

危険物取扱者の資格は、一定数量以上の危険物を貯蔵、または取り扱う工場、ガソリンスタンド、石油貯蔵タンク、タンク

危険物取扱者試験準備講習会を行います

みんなを いち いち きぼう 守る119

柏屋南部消防本部

ローリーなどの施設で危険物を取り扱うときに必要です。

10月13日(土) 9時～17時

場所 柏屋南部消防本部4階研修室(志免町大字由尊1-70)

講習科目 乙種第四類

定員 60人(先着順)

受講料 一般 6千円
(テキスト・例題集含む)
防火協会会員 5千円
(テキスト・例題集含む)

申込方法 柏屋南部消防本部予防課危険物係に申し込み(土日祝日を除く)



- ① 万引き 1件
- ② 自販機ねらい 1件
- ③ オートバイ盗 1件
- ④ 自転車盗 1件

平成30年6月の身近な犯罪発生件数 4件

警察署だより

柏屋警察署

万引きは犯罪です

万引きをしない させない 見逃さない

防犯カメラを設置しましょう。

自販機ねらいに注意

お願い

①不審な人・車を見かけたら110番してください。

②光センサーや警報器など防犯装置を付けましょう。

柏屋警察署 0305-0110

わくわくデイサロン 9/16～10/15

65歳を過ぎたら介護予防を始めませんか。初めての人大歓迎!

- 9月スケジュール
- 19日(水) 手工芸 ※定員25人 講師 須恵町ボランティアスタッフ 自己負担金 500円
 - 21日(金) クッキング ※定員25人 講師 須恵町ボランティアスタッフ 自己負担金 300円 ※場所は役場2階調理室
 - 26日(水) 運動教室 ※定員20人 講師 正信会水戸病院 職員 自己負担金 なし
 - 28日(金) わくわくミュージック(ハンドベル) ※定員30人 講師 高間 美奈湖 先生 自己負担金 なし

- 日時 水曜・金曜 9時50分～11時20分
- 場所 地域活性化センター(オイコス)
- 申込資格 65歳以上で町内に住所を有し、要介護認定を受けていない人
- 健康福祉課 ☎932-1493(ダイヤルイン) ☎932-1151(内線125)

- 10月スケジュール
- 3日(水) ケアピクス ※定員30人 講師 林崎 万里子 先生 自己負担金 なし
 - 5日(金) 大正琴 ※定員30人 講師 嶋 文子 先生 自己負担金 なし
 - 10日(水) ほのほの体操 ※定員30人 講師 高濱 弥生 先生 自己負担金 なし
 - 12日(金) フラワーアレンジメント ※定員50人 講師 花ののぐちスタッフ 自己負担金 700円

17時まで ※電話での申込受付は行いません。

申込期限 10月5日(金)17時まで(土日祝日を除く)

柏屋南部消防本部予防課危険物係 0305-1167

商工会だより

須恵町軽トラ市「農ついで」出店者募集

10月および11月に開催する須恵町軽トラ市の出店者を募集します。たくさんのお店をお待ちしています。

日時 第2回10月21日(日) 第3回11月18日(日)

※いずれも9時～13時 雨天決行

場所 アザレアホール須恵 裏駐車場

募集数 50台

出店者資格 開催趣旨に賛同し、出店を希望するもの(露天商の人の出店は固くお断りします。)

出店内容 出店品目は原則自由 ※ただし、開催趣旨に反すると主催者が判断した場合にはお断りします。

スペース 出店料 5m×5m 2千円/区画

※商工会会員は無料

申込期限 各回、開催日の1か月前まで

申し込みおよび問い合わせ 所定の申込用紙での申し込みとなります。詳しくは、須恵町商工会までお問い合わせください。

事業場内最低賃金の引上げ額	引き上げる労働者の数	助成上限額	助成対象事業場
30円以上	1～3人	50万円	事業場内最低賃金が1,000円未満の事業場
	4～6人	70万円	
	7人以上	100万円	
40円以上	1人以上	70万円	事業場内最低賃金が800円以上1,000円未満の事業場

生産性向上に向けた支援 事業業務改善助成金

最低賃金改定前に早めの申請を、企業の生産性向上に資する設備・器具の導入、経営コンサルティング実施などの業務改善を行うとともに、事業場内の最低賃金(事業場内で最も低い時間給)を30円以上または40円以上引き上げる中小企業・小規模事業者に対し、その業務改善に要した経費の一部(7/10)を助成します。(左表参照)

申請窓口 福岡労働局雇用環境・均等部企画課 411-4717

朝ごはんはどうして食べるの?

朝ごはんには、体内時計をリセットする役目があるといわれています。人には、1日周期でリズムを刻む体内時計が備わっています。1日は24時間ですが、私たちの体の中にある体内時計は24時間10分や、24時間30分といわれています。体内時計は毎日リセットしないと、刻まれる時間がどんどんズレてしまいます。この体内時計の針が狂うと、睡眠障がい、うつ病、肥満、糖尿病などの発症につながるリスクがあるといわれていますよ。

健康コラムニスト え子の部屋

こんにちは、すえ子です。今年の夏は猛暑続きでしたが、皆さん、毎日きちんと朝ごはんを食べていますか? 朝ごはんを食べることは、規則正しい生活の第一歩! そこで、今月は「朝ごはん」をテーマにお話しますね。

体内時計は、光と食事の刺激で日々リセットされています。体内時計をリセットしやすくするには、朝起きてすぐにごはんを食べることが重要。栄養学的にも、栄養素の吸収は朝からお昼ごろまでが良いといわれているので、朝ごはんは起床後1時間以内に摂ることをおすすめします。

朝ご飯をおいしく食べるポイントの1つとして、寝る2時間前までに消化の良い食材(主食ならそばや麦ご飯、おかずには食物繊維の多い緑黄色野菜や根菜など)を摂ることも大切。

遅い時間に、ラーメンや丼ものなどカロリーが高く脂肪分が高いものを食べて寝ることはやめましょうね。次の日の朝ご飯がおいしく食べられない原因にもなってしまうですよ。

健康福祉課 ☎687-1530 (ダイヤルイン)

朝ごはんを食べて

朝ごはんを食べて