

kamiamakusa
上天草

人と海のふれあうまち

4年ぶりに「あまくさエビリンピック」開催!!

たくさんエビを捕まえたよ!





「健康のために、陸上を」

波戸内さんは、令和5年10月7日(土)・8日(日)に開催された第44回全日本マスターズ陸上競技選手権大会2023山口大会に参加され、全国から参加した80歳から84歳までの100mの部で優勝、200mの部で3位に入賞されました。

波戸内さんは、元々、地元の民間企業に勤めながら、主にソフトボールや卓球をされていたそうですが、競技人口の減少に伴い、団体競技の参加が難しくなってきたため、60歳頃から個人競技である陸上を本格的に始められたそうです。

陸上を始めた当初から県民体育祭や他の大会で入賞するなど、多くの大会で好成績を収めてこられた波戸内さんですが、80歳になった今でも、陸上の練習を怠らず日々努力されています。陸上でもっとも苦勞することを尋ねると「多くの大会が真夏の炎天下で行われるため、大会の競技時間に合わせた練習時間やメニューを行うこと」と話されました。80歳になり自分の体力がなくなってきた中、「体力」と「陸上への気持ち」が葛藤しながらも、無理せずに自分を追い込むことが大変であるとのことでした。

波戸内さんの今後の目標としては、「80歳を超えて、徐々に体力がなくなり、膝などが痛くなってきているが、健康のためにも引き続き陸上を続けて、多くの大会で入賞を目指したい。体が動く限り陸上を続けたい。」と話されました。



「キバツ輝ヒト」を募集します！

新しいことに挑戦している人、賞を受賞した人など上天草市で頑張っている人を募集します。本市在住であれば自薦・他薦、ジャンルなどは問いません。詳しくは総務課秘書広報係までご連絡ください。

総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

人口(前月比) (令和5年9月30日現在) ()内は前月比

大矢野	12,692 (-34)	総人口	24,418 (-53)
松島	6,315 (-7)	世帯数	11,215 (-2)
姫戸	2,181 (-7)	男性	11,639 (-27)
龍ヶ岳	3,230 (-5)	女性	12,779 (-26)

市の面積 126.94km²

Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト 波戸内 秀治さん
3	まちのわだい
5	子育て世帯就学・進学応援給付金
6	上天草市公式LINEが便利に
8	令和6年度予算編成方針
10	上天草市・熊日金婚夫婦表彰
11	・マイナンバーカード出張申請 ・八代・天草シーライン推進大会
12	農業者年金の加入
13	・水産製品製造業等緊急支援事業補助金 ・善行表彰候補者の推薦
14	地域全体で防災に取り組もう
15	まちづくり事業の募集
16	病院だより
17	健康ガイド
18	・生涯学習白書 ・令和6年二十歳の記念式典
19	ぶらっとライブラリー
20	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
21	・市長室ナウ ・Our School Projects
22	お知らせ
28	・天草四郎ミュージアム手帖 ・シリーズ人権 ・イベント
29	地域おこし協力隊
30	各種相談窓口
32	・わんぱくざかり ・パールラインマラソン大会の受付

今月の表紙

10月14日(土)に開催されたあまくさエビリンピックの写真です。参加者の方は、一生懸命エビを捕まえていました。





9/11 湯島地区および維和蔵々地区に住宅用火災警報器などを贈呈

一般社団法人全国消防機器協会が行う住宅用火災警報器等配付モデル事業地区に湯島地区および維和蔵々地区が選定されました。両地区は、高齢者の割合が高く住宅が密集する地域であり、自主防災会を中心に様々な防災活動が行われていることから天草広域連合北消防署が申請を行い、同協会から住宅用火災警報器100個、消火器25本、防災毛布25枚が配布されました。

9月11日(月)にそれぞれの地区において贈呈式が行われ、竹川北消防署長から各地区の自主防災会長および区長に手渡された後、消防団が器具の設置を行いました。



9/21 令和5年度熊本県交通安全功労者表彰受賞

9月21日(木)、上天草市交通指導員の西明敏光さんが令和5年度熊本県交通安全功労者表彰を受賞されました。この表彰は、熊本県知事が、熊本県交通安全功労者表彰要領に基づき、交通安全活動に関して顕著な功績があった個人および団体に対して行うものです。

西明さんは、交通安全の重要性を深く認識され、38年の長きにわたり交通指導員を務められており、地域のイベントなどに率先して従事され、交通事故の防止に尽力されました。

今回の表彰を受け、西明さんは、「大変名誉なことであり、これまでの活動を誇りに思う。」と喜びを語られました。



8/27 第22回織月酒造杯9人制バレーボール大会で上天草市女子チームが優勝

8月27日(日)、人吉市カルチャーパレスで開催された第22回織月酒造杯9人制バレーボール大会に上天草市女子チームが出場し、「優勝」という素晴らしい成績を収めました。

この大会は、4年振りに開催され、当日は非常に気温が高かった中でしたが、これまでの練習の成果を発揮し、悲願達成となりました。



9/18 宝くじ助成事業で亀の迫公民館の備品を整備

大矢野町中の亀の迫地区は、コミュニティ活動の充実を図るため、一般社団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用し、公民館の備品整備を行いました。

このコミュニティ助成事業は、地域の健全な発展と住民福祉の向上を目的として、宝くじの売上の一部を財源として備品整備などを行うものです。

9月18日(月)に亀の迫公民館で開催された敬老会行事では、早速、今回整備されたエアコンやカラオケセットが活用されました。今後もますますの地域の活性化が期待されます。



9/26 ヤマト運輸株式会社による交通安全教室を開催

9月26日(火)、ひかり保育園でヤマト運輸株式会社大矢野営業所による「交通安全教室」が開催されました。この取り組みは、5月29日(月)に市とヤマト運輸株式会社が締結した災害協定の一環であり、秋の全国交通安全運動期間に合わせて実施されました。

この教室では、道路や横断歩道の渡り方に関する学習、疑似横断歩道の歩行体験、実際の車を使った死角体験およびトラックの乗車体験などが行われ、園児たちは交通安全の大切さについて学習しました。



9/26 介護をする家族の学びの場 ～家族介護教室を開催しました～

9月26日(火)、阿村出張所で上天草市社会福祉協議会松島町支所主催の家族介護教室が開催されました。今回のテーマは「緊急時(誤嚥など)の対処法について」で、天草広域連合北消防署松島分署の救急救命士を講師に招き、17名の参加がありました。

教室では、心肺蘇生法やAEDの使い方などの実技があり、参加者からは「2回目だが、何度聞いても勉強になる。」「実際その場に遭遇したらできるか不安だが、頑張りたい。」などの感想がありました。

次の家族介護教室は、松島町が11月28日(火)、龍ヶ岳町が11月29日(水)の予定です。場所および内容についてはホームページをご覧ください。また、大矢野町および姫戸町の開催は現在調整中ですので、決定次第、ホームページなどでお知らせします。



9/21 令和5年秋の全国交通安全運動上天草出発式を開催

9月21日(木)、松島総合センター「アロマ」ホールで令和5年秋の全国交通安全運動上天草出発式を開催しました。

この式典では、今泉保育園の園児による和太鼓演奏や交通安全の誓いのほか、交通事故で家族を亡くされたカーメストコーヒーショップの代表深迫祐一さんから「今大切な人をなくしたら...」と題したご講演をいただき、参加者に交通安全の大切さを呼びかけられました。

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、パトカーおよび白バイなどが隊列を組み警戒に出発しました。



9/26 多数傷病者対応合同訓練の実施

9月26日(火)、姫戸町のヤマハ天草製造株式会社で爆発事故を想定した多数傷病者対応合同訓練を実施しました。

この訓練には、ヤマハ天草製造株式会社の自衛消防隊、上天草警察署、市役所など約90名が訓練に参加し、多数の負傷者が発生した場合の事業所の初期活動、消防への情報提供などの方法、上天草総合病院災害派遣医療チーム(通称DMAT:ディーマツト)と救急隊が連携して行うトリアージ(負傷者の緊急度や重症度に応じて処置や搬送の優先順位を決めること)の要領などを確認しました。

この訓練を通じて、関係機関相互の連携強化を図ることができ、大変有意義な訓練となりました。



10/14 「あまくさエビリンピック」が4年ぶりに開催

10月14日(土)、大矢野町の宮津海遊公園で天草漁業協同組合が「あまくさエビリンピック」を開催しました。

このイベントは、県内外の多くの方に上天草市の水産物をPRすることを目的として始まったものですが、コロナ禍を経て、4年ぶりに今年開催することができました。

メインイベントである車えびの掴み獲りでは、1800名を超える応募者の中から抽選で選ばれた800名の方が、大漁を目指して砂浜に放流された車えびを必死に獲っておられ、大変盛り上がりしました。



10/2 湯島小中学校「大根の種まき」～湯島大根 大きくな～れ!～

10月2日(月)、湯島小中7人の子どもたちが、毎年大根栽培のお世話をいただいている伊藤隆祥さんや保護者の協力のもと、大根の種まきをしました。まず、種をまく場所に鍬で浅い溝を掘り、水をかけました。次に、大根の種を2粒ずつ30cm間隔で丁寧にまいていきました。まき終わったら、土を薄くかぶせて終了です。

2年生の坂田英清さんは、「とっても楽しかった。大きな大根になってほしい。おもしろい形の大根も見てみたい。」と話しました。2週間後には、間引きをする予定です。

子育て世帯就学・進学応援給付金の支給

子どもの成長に伴い、経済的負担が増加する小中学校入学(就学・進学)時の支援として、令和6年4月に小中学校に入学予定の児童を養育する保護者などを対象に給付金を支給します。

対象者には、案内を郵送していますので、下記の申請方法などをご確認後、必要書類を期限内に提出してください。

■対象者 市内に住所を有し、令和6年4月に小中学校に入学予定の児童を養育する保護者など

※市内に住所を有する児童で、市外の小中学校(支援学校を含む。)に入学予定の児童も対象となります。

■支給額 児童1人につき5万円

■申請方法 対象者に郵送している申請書兼請求書に必要事項を記入のうえ、振込口座がわかる通帳やキャッシュカードの写しとともに返信用封筒で提出してください。

■申請期限 令和6年3月29日(金)

■問い合わせ先 子育て支援課子育て支援係 ☎0969(28)3351



いつでもどこでも簡単に



に、必要な情報の確認や各種行政手続きができるようになりました。

ニュー



「転出届」や「水道の開閉栓申請」、「犬の死亡届」などの申請手続きが、市役所に足を運ぶことなく、LINE を利用して簡単かつスピーディーにできるようになりました。

申 請		もどる
転出届 	水道オンライン 開閉栓申請 	犬の死亡届
職員採用 準備中 	税務証明書 交付請求 準備中 	農地証明書請求 農地転用 準備中

オンライン申請～LINE で 24 時間 365 日簡単申請

LINE のメニューからすぐに申請・申込フォームにアクセスすることが可能です。市民の皆さまにとって身近な LINE を利用しているため、準備に時間をかけずに手軽に電子申請を行うことができます。今後、申請手続きの対象についても拡充していく予定です。

ニュー



らく／とじる ▼



イベント情報
お知らせ

イベント情報や市からのお知らせなどの確認ができます。



子育て
母子手帳交付
予約
妊婦面談
育児相談



カレンダーから
希望日時を選択

母子手帳交付予約、妊婦面談、
育児相談予約ができます。

能も準備中です！



「ごみカレンダー」のリンクと
「ごみ分別に関するチャット
ポット機能」があります。

LINE アプリをインストール
は、インストールする必要

ち追加➡ QR コードから
てください。

■問い合わせ先

総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

行革デジタル戦略課行革デジタル戦略室 ☎0964(26)5550



上天草市公式 LINE が便利に

9月29日から上天草市公式 LINE の機能を拡充し、いつでもどこでも簡単

基本メ



「公園施設」「空き家」「ポイ捨てゴミ・不法投棄」「下水道施設」の修繕・改善要望などについて、これまで電話や来庁しなければできなかったことが、LINE で出来るようになりました。
状況写真等を送付いただくこともできます。



災害時等における「避難所の開設・混雑状況の確認」、「最寄りの避難所・水利位置の検索」、「戸別受信機の設置・撤去・故障のオンライン申請」が可能になりました。

防 災		もどる
避難状況 	水利位置マップ 	戸別受信機 設置/撤去 /故障
デジタル 避難訓練 	避難所検索 	避難所人数報告

避難所検索～あなたの近くの避難所をご案内

自分の位置情報をマップから選択し、LINE に送信することで、近くの避難所を検索することができるようになりました。現在地から避難所までのルート検索についても併せて表示させることが可能です。

水利位置マップ

避難所検索と同様に、市内の水利施設の位置について、自分の位置情報をマップから選択し、LINE に送信することで、検索することができるようになりました。



注目! 追加機



友だち募集中

友だち追加することで市公式 LINE の機能をご利用いただけます。



友だち登録の方法

- ▶ お持ちのスマートフォンにあらかじめしてください。アプリをお持ちの場合はありません。
- ▶ LINE アプリをひらき、ホーム➡友だち左記の QR コードを読み取り、登録し



令和6年度 予算編成方針を策定しました

このたび、令和6年度の予算編成方針を策定しましたので、これまでの財政状況や当面の課題などを交えて、その概要をご紹介します。

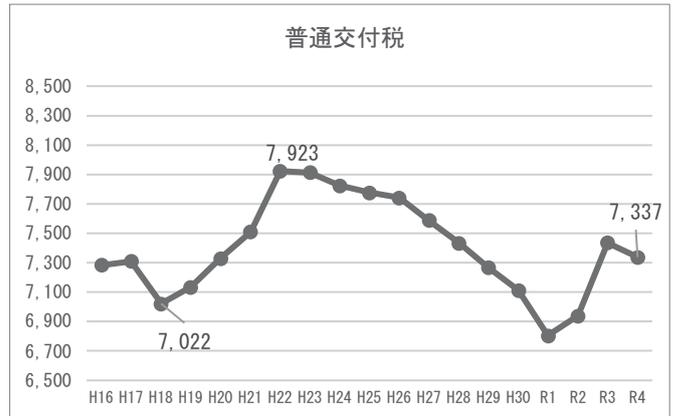
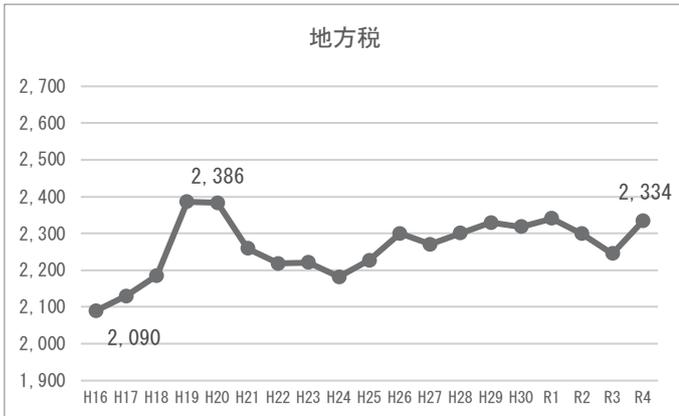
1 本市の財政状況

(1) 合併以降の財政状況の推移

[歳入]

(単位：百万円)

(単位：百万円)

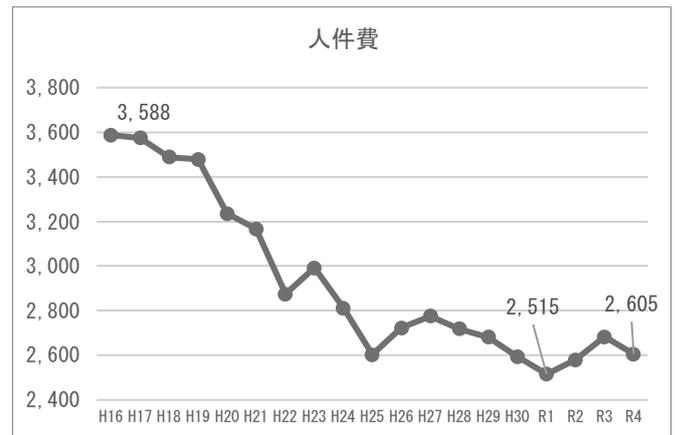
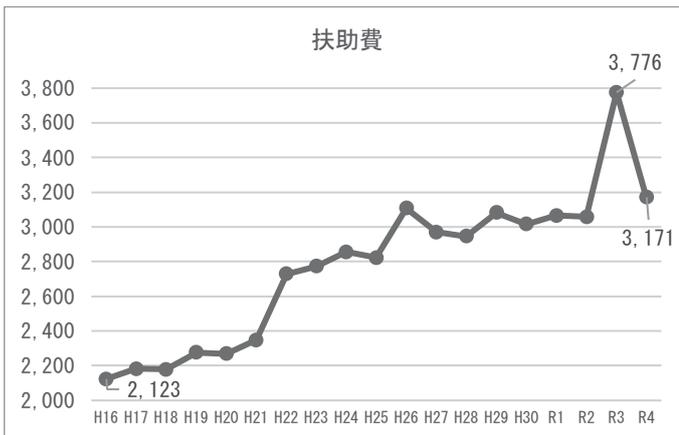


- ・市民税や固定資産税など、景気の影響を受けやすい地方税収は、近年約2.3億円前後で推移しており、歳入総額の約1割を占めています。
- ・普通交付税は、令和3年度は新型コロナウイルス感染症への対応等のため編成された国の補正予算事業に要する費用が上乗せされたこと等から増加しました。しかし、今後は人口減少等の影響により減少していくと考えられます。

[歳出]

(単位：百万円)

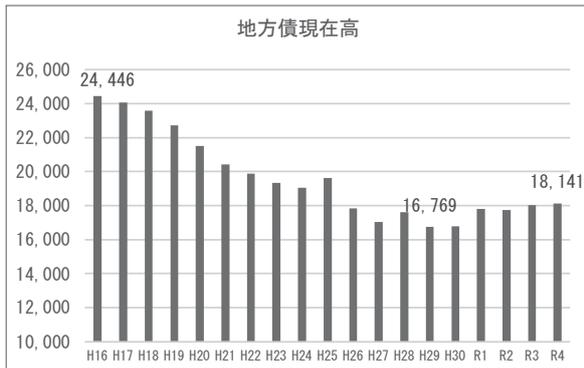
(単位：百万円)



- ・急激な少子高齢化に伴い、社会保障経費などの扶助費が年々増加しており、しばらくは高止まりの傾向が続くと考えられます。また、令和3年度は新型コロナウイルス感染症対策関係の給付費増により、大きく増加しました。
- ・厳しい行財政改革の一つとして、継続して人件費の削減に取り組んできました。

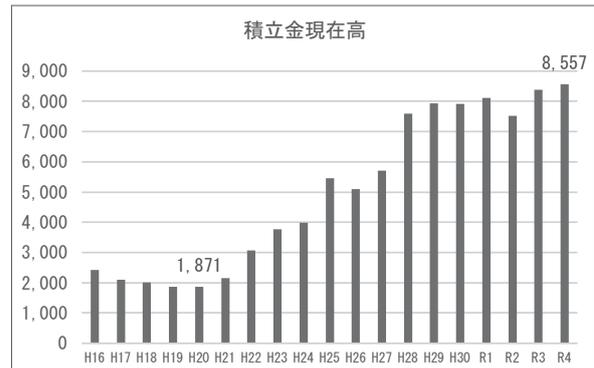
<地方債現在高> * 臨財債、ソフト地方債含む

(単位：百万円)



<積立金現在高>

(単位：百万円)



- ・ハード整備の財源などに活用した地方債の残高は、合併特例債の活用により近年増加しました。
- ・毎年生じる繰越金などを大切に積み立ててきており、積立金残高は少しずつ増えています。

(2) 現在の財政状況と今後の見通し

- 扶助費については、急激な少子高齢化に伴い増加しており、高止まりの傾向が続いていくと考えられます。
- 合併以降、新しいまちづくりのために大切に活用してきた合併特例債については、その活用期限が令和5年度で終了します。そのため、普通建設事業費については、より一層優先順位等を総合的に判断しながら事業実施することとなります。
- 過去に建設された公共施設（インフラ、建物）の老朽化が進み、今一斉に更新時期を迎えようとしています。これらの施設をそのままの状態を更新していく場合、施設の維持管理費用がかかるため、各施設の統廃合や縮小、再配置などが必要になります。
- 物価の高騰や災害など、想定しえない支出を考慮する必要があります。

2 令和6年度予算編成方針

(1) 主な基本方針

- 地方交付税の減少に耐え得る財政基盤の確立に向け、地方税収納率の向上や、各種使用料・手数料の見直し、未収金対策の強化、未利用財産の売却、ふるさと応援寄附金の推進など、自主的・主体的な歳入確保策を強化します。
- 事業の選択と集中を徹底し、全ての事業の内容や手法、有効性を徹底検証することで、歳出の抑制に努めます。
- 義務的経費（人件費、扶助費、公債費）を除き、昨年度と同規模での予算要求とします。
- 新規事業や事業の拡充については、スクラップアンドビルドを徹底します。
- すべての事務事業（各種団体の事務局、イベントの事務局含む）について、行政の守備範囲を検証し、市民や各種団体、企業などとの役割分担を明確化します。

(2) 編成方針のポイント

予算要求に当たっては、科目ごとに次のような留意点を示しています。

- 【人件費】** 職員給は、基本方針に基づく定員管理に努めることを前提に、現員数などを基にした要求とします。
- 【扶助費】** 少子高齢化の進展による自然増かその他の要因かを分析し、過大に見積りません。
- 【物件費】** 前年度決算で多額の不用額が生じたものは、積算根拠を見直します。
- 【補助費等】** 市単独補助金は、ガイドラインに沿って見直したうえでの要求とします。
- 【投資的経費】** 普通建設事業について、概算枠を設定し、必要性や効果などを精査します。

3 最後に

今後、より一層の行財政改革に努め、適切な予算編成と健全な財政運営を目指して取り組んでまいりますので、引き続き、市民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

■問い合わせ先 財政課財政係 ☎0964(26)5528



金婚おめでとうございます



9月22日(金)、松島総合センター「アロマ」で令和5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89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、鬼塚泰英さん・靖子さんご夫婦に表彰状と記念品を贈呈しました。

表彰後、鬼塚さんから「今後、困難なことがあったら、この金婚式を思い出して乗り越え、残りの人生を謳歌したいです。」と謝辞を述べられました。また、アトラクションでは、今泉保育園による見事な和太鼓が披露され、表彰式を賑やかに彩りました。

令和五年度上天草市・熊日金婚夫婦表彰

(金婚を迎えられたご夫婦を紹介いたします)(敬称略)

▼大矢野町(43組)

一川 末信・ミサ子
植田 泰徳・悦子
浦川 勝美・恵
大久保敏信・はるみ
尾上 幸二・都子
木村 啓二・美保子
五端 一克・正子
清水 武敏・美智子
田川 正雄・光子
千原 勝幸・時子
千原 豊作・貞子
千原 博幸・絹江
何川 誠・洋子
成田 健一・道子
西村 武司・千代子
山下 勝市・スエ子
川口 隆志・光子
小山 安信・好子
澤村 眞一・秀子
杉本 一義・きみえ
須崎 貢・美知子
田口 和夫・京子
出口 義海・春子
中川 和壽・美恵子

西村 一徳・昭代
林 進・サツキ
水野 功・静子
渡邊 五男・幸子
渡邊 隆雄・貞子
太田 眞司・ユキ子
木川 健一・悦子
佐伯 晃・ひろみ
園田 一博・文子
高嶋 健・栄子
立花多加夫・久美子
松岡 親司・悦子
江口 力・清子
鬼塚 泰英・靖子
小林 春義・初子
小林 幸治・由美子
古賀 訓・粹子
松尾 隆満・よし子
森 優・裕子

▼松島町(30組)

浦山 巧・やよい
角山 和人・博子
桑原 輝成・ヤス子
坂中 定雄・保子

園田喜久雄・七七子
田島 勝人・政子
塚本 照夫・みちえ
永木 茂・愛子
橋口 吉重・隆代
福山 安則・民子
藤本 力・てる代
森内 太勝・伸子
森口 恭一・信子
池田 哲夫・良美
岩本 新悟・昌子
金子 保・ヨミエ
汐見 正雄・夏美
嶋崎憲治郎・律子
嶋崎 輝夫・和代
濱崎 繁秋・さつみ
古田 幸茂・信子
本多 博・視津子
松田 和利・美千子
山本 止・末子
吉澤 哲雄・睦子
杉島 隆好・二美
山崎 勝利・誠子
春山 千章・悦子
塚本 照男・美恵子

森本 倉八・清美

▼姫戸町(7組)

碓 照光・朋子
木本 登・君子
鍛田 成朗・ひろみ
波戸内秀治・つる子
斉藤 邦夫・節子
堀江 誠・和代
松本 淳二・千賀

▼龍ヶ岳町(9組)

村上 富裕・晴美
山口 健・ノリ子
直理 敏満・富士子
森下 聖咲・芳子
高辻 光一・艶子
富永 廣光・和子
橋本 富廣・節子
藤枝 義信・ミヨ子
堀畑 款・政子

■問い合わせ先 高齢者ふれあい課保険給付管理係 ☎0969(28)3360

マイナンバーカード出張申請の実施

市では、医療機関などに入院や入所をしていないが、自宅療養中の高齢者または市役所窓口に行くことが困難な交通弱者の自宅を市職員が訪問し、マイナンバーカードの申請サポートや交付することで、マイナンバーカードの更なる取得率の向上を目指します。

まだ、マイナンバーカードをお持ちでない方で、市役所窓口に行くことが困難な方は、お気軽にご相談ください。

■申請の流れ



■実施期間 令和5年11月1日(水)～令和6年3月28日(木)

■実施日 火曜日および木曜日 10時～15時(12時～13時を除く)

■必要なもの

- ・本人確認書類※
- ・通知カード(お持ちの方のみ)
- ・住基カード(お持ちの方のみ)

※本人確認書類

A および B の中からそれぞれ1つ、または B の中から2つの提出が必要になります。

(A)運転免許証、障害者手帳、住民基本台帳カードなど

(B)保険証、介護保険証、年金証書など

■その他

マイナンバーカードができましたら、交付通知書(ハガキ)をご自宅に送付します。

交付通知書(ハガキ)が届きましたら、マイナンバーカード受取りの日程調整を行いますので、市民課までご連絡ください。

休日窓口開設日時

11月26日(日) 松島庁舎 9時～12時

12月10日(日) 大矢野庁舎

※開設日前開庁日の12時までに事前予約が必要

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3368

八代・天草シーラインの早期実現に向けた推進大会の開催

八代・天草シーライン建設促進協議会が、本年度上天草市で推進大会を開催します。

この推進大会では、意見発表、大会決議のほか、「学校法人 イデア熊本アジア学園 理事長 井手修身氏」による講演が予定されています。

推進大会には、一般の方も参加できますので、参加を希望される方は、上天草市役所企画政策課架橋建設構想推進室までお申し込みください。多くの方のご来場をお待ちしております。

【八代・天草シーライン構想とは】

県南地域と天草地域をつなぐ横軸のアクセスルートを整備し、新たな経済圏や観光ルートを創出するもので、交流人口の拡大を図るとともに、宇城地域とダブルネットワークを形成することで、災害時の代替ルートとしても期待されているものです。

■日時 12月17日(日) 14時～15時30分(予定)

■場所 松島総合センター「アロマ」ホール

また、推進大会当日の内容は「YouTubeLive」配信も予定しています。パソコン、スマートフォンなどで以下の URL に接続いただきご視聴いただけます。

<https://youtube.com/live/Jkv-P658fM8?feature=share>

右の QR コードを読み込むことでも視聴ができます。

■問い合わせ先 企画政策課架橋建設構想推進室 ☎0964(26)5546





農業者年金の加入をご検討ください

農業者年金は農家の不安を解消します

老後の資金不足

高齢農家（夫婦2人）の推計家計費、月額約22.4万円に対し国民年金は約13.2万円。月に約10万円不足します。

■女性の老後

一般的に女性は男性より長生きです。家族単位ではなく、ご自身の老後資金を確保することが必須です。

■長寿命化の不安

定期年金はあらかじめ定めた受給期間の満了や年金原資の消化後、需給が終了します。

安心

農業者年金で不足分をカバー

国民年金への上乗せとして農業者年金に加入すると、受給額は…

<65歳からの月々の受給額の例>

夫婦2人		夫と死別した妻1人	
国民年金	13.2万円	国	6.6千円
農業者年金	8.2万円	農	3.8千円
月額	21.4万円	月額	10.4万円

※夫婦2人で30歳から保険料月額各2万円で加入した場合

安全

生涯続く保障

農業者年金は生きている限り受給できる**終身年金**。
積立方式・確定拠出型なので現役世代の減少など社会構造の変化にも耐えます。

農業者年金のさらなるメリット

幅広い層の農業者が加入できる

農業経営者のもとより、その配偶者や後継者・パート労働者や兼業農家も加入できます。上限は65歳。加入には農地の権利名義は不要です。

要件を満たせば国庫補助

農業収入が低い時期から長い期間農業を担う人・家族を応援するため、最大1万円の国庫補助があります。



保険料は月額2万円から

保険料は月額2～6.7万円（要件を満たす方は月額1万円から）1千円単位で選択でき、いつでも見直しができます。

税制面で優遇措置

- ・保険料が全額社会保険料控除
- ・年金資金の運用益も非課税
- ・受取る年金も公的年金等控除の対象
- ・死亡一時金は非課税

※加入・補助については要件があります。詳しくはご確認ください。

詳しい内容を動画で解説中です!



CHECK!

申込のご相談や、お支払額・受取り額など、お近くのJAや農業委員会までお尋ねください。

■問い合わせ先 農業委員会事務局 ☎0964(26)5530

水産製品製造業等緊急支援事業補助金のお知らせ

食品衛生法の改正に伴い、新たに水産製品製造業などの営業許可の取得が必要となった事業者が施設・設備などの改修を行う場合、その費用の一部を補助します。

■**対象者** 市内に住所を有し、水産製品を製造する事業者などで、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比較して、合計売上高または合計売上総利益が5%以上減少したと認められる者

■**対象経費** 改修費用50万円(税抜き)以上

【施設整備費】

壁、シャッター、包装室の区画、手洗い設備、コンクリート舗装など

【機械装置等導入費】

紫外線滅菌装置、浄化フィルターなど

■**補助率** 対象経費(税抜き)の2分の1以内(上限：500万円)

■**補助対象期間** 令和4年4月1日(土)～令和6年2月29日(木)

■**申込方法** 事前に天草保健所に相談の上、最寄りの上天草市商工会各支所に申請書(市ホームページに掲載)などを提出してください。

※整備済みの場合は、領収書など実施したことが確認できる書類を提出してください。

※令和6年2月29日(木)までに改修工事などを完了し、実績報告書の提出を終えることが必要です。

■**問い合わせ先**

補助金に関すること：最寄りの上天草市商工会各支所 代表 0969(56)0244

施設基準に関すること：天草保健所衛生環境課 0969(23)0299

善行表彰候補者の推薦をお願いします

事故現場などにおいて人命を救助したり、長年にわたって地域の環境美化や福祉活動などのボランティア活動に熱心に取り組むなど、市民の模範となる善行があった個人または団体を、善行表彰として表彰します。

■**対象の活動**

- 1 人命の救助活動、介助活動
- 2 消防・防災・防犯・交通安全活動、環境保全・環境美化活動、地域福祉活動、スポーツ・文化の振興活動(全て10年以上活動しているものに限る。)

※職務や業務としての活動は除きます。

■**推薦方法**

個人または団体からの推薦が必要です。推薦書類を総務課、各庁舎の窓口またはホームページから取得し、提出してください。

■**推薦期限** 12月5日(火)

■**問い合わせ先** 総務課秘書広報係 ☎ 0964(26)5525



地域全体で防災に取り組もう

大規模災害が発生したとき、支援物資などが届くまでの間、近所の人たちが協力して初期消火活動や救出活動に当たらなければなりません。災害時、頼りになるのは地域住民の助け合いである「共助」です。地域の方々はお互いに助けたり、助けられたりする関係にあります。いざというときに備え、みんなで協力しあって地域を守っていくことが大切です。

近所付き合いから始めよう

共助は、平常時から地域の交流が深ければ深いほど、いざというときの防災力が強くなります。難しく考える必要はありません。ご近所同士で普段からあいさつを交わし合い、顔見知りになることから始めてみましょう。

自主防災組織に参加しよう

自主防災組織とは、地域の皆さんが災害に対して協力し合う組織で、上天草市は、組織率100%となっております。地域で行う防災活動に地域の皆さんが積極的に参加することで災害に強いまちづくりを目指しましょう。具体的な活動については、危機管理防災課(直通電話0964-26-5544)にお尋ねください。



平常時の活動

防災知識の普及・啓発

防災についての正しい知識を地域住民に普及させるために、防災講習会などを実施します。



地域内の防災環境の点検
防災の基本は自分たちの住むまちを知ることです。地域内の危険箇所や防災上の問題を洗い出し、対策しておきます。



防災資機材の整備・点検

災害発生時の各種活動に使用する資機材を準備し、日頃から不備や故障などがなければ点検します。



防災訓練の実施

いざというときに正しい行動がとれるように、災害を想定した防災訓練を定期的に行います(初期消火訓練、避難所の開設・運営訓練、避難者の誘導訓練など)。



災害時の活動

情報の収集・伝達

災害に関する正しい情報を収集するほか、役所と連絡を取り合い、正しい情報を地域住民に伝達します。また、地域の災害被害状況などを取りまとめて、役所に報告します。



救出・救護活動

まずは身の安全を確保し、二次災害に注意しながら、負傷者や逃げ遅れた人などを救出・救助します。



避難誘導活動

避難者を避難所などの安全な場所まで誘導します。避難経路は災害の状況によって変化するため、正確な情報収集をもとに安全に誘導します。



初期消火活動

身の安全を第一に考え、消防隊や消防団が到着するまでの間、地域住民のみなさんで消火器などを使った初期消火に取り組みます。



給食・給水活動

水や食料、応急物資などを避難者や被災者のみなさんに分配します。必要に応じて、炊き出しなどの給食・給水活動を行います。



令和6年度上天草市まちづくり事業の募集

市では、「自助自立のまちづくり」に取り組む地域団体等のスタートアップを支援する上天草市まちづくり事業推進助成金を活用した「まちづくり事業」を募集します。

今年度から、ソフト事業(施設整備等のハード以外)のみの募集となりますのでご注意ください。

■募集締切 12月15日(金) 17時まで

■応募方法 応募される場合は、事前に企画政策課企画係までご相談ください。事業の説明および申請に必要な書類などをお渡しします。詳細は、市ホームページに掲載しています。

■対象事業 持続可能な活動で、地域住民などに波及効果があるまちづくりソフト事業。ただし、令和7年2月末日までに完了可能なものとします。

(過去に本助成事業を活用され5年以上継続して取り組まれているソフト事業も、SDGsの推進を念頭に拡充する事業は助成の対象となります。)

■助成額 対象事業費の4/5以内とし、5万円以上50万円以内とします。(千円未満の端数は切捨てとなります。)

■助成対象者

(1)地域の活力の維持・活性化に向けた取組みを行う地域団体

(2)一般社団法人、一般財団法人、公益社団法人、公益財団法人および特定非営利活動法人または商工会。

ただし、法人の申請の場合は、地域住民とともに地域の活性化の推進を行う場合に限りです。

【参考】令和4年度・令和5年度取り組まれているソフト事業

年度	事業内容等
R4	<p>【事業名】 イルミネーションによる地域内交流拡充事業</p> <p>【団体名】 教良木わいわいクラブ</p> <p>【事業内容】</p> <p>少子化で毎年児童が減少し、何とか小学生の間は地元の学校へ通学して欲しいと願い、イルミネーションの装飾による、児童、保護者および地域の方々と交流の場を設け、地域外からの見物客を呼び込み地域の活性化を図った。</p> 
R5	<p>【事業名】 駄菓子屋すまいる笑店運営事業</p> <p>【団体名】 すまいる笑店</p> <p>【事業内容】</p> <p>地域の活気を取り戻しコミュニティの充実を図るため、自治公民館を拠点とした駄菓子屋を毎月開催するとともに多世代参加型の季節イベントを4回開催する。</p> <p>また、継続して運営を行うための人材育成も行っている。</p> 
	<p>【事業名】 教良木地区農業体験人材育成事業</p> <p>【団体名】 教良木・内野河内SDGs推進協議会</p> <p>【事業内容】</p> <p>都市部から上天草市への移住・定住につながるように、「人と農」、「都市と地方」をつなぐきっかけを生み出す場の創出や、農をしながらの暮らしなど、人の住む場所や働き方について、一人ひとりの考えや希望に沿った提案ができる人材の育成を行っている。</p> 

まずは、企画政策課までご相談ください。

■問い合わせ先 企画政策課企画係 0964(26)5511



上天草総合病院だより



がんサロン

がんサロンを再開します。

日程

12月・3月

詳しい日付・時間等は近づいてからお知らせします。

問い合わせ先：☎0969(62)1122(代表)

がんサロン事務局(地域医療支援課) 堀江・森口



診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 中原 浦川	岸川 和田 中村 堤	中村 中原 浦川	和田 細川 中原 高柳	細川 堤 浦川
代謝内科	阪口			岸川	小野(第3-5) 大津(第1-2-4)
腎臓内科			細川		
循環器内科	脇田	脇田		山本	脇田
外科	高塚		高塚		
整形外科	藤松	上原	藤松 (再診のみ) 村上 (午後のみ)	藤松	東
婦人科	坂口		坂口		
小児科	船曳	熊大	船曳	熊大	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	栗井	竹下	古島	竹下	古島
皮膚科				江頭	
泌尿器科		西			西
超音波・ 内視鏡センター	石山	石山	大野	高塚	蔵野
人間ドック	岸川	細川	岸川	脇田	岸川
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田
	月	火	水	木	金
教良木診療所 (午後)	中原		応援	応援	浦川

- ◆診療受付時間は、午前8時30分から午前11時30分までです。
- ◆火曜日と金曜日の整形外科外来は午前10時50分から診療開始です。
- ◆歯科口腔外科は月～金の午後も診療を行います
- ◆脳神経外科外来は月2回(第2,4水曜日)の午後2時より診療を行います。(予約制です)
- ◆泌尿器科は毎週火曜日と金曜日に診療を行います。
- ◆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。
- ◆婦人科外来の診療時間は午前9時～午後1時30分までです。(受付時間は午前8時30分～午後1時まで)

認知症について

上天草総合病院 院長

脇田 富雄

認知症についての重要な情報をお伝えする機会をいただけたことを、非常にうれしく思います。85歳以上では、男性は50%、女性では60%の方が認知症になると言われており、認知症は、高齢者だけでなく、私たち全ての世代に影響を及ぼす問題です。この広報で、認知症に関する基本的な情報をご紹介します。

1. 認知症とは？

認知症は、脳の機能が徐々に衰え、日常生活に支障をきたす疾患です。進行性の疾患であり、早期発見と適切なケアが重要です。

2. 認知症の原因

認知症の原因は多岐にわたりますが、最も一般的な原因はアルツハイマー病、血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭葉変性症、正常圧水頭症などがあります。高齢だけでなく、遺伝的な要因や生活習慣も影響を与える可能性があります。

3. 認知症の症状

認知症の症状は、個人によって異なることがありますが、一般的な症状には次のようなものがあります。

- ・記憶力の喪失・言語障害・意思決定の困難・方向感覚の喪失
- ・認識障害・人格の変化

これらの症状が現れた場合、早期に医師の診察を受けることが大切です。

4. 認知症の早期発見と診断

認知症の早期発見は治療と生活の質の向上に繋がります。認知症の初期症状を見逃さず、家族や医療専門家と協力しましょう。一部治る認知症(正常圧水頭症など)もありますので、早めに医療機関への相談・受診・早期発見・診断・治療は大切です。

5. 認知症へのサポートとケア

認知症のある人々とその家族は、精神的、身体的、経済的な負担に直面します。市立病院では、専門的な認知症ケアチームが患者と家族に寄り添い、適切な支援を提供しています。また、認知症の人の介護者の集いや認知症カフェなどの資源も活用できます。

6. 予防と健康促進

認知症の予防には、健康的な生活習慣が不可欠です。バランスの取れた食事、適度な運動、ストレスの管理、認知症に対する教育などが含まれます。認知症リスクを下げるために、早めの対策を講じましょう。

7. 地域の協力と啓発活動

認知症への理解を深めるために、啓発活動やイベントに参加してみてください。また、認知症サポーター養成講座、認知症カフェなどもありますので、是非参加してみてください。

8. 新薬

アルツハイマー病の新薬が年内にも実用化される予定ですが、高額な薬価が予想されるため、財政圧迫も懸念されています。さらには進行抑制の働きは示されてはいるものの、病状が回復するわけではないため、患者や家族が効果を実感しにくいという指摘もあります。対象は軽度アルツハイマー病患者と、その前段階の軽度認知障害の人に限定されるほか、脳出血などの副作用が一定数報告されるなど課題も多いようです。

まとめ

認知症は私たちの共通の課題であり、予防、早期発見・診断・治療、適切なサポートが必要です。病院では皆さまの健康と幸福をサポートし、認知症に関する質問や懸念事項に対していつでもお手伝い致します。一緒に力を合わせて、より認知症に対する理解を深め、地域全体で取り組んでいけるよう支援したいと思っております。

もしかして糖尿病!?

あなたの血糖値はどのくらい?

血糖値とは、血液中のブドウ糖の割合のことをいいます。ブドウ糖は、生きていくためのエネルギーとして必要なものですが、血糖値を下げるホルモン（インスリン）が十分に働かず血糖値が高い状態が続くと、血管が傷つきやすくなり、様々な病気の原因となります。

◆血糖のめやす◆



HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）……直前の食事の影響を受けず、過去1～2か月の平均的な血糖値がわかります。

食事や運動などの生活習慣を見直し、糖尿病に進行するリスクを減らすことが大切です。

糖尿病が疑われます。医療機関の受診と生活習慣の改善が必要です。

※糖尿病の治療をしている場合には、かかりつけ医に自分の血糖コントロールの目標値を確認してみましょう。

糖尿病は初期の段階では自覚症状はほとんど出ないため、健診で発見されることも少なくありません。令和4年度に市の特定健診を受けた人の約8割が、HbA1c5.6%以上（境界型または糖尿病型）でした。早めの生活習慣の改善と治療によって、合併症や重症化を予防することにつながります。年に一度は健診を受診し、健康管理に取り組んでみませんか。



大腸がん検診（便潜血検査）が郵送で受けられます！

近年、大腸がんは急増しており、毎年5万人以上が命を落としています。

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いため、早期発見が大切です！今年度まだ大腸がん検診（便潜血検査）を受けていない人は、ぜひこの機会にお申し込みください。

■対象者 本市に住所を有する30歳以上（平成6年3月31日までに生まれた人）の人で、今年度大腸がん検診（便潜血検査）を受けていない人

■検診料金 500円

■申込締切 11月30日（木）17時まで ※末尾までお電話でお申し込みください。

■検診期間 令和6年1月～2月末

お申込みいただいた人には、令和6年1月4日以降、順次案内※を送付します。

※検便キット・問診票・振込用紙などが届きます（お支払いは、郵便局・コンビニエンスストア・QRコード決済が可能）

▶検便を郵送後、約1か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。

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



生涯学習白書 -Lifelong Study-

E-Friends 「ハロウィーンパーティ2023」を開催しました

E-Friendsでは、子どもたちがハロウィーンという外国の伝統的な行事に参加・体験することで、異文化に親しみ、豊かな国際感覚を養うことを目的として、10月21日(土)に松島総合センター「アロマ」でハロウィーンパーティーを開催しました。

今年度は31名(小学生・中学生・保護者)の参加があり、ハロウィーンにまつわる5つのミニゲームやビンゴゲーム、お化け屋敷、仮装大会を行いました。

ハロウィーンならではのコスチュームの参加者もいて、「楽しかった」などの声が聞かれました。



■問い合わせ先 上天草市教育委員会社会教育課 ☎0969(28)3361
イーフレンズメールアドレス info@efriendseigomura.com

令和6年きなっせ上天草 二十歳の記念式典を開催します!

今年度二十歳になる皆さんの輝かしい未来を祈念し、「令和6年きなっせ上天草 二十歳の記念式典」を開催します。日ごろ、仕事や学業でふるさと上天草市にお住まいでない人にも参加しやすいよう、令和6年1月3日(水)に開催しますので、ぜひご参加ください。仕事や結婚などで上天草市に転入された人もご参加いただけます。

- 日時 令和6年1月3日(水)午後1時開会
- 対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの上天草市在住の人または上天草市出身の人
- 会場 松島総合センター「アロマ」
- 問い合わせ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361





●図書館よりイベントのお知らせ
みなさんのご参加お待ちしております。



図書館の寄贈について(9月寄贈分)

福山 祥哉様、
他4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。



P 本を借りてLINEポイントを貯めよう

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

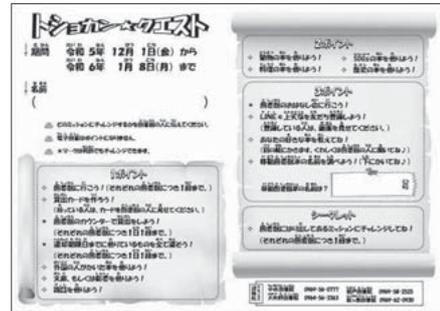


■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

大矢野図書館	☎0964(56)3363
開館時間	9時～19時(土、日、祝日：同)
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)
姫戸図書館	☎0969(58)2525
開館時間	10時～17時(土、日、祝日：同)
龍ヶ岳図書館	☎0969(62)0930
開館時間	10時～17時(土、日、祝日：同)

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

「トショカン☆クエスト」台紙は各図書館で配布中



●図書館からのお知らせ
《臨時休館のお知らせ》

龍ヶ岳図書館 11月3日(金)～11月16日(木)
蔵書点検並びに館内整理のために臨時休館します。ご迷惑おかけしますが、ご了承ください。
休館中も、各図書館、移動図書館車で資料の返却は可能です。
※投函口に入らない大きな本、紙芝居、DVD、CD 以外は返却ポストで返却が可能です。



●図書館おはなし会(30分～1時間)

大矢野：11/18(土)14時～
場所：大矢野図書館 児童コーナー
松 島：12/9(土)14時～
場所：アロマ階、研修室1・2
姫 戸：12/9(土)10時～場所：姫戸図書館
龍ヶ岳：11/18(土)14時～場所：龍ヶ岳図書館
12/16(土)14時～場所：龍ヶ岳図書館
※日程・場所が変更となる場合がありますので、各館まで確認をお願いします。

●赤ちゃんおはなし会

大矢野：12/14(木)14時～
場所：大矢野図書館 児童コーナー
松 島：12/7(木)10時30分～
場所：アロマ研修室(和室)

●お知らせ

《休館日》

11月20日(月)、27日(月)、30日(木)
12月4日(月)、11日(月)、18日(月)

《移動図書館巡回日》

11月15日(水) 姫 戸 11月22日(水) 龍ヶ岳
12月6日(水) 大矢野 12月13日(水) 松 島
11月21日(火) 湯 島(延期の場合は11月24日(金))
※天候によっては延期する場合があります。
お気軽に図書館へお尋ねください。



年金で笑顔



国民年金保険料は全額が 社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、所得税法および地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは、令和5年中(令和5年1月1日～令和5年12月31日)に納められた保険料の全額です(令和5年中に納められたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります。)

本年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、日本年金機構から、次のスケジュールで「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が対象者宛てに発送されますので、お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます(登録をすると郵送がされなくなります。)

電子版の利用方法などについては、日本年金機構ホームページで動画を掲載しています。

	対象者	送付時期
①	令和5年1月1日から令和5年10月2日までの間に国民年金保険料を納付された人	令和5年10月下旬から11月上旬にかけて順次郵送
②	①のうち、「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った人	令和5年10月中旬から10月下旬にかけて順次電子送付
③	令和5年10月3日から令和5年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された人(①の対象者は除きます。)	令和6年2月上旬に郵送
④	③のうち、「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った人	令和6年1月下旬に電子送付

なお、ご家族(配偶者やお子様など)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

■問い合わせ先

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



「人生会議」 最期まで自分らしく 生きるために “今”できること

“もしも”のことを考えたことがありますか？

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が自分の意思や望みを人に伝えることができなくなると言われています。

人生の最終段階をどのように生きたいか前もって考え、周囲の信頼する人たちに伝えておくことは、自分にとっても家族にとっても非常に大切なことです。

「人生会議」とは？

“もしも”のときに備えて、自分が大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて自分で考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有する取り組みのことです。

「どのように死を迎えるか」を決めるものではなく、「どのように生きたいか」を考え、話し合い、伝えることが大切です。

11月30日は「良い看取りの日」。この機会に、家族や大切な人と「人生会議」をしてみませんか。



「人生会議」の理解を深めるため、上天草市在宅医療介護連携推進協議会住民相談部会で作成したオリジナルDVDの無料貸与や出前講座も行っています。詳しくは上天草市地域包括支援センター(0969-28-3378)までお問い合わせください。

■問い合わせ先

高齢者ふれあい課地域包括支援係 ☎0969(28)3378

頑張ってます!地域の「かよいの場」 vol.73 本郷健康づくり会(姫戸町)



■問い合わせ先
地域包括支援センター
☎0969(28)3378

「本郷健康づくり会」は、毎週金曜日9時から、本郷自治公民館で活動しています。平成29年5月から活動を開始し、コロナウィルス感染症の影響等により、人数の増減はありながらも、現在15人程が集まっています。

「1, 2, 3, 4」と元気な掛け声とともに、約1時間体操を行います。

参加者からは「足の力がつまました!」という感想があり、血圧測定やお喋りをしながら、お互いの健康を気遣い合う姿もありました。

本郷地区の人などなたでも無料で健康づくりに参加できるように公民館を開放しています!と代表者からの言葉でした。たくさんの方の参加をお待ちしています。

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

月刊
市長室
なう
NOW!



～ 災害時における被害を
最小限に ～

10月29日、龍ヶ岳町の龍ヶ岳体育館や小屋河内漁港を会場に総合防災訓練を実施しました。日奈久断層を震源とする震度6弱の地震が発生し津波を引き起こしたと想定して、自主防災組織などをはじめとした地域住民の皆さまや、自衛隊、警察、消防等の関係機関など、約400名の方々にご参加いただきました。

訓練では、人命救助や負傷者緊急搬送訓練のほか、災害ボランティアセンター設置訓練、炊き出し訓練などを行い、災害時において円滑な対応ができるよう関係機関等の連携力を高めるとともに、地域住民の皆さまの防災意識の高揚につなげることができたと思います。

近年、自然災害は激甚化の一途を辿っており、地震についても、記憶に新しい熊本地震など



訓練の様子

日本各地で頻発しています。本市においては、北側に布田川断層が、東側には日奈久断層が存在しており、日奈久断層については、今後30年以内に地震発生率が最大16%と予測されています。また、日本全体で考えると南海トラフ地震が約70%と高い確率での発生が予測されていることもあり、橋でつながった本市においては、地震の影響で橋が寸断されることが最大の脅威です。そうした状況がもし起きてしまったら、完全に孤島化してしまい、皆さまの生命や財産に多大なる影響を与えることは必至です。

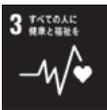
「災害は忘れた頃にやってくる」と昔からの言葉があります。災害をなくすことはできませんが、こうした訓練を積み重ねることで被害を最小限に食い止めることはできるはずです。市としては、これからも引き続き防災訓練を行ってまいりますので、ぜひ積極的にご参加ください。



Our School Projects

～わたしたちのSDGs～

龍ヶ岳小学校は、「KKJ」(気づき・考え・実行する)を合言葉に、日々の学校生活を送っています。



○全児童が「KKJ」で楽しく過ごせるように～保健委員会の取組～

本校では、スクールバスに乗車する前に、保健委員会が一人一人に手指の消毒を行っています。また、昼休み前には、暑さ指数を見て熱中症予防の呼びかけも行っています。全児童が元気に過ごせるように、毎日責任をもって取り組んでいます。



○全児童が残さず時間内に食べ終わるように～給食委員会の取組～

学期に1度、『キレイキレイコンクール』を実施しています。これは、食缶に食べ残しが残っていないか、きれいに片付けられているかななどを審査する取組です。詳しい審査の内容は、企業秘密だそうです。各学年、コンクールだけでなく、普段から意識して取り組んでいます。



○特設の委員会の取組～スマイルドラゴンズ・チャレンジドラゴンズ～

8つの委員会の他に、特設で2つの委員会を作りました。1つめは、『スマイルドラゴンズ』で主に龍ヶ岳小の心の面をサポートします。昨年は、人権の花に取り組みました。その際に、会の司会進行や人権集会時の司会などをしました。

2つめは、『チャレンジドラゴンズ』です。主に学習面をサポートをするための委員会です。『めざせ！かしこい龍っ子』を合言葉に、どんな力をつけたいかアンケートを取り発表したり、『龍っ子10か条』の見直しを行ったりしました。どちらの委員会も不定期に行いますが、龍っ子109人のために頑張っています。



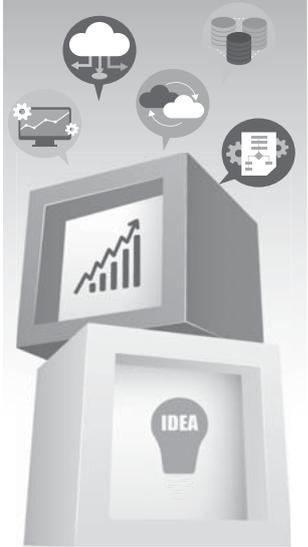
龍ヶ岳小学校



問合せ先⇒☎ 申込先⇒☎ FAX⇒F メールアドレス⇒✉

お知らせ

information



イベント

くまもとハートウィークふれ
あいイベントin天草の開催

福祉課

毎年12月3日(日)から9日

(土)までは、障がい福祉について関心と理解を深めることにも、障がいのある人の社会参加を促進する「障がい者週間」です。

天草地域自立支援協議会では、障がい者週間にあわせて、次のイベントを開催します。

▼日時 12月8日(金)～10日(日) 10時～15時

▼場所 天草市複合施設こくらす(天草市浄南町)

▼内容 こくらす販売会・相談コーナー・各種展示・療育コーナーなどさまざまな

イベントを予定しています。

▼入場料 無料

天草市立中央図書館とのコラボ企画

▼バリアフリーDVD上映会

「雪渡り」宮沢賢治

副音声・字幕付き(20分)

▼リーディングトラッカーづくり(10～15時)

リーディングトラッカーとは視力障がい者、視力が衰え始めた人などに便利な読書補助用具です。読む行にあてて使います。

▼特設コーナー「バリアフリー資料の展示・紹介」
福祉課障がい福祉係

☎0969(28)3373

天草地域住民 年越し&ニューイヤータバ乗キャンペーン

天草エアライン株式会社では、年末年始の期間に、より

多くの天草地域の住民の皆さまに天草エアラインをご利用していただくため、キャンペーンを実施します。この機会に乗ってみませんか。

▼搭乗期間

天草発福岡行き

令和5年12月29日(金)～12月31日(日) 全便

令和6年1月1日(月)～101

便(天草7時40分発 福岡8時20分着)

福岡発天草行き

令和6年1月1日(月)～108

便(福岡19時10分発 天草19時45分着)

令和6年1月2日(火)～1

月5日(金)…全便

▼路線 天草⇄福岡線(対象便のみ) ※1便当たりの座席数に制限があります。

▼運賃 一人片道3,500円(往復7,000円)

※片道のみ利用も可能

▼当選者数 合計40人 ※当選ハガキ1枚で当選者と同

▼応募資格 天草地域(上天草市・天草市・天草郡苓北町)在住の方

▼応募方法 ハガキ(郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、当選した場合の行き先を記載)を郵送してください。

※ハガキは1人1枚限り

▼応募締切 11月30日(木)到着分まで

▼送付先 〒863-2114 天草市五和町城河原1丁目20

80-5天草エアライン(株)

「天草地域住民 年越し&ニューイヤータバ乗キャンペーン」係

▼抽選結果 12月7日(木)頃

当選者の方にハガキで通知

※提供いただいた個人情報、抽選、当選ハガキ類の発送のためにのみ使用します。

☎0969(34)1515

(営業時間:9時～18時)

第83回県科学展の開催

県内の児童生徒や教職員が

夏休みの自由研究やクラスで

取り組んだ科学研究物の中か

解体工事のことなら…

エッジカンパニー

空き家問題、老朽化、建て直しによる解体工事
ブロック、石の撤去、樹木伐採、伐根など

— お客様のニーズにお応えする —

安心

安全

安定



熊本県知事登録 第4-680号

edge company

熊本県上天草市大矢野町中55-19番地

代表 渡邊 卓将

E-mail: watanabe.edge@outlook.jp

TEL 090-1082-3069

(有料広告)

問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒☒

ら選出された約120点が展
示されます。科学実験の体験
イベントも予定しています。

▼期日 11月2日(木)～11月
5日(日)9時～17時

▼会場 東海大学熊本キャン
パス3号館5階

熊本市東区渡鹿9丁目1番
1号

▼入場料 無料

問熊本県立教育センター理科研
修室

☎0968(44)6613

詳しくは

熊本県 科学展 で検索!

第9回天草四郎サイク
リングフェスタの開催

あまいちサイクリングクラ
ブでは、姫戸地域振興センタ
ーをスタート・ゴールとして
天草上島を一周する、サイク
リングイベントを実施します。

車などで通行の際は、参加
者に十分注意をお願いします。
また、参加者を見かけら
れた際は、笑顔で応援いただ
ければ幸いです。

▼日時 12月3日(日)9時出

発

▼会場 姫戸地域振興センタ
ーを龍ヶ岳町方面にスター
ト

問あまいちサイクリングクラ
ブ 植田

☎090(3323)1198

amaichicycling@gmail.
com



相
談



消費税のインボイス制度に関する
説明会及び登録要否相談会の開催

令和5年10月から「適格請

求書等保存方式(いわゆるイ
ンボイス制度)」が開始されま
した。

事業者の皆さまにインボイ
ス制度への理解を深め、それ
ぞれの事業に応じた対応をし
ていただくために、天草税務
署にて次の日程で説明会など
を開催いたします。

また、インボイス制度説明

会の後にインボイス発行事業
者に登録するか否かをご検討
されている免税事業者の方を
対象に、登録の考え方などを
個別にご案内する登録要否相
談会も併せて開催しておりま
す。インボイス発行事業者と
して登録するかどうか迷われ
ている方はぜひ、ご参加くだ
さい。

▼開催日時

11月21日(火)

12月20日(水)

○インボイス制度説明会

15時～16時

○登録要否相談会

16時～17時

※どちらも要事前予約

▼場所 天草税務署1階会議
室 (天草市古川町4-2)

問天草税務署個人課税部門

☎0969(22)2513

(直通)

天草税務署法人課税部門
☎0969(22)4500
(直通)

特設人権相談所の開催

市民課

いじめ・体罰、家庭内暴力、
金銭トラブル、相続問題、相
隣問題、障がい者差別など人
権に関するあらゆる困りご
と、心配ごとをお気軽にご相
談ください。人権擁護委員が
相談に応じます。相談は無料
で、秘密は固く守られます。

※各地区で開設日が異なりま
すのでご了承ください。

▼開設日時 12月5日(火)

10時～15時

▼場所 市役所松島庁舎

▼開設日時 12月6日(水)

10時～15時

▼場所 市役所姫戸統括支所

▼開設日時 12月7日(木)

10時～15時

▼場所 市役所大矢野庁舎

市役所龍ヶ岳統括支所

問市民課市民係

☎0969(28)3367

お参り代行 春夏秋冬

いしびや

墓地清掃士 石火矢 達三

T861-8035

熊本市東区御領5-6-32

E-mail:omairi11510@gmail.com

TEL・FAX:096-201-5240

墓参り・墓そうじ・供花・全てお任せください。
お客様の気持ちで真心込めて代行させていただきます。

様々なご事情でお墓掃除・お墓参りに行けておらず、
お困りではありませんか？

お彼岸前・お盆休み前・年末年始に墓を綺麗にして
みませんか？

〈有料広告〉



問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

豚やイノシシを飼育する皆様へ
豚熱ワクチン接種のお知らせ

令和5年8月に佐賀県で豚熱が発生したため、熊本県では9月27日から飼育する全ての豚やイノシシを対象に、豚熱ワクチン接種を開始しました。このため、自宅でペットとして飼育している豚(ミニブタ、マイクロブタ含む)もワクチン接種の対象となります。詳しくは、熊本県天草家畜保健衛生所に相談ください。

豚熱とは
豚熱ウイルスにより感染する豚やイノシシの伝染病で、人には感染しません。本病は強い伝染力と高い致死率が特徴で、発症した場合は治療法がありませんが、ワクチンにより発症を予防することができます。

熊本県天草家畜保健衛生所
☎0969(22)3668

熊本県農林水産部生産経営局畜産課衛生防疫班
☎096(333)2402

助成



上天草市地域ささえあい活動
立ち上げ事業補助金の申請

高齢者ふれあい課

市では、高齢者の日常生活の支援、見守りなどを目的とした訪問活動および地域における高齢者の居場所づくり活動の立ち上げに必要な経費を補助します。

▼補助要件 次の全ての要件(訪問活動については、⑤の要件を除く)を満たすものとします。

- ①活動の拠点となる場所を定めること。
- ②利用対象者を市内全域または活動の拠点となる場所が所在する中学校区あるいは小学校区などから受け入れる活動であること。
- ③利用対象者として要支援者および事業対象者を受け入れるよう努めること。
- ④利用対象者のニーズに対応したものであること。
- ⑤おおむね週1回以上行うこと。

と。

▼対象経費 活動の立ち上げに必要な経費(消耗品や備品購入、軽微な改修などにかかる費用)

▼補助金額 1団体当たり上限50万円(1回のみ)

▼申請方法 申請を希望される場合は、事前にご連絡いただき、詳しい内容についてご確認のうえ、必要書類の提出をお願いします。

※その他、詳細は市のホームページをご覧ください。

☎0969(28)3378
支援係

募集



国立口之津海上技術学校オー
プンスクール参加生徒の募集

▼実施日時 11月11日(土)10時～12時30分

▼実施場所 国立口之津海上技術学校

長崎県南島原市口之津町丁5782番地

▼申込方法 本校ホームページをご覧ください。本校教務課にお問い合わせください。

☎0957(86)2152
校教務課

健康増進教室の開講

スパ・タラソ天草では、市民の健康増進を図ることを目的に、運動習慣を身に付けるための水中および陸上運動教室を開講します。腰痛や肩こり改善に向けた運動カリキュラムも組んでいますので、生活習慣の改善や日頃の運動不足解消に興味のある人は、この機会に気軽に参加してみませんか？

▼開催日程(予定) 11月19日(日)、26日(日)、12月3日(日)、10日(日)、17日(日)

▼開催時間 14時～16時

▼定員 15人(定員になり次第募集終了)

▼参加費 7,500円

☎0964(56)1126
①②スパ・タラソ天草

福岡障害者職業能力開発校の訓練生募集

国立・県営福岡障害者職業能力開発校では、障害のある人を対象に、訓練生(令和6年4月入校)を募集しています。

▼募集科目 ①3D/CAD 科②プログラム設計科③商業デザイン科④OA事務科⑤流通ビジネス科⑥流通ビジネス科音声パソコンコース⑦総合実務科⑧職域開発科

▼訓練期間 1年間(②のみ2年間、⑦は6か月間)

▼募集期間 令和5年11月1日～令和6年1月12日

▼応募対象 身体障がい、精神障がい、知的障がい、発達障がい、高次脳機能障がい、難病などのある人(手帳の有無を問いません。)

音声パソコンコースは視覚障がいのある人、総合実務科は知的障がいのある人

▼入校日 令和6年4月10日(水)

▼その他 定員・応募方法など

問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

ど詳細は福岡障害者職業能力開発校またはお近くのハローワークにお問い合わせください。なお、寮もありますので県外の人も受講可能です。施設見学も受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

福岡障害者職業能力開発校

☎093(741)5431

☎093(741)1340

「福岡県の職業訓練」HPアドレス

http://www.fukuoka-kunren.ac.jp

天草准看護高等専修学校の入学生募集

2年間で准看護師免許を目指します。授業は半日制で医療機関や施設で働きながら学ぶことができます。男女共学、主婦、社会人歓迎の開かれた学校で、天草島内就業100%です。

奨学金制度各種あり

▼受験区分 一般・社会人入

試(二期・三期)

▼試験日 (二期) 令和5年

12月11日(月)
三期) 令和6年1月13日(土)

▼受験会場 天草准看護高等専修学校(天草市本渡町本戸馬場)

▼申込期日 (二期) 令和5年11月14日(火)〜令和5年12月5日(火)必着

三期) 令和5年12月19日(火)〜令和6年1月9日(火)必着

▼申込方法 入学願書など必要書類を持参または簡易書留で郵送してください。

▼願書の請求 同校受付にて無料配布または学校ホームページからダウンロードが可能です。郵送の場合は切手代が必要です。

*募集の詳細は天草准看護学校ホームページをご覧ください。個別相談は随時行いますので、事前にご連絡お願いします。

天草准看護高等専修学校
☎0969(22)2309



ふれあい標語の募集

福祉課

障がい者週間(毎年12月3日から9日まで)にあわせて「障がいのある人とない人とのふれあい」をテーマとした標語を募集します。

▼募集する作品 字数:20文字程度

▼応募上限 1人1作品まで

※「他作品などからの模倣・流用・盗用など」を行って

いないものに限る。

▼応募資格 天草管内に住む小学生以上の人

▼応募方法 応募用紙または白紙に、標語および必要事項(住所・氏名・学校名・電話番号)を記入し、福祉課へご提出ください。

▼応募期間 12月1日(金)〜28日(木)

▼表彰など 入賞者には図書カードを進呈します。

▼その他 入賞作品は、天草市・上天草市・荅北町の障がい福祉に係る啓発広報活動に使用します。

福祉課障がい福祉係

☎0969(28)3373

危険物取扱者試験の実施

消防法の規定に基づき、令和5年度第3回危険物取扱者試験が次の日程で実施されます。

▼試験の種類、試験日等

▽試験の種類

甲種・乙種第一類〜第六類・丙種

▽試験日

令和6年2月12日(月)

▽願書受付期間

書面申請 令和5年12月15日(金)〜12月22日(金)

電子申請 令和5年12月12日(火)〜12月19日(火)

▽試験地 熊本市

※詳細は、試験案内をご覧ください。

▼願書等の配置場所

受験願書などは、(一財)消防試験研究センター熊本県支部、熊本市消防局・熊本県内の各消防本部及び熊本県総務部市町村・税務局消防保安課に配置しています。

消防試験研究センター

熊本市支部 熊本市中央区九品寺一丁目11番4号
熊本県教育会館四階
☎096(364)5005

漢字検定の受検者募集

▼対象 小学校三年生以上の

▼開催日 令和6年2月11日(日)

▼開催場所 天草教育会館(天草市志柿町)

▼申込締切 令和5年12月8日(金)まで

▼申込方法・費用 天草教育会館のホームページをご覧ください。

☎0969(23)2355

その他

税のひろば

税務課

○11月の納税

国民健康保険税 第6期
納期限 11月30日(木)



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

口座振替日 11月27日(月)

※口座振替をご利用の方は、振替日前日までに残高の確認をお願いします。

新たに口座振替を希望される人は、市内の金融機関でお手続きください。

☎0964(26)5519

「ご存知ですか」税を考える週間

11月11日(土)から17日(金)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(必要性)および役割(使途)を分かりやすく説明することにより、国民の皆さまの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。

今年のテーマは、「これからの社会に向かって」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「これからの社会に向かって」をテーマとした特設ページを設け、国税庁

の各種取組についてご紹介いたします。ぜひご覧ください(<https://www.nta.go.jp>または「国税庁」で検索！)

また、天草地区における「税を考える週間」行事として、11月11日(土)～11月19日(日)にイオン天草ショッピングセンターにおいて、税の作品を展示する予定です。

☎0969(22)2510

私たちの県税を考える週間

11月11日(土)から17日(金)までは、「私たちの県税を考える週間」です。

熊本県では、熊本地震からの創造的復興や新型コロナウイルス感染症対策、令和2年7月豪雨被害への対応など、さまざまな施策に取り組んでいます。皆さんに納めていただいた県税はそのための貴重な財源となります。また、未来を担う子どもたちの教育に、誰もが安心して暮らしていける社会づくりに、道路や河川の整備に、熊本の美しい

自然環境の保全などに使われ、わたしたちの暮らしを支えています。

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ています。

また、県のホームページでも紹介しています。皆さんも税の意義や役割を、この機会に考えてみませんか？

☎0969(22)4370

高齢者の尊厳が守られるために

高齢者ふれあい課

虐待は、特別な人だけが行なうものではありません。気持ちに余裕がなくなり、つい手が出てしまったり、高齢者のためになると思ってしたこと、結果として虐待になっていたりすることもあります。

次の項目は、高齢者虐待の具体的な例です。自分や周りの人に該当するところがないかチェックしてみましょう。

①身体的虐待
□本人に向けて物を壊した

り、投げつけたりする。
□外からカギをかけて閉じ込める。中から鍵をかけて長時間家の中に入れない。

②介護・世話の放棄・放任
□室内にゴミを放置する、冷

暖房を使わせないなど、劣悪な住環境の中で生活させる。

③徘徊や病気の状態を放置したり、本来は入院や治療が必要にもかかわらず、強引に病院や施設などから連れ帰る。

④性的虐待
□懲罰的に下半身を裸にして放置するなど。

⑤経済的虐待
□年金や預貯金を無断で使用する。

□入院や受診、介護保険サ

ビスなどの必要な費用を支払わない。

「社団法人 社会福祉士会 市町村・地域包括支援センター・都道府県のための養護者による高齢者虐待対応の手引き」参照

「もしかして？」と思ったら、休日・夜間でも連絡体制を整えていますので、安心してご相談ください。

認知症の高齢者は虐待を受けやすい傾向にあります。介護者や周囲の人が認知症の特徴や症状を理解することや早期発見・早期対応が大切です。

16ページの上天草総合病院だよりには、認知症サポート医である脇田医師の記事が掲載してありますので、そちらもぜひお読みください。

☎0969(28)3378

※平日の夜間・早朝及び土日

祝日の連絡先(緊急時)
☎0969(56)1111
(代表)

問合せ先⇒☎ 申込先⇒① FAX⇒② メールアドレス⇒✉

オンラインゲームの課金トラブルにご注意ください

子どもがオンラインゲームで保護者の許可なく高額な課金をしてしまったという相談が複数寄せられています。

子どもが保護者のクレジットカードを使ったり、支払い方法をキャリア決済にして課金を行い、請求がきて初めて課金に気づいたといった相談もあります。クレジットカードやキャリア決済の暗証番号等は保護者がしっかり管理しましょう。

消費者トラブルでお困りの場合は、「1888」にお電話ください。お近くの消費生活センター等に繋がります。

☎熊本県消費生活センター
096(383)0999

浄化槽の法定検査手数料の改定

公益社団法人熊本県浄化槽協会が実施する浄化槽法第11条検査(法定検査)の手数料が、令和6年4月1日から改定されます。

法定検査は、浄化槽が適正に設置され、また、保守点検や清掃が正しく行われているかを判断し、放流水の水質の基準が守られているかなどを検査するものです。浄化槽の状態をご使用いただいている方に知っていただく年1回の大切な検査です。

容等の詳細については、県ホームページまたは県動物愛護ホームページにてご確認ください。次の連絡先までお問い合わせください。

☎天草保健所
0969(23)0299
熊本県健康危機管理課
096(333)2248

- 5人槽4, 200円
- 11人槽5, 400円
- (みなし(単独処理)浄化槽)
- 5人槽3, 800円
- 11人槽5, 000円

☎(公社)熊本県浄化槽協会
096(284)3355

へお問い合わせください。

地域猫活動を始めてみませんか?

県では、地域環境の改善・飼い主のいない猫問題への対策として「地域猫活動」を推進しており、地域猫活動に取り組む町内会や自治会などに対し、活動費用の一部を補助しております。

地域猫活動および補助の内

無料調停相談

▼日時 12月5日(火)10時～15時

▼場所 天草市複合施設こらす 会議室D(天草市浄南町4番15号)

▼相談内容 交通事故・土地・建物・金銭の貸借関係民事・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
☎天草調停協議協会
0969(22)1751



市内の福祉施設(南風苑、松朗園)でボランティアサーピスをした人を紹介します。

- ノープル
- タカシスタジオ
- 坂口米子



広報上天草の広告掲載を随時募集しています

掲載料1枠(1月) 1万円

※市ホームページをご覧いただくか、電話でお問い合わせください。



市ホームページ

【問い合わせ先】
市役所総務課秘書広報係
TEL: 0964(26)5525

〈有料広告〉



第12回企画展「四郎と一揆、そしてその軌跡」

天草四郎の名前は多くの方が一度は耳にしたことがあるでしょう。島原天草一揆では、一揆勢を率いて幕府軍と戦ったことで知られていますが、彼の実像(容姿や出自など)は謎に包まれています。それは、一揆が進むに従って、人前に姿を現さなくなっていく、神秘性(カリスマ性)を帯びていったためです。江戸時代の資料にも、史実と伝承とが入り混じって記載されているため、結果、あらゆる“四郎の姿”が創出されました。本展覧会では、天草四郎に焦点を絞り、一揆での軌跡に迫るとともに、“創られた四郎”についても紹介します。

熊本大学大学院准教授 安高 啓明



『女性の人権ホットライン』強化週間

熊本地方方法務局及び熊本県人権擁護委員連合会では、女性の人権に関する相談を専門に受け付ける「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」を実施します。

夫やパートナーからのDVや職場でのセクハラなどの相談に人権擁護委員と法務局の職員が当たります。秘密が外部に漏れる心配はありません。

■期 間 11月15日(水)～11月21日(火)

■時 間 8時30分～19時

※ただし、土曜日・日曜日は10時～17時

■電話番号 0570-070-810(女性の人権ホットライン専用相談電話)

なお、熊本地方方法務局では、この期間以外についても、月曜日から金曜日までの8時30分から17時15分まで、同じ専用相談電話で相談に応じています。

イベント情報

日にち	内容	日にち	内容
11/18 [⊕]	令和5度上天草市人権講演会・青少年育成市民大会並びに第73回社会を明るくする運動推進大会 9時30分～12時 松島総合センター「アロマ」ホール ☎社会教育課 ☎0969(28)3361	12/3 [⊕]	第9回天草四郎サイクリングフェスタ 9時～ 姫戸統括支所(スタート・ゴール)⇒天草上島1周 ☎観光おもてなし課 ☎0964(26)5512 第28回松島地区産業祭(ふるさと祭り) 9時～12時 松島総合センター「アロマ」周辺 ☎上天草市松島地区産業祭運営協議会 ☎0964(26)5516

おすすめ！
地域おこし協力隊

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

湯島に地域おこし協力隊として
着任して約2年になります。

湯島での生活は元旦の「湯島大
根マラソン」からスタートします。
来年は三度目で今から楽しみです。
当日は正月帰省で、島民人口
が増えて大盛り上がりです。今年
はコロナ規制も和らぎ、ゴールデ
ンウィークやお盆に帰省される方
も多くみられました。当たり前の
日常の有難さを目の当たりにする
この頃です。

しかし、高齢化・少子化は待つ
たなしです。島の高齢化による人
材不足は、島の観光を支える宿泊
業や地域資源の維持に大きな影響
を与えています。湯島特産の「湯
島大根」「湯島焼酎」など年々減少
しています。微力ですが大根収穫
イベントなどをして湯島ファンを
増やしていこうと思います。

また、空き家問題も深刻です。

上天草空き家アド
バイザー協議会の
一員となり、空き
家課題に取り組ん
でいます。老人会
の月定例会での空
き家講座や島民の
ご協力をいただき
空き家調査をして
います。今期は「湯



元旦恒例 湯島大根マラソン大会
湯島大根持って走ります



熊本大学生と看板づくり



東濱博子さん

Vol:75

島D I Y木の学校」を開催予定で
す。

昨年7月から再開したねころび
カフェは、デッキをつけたり熊
大生が看板を作ったりして、リ
ニューアルしたカフェに、県内や
海外からの観光客が立ち寄って
くれます。

島の暮らしは相変わらず何の不
便もなく、一日の終わりは夕陽に
癒されながら贅沢な日々をすごし
ています。それもこれも、島民の
方の優しさがあるからです。

これから3年目を目前にして、
少しでも役に立てるように、島民
の方々と日々を重ねていきたいと
思います。

×キリトリ

POST CARD

8 6 9 3 6 9 2

お手数ですが
63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	〒 -		
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。

お便りを
募集しています

広報「上天草」では、市民の皆さまからの
お便りをお待ちしております。

お便りは、左記のハガキからご応募いただ
くか、スマートフォンなどでQRコードを読み
取りアンケートフォームからご応募してくださ
い。

アンケートフォームに必要事項を記載し、送
信してください。

■問い合わせ先

総務課 秘書広報係

☎0964(26)55255





こども医療電話相談

夜間の子どもの急病時

短縮番号
(# 8000)

平 日：午後 7 時～翌朝 8 時
土曜日：午後 3 時～翌朝 8 時
日祝日：午前 8 時～翌朝 8 時

※ダイヤル回線の場合 ☎096(364)9999



育児相談・母子健康手帳交付

来所される場合は、事前に連絡ください。

場 所	日	実施時間 (手帳受付時間)
大矢野窓口 センター	11/20 ^月 ・11/27 ^月 12/4 ^月 ・12/11 ^月 12/18 ^月	9時30分～11時 (9時30分～9時45分)
保健 センター	育児相談：随時 手帳交付：随時	随 時
姫戸 統括支所	12/6 ^水	9時～10時 (9時～9時15分)
龍ヶ岳 統括支所	12/6 ^水	10時30分～11時30分 (10時30分～10時45分)

【用意するもの】

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



乳幼児健診

種 類	対象者(生月)	日
2か月児学級	R5.10	12/12 ^火
3～4か月児健診	R5.7(11月対象) R5.8(12月対象)	個別予約
離乳食教室	R5.6	11/22 ^水
6～7か月児健診	R5.4	11/21 ^火
1歳6か月児健診	R4.5	12/7 ^木
2歳児歯科健診	R3.12	12/5 ^火
3歳児健診	R2.11	12/14 ^木

【場所】保健センターおよび委託医療機関

※対象の方には個別に通知します。詳しくはホームページ、子育て支援アプリ「すくすく♡上天草」にて随時お知らせします。



休日在宅医

【診療時間】9時～17時

診療時間外は、事前に電話連絡をお願いします。

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、上天草市医師会ホームページからご確認ください。

休日在宅医最新情報はこちら→



日	当番医名(診療科目)	場 所
11/19	宮崎外科胃腸科医院 (外・消)	大矢野町上 ☎0964(56)0600
11/19	やまうち医院 (内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
11/26	しまだ小児科 (小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
11/26	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583
12/3	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
12/3	村上医院(内・リハ)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3102
12/10	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
12/10	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
12/17	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
12/17	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122

編集後記

▶休日に外仕事をしていたら、急に腰が痛くなり、動けなくなりました。整体に行くと、腰などを押さ
れ激痛で叫びそうになりました。みなさんも
腰痛にはご注意ください？



(担当 M)

▶最近畑で作物を育て始めました。勢い余って枯
草堆肥と落ち葉で腐葉土も作ってます。
先日、ジャガイモとニンニクが芽を出し
感激。これがカーボンニュートラルとい
うやつですね。



(担当 Y)

ねえね、じいじ、ばあば
いっぱいあそんでね♡



なかぞの **中園** りおん **莉桜**ちゃん **龍ヶ岳町**
(令和5年3月23日生まれ)
パパ：直宏さん ママ：みなみさん

ひいじいちゃん、
ひいばあちゃん
いつもありがとう



おうし **古賀** 凰志くん(右) **松島町**
(令和2年5月22日生まれ)
ありすちゃん(左)
(令和4年6月4日生まれ)
パパ：太海さん ママ：桃子さん



< わんぱくざかり応募方法 >

上天草市に在住している0～5歳のお子さんを募集しています。応募方法は、QRコードを読み取り、①住所②お子さんの名前③ふりがな④生年月日⑤性別⑥保護者の氏名⑦コメント(30字以内)⑧連絡先⑨お子さんの写真をメールでお送りください。応募多数の場合は、先着順とします。

☎ 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525



ベストアメニティ 第52回天草パールラインマラソン大会

令和6年3月9日(土)・10日(日)開催

11月1日(水)から参加ランナー受付開始!!

「遅いあなたが主役です。」をキャッチフレーズに、健康マラソンの発祥の地である上天草で天草パールラインマラソン大会を開催します。

初日(3月9日)は、本大会の名物となりましたユニークな仮装で出走できる「仮装の部」やファミリーで参加できる「ファミリーの部」など家族やご友人と楽しめる「10kmの部」、「4.2kmの部」を開催します。

また、2日目(3月10日)は、天草パールラインを走る「ハーフマラソンの部」、今大会から新設のハーフマラソンコースの往路10kmをランニングした後にクルーズ船で主会場周辺まで送迎する「10kmラン&クルーズの部」(ネット申込・200名限定)を開催します。

たくさんのランナーの申込を心よりお待ちしております。

■開催日 令和6年3月9日(土)・10日(日)

■主会場 道の駅上天草さんばーる周辺

■主催 上天草市 熊本走ろう会

■申込期間 11月1日(水)～12月31日(日)まで

(※)今大会から申込期間を1か月前倒ししています。

■申込方法 郵便振替およびインターネット専用サイト(RUNET)

■その他 募集部門や種目、参加料等については、大会HPをご確認いただくか、大会事務局までお問い合わせください。

■問い合わせ先 天草パールラインマラソン大会組織委員会事務局(大矢野総合体育館内)

☎0964(56)4701



大会 HPQR コード