



広報おおき

こころ豊かな暮らしづくり・まちづくり

No.525
2024
令和6年
12月号

年末年始の
施設情報

8～9ページ



写真:10月11日に開催された大木中合唱コンクールでグランプリを受賞した3年3組(15ページに関連記事)

「誰か」のことじゃない

①地域づくり課 ☎0944-3211047

みんなで考える人権

「すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。」

これは、1948年12月10日に、国連で採択された世界人権宣言の条文の一部です。採択を記念し、12月10日が「人権デー」と定められました。

日本でも12月4日から10日を「人権週間」とし、人権意識を高めるための啓発活動が行われています。

世界人権宣言が採択されて76年。今でも、さまざまな人権問題が存在しています。

人権問題は、みんなで考え、社会全体で解決していかねばなりません。解決するためには、私たち一人ひとりが「誰か」のごとくではなく、自分や、身近な人のこととして捉える必要があります。

「人権擁護委員」を「ご存じですか？」

町では、法務大臣の委嘱を受けた4人の人権擁護委員が活動しています。

人権擁護委員は、地域のからの人権相談に応じたり、人権侵害被害者の救済に当たったりするほか、人権に関する啓発活動を行っています。

啓発活動では、子どもたちの人権意識を育てるため、学校と連携して「人権の花運動」の活動を行っています。



人権擁護委員の活動紹介

人権の花運動 閉校式

11月1日、大溝小学校の3年生が取り組んだ人権の花運動の閉校式が行われました。

児童の感想発表では「友達と一緒に、大きくなあれと思いつきながら水をかけ、大きく高く育てきれいな花が咲きました。人権の花の学習から、友達に優しくしたり家族を大切にしたりしようと思いました。」「僕たちはひまわりの花を大切に育てました。僕はありがとうが言えて、友達と協力できる人になりたいです。3年生のみんなと仲良く過ごしていきます。」などの意見が出されました。

人権擁護委員の田中さんは「何かあったら、先生や家族に相談して。相談できないときはSOSミニレターで相談してね。みんなの味方だよ。」と子どもたちに伝えていました。



高齢者施設で人権相談・教室

11月13日に大木しょうふく苑で、「人権相談所」の開設と職員向けの人権教室が行われました。

職員向けの人権教室では、人権擁護委員の活動紹介や、高齢者の人権の説明が行われました。

また、「人権擁護委員という名前を聞いたことがありますか。」と尋ねたところ、初めて知ったと答える人が多く見受けられました。

人権擁護委員の中村さんは「少しずつ人権擁護委員の活動を広げているところです。もっともっと皆さんに知ってもらえるように活動の輪を一步一步上げていきたいです。」とコメントされていました。



私たちの健康は私たちの手で

大木町食生活改善推進員 (ヘルスマイト)の活躍

大木町食生活改善推進会は食を通じた健康づくりのボランティアとして活動を進め、発足から今年で48年目を迎えます。

所属する食生活改善推進員はヘ

ルスமைトとも呼ばれています。食に関する価値観やライフスタイルの多様化が進む中、健康づくりの発信源となり、地域に根ざした健康づくりを行っています。

ヘルスマイトの想い

(大木町食生活改善推進会

北原南海会長



人生100年時代を迎えた今、いつまでも自分らしく生きることが誰もが願っていることだと思います。国では、「すべての国民が健康やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」を目標に掲げ、さまざまな取り組みを進めています。

そこで、私たちヘルスマイトは、生活習慣病や低栄養、加齢によって心身が衰えていく状態(フレイル)を予防し、健康寿命の延伸を目指した伝達活動を行っています。栄養や食生活の改善方法をお伝えできるよう、町の管理栄養士に協力をいただき、草の根運動として地域の皆さんに向けた普及啓発を行っています。

スローガン「私たちの健康は私たちの手で」のもと、昨年からは特に減塩の普及に力を入れ、巡回相談の折には減塩味噌汁を試食していただいています。これからも健康づくりの担い手として、地域の人々の健康のために一層頑張っていきたいと考えています。



巡回相談実施中 皆さんの地域へ出張します

地域のイベントや老人会などの集まりへ出向き、減塩味噌汁の試食や男性料理教室の開催など普及啓発活動を行っています。ご希望があれば、皆さんの地域へ出張します。興味のある人はぜひご相談ください。

おいしく減塩料理教室

「減塩はおいしくない」そう思いませんか?おいしく仕上げるポイントを紹介します。男性の参加も大歓迎!

【日時】令和7年1月23日(木) 9時半~12時

【場所】健康福祉センター

【内容】

・減塩料理教室

・健康運動指導士による軽運動

【参加費】無料

【定員】20人

【持参物】エプロン、三角巾、室内運動靴

【申込期限】1月15日(水)

【申込先】☎0944-32581

1002(田中)

☎大木町食生活改善推進会事務局(健康課)

☎0944-32-1280

＼ 高齢者の 20%が認知症!? ／

認知症の人との上手な付き合い方

☎地域包括支援センター（福祉課内）

☎ 0944- 33- 0657

認知症とは

「認知症」とは、さまざまな脳の病気により、もともと正常であった記憶や判断能力などの知能（認知機能）が徐々に低下し、日常生活や社会生活に支障がある状態をいいます。

日本では高齢化の進展とともに、認知症の人も増加しています。65 歳以上の高齢者の5人に1人が認知症であると推計されています。また、65 歳未満で発症する「若年性認知症」は全国で4万人近くいると言われています。認知症は誰もがなりうる病気なのです。

認知症の誤解

認知症の症状は人によりさまざまです。「覚えられない」「忘れてしまう」と決めつけず、相手に寄り添うことが大切です。

× 症状の自覚がない

認知症の症状に最初に気づくのは、ほとんどの場合が本人だといわれています。物忘れが増えたり、できないことが増える変化に本人が一番驚き、混乱しています。

× 感情も忘れてしまう

認知症が進行し、物事の事実関係は忘れるようになっても、喜怒哀楽といった感情は残っています。

4つの「ない」

認知症の人が安心して住み慣れた町で暮らし続けるためには、周囲の人の協力が不可欠です。

認知症の人と接するときには、4つの「ない」を意識しましょう。

否定し
“ない”

例えば「財布を盗まれた」と身近な人を犯人扱いすることがあるかもしれませんが、最初から一方的に否定せず、まずは本人の訴えに耳を傾けましょう。

自尊心を
傷つけ
“ない”

乱暴な言い方や態度、子ども扱いは、認知症の人の自尊心を傷つけ、感情が不安定になったり、攻撃的な行動のきっかけになることがあります。

急がせ
“ない”

思考や動作がゆっくりになるため、何をするにも時間がかかります。急がせたりイライラせず、本人のペースに合わせましょう。

驚かせ
“ない”

認知症の人は驚くとパニックに陥ることがあります。話しかける時は正面から近づき、視野に入ってから声をかけるなど驚かせないようにしましょう。

応援者になる

～認知症サポーター養成講座～

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人やその家族を温かい目で見守る“応援者”です。専門的な知識を持ったり、特別なことをする人ではありません。

認知症サポーター養成講座で認知症に対する正しい知識と接し方を身につけませんか？



【認知症サポーター養成講座】

- 日時 令和7年1月18日(土)
13時半～14時半（受付13時～）
- 場所 こっぽーっとホール（総合体育館内）
- 対象者 どなたでも可

▼同日続けて、映画上映会も行います。

【オレンジ・ランプ】



39歳で若年性認知症と診断された丹野智文さんの実話をもとに描く、家族の希望と支え合いの物語です。

- 時間
14時45分～
（上映時間100分）
- 場所
こっぽーっとホール

水道管の凍結に

1) 注意ください



建設水道課

☎0944・32・1064

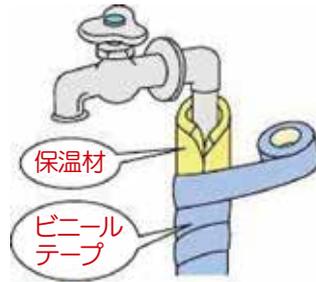
寒くなると、水道管が凍って水が出なくなったり、破裂したりする可能性が高くなります。

水道管の凍結を防止するためには、水道管に保温材・布などをかぶせ、その上からビニールなどを巻き付け、保温材がぬれないようにしてください。メーターボックスの中にも、保温材・布などをかぶせて保温してください。

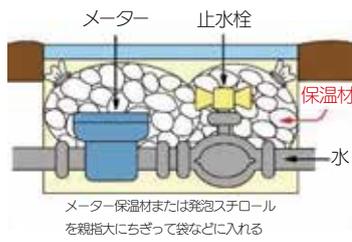
水道管が凍ってしまったら、タオルや布をかぶせてその上からゆっくりと「ぬるま湯」をかけてください。熱湯を急にかけると水道管や蛇口が破裂することがあるので注意してください。水道管が破裂してしまったらメーターボックス内の止水栓を閉め、町の水道指定工事店に連絡し修理してください。
※修理費用は、各人の負担となります。

水道管の凍結を

防止するために



水道管を保温材で保温しましょう。

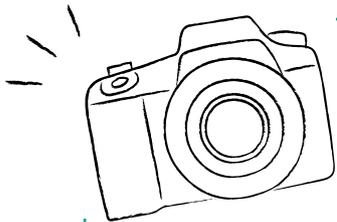


メーターボックス内も保温材や布切れで保温しましょう。

水道管が凍結してしまったら



蛇口にタオルや布をかぶせ、ぬるま湯をゆっくりとかけてください。



まちライター レポート

大木町のヒト・モノ・コトを住民目線で伝える「まちライター」。今回も大木町の日々をレポートしてくれました。

 石丸山公園は私の散歩コースです。自然が豊かで適度な広さなのでちょうどいいです。いつもは静かな公園に見たことないくらい多くの人が集まりました。10月6日に堀 DAY ミュージックが開催されました。



公園に行ったらイーシスさんのステージでした。元ソフトバンクホークスの上林誠知選手^{うえばやしせいじ}の登場曲を歌っている人です。上林選手のユニフォームを着た観客を見かけました。

せっかく来たので、昼食を買うことにしました。選んだのは味噌味の肉の丼です。「なんか独特の食感」と一緒に食べた家族と話しました。食後に買ったお店に立ち寄って聞いてみると、イノシシの肉だったことが判明しました。凶らずも初めてイノシシの肉を食べることになりました。おいしかったので、縁があったらまた食べたいです。

近所で楽しいイベントを始めた実行委員の皆さま、ありがとうございます。来年も楽しみにしています。(石川)



ルリー口福岡 公式戦応援バスツアー



連携協定記念



大木町



各回先着
25人

参加費 大人 1,000円
小学生 500円

ツアー詳細

12月22日(日)

VS ヤクルトレビズ戸田



10時
出発

12時
試合開始

15時半
到着予定

- バス発着場所 大木町役場 南側駐車場
- 申込締切 12月13日(金)

1月5日(日)

VS 中国電力 レッドレグリオンズ



11時
出発

13時
試合開始

16時半
到着予定

- バス発着場所 大木町役場 南側駐車場
- 申込締切 12月24日(火)



ファンクラブ会員料金で観戦可能!
ラグビー簡単ルールブック配布!



- 会場 久留米総合スポーツセンター陸上競技場
- 申込方法 QRコードから、または図書・情報センターで直接お申し込みください。
- 支払方法 参加費は、各回の申込締切日までに図書・情報センターでお支払いください。
- ※申込締切日以降のキャンセルは返金できません。
- ※バックシートでの観戦です。大人1人あたり1,500円追加でメインシート観戦に変更できます。
- ☎企画財政課 ☎0944-32-1036、図書・情報センター ☎0944-32-1047



申し込みは
こちら

令和7年1月14日スタート 証明書のコンビニ交付



☎ 税務町民課 ☎ 0944-32-1068

マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニなどで、住民票などの証明書が取得できるようになります。
店内のマルチコピー機で夜間や休日も利用できます。

●利用に必要なもの

電子証明書を搭載したマイナンバーカード
※証明書取得には利用者証明用電子証明書の暗証番号
(数字4桁)の入力が必要です。

●対象となる証明書

対象となる証明書	手数料	請求できる人	利用時間
住民票の写し	300円	本人または 同一世帯の人	6時半～23時
印鑑登録証明書	300円	本人のみ	6時半～23時

●注意事項

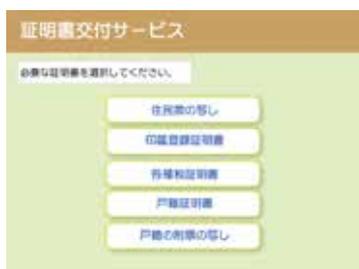
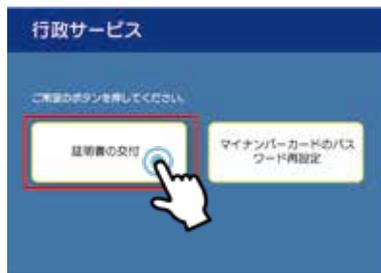
- ・暗証番号は3回間違えるとロックがかかります。間違いのないように注意してください。ロックの解除や再設定の手続きは税務町民課の窓口で行う必要があります。
- ・コンビニ交付で取得した証明書の交換や手数料の返金はできません。
- ・証明書が複数枚にわたる時はホチキス止めがされません。取り忘れがないように注意してください。

コンビニ交付のくわしい
利用方法はこちら (J-lis)



●コンビニ交付の手順

- 1 コンビニに設置してあるマルチコピー機のパネルから「行政サービス」を押す。
(機種によってパネル表示が異なります。)
- 2 「証明書の交付」を押す。
マイナンバーカードを読み取り機に置いて「次へ」を押す。
- 3 「お住まいの市区町村の証明書」を選択して「確定する」を押す。
- 4 利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)を入力し、マイナンバーカードを取り外す。
- 5 必要な証明書を選んで画面展開に沿って選択する。
手数料を入れて「プリントスタート(開始)」を押す。
- 6 証明書と領収書の取り忘れがないか確認し「音声停止(終了)」を押して終了する。



のお知らせ

年末年始のごみ収集



年末年始のごみ収集は以下のとおり行います。

☎環境課 ☎0944-32-1120

家庭ごみ

生ごみ	地区名	年内最終日	年始開始日
	第1収集区	12/31(火)	1/7(火)
	第2収集区	12/28(土)	1/4(土)
	第3収集区	12/30(月)	1/6(月)

燃やすごみ	地区名	年内最終日	年始開始日
	第1収集区	12/24(火)	1/7(火)
	第2収集区	12/25(水)	1/8(水)
	第3収集区	12/26(木)	1/9(木)

プラスチック	地区名	年内最終日	年始開始日
	第1収集区	12/27(金)	1/4(土)
	第2収集区	12/28(土)	1/4(土)
	第3収集区	12/30(月)	1/6(月)

第1収集区(大角、福土、笹淵、前牟田、横溝油屋)

第2収集区(木佐木校区)

第3収集区(大莞校区、横溝、上白垣)

※年内収集最終日から年始収集開始日まではごみを出さないようにお願いします。カラスや猫などに荒らされてごみが散乱してしまいます。

環境プラザ

年内最終開所日	年始最初開所日
12/29(日)	1/5(日)

注意点③ ごみ出しの割り込みは ×

この期間の受け入れは特に混雑します。順番に受け付けますので、ご協力をお願いします。

年末年始の混雑緩和のためにご協力ください

注意点① ごちゃ混ぜの状態 ×

環境プラザでのごみ出しに時間がかかりますので、家庭で種類ごとに分別して持ってきてください。

注意点② 「資源ごみ」の汚れ ×

缶、びん、ペットボトルなどの資源ごみは、必ずすすいで出してください。ほこりや泥なども落としてください。

注意点④ テレビ・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機・エアコンの持ち込み ×

購入した家電取扱店または買い換えをする家電取扱店に引き取りを依頼してください。

※年末年始期間中の土曜日・日曜日は、とりわけ混雑します。平日利用にご協力をお願いします。

※分別があまりできていない場合や汚れがひどい場合は、持ち帰っていただく場合があります。ご協力をお願いします。

燃やすごみ直接搬入の 申込み最終日

大川市清掃センターへ持ち込む場合は、指定袋に入れた燃やすごみを積んで、「環境プラザ」か「環境課」で受け付けをしてください。

※身分証明書が必要です。

環境課	12/27(金)16時まで
環境プラザ	12/27(金)11時まで

年末年始

アクアス・健康棟

☎アクアス(温泉・プール) ☎0944-33-2002
 ☎健康棟(トレーニングジム) ☎080-8553-9466

[アクアス(温泉・プール)]

年末は12月30日(月)まで。年始は1月3日(金)から。

[健康棟(トレーニングジム)]

年末は12月29日(日)まで。年始は1月3日(金)から。

※年末年始は通常と異なる営業時間となりますので、ホームページなどでご確認ください。



アクアスホームページ

QRコード

図書・情報センター

図書・情報センターで利用受け付けをしている各施設の休館・休場日は以下のとおりです。

☎大木町図書・情報センター ☎0944-32-1047

施設	休館・休場日
運動公園	12/28(土)～1/4(土)
総合体育館	12/28(土)～1/4(土)
テニスコート	12/28(土)～1/4(土)
図書・情報センター 貸出期間が3週間になります。 (本・雑誌)冊数制限なし (CD・DVD)3本 (相互貸借の資料は 2週間貸し出しとします。)	12/28(土)～1/4(土)
子育て交流センター	12/28(土)～1/4(土)
柔剣道場	12/28(土)～1/4(土)
小中学校・武道場	休館・休場なし 木佐木小学校体育館 は改修工事のため 使用できません。

※各施設の利用手続きは年内12月27日(金)20時まで。
 年始は1月5日(日)10時からです。



年末年始在宅当番医割当表

12月	29日	福田病院(外科) [大川] ☎0944-87-5757	安本病院(内科) [三瀬] ☎0942-64-2032
		高木病院(外科) [大川] ☎0944-87-0001	野口医院(内科・耳鼻科) [大木] ☎0944-32-1103
	30日	高木病院(外科) [大川] ☎0944-87-0001	安本病院(内科) [三瀬] ☎0942-64-2032
		福田病院(外科) [大川] ☎0944-87-5757	富田病院(内科) [城島] ☎0942-62-3121
31日	高木病院(外科) [大川] ☎0944-87-0001	安本病院(内科) [三瀬] ☎0942-64-2032	
1月	1日	福田病院(外科) [大川] ☎0944-87-5757	富田病院(内科) [城島] ☎0942-62-3121
	2日	高木病院(外科) [大川] ☎0944-87-0001	安本病院(内科) [三瀬] ☎0942-64-2032
	3日	高木病院(外科) [大川] ☎0944-87-0001	安本病院(内科) [三瀬] ☎0942-64-2032
		福田病院(外科) [大川] ☎0944-87-5757	富田病院(内科) [城島] ☎0942-62-3121

年末年始当番歯科医割当表

12月	29日	古賀歯科医院 [三瀬] ☎0942-65-0418
	30日	岩崎歯科医院 [三瀬] ☎0942-64-2154
	31日	うちだ歯科クリニック [三瀬] ☎0942-65-0829
1月	1日	たなか歯科医院 [大川] ☎0944-87-7410
	2日	堤歯科医院 [大川] ☎0944-86-2575
	3日	まつざき歯科 [大木] ☎0944-32-0017

診察時間 10時～17時