

ひなあられを作ってみましょう!

3月3日は桃の節句です。ひな祭りのごちそうと聞くと、ひし餅、ちらし寿司、ハマグリのお吸い物などが思い浮かびますが、今回は簡単ひなあられのレシピを紹介します。通常、もち米や干し飯などを揚げて作るあられですが、麩を使って簡単に作ってみましょう。

- ☆材料 (4人分) ……
- ・白玉麩: 1袋 (70g)
 - ・砂糖: 70g (好みて減らしても可)
 - ・サラダ油: 適量
 - ・水: 50cc

お花の形やカラフルな麩を使うと、がわいく簡単にあらがれます!



☆作り方 ……

- ① 麩は水に戻さず、170度の油でさっと揚げ、キッチンペーパーで油をきる。
- ② 砂糖に水を加え、強火で鍋を揺すりながら砂糖を溶かす。
- ③ とろみがついたら弱火にし、②を加え、砂糖とからめ合わせる。
- ④ サラダ油を塗ったバットに広げて冷ます。

毎月19日は「食育の日」です。
みんなので食育

これも食育!!
今回のひなあられは、麩を使った簡単レシピです。青のりやカレー粉などで色をつけて楽しむこともできます。

いきいき健康課(ふくとぴあ) ☎34・3351

福津市民の窓口 福津市市民課から こんにちは!

市民課 (福間庁舎) ☎43・8127

年金の出張相談窓口

出張相談所の利用は予約制です。東福岡年金事務所に申し込む必要があります。

○年金相談予約の申込

① ☎092・651・7967

② ☎092・651・7968

※いきいき健康課(ふくとぴあ)では予約・問い合わせはできませんので、ご注意ください。



- 「ふくとぴあ」での年金出張相談
東福岡年金事務所の職員が定期的に「ふくとぴあ」に出張し、年金受給に関する相談や申請の受付を行っています。
- 開設日 毎週水曜日(祝日および12月29日から1月3日は除く)
 - 相談時間 午前9時30分から午後12時10分、午後1時から午後4時まで
 - 場所 ふくとぴあ2階 会議室2
 - 内容 年金相談、裁定請求書の受付、国民年金などの受付

地域のこと
考えよう!
参加しよう!

奇数月の第3土曜日・翌日曜日は 地域の日

福津市郷育推進会議
郷育推進課(津屋崎庁舎)
☎52・4969

体力チャレンジランキングinふくつ

去る1月25日、福間中学校において、「体力チャレンジランキングinふくつ」が初開催されました。これは、スポーツ推進委員とコミュニティ・スクールなどの共働により行われたもので、体力テストを通じて自分の体力を把握し、併せて年代ごとの体力ランキング付けを行うことで、健康への意識拡大を図るものです。

また、親子などの幅広い年代の人に参加していただくことで、地域の世代間交流の場としての役割も期待できます。

当日は、反復横跳びや25m走などの測定を行い、参加者で成績をランク付けし、上位者の表彰を行いました。

また、元アビスパ福岡代表取締役の下田功氏の講演もあり、体力、知力とも充実した1日となりました。

このイベントは今後、中学校区ごとに開催する計画です。もし、お近くで開催される時は、ぜひ親子で参加してください!



地域を元気にするような活動などありましたら、お知らせください!

もっと身近に

介護情報

高齢者サービス課
(福間庁舎)
☎43・8298

介護保険料の納め忘れにご注意

介護保険はみんなで支え合う制度です。納めていただいた介護保険料は、介護保険を健全に運営していくための大切な財源となります。

介護保険料「普通徴収(納付書・口座振替)」の納め忘れはありませんか?
65歳以上(第1号被保険者)の人の介護保険料は、原則として年金からの特別徴収(天引き)とされています。しかし、65歳になつたばかりの人、転入したばかりの人、特別徴収対象外の年金のみを受給している人などは、普通徴収(市役所が送付する納付書、または口座振替手続き)で直接納付することになります。

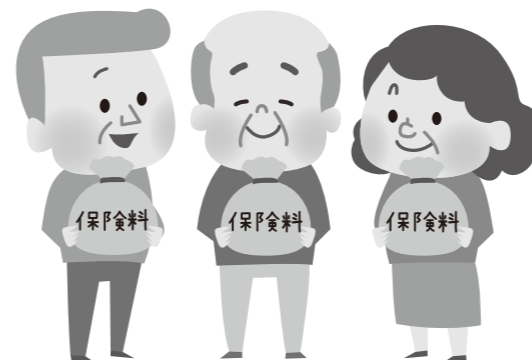
介護サービスが必要になったときに、安心して利用できるように、保険料を納期限内に納付してください。介護保険料を納めていない状況が続くと、滞

納期間に応じて次のような取り扱いをします。

- ・1年以上滞納すると…介護保険サービスに掛る費用の全額をいったん自己負担しなければなりません。申請により後で保険給付分(9割)が支払われます。
- ・1年6カ月以上滞納すると…保険給付の一部または全部が一時的に差し止めとなります。

納め忘れを防ぐためにも、口座振替をご利用ください。また、災害など特別な事情により期限内に納付することができない場合は、高齢者サービス課にご相談ください。

問い合わせ 市高齢者サービス課 (福間庁舎) ☎43・8191



●GMにならなくなったときの気持ちって？
「GMになる前は本社勤務が長く、最初の夜は緊張で寝ることができませんでした。」
●GMになって良かったことは？
「会社の立場や動きについて、より深く当事者意識を持つようになりましした。イオンモールでは各モールにおける全てをGMに任されている面が多く、自分自身の判断でできる、やりたいことをやれるというのは、貴重

イオンモール福津のゼネラルマネージャー（以下GM）は、伴井明子さんです。伴井さんがGMになられたのは2011年。全国のイオンモールで2番目の女性GMでした。全国的にはまだ数の少ない女性GMにお話を伺ってきました。



●男女共同参画推進室（福間庁舎）☎43・8116
男らしさ、女らしさではなく、自分らしさを



▲伴井さんは、とても気さくなかたです。終始和やかに楽しいインタビューでした。

●女性GMならではの「思いついた」はありますか？
「GMになった当時、『女性ならではのモール運営を』という言葉をよくかけられました。当初は、『女性ならではの』や、『女性らしさ』という言葉自体をプレッシャーと感じる面もありましたが、最近はその度に意識することなく、あるがままの自分らしさを発揮することが、より良いモール運営を行うことに結びつくということに気がきました」
●次世代の管理職になる女性に向けて
「男性と女性では観点や感性の違いはあると思います。それがぶつかることで良いものが生まれると思いますので、自信を持って管理職を目指してほしいですね。プレッシャーはあると思います。でも、気負わずに、ありのままの自分でいてほしいですね」
伴井さんはGMとして「女性らしさ」ではなく「自分らしさ」を大切にされていて、それはまさに男女共同参画の考えでした。

発掘現場から

教育総務課文化財係・古墳公園建設係（津屋崎庁舎横）☎52・4968



神興廃寺の平瓦作り

福間東中学校の南側に奈良時代後半から平安時代の寺院跡があります。地名から神興廃寺と呼んでいます。以前この遺跡で範囲内容を確認するための調査を行った際に、お寺の屋根に用いる瓦を焼いた平安時代の窯が見つかっています。写真は、窯の火を燃やす部分から出土した生焼けの状態の平瓦片の端の部分です。円弧に対して斜め方向に筋状の粘土を貼り合わせた跡が残っています。平瓦作りには、台の上に粘土板を置いて一度に1枚ずつ作る方法と、帯状の粘土板を円筒形の型に巻き付けたのち分割して一度に複数枚を作る方法があります。写真は、円筒形の型に巻き付けた粘土板の両端を貼り合わせた跡と考えられます。粘土の円筒を分割して複数枚の平瓦を作る方法が用いられたことがわかります。



▲神興廃寺瓦窯出土の平瓦

消費生活相談室

生活安全課（福間庁舎）☎43・8106

慎重な検討を！レーシック手術

裸眼の視力を矯正するレーシック手術を受ける人が増えていますが、手術後に希望した視力を得られないだけでなく、重大なトラブルが発生したという情報が多数寄せられています。手術法が開発されてからの歴史が浅いため、その後の継続的な安全性についてまだ確認されていない部分があり、過度に矯正されたことによる遠視やそれに伴う頭痛や吐き気、乱視、ドライアイ、目の痛み、光がぼやけて見える、などさまざまな合併症が起こりうるということが知られています。

【レーシック手術を受ける上での注意点】

- ①リスクがあることを認識しましょう
- ②リスクについて医療機関で十分な説明を受けましょう
- ③本当に手術が必要か、慎重に検討しましょう。

消費者庁ホームページで詳しい注意喚起が見られます。
http://www.caa.go.jp/safety/pdf/131204kouhyou_1.pdf

※毎週月・水・金曜日(9:00~16:00)は市役所福間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。

エコにゆうす

●うみがめ課（津屋崎庁舎）
☎52・4952（環境づくり係・清掃対策係）☎52・4953（資源リサイクル係）
FAX52・4469 E-mail umigame@city.fukutsu.lg.jp

何の数字?...6.7℃

2004年~2013年の宗像地区の2月の平均気温です。まだまだ寒い日が続きますが立春も過ぎました。重ね着などで温かくし、エアコンなどの節電に努めましょう！

ガレージセール定例会が終了します

平成4年からふくとびあで開催されてきたガレージセールが、下記の理由により3月9日の開催をもちまして終了することになりました。終了するに当たり長く主催者として続けてこられた塚本さんの閉会のあいさつです。

ガレージセール定例会の閉会・お礼

平成3年6月ごみ減量を目的に実践活動する団体として立ち上がった環境ボランティア団体「福岡ごみ減量リサイクル工房」は、その広報活動の一つとして、平成4年よりガレージセールを開催し、平成5年より定例会として今のシステムで活動を続けてきました。

20年余りの時間の経過とともに、社会が変化し、リサイクルやリユースもまた、一つの産業に発達してきました。立ち上げ当初、使わないものをごみにしないで誰かに使ってもらい、ごみを減らすことを目的としたガレージセールでした。しかし、今では使わなくなったものなどをガレージセールやフリーマーケット、バザー、インターネットでの売買、リサイクル品を販売する店舗での買い取りと、選択の自由も多く、大きな市場となってきています。参加者の意識もまた社会の変化と連動して変わってきたこと、そして、長い活動とともに会員の高齢化や家庭の事情、異常気象による定例会の中止の増加により、安全な定例会の開催が難しくなってきました。

このような諸事情を熟慮して、ごみを減量する広報活動としてのガレージセールの使命は目的を達成したと判断し、平成24年3月の定例会を最後に閉会し、新たな活動を目指したいと思います。長い間大変お世話になりました。ありがとうございます。

福岡ごみ減量リサイクル工房
代表者 塚本 多津子



地域分別収集に燃やすごみが混ざっています！！

最近、地域分別収集の資源物の中に燃やすごみが混入されています。特にプラスチック製品(プランターなど)が多く混入されています。分別収集ができるプラスチックは、プラマークが付いている、プラスチック製容器包装が対象です。

地域の分別収集は、住民の皆さんの協力で行われています。正しく分別していただきますようお願いいたします。



プラマークがついている、プラスチック製容器包装が対象となりますのでご注意ください。



パソコンの処分は、直接メーカー(自作の場合はパソコン3R推進協会 ☎03・5282・7685)に申し込んでください。