

上天草

“人”と“海”のふれあうまち



感動を
ありがとう



「よさこい今村組」あまくさ合宿支援実行委員会(田中万里代表)により、8月15日から1週間ほど市内各地で、関西京都今村組のライブが行われました。写真は、21日に大矢野総合体育館であった「関西京都今村組お別れライブ」の様子。会場の皆さんと同組と一緒にステージに上がり、歌と踊りで感動を分かち合っていました。

主な内容

- 高校再編 P2~5
- まちのわだい P6~7
- 市のお知らせ P8~11
- ウェルカム市長室 P12
- 健康ガイド P14~15
- 市立病院だより P16~17
- 生涯学習情報 P18~19
- お知らせかわら版 P22~27

平成22年度再編計画で

大矢野・松島商業・ 天草東高校を統廃合

学習選択幅拡大の流れ、市町村合併の進展及び少子化に伴う学校の小規模化の進行等の状況を背景に、県立高等学校の通学区域、適正規模、特色ある学校づくり及び再編整備の4点について、「県立高等学校教育整備推進協議会」より平成18年3月に最終報告が提出され、これを受けて県立高校の再編整備等に関する基本計画が平成19年10月に策定されました。

基本計画では、再編整備対象として平成22年に大矢野、松島商業および天草東高校の再編・統合が打ち出されました。市では、この再編・統合について、「人材育成」や「教育環境」、「市民の意向」等の観点を十分に考慮し、市の方針を打ち出し高校教育の充実・活性化を県と共に進めていきます。



まず、ここでは熊本県教育委員会が「高校再編整備等基本計画」で示している内容を紹介します。

高校再編の必要性

高校教育は、大人になる直前の大切な時期に当たります。この時期では、人間の幅を広げ自我を形成させていくために、小中学校より大きな集団での、幅広い科目の履修や、様々な考えを持った教師や生徒との出会いが求められます。

少子化とそれに伴う県立高校の小規模化という現状変化の中、このような教育環境をしっかりと確保していくた

高校再編の考え方

(1) 1学年4学級を適正規模の下限の目安とし、中学卒業者数の動向、地理的条件・交通条件、生徒や地域のニーズおよび該当校の伝統・特色、並びに各種学科及び総合学科教育等の「新しいタイプの学校」の適正配置等を考慮し、おおむね10年先を見通した再編整備を進める。

- (2) 入学者が、3年連続して1学級分以下、かつ今後も入学の増加が見込まれない1学年2学級の学校は、原則として分校化または統廃合を行う。
- (3) 入学者が、3年連続して収容定員の2分の1未満、かつ今後も入学者の増加が見込まれない1学年1学級の学校は、原則として統廃合を行う。

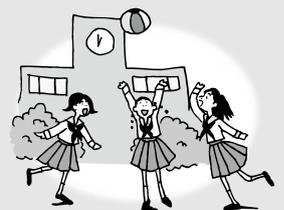
適正な学校規模を確保する必要性

小規模校には長所もありますが、次のようなことから高校は一定規模以上であることが望まれます。

- (1) 生徒数に応じて教師が配置されるので、生徒数が少ないと教師の数が限られ、次のような支障がでます。
- ① 選択できる科目等が限られ、生徒の興味・関心・意欲をかきたてる教科設定が難しくなり、進路保障が困難になることが考えられます。
- ② 大規模校に比べ、教師の事務が多くなり、学校運営が円滑に進まなくなるおそれがある。
- (2) 小規模校では、入りたい部がない、部があっても人数

【再編整備の内容・方向性】

- 再編対象校 大矢野、松島商業、天草東高校
- 再編後の校地 現大矢野高校
- 学級数と科目 4学級（160人定員）
- 想定される学科
 - ①普通科
 - ②福祉科（介護福祉類型、地域福祉類型）
 - ③情報会計科



(3) 高校教育は、一定の集団の中で、教師や生徒との出会いによって刺激を受けながら体験を積み重ね、社会的や他者とのコミュニケーション能力を身につけ、人間の幅を広げ、自我を向上させていくことが求められる。

○募集定員（下段）と入学者数（上段）

年度	H元	H10	H11	H12	H13	H14
大矢野	181	130	117	119	103	121
	225	160	160	120	120	120
松島商業	169	129	137	131	124	99
	180	160	160	160	160	160
天草東	76	78	63	74	75	63
	90	80	80	80	80	80

年度	H15	H16	H17	H18	H19	H20
大矢野	115	104	101	118	103	89
	120	120	120	120	120	120
松島商業	84	95	53	61	60	65
	120	120	80	80	80	80
天草東	46	26	27	20	17	23
	80	80	80	80	80	80

○入学者数の見込み（平成21年度から27年度）

年度(平成)	21年度	22年度	23年度	24年度
大矢野	99	101	93	84
松島商業	52	53	48	46
天草東	20	20	18	19

年度(平成)	25年度	26年度	27年度
大矢野	89	86	90
松島商業	48	46	46
天草東	20	18	18

3校の入学者の推移と
今後の入学者見込み

左表は3校の入学者数の推移と今後の入学者数の見込みを示した表です。平成元年の入学者数は大矢野、松島商業両校とも定員割れしているものの、200人近い生徒が入学しており、適正学級規模の4学級を維持していました。しかし、少子化の影響と進路選択の多様化により、3校とも年々入学者の減少に歯止めがかからず、今年度の入学者は大矢野89人、松島商業65人、天草東23人と大きく定員を割っています。また現在、

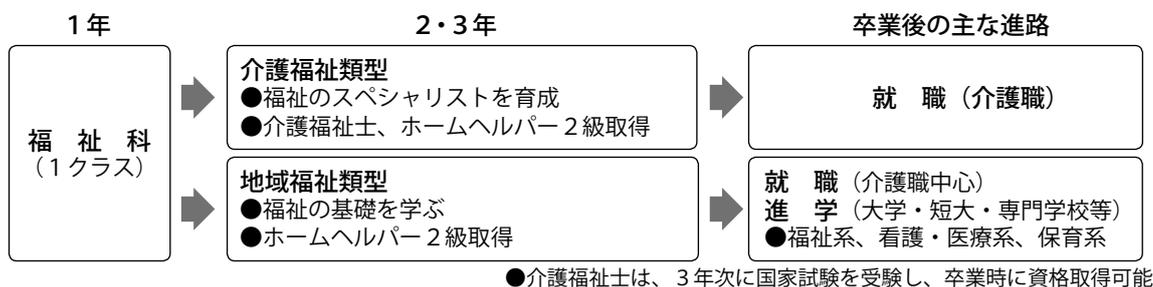
1学年の学級数は大矢野3学級、松島商業2学級、天草東1学級とすべての学校で適正規模の下限を下回っています。学級数の影響は、教員の配置数や開設科目数に表れ、4学級以上を維持している学校に比べて、学習の機会均等という観点からすれば、学校間に格差が生じています。来年度以降の入学者の見込みからも、大矢野で今年度入学者数程度で推移するものの、松島商業、天草東で減少傾向にあり、3校ともに生徒増が見込まれない状況にあります。

新たに設置

新高校の科目・学級編成

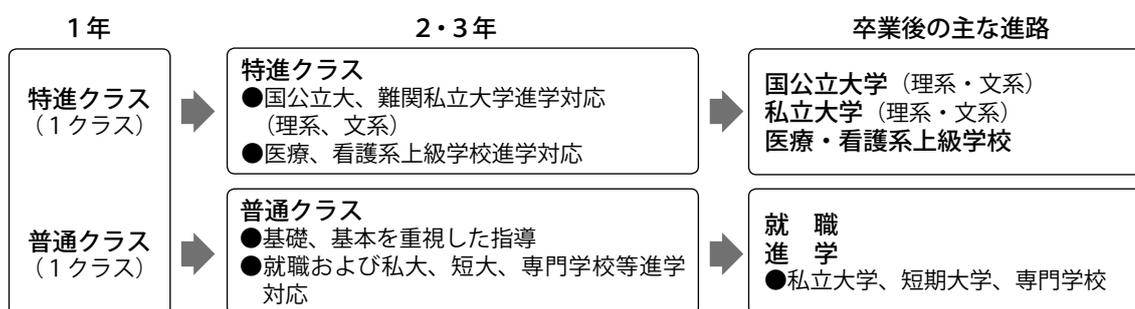
福祉科

1学級（介護福祉類型、地域福祉類型） ●全員がホームヘルパー2級の資格取得



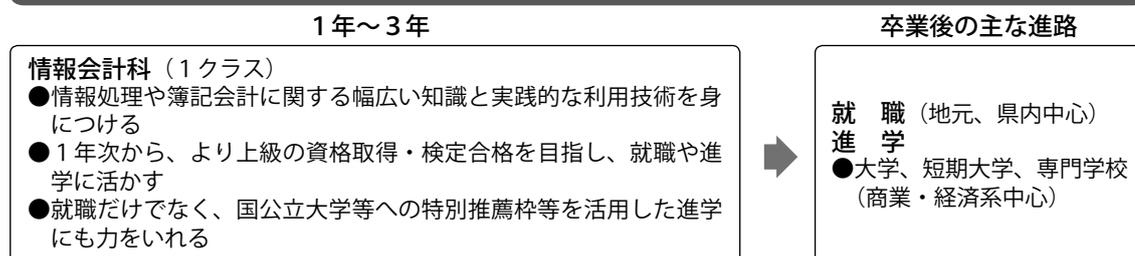
普通科

2学級 ●進学体制を充実させる



情報会計科

1学級 ●松島商業高校の伝統を引き継ぎながら、就職と進学の両方に強い学科を目指す



計画に基づく大矢野・
松島商業・天草東高の
再編統合イメージ

普通科である大矢野、天草東を引き継ぐ形で、普通科に「特進クラス」と「普通クラス」を設置し、進学体制の充実を図ります。また松島商業の科目を引き継ぐ形で、「情報会計科」を設置。新たに福祉のスペシャリストを育成するための「福祉科」を新設します。

県立高校再編に関するアンケート調査を実施 市民の意向を的確に把握し、 県に対し要望書の提出を

今回、熊本県教育委員会が策定した「県立高等学校再編整備等基本計画」に対し、教育的な観点や高校を中心としたコミュニティーの形成、または在校生および市内中学生の意向等を総合的に判断したうえで、市として県教育委員会に要望書を提出することとしています。

そこで、この計画について市民の皆様はどう思っているのかを調査すべく、最も関心が高いと思われる中学生の皆さんと、保護者の皆さんを対象にアンケートを実施いたしました。

アンケートの内容と結果は次のとおりです。

《アンケート調査対象者》

市内の中学校に在籍している生徒 1,029 人（回収率 96.2%）

その保護者 890 人（回収率 80.9%）

中学生のアンケート結果

I. 現在の**大矢野高校**と**松島商業高校**がそのまま存続とした場合、中学校卒業後の進路希望を、次の中から一つ選んでください。（回答数 985）

1. 大矢野高校 21.7%	2. 松島商業高校 11.8%	3. その他の高校 58.9%
4. 高等専門学校 3.9%	5. 就職 0.8%	6. その他 2.9%

II. Iの質問で1、2を選んだ人におたずねします。上天草市内の高校（大矢野高校・松島商業高校）に進学したいと思った理由は何ですか。（回答数 514）

家から通学できる 52.5%	希望する部活がある 9.5%	親の勧め 5.5%
先生の勧め 0%	友達が行くから 6.4%	なんとなく 14.2%
希望する学科がある 4.9%	校風・雰囲気が良い 3.9%	その他 3.1%

III. Iの質問で3、4、5、6を選んだ人におたずねします。上天草市内の高校（大矢野高校・松島商業高校）に進学しない理由は何ですか。（回答数 759）

希望する部活がない 9.8%	遠くて通えない 1.1%
希望の高校に行きたい 71.1%	大学に進学したいから 7.6%
その他 10.4%	

IV. 県が示している再編計画についておたずねします。3校を統合し、校地を大矢野高校としています。新しい高校ができたとした場合、進学しようと思いませんか。（回答数 978）

1. 進学したい 12.7%	2. 条件が整備されれば進学したい 35.2%	進学しない 52.1%
----------------	-------------------------	-------------

V. 質問IVで2を選んだ人におたずねします。どのような条件なら新しい高校へ進学しようと思いませんか。3つまで選択可（回答数 791）

スクールバスの運行 15.9%	部活の数を増やす 16.8%	有名監督の招致 6.1%
奨学金・学費免除 13.9%	学科を増やす 9.2%	
寮・下宿の設置 7.5%	魅力ある制服 16.4%	海外への修学旅行 11.9%
その他 2.3%		

VI. 3校を統合し、校地を大矢野高校としています。松島商業高校についてはどのような結果を望みますか。（回答数 972）

1. 今のまま残す 27.0%	2. 統合は仕方ない 17.7%	3. わからない 55.3%
-----------------	------------------	----------------

VII. 今のまま残せないときは、分校として残したほうがよいですか。（回答数 970）

1. 分校として残す 24.4%	2. 残す必要はない 13.6%	3. わからない 62.0%
------------------	------------------	----------------

VIII. VI. VIIの質問で1を選んだ方におたずねします。松島商業高校を残してほしい理由をお聞かせ下さい。2つまで選択可（回答数 406）

家から通学できる 33.7%	希望する学科がある 6.2%	校風・雰囲気が良い 9.8%
さかんな部活がある 9.4%	伝統・魅力がある 17.5%	資格を取得したい 9.1%
就職に有利である 6.9%	その他 7.4%	

今回のアンケート調査を検証

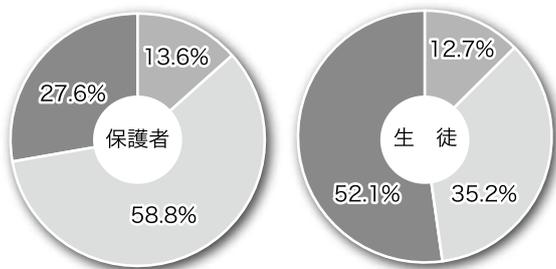
市民の想いは

魅力ある学校がほしい

各高校の存続を仮定して、中学校卒業後の進学先を聞いた問いには、生徒の58・9%、保護者の46・4%は市外の高校を希望しています。その理由としては、生徒、保護者とも希望の高校に行きたい（行かせたい）というところで、それぞれ71・1%、71・0%となっています。逆に市内の高校を希望した生徒、保護者はそれぞれ33・5%、

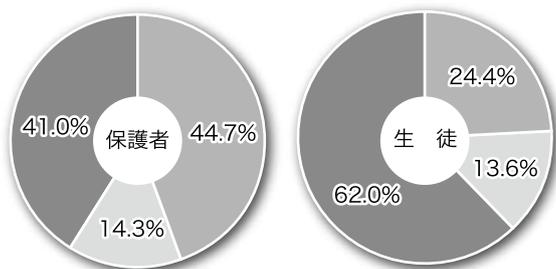
46・9%となっており、家から通学できるといふ理由が大半を占め、52・5%、69・5%でした。県教委が再編基本計画で示している、新設校への進学意思をたずねる問いには、中学生の52・1%が進学しないと答えています。進学したいの12・7%、条件が整えばほしいの35・2%を大きく上回る結果となりました。同

設問IV 新設高校に…



■ 進学したい (させたい)
■ 条件が整備されれば進学したい (させたい)
■ 進学しない (させない)

設問VII 分校としては…



■ 分校として残す ■ 残す必要はない ■ わからない

じ問いに保護者は27・6%が進学させないと答えています。させたいは13・6%、条件を整えさせたいが58・8%で生徒の意向との相違がみられます。Iの設問では生徒33・5%、保護者46・9%が市内の高校への進学を希望しているのに対し、新設校の魅力がつかめないという影響からか、進学したい(させたい)が激減しているのがわかります。条件を整えさせたい(させたい)の主な理由は、生徒では部活の数を増やす16・8%、魅力ある制服16・4%、スクールバスの運行15・9%となつています。保護者ではスクールバスの運行20・8%、校風がしっかりして荒れていない16・5%、専門職に就職できる14・9%となつており、共にスクールバスの運行を希望しているのがみられます。

松島商業高校については、保護者の43・3%が今のまま残すことを望んでおり、統合は仕方ないの30・5%を上回っています。生徒も統合は仕方ないの17・7%に対して、27・0%が今のまま残すことを望んでいます。今のまま残せない場合は、保護者の44・7%が分校として残すことを望んでおり、残す必要はないの14・3%を大幅に上回っています。生徒も残す必要はないの13・6%に対して、24・4%が分校として残すことを望んでいます。

保護者のアンケート結果

I. 現在の大矢野高校と松島商業高校がそのまま存続するとした場合、お子様の中学校卒業後の進路希望を、次の中から一つ選んでください。(回答数 715)

1. 大矢野高校 23.5%	2. 松島商業高校 23.4%	3. その他の高校 46.4%
4. 高等専門学校 2.6%	5. 就職 0.3%	6. その他 3.8%

II. Iの質問で1、2を選んだ方にお尋ねします。上天草市内の高校(大矢野高校・松島商業高校)に進学させたいと思われた理由に○をつけてください。2つまで選択可(回答数 465)

家から通学できる 69.5%	希望する部活がある 2.6%	親の勧め 3.7%
先生の勧め 0.2%	友達が行くから 1.5%	なんとなく 2.4%
希望する学科がある 7.3%	校風・雰囲気が良い 7.9%	その他 4.9%

III. Iの質問で3、4、5、6を選んだ方にお尋ねします。上天草市内の高校(大矢野高校・松島商業高校)に進学させない理由に○をつけてください。2つまで選択可(回答数 432)

希望する部活がない 5.8%	遠くて通えない 1.9%
希望の高校に行かせたい 71.0%	大学に進学させたい 12.3%
その他 9%	

IV. 県が示している再編計画についてお尋ねします。3校を統合し、校地を大矢野高校としています。新しい高校ができたとした場合、進学させようと思いませんか。(回答数 707)

進学させたい 13.6%	条件が整備されれば進学させたい 58.8%	進学させない 27.6%
--------------	-----------------------	--------------

V. 質問IVで2を選んだ方にお尋ねします。どのような条件なら新しい高校へ進学させようと思いませんか。該当する内容に○をつけてください。3つまで選択可(回答数 1083)

スクールバスの運行 20.8%	学力のレベルが高い 10.5%	国立へ進学できる 7.9%
礼節に厳しい 3.3%	校風がしっかりして荒れていない 16.5%	
寮・下宿の設置 2.5%	体育系の部活が盛ん 6%	文化系の部活が盛ん 0.8%
専門学科教師陣の充実 10.1%	専門職に就職できる 14.9%	商業・情報系の充実 6.7%

VI. 3校を統合し、校地を大矢野高校としています。松島商業高校についてはどのような結果を望みますか。(回答数 699)

1. 今のまま残す 43.3%	2. 統合は仕方ない 30.5%	3. わからない 26.2%
-----------------	------------------	----------------

VII. 今のまま残せないときは、分校として残したほうがよいですか。(回答数 694)

1. 分校として残す 44.7%	2. 残す必要はない 14.3%	3. わからない 41.0%
------------------	------------------	----------------

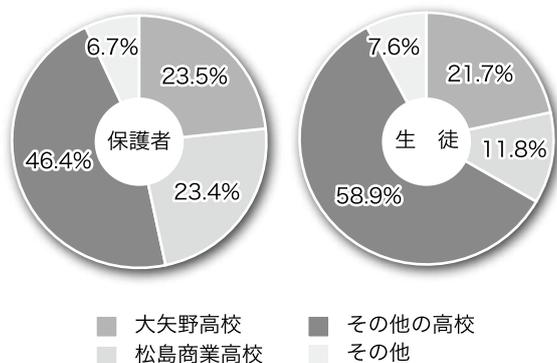
VIII. VI. VIIの質問で1を選んだ方にお尋ねします。松島商業高校を残してほしい理由をお聞かせ下さい。3つまで選択可(回答数 792)

家から通学できる 27.7%	希望する学科がある 4.9%	校風・雰囲気が良い 6.9%
さかんな部活がある 1.3%	伝統・魅力がある 6.3%	資格を取得させたい 16.2%
就職に有利である 11.0%	経済面を考慮 11.9%	地域の活力が薄れる 13.8%

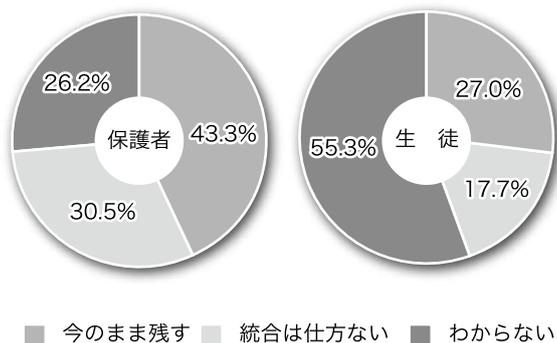
ただどちらの設問についても、わからないという声が多数を占めている点については軽視できないところです。継続を望む理由としては、保護者が家から通学できる27・7%、資格を取得させたい16・2%、地域の活力が薄れる13・8%となつています。生徒では家から通学できる33・7%、伝統・魅力がある17・5%、校風・雰囲気が良い9・8%となつています。

市としても、この結果を受け止め、これからの県への要望の資料として活かしていきたいと思つていきます。

設問I 卒業後の進路は…



設問VI 松島商業高校については…



全く新しい太陽電池パネルを開発

元気なモノ作り中小企業 300 社に選定

7月28日、株式会社パワーバンクシステムの代表取締役である木下雅章さん（42・姫戸町姫浦）が市長室に表敬訪問しました。

同社は、6月「元気なモノ作り中小企業 300社 2008年版」に選ばれました。「元気なモノ作り中小企業 300社」とは、普段は目に触れにくい重要な役割を果たしているモノ作り中小企業の姿を、広く国民に示すため、経済産業大臣が表彰するもので、今回で3回目。熊本県内からは2社が選定。熊本市を本社とし、八代に工場、姫戸町に物流倉庫を持つ同社は、プラスチック加工技術を活かし、全く新しい太陽電池パネルの制作などを手掛けています。

木下社長は、「ソーラーを一つの事業として、モノ作りを展開したい。天草は、プラスチック加工を得意とするので、今後の事業展開として上天草市を活用していきたい」と話されました。



▲感謝状を手にする木下社長（左）。川端市長が手にするのが、同社の太陽電池パネル

よろしくお祈いします

新任 ALT が市長室を訪問



▲キャサリン先生（左から1人目）とケイトリン先生（左から2人目）

8月7日、ALTのケイトリン先生（アラスカ州出身）と、キャサリン先生（ワシントン州出身）が新任のあいさつのため市長室を訪れました。前日に上天草市に到着した二人。市長室では、出身地や趣味についての話題で盛り上がり、「景観のすばらしい上天草市での生活を楽しんでください」と市長が言葉をかけられました。

ALTとは、学校で外国語授業の補助を行う外国語指導助手のこと。二人は、9月から、市内の松島、姫戸、龍ヶ岳を中心に、小・中学校の英語の授業や行事などに参加されています。ひとことずつメッセージをいただきました。

ケイトリン先生

『上天草市の皆さま、よろしくお祈いします！』

キャサリン先生

『英語の勉強を楽しみにしててください。頑張りましょう！』

海と山の子どもが交流

青少年交歓キャンプ

パールラインライオンズクラブと御船ライオンズクラブが共同で開催する青少年交歓キャンプが8月5日から6日にかけて、大矢野町八福キャンプ場で行われました。

このキャンプは、小学4年から6年生を対象とした、文字通り市内の子ども（海の子ども）と御船町（山の子ども）の交流を目的とするもので、毎年上天草市と御船町で交互に開催されています。

今年は上天草市の番とあって、上天草市から40人あまりが参加。御船町からの24人の参加者といっしょに海水浴やすいか割り、キャンプファイヤーを楽しみました。御船町からは御船高校からレオクラブが子どもたちのお世話係としても参加。高校生のお兄ちゃんお姉ちゃんのおかげもあり、最初は口数が少なかった子どもたちもすぐに仲良く楽しく遊んでいました。



▲いっぱい泳ぐぞ～

命の大切さを学ぶ

ふれあい乳児検診

生命の誕生や、赤ちゃんとのふれあいを通して、子育てや親になることについて考え、命の大切さを学ぼうと、8月5日、ふれあい乳児検診が開かれました。

この検診は通常の6～7カ月検診に夏休みを利用して中学生に参加してもらい、検診のお手伝いや赤ちゃんとのふれあい、子育て中のお父さんお母さんの話を聞くというもので市保健課が計画。市内の中学生男女43人が公募で参加しました。

検診のオリエンテーションでは、教良木中学校の荒木ゆりさんが「この体験を無駄にせず、自分の命やまわりの人の命を大切にすることを考えたい」と参加者を代表してあいさつ。参加した中学生たちは、「かわいい」を連発しながらおそろおそろ赤ちゃんの手をにぎったり、だっこしたり、お母さん方に話を聞いたりしていました。



▲幼児と手をふれあう生徒

山下雄大さんが全国大会へ

第12回熊本県青年・女性漁業者交流大会

▶ プロジェクターを使い発表する山下さん



8月20日、富合公民館「アスパル富合」で第12回熊本県青年・女性漁業者交流大会が開催されました。この大会は、県内の青年・女性漁業者が日ごろの研究・実践活動の成果や意見を発表し、広く研究討論を深めることにより、相互の交流を深め、ひいては沿岸漁業等の振興に寄与することが目的です。

青年の部で来年3月上旬に開催される全国大会への出場の推薦が決まったのは、天草漁港上天草総合支所所属の山下雄大さん（25・松島町合津）。「安全・安心な天草産トラフグを消費者に」とのテーマで意見発表し、生産者と消費者の信頼関係の問題や地産地消のPR活動について、高く評価されました。

100歳表彰おめでとうございます

川端市長から賞状などが手渡されました。

姫戸小が団体で2位

第42回交通安全子供自転車大会

7月19日、県運転免許センターで第42回交通安全子供自転車熊本県大会がありました。これは、子どもの交通安全意識を高めることなどを目的に交通安全協会と県警察が主催となり毎年実施されているもので、学科試験と実技試験で競技。地区大会で優勝した県下23校92人が競い、姫戸小学校が団体で2位となりました。

出場したのは、同小自転車卓球部（顧問石原望・中村里菜教諭）の竹中文哉くん、池田美咲さん、村枝由真さん、堀江凧さんの6年生4人。由真さんは、学科、実技とも満点で個人の部で優勝。堀江さんも5位と入賞しました。

同部では、山口直真さん（77・姫戸町姫浦）と前田正之さん（63・姫戸町二間戸）の地域の方から指導を受け、日々練習に励んでいます。

「自分の苦手なところを克服できるように努力しました」



▲左から由真さん、文哉くん、美咲さん、凧さん

と話す4人は、「最後の大会で2位を取ることができて嬉しかったです」と笑顔で喜んでいました。

萩本フミヨさん
（松島町阿村）

明治41年8月11日生

松本 万里さん
（龍ヶ岳町高戸）

明治41年7月15日生

市のお知らせ



ともに歩み続けて…50年

「第50回金婚夫婦の市民を表彰します」

●問合せ先 福祉課 ☎ 0969 (56) 1111

今年めでたく金婚式を迎えられたご夫婦は、昭和33年(1958年)1月1日から12月31日までに婚姻届を出された121組の方々です。2人3脚で歩んでこられた素晴らしい50年、本当におめでとうございます。(敬称略)

▼大矢野 62組

千原 明・フミ子(登立)
 中川 一男・ツヤ子(〃)
 山崎 松好・カツ子(〃)
 濱岡 俊雄・ヤス子(〃)
 濱岡 芳明・チトセ(〃)
 吉川 重人・キヨカ(〃)
 山川 弘・夏江(〃)
 橋本 勇光・トヨ子(〃)
 本多 勇七・信乃(〃)
 渡邊 高喜・輝代(〃)
 鶴田 徳則・カツノ(〃)
 大瀬 懿徳・豊子(〃)
 古川 幸利・キミエ(〃)
 四丸 藤俊・初枝(〃)
 松山 輝六・智佐子(〃)
 五反 政則・ヨシノ(〃)
 千原 弘海・トキエ(〃)
 井上 清継・ツギヲ(〃)
 山坂 明・テルエ(〃)
 小坂 保雄・ユキ子(上)(〃)
 山寄 一美・マサ子(〃)
 浦嶋 政徳・光枝(〃)
 坂田 義則・美代子(〃)
 木下 國人・ミツ子(〃)
 藤島 光重・美恵子(〃)

植田 清俊・ハナエ(〃)
 中田 敏夫・ツヨノ(〃)
 河上 繁喜・宗子(〃)
 川上 和市・マサ子(〃)
 島田 繁義・ハナエ(〃)
 山田 長幸・千鶴子(〃)
 上野 續・トモ子(〃)
 和田 好雄・アヤ子(〃)
 松本 正一・勝子(〃)
 本田 誠・タマヨ(〃)
 倉田 浩・タミ子(〃)
 松田 篤夫・美代子(〃)
 植田 直幸・景子(〃)
 濱田 孝・初美(中)(〃)
 木山 高信・ミチ子(〃)
 赤松 清次・サツエ(〃)
 益田 九十九・ヨシエ(〃)
 杉田 三郎・光江(〃)
 中野 亘・モトヨ(〃)
 小崎 嘉一郎・八重子(〃)
 貝川 博・ミワ子(〃)
 松波 繁・シゲ子(〃)
 浅尾 龍市・ヤエ(〃)
 水野 孝・福榮(〃)
 水野 良二・利子(〃)
 西田 重敏・ムツ子(〃)
 杉田 若義・タツ子(〃)
 浦上 三男・タマエ(〃)
 小崎 隆夫・トリコ(〃)
 渡辺 政則・文子(維和)(〃)
 藤本 名五・キク子(〃)
 北岡 義信・一枝(〃)
 本梅 才造・タマノ(〃)
 小島 利純・涼子(〃)
 釣元 隆・ミキ子(〃)

▼松島 25組

中村 保夫・ユキエ(〃)
 山崎千代鶴・チヅ子(湯島)(〃)
 岩崎 壽男・ヤヨイ(阿村)(〃)
 植原 義信・ケイコ(〃)
 村枝 敏雄・峯子(〃)
 萩本 昇・キミ子(〃)
 橋本 桂之助・アヤエ(〃)
 坂田 和久・七重(〃)
 松田 學・スエ子(〃)
 吉永 國政・シズ子(合津)(〃)
 佐伯 寅雄・初枝(〃)
 深谷 哲也・與智子(〃)
 園田 三徳・芙美子(〃)
 水野 忠治・清子(〃)
 植田 英二・陽子(〃)
 泉田 清年・マツ子(〃)
 本多 成利・キミ子(〃)
 榊本 九馬・福子(〃)
 嶽本 勉・ミチエ(〃)
 嶋崎 忠・ナツエ(〃)
 脇本 光廣・活子(今泉)(〃)
 坂田 利夫・スエノ(〃)
 赤星 光信・ミチエ(〃)
 (内野河内)
 林田 幸男・恵美子(教良木)(〃)
 橋本 隆俊・セツ子(〃)
 田口 三人士・千代子(〃)
 林田 孝光・モモエ(〃)

▼姫戸 12組

浦本 望・美代子(姫浦)(〃)
 坂田 成男・良子(〃)
 山口 洋・由記子(〃)

▼龍ヶ岳 22組

森藤 壽・摩耶(〃)
 寺中 幹雄・コヅエ(〃)
 前森 康廣・五重(〃)
 蓑下 秀則・エイ子(二間戸)(〃)
 岩本 徳光・サカエ(〃)
 井手口 永雄・文子(〃)
 細木 朝基・ミツヨ(〃)
 福田 等・タエ子(〃)
 畑中 幸雄・トヨ子(〃)
 緒方 健人・美重子(大道)(〃)
 佐々木 弘宣・千鶴(〃)
 中本 直與・ツヨ子(〃)
 尾上 淳・恵美子(〃)
 小竹 朝男・照子(〃)
 楠本 哲・四ツ子(〃)
 直理 芳哉・トモエ(〃)
 堀川 豊造・勢子(高戸)(〃)
 塚田 邦夫・ヨシ子(〃)
 直理 豊・トミ子(〃)
 島崎 克行・三里(〃)
 長塚 住夫・トキエ(〃)
 谷川 正澄・登志子(〃)
 山隅 保・シツエ(〃)
 坂本 世喜造・マスヨ(〃)
 田中 米造・美代子(〃)
 森下 政勝・マツヨ(樋島)(〃)
 江川 熊蔵・キヌ子(〃)
 齋藤 昭治・正子(〃)
 古谷 龍海・三智子(〃)
 川本 英男・カヤノ(〃)
 岸本 作義・ツエ(〃)



インフルエンザ予防接種費用の一部補助について

「65歳以上の方が対象です」

●問合せ先 保健課 ☎ 0969 (56) 1111

65歳以上の人などを対象に、インフルエンザ予防接種にかかる費用を次のとおり一部補助します。

予防接種を希望される人は、上天草市内の医療機関に予約して、申請書を記入し、接種を受けてください。（申請書は市内の医療機関にも置いてあります）

▼補助対象者

① 65歳以上の人

② 60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓または呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障害を有する人

③ 60歳以上65歳未満で、人免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

▼補助期間

10月1日（水）から12月31日（水）まで

▼補助額および補助回数

一人に1回2,000円の補助（2,000円を超えた分については自己負担。かかる費用は、医療機関によって異なります）

※予防接種に要した費用が2,000円に満たない場合および生活保護の人

予 防 の 基 本



バランスのよい食事



手洗い



うがい



マスクの励行

は、かかった費用の全額補助

▼接種時の持参品

健康手帳、健康保険証、印かん

「ご注意ください！」

かかりつけ医が他市町村にあつて、そこで予防接種を受ける場合は、必ず接種する約1週間前までに、松島保健センター・大矢野窓口センター・姫戸および龍ヶ岳統括支所に申請書を提出してください。

申請後、『インフルエンザ予防接種実施依頼書』を交付しますので、主治医に提出してから接種することになります。

※接種後に申請書を提出しても補助金は交付できません。



介護を一人で悩まないで！

「家族介護教室のご案内」

●問合せ先 介護保険課 ☎ 0969 (56) 1111



家族介護教室を次のとおり開催します。皆さまのご参加をお待ちしております。

▼講師 林 笑佳（松島保健センター 管理栄養士）

▼問合せ先 地域包括支援サブセンター姫戸 ☎ 0969 (58) 3633

▼対象 在宅で高齢者を介護する家族の方

▼参加費 無料

① テーマ 『認知症を理解しよう』

▼日時 9月24日（水）午後1時30分～3時30分

▼場所 下桶川集会所

▼問合せ先 地域包括支援サブセンター龍ヶ岳 ☎ 0969 (62) 1124

② テーマ 『食について』

▼日時 9月26日（金）午前10時～11時30分

▼場所 姫戸老人福祉センター 会議室

③ テーマ 『寝たきりにならない、させないための介護のアドバイス』

▼日時 9月30日（火）午後1時30分～3時

▼場所 松島保健センター 小研修室

▼講師 江崎 重昭（松朗園 理学療法士）

▼問合せ先 松島在宅介護支援センター ☎ 0969 (25) 2119

市のお知らせ



知っておきたい 新型インフルエンザ

「新型インフルエンザの発生が心配されています！」

●問合せ先 保健課 ☎ 0969 (56) 1111

現在、世界中で鳥類の間にH5N1型の鳥インフルエンザが大流行しています。本来、鳥が感染するもので、人への感染はまれですが、近年、海外で感染が確認されています。

WHO（世界保健機関）の見解では、近い将来、このH5N1型ウイルスが人から人へと感染する新たなインフルエンザウイルスに変化する可能性があります。

▼新型インフルエンザとは？

これまで人の間で流行したことのない人から人に感染するインフルエンザのことです。

過去に人類が経験したことでない、全く新しいウイルスなので、地球上の誰一人として免疫を持っていません。そのため、もし新型インフルエンザウイルスが発生すれば、ウイルスにさらされた人ならだれでも必ず感染し、世界中を飛行機などで行き来できる現在、短期間のうちに世界的大流行（パンデミック）が起こると見られています。

▼大流行は時間の問題！

新型に限らず、インフルエンザの特徴として、感染を拡大する伝播力が非常に強いことがあげられます。毎年流行している従来のインフルエンザで

は、日本国内だけでも年間で1000万人前後の人が発症し、死亡率は0.05～0.1%といわれています。インフルエンザというのはそれだけでも恐ろしい感染症ですが、新型インフルエンザの脅威はその比ではありません。新しいウイルスであるため、当然ワクチンもまだ開発されていません。

▼新型インフルエンザ対策は国内でも始まっています

行動計画の策定や、新型インフルエンザへの効果が期待されているタミフルの備蓄、ワクチンの開発、医療体制の検討など段階に応じた対策を進めています。

上天草市でも、関係各課の委員による「上天草市新型インフルエンザ対策検討委員会」を立ち上げ、対策を検討しています。

▼現在の状況は「フェーズ3」

人から人へ感染する「新型インフルエンザウイルス」発生の一歩手前です。そのため、新型インフルエンザに対する正しい知識を身につけ、今から備えを始めておくことが大事です。

▼『備えよう！』

①情報に敏感になろう！

詳しい情報は「県民情報誌・コラためんなるVol.40」や上天草市ホームページからリンクし、閲覧することができます。正確な情報を入手しましょう。

②うがい・手洗い・マスクの励行

（広げよう咳エチケット！）
新型インフルエンザに対する対策は通常のインフルエンザ対策の延長線にあります。熱、

咳、くしゃみなどの症状のある人には必ずマスクを着けてもらうこと、このような人と接する時にはマスクを着けることが大変重要です。咳やくしゃみをおさえた手、鼻をかんだ手は直ちに洗うことも必要です。

③日ごろから食料・生活用品などの備蓄を！

地震や災害と同じです。普段から備えておきましょう。

新型インフルエンザ流行のフェーズ（段階）と対策

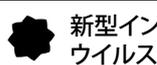
フェーズ（段階）	概要（新型インフルエンザウイルス）	フェーズの概要
フェーズ1	出現していない	
フェーズ2	出現していないが、鳥インフルエンザウイルスが確認されている	
フェーズ3	出現していないが、鳥インフルエンザウイルスがまれに人に感染している 現在の状況 (ただし国内では人に感染していない)	
フェーズ4	出現が確認されているが、感染の広がりは小さい	
フェーズ5	比較的大きな集団で発生している	
フェーズ6	大流行している	



鳥インフルエンザウイルス



人インフルエンザウイルス



新型インフルエンザウイルス

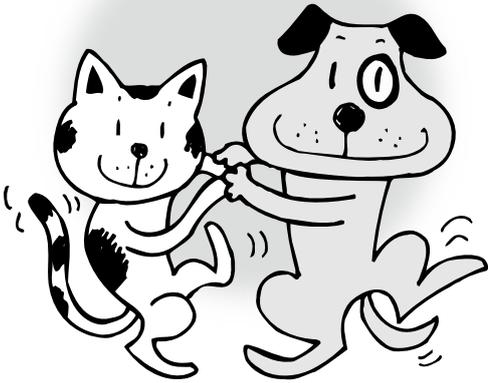


ペットを飼うときは 最後まで責任を！

「犬および猫引取り手数料導入のお知らせ」

●問合せ先 環境衛生課 ☎ 0969 (56) 1111
天草保健所 ☎ 0969 (22) 0172

最後まで一緒にすごそうね♪



- ▼手数料の額
- ▽犬
 - ①生後91日以上1頭につき
2,000円
 - ②生後91日未満1頭につき
400円

※犬や猫を捨てることは
犯罪行為です。法律によ
り処罰(50万円以下の罰
金)されます。

平成20年10月1日から、
飼い主のいる犬および猫に
ついて保健所へ引取りを依
頼する場合には、飼い主責
任の明確化や受益者負担等
の観点から次のとおり手
料が必要になります。
犬や猫をはじめとして、
ペットを飼う際は、最期ま
で責任を持って飼えるかな
ど、将来にわたった計画を
立てたうえで飼うようにし
ましょう。

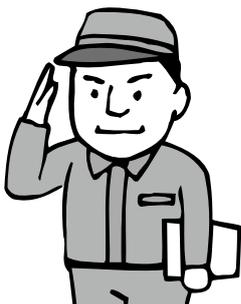
- ▽猫
 - ①生後91日以上1匹につき
1,000円
 - ②生後91日未満1匹につき
200円
- ▼手数料の納入方法
所定の申請書に県証紙を
貼付して納入。
- ▼収入証紙販売所
上天草市警察署、天草警
察署、天草地域振興局、
天草保健所など
- ▼引取場所
最寄りの保健所(事前に
ご相談ください)



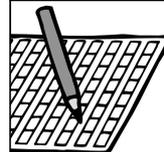
平成20年住宅・土地統計調査 にご協力をお願いします

●問合せ先 企画政策課 ☎ 0964 (56) 1111

10月1日、全国で住宅・
土地統計調査が行われま
す。この調査は住宅・土地
に関する最も基本的な調査
で、国や道府県・市区町
村が住生活基本計画やまち
づくり施策などを立案する
ための大切な資料となりま
す。
対象となった世帯には、
熊本県知事が任命した調査
員が調査票を持っておうか
がいきますので、調査票へ
の記入をお願いします。本
調査の重要性を御理解の
上、ご協力くださいますよ
うお願い致します。



なお、調査内容は統計を
作成するためのみに使用す
るもので、その他の目的に
は一切使用しません。



「男女共同参画についての 作文・標語」募集

●問合せ先 市民窓口課 ☎ 0969 (56) 1111

上天草市役所では今年
度、男女共同参画奨励事業
を行うにあたり、住民の方
の作文・標語を次のとおり
募集します。
▼募集内容
男女共同参画についての
作文・標語
▼募集期限 10月17日(金)
▼応募方法
①氏名 ②年齢 ③性別
④職業 ⑤住所 ⑥連絡
先(電話番号)を明記の
うえ次のあて先まで手紙
かハガキでお送りくださ
い。



▼郵送(手紙かハガキ)で
の応募あて先
〒861-6192
上天草市松島町合津
3538番地3
上天草市役所(松島庁舎)
市民窓口課 宛

ウェルカム 市長室

Welcome to Mayor's Room

vol.16

幻想的なウミホタルの光 自然環境の維持へ

タルの観察会に参加しました。夏休み期間中であつたので、多くの小学生や保護者が参加されていきました。樋合海水浴場に集合し、熊本大学の研究員の方からさまざまな説明を受けながら、ウミホタルを観察しました。えさを入れた瓶を

海中に投入し、ほんの数分で多くのウミホタルが捕まえられました。無数のウミホタルが放つ青白い光は、夏の夜の海辺を無数の星のように照らし、あたりは幻想的な雰囲気になりました。

参加していた大人も子どももウミホタルの光に感動し、時間を忘れ観察したところで

タルが生息しています。それだけ海水や砂浜がきれいな証拠ですし、生態系を保持するだけの自然環境が維持されているのです。

これだけ、環境が維持されているのは、多くの方々の努力のたまものですし、実際に

学校や地域ボランティア、そしてNPO法人アクティブセンターほかさまざまな団体が地域の環境美化にご尽力いただいています。

これからも上天草市のすばらしい景観を維持し、ウミホタルが住み続けられるような自然環境を大切にしていきたいものです。

上天草市長

川端祐樹



ウミホタルの光に見入る参加者

ウミホタルの生態は広く、青森県以南日本全国のきれいな砂浜に生息するようです。皆さまご承知のとおり、日本列島の砂浜海岸は、埋め立てや水質汚染によって急激に環境が悪化しております。ウミホタルにとっても住みにくい環境となり、現在では生息地も限られています。

大小120の島々からなる上天草市は、まだまだ多くのウミホ

上天草市タウンミーティング開催のお知らせ

市長と語ろう

- 9、10月の開催日および場所など
(市長の急務により、開催日変更の場合あり)

開催日	対象地区	場 所
9月30日(火)	大矢野湯島地区	湯島談合会館
10月8日(水)	大道地区	大道老人福祉センター
10月29日(水)	二間戸地区	二間戸自治公民館

※湯島地区のミーティング時間は、午後2時～午後3時30分の予定

このタウンミーティングは、各町(13地区)で順次開催していきます。ご参加いただいた皆さまから、率直で貴重な意見をいただき、政策に反映することが目的です。

今後のタウンミーティングで、皆さまの声をぜひお聞かせください!たくさんのご参加をお待ちしております。

●対象

市内に在住、在学または在勤の方ならどなたでも参加できます!

●時間

○受付 午後7時から

○ミーティング(原則として90分以内)

午後7時30分～午後9時

詳しいお問合せは、市役所 総務課 秘書係 ☎0964(56)1111まで

W A N P A K U

わんぱく でがり

かわいい子どもの写真を大募集！！

上天草市在住の1～3歳のお子さんの写真を募集しています。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、上天草市広報係（〒869-3692 上天草市大矢野町上1514）までご応募ください。なお、写真の裏面にお子さんの名前をご記入ください。応募多数の場合は予約（順番に掲載）となりますのでご了承ください。



平成18年
4月24日
生まれ

たまき
松本 瑠姫ちゃん 龍ヶ岳町高戸
【パパ】松本 洋司さん【ママ】麻美子さん
●本人からひとこと
大道のジッジ・バツバ、いつも遊んでくれて
ありがとう。これからもいっぱい遊んでね。



平成18年
4月7日
生まれ

せな
本多 世奈ちゃん 松島町合津
【パパ】本多 孝行さん【ママ】綾さん
●両親からひとこと
元気でやさしい子になってね。

ふるさと納税者第1号

塚中さんより 地場産業の育成事業に寄付

「ふるさと納税」制度が5月より始まりました。これは、納税者が任意の地方自治体に寄付することで、個人住民税の一部を控除できる制度。本市での寄付の受け入れ先は、昨年12月より始まった「ふるさと応援基金」になります。

7月9日、上天草市初のふるさと納税がありました。寄付されたのは、塚本浩晴さん。松島町出身で、現在は東京都練馬区大泉町にお住まいです。

地場産業の育成事業に70万の寄付を頂き、7月30日、川端市長から塚中さんに感謝状が手渡されました。



川端市長より感謝状を受け取る塚本さん(左)

住民が、より住みやすい地区になるために 大矢野地区区長と市幹部職員との 行政懇談会開催

7月3日、大矢野庁舎3階大会議室で、大矢野地区区長と市幹部職員との行政懇談会がありました。地区住民と行政とのパイプ役として活躍している区長さんたちが、行政に各地

区の実情を伝え、また、行政の取り組みに対する理解をより深める目的で、大矢野地区の区長（森山高信代表）が主催しました。

当日は、区長約60人、市執行部20人が出席。環境に対する市の取り組みや農道および市道の改良の時期など各区長さんからの質問に対し、市の幹部職員からは、一つひとつ丁寧な回答があり、とても有意義な会となりました。

お父さんのための
メタボ生活習慣病講座
番外編

知らずに腎臓を傷めていませんか？

意外な病気と深く関連し、

ひそかに進行する腎臓病

上天草市は、慢性透析患者割合が県内4位！（熊本県は全国1位）です。そこで今回は、慢性腎臓病（CKD）の原因について紹介します。

慢性腎臓病って？

タンパクや血が尿に出るなどの異常、腎臓の働きをみるGFR値（体にいらぬものを捨てる力）が中等度以下になった状態が3カ月以上続くものをいいます。成人人口の約20%に認められる大変頻度が高い病気です。

原因はなに？

主に2つに分けられます。1つ目は、先天的奇形や免疫の異常など「腎臓そのものが原因の腎臓病」です。2つ目は、高血圧や高血糖、高尿酸などの「他の病気によって起こる腎臓病」です。これらの原因は生活習慣と深く関係しており、生活習慣を見直し改善することで発症を予防できます。

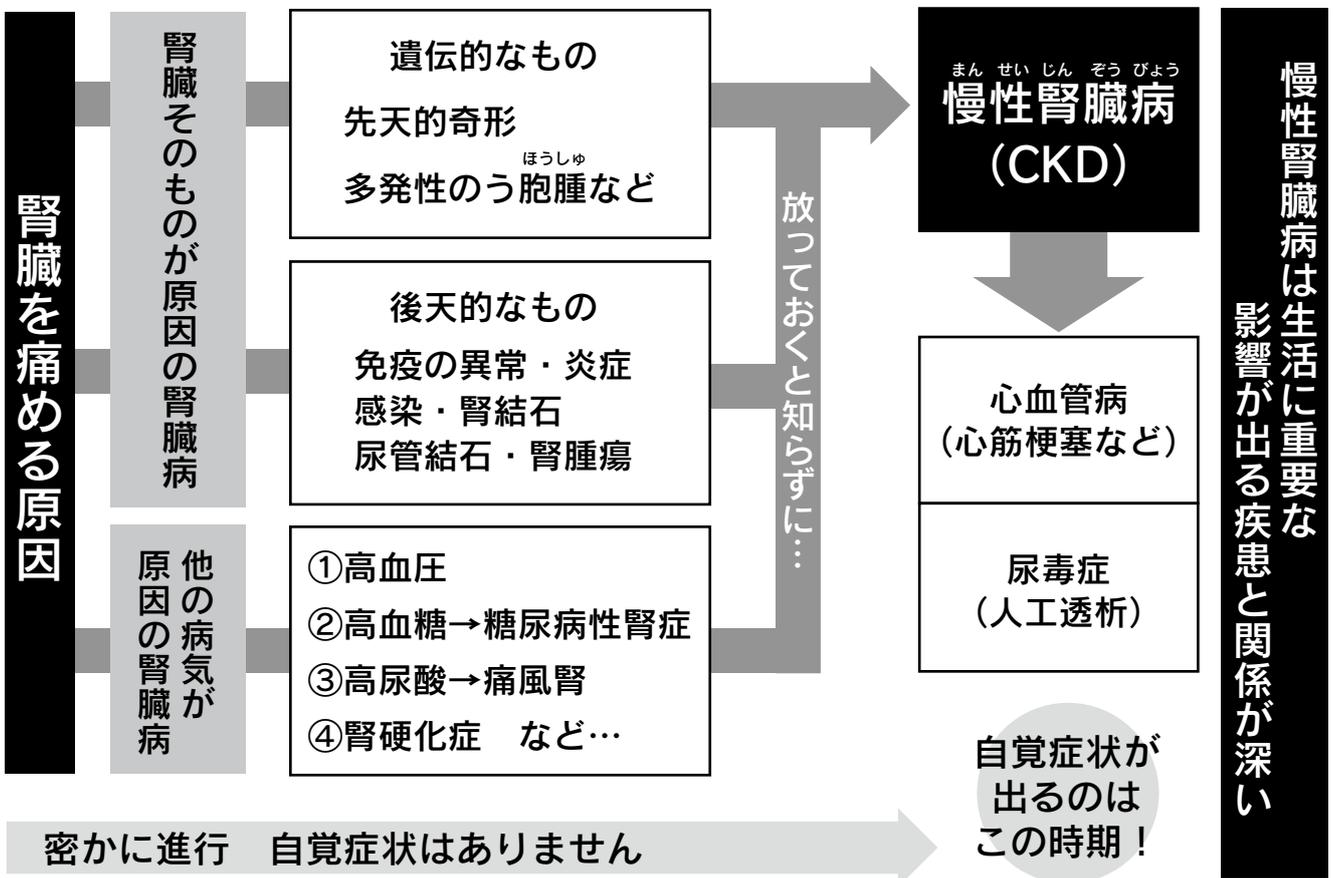
下の図は、腎臓を傷める原因と慢性

腎臓病発症までを示しています。腎臓は沈黙の臓器で自覚症状がほとんどみられません。そのため、放っておくとひそかに病気が進行し、自覚症状が出たときには発症している可能性があります。さらに、慢性腎臓病は心血管病や尿毒症など、日常生活に重大な影響が与える病気と関係が深いといわれています。

今月のポイント

腎臓そのものが原因の慢性腎臓病を除くと、全身の異常によるものは生活習慣の改善で予防できます。

しかし、病気の進行に応じて適切な治療が必要になります。病院で受診している人も自分の腎機能がどの程度あるか、かかりつけの先生に相談してみようか？





蒸しアジのあんかけ



●材 料(2人分)

- アジ……………200g
 - ニンジン……………20g
 - ピーマン……………1/2個
 - えのき茸……………30g
 - 玉ねぎ……………50g
 - 油……………小さじ1
- A だし汁……………100cc
薄口醤油……………大さじ1と1/2
みりん……………大さじ1と1/2
片栗粉……………小さじ1

●1人分栄養価

エネルギー…124kcal 脂 質……………2.0g
たんぱく質……………11.4g (14.5%)
塩分相当量……………2.3g

おいしい作り方

- ① アジの腹を出して塩を軽く振りかける。
 - ② 蒸し器(又は圧力鍋)で①のアジを蒸す。
 - ③ 野菜はせん切りにする。
 - ④ ③の野菜を炒める。
 - ⑤ Aで味付けし、あんを作る。
 - ⑥ 蒸し上がったアジを皿に盛り、あんをかける。
- 大矢野町登立地区ヘルスメイトの皆さん

母子手帳交付・育児相談

場 所	日	実施時間(手帳受付時間)
大矢野窓口センター	6月、14日 20日、27日	9:30~11:00 (9:30~9:45)
松島保健センター	随時交付(手帳) 15日(相談)	9:30~11:00 (随時)
姫戸統括支所	6月、20日	13:00~14:30 (13:00~13:15)
龍ヶ岳統括支所		9:30~11:00 (9:30~9:45)

用意するもの 印鑑(手帳)



ポリオ予防接種

地 区	日	受付時間	場 所
登立・維和・湯島	3日	13:20~14:00	大矢野老人福祉センター
上・中	29日		
今津	8日	13:50~14:30	松島保健センター
阿村・教良木	31日		
龍ヶ岳	16日	13:20~13:50	龍ヶ岳統括支所
姫戸	22日	13:50~14:20	姫戸母子健康センター

福 祉

種 類	日	実施時間
精神福祉保健相談	9日、23日	13:30~15:30 (14:30まで受付)
デイケア	9日	10:00~12:30

【場所】大矢野老人福祉センター



健康情報

熊本県保険医協会
☎096(385)3300
<http://www.khk-dr.jp>

9月のテーマ		10月のテーマ	
月	膝に水がたまったら	月	間質性肺炎について
火	児童虐待の親の抱える問題	火	子どもの包茎について
水	スポーツ飲料を とりすぎると?	水	市中肺炎について
木	義歯の安定剤について	木	初期虫歯、 削らず残すと言われたら
金	子どもの慢性疲労症候群	金	気まぐれうつ病
土・日	慢性疲労症候群	土・日	早漏で悩んでいる方へ

母子健診

種 類	※用意するもの	対象地区	日	対象者(月生)	受付時間
2カ月児学級	バスタオル	全地区	24日	H20.8	14:00~14:15
3~4カ月児健診 (BCG)	バスタオル BCG問診表	大矢野	7日	H20.6	13:00~13:15
		松島	15日		
		姫戸	1日	H20.5~6	
6~7カ月児健診	ハンカチまたは ハンドタオル	大矢野	21日	H20.3	13:00~13:15
		松島	15日		
6~8カ月児健診	1日	姫戸	1日	H20.2~3	
1歳児学級	おしぼり、お茶	全地区	28日	H19.10	13:00~13:15
1歳6カ月児健診	尿	松島	30日	H19.2~3	
		姫戸	1日	H18.12~H19.3	
3歳児健診	聴力視力 検査用紙	大矢野	龍ヶ岳	23日	H19.1~3
			14日	H17.8~9	
もうすぐ パパママ学級①	運動のできる 服装	全地区	17日	-	9:45~10:00

【場 所】全地区、松島…松島保健センター 大矢野…大矢野老人福祉センター
姫戸…姫戸母子健康センター 龍ヶ岳…龍ヶ岳統括支所

【※用意するもの】母子手帳と問診票(もうすぐパパママ学級を除く)は、どの健診および学級でも必ず持参ください。

※もうすぐパパママ学級へ参加される場合は、10月10日(金)までに保健センターへ予約してください。

日祝日在宅医

日	病院名<診療科目>	(所在地)電話番号
5	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
	佐々木整形外科<整>	(大矢野町中) ☎0964(56)5550
12	上天草総合病院<内>	(龍ヶ岳町高戸) ☎0969(62)1122
	福本眼科<眼>	(大矢野町上) ☎0964(56)0508
19	しまだ小児科<小・内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0005
	春田医院<外・内・小>	(松島町阿村) ☎0969(56)0052
26	山崎クリニック<耳>	(大矢野町登立) ☎0964(56)5208
	やまうち医院<内・小・ア>	(松島町阿村) ☎0969(56)0899

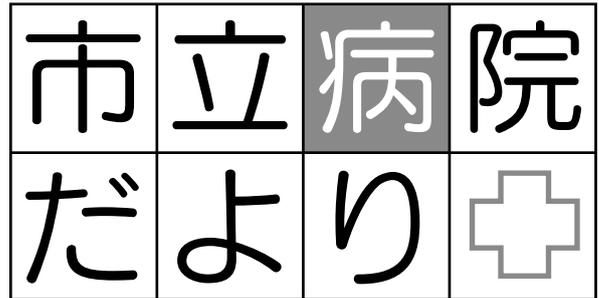
診療時間 9:00~17:00

診療時間外は、事前に電話連絡をお願いします。



妊娠中の 体重について

上天草総合病院
産婦人科医 中 くみ子



皆さん、こんにちは。今回は、妊娠中の体重についてお話ししたいと思います。

母子手帳には、妊婦健診ごとの体重を記入する欄があり、妊娠中の体重のコントロールは重要な項目の一つとなっています。

どのくらい体重は増えてもいいの？

妊娠すればお腹の赤ちゃんはどんどん大きくなっていくので、体重が増えるのは当たり前です。予定日の赤ちゃんは約3kgで胎盤と羊水がそれぞれ約500g、あわせて4kg程度です。でも、妊婦さんの体重は10kg前後増えていることが多いと思いますが、この差は为什么呢。答えは、お産に備えて増えた血液や、そのほかの水分・体脂肪などです。

どのくらい体重が増えてもいいのかに関してはいろいろな意見がありますが、どれも妊娠前の体型（妊娠前のBMI）が基準となります。

▼やせ型（BMI 18・5）
9～12kg
▼標準（BMI 18・5～25）
7～12kg

▼肥満（BMI > 25）5kg程度
※BMI＝体重（kg）÷身長（m）
÷身長（m） 単位に注意！

例えば、身長158cmで妊娠前に53kgだった人（BMI 21・2）は予定日まで60～65kgまでは増えても良いということになります。

体重が増えすぎるとどうなるの？

妊婦さんの体重が増えすぎると、巨大児や妊娠高血圧、帝王切開の危険性が増えます。ただし、妊娠前にやせ型の体型だった場合などは、体重増加が少なすぎると逆に赤ちゃんが小さくなってしまう。

体重の管理はどうすればいいの？

妊娠中、体重が増え過ぎないように主治医から注意された場合は工夫が必要です。赤ちゃんへの栄養も必要ですから、バランスよく3食食べるのは基本ですが、味付けは薄味にしましょう。カロリーは同じでも、塩分が多いと体に水がたまって体重が増えてしまいます。もちろん間食は厳禁です。ジュースなどは100%果汁であってもひかえましょう。

特に気をつけたいのは里帰りでお産をされる場合です。実家に帰ると「二人分食べなさい」と言っごちそうを作って待っている親御さんを見かけますが、妊婦さんにごちそうは厳禁です！普通の食事を出してあげましょう。また、実家では家事などを積極的に手伝い、適度に体を動かすことが大事です。実家に帰ってゆつくりしているだけでは、どんどん体重が増えてしまいますよ。

お産は本当に命がけです。赤ちゃんもお母さんも健康であるために、お産の前にはできるだけのことはおきたいですね。皆さん一緒に頑張りましょう。

Q & A コーナー

最近、傷を消毒してはいけないと何かで読みました。でも運動会で転んですりむいたときにはどのようにすればいいのでしょうか。

転んですりむいたときは、まず、すりむいた患部をきれいな水で洗うことです。この際、泥や石ころなどの異物をできるだけ洗い流すつもりでたっぷりのきれいな流水（水道水）で洗うこと。また、血が出ても、患部を清潔にする方が先です。次に、洗ったところを清潔なタオルやハンカチを当てて圧迫します。この状態にして病院にかかれば早くきれいに治るでしょう。

傷に対する治療はここ数年で大きく変わってきました。

ここで質問されているように、まず、消毒に対する考え方が変わりました。

以前は、患部に消毒液をつければ感染が予防されると考えられていましたが、そうではありません。消毒剤は肉芽組織の主体となる「線維芽細胞」や、表皮細胞を死滅させ、また白血球などの「免疫細胞」も効率良く殺滅します。殆どの消毒剤は、「細菌」を殺すよりもずっと低い濃度で、組織の細胞を殺滅する能力を持っています。したがって、傷を消毒

すると、「敵（細菌）」を殺そうとして毒薬をばら撒いたのに、敵は殆ど死なずに「味方（組織の細胞）」だけが死んでしまった、と言う状態になります。つまり、消毒は「有害行為」ということになり、創傷の治癒遅延をきたすことになります。

また、治療が変わったこととして、傷にガーゼを当てることも見直されています。傷の治癒には、水やバイ菌の進入を防ぎ、外部の刺激から傷口を保護することと、乾燥させずに滲出液を保ち適度な湿潤環境を維持することが大切で、そのために傷に当てるドレッシング材が色々と開発されています。

ガーゼは傷が治るための治癒促進因子を吸い取って、乾燥させてしまいますので、多量の浸出液がある場合を除き、使用は制限されます。ドレッシング材は、創の深さ、浸出液の量を考えて選びます。これにより、痛みはもちろんのこと、病院への受診回数も少なくできます。

上天草総合病院副院長 外科 福田 誠

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		和田		溝部
	糸永	廣岡	糸永		原富
インスリン外来			樋川		
循環器科	脇田				
外科 大腸肛門科	福田	城野	福田	城野	担当医
整形外科	藤松			松藤	藤松
産婦人科	姫野	中	姫野	姫野	姫野 (中)
	中		中		
小児科	神菌	田原	神菌	田原	神菌
眼科	竹下				
泌尿器科	原			熊大	原
耳鼻咽喉科		熊大			熊大
皮膚科				尹	
胃腸 センター	樋川	坂本	原富	福田	和田
	和田	糸永	廣岡	溝部	廣岡
	城野	福田	城野		担当医 (外科)
歯科・口腔外科	福田				
教良木診療所	月	火	水	木	金
午前	廣岡	溝部	樋口	原富	中

- 受付は、午前8時30分から正午12時までです。
- 整形外科は予約制です。ただし、新患・急患の方が優先となります。
- 9月より木曜午後の松藤先生の整形外来（予約制）は、午前10時30分～に変更します。
- 内科は、（火）（木）の午後5～6時までの夕方外来があります。
- 脳神経外科は、第2・4水曜の午後2時より診療を行います（予約制）。
- 小児科の急患は、月～金の午後8時までと土日の正午までは、当直医によるコールがあれば、小児科医が交代で診察します。来院される際はお電話での確認をお願いします。
- 歯科口腔外科は、火・木曜日午後6時まで診療を行います。
- 産婦人科は、木曜日の外来診療を再開します。ただし、木曜日の診療受付は11時までです。
- 教良木診療所は、月曜から金曜の午前中に、担当医師が診療いたします。
- 診療案内は、都合により変更となる場合がありますので、ご了承ください。
- 外科の金曜日担当は、第1・3を福田医師、第2・4を城野医師が行います。外科でないときは、胃腸センター担当となります。

★問合せ先 上天草総合病院

TEL 0969 (62) 1122 (代表)

FAX 0969 (62) 1546

ホームページ

<http://www4.ocn.ne.jp/~kamiama/>

Eメール kamiama@bronze.ocn.ne.jp

変形性膝関節症について 市民健康講座が開催

7月26日、松島総合センター「アロマ」ホールで市民健康講座が開催。今回は、当病院整形外科部長の藤松晃一医師が「変形性膝関節症について」と題して講演しました。



藤松医師は、平成19年5月より就任し、毎日100人近くの患者さんの診察・手術などに当たっており、多忙の日々を過ごされています。

演題の「変形性膝関節症」とは、整形外科で最も多いとされている疾患であり、市民の皆さんも興味を持つての参加だったのか、参加者は、160人を越えました。

まず、膝の解剖から話が始まり、次にレントゲンフィルムを通し、正常の膝と異常の膝の比較について詳しく説明がありました。治療としては、保存的療法（内服、注射、リハビリ）・手術療法などを、藤松医師は一般の方にも分かりやすい内容で、丁寧に話されました。また、自宅でできる運動療法（筋トレ）などの説明もあり、大変好評でした。

参加者には、60歳から70歳代が多かったことから、講演後の質問も膝・腰の痛みに対するものが多く出ていました。

講演後、同科では、講演を聞いた患者さんが受診するようになり、藤松医師は、ますます忙しい毎日となられたようです。



藤松医師の話を熱心に聞く参加者

生涯学習

生涯学習に関する
問い合わせ先

- 社会教育課
☎0969-56-1111
- 中央公民館
☎0969-56-0777
- 大矢野自然休養村
管理センター
☎0964-56-4393

くまもと県民カレッジ

サテライト教室

生き方創造コース

セカンドライフを

どう過ごす？

あなた次第の充実度

ライフスタイルが多様化する時代、自分にあつたセカンドライフを見つけ出すことはとても大切であり、その過ごし方によって人生の充実度が左右すると言つても過言ではありません。人生の分岐点に立つ人を対象にセカンドライフをどのように作り上げるのか？そのヒントを楽しく、和気あいあいと探しに出かけてみませんか！

ユニークな発想を持った超豪華な講師陣が、あなただけに贈る、とっておきの「前向き授業」です。定員になり次第締め切りますので、申し込みは早め！



※原則として、第1、2弾ともに参加してください。

※参加者の年齢、性別等はいっさい不問です。

※第1、2弾ともに定員は30名です。(先着順)

■申込・問合せ先 社会教育課

第1弾 どう過ごす!? セカンドライフ ～あなた次第の充実度～

9月17日(水) 19:30～21:00 場所:アロマ研修室	テーマ:さあ、これからだ!いきいき生きる虎の巻 講師:熊本大学名誉教授 川崎順一郎 先生
9月24日(水) 19:30～21:00 場所:アロマ研修室	テーマ:衝撃!充実した死を迎えるための生活講座 講師:熊本大学教育学部教授 木村正治 先生
10月1日(水) 19:30～21:00 場所:アロマ研修室	テーマ:環境に良いセカンドライフとは? 講師:水俣市久木野愛林館館長 沢畑亨 先生

第2弾 自分^{ひと}のためが、社会のため ～しあわせのグレードアップをめざして～

10月8日(水) 19:30～21:00 場所:アロマ研修室	テーマ:趣味を生かした夫婦の生き方 実践者:嶽下武紀・秀子さん夫婦(ともに剣道7段) コーディネーター:川崎順一郎 先生
10月15日(水) 19:30～21:00 場所:アロマ研修室	テーマ:未定 コーディネーター:木村正治 先生
11月8日(土) 14:00～ 場所:市役所大矢野庁舎	テーマ:里山に立つことの意味を見つけよう! コーディネーター:熊本大学教育学部教授 中川保敬 先生 ※終了後、希望者のみで居酒屋談義を開催(参加料は別途)

※原則として、第1、2弾ともに参加してください。

第2回市民健康講座

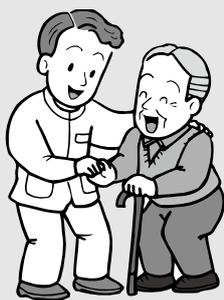
「変形性膝関節症、

まずは減量することから」

平成20年度2回目の市民健康講座が7月26日、総合センター「アロマ」で開催されました。今回は「変形性膝関節症について」と題し、上天草総合病院整形外科部長の藤松晃一先生が講演。高齢者の多くが苦しむ膝の痛みについて、その原因や治療方法などを説明しました。

「ずいぶん長い間、治療をしているが、効果的なりハビリ方法はないか」との質問に対し「予防、治療ともに、体重を減らすことや足腰の筋力をつけることが大切」と話す藤松先生。集まった約200人の参加者たちは、真剣にメモをとりながら聞いていました。

3回目の講座は10月、「歯」について開催する予定です。



10月のお知らせ

※変更などもありますので事前にお問い合わせください

大矢野地区成人大学

- 日時 9月25日(木)
午前9時30分から
- 場所 天草青年の家
- 内容 未定
- 問合せ先 大矢野自然休養村管理センター

松島・姫戸地区 高齢者教室

阿村地区

- 日時 10月14日(火)
午前9時30分から
- 場所 阿村保育園・愛光園
- 内容 ふれあい活動

今津地区

- 日時 10月3日(金)
午前9時30分から
- 10月23日(木)
午前9時30分から
- 場所 (3日) 今津小学校
(23日) アロマ
- 内容 (3日) ふれあい活動
(23日) グラウンドゴルフ

教良木・河内地区

- 日時 10月9日(木)
午後1時50分から
- 場所 教良木中学校
- 内容 ふれあい活動

姫戸地区高齢者学級

- 日時 10月28日(火) 時間は未定
- 場所 姫戸小学校
- 内容 世代間交流

※松島・姫戸地区の問合せ先 中央公民館(アロマ内)

劇団光座の講演は すごい！



8月8日(金)、崇城大学市民ホールで行われた熊本県人権教育研究協議会夏の研究会に出席してきました。

今年は、小国町の劇団光座による「光—the light, the shine」の上映があり、内容は西光万吉の生い立ちから全国水平社の設立までを描いたものでした。

劇団光座は、小国町職員、教職員他一般市民約80名の参加により結成された団体で、正直実際に見るまでは素人の『劇』であろうと高をくくっておりましたが、劇団員の真剣さに驚き、そしていつの間にか見入っている私を含めた観客の姿がそこにはありました。

「なぜ、そこまで真剣なのか？素人なのに・・・」という疑問は、そこに部活問題があるからという安易な理由では片付けることができないほどの出来栄えと情熱が感じられるものでした。

演じる側の気持ちと感じ取る側の気持ちを通じた、とても素晴らしい上映会と、その後の講話会でした。

でも、どうしても文章では伝えることができないことがあります。それをどうやって市民の皆さんにお伝えするのが大きな課題でもあります。

今回の「光—the light, the shine」については、今

後学習会等の場で見せたいと考えておりますし、人権以外の各種講演会についても、素晴らしい講演会に出会った時には、市民の皆さまにも同様の場を提供できるよう取り組んでまいりますので、社会教育主催の学習会・講演会へどうぞお気軽にご参加ください。

【社会教育課 人権推進係 Y 参事】

情報 あ★ら★か★る★と コーナ

おはなし会のお知らせ♪

■図書館おはなし会（30分～1時間）

【大矢野】 9月27日（土）午後2時から（森記念図書館）
 9月20日（土）午前10時から（治郎田公民館）
 9月20日（土）午前10時から（西の浦公民館）
 10月11日（土）午前10時から（西の浦公民館）

【中央】 9月20日（土）午後2時から（アロマ視聴覚室）

【姫戸】 10月11日（土）午前10時から（姫戸図書館）

【龍ヶ岳】 9月20日（土）午後2時から（龍ヶ岳図書館）

【対象：幼児～小学校低学年】

※うれしい話かな！？おもしろい話かな！？

おはなし会の最後には、楽しい折り紙遊びもあるよ♪
 お友達といっしょに来てね！

■あかちゃんおはなし会（約20分）

【中央】 10月1日（水）午前10時30分から（アロマ視聴覚室）

【対象：0歳～未就園児とその保護者】

※絵本の読み聞かせや歌遊び、ふれあい遊びなど盛りだくさんの内容です！

大矢野森記念図書館



おおぞらⅡ（移動図書館）の巡回スケジュールは、ただ今調整中ですので、もうしばらくお待ちください。

ほん — 今月の本 —

テーマはコシッ！

9月は「おじいちゃん・おばあちゃん」

10月は「推理小説」

Books

図書館より

中央図書館 ☎0969（56）0777【「アロマ」呼出】
 ・開館時間 10時～18時（土・日・祝日：～17時）

大矢野森記念図書館 ☎0964（56）4393
 【自然休養村管理センター（旧大矢野公民館）呼出】
 ・開館時間 10時～18時（土・日・祝日：～17時）

姫戸図書館 ☎0969（58）2111【姫戸支所呼出】
 ・開館時間 10時～17時（土・日・祝日：同）

龍ヶ岳図書館 ☎0969（62）0930【図書館直通】
 ・開館時間 10時～17時（土・日・祝日：同）

【全館共通】

●休館日 9月9日～19日、22日、29日、30日
 （9月9日～19日は中央図書館のみ休館）、10月6日、14日、20日、27日、31日

※9月28日（日）は龍ヶ岳図書館のみ臨時休館となります

※全館ともに、毎月最後の日は「館内整理日」でお休みです

※月曜日が定期休館日（祝日の場合は翌日）となります。

●臨時休館のお知らせ

皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしております。中央図書館は9月19日（金）まで蔵書点検および館内整理のため休館しています。

開館は9月20日（土）午前10時からです。これからも図書館のご利用をよろしくお願いいたします。

●ご寄贈ありがとうございました （順不同・敬称略）

吉澤ミカサさん（松島町合津）、野田益美さん（松島町教良木）、上原仁朗さん（熊本市）から図書の寄贈がございました。これらの資料は図書館で有効に活用させていただきます。ありがとうございました。

どんな本? こ～んな本!

～図書館職員のおススメ～

“ボクの、ワタシの オススメ本”特集!

みんなの
オススメ
おもしろそう!

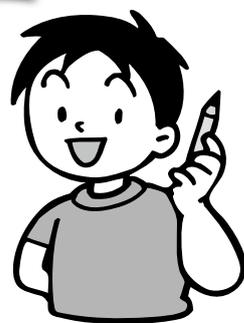


今回は、図書館に来てくれたお友達からオススメを紹介してもらいました。これらの本は図書館にあります。興味を持った人は、図書館まできてください。

●デルトラ・クエスト1 沈黙の森 / エミリー・ロッド



僕はこの本を読んで、主人公たちがモンスターと戦って勝ち、命をすくい宝石を手に入れたところが心に残りました。主人公たちは宝石があると予想し、その予想が当たったのがすごいと思いました。
(小5・男子)



●かいけつゾロリとなぞのひこうき / 原ゆたか



この本の特におもしろいところは、イシシとノシシがラジコン飛行機をぬすんで追いかけられるところで、店員から「うちのラジコンをぬすんだのは、あのぶさいくなイノシシの兄弟です。早くつかまえてください」と言われて必死ににげている様子がおもしろかったです。他にもおもしろいところがたくさんあるので、ぜひ読んでみてください。
(小5・女子)

●フェアリー・レルム 10 虹の杖 / エミリー・ロッド



私のおすすめはこのシリーズで、最終巻のこの本が一段と好きです。ある時、主人公は自分のおばあちゃんが魔法の国の王女様だったことを知り、魔法の扉を開けてもらって行くことになりました。そこでたくさんの友達ができましたが、魔法の国へ行くたびに大変なことが! 私はドキドキするこの最終巻が大好きです。
(小5・女子)



工事等契約結果

- 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
- 8月6日入札
- 中南小学校江後分校解体工事
①大矢野町中地区内②八光海運（株）熊本支店（大矢野町）③5,806,500円④8月～9月
- 樋島港改修（A）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②中央開発（株）（龍ヶ岳町）③16,659,405円④8月～12月
- 樋島港改修（B）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②（資）和田建設（龍ヶ岳町）③21,840,000円④8月～12月
- 樋島港改修（C）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②（有）鬼塚ロード工業天草営業所（龍ヶ岳町）③2,982,000円④8月～10月
- 市道本郷山浦線道路改良工事①松島町教良木地区内②（有）山本商会（松島町）③3,874,500円④8月～11月
- 市道阿村横道古羽根線道路改良工事①松島町阿村地区内②上岡建設（松島町）③3,444,000円④8月～10月
- 女留地区枝線管渠築造工事（その3）①松島町阿村地区内②松永組（松島町）③1,596,000円④8月～10月
- 今村地区枝線管渠築造工事①松島町合津地区内②松永組（松島町）③714,000円④8月～9月
- 中ノ潟地区枝線管渠築造工事①松島町阿村地区内②（有）松原技建工業（松島町）③2,089,500円④8月～11月
- 市道大桜3号線道路維持工事①大矢野町維和地区内②（有）渡辺建設（大矢野町）③1,207,500円④8月～10月
- 市道塩浜1号線道路改良工事①大矢野町維和地区内②（株）千原建設（大矢野町）③3,748,500円④8月～10月
- 市道柳亀の迫線舗装工事①大矢野町中地区内②（有）吉田建設（大矢野町）③1,680,000円④8月～9月
- 市道江樋戸線道路改良工事①大矢野町上地区内②（株）山口工務店（大矢野町）③2,415,000円④8月～10月
- 8月20日入札
- 福留地区枝線管渠築造工事（その1）①松島町阿村地区内②（有）植野建設（松島町）③3,853,500円④8月～12月
- 福留地区枝線管渠築造工事（その2）①松島町阿村地区内②（有）原田建設工業（松島町）③6,699,000円④8月～12月
- 市道船江白涛線舗装工事①大矢野町登立地区内②（有）大和工業（大矢野町）③1,816,500円④8月～10月
- 江樋戸港改修（A）工事①大矢野町上地区内②（有）齋藤建設（大矢野町）③43,470,000円④8月～12月
- 江樋戸港改修（B）工事①大矢野町上地区内②（資）石炭建設（大矢野町）③25,620,000円④8月～2月
- 8月22日入札分
- 上天草港3号護岸災害復旧工事①松島町今泉地区内②（有）原田建設工業（松島町）③13,026,300円④9月～12月
- 問合せ先 市役所 監理課

天草広域連合からのお知らせ

「天草広域連合広報 架け橋13号」6ページ「資源物の出し方」の記事の中で誤りがありました。おわびして訂正します。

【誤】※プラマークの近くに「ボトル：PET」と表示がある場合は、ペットボトルへ分別してください。

【正】※プラマークの近くに「ボトル：PET」と表示がある場合は、**その他プラスチック**へ分別してください。

●問合せ先
天草広域連合 環境衛生課
☎ 0969 (27) 0888

今日からさっそく

介護予防

～ □ 腔 ケア ～

「介護予防」と「口のこと」。一見すると関係のないものと思われるかもしれませんが、それは大きな間違いなのをご存知ですか？

高齢になると食べ物がかみにくくなるなど機能が低下します。そうすると、やわらかいものばかり食べる、人と話すのが嫌になって外に出かけなくなるなど、体は動いて元気でも、低栄養状態になったり、閉じこもりがちな生活になったりと、自分らしく自立した生活を送ることができないということにつながっていくのです。

また、口の中が不衛生になると「誤嚥性肺炎」を起こしやすくなることがあります。この病気を防ぐためにも、口の中を清潔に保つことが重要になります。つまり、口の健康と全身の健康は大きくつながっているのです。

以上のことから、日ごろからのケアが大切になります。大きく分けると、口のお手入れと体操です。お手入れは歯みがきや舌の清掃、義歯の手入れなどです。体操は、舌、唇、ほお、のどの筋肉を鍛えることで、口腔や飲み込みの機能を維持・向上させることができます。

食事を安全に、おいしく食べるためにも、また、生活の質をよりよく保つためにも日ごろからのお口のケアに取り組んでください。

●問合せ先
地域包括支援センター
（松島庁舎）
☎ 0969-56-1111

その他

知っていますか?退職共制度

この制度は、建設現場で働く人のために、「中小企業退職金共済法」という法律により国が作った退職金制度です。

事業主は、現場で働く労働者の共済手帳に働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

●加入できる事業主

建設業を営む人

●対象となる労働者

建設業の現場で働く人

●掛金 日額 310 円

●問合せ先 建退共熊本支部

☎ 096 (366) 5111

NHK 放送受信料の免除基準が変わります

10月1日より障害のある人を

対象とした免除基準が変わります。詳しくは、問合せ先までご確認ください。

【全額免除】

「身体障害者」「知的障害者」「精神障害者」が世帯構成員であり、世帯全員が市町村民税(住民税)非課税の場合に、全額免除となります。

【半額免除】

●資格・聴覚障害者が世帯主の場合に、半額免除となります。

●重度の障害者(身体障害者、知的障害者、精神障害者)が世帯主の場合に、半額免除となります。

●問合せ先

NHK 視聴者コールセンター

☎ 0570 (077) 077

9月24日～30日は「結核予防週間」です

9月24日(水)～30日(火)までの1週間は「結核予防週間」です。これは市民皆さんの結核に対する関心を高めさらに、知識を

深めるために実施されます。

結核は人から人へうつる病気で「日本最大の感染症」と呼ばれています。初期症状はカゼとよく似ていますが、咳やタンが2週間以上続く場合、結核を疑って早めに医療機関で受信する必要があります。

正しい知識を身につけ、自分の身を結核から守りましょう。



●問合せ先

○天草保健所

☎ 0969 (23) 0172

○財団法人結核予防会 HP

<http://www.jatahq.org/>

携帯メールサービス

台風による停電時には、登録いただいた携帯電話に停電情報をメール配信いたします。詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

●災害が起きたら

もし、切れた電線を見たら?

切れた電線を見つけたら、危険ですので絶対に触らずにお近くの九州電力へご連絡ください。

●停電に備えてご準備ください。

停電時に必要なもの(例)

- 携帯ラジオ □ 懐中電灯
- 飲料水 □ 携帯電話の充電器(電池式)
- 乾電池 □ ため水(生活用水)

なお、強風で飛ばされるおそれがあるものは、あらかじめしっかり固定しましょう。

携帯電話版ホームページ

<http://kyuden.jp>

パソコン版ホームページ

<http://www.kyuden.co.jp>



2次元コード

九州電力からのお知らせ
台風時の停電に備えて
台風などの災害に伴い停電が発生するおそれがありますので、日ごろから確認しておきましょう。



相 談

10月20日～26日は、 秋の行政相談週間です

10月20日から始まる秋の行政相談週間は、行政相談制度を皆さんに理解していただき、その利用を促進するために実施されます。行政に関する苦情、要望および意見などがありましたら、行政相談委員にお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守されます。

●大矢野地区

○日時 10月9日(木) 午後1時～4時、10月16日(木) 午前10時～午後3時

○場所 大矢野老人福祉センター

○行政相談員 羽室 アツミさん

●松島地区

○期日・場所

10月2日(木)社会福祉協議会松島本所、

10月21日(火)松島保健センター

○時間 午前10時～午後4時

○行政相談員 本多 律子さん

●姫戸地区

○日時 10月23日(木)

午前10時～午後1時

○場所 姫戸老人福祉センター

○行政相談員 山口 洋一さん

●龍ヶ岳地区

○日時 10月24日(金)

午前10時～午後3時

○場所 龍ヶ岳統括支所

○行政相談員 藤枝 義信さん

●問合せ先 市役所 総務課

年金相談

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 10月17日(金)

午前10時～午後3時

●場所 大矢野庁舎

書庫棟1階 会議室

○特別便のみ

●日時 10月24日(金)

午前9時～午後3時30分

●場所 松島庁舎2階 会議室

●予約・問合せ先
市役所 市民窓口課

行政書士による市民公開講座 および無料相談会

【市民公開講座】

●日時 10月1日(水)
午後2時～4時10分

●場所

熊本市民会館2階大会議室

●参加費 入場無料

●公演

○「相続は遺言の時代」

熊本県公証人会 公証人

武部正三氏

○「あいた しもた そん前に
頼れる街の法律家へ」

タレント 大田黒浩一氏

●申込方法 整理券を配布しますので、9月24日(水)までに、ご連絡ください。

●定員 250名

【無料相談会】

●相談内容

①各種許認可・登録に関すること

②会社・医療法人・共同組合などの法人設立に関すること

③遺言・相続に関すること

④経理記帳・内容証明書・契約書の作成に関すること

○電話無料相談会

行政書士の業務に関し、電話で相談に応じます。

●日時 10月6日(月)

午前10時～午後4時

●電話番号 問合せ先まで

○街頭無料相談会

電話での相談が難しいケースやご来場いただける皆さまへ、専門の行政書士が直接面談で相談に応じます。

●日時 10月29・30日(水・木)

午前10時～午後4時

●場所 熊本交通センター地階「観音の泉前広場」

※行政書士には、守秘義務が課せられていますので、安心してご相談ください。

●問合せ先 熊本県行政書士会

☎096(385)7300

ねんきんで笑顔

未来のかけはし 国民年金

龍ヶ岳町樋島で
いけす旅館ことぶきを営む
長船さん一家



長船 幸 義さん (69・国民年金)
フジ子さん (76・ ")
裕 輔さん (41・ ")
くるみさん (44・ ")
寿 貴くん (14)
あかりちゃん (13)
ひかりちゃん (13)

今回は、龍ヶ岳町樋島にお住まいで、親子3代に渡り、旅館業を営む長船さん一家をお尋ねしました。

「今の宿になって28年目。旅館業ひと筋で国民年金を払い、今は受け取る身となり、おかげさまで孫と一緒に生活ができ、楽しい毎日です」と話すのは、お婆ちゃんのフジ子さん。

長船さん一家のモットーは、必ず家族全員で食事をとること。仕事、部活の後にみんなで一緒に食べる夕食は、幸せそのもの。外食するのも家族みんなの楽しみだそうです。

65歳から一生涯、老齢基礎年金が支給されます。(終身保障)
平成20年度年金額は、792,200円(満額)となります。

(国民年金係)

「ねんきん特別便」年金記録の確認にご協力ください

※まだ回答をいただいていない人がいらっしゃいますので、ご注意願います。

・年金記録に「もれ」や「間違い」がないか十分にご確認ください。

・「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も、必ずご回答ください。

※年金記録が変われば、正しい年金額をお受け取りいただけることとなり、年金額が増える可能性が高いので十分にご確認ください。

●質問・問合せ先

「ねんきん特別便専用ダイヤル」

☎0570(058)555

IP電話・PHSからは

「☎03(6700)1144」

にお電話ください。

試験・講習会

平成20年度第2回危険物取扱者試験および準備講習会

- 試験
- 種類 甲種、乙種第1～6類、丙種
- 期日 11月16日(日)
- 場所 熊本市、玉名市、八代市、天草市
- 受付期間 9月17日(水)～25日(木)
- 準備講習会(期日・場所)
- 10月16日(木)～17日(金) やつしろハーモニーホール
- 10月18日(土)～19日(日)、23日(木)～24日(金)、25日(土)～26日(日) 熊本市流通情報会館
- 10月29日(水)～30日(木) 天草教育会館
- 11月4日(火)～5日(水) 玉名市民会館
- 前日講習 11月15日(土) 熊本市流通情報会館
- 受講請願の請求・問合せ先
- 大矢野分署 ☎0964(56)1048
- 松島分署 ☎0969(56)1131
- 東天草分署 ☎0969(62)0142

船員安全衛生講習会

毎年9月は、船員労働安全衛生月間です。52回目となる今年のスローガンは、「小さな指摘で大きな成果、明日の未来へ安全航海」です。また期間中、次のとおり船員の安全衛生に関する講習会を開催します。

- 日時 9月24日(水) 午後1時30分～3時30分
- 場所 松島総合センター 「アロマ」研修室
- 講演 「船員労働の安全対策」、「生活習慣病(メタボリックシンドローム)」について
- 問合せ先 九州運輸局熊本支局 ☎0964(52)2069

松商開放講座

- 講座期間(予定日) 10月27日(月)、28日(火)、31日(金)、11月4日(月)、5日(火)、7日(金)、11日(火)、12日(水)、14日(金)の計9回
- 時間 午後7時～9時
- 内容 パソコン基礎講座・中級講座(Word・Excel・年賀状作成)
- 定員 20名
- 対象 熊本県民の方で、上記の受講期間を通じて受講できる人。年齢性別は問わない。
- 費用 無料 (※教材代1,000円が必要)
- 申込期間 10月1日(月)～14日(月)
- その他 希望者多数の場合は、初心者や初めて受講される人を優先
- 申込・問合せ先 熊本県立松島商業高等学校 ☎0969(57)0131

パソコン技術講習会受講生募集

県では、就職を希望する人を対象に、就職に必要な技術の習得を目的とした講習会をくまもと県民交流館パレアで実施します。

- 受講資格 次のすべてを満たす人。・就職を希望し、受講終了後すぐに仕事に就きたい人・雇用保険受給の対象外である人・全日程出席できる人・熊本県内在住・現在、学生ではない人・過去に同一内容の当センター講習会を受講していない人
- 受講期間 11月17日(月)～12月18日(木)※昼間
- 内容 パソコンの基本操作から表計算ソフト「Excel」の習得まで。パソコン表計算3級の検定試験を実施。託児あり(2歳～就学前まで)
- 受講料 無料(教材費・検定料12,000円程度必要)
- 定員 20名。選考により決定。
- 申込受付日時 10月8・9日(水・木) 午前10時～午後3時

- 申込受付場所 くまもと県民交流館パレア
- 問合せ先 パレアしごと相談・支援センター ☎096(355)4309

就職スキルアップセミナー受講生募集

就職活動に必要な知識、技能を身に付ける「就職スキルアップセミナー」(パソコン講習含む)です。受講料は、無料です。

- 対象 求職者 (在学・在職中の人を除く)
- 日時 11月11日(火)～11月15日(土)のいずれも午前9時30分～午後4時30分
- 場所 天草市民センター
- 定員 20名 (定員になり次第締め切り)
- 内容 1～4日目は、ワード・エクセルの基礎講習や履歴書・職務経歴書の書き方など。5日目は希望者のみ、エクセルの応用講習を行います。
- 申込方法 電話で申込先まで
- 申込・問合せ先 (財)熊本県雇用環境整備協会 ☎096(382)5445

職業訓練生の募集

- 対象 身体障がい者・精神障がい者・難病
- 定員 10名
- 内容 Windowsの基本操作、ブラインドタッチ、Word・Excelの基本操作、パソコン会計、CS検定3・2級対策、ビジネス概論、ビジネスマナー、
- 受講料 無料 (※テキスト代8,000円が必要)
- 募集期間 10月1日(水)～11月11日(木)
- 訓練期間 12月2日(火)～翌年2月27日(金)
- 場所 (有)マリオネット(熊本市神水)
- 駐車場 有り(月3,000円)
- 問合せ先 熊本高等技術訓練校 ☎096(378)0121

エコライフ体験教室

環境への負荷を少なくするライフスタイルを考え、消費行動を工夫し、環境に優しい暮らし方を学び、生活を見つめ直してみませんか？

当日は、環境に優しい商品を探し、選ぶ目を養う「エコショッピング」、待機電力を測定するほか、省エネへの取り組みを考える「エコカルテ」、ごみや使う水を少なくし、水を汚さない調理方法を考え、体験する「エコキッチン」、生活の中の省資源について考える「エコスリム」の4つの分科会に分かれて、学習・体験します。

- 日時 10月26日(日)
午前11時～午後3時
- 場所 天草中央公民館
- 定員 60名
(申込多数の場合抽選)
- 対象 一般、親子(中学生以上)
- 参加費 無料
- 申込締切 10月16日(木)
- 問合せ先 熊本県環境センター
☎0966(62)2000
<http://www.kumamoto-eco.jp/kankyocenter.html>

マイバッグキャンペーン

10月は3R【排出抑制(リデュース)・再使用(リユース)・再生利用(リサイクル)】推進月間であり、レジ袋の削減に向け『買い物袋持参運動(マイバッグキャンペーン)』などを実施します。

- ①平成20年度熊本県ごみゼロ推進県民大会
- 日時 10月1日(水)
午後2時～
- 場所 くまもと県民交流会館パレア
- 入場 無料
- 内容 講演「未来の子どもたちに美しい自然を残したい～ユニーの進めているレジ袋削減～」、実践発表など
- 講師 百瀬則子氏 ユニー(株)環境社会貢献部長
- ②レジ袋削減に向け各店舗による一斉行動
参加店は県のHPに掲載

- 問合せ先 熊本県廃棄物対策課
☎096(333)2277

第9回健康日本21全国大会

「健康日本21(21世紀における国民健康づくり運動)」の普及、推進と健康づくりに関する情報発信を目的として、次のとおり開催します。多くの方々の参加をお待ちしています。

- 日時 10月4日(土)
午後1時～4時40分
- 場所 熊本県立劇場
(熊本市大江2-7-1)
- 関連行事 健康づくりに関する展示、ウォーキング大会
- 問合せ先 県庁生活習慣病対策室
☎096(333)2252

くまもと健康づくり応援店

県民の方々の健康づくりを支援する「くまもと健康づくり応援店」を募集します。

- 対象 飲食店、弁当・総菜店など
- 内容 食事バランスガイドの表示、ヘルシーメニューの提供、ヘルシーオーダー実施の中から取り組む項目を選ぶことが要件
- 締切 11月28日(金)
- 問合せ先 天草保健所
☎0969(23)0172

県職員出前講座「パートナーシップ・セミナー」

県では、重点的に取り組んでいる施策や事業について、職員が集会や職場に出向いて説明や意見交換を行う「県職員出前講座『パートナーシップ・セミナー』」を実施しています。

今年度はテーマをさらに充実し、「KANSAI戦略の推進」など全160テーマを用意していますので、どうぞご利用ください。申込方法など、詳しくは熊本県ホームページをご覧ください。

- 問合せ先 熊本県行政経営課
☎096(333)2058

善意に感謝

■ボランティア活動

市内の福祉施設(松朗園・きららの里・南風苑)にボランティアサービスをした方々を紹介します(敬称略)。

- 水野国夫先生●濱口民謡教室●次郎丸老人会●西本書道教室●釜老人会●西山カラオケ教室●樋島保育園●大道小学校音楽部●中田理髪店●ノウブル●松尾ノリ子●菓子工房アローム●瑞穂旭城会●小野こころ●吉永フラスクール●琉球国太鼓●上北小学校●関西都今村組●本郷地区絵手紙もみじ会●タカシスタジオ●天理教●木村政恵●吉川キヨカ
- 広報に寄付
- 植野強(福岡県北九州市)

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・企業誘致課・会計課・議会事務局・農業委員会事務局・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

市のデータ

平成20年
8月31日現在

人 口	33,200人
男 性	15,570人
女 性	17,630人
世 帯 数	12,331戸
市 の 面 積	126.12km ²

税のひろば

9月の納税

- 国民健康保険税 第4期
- 介護保険料 第4期
- 納期限 9月30日(火)
- 口座振替日 9月25日(木)
- 問合せ先 市役所 税務課

平成20年度第5回公売会

- 日時 10月23日(木)
午前8時30分開場
- 場所 松島総合センター
「アロマ」
- 出品予定
電化製品、食器ほか多数
- 問合せ先 市役所 納税課

イベント・募集

天草八代架橋地域説明会

- 期日(9月)・場所
 - 17日(水)・農村婦人の家
 - 18日(木)・上公民館
 - 24日(水)・中公民館
 - 25日(木)・維和出張所
- 時間
午後7時30分～午後9時
- 主な内容
PRビデオ放映、期成会活動報告、懇談会など
- 問合せ先
天草・八代架橋建設促進民間期成会 事務局 嶋崎
☎090(5748)9531
<http://tenpachi.main.jp>

2008キッズ&ジュニアサッカーフェスティバル

- 幼児から小学3年生を対象とした同フェスティバルが次のとおり開催されます。
- 期日 10月18・19日(土・日)
 - 場所 松島総合運動公園・総合センター「アロマ」
 - 後援 上天草市
 - 主催・問合せ先
NPO法人熊本県キッズサッカー協議会
☎096(351)1140

農林水産課よりお知らせ さんばーるより生産者募集

上天草物産館は昨年増設を行い広くなりました。

今回は、特に、大矢野町以外の人を対象に、生産者募集説明会を次のとおり実施します。

出品物により、各部会を作り進めておりますが、出品物の内容によっては会員参加できないものもありますので、詳しくはお問い合わせください。

- 期日 10月2日(木)
- 午前の部
 - 時間 午前10時
 - 場所 松島総合センター「アロマ」
- 午後の部
 - 時間 午後1時30分
 - 場所 龍ヶ岳統括支所
- 問合せ先
上天草物産館さんばーる
☎0964(58)5600

「空の日」フェスタ in天草空港2008

- 日時 9月23日(祝)
午前9時～午後2時
- 場所 天草空港交流広場
- 内容 対空通信室見学、航空教室、紙飛行機コンテストなど催し多数
- 問合せ先 天草空港管理事務所
☎0969(57)6111

市民公開講座 「分かりやすい肝臓病のお話」

- 期日 10月26日(日)
- 場所 天草地域医療センターヒポクラート
- 費用 無料
- 内容
 - 肝臓病の話
(午後2時～3時20分)
 - 相談コーナー
(午後3時30分～4時)
- 問合せ先
天草地域医療センターヒポクラート
☎0969(24)4111

「くまもと教育の日」 県民フォーラム

- 日時 11月1日(土)
午後1時～
- 場所 熊本県立劇場演劇ホール
- 講師 蒲島郁夫熊本県知事
- 参加料 無料
- 定員 1,000人
- 申込締切 9月22日(月)
- 申込・問合せ先
熊本県教育庁教育政策課
☎096(333)2673

天草浜辺の自然教室

無人島に渡って海岸の生き物を観察しよう!

- 日時 9月27日(土) 午前10時20分～午後2時30分
- 場所 法ヶ島(牛深沖)
- 集合場所 うしぶか海彩館
- 定員 20人(小学生以上)
- 参加費 500円
- 準備物 問合せ先まで
- 申込締切 9月24日(水)
- 申込・問合せ先
環境省天草自然保護官事務所
☎0969(23)8366

白嶽を歩こう!

天草の自然を満喫し、心も体も軽くしませんか?



- 日時 10月26日(日)
午前10時～午後3時
- 集合場所
松島総合センター「アロマ」
- コース 九州自然歩道 観海アルプスコースほか
- 定員 25人(小学3年生以上)
- 参加費 500円(保険代)
- 準備物 問合せ先まで
- 申込締切 10月22日(水)
- 申込・問合せ先
環境省天草自然保護官事務所
☎0969(23)8366



8月23日
ほっと祭



関西京都
今村組ライブ



8月15日
夏夢音 HIMEDO
夏祭り



▲8月14日 蔵々地区盆踊り



▲8月14日 岩谷納涼夏祭り



8月14日
龍ヶ岳夏祭り



ぬっかですすね。8月後半の雨の後、朝・夕が少し涼しくなりましたが、まだまだタオルが手放せない木魚です。ここ最近、不思議なことが起こりました。会う人、会う人に「やせたっじやなかつか?」と言われるのです。汗っかきでメタボな私。アセメダスの赤マーク状態の日々でしたが、貯蓄した脂肪の利率が良いんでしょうか。お腹は掴めても、シッポ!?は掴めないようです。

今月もたくさん催しがありました。駐車場係やスタッフの皆さんお疲れさまでした。全てを載せることができず、写真だけとなりましたがご勘弁ください。実は、今号もよんこつ作り上げることができました。私は、人に恵まれているなあと本当に感謝する次第です。ありがとうございます。

さて、今号を終えようとしているとき、夏バテに関する記事を偶然読みました。夏バテは医学的に解明されておらず、自然の摂理とあります。そのときなぜか私は、3年前の広報担当になったときに、広報のお師匠さんが話していたある言葉を思い出しました。

『降らない雨はなく、やまない雨もない、曇りのち雨でも、雨のち曇りでもいつかは青空に変わる日がくる』

(木魚)

編集後記
感謝