



県内一周  
駅伝大会 **初優勝**

ゴールテープをきるアンカーの秋丸直俊選手

 小城市報

# さくら

- P2 佐賀県知事・佐賀県議会議員選挙  
期日前投票のお知らせ
- P3 狂犬病予防注射を実施します
- P4 寄附ありがとうございました  
市民課窓口をご利用ください
- P5 社会体育施設に指定管理者制度を導入
- P6 おぎ観桜大会日程
- P7 牛津保育園閉園のお知らせ
- P8 国民年金保険料の学生納付特例制度
- P9 第3回市報アンケート
- P10 税務課からのお知らせ
- P11 市民病院だより
- P12 情報いろいろ
- P14 第51回県内一周駅伝 祝・初優勝！

平成23年  
3月5日号  
2011/no.41

# 平成23年 4月10日執行予定の 佐賀県知事・佐賀県議会議員選挙

当日投票に行けない場合は？

**期日前投票で投票できます!!**

投票当日、仕事やレジャー等の予定のある方は、宣誓書を書いていただいてから期日前投票をすることができます。投票日前日までに、下記の開設された期日前投票所にて、入場券を持参して投票してください。

※入場券がなくても投票はできます。

**期日前投票所が変わっています!!**

<b>投票期間</b>	<b>3月25日（金）～4月1日（金）</b> ※佐賀県知事選挙のみ投票できます。
投票時間	午前8時30分から午後8時まで
期日前投票所施設名	投票できる方の居住する (していた) 区域
小城市役所牛津庁舎（牛津町柿樋瀬 1100 番地 1）	小城市全域

<b>投票期間</b>	<b>4月2日（土）～4月9日（土）</b> ※佐賀県知事選挙・佐賀県議会議員選挙の 両方が投票できます。
投票時間	午前8時30分から午後8時まで
期日前投票所施設名	投票できる方の居住する (していた) 区域
小城公民館（小城町 176 番地 20）	小城市小城町
小城市役所三日月庁舎（三日月町長神田 2312 番地 2）	小城市三日月町
小城市役所牛津庁舎（牛津町柿樋瀬 1100 番地 1）	小城市牛津町
小城市役所芦刈庁舎（芦刈町三王崎 346 番地 2）	小城市芦刈町

選挙期間中投票に行けない場合は？

**不在者投票制度があります!!**

仕事や旅行などで、選挙期間中（期日前投票期間中も含め）、名簿登録地以外の市区町村に滞在している方は、滞在先の市区町村の選挙管理委員会で不在者投票ができます。また、指定病院等に入院等している方などは、その施設内で不在者投票ができます。選挙管理委員会までお尋ねください。

郵便等により投票用紙を請求する場合、交付までに日数を要しますので、手続きは早めをお願いします。

ご不明な点がございましたら選挙管理委員会までご連絡ください。

【問合せ】小城市選挙管理委員会事務局 担当 円城寺・嘉村 ☎63-8806

平成23年度

## 狂犬病予防注射（集合注射）を実施します！

— 会場では「犬の登録」「死亡届」等も受け付けます —

市では、4月5日（火）～4月17日（日）の期間、市内10か所で狂犬病予防注射（集合注射）を実施します。

### 【平成23年度 狂犬病予防集合注射 実施日程】

実施日	曜日	時 間	場 所
4月5日	（火）	10：00～11：00	三里支館（小城町）
		14：00～15：00	晴田支館（小城町）
4月6日	（水）	10：00～11：00	織島浄化センター（三日月町）
		14：00～15：00	牛津庁舎（東側駐車場）
4月8日	（金）	10：00～11：00	芦刈庁舎（西側駐車場）
4月10日	（日）	9：30～11：00	芦刈庁舎（西側駐車場）
		14：00～15：30	牛津庁舎（北側駐車場）
4月12日	（火）	10：00～11：00	J A さが砥川支所
		14：00～15：00	小城公民館（南側駐車場）
4月15日	（金）	10：00～11：00	岩松支館（小城町）
		14：00～15：00	三日月体育館
4月17日	（日）	9：30～11：00	三日月庁舎（西側駐車場）
		14：00～15：30	小城公民館（南側駐車場）

犬の登録及び狂犬病予防注射は義務です！生後91日以上の子犬は、生涯1回の登録・毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。



### 【会場へ持参する物】

犬の登録がお済みの方

案内はがき及び注射料金等 3,050円／頭

犬の登録がお済みでない方

犬の登録料3,000円及び

注射料金等3,050円

計6,050円／頭

平成23年度 春の一斉清掃基準日は **4月17日（日）** です！

県下一斉美化活動の一環として実施している春の一斉清掃を今年は4月17日（日）を基準日として実施します。「みんなの活動でまちをきれいに！」を合言葉に今年も多数の市民の皆さまの参加をお願いします。

【問合せ】環境課 環境係（小城庁舎） 担当 山口・松本 ☎73-8803





## 寄附ありがとうございました

牛津町内砥川の石井夫佐子様から、昨年小城市に百万円を寄附していただきました。

石井様は平成22年4月に夫で元牛津町長の石井祐嗣様を亡くされ、故人の御遺志により市の教育の振興に役立ててほしいと指定をして寄附されたものです。

この百万円は「石井祐嗣基金」として教育振興基金に積み立て、運用から生じる収益を牛津公民館の事業に要する経費として使わせていただきます。



(左)故 石井 祐嗣 様 (右)石井夫佐子 様

### 【問合せ】教育総務課

庶務係 (小城庁舎)

担当 秋野・糸山

☎ 73-8806

## 市民課窓口をご利用ください

3月末と4月初めの土・日曜日に窓口を開設します。

転入・転出など住民異動の多い3月末と4月初めの土・日曜日にも手続きを受け付けます。

### ◆開設場所

牛津庁舎総合窓口のみ

### ◆開設日時

3月26日(土)・27日(日)、  
4月2日(土)・3日(日)  
いずれも8時30分～12時まで

### ◆取扱業務

- ・住民異動届出 (転入・転出・転居等)
- ・戸籍届出
- ・住民票、戸籍に関する証明書の交付
- ・印鑑登録、印鑑登録証明書の交付

※休日窓口では、内容によっては取り扱いきれない場合がありますのでご了承ください。

## 電話予約による証明書の時間外交付

上記の日程以外で、平日に市役所にくることができない方のために、電話予約による証明書の時間外交付を実施しています。

詳しくはお問合わせください。

### ◆交付できる証明書

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書 (小城市の印鑑登録証に切替えが済んだ方のみ)
- ・所得証明書
- ・課税証明書
- ・納税証明書

### ◆利用できる人

本人又は同一世帯の人

### ◆予約方法

平日の8時30分から17時までに電話で総合窓口係へ申し込んでください。

### ◆交付場所 牛津庁舎

### ◆交付時間

- ・平日 17時30分～20時
- ・休日 8時30分～20時



### 【問合せ】

小城総合窓口係

☎ 73-8805

三日月総合窓口係

☎ 73-8824

牛津総合窓口係

☎ 63-8802

芦刈総合窓口係

☎ 63-8822

## インフルエンザ予防 接種は受けられまし たか？

まだ気が抜けません。インフルエンザが再流行する恐れがありますので、感染予防に心がけてください。

### ◆予防

- ・手洗い
- ・咳エチケット
- ・外出時のマスク使用
- ・十分な睡眠と規則正しい食事

### ◆受診する時は：

十分な検査・診療を受けるために、病院受診はできるだけ日中の診療時間内に行いましょう。

### ◆ワクチン接種

今期のインフルエンザワクチンは、季節性と新型の両方を含んだものとなっており、重症化予防のために接種されることをお勧めします

### 接種費用免除について

接種前に市役所総合窓口で免除証明書を取得してください。

#### 《対象》

- ①生活保護世帯
- ②市民税非課税世帯

#### 《接種及び免除期間》

平成23年3月31日接種分まで

※対象者で、既に費用を払われた方は、払い戻しができません。

早め（接種後2か月以内）に健康増進課窓口で手続きをしてください。

《手続き》左記問合せまで。

《持参するもの》領収書・接種済証・印鑑・通帳



#### 【問合せ】健康増進課

母子保健係（三日月庁舎）

担当 島ノ江・南里

☎ 73-8822

## 社会体育8施設に指 定管理者制度を導入

小城市教育委員会生涯学習課が所管する左記の社会体育施設（8施設）の管理・運営が、指定管理制度の導入に伴い4月1日より小城市から財団法人小城市体育協会（平松克輝会長）に変わります。

#### 記

- ①小城市小城市体育センター
- ②小城市三日月体育館
- ③小城市牛津体育センター
- ④小城市芦刈文化体育館
- ⑤小城市牛津武道館
- ⑥小城市三日月グラウンド
- ⑦小城市牛津運動公園（寺町）
- ⑧小城市芦刈運動公園

今回の指定に至るまでには、小城市指定管理者候補者選定委員会に諮ると同時に、昨年末に開催された第4回小城市議会定例会で議会の同意をいただき、4月からの指定管理が決定したものです。

管理者は小城市体育協会へと変わりますが、今後も、市民の皆さまをはじめ施設利用

者へのサービス向上に努め、快適で安全に利用できる環境づくりを目指していきます。また、健康の保持・増進を図る施設として利用者の増加と経費の有効活用・節減に努め、更なるスポーツの振興につなげていくなど制度の導入効果が期待されます。



芦刈文化体育館



三日月グラウンド

#### 【問合せ】生涯学習課

社会体育係（小城庁舎）

担当 永ノ間・下川

☎ 73-8808



種目	大会名	期日	会場
剣道	第40回小城市観桜少年剣道大会	3月13日	小城高校体育館他
野球	第54回観桜招待軟式野球大会	3月6日～	ムツゴロウ公園G他
	第38回観桜県下少年軟式野球大会	3月19～21日	小城公園自楽園G他
	第24回小城観桜大会中学軟式野球の部大会	3月26・27日	牛津総合公園G他
バスケットボール	第8回小城観桜ミニバスケットボール大会(女子)	3月20日	小城体育センター他
	第8回小城観桜ミニバスケットボール大会(男子)	4月16・17日	小城体育センター他
	第42回佐賀県高等学校バスケットボール春季選手権大会	3月25～27日	小城高校体育館他
バレーボール	第16回佐賀県高等学校男女バレーボール選手権大会	3月19・20日	小城高校体育館他
	第65回小城観桜バレーボール大会(一般男女)	4月3日	小城体育センター他
	第42回小城観桜バレーボール大会(婦人・シニア・寿)	4月17日	三日月体育館他
ソフトテニス	佐賀県高校生春季ソフトテニス選手権大会	3月20・21日	小城公園テニスコート他
	第81回全日本小城観桜ソフトテニス大会 成人・シニア	3月26日	小城公園テニスコート他
	第81回全日本小城観桜ソフトテニス大会 一般男女	3月27日	小城公園テニスコート他
柔道	第22回小城観桜女子柔道選手権大会	3月26日	芦刈文化体育館
	第28回小城観桜中学男子柔道大会	3月26日	芦刈文化体育館
	第39回小城観桜県下少年柔道大会	3月27日	芦刈文化体育館
グラウンドゴルフ	平成23年おぎ観桜グラウンドゴルフ大会	3月22日	小城公園自楽園G
囲碁	平成23年 観桜囲碁大会	3月27日	桜楽館
バドミントン	第33回小城観桜バドミントン大会	3月27日	小城体育センター他
少林寺拳法	第16回少林寺拳法観桜大会	3月27日	桜岡小学校体育館
空手	第34回観桜空手道競技大会	4月17日	牛津武道館(津武館)
ゲートボール	第29回観桜ゲートボール大会	4月5日	小城公園自楽園G
サッカー	第34回小城観桜少年サッカー大会	4月9・10日	牛津総合公園G他
卓球	第64回小城観桜卓球大会	4月10日	小城体育センター

【事務局】小城町体育協会(小城公民館内) ☎73-3215

## 入札結果の公表

(1月入札分で予定価格が1,000万円を超えるもの)

(単位:円、%)

工事名等	指名業者等	落札業者	落札決定額 (うち消費税相当額)	予定価格 (うち消費税相当額)	落札率	入札執行課
まちづくり交付金事業(小城中心市街地地区) 小城ポケットパーク整備工事	水田建設(株)・服巻建設(株)・(株)豊城建設 (株)中部ガス・(株)城南建設・(株)古川建設 南里土木(株)・(株)エイ・ティ・ジー (株)巖大建業・(株)嶋本建設 (株)江里口造園小城支店	南里土木(株)	16,905,000 (805,000)	17,850,000 (850,000)	94.71	都市整備 推進室 ☎63-8826
即戦力企業誘致基盤整備事業 市道小城岩蔵工業団地線造成工事	(株)武富組・(株)政工務店・(株)下村建設 西岡建設(株)・(株)大義建設 (株)中島工務店・(株)エグチ・ビルド 岡本建設(株)・(株)久保建設	(株)久保建設	19,635,000 (935,000)	20,685,000 (985,000)	94.92	商工観光課 ☎73-8813

※入札結果については、市ホームページでも公表しています。入札結果のとりまとめは小城市芦刈庁舎建設課管理係で行っておりますが、入札結果の詳細については、各入札執行課へ直接お問合せください。

【問合せ】建設課 管理係(芦刈庁舎) 担当 右近・桑原 ☎63-8825

## 牛津保育園閉園のお知らせ

牛津保育園は民営化により平成23年3月31日をもって閉園します。

閉園式を3月26日(土)卒園式終了後11時15分から開催します。在園児・卒園児・保護者の皆さまはもとより、これまで保育園運営に関われた皆さま、地域で色々な活動をご支援、ご協力いただいた皆さまありがとうございます。

牛津保育園は41年の歴史に幕を下ろしますが、平成23年4月からは学校法人清風学園による「こどもの森」が、牛津町柿樋瀬に新設された新しい園舎で牛津保育園を引き継がれます。

※閉園式終了後、保護者会主催による謝恩会が開催されます。詳しくは、12ページの情報いろいろをご覧ください。

### 【問合せ】こども課

保育幼稚園係(小城庁舎)

担当 楠田・南里

☎73-8821

## 発泡スチロールについて注意!!

平成23年4月から、事業所(商店・飲食店・事務所等)から出る発泡スチロールは、

中継センターへ持ち込みができませんので、ご協力をよろしくお願いします。

事業所から排出する場合、産業廃棄物の運搬許可業者への排出となります。

### ◆産業廃棄物とは？

事業活動に伴って発生するごみのうち、法令で定められた燃えがら・汚泥・廃油・廃プラスチック等のことです。

これらは、一般家庭から出るごみとは異なり、排出事業者に処理責任があります。

### 【問合せ】

・小城市廃棄物中継センター

担当 宮原・森

☎63-8832

・環境課 廃棄物対策係

担当 川崎・久原

☎73-8803

## 4月から

三日月保健福祉センター(ゆめりあ)の  
休館日が変更! 休館日が減ります! 休館日が減ります! 休館日が減ります!

4月から毎月の休館日が第

3日曜日とその翌日(2日間)、

3月曜日とその翌日(2日間)、

これからも、皆様の健康づくりにご利用ください。

年末年始の休館日が12月29日

※利用(営業)時間は10時から21時30分までです。

から1月1日(4日間)までに変更されます。

三日月保健福祉センターは、平成16年11月にオープン以来、充実したトレーニング設備や男・女浴室、食堂を備えており、多くの皆様にご利用いた

### お詫びと訂正

市報さくら2月20日号

7ページ

「三日月保健福祉センター(ゆめりあ)の休館日が変わります」の「これまでの休館日」に誤りがありました。

【誤】・12月29日から

翌年1月1日まで

←

【正】・12月29日から

翌年1月4日まで

### 【問合せ】

三日月保健福祉センター

(ゆめりあ)

☎73-9270



明るく開放的なトレーニング室



### 国民年金保険料学生納付特例申請期限

20歳以上の方は、学生であつても国民年金に加入し、保険料を納めなければなりません。しかし、学生の方は本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。4月1日までに20歳の誕生日を迎えられる学生の方、もしくは、国民年金に加入している学生の方で、国民年金保険料学生納付特例申請をまだされていない方は、早めに手続きをしましょう。

#### ◆申請期限

4月28日(木)まで

#### ◆申請に必要なもの

- ・学生証(写し可)もしくは在学証明書
- ・印鑑

#### ◆各手続きの申請場所

各庁舎総合窓口係又は小城市舎国民年金課

【問合せ】国保年金課  
(小城市舎)

担当 古川・岩本

☎73-8802

### 桜岡小学校で人権教室

1月25日(火)、桜岡小学校

(小城町)の3年月組、雪組で人権教室が開催されました。

この教室は、小城市の人権擁護委員により、市内の小・中学生を対象に学校の協力を得て開催されているものです。

今回は、ビデオ「プレゼント」を使い、学校でのいじめについて子どもたちに考えてもらい、友達を仲間はずれにしたり、無視してはいけないことなど、人権についての意識を深めてもらいました。



【問合せ】市民課

人権・同和対策室

(小城市舎)

担当 金丸・野口

☎73-8800

### 「モデル子どもクラブ」発表会開催

1月30日(日)、小城市生涯

学習センター(ドウイング三日月)において、平成22年度

小城市モデル子どもクラブ発表会が開催されました。

本年度指定を受けた12の子どもクラブが、1年間取組んできた活動内容や地域の伝統行事を元気に発表し、会場を埋め尽くした参加者から大きな拍手が送られました。

また、アトラクションでは、小城中学校吹奏楽部による演奏が披露され、息の合った軽快なリズムが会場全体に広がり、参加者を魅了していました。



### 「おぎ元気館」をご利用ください

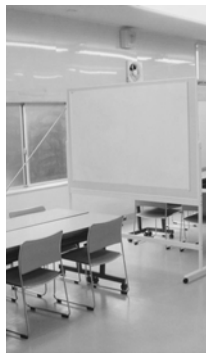
「おぎ元気館」には観光案内所と、多目的スペースがあります。

多目的スペースを会議、集會等に提供しています。椅子・テーブル等も備えていますので、ぜひご利用ください。ご利用の際は、事前にご連絡ください。

◆利用料 無料

◆利用人員 30人程

◆利用時間 9時～17時まで



今月の朝市開催日

◆日程…3月26日(土)・27日(日)

◆時間…9時～17時

◆場所…小城公園鳥居前

【問合せ】小城市中心市街地

活性化協議会TMC

「おぎ元気館」

☎72-8100

### ●まちの話題

### 法務大臣からの感謝状贈呈

1月26日(水)に芦刈町中村の古川恭子ふるかわきょうこさんへ、法務大臣から感謝状が贈られました。

古川さんは、平成7年9月から昨年の12月31日までの15年以上の間、人権擁護委員として市民の皆さんの人権の擁護と人権の思想の普及高揚に尽くされました。

その長年の活動に対し感謝の意を表されたものです。長い間おつとめいただき、ありがとうございました。





### 第3回 市報アンケート あなたの声をお聞かせください

市報に関するご意見・ご要望など多数お寄せください。お待ちしております！

#### 今回のプレゼント

芦刈海苔（抽選で10人の方）



◆提出方法／住所・氏名・電話番号・下記アンケート回答を明記の上、はがき、FAX、Eメールでお送りください。  
◆締め切り／3月20日（日）  
（郵送の場合は当日消印有効）  
※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

※回答の際にいただいた個人情報（住所・氏名など）は、当選者への商品発送目的のみに使用します。  
※お寄せいただいたご意見は、市報等で紹介させていただく場合があります。

#### アンケート質問事項

1. あなたの性別・年齢（例…〇代）・ご職業についてお書きください。

2. 「市報さくら」を読む際に、どのページから読み始めますか。

- ① 表紙の目次から
- ② 最初のページから順番に
- ③ 興味のあるページから

3. これまでの特集記事に関してのご意見、ご感想をお書きください。

- ・ 9月5日号「地域の力」
- ・ 10月5日号「スローライフ」
- ・ 1月5日号「健康」

4. 今後、特集して欲しい話題等がありますか。

5. 「市報さくら」に関する、ご意見・ご要望などを自由にお書きください。

#### 【問合せ・提出先】

〒849-10302  
小城市牛津町柿樋瀬

1100番地1

総務課秘書広報係

担当 田中

☎ 63-8818

FAX 63-8808

Eメール

kouhou@city.ogi.lg.jp

### 九州新幹線「新鳥栖駅」 開業記念イベント開催

#### ◆日時

・ 3月12日（土）

9時30分～17時

・ 3月13日（日）

10時～17時

#### ◆場所

「JR新鳥栖駅」西口

鳥栖市原古賀町

#### ◆内容

地域テント村（物産等ブース）

県内の市町をはじめ、大分、長崎、関西・中国地区のブースが立ち並び特産品や観光をPR。

小城市から、小城羊羹、かりん糖やお菓子類、芦刈初摘み一番海苔、海苔パンバーガー、あしかりドーナツなどの販売や市のPR展示をします。

ます。

#### ステージイベント

唐津くんちの曳山囃子、面浮立、和太鼓など県内各地の伝承芸能を披露するほか、県内各地の人気「ゆるキャラ」による観光PRなど。

※12日13時30分 小城市の

「小城太鼓」が出演予定です。

13日には「とす弥生まつり」も同時開催します。

#### その他

ミニ新幹線（N700系）の乗車体験や落書きアートバス、バルーン係留など、こともたちが楽しめるさまざまなアトラクションもあります。

#### 【問合せ】

・ 佐賀県交通政策部

新幹線活用・整備推進課

担当 高塚

☎ 25-7525

・ 小城市役所

企画課 企画振興係

（牛津庁舎）

担当 野副・大坪充典

☎ 63-8803

### ●まちの話

## 佐賀県社会体育優良 団体表彰受賞

芦刈むつごろう走友会、晴田少年野球クラブが、2月2日（水）に開催された佐賀県社会体育優良団体表彰式において、社会体育優良団体として佐賀県教育長より表彰されました。

地域におけるスポーツの健全な普及及び発展に貢献され、スポーツの振興に顕著な成果をあげられている団体で、今回その功績により受賞されました。

おめでとございます！



（右）芦刈むつごろう走友会  
（左）晴田少年野球クラブ



# 軽自動車、バイク等の 異動手続きは3月末までに

軽自動車、バイク等の軽自動車税は、4月1日現在の所有者に課税されます。3月末までに廃車や名義変更などの手続きを行わないと、前の所有者に課税されますので注意してください。

## ◆こんな場合には必ず手続きを

- ・車を売買、廃車したとき ・所有者が変わったとき
- ・住所が変わったとき ・車体を変更したとき
- ・標識の紛失、破損、字体が消えたとき
- ・盗難にあったとき（警察署に盗難届を出した後、廃車手続きをしてください）



## ◆手続きについて

### ○原動機付自転車（125cc以下）、小型特殊自動車

申告先 税務課（小城庁舎）※廃車の手続きは、各庁舎総合窓口でも可能です。

### ○軽二輪（125ccをこえ250cc以下）、軽三輪車・軽四輪車（660cc以下）

申告先 軽自動車検査協会 佐賀事務所

佐賀市若楠2丁目10-8 ☎30-4078

### ○小型二輪（251cc以上）

申告先 佐賀運輸支局 佐賀市若楠2丁目7-8 ☎050-5540-2082

税務課からの  
お知らせ

## 【夜間納税相談】

3月10日(木)・24日(木)

17:30~20:00

場所 小城庁舎1階  
税務課

## 【問合せ】

税務課（小城庁舎）

☎73-8810

☎73-8801

## 車検用納税証明書

車検を受けるときには納税証明書が必要です。納税通知書に添付されている納税証明書（車検用）をご利用ください。（領収印がないものは無効です）

## 納期限を守りましょう！

3月31日(木) 納期限 ●国民健康保険税 10期

## ●まちの話題

### 園児にノリをプレゼント

佐賀県有明海漁業協同組合芦刈支所青年部（久保哲徳部長）が2月2日（水）、市内の5幼稚園、8保育園の園児にノリ約1400袋をプレゼントしました。

2月6日の「ノリの日」にちなみ、地域への還元とノリのPRのために毎年行っているものです。

この日は、同青年部が芦刈保健福祉センター「ひまわり」を訪れ、久保部長が「自分たちが作ったおいしいノリを食べてください」とあいさつ、青年部員が集まった園児にノリを手渡しました。



# 市民病院だより

## 生活習慣病と心臓病

循環器科医師 龍 俊宏

### 三大大生活習慣病としての心臓病

日本は平均寿命80歳超という世界有数の長寿国ですが、誰もが健康的な長寿を全うできている訳ではありません。毎年約100万人が亡くなられており、がん・心臓病・脳卒中が三大死因で三大大生活習慣病とも呼ばれています。中でも近年がんや心臓病は増加傾向にあります。

心臓病には狭心症と心筋梗塞があり、2つ合わせて虚血性心疾患と言われています。心臓に栄養を送る血管が動脈硬化によって狭くなり、心臓に血流が不足すると歩行や力仕事等の労作時に1〜2分から15分程度の持続する胸の痛みや圧迫感が出るようになります。そして、血管が完全に詰まると心筋梗塞で心臓の筋肉が壊死して強い胸の痛みが続き、命が危険にさらされてしまいます。

### 虚血性心疾患の原因となる病気

虚血性心疾患を進行させる危険因子としては高血圧、脂質異常症、喫煙、糖尿病、肥満、ストレス等があります。これらを改善することが予防につながります。

### 高血圧

心臓が収縮する際に動脈にかかる圧力が収縮期血圧(上の血圧)で、拡張する時に動脈にかかる圧力が拡張期血圧(下の血圧)です。正常値は上が130 mmHg未満、下が85 mmHg未満です。高血圧患者の大部分は原因がはっきりせず遺伝的要因が考えられていますが、塩分の過剰摂取、肥満、タバコ、ストレス等が悪くする原因です。

また、医療機関を受診時、血圧が高めに出ることが多く、できれば自宅で血圧を測定することが望まれます。朝起床後1時間以内に2〜3分安静後及び就眠前での測定が勧められています。

### 脂質異常症(高脂血症)

コレステロールは食物から吸収されたり、血管の形成やホルモン合成の材料であり、体にとって必要なものです。しかし、コレステロールが過剰になれば動脈硬化の原因となります。HDL(善玉)コレステロールは動脈硬化を防ぎ、LDL(悪玉)コレステロールは動脈硬化を進行させます。悪玉コレステロールの目標値は男性45歳と女性55歳未満を除き、120 mg/dl未満です。

また、最近では悪玉が善玉の2倍以内、虚血性心疾患患者は1.5倍以内とより厳しいコントロールが望ましいとも言われています。

### 喫煙

タバコは肺がんの原因となるのは周知のことですが、タバコに含まれるニコチンは血管を収縮させ、血圧を上げたり、血流を悪くします。

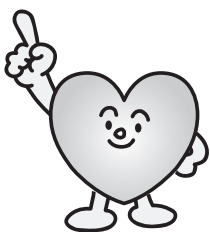
更に善玉コレステロールを減らし、悪玉コレステロールを増やし、動脈硬化を進行させます。虚血性心疾患になる危険度が1日20本未満で3〜4倍、20本以上では6〜7倍となるとの報告もあります。

### 糖尿病

膵臓からインスリンというホルモンが分泌され、食後に血糖値を下げてくれますが、インスリンが不足したり、うまく働かないと血糖値が上昇します。最近では空腹時よりも食後高血糖が動脈硬化に悪影響を与えることが知られています。

食後血糖値が180 mg/dl以下(できれば140 mg/dl以下)が望まれます。医療機関を受診時、空腹時のみでなく、食後血糖値も測定してもらった方が良いでしょう。

高血圧・脂質異常症・糖尿病はサイレントキラー(沈黙の殺人者)と呼ばれており、自覚症状のないまま病気が進み、ある日急に心筋梗塞、脳卒中等を発症し、取り返しがつかなくなってしまうです。異常があれば手遅れになる前に積極的に対応していきましょう。また、早期発見・早期治療さらに早期予防が病気への対応の基本であり、定期的に健康診断を受けましょう。



### 時間外受診をされる方へ

急病等での時間外受診の場合は、必ず電話で宿日直医師の担当診療科をお問合せください。専門外の疾病の場合は、診察できませんのでご了承ください。  
【問合せ】小城市民病院 ☎73-2161 ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>





## 平成23年度国家公務員 採用試験（大学卒業程度）

### ◆試験名

- ・国家公務員採用Ⅰ種試験  
【受付期間】4月1日（金）～4月8日（金）  
【試験日】5月1日（日）
- ・国家公務員採用Ⅱ種試験  
【受付期間】4月11日（月）～4月20日（水）  
【試験日】6月19日（日）
- ・国税専門官採用試験／労働基準監督官採用試験／  
法務教官採用試験  
【受付期間】4月1日（金）～4月14日（木）  
【試験日】6月12日（日）

※受験資格が各試験により異なりますので、詳しくはお問合せください。

### ◆受験案内等の請求方法

返信用封筒（角形2号、140円分（国税専門官については120円分）の切手貼付、宛先・請求試験名明記）を同封した封筒に、請求する試験名を朱書きし、下記問合せ先へ送付してください。

【問合せ】人事院九州事務局第二課試験係  
〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1  
☎092-431-7733 FAX092-475-0565



## 一人で悩まないで相談を！ 「パープルダイヤル」が開設されます

☎0120-941-826

配偶者の暴力及び性暴力の被害で、誰にも相談できずに悩みを抱え一人で苦しんでいる方の支援のために、内閣府では期間限定（2/8～3/27）で全国どこからでも、原則24時間対応の相談窓口「パープルダイヤル」を開設します。電話相談を行い、相談者一人一人の状況に応じた支援窓口を紹介し、必要に応じて支援員が支援窓口まで付き添います。

～誰にも言えずに苦しんでいるあなたへ  
「パープルダイヤル」までお電話ください～  
☎0120-941-826

- ◆相談受付期間 2月8日（火）～3月27日（日）  
原則24時間対応。ただし最終日は22時まで
  - ◆受付相談内容 配偶者からの暴力の被害に関する相談・性暴力の被害に関する相談
- ※秘密は厳守されます！

## information 情報いろいろ



## 第17回小城少年少女合唱団 定期発表会

小城市内の小学生たちが日頃の練習の成果を発表します。毎年恒例のオペレッタは、「とべないホテル」です。なつかしい歌も歌います。どうぞ見に来て、お楽しみください。

- ◆日時 3月6日（日）  
13時（開場）13時30分（開演）
  - ◆場所 小城公民館3階 大ホール
  - ◆内容 あたたかいドリンクのサービスや、抽選によるプレゼントもあります。
  - ◆入場料 無料
- 【問合せ】代表 田中丸淑子 ☎72-2810



## 虹の会 第21回油絵展

1985年に発足して以来、月2回の絵画教室を楽しみ続けています。皆さん是非ご観覧ください。

- ◆会期 3月24日（木）～28日（月）  
10時～17時（最終日16時まで）
  - ◆場所 桜城館（図書館1階ロビー）
  - ◆入場料 無料
- 【問合せ】前田 ☎73-2622



## 牛津保育園閉園謝恩会 当日の飛び入り参加も歓迎します

牛津保育園卒園式・閉園式終了後に謝恩会を開催します。卒園者・以前お勤めだった方・ご近所の皆さまどなたでも参加自由です。参加希望の方は、ご連絡ください。

- ◆日時 3月26日（土）12時30分～
- ◆場所 牛津保育園
- ◆参加費 1人500円（軽食・飲み物付き）
- ◆主催 牛津保育園保護者会

【問合せ】牛津保育園 ☎66-1022 担当 大島  
保護者会メールアドレス usidu\_hoikuen@yahoo.co.jp

## 募 4月開講基金訓練受講生募集 ホームヘルパー2級養成研修

おもに雇用保険の受給ができない方を対象に行われ、訓練期間中は生活費が支給されます。一定の要件がありますので詳しくはお尋ねください。

- ◆訓練期間 4月11日(月)～7月11日(月)  
9時～15時50分  
(土、日、祝日休み 1か月17日程度)
- ◆訓練場所 デイサービス楠の木園 早津江  
佐賀市川副町大字早津江188-5
- ◆訓練内容 ホームヘルパー2級資格取得のための  
介護学科、実技演習、施設実習

◆定員 30人

◆受講料 無料

※教材費6,800円、駐車場代3,000円(月額)

◆申込み方法

最寄りのハローワークで求職申し込み、キャリアコンサルティング(相談)を行った上で、**3月15日(火)**までに楠の木会に申し込んでください。

【問合せ】

- ・受講相談・訓練・生活支援給付金などについて  
最寄りのハローワーク窓口へ  
ハローワーク佐賀 ☎24-4361
- ・訓練内容・会場などについて  
特定非営利活動法人 楠の木会へ 担当 石橋  
☎45-9003又は☎090-1088-5761(携帯)

## 各種相談

相談名	相談日	場所	時間
健康相談	毎週月曜日	三日月町 ゆめりあ	9:30～11:30
		芦刈町 ひまわり	
	毎週金曜日	小城町 桜楽館	9:30～11:30
		牛津町 アイル	
行政相談 人権相談 心配ごと 相談	毎月第1火曜日	芦刈町 ひまわり	13:30～15:30
	毎月第2火曜日	三日月農村環境改善センター	
	毎月第3火曜日	小城町 桜楽館	
	毎月第4火曜日	牛津公民館	
身障者相談	毎月第3金曜日	小城町 桜楽館 相談室	13:30～15:30
	毎月第1月曜日	三日月農村環境改善センター 会議室	9:00～12:00
	毎月第3水曜日	牛津町 アイル ボランティアルーム	10:00～12:00
	毎月第3水曜日	芦刈町 ひまわり 相談室	9:00～12:00
福祉の出張 巡回相談	毎月第1水曜日	小城町 桜楽館	10:00～15:00
	毎月第2水曜日	三日月町 三日月庁舎	
	毎月第3水曜日	牛津町 アイル	
	毎月第4水曜日	芦刈町 ひまわり	
消費生活 相談	毎週月・水・金曜日	小城庁舎 消費生活相談室	10:00～16:00

## 開 市民糖尿病講演会

近年、全国的に糖尿病患者が増加するなか、小城市においても糖尿病患者が増加しています。血糖値が気になる方、身近に糖尿病の方がいらっしゃる方、糖尿病に関心がある方はぜひご参加ください。

- ◆日時 3月26日(土) 13時30分～15時30分
- ◆場所 小城保健福祉センター『桜楽館』
- ◆演題 『糖尿病の予防と最新治療について』
- ◆講師 佐賀大学医学部附属病院 安西慶三 教授  
(日本糖尿病学会専門医)

◆参加料 無料

講演会前後に個別相談会を実施します(先着25名)。講演会参加希望の方、個別相談希望の方は下記までご連絡ください。

【申込み・問合せ】

健康増進課 保健予防係 (三日月庁舎)  
担当 今泉・古賀 ☎73-8822

## 知 交通災害共済の申込は 郵便局で!

平成23年度から加入希望者は直接郵便局備付けの申込書で加入手続きをしてください。

- ◆掛金 1人500円(年額)
- ◆申込期間 平成23年2月1日～
- ◆申込場所 ・芦刈郵便局 ・牛津郵便局  
・小城郵便局 ・織島簡易郵便局  
・砥川簡易郵便局 ・三日月郵便局

【問合せ】総務課(牛津庁舎) 担当 野田・中島  
☎63-8818

## 開 第5回小城中学校吹奏楽部 スプリングコンサート

創部51周年、県内中学校コンクールで金賞を受賞した伝統の演奏をお楽しみください。

- ◆日時 3月27日(日) 13時30分～15時30分
- ◆場所 小城中学校体育館
- ◆参加費 無料
- ◆内容 歌謡曲やマーチ、歌にダンスもあり!

【問合せ】小城中学校吹奏楽部顧問 池上・永渕  
☎73-2191



# 第51回 県内一周駅伝大会

## 小城市初優勝!

第51回都市対抗県内一周駅伝大会が2月18日(金)から20日(日)までの3日間にかけて行われ、小城市が大会51回目にして初の優勝をつかみとりました。



3日間にかけて激闘を勝ち抜いた小城市チームの皆さん。ゴール後の集合写真。



駅伝大会の特集記事は、市報さくら4月5日号に掲載予定です。