

上天草



人と海のふれあうまち

KAMIAMAKUSA

広報上天草

11

2018

No.186

あっ!

金婚おめでとうございます

防災訓練を実施しました

天草パールラインマラソン大会の申込みを開始します

Instagramフォトコンテスト結果

特集

いつまでも地域が
元気であるために

いつまでも地域が 元気であるために



「どがんしとるかなー？」
地域の皆さんは、顔を合わせるとあいさつ代わりに体の調子を聞き合います。

上天草市の人口は約2万7千人、うち65歳以上の人口は、10603人で、高齢化率は約40%（平成30年4月1日現在）。全国的に高齢化が進む中で、健康寿命が伸び、高齢者の活動意欲が高くなっており、行政や地域を中心に、高齢者の皆さんが健康で意欲と能力に応じた力を発揮できる社会環境づくりが必要となっています。

そこで高齢者の皆さんをはじめ、いつまでも地域が元気であるために、皆さんができることを見つけていただくよう特集を組みました。

地域の集まり、学校や老人会などで行っているボランティアなど目に向けて、地域全体で助け合い、励まし合いながら、地域の皆さんが心身ともに健康で元気に過ごせるよう「あなたにできること」を探してみましよう。

⑦ キバツ輝ヒト

ふじしま さだはる
花き農家 藤島 定治さん (37)

選んでもらえる花づくりを

ことし4月に新規就農しコチョウランの生産を始められた、藤島定治さん（大矢野町中）は、10月末に初出荷を迎えました。

藤島さんが就農したきっかけは、実家が花き農家で、子どものころから花に接していて以前からコチョウランに興味があったことと、会社員として働いている中、何かにチャレンジしたい気持ちがあったことから。約2年間、数カ所のコチョウラン農家で働きながら生産方法を学んだのち独立。現在約150坪のハウスで通年出荷を目指し、日々の管理に励んでいます。

開花のそろったコチョウランが整然と並ぶハウスで将来の目標について伺いました。藤島さんは、「買う人のニーズを反映させ、皆さんに選んでいただける花づくりをしていきたいです。今は白のコチョウランのみなので、そのうちいろんな花色のものもやってみようかな」とステキな笑顔で語ってくれました。



ステキな笑顔の藤島さんとズラリと並んだコチョウラン

市のデータ

総人口	27,412人	(- 34)
大矢野	14,071人	(- 13)
松島	7,098人	(- 12)
姫戸	2,451人	(- 2)
龍ヶ岳	3,792人	(- 7)
男性	13,007人	(- 15)
女性	14,405人	(- 19)
世帯数	11,670世帯	(- 9)
市の面積	126.91km ²	

平成30年9月30日現在()は前月比

Contents ー今月号の主な内容

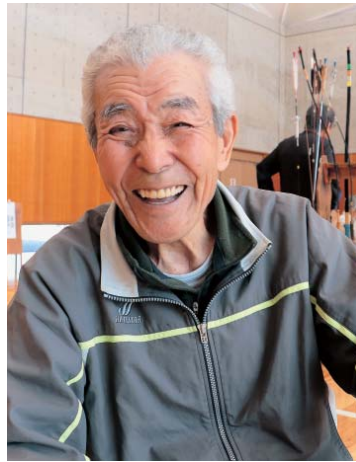
- 2 キバツ輝ヒト 藤島 定治さん
- 3 特集
- 9 いつまでも地域が元気であるために
- 10 まちのわだい
- 13 金婚おめでとうございます
- 14 南海トラフ地震を想定した
総合防災訓練を実施しました
- 16 避難所の確認をお願いします
- 17 上情企業 株式会社アマーサ
天草モリンガファーム
- 18 SBP 姫戸小学校
シリーズ人権
- 19 すすめ！地域おこし協力隊
- 20 熊本ヴォルターズがやってくる
- 21 天草パールラインマラソン大会
の申込みを開始します
- 22 生涯学習だより・図書館だより
- 24 健康ガイド
- 26 上天草総合病院だより
- 27 年金で笑顔
こちら地域包括支援センターです
- 28 お知らせ
- 34 保育所入所受付が始まります
- 35 11月は児童虐待防止推進月間です
- 36 平成 30 年度上天草市工事発注予定一覧
- 37 お便利コーナー
- 38 インスタグラムフォトコンテスト結果
読者プレゼント
- 39 11月14日～12月15日 カレンダー
- 40 高校生特派員

今月の表紙

10月21日(日)に天草四郎ミュージアムから野釜島までの約8kmのコースを往復する第2回ONSEN・ガストロノミーウォーキングIN上天草温泉郷を開催。参加者は、美味しい食事と飲み物を味わいながら、ニュースポーツも体験でき、終日楽しんでいました。



INTERVIEW



素敵な笑顔の木庭さん。練習に入ると真剣モード

松島町四半的協会 会長
こば じろう
木庭 次郎さん (83)
松島町

元気の秘訣 四半的でおしゃべりと 体を動かすこと

松島町四半的協会会長の木庭さんは、18年前から四半的を続けており、毎週練習会場でメンバーに合うのが楽しみだそうです。「皆と話をしながら試合に向けて練習している。四半的やゲートボール、家の草むしりなど体を動かすことが健康の秘訣。あと、べっぴんさんを見ると元気になるな」とおどけた笑顔で話してくれました。しかし、四半的の練習に入ると真剣な顔に。思っているより力が必要で、的が小さい分集中力が試されます。

いろんなことに関心があり、おしゃべりや運動などをすることで、木庭さんは毎日元気で過ごしています。



1_ 練習前に皆さんで記念撮影
2_ 練習に入ると真剣な顔に
3_ 的へズバツと 4_ 弓にはその年の登録証。多い人は20枚近くある 5_ 小さい的に狙いを定めて

健康であり続ける秘訣

外出、会話、そして地域活動に参加すること

平成29年度に実施された、内閣府の高齢者の健康と日常生活の関わりに関する調査の結果は、外出の頻度を健康状態別にみると、健康状態が「良い」人の約80%が「ほとんど毎日外出」しており、会話の頻度については、健康状態別にみると、健康状態が「良い」人は「ほとんど会話をしない」が1%とわけて低いのに対し、健康状態が「良くない」人は13%となっていました。また、習い事やボランティアなどの地域活動に参加していない人の約30%の人が健康状態は「良くない」と回答しています。



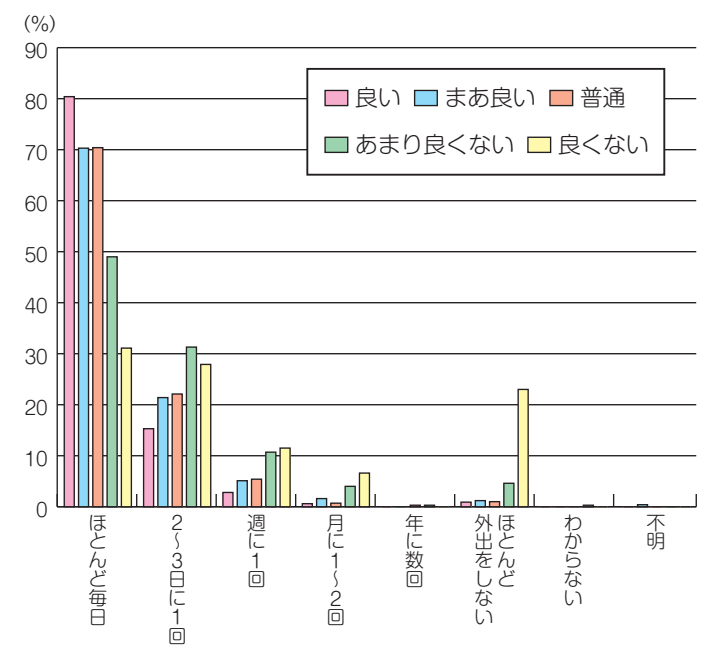
高齢者の皆さんの健康維持に有益であるといえます。

高齢者の皆さんに多い病気とされている認知症の予防には、規則正しい生活習慣や酸素運動、コミュニケーションなどが効果的とされています。近所の人と声を掛け合う、地域の行事に参加する、そんな日常の身近な交流を積極的に行うこと、また見守り合いなどにより高齢者の方の健康状

態のちょっとした変化に気づけるような地域の支え合いが非常に大切となります。市や社会福祉協議会が実施している事業に参加しながら、お互いに困ったときに支え合うような関係を築くことで、認知症予防に役立てましょう。

認知症予防には
地域の支え合いも大切

外出の頻度（択一回答）（主観的な健康状態別）



出典「平成30年度版 高齢社会白書」（内閣府）



フラダンス教室
と自宅のかよいの
場へお邪魔し
てきました。上
の写真の中央が
山崎さん。

やまさき すみよ
山崎 澄代さん (68)

大矢野町

元気の秘訣

INTERVIEW

フラダンスとかよいの場で ボランティア

約15年前から、フラダンスの虜という山崎澄代さん。現在は天草フラダンス愛好会を立ち上げ、各地でフラダンスを教えています。「年をとっても自分でできることはしたい。そのためには筋力アップが必要」と話す山崎さんは、曲に合わせて自ら振り付けを考えます。毎週いろんな所に出向きフラダンスを教える傍ら、自宅ではかよいの場が行われていました。いきいき百歳体操のビデオでわかりづらいところや、その人に合ったやり方をアドバイスするなどして、和気あいあいと体操をしていました。フラダンスやかよいの場などで毎日忙しくしている山崎さんの夢は、健康につながるダンスをする人や場所が増えること。「まだまだ現役で頑張っていきます!」と意気込みを聞かせてくれました。



社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
(中・維和・湯島担当)
やまかわ りえ
山河 理恵さん

地域で取り組まれているグラウンドゴルフやかよいの場などへ積極的な出向き、参加者の皆さんが今、何を必要としているのか、どんなことで困っているのかを会話を通して伺っています。その困りごとを、地域で支えている人たちなどを紹介して解決につなげています。地域の皆さんに寄り添って、地域で支え合っていたらと思います。見かけたら気軽に声をかけてください。

地域
の皆さんに
寄り添います

かよいの場 登録団体 募集

現在の登録数
54 団体
(H30.10.31現在)

●登録要件

- ・参加者の過半数が65歳以上
- ・週1回以上開催し、1回の参加者は5人以上
- ・市がすすめる介護予防活動を実施(いきいき百歳体操)を実施
- ・いすやテレビを準備できる

●支援内容

- ・体操のDVD配布
- ・DVDプレーヤー、血圧計の購入補助
- ・専門職による指導(1回)

●募集数

- ・30団体(先着順)

住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしたい!そういませんか?そのためには自ら身体や脳の老化防止に取り組むこと、また地域の皆さんとの支え合いが大切です。「支えあう地域づくり」を推進するため介護予防活動などに取り組む集まりを募集します。地域の仲間と一緒にいきいきと暮らし続けられるように「かよいの場」をつくりませんか?

【申込・問合せ先】

高齢者ふれあい課地域包括支援係
☎0969(28)3378

地域活動の場に

ちゅと寄ってみんかい?
一緒に笑って話そう



市内各地で行われている「かよいの場」や地域活動の様子。いたるところで楽しそうな笑い声が聞こえていました。

認知症に

『寄り添い、助合い。』

認知症を

「じぶんごと」として考える

歳をとれば誰にでも起こり得る、身近な病気「認知症」。

認知症とは、「脳や身体が原因で記憶や判断力などが衰え、生活に支障が出る状態」のことです。最近では若い世代が発症する「若年性認知症」も増えていますが、一般的に認知症は加齢とともに発症する可能性が高くなります。

認知症の人に寄り添い、認知症の人が認知症と共によりよく生きていくために、私たちに出来ることがあります。今後さらに増える予想される認知症を「じぶんごと」として捉え、家族や大切な人が「認知症」になるかもしれないという考えを持つことが重要となります。

認知症チェックシート

～ 私やあの人は認知症？ ～

- ☐ 最近の出来事や予定をすっぽり忘れることが増えた
- ☐ 今、何をしようとしていたかすぐ忘れることが多くなった
- ☐ 会話をしようとしても、言葉がすらすら出てこなくなった
- ☐ 人の交流を避け、家に閉じこもることが多くなった
- ☐ 気分のムラが大きくなり、感情的になった

参考: STOP! 認知症 .net (一部抜粋)

INTERVIEW

まずは誰かに相談してください

地域で認知症の人を支援する人の連携を図ったり、認知症の人やその家族を支援する仕事をしています。認知症予防のためには、まずは家から出ていろんな人と関わることが大切です。近所の人とおしゃべりしたり、生きがいや自分の居場所を見つけてみましょう。また、家族や近所の人が認知症かな？と思ったら抱え込まず、相談しましょう。



社会福祉協議会
認知症地域支援推進員
いさべ しんいち
磯部 進一さん

■ 認知症に関する相談先一覧

	相談先	電話番号	住所
上天草市	認知症地域支援推進員	0964-56-3470	大矢野町中(社会福祉協議会大矢野町支所)
	地域包括支援センター	0969-28-3378	松島町合津(市役所松島庁舎内)
	大矢野在宅介護支援センター	0964-56-0119	大矢野町登立(南風苑内)
	松島在宅介護支援センター	0969-25-2119	松島町合津(松朗園内)
	姫戸在宅介護支援センター	0969-58-3633	姫戸町姫浦(翔洋苑内)
	地域包括支援サブセンター龍ヶ岳	0969-62-1124	龍ヶ岳町高戸(ぎららの里内)
市外	熊本県精神保健福祉センター	096-386-1255	熊本市東区月井出
	天草保健所	0969-23-0172	天草市今金新町
	認知症ほっとコール	096-355-1755	熊本市中央区上通町
	若年性認知症の電話無料相談	0800-100-2707	愛知県大府市

※まず、かかりつけの医師に相談や問い合わせをすることをお勧めします。

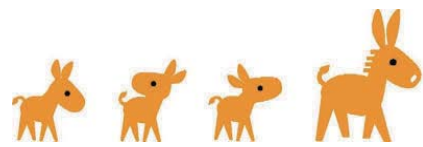
上のチェックシートにチェックが多つくほど認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。お近くの医療機関や相談機関に相談しましょう。

認知症サポーターになつてみませんか？

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者のことです。

認知症について知識を持つている人が地域にいることで、認知症の人や地域の中で安心して生活することが出来ます。

市には、認知症サポーターが延べ5774人おり(平成30年9月末現在)、熊本県は9年連続で認知症サポーターの数が人口比率で全国1位となるなど、安心な地域づくりを推進しています。(9月末現在で約32万人)



認知症サポーターキャラバン ロバ隊長

やさしく寄り添うよー ー養成講座を受講しましたー

10月23日(火)、龍ヶ岳中学校1年生20人が、認知症サポーター養成講座を受講しました。認知症について学習した後、認知症の人に間違っただ対応をしているビデオを見て、班ごとに認知症の人はどんな気持ちか、どんな対応が必要だったかなどの意見を出し合いました。受講した生徒は「家族や近所の人認知症になったらやさしく対応したい」と話してくれました。



▲ オレンジリングをつけて記念撮影

養成講座を受講し 認知症サポーターに

認知症サポーターになるためには、社会福祉協議会(市の委託)が実施する「認知症サポーター養成講座」を受講する必要があります。養成講座の受講を希望する団体(10人以上)は、開催希望日の1カ月以上前までに、社会福祉協議会へ電話連絡の上、申込書を提出してください。申込書は市ホームページに掲載しています。



認知症サポーター養成講座を受講すると、オレンジリングと市オリジナル缶バッジが授与されます

■申込・問合せ先 社会福祉協議会(大矢野町支所)
☎0964(56)3470

今回、市内で元気に頑張っている人や地域活動の場を紹介しました。健康のために何か始めるきっかけになれば幸いです。また、加齢とともに発症しやすくなる「認知症」についても触れましたが、自分が認知症になっても、上天草には認知症サポーターが大勢います。地域全体で助け合い、いつでも地域が元気であるために、まずは一つ、あなたなりの何かを始めてみましょう。(終)



10/9 人権擁護活動に尽力 山下さんが退任

10月9日(火)、市役所大矢野庁舎で人権擁護委員の退任式がありました。9月30日付で退任された山下勝市さんに、熊本地方法務局椎葉正則天草支局長から法務大臣感謝状が手渡されました。

山下さんは3期(9年)の永きに渡り人権擁護委員を務められ、地域の擁護活動のためにご尽力いただきました。なお、後任として青山司さん(大矢野町)が就任されました。詳しくは32ページで紹介しています。



9/27 抜穂祭と奉告祭を開催 天草地域献穀事業

9月27日(木)、松島町内野河内で天草地域献穀事業「抜穂祭」を開催しました。抜穂祭は、6月の御田植祭にて田植えした稲の収穫を行う神事で、松島中学校の生徒の皆さんが刈男・刈女となり、献穀田でたわわに実った稲の収穫を行いました。

また、10月17日(水)には、収穫した米を神前にお供えする神事「奉告祭」を内野河内地区十五社宮にて執り行い、収穫の無事を奉告しました。

今回収穫した献穀米は、10月25日開催の献穀献納式で皇居に献上しました。



9/16 新船をお披露目 コンテナ船「ゆうあ」就航祝い

9月16日(日)、松島町の合津港で、新船「ゆうあ」(松島輸送船(株)深水保廣代表取締役)の就航祝いとして船内が一般公開されました。

新船は、全長96m、総トン数749tのコンテナ船で、食料品や精密機器などを運びます。

船内を見学した子どもたちからは「一番上まで登ったらすごく高くて怖かったけど、船長になった気分がした」などの声が聞かれました。

その後、餅投げでは、約300人の地域住民が集まり大変賑わいました。



松永 ムツエさん 松島町阿村
大正7年9月28日生まれ

松永ムツエさんには、
市から表彰状とお祝いを贈呈しました。



10/12 看護師の第1歩 上天草看護専門学校で戴帽式

10月12日(金)、上天草看護専門学校で戴帽式が行われました。第42期生40人の皆さんは、4月に入学して約半年で看護の基礎課程を学び、看護師としての能力を充分供えられたものとしてめでたく戴帽式を迎え、これから実践に近い看護実習が始まります。

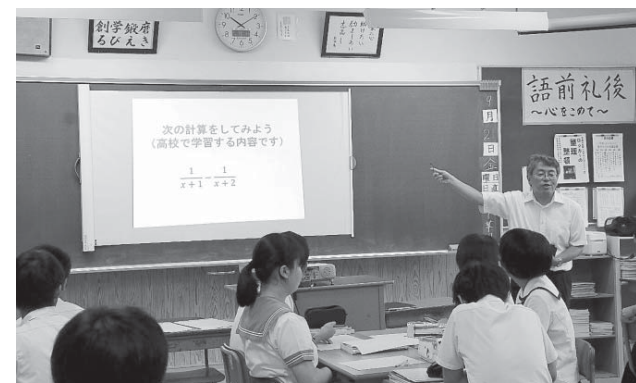
式の中で戴帽生代表と務めた1年の川崎涼晴さんは、「これからもっと医療のことを学び、患者さんに向き合っていけるよう頑張りたい」と話しました。



10/11 被害に遭わないように 全国防犯ポスター「熊本県優秀賞」

10月11日(木)、市役所松島庁舎で全国地域安全運動に係るポスター部門の「熊本県優秀賞」贈呈式が行われました。

この贈呈式は、全国地域安全運動に併せて全国防犯協会連合会が募集した防犯に関するポスター制作において、久保田桜姫さん(阿村小6年)が熊本県優秀賞を受賞したことに伴い開催したものです。受賞した久保田さんは、「今後も被害に遭わないように気を付けたい」と話しました。



9/21 高校ってどんなところ？ 松島中学校で出前授業

9月21日(金)、松島中学校で、上天草高等学校の生島校長による出前授業(数学)が行われました。

これは中学3年生のキャリア教育・進路指導の一環として実施したもので、中学校と高校の違いや、高校卒業後の進路などの話を交えながら、高校の数列の問題を中学生にもわかりやすく授業されました。

これから進路を決める3年生にとって、数学の学習だけでなく、将来のことを考える学びの時間となりました。この取組みは、市内中学校で実施されます。

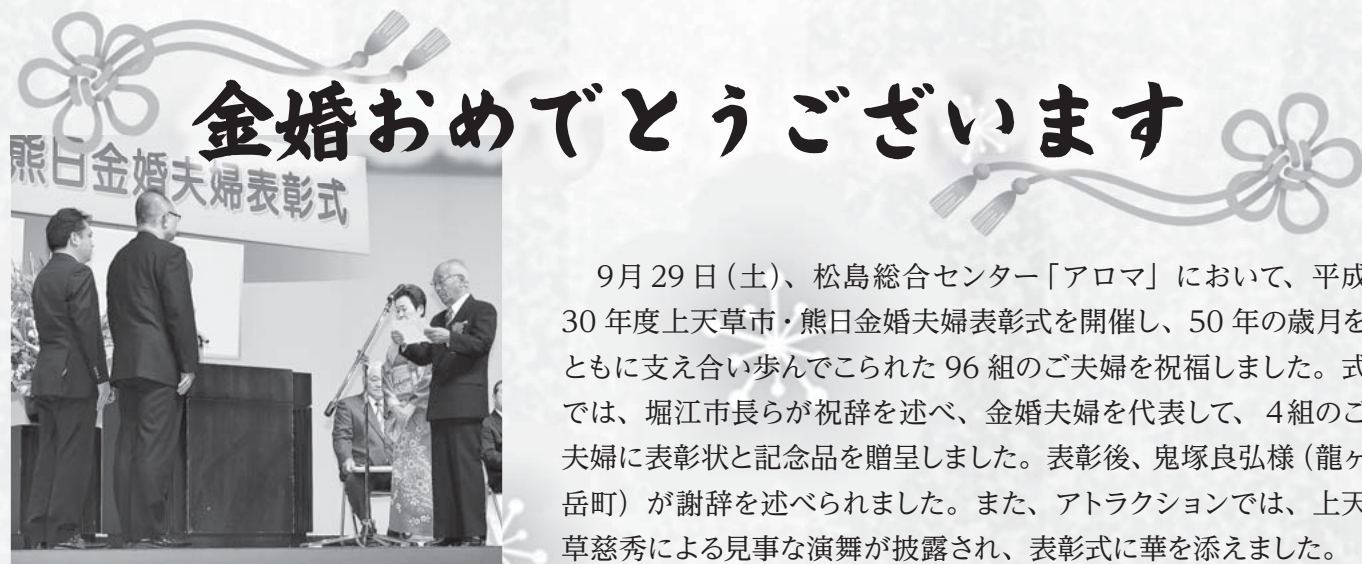


9/21 交通事故ゼロを目指して 秋の全国交通安全運動上天草出発式

9月21日(金)松島総合センター「アロマ」ホールで、秋の全国交通安全運動上天草出発式を開催しました。

式典では、ひまわりメソッドこども園児によるアトラクションのほか、一日警察署長として委嘱された市観光大使のMICAさんが、交通安全に関する講演や歌唱を披露し、参加者に交通安全を呼びかけました。

式典の最後には、上天草警察署地域・交通課長による出発申告が行われ、パトカーや白バイなどが隊列を組み出発しました。



金婚おめでとうございます

9月29日(土)、松島総合センター「アロマ」において、平成30年度上天草市・熊日金婚夫婦表彰式を開催し、50年の歳月をともに支え合い歩んでこられた96組のご夫婦を祝福しました。式では、堀江市長らが祝辞を述べ、金婚夫婦を代表して、4組のご夫婦に表彰状と記念品を贈呈しました。表彰後、鬼塚良弘様(龍ヶ岳町)が謝辞を述べられました。また、アトラクションでは、上天草慈秀による見事な演舞が披露され、表彰式に華を添えました。

〇大矢野町(49組) 〇登立地区 荒川 義則・洋子 川口 昭生・ヤス子 古賀 修太・碧香 小嶋 昭男・静子 五反 盛夫・多喜子 田中 敬介・恒子 千原 勝幸・美智子 日高 敏治・勝美 平野 義幸・三枝子 古川 憲雄・キン子 光瀬 洋一・順子 森 光徳・リツ子 山川 仁・和子 山本 正生・けい子 山本 良治・志津江		〇中地区 山本 長行・サエ子 浅尾 義勝・笑子 木村 繁光・聰子 倉橋 澄男・美智子 竹下 隆・定女 沼田 清男・志津子 橋本 勲・津弥子 丸山 晴生・和子 吉本 隆・なお	
〇上地区 成徳 道夫・弘子 大西 金男・明子 木下 一男・栄子 小松野 勝・曉子 坂本 光則・千恵子 嶋田 増雄・初江 鶴元 軍紀・ヒサエ 中田 一生・梅子 沼田 勝久・國代 松田 末盛・淑子		〇維和地区 池田 照男・廣子 岩本 一道・シゲ子 岩本 廣義・咲子 江口 重範・和子 鬼塚 洋實・喜代美 中島 利則・美津子 藤本 貢・國子 本梅 義治・ミサ子 元濱 隆幸・ヤス子 山崎伊藤喜・祐子 吉本 和夫・キミ子 渡辺 一利・久美子	
〇湯島地区 古賀 清臣・月子 古賀 義臣・オヤス 松尾 語・ノリ子		〇松島町(25組) 〇阿村地区 岩崎 博孝・敬子 浦山 昌次・智恵子 鬼塚 宗徳・倫子 田嶋 豊長・勝子 田嶋 忠幸・瞳子 松田 榮男・信子 山中 祝生・美喜子	
〇合津地区 青木 稔・ヤス子 園田 末喜・春子 竹田 三信・久代 田嶋 紀壽・ミヨ子 兵藤 保喜・和子 福田 茂喜・珠美 福田 東昭・芳子 宮本 均・トシ子 森 國廣・ミツ子 寄口 良彦・松代		〇今泉地区 清水 保男・春恵 新宅 徳廣・眞由美 福田 良作・磯子 松下 春夫・悦子 柳本 憲治・年美 山口 要・テル子	
〇教良木地区 坂口 益男・千鶴子 柳田 征一・シゲミ		〇龍ヶ岳町(12組) 〇大道地区 赤穂 大和・正子 内田 至・征子 濱口 廣樹・尚美 平田 明義・稻子 藤崎 重徳・常子 村枝 英逸・京子	
〇高戸地区 鬼塚 良弘・君江 西山 誠・喜久恵 平井 重晴・イシエ 山下 功・幸美		〇桶島地区 奥田 昭人・ヤチ子 平岡 鐵昭・ヤス子 山口 久・笹枝 山道 茂泰・ミツヨ	



10/21 歩きながら上天草のうまかもんば! ONSEN・ガストロノミーウォーキングを開催

10月21日(日)、第2回ONSEN・ガストロノミーウォーキングIN上天草温泉郷を開催しました。

ONSEN・ガストロノミーとは、欧米で普及している旅のスタイルで、その土地ならではの食や自然を楽しむことをいいます。

今回は、市内外から約240人が参加し、上天草市のクルマエビや天草大王などの特産品が振る舞われたほか、ニュースポーツの体験や船で移動するなど、参加者の皆さんは上天草市を満喫し、大変喜ばれていました。



10/29・30 落語家桂伸三さんら「学校寄席」阿村小と姫戸小で開催

10月29日(月)に阿村小学校、10月30日(火)に姫戸小学校で、桂伸三さんや漫才コンビの宮田陽昇さんらが落語などを披露しました。落語を聞くのは初めての児童もいましたが、桂さんの話ぶりや身振り手振りで、児童から笑いがたくさん出て、芸術・文化に触れる大変貴重な体験となりました。桂伸三さんは、来月松島総合センター「アロマ」でも落語を披露します。

【桂伸三・神田松之丞二人会in上天草】

▶日 時 12月1日(土) 13時30分開演

▶チケット 全席自由席2,000円 アロマ受付などで取扱い

▶問合せ先 西村総合企画 ☎0969(56)2585



10/14 姫戸公園の再生がスタート アダプトプログラム制度を活用

10月14日(日)、姫戸地区住民の有志「姫戸公園再生化プロジェクト8」が、アダプトプログラム制度を活用して、姫戸公園の再生に向けての自主活動を始めました。この日は、周遊コースの整備に向けた除草作業を中心に行い、代表の梶本さんは、これからの取組みについて「除草や低木の伐採作業を中心に行い、最終的には桜の名勝としての復活を目指します」と話しました。

アダプトプログラムの概要や団体の募集については、30ページに掲載しています。



10/28 子どもたちが大活躍 姫戸諏訪神社大祭

10月28日(日)、姫戸町二間戸で「二間戸諏訪神社大祭」が開催されました。

この祭りは、毎年10月の第4日曜日に開催されており、二間戸地区の恒例行事となっています。当日は好天に恵まれ、巫女舞などの神事後、地区の子どもによる子ども神輿があり地区内を練り歩きました。

天草ケーブルテレビネットワークの取材に、照れながら受け答える子どもの笑顔が印象的でした。

南海トラフ地震を想定した 総合防災訓練を実施しました

本市は、地域住民などの防災意識の高揚と地震時の避難行動の理解を深めていくことを目的に、10月28日(日)に県内では初めて内閣府と共催で総合防災訓練を実施しました。

訓練は、地域特性に応じた避難の要領を普及・啓発するため、沿岸地域である龍ヶ岳町高戸の脇浦・瀬戸地区を中心に、商業地域である大矢野町中宮津地区、山間地域である松島町教良木山浦地区、学校施設の松島中

第1部

- ・シェイクアウト訓練
- ・津波避難訓練
- ・安否確認
- ・情報伝達訓練

など

訓練内容

学校で開催しました。訓練には、地区住民、関係機関を合わせ、1100人程度の参加があり、第1部ではシェイクアウト訓練(地震からの待避行動)・津波避難訓練を、第2部では避難所開設訓練、段ボールを使った間仕切り訓練、避難所生活体験などを実施しました。

また、本市では初めての取り組みとして、玄関先へ避難が完了したことを示す「黄色い小旗」の設置を参加された各地区で行いました。この小旗を設置することで避難した世帯が一目で分かり、避難誘導などが効率的に進められるようになることから、この取組みを市内全域に広めたいと考えています。

今後も防災訓練を積極的に実施することで、市民の自助・共助を促進し、市の防災力の向上を図ります。

第2部

- ・海上避難誘導訓練
- ・海難救助訓練
- ・応急救護所設置訓練
- ・避難所解説訓練
- ・間仕切り体験訓練
- ・避難生活訓練
- ・煙体験
- ・応急救護訓練
- ・災害ボランティアセンター設置訓練
- ・炊き出し訓練
- ・救援物資仕分け訓練
- ・パネル展示
- ・車両展示
- ・防災講話

など

訓練内容

<主催> 市、内閣府

<参加機関>

自主防災組織(脇浦・瀬戸地区、高串・小屋川内地区、宮津地区、六支部地区、山浦地区)、龍ヶ岳小学校、教良木小学校、龍ヶ岳中学校、松島中学校、上天草さんぽー株式会社、天草ケーブルネットワーク株式会社、上天草総合病院、社会福祉法人上天草市社会福祉協議会、上天草市地域婦人会連絡協議会、上天草市消防団、天草広域連合北消防署、国土交通省九州地方整備局、熊本県天草広域本部、熊本県警察本部上天草警察署、海上保安庁熊本海上保安部

<訓練場所>

龍ヶ岳町(脇浦・瀬戸地区、龍ヶ岳小学校、龍ヶ岳中学校)、大矢野町(宮津地区、道の駅上天草さんぽー)、松島町(山浦地区、教良木小学校、松島中学校)

「緊急情報メール」

- ①携帯電話から emg@gw.ansin-anzen.jp に空メールを送信します。
- ②登録フォームが返信されます。URL をクリック
- ③「本画面画面へ」をクリックし、出てきた画面の登録項目を入力し最後に「登録」ボタンを押してください。

「LINE@上天草」

LINE アプリを持っている人は「LINE @上天草」をお友達登録して、さまざまな情報を入手!

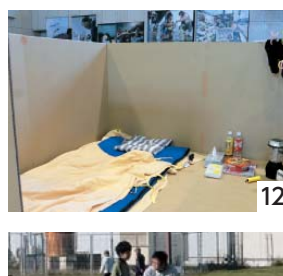
<ID検索>

「@kamiamakusa」

<QRコード検索>



LINE@上天草市



1_煙体験「前のいっちゃん見えん」 2_病院スタッフが救護者に聞き取り 3_協力して間仕切り作り 4_区長の誘導で避難 5_身近なもので応急処置 6_炊き出し訓練。婦人会の皆さんのチームワークがキラリ 7_龍ヶ岳小でのシェイクアウト訓練 8_熊本地震のパネル展示「忘れてはいけない」 9_黄色い小旗設置訓練「避難完了!」 10_非常食カレー完食「おいしかったよ」 11_安否確認「家族全員で逃げてきたばい」 12_大人には少し狭いかな〜 13_松島中での応急救護訓練 14_アロマであったサッカー大会中に訓練に参加「近くの高台に逃げました」 15_防災グッズパッチリですね!

上情企業

Vol.7

会社 P R

環境に優しく栄養豊富なモリンガを自然栽培から商品化まで行っています。薬箱の木といわれるモリンガを全国へお届けし健康のお手伝いができれば幸いです。

今年13年目の小さい企業ですが1万人を超えるご愛用者の皆さまが全国にいらっしゃいます。健康食品の企業にモリンガ原料の提供も行っており、更に質の良いモリンガを栽培し皆さまに喜んでいただけますよう努力を続けて参ります。



▲天草モリンガファーム / テンハーブ天草 (二号橋公園内)

わが社のがんばり社員

◆入社何年目？ 3年目です。

◆会社を選んだ理由は？

90種類の栄養素をバランスよく含んでいるモリンガに魅力を感じ、また会社の皆さんの人柄の良さにさらに魅力を感じ、モリンガを沢山の人の知ってもらおうお手伝いがしたいと思ったからです。

◆担当業務は？

通販業務とお客さま対応、Web (HP や SNS) を含めた広告素材の作成などを担当しています。

◆やりがいを感じる時は？

「常に」です。しいて言えばお客さまの疑問に伝わりやすく言葉を選んで回答し、ご納得や感心をいただいた時。毎月お客さまに楽しく読んでいただけるよう「読みやすく楽しく」を心がけて作る新聞「かわら版」などを作成する時です。

◆現在の目標は？

定期的なお客さまを増やし、お客さまにもっと身近に感じてもらえるよう工夫すること。また、皆さまがモリンガをもっと摂り入れたいと思うように、私自身が元気で毎日楽しく働くことです。

◆最後に一言メッセージ

栄養素や体験談など、モリンガのことなら何でも聞いてください！いつでもお気軽にお声がけください♪



松島 桂子さん

わが社の会社自慢 !!

アットホームな職場です。土日祝日休み、残業なし、有給休暇 100%消化。上天草では珍しい通信販売に重点を置いています。併設店舗のテンハーブ天草はモリンガのアンテナショップとして親しまれています。アロマの香りで満たされた店内で色々なハーブティーが試飲できます。



▲天草産モリンガ乾燥リーフとお茶



テンハーブ天草店内▶

社長からのメッセージ

九州で初めてモリンガ栽培に挑戦し当初は失敗の連続でした。日本での知名度もない状況の中、通信販売で行こうと決め試行錯誤しながら現在に至ります。県内5か所の知的障がい者事業所と提携し栽培に成功しています。また、シルバー人材センターの協力を得て栽培量も増えています。現在、崇城大学と県産業技術センターの共同でモリンガ機能性表示食品の申請中です。皆さまの健康に役立つ新商品の開発にも力を注いでいます。



代表取締役 四方田 徹 (62)

■問合せ先 産業政策課商工振興係 ☎0964(26)5531

避難所の確認をお願いします

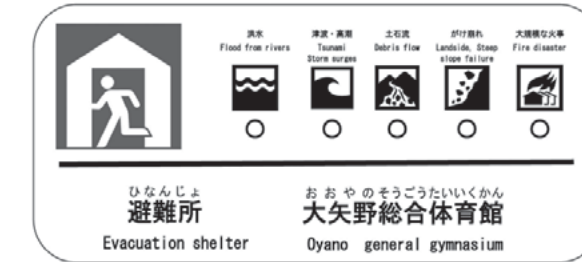


市では、災害対策基本法に基づき、以下一覧表のとおり、指定緊急避難場所を60カ所、指定避難所を28カ所指定しています。緊急時に避難する指定緊急避難場所は、洪水、土砂崩れ、地震などの災害の種類・規模などに応じて開設していますので、平時からどの災害時にどこに避難するかを確認しておき、早めの避難をお願いします。

<指定緊急避難場所・指定避難所一覧表>

指定緊急避難場所は、災害の種類ごとに施設または場所を指定していますので、市民の皆さまに分かりやすいよう、施設の入り口などに看板を掲示しています。施設に行かれた際には、確認をお願いします。

■使用例 (大矢野総合体育館)



※看板については、イメージです。内容など異なる場合がありますのでご了承ください。

上天草市指定緊急避難場所・指定避難所一覧

地域	施設・場所名	指定避難所	指定緊急避難場所 対応する災害の種類						地域	施設・場所名	指定避難所	指定緊急避難場所 対応する災害の種類					
大矢野町	登立小学校体育館	○	洪水	土砂災害	地震				松島町	旧阿村中学校体育館	○	洪水			地震		
	大矢野農村婦人の家		洪水		高潮	地震	津波			阿村小学校体育館		洪水	土砂災害		地震		
	上北体育館	○	洪水			地震				阿村体育館	○	洪水	土砂災害		地震		
	市役所大矢野庁舎		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波			阿村開発センター		洪水	土砂災害	高潮		津波	
	大矢野自然休養村管理センター	○	洪水	土砂災害	高潮		津波			樋合体育館	○	洪水			地震	津波	
	上公民館		洪水	土砂災害	高潮		津波			今津小学校体育館		洪水		高潮	地震	津波	
	上小学校体育館	○	洪水		高潮	地震	津波			松島中学校体育館	○	洪水		高潮	地震	津波	
	大矢野老人福祉センター	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波			松島総合センターアロマ	○	洪水	土砂災害		地震		
	中北小学校体育館	○	洪水		高潮	地震				天草青年の家	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
	中公民館		洪水							市役所松島庁舎		洪水	土砂災害		地震	津波	
	中南小学校体育館	○	洪水	土砂災害		地震				保健センター (母子専用)		洪水	土砂災害		地震	津波	
	大矢野中学校体育館	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波			今泉多目的集会所		洪水		高潮	地震	津波	
	大矢野総合体育館	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波			松島地区清掃センター集会所		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
	市役所維和出張所		洪水		高潮	地震	津波			内野河内コミュニティーセンター		洪水		高潮	地震	津波	
	維和小学校体育館	○	洪水		高潮	地震	津波			教良木河内交流センター		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
	維和中学校体育館		洪水	土砂災害		地震				教良木河内山村広場体育館	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
姫戸町	湯島小中学校体育館	○	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波		龍ヶ岳町	教良木小学校体育館		洪水		高潮	地震	津波	
	市役所湯島出張所		洪水	土砂災害	高潮					大道老人福祉センター	○	洪水		高潮	地震	津波	
	つどい処よんなっせ		洪水	土砂災害	高潮		津波			大道体育館	○	洪水					
	牟田自治公民館		洪水		高潮	地震	津波			大作山地区集会所		洪水	土砂災害	高潮		津波	
	永目自治公民館		洪水		高潮	地震	津波			龍ヶ岳山頂自然公園		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
	姫戸地域振興センター		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波			龍ヶ岳体育館	○	洪水	土砂災害		地震	津波	
	姫戸老人福祉センター	○	洪水	土砂災害		地震				市役所龍ヶ岳統括支所		洪水		高潮		津波	
	姫戸中学校体育館	○	洪水			地震				龍ヶ岳小学校体育館		洪水		高潮	地震		
	姫戸小学校体育館	○	洪水			地震				龍ヶ岳中学校体育館	○	洪水	土砂災害	高潮	地震		
	白嶽森林公園		洪水	土砂災害	高潮		津波			白浜地区集会所		洪水					
姫戸町	姫浦神社		洪水		高潮		津波		龍ヶ岳町	樋島老人福祉センター	○	洪水			地震		
	姫戸体育館	○	洪水			地震				樋島体育館	○	洪水	土砂災害	高潮		津波	
	二間戸団地自治公民館		洪水	土砂災害		地震				樋島公民館		洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	
姫戸町	神代自治公民館		洪水	土砂災害		地震			龍ヶ岳町	下桶川地区集会所		洪水	土砂災害		地震		

■問合せ先 危機管理情報課防災係 ☎0964(26)5544

募集!

「上情企業」に掲載を希望する事業者を募集します。職種は問いませんので、お気軽に問い合わせ先までご連絡ください。

広報上天草に関するアンケート調査を実施しました

より良い広報紙づくりを実現するため、市の公式 SNS「LINE @上天草」を活用し、広報上天草に関するアンケート調査を実施しましたので、その結果を一部公表します。

なお、その他の調査結果と前回比較（平成 29 年 3 月実施）については市ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

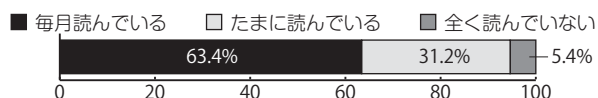
■対 象 LINE @上天草のお友達（6,890 人※ 10 月 1 日現在）

■実施期間 9 月 3 日（月）～ 10 月 1 日（月）

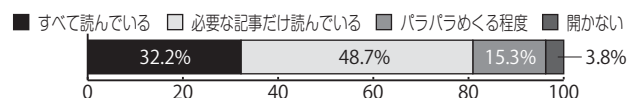
■回答者数 314 人

<調査結果>

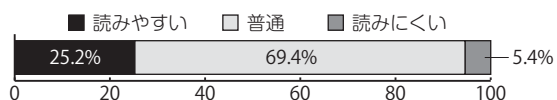
Q 1 読む頻度は？



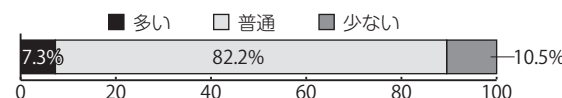
Q 2 内容をどの程度読んでいますか？



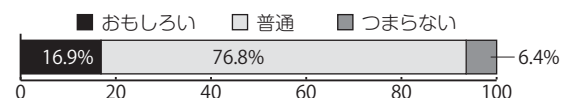
Q 3 読みやすいですか？



Q 4 情報量はどうですか？



Q 5 内容はおもしろいですか？



■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎0964 (26) 5525



上天草市HP



LINE@上天草市

ご協力
ありがとうございました

School Beauty Project

学校の環境や児童生徒の心を美しくしようという活動です。

姫 戸 小 学 校

私たち姫戸小学校児童会は今年度、「元気・楽しい・思いやり
すてきな笑顔がいっぱいあふれる姫小」という児童会テーマのもと、SBPの取組みを行っています。

「パワーアップタイム」

朝活動の時間には、児童全員が参加する「パワーアップタイム」を実施しています。月曜日と水曜日は体育委員会が主体となり、縦割り班でサーキットトレーニングなどを行っています。火曜日と金曜日は、運営委員会が主体となり、鬼遊びなどの全校遊びを行っています。

体を動かしたり、色々な学年と楽しく交流したりすることで、みんな元気ですてきな笑顔がいっぱいあふれる姫小を目指します。



「あいさつ運動」

毎月第 2・4 火曜日には、あいさつ運動を行っています。児童が、各地区・各委員会毎に朝から校門の前に立ち、登校する小中学生や地域の人にあいさつをしています。また、集会があるときには、体育館の入り口に運営委員会の児童が立ち、あいさつをしています。今後も、学校のみんなや地域の人たちが元気になるようなあいさつをしていきたいと思います。

◆問合せ先 学務課指導係 ☎0969 (28) 3365

障害者の人権問題

知っていますか？「合理的配慮」

シリーズ
JINKEN

障がいの有るなしに関わらず、すべての命は同じように大切であり、かけがえのないものです。そして、ひとりひとりの命の重さも同じです。しかし、障がいのある人が、社会の中にあるバリア（障壁（しょうへき））によって生活しづらい場合があります。

「障害者差別解消法」は、障がいのある人への「合理的配慮」を求めています。「合理的配慮」とは、役所や事業者に対して、障がいのある人が、社会の中にあるバリア（障壁）を取り除くための何らかの対応を求めたとき（※）に、負担が重すぎない範囲で対応することを言います。そして、障がいのある人に対して正当な理由なく、サービスの提供を拒否したり、場所や時間帯を制限したり、障がいのない人にはつけない条件をつけることなどを禁止してい

ます。また、この法律で言う「障害者」とは、障害者手帳を持っている人だけでなく、身体障がいや知的障がい、精神障がいのある人（発達障がいや高次脳機能障がいのある人も含む）、日常生活や社会生活に相当な制限を受けている人すべてを言います。

障がいがある人もない人も高齢者も子どもも、すべての人が何の不自由もなく安全に楽しく生活できる社会を「共生社会」と言います。身の回りの小さな不自由に困っている人がいたら、手を差し伸べることが「共生社会」の実現につながります。

※言語（手話を含む）、点字、拡大文字、筆談、実物を示すことや身振りなどのサインによる合図、触覚などさまざまな意思伝達手段、車椅子、スロープなど。

■問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361

湯島発

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。

湯島に移住し1年10カ月が経ち、3年間の任期も残り半分となりました。ことし9月から湯島にもう1人新しい協力隊が採用されたので、取り組める活動の幅も益々広がってくると思います。

さて、最近の活動としては主に加工場業務や農作業、また市の企画事業に携わっています。加工場での「アカモク」製造もひと段落し、菊陽町に新たに営業拠点を構えて、加工場代表者が熊本市を中心に営業活動をしています。リピーター客も増えています。

つつあり、徐々に軌道に乗ってきたのではと感じています。また農作業では島民の皆さんに手伝ってもらいながら、自分の畑に大根を千本種まきしました。

島民の皆さんの長年の努力で「湯島大根」は大変な人気ぶりです。多岐から需要があり、将来は機械も取り入れて多くの大根を作れるようにしていきたいと思っています。

市の事業としては、



つばみ 蒼(和宏さん)

Vol:19

第47回

天草パールラインマラソン大会

平成31年3月10日(日)開催

12月1日から申込開始!!

「遅いあなたが主役です。」をキャッチフレーズに、天草パールラインマラソン大会を開催します。

前回大会から、ハーフマラソンの部ではタイム計測が可能となりました。爽やかな春のしお風を感じながら、上天草路を楽しく駆け抜けませんか? ぜひ、市内外のご友人やご家族をお誘い合わせのうえ、お申込みください。



- 期 日 平成 31 年 3 月 10 日 (日)
- 主 会 場 道の駅上天草さんばーる裏
- 主 催 上天草市 熊本走ろう会
- 申込期間 12 月 1 日 (土) ~ 平成 31 年 1 月 31 日 (木)
- 申込方法 郵便振替
インターネット専用サイト
- スタート
ハーフの部 午前 10 時
10kmの部 午前 10 時 15 分
4.2km・ファミリー・仮装の部 午前 10 時 30 分

■参 加 料	
ハーフの部	4,500 円 (タイム計測あり)
10km・4.2kmの部	3,500 円
ファミリーの部	代表者 3,500 円 + 700 円 × 追加人数
仮装の部	3,500 円 × 参加人数
市民限定割引	
10kmは、中学生・高校生は 500 円、4.2kmは、小学生以上高校生以下は 500 円で参加できます。	

■問合せ先
天草パールラインマラソン組織委員会
(大矢野総合体育館内)
TEL 0964(56)4701
FAX 0964(56)4702



【ボランティアを募集しています】

例年ご協力いただいている各種団体の皆さまに加え、参加ランナーを「おもてなし(給水・参加賞配布など)」していただけるボランティア(学生は15歳以上)を募集します。2人以上のグループで、大会当日に主催者が指定する場所で長時間の活動ができる方に限ります。ご協力いただける方は、問合せ先までご連絡ください。



▲前回大会の様子。皆さん思い思いに上天草を感じながら走りました。仮装が気合い入っていますね。



熊本ヴォルターズがやってくる

熊本ヴォルターズによるバスケットボール教室(ドリームキャラバン in 上天草 2018)を、本市で初めて開催します。小・中・高校生を対象に、プロの選手とスタッフが直接指導を行う他、選手との記念撮影やサイン会、熊本ヴォルターズ応援グッズの販売を行います。

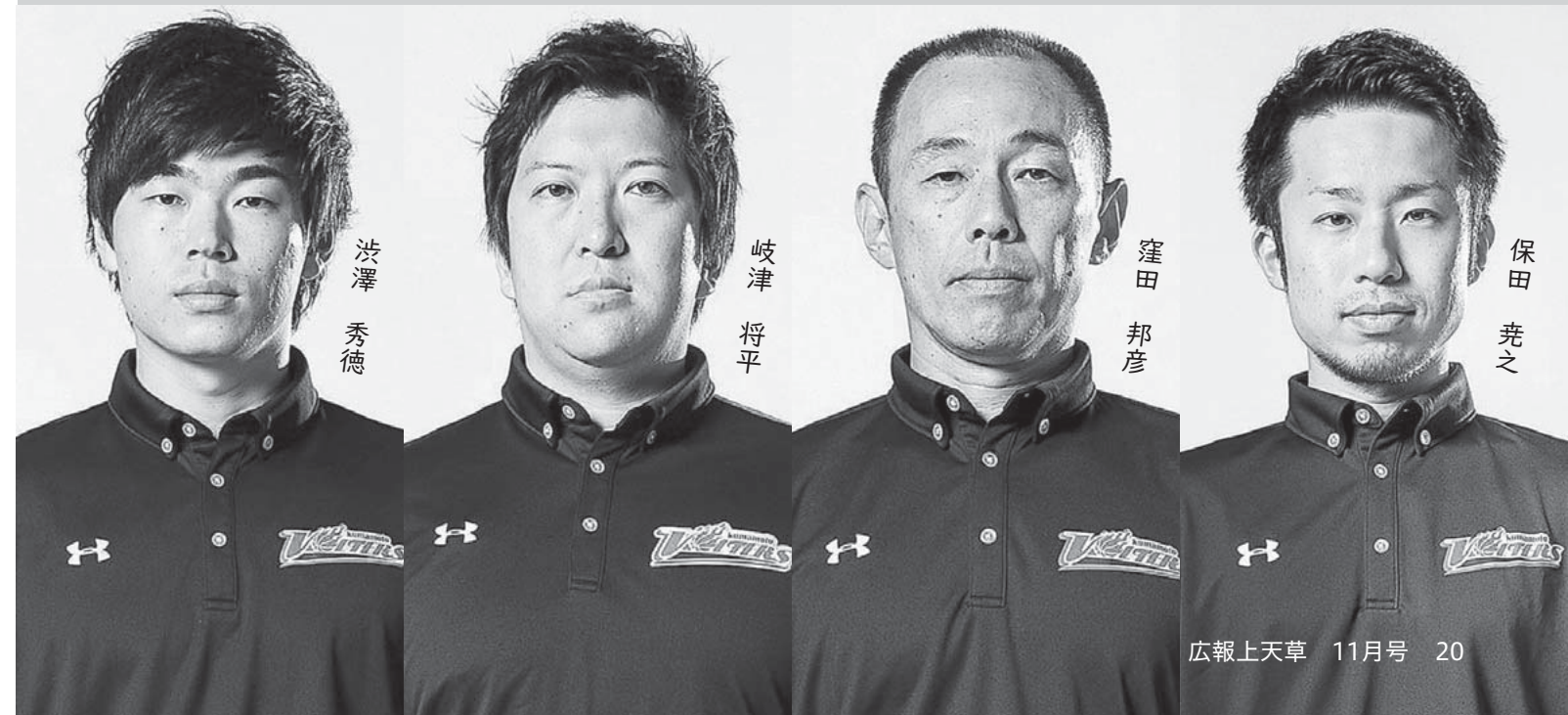
2階観客席からの観覧は無料となっていますので、バスケットボールが好きな人、プロの選手を間近で見たい人など、多くの皆さまのご来場をお待ちしています。詳しくは市ホームページをご確認いただくか、社会教育課までお問い合わせください。

熊本ヴォルターズを
応援してね



〈バスケットボール教室〉

- ▶日時 12月1日(土) 9時半~11時半
- ▶会場 松島総合センター「アロマ」
- ▶参加 小・中・高校生(申込みは締め切りしました。)
- ▶講師 熊本ヴォルターズ選手とスタッフ
- ▶問合せ先 社会教育課 ☎0969(28)3380



●移動図書館貸出上限 変更のお知らせ

9月から来年3月までの期間限定で、移動図書館の貸出冊数上限は10冊となっています。この機会に移動図書館をぜひご利用ください。

(貸出期限は、1カ月です。)



●読書マラソン

第12回読書マラソンを開催しています。ルールは、本を読んでスタンプを集めるだけ。また、おはなし会に参加することで、スタンプを3個ゲットできます。本をたくさん読んだ皆さんには、「お楽しみ」が待っています。読書の秋を楽しみましょう!詳しくは、図書館の職員にお訪ねください。

▶期間 平成31年1月6日(日)まで



図書館の寄贈(9月寄贈分)

6名の方にご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

12/ 8 (土) 午後2時～	アロマ視聴覚室
11/24 (土) 午後1時30分～	ママ応援センター
11/24 (土) 午後2時～	森記念図書館2階
12/ 8 (土) 午後2時～	森記念図書館2階
12/ 8 (土) 午前10時～	姫戸図書館
11/17 (土) 午後2時～	龍ヶ岳図書館
12/15 (土) 午後2時～	龍ヶ岳図書館

※日程・場所変更の場合があるので、各館まで確認をお願いします。

赤ちゃんおはなし会

12/ 6 (木) 午前10時30分～ アロマ視聴覚室

休館日

11月19日、26日、30日
12月3日、10日、17日、25日、28日～1月4日

移動図書館巡回日

11月21日(姫戸) 28日(龍ヶ岳)
12月5日(大矢野) 12日(松島) 19日(姫戸)
※雨天の場合は翌日に延期します。小雨の場合、決行することもありますので、詳しい場所・時間については、教育委員会(社会教育課)までお問合わせください。ご利用お待ちしております。

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
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) 2525
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
開館時間 午前10時～午後5時(土、日、祝日:同)

■問合せ先

社会教育課生涯学習係 ☎ 0969(28)3361



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。

■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎ 0964(26)5525



アフタヌーンイングリッシュティー タイムに参加しませんか

「E-Friends」事業として、大人を対象とした「アフタヌーンイングリッシュティータイム」を開催します。

紅茶を飲みながらティム先生と国際文化に触れ合う楽しい午後のひとときを過ごしてみませんか!! 英語のレベルを心配することは全くありません。ぜひ、お気軽にご参加ください。

参加には事前のお申し込みが必要となります。お早めにお申し込みください。

■日時 12月20日、1月10日・17日・24日、
2月7日・14日・28日、3月14日・28日、
午後2時～3時、いずれも木曜日

■場所 松島庁舎2階小会議室

■参加費 1人100円/回

■対象 市内在住の成人

■申込方法 下記申込・問合せ先まで電話もしくは、
メール (info@efriendseigomura.com)
にてお申し込みください。



写真1



写真2



写真1は海に浮かぶ瀬島ですがその右手奥に低平な大矢野島が見え、写真2は右から千歳山、次郎丸嶽、念珠岳、左に鋸嶽です。その奥には、右に倉岳、左に龍ヶ岳まで見えます。

(自然編担当 長谷義隆委員)

高舞登山(松島町)は高さ116.1mの山ですが、そこからの展望は日本の三大松島の一つ、天草松島が一望できる場所です。右手に大矢野島がほぼ全域見え、正面には2号橋から5号橋までの間にある島々が美しく、さらに左手は千歳山・次郎丸嶽や白嶽・鋸嶽の大きな山々がぐるりと見渡せます。これらの素晴らしい景色を鑑賞するのに加え、大矢野島は火山活動による飛岳や柴尾山などの山と低平な台地状をなしており、これに対し次郎丸嶽や白嶽などは古第三紀の地層群による山地で、地形・地質が対比的に違って見えます。上天草市の地形と地質の特徴も見て感じられる場所です。

高舞登山からの景観は!

たかふとやま

市史編さんコラム

ふもと発見
「姫戸町・龍ヶ岳町編」
市史編さんコラム



平成30年の新成人の皆さん



このページに関する問合せ先
社会教育課生涯学習係 ☎ 0969(28)3361

郵送で受けられる！大腸がん検診（便潜血検査）

大腸がんは、がんによる死亡数が女性で第1位、男性で第3位となり、年々増加傾向にあります。大腸がんは初期段階では自覚症状がなく、症状が出てからでは進行している場合が多く、早期発見・早期治療でほぼ完治します。この機会に、大腸がん検診を受けてみませんか。

【対象】

30歳以上(平成元年4月1日までに生まれた人)で、平成30年7月から9月に実施した市の住民健診で大腸がん検診（便潜血検査）を受けていない市民

【検診料金】 500円

<後日届く検診セットに同封する振込用紙で直接お振込みください>

【申込締切】 12月21日（金曜日）午後5時まで

【検診期間】 平成31年2月1日～2月28日

約1カ月後に検診機関から検査結果が届きます。
※精密検査が必要と判定された人は、必ず医療機関を受診しましょう。

【申込・問合せ先】

健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356

育児相談・母子健康手帳交付（12月）

場 所	日	実施時間 (手帳受付時間)
生活環境課	3☾・10☾ 17☾・25☾	午前9時30分～11時 (午前9時30分～9時45分)
保健センター	19☾ 随時交付(手帳)	午前9時30分～11時 (随 時)
姫戸統括支所	7☾・21☾	午前9時～10時 (午前9時～9時15分)
龍ヶ岳統括支所	7☾・21☾	午前10時30分～11時30分 (午前10時30分～10時45分)

【用意するもの】 母子健康手帳

乳幼児健診（12月）

種 類	用意するもの	日	対象者 (生月)	受付時間
2カ月児学級	母子健康手帳、問診票、バスタオル、フェイスタオル	13☾	H30.10	午後1時 ～ 1時15分
3～4カ月児健診	母子健康手帳、問診票、バスタオル、フェイスタオル	4☾	H30. 8	
6～7カ月児健診	母子健康手帳、問診票、バスタオル、フェイスタオル、ハンドタオル(診察用)	19☾	H30. 5	
1歳6カ月児健診	母子健康手帳、問診票、尿、フェイスタオル	11☾	H29. 5	
2歳児歯科健診	母子健康手帳、歯ブラシ(仕上げ磨き用) ※問診票は当日配布します。	6☾	H28.12	
3歳児健診	母子健康手帳、問診票、聴力検査用紙	18☾	H27.11	

【場所】 保健センター（松島町合津7915番地1）

精神保健相談（12月）

時 間	日	場 所
午後2時～	6☾、20☾	天草保健所相談室

☎0969(23)0172 ※要予約

骨髄バンクのドナー登録を！

骨髄移植とは、白血病などによって、正常な造血が行われなくなった患者の造血幹細胞を健康な方の造血幹細胞と入れ替え、回復させる治療法です。

白血病などの患者を多く救うためには、一人でも多くのドナー登録が必要です。皆様のご協力をお願いします。
日本骨髄バンク ☎03(5280)1789

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

日祝日在宅医（12月）

【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。

11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、市ホームページでご確認ください。

日	当番医名（診療科目）	場 所
2日	宮崎外科胃腸科(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
9日	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
	やまうち医院(内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
16日	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583
23日	しまだ小児科(小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
	村上医院(内・リハ)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3102
24日	天草皮ふ科・内科(皮)	大矢野町中 ☎0964(59)0808
30日	[上]中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
31日	天草皮ふ科・内科(皮)	大矢野町中 ☎0964(59)0808

11月はSIDS対策強化月間です

SIDSとは？

乳幼児突然死症候群（SIDS：Sudden Infant Death Syndrome）は、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気で、窒息などの事故とは異なります。

平成27年度には全国で96人の赤ちゃんがSIDSで亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第3位となっています。

SIDSの予防方法は？

SIDSの予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、発症率が低くなるというデータがあります。



1歳になるまでは、寝かせるときはあおむけに寝かせましょう

SIDSは、あおむけ、うつぶせのどちらでも発症しますが、うつぶせに寝かせたときの方がSIDSの発症率が高いということが研究者の調査からわかっています。



たばこをやめましょう

たばこはSIDS発症の大きな危険因子です。妊婦さん自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦さんや赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは、身近な人の理解も大切です。日頃から喫煙者に協力を求めましょう。



できるだけ母乳で育てましょう

母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症リスクが低いということが研究者の調査からわかっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。

■問合せ先 健康づくり推進課母子保健係 ☎0969(28)3376

指先でわかるあなたの健康度

血液は、からだの各細胞に酸素と栄養を運ぶ働きがあります。血液の流れが悪い状態が続くと生活習慣病の引き金となります。

市では、指先を載せて抹消の血液循環の状態を知ることができる血管年齢測定器(加速度脈波計)を健康教育の場で活用しています。

血圧計や体重計、体脂肪計のように、生活習慣病予防の指標となる簡易な血管年齢測定器(加速度脈波計)を購入し、健康教育の場で活用しています。

血管年齢を知ることで血管の老化に関心を示し、特定健診を受けるきっかけになっています。特定健診を受ければ、保健師や栄養士が、血管を若々しく保つコツをお教えします。

■問合せ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



血液循環を悪くする要因に、 こころあたりはありませんか？



- ストレス
- お酒の飲みすぎ
- 偏った食事
- タバコ
- 疲労



第3号被保険者の届出

第2号被保険者（厚生年金保険に加入している人）に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、第3号被保険者として国民年金に加入することになります。加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。

また、国民年金保険料は、第2号被保険者の加入している年金制度が負担するため、自分で納める必要はありません。

なお、第3号被保険者の届出が必要な場合は次のとおりです。

第3号被保険者の届出が必要なとき	届出先
・配偶者（第2号）が退職したとき ・配偶者（第2号）の扶養から外れたとき ・配偶者（第2号）と離婚したとき ・配偶者（第2号）が65歳になったとき	住所地の市町村
・本人（第3号）が就職して厚生年金に加入したとき	本人の勤務先
・転職により配偶者（第2号）の加入する年金制度が変わったとき	配偶者（第2号）の勤務先

■11（いい）月30（みらい）日は「年金の日」です！

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の将来設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基にさまざまなパターンで試算ができます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページで確認するか、本渡年金事務所にお問い合わせください。

■問合せ・相談先

本渡年金事務所 ☎0969(24)2112

市健康づくり推進課国保事業係

☎0969(28)3375



温度差に要注意！お風呂での事故

寒くなってきました。冬の時期に起こりやすい、お風呂での事故に『ヒートショック』があります。これは、脱衣所から浴室、浴槽での急激な温度の変化によって血圧が大きく変動し、身体に大きな負荷がかかることで起こるショックのことで、失神や不整脈、重症の場合には死に至ることもあります。

安全に入浴するために、次のことに気を付けてみましょう。

○脱衣所と浴室を入浴前に温めて、温度の差をなくす

入浴前にあらかじめ浴室をシャワーなどで温めておき、脱衣所と浴室内の温度の差を少なくしましょう。



○湯の温度を41度以下にして、浴槽につかる時間を10分程度にする

熱いお湯につかること、長時間お湯につかることは体温が上がりやすくなって、熱中症を招くこともあります。

○浴槽からはゆっくりと立ち上がる

お湯につかっている間は水圧がかかっているので、急に立ち上がることで急激な血圧の変動を起こすことがあります。

○飲酒後、食後の入浴は避ける

飲酒後の入浴は事故死のリスクがあります。また食後は食後低血圧になり、失神のリスクがあるので、飲酒後、食後の入浴は避けるようにしましょう。

安全に気持ちの良いひと時となるように気を付けてみてください。

■問合せ先 高齢者ふれあい課地域包括支援係 ☎0969(28)3378



上天草けーな健康フェア 2018

日時	11月23日(金・祝) 午前10時～午後3時
場所	松島総合センター「アロマ」 ☎0969(56)0777



診療案内

	月	火	水	木	金
内科 代謝内科	和田 樋口 早川 代謝内科 (熊大)	吉村 溝部 和田 早川 前田 (第1,3,5)	糸永 中村 吉村 樋口	弐 (熊大) 和田 溝部 樋口 糸永 (第1,3,5) 早川 (第2,4)	早川 糸永 溝部
脳神経内科				林 (第1,3)	
循環器内科	脇田	脇田	堀内	堀内 (第2,4,5)	脇田
外科 消化器科	福田	城野	蓮尾/ 福田	城野	大堂
整形外科	藤松	上原	藤松		藤松
小児科	船曳	熊大	船曳	熊大	船曳
産婦人科	姫野		姫野		姫野
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	栗井	竹下	竹下	竹下	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	蓮尾 福田	城野 和田	蓮尾 福田	城野 福田
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田

		月	火	水	木	金
急患担当	午 前	城野	福田	大堂	大堂	福田
	午 後	大堂 (早川)	中村 (吉村)	中村 (吉村)	糸永 (城野)	早川 (溝部)

	月	火	水	木	金
教良木 診療所	糸永	中村	応援	応援	吉村

- 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。
- 火曜日の整形外科外来は午前10時20分から診療開始します。受付は午前11時までです。
- 歯科口腔外科は月～金の午後も診療を行います
- 脳外科は月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に診療を行います。
- 11月29日(木)の産婦人科外来は休診となります。
- 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。

上天草総合病院だより

就任の挨拶

地域の一員としての 医師を目指して

はやかわ
早川
かなみ
香菜美



みなさんこんにちは。ことし10月から内科医として赴任しています、早川香菜美と申します。自治医科大学を卒業後、熊本大学医学部付属病院、熊本赤十字病院で初期研修医として研鑽を積み、地域医療推進機構人吉医療センター総合診療科での勤務を経て上天草総合病院に着任しました。現在は内科全般、救急医療について勉学に励んでいます。当院では月・火・金曜日の外来診療のほかに、第1・3木曜日の午前は湯島診療所での外来診療にも携わっています。

私自身の専門領域としては「総合診療医（General Practitioner; Generalist）」を目指して日々研鑽を積んでいます。総合診療とは患者さまの特定の臓器に着目するのではなく、地域に住むあらゆる年齢、性別の患者さまのさまざまな健康問題に向き合って、患者さま自身とご家族、他職種と協力しながら診療にあたります。まだまだ若輩者であり多くの皆さまに支えられながら日々診療にあたっています。

なぜ私が総合診療を志したかということ、ありきたりではありますがドラマのDr.コトー診療所に影響を受けた部分が多くあります。島の診療所でそこに住む島民の年齢、性別に関係なくあらゆる健康問題に真摯に向き合い、島の一員として診療をしている姿が私の理想とする医師像となりました。今後この上天草地域で地域の一員としてそのような医師になれるよう頑張っていきたいと思います。

この上天草地域には学生の頃から度々実習や旅行などで訪れたことがあり、その度に雄大な自然と地域の皆さまの温かさに触れる機会が多くあり、上天草総合病院で働けることを大変うれしく思っています。まだまだ至らぬところも多くご迷惑をおかけすることも多々あるかとは思いますが、どうか温かく見守っていただければと思います。少しでも早く皆さまのお役にたてるよう日々精進してまいります。これからどうぞよろしくお願い申し上げます。

なお、出演者の試写会参加予定はございませんのでご了承ください。



湯島を舞台に制作した短編映画「島のシーグラス」を上映します。皆さまお誘いあわせの上、ぜひご来場ください。

『島のシーグラス』の無料試写会を開催します！

イベント

▼注意事項 要予約・愛犬の同伴は原則不可・1人30分程度・6人まで
▼問合せ先 天草保健所 ☎0969(23)0172

information
お知らせ

相談



消費全般に関する相談を受け付けます

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）などの消費全般に関するご相談に対して、専門の相談員が問題解決に向けてお手伝いしています。

▼開設日時 月々金曜日（祝日などを除く）9時～16時（12時～13時を除く）

▼場所 消費生活センター（大矢野庁舎1階）

▼巡回相談 もっと身近にご利用いただけるよう、巡回相談窓口を開設しています。

○松島地区

・場所 松島庁舎1階相談室

・開設日 毎月第2、第4木曜日
・時間 9時～12時

○姫戸地区

・場所 姫戸統括支所会議室

・開設日 毎月第1、第3木曜日
・時間 10時～12時

○龍ヶ岳地区

・場所 龍ヶ岳統括支所1階相談室

・開設日 毎月第1、第3木曜日
・時間 13時～15時

▼相談・問合せ先 市消費生活センター

☎0964(56)0783

年金相談

健康づくり推進課

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（事前受付）してください。

▼日時 12月20日（木）10時～15時

▼場所 大矢野庁舎書庫棟1階会議室

▼予約 市役所各窓口もしくは健康づくり推進課国保事業係まで

☎0969(28)3375

※本渡年金事務所にて年金相談予約受付中です。待ち時間なしで、年金相談をお受けします。まずは、年金手帳をお手元に、お電話をお願いします。

▼問合せ先 本渡年金事務所

所お客様相談室

☎0969(24)2112

行政相談

生活環境課

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。

▼開催日時・場所

▽12月6日（木）・松島庁舎1階相談室

▽12月13日（木）・大矢野老人福祉センター
※時間はいずれも13時～16時です。

▼問合せ先 生活環境課市民・福祉係

☎0964(26)5534

弁護士無料法律相談所

生活環境課

家庭・金銭・相続・登記などの法律に関する困りごとや心配ごとに対し、弁護士が指導および助言を行い、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 本市にお住まいの人または通勤・通学している人

▼開設日時 12月18日（火）

13時～17時

▼開設場所 松島庁舎1階相談室

▼相談方法 面談方式（ただし、同一の相談に対し1回）

▼相談時間および費用 1人1回30分間。費用は、無料です。

▼申込方法 完全予約制 ※電話での申し込みに限ります。

※FAX、メールなどでは受け付けできません。

▼申込・問合せ先 生活環境課市民・福祉係

☎0964(26)5534

特設人権相談所

困りごとや悩みがありましたら、お気軽にご相談ください。人権擁護委員が悩みごとの相談に応じます。相談は無料で、秘密は固く守られます。

▼開設日時・場所

▽12月4日（火）・松島庁舎、姫戸統括支所

▽12月5日（水）・大矢野庁舎
▽12月6日（木）・龍ヶ岳統括支所

※時間はいずれも10時～15時

▼問合せ先 天草人権擁護

※参加費はすべて無料です。

▼問合せ先 天草地域動物愛護推進協議会事務局（天草保健所内）

☎0969(23)0172

くまもと子ども若者よりそいシンポジウム

不登校、ひきこもりなど子ども若者の問題について、「つながり」をテーマに、一緒に考えてみませんか。

▼日時 11月25日（日）13時～

▼会場 県民交流館パレアホール

▼参加費 無料

▼内容

①講演「つながりをめぐる光と影」
筑波大学教授 土井隆義氏

②講演「再起可能 言葉でつながる心のきずな」
熊本放送アナウンサー 木村和也氏

▼問合せ先 県子ども若者総合相談センター
☎096(387)7000

上天草の味を堪能！地産地消料理教室 ～年末年始の料理編～参加者募集
クリスマスやお正月のお

委員協議会・熊本地方法務局天草支局

☎0969(24)2467

無料調停相談

天草調停協会では、次のとおり無料調停相談会を実施します。

▼日時 12月5日（水）10時～15時

▼場所 天草市民センター

▼相談内容 交通事故・土地・建物・金銭の貸借関係等民事一般、夫婦関係・親子関係・相続等家庭親族間の問題

▼相談員 天草調停協会会員

▼問合せ先 天草調停協会

☎0969(23)6669

犬の無料しつけ相談会

毎月第3水曜日に犬のしつけ相談会を実施しています。咬む、吠えるなど愛犬のしつけにお悩み人、これから犬を飼われる人など、お気軽にご参加ください。料金は無料です。

▼日時 12月19日（水）13時～16時

▼場所 天草保健所

▼講師 家庭犬インストラクター 塚本光氏

もてなしに使えるメニューで地産地消料理教室「年末年始の料理編」を開催します。参加希望者は次の内容をご確認の上、氏名と希望する日にち（どちらか1日）をご連絡ください。

▼メニュー 雑煮蒸し、ぶえん寿司、海老しんじょう、栗きんとん、フライドチキン

▼実施日 ①12月4日（火）

②12月5日（水）

▼時間 10時開始、12時から試食予定

▼場所 農林水産物加工品開発研究センター

▼講師 坂口米子さん（くまもとふるさと食の名人、松島町）

浦上喜久治さん（農林水産物ブランド推進協議会職員）

▼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 11月21日（水）9時より次の電話番号にて受け付けます。（募集人数に達し次第締め切ります。）

▼申込・問合せ先 農林水産課農業振興係

☎0964(26)5516

国税だより

○ご存じですか「税を考える週間」
11月11日から17日までは「税を考える週間」です。
「税を考える週間」は、国民生活に深い関わりを持っている税について、その意義および役割を分かりやすく説明することにより、税に対する理解をより深めていただくために設けています。
ことしのテーマは、「くらしを支える税」です。
なお、「税を考える週間」の実施に合わせて、国税庁ホームページ内に特設ページを設け、国税庁の各種取組みについて紹介し、天草地区における「税を考える週間」行事として次の行事を予定しております。
■「税を考える週間」記念講演会
▼講演 「広岡浅子『九転十起の女』」
▼講師 日向ひまわり
▼日時 11月16日（金）15時～
▼場所 プラザホテルアネックス3階
▼参加費 無料（どなたでもご参加いただけます。）
▼申込先 天草地区税務協力団体長連絡協議会事務

策課
☎096(333)2299

県立青少年の家を利用しませんか
小中学校の集団宿泊教室以外でも、県立青少年の家がご利用いただけます。恵まれた自然環境の中で体験活動や創作活動などを体験してみませんか。
▼問合せ先 天草青年の家
☎0969(56)1650
菊池少年自然の家
☎0968(27)0066
豊野少年自然の家
☎0964(45)3855
あしきた青少年の家
☎0966(82)3092

ご存知ですか？ 検察審査会
検察審査会は、検察官が犯罪被疑者を裁判にかけなかったことの良し悪しを審査する機関です。
地方裁判所またはその支部の所在地に設置され、選挙権を有する国民の中から、くじで選ばれた11人の検察審査員で構成されています。
被害者や犯罪を告訴、告発した人から、検察官の不起訴処分を不服として申立

局
▼問合せ先 天草税務署
☎0969(22)7821

私たちの県税を考える週間
11月11日から17日まで
は「私たちの県税を考える週間」です。県税について解説した冊子を天草広域本部税務課窓口で配布し、県のホームページで紹介しています。
▼問合せ先 天草広域本部税務課
☎0969(22)4239

熊本県最低賃金が改定しました
熊本県最低賃金が、平成30年10月1日から時間額762円に改定されました。この最低賃金は、県内すべての事業所および労働者に適用されます。詳しくは、熊本労働局労働基準部賃金室または最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。
▼問合せ先 熊本労働局労働基準部賃金室
☎096(355)3202
天草労働基準監督署
☎0969(23)2266

入札情報
☎0969(24)4339
▼問合せ先 天草税務署
☎0969(22)7821

入札日▼工事（委託）名
①入札日▼工事（委託）名
工事（委託）場所②契約者③契約者住所④契約金額⑤工事（委託）期間
▼9月3日入札分
▼前島観光交流拠点施設等
新築（建築）工事
①松島町合津6215番地
17②磯口・杉田特定建設工事共同企業体③大矢野町④3億9913万8572円
⑤9月～3月
▼9月4日入札分
▼市道満越線他1路線舗装工事
①大矢野町中地区内②（有）大和工業③大矢野町④306万7200円⑤9月

人権擁護委員の委嘱
市には、市長が推薦し、法務大臣が委嘱した人権擁護委員が10人います。
この度、委員の任期満了に伴い、新たに1人が委嘱されましたので、紹介します。
人権に関する困りごとや悩みごとがありましたらお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。
▼委嘱発令日 平成30年10月1日
▼氏名（住所） 青山司さん（大矢野町登立）
▼問合せ先 市民課市民係
☎0969(28)3368

平成30年住生活総合調査
12月1日、全国で住生活総合調査が行われます。
この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる基礎資料を得ることを目的としています。
今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から一部を選び、全国で約12万

11月
▼9月11日入札分
▼維和地区老朽管布設替工事（その1）
①大矢野町維和地区内②（有）渡辺建設③大矢野町④229万6800円⑤9月～1月
▼柳地区内市道舗装工事
①大矢野町中地区内②（有）吉田建設③大矢野町④564万8400円⑤9月～2月
▼市営荒木団地E棟屋上・外壁改修工事
①大矢野町登立地区内②木下建設（株）③大矢野町④831万6千円⑤9月～12月
▼大矢野川整備工事
①大矢野町上地区内②（株）サンキョウ③大矢野町④1742万4000円⑤9月～1月
▼市道田端新地線他1路線道路整備工事
①大矢野町上地区内②倉田工業③大矢野町④498万9600円⑤9月～2月
▼9月12日入札分
▼前島観光交流拠点施設等
新築（電気設備）工事
①松島町合津6215番地
17②（株）西山電設③松島町④6696万円⑤9月～3

世帯を対象に行います。
11月下旬からポスティングにより調査票を配布し、郵送・オンラインにより回収しますので、ご協力をお願いいたします。
▼問合せ先 都市整備課
都市計画係
☎0969(28)3366

12月4日から10日までは人権週間です
国では、現在もなお部落差別が存在するとして、部落差別のない社会の実現を目的とする「部落差別の解消の推進に関する法律」を定めています。また、県においても、結婚・就職に際しての身元調査を禁止する「熊本県部落差別事象の発生の防止及び調査の規制に関する条例」を定めています。この機会に、人権について考えてみませんか？
▼問合せ先 県人権同和政

11月
▼9月18日入札分
▼荒木団地教職員住宅解体工事
①大矢野町登立8934番地3②（株）藤川建設③大矢野町④291万6千円⑤9月～12月
▼9月26日入札分
▼千歳山ハートフル車道整備工事（その2）
①松島町合津地区内②（有）勝栄工業③松島町④2235万6千円⑤10月～1月
▼市道環状北線舗装工事（その2）
①大矢野町登立地区内②（有）祐成建設③大矢野町④1042万2千円⑤10月～1月
▼10月2日入札分
▼市営二間戸団地2号棟屋上防水工事
①姫戸町二間戸地区内②（有）木本建築③龍ヶ岳町④313万2千円⑤10月～1月
▼10月10日入札分
▼維和小学校屋上防水改修工事
①大矢野町維和1680番地②（株）オフィス・エスビーケー③熊本市④1447万2千円⑤10月～2月

ボランティア活動
市内の福祉施設「南風苑、松朗園、翔洋苑、相生社、きららの里」でボランティアサービスをした人を紹介します。
○スイッチ、ノウブル、中田理髪店、タカシスタジオ、花園レディース、菓子工房アローム、天理教大矢野支部、梅田静子、木下とも子、なごみ、赤星千里、坂元裕生、宗家藤乃流、藤乃勢浩社中、龍ヶ岳町老人クラブ洗濯ボランティア、桜会、赤崎地区子供神輿、高戸獅子舞、高瀬清一、猪口信子、高戸婦人会、ソーラン愛好会龍、フラ愛好会ブアニニ

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、翔洋苑、相生社、きららの里」でボランティアサービスをした人を紹介します。
○スイッチ、ノウブル、中田理髪店、タカシスタジオ、花園レディース、菓子工房アローム、天理教大矢野支部、梅田静子、木下とも子、なごみ、赤星千里、坂元裕生、宗家藤乃流、藤乃勢浩社中、龍ヶ岳町老人クラブ洗濯ボランティア、桜会、赤崎地区子供神輿、高戸獅子舞、高瀬清一、猪口信子、高戸婦人会、ソーラン愛好会龍、フラ愛好会ブアニニ

▼問合せ先 監理課契約検査係
☎0964(26)5533

ボランティア活動
市内の福祉施設「南風苑、松朗園、翔洋苑、相生社、きららの里」でボランティアサービスをした人を紹介します。
○スイッチ、ノウブル、中田理髪店、タカシスタジオ、花園レディース、菓子工房アローム、天理教大矢野支部、梅田静子、木下とも子、なごみ、赤星千里、坂元裕生、宗家藤乃流、藤乃勢浩社中、龍ヶ岳町老人クラブ洗濯ボランティア、桜会、赤崎地区子供神輿、高戸獅子舞、高瀬清一、猪口信子、高戸婦人会、ソーラン愛好会龍、フラ愛好会ブアニニ

12/7金 お宝無料相談会
天草市民センター 天草市東町3番地2階大会議室
10:00～16:00
鑑定・買取50年の信頼と実績
本郷美術骨董館 九州支店
福岡市博多区博多駅前2-10-19 福岡ファッションビル1F

美術品の遺品整理・相続ご相談ください。
中国美術・絵画 時計・ジュエリー
本郷美術骨董館 名譽館長 梅宮辰夫
福岡県公安委員会許可901021410042号

12月4日から10日までは人権週間です
国では、現在もなお部落差別が存在するとして、部落差別のない社会の実現を目的とする「部落差別の解消の推進に関する法律」を定めています。また、県においても、結婚・就職に際しての身元調査を禁止する「熊本県部落差別事象の発生の防止及び調査の規制に関する条例」を定めています。この機会に、人権について考えてみませんか？
▼問合せ先 県人権同和政

33 KAMIAMAKUSA 2018.11

広報上天草 11月号 32



11月は児童虐待防止推進月間です

11月は、児童虐待防止推進月間です。児童虐待に関する相談は年々増加しており、特に子どもの生命が奪われるなどの重大事件も後を絶ちません。児童虐待は社会全体で解決すべき重要な問題です。

厚生労働省では毎月11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、地域から児童虐待を根絶する運動を実施しています。

平成30年度標語

『未来へと 命を繋ぐ 189 (いちはやく)』

児童虐待とは・・・

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど

ネグレクト

食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV)など

＊虐待かと思ったらすぐにお電話をください。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

児童相談所全国共通 3 桁ダイヤル：189

＊出産や子育てに関する悩みや疑問がある人は、市役所福祉課までお気軽にご相談ください。

■問合せ先 福祉課子育て支援係 ☎0969(28)3351



依存症家族ミーティング



熊本県精神保健福祉センターでは、アルコール・薬物・ギャンブル等依存症を抱える人の家族が、依存症についての正しい知識、家族の対応や役割について学び、同じ悩みや体験を持つ人の交流をととして、家族が健康で自分らしい生活を送れるように、「依存症家族ミーティング」を開催しています。どうぞお気軽にご参加ください。

■開催日時 毎月第3金曜日 13時30分～15時30分

■内 容 ミニ学習会、フリートーク（話を聞くだけでもOK）など
＜学習会のテーマ＞

- 12月21日 依存症について 家族から元気になろう
- 1月18日 より良いコミュニケーションについて
- 2月15日 依存症へのより良い対応について
- 3月15日 回復者からのメッセージ＜ギャンブル＞

■会 場 熊本県精神保健福祉センター
※熊本赤十字病院の向かいです

■参 加 費 無料（予約不要）

■問合せ先 096-386-1166（平日9時～16時）
※個別相談にも応じます。お気軽にお問い合わせください。



地域版依存症ミーティング

- 日時 平成31年2月28日(木)
午前10時～正午
- 会場 天草保健所
(天草市今釜新町 3530)
- 話題提供
アルコール依存症の回復当事者

平成31年度保育所入所受付が始まります！

受付期間 12月3日(月)～12月28日(金)

■受付場所

第1希望の保育所または市民課（松島庁舎）、
生活環境課（大矢野庁舎）、姫戸・龍ヶ岳各統
括支所

■入所に必要な書類

- (1)現況届兼施設利用申込書（継続希望者）または支給認定申請書兼保育所入所申込書（新規申込者）
- (2)保育の利用を必要とする確認書（様式1から4のうち該当する書類）

※父、母および同居している60歳未満の祖父母について提出が必要です。

保護者などの状況 (保育を必要とする事由)		提出書類 (保育の利用を必要とする確認書)	備考
就 労	会社勤務	・様式1（事業所の証明）	入所後、就労形態に変更があった場合は、その都度提出が必要となります。
	内職	・様式1（内職発注者の証明）	
	自営業、農業、漁業	・様式1（民生委員の証明）	
妊娠・出産		・様式2 ・母子手帳の写し（表紙および出産予定日のページ）	基本として産前8週の属する月の初日から産後8週が属する月の末日までの入所
保護者の疾病、障がい		・様式2 ・障害者手帳の写し ・診断書の写し（様式2の診断書欄の証明でも可）	診断書などで証明された月の末日までの入所
同居または長期入院中の親族の介護・看護		・様式2 ・診断書の写し（様式2の診断書欄の証明でも可）	診断書などで証明された月の末日までの入所
就学		・様式2 ・在学証明書の写し ・カリキュラムの写し	在学証明書で証明された期間の入所
求職活動		・様式3（就労支援機関、事業所等の証明）	3ヶ月間の入所 入所後、求職活動実施状況申告書の提出が必要です。
育児休業		・様式1（事業所の証明）	
その他		・様式4（関係機関等の証明）	

(3)個人番号カードまたは通知カード

(4)申込書を提出する人の身元を確認する書類（運転免許証など）

(5)課税証明関係書類

①平成30年1月2日以降に上天草市に転入された人

→平成30年度住民税課税証明書（所得割額がわかるもの）

※前住所地（平成30年1月1日の住民登録地）で取得をお願いします。

※(3)個人番号カードまたは通知カードをお持ちの人は課税証明書の提出は不要です。受付にてカードの提示をお願いします。

②平成30年1月1日に上天草市に住民登録がある人

→(1)の申請書の税情報閲覧に関する署名欄に署名および押印をお願いします。

※課税証明書の取得は不要です。

※(1)および(2)の書類は、上記受付場所および市ホームページに用意してあります。

■現況届とは？

平成27年4月から始まった子ども子育て新制度では、保育所入所児童の家庭を対象に現況届を提出するようになっています。これは、家庭状況の確認になります。

■入所調整

入所申込みが保育所の定員を超えた場合には、選考基準に基づき入所選考を行い、第2、第3希望の保育所への入所調整をする場合があります。

※市内保育園の一覧は市ホームページに掲載しています。

■問合せ先 福祉課子育て支援係 ☎0969(28)3351





油流出事故防止にご協力を！！

市内では例年に比べ、河川、農地などへの油流出事故が多発しています。具体的な事例として、船舶への給油中に誤って海に油が流出するといった事故がありました。事故が発生すると、汚染や悪臭の発生などにより、住民の健康や環境にも多大な影響を与えます。さらに、原状回復を行う費用は原因者の負担となり、相当の費用を要します。そのため、油類の使用にあたっては、細心の注意を払う必要があります。

これから冬場の農業用ボイラーの使用などによる油類の使用が増加する季節となり、それに伴う水質事故の増加が懸念されるところです。油類の使用にあたっては、給油前の確認と給油中の事故防止、不要油類の適正処分、油流出などによる水質事故の未然防止をお願いします。

◎油流出事故未然防止チェックポイント！

- ・給油中は目を離さない（船舶への給油中に目を離したときに誤って油が海に流出した例がある）
- ・ふたはきちんと閉めているか。
- ・安全な場所であるか。
- ・配管に異常はないかを目や鼻を使い日々点検しているか。
- ・配管の位置を正確に把握しているか。
- ・油流出した場合すぐに対処できるように準備しているか。

■問合せ先

生活環境課環境衛生係

☎0964(26)5524

平成 30 年度 上天草市工事発注予定一覧

内容については、平成 30 年 10 月 1 日現在における予定であり、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 130 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。

平成 30 年 10 月1日現在

工事名	種別	工事概要	工事場所	入札予定時期	工事期間
前島観光拠点施設外構工事	土木	駐車場等整備 A=6,500㎡	松島町合津	第 4 四半期	約6ヶ月
前島交差点観光案内集合看板設置工事	鋼構造物	看板整備一式	松島町合津	第 4 四半期	約3ヶ月
サイン情報提供施設整備工事	鋼構造物	看板整備一式	松島町合津	第 3 四半期	約3ヶ月
前島地区栈橋整備工事	土木	栈橋整備工事	松島町合津	第 3 四半期	約4ヶ月
さんばーる屋根外壁塗装改修工事	塗装	屋根 A=1,000㎡、外壁等 A=600㎡	大矢野町中	第 3 四半期	約3ヶ月
牟田漁港機能保全補修工事	土木	防波堤補修工事	姫戸町姫浦	第 3 四半期	約6ヶ月
上島中央地区広域農道区画線設置工事	塗装	区画線設置 L=4,337.0m	松島町教良木	第 3 四半期	約3ヶ月
龍ヶ岳山頂自然公園バンガロー改修工事	建築	バンガロー改修工事一式	龍ヶ岳町大道	第 3 四半期	約3ヶ月
白嶽森林公園キャンプ場バンガロー改修工事	建築	バンガロー改修工事一式	姫戸町姫浦	第 3 四半期	約3ヶ月
市道寄船 2 号線道路維持工事	土木	道路維持工事 L=50m	大矢野町登立	第 3 四半期	約4ヶ月
市道瀬高江後線道路維持工事	土木	道路維持工事 L=20m	大矢野町中	第 3 四半期	約4ヶ月
市道馬建青年の家 1 号線道路維持工事	土木	道路維持工事 L=100m	松島町合津	第 3 四半期	約4ヶ月
市道赤崎外目 1 号線道路維持工事	土木	道路維持工事 L=20m	龍ヶ岳町大道	第 3 四半期	約4ヶ月
市道葛崎庵窪線道路維持工事	土木	道路維持工事 L=20m	龍ヶ岳町大道	第 3 四半期	約3ヶ月
市道小塚尾の迫線道路維持工事	土木	維持工事 L=50m	龍ヶ岳町樋島	第 3 四半期	約3ヶ月
市道湯島島内線道路維持工事	土木	維持工事 L=50m	大矢野町湯島	第 3 四半期	約3ヶ月
二間戸下縫通地区市道整備工事	土木	道路整備工事 L=80m	姫戸町二間戸	第 3 四半期	約4ヶ月
上江樋戸地区市道整備工事	土木	市道整備工事 L=150m	大矢野町上	第 4 四半期	約5ヶ月
市道古野賤之女線道路改良工事	土木	道路改良工事 L=100m	大矢野町上	第 3 四半期	約6ヶ月
市道永浦樋合 2 号線道路改良工事	土木	道路改良工事 L=250m	松島町合津	第 4 四半期	約7ヶ月
市道永浦樋合 2 号線道路改良工事（その 2）	土木	道路改良工事 L=250m	松島町合津	第 4 四半期	約7ヶ月
市道永浦樋合 1 号線道路改良工事	土木	道路改良工事 L=100m	松島町合津	第 3 四半期	約5ヶ月
市道野米新地越線道路改良工事	土木	道路改良工事 L=50m	大矢野町中	第 3 四半期	約4ヶ月
市道山田大手原 3 号線改良工事	土木	道路改良工事 L=50m	大矢野町上	第 4 四半期	約4ヶ月
市道中の丸串線道路改良工事	土木	道路改良工事 L=50m	大矢野町上	第 4 四半期	約4ヶ月
小波戸 1 号橋補修工事	土木	橋梁補修工事 L=10m	大矢野町上	第 3 四半期	約6ヶ月
市道馬建青年の家 1 号線舗装工事	舗装	舗装工事 L=100m	松島町合津	第 3 四半期	約4ヶ月
市道合津西の浦 2 号線舗装工事	舗装	舗装工事 L=100m	松島町合津	第 3 四半期	約3ヶ月
市道真米須崎線舗装工事	舗装	舗装工事 L=100m	龍ヶ岳町樋島	第 3 四半期	約3ヶ月
市道仏崎団地内線舗装工事	舗装	舗装工事 L=100m	龍ヶ岳町樋島	第 3 四半期	約3ヶ月
市道満越江後線転落防止柵工事	とび・土工・コンクリート	転落防止柵工事 L=120m	大矢野町中	第 3 四半期	約4ヶ月
市道環伏西 1 号線誘導ブロック設置工事	とび・土工・コンクリート	誘導ブロック工事 L=200m	大矢野町中	第 3 四半期	約4ヶ月
市道米山星平 1 号防護柵工事	とび・土工・コンクリート	ガードレール工事 L=60m	松島町教良木	第 3 四半期	約3ヶ月
市道東風留尾越 1 号線転落防止柵工事	とび・土工・コンクリート	転落防止柵工事 L=60m	龍ヶ岳町高戸	第 3 四半期	約3ヶ月
カントリーパーク花海好法面保護工事	とび・土工・コンクリート	簡易吹付法粹工 L=29.6 m	大矢野町上	第 3 四半期	約2ヶ月
市営荒木団地D棟解体工事	解体	木造平屋建 A=33.6㎡	大矢野町登立	第 3 四半期	約3ヶ月
江後地区生活排水路整備工事	土木	U 型側溝 450（145、8 個）蓋 17 枚 L= 87.5m	大矢野町中	第 3 四半期	約3ヶ月
前平地区生活排水路整備工事	土木	U 型側溝 240（126 個）蓋 16 枚 L = 75.7m	大矢野町中	第 3 四半期	約3ヶ月
松島中学校トイレ改修工事	建築	トイレ洋式化 6 器	松島町合津	第 3 四半期	約4ヶ月
松島総合センターアロマトイレ改修工事	管	トイレ洋式化 31 器	松島町合津	第 3 四半期	約3ヶ月
前島地区配水管布設替工事（五号橋）	水道施設	配水管 GX φ 150 mm、L=290.0m	松島町合津	第 3 四半期	約4ヶ月
二間戸地区配水管布設替工事	水道施設	配水管 HPPE φ 75 mm、L=40.0m	姫戸町二間戸	第 3 四半期	約4ヶ月
龍ヶ岳地区老朽管布設替工事	水道施設	送・配水管 HPPE φ 100 mm、L=560.0 m	龍ヶ岳町高戸	第 3 四半期	約4ヶ月

■問合せ先

監理課契約検査係

☎0964(26)5533

～お便りを募集しています～

最近笑った出来事や、身近な話題などをお寄せください。

×キリトリ

POST CARD

8 6 9 3 6 9 2

お手数ですが
62円切手を
貼ってください

上天草市役所
総務課秘書広報係 行

ふりがな ご氏名			
年 齢	歳	性 別	男・女
ご住所	〒 ー		
連絡先			
広報紙掲載の場合のお名前表記 本名・匿名・イニシャル ペンネーム（ ）			
※記入がない場合、実名で掲載します。			



お便りコーナー

▼中一の孫娘がサッカーをやっています。将来のなでしこジャパン目指せ！孫娘とサッカー観戦デートしたいです。ことし地区の敬老会デビューしました。祝う側から祝われる側に…少し照れくさい一日でした。
C・Kさん（龍ヶ岳）
▽お孫さんとサッカー観戦デートできましたか？またお便りお待ちしております。

▼ふるさと大矢野から関西に来て56年、なつかしい写真や記事など楽しみにしています。関西大矢野会総会（毎年11月第2日曜）の出席者にも広報の写真、記事などを資料として渡すこともあります。女子バレーの小幡真子選手の特集を見て、先日の世界バレーをテレビで応援しました。
嘉悦 忠さん（大阪府）
▽いつも広報紙をお取り寄せていただきありがとうございます。上天草出身の皆さまの頑張りに感謝です。

▼10月20日に県童話発表会が開催され、天草郡市の代表2人は天草大会より落ち着いて上手に発表できましたが、県大会はさすがにレベルが高くて入賞はできませんでした。2人とも初めての体験ですごく勉強になったと思います。みなみちゃん、また、日本昔はなしを聞かせてネ！楽しみにしています。アロハ・レイ・ガールズさん（大矢野）
▽先月から引き続き、投稿ありがとうございます。残念でしたね。お疲れ様でした。

2018年11月14日～12月15日のカレンダー

※イベントの最新情報はホームページをご覧ください。

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
相談 イベント おはなし会・移動図書館 23 健康・献血 25 日祝在宅医 25 ※○内の数字は掲載ページ。	大矢野庁舎 大矢野庁舎書庫棟 松島庁舎 姫戸統括支所 龍ヶ岳統括支所 保健センター ※「育児相談」では母子手帳交付も行っていきます。	→ 大庁舎 → 大書庫 → 松庁舎 → 姫支所 → 龍支所 → 保健セ	ママ応援センター 天草四郎ミュージアム 松島総合センター「アロマ」 中央図書館 大矢野森記念図書館 姫戸図書館	→ ママ応援 → 四郎ミュ → アロマ → 中央 → 森図書 → 姫図書	龍ヶ岳図書館 上天草総合病院 大矢野老人福祉センター 姫戸老人福祉センター 大矢野総合体育館 大矢野総合スポーツ公園	→ 龍図書 → 総合病院 → 大老福 → 姫老福 → 大総体 → 大総ス
			14 ●移動図書館 松島	15 ♥2カ月児学級 保健セ 13:00～ ■年金相談 大庁舎 10:00～15:00	16 ■育児相談 姫支所 9:00～10:00 龍支所 10:30～11:30	17 ●おはなし会 龍図書 14:00～ ◆クリスチャンを学ぶ集い 西郷ミユ 11:00～14:00 (815分)
18 ◆市長・市議補欠選挙 7:00～18:00 ♥毛利医院 ♥竹中医院	19 ■育児相談 大庁舎 9:30～11:00	20 ♥3歳児健診 保健セ 13:00～ ■法律相談 大庁舎 13:00～17:00	21 ■育児相談 保健セ 9:30～11:00 ■犬のしつけ相談 大庁舎 13:00～16:00 ●移動図書館 姫戸	22 ◆いきいき成人大学 アロマ 10:00～12:00	23 勤労感謝の日 ◆上天草けな健康フェア アロマ 10:00～15:00 ♥吉田クリニック	24 ◆クリスチャンを学ぶ集い 西郷ミユ 11:00～14:00 (815分) ●おはなし会 ママ応援 13:30～ 森図書 14:00～
25 ◆島のシーグラス試写会 29 姫支所 10:00～ 龍支所 14:00～ ♥上天草内科呼吸器科クリニック ♥上天草総合病院	26 ◆上天草フェア「ヒナ7月」& 「三年坂切草」(12/2まで) 鳥屋書店熊本三年坂店 ■育児相談 大庁舎 9:30～11:00	27	28 ♥6～7カ月児健診 保健セ 13:00～ ●移動図書館 龍ヶ岳	29	30	12/1 ◆バスケットボール教室 20 アロマ
2 ◆天草四郎サイクリングフェスタ 8:00～16:00 ◆社会福祉大会 アロマ 12:30～15:35 ♥住民健診 保健セ ♥宮崎外科胃腸科 ♥春田医院	3 ♥住民健診 大老福 ■育児相談 大庁舎 9:30～11:00	4 ♥3～4カ月児健診 保健セ 13:00～ ■人権相談 松庁舎 10:00～15:00 姫支所	5 ●移動図書館 大矢野 ■人権相談 大庁舎 10:00～15:00 ■人権相談 龍支所 10:00～15:00	6 ●赤ちゃんおはなし会 アロマ 10:30～ ♥2歳児歯科健診 保健セ 13:00～ ■行政相談 松庁舎 13:00～16:00	7 ■育児相談 姫支所 9:00～10:00 龍支所 10:30～11:30 ●おはなし会 姫図書 10:00～ アロマ 14:00～ 森図書 14:00～	8 ◆「花童」定期公演 西郷ミユ 11:00～14:00 (830分) ◆技能フェア 30 アロマ 10:00～15:00 ◆韓国と野球交流 松運公 9:00～17:00 ◆姫戸地区産業祭 姫老福 8:45～12:00
9 ◆島のシーグラス試写会 29 自休村 10:00～ アロマ 14:00～ ◆松島地区産業祭 アロマ 9:00～12:00 ◆韓国と野球交流 松運公 9:00～17:00	10 ■育児相談 大庁舎 9:30～11:00 ◆子育て応援団の集い(人形劇) 大老福 10:30～11:30 ♥福本眼科 ♥やまうち医院	11 ♥1歳6カ月児健診 保健セ 13:00～	12 ●移動図書館 松島	13 ◆いきいき成人大学 アロマ 10:00～12:00 ♥2カ月児学級 保健セ 13:00～ ■行政相談 大老福 13:00～16:00	14	15 ◆学童サッカー大会 大総ス 8:30～14:00 ●おはなし会 龍図書 14:00～

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0～5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総務課秘書広報係(〒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いたしませんのでご了承ください。

市役所の開庁時間

月曜日～金曜日の
午前8時30分～午後5時15分
(※祝・休日、年末年始を除く)



上天草市HP LINE@上天草市

編集後記
▼先日、福岡県であった九州市役所職員親善ソフトテニス大会に出場してきました。スポーツを通じて同じ自治体職員と交流を図ることができ大変有意義な時間でした。3年前、熊本県であったときは、試合中にギックリ腰をするというアクシデント。寒くなる冬に家にもこもりがちになりますが、夏のような行動力を冬にも発揮させて、心身ともに元気でいたいなど、特集を組んでいて思いました。(A)
▼今年に入ってから月に1～2回ペースで某カフェのオープン前に開催されるメンズヨガに通っています。「メンズ」と付くくらいなので筋トレの要素も多く含み、翌日には生まれたての小鹿ばりに足がガクブルになります。最終的には、終わった後にオリジナルのプロテイン入りのスムージーが毎回味わえます。体を鍛えるのか女子力を高めるのかは分かりませんが、毎回の楽しみで、皆さんとも繋がりがもできて毎回楽しんでいます。(J)



上天草市公式Instagram

「Kamiamagram(カミアマグラム)」

第3回公式Instagramフォトコンテストの結果をご紹介します。

●テーマ 「平成最後の夏」 ●応募総数 139点



グランプリ 「島時間」



投稿者 @ wfrn.1311



準グランプリ 「未来に向かって！愛を持って♥」



投稿者 @ kana.hashimoto521

市長賞 「猫のいる島」



投稿者 @ s_h1610



第4回フォトコンテスト開催中!!!

11月30日(金)までフォトコンテストを開催しています。今回のテーマは「秋」。応募方法は、今回のフォトコンテストの指定ハッシュタグ「#kami_ama_秋」と撮影場所とタイトルをハッシュタグまたはキャプションに追加するだけです。ぜひご応募ください。

グランプリ…1万円相当の特産品または商品券
準グランプリ(2点)…5千円相当の特産品または商品券

■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

市ホームページ ▶



キトリ×

PRESENT

読者プレゼント



お便りをくださった人の中から

『天草モリンガ茶』

を3人にプレゼントします。

【商品に関する問合せ先】
株式会社アマーサ
天草モリンガファーム
☎0964(59)5200



※今月の上情企業(P17)にて株式会社アマーサ 天草モリンガファームさんをご紹介します。

当選は、商品の発送をもってかえさせていただきます。
プレゼント品を提供いただける方を募集します。

■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

<広報クイズ(10月号)当選者>

○野尾 久美子さん(大矢野町)

○川崎 津代さん(松島町)

クイズの正解は①11月18日②18歳③女子ハンドボールでした。次回は1月号を予定しています。お楽しみに。

◆広報紙を読んだ感想、取り上げてほしい記事、最近笑ったこと、身近な話題など、何でもお書きください。
(広報紙で紹介させていただく場合があります)

◆読者アンケート

11月号の広報紙の中で、気に入ったもの3つに○印をつけてください。

- ①表紙 ②キバツ輝ヒト ③特集 いつまでも地域が元気であるために ④まちのわだい ⑤金婚表彰 ⑥防災訓練 ⑦避難所一覧 ⑧上情企業 ⑨SBP ⑩シリーズ人権 ⑪地域おこし協力隊 ⑫LINE アンケート ⑬熊本ヴォルターズ ⑭天草パールラインマラソン ⑮生涯学習だより ⑯図書館だより ⑰健康ガイド ⑱病院だより ⑲年金で笑顔 ⑳こんにちは地域包括センターです ㉑お知らせ ㉒保育所一覧 ㉓虐待防止 ㉔工事発注一覧 ㉕油流出事故防止 ㉖お便りコーナー ㉗インスタフォトコン ㉘読者プレゼント ㉙カレンダー ㉚高校生特派員

スイーツ好きにはたまらない
上天草の

スイーツ探検

手作りケーキの店
あにす

うまい



どんな人が
買いに来ますか？

- ・意外と男性が多い！
- ・若い人からお年寄りまで
- ・市外の方も。(福岡、本渡)
- ・ちょっとしたお土産に最適。

手作りケーキの店 あにす
上天草市松島町合津7915-74

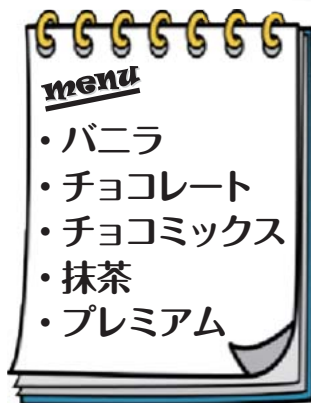


↑ 私たちのために
作ってもらいました！



田嶋 美沙樹 川崎 百華 瀧本 航汰
丸田 亜美

道の駅上天草さんばーるの
ソフトクリーム



おすすめはバニラ



チョコも
捨てがたい

道の駅 上天草さんばーる
上天草市大矢野町中11582-24

上天草高校生開発
しもんケーキ
feat・ジラソーレ



ガストロノミーと
上天草バザールで提供しました。



上天草の温暖な土地は農産物の栽培に最適な環境です。
特に、デコポン、あまくさ晩柑やポンカンなどの柑橘類
が自慢です。

そこで、上天草高校とジラソーレ(レモンケーキ専門店)
の共同開発をしました。そして完成したのが、柑橘類の
果肉を生地に練りこんだレモンケーキです。

ジラソーレ

上天草市大矢野町中4301-1

取材でいろいろな場所に行き、美味しいス
イーツを食べることができました v^o^v
よく知っているはずのお店でも、じっくり話
を聞いてみると新しい発見の連続でした。

身近な場所にも、まだまだたくさんの魅力が
隠されているかもしれません。住民の皆さんも
新しい上天草を発見しに街に出てみませんか？