

2025

2

vol.797



次代を担う子どもとともに
未来をつくるまち

広報

くす



←「カタログポケット」で広報を閲覧し、カメラマーク  をタップすると、
紙面に掲載しきれなかった写真を見ることができます!

「二十歳のつどい」が
メルサンホールで
開催されました。

くすまちメルサンホールで今年も
「二十歳のつどい」が開催されました。
当日は楽しそうに友人や家族の方々と写真撮影やお話をする姿が
見られ、心温まるひとときとなりました。
20歳を迎えたみなさんの今後の活躍が楽しみです。

まちのわだい

Town
Topics

目次

2025.2月

2. まちのわだい
7. くす通信
13. 国保だより
14. わがまち健康情報
17. くらしの情報
19. シリーズ障がい福祉
20. 相談のご案内
21. わらべの館だより
22. 公民館だより
23. 久留島武彦記念館だより
24. くす町健康レシピ
25. かんきょう情報
26. オレンジカフェくす／介護予防
27. おでかけ情報
28. ベビー＆キッズルーム
29. シリーズ人権
30. 隣保館だより
31. お誕生・おくやみ／にぎりめし
32. ごみ出しカレンダー
- 休日当番医 ほか
- わが家のアイドル／クロスワード

令和7年 玖珠町二十歳のつどい開催

1月12日、くすまちメルサンホールで「令和7年 玖珠町二十歳のつどい」が開催されました。

「二十歳のつどい」と名称を改めての実施は、今回で3回目となりました。

103名の出席者を代表して、野田
りりこさん（のだりりこさん）が人生の節目を迎えた決意を述べました。

会場では旧友との久しぶりの再会を喜び、楽しそうに笑いあう様子が見られました。



代表して決意を述べた野田莉々子さん



（写真上から）森中央小、塙脇小、
日出生小・小田小・北山田小・八幡小・古後小・町外小学校

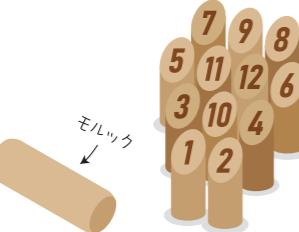


モルック大会を開催しました!

12月8日、玖珠町スポーツ協会主催の軽スポーツ大会「モルック大会」が総合運動公園多目的グラウンドで開催され、町内外から23チームが参加して熱戦が繰り広げられました。

モルックとは、フィンランドの伝統的な遊びをもとに始まったスポーツです。ルールは簡単で、子どもから大人まで楽しめる、今大人気のスポーツです！

今後は多くの町民が気軽に参加できるよう普及につとめています。



防衛省から感謝状が贈られました！

12月20日、河野博文さんが防衛省陸上幕僚長から感謝状を贈られたことを町長に報告しました。

河野さんは永年にわたり防衛基盤の育成に尽力されるとともに、陸上自衛隊の充実発展と隊員の士気高揚に貢献されたことにより感謝状を贈られました。

河野さんは玖珠町自衛隊協力会の副会長や理事、また大分県自衛隊退職者雇用連絡協議会理事を努めるなど多岐にわたる貢献をされています。



JAおおいた玖珠女性部が 杉の子こども園にお米を贈呈

12月13日、JAおおいた玖珠女性部（松本真由美部長）が大分県産米の消費拡大の活動の一つとして、お米の贈呈式を行いました。

贈呈後、おにぎりを園児12人と一緒に作り、笑顔あふれる時間を過ごしました。園児たちは自分の手でおにぎりを握る楽しさを体験し、地元のお米のおいしさを改めて感じました。

この活動は、地元の農産物への理解と消費促進を目指しており、地域と連携した取組が今後も続けられる予定です。



“社会を明るくする運動” 作文コンテスト入選受賞 『犯罪をしてしまった人への差別』 をなくそう』

12月12日、第74回“社会を明るくする運動”作文コンテストで入選（大分県推進委員会事務局長賞）した、くす星翔中学校2年生の松井大輔さんが役場を訪れ、宿利町長に報告しました。

『犯罪をしてしまった人への差別』をテーマに、偏見をなくすことの大切さを表現し、受賞されました。



令和6年秋の叙勲「旭日双光章」を藤本勝美さんが受章されました

12月18日、議員活動により令和6年秋の叙勲「旭日双光章」を受章された藤本勝美さんが、宿利町長へ報告に来られました。

藤本さんは、平成11年から令和5年までの24年間、玖珠町議会議員として活躍されました。議員在任中は、主に産業の育成や基地政策に尽力され、平成21年から23年までの2年間は、議長としてリーダーシップを発揮されました。

現在は、議員を退任され、地域の活動に寄与されています。



九州のお米食味コンクールin菊池 受賞



九州のお米食味コンクールが11月24日に熊本県菊池市で開催され、本町から横山芳嗣さん（内匠）、穴井良治さん（田代）、穴井はしえさん（魚返）が出品したお米が受賞しました。

同コンクールは、九州で生産されているお米を一堂に集め、審査・評価することで、九州産米の市場価値の向上や販路拡大を目的に開催され、今年8回目で、出品総数1,159検体でした。

横山さんが出品した「ひとめぼれ」が第2位、穴井良治さん「なつほのか」が第9位、穴井はしえさん「なつほのか」が第20位という結果を収めました。

横山さんと穴井良治さんは農林課に勤務し、玖珠米のブランド化に取り組んでおり、「今回の受賞を契機に“くす天空の輝き”の取組をさらに進めていきたい」と抱負を述べられました。

玖珠美山高等学校全国大会出場報告

〈ホッケー〉

11月9日から13日に宮崎県で開催された、「全九州高等学校選抜ホッケー大会」で玖珠美山高等学校女子ホッケー部が第3位となり、「第56回全国高等学校選抜ホッケー大会」への出場権を獲得し、部員3人が宿利町長と梶原教育長に報告を行いました。

梶田知央主将（写真前列中央）は「自分たちのホッケーをプレーし、必ずベスト8を突破する。」と目標を掲げ、全国高等学校選抜ホッケー大会は12月21日から岐阜県で開催され、ベスト8でした。

〈ラグビー〉

1月5日に東大阪市花園ラグビー場で開催された「第17回U18合同チーム東西対抗戦」に出場の、同じく美山高校3年生 衛藤太晟さん（写真後列左から2人目）が宿利町長と梶原教育長に報告を行いました。

衛藤さんは「まずは自分のプレーに集中し、自分が活躍することでラグビーの活性化に少しでも貢献したい。」と抱負を述べ、衛藤さんの西軍が勝利しました。



学びの多様化学校の新校名が「玖珠町立くす若草小中学校」となりました



昨年、玖珠町では、学校に行きづらさを感じる子どもたちが安心して通えるよう「学びの多様化学校」を開校しました。当初の校名は制度名でしたが、この度、公募があった校名の中から、子どもたちの話し合いを経て、「玖珠町立くす若草小中学校」と決定しました。新校名には若草のように生き生きと自分らしく成長していくとの想いが込められています。

ご協力いただいた皆さんに感謝します。

「三島グラウンド」「久留島武彦記念館」「わらべの館」を清掃

11月9日、(一社)玖珠町シルバー人材センター(金藤かつのり勝典理事長)が奉仕活動を行いました。

この活動は、町内の観光施設などの清掃活動を行うもので、年に1回開催しています。友だち作りや健康維持、社会参加なども目的としています。

当日は、49人の会員が参加し、草刈りや剪定作業を行いました。

シルバー人材センターでは随時会員(60歳以上)を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

問 (一社)玖珠町シルバー人材センター ☎ (72) 2011



第39回大分県クラブ対抗駅伝競走大会優勝!



第39回大分県クラブ対抗駅伝競走大会が12月15日に大分市のレゾナックドーム大分周辺コースで開催され、郡市の部で玖珠郡Aチームが優勝しました。

玖珠郡チームは、県内一周駅伝競走大会で過去4度の総合優勝を果たしており、2月に開催される大分県都市対抗駅伝競走大会においても、大いに期待できる結果となりました。



情報

マイナンバーカードをお持ちの方へ 国民年金保険料控除証明書の 電子送付サービスについて



日本年金機構HP

マイナンバーカードを連携させることで「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の電子データを、マイナポータルの「お知らせ」で受け取ることができます。受け取った電子データを国税庁の提供するイータックス e-Taxなどに取り込むことができるので、確定申告や年末調整での利用がより便利になりました。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の再発行について

再発行は、マイナポータルか年金事務所で受付しています。年金事務所での再発行を希望する場合は、マイナンバーまたは基礎年金番号をお手元に用意して日田年金事務所までお問い合わせください。

国民年金保険料の納付は口座振替が便利でお得です

国民年金保険料の納付は、口座振替が便利です。口座振替は、現金納付よりも割引額が大きい6か月前納・1年前納・2年前納や、月々50円割引となる早割があります。

口座振替を希望される方は、預貯金口座をお持ちの金融機関、または年金事務所へ「国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書」をご提出ください。

申出書は、役場福祉保険課または年金事務所の窓口に備え付けています。なお、口座振替の申込には、基礎年金番号の記入が必要です。納付書または基礎年金番号通知書(年金手帳)、通帳、金融機関届出印をご準備の上、申出書をご提出ください。

口座振替の種類

振替方法	振替日など	保険料割引※	申込み期限
① 2年前納	4月分から翌々年3月分までの保険料を4月末日に振替	割引あり	毎年2月末日
② 1年前納	4月分から翌年3月分までの保険料を4月末日に振替	割引あり	毎年2月末日
③ 6か月前納	4月分から9月分までの保険料を4月末日、10月分から翌年3月分までの保険料を10月末日に振替	割引あり	・毎年2月末日 (4月末日振替分) ・毎年8月末日 (10月末日振替分)
④ 毎月納付 (早割)	毎月末日に当月分の保険料を振替	割引あり	――
⑤ 毎月納付	毎月末日に前月分の保険料を振替	割引なし	――

※保険料割引額は、振替方法により異なります。※振替日が休日の場合は翌営業日に振替されます。

問 日田年金事務所 ☎ 0973(22)6174

※自動音声案内に従い②を押し、次に②を押すと相談窓口につながります。

デジタル地域通貨くすPay通信

玖珠町長 永年勤続功労章

- ①勤続35年 穴井 太吉
- ②勤続30年 畑山 敬一・江藤 敏幸・江藤 良博・工藤 尚之・齋藤 淳一・田中 正浩・梶原 真司
- ③勤続25年 矢野 浩文・黒田 知一・清藤 誠・吉田 栄治・藤原 史幸・穴井 寿之祐・梶原 琢・財津 盛氣・小川 貴彦・梅木 孝行・安部 秀則・魚返 通人・魚返 一幸・瀧石 雅一
- ④勤続20年 川野 大和・浅田 怜介・幸野 弘靖・田中 敏幸
- ⑤勤続15年 井上 美弘・中霜 益次郎・高田 桂治・藤河 隆浩・河野 貴志・八尋 則明・佐藤 裕太・高倉 壽久・山本 英則・秋好 裕一・柳井田 博隆・横山 勝寿

表彰披露

- ①令和6年春の叙勲(瑞宝単光章) 梶原 正純
- ②消防庁長官表彰 穴井 義己
- ③大分県知事表彰 後藤 健太郎
- ④日本消防協会長表彰 (功績章)松岡 祐二・(精績章)小幡 博文
- ⑤大分県消防協会長表彰
(指導員表彰) 畑山 敬一
(勤続章35年)宿利 勉
(勤続章30年)田坂 繁明・河野 貴久・後藤 健太郎・麻生 圭二・江藤 良博・森 慎一郎・梶原 九三男・小幡 万寿夫・大野 元秀・藤原 源太郎
(勤続章25年)寶珠 英樹・後藤 義美・穴井 孝幸・二世 義文・後藤 洋文・武石 誠治・山田 聖八・河野 明博・後藤 勇二・櫻木 一美・建 隆司
(勤続章20年)秋好 裕一・森 順一郎・河野 大和・長尾 和仁・江藤 美智・浅田 怜介・石川 大輔・田中 敏幸・齋藤 大介・岩田 浩司・原田 康弘



永年勤続退団者感謝状(15年以上)

繁田 博之・帆足 健夫・秋吉 美喜男・松岡 祐二・原 幹生・原田 勝・松尾 博之・長田 正秋・梶原洋一・繁田 信吉・川邊 真八・岩下 純也・石松 美利・渡邊 福寿・岩井 琢磨・高倉 拓史・佐藤 孝雄・梅田 哲也・平岡 和年・長尾 公司

※敬称略、順不同



「くすPay」始まりました!

12月2日の「くすPay」開始に合わせ、くすPayサポートセンターでオープニングセレモニーが開催されました。

浅田商工会長、宿利町長、大野議長をはじめ、「くすPay」の開発元であるTOPPAN株式会社九州事業部 元森本部長や株式会社Asian Bridge 松田取締役にもご臨席いただきました。テープカットの後、宿利町長が「くすPay」の第1号決済を行い、「くすPay」の歴史的な一步を踏み出しました。

くすPayオープニングセレモニー



テープカットの様子



町長第1号決済の様子

問 商工観光政策課 商工労政・企業誘致班 ☎(72)7153



令和7年 玖珠町消防団出初式



放水点検

1月12日に玖珠川河川敷で令和7年玖珠町消防団出初式を開催し、多くの町民の方にご観覧いただきました。

梶原龍生団長以下278人が出動し、町民の安心・安全な生活を守るため、機械器具点検・放水点検などの消防装備点検をはじめ、操法点検・分列行進・車両行進などを行いました。

表彰式では宿利町長から、長年消防団活動にご尽力いただいている団員に対し、永年勤続功労章が授与されました。



表彰



操法点検



分列行進



←永年勤続功労賞など各表彰は次ページをご覧ください。

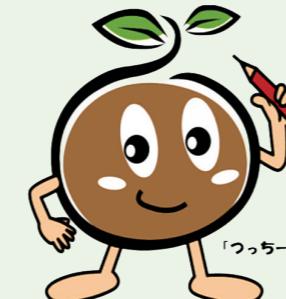
 **情報** 2025年農林業センサスを実施しています

現在、全国一斉に“農林業の国勢調査”といわれる「2025年農林業センサス」を実施しています。

この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

1月下旬から農林業を営んでいる皆さんのところに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしていますので、ご協力ください。

問 みらい創生課 企画・SDGs推進班 ☎ (72)1151



 **情報** 家庭で鳥類を飼育されている方へ
家畜伝染病予防法に係る「定期報告書」の提出のお願い

家畜や家きん※などの飼養者は、毎年飼養衛生管理の状況について定期報告書の提出が義務化されています。

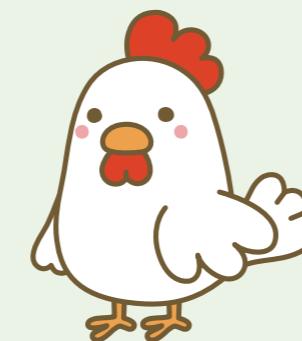
昨年の飼養状況を基に、該当者には役場から定期報告書の様式を郵送しますので、必要事項を記入の上、返送してください。

なお、新たに家畜や家きんの飼養を開始した方および前年度に定期報告書の提出をしておらず家きんを飼養している方は玖珠町役場 農林課 畜産班までご連絡ください。

※家きんとは…鶏・あひる・うずら・きじ・ほろほろ鳥・七面鳥・ダチョウのこと

を言います。

問 農林課 畜産班 ☎ (72)7164



 **情報** ミツバチの飼育には届出が必要です

平成25年1月より改正養蜂振興法が施行され、原則すべてのミツバチ飼育者について蜜蜂飼育届の提出が必要となりました。

詳しくは大分県西部振興局 農山村振興部までお問い合わせください。



大分県HP

問 大分県西部振興局 農山村振興部 企画農政班 ☎ 0973(22)2585・FAX 0973(23)2219

【用紙入手先】

右の二次元コードを読み取り、様式をダウンロードしてください。



作成コーナー

 **情報** 確定申告は便利なe-TAXのご利用を

パソコンやスマートフォン、タブレットをお持ちの方は、確定申告書等作成コーナーから金額などを入力するだけで自動計算をします。24時間できますので、ぜひご活用ください。また申告書がデータで取得可能・添付書類の提出不要・早期還付などメリットがあります。

e-Taxの
5つの
メリット



※メンテナンス時間を除きます

※一部の書類を除きます

書面提出の場合は
1か月～1か月半程度で還付

e-Taxに必要なもの

- マイナンバーカード
- マイナンバーカード読み取対応のスマートフォン
- マイナンバーカードのパスワード2つ
- ①署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)
- ②利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)

スマートフォンに
マイナポータルアプリを
インストール

パスワードを忘れた場合やロック
された場合の対処法については、
公的個人認証サービスのポータル
サイトをご確認ください。



作成できる申告書など

所得税の申告書、青色申告決算書・収支内訳書、消費税の申告書、贈与税の申告書

申告
相談日

日	月	火	水	木	金	土
	2月17日	18日	19日	20日	21日	22日
	杉河内 公民館	日出生北部 コミュニティセンター	くすまちメルサンホール (2階視聴覚室)			
23日	24日	25日	26日	27日	28日	3月1日
天皇誕生日	振替休日 申告相談は 行いません		くすまちメルサンホール (2階視聴覚室)			
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
くすまちメルサンホール(2階視聴覚室) ※2日(日)は休日申告相談日です						
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
	くすまちメルサンホール (2階視聴覚室)					
16日	17日	申告相談時間は午前8時30分～午後4時 (午後4時以降は受け付けません)				
		古後地区生活 改善センター				

※申告内容によっては、税務署で相談していただくことがあります。

申告相談時に持参するもの

- 本人確認ができる証明書(マイナンバーカード、免許証など)
- 税務署が発行する「利用者識別番号」(税務署に申請された方のみ)
- 農業所得がある方は領収書、明細書、収支内訳書(整理、記載をしてください)

詳細は玖珠町ホームページをご覧ください。



玖珠町HP

問 税務課 住民税班 ☎ (72)1114



情報

点訳・音訳ボランティア養成講習会

視覚に障がいがある人のために、活字で書かれている書籍や新聞などの内容を点字や音声にして伝える「点訳・音訳ボランティア」の養成講習会を開催します。

詳しくは玖珠町ホームページをご覧いただけます。下記までお問い合わせください。



日 時 4月～令和8年3月の1年間(延べ40回程度)

場 所 大分県点字図書館 大分県盲人福祉センター2階(大分市中島東1-2-28)

対 象

- ・原則として講習会を毎回受講できる方
- ・パソコンをお持ちで簡単な操作ができる方
- ・講習会終了後はボランティアとして継続して点字図書・録音図書の製作などに協力できる方



玖珠町HP

問 社会福祉法人大分県盲人協会 大分県点字図書館 ☎ 097(538)0399・FAX 097(538)0537
メール oita-kenmou.tenjitoshokan@mbr.nifty.com



募集

町営住宅 入居者募集

町営住宅とは

住宅に困窮されている低額所得者の方に対して賃貸する住宅

令和7年度前期分の町営住宅一般入居者を募集します。

この募集により、公開抽選で入居順位を決定し、有効期間内に空き家が生じた場合に入居できることになります。



募集期間 2月14日(金)～28日(金)※土・日・祝日を除く

抽選日 3月14日(金)午後7時～ 役場3階 大会議室

有効期間 4月1日(火)～9月30日(火)(前期分)

申込方法 募集期間内に申込書に必要書類を添えて、建設水道課まで提出してください。



応募資格

入居対象者は、1～5の全ての要件を満たす方です。

①現在、住宅に困窮している方 ②収入の基準に適合する方 ③同居する親族がある方、単身者は60歳以上の方など ④県民税または町税を滞納していない方 ⑤暴力団員ではない方



申込に
必要な書類

1 申込者全員必ず提出していただく書類

①入居申込書 ②所得課税証明書 ③完納証明書

(①玖珠町ホームページから印刷、または建設水道課で配布します)

(②③玖珠町で取得できる方は、建設水道課で様式を配布します)

2 該当する方のみ提出していただく書類

○住民票(町外者など) ○戸籍謄本(単身者、ひとり親家庭など)

○その他、世帯状況などにより、別途必要な書類があります。

※同一世帯以外の方は委任状が必要です。

※証明書などの発行の際は手数料が必要です。

※入居資格や申込書類などの詳細は、お問い合わせください。 建設水道課 管理班 ☎ (72)7163



高額医療・高額介護合算療養費のお知らせを送付します

高額介護合算療養費は、毎年8月から翌年7月までの1年間に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計額が限度額を超えた場合に、その超えた額が支給される制度です。国保や後期高齢者医療の被保険者で支給が見込まれる方に、2月中にお知らせと支給申請書を送付します。下記の要領で役場窓口に申請してください。

自己負担限度額(年額:8月～翌年7月)

所得区分	国保+介護保険 (70歳未満)	所得区分	国保+介護保険(70～74歳) および 後期高齢者医療+介護保険
(ア)901万円超	212万円	現役並み所得者Ⅲ (課税所得690万円以上)	212万円
(イ)600万円超901万円以下	141万円	現役並み所得者Ⅱ (課税所得380万円以上)	141万円
(ウ)210万円超600万円以下	67万円	現役並み所得者Ⅰ (課税所得145万円以上)	67万円
(エ)210万円以下 (住民税非課税世帯を除く)	60万円	一般	56万円
(オ)住民税非課税世帯	34万円	低所得者Ⅱ	31万円
		低所得者Ⅰ	19万円 ※1

※1 介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合は31万円

合算の対象となる世帯は、医療保険と介護保険の両方に自己負担額がある医療保険ごとの世帯です。同一世帯であっても加入している医療保険が異なる場合は、合算の対象にはなりません。

医療費+介護費の
自己負担を軽減し
ます。



支給申請書が届いた方は申請をお願いします

●下記の①と②に該当する方は、(福祉保険課 保険年金班4番窓口)で申請を行ってください。

- ①玖珠町国民健康保険に加入されている方…世帯主が申請者
- ②後期高齢者医療制度に加入し、玖珠町に住民登録のある方…被保険者が申請者

●申請時に必要なもの

- ◇送付された支給申請書、お知らせの文書、振込先口座(国保の場合、世帯主名義の口座)、マイナンバーカードなど(マイナンバーを確認できるもの)、申請者(代理人を含む)の本人確認ができるもの(運転免許証など)
- ◇算定期間中にほかの医療保険に加入していた場合は、過去の保険者の発行する自己負担額証明書

※上記①と②以外の方は、加入している医療保険窓口に『介護保険自己負担額証明書』を添付して支給申請を行ってください。

玖珠町介護保険自己負担額証明書は、福祉保険課 高齢者支援班(5番窓口)にお尋ねください。

確定申告時の医療費控除のお知らせ

確定申告時の医療費控除の添付書類として、医療費通知(年6回・2か月に1回送付)が利用できます。ただし、11、12月診療分を記載した6回目の通知は、令和7年3月に送付予定のため、11月、12月分の医療費を申告する場合は医療機関発行の領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成してください。

2月の 健康カレンダー

乳幼児健診・健康相談

4か月児健診(R6年10月生)	2月28日(金)
7か月児健診(R6年7月生)	2月28日(金)
11・12か月児健康相談(R6年1、2月生)	2月5日(水)
1歳6か月児健診(R5年7、8月生)	2月19日(水)
3歳児健診(R3年7、8月生)	2月12日(水)

※受付時間は通知をご確認ください。

母子手帳交付

2月7日(金)、20日(木)、3月6日(木)

【時間】午前9時～午後4時

【場所】玖珠町役場1階6番窓口



健康づくり公開講座

血糖値が高いとどうなる?

～糖尿病予防と重症化予防のために～

【日時】3月7日(金) 午後7時～8時(受付:午後6時～)

【場所】くすまちメルサンホール 1階 健康増進室

【講師】小中病院 小中 多佳子 氏

申・問 子育て健康支援課 健康推進班
(72)2022

受講料
無料!

希望者は血糖値と、
推定野菜摂取量、
血管年齢を
測定できます!



▲申込はこち
ら

どなたでも参加できます!
受講には事前申込が
必要です。
2月28日(金)まで

健診で血糖値が
高いと言われた

糖尿病とうまく
付き合っていきたい

糖尿病はどう
予防したらい?

(広告欄)

B型肝炎 給付金について 無料個別相談会

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ
一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

日程場
3/13(木) なかつ情報プラザ 会議室1-1

完全予約制
0120-013-621
(ご予約受付時間)
9:00～18:00
個別面談なので、他の方と顔を合わせることはございません。

対象者
昭和16年7月2日～
昭和63年1月27日生まれ
※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金
50万円～
3,600万円
※病態に応じて給付金等の内容が異なります

弁護士費用
着手金・相談料無料
成功報酬制
※訴訟実費別途

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所
弁護士 藤原亨「あいは こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029
東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A [営業時間] 平日 9:00～18:00 <https://precious-law.jp/>
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334 E-mail:info@precious-law.jp

ゲートキーパー養成講座

- 日時: 3月18日(火)
午後2時～3時30分
- 場所: くすまちメルサンホール
2階視聴覚室
- 内容: 「身近な人のこころのSOSに気付くために～働く世代のこころの健康と私たちにできること～」
- 講師: メンタルケアスペースNECO
公認心理師 稚田 真由美 氏
- 申込期限: 3月11日(火)
- 申・問 子育て健康支援課 (72)2022

～「ゲートキーパー」とは～

悩んでいる人のサインに気づき、適切な対応(声かけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることができる人のことで、「命の門番」ともいわれます。



わがまち健康情報

予防接種を受けましょう 小学校入学前も忘れずに!

麻しん・風しん

1歳になったら1回、
小学校入学前にもう1回接種しましょう



【麻しん・風しんとは?】

- 感染力の強いウイルスによる感染症です。
- 手洗いやうがい、マスクだけでは予防できません。
- ワクチンの接種だけが、感染を防ぐただ1つの方法です。

麻しんと風しんは特別な治療法がなく、予防接種の効果が高い病気です。免疫を持たない人が発症するといわれ、十分な免疫をつけるためには2回の予防接種が必要です。

1期	対象年齢 接種期限 接種費用	生後12～24か月に至るまで 2歳の誕生日の前日まで 無料(接種期限を過ぎると全額自己負担)
2期	対象年齢 接種期限 接種費用	小学校就学前1年間 (平成30年4月2日～平成31年4月1日生) 3月31日(月) 無料(接種期限を過ぎると全額自己負担)

2月は全国生活習慣病予防月間

一無・二小・三多で予防しよう!

一無(いちむ)

無煙・禁煙をすすめましょう



二小(にしょう)

食事は腹八分目をこころがけましょう
節度ある適度な飲酒をこころがけましょう

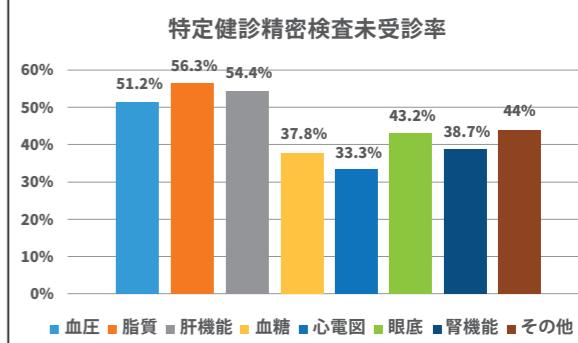


三多(さんた)

身体をよく動かし、しっかり休養をとりましょう

「紹介状、放置していませんか?」

令和6年6月～10月に、特定健診を受診し「要精密検査」だった方の約半数が、医療機関を受診していません。精密検査の目的は疾病の予防と早期発見です。早めに医療機関を受診し、治療が必要な方は治療を受け、生活習慣の改善が必要な方はすぐに取り組みを始めましょう。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するので、今のうちから生活習慣を見直すことが大切です。



二種混合(ジフテリア・破傷風)

小学6年生のうちに接種しましょう

ジフテリア・破傷風の予防接種は、乳幼児期の四種混合ワクチン接種で行っていますが、免疫を維持するためにこの時期の追加接種が予防接種法で定められています。



対象年齢	11歳以上13歳未満
接種期限	13歳の誕生日の前日まで
接種回数	1回
接種費用	無料 (接種期限を過ぎると全額自己負担)

「自覚症状がないから大丈夫」と自己判断していませんか?

紹介状を受け取ったら
すぐに医療機関を受診しましょう。



明るく元気なあなたの笑顔を、スタッフ一同お待ちしています！

スタッフ大募集

「平日or土日のみ」「午前中だけ」など希望OK
未経験歓迎◎ベテランがしっかりフォローします！

”美味しいまかない”有り♪

■ 時給 パート・アルバイト

- ①平日 955円～
②土日祝 985円～

難しい作業は一切ナシ！

希望シフト相談OK！

10年以上働くスタッフも在籍しています！

■ 仕事内容

簡単な調理・調理補助
皿洗い・店内清掃

■ 勤務時間

7:00～21:00の間のシフト制
※1日4時間～、週2勤務～OK

■ 勤務地

①福万亭（ふくまてい）

大分県玖珠郡玖珠町戸畠峰666
大分自動車道 上り線
玖珠サービスエリア TEL: 0973-72-2013

②きりかぶ亭

大分県玖珠郡玖珠町戸畠七ツ江498
大分自動車道 下り線
玖珠サービスエリア TEL: 0973-72-1747

シフト
調整
可能

制服
貸与

交通費
実費
支給

男女
年齢
不問

ご希望の勤務時間・曜日などお気軽にご相談ください！

連絡・お問い合わせ先
担当：小川・淀川

西日本パブリック株式会社
福岡市東区西戸崎5-15-18
092-603-0162

お知らせ

大分県は
「旧優生保護法相談窓口」
を設置しています

1月17日に、「旧優生保護法
補償金等支給法」が施行され
ました。

昭和23年9月11日から平成
8年9月25日までの間に、旧
優生保護法による優生手術を

受けた本人または特定配偶
者、死亡している場合はその
遺族、優生上の理由に基づき
人工妊娠中絶を受けた本人に
「旧優生保護法補償金等支給
法」に基づいて、補償金およ
び一時金が支給されます。

大分県では相談窓口を設置
し、ご相談・請求の受付をし
ています。

【日時】平日午前8時30分～
午後5時15分

（年末年始はお休み）

【場所】大分県庁別館4階

【相談対象者】
旧優生保護法補償金等支給法
の支給対象者とその家族、お
よび支援者など

【専用電話番号】
♪097(506)2760

【専用メール】
✉sodan12210@pref.oita.jp

FAX: 097(506)1735

・来所相談を希望する方は、
車いすなど）を希望する方
は、事前にご連絡ください。
※希望する方は、無料のサ
ポート弁護士支援が受けら
れます。

- 事前にご連絡ください。
- 来所時に配慮（手話通訳・
車いすなど）を希望する方
は、事前にご連絡ください。
※希望する方は、無料のサ
ポート弁護士支援が受けら
れます。

間大分県福祉保健部 健康政
策・感染症対策課
📞097(506)2776

間大分県 署名で気持ちの分か
れいをします。

【内容】匿名で気持ちの分か
れいをします。

【参加料】無料（要事前申込）

【申込期限】2月26日(水)

【申込方法】電話または二次
元コードから申込

【場所】大分県歯科医師会館
(大分市)

【対象】歯科衛生士資格取得者

【申込方法】電話または二次
元コードから申込

歯科衛生士の
セミナーを行っています！
ブランクがあり復職・スキ
ルに不安を抱いているあな
た、ひとりで悩まずにお気軽
にご参加ください。

【日時】2月16日(日)

午前10時～午後0時30分

【場所】大分県歯科医師会館
(大分市)

【対象】歯科衛生士資格取得者

【申込方法】電話または二次
元コードから申込

ハローワーク日田から
のお知らせ
【障がい者就職面接会の開催】

【日時】2月18日(火)

午後2時～4時

【場所】ハローワーク日田2階会議室

※ミニ面接会形式で開催予定

です。会場、参加企業の都

合などにより、開催日程・

時間が変更になる可

能性があります。

わせください。

面接会に関する詳細は、ハ

ローワーク日田までお問い合わせください。

障がい者の就職促進を図る

ため、障がい者を対象とした

就職面接会を開催します。こ

の面接会に関する詳細は、ハ

ローワーク日田までお問い合わせください。

障がい者の就職促進を図る

ため、障がい者を対象とした

就職面接会を開催します。こ

【講師】高口 光子 氏
【申込フォーム】からお申込みください。

【場所】大分県社会福祉介護研

究センター

【講師】高口 光子 氏
【申込フォーム】からお申込みください。

【場所】大分県社会福祉介護研

元気が出る介護～認知症の人の心に届く声の
かけ方・接し方～

【講師】高口 光子 氏
【申込フォーム】からお申込みください。

【場所】大分県社会福祉介護研

究センター

【講師】高口 光子 氏
【申込フォーム】からお申込みください。

【場所】大分県社会福祉介護研

究センター

【講師】高口 光子 氏
【申込フォーム】からお申込みください。

シリーズ 障がい福祉 No. 114

問 福祉保険課 福祉班 (72)1144

身体障害者手帳 療育手帳

有料道路における障がい者割引制度をご存じですか?

身体障害者手帳または療育手帳を持っている方は、高速道路などの有料道路で最大半額の割引を受けられる場合があります。これは、障がいを持つ方の自立と社会経済活動への参加を支援するために行われているものです。

※割引を受けるには必ず事前の申請が必要です。(2年に1回更新が必要です)

ETCレーンを利用する場合

一般レーンなどを利用する場合

【必要書類】

- ・身体障害者手帳または療育手帳※療育手帳については第1種のみ
- ・登録する車の車検証※本人または家族など所有の自家用自動車
- ・本人名義のETCカード※18歳未満の場合は保護者名義
- ・ETCセットアップ証など
- ・運転免許証※第2種の場合のみ

【必要書類】

- ・身体障害者手帳または療育手帳
- ※療育手帳については第1種のみ
- ・運転免許証※第2種の場合のみ

福祉保険課窓口(5番窓口)での申請

※要件を満たすことを必要書類で確認の上、手帳にシールを貼り付けます。

有料道路事業者へ利用申請

※窓口で利用申請書に証明書を発行します。
※専用の封筒に切手を貼り郵便ボストに投函してください。

【ETCレーン利用の方はオンライン申請も可能です】

※福祉保険課窓口での申請は不要です。
オンライン申請受付サイト <https://www.expressway-discount.jp>

QRコード

有料道路利用

※一般レーンで支払いをされる場合は、手帳に貼り付けたシールの提示が必要です。有料道路利用時は必ず手帳をお持ちください。

※事前にETC利用登録された方が現金などで支払いをされる場合や、事前登録されていない自動車(知人の車やレンタカーなど)でご利用いただく場合でも、登録済みのETCカードを必ず携行してください。

【第20回力ウンセリング	【成講座】	【第42期電話相談員養成講座】	【大分いのちの電話成講座】
【公開講座】受講生募集	【第20回力ウンセリング	【第42期電話相談員養成講座】	【大分いのちの電話成講座】
【日時】	【日時】	【日時】	【日時】
・ 前期 4月8日(火)～8月5日(火)	・ 後期A 8月19日(火)～11月18日(火)	・ 後期B 12月～令和8年3月	・ 前期 4月8日(火)～8月5日(火)
午後6時30分～8時30分	午後6時～8時30分	午後6時～8時30分	午後6時～8時30分
【場所】コンパルホール	【対象】20歳以上	【対象】20歳以上	【対象】20歳以上
【定員】50人※先着順	【定員】50人※先着順	【定員】50人※先着順	【定員】50人※先着順

【内容】 コンピュータの基礎知識と応用技術およびワープロ、簿記、会計などの事務処理について習得	【内容】 コンピュータの基礎知識と応用技術およびワープロ、簿記、会計などの事務処理について習得
【対象】令和7年4月1日時点	【対象】令和7年4月1日時点
で18歳～39歳の方、新規高等学	で18歳～39歳の方、新規高等学
校卒業予定者、離転職者など	校卒業予定者、離転職者など
【◎ガーデンエクステリア科】	【◎ガーデンエクステリア科】
園芸およびガーデニングなど	園芸およびガーデニングなど
地管理、樹木のせん定、花卉	地管理、樹木のせん定、花卉
【対象】新規高等学校卒業予	【対象】新規高等学校卒業予
定者、離転職者など	定者、離転職者など
【募集期間】	【募集期間】
【訓練期間】1年間	【訓練期間】1年間
【授業料】無料(入校時に教科書などの実費必要)	【授業料】無料(入校時に教科書などの実費必要)
【定員】各20人	【定員】各20人

【見学会】	【見学会】
2月4日(火)、25日(火)	2月4日(火)、25日(火)
※詳細は、左記までお問い合わせください。	※詳細は、左記までお問い合わせください。
間ポリテクセンター大分	間ポリテクセンター大分
(受講者係) 097(529)8615	(受講者係) 097(529)8615

ここからはじまる。
未来への挑戦
訓練コース説明会&
施設見学会 参加者募集

再就職を目指す、求職者の皆さん！職業訓練施設を見学して、あなたにぴったりな訓練コースを見つけてみませんか。

皆さん！職業訓練施設を見学して、あなたにぴったりな訓練コースを見つけてみませんか。

再就職を目指す、求職者の皆さん！職業訓練施設を見学して、あなたにぴったりな訓練コースを見つけてみませんか。

再

くらしについての 困りごと・ご相談はお気軽に

相談のご案内

行政相談会

行政の仕事でわからないことや、困っていることはありませんか。お気軽にご相談ください。

- 日 時: 2月10日 (月)
午前10時～正午
- 場 所: くすまちメルサンホール1階 研修室
- 相談担当者: 行政相談委員 藤野 哲郎 さん
- 問 総務課 行政班 ☎ (72) 1111

行政書士無料相談会

相続、遺言、農地転用、許認可申請、技能実習など外国人雇用、生活および老後の心配ごとなどの相談に応じます。

- ※紛争の恐れのない範囲での相談になります。
- 日 時: 2月20日 (木) 午後1時～3時
 - 場 所: 玖珠町役場2階202会議室
 - 問 総務課 行政班 ☎ (72) 1111
大分県行政書士会日田支部会 ☎ 090(8289)4664

年金相談

要予約

- 日 時: 2月19日 (水) 午前10時～午後3時
- 場 所: 玖珠町役場2階202会議室
- 相談担当者: 日田年金事務所職員
- 問 日田年金事務所 ☎ 0973 (22) 6174

※自動音声案内に従いダイヤル①を押し、次の案内で
ダイヤル②を押すと受付窓口につながります。

消費者トラブルに関する出張相談

専門の消費生活相談員が、悪質商法、架空請求、多重債務など、身近な消費者トラブルの出張相談を開催します。

- 日 時: 2月26日 (水) 午前10時～午後4時
- 場 所: 玖珠町役場2階202会議室
- 問 商工観光政策課 観光振興班 ☎ (72) 7153
日田市消費生活センター ☎ 0973 (22) 9393

人権なんでも相談所

どのようなことでもお気軽にご相談ください。

秘密は堅く守られます。

- 日 時: 2月20日 (木) 午前10時～午後3時
- 場 所: くすまちメルサンホール1階 研修室
- 相談担当者: 人権擁護委員
- 問 人権確立・部落差別解消推進課 ☎ (72) 0886

無料法律相談

要予約

予約制です。お早目に予約をお願いします。

- 相談日: 2月19日 (水) 午後1時30分～4時30分
- 場 所: 玖珠町老人福祉センター相談室
- 相談員: 一木法律事務所 一木 俊廣 さん
- 問 ふれあい総合相談センター ☎ (72) 5001

精神保健福祉相談 (こころの相談)

要予約

うつ病や認知症などの本人および家族などに対する専門医による医療相談です。

- 相談日: 2月13日 (木) 午後2時～
- 場 所: 玖珠総合庁舎3階相談室
- ※無料 (前日の午前中までに要予約)
- 問 大分県西部保健所 地域保健課 ☎ 0973 (23) 3133

遺言等無料公証相談

要予約

- 日 時: 平日 (土・日・祝日を除く)
午前9時～正午、午後1時～5時

- 場 所: 日田公証役場
- 相談担当: 日田公証役場公証人
- 相談内容 / ①遺言のほか、高齢者などの老後の財産管理、土地・建物の賃貸借や売買、金銭の貸し借り、離婚に伴う養育費や財産分与、尊厳死宣言などの公正証書の作成に関する相談、②会社の定款や契約書類の認証などに関する相談③相続問題に関する法律相談
- 問 日田公証役場 ☎ 0973 (24) 6751
(事前に電話で予約をお願いします。)

障がいのある方の相談支援

玖珠町では、障がいのある方やその家族、関係者からの相談を受け、本人の自立した生活のために必要な助言・情報提供・サービス利用の支援などを行っています。

一般的な 障がいに 関する相談

- ・ すぎのこ村 Beeすけっと (くす)
玖珠町大字塚脇640番地の3 (わ～くす・たんぽぽ内)
☎ 0973 (27) 6251 (日田事業所)
- ・ 地域生活支援センター「はぎの」
九重町大字町田554番地の1
☎ 0973 (78) 8882 (九重事務所)

子どもの 障がいに 関する相談

- ・ こども相談支援センター「のあ」
玖珠町大字塚脇581番地の3
☎ (72) 1023

- 問 福祉保険課 福祉班 ☎ (72) 1115



『ゆびさきに魔法』

みうら しをん/著
文藝春秋



『1日1分で身体が整う
首のセルフケア』

のせ ちえ/著
自由国民社

今月の休館日

3日月/10日月
17日月/25日火

館内整理日

26日水
(図書室は休館)

特別企画④ ひな人形づくり

日時 2月22日(土)午後2時～3時

場所 わらべの館 図書室

対象 乳幼児～一般

内容 おりがみで「ひな人形」をつくろう

講師 折り紙わらべ

参加費 無料※申込不要



2月のおもな行事

《えほんの会》



日時 2月5日(水)「魔法のステッキづくり」
2月19日(水)「おひなさまづくり」

場所 わらべの館 児童図書室 午前10時30分～

わらべの館絵本作家講演会

参加
無料

「ぼくの絵本の作り方と絵本あそび」

紙のおもちゃづくり

日時 2月9日(日) 午前の部 10時30分～正午
午後の部 1時30分～3時

場所 わらべの館 大座敷

※受付は開始30分前

講師プロフィール

木内 勝 氏



1957年、東京生まれ。
絵本・造形作家。

学生時代から子ども会活動に

関わり、都内の児童館などで工作指導を行う。
現在は別府市を本拠地に執筆・講演活動に
勤しむ。

著書に「やさいのおなか」
「やさいのせなか」
「木内かつの絵本あそび」
「こどもおこのみしきどう」など多数



◀「やさいのおなか」
きうちかつ/さく・え 福音館書店

講演

午前の部

「ぼくの絵本の作り方と絵本あそび」

対象：乳幼児～一般 申込：不要



ワークショップ「絵本」を読んでもらった後は!!

「おべんとう」づくり工作

対象：お子さんと保護者 定員：22組

申込：必要 ※大人のみの申込も大歓迎!!

持ち物：①1リットルの紙パック※1本 ②使い慣れたハサミ

※1リットルの紙パックは、牛乳やジュースのパックです。

中はすすいで乾かし、切ったり潰したりしない。

◎材料の準備が難しい方は、わらべの館で準備できますのでご連絡ください。

午後の部

「工作教室」

牛乳パックで
コマ・けん玉・迷路づくり

対象：小学校1年生～6年生

定員：20人

申込：必要

持ち物：

①1リットルの紙パック5本

②使い慣れたハサミ



※申込期限は過ぎましたが、定員に達していないため
参加可能です。電話または、来館にてお申込みください。

くすまち公民館フェスティバル

入場無料

展示部門

※今年から展示期間が長くなっています

【日時】2月7日(金)～3月2日(日) 午前9時～午後9時

【場所】くすまちメルサンホール 1・2階 ホワイエ

【参加団体】

◇カトリック玖珠幼稚園・くすのきこども園・くるみの森愛児園・くるみ夢愛児園・
杉ノ子こども園・たかすこども園・こすもす保育園(年長児作品)◇玖珠美山高等学校 書道部◇玖珠町立くす星翔中学校◇玖珠町山野草盆会◇池坊いけ花クラブ◇玖珠はないかだ短歌会◇玖珠町老人クラブ連合会◇楠繫株式会社きりかぶ◇Pompon Chouchou-花と菓子と-◇社会福祉法人暁雲福祉社会ウンド2 ◇3地区生きがい教室(中央公民館主催講座)



舞台部門

【日時】2月16日(日) 午前10時～午後3時 終演予定

【場所】くすまちメルサンホール 町民ホール



【参加団体】

◇玖珠九重吹奏楽団アカナツ◇くすコールメルヘン◇玖珠少年少女合唱団◇玖珠ハーモニカクラブ
◇玖珠三味線教室◇民謡教室久美音会◇玖珠メルヘンの会◇久留島太鼓◇日本詩吟学院認可岳星会◇健美操
◇玖珠町山路踊り保存会◇千芳会◇豊和美会◇(公社)日本3B体操協会◇ラス ガジーナス◇u.w.u dance school
◇studio TROOP◇TIARE DANCE チーム
◇玖珠町メルヘン大使 岩崎記代子と♪ららら…うたおう♪はねの会(中央公民館主催講座)

マルシェコーナー・町内福祉施設・公民館講座講師ブース

【日時】2月16日(日) 午前10時～午後3時30分(終了予定)

【場所】くすまちメルサンホール 1階 健康増進室

【内容】作品展示、販売(お菓子・バーガー・お茶・手作り作品)など



【参加団体】◇社会福祉法人暁雲福祉会ウンド2◇NPO法人SAKURA会
ははえみ工房玖珠◇社会福祉法人すぎのこ村わ～くす・たんぽぽ◇楠繫株式会
社きりかぶ◇Pompon Chouchou-花と菓子と-

数に限りがあります。



公開講座

【日時】2月27日(木) ※時間については調整中です。ご了承ください。

【場所】くすまちメルサンホール 1階 健康増進室

【演題】「北里柴三郎の玖珠」

くすまちメルサンホール使用料 減免団体の申請受付

令和7年度のくすまちメルサンホール使用料減免団体の申請受付を行います。これまで減免団体であった団体の皆さんも「使用料の減免」を希望する場合は、申請書類の提出が必要です(申請書類はくすまちメルサンホールの窓口に設置しています)。

——申請期限 2月28日(金)——

毎年更新が
必要です!



江戸時代
伝説の鋳金家

むら た せい みん 村田 整珉 展 初開催中！

村田整珉の作品は、溶かした金属を鋳型に
流し込んでつくる鋳造法の中でも「蟻型鋳金」
と呼ばれる最も精度の高い技
法でつくられています。金属に
表現された繊細な美をご堪能
ください。



初代、二代、
三代の作品が
一堂に!!



展示期間

3月23日(日)まで

絵本ができました

久留島武彦生誕150年事業として2冊の絵本をつくりました。

玖珠町の郷土玩具「きじ車」を題材にした「ごめんね、チーちゃん」は、玖珠美山高等学校美術部が挿絵を担当しました。

久留島先生の未発表童話を再話した「きんたろうのゆめ」は、やさしい心の大切さを説いた童話です。

久留島武彦記念館で販売して
います。ぜひ読んでください。

読んで
みてね♪





まいにち
お手軽!

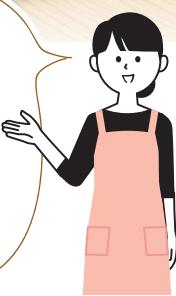
くす町 健康レシピ



栄養成分

(1人当たり)

エネルギー	… 100kcal
タンパク質	… 5.0g
脂質	… 6.7g
炭水化物	… 5.0g
食塩相当量	… 1.2g



玖珠町食生活改善推進協議会

Vol.21

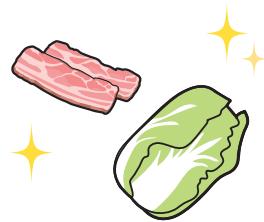
白菜とベーコンの ロール巻き

今月は旬の白菜を使った「白菜とベーコンのロール巻き」を紹介します。

白菜はビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養素をバランス良く含んでいます。特に外葉の緑の濃い葉には抗酸化作用のあるビタミンCや β -カロテンが豊富に含まれており、風邪予防や免疫力アップが期待できます。また、カリウムが体内から余分なナトリウム(食塩の主成分)を排出することで高血圧を予防し、利尿作用によるむくみの解消にも役立ちます。カリウムは水溶性で水に溶けやすいため、汁ごととれる料理にするのがおすすめです。

作り方

- 白菜は熱湯でゆでてやわらかくする。
白菜の粗熱がとれたら白菜1枚の上にベーコンを2枚のせ、手前からくるくる巻いて爪楊枝で止める。
- 鍋にサラダ油を熱し、①をこんがり焼く。
- ②にAを入れて蓋をして火にかけ、煮立ってから弱火で15~20分煮る。
- 爪楊枝を抜いて器に汁ごと盛り、ブラックペッパーをお好みでふって完成。



かんきょう情報

問 住民課 環境生活安全班 ☎(72)1137

「もやすごみ」の搬入規制のお知らせ



玖珠清掃センターごみ焼却処理施設の定期点検整備を行うため

2月3日(月)から22日(土)まで

もやすごみの収集は「生ごみ」のみです。



※持ち込みのもやすごみも「生ごみ」のみです。

生ごみ以外のもやすごみ

各家庭および各事業所で保管してください。
紙おむつは収集します(汚物は対象外です)。

もやさないごみや資源回収

通常どおり収集します。

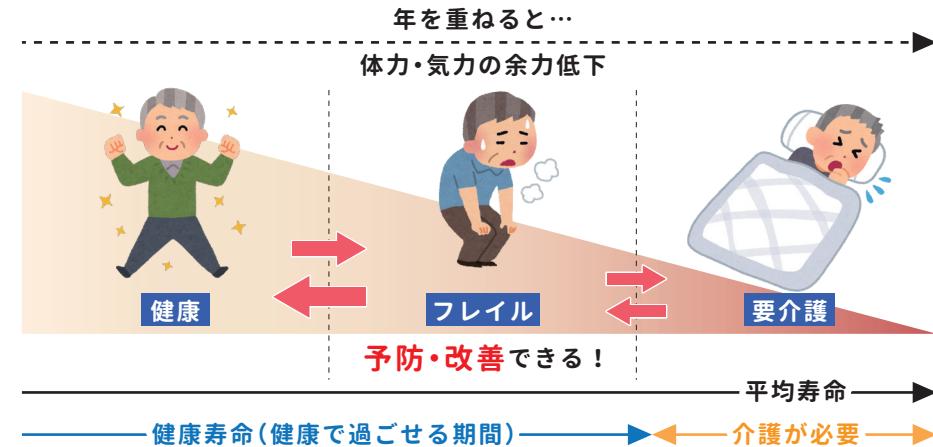
期間中、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

※ごみ減量のため、生ごみは水を切ってから出すことにご協力ください。

住み慣れたこの「まち」で自分らしく「くらす」

フレイルにご用心!!

2月1日は「フレイルの日」です。
フレイルとは、加齢とともに心身の働きや社会的なつながりが弱くなり、介護が必要になる可能性が高くなつた状態のことです。
フレイルについて知り、みんなでフレイル予防をはじめましょう!



簡単!フレイルチェック

- 半年間で2~3kg以上体重が減った。
- 普段の生活や動作でも、すごく疲れるようになった。
- 横断歩道を青信号の間に渡りきることが難しくなった。
- ペットボトルのフタが開けにくくなつた。
- ウォーキングなどの軽い運動や体操を週1回もしていない。

1つでも該当

元気なうちから
予防しましょう。

3つ以上該当

すでにフレイルかも。
早めの対策が必要です!

「フレイルかも…」と思ったそこのあなた!

掃除や洗濯、買い物など身の回りのことができにくくなつていませんか?

今までできていたことができなくなつたら要注意!

そんな時は、短期集中リハビリ教室(※)がおススメです。

※3~6か月間、リハビリ専門職の指導のもと週1回の運動などを行う教室

動画は
こちら→



要介護認定で要支援・要介護1のような軽度の方が介護が必要になる原因是「関節疾患」「高齢による衰弱」「骨折・転倒」などが多く、フレイルが要因となっているものが多く占めています。

みんなで
介護予防
No.11
特集号

フレイル予防におススメ ~めじろん元気アップ体操、リズム体操~

めじろん元気アップ体操は大分県が作成した筋力アップ効果の高い介護予防体操です。

めじろんリズム体操は最後のめじろんポーズがかわいいのでお子さんも一緒にやってみてね♪



コタツで丸くニヤらずに
運動するニャ♪



元気アップ体操



リズム体操

~いつまでも自分らしく暮らす秘訣を体験しよう~

「100まで元気 生涯現役大作戦」を開催します。

日 時: 2月25日(火)
午後1時30分~

場 所: くすまちメルサンホール

内 容: 第1部 「人生100年時代いくつになっても自分らしく」
(株)アイトラック代表取締役 佐藤 孝臣 氏

第2部 短期集中リハビリ教室体験発表

体験コーナー(短期集中リハビリ教室や体力測定など)
もあります。老若男女問わず参加可能。みんなで来てね♪

参加者に
くすPayポイント
プレゼント

＼お茶を楽しみながらみんなで語ろう／ オレンジカフェくす

参加費
100円

認知症の方やそのご家族、地域の方々など誰でも参加でき、笑顔になれる交流の場です。介護や福祉の専門職にも相談できます。

場 所	日 時	
玖珠自治会館	2月 6日(木)・3月 6日(木)	午前10時~
北山田自治会館	2月 7日(金)・3月 7日(金)	
旧八幡小学校	2月10日(月)・3月10日(月)	午後 2時~
森自治会館	2月18日(火)・3月18日(火)	
くすまちメルサンホール	2月17日(月)・3月24日(月)	午前10時~

くす雑談会(本人ミーティング)

もの忘がりになり始めた方や認知症の診断を受けた方が集まり、日常生活の中で工夫していること、やってみたいことなど、気兼ねなく楽しく語り合う場です。

日時: 2月27日(木) 午前10時~

場所: くすまちメルサンホール

問 玖珠町地域包括支援センター ☎(72)7154 福祉保険課 高齢者支援班 ☎(72)1115



くす おでかけ情報

-Odekake Joho-

最新のおでかけ情報をチェック! /



行事・日時

SL定期清掃

2月9日(日) 午前10時～(1時間程度)

場所

豊後森機関庫公園

お問い合わせ先

商工観光政策課 観光振興班

☎ (72)7153



(。ベビー＆キッズルーム。)



日 時	行 事	場 所	詳 細
毎日(土日祝日除く) 午前9時～11時		たかすこども園	☎ (72)2325
毎日(土日祝日除く) 午前9時～11時		杉ノ子こども園	☎ (73)8120
毎日(土日祝日除く) 午前9時～11時	園庭開放 【事前にご連絡ください】	くすのきこども園	☎ (72)4527
毎日(土日祝日除く) 午前10時～11時		くるみ夢愛児園	☎ (72)6066
毎週金曜日 午前10時～11時30分		くるみの森愛児園	☎ (72)0854
毎日(土日祝日除く) 午前10時～11時30分		カトリック玖珠幼稚園	☎ (72)1074

子育て支援センター いちごのきもち(睦福祉会) ☎ (72) 4860 開所時間 月～金曜日 午前9時～午後3時

日 時	行 事	日 時	行 事
3日(月) 午前10時30分～	節分 (まめまきごっこ)	17日(月) 午前10時30分～	英語の絵本の日
6日(木) 午前10時30分～	おひな様制作 【要予約:10組限定】	21日(金) 午前10時30分～	助産師講話
10日(月) 午前10時30分～	おひな様制作 【要予約:10組限定】	25日(火) 午前10時30分～	お誕生日会
14日(金) 午前10時30分～	絵本の日	27日(木) 午前9時30分～	身体測定

森自治会館 ☎ (72)1093

玖珠自治会館 ☎ (72)1511

日 時	行 事
12日(水) 午前10時30分～11時30分	♥おひな様つくり♥

日 時	行 事
20日(木) 午前10時30分～11時30分	新聞紙あそび

※わらべの館の行事は、本誌21ページで確認できます。

心豊かな世代が育つ 童話の里づくり

「友達がいるから」

くす星翔中学校 3年

秋好 優一

もしも、僕に友達がいなかつたら、どんな人生なんだろう。毎日楽しく遊べず、いつもひとりぼっちなのだろうか。きつと何かが起つても助け合つたり励まし合つたりすることも、互いに意見を出し合つて議論することも、けんかをしたりすることもないだろう。大人になって、友達がいなかつたら、僕の人生はきつとつまらないものだろう。でも、今の僕には友だちがいる。友達がいるから毎日楽しく遊べるし、ひとりではない。傍にいて助け合つたり励まし合つたりしている。友達は、毎日の生活の意味を作つてくれる。学校に行く理由は義務教育だからかもしれないけど、僕は友だ

ちがいるから学校に行く。

ある時、野球を通じて友達ができ、本気で思いを言い合え、悩みを言える関係になつた。

その友達と話しているなかで、ある疑問が出てきた。

それは「野球はなぜ『坊主』じやないといけないのか」ということだ。現状、野球は「坊主」が一般的だ。その背景は「坊主が伝統だから」「野球に専念するため」などの暗黙のルールに従つてきただことが想像される。

しかし、第105回全国高等学校野球選手権記念大会の優勝校は、坊主ではなく、メンバーの9割程度が自由な髪型だった。

僕はこの様子を見て、「こんな野球、憧れるな。」と思った。

自分も正直、坊主にしたくなかった。第一、坊主にしたところで野球がうまくなるわけではない。髪型と実力は関係ない。最近では坊主廃止、髪型自由化の高校も増えて

きている。

そう考えれば、いじめも同じだと思った。

いじめは昔からあつて、なくなるものではないから、今もいじめがあるのが「普通」と思うことやいじめはなくならないという暗黙の考え方、これがおかしいと思った。

「坊主にしなければ」とか「坊主じゃなくてもいい」とかではなく、お互いの個性や違いを認め合えばいいと思った。

いじめがあることを「普通」で終わらせるのではなく、助け合つていく社会、尊重し合う社会になればいいと思う。

僕は、友達とこんな話をしながら、たくさんのこと気に付いた。もし、僕が友達と本気で思いを言い合える関係でなかつたら、こんなことに気が付けなかつたと思う。何気ない日常生活の中で、疑問を感じることも議論することもなかつたと思う。

そして、「おかしい」とさえ感じず、いつの間にか差別をしてしまつていたかもしれない。

僕は、今年の夏、「少年の翼」という研修に参加した。

そこで歌った歌がある。その歌

詞の中に、

「ともだちになるために、ひとは
であうんだよ」

「だれかをきずつけてもしあわ
せにならない」

「だれかをきずつけてもしあわ
せにならない」という言葉がある。

だから、これからも友達を大切
にしていきたい。

この人権作文について、意見や感想、激励など、お寄せください。また、みんなの投稿もお待ちしています。

わたしたちをとりまく様々な不合理や差別性について気づいたことや感じたことを1~200字程度にまとめて、住所、氏名、連絡先電話番号を記入して(匿名も可)、玖珠町教育委員会社会教育課「あなたの権利・わたしの権利」までお届けください。



お誕生おめでとう (敬称略)

氏名	届出人	自治区名
加藤 潤	聖人	田の平
河野 珠衣	辰哉	長野上
吉高 愛葉	遼	辰ヶ鼻2
木下 寧櫻	寿康	中島
田坂 伊織	宥人	けやき台
松岡実奈美	大知	金粟院
大森 律	聰	帆足本村5

にぎりめし

文:玖珠町長 宿利 政和

No.81



新年を迎え、先月12日、くすまちメルサンホールにて「令和7年玖珠町二十歳のつどい」を開催し、対象となる約130人が20歳の節目を迎えられました。

当日は、来賓祝辞などの式典に続いて、毎年好評をいただいている恒例の「中学校時代の恩師からのビデオレター」が放映され、個性あふれる恩師からのメッセージに、懐かしさが入り混じった歓声や笑いが出るなど、会場は大変にぎわいました。

玖珠町で20歳を迎える皆さんには、すでに大人の貫禄を感じさせるなど落ち着いた、また真面目な若者が多く、他県で見られるような過激なパフォーマンスもなく、今年も平穏な式典となりました。

私自身は、42年前に成人式に参加しましたが、その1週前に実母が他界したこともあり、仲が良い友人などとの食事会にも参加せず、楽しむことなく自宅へ直帰した記憶があります。

私の子どもの世代が20歳を迎えていました。「素晴らしい人生を歩んで欲しい」など、20年間大切に育ててきた親心に共感しながらも、課題の多い玖珠町ですが、地域や玖珠町を守り育てていくような、元気な若者として活躍して欲しいと願います。

20歳の節目を迎えた若者が、夢や希望を抱きながら、生まれ育った玖珠町で自信をもって暮らしてもらえるよう、私たち大人が今以上に頑張らなければ…と再認識した「二十歳のつどい」でした。

古いも若きも、皆さん、一緒に頑張りましょう！

動画がみられます



わたしの
メッセージは
こちらから。



おくやみ申し上げます (敬称略)

氏名	年齢	届出人	自治区名
衛藤 英敏	87	弘樹	坂口
瀧石 禮子	88	三郎	下泊里
高橋恵美子	93	敬司	元組下
陶山 和正	85	英二	内山
藤林タケ子	96	民也	元組下
工藤 正則	75	康子	広瀬
松山美代子	67	原田 恵	栄町2
大塚 正人	95	正池	の原
森本 静恵	93	三木敬子	上の市1
吉永都市江	88	隆志	玖珠園
臼木 幹雄	87	雅彦	西1

令和6年12月9日から令和7年1月8日までに届出のあった町内居住の出生児と死亡者
(ご家族が町報への掲載を希望された方のみ)

問 住民課 総合窓口班 ☎ (72)1113



くす町
概況

人口と世帯(前月比)

人口	13,802人	前月比	-6
世帯数	6,532戸	前月比	-8
男	6,670人	前月比	-5
女	7,132人	前月比	-1

※令和6年12月末現在

令和6年 交通事故の概況

地域別	人身事故 発生件数	物損事故 発生件数	発生件数 計	死(者) (人)	負傷者 (人)
北山田	2	48	50		2
森	3	51	54		3
中央		75	75		
玖珠	11	150	161	1	15
西部		13	13		
八幡		14	14		
山浦		10	10		
古後		5	5		
小計	16	366	382	1	20

2月の実弾射撃

危険ですから立入らないでください

実施日 ()は予備日	立入禁止時間		使用弾着地等()は予備	訓練区分 ()は予備
	自	至		
(1)	(14:00)	(20:00)	(第1弾着地)	(射撃)
2	7:00	20:00	第1・2弾着地	射撃
(3)	(6:00)	(20:00)	(第1弾着地)	(射撃)
(4)	(14:00)	(20:00)	(第1弾着地)	(射撃)
7~14	終日		全 域	訓 練
17~19	6:00	20:00	第1・2弾着地	射 撃
20	6:00	20:00	第1弾着地	射 撃
21	6:00	20:00	第1・2弾着地	射 撃
22	5:00	24:00	全域 (小岩扇地区を除く)	訓 練
23~26	終日		全域 (小岩扇地区を除く)	訓 練
27・28	終日		全域 (小岩扇地区を除く)	訓 練
	6:00	21:00	第1・2弾着地、扇山領収射場	射 撃

※  特に大きな音が発生する日

※演習場内は、許可(放牧・採草)を受けている人以外は立入禁止です。

 今月の納税 

2月分 納期限 2月28日(金)
※口座振替日 2月28日(金)

●固定資産税: 4期 ●介護保険料: 11期
●国民健康保険税: 11期 ●後期高齢者医療
保険料: 8期

問 税務課 納税班 ☎(72)1114

2月の

ごみ出し
カレンダー



ごみマチゴニゼロ運動

第2分別 (ガラス・陶磁器類・乾電池・蛍光管・電球など)
20日(木)山浦・小田・北山田地区
(四日市・十の釣を含む)
27日(木)日出生・八幡・古後地区
(池の原団地・井の尻を含む)

第3分別 (金属類・電気製品・飲料用以外の缶など)
6日(木)玖珠地区

第4分別 (発泡スチロール・食品トレイ・弁当ガラなど)
7日(金)森地区
14日(金)玖珠地区
21日(金)山浦・小田・北山田地区
(四日市・十の釣を含む)
28日(金)日出生・八幡・古後地区
(池の原団地・井の尻を含む)

古紙回収 (新聞紙・ダンボール・本・雑誌・その他紙類など)
1日(土)八幡・古後地区
(池の原団地・井の尻を含む)
8日(土)森・日出生地区(十の釣を含む)
15日(土)玖珠・小田地区
22日(土)北山田・山浦地区(四日市を含む)

 農業委員会 

農地の売買・賃借・転用許可申請を行う人は、受付締切日までに申請書を提出してください。

申請受付期間 / 2月25日(火)~28日(金)
開催日時 / 3月10日(月)午後1時30分
場所 / 玖珠町役場3階 大会議室

※上記の開催日時・場所は変更する場合があります。
農業委員会事務局にご確認ください。

問 農業委員会事務局 ☎(72)1175

2月の休日当番医と当番歯科 (市外局番0973)

休日当番医				当番歯科		
2月 2日(日)	高田病院	帆足	72-2135			
2月 9日(日)	矢原医院	九重右田	77-6121			
2月11日(火)	荒木医院	森	72-2466			
2月16日(日)	北山田クリニック	戸畠	73-2030			
2月23日(日)	長内科小児科胃腸科医院	帆足	72-2143	桑野歯科医院	日田	22-2556
2月24日(月)	玖珠記念病院	塚脇	72-1127	ごとう歯科医院	日田	22-0002
3月 2日(日)	麻生消化器科内科	山田	72-7100			



デジタル広報
(カタログポケット)で
たくさんの画像を
公開中!



玖珠町公式
アプリ



りんくす



玖珠町公式
LINE



るつくす

わが家のアイドル

2
がつ



成田 唯華さん
3歳のお誕生日おめでとう♡我が家のアイドル唯華☆これからも成長が楽しみだよ!

令和4年2月1日(月)公孝



武田 莉子さん
3歳の誕生日おめでとう♡毎日元気いっぱいでお喋りも上手になったね★
これからもすくすく大きくなってね♪

令和4年2月11日(月)好平



穴井 真桜さん
3歳おめでとう♡3人のお兄ちゃんたちと元気に育ってね★
我が家のかわいいお嬢様♡

令和4年2月18日(月)邦一



大谷 喜市さん
誕生日おめでとう！元気いっぱいわんぱく男子、大好きなおもちゃでたくさん遊ぼうね！

令和4年2月20日(月)伸宏



一村 咲来さん
3歳おめでとう！いっぱい喋れる様になつて楽しいね♪
大好きだよ★

令和4年2月25日(月)淳



二世 旭さん
2歳おめでとう♡消防車が大好きな旭。これからの成長が楽しみです♡

令和5年2月14日(月)悠汰



相良 奏多さん
かなくん2歳おめでとう♪おしゃべりも上手になつたね！お兄ちゃんと仲良く大きくなつてね★

令和5年2月20日(月)祐一



瀧石 旺磨さん
2歳のお誕生日おめでとう★よく笑いよく食べるお兄ちゃん。これからも元気に育つね♡

令和5年2月28日(月)徳己



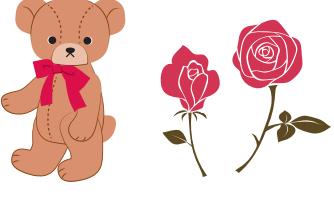
望月 美緒さん
1歳おめでとう！お兄ちゃんの抱っこにニコニコの美緒ちゃん♡元気いっぱい遊ぼうね！

令和6年2月3日(月)建輔



望月 美玖さん
1歳おめでとう！お兄ちゃんの歌にリズムをとる美玖ちゃん★みんな成長が楽しみだ！

令和6年2月3日(月)建輔



/// 掲載月に誕生日を迎える町内にお住まいのお子さま(3歳の誕生日まで)を広報くすで紹介しませんか? ///

写真、名前(ふりがな)、保護者の氏名、コメント(40文字以内)を添えてご応募ください。

入力フォーム(二次元コード)から送信または、みらい創生課 地域力推進班へお持ちください。

※ご持参いただいた写真の返却はできません。※紙面の都合により掲載できないことがあります。

※フォームで応募された方へは、送信完了メール(自動)が送られ、後日担当から確認のメールをお送りします。

確認のメールが届かない場合は、直接お電話でご連絡ください。※✉ koho@town.kusu.oita.jp からも応募できます。

3月号の
締め切り
2月10日(月)

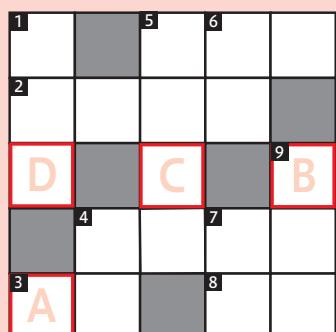


入力フォーム

プレゼント
付き!

クロスワード

ヒントを参考に□に文字をいれて
完成させよう！



1月号の答え
「ダイキチ」

ブ	ハ	カ	マ
ツ	ヤ	ク	ツ
カ	キ	ゾ	メ
イ	イ	イ	タ
オ	モ	チ	ダ

たてのかぎ
よこのかぎ

- 冬の朝は低く、夏の昼は高いものは？
- 頭隠して○○隠さず。
- 上から読んでも下から読んでも同じ言葉、文章のこと。
- 気持ちを引き締めて物事に当たる時に正す服の一部は？
- 絵をかくことを専門の仕事とする人。
- 今年、ドラマにもなった江戸のメディア王と言えば○○○重三郎。

- 相撲や歌舞伎など客席が満員になること。
- 春の七草は○○、ナズナ、スズナ、スズシロ、ホトケノザ、ゴギョウ、ハコベラ。
- 旧型の反対。型や体裁、方式が新しいこと。
- しょうゆ、本みりん、砂糖から作る、そばつゆの基本となる調味料のこと。
- 寝るとき、蚊を防ぐために吊り下げて寝床をおおうもの。

答え A B C D

ハガキにキーワードと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、今月のお気に入りの記事を書いて下記にご応募ください。

〒879-4492 玖珠郡玖珠町大字帆足268番地の5
玖珠町役場 みらい創生課

2月15日(土)まで消印有効

こちらの二次元
コードからもご
応募できます▶

