

みんなで食育

毎月19日は「食育の日」です

いいき健康課 (ふくとびあ) ☎0940・34・3351



これも食育! 親子料理教室では子どもの成長を実感したという感想をよく聞きます。一緒に料理をすることで、たくさんの楽しみや発見があることに加え、まだまだ足りない部分を見つけ出す機会にもなります。ぜひ子どもたちと一緒に料理をしてみてください。

夏休みに作ってみよう!~コーンシューマイ~

7月に開催された親子料理教室で作った、コーンシューマイを紹介します。コーンを皮に見立てて、シューマイを作ります。コロコロとお肉を包んでいくと見た目もかわいらしいシューマイの出来上がり。ぜひ、夏休みに親子で作ってみませんか?

- 材料(4人分)**
- 豆腐: 120g
 - コーン: 160g
 - かたくり粉: 大さじ1
 - 豚ひき肉: 130g
 - タマネギ: 100g
 - レタス: 60g
 - ケチャップ: 適量
 - かたくり粉: 大さじ1
- 【調味料】**
- 塩: 小さじ1/4
 - コショウ: 少々
 - ごま油: 小さじ1
 - オイスターソース: 小さじ1/2

- 作り方**
- ~下準備~ コーンは水気を取り、かたくり粉をまぶす。タマネギはみじん切りにしておく。
- ①豆腐を皿にのせ、電子レンジで30秒加熱し、キッチンペーパーに包んで軽く搾る。
 - ②豚ひき肉と①の豆腐、タマネギ、調味料をよく混ぜる。
 - ③パットにコーンを広げ、その上に②でできた餡を12個に分けておく。
 - ④コーンでシューマイを包む。(蒸すときにコーンが外れないようにしっかりと握る)
 - ⑤蒸し器で10~15分ほど蒸す。
 - ⑥皿にレタスとシューマイを盛り付けて、上に少量のケチャップを飾って出来上がり。



レシピ提供: 福津市食生活改善推進会

福津市民の窓口

市民課から! こんにちは!

市民課 (福間庁舎) ☎0940・43・8127

国民健康保険税の非自発的失業者を対象とした軽減措置について

倒産・解雇などの事業主都合による離職や、雇止めなどにより離職したため、職場の健康保険を脱退し国民健康保険に加入した人を対象に、国民健康保険税の軽減申請を受け付けています。雇用保険受給資格者証の離職理由コードにより、軽減に該当するかについて判断します。

対象となる人

- ① 福津市の国民健康保険加入者である
- ② 離職時点で65歳未満である
- ③ 雇用保険受給資格者証を持つている
- ④ 雇用保険受給資格者証の離職理由が次の通りである。

「所得の申告を忘れず」

国保加入者や世帯主の所得の状況が分からないと、軽減対象になる世帯であっても国保税が軽減されなかったり、実際よりも高い負担をしなければならなかったりすることがあります。このため、所得がなくても税務課での住民税申告は忘れずに行ってください。

【問い合わせ先】

市民課保険年金係(福間庁舎)
☎0940・43・8127

市民サービス係(津屋崎庁舎)
☎0940・52・4966

「離職理由コード 11・12・21・22・31・32・33・34」

軽減内容

国民健康保険税の所得割を算定するときに、離職日の翌日からその翌年度末までの間、対象者の給与所得を30%として計算します。

軽減期間

離職日の翌日から、翌年度末まで。

申請方法

軽減を受けるには申請が必要です。保険証、雇用保険受給資格者証、印鑑を持参の上、市民課保険年金係または市民サービス係で申請してください。

みんなおいで! アンビシャス広場

郷育推進課(津屋崎庁舎) ☎0940・52・4969

市内アンビシャス広場連絡会の活動紹介

7月7日、ふくとびあで「アンビシャス広場指導者研修会」を行いました。この研修会は、アンビシャス広場の指導者が「今一番知りたいこと!」をテーマに取り上げ、昨年度より開催しています。

今回も昨年に引き続き、福岡県非行防止・ネット依存防止地域ミーティング講師の土井高德さんを招き、「発達障害の支援~困難をかかえる子どもへの理解と対応~」と題し、講師の実体験に基づいた、具体的な声掛けや対処の仕方について講演していただきました。

「具体的な話がとても分かりやすく、楽しく聞くことができました」「発達障害をもつ子どもに限らず、子どもに接する時はまず大人が感情的にならず、寄り添う対処ができればいいなと思いました」などといった感想があり、参加者の満足度が大変高い研修会となりました。



介護を受けている高齢者の中には、認知症などで介護が難しい人がいます。そのような人の介護は負担が重かったり、思いがけない動きをされることだけが危険性が高かったりします。それらを無くしたいあまりに、不適切な方法で介護をしてしまっていることがあります。

例えば...

- 徘徊するからと、高齢者の手や足をひもなどでベッドにつなぐ。
- 行動を落ち着かせるため過剰に向精神薬、睡眠薬などを飲ませるなどして、高齢者の動きを制限する。
- 車椅子から立ち上がれなくするために、車椅子にテーブルを付けたままにする。

このように体を拘束する行為は、自分の意思で体を動かすことができない精神的な苦痛を強いることになり、体の機能の低下にもつながります。そのため、原則として行ってはならない介護の方法なのです。

ただし、最低限の時間に限られています。本人の生命を守るためには、他に方法がない場合です。これは自宅でも施設でも同様で、特に施設においてやむを得ず体を拘束する場合は、その都度複数の専門的知識を持った人で検討し、例外的状況に該当しているかを確認して実施しています。

家庭で介護している人で、介護で悩んだ時は、ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談してください。

【問い合わせ先】

地域域包括支援センター
☎0940・43・0787



知って得する 介護情報

高齢者サービス課(福間庁舎) ☎0940・43・8120

知らず知らずのうちに、高齢者の体の自由を奪う介護をしてしまっていないですか?

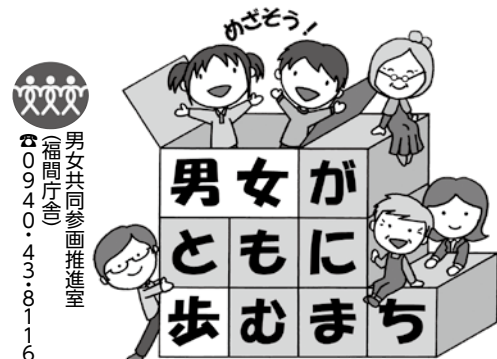
●所長の内示を受けた時の気持ち
は？
これまで広報の担当を長くして
きましたので、驚きました。それと同時
に、これまで間接的に接していたお
客さまと直接、接する仕事をした
と思っていましたので、うれしくもあ
りました。



「管理職の醍醐味は、人を育てること、個性
を見つけることです」と語る藤本さん

●所長になって良かったことは？
本社勤務が長かったので、営業所
でお客さまの生の声を聞く機会が得
られて良かったです。

7月1日、九州電力株式会社福岡
営業所の所長として、藤本久美さん
が就任されました。九州電力では初
の女性の営業所長ということで、
「ハジメのお話を伺いました。」



女性だけでなく、みんなが
働きやすい職場に

●これまでのキャリアの中で心掛
けてきたことは？
社内の女性従業員数は7〜8%と
少ないのですが、自分の意見はきち
んと言うことを心掛けてきました。

●九州電力株式会社は、「女性大活
躍推進宣言登録」をされています
が、会社の取り組みに期待するこ
とは？

女性の活躍は会社の活性化に直
結すると思います。これをみんなが
理解して進めていけたらいいですね。
また、女性だけでなく、みんなが働き
やすい職場になればいいと思います。
●未来の女性管理職のみなさん
に、メッセージをお願いします。
責任が増えることは、意思決定に
参加できるということでもありま
す。ちょっと背伸びや苦労すること
があるかもしれませんが、ぜひ管理職
を目指してください！

発掘現場

教育総務課文化財係・古墳公園建設係
(津屋崎庁舎横) ☎0940・52・4968

江戸時代の土瓶

最近、畦町で実施した試掘調査で、長軸30センチ程
度の楕円形の浅い土坑から、江戸時代に埋められた土
瓶が出土しました。上半部には釉薬が掛けられ、菊の染
付文様も描かれています。底部にダンゴ状の脚3個があ
る特徴は、1700年代後半頃の肥前系陶器に類例があり
ます。

同じように土瓶を意図的に埋めたものとしては、北九
州市の木屋瀬宿に類例があり、胎衣容器と報告された
ものもありました。胎衣とは胎盤のこと、国史大辞典には
「人間一生の運命は、胎衣の取
扱いによって決まるという俗信
があり、この取り扱いには種々
の作法がある」と書かれ、吉方
に埋めることが全国的に行われ
ていたようです。

出土した土瓶は、必ずしも胎
衣容器とは断言できませんが、
何らかの祈りを込めて埋められ
たと考えられます。



▲出土した陶器の土瓶

便利なインターネット 通販の落とし穴!?

生活安全課(福岡庁舎) ☎0940・43・8106

インターネットを利用すれば、世界中から物を買うことが
できるので便利ですが、トラブルも多発しています。

【事例Ⅰ】インターネットでブランドものの婦人財布を注文し、
10,000円を振り込んだが商品が届かない。(30歳代男性)

【事例Ⅱ】インターネットで、有名メーカーのスニーカーが格
安だったので購入し、9,000円をクレジットカードで支払っ
た。届いた商品は、ロゴマークや色が全く違い、靴底から接
着剤がはみ出している粗悪品だった。

(40歳代女性)
【アドバイス】

- ①クレジットカードで決済したときは、
すぐカード会社に連絡する
- ②注文する前に、相手の連絡先、
返品特約、支払方法を確認する
- ③不自然な日本語で書いてあるサ
イトには注意する



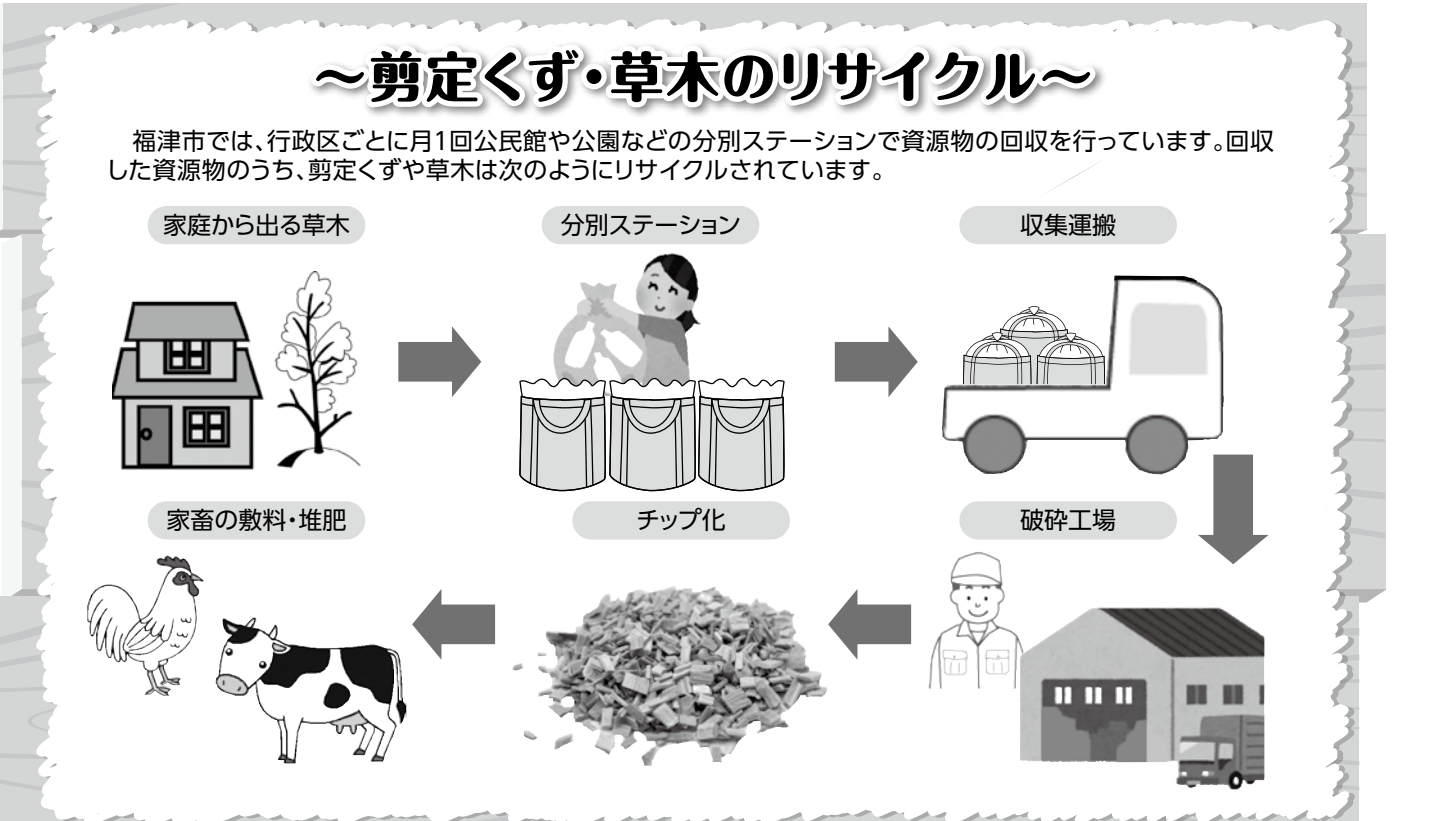
※毎週月・水・金曜日(9:00~16:00)は市役所福岡庁舎で消
費生活相談員が相談を受け付けています。
※福岡県消費生活センター(☎092・632・0999)でも随時相
談を受け付けています。気軽にご相談ください。

消費生活 相談室

環境掲示板

ふくつ

●うみがめ課(津屋崎庁舎)
☎0940・52・4952(資源リサイクル係・清掃対策係)
☎0940・52・4953(環境づくり係)
FAX 0940・52・4469
E-mail umigame@city.fukutsu.lg.jp



～剪定くず・草などの分別にご協力ください～

地域の分別ステーションで剪定くず・草木を収集していますが、最
近袋の中に、燃えるごみや金属類が混入しています。
フレコン袋に入れられるものは家庭から出る草木に限られます
ので、ご協力よろしくお願いします。

| 剪定くず・草木などに該当するもの | |
|------------------|------------|
| 種類 | 注意事項 |
| 枝葉・樹木・竹枝 | 長さ1メートル以内 |
| 竹幹・木幹 | 長さ1メートル以内 |
| 草 | 土砂の付着がないもの |
| 根株(木・竹) | 土砂の付着がないもの |

※木片やベニヤ板(加工物)などで市指定袋に入るものは週2回の燃
やすごみの日に出してください。
市指定袋に入らないものは分別収集の可燃粗大で出してください。

～剪定くず・草等の入れ方について～

剪定くず・草木の収集には、フレコン袋を使用いただいておりますが、袋いっぱい詰めすぎて、
破れるなど損傷のひどい袋があります。
出来るだけ長く使っていただくために、袋いっぱい詰めるのではなく、茶色の部分まで入れて、白
い部分は紐でくくってください。
フレコン袋が足りないときは、市うみがめ課まで問い合わせください。追加の袋を準備します。

▲フレコン袋