

人と海の
ふれあうまち

上天草

Kamiamakusa

命と向き合う看護の道に

3月1日 上天草看護専門学校卒業式



目次

- かけがえのない「命」みんなで守りましょう … P 2～3
- まちのわだい … P 4～7
- ウェルカム市長室 … P 8～9
- 健康ガイド … P 10～11
- 市立病院だより … P 12～13
- 生涯学習・図書館だより … P 14～15

- 選挙に関するお知らせ … P 16～17
- 観光循環バス時刻変更のお知らせ … P 18
- 窓口業務の一部民間委託・
郵便局での証明書交付サービスを開始 … P 19
- お知らせ … P 20～29

かけがえのない『命』

～自殺を防ぐために～

心の病に気をつけて～うつ病の兆候を知る～

自殺した時に何らかの精神疾患を患っていた人が8割を超え、中でもうつ病だった人の割合が高かったとの報告があります。心の病に上手に対処して、心身ともに健康な状態を保つことは、自殺をふせぐうえでとても重要なことです。

- 次のような状態が続く時は、うつ病の可能性が考えられるので、早めの対応が大切です。
- 今まで楽しんでやれていたことが、楽しくない。
 - これまで楽にできたことが、おっくうに感じられる。
 - 自分が役に立つ人間だとは思えない。
 - 訳もなく疲れたような感じがして、元気がでない。
 - なかなか寝付くことができない。夜中に目が覚めた後眠れない。



心のセルフケア～自分に合ったストレス対処方法を身につける～

うつ病は決して特別な病気ではなく、誰もがかかる可能性のある病気です。早めに適切な治療を行えば回復の可能性が高くなります。ストレスをため込まず、上手に発散して心身の休養をとることが大切です。

- ストレスはなくすることはできませんが、ストレス原因にうまく対処することが重要です。
- 趣味や運動、入浴などリラックスマ法を確保する。
 - コミュニケーションの取り方を工夫する。
 - ものの見方、考え方をかえる。
 - 睡眠時間を確保する。

自殺を未然に防ぐために

【自殺に傾いている人は、何らかのサインを発していることが少なくありません】

- 口数が減って元気がない。
- 孤立している。
- 「消えてしまいたい」「死んだら楽になる」などと口にする。
- 大量のお酒を飲むようになる。
- 自分の健康をかえりみない。

【もし自殺に傾く人に出会ったら】

- 自殺に傾いている人の多くは、困難や苦痛から抜け出したいだけで、決して「死にたい」と決めているわけではなく、生きていたいという気持ちを持っています。
- 打ち明けてくれたことをねぎらう（苦勞を抱えてきたことをねぎらいましょう）。
 - 話をじっくり聴く（相手のことを受け止め、最後まで話を聴きましょう）。
 - 「つなぎ」と「かかわり」（相談先へのつなぎ、自分もかかわっていくことを伝えましょう）。



こころの悩み相談窓口

もしあなたが今、つらい思いや悲しみを抱えているとしたらどうか独りで悩まないで、誰かに話をしてみてください。

- 熊本県精神保健福祉センター ☎ 096 (386) 1166
 - 熊本こころの電話 ☎ 096 (285) 6688
 - 熊本のいのちの電話 ☎ 096 (353) 4343
 - 熊本県天草保健所 ☎ 0969 (23) 0172
 - 上天草市役所 福祉課 ☎ 0969 (28) 3351
- ※秘密はかたく守られます。



みんなで守りましょう



～3月は「自殺予防強化月間」～

1月17日に警察庁は、平成24年の全国の自殺者が2万7766人で、15年ぶりに3万人を下回ったと発表しました。月別では、3月が2584人と最多で、12月が2023人と最少でした。

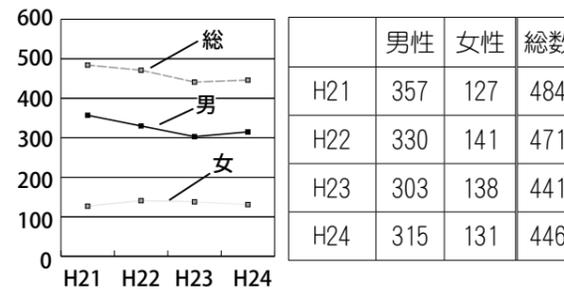
減少は見られたものの、自殺者は依然として多く、自殺未遂者はさらにその10倍ともいわれています。誰もが無関係とは言えない問題です。

3月は自殺予防強化月間です。この機会に自殺を身近な社会問題として考えてみましょう。



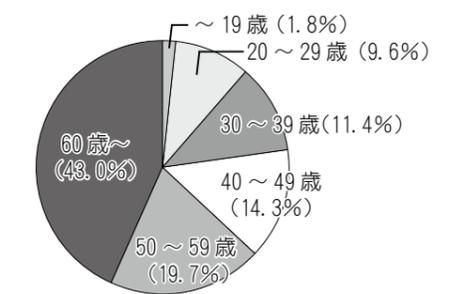
熊本県の自殺者の現状（熊本県警資料をもとに作成。平成24年については暫定値）

【自殺者数の状況】



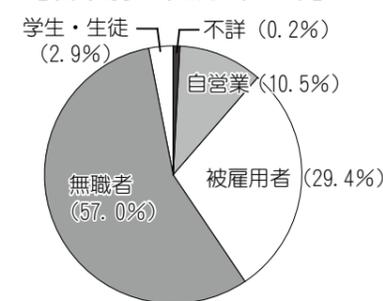
○平成24年の自殺者数は、前年より5人増加し446人。
○男女別では、男性が全体の70.6%を占めている。

【年齢別の状況（H24）】



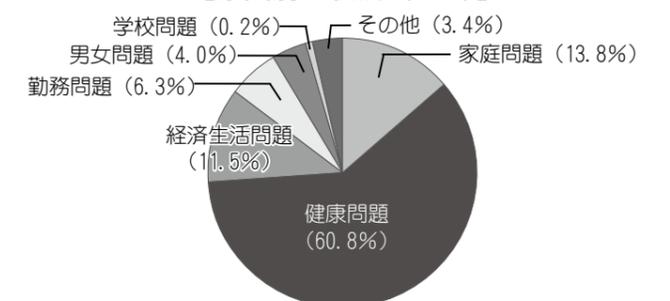
○年齢別では、依然として40歳代から50歳代の中高年と高齢者が多い。

【職業別の状況（H24）】



○職業別では、無職者が254人（57%）、次いで被雇用者131人（29.4%）、自営業者47人（10.5%）だった。

【原因別の状況（H24）】



○原因・動機が健康問題にあるものが290人で最も多く、次いで家庭問題が66人、経済生活問題が55人の順となっている。

メンタルヘルス出前講座

上天草市自殺対策緊急強化事業の一環として、事業所等への出前講座を実施しています。

昨年は（株）ヤマハ天草製造の職員の方を対象に、臨床心理士の松下弘子先生から「職場のメンタルヘルス対策」と題してご講話いただきました。今後も事業所等への出前講座を実施していきたいと考えていますので、希望される事業所等がありましたら、ご連絡ください。

○問合せ先 福祉課障がい福祉係 ☎ 0969 (28) 3351

熊本のいのちの電話の養成講座募集案内

- 対象 将来熊本のいのちの電話相談員を目指す方
 - 定員 30人
 - 養成講座の期間 1年間（毎週火曜日の18時30分から2時間）
 - 養成講座の場所 熊本YMCA（熊本市新町）
 - 受講料金 前期2万5000円、後期2万5000円
 - 募集期間 3～4月中旬まで。
- 詳しいお問い合わせは「熊本のいのちの電話 事務局 ☎ 096 (354) 4343」まで

取材：広報特派員 米崎雄矢さん

▼みんなで記念撮影



広報特派員
レポート

上天草高校生・成果発表までの奮闘記

天草松島の景観再生支援事業

2月9日、松島総合センター「アロマ」で『天草松島』の景観再生についての報告会があり、上天草高校生による発表が行われました。このレポートでは発表までの高校生たちの奮闘ぶりを綴っていきます。

平成24年7月から活動を開始。4回の体験活動を行い、一部の活動は広報でも取り上げられました。

報告会で発表するため、2学期の終業式後から、NPO法人K Aプロジェクト（田中万里理事長）と景観再生の解決策について議論を繰り返し、意見を集約しました！

パソコンでパンフレットや発表用の資料を作るのにもひと苦労。1月には修学旅行や検定などが重なったこともあり、いつもバスの時刻間際まで居残り作業となりました。

学生なので気持ちが緩むこともありますが、そんな時

は顧問の堂前智行先生の『喝』が入ります。発表の1週間前は「文字をこう出そう」とか「もっとゆっくり話そう」と細部に至るまで発表内容を詰めました。

そして当日、高校生たちは堂々とした発表を見せてくれました。発表後の達成感あふれる表情は当初と比べて成長が感じられました。これまで、担当として高校生たちと一緒に活動してきた私も胸を打たれました。今後、これをきっかけにして上天草市に貢献できる人材に成長してほしいです。



まちの
わだい

1/26

目指せJ1!

ロアツ熊本がキャンプ&県民交流会を開催

サッカーJ2のロアツ熊本が松島総合運動公園陸上競技場で、1月25日～27日の3日間、シーズン前のキャンプを行いました。今回のキャンプは、市民へのプロスポーツ選手のプレーを間近で見る機会の提供と、市のキャンプ地としての知名度の向上を目的に市教育委員会が誘致を行いました。

キャンプ初日の歓迎セレモニーでは、吉田新監督とMF藤本選手から「J1昇格を目指し、強い気持ちで戦う」と挨拶をいただきました。26日に開催された県民交流会では、小学生120人がサッカー教室に参加し、憧れの選手たちと楽しくボールを蹴っていました。また、天草大王鍋のふるまいや、写真撮影、サイン会なども行われ、多くの市民やサポーターが選手たちとのふれあいを楽しんでいました。2013シーズンもロアツ熊本の応援をよろしくお願いいたします！

1/30

花き農業のリーダーとして活躍



県農業コンクール大会経営体部門で優良賞

県内の優れた農業経営者や団体を表彰する熊本県農業コンクールで、池田信夫さん、みよ子さん夫妻（大矢野町）が1月30日、経営体部門の優良賞を受賞されました。池田さん夫妻は、土地基盤を整備し、施設花き専業経営への転換を図られ、卓越した栽培技術と花生産にかける情熱で、熊本県の花き農業のリーダーとして活躍されています。

農業を取り巻く状況について尋ねると、「これからはより一層、経営環境が厳しくなる可能性があり、技術向上と適切な経営診断をしながら、後継者と共に地域農業を盛り上げるために頑張っていきたい」と力強く話されました。

1/30

海外での2年間の活動を終えて



青年海外協力隊員が活動報告

1月30日、2年の青年海外協力隊の任期を終えて、堀江直子さん（姫戸町）と千原慎太郎さん（大矢野町）が市役所大矢野庁舎に訪れ、川端市長に、赴任地での活動などについて報告を行いました。

幼児教育向上のためエチオピアに赴任した堀江さんは、現地語の習得に苦労したことや、アフリカでも標高の高いエチオピアは予想外に寒かったことなど、エピソードを交えて報告しました。

また、バングラデシュで柔道の指導に当たった千原さんは今後の活動について、ナショナルチーム強化コーチとして3月にミャンマーに出発することを報告しました。

1/27

2/10

地域の誇りを胸に



熊日郡市対抗駅伝

1月27日、第30回熊日郡市対抗女子駅伝大会が開催されました。びぶれず熊日会館前～益城町下小谷を折り返す、7区間30kmで競い合い、上天草市は1時間52分24秒、前回より順位を4つ上げ総合14位の躍進賞を受賞しました。

また、2月10日には第39回郡市対抗熊日駅伝が開催されました。天草市役所～びぶれず熊日会館前の14区間105.5km。上天草市でも3カ所でタスキリレーが行われ、上天草市は5時間47分07秒、前回より順位を2つ上げ総合15位でゴールしました。

今年は男女ともに前回は上回る記録を残し、反省会では早くも来年の大会を見据え更なる躍進を誓っていました。



100歳表彰おめでとうございます

中田イマオさん、村田千代子さん、成田チヨノさん、光田フサエさん4人が100歳の誕生日を迎えられ、表彰を受けられました。川端市長から表彰状とお祝いが贈られました。



中田イマオさん
松島町阿村
大正2年1月3日生



村田千代子さん
龍ヶ岳町大道
大正2年1月10日生



成田チヨノさん
大矢野町登立
大正2年2月8日生



光田フサエさん
松島町阿村
大正2年3月2日生

2/19

天草松島の絶景が待っています



九州オルレ「天草・松島コース」オープン

九州観光推進機構などが認定する九州オルレに「天草・松島コース」が1月29日に認定され、2月19日のオープン式では関係者や韓国からのツアー客約100人が開設を祝いました。

式では、川端市長が「素晴らしい景観が皆さんをお待ちしています」と挨拶し、社団法人「済州オルレ」の徐明淑(ソミョンスク)理事長は「上天草は関係者が皆一つになって取り組んでいる。また、料理がとてもおいしい」と選定理由を話しました。

式後には、さっそくコースを歩き絶景を楽しみました。

2/9

地域のために頑張っていきたい



「天草松島」の景観再生支援事業報告会

2月9日、松島総合センター「アロマ」で「天草松島」の景観再生支援事業報告会が行われ、上天草高校生による環境教育の成果発表や「天草松島のあるべき姿」検討結果の報告が行われました。

報告会では、川端市長が「これから生れる子ども達へこの景観を残していきたい」と挨拶しました。

上天草高校高校生による環境教育の成果発表では、これまでの取組みをパソコンを使いながら発表し、「この景観を再生・維持していくために高校生にできることがあれば地域のために頑張っていきたい」と発表を締めくくりました。

2/8

地元と自衛隊のかけ橋に



自衛官募集相談員委嘱式

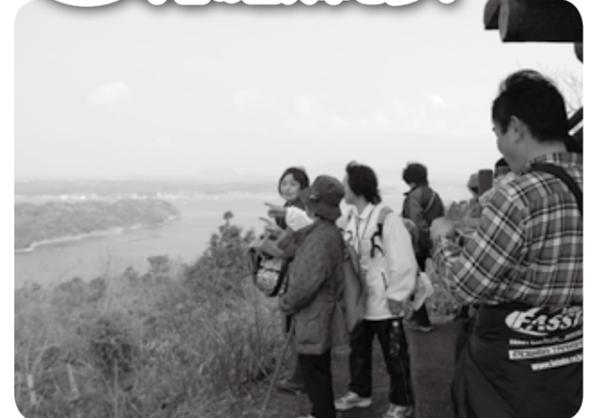
2月8日、市役所大矢野庁舎で上天草市自衛官募集相談員委嘱式が行われ、川端市長が相談員5人に委嘱状を手渡しました。

この相談員は、国防や災害救助など、国民の生命と財産を守る重要な任務を担う自衛官を確保するために委嘱され、自衛隊志願者に関する情報提供や広報活動の支援などを行う人で、龍ヶ岳地区は新しく瀬脇庫一さんが委嘱されました。

斎藤剛熊本地方協力本部長は「優秀な隊員を確保するためにご協力をお願いします」と挨拶し、募集事務への協力を呼び掛けました。

2/2

早春の上天草を歩く



第13回菜の花ウォーキング

2月2日、菜の花ウォーキングが開催され、市内外からの参加者約600人が早春の上天草の景色を楽しみながら、約5キロのコースを歩き汗を流しました。

参加者は100万本の菜の花が咲き誇る松島総合センター「アロマ」前を出発。途中、上天草市観光ガイドの会(大澤健二会長)による観光案内を聞いたりしながら、折返し地点である高舞登山頂を目指しました。ウォーキングの後には、まんさい汁などの郷土料理の昼食があり、上天草の特産品などが当たる抽選会も行われ、会場は楽しい雰囲気になっていました。

まちのわだい

2/3

町の象徴「念珠岳」に登ろう

念珠岳登ろう会



2月3日、姫戸町本郷公民館の主催による、「念珠岳登ろう会」が開催されました。

4歳から85歳までの50人が参加し、昔から町の象徴として親しまれている観海アルプス最高峰の念珠岳の頂上を目指して汗を流しました。同会は地元住民から「子どもの頃は毎週のように登っていたが、もう何十年も登っていない」という声が多かったため、健康増進を目的に本郷公民館が開催。下山後は全員に「ぜんざい」がふるまわれ、抽選会などで盛り上がりしました。

最近注目されている上天草の観海アルプスは、県外からも多くのトレッキング愛好家が訪れており、当日も佐賀県からの約20人の団体や数組の愛好家の方々とすれ違い、注目の高さが伺えました。

「一本算定へ」 合併後の懸念

上天草市は合併し、10年目に入ろうとしています。十年一昔といいますが、長い道のりであったのではないのでしょうか。

投資の場合、合併により、4つの町が1つになりました。端的に言えば、その意義は「行政のリストラ」でした。4つの地域がそれぞれで運営を行い、その運営には各々の意思決定機関や執行機関等を置き、自治を司ってきました。

合併後は、4つの機関を1つにしたので、当然、4人いた町長は1人に、62人いた議員は22人に（次回の改選から18人に）、456人いた職員は、現在334人（平成24年

4月1日現在）となりました。

行政運営に関する恒常的なコスト圧縮に努め、このようになりストラを推進し、行政経費は随分と低下しました。結果、借金は350億円から

273億円に削減され、貯金である財政調整基金は8億円から19億円（平成23年度決算）に増加し、財政的な体力をつけることができました。現在ではようやく一息ついているところですが、

しかしながら、ここでさらなる問題が間近に迫っています。

それは、当市の主要な財源である地方交付税（普通交付税）は、現在、合併特例法に基づく特例として、旧4町分の交付税の合計が交付されています。しかし、合併して10

年後からは、新市を基準として段階的に地方交付税が削減され、平成31年には、約16億円もの減額が見込まれ、市政運営への大きな影響が懸念されることです。

当市は、この問題に備えてこれまで、貯金を行ってきましたが、それでも今後の財政運営はより厳しいことは想像に難くありません。

行政改革は永遠のテーマですが、投資すべき投資を行いながら、行政コストの圧縮にも普段からたゆまぬ努力をしなければと思います。

上天草市長

川端祐樹

男女共同参画シリーズ

市民目線で市の男女共同参画推進に従事

頑張る男女

はつゆき
川本初幸さん (上天草市男女共同参画社会推進審議会会長)



川本さんは龍ヶ岳町出身で、現在、社団法人 天草法人会に勤務されています。2010年から上天草市男女共同参画社会推進審議会（以下「審議会」という。）の会長を務められ、市民目線で市の男女共同参画推進に携わっておられます。

知人の薦めで審議会の委員に就任されたという川本さんは、男女共同参画社会の実現には「男性も女性もお互いの長所を認め欠点を補い合って生活すること」や「相手を思いやること」が必要なのではないかと感じているそうです。

今後も、市の男女共同参画の推進に向けて、積極的に活動していただきたいと思います。

くまもとふるさと食の名人 竹中洋子さん (姫戸町)

お勧めの一品 だんご

そら豆餡が特徴のおだんご♪



【材料】	(30個分)
・もち米粉	500 g
・小麦粉	250 g
・塩	5 g
・水	200 cc
・よもぎ	20 g (お好みで)
【そら豆餡】	
乾燥そら豆	500 g
砂糖	400 g
塩	5 g

【そら豆餡の作り方】

- ①乾燥したそら豆を、たっぷりの水で一晩戻す。
- ②大きめの鍋に水で戻したそら豆と豆がかぶるくらいの水を加え1時間程度煮る（指で押してつぶれるくらい）。
- ③深めのザルにこし袋を広げ、その上にこし網を置いて豆を潰す。
- ④こし袋の餡を良く絞り、鍋に移し火にかける。砂糖と塩を加えて10分程練る。

【だんごの作り方】

- ①もち米粉、小麦粉、塩をボウルに入れ、水200ccを加えながら耳たぶ位のかたさにこね、ぬれふきをかけ30分程度置く。よもぎ団子にする時は、茹でて絞ったよもぎと、水200ccをミキサーにかけたものを水の代わりに使用する。
 - ②大きめの鍋にたっぷりの水を入れ沸騰したら、①の皮に丸めたあんこを入れ丸く形を整え、鍋に入れる。ときどき混ぜながら、団子が水面に浮かんできたら完成。
- ※冷凍保存する際は、食べる前に自然解凍しお召し上がりください。

がんばる 上天草高校生!



▲木村公亮さん、メダルと賞状を手に。

重量挙げで全国大会出場

上天草高校ウエイトリフティング同好会は、会員4人と少人数ながらも昨年と今年の2年続けて全国大会出場者を輩出するなど存在感を發揮しています。

同好会を引っ張るのは2年生の木村公亮さん。今年1月の全九州高等学校ウエイトリフティング競技選抜大会では94キロ級でトータル221キロ（スナッチ90、ジャーク131）で3位。その後の全国高校重量挙げ選抜大会県予選では105キロ級で出場し、トータル227キロ（スナッチ97、ジャーク130）をマークし優勝し、今月開催される金沢市での全国選抜大会への出場を決めました。

中学時代には卓球をしてきたという木村さんが、重量挙げ競技を始めたきっかけは、同好会顧問の海崎良仙先生に声を掛けられたこと。上天草高校には卓球部がなく、部活動をあきらめていたときでした。それから地道に基礎練習を行い、まったく未経験の状態から指導を受け、2年でここまで記録を伸ばしました。

木村さんについて「性格がまじめでコツコツ努力をするタイプ。まだまだ伸びしろがある」と海崎先生。木村さんは「記録が上がったときが一番うれい」と話し、練習に打ち込んでいます。

全国大会では最高の結果を出せるよう応援しています。

平成25年度住民健診申込み票を配布します

平成25年度の住民健診申込み票を、区長さんを通じて各世帯に配布します。健診の詳しい内容や料金については、申込み票に同封されている案内パンフレットをご覧ください。生活習慣病の予防、早期発見、早期治療のために、年に1回、健診を受診しましょう。

○申込み提出先 各区長
 ○申込み提出期限 3月24日(日)まで
 ○集団健診の日程(予定) 7月～9月頃
 結核肺がん検診については6月頃。

ヤング健診を始めます

「健診は若い人がいないから行きにくい」「平日は仕事で忙しい」など健診を受けられない20・30代の方に朗報です。

平成25年度からヤング健診を開始します。対象世帯に配布している申込み票に「ヤング健診申込み票」を同封しています。詳しくは申込み票をご覧ください。ご家族やお友達を誘って受けてみませんか。12月の休日に実施予定です。

平成25年度住民健診内容【年齢は平成25年度末(平成26年3月31日時点)の年齢】

	対象者	料金	検査内容等
生活習慣病健診	30～39歳	1000円	血液検査、血圧測定、尿検査、医師の診察、計測(身長・体重・腹囲)、心電図検査など。
上天草市国保特定健診	40～74歳の国保加入の方	無料	同上。無料通知書必要。
後期高齢者医療健診	75歳以上または65～74歳で後期高齢者医療保険証をお持ちの方	800円	血液検査、血圧測定、尿検査、医師の診察、計測(身長・体重)。心電図は医師の判断で実施。
肝炎ウイルス検査	40歳以上	800円	採血による検査。検診当日の申込み。
大腸がん検診	41・46・51・56・61歳	500円	2日間分の検便検査。
胃がん検診	30歳以上	1400円	バリウムでのレントゲン検査。
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1200円	子宮頸部検診。子宮頸部の視診・内診・細胞診(粘膜を少量採取する検査)。
乳房超音波検診	30～39歳の女性、40歳以上の奇数年齢の女性	1000円	超音波による乳がん検診。
マンモグラフィー検診	40歳以上の偶数年齢の女性	1400円	乳房をはさんで撮影するレントゲン検査。
骨粗鬆症検診	30歳以上	2000円	かかと部分を超音波で測定。
前立腺がん検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円	
結核・肺がん検診	50歳以上の男性	1600円	採血によるPSA検査。
	30歳以上	500円	胸部のレントゲン検査。

- 肝炎ウイルス検査・大腸がん検診・子宮頸がん検診・マンモグラフィー検診の無料検診対象者の方には、検診の前に無料クーポン券または無料通知書を郵送します。
- 上天草市国保特定健診と後期高齢者医療健診は医療機関でも受診できます。集団健診で都合が悪い方は個別健診をお勧めします(治療をされている方も受診できます)。個別健診の実施時期 6月3日～平成26年3月31日
- 問合せ先 保健課健康づくり推進室 ☎0969(28)3356

福祉(4月)

種類	日	実施時間
デイケア	11日(木)	10:00～12:00

【場所】大矢野老人福祉センター

種類	日	実施時間
精神保健相談	4日(木)、18日(木)	14:00～

【場所】天草保健所相談室 ☎0969(23)0172 ※要予約

がんサロン(3・4月)

日	実施時間
3月22日(金)	13:30～15:30
4月26日(金)	

【場所】上天草総合病院6階講堂 ☎0969(62)1122

日祝日在宅医(3・4月)

日	病院名<診療科目>	(所在地)電話番号
17	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
20	吉田クリニック<内>	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
	中村医院<内>	(大矢野町上) ☎0964(56)0003
24	村上医院<内・小・リ>	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3102
	八・神内・呼・循・消>	
31	竹島医院<内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0159
	竹中医院<内>	(姫戸町二間戸) ☎0969(58)2148
7	福本眼科<眼>	(大矢野町上) ☎0964(56)0508
	上天草総合病院<内>	(龍ヶ岳町高戸) ☎0969(62)1122
14	毛利医院<内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)2111
	春田医院<外・内・小>	(松島町阿村) ☎0969(56)0052
21	吉田クリニック<内>	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
	やまうち医院<内・小・ア>	(松島町阿村) ☎0969(56)0899
28	中村達男医院<内>	(大矢野町登立) ☎0964(56)0006
	姫戸医院<内>	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3583
29	宮崎外科胃腸科医院<外・消>	(大矢野町上) ☎0964(56)0600

【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。上表は2月25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、保健課健康づくり推進室までお尋ねください。

美味しく糖尿病予防!

～ブルーサークルメニューをご存じですか?～

このブルーサークルメニューは、糖尿病やメタボリックシンドロームなどの持病をもった患者さんや健康に気をつけたい方に安心して外食を楽しんでいただけるように、熊本大学や熊本県栄養士会などの協力のもと、熊本県が開発したものです。

メニューの詳細についてはインターネット、または保健センターに設置しているパンフレットをご覧ください。熊本県内のシェフが知恵と腕をふるった美味しい外食「ブルーサークルメニュー」を、この機会にぜひお試しください。

★ブルーサークルメニュー

ホームページ

http://kumamoto-dmstaff.org/bcm/



母子健康手帳交付・育児相談(4月)

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	9:30～11:00
	15日、22日、30日	(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
姫戸統括支所	1月、22日	9:00～10:00 (9:00～9:15)
龍ヶ岳統括支所	1月、22日	10:30～11:30 (10:30～10:45)

用意するもの 印鑑(手帳)

- ①交付日以外でも上記窓口で随時母子健康手帳の発行を行っています。
- ②「①」の場合は保健課健康づくり推進室から後日連絡をし、保健師・栄養士による保健指導を行います。

乳幼児健診(4月)

種類	※用意するもの	日	対象者(月生)	受付時間
2カ月児学級	バスタオル	24日(水)	H25.2(全地区)	13:00～13:15
3～4カ月児健診	バスタオル	2日(火)	H24.12(大矢野、松島、龍ヶ岳)	
			H24.11～12(姫戸)	
6～8カ月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	9日(火)	H24.9(大矢野、松島、龍ヶ岳)	
			H24.8～9(姫戸)	
1歳6カ月児健診	尿	16日(水)	H23.9(大矢野)	
			H23.8～9(松島、姫戸)	
2歳児歯科健診	歯ブラシ (仕上げ磨き)	25日(木)	H23.7～9(龍ヶ岳)	
			H23.4(全地区)	
3歳児健診	聴力・視力 検査用紙	23日(水)	H22.2.1～3.14(全地区)	

【場所】松島保健センター

※4月はすべての乳幼児健診・学級は松島保健センター1か所で行います。

【用意するもの】母子健康手帳と問診票は、いずれの健診・学級でも必ず持参ください。

診療案内

		月	火	水	木	金
内科	再来	坂本 樋口 和田	大村 和山 山城	大村 坂本 石田	樋口 和山 山城	坂本 山城 城臺
	新患	城臺	城臺	和田 (~10時) 志摩 (10時~)	石田	応援 医師
代謝内科						
循環器内科		脇田				
外科		福田	城野	福田 蓮尾	城野	蓮尾
消化器科						
整形外科		藤松	上原	藤松	嵐末	藤松
小児科		田原				
産婦人科		姫野				
耳鼻咽喉科			熊大			熊大
眼科		竹下				竹下
皮膚科					尹	
泌尿器科			小川			
胃腸 センター		石田 城野 蓮尾	蓮尾 福田	石田 和田 城野	蓮尾 福田 坂本	石田 城野 福田
歯科・口腔外科		福田				

		月	火	水	木	金
夕方外来 (内科)			和田 城臺 大村		山城 大村 坂本	
教良本診療所	大村	坂本	樋口	応援	樋口	

- 受付は、8時30分～11時30分までです。
- 眼科の毎週水曜日の診療は休診となります。
- 歯科口腔外科は月～金曜日の午後も診療を行います。
- 代謝内科は毎週木曜日の午前中と15時～18時まで診療を行います。
- 整形外科の木曜日は14時からとなっています。(予約制)
- 内科は火・木曜日の17時～18時まで診療を行います。
- 診療案内は都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

【休診のご案内】

- 3月の月・水・金曜日の整形外科の診療は休診となります。4月から通常診療予定です。
- 3月20日(水)～22日(金)の小児科の診療は休診となります。
- 3月28日(木)の整形外科の診療は休診となります。
- 眼科の4月4日(木)、5日(金)は竹下医師の不在により、どちらかの日に熊大からの代診を行います。お手数ですが当院までお電話での確認をお願いします。

☆問合せ先 上天草総合病院
☎ 0969 (62) 1122 (代表)

笑顔でいきいき ふれあい健康講座のご案内

当院では、職員が地域に出かけて健康や福祉・介護に関するお話をします。地域の皆さまと身近にふれあい、一緒に健康づくりに取り組んでいきたいと考えます。地域や事業所・グループ等の健康作づくりにお役立てください。

例えば、講演内容は決まってないが老人会で話をしてほしい、または先生の話の聞きたい等ありましたらご連絡ください。出来る限りご希望に添えるよう調整させていただきます。(問合せ先 地域医療連携室)

病院大規模施設改修について

平成3年に病院が新築され22年が経過しております。それに伴い施設の老朽化も顕著であり、平成22年の猛暑には、空調の要であるポンプが故障し全館の空調が停止するというアクシデントに見舞われました。

また、1階の胃腸センターにおいては、手狭で患者さんの移動にも事欠く状況です。人工透析室では、透析患者さまも年々増えています。現在14ベッドで回転をしていますが、絶対数の不足により土曜日まで透析の患者さまを受け入れています。

患者さまの療養環境の向上、職員の職場環境とスキルアップの向上となる病院構築を目指して、平成24年に施設の大規模改修に着手しました。

1階から6階まで全館の空調施設取替を行い、ワンフロアごと、ゾーンごと、しかも1部屋ごとに管理が出来ます。もし1つが故障しても最小限の範囲で対応できるようになります。

透析室を拡張し、ベッド間、更衣室、休憩室はゆったりとした空間となります。胃腸センターも従前より広くなり、待合室、処置後の観察室を新たに設けます。しかし工事には、騒音、振動、多くの人の出入りがあり、病院だから「騒音は、なくしてほしい」と言う訳にもいきません。

入院および外来診療の患者さまのことを考えますと心苦しいところではございますが、極力、音が出ないよう、粉塵が出ないよう、工夫して作業を行っています。皆さまには、しばらくの間ご迷惑をおかけしますが、どうかご辛抱いただき、ご協力をお願い致します。

在宅療養のすすめ

多くの方が住み慣れた我が家で自分らしく過ごしたいと願って、もさまざま問題で、病院や施設で生活されている方がいます。介護をしたくても出来ない方もいます。動きながら介護をしたり、1人で介護をすることはとても大変なことだと思いますが、家族の方が自宅で過ごしたいと願われるときは、さまざまな支援を利用して、ぜひ自宅で過ごす機会をつくってほしいと思います。

「長生きするより、今を我が家で過ごしたい」と望む方がたくさんおられます。特にもう、長くは生きられない方が帰りたいと希望される時は、住み慣れた自宅に一度は帰り、人生を振り返る時間を過ごしてほしいと願っています。出来ないと思っても出来ることがあります。悩むより、まず相談されることをお勧めします。当院医療相談室へお気軽にご相談ください。



小児科の現状と 今後の展望

上天草市立上天草総合病院
小児科医 田原正英

皆さん、こんにちは。小児科担当の田原(たはら)です。今年の夏が来ると、ここに来て、まる8年にもなります。天草のアチコチで宿泊し(20カ所程)、五橋祭の時には、太鼓を打たせて頂き、文化祭の時には、お茶会でお点前をさせて頂き、天草のアチコチでボランティア演奏もして、天草がとても気に入っています。次第に、天草の人って感じになっていきます。(大分県佐伯市出身ですが)。昨年暮れに、当院で永いこと(6年半)頑張られていた神田先生が退職されました(永い間、御苦労様でした)。今は、私独りで、上天草総合病院の小児科を担当しています。

病院での仕事は、平日の外来が主体ですが、午後もそれなりにいろいろあります。月曜日は当院出生のベビーの1カ月健診、火曜日は予防接種、水曜日は帝王切開待機(月に1〜2回)、木曜日は院外健診(龍ヶ岳町には診療所がないので、3カ所の保育園・小学校・中学校の健診をしています)、金曜日は上天草看護学校の講義と、動き回っています。それに、当院出生の新生児・未熟児も(2人体制の時から)担当しています。

それと、(私の個人的な希望で、当院就職時から)平日の夕診(17時〜)と深夜診(19時半〜)と年末年始とゴールデンウィーク、さらには、土曜の10時から診療も、ずっと続けています。

小児科(一般)入院まで手が回らなく、事故が起きるといけないと思い、当初の独りの時と違って、今回は、小児科入院を断念しました。(新生児・未熟児の入院は、まだ、受け持っています。)

現在、全国的に、中小規模の病院での小児科存続が厳しくなっています。小児科医の数は、全国的に見れば微増で、実際に少しずつ増えているのですが、この18年間、集約化などの影響で、全国の病院から小児科が確実に少しずつ消えています。

上天草市立上天草総合病院小児科でも、一時、小児科医6カ月間不在となり、私が赴任して小児科が復活し、その後、神田先生が来て2人となっていただけです。が、また、1人になってしまいました。

私も、体力維持がずっとできればいいのですが、今年の5月で満64歳にもなります。今のところは、何とか頑張っています(出来れば、70歳近くまでここで頑張ればいいのですが?!)

【お願いです】

○親御さん代わりに子どもさんを連れて来られる方で、それまでの状況をよく把握してなくて、「頼まれましたので…」と言われる方がいますが、治療する側としては、それではいい医療が出来ないので、しっかりとそれまでの状態を聞いてきて、教えてください。

○「レントゲン撮ってください」「点滴

お願いします」○○の検査をしてください」「抗生物質ください」と言われることがあります。医療上、必要と思えばそうさせて頂きませんが、レントゲン検査も成長期の小さい子どもさんにとっては、大人以上に放射線の害があります。採血や点滴も、乳幼児にとっては精神的な負担になることもあります。抗生物質も、腸内細菌のアンバランスを起こして免疫力を低下させることもあるので、ご希望通りに行かないケースもあるかと思っております。その時には、ご了承の程、お願い致します。

○子どもの医療は、親御さん達と医療側の相互協力の元で行われます。喫煙で、咳嗽(がいそう)が止まらなかったり、喘息予防の薬を使用してなくて発作が起きたりしているケースもあります。お互いに、子どもさんの為に頑張ります。

昨年は、龍年、今年は、蛇年、龍ヶ岳町に住みながら、龍頭蛇尾にならないように、私も、初心に戻って、自分なりに頑張っていくつもりです。未永く、宜しくお願い申し上げます。

市立病院 だより



あ★ら★か★る★と★こ★ー★な★

第6回読書マラソンの参加・ご協力 ありがとうございました

今回も多くの子どもたちが参加してくれました。その子どもたちをはじめ、協力していただいた保護者の皆さま、各学校の先生方に、お礼申し上げます。ありがとうございました。

なお、参加人数・冊数は次のとおりです。

大矢野町	松島町	姫戸町	龍ヶ岳町	未就学児
人数	人数	人数	人数	人数
418人	57人	9人	68人	9人
冊数	冊数	冊数	冊数	冊数
6749冊	1649冊	293冊	2043冊	129冊

返し忘れていた本はございませんか

図書館から借りた本で返し忘れていた本はございませんか？

年度末や引越しシーズンなど部屋の整理をすると、以前、図書館から借りた本が出てくることがあります。もし、そのような本がございましたら、ぜひ図書館までお持ちください。

図書館が休館の時でも、期限を過ぎているので返しづらいう方も、返却ポストなどがありますので、どうぞお気軽に本をお持ちください。

おはなし会のお知らせ♪

■図書館おはなし会（30分～1時間）

【森記念】3月23日（土）14時から（森記念図書館）
4月13日（土）14時から（森記念図書館）

【中央】お休み

【姫戸】4月13日（土）10時から（姫戸図書館）

【龍ヶ岳】3月16日（土）14時から（龍ヶ岳図書館）

【対象】幼児～小学校低学年

みんながウキウキするような、楽しいおはなしをたくさん用意して待っています！おはなし会の最後には、みんなでお楽しみ工作の時間。お友だちを誘って来てね！

■大人の朗読会（2時間程度）

【森記念】4月6日（土）10時から
（大矢野自然休養村管理センター1F小会議室）

【対象】大人ならどなたでも

※日程・場所変更の場合がありますので、各館まで確認をお願いします。

Books 図書館だより

- 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：10～17時）
- 森記念図書館 ☎0964 (56) 3363 【図書館直通】
・開館時間 10時～18時（土・日・祝日：10～17時）
- 姫戸図書館 ☎0969 (58) 2111 【姫戸統括支所呼出】
・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 3月18日、25日、31日
4月1日、8日、15日、22日、30日
- ※全館ともに、毎月最後の日は「館内整理日」でお休みです。
- ※月曜日が定期休館日（祝日の場合は翌日）となります。

移動図書館巡回日

- 3月…20日（水）【姫戸】、27日（水）【龍ヶ岳】
- 4月…3日（水）【大矢野】、10日（水）【松島】
- ※詳しい場所・時間については、社会教育課までお問い合わせください。

図書のお借りについて

松本久徳さんから『愛する者の死とどう向き合うか』（カール・ベッカー著）をご寄贈いただいた他、8人の方にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

ほん
— 今月の本 —
テーマはコレっ！
3月のテーマ「ともだち」

絆でつなげ！クラブ対抗団結駅伝大会

今年で7回目を迎える、小中学生クラブ対抗団結駅伝大会（スポーツ推進委員協議会・教育委員会共催）が1月19日に松島総合運動公園周回コースで開催されました。

今年は中学生男子の部・女子の部、小学生男子の部・女子の部・クラブチームの部の5部門に26チームの参加があり、日頃のチームワークを発揮し、タスキをつなぎました。また、今年の応援では横断幕を作っているチームも目立ち、大会も盛り上がっていました。

各部門の優勝チームは以下のとおりです。



【中学生男子の部】今津中野球部A 【小学生男子の部】登立ライジング 【小学生クラブチームの部】ドリームズ小学生野球教室



【中学生女子の部】阿村中女子チーム 【小学生女子の部】ヤング中南VBC

中央公民館講座に登録しませんか

中央公民館では、平成25年度の自主講座やサークル活動等団体の講座登録（無料）の受け付けを行っています。これにより、上天草市に引っ越しをされた方や新たに習い事を始めたいという方へ、より確実に新しい情報を提供することができるのと同時に、中央公民館との連携強化が可能となります。中央公民館講座への登録を希望される団体は、次の要領で登録用紙を中央公民館へ提出ください。

なお、活動場所や形態などの制限はありませんので、気軽に登録をお願いします。（公序良俗に反するような内容と認められる場合は、登録できません）

■登録方法

指定の登録用紙に必要事項を記入の上、中央公民館へ郵送、ファックス、持参などでご提出ください。

※登録用紙をご希望の方は、中央公民館までご連絡ください。

■募集期限

3月29日（金）まで

■問合せ先 中央公民館

☎0969 (56) 1111

「大庄屋吉田家文書」を市指定文化財に指定

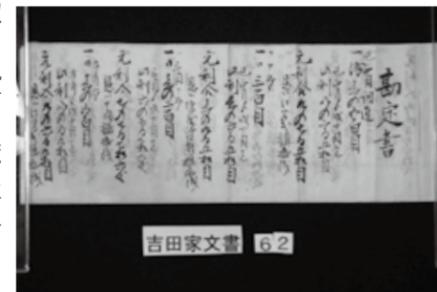
「大庄屋吉田家文書」は、江戸時代の大庄屋であった吉田家に伝わる古文書です。今回指定した198点の古文書は、天草地域の歴史をひも解くうえで貴重な歴史的資料です。

その内容は、「大庄屋吉田家に関するもの」、「（大矢野地区）上村に関するもの」、「上天草市域の歴史的特徴を示すもの」、「天草の幕府代官所や島内の有力者たちとの連絡の内実を明らかにするもの」など多岐にわたっています。

上天草市合併後、初めての文化財指定となり、上天草市指定文化財は合計35件、国指定2件と県指定3件を併せると、40件の指定文化財があります。なお、古文書の文化的指定は4例目です。

上天草市には、まだ貴重な文化的財産が数多くあります。これからも詳細な調査を続けてまいります。

【注】…古文書は取扱いが難しいため、保存の関係上、一般公開は行っておりません。研究等で閲覧が必要な場合は、社会教育課までご連絡ください。



生涯学習に関する
問合せ先

●社会教育課
☎0969 (28) 3361

●中央公民館
☎0969 (56) 1111

船員の方で選挙人名簿登録証明書をお持ちの方へのお知らせ

- 選挙人名簿登録証明書の有効期間は、大丈夫ですか。期限切れの場合、再交付が受けられますので、再度交付申請を行ってください。
- 船員でなくなったなどの理由により選挙人名簿登録証明書が不要となった方は、返却のうえ、取下げの手続きを行ってください。この手続を終えないと、選挙のたびに選挙人名簿登録証明書が必要となります。
- 選挙人名簿登録証明書を紛失された方は、「紛失届」と再度、交付申請が必要となります。
- 申請には、選挙人名簿登録証明書交付申請書、船員手帳が必要となります。
- 証明書の交付には、約1週間ほど時間がかかりますので、早めに手続されるようお願いします。



身体に重度の障がいがある人は、郵便による不在者投票ができます

□郵便による不在者投票の対象者は、次に該当される方々です。

■身体障害者手帳をお持ちの方

	1級	2級	3級
両下肢、体幹、移動機能	○	○	該当なし
心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	○	—	○
免疫、肝臓	○	○	○

■戦傷病者手帳をお持ちの方

	特別項症	第1項症	第2項症	第3項症
両下肢、体幹	○	○	○	○
心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	○	○	○	○

■介護保険の被保険者証をお持ちの方

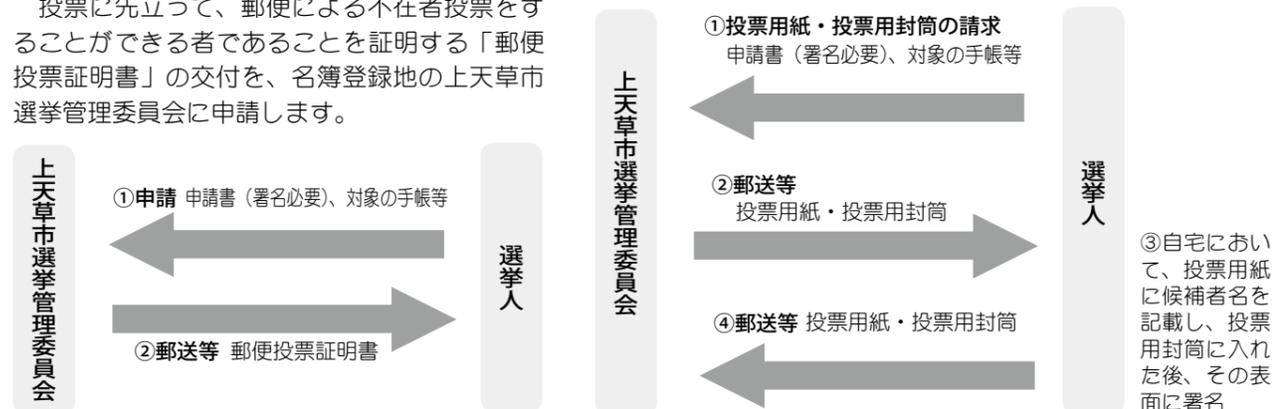
要介護状態区分	要介護5

□郵便による不在者投票は、あらかじめ郵便投票証明書の交付を受ける必要があります。

1 郵便投票証明書の交付申請

投票に先立って、郵便による不在者投票をすることができる者であることを証明する「郵便投票証明書」の交付を、名簿登録地の上天草市選挙管理委員会に申請します。

2 投票手続



注意：手続には、約1週間ほど時間がかかりますので、早めに手続されるようお願いします。

□郵便による不在者投票における代理記載制度

郵便による不在者投票の対象者で、さらに上肢または視覚の障害（1級など）に該当する方は、あらかじめ選挙管理委員会に届出をした代理記載人1人（選挙権を有する者に限る。）に、投票に関する記載をさせることができます。

【問合せ先】 上天草市選挙管理委員会（大矢野庁舎2階総務課内） ☎ 0964（56）1111

選挙管理委員会からのお知らせ

平成25年4月21日執行の上天草市議会議員一般選挙を前に、不在者投票制度や各選挙の投票率をお知らせします。なお、現市議会議員の任期満了日は、平成25年4月30日までとなっております。

上天草市議会議員一般選挙について

- 選挙期日 平成25年4月21日（日）
- 選挙期日の告示日 平成25年4月14日（日）
- 選挙すべき議員の数 18人
- 選挙資格を有する方
 - 次の全てを満たす方であることが必要です。
 - 日本国民で投票日現在において満20歳以上の方（平成5年4月22日までに生まれた方）
 - 平成25年1月13日までに住民票が作成され、引き続き上天草市に住所を有する方
- 選挙資格を有しない方
 - 平成25年1月14日以降に上天草市に転入した方
 - 公民権の停止がなされている方
 - その他選挙人名簿に登録されていない方 等

現定数は「22人」です。今度の市議会議員一般選挙から「定数18人」となります。これは、議会改革の一環として現市議会において決定されたものです。



各選挙の投票率等をお知らせします

□上天草市長選挙

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成16年4月25日		無投票	
平成19年4月22日	27,615人	22,632人	81.96%
平成23年4月24日	26,076人	21,088人	80.87%

□上天草市議会議員一般選挙

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成17年4月24日	28,234人	24,344人	86.22%
平成21年4月19日	26,843人	22,530人	83.93%

□熊本県知事選挙

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成16年4月4日	28,703人	13,459人	46.89%
平成20年3月23日	27,590人	13,691人	49.62%
平成24年3月25日	26,054人	12,154人	46.64%

□熊本県議会議員一般選挙

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成19年4月8日	27,917人	20,778人	74.43%
平成23年4月10日		無投票	

□衆議院議員総選挙（小選挙区）

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成17年9月11日	28,540人	18,206人	63.79%
平成21年8月30日	27,035人	18,527人	68.53%
平成24年12月16日	25,874人	14,759人	57.04%

□参議院議員通常選挙（選挙区）

選挙期日	有権者数	投票者数	投票率
平成19年7月29日	27,894人	16,309人	58.47%
平成22年7月11日	26,786人	16,387人	61.18%

4月1日から窓口業務の一部を民間委託します

本市では、市役所業務の効率化および市民サービスの維持向上を目的に、窓口業務の一部を民間委託します。委託内容は、各種証明書の受付、引渡し等です。

なお、行政処分（許認可・交付等の判断）に当たる部分は、市の職員が対応し、それ以外の部分を民間会社に委託することとなります。

書類の受付、引渡し等を民間会社の社員が行い、市職員は引渡し書類等の最終確認などを行います。

□民間会社の社員と市職員との役割分担

○民間会社の社員

【受付 入力 交付 手数料の受領等】

○市職員

【照合 審査 相談等】

※各業務の相談等には、市職員が対応します。

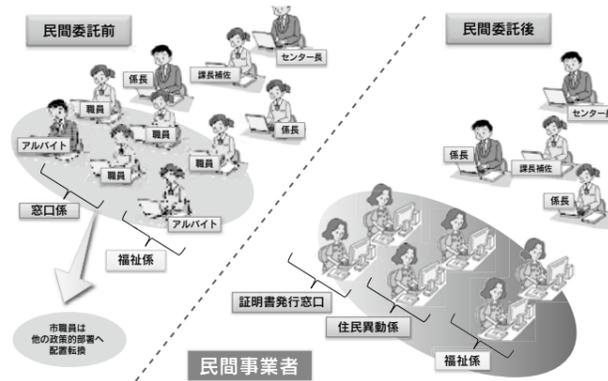
□窓口業務の一部を民間委託する課等

○大矢野窓口センター（大矢野庁舎）

○市民窓口課（松島庁舎）

○姫戸統括支所

○龍ヶ岳統括支所



【イメージ図】

郵便局での証明書交付サービスを開始します

4月1日から次の11カ所の郵便局で住民票などの各種証明書の交付が可能となります。

【大矢野地区】

- 大矢野郵便局
- 江樋戸郵便局
- 柳郵便局
- 維和郵便局

【松島地区】

- 松島郵便局
- 阿村郵便局

【姫戸地区】

- 姫戸郵便局
- 二間戸郵便局

【龍ヶ岳地区】

- 龍ヶ岳郵便局
- 樋島郵便局
- 大道郵便局

左記の郵便局においては、原則本人であれば交付可能です。

□受付時間等

平日の9時から17時まで（土日・祝日・年末年始を除く）

□郵便局で取り扱う証明書

交付申請できる証明書等	手数料 (1通)	申請できる方	郵便局へ持参するもの
○戸籍謄本・抄本（除籍を除く） ○戸籍附票謄本・抄本	450円 300円	本人または同じ戸籍に記載されている方	○印鑑 ○本人確認書類 ・1点でよいもの 運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、写真付住基カード、官公庁が発行した写真付の身分証明書など ・2点必要なもの 健康保険証、介護保険証、各種年金証書、年金手帳、写真のない住基カードなど ※印鑑登録証明書を交付申請する際は、印鑑登録証（カード）の持参が必要
○住民票の写し（世帯・個人）	300円	本人または同じ世帯の方	
○納税証明書（軽自動車税車検用除く） ○所得証明書 ○市県民税課税証明書	300円 300円 300円	本人のみ	
○印鑑登録証明書	300円	本人のみ	

※利用に際し、上記の「申請できる方」欄に記載された方以外には、交付できません。また、上記以外の証明書および本人以外の委任に関するものは、市役所の窓口にて交付します。

□問合せ先 市民窓口課窓口係 ☎0969(56)1111

上天草観光循環バス「パライツストローリー」の運行時刻変更のお知らせ



3月16日（土）から、JRあまくさみすみ線において、特急「A列車でいこう」の増便および発着時刻が改正されることに伴い、接続する天草宝島ラインもダイヤを改正されます。

このため、天草宝島ラインとの接続を考慮し、観光循環バスのダイヤを改正しますのでお知らせします。

	1便(B)	2便(A)	3便(A)	4便(A)
さんばーる	10時10分	11時35分	13時47分	16時04分
江後	10時13分	11時38分	13時50分	16時07分
満越	10時15分	11時40分	13時52分	16時09分
二号橋	10時16分	11時41分	13時53分	16時10分
樋合入口	10時17分	11時42分	13時54分	16時11分
前島	10時20分	11時45分	13時57分	16時14分
シークルーズ	—	11時46分 天草宝島ラインと接続 (11時41分前島着)	13時58分 天草宝島ラインと接続 (13時53分前島着)	16時15分 天草宝島ラインと接続 (16時10分前島着)
遊覧船のりば前	10時22分	11時49分	14時01分	16時18分
松島	10時23分	11時50分	14時02分	16時19分
千巖山(到着)	10時29分	11時56分	14時08分	16時25分
千巖山(出発)	10時39分	12時06分	14時18分	16時35分
遊覧船のりば前	10時44分	12時11分	14時23分	16時40分
シークルーズ	10時47分 天草宝島ラインと接続 (10時47分前島発)	—	—	—
前島	10時48分	12時13分	14時25分	16時42分
樋合入口	10時51分	12時16分	14時28分	16時45分
二号橋	10時52分	12時17分	14時29分	16時46分
満越	10時53分	12時18分	14時30分	16時47分
江後	10時55分	12時20分	14時32分	16時49分
スパタラソ	11時01分	12時26分	14時38分	16時55分
さんばーる	11時03分	12時28分	14時40分	16時57分
天草四郎公園前	11時05分	12時30分	14時42分	16時59分
寺尾	11時06分	12時31分	14時43分	17時00分
大矢野庁舎前	11時07分	12時32分	14時44分	17時01分
あまくさ村(到着)	11時10分	12時35分	14時47分	17時04分
あまくさ村(出発)	11時20分	12時45分	14時57分	17時14分
大矢野庁舎前	11時22分	12時47分	14時59分	17時16分
寺尾	11時23分	14時48分	15時00分	17時17分
天草四郎公園前	11時25分	12時50分	15時02分	17時19分
さんばーる	11時27分	12時52分	15時04分	17時21分

※5便目については、減便となります。

(A) …さんばーるを出発し、松島方面に向かう途中でシークルーズに停車する系統

(B) …さんばーるを出発し、松島から千巖山を巡って、さんばーる方面へ向かう途中でシークルーズに停車する系統

【問合せ先】 ○産交バス(株)三角営業所 ☎0964(52)3135 ○上天草市企画政策課 ☎0964(26)5511

税のひろば

3月の納税

☎ 税務課

- ▼ 国民健康保険税 第10期 納期限 4月1日(月)
- ▼ 口座振替日 3月25日(月)
- ▼ 問合せ先
- 税務課市民税係
☎ 0964 (26) 5519

固定資産税における雑種地課税を見直します

☎ 税務課

平成25年度から雑種地評価の均衡、税負担の公平を図るため、地方税法等に沿って、土地の利用状況に応じ評価する宅地比準方式により、その土地の評価額を見直します。見直しの内容としましては、土地の課税地目が雑種地であって、その土地が駐車場、資材置場、荒地等の用途

相談・申請

☎ 総務課

- ▼ 行政相談
- 行政に関する苦情、要望、意見等がありましたら、お気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は厳守されます。
- ▼ 開設日 4月4日(木)
- ▼ 松島 13時～16時・社会福祉協議会松島本所

年金相談

☎ 保健課

- 社協議会松島本所
- ▼ 開設日 4月11日(木)
- ▼ 大矢野 13時～16時・大矢野老人福祉センター
- ▼ 問合せ先 総務課総括係
☎ 0964 (56) 1111

相談・申請

☎ 保健課

- 相談日の1週間前までに必ず予約(受付)してください。
- ▼ 日時 4月19日(金) 10時～15時
- ▼ 場所 市役所大矢野庁舎1階相談室
- ▼ 問合せ先 保健課後期高齢者医療年金係
☎ 0969 (28) 3354
- ◎ 年金相談予約受付中
- 待ち時間なしで、年金相談をお受けします。まずは、年金手帳をお手元にお電話をお願いします。
- ▼ 問合せ先 本渡年金事務所
お客様相談室
☎ 0969 (24) 2112

～水道だより～

年度末が近づき転入・転居する方が多くなりますので、その際に必要な水道の手続きについてご説明します。次のいずれの申請も、来庁が出来ない方は、代理の方または郵送による事前お申込みを行ってください。

なお、年度末は、混み合いますのでお早めに、手続きされることをお勧めします。

	提出書類	備考
転出・転居	休止届・(※開始届)	転居の場合は開始届も必要
転入	開始届	
相続・売買	名義変更届	契約書または登記簿謄本等の写しが必要

※電話による申請は原則行なっていません。

※3月に転出・転居されても、3月の使用分が4月の料金として発生します。

※申請の際、住所および昼間連絡できる電話・ケータイ番号等を必ずご記入ください。※上表の申請は水道局をはじめ、大矢野・松島庁舎、姫戸・龍ヶ岳統括支所、各出張所で受け付けています。

【水道局からのお願い】

メーターボックスの上に物を置いていたり、付近に犬をつないでいる場合、検針ができず大変困りますので、メーター周りには何も置かないようご協力をよろしくお願いたします。

【問合せ先】 水道局 ☎ 0969 (58) 2111

イベント・募集

「道路ふれあい月間」推進標語を募集します

▼ テーマ 道路は、生活の向上と経済の発展に欠くことのできない国民共有の、つまりあなたがたの財産です。みんなが道路と親しみ、ふれあい、常に広く、美しく、安全に、共に楽しく利用し、子孫に受け継いでいきましょう。

▼ 応募資格 小学生以上の方から応募できます。

▼ 応募期間 3月31日(日)まで(当日必着)。

※応募方法等詳しくは、問合せ先までお尋ねください。なお、国土交通省ホームページでもご覧いただけます。

▼ 問合せ先 国土交通省道路局道路交通管理課
☎ 03 (5253) 8111

▼ その他 市有地売却要領は、大矢野庁舎監理課に設置しています。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。

▼ 問合せ先 監理課管財係
☎ 0964 (56) 1111

鶏、山羊、いのしし等を1羽(頭)以上飼養する方へ

□ 家畜伝染病予防法に基づく定期報告が必要です

平成23年に家畜伝染病予防法が一部改正され、①牛、水牛、鹿、馬、めん羊、山羊、豚、いのしし、②鶏、あひる、うずら、きじ、だちょう、ぼろぼろ鳥、七面鳥を1頭(羽)以上飼養する方(注)は、飼養動物・家畜の頭数および当該家畜の飼養に係る衛生管理の状況に關し、毎年、都道府県知事に報告することが義務付けられました。平成25年は、2月1日の状況を定期報告書に記入し、前記①を飼養する方は4月15日

定期報告書に記入し、前記①を飼養する方は4月15日

(月)まで、②を飼養する方は6月14日(金)までに、地域を管轄する県の家畜保健衛生所まで提出して頂く必要があります。

家畜保健衛生所で把握している飼養者の方については、定期報告様式を郵送しておりますので、文書が郵送されない飼養者の方につきましては、次の問合せ先まで連絡いただけますようお願いいたします。

(1) 犬、猫、ウサギ、ハムスター、モルモット等は定期報告の対象外です。

(2) ミニブタは豚になります。定期報告の対象です。

(3) インコ、カモ、アイガモ、ガチョウ等は定期報告の対象外です。

(4) 烏骨鶏、チャボ等は鶏になることから、定期報告の対象となります。

▼ 問合せ先 県天草家畜保健衛生所
☎ 0969 (22) 3668

▼ 問合せ先 国土交通省道路局道路交通管理課
☎ 03 (5253) 8111

平成25・26年度市工事等入札参加資格審査申請受付について

☎ 監理課

- ▼ 受付期間 4月1日(月)～30日(火)
- ※ 土日、祝日を除く
- ▼ 受付時間 9時～17時 ※12時～13時を除く
- ▼ 受付場所 市役所大矢野庁舎3階会議室
- ※ 詳細は上天草市ホームページをご覧ください。
- ▼ 問合せ先 監理課契約検査係
☎ 0964 (56) 1111

市有地の一般競争入札による売払いのお知らせ

☎ 監理課

市有地の売払いを一般競争入札の方法で実施します。「一般競争入札」とは、購入希望者に入札に参加して頂き、市があらかじめ定めた最低入札価格以上で、最も高い価格をつけた方を購入者に決定する方法です。

入札に参加を希望される方は、「市有地売却要領」をよくご理解のうえ、申込み手続をされますようお願いいたします。

- ▼ 売払物件
 - 所在 上天草市姫戸町姫浦字濱田4079番15
 - 地目 宅地
 - 面積 1746・25㎡
 - 最低入札価格 1120万円
- ▼ 入札参加資格 一般競争入札には特別な資格は不要で、どなたでも参加することができまます。(ただし、一定の条件の場合を除きます。詳細は「市有地売却要領」をご覧ください。)
- ▼ 入札参加申込の期間・場所
 - 期間 3月18日(月)～4月1日(月)の土日・祝日を除く8時30分～17時(必着)
 - 場所 大矢野庁舎監理課
 - ▼ 入札の日時・場所
 - 日時 4月5日(金) 9時30分受付
 - 場所 大矢野庁舎2階庁議室

問合せ先

- <松島庁舎>
〒861-6192
上天草市松島町合津 3538-3
【代表】☎ 0969 (56) 1111
- 都市整備課 ○ 市民窓口課
- 建設課 ☎ 0969 (28) 3350
- 福祉課 (子育て支援室) ☎ 0969 (28) 3351
- 保健課 ☎ 0969 (28) 3354
- ・健康づくり推進室 ☎ 0969 (28) 3356
- 高齢者ふれあい課 (地域包括支援センター) ☎ 0969 (28) 3360
- 教育委員会
- 学務課 ☎ 0969 (28) 3364 ☎ 0969 (28) 3365
- 社会教育課 ☎ 0969 (28) 3361
- <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

平成25年度県民介護講座のご案内!

熊本県介護実習・普及センターでは、一般県民の方を対象に年間を通して実施している介護講座の平成25年度受講生を募集します。

講座内容や申込書は、ホームページに掲載しています。

▼募集期間 3月31日(日)まで
▼ホームページ 「熊本県介護実習・普及センター」
(http://www.sawayaka.or.jp)

▼問合せ先 県介護実習・普及センター
☎096(354)3091

済生会みすみ病院開院10周年記念市民公開講座を開催します

済生会みすみ病院では、開院10周年を記念して、「生活習慣病」をテーマとした市民公開講座を開催します。

病気による死因別で上位を占める「がん」と「脳卒中」について、医師をはじめ、認定看護師、リハビリ療法士、放射線技師のスタッフが、それぞれ専門の立場から、その予防方法から治療までのお話

をします。また、講演会前後には、各医療スタッフによる相談コーナーやパネル展示を予定しております。

▼テーマ 「生活習慣病について」～予防から治療まで～
がん・脳卒中編

▼日時 4月14日(日) 10時～

▼場所 済生会みすみ病院 2階研修室(宇城市三角町)

▼参加料 無料
▼事前申込 不要
▼問合せ先 済生会みすみ病院 企画総務室
☎0964(53)1611

要約筆記者養成講座のご案内

熊本県ろう者福祉協会では熊本県・熊本市からの委託を受け、要約筆記者養成講座の受講生を募集します。

▼期日 4月25日～10月31日の毎週木曜日10時～15時

▼コース ①手書き②パソコンの2コースを設け、途中で分かれます。

▼会場 熊本県身体障害者福祉センター(熊本市)
▼受講料 無料。ただし、テキスト料等約3000円必要。
▼受講資格 高等学校卒業以上

上の学力を有し、要約筆記活動を目指す方。

▼受講申込 4月10日(水)までに①手書き②パソコンのどちらかを選んで電話で申し込んでください。

▼申込み・問合せ先 財団法人熊本県ろう者福祉協会
☎096(383)5587

手話通訳者養成講座のご案内

熊本県ろう者福祉協会では熊本県からの委託を受け、手話通訳者養成講座の受講生を募集します。

▼講座内容および日程 毎週木曜日19時～21時
①入門課程 4月25日～8月1日
②基礎課程 9月12日～平成26年3月28日

▼場所 天草市中央公民館
▼受講資格 高等学校卒業以上の学力を有し、手話通訳活動を目指す方。

※基礎講座の受講者は入門過程を履修された方に限る

▼定員 ①30人②20人
▼申込方法 会場でテキスト等約6000円を添えて申し込んでください。

▼問合せ先 財団法人熊本県ろう者福祉協会
☎096(383)5587

平成25年度第1回危険物取扱者試験を実施します

▼試験の種類 ①甲種②乙種(第1～6類)③丙種

▼試験日 6月9日(日)
▼試験会場 天草市(天草工業高校)

▼願書受付 4月15日(月)～24日(水)

申込方法などの詳細は、消防試験研究センターまたは最寄りの消防本部までお尋ねください。

▼問合せ先 消防研究センター熊本県支部
☎096(364)5005
○天草広域連合消防本部
☎0969(22)0119

JICA青年海外協力隊・シニア海外ボランティア募集

独立行政法人国際協力機構(JICA)では、「青年海外協力隊」「シニア海外ボランティア」の春募集を4月1日(月)から5月13日(月)まで実施します。また、この募集期間に合わせ、「体験談&説明会」を行います。

▼「体験談&説明会」
○青年海外協力隊(満20歳～満39歳の日本国籍を有する方)

○日時 4月6日(土) 14時～、14日(日) 14時～

○場所 熊本市国際交流会館
▼シニア海外ボランティア(満40歳～満69歳の日本国籍を有する方)

○日時 4月14日(日) 14時～
○場所 熊本市国際交流会館

▼問合せ先 JICA九州
☎093(671)8349

平成25年度国家公務員採用試験(院卒者試験、大卒程度試験)日程等について

▼試験名 国家公務員採用総合職試験(院卒者試験、大卒程度試験)

○受付期間 インターネット 4月1日(月)～8日(月)

○郵送、持参 4月1日(月)～2日(火)

○第1次試験日 4月28日(日)

▼試験名 国家公務員採用一般職試験(大卒程度試験)

○受付期間 インターネット 4月9日(火)～18日(木)

○郵送、持参 4月9日(火)～10日(水)

○第1次試験日 6月16日(日)
▼試験名 皇宮護衛官採用試験(大卒程度試験)
法務省専門職員(人間科学)採用試験
・財務専門官採用試験
・国税専門官採用試験
・食品衛生監視員採用試験
・労働基準監督官採用試験
・航空管制官採用試験
○受付期間 インターネット 4月1日(月)～11日(木)

第21回キララ祭天草サンライズウォーク参加者募集

藍色の海、新緑漂う春の天草路、自然と文化の里「星空日本一」の龍ヶ岳で豊かな自然のグリーンシャワーを浴びながら健康ウォークで快い汗を流しませんか?

今年は、司会に榎山結さんと緒方仁深さんを迎え、さまざまなイベントで盛り上げます。サンライズ特賞の旅行券や宿泊券など多数の賞品が当たるお楽しみ抽選会もあります。ミュージアム天文台も無料で開放しております。皆さまの参加をお待ちしております。

- 期日 4月29日(昭和の日) 受付8時30分～※小雨決行
- 受付・スタート 大道港フェリー発着所前広場
- コース 天草サンライズロード登り 7km
- 募集人数 先着750人 ※定員外の方はフリー参加
- 申込期間 3月18日(月)～4月19日(金)
- 参加料 大人2000円 小人500円
- 参加賞 お弁当と桜鯛または、商品券
- 申込・問合せ先 上天草市商工会龍ヶ岳支所内 天草サンライズウォーク実行委員会事務局
☎0969(62)1151 FAX0969(62)1152



海、山、空、恵みを味わうハマ値市場 上天草青空市

上天草青空市は生産者と消費者が直接コミュニケーション出来る空間です。市の食の豊かさをアピールするとともに訪れる多くの方々に対し食を通して、上天草を楽しんで頂くことが目的です。

当日は生産者・飲食店の方々のブースはもちろん、上天草の食材を使った料理「上天草プレート」の販売やピザ職人さんによる「上天草ピザ」の体験教室もありますので、皆さん奮ってご来場ください!!

- 日時 3月24日(日) 10時30分～17時頃
- 場所 上天草物産館さんばーる裏 農村広場公園
- 内容 (1) 出店数 30店舗程度 (2) キッチンカーの導入 (3) 上天草の食材を使用した「上天草プレート」の販売 (4) ピザ職人による「上天草ピザ」の体験教室(当日募集) (5) カフェデッキによるイートスペースの設置
- 問合せ先 上天草市農林水産物加工品開発研究センター
☎0964(56)6100



第25回熊本県シルバーク

参加資格 県内在住で、平成26年4月1日時点で60歳以上のアマチュア

募集期間 4月1日(月)～5月6日(月) 必着

開催日時 6月7日(金) 開会式 9時～

会場 市民会館崇城大学ホール

参加費 7000円

申込方法 各市町村福祉課等においてあるパンフレットにてお申込みください

その他

工事等入札結果

監理課

入札日 工事(委託) 名

工事(委託) 場所 ②契約者 ③契約金額 ④工事(委託) 期間

市道環状北線舗装(A) 工事 ①大矢野町登立地区内

市道環状北線舗装(B) 工事 ①大矢野町登立地区内

市道合津東線舗装工事 ①松島町合津地区内

市道辺戸串元釜線舗装工事 ①姫戸町姫浦地区内

市道坊主島下桶川線舗装工事 ①龍ヶ岳町桶島地区内

市道坊主島下桶川線舗装工事 ①龍ヶ岳町桶島地区内

旧桶島診療所解体工事 ①龍ヶ岳町桶島

天栄工業(株)(松島町) ①龍ヶ岳町桶島

大矢野庁舎電気室棟他屋根防水工事 ①大矢野町上

水野塗装(大矢野町) ②(有) 水野塗装(大矢野町)

市道坊主島下桶川線(2工区) 防災対策工事 ①龍ヶ岳町桶島地区内

高戸地区防火水槽設置工事 ①龍ヶ岳町高戸地区内

鳩の釜地区防火水槽設置工事 ①大矢野町上地区内

磯口建設(有)(大矢野町) ②磯口建設(有)(大矢野町)

2月5日入札 ②(有) 勝栄工業(松島町)

問合せ先 監理課契約検査係

0964(56) 1111

麻しん風しん混合ワクチンの接種はお済みですか

保健課

平成19年に10～20代を中心とした年齢層で麻しんが流行し、多くの学校が休校の措置をとるなど社会的問題となりました。

このため、過去に麻しんの予防接種を1回しか受けていない年代に対し、平成20～24年度の5年間の時限措置として、2回目の予防接種を受ける機会が設けられています。

中学1年生、高校3年生に対する予防接種は今年度が最後となっています。

麻しんは、高校、大学などの入学時や、介護・看護・教育実習などに行く際に、接種歴を確かめられることがあります。

次の対象者の方は、3月31日までは無料で受けられます。母子手帳を確認され、接種がまだの方は早めに接種を行いましう。

無料対象者 ②第2期：5歳以上7歳未満で小学校就学前の1年間(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)

③第3期：中学校1年生相当年齢の方(平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ)

④第4期：高校3年生相当年齢の方(平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ)

年齢の方(平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ) ※問診票を無くされた方は大矢野窓口センター、松島保健センター、姫戸・龍ヶ岳統括支所で再発行を行います。母子手帳を必ず持ってお越しください。

問合せ先 保健課健康づくり推進室 0969(28) 3356

4月から県が実施していた2業務を市で行います 福祉課・保健課

平成25年4月1日から、次の業務の実施権限が県から市へ移譲されます。

つきましては、これまで県(保健所)が実施していた次の業務は、4月1日以降、市が行いますのでお知らせいたします。

自立支援医療(育成医療) 担当部署 福祉課障がい福祉係

未熟児養育医療・未熟児の訪問指導 担当部署 保健課健康づくり推進室

問合せ先 福祉課障がい福祉係 0969(28) 3351

保健課健康づくり推進室 0969(28) 3356

業・趣味を問わず、蜜蜂を飼育する場合は、飼育届の提出が必要です

養蜂を飼育する方へ改正養蜂振興法が25年1月から施行され、業・趣味を問わず、蜜蜂を飼育する場合は、飼育届の提出が必要となりました。

ミツバチの飼育者は、毎年、蜜蜂飼育届を住所地の市町村に提出してください。

ただし、次の場合は不要です。 ①農作物等の花粉受精用によるみみ蜂の飼育を行う場合

②密閉構造の飼育管理設備で蜜蜂の飼育を行う場合 ③反復利用可能な蜂房を設置せず、野生の蜜蜂(ニホンミツバチ)を観察し、当該蜂群から採蜜等を行う場合

また、ミツバチの飼育には適切な衛生管理をお願いします。異常があれば、最寄りの家畜保健衛生所に相談してください。

問合せ先 農林水産課農業振興係 0964(26) 5516

善意に感謝(敬称略)

ボランティア活動

市内の福祉施設(南風苑・松朗園・きららの里・翔洋苑・相生荘)でボランティアサービスをした方々を紹介します。

中田理髪店、ノウブル、タカシタジオ、創作菓子工房アローム、本郷絵手紙もみじ会、吉川キヨカ、西山カラオケ教室、濱口民謡教室、藤川美容室、西本書道教室、水野紙細工教室、おはなしエトワール、木下とも子、堀江光香どすこい隊、話し相手ボランティア「なごみ」、松本久徳、龍ヶ岳町老人クラブ・オムツたたまボランティア

ふるさと納税に寄付 教育水準の向上事業

一般財団法人あなたのレスラーズ 代表 崔領二(東京都)

観光振興事業 河崎一衣(熊本市) 萩原宣(熊本市)

後期高齢者医療保険料の軽減について

被保険者個人ごとの保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と、被保険者の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額になります。所得の低く次の条件に該当される方や被用者保険加入者に扶養されていた方は保険料の負担が軽くなります。

※被用者保険とは協会けんぽ、健保組合、共済組合などです。

所得が低い方の軽減

○保険料の均等割額(被保険者全員が等しく負担する保険料)の軽減

【世帯(被保険者と世帯主)の総所得金額などが…】

①「基礎控除額(33万円)」を超えない世帯で、被保険者全員の年金収入の控除額をそれぞれ80万円として計算したうえで、所得が0円となる場合 ⇒保険料の均等割額を9割軽減

②「基礎控除額(33万円)」を超えない世帯 ⇒保険料の均等割額を8.5割軽減

③「基礎控除額(33万円)」+「24.5万円×世帯の被保険者数(被保険者である世帯主を除く)」を超えない世帯 ⇒保険料の均等割額を5割軽減

④「基礎控除額(33万円)」+「35万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯 ⇒保険料の均等割額を2割軽減

※総所得金額等の計算には、専従者控除、譲渡所得の特別控除は適用されません。

○保険料の所得割額(所得に応じて負担する保険料)の軽減 【被保険者の総所得金額などが…】

①「基礎控除額(33万円)」+58万円を超えない方 ⇒保険料の所得割額を5割軽減

被用者保険加入者に扶養されていた方の軽減

被用者保険加入者に扶養されていた方も、後期高齢者医療制度では被保険者となり保険料を納めることとなりますが、保険料の軽減措置があります。

特例措置として、当分の間は保険料の均等割額が9割軽減されます(所得割額はかかりません)。 ○対象となる方…資格を得た日の前日に、被用者保険加入者に扶養されていた方

平成25年度の保険料率

均等割額と所得割率は広域連合で2年ごとに決められます。熊本県後期高齢者医療広域連合の平成25年度の保険料率については次のとおりです。

○均等割額 4万7900円

○所得割率 9.26%

Table with 2 columns: 項目, 金額/率. 保険料(年額) ※年額55万円が上限, 均等割額 4万7900円, 所得割額(総所得金額等-33万円(基礎控除)) × 所得割率9.26%

【相談・問合せ先】 保健課後期高齢者医療年金係 0969(28) 3354

ねんきん笑顔

あなたの年金記録をもう一度ご確認ください

日本年金機構では、年金記録問題の解決を目的として、これまで「ねんきん定期便」などをお送りし、国民一人ひとりに年金記録の確認をお願いしています。

しかし、いまだ約2200万件の持ち主が確認できていない記録が残っています。

ご自身の年金記録に「もれ」や「誤り」があるのではとご心配のある方は、お近くの年金事務所等にご相談ください。

年金記録確認パンフレットを配布しています

年金記録確認のチェックポイントや「ねんきんネット」への登録方法などをまとめたパンフレットを市役所年金担当窓口にて配布しています。

年金事務所へ相談に行かれる際の事前チェックとしてご利用ください。

問合せ・相談先

- ねんきん定期便専用ダイヤル ☎ 0570 (058) 555
- 本渡年金事務所お客様相談室 ☎ 0969 (24) 2154
- 市保健課後期高齢者医療年金係 ☎ 0969 (28) 3354

市のデータ

人口	30,771人 (-49)
男性	14,485人 (-18)
女性	16,286人 (-31)
世帯数	12,231戸 (-7)
市の面積	126.15km ²

平成25年2月28日現在 () は前月比

4月1日から分別収集の品目の一部追加・名称変更を行います

4月1日からごみの再資源化の促進と適切な分別を図るため、分別収集の品目の一部追加および名称変更を行います。

◆新しく増える品目 (2品目)

新しい品目名	資源物：廃食油	資源物：小型電子機器
収集対象	使用済みの食用油 (水が混ざっていないもの) 《出せるもの》 <ul style="list-style-type: none"> ・てんぷら油 ・サラダ油 ・ごま油 《出せないもの》 <ul style="list-style-type: none"> ・ガソリン、灯油 ・エンジンオイル ・ラード、バター等 	特定の小型電子機器 (以下のもので、一辺が25cm以内のもの) ①携帯電話 ②携帯音楽プレーヤー ③携帯型ゲーム機 ④デジタルカメラ ⑤ビデオカメラ ⑥携帯型DVDプレーヤー ⑦携帯型ラジオ ⑧携帯型テレビ ⑨電卓 ⑩電子辞書 ⑪電子血圧計・体温計 ⑫ハードディスク ⑬①～⑫の付属品 (ケーブル類、充電器など) ⑭USBメモリー ⑮カード型記録媒体 (SDカード) ⑯リモコン ※壊れたものでも出すことができます。
回収方法	分別収集時にポリタンクに油だけを入れてください。(収集場所まで入れてきた容器はお持ち帰りください。)	分別収集時に回収容器に入れてください。(乾電池は取り外してください。)
その他注意事項	天かすなどの異物は、できるだけ取り除いてください。	写真や動画などの個人情報情報は消去してください。また、携帯電話はできるだけ販売店へ返却してください。
再利用の方法	精製し、燃料などに利用します。	希少金属(レアメタル)などを取り出し再利用します。

◆名称が変わる品目 (2品目)

- 資源物：プラスチック類 ⇒ 資源物：容器包装プラスチック
- 不燃物：埋立ごみ ⇒ 不燃物：不燃ごみ

◆問合せ先 環境衛生課衛生係 ☎ 0964 (26) 5524

増加している高齢者虐待

昨年10月、平成23年度の県内における高齢者虐待の状況等が県より発表になりました。

○養護者による高齢者虐待 (県ホームページ参照)

○件数

相談・通報件数	403件
認定件数	243件

○被虐待者の性別 (合計254人)

女性	199人
男性	55人

○虐待類型

類型	件数
身体的虐待	124件
介護・世話の放棄・放任	84件
心理的虐待	118件
性的虐待	3件
経済的虐待	99件

○被虐待者との続柄(虐待者の計280人)

類型	件数
息子	119件
娘	52件
夫	40件
孫	16件
その他	53件

養護者による虐待と認定された件数は年間で243件にのぼっています。虐待の類型では、身体的虐待が半分以上を占めており、次いで心理的虐待、経済的虐待、介護・世話の放棄・放任となっています。虐待を受けるのは女性が圧倒的に多く、虐待をするのは息子が4割ほどを占めています。

○養介護施設従事者等による高齢者虐待 (県ホームページ参照)

○件数

相談・通報件数	16件
認定件数	7件

○虐待類型

類型	件数
身体的虐待	6件
(うち身体拘束)	(4件)
心理的虐待	1件

○施設・事業所の種別

類型	件数
有料老人ホーム	3件
介護老人保健施設	2件
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	1件
訪問介護事業所	1件

一方、養介護施設従事者等による高齢者虐待の認定件数は7件でした。ここでも身体的虐待が6件を占め、うち4件が身体拘束となっていました。また、施設・事業所の種別では有料老人ホームが3件と最も多く、次いで介護老人保健施設、介護老人福祉施設と続いていました。

○高齢者虐待の種類や見つけた際の対応について

高齢者虐待は「高齢者の尊厳を傷つける行為」です。しかし、その背景には、介護疲れや介護力不足、社会的孤立や貧困、周囲の人の介護に対する無理解などさまざまな要因が重なりあって発生しており、虐待をする人を支援することも必要です。高齢者やその養護者等が安心して地域や施設等で暮らしていくために、高齢者虐待の種類や見つけた際の対応についてお知らせします。

○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、結果的であるか問わず、介護や生活の世話をしている家族が、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葉や威圧的な態度、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

高齢者の虐待防止については、上天草市地域包括支援センター(高齢者ふれあい課)が相談窓口となり、関係機関等と連携して対応します。在宅や施設等において高齢者が虐待を受けたり、疑わしいあるいは心配な高齢者を発見した際は、まずは上天草市地域包括支援センターにご一報ください。通報者の秘密は厳守されます。

○相談等窓口および問合せ先 上天草市地域包括支援センター(松島庁舎) ☎ 0969 (28) 3360

なお、休日・夜間でも連絡体制を整えていますので、安心してご相談ください。

今日からさっそく

介護予防

「介護予防事業」

介護予防とは、「できるだけ介護の状態になることを防ぐ（遅らせる）こと。要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、さらには軽減を目指すこと」です。

上天草市では、要支援・要介護状態となるおそれの高い方を把握する事業を行っています。方法は、1年間を各行政区毎に3期に分けて、65歳以上の介護保険第1号被保険者の方全員に「基本チェックリスト」をお送りします。第1期目の方は、3月中旬に各区長を通して配付していますので（桃色の封筒）、3月末日までに各区長宛に提出していただきますようお願いいたします。

皆さんから提出していただいた「基本チェックリスト」が市に届くと、内容を保健師が確認し、介護予防のサービスを受ける必要があるかどうかや、どのようなサービスを受けたいかについて決定します。決定されると、どの分野の生活機能が低下しているかや、その方の状態に応じて、計画に沿った教室の利用ができます。

教室には「運動教室」「脳はつらつ教室」などがあり、平成24年度は130人ほどの方が、3カ月間教室に通い介護予防に取り組まれています。

不明な点がある場合は、高齢者ふれあい課内の地域包括支援センターにご連絡ください。

【問合せ先】
上天草市地域包括支援センター（松島庁舎）
☎ 0969（28）3360

スパ・タラソ天草からのお知らせ

□パワーヨガの生徒募集

ヨガは、呼吸に合わせてアーサナ（ポーズ）をとることでインナーマッスルの強化や心身のリラクセスに効果が得られます。無料体験も行っていただけますので、是非一度おこしください。

○日時 毎週金曜 14時30分～、毎週水曜 20時15分～

○場所 リラクゼーションルーム

○定員 各クラス6人

○参加料 月額3000円（4回）

□温泉風呂の日の変更について

通常は毎月第3水曜日ですが、3月20日は祝日の為、第3火曜日に変更させて頂いております。

○実施日 3月19日（火）

○料金 大人 300円 小人 200円

□レストランからのご案内

上天草市ご当地グルメ合戦「海井VS山井」。スパ・タラソ天草でも天草大王を使ったココロ井を提供しています。ご当地グルメ合戦は3月31日（日）までとなっています。まだ食べたことがないという方。ぜひ一度ご賞味ください。



問合せ先

スパ・タラソ天草 ☎ 0964（56）1126

松島総合運動公園「テニスコート」がオープン



4月2日（火）オープン

テニスコートは砂入り人工芝8面で、テニスのほかフットサルも行えます。また、照明施設も4面分備えています。

なお、3月30日（土）10時から落成式を行い、その後、無料開放を行います。無料開放については31日（日）も行います。

□利用の仕方

○料金 コート 1面 300円／1時間

照明施設 1面 500円／1時間

○時間 9時～22時

※大会等で利用される場合はご相談ください。

○受付 松島総合センター「アロマ」

☎ 0969（56）0777

※2月1日より受付を始めています。



このテニスコートは、スポーツ振興くじ助成金を受けて整備されたものです。

学生の方・就職される方へ～市国民健康保険からのお知らせ～

【進学が決まったとき】

国保に加入している学生の方が修学のために家族を離れ、他の市町村へ住所を移す場合には、手続きが必要です。

上天草市に住所のない方は、原則として上天草市の国保を使うことができません。しかし、特例として、進学を理由に転出し、家族からの仕送り等で生計を維持している場合は、申請により上天草市の国保に加入することができます。

進級された場合には毎年度申請が必要です。

○申請に必要なもの

在学証明書または学生証のコピー、印かん、今お持ちの被保険者証

【社会保険等に加入されたとき】

就職などにより職場の健康保険（社会保険等）に加入されたときには、14日以内に市役所に届出が必要です。社会保険等の加入日（就職日など）以降は、上天草市国保は使えません。社会保険等の加入日以降に、国保で医療機関を受診された場合には、後日、医療費を請求させていただくこともありますのでご注意ください。

○届出に必要なもの

新しく加入された健康保険の被保険者証、国保の被保険者証、印かん

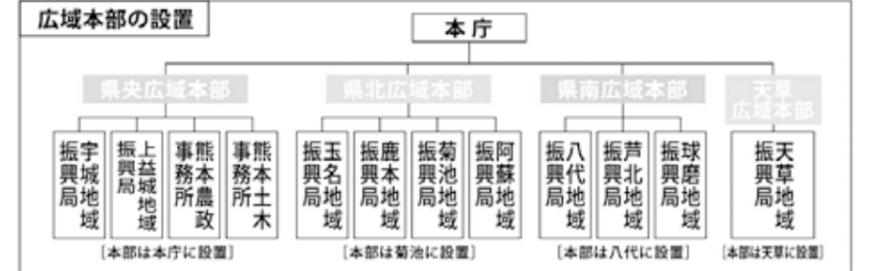
【問合せ先】

保健課国民健康保険係 ☎ 0969（28）3354

地域振興局の広域体制を整備します

○県では、平成25年4月から、これまでの【地域振興局】の区域を越えた、広域的な観光振興や地域振興の推進、収税や検査などの専門性の向上を図るため、県央、県北、県南、天草の4カ所に【広域本部】を設置します。

○【広域本部】設置後も【地域振興局】は、現行の10局体制を維持し、県税（収納など）の窓口や、国道の管理など住民に直接関わるサービスを引き続き提供します。



【問合せ先】 県人事課 ☎ 096（333）2054

こちらは消費生活センターです！ そのネットショッピング、本当に大丈夫！

2011年より開設されている消費者庁越境消費者センター（CCJ）では、海外ショッピングトラブルに遭遇した消費者を対象に相談を受け付けています。最近では「インターネットで有名ブランドの商品を購入し手元に届いたが、真生品でないと思う」といった有名ブランドの模倣品に関する相談が多くを占めています。

消費者が商品代金を支払った後に、販売したウェブサイトの運営者と連絡が取れなくなるケースが圧倒的であり、トラブル解決支援を試みても、商品の交換や返金を求めることはほぼ不可能な状態です。

このため、模倣品に関する消費者トラブルの未然防止および被害拡大防止を目的として、模倣品の販売が確認された（または強く疑われる）海外ウェブサイトに関する情報を消費者庁のホームページ上で公表し、消費者の皆さまに注意を呼び掛けています。

～模倣品を販売するウェブサイトを見抜く4つのチェックポイント～

- 正確な運営情報（運営者氏名・住所・電話番号）が記載されていない!?
- 正規販売店の販売価格よりも極端に値引きされている!？お買い得すぎる商品、本当に本物…?
- 日本語の表現が不自然である!？機械翻訳のような日本語が使われていないか…?
- 支払い方法が銀行振込のみとなっており、クレジットカードが利用できない!?

まずはこれから取引をしようとするサイトや相手が信用できるかどうかを、よく確認して判断することが最も大切です。できる限りトラブルは未然に防ぎましょう。

◆相談窓口 上天草市消費生活センター（大矢野庁舎1階）

◆開設日時 月～金（土・日・祝日等を除く）

9時～16時（12時～13時を除く）

◆専用電話番号 ☎ 0964（56）0783

パライム日記

上天草観光循環バス「パライムストローリー」
の魅力をお伝えします



今回は、上天草観光循環バス「パライムストローリー」で廻ることのできる、松島町の「千巖山」の歴史と見どころについてご紹介します。

千巖山は、約4000万年前、地殻変動によって隆起したと言われています。寛永14年(1637年)の天草島原の乱が起こる前、キリシタン信者が密議のため山頂に集い「手杓(手酌)じゃ、手杓じゃ、良い景色」と言って酒を酌み交わしたことから、以前は「手杓子山」と呼ばれていました。

昭和7年から8年にかけて、国立公園特別調査員が千巖山に登り、奇岩怪石に感嘆したことから「千巖山」と名付けられ、今日に至っています。

山頂からの眺めは絶景で、日本三大松島と言われる天草松島の美しい景色がパノラマのように広がり、本土と天草の島々結ぶ1号橋から5号橋を望むことができます。山頂には、天草四郎が腰かけたと言われる岩もあります。

これから千巖山は美しい桜の季節を迎えます。約1.7kmの登山道路には桜のトンネルが現れ、美しく咲き誇った桜を見ようと毎年多くの観光客が訪れています。

皆さまも、この桜の季節に上天草観光循環バス「パライムストローリー」に乗って、ゆっくりのんびり、千巖山を散策してみませんか。

(上天草観光ガイドの会 会長 大澤健二)



○運行に関する問合せ先

産交バス(株)三角営業所 ☎0964(52)3135
上天草市役所企画政策課 ☎0964(26)5511

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市長公室広報係(〒869-3692 上天草市大矢野町上1514)まで送ってください。なお、写真の裏面には、お子さんのお名前を記入してください。応募多数の場合は、先着順に掲載となりますのでご了承ください。

▽先日、娘のかばんから「つくし」がでてきました。保育園の散歩の時に摘んできたものだそうです。「もう春だなあ」と感じた瞬間でした。▽これから暖かくなり、市の花である「桜」が満開時期を迎えます。楽しみですね。ちなみに日本気象協会によると今年の熊本の開花予想は例年より早い3月19日ごろとなっています。

(Y)

▽3月となり、春の暖かさを感じる季節となりました。上天草高校、上天草看護専門学校ではすでに卒業式を終え、小学校や保育園などでも卒業を迎えます。それぞれが選択した道に進み、春から生活環境が大きく変わる人も多いかと思えます。皆さんの新しいスタートを応援しています。

(K)

編集後記

