

あさくら

public relations of Asakura

令和元年

2019

8/15

No. 320

[お知らせ版]

contents

- 02 あさくら創業塾
- 03 とくとく朝倉振興券
- 04 ステップリーダー養成講座
- 06 7月の大雨災害に関して
- 12 卑弥呼ロマンの湯
プラネタリウム・キャラバン



今号の表紙

白球を追い、全力プレー！

7月20日～24日・朝倉球場、甘木球場など

今年も「朝倉市長杯小学生軟式野球大会」が開催。県内外から33チーム（うち朝倉市からは甘木ゴールデンフェニックスと杷木ファイターズ）が参加し、熱いプレーを見せました。



「とくとく朝倉振興券（子育て・生活応援用）」を 発行

市では、10月に予定されている消費税率の引き上げが家計に与える影響を緩和するとともに、地域の消費を下支えすることを目的として、プレミアム付商品券を発行します。
※これは、毎年、朝倉商工会議所・朝倉市商工会が発行しているプレミアム付商品券とは別です。

概要

指定店で利用できる商品券を購入できます[1セット5000円分(500円券が10枚)を4000円で購入]。
※商品券を購入するには「購入引換券」が必要です。引換券の交付を受けた人は、販売窓口で商品券を購入できます。

対象

1. 市民税非課税者

平成31年1月1日に住民票が朝倉市にあり、令和元(平成31)年度市民税(均等割)が課税されていない人

※ただし、次の人は除きます。

- ・令和元(平成31)年度市民税(均等割)が課税されている人に扶養されている人
- (生計を同一にする配偶者や扶養親族、事業専従者)
- ・生活保護の被保護者

引換券の 申請

プレミアム付商品券を購入するための 「購入引換券」の申請が必要

■申請期間…8月19日(月)～11月29日(金)
(当日消印有効)

■申請方法

対象者に、申請書を8月上旬以降に郵送します。
必要事項・添付書類などを記入・確認し、窓口へ持参または郵送により提出する。

■申請窓口

- ・市プレミアム付商品券購入引換券交付申請窓口(本庁1階)
- ・市商工観光課(朝倉支所1階)
- ・杷木支所市民窓口係(1階)

※郵送の場合は「〒838-1398 朝倉市宮野2046-1 朝倉市商工観光課」宛。

引換券の 発送

申請書を審査し、該当する人には9月上旬以降、順次購入引換券を発送予定です。非該当の人は、非該当通知を送付します。

商品券の 購入

- 商品券購入期間…10月6日(日)～令和2年2月28日(金)
- 商品券販売窓口…朝倉商工会議所、朝倉市商工会(開所日のみ)
- 商品券購入限度額…《市民税非課税者》1人あたり2万5000円分(5セット)まで
《子育て世帯主》1世帯あたり2万5000円分(5セット)×子どもの人数まで
- 商品券使用可能期間…10月6日(日)～令和2年3月31日(火)

商品券の 使用

※以上の手続きが円滑に行えるよう、転居を行う際は、現在の住所を住民票に登録するとともに、郵便局への転居届も忘れずに行ってください。

問 市商工観光課(☎28-7862)

※制度に関しては、内閣府プレミアム付商品券専用ダイヤル(☎0570-02-2036)※平日9時～18時



夢をかたちに！



～新規創業者を応援します～

あさくら創業塾

日時 9月21日(土)10時～18時
22日(日) 9時～17時

場所 朝倉商工会議所1階
研修室(甘木955-11)

■受講料…5000円(2日間の受講です。初日にお支払ください)

■定員…20人(先着順)

■申込期間…8月20日(火)～9月17日(火)

※申込書は、朝倉商工会議所ホームページまたは市ホームページからダウンロードできます。

問 朝倉商工会議所(☎22-3835)または市商工観光課(☎28-7862)

新規開業・創業を目指している人、創業後間もない人を対象に、事業経営における基礎知識や新規開業時の具体的な事業計画・資金計画の立て方などが身に付く創業塾を開講します。

受講後、朝倉市内で創業する人は、国の優遇措置や朝倉市新規創業補助の対象となります。

今回は、受講者で、電気管理事務所を開業した白水芳雄さんに話を伺いました。

白水電気管理事務所

朝倉市甘木
☎080-5084-2891
✉pf838582@sj9.so-net.ne.jp



事業所の電気主任技術者の外部委託などを請け負います。

起業＝やりたいことができる

長年、工場の電気主任技術者などを務める中、仕事にもつとやりがいが欲しいという思いがあり、独立を決心。事業所の、高圧受電設備の保守管理や電気主任技術者の受託など、以前の経験を生かした仕事をしていまます。現在は、自分の提案がそのまま会社の判断となり、とてもやりがいを感じています。

白水芳雄さん

(白水電気管理事務所)



NO. 8

受講者
インタビュー

創業塾で感じた刺激
独立を決心したところ、創業塾を知ったのは市広報紙がきっかけ。起業に必要な知識が学べると思い参加しました。とにかく多くの集まっていたこと。前向き驚いたのは、朝倉市で自分と同様に創業を考えている人がたくさん姿勢で事業に取り組む仲間になりました。

私の仕事では、顧客の要求に応えるために幅広い知識が求められます。それに応えられるよう今もさまざまな資格取得に挑戦しています。また、電気代を安くできるような提案も行っています。

電力自由化など電気を取り巻く環境は最近大きく変わっています。企業での経験と、幅広い分野の資格を生かしながら、顧客に喜んでもらえるかどうかという視点で、情熱を持って仕事に挑戦し続けたいです。

やる気があれば必ず道は開けると思っています。将来どうなりたいか考え、その目標に向かっていく人生を歩んでいきました。

・捻挫
・打撲
の『
○国民健康保険証が使えるも

国民健康保険などの医療保険を
使用して施術を受ける際は、次
のことについてください。

①国民健康保険などの医療保険
が使えるのは、外傷性のけがの
場合に限られます。

（○国民健康保険証が使えるも

国民健康保険の被保険者で柔
道整復師の施術を受けた人に対
し、市が委託している福岡県國
民健康保険団体連合会から施術
内容の照会（※）を行うことが
あります。これは、医療費適正
化の一環として請求内容を確認
するために行っているもので、照
会文書が届いたときは、自身で
記入のうえ返送をお願いします。

※照会の対象者は一部の受療者
です。施術を受けていても届か
ない場合もあります。

領収書は必ずもらいましょう

領収書の発行が義務付けられ
ています。医療費通知とあわせ
て、健康管理や医療費の確認に
も活用しましょう。

問 市保険年金課 ☎ 228-7558

○ 柔道整復師（整骨院・接骨院） の施術を受ける人・受けた人へ

国民健康保険で
ください

柔道整復師の受療照会にご協力



・挫傷（肉離れなど）
・骨折脱臼の応急手当
（応急手当以外は医師の同意書
が必要）
※×国民健康保険証が使えない
もの（全額自己負担）※

・単なる肩こりや筋肉疲労
・脳疾患後遺症などの慢性病
・神経痛

・病院・診療所などで同じ負傷
を治療中の場合など

・②施術後の「療養費支給申請書」
は、原則自分で署名・押印して
いる負傷原因や負傷部位、施術
回数、一部負担金などに間違い
がないか、確認してください。

がなければ、確認してください。

ください。請求書に記載されて
いる負傷原因や負傷部位、施術
回数、一部負担金などに間違い
がないか、確認してください。

みんなの力で飲酒運転をなくそう
「飲酒運転は、絶対しない！さ
せない！許さない！そして、見
逃さない！」

飲酒運転は重大な犯罪で、罰金
や懲役、運転免許の取消、会社の
解雇など非常に重い罰則や社会的
制裁が課されます。また、飲酒

迷わず110番通報をしてください。

運転事故は、当事者やその家族の
生活を大きく変えてしまいます。

自分だけでなく、周りの人々が飲酒
運転をしないよう、お互いに呼びか
け合い、飲酒運転を見つかったときは、

迷わず110番通報をしてください。

8月25日（日）～31日（土）は

飲酒運転撲滅週間

飲酒運転は、絶対しない！さ
せない！許さない！そして、見
逃さない！」

運転事故は、当事者やその家族の
生活を大きく変えてしまいます。

自分だけでなく、周りの人々が飲酒
運転をしないよう、お互いに呼びか
け合い、飲酒運転を見つかったときは、

迷わず110番通報をしてください。

運転事故は、当事者やその家族の
生活を大きく変えてしまいます。

自分だけでなく、周りの人々が飲酒
運転をしないよう、お互いに呼びか
け合い、飲酒運転を見つかったときは、

迷わず110



河川災害復旧等関連緊急事業

筑後川本川の河川整備を促進

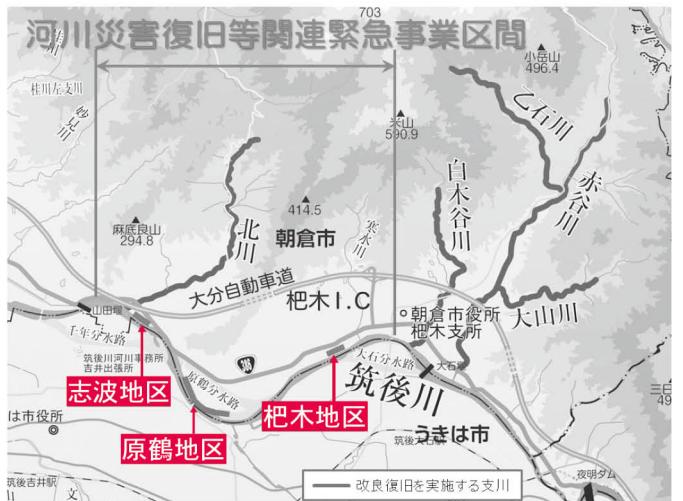
志波地区、原鶴地区、杷木地区などで、堤防整備や河道掘削等を実施予定

筑後川右岸の赤谷川や白木谷川等の支川では、流下能力の向上のため、災害復旧事業などによる河川整備を実施しています。

このため、国土交通省筑後川河川事務所では、支川が流れ込む筑後川本川でも一体的に河川整備を促進する必要があるため、河川災害復旧等関連緊急事業（平成29年度～令和3年度）として、志波地区、原鶴地区、杷木地区などで、堤防整備や河道掘削等を実施する予定です。

現在、堤防等の整備に向けて、地域住民との意見交換や調査・設計を進めています。また、堆積する土砂の撤去など適切な維持管理に努めます。

問 筑後川河川事務所調査課（☎ 0942-33-9134）



長安寺地区の急傾斜地崩壊対策工事が完了

平成29年7月九州北部豪雨によりがけ崩れが発生した長安寺地区では、昨年度から急傾斜地崩壊対策工事に着手していましたが、今年6月に工事が完了しました。

工事では、再度災害防止を図るため、崩壊斜面に法枠工を施工しました。なお、その他の箇所においても、早期復旧に向け工事を進めていますので、ご理解、ご協力をよろしくお願いします。

問 朝倉県土災害事業センター災害砂防第2課（☎ 41-4093）



復興支援ひまわりプロジェクトが行われました

問 市復興推進室（☎ 28-7136）

7月8日、元女優でフラワー・アーティストの志穂美悦子さんが朝倉市を訪れました。

志穂さんは、全国の被災地などで地元の人たちとヒマワリを植苗する「ひまわりプロジェクト」活動を行い、復興支援活動を継続されています。

当日は、志穂さんと市内の児童、生徒など約70人が、道の駅原鶴前の畑でヒマワリの種まきを行いました。ヒマワリは、9月ごろに見ごろを迎えるそうです。

※志穂さん直筆メッセージ入りヒマワリは、本庁1階ロビーに展示しています。



▲ひまわりプロジェクトから志穂さん（写真中央）のメッセージ入りのヒマワリ（造花）などをいただきました。

令和元年7月の大雨災害に関するお知らせ

令和元年7月の大雨により、被害にあられた皆さんに心からお見舞い申し上げます。このたびの大震で被害にあられた人が利用できる制度などをまとめましたので、ご利用ください。詳しくはお問い合わせください。

1. 災害証明書・被災証明書の発行

被災した住家の被害の程度を証明する「災害証明書」と、住家以外で被災したものを証明する「被災証明書」の申請受付を行っています。必要な人は、早めの手続きをお願いします。

- 申請期間…令和2年3月31日（火）までの平日8時30分～17時15分 ※土・日・祝休日は受付していません
- 申請場所…市税務課（本庁1階）、朝倉支所市民窓口係（1階）、杷木支所市民窓口係（1階）
- 必要なもの…被害状況のわかる写真（返却不可）、印鑑、本人確認ができるもの ※代理人の場合は委任状（問 市税務課（☎ 28-7563））

2. 税金、保険料、保育料などの減免

▶ 市税などの減免

平成31年度分の市税など（市県民税・固定資産税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料）が減免される制度があります。対象となる人は早めの申請をお願いします。

※床下浸水の場合は、対象になりません。また、被害状況などによって該当とならない場合があります。

- 対象…市税などの納税（付）義務者で土地、住宅や家財、事業などに一定の被害を受けた人
- 申請期間…9月13日（金）までの平日8時30分～17時15分 ※土・日・祝日は受付していません
- 申請場所…市税務課（本庁1階）※朝倉支所・杷木支所では受付していません

※期限を過ぎても申請はできますが、科目によっては減免対象となる金額が変更になることがあります。

- 問 【固定資産税】市税務課資産税係（☎ 28-7563）、【市県民税】市税務課住民税係（☎ 28-7562）、【国民健康保険税】市保険年金課国民健康保険係（☎ 28-7558）、【後期高齢者医療保険料】市保険年金課後期高齢者医療係（☎ 28-7557）、【介護保険料】市介護サービス課資格認定係（☎ 28-7585）

▶ 介護保険や医療費の減免

【介護保険サービスの利用者負担額・社会福祉施設の入所費用】

介護保険サービスの利用者または扶養義務者が被災した場合、利用者負担分が減免される制度があります。また、養護老人ホームの入所者または扶養義務者が被災した場合、入所費用が減免される場合があります。

- 問 市介護サービス課給付育成係（☎ 28-7586）、介護サービス課高齢者支援係（☎ 28-7590）

【国民健康保険医療費一部負担金・後期高齢者医療制度医療費一部負担金】

国民健康保険または後期高齢者医療で療養の給付を受けるときは、一部負担金の減免や微収猶予ができる場合があります。

- 問 市保険年金課国民健康保険係（☎ 28-7558）、市保険年金課後期高齢者医療係（☎ 28-7557）

▶ 学童保育料の減免

被災した児童が学童保育所に入所している場合は、学童保育料が減免される場合があります。

- 減免額…《全壊・大規模半壊》保育料の全額 《半壊・床上浸水》保育料の半額

- 申請方法…各学童保育所に置いてある申請書に必要事項を記入のうえ、各学童保育所に提出

- 問 市子ども未来課子育て支援係（☎ 28-7568）

3. 農地・農業用施設

農地・農業用施設に被害が発生し、自力での復旧が困難な場合は、復旧工事を行うことができます。市による現地確認が必要ですので、市農林課まで報告ください。なお、事業費に応じた負担金が必要となります。

- 報告締切…8月20日（火）

- 問 市農林課（☎ 52-1115）

市役所(☎ 22-1111)

■家庭児童・母子相談(市子ども未来課)

土・日・祝日以外毎日、8時30分～17時15分
各支所へ事前予約すれば支所で相談に応じます

■農地相談(朝倉支所) 16日(金) 13時～15時

■消費生活相談(消費生活センター☎ 52-1128)

土・日・祝日以外毎日、10時～16時

■巡回交通事故相談(本庁5階501会議室)

28日(水) 10時～15時

ピーポート甘木

■心配ごと相談(社協☎ 22-7834)

27日(火) 13時～16時

■法律相談(社協、予約制☎ 22-7834)

19日(月) 13時～15時

■障害者無料相談(市福祉事務所、予約制☎ 22-1111) 15日(木) 13時30分～16時

■消費生活相談(消費生活センター☎ 52-1128)

27日(火) 10時～16時

朝倉老人福祉センター(社協)

■心配ごと相談・人権相談(☎ 52-0154)

20日(火) 13時～16時

■障害者無料相談(市福祉事務所、予約制☎ 22-1111) 20日(火) 13時30分～16時

杷木老人福祉センター(社協)

■心配ごと相談・人権相談(☎ 63-3543)

28日(水) 13時～16時

北筑後保健福祉環境事務所

■エイズ・クラミジア・梅毒・淋菌の相談・検査、B型・C型肝炎相談・検査(予約制☎ 22-4190)

19日(月)・26日(月) 9時30分～10時30分

■こころの健康相談(予約制☎ 22-3965)

20日(火)・27日(火) 13時～15時

■総合栄養相談(予約制☎ 22-3964)

28日(水) 13時～15時

朝倉商工会議所

■年金相談(予約制☎ 092-552-6118、6112)

28日(水) 10時～15時

朝倉市教育支援センター

■教育相談(☎ 22-3399)

土・日・祝日以外毎日、9時～16時30分

電話相談

■あさくら女性ホットライン(☎ 092-513-7337)

土・日・祝日以外毎日、10時～17時

■妊娠さん・赤ちゃん・子ども・思春期電話相談(☎ 092-642-0110) 年末年始以外毎日、9時～17時30分

■養育費電話相談(☎ 092-584-3931) 平日、9時～16時

甘木・朝倉広域圏法律相談(予約制)

甘木・朝倉広域圏町村圏事務組合または市人事秘書課で紹介カードの発行を受け、下記のいずれかに予約

■相談先…日野総合法律事務所(☎ 21-2624)、松本・永野法律事務所(☎ 23-9090)、奔流法律事務所(☎ 23-9933)

●朝倉市役所(代表)☎ 22-1111 FAX 22-1118

■費用: 《受講料》200円	■場所: 女性センター調理実習室
■費用: 《受講料》200円	■場所: 女性センター調理実習室
■費用: 《受講料》200円	■場所: 女性センター調理実習室

■講座: 【手打ちそば講座】	■講座: 【男も女もチャレンジ】
■日時: 9月14日(土) 10時～12時	■日時: 9月14日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円

講演・講座

■男も女もチャレンジ

パートナーとの固定的な役割分担から脱却し、それぞれの家事力アップへ！夫婦でも1人でも参加可能です。

■日時: 9月14日(土) 10時～12時	■日時: 9月14日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 12組(1人でも参加可)

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時
■費用: 《受講料》200円	■費用: 《受講料》200円
■場所: 女性センター調理実習室	■場所: 女性センター調理実習室
■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)	■申込期間: 8月16日(金)～30日(金)
■定員: 15人	■定員: 15人

■日時: 9月28日(土) 10時～12時	■日時: 9月28日(土) 10時～12時

<tbl_r cells="

診療のお知らせ

8月15日～25日

●休日当番医

※診療時間…9時～17時

◆8月18日(日)

・和田外科医院
(外科系 / 桜木池田☎ 62-0676)

◆8月25日(日)

・武井医院
(内科系 / 馬田☎ 22-2300)

●歯科休日急患診療

※診療時間…9時～15時

◆8月15日(木)

・河原歯科医院
(菩提寺☎ 23-1717)

◆8月18日(日)

・うすき歯科クリニック
(堤☎ 21-5252)

◆8月25日(日)

・うすき歯科医院
(木☎ 24-3691)

※変更になることがあります。電話で確認して来院してください。

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)

○受付時間

《平日》内科・外科20時～翌日7時、
小児科19時30分～23時

《土曜日》内科・外科12時30分～18時、
19時30分～翌日8時、小児科17時～23時

《日・祝・年末年始》内科・外科9時～
12時、14時～18時、19時30分～翌日8時、
小児科9時～12時、14時～18時、19時
30分～23時

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。

【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。

子育てインフォメーション

乳幼児健康診査

【甘木・朝倉地域の人】

健診	月日	該当者
4ヶ月	9月3日(火)	平成31年4月生
10ヶ月	9月4日(水)	平成30年10月生
1歳6ヶ月	9月5日(木)	平成30年2月生
3歳	9月6日(金)	平成28年8月生



●受付時間 13時～13時30分

●場所 ピーポート甘木・保健福祉センター

●内容 身長体重測定、小児科医による診察、歯科健診(1歳6ヶ月児・3歳児およびその保護者)、育児・栄養相談、ブックスタート(4ヶ月児・1歳6ヶ月児)

※該当者には封書で通知します。母子健康手帳を必ず持参してください。

里親制度の相談会

里親ってどんなもの?
里親になるには?



保護者の病気、死亡、離婚、虐待などさまざまな事情で、生まれ育った家庭で生活することができない子どもたちがいます。

そんな子どもたちを児童相談所から委託を受けて家庭で育てていくのが里親です。安心できる環境で特定の養育者と生活することは子どもの健やかな成長につながります。「里親ってどんなものなの?」「子育てをしたことはないけど里親に興味がある」など、興味がある人は話を聞いてみませんか?

子どもを預かる期間は何年も預かる場合から、緊急な保護が必要な際に、数日間預かる場合などさまざまです。

■日時…個別に日程調整して実施(予約制)

問 福岡県久留米児童相談所(☎ 0942-32-4458)

献血にご協力ください

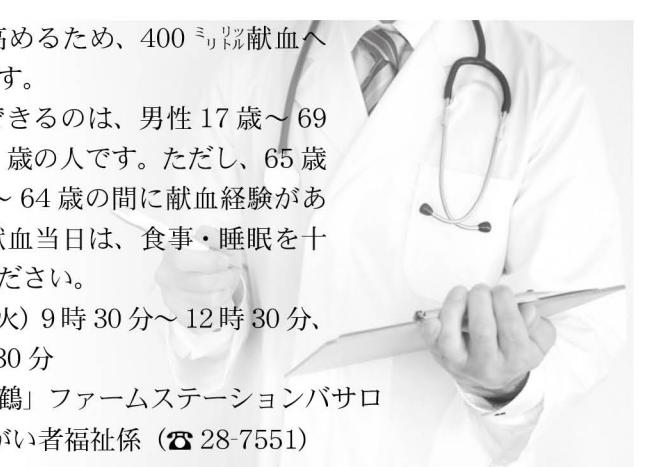
輸血の安全性を高めるため、400ミリリットル献血への協力をお願いします。

400ミリリットル献血ができるのは、男性17歳～69歳、女性18歳～69歳の人です。ただし、65歳以上の人には、60歳～64歳の間に献血経験がある人が対象です。献血当日は、食事・睡眠を十分とて参加してください。

■日時…8月27日(火)9時30分～12時30分、
13時30分～15時30分

■場所…道の駅「原鶴」ファームステーションバサロ

問 市福祉事務所障がい者福祉係(☎ 28-7551)



健康と福祉のページ

health

お元気ですか?
保健師です

正しく防ごう!
食中毒

6月～8月は、1年で最も細菌性食中毒が発症しやすい時期です。一般に、細菌が増殖するための適温は15度～40度。中でも、35度前後で最も増殖するといわれています。



高温多湿の時期は注意が必要です。そこで、食中毒を予防するためのポイントを3つ紹介します。

①指輪や腕時計を外し、流水で洗つてから石けんをよく泡立てる。
②30秒くらいもみ洗いし、爪の間や指の間、手のひら、手首をよく洗う。
③流水でよく洗い流す。



④清潔な乾いたタオルで水気拭きとる。
⑤食品は、早めに食べるようにし、長期保存を避けましょう。



⑥保存のポイント

①冷蔵庫や冷凍庫は詰めすぎない(容量の7割を目安に)。
②肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食材に触れさせないようにする。

1. 細菌を付けない

見た目はきれいな手でも、実は多くの細菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、丁寧に手を洗う習慣を身につけましょう。

③温かい食品は冷ましてから入れる。
④調理は清潔な手で行い、食材は十分加熱することを心がけましょう。ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを調理するときに、洗剤ではなく湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。



3. 細菌をやっつける

調理は清潔な手で行い、食材は十分加熱することを心がけましょう。ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを調理するときに、洗剤ではなく湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

④温かい食品は冷ましてから入る。
⑤調理は清潔な手で行い、食材は十分加熱することを心がけましょう。ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを調理するときに、洗剤ではなく湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

理教室「お菓子作り」

●日時…9月22日(日)13時～16時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…100円

⑥視覚障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木視聴覚室
●参加費…無料

理教室「お菓子作り」

●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

⑦身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木視聴覚室
●参加費…無料

理教室「お菓子作り」

●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…無料

問 市健康課(☎ 22-8571)
■日時…9月30日(月)13時30分～15時
■場所…ピーポート甘木多目的ホール
■参加費…無料

問 朝倉市社会福祉協議会(☎ 22-7834)
■日時…9月30日(月)13時30分～15時
■場所…ピーポート甘木多目的ホール
■参加費…無料

問 市申込締切…8月23日(金)
■日時…9月30日(月)13時30分～15時
■場所…ピーポート甘木多目的ホール
■参加費…無料

生活訓練参加者募集

《聴覚障がい者のための情報教室・料理教室「お菓子作り」》
●日時…9月22日(日)13時～16時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…100円

生活訓練参加者募集

《視覚障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木視聴覚室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」》
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」》
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木視聴覚室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」》
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」》
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木視聴覚室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・体操教室「3B体操」》
●日時…9月15日(日)13時～15時
●場所…ピーポート甘木多目的ホール
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

《身体障がい者のための生活訓練・講話「家や土地について」》
●日時…9月7日(土)13時30分～15時
●場所…ピーポート甘木調理実習室
●参加費…無料

生活訓練参加者募集

</

夏休みの思い出づくりを応援するため、
中学生以下は無料！



「卑弥呼ロマンの湯」

プラネタリウム・キャラバン

～夏休みの終わりに、親子で満天の星を楽しもう～

日時 9月1日(日)

- ① 11時～ ② 14時～ ③ 15時～
④ 16時～ ⑤ 19時～

場所 健康福祉館「卑弥呼ロマンの湯」憩いの間

九州工業大学ジュニア・サイエンス・スクールの協力を得て、特設ドームの天井いっぱいに、美しい星空を投影し、専門員が紹介します。

- 定員…1回につき 15人（先着順）
■費用…入館料（大人 420円、65歳以上・障がい者 310円）のみで観ることができ、評判のトロトロ湯のお風呂にも入れます。中学生以下は無料。
■申込方法…8月15日（木）9時～、来館または電話で申し込む。
問 健康福祉館「卑弥呼ロマンの湯」（☎ 21-8800）

祝 第14回朝倉市成人式 は令和2年1月12日(日)

- 時間…14時～15時（予定）/受付 13時30分～
■場所…ピーポート甘木 大ホール
■対象…平成11年4月2日～平成12年4月1日に生まれた人
■成人式の案内…12月1日現在で朝倉市に住民票がある人へ、12月上旬ごろに案内はがきを送付します（式典当日は受付ではがきの提示が必要）。市外に転出し住民票を移している人は、式典当日に受付をすれば参加できます。その際、年齢確認ができるもの（免許証、保険証など）をお持ちください。
問 市文化・生涯学習課（☎ 22-2348）



有料広告掲載欄

※広告を掲載したい場合は（株）ホープ（☎ 092-716-1404）へ。

有料広告掲載欄