が見え前向きになれた。か 手相を学んだのは、見失っていた運 通り再婚し子どもを3人もうけた。 もしれない。ただ事実、彼女は望み し、本当に手の中に未来を見たのか これはただの偶然かもしれない

性格ゆえに、紆余曲折の

人生を生きてきた彼女。

ク情気、きっぽい、

2014年、大の転動で大阪から福岡 見て「なんて遊び心ある人たちが居 停車駅で博多への利便性の良い古賀 まちを紹介する市のホームページを 市を〝発見〟した。さらに地域情報サ イト「古賀すたいる」と、パペットで 4 へ。土地勘がないため転

Co. 2 2 4 6 2 5 10 164

転居を決めたそうだ。 るまち!」と、古賀の人、を気に入り

す」。この人の人生 は今のままでも良 ることがうれしいんで れる。手相で人と繋がれ なのに自分の人生を話してく **一年**目。「お客さんは初対面は始めた手相鑑定は12年

場所に、動物を飼い果樹を植えて その未来はもう描かれているのだろ は「森や池があるミニ地球のような 夫と暮らすこと」。彼女の手の中に

作年 場所を見つけた。次の夢



手相Forest

●「のる−と古賀」の乗降場所が増設

編

集

後

記

鮮明に思い出す。●治療と待ち長さ と、学校帰り耳鼻科に通った冒険を されてより便利に。バスを見かける

らった。変身は前進。先入観は捨てて 降りる瞬間が、何かミッションをクリ 要した。支払いの行列に小銭を握りし アしたようで毎回新鮮だった。●先 かった。そのため自宅最寄のバス停で 造作もないことにドキドキが尽きな が「救世主」になるまで、だいぶ時間を 時間歩くのは厳しく、ピカピカの小学 これからは生成AIとも仲良く付き めて並ぶも、両替機の不調など今では て馴染みのない場所に行ったり。バス に、目の前で乗り損ねたり、寝落ちし た。神様にフェイントでもかけるよう 1年生には、バス以外選択肢が無かっ で疲れ切った後、子どもの足で片道1 生まれてはじめて手相を見ても



ないの…? ラ昔 物 パリ五輪で不採用競技になってしまった、野球・ ソフトボール・空手。追加種目は開催国の意向次第。 ロサンゼルスでは復活するかも

(大川)