



## 「開校の期待と喜びあふれる」

新生「松島中学校」開校式

### 目次

- 風水害から身を守るために ..... P 2
- まちのわだい ..... P 4
- 健康ガイド ..... P 6
- 市立病院だより ..... P 8
- 生涯学習・図書館だより ..... P 10
- ウェルカム市長室 ..... P 12
- お知らせ ..... P 13

## 土砂災害に気をつけましょう

土砂災害が起きやすい箇所は多数存在しています。台風や集中豪雨によって大きな被害を受けることが考えられますので、地域ぐるみで十分な注意が必要です。

### 地すべり

粘土などのすべりやすい層を境に、その上の土がそっくり動き出す現象。

#### 【前ぶれ】

- ・地面にひび割れができる
- ・地面の一部が陥没する
- ・沢や井戸の水が濁る
- ・がけや斜面から水が噴き出す

### 斜面崩壊

がけ崩れ、山崩れなど。突発的かつ急速に起こることが多いのが特徴。

#### 【前ぶれ】

- ・小石がバラバラと落ちてくる
- ・がけから水が湧いてくる
- ・がけにひび割れができる

### 土石流

土石と水が一体となって流れ落ちる現象。

#### 【前ぶれ】

- ・山鳴りや木立の裂けるような音、ドンといった音がする
- ・雨が降り続けているのに、川の水が急に減り始めたり、川の水が濁り、流木が流れてくる

## 注意したい場所は

山間部の集中豪雨からの土石流に要注意。早めの避難の準備を

### 扇状地



豪雨による山崩れに用心する。特に木の少ない山間部は、土石流に対する警戒が必要

### 山岳地帯



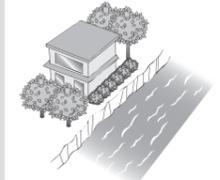
地盤がゆるみ、崩れる危険がある。水抜き穴から濁り水が出始めたら要注意

### 造成地



昔、河川敷だったところや河川の流域は、洪水への対策を万全に

### 河川敷



## 梅雨や台風の時期には十分な警戒を

土砂災害は雨量が多くなるほど発生しやすくなるため、梅雨や台風の時期は十分な警戒が必要です。日頃からこのような災害を予測し、事前に備えておくことが被害の軽減につながります。

### ここがポイント！事前の備え

- ・気象情報を聞く
- ・状況によっては、遠出や外出を中止する
- ・避難場所について再確認をする
- ・勤務先にいる家族などと連絡をとり、非常時に備える
- ・防災関係機関などの広報をよく聞いておく
- ・家財道具、食料品、ふとん、衣類などの生活に欠かせないものを安全な場所へ移動する



# 風水害から身を守るために

【問合せ先】総務課危機管理防災室 ☎0964 (26) 5544

## 気象情報に注意し、早めの対応を

気象情報は刻々と変化していきます。正しい情報に基づき早めの対応を心がけましょう。家族や地域で協力し合い、対応することが被害の抑制につながります。

### 大雨が降りだしたら

○地域の防災広報に注意し、近くの川の水位上昇にも注意しましょう



○がけ地や河川の近くでは、早めに避難の準備をしましょう



○地域の水防活動に協力しましょう



### 洪水のときの避難方法

- ・はきものは、ひもでしめられる運動靴
- ・はぐれないようにロープでつながって
- ・腰まで水があつたら水の中を歩かない
- ・長い棒をつえがわりに水面下の足元に注意
- ・お年寄りや背負って、幼児は浮き袋などを利用する



▲平成 24 年 7 月 九州北部豪雨



▲昭和 47 年 7 月 天草大水害

## 100歳表彰おめでとうございます

和田義盛さん、倉田登さん、立石ハリエさんの3人が100歳を達成され、市から表彰状とお祝いが渡されました。



和田義盛さん  
大矢野町上  
大正3年3月5日生



倉田登さん  
大矢野町上  
大正3年3月24日生



立石ハリエさん  
龍ヶ岳町高戸  
大正3年3月27日生

5/18

### 10数年ぶりの新造船を祝う

大道漁港（赤崎地区）で進水式



5月18日、龍ヶ岳町大道赤崎地区の漁港で新造船の進水式が行われました。これは「船おろし」とも呼ばれ、同地区では10年ぶりとなるものです。

完成した船は尾上水産（尾上秀張社長）の作業船「第十秀伸丸」で全長約17m・総トン数13t、クレーンを備え、養殖が盛んな同地区でタイやカンパチ、シマアジなどの出荷や網の交換などに活躍します。

大漁旗をたなびかせながら近づいて来た船は、昔からの習わしどおりに沖を右回りに3度旋回。その後、同漁港の漁民広場で集まった約100人が見守る中、港に着けると完成を祝う餅投げを行い、地域の人々にお披露目が行われました。

5/14

### 泥だらけになって田植え体験

ママ応援センター野外授業



5月14日、大矢野地区子育て支援センターの野外授業の一環としてママ応援センターが田植え体験を実施し、あそか保育園・あゆみ保育園・たから保育園・光保育園の園児ら約50人が、生産者の平山明広さんの所有する田んぼ10アールに仲良く一列に並んでもち米（カグラモチ）の苗を植え付けました。

この田んぼは無肥料・無農薬で管理され、9月ごろに収穫300kgほどを見込んで稲刈りが行われるとのことでした。

参加した大見香奈ちゃんは「いっぱい汚れたけど楽しかった」と今日の感想を笑顔で話してくれました。



4/16

### 幻想的な雰囲気堪能

柳地区で竹あかりイベント開催



4月16日、大矢野町中柳地区にある森宗意軒神社で竹あかりイベントが行われました。

これは、地区住民の有志がまちづくりの一環として、今年初めて取り組んだもので、夕刻になると手づくりの竹灯笼に灯かりがともされました。

訪れた人は幻想的な雰囲気の中、ゆったりとした時間を過ごしました。

地元区長の堺末廣さんや地区住民からは、「次は、竹あかりの本数を増やしたり、デザインを工夫して、盛り上がるイベントとして継続していきたい」との声が聞かれました。



5/11

### 地域の伝統を継承して

「大矢野土突き唄」の披露



5月11日、大矢野自然休養村管理センターで上天草市郷土史研修同好会（切通唯市会長）の主催により「大矢野土突き唄」の披露がありました。

この土突き唄は、建物を建築する際の土（基礎）固めの時に歌われるもので、大矢野町に古くから伝えられてきました。昭和40年代ごろまで盛んに行われ、大きな旅館などの建設時には、唄い手が交代で一晩中歌うこともあったそうです。

今回、この土突き唄を披露した佐伯達義さん（大矢野町）は、自身が幼い頃に父親が歌っているのを耳で覚えたといい、「今では歌える人は数人しかいないが、この唄を後世に継承してほしい。」と話していました。

4/25

### まちづくり活動の成果を発表

平成25年度まちづくり実践発表会



4月25日、市役所大矢野庁舎でまちづくり実践発表会が開催されました。

これは、平成25年度にまちづくり事業に取り組んだ団体が活動内容とその成果を発表するもので、「上天草市商工会」、「上天草市YOSAKOIハイヤ祭り実行委員会」、「倉江川地域活性化協議会」の3団体が発表を行いました。

「上天草市商工会」は、配達、御用聞き、買物代行などが可能な事業所を冊子型の買物支援マップとしてまとめ、全世帯へ配布したことを報告。「今後も買物困難者の解消と市内商店の活性化に貢献したい」と発表しました。

## 上天草市住民健診のお知らせ ～集団健診が始まります～

### ■7月の健診日程表

日程	場所	日程	場所
11日	大道老人福祉センター	18・19日	阿村体育館
12日	上天草総合病院	22日	今泉交流センター
13～15日	姫体育館	23日	内野河内集会場
16日	樋島老人福祉センター	24日	教良木出張所
17日	姫戸老人福祉センター		

※8月以降の日程は広報7月号に掲載します。  
申し込みいただいた人には健診の2週間ほど前に郵送にて問診票を送付します。  
また、申し込みをいただいていない人も受診できますのでお問い合わせください。

### ■問合せ先

健康づくり推進課成人保健係 ☎0969 (28) 3356

## ☑ 福祉（7月）

種類	日	実施時間
精神保健相談	3日、17日	午後2時～

【場所】 天草保健所相談室 ☎0969 (23) 0172 ※要予約

## ☑ がんサロン（7月）

日	実施時間
25日	午後1時30分～午後3時30分

【場所】 上天草総合病院6階講堂 ☎0969 (62) 1122

## ☒ 小児救急電話相談 夜間の子どもの急病時

短縮番号（# 8000）	毎日 午後7時～午前0時
--------------	--------------

ダイヤル回線の場合 ☎096 (364) 9999



## ☒ 日祝日在宅医（6・7月）

日	病院名〈診療科目〉	（所在地）電話番号
22	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
29	佐々木整形外科 〈整〉	（大矢野町中） ☎0964 (56) 5550
	村上医院〈内・小・リ ハ・神内・呼・循・消〉	（姫戸町姫浦） ☎0969 (58) 3102
6	中村達男医院〈内〉	（大矢野町登立） ☎0964 (56) 0006
	竹中医院〈内〉	（姫戸町二間戸） ☎0969 (58) 2148
13	吉田クリニック 〈内〉	（大矢野町中） ☎0964 (57) 0246
	上天草総合病院 〈内〉	（龍ヶ岳町高戸） ☎0969 (62) 1122
20	しまだ小児科 〈小・内〉	（大矢野町登立） ☎0964 (56) 0005
	春田医院 〈外・内・小〉	（松島町阿村） ☎0969 (56) 0052
21	中村医院〈内〉	（大矢野町上） ☎0964 (56) 0003
27	毛利医院〈内〉	（大矢野町登立） ☎0964 (56) 2111
	やまうち医院 〈小・内・ア〉	（松島町阿村） ☎0969 (56) 0899

【診療時間】 午前9時～午後5時 ※診療時間外は事前に電話連絡をお願いします。上表は5月28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、健康づくり推進課までお尋ねください。

# 「歯と口」は健康・元気の源！

## ～6月は歯と口の健康週間～

「8020（ハチマルニイマル）運動」をご存じですか？

これは、平成元年から厚生労働省（当時は厚生省）と日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足をすることができると言われています。

歯と口は健康に生きていく力を支えるものです。歯科疾患の予防や歯と口の健康を保持する取組み

は妊娠中から必要になります。「歯と口の健康週間」の6月に自分の「歯と口」について考えてみませんか？

「歯と口」の病気で多い歯周病は、早産や低体重児の出産を引き起こす原因の1つです。

また、上天草市はむし歯のある幼児が多い（平成23年度県内ワースト2位）状況にあります。

対策として、市では独自に以下の2つの補助事業を実施しています。ぜひ活用してください！

### 妊婦歯科健康診査受診券交付事業

歯周病があると、  
早産になる確率が約7倍！

妊娠したら歯科健診を受けよう！

- 対象 上天草市に住所がある妊婦
- 内容 妊娠届けを提出した人に「受診券」を交付します。安定期になったら早目に受診しましょう。



### ■問合せ先

健康づくり推進課健康増進係 ☎0969 (28) 3381

### 幼児フッ化物歯面塗布事業

フッ素は歯の質を強くし、  
むし歯菌の働きを抑えます



- 対象 上天草市に住所がある幼児
- 内容 1歳6カ月児健診の時に「フッ化物歯面塗布券」を4回分交付します。上天草市内の歯科医院に塗布券を提示することで無料でフッ化物歯面塗布が受けられます。有効期限は3歳6カ月までです。

## 育児相談・母子健康手帳交付（7月）

場所	日	実施時間 （手帳受付時間）
大矢野窓口センター	7月、14日 22日、28日	午前9時30分～午前11時 （午前9時30分～45分）
上天草市保健センター	随時交付（手帳）	
	16日（相談）	午前9時30分～午前11時
姫戸統括支所	18日	午前9時～午前10時 （午前9時～15分）
龍ヶ岳統括支所	18日	午前10時30分～午前11時30分 （午前10時30分～45分）

【用意するもの】 印鑑（手帳）

※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。この場合、健康づくり推進課から後日連絡をし、保健師・栄養士による保健指導を行います。

## 乳幼児健診（7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	H26. 5	午後1時～ 午後1時15分
3～4カ月児健診	バスタオル	1日	H26. 3	
6～7カ月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	8日	H25. 12	
1歳6カ月児健診	尿	15日	H24. 12	
2歳児歯科健診	歯ブラシ （仕上げ磨き）	17日	H24. 7	
3歳児健診	聴力・視力 検査用紙	22日	H23. 6	

【場所】 上天草市保健センター（松島町合津 7915 番地 1）

【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。

※2歳児歯科健診の問診票は健診会場で配布します。



# 「食べること」は「生きること」

## ～食育月間・食育の日～

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。日頃、私たちの生活で最も身近な「食」について、関心を持って食事をしていますか？

私たちが毎日食べたものは消化・吸収され、私たちのからだを作っています。何をどれだけ食べたらよいか、自分に必要な量を知り適度に運動することは、子どもたちだけでなく大人にとっても、健康な体を生涯維持する上でとても重要です。

やせたり、太ったり、というのは日頃の食事の結果です。自分の適正体重（BMI）を知り、定期的

に体重測定をして、日々の活動に見合った食事を心がけましょう。

適正体重（BMI）＝身長（m）×身長（m）×22

BMI値＝体重（kg）÷（身長（m）×身長（m））  
（適正值 18.5～25未満）

### ■問合せ先

健康づくり推進課健康増進係 ☎0969 (28) 3381

# 診療案内

	月	火	水	木	金	
内科 代謝内科	再来	樋口 坂本 和田	大村 和田 山城	坂本 大村	樋口 和田 山城	坂本 山城
	新患	國友 代謝内科 熊大 (第1・3)	國友	下村 志摩 (10時~)	國友	下村 応援 医師
循環器内科	脇田					
外科 消化器科	福田	城野	福田 蓮尾	城野	蓮尾	
整形外科	藤松	上原	藤松	森山 (久米)	藤松	
小児科	田原					
産婦人科	姫野 桑原	桑原	姫野 桑原	姫野 (桑原)		
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				
超音波・内視 鏡センター	蓮尾 城野	福田 蓮尾	城野 和田	福田 蓮尾	城野 福田	
歯科・口腔外科	福田					

	月	火	水	木	金
夕方外来 (内科)		大村 和田		坂本 山城	
教良木診療所	大村	坂本	樋口	応援	國友

- 受付は、午前8時30分から午前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。
- 整形外科の木曜日は午後2時から午後5時まで診療(予約制)を行います。
- 歯科口腔外科は月から金曜日の午後診療を行います。
- 脳外科は第2・4水曜日の午後2時から診療(予約制)を行います。
- 内科は火・木曜日の午後5時から午後6時まで診療(予約制)を行います。
- 泌尿器科は毎週火曜日に診療を行います。
- 代謝内科は毎週木曜日の午前中と午後3時から午後6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。

【問合せ先】 上天草総合病院  
☎ 0969 (62) 1122 (代表)  
FAX 0969 (62) 1546  
ホームページアドレス  
http://www.cityhosp-kamiamakusa.jp

## 平成27年度上天草総合病院職員を募集

- 平成27年度の職員採用試験を次のとおり実施します。
- 募集職種** 助産師1人、看護師10人程度、薬剤師1人、放射線技師1人
  - 応募資格**
    - 助産師免許取得者または来春助産師養成施設機関卒業見込みの人
    - 看護師免許取得者または来春看護師養成施設機関卒業見込みの人
    - 薬剤師免許取得者または来春薬剤師養成施設機関卒業見込みの人
    - 放射線技師免許取得者または来春放射線技師養成施設機関卒業見込みの人
  - 受付期限** 7月18日(金) 必着
  - 提出書類**
    - 履歴書
    - 各種免許証の写しまたは卒業見込書
    - 健康診断書(6カ月以内のもの)
  - 試験日時** 7月26日(土) 10時開始
  - 試験内容** 小論文・面接
  - 申込・問合せ先** 上天草総合病院総務課 ☎0969 (62) 1122

## 上天草看護専門学校入学式を終えて

私が看護師になると思ったきっかけは、母と祖母が看護師をしているからです。家で二人が専門用語を使いながら医療の話をしたり、家族が病気になった時に戸惑うことなくテキパキ看護を行う姿を見て、私も母や祖母のようになりたいと思いました。そこで、中学・高校時代に病院の看護体験に何度か参加しました。看護師の仕事は身体のケアだけでなく、心のケアも重要だということに気づくことができました。

私が上天草看護専門学校に入学することを決めたのは中学2年生の頃でした。看護体験先の看護師さんや母の勧めがあり、本校についていろいろ調べていく中で看護師として、人としての豊かな人間性を学び身に付けることができると知り、本校を受験することを決めました。高校入学後も進学課外を受け頑張り、無事に入学が決まった時の達成感は一瞬忘れません。

先日、入学式を終えましたが、これから看護に関して専門的な知識や技術を学べることをとても楽しみにしています。将来は救急病棟で仕事をしたいと思っています。患者さまの一刻を争う危険に携わり、一番近くで命を救えるからです。また常に最新の医療技術を学ぶことにとっても魅力を感じます。私は、看護師としての質の高い医療技術を身につけ、患者さまやその家族の心も支えていきたいです。高校時代から心理学にとっても興味があり、本校でも授業のなかだけでなく、個人的にも心理学を学んでいきたいと思っています。

これから3年間で多くのことを学び看護師としての技術や知識、人としての人間性を身につけていきたいと思っています。

38期生1号 赤星恵利香



▲上天草看護専門学校入学式

# 市立病院 だより



## はじめまして

上天草市立上天草総合病院  
産婦人科部長 桑原 三郎



▲龍ヶ岳山頂から見た上天草総合病院

この度、4月1日より上天草総合病院に勤務となりました「桑原三郎(くわはらさぶろう)」と申します。出身は八代市で、大分医科大学を卒業後、熊本・鹿児島県内の病院を勤務して参りました。もともと天草との関係は深く、父は新和、妻は牛深の出身です。現在は運休していますが、松島フェリーに幼少期はよく乗っていました。

膀胱脱や尿もれなど女性特有の疾患  
一人で悩まず、気軽にご相談ください

この相談にも力を入れていきます。症状が改善することで、生活が快適になり、気持ちも楽になります。膣からピンポン玉のようなものが垂れ下がったり、踏ん張った拍子に何かが膣の外に出てくる場合は膀胱脱や子宮脱の可能性があります。これらの症状は一般的に午前中よりも活動した午後によくみられます。放っておくと排尿困難や慢性の膀胱炎になることもあるので、一度診察にお越しください。また、便秘の原因にもなる直腸瘤は、当院の修復手術では子宮を摘出することなく、脱出した臓器をポリプロピレンメッシュという素材をハンモックのように使い引き上げます。(メッシュ手術)膣からの手術でお腹に傷はつきません。従来から行われていた手術も可能です。膣から子宮を摘出し、膣と膀胱を支えている筋膜を縫縮、最後に直腸と膣を支えている筋肉(肛門挙筋)を補強する手術です。子宮を摘出するために子宮を支えている靭帯、筋膜を補強しやすいといった利点があります。当然、膣壁以外には傷が残らないため、美容上もすぐれています。いずれの手術も、術後は10日間退院となります。保険適応とな

り約22万円ほどの負担になります。そのほか、尿もれの治療にも力をいれています。妊娠や出産、加齢などが原因とされ、女性の約半数が悩みを抱えているといわれています。患者さまの症状によって、投薬や体操などの治療および手術を行っています。一人で悩まず、まずはご相談ください。地域の皆さまのお役に少しでも立てればと存じますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。何かございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。



情報  
あ★ら★か★る★と★こ★ー★な★

七夕かざりを作ってお祝いごとをしよう!

もう少しで七夕の季節になります。きれいな天の川が見えるといいですね。そんな七夕に向けて、市内の4つの図書館ではささ竹を飾ります。皆さまの願い事を短冊に書いたり、素敵な飾りを作ってみませんか。

- 期間 6月21日(土)から7月6日(日)まで  
※森記念図書館では期間内の土・日曜日に飾りつけコーナーを出します。  
※龍ヶ岳図書館ではお願いごとの短冊のみ受け付けます。
- 時間 午前10時から午後5時まで  
※中央図書館は午後6時まで(土・日曜日は午後5時まで)

短冊やペンなどは用意しています。お気軽に来てください!



おはなし会のお知らせ♪

- 図書館おはなし会 (30分~1時間)
- 【中央】7月12日(土) 午後2時から (アロマ視聴覚室)
- 【大矢野】6月21日(土) 午後2時から (大矢野森記念図書館2階)
- 【大矢野】7月12日(土) 午後2時から (大矢野森記念図書館2階)
- 【姫戸】7月12日(土) 午前10時から(姫戸図書館)
- 【龍ヶ岳】6月21日(土) 午後2時から (龍ヶ岳図書館)
- 【龍ヶ岳】7月19日(土) 午後2時から (龍ヶ岳図書館)
- 【対象】 幼児~小学校低学年
- ※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。

- 赤ちゃんおはなし会 (約20分)
- 【日時】7月3日(木) 午前10時30分~
- 【場所】アロマ視聴覚室

ほん  
— 今月の本 —  
テーマはコレっ!  
6月のテーマ「おとうさん・おじいちゃんはやっぱりすごい!」  
7月のテーマ「海は広いな大きいな!」

Books  
図書館だより

- 中央図書館 ☎0969 (56) 0777【アロマ呼出】  
・開館時間 午前10時~午後6時(土・日・祝日:~午後5時)
- 大矢野森記念図書館 ☎0964 (56) 3363【図書館直通】  
・開館時間 午前10時~午後6時(土・日・祝日:~午後5時)
- 姫戸図書館 ☎0969 (58) 2111【姫戸統括支所呼出】  
・開館時間 午前10時~午後5時(土・日・祝日:同)
- 龍ヶ岳図書館 ☎0969 (62) 0930【図書館直通】  
・開館時間 午前10時~午後5時(土・日・祝日:同)

- 【全館共通】
- 休館日 6月16日、23日、30日  
7月1日、7日、14日、22日、28日、31日  
※全館ともに、毎月最後の日が「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。

図書館の寄贈について

8人にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

移動図書館巡回日



- 6月...18日(姫戸)、25日(龍ヶ岳)
- 7月...2日(大矢野)、9日(松島)
- ※雨天の場合は翌日に延期します。ご利用をお待ちしています。詳しい場所・時間や雨天の場合はお問い合わせください。

【問合せ先】 社会教育課生涯学習係 ☎0969 (28) 3361

「E-Friends」サマーキャンプ参加者募集!

上天草市英語村「E-Friends (イーフレンドズ)」では、次のとおりサマーキャンプを開催します。

キャンプでは、県内からたくさんの外国人の先生が集まります。みんなで一緒に過ごし、クラフト作りやトレジャーハンティング(宝探し)などの楽しい活動を通して、異文化に触れてみましょう!  
皆さまのご参加をお待ちしています。

- 申込期間 7月1日(火)~22日(火)
- キャンセル キャンセルの場合は7月31日(木)までにご連絡ください。



- 期日 8月7日(木)~9日(土) 2泊3日
- 場所 白嶽森林公園キャンプ場(現地集合・現地解散)
- 対象者 小学生(市内在住の児童)
- 定員 24人(定員になり次第、締め切り)
- 参加料 8000円(宿泊代、食事代、教材費など)
- 申込方法 住所、氏名、年齢、学校名を、電話もしくはウェブサイトからお申し込みください。後日、関係書類を送付いたします。

■問合せ先 イーフレンドズオフィス(社会教育課内) ☎0969 (28) 3361  
WEB <http://www.efriendseigomura.com/>

「夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会」を開催します

毎年7月20日から8月31日までの43日間、全国43会場において体操会を、夏休みの期間中の青少年および市民の皆さまの健康づくりに役立てるため、かんぼ生命、NHKおよびNPO法人全国ラジオ体操連盟が共同で開催しております。

この度、当市におきまして開催決定となり、以下のとおり開催しますので市民の皆さまのご参加をお願いします。

- 日時 7月27日(日) 午前6時~午前6時40分
- 場所 松島総合運動公園陸上競技場(晴天時)  
松島総合センター「アロマ」(雨天時)



■問合せ先 社会教育課スポーツ推進係 ☎0969 (28) 3380

「E-Friends」サマーキャンプ日本人リーダー募集!

上天草市英語村「E-Friends (イーフレンドズ)」では、外国の文化や考え方に触れることにより豊かな国際感覚を養うことを目的として小学生を対象としたサマーキャンプを開催します。

このたびキャンプ参加児童の生活指導などを行っていただく日本人リーダーを募集します。

- 期日 8月7日(木)~9日(土) 2泊3日
- 場所 白嶽森林公園キャンプ場
- 対象者 18歳(高校生およびキャンプ参加児童のご家族は不可)以上
- 定員 8人
- 業務内容 参加児童の生活全般および外国人講師のサポート  
※英語が話せなくても問題ありません。
- 謝礼金 1万1250円
- 申込方法 電話にてお申し込みください(詳しい内容についてはお問い合わせ下さい)
- 申込・問合せ先 社会教育課内「イーフレンドズオフィス」  
☎0969 (28) 3361

## 防災意識の高揚を！

### 「第6回上天草市消防操法大会」を開催

去る6月1日に、2年に一度の「上天草市消防操法大会」を松島庁舎駐車場にて開催しました。大会に出場した消防団員の皆さまは、早いところでは3月から仕事終了後の訓練に取り組まれてこられました。また、出場していない消防団員の皆さまにも、訓練の手伝いにご協力いただきました。まずもって、市の消防団員の皆さまには心から感謝申し上げます。優勝されたのは、



第15分団員です。おめでとうございます。第15分団は旧姫戸町の消防団ですが、旧姫戸町内の消防団は、市操法大会において、全6回のうち4回優勝し、出初式での放水競技や通常点検の成績も毎年上位に入賞されていることは、市内消防団員の皆さまが承知のことと思います。旧姫戸町は、旧町内に消防署がないことと、「47災害」と呼ばれる昭和47年7月の豪雨災害の被災地でもあり、上天草市内でも特に防災意識の高さが顕著な地域です。

このような背景から、団員の団結力の向上や人材の育成などの不断の取り組みに力注がれており、その成果が本大会における素晴らしい成績にも繋がっているものと思えます。旧姫戸町は、旧町内に消防署がないことと、「47災害」と呼ばれる昭和47年7月の豪雨災害の被災地でもあり、上天草市内でも特に防災意識の高さが顕著な地域です。このような背景から、団員の団結力の向上や人材の育成などの不断の取り組みに力注がれており、その成果が本大会における素晴らしい成績にも繋がっているものと思えます。

今後も、市消防団の模範となることを期待しています。これから、台風シーズンの到来を間近に控えます。幸い平成19年以降、台風の九州上陸はありませんが、「備えあれば患いなし」という言葉もあります。何事もない時にこそ、万全の準備が必要だと思います。市消防団員の皆さまには、地域防災の要（かなめ）として、引き続きご尽力いただきますようお願いいたします。

上天草市長

川端祐樹

## がんばる 上天草高校生!



▲まずは1点!勝利を目指し頑張ります

### サッカー部、チームテーマは「克」

まだ強い日差しが残る放課後のグラウンドに、部員らが懸命にボールを追う姿がありました。上天草高校サッカー部はマネジャー4人を含め部員は18人。この日も試合に向けて、実戦さながらの練習に汗を流していました。サッカーは初心者でも楽しめるスポーツですが、勝つためには個人の力とともにチームワーク、そして、悪い試合展開になっても負けない精神力が必要。部活動では、サッカーを通して人間の力の育成を目指しています。

「克(かつ)」というテーマは顧問の松岡剛先生が提案、そのテーマをどう実現するかは部員全員で話し合い「自分

の弱い所と向き合うこと」「チームメイトと励まし合い自分には負けないこと」などと決めました。主将の黒木啓輔さん(情報会計科3年)は「部員全員が学校生活でリーダーシップを発揮できるように取り組んでいきたい。目標を高くもって頑張ります」と静かな物腰で「克」への思いを語ってくれました。練習の終わりには、決まって部員同士が握手をします。これは、もともとシエイクハインドセレモニーと言われる試合前に対戦相手や審判にフェアプレーを誓う儀式にならったもの。部員同士の感謝と敬意を忘れずに、心を一つに頑張っています。



嶋田亜紀氏

ワーク所属兵庫県サイバーパトロールモニター) ○その他 ICTの活用方法などの紹介・体験ブースを設置します。

【申込方法】 申込みは不要です。お気軽にご来場ください。

【申込・問合せ先】 社会教育課生涯学習係 ☎0969 (28) 3361

## 平成25年度 職員表彰

上天草市職員等表彰規程により平成25年度の職員表彰が行なわれ、川端市長から表彰状が手渡されました。

この規程は、本市の職員または職員で構成する組織などで顕著な功績があり、他の職員の模範となる業績または善行があった者を表彰するもので、職員の勤務意欲を高揚し業務効率の向上を図ることを目的としています。

表彰を受けたのは、次の2人です。

観光おもてなし課 川端彰 参事

【表彰の種類】 善行賞

【表彰の事由】 平成26年1月7日の深夜、龍ヶ岳町の自宅近くの漁港で、釣りをしている海に転落した男性(熊本市)を救助。男性を自宅で入浴させ、軽食と着替えを与えて介抱した。就寝中に助けを求めると声に気づき、暗闇の漁港を必死に捜索し、早期に発見・救助することで一命をとりとめることができた。

【本人から一言】

たまたま助けを求めると声に気づき、助けることができてよかったです。



観光おもてなし課 西釜裕也 参事

【表彰の種類】 優秀賞

【表彰の事由】 「九州オルレ」の募集に当たり、他の自治体よりいち早く着目し、関係団体や地域住民と協力し、コースの選定やコースづくりを行い、「天草・維和島コース」、「天草・松島コース」の認定に尽力。1つの自治体に2つのコースがあるのは、本市のみであり、国内外に認知度向上を図り、市の観光振興に多大な貢献があった。

【本人から一言】

今回の表彰を糧に、さらなる上天草市のPRに努め、日々の業務に励んでまいります。



## ～「上天草市青少年育成市民大会」「第64回社会を明るくする運動推進大会」を開催します～



地域全体が青少年の健全な育成に寄与するとともに、全ての人が人権尊重の理念に対する理解を深めることで、犯罪のない安全で心豊かに暮らせる社会を実現するために「上天草市青少年育成市民大会」、「第64回社会を明るくする運動推進大会」を開催します。

多くの市民の皆さまのご来場をお待ちしております。

【日時】 7月5日(土) 午前9時30分開会

【場所】 上天草市松島総合センター「アロマ」ホール

【記念講演】 ○演題 『インターネットに潜む危険』～その仕組みを知ることによって防げる被害～ ○内容 スマートフォンやインターネットの利用の現状と危険性を理解し、その利用において被害者や加害者にならないための対処法など ○講師 嶋田 亜紀氏(NIT情報技術推進ネット

# 売れる産品・加工商品の開発と

## 販路拡大の支援を行っています

### 6次産業化事業の概要

本市では、上天草市第2次総合計画において「農林水産物の生産・加工商品開発・販売を拡大する」を重点戦略に位置づけ、市場や観光ニーズを捉えた売れる産品・加工商品の開発と販路拡大の支援を行っています。

具体的には、「上天草市国際的6次産業化マスタープラン」に沿い、次の方針により支援します。

### 取組みの方針

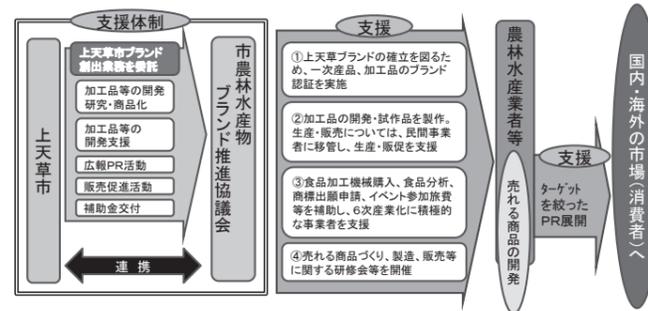
#### ◆6次産業化の支援

市産農林水産物を用いた加工品づくりと、その流通・販売に進出する6次産業化の取組みの支援。

#### ◆農商工連携の支援

農林水産業者と商工業者・観光業者などが連携を図ることに、双方の強みを活かした新商品・サービスの開発や販路開拓などを行う、農商工連携の支援。

上天草市農林水産物ブランド推進協議会との連携による支援



### 事業展開

この取組みを推進するために、市と市農林水産物ブランド推進協議会が連携・協力し、次の3つの事業を展開しています。

#### ①農林水産物ブランド認証事業

市内で生産された優れた産品を募集し、協議会で定める基準に沿って審査を行い「上天草ブランド」として認証し、HPなどを活用し市内外に情報発信しています。

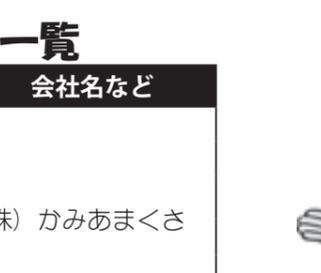
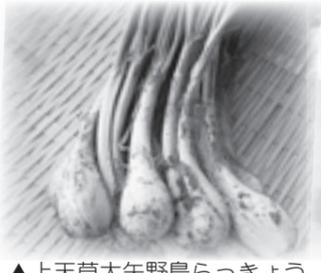
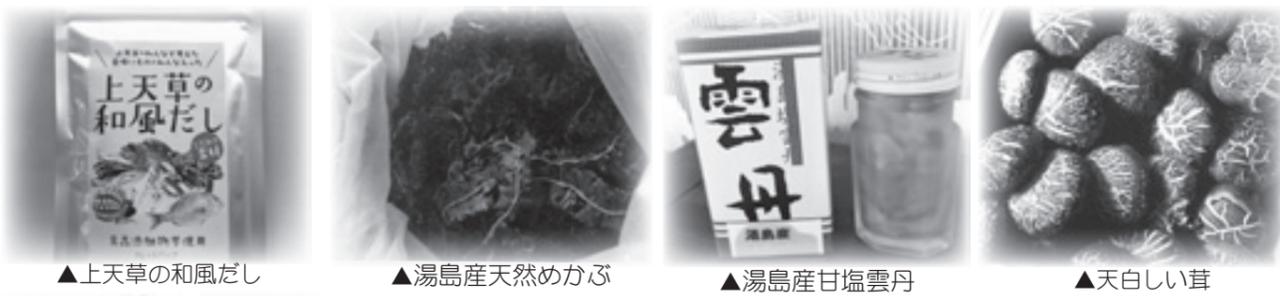
#### ②研究開発支援事業

加工開発研究センターを拠点に、上天草市ブランド創出に係る加工品などの開発支援・商品化に関することや、協議会が開発した商品の製造移譲に関することなどを進めています。

#### ③販売促進事業

販売促進に意欲的な事業者とともに、市が主催する催事や県内外で開催される展示会や商談会への出展、広報活動、情報交換に関することなどを進めています。

## 上天草ブランド認証商品を紹介します



### 第2回 上天草ブランド認証一覧

商品名	種別	会社名など
四郎魚〜ざ	加工品	(株) かみあまくさ
天草四郎たこ魚〜ざ	加工品	
こっぱもち	加工品	
湯島大根クリームスープ	加工品	
海風ドレッシング かんきつミックス	加工品	乙姫丸
海風ドレッシング 海藻いろいろ	加工品	
湯島産甘塩雲丹	加工品	満崎 優
湯島産天然わかめ	1次産品	
湯島産天然めかぶ	1次産品	
天白しい茸	1次産品	中原 薫育
上天草大矢野島らっきょう	1次産品	
上天草シーフードカレー	加工品	上天草市農林水産物ブランド推進協議会
天草大王ミネストローネ	加工品	
上天草の和風だし	加工品	



【問合せ先】  
産業雇用創出課 6次産業推進係  
☎ 0964 (26) 5532

### ～第3回～

## 上天草ブランド認証品の申請を募集します

市農林水産物ブランド推進協議会では、平成26年度のブランド認証品を募集します。上天草ブランド認証とは、「この人が生産したこの産品は、上天草市が自信を持ってご紹介します」と太鼓判を押し、商品の販売促進および上天草市ブランドの浸透を図ることを目的としています。この制度の概要は次のとおりです。

【対象商品】 市内で生産された良質な農林水産物とその加工品で、実際に販売されている商品。  
【対象者】 対象産品を製造または販売する市内在住者。

【募集期間】 7月1日(火)～10月31日(金)  
【申込方法】 認証基準、申請様式などは、マルチエ上天草または市ホームページからダウンロードの上、次の申込先へご持参またはFAXで申請してください。また、市産業雇用創出課でも配付していますのでお気軽にご相談ください。  
【その他】 申請多数の場合は、期間内であっても先行して審査・認証する場合があります。  
【申込・問合せ先】 市農林水産物ブランド推進協議会事務局(産業雇用創出課内)  
☎ 0964 (26) 5532  
FAX 0964 (56) 3200

## 環境保全型農業直接支援対策事業の募集について

農業分野において地球温暖化防止や生物多様性保全に効果の高い営農活動に取り組む農業者に対して、国、県および市が支援します。

■支援対象者 販売を目的として農業生産を行う農業者、集落営農組織（農業者グループ）で次の要件を満たす人。

- ①エコファーマー認定を受けていること。（特例措置あり）
- ②農業環境規範に基づく点検活動を行っていること。

■支援の対象となる農地 農業振興地域の農用地区域内の圃場

■支援の対象となる取組み

- ①農産物を化学肥料、化学合成農薬を5割低減して生産している圃場において行われる環境保全効果の高い次のいずれかの取組み。
  - ・カバークロープの作付け（緑肥等を作付けし、土壌に還元すること）
  - ・炭素貯留効果の高い堆肥の水質保全に資する施用（基準値以上の堆肥を施用すること）
- ②有機農業（化学肥料、農薬を使用しない生産）

■支援の水準 取組面積に応じて10アール当たり8000円。ただし、支援の対象となる取組みの①の堆肥の水質保全に資する施用のみ10アール当たり4400円。

※なお、取組面積は畦畔を除いた実際の作付面積で算定されます。同一圃場では延べ面積ではなく、1作分の作付面積で算定されます。

■必要な手続き

- ①6月30日（月）までに実施計画書の提出および交付申請を行い、承認を受けて、順次、検査を受けること。
- ②詳細は農林水産課までお問い合わせください。

■問合せ先 農林水産課農業振興係  
☎0964(26)5516



上天草の味を堪能！

## 地産地消 料理教室

～お盆の料理編～



毎年、地産地消をメインテーマとして、市民の皆さまにたいへんご好評いただいている料理教室を、今年度も全8回の計画で開催します。初回は、プロの技と味付けを学ぶ「お盆の料理編」と題し、次の日程で2回開催しますので、皆さま奮ってご参加ください。

### メニュー

○荒炊きのダシで食べる鯛ソーメン ○煮しめ ○ごま豆腐 ○季節の野菜のてんぷら  
講師：上天草市農林水産物ブランド推進協議会 浦上喜久治さん

- 日時 ①第1回 7月24日（木）午前10時開始（正午から試食予定）  
②第2回 7月25日（金）午前10時開始（正午から試食予定）
- 場所 上天草市農林水産物加工品開発研究センター（上天草物産館さんば～る裏）
- 参加費 各回500円（当日お支払いください。）
- 募集人数 各回15人（先着順）
- 申込方法 6月25日（水）午前9時から以下の電話番号にて受け付けます。（募集人数に達し次第締め切ります。）  
※姫戸、龍ヶ岳地区にお住まいの人で送迎が必要な場合は、申込時にご相談ください。
- 申込・問合せ先 農林水産課農業振興係 ☎0964(26)5516

## 上天草市農林水産物ブランド推進協議会からのお知らせ

### ～特産品製造者募集説明会のご案内～

市農林水産物ブランド推進協議会では、上天草市産農林水産物の利用促進と6次産業化を目指し、市の農林水産物を使用した商品開発を行っています。本協議会で開発した商品の製造販売をしていただける人を募集するため、説明会を開催します。ぜひご参加ください。



【日時】

6月30日（月）午後3時～

【場所】

市役所大矢野庁舎 書庫棟2階会議室

【対象者】

上天草市に住所を置き、製造する商品に必要な営業許可を持っている人または取得を予定している人

【申込締切】

6月27日（金）まで

【申込方法】

説明会への参加を希望される人は、産業雇用創出課まで事前にお問い合わせください。

【内容】

開発商品についての説明および試食

○主な開発商品例

- ・上天草の和風だし
- ・天草大王ミネストローネ
- ・上天草近海でとれた魚の一夜干し
- ・柑橘ミュージリーショコラ（チョコレート菓子）
- ・晩柑キャトルキヤール（パウンドケーキ）など

【申込・問合せ先】

産業雇用創出課 6次産業推進係

☎0964(26)5532

FAX0964(56)3200

### ～事業推進部会会員を募集します～

市農林水産物ブランド推進協議会では、事業推進部会を設置し、主に市の特産物や加工品の販売促進に力を入れています。今後、さらなる販路開拓や商品開発に向けて、次のとおり会員の募集を行います。

会員には、いろいろな催事や商談会のご案内をお知らせします。また、飲食店などから食材の問合せがあった場合は速やかにメールやFAXで情報をご提供します。

ご興味のある農林水産業者や加工品事業者の皆さまのご応募をお待ちしています。



【募集期間】

6月27日（金）まで

【応募資格】

- 市で農林水産業を営み、直接販売が可能な生産者
- 市の特産物を使った加工品の生産者
- 市の特産物の販売促進に携わる団体・組合・企業

【応募方法】

指定の申請書にご記入いただき、市農林水産物加工品開発研究センター（上天草物産館さんば～る裏）に提出をお願いします。ご持参またはFAXでの提出も可能です。

※申請書は上天草市農林水産物加工品開発研究センターに設置しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

【申込先】

市農林水産物ブランド推進協議会事務局

☎0964(56)6100

FAX0964(56)3200

【問合せ先】

産業雇用創出課 6次産業推進係

☎0964(26)5532



## 上天草市の魅力再発見!

### ～新たな観光素材を考える座談会メンバー募集～

市では、身近な生活や地域の文化・風習などで観光資源となり得るような素材を発掘し、商品化を目指すための住民参加型座談会のメンバーを募集します。市内在住の20歳以上の人で観光や旅行に興味がある人であれば誰でも応募できます。

あなたも旅行が好きな仲間と一緒に上天草の観光について語り合ってみませんか。

#### 【開催日程】(予定)

- 第1回 7月中旬
- 第2回 8月中旬
- 第3回 9月中旬
- 第4回 3月下旬

#### 【開催時間】 午後7時～午後8時30分

#### 【開催場所】 松島観光海運会館(松島町合津)

#### 【テーマ】 新たな観光資源を考える内容(詳細は、座談会前に通知)

#### 【成果目標】

- ①地域が気づいていない、すばらしい生活・文化などについて再度洗い出しを行い、観光資源としての可能性を探る。
- ②それらの潜在能力や受入れ態勢構築のための手法などについて意見交換を行う。
- ③実現可能な素材と位置付けられたものについては、福岡都市圏をターゲットに、ラジオを活用したプロモーションの素材として反映させる。
- ④その後、観光資源を活用したモニターツアーの素材選定を行い、それらを盛り込んだモニターツアーを造成する。

#### 【費用弁償】 本座談会への参加に対する交通費や費用弁償などの支払いはありません。

#### 【申込方法】 「新たな観光資源の発掘と磨き上げ座談会参加申込書」を観光おもてなし課まで提出(メールまたはファックス可)してください。

※申込書は、観光おもてなし課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

#### 【募集定員】 8人

※応募多数の場合は抽選となります。

#### 【申込締切】 6月27日(金) 必着

#### 【申込・問合せ先】 観光おもてなし課観光振興係

☎ 0964 (26) 5512

FAX 0964 (56) 5107

メールアドレス kankou@city.kamiamakusa.lg.jp



## 「あまくさ風景街道」が日本風景街道に登録されました



課観光振興係  
☎ 0964 (26) 5512

日本風景街道九州ルート13番目のルートとして「あまくさ風景街道」が登録され、5月19日、天草市で登録証の交付式が行われました。

これは、天草2市1町の「自然」「歴史」「食・産物」などを活用しながら、美しい景観を維持し、地域活性化を図ることを目的に、あまくさ風景街道協議会(横島龍一会長)が登録を申請。

ルートは、大矢野町(1号橋)から天草市有明を通り荅北町富岡、天草西海岸を通る全長14.2km。今後、風景街道登録を活用し2市1町が連携しながら、ルート沿線の景観維持などを通じ、地域活性化に取り組みいきます。

## 市主催のイベントに参加してPRしませんか?

本市では、天草五橋祭(9月)や山ガールサミット(11月)、上天草トレッキングフェスティバル(2月)など、年間を通じてさまざまなイベントを開催しています。今回は、これらイベントのオープニングなどに出演を希望する団体を募集します。



#### 【応募条件】

上天草市内を拠点に活動している団体(個人)であること。

※出演団体(個人)とは、太鼓保存会や棒踊りなどの伝承芸能、よさこいやダンスグループ、各種音楽の演奏団体(個人)などをいいます。

※出演は無償で、交通費や設備費など出演に係る経費は、自己負担となります。

#### 【応募期間】

7月15日(火)まで

#### 【注意事項】

○出演希望者リストに登録するものであり、出演が確定するものではありません。

○出演に必要な設備は、各種イベントの主催者が準備するもの以外は、各自で準備してください。

○出演時間は、概ね1団体あたり5分から20分以内です。

#### 【申込方法】

「イベント出演団体(個人)概要書」を作成し、観光おもてなし課まで提出(メールまたはファックス可)してください。

※概要書は、観光おもてなし課、市民窓口課、姫戸・龍ヶ岳各統括支所で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

#### 【申込・問合せ先】

観光おもてなし課観光振興係

☎ 0964 (26) 5512

FAX 0964 (56) 5107

メールアドレス kankou@city.kamiamakusa.lg.jp

## 「上天草市ふるさと観光大使」を募集しています

市の自然、歴史、文化、行事、特産品、観光地、観光資源などを広く宣伝し、市の知名度を高めることにより、イメージアップと観光振興を図る「上天草市ふるさと観光大使」を次のとおり募集しています。

#### 【主な活動】

○五橋祭や天草パールラインマラソンなどの市内イベントでの司会進行やおもてなし。

○テレビ、ラジオなどに出演し上天草市のPR活動。

○SNSを活用した市内イベント紹介やプロモーション。

#### 【募集人数】 2人

#### 【任期】 任命を受けた日から2年間

#### 【待遇】

○上天草市の特別職の非常勤職員となります。

○ユニフォームを無料貸与します。

○報酬(月額5000円)と旅費などは市の規定により支給します。

#### 【応募資格】

○市内に在住もしくは、市内に勤務または通学する18歳以上(平成26年4月1日現在)の人。ただし、高校生を除きます。

○大使の職務を支障なく遂行できる人。

※基本的に土、日、祝日の活動が可能な人。また、宿泊を伴う出張が可能で年間20回程度の活動に

参加できる人。

○市議会の議員でない人。

#### 【募集期間】 7月15日(火)まで

#### 【第1次選考会】 選考方法は書類審査。

#### 【最終選考会】 第1次選考会合格者の希望日時を優先して決めます。

※場所は、市役所大矢野庁舎とし、選考方法は面接によります。また、選考会でパフォーマンスなどを行うことも可能です。

#### 【応募方法】

○提出物 上天草市ふるさと観光大使応募用紙

※応募用紙は、観光おもてなし課にて配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

○提出方法 郵送または持参

#### 【申込・問合せ先】

観光おもてなし課観光振興係

☎ 0964 (26) 5512



# ～上天草市いじめを許さない 学校・学級づくりキャンペーン～

県では、6月を「心のきずなを深める月間～いじめを許さない学校・学級を目指して～」と定め、いじめの未然防止に重点を置いた総合的な対策を推進しています。  
市教育委員会においても、学校、家庭、地域、関係機関や団体がさらなる連携の強化を図り、市全体が一体となっていじめを許さない学校・学級づくりをめざし、キャンペーン活動を実施いたします。

いじめ防止対策推進法（国）

熊本県いじめ防止基本方針（県）

上天草市いじめ防止基本方針案※（市）

学校いじめ防止基本方針（各小中学校）

第183回国会（常会）において「いじめ防止対策推進法」が成立し、平成25年6月28日に公布され、同年9月28日に施行されました。  
これに基づき、県、市および各学校で方針などが策定されています。（※市の方針は現在準備中）

## 【月間名】

「心のきずなを深める月間～いじめを許さない学校・学級を目指して～」

## 【実施期間】

6月30日（月）まで

## 【実施主体】

上天草市教育委員会

## 【実施協力団体】

市小・中学校校長会、市小・中学校教頭会、市PTA連合会、上天草警察署、市区長連合会ほか

## 【主な内容】（予定）

- 心のきずなを深めるためのポスター、標語募集および作品掲示
- いじめに関する実態調査
- 電話相談室の開催
- 心のきずなを深める月間の防災無線による放送など

## 【問合せ先】

学務課指導係  
☎ 0969 (28) 3365



## 公文書開示請求に対する決定などの状況を公表します

平成17年に施行された上天草市情報公開条例に基づき、市民の知る権利を尊重し、行政のもつ公文書を積極的に公開しています。  
平成24年度および25年度の開示請求状況について、次のとおりお知らせします。

### 【平成24年度】

区分	請求に対する決定件数	請求に対する決定の内容					
		全部開示	部分開示	不開示	不存在	取下げ	処理中
開示請求	14	11	3	0	0	0	0

### 【平成25年度】

区分	請求に対する決定件数	請求に対する決定の内容					
		全部開示	部分開示	不開示	不存在	取下げ	処理中
開示請求	34	21	6	4	3	0	0

【問合せ先】 総務課総括係 ☎ 0964 (26) 5526

# あなたは

# 眠れていきますか？



睡眠には身体的な疲労を回復し、ストレスを解消する働きがあります。十分な睡眠をとることは、健康維持の基本となります。質の良い眠りを得るためには、食事や運動など日中の過ごし方が大きくかわってきます。

不眠からこころの病気になるらないために、まずは自分自身の生活習慣を見直してみよう。

## 【睡眠とこころの関係】

「なかなか寝付けなく」「朝早くに目が覚める」「熟睡感がない」・・・など睡眠につ

いての気になる症状はありませんか？

睡眠障害は、うつ病の最も代表的な症状といわれます。自覚がなくても、医師が診断すると、うつ病患者さんの8割以上が何らかの睡眠障害を抱えているといわれます。不眠の症状が多くみられますが、過眠の症状が現れることもあります。

また、長期にわたる不眠が、うつ病発症の原因になることもあります。不眠とうつ病は密接な関係にありますので、「眠り」の悩みは軽視できません。

## あなたやご家族の睡眠状態をチェックしてみよう

- ☑ 「眠り」のトラブルはありませんか？
- ☑ なかなか寝付けられない
- ☑ 夜中に何度も目が覚めて眠った気がしない
- ☑ 十分眠っているのに日中、強い眠気に襲われる
- ☑ 早朝あるいは夜中に目が覚めてしまい、そのまま眠れない
- ☑ 寝覚めが悪い
- ☑ 十分眠ったはずなのに疲労感が残っている

このような症状が2週間以上続いているとしたら、うつ病などのこころの病気を疑ってみる必要があります。かかりつけ医や専門機関に相談しましょう。

## 【睡眠障害対処12の指針】

- ① 睡眠時間は人それぞれ、日中の眠気で困らなければ十分
- ② 刺激物を避け、寝る前には自分なりのリラックスマethod
- ③ 眠たくなってから床に就く、就床時刻にこだわりすぎない
- ④ 同じ時刻に毎日起床
- ⑤ 光の利用で良い睡眠
- ⑥ 規則正しい3度の食事、規則的な運動習慣
- ⑦ 昼寝をするなら、午後3時前の20～30分
- ⑧ 眠りが浅い時は、むしろ積極的に遅寝・早起きに
- ⑨ 睡眠中の激しいイビキ・呼吸停止や足のびくつき・むずむず感は要注意
- ⑩ 十分眠っても日中の眠気が強い時は専門医に
- ⑪ 睡眠薬代わりの寝酒は不眠のもと
- ⑫ 睡眠薬は医師の指示で正しく使えば安全

気になる様子が見られたら、「眠れている？」という声掛けからはじめてみましょう。

【出前講座のご案内】  
職場におけるメンタルヘルスの出前講座を実施しています。うつ・アルコール・不眠をキーワードに、職場の仲間と一緒にストレスへの対処法を学び、自分自身を振り返ってみませんか。  
メンタルヘルスの出前講座を希望される事業所は、福祉課障がい福祉係までご連絡ください。

【問合せ先】  
福祉課障がい福祉係  
☎ 0969 (28) 3373



### 税のひろば

6月の納税  
☎ 税務課

- ▼市県民税 第1期
- ▼国民健康保険税 第1期
- ▼納期限 6月30日(月)
- ▼口座振替日 6月25日(水)
- ▼問合せ先 税務課市民税係  
☎ 0964 (26) 5519

取書」とは、金銭または有価証券を受領した人が、その受領事実を証明するために作成し、相手方に交付する証拠証書をいいます。  
このため、領収証、領収書、受取書やレシートはもろろんのこと、金銭または有価証券の受領事実を証明するために請求書や納品書などに「代済」、「了」などと記入したもので、「お買上票」などと称するもので、その作成の目的が金銭または有価証券の受領事実を証明するために作成するものであるときは、「金銭または有価証券の受取書」に該当します。

これまで、「金銭または有価証券の受取書」については、記載された受取金額が3万円未満のものが非課税とされてきましたが、平成26年4月1日以降に作成されたものは、受取金額が5万円未満のものについて非課税とされることとなりました。  
「金銭または有価証券の受

詳しくは国税庁ホームページ (www.nta.go.jp) をご覧ください。  
▼問合せ先 天草税務署  
☎ 0969 (22) 2510



### 相談・申請

行政相談を実施します  
☎ 総務課

- 行政に関する苦情、要望および意見などがありましたら、お気軽にご利用ください。
- ▼開設日 7月3日(木)
- 松島 午後1時～午後4時・松島庁舎1階相談室
- ▼開設日 7月10日(木)
- 大矢野 午後1時～午後4時・大矢野老人福祉センター
- ▼問合せ先 総務課総括係  
☎ 0964 (26) 5526

### 年金相談を実施します

- 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 7月18日(金) 午前10時30分～午後3時30分
- ▼場所 大矢野庁舎書庫棟2

### 消費全般に関する相談を受け付けます

- 契約上のさまざまなトラブルや悪質商法などによる被害、多重債務(借金問題)でお悩みの人のご相談など、消費全般に関するご相談に対して専門の相談員が問題解決に向けてお手伝いしています。おかしな、困ったなど思ったときは一人で悩まず消費生活センターにご相談ください。
- ▼市消費生活センター  
契約上のさまざまなトラブルや悪質商法などによる被害、多重債務(借金問題)でお悩みの人のご相談など、消費全般に関するご相談に対して専門の相談員が問題解決に向けてお手伝いしています。おかしな、困ったなど思ったときは一人で悩まず消費生活センターにご相談ください。
- 姫戸地区  
・場所 市役所姫戸統括支所1階相談室
- ・開設日 毎月第1、第3木曜日
- ・時間 午前9時～正午
- 龍ヶ岳地区  
・場所 市役所龍ヶ岳統括支所1階相談室
- ・開設日 毎月第1、第3木曜日
- ・時間 午後1時～午後4時

▼問合せ先・相談電話番号  
市消費生活センター  
☎ 0964 (56) 0783

相談員が対応いたします。各相談員の業務については次のとおりです。  
☎ 家庭児童相談員  
相談内容 養育相談、身体や知的な面での発達相談、虐待やしつけ相談、家出や非行、不登校や引きこもりなど

- ▼期日 7月16日(水)
- ▼場所 天草中央保健福祉センター
- ▼受付時間 正午～午後2時
- ▼申込期限 7月4日(金)
- ▼相談内容  
○補装具に関する相談、判定(肢体不自由関係)  
○障がい福祉サービス利用に関する相談
- ▼申込・問合せ先 福祉課障がい福祉係  
☎ 0969 (28) 3373

### 市福祉事務所からのお知らせ

☎ 福祉課

市福祉事務所には、家庭における適正な児童養育や家庭児童福祉の向上を図るための相談・援助を行う家庭児童相談員と、女性のいろいろな悩みを一緒に考えながら解決の糸口を見つける婦人相談員・母子自立支援員を設置しています。

家庭での子育てに関する不安や夫婦間の問題などに各相

### 児童手当の現況届をお忘れなく!

児童手当は、保護者が子育てについての第一義的責任を果たすという基本的認識の下に、児童を養育している人へ手当を支給することで、家庭などにおける生活の安定に寄与するとともに、次代の社会を担う児童の健やかな成長に役立てることを目的に支給されます。

#### 【支給対象】

中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童を養育している人

#### 【支給額】

児童の年齢	児童手当の額(1人あたり月額)
3歳未満	一律1万5000円
3歳以上小学校修了前	1万円(第3子以降は1万5000円)
中学生	一律1万円
所得制限限度額以上の人	一律5000円

#### 【所得制限限度額】

扶養親族等の数	所得制限限度額	収入額の目安
0人	662万円	833万3000円
1人	660万円	875万6000円
2人	698万円	917万8000円
3人	736万円	960万円
4人	774万円	1002万1000円
5人	812万円	1042万1000円

#### 【現況届】

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受給できる要件を満たしているか確認するために行います。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられませんのでご注意ください。

現況届の提出依頼を全受給者に対し、送付していますのでご確認の上、提出をお願いします。

- 現況届に必要な書類
  - ・健康保険証の写し ※社会保険に加入している人
  - ・児童手当所得証明書 ※平成26年1月1日現在、上天草市に住所を有していない人が必要です。
  - ・請求者名義の金融機関の通帳の写し ※現在の登録内容を変更する場合に必要です。
  - ・養育する児童の世帯全員分の住民票 ※養育する児童が市外にいる場合に必要です。
- 提出期限 6月30日(月)
- 提出先 大矢野窓口センター(大矢野庁舎)、市民窓口課および福祉課(松島庁舎)、姫戸・龍ヶ岳各統括支所、各出張所

▼問合せ先 福祉課子育て支援係 ☎ 0969 (28) 3351

#### 問合せ先

- ☐上天草市消費生活センター  
市役所大矢野庁舎1階  
☎ 0964 (56) 0783
- ☐上天草市ふるさとハローワーク  
市役所大矢野庁舎1階  
☎ 0964 (57) 4510
- ☐上天草市農林水産物加工品開発研究センター  
〒869-3603  
上天草市大矢野町中11582-24  
☎ 0964 (56) 6100
- ☐松島地区清掃センター  
〒861-6105  
上天草市松島町教良木236-264  
☎ 0969 (57) 0161

### 児童相談所からのお知らせ

☎福祉課

県中央児童相談所は、天草地域における児童福祉の向上を図ることを目的に児童および保護者などに対する相談援助活動を行います。

児童に関する専門チーム（児童福祉司・児童心理司・小児科医または精神科医）が相談にあたります。

▼相談内容 児童や保護者などの相談対応（養育相談、身体や知的な面での発達相談、虐待やしつけ相談、家出や非行、不登校や引きこもりなど）

▼相談日【申込締切日】

- 【平成26年】
- 6月25日（水）【18日（水）】
- 7月23日（水）【16日（水）】
- 8月27日（水）【20日（水）】
- 9月24日（水）【17日（水）】
- 10月22日（水）【15日（水）】
- 11月26日（水）【19日（水）】
- 12月24日（水）【17日（水）】
- 【平成27年】
- 1月21日（水）【14日（水）】
- 2月25日（水）【18日（水）】
- 3月18日（水）【11日（水）】

▼場所

- 県天草地域振興局（天草市）
- 天草市役所（天草市）

です。

該当されるご夫婦は、各区長または市役所の各窓口までお申し込みください。

▼申込先 大矢野窓口センター、高齢者ふれあい課（松島庁舎）、姫戸・龍ヶ岳各統括支所および各出張所まで

▼主催 熊本日日新聞社

▼後援 熊本県、熊本県市長会、熊本県町村会

※該当されるご夫婦は、熊本日日新聞社からの表彰があり、熊本日日新聞および市広報に掲載されますので、ご了承の上、お申込みください。

▼問合せ先 高齢者ふれあい課管理係

☎0969（28）3360

### 甲種防火管理新規講習会が開催されます

平成26年度甲種防火管理新規講習会が次のとおり開催されます。

▼日時 8月21日（木）午前9時～午後4時、22日（金）午前9時30分～午後3時40分

▼場所 天草広域連合消防本部3階大会議室（天草市）



### 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間が実施されます

学校におけるいじめや家庭内における児童虐待など、子どもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図る取組みを強化するため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間が実施されます。

- いじめ、暴力、虐待、体罰など子どもをめぐるさまざまな人権問題についてご相談ください。人権擁護委員・法務局職員が相談に応じ、相談内容についての秘密は固く守られます。
- ▼期間 6月23日（月）～29日（日）
- ▼時間 平日 午前8時30分～午後7時

▼受講料 3800円

※受付期間終了後に受講者へ納付書を郵送しますので、7月25日（金）までに金融機関で納入して下さい。

▼定員 120人

▼申込書 最寄りの消防署に用意してあります。また、天草広域連合ホームページからもダウンロードできます。

▼受付期間 7月1日（火）～8日（火）

※ただし、定員に達した時は締め切ります。

▼問合せ先

- 消防本部予防課予防係 ☎0969（22）3305
- 大矢野分署 ☎0964（56）1048
- 松島分署 ☎0969（56）1131
- 東天草分署 ☎0969（62）0142

### 放送大学10月生募集のお知らせ

放送大学では平成26年度第2学期（10月入学）の学生を募集中です。放送大学はテレビなどの放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・

○土日 午前10時～午後5時

▼専用相談電話 ☎0120（007）110

▼問合せ先 熊本地方方法務局人権擁護課

☎096（364）2192

※熊本地方方法務局では、強化週間以外でも月～金曜日の午前8時30分から午後5時15分まで同じ専用相談電話で相談に応じています。

### ものづくり人材の育成や確保のご相談をお受けします

県では、「産業人材強化支援センター」を設置し、コーディネーターがものづくりに係る人材育成のさまざまな相談をお受けしています。

- ▼主な活動
- 企業の要望に応じた社員研修やセミナーを紹介
- 社員や生徒、学生に見せた専門的な現場や他企業の工場見学などの紹介
- ご相談窓口、Uターン情報窓口を仲介
- 企業が主に自社内で実施する計画的な技術指導・教育訓練に対し、外部講師を派遣するなど人材育成を支援
- ▼問合せ先 県産業人材強化支援センター ☎096（289）2438

### 養鶏農家など被害を受けられた人へ

県では、高病原性鳥インフルエンザの発生により被害を受けられた人に対し、納税の猶予制度（原則1年以内）を設けています。

- 高病原性鳥インフルエンザの発生により飼養する鶏などが殺処分された人
- 高病原性鳥インフルエンザの発生による移動制限・搬出制限区域の設定に伴って飼養する鶏などを移動または搬出することができなかった人
- 鶏などを出荷できないなど、損失が著しい人
- その他、県税に関して不明な点があればお問い合わせください。

▼問合せ先 天草広域本部税務課 ☎0969（22）4370

### 鳥インフルエンザ発生に伴う中小企業者向け相談窓口を設置しました

球磨郡多良木町において高病原性鳥インフルエンザが発生したことに伴い、中小企業者からの相談に対応するため、商工関係団体に相談窓口

を設置しました。

なお、県の融資制度（金融円滑化特別資金・鳥インフルエンザ関連）の活用ができますので、詳しくは相談窓口にお尋ねください。

▼相談窓口 熊本県商工会連合会、各商工会、各商工会議所、熊本県中小企業団体中央会、熊本県信用保証協会

▼相談内容

- 鳥インフルエンザの経営活動への影響に関する相談
- 県融資制度の利用など、金融に関する相談
- ▼問合せ先 県商工振興金融課
- 窓口設置に関すること ☎096（333）2316
- 県融資制度に関すること ☎096（333）2314

### イベント・募集

#### 第56回金婚夫婦表彰に該当する夫婦を募集

☎高齢者ふれあい課

昭和34年から始まった「金婚夫婦表彰」も今年で56回目を迎えます。

今回、対象となるご夫婦は、昭和39年1月1日から12月31日までにご結婚されたご夫婦

税局では、税務職員採用試験の受験者を募集します。

税務職員に採用されると、税務大学校で研修を受け、税務署で国税の仕事に従事することになります。

▼受験資格 高校卒業見込みの人および高校卒業後3年を経過していない人

▼試験の程度 高校卒業程度

▼申込方法および申込期間

- インターネット 人事院ホームページの申込専用アドレス（<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>）をご利用ください。
- 申込期間は、6月23日（月）～7月2日（水）

○郵送または持参 申込用紙は、人事院九州事務局、熊本国税局および最寄りの税務署に備え付けています。

申込期間は、6月23日（月）～26日（木）

▼第1次試験 9月7日（日）

▼申込先 各人事院事務局

※希望する1次試験地により申込先が異なります。

- ▼問合せ先
- 人事院九州事務局 ☎092（431）7733
- 熊本国税局人事第二課 ☎096（354）6171
- 天草税務署 ☎0969（22）2510

### 税務職員採用試験の受験者を募集します

人事院九州事務局と熊本国

平成26年度熊本県調理師試験を実施します

試験日 8月29日(金)
試験会場 東海大学熊本校舎(熊本市東区)
受験資格 中学校卒業程度で、飲食店や給食施設などで2年以上の調理業務従事経験のある人
願書配布 各保健所、県健康づくり推進課などで配付
願書受付 6月16日(月)～20日(金)
提出先 熊本市居住者は熊本市保健所、熊本市外の県内居住者は県保健所
問合せ先 県健康づくり推進課
☎096(333)2252

県民介護講座の受講生を募集します

県介護実習・普及センターでは、一般県民を対象に年間を通して実施している介護講座の受講生を募集します。
講座内容や申込書は、ホームページ「熊本県介護実習・普及センター」(http://www.sawayaka.or.jp)に掲載しています。
募集期間 6月30日(月)

平成26年度介護支援専門員実務研修受講試験を実施します

試験日時 10月26日(日)午前10時開始
試験会場 熊本大学(熊本市中央区)、熊本学園大学(熊本市中央区)
試験会場場の指定はできません。
受験資格 原則として、保健、医療、福祉の分野で通算5年(一部10年)以上の実務経験を有する人
※詳細は「試験案内」を参照ください。
試験案内の配付期間 7月18日(金)まで
試験案内の配付場所 県社会福祉協議会(福祉人材・研修センター)、各市町村社会福祉協議会(支所含む)、県認知症対策・地域ケア推進課、熊本市高齢介護福祉課
※土・日、祝日を除きます。
※郵送による試験案内の配付は行いません。
受付期間 6月16日(月)～7月18日(金)

申込方法 申込書は、所定の専用封筒を使用し、1通につき1人分を、必ず簡易書留により県社会福祉協議会(福祉人材・研修センター)宛に郵送してください。(7月18日の消印有効)
※持参による申込書の受付は行いません。
問合せ先 県社会福祉協議会福祉人材・研修センター
☎096(322)8077

シルバー人材センターの樹木管理講習会の受講者を募集します

この講習会は、厚生労働省の委託を受け、高齢求職者の雇用・就業に結びつけることを目的としています。
受講料 無料
受講対象者
○55歳以上でハローワークの求職登録者(ハローワークカード保持者)
○7日間すべての日程に参加でき、剪定などの雇用・就業を希望される人
日程 7月23日(水)～31日(木)午前9時～午後4時
※7月26日(土)～27日(日)は休み
講習会場
○学科 松島総合センター

戸建木造住宅の耐震診断費を補助します

市には、戸建木造住宅の耐震診断を行う際、費用の一部を補助する制度があります。

【事業の概要】
○耐震診断を行う戸建木造住宅の所有者にその費用の一部を補助します。
○市と協定を締結している(社)熊本県建築士会が建築士事務所を選定し、建築士が精密診断法による耐震診断を行います。
○申請者と(社)熊本県建築士会および建築士事務所の3者が契約を締結し、耐震診断を実施します。
【補助対象建築物】※次のいずれにも該当するもの
○市内にある、人が住んでいる戸建木造住宅(空き家は対象外)
○従来軸組構法によって建てられた平屋建て、もしくは2階建てのもの
○昭和56年5月31日以前に着工したもの
○原則として、建築基準法に係る違反のないもの
※店舗や増築部分がある住宅は、補助の対象外となる場合があります。

合もあります。
【補助対象者】 市内の住宅の所有者で、市税、使用料の滞納がない人
【補助金の額】 耐震診断に要する費用の2/3以内の額で、1戸につき8万円を限度とします。
【募集戸数】 5戸程度(先着順)
【申込方法】 申請書に必要書類を添付し、都市整備課(松島庁舎)に提出してください。
※申込みをされる場合は、事前に都市整備課にご連絡ください。
【問合せ先】 都市整備課都市計画・住宅係 ☎0969(28)3366



「アロマ」

○実技 松島総合センター「アロマ」周辺、合津港フェリー乗り場周辺など
講習内容 剪定整枝の基礎、病害虫の駆除、施肥の仕方など
募集人員 25人(申込多数の場合は選考となります)
申込締切日 7月9日(水)
申込方法 電話にてお申し込みください。
※昼食および実技で使用する道具類は、各自で用意してください。
申込・問合せ先 (公社)上天草市シルバー人材センター樹木管理講習係
☎0964(59)2228

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者を募集します

日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。
同事業は、厚生労働省から補助を受け実施しており、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象として、父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。
費用は、参加費として9万

青少年交歓キャンプの参加者を募集します

国際奉仕団体の御船ライオンズクラブとパールライオンズクラブが、姉妹提携の記念事業として、毎年交互に実施している「青少年交歓キャンプ」も今年で26回目となりました。
御船町の小学生(山の子)と上天草市の小学生(海の子)との楽しい交流の集いです。
初参加も大歓迎。参加費は両ライオンズクラブが負担しますので無料です。お気軽にお申し込みください。
日時 8月7日(木)～8日(金)
場所 吉無田高原「緑の村」キャンプ場(御船町)
※送迎はライオンズクラブがマイクロボスを手配します。
活動内容 キャンプファイヤー、川遊び、恐竜博物館

里親制度説明会を開催します

見学などを予定
対象 小学4年生～6年生
定員 30人(先着順)
募集期間 7月1日(火)～18日(金)
申込方法 まずは電話連絡をお願いします。
申込・問合せ先 パールライオンズクラブ
☎0969(56)2939

里親とは、児童虐待や経済的な理由などにより、家庭で生活することができない子どもたちを保護者に代わって育てる人をいいます。
県では、新たに里親になっていただける人を募集しています。
まずは「里親」について知っていたいただくために、「里親制度説明会」を次のとおり開催します。里親に興味のある人、里親を希望されている人はぜひご参加ください。
日時 7月17日(木)午後1時30分～
場所 県天草地域振興局2階第2小会議室
内容 制度説明、個別相談
問合せ先 県子ども家庭福祉課

県立天草支援学校「オーブンスクール」を開催します

県立天草支援学校の学習活動や学校施設を公開します。ぜひご参観ください。また、希望される人には、個別相談を行い、今後の就学、進学のための情報提供を行います。
期日 【小・中学部】6月17日(火)【高等部】6月26日(木)
時間 午前9時30分～正午
場所 天草支援学校(天草市)
内容 学校概要説明、公開授業、個別相談(希望者のみ)
申込・問合せ先 天草支援学校
☎0969(23)0141

その他

7月は「社会を明るくする運動」強調月間です
☎総務課

「社会を明るくする運動」は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。
この月間中に、市では、保護司会や更生保護女性会と協力してイベントや街頭キャンペーンなどを実施します。皆さまのご参加・ご協力をお願いします。
なお、今年度の「社会を明るくする運動」の行動目標および重点事項は次のとおりです。
行動目標
○犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう
○犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう
○これらの点について、地域社会の理解と協力の輪を広げよう
重点事項
○立ち直りを支える取組みについての協力の拡大
○就労・住居などの生活基盤づくりにつながる取組みの推進
問合せ先 総務課総括係
☎0964(26)5526



「雨の日」のごみの収集についてお願い

環境衛生課

今年も梅雨の季節となりましたが、収集日に雨が降っている、もしくは降りそうなきは、「布団」・「じゅうたん」などの水を吸収する粗大ごみおよび「紙類」・「古着類」の資源物は出さないようにお願いします。

紙類は雨に濡れるとシミの原因となり品質が低下してしまいます。また、衣類はカビの発生および傷みなどの原因となり再資源化が難しくなりますので、今後ともごみの再資源化の促進にご理解とご協力をお願いします。

▼問合せ先 環境衛生課衛生係 0964(26) 5524

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です

総務課

今年度は、「家事場のパパデカラ」をキヤッチフレーズに、6月23日から29日まで「男女共同参画週間」が実施されます。

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮でき

る「男女共同参画社会」を実現するために行政だけでなく、市民の皆さま一人ひとりの協力が必要です。

男女共同参画とは、男女があらゆる場面で共に協力し、共に責任を担い、誰もが住みやすい社会を目指していくことです。その実現には、「自分を大切に思うことと同じ重さで自分以外の人を大切に思う」ように、男女が互いを認め合うことから始まります。

この機会に私たちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみませんか。

▼問合せ先 総務課総括係 0964(26) 5526

6月は「食育月間」です

「食」は、私たちが生きていくうえで欠かせない命の源です。

この機会に、食を楽しむことの大切さ、食の持つ多様な役割など、家族や身近な人と「食」を見つめてみませんか。県では、「くまもと食で育む命・絆・夢プラン(熊本県健康食生活・食育推進計画)」に基づき、食育の取組みを推進しています。

▼問合せ先 県健康づくり推進課

進課

096(333) 2252

平成26年経済センサス・基礎調査・商業統計調査を実施します

企画政策課

総務省と経済産業省は、7月1日に、経済センサス・基礎調査と商業統計調査を一体的に実施します。

経済センサスは、事業所・企業の基本構造を明らかにするとともに、各種統計調査の母集団情報の整備を図ることを目的として実施します。

商業統計調査は、商業の実態を明らかにし、商業に関する施策の基礎資料を得ることを目的として実施します。

市内事業所におきましては、統計調査員が調査票のご記入をお願いに伺いますので、調査票へのご記入または、インターネットでの回答をお願いします。

なお、調査票の内容は、統計法によって厳重に保護されます。調査員をはじめとする調査関係者が調査で知り得た内容をほかに漏らしたり、統計を作成・分析する目的以外に調査票を使用することは絶対にありません。これらの行為は、統計法に

より固く禁じられておりますので、安心してご回答をお願いします。

▼問合せ先 企画政策課まちづくり・統計係 0964(26) 5539

電子カルテシステムの入替作業に伴い、検査機器の使用ができず、「診察」や「お薬渡し」なども長時間になるため、救急および時間外の診療を原則中止します。

可能な限り、「休日当番医」や「他の救急医療機関」の受診をお願いします。

なお、中止期間中に当院への受診を希望される場合は、必ず電話にて症状などをご相談ください。

▼診療中止期間 6月20日(金)午後5時～23日(月)午前9時

※22日の午後から段階的に制限を解除し、23日(月)午前中より通常診療を行う予定です。

▼問合せ先 済生会みすみ病院 0964(53) 1656

4月上旬、大矢野町の海岸で「ヒョウモンダコ」が発見されて以来、市内において数カ所での発見が報告されています。

「ヒョウモンダコ」は、その唾液に強力な神経毒であるテトロドトキシンを含んでおり、人間が噛まれると、呼吸

困難や麻痺を起こす危険な生物です。体長は10センチほどの小型のタコで、刺激を受けると青い輪や線の様のある明るい黄色(ヒョウ柄)に変化します。

これから海水浴シーズンを迎えますが、海岸などで「ヒョウモンダコ」を発見しても、決して接触や採取などしないようご注意ください。

なお、発見した場合は農林水産課までご連絡ください。

▼問合せ先 農林水産課漁港係 0964(26) 5540



平成26年度通所型介護予防事業(運動教室)実施事業所の公募に係る説明会を開催します

市では、2次予防事業対象者に対し運動教室を実施しています。参加対象者を拡大し、介護予防の取組みを強化していくことや平成27年度の法改正にかかる基盤整備のため、広く実施事業所(介護サービス事業所、NPO法人、健康増進施設、現に介護予防の取組みを実施している事業所など)を公募します。

なお、公募にあたって事業説明会を次のとおり行います。事業実施を検討される事業所は、説明会にご参加ください。

- 日時 7月3日(木) 午後2時30分～(1時間半程度)
■場所 松島庁舎 3階大会議室
■内容 事業内容の説明 事業実施までの流れについてなど
■申込締切 6月27日(金)
■申込・問合せ先 高齢者ふれあい課地域包括支援係 0969(28) 3378



中小企業、商工業設備投資資金利子補給補助金のお知らせ

市では中小企業および商工業の事業所が積極的に事業展開される場合の設備投資および設備貸与のための事業資金に対する利子補給を行っています。地域経済の活性化、地場産業の発展を目的としていますので、多くの事業所のご利用をお願いします。

【利子補給補助金の対象事業者】

- 中小企業信用保険法第2条第1項に該当する中小企業
○商工会法で規定する常時従業員20人以下の事業者(商業およびサービス業は5人以下の事業者)
○本市に住所および事業所を有する商工会員
○市税に滞納がない事業者
【対象事業】
○事業用店舗、倉庫、工場、事務所の新增改築
○製造または営業を目的とする機械設備の導入
○顧客用の無料駐車場の新設
○運送業、宅配サービスまたは移動販売を目的とする車両購入など

【利子期間】 融資から3年以内

【補助割合など】

借入金利のうち年2%以内、限度額年20万円
詳しくは産業雇用創出課または市商工会各支所までお問い合わせください。

【問合せ先】

- 市役所 産業雇用創出課企業誘致・産業支援係 0964(26) 5531
○市商工会
・大矢野支所 0964(56) 0244
・松島支所 0969(56) 0244
・姫戸支所 0969(58) 2166
・龍ヶ岳支所 0969(62) 1151



わんさんで笑顔

国民年金保険料の免除等申請期間が拡大されました

平成26年4月から国民年金保険料の免除などの申請ができる期間が拡大されました。

従来までの制度では、免除等申請できる期間は、申請時点の直前の7月～翌年6月(学生納付特例の申請は、申請時点の直前の4月～翌年3月)となっていました。平成26年4月からは納付期限から2年を経過していない期間(申請時点から2年1カ月前までの期間)の免除等申請が可能となりました。

例)平成26年6月申請の場合 免除の申請可能期間

Table with 2 columns: 改正前, 改正後. Rows show application periods for 2015 and 2014.

学生納付特例の申請可能期間

Table with 2 columns: 改正前, 改正後. Rows show application periods for 2016 and 2014.

■相談・問合せ先

- 本渡年金事務所 0969(24) 2154
○市保健課後期高齢者医療年金係 0969(28) 3375



市のデータ

Table with 2 columns: Category, Value. Rows include population, gender, and area.

平成26年5月31日現在( )は前月比

**こんにちは、  
地域包括支援センターです**

**介護予防サービスについて**

市では、4月、65歳以上で介護(予防)認定を受けていない人全員を対象に、「高齢者の介護予防と生活に関するアンケート調査」を実施しました。

このアンケートでは、今後、要支援・要介護状態になる可能性などを見ています。結果は、アンケートにご回答いただいたすべての人へ郵送します。

ご自身の結果を確認され、今後の生活にお役立てください。

なお、要支援・要介護状態になるリスクの高さに応じて次のサービスを受けることができます。

**【サービス内容例】**

- 介護予防講演会
- あっぴあっぴさろん(ひだまりさろん)
- いきいき高齢者教室
- 運動器の機能向上(ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動、バランストレーニングなどの指導や運動に関する相談受付)
- 閉じこもり・うつ・認知症の予防(運動や機能訓練などの各種教室への参加呼びかけ、うつ・認知症の治療の必要性の確認)など

詳しくは6月23日以降にお届けする結果をご覧ください。

**【問合せ先】**

市地域包括支援センター(松島庁舎)  
☎0969(28)3378



- ▼上天草市総合防災マップ作成業務委託
  - ①上天草市一円
  - ②東亜建設技術(株)熊本営業所(熊本市)
  - ③395万2800円
  - ④5月〜平成27年1月
- ▼上天草市浸水被害地区原因調査業務委託
  - ①大矢野町中地区内
  - ②九州建設コンサルタント(株)南九州支店(熊本市)
  - ③355万3200円
  - ④5月〜8月
- ▼上天草市社会資本総合整備計画作成業務委託
  - ①上天草市一円
  - ②(株)パスコ熊本支店(熊本市)
  - ③172万8000円
  - ④5月〜7月

**労働保険年度更新の手続きは7月10日までです**

今年度の申告・納付の期限は7月10日までとなっております。熊本労働局または県内最寄りの労働基準監督署、日本銀行歳入代理店の金融機関、郵便局で申告・納付してください。

また、6月27日から7月9日にかけて県内各地で開催する集合受付会場においても申告することができます。集合受付会場の日程などは事業主の皆さまに送付する申告書に同封の「熊本労働局からのお知らせ」でご確認ください。

なお、労働保険料を申告される際には、「労働保険概算・確定保険料申告書」に必要事項を記入の上、ご持参ください。

年度更新手続きを怠りますと、「国」が職権で追徴金を徴収することがありますので、必ず期限内に申告・納付されるようお願いいたします。

労働保険(労災保険・雇保の総称)は、農林水産業の一部を除いて、一人でも労働者を雇用している場合は、必ず加入しなければなりません。制度です。労働者を雇用している事業主の皆さまで、まだ労働保険の加入手続きを済まされていない場合は、最寄りの労働基準監督署またはハローワークにご相談の上、速やかに加入されますようお願いいたします。

- ▼問合せ先
  - 熊本労働局労働保険徴収室 ☎096(211)1702
  - コールセンター ☎0120(995)986
- ▼広報に寄付
  - 有馬みつぐ(愛知県名古屋市)
- ▼ふるさと納税
  - ▽地場産業の育成事業
  - 塚本浩晴(東京都練馬区)
- ▼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人を紹介します。
  - 中田理髪店、ノウブル、タカシスタジオ、天美会、創作菓子工房アロム、本郷絵手紙もみじ会、天理教大矢野支部、吉川キヨカ、圓尾玲子、山下エツ子、西山カラオケ教室、濱口民謡教室、田原正英、阿村婦人会、木下とも子、坂元裕生、なごみ、龍ヶ岳町老人クラブ・洗濯ボランティア



- 碓りつ子(大阪府大阪市)
- 緒方義郎(大阪府枚方市)
- 嘉悦忠(大阪府河内長野市)
- 上村直人(大阪府阪南市)
- 小西忠行(愛知県名古屋市)
- 志水勝喜(千葉県船橋市)
- 瀧下喜代一(兵庫県西宮市)
- 中道康夫(新潟県佐渡市)
- 何川偉成(大阪府東大阪市)
- 西弘子(大阪府東大阪市)
- 波戸内徹(兵庫県加古川市)
- 平野幸男(愛知県瀬戸市)
- 松尾清(大阪府大阪市)
- 元島義春(奈良県橿原市)
- 山口富士夫(大阪府大阪市)
- 森田明成(大阪府泉北郡)

**善意に感謝(敬称略)**

**鳥インフルエンザの終息について**

県内で4月に発生した鳥インフルエンザは5月8日に終息を迎えることができました。県民の皆さまには、車両消毒をはじめとする防疫対策へのご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。

県では、県産の鶏肉や鶏卵などの安全・安心な農林水産物を皆さまにお届けするため、食の安全確保を第一に、引き続き生産者や関係機関と連携してまいります。

▼問合せ先 県農林水産政策課 ☎096(383)1111

**工事等入札結果**

☎監理課

- 入札日▼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
- 5月8日入札分
- ▼上天草農業振興地域整備計画策定業務委託
  - ①上天草市一円
  - ②昭和(株)熊本営業所(熊本市)
  - ③486万円
  - ④5月〜平成27年3月
- ▼LED防犯灯改修工事(大矢野町)

**矢野地区**

- ①大矢野町一円
- ②(有)小松野電気(大矢野町)
- ③261万3600円
- ④5月〜9月

▼LED防犯灯改修工事(松島地区)

- ①松島町一円
- ②キムラデンキ(松島町)
- ③128万5200円
- ④5月〜7月

▼LED防犯灯改修工事(姫戸・龍ヶ岳地区)

- ①姫戸・龍ヶ岳町一円
- ②山本住設(龍ヶ岳町)
- ③112万8600円
- ④5月〜7月

▼市道三年ヶ浦線 路線変更に伴う配水管布設工事

- ①大矢野町登立地区内
- ②(有)水元電気(大矢野町)
- ③150万1200円
- ④5月〜7月

▼上天草市上水道漏水調査業務委託(大矢野町)

- ①大矢野町一円
- ②(株)日本スイコー(熊本市)
- ③270万円
- ④5月〜11月

▼上天草市上水道漏水調査業務委託(松島地区)

- ①松島町一円
- ②(株)日本スイコー(熊本市)
- ③216万円
- ④5月〜11月

**国民健康保険被保険者証などの更新についてのお知らせ**

**国民健康保険被保険者証について**

上天草市国民健康保険の被保険者の人にお渡ししてある保険証の有効期限は、ほとんどのものが7月31日までとなっています。新しい被保険者証は、7月に世帯主あてに簡易書留で郵送する予定です。ただし、国民健康保険税の滞納がある世帯については、別途ご案内しますので窓口での受取りをお願いします。

**限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証について**

8月以降も認定証が必要な人は、8月になってから、改めて窓口で申請をお願いします。後期高齢者医療制度では自動更新となりますが、国保の場合は申請が必要となりますのでお間違のないようご注意ください。なお、国民健康保険税の滞納があると交付できません。

対象者	所得区分	認定証	自己負担限度額	
			外来	入院
70歳未満	上位所得者	限度額適用認定証	15万円+(医療費-50万円)×1%	
	一般		8万100円+(医療費-26万7000円)×1%	
	住民税非課税	限度額適用・標準負担額減額認定証	3万5400円	
前期高齢者(70~74歳)	現役並み所得者	必要なし(保険証で限度額適用)	4万4400円	8万100円+(医療費-26万7000円)×1%
	一般		1万2000円	4万4400円
	低所得Ⅱ	限度額適用・標準負担額減額認定証	8000円	2万4600円
	低所得Ⅰ			1万5000円

- 限度額適用認定証…医療機関に提示すると保険適用医療費の支払いが自己負担限度額までになります。
- 限度額適用・標準負担額減額認定証…医療機関に提示すると入院時の食事代の自己負担額(1食あたり260円)が、住民税非課税世帯の場合210円、低所得者Ⅰの場合100円に減額となります。非課税世帯で90日を超える入院の場合160円に減額となりますが、別途手続きが必要です。現在、認定を受けている人も更新時に改めて申し出てください。

【問合せ先】保健課国民健康保険係 ☎0969(28)3354

## 漁業関係者によるヒジキ増殖の取組み



※ヒジキは漁協が増殖管理をしていますので、一般の人は無断で獲らないようにご注意ください。

県水産研究センターが主導するヒジキ増殖の取組みに、天草漁協や漁業者など約20人が参加し、成果が実を結びはじめました。これは、天草地域で深刻な藻場の減少とヒジキの収穫量低下を漁業者みずから防ぐため、昨年2月から行ってきた取組みで「県内でもうまくいった事例」と同センター長山研究参事。

増殖方法は、親のヒジキから採集した種を基板となる20㍉角のブロックに定着させ、芽が出るまで育成し、基板を磯の岩場にボルトで固定するというもの。5月に行われた事後調査では、長さ70㍉以上に育ったヒジキを確認、わずかな条件の違いで定着の有無に差が有ることなどが分かり、「結果を次のステップにつなげたい」と参加者が今後の意気込みを語りました。



ゆうな  
**荒木悠風くん**

大矢野町

- 誕生日 平成23年12月17日
- パパ 荒木 治年さん
- ママ 美紀さん
- 両親からひとこと

元気でやさしい人に育ってね!!



### 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。

※原則お写真の返却は致しませんのでご了承下さい

▽いよいよ梅雨の季節になりました。外出する時は何かと不便ですが、家の中にいると意外と雨は良いものです。▽雨音を聞きながら家の中で飲むコーヒーは、なにか優雅な気分させてくれます。日本酒なども風流ですね。(笑)▽皆さまも雨の楽しみ方を見つけてみてはいかがでしょうか。(I)

▽例年どおりでしたら、この広報6月号が皆さまのお手元に届くころは梅雨ですね。▽農作物には恵の雨ともなりますが、急な大雨や長く雨が続く時などは災害への注意が必要です。気象情報などに十分な注意を。ご家庭での防災対策についてもお願いします。(K)

編集後記