

みんなでおいしく作れたよ♪
まんまる笑顔は魔法の調味料！



主な内容

- 市役所の組織一部再編のお知らせ・P 2
- 国民健康保険証の切替日程表・・・P 4～5
- まちのわだい&スポーツ・・・P 6～9
- 市のお知らせ&カレンダー・・・P 10～15
- 市立病院だより・・・P 16～17
- 生涯学習情報・・・P 18～19

3月3日(土)、のびっ子郷土料理教室が開催されました。この日は、登立地区ヘルスメイトのみなさんの協力で「いきなり団子」を作りました。参加した登立小の児童と保護者ら23人は、サツマイモの皮むき、あんこ丸めやだんごの生地づくりなど、楽しいひとときを過ごしました。(詳しくは、4月号にて掲載します)

出来たてアツアツの「いきなり団子」は、みんなの心までホカホカにしてくれて、美味しい笑顔が輝いていました★



平成19年4月から、 組織を一部再編します。

上天草市では、行政改革実施計画に基づき、簡素で効率的な組織を目指すため、平成19年4月から、次のとおり、組織を一部再編します。

大矢野庁舎

「納税課」を新たに設置

【設置理由】

税の原則である公平・公正の観点から、滞納対策を強化し、収納率の向上を図る。

【設置場所】

大矢野庁舎1階

【業務内容】

市税・国民健康保険税・介護保険料の徴収、滞納処分の執行および差押え業務など。

を図る。

【設置場所】

大矢野庁舎2階

【業務内容】

※従来の農林課と水産課の業務。

松島庁舎

「市民課」と「松島窓口センター」を統合し、「市民窓口課」へ

【設置理由】

住民の利便性の向上を図る。

【設置場所】

松島庁舎1階

【業務内容】

※従来の市民課と松島窓口センターの業務。

「農林課」と「水産課」を統合し、「農林水産課」へ

【設置理由】

農林業と水産業が一体となった、農林水産業の振興



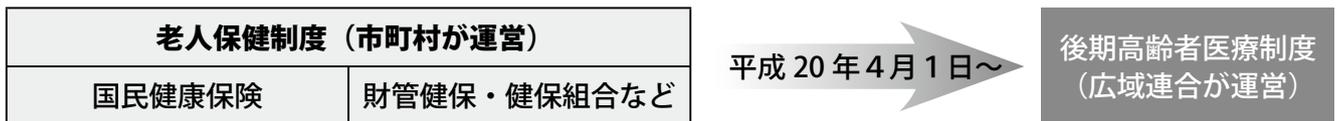
問合せ先 総務課

0964 (56) 1111

平成20年4月から 老人医療が「後期高齢者医療制度」に変わります

平成20年4月1日から、75歳（一定の障害がある人は65歳）以上の人は、新たに独立した医療保険制度となる「後期高齢者医療制度」で医療を受けることとなります。

新しい制度は、県内のすべての市町村が加入する「広域連合」が賦課や医療給付を行い、市町村は保険料の徴収と申請や届出の受付、被保険者証（保険証）の引渡しなどの窓口業務を行います。



【老人保健制度】

公費 5割 (国：都道府県：市町村：＝4：1：1)	拠出金 5割 (国保・財管健保・健保組合などの保険料から拠出)
-------------------------------------	---

【後期高齢者医療制度】

公費 5割 (国：都道府県：市町村：＝4：1：1)	後期高齢者支援金 4割 (75歳未満の方から保険料として徴収)	保険料 1割 (後期高齢者から徴収)
-------------------------------------	---	------------------------------

老人保健制度では、一部負担金を除いた医療費を10割とした場合、「公費（国・県・市）5割」と「拠出金（国民健康保険・政管健保・健保組合などの保険料）5割」の税源構成となっています。

これが後期高齢者医療制度では、「拠出金の5割」が、「後期高齢者支援金（75歳未満の方から徴収した国民健康保険・政管健保・健保組合などの保険料から支援）4割」と「保険料（後期高齢者から徴収）1割」に変わり、この保険料は75歳以上の後期高齢者の方が、保険料として納めることとなります。

問合せ先 保健課（松島庁舎）
☎0969 (56) 1111

年金相談

■大矢野
会場 日時 4月20日(第3金曜日)
午前10時～午後3時
場所 大矢野庁舎書庫棟 1階会議室



保険料の納付は納め忘れがない口座振替が便利です!

年金相談は予約制になります

現在、大矢野庁舎で毎月第3金曜日に行っています年金相談は、4月20日の相談から予約制(事前受付)となります。

- ★相談者氏名・基礎年金番号・電話番号・相談内容をお聞きます。
- ★ご予約は、相談日の1週間前までに。
- ★予約先 ☎ 0969 (56) 1111 (市民課年金係)

保険料の納め忘れはありませんか

◆納付の効効は2年間

ねんきんは、世代と世代の支え合いの制度です。あなたが納付する保険料が、高齢者が世代の生活を支えています。同時に、あなたや家族の年金権を守るためにも、保険料は忘れずに納付しましょう。

国民年金の給付には、老後の生活保障である老齢基礎年金だけでなく、思わぬ事故とうにより障害が残ったときの障害基礎年金、生計を維持している人が亡くなったときの遺族基礎年金があります。保

険料を納付期限までに支払っていないと、このような年金給付を受け取れないことがあります。

また、納付期限から2年間を経過すると保険料を納付することができなくなるため、将来、受給する老齢基礎年金の年金額が少なくなったり、受け取れなくなったりする場合があります。

保険料は、社会保険庁から送付される「納付書」で、金融機関・郵便局、社会保険事務所でお支払ください。

◆一括で前納割引あり

国民年金保険料納付を、「一括して納付」とすると割引があります。さらに、一括前納を口座振替にすると割引額が有利になります。

また、一括払いの前納でなくとも、月々の口座振替を早割(当月保険料の当月末引落し)にすると割引がありますので、国民年金保険料の納付は、支払の手間や時間が省ける「口座振替」をぜひご利用ください。

口座振替のお申し込みは、社会保険事務所、各金融機関の窓口でできます。申し込み用紙に必要事項(基礎年金番

号など)を記入して、金融機関届出印を押印のうえ、お申し込みください。

なお、口座振替での一括前納は実施月が限られていますので、お申し込み時点でいつから割引となるかなどについては、社会保険事務所へご確認ください。



よくある質問Q&A

Q1 年金手帳をなくしたとき

会社員の妻で、現在、第3号被保険者です。年金手帳をなくしたときは、どこに届出すればいいのですか?

A1

年金手帳を紛失したときは、本人であることを確認できるもの(免許証、パスポート、健康保険証など)を持って、配偶者の勤務先または管内社会保険事務所で再交付を受けてください。

※第1号被保険者で年金手帳を紛失したときは、お住まいの市町村の国民年金窓口で再交付の申請をしてください。後日、社会保険事務所から手帳が送付されます。

Q2 年金手帳が複数あるとき

先日、年金のことを調べようとと思ったら、年金手帳が2冊出てきました。何か不都合なことはありませんか?

A2

2冊以上の年金手帳を持っていると、年金の請求をする際に受給資格期間が不足して年金が減額されたり、もらえない場合やもらい忘れがありますので、社会保険事務所ですべての手続きをしてくだ

**平成19年度の保険料
月額 14,100円**

【平成19年4月～
平成20年3月】

平成 19 年度

国民健康保険被保険者証切替を行います

平成 19 年度の国民健康被保険者証の切替を次の日程で行います。保険証の切替には、現在使用中の保険証（ピンク・水色）をご持参ください。

☎ 問合せ先 保健課 ☎ 0969 (56) 1111

※当日都合が悪い方は、保健課（松島庁舎）、大矢野窓口センター、姫戸・龍ヶ岳統括支所または各出張所で切り替えをお願いします。



【大矢野】★各地区とも、時間厳守をお願いします。

地区	場所	期 日	時 間	地区	場所	期 日	時 間			
本郷	本郷公民館	3月 23日(金) 午前	9:50~10:50	野釜前	野釜前公民館	3月 26日(月)	15:00~15:40			
西の浦	西の浦公民館		8:50~9:40	野釜南	野釜南公民館		15:50~16:30			
寄船	寄船公民館		11:00~11:30	堤	堤公民館		3月 27日(火) 午前	8:50~9:20		
広崎	広崎公民館		8:50~9:20	宮津	宮津公民館			8:50~9:30		
成合津	成合津公民館		9:30~10:10	村寺尾	村寺尾公民館			9:40~10:20		
白涛	白涛公民館		10:20~10:50	高田	高田公民館			9:30~10:00		
岩谷	岩谷公民館		11:00~11:45	越の浦	越の浦公民館			10:10~10:40		
東満	東満公民館		8:50~9:30	池の迫	池の迫公民館			10:50~11:30		
船江	船江公民館		9:40~10:20	野米	野米公民館			10:30~11:10		
双原	双原公民館		10:30~11:10	小瀬戸	小瀬戸公民館			9:00~9:40		
辺田	辺田公民館		11:20~11:40	貝場	貝場公民館			9:50~10:50		
平	平公民館		13:20~13:50	前平	前平公民館			11:00~11:40		
尾の上	尾の上公民館		14:00~14:40	小平	小平公民館			13:20~14:00		
新田	新田公民館	14:50~15:30	亀の迫	亀の迫公民館	14:15~15:00					
坂本	坂本公民館	3月 23日(金) 午後	14:10~14:40	柳東	柳公民館	3月 27日(火) 午後	15:15~16:30			
積米	積米公民館		13:20~14:00	柳西			13:30~14:30			
山下	山下公民館		15:45~16:30	新開	新開公民館		15:20~16:00			
尾越崎	尾越崎公民館		13:20~14:20	満越	満越公民館		14:25~15:10			
四郎丸	四郎丸公民館		14:30~15:20	瀬高	瀬高公民館		13:20~14:10			
大瀧	大瀧公民館		15:30~16:10	江後	江後公民館		3月 28日(水) 午前	9:00~9:50		
治郎田	治郎田公民館		16:20~16:40	維和1区	下山公民館			10:00~10:40		
荒木浜	荒木浜公民館		15:00~15:40	2区				10:50~11:30		
上新田	上新田公民館		3月 26日(月) 午前	9:00~9:40	3区			3区公民館	9:00~9:40	
東江樋戸	江樋戸公民館			9:55~10:55	4区			千束公民館	9:50~10:30	
西江樋戸				11:05~11:45	5区				10:40~11:20	
谷	谷公民館			11:05~11:45	6区			維和出張所	3月 28日(水) 午後	9:00~9:40
豊後谷	豊後谷公民館			8:50~9:30	7区			梅の木公民館		9:50~10:30
中の丸	中の丸公民館	9:40~10:20		8区	塩浜公民館	10:40~11:20				
馬場	馬場公民館	10:30~11:10		9区	蔵々公民館	3月 28日(水) 午後		13:30~15:00		
古野	古野公民館	11:20~11:45		10区						
田端	田端公民館	9:00~9:40		11区						
賤の女	賤の女公民館	10:00~10:50		12区						
女鹿串	女鹿串公民館	11:00~11:30		13区						
串	串公民館	13:30~14:40		湯島1区			湯島出張所			3月26日 ~ 3月28日
大手原	大手原公民館	15:00~15:50		2区						
七ツ割	七ツ割公民館	16:00~16:40	3区							
鳩の釜	鳩の釜公民館	13:30~14:40	4区							

【松島】★各地区とも、時間厳守でお願いします。

地 区	場 所	期 日	時 間
阿村1区・2区	阿村第1公民館	3月19日(月)	9:30~10:15
阿村3区・4区・5区・6区・7区	阿村出張所		10:30~12:00
阿村8区・9区・10区・11区	阿村出張所		13:00~14:20
阿村12区・13区	阿村第6公民館		14:40~15:15
先辺・一番・今村	5支部公民館		9:30~10:15
志賀間・御所組・馬建・小林アパート	11支部公民館		10:30~11:50
国迫・稲戸	8支部公民館		13:30~14:30
西の浦	西の浦公民館		14:45~15:10
西目	西目公民館		15:30~16:00
北の浦・中村・合の丸・裏山	松島保健センター	3月20日(火)	13:30~16:30
園田・松葉・古園・古園団地			
前島	前島公民館		9:30~10:00
樋合東・樋合西・永浦	漁村センター		10:20~11:30
今泉東・今泉西	1・2支部公民館	3月22日(木)	9:30~10:45
今泉釜	3支部公民館		11:00~11:45
知十・後山・米山	4支部公民館		13:15~14:15
新金倉・下春山・中月・馬場横道・太原船倉	内野河内集会場		14:30~15:30
園部・星平	星平公民館		9:00~9:30
上野々川・中野々川	野々川公民館		10:00~10:40
下・井出の川・教良木本郷・小麦	教良木出張所		11:00~12:00
後山浦・前山浦	山浦公民館		13:30~14:00
大平・持田黒仁田・さぎ力・祝口	大平公民館		14:40~15:30

【姫戸】★各地区とも、時間厳守でお願いします。

地 区	場 所	期 日	時 間
牟田地区	牟田公民館	3月19日(月)	9:00~10:00
永目地区	永目公民館		10:30~11:30
元摺地区	元釜公民館		13:30~14:30
神地区	神公民館		15:00~16:00
塩屋地区	塩屋公民館	3月20日(火)	9:00~10:00
本郷地区	本郷公民館		10:30~11:30
二間戸団地地区	二間戸団地集会所		13:30~14:30
西川内地区	西川内公民館		14:50~15:50
神代地区	神代公民館		16:00~17:00

【龍ヶ岳】★各地区とも、時間厳守でお願いします。

地 区	場 所	期 日	時 間
大作山	大作山集会場	3月20日(火)	9:20~9:50
夏唐	夏唐集会場		10:15~11:30
池の浦	池の浦集会場		12:30~13:30
葛崎	葛崎集会場		13:50~14:30
赤崎	赤崎集会場		14:50~16:30
西浦・丸田・中園	大道老人福祉センター		9:00~10:20
東浦	東浦集会場		10:30~11:20
高串	高串集会場		11:30~12:00
小屋川内	小屋川内集会場		13:00~14:00
脇浦	脇浦集会場	14:20~15:20	3月22日(木)
瀬戸	旧役場別館会議室	9:00~10:30	
東風留	東風留集会場	10:40~12:00	
白浜	白浜集会場	13:00~14:00	
下貫	下貫集会場	14:20~15:10	
須垣・開船・友中・古庵・真米・桑鶴	樋島地域学習センター	9:00~12:00	
仏崎1区・仏崎2区	仏崎集会場	13:00~14:00	
下桶川	下桶川集会場	14:20~16:20	



色鮮やかな菜の花園に、参加者の笑顔もキラリ

2月3日(土)松島総合センター「アロマ」を主会場に、菜の花ウォーキングが開催されました。100万本の菜の花園(松島町合津)をスタートする高舞登山コース(5km)には、市内外から約500人が参加。当日は晴天に恵まれ、松島町野外活動研究会の先導で、高舞登山を目指しました。また、昨年からの好評の次郎丸嶽コース(8km)には、今年も約40人が参加。途中、稲妻返しや次

まちのわだい & スポーツ

早咲きの菜の花に優しく見守られ… 菜の花ウォーキングが開催

郎落しの険しい山道もありましたが、一步一步力強い足どりで頂上を目指しました。山頂から見る絶景に、参加者たちは心奪われ、澄みきった青空に大きな歓声が響いていました。

下山後には、まんさい汁や茶飯などの郷土料理が振舞われ、抽選会や餅投げ、菜の花摘みや椎茸のこま打ち体験など、参加者たちは、早春の一日を大いに満喫していました。

“晩柑”に“万感”の思い

ジューシー&フルーツが表彰

2月14日(水)熊本市の熊本テルサにおいて、平成18年度熊本県農産物加工食品コンクールの表彰式が行われました。これは、地域の特産物を生かし、工夫をこらした加工品を地域の活性化に役立てようという目的で、県農産物加工品推進協議会が毎年度開催しているものです。今回は27作品の応募があり、その中から金賞2品、銀賞3品、銅賞3品が選ばれ、上天草市からは、「ジューシー&フルーツ」(小林由美子代表)の、あまくさ晩柑をふんだんに使った『晩柑シャーベット』が銅賞を受賞しました。

同グループは、平成16年3月に結成。現在は5人で活動しており、日々、地元産の果樹を使った加工品の試作に熱を入れています。物産館での販売はもちろん、最

近では、地元の旅館やホテルなどへの提供も増えてきているそうです。これからも、当市の果樹を生かした美味しい加工品で、上天草市を大いにアピールして欲しいものです。



これからも、知恵と力を合わせて頑張ります



▲寄付金を渡す大矢野町商工会女性部のメンバー

環境保全に役立てて

大矢野町商工会女性部が市に寄付

2月7日(水)、大矢野町商工会女性部の高橋エツ子部長(写真左より3人目)と倉田さつえ(写真左より2人目)・森川けい子(写真左より1人目)副部長が来庁し、何川市長に寄付金を手渡しました。

同女性部は昨年11月、同会主催の「ウォークラリー in 大矢野」でフリーマーケットを開催。市の環境保全に役立ててもらおうと、収益金の一部を寄付しました。

寄付金を受取った何川市長は「財政が厳しい中、貴重な寄付をいただいた。大事に使います」とお礼を述べました。

～水と緑があふれるまちに～

『植樹祭』が行われました

2月23日（金）午後2時から、登立森づくり『植樹祭』が行われました。これは、森が少ない同校区で緑を増やし保水力を高め、自然豊かな郷土づくりに貢献することを目的とし、登立小学校（高倉利孝校長）が企画し、登立まちづくり委員会とともに取り組んだものです。児童たちが、今まで学習してきた「森林の役割」や「森と水のつながり」の授業の一環として、地区住民の皆さんの協力を得て、登立地区の各公民館やふれあい広場付近などに、サクラやクヌギなど5種類（約290本）の苗木を植樹しました。

植樹は、来年度も引き続き行う予定で、緑あふれるまちづくりを進めていくそうです。植樹された緑とともに、児童たちの自然を愛する心が大きく成長してほしいものですね。

なお、2月4日（日）には、阿村地区まちづくり委員会も、ふれあいパーク阿村整備事業で、ふれあいパーク周辺にサクラなどの苗木を約300本植樹しました。



苗木とともに、みんなの心も大きく育て！



▲花瓶と手紙を渡す児童

1月23日（火）、牟田小学校の3年生以上でつくる少年消防クラブが、校区内のひとり暮らしのお年寄り

一人暮らしのお年寄りへ火の用心！

牟田少年消防クラブの防災運動

宅17軒を訪問しました。これは、防火を呼びかけることを通して、お年寄りを慕う心情と少年消防クラブ員としての意識の向上を図ることが目的で毎年行われています。

児童たち15人は、4班に分かれ巡回。「火事を出さないように気をつけてください」など火の用心を呼びかける作文を読み、花瓶と一緒に手渡しました。受取ったお年寄りたちは、「火事を出さないように用心します」、「きれいな花が咲くようにかわいがります」などと嬉しそうに答えていました。

建設促進議員連盟の結成が決まる

八代・天草架橋の建設促進議員懇談会

2月13日（火）、八代ロイヤルホテルで、八代・天草架橋の建設促進議員懇談会がありました。これは、八代郡市の経済団体などをつくる同架橋建設促進民間期成会が開いたもので、八代、天草、上天草の3市の市議に架橋建設の機運を高めてもらうのが狙いです。坂田八代市長、何川上天草市長ら約100人が出席しました。

同懇談会では、東洋大の中川良隆教授が、民間資金の導入で事業の早期着工とコスト圧縮が見込めるPFIの手法による架橋建設について説明もありました。

また、「今後、九州の議長会へ計画の策定推進を盛り込む」、「行政、民間、議員と3本の矢でもって取り組み

大きな力になり実現できる」など沢山の提案があり、同3市の市議有志による建設促進議員連盟の結成が決定されました。



▲懇談会の様子

まちのわだい & スポーツ



7区の大矢野庁舎前をスタートする村枝翔平選手（右端）

2月11日（日）には、第33回都市対抗熊日駅伝大会が開催されました。天草市役所前をスタートし、熊日びぶれす会館前をゴールとする14区間（105.3km）を県内の19チームがタスキを繋ぎ、熱いレースを展開しました。前半のゴール地点となっている大矢野庁舎前には、たくさんの方が応援に駆け

最後まで力走しました！

都市対抗熊日駅伝が開催

つけ、選手たちに温かいエールを送っていました。結果、上天草市チームは15位でゴール。なお6区（二号橋公園前～大矢野庁舎前、6km）の二宮尚寛選手は、区間3位で18分19秒の区間新記録でした。

また1月28日（日）には、第24回熊日都市対抗女子駅伝大会も開催されました。熊日びぶれす会館前をスタートし、益城町下小谷を折り返す7区間（30km）を激しく競い合い、上天草市チームは、17位でゴール。3年連続アンカーを任された川本裕美子選手は、足に故障を負いながらも、チームの主将として素晴らしい走りを見せてくれました。

部員の団結力を深める

第1回小中学生クラブ対抗団結駅伝大会

1月14日（日）、第1回小中学生クラブ対抗団結駅伝大会が開催されました。これは、子どもの体力向上計画の一環として駅伝大会を通して学校部活動の団結力を深めるとともに、他校生徒との親睦を図ることが目的です。

小中学生42チーム約400人が参加。小学生1周約1.2キロ、中学生1周約1.5キロの松島総合運動公園周回コース7区間で競いあいました。大会結果は、次のとおりです。

【小学生女子の部】 ●1位 中南小バレーボール部 ●2位 登立小ミニバスケットボール部 ●3位 大道小ミニバスケットボール部A

【小学生男子の部】 ●1位 中南小野球部A ●2位 登立小サッカー部 ●3位 高戸小サッカー・ソフトボール部A

【中学生女子の部】 ●1位 今津中テニス部A ●2位 姫

戸中バレーボール部 ●3位

【中学生男子の部】 ●1位

今津中サッカー一部A ●3位

今津中バスケットボール部

龍ヶ岳中野球部A ●2位

今津中野球部



▲中南小バレーボール部



▲中南小野球部A



▲今津中テニス部A



▲龍ヶ岳中野球部A



▲姫戸中学校



▲大矢野中学校

2月17日（土）に第25回上島地区中学生バレーボール上天草大会が松島総合センターアロマで開催されました。試合は、トーナメントで行われ、最終セット（第3

男女ともに上天草市が優勝！

上島地区中学生バレーボール上天草大会

セット）までもつれる試合もあり、メインアリーナの中は、保護者や仲間の応援でとても盛り上がっていました。大会結果は、下記のとおりです。

【男子の部】 ●優勝 姫戸中学校 ●準優勝 有明中学校A ●3位 三角中学校・大道中学校

【女子の部】 ●優勝 大矢野中学校 ●準優勝 姫戸中学校 ●3位 教良木中学校・有明中学校

よかばい わっかもん!



大矢野高校

2年生

中北小で、高校生による「読み聞かせ」が2月16日(金)に行いました。3回目となる今回は、卒業間近の3年生にかわり、初めて2年生が行いました。

私たちにとっては初めてのことで、小学生と対面するまでとても緊張していました。しかし、子どもたちはとても元気なあいさつで私たちを迎えてくれてほっとしました。途中で何度かひっかかかってしまいましたが、子どもたちは最初から最後まで真剣に聞いてくれたのでとても嬉しかったです。

次の読み聞かせでもっと上手に話をして、子どもたちと仲良しになりたいと思います。



松島商業高校

2年2組

(情報処理科) 山辺恭評

新しく生徒会長になりました。本校では12月に生徒会役員が交代します。

新生徒会は、明るくまとまりのあるメンバーで構成されました。私自身は野球部に所属しています。役員のみならず部活動との掛け持ちで日々頑張っています。双方をおろそかにせず、これまでの生徒会が力を入れてきた近隣の小、中学生との交流などの活動にもますます取り組んでいきたいと思えます。

生徒会長としては規律ある中でも生活しやすい環境づくりを目標に掲げています。その実現に向け、一生懸命努力していきます。

みんな走って不正のない選挙を

第34回 明るい選挙推進駅伝大会

2月4日(日)、大矢野町の大国旅館前をスタートし大矢野物産館さんばーをゴールとするコースの明るい選挙推進駅伝大会が開催されました。これは、レースを通じて不正のない選挙をPRしようと、市青年団などが毎年開いているもので、今回で34回目。20チーム、約200人が出場し、19.7キロの10区間をタスキで繋ぎ、競い合いました。大会成績は、次のとおりです。(区間賞は敬称略)

◇一般の部【優勝】鳩の釜【準優勝】超爆走部隊2007【3位】姫戸駅伝クラブ

【区間賞】●1区 荒川隆志(西の浦) ●2区 杉森洋介(鳩の釜) ●3区 山口二浩(姫戸駅伝クラブ) ●4区 竹本耕介(鳩の釜) ●5区 松本忠徳(姫戸駅伝クラブ)・鳥羽瀬憲久(水産研究センター) ●6区 松本辰也(鳩の釜) ●7区 片山久巳(上天草市役所α) ●8区 渡辺哲浩(超爆走部隊2007) ●9区 松尾真一(超爆走部隊2007) ●10区 本田大房(超爆走部隊2007)

◇学生の部【優勝】大矢野中陸上部A【準優勝】大矢野中

野球部A【3位】龍ヶ岳中野球部

【区間賞】●1区 直江貴也(大矢野中野球部A) ●2区 松藤奏真(大矢野中野球部A) ●3区 高島龍也(大矢野中陸上部A) ●4区 笥拓磨(大矢野中野球部A) ●5区 五反将貴(大矢野中野球部A) ●6区 渡辺祐生(大矢野中野球部A) ●7区 池田昇世(大矢野中陸上部A) ●8区 大津頭杜(大矢野中陸上部A) ●9区 磨田昂樹(大矢野中陸上部A) ●10区 五島美穂(大矢野中陸上部A)



ゴール前で選手を応援するみなさん

ソフトボール教室 参加者募集!

上天草市に住む子どもたちの親睦と融和を図り、ソフトボールの技術向上を目的に次のとおりソフトボール教室を開催します。みなさまのご参加お待ちしております。

- 日時 3月25日(日)
午前9時30分受付、10時開会
- 場所 姫戸運動広場
- 参加料 1人500円(昼食代含む)
- 申込締切 3月20日(火)まで



- 申込・問合せ先
上天草市ソフトボール協会事務局
寺中寛人(市総務課勤務)
- ☎0964(56)1111

CITY 庄のお知らせ INFORMATION

行政相談所を開設します

☎総務課行政係

行政に関する苦情、要望および意見等がありましたら、次のとおり行政相談所を開設しますのでお気軽にご利用ください。

▼とき 4月5日(☎)午前10時から午後3時まで

▼ところ 大矢野老人福祉センター

申請先(窓口)が県から市役所に変更します

☎各担当課

県からの事務・権限移譲に伴い、下記の事務については、平成19年4月1日から、申請先(窓口)が県から上天草市に変更します。

詳しいことは、直接担当課等へお問い合わせください。

～3月納税のお知らせ～ 《納期限4月2日(月)》

- ◎国民健康保険税 10期
- ◎介護保険料(普通徴収) 10期
- ※口座振替日は3月26日です

★担当課(問合せ先) および県から移譲される事務名

★農林課 鳥獣の保護および狩猟の適正化に関する法律に基づく有害鳥獣、愛がん用鳥獣の捕獲許可等に関する事務

★農業委員会 農地法に基づく農地の権利移動の許可等に関する事務

★水道局 水道法に基づく簡易専用水道の指導監督等に関する事務

問合せ先

大矢野庁舎

☎ 869-3692

上天草市大矢野町上 1514
☎ 0964(56) 1111
総務課・財政課・税務課・監理課・大矢野窓口センター・企画政策課・商工観光課・農林課・水産課・地籍調査課・会計課・議会事務局・農業委員会・監査事務局

松島庁舎

☎ 861-6192

上天草市松島町合津 3538-3
☎ 0969(56) 1111
松島窓口センター・建設課下水道課・市民課・環境衛生課・保健課(保健センター)・介護保険課・福祉課・教育委員会(学務課・社会教育課)

姫戸統括支所・水道局

☎ 866-0195

上天草市姫戸町姫浦 2502-3
☎ 0969(58) 2111

龍ヶ岳統括支所・情報推進室

☎ 866-0292

上天草市龍ヶ岳町高戸 1412
☎ 0969(62) 1111

不要になった公用車...

一般競争入札にて売却します

- 入札物件 ニッサン サファリ 
 - 最低売却価格 800,000円
 - 入札日時 3月26日(月) 午前10時から
 - 入札場所 市役所大矢野庁舎3階
大会議室(☎ 869-3692 上天草市大矢野町上 1514 番地)
- ★詳細等は、申込要綱をご覧ください。

☎問合せ先 監理課

たばこは地元で買いましょう

たばこ税は、上天草市を支える貴重な財源です。ただし、マナーや健康は守りましょう。

ちなみに、平成17年度の税収額は、約1億8千万円あります。



明るい選挙のひろば

☞ 4月は、熊本県議会議員一般選挙・上天草市長選挙・上天草市議会議員補欠選挙が行われます!

熊本県議会議員一般選挙

☀投票日 4月8日(日)

上天草市長選挙
上天草市議会議員補欠選挙

☀投票日 4月22日(日)



市民のみなさんから選ばれた県議会議員、市長、市議会議員には、住民の意思を反映させ、みなさんの暮らしと権利にかかわる予算の決定や条例の審議・議決をはじめ、行政のチェック・監視という重要な役割があります。投票は、“みなさんが政治に参加する大切な機会”となるのです。

一人ひとりの一票で、自らの意思をはっきり表すことが、よりよい政治、そしてよりよい暮らしをつくる第1歩です。

☎問合せ先 上天草市選挙管理委員会事務局(総務課内)

工事等契約結果

監理課契約係

- 工事（委託）名
- ①工事（委託）場所
- ②契約者③契約金額
- ④工事（委託）期間

1月18日入札分

- 大手原漁港用地整備工事①大矢野町上地区内②倉田工業（大矢野町）③ 757,050 円④ 1月～3月
- 市道田端船江線舗装工事①大矢野町登立地区内②木下建設（株）（大矢野町）③ 3,717,000 円④ 1月～3月
- 江樋戸港改修工事①大矢野町上地区内②磯口建設（有）（大矢野町）③ 53,707,500 円④ 1月～3月
- 里地区枝線管渠築造工事（その3）①松島町阿村地区内②大山建設（松島町）③ 2,835,000 円④ 1月～3月
- 釜地区枝線管渠築造工事①松島町阿村地区内②（有）福田建設（松島町）③ 1,615,950 円④ 1月～3月
- 下水道管路清掃調査業務委託①松島町合津・阿村地区内②（有）天草クリーン工業（松島町）③ 1,313,550 円④ 1月～3月
- 合津地区幹線管渠更生工事①松島町合津地区内②（株）隆勢（松島町）③ 7,581,000 円④ 1月～3月
- 白浜団地内配水管布設替（A）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②山本住設（龍ヶ岳町）③ 5,460,000 円④ 1月～3月
- 白浜団地内配水管布設替（B）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②寺中設備（姫戸町）③ 4,767,000 円④ 1月～3月
- 白浜団地内配水管布設替（C）工事①龍ヶ岳町高戸地区内②北垣工業店（龍ヶ岳町）③ 4,921,350 円④ 1月～3月
- 市道白涛海岸線舗装工事①大矢野町登立地区内②何川建設（大矢野町）③ 1,176,000 円④ 1月～3月
- 市道本口線配水管布設替（A）工事①松島町合津地区内②（資）福富組（松島町）③ 1,823,758 円④ 1月～3月
- 市道本口線配水管布設替（B）工事①松島町合津地区内②杉島電気（松島町）③ 2,709,000 円④ 1月～3月
- 市道馬建青年の家線配水管新設工事①松島町合津地区内②水野電設（松島町）③ 2,205,000 円④ 1月～3月
- 道路台帳修正及び作成委託①上天草市一円②（有）プロス（松島町）③ 787,500 円④ 1月～3月

1月31日入札分

- 宮津地区農山村広場公園整備工事①大矢野町中地区内②杉田産業（大矢野町）③ 9,645,883 円④ 2月～3月
- 市道下老岳支線道路改良（舗装）工事①松島町教良木地区内②（有）松原技建工業（松島町）③ 1,585,500 円④ 2月～3月
- 市道浦山西目1号線道路改良（舗装）工事①松島町合津地区内②（資）福富組（松島町）③ 1,260,000 円④ 2月～3月
- 市道下老岳2号線舗装工事①松島町教良木地区内②（有）橋本組（松島町）③ 2,299,500 円④ 2月～3月

2月14日入札分

- 蔵々橋橋梁調査業務委託①大矢野町維和地区内②（株）東光コンサルタンツ（福岡市）③ 1,050,000 円④ 2月～3月
- 市道今村線道路維持工事①松島町合津地区内②深田建設（松島町）③ 992,250 円④ 2月～3月
- 市道尾越崎下新地1号線舗装工事①大矢野町登立地区内②（有）直江産業（大矢野町）③ 2,415,000 円④ 2月～3月
- 串漁港基盤整備附带工事その2①大矢野町上地区内②（有）河上建設（大矢野町）③ 2,467,500 円④ 2月～3月
- 阿村中学校排水設備改修工事①松島町阿村地区内②（有）河本電設（松島町）③ 2,688,000 円④ 2月～3月

- ▼メータ検針員氏名（敬称略）
- ▽大矢野地区 池田 奈美枝、小林利明、中田 實、迫田 佐敏、水野 智恵美、松尾 繁一、楠元泰、杉田 義人
- ▽松島地区 橋口 由一、汐見 春美、福田 義人、米崎 由美子
- ▽姫戸地区 宮内 藏、内田 征子、平野 ツル子
- ▽龍ヶ岳地区 田北 美子、元島 輝、濱本 美佐子

メータ検針員のお知らせ
水道局

平成19年度のメータ検針員（集金も含む）を次のとおり決定しましたのでお知らせします。

熊本県・市町村電子自治体共同体運営協議会からののお知らせ

問合せ先 情報推進室



現在、くまもと電子申請窓口「よろず申請本舗」で運用している約250の手続きに新たに追加され、400を超える手続きが整備されることになりました。

◆追加手続運用開始日 3月26日（月）から

◆主な追加手続【4月以降に運用開始の手続き】

☆県 調理師・栄養士（免許申請等）、生活保護（施設指定）、准看護師（免許申請等）、道路占用（占用廃止等）、【教職員試験受験申込、自動車税住所変更届、屋外広告（許可申請等）】ほか

☆市町村 行政文書開示請求、保育（入園申込等）、鳥獣保護（捕獲申請等）、児童扶養手当（再交付届出等）、下水道（利用計画届出等・使用水量申告等）、消防（罹災証明等）、【屋外広告（許可申請等）】ほか

◆よろず申請本舗のアドレス

<http://www.shinsei honpo.kumamoto-idc.pref.kumamoto.jp/shinsei/jsp/default.jsp>

市有地の売払いを…

一般競争入札にて実施します！

●売払物件

【所在、地目、面積、最低入札価格の順で表記】

◆松島町合津字合ノ丸2727番2、宅地、288.65㎡、4,433,893円

◆姫戸町姫浦字濱田4079番14、宅地、303.92㎡、5,470,560円

●入札参加資格 特別な資格は不要で、どなたでも参加できます。（ただし、一定の条件の場合を除きます。詳細は、市有地売払要領をご覧ください。）

●入札参加申込み

○申込期間 3月19日（月）～4月2日（月）
午前8時30分～午後5時（土・日を除く）

※郵送の場合は必着です。

○申込および問合せ先 市役所監理課
（☎ 869-3692 上天草市大矢野町上1514番地）

●入札日時 4月6日（金）午前9時半受付

●入札場所 市役所大矢野庁舎 3階大会議室

★市有地売払要領は、監理課・松島窓口センター・姫戸および龍ヶ岳統括支所にあります。また、市のホームページからも閲覧・ダウンロードできます。

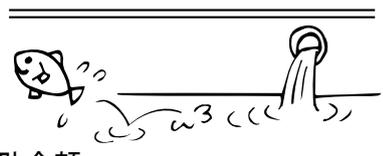
小型合併処理浄化槽維持
管理費補助金申請につい
てお知らせ
環境衛生課

小型合併処理浄化槽の維持
管理費の補助金申請は、3月
末までとなっております。
まだ、申請が済んでない方
は、早めに申請を行ってくだ
さい。

※対象や必要書類など、詳し
くは、広報1月号22ペー
ジをご覧ください。

▼受付期間 3月30日(金)
まで

▼申請方法 必要書類を揃
えて、環境衛生課、大矢
野窓口センター、各統括
支所のいづれかにご提出
ください。



▼補助金額

対象槽	旧 (H 17 年度 まで: 10 年間)	新 (H 18 年度 から: 20 年間)
5人槽	10,000円	5,000円
6~7人槽	12,000円	6,000円
8~10人槽	16,000円	8,000円

「おおやの子育て支援センター
からのお知らせ」

4月から利用時間が
変わります



★利用できる施設と時間

- 園庭 午前9時30分～午後1時
- ばんだルーム 午前9時30分～午後1時
(子育てサークル等の活動に利用できます)
- らんちルーム 午前11時30分～午後1時
(自由に食事ができます)
- かながルーム 午前9時30分～午後1時
(子育て中の親子のふれあい・おしゃべり・
友達づくりができる交流サロンです。)
- プール 夏場のみ開放
- ★毎週月曜日～金曜日 午前10時30分から
育児講座・保育園体験等を行っています
- ★問合せ先 ☎0964(56)0254
(大矢野保育園内) 担当: 松島・切通

名称が決定しました!!

上天草市カントリーパーク
はなみずき
『花 海 好』

★田口征太郎くん
(姫戸小6年)の応募作品

上天草市カントリーパーク事業により整備して
いる公園の名称に、市内外から110件の応募があ
り、その中から、大矢野高校生、松島商業高校生
および市民のみなさんに協力して頂き決定しまし
た。4月下旬には、すべての施設が利用できる予
定ですので、お気軽にご利用ください!

●カントリーパークの目的とは…?

「スパ・タラソ天草」と連携し、“当市の自然や風土
を生かした人々の交流の場の形成”をテーマにしてい
ます。多くの人たちが交流および憩いの場として利用
することで、一人ひとりの心に潤いを与え、交流から
生まれる地域の活性化を図ることです。

平成19年度上天草市単独耕地事業の申込みについて

市では、農業生産基盤の整備により農業生産力の増大をはかるため、農道新設・改良・舗装・排水路
整備、ため池整備等に対し助成します。採択基準は下記のとおりです。

★申込期間

3月19日(月)から4月23日(金)まで

☞採択基準

受益面積2ha以上、受益戸数5戸以上が共同
施行する。※ただし、特殊地域で市長が認めた地区
についてはこの限りではない

☞補助率および事業費の限度額

- ・農道新設、改良、舗装
【補助率】新設・改良65%以内、舗装60%以内
【事業費】500万円以内(舗装は300万円以内)
- ・排水路、潮遊池整備
【補助率】60%以内、【事業費】300万円以内
- ・その他整備、設置事業
【補助率】30%・40%・50%以内
【事業費】50万円以内から500万円以内

○例えば…

事業費100万円の農道舗装の場合、60万
円(60%)の補助で、残りの40万円につい
ては受益者負担になります。(一部例外有り)

★申請方法

☞各区長または各庁舎に設置して
ある申請書に、漬地等による同
意書を添えて提出ください。



★申請先

☞農林課、松島窓口センター、姫戸および龍ヶ
岳統括支所

☎問合せ先 農林課耕地係

市内学校体育館等の夜間開放時の鍵管理者のお知らせ

☎学務課

4月1日より、各地区の学校体育館等施設の鍵管理場所が一部変わりますので、お知らせします。

【大矢野地区】

全施設とも従来どおり

【松島地区】

▼今津小および今津中学校

松島庁舎夜間警備員

▼阿村小および阿村中学校、阿村体育館 植野商店

※その他の施設は従来どおり

【姫戸地区】

▼姫戸体育館 姫戸統括支所夜間警備員

※その他の施設は従来どおり

【龍ヶ岳地区】

▼高戸小学校、龍ヶ岳中学校 龍ヶ岳統括支所夜間警備員

※その他の施設は従来どおり

熊本県障害者スポーツ大会の参加者募集

☎福祉課

県では、障害のある人がスポーツの楽しさを体験し、社会参加を推進するため、第6回県障害者スポーツ大会を開

催します。

▼開催日・競技名および会場

※(身体) ……身体障害者の部
(知的) ……知的障害者の部

▽5月13日(日)

●アーチエリー競技(身体)

菊陽杉並木公園スポーツ広場

▽5月20日(日)

●陸上競技(身体・知的) 県

民総合運動公園陸上競技場「KKウイング」【予定】

●卓球競技(身体・知的) 県

身体障害者福祉センター体育館

●サウンドテーブルテニス競技(身体) 県

身体障害者福祉センター

●フライングディスク競技(身体・知的) 県

民総合運動公園補助競技場【予定】

●ボウリング競技(知的) マ

スターボウル熊本

▽5月27日(日)

●水泳競技(身体・知的) アクアドームくまもと

※なお、陸上とフライングディスク競技の会場については3月下旬頃に決定します。

▼参加選手資格

平成19年4月1日現在で、13歳以上の方

▼申込締切 3月23日(金)

☎申込・問合せ先 福祉課

＊保健課からのお知らせ＊



定期予防接種についてのお知らせ

三種混合1期初回の定期接種の対象者は、生後3～90月に至るまでです。また、定期の1期初回接種は、3週間から8週間までに受けるように法律で定められています。この期間を超えてしまうと、任意接種になります。

しかし、三種混合1期初回は接種回数が多く、また3～8週間隔で受けるには、接種期間が5週間と短いことが現状です。

そのため、本市では1期初回の対象者であれば、3～8週を超えた場合でも、行政措置として公費負担で実施しますが、できるだけ3～8週間隔で受けられるように予約をして、接種するようにしましょう。

行政措置での接種とは…？

予防接種法の救済措置が受けられず、市の加入する保険での救済措置という意味です。



☎問合せ先 保健センター

4月から乳幼児医療費の「窓口無料化」が始動します！

平成19年4月1日交付の新しい受給者証と保険証を上天草市内の医療機関の窓口提示されると、乳幼児医療費(0歳から6歳就学前まで)の個人負担分(容器等保険が使えないぶんを除く)は、現金を支払わずに診療を受けられるようになります。

つまり、病院・歯科・薬局などの医療機関での現金支払いも不要になり、乳幼児医療費請求書の提出する手間もなくなります！

※ただし、平成19年4月1日の診療分から適用。

ご注意！

上天草市外の医療機関(病院、歯科、薬局など)で受診された方は、今までどおり、市役所に乳幼児医療費請求書の提出が必要です。



☎問合せ先 保健課

15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日
⑤しまだ小児科【大矢野町登立】「小・内」 ☎0964560005 ⑥上天草総合病院【龍ヶ岳町高戸】「内・外・小」 ☎09691122														
⑦大母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 ⑧姫母子手帳交付（育児相談） 13時～14時30分・13時～13時15分受付【姫支】 ⑨龍母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【龍支】														
⑩大3～4カ月児健診（BCG） 13時～13時15分受付【大セ】 嘱18年12月生まれ ⑪姫3～4カ月児健診（BCG） 13時～13時15分受付【姫セ】 嘱18年11～12月生まれ ⑫姫6～8カ月児健診・13時～13時15分受付【姫セ】 嘱18年8～9月生まれ ⑬姫3歳児健診・13時～13時15分受付【姫セ】 嘱15年12月～嘱16年3月生まれ 移動図書館【登立地区】（20ページ）														
行政相談・10時～15時【大セ】（10ページ） 大1歳児学級・13時～13時15分受付【大セ】・嘱18年3月生まれ														
⑭吉田クリニック【大矢野町中】「内」 ☎0964570246 ⑮春田医院【松島町阿村】「外・内・小」 ☎0969560052 熊本県議会議員一般選挙（10ページ） 大母子手帳交付（育児相談） 9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 大6～7カ月児健診・13時～13時15分受付【大セ】 嘱18年9月生まれ 大6～7カ月児健診（阿村、教良木地区） 13時50分～14時30分【松セ】 移動図書館【上地区】（20ページ）														
龍ポリオ予防接種（龍ヶ岳地区） 13時20分～13時50分【龍支】 大ポリオ予防接種（登立地区） 13時20分～14時【大セ】														
⑯宮崎外科胃腸科医院【大矢野町上】「外・消」 ☎0964560600 ⑰教良木診療所【松島町教良木】「内・外・小」 ☎0969570037														

龍ヶ岳地区の児童健診を受けられる方へ

龍ヶ岳地区の健診・学級会場が、4月から下記のとおり変更になります。

これまで 平成19年4月より
 龍ヶ岳健康管理センター → 龍ヶ岳統括支所に

24時間モシモシ健康情報

☎096(385)3300

4月の週間プログラム	
月	思春期のうつ病
火	中年期のうつ病
水	老年期のうつ病
木	歯によいおやつについて
金	ゆさぶられっこ症候群
土・日	乳腺のしこり

ホームページでもご覧になれます。
<http://www.khk-dr.jp>

◎対象者 全：市内全般 大：大矢野 松：松島 姫：姫戸
 龍：龍ヶ岳 姫龍：姫戸・龍ヶ岳

◎持参物 「母子手帳交付↓印鑑」（6～8カ月児健診↓母子手帳、問診票、バスタオル）（3～4カ月児健診↓6～8カ月児健診持参物+BCG問診票）（1歳児学級↓母子手帳、問診票、ハブラシ、おしぼり）（1歳6カ月児健診↓母子手帳、問診票、尿）（3歳児健診↓母子手帳、問診票、聴力視力検査用紙）（母親学級①（妊娠中の過ごし方、おっぱいの話）↓母子手帳、運動のできる服装）

◎場所 【大窓】：大矢野窓口センター 【大セ】：大矢野老人福祉センター 【松セ】：松島保健センター 【姫支】：姫戸統括支所 【姫セ】：姫戸母子健康センター 【龍支】：龍ヶ岳統括支所

※⑤：日祝日在宅医の診療時間は、午前9時から午後5時まで。それ以外は、受ける前に電話連絡してください。また、変更になる場合があります。

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16
火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月
	⑤中村医院【大矢野町上】「内」 ☎0964⑤0003	⑤やまうち医院【松島町阿村】「内・小・ア」 ☎0969⑤0899 天草サンライズウオーク・8時30分～（23ページ）		大ボリオ予防接種（上・湯島地区）13時20分～14時【大セ】	龍1歳6カ月児健診・13時～13時15分受付【龍支】 歳17年7～9月生まれ	松1歳6カ月児健診・13時～13時15分受付【松セ】・歳17年8～9月生まれ	大2カ月児学級・14時～14時15分受付【大セ】・歳19年2月生まれ	松2カ月児学級・14時～14時15分受付【松セ】・歳19年2月生まれ	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 上天草市長選挙・上天草市議会議員補欠選挙（10ページ）	⑤毛利医院【大矢野町登立】「内」 ☎0964⑤2111 ⑤原田医院【松島町合津】「外・内・整・泌・リハ」 ☎0969⑤1151	年金相談・10時～15時【大矢野庁舎書庫棟1階会議室】（3ページ） 姫龍2カ月児学級・14時～14時15分受付【龍支】・歳19年2月生まれ	松3～7カ月児健診・13時～13時15分受付【松セ】・歳18年9月生まれ 松6～7カ月児健診・13時～13時15分受付【松セ】・歳18年9月生まれ	移動図書館【中・維和地区】（20ページ） ※13日（金）まで電話にて要予約	大3歳児健診・13時～13時15分受付【大セ】 歳16年2～3月生まれ 全母親学級①・9時45分～10時受付【松セ】 母子健康手帳交付後～妊娠8カ月の方	大母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【大窓】 姫母子手帳交付（育児相談）13時～14時30分・13時～13時15分受付【姫支】 龍母子手帳交付（育児相談）9時30分～11時・9時30分～9時45分受付【龍支】

【今日からさっそく介護予防！～尿失禁について～】

日常生活でふとした拍子に尿がもれてしまう症状を、「尿失禁」といいます。尿失禁にはいろんな種類がありますが、約7割を占めるのは『腹圧性尿失禁』という症状です。これは、『骨盤底筋（こつぱんていきん）』という膀胱（ぼうこう）の蛇口にあたる筋肉がゆるむため、ちょっとした圧力がお腹にかかっただけでも尿が外に漏れてしまいます。改善方法としては、『骨盤底筋』を鍛える体操が効果的です。

自分の状態をチェック☑！

下の項目をチェックしてみましょう。チェックが多いほど、腹圧性尿失禁の可能性がります。早めに医師に相談しましょう。



- Q 1. 健康に自信がないほうだ
- Q 2. 普段の生活の中で尿がもれることがある
- ☀ Q 2 にチェック☑がついた方のみ
- Q 3. 次のようなときにもれることがありますか？
せきやくしゃみ 笑う 重いものを持つ
立ち上がる
- Q 4. 便秘がちだ
- Q 5. 尿もれが気になって外出を控えることがある
- Q 6. 友人・知人との付き合いに尿もれが影響する

改善策の骨盤底筋体操！（座って、立って、仰向けなど、どの体勢でもできます）

- ①短く『ぎゅっ』としめる
膣や尿道を2～3秒しめる、ゆるめるの動作を繰り返します。
- ②長く『ぎゅ～っ』としめる
肛門・尿道を6～8秒しめた後、10秒かけてゆっくりゆるめる動作を繰り返します。
- ※①と②をそれぞれ5回くらいずつ。慣れてきたら、②を10回くらいに増やしてみましょう。1日3セットが目安です。

☎問合せ先 地域包括支援センター（松島庁舎内）



市立病院 だより



立ち会い分娩 のススメ②

—もう一つの理由—

上天草総合病院 産婦人科部長
姫野 隆一



前号で、立ち会い分娩は「固い絆と強い愛情に満ち溢れた家族が誕生する瞬間」と述べました。いたわりねぎらうことで「妻」に。この上なく強い愛情が湧き起こり、「一生をかけて育て上げるぞ」という確固とした自覚と責任感が芽生えることで「我が子」と「夫自身」に。つまり3者全員にその後ずっと良い影響を与えるのです。

でも、それだけではありません。立ち会いをすすめるもう一つの理由は、病院側のメリットです。それは、きちんとした医学的対応を行っているということ。夫に直接知ってもらえる、さらに見られていることが「より良い対応と医療レベルの向上」につながるからです。家族の保護者・責任者である夫に「しっかりと見届けてもらう」ことは、いろんな意味での誤解やトラブルを防ぐ最良の方法と考えま

す。実際、難産で母体も疲れ果て、出生後の赤ん坊が弱々しく小児科医師の手当てが必要なときでも、立ち会い分娩のケースでは、我が子を気づかいながらも、妻へのねぎらいと同時に、私たちスタッフにも感謝の言葉をいただくことがあります。

一方で、立ち会い分娩にデメリットが無いわけではありません。例えば、切開や縫合等医学的に必要な介助・処置に對しても不信任を抱く人も時にはいますし、「愛する妻が出血し、痛がっている」という精神的感応で、夫が気分不良になることもあります。

また、出産こそ女性の持つ素晴らしい身体能力の発現なのですが、男性には凄まじく感じることも間違いなく、出産後数年経つのに次の子を作れない…などという話も耳にします。素晴らしい出産になると思っ

病院理念 信頼される地域医療

基本方針

1. 患者様中心の医療をめざします
2. 地域に根ざした心あたたかな医療を行います
3. 患者様に安全・安心な医療を提供できるよう努力します
4. 安心して退院出来る病院をめざします
5. 常に自己研さんに努め、医療水準の向上に励みます
6. 健全な病院経営をめざします

患者様の権利

1. 個人として尊敬される権利
2. 良質な医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
5. 自分が受けている医療について知る権利
6. 個人のプライバシーが守られる権利



はり恥ずかしかった。二度と立ち合いは嫌だ」と感じる夫婦もいるようです。

いづれにしろ、立ち会い分娩をするかどうか決めるのは、「妻と夫」当人同士の価値観によるものであり、決して流行や他人の押し付けであってはなりません。でも、子どもが大きくなつたとき、「ママがうんと頑張つて、パパもずっと応援し見守つて、そして君が生まれたんだよ」と話してあげられるのは、とてもステキなことだと思いませんか？

(今回は紙面の都合で、立ち合いのいろんな背景の話は割愛させていただきました。)

Q & A コーナー

Q 2月中ごろから両目がかゆくてたまりません。くしゃみと鼻水もよく出るようになったので花粉症だと思えます。予防や対策はどうするの
がいいでしょうか。

A 草木の花粉、特に2月から4月ごろにかけての杉花粉によるアレルギー反応を、俗に花粉症と呼ぶようになりました。温暖な天草地域では杉花粉は1月中旬から飛び始め、早くから患者さんが来られます。

ご質問にあるように、目の鼻の症状が一緒に起こることが多いのですが、どちらか片方がひどい場合もあります。目には抗アレルギー剤の点眼、鼻には点鼻薬や内服薬を使用します。重症の場合にはステロイドホルモンの入った薬を短期間使用することもあ

診療案内

		月	火	水	木	金
内科 代謝内科	再来	樋口		坂本興	樋口	坂本興
		坂本興	樋川	溝部	樋川	溝部
	新患	溝部	宮川	糸永		樋川
		和田／ 糸永	和田		宮川	
消化器内科		脇岡			脇岡	
循環器科		脇岡				
外科 大腸肛門科		福田	中原	福田	中原	福田
皮膚科					熊大	
整形外科		坂本美			坂本美	坂本美 松藤
産婦人科		姫野				姫野
耳鼻咽喉科		熊大				熊大
眼科		竹下				
泌尿器科		熊大			熊大	
胃腸センター		宮川	坂本	樋川	溝部	脇岡
		和田／ 糸永	福田	宮川	福田	中原
		中原	糸永	中原	和田	糸永
			脇岡			
歯科 口腔外科		福田				

小児科	月	火	水	木	金	土	日
午前	神薗	田原	神薗	田原	[小児科医]		[小児科医]
午後	田原 (神薗)	神薗	田原 (神薗)	[田原]	[小児科医]		[小児科医]
準夜	[小児科医]	[神薗]	[小児科医]	[田原]	[小児科医]		[小児科医]

- 受付は、午前8時30分から午前11時30分まで。
- 金曜日午後の松藤先生の整形外科は、予約制です。
- 内科は、(火)(木)の午後5～6時までの夕方外来があります。
- 皮膚科は、毎週木曜日午前中に熊大尹教授の外来診療があります。
- 脳神経外科は、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)。
- 漢方特殊外来は、第1・3火曜日に行います。午後2時30分から午後5時も受け付けます。
- 心臓血管外科は、月1回(第2水曜日)に診療を行います。※4月から第4木曜日に変更
- 小児科の時間は、・午前(9:00～11:30)・午後(17:00～17:30)・準夜(19:30～20:00)になります。ただし、土曜日の午前は、(10:00～11:30)。
- [小児科医]の時間帯は電話でのご確認をお願いします。
- 問合せ先 上天草総合病院
☎0969(62)1122 F A X 0969-62-1546
ホームページ <http://www4.ocn.ne.jp/~kamiama/>
Eメール kamiama@bronze.ocn.ne.jp

医療情報 第1弾

脳の健康管理は大丈夫？



当院のマルチスライスCT

頭痛やめまい、手足のしびれ、あるいは最近なんだか物忘れがひどくて、そんな症状や経験、心当たりの方はいらっしゃいませんか。

脳にも健康管理が必要です。当院ではMRIを使った脳ドックをはじめ最新のマルチスライスCTによる頸部や脳血管の鮮明な画像を基に血管の奇形や狭窄、くも膜下出血の原因となる動脈瘤等の早期発見に努めています。

なかでもMRIは、人体の軟部組織や中枢神経領域などの描出に優れ、脳腫瘍や脳梗塞、脳出血等の脳血管障害をはじめ椎管ヘルニアやじん帯損傷等の診断に有効です。また婦人科領域では子宮や卵巣の病変なども詳細に描出することができます。

当院では人間ドックを受診していただいた方にオプション検査としてMRIによる脳ドックをおすすめしています。検査時間は30分から40分程です。外来での脳血管を含む頭部MRI検査は初診・診断料込み3割負担の方で6,000円程度、椎管ヘルニア等の腰椎MRI検査では同じく5,600円程度の負担となります。画像は、担当医の診断と必要があればインターネットを使った遠隔診断による専門医の読影を受けることができます。

他にも、マンモグラフィによる乳がん検診やCTによる内臓脂肪測定なども受付けております。

健康や安心は何ものにもかえがたいものです。市立病院があつて良かったと思っただけのことであれば幸いです。

ります。予防は、花粉を浴びないこととです。雨上がりの強風の日には、外出を避けたほうがよいでしょう。布団は外に干さないほうが賢明です。最近では花粉症対策のマスクも売られているようです。眼鏡も水中眼鏡のように縁が顔に密着し外気が入ってこないようにする商品も出ています。症状の出始めから予防的に薬を使用したほうがシーズン中軽くて済むという意見もあります。今年とは異常な暖冬で、早く始まった分、早く収束するというのが希望的観測もあります。が、果たしてどうでしょうか。

上天草総合病院眼科
竹下 哲二

生涯学習

心豊かな暮らしのページ

各問合せ先	中央・松島公民館	☎ 0969 (56) 0777
	大矢野公民館	☎ 0964 (56) 4393
	姫戸公民館	☎ 0969 (58) 2111
	龍ヶ岳公民館	☎ 0969 (62) 1111
	社会教育課	☎ 0969 (56) 1111

**みんなみんなの子どもです
日ごろの感謝を給食に込めて…**

1月26日(金)、教良木小学校(藤瀬高志校長)で、「松商ボランティア部」と地域のOBで作る「あまづらパトロール隊」の方、29人を給食に招待しました。これは、日頃、下校時に児童と付き添って帰宅してもらっていることに感謝するために行われたもので、参加者は数名ずつに分かれ児童と給食を食べながら交流を深めました。なかには自己紹介で特技や好きなスポーツ、昔の食事、将来の夢などについて発表を交えたクラスもあり、とても素晴らしい交流会となりました。



イベント・参加者募集

「大矢野公民館総合作品展のご案内」

大矢野公民館において活動する教室・講座生の、1年間の学習成果を発表する、公民館総合作品展を開催します。9種の講座と席書大会の入賞作品のほか、賛助作品として大矢野町内の写真愛好家の作品も一堂に展示します。みなさんお誘い合わせの上ご来場ください。

- ▼日時 3月17日(土)～21日(水)
午前9時から午後5時※ただし、19日(月)は休館日
- ▼場所・問合せ先 大矢野公民館

「平成19年度姫戸高齢者学級生を募集します!」

姫戸高齢者学級では、月に1回、小学校・保育園との交流、健康学習、講演、講座、レクリエーションなどを開催しています。

- ▼平成19年度の学級生を募集しますのでお気軽にお申し込み下さい。60歳以上の方ならどなたでも参加できます。
- ▼期間 4月から翌年3月まで
- ▼場所 姫戸老人福祉センター及び地区公民館など
- ▼対象者 60歳以上で学習に参加できる方
- ▼会費 年間2,000円
- ▼内容 世代間交流、健康学習、講演、講座、レクリエーションなど
- ▼申込締切 4月6日(金) 電話申込可能です

▼申込・問合せ先 姫戸公民館

「※春はウキウキ気分でお花見コンサート」

春は、自然と音楽を口ずさみたくなる季節。ギターやピアノ、フルートの音色に耳をかたむけ、一緒に歌い、音楽を楽しみませんか。

- ▼日時 3月25日(日) 午後1時30分から
- ▼場所 大矢野公民館
- ▼内容 高敷義則さんの歌とギター、キーボード演奏、山崎智恵美さんのフルート演奏、池田広美さんのピアノ伴奏、市内の小・中学生によるピアノ演奏など

※入場無料の手作りコンサートですので、お気軽にお越しください。

▼問合せ先 大矢野公民館



前回の様子



笑顔で修了 成人大学 2006 大矢野公民館

2月6日(火)に成人大学を行い、28人が参加しました。今年度の最後となる講座は、「楽しい健康体操」と題した手足を使った体操。ユーモアたっぷりに鬼塚靖子先生から教えていただきました。

先生の「体操は続けることが大事、そして笑うことも健康の秘訣!」との言葉通り、参加者は大いに体を動かし、大いに笑い、成人大学2006の最後を楽しみました。

終了後の閉講式と茶話会では、親睦を深め、5月からの成人大学2007での再会を約束しました。

ちょっとしたコツで美味しく! 松島公民館

1月25日(木)、保健センター調理室で郷土料理教室(後期)が行われました。今回は、教良木河内地区の郷土料理「茶めし・ざぜん豆」と大福を教良木河内地区の市活性化グループ協議会のみなさんに教えていただきました。

「茶めし・ざぜん豆」を初めて作る人もいれば、作ったことはあってもおいしくできないという人もいて、難しいというイメージがあった参加者のみなさん。でも、ちょっとしたコツで美味しく、しかも簡単に出来上がりました。

また、参加者のなかには親子でのグループもあり、郷土料理を通じて幅広い交流ができたようでした。



最新の設備にビックリ 姫戸公民館

姫戸高齢者学級では1月26日(金)、姫戸老人福祉センターで中央消防署東天草分署の富安分署長らをお招きし「救急と防災」についての講習会を実施しました。

今回の参加者は37人。初めに、救急車の装備を見せてもらいました。車の中には病院が丸ごと入ったような医療機器が備え付けてあり、最新の救急車を目の前にした参加者からは「こら、なかなか死なねばい」などと驚きを隠せない様子でした。

続いて行われた講話では、171番の伝言ダイヤルについての話など、役立つ情報が盛りだくさんで「よし、家に帰って試してみよう」という声が上がっていました。

いい汗かきますよ! 龍ヶ岳公民館

中学時代はテニスをしていたものの、卒業してからは、場所や時間も相手もなかなか見つからず、テニスをする機会に恵まれませんでした。そして、メタボリック症候群が気になりだした時に誘いを受けたのが、ショートテニスです。

「ちょっとのぞいてみるか」という気持ちで参加しました。簡単に言えば、高さ80cmのネット、バドミントンコート、スポンジボールを使ったテニスなのですが、最初は勝手が分からず戸惑いました。でも、すぐに慣れて、うれしいことに初心者でも、簡単にラリーが続くのです。スマッシュを決めようとしてもなかなか決まらない…初心者は初心者なりに、経験者は経験者なりにとても楽しめる!それがショートテニスなのです。

ダイエット効果はまだ見えてきませんが、毎回の練習を心待



ちにしています。龍ヶ岳中学校体育館で毎週月曜日午後8時から練習をしています。皆さんも一度参加してみませんか?

柴田 敏博(高戸地区)

●●● 大矢野森記念図書館 ●●●

みんな集まれ～!!

《おはなし会開催》

- ★とき 3月25日(日)
午前11時から
- ところ 森記念図書館2階
- ★とき 4月14日(日)
午前10時～
午前11時30分
- ところ 西の浦公民館

《移動図書館》

- 登立地区 4月4日(水)
- 上地区 4月11日(水)
- 中・維和地区 4月18日(木)

《今月の新刊案内》

- ★一般書
『青春の雲海』◆森村誠一著【中央公論新社】
／『まとい大名』◆山本一力著【毎日新聞社】
- ★児童書
『生麦生米生卵』◆長谷川義史さく【ほるぷ出版】
／『未来のきみが待つ場所へ』◆宮本延春著【講談社】
『極地からわかる地球のひみつ』【旺文社】



●●● 龍ヶ岳図書館 ●●●

いつも図書館を利用いただき、ありがとうございます。3月になり、だんだんと春の気配が近づいて来ました。

卒業、転勤、新生活への出発など、別れや新しい出会いが多いこの時期…気持ちを落ち着かせる一冊や、新しい話題づくりの一冊など、自分にあった一冊を図書館で見つけてみてはいかがでしょうか。みなさまのご来館をお待ちしています。

《おはなし会開催》

お友達をさそって遊びに来てください。みなさんのお越しをお待ちしてま～す!

- とき：2月24日(土) 午後2時から
- ところ：龍ヶ岳図書館内 児童室

★本の寄贈ありがとうございました!

龍ヶ岳町大道に在住の方々(2名)から、図書館へ本の寄贈がありました。ありがとうございました。
『愛の流刑地 上・下』◆渡辺淳一・著
『13階段』◆高野和明・著 ほか…計7冊
図書館では、本の寄贈を受付けています。読まなくなった本、みんなに読んでもらいたい本などありましたら、図書館までお問い合わせください。



いんあおめーしょん

◆開館時間と休館日のお知らせ

○開館時間

- 大矢野・松島図書館
■平日 10時～18時 土・日・祝日 10時～17時
- 姫戸・龍ヶ岳図書館
■平日 9時～17時 土・日・祝日 10時～17時

○休館日

3/19、26、31 4/2、9、16、23、30

○各図書館の問合せ先

- 大矢野森記念図書館 ☎ 0964 (56) 4393 ※大矢野公民館内
- 松島図書館 ☎ 0969 (56) 0777 ※「アロマ」呼出
- 姫戸図書館 ☎ 0969 (58) 2111 ※姫戸支所呼出
- 龍ヶ岳図書館 ☎ 0969 (62) 0930 ※直通

ポケットの一冊

『黒笑小説』



集英社

13の短編小説で構成されている単行本です。全ての話に、書名の通りブラックユーモアな笑いがあり、面白かったです。中でも私が好きな話は、最初の話と最後の話です。同じ作家が出てくるのですが、作家人生とはこんなものなのか…とってしまうほど、最後は、

少しかわいそうになりながらも、どこか笑ってしまうという結末を迎えてしまいます。人にすすめられて読んだ本なのですが、とてもユニークな話ばかりで、最後まで楽しく読めました。

長い文章が嫌いな私が、楽しく読めたので、活字離れしている方にもおすすめです。ぜひ読んでみてください。(匿名希望・大矢野町)

好きな本の世界をのぞいてみよう

●●● 姫戸図書館 ●●●

《新刊案内》

★一般書

『金の言いまわがい』◆ほぼ日刊イトイ新聞編／『夜は短し歩けよ乙女』◆森見登美彦 著／『松浦静山夜話語り』◆童門冬二 著／『また会う日まで』◆柴崎友香 著／『かあちゃんにあいたい』◆島田洋七 著／『海老名香葉子昭和暮らしの知恵袋』◆海老名香葉子 著／『なぜ生きる』◆明橋大二 著／『あなたに優しい防災習慣・天気の見方』◆三好真紀 著／『超カンタン 関節体操』◆白木仁 著

★児童書『かいけつゾロリ まもるぜ! きょうりゅうのたまご』◆原ゆたか さく／『シマウマだけドウサギ』◆本信公久さく／『トンちゃんってそういうネコ』◆MayaMax さく／『とうさんはツツノオトシゴ』◆エリック・カール さく／『おにたのぼうし』◆あまんきみこ さく／『おかあさんのパンツ』◆山岡ひかる さく

☆本のご寄贈ありがとうございました。
1/25 松本久徳 様 (龍ヶ岳町)

各図書館からの お知らせ

～ちょっと早いですが…夏に向けていかがですか?～

『リボンレイの本』

ハワイでは、贈りものやお守りに、“レイ”の文化があります。この本では、注目のハワイアンクラフト『リボンレイ』を紹介してあります。

初心者にもわかりやすい説明と写真、実用的な小物へのアレンジで、ストラップやパレットなどの作り方も載っています。巻末には便利なマーキングスケール付き。



●●● 松島図書館 ●●●

《図書館おはなし会》

4月のおはなし会はお休み zzz です。来月をお楽しみに～♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

《あかちゃんおはなし会》

絵本の読み聞かせ、ペープサート、ふれあい遊び。いろんなおはなしが盛りだくさん!一緒に歌を歌ったり、踊ったり!?楽しく過ごしましょう!お気軽にどうぞ。

●とき 4月4日(水) 午前10時30分から
(20分程度)

●ところ アロマ視聴覚室(図書館となり)

●対象 0歳児～未就園児と保護者

★★★★★★《新刊案内》★★★★★★

<一般書>

『みんなのスッキリ!』◆上大岡トメ 著／幻冬社【冷蔵庫の中の食材を全部使いきったり、車の中で大声で歌ったりすると、スッキリしませんか?そんな、“みんなのスッキリ”を集めた一冊】

『14歳』◆千原ジュニア 著／講談社【あのお笑いコンビ、千原兄弟の弟が「二度と戻りたくない」と振り返った少年時代をもとに書いたとされている、幻の自伝的小説】

<児童書・えほん>

『デモナータ 4幕 ベック』◆ダレン・シャン 作 橋本恵 やく／小学館【時代は、今から約1600年前、場所は、アイルランド。ケルトの神々を崇拜する少女・ベックの前に恐ろしい敵が現れる!「デモナータ」シリーズ第4弾】

『テツガクうさぎに気をつけろ』◆きむらゆういち 作・山下ケンジ 絵／講談社【うさぎを食べたいおおかみのゴンノスケ。狙った相手は、めがねの似合う知的なうさぎ。ゴンノスケのちょっと情けなくて笑えるお話】

2006年度!

一般書・児童書別貸出しベスト3※

(2月6日現在、松島図書館調べ)

《一般書》

◎第1位『光とともに…9』◆戸部けいこ 著／秋田書店
【『自閉症』をテーマに、その家族の悩みや苦しみ、幼稚園や学校での生活の大変さなどを、漫画で忠実に表現】

◎第2位『東京タワー』◆江國香織 著／マガジンハウス
【『恋はするものじゃなくて、おちるものだ』年上の彼女を持った少年2人の、切ない大人の恋】

◎第3位『りはめより100倍恐ろしい』◆木堂椎 著／角川書店
【“いじめ”よりも怖い物がある。それは、“いじり”…。高校生になりバスケットに入った主人公が、中学校で“いじられ役”だった事を隠すため、立てた計画とは…】

◎第3位『焼きそばうえだ』◆さくらももこ 絵と文／小学館
【ツイてない人生を送っていた植田さんのために、パリに『焼きそば屋』を作ることになったももこ主催の『男子の会』。焼きそばの研究や、パリでの現地調査、開店までのいきさつを、笑いあり、涙あり?で書かれたドキュメント】

◎第3位『江原啓之への質問状』◆江原啓之 著／徳間書店
【最近悩んでいませんか?今、注目のスピリチュアル・カウンセラー江原啓之氏が恋愛、仕事、人生のすべてにお応えします】

《児童書》

◎第1位『ハリーポッターと謎のプリンス(上・下)』◆J. K. ローリング 著／静山社【大人気『ハリー・ポッター』シリーズの最新刊。大人から子どもまで、幅広い支持】

◎第2位『ポケモンをさがせ! エメラルド』◆相原和典 画／小学館【今や海外でも大人気のアニメ『ポケットモンスター』のポケモンたちが盛りだくさん。子どもたちに大人気】

◎第3位『かいけつゾロリのでんごくとしごく』、『かいけつゾロリあついで! ラーメンたいけつ』◆原ゆたか さく／ポプラ社【大人気の『かいけつゾロリ』シリーズ】

お知らせ かわら版

青年国際交流事業に 参加しませんか

内閣府では、将来を担う国際感覚豊かな青年を育成するため、様々な国際交流事業を実施しています。

平成19年度に実施の「国際青年育成交流」、「日中、日韓青年親善交流」、「世界青年の船」、「東南アジア青年の船」に参加を希望する青年（18～30歳）を次のとおり募集します。

- ▼募集締切日 3月30日(金)
 - ▼中間選考日 4月10日(火)
 - ▼問合せ先 熊本県交通安全・青少年課
- ☎096(333)2294

あなたの技能を 証明しませんか

技能検定は、働く人々の技能を検定し、国として証明する技能の国家検定制度です。個人の能力の証明として、また企業における人材育成の手段として様々な職種で活用されています。

本年度も、熊本県においては1級～3級の区分に応じ「機械加工」や「塗装」など36職種の前期技能検定を次のとおり実施します。

- ▼受験申請受付期間 4月3日(火)～4月13日(金)
 - ▼実技試験期間 6月11日(月)～9月16日(日)
 - ▼学科試験日 7月29日、8月26日、9月2、9日 ※いずれも日曜日
 - ▼合格発表日 8月28日(火)、10月10日(水)
- ※職種により試験日は異なります。
- ▼問合せ先 熊本県職業能力開発協会 技能検定課
- ☎096(384)1711



身近な法的トラブル、お気軽にお問合せください

おなやみなし
0570-078374

時間 平日9時～21時 土曜日9時～17時
解決に役立つ法制度や最適な相談機関を紹介します！

日本司法支援センター 法テラス
<http://www.houterasu.or.jp>

ドミニカ移住者の方々 への特別一時金の支給

昭和31年から34年までの間に、ドミニカ共和国に移住した方に、特別一時金が支給されることとなりましたので、該当される方は外務省までご連絡下さい。

- ▼請求期限 平成20年1月31日
 - ▼問合せ先 外務省領事局政策課ドミニカ特別一時金担当
- ☎03(3580)3311

春のふれあいファミリー 参加者しませんか

天草の自然の中で家族の絆や他の家族とのふれあいを深める「春のふれあいファミリー」を次のとおり開催します。

- ▼とき 5月3日(木)～5月4日(金)
- ▼対象 家族(子どもは3才以上)
- ▼募集人員 140人
- ▼内容 ハイキング、ペーロン漕艇、ニュースポーツ、ナイトシアター、イルカウォッチングなど
- ▼参加費 3,500円(イルカウォッチング代・食事代・保険料等)

- ※未就学児は2,500円
- ▼携行品 野外活動に適した服装(長袖・長ズボンなど)、着替え、運動靴、帽子、洗面用具(歯ブラシなど)、水筒、雨具(かっぱ)、軍手、体育館用シューズ、健康保険証またはその写し
- ▼申込方法 往復ハガキに、住所、参加される家族全員の氏名(ふりがな)、性別、学校名(学年)もしくは年齢、電話番号を記入の上、天草青年の家宛にお送りください。返信

面にも住所、氏名をご記入ください。

※個人情報については、本事業のみに使用し、他の目的には使用しません。

- ▼申込期間 3月1日(木)から4月18日(水)まで
- ▼その他

- ①参加希望者が多数の場合は抽選となります。参加の決定については、4月20日(金)付で郵送します。
- ②5月4日(金)の昼食は用意しておりません。
- ③前日(5月2日)正午以降のキャンセルについては、保険料のみいただきます。

- ▼主催・会場・申込・問合せ先

☎861-6102 上天草市松島町合津5500
熊本県立天草青年の家
☎0969(56)1650



市のデータ

人口	34,238人
男	16,113人
女	18,125人
世帯数	12,361戸
市の面積	126.12 km ²

平成19年2月28日現在

善意に感謝

(敬称略)

●ボランティア活動

市内の福祉施設（松朗園・きららの里・南風苑）にボランティアサービスをしてきた人たちを紹介します。

□水野国夫先生 □濱口民謡教室 □西山カラオケ教室 □大平老人会 □喜楽老人会 □次郎丸老人会 □北里カラオケ会 □中田理髪店 □ノウブル □タカシスタジオ □浦川こずえ □南里恵プロダクション □菓子工房アローム □童謡講座 ゆりかご宅配便 □天理教 □藤川シズカ □吉川キヨカ □山下エツ子 □山本春子 ほか

嘱託職員の募集について

熊本県栽培漁業協会では、次のとおり嘱託職員を募集します。

- ▼採用人数 2人
- ▼対象職種 水産動物飼育環境の監視など
- ▼勤務条件
- ▽任期 4月1日～9月30日の半年間
- ▽勤務時間 ①宿直 17時15分～翌朝8時15分 ②日直 8時15分～17時15分
- ▽給料 月額基本給(宿直10日、日直3日) 71,244円
- ▼試験方法 3月28日(水) 13時30分から、面接による試験を行います
- ▼応募・問合せ先 財団法人 熊本県栽培漁業協会 0964(56)4636
- ▽その他 雇用期間満了後に適正と判断されれば、10月以降も延長雇用あり
- ▼受験資格 65歳ぐらゐまでの方
- ▼応募期間 3月27日(火)まで
- ▼応募方法 開庁時間(8時30分～17時15分)に、履歴書を応募先まで持参する

天草サンライズウォーク参加者募集

4月29日(日)「昭和の日」

(スタート) 龍ヶ岳町大道フェリー発着所前広場

(ゴール) 龍ヶ岳山頂

前回の様子



- 受付 午前8時30分～9時30分
- コース 天草サンライズロード(7*o)
- 申込期間 3月16日(金)～4月20日(金)
※当日消印有効
- 参加資格および参加料
小学生以上の方ならどなたでも参加できます(ただし、小・中学生のみの参加は、保護者の同意書が必要)。大人2,000円 小人500円(小・中学生)
※なお、小人への参加賞はありません

さわやかな春風とともに
ウォーキングを楽しもう!

上天草の春を彩る行事として定着した「キララ祭 天草サンライズウォーク」も、今年で14回目を迎えます。

今回も参加者全員に、豪華賞品が当たるお楽しみ抽選会やぜんざいなどのサービスもあります。

新緑の花々と藍色に輝く不知火海を眺めながら、さわやかな春風とともにウォーキングを楽しんでみませんか。幅広い年齢層の皆さんに参加して頂けるコース設定していますので、ご家族でお気軽にご参加ください。

フリーマーケット出店募集中!

大会を盛り上げてくれるフリーマーケット出店者を募集しています。

- 場所 龍ヶ岳町大道フェリー発着所前広場
- ※詳しいことは、下記の実行委員会までお尋ねください。

●申込・問合せ先 天草サンライズウォーク実行委員会事務局

☎0969(62)1151 ファックス0969(62)1152 〒866-0202 龍ヶ岳町高戸2942-2 龍ヶ岳町商工会内

わんぱくざかり

かわいい子どもの写真を募集しています

上天草市に在住している1～3歳のお子さんで①住所②子どもの氏名③ふりがな④生年月日⑤保護者の氏名⑥子どもに対するコメント(30字以内・どなたからでも結構です)⑦連絡先を添えて上天草市広報係(〒869-3692 上天草市大矢野町上1514)まで送ってください。

なお、応募多数の場合は予約(順番に掲載)となります。ご了承ください。



切通 ^{みゆう}心優ちゃん

大矢野町登立

誕生日 平成 18年 2月 1日

パパ 切通 和則さん
ママ カナミさん

●本人からひとこと
“あんよ”が上手になったよ☆



加藤 ^{はな}華ちゃん

松島町合津

誕生日 平成 16年 8月 16日

パパ 加藤 信和さん
ママ 愛さん

●本人からひとこと
ケーキ大好き!毎日食べたいな

里芋の美味しいアイデア料理

里芋のそぼろいため煮



★材料(4人分)

- | | | | |
|-------|-----------|-------|------|
| ●里芋 | 12個(400g) | ●塩 | 小さじ1 |
| ●豚ひき肉 | 160g | ●しょうゆ | 少々 |
| ●ミツバ | 1/2束 | ●水 | 適宜 |
| ●柚子 | 少々 | ●酒 | 大さじ2 |
| ●ごま油 | 大さじ1と1/3 | ●生姜汁 | 小さじ2 |
| ●砂糖 | 大さじ3 | | |

★おいしい作り方★

- ①里芋は皮をむき、厚さ1cmの輪切りにする。生姜は皮ごとすりおろしてしぼる。ミツバは2cmに切る。柚子は、皮を千切りにする。
- ②豚ひき肉に、酒と生姜汁を混ぜてほぐす。
- ③フライパンを熱し、ごま油を入れて里芋を炒める。表面が透き通ってきたら、豚ひき肉を加えて炒める。
- ④ひき肉がほぐれてきたら、ひたひたの水を入れて、約10分煮る。
- ⑤里芋に火が通ったら、砂糖・塩・しょうゆで味付けして、ミツバを入れたら火を止める。
- ⑥器に盛り、柚子を散らしてできあがり♪

★レシピ提供：姫戸町姫浦地区ヘルスマイトのみなさん

最近、寒暖の差が激しいですね。でも、もう春。冬のお布団は、そろそろ卒業の時期にきました。というの、今日は啓蟄。虫たちはお目覚めの時期です。▼数日前、一匹の蚊が飛んでいるのを見つけた！まだ3月だといふのに、温かさに酔いしれているせいか？それとも季節を勘違いしてしまっただけなのかな？飛んでいる姿は、どことなく弱々しく、こちゃっぴの天敵とは思えないほど。▼そんな蚊を横目に、テレビを見てみると、露出の多いワンピースにミユールを履き、まるで常夏と思わせるような姿の芸能人がいるではありませんか！▼蚊と、薄着の芸能人と。私の方が季節を間違えてしまっているんだ！と錯覚。慌てて窓を開けてみると、まだ肌寒い早春の風がヒュルルと吹いて、温かい肉まんがなんだかおかしなく、温かい肉まんにかぶりつきながら、ストリーブの前で思わず笑ってしまいました。▼季節の変わり目で風邪をひかないよう、衣替えと心替えはゆっくりしましょうね。(こちゃん)

お金が物事を考えるものさしとなりやすい現代、その視点でちよつと考えてみました。いったい上天草市民の一票とはいくらなのか？こう書くとも買収のことみたいになりますが、全く違う視点で：▼市の予算は毎年約150億。よく人口一人当たりの金額を出しているですが、今回は選挙権がある有権者の数で計算してみました。約2万8千人で割ると：約53万と出ました。次に任期が4年というのを考慮して4倍：約212万。これが一票の価値か？いや、ちよつと待てよ：約240億の借金があるなあ。一人当たりになると約85万。差し引き約127万と出ました。▼127万の資産をどう投資するか？というのが前述の視点で見た結論です。ちなみに選挙一回につき約2千万の経費がかかります。▼このように考えると、みなさんの一票の重みが分かり易く見えてきますね。でもお金じゃなく、やっぱり未来への希望が一番大切なことだと思います。▼みなさんの大事な一票を大切に！(S.M)

