

広報上天草

5

2025

No.264

kamiamakusa
上天草

人と海のふれあうまち

海風になびく六十の想い

【今月のトピック】

- ・ 職員採用試験
- ・ “ほじょ”犬のこと、ご存知ですか？

■ 3月27日(木)、石川県の金沢市総合体育館で行われた令和6年度第40回全国高等学校ウエイトリフティング競技選抜大会で、上天草高校3年生の川瀬かつらさんが女子59キロ級で優勝(規定2種トータル※)し、同校の3年生の池田徒軌さんが、男子89キロ級で4位(規定2種トータル)に入賞しました。ウエイトリフティングの競技で、上天草高校の生徒が全国で優勝するのは史上初の快挙です。

※スナッチ・クリーンとジャークの合計

川瀬 かつらさん (17歳)大矢野町中

「自己新で全国優勝！本番で見せる勝負強さ」

「優勝できてうれしかった。」と少し照れながら話してくれた川瀬さんは、普段は、ドラマやアニメを見るのが好きな女子高生ですが、競技のときは、静かに闘志を燃やすアスリートに変わります。そんな川瀬さんが競技を始めたきっかけは、小学校6年生のとき、お母さんと一緒に上天草高校のウエイトリフティング部の練習を見学したことがきっかけだそうです。記録が伸びることにやりがいを感じ、大会でも結果を残し続け、中学生のときに全国チャンピオンになり、高校でも今回、全国優勝を果たすことができました。川瀬さんは、今回の大会で、初めてジャークで94キロをクリアし、自身の最高記録を更新して逆転優勝という勝負強さを発揮しました。勝負強さの秘訣について、「本番で100%の力を出すために、大会前日に試合会場を訪れ、会場の写真を撮って、自分が競技するイメージをしておく。」と大会前のルーティンがあることを教えてくれました。

川瀬さんは、次の目標について「今年の夏に開催されるインターハイで優勝すること。記録も更新していきたい。」と話してくれました。



◆監督からのメッセージ



上天草高校部活動指導員
海崎 良仙さん

賞の獲得おめでとうございます。

2人のすごいところは、練習熱心で、目標がしっかりしているところです。部活での練習はきつかったと思いますが、地道に今日まで続けてきた成果が、今回の結果につながったと信じています。これからも2人の目標達成を後押しできるよう指導していきます。

Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト
4	まちのわだい
7	企業版ふるさと納税
8	職員採用試験
9	・市長室NOW ・上天草市議会議員一般選挙の結果
10	マイナンバーカードの運転免許証利用
11	・パスポートが新しくなりました ・戸籍に氏名の振り仮名が記載されます
12	「上天草デジタル商品券」のご案内
13	・結婚お悩み相談会の開催 ・空き家バンクへの登録
14	“ほじょ犬”のこと、ご存じですか？
16	病院だより
17	带状疱疹予防接種にかかる費用の一部助成
18	・健康ガイド ・令和7年度からの後期高齢者医療保険料
19	・がん治療中の方のウィッグ等の購入費助成 ・第12回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金
20	生涯学習白書
21	ぶらっとライブラリー
22	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
23	お知らせ
28	・献血 ・OurSchoolProjects
29	・地域おこし協力隊 ・シリーズ人権
30	・各種相談窓口 ・アンケート(WEB) ・イベント情報
31	休日在宅医
32	・100歳おめでとうございます ・わんぱくざかり

今月の表紙

合津港(松島町)に飾られた60匹の鯉のぼりです。

これは、今津地区まちづくり委員会が、地域の見どころを作るために、家庭で不要になり、寄贈された鯉のぼりを、毎年4月から5月初旬まで飾っているものです。

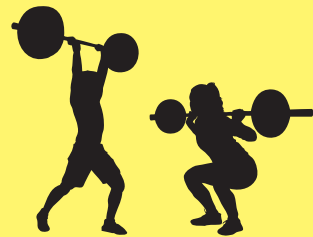
この日は、鯉のぼりの設置日で、子どもたちが、飾られた鯉のぼりを夢中で見つめていました。



■ 人口(前月比) (令和7年3月31日現在) ()内は前月比

大矢野	12,077 (-86)	総人口	23,279 (-199)
松島	6,089 (-49)	世帯数	11,005 ()
姫戸	2,103 (-10)	男性	11,144 (-81)
龍ヶ岳	3,010 (-54)	女性	12,135 (-118)

市の面積 126.94km²



池田 徒軌さん (17歳) 大矢野町登立

「ストイックな未来のオリンピック」

上天草高校のウエイトリフティング部員の中で、最も重いウエイトを持ち上げていた池田さんは、今回の大会で4位入賞という結果にも満足しておらず、「メダルを獲りたかった。」と静かに悔しさを滲ませていました。

もともと中学校で柔道部に入っていた池田さんは、中学3年生のときに、ウエイトリフティングをしていたお兄さんの影響で自身もこの世界に飛び込み、部活の練習が休みの日でも自宅で筋トレに励むストイックさと向上心で、地道な練習を重ね、全国クラスの選手に成長しました。

ウエイトリフティングという競技は、体への負担が大きく、関節の故障や肉離れのような怪我に合うことも少なくありません。池田さんは、普段のトレーニングに加え、柔軟体操を欠かさず行うことで、怪我をしない体を作り、大会で100%のパフォーマンスを出すことを意識しているそうです。

次の目標は、「インターハイで絶対優勝したい。そして、将来はオリンピック選手になりたい。」と大きな夢を話してくれました。



◆上天草高校ウエイトリフティング部

上天草高校のウエイトリフティング部は現在部員3名(令和7年4月1日時点)で、みんなで声を掛け合いながら、記録を伸ばせるように日々頑張っています。

当部は、過去にも全国大会で上位入賞者を輩出してきた全国有数のウエイトリフティング強豪校で、全国大会で結果を残すことを目標にしています。

練習には、川瀬さんたちのように高校入学前から参加ができますので、現在中学生で、興味がある人、体力に自信がある人は、上天草高校内の練習場まで見学にお越しください。



▲上天草高校ウエイトリフティング部の練習風景



3/5 共に支え合う、心温まるひととき! 上天草市生活支援・介護予防サポーター (Kamiサポ隊員) 交流会

3月5日(水)、松島庁舎で Kami サポ隊員交流会を開催しました。「Kami サポ隊員」とは、高齢者の日常のちょっとした困りごとを、地域のボランティアでお手伝いする支え合いの組織です。現在、34名が隊員として登録され、各地域で活動されています。交流会では、普段の活動の紹介や地域に対する熱い想いを語り合い盛り上がりました。市では、令和7年度も養成講座を開催しますので、活動にご興味を持たれた方はぜひご参加ください。



3/11 「ごみのポイ捨てがなくなりますように」 ～中北小児童が看板を設置しました～

3月11日(火)、中北小学校6年生の森^{れい}君が、ごみのポイ捨てを防ぐ看板を設置しました。

これは、同小学校環境委員会に所属している君が、通学路の途中に空き缶などのごみが捨てられていることに気づき、「ごみのポイ捨てが無くなってほしい。」との願いを込めて、自ら制作したもので、地元の人やご家族の協力もあり、立派な看板を設置することができました。

ごみのポイ捨てをなくし、みんなで上天草をきれいにしていきましょう!



2/8～3/8 「ひな歩き in 天草」が開催 されました

2月8日(土)から3月8日(土)までの期間、ひなまつり実行委員会の主催で「ひな歩き in 天草」が、市内外の15の公民館や旅館、飲食店などで、開催されました。

各施設などには、利用者だけでなく、お雛様目当ての来場者も多く訪れ、期間中には、お雛様の展示のほか飲食店では特別メニューの雛御膳の提供、生き雛のダンス、参加する施設でスタンプラリーなどの催しも企画され、訪れた皆さんは楽しいひとときを過ごしていました。



3/5 女性消防隊が幼年消防クラブの 防火教室に参加しました

3月5日(水)、春の火災予防運動の一環として、市消防団女性消防隊が松島町内で行われた幼年消防クラブの防火教室に参加しました。

教室では、防災かるたや火災予防に関する紙芝居の読み聞かせ、○×クイズを通して、子どもたちに火災の危険性や通報の仕方、服に火が燃え移ったときの対処法などを楽しく学んでもらいました。

また、屋外では煙の中を進む体験も行われ、「煙を吸わないように、鼻と口に手を当て、身を低く!」を合言葉に、自分の命を守る行動を実際に体験してもらいました。

「障がいのある人となない人のふれあい」をテーマにした標語で表彰されました



3月19日(水)、天草地域自立支援協議会で、昨年12月に募集された「障がいのある人となない人のふれあい」をテーマにした標語の表彰状の授与式が行われ、一般の部で松島町の松田知美さんが最優秀賞を、大矢野町の荒木莉佐さんが優秀賞を受賞しました。

この取り組みは、毎年12月の障がい者週間に併せて毎年実施され、多くの人に障がいに対する関心と理解を深めるとともに、障がい者があらゆる分野の活動に意欲を高めることを目的としています。

○一般の部 最優秀賞 松田知美さん(写真左)

「手伝ってるんじゃないよ? きみと手をつないで 歩きたいだけだよ。」

○一般の部 優秀賞 荒木莉佐さん(写真右)

「自分から はなしてみよう ふれあいの一歩」



3/27 大迫力! 全長100メートルの新船がお披露目

3月27日(木)、上天草市海運業次世代人材育成推進協議会が主催して、大寿汽船株式会社(龍ヶ岳町高戸)所有の新船「第15大伸丸」の船内見学会が宇城市の三角港で開催されました。

当日は、お年寄りから小さなお子さんまで241人が訪れ、見学者からは、全長100メートルの壮大な外観と、トレーニングルームなど最新の設備が備わった船内に驚きの声が多く上がりました。

また、見学会の最後には、餅投げが行われ、イベントは大盛況で幕を閉じました。

同協議会は、これからも次世代の海運業を担う人材育成に努めていきます。



3/19 株式会社肥後銀行様から桜の樹木 を寄贈いただきました

3月19日(水)、株式会社肥後銀行様から本市に桜の樹木(ソメイヨシノ)が寄贈されました。

これは、今年の7月25日で創立100周年を迎える株式会社肥後銀行が未来を創る地域価値提供の取り組みとして、県内各市町村へ桜の樹木を寄贈されているものです。

今回、寄贈された桜の樹木3本は姫戸町の姫戸公園に植樹されています。



4/4 令和7年春の全国交通安全運動「上天草出発式」

4月4日(金)、市と上天草警察署は、令和7年春の全国交通安全運動(4月6日(日)から15日(火)まで)の実施に先立ち、上天草出発式を上天草警察署で行いました。

この出発式では、1日警察署長および副署長のお笑いコンビ「もっこすファイヤー」のたくさんとのりをさんが街頭パトロールやチラシの配布などで交通安全を呼びかけました。

交通安全運動は、上天草警察署や上天草市交通安全協会をはじめとする各関係機関、各団体ならびに各企業の皆様のご協力のもと実施しています。

市民の皆様も、交通マナーを守り、安全運転に心掛けてください。



3/30 第2回二間戸さくら祭りが開催されました

3月30日(日)、二間戸地区社会福祉協議会・各地区自治公民館主催の、第2回二間戸さくら祭りが姫戸町民体育館で開催されました。

みんなのスポーツ大会では、姫戸町の住民約300名が13種の競技に参加し、子どもからお年寄りまで、みんなで運動を楽しみました。その後、参加者は、地元婦人会が作った豚汁とおにぎりを食べながら、マンドリンクラブ「春の風」による演奏を聴き、お花見を楽しみました。

この日は、天気にも恵まれ、春の陽気を感じながら、住民同士の絆を深めることができ、素晴らしい1日になりました。



4/10 100年後に残そう天草の祭り～小中学校へ映像記録DVDを寄贈～

4月10日(木)、市役所大矢野庁舎で、熊本県神社庁天草支部の田代支部長から伝統文化の学習や観光事業に役立ててほしいと、天草地域の祭りを記録したDVDが市内の小中学校などへ贈られました。

このDVDは、先人たちが大切に受け継いできた地域の祭りや伝統行事が地域や特色ごとに収録されている貴重なものです。

田代支部長は、「各地の祭りを3年かけて撮影しました。その間に担い手減少で途絶えてしまった祭りもあり、映像という形で次世代へ残せたら。」と話され、堀江市長は、「大変貴重な記録。ふるさと教育に活用したい。」と述べました。



フラワーアレンジメント (登立小)

4/9 新入生へ上天草市産の花を贈りました

4月9日(水)、上天草花まつり実行委員会は、市内の小中学校で開催された入学式にフラワーアレンジメントを贈りました。

このフラワーアレンジメントは、新入生の新たなスタートに「花を添える」取り組みとして、花まつりの収益を活用し、実行委員会が上天草市産の花を使用し、市内全ての小中学校にプレゼントしたものです。

入学式当日の市内小中学校では、上天草市産の花が飾られ、新入生の思い出の1ページを彩りました。

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JECC 様～

東京都千代田区にある株式会社JECC様から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JECC様は、1961年に国内主要コンピュータ・メーカーである富士通、日本電気、日立製作所、東芝、沖電気工業、三菱電機の共同出資によりコンピュータ専門の賃貸会社として発足したリース業の会社です。近年は、クラウド、IoT、AI、5G など新たなテクノロジーが開発され、社会のデジタル化の進展、DX への取り組みなど、顧客の IT ニーズや利用形態の多様化に対応されている会社です。

今回、水道事業関係で上天草市とご縁があること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。



JECC

(ホームページ) : 「株式会社JECC」で検索
(寄附額は非公開となります)

株式会社JECC



～鹿児島堀口製茶有限公司 様～

鹿児島県志布志市にある鹿児島堀口製茶有限公司様から企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました。

鹿児島堀口製茶有限公司様は、1948年創業の3代続く企業で、自社と契約農家を併せた300ha もの広大な茶園で化学農薬だけに頼らない IPM 栽培を実践されています。その他、お茶製品の製造・加工から販売までを手掛け、近年は、健康志向や簡便性などの価値を加えた新商品の開発にも取り組まれている会社です。

今回、上天草市の観光産業に南九州のインバウンドを発展させる要素があると興味を持たれたことから、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。



鹿児島堀口製茶

(ホームページ) : 「鹿児島堀口製茶」で検索
(寄附額は非公開となります)

鹿児島堀口製茶



職員募集

～令和7年度新規採用市職員（A日程）を募集します～

学校で学んだ知識を
活かします！

市民の暮らしと生活を
守ります！

私たちと一緒に上天草を盛り上げましょう！

仕事とプライベートを
両立できます！

上天草の魅力をPR
しています！

■募集人数

大卒程度

- ・一般事務職 4人程度(35歳以下)
- ・技術職(土木) 1人程度(40歳以下)
- ・技術職(建築) 1人程度(40歳以下)
- ・保健師 1人程度(40歳以下)
- ・社会福祉士 1人程度(40歳以下)

■第1次試験

- ・日時 6月21日①～7月13日①
- ・場所 全国のテストセンター会場
- ・申込期限 5月30日①まで

※申込方法など詳細は下記のQR
コードからご確認ください。

※高卒程度については、7月に募集
予定です。

◎お問い合わせ先

総務課人事研修係 ☎0964(26)5527



応募は
こちら！

観測史上初めて震度7を2度記録した熊本地震の発生から9年を迎えました。災害関連死を含めると県内では、これまでに犠牲になった方が275人います。

災害関連死とは、建物の倒壊など直接の被害で亡くなったのではなく、避難所生活の負担やストレス、医療機関の機能停止による治療の遅れなどを原因として亡くなられた方のことです。熊本地震では、その割合が8割を超えています。

避難所という限られたスペースの中に、大勢の被災者が集まって生活を送るということには、私たちの想像を超える相当な身体的、精神的疲労があるのだと思います。例えば、プライバシーが確保されない、トイレが不足している、食料や水が十分ではない、災害によるショックや不安などのほかにも多くの原因が

月刊 市長室 なう Now!



～「熊本地震の経験を
つなげる」～

考えられます。さらには、小さい子どもから高齢者までが一緒に生活している避難所では、それぞれの困りごとを随時に把握し、細やかなサポートを実施するのは非常に難しいことです。

熊本地震で明らかになった課題の一つひとつを解決し、これからの私たちの教訓としていくことが重要なことであると考えています。本市においては、地震や津波の発生を想定した防災訓練を毎年実施しています。最近では、大規模な災害を想定して、関係機関と連携しながら、より実践に近い訓練となるようなさまざまな工夫をしているところです。今年度は、内閣官房、消防庁および熊本県との共同で「防災フェスタ」を開催することとしており、その中で弾道ミサイルを想定した住民避難訓練を実施する予定です。

市民の皆さまの防災意識の更なる向上のために、今後もさまざまな状況を想定した訓練を実施してまいりますので、積極的にご参加くださいますようお願いいたします。



令和6年度上天草市
総合防災訓練

上天草市議会議員一般選挙 投・開票結果をお知らせします

令和7年4月27日執行の上天草市議会議員一般選挙、投・開票結果と候補者別得票数は以下のとおりです。

◆投票結果

投票者数	当日有権者数	投票率
14,502	20,284	71.49%

投票総数	有効投票数	無効投票数
14,502	14,337	165

◆候補者別得票数

当落	政党名	候補者名	得票数	当落	政党名	候補者名	得票数
(当)	無所属	田中 辰夫	1,195	(当)	無所属	桑原 千知	789
(当)	無所属	田中 万里	1,077	(当)	無所属	西本 輝幸	772
(当)	無所属	塩田 真一	983	(当)	無所属	井手口隆光	745
(当)	無所属	柳本 初喜	960	(当)	無所属	何川 誠	683
(当)	無所属	田寄 清勝	898	(当)	無所属	高橋 健	647
(当)	無所属	北垣 洋	894		無所属	木下 文宣	646
(当)	無所属	嶋元 秀司	861		無所属	小西 涼司	600
(当)	無所属	何川 雅彦	828		無所属	大野 秀一	550
(当)	日本共産党	宮下 昌子	806		無所属	四方田 徹	401

※小数点以下の按分票については切り捨てて表記しています。

■問い合わせ先 上天草市選挙管理委員会 ☎0964(26)5526



マイナンバーカードを運転免許証として利用できます

3月24日からマイナンバーカードと運転免許証および運転経歴証明書を一体化できるようになりました。一体化をご希望の方は免許証の代わりに免許情報の記録されたマイナンバーカード(マイナ免許証)を保有することができます。

- メリット 1** 住所変更等がラクに！ **メリット 2** オンライン更新時講習が受講可能に！ **メリット 3** 住所地以外での更新の迅速化・申請期間延長！



氏名、住所または生年月日の変更は自治体に届け出るだけで完了！免許センター等での変更手続きが不要になります。
(マイナ免許証のみ保有者)



マイナポータルとの連携で、オンライン更新時講習の受講が可能になります。
(優良運転者講習)(一般運転者講習)

経路地更新 即日完了！



住所地以外の免許センターで行うことができる免許証の更新手続(経路地更新)が迅速化されます。
(優良運転者)(一般運転者)

- メリット 4** 更新手数料が安く



マイナ免許証は免許証と比べて更新手数料が安くなります。

○一体化のための手続き

運転免許センター等で一体化の手続きが可能です。

○一体化の手続き前に準備すること

住所変更ワンストップサービス等の利用申請やマイナポータル連携手続きのためには、運転免許センター等でのマイナンバーカードの署名用電子証明書の提出が必要ですので、一体化の手続き前に6～16桁の署名用電子証明書暗証番号をあらかじめ準備してください。暗証番号が不明の場合は、市役所窓口で再設定の手続きができます。

※マイナンバーカードと運転免許証の一体化手続きは市役所ではできません。

○運転免許証の持ち方は3通り

従来の運転免許証も引き続き利用可能であり、運転するときは、次の3つの持ち方を選択できます。

- ①マイナ免許証のみ
- ②従来の運転免許証のみ
- ③マイナ免許証と従来の運転免許証の両方

○海外渡航予定の方へ

マイナ免許証の券面には免許情報が記載されていません。免許情報を読み取るためには専用アプリが必要となりますが、海外では読み取りに対応していない可能性があります。

海外渡航をされるときに日本の免許証を海外で提示する予定がある場合は必ず従来の免許証をお持ちください。

詳しくは、運転免許センター(☎096(233)0110)までお問い合わせいただくか、デジタル庁のホームページをご確認ください。

? 免許情報の確認はどうするの？



専用アプリで確認します。
券面には免許情報が記載されないため、「マイナ免許証読み取りアプリ」で読み取りを行います。



デジタル庁 HP

○マイナンバーカードの出張申請および休日窓口を開設しています

出張申請

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

6月8日(日) 松島庁舎 9時～12時

※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

パスポートが新しくなりました

■安全性の向上

- ・パスポートの偽造・変造対策が大幅に強化され、顔写真ページがプラスチック製に変わりました。

■オンライン申請で取得が便利に

- ・窓口(書面)申請に加え、パスポートの申請がオンラインでできます。
- ・オンライン申請では、戸籍情報がシステム連携されるため、戸籍謄本の提出が不要です。
- ・手数料も窓口申請よりお得になり、戸籍謄本の取得費用もかかりません。写真もスマートフォンで撮影して提出できます。さらに、クレジットカードでオンライン納付ができるなど、とても便利です。
- ・パスポートの申請手数料は、次のとおりになります。

【令和7年3月23日申請分まで】

10年	16,000円
5年	11,000円
12歳未満	6,000円



【令和7年3月24日以降の申請】

	オンライン申請	窓口(書面)申請
10年	15,900円	16,300円
5年	10,900円	11,300円
12歳未満	5,900円	6,300円

■注意事項

- ・パスポートの申請・交付窓口は、住民登録のある市町村です。
- ・申請から交付までの所要日数が以下のとおり変わりました。
- ・海外旅行を計画したら、出発の1か月前を目安に早めの申請をお願いします。

【交付予定日(平日のみを数える)】

3月23日申請分まで
9日



3月24日以降の申請
12日

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3368

戸籍に氏名の振り仮名が記載されます

戸籍法の一部改正を含む「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律等の一部を改正する法律」が成立し、令和5年6月9日に公布されました。

これまで、氏名の振り仮名は戸籍の記載事項とされておらず、戸籍上公証されていませんでしたが、新たに氏名の振り仮名が戸籍に記載されることになりました。

仮の振り仮名については、令和7年7月末頃に通知を発送する予定です。

なお、仮の振り仮名の通知内容に誤りがない場合には、氏および名の振り仮名の届け出は必要ありません。

氏の振り仮名の届出については、原則筆頭者のみが届け出することができますが、筆頭者が除籍となっている場合は配偶者、配偶者も除籍となっている場合は戸籍に記載されている皆さまで協議の上、届け出を行ってください。

詳しくは、記事右側の法務省作成パンフレットをご覧ください。

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3368

2025年5月26日 改正戸籍法施行

戸籍にフリガナが記載されます

2025年
5月以降

本籍地の市区町村から
戸籍に記載される予定の氏名の
フリガナの通知が届きます

Point

通知されたフリガナをまず確認!

誤っている場合は届出をしてください

マイナポータルでオンライン届出ができます



2026年
5月以降

通知されたフリガナが
戸籍に記載されます



正しいフリガナが通知された
場合は、届出をしなくても、
戸籍に記載されるから安心!!

【詐欺にご注意ください】
フリガナの届出に手数料はかかりません。
届出をしなくても罰則はありません。

フリガナのルールができます
詳しくはこちら→



法務省
MINISTRY OF JUSTICE



5,000円で、6,000円分のお買い物!一人あたり最大20,000円がお得になる プレミアム付「上天草デジタル商品券」がスタートします。

物価高騰の影響緩和と、キャッシュレス決済の普及のため、昨年の「上天草お買い物ポイント」に続き、プレミアム付「上天草デジタル商品券」の販売を開始します。

専用アプリで、クレジットカードやコンビニ等を利用して1口5,000円のデジタル商品券を購入すると、購入額の「20%」がプレミアムとして購入額に追加されます。

※追加されるプレミアムの上限は一人につき「20,000円」分です。(デジタル商品券20口分)

これまでキャッシュレス決済等をご利用されていない方も、ぜひこの機会にご活用ください。

※商品券は上天草市民の方のみご利用できます。

★事業実施期間：6月2日(月)～12月1日(月)

【重要なお知らせ】

★プレミアム付デジタル商品券の販売数が上限に到達した場合、商品券の販売は予告なく終了します。
(購入済みのデジタル商品券の店舗での利用は、12月1日(月)まで可能です。)

★購入したデジタル商品券は必ず期間内に使用してください。事業期間終了後の商品券の払い戻し等、利用者都合による返金等は一切受け付けません。

【ご利用方法】

アプリのダウンロードとインストール

- ・スマートフォンから専用アプリ「ココシル」をダウンロード
- ・「ココシル」を起動し、地域選択画面で「ココシル上天草」を選択。
- ・「上天草デジタル商品券」のバナーを選択



アカウント登録(利用者登録)

- ・アカウント登録は初回のみとなります。
- ・メールアドレスが必要です。必ず事前にご準備ください。
- ・お名前、住所等を入力して登録を進めてください。

「ココシル」アプリ
ダウンロード用 URL



デジタル商品券の購入(チャージ)

- ・「ココシル上天草」内の「チャージ」をクリックし、クレジットカードまたはコンビニ窓口で購入分の金額をお支払いください。
- ・購入額の20%がプレミアムとして購入額に追加されます。



取扱い店舗での支払いに利用

- ・お会計時に「ココシル上天草」を立ち上げ、「支払い」を選択し、レジに設置してある専用のQRコードを読み込んでください。
- ・金額を入力し「支払い」→「OK」で完了です。

デジタル商品券対応店舗はアプリ内の「ココシル上天草」でご確認ください。

市内事業者の皆さまへ

「上天草デジタル商品券」事業の事業者向け説明会を5月26日(月)～28日(水)に実施します。
説明会に参加希望の事業者は、下記お問い合わせ先①まで申し込みをお願いします。

5月26日(月) 19:00～	松島庁舎3階会議室
5月27日(火) 10:00～ 13:00～	自然休養村管理センター
5月28日(水) 10:00～	姫戸統括支所会議室

■お問い合わせ先

①市内事業者の商品券事業への参加について
・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

②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

完全予約制

結婚お悩み相談会を開催します

「なかなか良い出会いがない」「婚活がうまくいかない」「(未婚の)子どもの結婚に悩んでいる」「結婚ってしなきゃいけないの?」こんなお悩みありませんか?

結婚を望む未婚者で自身の婚活に悩む人や、未婚の子どもの結婚に悩む親御さまの相談会を毎月1回開催します。

おひとりで悩まず、ぜひ、ご相談ください。

場所	上天草市 大矢野総合体育館 (大矢野町中 2289)	天草市 複合施設こらす (天草市浄南町 4-15)	苓北町 志岐集会所 (天草郡苓北町志岐 444-1)
日にち	5/21 ㊤、10/15 ㊤、 2/18 ㊤	7/16 ㊤、8/20 ㊤、 9/17 ㊤、11/19 ㊤、 12/17 ㊤、1/21 ㊤、 3/18 ㊤	6/11 ㊤

※個人情報やご相談内容は、秘密を厳守します。

- ・時 間 13時～16時 ※おひとり40分まで(延長はありません。)
- ・定 員 1回3人まで(先着)
- ・参 加 料 無料
- ・申込方法 次の①または②の方法で、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入してお申し込みください。
①右の二次元コード(あまくさ出会い応援(援)LINE 公式アカウント)
②メール(amakusaennmusubi@gmail.com)
- ・その他 オンラインでの相談も対応可能です。事前にご相談ください。
※原則、おひとり1回までのご相談となります



～私がお話をお聞きします～

一般財団法人日本能力開発推進協会

認定婚活アドバイザー

株式会社ボアソルテ 代表 平田 民子



- ・主 催 上天草市、天草市、苓北町
- ・企画・運営 (株)ボアソルテ

■問い合わせ先 企画政策課地方創生係 ☎0964(26)5539
(株)ボアソルテ ☎096(352)2557

上天草市 空き家バンクに登録しませんか?

上天草市内にある空き家等の売却、賃貸を検討されている方は空き家バンクへ物件を登録することができます。

空き家等の売却、賃貸を検討されている方のほか、空き家の処分、管理にお悩みの方は、空き家バンク登録相談LINEをご活用ください。

◆空き家バンク登録相談 LINE の使い方

STEP1 スマートフォンで右の QR コードを読み取る

STEP2 「友だち追加」のボタンをクリック!

STEP3 トーク画面で気軽に相談する



■問い合わせ先 企画政策課地方創生係 ☎0964(26)5539



ほじょ犬のこと、ご存じですか？

みなさんは、障がいのある方と一緒にまちを歩いている「盲導犬」など書かれたハーネス（胴輪）をつけた犬を見かけたことがありますか？

その犬たちは「ほじょ犬」（パートナー）といい、障がいのある方（ユーザー）の自立と社会参加を助ける大切な役割を担っています。



※ユーザーがほじょ犬を同伴して施設等を利用するときは、いつでもほじょ犬であることを示せるように、犬種、認定番号、認定年月日等を表示しています。

ほじょ犬は、目や耳、手足に障がいのある方をサポートする「盲導犬」「介助犬」「聴導犬」のことです。障がいのある方が自立と社会参加をするための大切なパートナーです。

身体障害者補助犬法に基づき、必要な訓練を受けています。

また、ユーザーはほじょ犬の衛生・行動管理をしっかり行っているので、社会のマナーを守り清潔にしています。

障害のある方の
日常生活を
サポート

活躍する

ほじょ犬のご紹介！

もうどうけん ■盲導犬

見えない、見にくい人が安全に歩けるようにサポートします。障害物を避けたり、立ち止まって曲がり角や段差を教えたりします。ハーネス（胴輪）をつけていて、“盲導犬”と表示しています。

落とした
ものを拾う！



かいじょけん ■介助犬

手や足に障がいのある人の日常生活動作をサポートします。物を拾って渡したり、指示したものを持ってきてたり、脱衣の介助を行います。“介助犬”と表示しています。

曲がり角を
教える！



危険を
知らせる！

ちやうどうけん ■聴導犬

聞こえない、聞こえにくい人に必要な生活音を知らせます。玄関チャイム音、メールやFAX等着信音、赤ちゃんの泣き声、車のクラクション等を聞き分け教えます。“聴導犬”と表示しています。



移動と施設利用

ユーザーはほじょ犬とともにさまざまな交通機関や公共施設を利用します。ほじょ犬はユーザーの指示がとても大切なので、ほじょ犬に対して、話しかける、じっと見つめる、触る等の気を引く行為は避けましょう。

交通機関

電車・バス・タクシー

シートなどを汚さないように足もとでしずかに待機します。



公共施設

商業施設・飲食店・

病院・ホテル

導線を確保し、大人しくテーブルの下や椅子の側などで待機します。



ほじょ犬への接し方

- ☑ 食べ物を与えないようにしましょう。
- ☑ 気を引く行為は避けましょう。
- ☑ 温かく見守りましょう。



補助犬法

ほじょ犬は「身体障害者補助犬法」に基づき訓練・認定されています。ユーザーは衛生・行動管理に責任を持って社会参加しています。受け入れる施設側には、法律に基づき、ほじょ犬の同伴を受け入れる義務があります。

解説 身体障害者補助犬法

目的 良質な補助犬を育成して、障害のある方の自立と社会参加の促進に寄与することを目的とした法律です。（法第1条）

定義 補助犬は、認定を受けた「盲導犬」「介助犬」「聴導犬」の3種類の総称です。（法第2条）

訓練・認定 定められた訓練施設において、障害のある方の状況に応じた訓練を行い、良質な補助犬を育成し、指定された法人により「認定」を受けています。（法第3、16条）

使用者 補助犬を同伴して施設等を利用するときは、補助犬であることを表示しています。また、使用者は自ら補助犬の行動を適切に管理し、補助犬の体を清潔に保っています。（法第12、13、22条）

施設等の利用 不特定多数の人が利用する施設等では、使用者が補助犬を同伴することを拒むことはできません。（法第7、8、9条）



みんなも
覚えてね！

盲導犬のエラちゃん
(P15 参照)



もっと知りたい！ほじょ犬（Q&A）

Q. まちでほじょ犬を見かけたら？

A. まちでハーネスを付けたほじょ犬はお仕事中です。食べ物を与えたり、触るなどの気を引く行為は避けて、**温かく見守りましょう**。
ユーザーが困っている様子のときは、ユーザーご本人に話しかけてあげてください。



Q. ほじょ犬は、なぜめったに吠えないのですか？

A. ほじょ犬が吠えると、ユーザーも安全に歩くことができません。そのため、穏やかな性格の犬を選んだうえで、噛んだり、吠えたりしないように、**特別な訓練を受けているのです**。



Q. ほじょ犬は、何歳まで働くのですか？

A. ほじょ犬は2歳ごろから10歳まで約8年間働きます。引退した後は、引退犬ボランティアのもとで余生を送ります。**寿命は一般の犬と変わりありません**。



Q. ほじょ犬は、外出先でどのように排せつ(おしっこやうんち)をするのですか？

A. 主にワンツーベルトという器具を使って、**周りを汚さないように排せつしています**。ユーザーからの指示がないと排せつしないように訓練されていますが、ユーザーは、ほじょ犬が適切に排せつできるように管理しているため、我慢して辛い思いをしているということはありません。



上天草市で活躍するほじょ犬の紹介

○山崎晴雄さんとエラちゃん（大矢野町）

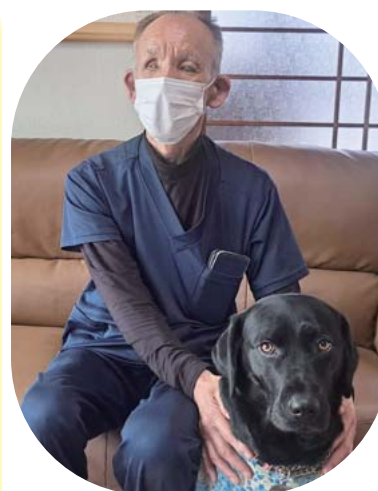
「ほじょ犬がもっと当たり前に入れられる社会になるように」

山崎さんは、令和6年11月から盲導犬の訓練を終えたエラちゃんと一緒にユーザーとパートナーとして暮らしています。

エラちゃんは、熊本県に6頭しかいない盲導犬の1頭で、賢くて、温厚な性格で、甘えん坊な1面もある北海道生まれのラブラドルレトリバーのメスです。

山崎さんは、「いつかは、エラちゃんと一緒にコンサートに行ってみよう」と話されていました。そして、さまざまな施設や場所で、もっとほじょ犬が温かく受け入れられるように社会が変わることを願っていました。

もっとほじょ犬への理解や周知を進めて、障がいのある方とほじょ犬と一緒に暮らしやすい社会を目指しましょう。



※本記事の一部は厚生労働省が作成した身体障害者補助犬リーフレット「もっと知ってほじょ犬」から引用しています。
リーフレットの詳細は右のQRコードからご確認ください。

■問い合わせ先 福祉課障がい福祉係 ☎ 0969(28)3373



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 井上	和田 井上 阿久根	岸川 中村	和田 細川 小林 高柳	細川 阿久根 井上(第2・4・5) 福嶋(第1・3)
代謝内科	阪口				小野(第3・5) 大津(第1・2・4)
腎臓内科			細川		
循環器内科	東海	脇田	小林	山本	脇田
整形外科	藤松	上原	藤松	藤松	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	樫村	船曳	田村	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	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	大塚	蔵野	大野
人間ドック	細川	細川 (脇田)	脇田	脇田	坂口
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	休診	応援	応援	井上

- ◆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。
- ◆5月16日(金)の循環器内科は休診となります。
- ◆5月23日(金)の眼科外来は休診となります。
- ◆6月5日(木)、6日(金)の眼科外来は休診となります。
- ◆診療案内は都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

上天草総合病院利用者の皆さまへ、アンケートにご協力をお願いします

日頃より、上天草市立上天草総合病院をご利用いただき、誠にありがとうございます。当院では、よりよい医療サービスの提供を目指して、患者さまやそのご家族、地域の皆さまの声を大切にしています。その一環として、今後のサービス向上に向けた貴重なご意見をいただくため、ウェブアンケートを実施しています。

本アンケートの目的は、当院をご利用いただいた皆さまから、当院のサービスや施設環境、職員対応に関するご意見を広く伺うことです。肯定的なご意見だけでなく、改善が必要だと感じられる点についても積極的にお聞かせいただきたいと思います。皆さまのご意見を真摯に受け止め、今後の医療サービスの向上に反映させるためにご協力をお願いします。

アンケートにご協力いただける方は、右記のQRコードより、ご意見をお聞かせください。



なお、回答につきましてはウェブ上に反映される場合があることをご了承ください。

アンケートページ

上天草看護専門学校からのお知らせ

2月に行われました第114回看護師国家試験で、本校は、合格率100%を達成しました。看護師になりたい、また、興味のある方は、下記の連絡先やホームページより資料請求をお願いします。

本校の学費は全国的にも安く、寮の設備が充実(洗濯機、エアコン、Wi-Fi完備)、夜間はセキュリティ管理を行っているため、安心して過ごせます。



学校HP

■連絡先 上天草看護専門学校 ☎0969(62)0200



がんサロン

日時	5月15日(木) 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、参加希望の人はご連絡ください。



心臓リハビリテーション教室

日時	5月23日(金) 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。

带状疱疹予防接種にかかる費用の一部を助成します

带状疱疹は、過去に水痘(水ぼうそう)にかかった時に体の中に潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することにより、神経に沿って、典型的には体の左右どちらかに帯状に、時に痛みを伴う水疱(水ぶくれ)が出現する病気です。合併症の一つに皮膚の症状が治った後にも痛みが残る「带状疱疹後神経痛」があり、日常生活に支障をきたすこともあります。市では、次の人を対象に、带状疱疹予防接種にかかる費用の一部を助成します。

【助成概要】

令和7年度定期接種対象者	① 次の年齢に該当する人。 65歳(S35.4.2～S36.4.1生) 70歳(S30.4.2～S31.4.1生) 75歳(S25.4.2～S26.4.1生) 80歳(S20.4.2～S21.4.1生) 85歳(S15.4.2～S16.4.1生) 90歳(S10.4.2～S11.4.1生) 95歳(S5.4.2～S6.4.1生) 100歳(T14.4.2～T15.4.1生) 100歳以上(※令和7年度限り) ※令和7年度から令和11年度は経過措置のため5歳刻みとなり、令和12年度以降は、65歳の人のみが対象となります。 ② 60歳以上65歳未満でヒト免疫不全ウイルスより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人(医師の診断書または身体障害者手帳の写しが必要です。)
接種費用	●生ワクチン：8,860円 ●組換えワクチン：22,060円×2回
自己負担額	●生ワクチン(1回接種)：2,600円 ●組換えワクチン(2回接種)：6,600円×2回 ※接種費用から自己負担額を差し引いた額を市が負担します。 ※委託医療機関以外で接種する場合、自己負担が異なる場合があります。
接種期限	令和8年3月31日(火)まで ※組換えワクチンの場合、2回目の接種は標準的に1回目の接種から2か月以上の間隔が必要です。年度内に接種完了できるようにしてください。2回目の接種日が令和8年4月1日以降の場合、任意接種となり、自己負担が高くなります。

—注意—
対象者は毎年変わります。また、定期接種の該当となるのは生涯のうち一度限りです。

【委託医療機関】

- 上天草市
 - しまだ小児科医院
 - 上天草内科呼吸器科クリニック
 - 毛利医院
 - 宮崎外科胃腸科医院
 - (上) 中村医院
 - 吉田クリニック
 - 湯島へき地診療所
 - 春田医院
 - やまうち医院
 - 教良木診療所
 - 村上医院
 - 姫戸医院
 - 竹中医院
 - 上天草総合病院
 - 天草市
 - 天草第一病院
 - 天草厚生病院
 - 天草ふれあいクリニック
 - 本原内科小児科医院
 - ニュー天草病院
 - 中山内科・循環器内科クリニック
 - くらたけ小松医院
 - 宇城市
 - 済生会みすみ病院
 - 三角クリニック
- ※必ず事前にご予約ください。

■任意接種の助成について

- 対象者：①接種日年齢が、50歳以上で令和7年度定期接種の対象外の人
②18～49歳で、带状疱疹に罹患するリスクが高い人(医師にご相談ください。)
- 助成額：生ワクチン(1回接種)4,000円 / 組換えワクチン(2回接種)10,000円×2回
- ※接種費用から上記助成額を差し引いた額が、自己負担額となります。

■委託医療機関以外で接種される場合

予防接種に必要な書類をお渡ししますので、予防接種を受ける1週間前までに健康づくり推進課までご連絡ください。

■問い合わせ先

健康づくり推進課母子保健係 ☎0969(28)3376

※生ワクチン、組換えワクチンについては、市ホームページを参照してください。



市HP



5月31日は「世界禁煙デー」



厚生労働省は、世界禁煙デーから始まる一週間(5月31日～6月6日)を「禁煙週間」とし、たばこの健康影響などの普及啓発を強化する期間として取り組んでいます。

喫煙は、高血圧を介してだけでなく、直接、脳心血管病の発症リスクを増加させます。

また、がんや呼吸器疾患などの独立した危険因子でもあり、禁煙は身体にとって非常に重要です。喫煙は単独で動脈硬化のリスクが高まるだけでなく、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドロームの発症リスクにもつながります。



“紙巻きたばこ”から“加熱式たばこ”に変えたから少しはマシでしょう？

加熱式たばこは、紙巻きたばこに比べて有害成分が少ないといわれていますが、発がん物質をはじめ、多くの種類の有害成分が含まれています。ニコチンの吸収動態は紙巻きたばこと同じでニコチン依存症は継続されます。



禁煙外来があるって聞いたけど、どんなことするの？

12週間にわたる禁煙治療が保険適用となりました。カウンセリングに加えて、ニコチン依存に有効な禁煙補助薬(貼付薬、ニコチンガムなど)を使用することによって禁煙成功率が高まります。ご興味ある方は、一度禁煙外来を受診することをお勧めします。

たばこはいつでもやめられます。喫煙の危険性や禁煙の重要性等について、一人一人が身近な問題として捉えましょう。

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356

令和7年度からの後期高齢者医療保険料のお知らせ

後期高齢者
医療保険
被保険者の
皆さんへ

後期高齢者医療制度は、公費(5割)、現役世代からの支援金(4割)、被保険者からの保険料(1割)で運営しており、保険料は、皆さんの医療費に充てられる大切な財源ですので、**必ず納期限までに納めましょう。**

年間保険料額

限度額：80万円

=

均等割額

58,000円

(被保険者1人当たり)

+

所得割額

{総所得金額などー43万円^{*1}}
× 10.98%

※1…合計所得金額が2,400万円超の人は、合計所得金額に応じて基礎控除額が減額となり、2,500万円超で基礎控除額が0円となります。

均等割額軽減

令和7年度から改正

同一世帯の被保険者と世帯主の総所得金額などの合計額	軽減額
【基礎控除額 ^{*2} 】以下の世帯	7割
【基礎控除額+30.5万円×被保険者数】以下の世帯	5割
【基礎控除額+56.0万円×被保険者数】以下の世帯	2割

※2…給与と所得者などが2人以上いる世帯については、基礎控除額(43万円)に以下の金額が加算されます。

(給与・年金所得者の数－1)×10万円

※「給与・年金所得者の数」とは、給与収入が55万円超または年金収入が125万円超(65歳以上の場合。65歳未満の場合は、年金収入が60万円超)の人の合計人数です。

※均等割の軽減判定についての総所得金額などは、専従者控除や譲渡所得特別控除の適用前です。

また、年金所得については、高齢者特別控除15万円を控除した額で判定します。

納付方法

後期高齢者医療保険料は、特別徴収または普通徴収により納めます。

●特別徴収

年金からの差し引きにより納める方法です。

対象者は、自動的に特別徴収となりますが、年度途中で資格を取得した人や年金額によっては、普通徴収となります。

●普通徴収

納付書または口座振替にて納める方法です。

資格を取得した最初の年度は、普通徴収となります。

国保税を口座振替にしていた人も改めて金融機関での手続きが必要です。

■問い合わせ先 健康づくり推進課国保事業係 ☎0969(28)3354

がん治療中の方のウィッグや乳房補整具などの購入費を助成します

本市では、令和7年4月からがん治療による外見の変化を補完するウィッグなどの購入費用の一部を助成し、治療と社会生活の両立を支援します。

■対象者 がんと診断され、現在治療中または過去に治療を受けたことがある市民

■助成額 購入費用の2分の1の額(上限額2万円)

■助成の対象となる用具

令和7年4月1日以降に購入した用具(用具を購入した日の翌日から1年以内に申請)

区分	助成の対象となる用具
ウィッグなど	ウィッグ、装着用ネット、毛付き帽子など
乳房補整具など	補整パッド、補整下着、専用入浴着など

※助成の回数は、区分ごとに対象者1人につき1回

※付属品およびケア用品(クリーナー、ブラシ、シャンプーなど)などの費用は助成の対象外です。

申請に必要な書類など、詳しくは市のホームページをご確認ください。

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



市 HP

第十二回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

第十二回「戦没者等の遺族に対する特別弔慰金」の受付が令和7年度から開始されます。支給対象者や支給内容は次のとおりです。

【支給対象者】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日(基準日)時点で、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順位による先順位のご遺族お一人に支給されます。

①令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

②戦没者等の子

③戦没者等の(1)父母(2)孫(3)祖父母(4)兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順位が入れ替わります。

④上記①から③以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた(基本的に同一の戸籍に入っていた)人に限ります。

【支給内容】

額面27.5万円。5年償還の記名国債(年額5.5万円)

【請求期間】

令和10年3月31日まで

【請求に関する注意点】

- ・請求手続きには、時間を要する場合がありますので、時間に余裕をもって来庁ください。
- ・本人確認書類(マイナンバー、運転免許証、保険証など)をご持参ください。
- ・戸籍の提出が必要なため、手数料が必要です。
- ・請求者の代理人が請求される場合は、委任状が必要です。(ホームページからダウンロードしてください。)

【上天草市特別弔慰金受付スケジュール】

	大矢野町	松島町	姫戸町	龍ヶ岳町
	大矢野庁舎 大矢野窓口 センター	松島庁舎 福祉課	姫戸 統括支所	龍ヶ岳 統括支所
5月15日(木)~5月30日(金)	★松島庁舎福祉課にて受付を行います			
6月 2日(月)~6月 6日(金)	登立地区	阿村地区		
6月 9日(月)~6月13日(金)	上地区	合津地区		
6月19日(木)~6月20日(金)	湯島地区 ※湯島出張所	内野河内 地区		
6月23日(月)~6月27日(金)	中地区	今泉地区		
6月30日(月)~7月 4日(金)	維和地区	教良木 地区		
7月 7日(月)~7月10日(木)			姫浦地区	
7月11日(金) 7月16日(水)~7月18日(金)			二間戸 地区	
7月22日(火)~7月25日(金)				大道地区
7月28日(月)~8月 1日(金)				高戸地区
8月 4日(月)~8月 8日(金)				樋島地区

※各地区の受付時間：午前9時30分から午後3時30分まで

※8月12日(火)以降も受付は実施します。今後のスケジュールは、請求状況を考慮し広報誌等にてお知らせします。

■問い合わせ先 福祉課福祉政策室 ☎0969(28)3381



『令和7年度 上天草市いきいき成人大学』受講生募集！



生涯学習白書
-Lifelong Study-

中央公民館では、「心豊かで生きがいのある人生のために」を基本方針に、「自ら進んで学び、身に付けた能力や知識を地域へ発信しよう」をテーマとして、上天草市いきいき成人大学を開講し、魅力的な学びの場を提供します。皆さん奮ってご参加ください。

■プログラム

回数	月 日	内 容	講 師
1	6月 5日(木)	＜開講式＞ コミュニケーション力アップ	くまもと県民カレッジ認定講師 民長博美氏
2	6月19日(木)	上天草市の地層のお話	恐竜の島博物館推進室 鶴飼宏明氏
3	7月10日(木)	メタボにならない食生活について	済生会みすみ病院
4	7月24日(木)	地域の人づくり講座	※別途計画
5	8月21日(木)	人権について考えよう	地域人権教育指導員 濱崎富雄氏
6	9月 4日(木)	ニューススポーツを楽しもう	天草青年の家職員
7	9月18日(木)	生活習慣病について	国立病院機構熊本医療センター
8	10月 9日(木)	大人のためのお金と生活の知恵	J-FLEC 講師 枝川陽子氏
9	10月23日(木)	健康音楽講座	くまもと県民カレッジ認定講師 稲田裕子氏
10	11月 6日(木)	絵本セラピー	絵本セラピスト 吉野由紀子氏
11	11月20日(木)	腸と健康のお話	熊本ヤクルト天草営業所
12	12月11日(木)	楽しい英会話	くまもと県民カレッジ認定講師 黒木裕子氏
13	1月22日(木)	ストレス病を防ごう	高野病院

回数	月 日	内 容	講 師
14	2月 5日(木)	メンタルヘルス セルフケア	杉田ひとみ氏
15	2月19日(木)	金融リテラシー	くまもと県民カレッジ認定講師 須崎雅保氏
16	3月 5日(木)	地域の人づくり講座	※別途計画
17	3月19日(木)	【閉講式】健康体操と脳トレ	アロマ職員

■会 場 松島総合センター「アロマ」研修室
※第6回のみ天草青年の家

■時 間 10時～(2時間程度)

■参 加 費 無料

■申込方法 問い合わせ先までお電話にて氏名・住所・電話番号をお知らせいただくか、QRコードから申し込みください。

■申込期限 令和8年3月13日(金)17時まで



■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

龍ヶ岳小中学校運営協議会・地域学校協働本部が文部科学大臣表彰を受賞！

2月28日(金)、龍ヶ岳小中学校運営協議会・地域学校協働本部が、「コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の一体的推進」に係る文部科学大臣表彰を受賞しました。

これは、地域とともにある学校づくり、学校を核とした地域づくりを進め、未来を担う子供たちの成長を地域全体で支える社会の実現を目指すことを目的に、学校と地域が連携・協働し、コミュニティ・スクールと地域学校協働活動を一体的に実施する取り組みのうち、その内容が他の模範と認められるものに対し、その功績をたたえ文部科学大臣が表彰するものです。

龍ヶ岳小中学校は、小中合同の学校運営協議会である「ドラゴン会議」を組織し、そこで協議された地域や学校の課題を地域学校協働本部である「ドラゴンサポーター会議」で解決に向けた具体的な方策を話し合い、実践された取り組みが高く評価され、今回の受賞となりました。



『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。

■開催日・場所

	松島庁舎2階会議室	本と歴史の交流館イコット
5月	5/15 (木)、5/22 (木)	5/29 (木)
6月	6/12 (木)、6/19 (木)	6/26 (木)
7月	7/3 (木)、7/10 (木)	7/17 (木)

■時 間 14時～15時

■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またはメールで申し込んでください。

■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



●図書館からのお知らせ

《図書館フレンズ募集》

図書館業務のお手伝いをしてくださるボランティア(高校生以上)を募集します。

活動内容：返却された本を棚に戻す作業、寄贈された本のフィルムコート貼り、簡単な本の修理、館内の飾りの作成、ポップ(本の紹介)作成など。

※報酬はありません。活動に入る前に、事前研修を行います。詳細は、お近くの図書館までお問い合わせください。

《アクセシブルライブラリーのご案内》

アクセシブルライブラリーとは…

目の不自由な方向けの電子書籍を読み上げるサービスです。

利用者のスマートフォンやパソコンなどのデジタル端末を使ってご利用いただけます。

詳しくはお近くの図書館までお問い合わせください。

《リサイクルブックフェア(大矢野)》

図書館での役目を終えた資料などを、配付します。気に入った本は、無料でお持ち帰りいただけます。冊数制限はありません。

日程：6月3日(火)～27日(金)

場所：本と歴史の交流館イコット(大矢野図書館)
1階 交流スペース



図書の寄贈(3月寄贈分)

井上善徳様、平成元年度卒大矢野中学校同窓会様、小浦富士美様、他6名の方にご寄贈いただきました。ありがとうございました。



平成元年度卒大矢野中学校同窓会様寄贈本



●図書館おはなし会(30分間～1時間)

中央：6/14(土)午前10時30分～
場所：中央図書館

大矢野：5/24(土)午前11時～
場所：大矢野図書館

姫戸：6/14(土)午前10時～
場所：姫戸図書館

龍ヶ岳：5/17(土)午前11時～
場所：龍ヶ岳図書館

※日程・場所を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

中央：5/20(火)午前11時～

場所：松島子育て支援センター みんなのいえ

※今年度から場所が変更しました。



●お知らせ

《休館日》

5/19(月)、5/26(月)、5/31(土)、6/2(月)、6/9(月)

《移動図書館巡回日》

姫戸：5/21(水) 龍ヶ岳：5/28(水)

大矢野：6/4(水) 松島：6/11(水)

湯島：5/16(金)※延期の場合は5/23(金)

※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

☎0964(56)3363

9時～19時(土、日、祝日：同)

中央図書館

開館時間

☎0969(56)3582

10時～18時(土、日、祝日：～17時)

姫戸図書館

開館時間

☎0969(58)2525

10時～17時(土、日、祝日：同)

龍ヶ岳図書館

開館時間

☎0969(62)0930

10時～17時(土、日、祝日：同)

■問い合わせ先 社会教育課生涯学習係 ☎0964(56)3363
(上天草市本と歴史の交流館イコット)



こんな時は国民年金保険料の免除申請等の手続きが必要です

○国民年金保険料免除などの申請について

保険料を納め忘れた状態で、万一、障害や死亡といった不測の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

所得が少ない、失業、事業の廃止(廃業)などの理由で保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除または猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」があります。

○産前産後期間の国民年金保険料が免除になります

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除になります。出産予定日の6か月前から手続きができます。

これらに該当する場合は、お近くの市役所窓口でお早めに手続きをお願いします。



■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



骨折をしたくない方、必見！ ～骨粗しょう症を 予防しましょう～

◆骨粗しょう症とは？



骨粗しょう症は、骨密度の減少などによって骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。上天草市の後期高齢者の入院医療費の1位は「骨折」で、女性の介護原因の3位が「骨折・転倒」(*)です。

骨強度が低下すると、手をつくなど日常の何気ない動作で骨折が起こる可能性があります。また、自分の体重に背骨が耐えられなくなり、気づかいうちに背骨がつぶれて骨折していることもあります。軽い場合は痛みを感じず、骨折に気づかないことがほとんどです。骨粗しょう症を予防することで、骨折のリスクを減らし、生活の質を維持することにもつながります。

◆骨粗しょう症の治療と検査について

骨折は薬により防げる可能性があり、骨折経験のある方は特に骨粗しょう症の治療が必要です。骨折経験のない方も、まずは骨の検査を受け、状態を把握しましょう。市の住民健診でも骨粗しょう症検診を実施していますので、受診希望の方は、健康づくり推進課(☎0969-28-3356)までご連絡ください。

◆骨の健康のためにできること

骨密度を維持・改善するためには、次の3つがポイントです。

- ①栄養バランスのよい食事：カルシウムとビタミンDを積極的にとりましょう。
- ②適度な運動：ウォーキングなど無理せずできる運動を継続しましょう。地域のかよいの場へ行くこともおすすめです。
- ③日光浴：ビタミンDは日光によって皮膚でも生成されます。夏なら木陰で30分、冬なら1時間程度、体の一部を日に当てるとよいでしょう。

※「令和1～3年新規認定者原因疾患の分析結果」より

■問い合わせ先

地域包括支援センター(高齢者ふれあい課)

☎0969(28)3378

頑張ってます!地域の「かよいの場」vol.91 ほほえみ会(姫戸町)

■問い合わせ先

地域包括支援センター
(高齢者ふれあい課)
☎0969(28)3378

「ほほえみ会」は、毎週火曜日の午前9時30分から神代公民館にて90代のリーダーのもと、参加者8名ほどで活動しています。百歳体操といきいき体操をした後は、お菓子を食べながらおしゃべりを楽しんでいます。令和7年3月には令和6年9月に引き続き、2回目の体力測定を行いました。県平均より良かった人や1回目の結果より改善している人、体力を維持できている人など、体操の効果を実感する結果でした。参加者の皆さんからは結果を見て「片足立ちももっとできたな」。これからも頑張らんといかん!と今後の活動の意気込みが聞かれました。皆さんも地域で元気に楽しく過ごするために、介護予防の取り組みを始めてみませんか。詳しくは上天草市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⇒✉

問 危機管理防災課消防防炎係
☎0964(26)5544
✉ kikikanri@city.kamiana
kusa.lg.jp

▼日時 6月6日(金)13時30分
▼場所 松島総合センター「アロハ」研修室

令和7年度上天草市防災フェスタに防災ブース、キッチンカーなどの出展をご希望される皆さまに対し、説明会を行います。ご希望される方は、左記までお問い合わせください。

令和7年度上天草市防災フェスタ出展等説明会の実施
危機管理防災課



「あませい楽校」Fun&Smile」の開催

熊本県立天草青年の家では、地域の魅力に気づき、地域を誇りに思う子供たちを育成するため、令和7年度に全6回の体験活動を計画しています。今回は、第1回の体験活動を左記のとおり開催します。

▼期日 6月17日(土)
▼内容 スポーツ&エスポート
▼場所・主催 熊本県立天草青年の家
▼小学生 20人程度
▼参加費 500円(施設利用料、昼食代、おやつ代、活動費等)※初回申込みの場合、年間保険料800円が別途必要になります。

▼申込方法 LINEにて、



QR

次のQRコードを読み取り、「友だち追加」の上、次の必要事項の入力送信をお願いいたします。LINEでの登録が難しい場合はメールかFAXでも可能です。

問・申 熊本県立天草青年の家
(松島町合津5500番地)
☎0969(56)1650
☎0969(56)1195
✉ minnanaomasei@hito
dukuri.com
担当 泉・井手尾・本田

相談



「熊本県内一斉消費者トラブル相談の日」の実施

熊本県では、消費者トラブル被害防止のため「熊本県内一斉消費者トラブル相談の日」を実施します。

▼実施日 5月30日(金)

▼場所 上天草市消費生活センター(市役所大矢野庁舎1階)

▼開設時間 10時~16時

▼電話番号 0964(56)0783

詳しくは、熊本県ホームページをご確認ください。



熊本県HP

問 熊本県消費生活センター
☎096(383)0999

特設人権相談所を開設します



6月1日の「人権擁護委員

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)

新卒
アルバイト可
パート

★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
日本整形外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



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

の日」に合わせて、特設人権相談所を開設します。

いじめ・体罰、家庭内暴力、金銭トラブル、相続問題、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。

▼開設日・場所

① 6月2日(月)

市役所大矢野庁舎

市役所姫戸統括支所

② 6月4日(水)

市役所松島庁舎

市役所龍ヶ岳統括支所

▼時間 10時～15時

問 市民課市民係

☎ 0969(28)3367

助成



放置船・廃船・沈船の処分に係る費用を一部補助します

みなと・水産課

市では、漁港、港湾および

海岸の適正管理等の推進のため、

め、放置船、廃船・沈船の処分費用の一部を補助します。

▼対象経費 上天草市内の漁港、港湾および海岸で令和4年度に実施した熊本県放置船実態調査で放置船等と把握された船舶等の処分に要する経費

▼対象者 対象となる船舶の所有者

▼補助額 補助対象経費の2分の1以内(上限額10万円)

▼受付 令和7年6月末日まで募集し、抽選となります。

また、応募が少なければ、随時受け付けますが、予算額に達し次第終了となりますので、電話などで事前にご確認ください。

申請方法などの詳細は、お問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。

問 みなと・水産課管理係

☎ 0964(26)5532



市HP

募集



介護予防拠点整備事業者を募集します

高齢者ふれあい課

市では、住み慣れた地域でいつまでも健康で、また安心して暮らせることを目的に介護予防の取り組みを推進しています。その体制づくりとして地域の高齢者やボランティアなどの活動拠点となる介護予防拠点施設(地域の集会所や公民館など)のバリアフリー化などの整備・改修を実施する事業者(施設管理者)を募集します。

▼公募期間 随時受付

※令和7年度中の整備希望の場合は、6月20日(金)までに連絡ください。

▼応募方法 事前にご連絡いただき、詳しい内容などをご確認のうえ、必要書類の提出をお願いします。

※県補助金を財源とするため、補助を確約するものではありません。

※その他、詳細は市のホームページをご覧ください。

※その他、詳細は市のホームページをご覧ください。

ページをご覧ください。



市HP

問 高齢者ふれあい課保険給付管理係

☎ 0969(28)3360

今津地区まちづくり委員会の会員および鯉のぼりを募集します

今津地区まちづくり委員会

では、合津港にある「龍の足湯」の清掃など、住民が主体となったまちづくり活動を行っており、一緒に活動していただける会員や「龍の足湯」の清掃ボランティア、合津港に飾り付ける鯉のぼりの寄付を募集しています。飾り付けられた様子は本号表紙をご覧ください。

詳しくは、左記までお問い合わせください。

問 今津地区まちづくり委員会事務局

☎ 090(1085)3724

担当…田島

企画政策課企画係

会社と従業員のための社労士事務所

あらき社会保険労務士事務所

所長 荒木 亮子(あらき りょうこ)

特定社会保険労務士・キャリアコンサルタント



〒863-0014

天草市東浜町9-6木原ビル3F

(天草市役所前)

平日9:00~18:00

☎0969-23-0750

✉araki.sr0715@tuba.ocn.ne.jp



まかせて安心!
労働時間の専門家

給与計算

いつからでもOK

ルール作りは
働きやすさの原点

就業規則作成

メンタルヘルス
ハラスメント研修他

研修事業

従業員を大事にする
研修、しませんか



その他ご要望に
応じます

〈有料広告〉

問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

☎0964(26)5511

第1回 甲種防火管理
新規講習を開催します

▼開催日 7月10日(木)・11日(金)の2日間

▼場所 オンライン講習のため、各事業所等で受講してください。

▼定員 90名(定員に達し次第締め切ります。)

▼受講料 4,650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 6月6日(金)～6月13日(金)

▼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下さい。

※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

す。
☎0969(22)3305
または各消防署・分署まで

令和7年度熊本県調理師試験の実施

▼試験期日 10月25日(土)

▼試験会場 熊本大学黒髪北地区文法学部(熊本市中央区黒髪40-1)

▼受験資格 中学校卒業以上の学歴を持ち、飲食店や給食施設等で2年以上調理業務に従事した方

▼願書配布 5月7日(水)から熊本県保健所、熊本県健康づくり推進課等で配付

▼願書受付 6月3日(火)まで

提出・問(公社)調理技術技能センター

東京都中央区日本橋堀留町2-8-5 JACCビル5階
☎03(3667)1815

その他



税のひろば

税務課

〇5月の納税

軽自動車税 全期
固定資産税 第1期
納期限 6月2日(月)

口座振替日 5月26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。

問税務課市民税係

☎0964(26)5519
固定資産税係
☎0964(26)5520

軽自動車税(種別割)の減免制度

税務課

令和7年度の軽自動車税(種別割)の減免申請についてお知らせします。

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳および戦傷病者手帳の交付を受けている人で、障害の部位および等級が一定の要件に該当する人は、申請により軽自動車税(種別割)が減免されます。減免を受けることができるのは、1人の障がい者につき普通自動車も含め1台のみです。なお、減免申請は毎年手続きが必要になります。詳しくは、5月初旬に送付している納税通知書に同封のお知らせをご覧ください。

▼申請期間 5月26日(月)まで

▼申請場所 大矢野窓口センター・市民課・姫戸統括支所・龍ヶ岳統括支所・各出張所

問税務課市民税係

☎0964(26)5519

就職する人へ国民健康保険からのお知らせ

健康づくり推進課

国民健康保険に加入している人が、就職により職場の健康保険(社会保険など)に加入したときは、世帯主が14日以内に市役所へ届出を行う必要

八光海運株式会社 熊本支店

- ◇一般廃棄物・産業廃棄物収集運搬業務
- ◇一般廃棄物・産業廃棄物処理業務・特殊清掃業務

◎正社員を募集しています!

■募集職種

- 現場作業員
- 大型・中型車両運転手
- 営業職

八光海運株式会社 熊本支店 支店長 内山朋之
上天草市大矢野町登立3355-1 ☎0964-56-6000

※未経験者でも資格取得などの支援制度があります!

※その他詳細の確認および応募は直接上記(内山)へご連絡ください。
※または上天草市ふるさとハローワーク(☎0964-57-4510)まで!

〈有料広告〉



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

があります。また、社会保険などの加入日(就職日など)以降は、国民健康保険を使うことができません。社会保険などの加入日以降に国民健康保険を使用し、医療機関を受診した場合は、後日、医療費を請求することがありますのでご注意ください。

▼届出に必要なもの 新しく

加入した健康保険の資格確認書など、国民健康保険の資格確認書など、運転免許証などの身分証明書、世帯主と手続きが必要な人のマイナンバーカードまたは個人番号通知カード

(問)健康づくり推進課国保事業係

☎0969(28)3354

6月は環境月間です

環境衛生課

6月の「環境月間」では、環境についての関心と理解を深め、環境に配慮した行動の実践を促進するため、全国的にさまざまな啓発イベントや清掃活動などが行われます。

市では、熊本県環境美化行動の日である6月1日(第一日曜日)に一斉清掃を実施します。市民の皆さまのご協力をお願いします。

「人と海がふれあうまち上天草」を目指し、一人ひとりが環境について考え行動し、身近な生活環境の保全や環境美化活動に努めましょう。

(問)環境衛生課環境衛生係

☎0964(26)5541

不法投棄は犯罪です

環境衛生課

ごみなどの不法投棄は、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です。

市の不法投棄の状況は、テレビ・冷蔵庫・洗濯機などリサイクルが義務付けられている家電製品や、ペットボトル・缶などの日常生活で多量に排出されるものが、人通りの少ない山道などに投棄されている傾向にあります。

このような行為には、法律により、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が科せられる場合があります。

ごみは、ルールを守って正しく出しましょう。

ごみの出し方について、ご不明な点がありましたら、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、禁止されています!!

環境衛生課

廃棄物の処理および清掃に関する法律では、法で定められた場合を除き、ごみの焼却は禁止されています。

木くず、紙くず、廃プラスチック、ビニールなどのごみをドラム缶、小型焼却炉などで燃やす「野焼き」も、禁止されている焼却に該当します。

違法に野焼きを行った個人や法人には、次のとおり罰則が適用される場合があります。

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、3億円以下の罰金が科

せられます。(※未遂行為も罰則の対象となります。)

野焼きに関するお問い合わせ・ご相談は左記までお願いします。

(問)環境衛生課環境衛生係

☎0964(26)5524

防災情報を公開します

危機管理防災課

本市では、避難情報をはじめ、気象・警戒情報や地震・津波情報、交通規制情報などの災害や防災に関する市内発令情報等を確認できる「上天草市総合防災情報サイト」【防災情報】を公開しています。

災害時はもちろん、避難場所や防災WEBマップ、また防災情報カメラなど事前の確認にご活用ください。



上天草市総合
防災情報サイト

QRコードの読み取りができない場合やパソコンから確認する場合は、次のURLを入力してください。

株式会社 熊本メンテナンス

◎正社員を募集しています!

株式会社 熊本メンテナンス 取締役 内山朋之
本社 上天草市大矢野町登立3355-1 ☎0964-56-5510
有明営業所 天草市有明町大島子1710-2

※その他詳細の確認および応募は直接本社(内山)へご連絡ください。
※または上天草市ふるさとハローワーク(☎0964-57-4510)まで!

◇浄化槽保守点検業務・浄化槽清掃業務
◇一般廃棄物収集運搬業務・尿汲取収集運搬

■募集職種

○現場作業員・運搬(2t、3t、4t車使用)
○大型・中型車輛運転手
○事務員(有明営業所)

※未経験者でも資格取得などの支援制度があります!

〈有料広告〉

問合せ先⇒問 申込先⇒申 FAX⇒F メールアドレス⇒✉

https://kiamamakusa-bosai.trims-cloud.net/
kiamamakusa_bosai/portal

☎0964(26)5544

若者を狙うもうけ話にご注意ください

5月は進学や就職後の新生活に慣れ、新しい環境でのトラブルに注意が必要な時期です。大学生などになると行動範囲が広がる一方、出会いの中で投資などに勧誘される機会もあります。もうけ話をうのみにせず、投資や副業は不要であれば固く断り、借金してまでの契約は控えましょう。

消費者トラブルでお困りのときは、市消費生活センター(☎0964(56)0783)または熊本県消費生活センター(☎096(383)0999)までご相談ください。

問 熊本県消費生活課

☎096(333)2308

☎096(383)0998

善意に感謝(敬称略)

市内の福祉施設(南風苑、

松朗園、シルバードリーム寿

里)でボランティアサービス

をした人を紹介します。

○坂口米子

○ノーブル

○タカシスタジオ

○天理教大矢野支部



自動車税種別割の納付は6月2日(月)までに

4月1日現在で自動車を所有している方へ、自動車税種別割の納税通知書を5月初めにお送りしています。納期限の6月2日(月)までに、お近くの金融機関やコンビニエンスストア、熊本県の各広域本部、各地域振興局(鹿本については山鹿市役所)、自動車税事務所で納付していただきますようお願いいたします。

また、クレジットカード決済での納付は、『地方税お支払サイト』を利用する必要があります。利用方法など詳しくは、納税通知書に同封のお知らせに記載している専用サイトをご覧ください。以下へお問い合わせください。

県税の納付方法	自動車税種別割についての Q&A
https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/16/119039.html	https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/17/50805.html
	

■問い合わせ先

熊本県天草広域本部税務課 ☎0969(22)4370

熊本県自動車税事務所 ☎096(368)4020



献血に行こう！

輸血用の血液は、まだ人工的に造ることができません。輸血を必要とされている患者さんのために、一人でも多くの人のご協力をお願いします。



献血カードをお持ちの方は
当日ご持参ください。

「愛の献血」を下記日程により実施します

移動献血車で献血は、400ml献血のみとなります。

実施日	場所	受付時間
6月17日 (火曜日)	上天草市役所松島庁舎 ＜共催＞ パールラインライオンズクラブ	10時～11時30分 12時45分～16時

献血web会員サービス「ラブラッド」に登録すると、献血の予約・事前問診ができます。血液の検査結果も確認できますので、ぜひご利用ください。

新規登録はこちらから→



400mlの採血基準

年齢：男性17歳～69歳* 女性18歳～69歳*
体重：男女とも50kg以上
年間献血回数：男性3回 女性2回
※65歳以上の方は60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

献血OKのお薬もあります！

有効期間は21日間

赤血球製剤の有効期限は21日間と非常に短く、1日平均200人分の献血が必要です。

血液検査サービス

ご協力いただいた方へ15項目(肝機能や糖尿病関連検査など)の検査結果をお知らせしています。

■問い合わせ先 熊本県赤十字血液センター献血推進課 ☎096(384)6725



Our School Projects ～わたしたちのSDGs～

姫戸中学校では、昨年度「百花繚乱～果敢に行動し、1人1人の個性を輝かせよう～」を生徒会テーマに掲げていました。自主性を持ち、1人1人の良さをどのように学校や地域のために活かしていくかを考え、日々の生活を工夫し、さまざまな活動に取り組んできました。その意志を今年度も引き継ぎ、「勇往邁進～切磋琢磨し、自主性を高めよう～」を新生徒会テーマとし、何事にも積極的に挑戦し、培った力を地域貢献などに活かせるよう頑張ります。令和6年度の取り組み



4月に行われる1年生の歓迎遠足では、姫戸諏訪公園へ行き、レクリエーションやお弁当を楽しんだ後、ボランティア清掃を行いました。環境委員会を中心に海岸沿いをきれいにすることができました。また、SBP(スクールビューティープロジェクト)活動を生徒会本部が月1回計画し、きれいな環境を目指して学校や地域の清掃活動などに取り組みました。



あいさつ運動にも取り組んでいます。学年毎に実施し、笑顔で明るいあいさつを心がけています。あいさつされた生徒も笑顔で丁寧返し、素敵な朝にすることができました。



地域との関わりも大切にしています。一人暮らしのお年寄りの方へ暑中お見舞いや年賀状を書きました。お返事が来たり、地域で声をかけていただいたりするなど交流を持つことができました。地域の施設に花を届ける「花いっぱいプロジェクト」も行い、笑顔で受け取っていただきました。また、ボランティア活動にも進んで参加しました。老人ホームや保育園の行事のお手伝いなど楽しみながらさまざまな体験をすることができました。



姫戸中学校

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ています。

皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊の久保一男です。

本市の地域おこし協力隊に就任して、今年の4月でちょうど1年が経ちました。日ごろから活動に対して温かく見守っていただきありがとうございます。

昨年の12月に開催された「第10回天草四郎サイクリングフェスタ」では、市内外各地から約150名の参加がありました。参加者の方からは、上天草の景色に感動したことはもちろん、走行中に地元の方から温かい声援がたくさんあって、とてもうれしかったとお言葉をいただきました。これを聞いて、上天草は景色もいいけど人が素晴らしいと再認識しました。市民の皆さんのおかげでイベントを成功させることができましたこと感謝申し上げます。

先述のサイクリングフェスタの前には、1周約80キロメートルの上島コースを、実際に走ってみて、危険な箇所などを点検し、数日かけて草むしりや小石の撤去などを行いました。普段は、2号橋や3号橋の付近で、自転



第10回天草サイクリングフェスタ

今年も、引き続きイベントなどでお手伝いさせていただきます。ただ、市民の皆さまと触れ合う機会を増やしたいと思っていますので、よろしくお願ひします。



久保 一男さん

Vol:93



6月1日は「人権擁護委員の日」です

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。全国人権擁護委員連合会では毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心として特設の人権相談所を開設するなど、一層の人権尊重思想の普及高揚に努めることとしています。

上天草市には、市長から推薦されて、法務大臣から委嘱を受けた次の人権擁護委員がいます。(敬称略、令和7年4月1日現在)

- 大矢野町 〈登立地区〉古川 佐奈江 〈維和地区〉山崎 むつみ
〈中地区〉宮崎 寛 〈上地区〉藤 恵美子
- 松島町 〈全地区〉鬼塚 昭彦
- 姫戸町 〈全地区〉濱邊 志恵、溝口 慎二
- 龍ヶ岳町 〈全地区〉塚田 久美子、村川 和敬

相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

「みんなの人権110番 0570(003)110」または「インターネット人権相談窓口」をご利用ください。



人権相談窓口

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3367



相 談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	6/12㊥	13時～16時	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	6/17㊥	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
司法書士 無料相談所	5/20㊥	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	6/19㊥	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	㊥㊦㊧㊨ (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	㊥～㊨ (祝日除く)	10時～17時	ジョブカフェ・天草ブランチ	天草広域本部内(ジョブカフェ・天草ブランチ) ☎0969(22)4226※要電話予約
	6/11㊥ ※出張相談	13時～16時	大矢野庁舎1階相談室	
福祉相談	①5/22㊥ ②6/5㊥ ③6/12㊥ ④6/19㊥	13時～16時	①大道老人福祉センター ②社会福祉協議会松島本所 ③大矢野老人福祉センター ④姫戸老人福祉センター	上天草市社会福祉協議会 ①龍ヶ岳町支所☎0969(63)0909 ②松島町本所☎0969(56)2455 ③大矢野町支所☎0964(56)3470 ④姫戸町支所☎0969(58)2556
精神保健相談	6/12㊥	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

イベント情報

日にち	内 容
5/31㊥	龍ヶ岳夕市 7時～11時 樋島港(樋島集会所横) ㊥龍ヶ岳未来クリエイティブ協議会 ☎0969(62)1111
6/1㊥	「環境の日」一斉清掃 7時～11時 市内一円 ㊥環境衛生課環境衛生係 ☎0964(26)5541



お便りを 募集しています

広報「上天草」では、市民の皆様からのお便りをお待ちしております。

お便りは、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





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

保健センターで平日随時実施します。(予約制)

事前にご連絡ください。(来所が困難な場合はご相談ください。)

予約は市の公式 LINE からできます→

【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 時
2か月児学級	R7.3 R7.4	5/15 ^木 6/17 ^火
3～4か月児健診	R7.1(5月対象) R7.2(6月対象)	個別予約
離乳食教室	R6.12	5/20 ^火
6～7か月児健診	R6.10	5/22 ^木
1歳6か月児健診	R5.11	6/12 ^木
2歳児歯科健診	R5.6	6/10 ^火

3歳児健診は対象月齢を3歳0～1カ月から3歳6～7カ月に変更し、R7.11から開始します。

【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。



休日当番薬局

【診療時間】9 時～ 17 時

直前に変更になる可能性もありますので、事前に薬局へお問い合わせください。

休日開局情報はこちら→



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。

5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
5/18	しまだ小児科 (小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
5/18	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
5/25	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
5/25	やまうち医院 (内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
6/1	中村医院(内・皮)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
6/1	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583
6/8	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
6/8	村上医院(内・リハ)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3102
6/15	吉田クリニック(内)	大矢野町中 ☎0964(57)0246
6/15	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148

編集後記

去年からダイエットを続けて10キロの減量に成功しました。成功の秘訣は食事制限です。皆さんも無理のないようやってみてください。

軽くなったフットワークで取材も頑張っていきますので、よろしくお願いします！

(担当 ○)

今年も新規採用職員の募集が始まりました。入庁して10年が経ち、時が経つのが早いなとしみじみ感じています(笑) 本号に掲載している職員募集の記事ですが、上天草市の公式 LINE とインスタグラムでもフレッシュな後輩たちを写真付きで掲載していますので、そちらもぜひご覧ください！

(担当 I)

100歳 おめでとうございます



丸石 タツノさん
松島町
大正14年3月19日生まれ

1人の方が100歳を迎えられ、市から表彰状とお祝いを贈呈しました。

4人仲良く
すくすく育ってね!!



(写真左から順)

大矢野町

豊岡 湊実ちゃん 3歳
(令和3年9月16日生まれ)

龍大くん 1歳
(令和6年3月5日生まれ)

璃桜奈ちゃん 8歳
(平成28年10月3日生まれ)

虎大くん 2歳
(令和4年11月1日生まれ)
パパ：昇大さん ママ：美波さん

< 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

