

# 上天草



## 「火消しの疾走」

平成27年消防出初式

### 目次

- |                            |      |                     |      |
|----------------------------|------|---------------------|------|
| ●平成27年上天草市成人式 .....        | P 2  | ●人気トレッキング九州オルレ..... | P 12 |
| ●始まります、マイナンバー制度 .....      | P 4  | ●健康ガイド .....        | P 14 |
| ●選挙管理委員会からのお知らせ .....      | P 6  | ●市立病院だより .....      | P 16 |
| ●天草パールラインマラソン前夜祭を開催します P 8 |      | ●生涯学習・図書館だより .....  | P 18 |
| ●まちのわだい .....              | P 10 | ●お知らせ .....         | P 20 |



# 大人としての新たな歩みが始まる 上天草市成人式



1月3日に平成27年成人式が松島総合センター「アロマ」で開催されました。今年、成人を迎えたのは、男186人、女201人の387人でした。会場は、華やかな振り袖や凛々しいスーツなどで着飾った新成人であふれ、にぎやかな雰囲気になりました。

式に先立ち、アトラクションで「もっこすファイヤー」のお笑いライブが行われ、新成人の初笑いを誘いました。

また、式では、堀江市長が「新成人の皆さんには、夢を持ち、実現に向けて強い意志をもって努力し続け、新しい時代の担い手として大きく成長されることを期待しています」と祝福しました。

新成人を代表して実行委員長の川崎真理奈さんは、「社会人としてしっかりと歩んでいく決意を込め、自覚と責任を持ち、世の中のルールを守り、よりよい社会をつくりあげます」と誓いました。

今回の式も新成人が実行委員となつて企画・実行し、心に残る素晴らしい式典となりました。式後は、仲間との再会を喜び、写真を撮り合う姿が見られました。

## 夢や目標

この日、大人の仲間入りをした新成人の皆さんに、将来の夢や目標などを聞きました。

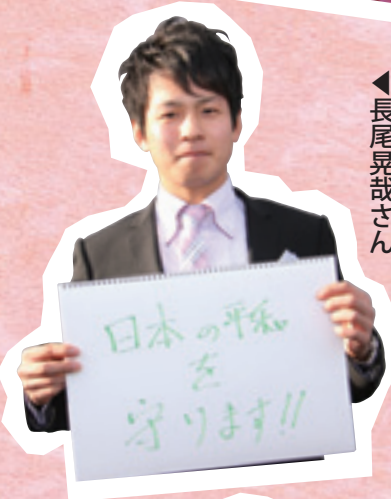
◀山坂知美さん



◀濱田依吹さん



◀長尾晃哉さん



◀山本美陽さん



◀林田侑子さん



◀山辺麗奈さん



◀森本真侑さん



◀藤本奈那さん



1. 2. 3. 4. 5. 6. 晴れやかな表情の新成人 7. 誓いの言葉を述べる実行委員長の川崎さん 8. 会場を笑いの渦で巻き込んだ「もっこすファイヤー」のお笑いライブ 9. 会場で肩を組んで歌う新成人





# 始まります、マイナンバー制度

平成 25 年 5 月 31 日に「行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律」が公布され、社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）が導入される事となりました。

## マイナンバー制度

住民票を持つすべての人に12桁の番号を割り当てることで、行政の効率化を図り、皆さまの利便性を高め、公平・公正な社会を実現するための社会基盤です。

平成28年1月から、社会保障・税・災害対策の行政手続で個人番号（マイナンバー）の利用が開始されます。

マイナンバーは一生使うもので、マイナンバーが漏えいして不正に使われる恐れがある場合を除いて一生変更されませんので、大切に取り扱い扱うようにしてください。

## 制度の仕組み

マイナンバー制度は、国や県、市町村などがそれぞれ保有している皆さまの個人情報を個人番号と紐づけて管理することで、異なる行政機関の間で必要な情報の連携を可能にするものです。

情報の管理にあたっては、これまで各団体が管理していた個人情報は引き続きその団体が管理し、必要な情報を必要な時だけ限定的にやりとり

する仕組みを採用していません。皆さまの個人情報を国がまとめて管理するものではありません。

マイナンバーの利用範囲は、法律や条例で定められた社会保障・税・災害対策などの限られた事務です。それ以外でのマイナンバーの利用や提供はできません。

なお、他人のマイナンバーを不正に入手したり、正当な理由がなく提供したりすると処罰の対象となります。

10月からマイナンバーを一人ひとりお届けします



愛称 マイナちゃん



平成 27 年 10 月～

## 通知カード

平成27年10月から市民の皆さまの住民票の住所にマイナンバーをお知らせするカードが郵送されます。

カードには氏名、住所、生年月日、性別（基本4情報）とマイナンバーが記載されています。

通知カードは全ての人に送られますが、顔写真が入っていませんので、本人確認のときには、別途顔写真が入った証明書などが必要になります。

平成 28 年 1 月～

## 個人番号カード

希望者には、申請によって個人番号カード（顔写真付きのICカード）が交付されます。個人番号カードには、基本



個人番号カードには、「氏名」「住所」「生年月日」「性別」「マイナンバー」などが記載され、「本人の顔写真」が表示されます。また、これらの事項などがICチップに記録されます。

## こんなことに使われます

### 社会保障

年金 労働 医療 福祉

- 年金の資格取得や確認、給付
- 雇用保険の資格取得や確認、給付
- ハローワークの事務
- 医療保険の保険料徴収
- 福祉分野の給付、生活保護 など

### 税

- 税務当局に提出する確定申告書、届出書、調書などへの記載
- 税務当局の内部事務 など

### 災害対策

- 被災者生活再建支援金の支給
- 被災者台帳の作成事務 など

※国や市町村だけでなく民間事業者も、源泉徴収票や支払調書の作成、健康保険、厚生年金、雇用保険の被保険者資格取得届の作成など税や社会保障の手続きでマイナンバーを取り扱う事になります。

## 3つのメリット

### 1 公平・公正な社会の実現

所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなるため、負担を不当に免れることや給付を不正に受けることを防止するとともに、本当に困っている人にきめ細やかな支援を行えるようになります。

### 2 国民の利便性の向上

各種申請に必要な書類の削減など、行政の手続が簡単になり、皆さまの負担が軽減されます。また、行政機関が持っている自分の情報を確認したり、行政機関からのお知らせなどを受け取ったりできるようになります。

### 3 行政の効率化

行政機関や地方公共団体などで、さまざまな情報の照合、入力などに要している時間や労力が大幅に削減されます。複数の業務の間での連携が進み、作業の重複などの無駄が削減されるようになります。

## お問合せ先

マイナンバーに関するお問い合わせは、国が開設しているコールセンターをご利用ください。

▼コールセンター  
☎0570(20)0178

▼受付時間 平日午前9時30分～午後5時30分(土日祝日・年末年始を除く)

※ナビダイヤルは通話料がかかります。

※一部IP電話などでコールセンターに繋がらない場合は、☎03(6441)3457におかけください。

※マイナンバーの最新情報はマイナンバーホームページをご覧ください。

▼ホームページ <http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html>

## 船員で選挙人名簿登録証明書をお持ちの人へ

- 選挙人名簿登録証明書の有効期間は大丈夫ですか。期限切れの場合、再交付が受けられますので、再度交付申請を行ってください。
- 船員でなくなったなどの理由で選挙人名簿登録証明書が不要となった人は、返却のうえ、取下げの手続きを行ってください。この手続きを終えないと、選挙のたびに選挙人名簿登録証明書が必要となります。
- 選挙人名簿登録証明書を紛失した人は、「紛失届」と、再度交付申請が必要となります。
- 申請には、選挙人名簿登録証明書交付申請書、船員手帳が必要です。
- 証明書の交付には、約 1 週間程かかりますので、早めの手続きをお願いします。



## 身体に重度の障がいがある人は、郵便で不在者投票ができます

□郵便による不在者投票の対象者は、次に該当する人です。

### ■身体障害者手帳をお持ちの人

	1 級	2 級	3 級
両下肢、体幹、移動機能	○	○	該当なし
心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	○	—	○
免疫、肝臓	○	○	○

### ■戦傷病者手帳をお持ちの人

	特別項症	第 1 項症	第 2 項症	第 3 項症
両下肢、体幹	○	○	○	○
心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	○	○	○	○

### ■介護保険の被保険者証をお持ちの人

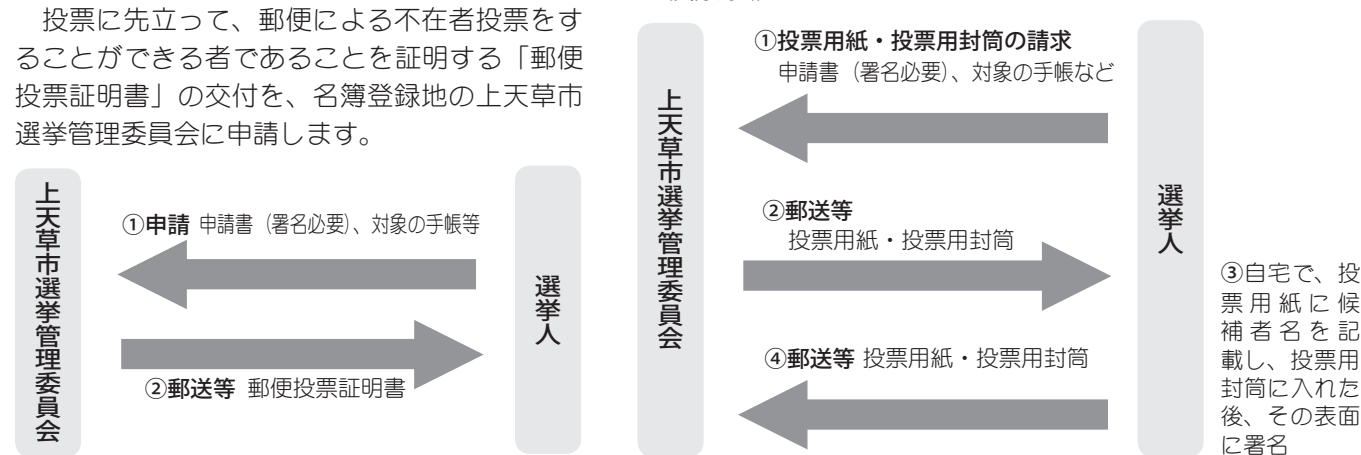
要介護状態区分	要介護 5
---------	-------

□郵便による不在者投票は、あらかじめ郵便投票証明書の交付を受ける必要があります。

### 1 郵便投票証明書の交付申請

投票に先立って、郵便による不在者投票をすることができる者であることを証明する「郵便投票証明書」の交付を、名簿登録地の上天草市選挙管理委員会に申請します。

### 2 投票手続



注意：手続には、約 1 週間程かかりますので、早めに手続きをお願いします。

### □郵便による不在者投票における代理記載制度

郵便による不在者投票の対象者で、さらに上肢または視覚の障害（1 級など）に該当する人は、あらかじめ選挙管理委員会に届出をした代理記載人 1 人（選挙権を有する者に限る）に、投票に関する記載をさせることができます。

【問合せ先】上天草市選挙管理委員会（大矢野庁舎総務課内） ☎ 0964（26）5526

## 投票立会人を募集します！

平成 27 年 4 月 12 日に任期満了に伴う熊本県議会議員一般選挙が執行されます。上天草市選挙管理委員会では、有権者の選挙への関心を高めるとともに、親しみのある投票所づくりを目指して、期日前投票および選挙当日の投票立会人を募集します。

### □募集人員・立会期間・報酬など

#### ①期日前投票（市内 5 カ所）

期日前投票所	募集人員	立会期間	立会時間	報酬日額
1 大矢野庁舎書庫棟	16 人	4月4日（土）～11日（土）	午前8時30分～午後8時	9500 円
2 松島庁舎	16 人			
3 姫戸統括支所	16 人			
4 龍ヶ岳統括支所	16 人			
5 湯島出張所	6 人	4月9日（木）～11日（土）	午前9時～午後4時	5700 円

※ 各投票所において立会期間、立会時間などが変更される場合があります。

#### ②選挙当日

期日前投票所	募集人員	立会日	立会時間	報酬日額
市内 29 投票所	58 人	4月12日（日）	午前7時～午後6時	1万700 円

注意：ア 住所地（町および投票区）以外の投票所での立会いはできません。

イ 応募者多数の場合は、市選挙管理委員会にて調整のうえ決定します。

ウ 原則 1 人 1 日としますが、応募者少数の場合は、数日依頼することがあります。

### □職務内容

- 投票所において、投票が公正に行われているかの監視
- 投票録などの関係書類への署名捺印、投票箱の送致など

### □応募資格

上天草市に居住し、選挙権のある人

### □募集期間

2月23日（月）から3月6日（金）まで

### □申込方法

市役所各庁舎・各統括支所・各出張所に設置してある『投票立会人応募申込書』に必要事項を記入のうえ、募集期間内（2月23日～3月6日）に市選挙管理委

員会に提出してください。

なお、市民窓口課（松島庁舎）、姫戸・龍ヶ岳各統括支所および各出張所でも受け付けますので、最寄りの窓口提出してください。申込書は市のホームページからもダウンロードできます。

※郵便・ファックスでも可。ただし、締切日必着。

### □問合せ先

上天草市選挙管理委員会（大矢野庁舎総務課内）  
〒869-3692 上天草市大矢野町上 1514 番地  
☎ 0964（26）5526 FAX 0964（56）4972

## 臨時職員を募集します！

### □業務内容 選挙事務補助

### □採用人数 1 人

### □任用期間 3月2日（月）～4月17日（金）

※任用期間は短くなる場合があります。

### □勤務場所 市役所大矢野庁舎

### □勤務時間 月～金の午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（土・日を除く。）

### □給料 日額賃金 5800 円（手当等は支給されません。）

### □その他 原則、他のアルバイトなどとの兼職不可

### □受験資格 次の（1）～（3）の全てに該当する人

- （1）受験時の年齢が 18 歳以上 60 歳未満の人
- （2）パソコン（ワード・エクセル）ができる人
- （3）普通自動車の免許を取得している人

（3）普通自動車の免許を取得している人

※平成 27 年度非常勤職員および臨時職員採用のための登録者に応募している人も応募することができます。

### □試験日 2月下旬

※応募者には、後日、面接の日時・場所をご案内します。

### □試験方法 人物試験（個別面接による口述試験）

□応募方法 申込書に必要事項を記入のうえ、市選挙管理委員会（総務課内）まで提出してください。松島庁舎および各統括支所でも受け付けます。

### □申込受付期間 2月16日（月）～23日（月）

□問合せ先 上天草市選挙管理委員会（大矢野庁舎 2 階総務課内） ☎ 0964（26）5526



# 天草観海アルプストレイルラン3/22



天草観海アルプスの九州自然歩道を中心とした適度な起伏や美しい景色を楽しみながら走ってみませんか。総延長25キロとトレイルランとしては短めのコースで初心者も参加しやすい設定です。たくさんのご参加をお待ちしています。

- 日時 3月22日(日) 午前9時 市役所龍ヶ岳 統括支所前スタート
- 費用 6500円
- 定員 200人(先着順。定員に達し次第、募集を締め切ります)
- 申込・問合せ先 天草観海アルプストレイルラン 実行委員会  
〒861-6102 上天草市松島町合津 4276 - 44  
☎0969 (56) 0777

## 「五橋祭の 実行委員を募集します」

天草五橋祭企画実行委員会では、天草五橋の開通50周年に向けて委員として参加していただける市民を募集します。

この委員会は、天草五橋開通の意義を永久に伝えるとともにその恩恵に感謝し、天草地域の地域振興を目的として「五橋祭」の企画から運営までを行う実行委員会です。

- 応募要件
  - 地域振興・まちづくりに関心がある市内在住の成人
  - 平日昼間の会議に出席できる人(月1回程度)
  - 五橋祭当日に参加できる人
- 募集人数 4人程度
- 委員の任期 1年(平成27年4月から平成28年3月まで)
- 報酬・旅費 無
- 募集期間 2月16日(月)～3月15日(日) ※必着

- 応募方法
  - 専用の応募用紙1部を天草五橋祭企画実行委員会事務局(一般社団法人天草四郎観光協会)まで、郵送・ファクシミリ・持参・電子メールのいずれかの方法で提出してください。
  - ※応募用紙は一般社団法人天草四郎観光協会にあります(観光協会ホームページからダウンロードすることもできます)。
  - ※応募書類に基づき委員会で書類審査・面接のうえ、選考します。
- 応募・問合せ先
  - 〒869-3603 上天草市大矢野町中 11582-24
  - 天草五橋祭企画実行委員会事務局((一社)天草四郎観光協会)
  - ☎0964 (56) 5602
  - FAX 0964 (56) 0990
  - 電子メール info@kami-amakusa.jp



## 3月7日(土) 第43回天草パールラインマラソン大会 前夜祭を開催します

今年で43回目を迎える天草パールラインマラソン大会。大会前日に前夜祭を開催します。

今年は、郷土芸能や踊り・歌のほか、参加ランナーのためにステージイベントでランニングレッスン「楽しく走るために(講義&実技)」も予定しています。

イベント盛りだくさんとなっていますので、ぜひご来場ください。

- 日時 3月7日(土) 午後5時～午後7時40分(午後4時30分開場)  
※午後8時から花火大会を予定
- 場所 大矢野総合体育館
- 入場料 無料
- 参加団体
  - 四郎くん&AKJ上天草(ダンス)
  - 天草四郎大矢野太鼓保存会(大矢野太鼓)
  - NPO法人ひとづくりくまもとネット健康スポーツ事業部 平野 龍氏  
(「楽しく走るために(講義&実技)」)
  - 上天草慈秀(YOSAKOI)
  - 不知火竜燈太鼓&チーム熊本ADVANCE(和太鼓演奏)
  - 茶明高等学校 郷土芸能部(天草ハイヤ)
  - 逢川まさき(歌謡ショー)
- ※内容が変更になる可能性がありますので予めご了承ください。
- 問合せ先 観光おもてなし課観光振興係  
☎0964 (26) 5512



上天草慈秀



逢川まさき

チーム熊本 ADVANCE



茶明高等学校

3/8(日)大会当日のスタート時間・場所		
スタート	種目	場所
10時00分	ハーフマラソン	大矢野総合体育館
10時15分	10キロ	さんばーる広場横
10時30分	4.2キロ 4.2キロファミリー	



市が委嘱した広報特派員が海をとおした上天草を紹介します。

# 広報特派員レポート

## 冬のマリンスポーツ・シーカヤック



▲冬の海に浮かぶシーカヤック

取材：広報特派員 船原英照さん

僕は天草の海でシーカヤックを使ったガイドツアーを主宰しています。もちろん、一番のシーズンは「夏」しかし、冬の海にはやはり「冬」ならではの楽しさがあります。

海水は「温まりにくく冷めにくい」ため、冬でも海水温は意外と高めです。なので、天気良く風の無い日だと、海上は意外とポッカポカ！きちんとしたウェアで身を固め、この時期ならではの透明度の高い海に漕ぎ出せば、広々として静かな大自然の天草を味わい尽くせるのです。

陸上からでは決して味わえないカヤックならではの楽しみの一つとして、「目線」があります。まさに海の上に座っているような独特の感覚があり、天草の島々を巡りながら国立公園に指定されている風光明媚な風景をのんびりと漕ぎ進むと極上の時間を過ごすことが出来るのです。せっかくこの地に住んでいるのですから、ぜひチャレンジしてみてください。

## 1/24 男女共同参画社会の実現を目指して

上天草市男女共同参画フォーラム



1月24日に、松島総合センター「アロマ」で、「みんなであつなGo! かい〜上天草市男女共同参画フォーラム〜」が開催されました。

オープニングとして、大江天主堂のガルニエ神父を題材にした朗読劇「パーテルさん」が龍ヶ岳町の劇団砥岐組により披露。講演会では、在京テレビ局の男性アナウンサーが「息子3人、局アナパパの子育て奮闘記」と題して、家庭と仕事の両立で苦労した話などをユーモアを交えながら講演しました。また、「女性の社会進出が進む一方で、家庭内での男性の自立が遅れている。男女共同参画推進には、まずは男性が家庭に入ることから」とし、自身も結婚当初から「衣替えは自分で行う」という家庭内の約束事があることなどを話しました。

## 1/22-23 コノシロ寿司名人に学ぶ

地産地消料理教室



▶コノシロ寿司

1月22日、23日、地産地消料理教室が市農林水産物加工品開発研究センター（大矢野町）で開催されました。

くまもとふるさと食の名人の宮崎寛子さんを講師に、24人の参加者が郷土料理のコノシロ寿司とだご汁作りに挑戦しました。

コノシロ寿司は、背開きでの捌き方が見た目の美しさの大きなポイントですが、参加者はコノシロと格闘しつつも美しく仕上げていました。また、生地を薄く延ばし、麺状にカットした“だご”を入れて作るだご汁では、その“太さ”に個性が光る「一品」が出来上がりました。

この後、完成した郷土料理を参加者全員で試食しましたが、「おいしく出来たので、家でも今日習ったレシピでさっそく作ってみたい」などの声が聞かれました。



## 12/19 空高く飛んでー!!

姫戸小学校で凧作り授業



12月19日、姫戸小で凧づくり授業がありました。これは、子どもたちに昔の遊びを伝えてほしいと、同小から、地域の凧作り名人に依頼して行われました。“名人”の山下一保さん（姫戸町姫浦）、美佐子さん（同）夫婦は、天草凧の会に所属しており、6年生の児童13人に、実演を交えながら分かりやすく指導。

児童たちは熱心に作り方を学習しながら凧を作成しました。初めて凧を作ったという田中錬也さんは、「糸の張り方や結び方が難しかった、早く飛ばしたい」と話し、作り終わった後には、苦戦しながらも楽しそうに凧あげをしました。

名人の美佐さんは「凧あげのほかに昔の遊びはたくさん。こま回しなども教えてあげたい」と話していました。

## 1/13 大矢野町仏教連合会が市に114,080円を寄付

ふるさと応援基金



1月13日、大矢野町仏教連合会の代表・古川眞さんが堀江市長を訪問し、114,080円を寄付しました。大矢野町仏教連合会では、毎年、4月の花まつり開催時と歳末に慈善托鉢を実施し、地域から集まった浄財を災害に見舞われた被災地などに寄付しています。

今回は、「市の子育てと教育のために役立ててほしい」との思いから市に寄付があったもので、寄付金はふるさと応援基金に積み立てられ、教育水準の向上に関する事業に役立てられます。

堀江市長は、「ありがとうございます。必ず市の子育て・教育環境の向上にプラスになるよう活用します」とお礼を述べました。

## 12/20 伝統文化を後世に継承

蔵々十九社宮奉納相撲お祭



12月20日に大矢野町維和の蔵々十九社宮の境内で奉納相撲が開催されました。これは、地区に残る貴重な伝統行事を後世に継承し、また、地区住民の融和と親睦を図るために蔵々自治会が毎年開催しているものです。

奉納相撲には、維和出身の小・中・高校生の男子約30人が参加し、寒さを吹き飛ばすような熱戦を繰り広げました。相撲の後は、地元の婦人会が2日間かけて準備していた餅投げがあり、70人程の参観者を盛り上げました。

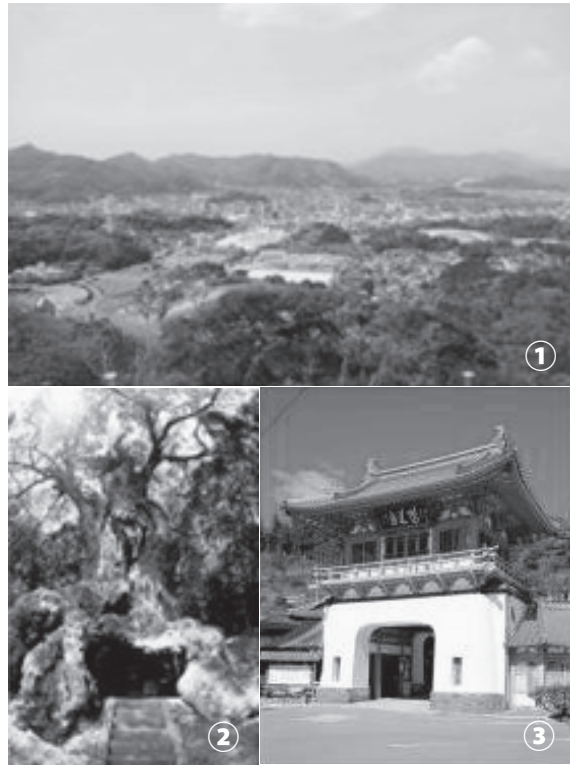
自治会長の益田紀一さんは、「人口減少が続いているが、昔から続いてきた伝統文化をこの先も子どもたちに伝えていきたい」と話していました。



## 他県のコース紹介

九州には四季の美しい風景があり、トレッキングに適した山岳を五感で感じながら歩くことで、九州の魅力を再発見できます。

今回は、15コースのうち、佐賀県の武雄コース、大分県の奥豊後コースの魅力を紹介します。



### 佐賀県 武雄コース

～ 山岳の生命力と温泉に癒やされる ～  
 猛々しくそびえ、四季折々に美しい花を咲かせる山岳に融合する武雄温泉街地をめぐるオルレ

#### 見どころ

- ① **山岳遊歩道展望所**  
 武雄市一円を見渡すことができ、連なる山々と、武雄市街の都市風景の対比に目を奪われる。
- ② **樹齢3千年の2本の大楠**  
 太古に神が天から降りた聖域と伝えられ、圧倒的な存在感と生命力あふれる姿はパワースポットとして有名。
- ③ **武雄温泉楼門**  
 約1300年前、山麓から吹き出した武雄温泉は、大地の力を得て健康を守るとされ、泉質は保湿力に富み、美人の湯と呼ばれる。

■問合せ先 武雄市役所観光課  
 ☎ 0954 (23) 9237



### 大分県 奥豊後コース

～ 山里をめぐる、歴史を偲ぶ ～  
 山里の遺跡、高さ20mほどの崖壁に彫り出された不動明王像や岡城をめぐるオルレ

#### 見どころ

- ① **城下町竹田の町並み**  
 江戸時代岡藩の政治・経済の中心地として栄えた竹田。門前町として栄えた宮原商店街には、歴史ある建物や遺跡が点在。
- ② **岡城址**  
 岡城は切り立った山の上に築城された山城。幼少期を竹田で過ごした滝廉太郎は『荒城の月』を作曲する際、岡城をイメージしたといわれている。
- ③ **普光寺**  
 磨崖仏で有名な寺。高さ20m、幅10mほどの凝灰岩の垂直壁面にいっばいに彫り出された不動明王像は日本でも最大級の大きさ。

■問合せ先  
 竹田市観光ツーリズム協会 ☎ 0974 (63) 0585  
 ぶんご大野里の旅公社朝地駅案内所 ☎ 0974 (72) 0510



# 「九州の道」を楽しもう、 ゆっくりと

## — 人気トレッキング九州オルレ —



九州オルレは、地図を片手にリボンや標識をたどって歩く旅です。海岸や山などを五感で感じ、自分なりにゆっくり歩くものです。現在、九州では、上天草の維和島コースと松島コースを含む15コースが認定されています。

今回は、オルレのことをもっと知っていただくため、歩き方や、他の認定コースを紹介します。

■問合せ先 観光おもてなし課観光振興係  
 ☎ 0964 (26) 5512

## 九州オルレの歩き方

### 1 公共交通機関で行くことができます

九州オルレのスタート・ゴール地点には公共交通機関がありますので、ご利用ください。



### 2 キャンセからスタートしましょう

オルレは、道に沿っていくつかの目印があります。スタート地点にあるカンセ(馬)の頭の方向に進みましょう。



### 3 リボンに沿って歩きましょう

オルレは地図がなくても歩くことができます。見失わない程度の間隔で木の枝などに結んだリボンが見えてきます。リボンを探しながら歩きましょう。



### 4 分岐点には矢印があります

方向が変わるときなどに、木製の矢印や石などにペイントされた矢印があります。青が正方向、赤が逆方向です。





## 水痘ワクチン予防接種はお済みですか

法令改正により、昨年10月から水痘予防接種が定期予防接種になりました。1歳以上3歳未満で、接種がまだ済んでいないお子さんは、母子健康手帳を確認の上、体調のよい日に早めに接種をしてください。ただし、これまで水痘にかかったことがある人は接種対象になりません。また、本年度（平成27年3月31日まで）に限り3歳以上5歳未満も対象になります。（経過措置対象者）

接種対象	接種回数	注意事項
1歳以上 3歳未満	2回 (無料)	2回目の接種は3歳未満で済ませてください。3歳以上での2回目の接種は定期予防接種となりません。
3歳以上 5歳未満	1回 (無料)	本年度（平成27年3月31日まで）に限り経過措置対象者となります。
接種時に必要な物	母子健康手帳、予診票	

※これまで自費で接種した水痘予防接種も接種を受けた回数となります。  
※予診票を紛失した場合は、再交付できますのでお問い合わせください。

■問合せ先 健康づくり推進課母子保健係 ☎0969(28)3376

## 福祉（3月）

種類	日	実施時間
精神保健相談	5木、19木	午後2時～

【場所】天草保健所相談室 ☎0969(23)0172 ※要予約

## がんサロン（3月）

日	実施時間
27日金	午後1時30分～午後3時30分

【場所】上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

## 小児救急電話相談 夜間の子どもの急病時

短縮番号（#8000）	毎日 午後7時～午前0時
-------------	--------------

ダイヤル回線の場合 ☎096(364)9999



## 日祝日在宅医（2・3月）

日	病院名〈診療科目〉	(所在地) 電話番号
15	宮崎外科胃腸科医院 〈外・消〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0600
	春田医院 〈外・内・小〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0052
	佐々木整形外科 〈整〉	(大矢野町中) ☎0964(56)5550
22	やまうち医院 〈内・小・ア〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0899
	3月	
1	吉田クリニック 〈内〉	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
	姫戸医院〈内〉	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3583
8	福本眼科〈眼〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0508
	村上医院〈内・小・リ ハ・神内・呼・循・消〉	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3102
	中村医院〈内〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0003
15	竹中医院〈内〉	(姫戸町二間戸) ☎0969(58)2148
	中村達男医院〈内〉	(大矢野町登立) ☎0964(56)0006
22	天草皮膚科・内科 〈皮〉	(大矢野町中) ☎0964(59)0808
	上天草総合病院	(龍ヶ岳町高戸) ☎0969(62)1122
29	宮崎外科胃腸科医院 〈外・消〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0600
	春田医院 〈外・内・小〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0052

【診療時間】午前9時～午後5時 ※診療時間外は事前に電話連絡をお願いします。上表は1月30日現在の予定表です。都合により変更することもありますので、健康づくり推進課までお尋ねください。

# 平成27年度住民健診申込みが始まります



住民健診申込票は、3月初旬までに郵送にて各世帯にお届けします。健診の詳しい内容や料金については、申込票に同封されている案内パンフレットをご覧ください。  
●申込方法 返信用封筒にてご返送ください。  
●申込提出期限 3月20日(金)  
●集団健診の日程(予定) 7月～8月ごろ(結核・肺がん検診は6月ごろ)。

## お知らせ

①平成27年度「住民健診申込票」は郵送にてお届けします  
申込票提出の際は、同封されている返信用封筒をご利用ください。各区長さんへの提出はできません。  
②ご好評により平成27年度もヤング健診を実施します！  
「健診は同年齢の人がいないから行きにくい」「平日は仕事で忙しい」など健診を受けられない10・20・30代の人におすすめです。詳しくは、申込票に同封されている「ヤング健診申込票」をご覧ください。場所は上天草市保健センター（松島庁舎）で実施する予定です。  
③無料で受けられる健診があります  
対象者には、健診（検診）の前に無料クーポン券・通知書を郵送します。  
④子宮頸がん・乳がん（マンモグラフィ）検診が医療機関（個別検診）でも受けられます  
※詳しくは申込票に同封されている案内パンフレットをご覧ください。

## ◆平成27年度住民健診内容 [年齢は平成27年度末（平成28年3月31日時点）の年齢です]

	対象者	料金	検査内容等	
生活習慣病健診	19～39歳	1000円 無料	血液検査、血圧測定、尿検査、医師の診察、計測（身長・体重・腹囲）、心電図検査など	
上天草市国保特定健診	40～74歳の国保加入の人 国保加入で40・45・50・55歳			
後期高齢者医療健診	75歳以上 または 65～74歳で該当の人	800円	血液検査、血圧測定、尿検査、医師の診察、計測（身長・体重）。心電図は医師の判断で実施	
肝炎ウイルス検診	40歳以上 41・46・51・56・61・66・71歳で検査をしたことがない人	800円 無料	採血による検査	
大腸がん検診	30歳以上 41・46・51・56・61歳	500円 無料	2日間分の検便検査	
胃がん検診	30歳以上	1400円	バリウムでのレントゲン検査	
腹部超音波検診	30歳以上	1600円	超音波で肝臓・胆のう・腎臓などの検査	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1200円	子宮頸部検診です。子宮頸部の視診・内診・細胞診（粘膜を少量採取する検査）	
乳がん検診	乳房超音波検診	30歳以上の女性	1000円	超音波による乳房の検査
	マンモグラフィ検診	40歳以上の偶数年齢の女性	1400円	乳房をはさんで撮影するレントゲン検査
骨粗鬆症検診	30歳以上	2000円	かかと部分を超音波で測定する検査	
	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円		
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1600円	採血によるPSA（前立腺腫瘍マーカー）検査	
結核・肺がん検診	30歳以上	500円	胸部のレントゲン検査	

○上天草市国保特定健診と後期高齢者医療健診は医療機関でも受診できます

健診の時期 6月1日～平成28年3月31日

市内にかりつけ医がある人、集団健診で都合が悪い人は個別健診をお勧めします。

■問合せ先 健康づくり推進課成人保健係 ☎0969(28)3356

## 育児相談・母子健康手帳交付（3月）

場所	日	実施時間 (手帳受付時間)
大矢野窓口センター	2月、9月 16日、23日、30日	午前9時30分～午前11時 (午前9時30分～45分)
上天草市保健センター	随時交付(手帳)	
	18日水(相談)	午前9時30分～午前11時
姫戸統括支所	20日金	午前9時～午前10時 (午前9時～15分)
龍ヶ岳統括支所	20日金	午前10時30分～午前11時30分 (午前10時30分～45分)

【用意するもの】 印鑑(手帳)

①交付日以外でも上記窓口で随時母子健康手帳の発行を行っています。

②「①」の場合は健康づくり推進課から後日連絡をし、保健師・栄養士による保健指導を行います。

## 乳幼児健診（3月）

種類	※用意するもの	日	対象者(月生)	受付時間
2カ月児学級	バスタオル	26日木	H27.1	午後1時～ 午後1時15分
3～4カ月児健診	バスタオル	3日火	H26.11	
6～7カ月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	10日火	H26.8	
1歳6カ月児健診	尿	17日火	H25.8	
2歳児歯科健診	歯ブラシ (仕上げ磨き)	19日木	H25.3	
3歳児健診	聴力・視力 検査用紙	24日火	H24.2	

【場所】上天草市保健センター（松島町合津7915番地1）

【用意するもの】母子健康手帳と問診票は、いずれの健診・学級でも必ず持参ください。

※2歳児歯科健診の問診票は健診会場で配布します。



# 診療案内

		月	火	水	木	金
内科 代謝内科	再来	樋口 坂本 和田	大村 和田 山城	坂本 大村	樋口 和田 山城	坂本 山城
	新患	國友 代謝内科 熊大 (第1・3)	國友	下村 志摩 (10時~)	國友	応援 医師
循環器内科	脇田					
外科 消化器科	福田	城野	福田 蓮尾	城野	蓮尾	
整形外科	藤松	上原	藤松	森山 (久米)	藤松	
小児科	田原					
産婦人科	姫野 桑原	桑原	姫野 桑原	姫野 (桑原)		
耳鼻咽喉科		熊大			熊大	
眼科	栗井	竹下				
皮膚科				尹		
泌尿器科		小川				
超音波・内視 鏡センター	蓮尾 城野 國友	福田 蓮尾	城野 和田	福田 蓮尾	城野 福田 下村	
歯科・口腔外科	福田					
		月	火	水	木	金
夕方外来 (内科)		大村 和田			坂本 山城	
教良木診療所	大村	坂本	樋口	応援	國友	

- 受付は、午前8時30分から午前11時30分までです。
- 眼科の月曜日は熊大からの応援となります。
- 整形外科の木曜日は午後2時から午後5時まで診療（予約制）を行います。
- 歯科口腔外科は月から金曜日の午後5時から診療を行います。
- 脳外科は第2・4水曜日の午後2時から診療（予約制）を行います。
- 内科は火・木曜日の午後5時から午後6時まで診療を行います。
- 泌尿器科は毎週火曜日に診療を行います。
- 代謝内科は毎週木曜日の午前中と午後3時から午後6時まで診療を行います。
- 診療案内は都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

■問合せ先 上天草総合病院  
☎ 0969 (62) 1122 (代表)  
FAX 0969 (62) 1546  
ホームページアドレス  
<http://www.cityhosp-kamiimakusa.jp>

## 平成27年度採用 上天草総合病院職員を募集します

上天草総合病院では平成27年度の職員採用試験を実施します。

- ◆募集職種および人数 放射線技師1人
- ◆応募資格 放射線技師免許取得者または来春放射線技師養成施設機関卒業見込みの人
- ◆受付期限 2月27日(金)必着
- ◆提出書類 履歴書、各職種免許証の写し、または卒業見込書、健康診断書(6カ月以内のもの)
- ◆試験日時 後日、申込者に通知します
- ◆試験内容 小論文・面接
- ◆申込・問合せ先 上天草総合病院総務課 ☎0969 (62) 1122

## 上天草看護専門学校移転のお知らせ

上天草看護専門学校は、昭和49年に建築され平成5年には玄関ホールなどの改築を行ってまいりましたが老朽化が激しく壁の崩落、天井コンクリートの剥離、梅雨時の雨漏り漏電による停電が頻発しており、学生寮においても1室に3人がカーテンで仕切りをして生活をしている状況であることから、学校の快適性および学生寮の居住環境の向上、プライバシー保護を目的として現在地に建設立替を行います。

現学校の解体工事に伴い平成27年1月8日(木)より仮設校舎に移転しましたのでお知らせします。

- 移転先住所 上天草市龍ヶ岳町大道2011番地(旧大道小学校)
- 連絡先 0969 (62) 0200 (これまで通り、変更はありません)



▲駐車場と仮校舎



▲ランチルーム・図書館(奥)

# 市立病院 だより



## 病床機能報告制度および 地域医療ビジョン

上天草市立上天草総合病院  
事業管理者 樋口 定信



上天草市民の皆さまには、日頃より当院および関連施設の運営にご支援、ご協力いただき感謝申し上げます。

昨年4月に診療報酬改定が行われました。それに引き続き6月25日には「地域における医療介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備等に関する法律」いわゆる「地域医療介護総合確保推進法」が交付されました。この法律の主な内容は、①消費税増税分を活用した新たな基金の創設と医療・介護の連携強化②病床の医療機能の報告制度をはじめとする地域における効率的かつ効果的な医療提供体制の確保③地域包括ケアシステムの構築と費用負担の公平化などです。

特に②では、各医療機関が都道府県知事に病床の機能(高度急性期、急性期、回復期、慢性期)などを報告し、知事はそれをもとに各医療機能の必要量と合わせて、地域の医療提供体制の将来のあるべき姿(地域医療ビジョン)を次期の医療計画で策定することになっています。

「地域医療ビジョン」について少し説明します。地域の医療需要の将来推計や病床機能報告制度などにより医療機関から報告された情報を活用し、二次医療圏ごとに、各医療機能の必要量などを含む地域の医療提供体制の将来の目指すべき姿を示すもので、都道府県が医療計画の一部として策定します。その主な内容は、次のとおりです。

- ①2025年の医療需要…入院・外来別・疾患別患者数など
  - ②2025年に目指すべき医療提供体制…二次医療圏ごとの医療機能別の必要量(在宅医療・地域包括ケアについては市町村が担当)
  - ③目指すべき医療提供体制を実現するための施策…医療機能の分化・連携を進めるための施設設備、医療従事者の確保・養成など
- この「地域医療ビジョン」は平成27年度には策定されることになっています。このように地域医療介護総合確保推進法の制定により、医療政策の権限が国から都道府県にシフトし、都道府県の権限が強化されますが、対応次第では都道府県の格差が増大することが懸念されます。また、県内での地域格差もますます大きくなるのが心配されます。
- その対策として、当院ではまず10月に病床機能報告を知事に提出しました。その内容は2病棟を急性期、4病棟を回復期、3病棟と5病棟を慢性期としました。5病棟については10月から地域包括ケア病床(15床)と90日超え患者の病棟に移行したことから慢性期としました。

次に大事なことは、少子高齢化と過疎化が進む地域で当院が生き残るためには、われわれ国保直診(国民健康保険直営診療施設)の医療施設が30年来、理念・基本方針としてきた「地域包括医療・ケアシステムの構築」に今まで以上に努力していくことです。国も3年ほど前から盛んに「在宅医療の推進・地域包括ケアシステムの構築」と言っています。これは大都市の高齢化が現実のものとなり慌てて言い出したことで、遅すぎると思えますが、最近多職種による在宅医療、地域包括ケアの研修会・検討会が開催されています。これは、多職種協働での地域における総合的なチーム医療・介護を提供するために必要な安心と信頼の基盤となる「顔の見える関係」をつくることに繋がるものと期待し評価しています。しかし、私はマンパワー(特に家庭内の)が不足している当地では、住民の自主的な参加、すなわち住民(婦人会、老人会、社会福祉協議会の小地域ネットワークなど)との連携・協働がなければ地域、特に過疎地での在宅医療・地域包括ケアシステムの構築はできないと思っています。このことがこれからの課題となります。

私は、地域医療を守ることは地域を再生し、地域への貢献に繋がると信じています。当院および関連施設では、今まで以上に地域住民の皆さまをはじめ医療・介護・保健・福祉関係の皆さまと力を合わせて地域包括ケアシステムの構築と地域の発展・活性化に精一杯努力してまいりますので、皆さまのご協力、ご支援をよろしくお願いいたします。

最後にお知らせです。看護学校の解体工事が1月から始まりました。平成27年度には、新築工事に着手し、平成28年末には完成の予定です。



# 情報

## あ★ら★か★る★と★こ★ー★な★

### 図書館マスコット!?

写真のぬいぐるみは大矢野森記念図書館に飾ってあるぬいぐるみです。図書館の利用者からいただいたものです。「全国ご当地キャラのあみぐるみ」という本を参考に作られたそうです。なかなか味わい深くまモンですね。



図書館の本には手づくり作品の本がたくさんあります。本を参考に素敵な一品を作ってみませんか?

### おはなし会のお知らせ♪

#### ■図書館おはなし会 (30分～1時間)

- 【中央】3月14日(土) 午後2時～ (アロマ視聴覚室)
- 【大矢野】2月は休館日のためお休みです
- 【大矢野】3月14日(土) 午後2時～ (大矢野森記念図書館)
- 【姫戸】3月14日(土) 午前10時～ (姫戸図書館)
- 【龍ヶ岳】2月21日(土) 午後2時～ (龍ヶ岳図書館)
- 【龍ヶ岳】3月21日(土) 午後2時～ (龍ヶ岳図書館)
- 【対象】幼児～小学校低学年

※日程・場所変更の場合がありますので、各館まで確認をお願いします。

#### ■赤ちゃんおはなし会 (約20分)

- 【日時】3月5日(木) 午前10時30分～
- 【場所】アロマ視聴覚室
- 【対象】0歳～未就園児とその保護者

### 移動図書館巡回日

- 2月…18日(姫戸)、25日(龍ヶ岳)
- 3月…4日(大矢野)、11日(松島)

※雨天の場合は翌日に延期します。詳しい場所・時間についてはお問い合わせください。ご利用をお待ちしています。

### ほん 今月の本

テーマはコレっ!  
2月のテーマ『和ってなんだろう?』  
3月のテーマ『もしも図書館司書が個人的な感想で本をオススメしてみたら』

# Books

## 図書館だより

#### 中央図書館 ☎0969(56)0777【アロマ呼出】

・開館時間 午前10時～午後6時(土・日・祝日:～午後5時)

#### 大矢野森記念図書館 ☎0964(56)3363【図書館直通】

・開館時間 午前10時～午後6時(土・日・祝日:～午後5時)

#### 姫戸図書館 ☎0969(58)2111【姫戸統括支所呼出】

・開館時間 午前10時～午後5時(土・日・祝日:同)

#### 龍ヶ岳図書館 ☎0969(62)0930【図書館直通】

・開館時間 午前10時～午後5時(土・日・祝日:同)

#### 【全館共通】

- 休館日 2月16日、23日、28日  
3月2日、9日、16日、23日、30日、31日
- ※全館ともに、毎月最後の日は「館内整理日」でお休みです。
- ※月曜日が定期休館日(祝日の場合は翌日)となります。

### DVD入荷のお知らせと取り扱いについて

- 「パシフィック・リム」、「ライフ・オブ・パイ」のほか、6作品が新しく入りました!!中央図書館にありますが、市内の各図書館での取り寄せも可能です!(取り寄せには数日かかります)詳しくは各図書館までお尋ねください。ご利用をお待ちしています♪
  - DVDが返却された後、DVDの読み取り面(裏の銀色部分)にキズや、べったりと指紋がついていることがあります。DVDの再生不良などの原因につながりますので、ご利用の際は、読み取り面にはなるべく触れないようにお願いします。
- また、お子さんがご利用になる場合は、必ず保護者が取り扱い、操作をしてください。図書館の資料は市民の皆さんの財産です。長く利用できるように、ご理解とご協力をお願いします。

### 図書館の寄贈について

松岡近さんに『天草電気の歴史100年史』を、ほか4人にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

■問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361

## E-Friends

### 「家族でパスティづくり」に参加しませんか

上天草市英語村「E-Friends」では次のとおり、「家族でパスティづくり」を開催します。

パスティは、牛肉、薄切りのジャガイモ、スウェーデンのカブ、玉ネギを塩、こしょうで味付けしたものを生地包み、オープンで焼いて作る伝統料理で、イギリスでは家庭料理としてよく食べられます。

参加する人は、好きな具材を持ってください。地元産の食材でオリジナルのパスティを作ってみませんか。参加には事前の申し込みが必要となりますので、お早めに。

■日時 3月14日(土) 午前10時開始(午前9時45分受付)

■場所 宮津公園(上天草物産館さんばーる裏)

■参加費 1人100円(当日徴収)※3歳以下は無料

■定員 30人程度(親子で参加。1家族5人まで)※参加は上天草市在住の家族に限ります。

■携行品 エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物、パスティの中の具材

■申込方法 イーフレンズオフィスに電話もしくは、メール(info@efriendseigomura.com)にてお申し込みください。(先着順となります)

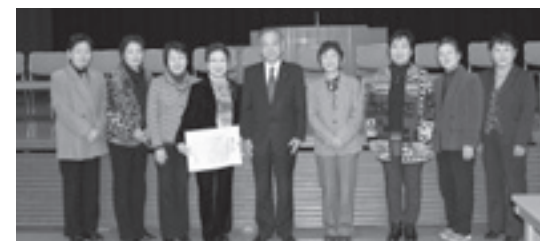


■問合せ先 イーフレンズオフィス(社会教育課内) ☎0969(28)3361

## 熊本県社会福祉功労表彰 婦人会が受賞

2月3日、上天草市地域婦人会連絡協議会(荒木ミドリ会長)が県庁本館地下大会議室において熊本県社会福祉功労表彰を受賞しました。

これは、県内で社会福祉の向上に特に著しい功績があった人(団体)に対して表彰されるもので、同協議会は、イベントボランティアなど多岐にわたり活動し、平成19年7月から上天草総合病院内でボランティア(洗濯物たたみ、シーツ交換、窓ふきなど)を毎週2回実施しています。活動当初は80人程だった会員数も現在は186人まで増え、衰退することなく継続されていることが評価されました。荒木会長は、堀江市長に表彰を報告し「この表彰はボランティアを続けている会員の励みになります。今後も続けていきたいです。」と述べました。今後の協議会活動が期待されます。



▲村田副知事(中央)と婦人会の皆さん

■問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361

## 第34回上天草市学童女子 バレーボール大会

12月6日、松島総合センター「アロマ」メインアリーナで第34回上天草市学童女子バレーボール大会が開催されました。

この大会は、市内小学校の部活動やクラブチームの技術向上、体力向上と親睦・融和を図る目的で、市教育委員会が毎年開催しているもので当日は、市内小学校のバレーボール部に所属する14チームが、代表の部と混成の部に分けられ、それぞれ優勝を目指して熱戦を繰り広げました。試合では、選手たちの一歩も譲らない白熱した試合が続け、応援席からも力が入った声援が送られていました。接戦の末、代表の部では維和小、混成の部では中南小が優勝を勝ち取りました。



◀代表の部 【優勝】維和小



◀混成の部 【優勝】中南小

■問合せ先 社会教育課スポーツ推進係 ☎0969(28)3380



### 税のひろば

2月の納税  
☎総務課

- ▼固定資産税 第4期
- ▼国民健康保険税 第9期
- ▼納期限 3月2日(月)
- ▼口座振替日 2月25日(水)
- ▼問合せ先
- 税務課固定資産税係  
☎0964(26) 5520
- 税務課市民税係  
☎0964(26) 5519

### 確定申告の納付期限と振替納税

平成26年分確定申告の納付期限は次のとおりです。  
▼申告所得税および復興特別所得税 3月16日(月)  
▼消費税および地方消費税(個人事業者) 3月31日(火)  
「申告所得税および復興特

### 相談・申請

消費全般に関する相談を受け付けます  
☎市消費生活センター  
契約上のさまざまなトラブルや悪質商法などによる被害、多重債務(借金問題)でお悩みの人のご相談など、消費全般に関するご相談に対し

消費全般に関する相談を受け付けます

- ▼振替納税の振替日は、次のとおりです。
- ▼申告所得税および復興特別所得税 4月20日(月)
- ▼消費税および地方消費税(個人事業者) 4月23日(木)
- ▼問合せ先 天草税務署  
☎0969(22) 2510

### イベント・募集

県水産研究センターの臨時職員を募集します

▼勤務場所 熊本県水産研究センター(大矢野町)  
▼採用予定人数 30人程度  
▼職種 研究補助業務  
▼任期 2カ月以内。ただし、平成27年度中の再任用は可  
▼勤務時間 原則として月々金曜日の午前8時30分～午後5時15分  
▼給料 月払いで日額賃金(参考)平成26年度日額5580円

### 年金相談を実施します

☎保健課  
年金全般に関する相談を受け付けます。相談日の1週間前までに必ず予約してください。

- ▼日時 3月20日(金) 午前10時30分～午後3時30分
- ▼場所 大矢野庁舎書庫棟1階会議室
- ▼問合せ先 保健課後期高齢者医療年金係  
☎0969(28) 3375
- ☎本渡年金事務所にて年金相談

### 談予約受付中

待ち時間なしで年金相談をお受けします。年金手帳を確認し、本渡年金事務所までお電話ください。

▼問合せ先 本渡年金事務所  
お客様相談室  
☎0969(24) 2112

### 「家庭の日の集い」に参加しませんか?

皆さん、「家庭の日」をご存じですか?県では、毎月第1日曜日を「家庭の日」とし、家族みんなで話し合い、楽しみ合う家庭づくり運動を展開しています。

- ▼その啓発活動の一環として、3月1日(日)に県庁で「家庭の日の集い」を開催します。当日は、大田黒浩一さんの楽しいトークショーも予定しています。多くの人の参加をお待ちしています。参加は無料です。
- ▼問合せ先 県くらしの安全推進課  
☎096(333) 2294

### 問合せ先

- ☐上天草市消費生活センター  
市役所大矢野庁舎1階  
☎0964(56) 0783
- ☐上天草市ふるさとハローワーク  
市役所大矢野庁舎1階  
☎0964(57) 4510
- ☐上天草市農林水産物加工品開発研究センター  
〒869-3603  
上天草市大矢野町中11582-24  
☎0964(56) 6100
- ☐松島地区清掃センター  
〒861-6105  
上天草市松島町教良木236-264  
☎0969(57) 0161

### 無料法律相談所を開設します

市民の法律などに関する心配ごとや困りごと(家庭・金銭・相続・登記などの問題)の相談に対し、弁護士が指導、助言などを行い、その問題の解決または解決の糸口となることを目的として開設します。

▼対象者 本市に住んでいる人または通勤・通学している人

▼開設日時 3月17日(火) 午後1時～5時

▼開設日時 大矢野庁舎1階相談室

▼相談費用 無料

▼相談方法 面談相談で、同

### 行政相談を実施します

行政に関する苦情、要望および意見などがありましたら、お気軽にご利用ください。

▼開設日 3月5日(木)

○松島 午後1時～4時・松島庁舎

▼開設日 3月12日(木)

○大矢野 午後1時～4時・大矢野老人福祉センター

▼問合せ先 総務課総括係  
☎0964(26) 5526

## 天草地域企業合同面談会を行います!

求職者と求人企業との面談の場を設け、就職のきっかけとするために、複数企業による合同面談会を開催します。就職だけでなく、近辺企業のことを知るよい機会ですので、ぜひご参加ください。

- 日時 2月20日(金) 午後2時～4時
- 場所 松島総合センター「アロマ」(研修室1・2)
- 参加企業 10社前後を予定(業種や企業名などは市ホームページに掲載します)
- 参加費 無料(申込不要)
- 対象者 上天草市近辺の在住で求職中または転職をお考えの人(年齢・経験は不問)  
※「面接会」ではありません。就職を希望される会社とは別途面接などが必要となります。  
※職業相談、面接対策や履歴書の書き方についても相談できます。  
※雇用保険を受給中の方が面談会に参加すると「就職活動の実績」とすることができます。
- 問合せ先 産業雇用創出課企業誘致・産業支援係 ☎0964(26) 5531





## 「小さな感動の積み重ね」

全国に177店舗を展開している「塚田農場」という飲食店があります。現在、塚田農場のリピート率は55%。飲食関係者に聞くとこの数字はこの事業規模としては驚異的だそうです。

塚田農場では鶏を通常の2.5倍くらいの日数をかけて飼育しています。その間、餌代がかかるため、決して割のいいものではありませんが、自ら加工センターまで作り、社員に鶏の処理(血抜き、羽根をむしる、内臓を抜く)を全部見せているそうです。それにより、社員の意識が変わったといいます。残さず食べてもらいたいとか、なるべくおいしい状態で食べてもらうということをごく自然にできるようになったそうです。

具体的には、スタッフから素材の詳しい解説や、血に残った素材の違う食べ方の提案があったり。一つひとつはささやかなものですが、繰り返すことで「きめ細やかなサービス」を実現しています。社長いわく「料理はおいしいが、付加価値やいろいろなストーリーを伝えきれていない」

そこで背景のストーリーをどう伝えるか考えたそうです。誕生日や記念日のサービスのような一発でノックアウトを狙う大きなサプライズより、感情の蓄積をうまく利用して“ちっちゃい感動”をたくさん重ねることの方がじわじわ効いて、効果があると思ったそうです。

例えば地鶏の炭火焼の後に出すハートのガーリックライスなどは、現場スタッフの発想で生まれており、そのバリエーションは3000種類以上だとか。

上天草は、料理は美味しいが、付加価値やストーリーをお客さまに十分伝えきれているか?この問いを私たちが持つことで、ちっちゃい感動をたくさん伝えるきっかけになれるかもしれません。

■問合せ先 観光おもてなし課  
☎ 0964 (26) 5512

高年齢者が健康づくりや生きがいづくりについて学ぶ「上天草さわやか大学」の学生(15期生)を募集します。受講期間は4月から1年間です。

▼対象 上天草地域に在住で60歳以上の人

▼日時 毎月第4火曜日の午後1時～4時

▼場所 天草市民センター

▼募集人員 20人

▼受講料 年額5000円

▼申込方法 葉書に住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号を記入し、3月15日(日)までに申込先に郵送してください。

▼申込・問合せ先 〒863 0015 天草市大浜町11-1

上天草さわやか大学の学生を募集します



21 上天草さわやか大学事務局  
☎ 0969 (22) 5061

青年国際交流事業に参加しませんか

内閣府では、「東南アジア青年の船」など平成27年度の青年国際交流事業に参加する青年を募集しています。応募締切は、3月20日(金)(必着)です。

詳細については、ホームページ (<http://www.cao.go.jp/koryu/>) をご覧いただくか、お問い合わせください。

▼問合せ先  
○内閣府青年国際交流担当  
☎ 03 (6257) 1434  
○県くらしの安全推進課  
☎ 096 (333) 2294

## 地産地消 料理教室

～お祝い料理編～



鯛の塩釜焼き



ぶえん寿司



今回は、ひな祭りや入学・卒業時期に合わせ、上天草産の農林水産物を使ったお祝い料理を作る料理教室を次の内容で2回開催します。皆さまのご参加をお待ちしています。

- メニュー ローストチキン、鯛の塩釜焼き、ぶえん寿司、いちご大福
- 日時 ①3月3日(火)、4日(水)  
午前10時開始(正午から試食予定)
- 場所 上天草市農林水産物加工品開発研究センター
- 講師 浦上喜久治さん(農林水産物ブランド推進協議会職員)  
宮崎寛子さん(くまもとふるさと食の名人)
- 参加費 500円(当日お支払いください。)
- 募集人数 各15人(先着順)
- 申込方法 2月23日(月)午前9時から電話で受け付けます。
- 申込・問合せ先 農林水産課農業振興係 ☎ 0964 (26) 5516

## 上天草市奨学生を募集します

### ■資格

- 次に掲げる要件を満たす人
- 保護者が上天草市に住所を有し、かつ、市税を滞納していないこと。
- 奨学金の貸与を受けている期間中に、学校教育法に規定する高等学校、高等専門学校、専修(専門)学校、短期大学、大学または大学院に在学していること。
- 人物および学業ともに優秀な人で、経済的理由により修学が困難であると認められること。
- 国、他の地方公共団体、またはその他の団体から奨学金の貸与を受けていないこと。

### ■貸与額

- 高校区分: 月額2万円  
【高等学校、高等専門学校(1～3年生)、または専修(専門)学校の高等課程に在学する生徒】
- 大学区分: 月額3万円  
【高等専門学校(4、5年生)、専修(専門)学校の専門課程、短期大学、大学または大学院に在学する学生】

### ■提出書類

貸与申請書、推薦書、保証書、世帯全員の所得証明書、保護者の納税証明書(未納がない証明書)、保護者の住民票抄本(写)

### ■申込期間・提出先

- 市内の中学生、上天草高校生  
2月23日(月)～3月13日(金)に各学校へ提出してください。
- 市外の学校に通う生徒など  
2月23日(月)～3月20日(金)に教育委員会学務課あてに郵送するか、市役所各窓口を経由して学務課へ提出してください。

### ■返還

- 卒業した日から10年以内に返還しなければなりません。(返還年額は3万6千円を下回らないこと)
- 進学や疾病など、正当な理由がある場合は、返還猶予申請をすることができます。

### ■留意事項

- 申請しても奨学生として採用されない場合がありますのでご了承ください。
- 進学する場合は、前年度奨学生であっても、貸与継続手続ではなく新規に申請していただく必要があります。
- 詳しくは、市ホームページをご覧ください。

### ■問合せ先 学務課学務係

☎ 0969 (28) 3364



## 国際文化体験活動講師(イーフレンズ講師)を公募します

### ■募集人員

1人

### ■任用期間

平成27年4月1日～平成28年3月31日(1年間)

### ■報酬月額

30万円

### ■業務内容

英語を使った国際文化体験活動事業(主催講座、出前講座、イベントなど)の企画実施その他事務の管理

### ■受験資格

- ①英語を母国語、または公用語とする国の出身者
- ②市内在住の30歳以上の人(平成27年4月1日現在)
- ③国際文化体験活動に情熱と識見を持って取り組める人
- ④普通自動車免許取得者
- ⑤パソコンを使用しデータ管理できる人

### ■試験日

日時・会場については、後日、本人に通知します。

### ■試験方法

面接試験

### ■募集締切

2月27日(金)午後5時 ※郵送は締切日の消印有効

### ■申込方法

指定様式「上天草市一般職の非常勤職員申込書及び履歴書」を記入のうえ、社会教育課(松島庁舎)、大矢野窓口センター(大矢野庁舎)、姫戸・龍ヶ岳各統括支所に1部提出してください。(指定様式は、上記の場所および各出張所に備え付けてあります。)

※郵送の場合のあて先は次のとおりです。

〒861-6192 上天草市松島町合津7915番地1  
上天草市教育委員会社会教育課

※封筒の表面に「国際文化体験活動講師応募」と朱書きしてください。

### ■問合せ先 社会教育課生涯学習係

☎ 0969 (28) 3361



# わんきんで笑顔

## 国民年金保険料の納付が困難な学生には特例制度があります

### ■対象者

日本国内に住むすべての人は、20歳になったときから国民年金の被保険者となり、保険料の納付が義務づけられています。しかし、学生には、在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。

学生納付特例には所得基準があり、本人の所得が次の額以下の場合に対象となります。

【118万円＋扶養親族等の数×38万円＋社会保険料控除等】

### ■保険料と年金の額

老齢基礎年金を受けるためには、原則として保険料の納付済期間（保険料免除期間を含む）が25年以上必要です。学生納付特例の承認を受けた期間は、この老齢基礎年金の受給資格期間に含まれます。ただし、老齢基礎年金の年金額の計算対象となる期間には含まれません。

また、学生納付特例制度の承認を受けていれば、その期間は、保険料納付済期間と同様に障害基礎年金の支給要件となる対象期間に含まれます。

### ■申請書の提出先

申請書の提出先は、住民登録している市区町村の窓口です。年金手帳、在学証明書または学生証などの写し、退職（失業）した人が申請を行う場合は、退職（失業）したことを確認できる書類（雇用保険受給者証、雇用保険被保険者離職票等の写し）、印鑑（認印可）をご持参ください。

詳しくは、お問い合わせください。

### ■相談・問合せ先

- 本渡年金事務所  
☎ 0969 (24) 2154
- 市保健課後期高齢者医療年金係  
☎ 0969 (28) 3375

# 国民健康保険のお知らせ

## 職場の健康保険をやめたときは必ず届出をしてください

退職などで職場の健康保険や船員保険などをやめたときは、次の3つのうちいずれかの医療保険に加入する必要があります。

- (1) 健康保険などの任意継続
- (2) 家族などが加入している健康保険など（被扶養者）

※ (1)、(2) については、加入の条件、申請期限などがあります。勤務先または健康保険などの窓口へご相談ください。

- (3) 国民健康保険  
離職票など健康保険の資格が無くなった日が分かる書類を持って、市役所各庁舎の窓口へ届出をしてください。

### ■医療保険制度の種類

制度	被保険者
健康保険	会社員の人およびその家族（被扶養者）
船員保険	船員の人およびその家族（被扶養者）
共済組合	公務員およびその家族（被扶養者）
国民健康保険	自営業の人など（健康保険・船員保険・共済組合に加入していない人）
後期高齢者医療制度	75歳以上の人および65歳以上で一定の障がいがある人

## 退職者医療制度の届出にご協力ください

国民健康保険には、一般の国民健康保険のほかに、「退職者医療制度」があります。対象者が病院などで受診すると、医療費の一部が健康保険などの拠出金で賄われる制度です。

勤めていたときと比べ、退職後は医療の必要性が高まります。また、国民健康保険の加入者は年齢層が高く、医療費も増加傾向にあります。

「退職者医療制度」は、対象となる人に適正に適用することで、国民健康保険の負担を軽減することができ、結果的に皆さんに納めていただく保険料の増加を抑えることにつながります。

対象者は、年金証書をお持ちのうえ市役所の各窓口へ届出をお願いします。

### ■対象者 次の要件を満たす人が対象者となります。

- 退職被保険者（本人）
  - ①年金が受けられる65歳未満の人
  - ②厚生年金・共済年金などの被用者年金の加入期間が20年以上、もしくは40歳以降の加入期間が10年以上であること
- 退職被扶養者（家族）
  - ①退職被保険者と同一世帯の65歳未満の人で、退職被保険者により生計を維持していること
  - ②退職被保険者の配偶者および3親等以内の親族であること
  - ③年収が130万円未満（60歳以上の高齢者または障がいがある人は180万円未満）であること

■問合せ先 保健課国民健康保険係 ☎ 0969 (28) 3354



▼問合せ先 スポーツ安全協会 熊本県支部  
☎ 096 (213) 9015

▼問合せ先 都市整備課水環境係  
☎ 0969 (28) 3366

▼問合せ先 総務課  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 都市整備課（松島庁舎2階）  
☎ 0969 (28) 3366

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

▼問合せ先 総務課危機管理防災室  
☎ 0964 (26) 5544

## その他

スポーツ安全保険に加入しましょう

☎ 社会教育課

下水道排水設備工事指定工事店の登録と更新

☎ 都市整備課

これは、消防団の活動に積極的に協力いただいている事業所などの申請に基づき、市が協力事業所の認定を行うものです。認定された場合、市から「協力事業所表示証」が交付されます。

新たに次の事業所が協力事業所に加わりました。

○株式会社山口工務店

○有限会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業

○有限会社寄河電気

○有限会社池田工務店

○株式会社鎌田電設

○有限会社吉田建設

○株式会社山本建設工業



▼入場料 無料 ※直接現地へお越しください。

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館

☎ 0968 (36) 2151

▼問合せ先 県立装飾古墳館



県営駐車場にEV・PHEV用充電器を設置



県営有料駐車場 1階に電気自動車・プラグインハイブリッドカー用の普通充電器(200V)を1台設置しました。充電器の利用料金は無料です(駐車料金別)。

※事前の予約はできません。
▼営業時間 24時間(年中無休)

▼駐車料金 最初の1時間以内320円。以降30分ごとに50円加算

▼問合せ先 県営有料駐車場 096(324)5582

工事等入札結果

☎監理課

□入札日▼工事(委託)名① 工事(委託)場所②契約者③ 契約金額④工事(委託)期間
□12月3日入札分
▼市道蔵々下山線道路改良地 質調査委託
①大矢野町維和地区内
②(株)基礎計画研究所天草 営業所(天草市)
③119万6640円
④12月〜1月

▼今津排水機場水中ポンプ分解整備工事
①松島町合津地区内
②クボタ機工(株)九州営業所(福岡市)
③2214万円
④12月〜3月
▼龍ヶ岳地区市営住宅玄関ドア取替工事
①龍ヶ岳町地区内
②(有)福井建設(龍ヶ岳町)

③810万円
④12月〜2月
▼市道前島2号線道路整備工事
①松島町合津地区内
②南邦建設(株)上天草支店(松島町)
③2230万2千円
④12月〜3月
□12月16日入札分
▼前島総合開発駐車場整備工事
①松島町合津地区内
②(株)礎上天草営業所(松島町)
③5324万4千円
④1月〜3月
▼串漁港水産物供給基盤機能保全計画作成業務委託
①大矢野町上地区内
②(株)第一コンサルタント 上天草営業所(大矢野町)
③1231万2千円
④12月〜3月
▼市道山田大手原1号線舗装工事
①大矢野町上地区内
②長本建設(大矢野町)
③186万6240円
④12月〜2月
▼市道環状西2号線道路改良工事に伴う配水管布設替工事
①大矢野町上地区内
②(有)金子電気(大矢野町)
③118万5840円
④12月〜1月
▼小屋河内漁港水産物供給基盤

機能保全計画作成業務委託
①龍ヶ岳町高戸地区内
②旭測量設計(株)上天草支店(大矢野町)
③1198万8千円
④12月〜3月
▼北部農道整備に伴う配水管新設工事
①大矢野町登立地区内
②(有)水元電気(大矢野町)
③368万8200円
④12月〜3月
▼上天草市橋梁総点検業務委託
①上天草市一円
②九州建設コンサルタント(株)南九州支店(熊本市)
③356万4千円
④12月〜3月
▼市道西ノ浜中央1号線道路維持工事
①大矢野町湯島地区内
②(株)川口住建工業(大矢野町)
③239万7600円
④12月〜3月
▼市道環状西2号線排水整備工事
①大矢野町登立地区内
②江口土木(大矢野町)
③104万2200円
④12月〜3月
▼市道寺尾大手原線道路維持工事
①大矢野町上地区内
②倉田工業(大矢野町)

③280万8千円
④12月〜3月
▼単県治山(教良木字堂ノ下)工事
①松島町教良木地区内
②(資)福富組(松島町)
③444万7555円
④12月〜3月
▼大維農道測量設計業務委託
①大矢野町維和地区内
②(株)明進測量設計上天草 営業所(松島町)
③155万5200円
④12月〜3月
▼大矢野共同調理場地質調査業務委託
①大矢野町中ノ宮番地
②(株)中央土木コンサルタント上天草営業所(天草市)
③263万5200円
④12月〜2月
□12月24日入札分
▼防災行政無線屋外拡声子局(龍ヶ岳地区)整備工事
①龍ヶ岳町地区内
②パナソニックシステムネットワークス(株)システムソリューションズジャパンカンパニー九州社(福岡市)
③1026万円
④1月〜3月
▼姫浦橋補修工事
①姫戸町姫浦地区内
②肥後中央興産(有)(龍ヶ岳町)

③1436万4千円

④1月〜3月

▼湊大橋補修工事

①松島町合津地区内

②(株)隆勢(松島町)

③1344万6千円

④1月〜3月

▼干切漁港臨港道路整備工事

①松島町阿村地区内

②(株)坂本建設上天草支店(松島町)

③896万4千円

④1月〜3月

▼単県治山(上字松山)工事

①大矢野町上地区内

②(有)池田工務店(大矢野町)

③540万円

④1月〜3月

▼単県治山(登立字尾越ノ崎)工事

①大矢野町登立地区内

②(資)石炭建設(大矢野町)

③550万8千円

④1月〜3月

▼上天草港(江樋戸港区)改修E工事

①大矢野町上地区内

②(株)千原建設(大矢野町)

③2304万7200円

④1月〜3月

▼上天草市旧商工会館その他解体工事

①松島町合津地区内

②(株)クリーン開発(松島町)

③1033万5600円

④1月〜3月

▼上天草市旧松島庁舎解体工事

①松島町合津地区内

②(株)坂本工業(松島町)

③3088万8千円

④1月〜3月

▼上天草市旧保健センター解体工事

①松島町合津地区内

②天栄工業(株)(松島町)

③2678万4千円

④1月〜3月

▼問合せ先 監理課契約検査係 0964(26)5533

お詫びと訂正

1月号33ページ掲載の水道だより中、「上天草市の水道工事指定店」は「上天草市内の水道工事指定店」の誤りでした。また、次の指定店が掲載されていませんでしたので訂正してお詫びします。

▼掲載されていない指定店
○松島町 南邦建設(株)上天草支店

☎0969(56)0850
※市外の水道工事指定店は、上天草市のホームページに掲載していません。

▼問合せ先 水道局工務係 0964(28)3370

善意に感謝(敬称略)

▼ボランティア活動
市内の福祉施設(南風苑・松朗園・きららの里・翔洋苑・相生荘)でボランティアサービスをした人を紹介します。
○中田理髪店、ノウブル、タカシスタジオ、ヤスタ水産、創作菓子工房アローム、本郷絵手紙もみじ会、吉川キヨカ、圓尾玲子、山下エツ子、濱口民謡教室、木下とも子、なごみ、さくらコー、龍ヶ岳町老人クラブ、洗濯ボランティア

▼ふるさと納税
▽観光振興事業
○藤川靖(福岡市東区)
▽地場産業の育成事業
○松江宏(熊本市南区)

▽その他市長が特に必要と認める事業

○嘉悦忠(大阪府河内長野市)
▽教育水準の向上事業・その他市長が特に必要と認める事業
○若松孝市(東京都新宿区)
▽教育水準の向上事業
○大矢野町仏教連合会代表・古川眞(上天草市大矢野町)



こんにちは、地域包括支援センターです

健康寿命を延ばし、いつまでも活動的でいきいきと

「健康寿命」という言葉をご存じですか?健康上の問題がない状態で日常生活を送ることができる期間を健康寿命といいます。

平均寿命の延びで「人生80年」といわれる長寿社会ですが、健康寿命は平均寿命から約9~12年短いのが現状です。

日常生活に支障がでてくる(要介護・要支援認定者となる)原因の第一位は、体を支え動かす仕組みである「運動器(筋肉・骨・関節など)の障害」です。また、運動器が障害されると、メタボや認知症の発生率が高くなるといわれ、これらの発生状況は密接に関連しています。「まだ若いから関係ない」ということはなく、若いうちからの健康な体づくりが大切になっていきます。また、年を重ねると「年のせいだから仕方ない」と思われるかもしれませんが、適度な運動をすることで運動器の機能の低下を防ぐことが証明されています。運動器の健康を守り、健康でいきいきとした生活を送りましょう。

毎月「こんにちは、地域包括支援センターです」では、健康寿命を延ばすための介護予防の情報をお伝えしています。ぜひ参考にしてください。ご自身の日頃の生活に取り入れ、健康な体づくりにお役立てください。

自分らしい生活を最後まで続けるために、健康長寿をめざしましょう!

■問合せ先 地域包括支援センター

☎0969(28)3378

市のデータ

Table with 2 columns: Category (人口, 男性, 女性, 世帯数, 市の面積) and Value (29,746, 14,020, 15,726, 12,140, 126.15km²)

平成27年1月31日現在( )は前月比



## 上天草温泉郷が全国で満足度第7位



▲上天草温泉郷

上天草温泉郷が、民間調査会社の全国温泉地満足度調査ランキング(秘湯部門)で高い評価を受けました。

上天草温泉郷は、大矢野温泉と松島温泉からなる温泉郷。温泉は塩分を含む塩化物泉がほとんどで、保温効果や乾燥肌の改善が期待でき、「塩のベール」で優しく包んでくれます。

温泉ソムリエ協会の遠間さんは、『温泉地という自然環境が身も心も癒すのが「転地効果」です。上天草温泉郷は、それに加え、「島」という究極の環境が転地効果となり、癒しを与えてくれます。温泉は肌に潤いを与えてくれる塩化物泉。そして、温泉成分が体を包んで、いつまでもポカポカと温かく、心まで温めてくれるのが上天草温泉郷の湯』と評価。年間を通じて楽しむことができる上天草温泉郷で身も心もポカポカに温まってください。

## わんぱくガキガキ



ななみ  
**西東 奈奈実ちゃん(左)**

ひなこ  
**西東 陽和子ちゃん(右)**  
大矢野町

●誕生日

ななみちゃん 平成24年3月25日

ひなこちゃん 平成26年7月26日

●パパ

西東 大さん

●ママ

西東 ゆかりさん

●両親からひとこと

毎日明るい笑顔を見せてくれてありがとう。これからも姉妹で仲良くしてね。

### かわいい子どもの写真を募集しています!

上天草市に在住している1~3歳のお子さんで①住所②子どもの氏名③ふりがな④生年月日⑤保護者の氏名⑥子どもに対するコメント(30字以内・どなたからでも結構です)⑦連絡先を添えて上天草市市長公室広報係(〒869-3692上天草市大矢野町上1514)まで送ってください。なお、写真の裏面には、お子さんのお名前を記入してください。応募多数の場合は、先着順に掲載となりますのでご了承ください。

※原則お写真の返却は致しませんのでご了承ください

▽今月の「まちのわだい」で取り上げた男女共同参画フォーラムの講演会で「家庭での男性の自立が遅れている」との話がありました。共働きで子育てをする自分にとって胸に刺さる内容でした。▼「女性の力」が社会で発揮されるには、もっと男性が意識して家事や育児に関っていく必要があると強く感じました。(一)▽2月に入り寒さが増してきました。まだまだ着物を重ねて着る「衣更着(きさらぎ)」、朝の冷たい空気が頬をなでると、気持ちが引き締まります▼現在、庁舎内は過剰な暖房を抑制するためウォームビズに取り組んでいます。職員も上着など重ね着ですがご理解をお願いします。(K)

### 編集後記