

# なかつ

No.1569

2026  
1月号



## CONTENTS

- 2 新年のごあいさつ
- 3 磯田道史氏×朝吹真理子氏対談
- 4 ごみ減量・再資源化に向けて
- 5 中津市生涯学習大学令和8年度受講生募集
- 6 まちフォト
- 8 こどもまんなか社会の実現
- 9 90日！なかつお元気プログラム
- 10 はり・きゅう・あん摩マッサージ  
施術料助成、連載
- 11 連載
- 12 中津市歴史博物館企画展
- 13 情報ボックス
- 19 健康ガイド

## COVER

### 今年の干支は午

中津北高等学校書道部のみなさんに書いていただきました。お正月にちなんだ新年の目標などを書初めしてみませんか。



# 新年のごあいさつ



中津市長  
奥塚 正典



中津市議会議長  
林 秀明

あけましておめでとうございます。

皆様には、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、旧年中は市政にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

社会情勢が混沌とし、依然続く物価高騰など、市民生活や地域経済を取り巻く環境は大きく揺れ動いています。このような時代の変化にしなやかに適応しながら、「暮らし満足No.1のまち」の実現を目指して市政運営に取り組んでまいります。

福澤精神に根差した「学び」を核とする「学びの里なかつ」の取組みをさらに推進し、「ひと」と「まち」が共に発展する持続可能なまちづくりを進めます。年齢やライフスタイルに関わらず、誰もが自己実現できる学びの機会の提供、産業人材の育成による地域課題の解決に取り組めます。この「学び」が地域の活力となり、住民の皆様の Well-Being の向上へと繋がる好循環を目指します。

国、県、企業、大学など多様な主体と連携し、災害に強いまち・ひとづくり、地域医療・救急医療体制の確保、雇用創出、安心・安全な教育環境整備など、「安心」「元気」「未来」の中津市をつくる施策を着実に前進させてまいります。あわせて、昨年、市役所内のデジタル環境の整備を図ったところであり、あらゆる分野でデジタル技術をより一層活用し、利便性の高い住民サービスを実現していきます。

結びに、皆様のご健康とご多幸をお祈りして、年頭のごあいさつといたします。

あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、希望に満ちた新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

また、日頃から中津市議会の活動に対し、温かいご理解とご協力を賜り、深く感謝とお礼を申し上げます。

現在、ますます進む人口減少や物価高騰の影響は、実社会において産業構造や雇用形態をはじめ、市民の生活スタイルや価値観まで変わってきています。中津に住んでいる人が豊かさや幸福を実感し、自分のまちは「他とは違うという誇り」を抱けるような、将来を見据えた真摯なまちづくりの取り組みが、これまで以上に強く求められています。また、自然災害や高齢者社会を意識した、地域の実情にあった「住民の絆」を大切にする防災体制の構築が望まれます。

私たちは、二代表制の一翼を担う市議会として、行政が掲げた政策を効果的・効率的に実施するための議論をし意識改革を促しています。さらに、教育・福祉・環境等の課題解決に向け「見える成果」をしっかりと出すため、市民の皆様へ寄り添い、現場現物主義に徹して、前例にとらわれることなく、中津市の良さ・持ち味を追求していく所存です。「チーム中津市議会」の活動に皆様の変わらぬご支援とご協力を心よりお願い申し上げます。

結びに、本年が市民の皆様にとりまして、ご健康で実り多き幸せな一年となりますことを心よりご祈念申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。





歴史を語る

言葉を紡ぐ

～福澤のふるさと中津で～

対談



磯田 道史氏

朝吹 真理子氏

#### PROFILE

いそだ みちふみ  
磯田 道史氏

1970年岡山市生まれ。慶應義塾大学大学院卒。博士（史学）。茨城大学助教授、静岡文化芸術大学教授などを経て、現在、国際日本文化研究センター教授。

著書に「武士の家計簿」（新潮ドキュメント賞、2010年映画化）。近著に「日本史を暴く」「徳川家康 弱者の戦略」「家康の誤算」「豊臣兄弟 天下を獲った処世術」（文春新書）。NHKのBS歴史番組「英雄たちの選択」では司会を務める。

#### 日時

令和8年2月7日（土）

13時～15時（開場12時30分）

#### 場所

中津文化会館 大ホール

#### 料金

無料

- 3歳未満のこどもは膝上鑑賞可能です。
- 車いすをご利用の際は、事前にご連絡ください。

#### PROFILE

あさき まりこ  
朝吹 真理子氏

作家。慶應義塾大学大学院修士課程で近世歌舞伎を専攻。2010年、デビュー作「流跡」でドゥマゴ文学賞を最年少受賞。2011年、発表した「きことわ」で芥川賞を受賞。ほかの著作に「TIMELESS」、「抽斗のなかの海」など。

2023年、アンビエントをテーマにした視聴覚芸術の展覧会「AMBIENT KYOTO 2023」に自作朗読で参加。長篇小説「ゆめ」（河出書房新社）が2026年発売予定。

■定員 850人

※応募多数の場合は抽選

※当選者には後日入場券を郵送

■申込方法 インターネットまたは氏名（ふりがな）・住所・電話番号・同伴者（1人まで）がいる場合その氏名を記載しハガキを送付

※1人1回まで、複数応募は無効となります（同伴者としての複数応募も無効）。

■申込期限 令和8年1月13日（火）

※当日消印有効

※当日券の配布や、キャンセル待ちの案内はございません。

■問合せ・申込先

〒871-8501 中津市豊田町9番地10

中津市教育委員会 社会教育課（☎22-4942）



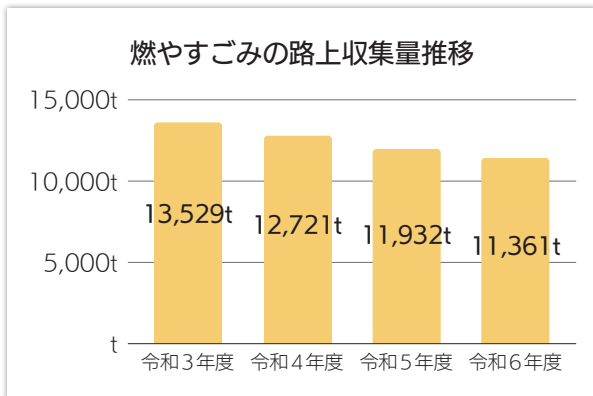
▲ネット申込

## 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を目的とした「ごみ袋有料化制度」(令和4年9月導入)について、制度導入後のごみ排出量の変化や、手数料の使途について報告します。

## 燃やすごみの収集量の変化

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）をゴミ袋有料化実施前（令和３年度：13,529t）と比較すると、令和６年度は11,361tと、2,168t（約16%）減少しています。



## ごみ袋有料化による手数料収入の使い道

令和6年度の指定ごみ袋の販売による手数料収入は、約1億921万円でした。手数料収入はごみ処理や再資源化のための大切な財源として活用しています。

### 【具体的な使途】

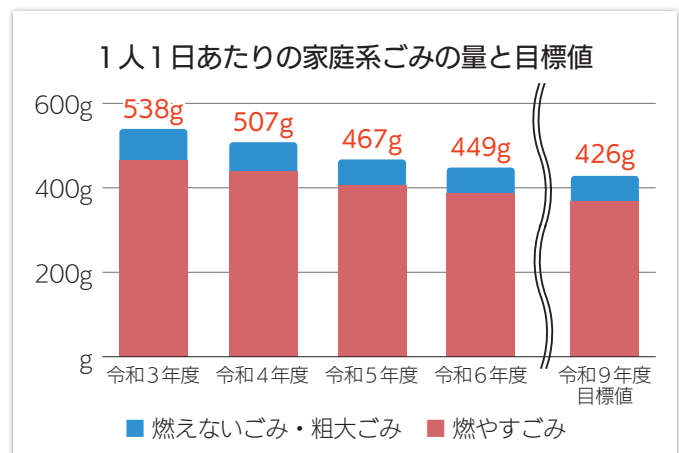
- 指定ごみ袋の製造・販売
- プラスチックの再資源化処理費用
- 生ごみキエーロの製作費用
- エコステーション基礎整備費用 など



ごみ減量目標達成へのご協力をお願いします

1人1日あたりの家庭系ごみの量は、ごみ袋有料化制度開始以降順調に減少しています。令和6年度の1人1日あたりに出した家庭系ごみの量は、449gでした。市の計画では、令和9年度までに家庭系ごみを426g以下に減量する目標となっています。みなさん一人ひとりが1日に出すごみの量を23g(単3電池1本分)減らすと、この目標を達成できます。燃やすごみの約4割が生ごみです。食材の「使い切り」「食べきり」、生ごみの「水切り」を心がけ、生ごみの減量にご協力ください。

■問合先 清掃管理課 (☎ 24-5374)



## 冬タイヤも アラジンでご準備を!

軽自動車用スタッドレスタイヤ

**当店最安値**  
**13,800円~**  
(税込 15,180円) ※工賃別

シーズン到来!



出張査定も大歓迎!!

イメージキャラクター  
江頭2:50

専門店だから納得の査定額!!

# あなたのお車を 高価買取!!

バスやトラックなども  
喜んで買取ります。

**査定無料**

**アラジン中津店**

中津市大字下池永467番地2 ■ 営業時間 / 9:00~18:30 ■ 定休日 / 水曜日

**BEE LINE CORP.**

**FREE 0120-580-185**

車買取 アラジン

★ モスバーガー

● R213 かしら 中津店

● トイアル

**アラジン中津店**



# 中津市生涯学習大学 令和8年度受講生募集

**場所** 生涯学習センター「まなびん館」

**募集期間** 令和8年1月15日(木)～  
3月16日(月)

居住場所にかかわらず、誰でも参加できます。  
受講料が安くバラエティに富んだ講座がそろっている  
のでぜひご参加ください。

## こんな人におすすめ

明るく楽しい生活を送りたい人

学問を追及し知的な生活を送りたい人

芸術に親しみ豊かな感性を磨きたい人

健康増進を望む人

新しい友だちをつくりたい人



## 受講料(年間)

- ・英会話(初級)、中国語(初級)、たのしいエアロビ、楽しく筋トレ、めぐりヨガ、リズムステップ…10,000円
- ・英会話(中級)…12,000円
- ・それ以外の講座…5,000円

※2講座目からは1,000円割引になります  
(英会話中級は割引対象外)。

## ■問合せ・申込先

生涯学習センター「まなびん館」(☎ 22-7637  
※平日9時～20時、土曜日9時～16時)

講座名	期日	時間
中津学(教養・郷土史)	第2月曜日	13時30分～
書道	第3火曜日	
マジック	第4火曜日	
水墨画	第4木曜日	13時～
水墨画条幅	第3火曜日	10時～
絵手紙	第3月曜日	
童謡(火)	第1火曜日	
童謡(水)	第1水曜日	
童謡(木)	第1木曜日	13時30分～
たのしい民謡	第1水曜日	
俳句	第3水曜日	
レク生き生き	第2金曜日	10時～
英会話(初級)	第2・4月曜日	10時30分～
英会話(中級A)	第1・3火曜日	
英会話(中級B)	第2・4火曜日	
中国語(初級)	第2・4金曜日	13時30分～
中国語(中級)	第4金曜日	10時～
たのしいエアロビ	第1・3月曜日	19時～
楽しく筋トレ(A)	第2・4水曜日	10時～
楽しく筋トレ(B)	第1・3金曜日	14時30分～
めぐりヨガ(A)	第1・3水曜日	14時～
めぐりヨガ(B)	第2・4水曜日	
リズムステップ	第2・4木曜日	10時～
ふれあいマージャン(月)	第1月曜日	13時30分～
ふれあいマージャン(木)	第1木曜日	
川柳	第3金曜日	10時～
短歌	第2火曜日	13時30分～

**中3生対象 冬期講習Ⅱ期**

高校入試最後の追い込みと  
入試後のスタートダッシュをかけろ!!

**入試総仕上げ講座**

1月17日(土)～3月9日(月) [全9回]

英語・数学の習熟度別リアル授業  
入試形式問題で実践演習!!

**テスト & 解説授業** で徹底演習

**新高2・3生に贈る…**

12回目を迎える大好評の代ゼミライブツアー  
今年は古文“超”人気講師 漆原慎太郎先生!

**【国語絶頂!うるトラC(中津・宇佐から、アゲていく)】**

学校の国語と受験は別モノ?共通点も相違点も明確にしつつ、  
今からできる受験対策を語り尽くします。

日時: 2/1(日) 13:00 開演  
会場: 中津市教育福祉センター

一般生および、保護者様も是非ご参加ください!!

**代ゼミ講師SPECIALライブツアー2026**

**参加無料**

毎月開催 英会話教室  
Englishイベント  
1月は クラフト

教育すべての分野を通じ明るく豊かな社会づくりに貢献する

**慶應アカデミー**

SINCE 1984

大津 英会話 代ゼミサテライト校 小学生 進学教室

中津本校/中津市金手47-1 ☎0979-24-7477

宇佐校/宇佐市大字間343-1アクトビル ☎0978-33-3223

大津受験館カラス/中津市島田仲町797 ☎0979-64-6688

無料自習室完備 幼児～社会人 英会話 英会話講師派遣

お問い合わせは  
**HPまたはLINEにて**

ご相談はお気軽にLINEにて





## 10/17～11/5 三光コスモス祭り2025

三光原口・成恒地区の水田でコスモス祭りが開催され、約16haの土地にコスモス・ひまわりが咲き誇り、およそ95,000人が来場しました。



## 10/19 こどもたちが主役のマルシェ開催

旬菜館駐車場で第14回やばけいアンファン・マルシェが開催されました。ステージイベントのほか、食品や雑貨を販売するマルシェも行われ、多くの来場者でにぎわいました。



## 10/19 コスプレイヤー集結

コアやまくに周辺でコスプレイベント「acosta」が開催されました。多くの人が、お気に入りのコスプレでの撮影や交流を楽しみました。



## 10/25・26 自慢の味が集結！

イオンモール三光特設会場で第18回からあげフェスティバルが開催されました。市内外から22店舗のからあげ店が集まり、会場は多くの人でにぎわいました。

## 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きたい。  
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

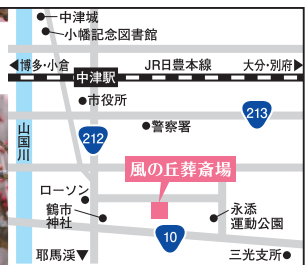
65万円(税別)  
税込715,000円

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。

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。



### 風の丘葬斎場

ご相談・お問い合わせは  
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

ホームページのアクセスは「風の丘葬斎場」で検索





## 10/26 禅海ふるさと祭り開催

旧レストハウス洞門駐車場内特設会場で禅海ふるさと祭りが開催され、伝統芸能の披露やステージイベントに会場は熱気と笑いに包まれました。



## 10/30 新たな門出を激励

地域おこし協力隊として三光で従事した今井 学さんが、3年間の任期を終え、三光地域に定住することを報告しました。在任中は、八面山の登山道整備やマナブくん新聞の作成などの地域振興業務に携わりました。

## 報告・寄付



◀明治安田生命保険相互会社より「私の地元応援募金」事業で集まった募金を寄付 (10/28)



◀原 正枝さんより福祉事業に寄付 (10/30)



◀中津市出身で鹿児島県れいめい高校の伊藤大晟さんが、東北楽天ゴールデンイーグルスよりドラフト会議5位指名を報告 (11/4)



2026

# 謹賀新年

旧年中はひとかたならぬご愛顧にあずかり誠にありがとうございました  
 本年も一層のサービス向上を目指し職員一同誠心誠意努めてまいります  
 なにとぞ本年も倍旧のご支援のほどお願い申し上げます

信望愛 社会福祉法人九州キリスト教社会福祉事業団

**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





## 「こどもまんなか社会」 の実現をめざしています！

■問合先 子育て支援課 (☎ 33-7026)

市では令和7年3月に「こどもまんなか住み良いなかつ〜すべてのこどもが健やかで輝きに満ち、未来を彩るまち〜」を基本理念とする5年計画「中津市こども計画」を策定し、さまざまなこども・子育て支援施策に取り組んでいます。中津市全体で、こどもたちが健やかで幸せに成長できるような社会である「こどもまんなか社会」の実現をめざしています。

### 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」アクションの実践例)
- 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

### 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。

### ＼Xアカウント／

こども・子育て支援に関する最新情報を発信しています。



### ＼ミライヘススmeby母子モ／

妊娠から出産、子育てまでをフルサポートする子育て応援アプリです。



### 外出中に困ったら赤ちゃんの駅へ！

赤ちゃんの駅とは、乳幼児をもつ保護者のみなさんが気軽に外出できるように、授乳やおむつ替えなどで立ち寄ることができる場所として登録された施設です。ピンク色のマークが目印です。外出中に授乳やおむつ替えなどで困ったら、赤ちゃんの駅をご利用ください！



▲詳細

### 子育てに奮闘中の従業員のみなさんを応援しませんか？

小学校3年生修了前までのお子さんを養育する従業員の子育てと仕事の両立を応援するため、新たに「子の看護等休暇」を有給休暇として導入し、取得を支援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。



▲詳細

## あなたのつらさ、わたしに分けてください

もう死んでしまいたい……

そうってしまうのは、決してあなたが弱いからではありません。

それは生きづらい社会のなかで懸命に生きている証だとわたしは思うのです。

つらさをひとりで抱えられなくなったら、まわりの人たちに少し抱えてもらいましょう。

昔は喜びも悲しみも、みんなで分け合いました。

それはおかしいことでも、恥ずかしいことでもなく、わたしたちが幸せに生きるための知恵なのです。

あなたのまわりに、つらさを分け合える方がいれば幸いです。

もしそのような方がいないのであれば、ぜひわたしにあなたのつらさを分けてください。

誠心誠意、お話を聞かせていただきます。

仁空庵住職 さきら ふうそう  
笹良 風操



NPO法人 自殺防止ネットワーク 風

仁空庵 TEL 090-5477-2814 相談無料



笹良 風操

仁空庵住職。1931年生まれ94歳。吉富製薬社員として働きながら、禅の修行に勤む。定年後は鍼灸師・座禅道場師範として活動。息子を自死で亡くした経験から相談活動に携わる。趣味はカラオケ、好物はせんざい、特技は合気道。(6段)



# 90日！なかつお元気プログラム

生活の中でこんな  
困りごとはありませんか？

転ぶ、ふらつく  
長く立てない など



90日！なかつお元気プログラム  
(短期集中型サービス)  
を使うと

- ・リハビリの専門職があなたに必要な運動を指導してくれる！
- ・栄養や口腔機能についても学ぶことができる！
- ・プログラム卒業後も自分らしく生活することができる！

次のうち**3つ以上**の項目にあてはまり、日常生活に困りごとのある65歳以上の人(フレイルや廃用症候群)がプログラム利用対象です。

※ただし、①要介護1～5の認定 ②介護保険サービス利用中 ③進行性疾患 のいずれかに該当する人は対象となりません(②③は要相談)。

3  
つ  
以  
上

- ☐ 階段をのぼるときに手すりが必要
- ☐ 椅子から立ち上がる時に手すりや杖が必要
- ☐ 15分続けて歩くことができない
- ☐ この1年間に転んだことがある
- ☐ 転倒に対する不安が大きい



## 通所型(リバランス、川島整形外科病院)

- 期間 原則3か月間、1回2時間以上
- 方法 送迎有(三光・本耶馬溪・耶馬溪・山国を除く)
- 料金 1割負担の人で週1回は月額2,320円、週2回は月額4,441円

ゆめタウン店内で歩行訓練



## 訪問単独型

(HD.Labo、川島整形外科病院)

- 期間 原則3か月間、1回1時間程度
- 方法 自宅に訪問
- 料金 1割負担の人で1回660円



■問合先 介護長寿課(☎62-9805)、地域包括支援センターいずみの園(大幡・如水・今津、☎62-9000)、地域包括支援センター三光園(小楠・鶴居・三保・和田、☎53-9820)、地域包括支援センター創生園(豊田・沖代、☎24-6015)、地域包括支援センター村上(北部・南部、☎23-0833)、地域包括支援センター社協(三光・本耶馬溪・耶馬溪・山国、☎26-4040)



### おめり劇場 大平楽

令和8年1月公演  
浅井海斗劇団

新春公演は1日から  
感謝DAY 7日(水) 16日(金)  
ロング公演 20日(火)  
千秋楽 30日(金)  
休演日 13日(火) 21日(水) 31日(土)

毎日、昼夜2公演! 観客席全143席(イス席80・テーブル席56・フリー席7) 椅子・座布団 無料完備

大人	前売券	回数券10枚綴り	障がい者	小学生	ショー割	座席 当日
中学生以上	公演中	毎月1・2・3日販売	要証明	小学生未満無料	昼・夜	予約 キャンセル
2,200円	2,000円	17,000円	1,800円	1,000円	1,400円	300円

令和8年2月公演  
長谷川劇団

感謝DAY 4日(水) 18日(水)  
千秋楽 27日(金)  
休演日 10日(火) 20日(金) 28日(土)

公演日程は変更になる場合がありますので、事前にお問合せ下さい 福岡県築上郡上毛町大字下唐原1625 (ホームページ) burari-gekijyo.com 予約受付時間 13:00~20:00

ぶらり劇場 大平楽 X(旧Twitter)





# はり・きゅう・あん摩マッサージ

## 施術料助成制度をご利用ください



■対象 市内に住民票があり国民健康保険または後期高齢者医療制度の加入者で、市税および保険料などの滞納がない人

■対象施術所 市が指定した、はり・きゅう・あん摩マッサージ施術所

■助成内容 施術1回につき1,000円を助成（1日1回・助成回数は月4回まで、上限4,000円）

※同一の疾患ではり・きゅう・あん摩マッサージ療養費の支給（保険適用治療）を受けている場合を除きます。

※指定施術所が市に利用証明書を提出した後、口座に助成金が振り込まれます（施術を受けた約2か月後）。

■対象期間 市が施術料の助成を決定した日～令和8年3月31日（火）

■申請方法 助成を受けるには施術前に申請が必要です。

【新規申請】助成を希望する人の資格確認書または資格情報のお知らせ、口座情報が確認できるもの（預貯金通帳など）を保険年金課または各支所総務・住民課に提出

【継続申請】引き続き助成を希望する場合は継続申請書に記入のうえ、同封の返信用封筒で郵送

※現在助成を受けている人には、令和8年1月下旬に令和8年度用の継続申請書を送付します。

■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）

### なかつの産業力

Vol. 104 興陽電機株式会社



#### 基本情報

場所：中津市沖代町 1-4-3

電話：22-4361

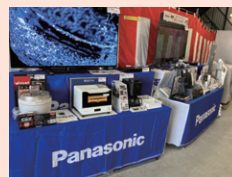
（本社・☎ 083-231-6118）

#### 企業 PR

弊社はパナソニック100%出資の電設資材総合商社です。市内に営業所があるほか、山口県・福岡県にわたり事業を展開しています。電気設備や照明器具、エアコン、オール電化商品、住設建材などの商品を電気工事会社さまや工務店さま、ハウスメーカーさま、マンションデベロッパーさまに販売し、業界情報提供でリレーションづくりもしています。地域の駅や学校など、身近な建物への電設資材・住設建材の納入でみなさんの「暮らし」を支えています。

#### 事業内容

照明・空調、新築・リニューアルなどのお困りごとは弊社にご相談ください。多くの有力メーカー商品から最適なものを選択し、ご要望に寄り添いながら、快適環境をご提案します。個人宅から大型施設まで実績がありますのでお任せください。近年は省エネ・環境素材がトレンドで、SDGsにも貢献できますよ。





**SANEI DENTAL CORPORATION**

すべては患者様の  
**健康と笑顔のために**



**歯科技工**

地域未来牽引企業



サンエイデンタル本社



D-FACTORY



歯をつくる人になる人

大分県出身 歯医者のあずみさし 代表「死役所」



歯科医療発展のパートナー  
**サンエイデンタル**  
有限会社

本 社

〒871-0101  
中津市三光森山字森崎76-2

D-FACTORY

〒871-0007  
中津市大字蛸瀬886-1

☎0979-43-6400

☎0979-53-9538



Instagram



Web





中津産の魅力を学ぶ

第5回

## 九州・中津ブランド塾

**先生：**今回は、九州・中津逸品もん認証品の柑橘「マコポン」について学びましょう。

**生徒：**名前が可愛らしいですね。

**先生：**㈱おはら果樹園 firmの会長である小原誠さんが、10年以上の歳月をかけて研究と品種改良を重ねた自信作です。小原さんは柑橘博士で、「今まで誰も作ったことの無いミカンを！」という情熱のもと開発されました。



▲実ったマコポン

**生徒：**大変な苦労があったのですね。どのようにしてマコポンは生まれたんですか？

**先生：**新品種の誕生は5,000本に1本とも言われるほど難しい中、数百通りもの交配を繰り返して生み出されました。皮が剥きやすく甘くておいしい不知火と、ゼリーのようにとろける食感と爽やかな香りのゼリーオレンジを掛け合わせていま

【プチ解説】グラフィックアイデンティティ

空間全体をブランドイメージで埋め尽くすためのデザインツールで、九州の奥座敷・中津の空気感を、霞のような雲の文様で表現しています。



す。交配が難しい不知火の初めてのこどもにあたります。

**生徒：**両親のいいところを受け継いだ、特別なミカンなんですね。



▲マコポンの断面

**先生：**糖度が高く、華やかな香りがします。皮は手で剥きやすく、中袋ごと食べることができます。12月上旬から道の駅なかつやイオンモール三光などで購入できます。ただし、数に限りがあり売り切れているかもしれません。果汁100%のマコポンジュースもおすすめです。



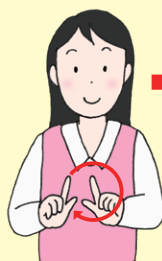
▲マコポンジュース

**生徒：**もう販売してるんですね。買いに行かなきゃ！

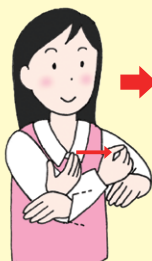
■問合先 商業・ブランド推進課 (☎ 62-9044)

### 1月のワンポイント手話 #78

【今月のテーマ】健康診断②



生活



習慣



病気

#### 生活習慣病

両手の親指と人差し指を伸ばして指先を向き合わせ、円を描きます。次に手を開いて指を立てた右手甲を左手甲に載せて、右手を握りながら前に出します。最後に右手のこぶしの親指側で、2回ほど額をたたきます。



#### 予防

立てた左の手のひらに、右手4指を直角に曲げて付け、前に押し出します。



動画は2か月に1回(奇数月)配信します  
▶ YouTube「中津市公式チャンネル」

■問合先 福祉支援課 (☎ 62-9802)

純金・プラチナアクセサリーなど

今が売り時です! 金相場高騰中!!

断捨離しませんか!?

壊れている デザインが古い どんな状態でもOK!



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94109000972号

まずはお気軽に無料相談

☎ 0120-182-132



Instagram



## 高橋誠一郎と浮世絵

- コレクターのまなざし -

慶應義塾出身で、福澤諭吉の薫陶を受けた経済学者である高橋誠一郎(1884-1982)は、国内有数の浮世絵コレクターとしてもよく知られる人物です。歴史的・美術的に価値のある浮世絵を多数収集し、その一部は慶應義塾に寄贈されました。

本展では、慶應義塾所蔵の高橋誠一郎浮世絵コレクションから貴重な浮世絵を紹介するとともに、高橋の著作などから美術品収集や浮世絵研究に力を注いだ高橋誠一郎の人物像に迫ります。

- 【場 所】 中津市歴史博物館  
 【開館時間】 9時～17時(入館は16時30分まで)  
 【休館日】 月曜日(祝日の場合はその翌日)  
 【観覧料】 一般300円、中学生以下無料、障がい者割引有、団体100円(20人以上の場合)

令和8年1月24日(土) ▶  
2月23日(祝)



▲歌川英泉「吉原八景 丸海老屋内玉川」  
(19世紀前期、慶應義塾所蔵)



▲歌川豊広「三美人」  
(18世紀後期、慶應義塾所蔵)



▲小林清親「万代橋朝日出」  
(明治時代前期、慶應義塾所蔵)

## 関連イベント

## ギャラリートーク (展示解説)

- 日時 令和8年1月24日(土) 11時～  
令和8年2月11日(祝) 14時～  
※観覧料が必要

## 新中津市学校 市民講座

- 日時 令和8年2月1日(日) 13時30分～15時30分  
 ■場所 新中津市学校  
 ■演題 「福澤諭吉と文化財保存－高橋誠一郎コレクション－」  
 ■講師 都倉 武之氏(慶應義塾福澤研究センター教授)  
 ■定員 60人(要事前申込)  
 ■料金 無料

ワークショップ  
「多色木版画を招ってみよう！」

- 日時 令和8年2月15日(日) 13時30分～15時30分  
 ■場所 中津市歴史博物館 プレイスタジオ  
 ■講師 吉川 和彦(中津市歴史博物館 学芸員)  
 ■定員 15人(要事前申込)  
 ■料金 無料

■問合せ・申込先 中津市歴史博物館 (☎ 23-8615)

## 関連企画展

「福澤思想をつなぐ  
－ 福澤旧居と文化財保存－」

- 日時 令和8年1月31日(土)～3月15日(日)  
9時～17時  
 ■場所 福澤諭吉旧居・福澤記念館  
 ■観覧料 一般400円、中学生以下200円、未就学児無料



## 情報 ボックス

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

【1月の納期】  
・市県民税 4 期  
・国民健康保険税 7 期  
・介護保険料 7 期  
・後期高齢者医療保険料 7 期

### お知らせ

#### 消防車・救急車の出動件数（令和7年11月速報値）

	火災	救急	救助
11月分	1	394	6
1～11月累計	39	4454	67

火の取り扱いに十分注意し、火災予防に努めましょう。

■問合せ先 消防署（☎ 22-0001）

#### 令和8年1月定例教育委員会

■日時 令和8年1月16日（金） 15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。

■問合せ先 教育総務課（☎ 22-4940）

#### 令和8年度 中津市小規模修繕業務（50万円未満）の業者登録受付

登録は毎年申請が必要です。新規・継続登録を希望する場合は、受付期間内に申請してください。

※中津市の建設工事競争入札参加資格との重複での登録はできません。

■提出書類 中津市小規模修繕業務業者登録申請書、市税の滞納のない証明書（法人は会社分も必要）、誓約書  
※申請書は契約検査課、各支所総務・住民課に設置または、市ホームページからもダウンロードできます。

※「市税納付状況誓約書及び確認同意書」を提出することで、市税の滞納のない証明書の添付を省略できます（代表権のある人または代表者の住所地が中津市外の場合は、住所地の納税証明書など滞納がないことが確認できるものを提出する必要があります）。

■受付期間 令和8年2月2日（月）～27日（金）  
9時～17時（12時～13時を除く平日のみ）

■受付場所 市役所 3階 302会議室

■問合せ先 契約検査課（☎ 62-9875）

#### 75歳以上のみなさんに健康診査のお知らせ

健康診査を受ける際は、医療機関などにご予約のうえ、受診してください（年1回のみ無料）。

■対象 後期高齢者医療制度加入者

■健康診査受診券有効期限 令和8年3月31日（火）

■持ち物 健康診査受診券（オレンジ色のはがき）、マイナ保険証または資格確認書

■問合せ先 大分県後期高齢者医療広域連合事業課（☎ 097-534-1771）

#### 令和8年度 児童・生徒就学援助費

就学に必要な学校給食費、学用品費、通学用品費、修学旅行費などの援助を行っています。

■対象 市内に住民票がある児童・生徒の保護者で、生活保護世帯に準ずる程度に生活困窮していると認められる家庭（基準額は世帯状況によって異なります。）

※中津市立の小・中学校にお子さんが通学していても、住民票が市内にない人は対象外です。

■申込方法 在学する小・中学校を通じて申込み

■問合せ先 学校教育課（☎ 22-4941）

#### 暮らし安心医療ナビは医療情報ネット（ナビイ）に移行

暮らし安心医療ナビは、医療機能情報提供制度のシステム全国統一化に伴う厚生労働省の検索システムの運用開始を受けて、令和8年3月末に提供を終了します。今後は、厚生労働省が提供する「医療情報ネット（ナビイ）」をご利用ください。

■問合せ先 地域医療対策課（☎ 62-9211）



▲詳細

#### 大分あったか・はーと駐車場利用証制度の拡充

駐車場利用に配慮が必要な障がいのある人、高齢の人、妊娠婦などが、施設などの入口付近の車いすマーク駐車場や協力区画を適正に利用いただくため、県が共通の利用証を交付する制度です。

今回、多胎児妊娠婦が利用できる期間が妊娠6か月～産後3年までに延長されました。

■申請方法 インターネット、県北部保健所（即日交付可）・福祉支援課窓口（即日交付不可）、郵送のいずれか

■送付先 〒870-8501 大分市大手町3-1-1

県福祉保健企画課地域福祉班（☎ 097-506-2591）

■問合せ先 福祉支援課（☎ 62-9802）



▲詳細

#### 大江東に地区集会所を整備

コミュニティ助成事業（※）を活用して整備されました。これにより、地域住民の交流の活性化につながることが期待されます。

※コミュニティ助成事業とは、（一財）自治総合センターが宝くじの助成金で実施する地域のコミュニティ活動の充実・強化を図る事業です。

■問合せ先 総務課（☎ 62-9871）



## 相 談

### 空き家に関する相談会

宅地建物取引士、建築士、司法書士などが相談をお受けします。

- 対象 市内の空き家の所有者またはその相続人など
- 日時 令和8年1月20日(火) 9時30分～16時
- 場所 市役所 3階 306会議室
- 料金 無料
- 定員 8組
- 申込方法 電話、インターネット、窓口  
のいずれか
- 申込期限 令和8年1月9日(金)
- 問合せ・申込先 まちづくり推進課 (☎ 62-9032)



▲ネット申込

### 精神保健福祉相談（定例相談）

- 日時 令和8年1月23日(金) 12時～14時
- 場所 県北部保健所 小会議室
- 料金 無料（要事前申込）
- 申込期限 令和8年1月13日(火)
- 問合せ・申込先 県北部保健所 (☎ 22-2210)

### 行政書士無料相談会

- 日時 令和8年1月31日(土) 13時～15時
- 場所 中津文化会館 スタジオA
- 内容 遺言、相続、空き家対策 など
- 問合せ 大分県行政書士会県北支部  
(☎ 080-5594-4398)

### 悩まずどんとこい労働相談週間

電話・Zoom・来所で相談を無料でお受けします（来所相談は要事前申込）。

- 期間 令和8年2月1日(火)～7日(出)
- 時間 【平日】9時～20時（来所は19時まで）  
【土・日曜日】9時～17時（来所は16時まで）  
※平日夜間や土・日曜日の来所の場合、出入口は県庁舎本館東側通用口です。
- 内容 解雇、賃金未払い、労働条件などの労使間トラブル など
- 相談専用電話 ☎ 097-536-3650
- 来所相談 大分県労働委員会事務局（県庁舎本館3階）
- 問合せ・申込先 大分県労働委員会事務局  
(☎ 097-506-5253)



▲詳細

### 特設人権なんでも相談所

- 日時 令和8年2月3日(火) 10時～15時
- 場所 市役所 3階 大会議室、鶴居文化センター 2階
- 内容 金銭、相続、家庭内の問題 など
- 料金 無料（事前申込不要）
- ◎大分地方方法務局中津支局では、毎週木曜日9時から16時まで人権擁護委員による常駐相談を行っています。
- 問合せ 大分地方方法務局中津支局 (☎ 22-0584)

### てんかん専門相談窓口

コーディネーター（看護師）が無料で相談をお受けします（大分県委託事業）。

- 対象 てんかん患者とその家族、教育機関・福祉施設などの職員
- 日時 水～金曜日の10時～15時
- 相談専用電話 ☎ 050-3613-1679
- 問合先 大分県てんかん支援拠点病院事業  
（大分大学医学部附属病院内・☎ 097-549-4411）

### 20歳になったら国民年金

日本に住む20歳から60歳未満の人は国民年金に加入し、保険料を納める必要があります。20歳になると国民年金加入のお知らせが届きます。

〈国民年金のポイント〉

○将来の大きな支えになります。

国民年金保険料を納めることで、老後の一生涯の保障として「老齢基礎年金」が受けられます。

○老後のためだけのものではありません。

加入者が事故や病気で障害が残った場合は「障害基礎年金」が支給され、死亡したときはその遺族に「遺族基礎年金」が支給されます。

※保険料の納め忘れがあると年金が受けられないことがあります。保険料の納付が困難な場合は、「学生納付特例」や「免除・納付猶予」などの制度があります。

国民年金制度の内容や保険料の納付方法・免除の手続きなどに関する動画は日本年金機構ホームページをご覧ください。



▲詳細

### ◎街角の年金相談センター中津

- 時間 9時～17時（土・日曜日・祝日・年末年始を除く）
- 場所 市役所 別棟 2階
- 内容 年金の受給・請求に関する相談  
や手続き ※電話での相談不可
- 予約専用電話 ☎ 0570-05-4890
- 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



▲ネット予約

## 募 集

### ハロートレーニング職業訓練令和8年3月受講生募集

- 募集コース 電気設備技術科、ものづくり溶接科
- 申込期間 12月23日(火)～令和8年1月28日(火)
- 訓練期間 令和8年3月3日(火)～8月28日(金)
- 見学会期日 令和8年1月6日(火)、20日(火)
- 説明会期日 令和8年1月13日(火)、27日(火)
- 問合せ・申込先 ポリテクセンター大分  
(☎ 097-529-8615)



## 令和8年度 文化財業務(発掘調査等)会計年度任用職員募集

業務内容などについて説明会を開催します。説明会参加後、令和8年2月13日(金)までに履歴書等を提出してください。様式は市ホームページに掲載します。

- 期間 最初に任用された日～令和9年3月31日(火)
- 説明会日時 令和8年1月26日(月) 9時～15分程度
- 説明会場所 中津市歴史博物館
- ※令和7年度登録者は参加不要です。
- 申込方法 電話または窓口
- 申込期限 令和8年1月23日(金)
- 問合せ・申込先 社会教育課 (☎ 22-4942)

## 第37回 豊の国ねりんピック美術展作品募集

- 対象 県内在住の60歳以上(昭和42年4月1日以前の生まれ)でアマチュアの人
- 出品部門 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真、共同制作(工芸)
- ※部門ごとに1人1点(日本画・洋画はどちらか1点)、出品者により創作されたもので、未発表のものに限る。
- ※工芸の合作は共同作品の部とし、審査対象外です。
- 申込方法 介護長寿課または各支所総務・住民課に設置している申込書を記入し提出
- 申込期間 令和8年1月5日(月)～3月13日(金)
- 展示期間 令和8年5月12日(火)～17日(日) 10時～17時(最終日は13時まで)
- 展示場所 大分県立美術館OPAM 3階 展示室B
- ※最優秀賞受賞作品は「第38回全国健康福祉祭埼玉大会美術展」に大分県選出作品として出品されます。
- 問合せ先 県社会福祉協議会 市民活動支援部 (☎ 097-553-1150)

## 令和8年度 大分県立盲学校高等部入学者募集

### ◎本科普通科(中学校卒業の人)

高等学校卒業資格を取得し、大学進学・専攻科進学、就職などをめざす

- 定員 単一障がい学級8人、重複障がい学級3人
- 面接期日 【単一障がい学級】令和8年3月3日(火)  
【重複障がい学級】令和8年3月10日(火)
- 学力検査(単一)期日 令和8年3月10日(火)

### ◎専攻科(高校卒業以上の人)

- 募集学科 保健医療科(あん摩マッサージ指圧師国家資格取得をめざす)、理療科(はり師・きゅう師・あん摩マッサージ指圧師国家資格取得をめざす)
- 定員 各学科8人
- 面接・適性検査期日 令和8年3月3日(火)
- 学力検査期日 令和8年3月10日(火)
- 対象 視覚に障がいのある人(両眼の矯正視力がおおむね0.3未満の人)、年齢は不問
- 申込期間 令和8年2月13日(金)～19日(木)
- ※出願書類は大分県立盲学校で配布します。
- 問合せ先 大分県立盲学校 (☎ 097-532-2638)

## 講座・教室・講習会

### 中津市民病院 がん患者サロン絆

- 対象 がん患者とその家族(市民病院以外で治療中の人も参加可能)
- 日時 令和8年1月9日(金) 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「緩和ケアについて」と交流会
- 講師 木部 沙織(緩和ケア認定看護師)
- 料金 無料(要事前申込・開催当日の午前中まで)
- 問合せ・申込先 中津市民病院 がん相談支援センター (☎ 22-6521)

### 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 令和8年1月11日(日)、25日(日) いずれも13時30分～16時30分
- 場所 如水コミュニティセンター
- 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)



▲詳細

### 中津地方文化財協議会

- 日時 令和8年1月11日(日) 10時～
- 場所 小楠コミュニティセンター
- 演題 中津の町づくり
- 講師 今吉 次郎氏(中津地方文化財協議会副会長)
- 料金 300円(事前申込不要)
- 問合せ先 中津地方文化財協議会 (☎ 23-3287)

### 子育て講座

- 対象 子育て中の保護者とその家族、支援関係者、地域の人、興味がある人
- 日時 令和8年1月17日(土) 10時～12時(開場9時30分)
- 場所 教育福祉センター 多目的ホール
- 料金 無料 ■定員 80人
- ※定員に達していない場合は当日も受け付けます。
- 申込方法 電話またはメール
- 申込期限 令和8年1月15日(木)
- 問合せ先 虹の道 (☎ 77-5167、  
✉ nijinomichi.kobotane@gmail.com)

### 日本語教室「あい♡ことば」

- 対象 中津市で生活する外国人のこどもとその家族
- 日時 令和8年1月25日(日) 10時～12時
- 場所 教育福祉センター
- 内容 令和8年度小学校入学手続きのサポート
- 料金 無料(要事前申込)
- 問合せ・申込先 社会教育課 (☎ 62-9012)

豊前地域職業訓練センター職業訓練

講座名	期間	定員	料金
職長教育 / 職長・安全衛生責任者教育	令和 8 年 2 月 5 日(木)・6 日(金)	20 人	10,560 円または 12,320 円 (別途テキスト代)
AI 活用講座 iii エクセル編	令和 8 年 2 月 10 日(火)～24 日(火) (火・木曜日のみ開講 計 5 回) 【午前】 9 時～12 時 【夜間】 18 時～21 時	20 人	9,900 円 (テキスト代込)
エクセル実用	令和 8 年 2 月 13 日(金)～27 日(金) (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 (別途テキスト代)
アーク溶接特別教育	令和 8 年 2 月 18 日(火)～20 日(金)	20 人	15,700 円 (別途テキスト代)
フォークリフト 運転技能講習(1t 以上)	令和 8 年 2 月 24 日(火)～27 日(金) ※豊前会場	10 人	20,900 円 (大型特殊免許保有)、 33,000 円 (普通免許保有) (別途テキスト代)

■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)

なかつ情報プラザ講座

講座名	内容	期間	料金
はじめてのワード (Word2024)	入力方法、簡単な文書作成、画像・イラストの挿入 ※パソコン入門終了程度	令和 8 年 2 月 4 日(火)～6 日(金) 10 時～12 時	無料
はじめてのエクセル (Excel2024)	入力方法、簡単な表、計算式・関数、グラフ作成 ※パソコン入門終了程度	令和 8 年 2 月 25 日(火)～27 日(金) 10 時～12 時	無料

■場所 なかつ情報プラザ ■定員 各講座 20 人  
■申込方法 電話または窓口 ■申込期限 各講座開催前週の金曜日  
■問合せ・申込先 なかつ情報プラザ (☎ 22-1122 ※平日 8 時 30 分～17 時 30 分)



▲詳細

カメラマンボランティア養成講座 初級編

カメラやスマートフォンを使った写真撮影の仕方・工夫についての講座を、中津ボランティアカメラマンの会 (NAVCA) を講師に招き行います。

■対象 写真撮影・ボランティア活動に興味がある人  
■日時 令和 8 年 1 月 31 日(土)  
13 時 30 分～15 時 30 分  
■場所 教育福祉センター 中会議室 AB  
■料金 無料  
■申込期限 令和 8 年 1 月 27 日(火)  
■問合せ・申込先 中津市社会福祉協議会 中津市ボランティア・市民活動センター (☎ 23-2095)

第 43 回 中津市民病院健康教室

■日時 令和 8 年 1 月 31 日(土) 14 時～15 時  
■場所 中津市民病院 講堂  
■演題 「その足！血管の病気かも！？」血行障害に伴う足の症状について  
■講師 漆野 恵子 (心臓血管外科)、吉村 健司 (心臓血管外科)、富来 公一 (循環器内科)  
■料金 無料 ■定員 40 人程度  
■問合せ・申込先 中津市民病院 患者サポートセンター (☎ 22-6521)

福澤諭吉先生 126 回忌法要および記念講演会

福澤諭吉先生の遺徳の顕彰を図るため、開催します。

■期日 令和 8 年 2 月 3 日(火)  
■内容 【法要】 9 時 20 分～9 時 50 分 明蓮寺  
【講演会】 10 時～12 時 リル・ドリーム  
■演題 中津藩出身者と留学について  
■講師 小川原 正道氏 (慶應義塾大学法学部教授)  
■料金 無料  
■問合せ先 (公財)福澤旧邸保存会 (☎ 25-0063)

川島整形外科病院 看護ケア講習会

■対象 看護職への復帰を考えている人  
■日時 令和 8 年 2 月 9 日(月)・10 日(火)、12 日(木)  
いずれも 14 時～16 時  
■場所 川島整形外科病院  
■内容 日常生活援助技術・診療の補助技術の演習  
■料金 無料  
■定員 各日 5 人  
■申込方法 電話または氏名・受講希望日・交通手段・連絡先をコンタクトフォームに入力し送信  
■申込期限 令和 8 年 2 月 1 日(日)  
■問合せ・申込先 川島整形外科病院 (☎ 24-0464)



▲申込



## ダイハツ九州アリーナ プラティス教室

利用者の中には腰痛が改善されたという声をいただき、大変好評です。

■日時 毎週火曜日 13時～14時

■料金 1回券1,100円、5回券4,400円、10回券8,800円

■問合せ・申込先 ダイハツ九州アリーナ  
(☎ 53-6700)

## 催し物

### 令和8年 中津市消防団出初式

表彰式典、消防団訓練披露を行います。

■日時 令和8年1月11日(日) 9時～

※荒天の場合訓練披露は中止

■場所 ダイハツ九州アリーナおよびダイハツ九州スポーツパーク大貞第2駐車場

■料金 無料

■問合せ 消防本部 (☎ 22-4800)

### アーツスペース中津の展示

■期間 令和8年1月14日(火)～26日(月)

※火曜日休館

■場所 小幡記念図書館 正面入口壁面

■内容 美術館冬の出張展示

■問合せ アーツスペース担当 (中津市歴史博物館内・☎ 23-8615)

### なかつプレーパーク

■日時 ①令和8年1月17日(土) ②令和8年1月18日(日) いずれも10時～12時 ※雨天中止

■場所 なかつプレーパーク

■内容 ①外あそびの日「七草さがして七草がゆ炊こう」  
②おっちょるデー「たこづくり・たこあげ・竹馬に挑戦」

■料金 無料

■問合せ みんなで遊び場をつくろう会事務局  
(☎ 090-9498-5669)

### 令和8年1月のオレンジカフェ(認知症カフェ)

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談笑する場です。

カフェ名	日時	問合せ先
オレンジカフェなかつ	1月10日(土) 10時30分～	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	1月13日(火) 10時30分～	(一社) ころのおと (☎ 27-9400)
オレンジカフェほんやばけい	1月15日(木) 13時30分～	高齢者相談支援センター社協 (☎ 27-8870)
オレンジカフェむらかみ	1月17日(土) 10時30分～	高齢者相談支援センター村上 (☎ 23-0833)
オレンジカフェ心の駅	1月17日(土) 13時30分～	NPO法人ぴいあ (☎ 22-8810)
オレンジカフェかえで	1月21日(火) 14時～	特別養護老人ホームかえで (☎ 52-2621)
オレンジカフェ三歩	1月24日(金) 13時30分～	特別養護老人ホーム悠久の里 (☎ 26-0760)

※場所や料金(100円～200円程度)など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

また、参加する場合は事前に各問合せ先または介護長寿課にお問い合わせください。

■問合せ 介護長寿課 (☎ 62-9807)

## 中津ファビオラ看護学校Nightオープンキャンパス

■日時 令和8年1月23日(金)

19時～20時(受付18時30分～19時)

■場所 中津ファビオラ看護学校

■内容 学校概要説明、学校内見学、学費・修学金説明、個別相談、質疑応答・アンケート

■申込方法 インターネット

■申込期限 令和8年1月22日(木) 17時まで

■問合せ先 中津ファビオラ看護学校 (☎ 24-7270)



▲申込

## 中津市安全・安心まちづくり推進大会

■日時 令和8年1月24日(土) 14時～

■場所 中津文化会館 大ホール

■内容 中津市生活安全推進協議会会長表彰、アトラクション(防犯寸劇、防犯漫才、書道パフォーマンス)

■料金 無料 ■定員 800人程度

■申込方法 電話またはFAX

■問合せ・申込先 市民安全課  
(☎ 62-9073、FAX 23-4323)

## 檜原山正平寺 節分鬼会

約340年前から続けられている行事です。全国60余州の神々を呼び招き、厄除け、家内安全を祈ります。

■日時 令和8年2月1日(日) 14時～

※積雪の場合中止の可能性有

■場所 檜原山正平寺本堂

■問合せ 檜原山正平寺 (☎ 54-3260)

## 諭吉の里ウォーク

■日時 令和8年2月1日(日)

受付8時30分～、出発式9時

■場所 中津城公園駐車場

■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

■問合せ 中津ウォーキング協会  
(☎ 090-9836-8103)



詳細▶

## 公園づくりをひらく日 バイオネストづくり

森のコンポスト（バイオネスト）をつくるワークショップです。

■日時 令和8年1月31日(土) 9時～12時

(受付8時30分) ※雨天中止

■場所 八面山荘（四季の丘公園）

■料金 500円（お茶代込）

※昼食を希望する人は別途料金が必要。

■定員 10人 ※小学生以下は保護者同伴

■持ち物 汚れてもよい服装、軍手、ノコ（貸出可）、  
剪定ばさみ（貸出可）、筆記用具、メモ

■申込方法 インターネット

■申込期限 令和8年1月22日(木)

■問合先 三光支所地域振興課（☎43-2050）



▲申込

## 津民小学校閉校記念式典・閉校記念行事

津民小学校が令和8年3月31日をもって閉校します。閉校に伴い、津民小学校の歴史を振り返り、地域のみなさんとともに歩んだ軌跡を後世に伝えるため、記念式典と記念行事を行います。卒業生をはじめ、地域の人や関係者のみなさんの参加をお待ちしています。

■日時 令和8年3月29日(日)

【記念式典】10時～ 【記念行事】11時～

■場所 津民小学校 体育館

■問合先 耶馬溪支所地域振興課（☎54-3111）

## 試験

### 自衛官候補生試験

■対象 18歳以上33歳未満の人（32歳の人は採用予定月の末日現在、33歳に達していない人）

■筆記試験期日 令和8年2月16日(月)

■口述試験期日 令和8年2月20日(金)

■入校時期 令和8年3月下旬

■申込期限 令和8年2月9日(月)

■問合せ・申込先 自衛隊大分地方協力  
本部宇佐地域事務所（☎0978-32-2150）



▲詳細

## 1月日曜・休日救急当番医

### 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
川瀧整形外科病院	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



## 医科

9時～17時

日にち	当番医	電話	住所
1日	山上内科医院	64-8910	大貞
1日	久持クリニック	22-0524	上宮永
2日	内尾整形外科医院	24-6878	上宮永
2日	中尾循環器科内科クリニック	27-6878	加来
3日	おおたにクリニック	85-1182	沖代町
3日	高椋クリニック	22-5470	上宮永
4日	大堀脳神経クリニック	23-3865	豊田町
4日	水谷クリニック	62-2336	山国町守実
11日	かわしまクリニック	24-9855	宮夫
12日	秋本こどもクリニック	27-6000	大貞
18日	山上内科医院	64-8910	大貞
18日	津民診療所	54-2035	耶馬溪町大野
25日	内尾整形外科医院	24-6878	上宮永



## 歯科

9時～12時

日にち	当番医	電話	住所
1日	岡崎歯科医院	32-6730	是則
2日	荒尾歯科医院	22-0163	丸山町
3日	広沢歯科医院	32-2390	大貞

※日曜・休日の診療はありません。



## 中津市立小児救急センター

曜日	時間	電話
日曜・休日	9時～22時	26-0020

※受付時間は、21時30分まで

### 夜間や休日に救急車を呼ぶか、 病院に行くか迷った時は

おとな（15歳以上）の救急電話相談

……☎097-532-7119 または #7119

こどもの救急電話相談

……☎097-503-8822 または #8000

※19時～翌8時、日曜・祝日は8時～翌8時も可



- ・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。



## 市民健康相談

- 日時 令和8年1月8日(木) 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、糖尿病相談、血圧測定、尿検査・尿中塩分測定（※）、栄養相談
  - 持ち物 健診結果、お薬手帳など
- ※尿検査をする人は前日までに採尿容器を配布するのでご連絡ください。

## 妊婦・赤ちゃん健康相談

- 日時 令和8年1月28日(木)  
13時30分～14時30分
  - 場所 沖代公民館
  - 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
  - 持ち物 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。



▲ネット予約

## 送迎付き特定健診・がん検診（日帰り）

- 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）
  - 日時 ①令和8年2月16日(月) ②令和8年2月17日(火) ③令和8年2月18日(水) ④令和8年3月3日(火)
  - 場所 ①三光コミュニティーセンター（7時30分出発） ②④教育福祉センター（8時出発） ③JAおおいの中津支店（7時30分出発）
  - 定員 各日30人
- ※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8年3月31日(火)まで受診できます。

## 乳幼児健診

期日	対象児
令和8年2月3日(火)	4か月児
令和8年2月10日(火)	7か月児
令和8年2月17日(火)	1歳6か月児 (令和6年8月生まれ)
令和8年2月27日(金)	3歳6か月児 (令和4年8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

## 参加してみませんか？



## 地域運動教室



市民であればどなたでも参加できます。  
予約は不要です。ぜひお気軽にご参加ください！

### ●ぜんかい健康教室（本耶馬溪地区）



上履き用の靴、  
飲み物、汗拭きタオル  
を持参ください！

- 日時 第1・3金曜日  
14時～16時
- 場所 本耶馬溪公民館
- 問合せ先 地域医療対策課地域医療対策係



▲教室一覧

## 帯状疱疹の定期接種はお済みですか？

- 対象 ①65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人（令和7年度は100歳以上も対象）  
②60歳～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害があり、日常生活がほとんど不可能な人（身体障害者手帳1級相当）
- ※令和7年4月頃に①には案内と予診票を送付済
- 自己負担額  
【生ワクチン（1回）】1回3,000円  
【組換えワクチン（2回）】1回7,000円
- ◎対象となるのは1度限りです。令和8年3月31日(火)を過ぎると全額自己負担となります。



▲詳細

## わが家のアイドル

しうん みちか  
紫雲 芳華さんよねむら さく  
米村 朔さんつばかわ かずき  
坪川 和樹さんかじわら さきと  
梶原 咲叶さんてらしま あまね  
寺島 天音さんてらしま かなと  
寺島 叶都さんわだ たけひろ  
和田 孟大さんはまもと しき  
濱本 紫葵さん

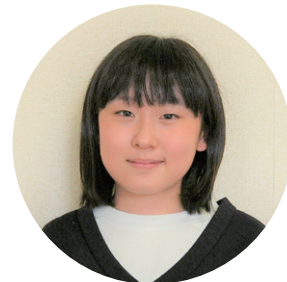
随時募集中!



▲申込みはこちらから

▼ 題 字 ▼  
なかつ

は、私が書きました。

真坂小学校 6年  
しまもと みおり  
島元 美織さん人口と世帯  
(11月30日現在)

(前月比)

総人口 81,189 人 (-20)

男 40,028 人 (+ 2)

女 41,161 人 (-22)

世帯数 41,827 世帯 (+ 4)

## つなぐ

## スポーツの力



今年は冬季オリンピックやサッカーワールドカップの開催年です。スポーツ話題が盛り上がりそうです。

スポーツがどうして人を引き付けるのか、やって楽しいからでしょう。日頃の地道な鍛錬が必要ですから、楽しくないと続きません。練習がきつてもうやめたと思っても、次の日の練習に足が向く経験をした人も多いでしょう。また体を思い切り動かすことで、日常生活のいやなことを忘れ心を解放していく脱ストレス効果もあります。さらに競技を通じて多くの仲間ができます。最近健康維持のためウォーキングを始める、またスポーツジムに通う人も増えています。

一方、観ることを楽しむスポーツファンもたくさんいます。観て応援することで選手と同じ世界の中に入りこめるのもスポーツの魅力です。技量秀逸で超一流のスポーツ選手は、優れたパフォーマンスにより、観客を喜ばせ大きな感動を呼び起こします。他人も元気にし幸せな気持ちにさせるのですから、スポーツ好きの若人が仕事としてトッププレイヤーを目指すのもわかります。

例えば、大リーグの大谷選手や山本選手。彼らのプレーは、試合がテレビで放映され、今やそのパフォーマンスが個々のファンの日常生活の一部になったかのように身近なものに感じられています。多くの人が二人の活躍を話題にし、まるで家族のような視線で応援しています。両選手ともプレッシャーをもものともせず期待に応え存在価値を一段と高め、スポーツの持つ力を実証しています。

「先づ獣身を成して後に人心を養つ」は福澤諭吉の言葉。先生も体づくりが大切と居合を日課としました。中津では今年も慶應大学野球部が合宿、元ソフトバンクの和田毅さんの講演会もあります。やってよし観てよしのスポーツ、老若問わず健康づくりに活用を。

