なかつ

2024
No.1555 11月号

CONTENTS

2 市立幼稚園４月入園手続き
3 電気温水器の凍結防止対策
4 人生会議
5 農業委員会だより
6 ごみ減量・再資源化に向けて
8 新規保険証発行終了のお知らせ
9 子育てしたくなるまちづくり、連載
10 市民おさかな感謝デー、連載
11 大軽トラ市、図書館コンサート
12 まちフォト
14 連載、市民病院からのお知らせ
15 高齢者虐待、児童虐待防止
16 消防・救急フェア、古地図スタンプラリー、地域通訳案内士養成講座
17 中山間地域活性化支援補助金、文化の日特別企画、やばはく事業者募集
18 連載
19 情報ボックス
26 健康ガイド

COVER

10月6日㈰に日の出町商店街、新博多町商店街、JR中津駅などで、職人フェスティバルが開催されました。81ブースの体験コーナーが設置され、こどもたちは真剣なまなざしで和傘ミニあんどんやミニ畳などをつくっていました。また、ステージイベントでは、職人の技や伝統芸能なども披露されていました。

中津市立幼稚園入園手続きのご案内

令和７年４月入園児の募集について

■**対象**　原則中津市に住民登録している平成 31 年４月２日から令和２年４月１日までに生まれたこども
■**入園対象となる市立幼稚園**　お住まいの小学校区にある幼稚園
■**費用**　【保育料】幼児教育無償化により保護者負担はありません。
【給食費】月額4,200円（所得・多子による副食費徴収免除あり）
【教材費など実費徴収】月額1,500円程度

▲市ホームページ

■**教育時間**　８時 30 分から12 時 30 分頃を目途に標準４時間実施（時季など考慮）、その後給食を食べ13 時 30 分から14 時までに降園となります。　※土・日・祝日および夏休み・冬休み・春の期間は休みです。

入園受付

受付期間中に、対象となる市立幼稚園に入園希望のお子さんと一緒に手続きに来てください。
■**受付期間**　11 月 19 日㈫、20 日㈬、22 日㈮　15 時～17 時　※スリッパと筆記用具をご持参ください。

○入園受付のあと、改めて別日に入園説明会を行います。
○お子さんのことについて特に相談がある場合は、各幼稚園に事前にお問い合わせください。
※和田幼稚園は本年度休園中ですが、令和７年度の受付は和田幼稚園で実施します。なお、和田幼稚園について受付期間外に問い合わせる際は学校教育課までお願いします。

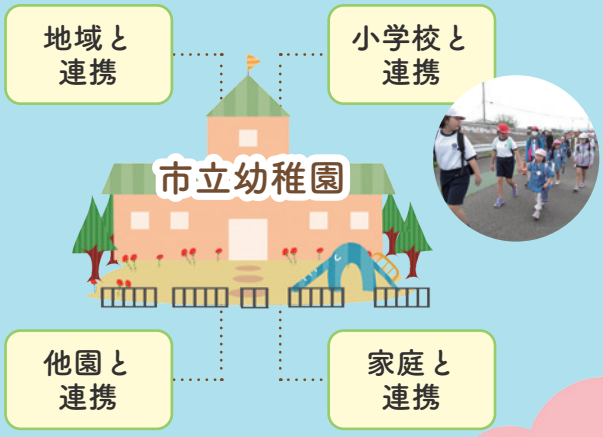
預かり保育

■**対象**　市立幼稚園に在園し、保護者の就労など「保育の必要性」があると市長から認定（新２号認定）を受けた家庭（園児）　※新２号認定を受けていない場合でも、月12日間までは就労などの理由を問わず預かり保育を利用できます（有料）。
■**時間**　【登園日（長期休業日以外）】幼稚園教育終了後～18 時
【夏休み・冬休み・春の期間】８時 30 分～18 時

中津市立幼稚園の特色

「遊び」を通して力を育（はぐく）みます

しっかり連携・スムーズな接続



■**問合先**　学校教育課（☎ 22-4941）、各幼稚園

寒波が来る前に対策を！電気温水器

令和５年１月の寒波では、凍結により多くの電気温水器の配管が破損し、機器の故障や漏水の原因となりました。そこで今回、電気温水器に関する凍結防止対策をご紹介します。

凍結防止のための対策

要注意
- 気温がマイナス４℃以下になるとき
- 氷点下の真冬日が続くとき

○ 屋外の配管を保温しておく

電気温水器の貯湯ユニットに化粧カバーが付いていない場合は、囲いや風よけを付けて直接風が当たらないようにしてください。

市販の電気温水器用カバーなどもあるので、右写真の□の部分に風が当たらないように対策をしましょう。

化粧カバーが付いている貯湯ユニット

○ 貯湯ユニットの漏電しゃ断器は「オン」のままにしておく

屋外温度が低い場合、ふろ配管およびヒートポンプ配管の凍結を防止するためにポンプが自動的に作動します。オフにすると自動で作動しません。

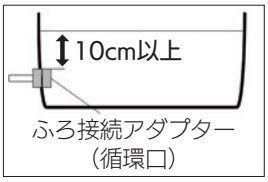
※メーカーによって位置が異なるので、事前に説明書でご確認ください。

漏電しゃ断器

○ おふろの水をふろ接続アダプター（循環口）から10cm以上ためた状態にしておく

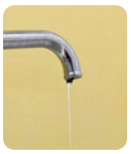
電気温水器は、屋外温度が低い場合、凍結防止のためにポンプが自動的に作動して、ふろ配管に残り湯を循環させます（フルオートタイプのみ）。

※ご家庭の電気温水器がフルオートタイプかどうかは説明書などでご確認ください。



ふろ接続アダプター（循環口）

○ 少量の水を蛇口から流しておく



蛇口をお湯側に少しあけて糸を引くくらいの少量の水を出しておくと凍結を予防できます。

蛇口からの水の出しすぎには注意！
凍結が予想されるときは、水を浴槽や容器などに貯めておき、たまった水は洗濯などに利用しましょう。

寒波によって考えられる凍結や故障とその対応

○ 給水管が凍ったときの対応

自然に解けるのを待ちましょう。40℃位のお湯（おふろのお湯程度）をかけて徐々に温める方法もありますが、高温のお湯をかけると管の破損や電気温水器故障の原因となるのでご注意ください。

○ 排水、給水バルブが破損したときの対応

排水、給水バルブが破損した場合は取替えが必要です。専門業者に修理を依頼しましょう。

※いずれのバルブも貯湯ユニットの下部にあり、水量の調整やメンテナンスで使用する重要な部品です。

○ そのほか、機器のエラー表示が出るときの対応

各メーカーもしくは取扱店にご連絡ください。

貯湯ユニット下部

▲給水バルブ

▲排水バルブ

電気温水器内部の配管などが破損した場合は、メーカーや設置した業者に修理を依頼しましょう。水道管が破損した場合は、「中津市指定給水装置工事事業者」に修理を依頼してください。業者の一覧は市ホームページに掲載しています。

寒波に備えて、早めの準備をしましょう。市報なかつ12月号でチラシを配布しますので、そちらもご覧ください。

■問合先　上下水道部総務経営課（☎24-1234）

人生会議をご存知ですか？

11月30日は人生会議の日です。「人生会議」は、あなたが希望する医療や介護を受けるために大切にしていることや望んでいることを自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合う取組みです。

まず何をすれば…？ 人生会議の進め方（例）

・あなたが大切にしていることは何か考えてみましょう。
・もしもの時、あなたの思いを代弁してくれる人を考えてみましょう。
・健康についての考えを主治医に相談してみましょう。

↓

自分の「望み」を大切な人に伝え、希望する医療や介護について話し合いましょう。

【いつ話し合えばいいの？】

・正月やお盆、法事など家族が顔を合わせた時
・仕事を退職、引退した時
・介護が必要になった時 など

特別な時間を設けるより、普段から話し合うのがオススメです！

思いや考えは変わることがあります。
繰り返し考え、話し合いましょう。

中津市版エンディングノート

人生会議のきっかけづくりの取組みとして、「私のおもいちょっとだけシート」を作成しました。お薬手帳カバーに入れて無料配布しています。事前にお問い合わせください。

市ホームページ▶

インタビュー

～医療現場からみた人生会議について～

橋本 あゆみ氏（中津胃腸病院 緩和ケア認定看護師）

Aさんは、半年前に同じ病気の父親を看取ったばかりでした。父親の生き様をみて過ごしたからこそ、残された時間をどのように過ごすか、どう生きてゆくかなどの問いと日々向き合っていました。看護師は、本人の思いを家族へ代弁し伝える役割もあります。Aさんの「治療は正直辛い。家で過ごしたい。」という意思をご家族へ伝え、お母さまも「どんな形であっても生きて欲しいけど、本人のしたいようにさせてあげたい。」と涙ながらにAさんの意思に寄り添う決意をしました。

自宅で過ごされた2か月、Aさん・お母さま・医療者で今後どのように生きたいかを何度も話しました。「最期まで自宅で家族と過ごしたい。やりたいことをたくさんしたい。」という希望のもと、バーベキュー・車椅子での散歩・映画鑑賞などできる限りやりたいことを行い、最期のときまで自宅でAさんらしく生き抜くことができました。体がきつくベッド上の生活でしたが、兄弟に気を配り、父親から託された長男としての役割も果たしていました。最期まで前を向き、人生を生き抜くAさんの姿勢から、命の限りと尊さ、大切な人と何度も話し合い最期まで自分らしく生きることの大切さを教えてもらいました。Aさんの家族と最期まで過ごしたいという思いを家族・その人に関わるすべての方と共有できたことによって自宅でAさんらしく生き抜くことができました。

多くの方々が「人生会議」を行い、自分の心の声を周囲に伝え、人生最期まで自分らしさを貫き、納得のいく生き方ができるようにと願います。

■配布場所　介護長寿課、高齢者相談支援センターいずみの園（☎62-9000）、高齢者相談支援センター三光園（☎53-9820）、高齢者相談支援センター創生園（☎24-6015）、高齢者相談支援センター村上（☎23-0833）、高齢者相談支援センター社協（☎26-4040）
※高齢者相談支援センターは地域包括支援センターの愛称です。

■問合先　介護長寿課（☎62-9805）

中津市農業委員会だより

「農地」は人の歴史とともに受け継がれてきた大切な財産です。農地の果たす役割は多く、食糧生産の基盤はもちろん、私たちが生活する環境を維持するために重要な機能を持っています。

しかし近年、鳥獣・害虫被害など生産への影響だけでなく、居住環境にも被害を与える耕作放棄地に関する苦情が増えています。耕作放棄地の発生を地域の課題と考え、発生防止、解消に取り組んでいきましょう。

▲市ホームページ
「中津市農業委員会委員名簿」

農地を守る農業委員と農地利用最適化推進委員

農業委員会では、農業委員15人、農地利用最適化推進委員23人により、「農地等の利用の最適化」に向け、①担い手への農地利用の集積・集約化　②遊休農地の発生防止・解消　③新規参入の促進 の３つの柱に加え、将来の農業の在り方などを定めた、地域計画への取組みを行っています。

地域の農業についてみんなで考え、担い手や農地の利用最適化・有効利用にご協力をお願いします。

農地パトロールを実施中！遊休農地・耕作放棄地をなくしましょう

農業委員会では、８月を「農地パトロール月間」として、遊休農地・耕作放棄地の把握と農地の無断転用の防止を目的に、農地パトロールを行っています。

農地パトロールでは、農業委員および農地利用最適化推進委員、事務職員が農地を巡回・調査、指導をしています。調査のため私有地への立ち入りにご理解をお願いします。

調査の結果、遊休農地または遊休化の恐れのある農地に対しては、今後の農地に対する意向調査を行います。ご協力お願いします。

農地の貸し借りには、農地中間管理事業を活用しましょう！

農地中間管理事業とは、農地中間管理機構が地域内の分散した農用地などを借り受け、担い手がまとまりのある形で利用できるよう配慮して、一定期間貸し付ける事業です。農地の出し手は公的な機関が農地を預かるので安心して貸すことができます。契約には要件がありますので、農地の貸し借りの希望がある場合は農政課（☎62-9047）までお問い合わせください。

「農業者年金」に加入しませんか？

農業者年金は、農業者が加入できる国民年金の上乗せの公的年金制度です。この機会に安心・有利な農業者年金に加入しましょう。　※詳しくは、お問い合わせください。

①農業者なら広く加入できます（65歳未満の国民年金第１号被保険者）。
②安定した積立方式です。
③保険料額は自由（月額２万円～６万７千円）。
④80歳まで死亡一時金のある終身保険。
⑤保険料は全額社会保険料控除の対象になるなど税制面優遇。
⑥農業の担い手には保険料の国庫補助があります。

「農地銀行」への登録を！

農地銀行は、貸したい農地と所有者の意向を農地銀行に登録してもらい、農地借入希望者や規模拡大希望の農業者に紹介する制度です。みなさんの農地を農地銀行に登録しませんか。

※「農地銀行」への相談は、各地区の農業委員、農地利用最適化推進委員、または農業委員会事務局にお問い合わせください。

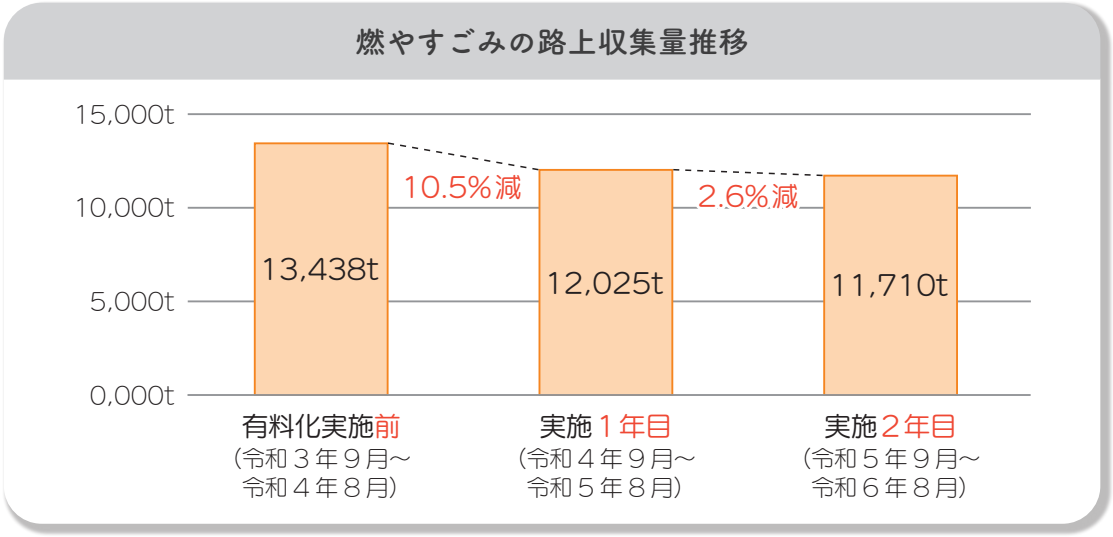
■問合先　農業委員会事務局（☎62-9058）

＼中津市の／

さらなるごみ減量・再資源化に向けて

ごみの減量と再資源化の推進を目的とした「ごみ袋有料化制度」の開始から２年がたちました。
２年間のごみの排出量の変化や手数料の使途について報告します。

ごみ袋有料化制度実施前後の燃やすごみ収集量の変化



家庭から出る燃やすごみの収集量（工場持ち込み分を除く）をごみ袋有料化制度実施前と実施後２年間で比較すると、実施１年目は前年と比べて10.5%減少し、２年目は前年と比べて2.6%減少しています。引き続き、ごみの減量と分別へのご協力をお願いします。

ごみ袋有料化制度の手数料収入の使い道

令和５年度の指定ごみ袋の販売による手数料収入は、約1億1,232万円でした。指定ごみ袋の手数料収入は、指定ごみ袋の製造・販売事業のほかに、なかつキエーロの製作費やエコステーション設置関連費用などのリサイクル推進事業やごみの処理やリサイクルにかかる費用の一部に活用しています。

～指定ごみ袋の手数料はこのような事業に活用されています～

指定ごみ袋の
製造・販売など

なかつキエーロの
製作

エコステーションの
設置

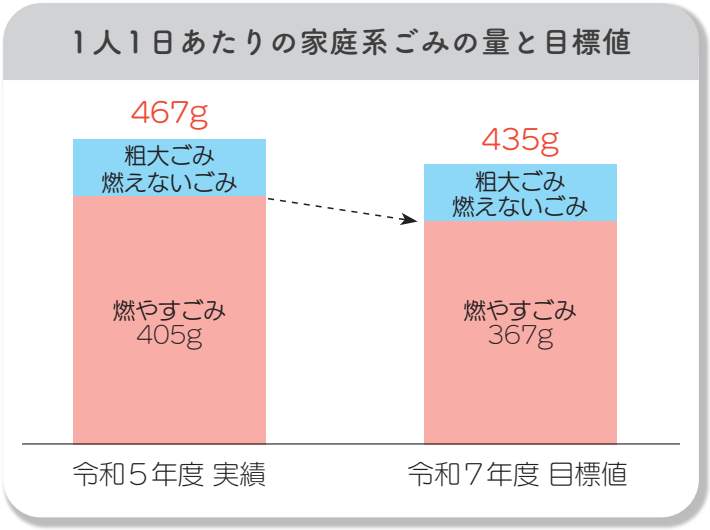
ごみ処理・リサイクル
費用の一部に充当

中津市の家庭系ごみの量と目標値

家庭から出る「燃やすごみ」「燃えないごみ」「粗大ごみ」を「家庭系ごみ」と言い、令和５年度の１人１日あたりに出した家庭系ごみの量は、467gでした。

中津市の計画では、令和７年度までに家庭系ごみを435g以下に減量する目標となっています。このうち、量の最も多い燃やすごみついては367gを目標値としています。

みなさん一人ひとりが１日に出す燃やすごみを38g（およそピーマン１個分）減らすと、この目標を達成できます。



生ごみを減らして ごみを減量しよう！

燃やすごみの約４割を占める生ごみを減らすことで、ごみ出しの負担を減らすことができます。食材の「使いきり」「食べきり」、そして生ごみの「水きり」を心がけましょう。また、家庭に合った生ごみ処理機を活用して、生ごみの減量、リサイクルに取り組んでみませんか？詳しくは市ホームページをご覧ください。

▲市ホームページ

■問合先　環境政策課（☎62-9071）、清掃管理課（☎24-5374）

国民健康保険・後期高齢者医療からお知らせ

12月2日から現行の保険証は発行できなくなります

国の法改正により、保険証はマイナンバーカードと一体化され、新規の保険証は発行できなくなります。12月２日以降の対応については、次のとおりです。　※発行済みの保険証は有効期限まで使用できます。

マイナンバーカードをお持ちでない人またはマイナ保険証の登録がお済みでない人

現在お持ちの保険証の有効期限が切れる前に、保険証の代わりとなる「**資格確認書**」を発送します。手続きは必要ありません。

マイナ保険証の登録がお済みの人

現在お持ちの保険証の有効期限が切れる前に、「**資格情報のお知らせ**」を送付します。基本的にはマイナ保険証のみで受診できますが、オンライン資格確認ができない場合に提示すると、今まで通り受診できます。受診の際はマイナ保険証と合わせて「資格情報のお知らせ」をお持ちください。

発行済みの保険証について

・12月１日以前に発行済みの保険証については券面に記載の有効期限まで使用できます。
・紛失などで再発行する場合は「資格確認書」もしくは「資格情報のお知らせ」を発行します。

新たに発行される「資格情報のお知らせ」とは

健康保険の記号番号や氏名など、資格の加入情報が記載され、マイナ保険証で資格確認ができない場合に必要となります。マイナ保険証を補完するもので「資格情報のお知らせ」単体では医療機関などで受診できません。A4用紙で発行されますが、右下を切り取って使用できます。

「資格確認書」とは

マイナ保険証をお持ちでない人に発行されるもので、従来の保険証と同様に使用できます。有効期間は１年間です。

※12月２日以降に資格取得や保険証の内容に変更があった場合、「資格情報のお知らせ」もしくは「資格確認書」を交付します。

■問合先
保険年金課 国民健康保険係（☎62-9067）、
高齢者医療係（☎62-9068）
※後期高齢者医療の被保険者証の廃止に関する質問などはコールセンターでも対応します。

大分県後期高齢者医療広域連合コールセンター

☎0120-200-819
※11月１日㈮～令和７年８月29日㈮の平日８時30分～17時（土・日・祝日と年末年始は休み）

「みんなが子育てしたくなるまちづくり」を推進しています！

令和５年８月28日、大分県および県下18市町村による「こどもまんなか応援サポーター合同宣言」を行いました。市民のみなさんにもこの取組みに参画いただき、こどもたちが健やかで幸せに成長できるような「こどもまんなか社会」の実現をめざすため、中津市全体で「みんなが子育てしたくなるまちづくり」を推進します。

▶みなさんに取り組んでいただきたいこと

①こども・若者の意見を尊重した「こどもまんなか」アクションの実践

・荷物を持っているお子さん連れにドアを開けてあげる
・行列ができた時用に子連れ優先レーンを設置する
・お店にキッズチェア・ベビーチェアやキッズコーナーを設置する
・こどもが急に発熱した時などに仕事の休みを取りやすいよう職場環境を整える など

こども・子育て情報を発信するXアカウントを開設しました♪
ぜひフォローをお願いします！

②各アクションの積極的な発信

取り組むアクションについて、SNSなどでハッシュタグ「#こどもまんなかやってみた」と「#なかつでこどもまんなか」を付けて積極的に発信してください。

▶子育てに奮闘中の従業員のみなさんを応援しませんか？

新たに有給の子の看護休暇を導入し、休暇を付与した中小企業に一律10万円を交付します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

▲市ホームページ

■問合先　子育て支援課（☎33-7026）

学芸員の一押し！ 30

このコーナーでは、学芸員が一押しの文化財や絵画資料などを紹介します。

新羅系軒丸瓦

三光西秣の塔ノ熊廃寺で出土した奈良時代後半の瓦です。軒先に使用された軒丸瓦で、渦状の文様を周囲に巡らせ、２枚１組の花弁が８組ついた蓮華を中央に配しています。これは、新羅系の渡来人由来とされる文様で、豊前地域を中心に興隆しました。本来の新羅系の軒瓦文様は、周囲に唐草文が廻りますが、塔ノ熊廃寺のものは、渦状に簡略化されています。上毛町の垂水廃寺からも、渦が左右反転した同文様の瓦が出土しているので、簡略化された文様が垂水廃寺に伝播し、さらに左右反転して塔ノ熊廃寺に至ったと考えられます。古代における技術の伝播を示す資料です。常設展で展示していますので、ぜひご覧ください。

■問合先　中津市歴史博物館（☎23-8615）

家族葬はこんな方におすすめです

1日1組 限定ホール

親しい人だけでゆっくりと送りたい。
余分な費用をかけずに行いたい。
見栄や世間体よりも最後の時間を大切にしたい。

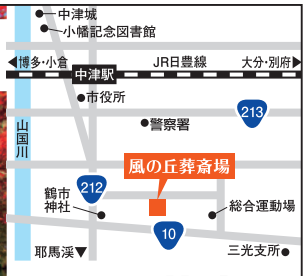
家族葬35プラン
35万円（税別）
税込385,000円
参列者目安 5~10名様ほど
少人数の家族のみで通夜・葬儀を執り行うプランです。

家族葬45プラン
45万円（税別）
税込495,000円
参列者目安 5~30名様ほど
家族のみで通夜・葬儀を執り行うプランです。

家族葬65プラン
65万円（税別）
税込715,000円
参列者目安 30~100名様ほど
お身内の方をはじめ生前お世話になった方々で通夜・葬儀を執り行うプランです。

風の丘葬斎場の特　徴
●火葬場内に斎場があるので移動がなくて便利です。
●出棺霊柩車・送迎バスがいらないので費用削減。
●市営斎場なので安心価格でご葬儀できます。

価格は2024年1月1日からのものです。お気軽にお問合せください。宗教者様へのお礼、料理接待料は含みません。詳しくはホームページをご覧ください。



風の丘葬斎場
ご相談・お問い合せは 365日 24時間対応
0120-68-0404
〒871-0022 大分県中津市相原3032-16
tel.0979-22-2553　fax.0979-22-9989
ホームページへのアクセスは「風の丘葬斎場」で検索！ 風の丘葬斎場 検索

地元食材や海の幸もりだくさん！

第43回 全国 豊かな海づくり大会 ～おんせん県おおいた大会～

市民 おさかな感謝デー

地元食材満載

千客万来

売切御免

「鱧」をはじめとした豊前海の味覚を大奉仕！

11月10日(日)、大分市と別府市で「第43回全国豊かな海づくり大会～おんせん県おおいた大会～」が開催されます。中津市では、同日に関連行事として、「市民おさかな感謝デー」を小祝漁港で開催します。

日時 11月10日(日) 9時～16時(小雨決行)　**場所** 小祝漁港

ステージスケジュール

- ★ 9時30分～ …… オーロラ源星中津太鼓
- ★ 10時25分～ …… 式典行事(大分会場)
- ★ 12時～ …… 千人鍋 無料配布
- ★ 12時30分～ …… 城北中学校 音楽部
- ★ 13時30分～ …… 苗木 無料配布
- ★ 13時30分～ …… ブリのつかみ取り大会
- ★ 14時29分～ …… 海上歓迎・放流行事(別府会場)

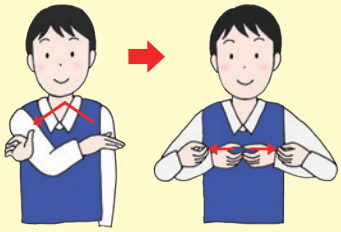
別会場の映像は中継でご覧いただけます

◀出店店舗はジモッシュホームページをご覧ください。

主催：市民おさかな感謝デー実行委員会

■問合先　市林業水産課(☎62-9050)、大分県漁業協同組合中津支店(☎22-2103)

11月のワンポイント手話 #64　【今月のテーマ】秋の山国



山国
右手のひらを下に向けて、左から右に山の形を描きます。両手の指を向かい合わせ、左右に引き離しながら指を閉じます。

イベント
両手の人差し指を立てて、頭の横でそれぞれくるくる回します。

有名
前に向けた左手のひらに右手人差し指の指先をつけて同時に上げます。

動画では、ほかにもテーマに関する手話を見ることができます。

◀手話動画公開中！ YouTube「中津市公式チャンネル」　■問合先　福祉支援課(☎62-9802)

いずみの園
小規模多機能型
居宅介護事業所

詳しくはこちら

いいひ/いいひ/ 11月11日は介護の日

介護の日は、介護についての理解と認識を深めるため、高齢者や障がい者等に対する介護に関し、国民への啓発を重点的に実施する日として、「いい日、いい日」の親しみやすい語呂合わせから、11月11日に定められました。

信望愛 since1978
社会福祉法人 九州キリスト教社会福祉事業団
中津総合ケアセンター いずみの園
TEL 23-1616
FAX 23-1783
中津市永添2744
http://www.izuminosono.jp/

いずみの園 公式 Facebook

いずみの園 公式 Instagram

しもげ大軽トラ市を開催します！

しもげ地域のおいしいモノ、楽しいコトが大集合！

しもげ地域（三光・本耶馬渓・耶馬溪・山国）のポテンシャルを生かした農産品などの販売イベントです。地域の「ヒト、モノ、コト」をあらためて見直し、消費者である市民のみなさんにしもげ地域の魅力を感じてもらい、生産者のモチベーションアップ、地域間交流の促進を目的にしています。

日時 11月30日（土）
9時30分～14時 雨天中止

場所 耶馬溪ふるさと村「旬菜館」駐車場

販売品目
お米、野菜、果物、お菓子、そのほか加工食品や楽しい体験 など

※車でお越しの際は、誘導員の指示に従って、交通ルールを順守してください。

■問合先　三光支所地域振興課（☎43-2050）、本耶馬渓支所地域振興課（☎52-2211）、耶馬溪支所地域振興課（☎54-3111）、山国支所地域振興課（☎62-3111）

▲市ホームページ

2024 .Autumn

Library Concert ～図書館で音楽会～

入場無料（事前申込不要）

読書の合間や図書館利用の前後にヴァイオリンとピアノの生演奏で癒しのひとときを提供します。小さなこどもから大人まで楽しめる楽曲を準備するので、ぜひお気軽にお越しください。

11月20日（水） 17時30分開演

〈場　所〉小幡記念図書館 館内
〈座席数〉50席（館内立ち見可）
〈問合先〉小幡記念図書館（☎22-0679）

昨年の様子

ご相談お見積り無料

1R40,000円～（簡易ハウスクリーニング無料）

遺品整理士認定協会推薦 優良企業

大掛かりな片付けはプロに任せる時代です

遺品整理 | 生前整理 | ごみ屋敷清掃

株式会社なかつ空き家管理サポート

［受付時間］10時～20時（土日祝日も電話対応）

092-600-2802

中津市大字永添1150-1【関連会社：(有)中津清潔社、(有)寿浄化槽センター】

遺品整理士地区統括会員 IS49236

当社は、遺品整理士認定協会に認定された優良事業所です。法規制を遵守し専門性の高いサービスのご提供をお約束致します。

8/24 禅海和尚250回忌記念イベント開催！

江戸時代に約30年かけて青の洞門を開いた禅海和尚の250回忌を記念して、本耶馬渓地域でさまざまなイベントが開催されました。

8/24・25 鶴市花傘鉾祭り

人柱となった母子の霊を慰め、五穀豊穣を祈る鶴市花傘鉾祭りが行われました。色鮮やかな花傘鉾が行列となって進み、中津市内を巡りました。

8/31 千本づきフェスタ

旬菜館駐車場で第12回耶馬溪千本づきフェスタが開催されました。耶馬溪各地域の盆踊りや団体によるパフォーマンスが披露されました。耶馬溪で合宿中の大学生も盆踊りに参加し、会場は大いに盛り上がりました。

9/3 地域おこし協力隊 辞令交付式

市役所で、中津市地域おこし協力隊の辞令交付式が行われ、新たに大谷（おおたに） 柚生香（ゆうか）さんが着任しました。大谷さんは地域課題を自主的に見つけ、提案・実行する「地域おこし推進フリーミッション型」で三光地域の活性化に取り組みます。

9/7 三津同盟締結記念フォーラム

リル・ドリームでフォーラム「蘭学・洋学でまちづくり・ひとづくり・みらいづくり」が開催されました。これは中津・津山・津和野が「蘭学・洋学 三津同盟」を締結したことを記念したもので、各種講演とシンポジウムが行われました。

9/7 大分県民スポーツ大会総合開会式

ダイハツ九州アリーナで第77回大分県民スポーツ大会総合開会式が行われました。中津市選手団は多くの競技で好成績を収め、総合３位でした。

9/15 五穀豊穣・無病息災を願って

亀岡八幡宮仮宮で白地楽（カッパ祭り）が行われました。平家の落人の魂を慰めるために始まったとされ、白地地区の氏子による楽が奉納されました。

報告・寄付

◀キャッツアイのみなさんが第23回全国障害者スポーツ大会「SAGA2024」のオープン競技ふうせんバレーボール優勝を報告（8/27）

◀中津SSCのみなさんが全日本ハイシニアソフトボール大会出場を報告（8/27）

やばけい遊覧 サイクリング Trip

サイクリングコース紹介（Googleマイマップ）

サイクリングロード詳細（市ホームページ）

メイプル耶馬サイクリングロードは、耶馬渓鉄道廃線跡を利用した自転車道で、1982年（昭和57年）に整備されました。鉄道跡を利用しているため、勾配も緩やかで初心者にもおすすめです。

今回は、サイクリングコースとしてはかなりディープな位置にあるスポットを3か所ご紹介します！

まずは「耶馬渓ダム」です。ダムの湖面と山々を感じながら走行でき、もみじの丘やダム展望台広場などがあり、景観を楽しむこともできます。

次は耶馬溪町大字金吉にある「伊福の景」です。マスターコースの途中にあり、伊福盆地を取り巻くように、鋭い直立の節理を持つ岩峰が起立し、岩脚の民家や田園のたたずまいとよく調和して遠近の眺めは絶景です。

最後は「猿飛千壺峡」です。メイプル耶馬サイクリングロードの終点を通り越して、国道496号線を山国町草本方面に進んだところにあります。長い年月をかけ、自然の渓流が造りあげた大小無数の甌穴（おうけつ）が峡底に広がっています。

ほかにもメイプル耶馬サイクリングロード沿いには魅力的な観光スポットがたくさんあります！ぜひ秋の耶馬渓をサイクリングで遊覧してみてください！

耶馬渓ダム

伊福の景

猿飛千壺峡

■問合先　観光課（☎62-9035）

中津市民病院からのお知らせ

マイナ保険証の活用について

2回目以降の予約受診の際に利用する再来受付機で、診察券のほかにもマイナ保険証での受付が可能となりました。

マイナ保険証1枚で受付と保険証確認が可能となりますので、積極的な活用をお願いします。

■問合先　中津市民病院（☎22-2480）

貴金属 金・プラチナ 銀・金歯他 高価買取いたします！
金相場高騰中!!
今が売り時!! 純金・プラチナ・インゴット 高価買取!!
※写真はイメージです。
壊れている デザインが古い サイズが合わない
どんな状態でもOK! お売りください。
出張買取 無料
Reuse Shop WAKABA 買取店わかば イオンモール三光店
受付10時～19時
古物商許可番号:大分県公安委員会 第941090000972号
まずはお気軽に無料相談 0120-182-132
Instagram

高齢者虐待ってなに?

高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）では、「高齢者虐待」を65歳以上の高齢者に対し家族などの養護者または養介護施設従事者などが行う虐待と定義づけ、高齢者本人と養護者のどちらも支援することを目的としています。

虐待は気が付かないうちに、家庭や施設の中で起こっていることがあります。

もしかして、虐待かも。と思ったらすぐにこちらの番号にご連絡を！

高齢者虐待には、5つの種類があります

- **身体的虐待** …… 叩いたり物を投げつけたり蹴る・殴るなどの行為をする
- **心理的虐待** …… こども扱いをしたり高齢者の話を無視したり怒鳴るなどの行為をする
- **介護や世話の放棄・放任** …… 長時間食事をとらせない・排泄物の放置・入浴させないなどの行為をする
- **経済的虐待** …… 通帳のお金を勝手に使うなどの行為をする
- **性的虐待** …… わいせつな行為を要求するなどの行為をする

●高齢者相談支援センター（地域包括支援センターの愛称）

窓口	担当地区	電話番号
いずみの園	大幡、如水、今津	☎ 62-9000
三光園	小楠、鶴居、三保、和田	☎ 53-9820
創生園	豊田、沖代	☎ 24-6015
村上	北部、南部	☎ 23-0833
社協	三光、本耶馬渓、耶馬溪、山国	☎ 26-4040

●市役所

窓口	電話番号
介護長寿課	☎ 62-9807
三光支所 総務・住民課	☎ 43-2050
本耶馬渓支所 総務・住民課	☎ 52-2211
耶馬溪支所 総務・住民課	☎ 54-3111
山国支所 総務・住民課	☎ 62-3111

■問合先　介護長寿課（☎ 62-9807）

11月は

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーンです！

「189（いちはやく）気づいてあげて そのサイン」令和6年度 最優秀作品

「こどもが全然言うことを聞いてくれない」「イライラしてつい叩いてしまう」「こどもがきちんとできないのは自分のしつけが悪いの？」「夫婦喧嘩をこどもの前でしてしまう」など、子育てに関する不安や悩みは、親であれば誰でも抱えているものです。しかし、仕事が忙しくて相談する時間がない、身近に相談できる人がいないなどの理由で、1人で悩みを抱え込んでしまう人も少なくありません。どんな些細なことでも構いません。子育てに悩んだときは、1人で悩まず、まずは相談してください。

～地域で見守る子育て～

「小さなこどもだけで留守番している」「夫婦喧嘩の声とこどもの泣き声が続く」「しつけにしては厳しすぎるような」など、何か気になることが地域であれば、迷わずご相談ください。

地域で暮らす、将来を担うこどもたちやその保護者が、1人でも辛い体験をしなくてすむように、支援できる地域をつくっていきましょう。

相談先

育児、しつけ、こどもの問題行動、発達の遅れ、不登校や非行など気軽にご相談ください。

中津市こども家庭センター
☎ 22-1103（平日 8 時 30 分～ 17 時 15 分）
✉ kosodatesoudan@city-nakatsu.jp

大分県いつでも子育てほっとライン
☎ 0120-462-110（24時間365日対応）

もしかして？と思ったら…

・連絡は匿名で行うことも可能です。
・連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

通話料無料 児童相談所虐待対応ダイヤル 189（いちはやく）

■問合先　こども家庭センター（☎ 22-1103）、中津児童相談所（☎ 22-2025）

2024

キッチンカーも来るよ！

消防・救急フェア

Google Map 駐車場はこちら

「守りたい 未来があるから 火の用心」2024年度 全国統一防火標語

11月9日㈯から15日㈮の秋季全国火災予防運動中に、
市民のみなさんに消防・救急業務に対する理解と認識を深めていただくため、
消防・救急フェアを5年ぶりに開催します。ぜひ、お越しください！

日時／11月9日㈯ 10時～14時　場所／ダイハツ九州アリーナ

屋外ブース

- 消防車・救急車乗車体験
- 防火衣・活動服着装体験
- 煙体験
- ロープ渡り体験
- 放水体験・水消火器体験
- 飲食店出店スペース など

屋内ブース

参加者に景品をプレゼント！
※数量限定

- 命をつなぐバトンリレー
  事故の予防・心肺蘇生法
  119番通報体験
- 救急クイズ・資器材展示
- 防災マップ・防災グッズ展示
- 紙芝居・ミニ避難所展示
- 動画再生・写真展示コーナー

■問合先　消防署（☎22-0001）

スマホアプリで参加しよう！

中津古地図デジタルスタンプラリー2024秋！

10月12日㈯▶12月12日㈭

※参加にはスマートフォンで専用のアプリをダウンロードする必要があります。

「中津古地図デジタルスタンプラリー2024秋！」を開催中です。
幕末当時を再現した「中津城下再生古地図」を使って、スタンプラリーに挑戦しましょう。幕末の風景を想像しながら、楽しく中津城下町を巡ることによって、普段見る景色も、ひとあじ違って見えるかもしれません。スタンプ7個で抽選に応募できます。

・特賞（10人）　錦雲豚&ひがた美人セット
・副賞（10人）　中津市特産品詰め合わせ
当選者には、もれなくオリジナルスマホケースもプレゼント！

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■問合先　観光課（☎62-9034）

中津市地域通訳案内士養成講座（英語）受講生募集

■**期日**　12月15日㈰、令和7年1月19日㈰、26日㈰、2月9日㈰、23日㈰
※最終日に修了試験を行います。
■**定員**　先着20人
■**申込方法**　インターネットまたは申込書・資格証明書をメールで送付
■**申込期間**　11月1日㈮～29日㈮
※応募条件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
■**問合せ・申込先**　観光課（☎62-9034、✉ kankou@city.nakatsu.lg.jp）

▲市ホームページ

令和７年度

中山間地域活性化支援事業補助金

中山間地域（三光・本耶馬渓・耶馬溪・山国）の活性化を図る事業（営利目的を除く）を行う団体に事業運営に要する経費を補助します（令和７年度中に行う事業が対象）。

▲市ホームページ

交流・関係人口創出支援事業補助金（補助対象期間：最長３年間）

地域外との交流、地域外からの集客を目的に実施するイベントなど単発的に行う事業を支援します。

■**補助率**　10/10 以内
■**補助限度額**　100 万円 / 年度

中山間地域活性化支援事業（提案型）補助金（補助対象期間：最長４年間）

地域活性化（主として経済面）に資する事業提案（プレゼンテーション）の中から事業効果を認められた事業を支援します。

■**補助率**　10/10 以内
■**補助限度額**　４年間で 1,000 万円

交流・関係人口創出スタートアップ支援事業補助金（補助対象期間：最長３年間）

地域外との交流、地域外からの集客を目的に実施するイベント以外の継続的に行う事業を支援します。

Ⓐ事業運営支援

各種取組みを実施するにあたり、事業運営に関する経費を支援します。

■**補助率**　10/10 以内
■**補助限度額**　100 万円 / 年度

Ⓑスタートアップ支援

各種取組みを実施するにあたり、ハード整備・備品購入などの経費を支援します。

■**補助率**　4/5 以内
■**補助限度額**　３年間で 200 万円

■**申請期限**　いずれも 11 月 29 日㈮　※補助金交付については、審査会を行ったうえで補助決定を行います。
■**問合せ・申請先**　地域振興・広聴課（☎62-9033）

11 月３日「文化の日」文化財に親しむ特別企画

ミニ鐙（こてえ）絵制作体験

漆喰を用いて立体的な壁画（鐙絵）を仕上げます。

■**時間**　13 時 30 分～15 時
■**場所**　中津市歴史博物館 プレイスタジオ
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　先着10人

中津城跡石垣案内

石垣を巡りながら、県指定史跡中津城跡の魅力を解説します。

■**時間**　14 時～15 時
■**場所**　中津城周辺（中津市歴史博物館ロビー集合）
■**料金**　無料（事前申込不要）
■**定員**　20人程度

「文化の日」３館無料開放

この機会にぜひお越しください。

■**対象館**　大江医家史料館、村上医家史料館、木村記念美術館
■**期間**　11月２日㈯～４日㈷

問合せ・申込先
中津市歴史博物館（☎23-8615）

やばはく2025春 参加事業者募集

やばはくでは、地元の事業者が主体となり、構成文化財を活用したトレッキングやサイクリングツアーなど、地元ならではの観光体験プログラムを実施しています。来年３月から４月頃に開催予定の「やばはく2025春」の体験プログラムを一緒に実施していただける事業者を募集します。ぜひご応募ください。

■**開催期間**　令和７年３月～４月頃　※開催期間は多少前後する可能性があります。
■**応募条件**　構成文化財を活用した体験プログラムであること
■**応募方法**　インターネット　■**応募期限**　11 月 22 日㈮
※協議会で審査を行った後、結果をご連絡します。
■**問合先**　中津玖珠日本遺産推進協議会事務局（観光課内・☎62-9035）

▲構成文化財一覧　▲詳細・応募

11月 November オレンジカフェ（認知症カフェ）のご案内

オレンジカフェとは、認知症の人やその家族、物忘れが気になる人などが気軽に集まって、お茶を飲みながら談笑する場です。お気軽にご参加ください。

11月の開催予定	日時	場所	料金	問合先
オレンジカフェなかつ	11月9日㈭ 10時30分～12時	ふるかわメディカルクリニック3階（豊田町）	100円	高齢者相談支援センターいずみの園（☎62-9000）
オレンジカフェよりみち	11月12日㈫ 10時30分～12時	よりみちCafé（大字植野）	100円	(一社)こころのおと（☎27-9400）
オレンジカフェつきのき	11月15日㈮ 10時30分～12時	槻木交流センター（山国町槻木）	100円	高齢者相談支援センターいずみの園（☎62-9000）
オレンジカフェむらかみ	11月16日㈯ 10時30分～12時	南部まちなみ交流館（諸町）	100円	高齢者相談支援センター村上（☎23-0833）
オレンジカフェやまくに	11月19日㈫ 13時30分～15時	山国社会福祉センター（山国町守実）	100円	高齢者相談支援センター社協（☎27-8870）
オレンジカフェかえで	11月20日㈬ 14時～15時30分	特別養護老人ホームかえで（本耶馬渓町跡田）	無料	特別養護老人ホームかえで（☎52-2621）
オレンジカフェ三歩	11月23日㈷ 13時30分～15時	特別養護老人ホーム悠久の里（大字永添）	200円	特別養護老人ホーム悠久の里（☎26-0760）

※オレンジカフェに参加したい場合は、事前に各問合先または介護長寿課に連絡してください。
■問合先　介護長寿課（☎62-9807）

あなたは大丈夫！？
消費者トラブル注意情報 Vol.137

高額な前金を支払ったのに…リフォーム工事の契約トラブル

事例：雨漏りがあったため、事業者に見てもらったところ「腐っている部分がある」と言われ屋根工事をすることにした。見積り額が約450万円と高額だったので、他社からも見積もりを取り比較しようとしたが「当社は職人がそろっていて工事が早く済む」と言われたため契約した。工事前に半額程度の金額を支払ったが、足場を組んだ後になって「職人の手配ができず工事は約半年後になる」と告げられた。解約を申し出ると解約料がかかると言われ、納得できない。（60代）

アドバイス
- 外壁や屋根などの戸建住宅のリフォーム工事で、高額な前金を支払ったにもかかわらず、なかなか工事が進まないなどの相談が寄せられています。
- 契約する前に複数の事業者から見積もりを取り、費用だけでなく、工期や施工体制、保証内容などについても十分検討することが重要です。
- 高額な費用の全額前払いは避け、完成後の支払いを主とした契約にしましょう。
- 工事が滞った際の備えとして、遅延補償の定めなどが契約書にあるか確認しましょう。困ったときは、中津市消費生活センターにご相談ください。

今月の消費者問題法律相談（※要事前相談）

多重債務や消費者の契約トラブルなどの相談に弁護士が無料で応じます。
■日時　11月27日㈬　13時30分～15時30分　■場所　市役所（3階市民安全課にお越しください。）
■問合先　中津市消費生活センター（☎22-1120）

情報ボックス

【問合先】
- 中津市役所代表（☎22-1111）
- 三光支所（☎43-2050）
- 本耶馬渓支所（☎52-2211）
- 耶馬溪支所（☎54-3111）
- 山国支所（☎62-3111）

【11月の納期】
- 国民健康保険税５期
- 介護保険料５期
- 後期高齢者医療保険料５期

お知らせ

消防車・救急車の出動件数（令和６年９月速報値）

	火災	救急	救助
９月分	5	353	6
１～９月累計	31	3626	45

火の取り扱いに十分注意し、火災予防に努めましょう。
■問合先　消防署（☎22-0001）

11月定例教育委員会

■日時　11月15日㈮　13時30分～
■場所　教育委員会室（サンリブ中津２階）
※傍聴を希望する人は、お問い合わせください。
■問合先　教育総務課（☎22-4940）

11月20日㈬は県民ノー残業デーです

大分労働局では、県民全体での定時退社の取組みを呼びかけています。長時間労働の削減は、働く人にとっては心身の健康保持・増進、会社にとっては生産性や企業イメージの向上につながります。

■問合先　大分労働局雇用環境・均等室（☎097-532-4025）

相続手続が断然ラクになります

法務局には、相続手続をされる人を応援する「法定相続情報証明制度」があります。この制度は、法務局に戸籍謄本等の束を提出していただき、登記官が法定相続人が誰であるのかを証明する制度です。詳しくは法務局のホームページをご覧になるか、法務局にお問い合わせください。
■問合先　大分地方法務局登記部門（☎097-532-3342）
▲法務局ホームページ

ご存知ですか「税を考える週間」

11月11日㈪から17日㈰は税を考える週間です。今年度のテーマは「これからの社会に向かって」です。
■問合先　中津税務署（☎22-3111）

大分県最低賃金を時間額954円に改定

大分県（地域別）最低賃金は、10月５日から時間額954円に改定されました。この最低賃金額は、県内で働くすべての労働者に適用されます。
■問合先　大分労働局労働基準部賃金室（☎097-536-3215）

消費税のインボイス制度説明会・登録要否相談会

■日時　11月21日㈭　13時15分～15時
■場所　中津合同庁舎３階 共用会議室
■料金　無料（要事前申込）
■定員　12人　※定員に達し次第締切
■申込期限　11月20日㈬16時
■問合せ・申込先　中津税務署 個人課税部門（☎22-3113）、法人課税部門（☎22-3114）
▲国税庁ホームページ

原子爆弾被爆者二世に対する無料健康診断

委託医療機関で無料の健康診断を行います。
■対象　県内在住で両親またはそのどちらかが原子爆弾被爆者の人
■実施期間　11月１日㈮～令和７年１月10日㈮
■申込期間　10月15日㈫～11月29日㈮
■問合せ・申込先　県北部保健所（☎22-2210）

献血のお願い

■期日　12月２日㈪
■時間　10時～11時30分、13時～16時
■場所　市役所１階 市民ホール
■持ち物　本人確認書類（運転免許証など）
■問合先　地域医療対策課（☎53-6988）

HIV・特定感染症の検査を受けませんか？

HIV検査にあわせて特定感染症（梅毒、B・C型肝炎）も同時に検査可能です。感染の不安がある人は検査を受けることを強くおすすめします。
■対象　HIV、梅毒、B・C型肝炎感染の心配がある人
■日時　12月３日㈫　17時～19時
■場所　県北部保健所
■料金　無料（要事前申込）
■定員　５人
■問合せ・申込先　県北部保健所（☎22-2210）

相　談

精神保健福祉相談（定例相談）

■日時　11月12日㈫　10時～12時
■場所　宇佐総合庁舎１階101会議室
■料金　無料（要事前申込）
■申込期限　11月11日㈪
■問合せ・申込先　県北部保健所（☎22-2210）

街角の年金相談センター中津

■**日時**　9時～17時（土・日・祝日・年末年始を除く）
■**場所**　市役所 別棟 2階
■**予約専用電話**　☎0570-05-4890
■**相談内容**　年金の受給・請求に関する相談・手続き、諸変更届の受付、各種通知書に関する相談 など

【街角の年金相談センター中津からのお願い】

電話での相談は受け付けていません。予約専用電話で相談日をご予約ください。市役所からはおつなぎできません。各種年金の請求手続きはインターネットからの予約が可能です。

▲ネット予約

■**問合先**　別府年金事務所（☎0977-22-5111）

11月30日（いいみらい）は「年金の日」です

この機会に、ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計を考えてみませんか。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金見込額の試算、電子版「ねんきん定期便」の閲覧、受給に関する各種通知書の確認、持ち主不明の年金記録の検索などが利用できます。

※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

▲ホームページ

■**問合先**　別府年金事務所（☎0977-22-5111）、保険年金課（☎62-9069）、各支所総務・住民課

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

■**期間**　11月13日㈬～19日㈫　【平日】8時30分～19時　【土・日曜日】10時～17時
■**内容**　夫やパートナーからの暴力、職場でのセクシャルハラスメント、つきまとい（ストーカー）、そのほかの人権問題
■**料金**　無料
■**相談専用電話**　全国共通（☎0570-070-810）、IP電話（☎097-532-3368　※平日のみ）
■**問合先**　大分地方法務局人権擁護課（☎097-532-3368）

令和6年度 ひとり親のための無料法律相談会

■**対象**　県内在住のひとり親家庭の人
■**日時**　11月27日㈬　13時～16時（1人30分）
■**場所**　市役所 3階 302会議室
■**定員**　先着6組　■**申込期限**　11月22日㈮
■**問合せ・申込先**　こども家庭センター（☎22-1103）

行政書士無料相談会

■**日時**　11月30日㈯　13時～16時
■**場所**　三光コミュニティーセンター 会議室3
■**内容**　遺言、相続、空き家対策 など
■**料金**　無料（事前申込不要）
■**問合先**　大分県行政書士会（☎097-537-7089）

司法書士無料相談会

■**日時**　11月16日㈯　9時30分～12時
■**場所**　新博多町交流センター 2階 多目的ホール
■**問合先**　大分県司法書士会中津支部（☎26-0535）

人権週間 特設人権なんでも相談所

■**対象**　中津市民
■**期日・場所**

期日	場所
12月4日㈬	耶馬溪支所 1階 第1会議室
12月5日㈭	山国支所 2階 会議室
12月6日㈮	市役所 3階 大会議室、鶴居文化センター 2階
12月9日㈪	三光支所 3階 301・302会議室
12月10日㈫	本耶馬渓支所 多目的集会室

■**時間**　いずれも10時～15時
■**内容**　金銭、相続、家庭内の問題、そのほか人権に関する問題全般
■**料金**　無料（事前申込不要）
■**問合先**　大分地方法務局中津支局（☎22-0584）

令和6年度 親なきあと相談会

■**対象**　障がいを持っている人の両親・兄弟姉妹など
■**日時**　12月17日㈫　13時30分～16時30分
■**場所**　市役所 3階 306会議室
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　先着6人
■**申込方法**　電話またはインターネット
■**申込期間**　11月1日㈮～29日㈮
■**問合せ・申込先**　福祉支援課（☎62-9802）

▲ネット申込

募　集

里親カフェ参加者募集

■**日時**　11月18日㈪　10時～12時30分
■**場所**　グリーンコープ生協おおいた県北センター 会議室
■**内容**　里親制度の説明・里親体験談発表
■**申込期限**　11月8日㈮
※1歳～未就学児対象の無料託児サービスがあります（場所：グリーンコープ生協おおいた県北センター 小会議室）。
■**問合せ・申込先**　大分県中央児童相談所 里親班（☎097-544-2016）

▲ホームページ

令和7年度「食」の自立支援事業新規事業所募集

事業内容は弁当の調理・弁当の利用者宅への配達・安否確認などです。
■**申込方法**　申込書を提出
※申込書は市ホームページからダウンロードできます。
■**申込期限**　11月15日㈮
■**問合せ・提出先**　介護長寿課（☎62-9805）

一病息災プログラム参加者募集

11月14日は世界糖尿病デーです。食生活や運動などで、気になっていることはありませんか？

■**対象**　70歳未満の市民で糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病で治療中の人
■**内容**　保健師・管理栄養士との個別相談、歯科医院での歯科検診、薬剤師との薬の相談 など
■**料金**　無料　　■**定員**　先着10人
■**問合せ・申込先**　地域医療対策課（☎62-9211）

令和7年度 大分県立聾学校幼稚部入学者募集

■**対象**
〇県内在住の平成31年4月2日から令和4年4月1日までに生まれた人
〇両耳の聴力レベルがおおむね60デシベル以上で、補聴器などを使用しても通常の話声を理解することが不可能または著しく困難である人
■**出願受付期間**　令和7年1月6日㈪～24日㈮の平日9時～16時（出願関係書類は12月9日㈪から大分県立聾学校事務室で交付または大分県立聾学校ホームページからダウンロードできます。）
■**入学希望者の面接予定日**　令和7年2月4日㈫
■**問合先**　大分県立聾学校（☎097-538-6661）

令和7年度 大分県立盲学校幼稚部入学者募集

■**対象**
〇県内在住の平成31年4月2日から令和4年4月1日までに生まれた人
〇両眼の視力がおおむね0.3未満、または視力以外の視機能障がいが高度で、拡大鏡などを使用しても通常の文字などの認識が不可能または著しく困難である人
〇視覚障がいを主たる障がいとし、ほかの障がいを併せ有する人
〇知的障がいを主たる障がいとし、視覚障がいを併せ有する人
■**出願受付期間**　令和7年1月6日㈪～10日㈮の9時～16時（出願関係書類は、令和7年1月6日㈪から大分県立盲学校事務室で交付）
■**入学希望者の面談期間**　令和7年1月14日㈫～16日㈭の15時～16時
■**問合先**　大分県立盲学校（☎097-532-2638）

ハロートレーニング 令和7年2月訓練受講生募集

■**訓練期間**　令和7年2月4日㈫～7月30日㈬
■**募集コース**　3DCAD活用科、建築CAD・リフォーム技術科、ビル管理技術科
■**申込期間**　11月25日㈪～12月26日㈭
※見学会を10月22日㈫、説明会を10月29日㈫に行います。
■**問合せ・申込先**　ポリテクセンター大分（☎097-529-8615）

大分県立日田高等技術専門校 訓練生募集（高校新卒）

■**対象**　令和7年3月に高等学校卒業見込みの人
■**募集科名**　オフィスビジネス科
■**内容**　コンピュータの基礎知識と応用技術およびワープロ、簿記、会計などの事務処理について習得
■**訓練期間**　1年間
■**授業料**　無料（入校時に教科書などの実費が必要）
■**定員**　20人（新卒10人程度）
■**申込期間**　10月28日㈪～11月13日㈬
■**入校試験日**　11月22日㈮
■**問合せ・申込先**　大分県立日田高等技術専門校（☎0973-22-0789）

第34回 いきいきなかつシルバー作品展 展示作品募集

■**対象**　市内在住の60歳以上（昭和39年4月1日以前の生まれ）でアマチュアの人
■**展示期間**　12月23日㈪13時～27日㈮12時
■**場所**　中津文化会館 小ホール
■**出品部門**　日本画・洋画・彫刻・彫塑・工芸・書・写真
※作品は出品者によって創作されたもので、未発表のものに限ります。
※都合により展示を一部制限する可能性があります。
■**申込方法**　介護長寿課、各支所総務・住民課、公民館、中津市生涯学習センターまなびん館、新中津市学校などに備え付けの申込書を提出
■**申込期間**　11月11日㈪～12月6日㈮12時
■**作品搬入日時**　12月23日㈪9時から12時の間に中津文化会館 小ホールに出品者が持参してください。
■**問合先**　介護長寿課（☎62-9807）

講座・教室・講習会

中津市民病院 がん患者サロン絆

■**対象**　がん患者およびその家族（市民病院以外で治療中の人も参加可能）※申込は開催当日の午前中まで
■**日時**　11月8日㈮　13時30分～14時30分
■**場所**　中津市民病院 2階 講堂
■**内容**　学習会「感染対策のポイントについて」と交流会
■**講師**　礒﨑（いそざき） 慎吾（しんご）（中津市民病院 感染管理認定看護師）
■**料金**　無料（要事前申込）
■**問合せ・申込先**　中津市民病院 がん相談支援センター（☎22-6521）

川嶌整形外科病院 健康教室

■**日時**　11月9日㈯　13時15分～14時
■**場所**　川嶌整形外科病院 1階 玄真堂ホール
■**テーマ**　肩関節疾患について
■**講師**　佐々木（ささき） 聡明（としあき）氏（川嶌整形外科病院 医師）
■**料金**　無料（事前申込不要）
■**定員**　50人
■**問合先**　川嶌整形外科病院事務局（☎24-0464）

中津地方文化財協議会

■**日時**　11 月 10 日㈰　10 時～
■**場所**　小楠コミュニティーセンター
■**演題**　「中津・吉富の歴史」
■**講師**　小倉 正五（おぐら しょうご）氏（宇佐の文化財を守る会 会長）
■**料金**　300 円（事前申込不要）
■**問合先**　中津地方文化財協議会（☎ 23-3287）

日本語教室「きらきら」

■**対象**　中津市をはじめ、近隣市町村で働く外国人
■**日時**　11 月 10 日㈰、24 日㈰　いずれも 13 時 30 分～ 16 時 30 分
■**場所**　如水コミュニティーセンター
■**内容**　日本語能力試験に向けた学習を中心とした日本語の学習、文化体験や館外研修
■**料金**　100 円（要事前申込）
■**問合せ・申込先**　社会教育課（☎ 62-9012）

▲市ホームページ

元気がでる講演会

■**期日**　11 月 11 日㈪　19 時～
■**場所**　中津商工会館 3 階ホール
■**講師**　木ノ下 勝矢（きのした かつや）氏（レスキューサポート九州 事務局長・理事 / 大分県防災アドバイザー）
■**料金**　無料（要事前申込）　■**定員**　80 人
■**問合せ・申込先**　(一社)中津青色申告会事務局（☎ 23-0364）

中津市民病院 外来糖尿病教室

■**対象**　糖尿病患者およびその家族（市民病院以外で治療中の人も参加可能）
■**日時**　11 月 13 日㈬、27 日㈬　いずれも 13 時 30 分～ 14 時
■**場所**　中津市民病院 2 階 講堂
■**内容**　学習会「薬の効き方と災害に備えて」「糖尿病の備蓄食のすすめ」
■**講師**　井上 捺実（いのうえ なつみ）（中津市民病院 薬剤師）、小犬丸 恭子（こいぬまる きょうこ）（中津市民病院 管理栄養士）
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　10 人
■**申込期限**　各開催日の 11 時
■**問合せ・申込先**　中津市民病院 患者サポートセンター（☎ 22-2480）

第 6 回 中津学

■**日時**　11 月 20 日㈬　13 時 30 分～
■**場所**　リル・ドリーム
■**演題**　歌で綴（つづ）る 中津歳時記
■**講師**　おふくろず
■**料金**　200 円（事前申込不要）
■**問合先**　生涯学習大学事務局（中津市生涯学習センター内・☎ 22-7637）

日本語教室「あい♡ことば」

■**対象**　日本語を母語としないこどもと保護者
■**日時**　11 月 10 日㈰　10 時～ 12 時
■**場所**　豊田公民館
■**内容**　文化体験、日本語学習サポート
■**料金**　無料（要事前申込）
■**問合せ・申込先**　社会教育課（☎ 62-9012）

上級救命講習会

■**対象**　中津市に在住、もしくは勤務している人
■**日時**　11 月 17 日㈰　8 時 40 分～ 17 時
■**場所**　消防署 2 階 大会議室
■**料金**　無料（要事前申込・テキスト代含む）
■**定員**　15 人程度（参加人数が 5 人に満たない時は、開催しない場合があります。）
■**申込方法**　電話またはインターネット
■**申込期限**　11 月 10 日㈰
■**問合せ・申込先**　消防署（☎ 22-0001）

▲ネット申込

楽しくわかるスマホ体験講座

■**日時**　11 月 19 日㈫　10 時～ 11 時 30 分
■**場所**　沖代公民館
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　20 人　※申込多数の場合は抽選
■**申込方法**　電話またはメールで氏名、電話番号をお知らせください。
■**申込期限**　11 月 12 日㈫
■**問合せ・申込先**　情報デジタル推進課（☎ 62-9874、✉ dx@city.nakatsu.lg.jp）

第 42 回 中津市民病院健康教室

■**日時**　11 月 23 日㈷　14 時～ 15 時
■**場所**　中津市民病院 2 階 講堂
■**演題**　婦人科腫瘍の症状と治療
■**講師**　奈須 家栄（なす かえい）（中津市民病院 がんセンター長）
■**料金**　無料（事前申込不要）　■**定員**　40 人程度
■**問合先**　中津市民病院 患者サポートセンター（☎ 22-6521）

ファミリー・サポート・センターまかせて会員養成講習

児童の預かり援助を行いたい人を募集しています。
■**対象**　市内在住または勤務している健康で積極的に参加できる 20 歳以上の人
■**日時**　11 月 27 日㈬　9 時～ 16 時
■**場所**　教育福祉センター
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　15 人　※定員に達し次第締切
■**申込方法**　電話、FAX、ショートメールのいずれかで申込み（氏名・住所・電話番号を記載）
■**申込期限**　11 月 20 日㈬
■**問合せ・申込先**　社会福祉協議会（☎ 27-7715、FAX 43-2594、SMS 080-8561-0154）

▲社会福祉協議会ホームページ

豊前地域職業訓練センター職業訓練

講座名	訓練期間	定員	受講料
ワード基礎	12月4日㈬～16日㈪ 〈月・水・金曜日のみ開講　計6回〉 【午前】9時～12時　【夜間】18時～21時	20人	9,900円 （テキスト代1,430円）
アーク溶接特別講習	12月11日㈬～13日㈮	20人	15,700円 （テキスト代1,200円）

■**場所**　豊前地域職業訓練センター　　■**問合せ・申込先**　豊前地域職業訓練センター（☎82-1511）

家族支援プログラム

認知症高齢者をかかえる家族の介護負担の軽減を図るため、講座を開催します。

■**日時**　12月5日㈭　13時～15時
■**場所**　教育福祉センター 中会議室
■**演題**　「認知症になっても私です」
■**講師**　下田 哲也（しもだ てつや）氏（認知症本人「大分県希望大使」）
■**料金**　無料（要事前申込）　　■**定員**　30人
■**申込方法**　電話または申込書を介護長寿課に提出
■**申込期限**　12月4日㈬
※申込書は介護長寿課および各支所総務・住民課窓口に用意しています。
■**問合せ・申込先**　介護長寿課（☎62-9807）

甲種防火管理再講習

■**対象**　「特定用途で300人以上の収容人員」の防火対象物において防火管理者に選任され、甲種防火管理再講習を受講する必要のある人
■**期日**　令和7年1月21日㈫
■**場所**　J:COMホルトホール大分 3階 大会議室
■**料金**　7,000円　　■**定員**　156人
■**申込方法**　FAXまたはインターネット
■**申込期間**　11月21日㈭～28日㈭
■**問合せ・申込先**
（一財）日本防火・防災協会（☎03-6263-9903、FAX 03-6274-6977・03-6812-7140）

▲ネット申込

催し物

本耶馬渓美術協会展

■**期間**　10月31日㈭～11月4日㈷　9時～17時（最終日は16時まで）
■**場所**　本耶馬渓公民館　　■**料金**　無料
■**問合先**　本耶馬渓美術協会事務局（☎090-9474-3397）

重扇会（藤間流おさらい会）

■**日時**　11月10日㈰　10時～（開場9時30分）
■**場所**　中津文化会館 大ホール
■**出演者**　藤間重志朗社中、藤間重樹社中
■**料金**　無料
■**問合先**　中津文化会館（☎24-1155）

アートスペース中津の11月の展示

■**期間**　①10月30日㈬～11月4日㈷　②11月6日㈬～18日㈪　③11月20日㈬～12月2日㈪
■**内容**　①かんなくずの花・作品展　②デジタルファインプリントー祭りの少女とキツネ家族 in 姫島ー　③西郡愛光書道教室作品展ー春夏秋冬ー
■**場所**　小幡記念図書館 正面入口壁面
■**休館日**　火曜日
■**問合先**　アートスペース担当（中津市歴史博物館内・☎23-8615）

第23回おじさんバンドライブ in 中津～甦れ青春!!～

■**日時**　11月10日㈰　13時～（開場12時30分）
■**場所**　リル・ドリーム
■**出演者**　Arrow's、おふくろず、BUZZ-BUZZ、風鈴堂、松五郎ブルースバンド
■**料金**　1,000円（当日200円増）
■**問合先**　中津文化会館（☎24-1155）

三光地域おこし協力隊マナブくんと癒しの森林浴体験

■**対象**　高校生以上
■**日時**　11月16日㈯　9時～12時（受付8時30分）
※雨天中止
■**場所**　八面山荘下駐車場
■**料金**　1,000円（保険料込）
■**定員**　先着8人
■**持ち物**　動きやすい服装（長袖・長ズボン・帽子）、履き慣れた運動靴、軍手、タオル、飲み物、レジャーシート（寝転がれるサイズ）、防寒着
■**申込方法**　インターネット
■**申込期間**　10月25日㈮～11月8日㈮
■**問合先**　三光支所地域振興課（☎43-2050）

▲ネット申込

なかつプレーパーク

■**日時**　①11月16日㈯　10時～12時
②11月17日㈰　10時～12時
■**場所**　なかつプレーパーク
■**内容**　①外あそびの日「焼き芋・木の実で遊ぼう」
②おっちょるデー「ヘチマたわしづくりに挑戦！」
■**料金**　無料（雨天中止）
■**問合先**　みんなで遊び場をつくろう会事務局（☎090-9498-5669）

諭吉の里ウォーク

■**日時**　11 月 17 日㈰　受付 8 時 30 分、出発式 9 時
■**場所**　耶馬溪支所裏 河川敷駐車場
■**コース**　約10km
■**料金**　大人 300 円、小学生以下 100 円（事前申込不要）
■**持ち物**　飲料、雨具、必要な人はお弁当
■**問合先**　中津ウオーキング協会
（☎ 090-9836-8103）

アースデイ中津 2024

「STOP！地球沸騰化 エコ&ピース」をテーマに、ステージイベントやマルシェ、地産地消の食や手作り雑貨のお店などイベント盛りだくさんです。
■**日時**　11 月 17 日㈰　10 時～ 15 時
■**場所**　ダイハツ九州スタジアム西側芝生広場
■**料金**　ペットボトルのキャップが入場料
■**問合先**　NPO法人アースデイ中津（☎ 32-3626）

障がい者就職面接・説明会 in 中津

■**対象**　求職中の障がいのある人（現在、就労継続支援A 型・B 型を利用中の人も参加できます。）
■**日時**　11 月 20 日㈬　13 時 30 分～ 15 時
（受付 13 時）
■**場所**　グランプラザ中津ホテル
■**料金**　無料（要事前申込）
■**申込方法**　電話または FAX
※手話・要約筆記通訳者を配置しています。
■**問合せ・申込先**　ハローワーク中津（☎ 24-8609、FAX 22-5411）

八面山もみじウォーク

美しい紅葉を眺めながら歩き、八面山の秋を楽しみませんか。
■**日時**　11 月 24 日㈰　受付 9 時～ 9 時 20 分
出発【1班】9 時 30 分　【2班】9 時 45 分
※雨天中止
■**場所**　八面山荘下駐車場
■**コース**　約 4 km（約 2 時間）
■**料金**　500 円（参加賞、保険料込）
▲ネット申込
※お弁当希望者は別途料金が必要。
■**定員**　各班 25 人程度　※小学生以下は保護者同伴
■**申込方法**　電話またはインターネット
■**申込期間**　10 月 28 日㈪～ 11 月 18 日㈪
■**問合せ・申込先**　三光支所地域振興課（☎ 43-2050）

第 57 回 中津市民音楽祭

吹奏楽・コーラス・ピアノなどを中心に活動するメンバーによる演奏会です。
■**日時**　11 月 24 日㈰　13 時～（開場 12 時 30 分）
■**場所**　中津文化会館 大ホール
■**料金**　無料
■**問合先**　中津文化会館（☎ 24-1155）

南部自由市場（毎月第 4 日曜日開催）

パンやお弁当、雑貨など魅力的な店舗が並びます。
■**日時**　11 月 24 日㈰　10 時～ 14 時
■**場所**　新博多町アーケード周辺
■**問合先**　新博多町商店街振興組合（☎ 23-4485）

令和 6 年度 第 3 回「自死遺族のつどい」

■**対象**　大切な人を自死で亡くされたご遺族
■**日時**　11 月 28 日㈭　14 時～ 16 時（受付 13 時 30 分）
■**場所**　大分県こころとからだの相談支援センター
■**料金**　無料（要事前申込）
■**申込期限**　11 月 21 日㈭
■**問合せ・申込先**　大分県こころとからだの相談支援センター（☎ 097-541-6290）

看護師再就職応援セミナー

■**対象**　保健師、助産師、看護師、准看護師で就業を希望する人
■**期日**　【1 回目】11 月 28 日㈭・29 日㈮
【2 回目】令和 7 年 1 月 30 日㈭・31 日㈮
■**場所**　大分県看護研修会館
■**内容**　講義と実技演習、グループワーク、就業相談、eラーニングを利用したWeb学習
■**料金**　無料（要事前申込）
■**定員**　15 人
■**持ち物**　筆記用具、活動しやすい服装
▲ホームページ
■**申込期限**　各回の 1 週間前
■**問合せ・申込先**　大分県ナースセンター（大分県看護研修会館内・☎ 097-574-7136）

大分県立日田高等技術専門校オープンキャンパス

■**日時**　12 月 1 日㈰　10 時～ 12 時
■**内容**　概要説明、校内・実習場見学、訓練実習（プレゼンソフト操作実習・ガーデニング小物製作から 1 つ体験）、個別相談
■**問合先**　大分県立日田高等技術専門校
（☎ 0973-22-0789）

New 杜の声 朗読コンサート

元NHKアナウンサーの岩井 正氏が「家霊」（岡本かの子著）を朗読します。
■**日時**　12 月 1 日㈰　13 時 30 分～（開場 13 時）
■**場所**　リル・ドリーム
■**料金**　無料
■**問合先**　事務局（☎ 090-6631-8112）

文化遺産フェスティバル in 中津

■**日時**　12 月 8 日㈰　13 時 30 分～（開場 12 時 45 分）
■**場所**　中津文化会館 大ホール
■**料金**　全席自由大人 1,000 円、高校生以下 500 円、未就学児無料（当日 200 円増）
■**問合先**　中津文化会館（☎ 24-1155）

試　験

大分県農薬指導士新規認定研修・試験

県では農薬の安全使用・適正販売を推進するため、農薬や病害虫防除、関係法令などに関する知識を有する「大分県農薬指導士」を育成しています。資格取得のためには、研修受講と試験合格が必要です。

詳しくは県ホームページをご確認ください。

■**研修日**　令和７年２月５日㈬
■**試験日**　令和７年２月12日㈬
■**申込期間**　11月１日㈮～12月11日㈬
■**問合先**　大分県地域農業振興課
（☎097-506-3661）

▲県ホームページ

令和７年度 中津ファビオラ看護学校准看護学科・看護学科一般入試 一次募集

◎**准看護学科**
■**対象**　中学校卒業（見込み）以上
■**試験日**　11月30日㈯　10時～（受付９時30分～９時50分）
■**合格発表日時**　12月４日㈬　９時
■**試験内容**　一般教養、作文、面接（グループ討議）
■**修業年限**　２年間　　■**定員**　30人
■**申込期間**　10月25日㈮～11月22日㈮必着

◎**看護学科**
■**対象**　○中学校を卒業し、准看護師免許取得後３年以上看護業務に従事している人　○高等学校を卒業した准看護師または令和７年３月に准看護師免許取得見込みの人
■**試験日**　12月７日㈯　９時～（受付８時35分～８時50分）
■**合格発表日時**　12月11日㈬　９時
■**試験内容**　学科試験（基礎科目、専門科目）、小論文、面接（グループ討議）
■**修業年限**　３年間（昼間定時制）　　■**定員**　40人
■**申込期間**　11月１日㈮～29日㈮必着
■**場所**　中津ファビオラ看護学校
■**問合先**　中津ファビオラ看護学校（☎24-7270）

豊前築上医師会看護高等専修学校 准看護学生募集

■**対象**　中学校卒業（見込み）以上　※年齢制限なし
■**試験日**　【一次】11月30日㈯　【二次】令和７年１月25日㈯
■**場所**　豊前築上医師会看護高等専修学校
■**試験内容**　国語・作文・面接
■**修業年限**　２年間
■**定員**　30人
■**申込期間**　【一次】10月28日㈪～11月29日㈮
【二次】12月２日㈪～令和７年１月24日㈮

▲ホームページ

※奨学金制度について詳しくは、お問い合わせください。
■**問合先**　豊前築上医師会看護高等専修学校
（☎82-0607）

11月日曜・休日救急当番医

医科

９時～17時

日にち	当番医	電話	住所
３日	末廣医院	23-6577	沖代町
３日	まつざきクリニック	43-5784	三光臼木
４日	大堀脳神経クリニック	23-3865	豊田町
10日	宮田内科医院	22-3375	牛神
17日	清松内科医院	22-0450	島田本町
17日	平田診療所	54-2114	耶馬溪町平田
23日	西耳鼻咽喉科医院	22-7353	上宮永
24日	中尾循環器科内科クリニック	27-6878	加来

中津市立小児救急センター

曜日	時間	電話
日・祝日	９時～22時	26-0020

※受付時間は、21時30分まで

夜間や休日で病院に行くか判断に迷った時などに看護師が相談に応じます。
■**相談先**　大分県こども救急電話相談
（☎097-503-8822、19時～翌朝８時　※日・祝日は９時～17時も可）

二次救急医療機関

医療機関名	電話	住所
酒井病院	22-0192	中央町
中津胃腸病院	24-1632	永添
梶原病院	22-2535	中殿町
川嶌整形外科病院	24-0464	宮夫
中津脳神経外科病院	32-2555	福島
松永循環器病院	24-6060	中央町
村上記念病院	23-3333	諸町
中津第一病院	23-1123	宮夫

- 救急医療のひっ迫を防ぐため、軽い風邪症状などの場合は、できるだけ平日に受診してください。
- 受診が可能かどうか、**必ず事前に医療機関に電話で確認してください。**
- 痛みが激しい場合や呼吸が困難な場合など、症状が重篤と思われる場合は、迷わず救急車を呼んでください。

健康ガイド

■問合せ・予約先
・こどもの健診や相談について
こども家庭センター（☎22-1170）
・おとなの健診や相談について
地域医療対策課（☎62-9211）
◎健診の日程については、市ホームページをご覧ください。

乳幼児健診

期日	健診の対象児
12月3日㈫	4か月児
12月10日㈫	7か月児
12月17日㈫	1歳6か月児 （令和5年6月生まれ）
12月24日㈫	3歳6か月児 （令和3年6月生まれ）

※対象者には個別に郵送で案内します。
※対象月に受けられない場合は2～3か月以内に受けてください。
■場所　三光コミュニティーセンター

妊婦・赤ちゃん健康相談

■日時　11月20日㈬　13時30分～14時30分
■場所　ダイハツ九州アリーナ
■内容　妊婦相談、赤ちゃんの身長・体重測定、育児相談、栄養相談
■持参物　母子健康手帳、バスタオル
※校区に関係なくお越しください。
■予約開始日　11月6日㈬
▲ネット予約

市民健康相談

■日時　11月14日㈭　9時～10時30分
■場所　市役所1階 第2相談室（市民ホール内）
■内容　健康相談、血圧測定、検尿・尿中塩分測定（※）、栄養相談、糖尿病相談
※尿検査をする人は前日までに容器を配布しますのでご連絡ください。

大腸がん検診

■内容　①電話またはインターネットで申込み（申込後、問診票・容器が届きます）　②問診票を記入し、便を2日間採って地域医療対策課または中津市総合健診センターに提出　③3～4週間後に結果を郵送でお知らせ
■料金　【40歳以上】500円
【70歳以上】無料
※令和7年3月31日時点の年齢
▲ネット予約

もっと体を動かそう！#05

気候もよくなり、体を動かすにはちょうどいい季節になりました。しっかりと、体を動かして、旬の食べ物をおいしくいただきましょう。自宅で気軽にできる運動を紹介します。さっそく実践してみましょう！

四つ這いバランス（背中と腰部、体幹の筋力運動）

～腰痛予防、姿勢の保持、バランス機能を保ちます～

回数の目安：
1セット5～10回を
1日に1～2セット

ステップ1

四つ這いになり、右腕と左脚を床と平行になる位置まで上げて10秒間キープする。

ステップ2

左腕と右脚も同様に行う。

POINT　息は止めずに、行いましょう。

■問合先　地域医療対策課（☎62-9211）

送迎付き特定健診・がん検診（日帰り・要予約）

健診当日の午後に検査結果がわかり、無料の昼食や温泉も利用できます。健診実施機関に電話で予約してください。検査内容や料金など詳しくは、予約時にお問い合わせください。

■健診実施機関・予約先　大分県厚生連健康管理センター（別府市）（☎0977-75-6154　※10時～17時）

■12月～令和7年1月の送迎日程（定員各日30人）

期日	送迎場所（出発時間）
12月5日㈭	山国支所（7時出発）※道の駅やまくに・槻木交流センターからの乗車を希望の人はお申し出ください。
令和7年1月8日㈬	JAおおいた中津支店（7時30分出発）
令和7年1月21日㈫	
令和7年1月15日㈬	本耶馬渓支所（7時30分出発）
令和7年1月17日㈮	三光コミュニティーセンター（7時30分出発）

※希望日の3週間前までに電話でご予約ください。
※送迎を利用しない場合は、令和7年3月31日㈪まで受診できます。
※令和7年2月以降の送迎日程は、後日お知らせします。

◎問診時、オプション検査（有料）追加・変更を相談できます（胃カメラ検査は事前希望制のため、健診日の1週間前までにご連絡ください）。

《次の項目を受けられます》			
□特定健診	□後期高齢者健診	□20代30代健診	□結核・肺がん検診
□胃がん検診	□大腸がん検診	□子宮頸がん検診	□乳がん検診
□前立腺がん検診	□骨粗鬆症検診（40・45・50・55・60・65・70歳の女性）		
□肝炎ウイルス検診	□胃がんリスク検診（40・45・50・55・60・65・70・75歳）		

11月8日は いい歯の日

歯と口腔の健康を保つことは全身の健康にも大きな影響を及ぼすといわれていて、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進するために、11月は「大分いい歯の8020推進月間」となっています。

自分の歯で食事をしっかり噛めるということは、おいしく楽しい食生活というだけでなく、充実した毎日を過ごすための大切なひとつの要因です。この機会に、ご自身やご家族の歯の健康について、考える機会を持ちましょう！！

第27回 高齢者のよい歯のコンクール 大分県大会で優秀賞を受賞！

第27回高齢者のよい歯のコンクール大分県大会（大分県・大分県歯科医師会主催）で、中津市の同コンクールで優秀賞となり市代表として推薦された可部 一雄さん（84歳）が見事、県大会でも優秀賞に輝きました。おめでとうございます！

同コンクールは、永年にわたり口腔の健康に取り組まれてきた80歳以上で自分の歯を20本以上保持している人に各賞が贈られます。

市報なかつ
No.1555
2024.11

わが家のアイドル

随時募集中！

◀申込みはこちらから

小野 理人（おの りひと）さん

大黒 華弥（だいこく かや）さん

工藤 千珠（くどう せんじゅ）さん

渡辺 灯（わたなべ ともる）さん

松尾 奏佑（まつお かなた）さん

松崎 虹桜（まつざき いちか）さん

梅木 桜久（うめき さく）さん

西薗 椿（にしその つばき）さん

黒田 彩世（くろだ あやせ）さん

▼題字▼ なかつ は、私が書きました。

下郷小５年
原口 琥大郎（はらぐち こたろう）さん

人口と世帯
（９月30日現在）

		（前月比）
総人口	81,467人	(-19)
男	39,860人	(-6)
女	41,607人	(-13)
世帯数	41,220世帯	(+66)

つなぐ

見えないものを見る

中津市長　奥塚　正典

毎年好評のイラストコンクール、2年前のテーマは「見えないけれどあるんだよ」でした。作品の内容は様々で、無限の宇宙、人の心など多岐にわたっています。子どもから大人まで市民の皆さんの想像力、発想力は豊かで素晴らしい作品ばかりでした。

このテーマで連想するのは金子みすゞさんの詩「星とたんぽぽ」。金子さんは「見えないけどあるもの」として昼には見えないが夜になると輝く星、散ってじっと春を待つたんぽぽの根を挙げます。見えないものに気づき見る楽しさや大切さを教えます。

植物を育てていると見えない土の中に興味が湧きます。草を取りよく耕した土と放りっぱなしにした土では作物の成長に大きな違いが出ます。また、堆肥を散き土づくりをするとよりおいしい作物が育ちます。微生物の働きや化学反応による土壌の変化が起きて植物に大きな力を与えているのでしょう。

人の心もなかなか見えないものです。例えば、多くの思春期の子どもは独立心が育まれ親の言うことは何ともうるさく、往々にして「ほっといて」という気持ちになりがちです。しかし歳を重ね人生経験を経ていくとしだいに親心がわかり見方が変わる時期が来ます。特に社会に出る、子どもが生まれる、老いた親が亡くなると、今まで見えなかった親の心情の深さが身にしみてわかります。一方、親も子どもを育てる過程で、子どもに自分とは違う個性や長所を発見し親自身の成長につながります。見る力の親子間交換ですね。

世の中には人知れずいろいろな善い行いを積んでいる優しく強い人もたくさんいます。想像力を働かせて見えないものを発見しそこに心を寄せると、幸せ感と安心感が増します。

見えないものを見る力、もっと身につけたいものです。

TEL 0979-22-1111・FAX 0979-24-7522
〒871-8501 中津市豊田町14番地3
発行／中津市役所　編集／秘書広報課
印刷／大洋印刷紙器株式会社

○掲載内容は変更・中止になる場合があります。
○自然保護のため古紙再生紙を使用しています。

Fontworks UD FONT

市報なかつがアプリで読める！
マチイロ　カタログポケット