

10

こがんと。

広報こが

「あきらめない人」だけが
夢を叶える。



【裏表紙「こがんと」の“日本一小さい営業マン”山崎海斗さん】
難病に負けない心で、バドミントンができるまでに。夢はパラリンピック出場。

Step 5 **書き留めておきましょう**

話し合った内容は記録として書き残し、周囲と共有しておきましょう。



Step 1 **治療する際に、大切にしたいことを考えてみましょう**

- 家族や友人のそばにいたい
- 好きなことをし続けたい
- 家族に負担をかけたくない



Step 2 **もしものとき、あなたの思いを伝えてくれる人を選びましょう**

どんな時でもあなたの希望を尊重できる人



- 希望や思いは、時間の経過や健康状態によっても変化していくものです。
- 何度も、繰り返し考えていきましょう。

Step 4 **希望する医療ケアについて話し合いましょう**

- 痛みやつらさがなければ、できるだけケアを受けたい
- 一人にしないでほしい
- 入院するのはいいやだ



Step 3 **かかりつけ医に質問してみましょう**

- 今後予想される経過は？
- 必要な医療やケアは？



【問い合わせ】

健康介護課

☎942・1151

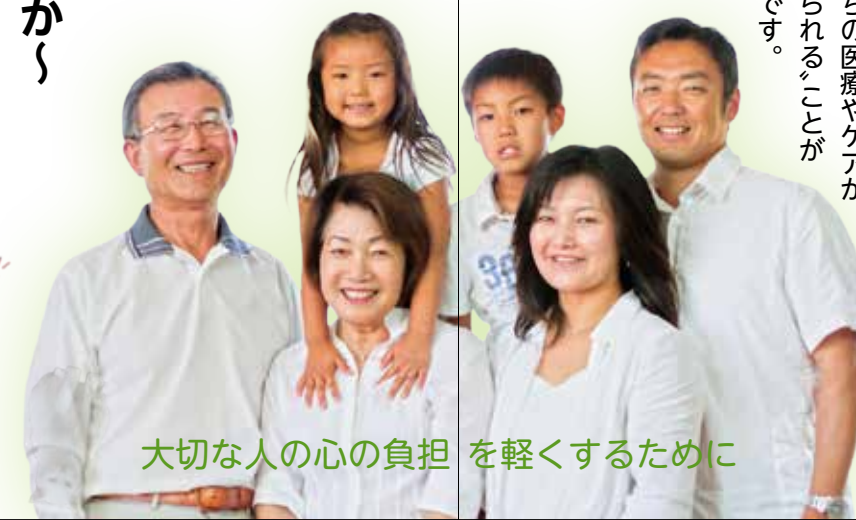
【とびうめネットに関する問い合わせ】

とびうめネット事務局 公益財団法人福岡県メディカルセンター
☎476・3809（平日9時～17時）

登録できる医療機関などは下記ホームページから確認できます。



限られた時間をどこで生きるか



大切な人の心の負担を軽くするために

「在宅医療」を知っていますか？

在宅医療は、自宅などの住み慣れた場所で、診察や治療を行う医療のことです。病気の管理、患者や家族の生活を支えるため、医師や看護師だけでなく薬剤師や介護職、ケアマネジャー、地域包括支援センターの職員などさまざまな職種がチームとなり支援します。

在宅医療を受けるには、家族や周囲の人の協力と心づもりが不可欠なので、事前の話し合いが大切です。

まずは、かかりつけ医に相談

まずは気軽に相談できるかかりつけ医を持ちましょう。在宅医療に限らず、健康管理のアドバイスや専門医療機関への紹介などさまざまな面で頼りになります。

あなたの「心配」を「安心」に変える
とびうめネットに登録を



急に病気を発症したときなど、特に持病がある人は、病歴が共有されていない医療機関での処置に不安を感じます。とびうめネットに登録していれば、細かな医療情報が安全に共有されるので、服用中の薬の把握や的確な処置が受けられ安心です。登録はかかりつけ医に相談してください。

あなたらしく **生** きるために

必ず来るそのときを考える

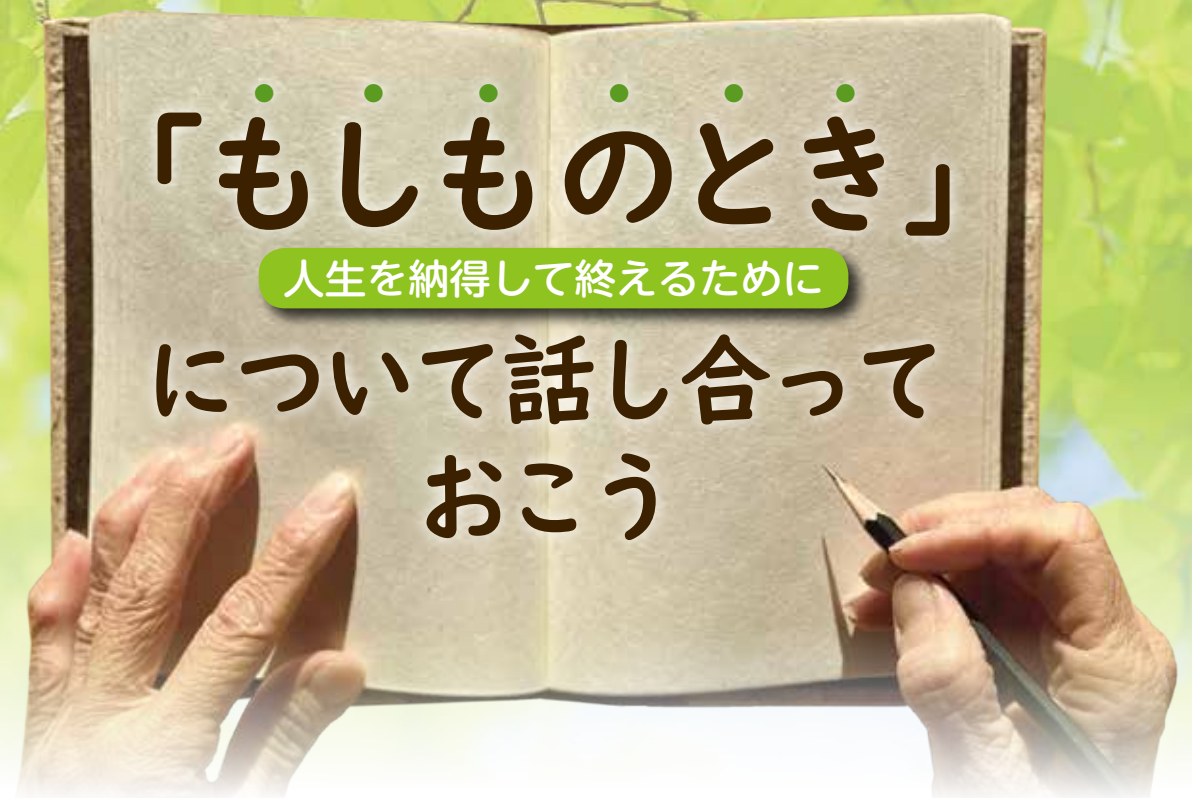


厚生労働省
ホームページ
QRコード

「もしものとき」

人生を納得して終えるために

について話し合っておこう



自分の「もしものとき」を考えたことがありますか？
心の余裕がある時に、じっくりと考える時間を持ち、自分の考えを大切な人に伝えてみませんか？
もしものとき、「自分が大切にしていること」や「望む医療やケア」を受けるために。

『人生会議とは』

どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することを「人生会議（ACP）」といいます。

命の危険が迫った状態になると約70%の人が、その後受ける医療やケアなどについて「どんな治療を受けたいか」「どんな世話をされたいか」を自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなると言われています。

自分がそのような状況になった時、家族などが「たぶん、こう考えるだろう」とあなたの気持ちを想像しつつ、医療・ケアチームと今後の医療やケアについて話し合いをすることになります。

人生会議を重ねることで、「自分の気持ちを話せなくなった「もしものとき」に、自分の心の声を伝えられるかけがえのないものとなり、また大切な人の心の負担を軽くすることでしょう。

『人生会議で何を話せばいいの？』

まずは自分の「大切にしたいこと」や「こうして欲しいという希望」から話してみたいかがでしうか？また、「してほしくないこと」や「嫌なこと」も伝えておくことも良いでしょう。

『人生会議は何度でも…』

一度決めたことが変わっても構いません。その時々々の気持ちや考えを、家族や信頼できる人たちと何度も話し合い、情報の共有を繰り返すことで、希望の場所で望むかたちの医療やケアが受けられることが重要です。

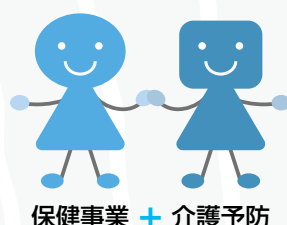
人生100年時代を 健やかに生き抜く！

2 040年、団塊ジュニア世代が高齢者となり、高齢者人口がピークを迎えます。令和3年3月時点、日本の100歳以上の高齢者は約9万人、古賀市は35人で今後も年々増加すると予想されています。

健 康で長生きしている人の多くは、高血圧や糖尿病が重症化することなく、元気に生活を送っています。しかし、人によっては、加齢とともに体の機能が低下したり、多くの病気を抱え自立した日常生活を送ることが難しくなる場合があります。

そうならないためにも、人生100年時代を見据え、できる限り長く健やかに生活が送れるよう、また自分らしく安心して過ごせるよう積極的に生活習慣病の予防や重症化予防を心がけましょう。

始まっています
「高齢者の保健事業と
介護予防の一体的実施」



保健事業 + 介護予防

市でも今年度から取組を始めています。後期高齢者（75歳以上）の医療保険者である福岡県後期高齢者医療広域連合から市が委託を受け、後期高齢者の健診受診後の保健指導や生活習慣病の重症化予防、フレイル[※]予防などを行います。市民の健康づくりや介護予防を応援する新たな仕組みです。

※フレイル：年齢を重ねると誰もが感じる虚弱状態のこと

〈知っていましたか？〉
生活習慣病と医療費の
アブナイ関係

福岡県は後期高齢者医療の一人当たりの医療費が18年連続全国1位。
古賀市は県内で上位に位置しています。

古賀市の
場合
75歳以上の人が100人いたら…

生活習慣病で
病院を受診している人… **80人**
80人のうち **61人**は **高血圧**
80人のうち **43人**は **糖尿病**
80人のうち **30人**は **高血圧 + 糖尿病**

古賀市は生活習慣病の人がかなり多いことが分かります。

※高血圧や糖尿病の人のうち

約7割は重症化

（脳卒中、心臓病、腎臓病などを引き起こす）

重症化してしまってから後悔しないよう、また自分らしく生きるためにも生活習慣の見直しや内服管理が大切です。

〈高齢者と支える人の割合〉

内閣府データによると65歳以上の人口を、15～64歳の人口で支える割合は現在「現役世代2人で高齢者1人を支える」ですが、20年後には「現役世代1.5人で高齢者1人を支える」と予測されています。



古賀市でも20年後は、高齢者の人数は約3000人増加する一方、支える現役世代は約4000人減少する予測です。
未来への負担を少しでも減らし、高齢になっても人生を有意義に過ごすために、年に一度は健診を受け健康維持を意識しましょう。

皆さんの医療費は、保険料額に影響します。生活習慣病の重症化を予防することは保険料の負担軽減にもつながります。

※健診についての詳細は7ページを確認してください。

健やかに生きるために「後期高齢者健診」

古賀での後期高齢者健診の受診者は
100人で言うところには
7人しかいません

健診 を受けることで、病気の早期発見・早期治療につながったり、専門職による一人ひとりに合ったアドバイスなどが受けられ、人生100年時代を元気に生き抜くことにつながります。健診がいかに大切か、1つの事例を紹介しましょう。

救急搬送され、
腎不全の末期と診断された
Aさん76歳男性のお話

●健診は、病気が見つかる怖いので受けていませんでした。病院が嫌いなので、体に良さそうなサプリなどを飲んで健康維持しているつもりでした。ここ数年皮膚のかゆみがあり、皮膚科で薬をもらっていました。最近食欲が無く、だるさもありました。●先日ひどく息苦しくなり、救急車で病院へ。腎不全の末期と分かり透析治療となりました。週に3日、1回4時間ベッドに拘束される透析は一生続くそうです。●食事や水分の制限も厳しく、今までのように自由に食べたり飲んだりできません。薬を飲むお水さえ制限されています…。●もう少し早めに分かっていたら、ここまで辛い状況にはならなかったのかもしれない。



〈市保健師から〉

Aさんのように、皮膚のかゆみも腎不全が原因の場合があります。他にも腎機能が低下すると、むくみやタンパク尿が出たりします。こういった症状は、自分では気づきにくいものですが、健診を受けることで、全身の臓器の状態を知ることができます。

Aさんがもう少し早めに健診を受けていれば、元気に過ごす時間が多かったのかもしれない。今はお薬を飲んでいても健診を受けることができます。皆さん、ぜひ健診を受けてください。

さあ！健診を受けて 「人生100年時代」を 元気に生き抜きましょう！

…まずは健診の予約から…

集団健診(サンコスモ古賀)

日程：11月24日(水)～27日(土)

※24日(水)はレディースデー

申込先：健診予約センター

☎050-3646-9400

(平日9時～17時)

申込期限：10月8日(金)

指定医療機関

(後期高齢者健康診査)

受診期限：令和4年3月31日(木)

受診に必要なもの：

「被保険者証(保険証)」と福岡県後期高齢者医療広域連合から4月に送付された①「受診票」と②自己負担金500円

※受診はかかりつけ医に相談してください。

※「受診票」が見当たらない人は、下記の福岡県後期高齢者医療広域連合に問い合わせてください。

●歯科健診も実施しています

対象者：昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれの今年度76歳になる人

※例外として、令和3年12月までに限り、77歳以上の被保険者で今までに一度も歯科健診を受診していない人も受診できます。(事前に福岡県後期高齢者医療広域連合へ連絡が必要です)

●実施医療機関などの詳細は、福岡県後期高齢者医療広域連合からの通知を確認してください。

【問い合わせ】

福岡県後期高齢者医療広域連合

☎651-3111

(平日8時30分～17時30分)

花見東
1区

ヘルス・ステーションの 活動紹介



「健康」をみんなと一緒に作る

花見東1区は、コミュニティ活動や分館活動、福祉会の活動と、地域での取組をさまざまな世代の人に周知し、それらを併

ヘルス・ステーションが設置されています。

「ヘルス・ステーション」は、公民館などを拠点とし、地域のみなさんが中心となつて行う健康づくり活動です。子どもから高齢者まで、各地域の特徴に合わせ、運動や健康講座などさまざまな内容で実践します。

市内には、花見東3丁目区、花見東1丁目区、舞の里1区、花見東2区、花見南区、中川区、庄北区、中央区、舞の里2区、日吉台区、花見東1区、庄南区、町川原1区、千鳥東区、町川原2区(順不同)の15か所に

「ヘルス・ステーション活動」として行っています。

昨年度は、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、地域での活動ができな時期もありました。今年度は、感染の状況をみながら活動はしていますが、なかなか思うように活動はできていません。最近では、福祉会主催の「健康体操」が再開したところですが、現在は中止しています。再開後は、感染対策を徹底しながらも楽しんで実施していきたいです。

昨年の9月にはグラウンド・ゴルフ大会を開催し、262人(39チーム)の参加がありました。区内の隣組でチームを作り、各チームの開始時間をずらすなどの対策をし、子どもから高齢者まで世代を超えた交流を楽しみました。市も健診受診や新型コロナウイルスの感染予防策について啓発を行い、若い世代に直接案内できる貴重な機会になりました。今年度のグラウンド・ゴルフは中止ですが、感染状況を見ながら、できる活



「健康」を楽しんで作る

動を行つていこうと思っています。

みなさんの地域でも「ヘルス・ステーション」のお知らせがありましたら、参加してみませんか。「ヘルス・ステーション」は、全区民を対象に健康づくりの取組を実施し、いけば設置することができます。設置を検討している行政区の相談も受け付けています。身近な地域で、みなさんと一緒に「健康で安心して暮らせるまち」をつくっていきましょう。

あなたらしく生きるために

毎日「楽しく」病気を防ぐ

「健康」で「長生き」が 一番の目標！

新 新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクをしている時間が長い状況が続いていますが、マスク着用時も笑顔でいることを心がけましょう。笑うことで、がん細胞やウイルスを、高い殺傷能力で退治する「ナチュラルキラー細胞NK細胞」という免疫細胞の働きを活発にします。これが、免疫力を高める効果があるといわれている理由です。

笑 顔を心がけ、「たのしみ」ことがあなたをもっと健康にしてくれるはず！



にぎにぎ体操の様子

お口の体操
ご当地早口言葉

高齢者が元気に過ごすために、市でもさまざまな介護予防活動を行っています。つどいの場に積極的に参加しましょう。

介護予防活動について



〈紹介します！〉

「健康チャレンジ 10か条推進委員会」の皆さん

本委員会は、地域のさまざまな分野で活躍している人たちが構成され、「健康チャレンジ10か条」の推進のため、定期的に協議の場を設けています。健康チャレンジ10か条を広く周知し、実践に向けた取組を進めるため活動してくれています！

ぜひ、健康チャレンジ10か条を毎日実践し、健康寿命を手に入れましょう。

- 健康チャレンジ10か条
- 【まもる】
- 第7条 測って確認
自分の健康
- 第8条 正しくお口の
手入れをしよう
- 【たのしみ】
- 第9条 笑顔であいさつ
たのしいおしゃべり
- 第10条 早起き早寝で
ぐっすり睡眠



あなたの
中に

思い込みはありませんか？

～それは「アンコンシャス・バイアス」です～

アンコンシャス・バイアスとは、育った環境や過去の経験などの影響を受けて、知らず知らずに身につけてしまった偏ったものの見方や捉え方のことで「無意識の思い込み・偏見」といわれています。

このようなことを感じたこと、思い浮かべたことはありませんか？

- 「親が単身赴任だ」と聞くと、父親が単身赴任だと思った。
- 男性にお茶を出してもらったとき違和感がある。
- 育児休暇を取っているのは母親だ。

単身赴任といえば父親、お茶出しするのは女性、育児休暇を取るの母親という思い込みはありませんか？
このような無意識の思い込みは、性別での役割の「アンコンシャス・バイアス」です。



まずは、自分の思い込みに気づくことから始めよう！

例えば料理が上手な男性もいれば、家事が苦手な女性もいます。家族で話し合いのうえで、共に働き共に育児する家庭や専業主婦(主夫)の家庭もあります。

自分の中のアンコンシャス・バイアスに気づき考えることが、より良い社会につながる第一歩です。

アンコンシャス・バイアスに縛られないために、個人の選択を尊重し、多様な生き方を認めあう社会をつくるために、今まで当然と考えられてきた認識や生活習慣の中で、「これって思い込みじゃないかな？」と一度、立ち止まって考えてみませんか？

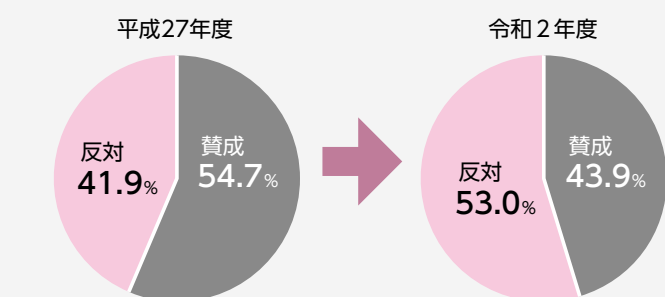


出典：古賀市男女共同参画表現のガイドライン

市民の意識調査を実施しました！

令和2年度、18歳以上の男女合計2,000人を対象に「古賀市男女共同参画社会に関する市民及び事業所意識調査」を実施しました。

Q あなたは、「男は仕事、女は家庭を守る」という考え方(固定的性別役割分担意識)に賛成ですか？



● 社会情勢の変化とともに、このような考え方は減少傾向が見られます。一方、「家事・育児を女性が担うことが多い現状」をあなたはどのように思いますか？

【問い合わせ】 人権センターWith(ウィズ) ☎942-1128

【2020年 人権作品標語】 ●やめようよ 今もだれかが きずついている 花鶴小学校6年1組 加藤 雄海

若者のワクチン接種、メリットとデメリットの考え方

【新型コロナウイルスの問い合わせ】 健康介護課(サンコスモ古賀内) ☎942-1151

※8月29日時点の情報です。今後内容が変更になることがあります。

日常生活の中で、ワクチン接種のメリットに関するニュースよりもデメリットに関するニュースの方を耳にすることが多いかもしれません。

実際、これまでの新型コロナウイルス感染者の報告では、若者における重症者や死者の報告は少なく、メリットは高齢者と比べれば相対的に小さいと感じるかもしれません。感染した場合のリスクやワクチンの効果から、若者が接種を受ける意義を考えてみませんか。

ワクチンは、若者の健康、命を守る

これまで10代で新型コロナウイルス感染症にかかった人の数は日本国内だけでも5万人を超えています。大半が軽症で済んでいるとはいえ、38度を超える高熱を出し、咳が2週間続いても、「軽症」に分類されます。「軽症」の言葉からくるイメージと実際に感染した人の苦しみは大きく異なります。

また、感染した若者の中には、今も嗅覚や味覚障害、疲労感、記憶障害などの長引く症状(いわゆる後遺症)に苦しんでいる人がいるのが現状です。

今後も新型コロナウイルスの根絶は難しいと考えられる中、ウイルスへの免疫がない場合、いずれウイルスに感染する可能性がある

高齢者や持病のある家族を守る

ワクチンが守るのは、接種を受ける本人だけではなく、同居の家族や日常的に接する友人、同僚を守る効果も期待できます。身近に重症化リスクの高い持病のある人や高齢者がいれば、なおさらワクチンが重要になると言えます。ワクチン接種は周囲の人を守ることもなるのです。

ことを想定しなくてはなりません。一方で、ワクチン接種を受け、免疫ができることで感染や発症の確率を大きく減らし、仮に感染や発症したとしても、症状のある期間が短くなったり、重症化を防いだりする効果が期待できることも分かっています。

主な副反応	1回目接種後発症率	2回目接種後発症率
接種部位の痛み	約84%	約79%
倦怠感	約60%	約66%
頭痛	約55%	約63%
筋肉痛	約26%	約37%
寒気	約27%	約41%
発熱	約9%	約19%

リスクはあるが、軽いものにとどまる
ワクチン接種後には左表のような副反応が起こることもあります。若い人の方が、高齢者より頻度が高い傾向にあるようですが、ほとんどが2〜3日以内に回復しています。

変異ウイルスが誕生する確率を減らすことができる
感染者数が増えれば増えるほど、変異ウイルスが誕生するリスクは上がるといふ点もたいせつなポイントです。いち早くワクチンが広がり、感染する人が減れば減るほど、変異ウイルスが誕生する確率を減らすことができます。

ワクチンのリスクと感染症のリスクを比べる

ワクチンのリスクを考える時、接種を受けてリスクをとるか、受けないでリスクを回避するかの選択と考えてしまいがちです。しかし、実際にはそうではありません。

このウイルスはこれからも共存していく可能性が高く、ウイルスによる感染症を患うリスクと隣り合わせで生活していかなければいけません。ワクチン接種の選択は、ワクチンを受けるか、いずれ新型コロナウイルスに感染してしまうかの選択になるということです。また、感染のリスクは、重症化や長期にわたる後遺症のリスクでもあります。

このように、ワクチンのリスクを考えるなら、ウイルスのリスクと比べる必要があります。ワクチンと新型コロナウイルス、どちらがより危険でしょうか。そう考えると、若者がワクチン接種を受ける意義が見えてくるのではないかと思います。

ファイザー社製ワクチンの場合、接種した人の発症率は、接種しなかった人に比べ約95%少なかったことが分かっています。

また、まれに接種後に短時間で呼吸の苦しさや血圧が低下するなど「アナフィラキシー」と呼ばれる重大な副反応が起こることがありますが、接種会場ではすぐに対応できるよう医薬品などの準備をしています。8月29日時点で市内でアナフィラキシーが起きたという報告はありません。

ワクチン接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの双方を理解したうえで接種を判断してください。また、ワクチン接種に関する差別を行うことのないよう、ご理解とご配慮をお願いします。

接種予約のお知らせ

●現在12歳以上の人の予約を受付中です。

●予約は市コールセンター(☎692-1072) また、予約サイトから





初心者向けスマホ教室を開催します！

●問い合わせ デジタル推進課 ☎942-1116

スマホ教室

グループ	日程	
	【1日目】	【2日目】
	13時30分～15時30分	
①	10/5(火)	10/7(木)
②	10/19(火)	10/21(木)
③	11/9(火)	11/11(木)
④	11/16(火)	11/19(金)
⑤	12/7(火)	12/9(木)
⑥	12/14(火)	12/17(金)
⑦	1/12(水)	1/14(金)
⑧	1/18(火)	1/20(木)
⑨	2/8(火)	2/10(木)

■時間 13時30分～15時30分

■会場

奇数グループ…リーパス302

偶数グループ…市役所中会議室

「検索のやり方がよく分からない」「アプリって聞けど何？」など、スマホの身近な疑問を解消し、インターネットやアプリを身近なツールにしませんか？市では、無料のスマホ教室を開催します。

2日間の講座で、スマホの基本から日常使いで便利な機能まで習得できます。

■テーマ

1日目 ①インターネット ②地図アプリ

2日目 ①LINE・SNS

②オンライン申請(マイナンバーカード)

■講師 ドコモショップ古賀店スタッフ

■対象 市内在住の人

(スマートフォンを持っている人、メーカーは不問)

■定員 各グループ4人まで(先着順)

■参加費 無料

■申込方法 必要事項(名前、住所、電話番号、参加を希望するグループ(第3希望まで))を電話、メール(jouhou@city.koga.fukuoka.jp)、FAX(942-3758)

※定員になり次第締切

※高齢者外出促進事業の対象イベントです。

※参加者に抽選で粗品を用意しています。

建替えなどに伴う



木造戸建住宅の解体・撤去(除却)の工事費を補助します！

●問い合わせ 都市整備課 ☎942-1119

「来ないだろう」ではなく、「来るかもしれない」大地震への備えは重要です。市では、大切な命と財産を守るために、木造家屋*の耐震改修などの工事費を補助しています。

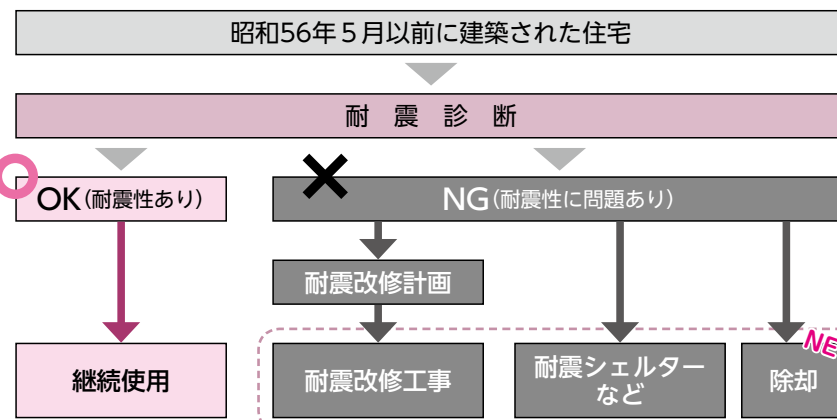
10月からは、さらに「解体・撤去(除却)の工事費」の補助(工事費の23%、上限30万円)を新たに始めます。

まずは、県の「耐震診断アドバイザー派遣制度」を利用して耐震性をチェックしましょう。

耐震性に問題がある場合は、建替えや住み替えなどを検討し、補助制度については事前に都市整備課へ相談してください。

■対象 *昭和56年5月以前の旧耐震基準で建築された耐震性に問題がある木造戸建住宅

詳細はこちらから▶



まずは耐震診断を！
診断費用は3,000円～6,000円。
専門のアドバイザーを
現地に派遣します。

※申請前に自前着工した場合は、補助金の対象外になるので注意してください。



耳より情報をお届け！

見ちゃらん？



にちがちゃん

※掲載情報は9月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の影響で延期または中止になることがあります。最新情報は市ホームページで確認、または担当課に問い合わせてください。



自衛隊ふれあいコンサートの開催♪

●問い合わせ 総務課 ☎942-1112

皆さんお待ちかね！陸上自衛隊第4音楽隊を招き、「自衛隊ふれあいコンサート」を開催します。陸上自衛隊第4音楽隊は、音楽科部隊として春日市の福岡駐屯地を拠点とし、各地で演奏を披露しています。音楽隊の精鋭が奏でる、素晴らしいハーモニーを、ぜひお楽しみください。

11/13(土) 14時～16時(13時開場) 【場所】リーパス大ホール

参加費無料



■定員 400人(応募多数の場合は抽選)

■申込方法 ①住所 ②名前 ③年齢 ④電話番号 ⑤人数(1枚で2人まで)を明記のうえ往復はがきで、下記宛先まで申し込んでください。

※なお、返信の表面には申込者の宛先を記入してください。

■宛先 〒811-3192(住所不要) 総務課「ふれあいコンサート係」

■申込期限 10月20日(水)必着

主催：古賀市 共催：古賀市自衛隊家族会・古賀市自衛隊協会



まちの用心棒「自主防犯団体」が街頭活動を展開！

●問い合わせ 総務課 ☎942-1112

県下の犯罪件数は減少傾向にあります。しかし、高い水準で発生している性犯罪、高齢者を狙った二重電話詐欺など市民に不安を与える犯罪は依然として発生しています。市でも、「自主防犯団体」が地域の安全安心を守るため、小・中学生の登下校時の見守りや防犯パトロール、警察との協働で街頭啓発に取り組み、身近なところでの犯罪抑止に力を発揮しています。

古賀駅

【2021年7月】

深夜花火禁止街頭啓発

花見海岸

【2021年7月】

深夜花火禁止夜間パトロール

団体の活動状況

【2021年4月】

【2020年12月】

年末防犯街頭啓発

性犯罪防止街頭啓発



ハーバースカレッジ

まじで気になる100の講座

令和3年度後期 受講生募集中

みつけるワクワク つながるドキドキ



高齢者インフルエンザ予防接種が始まります

● 問い合わせ 健康介護課(サンコスモ古賀内) ☎942-1151

【接種期間】10月1日(金)～令和4年1月31日(月) ※期間中1人につき1回

■対象者 ①または②に該当する人

- ①接種当日に65歳以上の人
- ②接種当日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器の機能や、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がい(身体障害者手帳1級程度^{※1})がある人

■自己負担額 2,000円^{※2}

- 接種時に必要なもの 本人確認書類(健康保険証、運転免許証などの住所、名前、年齢が確認できるもの)
- ※1 対象者②の人は、身体障害者手帳が必要
- ※2 生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は費用が免除されます(要証明書)。

【対象の医療機関】

医療機関名	電話番号	インフルエンザ予約	医療機関名	電話番号	インフルエンザ予約
いけだ内科クリニック	944-3225	不要	ちどり医院	943-0224	不要
植田脳神経外科医院	943-2220	要予約	堤医院 ※接種実施時間帯については要確認	944-2230	不要
かい外科・胃腸科クリニック	940-1620	要予約	トーマ・クリニック	943-3335	要予約
かい整形外科医院	943-2411	要予約	中島医院	942-2402	不要
かわくぼ脳神経外科	940-4970	要予約	中山内科胃腸科医院	943-8831	要予約
北崎医院	942-3205	不要	西牟田整形外科医院	942-6161	要予約
古賀おなかぼん内科クリニック	944-0005	要予約	福岡内科・循環器科クリニック	942-3700	不要
古賀中央病院	944-1551	不要	福岡聖恵病院	942-6181	要予約
こがファミリー内科循環器内科	946-3131	要予約	舞の里内科クリニック	944-2626	要予約
武市クリニック	943-1155	要予約	やの循環器科内科クリニック	944-2380	不要

※県内の指定医療機関でも接種が可能です。事前に医療機関に確認してください。



周囲の理解で生きやすく～発達障がいって、なんだろう？～

● 問い合わせ 福祉課(サンコスモ古賀内) ☎692-1078

誰でも、得意や不得意、好き嫌いなどがあるものです。発達障がいのある人は、得意なこと不得意なことの差が非常に大きかったり、他の多くの人と比べて違った物事の感じ方や考え方をすることが多い傾向にあります。

そのため、勉強や仕事の理解や進め方、対人関係でのすれ違いなど、生活に支障をきたすこともありますが、それは親の育て方や本人の努力不足の問題

ではなく、生まれつきみられる脳の働き方の違いによるものです。

発達障がいがある人も、周囲の理解と適切な配慮、ちょっとした環境の調整などがあれば、得意なことを活かせるようになったり、生きづらさが軽減されたりします。どんなことができ、何が苦手なのか、どんな魅力があるのかといった「その人」に目を向けてみると、新しい発見があるかもしれません。

※「発達障がい」とは：発達障がいは、脳機能の発達が関係する障がいです。
主に次の3つに分類されます。

● 広汎性発達障がい
(自閉症、アスペルガー症候群など)

【特徴】
特定の物事へのこだわりや
対人関係の困難さなど

● 注意欠陥多動性障がい AD/HD
【特徴】不注意、多動、衝動的な行動

● 学習障がい LD
【特徴】「読む」「書く」「計算する」など
特定の分野の学習が極端に苦手

感覚が過敏で、音などに
驚いてパニックになるこ
とも。でも、少し待って
もらえたら落ち着くよ。

初めての環境が苦手だ
けど、慣れた作業は丁
寧にできるよ。



※特性の現れ方は多様です。

「リーパスカレッジ」は、人生を豊かに過ごすためのヒントを見つけるたくさんの「場」という思いを込めて企画しています。皆さんの学びの場、出会いの場、きっかけづくりの場、仲間づくりの場として、どしどし応募してください。


申込期間 一次募集：9月20日（月・祝）～10月10日（日）
※定員に達していない講座は、随時募集します。

対 象 市内在住、または市内に通勤通学している人

受 講 料 1講座 300円（材料費が別途必要な講座もあります）
※受講料と材料費は、受講当日にお支払いください。


申込方法 申し込みフォーム（QRコード）、電話、窓口で受け付けます。※応募多数の場合は抽選となります。

受講通知 10月12日（火）以降に受講決定の連絡をします。
※①の講座のみ、10月5日（火）に決定し、連絡します。

③サトウキビ収穫 黒糖作り 


日時：10月22日（金）
9:00～12:00
集合：**U** フォーラム（8:50）
定員：13人
材料費：300円
講師：シルバー人材センター
内容：市内のサトウキビ畑で収穫体験。しぼり汁を煮詰めて手作り黒糖を作ります。バス移動あり。

2

④ウォーキングと入浴を科学する 


日時：10月23日（土）
14:00～16:00
場所：市民体育館
定員：15人
講師：清水利之さん
内容：いい姿勢づくりと正しい歩き方、免疫力がアップする入浴法は日常に役立つ科学的な情報です。

3 4

⑤心を癒す座禅体験 


日時：10月28日（木）
9:00～12:00
集合：**U** フォーラム（8:50）
定員：13人
講師：医王寺住職
内容：住職のお話と座禅を体験します。日頃の喧騒からしばし解放たれてゆっくり自分を見つめませんか。バス移動あり。

3

⑥藍染めマイ布袋 ～手拭いを染めて～ 


日時：10月30日（土）
9:00～12:00
場所：**U** 102 工芸室
定員：14人
材料費：1,000円
講師：田辺一美さん
内容：藍染めの染色過程は科学実験みたいで楽しい体験。手拭いをあずま袋に仕立て、染めあげます。

12

⑦お灸 de 美容 ～心・身体を温める方法～ 


日時：11月4日（木）
9:00～12:00
場所：**U** 302 洋室
定員：12人
材料費：1,000円
講師：高嶋慧さん
内容：お灸で心の緊張もほぐし血行改善、美肌効果も。おうちでできるセルフケアを伝授します。

3

⑧筆ペンで書く、もらって嬉しい年賀状 


日時：11月13日（土）
10:00～12:00
場所：**U** 103 洋室
定員：15人
材料費：1,000円
講師：北崎友喜さん
内容：年賀状、悩む季節ですね。みんなをあっと驚かせるチャンスです。講師が手本、ペンなど用意します。

4

⑨シェフに教わる酒の肴 ～リモート飲み会にも～ 


日時：11月17日（水）
9:00～12:00
場所：**U** 101 調理室
定員：8人
材料費：1,000円
講師：(株)ピエトロ 小森幸夫シェフ
内容：ピエトロ商品を使って、気分が上がる美味しいおうち時間を。

5

⑩部分月食と惑星観察 ～天体望遠鏡を使って～ 


日時：11月19日（金）
17:30～20:00
集合：**U** フォーラム（17:20）
定員：13人
講師：橋本洋さん
内容：ゆっくり夜空を見上げたのはいつですか？秋の澄んだ空での天体ショーを存分に（雨天メニューあり）。バス移動あり。

13

⑪こが散歩 秋空あおやぎ編 


日時：11月20日（土）
14:00～16:00
集合：古賀グリーンパーク
定員：15人
随付：生涯学習推進課
内容：歴史ある青柳と古賀グリーンパーク遊歩道の秋を見つけながら古賀の良さを再発見。（5km程度）（雨天中止）

3 15

⑫古賀の味力発見 ～食品加工団地巡り～ 


日時：11月24日（水）
9:00～12:00
集合：**U** フォーラム（8:50）
定員：13人
随付：生涯学習推進課
内容：(株)カイセイの特長ある食品についての説明も受けられるチャンス。エコバッグ持参で買い物も楽しめます。バス移動あり。

8

⑬キャンプの達人 子どもが憧れる大人に 

日時：11月28日（日）
9:00～12:00
集合：千鳥苑
定員：15人
材料費：1,500円
講師：大橋光雄さん
内容：着火剤を使わない簡単火おこしを名人から教わり、達人になろう。

4

⑭メンタルビジョン トレーニング 

日時：12月3日（金）
9:00～12:00
場所：**U** 103 洋室
定員：15人
講師：端野カナエさん
内容：「林先生の初耳学」でも取り上げられた眼球体操。メンタル強化と頭の回転を良くする、5分間の簡単トレーニング法を学びます。

4

U リーパスプラザこが



健康



自然



生活




防災



歴史




家庭

⑮古賀ハーブ農園のハーブでリース作り 


日時：12月14日（火）
9:30～12:00
場所：**U** 102 工芸室
定員：10人
材料費：1,500円
講師：柴田敬子さん
内容：ハーブの効能を教わりながら作成した、唯一無二のハーブリースを飾ってハッピークリスマス。

4

⑯古賀の匠を巡る旅 ～ロボット技術～ 


日時：12月16日（木）
9:00～12:00
集合：**U** フォーラム（8:50）
定員：13人
講師：(株)正興電機製作所
内容：ロボットによる最先端技術を擁する古賀市の老舗企業を見学します。体験もできます。バス移動あり。

9

⑰こが散歩 ハート巡り編 


日時：12月18日（土）
15:00～17:30
場所：**U** 302 洋室
定員：15人
講師：松岡勝さん・富美子さん
随付：生涯学習推進課
内容：折り紙でハートやクリスマスツリーを作った後、ハート探しのウォーキングを。（3km程度）

3 16

⑱子どもにお金の教育を 


日時：12月19日（日）
【午前】10:00～12:00
【午後】13:30～15:30
場所：**U** 中会議室
定員：各10組
対象：小学1～4年生とその保護者（未受講者のみ）
講師：横手光司さん
内容：お金のたいせつさを楽しく学べます。 **無料講座**

4

⑲手作りプランター 門松で新年を 


日時：12月26日（日）
9:00～12:00
場所：**U** 102 工芸室
定員：14人
材料費：1,000円
講師：中野かよみさん
内容：花屋さんが育てた苗を使った門松づくり体験。お正月を迎える準備をしましょう。

15

⑳名将 薦野増時に学ぶ ～古賀の歴史を知る～ 


日時：1月15日（土）
10:00～12:00
場所：**U** 大会議室
定員：45人
講師：土師武さん
内容：戦国時代から江戸時代前期にかけて活躍した武将「薦野増時」。古賀にゆかりがある薦野増時に焦点をあて歴史を学びます。

11

㉑小学生の思春期 


日時：1月16日（日）
10:00～12:00
場所：**U** 多目的ホール
定員：30人
講師：中村隆さん
対象：小学生の保護者
内容：思春期を迎える子どもとの関わり方とは？テクニックを学びましょう。 **無料講座**

4

㉒知っているつもりの「日本語」再発見 


日時：1月18日（火）
10:00～12:00
場所：**U** 103 洋室
定員：15人
講師：佐々木謙介さん
内容：元 NHK アナウンサーから学ぶ日本語の深さ、豊かさ、面白さ。ゲームやクイズ、シャンテという新・言語表現も体験します。

4

㉓アンチエイジングのボディメイク 


日時：1月22日（土）
10:00～12:00
場所：**U** 204 ダンス室
定員：12人
講師：柴田伊津子さん
内容：ステップエクササイズで汗をかき、お腹まわりもシェイプアップしましょう。おうち時間の手軽な運動も紹介します。

3

㉔ゆいのサポーターと家トレで健康づくり 

日時：1月26日（水）
10:00～12:00
場所：**U** 204 ダンス室
定員：13人
講師：介護予防サポーター
内容：体力・気力保持には家トレが一番。呼吸に合わせて体を動かす太極拳と古賀市早口ことばのかかるたでお口の元気づくり。

3

【無料公開講座】福岡堅樹さんを育んだ福岡家流の子育てに迫る 

日時：1月30日（日）
10:00～12:00
場所：**U** 多目的ホール
定員：90人
講師：福岡綱二郎さん（福岡堅樹さんの父）
坂崎隆一さん（アーティスト）
佐藤ともやすさん（パーソナリティ）
内容：古賀市出身のトップアスリート福岡堅樹さん（ラグビー）が育った環境や親と子の関係、地域との関わりなど、誰もが知りたい「子育てのヒント」を探ります。参加者からの質問などを受け付けながら、会場と一体になった公開対談形式で行います。 **無料講座**



福岡綱二郎さん



坂崎隆一さん



佐藤ともやすさん

掲載情報は9月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の影響で延期または中止になることがあります。

いろはちゃん



男女共同参画セミナー「メディアを通じて考える男女共同参画」

何気なく入ってくるメディアの情報。「あれ？」と思うことはありませんか？

情報に振り回されず情報を読み解き、上手に活用するコツを学びます。

いつ 10月16日(土) 10時～12時

どこ リーパス103

講師 阪井 俊文さん

(社会学者、福岡ジェンダー研究所嘱託研究員、北九州市立大学非常勤講師)

だれ 関心のある人どなたでも

¥ 無料

※託児無料(6か月以上、10月8日(金)までに要申込)

申込方法

電話、FAX、メール

メールQRコード▶



申込 問 人権センター

☎ 942-1128

FAX 942-1286

✉ danjo@city.koga.fukuoka.jp



映画上映「マダム・フロレンス! 夢を見る二人」

毎月第2金曜日に開催している図書館名画会と男女共同参画のコラボ企画です。

いつ 10月8日(金) 14時～16時

どこ リーパス歴史資料館 中会議室

なに 映画「マダム・フロレンス! 夢を見る二人」上映

人数 先着25人

¥ 無料

※託児無料(6か月以上、10月1日(金)までに要申込)

問 ・人権センター ☎ 942-1128

・市立図書館 ☎ 942-2561



高額療養費の申請時に領収書は原則不要になりました

国民健康保険に加入している人で、同じ月内の医療費の負担が自己負担限度額を超えた場合、申請により自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。

これまで申請には医療機関が発行した領収証が必要でしたが、領収書は不要になりました。

ただし、医療機関受診月から2か月後の20日より前に高額療養費の申請をする場合は領収書が必要です。

(例えば9月に受診した分の高額療養費であれば、11月19日までは領収書が必要ですが、20日以降に申請する場合、医療機関から市への請求情報により自己負担額を確認できるため、領収書が不要になります。)

なお、医療機関からの請求が月遅れなどで確認できない場合があります。

また、未申請の人で支給予定額が5,000円以上の人に、受診からおおよそ6か月後に申請の案内を郵送します。

※所得が未申告の人は支給される高額療養費が減額される場合があります。

■期間 受診月から2年間

どこ 市民国保課

持

・窓口に来庁する人の本人確認できるもの(免許証など顔写真付きであれば1点、なければ2点)

・世帯主及び受診者のマイナンバーが確認できるもの

・振り込みを希望する口座の通帳(世帯主もしくは受診者名義)

・委任状(別世帯の人が来庁する場合のみ)

問 市民国保課 ☎ 942-1193



サンルームなども固定資産税の対象になります!

物置や倉庫、サンルームなどの建物も、家屋としての要件を満たすものは固定資産税の課税対象になります。

【対象になる家屋の要件】

①定着性(土地に定着した建物であるか) ②外気断定性(建物に雨風を防止するための屋根、3方向以上の周壁があるか) ③用途性(居住・作業などの用途に供し得る状態であるか)

※物置や倉庫は、コンクリートブロックなどで基礎工事したものが課税対象です。基礎工事をせずにブロックの上に置いただけのものは課税対象になりません。また、柱と屋根だけでできている一般的なカーポートなどは課税の対象にはなりません。

※家屋として認定されない物置なども、事業用で使用していると償却資産に該当し、申告が必要になる場合があります。

上記のような建物を新築・増築した人、課税対象となるか分からない人は市税課へ相談してください。

対象になるサンルーム例▶



問 市税課

☎ 942-1125



e-Taxの利用にはマイナンバーカードが必要です

e-Tax(国税電子申告・納税システム)の利用には、電子証明書を搭載したマイナンバーカードが必要です。

既に現在有効なカードを持っている人も、電子証明書の有効期限が切れている、または、カードに記載の住所や名前が変わった場合は市役所で手続きが必要です。

※マイナンバーカードの取得は申請から1か月半程度要します。

問 市民国保課

☎ 942-1123

27 無心で彩る 糸かけアート

日時: 2月9日(水) 10:00～12:00

場所: U 102 工芸室

定員: 10人

材料費: 1,000円

講師: 光永ゆかりさん

内容: 色とりどりの糸が描き出す、あなただけのアート。奥深く、繊細で美しい作品に仕上がります。

4

28 親子で野球ボール遊び

日時: 2月11日(金・祝) 10:00～12:00

場所: 市民体育館

定員: 親子14組

小学1～2年生

講師: 奥村浩正さん、九州産業大学学生

内容: 柔らかい野球ボールを使って、オリジナル野球ゲームを行います。

3

29 古賀のソウルフード 「給食の牛めし」

日時: 2月12日(土) 9:00～12:00

場所: U 101 調理室

定員: 8人

材料費: 300円

講師: カル宏昭さん

内容: 大人になっても食べたい思い出の味を、ご家庭で再現してみませんか? 調理実習あり。

5

30 苔テラリウム作り ～容器の中の自然～

日時: 2月13日(日) 10:00～12:00

場所: U 102 工芸室

定員: 14人

材料費: 1,500円

講師: ㈱あおやぎ

内容: テーブルの上で毎日眺めて楽しめる苔の世界。小さな命を感じることもできます。

15

31 犬と暮らす生活を 夢見るあなたへ

日時: 2月18日(金) 13:00～16:00

集合: U フォーラム(12:50)

定員: 13人

随付: 環境課

内容: 福岡県動物愛護センターで、命を飼うことの素晴らしさと現実を学びます。バス移動あり。

3

32 6秒間の怒りの管理 アンガーマネジメント

日時: 2月19日(土) 10:00～12:00

場所: U 103 洋室

定員: 15人

対象: 子どもに関わる保護者

講師: 山口菜津美さん

内容: 子育て中のイライラとうまく付き合う方法を学びます。無料講座

4

33 初めてのピラティス

日時: 2月19日(土) 19:00～21:00

場所: U 306 和室

定員: 15人

講師: 市スポーツ推進委員

内容: もともとリハビリから始まったピラティスです。呼吸法×エクササイズで身体を整えましょう。

3

34 アルバムカフェ 大切な思い出アルバム

日時: 2月22日(火) 10:00～12:00

場所: U 102 工芸室

定員: 14人

材料費: 1,500円

講師: 中井やえさん

内容: 写真をかわいく飾り思い出を残します。自己肯定感を高める方法をお伝えします。

4

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGs(持続可能な開発目標)とは、2015年の国連サミットで採択された2030年までの国際目標です。持続可能な世界を実現するため、17の目標(ゴール)が定められています。古賀市においてもSDGsに取り組んでおり、リーパスカレッジでも、各講座を受講することを通じて市民の皆さんにSDGsを意識したくらしを送っていただきたいと思います。各講座の右下にある数字は、SDGsのゴールを示しています。

申し込み方法 その①

QRコードからの申し込みは、9月20日(月・祝)から受け付けます。次のコードを読み込み、必要事項を記入の上、講座名を選択してください。

公開講座専用コード



令和3年度後期講座



申し込み・問い合わせ
生涯学習推進課 公民館係 ☎ 944-1931

申し込み方法 その②

窓口での申し込みは、備え付けの用紙を利用してください。電話での申し込み時は、①名前、②年代、③居住地域、④電話番号、⑤メールアドレス、⑥希望講座番号を、係員に伝えてください。

※乳幼児託児を希望の場合は、申し込み時に係員に相談してください。(300円/人)

※リーパスカレッジは、古賀市高齢者外出促進事業の対象です。新型コロナウイルス感染症対策などで、講座の中止や変更の連絡をする場合があります。確実に連絡が取れる電話番号をお知らせください。

※希望講座番号は、講座メニューのはじめに記載してある番号を参照してください。

※講座メニューを地域などで実施したい場合は、メニューの出前を相談してください。要望に応じて調整します。

【イベント延期のお知らせ】

延期 第7回 古賀市生涯学習笑顔のつどい

11月14日(日)に予定していた「第7回古賀市生涯学習笑顔のつどい」は、令和4年1月23日(日)に延期します。 問 生涯学習推進課 ☎ 942-1347

募 ケア・トランポリン 健康運動教室参加者募集

ケア・トランポリンとは、転倒防止用の手すりをつけた1人用のトランポリンです。

ケア・トランポリン健康運動教室で「こころ」と「からだ」をリフレッシュしてみませんか。

いつ 10月27日(水)～令和4年3月30日(水)
毎週水曜日 10時～11時30分

どこ サンコスモ203・204

なに 音楽に合わせてトランポリンで、飛んだり足を上げたりする上下運動を交代で行います。バランス機能の向上、腰痛や膝痛の軽減などの効果が確認されています。

※全22回(初回と終回は体力測定)

※ケア・トランポリンの健康に関する効果を測るため、個人を特定しない形で医療データを活用します。

だれ 市内在住の18歳以上の人

※持病がある人、運動に制限や心配のある人は、必ず事前にかかりつけ医に相談し、承諾を得た上で参加してください。

※初めて教室に参加する人を優先します。

人数 先着15人

¥ 無料

申込方法 電話

申込開始 9月27日(月) 9時～

持 運動しやすい服装、水分補給ができる物

申込 問

地域活動サポートセンターゆい

☎ 941-6809



募 食生活改善推進員主催 料理教室参加者の募集

忙しい朝でも主食、主菜、副菜が一度にとれるポケットサンド。手軽に作れて栄養バランスもよい食事から、健康についても学びませんか？

いつ 11月1日(月) 10時～13時

どこ サンコスモ206・調理実習室

だれ 市内在住(20歳以上の人)

人数 12人(先着順)

※1調理台2人で行います。

¥ 300円

申込方法 電話または窓口

申込期限 10月18日(月)

持 エプロン、三角巾

申込 問 健康介護課(サンコスモ古賀内)

☎ 942-1151

募 2022年版 「福岡県民手帳」販売

予約購入を希望する人は、総務課または県統計協会へ連絡してください。一部の書店やコンビニなどでも販売されます。

【仕様・価格】

▶ ポケット判(135×73mm) 黒、ワインレッド/500円(税込)

▶ 標準判(162×84mm) 黒、ワインレッド、ブルー(限定色)、紺/600円(税込)

※紺のみ月間スケジュールが横野版

▶ ハンドブック判(210×150mm) 黒/1,000円(税込)

申込期限 11月5日(金)

問 ・総務課 ☎ 942-1112

・福岡県統計協会 ☎ 641-3560

募 古賀を歩こう ～こが浜辺&ふくま松林～

今年で2回目となる古賀市・福津市を結ぶ海岸でつながる広域ウォーキング。玄界灘を一望できる古賀市自慢の、白砂青松の浜辺ウォーキングコース「歩いてん道・浜辺コース」と福岡の浜辺で折り返す6キロコース。大海原の景観を楽しみ、秋風に吹かれて歩きましょう。



いつ 10月31日(日)

受付：9時～9時15分

終了：12時頃

どこ 花見小(受付・スタート・ゴール)
※駐車場が少ないため、できるだけ公共交通機関を利用してください。

・西鉄バス福岡赤間線「東花見」下車
・JR「千鳥駅」下車

だれ 誰でも参加できます

¥ 無料

持 タオル、飲み物、帽子、マスク

問 生涯学習推進課

☎ 942-1347

募 オクトーバー・ラン& ウォーク2021参加者募集

ウォーキングやランニングを実践している皆さんの日々の積み重ねが古賀市の全国ランキングに反映されます。ウォーキング累計歩数、ランニング累計走行距離をスマホのアプリで集計し、自治体ランキングを競うオンラインイベントです。歩くことや、走ることから気軽に運動してみませんか？

いつ 10月1日(金)～31日(日)

だれ 市内在住、通勤・通学している人

¥ 無料

申込期限 10月31日(日)

(開催期間中でも可)

※走行・歩行距離の全国ランキング上位の人に達成賞があります。

※下記のQRコードから、ウォーキング部門は「スポーツタウン WALKER」、ランニング部門は「TATTA」をダウンロードして参加してください。

問 生涯学習推進課

☎ 942-1347



募 井戸水は 年に一度の水質検査を！

井戸の衛生確保は、設置者が責任を持って行う必要があります。維持管理では、特に下記のことに気を付けましょう。



● 1年に1回以上、水質検査をしましょう。

※検査費用は自己負担。検査機関は市ホームページを確認してください。担当窓口でもリストを配布しています。



● 井戸水に異常があった場合は、臨時の水質検査を受けましょう。

● 井戸周囲に、むやみに人や動物が立ち入らないようにしましょう。

● 井戸の設備や周辺の清潔保持などについても、定期的に点検しましょう。

問 環境課 ☎ 942-1127

募 第3回 子ども歴史講座 参加者募集

歴史資料館では、楽しく歴史について学ぶ「子ども歴史講座」を開催します。

第3回は、「縄文土器をつくろう」です！古代の人たちが行っていた、粘土を細長いひものようにしてつみ上げていく「輪積み法」にチャレンジして、自分だけの縄文土器をつくりまわす。

皆さんの応募をお待ちしています！

いつ 10月16日(土)

14時～16時

どこ リーパス102

だれ 市内在住の小学生(3年生以上)

人数 10人(要申込・先着順)

¥ 500円

申込方法 窓口または電話

受付時間：10時～18時(火～日)

申込期限 10月8日(金)

申込 問 市立歴史資料館

☎ 944-6214

募 女性起業フォローアップ セミナーの開催

【コロナ禍の今だからこそ！

あなたの思いを発信する方法！

いつ 10月2日(土) 10時～12時

どこ ZOOMによるオンライン開催

講師

千葉 真弓さん

(中小企業診断士)

だれ 起業している・起業に関心がある女性

¥ 無料

申込方法

①名前、②電話番号を記入して送信。下記のメールアドレスかQRコードから申し込んでください。

メールQRコード▶



申込 問 人権センターWith(ウィズ)

☎ 942-1128

☎ danjo@city.koga.fukuoka.jp

募 第3回 みんなの人権セミナー

いつ 10月31日(日)

13時～(12時30分開場)

どこ リーパス多目的ホール

演題

「アフリカ少年が日本で育った結果」

講師 星野 ルネさん

(タレント/漫画家)



¥ 無料

※オンライン配信あり(要事前申込)

※手話通訳あり

※詳細は市ホームページを確認してください。

申込期限 10月24日(日)

申込 問 人権センターWith(ウィズ)

☎ 942-1128

司法書士 松本事務所 リーパスプラザこが正面

相続・遺言、登記(名義変更・抵当権抹消・法人等)、遺産整理その他

お気軽にお電話ください

場所 古賀市駅東二丁目14番20号 お問い合わせ ☎092-555-6262

●平日/午前9時～午後7時 ●土曜/午前9時～午後4時 コロナ対策万全実施

初回相談無料 (毎週土曜無料相談実施/予約優先) 出張・リモート相談可

福岡県司法書士会・福岡県行政書士会所属 P2台完備

有料広告欄

古賀市で最も低料金でお葬式がおこなえます。

直葬や、少人数の家族葬、費用をかけずにおこないたい方はご連絡ください。

直葬 12万円 (税込13,2万円)

家族葬 24万円 (税込26,4万円)

直葬・家族葬 専門

斎場 想庵

☎092-405-6828

古賀市中央1丁目2番13号 古賀市 想庵



有料広告欄

たいと思います。(hana hanaさん／千鳥／60歳)

天 職・甲斐誠さんの紹介です。若いのに立派な方です。ね!!小野地区の人たちが羨ましいです。古賀の駐在所の方もいつか紹介してほしいです。(八尋敦子さん／駅東／84歳)

「イコガ探し隊」

は じめておたよりします。「イコガ探し隊」を見てびっくりしました。古賀に造り酒屋さんがあるなんて知りませんでした。今後色々なところへ取材お願いします。(ジャリンコ・チエさん／天神／71歳)

イ コガ探し隊」が楽しみです。知らないお店の紹介がわかりやすく、行ってみよう!と思います。(ゆうちゃんさん／舞の里／61歳)

今 回の「イコガ探し隊」は「翁酒造」でした。主人も私も大のお酒好き!?で、気になった所なので嬉しかったです。(H・Sさん／米多比／52歳)

比江島選手

古 賀市出身のバスケットボール比江島選手をTVで応援してました。残念ながらオリンピックでは負けてしまいましたが、オリンピック前の強化試合でフランスに勝った時の活躍は本当に素晴らしいかったです。(高橋毅さん／薬王寺／37歳)

お幸せに 方にいる娘の結婚の報告がありました。親として娘が無事に送り出せる事は最高の幸せです。(ヤンちゃんさん／花見東／53歳)

遠 方から来た。親として娘が無事に送り出せる事は最高の幸せです。(ヤンちゃんさん／花見東／53歳)

感謝の気持ち

猛 暑の中、時間通りに配達に来てくださる方の労を、辛い、栄養ドリンクと励ましのメッセージカードを差し上げると、とっても喜んでくださいました。気持ち伝わりました。(Y・Mさん／中央／82歳)

ト イレのタンクの中にカビがある。業者さんをお願いしたら、用件が済んで「他にやってもいいことはないですか?」とお金の件もなく親切で言っていた。一人生活or高齢者生活すくうれしかったです!(小春ちゃんさん／青柳町／72歳)

コロナ禍の中

今 までもない長いコロナ禍、家で出来る事をしようと「ラッキョウ漬」「ウメ漬」に挑戦しました。夕方になると少しボケかけた夫と共に飲むチューハイが暑さの中の楽しみです。(谷山SAさん／谷山／72歳)

コ ロナで大変な世の中ですが、東京オリンピック、高校野球とスポーツ好きな私には楽しみが多い日々です。ゴルフにも行きたいのでコロナ終息を祈るばかりです。一人ひとりが高い意識をもって困難を乗り越えていけたらと願うばかりです。(おんちゃんおんちゃんさん／天神／51歳)

● 貴重なご意見や感想ありがとうございました。



ひなたくん

「広報こがアンケート」

Q1 今月の「こがんと。」はいかがでしたか。今後の参考のために感想を記入してください。

感想

Q2 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自由に記入してください。

(切りとり)

(切りとり)

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

その他 クロスボウ所持が禁止されます



クロスボウ(通称:ボウガン)は、殺傷能力がある固定装置を持つ弓矢です。これまで所持についての規制はありませんでしたが、6月16日付銃刀法の一部改正法が公布され、来年3月までに施行されて所持禁止になります。改正法施行後は、競技や、林業などの産業目的での使用以外では、所持できなくなります。

また、所持するには、施行から半年以内に公安委員会への許可申請が必要で、許可なく所持した場合は、懲役3年以下、または50万円以下の罰金が科せられます。

県警では、クロスボウを無償で引き取っています。破損品や部品、矢なども引き取りの対象で、県警ホームページからダウンロードできる依頼書に必要事項を記入して免許証などの本人確認書類と一緒に警察署に持参してください。

問 粕屋警察署生活安全課
☎ 939-0110

県ひとり親世帯等実態調査

県ひとり親世帯等実態調査は、生活実態及び要望事項などの把握を目的に、5年ごとに実施をしています。

その結果は、今後のひとり親家庭等福祉施策の推進を図るための基礎資料になります。

対象世帯へ調査票を送付しますので、協力をお願いします。

いつ 10月25日(月)～11月15日(月)

だれ 無作為に抽出した母子世帯、父子世帯、養育者世帯

問 県福祉労働部児童家庭課
☎ 643-3257

(月～金 8時30分～17時)

第11回 市民健康スポーツの日

市スポーツ協会では「今年はやるぞ!リレーマラソン(42.195km)」と銘打って、「市民健康スポーツの日」を実施します。気軽に参加してください。

いつ 10月17日(日)

9時～(開会式 8時30分)

どこ 市民グラウンド・市民体育館

※雨天時は体育館のみの実施

なに リレーマラソン42.195km(前回の記録: 竟成館高校 2時間16分45秒)、ウォーキングサッカー(アビスパ福岡による指導)、フリースロー、リフティングチャレンジ、各種体力測定、10mダッシュ記録会、「Hugっこ」によるイベントと軽スポーツ体験(市民体育館)

※さらに抽選で景品が当たります(抽選券を配布)。

※参加者全員に参加賞があります。

申込 問 市スポーツ協会

☎ 944-1825

※本協会では今年開催のオリンピック・パラリンピックを記念し、概ね1か月間をスポーツの日関連として各種イベントを計画しています。



募 はじめてのオカリナ体験教室

気軽に楽しめるオカリナ、温かみのある優しい音色を奏でてみませんか? 2回コースの体験教室で、初心者でも気軽に参加できます。

いつ 10月8日(金)・10月22日(金)

2日間(いずれも15時～)

どこ 千鳥苑

だれ 一般成人

人数 6人(要予約) **¥** 1,000円/回

※オカリナは貸し出しもできます。

申込 問 NPO法人市文化協会

☎ 944-2778

(火～金 10時～17時)

☎ 090-5935-0730(講師:長崎)

● イベントや情報の12月号への掲載希望は、10月13日(水)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聴係 ☎942-1346】✉pr-koho@city.koga.fukuoka.jp

消防 TOPICS トピックス

登山アプリ活用していますか?



登山アプリは、スマートフォンが圏外でも、GPS機能を利用して現在地を把握することができます。家族や友人と共有していれば、離れた場所でも現在地を知らせることができます。

近年の登山ブームから、標高が高い山だけでなく、気軽に登ることができる立花山などの身近な山でも道に迷い、遭難する登山者が、増加しています。もしもの時、登山アプリを使用すれば、救助が必要な場合でも、消防隊に正確な位置情報を伝えることで、早期の救出が可能です。

登山アプリを活用し、登山をより安全で楽しいものにしましょう!

【インストールの多い登山アプリの例】



▲ジオグラフィカ ▲ヤママップ ▲ヤマレコ

問 粕屋北部消防本部
☎ 944-0131

ゆるーくはじめる・私・ウィーク

健康、暮らし、仕事、これからどう過ごそうかなと考えているシニア世代を対象にセミナーを開催します。気軽に参加してください。

いつ ①10月19日(火) ②10月20日(水) ③10月21日(木)

(いずれも10時～12時)

どこ はかた近代ビル1階会議室(福岡市博多区博多駅東1-1-33)

■テーマ

①人生100年時代の心と身体の健康づくり
②生涯生活設計セミナー(初心者向け)
③おしごと座談会(みんなどうしてるの?)

だれ 概ね60歳以上の人

人数 ①②15人③12人

(いずれも要事前申込)

¥ 無料

申込 問 県70歳現役応援センター

☎ 432-2512

(平日 9時30分～18時)

かすみん あーちゃん

File-30

インコが探偵隊

古賀市PR大使のかすみんとあーちゃんが市内の事業所を潜入レポート。知られざる魅力を毎月発信します。

まつだ かすみ
松田 香純さん

1999年古賀市生まれ。お鍋と茶碗蒸し、本を読むのが大好き。古賀のいいところをたくさん発信したいと新PR大使に。

今回は、作業着などに素敵な刺繍をしてくれる「安全産業」さんの取材に来ました！

お父さんのジーンズショップ「カクタス」さんと作業服販売の「安全産業」を受け継いで

全て一人作業なので、繁忙期の4月、10月ごろは大忙し！朝の5時から夜の12時まで作業する日も！1着1着、とても丁寧な仕上げです。

かすみん あーちゃん
神田 優彦さん

私も刺繍を入れさせてもらいました！

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。

市ハッピーやまつり古賀の旗も手がけていて、神田さん自身も市の観光協会やさまざまな場所で大活躍！どこかで見かけたこともあるのでは？

リズミカルな針の音がとても心地よかったです。

いただいたハート付きツナギで記念撮影！

お客さんは、知り合いが知り合いを紹介し、信頼で縁がつながっていきそうです。

（新規のお客さんでももちろんOK！）

人を大事にして、人に大事にされる、とっても素敵な会社でした！

かわいい赤のハート！

※身長168cmのかすみんが着ているのはSサイズ

【安全産業】所在地 天神6丁目12-36 ☎ 943-4224 ※注文や問い合わせは電話をお願いします。

図書館ホームページ

No.522

図書館 だより

【問い合わせ】市立図書館 ☎ 942-2561 ☎ 944-0918
【開館時間】10時～18時 🌐 <https://www.lib-citykoga.org/>

10月October

日	月	火	水	木	金	土
3	休	5	6	7	8	9
10	休	12	13	14	15	16
17	休	19	20	21	22	23
24	休	26	27	休	29	30
31						

休：休み・振替休館 休：整理休館

さあ、始めよう！
古賀市電子図書館
KOGA E-LIBRARY

Q1 使えるのはどんな人？

●「古賀市に住んでいる」または「古賀市に通勤・通学している」人

Q2 必要なものはなに？

●利用期限が有効な「利用者カード」
※持っていない場合は、まずはカードを作り図書館へ

Q3 手続きは必要？

●市内在住の場合…不要
●市内に通勤・通学の場合 来館または電話で「利用したい」と知らせる

Q4 「古賀市電子図書館」はどこにあるの？

●図書館HPトップの「古賀市電子図書館」のバナーから

Q5 初めてのログイン！どうすればいい？

●「古賀市電子図書館」のトップページで、「ID」「パスワード」を入力
※ID…図書館利用者カード裏面の「100…」から始まる9桁の数字
※パスワード…初期設定は8桁の「自分の生年月日」
〈例〉2021年1月1日生まれ→20210101

さあ、借ってみよう！読んでみよう！

Q6 借り方は？どれぐらい借りられるの？

●分類などから本を選んで「借りる」をクリック。
・貸出点数…3点まで
・貸出期間…15日間
・貸出延長…1回（期限内・次の予約がない場合）
※読みたい本が貸出中のときは「予約」ができます。

Q7 どうやって読むの？返すの？

●マイページ内の一覧から「読む」をクリック
●マイページ内の一覧から「返す」をクリック
※返却期限を過ぎたときは自動で返却されます。

*詳しくは、古賀市電子図書館トップページの「ご利用ガイド」を確認してください。

For Book Lovers

濡れた本は 次の人に貸せません…

本は、水に濡れるとページが波打ってしまいます。修復できるものもありますが、利用できなくなるものがほとんどです。その場合は、弁償が必要です。図書館の本は市民の財産です。傷まないよう、大切に取り扱いください。

●わたしのおすすめの一冊

『いつも心の中に』
みずきはお父さんの死から立ち直れなかったとき、飛行機に乗ってアメリカに行きます。そこで、おばの摩耶さんに、ある場所に連れていかれます。その場所での出会いで、みずきは前を向いていきます。悲しいけれど、あたたかい気持ちになれる本です。

小手鞠るい 作 金の星社 刊

古賀東中学校2年 いでふうか 井手 楓花さん

Vol. 30

7/30

東京五輪
コミュニティライブサイトで声援

古賀市と福津市がホストタウンを務めるルーマニアと日本の柔道チームの応援をイオンモール福津のパブリックビューイングで実施。地元の柔道クラブも駆けつけ、精一杯声援を届けました。



8/2

カルピス×「水の日」

市とカルピスのコラボイベントを「水の日」にあわせて実施。災害時に活躍する給水車の体験や、顕微鏡を使った微生物の観察、カルピスを使ったかき氷の提供など、コロナ禍に親子で楽しく学べる貴重な機会となりました。



8/20・21・22

世界とつながる
3日間

市内の中学生がオンラインで国際交流する「世界とつながる3日間」。タンザニア、ヨルダン、ベトナムの3国と文化や食、生活習慣の違いなどさまざまな視点で交流を深めました。



ひとのデータ▶2021年8月末現在

人口	59,569人 前年同月比 (-113)	男性	28,550人
		女性	31,019人
世帯数	26,328世帯	出生	40人
		死亡	49人
		転入	204人
		転出	201人



パンに塗ったりチキンやサーモンにかけたり、タコとあえてもgood。バジルパスタも絶品です。万能バジルソースで色々な料理にチャレンジしてみてください！

どんな料理もこのソースを添えると、素敵に変身。作り方は簡単♪バジルの葉を洗って水気を取り、塩、にんにく、オリーブオイルと一緒にミキサーにかけるだけ。ナッツや粉チーズを入れてもおいしいです。

市内でつくられる商品や農産物の紹介するコーナー。ハープづくりで活躍中の原月江さんのイチオシ。

「手作り万能バジルソース」でおうちごはんを楽しもう！

こがを
食べよううちのイチオシ
食べ比べてみて。

ホッとHotな話題

7/22~8/15

夏休みの学習は地域の学び舎「寺子屋」で



日吉台アンビシャス広場

夏休みなどに地域の子供たちが、公民館や学校施設で、地域の大人たちと学習やさまざまな体験活動を行う「寺子屋事業」。今年度も各地域で開催されました。

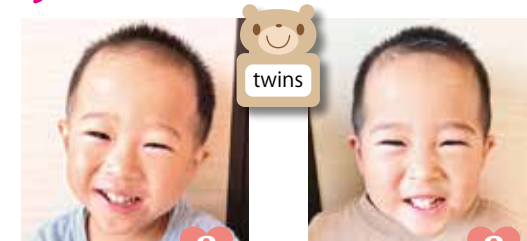


小野小サマーチャレンジ

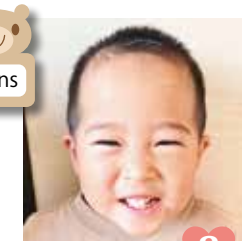
【寺子屋事業実施団体】

小野小サマーチャレンジ、東小夏休み子ども広場、かづる寺子屋、日吉台アンビシャス広場、古賀南区アンビシャス広場

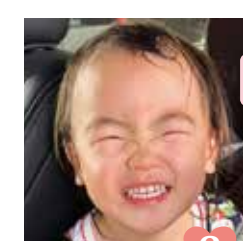
Happy Birthday 10

ひろまさ たいき
廣政 大輝ちゃん
10月5日生 新久保

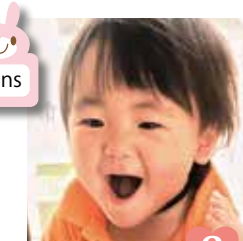
しっかりものたいちゃん！おめでとう！おしゃべりも上手になって楽しいね^^

ひろまさ こうき
廣政 幸輝ちゃん
10月5日生 新久保

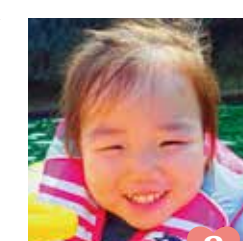
ひょうきん者のこうちゃん！おめでとう！家族を笑わせてくれてありがとう^^

しふた かな
渋谷 葉愛ちゃん
10月13日生 新久保

お誕生日おめでとう！お兄ちゃんと仲良く、グングン大きくなってね☆

しふた ひより
渋谷 陽愛ちゃん
10月13日生 新久保

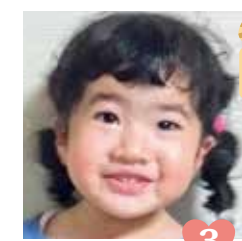
お誕生日おめでとう！お兄ちゃんと仲良く、マイペースに大きくなってね☆

おおば たお
大庭 多恵ちゃん
10月15日生 花見東

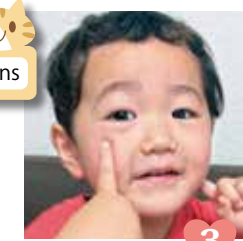
よく遊び！よく学べ！人生正直に！自分らしく笑顔の多い人生になーれ

とう ゆのか
藤 結叶ちゃん
10月16日生 小竹

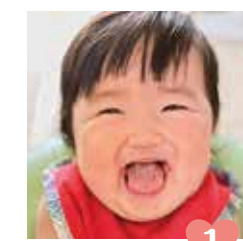
2歳おめでとう！沢山食べてニコニコ☆いつも家族に笑顔ありがとう！みんな大好きだよー！！

はぎお さほ
萩尾 紗帆ちゃん
10月17日生 花見東

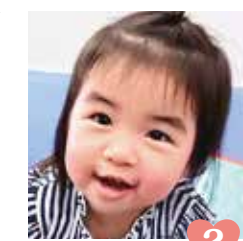
3歳おめでとう！しっかり者で甘えん坊なさほちゃん♪兄妹仲良く楽しく過ごそうね！

はぎお じゅんや
萩尾 純也ちゃん
10月17日生 花見東

3歳おめでとう！ニコニコ笑顔で元気なじゅんくん♪たくさん笑って大きくなってね！

たやま かお
田山 紺織ちゃん
10月19日生 青柳

1番強い末っ子ちゃん！(o^^o)元気に遅く毎日可愛い笑顔ありがとう！

みやもと かんナ
宮本 カンナちゃん
10月20日生 花見南

お誕生日おめでとう！これからたくさん笑って過ごしていこうね！

こがっ子募集中！

申込期限は毎月お誕生月の前々月15日(土・日・祝日の場合は翌開庁日)。12月生まれのお子さんは10月15日までに写真またはデータにコメントを添えて広報公聴係まで申し込んでください。市ホームページからも応募できます。

広報公聴係
☎942-1346

コンプレックスこそが最強

やまさき かいと
山崎海斗さん (株)エー・ワイ・エス 営業部

営業マンは自分の印象付けに躍起になるが、139cmの自分は一度会ったら必ず覚えてもらえる。一生付き合うこの体、どうせならプラスに捉え明るくポジティブに生きた方が人生断然楽しい。

山崎海斗さん22歳。市内でオフィス機器の販売・メンテナンスを行う(株)エー・ワイ・エスの自称「日本一小さい営業マン」だ。

営業マンという仕事も最初は無理だと反対された。しかし「無理だ」と言われると逆に燃えるタイプ。会社を大きくし父親を日本一の社長にしたい、いつの日か尊敬する父を超えたい、という夢に向かい日々奮闘している。

海斗さんは先天性多発性関節拘縮症という難病で生まれた。関節を動かすのに病気で、自力での歩行が難しいケースも多いという。小学生時代、補助具を付けてのリレーは他の子の半分の距離からのスタート。観戦席では「ずるい!同じ距離にしろ」そんな親の声も聞こえたそう。中学生の頃は学校に行きたくないほど辛いこともたくさんあった。しかし彼はそんな経験も成長の糧にした。「今してみればそのおかげで強くなれもしたし、ありがたい経験でした。」

彼の生活にバドミントンは外せない。3年前は握力が無く、振ったラケットが飛んで行くほど。スポーツができる筋肉にするまでにどれほどの努力を重ねたのか想像に難くない。

「2024年パラリンピックをめざす」と宣言する彼は、夢や希望は言葉にすると自ずとそうなる」と自分を信じひたすら前進する。県内3位以内入賞が目下の目標だ。自分で作りさえしなければ「限界」など無い。

障がいのある人のことを多くの人に知ってもらいたいと2月からYouTubeを始めた。おかげでテレビ出演にもつながり「元気づけられた」とたくさんさんの反響が。誰かの力になる喜びは、今自分の生きる力にもなっている。

仕事、バドミントン、SNSは、一つとして欠かせない彼の生きがい。強さの素・個性発信のコンテンツだ。

やりたいこと、やれることはまだまだたくさんある。今日も「明るく楽しくポジティブに」をモットーに、人に勇気と希望と明るさを与えられる人になる。ために、何一つ諦めることなく挑戦し続ける海斗さん。

体は小柄、けれど決して小さくはない。



点描

編・集・後・記

●賛否両論のYouTube。今や夏休みの宿題解説が、QRコードから読み取る動画解説に。大人の自分たちが頭をアップデートしなくてはとわかりつつ、ゲームやおもちゃを次々に買いあさる姿が、どうにも腑に落ちない。●「今日の夕飯のレシピは？」と娘に聞くと、ここでも先生の出番。「映ってない調理前の準備がたいせつなんやろ」と知ったふうな口を利く娘。柄が短めのマイ包丁を手に、娘がようやく台所に立つようになったのは、先生のおかげかもしれない。●街やテレビでよく耳にする音楽のヒットの裏側、今やアーティストの原石を発掘する場所でもあるようだ。最適解は見いだせなくても、あらゆることを紙面づくりにいかしていきたい。(大川)

*講演 「体が使えない分口は達者」と本人の弁。私と話をしてもらえば別の障がい者の手助けをしようと思ったり身近に感じるのでは。障がいのある子どものお母さんたちとも話をしたい。小・中学校での道徳授業やZOOMなど、どこへでも話しに行きます。



YouTubeチャンネル

その競技

パラリンピック初で

メダル量産

【パラバドミントン】
パラリンピック初の正式競技に。
今大会では、金3、銀1、銅5の好成績