

上天草

2011年
6月号
No.97

人と海のふれあうまち



松商生 剛健ふるう！ 松島商業高校体育大会

今月の
内容

- 市長所信表明 …………… P 2～7
- 健康ガイド…………… P 12～15
- ウェルカム市長室 …………… P 8
- 市立病院だより…………… P 16～17
- 被災地派遣職員レポート…………… P 9
- 生涯学習・図書だより…………… P 18～19
- まちの話題 …………… P 10～11
- お知らせ…………… P 20～31

「経済の振興・生活基盤の整備」を重点に

5つの基本理念で飛躍を目指す

平成23年定例市議会の開催に当たり、私の市政への所信を述べ、議員各位並びに市民の皆様には深い御理解と御協力を賜りたいと存じます。

先般、実施されました市長選挙におきまして、市民の皆様には多大なご支援を賜りながら市長に就任させていただきました。これから4年間の市政運営を担わせていただくことになりました。

さて、上天草市が誕生して、早いもので7年が経ちました。私の1期目である4年間は、行財政改革のスピードを加速させ、山積する行政課題の解決に向けた取り組みに重点を置き、じみちに基礎体力づくりに邁進してまいりました。

その結果、財政の健全化という面では、上天草市が飛躍するための土台ができたものと考えております。あらためて市民の皆様には感謝申し上げます。

2期目となる今後の4年間につきましては、これまでの「財政健全化・行政改革」中心の行政運営から、いよいよ「経済の振興・生活基盤の整備」に軸足を移しながら、これらを重点的に推進したいと考えており、そういう意味では、本市の飛躍に向けた

新たなステージに踏み出すこととなります。私が目指す市政運営の基本理念としては、次の5つを掲げ、

- ①安心・安全、災害に強い
まちづくりの推進
- ②雇用の創出と所得向上を中心とした抜本的な過疎化対策
- ③健康的な暮らしと
生きがいのある生活の実現
- ④豊かな教育を実現するための
教育・文化施設の整備
- ⑤行政・議会の改革と
合併に係る諸問題の解決



上天草市長 川端祐樹

総務企画部門

市民の皆様が活力を取り戻し、安心と信頼の中、心豊かに暮らせる自治体を目指すとともに、未来永劫にわたり平和を享受でき、そして繁栄する社会を実現するために、引き続き職員と一丸となつて、全身全霊をかけて取り組んでまいります。

■防災対策

安心・安全、災害に強いまちづくりに向けて、今年3月に発生しました東日本大震災を教訓として、海に囲まれた本市におきましても地震、津波等の災害に対する対策の強化を図るため、本市防災計画の総点検の実施と併せて、有事の際の避難場所及び災害用品の備蓄体制を整備してまいります。



なお、消防署、警察署、海上保安庁等と連携して実施している総合防災訓練につきましては、2年ごとの開催から、毎年開催に変更できるよう関係機関と協議してまいります。

さらに、住民の防災対策としまして、早急に取り組むべきことは、本市の自主防災組織としては59行政区(4, 127世帯)が結成され、世帯割合では34%の結成状況となっております。このたびの震災を受けた地域におきましては、自主防災組織が果たした役割が非常に大きかったことから、関係団体等と協力体制を構築しながら、未結成0(ゼロ)を目指していきたいと考えております。同時に既存の組織に対しましても、地区住民がお互い助け合う避難、救助等の訓練の重要性や防災意識の向上を図るための啓発活動を促進してまいります。

■松島庁舎建設

新松島庁舎の建設につきましては、昨年度の松島庁舎建設検討委員会からの答申等を踏まえて策定中の「松島庁舎建設基本構想」に基づき、今年度中に基本設計及び実施設計等に取り掛かることとしており、市民の安心・安全な暮らしを支える拠点となるような庁舎を目指し、平成25年度までの完成に向けて取り組んでまいります。

また、新姫戸地域振興センターにつきましても、建設予定地としている永目地区埋立地の敷地内における建設位置やその他必要と思われる機能等について今年度中に議論しながら、基本的な考え方となる基本構想を今年度中に策定のうえ、早期完成に向けて取り組んでまいります。

■交通網の整備

地域交通網対策につきましては、本年3月12日に九州新幹線鹿児島ルートが全線開業し、特に関西・中国地方から熊本県までの移動時間が大幅に短縮されたことにより、県内への観光客の増加が期待されることから、公共交通機関を利用して本市を訪れるお客様の利便性を向上させるため、今年度は、「食事と温泉」を組み合わせながら主要観光スポットを巡る新たな観光体験型の循環バスの運行を開始しており、既存の路線バスや船舶等の充実と併せて、今後も市民の利便性の向上や観光振興策の一つとしての役割を担う地域交通対策を推進してまいります。

■上天草高校支援拡充

市総合計画に掲げる「高校生地元通学増構想」及び、上天草高校の開校に伴う「魅力ある高校づくり」を実現するための支援策を拡充するため、本議会において「上天草高等学校応援基金」の設置を提案いたします。



■地デジ対策

地上デジタルテレビ放送(地デジ)につきましては、本年7月24日に地上アナログテレビ放送が停波し、地デジに完全移行いたします。市では、これまでに共聴施設の新設・改修への支援などにより随時対策を進めておりますが、これらの対策が間に合わない世帯に対するセーフティネット対策(暫定的に衛星放送で地デジを見ること)や、高齢者の一人暮らし世帯の巡回相談を行い、まずは、地デジ完全移行後にテレビが見れない世帯が発生しないよう、万全の体制で対策を進めてまいります。

■行政改革

行政改革につきましては、平成17年度に策定した行政改革実施計画が終了したことを受け、今後も引き続き行政

改革に取り組むため、「第2次行政改革実施計画」を平成23年5月に策定いたしました。この第2次計画では現在の景気が低迷している状況から、経済振興を図るべき時期ととらえ、住民の負担を伴わないよう、行政内部の改革や行政サービスの改善に重点を置いた計画としており、平成25年度までの計画に基づき取り組んでまいります。

■地域情報化の推進

地域情報化につきましては、地域公共ネットワークや情報通信格差是正のための高速ブロードバンド網の基盤整備に向けた検討に着手するとともに、東日本大震災においては、行政が持つ住民情報が消失し行政サービスが機能しなくなった状況が見受けられたことから、市民の皆様の大切な情報を確実に守るため、自治体クラウドなどの導入について検討しながら、行政が果たすべき機能が損なわれない体制づくりを進めてまいります。

※自治体クラウド：災害などでのデータ喪失を防ぎ、管理コストを削減するために、住民基礎データなどを他市町村と統合したデータセンターで運営すること。

経済振興部門

■観光振興

本市の重要な基幹産業の一つとなっている観光産業につきましては、昨年6月に発足しました「あまくさ四郎郎

光協会」の組織力強化を図りながら、積極的な支援と連携による振興策を展開してまいります。観光客の消費活動がもたらす経済効果は、観光産業や関連する広範な産業及び行政区域を越えて地域に波及すると言われておりますので、地域経済の実態を把握しつうえで、地域経営の視点に立ち、この経済効果を最大限引き出すためのシステムづくりを進めていく必要があると考えております。

また、本年、3月12日の九州新幹線鹿児島ルートの全線開業により、本市と関西・中国地方との時間的距離が確実に短縮されましたが、これらの地域における上天草市の認知度につきましては、まだまだ十分とは言えませんので、これまで以上に積極的な情報発信とPR活動等を行いながら、本市への誘客を図ります。

■商工業振興

商工業の振興と活性化につきましては、地域の活力と直接結びついておりますので、商工会をはじめ関係機関や地元商店街等との連携のもと、事業者や消費者のニーズを的確に把握しながら、必要な制度構築と施策を実施してまいります。

■消費者行政

地方消費者行政の推進につきましては、本年、4月1日に開設しました上天草市消費生活センターを中心に消費者相談や被害防止のための啓発活動等を実施しながら、消費者の安全・安心の確保に努めてまいります。

■海運業振興

海運業の振興につきましては、船主や海運組合等との意見交換や協議による現状の把握を十分行いながら、内航海運業界が抱える船員の高齢化・不足、安全管理に対する要請の高まり、船舶の老朽化、燃料の高騰などに対する支援策等の検討を進めてまいります。

■企業誘致振興

企業誘致に係る取組みについては、新たな雇用の創出を目指し「地場産業の振興」「企業誘致の推進」の二本の柱を掲げ、地域経済の活性化による市民所得の向上に向けて取り組んでまいります。平成22年度には「食」に関連した企業誘致が生まれたところでありますが、今後さらに上天草の特性である海産物、すばらしい環境を生かしながら企業誘致の促進を図ります。併せて、企業の進出にかかせない事業用地の確保、開発を模索し企業誘致に係る条件整備を進めます。



■地場産業振興

地場産業の振興については、特に製造業に力点を置いています。「ものづくり」は付加価値を高め、総生産額を向上させることにより、継続発展可能な市民の所得向上に繋げるためのものです。既設の上天草市工業会の活性化を含め地域内受発注の増加と市外企業との事業提携促進のサポートを進めます。また、地域経済の活性化を目指し、各関係産業団体、市関係部課及び商工会等の関係者で構成している経済振興戦略会議において経済振興戦略の策定を行い、迅速に施策へ反映実行していくこととします。

■一次産業の振興

本市の一次産業は、高齢化、担い手及び後継者の減少、集落機能の低下、市場価格の低迷など、農林水産業を取り巻く環境はますます厳しさを増してきているため、継続的で安定した生産や所得向上に向けた振興策を講じてまいります。

■農業振興

農業振興につきましては、本市の豊富な農林水産物の高品質化と安心安全な産物の提供を積極的に促進・支援を行うとともに、生産者と消費者との共生関係に基づく地産地消を推進し、特に学校給食における地元食材の利用を進めてまいります。

農産物振興につきましては、本市の豊富な農林水産物の高品質化と安心安全な産物の提供を積極的に促進・支援を行うとともに、生産者と消費者との共生関係に基づく地産地消を推進し、特に学校給食における地元食材の利用を進めてまいります。

建設部門

■道路整備

本市の道路整備充実のため、社会資本整備総合交付金事業で2路線、起債事業で12路線の道路改良事業を推進してまいります。このうち交付金事業の2路線につきましては、本年度で完了いたします。また、市道の維持補修、舗装の補修等につきましては、安全性を図るため早急に対応するように努めてまいります。

■港湾整備

港湾事業につきましては、上天草港及び阿村地区の阿村港区を引き続き整備してまいります。

■国道266号整備

国道266号線の整備促進につきましては、本市の流通経済の発展と地域活性化を図るうえで、早期の整備を強力に推し進めていかなければならないと考えており、龍ヶ岳地区の総合病院前から白浜地区までの未改良区間や望薩峠倉岳間の早期着手、さらには二間戸地区ヤマハ前の未改良区間の早期着手に向けた事業促進を関係機関に強く要望してまいります。

熊本天草間幹線道路につきまして



特に、上天草物産館「さんばーる」を本市農林水産物の情報発信源と位置づけ、市民や観光客など消費者の方々へ新鮮でおいしい産品を提供していくとともに、市外に対して販売促進を行う拠点づくりを進めてまいります。また、農商工連携のための基盤を整備し、「農林水産物加工開発研究センター」を活用しながら、農林水産物の加工品の開発を推進するとともに、一次産品に限らず、付加価値の高い商品のオリジナルブランド化を図り、都市圏等に向けた販売促進活動への取組みを強化してまいります。



耕作放棄地の解消対策につきましては、農地及び地域の景観を保全する観点から、認定農業者等による担い手の確保を行いながら、民間企業等への農用地の貸借による流動化を促進し、地域の活性化と農地の有効利用を図ってまいります。

土地基盤整備につきましては、大矢野北部広域農道の用地買収を一部残しておりますが、早期供用開始に向けて

は、天草地域の発展と流通経済の振興を図るため、三角大矢野間の用地交渉を積極的に進めるとともに、幹線道路整備促進期成会と連携しながら、早期供用開始に向け強く要望してまいります。

■水環境整備

水環境関係では、本市の汚水処理人口普及率は39・8%と県下でもかなり低い現状であります。産業の基盤となる公共用水域の水質保全や、市民の住環境の向上のために、下水道への接続の推進を強化するとともに、合併浄化槽の普及を強力に推進してまいります。

■公営住宅

また、松島地区の下水道施設につきましては、管渠整備から30年余りが経過し老朽化が進んでいますので、事故発生や機能停止を未然に防止し、コスト最小限の観点を踏まえ、「下水道長寿命化計画」を策定致します。

公営住宅におきましては、全棟のうち約70%が築後36年を経過しており、建てかえの時期を迎えておりますが、まずは市営住宅ストック総合活用計画に基づき、既存の市営住宅の補修等による維持管理を行い、延命化を図ってまいります。

市民生活部門

■市民窓口業務

市民窓口業務につきましては、住民

努力してまいります。なお、上島中央地区農道整備及び荒木浜ほ場整備につきましては、工事が完了していることから、今後の農業振興に寄与されることと思っております。

地球温暖化防止の有効な手だてである森林の整備につきましては、ますますその役割が大きくなりつつありますので、今後とも森林組合との連携を図りながら、引き続き推進してまいります。

■水産振興

水産振興につきましては、市内一円に鯛・ヒラメ・車海老・ガザミの稚魚などの放流を行い、市単独では、タコツボ・イカ産卵籠投入・アサリ稚貝放流など資源確保に取り組んでまいります。

■漁港整備

漁港整備につきましては、熊本県指定の重要漁港であります大道漁港(葛崎地区)の整備を継続実施し、大矢野・松島地区漁村再生交付金事業では新たに蔵々漁港と貝場漁港の整備を進めてまいります。

漁港整備につきましては、熊本県指定の重要漁港であります大道漁港(葛崎地区)の整備を継続実施し、大矢野・松島地区漁村再生交付金事業では新たに蔵々漁港と貝場漁港の整備を進めてまいります。

とした、上天草市環境基本計画を平成22年度に策定いたしました。本市の美しい自然をより健全な状態で次世代に継承するために、「健康的な暮らしと生きがいのある生活を実現する」という重点戦略のもと、環境の保全及び創造に関する施策を総合的かつ計画的に推進してまいります。

有明海・不知火海の再生と自然環境の保全につきましては、地域の清掃や海岸のクリーン作戦などのボランティア活動などを通じた環境美化意識の向上や有用微生物群を活用した環境対策の推進にむけて、市民・行政区・各種団体等と連携を図りながら取り組んでまいります。

■温室効果ガス・廃棄物抑制

温室効果ガスの排出抑制に向けた取り組みとして、太陽光発電システムを導入する市民への助成事業やレジ袋削減推進運動及び、電気式生ごみ処理器設置補助事業を継続して実施するとともに、資源循環型社会の構築に向けた廃棄物の減量及び再資源化が一層進むよう、今後とも市民の皆様や事業者と協力しながら進めてまいります。

■環境衛生業務

環境衛生業務につきましては、市が実現すべき環境像を「人と海がふれあう環境にやさしいまち 上天草市」



環境衛生業務につきましては、市が実現すべき環境像を「人と海がふれあう環境にやさしいまち 上天草市」

■地籍調査事業

地籍調査事業につきましては、大矢野町湯島地区（面積で0.75㎢、7字2,030筆）の地籍調査事業成果の閲覧及び平成21・22年度調査地区の数値情報化業務委託を実施し、今年度もって事業を完了する予定です。

健康福祉部門

■国民健康保険事業

保健事業でございますが、少子高齢化が進む中、生活習慣病や要介護高齢者の増加が懸念されています。すべての市民の皆様が生涯を通じて、健康で生きがいをもって、心豊かに暮らせるような環境づくり、健康づくりを進めてまいります。その実現に向けて、乳幼児から高齢者までのライフステージに合わせた健康づくりと、青年期から健診や健康への関心をもち生活習慣病予防の行動がとれるよう支援し、生涯を健康で過ごせるために市民一人ひとりが健康づくりや食育活動を積極的に実践できる各種事業を展開してまいります。

本年度は、本市の健康課題への取組みとして、大きく2つの事業について新たに実施してまいります。一つは市民への健康意識の啓発を図るために、「健康の日」を毎月15日に制定し、「健康でいこう、検診にいこう」をキャッチフレーズに広報や各種イベント行事での啓発を取り組んでまいります。

教育部門

■学校教育の充実

学校規模適正化計画に基づく学校統廃合の進捗状況につきましては、ほぼ計画どおり進めており、本年度は中学校合わせて20校となりました。この学校で学ぶ児童生徒の教育環境を最大限に整え、子どもたちの心身の健やかな育成と、学力の充実におよ一層努めてまいります。



具体的には、市の教育振興基本計画を策定し、上天草で育つ子どもの目標を定めます。また、学校耐震化を計画的に進めるとともに、施設の充実を図ります。さらに、指導体制を充実し、教職員の能力と資質を高めてまいります。また、子どもに向き合う時間を確保するため、教職員業務を支援するコンピュータシステムとその指導を普及してまいります。

【市長所信表明】

学校統廃合につきましては、本年度



二つ目は、市民の皆様の健康と特定受診率の向上を図るため、市内にモデル地区を選定して「健診を通じた生活習慣を見直しや健診受診勧奨、食の講話、運動の体験、医師の講話」等を集中的に実施する「モデル地区健康事業」を今年度から2年間取り組んでまいります。

また、食生活改善推進委員、母子健康推進員の皆様と協働して食育の大切さを普及しながら、さらに健康づくりを充実させてまいります。

国民健康保険につきましては、国の社会保障制度の財政運営が極めて厳しく多くの課題に直面しており、本市においても国保財政は依然として厳しい状況にあることから、特定健診やハイリスク健診、特定保健指導の保健事業を展開する中で、被保険者の健康保持

は上小学校と上北小学校の統合準備を進めるため、その支援策に誠意を持って取り組んでまいります。

■生涯学習

生涯学習につきましては、公民館と連携しながら、市民一人ひとりがニーズに応じて家庭や地域で学習できるよう、環境の整備に努めてまいります。

■英語力の向上支援

上天草英語村「E-Friends」につきましては、子どもたちに本物の英語や異文化に親しむ機会の提供と国際感覚の向上を支援するために、出前講座を主として、キッズクラスや野外活動等に取り組んでまいります。

■図書活動

図書館におきましては、図書館管理システムを構築し、利用者の利便性を高めるとともに、「読み聞かせ」ボランティアとの連携により読書人口の増加を図ってまいります。

人権教育につきましては、指導員を配置し、昨年10月に策定した「上天草市人権教育・啓発基本計画」に基づき、子どもから大人までの人権教育の啓発指導に努めてまいります。

■文化振興

文化振興につきましては、本年度から学芸員を配置し、文化財の発掘・保護・活用を適正かつ積極的にまいります。また、姫戸・龍ヶ岳地区の市史編さんにおきましては、地区委員を委嘱し、資料収集活動を行います。

■公民館活動支援

公民館活動につきましては、既存事

推進と予防対策を図るとともに、ジェネリック医薬品の使用促進や医療費の適正化に努めながら、国民健康保険事業の安定した運営ができるよう取り組んでまいります。

■障がい福祉

福祉事業関係でございますが、まず、障がい福祉につきましては、平成18年4月に施行された障害者自立支援法が廃止され、平成25年度には新しく「障害者総合福祉法」が施行されることから、障がい者を取り巻く環境は目まぐるしく変化しています。

このような中、今年度は第3期障害福祉計画の策定年度を迎え、向こう3年間の障がい福祉サービスと相談支援等の必要量の数値目標、及びその方策等について定める必要があります。

すべての障がい者が上天草市に住んでよかつた、これからもずっと住み続けたいと思えるまちづくりを目指し、療育支援体制の整備、地域生活支援事業の充実を図ってまいります。

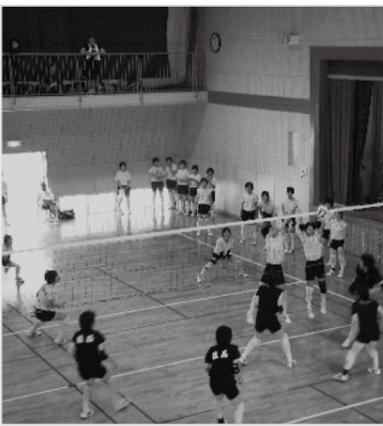
■子育て支援

子育て支援につきましては、平成22年度におけることも手当ての創設や高校授業料の無料化など、子どもと家庭を取り巻く環境が大きく変わった一年でしたが、本市では保護者に対するさらなる経済的負担の軽減を図るため、小学校3年生まで子ども医療費の助成を実施し、子育て支援の充実を図ってまいります。しかし、子ども手当につきましましては、10月以降に制度の大幅な見直しが行われる見通しです。

業の他、昨年度から取り組んでいる、「生きがいづくり支援事業」を引き続き実施し、生活文化の振興と地域の活性化に努めてまいります。

■スポーツ振興

スポーツ振興につきましては、体育協会をはじめ、総合型スポーツクラブ等各種団体と協力しながら、市民がスポーツを生活の一部として楽しむことができる環境を引き続き整備してまいります。また、平成19年度から開始したスポーツ合宿誘致活動につきましては、地元高校や中学生の競技力向上はもとより、地域振興にも大きく期待できることから、引き続き積極的に取り組んでまいります。



水道事業部門

■布設等の整備

湯島の水道につきましては、平成20年度より浄水場の改築及び、配水管の布設替えを実施してまいりましたが、平成22年度を以って完了したところで



ございます。その結果、有収率も大幅に向上し、水不足の心配は解消されたものと思っております。

倉江浄水場・配水池の建設工事につきましては、築後50年を経過し老朽化が顕著であり改築が急がれる中、昨年度の着工を予定しておりましたが、皆様の御承知のとおり、入札を中断しております。昨今各地で発生がみられる予期せぬ地震や、ゲリラ豪雨などの自然災害に万が一見舞われた場合、この浄水場が重要な役割を果たすことは明白な事実と認識しており、早急に着手してまいります。

そのほか、改修が必要な配水管が多く、不明水が多いため有収率が伸びない状況であります。漏水量の多い箇所については、調査や情報提供に基づき修理で対応しておりますが、今後は、本市水道の将来を見据えた「水道ビジョン」を策定し、施設の維持管理や配水管の布設替等を計画的に行うことにより有収率の向上と給水単価の引き下げにより経営の安定を目指してまいります。

ウェルカム 市長室

Welcome to Mayor's office

vol.49

皆さまの善意に

感謝します

東日本大震災

3月11日、東日本を中心に
大震災が発生しました。

津波が押し寄せる映像はいまだにまぶたに焼き付き、いとも簡単に建物が流される様子は大自然の脅威をまざまざと見せつけられました。
多くの国民があらためて自然を畏怖し、日本は地震大国であることを実感したと伺います。



人命もかつてないほど失われ、あらためて被災者の方々に御見舞い申し上げます。
上天草市でも、このたびの大災害を受け、多くの皆さまから義援金や救済物資の協力を賜りました。あらためてお礼申し上げます。

義援金の総額は867万8,267円にのぼります。そのうち769万8,465円は4月13日に熊本県知事に贈呈し、救済物資もいち早く被災地へ向けにお送りしました。

本市では、さらに職員を被災地へ向け派遣してまいります。すでに4人が現地から帰還し、先日、報告会があったところです。

また、被災された方などに市営住宅などを家賃無償で提供する「100世帯受入れ支援事業」も展開しています。

このたびの大災害を踏まえ、災害対策が十分ではない

ことが明らかとなり、防災のあり方を根底から見直す必要が生じています。

国においても、中央防災会議が本年9月に一定の方向性を出す見通しで、本市もその議論の推移を見ながらあらゆる見直しに着手します。

あらたな避難場所の確保や津波災害時のハザードマップの作成、通信手段の確保、防災訓練や自主防災組織の結成促進、災害備蓄整備など防災体制の強化について検討していきます。

『治にいて乱を忘れず』。平穩無事な世の中にあっても、非常事態に備えた準備をしておかなければなりません。本市も防災対策の見直しに入り、最善の処置をすすめていくところです。

上天草市長

川端祐樹

市民の皆さんからお預かりした 東日本大震災義援金総額867万8,267円

市では、3月11日に発生した東日本大震災の被災者支援のために3月15日から、各庁舎・統括支所・出張所で義援金箱を設置していましたが、5月25日をもって義援金の受付を一旦終了しました。

市民の皆さんからお預かりした義援金の総額は867万8,267円（5月25日現在）にものほりました。ご協力いただきました皆さんに感謝いたします。

なお、市では今後も被災地復興に向けて、引き続き支援を行ってまいります。

【これまで行ってきた支援】

- 3月15日 救済物資・義援金受付開始
 - 3月17日 宮城県柴田町へ救済物資を輸送
 - 4月8日 100世帯受入れ支援事業開始
 - 4月12日 岩手県盛岡市に救済物資を輸送
 - 4月13日 蒲島知事に義援金贈呈
 - 4月25日 100世帯受入れ支援事業住宅提供可能物件の拡充
- 人的支援として5月末までに職員6人をそれぞれ7～12日間派遣（東松島市・南三陸町）



東日本大震災派遣職員レポート

市では、東日本大震災の被災地を支援するために、市職員を派遣しております。今回はそのうちの2人から、実際に被災地に赴き、直に感じたことを報告していただきました。

計り知れない自然の力を実感

あらためて自主防衛の重大さに気づく

農林水産課 島崎克明

4月26日から5月2日の7日間、県派遣チームの一員として、宮城県東松島市における人的復興支援に参加しました。震災後、私自身、被災地の復興のため何かお手伝いしたいという強い思いもあって、派遣要請の話があったときは、すぐ手を挙げ派遣に志



願しました。派遣先では、被災者の生活再建を目的に住宅の被害状況に応じて世帯主に對して支給する生活再建支援金の受付業務を行いました。業務を通じ、被災者と言葉を交わすこともあり、その中で強く印象に残った言葉があります。それは、「行政を信じるな」という言葉です。災害対策活動においては、行政や消防等また市民にはそれぞれ担うべき役割があります。東松島市では年に数回避難訓練が実施されてきましたが、今回の想像を絶する津波は堤防をいとも簡単に越え、住家、車や人を飲み込み、多くの生命と財産を奪いました。「自然の力」というものは、人間が計り知れないものであることが十分すぎるほど解りました。

た。「災害が発生した時、どう行動するか」、常日頃から危機管理の意識を持ち、自身自身で考えて行動することが一番大事なことだと話されました。この言葉の意味は、「行政任せではないけない」、「自分の身は自分で守る」という自主防衛意識の高さにありました。私自身、改めて自主防衛の重大さを気付かされたところでした。

また、被災者の方々は気丈でとても温かく、私たちが熊本から来ていることが分かる。「遠いところからありがとう」とお礼を言われ、その時は胸が熱くなり、私の方が元気をもらったような気がしました。私は、支援活動に参加できて本当に良かったと思います。最後に、私は震災に負けな強い東北を信じていますし、これからも応援していきます。

被災地で再確認

市は生命・財産を守る大きな岩

農林水産課 佐々木謙吉



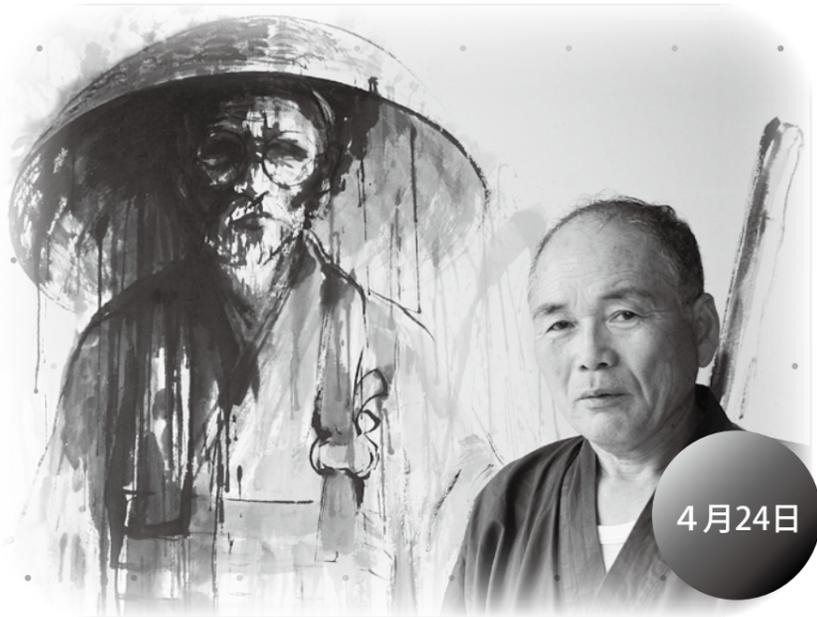
私は5月6日から5月12日の間、宮城県東松島市で行われた人的復興支援活動に参加してきました。東松島市は人口約4万8千人、世帯約1万5千戸（震災時）で、今回の震災により、被害を受けた世帯は約6,400戸にも上り、死者・行方不明者は約1,800人という大きな被害を受けました。現地においては、生活再建支援金の受付を担当し、移動受付として避難所でも業務にあたりました。

ある避難所では、被災者自ら、玄関で来所者等の受け付けを行っており、そこでの生活は大きな段ボールを箱型にして、数個並べてベッド代わりにし、その上に2、3人で寝ていたりと、プライバシーの保護が全くされていない状況で創意工夫をしながらのものでした。こうした現状を目

の当たりにして、この方々の為に仕事をしているのだとあらためて業務の重大さを痛感しました。この業務をとおして感じた

ことは、東北の方々の我慢強さや朗らかさです。家が津波で流されたり、被害により自宅に帰れない状態が続いているのにもかかわらず、多くの方々が熊本から来ていることに非常に感謝され、逆に私の身体の事を気遣っていただきました。

また、長時間、受付を待たされることであっても、市役所に対し罵声や苦情を申し立てられることもありませんでした。通常業務でもそうですが、今回のような災害が起きたとしても、市民の生命および財産を守る大きな岩として業務を行えるよう普段から意識しておかなければならないと感じました。



4月24日

力強く描いた 山頭火の生きざま

春山千草さん水墨画展

4月20日から24日の間、天草市で春山千草さん(松島町)が創作した水墨画の個展が開かれました。春山さんの雅号は千草(せんそう)。

春山さんは自身の創作活動の傍ら、市内外で開かれる水墨画教室で約60人の生徒に水墨画の指導をするなど水墨画の底辺拡大に努めています。

同展では、東日本大震災の募金も募り、集まった救援金約5万円は東日本大震災救援金として送られました。



まちのわだい



天草を芸術家の集う場所に

洋画家木村昭司さん 個人美術館開館

5月1日、大矢野町中地区に洋画家の木村昭司さんが個人美術館を開館しました。

宇土市出身の木村さんは、東京やヨーロッパでの活動を経て帰郷。景観に惹かれ上天草市に移住すると「熊本に芸術で恩返しを」との気持ちから同館を開きました。

館内には40点ほどの作品が並び、アトリエでの制作過程も間近で見ることができます。入場は無料で、開館時間は木～日曜日の午前10時から午後5時まで。お気軽にお越しくださいとのこと。

☎0964(26)6661

5月1日



▼施工後

▲施工前

4月14日



4月12日

イノシシ被害の文化財を復旧

平家落人伝説の一つ「殿の墓」

イノシシによって荒らされていた大道の殿の墓(龍ヶ岳町赤崎)の復旧工事が完了し、4月14日にその供養式が行われました。同所は、伝承では壇ノ浦の戦いの後、この地へと落ち延びた平家と追っ手の源氏が戦い、多数の死者の中から大将と思われる者を手厚く葬ったと伝わっています。

復旧には、近隣住民や市文化財保護委員らの声を聞いた中野安則さんが施工に協力し、手すりや堀も設置。赤崎区長の田北さんは「立派に整備していただき感謝します。皆さんで協力して守っていききたい」と話していました。

大切な「たんぼちゃん」!

松島保育園の年長児が田植え体験

松島保育園の月組16人は4月12日、園近くで田植えを行いました。同園は数年前から食育に力を入れており、その一環として行ったもの。

今回、お米先生として近くで農業をされている、金子力さんを講師として招き、丁寧な指導を受けました。田んぼの中に足を入れた瞬間、園児たちからは「うわあー。ぬるぬる」「超気持ちいい」「早くお米になってほしいなあ」などの声があがりました。

園児たちは、この田んぼを「たんぼちゃん」と名付けて毎日見守り、収穫がとても待ち遠しいようです。



5月17日

栄養価の高いキクラゲを食べてください

天草きのこファームがキクラゲ贈呈

5月17日、天草きのこファーム株式会社(松島町)から南風苑デイサービスセンターにキクラゲが贈られ、同苑の利用者の永野信子さん(大矢野町)が代表して受け取りました。キクラゲは栄養価が高く、カルシウムや鉄分などが豊富に含まれているとのこと。

この日、同苑ではキクラゲを使った焼きピーンが出され、利用者からは「やわらかく食べやすい」「生のキクラゲを見たのは初めて」との声が聞かれました。



5月10日

交通事故死ゼロを目指して

春の全国交通安全運動出発式

5月10日、「春の全国交通安全運動」に先立ち、交通安全協会、交通安全母の会などが参加し、交通事故死ゼロを目指しての出発式が上天草警察署で行われました。県内での前年度事故件数は、3,478件。内訳は傷者数4,478人、死者数26人で、死者のうち14人が65才の高齢者とのことです。高山広行同警察署長は「正しい交通マナーとルール身につけ実践してほしい」と呼び掛けました。

目指せ！歯いきいき キラキラ

～6月は「歯の衛生週間」～

「高齢者のよい歯のコンクール」の応募について

80歳以上で自分の歯が20本以上ある健康な高齢者を表彰します！

「8020」－80歳になっても自分の歯を20本以上保つことは、健康で長生きするための大切な目標といえます。熊本県における8020の達成者は約3割です。

【対象】平成23年4月1日現在、満80歳以上で、自分の歯が20本以上ある健康な高齢者

【内容】対象に該当する人（自薦可）を、熊本県歯科医師会に属する各歯科医院において無料で診査を行います。診査の上、歯科医師の推薦を受けた方を次年度に表彰します。

※診査を受ける前には、必ず歯科医院へ電話連絡し「高齢者のよい歯のコンクール」の診査（歯科健診）を受けたい旨をお伝えください。

【問合せ先】熊本県健康福祉部健康局 健康づくり推進課 ☎096(333)2208



市では「単独補助事業」を実施しています 皆さんぜひ活用しましょう！

妊婦歯科健康診査受診券交付事業

つわりで歯磨きがづらい・食事が不規則になりがち・ホルモンの影響で歯肉が炎症を起こしやすくなる…

歯周病があると、
早産になる確率が約7倍！

妊娠したら歯科健診を受けましょう！

【対象】上天草市に住所のある妊婦

【内容】本市に妊娠届けを提出した方に「受診券」を交付します。下記の歯科医院で受診券を提示し、無料で歯科健診を受けられます。



幼児フッ化物歯面塗布事業



フッ素は歯の質を強くし
むし歯菌の働きを抑えます

【対象】上天草市に住所のある1歳になる幼児

【内容】本市で行う1歳児学級で「フッ化物歯面塗布券」を4回分交付します。下記の歯科医院で受診券を提示し、無料でフッ化物歯面塗布を受けられます。

受診券（妊婦歯科健診・フッ化物塗布）は 以下の歯科医院で利用できます

医療機関名	住所	電話番号
長山歯科医院	大矢野町登立	☎0964(56)0201
いさみ歯科医院	大矢野町中	☎0964(56)1377
としなが歯科医院	大矢野町上	☎0964(56)3113
あまくさ歯科医院	大矢野町上	☎0964(57)4530
湯島へき地診療所	大矢野町湯島	☎0964(56)4161
嶽本歯科医院	松島町合津	☎0969(56)2648
松原歯科医院	松島町合津	☎0969(56)1212
蓑下歯科医院	姫戸町姫浦	☎0969(58)2135
竹中歯科医院	姫戸町二間戸	☎0969(58)3188
道脇歯科医院	龍ヶ岳町樋島	☎0969(62)1610
上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸	☎0969(62)1122

あなたの「歯」は大丈夫??
「歯の衛生週間」に
歯科健診を受けましょう！

【問合せ先】
保健課健康づくり推進室
☎0969(56)1111(内線2402)



健康は日々の食事の積み重ね

～6月は食育月間、

毎月19日は食育の日～

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」。みなさん、もう覚えてましたか。この機会に、「食」について家族で、友人で、地域で考えてみましょう。

野菜があと200g 不足しています！

厚生労働省の「健康日本21」が推奨する1日あたりの目標摂取量は350gです。野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維等を豊富に含み、体の調子を整える働きがあるだけでなく、近年では、生活習慣病やがんを予防するものとして、さまざまな研究論文も発表されています。

しかし、市民の現状を見ると、野菜の摂取量は少なく、1人あたり1日およそ150gとなっており、あと200g不足しています。これはトマトなら1個、野菜炒めなら1皿分に相当しますが、いきなりこれだけ増やすのは難しいことです。



そこで、まずは今の食事に野菜を「プラス100g」から始めてみましょう。広報5月号と合わせて「野菜レシピリーフレット」を各世帯へ配布しています。季節の野菜を使った作りやすいレシピですので、日々の食事作りにご活用ください。

まずはプラス100gに チャレンジ！



また、ポスター（右）を作成し、市内の各商店に掲示しています。このポスターで100gの野菜の目安をつけるとよいでしょう。他にも、1食あたり生野菜であれば両手いっぱい、火を通した野菜であれば片手いっぱいを目安にとるのもオススメです。

野菜ジュースは 野菜のかわりになるの？

食物繊維の多い野菜をしっかりと飲んで食べることで、ホルモンが分泌され、過剰な食欲を抑えたり、代謝が活発になり消費エネルギーが高まるなどの効果があります。また、よくかみゆっくり食べることで満腹感が高まり食べ過ぎを防いだり、食後の血糖上昇をゆるやかにする効果などが期待できます。野菜に含まれる食物繊維は、排便

の促進や血清コレステロール低下作用などが認められているので、食物繊維がしっかりとれるように野菜を食べた方がよいでしょう。ビタミンCについても、ジュースに粉砕されるとき、酵素により壊れやすいこともあります。そのため、野菜ジュースは野菜のかわりとして十分な栄養素を含んでいるとは言えません。野菜が嫌いな人でも手軽にとれる野菜ジュースですが、野菜を食べずに毎日毎食野菜ジュースでもよいわけではないのです。

どっちをとる？

野菜？ (1日350g) 野菜ジュース？

- 食物繊維が豊富 → 血糖値の上昇がゆるやかに
- ビタミンCや葉酸が豊富
- よくかんでゆっくり食べて、食欲を調節
- 食生活を豊かに → 簡単野菜レシピで楽しく

- 手軽
- βカロテンが豊富
- ビタミンCが少ない → 粉砕時に壊れやすい
- 糖分が多いものあり
- かむ必要がない

Q：野菜がとれない場合、かわりに野菜ジュースでも良いですか？

A：たまには良いでしょう。ただし、果実や食塩の入っていないものを選びましょう。

Q：のどが渇いたとき、野菜ジュースを飲んで良いですか？

A：ソフトドリンクよりは良いでしょう。ただし、飲みすぎには気をつけて。(種類によってβカロテンや糖分のとりすぎに要注意)

※ソフトドリンク…炭酸飲料やスポーツドリンクなど、アルコールを含まない飲み物

(出典：日本栄養士会ホームページ)

不妊治療に関する相談をお受けします

熊本県女性相談センターでは、不妊治療や不妊による悩みなどの相談に、電話や同センター窓口で専門相談員が応じます。

- 電話相談 月～金曜日 9時～20時
※祝祭日および年末年始を除く
☎096(381)4340(専用)
- 相談窓口 毎月第4金曜日 14時～16時
※祝祭日および年末年始を除く
※窓口相談は事前に予約が必要です。
- 問合せ先 熊本県女性相談センター
☎096(381)4340



母子手帳交付・育児相談(7月)

場所	日	実施時間 (手帳受付時間)
大矢野窓口センター	4月、11月 19日、25日	9:30～11:00 (9:30～9:45)
松島保健センター	随時交付(手帳) 21日(木)(相談)	9:30～11:00 (随時)
姫戸統括支所	19日	9:00～10:00 (9:00～9:15)
龍ヶ岳統括支所	7日、19日	10:30～11:30 (10:30～10:45)

用意するもの 印鑑(手帳)

福祉(7月)

種類	日	実施時間
こころの健康相談	14日、28日	13:30～15:30 (14:30まで受付)
デイケア	7日	10:00～12:00

【場所】 14日 大矢野老人福祉センター
28日 龍ヶ岳統括支所

種類	日	実施時間
精神保健相談	7日、21日	14:00～

【場所】 天草保健所相談室 ☎0969(23)0172 ※要予約

日祝日在宅医(7月)

日	病院名〈診療科目〉	(所在地)電話番号
3	吉田クリニック〈内〉	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
	村上医院〈内・小・リハ・神内・呼・循・消〉	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3102
	しまだ小児科〈小・内〉	(大矢野町登立) ☎0964(56)0005
10	竹中医院〈内〉	(姫戸町二間戸) ☎0969(58)2148
	宮崎外科胃腸科医院〈外・消〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0600
17	上天草総合病院〈内〉	(龍ヶ岳町高戸) ☎0969(62)1122
	毛利医院〈内〉	(大矢野町登立) ☎0964(56)2111
24	福本眼科〈眼〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0508
	春田医院〈外・内・小〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0052
31	中村達男医院〈内〉	(大矢野町登立) ☎0964(56)0006
	やまうち医院〈内・小・ア〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0899

【診療時間】 9時～17時※診療時間外は上天草総合病院、済生会みすみ病院、天草地域医療センターにお問い合わせください。5月23日現在の予定表になります。都合により変更することもあります。

母子健診(7月)

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	27日	H23.5	13:00～13:15
3～4カ月児健診(BCG)	バスタオル BCG問診票	大矢野	5日	H23.3	
		松島	21日		
		龍ヶ岳	7日	H23.2～3	
6～7カ月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	松島	21日	H22.12	
6～8カ月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	龍ヶ岳	7日	H22.11～12	
1歳児学級	おしぼり、お茶	全地区	29日	H22.7	
1歳6カ月児健診	尿	大矢野	19日	H21.11～12	
		龍ヶ岳	14日	H21.10～12	
2歳児歯科健診	歯ブラシ (仕上げ磨き)	全地区	22日	H21.6～7	
3歳児健診	聴力視力 検査用紙	松島	28日	H20.5～6	
		龍ヶ岳	14日	H20.4～6	

【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…姫戸老人福祉センター 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。

特定健診・がん検診へ行こう!! メタボリックシンドローム警報発令中

上天草市では、7月から各地区を巡回して住民健診を実施します。各種がん検診と生活習慣病健診・上天草市国保特定健診・後期高齢者医療健診を同時に実施しますので1日で全ての健診が受けられます。特に特定健診(いわゆるメタボ健診)では、若いうちから生活習慣病を予防するために、市をあげて受診率のアップに力を入れています。平成21年度の受診率は24.7%と4人に1人しか受診されていない状況です。『自分のため、家族のためにぜひ健診を受けましょう』



申し込みをされてない方でも、今から申し込みができます。受診希望の方は、保健課健康づくり推進室(保健センター)までご連絡ください。
☎0969(56)1111(内線2403・2404)

住民健診日程

実施日	会場	実施日	会場
7/15(金)	樋島老人福祉センター	9/17(土)	松島保健センター
7/16(土)	上天草総合病院	9/18(日)	松島保健センター
7/17(日)	上天草総合病院	9/19(月・祝)	松島保健センター
7/18(月・祝)	湯島地域学習センター	9/20(火)	阿村体育館
7/19(火)	大道老人福祉センター	9/21(水)	阿村体育館
7/20(水)	姫戸老人福祉センター	9/22(木)	大矢野老人福祉センター
7/21(木)	姫戸体育館	9/23(金・祝)	大矢野老人福祉センター
7/22(金)	姫戸体育館	9/24(土)	大矢野老人福祉センター
7/23(土)	牟田公民館	9/25(日)	大矢野老人福祉センター
8/29(月)	内野河内集会所	9/26(月)	大矢野老人福祉センター
8/30(火)	教良木出張所	9/27(火)	鳩の釜公民館
8/31(水)	今泉交流センター	9/28(水)	串公民館
9/13(火)	農村婦人の家	9/29(木)	小瀬戸公民館
9/14(水)	農村婦人の家	9/30(金)	小瀬戸公民館
9/15(木)	農村婦人の家	10/1(土)	維和中体育館
9/16(金)	アロマ		

住民健診内容

健診内容	対象年齢
特定健診	40～74歳
生活習慣病健診	30～39歳
後期高齢者医療健診	75歳～
大腸がん検診	30歳以上の方
胃がん検診	
腹部超音波検診	
骨粗しょう症検診	
結核肺がん検診	
乳がん検診	30歳以上の女性
子宮頸がん検診	20歳以上の女性
前立腺がん検診	50歳以上の男性
肝炎ウイルス検査	40歳以上の未受診者

※今年度より前立腺がん検診が新たに始まりまし。詳しい健診の内容は3月に配布しております「平成23年度上天草市住民健診のお知らせ」(オレンジ色)をご覧ください。

特定健診で年に1回健康チェック!

市内の医療機関でも特定健診・後期高齢者医療健診が受診できます

上天草市国民健康保険に加入の40歳～74歳の方と後期高齢者医療保険に加入の方は上天草市内の医療機関でも特定健診と後期高齢者医療健診を受けることができます。受診期間は7月1日より平成24年3月30日までです。

病院受診中でも年1回健診を現在、通院・治療中の方も、特定健診の対象となります。主治医の先生とご相談のうえ、特定健診を受け健康づくりにお役立てください。

受診の際には「保険証」と「受診券」をお忘れなく
特定健診を受ける際には必ず「保険証」と「受診券」が必要です。「受診券」は6月に郵送しますので健診会場に行かれる際には必ず持参ください。

診療案内

	月	火	水	木	金	
内科 代謝内科	再来	樋口 坂本 溝部	山城 和田 吉村裕	溝部 坂本 吉村裕	山城 樋口 和田	山城 坂本 溝部
	新患	赤池	大村	和田 山城	大村	山城
循環器科	脇田					
	吉村拓			吉村拓		
外科 消化器科	福田	城野	福田	城野	福田 城野	
整形外科	藤松	上原 藤松	藤松	重留	藤松	
産婦人科	姫野 値賀	値賀 (姫野)	姫野 値賀		姫野 (値賀)	
耳鼻咽喉科		熊大			熊大	
眼科	竹下		(休診)	竹下		
皮膚科				尹		
泌尿器科		村上				
耳鼻咽喉科		熊大			熊大	
歯科・口腔外科	福田					
胃腸 センター	吉村裕 和田 城野	坂本 福田 赤池	城野	福田 溝部	和田 (外科)	
	福田					
歯科・口腔外科	福田					

教良木診療所	月	火	水	木	金
午前	大村	溝部	樋口	応援医師	吉村裕

- 受付は、8時30分～11時30分までです。
- 内科、歯科口腔外科は火・木曜日の17時～18時までの夕方診療があります。
- 小児科は、不在のこともありますので、来院前に必ずご確認ください。
- インスリン外来は、山城医師の通常の外来診療日に行います。
- 耳鼻科は6月24日(金)は休診です。
- 眼科は6月17日(金)は休診です。
- 診療案内は都合により変更となることがありますので、ご了承ください。
- ☆問合せ先 上天草総合病院
☎ 0969 (62) 1122 (代表)
FAX 0969 (62) 1546
ホームページ
<http://www.cityhosp-kamiamakusa.jp>

第1回上天草がんサロン開催

4月22日に第1回の上天草がんサロンが上天草総合病院2階教養室にて開催されました。開催のきっかけは、「がんサロンリーダー・サポーター養成セミナー」に参加した本院職員へ、サロン立ち上げを切望しておられた患者様より、「ぜひ上天草にも開設しましょう」と呼びかけがあったことがはじまりでした。すでに開設されている熊本大学医学部附属病院の見学を行い、がんサロンネットワークの方々のアドバイスも頂きながら準備に取り掛かりました。

当日は患者様が5人、ご家族が1人、病院スタッフが3人と合計10人の参加がありました。フリートークでは、病気への不安、入院中の同室者とのやり取り、家族との関係、告知方法や検査内容などに関して、体験談やそれぞれの思いを涙と笑いも交えて話が進み、和気あいあいの雰囲気の中で第1回のサロンを終えることができました。

アンケートの感想には、「あまり緊張せず話せて、楽しい時間でした」「同じ病気同士で、何となく心が軽くなりました」「自分の気持ちに素直になれ、話ができた」などがありました。

皆様が気軽に参加できて、泣いたり笑ったりしながら、がんをオープンに語り合えるサロンを目指して続けていければと考えています。開催は毎月第4金曜日です。詳しくは上天草総合病院ホームページをご覧ください。お問い合わせをお待ちしています。

第2回市民健康講座のお知らせ

「日本紅斑熱について」

- 開催日 7月2日(土)
- 時間 10時から
- 会場 松島総合センター「アロマ」大ホール
- 講師 上天草総合病院 内科部長 和田 正文
- 参加者 市民(無料です)どなたでもお気軽にどうぞ
- 問合せ先 上天草総合病院 ☎ 0969 (62) 1122

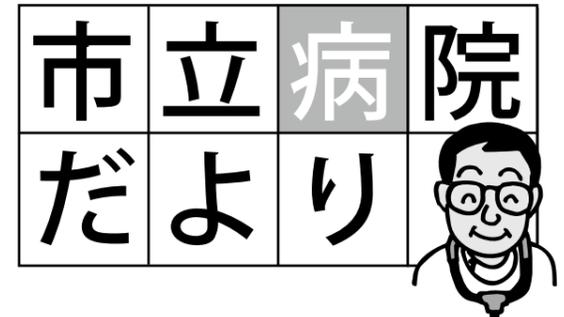
平成24年度上天草総合病院職員募集

- 平成24年度の職員採用試験を次のとおり実施します。
- 募集職種 助産師1名、看護師10名、理学療法士2名、薬剤師1名
 - 応募資格
 - 助産師免許取得者または来春助産師養成機関卒業見込みの方
 - 看護師免許取得者または来春看護師養成機関卒業見込みの方
 - 理学療法士免許取得者または来春理学療法士養成機関卒業見込みの方
 - 薬剤師免許取得者または来春薬剤師養成機関卒業見込みの方
 - 受付期限 7月8日(金) 必着
 - 応募手続 履歴書、免許証の写し(助産師、看護師、理学療法士、薬剤師)または卒業見込書、健康診断書(6カ月以内のもの)
 - 試験日時 7月23日(土) 10時開始
 - 試験内容 小論文・面接
 - 申込み・問合せ先 上天草総合病院 総務課 ☎ 0969 (62) 1122



はじめまして

上天草市立 上天草総合病院
内科 吉村裕子



今年度より上天草総合病院内科に派遣となりました。吉村裕子(よしむらやすこ)と申します。

出身は東京都で、自治医科大学を卒業後、東京都立の総合病院で3年間初期の研修を行いました。卒業後4年目より縁あって熊本県にお世話になり、球磨郡公立多良木病院・上天草市立新和病院に1年ずつ勤務いたしました。その後再び東京都に戻って山間部や離島の地域医療を経験し、昨年度は都立病院や都立総合精神保健福祉センターで精神科の研修および医療行政にも少し携わっております。特に精神保健福祉センターでは在宅生活で認知症などの疾患によりさまざまな困難に陥っているお年寄りの方と接する機会が多くあり、ここ上天草でもその経験を生かされたいと考えています。

また、個人としては、再び熊本・天草の素晴らしい環境



の中で生活できることがとても嬉しく、毎日病棟の窓から見える穏やかな海の景色に癒されております。都会の喧騒から離れ、心も身体ものびのび出来ている気がします。地元の方々との温かさや、年を重ねてもお元気を保っている秘訣の一つはこの環境なのかもしれません。

上天草総合病院で私は火曜日・水曜日に内科外来を担当させていただき、胃腸センターでの消化管内視鏡検査や教良木診療所外来(金曜日)も担当させていただきます。地域の皆様のお役に少しでも立てればと存じますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

Q and A コーナー

病院の先生に証明書を書いていただいたのですが保険会社から「この内容では保険金は出ません」と言われました。証明書料金も支払ったのですがどうすればいいのでしょうか？

病院で発行している書類は、大きく分けて医師が証明するものと事務で記入出来るものがあります。このうち医師による証明が必要なものは、入院証明書、死亡診断書、その他診断書が該当し、料金が発生します。入院証明書、その他診断書等につきましては証明内容に対し責任も重大であり、記入項目も多く、中には記入困難な場合もあります。また、基本的には診察が終わってから記入されている医師がほとんどであり、証明書の完成には医師の責任、労力、時間を要します。このため発行後、保険会社との契約内容(入院期間等)を満たしていないとの理由での料金の返金はいたしておりません。

ただし、発行した入院証明書、診断書の内容に記入誤り、または、記入もれがあり保険金の給付が出来ないと言われた場合には、訂正可能な範囲に限り、無料にて訂正をさせていただきますので、どのような内容の記載が必要か確認していただき、保険会社より、該当する証明書、診断書を回収して再度病院(受付)まで提出をお願いします。

証明書、診断書につきましては、保険会社ごとに書式が異なり、また、契約条件により保険金が出ない場合もあります。希望される場合は、保険会社の担当の方に規定の用紙を請求し、契約条件の確認をお願いします。

情報 あらかると

コーナー

七夕がざりをつくろう 【全図書館】

7月7日は七夕です。今年はきれいな天の川が見えるでしょうか？

短冊にみんなの願い事を書いたり、かわいい飾りを作ったりと、図書館の笹を楽しく飾ってみませんか？

○日時 6月18日(土)・19日(日)・25日(土)・26日(日) 10時～17時

★短冊やペンは用意しています。開館時間内であれば、いつでもOKです

雑誌の貸出が始まりました 【姫戸・龍ヶ岳図書館】

姫戸図書館と竜ヶ岳図書館で、雑誌の貸出ができるようになりました！

数が少なく、下記の条件がありますが、利用者の皆さんに少しでも楽しんでいただくと嬉しいです☆

○貸出数 1人1冊

○貸出期間 1週間

第8回九州ろうきん「NPO助成」

上天草市図書館ボランティアの会（会員数37名）の活動が認められ九州ろうきんより「第8回NPO助成」（金額18万円）が決定し、その贈呈式が行われました。

この日は会を代表し市立図書館の濱崎富雄館長が出席され九州労働金庫熊本県本部・赤塚敏本部長より目録が手渡されました。助成金授与は昨年度の大同生命財団助成に続き2年連続となり、ボランティア会員にとって励みになっています。



図書の寄贈について

15人の方にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

ほん
今月の本
 テーマはコレっ！
 6月のテーマ「名作童話・絵本」
 7月のテーマ「生き物」

BOOKS

図書館だより

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：10～17時）

森記念図書館 ☎0964 (56) 3363 【図書館直通】
 ・開館時間 10時～18時（土・日・祝日：10～17時）

姫戸図書館 ☎0969 (58) 2111 【姫戸統括支所呼出】
 ・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 6月20日、27日、30日
 7月4日、11日、19日、25日、31日
 ※全館ともに、毎月最後の日は「館内整理日」でお休みです。
 ※月曜日が定期休館日（祝日の場合は翌日）となります。

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】6月25日(土) 14時から（森記念図書館）

7月9日(土) 10時から（西の浦公民館）

【中央】7月9日(土) 14時から（アロマ視聴覚室）

【姫戸】7月9日(土) 10時から（姫戸図書館）

【龍ヶ岳】6月18日(土) 14時から（龍ヶ岳図書館）

【対象】幼児～小学校低学年

みんながウキウキするような、楽しいおはなしをたくさん用意して待っています！おはなし会の最後には、みんなで楽しく工作の時間。お友だちを誘って来てね！

■あかちゃんおはなし会（約20分）

【中央】7月6日(水) 10時30分から

【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。

※日程変更の場合があるので、各館まで確認をお願いします。

人間国宝

「一龍斎貞水・立体怪談」

人間国宝の講談師、一龍斎貞水の講談会を開催します。「講談は守るべきものと開拓すべきものがある」を座右の銘とする大看板真打。

特殊演出効果と伝統話芸が調和した「立体怪談」は圧巻、夏場は「怪談の貞水」とまで言われ、怪談を演じては当代随一と称されます。

磨き抜かれた至高の芸と、その深みのある迫力のある声柄は客席をたちまち魅了し、比類なき舞台空間を創造します。

七色の声の持ち主の一龍斎貞水も出演。

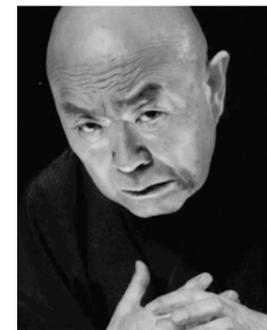
●日時 7月24日(日) 14時開演（13時30分開場）

●場所 松島総合センター「アロマ」ホール

●チケット（全席自由）1,000円

●チケット取扱 大矢野窓口センター（大矢野庁舎）・市民窓口課（松島庁舎）・姫戸・龍ヶ岳統括支所・松島総合センター「アロマ」

●問合せ先 社会教育課文化振興係



カボチャの植え付け、上手にできた!?



～イーフレンズオープンハウス開催～

5月14日、イーフレンズ主催のオープンハウスが開催されました。

これは、一人でも多くの市民に英語に親しむ機会を提供する目的で行われているもので、この日はハロウィン用カボチャの植え付けに挑戦。市内の子どもやその保護者30人が参加しました。子どもたちは、ティム先生から英語を交えた説明を受けた後、「大きなあれ」と言いながら苗を丁寧に植え付けていました。

今回、植え付けたカボチャが無事に大きく育てば、ハロウィンイベントのジャコランタンづくりで利用することになっています。

※イーフレンズの活動はホームページで閲覧可能です。
<http://www.efriendseigomura.com>



心に残る成人式に

～平成24年成人式実行委員募集～

平成24年1月3日(火) 13時から上天草市成人式の開催を予定しています。

成人式では例年、新成人者が実行委員会を組織し、式の企画・実行を行っており、心に残る式典となっています。

平成23年の成人式は実行委員が上天草市出身のシンガーソングライターMICAさんのライブと、抽選会を企画しました。

今年も、「自分たちで成人式を企画したい」という方を募集します。興味のある方、やる気のある方は、ぜひ一度、ご連絡をお願いします。もちろん、ご友人を誘っていただいてもOKです。皆さんのご応募、お待ちしております。

●新成人対象者 平成3年4月2日生まれ～平成4年4月1日生まれの方

●募集締め切り 8月22日(月)

●問合せ先 社会教育課成人式係



平成 23 年度 上天草市職員採用試験

上天草市では、平成 23 年度職員採用試験（平成 24 年度採用）を次の要領で実施します。

1 試験職種および採用予定人員、受験資格など

区分	職種	採用予定数	年齢及び免許・資格等
大学卒業程度	事務職	6名程度	次の各号のいずれかに該当する方 ①昭和 57 年 4 月 2 日から平成 2 年 4 月 1 日までに生まれた方 ②平成 2 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業又は平成 24 年 3 月末までに卒業見込みの方（上天草市長が同等の資格があると認める方）
	技術職（建築）	1名程度	
	病院事務職	1名程度	
高等学校卒業程度	事務職	2名程度	昭和 60 年 4 月 2 日から平成 6 年 4 月 1 日までに生まれた方。ただし、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業又は平成 24 年 3 月末までに卒業見込みの方は除く
	技術職（土木）	1名程度	
民間等経験者	事務職	2名程度	昭和 46 年 4 月 2 日から昭和 57 年 4 月 1 日までに生まれた方で、次の各号のひとつに該当する方 ①民間企業等での勤務経験を受験申込日現在で 5 年以上有する方（ただし、バイトやパート勤務は経験年数に含めません） ②青年海外協力隊などの国際貢献活動経験を受験申込日現在で 2 年以上有する方

※次の 1 つに該当する者は受験できません。

- ①日本国籍を有しない方
- ②成年被後見人又は被保佐人（準禁治産者を含む）
- ③禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの方
- ④上天草市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から 2 年を経過しない方
- ⑤日本国憲法の施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した方

2 勤務先及び職務内容

- 事務職 市長事務部局等に勤務し、事務の職務に従事
- 技術職 市長事務部局等に勤務し、専門技術の職務に従事
- 病院事務職 上天草総合病院に勤務し、病院事務の職務に従事

3 受験手続

- ①受付期間 7 月 19 日（火）から 8 月 5 日（金）まで（土曜日、日曜日を除きます）
※郵送の場合は、8 月 5 日（金）までの消印のあるものに限り受け付けます。受付時間は、8 時 30 分から 17 時まで
- ②申込先 〒 869-3692 熊本県上天草市大矢野町上 1514 上天草市役所総務課人事給与係 ☎ 0964 (56) 1111
- ③申込手続 上天草市発行の申込用紙に必要事項を記入して、受験票送付用の 50 円切手を添えて前記申込先に郵送又は持参してください。郵送する場合は、表に「上天草市職員採用試験申込」と朱書きし、必ず配達記録郵便で送付してください。
- ④申込用紙の請求
○直接受取の場合 申込用紙は上天草市役所総務課人事給与係（大矢野庁舎 2 階）、市民窓口課（松島庁舎 1 階）、姫戸・龍ヶ岳統括支所、上天草総合病院総務課に用意しています。
○郵便請求の場合 表に「上天草市職員採用試験申込書請求」と朱書きし、140 円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（A4 判が入るもの）を同封のうえ、上天草市役所総務課人事給与係へ請求してください。
○インターネットで出力する場合 市のホームページ（<http://www.kamiamakusa-c.kumamoto-sgn.jp/>）にアクセスしてダウンロードしてください。

4 試験の日時及び場所

①第 1 次試験

区分	日時	試験会場	合格発表
大学卒業程度及び高等学校卒業程度	9 月 18 日（日） 8 時 30 分集合	上天草市役所 大矢野庁舎	10 月初旬に合格者のみ通知します。また、合格者の受験番号を上天草市役所に掲示します。
民間経験者	10 月 16 日（日） 8 時 30 分集合	上天草市役所 大矢野庁舎	10 月下旬に合格者のみ通知します。また、合格者の受験番号を上天草市役所に掲示します。

②第 2 次試験

区分	日時	試験会場	合格発表
全区分	平成 23 年 11 月上旬の予定	上天草市役所及び上天草総合病院	11 月中旬に合格者、不合格者とも通知します。また、合格者の受験番号を上天草市役所に掲示します。

ちゃんと

眠れていますか？



～「眠れない」は心の危険信号～

睡眠は健康を維持するために欠かせないものです。十分な睡眠がとれないと、体や心にさまざまな影響を及ぼします。疲れているのに眠れない日が続いている。あなたの心は疲れていませんか？

2 週間以上続く不眠は「うつ」のサインがもたせません

うつ病は脳のエネルギーが不足している状態です



「うつ病」とは、ひどく落ち込んだり、楽しさを感じられなくなり日常生活に支障をきたす病気です。国民の約 15 人に 1 人がうつ病を経験したことがあるという報告があります。

うつの自己チェック

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にやれていたことが、いまではおっくうになった
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたように感じる

このうち 2 つ以上あてはまり、その状態が 2 週間以上ほぼ毎日続いていて、生活に支障が出ている場合、うつ病の可能性を考えてみてください。（厚生労働省「うつ病対策推進方策マニュアル」）



快適な睡眠のための⑦箇条

～厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針」より～

- ①快適な睡眠でいきいき健康生活
睡眠に問題があると、高血圧、心臓病、脳卒中などの生活習慣病のリスクが上昇
- ②睡眠は人それぞれ、日中元気はつらつが快適な睡眠のバロメーター
自分にあった睡眠時間があり、8 時間にこだわらない
- ③快適な睡眠は、自ら創り出す
「睡眠薬代わりの寝酒」は、睡眠の質を悪くする
- ④眠る前に自分なりのリラックスマ法、眠ろうとする意気込みが頭をさえさせる
軽い読書、音楽、香り、ストレッチなどでリラックス
- ⑤目が覚めたら日光を取り入れて、体内時計をスイッチオン
休日に遅くまで寝床で過ごす、翌日の朝がつかなくなる
- ⑥午後の眠気をやりすごす
短い昼寝でリフレッシュ、昼寝をするなら午後 3 時前の 20 ～ 30 分
- ⑦睡眠障害は、専門家に相談
寝付けない、熟睡感がない、充分眠っても日中の眠気が強いときは要注意

出前講座のお知らせ

3 月 14 日天草池田電機株式会社にて業務終了後、メンタルヘルス研修会を実施しました。

臨床心理士の松下弘子先生をお招きし、「心の不調に気づくときの大切なポイント」と題して従業員 110 人を対象にご講話頂きました。アンケートの結果、受講された約 6 割の方が、「今後もこのような研修を受講したいと思いますか？」の設問に「思う」と回答しており、メンタルヘルスへの関心が伺えました。

今年度も 9 月と 3 月に事業所を対象に出前講座を実施したいと考えております。

メンタルヘルス研修会出前講座を希望される事業所は、7 月 19 日までに福祉課障がい福祉係までご連絡ください。



土砂災害から身を守るために

土砂災害～こんな前触れには注意！！～



平成22年の梅雨期に全国では1,824件の土砂災害が発生し、死者・行方不明者が21人にも上っています。

- 山鳴りがする。
- 川の流れが濁り流木が混ざりはじめる。
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる。
- 斜面から水がふき出す。
- 地面にひび割れができる。
- 沢や井戸の水が濁る。
- 小石がパラパラ落ちてくる。

防災の知識

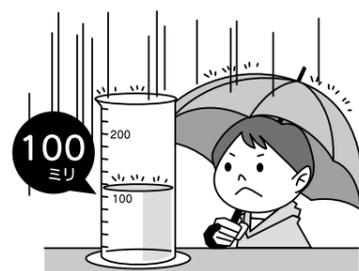
【市民の皆様へ】

市では「土砂災害警戒情報」が発表された場合、市民の皆さまにいち早く情報を提供するため深夜であっても防災無線放送で放送しますのでご理解とご協力をお願いします。

【土砂災害警戒情報を知っていますか】

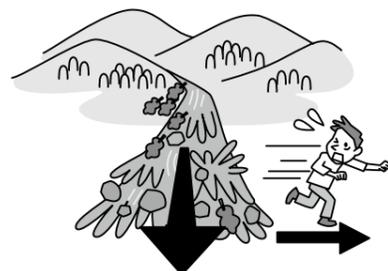
土砂災害警戒情報は大雨による土砂災害発生の危険性が高まったときに、市町村長が住民への避難勧告等を適切に行えるように支援するとともに、住民自らの避難の判断にも参考となるよう、都道府県砂防部局と気象庁が共同で発表する情報です。

●雨に注意しましょう



土砂災害の多くは雨が原因で起こります。1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上の降雨量になったら、十分な注意が必要です。

●逃げ方を覚えましょう



土石流は速度が速いため、流れを背にしたのでは追いつかれてしまいます。土砂の流れる方向に対して、直角に逃げるようにしましょう。

●避難場所を決めておきましょう



日頃から家族全員で避難場所や避難する道順を決めておきましょう。そうすれば、家族が一緒にいないときでも、避難場所で落ち合うことができます。

議会報告

常任委員会の新しい体制決まる

議会では、議案や請願などを専門的、能率的に審査・調査研究するため3つの常任委員会を設置しています。

5月17日に市議会臨時会が開催され、常任委員会と議会運営委員会の新しい体制が決定しました。各委員会の所管事項と所属委員は次のとおりです。

総務常任委員会

【委員会の所管事項】

- 予算に関すること○環境に関すること○防災、交通安全対策
- 地域のまちづくり○市税に関すること など



経済建設常任委員会

【委員会の所管事項】

- 農林水産業の振興○観光の振興
- 商工業の振興○企業誘致○道路の整備 など



文教厚生常任委員会

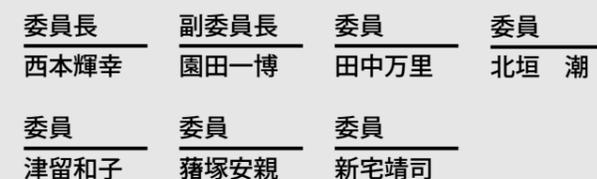
【委員会の所管事項】

- 教育の充実○健康増進○子育て支援
- 高齢者・障がい者支援○水道に関すること など



議会運営委員会

議会の日程や運営について協議し、議会を円滑に進行させる役割を担います。



お知らせ

税のひろば

6月の納税

☎ 税務課

- ▼市県民税 第1期
- ▼国民健康保険税 第1期
- ▼納期限 6月30日(木)
- ▼口座振替日 6月27日(月)

東日本大震災により被害を受けた方へ税金関係のお知らせ

大震災により被害を受けた方は、所得税の軽減・免除が受けられ、税務署で手続を行うことで所得税が還付となる場合があります。そのほか、源泉所得税の徴収猶予や還付、廃車となった自動車の自動車重量税の還付などの特例があります。詳しくは、天草税務署にお問い合わせいただくか、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。

ご覧ください。

また、地方税についても、住民税、固定資産税、自動車税等の特例があります。詳しくは、県税に関しては、熊本県税事務所天草税務課税務班、市税に関しては、上天草市役所税務課にそれぞれお問い合わせください。

- ▼問合せ先
- 天草税務署 ☎0969(22) 2510
- 熊本県税事務所天草税務課 ☎0969(22) 4239
- 上天草市役所税務課 ☎0964(56) 1111

あなたの「ふるさと寄附金」が被災地支援に

被災地の自治体への寄附金、自治体を通じての被災者への義援金は「ふるさと寄附金」として住民税・所得税の控除が受けられます。日本赤十字社や中央共同募金会等へ

相談・申請

年金相談

☎ 保健課

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 7月15日(金) 10時～15時
- ▼場所 大矢野庁舎書庫棟1階

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・企業誘致課・環境衛生課・会計課・議会事務局・農業委員会事務局・監査委員事務局

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・都市整備課・保健課(保健センター・健康づくり推進室)・高齢者ふれあい課・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

行政相談

☎ 総務課

行政に関する苦情、要望および意見等がありましたら、お気軽にご利用ください。

- ▼開設日 7月7日(木)
- ▼松島 13時～16時・社会福祉協議会松島本所
- ▼開設日 7月14日(木)
- ▼大矢野 13時～16時・大矢野老人福祉センター

特設人権相談所開設

☎ 市民窓口課

いじめ・体罰、家庭内暴力、金銭トラブル、相続問題、近隣問題、障がい者差別などあらゆる困りごと、心配ごとをお気軽に相談ください。

- ▼開設日 7月6日(水)
- ▼10時～15時・龍ヶ岳統括支所

地上デジタル放送受信チューナーを貸出します

☎ 企画政策課

7月24日の地上デジタルテレビ放送完全移行までに、デジタル放送受信機器の設置ができず、テレビを視聴することができない世帯に対して、市では地上デジタル放送受信チューナーを無償で貸出します。

- ▼申請受付開始 7月19日(火)
- ▼貸出回数 1世帯につき1台
- ▼貸出期間 1回の貸出期間は、1週間以内
- ▼貸出条件 チューナーの貸出期間中にデジタル放送受信器を設置すること。
- ▼申請方法 企画政策課(大矢野庁舎)、市民窓口課(松島庁舎)、姫戸・龍ヶ岳統括支所、湯島出張所に備え付けの申請書に必要事項を記入のうえ、各窓口へ提出してください。

※市で保有する台数に限りがある場合がございます。

ありますので、希望に添えない場合があります。

イベント・募集

ロアッソ熊本ホームゲーム無料招待事業について

「ロアッソ熊本J1へ」県民推進本部よりホームゲーム無料招待のお知らせがありました。

この事業は「ロアッソ熊本」というサッカーチームを県民の皆さまに知ってもらうため、また、観戦に行く機会のない方々にスタジアム観戦の楽しさを感じていただき、応援機運を盛り上げるため実施されます。

チケットを希望される場合は、上天草市教育委員会社会教育課までお問い合わせください。

▼上天草市配布枚数 700枚

※原則、個人、家族、団体単位での申し込みに限ります。ただし小学生未満は無料です。

▼試合日 7月17日(日) 19時キックオフ(17時一般人場開始)

▼対戦相手 カターレ富山

▼場所 熊本県民総合運動公園陸上競技場(KKWING)

「キャリア・カウンセリング(就職相談)」実施中

県では、就職希望者のための「キャリア・カウンセリング」を実施しています。専門のカウンセラーと共に、職歴や興味・関心などを整理し、適職や自己PR法、効果的な就職活動の進め方について考えます。ご利用は無料です。

▼相談内容 ○適職相談○面接対策○履歴書等作成法○就職活動がうまくいかない原因を考えたなど

▼場所 しごと相談・支援センター

▼日程 土日を含む月6日(1日4回)程度。実施の時間帯は日によって異なります。相談時間は1人1時間程度

▼利用方法 予約が必要

▼予約申込み先 熊本県民交流館パレアしごと相談・支援センター

☎096(355) 2224

熊本県食品表示ウォッチャーを募集

県では、県内の食品販売店

における食品の品質表示の適正化を図るため、消費者の方々のボランティアによる熊本県食品表示ウォッチャーを募集しています。

▼熊本県食品表示ウォッチャーの役割 日常の買い物の際などに、その食品販売店で販売されている食品の品質表示が適正に行われているかモニタリングしていただき、不適正な食品表示を発見した場合には、その情報を県に報告していただくものです。

▼募集期間 6月30日(木)まで(当日消印有効)

▼応募要件 ①満18歳以上の方②熊本県内に居住し、日常生活の中で食品の買い物を行っている方③原則として、熊本県が行う食品表示制度に関する講習会に参加可能な方

▼応募方法 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、郵送、FAXまたは電子メールで提出ください。

▼提出先

①郵送 熊本県環境生活部県民生活局くらしの安心推進課 ウォッチャー担当行(〒862-8570※郵便番号のみの記載で届きます)

②FAX 096(382) 7403

③電子メール anzensushin@pref.kumamoto.lg.jp

▼問合せ先 熊本県環境生活部県民生活局くらしの安全推進課食品表示ウォッチャー担当

☎096(333) 2290

シルバー人材センターの樹木管理講習会受講生募集

この講習会は、厚生労働省の委託を受け、高齢求職者を就職に結びつけることを目的としています。

▼受講料 無料

▼受講対象者 ○55歳以上でハローワークの求職登録者(ハローワークカード保持者)

○7日間すべての日程に参加でき、剪定等の仕事を希望される方

▼日程 6月27日(月)～7月4日(月)各9時～16時

※7月3日(日)は休み

▼講習会場

○学科 松島観光海運会館および松島総合センター「アロマ」

○実技 アロマ周辺および合津港フェリー乗り場周辺

▼講習内容 剪定整枝の基礎

礎・病害虫の駆除・施肥の仕方ほか

▼募集人員 20人(申込多数の場合は選考)

▼申込締切日 6月20日(月)

▼申込方法 電話にてお申込ください

※昼食および実技で使用する道具類は各自で用意してください

▼申込・問合せ先(社) 上天草市シルバー人材センター 樹木管理講習係

☎0964(53) 2228

地域リーダー育成研修の参加者を募集します

☎ 市民窓口課

男女共同参画社会づくりは、豊かな地域社会づくり。あなたの学びと実践が、社会を住み良く変えていきます。自分のため、家族のため、地域のため、頑張るあなたを応援するための研修ですので、積極的なご参加をお待ちしています。

□研修課程(予定)

①事前研修(熊本) 9月または10月

②国内派遣研修(埼玉・東京) 11月

③自主研修 11～12月

④事後研修(熊本) 1月

⑤報告書作成 1～3月

スパ・タラソ天草 酸素カプセル・アロマお得プラン

疲労回復やストレス解消など、リフレッシュ効果が期待できる酸素カプセルとアロママッサージが一緒になった、お得なプランをはじめました。

●酸素カプセル (40分) +アロマ 30

○市民 (7月15日まで) 通常 5,500円 → 5,000円
※アロマ 60の場合は、3,000円増しになります。

また、期間中アルゴパックをご利用のお客様は顔パックが無料です。

■**酸素カプセルの効果** 酸素カプセルは、酸素濃度が通常の2倍で、新鮮な濃い酸素を体内に取り入れることにより、疲労やストレスを取り除き、リフレッシュ効果が期待できます。また、シワやシミの原因である活性酸素を中和し、老化防止や美肌にも効果が期待できます。さらに、脂肪を燃焼しやすい状態になりやすく、プールと

併せて利用するとダイエットに効果的です。
※ペースメーカーの方や妊婦、糖尿病でインシュリンを使用されている方はご利用できません。

■**アロママッサージ** アロママッサージは、アロマオイルの成分を直接肌から取り込むことで、皮膚を刺激し、筋肉の緊張を和らげ、滞ったリンパや血液の流れを促すことができます。また、スキンタッチでの相乗効果で深くリラックスできます。

■**アルゴパック** アルゴパックは、海藻ペーストを全身に塗布することにより、新陳代謝を高め、老廃物を排出します。また、海藻に含まれる豊富なミネラル成分により、肌にハリと潤いを与えます。

□**問合せ先** スパ・タラソ天草 ☎0964 (56) 1126

酸素カプセル	対象者	上天草市民	基本価格	レストラン・温泉・プール利用者	温泉会員・タラソファン会員	プール会員
	40分コース	2,500円	4,000円	1,000円値引き	2,000円	1,500円
60分コース	3,700円	6,000円	チケット配布	2,800円	2,000円	



■**酸素カプセルの効果** 酸素カプセルは、酸素濃度が通常の2倍で、新鮮な濃い酸素を体内に取り入れることにより、疲労やストレスを取り除き、リフレッシュ効果が期待できます。また、シワやシミの原因である活性酸素を中和し、老化防止や美肌にも効果が期待できます。さらに、脂肪を燃焼しやすい状態になりやすく、プールと

併せて利用するとダイエットに効果的です。
※ペースメーカーの方や妊婦、糖尿病でインシュリンを使用されている方はご利用できません。

■**アロママッサージ** アロママッサージは、アロマオイルの成分を直接肌から取り込むことで、皮膚を刺激し、筋肉の緊張を和らげ、滞ったリンパや血液の流れを促すことができます。また、スキンタッチでの相乗効果で深くリラックスできます。

■**アルゴパック** アルゴパックは、海藻ペーストを全身に塗布することにより、新陳代謝を高め、老廃物を排出します。また、海藻に含まれる豊富なミネラル成分により、肌にハリと潤いを与えます。

□**問合せ先** スパ・タラソ天草 ☎0964 (56) 1126

併せて利用するとダイエットに効果的です。
※ペースメーカーの方や妊婦、糖尿病でインシュリンを使用されている方はご利用できません。

▼**募集要項** 一般研修生1人
▼**募集対象** 市内在住の20歳以上65歳未満で、すべての研修課程に意欲を持って参加できる方
▼**募集期間** 6月20日(月)～30日(木)
▼**参加申込** 所定の応募用紙に必要事項を記入し、松島庁舎市民窓口課、大矢野窓口センター、姫戸・龍ヶ岳統括支所へお申し込みください。
※応募用紙は、各庁舎窓口に備え付けています。また、市ホームページからもダウンロードできます。
▼**認定** 研修課程を修了した方は男女共同参画社会づくり地域リーダーとして熊本県知事が認定します。
▼**県の支援**
①事前研修と事後研修に要する交通費相当額
②国内派遣研修に要する交通費の3分の1(3万円上限)
▼**市の支援** 国内派遣研修に要する交通費(7万円上限)

「金婚夫婦表彰」も今年で53回目を迎えます。今回の対象者は、昭和36年1月1日から12月31日までに結婚されたご夫婦です。該当者の方は、区長または市役所の窓口へお申し込みください。
▼**申込先** 大矢野窓口センター、高齢者ふれあい課、姫戸・龍ヶ岳統括支所、および各出張所
●**申込期間** 6月16日(木)～7月22日(金)
※該当されるご夫婦は、熊本日日新聞からの表彰があり、熊日日新聞、市広報に掲載されますので、ご了承のうえお申し込みください。
▼**主催** 熊本日日新聞
▼**後援** 熊本県、熊本県市長会、熊本県町村会
平成23年度
熊本県介護支援専門員
実務研修受講試験
介護支援専門員実務研修受講試験は、熊本県知事の指定を受け、次のとおり実施します。
▼**試験期日** 10月23日(日) 10時開始(9時45分着席)
▼**試験会場(予定)** 熊本学園大学
※試験会場は、受験者が指定

することはできません
▼**受験資格** 原則として、保健、医療、福祉の分野で通算5年(一部10年)以上の実務経験を有する方(詳細は「試験案内」に記載)
▼**試験案内の配付期間** 7月20日(水)まで
▼**試験案内の配付場** ○所熊本県社会福祉協議会(福祉人材・研修センター)○各市町村社会福祉協議会(支所含む)○熊本県認知症対策・地域ケア推進課○熊本市高齢介護福祉課
※土日、祝日を除きます
※郵送による試験案内の配付は行いません
▼**受験申込の受付期間** 7月1日(金)～20日(水)
▼**受験申込の申込方法** 受験申込書は、「試験案内」巻末の専用封筒を使用し、1通につき1名分を、必ず簡易書留により熊本県社会福祉協議会(福祉人材・研修センター)宛に郵送してください。(7月20日消印有効)
※持参による申込書の受付は行いません
▼**受験手数料** 8,800円
▼**実務研修の予定** 試験合格者を対象に、実務研修を実施します。

こちら消費生活センターです!

今月は「問題商法について」主な勧誘の手口・特徴と問題点、撃退法についてご紹介いたします。

◆**点検商法**
「無料点検サービス中です」と、突然、自宅を訪問。上がり込んで点検し、「このままでは危険」「今すぐ対処しないと大変なことになる」などと不安をあおって、高額な商品やサービスを契約させます。
※点検内容の例 耐震点検、床下点検、シロアリ点検、布団などのダニ・安全点検など。
【**撃退法**】
○突然の訪問者は警戒し、「無料だから」「点検だから」と気軽に家に上げない。○一度家に上げてしまうと、帰ってもらうのが難しくなるので、すぐに、きっぱりと断わる。○もし、契約する場合には、その場で契約はせず、いくつかの業者と比較検討する。○服装や公的機関の名前を出されてもすぐに信用せず、身分証の提示を求め、突然の訪問者には警戒すること。

◆**次々販売**
一人暮らしの高齢者に言葉巧みに近づき、必要のない商品やサービスの契約を次々と結ばせる。

◆**送りつけ商法**
注文していない商品を一方的に送りつけ、代金引換えや、同封の請求書で金銭を支払わせようとする。

◆**利殖商法**
電話や訪問販売で「上場間近で必ずもうかる」と未公開株を勧めたり、「老後資金を増やせる」と話をもちかけ、金融商品を販売する。悪質な業者はあの手この手でだまそうと狙っています。犯罪や悪質商法でだまされないよう家族・地域のみんなで防ぎ、守りましょう。困ったときはひとりで悩まず、早めにご相談ください。

◆**相談窓口** 上天草市消費生活センター(大矢野庁舎1階)
◆**開設日時** 月～金(祝日等を除く) 9時～16時(12時～13時を除く)
◆**専用電話番号** ☎0964 (56) 0783



その他

行政組織改編

☎総務課

平成23年6月1日から、総務企画部総務課内に市長公室を設置しました。室では、市長マニフェストに掲げた政策の実現に向けて、庁内の全体調整を要する重要案件の処理や政策の進捗状況の管理を所掌します。

☐市長公室で取り扱う業務について

- ▽部局間の総合調整
- ▽市長・副市長秘書業務
- ▽地域審議会・タウンミーティング
- ▽広報紙の発行
- ▽ホームページの管理
- ▽報道機関との連絡調整など



市職員人事異動

☎総務課

- ☐5月12日付け()は前所属
 - 総務企画部▽部長 杉田省吾(健康福祉部・部長)
 - 総務課▽課長 村上理一(企画政策課・課長)
 - 監理課▽課長 坂田結二(総務課・課長補佐)
 - 企画政策課▽課長 舛本伸弘(高齢者ふれあい課)
 - 経済振興部▽部長兼企業誘致課・課長 坂中孝臣(総務企画部兼経済振興部・部長兼企業誘致課・課長)
 - 建設部▽部長 尾上徳廣(建設部兼教育委員会事務局・部長)
 - 都市整備課▽課長 中田清治(市民窓口課・課長補佐)
 - 市民生活部▽部長 佐伯秀昭(市民生活部・部長兼大矢野窓口センター・窓口センター長兼姫戸統括支所・統括支所長)
 - 大矢野窓口センター▽窓口センター長 川口達郎(都市整備課・課長)
 - 姫戸統括支所▽統括支所長 小多貞利(企画政策課情報推進室・室長)
 - 健康福祉部▽部長 橋本秀雄(総務課・課長)

- 高齢者ふれあい課▽課長 野崎秀満(議会事務局・局長補佐)
- 水道局▽局長 楠本金生(監理課・課長)
- ☐6月1日付け()は前所属
 - 総務企画部
 - 総務課▽課長兼市長公室・室長 村上理一(総務課・課長)
 - ▽課長補佐兼市長公室 木本昌亮(建設課・課長補佐)
 - ▽大塚扶美枝(水道局)
 - ▼市長公室▽鬼塚正二(総務課)▽古賀忠明(総務課)▽磯田香澄(総務課)▽山城教潤(総務課)▽浮島信五(総務課)
 - 財政課▽水田一(監理課)
 - 監理課▽課長補佐 本田善生(農林水産課・主幹)
 - ▽青山文晴(税務課)
 - 企画政策課
 - ▼情報推進室▽室長 山下保(姫戸統括支所・次長)
 - 経済振興部
 - 農林水産課▽課長補佐 鬼塚昭彦▽古谷肇(龍ヶ岳統括支所)▽佐々木謙吉(社会教育課)
 - ▼ブランド推進室▽山川菓子(農林水産課兼ブランド推進室)

■教育委員会事務局▽部長

松本和任(水道局・局長)

●総務課

村上理一(総務課・室長)

●環境衛生課

野田敬子(環境衛生課・主幹)

●近野祐子

(大矢野窓口センター)

●納税課

松尾隆太(福祉課)

●大矢野窓口センター

赤木貴子(保健課健康づくり推進室)

●龍ヶ岳統括支所

山隅昌幸(農林水産課・主幹)

●村田慶一

(大道出張所・出張所長)

●大道出張所

堀川穂積(龍ヶ岳統括支所)

■健康福祉部

福祉課▽佐藤始(総務課)▽川本良助(社会教育課)

●商工観光課

平本望(会計課)

■建設部

建設課▽課長補佐 小西裕彰(監理課・課長補佐)▽山下秀文(税務課)

●市民生活部

市民窓口課▽課長補佐 中田俊勝(農業委員会事務局・事務局長)

●環境衛生課

課長補佐 野田敬子(環境衛生課・主幹)

●近野祐子

(大矢野窓口センター)

●納税課

松尾隆太(福祉課)

●大矢野窓口センター

赤木貴子(保健課健康づくり推進室)

●龍ヶ岳統括支所

山隅昌幸(農林水産課・主幹)

●村田慶一

(大道出張所・出張所長)

●大道出張所

堀川穂積(龍ヶ岳統括支所)

■健康福祉部

福祉課▽佐藤始(総務課)▽川本良助(社会教育課)

▼子育て支援室

松岡文子(福祉課)▽堤博之(福祉課)

●保健課

課長補佐 松本智(環境衛生課・課長補佐)

▼健康づくり推進室

鬼塚ふき子(福祉課子育て支援室)▽桑畑昭子(大矢野窓口センター)

●高齢者ふれあい課

永野富子(保健課健康づくり推進室)

■会計課

釜田雅弘(高齢者ふれあい課)

■水道局

瀨崎直子(姫戸統括支所)

■議会事務局

局長補佐 山下正(保健課・課長補佐)

■農業委員会事務局

事務局長 松原繁行(農林水産課・課長補佐)

■教育委員会事務局

学務課▽課長補佐 赤瀬耕作(環境衛生課・主幹)

●社会教育課

徳弘恵吾(福祉課子育て支援室)

上天草市いじめ根絶キャンペーン

☎学務課

「いじめ」は、次代を担う子どもたちの基本的な人権を脅かす、絶対に許されない問題です。またいじめを苦に子どもたちが自殺するという極めて大きな社会問題ともなっています。

山本春子、圓尾玲子、木村政恵、山下エツ子、西山カラオケ教室、水野国男先生、琴流会、北里カラオケ愛好会、おどり愛好会、木下とも子、糺本泰子、平野ツル子、斉藤美知子

▼ふるさと納税に寄付

▽地場産業の育成事業

○塚本 浩晴(東京都練馬区)

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・翔洋苑)にボランティアサービスをした方々を紹介します。

○中田理髪店、ノウブル、タカシスタジ

オ、天美会、菓子工房ア

ローム、絵手紙もみじ会、

天理教大矢野支部、坂田巴、

吉川キヨカ、前川タマノ、



市のデータ

人口	31,521人
男性	14,808人
女性	16,713人
世帯数	12,295戸
市の面積	126.14km ²

平成23年5月31日現在

ねんきんで笑顔

国民年金の保険料のお支払いが困難なときは

■保険料免除制度とは

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合、申請をして認められれば保険料の全額、または一部が免除となる制度があります。免除の期間は、申請した年度の7月から翌年の6月分までです。

免除された保険料は10年以内であれば後から納めることができます。ただし2年を過ぎると加算額がつきます。

■全額免除制度

保険料の全額が免除されます。

■一部納付(免除)制度

保険料の一部を納付、残りの保険料は免除されます。

一部免除には三種類あります。

なお、一部免除された期間については、免除された額の保険料を納めない場合は未納期間として取り扱われますので、ご注意ください。

①4分の3免除

保険料の4分の3の額が免除され、残りの4分の1の額を納めるものです。

②2分の1免除

保険料の半額が免除され、残りの半額を納めるものです。

③4分の1免除

保険料の4分の1の額が免除され、残りの4分の3の額を納めるものです。

■免除の対象となる所得基準

保険料の免除を受けるには、本人のほか、配偶者や世帯主などの前年所得が所得基準の範囲内である必要があります。ただし、所得基準を超えていても災害、失業、事業の廃止などの理由によって保険料が免除される場合があります。

■未納にせずご相談ください

免除申請には、年金手帳、印鑑などが必要ですが、他にも添付していただく書類が必要な場合もあります。

お支払いが困難なときでも未納のままにせず、免除をはじめ、納付猶予や納付特例などの制度がありますので、お問い合わせください。

☎問合せ先

●本渡年金事務所 ☎0969 (24) 2154

●市保健課年金係 ☎0969 (56) 1111

今日からさっそく

介護予防

「健康づくり」

高齢者の皆さんは、自分の健康や心身の状態を維持・改善するために、日頃からどのようなことに気をつけ、取り組んでおられるでしょうか。

平成20年6月に実施した高齢者に対するアンケートのうち、介護予防についての考えをたずねた調査結果を見ると、「常日頃から運動を心がけ、介護予防に取り組んでいる」や「今の身体状況や生活状況を維持・改善するために、これから頑張っていきたい」と選択した人が多く、介護予防に前向きな考えの人が上位を占めていました。

しかし、「思っている行動に結びつかない」「何をしたらよいかかわからない」という人が中にはおられるのではないのでしょうか。上天草市では様々な場所で運動に取り組むことができます。スパ・タラソ天草のプールでは運動プログラムがありますし、アロマではリズム体操などの健康教室、大矢野総合体育館でもトレーニング室で体操や骨盤矯正体操などを行っています。また、上天草総合病院でも3階のプールを解放しています。それぞれの教室等利用にあたっては料金や条件等が異なりますので、興味のある方はそれぞれの実施先にお問い合わせください。

暖かくなりました。ぜひ、日々の生活に運動を取り入れてみてください。

- スパ・タラソ天草
☎ 0964 (56) 1126
- 松島総合センター「アロマ」
☎ 0969 (56) 0777
- 大矢野ドリームズ
☎ 0964 (56) 4701
- 上天草総合病院
☎ 0969 (62) 1122
- 問合せ先
上天草市地域包括支援センター
☎ 0969 (56) 1111

アナログ放送終了間近!! 地デジ臨時相談コーナー開設

本年7月24日にアナログ放送は終了し、地上デジタル放送へと完全移行します。この地上デジタル放送を視聴するためには、地上デジタル放送対応のテレビまたはチューナー等が必要となります。地デジの準備をしないと7月25日以降、テレビが見られなくなります。

デジサポ熊本では、地上デジタル放送に関する正しい知識と情報をお伝えし、デジタル放送の受信をお勧めするとともに、技術的なお手伝いを目的とし、地デジ臨時相談コーナーを下記のとおり開設します。

「地デジの準備をしたいけど、どうしていいかわからない」といったご家庭の皆さんは、ぜひご相談ください。また、ご要望に応じて、地デジサポーター（協力電気店）、地デジアドバイザーが戸別訪問を実施し、丁寧なアドバイスを無料で行います。

●地デジ臨時相談コーナー

- 場所 上天草市役所 大矢野庁舎（1階ロビー）
- 電話番号 ☎ 0964 (59) 2123
- 日程 6月15日（水）～8月26日（金）
- 開設時間 8時30分～17時※土日、祝日除く

●問合せ先

- デジサポ熊本（総務省熊本県テレビ受信者支援センター）☎ 096 (300) 8800（平日）9時～21時（土日、祝日）9時～18時
- 上天草市 企画政策課 ☎ 0964 (56) 1111



キュウリ黄化えそ病 蔓延防止に努めましょう

キュウリのウィルス病であるキュウリ黄化えそ病が天草全域で確認されるようになりました。この病気は、メロン黄化えそウイルス（MYSV）によって引き起こされる病気です。このウイルスに感染すると、キュウリの葉は写真のように黄～黄緑のモザイク状の斑点を生じ、次第に株全体に拡大し葉が黄～白化して減収や果実の品質低下を引き起こします。

キュウリ黄化えそ病は、主にミナミキイロアザミウマによる虫媒伝染です。この害虫は体長数ミリと小さく、キュウリの適温域では増殖スピードが非常に速いため、侵入防止対策と早期発見、防除の徹底が重要です。

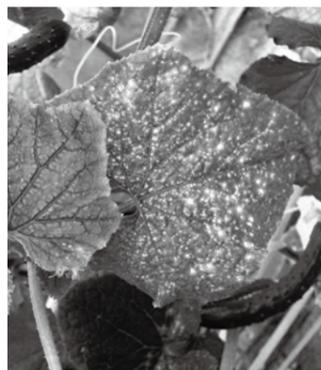
キュウリ黄化えそ病の発生と拡大を防ぐためには、以下の対策が重要です。①作の終了時には、虫の脱出と施設内での増殖を防ぐために、夏期には2週間以上、施設内を蒸し込んで殺虫します（夏秋期の高温はミナミキイロアザミウマを退治する絶好の時期です）。②虫の侵入を防ぐために、ほ場周辺の除草は徹底し、目合い0.4mmの防虫ネットと紫外線カットフィルムの併用や、青色粘着板を設置します。③定植時には効果の高い薬剤を施します。④発病株をほ場内に放置せず、早期に抜き取って土中に埋設します。

これら対策は、個々の農家による取り組みだけではキュウリ黄化えそ病を防ぐことはできません。地域全体での蔓延防止へ向けた取り組みをお願いします。

ご不明な点がございましたら、問合せ先までご連絡をお願いします。

●問合せ先

- 天草地域振興局農業普及・振興課
☎ 0969 (22) 4266



地域療育事業「キラキラ仲間」のお知らせ

「言葉について心配」「子どもの成長が気になる」「子どもとの関わりがわからない」と思ったことはありませんか？
上天草市では、成長や発達について悩んでおられる親子を対象に、その子の特性に合わせた支援を下記のとおり行っています。一度見学をされたい、もっと詳しく話を聞きたいと思われる方は、福祉課まで連絡ください。

平成23年度 キラキラなかま年間計画表

実施月日	親子活動	お母さんの勉強室 (11時～11時30分)
6月21日(火)	指を使うあそび (小麦粉粘土)	落ち着かないのはなぜ
7月19日(火)	水あそび	
8月16日(火)	楽器あそび	指先が器用になりた～い
9月20日(火)	やりとり遊び	
10月18日(火)	運動あそび	
11月15日(火)	感覚を促すあそび	動きがぎこちないのはどうして
12月20日(火)	クリスマス会	
1月17日(火)	指先を使う遊び (ちぎり絵)	
2月21日(火)	言葉を促すあそび	言葉がゆっくりな子どもさんへ
3月13日(火)	お別れ会	

- 時間 10時～12時
- 場所 合津保育園
- ※「お母さんの勉強教室」は、キラキラ仲間参加者以外でも一緒に学びたいという方は受け付けます。
- ※7月、9月、10月、1月は、10時30分より療育相談を受け付けますので、希望される方は事前に連絡ください。
- 問合せ先 福祉課 ☎ 0969 (56) 1111 (内線:2127)



水道だより～水無月～

▼問合せ先 ☎水道局

◎水道局からのお願い

- ①水道局では、検針した際、「お知らせ票」をお渡ししています。その中に「設置場所」の欄（右票①）が、記入されていますがその記述が、正確に記入されていない場合があります。水道局では把握が困難なため、ご確認いただき、相違している場合は、水道局・各庁舎・出張所で手続きをお願いします。
- ②次に、お知らせ票の「お名前」の欄（右票②）が、亡くなった方や転出されたご兄弟等のお名前になっている場合、見受けられます。これも①同様の場所での手続きをお願いします。
- ③相続や売買により、名義が変わった場合も、速やかに手続きをお願いします。（登記簿・契約書の写が必要）ただし、何らかの理由で登記が、出来ない場合は、水道局にお問合せください。
- ※口座引落をご利用の方は、「変更届」も必要となります（ご利用の金融機関で行ってください）。
- ④上天草市では、水道に限らず税金等の「口座引落」を推奨しています。ご協力をお願いします。

水道使用量のお知らせ	
平成23年6月分（5月ご使用分）	
①設置場所	
②お名前	
上天草 太郎	様
お客様番号	検針日
123456	H23.6.1
メーター番号	
4210001	
(抜 粋)	

口座振替済みのお知らせ
この欄には、「口座引落」をご利用の方のみに印字されています。但し、機械の都合上、前々月分が、記載されます。 例) 6月のお知らせ票には4月25日分が印字

とうがらしなのに辛くない! 「甘長とうがらし」

甘長とうがらしと 鶏肉の炒め物

上天草食材美味図鑑 42ページに掲載



Recipe

材料 (2~3人前)

甘長とうがらし……10本 鶏もも肉……200g
サラダ油……小さじ1

【A】

【B】

醤油……小さじ1/2 ピーナッツバター……小さじ2
酒……小さじ1 醤油……小さじ1/2
ニンニクすりおろし 1/2片分 塩……少々

作り方

- ① 鶏もも肉は一口大に切り、【A】をもみ込み10分ほどなじませる。
- ② 甘長とうがらしは、縦に包丁を入れておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ、②を色よく炒める。
- ④ ③の甘長とうがらしを取り出し、①の鶏ももを入れて炒める。
- ⑤ 鶏肉に火が通ったら、取り出した甘長とうがらしを入れ、【B】で味を整える。

わんぱくざかり



ぶちゆうか
た 田淵優花ちゃん

★龍ヶ岳★

パ パ
田淵正美さん
マ マ
美也子さん

おたんじょうび

おたんじょうび

平成19年6月14日 平成21年11月20日



ぶちしんげん
た 田淵信源くん

★龍ヶ岳★

両親から
ひとこと

2人とも仲良く元気に育ててほしいです。
【優花ちゃんより】プリキュアになりたいです。

かわいい子どもの写真を 募集しています

上天草市に在住している1~3歳のお子さんで、①住所 ②子ども氏名 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。

編集後記



▼東日本大震災発生から約3カ月が経過しました。復興への道のりは遠く、いまだ出口の見えない状況です。市では物的な支援に加えて、被災地への職員派遣など人的な支援を行っており、今後もさまざまな形で支援を続けます。

▼また、「心の支援」として、左のProud! Japan (プラウドジャパン) のロゴマークを広報紙に掲載し、被災地へのエールとしたいと思っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

(Y)(K)

