

おうち体操のススメ!



▷高齢者支援係 (☎223局3536)

家の体操で筋力低下を
ふせぎましょう。
毎日の積み重ねは
貯筋につながります。



～心身がこわばってきていませんか～

新型コロナウイルスの感染が広がっており、緊急事態宣言が全国に拡大されました。不要不急の外出を自粛し、家で過ごすことが多いと、心身ともに疲れがでてきているのではないのでしょうか。

感染症予防を継続しながらも、心身の健康を維持していくためには、家でも体や口を動かすことが大切です。地域交流サロンや公民館体操の休みが長く続いています。次に皆さんで集まるときには、以前と変わらず元気に楽しく活動できるように準備しておきましょう。

今回は、家でも簡単に取り組めるストレッチを紹介します。

けんこうこつ

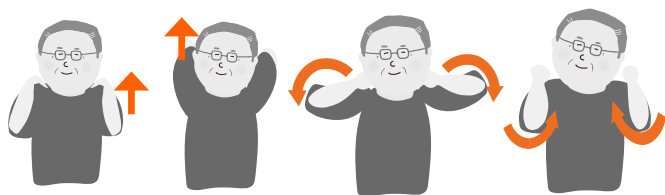
肩甲骨まわりのストレッチ



肩や背中の筋肉が硬くなると、こりや痛みを引き起こします。これを予防するためには、肩甲骨を開閉する体操で肩回りの血行をよくすることがポイントです。肩や肩甲骨まわりを動かすことは、緊張感をほぐすことにもつながります。

【方法1】

- ① 椅子にしっかりと腰掛けて座る
- ② 両手の指先を肩にのせる
- ③ 肩甲骨を使うようにして、肘を前から上、横とゆっくり回していく



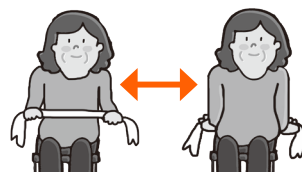
※前まわり、後まわりを10回程度、1日2～3セットを目安に行いましょう（自分のペース、無理のない範囲で行ってください）。

【注意事項】

- 転倒予防のため椅子に座り、まわりに物が無いような安全な環境で行ってください。

【方法2】 肩を回すことが難しい場合は、次の方法でもストレッチを行えます。

- ① 両手を体の前に組んで、胸の前に伸ばす
- ② 両手を体の後ろで組んで、ひじを伸ばしたまま胸を張る
- ③ ①・②をくり返し行う
タオルを使って行うことも効果的です。



そのほか、いつもより時間をかけて掃除をしたり、散歩をしたり、なるべく階段を使うなどの日常生活でしっかりと動くことも、健康の維持に効果的です。これからの時期は、衣替えをして心身ともにリフレッシュするのも良いかもしれません。今よりも少し多く体を動かすことが健康への第一歩です。

～介護や認知症の相談はまず電話で～

介護や認知症に関する相談は、まずは電話で相談してください。
少しでも「3つの密(密閉・密集・密接)」の時間を減らすことで、感染症予防につながります。

くらしの情報

問い合わせ（市外局番093）

役場・教育委員会	☎ 223-0881 (代)	山鹿公民館	☎ 223-1892
町民会館	☎ 223-0731	芦屋東公民館	☎ 222-1981
芦屋中央病院	☎ 222-2931	総合体育館	☎ 222-0181
中央公民館	☎ 222-1681	芦屋釜の里	☎ 223-5881
図書館	☎ 223-3677	芦屋歴史の里	☎ 222-2555

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによって、変更・中止となる場合があります。

相談

人権生活相談所の相談方法が変わります

毎月2回の定例相談を各公民館または役場で行っていましたが、新型コロナウイルス感染症対策のため、当面は電話で相談に応じます。

▽相談内容 人権に関することや生活・就職・進学相談など

▽受付時間 午前9時～午後5時

※直接相談員に連絡してください。

◎橋本相談員（幸町8番18号 ☎ 223局3203）

◎土肥相談員（高浜町21番18号 ☎ 222局0044）

成年後見制度の利用促進へ向けた新たな取り組みを開始

【成年後見制度とは】

認知症や知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が不十分な人は、生活費の管理がうまくできなくなったり、悪質な訪問販売で必要のない物を買わされたりするなどの問題が出てくる場合があります。このよ

うな人の権利や財産を守る制度です。

【成年後見制度に関する相談】

令和2年4月から遠賀郡3町（芦屋・岡垣・遠賀）は「北九州市成年後見支援センター」と連携し、成年後見制度に関する相談体制を整えました。

▽利用方法 電話または面談

▽とき 午前9時～午後5時

※土日祝・年末年始は休み

▽ところ 北九州市成年後見支援センター（戸畑区汐井町）

▽対象 町内在住の人とその家族

▽費用 無料

▽問い合わせ 北九州市成年後見支援センター（☎ 882局9123）

【無料出張相談】

北九州市成年後見支援センターの職員（社会福祉士など）が相談に応じます。

▽とき 5月27日（金）・午後2時～5時

※1人1時間以内

▽ところ 遠賀町中央公民館（遠賀町大字今古賀）

▽対象 町内在住の人とその家族

▽定員 3人（先着順）

▽費用 無料

▽申し込み 5月7日（金）から遠賀町地域包括支援センター（☎ 293局1234）

※2カ月に1回、遠賀郡3町出張相談が行われます。

【今年度の芦屋町開催予定】

7月・令和3年1月

※開催日時などは広報あしやでお知らせします。

▽問い合わせ 高齢者支援係（☎ 223局3536）

おしらせ

マイナンバー（個人番号）の通知カードが廃止されます

平成27年10月より皆さんに交付しているマイナンバーの「通知カード（顔写真付きでない緑色の紙のカード）」は、5月下旬をもって廃止されます。廃止後は、記載事項の変更や再交付ができません。通知カードの住所変更などは、廃止前に行ってください。

マイナンバー制度は継続されます。通知カードに記載されたマイナンバーは引き続き使う番号ですので紛失しないように注意してください。

廃止日以降に出生などにより新たにマイナンバーが付番される人には、マイナンバーをお知らせする通知書が送付されます。

▽問い合わせ 住民係（☎ 223局3531）



おしらせ

芦屋中央病院跡地の検討を一旦中断します

芦屋中央病院跡地の活用は、令和元年度から2力年かけて検討を行う予定としていました。

元年度は、地元住民や各種団体の代表者などによる「ワークショップ」、有識者や各種団体代表者などで構成される「芦屋中央病院跡

地検討委員会」、民間事業者への「サウンディング調査（※）」などを行いました。

サウンディング調査の結果、有効な跡地活用策の提案はありませんでした。また、病院跡地に接する芦屋港レジャー港化の進捗により、跡地活用の可能性が向上することから、検討を一旦中断し、事業の状況を踏まえて再度検討を行うことになりました。

（※）サウンディング調査（対話型

魅力を活かし みんなでつくる 元気なあしや 皆さんの手によるまちづくりを支援します

【人材育成事業補助制度】

「人材育成事業」は、まちづくりを担う人材の育成と、皆さんの取り組みによるまちづくりを支援する制度です。「周りの人に役立つこんな取り組みをしたい」「こんな文化を残していきたい」といった思いで、まちづくりの活動を行う皆さんを支援していこうとするものです。

人材育成事業を使って、あなたやあなたのグループの思いを実現してみませんか。

▷対象事業 まちづくり推進事業（町の名産品づくり、町内美化活動、伝統文化の保存活動、イベントなど、いきいきとした芦屋町、元気な芦屋町をつくるための実践的活動）

▷対象者 町内に住んでいるまたは勤務している20歳以上の人やグループ

▷補助額 事業費の4割以内で、限度額は20万円

▷問い合わせ 企画係（☎223局3570）

市場調査」とは、町有地などの有効活用に向けた検討にあたって、活用方法を民間事業者から広く意見、提案を求め、「対話」を通じて市場性などを把握する調査です。

▽問い合わせ 地方創生推進係（☎223局3571）

危険なブロック塀などの撤去費を一部補助します

地震などにより倒壊したブロック塀などが、人命に危険を及ぼしたり、緊急車両の通行を妨げたりすることを防ぐため、撤去費の一部を補助します。



今年度が補助の最終年度となりますので、ぜひご検討ください。

▽申請 正式に申請する前に町との協議が必要です。申請前に工事の着工を行った場合は補助の対象になりませんので注意してください。

▽補助対象期限 令和3年3月31日

日

※工事は申請年度の2月末日までに完了する必要があります。

▽補助対象物 町内に存在する道路に面する高さが1m以上のブロック塀など

▽補助対象者 ブロック塀などの撤去を行う所有者または管理者

▽補助対象工事 補助対象となるブロック塀などを全部撤去または高さが1・2m以下にする工事

▽補助額 補助対象工事に係る費用の2分の1（上限10万9千円）

※補助には一定の要件があります。詳しくはホームページまたは企画係へ問い合わせてください。

▽問い合わせ 企画係（☎223局3570）

入札参加資格申請を郵送でも受け付けます

令和2年度、3年度に町が発注する、建設・下水道管更生工事と測量・建設コンサルタント業務の入札参加資格申請を今回に限り郵送でも受け付けます。



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため可能な限り郵送での申請に協力してください。

▽とき 5月7日（金）～6月5日（金）

▽資格の有効期限 8月1日～令和4年7月31日の2年間

※提出要領などの詳細は、町のホームページに掲載しています。

▽問い合わせ 契約管財係（☎223局3576）





軽自動車税（種別割）の納税通知書は届きましたか

▷問い合わせ 課税係（☎223局3534）

軽自動車税（種別割）は、4月1日現在にバイクや軽四輪を所有している人に課税されます。納税通知書を所有者に送付しましたので、確認してください。

納付期限は6月1日（日）です。口座振替の場合は、5月25日（日）に引き落としになります。

○軽自動車税（種別割）の減免

障がい者本人や生計を一緒にする人が、軽自動車を障がい者の通院などに使用する場合は、軽自動車税（種別割）が減免されます。

※一度申請した車両でも、毎年申請が必要です。

※障がいの程度によって減免できない場合があります。

※減免を受けることができる台数は1台です（普通自動車との併用で減免はできません）。

※令和2年度に軽自動車（種別割）の減免を受けた場合、年度途中で普通自動車に変更しても、令和2年度中の普通自動車での減免を受けることはできません。

▷申請期間 5月7日（日）～6月1日（日）

▷必要書類 ①軽自動車税（種別割）減免申請

書（税務課にあります） ②軽自動車税（種別割）納税通知書 ③身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳・戦傷病者手帳 ④減免申請車両を運転する人の運転免許証 ⑤納税義務者の印かん ⑥納税義務者の個人番号（マイナンバーカードまたは、通知カード）または法人番号が分かるもの

具体的には次の書類が必要です。

個人番号の確認	通知カード、またはマイナンバーが記載された住民票
身元確認	運転免許証などの顔写真つき 公的身分証明書1点 ※顔写真なしの書類は2点 (健康保険証、年金手帳など)

※マイナンバーカードを提示すれば、本人のマイナンバーの確認と本人の身元確認がカード1枚でできます。

※代理人が申請する場合は、委任者のマイナンバーの確認と代理人の身元の確認とともに委任状などが必要です。

芦屋町の松を守るため、松くい虫防除を行います

●地上防除

▽とき 5月15日（金）・午前4時30分
ごろ～午後2時30分ごろ

▽防除区域 ①夏井ヶ浜はまゆう公園 ②洞山・堂山 ③魚見公園・マリンテラス芦屋・梅林公園 ④白浜保安林・芦屋海浜公園・浄化センター周辺・芦屋小学校内 ⑤鶴松墓地・鶴松保安林・浜口県営住宅周辺・芦屋東小学校内・高浜町営住宅・緑ヶ丘町営住宅・芦屋東公民館周辺・子育て支援センター周辺（図の太枠内参照）

▽問い合わせ 農林水産係（☎223局3544）

●航空防除

▽とき 5月15日（金）・午前5時～8時30分ごろ

▽防除区域 航空自衛隊芦屋基地内
▽問い合わせ 航空自衛隊芦屋基地教務課（☎223局0981）

●注意点（地上防除・航空防除共通）

◎防除当日は、松の木周辺の空き地に車などを駐車しないでください。
◎安全性の高い薬剤を使用していますが、飲食物や洗濯物、鳥かごなどに薬剤がかからないよう、家の中に入れ、窓は締め切ってください。
◎雨天などの場合は、翌日以降に延期します。





100円で町内を移動しよう!

芦屋タウンバス・北九州市営バス



6月1日から令和5年3月31日まで、町内全区間のバスの運賃を100円とする試行運行を行います。

バスの利用促進と町内活性化を目的としています。令和5年度以降の実施は、試行運行での利用状況を踏まえて検討します。皆さんおおいにバスを利用してください。

▷対象バス 芦屋タウンバス・北九州市営バス

▷対象区間 町内全区間

【例1】芦屋タウンバス

芦屋中央病院玄関前⇄芦屋競艇場入口

【例2】北九州市営バス

第二粟屋⇄芦屋中央病院下

▷運賃 100円

※小学生と障がい者は半額の50円

※回数券100円券の販売はありません。

▶問い合わせ 地域振興・交通係

(☎223局3539)



芦屋町オリジナルポロシャツを販売します

町のPR・イメージアップを図るため、オリジナルポロシャツを制作・販売しています。

昨年ご好評いただいた2019年デザインのポロシャツを、今年も下記販売場所で購入できます。背中に芦屋釜をモチーフとしたデザインをあしらっており、素材はメッシュです。サイズによっては売り切れになる場合がありますのでご了承ください。

▷価格 1着1200円(消費税込み)

▷色 黒

▷サイズ SS、S、M、L、LL、3L、4L、5L

▷販売期間 9月30日(金)まで

▷販売場所 ・芦屋町観光協会(☎221局1001)・生き活き市場 GoodSmile はまゆう(☎223局2525)・てのや商店(☎223局0050)・福島スポーツ(☎223局1723)・マリントラスあしや(☎223局1081)

※役場とかねやす芦屋店では販売しませんので、注意してください。

▷問い合わせ 地方創生推進係(☎223局3571)

デザイン

- ・色：黒のみ
- ・胸ポケットあり
- ・ボタンダウンなし

フロント



バック



広告

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようにしました!

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1

「宝くじ公式サイト」を検索!メールアドレスの登録(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録(仮登録)します。

STEP2 会員情報の入力(会員登録)

- 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了

宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続きSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認ください。おかけ間違いのないようお願いいたします。

広告

芦屋歴史紀行

その二百八十八

吉田家の男達 ⑤

吉田磯吉がいた時代・大正デモクラシーと普通選挙

ここに小冊子がある。50ページ、サイズはほぼB6(約12cm×18cm)大で、衆



議院議員時代の吉田磯吉が昭和2(1927)年に制作したものである。題は「普選に直面して」とある。内容は、普通選挙法がやさしく具体的に解説されている。磯吉が直接関与した印刷刊行物は珍しく、また貴重な資料であるので紹介したい。

まずは、冊子が制作された時代の外観を見ていきたい。すべての帝国主義列強が二手に分かれて争った第一次世界大戦(1914年)は世界史の大きな画期となった。ヨーロッパの地が戦乱の地と化している間に、日本はアジア支配に乗り出し、韓国・中国のみならずシベリアまでも勢力範囲に収めるべく帝国主義的膨張行動を行っていた。

この時日本帝国主義は内に一つの芽を生み出した。大正デモクラシーである。これは、日露戦争(1904年)後から大正末期(1926年)こ

ろ)に至る四半世紀間の、政治・社会・文化の諸分野にわたっての民主主義的、自由主義的傾向を指す。その推進力となったのは政治的市民的自由を求める民衆運動であった。取りも直さず、明治維新から続く薩摩と長州の藩閥官僚政治勢力を主軸とする明治憲法体制を、議会中心の政党政治に変えることが大正デモクラシーの課題であった。

ロシア革命以来の世界的なデモクラシー機運の流入のもと、国内の労働者・婦人・学生・市民の普通選挙権希求運動が急速に広まっていた。昭和3(1928)年の春に、実施の普通選挙によって選ばれた議員と政党政治、言論の自由の上に立脚する民衆運動。これらの展開によって、民衆に支持基盤を持たぬ藩閥官僚勢力による統治は不可能となった。平民宰相と呼ばれた原敬政友会内閣の成立後、政党内閣の時代が到来する。しかしデモクラシーの春は短く、政党勢力は明治憲法体制を革新して議会中心主義の制度を確立することはできなかった。昭和6(1931)年の満州事変勃発後、大正デモクラシーは軍の暴走による戦争とファシズムの前に没落の道を歩むこ

ととなった。

磯吉は大正4(1915)年に初当選し、昭和7(1932)年に衆議院議員を勇退している。磯吉が所属した憲政会は、公約の一番に無条件の成人選挙権論を唱えていた。憲政会の政権獲得後、普通選挙法は大正14(1925)年に成立した。小冊子の序において「顧みれば、私達は非常な努力を以て普通選挙の法律を作り上げた。」更にあとがきでは「普通選挙法が、我國の議会を通過して法律となつて実施されるまでには、随分長い年月と国民幾多の苦難を経た。」中略「普選の要求は、国民の声として益々燎原の火の如く猛烈を加えて来た。而して、各政党はこの国民的大運動に対して賛否の応答に悩まされた。或いは態度の豹変、或いは党の分裂まで賭して戦った。しかも、大勢の赴くところ遂に大正14年の春、この法案は貴衆両院を通過した。本案が初めて議会に提出されてから実に23年を経たのである。」政権党の重鎮であった磯吉ならではの言葉であろう。

※「普選に直面して」を紹介頂いた玉井行人様に感謝申し上げます。

(芦屋歴史の里)

編集後記

▼4月から広報の担当になりました小田です。これまでは役場で使われるシステムやパソコンなどの維持管理に携わってききました。広報紙づくりは初めてですが、皆さんが読みやすい紙面づくりに取り組もうと思っています。町内に住んでいるので、取材以外のときでもお会いすることがあると思います。そのときは、気軽に声をかけてくださるとうれしいです。(小田)

▼新型コロナウイルス感染リスクのある中、終息に向け従事しているさまざまな立場の皆さんに感謝します。目に見えないウイルスと戦うのは、正直疲れます。ふと、感染拡大前の日常感覚に戻る時があり、その気の緩みが感染リスクを生じさせる時なんだと自分に言い聞かせています。役場では、職員の机を離し一定距離を保った上、ビニールを張って防御したり、定期的に換気を促すアナウンスが庁舎内に流れ、窓を大きく開けたりしています。また、職員から募った標語で作った注意喚起の看板を町内に設置したり、広報車で呼びかけたりして、皆さんへ予防対策に努めていただいております。気候も良くなりゴールデンウィークは気が緩みがちです。町に元氣を取り戻せるようになるまで、みんなと一緒にがんばりましょう。(鎌守)