

上天草

“人”と“海”のふれあうまち

2007

4月号

No.47



これからもずっと友達
一緒に成長しようね



去る3月14日(水)、今春卒業した大道小学校6年生が、卒業を記念して、校庭にオリーブとハナミズキの苗木を2本植樹しました。(詳しくは、まちのわだいに掲載)

学び舎を巣立ち、心身共にたくましくなっていく児童たちと、小学校で新学期を迎える児童たちを優しく見守る苗木と、両方の成長が楽しみです。

主な内容

- 上天草市カントリーパーク
はなみずき
「花海好」開園・・・P 2～3
- 上天草市地球温暖化対策
実行計画策定・・・P 4～5
- 上天草市議会審議結果・・・P 6～7

- まちのわだい & スポーツ・・・P 8～12
- 市のお知らせ & カレンダー・・・P 14～23
- 市立病院だより・・・P 24～25
- 生涯学習情報・・・P 26～27



上天草市カントリーパーク

4月20日(金)開園

「花海好」

はなみずき

「上天草市の自然や風土を生かした人々の交流の場の形成」を目的に、平成14年度から整備してきた「カントリーパーク」が、4月20日(金)に「上天草市カントリーパーク 花海好(はなみずき)」としていよいよ開園します！

園内には、上天草市交流センター「スパ・タラソ天草」をはじめ、船に乗った気分を夕日を眺めることができる展望台や園内を一望できるらせん階段、自然を感じながら散歩ができる遊歩道があり、花広場には、約1,000本のツツジと自然石でかたどった『クジラモニュメント』などがあります。

昨年度完成した運動広場には、すべり台・ブランコ・スカイロップ・スプリング遊具・すな場などの遊具があります。そのほかにも、球技ボード・バスケットゴールなどスポーツを楽しむこともできます。

「上天草市カントリーパーク 花海好」は、高齢者から幼児まで、幅広く利用できる公園施設ですので、ぜひご来園いただき、交流の場、憩いの場として、大いにご利用ください。

◆問合せ先

建設課 都市計画係

☎0969(56)1111

(内線2206)



遊具



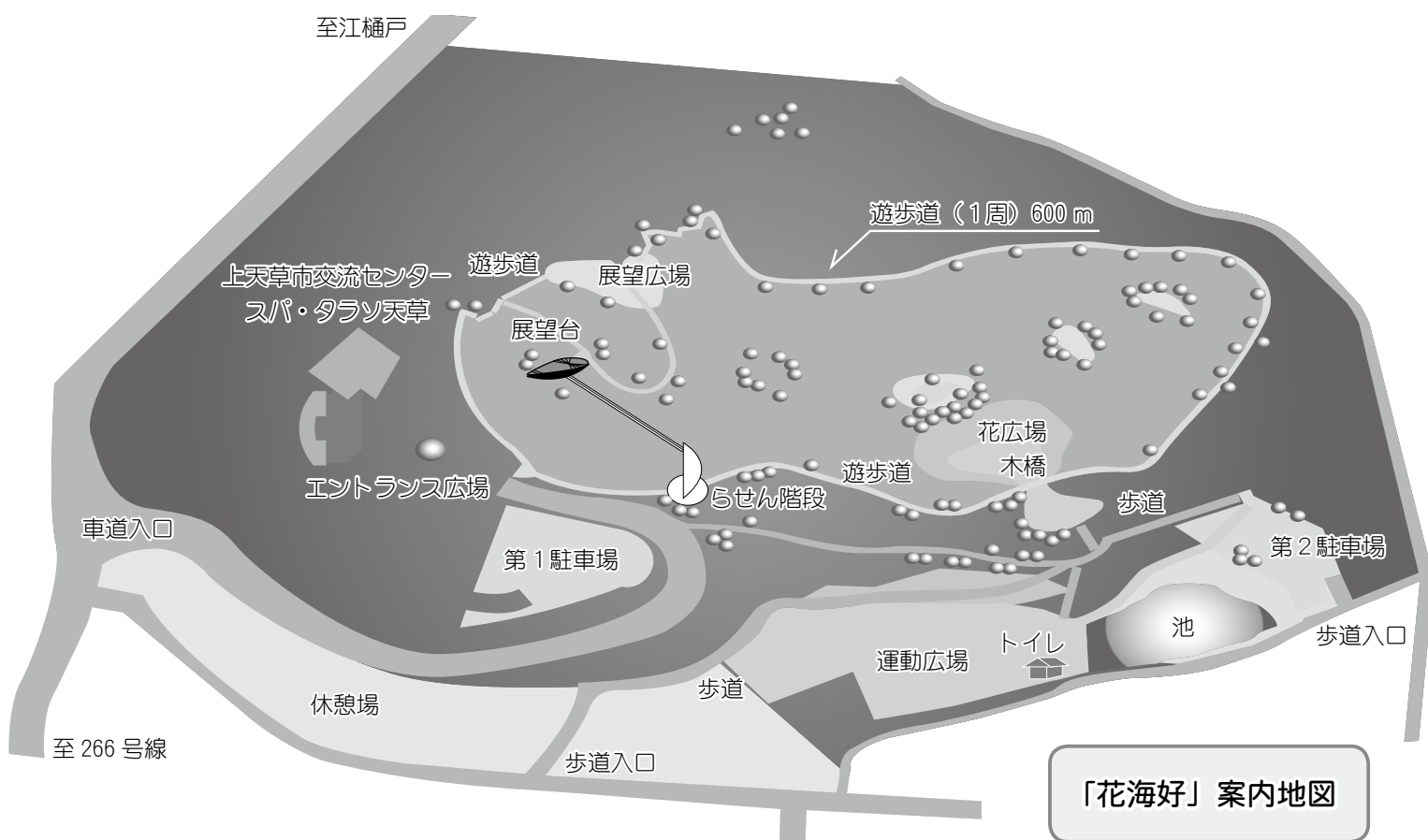
運動広場



花広場のクジラモニュメント



展望台からの景色



「花海好」案内地図

『花海好』の名づけ親は、姫戸町の田口征汰郎君

市内外から110件の応募があった、上天草市カントリーパークの名称が『花海好（はなみずき）』に決定しました。名付け親は、田口征汰郎君（当時姫戸小6年）。この『花海好』という名前には、観光で訪れた人に、上天草の花や海を好きになってもらいたいという思いが込められています。

3月9日（金）、名付け親に選ばれた田口君の表彰式が行われました。選ばれた感想を聞くと田口君は、「選ばれる自信がなかったから驚いたけど、家族も喜んでくれているから嬉しいです。全国の皆さんにも花海好のことを知ってもらいたいです」と話してくれました。

まだ花海好を訪れたことがないという田口君。「ぜひ、自分が名付けた花海好で大好きなサッカーを楽しみたい」と話していました。



▲賞状を手に嬉しそうな田口君



上天草市地球温暖化対策実行計画を策定しました！

温室効果ガス(表1. 参照)による地球温暖化は、どのようにして起こるのか知っていますか？

▼答え

①人間がエネルギーを大量に消費する↓②温室効果ガスが増える↓③太陽光エネルギーの赤外線が放射量が増える↓④温室効果を高める↓⑤気温が上がる
急激に気温が上昇すると：
▽海面の上昇により土地の喪失
▽豪雨や干ばつなどの異常気象の増加
▽生態系への影響や砂漠化の進行

▼表1. 対象温室効果ガス

種類	人為的な発生源
二酸化炭素 (CO ₂)	電気等の使用や燃料の燃焼にともない発生します。
メタン (CH ₄)	主に自動車の走行にともない発生します。
一酸化二窒素 (N ₂ O)	主に自動車の走行にともない発生します。

組む計画

▽点検・評価を継続的に実施する計画になります。

▼計画期間

平成19年度を初年度として、平成23年度までの5カ年を計画期間とします。ただし、技術の進歩や必要に応じて計画を見直します。

▼現況(平成17年度) 表2.

参照

ちなみに、平成17年度の上天草市の温室効果ガス排出量622,572 (kg-CO₂)を削減するためには、森林面積18万(スギ約44,000本)が必要となります。

▼基本方針

▽市民の模範となるよう、職員一人ひとりが積極的かつ率先して地球温暖化防止に取り組めます。
▽全庁一体となつて取り組んでいきます。
▽数値目標の実現に向けて、可能な限りの取り組みを実行します。
▽年度ごとに達成状況を点

▼表2. 現在の状況(平成17年度)

種別	温室効果ガス排出量(kg)			CO ₂ 換算総計(kg-CO ₂)
	CO ₂	CH ₄	N ₂ O	
燃料使用料	207,127			207,127
電気使用料	404,941			404,941
自動車走行距離		14,769	27,055	8,697
生活排水の処理		40,976	3,054	1,807
合計				622,572

参加に対する取り組み

▼点検・評価

▽運用に係る取り組み

①「温室効果ガス算出システム」、「取り組みレポート」

を活用した点検評価

②計画の公表(市民に対する意識啓発)

③点検評価に係る取り組み

④P D C Aサイクルの点検評価

⑤公共事業等の取り組み

⑥職員の意識向上と活動への

⑦廃棄物の減量化、再資源化のための取り組み

⑧グリーン購入のための取り組み

⑨自動車走行距離削減のための取り組み

⑩資源の使用量削減のための取り組み

▼問合せ先 環境衛生課 0969(56)1111

○シャワーを1日1分、家族全員が減らす

身体を洗っているあいだ、お湯を流しっぱなしにしないようにしましょう。

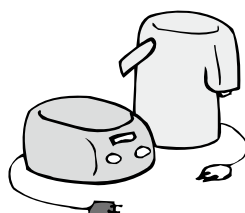
- ◆年間約65kgのCO₂の削減
- ◆年間で約4,000円の節約



○ジャーの保温を止める

ポットやジャーの保温は利用時間が長いと、多くの電気を消費します。ごはんは電子レンジで温め直すほうが電力の消費は少なくなります。

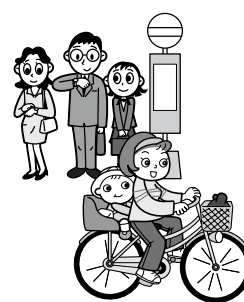
- ◆年間約31kgのCO₂の削減
- ◆年間で約2,000円の節約



○週2日往復8kmの車の運転をやめる

通勤や買い物の際にバスや鉄道、自転車を利用しましょう。歩いたり自転車を使う方が健康にもいいですよ。

- ◆年間約185kgのCO₂の削減
- ◆年間で約8,000円の節約



をとめましょう！！



温暖化から地球を守るため 「今、できること」

地球温暖化をストップさせるには、二酸化炭素（CO₂）などの温室効果ガスを増やさない生活をする事です。ちょっとした生活の工夫や、環境を考えた行動で地球を守ることができるのです。難しいことではありません。

私たち一人ひとりが「できること」を、まずやってみましょう!!

○買い物袋を持ち歩き、省包装の野菜を選ぶ

買い物袋を持ち歩けばレジ袋を減らせます。

- ◆ 年間約 58kg の CO₂ の削減
- ◆ 資源節約



○家族が同じ部屋で団らんし、暖房と照明の利用を2割減らす

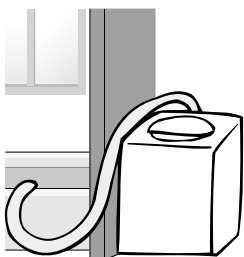
家族が別々の部屋で過ごす、暖房も照明も余計に消費します。

- ◆ 年間約 240kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 11,000 円の節約



○風呂の残り湯を洗濯に使いまわす 洗濯や庭の水やりの他、トイレの水に使っている人もいます。残り湯利用のために市販されているポンプを使うと便利です。

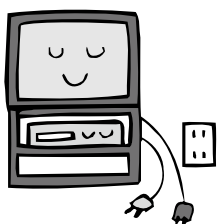
- ◆ 年間約 17kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 5,000 円の節約



○待機電力を 90% 削減する

主電源を切り、長時間使わない時は、コンセントを抜きましょう。また、家電製品の買い替えの際には待機電力の少ないモノを選びましょう。

- ◆ 年間約 87kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 6,000 円の節約



▽農業生産や水資源への影響
▽マラリアなどの熱帯性の感染症発生数の増加
など地球環境へ深刻な影響を及ぼすと考えられます。
かけがえのない地球環境を引き継いでいくためにも、先進国のみならず各国が国情に応じて政策・対策を展開することが必要とされています。

▽市職員が一丸となって取り組み

▼上天草市地球温暖化対策実行計画とは、
▽温室効果ガスの排出抑制と省エネに取り組んでいく計画

▽重点化目標の柱
▽電気使用量の削減

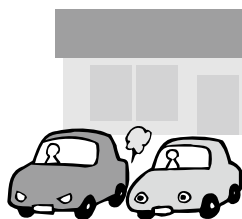
▼温室効果ガスの削減目標
平成19年度を基準年度として、平成23年度までに温室効果ガス総排出量を6%削減することを目標とします。

▽新規に施設が整備された場合には、本計画の対象とするかを計画したうえで、必要に応じて内容を見直します。

○1日5分のアイドリングストップを行なう

駐車や長時間停車する時は、車のエンジンを切りましょう。大気汚染物質の排出削減にも寄与します。

- ◆ 年間約 39kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 2,000 円の節約



○冷房の温度を1℃高く、暖房の温度を1℃低く設定する

カーテンを利用して太陽光の入射を調整したり、クールビズやウォームビズを取り入れることで、冷暖房機に頼らないで過ごせる。

- ◆ 年間約 31kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 2,000 円の節約



○テレビ番組を選び、1日1時間テレビ利用を減らす

見たい番組だけを選んでみる習慣をつけましょう。

- ◆ 年間約 13kg の CO₂ の削減
- ◆ 年間で約 1,000 円の節約



みんなで地球温暖化

平成19年

第1回上天草市議会臨時会および第2回定例会 審議結果

平成19年第1回臨時会が2月5日（月）に開催され、条例2議案等について審議されました。また、第2回定例会が3月8日（木）から3月20日（火）までの期間開催され、条例23議案、予算23議案、その他7議案、議員発議による意見書提出議案2議案、陳情8件、その他議決を有するもの1件について審議されました。

審議の結果は次のとおりです。

議案の審査結果

審議の経過内容については議会事務局へ、提案された条例・予算などの詳しい内容については各担当課へお尋ねください。



◆第1回臨時会結果

議案番号	件名	提案者	議決結果
承認第1号	専決処分の報告並びにその承認を求めることについて（熊本県市町村総合事務組合規約の一部変更について）	市長	原案承認
承認第2号	専決処分の報告並びにその承認を求めることについて（熊本県市町村総合事務組合を組織する地方公共団体の数の増加、共同処理する事務の変更及び規約の一部変更について）	市長	原案承認
議案第1号	上天草市上水道事業及び湯島簡易水道事業の設置に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長	原案可決
議案第2号	上天草市病院事の設置時に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長	原案可決

◆第2回定例会結果

議案番号	件名	提案者	議決結果
承認第3号	専決処分の報告並びにその承認を求めることについて（和解について）	市長職務代理者	原案承認
議案第3号	上天草市副市長の定数を定める条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第4号	地方自治法の一部を改正する法律の施行に伴う関係条例の整備に関する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第5号	上天草市病院事業管理者の給与及び旅費に関する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第6号	上天草市議会の議員その他非常勤の職員の公務災害補償等に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第7号	上天草市行政組織条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第8号	上天草市一般職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第9号	上天草市附属機関設置条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第10号	上天草市特別職で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第11号	上天草市消防団員の定員、任免、給与、服務等に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第12号	上天草市特別会計条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第13号	上天草市手数料条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第14号	上天草市姫戸小島公園条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第15号	上天草市姫戸諏訪公園条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第16号	上天草市姫戸白嶽森林公園条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第17号	上天草市農林水産物直売・食材供給施設の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第18号	上天草市篤志福祉増進基金条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第19号	上天草市乳幼児医療助成に関する条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第20号	上天草市大矢野総合スポーツ公園条例及び上天草市松島総合運動公園条例の一部を改正する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第21号	地方公営企業法を全部適用することに伴う関係条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第22号	上天草市病院企業職員の給与の種類及び基準に関する条例の制定について	市長職務代理者	原案可決
議案第23号	天草広域連合の処理する事務の変更及び規約の一部変更について	市長職務代理者	原案可決
議案第24号	上天草衛生施設組合規約の一部変更について	市長職務代理者	原案可決
議案第25号	市道路線の廃止及び認定について	市長職務代理者	原案可決

議案番号	件 名	提案者	議決結果
議案第 26 号	平成 18 年度上天草市一般会計補正予算（第 6 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 27 号	平成 18 年度上天草市国民健康保険特別会計（事業勘定）補正予算（第 4 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 28 号	平成 18 年度上天草市老人保健医療特別会計補正予算（第 4 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 29 号	平成 18 年度上天草市診療所特別会計補正予算（第 2 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 30 号	平成 18 年度上天草市国民健康保険特別会計（直営診療施設勘定）補正予算（第 4 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 31 号	平成 18 年度上天草市介護保険特別会計補正予算（第 4 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 32 号	平成 18 年度上天草市斎場特別会計補正予算（第 2 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 33 号	平成 18 年度上天草市天草四郎メモリアルホール特別会計補正予算（第 3 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 34 号	平成 18 年度上天草市公共下水道事業特別会計補正予算（第 4 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 35 号	平成 18 年度上天草市簡易水道事業特別会計補正予算（第 3 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 36 号	平成 18 年度上天草市立上天草総合病院事業会計補正予算（第 2 号）	市長職務代理者	原案可決
議案第 37 号	平成 19 年度上天草市一般会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 38 号	平成 19 年度上天草市国民健康保険特別会計（事業勘定）暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 39 号	平成 19 年度上天草市老人保健医療特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 40 号	平成 19 年度上天草市診療所特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 41 号	平成 19 年度上天草市国民健康保険特別会計（直営診療施設勘定）暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 42 号	平成 19 年度上天草市介護保険特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 43 号	平成 19 年度上天草市斎場特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 44 号	平成 19 年度上天草市天草四郎メモリアルホール特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 45 号	平成 19 年度上天草市公共下水道事業特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 46 号	平成 19 年度上天草市物揚場造成事業特別会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 47 号	平成 19 年度上天草市水道事業会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 48 号	平成 19 年度上天草市立上天草総合病院事業会計暫定予算	市長職務代理者	原案可決
議案第 49 号	熊本県市町村総合組合を組織する地方公共団体の数の減少、共同処理する事務の変更及び規約の一部変更について	市長職務代理者	原案可決
議案第 50 号	工事請負契約の変更契約の締結について	市長職務代理者	原案可決
発議第 1 号	上天草市議会議員の報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例の制定について	議 員	原案可決
発議第 2 号	上天草市議会議長等の期末手当の特例に関する条例の制定について	議 員	原案可決
発議第 3 号	上天草市議会委員会条例の一部を改正する条例の制定について	議 員	原案可決
発議第 4 号	上天草市議会会議規則の一部を改正する規則の制定について	議 員	原案可決
発議第 5 号	障害者福祉施策の充実を求める意見書の提出について	議 員	原案可決
発議第 6 号	日豪 E P A 交渉に関する意見書の提出について	議 員	原案可決
委員会の閉会中の継続審査申し出について			可決

請願・陳情の審査結果

番 号	件 名	審査結果
陳情第 20 号	(株)エブリワン出店反対陳情書	不採択
陳情第 25 号	幼稚園設置における陳情	継続審査
陳情第 26 号	(株)エブリワン出店反対及び市有地の貸付反対陳情書	不採択
陳情第 2 号	第三子以降の保育料の無料化に関する要望	採択
陳情第 3 号	八代－天草（本渡）定期旅客船の航路維持の為の支援措置の実施について	不採択
陳情第 4 号	永目地区護岸の越波対策について	採択
陳情第 5 号	障害者福祉施策の充実を求める陳情書	採択
陳情第 6 号	日豪 E P A 交渉に関する陳情書	採択

一 般 質 問

傍聴者数

質問議員	発言の要旨
北垣 潮	○イルカによる漁業被害について ○樋島大橋の下部ワイヤー部分の錆腐食と柵島橋のひび割れについて ○新市まちづくり計画（新市建設計画）について

開催日	人数
3 月 8 日	2 人
12 日	5 人
14 日	1 人
20 日	2 人
計	10 人



▲包丁を使ってうまく料理できたかな？

2月25日(日)、教良木小学校(藤瀬高志校長)で「お魚料理教室」が開催されました。これは、当市漁業者クラブや天草漁業士会、県魚食普及協議会などが、子どもたちに魚料理をもっと好きになってもらおうという目的で企画し、児童とその保護者ら約50人が参加しました。

はじめに、漁業者クラブ会員から魚の成育や漁業などの説明を受け、お魚クイズなどのゲームでリラックスした後、実演を見学。大きな鯛や真アジをダイナミックに

ま ち の わ だ い & ス ポ ー ツ

お魚料理好きになれそうです 「お魚料理教室」が開催

さばく包丁使いに、児童たちは興味津々に見入っていました。料理実習が始まると児童たちは、初めて持つ包丁に緊張した面持ちで、保護者から指導を受けながら、慎重にアジなどを3枚におろしていました。この日は、アジの刺身、アジのムニエルなど5品を作り、試食会では、児童たちの美味しい笑顔が輝いていました。

福本晃司くん(当時6年生)は、「包丁を使ったのは初めてで緊張した。3枚におろすところが難しかったけれど、これからも家で料理を手伝いたい」と得意げな顔で話していました。

美味しく出来たかな？！

「のびっ子郷土料理教室」が開催

3月3日(土)、登立農村婦人の家で「のびっ子郷土料理教室」が開催されました。これは、登立小学校と登立まちづくり委員会の共催で、子どもたちに郷土の料理を身近に感じ、親子のふれあいの場として楽しんでもらおうという目的で企画されたものです。当日は、登立小の児童とその保護者ら33人が集まり、登立地区ヘルスメイトのみなさんの協力を得て、いきなり団子を作りました。

最初に、作り方の説明を受け、その後3班に分かれてサツマイモの皮むきや団子の生地作りに挑戦。児童たちは、硬いサツマイモやこねても生地らしくならない薄力粉に苦戦しながらも、みんなで力を合わせてなんとか作り上げました。参加した山下けいし君(当時1年生)は、

「包丁は家で使ったことがあったけど、サツマイモを切ったのは初めて。硬くてたくさん力をいれないと切れなかったけど、美味しい団子ができてよかった」と蒸したてのいきなり団子を、みんなで仲良く食べながら、嬉しそうに話していました。



▲大奮闘の生地作り…さて、できばえは？



▲右から2人目が前田さん

100年目も生き生き元気！

前田さんが100歳表彰

3月5日(月)、姫戸町二間戸の前田繁信さんが100歳表彰を受けました。明治40年3月15日生まれの100歳です。

何川市長が「おめでとうございます。100年という年月は何ものにも変えがたい貴重な財産です。これからも元気で毎日を楽しんでください」と挨拶の後、賞状と花束が贈呈されました。表彰を受けて、ご家族のみなさんとても嬉しそうな表情でした。

前田さんは、ひとりで買い物に出かけたり、畑仕事(草取りや野菜作り)が趣味だそうです。元気で楽しい毎日を送られています。

“感動サービス”がおもてなしの心

平成 18 年度「もてなし学校」開催

2月27日（火）、松島総合センターアロマにて『おもてなしの心で“感動サービス”～一流ホテルのCS、そのサービスの真髄と手法～』と題して「もてなし学校」が開催されました。これは、当市の商工と観光の振興に繋げていこうと、上天草市地域振興協議会（田中亨会長）と天草地域観光推進協議会（県天草地域振興局内）が初めて企画したものです。この日は、経営アドバイザーとして活躍中の、林田正光氏（富合町出身）を講師に招き、ザ・リッツカールトンホテル大阪などで身に着けた感動サービスの“心”を、実際のエピソードを交え熱く語られました。参加した観光宿泊施設の関係者や観光ボランティアなど約200人は、林田先生の講話を時折うなずき、メモを取りながら、熱心に聞き入っていました。

“もてなす心”が一人ひとりの心を通じて、上天草市全体に広がり、商工観光を振興させる原動力となって欲しいものです。



▲林田先生（右上）の熱い語り口に、参加者も真剣



▲みんなの心にも友情の木が芽生えました

去る3月14日（水）、大道小学校で6年生（17人）

いつまでも素敵な思い出に…

大道小学校で卒業記念植樹

による卒業記念の植樹が行われました。児童たちは「大きく育てほしい」という思いを込め、オリーブとハナミズキの木を植えました。全員が植樹をしたのは初めてということですが、「苗木が大きくて植えるのが大変だったけどとても楽しかった。また一つ思い出が増えて嬉しい」と生き活きとした笑顔を見せていました。

この日植えた2本の木は、5～6月にかけて芽が出るそうです。「中学に行っても、高校に行ってもみんなで大きく育った木を見に来たい」と希望に満ちた元気いっぱいの声が、校庭に響き渡っていました。

50万人を突破しました！

スパ・タラソ天草

上天草市交流センター「スパ・タラソ天草」（林田益隆支配人）の来館者数が、3月23日（金）に50万人を突破しました。50万人目となったのは、宇土市在住の園田照代さん。上天草市親善大使から来館者証明書や無料招待券などが贈られました。

園田さんは「宇土から天草まで通勤しており、週に2、3回仕事帰りにプールをよく利用しています。以前は、長時間の通勤で足や腰の痛みがひどかったのですが、利用するようになってからは、すごく楽になり、運動した後は頭がスッキリして体調もよくなりました。これを機に、周りの人にももっとスパタラソを勧めて、みんなで楽しく利用したいです」と驚きながらも喜びの表情で話していました。



▲50万人目に大喜びの園田さん（左）



▲遊覧クルージングに大はしゃぎの生徒達

3月16日（金）松島町にて、今春、町内の中学校を卒業する生徒を対象に、卒業イベントが開催されました。これは、郷土の素晴らしさと自然の大切さを感じ、また郷土愛を育くむ目的として松島町商工会青年部（福田丈人部長）が主催しているものです。11回目を迎えた今回は91人が参加しました。海の上から眺める郷土の姿や卒業を祝うかのようなイル

ま ち の わ だ い & ス ポ ー ツ

新たな門出を前に、友情深まる 各町で卒業イベント開催

力達の遊泳に、参加した生徒たちの間からは歓声が上がっていました。郷土出身のシンガーソングライター「MICA」のミニライブも大好評で、参加した生徒達は新しい門出の前に、最高の思い出作りができたようです。

また3月18日（日）には、龍ヶ岳町でもNPO法人「天草元気工房」（松本公博理事長）も、卒業イベントを開催。龍ヶ岳、大道の各中学校から57人が参加し、遊覧クルージングや郷土料理の昼食会、姫戸・倉岳町境の山頂絶壁の巨石群「三つ岩」へのウォーキングを楽しみました。

市内外より 90 チームの熱戦

第3回上天草市サッカーフェスティバル

3月17日（土）、大矢野総合スポーツ公園で「第3回上天草市サッカーフェスティバル」（おおやのスポーツクラブドリームズ主催、市教育委員会・市体育協会の後援）が開催されました。今年は、1・2年生の部、2・3年生の部、4～6年生の部の3部門に合計90チーム（約2,000人）が参加し熱戦が繰り広げられました。

この大会は、ドリームズサッカープログラム保護者会・各協賛企業の協力、また、大矢野高校サッカー部の生徒の協力で毎

年開催している手作りの大会です。参加した子どもたちからは、「来年もまた来ます！」と元気にあいさつをしている姿も見られました。この大会から未来のJリーガーが誕生してほしいですね。



▲1・2年生の部、各パートの優勝チーム

市会長杯 ミニバレーボール大会 参加者募集！

上天草市民の親睦と融和を図り、健康増進を目的に、「第7回上天草市会長杯ミニバレーボール大会」を開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

◎大会期日 5月27日（日）

◎大会会場 松島総合体育館（アロマ）アリーナ

◎開会時間 午前9時（開始式・審判講習が終了しだい競技に入ります）

◎参加料 1チーム2,000円

◎チーム参加予定数（各部門とも予定数になりしだい募集を締め切ります）

▽60歳以上の部 12チーム程度

▽45歳以上の部 12チーム程度

▽フリーの部 20チーム程度

◎申込・問合せ先 上天草市ミニバレーボール協会事務局 古谷肇（市役所市民窓口課勤務）

☎0969（56）1111・FAX 0969（56）2291

◎種 目

▽60歳以上の部（5人制）

編成：1チーム男2名以内（女性のみでも可）

▽45歳以上の部（4人制）

編成：1チーム男2名以内（女性のみでも可）

▽フリーの部（4人制）

編成：1チーム男2名以内（女性のみでも可）

※試合はどの部門も21点先取の1セットとする。

※45歳以上の部からフリーの部への参加は、高年齢から低年齢へは可とする。

※出場者資格は市内在住者に限る。（学生は除きます）

◎申込締切 5月18日（金）まで

※監督会議・組合せ抽選・ルール説明（実践）を5月23日（水）午後7時からアロマ会議室で開催。



▲上天草市Aチーム



▲松島少年剣誠会

1月28日(日)、倉岳町民体育館で上天草少年剣道学年別個人選手権大会(池田祝杯)が、また2月25日(日)には、天草剣道連盟が主催する天草地区小学生招待剣道大会と第25回天草地区市町対抗一般剣道大会(熊日旗)が天草市民センター武道館で開催されました。各大会の結果は次のとおりです。(敬称略)

■第27回上天草少年剣道学年別個人選手権大会

【小学1年男子】□3位 溝口達也(姫少)・松田杏太(松少)

【小学2年男子】□2位 大川燈馬(姫少)

【小学3年男子】□優勝 田崎雄誠(松少) □2位 田崎翔万(松少) □3位 永田礼央(玉成館)

【小学1・2年女子】□2位 渡辺奈那子(松少) □3位 田嶋海空(松少)

松島少年剣誠会が大活躍

各剣道大会が開催

【小学5・6年女子】□2位 岩谷彩音(松少) □3位 松田真菜(松少)

【中学女子】□3位 田中真美(姫戸中)

【中学1年男子】□2位 塚本敦朗(阿村中) □3位 山崎穂高(姫戸中)

■天草地区小学生招待剣道大会

【小学生女子の部】□優勝 松少(先鋒 江上甲斐・中堅 岩谷彩音・大将 松田真菜)

【小学生男子の部】□3位 松少(先鋒 田崎雄成・次鋒 松本龍希・中堅 松永悠助・副将 岩崎将大・大将 松下博文)

■第25回天草地区市町対抗一般剣道大会

【一般の部】□2位 上天草市Aチーム(先鋒 田中一徹・次鋒 水野智典・中堅 中田静志・副将 福田裕一・大将 川内隆臣)

※姫少…姫戸少年剣道クラブ 松少…松島少年剣誠会

おおやのスポーツクラブドリームズ 平成19年度会員募集!

「百年先の君達へのおくりもの、今できることから創めよう」

ドリームズは、「スポーツで、明るく健康なまちづくり」を目指し、会員一人ひとりが主役となる手づくりのクラブ運営に努め、707人(平成19年1月現在)のみなさんと一緒に「百年先～」のテーマフレーズのもと活動しています。

いろいろな種目の中から、自分の好きなプログラムが選べて、スポーツを通じて楽しい仲間づくりもできます♪ ちょっとでも興味のある方、何か新しいことを始めたい方、多世代の交流を求めている方 etc…。一度見に来て体験してみませんか。

なお、現在会員の方も、更新登録お待ちしております。



◆申込み方法 申込みはカンタン!

①申込書に必要事項を記入

②①と料金を添えて、事務局へ提出

③事務局より会員カードを発行

これで登録完了です!

※申込用紙は、大矢野総合スポーツ公園・松島総合センター「アロマ」にあります
※入会時には、スポーツ安全保険に加入していただきます

※協賛も随時募集しています

※ジュニア教室では、毎月活動費を集めています

【会員区分】	年会費	スポーツ保険料	備考
一般	6,000円	1,500円	18歳以上 60歳未満の方
シルバー	4,500円	800円	60歳以上の方
団体	5,500円	1,500円	10人程度まとめて入会できる団体
ジュニア	2,000円	年齢に応じて	18歳以下(子どもだけの登録不可)
ファミリー	10,000円	年齢・人数に応じて	1家族2人以上(子どもだけの登録不可)
サポーター	1,000円	500円	ジュニア会員の保護者の方
ハートフル	無料	年齢に応じて	乳幼児および身障者手帳をお持ちの方

◆問合せ先 おおやのスポーツクラブ「ドリームズ」事務局(大矢野総合スポーツ公園内)

☎ 0964(56)4701 <http://www.kamiamakusa-c.kumamoto-sgn.jp/dreams>

伝統ある大会 ランナーを魅了

第35回天草パールラインマラソン大会

「遅いあなたが主役です」でお馴染みの第35回天草パールラインマラソン大会が3月11日（日）に行われ、26都道府県から集まったジョギング愛好者など3,462人が参加しました。健康増進を目的として始まったマラソン。参加者の最高年齢は、男性が88歳。女性が92歳でした。

参加者たちはパールラインならではの景色を堪能しながら、思い思いのペースで楽しみながら力走しました。

また、10日（土）の前夜祭では、県立盲学校のアンサンブルや県立第一高校の白梅太鼓、熊本工業高校吹奏楽部によるマーチングや天草ピカケによるフラダンス、そしてエンディングの花火大会と盛りだくさんの内容で大賑わいでした。



伝統ある、加地大会委員長の激励によりいよいよスタート



毎年恒例のイルミネーションも



熊工吹奏楽マーチング♪（前夜祭）



第一高校による白梅太鼓



家族みんなで走れて幸せ



素晴らしい景色の中を走れて幸せ～



沿道では、「みんな！がんばれ～」と温かい声援がとびます



温かい拍手で、ゴール

年金相談

■日時 5月18日(第3金曜日)
午前10時～午後3時
■場所 大矢野庁舎書庫棟 1階会議室

年金相談は、4月から予約制(事前受付)となりましたので、相談日の1週間前までに市民窓口課にご予約ください。

☎0969 (56) 1111



20歳以上の学生のみなさんへ

国民年金保険料の納付が困難なときは「学生納付特例制度」をご利用ください。

学生納付特例制度は、在学中の保険料を社会人になつてから支払うことができる制度です。収入が少なく、保険料が納められないときは、市役所の国民年金担当窓口へ申請しましょう。申請が遅れて、保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故や病気で重い障害が残っても障害年金が支給されないなど、不利益を受けることがありますので、早めの申請が大切です。

在学期間中の保険料を社会人になつてから納めることができる制度です。

■対象となる人
20歳以上の学生で、本人所得が118万円(学生の方には扶養親族があれば、基準額が変わります)以下の方。

■対象となる学生は？

大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限が1年以上である課程)等に在学する学生。夜間・定時

制課程や通信制課程の学生も含まれます。

■申請のときに持参していただくもの

①年金手帳など基礎年金番号がわかるもの

②学生証または平成19年4月以降に交付された在学証明書(写し可)

③認印(本人が証明する場合不要です)

■承認されると:
申請された年度の4月分から翌年3月分までの保険料の納付が猶予されます。

※ただし、すでに納付済の分や、中途退学の場合は退学した月の翌月以降の分を除きます。

※高齢・障害・遺族の各基礎年金を受給するための資格期間には算入されませんが、老齢基礎年金の年金額には反映されませんので、10年以内に保険料を納めることができる「追納制度」をご利用ください。(3年度目以降は、当時の保険料額に加算額がつきます)

☝ご注意ください!

昨年度申請した方は、19年度の申請をお忘れなく! 毎年度申請が必要です。

税のひろば

★ご存知ですかe-Tax!

「国税電子申告・納税システム(e-Tax)」を利用することにより、国税に関する各種手続(①所得税、法人税、消費税、酒税および印紙税の申告、②全税目の納税、③申請・届出等)が自宅や事務所にいながらインターネット等で行うことができます。

e-Taxに関する詳細等につきましては、ホームページをご覧ください。<http://www.e-tax.nta.go.jp>

また、e-Taxに関するご質問については、全国どこから掛けても市内通話料金のヘルプデスクをお気軽にご利用ください。

★ヘルプデスク ☎(0570)015901

【受付時間は、月～金曜日(祝日等を除く)の午前9時から午後5時まで】

★「税務職員を装った振り込め詐欺」にご注意を!

最近、税務職員を装い、現金自動預け払い機(ATM)を操作させ振込みを行わせる「振り込め詐欺」による被害が発生しております。

税務職員が納税者の皆様に電話でお問い合わせする場合は、提出していただいた申告書等をもとに、その内容を本人に確認することを原則としています。下記の3つは行っていないのでご注意ください。

- ①還付金受取のために金融機関等の現金自動預け払い機(ATM)の操作を求めることはありません。
- ②国税の納税のために、金融機関の口座を指定して振込みを求めることはありません。
- ③フリーダイヤルの電話は設置していません。

還付金受取のために現金自動預け払い機(ATM)の操作を求められたり、フリーダイヤルへの連絡を求められることなどがあつた場合には、指示された電話番号に連絡することなく、最寄りの税務署や税務相談室にお問い合わせください。

■問合せ先 天草税務署 ☎0969 (22) 2510

CITY 市のお知らせ INFORMATION

～ 4月納税のお知らせ～

《納期限 5月1日（火）》

◎固定資産税 1期

◎軽自動車税 全期

※口座振替日は4月25日です

納税証明書等の発行窓口
の変更について

☎大矢野窓口センター

これまで税務課窓口で取り扱っていた証明関係の一部を、4月1日から大矢野窓口センターに変更になりましたので、お知らせします。取り扱う証明は、次のとおりです。

▼所得関係
所得証明、非課税証明、奨

学金用所得証明、保育園入園

用課税証明、児童手当用所得

証明、記載事項証明書（課税

証明）、納税証明、扶養証明、

国民健康保険税納付証明書

▼資産関係

資産証明、評価証明、公課

証明、課税証明、固定資産名

寄帳証明

▼軽自動車関係

軽自動車税納税証明書



軽自動車税減免のお知
らせ

☎税務課

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方、その方と生計を共にする方、また、常時

問合せ先

大矢野庁舎

☎ 869-3692

上天草市大矢野町上 1514

☎ 0964(56) 1111

総務課・財政課・税務課・納税課・監理課・大矢野窓口センター・企画政策課・商工観光課・農林水産課・地籍調査課・会計課・議事事務局・農業委員会・監査事務局

松島庁舎

☎ 861-6192

上天草市松島町合津 3538-3

☎ 0969(56) 1111

市民窓口課・建設課・下水道課・環境衛生課・保健課（保健センター）・介護保険課・福祉課・教育委員会（学務課・社会教育課）

姫戸統括支所・水道局

☎ 866-0195

上天草市姫戸町姫浦 2502-3

☎ 0969(58) 2111

龍ヶ岳統括支所・情報推進室

☎ 866-0292

上天草市龍ヶ岳町高戸 1412

☎ 0969(62) 1111

『託します 私の未来の この一票』

上天草市長選挙および上天草市議会議員補欠選挙

これからの上天草市政を託す人を選ぶ大切な選挙。みなさんの貴重な清き一票を、棄権することがないように、必ず投票しましょう。

★投票日時 4月22日（日）午前7時から午後6時まで

※投票所は、配布する入場券に記載してありますのでご確認ください。

★投票日に投票できない人は、期日前投票を！

◆期 間 4月16日（月）から4月21日（土）まで

◆投票時間 午前8時30分から午後8時まで

（ただし、維和・湯島出張所については午後5時まで）

◆投票所 大矢野庁舎、旧松島町商工会議所、姫戸および龍ヶ岳統括支所、維和出張所、湯島出張所



あなたの一票…大切に

☎問合せ先 上天草市選挙管理委員会事務局（総務課内）

平成 19 年度納税一覧表

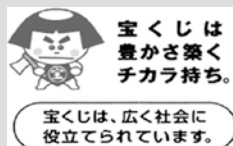
月	市県民税				固定資産税		国民健康保険税		介護保険 1 号 (65 歳以上)				軽自動車税	
	(普徴)		(特徴)		期	納期限	期	納期限	期	納期限	期	納期限	期	納期限
	期	納期限	期	納期限										
4 月					1	5 月 1 日							1	5 月 1 日
5 月													1	5 月 31 日
6 月	1	7 月 2 日	1	7 月 10 日			1	7 月 2 日	1	7 月 2 日				
7 月			2	8 月 10 日	2	7 月 31 日	2	7 月 31 日	2	7 月 31 日	2	7 月 31 日		
8 月	2	8 月 31 日	3	9 月 10 日			3	8 月 31 日	3	8 月 31 日				
9 月			4	10 月 10 日			4	10 月 1 日	4	10 月 1 日	3	10 月 1 日		
10 月	3	10 月 31 日	5	11 月 12 日			5	10 月 31 日	5	10 月 31 日				
11 月			6	12 月 10 日			6	11 月 30 日	6	11 月 30 日	4	11 月 30 日		
12 月			7	1 月 10 日	3	12 月 25 日	7	12 月 25 日	7	12 月 25 日				
1 月	4	1 月 31 日	8	2 月 12 日			8	1 月 31 日	8	1 月 31 日	5	1 月 31 日		
2 月			9	3 月 10 日	4	2 月 29 日	9	2 月 29 日	9	2 月 29 日				
3 月			10	4 月 10 日			10	3 月 31 日	10	3 月 31 日	6	3 月 31 日		
4 月			11	5 月 12 日										
5 月			12	6 月 10 日										

宝くじ助成事業で維和民芸保存会の備品を整備しました！

コミュニティの健全な発展を図ることを目的としたコミュニティ助成事業により、上天草市大矢野町の維和地区に維和民芸保存会の備品として（小太鼓 5 器、平太鼓 2 器、横笛 10 竿、ドラ 1 枚、太鼓バチ 15 対、平置き台 7 台、子供獅子頭 5 頭、ハッピー式 40 人分、芸能舞着物一式 50 人分）が整備されました。写真は、その一部です。



このコミュニティ事業は、宝くじ普及広報事業費を財源として、財団法人自治総合センターが助成決定を行うもので、今後の維和地区のますますの活性化が期待されます。



大矢野町の四郎スタンプ・龍ヶ岳町のつばきスタンプでも上天草市の市税を納めることができます！

4 月 1 日から、上記スタンプの満貼台紙（1 枚 500 円分）で、市税（市県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税）と介護保険料の納付ができるようになりました！

★ただし、市役所各庁舎の窓口での取り扱いに限ります。

☎問合せ先 納税課



工事等契約結果

☎監理課契約係

■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

2 月 21 日入札分

■市道環状西 1 号線道路改良工事①大矢野町上地区内②（有）和田工務店（大矢野町）③ 1,147,650 円④ 2 月～3 月

■大手原漁港北側 2 号防波堤災害復旧工事①大矢野町上地区内②（有）河上建設（大矢野町）③ 966,000 円④ 2 月～3 月

■白涛漁港 10 号護岸災害復旧工事①大矢野町登立地区内②（有）森建設（大矢野町）③ 556,500 円④ 2 月～3 月

■小屋河内漁港高串南防波堤災害復旧工事①龍ヶ岳町高戸地区内②（有）大幸（龍ヶ岳町）③ 761,250 円④ 2 月～3 月

計量器の定期検査のお知らせ

商工観光課

取引や証明に使用する計量器は、法律（計量法第19条）により2年に1回の定期検査を受けるように義務付けられています。該当する計量器をお持ちの方は、受検されますようお願いいたします。

▼検査の対象となる計量器

▽商店等で商品の売買に使用するばかり

▽病院、薬局等で使用している調剤用のはかり

▽学校、病院、保育園等で使用している体重測定用のはかり

▽農協、漁協等流通物資の集荷、出荷等に使用するばかり

▽宅配など運送業者等が貨物の運賃算出用に使用するばかり

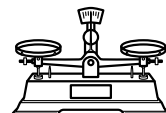
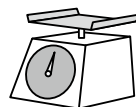
▽農業、漁業等の生産者が生産物等の売買に使用するばかり

▼持参物 計量器（質量計等）、手数料（1台あたり500円から2,200円）

＊計量器定期検査日時＊

検査日	検査受付時間	検査場所
5月14日（月）	10:30～11:30	湯島出張所
	13:30～15:00	大矢野庁舎
5月15日（火）	10:00～15:00	大矢野庁舎
5月16日（水）	10:00～16:00	松島保健センター
5月17日（木）	9:00～16:00	姫戸統括支所
5月18日（金）	9:00～14:00	龍ヶ岳統括支所
5月21日（月）	10:30～15:00	龍ヶ岳統括支所

（注意：12時から13時までは除きます）



詳しいお問合せ先

（社）熊本県計量協会 ☎096（367）7816
熊本県計量検定所 ☎096（369）2151

松島地区の狂犬病予防注射と登録をおこないます

■問合せ先 環境衛生課 ☎0969（56）1111

★地区別日程表（都合のよい場所で受けてください）

市では、野犬の撲滅、放し飼いの飼育者への指導を行っていますが、放し飼いによる苦情がたえません。

犬を飼っている人は、責任を持って犬を管理し野犬・浮浪犬の捕獲にご協力をお願いします。

あなたの愛犬のために…

生後3ヶ月（91日）以上の犬の登録（生涯1回）と狂犬病予防注射（毎年1回）を必ず受けましょう。



＊大矢野・姫戸・龍ヶ岳地区は5月に実施予定です。

期 日	地 区	時 間	場 所
4月24日（火）	阿 村	午前 9:00～9:30	阿村第一公民館前
		9:45～10:25	阿村出張所前
		10:45～10:55	阿村漁協入口
		11:10～11:30	阿村第六公民館前
	合 津	午後 1:15～1:40	樋合漁協前
		2:00～2:15	竜宮荘社員寮前
		2:35～2:55	佐伯篤氏宅横
		3:05～3:20	稲戸専用駐車場
		3:30～4:00	十一支部公民館横
4月25日（水）	合 津	午前 9:00～9:40	五支部公民館前
		9:50～10:30	保健センター前駐車場
		10:45～11:05	六支部公民館前
	今 泉	午前 11:15～11:30	1・2支部公民館前
		午後 1:00～1:15	3支部公民館前
		1:30～1:45	知十公民館前
	教良木	2:00～2:15	今泉児童館前
		午後 2:30～2:40	上田五斗氏宅前
	今 泉	2:50～3:00	星平公民館前
		午後 3:20～3:30	岡本芳雄氏宅横
4月26日（木）	内野河内	午前 9:00～9:25	内野河内集会所前
		午前 9:40～10:00	教良木出張所前
	教良木	10:10～10:25	教良木農協前
		10:40～11:00	大平公民館前
		11:10～11:25	山浦公民館前
		11:40～12:00	野々川公民館前

※料金 ①前年度登録済≫3,000円（うち、注射料2,500円・手数料500円）
②新規登録≫6,000円（うち、鑑札料3,000円・注射料2,500円・手数料500円）

アスベスト対策事業が 創設されました

建設課都市計画係

市民への健康被害を未然に防止し、アスベスト改修の促進を図る目的で、多数の人が利用する市内の民間建築物に露出して吹付けられているアスベストの除去等、また調査を行う所有者等に対しての補助事業が創設されました。

▼事業期間

平成19年4月1日～平成21年3月31日（予定）

▼対象建築物

露出して吹き付けアスベスト等が施工されている民間の建築物で、多数の人が共同利用する部分（付属する電気室・機械室等を含む）の延床面積が1,000㎡以上のもの。

▼補助対象費用

対象建築物の所有者等が行う、吹き付けアスベスト等の除去、封じ込め等に要する費用、または含有の調査に係る費用。

※いずれも改修部分以外の建築基準法の規定による、義務除去等部分については対象外。また、既に着手・終了しているものや解体予定・解体に伴うものも対象外。

▼補助金額

消費税および地方消費税相当額を除いた補助対象費用に3分の2を乗じた額で、除去等が200万円、調査が6万円が限度。

防災行政無線の「戸別受信機」の設置を行います

建設課

松島町と
姫戸町の老
朽化した
「防災行政
無線システ
ム」の改修
工事を実施します。5月から
7月までに、松島・姫戸町の
各世帯に防災行政無線の「戸
別受信機」を設置する予定で
す。



受信機は、市からの貸し出しですので、設置時には、保管証書に代表者の署名と捺印が必要になります。

設置作業は、「パナソニックSSエンジニアリング（株）」が行います。

※業者が建物内に立ち入り、電波の受信状況を確認しながらの取付け作業となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

市営住宅の入居者募集！

建設課では、市営住宅の入居者を募集します

1. 申込み（入居）資格

以下のすべての条件を満たす方は、申し込むことができます。

- ①現に住宅に困窮していることが明らかであること。
- ②現に同居し、または同居しようとする親族があること。（現在は特例で単身者（独身）でも申込み可。ただし牟田・下桶川団地については不可）
- ③世帯所得が基準の範囲内であること。
- ④市税および水道使用料等の滞納が無いこと。
- ⑤十分な保証能力がある市内在住の人を連帯保証人にできること。
- ⑥家賃を毎月確実に口座振替で納付できること。
- ⑦入居決定後において、速やかに当該地へ住所を移せること。

2. 募集期間および受付時間

5月7日（月）～5月11日（金）
午前8時30分～午後5時（土・日曜日は除く）

3. 申込用紙配布・受付場所

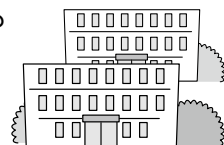
大矢野庁舎・松島庁舎の各窓口センターおよび
姫戸・龍ヶ岳統括支所の各窓口

4. 申込みに必要なもの

- ①申込用紙（上記の場所で配布）
- ②入居者全員の住民票
- ③入居者全員の所得証明書（平成17年中）
- ④入居者全員の納税証明書
- ⑤水道使用料収納証明書

5. 入居者の抽選会（応募多数時のみ抽選）

5月23日（水）午前10時から
松島庁舎3階大会議室



▼募集住宅の一覧表▼

団地名	所在地	建設年度	構造	住戸番号	階	間取り
今村団地	松島町合津 1353-1	昭和55年	簡易耐火2階建	2号棟202号	—	3K
牟田団地	姫戸町姫浦 4749-23	平成3年	中層耐火3階建	2号棟203号	2階	3LDK
二間戸団地	姫戸町二間戸 3576-5	昭和49年	簡易耐火2階建	5号棟103号	—	3K
下貫団地	龍ヶ岳町高戸 4350-5	昭和47年	中層耐火4階建	1号棟402号	4階	3K
東浦団地	龍ヶ岳町大道 4347-2	昭和49年	簡易耐火2階建	1号棟104号	—	3K
樋島団地	龍ヶ岳町樋島 593-9	昭和49年	簡易耐火2階建	2号棟101号	—	3K
下桶川団地	龍ヶ岳町樋島 2695-10	平成元年	中層耐火3階建	1号棟301号	3階	3DK

■問合せ先 建設課 ☎0969（56）1111

おとなの食育講座（ヘルスマイト養成講座）を開講します♪

最近、「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」という言葉をよく耳にするようになりました。この機会に自分の体のことや食生活のことをじっくりと考えてみませんか？



- 目的 健康づくりのための食生活について知識を身につけ、家庭や地域のために取り組むヘルスマイト（食生活改善推進員）を養成します。
- 対象 ①健康づくりのための食生活に興味のある方、②市民で全日程参加できる方（現ヘルスマイトは不可）、③講座終了後、ヘルスマイトとして活動できる方（男性も大歓迎！）
- 時間 午前9時～午後1時半（講義と調理実習）
- 定員 20人（定員になり次第締切）
※受講料は無料です
- 受付期間 4月16日（月）～5月18日（金）
【電話でお申込みください】
- 申込・問合せ先 保健センター
☎0969（56）1111

▼日程（※日程・内容等は変更になる場合があります）

期 日	テーマ
5月29日（火）	開講式、「みんなで健康になろう！」
6月8日（金）	「食品衛生と環境問題について考えよう！」
7月13日（金）	「あなたの食べ方、大丈夫？」
8月10日（金）	「ちょっと待て！そのひと口が太るもと！」
10月12日（金）	「高血圧にご用心！」
11月9日（金）	「あなたの骨が危ない！」
12月14日（金）	「高脂血症は血管の黄信号！」
1月11日（金）	「本当はこわい貧血！」
2月8日（金）	「歯のことを考えてみよう！」
3月7日（金）	閉講式、「健康づくりの輪を広げよう！」

第1期『パワーアップアクア』

参加者を募集します！

やせたい！、からだをひきしめたい！…そんなあなた
肩こりや腰痛に悩んでいる、メタボリックが心配…そんなあなた
運動不足で何かを始めたいけど、ひとりじゃ続かない…そんなあなた
ちょっとお得なこの教室で、気軽にスパ・タラソデビューしてみませんか？

- ★対象者 健康づくりに関心のある
18歳以上の上天草市民の方
- ★内 容 スパ・タラソのプールを利用した運動（インストラクターの指導）
- ★期 間 5月12日～7月28日の毎週土曜（計12回）次の3コースから選べます。
①11：00から②14：30から③19：30から
- ★参加費 7,000円（500円×12回、インボディチェック500円×2回）※通常料金の3分の1で利用できます。インボディとは、機械を使って体組成を測定することです。
- ★定 員 3コースで先着50人
- ★申込期間 4月16日（月）～4月27日（金）
- ★申込・問合せ先 保健センター
☎0969（56）1111

インストラクターの親切な指導で、無理なく参加できます。仲間と楽しく、夏に向けて健康的で理想のボディを目指してみては？“こころ”と“からだ”のリフレッシュにもおススメ♪



※写真はイメージです

●第2期（9・10・11月）、第3期（12・1・2月）も実施の予定です

平成19年度

＜上天草市＞ ファミリー・サポート・センター 会員大募集！

●依頼会員とは・・・子育てを手伝って欲しい方

Q. 会員にはどうやってなれるの？

A. 事務局で入会申込をしていただきます。上天草市在住、または上天草市でお仕事をしていたりしゃる方は、会員登録無料です。

Q. 何歳までお願いできるの？

A. 生後6ヶ月～小学6年生までです。

Q. 利用料はいくら？

A. 基本料金1時間600円です。時間帯・曜日・人数・その他によって追加や割引があります。

Q. 預かってもらう場所は？

A. 協力会員の自宅が原則です。宿泊はありません。

Q. もしもの事故のときは？

A. 事務局で一括して傷害保険に加入しております。個人負担はありません。

Q. どんな時に利用できるの？

A. 保育園や、学校の送迎。その前後の預かり。軽い病気・通院の付き添い。習い事・塾の送迎などです。

◎申込・問合せ先 ＜上天草市＞ファミリー・サポート・センター

〒869-3601 上天草市大矢野町登立 8577-1（上天草市立大矢野保育園内）

☎0964(56)0254 FAX 0964(56)0234（担当：松島・切通）

ファミリー・サポート・センターとは、子どもを預けたい方（依頼会員）と子どもを預かりたい方（協力会員）とで作られる会員制のグループです。

希望の方は、それぞれ会員登録し、センターが条件や要望にあった会員同士を組み合わせで紹介します。まずは、センターまでご連絡ください。

●協力会員とは・・・子育てを手伝ってくださる方

Q. 会員にはどうやってなれるの？

A. 事務局の説明の他、3つの講習を受けていただきます。（お持ちの資格で、免除となる講習もあります）

Q. 頼まれたら、いつでも預からなければいけないの？

A. いいえ。電話で依頼があった時、無理な時間・内容でしたら、お断りください。

Q. 預かる場所は？

A. 協力会員さんの家が基本です。

Q. もしもの事故の対応は？

A. 事務局で一括して傷害保険・賠償責任保険に加入しております。個人負担はありません。

Q. どんな時、活躍できるの？

A. 保育園や、学校の送迎。その前後の預かり。軽い病気・通院の付き添い。習い事・塾の送迎などです。



平成19年4月1日から 児童手当制度が拡充されました

☎問合せ先 福祉課

近年の急速な少子化の進行等を踏まえ、若い子育て世帯等の経済的負担の軽減を図ることから、3歳未満の乳幼児の養育者に対する児童手当の額を、第1子および第2子について倍増し、出生順位にかかわらず一律月1万円となりました。

なお、平成19年4月から3歳未満の児童手当等の額は、一律月額1万円となりますが、3歳到達後の翌月からは、第1子および第2子の手当額は5千円、第3子については1万円となります。

【0歳以上3歳未満の児童の養育者に対する児童手当】

	(現行)	(改正)
●第1子、第2子	月額 5,000円	➡ 月額 10,000円（倍増）
●第3子以降	月額 10,000円	➡ 月額 10,000円（現行どおり）

【3歳以上（現行どおり）】

- 第1子、第2子 月額 5,000円
- 第3子以降 月額 10,000円

★施行日：平成19年4月1日（拡充後の最初の支給月は、平成19年6月）

☞ 今回の改正では、受給者から特段の手続きを行う必要はありません



市職員人事異動

(4月1日付け)

※敬称略()内は、前所属

総務課

■議会事務局▽主事 本多志保(松島窓口センター・同)

■監査事務局▽課長補佐「局長」 静谷正幸(財政課・主幹)

総務部

●総務課▽課長補佐 松本典昭(同・主幹)▽参事 海崎竜也(組合派遣・同)▽参事 奥田祥貴(税務課・同)▼熊本県広域連合▽主事 何川文敏(水道局・同)

●財政課▽参事 藤川勝利(建設課・同)

●税務課▽課長補佐 福丸功(総務課・主幹)▽主幹 四丸浩二(社会教育課・同)▽主幹 坂田結二(総務課・同)

●納税課▽課長 森内孝生(税務課・審議員)▽課長補佐 澤村弘史(税務課・主幹)▽主幹 高田八百喜(税務課・同)▽主幹 竹下学(税務課・同)▽参事 鎌田章博(税務課・同)▽参事 山崎大勝(地籍調査課・同)▽参事 久具誠(情報推進室・同)▽参事 佐藤始(税務課・同)▽主事

西聖志(税務課・同)▽主事 川端彰(税務課・同)▼県派遣▽参事 石炭圭一郎(税務課・主事)

●監理課▽主幹 住本保孝(大矢野窓口センター・同)

●大矢野窓口センター▽主幹 岩井正光(農業委員会・同)

▽参事 税所恭子(保健課・主事)▽主事 田崎沙知(税務課・同)▼維和出張所▽主幹 村田伊紀子(市民課・同)

■姫戸統括支所▽支所長 木下文宣(介護保険課・課長)

▽課長補佐 山下一保(同・主幹)▽主事 梅野隆(市民課・同)

■龍ヶ岳統括支所▽課長補佐 楠本金生(同・主幹)▽主幹 平松幸彦(大矢野窓口センター・同)▽主幹 堀川雅輔(介護保険課・参事)▽参事 坂本理加子(福祉課・同)▼大道出張所▽主幹「所長」 福田久信(龍ヶ岳統括支所・同)

■企画観光部

●企画政策課▽主事 松本洋司(熊大派遣・同)▼情報推進室▽参事 杉本恒明(税務課・同)

■農林水産部

●農林水産課▽課長 尾上徳廣(水産課・同)▽課長補佐 梅尾康昭(水産課・同)▽課

長補佐 木下厚生(姫戸統括支所・主幹)▽主幹 山下スエ子(農林課・同)▽主幹 水野博之(農林課・同)▽主幹 藤島幸治(農林課・同)▽主幹 本田善生(農林課・同)

▽主幹 鬼塚昭彦(農林課・同)▽主幹 松原繁行(農林課・同)▽主幹 勇光也(水産課・同)▽主幹 相馬初男(農林課・同)▽主幹 大塚以久哉(水産課・同)▽主幹 岩永裕一(水産課・参事)▽参事 岡原正和(水産課・同)

▽参事 千原博勝(農林課・同)▽参事 坂本一也(水産課・同)▽参事 佐藤文彦(農林課・主事)▽主事 竹中義和(農林課・同)

●地籍調査課▽課長 生川隆廣(龍ヶ岳統括支所・同)▽参事 山下秀文(水道局・同)▽参事 大野公二郎(建設課・同)

■建設部▽部長 鬼塚憲雄(農林課・課長)

●建設課▽主幹 濱岡祐功(監理課・参事)▽主事 西釜裕也(下水道課・同)

●下水道課▽課長 山下幸盛(農林課・審議員)▽参事 島崎克明(建設課・主事)

■市民環境部

●市民窓口課▽課長 春山千章(松島窓口センター・センター長)▽課長補佐 緒方省三(龍ヶ岳統括支所・同)▽主幹 水野清美(議会事務局・同)▽主幹 浦辺二三男(松島窓口センター・同)▽主幹 中筋むつみ(福祉課・同)▽主幹 齊藤美子(市民課・同)

▽主幹 高戸由美子(市民課・同)▽主幹 平山直美(市民課・同)▽主幹 古谷肇(市民課・同)▽主幹 平本望(市民課・同)▽参事 小松野洋己(市民課・同)▽参事 鬼塚博子(市民課・同)▽参事 渡辺政明(松島窓口センター・同)▽参事 赤穂幾朗(会計課・同)▽主事 立花和則(松島窓口センター・同)

●環境衛生課▽課長 小幡孝行(税務課・課長補佐)

■健康福祉部

●保健課▽参事 山崎美代子(介護保険課・保健師)▽主事 山中幸(税務課・同)

●介護保険課▽課長 松浦省一(総務課・課長補佐)▽主幹 緒方忠臣(龍ヶ岳統括支所・同)▽参事 和久田純(保健課・同)▽参事 赤穂勝一(環境衛生課・同)▽参事 鍛田志保(市総合病院)▽主事 田中慶子(市総合病院)▽介護支援専門員 堀江清子(市総合病院)▽介護支援専門員 山崎秀喜(市総合病院)



●福祉課▽主幹 平野洋二(地籍調査課・同)▽主事 釜田雅弘(税務課・同)▼樋島保育園▽主任保育士「園長」 堀江和代(同・同)▼老人ホーム▽園長 矢元博(市民課・審議員)▽支援員 堀川美国(市総合病院)

■会計課▽参事 松田治(学務課・同)

■農業委員会▽主幹 中田俊勝(学務課・同)

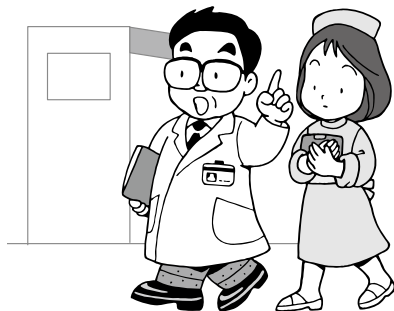
■教育委員会

●学務課▽主幹 宇藤竜一(松島窓口センター・同)▽参事 中田光治(財政課・同)▽主幹 中野聖規(採用)▼

●健康福祉部

市のお知らせ

■上天草総合病院
●事務部▽事務長 松本精史（事務部総務課・課長）▼総務課▽課長心得 松本高夫（ぜんそくセンター・副病棟長）▽施設係 木崎国夫（ぜんそくセンター・生活指導主任）▽医局秘書係 堀畑早苗（看護部・看護助手）
●診療部▽部長 溝部孝則



給食技師 野田妙子（今津小学校）▼樋合小学校▽給食技師 福田世美子（阿村中学校）▼大矢野中学校▽給食技師 平野親子（上小学校）
●社会教育課▽課長 成田好（監査事務局・課長補佐「局長」）▽主事 鬼塚正二（地籍調査課・同）
■水道局▽主幹 吉本昭一（維和出張所・同）▼参事 鬼塚佐栄子（社会教育課・同）▼主事 岩本竜二（大矢野窓口センター・同）

▽山下保（姫戸統括支所・支所長）▽木本紘一（建設部・部長）▽井手口寛（姫戸統括支所・次長）▽橋本光徳（市民課・課長）▽寺嶋真二郎（老人ホーム・園長）▽中本直樹

市職員退職者
(3月31日付け)
※敬称略
☎総務課

（内科部・同）▼内科▽医長 村上洋一郎（採用）▼薬剤科▽事務 松本千奈美（事務部総務課・同）▼栄養科▽栄養士 濱崎純子（健康管理センター・同）▼歯科・歯科口腔外科▽歯科衛生士 古谷幸海（薬剤科・事務）
●看護部▽外来▽看護師 尾崎浩子（採用）▼2病棟▽看護師 野口かおり（採用）▼3病棟▽准看護師 吉森節子（5病棟・同）▽看護師 田中重美（採用）▼4病棟▽助産師 東川由吏（採用）▼5病棟▽看護師 東川英香（採用）
●健康管理センター▽事務 杉田恵子（老人保健施設・同）●老人保健施設（きららの里）▽准看護師 川端もよ子（看護部3病棟・同）▽事務 尾上克弘（栄養科・同）

（地籍調査課・課長）▽荒木嘉二郎（下水道課・課長）▽宮島健一（社会教育課・課長）▽植田司（松島窓口センター・課長補佐）▽貞清直史（龍ヶ岳支所・主幹）▽道下泉（大道出張所・主幹）▽鬼塚君江（樋合保育園・園長）▽黒瀬啓介（建設課・主幹）▽浜崎茂美（大道保育園・主幹）▽野村浩美（学務課・主幹）▽迫千代美（樋合小学校・給食技師）▽西崎寿子（阿村小学校・学校主事）▽前中須賀子（阿村小学校・給食技師）▽瀬脇一喜（市総合病院・事務長）▽北脇秀樹（市総合病院・施設課長）▽宮川比佐子（市総合病院・内科部長）▽坂本美和子（市総合病院・整形外科部長）▽脇岡範（市総合病院内科医長）▽江藤万里（市総合病院・助産師）▽北本春代（市総合病院・歯科衛生士）



4月より新しく3人の方が委員になりました。よろしくお願いします。 上天草地区地域交通安全活動推進委員のお知らせ

上天草地区地域交通安全活動推進委員とは？

地域における道路交通に関するモラルを向上させ、交通安全の確保について住民の理解を深めるための諸活動のリーダーとして法律上の資格を与えられ、その活動の促進を図ります。

◆現在の地域交通安全活動推進委員

氏名	役職	地区	経歴
久保田武敬	会長	松島町阿村	8年
鏑釣 文男	委員	大矢野町上	新
小幡 一義		大矢野町維和	
松本 初雪		松島町教良木	10年
前田 正之		姫戸町二間戸	新
高木 一喜		龍ヶ岳町大道	2年

◆主な活動

- ◇交通安全教育
- ◇適正な駐車および道路使用方法の推進
- ◇地域における交通の安全と円滑を助ける
 - ・広報啓発活動
 - ・地域の個人、団体への協力要請活動
 - ・住民相談
 - ・活動の協力と援助活動
- ◇交通状況の实地調査など

道路交通に関することでお悩みの方は、お近くの地域交通安全活動推進委員へご相談ください。

◆問合せ先 上天草市役所総務課
上天草警察署

☎0964 (56) 0110

16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火
移動図書館【登立地区】（29ページ） あかちゃんおはなし会・10時30分～【アロマ視聴覚室】（29ページ）															
⑤竹島医院【大矢野町登立】「内」 ☎0964560159 浜辺の観察会・13時～【天草ビジターセンターとその周辺】（30ページ）															
⑤しまだ小児科【大矢野町登立】「小・内」 ☎0964560005															
⑤福本眼科【大矢野町上】「眼」 ☎096405008 浜辺の観察会・13時～【天草ビジターセンターとその周辺】（30ページ）															
⑤中村達男医院【大矢野町登立】「内」 ☎0964560006 ⑤姫戸医院【姫戸町姫浦】「内」 ☎09693583															
大母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 姫母子手帳交付（育児相談） 13時～14時30分・13時～13時15分受付【姫支】 龍母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【龍支】															
大3～4カ月児健診（BCG） 13時～13時15分受付【大セ】 榎19年1月生まれ															
松3歳児健診・13時～13時15分受付【松セ】・榎16年3～4月生まれ 移動図書館【上地区】（29ページ）															
龍3～4カ月児健診（BCG） 13時～13時15分受付【龍支】・榎18年12～榎19年1月生まれ 龍6～8カ月児健診・13時～13時15分受付【龍支】・榎18年9～10月生まれ															
成人大学開講式・9時30分～【大矢野公民館】（26ページ）															
おはなし会・10時～【西の浦公民館】（29ページ） 図書館おはなし会・14時～【アロマ視聴覚室】（29ページ）															
⑤山崎クリニック【大矢野町登立】「耳」 ☎0964565208 ⑤村上医院【姫戸町姫浦】「内・小・リハ・神内・呼・循・消」 ☎09693102															
大母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 計量器定期検査・10時30分～11時30分【湯島出張所】（16ページ） 計量器定期検査・13時30分～15時【大矢野庁舎】（16ページ）															
大6～7カ月児健診・13時～13時15分受付【大セ】 榎18年10生まれ 計量器定期検査・10時～15時【大矢野庁舎】（16ページ）															
姫ポリオ予防接種・13時50分～14時20分受付【姫セ】 計量器定期検査・10時～16時【松島保健センター】（16ページ）															

龍ヶ岳地区の乳幼児健診を受けられる方へ

龍ヶ岳地区の健診・学級会場が、4月から下記のとおり変更になります。

これまで 平成19年4月より
龍ヶ岳健康管理センター → 龍ヶ岳統括支所に

24 時間モシモシ健康情報

☎ 096 (385) 3300

5月の週間プログラム	
月	海外旅行でかかる病気(A型肝炎)
火	甲状腺機能低下症
水	若いのに髪がぬける
木	噛むことは生きる力
金	肘内障について
土・日	子どもの突然死

ホームページでもご覧になれます。

<http://www.khk-dr.jp>

◎対象者 全…市内全般 大…大矢野 松…松島 姫…姫戸
 龍…龍ヶ岳 姫龍…姫戸・龍ヶ岳
 ◎持参物 「母子手帳交付↓印鑑」(6～8カ月児健診↓母子手帳、問診票、バスタオル) (3～4カ月児健診↓6～8カ月児健診持参物+BCG問診票) (1歳児学級↓母子手帳、問診票、ハブラシ、おしぼり) (1歳6カ月児健診↓母子手帳、問診票、尿) (3歳児健診↓母子手帳、問診票、聴力視力検査用紙) (母親学級②(むし歯予防、妊娠中からの栄養について) ↓母子手帳、米1合)
 ◎場所 【大窓】…大矢野窓口センター 【大セ】…大矢野老人福祉センター 【松セ】…松島保健センター 【姫支】…姫戸統括支所 【姫セ】…姫戸母子健康センター 【龍支】…龍ヶ岳統括支所
 ※【大】：日祝日在宅医の診療時間は、午前9時から午後5時まで。それ以外は、受ける前に電話連絡してください。また、変更になる場合があります。

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16
木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水
姫龍 2カ月児学級・14時～14時15分受付【姫セ】・歳19年3月生まれ	松ポリオ予防接種（今津地区）・13時50分～14時30分受付【松セ】	おとなの食育講座・9時～13時30分（18ページ）	大ポリオ予防接種（中・維和地区）・13時20分～14時受付【大セ】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】	松 2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年3月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】

「今日からさっそく介護予防！～住宅の改修について～」

最近、家庭内での事故による高齢者の死亡率が増加していることをご存知ですか。加齢の影響で視力が低下し、何かにぶつかってケガをしたり、歩幅が狭くなり、すり足で歩くとちょっとした段差につまずいて転倒し骨折したり…長年住み慣れたわが家でも、加齢とともに問題点がちらほら出てくるものです。

家庭内の事故を未然に防ぎ、高齢者が自立した生活を続けるためには、心身の機能にあわせて、問題点を改善することが必要です。



日本の住まいの特徴と問題点！

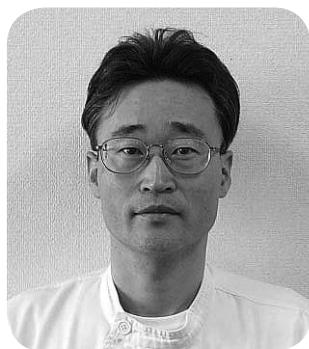
- ★段差が多い 玄関の敷居、上がりかまち、廊下と居室、脱衣室と浴室などで転倒事故が起こりやすい。
- ★幅員（ふくいん）が狭い 廊下、階段、扉の開口部など、特に要介護高齢者は移動しづらい（福祉用具などが使いづらい）
- ★和式の生活様式 床座の生活、和式浴槽をまたいで入る、トイレでしゃがむなどは、高齢者の身体機能の面から適切ではない。
- ★温度差が激しい 居室と廊下・トイレ、脱衣室と浴室などの温度差は、高齢者の健康に悪影響を与えやすい。



住宅の改修については、高齢者本人や家族の意見を十分に反映させることが一番重要ですが、医療・保健・福祉の専門家、とりわけ理学療法士や作業療法士、福祉住環境コーディネーター等の専門家の意見も取り入れながら考えるとよいでしょう。



☎問合せ先 地域包括支援センター（松島庁舎内）



生活習慣病 について

上天草総合病院 代謝内科
榎川岩穂

市立病院 だより



病院理念 信頼される地域医療

基本方針

1. 患者様中心の医療をめざします
2. 地域に根ざした心あたたかな医療を行います
3. 患者様に安全・安心な医療を提供できるよう努力します
4. 安心して退院出来る病院をめざします
5. 常に自己研さんに努め、医療水準の向上に励みます
6. 健全な病院経営をめざします

患者様の権利

1. 個人として尊敬される権利
2. 良質な医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
5. 自分が受けている医療について知る権利
6. 個人のプライバシーが守られる権利

生活習慣病とは、発症や進行に生活習慣が密接に関連している疾患をさします。具体的には糖尿病、肥満症、高脂血症、高血圧、高尿酸血症、その他が含まれます。少し注意が必要ですが、これらの疾患はすべて悪しき生活習慣のみによって引き起こされるわけではありません。

例えば、糖尿病では原因の約半分は遺伝（持つて生まれた体質）が関与しており、素因のある人に生活習慣の悪化が加わって発症するとされています。実際、かなり不摂生をしても糖尿病にならない方もおられますし、逆にかなり気をつけていても糖尿病を発症してしまう方もいらっしゃいます。また、生活習慣とは全く無関係に発症するタイプの糖尿病もあります。よって生活習慣病をすべて「贅沢病」「なまけ病」などと考える

と本質を見誤ることになり

す。とは言え、みなさん自身の場合はいかがでしょうか？食べ過ぎ（飲み過ぎ）と運動不足には十分に気をつけてきたけれど、不可抗力によって生活習慣病になってしまったのでしょうか？

近年、生活習慣病の増加は世界的にも著しく、各国で問題となっています。日本でも糖尿病人口は、今や1千万人ともいわれており、40年間で数倍に増加しています。この間、日本人の遺伝的体質が変わったとは考えられない（他民族と混血が進んだわけではない）ので、糖尿病の爆発的増加の原因はやはり生活習慣の変化にあると考えられています。脂肪摂取の増加（食事の欧米化）、自動車や便利な家電品の普及などは糖尿病の増加と良く一致しています。40年前の暮らしと今を比べてみてください。

糖尿病を放置しておく

様々な合併症を引き起こします。脳梗塞や心筋梗塞の危険はおよそ3倍に増えるといわれていますし、網膜症（成人の失明原因の第1位）、腎症（透析導入原因の第1位）、神経障害（下肢切断の原因ともなります）等々を生じます。

さらに、糖尿病は高血圧、高脂血症、肥満等の生活習慣病を伴う頻度が高く、この場合さらに合併症の危険は増し、発症後の経過も悪くなります。癌にも匹敵する注意が必要です。ですから、生活習慣病を軽く見ないことが大切です。

食べ過ぎない（特に脂肪、塩分）・飲み過ぎない・じつとしない・肥満にならない・タバコは吸わないことが有効です。そして、検査で異常を指摘された場合には、決して放置せず、医療機関を受診して適切な対応をとることが必要です。

Q & A コーナー

Q 家で毎日血圧を測定しています。家で測るより、健診時や病院で測るときの血圧値の方が高いような気がします。理由があるのでしょうか。

A 血圧とは、簡単に言うと心臓が血液を全身に送り出す際の圧力のことで、正常は収縮血圧130mmHg未満、拡張期血圧が85mmHg未満です。血圧は、病院で測る場合（外来血圧）と、家庭で測る場合（家庭血圧）で、数値が異なることがわかっています。病院と家庭の数値では、10〜30mmHgもの差がでます。高血圧ではない人でも、病院で測ると高い数値が出ます。家庭ではリラックスして測定できますが、病院ではどうしても緊張したり（白衣高血圧といいますが）、通院における運動が影響したりして、

診療案内

	月	火	水	木	金
内科 代謝内科	樋口		坂本興	樋口	坂本興
	坂本興	樋川	溝部	樋川	溝部
	溝部	和田			
	系永				樋川
循環器科	脇田				
外科 大腸肛門科	福田				福田
皮膚科				熊大	
整形外科		溝部	樋口	坂本	松藤
産婦人科	姫野				姫野
耳鼻咽喉科	熊大			熊大	
眼科	竹下				
泌尿器科	熊大			熊大	
胃腸センター	和田	坂本	樋川	福田	系永
		熊大		溝部	
歯科 口腔外科	福田				

小児科	月	火	水	木	金	土	日
午前	神園	田原	神園	田原	[小児科医]		
午後	田原 (神園)	神園	田原 (神園)	[田原]	[小児科医]		
準夜	[小児科医]	[神園]	[小児科医]	[田原]	[小児科医]		

- 受付は、午前8時30分から午前11時30分まで。
- 金曜日午後の松藤先生の整形外科は、予約制です。
- 内科は、(火)(木)の午後5～6時までの夕方外来があります。
- 皮膚科は、毎週木曜日午前中に熊大尹教授の外来診療があります。
- 脳神経外科は、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)。
- 漢方特殊外来は、第1・3火曜日に行います。午後2時30分から午後5時も受け付けます。
- 心臓血管外科は、月1回(第4木曜日)に診療を行います。
- 小児科の時間は、・午前(9:00～11:30)・午後(17:00～17:30)・準夜(19:30～20:00)になります。ただし、土曜日の午前は、(10:00～11:30)。
- [小児科医]の時間帯は電話でのご確認をお願いします。
- 問合せ先 上天草総合病院
☎ 0969 (62) 1122 F A X 0969-62-1546
ホームページ <http://www4.ocn.ne.jp/~kamiama/>
Eメール kamiama@bronze.ocn.ne.jp

医療情報 第2弾

薬剤科の仕事紹介

今回は薬剤科の紹介です。主な仕事内容は、入院患者様のお薬を作ったり注射剤を払い出したり、また滅菌製剤(消毒薬など)を作ったりしています。特に現在では、入院、外来を問わず抗癌剤注射の充填業務も多く行っています。その他には、病棟業務と言いまして入院されている患者様のお薬の説明をしたり、重複薬などが無いかなどをチェックしたり、副作用等がないかを調べています。



各階には、担当の薬剤師がおりますので、薬のことやその他、お聞きになりたいことがありましたらお呼び出してください。出来る限りお力になりたいと思っています。

薬剤科主任 谷川 之朗

救急蘇生訓練



CPR(心肺蘇生法)の訓練がありました。院内、院外にかかわらず、一次救命などの処置を躊躇なく行なうとともに、実践力を向上させるためです。全職員が、20人のグループに分かれ、約1ヶ月間にわたり、国際ガイドライン2005に基づいた救命処置を、東天草消防組合のご協力で行いました。お陰様で、設置が進んでいるAED(自動体外式除細動器)を用いての有意義な研修が出来ました。

これからも万が一の場合に備え、日頃からこのような研修の機会を設けていきたいと思っています。

血圧値が上がってしまうよう
です。血圧は1日を通じて一
定ではなく、運動していると
きやその直後、入浴中、仕事
中など、状況によって変動し
ます。血圧管理の第1歩は、
次のように正しい血圧測定か
ら始まります。

- ①力を抜いてリラックスする
- ②座って測定する
- ③「心臓の高さにある上腕の
血圧を計測した値」が基準
- ④毎日同じ時間に測る
- ⑤信頼できる血圧計を選択
毎日測定・記録し、血圧の
変化を把握することが、血圧
管理における最も重要なポ
イントです。

上天草総合病院内科
和田正文

生涯学習

心豊かな暮らしのページ

各問合せ先

中央・松島公民館	☎ 0969 (56) 0777
大矢野公民館	☎ 0964 (56) 4393
姫戸公民館	☎ 0969 (58) 2111
龍ヶ岳公民館	☎ 0969 (62) 1111
社会教育課	☎ 0969 (56) 1111

イベント・参加者募集

「健康・なかま・いきがいくくり」に 成人大学2007受講生大募集!

成人大学は、生活に役立つ話を聞き、日帰り研修を通じて知識と見聞を広め、時には軽スポーツで汗を流す楽しい集いです。

▼開講期間 平成19年5月～平成20年2月(年10回)

▼毎月 第2金曜日

▼開講式 5月11日(金) 午前9時30分から

▼対象者 おおむね50歳以上の市内在住の方

▼申込期間 4月17日(火)～30日(月)

▼申込・問合せ先 大矢野公民館

「わらべうた 参加者大募集」

子育て中のお母さん、お子さんと一緒にわらべうたを楽しみませんか。子育て中でなくても、もちろん参加大歓迎です。

※講師の池田明美さんは元保育士。わらべうただけじゃなく、子育ての悩みについてもアドバイスしてもらえますよ

▼講師 池田明美さん

▼日時 毎月第2・4火曜日 午前10時～11時30分

▼場所・申込・問合せ先 大矢野公民館

【(財) 伝統文化活性化国民協会事業】 「伝統文化いけばな」も教室参加者募集

伝統文化を次世代へ伝えるために文化庁の委託を受けた(財) 伝統文化活性化国民協会主催の伝統文化こども教室が開講されます。現在のところ本市では(財) 小原流天草支部から、いけばなの指導を行ってもらうことになっています。

伝統文化への理解を深め、感性を磨く絶好の機会ですので、お気軽にご応募ください。

▼日時 平成19年6月～平成20年3月までの日曜日(月2回) 午前9時30分～正午

▼場所 大矢野公民館

▼対象 市内にお住まいの小・中学生

(年齢に応じた内容になっています)

▼定員 先着20名

▼料金 1回につき700円(花材費のみ)

▼締切 5月10日(木)

▼その他 道具などは全て教室で準備します

▼申込・問合せ先 伝統文化いけばなこども教室実行委員会代表 中田美根子

☎ 0964 (56) 0870



「ポール先生の英会話教室」

皆さん、ALTのポール先生に英語を習いませんか? 初級では簡単な会話や、中学校のテキストを使った発音の練習、中級では英語雑誌を使用したりと内容も充実しています。教室では映画や音楽の話についても楽しく盛り上がっています。ちなみに先生の好きな日本映画は「七人の侍」だとか。市内在住であれば誰でも参加できますのでお気軽にお申し込み下さい。

▼日時 毎週水曜日 午後7時30分～

▼コース

▽第1・3週↓初級コース
▽第2・4週↓中級コース

▼場所 龍ヶ岳統括支所別館会議室

▼受講料 無料

▼申込・問合せ先 龍ヶ岳公民館

育てましよう!! 輝きある青少年を

平成18年度青少年善行・青少年功勞者に、松島商業高校ボランティア部、切通竹子さん(大矢野町登立)、島崎美和子さん(松島町合津)が選ばれました。これは、当市の青少年育成市民会議が、長年にわたり善い行いをしてきた青少年や青少年健全育成に貢献してきた団体・個人を表彰するものです。

松島商業高校ボランティア部は、募金活動や小学生の下校時に付き添って帰宅したり、天草青年の家ボランティアスタッフ、老人ホーム和光園訪問などを継続し、生徒全体の意識高揚と地域活性化に貢献した事が認められ、今回の表彰となりました。これからも、当市の青少年の模範となるような取り組みを続けて頂きたいと思っています。



卒業式で表彰を受けるボランティア部
部長 原田千佳さん



今年も盛況 公民館総合作品展 大矢野公民館

3月17日から21日までの4日間、大矢野公民館総合作品展を開催しました。第6回目となる今回は、公民館で活動する講座の作品のほか、写真愛好家・小坂敏行氏、釣出満彦氏の作品も展示しました。小学生の手芸作品をはじめ、絵画や書道、パッチワークなど総数311点の作品が一堂に並ぶさまは見事で、来館された方も、「すごいですね」と感嘆の声を上げて見入っていました。

料理を通じて交流を深めました 松島公民館

2月20日（火）、松島保健センター調理室で郷土料理教室（後期）が行われました。3回目となる今回は、今津地区の活性化グループ協議会の方に「ぶえん寿司」を教わりました。手間のかかる「ぶえん寿司」でしたが、参加者のみなさん手際よく協力しながら、美味しく出来上がりました。

全6回あった郷土料理教室（前期・後期）は、回を重ねるごとに参加者が増え、地域の交流や今まで知らなかった上天草の郷土料理を学び、郷土の良さを再確認できたようです。参加者からは、「楽しい料理教室だった。これからはいろんな講座に参加して友だちづくりをしたい」「まだ色々料理を学びたい」と好評でした。

平成19年度も料理教室をはじめ、いろんな講座を予定しています。詳しい内容や日程が決まり次第、随時募集いたしますのでお楽しみに！



わきあいあいと

姫戸公民館

3月4日（日）、姫戸体育館で姫戸公民館主催「第1回ミニバレー愛好会大会」を実施しました。この大会は、日頃、姫戸地区の各体育館で練習されているミニバレー愛好者の皆さんの交流と親睦を図るために実施されたもので、12チーム（約80人）が笑い声や歓喜の声を上げながら熱戦を繰り広げました。終了後は、「おもしろかったなあ」、「したらんだったなあ」との声もあり、大会の趣旨である「お互いの友好と親睦を深め合う」ということを充分達成できたようでした。

ホールインワンが続出 龍ヶ岳公民館

3月11日（日）、樋島小学校グラウンドで、龍ヶ岳地区樋島分館のグラウンドゴルフ大会が開催されました。この日は風が強かったものの、晴天に恵まれ総勢120人が参加し、大きな声援も飛び交う活気あふれる大会となりました。日頃からグラウンドゴルフの活動が盛んな地域であり、ホールインワン賞も賞品の数を心配するほど続出！終了後は次回の開催も決定され、地域のよき交流の場となっているようです。



●●● 姫戸図書館 ●●●

図書館ボランティア募集しています！

図書館ボランティア「おはなし ぽっかぽか」のメンバーを募集しています。初心者、男性の方も大歓迎！

★活動内容

毎月1回のおはなし会（3グループでのローテーションですので、担当は3ヶ月に1回程度）と毎月1回の会議です。



《新刊案内》

★一般書 『林往期』 ◆五木寛之 著／『夢からの手紙』 ◆辻原登 著／『馬琴の嫁』 ◆群ようこ 著／『現代人のための脳鍛錬』 ◆川島隆太 著／『牡丹酒』 ◆山本一力 著／『チエちゃんと私』 ◆吉本ばなな 著／『ダイブ！！ 上・下』 ◆森絵都 著／『Matty式足ツボ10分解毒マッサージ』 ◆Matty 著／『歯のケアと最新治療がわかる本』 ◆沢辺治 著／『きれいに咲かせたいはじめての花づくり』 ◆白瀧嘉子 著

★児童書 『精霊の守り人』 ◆上橋菜穂子 さく／『たいへんたいへん、あかちゃん、まって！』 ◆ペギー・ラスマン さく／『わかったさんのクッキー』 ◆寺村輝夫 さく／『おへそのあな』 ◆長谷川義史 さく／『みんなでワイワイ早口ことば』 ◆ながたみかこ さく／『親子で遊べるおりがみ』 ◆ブティック社

●●● 龍ヶ岳図書館 ●●●

いつも図書館を利用いただき、ありがとうございます。すっかり春の陽気になり、晴れた日には、暑いくらいになってきました。

今月は、入学、進学、就職など、新しい生活が始まる季節。ときどき、わくわくすることが多いと思いますが、ちょっと心を落ち着かせて、ゆっくり読書でもいかがでしょうか？

《おはなし会開催》

4月はお休みします。次回をお楽しみに！次回の日程は下記のとおりです。お友達をさそって、ぜひ遊びに来てくださいね♪

- とき：5月26日（土） 午後2時から
- ところ：龍ヶ岳図書館内 児童室

《新刊案内》

★一般書

『Kの日々』 ◆大沢在昌 著 【闇に葬られた誘拐事件。真相を追う裏の探偵！】／『金魚の国の物語』 ◆柚香 著 【樋島をモデルにしたお話。郷土出身の作家さんです】『子どもと読む教育基本法』【政府と民主党の基本法改正案をわかりやすく解説】

★児童書・絵本

『くろぞうとあおぞう』 ◆石倉ヒロユキ さく 【大切なひとはそばにいる…心に残るお話】／『ももんがモンちゃん』 ◆とりごえまり さく 【ももんがの男の子が成長していくお話】

いんふめーしょん

◆開館時間と休館日のお知らせ

○開館時間

大矢野・松島図書館

■平日 10時～18時 土・日・祝日 10時～17時

姫戸・龍ヶ岳図書館

■平日 9時～17時 土・日・祝日 10時～17時

○休館日

4/16、23、30 5/7、14、21、28、31

○各図書館の問合せ先

■大矢野森記念図書館 ☎ 0964 (56) 4393 ※大矢野公民館内
■松島図書館 ☎ 0969 (56) 0777 ※「アロマ」呼出
■姫戸図書館 ☎ 0969 (58) 2111 ※姫戸支所呼出
■龍ヶ岳図書館 ☎ 0969 (62) 0930 ※直通

ポケットのー

『だいじょうぶだよ、ぞうさん』



文溪堂

幼いネズミと老いたゾウと一緒に仲良く暮らしていました。ある日、ゾウが谷の向こう側へ行かなければならないと言い、別れるのがイヤだとネズミは答えます。それから季節が巡り、ネズミも成長し、ゾウの幸せに

ついて考えます。そして、ある行動に出ます。

たとえ姿や形が違っていても、お互いが支えあって生きている光景に、“家族”というものを感じました。最後のネズミのつぶやきにとっても切なくなりました。（匿名希望）

好きな本の世界をのぞいてみよう

おしらせ かわら版

鯉のぼりは電線にふれないようご注意ください

お子さまの健やかな成長を願う鯉のぼり、大空に悠々と泳がせたいものです。そのためにも次のことにご注意ください。

▼鯉のぼりのポールは、電線から十分離れた所に立て、鯉のぼりがふれないようにしてください。

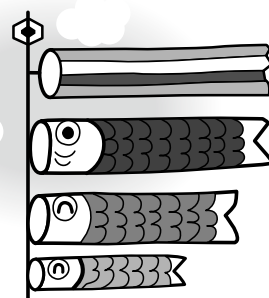
▼鯉のぼりのポールを立てるときや倒すときは、電線にふれないように注意してください。

※もし、鯉のぼりが電線にかかった場合は、感電の恐れがあり大変危険です。

祝日法が改正されました

平成 19 年より「昭和の日」が新設され、「みどりの日」が4月29日から5月4日に移動します。

名称	とき	趣旨
昭和の日	4月29日	激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす。
みどりの日	5月4日	自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ。



で、自分で取らずに最寄りの営業所へご連絡ください。
▼問合せ先 九州電力株式会社 宇城営業所
☎ 0120 (986) 605

浜辺の観察会

次のとおり「浜辺の観察会」を開催します。

▼日時 5月3日(木)・5日(土) 午後1時より3時(土)

▼場所 天草ビジターセンターとその周辺

▼定員 50人

▼対象 小学生とその家族

▼内容

▽1時限目 自然観察会(2時間程度)

▽2時限目 選択体験 フォトフレーム作り、もしくは、押し花体験(1時間)

▼参加費 1人500円(保険料、材料費込み)

▼問合せ先 天草ビジターセンター

☎ 0969 (56) 3665

労働保険年度更新について

熊本労働局では、労働保険の年度更新に必要な書類を4月1日までに事業主の方へ送付しています。申告・納付の期間と場所、集合受付会は次のとおりです。

年度更新手続きを怠ると「国」で保険料を決定するほか、追加金が課せられること

平成19年能登半島地震義援金の受付



次のとおり義援金を受け付けています。ご協力お願いします。

◆義援金名称 平成 19 年能登半島地震義援金

◆受付期間 平成 19 年9月28日(金)まで

◆受付口座 郵便振替

◇口座番号 00780-1-3

◇加入者名 日本赤十字社石川県支部

※郵便局窓口での取り扱いの場合、振替手数料は免除
※通信欄に「平成 19 年能登半島地震義援金」と明記のこと

◆問合せ先 日本赤十字社 熊本県支部 事業推進課 第二事業推進係

☎ 096 (384) 2111

<http://www.jrc.or.jp>

ひとりで悩まず、電話してみませんか
子どもの人権110番

☎ 0120-007-110

I P 電話の場合は、096-364-0415 を利用ください

●相談担当者 子どもの人権専門委員、法務局職員

●相談内容 いじめなど、子どもの人権問題

●相談時間 月曜日～金曜日(休日・祭日は除く)

*相談内容等についての秘密は固く守られます。

熊本地方法務局人権擁護課

市のデータ

人口	33,974人
男	15,952人
女	18,022人
世帯数	12,297戸
市の面積	126.12km ²

平成19年3月31日現在

善意に感謝

(敬称略)

●ボランティア活動

市内の福祉施設(松朗園・南風苑)にボランティアサービスをしてくれた人たちを紹介します。

□常盤老人会 □濱口民謡教室 □西山カラオケ教室 □喜樂老人会 □愛光園 □新生老人会 □水野国夫先生 □次郎丸老人会 □中田理髪店 □ノウブル □吉川キヨカ □藤川シズカ □七つ割婦人会 □菓子工房アローム □天理教 □山下エツ子 □山本春子 ほか

●市に寄付

□南極の石(展示用) 小幡一志(佐世保市)

☎096(364)5005

▼問合せ先(財)消防試験研究センター 熊本県支部

▼受付期間 4月18日(水)から4月25日(水)

▼試験の種類 甲種、乙種全類および丙種

▼とき 6月10日(日)

消防法第13条の5第1項の規定に基づき、熊本県知事の委任に係る平成19年度第1回危険物取扱者試験を、次のとおり実施します。

平成19年度第1回危険物取扱者試験

広報クイズ?

●応募の方法

クイズの答えを記入して広報係まで送ってください。4問以上正解した人の中から抽選で6人に500円分の図書カードを差し上げます。みなさんのご応募をお待ちしております。

なお、応募はハガキや封書に住所、氏名、年齢を書き添えて下記まで送付、または持参してください。もちろん広報の各コーナーへのご意見やお便りもお待ちしております。

※今回の締め切りは、5月31日(木)です。

●申込場所

◇〒869-3692 大矢野町上1514

市役所企画政策課(大矢野庁舎) 広報広聴係

◇松島窓口センター

◇姫戸町地域振興センター

◇龍ヶ岳町地域振興センター

●問合せ先 企画政策課 広報広聴係

☎0964(56)1111 内線1222

劇団わらび座

ミュージカル「天草四郎」

上天草公演チケット発売中!

テーマは「自由・平等・博愛」。
心震え、魂ゆさぶるステージが今、幕を開けます。



◆日時 5月16日(水) 18時30分開場 19時開演

◆場所 大矢野総合体育館1階メインアリーナ

◆料金

◇前売り 一般1,500円 高校生以下800円

◇当日 一般2,000円 高校生以下1,000円

◆主催 上天草市・上天草市教育委員会
「天草四郎」上天草公演実行委員会

◆チケット取扱 上天草市内各地区公民館
各庁舎窓口センター

◆問合せ先 上天草市教育委員会社会教育課

☎0969(56)1111

応募して図書カードをゲットしよう!

問題① 上天草市で今年めでたく成人を迎えたのは何人でしょう?

問題② 2月号の表紙の写真は何の大会でしょう?

問題③ 総合センター「アロマ」の横にあった菜の花園は、約何万本咲いていたでしょう?

問題④ スパ・タラソ天草は、3月23日で何万人を突破したでしょう?

問題⑤ 上天草市カントリーパークの名称は何でしょう?

1月号のこたえ・当選者(敬称略)

①(株)エムテック②40人③カーブミラー④このしろのカレーソテー⑤いのしし

○古川美智子(60) 大矢野町登立

○岩本ゆみこ(39) 大矢野町登立

○坂口つぎ子(55) 大矢野町上

○山本 君子(69) 大矢野町中

○中本 冷子(58) 大矢野町中

○西村 宇蘭(7) 大矢野町中

残念ながら当選しなかった人
まだ応募してね!

