

後期高齢者医療保険被保険者証を更新します



問い合わせ 国保年金課 公費医療係(☎内線305・315)  
ページID:22021



新しい被保険者証が届かない場合は問い合わせてください。ただし、保険料に納め忘れがある場合は通常より短い有効期間で交付することがあります。

**自己負担割合を確認しましょう**  
自己負担割合は前年中の所得をもとに判定します。通常1割ですが、同じ世帯の被保険者のいずれかの市町村民税課税所得が145万円以上の場合は3割となります。

本年度の被保険者証

被保険者証の見本・色	①	②
		
	水色	桃色
有効期間	本年8月1日～9月30日まで	本年10月1日～翌年7月31日まで
郵送時期	7月19日(火)～22日(金)	9月中旬 (広報だざいふ9月号でお知らせします)
郵送方法	特定記録郵便(郵便受けに直接投函)	

本年度は例年と異なり、自己負担割合を再判定しますので、新しい被保険者証を次のとおり2回郵送します。

※10月1日以降は、1割の人でも一定以上の所得がある人は2割になります。判定の基準は広報だざいふ本年3月号に掲載しています。

※例年、対象者のみに送付していた「基準収入額適用申請書」は本年度より申請不要となりました。7月に郵送する被保険者証(水色)はすでに基準収入額(自己負担割合1割)が適用されたものとなります。

国民健康保険被保険者証を更新します

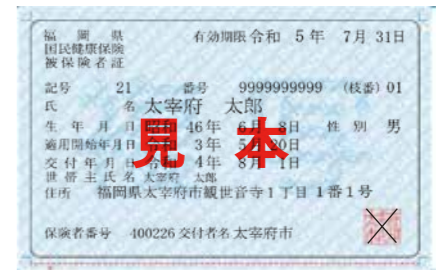
問い合わせ 国保年金課 国保年金係(☎内線312・313)



新しい保険証(青色)を6月下旬から世帯主宛てに簡易書留で郵送します。新しい保険証は8月1日から使用できます。古い保険証(ピンク色)は8月に入ってから細かく裁断して破棄してください。

不在などで受け取れなかった場合

- ・再配達を依頼
- ・筑紫野郵便局で受け取る
- ・不在連絡票・認め印・本人確認書類(運転免許証など)を提示してください。詳しくは筑紫野郵便局☎0570(943)384へ。
- ・市役所で受け取る



新しい保険証のイメージ

7月10日(日)を過ぎると市役所へ返送されます(返送に1、2日要する場合あり)。本人確認書類(運転免許証など)を国保年金課・4番窓口で提示してください。別世帯の人へ渡すことはできません。

※居住確認のため、郵便局に転送届(転居届)を提出していても転送されません。国保年金課で手続きが必要です。

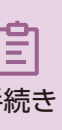
納税相談を実施しています

国民健康保険税に納め忘れがあると保険証が更新できない場合があります。期限までの納付が困難な場合、相談してください。

**場所** 市役所1階 納税課・11番窓口(☎内線334・335)

国民健康保険限度額適用認定証の更新には手続きが必要です

問い合わせ 国保年金課 国保年金係(☎内線311・320)



国民健康保険限度額適用認定証(以下認定証)とは、各世帯の支払限度額区分が記載された認定証のことです。これを医療機関窓口で提示することにより、医療費の支払いが限度額までとなります。

毎年、所得により自己負担限度額を判定するため、現在手元にある認定証は7月末日で有効期限が切れます。8月以降に認定証を使用する場合、更新手続きが必要です。

**申請場所** 市役所1階 国保年金課4番窓口

**必要書類**  
・認定証が必要な人の保険証  
・市役所に来られる人の本人確認書類(運転免許証など)  
・長期入院している住民税非課税世帯の人は領収書など、過去12カ月間で90日以上入院していることが分かる書類

**申請期間** 6月27日(月)～本年7月15日までに申請した人の認定証は7月下旬に郵送します。

収入の減少や失業で国民年金保険料の納付が困難な場合、申請して認められれば保険料の全額または一部が免除となる制度や納付が猶予される制度が利用できます。

これらを受けず保険料が未納の状態が不慮の事態が発生すると、障害基礎年金遺族基礎年金が受けられない場合があります。

**対象の保険料** 令和4年7月～令和5年6月分まで

**申請場所** 市役所1階 国保年金課5番窓口

**必要なもの** ①年金手帳または基礎年金番号通知書②本人確認できる書類(運転免許証など)③離職者は離職票など

※免除(猶予)された保険料は10年以内に後から納めることができますが、3年度目から保険料に加算額が上乘せられます。

7月1日から国民年金保険料の免除申請を受け付けます

問い合わせ 国保年金課 国保年金係(☎内線359)



後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証等を更新します

問い合わせ 国保年金課 公費医療係(☎内線305・315)



現在手元にある限度額適用認定証(※1)や限度額適用・標準負担額減額認定証(※2)(以下認定証等)の有効期限は7月31日です。本年度も対象者に新しい認定証等を被保険者証とは別に7月下旬に郵送します。

現在手元になくて新たに交付を希望する人は、市役所で申請手続きが必要です。詳しくは問い合わせてください。

※1:事前に医療機関窓口で提示すると医療費の自己負担額が限度額までとなります。入院時の食費・居住費の負担も減額される場合があります。

※2:負担割合が3割の人で所得が一定額未満の人に発行します。

※3:世帯全員が市町村民税非課税に該当する人に発行します。

後期高齢者医療保険料を確認しましょう

問い合わせ 国保年金課 公費医療係(☎内線305・315)



被保険者の皆さんへ「令和4年度後期高齢者医療保険料額決定通知書」を7月12日(火)～15日(金)の期間に送付します。ご確認ください。

低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)を支給します

問い合わせ 保育児童課 児童福祉係(☎内線316)  
ページID:21897



新型コロナウイルス感染症に伴うひとり親世帯への支援として、給付金を支給します。

**対象者** 本年3月31日時点で18歳未満の児童(または20歳未満の障がいを持つ児童)を看護・養育しているひとり親で、次の①～③のいずれかに該当する人

①本年4月分の児童扶養手当を受給する人

②公的年金などを受給し、本年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人

③新型コロナウイルス感染症の影響により収入が児童扶養手当を受給する人と同じ水準となった人(児童扶養手当を受給していない人を含む)

**給付額** 対象児童1人につき5万円

**申請方法**  
対象者①は申請不要。6月下旬に児童扶養手当定例振込口座に振り込みました。対象者②、③は市へ申請書類を提出してください。詳しくはホームページを確認してください。

木造戸建て住宅の耐震改修工事への補助を行っています

問い合わせ 都市計画課 都市計画係(☎内線466) ページID:3512



- 対象になる工事**
- ①建物全体または1階部分を補強する工事およびこれに伴う耐震設計 ※現に居住者がいる、または工事後速やかに居住できること
  - ②耐震シェルターなどの設置 ※高齢者などが居住していること
  - ③住宅を除却(解体)して耐震性のある住宅に住み替えたり建て替えたりする場合の住宅の除却工事 ※現に居住者がいること
- 対象になる住宅**
- 次の①～③のすべてに該当する住宅。
- ①昭和56年5月31日以前に建築または着工した市内の木造戸建て住宅
  - ②耐震診断で耐震性に乏しいと判定されたもの
  - ③本制度による補助金の交付を過去に受けていないこと
- ※補助申請前に契約した工事は対象外です。
- ※令和5年2月までの工事完了が条件です。

地震に強い安全・安心な太宰府市のまちづくりのため、木造戸建て住宅の耐震改修および耐震シェルターの設置費用、住宅の除却工事費用の一部を助成します。

**補助金額**

- ・ ①は工事費の50%(上限60万円)
- ・ ②は工事費の46%(上限30万円)
- ・ ③は工事費の23%(上限30万円)

**募集件数** 3件程度(先着順) ※市予算の範囲内で補助します。

本市では耐震診断を行っていますので、専門の業者に相談してください。

**耐震診断の問い合わせ先(参考)**

- ・生涯あんしん住宅 住まいの安心リフォームアドバイザー派遣事務局 ☎(582)8061
- ・(一社)福岡県住宅リフォーム協会事務局 ☎0120(782)783

あなたのための支援があります  
～孤独・孤立対策ウェブサイト「あなたはひとりじゃない」のお知らせ～

問い合わせ 福祉課 福祉政策係(☎内線363) ページID:21852



一般向けページ

- ・悩みに対応する国の支援制度・相談窓口を紹介
- ・よくある質問
- ・専門家からのヒント



HP <https://notalone-cas.go.jp/>

あなたのための支援があります

制度・窓口を探す

あなたはひとりじゃない  
内閣官房 孤独・孤立対策担当室

18歳以下向けページ

- ・悩みに対応する相談窓口を紹介
- ・悩みを抱えている人の質問や回答



HP <https://notalone-cas.go.jp/under18/>

18歳以下のみなさんへ

悩みを相談できる窓口をご紹介します

探してみる

あなたはひとりじゃない  
内閣官房 孤独・孤立対策担当室

だれにも頼れずひとりで悩みごとをかかえていますか。孤独・孤立対策ウェブサイトでは、いくつかの質問に答えることで約150の支援制度や窓口の中からあなたの状況に合った支援を探ることができます。

※ウェブサイトに関する意見・要望については、内閣官房 孤独・孤立対策担当室 ☎03(5253)2111へ。

緑化費用の補助を行っています

問い合わせ 都市計画課 景観・歴史のまち推進係(☎内線424・425)



**歴史的市街地の緑化推進事業**  
歴史的風情が次第に失われつつある門前・どんかん道参詣道・日田街道の道沿いへの新規緑化に対する費用の一部を補助します。

**生垣推進補助金制度**  
公道に面した部分に生垣を作る場合、費用の一部を補助します。

**対象要件**

- ・市内全域で公道に直接面した部分
- ・全長3m以上連続して設置する生垣(常緑樹のみ)で外部から眺望できるもの

**補助金額**

- ・延長3m以上4mまでは5千円
- ・4mを超える部分は10cmごとに200円を加算した金額

※市予算の範囲内で補助します。

**対象要件**

- ①A、Bを全て満たす範囲
- A：図に点線で示す道筋沿い【日田街道・どんかん道・参詣道】
- B：Aの道路境界から5mの範囲の塀などで遮断されず外部から容易に眺望できる部分

**補助金額**

補助対象経費の3分の2で市予算の範囲内交付決定までに1～2カ月程度を要します。契約・着工は交付決定日以降にしてください。

太宰府市国土強靱化地域計画のパブリック・コメントを募集します

問い合わせ 防災安全課 防災対策係(☎内線519・531) ページID: 21993



大規模災害から市民の生命・財産、地域社会を守るため、市民や事業者などおよび国や県と一体となって推進する「太宰府市国土強靱化地域計画」の素案を作成しました。市民の皆さんの意見を募集します。

**素案公表・意見募集期間**  
7月1日(金)～31日(火)まで

**素案の公表方法・場所**

- ・市ホームページ
- ・次の市内公共施設に設置  
市役所、いきいき情報センター、プラム・カルコア太宰府(中央公民館)、上下水道事業センター、文化ふれあい館、太宰府館、南隣保館、総合福祉センター、太宰府南コミュニティセンター、総合体育館(とびうめアリーナ)、子育て世代包括支援センター(うめっこテラス)、男女共同参画推進センターミナス

**意見を提出できる人**

- ①市内に住所がある人
- ②市内に事務所や事業所を持つ個人、法人、その他団体
- ③市内の事務所や事業所に勤務する人
- ④市内の学校に在学する人
- ⑤本市に納税義務のある人
- ⑥利害関係があると認められる人

**意見の提出方法** 専用意見箱(上記の素案公表場所に設置)へ投かん、窓口、郵送、ファクス、メール。

※住所氏名を記入し、住所が市外の場合は「意見を提出できる人」の②～⑥の区分も記入してください。

**提出先** 防災安全課防災対策係  
〒818-0198 太宰府市観世音寺1-1-1(☎921)1601  
E: [bousai@city.dazaifu.lg.jp](mailto:bousai@city.dazaifu.lg.jp)



猫によるふん尿や鳴き声、ごみや庭を荒らされるなど多くの相談があります。そこで、飼い主のいない猫の過剰繁殖を抑えて被害を軽減させるため、不妊去勢手術に要する費用の一部を補助金として交付します。

本年度分は7月1日から受付開始！  
飼い主のいない猫の不妊去勢手術費の一部を補助します

問い合わせ 環境課 環境保全係(☎内線307) ページID:11653



不妊去勢手術が済んだことを示す耳先カット。オスは右耳、メスは左耳をカットします。

- 対象となる猫 生後6カ月以上の飼い主のいない猫。ただし次は対象外です。
・手術を施している猫
・他団体から補助、助成措置を受けて手術を施す予定の猫
補助対象者 市内に住所を有し、住民基本台帳に記録のある個人、市税に滞納がない人
補助対象手術
・不妊手術：卵巣または卵巣および子宮の全部を摘出して生殖を不能にする手術
・去勢手術：精巣を摘出して生殖を不能にする手術
※耳先カット措置を含む
補助金額
・オス：1頭につき1万5千円(上限)
・メス：1頭につき2万5千円(上限)

飼い主のいない猫にエサをあげている人へ 無責任な餌やりはやめてください！
置き餌に、ハエやゴキブリ、カラスが集まって不衛生
ふん尿が臭い、ふん尿で植物が枯れた
猫が爪をきして車に傷がついた
子猫が産まれて鳴き声がうるさい
餌やりによる近所トラブルで裁判になることもあります。

- 申請方法 次の書類(窓口・ホームページで配布)を環境課へ提出してください。①申請書②対象猫のカラー写真(全身と頭部の拡大写真)③対象猫が生息する地域を示した地図④飼い主のいない猫給餌等活動状況調査書⑤飼い主のいない猫不妊去勢手術費補助事業誓約書
注意点
・予算の範囲内で交付します。
・事前に申請し補助決定後に手術を受けさせてください。
・書類などに不備がある場合、受理されません。審査し不許可となる場合があります。
・一度に複数頭の申請はできません。



古都・みらい基金へのご協力  
ありがとうございました

申し込み・問い合わせ 経営企画課 企画政策係(☎内線548)

昨年度も古都みらい基金への寄附にご協力いただきありがとうございました。
令和3年度分積立金額 1,937,922円
(3) 太宰府を愛する人々の育成と支援に関する事業
本年度も太宰府を愛する多くの皆様のご協力をお願いします。
また、寄附金は「太宰府古都・みらい基金」推進会のご協力のもと募集を行っています。



令和5年太宰府市二十歳のつどい(仮称)  
実行委員募集

申し込み・問い合わせ 社会教育課 社会教育係(☎内線452) ページID:9943

20歳を迎える皆さんの中から二十歳のつどい(仮称)の企画・運営をする実行委員を募集します。
内容 令和5年1月8日(日)に開催する二十歳のつどい(仮称)の企画・運営
対象者 本行事の出席対象者で、8月から月1
募集人数 10〜12人程度
募集締切 8月12日(金)



令和4年度夏休み学習室開放について

問い合わせ 文化学習課 文化学習係(☎921)2101 ページID:22018

夏休み期間中、小学生・大学生の自主学習の場としてプラム・カルコア太宰府(中央公民館)の研修室会議室を開放します。
実施期間 7月21日(木)〜8月24日(水) ※休館日は除く。
実施時間 午前9時〜正午、午後1時〜5時 ※部屋はホーム※施設の空き状況により期間中も利用できない日があります。
※新型コロナウイルス感染症の影響による施設の閉鎖状況次第で中止する場合があります。



太宰府史跡水辺公園屋外プールの使用休止のお知らせ

問い合わせ スポーツ課 スポーツ係(☎918)5381

例年7月中旬〜8月下旬までオープンしていた太宰府史跡水辺公園屋外プールの今年の営業を中止します。
現在、総合体育館(とびうめアリーナ)をワクチン接種会場としていることによる駐車場確保や交通渋滞、また施設の劣化による改修費用の必要性などの点から使用休止とするものです。
開園を楽しみにしていた皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解とご協力をお願いします。
屋内プール、アスレチックジムは通常通り開園します。



サマーナイトペタンク開催！

問い合わせ スポーツ課 スポーツ係(☎918)5381 FAX(918)7070

Table with columns: 日 (Date), 時 (Time), 会場 (Venue). Dates: 7月23日(土), 8月20日(土). Times: 午後7時〜9時 (雨天中止). Venues: 学業院中学校, 太宰府東中学校, 太宰府西中学校, 太宰府中学校.

子どもから高齢者まで誰でもできるスポーツ「ペタンク」をみんなで一緒に体験してみませんか。
申込方法 参加者の氏名・住所・電話番号をスポーツ課へ電話、ファクスまたはメールしてください。
※元気づくりポイント対象事業です。(1回50ポイント)



小学生「ふれあい工作教室」受講生募集

問い合わせ 文化学習課 文化学習係(市民図書館) ☎(921)4646 FAX(921)4896

やわらかい針金を使って虫や花、動物などを作ります。ペンチで針金を曲げたりねじったりしてワイヤーアート体験をしてみませんか。
開催日時 7月30日(土) 午前10時30分〜1時
開催場所 プラム・カルコア太宰府(中央公民館)2階 研修室1
定員 16人
参加費 無料
申込期間 7月1日(金)〜26日(火)



「七夕まつり」を開催

問い合わせ 文化学習課 文化学習係(市民図書館) ☎(921)4646 FAX(921)4896

地域文庫の皆さんや福岡こども短期大学による「七夕まつり」を開催します。家族で楽しいひとときを過ごしませんか。
開催日時 7月16日(土) 午前11時30分〜午後3時45分
開催場所 プラム・カルコア太宰府(中央公民館)市民ホールほか
定員 300人ほか(申し込み要・先着順)
内容 福岡こども短期大学による「たのしいわくわくステージ」ついで「あそぼう！コーナー」など。地域文庫による「おはなしの部屋」で人形劇「ねずみきょう」など。赤ちゃんゆびのおはなし会もあります。
申込期間 7月1日(金)〜12日(火)
申込方法 七夕まつりのチラシに必要項目を記入のうえ市民図書館へ直接提出するか、図書館ホームページから申し込んでください。

太宰府市伝統文化体験教室 受講生募集

問い合わせ 文化学習課 文化学習係 ☎(921)2101  
ページID:21447



**開催日時**  
・8月6日(土)：陰影彫刻体験(消しゴム判子)  
・8月7日(日)：陶芸体験(ろくろ)  
・8月11日(木・祝)：能楽(謡、仕舞、小鼓、笛)  
全日程午前10時～午後3時  
※3回通しての講座です。単日での申し込みはできません。

**開催場所** プラム・カルコア 太宰府(中央公民館)市民ホール他

**対象者** 市近郊在住の小学1年生～中学生  
※親子での参加可。  
**定員** 30人  
※申し込み多数は抽選。7月下旬頃に結果を通知します。一定数に満たない場合、中止の場合もあります。  
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により内容変更または中止の場合もあります。  
**参加費** 2千円(他材料費など実費が必要)  
**持ってくるもの** 6日は参加費と材料費実費、7日は材料費実費、11日はコハゼ付き白足袋



**講師** 印鈕作家 田中愛己先生、高取焼宗家 高取春慶先生、能楽観世流 能楽師 今村嘉太郎先生、飯富章宏先生、相原一彦先生

**申込方法** 申込用紙を文化学習課へ郵送、フアックス、メールのいずれかで提出。申込用紙は市内各公共施設とホームページで配布しています。

**申込締切** 7月22日(金)

**提出先** 〒818-0101 太宰府市観世音寺1-3-1 太宰府市文化学習課文化学習係(中央公民館内) ☎(921)2101 ☎(285)2631  
✉bunka-g@city.dazaifu.lg.jp

プラム・カルコア文化芸術振興事業  
航空自衛隊 西部航空音楽隊「ふれあいコンサートin太宰府」

問い合わせ 文化学習課 文化学習係 ☎(921)2101 ページID:11273



**開催日時** 8月21日(日)  
公演：午後2時～3時30分  
予定(午後1時30分開場)

**開催場所** プラム・カルコア 太宰府(中央公民館)市民ホール【指定席】

**申込方法** はがきまたはホームページの応募フォームにて。入場券(無料)を送ります。

はがき：観覧希望人数(2人まで)・住所・氏名(ふりがな)、年齢・電話番号・備考(車いす希望などを記載し、ふれあいコンサート係宛て) 〒818-0101 太宰府市観世音寺1-3-1 プラム・カルコア 太宰府

応募フォーム：左の二次元コードまたはページIDより。



**申込締切** 7月29日(金)まで(当日消印有効)

※申し込みは一人1回2人分まで。多数の場合、市内在住者を優先して抽選します。

※未就学児も入場できます。(2歳以下はひざ上での鑑賞に限り入場券不要)

※災害派遣などが生じた場合は中止の場合があります。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により内容の変更または中止の場合があります。

「にこにこ講座」

問い合わせ 子育て支援課 子育て応援係 ☎(919)6001 ページID:2302



**講座名** 「基本的な生活習慣と子どもとの関わり方」

**開催日時** 7月29日(金) 午前10時～11時

**開催場所** 子育て世代包括支援センター(うめっこテラス) ばかばかサロン内

**対象者** 在宅の0～6歳(就学前)の保護者  
※託児あり(申し込み要)

**定員** 8組(先着順・申し込み要)

**参加費** 無料



**講師** 子育て世代包括支援センター(うめっこテラス)保育士

**持ってくる物** お茶・オムツ・着替えなど(託児のある人)

**申込期間** 6月29日(水)～7月26日(火)午後5時まで

食事、排泄、睡眠などの基本的な生活習慣の大切さや子どもとの関わり方について学びませんか。

「夏の朗読会」を開催

問い合わせ 文化学習課 文化学習係(市民図書館) ☎(921)4646 ☎(921)4896



「朗読紫苑の会」夏の朗読会を開催します。宮沢賢治/著「よき童子のはなし」、ペクヒナ/作「お月さんのシャーパーツ」ほか、夏の季節にちなむ短編小説やエッセイなどを取り上げる予定です。

文芸作品を耳で味わうことで、読書の幅を広げてみませんか。気軽に参加してください。

**開催日時** 7月17日(日)午後2時30分～(1時間程度)

**開催場所** プラム・カルコア 太宰府(中央公民館)3階 視聴覚室

**定員** 25人(先着順・申し込み不要)

**参加費** 無料

**実演** 朗読紫苑の会

※新型コロナウイルス感染防止対策を講じて実施します。来場時はマスクを着用してください。



太宰府市民遺産展のお知らせ

問い合わせ 景観・市民遺産会議事務局 (文化財課) ☎(内線477) ページID:21903



<市民遺産第6号>  
「太宰府における時の記念日の行事」  
毎年6月10日6時10分に大宰府跡に集合する行事を行っています。



<市民遺産第14号>  
「梅香苑夏まつり子どもみこし」  
40年以上続く梅香苑区の人々が始めた行事です。

未来の太宰府へ守り伝えたい大切なものとして景観・市民遺産会議が認定した太宰府市民遺産全16件を紹介するパネル展を開催します。

**開催日** 7月16日(土)～9月11日(日)

**開催場所** 文化ふれあい館(国分4-9-1)1階多目的ホール ※入場無料

齋藤秋圃生誕250年記念パネル展

問い合わせ 文化財課 調査係(☎内線477) ページID:21902



齋藤秋圃作「鹿図」

太宰府を拠点に活躍した江戸後期の絵師齋藤秋圃。生誕250年を記念しパネル展を開催します。

**開催日**  
①7月2月(土)～31日(日)  
②8月2月(火)～14日(日)  
③8月16日(火)～9月1日(木)

**開催場所**  
①太宰府館2階 ギャラリー  
②文化ふれあい館1階 エントランスホール  
③市役所1階市民ギャラリー

## 令和4年度 食生活改善推進員養成教室生募集

申し込み・問い合わせ 元気づくり課(保健センター) ☎(928)2000  
ページID:9903



全8回のカリキュラムで食生活を中心に健康づくりや運動をテーマに学びます。修了後は食生活改善推進員として、定例学習会や地域の食を通じたボランティア活動に参加してまいります。仲間づくりやボランティアとして参加してみませんか。

### 開催時間

・講義のみ：午前10時～正午  
・調理実習あり：午前10時～午後1時30分

※調理実習がある場合は実習費として1回につき500円がかかります。

### 開催場所

太宰府市総合福祉センター大会議室・調理室

※新型コロナウイルス感染症防止対策を講じて教室を行います。

### 対象者

市民 15人

定員 15人  
参加費 無料  
申込締切 8月10日(水)

※全日程の8割以上を受講した場合、修了証書を交付され食生活改善推進員として活動できるようになります。

日程	内容
8月17日(水)	開講式 ・食生活改善推進員と地区組織活動 ・グループワーク
9月21日(水)	講義「栄養の基礎」
10月19日(水)	健康づくりのための運動
11月16日(水)	講義「食品衛生」・調理実習
12月19日(月)	講義「糖尿病予防の食事」・調理実習
1月18日(水)	講義「高血圧予防の食事」・調理実習
2月15日(水)	講義「脂質異常症予防の食事」・調理実習
3月15日(水)	閉講式 調理実習・グループワーク (推進活動の取り組みなどについて)

## 夏野菜を使った料理教室

申し込み・問い合わせ 元気づくり課(保健センター) ☎(928)2000



親子で調理を楽しみませんか。家でなかなか包丁を持つ機会のない子どもたちに調理の楽しさを体験してもらいます。

### メニュー

・コーンごはん  
・鶏肉のから揚げ風焼き  
・あさりのカレースープ  
・ヨーグルトババロア

参加費 一人400円  
講師 食生活改善推進会の皆さん  
持ってくるもの エプロン、ふきん(食器用・台ふき用) 各1枚、三角巾

### 開催日時

7月29日(金)  
午前10時～午後1時

### 開催場所

太宰府市総合福祉センター2階 調理室

申込期間 7月8日(金)～22日(金)  
(定員になり次第締め切り)

### 対象者

3歳から小学生の子どもと保護者(市民)

定員 5組(先着順)  
※託児あり(要予約先着順)

※新型コロナウイルス感染症防止対策を講じて教室を行います。

旬の野菜は栄養価が高く新鮮でおいしいです。また、含まれる種々のビタミンは体の調子を整える働きをしてくれます。夏野菜料理に興味のある人の参加をお待ちしています。

### メニュー

・バンバンジー  
・なすとパプリカの甘酢炒め  
・もずくのスープ  
・緑茶くずもち

### 開催日時

8月9日(火)  
午前10時～午後1時

### 開催場所

太宰府市総合福祉センター2階 調理室

### 対象者

市民  
※託児あり(要予約先着順)

定員 15人(先着順)

参加費 500円

講師 食生活改善推進会の皆さん

持ってくるもの エプロン、ふきん(食器用・台ふき用) 各1枚、三角巾

申込締切 8月2日(火)

※新型コロナウイルス感染症防止対策を講じて教室を行います。