

あさくら

public relations of Asakura



【お知らせ版】

contents

- 02 確定申告はお早めに！
- 06 完成直前の小石原川ダムを
楽しむスロージョギング
- 10 朝倉市にやってきました！
オリンピック聖火リレー



子どもにも大人気！ 地域に笑顔と元気を

12月11日～13日・九州プロレスの選手が保育所や高齢者施設を訪問

杷木保育所には、人気レスラー・ばってん×ぶらぶら選手が訪問しました。2年連続の訪問に、園児たちは大喜び。ばってん選手のパフォーマンスに終始歓声があふれ、声を合わせて「ばってんポーズ」を決めたり、相撲対決をしたりして、交流を深めました。

12月22日には、サンライズ杷木で九州プロレス「朝倉ば元気にするバイ!!」が開催。白熱した試合に、詰め掛けた約450人の観客が大いに沸きました。



申告相談の日程表

甘木地域		
期日	地区名	場所
2月	17日（月）	安川
	18日（火）	馬田 （上浦・下浦・中原・草水）
	19日（水）	馬田 （牛木・千代丸・馬田）
	20日（木）	福田
	21日（金）	蜷城
	25日（火）	立石
	26日（水）	上秋月、秋月
	27日（木）	三奈木
	28日（金）	金川
3月	2日（月）	高木、美奈宜の杜
	3日（火）	甘木
	4日（水）～ 16日（月）	市内全地区

朝倉地域		
期日	地区名	場所
3月	2日（月）	恵蘇宿、山田、菱野
	3日（火）	三島、久重、下古毛、 山後、上須川
	4日（水）	尾西、来光寺、長安寺、 下須川、中宮野、落合、 八坂
	5日（木）	下町、上比良松、下比 良松
	6日（金）	立野、新道、烏集院、 西入地、入地中町
	9日（月）	東中町、中央、多々連、 東長淵、西長淵
	10日（火）	東入地、田中、十文字、 余名持
	11日（水）	上の原、乙王丸、大角、 三寺
	12日（木）	善光寺、小塚、上寺、 立出、石成
	13日（金）～ 16日（月）	市内全地区

杷木地域		
期日	地区名	場所
2月	17日（月）	大山、穂坂、林田、東林田、 西林田
	18日（火）	新浜、白木、杷木上町、 災害公営住宅杷木団地
	19日（水）	上池田、下池田、東町、 中央通
	21日（金）	西町、下池田住宅、古町、 久喜宮上町、久喜宮中町、 新町
	25日（火）	久喜宮原鶴、若市、上げ、 杷木古賀、寒水、浜川
	26日（水）	池の迫、星丸正信、 獺ノ口、立、真竹、小河内、 松末本村、石詰、中村、 乙石、赤谷
	27日（木）	塚原、尾迫、梅ヶ谷、 道目木、平榎、松葉、 政所、笹尾、杉馬場
	28日（金）	志波上町、志波中町、 下町、宮舟、高山、 志波原鶴

【各会場共通】

■受付時間…8時 30 分～ 16 時（申告相談は 9 時～）
※開場は 8 時です。受付で番号札を渡しますので、順番
が来るまでお待ちください。
※ 12 時～ 13 時は、申告相談を行っていません。
※土・日・祝休日は、申告相談・受付を行っていません。

・住んでいる地区で申告できない場合は、他の日程・会
場でも申告できます。
・申告期間中、担当職員不在のため、市税務課（本庁 1 階）
では、申告に関する相談は受付できません。市県民税・
国民健康保険税申告書の提出のみとなります。申告相談
がある人は申告会場へ来場ください。
・同様の期間で、甘木税務署でも相談・申告ができます。

◇申告書は郵送でも提出できます
■提出先
《市県民税、国民健康保険税申告書》
市税務課（〒838-8601 朝倉市
菩提寺 412-2）
《確定申告書》
甘木税務署（〒838-0061 朝倉
市菩提寺 565-1）
※市県民税・国民健康保険税申告書は、
広報あさくら 2 月 1 日号とあわせて各
世帯に配布します。

◇申告には次のものが要です
①印かん（認印でも可）
※確定申告をする人で口座振替希望の
人は、通帳印と口座の分かるもの。
②令和元年分の源泉徴収票（給与や年
金などの収入がある人）
③収入・必要経費などが分かる帳簿書
類等の内容を集計したもの（事業所得、
不動産所得、農業所得などがある人）
④社会保険料（国民年金保険料など）
や生命保険料などの控除証明書（社会
保険料・生命保険料・地震保険料の所
得控除を受ける人）
⑤支払った医療費の領収書・保険金な
どで補てんされる金額の明細書など
（医療費控除を受ける人）
※医療費は治療を受けた人ごとに集計
してください。
⑥前年の確定申告書、市県民税・国民
健康保険税申告書の申告者控え



確定申告は
お早めに！

所得税・市県民税の申告期間
2月17日（月）～
3月16日（月）
期間中、相談会場を開設

確定申告には
マイナンバーの記載が必要
申告者本人や扶養親族などのマイナ
バーの記載と申告者本人の本人確認書類
の提示または写しの添付が必要です。
《例 1》マイナンバーカード
《例 2》通知カード＋運転免許証や公
的医療保険の被保険者証など
甘木税務署からのお知らせ
◇令和元年分の申告・納税期限
《所得税・復興特別所得税・贈与税》
3月16日（月）
《個人事業者の消費税・地方消費税》
3月31日（火）
◇確定申告相談会場を開設
■期間：2月17日（月）～3月16日
（月）の平日 9 時～16 時
■場所：甘木税務署
◇e-Tax で簡単に
確定申告ができます
国税庁ホームページ「確定申告書等
作成コーナー」で作成した確定申告書
は、e-Tax でデータを税務署に送信
または郵送で申告の手続きができます。
また、e-Tax に「ID・パスワ
ード方式」が導入され、事前に税務署で
手続きを行うことで、より簡単に確定
申告が行えるようになります。
※詳しくは、国税庁ホームページへ。

申告はお早めに
期間中は相談会場を開設
令和 2 年 1 月 1 日に朝倉市に住所が
あり、令和元年中に所得があった人は
必ず申告してください。
※所得がない人でも、国民健康保険、
介護保険、各種年金やひとり親家庭等
医療などの判定や所得証明書発行の資
料となりますので、市県民税・国民健
康保険税申告書を提出する必要があります。
ただし、次の人は申告書を提出する
必要はありません。
①所得税の確定申告書を提出した人
②給与所得のみで、勤務先が市役所に
給与支払報告書を提出している人
③公的年金等の所得のみの人
◇市県民税・国民健康保険税申告
所得税確定申告の相談
市では、申告期間中、相談会場で相
談を受け付けます（3 ページに記載）。
ただし、次に該当する人は、甘木税
務署で相談してください。
・青色申告をする
・住宅借入金等特別控除を初めて受ける
・贈与税、消費税の申告をする
・高校・大学で奨学金などの申請予定
がある
・損失の申告をする（豪雨災害による
損失の繰越のみのものを除く）
・土地・建物等の譲渡所得（収用等によ

確定申告・市県民税申告にお使いください 保険税（料）納付額証明書を郵送します
令和元年（平成 31 年）中に納付書と口座振替で納めた国民健康保険税・介護保険料・
後期高齢者医療保険料の納付額証明書を、1 月中旬に郵送します。
納付額証明書は、確定申告や市県民税申告で社会保険料控除を行う場合に必要です。なお、
勤務先などの年末調整で、すでに控除を受けている分は使えません。
年金天引きで納付している場合は、日本年金機構から送付される「公的年金等の源泉徴収
票」に、納めた額が記載されています（遺族年金・障害年金から天引きの場合は、1 月下旬に
納付額証明書を郵送します）。
年金から天引きされた保険税（料）の控除は、天引きされた本人のみが控除を受けること
ができます。
問 市保険年金課（☎ 28-7558・28-7557）または市介護サービス課（☎ 28-7585）

個人事業主・事業所の皆さんへ 給与支払報告書は 必ず期限までに提出を



給与支払報告書は、翌年度の住民税の計算に必要な資料です。また、普通徴収の人（住民税を給与天引きできない人）の分をeLTAX以外で提出する場合は、総括表とあわせて普通徴収申請書の提出が必要です。

■提出期限：1月31日（金）
■提出先：市税務課住民税係（本庁1階）
■対象：令和元年（平成31年）中

問 市税務課 ☎ 28・7562

に給与・賃金などの支払いをした全員（個人・法人を問いません）※支払金額や年末調整の有無にかかわらず、パート・アルバイト・専従者・年の途中に退職した人などに支払った場合も対象です。※年末調整で住宅ローン控除の適用を受けるには、正しく記入した給与支払報告書の提出が必要です。

平成29年7月九州北部豪雨 被災者相談対応窓口



平成29年7月九州北部豪雨で被災された皆さんのさまざまな相談を受け付けています。住まいの相談や各種再建支援制度についての相談など、お気軽にご相談ください。

■相談日時：平日8時30分～17時15分

■相談場所
・市復興推進室（本庁3階）
☎ 28・7137
・朝倉支所被災者相談窓口（1階）
☎ 28・7841
・杷木支所被災者相談窓口（1階）
☎ 63・3077

問 市復興推進室 ☎ 28・7137

就学援助制度・ 特別支援教育就学奨励費



いずれも、学用品費（筆記用具など）や給食費、修学旅行費の一部を援助する制度です。

【就学援助制度】
■対象：経済的理由で就学困難な次のいずれかの児童生徒の保護者
①朝倉市立の小中学校に在学する児童生徒
②市内に住所があり、市外公立の小中学校または義務教育学校に在学する人
■申請方法：令和2年度分を申請する場合は、4月以降に、学校が指定する期限までに学校へ申請書を提出

【特別支援教育就学奨励費】
■対象：朝倉市立小中学校の特別支援学級に在籍する児童生徒の保護者
※就学援助受給者・辞退者は対象外
■申請方法：令和2年度分を申請する場合は、5月以降に、学校が指定する期限までに学校へ申請書を提出

※申請書は学校にあります。
■認定方法：世帯全員分の所得審査をもとに、教育委員会が支払い区分を決定します。区分により、支給する費目と金額が決定します。

※区分認定後の請求には、学用品や通学用品（靴など）を購入した領収書の原本が必要です。

問 市教育課 ☎ 22・2333
または各学校

文化振興に意欲がある人、一緒に働きませんか？ 社会教育指導員・ 学芸員を募集



【社会教育指導員（文化振興係）】
■勤務内容：文化振興事業の企画・運営や情報誌の発行事務など
※勤務は週4日（火曜日～土曜日、原則木曜日が休み）、8時30分～16時45分。日曜日・祝休日や夜間勤務を伴う場合あり。
■受験資格：次のすべてに該当する人
①エクセル・ワードの操作ができる
②普通自動車運転免許を有する
■報酬：月額14万4千円（令和元年度実績）

【甘木歴史資料館・朝倉市秋月博物館学芸員（文化財係）】
■勤務内容：甘木歴史資料館・朝倉市秋月博物館の管理・運営業務（学芸・事務）
※勤務は週5日（施設開館日の土・日・祝休日の勤務あり）。
■受験資格：次のいずれかに該当する人
①文部科学省認定の学芸員資格を有する（令和2年3月31日までに資格を有する見込みの人を含む）
②歴史・民俗・美術系の大学院を卒業し、修士・博士号を有する人
※試験日に学芸員資格証明書または修了証明書を持参ください。
■報酬：月額16万8千円（令和元年度実績）

【共通事項】
■募集人数：1人
■任用期間：令和2年4月1日～令和3年3月31日（予定）
※勤務内容や時間、休暇など詳しくは試験案内をご覧ください。
■試験日・場所：2月15日（土）、ピーポット甘木第6・8学習室
■試験内容：作文・面接
■試験案内・申込書配布場所
市文化・生涯学習課（ピーポット甘木1階）
※市ホームページからもダウンロードできます。
■試験案内配布・申込期間：1月15日（水）～2月7日（金）（必着）
■申込方法：申込書（学芸員の場合は履歴書）を持参または郵送。

問 市文化・生涯学習課文化振興係 ☎ 22・0001、文化財係 ☎ 28・7341

令和2年度入学者分から入学前の貸与も可能に 高等学校等奨学金 （入学支度金）入学前貸与



奨学金（入学支度金）を入学前に貸与する奨学生を募集します。

■対象：令和2年度に高校・高等専門学校・短期大学または大学などに入学予定の人で、本人またはその保護者が朝倉市内に1年以上住んでいる人
■申請書類配布場所：市教育課（ピーポット甘木3階）

■申請期間：2月14日（金）まで（平日8時30分～17時15分）
※提出書類で審査します。所得制限がありますので、申請者全員に貸与されるわけではありません。
※入学後でも、指定する期日までに申請し、認定されれば奨学金を貸与することもできます。

問 市教育課 ☎ 22・2333

工事・合併浄化槽など入札参加資格を得るために必要 一般競争（指名競争）入札 参加資格審査申請書を受付



※提出要領など詳しくは市ホームページに掲載しています。内容を確認のうえ、申請してください。

■申請期間：2月3日（月）～28日（金）
※郵送の場合は2月28日（金）までの消印有効

■申請場所：市総務財政課契約・管財係（本庁3階、〒8338-8601 朝倉市菩提寺412-2）

■有効期間
《建設工事、測量・建設コンサルタント（市内・準市内業者）》
（通常受付）令和2年7月1日～令和3年6月30日（1年間）
《物品・役務の提供》
（追加受付）令和2年7月1日～令和3年6月30日（1年間）

問 市総務財政課契約・管財係 ☎ 28・7596

相談コーナー 1月15日～31日

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) 15日 (水) 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

ピーポート甘木

■心配ごと相談 (社協☎ 22-7834)

28日 (火) 13時～15時

■法律相談 (社協、**予約制**☎ 22-7834)

27日 (月) 13時～15時

■行政相談 (市人事秘書課) 21日 (火) 13時～16時

■障害者無料相談 (市福祉事務所、**予約制**)

16日 (木) 13時30分～16時

朝倉老人福祉センター (社協)

■心配ごと相談 (☎ 52-0154)

21日 (火) 13時～15時

■人権相談 (☎ 52-0154) 21日 (火) 13時～15時

■障害者無料相談 (市福祉事務所、**予約制**)

21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)

22日 (水) 13時～15時

杷木支所

■障害者無料相談 (市福祉事務所、**予約制**)

15日 (水) 13時30分～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)

20日 (月)・27日 (月) 9時30分～10時30分

■こころの健康相談 (**予約制**☎ 22-3965)

21日 (火)・28日 (火) 13時～15時

■総合栄養相談 (**予約制**☎ 22-3964)

22日 (水) 13時～15時

朝倉商工会議所

■年金相談 (**予約制**☎ 092-552-6118、6112)

22日 (水) 10時～15時

朝倉市教育支援センター

■教育相談 (☎ 22-3399) 平日、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

■妊婦さん・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・朝倉広域市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 ☎ 22-1118

ンター (☎ 0942300144)
■地雷撤去のため書き損じハガキを集めています
書き損じハガキなどを集めて換金し、カンボジア地雷撤去団体へ寄付を行っています。
■対象…書き損じ・未使用のハガキ、未使用の切手・テレホンカード・QUOカード・図書カード
■募集期限…3月31日 (火)
■問 (送) カンボジア地雷撤去キャンペーン事務局 (☎ 09248337575、〒8140002 福岡市早良区西新1710702)

良区西新1710702)
■季節の料理作り講座
【萌え断サンドイッチでインスタ映えお花見弁当】
ちよつとぜいたくなお弁当で、春を楽しみませんか。
■日時…2月15日 (土) 10時～13時

■場所…女性センター 調理実習室
■講師…持丸葉子さん (お料理教室「今日のごはん」に「主宰」)
■対象…市内在住または勤務している人
■定員…15人 (先着順)
■費用…1500円
■申込方法…来所、ハガキ、電話、FAX、メール
■申込期間…1月16日 (木)～2月1日 (土) 17時
※申込締切後、受講案内を郵送。キャンセルする場合、材料代をいただきます。
■問 (申) 女性センターあすみん (☎ 623375 FAX 623375)

633178 city.asakura@city.asakura.lg.jp 杷木池田 4831、日月祝休日休み)
■福岡県外国人観光客おもてなしセミナー
外国人訪問者の受入について、分かりやすく解説。具体的な対応力が身に付く実践的なセミナーです。
■日時…2月13日 (木) 18時～20時
■場所…ピーポート甘木第5学習室

■定員…65人 (先着順)
■参加費…無料
■申込方法…案内チラシ裏面をFAX・メール
■案内チラシ配布場所…市総合案内 (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)、朝倉商工会議所、朝倉市商工会
■申込期限…2月6日 (木) 17時
■問 福岡県インバウンドセミナー事務局 (☎ 0353128314)
▼こちらからチラシを見ることができます。



アイコンの説明

問 問合先 申 申込先 送 送付先

■スポーツで活躍した人をお知らせください
朝倉市体育協会では、スポーツで活躍した個人・団体を表彰しています。次のような成績を挙げた人の情報をお寄せください。
■対象…市内在住または出身者 (個人・団体)
■成績…県大会以上で新記録、全国大会に出場、県大会優勝、九州大会で3位以上など
※表彰者は市体育協会にて選考
■情報提供期限…2月7日 (金) 17時
■問 朝倉市体育協会事務局 (市文化・生涯学習課内) (☎ 2212348)

■県下一斉無料法律相談キャンペーン
電話予約制 (先着順)。
■日時…2月3日 (月) 14日 (金)
■場所…久留米法律相談センター (久留米市篠山町115)
※その他17カ所の法律相談センターで実施。詳しくは、福岡県弁護士会ホームページをご覧ください。
■申込開始…1月24日 (金) 9時
■問 (申) 久留米法律相談セ

小石原川ダム完成直前イベント

ダムを楽しむ
スロージョギング
朝倉市ステップ&スロージョギング大会
参加者募集
3月8日 (日)
8時45分～14時

江川ダム湖畔と完成直前の小石原川ダムを望む絶景を楽しみながらのスロージョギング (日本スロージョギング協会の登録商標で、隣の人と話ができるくらいの運動の強さで行うジョギング) です。

コースは、約2キロ (江川ダム→江川ダム湖畔→江川大橋)。新しく架かった、まだ誰も通れない江川大橋から見る小石原川ダムは圧巻! ダム見学もできます!

■集合時間・場所…8時45分 / 上秋月運動広場 (上秋月コミュニティセンターそば)

※昼食付き。行きは江川ダムまでバス移動し、帰りは小石原川ダムからバス移動。

■定員…100人 (小学生以下は保護者同伴・応募者多数の場合は抽選)

■参加費…無料

■申込方法…氏名・住所・連絡先を明記のうえ、メール・FAX

■申込期限…2月11日 (火・祝) (必着)

■問 (申) あさくら観光協会 (☎ 24-6758 ☎ 24-9015 ✉ info@asakurakankou.com)



お知らせのページ
information



お知らせ

情報満載!
お知らせ
広場

■400ミリ献血にご協力ください
400ミリ献血ができるのは、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・睡眠を十分とって参加してください。
■日時…2月5日 (水) 10時～12時30分、13時30分～16時
■場所…朝倉体育センター
■問 市福祉事務所 (☎ 287551)

あさくらあんり 2020 Jun 2020 Jun 2020 Jun



診療のお知らせ

1月15日～31日

●休日当番医

※診療時間…9時～17時

◆1月19日(日)

・なかしま小児科医院

(内科系/筑前町☎42-2171)

◆1月26日(日)

・福岡外科小児科医院

(外科系/甘木☎22-2565)

●歯科休日急患診療

※診療時間…9時～15時

◆1月19日(日)

・うすき歯科医院

(一木☎24-3691)

◆1月26日(日)

・うすき歯科クリニック

(埴☎21-5252)

※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)

○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

小児救急医療相談(聖マリア病院)

☎0942-376116

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】				【杷木地域の人】							
健診	月日	該当者		健診	月日	該当者					
4カ月	2月4日(火)	令和元年9月生		4カ月	2月20日(木)	令和元年9・10月生					
10カ月	2月5日(水)	平成31年3月生		10カ月		平成31年3・4月生					
1歳6カ月	2月6日(木)	平成30年7月生		1歳6カ月		平成30年7・8月生					
3歳	2月7日(金)	平成29年1月生		3歳		平成29年1・2月生					
●受付時間 13時～13時30分				●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				●場所 女性センターあすみんセンター							
●内容 身長体重測定、小児科医による診察、歯科健診(1歳6カ月児・3歳児とその保護者)、育児・栄養相談、ブックスタート(4カ月児・1歳6カ月児)											
※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。											

麻しん(はしか)・風しん(三日はしか)の定期予防接種は済んでいますか？

昨年度から引き続き、福岡県内で麻しん・風しんの発症が報告されました。麻しんは、空気感染で起こる感染症で、重症になると肺炎や脳炎を引き起こすことがあります。特に、感染力は非常に強く、感染後約10～12日間の潜伏期を経て、熱・せき・鼻水などの症状が現れ、数日後には首すじ・顔から赤い発疹が出て、やがて全身に広がります。38～39度台の熱が1週間～10日程度続くこともあります。

風しんは、飛沫感染で起こる感染症で、発熱、全身の発疹、リンパ節の腫れなどが特徴です。特に、妊婦が妊娠初期にかかるると胎児にウイルスが感染し、出生児に、難聴、心臓病、白内障、発育発達の遅れを引き起こす「先天性風しん症候群」を発症する可能性が高くなります。

麻しん・風しんの予防には、ワクチン接種が非常に有効です。主治医と相談のうえ接種をお願いします。

子ども(MR第二期)の定期予防接種は3月31日まで

■対象…4月から小学校に入学する児童(平成25年4月2日～平成26年4月1日生)

※4月1日以降に接種を受ける場合は任意接種となり、接種料金は全額自己負担となります。

成人男性の風しんの定期予防接種(風疹第5期定期予防接種)

■対象…昭和47年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性(公的な接種を受ける機会がなかった人)

※対象者には、令和元年5月中旬に風しんの抗体検査と風しん予防接種の無料クーポン券を郵送しています。

抗体検査の結果、十分な量の抗体がない人が定期予防接種の対象となります。風しんの発症を予防するために、まずは抗体検査を受けましょう。

問 市健康課(☎22-8571)

健康と福祉のページ health

遊びは学び、心と体を養う

こんなに寒いと「外に出よう」という気もなかなか起きません。しかし、子どもは遊びの中で多くを学び、成長していきます。

特に乳幼児期は、心と体の基礎を育てるためにも大切な時期です。発達が盛んなこの時期は、日常生活のさまざまな遊

びを通して、立つ・回る・乗る・歩く・跳ぶ・走る・運ぶ・投げる・蹴るなどの「基本的な動き」がどんどんできるようになります。

幼児期には、大人が行う動作と同じくらいの種類の基本的な動きを身につけ、それぞれの動きのコツをつかみ、上手に動くことができるようになっていきます。

また、体を使って遊ぶことは五感や体力を養います。例えば、ハイハイを始めた赤ちゃんは部屋の中をあちこち動き回り、目にしたものをつつと眺めたり、音を聞いたり、なめたり、転がしたり、五感を使つて好奇心を満たそうとします。その中で、子どもは自分の感覚を試し、多くのことを発見し学んでいるのです。

外遊びには良いことがたくさん

日中、外で日光を浴び十分に体を動かすことで、子どもたちは有り余るエネルギーを消費します。すると、たくさんご飯を食べ、夜はぐっすり寝るようになります。生活リズムが整うようになります。生活リズムを整えることは、体や脳の成長発達の基礎となります。お母さんやお父さん、おじい

ちゃんやおばあちゃん、兄弟や友達など、自分以外の人と一緒に遊ぶことで、社会性や言葉の発達にも良い影響があります。

外へ遊びに出てみませんか？

木枯らしに舞う木の葉も、地面に降った霜も、私たち大人の目には寒々しい光景に映りがちです。しかし、子どもの目には、木の葉は踊っているように見え、霜は触ると冷たく溶けて、踏むとパリパリ音のなる楽しいものとして映っているかもしれません。

子どもの好奇心や「自分で」という気持ちに寄り添い、すぐそばで見守ること。遊びを通して、たくさんの経験を積ませること。時にはそつと手を添えてサポートすること。そんな風にお母さんやお父さんが子どもたちを見守り、成長を喜ぶ様子を子どもたちは励ましとして受け取るでしょう。そして、それは子どもの自信ややる気につながり、成長や発達を促していきます。

寒い冬の日でも、子どもと一緒に外へ出て遊べば、子どもの成長や好奇心に刺激され大人にとっても楽しいものになりそうです。

問 市健康課(☎22-8571)

成人用(高齢者)肺炎球菌の定期予防接種は3月31日まで

市では、成人用肺炎球菌の予防接種に対し、費用の一部を市が負担する定期予防接種を行っています。

令和元年度の対象者が接種できる期間は、3月31日(火)までです。接種を検討していて、まだ接種をしていない人は早めに接種してください。接種期間を過ぎた場合は、任意接種となり、接種料金は全額自己負担となります。

■対象…令和元年度中に、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上になる人

※対象者には、平成31年4月上旬に「成人用肺炎球菌予診票」を郵送しています。接種には、この予診票が必要です。無くした場合は、お問い合わせください。

※60歳から65歳未満の人で、心臓・腎臓または呼吸器機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいや有する人などは対象となります。詳しくは医師に相談してください。

問 市健康課(☎22-8571)

9 広報あさくら 2020.1.15 (令和2年)

広報あさくら 2020.1.15 (令和2年) 8



朝倉市に やって来ます！ 東京 2020 オリンピック聖火リレー

Hope Lights Our Way
希望の道を、つなごう。

アテネから到着したオリンピック聖火は、宮城・岩手・福島で「復興の火」として展示された後、3月26日（木）に福島県をスタートし、7月24日（金・祝）の開会式まで日本全国を巡ります。

福岡県内をオリンピック聖火が巡るのは5月12日（火）・13日（水）の2日間。朝倉市では、12日（火）にオリンピック聖火を春日市から引き継ぎ、東峰村につなぎます。

歴史的瞬間を間近で見られる機会。ぜひ見に来てください。

5月12日（火） これは一生に一度の体験。

走行ルート（2255 ㌦）



※新たな情報が公表され次第、お知らせします。詳しく知りたい場合は、東京 2020 オリンピック聖火リレー公式ウェブサイト（<https://tokyo2020.org/jp/special/torch/olympic/>）へ。

問 市文化・生涯学習課（☎ 22-2348）

▼公式ウェブサイトへ。



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