

こころ豊かな暮らしづくり・まちづくり

広報おおき

No.507
2023
令和5年
6月号



大木町議会議員を紹介します 2～3ページ

災害への備え 4～5ページ

写真：「むごとこできたばい」～川まつりさんのお飾りを作る牟田区の皆さん～
(裏表紙に関連記事)

声をお届けします！

これからの町政を担う大木町議会議員を紹介します



掲載は届け出順

とくなが たくや
徳永 卓也 議員



福祉・くらし・農業の3つの柱をスローガンに掲げます。

①障がいのある人やその家族、特に医療的ケアの人が不自由なく暮らせる町。
②空き家の解消・近所づきあいの活性化による和やかな人の輪づくりを通して、安心・安全に暮らせる町。③なんといっても大木町は田んぼとクリークの町。農業を通して町の活性化を目指します。

なかしま かずまさ
中島 和正 議員



未来への責任を果たしていく議決機関である大木町議会議員選挙が2期連続無投票の結果となったことに対し、議会としてこれまで町政への関心を高めることができていたのか、力不足を感じています。議会も新しい構成となりますので、違った視点も取り入れ町政発展のため全力で取り組みます。

ふかまち としお
深町 敏生 議員



大木町の原風景は、40年ほど前のほ場整備により大きく変わりました。現在の農村風景は、菌類施設やハウス施設、工業・商業地及び新興住宅地などが染み入る様に混住しており、町政へのニーズも必然的に多様化しています。私は、こうした現場の声を議会に届ける「現場主義」に徹し、活力あるまちづくりを目指します。

私たちがみなさんの

ますだ とみひろ
益田 富啓 議員



人口減少社会を生き抜くには「新しい価値」を生み出していくことが必要です。ネットの活用やAIの導入をさらに進めながら、地域の良さを体験できる機会を増やし、多くの人がいきいきとチャレンジし、生活に結び付けられる環境づくりを目指します。

たなか かずしげ
田中 一成 議員



大木町役場へ入職し定年退職まで42年間勤め、その後再任用、会計年度任用職員として勤めてまいりました。長年培った知識と経験を活かして、皆さまの声に耳を傾け、町政にその声が反映されるよう、住んでよかったと実感できるまちづくりを目指して頑張っていきます。

こが やすこ
古賀 靖子 議員



現代と将来のすべての子育て世帯をとりまく環境に対応できるような「子育て支援」と共に「子ども支援」の充実を目指します。地域と社会全体で「子育て」と「子ども達」を支え、大木町で「子どもを産み育てたい」そして「住み続けたい」と思える、まちづくりの施策を提案していきます。

なかしま むねはる
中島 宗昭 議員



更に少子高齢化人口減少社会へ進んでいくことにより、財源の確保が厳しさを増すと思われる。町民が安全で安心して暮らすことの出来るまちづくりのため、行財政の改革をはじめ、地場産業の振興、インフラの整備、子育て、教育、高齢者福祉など、それぞれの課題にむけて執行部と一丸となって政策に取り組んでいきます。

ば ば たかし
馬場 高志 議員



私は世界を旅してきた日本人です。自由の闘士であり、民主主義の守護者であり、資本主義の信奉者です。支持団体も政党にも属して無いですが、それら信念の元、個々の皆さんの心の代弁者となるべく励みたいと思っています。

やまだ たかひろ
山田 貴大 議員



子ども達が楽しく学べる環境を整え、大人になっても楽しく暮らせるまちづくりを目標とします。そのために議会の活性化を図り、地域に合った政策を町民の皆さんと一緒に実現できるよう努力します。

はらだ まさる
原田 勝 議員



今の時代、想定外の出来事が起こり得るかも知れないので、町民の皆様方が、安全で安心して、暮らせるまちづくりに努めます。いろいろな、課題や問題等、対話重視で、情報の共有、いろいろな方々を巻き込み、解決出来ればと思います。

ますだ りゅういち
益田 隆一 議員



自営業を営んでいる立場から物事を考えると、できないという理由を考えるより、できる方法を探し出すのが合理的です。大木町はすべてにおいて「日本一ちょうどいい田舎まち」で、利便性に長けているこの町が発展しない理由はありません。大木町の潜在能力を引き出し、大きな伸びしろを、導き出していきたいと思っています。

こが ともふみ
古賀 知文 議員



約3年間に及ぶコロナ禍により、私達の暮らしもコミュニティも大きなダメージを受けました。まずは一刻も早く立ち直らなければなりません。また、少子高齢化対策、地球温暖化対策等やるべき課題は山積しています。執行部と力を合わせ町民ファーストの住み良いまちづくりを目指します。

4 避難指示で必ず避難

警戒レベル4 避難指示で安全な場所に全員避難しましょう。自宅や親せき・知人宅での安全確保が可能な人は、必ずしも避難所に行く必要はありません。どこに避難するか事前に相談しておきましょう。避難に時間のかかる高齢者や体の不自由な人は、警戒レベル3 高齢者等避難で安全な場所に避難しましょう。

警戒レベル	状況	避難情報など
5	災害発生 又は切迫	緊急安全確保
警戒レベル4 までに必ず避難！		
4	災害の おそれ高い	避難指示
3	災害の おそれあり	高齢者等避難
2	気象状況 悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)

初夏から秋にかけて、台風や前線の影響により、大雨、洪水、暴風などの自然災害が発生しやすい季節です。町でも先行排水などさまざまな対策を行います。山ノ井川や花宗川の増水による住家の浸水や道路・農地への冠水が心配されます。自然災害の情報収集方法や避難方法について、家族で確認するなど事前に備えておきましょう。

災害への備え

☎総務課

☎0944・32・1035

備え 1

防災気象情報を収集できる準備を

●防災メール（まもるくん）の登録を

防災メール
(まもるくん)



気象庁の発表する各種気象注意報・警報（地震、台風など）や、町からの避難情報などがメールで受信できます。町からの重要な情報の受信源となるため登録をお願いします。

●洪水情報が緊急速報メールで配信！

国土交通省
川の防災情報



筑後川・矢部川で氾濫の危険が高まった時に緊急速報メールが自動で発信されます。雨の降り方や筑後川・矢部川の今の水位を確認できます。

●福岡防災ナビ・まもるくんの登録を

App Store



Google play



防災メール（まもるくん）の機能を強化したもので、現在地の位置情報に応じた防災情報などを入手することができるアプリです。

●大木町の気象情報の把握を

気象・防災関連ホームページで町全体の防災情報が確認できます。

気象庁
あなたのまちの
防災情報（大木町）



●河川水位の確認を

山ノ井川（十間橋）、花宗川（筑後市下北島、大木町下田橋）などの水位を確認できます。

福岡県
総合防災情報



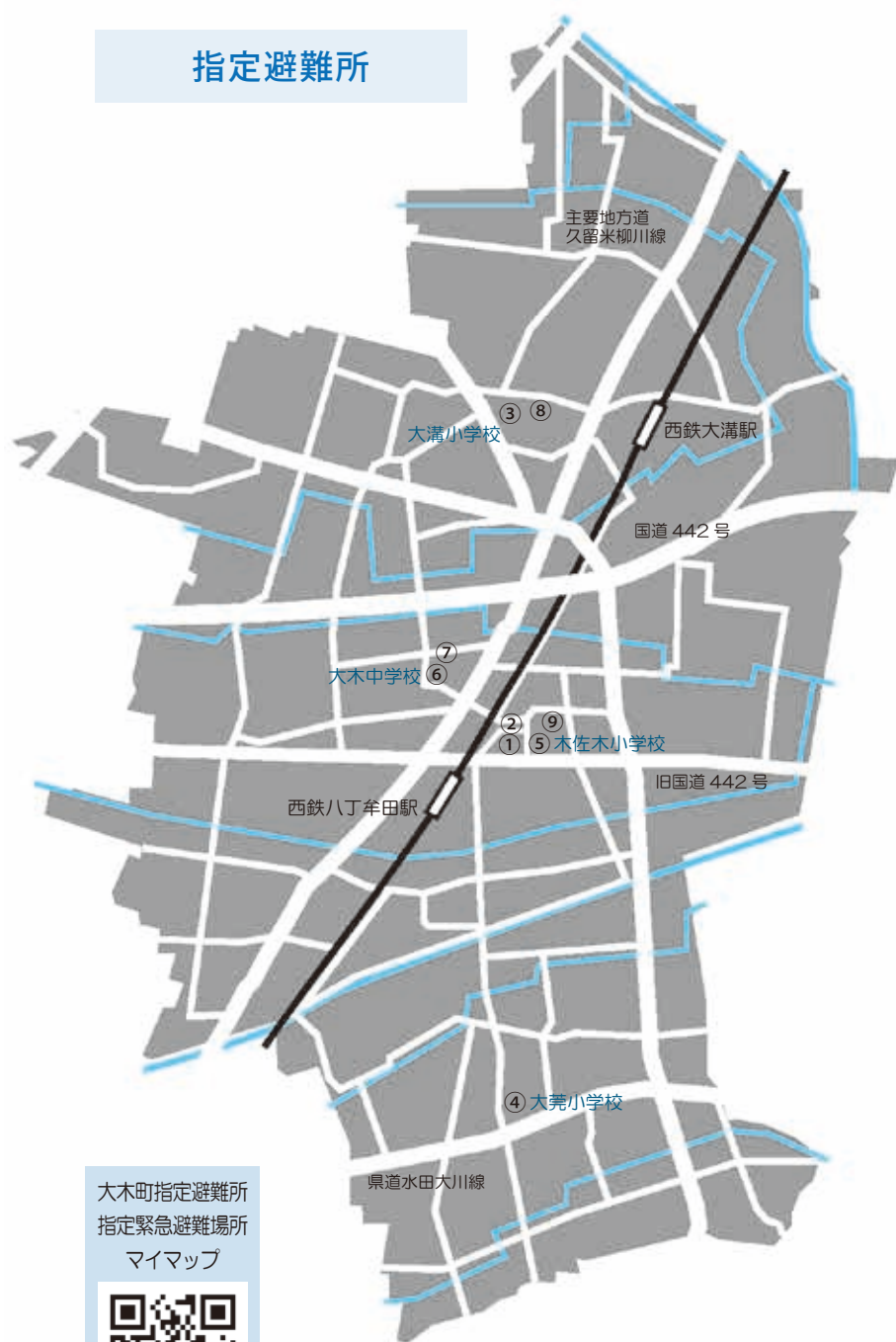
非常持出品や備蓄品を準備しましょう

避難に必要なものをすぐに持ち出せるようにリュックサックなどに入れて準備しておきましょう。また、食料、飲料水、マスク、生活必需品や常備薬も1週間程度の備蓄をしておきましょう。

避難所の確認をしましょう

町では、状況に応じて指定避難所を開設していきます。開設状況は随時、防災メールなどでお知らせします。風水害は、他災害と比べて早めに行動することで、安全に身を守ることができる確率が高くなります。また、夜間や冠水で避難所までの危険箇所が分りにくい状況での避難は、かえって命に危険が及ぶ場合もあります。近くの安全な場所や自宅のより安全な場所へ避難しましょう。

指定避難所



大木町指定避難所
指定緊急避難場所
マイマップ



警戒レベル3『高齢者等避難』発令時

- ①子育て交流センター
- ②大木町総合体育館
- ③大溝小学校
- ④大莞小学校 を開設

警戒レベル4『避難指示』発令時

- ①子育て交流センター
 - ②大木町総合体育館
 - ③大溝小学校
 - ④大莞小学校
 - ⑤木佐木小学校
- ※子育て交流センターと総合体育館の収容人数を超えた場合に木佐木小学校を開設

『大規模災害』発生時

- ①～⑤に加えて以下の施設を避難所として追加します。
- ⑥大木中学校
- ⑦大木町柔剣道場
- ⑧大溝保育園

【福祉避難所】

配慮が必要な人への支援が必要な場合は、次の施設を開設します。

- ⑨大木町健康福祉センター

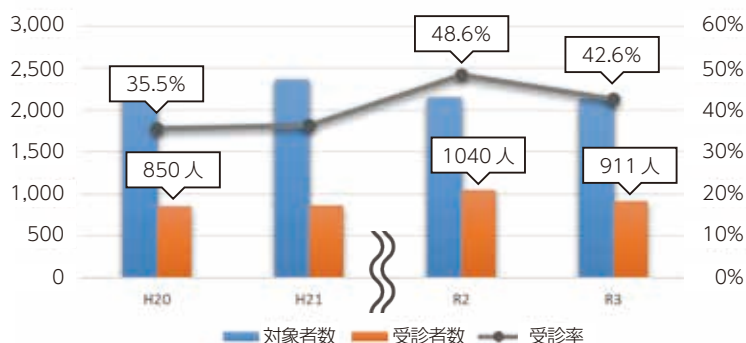
40歳になったら 特定健康診査 特定保健指導を受けましょう

特定健康診査を受けて、自分の身体の状態を知り、生活を改善することで、生活習慣病の進行や、脳血管疾患・心疾患などを防ぐことができます。あなた自身の健康と大切な家族の安心のため、定期的に受診しましょう。

特定健診とは

主に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した検査で、保健指導を活用して生活習慣を改善することで、健康増進につなげます。40～74歳の大木町国民健康保険加入者が対象です。

特定健診受診状況
（大木町国民健康保険加入者）



特定健診が始まった平成20年度の受診率は35.5%でした。その後、徐々に増加し、令和2年度には48.6%になりました。しかし、令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で受診控えも多く42.6%へ下がりました。

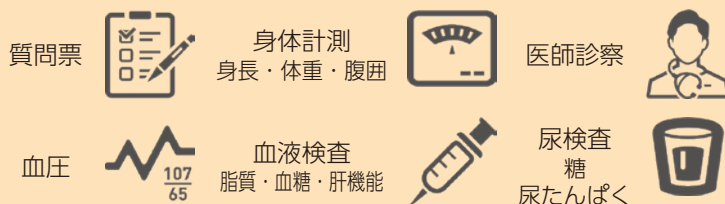
町では、受診率50%を目標にしています。

Q 特定健診の受診時間はどのくらいですか？
どんな検査がありますか？

A 所要時間約1時間。
検査内容は右のとおりです。

500円でこんなに受けられます

※町の助成により健診費用が、約8,500円お得です。



Q 定期通院中です。
受けなくて良いですよね？

A 通院中の人でも対象です。定期通院の治療や検査は、病気ごとに必要な検査を実施しています。特定健診は、生活習慣病に関する様々な検査を行うため、気づいていない病気が見つかるかもしれません。対象となる人には受診券を郵送していますので、ぜひ受診してください。



特定健診を受けた人の声（体験談）

介護を担っている私が倒れるわけにはいかない

健康維持のため年に1回必ず、かかりつけ医で特定健診を受けるようにしています。

息子が高校時代に、くも膜下出血になり、全介護状態になりました。現在も私が介護を担っているので、私が倒れるわけにはいきません。実は、私自身も、脳の検査で動脈瘤^{どうみやくりゅう}が見つかりました。血圧が高いと他の病気になる可能性が高いと医師から説明を受け、血圧の薬を飲み始めました。友人には、薬を飲みたくないと言う人もいます。私は、薬を飲みながら、ふだんの生活を過ごしたいので飲み始めました。今も、血圧の薬をもらうために定期的に病院へ通っています。



Aさん 70代 女性

健診が自分の身体を大切にするきっかけに

退職前まで、職場で健診を受けていました。職場で、保健指導を受けた経験がありますが、当時は聞く耳を持ちませんでした。

退職後は、毎年特定健診を受けています。受診した後は、町の管理栄養士さんから、我が事のように、詳しく説明を受けました。親身になって説明してくれたので、「自分でなんとかせやんな…。」という気持ちが強くなりました。この特定保健指導がきっかけで食事を見直し、ウォーキングやジムの運動を始めることができました。

以前は、自分自身の力で改善できると思っていましたが専門職からの説明や継続的な声かけと家族の後押しがあったから、現在も運動習慣の継続ができています。自己流ではダメですね。1人では長続きできません。今では、1人でも多くの人に健診を受けて欲しいと思っています。そして、もっと町の保健師や管理栄養士と関わって欲しいです。この関わりが、健康寿命を延ばしていけると感じました。



きゅうらぎ なおゆき
久良木 直行さん 71歳 男性

日程

特定健診は、2つの方法で受けることができます。町が実施する集団健診（検診）では、がん検診も一緒に受けることができます。受診料は有料（各500円）で、事前の申込みが必要です。感染防止・混雑防止のため、受付時間を指定して案内しています。

【個別医療機関で受診する場合】

▼がん検診

6月1日（木）～11月30日（木）まで

▼特定健診

6月1日（木）～翌年3月30日（土）まで

町内医療機関に直接予約をしてください。

【集団健診（検診）で受診する場合】

次回11月12日（日）、11月17日（金）、11月21日（火）
11月分申込み予約開始

9月1日（金）～10月13日（金）まで

（8月末全戸配布で案内予定）

予約・問健康福祉課

☎ 0944・32・1280

がん検診
お知らせ
QRコード



特定健診
お知らせ
QRコード



早めの熱中症対策

健康福祉課 ☎0944-32-1280

からだは常に一定の体温を保てるよう調節しています。体温調節がうまくできなくなることを熱中症といい、命に関わります。

熱中症の症状

- ・立ちくらみ
- ・筋肉のこむら返り
- ・手足のしびれ
- ・頭がガンガンする
- ・吐き気
- ・なんだか意識がおかしい
- ・だるい
- ・意識がない
- ・返事がおかしい
- ・まっすぐ歩けない
- ・体が熱い

熱中症は

誰もがなる病気

高齢者や乳幼児、体調不良など熱中症になりやすいと言われる人だけではなく、熱中症は誰もがなる可能性のある病気です。特に今年は、コロナによる制限が緩和されたため、熱さに体が慣れていない中での外出となり、特に注意が必要です。

6月から急増

暑さにまだ慣れていない中で到来する、6月の蒸し暑さにより、全国的に熱中症が数多く発生しています。

熱中症による救急搬送状況 (注)



夏を乗り切る声かけ

「水は飲んだ？」

1時間に1回、入浴前後、就寝前と起床後にも、水か麦茶をコップに1杯程度飲みます。お茶・コーヒー・お酒など利尿作用のあるものはかえって水分不足に



なります。1日1.2リットルが目安です。マスクをしている場合は、より水分補給を意識しましょう。

「冷房はつけた？」

暑いと感じなくても室温28℃を超えると冷房のつけ時です。扇風機で空気の流れを作ることも効果的。寝不足の原因になるので、夜も寝苦しくないように調節しましょう。日中はすだれや緑のカーテンで日光を遮ると、室温が上がりにくくお財布にも優しいです。



「暑さに負けない体づくりを」

「ややきつい」と感じる程度の運動を1日30分続けることで、体温調節機能の訓練ができます。十分な睡眠と3食バランスの良い食事とあわせて、本格的な夏に向けた準備をしましょう。

「体調が悪いときは無理せずに」

外出を避け、自宅でゆっくり過ごしましょう。

「涼しく過ごす工夫」

涼しい時間、場所を選んで外出しましょう。ゆったりした風通しの良い服で過ごすといいです。日傘や帽子、濡らしたハンカチ、うちわや携帯扇風機を使うのも手です。



もし熱中症かなと思ったらときは

涼しい場所へ移動し、体を冷やしましょう。

水分や塩分を補給しましょう。

症状が回復しない、意識がない場合はすぐに医療機関へ相談、または救急車を呼びましょう。

(注)グラフ出典 総務省消防庁 HP
過去の全国における熱中症傷病者救急搬送に係わる報道発表一覧
令和4年（5月から9月）の熱中症による救急搬送状況



繋がるみんなの思いやりで、
笑顔あふれる食卓を

6月は食育月間です

(毎月19日は食育の日)



思い出の味を話題に、
身近な方々と食事を
楽しんでみてはいかがでしょうか？

食育とは

「食育」とは、食に関する正しい知識と選択する力を身につけ、心と身体の健康を自分自身が育むことを言います。食事は生涯取り続けるものなので、「食育」は乳幼児から高齢者まで幅広い年代を対象としています。

食べ物は、生産者や調理してくれた人など、さまざまな人が携わって私たちの手に届きます。食べ物が作られる背景に目を向けられるようになると、自分や相手のために、安全なものを、健康なものを、おいしく食べられるものを考えます。正しい食の選択肢が広がると、思いやりや感謝の気持ちも育まれていきます。

食体験を通じた食育

「昔食べたあの味が忘れられない、懐かしいな」「小さいころ育てた野菜は今も作ってよく食べているな」「苦手な給食は時間かかって食べた」「出は味だけでなく、当時の出来事や関わった人などと一緒に、ふとしたきっかけで思い出されます。こうした食体験は記憶に定着しやすく、食体験を通して食に関する知識が自然と身につく、「食育」に繋がります。

大木町で楽しい食体験を

❖ 食育教室

「おやつクッキング」

町では、乳幼児期の保護者を対象に、食育教室を開催しています。

調理すること、一緒に食べることは家庭でできる食体験の最たるものです。調理実習後、手作りの優しいおやつを親子で一緒に食べて食体験を育んでいます。

❖ 参加者の声

・子どもがバクバク食べていたのでまた家でも作ってみたいと思います。
・初めての料理教室参加で緊張しましたが、みなさん優しく教えてよかったです。今後おやつを作ってあげたいと思います。



町民の皆さんに食を通じた環が広がるよう、インスタグラムを開設し、情報を発信していきます。

食事に関して気になること、不安なことがあれば、お気軽にご相談ください。

健康福祉課

☎ 0944・32・1280

みんなのば
食育ひろ
Instagram
QRコード



3が新しくなります

国民健康保険

8月からの保険証（うす緑色）

福岡県 国民健康保険 被保険者証	有効期限 令和 6年 7月 31日 記号・番号 00・012345 (枝番) 01
氏名 国保 花子 生年月日 平成 1年 1月 1日 世帯主氏名 国保 太郎 住所 福岡県三浦郡大木町大字八町半田 123 番地 4	性別 女
通算開始年月日 令和 1年 1月 1日 交付年月日 令和 1年 1月 1日	
保険者番号 * * 4 0 0 9 8 6 交付者名 大 木 町	町 大 木



7月までの保険証（桃色）

福岡県 国民健康保険 被保険者証	有効期限 令和 5年 7月 31日 記号 00 番号 012345 (枝番) 01
氏名 国保 花子 生年月日 平成 1年 1月 1日 通算開始年月日 令和 1年 1月 1日 交付年月日 令和 1年 1月 1日 世帯主氏名 国保 太郎 住所 福岡県三浦郡大木町大字八町半田 123 番地 4	性別 女
保険者番号 4 0 0 9 8 6 交付者名 大木町	町 大 木

現在お持ちの国民健康保険被保険者証（保険証）や国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証（保険証兼高齢証）は、有効期限が令和5年7月31日までの1年間です。8月からの新しい保険証や保険証兼高齢証は7月下旬に簡易書留郵便で世帯主宛にお届けします。

新しい保険証や保険証兼高齢証の色は、**うす緑色**です。窓あき横長の封筒（茶色）で届きますので、必ず封筒の中を確認してください。

保険証兼高齢証の自己負担割合を確認してください

保険証兼高齢証の対象になる70歳以上の国保被保険者は、医療機関で受診する際の自己負担割合が2割または3割です。

毎年、前年中の所得をもとに、8月から翌年7月までの1年間の自己負担割合の判定を行います。

今回お届けする新しい保険証兼高齢証に、8月からの自己負担割合について記載していますので、必ず確認してください。

※不在時に配達された場合は郵便局へ持ち戻りになります。その際は郵便局にお問合わせください。

※8月になっても保険証が届かない場合は、税務町民課までお尋ねください。

税務町民課

☎ 0944・32・1067

お願い

- 8月1日からは必ず新しい保険証をご利用ください。
- 保険証は台紙からはがしてお使いください。
- ジェネリック（後発）医薬品の普及・促進のため「ジェネリック医薬品希望カード」を同封していますので、ぜひご活用ください。
- 就学のために住民票を町外に移している方の保険証は、有効期限が令和6年3月末の保険証を送付します。更新手続きについては令和6年3月頃に個別で通知いたします。
- 国民健康保険から就職等により社会保険になられた方は、窓口での手続きが必要です。

8月から保険者証

後期高齢者医療保険

現在の被保険者証の有効期限は、令和5年7月31日までです。8月1日から使用できる被保険者証（うす緑色）は、7月下旬に郵送します。有効期限は、令和6年7月31日までの1年間です。ただし、保険料の滞納がある場合は、通常より短い有効期限の被保険者証を窓口でお受け取りいただくことがあります。

8月1日以降に受診されるときは、新しい被保険者証（うす緑色）を医療機関の窓口に提示してください。

7月31日までに新しい被保険者証（うす緑色）が届かない場合は、税務町民課までお尋ねください。

8月からの保険証
（うす緑色）

後期高齢者医療被保険者証

有効期限
交付年月日

被保険者番号

姓 名

生年月日

交付年月日

有効期限

一部負担金の割合

保険者番号並びに保険者の名称及び印

7月までの保険証
（桃色）

後期高齢者医療被保険者証

有効期限
交付年月日

被保険者番号

姓 名

生年月日

交付年月日

有効期限

一部負担金の割合

保険者番号並びに保険者の名称及び印

被保険者証の自己負担割合を確認してください

医療機関で受診する際の医療費の自己負担割合は、1割、2割または3割です。

毎年、前年中の所得をもとに、8月から翌年7月までの1年間の自己負担割合の判定を行います。

同じ世帯の被保険者のいずれかの人の住民税課税所得が145万円以上（※）である場合には、3割となります。

ただし、住民税課税所得が145万円以上であっても、次の1または2に該当する場合申請すれば、自己負担割合が1割または2割となります。

1. 同じ世帯の被保険者が2人以上の場合
同じ世帯の被保険者全員の収入の合計額が520万円未満
2. 同じ世帯の被保険者が本人のみで、次の①または②に該当する場合
 - ① 本人の収入が383万円未満
 - ② 本人と同じ世帯の70歳から74歳までの人の収入の合計額が520万円未満

※住民税課税所得が145万円以上でも、前年の12月31日現在において、被保険者が世帯主であり、かつ、同じ世帯に合計所得金額が38万円以下である19歳未満の世帯員がいる場合には、被保険者の住民税課税所得から、16歳未満は1人当たり33万円、16歳以上19歳未満は1人当たり12万円をそれぞれ控除した後の額で判定します。（届出は不要です）

※なお、住民税課税所得が28万円以上145万円未満の2割負担の方にも同様の判定基準が適用されます。

※住民税課税所得が145万円以上であっても、昭和20年1月2日以降生まれの被保険者と同じ世帯の被保険者全員の旧ただし書所得（総所得金額等から43万円を控除した金額）の合計額で判定します。（届出は不要です）

税務町民課

☎0944・32・1067

福岡県後期高齢者医療

☎092・651・3111 広域連合