

# 上草

“人”と“海”のふれあうまち



EMって すごいね!



写真は、米のとぎ汁発酵液を手にする樋合小の児童たち。10月14日、EM（有機微生物群）による環境学習会の一環で、EMぼかしと同液を作りました。樋合地区では、当番で分別収集の後に、EM団子2,000個を毎月放流しています。

今後、同小の環境学習会では、今回のEMぼかしを用いて12月にEMだんごを作り、来年の1～2月ごろに放流を行い、小学生も一緒に地域活動に参加する予定です。

主な内容

- 平成19年度決算報告 …… P2～5
- 振り込め詐欺対策 …… P6～7
- 嘱託・臨時職員登録者募集 …… P9
- まちのわだい …… P10～13
- お知らせ …… P14～19
- ウェルカム市長室 …… P20
- 健康ガイド …… P22～23
- 市立病院だより …… P24～25
- 生涯学習情報 …… P26
- 図書館だより …… P27

# 報告

## 普通会計

(決算統計より)

平成 19 年度の市の一般会計や特別会計の決算が 10 月の決算特別委員会で承認されましたので、皆さまが納められた税金や負担金、国や県からの補助金などの収入がどのくらいで、どのように使われたのかを、前年度決算と比較分析しお知らせいたします。

また、平成 19 年度リバイバルプランをもとに策定した財政健全化計画と比較し、財政健全化の進捗度をご紹介します。

すべて普通会計ベース（普通会計・・・一般会計、診療所・斎場・天草四郎メモリアルホール特別会計）

※各会計の歳入歳出決算は表 6（4 ページ）参照

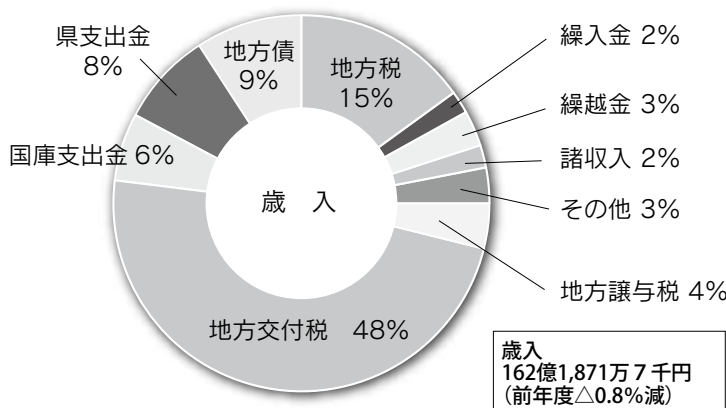


表 1. 歳入

(単位：百万円)

項目	H19決算	財政計画(比較)	H18決算(比較)
自主財源	4,059	4,090 (△ 31)	3,909 (150)
地方税	2,386	2,314 (72)	2,185 (201)
繰入金	302	516 (△ 214)	313 (△ 11)
繰越金	503	502 (1)	651 (△ 148)
諸収入	394	301 (93)	322 (72)
その他(※ 1)	474	457 (17)	438 (36)
依存財源	12,160	12,130 (30)	12,441 (△ 281)
地方譲与税(※ 2)	570	566 (4)	798 (△ 228)
地方交付税(※ 3)	7,801	7,752 (49)	7,782 (19)
国庫支出金	1,022	1,036 (△ 14)	1,117 (△ 95)
県支出金	1,282	1,237 (45)	1,185 (97)
地方債	1,485	1,539 (△ 54)	1,559 (△ 74)
合計	16,219	16,220 (△ 1)	16,350 (△ 131)

※ 1 その他…分担金および負担金、使用料および手数料、財産収入、寄附金  
 ※ 2 地方譲与税等…地方譲与税、利子割交付金、配当割交付金、株式等譲渡所得割交付金、地方消費税、交付金、ゴルフ場利用税交付金、自動車取得税交付金、交通安全特別対策交付金  
 ※ 3 地方交付税等…地方交付税、地方特例交付金

### 歳入の内訳

円グラフの地方税から右回りにその他までが自主財源となり、地方譲与税等から地方債までが依存財源となります。この図を見ていただくと分かりますように、歳入総額に対して自主財源比率（繰入金・繰越金含む）は 25%、依存財源比率は 75%と依存財源に頼りきった歳入構造から脱していないことと変わりがありません。その依存財源の中

でも 64%の地方交付税は、歳入総額の 48%を占めており、国の意思決定により揺らぐ非常に脆弱な財政構造となっています。

### 財政健全化計画と比較(歳入)

自分たちで調達しうる自主財源については、総額で 3 千万円下回っています。しかし、これは、基金からの繰入金の減が要因であり、この繰入金・前年度からの繰越金を除くと、歳入総額に対し

リバイバルプランが 18・9%、平成 19 年度決算が 20・1%となり、構造的に税源移譲分の税収が増加した影響もあって 1・2%上回っています。

また、国・県の意思決定による依存財源においては、地方交付税において 4 千 9 百万円等の増加もあって 3 千万円の増となっており、この地方交付税の伸びは、経常収支比率を好転させる一つの要因となっています。

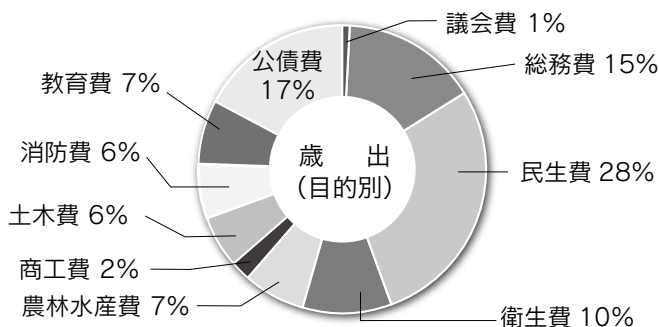
表2. 歳出(目的別) (単位:百万円)

項目	H19	H18	比較
議会費	186	192	△6
総務費	2,346	2,288	58
民生費	4,437	4,161	276
衛生費	1,589	1,584	5
農林水産業費	1,143	1,474	△331
商工費	288	275	13
土木費	931	1,254	△323
消防費	977	821	156
教育費	1,099	1,175	△76
災害復旧費	13	129	△116
公債費	2,759	2,495	264
合計	15,768	15,848	△80

# 平成19年度決算

歳出の内訳(目的別)表2

歳出の特徴は、左図のとおり歳出総額に対して社会保障経費である民生費において28%、建設事業の財源として借入れた地方債償還費である公債費において17%と、この両経費で45%を占めています。この社会保障経費においては、国の制度的なものであり、徐々に伸びる傾向にあります。また、「借り過ぎた借金」の影響で公債費が多額であり、歳入が減少する中、他の経費への影響が大きく、「予

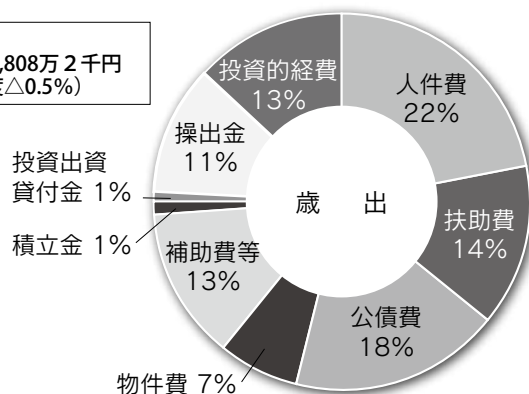


算の質」の向上を目指す本市にとつては、負担軽減は最重要課題であり基準を設けて計画的な地方債の発行を行い、平成19年度から21年度まで繰上償還を実施することとしています。

歳出の内訳(性質別)

歳出を性質別に区分すると、右の図・表のとおりとなります。円グラフの右側が義務的経費で任意に節減できない経費となります。これが、歳出総額の54%と約半分を占めており、弾力性がない極めて硬直した財政運営となっています。

歳出 157億6,808万2千円 (前年度△0.5%)



財政健全化計画と比較(歳出)表3

表3. 歳出(性質別) (単位:百万円)

項目	H19決算	財政計画(比較)	H18決算(比較)
義務的経費	8,513	8,512 (1)	8,163 (350)
人件費	3,478	3,536 (△58)	3,489 (△11)
扶助費	2,276	2,269 (7)	2,179 (97)
公債費	2,759	2,707 (52)	2,495 (264)
その他の経費	5,237	5,186 (51)	5,214 (23)
物件費	1,135	1,201 (△66)	1,190 (△55)
維持補修費	39	47 (△8)	45 (△6)
補助費等	2,052	2,013 (39)	2,038 (14)
積立金	130	365 (△235)	181 (△51)
投資出資貸付金	129	130 (△1)	137 (△8)
繰出金	1,752	1,430 (322)	1,623 (129)
投資的経費	2,018	2,047 (△29)	2,471 (△453)
普通建設事業	2,005	2,033 (△28)	2,342 (△337)
災害復旧事業	13	14 (△1)	129 (△116)
合計	15,768	15,745 (23)	15,848 (△80)

限り民間資金まで視野にいれ「借り過ぎた借金」の影響緩和を行います。さらに投資的経費においては、公債費負担の適正化および事業の重点化の観点から削減を進めており、2千9百万円下回っており健全化に向けて計画的に実行していきます。ただし、繰出金においては、経営悪化に伴う国民健康保険特別会計への繰出金108百万円の増もあって、322百万円上回っており、内部事務管理経費である物件費で6千6百万円下回っていますが、その他の経費として5千百万円上回ることでとなっています。



# 家計におきかえると...

平成19年度決算を月々の家計におきかえてみます。

「上天草家」夫婦、会社勤め・学生の子どもが一人ずつ、祖父母が別世帯で生活している」と設定します。

上天草家の月々の家計の決算は、支出で1,577千円で、その主な収入としては、父親の給料（地方税）

23万9千円と、母親のパート収入と長男の収入（税外収入）14万4千円。でもそれだけでは足りませんので、祖父母から仕送り（地方交付税等）1,010千円をもらい、銀行地方債の発行）から14万9千円借入れて、月々をしのいでいます。ただし、前年度から2万円父の給料（地方税）が

アップしたおかげで生活は若干ゆとりができました。

支出の内容においては、家庭では欠かせない食費・光熱水費（人件費）に34万8千円、病院代や親の介護費用（扶助費）に22万8千円、この病院代（扶助費）は、祖父母の高齢化により今後ますますかかりそうです。また、これまでの借金の返済（公債費）には27万6千円もかかっています。3万円は、負担を軽くするため繰り上げて支払っています。この3つの支出の計で約54%を占め、苦しい台所事情であるの一方では、父の交際費（補助費等）に前年度より1千円増額の20万5千円と給料（地方税）をほとんど使っているような状況です。さらには、自宅の環境をよくするため改修費（普通建設事業）を20万2千円使っていますが、集中的に投資することでも考えられます。しかし、子どもが大学生になったこともあり、学費（繰出金等）として、18万8千円と前年度より11万千円増額し家計を窮屈にしている一つの要因となっています。このような状況です。このように夫婦で稼いだお金（自主財源）32万6千円

表4. 上天草家の歳出（実際金額の10,000分の1）（単位：千円）

項目	食費	医療	返済	衣類	車検	交際	積立	学費	環境	合計
H19	348	228	276	113	4	205	13	188	202	1,577
H18	349	218	249	119	4	204	18	177	247	1,585

食費・光熱水費……人件費  
 医療……扶助費  
 ローン返済……公債費  
 衣類……物件費  
 車検……維持補修費  
 交際費……補助費等  
 積立金……積立金  
 学費……繰出金、投資出資及び貸付金  
 環境……投資的経費

表5. 上天草家の歳入（実際金額の10,000分の1）（単位：千円）

項目	給料	パート	預金引出	繰越金	仕送り	息子収入	ローン	合計
H19	239	87	30	50	1,010	57	149	1,622
H18	218	75	31	63	1,008	80	160	1,635

**自主財源**  
 父の給料……地方税  
 母のパート……分担金および負担金、使用料および手数料、財産収入、寄附金、諸収入  
 預金引出……繰入金  
 前月繰越金……繰越金

**依存財源**  
 仕送り……地方交付税、地方特例交付金、国支出金、県支出金  
 息子収入……地方譲与税、各種交付金  
 ローン……地方債

表6. 平成18年度各会計の決算額

（単位：千円）

会計名	平成19年度決算		平成18年度決算		差額	
	歳入額	歳出額	歳入額	歳出額	歳入額	歳出額
一般会計	16,107,562	15,665,291	16,275,817	15,786,827	▲168,255	▲121,536
国民健康保険(事業勘定)	5,229,832	5,220,442	4,998,538	4,841,727	231,294	378,715
老人保健医療	5,608,312	5,608,312	5,629,652	5,642,237	▲21,340	▲33,925
診療所	66,062	64,200	58,011	55,715	8,051	8,485
国民健康保険(直営診療施設)	71,050	69,746	74,455	72,334	▲3,405	▲2,588
介護保険	2,992,435	2,808,824	2,889,030	2,714,766	103,405	94,058
斎場	13,195	10,686	14,449	12,257	▲1,254	▲1,571
天草四郎メモリアルホール	47,094	43,102	55,659	46,578	▲8,565	▲3,476
公共下水道事業	593,183	583,974	507,298	498,440	85,885	85,534
物揚場造成事業	16,938	16,707	16,709	16,708	229	▲1
地域開発事業	10,895	10,895	33,051	33,051	▲22,156	▲22,156
特別会計	14,648,996	14,436,888	14,276,852	13,933,813	372,144	503,075
上水道事業	916,807	899,145	785,479	763,724	131,328	135,421
病院事業	3,106,329	3,041,971	3,021,491	3,030,580	84,838	11,391
公営企業会計	4,023,136	3,941,116	3,806,970	3,794,304	216,166	146,812
合 計	34,779,694	34,043,295	34,359,639	33,514,944	420,055	528,351

※詳細については、予算書・決算書及び決算成果説明書が、各図書館においてありますので見てください。  
 ※普通会計決算は、一般会計、診療所・斎場・天草四郎メモリアルホール特別会計の合算額になりますが、純計操作をしており単純に4会計の合算額ではありません。



計画数値上回る好結果

主な財政指標である表7を見ると、経常収支比率97.4%、実質公債費比率18.0%、自主財源比率20.1%とそれぞれ前年度より改善し、計画数値を上回る結果となっています。これは、効率的な執行に心がけた成果であり、リバイバルプランを遂行したことの実証でもあります。ただし、県内市の平均値と比較すると、経常収支比率で1.9%、実質公債費比率で2.9%上回っており、県内市平均値を早期に下回るよう努めます。

では賄いきれず、祖父母の仕送りなど（依存財源）1,216千円がないと生活できない状況です。  
家計を苦しめているローン現在高（地方債現在高）は、年々減少しているものの2,274千円、父の月の給料のおおよそ10倍あり、これは、祖父母と同居するために家の増改築（国の景気対策等）をした時の「借り過ぎた借金」が一番の問題点となっています。

表7. 財政指標（単位：%、百万円）

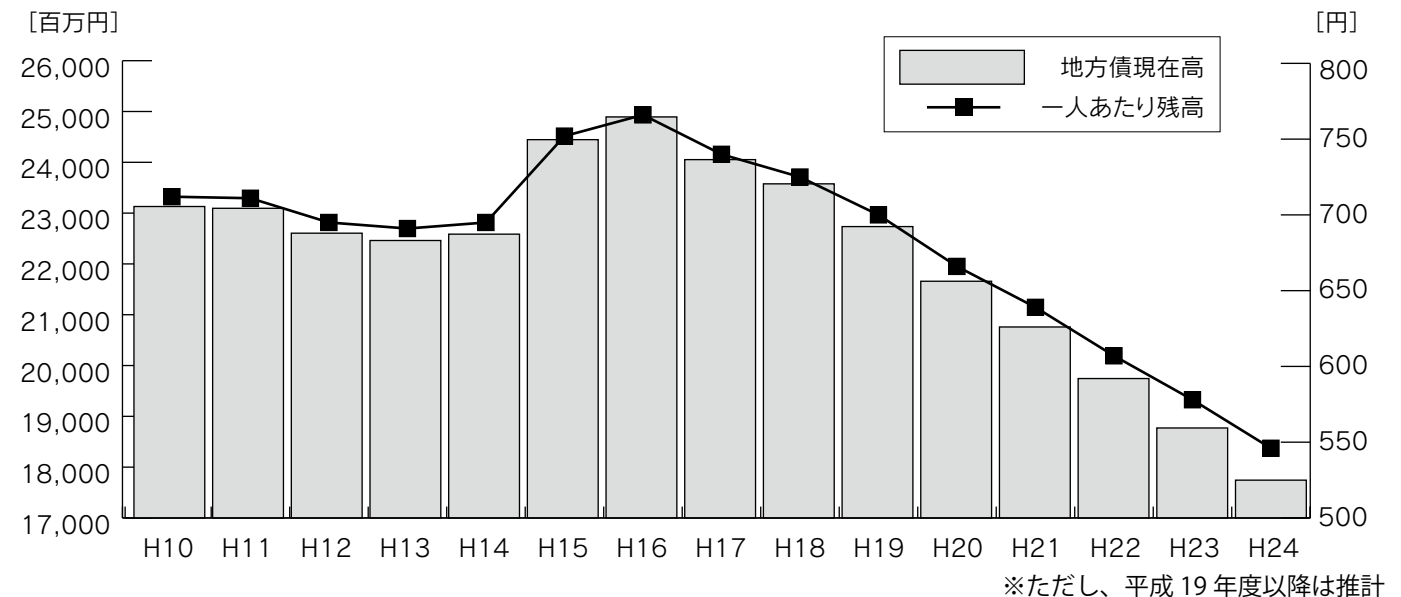
項目	自主財源比率(※4)	経常収支比率(※5)	実質公債費比率(※6)	地方債現在高	積立金減残高
H19決算	20.1	97.4	18.0	22,735	713
財政計画(比較)	18.9(1.2)	99.7(△2.3)	18.2(△0.2)	22,450(285)	763(△50)
H18決算(比較)	18.0(2.1)	99.3(△1.9)	18.9(△0.9)	23,576(△841)	652(61)
県内市平均値	-	95.5	15.1	-	-

※4 自主財源比率…市町村独自に調達する財源が歳入総額に対しどの程度あるのかを示す（「1」に近ければ近いほど財政力があることを示す）

※5 経常収支比率…財政の硬直性を示すものであり、高いほど臨時的な経費に対応できない柔軟性が欠ける状況を示す（適当と認められる数値、市町村75%、市80%）

※6 実質公債費比率…関係する全ての公債費の資金繰りが財政運営に及ぼす危険度を示す（地方債の許可基準18.0%で県内4団体のみ）

地方債現在高の推移



平成19年度決算は、リバイバルプランの遂行によって財政状況は好転し、今後の財政再建へ弾みがつく結果となっています。また、先月号に掲載した財政健全化判断比率および資金不足比率においても、いずれの指標も実質公債費比率が高率となっていますが、危険な数値でなく、危機的な状況から脱しつつあります。  
しかし、国の地方財政対策の近況としては、「骨太の方針2007」の小泉政権閣議決定事項は依然として継続されており、平成21年度地方財政計画の仮試算と示された地方交付税は、3.9%の減となっています。さらに本市においては、平成26年度から普通交付税が段階的に減らされる激変緩和措置によって、13億円もの金額が平成31年度には減額となる予定です。  
よって、リバイバルプランは、平成19年度から23年度までの5カ年計画であり、着実に「予算の質」の向上を目指して取り組んでいきますが、これは一つのステップであり、平成24年度以降も第二次リバイバルプランを策定し、手綱を緩めることなく行政改革に努めていく必要があります。一刻でも財政基盤を確立したうえで、多様化する市民ニーズに安定的な供給ができるよう努めますので、市民皆さまのご理解、ご協力よろしくお願いいたします。

国の動向を踏まえた 地方財政の見通し

# 振り込め詐欺にご注意ください！

表のとおり昨年に比べ、振り込め詐欺の被害が大幅に増加し、本市でも600万円を超える被害が発生しています。振り込め詐欺とは、電話やはがきなどの文書などで相手をだまし、金銭の振り込みを要求する犯罪行為です。「オレオレ詐欺」や「架空請求詐欺」、「融資保証金詐欺」などと呼ばれていましたが、手口の多様化で名称と実態が合わなくなったため、総称して「振り込め詐欺」と呼ばれています。

知っていても被害に遭う人が多いそうです。十分に気を付けてください。

## オレオレ詐欺

「俺だよ。俺」と電話を掛け、電話に出た人がうっかり「○○ちゃん？」などと問い直すと「そう、○○。実は事故に遭っちゃってお金が必要になった。すぐにお金を振り込んで」などと言い、指定した銀行などの口座に現金を振り込ませる詐欺です。

## ▼対応策

- ・すぐにお金を振り込まさない。
- ・家族や知人、警察にまず相談する。
- ・自分から先に、夫・子どもなどの名前を呼ばず相手から先に名乗らせる。
- ・相手に家族の名前・住所などを聞き、本人かどうか確かめる。



## 架空請求詐欺

団体（訴訟管理局、民事訴訟通達センターなど）を装って、有料サイト（アダルトサイトなど）の利用料金を振り込ませようとする架空請求などが送られてきます。

最近では、携帯電話の番号が記載されていて、そこに電話をすると口座を指定して振り込ませる方法が目立っています。また、総務省やNHKと

偽り地上デジタル放送の架空工事費を請求し、現金を振り込ませる手口もあります。被害者の約6割が男性で、特に若年層への有料サイト利用料金請求が最多です。

## ▼対応策

- ・身に覚えのない請求は無視する。
- ・相手に直接電話をしない。
- ・不審なメールに記載されているURLにはアクセスしない。
- ・自分の住所・氏名を教ええない。

## 融資保証金詐欺

実際には、融資しないにもかかわらず、融資する旨の文書などを送付するなどして、融資を申し込んできた人に對し、保証金などの名目で現金を騙し取る詐欺。具体的には、

多重債務者などに「債務を低い利率で一本化します」などと書いたハガキなどを送りつけ、ハガキの連絡先に電話すると「融資するから保証金を振り込んで」といった架空の話を持ち掛けて、金を騙し取ります。

## ▼対応策

- ・無担保低金利ですぐ融資という甘い言葉につられて、罠にはまらない。
- ・すぐに保証金などを振り込まない。
- ・その場で判断せずに家族や警察、熊本県消費生活センターに相談する。

## 還付金等詐欺

税務署や社会保険事務所などの職員を装い、税金などの還付に必要な手続きと偽って、ATM機を操作させ、口座間送金により現金をだまし取る詐欺。

## ▼対応策

- ・還付金をATMで返還することは絶対ない。
- ・ATM操作を求められたら詐欺だと考える。
- ・相手の言った電話番号を鵜呑みにせず、電話帳などで自分で電話番号を確認し、関係機関に問合せましょう。

表. 振り込め詐欺被害の現状

		平成20年9月末	平成19年9月末	前年比
全国	被害件数	16,758件	12,260件	4,498件
	被害額	約235億6,000万円	約171億403万円	約64億5,597万
熊本県	被害件数	201件	192件	9件
	被害額	約2億400万円	約2億8,600万円	△8,200万円
		平成20年10月末	平成19年10月末	前年比
上天草市	被害件数	9件	1件	8件
	被害額	625万1,650円	6万5,000円	618万6,650円
	相談件数	56人(9月末)		

安全・安心なまちづくりを推進するためには、市民の皆さまが現状を知り、犯罪被害に巻き込まれない知識や勇氣を持つ事が大切です。

おかしいと思ったら、振り込まず、すぐにご相談ください。

## ▼問い合わせ先

- ▽警察相談窓口「#9110」
- ▽上天草警察署 生活安全係
- ☎0964(56)0110
- ▽上天草市役所 商工観光課
- ☎0964(56)1111
- ▽介護包括支援センター
- ☎0969(56)1111



上天草警察署では

# 振り込め詐欺に対する注意の呼び掛けを実施！

身近な区長さんにもご相談できます。振り込め詐欺の実態を具体的に説明する講話も要望があれば、出向きます。



山下係長（右上）の話を熱心に聞く参加者

## ■振り込め詐欺対策会議

10月3日、松島総合センター「アロマ」で振り込め詐欺対策会議が行われました。これは、上天草警察署が全国地域安全運動の一環として、現在、被害が増加している「振り込め詐欺」に対して市民の意識を高め、防止することを目的に実施されたもので、各区長や金融機関の関係者など155人が参加しました。

「社会全体の取り組みで防止するよう、皆さんの協力をお願いします」と多田隈成己同署長があいさつ。その後、同警察署の山下尊朝生活安全係長が「都会だけの話でなく、全国で被害が発生している。一声掛けることで、未然に防ぐことができる。」など現状と対策の講話がありました。

同会議の後、ニコニコドーマリン松島店で参加した松島地区の区長20人などが、チラシなどを買った物客に配り、注意を呼びかけていました。

## ■第15回警察と更生保護女性会と語る会

10月15日、龍ヶ岳統括支所大会議室で第15回警察と更生保護女性会と語る会が行われました。これは、全国地域安全運動の一環として実施。龍ヶ岳・松島・大矢野地区更生保護女性会の会員など約80人が参加しました。

熊本県下における少年非行等の概要説明や若者の非行を更生するビデオ上映の後、上天草警察署の山下尊朝生活安全係長による防犯講話がありました。山下係長は「ほんのちょっとした心掛けが犯罪を防ぐ。それにより、犯罪者を出さなくなり、更生させる労力と時間を減らす一番の効果になる」と訴えていました。

同会議終了後、キャモンとニコニコドーマリン松島店で防犯キャンペーンも行われ、買い物客にチラシを配るなど注意を呼び掛けていました。



熱心に話を聞く更生保護女性会の皆さん

## ■老人会などでも講話を行います！



10月10日、大道老人福祉センターで、龍ヶ岳町民生児童委員協議会定例会の後に、振り込め詐欺防止の講話がありました。角地区の老人会でも同様に講話を行っています。講話を希望される場合は、上天草警察署までご連絡ください。

## ■金融機関で被害防止を呼びかけ

10月16日、肥後銀行大矢野支店と天草信用金庫松島支店で、振り込め詐欺被害防止のキャンペーンを実施しました。警察と行員で、お客様にチラシを配布し、振り込め詐欺の被害防止を呼びかけました。





# 子育て支援センターをご存知ですか？

市には、4つの子育て支援センターがあり、子育てに関する悩みや相談などお母さん方の交流の場を提供しています。保育園に入所していない児童と保護者であれば、利用料なしでご利用できます。子育て中でない妊婦のお母さんも大丈夫です。いろんな活動のほか、一時保育や学童保育もあり、幅広い年代のお母さん方がいらっちゃって、頼りになりますよ。利用したことがないお母さん！子育てに疲れたと感じていませんか？ぜひ一歩踏み出して、癒やされに来てください。お待ちしております。

## ■いちご広場（いずみ保育園）



10月24日、桐山部屋の力士と綱引きや“取組”で交流したよ

月～金・9～14時  
☎0964(56)2778

- 今後の予定
- 毎週火曜日 ちびいちごの日  
※0～1歳の子どもが対象
  - 11月20日(木)  
英語で遊ぼう(千原みか先生)
  - 12月13日(土)  
ヒーローと餅つき

## ■つどいの広場「ログ」(みつる保育園)



10月31日、お母さんたちの発案によるフリーマーケット。今後も予定します。ぜひ、遊びに来てください。

月～金・10～15時  
☎0964(56)2406

- 今後の予定
- 11月20日(木) 料理教室
  - 11月27日(木) お菓子教室
  - 12月15日(月)  
子どもと遊具のお話

## ■まつしま子育て支援センター(合津保育園)



10月29日、親子で手作りクッキング！炊飯器でパンを作ったよ

月～金・10時～15時30分  
☎0969(56)2611

- 今後の予定
- 11月19日(水)  
音楽知恵遊び  
(正垣暁子先生)
  - 11月21日(金)  
絵本読み聞かせ
  - 11月28日(金) クッキング

## ■ひめど子育て支援センター(ひめど保育園)



10月9日、池田明美先生と♪わらべ歌あそび♪お気軽にご参加ください

月～金・10～15時  
☎0969(58)2504

- 今後の予定
- 11月20日(木) 健康講座  
(上天草総合病院和田正文先生)  
人形劇
  - 11月27日(木) お誕生会
  - 12月11日(木)  
♪わらべ歌あそび♪(池田明美先生)

## 病後児保育とは？

市が委託している、「病気回復期にある児童(園児)の施設における保育」です。



子どもが病気をして自宅療養後

- 保育園などの集団生活に戻すのには少し早いかな？
- 仕事をこれ以上どうしても休めない  
子育て中のお父さん・お母さんの応援サポートを目的とした国が推進する保育システムです。小児科医の先生のアドバイスを頂き、病後児研修を受講した専任の看護師が対応します。

もうすぐインフルエンザや感染症が流行する季節となります。

病気は予防し感染しないのが一番ですが、もしもの時のために事前登録(無料)をされてはいかがでしょうか？

### ■利用対象

3カ月～小学3年生(要登録)  
※当日子どもの状態が気になる人には、携帯でのメール送信も可能

### ■問合せ先

病後児保育ルームぷくぷく  
(いずみ保育園内) 専任看護師 岩谷  
☎0964(56)2778



# 一般職の嘱託職員および臨時職員登録者を募集します!

市では、平成21年度の一般職の嘱託および臨時職員採用のための登録者を募集します。詳しくは、各窓口を設置してある募集要項をご覧ください。

登録は、試験により選考し、4月からの採用については、登録者の中から決定します。

■募集期間 11月17日(月)～12月5日(金)

■雇用期間 平成21年4月1日～平成22年3月31日の期間内(臨時職員は5カ月間)  
※登録されても採用枠の関係で雇用されない場合があります。

■雇用職種等 下表のとおり(現時点での予定で変更する場合があります)



番号	職種(資格・経験等)	募集人員	勤	金	勤務先	部局	
1	電話交換等	1人	1	5	大矢野庁舎 総務課	市長部局	
2	電話交換等	1人	1	5	市民窓口課		
3	嘱託登記(経)	1人	2	11	大矢野庁舎 監理課		
4	花いっぱい推進指導員(経)	1人	2	10	大矢野庁舎 商工観光課		
5	アテンダント	6人	6	6	メモリアルホール		
6	国保等レセプト点検(医療事務資格者で経験を有する者に限る)	4人	1	7	松島庁舎保健課(保健センター)		
7	看護師(有)	2人	1	1			
8	保健師(有)	1人	1	1			
9	栄養士(管理栄養士または栄養士)	2人	1	1			
10	介護認定調査員(県の研修修了者、自)	4人	2	1			
11	※介護支援専門員(有、自)	5人	2	1	松島庁舎 介護保険課		
12	障害福祉調査員(看護師かつ県の認定調査員の研修修了者)	1人	1	1	松島庁舎 福祉課		
13	生活保護現業員(社会福祉主事)	1人	1	1	阿村・教良木・合津保育園		
14	保育士(有)	3人	3	1			
15	保育士(有)	2人	3	1			子育て支援センター(合津保育園内)
16	保育士(有)	2人	3	1			ひめど保育園
17	調理員(有)	2人	3	2			
18	保育士(有)	2人	3	1			子育て支援センター(ひめど保育園内)
19	保育士(有)	5人	3	1			大道・高戸・樋島保育園
20	調理員(有)	6人	3	2			

番号	職種(資格・経験等)	募集人員	勤	金	勤務先	部局
21	介護職員(ヘルパー2級以上、経)	2人	8	12	老人ホーム和光園	市長部局
22	調理員(調、経)	4人	6	12	建設課(大矢野舗装事務所)	
23	舗装(普通・軽)作業員	5人	2	13		
24	保線夫	1人	1	7	姫戸町他	教育部局
25	学校用務員(自)	2人	1	2	大矢野地区	
26	給食調理員(調、自)	16人	1	2	小・中学校	
27	図書館司書(有、自)	1人	1	8	大矢野地区中学校	
28	学校用務員(自)	2人	1	2	松島地区小・中学校	
29	給食調理員(調、自)	8人	1	2	姫戸地区小・中学校	
30	学校用務員(自)	1人	1	2		
31	給食調理員(調、自)	5人	1	2	龍ヶ岳地区小・中学校	
32	学校用務員(自)	5人	1	2		
33	給食調理員(調、自)	9人	1	2	管内小・中学校	
34	特別支援教育補助員(自)	6人	1	8		
35	図書司書(図書館法第5条に定める司書、自)	7人	4	8	中央・大矢野・姫戸・龍ヶ岳図書館	
36	図書館司書業務補助(自)	1人	5	18	中央図書館	
37	看護師・准看護師(有)	12人程	6	14	上天草総合病院	
38	訪問看護師(有)	1人程	6	14		
39	看護助手(病棟)	22人程	6	15		
40	看護助手(外来)	8人程	6	15		
41	調理員	13人程	6	16		
42	清掃・洗濯員	9人程	6	3		
43	介護員	13人程	7	17		
44	事務補助員	9人程	6	4		
45	栄養士(有)	若干名	6	9		

□種別(資格・経験等) 36、43のみ臨時職員、ほかは嘱託職員。調…調理師、経…経験者、有…有資格者、自…自動車普通免許  
※11番は、次の①～⑤のいずれかに該当すれば申込可能 ①保健師②介護支援専門員③看護師の資格を持ち、地域ケア・地域保険業務等の経験者④社会福祉士⑤高齢者保健福祉に関する相談業務に3年以上従事した社会福祉主事

□勤…勤務時間等 1 月～金の午前9時～午後4時(週30時間) 2 月～金のうち指定する日時(週30時間) 3 月～土のうち指定する日時(週30時間) 4 火～日のうち指定する日時(週30時間) 5 火～日のうち指定する時間 6 休日勤務有(週30時間) 7 休日・夜間勤務有(週40時間) 8 交替勤務制 6:30～15:30、9:00～18:00

□金…賃金・報酬額(月額、17は日給、18は時給) 1 144,000円 2 124,000円 3 110,000円 4 113,000円 5 118,000円 6 125,000円 7 130,000円 8 134,000円 9 147,000円 10 153,000円 11 218,000円 12 132,000円(免許有)、128,000円(免許無) 13 125,000円(普通作業員)、110,000円(軽作業員) 14 163,000円(看護師)、147,000円(准看護師) 15 115,000円(病棟)、113,000円(外来) 16 129,000円(調理師)、123,000円(調理員) 17 6,300円(介護福祉士)、6,000円(介護員) 18 725円

■年齢制限 平成21年4月1日現在で18歳以上60歳未満(番号4、23、24および上天草総合病院については年齢制限なし)

■申込方法 「申込書および履歴書」に希望職種等記入のうえ、大矢野庁舎は総務課へ、松島庁舎は市民窓口課へ、姫戸・龍ヶ岳統括支所は総務係へ提出(用紙は、総務課、市民窓口課、各統括支所総務係・出張所に設置)

■試験日 12月14日(日)を予定(日時・会場等は、後日通知)

■試験方法 市長部局および教育部局は、作文。上天草総合病院は、作文および面接

■問合せ先 □上天草市役所 総務課 0964(56)1111 □37～45については上天草総合病院 ☎0969(62)1122



## 小さな貝で海をきれいにしよう

### 宮津海岸にアサリの稚貝を放流

10月27日、大矢野町宮津海浜公園側の海岸でアサリの稚貝が放流されました。これは、天草パールラインロータリークラブ（平田憲二会長）が実施する社会奉仕事業の取り組みです。平成9～11年度に車エビやヒラメの稚魚など約5万匹を放流した同クラブ。藻場の復活を願い、海の浄化作用があるアサリを放流するのは、初の試みです。

同クラブ14人が同海岸の清掃を行った後、用意した100キロ（約5万個）の稚貝をあゆみ・あそか保育園の園児たち41人が放流。園児たちは、「アサリさん、大きくなってね」と優しく砂浜に放していました。



▲大きくなって、海をきれいにしてね～



▲調印する多田隈署長（右）と川端市長

## 市と警察署が連携強化

### 暴力団員の市営住宅使用制限で協定

10月10日、市役所大矢野庁舎で「暴力団員による市営住宅等の使用制限に関する協定書」の調印式が行われました。これは、国土交通省通達を受けた措置で、相互に情報提供や連携を強化して、暴力団の排除を図ることが目的です。

川端市長と多田隈成己上天草警察署長が協定書に調印。川端市長は「市民が安全に暮らせる住宅提供に努めたい」とあいさつしました。

市では、9月定例会市議会で関係条例を改正し、9月24日より施行しています。現在の市営住宅の戸数は、287戸です。

## 高齢者を悪質商法から守る

### 県消費生活センター出前講座

10月9日、姫戸町の二間戸団地自治公民館で『高齢者を悪質商法から守る出前講座』が開催されました。講師は、熊本県消費生活センターの石原堅志さんで、受講したのは地元老人クラブの27人。この講座は、高齢者を狙う悪質商法の最新の手口を紹介し、併せて被害にあわないための対処法や地域における見守りと連携方法などを説明することを目的としています。

石原さんからは、実際にセンターに寄せられた「還付金詐欺」や「ハイハイ学校」などの被害相談の事例を豊富に盛り込んで説明があり、受講者からは驚きの声が上がっていました。また、困った時は1人で抱え込まず、家族や民生委員、行政や地域包括支援センターなど身近な人たちに相談するようにとの言葉もありました。



▲石原さんの説明を熱心に聞く参加者



## 認知症への理解を深めて

### 地域包括支援センターによる劇

10月10日、龍ヶ岳町大道の夏網代地区集会所と赤崎地区憩いの家で、老人クラブの会員を対象に地域包括支援センターの職員が認知症についての劇を行いました。これは、認知症になっても住み慣れた地域で安心して過ごしていくために、認知症について理解を深めることを目的として本年度から地域包括支援センターが取り組んでいるものです。これまで、各老人会の総会や定例会などでも行ってきました。

劇を観た会員からは職員の演技に大きな笑いがおこる一方、「認知症かなと思ったらかかりつけの先生に相談しよう」「自分は認知症ではないだろうか」などの声も上がり、大変興味深く観ていました。

地域包括支援センターでは、これからも老人会のみならず、他の団体でも希望があればできるだけ対応したいとしています。



▲地域包括支援センターの職員に相談している劇の一場面

## 水産資源に興味を

### 小中学校でお魚料理教室が開催



10月7日、姫戸中学校の1年生35人が魚料理に挑戦しました。これは、市漁業者クラブや天草漁協の協力のもと、地域の水産資源を身近に感じてもらうと、市と同中が食育を兼ねて初めて実施したものです。

同クラブのメンバーから指導を受け、用意されたアジを3枚におろし、うまくさばく生徒たち。同クラブから姫戸特産のガザミも振る舞われ、完成したムニエルや照り焼きと一緒においしそうに試食していました。生徒たちは、「初めてで難しかったけど、楽しかった」「家でも魚料理をしたい」など話していました。

また、11月7日に阿村小中学校でも実施されました。

◀3枚おろしにいざ挑戦！

## 自分たちで育てた野菜を料理

### 親子食育作り体験活動

10月5日、上北小学校（林田純校長）で、授業参観に合わせて親子食育作り体験活動がありました。これは、4年前から体験活動を中心に同校が取り組む食育の一環。全校児童58人が保護者の指導のもと、昔ながらのやり方でくどに薪をくべ、ご飯をは釜で炊いたり、子どもたちが育てた麦やさんさん野菜のトカドヘチマなどでだご汁を作りました。

中田倫太郎くん（10）は、「薪を使って楽しかった。ご飯が炊飯器と違い甘くておいしかったです」とおいしそうに話していました。



▲だごをちぎり、鍋に入れる児童たち

## 浦田祐希さんが母校で講演

### 「ようこそ技能五輪メダリスト」講演会

昨年11月にあった技能五輪国際大会の石工部門で銅メダルに輝いた浦田祐希さん(22・松島町阿村)【広報「上天草」平成20年2月号掲載】が母校の阿村中学校で9月30日に技能に関する実演授業を行いました。これは、モノづくりの素晴らしさや大切さを子どもたちへ伝え、進路を決める参考になってもらえればと厚生労働省が同大会のメダリストらを全国の学校に派遣する事業。全校生徒94人と地域住民約40人が浦田さんの話と技に驚嘆しました。

浦田さんは、石工を志したきっかけや修行時代から同大会の経験などを話した後、石工を実演。生徒代表の4人も浦田さんの指導を受けながら挑戦しました。

今年8月に帰郷し、父親の伸昭さんが経営する石材店で働く浦田さん。「父と2人3脚で頑張って石の魅力を伝えていきたい」と話していました。



▲生徒に石の加工を指導する浦田さん

## やはり3年が圧勝

### 第4回翔洋杯



▲優勝した今津中サッカー部

## スポーツの力

今年で4回目となる市内の中学生のサッカー大会「翔洋杯」が9月7日、松島総合運動公園で開催されました。

翔洋杯は市内の部活以外でサッカーをしている中学生にも大会への参加の場をと姫戸町の姫戸医院が優勝杯を提供して市サッカー協会が開催している大会で、今年も大矢野中・今津中のサッカー部のほか、姫戸FCと今津中サッカー部OB(3年生)が参加しました。

大会は4チームの総当り戦で1日かけて行われ、今津中3年生チームが現役に負けず全勝で優勝。初優勝が期待された姫戸FCは準優勝に終わりました。

## クーバーがやってきた

### サッカー教室が開催

サッカーの個人的なスキルのトレーニングとして、世界的に有名な選手や監督からも推薦を受けているクーバーコーチング。このクーバーのコーチを迎えてのサッカー教室が9月6日、松島総合運動公園で開催されました。

これは、市サッカー協会が県サッカー協会と市教育委員会の事業を利用して計画したもので、全体で37人が参加。午前には3年生程度、午後には5年生程度のクラスが指導を受けました。

それぞれのチームから集まった子どもたちですが、時間が経つに連れて目が輝きだし熱心に指導を受けていました。参加した子どもたちは口をそろえて「きつかったけど楽しかった。次の試合に活かしたい」と話していました。



▲まずはボールタッチの練習から



# ★ まちのわだい

## 電動車いすは歩道で！

### 高齢者交通安全教室

10月2日（木）、大矢野自動車学校で高齢者交通安全教室が実施されました。これは、秋の全国交通安全運動の一環で、市、上天草警察署、同校が共同で毎年行うものです。参加した市老人会の38人は、安全講話を受けた後、電動車いすの操作方法や安全確認の説明を受け、乗車の体験をしました。

同署の交通課主任山下大輔巡查部長は「今年、市内で電動車いすの事故は起きていないが、車道を通りお年寄りをよく見かける。歩道を通りしてほしい」と話していました。



▲丁寧な指導を受ける参加者

## 各地で活気にぎわい

### 秋祭りなどが開催

10月11、12日に大矢野町上地区では上八幡宮秋季例大祭が、18、19日には、龍ヶ岳町高戸地区で高戸神社秋季例大祭があり、神幸行列などでにぎわい、見物人を楽しませていました。

また、19日には、赤崎・葛崎地区（龍ヶ岳町大道）で十五社宮祭りがあり、地区の保育園児から中学生約50人がみこしを担ぎ、練り歩きました。子どもみこしは、祭りを盛り上げようと4年前から取り組んでいるそうです。

25日には、山浦地区（松島町教良木）で演芸大会があり、42組が歌や踊りを披露しました。これは、10年前から始められもので2年ぶり7回目。地区外からの出演者も多く、参加者はにぎやかに楽しんでいました。発起人である同地区の松本光義さん（61）は「高齢・過疎化が進む中、活性化したい思いで始めた。おかげさまで、地区外からも参加していただけるまでになった。今後も輪を広げて、山浦だけでなく、上天草市を元気にしていきたい」と話されました。



▲2頭の獅子舞が絶妙な動きで観客を魅了（高戸神社秋季例大祭）



▲威勢のいい掛け声の子どもみこし（赤崎・葛崎地区）



▲飛び入り参加のフラダンス披露で喜ぶ観客（山浦演芸大会）



▲くまどり姿で「万作じゃ〜」（上八幡宮秋季例大祭）



# お知らせ

Information

## 税のひろば

### 11月の納税

☎ 税務課

- ▼ 国民健康保険税 第6期
- ▼ 介護保険料 第6期
- ▼ 納期限 12月1日(月)
- ▼ 口座振替日 11月25日(火)

### 第2回県・市町村合同公売会

☎ 納税課

- ▼ 日時 12月11・12日(木・金)  
午後1時30分開場
- ▼ 場所 益城町総合体育館
- ▼ 公売物件 約1,000点  
(予定)



## 食育まつり&教育フォーラム

食育推進およびくまもと教育の日に関して、市民の皆さまに日ごろの取り組みを紹介いたします。子どもたちの発表や協力団体の食に関するコーナー、食に関しての講演など充実した内容です。ぜひ、足をお運びください。

- 日時 11月29日(土)  
午前9時30分～午後3時30分
- 場所 松島総合センター「アロマ」
- 主催 上天草市教育委員会
- 内容
  - 食育まつり  
ステージの部(午前9時30分開会)  
フロアの部(午前11時～12時30分)
  - 教育フォーラム ステージ発表・講演  
(12時45分～午後3時30分)
  - 講師 NPO法人霧島食育研究会代表  
管理栄養士 千葉しのぶ氏
- 問合せ先 教育委員会

## イベント・募集

### 天草吹奏楽団 湯島公演

- ▼ 日時 12月6日(土) 午後1時～午後2時30分
- ▼ 場所 湯島小中学校 体育館
- ▼ 内容 クラシック・ポップス・演歌・カラオケ演奏、指揮体験など

### 自衛官追加募集!

あなたも、平和を仕事にする国家公務員になりませんか?  
輸送、通信、施設、衛生等多くの職種があり、大変やりがいのある職場です。また、

### 問合せ先

#### 大矢野庁舎

〒869-3692  
上天草市大矢野町上1514  
☎0964(56)1111  
総務課・財政課・税務課・納税課・監理課・大矢野窓口センター・企画政策課・商工観光課・農林水産課・地籍調査課・企業誘致課・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  
市民窓口課・建設課・下水道課・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

### 天草准看護高等専修学校 生徒募集(平成21年度)

- 安定した給与・ボーナスと各種資格の取得により将来設計も可能です。
- ▼ 受験資格 日本国籍で18歳以上27歳未満の人
- ▼ 採用区分 2等陸海空士(男子のみ)
- ▼ 試験期日 12月13日(土)
- ▼ 試験場所 陸上自衛隊北熊本駐屯地(天草から送迎します)
- ▼ 願書締切 12月10日(水)
- ▼ 入隊時期 平成21年3月下旬予定
- ▼ その他 宿舍費は無料で、食事、制服、作業服など身の回りの被服類、寝具等も支給・貸与されます。また休日もちょうんとあり、プライベートタイムは十分確保されており、福利厚生も充実しています。
- ▼ 問合せ先 自衛隊熊本地方協力本部 天草駐在員事務所  
☎0969(22)3349
- ▼ 募集人数 30名程度
- ▼ 種類【受験資格、試験内容】
- ▽ 一般入学【中学校を卒業した(卒業見込みの)人、国語・数学・社会・面接】
- ▽ 社会人入学【中学校を卒業し、平成21年4月1日現在で満25歳以上の人、国語・作文・面接】
- ▼ 願書受付 12月1日(月)～平成21年1月16日(金)
- ▼ 試験日 平成21年1月20日(火)
- ▼ 問合せ先 天草准看護高等専修学校  
☎0969(22)2309



# 試験・講習会

## 作業主任技能講習会

- ▼期日 12月6・7日(土・日)
- ▼時間 午前9時～午後5時
- ▼場所 松島総合センター「アロマ」
- ▼定員 45名
- ▼受講料 7,500円
- ▼実施講習機関 労働局登録講習期間「NPO法人・熊本県建設技能教育セミナー」

▼問合せ先 熊建労天草支部  
☎0969(23)7950

## 後期ビジネス・キャリア検定試験

- ▼同検定試験の概要 ビジネス・パーソンの職務を広く網羅した唯一の「公的資格試験」で、1・2・3級のレベルに体系化され、実務に即した専門的知識・能力を客観的に評価

- ▼試験日 平成21年3月1日(日)
- ▼受験申請受付期間 12月15日(月)～平成21年1月19日(月)
- ▼問合せ先 熊本県職業能力開発協会  
☎096(384)1711

## 労働安全衛生法に基づく免許試験

- ▼試験日 2月8日(日)
- ▼試験の種類・試験時間 第一・二種衛生管理者・午前9時30分～12時30分
- ▼二級ボイラー技師・午後1時30分～午後4時30分
- ▼試験場 宗城大学
- ▼受験申請書受付期間 12月8日(月)～12月12日(金)
- ▼問合せ先 九州安全衛生技術センター  
☎0942(43)3381

# 相談

## 人権週間特設人権相談所

☎市民窓口課

- 12月4日～10日は人権週間です。いじめ・体罰、家庭内暴力、金銭トラブル、相続問題、近隣問題、障がい者差別、外国人差別などあらゆる困りごと、心配ごとをお気軽ににご相談ください。市の人権擁護員が親切丁寧に対応します。
- ▼時間 午前10時～午後3時
- ▼期日・場所 12月2日(火)・大矢野農村婦人の家  
12月3日(水)・龍ヶ岳統括支所相談室

- ▼12月4日(木)・姫戸老人福祉センター
- ▼12月5日(金)・松島町保健センター

## 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、お気軽にご利用ください。

- ▼開設日 12月4日(木)
- ▼松島 午前10時～午後4時・社会福祉協議会松島本所
- ▼開設日 12月11・25日(木)
- ▼大矢野 午後1時～午後4時・大矢野老人福祉センター

## 年金相談

☎市民窓口課

相談日の1週間前までに必ず予約(事前受付)してください。

- ▼日時 12月19日(金) 午前10時～午後3時
- ▼場所 大矢野庁舎 書庫棟1階 会議室
- ▼特別便のみ 12月26日(金) 午前9時～午後3時30分
- ▼場所 松島庁舎2階 会議室



ひとりで悩まないで相談してください！  
消費者金融クレジットなどの借金問題

■問合せ先 商工観光課 ☎0964(56)1111

借金問題は、必ず解決します。  
早めの相談が解決を楽にします。  
秘密は守られますので、右の相談窓口にて、安心してご相談ください。



相談窓口(無料)	電話番号・受付時間	備考
熊本県弁護士会法律相談センター	☎096(325)0009(予約制) (平日9～17時)	
熊本県司法書士会 青年司法書士会 (クレサラ110番)	☎096(364)0800 (月・木18～20時)	平日10～16時は司法書士の紹介のみ
NPO法人 熊本クレ・サラ被害をなくす会	☎096(351)7400 (平日9時30分～18時)	サラ金、ヤミ金、多重債務の相談
日本司法支援センター 熊本地方事務所(法テラス熊本)	☎050(3383)5522 (平日9～17時)	債務整理方法の情報提供・民事法律扶助による無料法律相談の案内
九州財務局 多重債務相談窓口	☎096(351)0150 (平日9～17時)	債務整理方法の情報提供
熊本県消費生活センター	☎096(354)4835 (平日9～17時)	債務整理方法の情報提供
熊本市消費者センター	☎096(353)2500 (平日9～17時)	債務整理方法の情報提供

# 相談

## 公証人・法務局合同 無料法律相談

- ▼日時 12月6日(土) 午前9時～午後4時
- ▼担当者 公証人および法務局職員
- ▼相談を受ける事項 遺言書作成・公正証書作成・人権問題・相続問題・各種登記手続・金銭問題・筆界問題・その他法律相談
- ▼場所・問合せ先 熊本地方法務局 天草支局  
☎0969(22) 2467

## 生衛業経営無料相談

- ▼日時 12月8日(月) 午前10時～午後3時
- ▼場所 天草保健所
- ▼対象者 生活衛生関係営業者および独立開業を予定の人
- ▼相談内容 経営・融資・税務
- ▼問合せ先 (財)熊本県生活衛生営業指導センター  
☎096(362) 3061

## 法律・家計無料相談会

- ▼日時 12月16日(火) 午前9時30分～午後4時30分
- ▼場所 くまもと県民交流館パレア
- ▼方法 相談者一人または一組につき、30分程度の面談。弁護士が無料で相談に応じます。
- ▼対象者 多重債務の返済でお困りの人
- ▼予約受付日時 12月8日(月)～11日(木) 午前9時30分～午後4時30分
- ▼予約電話番号 ☎0120(666) 528
- ▼受付定員 先着24名
- ▼問合せ先 (財)日本クレジットカウンセリング協会  
☎03(3226) 0140

## 熊本県小児救急電話相談

- 県では、子どもの急な病気に対する保護者の不安を解消するため、県下全域を対象として、夜間における小児救急に関する相談を受け付けています。
- 受付は、毎日、午後7時から午前0時まで、相談員は看護師または必要に応じて小児科医が対応しています。(7

月から相談時間を1時間延長し、午前0時までになりました。

急な病気に関する応急処置や受診可能な医療機関についての情報を提供していますので、ご利用ください。

▼電話番号「#8000番」※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは、☎096(364) 9999



## 交通事故被害に遭って

自動車事故対策機構(NASVA)では、交通事故被害に遭って相談先が分からず困っている人のために、NASVA交通事故被害者ホットラインを設けており、次のような役割を果たします。

- ▽各種相談機関の窓口紹介
- ▽交通遺児等への貸付(無利子)、介護料の支給および療護施設等のご案内

▼同ホットライン電話番号 ☎0570-0000738

## お住まいにお困りの皆さん朗報です 「市営住宅の入居者募集」

■問合せ先 建設課 ☎0969(56) 1111

次のとおり市営住宅の入居者を募集します。

- 入居募集市営住宅一覧 右表のとおり
- 申込み(入居)資格 次のすべてを満たす人
  - ①住宅に困窮している
  - ②同居親族がいる【特例で単身者(独身)でも可】
  - ③世帯所得が基準の範囲内
  - ④市税および水道使用料などの滞納が無い
  - ⑤十分な保証能力がある市内在住の人を連帯保証人にできる
  - ⑥家賃を毎月確実に口座振替で納付できる
  - ⑦入居決定後、速やかに当該地へ住所を移せる
- 申込みに必要なもの
  - ①申込用紙
  - ②水道使用料収納証明書
  - ③住民票
  - ④所得証明書(平成19年中)
  - ⑤納税証明書
 ※障害者の場合、証明書(手帳など)の写し

- 募集期間 12月1日(月)～12月5日(金)
  - 申込用紙配布・受付場所 大矢野窓口センター、市民窓口課、姫戸・龍ヶ岳統括支所の各窓口
  - 抽選会(申込多数の場合)
    - 日時 12月17日(水) 午前10時
    - 場所 市役所松島庁舎2階会議室
- ※応募が無かった住宅は、随時相談に応じます。(次回公募前まで)

住宅団地名 (建設年)	所在地 (住戸番号)	構造 (階・間取り・トイレ)
宮の前団地 (昭和47年)	松島町合津3820 (1号棟103号)	簡易耐火2階建 (一・3K・水洗)
二間戸団地 (昭和49年)	姫戸町二間戸3576-6 (1号棟101号)	簡易耐火2階建 (一・3K・汲取)
小屋川内団地 (昭和49年)	龍ヶ岳町高戸903-18 (1号棟105号)	簡易耐火2階建 (一・3K・水洗)



# ねんきんで笑顔

未来のかけはし 国民年金

## 3世代7人家族の塩平さん一家



- 塩平 清人さん (68・厚生年金)
- ツルエさん (73・国民年金)
- 浩二さん (41・厚生年金)
- 美加理さん (39・" )
- みなみさん (16)
- 美月さん (15)
- すみれちゃん (9)

今回は、松島町合津の塩平さん一家をお尋ねしました。

にぎやかな夕食を済ませ、漢字の書き取りを始めるすみれちゃん。横では、清人さんと浩二さんが、晩酌をたしなみながら、温かく見守っていました。

年金についてお尋ねすると「良くない話ばかりをテレビなどでよく聞く」と憤慨する浩二さん。「自分も他人事だったが、先日、年金特別便が届き、国民年金の加入期間が抜けていた。本来あってはいけないことです。その自覚のある人間にしか、年金を扱ってほしくないですね」と苦言をいただきました。

誠に申し訳ない次第です。謝って済む問題でなく、年金に対する信頼が損なわれたことは、ご指摘のとおりであります。現在、行っている「ねんきん特別便」できちんと足元を整え、信頼回復に努めて参ります。●国民年金係

### 農林漁業団体職員共済組合の年金加入期間の確認について

社会保険庁ではすべての年金受給者・加入者の方へ「ねんきん特別便」をお届けし、確認をお願いしています。

「ねんきん特別便」の記録で同共済組合の加入期間について、もれや誤りがある場合は次の2つの方法で訂正・確認ができます。

#### ①「ねんきん特別便」による回答

「年金加入記録回答票」に同共済組合の加入期間等を記入のうえ、ご返送下さい。社会保険庁から同共済組合に対し確認を行い、記録を移管します。

#### ②「農林共済組合期間証明書請求書」による確認

社会保険事務所に備えてある「同請求書」で直接同共済組合へ照会いただくと、後日証明書が送付されます。なお、「ねんきん特別便」の「年金加入記録回答票」には同共済組合の加入期間等を記入のうえ、ご返送ください。

#### ●問合せ先

市役所 市民窓口課

## 高齢者虐待防止 介護保険課

### ▼高齢者虐待とは？

①**身体的虐待** 暴力行為などで、身体にあざ、痛みを与える行為や、外部との接触を意図的、継続的に遮断する行為。(殴る、蹴る、つねる、身体拘束、抑制するなど)

### ②**介護・世話の放棄・放任**

意図的であるか、結果的であるかわかわらず、介護や生活の世話を行っていない家族が、その提供を放棄または放任し、高齢者の生活環境や、高齢者自身の身体・精神的状態を悪化させていること。(食事をきちんと用意しない、入浴しておらず異臭がする、髪が伸び放題である、

皮膚が汚れているなど)

### ③**心理的虐待** 脅しや侮辱などの言語や威圧的な態度

無視、嫌がらせ等によって精神的、情緒的苦痛を与えること。(排泄の失敗等を嘲笑し高齢者に恥をかかせる、怒鳴る、ののしる、無視するなど)

### ④**性的虐待** 本人との間で合意が形成されていない、あらゆる形態の性的な行為またはその強要。(排泄の失敗に対して懲罰的に下半身を裸にして放置するなど)

⑤**経済的虐待** 本人の合意なしに財産や金銭を使用し、本人の希望する金銭の使用を理由無く制限すること。(日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせな

い)

### ▼対応について

高齢者の虐待防止の対応については、市町村の担当窓口で対応することになっており、上天草市では地域包括支援センターが中心となり関係機関等と連携して対応しています。

在宅や施設などで高齢者虐待を受けたり、そうではないかという状況を発見したときは、まずは上天草市地域包括支援センターに相談・通報してください。

「通報したいが、もし虐待でなかったらどうしよう」と疑わしい場合でも、まずはご連絡ください。その際、通報者の秘密は厳守されます。

休日・夜間でも連絡体制を整備しておりますので、安心してご相談ください。

を準備しておりますので、安心してご相談ください。

## 介護予防講演会

介護予防に関する知識の普及・啓発を目的に、各町で内容を変えて開きます。お気軽にご参加ください。

- ▼大矢野町 11月19日(水) 午後2時
- ▼場所 大矢野老人福祉センター1階会議室
- ▼講師 林笑佳氏(上天草市保健センター管理栄養士)
- ▼内容 食について
- ▼松島町 11月28日(金) 午前10時
- ▼場所 総合センター「アロマ」研修室
- ▼講師 福本厚子氏(歯科衛生士ステーション デイ・エイチ・エス代表)
- ▼内容 転倒予防について
- ▼参加料 無料
- ▼日時 12月4日(木) 午後2時
- ▼場所 姫戸老人福祉センター
- ▼講師 米満淑恵氏(総合ケアサポートセンター天寿園施設長)
- ▼日時 12月10日(水) 午後2時
- ▼場所 龍ヶ岳統括支所
- ▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼内容 口腔ケア・口の健康について

▼日時 12月4日(木) 午後2時

▼場所 姫戸老人福祉センター

▼講師 米満淑恵氏(総合ケアサポートセンター天寿園施設長)

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

▼講師 金子辰幸氏(天草地域支援センター 理学療法士)

▼参加料 無料

▼日時 12月10日(水) 午後2時

▼場所 龍ヶ岳統括支所

# その他

## 工事等入札結果

☎ 監理課

### ▽10月8日入札分

#### ▽市営下貫団地外壁塗装改修

##### (1期) 工事

- ① 龍ヶ岳町高戸地区内
- ② (有) 木戸建設(龍ヶ岳町)
- ③ 651万円④10/12月

#### ▽市道東釜1号線道路改良工事

- ① 松島町今泉地区内
- ② (有) 福田建設(松島町)
- ③ 377万1,600円
- ④10/12月

### ▽10月22日入札分

#### ▽広島排水機場ポンプ改修工事

- ① 大矢野町登立地区内② (株) 電業社機械製作所(福岡市)
- ③ 1,522万5,000円④10/3月

#### ▽広島排水機場除塵機改修工事

- ① 大矢野町登立地区内
- ② 開成工業(株)(植木町)
- ③ 483万円④10/2月

#### ▽合津排水機場電気設備改修工事

- ① 松島町合津地区内② 三菱電機プラントエンジニアリング(株)九州本部(福岡市)
- ③ 874万6,500円④10/2月

#### ▽今津排水機場電気設備改修工事

- ① 松島町合津地区内
- ② 三菱電機プラントエンジニアリング(株)九州本部(福岡市)
- ③ 480万9,000円④10/2月

#### ▽先辺地区枝線管渠築造工事

- ① 松島町合津地区内
- ② 松永組(松島町)
- ③ 292万9,500円
- ④10/12月

#### ▽福留地区枝線管渠築造工事(その3)

- ① 松島町阿村地区内
- ② (有) 植野建設(松島町)
- ③ 321万3,000円
- ④10/1月

#### ▽市道蔵々南線舗装工事

- ① 大矢野町維和地区内
- ② (株) 千原建設(大矢野町)
- ③ 100万2,750円
- ④10/12月

#### ▽市道江樋戸線舗装工事

- ① 大矢野町上地区内
- ② (有) 和田工務店(大矢野町)
- ③ 215万2,500円
- ④10/12月

#### ▽市道環状西2号線道路改良工事

- ① 大矢野町登立地区内
- ② (有) 切通建設(大矢野町)
- ③ 562万8,000円
- ④10/1月

#### ▽大矢野中学校土地災害復旧

- 工事① 大矢野町中地区内
- ② 杉田建設(大矢野町)
- ③ 141万7,500円
- ④10/1月

### カネミ油症に係る健康実態調査をしています

県では、国の委託を受けて油症認定患者を対象とした健康実態調査を行っています。油症認定患者の方で、調査に関する県から通知が届いていない場合は、問合せ先までご連絡ください。

▼問合せ先 熊本県健康福祉部健康危機管理課  
☎096(333)2247

### 通行規制のお知らせ

広報「上天草」平成20年10月号30ページでお知らせしました「市道城山公園線通行規制の再開」ですが、次の通行規制も加わります。

▼期間 11月10日(月)～12月3日(水)

▼通行止めの種類 大型車(4トン車以上)の時間通行止め(午前7時～午後8時)

#### ▼問合せ先

天草市役所 都市計画課  
☎0969(32)6798

## 忘れずに受診ください

### 「結核・肺がん(胸部レントゲン)2次検診」

結核・肺がんの2次検診(6月～7月に実施した1次検診を受診していない人の検診)を行います。

#### ■対象者

- ① 65歳以上で、今年度1次検診を受診していない人
- ② 30歳以上64歳以下で、今年度1次検診を申込み受診していない人

※いずれも、上天草市民で、職場・病院などで検診を受けた人を除く

■時期 右表のとおり

■検診料金 600円(全額負担の場合1,607円)

※18～29歳の人で結核検診を希望される場合は、全額自己負担となります。詳しい日程等は受診票に同封のチラシ、または回覧のチラシをご覧ください。また、申し込みをされていない人も、当日会場で受診できます。

■問合せ先 保健課 ☎0969(59)1111

期日	場 所	対象地区
11月26日(水)	上公民館	上地区
	農村婦人の家	登立地区
	大矢野庁舎	大矢野全体
	維和会館	維和地区
	中公民館	中地区
11月27日(木)	大矢野老人福祉センター	大矢野全体
	牟田自治公民館	牟田地区
	姫戸老人福祉センター	姫浦地区
	姫戸体育館	二間戸地区
	樋島老人福祉センター	樋島地区
	別館会議室(信金前)	高戸地区
11月28日(金)	池の浦学習センター	大道地区
	樋合漁村センター	樋合地区
	阿村総合体育館	阿村地区
	松島保健センター	合津地区
	今泉交流センター	今泉地区
	内野河内集会場	内野河内地区
	教良木出張所	教良木地区



## 農業委員選挙人名簿の調製について

公農業委員会

現在21人の農業委員が、優良農地の確保と有効利用、担い手育成等に活躍しています。

農業委員は、公職選挙法を準用した農業委員選挙で選ばれます。投票できる人は、上天草市選挙管理委員会が毎年3月31日に確定する「農業委員選挙人名簿」に記載される人となり、選挙人名簿への記載は申請を原則としています。

この農業委員の選挙人名簿は、毎年有権者からの申請に基づき1月1日現在で調整されます。今年も12月ごろに各地区の区長さんを通じて、農業者へ配布しますので、1月

9日(金)までに区長さんへ提出してください。

資格要件については、次のとおりです。

### ▼資格要件

農業委員の選挙権・被選挙権は、次の①～③の要件を満たす人に与えられます。

- ① 農業委員会の区域内に住所を有する満20歳以上の人で、10アール以上の農地の耕作業務を営む人
- ② ①の同居の親族または同居の配偶者で、年間60日以上耕作に従事する人
- ③ 10アール以上の農地を耕作する農業生産法人の組合員、社員または株主で、年間60日以上耕作業務に従事している人

## 善意に感謝

### ▼ボランティア活動

市内の福祉施設(きららの里・松朗園・南風苑)にボランティアサービスをした方々を紹介します(敬称略)。  
大道中学校1年生・高戸婦人会・水野国夫先生・西山カラオケ教室・次郎丸老人会・西本書道教室・濱口民謡教室・

新生老人会・中田理髪店・ノウブル・松尾ノリ子・菓子工房アローム・ゆりかご会宅配便・あそか保育園・上祭り保存会・本郷地区絵手紙もみじ会・天理教・湯島中学校・木村政恵・吉川キヨカ  
▽ふるさと応援基金に寄付  
▽観光振興事業  
伊丹政人(東京都港区南青山)

ふるさと納税)・伊丹泉(東京都荒川区西日暮里・ふるさと納税)



## 今日からさっそく 介護予防

### ～閉じこもり予防～

「閉じこもり」とは、特に病気もなく、家の外に出られる状態であるにも関わらず、家の中にばかりいるなど活動的な生活をしていないことをいいます。皆さんは、「週に1回以上は外出していますか?」「昨年と比べて外出の回数が減っていませんか?」このような質問にあてはまると、閉じこもりの心配があります。

では、なぜ閉じこもりはよくないのでしょうか。閉じこもりの状態が続くと、運動不足で筋力が低下したり、消化機能が低下し、しまいには抵抗力が弱まったり、心臓や肺の機能が弱まったり、行動しようという意欲が低下します。そうすると、日常生活すら困難になり、寝たきりや認知症になる危険性があるのです。閉じこもりを予防することは、寝たきりや認知症を予防することなのです。

閉じこもりを予防するには、まず日常生活を改善しましょう。朝起きたときのままの格好で1日過ごしたり、身だしなみに無頓着になっていたり、昼夜が逆転して生活のリズムが乱れている人はその習慣を見直してみてください。また、もし自分の周りに閉じこもっている人がいたら、家の中での役割をとりあげず、外出する機会を手助けするなど協力する姿勢でいてください。

特にこれから冬を迎えます。寒い間は外出を控え、閉じこもりがちになりがちです。散歩や買い物、お友達との交流など、外出する機会を多くもち元気に春を迎えてください。

### ●問合せ先

地域包括支援センター  
(松島庁舎)  
☎ 0969-56-1111

平成20年10月17日改正

### 熊本県(地域別)最低賃金 時間額628円

必ずチェック 最低賃金!  
使用者も 労働者も

この最低賃金は産業別最低賃金が適用されないすべての労働者(臨時・パートタイムを含む)に適用されます。

なお、派遣労働者については、派遣先の事業場に適用されている最低賃金が適用になります。

### ●問合せ先

熊本労働局賃金室  
☎ 096(355)3202

## 市のデータ

平成20年  
10月31日現在

人口	33,132人
男性	15,531人
女性	17,601人
世帯数	12,359戸
市の面積	126.12km <sup>2</sup>

# ウェルカム 市長室

Welcome to Mayor's Room  
vol.18

## ふるさととは遠きにありて思ふもの… 故郷への思いと人のつながり

そういう詩です。

私も故郷、上天草市から学業、就職で10年ぐらい外に出ています。時折故郷を思い涙する心境になったものです。

先日、名古屋在住の上天草市出身者の方々と交流を深めてきました。それぞれの人が

40年以上も前に故郷を離れています。集団就職で列車に揺られこの地に来た。多くの苦勞を乗り越え、現在の生活があるとのことでした。

現在でも故郷に対する思いは格別であるとのこと、上天草市の将来についていろいろ提言をいただきました。時期を同じくして、東京天草郷友会の方々とも天草をこ来訪された折に交流を深めてきました。

うれしいことに、参加者の中から「ふるさと納税」の申し出があり40万円の寄付をいただきました。

寄付をいただいた方は実は上天草市出身の方ではなく、

この方とごく親しい方が上天草市出身であり、友人の故郷

に対する熱い思いを受けて、上天草市への寄付を決めたこと話されました。ありがたいことです。故郷への思いと人のつながりがこのような形で表れています。

故郷を離れた皆さんの思いは同じようで、故郷を常に思っている、故郷の発展を心から願っていらっしゃいます。まさしく上天草市の応援団です。

関東、関西、東海その他多くの地域で上天草市を故郷とする郷友会が存在します。今後とも郷友会の方々との交流を深めながら、様々な点で協力関係を構築できればと思います。

※ふるさと応援基金では、現在約316万円の寄付を頂いています。ありがとうございます。

上天草市長

川端祐樹



伊丹さん(右)からふるさと納税を受け取る川端市長

「ふるさととは遠きにありて思ふもの。そして悲しく歌うろろ・さいせい」さんの詩の一部です。  
ふるさとを遠く離れ、様々な苦勞をしていると望郷の念が一層つのり思わず涙する、

### 上天草市タウンミーティング開催のお知らせ

# 市長と語ろう

●11、12月の開催日および場所など  
(市長の急務により、開催日変更の場合あり) ※変更

開催日	対象地区	場 所
※11月21日(金)	教良木・内野河内地区	内野河内コミュニティーセンター
12月2日(火)	高戸地区	龍ヶ岳統括支所

このタウンミーティングは、各町(13地区)で順次開催していきます。ご参加いただいた皆さまから、率直で貴重な意見をいただき、政策に反映することが目的です。

今後のタウンミーティングで、皆さまの声をぜひお聞かせください!たくさんのご参加をお待ちしております。

●対象

市内に在住、在学または在勤の方ならどなたでも参加できます!

●時間

- 受付 午後7時から
- ミーティング(原則として90分以内)  
午後7時30分~午後9時

詳しいお問合せは、市役所 総務課 秘書係 ☎0964(56)1111 まで



W A N P A K U

# わんぱく まがり



冒受

平成18年  
8月2日  
生まれ

西村 <sup>りく</sup> 凌空ちゃん

【パパ】西村 理さん【ママ】千晶さん

●両親からひとこと

歌とダンスが大好きです☆



平成19年  
5月30日  
生まれ

山本 <sup>そうま</sup> 壮馬ちゃん

【パパ】山本 健太さん【ママ】奈々美さん

●両親からひとこと

元気いっぱい!大きくなってね☆

## かわいい子どもの写真を大募集!!

上天草市在住の1~3歳のお子さんの写真を募集しています。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)までご応募ください。なお、写真の裏面にお子さんの名前をご記入ください。応募多数の場合は予約(順番に掲載)となりますのでご了承ください。

## 県教育委員会へ要望書の提出 県立高等学校再編整備等基本計画

9月26日、川端祐樹市長が県教育委員会を訪問し、新井久徳総括教育審議員兼教育次長へ「県立高等学校再編整備等基本計画」についての要望書を提出しました。

県が平成19年25日に発表した上記計画では、平成22年度において、大矢野高校を校地とし松島商業高校、天草東高校、大矢野高校を発展的に再編、統合し新しい高校を設置するとしています。

しかしながら、当該計画に対する地元の理解は十分ではなく、数度にわたる説明会においても十分な賛同は得られていないというのが現状です。

このことは、市民にとって魅力ある学校像を描けていないのが原因と考え、次の8項目(5~7は省略)について強く要望いたしました。

これを受けて新井教育次長は、「地元の理解を得るためにも何回も出向いて、意見交換をしたいと思っています。市にも側面的な協力をお願いしながら、よりよい高校づくりを目指していきたい」と話しました。

1. 中学校卒業生の6割以上が進学するような魅力ある高校を目指すこと。
2. 魅力ある高校づくりについて、中学校、高校の生徒、保護者、教育関係者等から幅広く意見を聴取すること。ならびに、生徒、保護者、教育関係者等に対し当該計画の詳細な説明を行うこと。
3. 2における意見集約を基に、魅力ある高校づくりに向けて具体的な方策を実行すること。当市も応分の支援と協力は行う。
4. 1から3が実行されない場合は、当該計画を凍結し、大矢野高校ならびに松島商業高校の存続を図ること。
8. 当該計画に対する市民との十分な話し合いが得られない場合は、前期計画を後期に遅らせること。



▲新井教育次長(右)へ要望書を手渡す川端市長

## 伊丹さん夫婦より寄付 ふるさと応援基金

10月27日、東京都にお住まいの伊丹政人さんと妻の泉さんからそれぞれ20万円の寄付がふるさと納税へありました。伊丹さん夫婦は、上天草市には縁もゆかりもない地ですが、友人の塚本浩晴さん(広報「上天草」9月号13ページ掲載)から故郷に対する熱い思いを受けて、「ぜひ寄付したい」と観光振興事業へ寄付されました。

ありがとうございました。



川端市長から賞状などが手渡されました。

## 100歳表彰 おめでとうございます

高田 ナミさん(姫戸町姫浦)  
明治41年10月9生

お父さんのための  
**メタボ・生活習慣病講座**  
その4

**特定健診・特定保健指導が始まりました！**

皆さまにもこれまで広報でお知らせしておりますように、メタボリックシンドローム（通称メタボ、内臓脂肪症候群）に着目し、国民健康保険加入の40～74歳の人を対象した特定健診が8月よりスタートし、その結果に基づき、いよいよ特定保健指導も10月より始まりました。

保健指導は特定健診の結果より生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による予防効果が多く期待できる人に対して生活習慣を見直すサポートを行うものです。

**特定保健指導の分類**

特定保健指導は病気になる可能性が高い要因の程度に応じて「動機付け支援」と「積極的支援」に分類されます。（図表参照）これは医師・保健師・管理栄養士などが対象者と共にそれぞれの生活習慣を振り返り、悪い生活習慣を見直し、減量や運動、食事など健康的な生活習慣に変えるための具体的な行動目標を立て、それが実行できるように支援していくものです。

日本の平均寿命は世界でも大変高い水準にあります。現在死亡原因の6

割を生活習慣病が占めています。生活習慣病は一人ひとりがバランスのとれた食生活・適度な運動習慣を身につける事により予防可能であるため、保健指導により予防生活習慣を見直し健康的な生活を過ごしましょう。



表. 特定保健指導の対象者（階層化）

腹囲	追加リスク			④喫煙歴	対象	
	①血糖	②脂質	③血圧		40 - 64 歳	65 - 74 歳
男性 85cm 以上 女性 90cm 以上	2つ以上該当			あり	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当			なし		
上記以外で BMI 25 以上	3つ該当			あり	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当			なし		
	1つ該当					

（注）喫煙歴の斜線欄は、階層化の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味する  
＜Hさんの経過報告＞

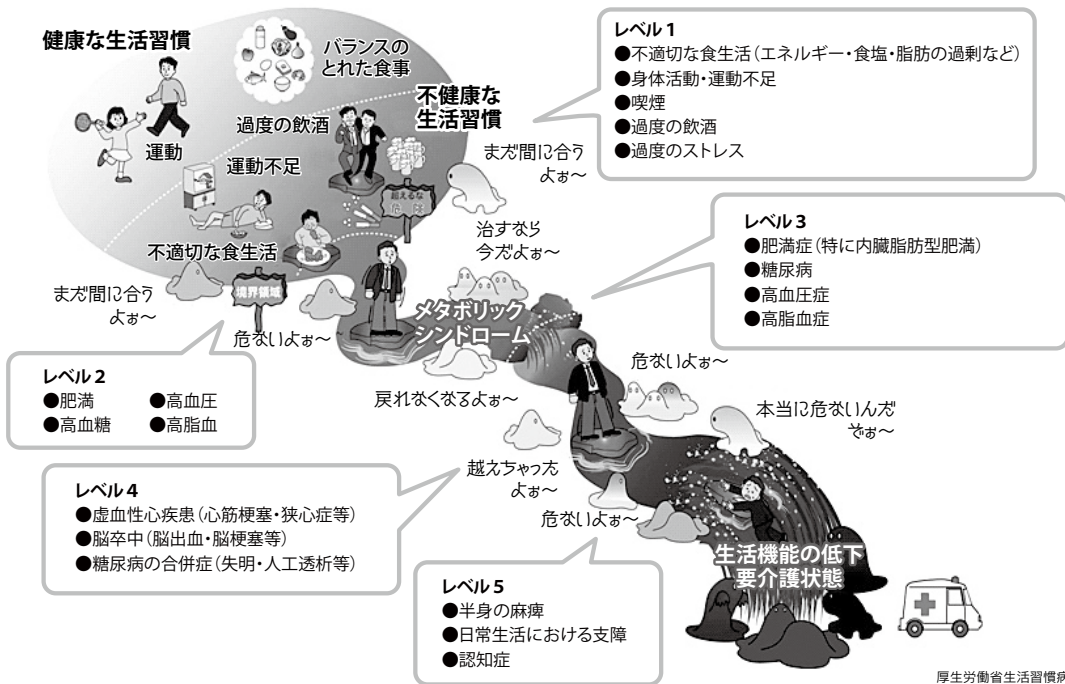
（ ）は単位		4月	8月
腹囲 (cm)		93.5	92.3
体重 (kg)		74.3	71.4
BMI		28.3	27.6
脂質	中性脂肪 (mg/dl)	333	260
	HDL コレステロール (mg/dl)	41	49
	LDL コレステロール (mg/dl)	136	143

■コメント

今までは病気の怖さや認識がなかったが、指導を受けるうちに理解できるようになった。たまには気の緩みが出て、人からの誘いに乗って外食してしまい、指導してもらったとおりにはいかないこともあった。

生活習慣病のイメージ

**告** 健康か不健康か その鍵は あなたの今の生活習慣にかかっています！



厚生労働省生活習慣病対策室



嬉しい 美味しい 簡単料理



すり身ハンバーグ



●材料(2人分)

- 魚すり身 …… 100g
- A ひじき(乾)…… 5g
- たけのこ(ゆで) 20g
- 人参…… 20g
- B 豆腐…… 50g
- 卵…… 1/2個
- 小麦粉…… 小さじ1
- C 濃口醤油… 大さじ1
- 大根…… 50g
- 人参…… 10g
- しょうが …… 3g
- レモン …… 1/4個
- 大葉 …… 2枚
- サラダ油 …… 大さじ1

●1人分栄養価

エネルギー… 180kcal  
たんぱく質… 14.0g  
脂 質… 9.2g  
… (46.2%)  
塩分相当量… 1.7g

おいしい作り方

- ①Aを細かく切り(ひじきは水で戻して)、すり身と混ぜ合わせる。
- ②①の中につなぎBを入れ、手で混ぜる。
- ③フライパンに油をひき、②を小判形にして焼く。
- ④大根、人参を卸し、醤油と合わせる。(C)
- ⑤皿に大葉を敷きその上にハンバーグをのせ、④とレモン汁をかけ、千切り生姜を天盛りする。

姫戸地区ヘルスマイトの皆さん

母子手帳交付・育児相談

場所	日	実施時間(手帳受付時間)
大矢野窓口センター	1月、8月 15日、22日	9:30 ~ 11:00 (9:30 ~ 9:45)
松島保健センター	随時交付(手帳) 17日(相談)	9:30 ~ 11:00 (随時)
姫戸統括支所	1月、15日	13:00 ~ 14:30 (13:00 ~ 13:15)
龍ヶ岳統括支所		9:30 ~ 11:00 (9:30 ~ 9:45)

用意するもの 印鑑(手帳)

福祉

種類	日	実施時間
精神福祉保健相談	11日、25日	13:30 ~ 15:30 (14:30まで受付)
デイケア	11日	10:00 ~ 12:30

【場所】大矢野老人福祉センター



健康情報

熊本県保険医協会  
☎096(385)3300  
http://www.khk-dr.jp

11月のテーマ		12月のテーマ	
月	新型インフルエンザについて	月	今年のインフルエンザ
火	ノロウイルス感染症	火	最近のリウマチ事情
水	無症候性脳梗塞	水	更年期をうまく乗り切ろう
木	口臭	木	なぜ入れ歯の清掃は
金	生理痛について	金	大腸ファイバー
土・日	家族が癌と言われたら	土・日	人口妊娠中絶のもたらすもの

母子健診

種類	※用意するもの	対象地区	日	対象者(月生)	受付時間
2カ月児学級	バスタオル	全地区	25日	H20.10	14:00 ~ 14:15
3~4カ月児健診(BCG)	バスタオル BCG問診表	大矢野	2日	H20.8	13:00 ~ 13:15
		松島	17日		
		姫戸	3日	H20.7~8	
6~7カ月児健診	ハンカチまたは ハンドタオル	大矢野	16日	H20.5	13:00 ~ 13:15
		松島	17日		
		姫戸	3日	H20.4~5	
1歳児学級	おしぼり、お茶	全地区	24日	H19.12	9:45 ~ 10:00
1歳6カ月児健診	尿	松島	11日	H19.4~5	
3歳児健診	聴力視力 検査用紙	大矢野	9日	H17.10~11	
もうすぐ パパママ学級③	歯ブラシ	全地区	18日	-	9:45 ~ 10:00

【場所】全地区、松島…松島保健センター 大矢野…大矢野老人福祉センター  
姫戸…姫戸母子健康センター

【※用意するもの】母子手帳と問診表(もうすぐパパママ学級を除く)は、どの健診および学級でも必ず持参ください。

※もうすぐパパママ学級へ参加される場合は、12月11日(木)までに保健センターへ予約してください。

日祝日在宅医

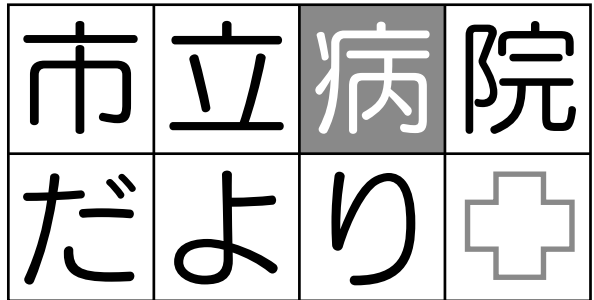
日	病院名(診療科目)	(所在地) 電話番号
7	しまだ小児科 <小・内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0005
	やまうち医院 <内・小・ア>	(松島町阿村) ☎0969(56)0899
	宮崎外科胃腸科医院 <外・消>	(大矢野町上) ☎0964(56)0600
	姫戸医院 <内>	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3583
21	竹島医院 <内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0159
	村上医院 <内・小・リハ・神 内・呼・循・消>	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3102
23	中村達男医院 <内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0006
	吉田クリニック <内>	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
28	竹中医院 <内>	(姫戸町二間戸) ☎0969(58)2148
	毛利医院 <内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)2111

診療時間 9:00 ~ 17:00(診療時間外は、事前に電話連絡をお願いします)



## 禁煙のすすめ

上天草総合病院  
内科兼診療部長 溝部孝則



こんにちは、上天草総合病院の溝部です。呼吸器内科を中心に、内科一般の診療を行っています。本日は、煙草の害と禁煙について書いてみます。

喫煙が健康に害になることは皆さんもご存知でしょう。喫煙はのどや肺の癌だけでなく、慢性閉塞性肺疾患、動脈硬化とも深い関連があります。心筋梗塞や脳卒中を起こしやすくなるということも分かっています。わが国において、喫煙が原因で死亡したと推定される数（喫煙による超過死亡数）は2000（平成12）年には11万4千人だったそうです。1日あたり300人以上ということになり、ジャンボジェットが1日1機墜落事故を起こしているようなものです。交通事故による年間死亡者数は1万人くらいだそうですから、これをはるかに超えています。喫煙による超過医療費は1兆円以上に上るそうです。さらに、喫煙した（能動喫煙）人のみならず、たまたま側においてその煙を吸ってしまう（受動喫煙）人にも喫煙者と同様の健康被害が生じることも問題になっています。最近は未成年者を含めた若い喫煙者が増加している

ことも心配なことです。

喫煙者の3人に1人は煙草をやめたいと思っているという調査があるようですが、実際にはもつと多いように思います。でも「健康に悪いことは分かっているけど、止められない」という声をよく耳にします。確かにニコチンには強い依存性がありますので、禁煙で辛い思いをする人がいます。以前は何の手助けもなく、ただ意志の力で禁煙していましたが、最近では禁煙補助薬が薬局や病院で手に入るようになりました。病院ではご本人と相談しながらその方に合わせた剤型（ガム、テープ剤、内服薬）を処方することが出来ます。病院によつては健康保険がきく事もあります。残念ながら上天草総合病院では施設基準を満たさないために健康保険による禁煙治療ができませんが、私たちは教長木診療所で保険診療による禁煙外来を行っています。他にも上天草市内には保険診療で禁煙治療のできる病院があります。自分自身の健康のため、周囲の人の健康のため、そして私たちの子どもたちの健康のために禁煙に挑戦してみてくださいか。

## Q & A コーナー

体内の亜鉛が不足するとどうなるのですか？

生体微量元素の一つとして亜鉛は100種類以上の酵素の構成要素として生体の様々な代謝系の調節に関与しています。ご存じの通り酵素は少量でとてもすごい働きがありますので、これが不足すれば何らかの障害が現れます。どのようなときに不足するのかといえば、摂取量の低下、慢性的な下痢などによる吸収障害、キレート能を持つ薬剤の投与、高度の発汗、肝障害など。代表的な亜鉛欠乏症として知られているのが、味覚障害です。偏った食生活を送っている若年層に多いといわれていますが皆さんはどうですか。そのほかに嗅覚異常、夜盲症、免疫低下、成長障害、発育遅延、食欲不振、下痢、皮膚病変など枚挙にいとまがありません。例えば免疫機能についていえば、亜鉛欠乏は胸腺の萎縮を惹起し、その結果、免疫をつかさどるT細胞を減少させ、その機能を抑制します。また、亜鉛欠乏は創

傷治癒遅延をおこし入院患者様の褥瘡の治りを悪くします。いち早く亜鉛を補充することによってその効果はめざましいといわれています。寝たきりにならないためにも亜鉛不足には気をつけなければなりません。亜鉛を多く含む食品にはカキ、するめ、ウナギ、和牛、ささみ、胡麻、アーモンド、干し椎茸などがあります。普段からバランスのとれた食事が大事です。亜鉛不足のチェック方法としては●抜け毛が増えた●皮膚がカサカサしやすい●爪が変形したり、伸びるのが遅い●けがをすると治りにくい●何となく元気が出ない●風邪を引きやすく治りにくい●記憶力が落ちた●お酒が弱くなった●味が分からなくなったなどがあります。当院でも今年8月から亜鉛の測定が可能になりましたので気になる人は各科外来でご相談されてください。



# 診療案内

	月	火	水	木	金
内科 代謝内科	樋口	坂本興	樋口	坂本興	
	坂本興	樋川	溝部	樋川	
	溝部		和田		溝部
	糸永	廣岡	糸永		原富
	原富			廣岡	
インスリン外来			樋川		
循環器科	脇田				
外科 大腸肛門科	福田	城野	福田	城野	担当医
整形外科	藤松			松藤	藤松
産婦人科	姫野	中	姫野	姫野	姫野
	中		中	(中)	
小児科	神菌	田原	神菌	田原	神菌
眼科	竹下				
泌尿器科	原			熊大	原
耳鼻咽喉科		熊大			熊大
皮膚科				尹	
胃腸 センター	樋川	坂本	原富	福田	和田
	和田	糸永	廣岡	溝部	廣岡
	城野	福田	城野		担当医 (外科)
歯科・口腔外科	福田				
教良木診療所	月	火	水	木	金
午前	廣岡	溝部	樋口	原富	中

- 受付は、午前8時30分から正午12時までです。
  - 整形外科は予約制です。ただし、新患・急患の方が優先となります。
  - 木曜の松藤先生の整形外科（予約制）は、午前10時30分より診療を行います。
  - 内科は、（火）（木）の午後5～6時までの夕方外来があります。
  - 脳神経外科は、第2・4水曜の午後2時より診療を行います（予約制）。
  - 小児科の急患は、月～金の午後8時までと土日の正午までは、当直医によるコールがあれば、小児科医が交代で診察します。来院される際はお電話での確認をお願いします。
  - 歯科口腔外科は、火・木曜日午後6時まで診療を行います。
  - 産婦人科の木曜日の診療受付は11時までです。
  - 教良木診療所は、月曜から金曜の午前中に、担当医師が診療いたします。
  - 診療案内は、都合により変更となる場合がありますので、ご了承ください。
  - 外科の金曜日担当は、第1・3を福田医師、第2・4を城野医師が行います。外科でないときは、胃腸センター担当となります。
- ★問合せ先 上天草総合病院  
 TEL 0969(62)1122(代表)  
 FAX 0969(62)1546  
 ホームページ  
<http://www4.ocn.ne.jp/~kamiama/>  
 Eメール kamiama@bronze.ocn.ne.jp

## クロロピクリン事故対応訓練

10月10日午後3時すぎ、「救急隊から、『クロロピクリンの服毒患者を収容、上天草総合病院へ搬送要請』がなされた」との想定で、当病院の受け入れ、および2次感染対策に病院内外一斉に対処するという訓練がありました。

今年5月、熊本赤十字病院の救命救急センターにおいて有毒ガスが発生し医師や患者ら54人が目やのどの痛みなど体調不良を訴えるという惨事がありました。

クロロピクリンは一般の方にも手に入ることから、当院でもこのような事例に遭遇することも予想されます。そこで、今回の訓練となりました。



救急隊から出動要請された救助隊、消防隊も病院に到着し、病院職員とともに訓練は予定どおり約30分間、滞りなくすすみましたが、初めて見る防護服や除染テント

は、訓練とはいえ緊迫感がありました。

その後、6階講堂に場所を移し、木本薬局長による「農薬中毒」と題して、クロロピクリン等の中毒についての講義がありました。薬物中毒に遭遇した際は、薬品を同定することが非常に重要であり、刺激臭の場合、換気に注意することなどが語られました。

今回の訓練は、有害物質の暴露に対し、医学的知識に基づき機転を効かせて、院内患者や市民を2次災害から守ることを再認識する機会となりました。

上天草総合病院 副院長 福田 誠

## 11月1日より病院の診療受付システムが新しくなりました

受付から検査、診察、そして会計まで、病院内のすべての部署でシステムが新しくなりました。目的は、患者さんが病院の中をスムーズに移動し診察を受けることができ会計の待ち時間が少なくなることです。そのため皆さんにはこれまでなかった外来基本伝票という書類をお渡しします。これは、検査室や診察室を回るときに案内兼確認用として便利なものとなっています。会計ではこれを皆さんから返していただくと同時に計算を始めることができます。従来、診察後お医者さんがカルテ記載を終えるのを待って会計にカルテが戻ってきて計算が始まる、という時間を短縮できればと思っています。

しかし、私たちスタッフにとって慣れない点もあり、スムーズな運営には、少し時間が掛かるかもしれません。とはいえ安全第一、あわてて間違いを起こしてはいけません。しばらくのご辛抱をお願い致します。

オーダリングシステム導入委員会 坂本興美

## 市民健康講座

「歯を大切にすると7つの方法」

- 講師 歯科口腔外科 福田敏博
- 日時 12月6日(土) 午前10時～
- 場所 松島総合センター「アロマ」



# 生涯学習

生涯学習に関する  
問い合わせ先

- 社会教育課  
☎0969(56)1111
- 中央公民館  
☎0969(56)0777
- 大矢野自然休養村  
管理センター  
☎0964(56)4393



加者!!  
参募

## 「元気アップ親子セミナー」

開催します

元気アップ親子セミナーとは・・・

文部科学省が実施している体力・運動能力調査の結果からも明らかのように、子どもの体力・運動能力の低下が続いており、早急な対応が迫られています。保護者には、「子どもの体力が少しくらい劣っても・・・」と考えられがちですが、転倒した際の顔面・頭部のケガの増加、肥満とやせの二極化が進行しています。

また「今の子どもがそのまま大人になると、杖を必要とする50代、60代が多数出るのでは」との指摘もあります。体力・運動能力の低下は、子どもたちが健やかに成長するための基礎的な力を損なってしまうのです。

そこで、子どもの体力向上を図ることを目的に、保護者の方々への情報提供と体力向上に役立つ運動プログラムを、親子で体験する機会を提供するなどを通して、今後の学校・家庭・地域における望ましい生活習慣づくりを目指して開催するものです。



当日のプログラム

講師を迎えての保護者の方向けの「毎日の生活をいきいき生きる」ための講演会や、子供向けの体ほぐし運動、コーディネーショントレーニング、親子で楽しむさまざまな運動などを実施予定です。また、子育てに関する悩みや疑問を互いにお話しに來ませんか？半日で終了するプログラムですので、お気軽にご参加ください。

- 日時 12月13日(土) 午前9時から
- 場所 松島総合センター「アロマ」
- 主催 特定非営利活動法人ひとつくりくまもとネット、上天草市教育委員会
- 共催 アロマスポーツクラブ準備委員会
- 対象 子どもが小学4年生以下(保育園児も含む)の親子50名程度
- 参加費 親子ペアで3000円(1人追加ごとに1500円・保険料含む)
- 申し込み先・お問い合わせ  
☎0969(56)0777

(松島総合センター「アロマ」)

当日のスケジュール

開会(9時)

子ども向け  
コーディネーション  
トレーニング

保護者向け  
セミナー

親子で一緒に  
「体ほぐし運動」の実践

親子で一緒に  
「アイダ アイダ」の体験

子ども向け  
コーディネーション  
トレーニング

保護者向け  
子育て  
しゃべり場

閉会(12時25分予定)



# 情報 あ★ら★か★る★と コーナー

## ★第2回読書マラソン開催中 (12月27日まで)

夏休み期間中、子どもたちに好評だった読書マラソンをこの秋も開催しています。せっかくの読書の秋です。お友だちの皆さんも本を読んでがんばりましょう。(読書マラソンカードは図書館でも配布しています)

## ★本のリクエスト、受付中です

図書館では本のリクエストをお受けしております。図書館に置いていない本や新聞に載っていた本など、読んでみたい本がありましたら、ぜひカウンターまで!気軽にどうぞ。(絶版など出版状況により、取寄せできない本もあります。ご了承ください)

## おはなし会のお知らせ♪

■図書館おはなし会(30分～1時間)

【大矢野】11月22日(土)午後2時から(森記念図書館)

11月15日(土)午前10時から(治郎田公民館)

12月13日(土)午前10時から(西の浦公民館)

【中央】12月13日(土)午後2時から(アロマ視聴覚室)

【姫戸】12月13日(土)午前10時から(姫戸図書館)

野外おはなし会

11月16日(日)午前9時30分から(二間戸団地の公園)

11月16日(日)午前10時30分から(牟田団地横の空地)

## — ほん — 今月の本 —

テーマはコレっ!

11月は「芸術」

12月は「編み物」

# Books

## 図書館より

中央図書館 ☎0969 (56) 0777【「アロマ」呼出】

・開館時間 10時～18時(土・日・祝日:～17時)

大矢野森記念図書館 ☎0964 (56) 4393

【自然休養村管理センター(旧大矢野公民館)呼出】

・開館時間 10時～18時(土・日・祝日:～17時)

姫戸図書館 ☎0969 (58) 2111【姫戸支所呼出】

・開館時間 10時～17時(土・日・祝日:同)

龍ヶ岳図書館 ☎0969 (62) 0930【図書館直通】

・開館時間 10時～17時(土・日・祝日:同)

### 【全館共通】

●休館日 11月17日、25日、30日、12月1日、8日、15日、22日(年末休館28日～31日)

※全館ともに、毎月最後の日は「館内整理日」でお休みです zzz

※月曜日が定期休館日(祝日の場合は翌日)となります。

12月13日(土)午前10時から(姫戸図書館)

【龍ヶ岳】11月22日(土)午後2時から(龍ヶ岳図書館)

[対象:幼児～小学校低学年]

※うれしい話かな!?おもしろい話かな!?

おはなし会の最後には、楽しい折り紙遊びもあるよ♪  
お友達といっしょに来てね!

■あかちゃんおはなし会(約20分)

【中央】12月3日水午前10時30分からアロマ視聴覚室)

[対象:0歳～未就園児とその保護者]

※絵本の読み聞かせや歌遊び、ふれあい遊びなど盛りだくさんの内容です!

## ●ご寄贈ありがとうございました(順不同)

池崎利江さん(松島町合津)、長本増雄さん(大矢野町上)、植田和美さん(同)、他2人の方から図書のご寄贈がありました。これらの資料は図書館で有効に活用させていただきます。ありがとうございました。



10月12日 立地区体育祭 5人の息をピッタリ合わせ、端の人は走れ〜!台風の目リレー

# スポーツの秋

## 走って!笑った!!運動会

10月13日は体育の日。12日を中心に、各地区で体育祭や球技大会などが開催されました。各地区とも趣向を凝らした競技が続出し、会場から大爆笑の渦。参加した選手も応援した人も、すがすがしい汗をかいた楽しい一日を過ごしました。



10月26日 立地区スポーツ大会 みんなに大人気のグランドゴルフ。入って〜!



10月12日 高戸地区体育祭 ワッショイ、綱引きワッショイ!もつと引っ張れ〜



10月12日 立地区体育祭 重りの重さが違い、バランスを取るのが難しい〜!天秤リレー



10月12日 阿村地区体育祭 カン倒しリレー。当たれ〜。

目前のことで、精一杯!それを物語るのが先日取材先でありました。まちのわだいで掲載しました「稚貝の放流」で、私は何の準備もせず現場に向きました。プロの取材陣の方々はさすが!バッチリ、長靴を用意しています。4年目に突入する木魚ですがダメダメですね。海に入ろうと、慌てて靴を脱ぎ、立ちながら靴下を脱ごうとすると、変なところがつつてしまいました。その後、海に入ったままではいいのですが、目まいと立ちくらみがして、シヤッターを切るどころか、カメラを海に落とさないようにするので必死でした。たぶん、アイツは何しよつとだろか?って見られていたはずです。何とか撮影し、靴を履きに行こうとすると、脱いだ場所は海の中でした。あちゃー!と思ったら、誰かが移動してくれていました。この場を借りて、お礼を伝えたいです。

こんな感じで、計画性が乏しい私。人事評価制度というものが市役所で始まりますが、なんとか改善していきたいものです。

改善といえば、今月号は編集会議を開き、作ってみました。私一人の主観に陥らず、良いものが出来ればと思っています。皆様のご要望や感想なども広報クイズと一緒に頂ければありがたいです。

ところで、先ほどの取材後、足を洗い靴を履こうとしているとき、園児に「大丈夫ですか?」と心配されてしまいました。ああ、情けない…。

(木魚)

編集後記  
感謝