



【今月のトピック】

災害関連特集「災害ボランティアと活動を支える大きな力」

Contents - 今月号の主な内容

2	【災害関連特集】災害ボランティアと活動を支える大きな力
8	第80回熊本県民体育祭
9	・100歳おめでとうございます ・まちのわだい
10	・イコット来館者10万人達成 ・最高の出会いを天草で
11	・企業版ふるさと納税 ・市長室NOW
12	人生会議普及促進のための特別上映
13	住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けるために
14	発注工事予定一覧表
15	・里親月間 ・技術職(土木)および保健師の募集について
16	病院だより
17	天龍祭のお知らせ
18	健康ガイド
20	生涯学習白書
21	ぶらっとライブラリー
22	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
23	お知らせ
27	・上天草デジタル商品券 ・マイナンバー・電子証明書の更新
28	・Our School Projects ・献血
29	・地域おこし協力隊 ・シリーズ人権
30	・各種相談窓口 ・アンケート (WEB)
31	休日在宅医
32	高校生特派員

今月の表紙

災害ボランティアセンターの業務に携われた上天草市社会福祉協議会の皆さんです。

当センターでは、今年8月に発生した豪雨災害からの復興のために、ボランティア活動の運営が行われました。

詳しくは、2ページからの災害関連特集をご覧ください。



今年8月の豪雨から2か月。

上天草市では、復興のために市内外から支援者が集まり、災害ボランティアが行われました。

たくさんの方の支援者の中で、ボランティアが無事に行われるように裏で活動を支えた人たちがいます。

本号では、これまでに行われた災害ボランティアと活動を縁の下で支えた「災害ボランティアセンター」について紹介します。

人口(前月比) (令和7年8月31日現在) ()内は前月比

大矢野	12,005 (-13)	総人口	23,069 (-44)
松島	6,018 (-13)	世帯数	10,957 (-6)
姫戸	2,077 (-5)	男性	11,061 (-6)
龍ヶ岳	2,969 (-13)	女性	12,008 (-38)
市の面積	126.94km ²		



【災害関連特集】

災害ボランティアと活動を支える大きな力

「災害ボランティアセンター」の開所

8月15日(金)、上天草市災害ボランティアセンターが大矢野老人福祉センター内に開所し、ボランティアの依頼および参加の受付を開始しました。また、8月18日(月)からはボランティア活動を開始しました。

運営には、上天草市社会福祉協議会の職員が従事し、地域のボランティアの方や熊本県内各地の社会福祉協議会職員が運営をサポートしました。



▲現地調査の結果をまとめる職員たち



▲物資の調達や活動で出たごみの片付けもボランティアセンターで行いました。



▲災害ボランティアセンター

ここでは、ボランティア活動が円滑に行われるよう依頼者と参加者の調整、ボランティアに必要な物資の調達のほか、日々の広報活動や活動当日のオリエンテーションなど、ボランティア未経験者でも気兼ねなくボランティアに参加できる環境づくりに努めました。

また、ボランティア活動が休みの日には、上天草市内を現地調査し、ボランティアの必要なる方のニーズ調査や聞き取りを行いました。この活動により、誰にでもボランティアが行き届くように工夫しました。最終的に、ボランティアセンターでは、190件の依頼に対応し、1,627人が災害ボランティア活動に参加しました。

○災害ボランティアの実績

月別	ボランティア対応件数	ボランティア参加者数	主な活動内容
8月	129件	1,045人	家財の搬出、泥だし、がれきの撤去、室内清掃
9月	61件	582人	
合計	190件	1,627人	



○被災地へボランティアを送り出すまで



①参加者の受付
ボランティア参加者の受付は、事前予約のほか、当日の朝から行います。



②オリエンテーション
初心者でも安心して活動できるよう約5分のオリエンテーションを行います。



③マッチング
各被災箇所の概要を参加者に説明して、被災箇所ごとにボランティアを引き受けてくれる人を募ります。



④グループでの役割決め
各ボランティアの箇所ごとにグループを作った後、グループで被災箇所の詳細を確認し、リーダーなど役割分担を決めます。



⑤被災地への送り出し
グループで円陣を組み、リーダーの掛け声で団結力を高めてから、被災地へ送り出します。



⑥ボランティアの配置調整
参加者を送り出した後も、ボランティアの進捗状況を常に把握して、次はどこの被災地へ向かうかなどの調整を行います。

■日本各地から集まるボランティア

ボランティア活動には、東京都や愛媛県など日本各地から参加がありました。中には、数日間連続でボランティアに参加するために、テントの中で寝泊まりしながら上天草市に滞在される方もいました。

活動は、複数人でグループを組んで行われ、初対面の人同士のグループも組まれました。作業は、家屋内外の土砂撤去や家財の搬出など、猛暑の中で過酷な作業も多くありましたが、熱中症にならないよう、「大丈夫ですか?」「休憩を取りましょう!」とグループ内で積極的に声をかけ合っている姿が多く見られ、初対面の人同士のグループにも一体感が生まれていました。



○参加者インタビュー

「メンバーの故郷のために」

チームドラゴン

副代表 坂本 博 さん(熊本市)

私たちは、山道を走るスポーツ「トレイルランニング」の愛好家が集まるサークルで、大会の開催など主に八代市で活動を行っています。

災害ボランティア活動は、令和2年7月豪雨をきっかけに開始しました。当時、各地から八代へ多くのボランティアの方に来ていただき、それからは、私たちも各地でボランティア活動を行うようになりました。今回、上天草市でボランティアに参加して、復興に時間がかかりそうな大きな被害も見られました。

このチームには、上天草市出身のメンバーもいて、今回のボランティアにも参加しています。彼らは、いつもチームを盛り上げ、私も元気をもらっています。そんな仲間の故郷、上天草市の皆さまの日常が戻るように祈っています。



■災害ボランティアセンター代表

あいさつ

「上天草市災害ボランティアセンターの開所」

社会福祉法人 上天草市社会福祉協議会

地域福祉係長兼姫戸町龍ヶ岳町支所長

小田 広樹 さん

このたび被災された皆さまへお見舞い申し上げます。今回の大雨によって、上天草市では初めて災害ボランティアセンターを開設することになりました。実際、開設した当初は、訓練との違いも多く、戸惑いもありましたが、県内の社会福祉協議会職員の方々の支援もあり、徐々に運営に対応できるようになりました。

運営の中で最も注力していたことは、ボランティアの依頼者と参加者のマッチングでした。参加者にボランティアを受けてもらうために依頼内容をわかりやすく説明することが難しく、工夫が必要でした。しかし、その分、参加者が達成感のある顔で無事にボランティアから帰って来られときは、安心と大きなやりがいを感じました。

上天草市は、ボランティアに参加いただいた方や復興のために働いている方のおかげで、少しずつ復興へ前進していると思います。

これからも、上天草市社会福祉協議会では、皆さまが日常を早く取り戻せるよう、活動を続けて行きます。





「皆さまのご支援に感謝」

このたび、災害ボランティアに携われた方をはじめ、多くの方に支援をいただき感謝申し上げます。

本市では、1日でも早く、市民の皆さまの日常を取り戻せるよう復興に努めてまいります。



第80回熊本県民体育祭

9月13日(土)、14日(日)、20日(土)、21日(日)の4日間で、第80回熊本県民体育祭が、熊本市の会場を中心に開催されました。

本市からは、17競技25種別に305名が上天草市代表として出場しました。今回、豪雨被害の影響で練習が満足にできない競技もありましたが、選手全員が最後まで全力で戦いました。選手の皆さん、お疲れさまでした。



■大会結果

総合16位(昨年度17位)

■各競技上位入賞者

〔団体〕

ボウリング 3位

〔個人〕

水泳競技 山下 悠夏 3位(女子45歳以上バタフライ)

陸上競技 岩永 匡史 1位(男子30～39歳100㍓)

陸上競技 豊田 誠一郎 1位(男子50～59歳100㍓)

陸上競技 山内 務 3位(男子40～49歳1500㍓)

陸上競技 植村 修帆 3位(男子29歳以下三段跳び)



(写真上から) 岩永匡史さん、豊田誠一郎さん





100歳 おめでとうございます



上野 タツエさん
大矢野町
大正14年8月24日生まれ

1人の方が100歳を迎えられ、市から表彰状とお祝いを贈呈しました。



9/21

自ら野菜を育てて学ぶ「食の大切さ」 ～モリンガの生葉を使った給食試食会の開催～

9月24日(水)、大矢野中学校で、天草モリンガファーム(大矢野町中)協力のもと、モリンガの生葉の収穫と収穫した生葉を使った給食の試食会が行われました。

この取り組みは、同社がモリンガの栽培をとおして、地域の農業や食の大切さについて、子どもたちに学んでもらうことを目的に企画したもので、大矢野中学校では、今年5月に生徒らでモリンガの植樹を行い、大事に育ててきました。この日は、同校の生徒12名が最大約4メートルにまで立派に育ったモリンガの生葉を収穫し、収穫したモリンガの生葉を、サラダ、天ぷらやマフィンなどさまざまな料理に調理して、普段と違う特別な給食をおいしくいただきました。

生徒たちは、「普段食べている食材をつくっている方々への感謝の気持ちを忘れないようにしたい。」と話しました。



9/21

ひとり親家庭を食パンで支援

9月21日(日)、上天草市ひとり親家庭の会が、ひとり親家庭会員を対象にした「食パン配付事業」を実施しました。この取り組みは、米の価格高騰に伴う主食の支援のために、今年8月から毎月行われており、この日は、16世帯の家庭に食パンを配布しました。

この会は、現在28名の会員が所属し、上天草市社会福祉協議会が実施する「ひとり親支援事業」の活動を行う福祉団体のひとつとして、地域に寄り添った温かい取り組みを続けています。8月25日(月)にトミー食品株式会社(熊本市西区)から市に寄附されたお米は、この会が代表して受け取りました。

会長の津留和子さんは、「この会の活動を通じて、ひとりでも多くの方に笑顔が広がり、子どもたちが健やかに成長していくことを心より願っています。」と話しました。



「本と歴史の交流館イコット」入館者10万人達成!

いつも「本と歴史の交流館イコット」をご利用いただき、誠にありがとうございます。

8月26日(火)、イコットは入館者数10万人を達成しました。記念すべき10万人目となったのは、受験勉強のために来館された市内中学生の益田玲菜さんと福田星名さん(ともに大矢野町在住)です。

益田さんと福田さんには、岩崎教育長より記念品が贈呈され、記念品を受け取ったお二人は、「10万人目になれてうれしいです。」「また来たいです。」と、笑顔で話しました。

イコットはこれからも、誰もが気軽に立ち寄れる、地域に愛される施設を目指してまいります。皆さまのご来館を、スタッフ一同お待ちしております。



■問い合わせ先 本と歴史の交流館イコット ☎0964(56)3363

最高の出会いを天草で

あまくさ縁結び「蕎麦打ち体験」



日時：11月22日(土)

正午から(16時頃解散予定)

対象 30歳～45歳までの独身男女
※上天草市・天草市・苓北町に在住または勤務する人、将来移住を考えている人

場所 道の駅宮地岳かかしの里
(天草市宮地丘町5516番地1号)

定員 男女各10名
※応募多数の場合は、抽選となります。

参加料 2,500円

内容 蕎麦打ち体験、ランチタイム、フリータイム、マッチング発表

申込期間 10月15日(水)～11月8日(土)

申込方法 右記のQRコード(あまくさ出会い応援(援)LINE公式アカウント)またはメールで、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入してお申し込みください。



◆イベント本番前には男女別事前戦略セミナー(参加必須)開催!

▶日時 11月15日(土)
女性：10時～12時
男性：13時～15時

▶場所 天草市複合施設こらす
(天草市浄南町4番15号)

▶内容
・現役バーテンダー直伝!すぐに役立つ自己紹介レッスン
・カラーセラピストによる似合うカラーを身に着けて、好印象になるセミナー
・婚活アドバイザーによる婚活力UPセミナー

■主催：上天草市、天草市、苓北町

■企画・運営：(株)ボアソルテ

■問い合わせ先 企画政策課地方創生係 ☎0964(26)5539
または(株)ボアソルテ ☎096(352)2557
amakusaennmusubi@gmail.com

企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました

～株式会社ウエダ様～

熊本市東区にある株式会社ウエダ様から昨年に引き続き、企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました。

株式会社ウエダ様は、創業50周年を迎える企業で、現場金物・建物金物・土木資材・建材・エグステリア・測量機器、介護用品、自動車関連消費など豊富な商品を展開するプロツール・ショップです。

社長の親御様が上天草市生まれなどのご縁もあり、「自身のルーツは上天草」との思いがあるとのことで、本市の地域活性化に少しでも貢献できればと今回寄附をいただきました。

いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。



(ホームページ):「ウエダ金物」で検索

(寄附額は非公開となります)



～有限会社池田商店様～

熊本市西区にある有限会社池田商店様から、企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました。いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。

(ホームページ):「有限会社池田商店」で検索

(寄附額は非公開となります)



Monthly Publication

このような困難な状況の中、全国各地から多くのボランティアの皆さまが上天草市に足を運んでくださっています。被災された方々のために、復旧作業や支援活動に力を尽くしていただいております。その献身的なご協力に心から感謝申し上げます。また、寄付金や義援金を通じて、上天草市

今もなお、自宅に戻れず避難生活を続けている方々がおります。慣れない環境での生活は、心にも体にも大きな負担となり、これからの暮らしに不安を感じている方も多く思われます。そのことを考えると、本当に胸が痛みます。

8月の豪雨災害から約2か月が経過しました。改めまして、被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

月刊
市長室
なう
NOW!



～安心して暮らせるまちへ～



上天草市災害ボランティアセンターの開所式

感謝の気持ちを忘れずに、未来に向かって、より強く、安心して暮らせるまちづくりを進めてまいります。

市としても、市民の皆さまと力を合わせながら、一歩ずつ着実に復旧・復興に向けて取り組んでまいります。引き続き、皆さまのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

皆さまからのご支援は、私たちが前を向いて歩き出すための大きな力となり、地域の絆をより強くしてくれています。

のことを思い、支えてくださった皆さまの温かいお気持ちにも、深く感謝いたします。

住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けるために ～シルバー人材センターや老人クラブの活動に参加しませんか～

(1) 上天草市シルバー人材センター

シルバー人材センターは、地域の高齢者が、「自主・自立・共働・共助」のもと、培った知識・経験・技能を生かして就業することにより、豊かで積極的な高齢期の生活と社会参加による生きがいを充実するとともに、地域に活力を生み出し、地域社会の福祉と活性化に寄与することを目的とした公益社団法人です。

現在の登録会員数は、205人で、主に市内の家庭、事業所、公共団体等から依頼された仕事を引き受けています。また、仕事の提供だけでなくボランティア活動も行っています。

故郷・上天草のために、あなたの「経験」と「知識」を生かしてみませんか。加入希望の方は、上天草市シルバー人材センターまでお問い合わせください。

【今後の行事予定】※変更となることがあります

行事名(実施場所)	実施日
樹木剪定講習(20, 21日：上天草市シルバー人材センター)	10月20日(月)21日(火)
シルバーの日ボランティア活動(23日：上天草市大矢野庁舎周辺)	10月23日(木)

■問い合わせ先 上天草市シルバー人材センター ☎0964(59)2228

(2) 老人クラブ

老人クラブは、地域の高齢者(おおむね60歳以上)で構成された団体です。生きがいと健康づくりを目的として会員相互の親睦を深め、健康を増進する活動、生きがいを高める活動、社会奉仕活動などを行っています。

現在、上天草市内には、77の老人クラブがあり、約3,200人が参加しています。

老人クラブに加入して仲間の輪、地域の輪を広げてみませんか。加入希望の方は、お近くの老人クラブ会員または上天草市老人クラブ連合会事務局までお問い合わせください。

【今後の行事予定】※変更となることがあります

地区	行事名	実施時期
大矢野地区	大矢野町老連グラウンドゴルフ大会	11月
	大矢野町老連わなげ大会	12月
松島地区	松島町老連わなげ大会	11月
	松島町老連健康づくりグラウンドゴルフ大会	11月
姫戸地区	姫戸町老連グラウンドゴルフ大会	11月
	姫戸中学校との交流会(グラウンドゴルフ大会)	3月
龍ヶ岳地区	龍ヶ岳町老連わなげ大会	11月
	おこわ配布(80歳以上一人暮らし高齢者世帯)	11月

■問い合わせ先 上天草市老人クラブ連合会事務局 ☎0964(56)6008



令和7年度 上天草市発注工事予定一覧表

内容については、令和7年10月1日現在の予定であり、実際に発注する工事の内容がこの内容と異なる場合またはここに記載されていない工事が発注される場合があります。また、予定設計金額が200万円以下の工事、工事発注内容や時期が未定の工事は記載してありません。

令和7年10月1日現在

工 事 名	工事場所	工事種別	工 事 概 要	入札予定 時期	工事期間
市営古園団地1・2号棟外部改修工事	松島町 合津	建築一式 工事	屋根改修(2棟、計370㎡)、 外壁改修(2棟、計458㎡)	第2 四半期	約4ヶ月
消防格納庫建設工事	松島町 合津	建築一式 工事	RC造 30㎡	第3 四半期	約5ヶ月
龍ヶ岳山頂自然公園キャンプ場改修工事	龍ヶ岳町 大道	建築一式 工事	建築改修一式	第3 四半期	約4ヶ月
団体営阿村地区区画整備工事	松島町 阿村	土木一式 工事	区画整備 A=10.69ha	第3 四半期	約5ヶ月
維和蔵々地区排水路整備工事	大矢野町 維和	土木一式 工事	排水路拡幅 L=20m	第3 四半期	約4ヶ月
大維農道舗装工事	大矢野町 中	舗装工事	舗装 L=210m	第3 四半期	約4ヶ月
牟田漁港1号防波堤機能保全対策工事	姫戸町 姫浦	土木一式 工事	防波堤補修 L=11.7m	第3 四半期	約6ヶ月
申漁港成合津2号突堤機能保全対策工事	大矢野町 登立	土木一式 工事	突堤補修 L=19.9m	第3 四半期	約6ヶ月
大道出張所アスベスト除去工事	龍ヶ岳町 大道	建築一式 工事	建床面積35.0㎡	第3 四半期	約3ヶ月
大道出張所解体工事	龍ヶ岳町 大道	解体工事	建床面積35.0㎡	第3 四半期	約4ヶ月
中南小学校トイレ改修及びバリアフリー化改修工事	大矢野町 中	管工事	洋式トイレ設置・撤去 N=20据、 スロープ設置 1式	第3 四半期	約6ヶ月
姫戸小学校管理棟及び普通教室棟改修工事	姫戸町 二間戸	建築一式 工事	外壁・屋根改修一式	第3 四半期	約6ヶ月
龍ヶ岳中学校教員住宅解体工事	龍ヶ岳町 樋島	解体工事	解体工事一式 木造平屋 A=63.14㎡	第3 四半期	約3ヶ月
旧阿村保育所解体工事	松島町 阿村	解体工事	木造平屋 A=318.00㎡	第4 四半期	約4ヶ月



■問い合わせ先 監理課契約検査係 ☎0964(26)5533

10月は『里親』月間です

それぞれの事情で親と離れて暮らす子どもたちが、熊本県には約650人います。そうした子どもを自分の家庭に迎え入れ、さまざまなサポートを受けながら養育するのが「里親制度」です。

里親家庭は特別な家庭ではありません。共働き世帯、子育て中の世帯の里親登録も増えています。里親は、自分の子どもとして迎え入れる特別養子縁組だけではありません。一定期間、子どもを預かる養育里親もあり、それぞれ自分のライフスタイルに合った活躍の仕方があります。

里親制度は、子どものための制度です。皆さんに正しく知っていただくこと、理解していただくことが一番大切なことです。里親制度を正しく知ることから始めませんか。



◆里親の種類

- 養育里親…18歳までの子どもを一定の期間自分の家庭に受け入れて養育する里親です。養育期間は、数日から数年とさまざまです。子どもの実親の養育環境が整った場合には、実親の元に帰ります。
- 特別養子縁組里親…原則15歳未満の子どもを、特別養子縁組(法的親子関係の成立)を前提として養育する里親です。養子縁組が成立するまで、里親として養育します。
- 親族里親…実親が死亡や行方不明などで子どもを育てられなくなった場合、児童の扶養義務者およびその配偶者である親族が子どもを養育する里親です。ただし、親族による養育が適当と判断された場合に限りです。
- 専門里親…虐待により心身に有害な影響を受けた子どもや非行、障がいのある子ども等、専門的なケアを必要とする子どもを養育する里親です。

■問い合わせ先 養育家庭支援センターきらきら
 ※お一人様から団体様まで、説明にお伺いします。
 ☎096(383)8100
 右のQRコードからメールでもお問い合わせできます。



技術職(土木)および保健師の募集について

上天草市では、技術職(土木)および保健師の受験者を随時募集しています。申込は、以下のQRコードから申し込んでください。



申込サイト
QRコード

■問い合わせ先 総務課人事研修係 ☎0964(26)5527



診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 小林 井上	和田 井上 阿久根	岸川	和田 細川 小林 高柳	細川 阿久根 井上(第2・4・5) 福嶋(第1・3)
代謝内科	阪口				小野(第3・5) 大津(第1・2・4)
腎臓内科			細川		
循環器内科	東海	脇田	小林	山本	脇田
整形外科	藤松 (千丈)	上原	藤松 千丈	藤松 (千丈)	鮎田
婦人科 (午前/午後)	坂口/ オンライン診療		坂口/ オンライン診療	休診/ 手術	休診/ オンライン診療
小児科	船曳	楢村	船曳	田村	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	竹下
皮膚科				宮下	
泌尿器科		西			西
超音波・ 内視鏡センター	石山	石山	大塚	蔵野	大野
人間ドック	細川	細川 (脇田)	脇田	脇田	坂口
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田

	月	火	水	木	金
教良木診療所 (午後)	小林	千丈	応援	応援	井上

- ◆診療受付時間は、午前8時30分から午前11時30分までです。
- ◆火曜日と金曜日の整形外科外来は午前10時50分から診療開始です。
- ◆歯科口腔外科は月～金の午後にも診療を行います
- ◆脳神経外科外来は月2回(第2, 4水曜日)の午後2時より診療を行います。(予約制です)
- ◆泌尿器科は毎週火曜日と金曜日に診療を行います。金曜日の診療は完全予約制となります。
- ◆婦人科外来の診療時間は午前9時～午後1時30分までです。(受付時間は午前8時30分～午後1時まで)
- ◆婦人科・循環器内科のオンライン診療は、再診の方のみ予約診療となります。
- ◆10月27日(月)の眼科外来吉岡医師は休診となります。
- ◆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。



がんサロン

日時	10月16日(木) 13時30分～15時30分
場所	上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

※時間、場所は変更になる場合がありますので、参加希望の人はご連絡ください。

社会人も歓迎!

2026年度 上天草看護専門学校
看護学科(3年課程) 募集要項

●入試区分

- ①専願入学試験・一般 A 入学試験
- ②一般 B 入学試験 ③一般 C 入学試験

●出願資格

- ①**専願入学試験** 入学を確約できる者で次の条件を満たす者
 - ・高等学校を卒業した者、あるいはこれと同等以上の学力を有する者
 - ・令和8年3月高等学校卒業見込みの者
- 一般 A 入学試験**
 - ・高等学校を卒業した者、あるいはこれと同等以上の学力を有する者
 - ・令和8年3月高等学校卒業見込みの者

出願期間	10月28日(火)～11月7日(金) ・受付 平日9:00～16:30 (郵送は最終日必着)
試験日	11月15日(土) ・受付 9:30～9:50 ・会場 上天草看護専門学校 くまもと森都心プラザ の2会場
試験科目	・現代の国語、言語文化(近代以降の文章) 10:10～11:00 ・集団討論、または面接 11:10～
合格発表	11月25日(火)

- ②一般 B 入学試験日 令和8年2月14日(土)
- ③一般 C 入学試験日 令和8年3月7日(土)

お問い合わせ・資料請求

上天草看護専門学校

☎0969(62)0200



学校ホームページ



心臓リハビリテーション教室

日時	10月24日(金) 13時30分～14時30分
場所	上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

※時間、場所は変更になる場合があります。

開校60周年!上天草看護専門学校の文化祭

天龍祭

来て!見て!楽しんで!龍ヶ岳

十一月一日土曜



10時～16時

- ・体験コーナー
オンライン診療、調剤
模擬患者聴診、子どもの世界、
レクリエーション等
- ・出店
パン、おにぎり、シューマイ、
焼き鳥等



学校インスタ



学校HP



あなたとあなたの家族のために。今年も健診を受けましょう!

今年6月から8月の間に実施した住民健診を受診することができなかった方を対象に、以下の日程で「2次健診」を実施します。通常よりお得に健診が受けられるこの機会にぜひ、受診をお願いします。

◆健診日および会場

11月29日(土)：松島保健センター

11月30日(日)：大矢野総合体育館

医療機関によって
料金は異なります

■健診の内容

健診項目	対象者	住民健診による自己負担額	実際にかかる費用
生活習慣病健診 (身体検査・血液・尿検査、心電図など)	19～39歳	1,000円	10,500円
上天草市国保特定健診 (身体検査・血液・尿検査、心電図など)	40～74歳の 上天草市国保加入者	1,000円 ※40・45・50・ 55歳：無料	10,500円
国保40代セット健診 (特定健診・大腸がん検診・腹部超音波検診をまとめて受診)	40～49歳の 上天草市国保加入者	1,000円 ※40・45歳：無料	16,000円
後期高齢者医療健診 (身体検査・血液・尿検査など)	後期高齢者医療保険加入者	800円	10,500円
胃がん検診 (バリウム検査)	30歳以上	1,600円	5,500円
肺がん検診 (レントゲン検査)		500円	2,000円
大腸がん検診 (2日分の便検査)		500円	1,700円
前立腺がん検診 (採血)	50歳以上の男性	500円	1,700円
腹部超音波検診 (肝臓・胆のう・膵臓・腎臓・脾臓)	30歳以上	1,200円	3,800円
肝炎ウイルス検診 (採血)	40歳以上で受診歴なし	800円	2,500円
骨粗鬆症検診 (かかと部分の骨密度測定)	30歳以上	2,000円	4,400円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,600円 (個別：2,200円) ※21歳：無料	5,500円
乳がん検診	乳房超音波検診 30～39歳および 40歳以上の奇数年齢の女性	1,000円	3,500円
	マンモグラフィ検診 40歳以上の偶数年齢の女性	1,600円 (個別：2,400円) ※40歳：無料	5,500円

■申込方法

すでに申込済の人

11月中に2次健診の案内通知を送付します。日時を変更される場合は、末尾までお電話をお願いします。

新規で申し込みの人

11月14日(金)までにお電話または次のQRコードからお申し込みください。
後ほど、受診票や問診票などを郵送でお送りします。



申込サイト

■申込・問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356

令和7年度 上天草市健康ポイント事業

ポイントを貯めながら、 健康も手に入ませんか？



健康づくりで 1,000 ポイントを貯めて
3,000 円相当の賞品をゲットしよう!!

～対象の取り組み項目～

--	--	--	--	--	--	--

対象 19歳以上の上天草市民の方(令和8年3月31日時点の年齢)

申請期間 令和8年3月31日(火)まで

参加方法 「ポイントカード(紙)」または「市公式 LINE」のどちらかでご参加ください。
※ポイントカードは申請窓口で受け取れます。
※市公式 LINE はトーク画面上のメニューから「健康」→「健康ポイント事業」をタップし、健康ポイントのトップ画面から「①事前アンケート」に進んでください。

申請 1,000ポイント貯まったら、賞品との交換申請をお願いします。

- カードで申請 …… ポイントカードを、申請窓口(健康づくり推進課、大矢野窓口センター、松島庁舎市民課、姫戸・龍ヶ岳統括支所、各出張所)に提出してください。
- 市公式LINEで申請 … 健康ポイントのトップ画面から「④ポイントを交換する」をタップして、申請画面へ進んでください。



詳しくはこちら

賞品 下記の中から希望賞品を1つお選びいただけます。

問い合わせ

健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



令和8年きなっせ上天草 二十歳の記念式典を開催します!



生涯学習白書
-Lifelong Study-

今年度二十歳になる皆さんの輝かしい未来を祈念し、「令和8年きなっせ上天草二十歳の記念式典」を開催します。今年、松島総合センター「アロマ」が使用できないため会場を変更して執り行います。

日ごろ、仕事や学業でふるさと上天草市にお住まいでない人にも参加しやすいよう、1月3日に開催しますので、ぜひご参加ください。

なお、対象者への案内状は、9月下旬ごろに発送しています。

- 日時 令和8年1月3日(土)13時開会(正午受付開始)
- 対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの上天草市在住の人または上天草市出身の人
- 会場 大矢野総合体育館
- 問い合わせ先
社会教育課生涯学習係
☎0969(28)3361



令和7年開催の様子

夏休みの地域未来塾

市教育委員会では、地域学校協働活動事業の一環として、平成28年度から「地域未来塾」を実施しており、今年度で10年目になります。

地域未来塾は、地域住民の協力による学習支援事業で、学習習慣の確立や基礎学力の定着、学習意欲の向上を支援することを目的としています。

夏休みの地域未来塾の対象は、市内小学校5・6年生と中学校1・2年生の希望者です。今年度は、対象学年在籍数の約半数にあたる337人が参加しました。20人の学習支援員は、担当した学校の児童生徒のニーズに応えながら、夏休みの宿題を楽しく丁寧に指導しました。

参加した児童生徒は、「家で宿題をするよりもとてもはかどりました。わからないことがあったら、教えてもらえるのでやる気が出ました。」「(小学5年生)」「家ではやる気が出ない教科も未来塾でしっかりと勉強できたのでよかったです。来年も参加したいです。」「(中学1年生)」と感想を述べました。保護者からも「地域の先生に教えていただき、喜んで地域未来塾に参加していました。みんなで集まって勉強することも楽しかったようです。」との声がありました。



上天草市児童童話発表会を開催しました

9月6日(土)、大矢野自然休養村管理センターで、令和7年度上天草市児童童話発表会を開催しました。

市内児童から発表者を募集し、1年生から6年生までの15人が出場しました。

出場した児童は、多くの人がいる前で練習の成果を発揮し、堂々とした素晴らしい発表をしてくれました。

発表後は、審査員による審査を行い、発表児童15人の中から、最優秀賞1人、優秀賞2人、奨励賞12人を決定し、最優秀賞および優秀賞の表彰式を行いました。

○最優秀賞 川村遥歌さん(教良木小4年)

○優秀賞 河上乃愛さん(上小5年)

宮崎彩未さん(中北小1年)

■問い合わせ先

社会教育課文化教育係(本と歴史の交流館イコット内)

☎0964(56)3363





●図書館が更に便利になりました!

上天草市立図書館公式 LINE アカウントを作成しました!

友達登録をすると、LINE で図書貸出カードを表示できたり、本の検索や施設カレンダーを見ることができます。とても便利ですのでぜひ友達登録をお願いします。



マイナンバーカードを図書貸出カードとして利用できるようになりました!

マイナンバーカードで本を借りることができます。

図書館のホームページがリニューアルしました!

URL : <https://kamiamakusa-library.jp>

WebOPAC が利用できるようになりました!

スマートフォン等で資料の簡単検索や詳細検索、貸し出されていない本の予約ができます。また、My 本棚で読みたい本の管理や図書館で借りた本の履歴を見ることができます。



●令和7年度上半期貸出ベスト

- | | | |
|----|---------------|-------------|
| 1位 | マンガで極める Excel | 齋藤 ロジヨコ / 著 |
| 1位 | 女の国会 | 新川 帆立 / 著 |
| 1位 | 架空犯 | 東野 圭吾 / 著 |
| 1位 | 老犬暮らしの便利帳 | 俵森 朋子 / 著 |
| 1位 | パンどろぼうとりんごかめん | 柴田 ケイコ / 著 |

※上位5冊は同率1位でした!

図書の寄贈(8月寄贈分)

田川正雄様、村上茂樹様(むらかみ眼科クリニック院長様)、一川みづほ様、他11名の方に寄贈いただきました。ありがとうございました。



●図書館おはなし会(30分間~1時間)

大矢野: お休みです。

姫戸: 11/8(土)10時~

場所: 姫戸図書館

龍ヶ岳: 10/18(土)14時~

場所: 龍ヶ岳図書館

※日程・場所を変更する場合がありますので、各図書館にご確認ください。

●赤ちゃんおはなし会

大矢野: 10/24(金)11時~

場所: 大矢野図書館

児童書コーナー

●お知らせ

《休館日》

10/20(月)、10/27(月)、10/31(金)、11/4(火)、11/10(月)

《移動図書館巡回日》

姫戸: 10/15(水) 龍ヶ岳: 10/22(水)

大矢野: 11/5(水) 松島: 11/12(水)

※天候によっては延期する場合があります。

《中央図書館の利用休止について》

8月の大雨の影響により、当面の間、施設利用を休止しています。なお、週に1回程度松島町にて移動図書館による巡回を行いますので、詳しくは、図書館のホームページをご確認ください。



本を借りて LINE ポイントを貯めよう

図書館で本を借りると、返却時にLINEポイントが貯まります。ポイントが25ポイント貯まると、地元商品券などに交換できます。交換は、市役所各庁舎のほか、図書館でも交換できます。



■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

大矢野図書館 開館時間 ☎0964(56)3363
9時~19時(土、日、祝日:同)

中央図書館 休館中

姫戸図書館 開館時間 ☎0969(58)2525

10時~17時(土、日、祝日:同)

龍ヶ岳図書館 開館時間 ☎0969(62)0930

10時~17時(土、日、祝日:同)

■問い合わせ先 社会教育課文化教育係 ☎0964(56)3363
(上天草市本と歴史の交流館イコット)



年金で笑顔



国民年金の手続きに 多言語通訳サービスの 利用を開始します

外国人の方の国民年金に係る手続きを円滑に実施するために多言語通訳サービスの利用を開始します。

外国人を雇用する事業者の方や、市内在住の外国人の方で、年金の手続きをするときに母国語での説明をお求めの人は、ぜひ本サービスをご利用ください。

なお、本サービスの運用は、健康づくり推進課の窓口のみとなっています。ご利用に当たっては、健康づくり推進課(松島庁舎保健センター)までお越しいただきますようお願いいたします。

○対応言語:英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、
スペイン語、タガログ語、
ベトナム語、タイ語、
インドネシア語、ネパール語、
ミャンマー語

※ご利用を希望される場合は、事前に下記まで
ご一報いただけますと、よりスムーズにご案内
できます。



■問い合わせ先

本渡年金事務所 ☎0969(24)2112
健康づくり推進課国保事業係
☎0969(28)3375

高齢者のための災害対策



令和7年8月の大雨では市内各地で浸水や土砂崩れなどの被害が発生しました。災害はいつ、どこで起きるかわかりません。一人ひとりの日々の備えが命を守る力になります。

◆食料の備え

高齢者は、一般的な飲料水や保存食に加え、体力が落ちたときや食欲がなくなったときなどに備えて、レトルトのおかゆやインスタント味噌汁などがあると安心です。また、食べる機能が弱くなった人や栄養状態がよくない人は、ドラッグストアでも購入できる介護食品(スマイルケア食)を活用しましょう。

◆高齢者の災害用品

非常用持ち出し袋は、自分に必要な物を考えて準備しましょう。高齢者が持ち運べる量は約6kgが目安です。一般的な物資に加え、次のものがあると安心です。

- ・常備薬・お薬手帳、必要な補助器具(補聴器など)
- ・入れ歯・洗浄剤、着替え、おむつ
- ・老眼鏡(古い眼鏡を捨てずに再利用)
- ・下着を汚して替えがない時に役立つ尿漏れパッド
- ・コンパクトで持ち運びやすく、疲れた時に座れる折りたたみ椅子



◆地域と連携して備える

「かよいの場」などの地域の集まりを通じて、顔の見える関係を築いておくことが災害時の共助(地域の助け合い)につながります。先日の大雨でも近所の人を自宅に避難させたり、被災後の片付けを手伝ったり、地域で支え合う姿が見られました。日頃から地域とつながりを持ち、みんなで支え合う地域づくりを進めましょう。

詳しい災害対策については、首相官邸ホームページまたは政府広報オンラインをご覧ください。



首相官邸 HP



政府広報オンライン

■問い合わせ先 地域包括支援センター(高齢者ふれあい課)
☎0969(28)3378

頑張ってます!地域の「かよいの場」 vol.96 小屋川内どんぐりサロン(龍ヶ岳町)

■問い合わせ先

地域包括支援センター
(高齢者ふれあい課)
☎0969(28)3378



「小屋川内どんぐりサロン」は、毎週月・木曜日午前9時から小屋川内集会所にて、9名で活動しています。月曜日は主に女性参加者で口腔体操や脳トレ体操、木曜日は男性参加者も加わり百歳体操などを行っています。取材日は久しぶりに全員が揃い、にぎやかな声が響きました。

「かよいの場」が始まる前は身体が硬かったけど、体操を続けて身体も柔らかくなってますます元気になった」と体操継続の効果を実感されています。一方で「みんなここに来ればよかとに」との声もあり、新規参加者を募集中です!

皆さんも地域で元気に楽しく過ごすために、介護予防の取り組みを始めてみませんか。詳しくは上天草市地域包括支援センターまでお問い合わせください。

問い合わせ⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)



お知らせ
information

イベント

「介護予防講演会」の開催
高齢者ふれあい課

市では、皆さんが住み慣れた地域で健康に暮らし続けるために、介護予防についての基本的な知識を普及・啓発することを目的に介護予防講演会を開催します。

▼開催日および場所
①11月6日(木) 姫戸老人福祉センター
②11月11日(火) 龍ヶ岳地域振興センター

▼開催時間 14時～15時30分 (13時30分受付開始)

▼内容 「食事から始めるフレイル予防」

▼参加費 無料

▼申し込み 不要

④高齢者ふれあい課地域包括支援係
☎0969(28)3378

結婚お悩み相談会を開催します
企画政策課

結婚を望む未婚者で自身の婚活に悩む人や、未婚の子どもの結婚に悩む親御さまを対象とした結婚お悩み相談会を開催します。

個人情報やご相談内容は、秘密を厳守します。おひとりで悩まず、ぜひ、ご相談ください。

▼日時 11月19日(水) 13時～16時 ※おひとり40分まで (延長はありません)

▼場所 天草市複合施設こらす(天草市浄南町4-15)

▼定員 3名(先着)

▼費用 無料



▼申込方法 メールで、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入してお申し込みください。

メール(amakuseanmusubi@gmail.com)

※二次元コードを読み込み「メール作成画面はこちら」を選択し、メールを作成、送信してください。



同日、同会場で「天草拓心祭」も開催中です。

▼日時 11月9日(土) 10時販売開始

▼場所 天草拓心高校本渡校舎(天草市本渡町本渡馬場495)

▼内容 焼き物、木工製品、手芸製品の販売など

④天草支援学校高等部(原田)
☎0969(24)3434

令和7年度「天支フェスタ」の開催

天草支援学校中・高部・高部の生徒たちの学びの成果を製品とおもてなしでお届けします。数に限りがありますのでお早めにお越しください。

令和7年度熊本県立天草青年の家(みんなのあませい)企画事業「電車でGO」の開催

天草青年の家では、電車の乗車などさまざまな体験をとおり、電車の路線がない天草地域の子どもたちが電車の利用方法を習得できるイベントを企画しています。また、イベントでは、多くの人との交流を通じて、コミュニケーション能力や社会性を培い、子どもたちの生きる力を育てま

上天草整形外科専門クリニック

○スタッフ募集中!

- ・看護師
- ・理学療法士
- ・作業療法士
- ・レントゲン技師
- ・医療事務(経験者)

新卒
アルバイト 可
パート

- ★最新の医療機器完備
- ・MRI
 - ・64列マルチスライスCT
 - ・レントゲン
 - ・関節鏡
 - ・心電図
 - その他リハビリ機器

※その他詳細の確認および応募はハローワーク天草(☎0969(22)8609)へお問い合わせください。

- 日本整形外科学会専門医
- 日本整形外科学会認定リウマチ医
- 日本整形外科学会認定スポーツ医
- 日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医
- 日本リハビリテーション医学会認定臨床医
- 日本リウマチ財団リウマチ登録医
- 日本医師会認定健康スポーツ医

上天草整形外科専門クリニック 院長 谷内 幹弘
大矢野町中1314番地1
☎0964(42)5300

〈有料広告〉



問い合わせ⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

す。

▼期日 11月22日(土)～24日(月・祝)

▼場所 鹿児島県出水市、熊本県各地域

▼対象 天草地域に住む小学校3年生～中学3年生

▼募集人数 20人程度(応募多数の場合は、抽選)

▼募集期間 11月12日(水)17時まで

▼応募方法 次のQRコードから申込専用LINEでお申し込みください。



▼内容(見学・体験)

①出水駅(指令室見学、列車洗浄体験、列車利用マナー教室)

②くまもんポート八代

③麦わらの一味銅像巡り(10体)

④路面電車、トロッコ列車、ローカル列車乗車(スイッチバック・無人駅)

※その他、イベントの日程などは、お問い合わせください

い。

④熊本県立天草青年の家 担当 竹川・泉

☎0969(56)1650

☎0969(56)1195

✉ minanoamasei@hito

dukuri.com

「お悩み解消Café」の開催

熊本県では、働きたい女性と女性を採用したい企業とのマッチング会を開催します。カジュアルなカフェ形式で、託児所もご用意していますので、お気軽にご参加ください。

▼開催日程・会場

①県北地域 10月16日(木)

菊陽町総合体育館(菊池郡菊陽町原水5352-3)

②天草地域 10月21日(火)

oolüoolü(オルオル)(天草市丸尾町5-32)

③県南地域 11月11日(火)

桜十字ホールやつしろ(八代市新町5-20)

④県央地域 11月19日(水)

熊本城ホール(熊本市中

央区桜町3-40)

※申込方法などの詳細は、

「お悩み解消Café」

で検索するか、次のQRコードからご確認ください。



イベントページ

☎熊本県労働雇用創生課

☎096(333)2341

「済生会みすみ病院」健康フェスタ2025の開催

健康フェスタを6年ぶりに開催します。今年は、県内各地で運用が開始されている医療Maas(移動診療車)の試乗体験も実施予定です。ぜひ、ご家族をお誘いの上、済生会みすみ病院までお越しください。

▼日時 10月26日(日)10時～15時

▼場所 済生会みすみ病院(宇城市三角町波多775-1)

▼テーマ 「つながる健康、

広がる笑顔、カラダにいい

こと見つけよう!

▼内容 健康づくり講演会、各種体験コーナー、ステージイベントなど

☎済生会みすみ病院

☎0964(53)1611

相談



「熊本県働き方改革推進支援センター」ワンストップ無料相談

長時間労働の是正、最低賃金への対応、ハラスメントの防止その他の課題等に関するワンストップ相談窓口として、社会保険労務士等の専門家が、事業主の皆さまからの相談に対応しています。秘密厳守です。お気軽にご相談ください。

▼相談料 無料

☎熊本働き方改革推進支援センター

☎0120(041)124



センターHP

〈有料広告〉

わたしに合う仕事を見つける!

1時間から体験就業!



モヤイルカ あまくさマッチボックス 公式キャラクター

働きたい方はコチラ



新しい働き手と出会おう!

長期雇用前提の「体験就業」求人を手数料一切不要で掲載できるのは2026年3月末まで!

事業者様はコチラ



あまくさマッチボックス powered by matchbox

天草地域公式! スマホでカンタンお仕事探しアプリ「あまくさマッチボックス」

運営受託者: 株式会社 Matchbox Technologies

問い合わせ⇒㊟ 申込先⇒㊤ FAX⇒㊦ メールアドレス⇒㊨

「労使間トラブルの解決
相談会」の開催

熊本県労働委員会では、自主的な解決が難しい労使間トラブルの解決方法について、弁護士・大学教授、労働組合役員、会社役員等3名の委員

による相談会を実施します。費用は無料です。まずは、お気軽にご相談ください。

▼日時 10月25日(土)10時～16時30分(受付16時まで)

※原則1人1回限り30分以内(予約優先)

▼会場 くまもと県民交流館パレア9階 会議室5(熊本

本市中央区手取本町8-9)

▼相談料 無料

㊤熊本県労働委員会事務局
☎096(333)2752

募集



第8回上天草花まつりの
出展者募集

上天草市花まつり実行委員

会では、イベントの開催にあたり、市内事業者の方を対象に出展者を募集しています。花に関する商品・展示や、飲食物の提供など、来場者が楽しめる内容を歓迎します。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

▼日時 令和8年2月8日(土)9時30分～16時

▼場所 大矢野総合体育館(詳細は後日ご案内)ブース
サイズ…3m×3m

▼出展料 3,000円(税込)

▼募集内容 花に関する展示・販売(生花、鉢植え、アレンジメントなど)飲食物の提供(キッチンカー、屋台、テイクアウト商品など)その他、花まつりを盛り上げる企画も歓迎します。

▼申込方法 10月31日(金)までに、上天草花まつり実行委員会までご連絡ください。

▼その他 会場の都合上、ブース数に限りがあるため、出展をお断りさせていただきます。ご了承ください。

㊤・㊟上天草花まつり実行委員会(上天草市役所農林課内)
☎0964(26)5516

国立口之津海上技術学校オー
プンスクール参加生徒募集

当校では、体験入学の申し込みを受け付けています。

▼日時 11月8日(土)9時30分～12時30分

申し込みなどの詳細は、次のQRコードを読み込み、ホームページをご確認されるか。問い合わせ先までご連絡ください。



学校HP

㊤・㊟国立口之津海上技術学校教務課
☎0957(86)2152

危険物取扱者保安講習

▼日時 12月9日(火)給油取扱所)9時30分～12時30分

※給油取扱所講習のみ実施
▼場所 天草市民センター(天草市東町3)

▼申込期間 10月22日(水)～10月29日(水)

▼定員 100名

※申込書は熊本県危険物安全協会ホームページからダウンロードできます。



協会HP

㊤・㊟熊本県危険物安全協会
☎096(325)6316

令和8年度熊本県立農業大学
校新規就農支援研修生の募集

熊本県立農業大学校では、就農を目指す社会人を対象に、就農に必要な基礎知識や技術、経営管理などを体系的に学ぶ新規就農支援研修の次年度研修生を募集します。

▼前期募集期間 10月31日(金)まで

▼後期募集期間 令和8年1月5日(月)～1月30日(金)

畳・襖に関する相談、まずはお電話ください。

8月11日の豪雨で被害に遭われた皆さまにお見舞い申し上げます。

▲水に濡れた畳は、放置するとカビや悪臭の原因になります!

このたび、畳と襖に関するお問い合わせを多くいただいています。順番にご案内しますので、まずはお電話でご相談ください。

○松尾畳店 代表 松尾 満良

〒869-3601 上天草市大矢野町登立14127-1
TEL: 0964-56-5839 (携帯: 090-3325-6760)

○荒木畳店 代表 荒木 能也

〒861-6102 上天草市松島町合津803-9
TEL: 0969-56-2773 (携帯: 090-1086-7409)



〈有料広告〉



問い合わせ⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

◎熊本県立農業大学校研修部
☎096(248)6600

その他



税のひろば

税務課

○10月の納税

市県民税 第3期
国民健康保険税 第5期
納期限 10月31日(金)
口座振替日 10月27日(月)
※口座振替をご利用の方は、
振替日前日までに残高の確
認をお願いします。

新たに口座振替を希望され
る人は、市内の金融機関で
お手続きください。

◎税務課市民税係

☎0964(26)5519

「スパ・タラソ(天草)改修工
事に伴う休館のお知らせ」
健康づくり推進課

上天草市交流センタース
パ・タラソ天草は、施設の長
寿命化に基づく改修工事を実

施しており、現在、工事期間
中のため施設を休館していま
す。

利用者の皆さまにはご不便
をおかけしますが、再オープ
ンにつきましては、改めてお
知らせしますので、引き続き
ご愛顧のほどよろしくお願
いします。

▼工事・休館期間 12月31日
(水)まで

※工事の進捗状況によって
変更する場合があります。

▼その他 工事期間中、関係
者以外の方は、敷地内への
立ち入りを禁止します。

◎健康づくり推進課国保事業
係

☎0969(28)3354

太陽光発電システムの点 検商法にご注意ください

「太陽光パネルの点検が義
務化された」などと点検を勧
められ、高額な契約を迫られ
たとの相談が全国の消費生活
センターに寄せられています
す。トラブル防止のため、ま
ずは設置業者に相談するなど

点検の要否を確認し、点検や
メンテナンスの契約が必要
な時は、その場で安易に契約
せず、複数社から見積りを取
り、検討しましょう。

お困りの場合は、上天草市
消費生活センター、または、
熊本県消費生活センターまで
ご相談ください。

◎熊本県消費生活センター

☎096(383)0999

「熊本県障がい者ICTサポー
トセンター」を開設しました

熊本県は、障がいのある方
のICT機器利用機会の拡大
のために、「熊本県障がい者
ICTサポートセンター」を
開設しました。

障がいのある方で日常生活
でのICT機器利用について
お困りごとがある方、障がい
のある方のICT機器利用を
支援したい方は、ぜひご連絡
ください。来所での相談をご
希望の方は、事前に電話にて
ご連絡ください。

▼開所日 月～土曜日 9時
～16時30分(水・祝日・年

末年始を除く)

▼熊本県身体障がい者福祉セ
ンター 熊本県視覚障がい
者福祉協会内(熊本市東区
長嶺南2-3-12)

◎熊本県視覚障がい者福祉協
会

☎096(383)6833

善意に感謝(敬称略)

市内の福祉施設(松朗園)で
ボランティアサービスをした
人を紹介します。

◎坂口米子



〔有料広告〕

被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復旧をお祈り申し上げます
「令和7年8月6日からの低気圧と前線による大雨」により
被災された皆さまへ特別融資のお知らせ

災害救援ローン

無担保

《取扱期間》2027年3月31日(水)まで

災害救援住宅ローン

有担保

《取扱期間》2027年3月31日(水)まで

くわしくは



九州ろうきん

天草支店 0969-23-1177

九州ろうきんは、労働金庫法に基づき設立された勤労者のための福祉金融機関です。



「上天草デジタル商品券」の利用はお早目に!

上天草デジタル商品券は、スマートフォンアプリ「ココシル」内の「ココシル上天草」で1口5,000円で購入することができ、購入すると、プレミアムとして購入額の「20%」を上乗せした金額分のポイントが付与されるお得な商品券です。

なお、「上天草デジタル商品券」が使えるのは、**12月1日(月)**までとなっています。

12月1日を過ぎると、残っているポイントは消滅※してしまいますので、使い残しのないように必ず使い切ってくださいようお願いいたします。

※余ったポイントや、消滅したポイントについて、一切払い戻し等には応じかねますので、ご了承ください。

「上天草デジタル商品券」は市内の100店舗以上で使えます!

リフレッシュに・・・



給油に・・・



外食に・・・



利用可能なお店一覧



- ◆購入期間・・・販売予定数に到達するか、12月1日(月)まで
- ◆利用期間・・・12月1日(月)まで(市内100店舗以上で利用可能)

【問い合わせ先】

上天草市デジタルポイント実行委員会 お問い合わせ受付 9時～17時(平日のみ)

メール：kamiamadigitalu@gmail.com

電話 ○アプリの使い方・チャージ方法・事業について：

観光おもてなし課 産業振興係 ☎0964(26)5531

○市内事業者からのお問い合わせについて：上天草市商工会 ☎0964(56)0244

マイナンバーカード・電子証明書の更新

マイナンバーカードおよび電子証明書(利用者証明用電子証明書・署名用電子証明書)には有効期限があり、有効期限が切れると、保険証としての利用やコンビニでの証明書の取得ができません。有効期限が切れる2～3か月前に更新の案内通知が届きます。

転送の手続きをされている方や直近で住所を変更された方などは通知が届かない場合があります。通知が届かない方は、有効期限が切れる3か月前から手続きができます。

マイナンバーカードの更新の場合は、新しいマイナンバーカードができるまで1か月程度かかりますので、早めの手続きをお願いします。

ご不明な点がありましたら市民課までご連絡ください。

マイナンバーカード有効期限更新
(デジタル庁 YouTube チャンネル)



マイナンバーカードおよび
電子証明書の有効期限更新
(デジタル庁ウェブサイト)



出張申請および休日窓口を開設しています(事前予約制)

出張申請

毎週火曜日および木曜日
10時～15時(12時～13時を除く)

休日窓口

11月9日(日) 松島庁舎 9時～12時

※予約がない場合は、休日窓口は開設しませんのでご注意ください。

■問い合わせ 市民課市民係 ☎0969(28)3368



Our School Projects ～わたしたちのSDGs～

今津小学校は全校児童 187 人の学校です。今年の児童会スローガン「夢に向かって挑戦する 日本一がんばる今津っ子」のもと、みんなで力を合わせて頑張っています。今回は、SDGs に関係した取り組みについての活動を紹介します。



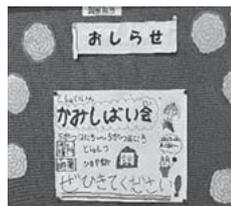
① 「片付けコンクール」

食べ物を大切に健康的な体をつくることを目標に、健康委員会を中心となって活動しています。その取り組みの一つとして、給食の片付けコンクールと食べ残しチェックを行いました。この活動が給食の食べ残しや食器を洗うときの節水につながっています。



② 「紙芝居会」

図書委員会による紙芝居会を計画しました。そのために、委員全員でポスターを作成し、呼びかけを行いました。図書室は満員状態で、読み聞かせを行った児童も、聞いていた児童もとても喜んでいました。



③ 「使いやすい体育倉庫に」

体育委員会では、定期的に体育倉庫の掃除や整理整頓を行っています。みんなが安全で、使いやすいように心がけています。



今津小学校



献血に行こう！

輸血用の血液は、まだ人工的に造ることができません。輸血を必要とされている患者さんのために、一人でも多くの人のご協力をお願いします。



献血カードをお持ちの方は当日ご持参ください。

「愛の献血」を下記日程により実施します

移動献血車での献血は、400ml献血のみとなります。

実施日	場所	受付時間
10月20日 (月曜日)	上天草市役所松島庁舎	10時00分～11時30分
	<共催> パールラインライオンズクラブ	12時45分～16時00分
11月5日 (水曜日)	上天草市役所大矢野庁舎	10時00分～11時30分
	<共催> パールラインライオンズクラブ	12時45分～16時00分

献血web会員サービス「ラブラッド」に登録すると、献血の予約・事前問診ができます。血液の検査結果も確認できますので、ぜひご利用ください。

新規登録はこちらから→



400mlの採血基準

年齢：男性17歳～69歳* 女性18歳～69歳*
体重：男女とも50kg以上
年間献血回数：男性3回 女性2回
※65歳以上の方は60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

献血OKのお薬もあります！

有効期間は21日間

赤血球製剤の有効期限は21日間と非常に短く、1日平均200人分の献血が必要です。

血液検査サービス

ご協力いただいた方へ15項目(肝機能や糖尿病関連検査など)の検査結果をお知らせしています。

■問い合わせ先 熊本県赤十字血液センター献血推進課 ☎096(384)6725

おすすめ！
地域おこし協力隊

上天草市で活躍する地域おこし協力隊のコーナー。日々の活動や暮らしを紹介します。

皆さま、こんにちは。地域おこし協力隊の岩本晃彦です。

私はこれまでに、「祭りの期間中、商店街に人を呼び込む」という明確な活動指針と具体的な数値目標を掲げ、登立天満宮の地域行事を登立商店街活性化の起爆剤とすべく運営支援やプロモーションを続けてきました。

祭りとは商店街の活性化を結び付けたのは、毎年7月に登立天満宮で開催される「うそかえ夏まつり」の開催時期は帰省客も多く、「神社に行くために、多くの人が商店街を歩く」という背景がありました。「地域行事（うそかえ夏まつり）を活用した商店街活性化と賑わい創出」。これが、私の活動テーマになりました。

そして、今年も7月24日（木）に「うそかえ夏まつり」が開催されました。今年、私が入力したのは、祭りに多くの人を呼び込むための宣伝でした。熊本のテレビ番組を使った宣伝やSNSを使った宣伝のほか、各所に祭りのポスターを掲示しました。見られた人も多いのではないのでしょうか。また、登立小学校の学童の皆さまにも、宣伝音声の収録と祭りのポスター作りなどでご協力いただきました。おかげで今年の祭りは、地域と一体となって、準備していることをより一層感じ

ました。

結果、



岩本晃彦さん

今年のうそかえ夏まつりの来場者数は前年比15%増の約1,100名となり、登立商店街も多くの人で賑わいを見せました。

地域おこし協力隊での活動を振り返り、地域の方々、出店者、宮司や総代の皆さまの支援のおかげもあって、「登立商店街の活性化に貢献した！」と胸を張って言えると思います。そして何よりも、皆さまと協力して1つの目標に進めたことが、私の大きな財産になりました。

皆さまには、ご支援ご協力、そして信頼に心から感謝申し上げます。残り任期も、登立商店街の活性化に全力を注いでいきますので、これからもどうぞよろしくお願います。



今年のうそかえ夏まつりのにぎわい

Vol:97

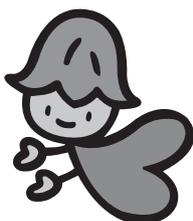


見つめる、認めるー11月10日から
12月10日は熊本県人権月間ー

熊本県では、人権をより身近なものと考え、きっかけをつくるとともに、人権に対する正しい理解と認識を深めるため、世界人権デーを最終日とする1か月(11月10日から12月10日まで)を「熊本県人権月間」として位置付け、熊本県人権フェスティバルをはじめ、パネル展、シンポジウム、講演会、研修会など、県や市町村による人権に関するさまざまなイベントが、県内各地で行われます。

一人ひとりの人権が尊重され、差別のない明るい社会の実現のため、ぜひこの機会に人権について考えてみませんか。

イベント情報は、熊本県の人権月間に関するホームページをご覧ください。



熊本県人権啓発キャラクター
コッコロ



みつめる、みとめる
ーみんな違う個性、みんな願う幸せー



熊本県HP

■問い合わせ 熊本県人権同和政策課 ☎096(333)2299



相 談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	①10/17(金) ②11/13(金)	①9時～12時 ②13時～16時	①姫戸老人福祉センター ②大矢野老人福祉センター	熊本行政評価事務所 ☎096(324)1662 市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535
弁護士 無料相談所	10/21(火)	13時～17時	大矢野庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
司法書士 無料相談所	11/18(火)	13時～17時	松島庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
年金相談	11/20(水)	10時～15時	大矢野庁舎1階相談室	本渡年金事務所 お客様相談室 ☎0969(24)2112 ※1週間前までに事前予約
消費全般	⑩⑪⑫(金) (祝日除く)	10時～16時 (12時～13時を除く)	消費生活センター (大矢野庁舎)	消費生活センター ☎0964(56)0783
熊本県の無料 就労相談窓口	⑬～⑮ (祝日除く)	10時～17時	ジョブカフェ・天草ランチ	天草広域本部内(ジョブカフェ・天草ランチ) ☎0969(22)4226 ※要電話予約
	11/12(水) ※出張相談	13時～16時	大矢野庁舎1階相談室	
福祉相談	①10/23(水) ②11/6(水) ③11/13(水) ④11/20(水)	13時～16時	①大道老人福祉センター ②社会福祉協議会松島本所 ③大矢野老人福祉センター ④姫戸老人福祉センター	上天草市社会福祉協議会 ①龍ヶ岳町支所 ☎0969(63)0909 ②松島町本所 ☎0969(56)2455 ③大矢野町支所 ☎0964(56)3470 ④姫戸町支所 ☎0969(58)2556
精神保健相談	11/13(水)	14時～15時	天草保健所	天草保健所 ☎0969(23)0172 ※1週間前までに要電話予約

◆訂正とお詫び

広報上天草9月号30、31ページに掲載した「公共交通に関するお知らせ」に関する記載に誤りがありました。正しくは以下のとおりです。

(1)乗合タクシーの運賃表

(白涛・東満地区⇄天草信用金庫)

【誤】300円

【正】200円

(2)路線バス(さんぱーる～三角線)の初乗運賃

【誤】改定前160円・改定後180円

【正】改定前180円・改定後200円

市民の皆さまにはご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。今後はより一層の確認を徹底し、正確な情報提供に努めてまいります。

■問い合わせ先

企画政策課公共交通政策係

☎0964(26)5546

お便りを 募集しています

広報「上天草」では、市民の皆さまからのお便りをお待ちしております。
お便りは、スマートフォンなどでQRコードを読み取りアンケートフォームからご応募してください。
アンケートフォームに必要事項を記載し、送信してください。

■問い合わせ先

総務課 秘書広報係
☎0964(26)55255





こども医療電話相談

夜間の子どもの急病時

短縮番号
(# 8000)

平日：午後7時～翌朝8時まで
土曜日：午後3時～翌朝8時まで
日祝日：午前8時～翌朝8時まで

※ダイヤル回線の場合 ☎096(364)9999



育児相談・母子健康手帳交付

保健センターで平日随時実施します。(予約制)

事前にご連絡ください。(来所が困難な場合はご相談ください。)

予約は市の公式LINEからできます→

【用意するもの】

◇育児相談：母子健康手帳

◇母子健康手帳交付：身分証明書、マイナンバーがわかるもの
妊婦名義の金融機関口座がわかるもの



休日在宅医

【診療時間】9時～17時

診療時間外は、事前に電話連絡をお願いします。

10月1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、休日在宅医自動電話案内【☎0969(23)1400】にお問い合わせいただくか、天草郡医師会ホームページからご確認ください。

休日在宅医最新情報はこちら→



日	当番医名(診療科目)	場所
10/19	上天草内科呼吸器科クリニック(内・呼)	大矢野町登立 ☎0964(56)3100
10/19	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
10/26	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
10/26	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
11/2	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
11/2	やまうち医院(内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
11/9	吉田クリニック(内)	大矢野町中 ☎0964(57)0246
11/9	春田医院(外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
11/16	上天草内科呼吸器科クリニック(内・呼)	大矢野町登立 ☎0964(56)3100
11/16	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583



乳幼児健診

種類	対象者(生月)	日時
2か月児学級	R7.9	11/11🔥
3～4か月児健診	R7.6(10月対象) R7.7(11月対象)	個別予約
離乳食教室	R7.5 R7.6	10/21🔥 11/18🔥
6～7か月児健診	R7.3	10/23🔥
1歳6か月児健診	R6.4	11/6🔥
2歳児歯科健診	R5.11	11/4🔥
3歳児健診	R4.4	11/13🔥
5歳児健診	R2.9	10/16🔥

【場所】保健センターおよび委託医療機関

対象の人には個別に通知します。詳しくはホームページ、子育て支援アプリ「こどもぴ★KA」にて随時お知らせします。



休日当番薬局

【診療時間】9時～17時

直前に変更になる可能性もありますので、事前に薬局へお問い合わせください。

休日開局情報はこちら→



編集後記

8月の大雨災害から約2カ月が経過しました。つい先日、「災害以降、自粛モードなのか地元の居酒屋さんへのお客さんが少なくなっている。」という声をお聞きし、災害以前の頻度で居酒屋さんに行くようにしていますが、今月号27ページに掲載している上天草デジタル商品券「ココシル上天草」が活躍しています!

ココシル上天草の期限が12月1日までと迫っていますので、皆さま、お使い忘れのないようご注意ください。
(担当 ○)

今月号のボランティア特集では、ボランティアセンター運営の皆さんをはじめ、多くの方に取材へご協力いただきました。

取材中、「暑い中お疲れさまです!」などと声をかけていただいたり、飲み物をいただいたりと皆さんの優しさに触れ、些細なところにも「ボランティア精神」を感じました。

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。
(担当 I)

仲間と一緒に、大学進学への道を切り開く 上天草高校「普通科グローバル文理コース」



浦邊 優和 池田 夏実

「グローバル文理コース」
ってどんな学科？



大学進学をしっかり意識できる学科です。授業では基礎から応用まで幅広く深く学ぶことができ、特に国公立大学や難関私立大学を目指す人に向けています。進路面談もあって先生が丁寧にサポートしてくれるから安心して勉強でき、高い目標を持つ仲間と一緒に切磋琢磨できるのも大きな魅力です。



大学受験を見据え、英数国の授業を中心に、文系・理系の重点科目に分けられています。また、放課後や夏休みなどに課外授業もあるので、自分の実力をどんどん高めていきますよ！



どんな授業があるの？



特徴的な授業が
あって本当？



『上天学』っていう特別な授業があって、柔軟な発想力や国際的な視野を身につけられるんです。中でも『理数探究』では、自分の興味に合わせて研究ができて、たとえばバッタの生態を調べたり、ドローンをプログラムで飛ばしたりするんですよ。自分でテーマを決めて自由に学べるのですごく楽しい授業です！



講演会や大学見学があって、早い時期から大学進学を意識できるようになっています。少人数クラスなので先生が一人ひとり丁寧に指導してくれて、実際に国公立大学に一般入試で合格した先輩もいます。



サポート体制は
どんな感じかな？



同じ目標を持った仲間がたくさんいて、一緒に切磋琢磨するのがすごく心強いです。模試の結果を励みにしたり、勉強のやり方を教え合ったりして、自然とやる気が続きます。『一人じゃない』って思えるから、受験に向けて頑張れる環境なんです。



地域と協働し地域に信頼される学校

熊本県立上天草高等学校

※ご質問などあれば、
熊本県立上天草高校まで
☎0964(56)0007

