

診療のお知らせ
3月1日～14日

●休日当番医
※診療時間…9時～17時

◆7日(日)
くまもと内科医院
(内科系 / 三奈木 ☎ 22-3101)

◆14日(日)
朝倉健生病院
(外科系 / 甘木 ☎ 22-5511)

●歯科休日急患診療
※診療時間…9時～15時

◆7日(日)
しのぎ歯科クリニック
(比良松 ☎ 52-0067)

◆14日(日)
篠崎歯科医院
(甘木 ☎ 22-3276)

※変更の場合もあります。昼休みなど電話で確認して来院してください。

小児救急医療相談 (聖マリア病院)
☎ 0942-37-6116
携帯短縮 # 8000
※開設時間…19時～翌日7時(23時以降は民間の健康相談事業者が対応)

小児の救急医療に関する相談と、夜間診療の情報提供。

福岡県救急医療情報センター
☎ 092-471-0099
24時間体制で救急病院を紹介。

朝倉地域休日夜間急患センター (来春)
☎ 23-0077 (朝倉医師会病院内)

○診療時間
《平日》内科・外科 20時～翌日7時、小児科 19時30分～23時30分
《土曜日》内科・外科 12時30分～翌日9時、小児科 17時～23時30分
《日・祝・年末年始》内科・外科 9時～翌日7時、小児科 9時～23時30分

【休日当番薬局】朝倉薬剤師会ホームページをご覧ください。

健康と福祉のページ

health



対象年齢のお子さんで、
接種が終わっていない予防接種はありませんか？

3月1日～7日は、子ども予防接種週間

「子ども予防接種週間」は、4月からの入園・入学に備え、ワクチンで防ぐことができる病気から子どもたちを守るため、保護者の予防接種への関心を高め、接種漏れがないかをいま一度見直すためにあります。

定期予防接種(法律に基づく予防接種)は、無料で接種することができますが、接種対象年齢を過ぎると、全額自己負担となります。期間内に必ず接種しましょう。

※予防接種の種類や対象年齢は、毎年広報あさくら3月15日号とともに配布している「親子健康カレンダー」を確認してください。

問 市健康課(☎ 22-8571)
※医療機関へは、必ず事前に予約をしましょう。接種の際は、必ず母子(親子)健康手帳を持参してください。また、手帳には予防接種の履歴を記録しますので、大切に保管しましょう。子ども予防接種週間の協力医療機関があります。詳細は、朝倉医師会(☎ 22-2454)へ。



▲今年度の「親子健康カレンダー」は、こちらから見ることもできます

らくらく筋力アップで健康に!

筋力トレーニングマシンを使用し、個人に合わせたメニューで運動します。運動不足を解消し、健康づくりを支援します。

【こんな人を募集します】
「体力をつけたいけどやり方が分からない」「足が弱って歩くのが怖くなってきた」
■対象…朝倉市内の65歳以上の人
■期間…4月～6月の毎週火曜日と金曜日(合計22回)
■場所・時間…《①朝倉老人福祉センター》13時30分～15時30分
《②いしずえ荘(入地)》9時～10時15分または10時30分～11時45分
■費用・定員…2400円(22回分)・各12人
■申込方法…電話
■申込先…①朝倉市社会福祉協議会(☎ 22-7834、☎ 52-0154)
②いしずえ荘(☎ 52-9030)
問 市介護サービス課(☎ 28-7590)



■新型コロナウイルスの感染状況により、掲載内容は変更・中止もありえます。



母子健康手帳交付
《健康課》月～金(祝休日を除く)
8時30分～17時
《杷木支所》3月18日(木)
9時30分～11時30分
※①妊娠届出書 ②個人番号カードまたは通知カード ③免許証などの本人確認ができるもの(個人番号カード提示の場合は不要)を持参。

マタニティクラス(母親学級)
ママと赤ちゃんのための食事について。調理実習試食あり(先着6組)。
●日時・場所 3月9日(火)
9時30分～12時、ピーポート甘木保健福祉センター
※5日(金)までに要予約。母子健康手帳・筆記具・エプロンを持参。

すくすく(育児)相談
子どもの成長、母乳、離乳食、遊び、歯みがき、しつけ、トイレなど。
●期日・場所 ①3月17日(水)、ピーポート甘木 保健福祉センター
②3月18日(木)、らくゆう館 ③3月24日(水)、朝倉地域生涯学習センター
●時間 10時～11時30分
※バスタオルを1枚持参(計測時に使用)。母乳相談の受付は11時まで。タオルを3枚持参。
ここにこども相談
ことばや行動、発達について、専門のスタッフが相談を受けます。
●日時・場所 3月23日(火)
9時30分～12時、ピーポート甘木 保健福祉センター ※要予約

子育て
インフォメーション

問 市健康課(☎ 22-8571)

もぐもぐ教室
離乳食を始める皆さん、参加してみませんか?
●日時・場所 3月25日(木)
10時～12時、ピーポート甘木 保健福祉センター
●対象 生後4カ月～6カ月の乳児とその保護者(先着8組)
※18日(木)までに要予約。母子健康手帳・筆記具・エプロンを持参。託児あり。



つどおう 子育て広場



親子が気軽に集い交流したり、育児相談を行ったりしています。詳しい内容や行事などはそれぞれの広場のホームページを確認するか、お問い合わせください。

- 子育てホットサロン「つどいの広場」(堤 1413) (☎ 080-6439-1851)
- 生い立つ地域子育て支援センター(菩提寺 606-1) (☎ 24-5203)
- ひろにわ地域子育て支援センター(入地 2607-1) (☎ 080-8352-4178)

子育て応援ファミリーサポート

子育てを頑張っている「お父さん、お母さん」子育て応援ファミリーサポートを活用しませんか?
問 同サポートセンター(旧寿楽荘内) ☎ 24-0055

シリーズ
人権

さまざまなる人権課題
「自分事」として捉えよう

- ①女性の権利
- ②子どもの権利
- ③高齢者の権利
- ④障がい者に対する偏見や差別
- ⑤同和問題(部落差別)
- ⑥アイヌの人々に対する偏見や差別
- ⑦外国人の権利
- ⑧HIV感染者などに対する偏見や差別
- ⑨ハンセン病患者・元患者・その家族に対する偏見や差別
- ⑩刑を終えて出所した人に対する偏見や差別
- ⑪犯罪被害者とその家族の権利
- ⑫インターネットによる人権侵害
- ⑬北朝鮮当局による人権侵害
- ⑭ホームレスに対する偏見や差別
- ⑮性的指向や性自認を理由とする偏見や差別
- ⑯人身取引の問題
- ⑰東日本大震災に起因する偏見や差別

この中には、「自分とあまり関係ない」と思うものもあるかもしれませんが、どれも日本に現存している重要な人権課題です。3月3日は、日本初の人権宣言といわれる「全国水平社宣言」が出された日。宣言から一世紀がたとうとしています。部落問題が解決されずに残っています。3月11日には、東日本大震災から10年を迎えます。この震災では、風評被害などによる人権侵害が起きています。昨年から、「コロナ差別」という新しい課題も起きています。私たちは、さまざまな人権課題を「他人事」ではなく「自分事」として捉えることが大切です。市では、人権セミナーや講演会を開催しています。一人ひとりが人権意識を高め、理解し、差別解消に向けて行動することで、互いの人権が尊重される明るく住みよい社会の実現につながるのではないのでしょうか。

問 市人権・同和対策課(☎ 52-1174)

●中央図書館 ☎ 22-3059 (甘木 198-1)
 ☎ FAX 22-8141
 ●あさくら図書館 ☎・FAX 52-3434 (宮野 1997)
 ●はき図書館 ☎・FAX 63-3178 (杷木池田 483-1)

図書館へ行こう

◆3月の図書館カレンダー◆

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

※開館時間…10時～18時

■は、中央・はき館休館
 ■は、あさくら館休館

3月のイベントは中止

新型コロナウイルス感染拡大防止のためおはなし会・上映会は中止します。また、図書館の業務を縮小して、資料の貸出・返却・登録のみのサービスとしたり、休館となったりする場合があります。図書館ホームページや、電話で確認して来館ください。

感染予防のため

次のことにご協力ください!

- ・風邪の症状(のどの痛み、せき、発熱など)がある場合、入館を控える。
- ・長時間滞在しない。
- ・手洗いや手指の消毒、マスク着用やせきエチケットの徹底。



@amagilib

図書館では、Twitterでも情報を配信中です。ぜひフォローを。

毎月23日は
 「朝倉市子ども読書の日」



©竹宮恵子

朝倉市子どもの読書活動推進キャラクター

利用してみ

電子図書館がオープンします

パソコンやスマートフォンなどを使って、デジタル化した電子書籍を借りて読むことができる電子図書館サービスが始まります。実用書や小説、児童書や絵本など多様な本をそろえました。図書館のホームページからログインできます。



図書館の利用カードを持っている人は、貸出開始日から利用することができます。利用カードを持っていない人は、中央図書館までお問い合わせください。※利用方法などの詳細は、図書館ホームページで確認してください。

ホームページはこちらから▶

24時間いつでもどこでもOK

インターネットにつながるパソコンやスマートフォン、タブレットがあれば、いつでもどこでも利用できます(通信料は利用者負担)。

来館しなくてもOK

感染症が心配、外出を控えている、家事や仕事で忙しくて時間がないなど、さまざまな事情で来館できない人も読書ができます。

電子書籍ならではの便利な機能がたくさん

音声朗読、文字の大きさや色が変わる可変機能、動画や音声による読み上げ機能など、電子書籍ならではの機能を持つ資料もあります。

テキスト版サイト

視覚障がいのある人が利用しやすいテキスト版サイト(視覚障害者利用支援サイト)を採用しています。

貸出開始…3月10日(水)10時～

利用できる人…市内在住または市内に通勤・通学している人

貸出点数…3冊まで

予約…3冊まで(本が貸出中の場合は予約できません)

貸出期間…15日間(貸出日を含む)

※借りた本は貸出期間が過ぎたら自動的に返却されます。

住所や電話番号が変わったら、
 変更の手続きをお願いします



新学期・新年度に伴い、現在持っている利用カードを作るときに提出した「申請書」の記載内容(住所や電話番号など)が変更になる場合は、最寄りの図書館で変更の手続きをお願いします。

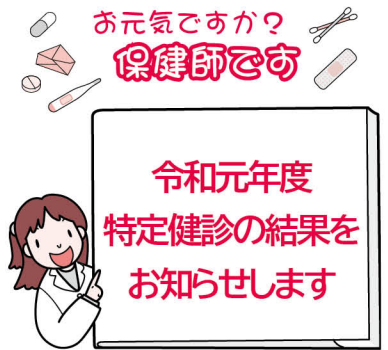
手続きには、新住所が確認できるもの(免許証・保険証など)をお持ちください。詳しくは、各図書館にお問い合わせください。

市では、生活習慣病の発症や重症化予防のために、国民健康保険加入の40～74歳の人を対象に特定健診を実施しています。

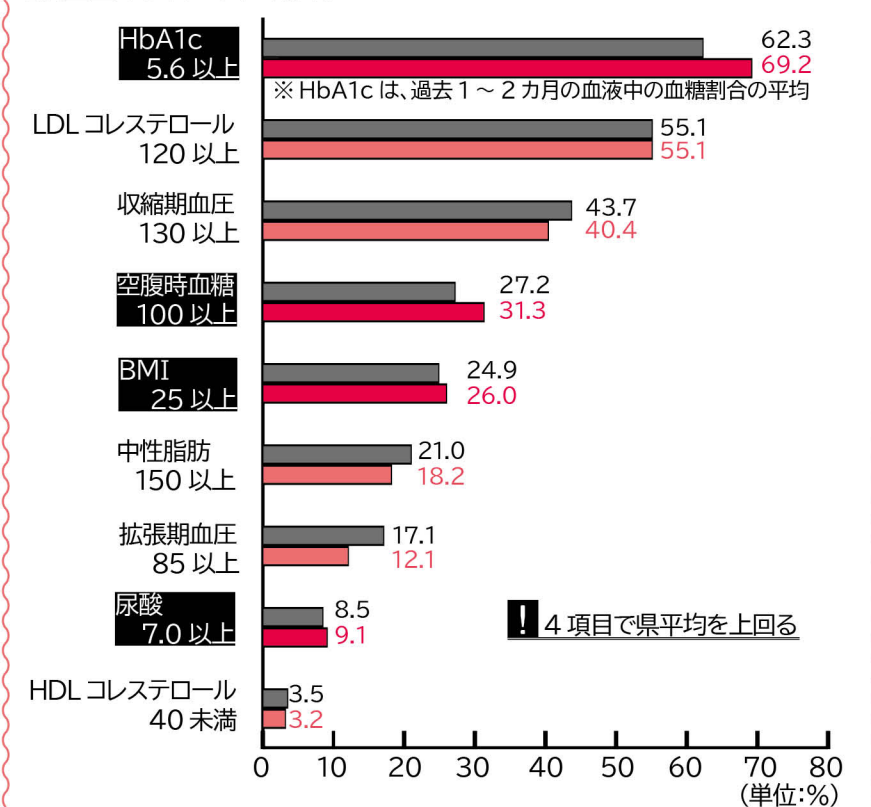
令和元年度、市の特定健診受診率は35.5%で福岡県平均の34.2%より高かったものの、年度目標としていた40%を達成することができませんでした。

受診者の健診結果を見ると、検査基準値外の人の割合が県よりも高い項目は、HbA1c(69.2%)、空腹時血糖値(31.3%)、BMI(26%)、尿酸(9.1%)でした。動脈硬化の危険因子であるHbA1cが基準値以上の人が、受診者の約7割を占めており、LDLコレステロールにおいても5割以上を占めているという結果でした。これは市における健康課題の1つであると考えられます。なぜなら、脳血管疾患、心筋梗塞などの命に関わる生活習慣病を引き起こす原因となりえるからです。

年に1回は特定健診を受けましょう



【検査基準値外の人の割合】



LDLコレステロールにおいても5割以上を占めているという結果でした。これは市における健康課題の1つであると考えられます。なぜなら、脳血管疾患、心筋梗塞などの命に関わる生活習慣病を引き起こす原因となりえるからです。

起きこす主な原因は血管の変化、動脈硬化で基準値外の項目が重なることより進行しやすくなり、10～15年かけてじわじわ進行していきます。その間、痛みやだるさなどの自覚症状はほとんどありません。健診などを受けられない限り自分では気付かないうちに、動脈硬化が進行している可能性があります。

令和3年度住民健診の案内を3月中旬に郵送する予定です。内容を確認して、早めにご予約してください。

問 市健康課 ☎21-0369



※「文化・学習の催し」は休載します

毎年の受診で重症化予防
 健康管理に役立てましょう

満一歳おめでとう



申込期間 4月生まれ(4月1日号)の申し込みは**3月8日(月)**まで

申込方法


①メール (jinji-kouhou@city.asakura.lg.jp)
 写真を添付し、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・住所・連絡先(保護者氏名)を明記(画像サイズは1MB前後)。送信後、必ず**市人事秘書課広報統計係**(☎ 22-1117 / 平日8時30分~17時15分)へ電話してください。

②来庁
 写真データを、市人事秘書課広報統計係(本庁3階)または朝倉・杷木支所市民窓口係(1階)へ(USBメモリ不可)。

けん・ごう!Cooking

県栄養士会 学校健康教育部会 管理栄養士

元気サラダ



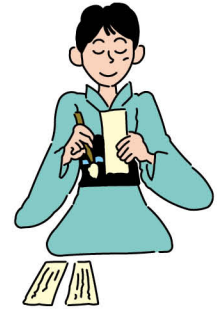
■材料(4人分)…キャベツ 100g、キュウリ 80g、ニンジン 20g、ホールコーン 20g、ハム 20g、かつお節 4g、刻み昆布 2g、【★】サラダ油 大さじ1/2、酢 小さじ2、しょうゆ 小さじ2、砂糖 小さじ1

■作り方…①ハムは千切りにし、コーンは水気をきっておく。②キャベツ、キュウリ、ニンジンを千切りにする。③②の野菜をさっとゆでて、しぼる。④【★】の調味料を混ぜ合わせてドレッシングを作る。⑤③の野菜、ハム、コーン、かつお節、刻み昆布を④のドレッシングで和える。⑥器に盛り付けたらできあがり。

1人分 43kcal

■一口メモ…「サラダでげんき」という、小学校の教科書に載っていたお話を参考にして作りました。好きな給食ランキングでも上位に入るほど、子どもたちに大人気のサラダです。

年間優秀作品を発表



毎月応募された作品の中から選ばれた令和2年度優秀作品(俳句・川柳各5点)を紹介します。受賞者には図書カードを贈呈します。

広報文芸

市民くらぶ

このページは、市民の情報コーナーです。みなさんの作品や、あかちゃんの写真を募集しています。また、広報あさくらへの意見やまちの話題など、いろいろな情報をお待ちしています。

【人事秘書課広報統計係】

俳句 (矢野俊一選)

戦^{いくさ}無き空を自在に夏燕
 甘木 仲山 尚山

【評】戦後75年の日本、頭上の空に不安は無くなり、自由自在に飛び交う燕に平和の喜びが重なります。しかし、今、世界中で感染症が拡大し、自由に行動できない日々が続いています。自在に飛びまわる燕に真の平和・自由を託している深い句です。

咲く頃に会う約束の百合蕾^{つぼみ}
 甘木 山下 藍

【評】作者はご友人と百合の花の咲く頃に会いましょう、と約束されたのでしよう。しかし、蕾の頃になっても一向に収束しない新型コロナウイルス感染症。家籠^{こもり}りを余儀なくされ、お互いに安否を気遣いつつ、再会の日を待たれている様子がかげえます。



川柳 (益永克之選)

あの星は何億光年月見酒
 美奈宜の杜 重松 眞

籠る日々なほこの先も花は葉に
 堤 石丸アタエ

下宿去る荷の中に寝て卒業^{そつぎょう}子
 古毛 松田 信子

どん底に落ちて涙の枯れた日も
 頓田 田代 昭子

【評】人の行き方は茨の道に喩えられる。苦難を乗り越えて辿り着いた作者は94歳に。いまは泣き明かした事さえも懐かしく思えるのです。激動の昭和の時代。夫を支えて地域の人たちと、相身互いに築き上げた幸せの思い・感謝の念が言外に読み取れる秀句です。



恋文を開くが如く^{ごとく}診断書
 美奈宜の杜 宇都 信泰

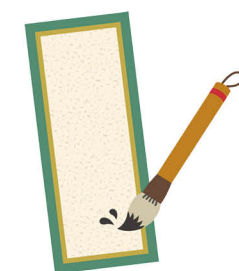
【評】恋文と診断書の取り合わせが奇抜でした。ときめきと期待感のある同じ見付けを、時を超えて青年期と、老年期に併せた心待ちの様子を「開くが如く」と詠んだ中七が利いています。その中身を一句呈上して託します。

「良性に家族と胸を撫^なで下ろす」

独り居を救う声かけ元気でと
 菩提寺 北原 妙子

生い立ちの思い出募^{いばら}いま荒れ地
 杷木久喜宮 佐藤 敬二

身を守るいきる手立てのマスク掛け
 三奈木 古賀 寛子



【広報文芸応募方法】
 はがきまたは封書に三句以内(一人一通限り)と住所・氏名・電話番号(連絡の取れる番号)を記載し、3月8日(月)までに直接選者に応募。※応募作品は、未発表・ご自身の作品に限ります。応募の際は、今一度ご確認ください。

■川柳次の題…「清」

■応募先…《俳句》矢野俊一さん(〒838-0068 朝倉市甘木 1929-2) 《川柳》益永克之さん(〒838-0061 朝倉市菩提寺 523-2)

最高を超える山田錦プロジェクト ウイング甘木 北嶋さんグランプリ受賞

日本酒「^{だっさい}瀬祭」を製造する旭酒造（山口県岩国市）が、原料の酒米「山田錦」の品質を競うコンテストを行い、その結果が1月23日に発表されました。コンテストでは全国から127点の出品があり、品質基準をクリアした63点を対象に米の大きさや粒のそろい、色つやなどが審査されました。

最高賞のグランプリに輝いたのは、ウイング甘木に所属する北嶋将治さん。北嶋さんは「ウイング甘木では長年にわたって山田錦を栽培し、品質向上に努めてきました。このような賞をいただき、とても光栄です。昨年も大雨や台風に見舞われましたが、従業員一同気持ちを一つにし自然災害を乗り越え、この品質にたどりつくことができました」と喜びの声。代表の松岡さんは「最高賞をいただけるような米が朝倉でできた。地域活性化の起爆剤になれば」と話しました。

このグランプリ受賞は、災害復興が進む朝倉市の農業にとって、さらなる励みとなることでしょう。



▲北嶋さん(前列右)と山田錦の栽培を行ってきた従業員の皆さん



▲代表の松岡さんと収穫の時期を迎えた山田錦

筑前朝倉蒸し雑煮プロジェクト 学校給食で蒸し雑煮が提供されました

朝倉地域で食べられている蒸すタイプのお雑煮「蒸し雑煮」が、1月27日・28日、市内の全小中学校の学校給食で提供されました。今回食べられたのは、筑前朝倉蒸し雑煮プロジェクトとエフコープ生協などが共同開発したチルドタイプの商品で、朝倉市郡の食材がふんだんに使われています。

福田小学校では27日に提供。蒸し雑煮のふたを開けると、教室においしそうな匂いが広がり、皆さん笑顔でおいしそうに頬張っていました。

児童からは、「家でも食べたことあるけど、学校でみんなと食べると、よりおいしい」、「初めて食べた。シイタケのだしがおいしい、大好きな黒豆も入っていた」といった声が聞かれました。



▲感想を話した(左から)尾畑花音さん、永露和花さん、田中暖乃さん



秋月博物館 3周年記念特別展 「秋月藩医 緒方春朔」が開催中

江戸時代、未知のウイルス感染症であった天然痘の根絶を目指した緒方春朔の特別展です。新型コロナウイルス感染症が猛威を振るう現在。予防医療の大切さについて、今一度考えてみませんか。

注目の「種痘必順弁」など展示資料は約90点。特別展は、3月14日まで行われています。故郷の先人たちの偉業をぜひご覧ください。



▲人痘種痘の様子を彫ったレリーフ

※今号は2月15日時点で作成しています。新型コロナウイルスの感染防止のため、掲載している内容は変更・中止もありえますので、必ずご確認ください。

この広報紙は、「マチイロ」や「マイ広報紙」でも配信しています。その他、各ソーシャルメディアで市の情報を発信中です。市公式アカウントの友だち追加やフォロー、チャンネル登録をお願いします。

