

こころ豊かな暮らしづくり・まちづくり

# 広報おおき

No.543  
2026  
令和8年

6月号



事前の備えで命を守る 2~5ページ

おたから

シリーズ 地域の文化財紹介 6~7ページ

写真：4月29日に侍島下で行われた川まつり（裏表紙に関連記事）

# 事前の備えで 命を守る

☎総務課 ☎0944-32-1035

初夏から秋にかけては、梅雨前線や台風の影響により、全国的に大雨や河川の氾濫などの自然災害が発生しやすい時期です。町でも平成24年の九州北部豪雨や令和3年8月の大雨などにより多くの被害が発生しました。令和5年7月の大雨では、山ノ井川の堤防のかさ上げを進めているにもかかわらず、それを超える雨量により山ノ井川の水があふれました。自分や家族の命を守るためにも、事前にできる災害への備えをしておきましょう。

## 5月29日から防災気象情報が変わりました

国土交通省水管理・国土保全局と気象庁は、5月29日から新たな防災気象情報の運用を開始しました。河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮に関する防災気象情報に、新たに『危険警報』が新設されました。これにより、5段階の避難に関する情報（4ページ参照）と整合が図られ、より避難のタイミングが分かりやすくなりました。

警戒レベル 5相当	氾濫・大雨・土砂災害・高潮 <b>特別警報</b>	すでに安全な避難が難しく、災害が発生したり、切迫した状態 今いる場所より少しでも安全な場所へ直ちに移動
警戒レベル 4相当	氾濫・大雨・土砂災害・高潮 <b>危険警報</b>	自治体からの避難指示の発令に注意し、危険と判断した場合は 全員避難する
警戒レベル 3相当	氾濫・大雨・土砂災害・高潮 <b>警報</b>	自治体からの高齢者等避難の発令に注意し、 高齢者などの避難に時間がかかる人は避難を開始する
警戒レベル 2相当	氾濫・大雨・土砂災害・高潮 <b>注意報</b>	ハザードマップで災害が想定されている地域や 避難先、避難経路を確認する
警戒レベル 1相当	<b>早期注意情報</b>	最新の防災・気象情報を確認し、今後取るべき行動を確認する

## 「この後どうなる？」をチェック!!

気象庁のwebサービス「キキクル（危険度分布）」では、大雨や洪水による災害の危険が、どこで、どのレベルで迫っているかを、地図上で視覚的に知ることができます。

警戒レベル3相当「警報」や警戒レベル4相当「危険警報」が発表されたら、町からの避難情報などに注意し、大雨で危険度が高まった河川の水位情報を確認して、危険な場所にいる人は早めの避難を心がけてください。



キキクル



# ☑ 防災情報の収集

## ① 気象情報や発表中の警報を確認

### ● あなたのまちの防災情報（大木町）

大木町の気象情報や発表中の防災情報を確認できます。

気象庁  
あなたのまちの  
防災情報（大木町）



## ② 近くの河川水位を確認

### ● 福岡県総合防災情報

山ノ井川（十間橋）、花宗川（筑后市下北島）などの水位を確認できます。

福岡県  
総合防災情報



### ● 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配信されます。今後の雨量や筑後川・矢部川の水位を確認できます。

国土交通省  
川の防災情報



## 「ふくおか防災ナビ・まもるくん」の登録をお願いします

「ふくおか防災ナビ・まもるくん」は、災害時に役立つ情報をスマートフォンに届ける福岡県の防災アプリです。気象情報、避難指示、避難所の開設情報などをお知らせします。日頃の備えとしてぜひご利用ください。

ふくおか防災ナビ・まもるくん  
App Store Google play



# 避難する時のポイント

## ！ 最新の情報を入手

最新の気象情報や町からの避難情報を入手する。



## ！ 動きやすい服装で

荷物はリュックに最小限にまとめて背負い、両手が見えるようにする。



## ！ 運動靴で避難

長靴は水が入って重くなり、動きにくくなるので、ひもで締められる運動靴を着用する。



## ！ 河川や堀には近づかない

増水した河川や堀は大変危険なため、様子を見に行ったり近づいたりしない。



## ！ 早めの避難

台風や大雨の情報に注意を払い、早めに避難または避難の準備を行う。



## ！ 逃げ遅れたら少しでも高い場所で救助を待つ

冠水した道路や暗くなってからの避難は危険なので、逃げ遅れたら無理をせず、高い場所で救助を待つ。



## ☑ 避難行動をとるタイミングを確認

「いつ」「誰が」「何をするのか」を事前に確認しておきましょう。また、避難行動をとるために、気象庁や町が発令する避難情報を正確に入手しましょう。

警戒レベル 5	緊急安全確保	命の危険!すぐに自宅や近隣の少しでも安全な場所に移動
<b>警戒レベル4までに必ず避難!</b>		
警戒レベル 4	避難指示	危険な場所から全員避難
警戒レベル 3	高齢者等避難	避難に時間のかかる人は全員避難
警戒レベル 2	大雨・洪水・高潮 注意報	警戒レベル3以上が発令された際の行動を確認
警戒レベル 1	早期注意情報	最新の気象情報を収集する

## ☑ 避難場所・避難経路を確認

避難行動は一人ひとり違います。家族構成や家の場所、平屋なのかマンションなのかなど、生活環境によって変わります。ハザードマップを活用し、自分に合った避難を事前に確認しておきましょう。

自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。安全な親せきや知人宅に避難することも含め、事前に相談しておきましょう。



### 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総合体育館 (12月まで工事のため使用できません)
- ③大溝小学校
- ④大莞小学校

### 警戒レベル4 避難指示発令時

- ①子育て交流センター
- ②総合体育館 (12月まで工事のため使用できません)
- ③大溝小学校
- ④大莞小学校
- ⑤木佐木小学校

※①と②の収容人数を超えた場合⑤を開設します。

### 大規模災害発生時

- ①～⑤に加えて次を避難所として開設します。
- 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、健康福祉センターを福祉避難所として開設します。

# 地域のみんなで取り組む防災

「自分たちの地域は自分たちで守る」ために、各地区で結成された自主防災会。災害時に助け合える地域づくりのため、防災知識の普及や、いざという時に備えた学習会などを行っています。

## 災害時こそ地域のつながりが頼り

各地区では、救命講習のほか、地震体験や地域内の危険箇所の点検など、日ごろから防災活動に取り組んでいただいています。こうした活動を通して、地域で顔の見える関係性が築かれ、災害時の助け合いにつながります。

町では「災害に対する日頃からの備え」をテーマにした出前講座を行っています。自治区や育成会などの活動でご活用ください。詳細は総務課までお問い合わせください。

総務課 消防防災係  
石川係長



## 炊き出し訓練

非常時に備えた炊き出し訓練を行います。非常食の準備や調理を通して、地域で助け合う体制づくりにつなげています。

▶牟田自治区



## 防災運動会

地域で開催されていた運動会に、救命講習会やバケツリレーなどの防災プログラムを取り入れ、楽しみながら防災意識を高めています。

▶古賀自治区



## 救命講習会

三瀬消防署員から心肺蘇生法の手順やAEDの使い方を学び、参加者による実技を行います。



▲絵下古賀自治区



▲上白垣自治区

## 気象と防災講座

気象警報や注意報、避難情報の見方を学び、災害時に自分で避難のタイミングや避難先を判断する力を養います。



▲荒牟田自治区

## こみせんセミナー

# 気象・防災講演会

## 『近年の気象と防災』

6月6日(土)  
10時～12時

講師 よしたけあきら  
吉竹顕彰さん  
(気象キャスター)



災害に備えるために、まずは身近なことから学んでいきましょう。気象情報に関する基本的な知識や、天気予報・災害情報の見方などを学びます。

- 場所 大莞コミセン
- 定員 70人
- 対象 各地区自主防災会役員・公民館役員ほか大木町民
- 申込受付 6月5日(金) ※定員になり次第締切
- 申込方法 QRコードまたは電話

申込・☎大莞コミセン ☎0944-78-9124





# シリーズ おたから 地域の文化財紹介

◎地域づくりの課 ☎0944-32-1047

▶上木佐木下の三島神社の天狗（猿田彦）さん

町内あちこちに点在する鎮守の杜。どの神社も地域の皆さんが日々お世話をしたりお祭りを行ったりして、今まで大切に守られていきます。今回は木佐木西部の神社を紹介します。



▲立花三太夫の合戦シーン

◀よど祭り際の拝殿 (2017年撮影)



▲現存する天井絵馬 (写真は図書・情報センターで見ることができます。)



▲鳥居と猿田彦碑

描いたのは武島桂岳という筑後地方で活躍した絵師で、明治33年(1900年)に奉納されました。180枚の絵が天井に並ぶ様子は圧巻です。

拝殿の天井には、日本の歴史の場面が描かれた180枚の絵馬が納められており、八院の合戦で奮闘する立花三太夫の姿も見られます。

江戸時代の文献に、上八院村の氏神として南北大明神の名が登場することから、この神様が祀られていた可能性もありますが、どんな神様かはよくわかりません。

「伊弉諾神社」としての創始は明治6年であることがわかっていますが、境内に江戸時代の鳥居などが残っていることから、もっと以前からここに神社があったと考えられます。

① 伊弉諾神社  
住所 上八院793の1  
神様 伊弉諾命  
伊弉冉命  
大木中学校から西に500mほどの場所にあります。

## ② 木本神社



▲鳥居をくぐると楼門、拝殿に

住所 八町牟田1-1-6  
神様 泣澤女命

境内には泣澤女命を祀る本殿のほか、菅原道真公を祀る天満神社と火之加具土命を祀る秋葉社があります。承久元年（1219年）に神社が建立されました。

その昔、「木の本」と呼ばれる土地で田を耕していたところ鋤が軽石に当たり、石から赤い血が流れ出したため、驚いて御神体として奉納したという言い伝えがあります。

今回の調査で、本殿には言



▲本殿の彫刻も見事

## ③ 三島神社



▲落ち着いた雰囲気の内

住所 上木佐木1-1-54  
神様 事代主命

県道久留米柳川線を八丁牟田交差点から700m南へ行く大きな堀が現れます。その堀を渡った先の西側を鍛冶屋

い伝え通り軽石が奉納されていることを確認しました。

また本殿にある鏡3面のうち文久3年（1863年）のものは、稲の害虫駆除で知られる佐野貞蔵氏の父が奉納したものであることもわかりました。



▲願成就で奉納された鏡



▲奉納された手洗

と呼び、江戸時代には大庄屋の富松善右衛門の屋敷があつて、地図製作で有名な伊能忠敬が宿泊したという記録も残っています。

鍛冶屋の鎮守、三島神社の境内には、富松善右衛門が文政5年（1822年）に奉納した手洗も残っています。

鍛冶屋では天狗回しの行事が毎年9月の第二日曜日に行われています。赤と黒の天狗面をそれぞれ木の棒にくくり付けたものを持った2人の氏子と露払いが三島神社でお祓いを済ませた後、氏子の家々を回り一年の安全と無病息災を祈る行事です。



▲天狗回し（2012年撮影）

## ④ 三島神社



▲桜もきれいな三島神社

住所 上牟田口500  
神様 事代主命

町内に11社ある三島神社の一つで、入口から拝殿まで55mある比較的大きな神社です。

歴史は古く、建物は関係者や地域住民の手により修復され受け継がれています。

境内には本殿・幣殿・拝殿から成る社殿のほかに、楼門、鳥居、灯籠、狛犬、手洗と



▲愛嬌たっぷりの狛犬



▲獅子舞（2019年撮影）

末社の早馬社があります。本殿と早馬社の建物内には御神体が複数あり、一部には彩色が施されています。

神社では今も獅子舞やよど祭りなどの地域行事が盛んに行われていて、普段は静かな境内も行事になるととても賑やかになります。



▲社日ご祈禱。旗あげ祈禱は町内では上牟田口と侍島に残っています。（2019年撮影）

8月1日  
から

# 国民健康保険

紫色の資格確認書をご利用ください



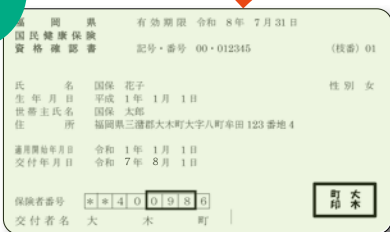
☎健康課 ☎0944-32-1280

7月下旬に特定記録郵便で世帯主宛に郵送します。

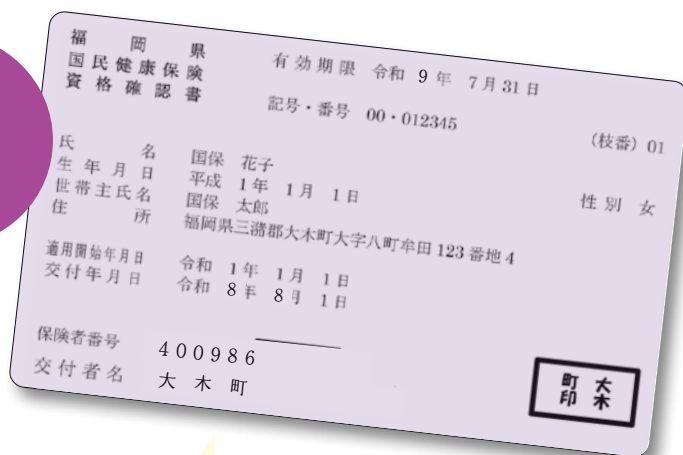
8月1日からは、必ず新しい資格確認書、またはマイナ保険証をご利用ください。

●窓あき横長の封筒（オレンジ色）で届きます。必ず封筒の中を確認してください。

旧  
うす  
緑色



新  
紫色



## 70歳以上の人は自己負担割合を確認してください

70歳以上の国保被保険者が医療機関で受診する際の自己負担割合は、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資格確認書、または資格情報のお知らせに、8月からの自己負担割合を記載していますので、確認をお願いします。

## お願い

- 7月31日までに新しい資格確認書または資格情報のお知らせが届かない場合は、健康課にお知らせください。
- 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。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人の更新手続きは令和9年3月頃に個別で通知します。
- 国民健康保険から就職などの理由で社会保険になった人は、窓口での手続きが必要です。

## マイナ保険証を持っている人に「資格確認書」は届きません。

資格情報のお知らせ

あなたの加入する国民健康保険の資格情報を下記のとおりお知らせします。有効期限 令和 年 月 日  
名称 このお知らせのみでは受診できません。

記号	番号	(枝番)
氏名		
フリガナ		
負担割合		
有効期日		
適用開始年月日		
交付年月日		

※70歳以上の場合は、負担割合のほか、有効期限、有効期日を記載。（下記の切り取り箇所も同様）  
スマートフォンをお持ちの方は、以下のQRコードからマイナンバーカードに連携することで、ご自身の国民健康保険の資格情報を確認することができます。ぜひご利用ください。  
マイナンバーカードへのアクセス・ダウンロードはこちら

マイナ保険証の読み取りができる！連携可能な場合については、スマートフォンの資格情報連携機能  
マイナ保険証とともに医療機関等の交付で読み出すことで連携いたします。  
（スマートフォンをお持たない方は、この文書をマイナ保険証とともに医療機関等の交付で読み  
出すことで連携いただけます。）

下記を切り取ってご利用ください。（このお知らせのみでは受診できません。）

資格情報のお知らせ

有効期限 令和 年 月 日  
氏名  
フリガナ  
負担割合  
有効期日  
適用開始年月日  
交付年月日

受診の際はマイナ保険証が必ず必要です。

マイナ保険証を持っている人には、「資格情報のお知らせ」を郵送します。  
※このお知らせだけでは、受診できません。



8月1日  
から

# 後期高齢者医療

桃色の資格確認書をご利用ください



☎健康課 ☎0944-32-1280 ☎福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092-651-3111

7月下旬に特定記録郵便で郵送します。  
8月1日からは、必ず新しい資格確認書、  
またはマイナ保険証をご利用ください。

●窓あき横長の封筒（黄色）で届きます。  
必ず封筒の中を確認してください。



旧  
紫色



新  
桃色



85歳以上の人		資格確認書を送ります。
84歳以下の人	マイナ保険証を普段利用していない人	
	マイナ保険証を普段利用している人	資格情報のお知らせを送ります。 引き続きマイナ保険証をご利用ください。

## 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。

## 資格確認書に限度額の適用区分が併記できます

今回、資格確認書を郵送する人で、すでに限度額の  
適用区分が併記された資格確認書を持っている人には、  
適用区分が併記された資格確認書を送付します。

新たに限度額の適用区分の併記を希望する人は健康  
課へ申請する必要があります。

※マイナ保険証を利用している人は、マイナ保険証で適  
用区分を確認できますので、必要ありません。

## お願い

7月31日までに新しい資格確認書または資格情報の  
お知らせが届かない場合は、健康課にお知らせください。



※このお知らせだけでは、受診できません。  
様式が未確定のため、変わる場合があります。

# 野菜を食べよう!

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維などの栄養素がたくさん含まれています。しっかり食べることで生活習慣病予防、健康づくりにもつながります。

## 1日に必要な野菜は350g以上!

皆さんは1日にどれくらい野菜を食べていますか?

厚生労働省は、野菜摂取量の目標を“1日350g以上”としています。しかし、令和6年度の調査によると、日本人の野菜摂取量の平均は258.7gで目標に届いていません。特に、若い世代では野菜不足の傾向がみられます。

目標 350g	
男性平均	268.6g <span style="float:right">-81.4g</span>
日本人平均	258.7g <span style="float:right">-91.3g</span>
女性平均	250.3g <span style="float:right">-99.7g</span>

## 350gってどのくらい?

1日に必要な野菜の量 350g は、生野菜なら両手に3杯分、ゆでた野菜なら片手に3杯分が目安です。

また、にんじんやほうれん草などの緑黄色野菜120g + 玉ねぎや大根などの淡色野菜230gを組み合わせて食べることがおすすめされています。



野菜中心の料理 (小鉢) だと5皿分!!



## 野菜をたくさん食べるポイント

**加熱して「かさ」を減らす**  
加熱することでかさが減って食べやすくなります。電子レンジの活用もおすすめです。

**手軽に取れる野菜を常備する**  
トマト、きゅうり、レタスなどの生野菜やブロッコリーやほうれん草は茹でて保存しておけば調理時短にもつながります。

**カット野菜や冷凍野菜などを活用する**

**作り置きを活用する**

1日3食しっかり食べる



バランスの取れた食事を意識する

- 主食** ご飯、パンなどの炭水化物
- 主菜** 肉、魚、卵などのたんぱく質
- 副菜** 野菜、豆、きのこなど  
ビタミン、ミネラル、食物繊維

## 旬の野菜を食べよう!!

旬の野菜は、栄養価も高く、新鮮でおいしく食べられます。これから旬を迎える夏野菜は水分やカリウムを多く含み、脱水や夏バテ予防におすすめです。

まずは今の食事に野菜を1皿増やすことから始めてみましょう。



町では町民の皆さんが食の知識を深め、健康的な食生活に対する意識を高めるきっかけになるよう、Instagramやホームページで食に関する情報を発信しています。気になることがあれば、町の管理栄養士にお気軽にご相談ください。

健康課 ☎0944-32-1280

みんなの食育ひろば  
(Instagram) ▶



# スイートコーン もぎとり体験

inくるるん農園

採れたてのあま〜い「スイートコーン」  
大人も子どもも大満足♪

🍌 開催日 6月6日(土)・7日(日)

※生育状況によっては開催日を変更する場合があります。詳しくは、道の駅おおきのInstagramなどでお知らせします！

🍌 時間 9:00 ~ 13:00

🍌 会場 くるるん農園 (道の駅おおき北側)

🍌 駐車場 道の駅おおき

🍌 料金 1本 / 250円 (体験料込み)

## 注意事項

- ・汚れてもよい服装でお越しください!
- ・荒天の場合は直売所での販売会となります!
- ・スイートコーンがなくなり次第終了です!

道の駅おおきの  
公式LINEができました。  
ぜひ登録をお願いします!

道の駅おおき くるるん夢市場

☎0944-75-2153



HP



Instagram



公式LINE

LINEでも  
お問い合わせOK!  
お気軽にご連絡ください。