

kamiamakusa
上天草

人と海のふれあうまち

龍ヶ岳山頂で楽しむ
「新感覚」スポーツ！

上天草市は市制施行20周年です

新感覚!? レアスポーツフェス
ティバル
衝撃の体験!? 天草サーカス



20年の輝きを未来へ



さまざまな経験を次世代に

「子どもたちが健やかに育っているのを見るのが楽しい。」とうれしそうに話しながら、手作りの竹とんぼを飛ばす野村さん。長年にわたり、さまざまな活動を通じて次世代の育成や地域の活性化に貢献されています。その活動の1つに、手作りの竹とんぼや独楽などを使って、龍ヶ岳小学校の児童に「昔遊び」を教える活動を行っています。古き良き伝統を子どもたちに楽しく学んでもらうため、おもちゃ作りのイベントに参加し、作り方を習いに行くなど、おもちゃ作りに熱心に取り組まれています。

また、野村さんは、父親が太平洋戦争で出征し、戦死された経験から、上天草市遺族連合会の事務局長や戦没者遺族相談員などを務め、戦争の経験を伝える語り部としても活動されています。終戦から長い年月が経ち、戦争の資料を集めるのが非常に困難ですが、戦争を知らない世代の人たちに経験を伝えていくため、活動しています。

その他にも、上天草交通安全講習指導員として、定期的にパトロールや上天草市内の小中学校で交通指導を行ったり、御年80歳ながら、多方面で地域の活性化に貢献されています。今後については、「次世代の人たちのために頑張るのが私の生きがい。体が元気なうちは活動を続けていきたい。」と話していました。



竹とんぼの製作風景



厚生労働大臣から戦没者遺族相談員の委託を受けた証書

「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6年10月31日現在) ()内は前月比

大矢野	12,273 (-33)	総人口	23,688 (-40)
松島	6,181 (+1)	世帯数	11,062 (-4)
姫戸	2,130 (-8)	男性	11,298 (-9)
龍ヶ岳	3,104 (±0)	女性	12,390 (-31)

市の面積 126.94km²

Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト
3	・100歳おめでとうございます ・まちのわだい
6	新感覚!?レアスポーツフェスティバル 衝撃の体験!?天草サーカス
7	令和7年度上天草市会計年度任用職員の募集
8	企業版ふるさと納税の紹介
9	・「スマホ教室」を開催します ・「上天草お買い物ポイント」登録店舗の募集
10	・マイナンバーカードの特急発行 ・令和6年度熊本県総合防災訓練
11	あなたの気づきが大切！高齢者虐待の防止と早期発見
12	病院だより
13	健康ガイド
14	生涯学習白書
15	ぶらっとライブラリー
16	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
17	お知らせ
22	年末年始のごみ・し尿収集の日程
23	・家庭ごみの適正な処理のお願い ・イベント情報
24	・シリーズ人権 ・Our School Projects
25	・地域おこし協力隊 ・お便り
26	各種相談窓口
27	休日在宅医
28	高校生特派員

今月の表紙

11月9日(土)に「第32回キララ祭龍ヶ岳ウォークwithレアスポーツフェスティバル」が開催されました。表紙は、龍ヶ岳山頂で行われたレアスポーツフェスティバルでアーチェリーを体験する様子です。イベントの詳細は6ページに掲載しています。





10/7~9

フードドライブ2024を実施

10月7日(月)から9日(水)までの期間に、「フードドライブ2024」を上天草市で実施しました。

「フードドライブ2024」とは、熊本県を通じて参加した各事業所が、県内5か所に設けられた実施拠点に食品を持ち込み、支援団体を通じて、必要とされる子ども食堂などに配布する活動です。

本市は、昨年に引き続き活動の実施拠点として、缶詰や乾麺、調味料など約300品、208.93kgの食品提供を受けました。

提供された食品は、市社会福祉協議会を通じて子ども食堂や児童養護施設に配布し、食品の有効活用を行いました。



10/29

維和小学校でお魚料理教室を開催

10月29日(火)に上天草市漁業者クラブが維和小学校の5・6年生10名を対象にお魚料理教室を開催しました。

児童たちは、同クラブの藤野和明会長をはじめ5名の会員から魚のさばき方や調理方法などを教えてもらいながら、マダイのレモンバターソテーを作りました。調理後、児童たちは、自分でさばいた魚料理を美味しく笑顔でいただきました。

このイベントは、魚料理に関心を持ってもらうため、市内の学校で毎年開催され、今年度は龍ヶ岳中学校と中南小学校でも開催します。



100歳
おめでとうございます

小川 タツエさん
龍ヶ岳町
大正13年10月26日生まれ

小川タツエさんが100歳を迎えられ、市から表彰状とお祝いを贈呈しました。



(C) 2010 熊本県くまモン

10/23

地域を盛り上げる「湯島太鼓」

10月23日(水)、大矢野町の湯島漁港で、湯島小学校の児童たちによる「雨乞い太鼓演奏会」が開催されました。

これは、「地域おこし」の学習を進めてきた児童たちが湯島を盛り上げようと企画したもので、児童たちは、12年ぶりに島を訪れたくまモンと一緒に、湯島太鼓とくまモン体操を島内外の100人を超える観客の前で披露しました。

演奏会後も、湯島小中学校にくまモンが来校し梅の木の記念植樹を行うなど、児童たちは「地域おこし」の大切さを感じるとともに、くまモンとかけがえのない思い出を作ることができました。小学5年生の高橋凜さんは、「初めてくまモンと会って、一緒にくまモン体操を踊ることができて、楽しかったです。」と笑顔で話しました。



発見された
アンモナイトの化石

10/31 貴重な発見！ 龍ヶ岳の地質に触れる

10月31日(木)、龍ヶ岳中学校で令和6年度第2回上天草市歴史講座を開催しました。講師に、龍ヶ岳町大道出身で九州大学大学院教授の尾上哲治先生をお招きし、龍ヶ岳中学校の生徒と龍ヶ岳小学校5・6年生の児童が受講しました。

講座では、先生のご専門である地質学を「石ころ探偵」と題し、石や岩石から分かる龍ヶ岳の地質について解説されました。その後、子どもたちは、海岸で化石調査などを体験しました。アンモナイトやサメの歯の化石など珍しい化石の発見もあり、龍ヶ岳の地質に興味を持つ貴重な体験になりました。



10/31 上天草市と南阿蘇村で 学校交流事業を実施

10月31日(木)、中北小の4年生10人が南阿蘇村を訪れ、久木野小の4年生23人と交流しました。

これは、令和元年7月に上天草市と南阿蘇村が包括連携協定を締結し、その取り組みの1つとして学校間交流を実施したものです。

児童たちは、熊本震災ミュージアムを見学し、トロッコ列車に乗車した後、久木野小に到着し、グループごとに阿蘇特産のあか牛が使われた給食を食べ、名刺交換をして交流しました。

参加した岩崎福弥さんは、「久木野小の友だちとの交流は楽しかった」と話しました。



11/2 祝 上小学校 創立150周年記念式典

11月2日(土)、上小学校創立150周年記念式典が同校体育館で開催されました。式典には児童・関係者ら約300名が集まり、第一部では厳粛かつ盛大に、各学年の代表児童たちによる「上小150周年宣言」などが行われ、第二部では児童たちによるソーラン節などが披露され、50年に一度の式典に花を添えました。

寺田義春実行委員長は「次の200周年に向けて、これからも地域の皆さんと共に、上小学校を盛り上げていきましょう。」と、声高らかに挨拶をしました。



11/1 灯火監視協力者に対する表彰式

11月1日(金)の灯火記念日に、熊本海上保安部で「灯火監視協力者に対する表彰式」が開催され、大矢野町維和の江口昭一さんが、第十管区海上保安本部長表彰を受けました。江口さんは、灯火監視を父親から引継ぎ、14年間にわたって、灯台の見守りを続けたことで今回の受賞となりました。

表彰を受けた江口さんは、「これからも灯台を守り、夜間の航行の安全に尽力していきたい」と、抱負を述べました。



11/8 秋季全国火災予防運動あそか保育園 幼年消防クラブ防火パレード

11月8日(金)、あそか保育園の幼年消防クラブが道の駅上天草さんぽーの国道沿いなどで「火の用心」と呼びかけながら防火パレードを行いました。

このイベントは、秋季全国火災予防運動の一環で実施され、法被を身につけた同クラブの園児たちは、着ぐるみを着た北消防署の職員と一緒に、拍子木を打ち鳴らして元気に行進しました。また、さんぽーの広場では鼓笛演奏や踊りを披露し、地域住民に火災予防をPRしました。



11/16 第17回熊本県南合同公売会の開催

11月16日(土)、熊本県南地域の自治体が合同で行う公売会が10年ぶりに上天草市で開催されました。

家電、日用雑貨、釣具など149品が出品され、市内外から約200人の来場がありました。

売却された物品の代金は滞納税に充てられます。

今後もインターネット公売などに出品を予定していますので、機会があれば、ぜひご参加ください。



11/4 第3回龍ヶ岳夕市の開催

11月4日(月)、龍ヶ岳町高戸東風留港で、龍ヶ岳未来クリエイト協議会主催の龍ヶ岳夕市が開催されました。夕市では、天草梅肉パークや天草大王を使ったピザ、スイーツ、ハンドメイド雑貨などの販売の他、石臼体験ができるコーナーが並びました。

イベントステージでは、プロミュージシャンの演奏や地元の女性たちによる龍神太鼓などで会場は盛り上がりました。当日は、お楽しみ抽選会も行われ、たくさんの来場者がイベントを楽しみました。



11/11 女性消防隊が保育園とひとり暮らしの高齢者宅に火災予防訪問

11月11日(月)、秋季全国火災予防運動に合わせて市消防団女性消防隊と北消防署が連携して、火災予防訪問を行いました。訪問した姫戸町のひかり保育園では、紙芝居を用いて、園児たちに火の危険性や避難時の注意点を話しました。

また、大矢野町上谷地区でひとり暮らしの高齢者宅を訪問し、消火器の点検や住宅用火災警報器の動作の確認や、火災予防を呼びかけました。



新感覚!?レアスポーツフェスティバル 衝撃の体験!?天草サーカス

11月9日(土)、龍ヶ岳町で「第32回キララ祭 龍ヶ岳ウォーク with レアスポーツフェスティバル」が開催されました。今年は、龍ヶ岳山頂で、レアスポーツを体験できるコーナーが設置され、参加者は、ルールをその場で学びながら、新感覚のスポーツを楽しみました。

11月16日(土)には松島総合センター「アロマ」で「天草サーカス in 上天草」が開催され、人並外れた大技などで、満員のお客さんを沸かせました。また、堀江隆臣市長や一般のお客さんもサーカスの技に参加し、衝撃の世界を身近で体験しました。

◆第32回キララ祭 龍ヶ岳ウォーク with レアスポーツフェスティバル(11/9(土)) ※競技は一部を掲載

新感覚!?



モルック



スイングボール



木の棒(モルック)を投げて、数字が書かれた木の棒(スキttl)を倒して点を取り合うスポーツ。

2人で紐についたボールを交互に打ち合い、手と目の連動性を高めることができるイギリスで人気のスポーツ。



スラックライン



ポッチャ

二点間に張り渡した専用ラインに乗り、歩いたり、ジャンプしたりしてバランス感覚を楽しむ綱渡りを低く短くして誰でも楽しめるようにさせたスポーツ。

ボールを投げて、ジャックボール(目標球)にいかに近づけるか2チームで競うスポーツ。パラリンピックの正式種目にも採用。



実行委員長
北垣洋さん

小さなお子さんから大人までレアスポーツを楽しんでいる様子を見て、大変うれしく思うとともに、何よりも大きなケガもなく安全に終わることができてよかったです。

◆天草サーカス in 上天草 (11/16(土))

衝撃の体験!?



実行委員長
山城貴幸さん

上天草市で初めて開催することができ、たくさんのご協力によって子ども達や地域の皆さんの笑顔溢れる催しになりました。



令和7年度上天草市会計年度任用職員を募集します

令和7年度上天草市会計年度任用職員を以下のとおり募集します。

今年度から採用試験の申込方法が原則パソコンまたはスマートフォンを利用した24時間対応のインターネット申し込みとなりますので、詳細は、以下をご確認ください。

■任用期間

令和7年4月1日から令和8年3月31日までの期間内

ただし、同一の職が翌年度に設置される場合は、人事評価等の結果に基づき、勤務成績が良好な場合に限り、面接試験を免除した再度の任用を最大2回まで行う場合があります。

■受験資格

令和7年4月1日現在で18歳以上の人(学生は除く。)

ただし、次のいずれかに該当する人は、受験することができません。

- (1) 禁錮刑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人
- (2) 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年を経過しない人
- (3) 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人

■申込期間

令和7年1月1日(水)から1月31日(金)まで

※受付期間中は、24時間申し込みが可能です。



市ホームページ

■申込方法

- (1) 上記 QR コードを読み取り、上天草市ホームページにアクセスしてください。
- (2) ホームページ内の URL から「パブリックコネクト」にアクセスし、画面右上の「会員登録」を選択してください。
- (3) 登録したメールアドレスに「パブリックコネクト会員登録のお願い」のメールが届きますので、「会員登録手続きを完了する」の URL をクリックし、会員登録を完了してください。
- (4) 引き続き、自身の基本情報、学歴、職歴を入力してください。
- (5) 入力終了したら、再度「パブリックコネクト」にアクセスし、職員募集内の会計年度任用職員から「エントリー画面に進む」を選択し、フォームに必要事項を入力し、エントリーを完了してください。

なお、資格を必要とする職種については、資格を有していることが確認できるものの写しを写真(画像データ)または PDF の形式で添付してください。

- (6) エントリー情報は、パブリックコネクトトップページ「マイページ」中「エントリー一覧」で確認することができます。

※既に会員登録済みの場合、(1)～(4)の手順は不要となります。

■試験日 日時、会場などは、後日申込者へパブリックコネクト内のメッセージ機能にてお知らせします。

■試験方法 面接試験

■問い合わせ先 総務課人事研修係 ☎0964(26)5527

※各職の業務内容などは、各課などにお問い合わせください。



企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました

～ 株式会社日本冷熱 様 ～

長崎市に本社があり、本市松島町にも工場がある株式会社日本冷熱様から企業版ふるさと納税による寄附金100万円をいただいたことから、10月30日(水)に感謝状贈呈式を行いました。

株式会社日本冷熱様は、昭和41年に設立以来、保温保冷防熱、プラント設備、化成品など8つの分野でのサービスを提供しており、本市にある天草工場では化成品グループとして、FRPの製造に力を注いでいる会社です。

今回の寄附は、令和4年度、令和5年度に続き、3回目の寄附となり、上天草市の地域活性化に少しでも貢献できればとの思いから寄附をいただきました。

いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。



(ホームページ) : 「日本冷熱」で検索

日本冷熱



～ 株式会社エーワンコンサルタント 様 ～

福岡県久留米市にある株式会社エーワンコンサルタント様から企業版ふるさと納税による寄附金100万円をいただいたことから、10月30日(水)に感謝状贈呈式を行いました。

株式会社エーワンコンサルタント様は、平成6年に設立以来、道路・河川・砂防・急傾斜・下水道などの公共事業を受注し、測量・設計を行っている会社で、本市の業務を受注したことがあります。

今回の寄附は、令和3年度に続き、2回目の寄附となり、上天草市の地方創生の推進に少しでも貢献できればとの思いから寄附をいただきました。

いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。



(ホームページ) : 「エーワンコンサルタント」で検索

エーワンコンサルタント



「スマホ教室」を開催します

「誰ひとり取り残されない、人に優しいデジタル化」の実現に向け、市民の皆さまのデジタル活用に対する不安を解消することを目的として、スマホ講習会を開催します。



日程・会場 スマホデビューからもう一歩！ LINEなどの活用方法(中級編)

	日 時	会 場
①	1/21(火) 10時～11時30分	上天草市 本と歴史の交流館 イコット(大矢野)
②	1/21(火) 14時～15時30分	松島庁舎 3階 会議室(松島)
③	1/24(金) 14時～15時30分	龍ヶ岳統括支所 地下1階会議室(龍ヶ岳)

※定員は各20名(先着)です。

持ち物 準備物は特にありません。手ぶらで気軽に、どなたでも参加できます。

申込方法 お申し込みは、電話で受け付けています。

- ▶ 申 込 先：行革デジタル戦略課行革デジタル戦略室 ☎0964(26)5550
- ▶ 受付時間：8時30分～17時15分(土、日、祝日除く。)
- ▶ 申込期限：1月10日(金)まで

※スマホ教室の年間スケジュールは広報上天草9月号の13ページをご確認ください。

■問い合わせ先 行革デジタル戦略課行革デジタル戦略室 ☎0964(26)5550

「上天草お買い物ポイント」登録店舗を募集します！

現在、スマホアプリを使ってお得にお買い物ができる「上天草お買い物ポイント」の登録店舗を追加で募集します！(12月4日現在 市内65店舗が登録されています。)

事業概要	上天草市内の対象店舗で、スマートフォンアプリ「ココシル」上で購入された「上天草お買い物ポイント」を使ってお買い物すると、使ったポイントの10%が翌日還元されます。 ※ポイント還元の上限額：50,000ポイント(10,000ポイントから大幅アップ！) ※還元されたポイントを消費してもポイント還元の対象にはなりません。		
事業期間	ポイント購入 令和7年1月31日(金)まで ポイント還元 令和7年2月13日(木)消費分まで対象 ポイント利用 令和7年2月28日(金)まで		ココシルのダウンロード 
対象店舗	上天草市商工会加盟店舗を対象。 (市商工会非会員の事業者は、個別にご相談ください。)		
費用	店舗・事業者における決済手数料などの負担は発生しません。 (商工会会員以外の事業者は、売上の振込手数料のみご負担いただきます。)		
応募方法	商工会会員事業者 ⇒ QR コードから申し込み 	商工会非会員事業者 ⇒電話にてご相談ください。 (上天草市商工会大矢野支所) ☎0964(56)0244	

■問い合わせ先

【お買い物ポイントについて】

- ・上天草市デジタルポイント実行委員会(上天草市商工会内)
☎0964(56)0244

【その他のお問い合わせについて】

- ・観光おもてなし課産業振興係
☎0964(26)5531



マイナンバーカードの特急発行

現在、マイナンバーカードの申請から受取までに1か月程度かかっていますが、新生児、紛失・破損などによる再交付、追記欄が満欄になった方、海外からの転入者など、特に速やかな交付が必要となる方は、特急発行による申請をすることで、申請から最短1週間以内にマイナンバーカードを受け取ることができます。

ただし、顔認証マイナンバーカード(暗証番号を設定しないカード)を希望される方や1日の申請件数の限度を超える申請があった場合などは、申請から最短1週間以内での受け取りができませんのでご了承ください。

また、1歳未満の方は、顔写真なしのマイナンバーカードのみの申請となります。

詳しくは市民課までお問い合わせください。

【必要なもの】

- ・身分証明書2点(うち1点は運転免許証などの顔写真付きのもの)
- ※顔写真付きの身分証明書がない場合は、顔写真なしの身分証明書2点
- ・通知カード(ある人のみ)
- ・写真(窓口で撮影可能)

■出張申請について

毎週火曜日および木曜日
10時～15時(12時～13時を除く)

■休日窓口について

1月12日(日) 松島庁舎 9時～12時まで

※出張申請および休日窓口については事前予約が必要です。市民課までご連絡ください。

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3368

令和6年度熊本県総合防災訓練を実施します

今年1月1日に発生した令和6年能登半島地震で受けた被害を教訓に、熊本県でも日奈久断層帯を起因とする地震発生を想定した防災訓練を実施します。

この訓練では、地震発生により上天草市が孤立した場合の対応を、熊本県、上天草市および関係機関がそれぞれ実践的に訓練することで、課題などを明らかにし、今後の対策につなげていくことを目的としています。

■期日 12月19日(木) 14時～
(予行演習)12月18日(水)

■場所 樋合海水浴場、樋合漁港

■共催 熊本県、上天草市

■訓練概要

- ①孤立した上天草地域に、海上自衛隊の輸送艦艇により救援物資を載せ樋合海水浴場に上陸する。
 - ②海上自衛隊の輸送艦艇から陸上自衛隊の輸送トラックが上陸し樋合漁港まで救援物資を運搬する。
 - ③樋合漁港から民間漁船の協力を得て、合津港まで海路輸送する。
 - ④樋合漁港から民間ドローン(JAL)により、樋島まで空路輸送する。
- ※予行演習および訓練当日の見学は可能です。

詳しくは危機管理防災課までお問い合わせください。

■問い合わせ先 危機管理防災課消防防災係 ☎0964(26)5544



あなたの気づきが大切!高齢者虐待の防止と早期発見

虐待は、特別な人だけが行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が、結果として虐待になっていた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。

■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。

■介護・世話の放棄・放任

- ☐ 室内にゴミを放置したり、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。
- ☐ 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。

■心理的虐待

- ☐ 排泄の失敗や食べこぼしなどを、人前で話すなどにより、高齢者に恥をかかせる。
- ☐ 家族や親族、友人などとの団らんから排除する。

■性的虐待

- ☐ 懲罰的に下半身を裸にして放置するなど。
- ☐ キス、性器への接触、性行為を強要するなどわいせつな行為をすること。

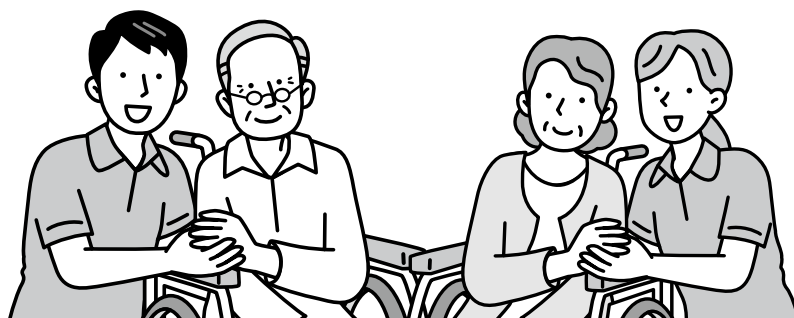
■経済的虐待

- ☐ 年金や預貯金を無断で使用する。
- ☐ 入院や受診、介護保険サー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。

■相談・問い合わせ先 高齢者ふれあい課地域包括支援係 ☎0969(28)3378
※平日の夜間・早朝および土日祝日の連絡先(緊急時) ☎0969(56)1111(代表)





上天草総合病院だより



診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 小林	和田 林田 平島	岸川 浦川 西岡	和田 細川 小林 高柳	細川 林田 松田(第1・3・5)
代謝内科	阪口			平島	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	小林	山本	脇田
整形外科	藤松 (千丈)	上原	藤松 (千丈)	藤松 (千丈)	鮎田
婦人科 (午前/午後)	坂口/ オンライン診療	休診/ オンライン診療	坂口/ 休診	休診/ 手術	
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	熊大	竹下	竹下
皮膚科				宮下	
泌尿器科		西			西
超音波・ 内視鏡センター	石山	石山	大野	林田	蔵野
人間ドック	平島 (細川)	細川 (脇田)	平島	脇田	平島
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)	小林	千丈	応援	応援	林田

- ◆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～金の午後にも診療を行います。
- ◆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。金曜日の診療は完全予約制となります。
- ◆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)
- ◆婦人科・循環器内科のオンライン診療は、再診の方のみ予約診療となります。
- ◆診療案内は都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

就任のご挨拶

病院事業管理者 船曳哲典



ふなびきてつり

このたび上天草総合病院事業管理者に就任した船曳哲典です。

以前、私は厚生労働省の研究班で「過疎地の医療」の調査研究を行ったことがあり、そのときのご縁で上天草総合病院に勤務させていただくことになり、今年で7年目になります。

当院は、病院以外にも7つの事業を行っています。その事業とは上天草看護専門学校、健康管理センター、訪問看護ステーション、介護老人保健施設「きららの里」、在宅介護支援センター、居宅介護支援センター、教良木診療所の運営であり、いずれも地域の医療や保健活動に欠かせないものです。私は全国1,450の自治体病院、公的病院を調査しましたが、上天草総合病院ほど多くの事業を行っている病院は見当たりませんでした。経営的メリットを求めて多角経営に転じたというより、この地域に必要な機能を病院が引き受けざるを得なかったというのが実情でしょう。

先日、上天草総合病院創立60周年の記念式典がありました。初代病院事業管理者の樋口定信先生が講演され、「当院にとってこれからは地域の人口減少が一番大きな課題になると思う。」と述べられました。人口が減少すると病院の働き手が少なくなり、日々の業務に支障が生じますが、私たちの病院は、人口減少下でも「持続可能な病院」に変わって行く必要があります。患者さまや関係者の皆さまがその変化に気づく場面があるかもしれませんが、暖かく見守っていただけると幸いです。

これからも職員一同、地域に対する関与を深め、創意工夫でこれからの困難を乗り越えていきます。地域の皆さま、関係者の皆さまのご理解とご協力をお願いします。



がんサロン

日時 12月20日(金) 13時30分～15時30分

場所 上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

※時間、場所に変更になる場合がありますので、参加希望の方はご連絡ください。



心臓リハビリテーション教室

日時 12月18日(水) 14時30分～15時30分

場所 上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

※時間、場所に変更になる場合があります。

今更聞けない「メタボ」って？

メタボリックシンドロームは別名「内臓脂肪症候群」と呼ばれる疾患で、「**内臓脂肪の蓄積により、「脂質異常」「高血圧」「高血糖」などの生活習慣病を併せ持った状態**」のことをいいます。放っておくと心筋梗塞や脳卒中など、命にかかわる重大な病気を引き起こします。

また、子どもの肥満、閉経後の女性はメタボリックシンドロームの発症につながりやすいため要注意です。

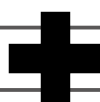
判定基準



腹囲(へそまわり)

男性 85cm 以上

女性 90cm 以上



脂質異常

- ① 中性脂肪
150mg /dℓ以上
- ② HDL コレステロール
40mg /dℓ未満

高血圧

最高130mmHg 以上
最低85mmHg 以上

高血糖

空腹時血糖値
110mg /dℓ以上

※ 2 つ以上に当てはまるとメタボ

特定健診を受けた上天草市民の 3 人に 1 人はメタボに該当しています。

自らの生活習慣の見直しと改善が予防のポイントです。特に BMI25 以上の人は注意が必要になります。この機会にご自身の生活を見直してみましょう。

◇自分の BMI を調べてみよう！

BMI の求め方……体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

低体重	18.5未満
普通体重	18.5～25未満
肥満(1度)	25～30未満
肥満(2度)	30～35未満
肥満(3度)	35～40未満
肥満(4度)	40以上

BMI22が
1 番病気にづらい
です！

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356

骨髄等移植ドナー支援助成金のご案内

市では、令和 6 年度より日本骨髄バンクのあっせん事業で骨髄や末梢血幹細胞を提供したドナーへ助成金を交付しています。

20万円を上限に、骨髄など提供のために要した日数(有給休暇の取得日は除く)に対し、1 日あたり 2 万円を助成します。

内容の詳細は、健康づくり推進課までお問い合わせください。

上天草市

ドナーご本人



1日(通院・入院等)につき

助成金**2万円**※

※上限 20 万円

申請期限

退院した日の翌日から起算して 1 年以内

対象者

支給の条件は以下の 4 つです。

- ① 骨髄バンクを通して、骨髄等を提供した人
- ② 上天草市に住民登録している人
- ③ 市税を滞納していない人
- ④ 同様の趣旨の助成を受けていない人

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



第24回 小・中学生 書き初め席書大会 参加者募集!



生涯学習白書
-Lifelong Study-

中央公民館では、書き初めという正月の古き良き日本の伝統文化の継承と書写(書道)技能の振興および市内小・中学生の交流機会拡大のため、次のとおり「書き初め席書大会」を開催します。

皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日 時 令和7年1月11日(土) 9時30分から(3時間程度)
(9時から受付開始)
- 場 所 松島総合センター「アロマ」研修室
- 対 象 上天草市内の小・中学生(定員30名)
- 参 加 費 無料
- 表 彰 当日審査のうえ表彰式を行い、入賞者には賞状と副賞として図書カードを贈呈します。
- 申込方法 学校名・学年・氏名・住所・連絡先を電話またはFAXでお知らせいただくか、右記のQRコードからお申し込みください。
- 申込締切 令和7年1月9日(木) 17時まで
- そ の 他 審査中は、アロマより楽しい催し物があります。
- 問い合わせ先 上天草市中央公民館事務局(上天草市教育委員会 社会教育課内)
☎0969(28)3361 FAX0969(56)2134



令和5年度の写真



あ ませい通学合宿 維和小学校

熊本県天草青年の家企画事業「あませい通学合宿」が、11月3日(日)から6日(水)の期間で開催され、維和小学校の3～5年生の13人が参加しました。子どもたちは、維和の民宿釣耕苑と星野邸に宿泊し、体験活動や地域学習を行ったり、宿泊先から学校に通学するなどして共同生活を送りました。共同生活体験をとおして、子どもたちの自立心を育むとともに、日常生活への感謝の気持ちを醸成することが通学合宿の目的です。

2日目の11月4日(月)の午後は、ストラップ作りと魚さばき体験に挑戦しました。ストラップは、細長い革に自分の名前や星形などの模様をハンマーで刻印し、色を付けます。最後に金具を付けて自分だけのストラップが出来上がりました。

次は、午前中に自分たちで釣ったキスをさばきました。「わー、ヌルヌルする。」と言いながら、何とかさばいたキスは、天ぷらやお吸い物にして夕食でおいしくいただきました。

通学合宿に初めて参加した4年生の筒井悠加さんは、「魚釣りも魚をさばくのも初めての経験でした。魚釣りは、船酔いして釣れなかったけど、魚をさばくのは上手にできたと思います。ご飯を作ったりお風呂の掃除をしたりするのは大変ですが、みんなと一緒に楽しいです。」と感想を話しました。



「アフタヌーンイングリッシュ ティータイム」に参加しませんか

大人を対象とした「アフタヌーンイングリッシュティータイム」を開催します。

ティム先生と国際文化に触れ合う楽しい午後のひとときを過ごしてみませんか?

英語のレベルを心配することは全くありません。楽しく親しみやすいイベントなので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

参加には事前のお申し込みが必要となります。お早めにお申し込みください。

【開催場所：松島庁舎2階会議室】

- 日 時 1月16日(木)、23日(木)
2月6日(木)、20日(木)
3月6日(木)、13日(木)

【開催場所：本と歴史の交流館イコット】

- 日 時 1月30日(木)
2月27日(木)
3月27日(木)

※以下共通事項

- 参 加 費 無料
- 対 象 市内在住の成人
- 注意事項

- ①飲み物は各自持参してください。
 - ②参加は先着10名までとします。事前に必ず問い合わせ先まで電話もしくはメールにて申し込んでください。
- ※参加中にマスクを着用するかは、個人の判断に任せします。

■問い合わせ先

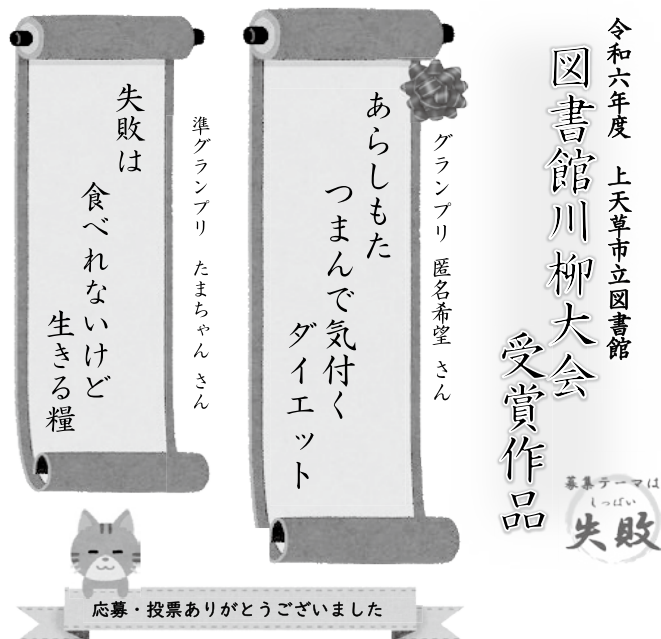
上天草市教育委員会社会教育課 ☎0969(28)3361
イーフレンドメールアドレス info@efriendseigomura.com



●図書館からのお知らせ

《令和6年度 図書館川柳 受賞作品発表!!》

令和6年度にご応募、ご投票いただきました図書館川柳大会のグランプリ、準グランプリ作品が決定しました!



皆さまのご応募とご投票、誠にありがとうございました。

《トショカン☆クエスト開催中!》

図書館に来館して台紙に書いてあるミッションをクリアしましょう。

クリアした方には先着で図書カードをお贈りします。

令和7年1月13日(月)まで行っています。

《中央図書館の電話番号変更について》

中央図書館の電話番号が下記のとおり変更となりましたのでお知らせします。

新電話番号 0969-56-3582(直通)

(旧電話番号)0969-56-0777(アロマ代表)

図書の寄贈について(10月寄贈分)

山下國人様、他10名の方にご寄贈いただきました。
ありがとうございました。



●図書館おはなし会(30分～1時間)

中 央：お休みです。

大矢野：12/21(土)11時～

場所：大矢野図書館

姫 戸：1/11(土)10時～

場所：姫戸図書館

龍ヶ岳：12/21(土)14時～

場所：龍ヶ岳図書館

※日程・場所が変更する場合がありますので、
各図書館にご確認ください。

●赤ちゃんおはなし会

お休みです。

●お知らせ

《休館日》

12/16(月)、12/23(月)、

12/28(土)～1/4(土)、1/6(月)、1/14(火)

《移動図書館「おおぞら号」巡回日》

姫 戸 12/18(水) 龍ヶ岳 12/25(水)

大矢野 1/8(水) 松 島 1/15(水)

※天候によっては延期する場合があります。



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
開館時間
中央図書館
開館時間
姫戸図書館
開館時間
龍ヶ岳図書館
開館時間

☎0964(56)3363
9時～19時(土、日、祝日：同)
☎0969(56)3582
10時～18時(土、日、祝日：～17時)
☎0969(58)2525
10時～17時(土、日、祝日：同)
☎0969(62)0930
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)



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

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とき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6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された人	令和6年11月上旬に郵送
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6年10月下旬に電子送付
③	令和6年10月1日から令和6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7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7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

年末年始に増加する 餅による窒息事故に 注意しましょう！



お正月は家族でお雑煮を食べるなど餅を食べる機会が多いと思います。しかし、気を付けたいのは餅を喉に詰まらせる窒息事故です。消費者庁の分析では、餅による高齢者の死亡事故のうち、およそ4割が1月に発生し、特に正月三が日に多いことが分かりました。高齢になると、かむ力や飲み込む力が弱くなります。特に餅を食べる機会が多い年末年始は、餅による窒息事故にご注意ください。



△餅を喉に詰まらせないようにする4つのポイント△

- (1) 餅は小さく切って、食べやすい大きさにしましょう
- (2) 先にお茶や汁物を飲んで、喉を潤しておきましょう
- (3) 急いで飲み込まず、ゆっくりとかんでから飲み込みましょう
- (4) かむ力や飲み込む力が弱い高齢者などと一緒に食事をする場合は、食事の様子を見守るなど注意を払いましょう

餅を喉に詰まらせた場合、気道が塞がれて、窒息してしまう恐れがあります。そのようなときは、周りの人が直ちに詰まらせた餅を取り除くこと(気道異物除去法)が必要です。もし窒息の対応が途中で分からなくなったら、119番通報をすると通信司令員が行うべきことを指導してくれますので、落ち着いて指示に従ってください。事故に注意して、楽しい年末年始を過ごしましょう。

■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.86 健やか姫石クラブ(姫戸町)

■問い合わせ先
地域包括支援センター
☎0969(28)3378

「健やか姫石クラブ」は、毎週水曜日午前9時30分から塩屋自治公民館で活動しています。以前、塩屋地区では姫戸小学校の空き教室でかよいの場の活動や、公民館でも自主的に体操を行っていましたが、参加者の減少などを理由に中止になりました。姫戸町で唯一かよいの場がない地区でしたが、令和6年9月「かよいの場」を立ち上げたい。」と住民の声が上がり、公民館長が中心となり呼びかけを行い、9月26日に「健やか姫石クラブ」が立ち上がりしました。参加者は「塩屋地区でみんなが集まれる場所ができてよかった。みんなで体操を続けて元気に過ごしていきたい。」と話していました。今後も健やかに過ごせるよう、公民館の近くに祀られた姫石に見守られながら活動を続けていきます。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しょう。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。



問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

「冬のきらめきコンサート」をテーマに、フルート、バイオリンの演奏や、舞踊など、熊本県の元気な子どもたちと演奏家が繰り広げる楽しい舞台をぜひご覧ください。自殺予防熊本いのちの電話の活動の紹介もあります。

▼日時 12月24日(火)14時～16時30分(開場13時30分)

▼会場 くまもと森都心プラザホール

▼入場料 2,000円(大谷楽器・熊日プレイガイドでチケット販売中)

☎熊本いのちの電話事務局
096(354)4343

不登校、ひきこもり、障害がい、就労、人間関係やヤングケアラーに関することなどさまざまな悩みや心配されていることをご相談ください。本人はもちろん、家族、関係者の方でも大丈夫です。

▼日時 12月24日(火)11時～15時(※14時30分までにご来所ください。)

▼場所 天草市複合施設こらす会議室B(天草市浄南町4-15)

▼料金 無料

私たちがの体は、自分が食べたものでつくられています。特に成長著しい子どもたちにとって「食」は本当に大切なものです。子どもにとってさけることのできない「給食」の大切さを、大人たちがそれぞれの立場で考える機会を作りたいと思います、上映会を企画しました。

皆さんの参加をお待ちして

「夢みる給食」映画上映会
& トークイベントの開催

熊本県子ども・若者総合相談センターおよび熊本県ヤングケアラー相談支援センター

☎096(384)1000
(月～金 8時30分～17時)

✉kumamotoyoung@ocn.ne.jp
wonder.ocn.ne.jp

熊本市生涯学習推進センターでは、子どもたちが、ものづくりやさまざまな体験ができるイベントを開催します。ポッチャ体験やストラップ、缶バッジ作りなど、19のブースがあり、1日中楽しめます。

「わくわくキッズフェスタ
vol.23」の開催

問上天草市の食と健康を考える会(平山)

☎090(9078)1320



申込フォーム

▼対象 子ども・若者(ヤングケアラーを含む)とそのご家族、関係者など

☎熊本県子ども・若者総合相談センター
096(387)7000
(月～金 8時30分～21時)

☎kowaka-cocon@wind.ocn.ne.jp

熊本市ヤングケアラー相談支援センター
096(384)1000
(月～金 8時30分～17時)

▼日時 1月19日(日)13時30分～15時30分

▼場所 松島総合センター「アロマ」ホール

▼内容 「夢みる給食」映画上映とトークイベント

▼参加費 大人1,000円
高校生以下無料

▼申込方法 次のQRコードを読み取り、必要事項を入力してください。

お知らせ
information



イベント



第23回熊本いのちの電話
チャリティ公演の開催

不登校、ひきこもりなど
にお悩みの方へ出張相談
会の開催

熊本県子ども・若者総合相談センターおよび熊本県ヤングケアラー相談支援センター

が、合同出張相談会を開催します。

不登校、ひきこもり、障害がい、就労、人間関係やヤングケアラーに関することなどさまざまな悩みや心配されていることをご相談ください。本人はもちろん、家族、関係者の方でも大丈夫です。

▼日時 12月24日(火)11時～15時(※14時30分までにご来所ください。)

▼場所 天草市複合施設こらす会議室B(天草市浄南町4-15)

▼料金 無料

〈有料広告〉

／ みんなの すまいるを みらいへ ／

社会福祉法人 済生会みすみ病院
SAISEIKAI MISUMI HOSPITAL

〒869-3205 熊本県宇城市三角町波多775-1
TEL.0964-53-1611 (自動音声ガイダンス)
FAX.0964-53-1618 http://sk-misumi.jp

みすみの misumi no mi

／ 最新の採用情報はこちら ／

RECRUIT SITE

看護師
看護補助者
薬剤師
介護福祉士
事務スタッフ

済生会みすみ 採用



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

るイベントになっています。
ご家族や、子ども会などの行事でぜひお越しください。

▼期日 令和7年1月25日
(土)10時～16時

▼場所 くまもと県民交流館
パレア(熊本市中央区手取
本町8-9 テトリアくま
もと9階・10階)

▼参加方法 当日受付(一部、
事前申し込みが必要なものと
もあります。)

▼参加費 ブースによって材
料費(1000円～3000円
程度)が必要

※イベントの内容などの詳細
は、熊本県生涯学習推進セ
ンターホームページをご覧
ください。



熊本県生涯学習
推進センター
HP

問熊本県生涯学習推進センター
☎096(355)4312
(平日9時～17時)

助成



令和7年度の就学援助 の申請

☎学務課

就学援助制度は、経済的な理由により就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対し、就学に必要な学用品などの経費の一部を援助する制度です。

令和7年度就学援助の申請については次のとおりです。

▼対象者 市内の小・中学校に在学する児童・生徒の保護者(令和7年度新小学1年生を含む。)で、所得などの認定要件を満たす人

▼申請期間 令和7年1月16日(木)まで

※新小学1年生は令和7年5月1日(木)まで受け付けていますが、令和7年3月末に新入学児童生徒学用品費の支給を受ける場合は、令和7年1月16日(木)までに申請が必要です。

▼申請方法 令和6年12月に

学校から配布される案内(新小学1年生は、就学時健診時に配布された案内)をご確認ください。

※詳しくは、学務課、または通学(予定含む)する小・中学校へお尋ねください。

問学務課学務係

☎0969(28)3364

募集



入札(見積)参加者資格審査申請の受付を行います

☎監理課

令和7・8年度に上天草市が発注する建設工事、建設工事関係の業務委託、物品購入等の入札に参加するための資格審査申請の受付を行います。

▼受付期間

① 上天草市内に主たる営業所または契約権限を委任する営業所を有する建設工事業者
令和7年1月14日(火)～1月31日(金)まで

② ①以外の業者

令和7年2月3日(月)～2月28日(金)まで

▼申請方法 原則、インター

ネットによる電子申請

※パソコンを所有していない、またはインターネット環境を整備していないなどの理由でインターネットによる電子申請が困難な方に限り、紙による提出を受け付けますので、下記へお問い合わせください。

▼申請書類 令和7・8年度

上天草市入札(見積)参加者資格審査申請要領のとおり※申請方法や申請様式などの詳細は市ホームページに掲載しています。また、申請する業種によって受付期間が異なりますので、ご注意ください。



市ホームページ

問監理課契約検査係

☎0964(26)5533

昭和20年創業

国産畳専門店



唐津畳店

KARATSU TATAMI

代表 唐津一喜 一級技能士

Tel 0969-22-2521

天草市今釜町3-1 施工例公開中...



☎ 唐津畳店

〈有料広告〉

問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

第3回甲種防火管理新
規講習を開催します

▼開催日 令和7年2月27日
(木)・28日(金)

▼場所 天草市複合施設ここ
らす(天草市浄南町4番15号)

▼定員 20名(定員に達し次
第締め切ります)

▼受講料 4,200円

※受付後に納付書をメール
に添付し送信しますので、
納付書を印刷し記載の期
日内に納付してください。

▼受付期間 令和7年1月6
日(月)～17日(金)まで

▼申込方法 申込書に必要事
項を記入または入力し、消
防本部予防課までメールに
添付し申請してください。

講習案内や申込書、申込先
メールアドレスは天草広域
連合のホームページに掲載
しています。

天草広域連合
HP

天草広域連合消防本部予防課

☎0969(22)3305

または各消防署・分署まで

令和6年度上天草市立
上天草総合病院職員採用
試験のご案内

上天草総合病院では、令和
6年度上天草総合病院職員採
用試験(令和7年度採用)を次
のとおり実施します。

▼職種および採用予定人員
介護福祉士 1名

介護福祉士の資格を有す
る人で資格取得後から採
用予定日(令和7年4月1
日)までに5年以上の経験
がある人

▼日時 令和7年1月中旬

▼場所 上天草総合病院

▼試験内容 作文および面接
試験

▼受付期間
令和7年1月6日(月)まで
(土、日、祝日を除く)

▼申込方法 履歴書に必要事
項を記入して、左記の申込
先に郵送または持参してく
ださい。

郵送する場合は、封筒の表
に「上天草総合病院職員採

用試験申込」と朱書きし、
必ず簡易書留郵便で郵送し
てください。

▼申込先 上天草総合病院総
務課総務係

〒866-0293 上天
草市龍ヶ岳町高戸1419
-19

▼総務課

☎0969(54)7633

▼福岡障害者職業能力開
発校訓練生募集

国立県営福岡障害者職業能
力開発校(北九州市若松区)で
は、障がいのある人を対象に
訓練生を募集しています。

▼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
ンコース

⑦総合実務科

⑧職域開発科

※②は2年間、⑧は6カ月間

▼募集期間 令和7年1月10
日(金)まで

▼入校日 令和7年4月9日
(水)

※寮がありますので遠方の人
も受講可能です。見学も受
け付けています。

その他、募集人数や申込方
法などの詳細は、福岡県の職
業訓練ホームページをご確認
されるか、左記またはお近く
のハローワークへお問い合わせ
ください。

福岡県の
職業訓練HP

☎093(741)5431

☎093(741)1340

税のひろば

税務課

○12月の納税

国民健康保険税

第7期

その他

上天草整形外科専門クリニック

○スタッフ募集中!

・看護師

・理学療法士

・作業療法士

・レントゲン技師

・医療事務(経験者)

★最新の医療機器完備

・MRI

・64列マルチスライスCT

・レントゲン

・関節鏡

・心電図

その他リハビリ機器

※その他詳細の確認および応募はハローワーク天草
(☎0969(22)8609)へお問い合わせください。

日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定リウマチ医
日本整形外科学会認定スポーツ医
日本整形科学会認定脊椎脊髄病医
日本リハビリテーション医学会認定臨床医
日本リウマチ財団リウマチ登録医
日本医師会認定健康スポーツ医

上天草整形外科専門クリニック 院長 谷内 幹弘
大矢野町中1314番地1
☎0964(42)5300

〈有料広告〉



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

固定資産税 第3期

納期限 12月25日(水)

口座振替日 12月25日(水)

※口座振替をご利用の人は、

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。

(問) 税務課市民税係

☎0964(26)5519

固定資産税係

☎0964(26)5520

**償却資産申告書の提出
期限は1月31日まで**

税務課

償却資産とは、土地・家屋

以外の事業用資産のことで、

その減価償却費が所得税法ま

たは法人税法による所得の計

算上、必要経費または損金に

算入される資産のことです。

償却資産は固定資産税の課

税対象であり、資産所有者は

償却資産の所有状況を市長に

申告する義務があります。

令和7年1月1日現在に償

却資産を所有している場合は、

償却資産申告書を令和7年1

月31日(金)までに大矢野庁舎

の税務課または各支所、出張

所の窓口のいずれかに提出し

てください。

以前申告された人には12月

上旬に市役所から申告書を送

付しています。

令和7年度から新たに申告

が必要となる人や、以前申告

された人で申告書が届いてい

ない人は、申告書を送付しま

すので税務課までご連絡くだ

さい。

(問) 税務課固定資産税係

☎0964(26)5520

**地域包括支援センター
からお願い**

高齢者ふれあい課

地域包括支援センターは、

高齢者の皆さんが住み慣れた

地域で安心して暮らし続けら

れるために必要な支援をする

地域の総合相談窓口です。高

齢者の方の健康面や生活全般

など、お困りごとがありまし

たら、お気軽にご相談ください。

当センターでは、健康問題

や介護の必要性などを早期に

発見し、迅速に適切な支援に

つなげることができるよう、

職員(高齢者訪問相談員)が自

宅を訪問して、生活状況など

をお尋ねしています。職員(高

齢者訪問相談員)が訪問するこ

きは、身分証を提示しますの

でご確認ください。

また、お困りごとがありま

したら、お気軽にご相談くだ

さい。

皆さまのご理解とご協力を

お願いします。

(問) 高齢者ふれあい課地域包括

支援係(上天草市地域包括

支援センター)

☎0969(28)3378

不法投棄は犯罪です

環境衛生課

ごみなどの不法投棄やポイ

捨ては、環境を汚染し、捨て

られた地域や他人に大きな迷

惑をかける立派な犯罪行為と

なり、法律により厳しく罰せ

られます。

ごみは、ルールを守って正

しく出しましょう。

ごみの出し方などご不明な

点がありましたら、環境衛生

課までお問い合わせください。

(問) 環境衛生課環境衛生係

☎0964(26)5524

**野焼きは、法律で禁止さ
れています!!**

環境衛生課

木くず、紙くず、廃プラス

チック、ビニールなどの廃棄

物をドラム缶、小型焼却炉な

どで燃やすことを『野焼き』と

いい、廃棄物の処理および清

掃に関する法律で、一部の例

外を除き、禁止されています。

違法に野焼きを行った個人や

法人には、罰則があります。

▼罰則 個人には、5年以下

の懲役もしくは1,000

万円以下の罰金またはその

両方

法人には、3億円以下の罰

金

※未遂行為も罰則の対象と

なります。

▼野焼き禁止の例外 次の場

合は、例外として野焼きが

の危険性や周辺の生活環境

に十分配慮してください。

①国または地方公共団体が

その施設の管理のために

行うもの

②災害の予防、応急対策ま

たは復旧のために行うも

の

③風俗慣習上または宗教上

の行事のために行うもの

④農業、林業または漁業を

営むためやむを得なく行

うもの

⑤たき火その他日常生活を

営むうえでやむを得なく

行うもの

※①から⑤に該当する焼却

であっても、近隣住民の

生活に支障が生じる場合

は改善や行政指導の対象

となりますのでご注意ください。

(問) 環境衛生課環境衛生係

☎0964(26)5524

山火事に用心!

農林課

例年、春先のほか秋から冬

にかけて山火事が発生してい

空気が乾燥し、森林内の落葉などが燃えやすい状態になっており、強風などでたき火が燃え移り、山火事発生の危険性が高くなります。

山火事の多くが、ちょっとした不注意で発生しています。一人ひとりが森林の大切さを認識し、防災意識を高めることが山火事の予防につながります。火を取り扱う場合は、次のとおりご注意ください。

① 枯草などのある火災が起こりやすい場所では、たき火をしないこと。

② 強風時および乾燥時には、たき火、火入れをしないこと。

③ 火入れを行う場合は、許可を必ず受けるとともに、十分な実施体制をとること。

④ たばこは、指定された場所で喫煙し、吸い殻は必ず消して、投げ捨てないこと。

▼全国の出火原因別山火事発生件数(平成30年～令和4年の年間平均)

- 1 たき火 420件 32.5%

2 火入れ

245件 18.9%

3 放火(疑いを含む)

99件 7.6%

4 たばこ

60件 4.6%

5 マッチ・ライター

32件 2.5%

6 火遊び

14件 1.1%

7 その他(原因不明など)

424件 32.8%

合計 1,294件

▼資料 消防庁統計資料に基づき作成

☎ 農林課耕地・林務係

0964(26)5515

天草市方面への移動には、松島有料道路(合津IC～知十IC)のご利用を

松島有料道路は、最高時速

70キロメートル(規制速度)で

走行ができる安全で快適な自

動車専用道路です。レジャー

やお仕事などで天草市方面に

移動されるときにご利用くだ

さい。

また、ETCXに会員登録

をすると、ETCカードで料金決済を行うことができます。利用方法は次のとおりです。

▼ETCXに会員登録 ETC

Cカードとクレジットカード

ドを用意して、次のQRコ

ードを読み取り、会員登録

をします。



会員登録ページ

▼ETCX多頻度利用割引

「ばってん得割」の申し込み

次のQRコードを読み取

り、松島有料道路の通行料

金割引「ばってん得割」の

登録すると、利用回数に応

じて、料金割引(回数券と

同等の割引率)が自動的に

適用されます。



割引申込ページ

▼料金所

(1)会員登録済みのETCカ

ードを車載器に挿入して

料金所(進行方向左端の

ETCXレーン)を通る。

(2)料金所では、必ず一旦停止してください。 ※詳しくは、熊本県道路公社のホームページをご覧ください。



熊本県道路公社 HP

☎ 熊本県道路公社 本社

0964(27)6011

松島道路管理事務所

0969(28)3331

「職員による証明書等宅配サービス制度の開始およびそれに伴う大道出張所の廃止(案)」についての意見提出手続(パブリック・コメント手続)を実施しました

意見提出手続(パブリック・

コメント手続)を実施したとこ

ろ、市民の方から意見等があ

りました。

①募集内容

職員による証明書等宅配

サービス制度及び大道出張

所の廃止(案)について

②募集期間

10月1日(火)から10月31

日(木)まで
③御意見等の提出件数(提出者数)
3件(1人)

ご意見等の概要と市の考え方等、詳細につきましては、市のホームページをご確認ください。



市ホームページ

善意に感謝(敬称略)
市内の福祉施設(南風苑、きららの里、松朗園)でボランティアサービスをした人を紹介します。

- ノーブル
- タカシスタジオ
- 須本忍
- 坂口米子





年末年始のごみ・し尿収集の日程

●おねがい 年末年始は混雑が予想されますので、ごみの直接持込みは、なるべく下記の日を避けていただきますようお願いします。

●可燃ごみ収集（年末年始の収集日にご注意ください。）

町	種 別	地 区	12 月				12 月～1 月	1 月	
			木	金	土～日	月	火～日	月	火
			26日	27日	28日～29日	30日	31日～5日	6日	7日
大矢野	可燃ごみ	維和・湯島		○			ごみの 収集を休ませて いただきます		○
		上		○					○
		中		○					○
		登立	○			○		○	
松島	可燃ごみ	合津西	○			○		○	
		合津東	○			○		○	
		阿村		○					○
		今・内・教		○					○
姫戸	可燃ごみ	全地区		○					○
龍ヶ岳	可燃ごみ	樋島	○			○		○	
		高戸①	○			○		○	
		高戸②		○					○
		大道		○					○

○：可燃ごみ収集日

●松島地区清掃センターごみの直接持込み可能日

ごみの種類によって、持ち込める日が異なりますのでご注意ください。

種 別	12 月				12 月～1 月	1 月	
	木	金	土～日	月	火～日	月	火
	26日	27日	28日～29日	30日	31日～5日	6日	7日
可燃ごみ	○	○		○ (午前中のみ)	ごみの 持ち込みは できません	○	○
粗大ごみ・不燃ごみ	○	○				○	○
資源物	○	○				○	○

○：持込可(8時45分～12時、13時～16時)

【ごみ問い合わせ先】 環境衛生課環境衛生係 ☎0964(26)5524

松島地区清掃センター ☎0969(57)0161

●し尿収集

種 別	12 月			12 月～1 月	1 月			
	木	金	土	日～金	土	日	月	火
	26日	27日	28日	29日～3日	4日	5日	6日	7日
大矢野町	○	○		休み			○	○
松島町	○	○					○	○
姫戸町 龍ヶ岳町	○	○	○ (午前中のみ)		○ (午前中のみ)	○	○	○

○：収集業者営業日

【し尿問い合わせ先】 大矢野町

松島町

姫戸町 龍ヶ岳町

熊本メンテナンス

保清衛生

山下衛生社

☎0964(56)5511

☎0969(56)2985

☎0969(58)2218

家庭ごみの適正な処理のお願い

大掃除などで出る臨時の家庭ごみは、少量であれば各地区のごみステーションの収集日に排出できますが、多量であれば清掃センターへ自己搬入を行うか、市の指定した許可業者へ収集運搬を依頼する必要があります。許可を持っていない事業者に依頼した場合、不適正処理につながる恐れがあるため、下記の許可業者に依頼されるよう適正な処理にご協力をお願いします。

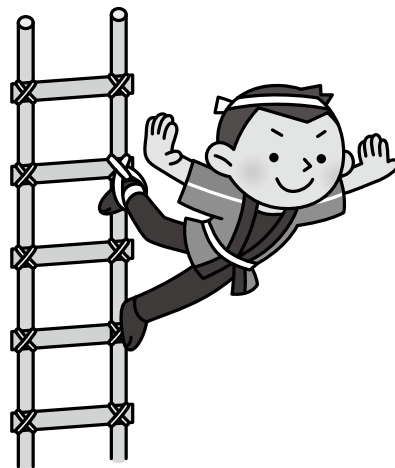
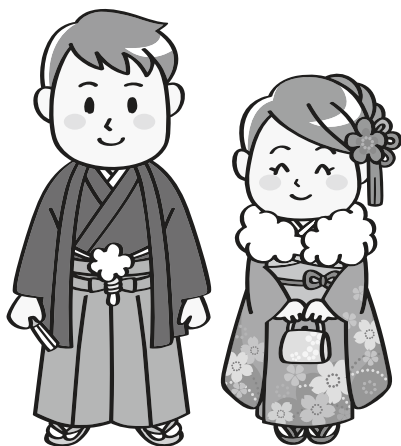
(※年未年始の収集日などは、22ページをご覧ください。)

業者名	電話番号	許可エリア
有限会社 大矢野清掃社	☎0964(56)4809	大矢野町
八光海運 株式会社 熊本支店	☎0964(56)6000	大矢野町
有限会社 松島清掃社	☎0969(56)0598	松島町
株式会社 クリーン開発	☎0969(28)3130	松島町・姫戸町
龍ヶ岳清掃社	☎090(1199)3702	龍ヶ岳町
クリーン龍ヶ岳	☎0969(62)0009	龍ヶ岳町

■問い合わせ先 環境衛生課環境衛生係 ☎0964(26)5541

イベント情報

日にち	内 容	日にち	内 容
1/3金	上天草市制施行20周年記念 令和7年きなっせ上天草二十歳の記念 式典 13時～17時(12時受付開始) 松島総合センター「アロマ」 ☎社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361	1/5㊥	令和7年上天草市消防出初式 9時～12時 松島総合運動公園 ☎危機管理防災課消防防災係 ☎0964(26)5544





改正労働施策総合推進法（パワハラ防止法） 施行から4年半経過 ～職場のハラスメントについて再認識しましょう～

改正労働施策総合推進法（パワハラ防止法）が令和2年6月に施行され、下記のパワーハラスメント防止措置を行うことが事業主の義務となっています。

※従業員101人以上の中小企業主は令和4年4月から対象

1. 事業主の方針などの明確化およびその周知・啓発

- ①職場でのパワハラ禁止を明確化し、労働者に周知・啓発
- ②パワハラ行為者に対し厳正に対処する方針・対処内容を就業規則などに明記し、労働者に周知・啓発

2. 相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備

- ①相談窓口の設置と労働者への周知
- ②相談窓口担当者が適切に対応できるようにする（研修会への参加など）

3. 事後の迅速かつ適切な対応

- ①事実関係を迅速かつ正確に把握する
- ②被害者に対する配慮措置を速やかに適正に行う
- ③パワハラ行為者に対する措置を適正に行う

4. その他併せて講ずべき措置

- ①相談者・パワハラ行為者などのプライバシーの保護（性的指向・性自認、病歴、不妊治療などの個人情報も含む）
- ②相談したことを理由に、解雇その他不利益扱いをされない旨を定め、労働者に周知・啓発
- ③その他のハラスメントの相談窓口と一体化



■問い合わせ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361



Our School Projects ～わたしたちのSDGs～

大矢野中学校生徒会では、昨年度に引き続き、「シン・大中」のスローガンのもと、「当たり前のことを当たり前に行える学校、あいさつあふれる学校、みんなが『行きたい』と思える学校」の実現のために、各委員会で知恵を出し合いながらさまざまな活動に取り組んでいます。今回は、その中からSDGsに関連する取り組みをご紹介します。



4 質の高い教育を
みんなに



1. 読書の魅力を伝えよう～図書委員会の取り組み～

読書の魅力を伝え、生徒が本に親しみやすい環境を整えるために、図書委員会では、掲示物を通じた本の紹介や「大中100選」を行っています。「大中100選」とは、生徒が気軽に本を読めるよう、昇降口近くに設置した簡易型の貸し出しスペースを設けているものです。立ち止まって本を読む生徒も多く見られます。



17 パートナースHIPで
目標を達成しよう



2. 話し上手、聞き上手になろう～大中タイムの取り組み～

毎週火曜日の朝活動の時間に「大中タイム」として、人との関わり方を身につけるための活動である、SST（ソーシャルスキルトレーニング）を行っています。アドジャンや絵しりとり、言葉で伝えま show など、さまざまな活動を通して、明るく、楽しく相互理解に取り組んでいます。



11 住み続けられる
まちづくりを



3. 地域とのつながりを深めよう～生徒会執行部の取り組み～

8月に行った「地域交流会」では、学校運営協議会、民生委員、保護司会、各小学校の校長先生などの地域の方々を学校に招待し、「大中タイム」の要領で、生徒と交流を行いました。交流を通じて、地域から応援されていること、支えられていることを自覚し、つながりを深めることができました。



大矢野中学校

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ます。

皆さん、こんにちは！「シエア」をキーワードに活動している横溝南海です。地域おこし協力隊として活動して約2年半が経ちました。大学卒業後、右も左もわからないまま上天草に飛び込み、多くの方に支えられながらここまで来ることができました。

地域おこし協力隊としての私のミッションは、「シエアリングエコノミー」を活用して地域課題を解決することです。例えば、みかんの収穫期だけ人手が足りない農家さんと、地域での仕事や暮らしに興味がある人をつなぐことで、農家さんは助かり、働き手は新しい体験ができる。そんな相互にメリットのある関係を生むのが、シエアの持つ力だと信じています。

中でも一番の魅力は、シエアを通じて「人と人のつながり」が生まれることだと思っています。活動の中で、地域内には地域の課題解決を目指す個人や団体がたくさんあるものの、意外と横のつながりが少ないことに気づきました。そこで私は、ゲストを招いて知見をシエアするトークイベントと交流会を定期的に開催しています。

これらのイベントを通じて、多くの新しい挑戦やコラボレーションが生まれる瞬間を目の当たりにしてきました。一人では難しかった夢が仲間と共に実現し、心強いつながりが生まれる。その光景に触れるたび、「もっとこんな場を増やしたい」と強く思う



横溝南海さん

Vol88

ようになりました。そんな思いから空き店舗を貸していただき、皆さんの協力のもと、大矢野町中の柳地区に新たなスペースをオープンしました。そして、来年1月11日には、この場所を喫茶店として正式にスタートさせる予定です。この空間が、多くの「やりたい」を形にする場となるよう願いを込めて準備を進めています。

空き店舗でのイベントの様子



×キリトリ

POST CARD

8 6 9 3 6 9 2

お手数ですが
必要な切手を
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)5525





相談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	①1/8㊦ ②1/9㊦	①13時30分～16時 ②13時～16時	①松島庁舎 ②大矢野老人福祉センター	熊本行政評価事務所 ☎096(324)1662 市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535
弁護士 無料相談所	12/17㊧	13時～17時	松島庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
司法書士 無料相談所	1/21㊧	13時～17時	大矢野庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
年金相談	1/16㊦	10時～15時	大矢野庁舎1階相談室	本渡年金事務所 お客様相談室 ☎0969(24)2112 ※1週間前までに事前予約
消費全般	㊧㊦㊦金 (祝日除く)	10時～16時 (12時～13時を除く)	消費生活センター (大矢野庁舎)	消費生活センター ☎0964(56)0783
熊本県の無料 就労相談窓口	㊧～金 (祝日除く)	10時～17時	ジョブカフェ・天草ランチ	天草広域本部内(ジョブカフェ・天草ランチ) ☎0969(22)4226※要電話予約
	1/10金	13時～16時	大矢野庁舎1階相談室	
福祉相談	①12/19㊦ ②12/26㊦ ③1/9㊦	13時～16時	①姫戸老人福祉センター ②大道老人福祉センター ③大矢野老人福祉センター	上天草市社会福祉協議会 ①姫戸町支所 ☎0969(58)2556 ②龍ヶ岳町支所 ☎0969(63)0909 ③大矢野町支所 ☎0964(56)3470
精神保健相談	1/9㊦	14時～15時	天草保健所	天草保健所 ☎0969(23)0172 ※1週間前までに要電話予約

キリトリ✂

読者プレゼント

図書カード500円分

を最大2名の方にプレゼントします。



プレゼント品を提供いただける人を募集します。

■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

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

◆読者アンケート

どのような情報を市広報紙で知りたいですか？



こども医療電話相談

夜間の子どもの急病時

短縮番号
(# 8000)

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

※ダイヤル回線の場合 ☎096(364)9999



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	12/23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	1/8水	9時～10時 (9時～9時15分)
龍ヶ岳 統括支所	1/8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	R6.11	1/14火
3～4か月児健診	R6.8(12月対象) R6.9(1月対象)	個別予約
離乳食教室	R6.7	12/19木
6～7か月児健診	R6.5	12/24火
1歳6か月児健診	R5.6	1/9木
2歳児歯科健診	R5.1	1/7火
3歳児健診	R3.12	1/16木

【場所】保健センターおよび委託医療機関

※対象の人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「こどもぴ★KA」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。

12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、天草都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
12/15	宮崎外科胃腸科医院 (外・消)	大矢野町上 ☎0964(56)0600
12/15	村上医院(内・リハ)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3102
12/22	しまだ小児科医院 (小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
12/22	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
12/29	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
12/29	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
1/5	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
1/5	春田医院(外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
1/12	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
1/12	やまうち医院 (内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899

編集後記

▶今年は、市制施行20周年やジップラインオープン、民間事業者さんのイベントも多く、他市町村の人からも、活気があるねと言われることが多くて、とてもうれしかったです。来年もいろいろな情報を発信できるよう業務に取り組みます！

来年も、市広報の腕章を付けたカメラマンを見かけたら、逃げずに、積極的にフレームインしてくださいようお願いいたします m()m

(担当 Y)



▶今年も広報上天草をお読みいただきありがとうございました。

今月号の表紙になっているレアスポーツフェスティバルで、一部の競技を体験させていただきましたが、シンプルかつ奥が深いものばかりで楽しかったです。

なお、アーチェリーの体験中、係の人から「弓を引く力が足りないねー」と言われて悔しかったので、来年は筋トレをもっと頑張りたいと思います(笑)

(担当 I)



上天草高校 福祉科

KAMIAMA FUKUSHI の魅力を大紹介！

ポイント①

熊本県で5校しか取得
できない「**介護福祉士**」
の養成講座があります！



八代第一中学校出身
山中 香梨菜



◇3年間の学習内容

1年 幅広く福祉を学び介護職員初任者研修を取得
2年以降

介護福祉類型 介護福祉士国家資格を目指して学習
地域福祉類型 家庭福祉など普通科目も幅広く学習



大矢野中学校出身
佐藤 美優羽

ポイント②

さまざまな体験から
思いやりの精神、
コミュニケーション能力、
自己肯定感 UP ☆

★介護福祉士

各介護福祉現場にて**即戦力**
資格手当も **GET**

◇福祉系高校修学資金貸付

卒業後3年間働けば返還免除！ **Certified Care Worker**

最大貸付額

44万円

1年生 10万円程度

2、3年生 7万円程度

就職時 20万円程度

国家資格 介護 福祉士

あなたの学ぶ福祉の心は
誰かを支える大切な**宝物**に！

★保育士

児童福祉なども学ぶため
進学先で受験する
保育士の試験科目一部免除

★看護師

リハビリ職

医学やリハビリテーション
についても学べる
進学後に強いアドバンテージ

ポイント③

国や熊本県から福祉を学ぶ
高校生全員に**支援金**を
いただいています！

福祉高校生育成支援事業

1年生は年間**3万5千円**

2年生以降は年間**2万円**支給

※介護福祉類型のみ



龍ヶ岳中学校出身
松本 颯姫



※ご質問などあれば、熊本県立上天草高校
福祉科まで！ ☎0964(56)0007