

上天草

せーのっ!



- 市町村広報担当者の合同特集
「18歳。だから、投票に行く」…P2
- 月刊市長室なう…P5
- 災害に備える…P6
- まちのわだい…P8
- 生涯学習・図書館だより…P10
- 健康ガイド…P12
- 市立病院だより…P14
- お知らせ…P16

5/22 今津小学校運動会



熊本県選挙管理委員会
平畑 雅規 書記

若い人たちが選挙に行っても自分の意志で代弁者を選んでほしいですね。投票は政治参加への第一歩。その権利を無駄にしないでください。

若い人たちが関心を高めて

主権者意識の向上と投票参加を呼び掛けるため、高校で選挙の出前授業を行っています。一部の高校では期日前投票所の設置も予定されています。家庭などでも選挙を話題にして若い人たちが関心を高めてほしいですね。

私たちの権利なんだね



20代の低い投票率

県内の投票率は年々下がっています。前回の衆議院議員選挙の投票率は約50%、特に20代の投票率が3割を切る状況でした。

投票で自分の願う社会へ

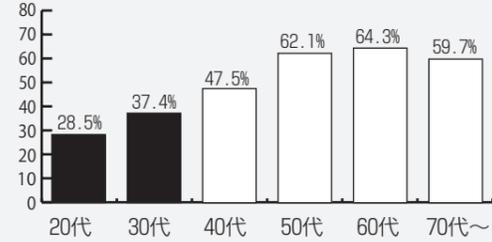
投票は、自分の意見や願いを代弁する人を選び、自分の生活に反映させていく一つの方法です。意思表示をしないと、自分が願う社会になりません。

INTERVIEW

県選挙管理委員会に聞く

政治参加への第一歩

◆平成26年衆院選の年代別投票率
(県内抽出調査による推計値)



期日前投票と不在者投票

期日前投票とは、投票日に仕事や旅行などで投票できない場合、選挙公示日（告示日）の翌日から投票日の前日まで、市町村の役所などで投票できる制度です。不在者投票とは、不在者投票の手続きをすることで、選挙期間中に名簿登録地以外に滞在している人や病院などに入院している人が投票できる制度です。

若い人の投票率は低いんだね



18歳。だから、投票に行く
7月の参議院議員選挙から18歳以上の若者が投票できるようになります。



熊本県市町村広報担当者による合同特集

若者と政治を結ぶ活動を行っているNPO法人ドットジェイピー熊本支部に所属する大学生と共同で制作しました。



NPO 法人ドットジェイピー

若年投票率の向上を目的に活動するNPO法人。熊本を含む全国21支部のエリアで、大学生スタッフを中心に議員インターンシップや投票率アップを図る活動を行っている。

VOICE

大学生に選挙について本音を聞きました

僕らの世代って選挙に関心ない人多いよね？

自分の一票でどう暮らしが変わるのか、実感が持てないんじゃないかな。

私もたった一票では何も変わらないと思ってた。以前、投票を呼び掛ける活動をしたけど若い人の反応は良くなかったよ。

なんで投票に行かないのかな？

日々の生活に不満があっても、どうしたらいいのかわからないし、税金の使い道まで気にしてないんじゃないかな。

投票日の前に投票できない期日前投票もあるんだけどね。

面倒だよねえ

期日前投票に行く同級生は、ほとんどいないよね。期日前投票を知らない人も多いと思う。どうしたらみんな投票に行くんだろう？

身近なところで疑問を感じる場面やきっかけがあればいいと思うな。

大学や駅、スーパーなどに投票箱があればいいと思う。それに自分の声を代弁してくれる同世代の候補者がいるといいな。

身近にきっかけがあればなあ



あなたの一票が
新しい未来をつくる

初めての選挙に行くばい！

一票くらいでは何も変わらないと思うかもしれませんが、若い世代が投票に行かないと、投票する世代だけのための政策が重視されてしまう可能性もあります。若い世代が活躍できる未来のためにも、あなたの声を政治に届けてみませんか。あなたの一票で新しい未来を——。



7月10日(日)は第24回参議院議員選挙の投票日

この選挙は、私たちの願いを政治に反映させるための大切な選挙です。皆さんの大切な一票を無駄にしないよう、進んで投票に行きましょう。



- 投票日 7月10日(日)
- 投票時間 午前7時～午後6時
- 投票所 配布する入場券に記載してありますのでご確認ください。
- 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(26)5526

新たな有権者となる18歳や19歳の若者にとっては、初めての選挙となります。必ず選挙に行きましょう!!
「はじめての選挙 いくばい!!」



当日投票所一覧

投票区	投票所	登録者数	投票区	投票所	登録者数
1	大矢野農村婦人の家	1,372人	16	旧市役所松島庁舎跡仮設投票所	1,001人
2	登立小学校体育館	2,173人	17	今泉地区多目的集会施設	915人
3	岩谷公民館	279人	18	教良木河内交流センター	589人
4	上公民館	1,714人	19	内野河内コミュニティーセンター	388人
5	上北体育館	1,031人	20	牟田自治公民館	311人
6	鳩の釜公民館	861人	21	姫戸中学校体育館	1,088人
7	中南小学校体育館	1,847人	22	姫戸体育館	914人
8	中北小学校体育館	1,142人	23	樋島老人福祉センター	760人
9	江後公民館	499人	24	下桶川地区集会所	408人
10	下山公民館	346人	25	東風留地区集会所	518人
11	維和中学校体育館	876人	26	龍ヶ岳体育館	707人
12	湯島公民館	322人	27	大道地区集会所	388人
13	市役所阿村出張所	1,407人	28	池の浦地域学習センター	657人
14	樋合漁村センター	337人	29	大作山地区集会所	72人
15	松島総合センター「アロマ」研修室	1,643人			

※登録者数は、6月2日現在の選挙人名簿登録者

選挙当日に用事のある人は期日前投票を

投票当日に仕事や旅行、買い物などで投票できない予定の人は、期日前投票ができます。

期日前投票所	期間	投票時間
大矢野庁舎 松島庁舎	6月23日(木)～7月9日(土)	午前8時30分～午後8時
姫戸統括支所 龍ヶ岳統括支所	7月3日(日)～9日(土)	
湯島出張所	7月7日(木)～9日(土)	午前9時～午後3時



LINE @上天草でポイントを貯めよう

全国自治体初の取り組みとして、4月からLINEを活用したポイント制度を始めましたが、LINE@上天草の友だちの皆さんは、もうご利用になりましたか。

貯まってくい仕組みになっています。25ポイント貯まると商品券(高校生以下は図書カードも可能)と交換でき、四郎スタンプ、つばきスタンプ加盟店やスパ・タラソ天草などで利用できます。

このように皆さんの活動を応援することから市民が元気になり、まちに活力が芽生え、住み良い上天草市となることを目指しています。

スマートフォンなどでLINEをご利用の方は、ぜひLINE@上天草とお友だちになっていただき、たくさんポイントを貯めてください。

また、LINE@上天草では、大雨時や強風による橋の通行止めなどの情報など、災害時に緊急情報を発信しています。また、LINE@上天草に友だち登録していない方は情報収集の一つの手段として、ぜひ友だち登録していただきますようお願いいたします。

市立図書館で本を借りて1ポイント、各種健診に行くと3ポイント、イベントやボランティアに参加して5ポイント、転入していただくよりポイントなどと、市が主催や共催するさまざまな事業でポイントが付与していきます。ポイントが付く事業では、会場にQRコードを用意しており、LINE@上天草を友だち登録しているスマートフォンで読み込むとポイントが



「市長とランチ de トーク」参加団体募集!

＜平成27年度実績：16回開催、142人参加＞

開催月	団体名	テーマ
H27. 4	フレッシュミズ	上天草市の農業の未来
H27. 5	上天草市を愛する会	3月議会への市長所信表明
H27. 6	湯島オリーブ研究会	湯島の活性化
H27. 7	AKJ1000上天草	上天草市を元気にするために
H27. 7	上天草市役所 H22	入庁5年を経て思うこと
H27. 7	スパ・タラソ天草プール会員有志	スパ・タラソ天草での健康づくり
H27. 8	維和まちづくり委員会	地域の活性
H27.10	コスモス	市の求める事
H27.10	上天草市障がい児(者)親の会	障がい児を持つ親として
H27.11	NPO 法人大矢野を元気にする会	町づくり
H27.11	熊本県海運組合	市の船舶関係への取り組み
H27.11	上天草市職員退職者会	市政
H27.12	今津婦人会	上天草市の魅力ある地域創成
H28. 2	中南小学校	上天草市の未来
H28. 2	石日和手づくり協議会	上天草を活性化するために
H28. 3	上天草市役所 H27	1年間仕事をして感じたこと

市長が直接市民の皆さんと昼食をともにしながら、市政に関するさまざまなテーマを気軽に話し合う「市長とランチ de トーク」を開催します。参加を希望する団体のご応募をお待ちしています。

- 開催日時 平日の正午から60分以内
- 参加対象 市内に在住または在勤、在学の人で構成され、出席者数がおおむね2人以上10人以下となる団体(特定の政党を支持する団体、暴力団、宗教または営利を目的とする団体はお断りします)
- 食事 昼食は各自ご用意をお願いします。
- 申請方法 申請書をご記入の上、総務課宛て持参かFAXで提出をお願いします。申込用紙はホームページに掲載の他、市役所各庁舎、支所の窓口に準備しています。
- 問合せ先 総務課秘書広報係
☎0964(26)5525
FAX0964(56)4972

災害に備える。

1/日頃の備え



■家族で防災会議

災害は、家族が一緒にいる時に起こるとは限りませんが、いざという時にあわてず行動できるよう家族で普段から話し合しましょう。また、災害に備えて家の中や外の危険な箇所を確認しておきましょう。

話し合いたい項目

- 自宅付近の土砂災害の危険個所の確認
- 災害が起こった時の身の守り方
- 家族間の連絡方法と最終的な待ち合わせ場所
- 避難所とそこへの経路
- 家族一人ひとりの役割分担 など

■地域の安全は地域で守る

大きな災害では、行政などの対応に時間がかかることがあります。また、個人や家族だけの力では限界があります。市には113（H28.5現在）の自主防災会があります。近くの自主防災会に積極的に加入するなど互いに助け合い、協力し合える体制を作りましょう。

■上天草市防災マップを確認

身の回りの災害危険箇所や避難所などを掲載しています。（昨年3月に作成し、各世帯に配布しました。市ホームページでも見ることができます。）



2/情報収集



■気象情報や災害情報を入手する

テレビやラジオの他、防災無線、緊急情報メール、ホームページなどで市が発信する情報を集め、内容と周囲の状況に注意して行動しましょう。

■避難情報と、とるべき行動

災害が発生する可能性が高まり、避難が必要になった場合に、市は避難情報を発令します。情報を確認し、適切な行動をとってください。

- 避難準備情報（人的被害の発生する可能性が高まった際に発令）
→高齢者、子ども、障がい者など避難に時間を要する人は早めに自主的な避難行動を開始してください。
- 避難勧告（人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状態、または既に人的被害が発生した際に発令）
→避難所へ避難行動を開始してください。
- 避難指示（人的被害の発生する可能性が非常に高まった状態、または既に人的被害が発生した際に発令）
→まだ、避難していない人は直ちに避難行動を開始してください。危険が切迫して避難所へ移動する余裕のない場合は命を守る最低限の行動をとってください。

防災行政無線個別受信機の電池交換

市では、災害時の情報を防災行政無線で発信しています。各家庭の戸別受信機は、停電した場合、乾電池に電源が切り替わります。普段から乾電池の残量を確認し、1年を目安に交換しましょう（交換方法の動画を市ホームページに掲載しています）。また、日頃から、放送が聞こえるよう音量の調節をしておきましょう。

3/命を守る行動



■避難は自ら判断を

災害が迫った時、置かれた状況は一人ひとり違います。それぞれが自ら判断し、適切な行動をとらなければなりません。

■命を守る最低限の行動

危険な状況の中での避難はできるだけ避け、安全の確保を第一に考えます。危険が切迫している場合は、指定された避難所への移動だけでなく、命を守る最低限の行動が必要な場合もあります。

- 夜間や急激な降雨で避難経路上の危険箇所が分かりにくい
- ひざ上まで浸水している。
- 浸水は数センチ程度でも水の流れが速い。
- このような場合、屋外での移動は危険です。自宅や近隣建物の2階以上へ（土砂災害の場合は斜面から離れた部屋など）緊急的に一時避難し、救助を待つことも検討してください。

■避難時の心得

- 非常持ち出し品は最小限に。
荷物は、身軽に行動できるよう最小限にし、リュックサックなどにまとめ、両手が使えるようにしましょう。
- 集団で助け合おう
単独での行動は避け、できるだけ2人以上で避難しましょう。緊急時は、家族、隣近所、地域の人と助け合うことが大切です。



5/22 笑顔、元気いっぱい

今津小学校運動会



【中南小】メッセージを発表する児童

5月22日（日）、今津小で運動会が開催されました。徒競走から始まったプログラムは、ソーラン踊りなどのほかに、地区対抗リレーや紅白玉入れ、応援合戦など趣向をこらした種目があり、子どもたちは元気いっぱいに取り組みました。訪れた保護者や地域の人たちは、一生懸命頑張る子どもたちに熱い声援を送りました。

この日は、他の小・中学校でも運動会が行われ、中南小では「熊本に元気を！～九州は一つ～」と題して熊本地震の復興に向けたメッセージの発表などもありました。



5/28 世界にひとつだけ

「オープンハウス」を開催



5月28日（土）、松島総合運動公園で、保育園児や小学生が外国人講師のティム・ヘイウッドさんとネームプレートづくりを楽しみました。

このオープンハウスは、市の英語村「イーフレンズ」が豊かな国際感覚を養ってもらおうと毎年開催しているものです。上天草っ子は元気いっぱいに「イエロープリーズ！」など覚えたての英語を話しながら、真っ白なキャンパスに色鮮やかな文字で名前を書き、ネームプレートを完成させました。

5/9 上天草市に見舞金

復旧・復興に役立てて



今回の熊本地震の発生を受け、全国市議会議長会と九州市議会議長会から、上天草市議会に対して見舞金の贈呈がありました。

市議会では、この見舞金を市の復旧・復興に向けた財源として有効活用してもらおうと、上天草市に全額を贈りました。5月9日（月）に行われた伝達式で田中勝毅議長は「市議会としては、今回の熊本地震の復旧・復興に向け、市執行部と連携し全力で取り組みたい」と市長に決意を述べました。

4/27 高校生の視点で情報発信

上天草高校生を広報特派員に任命



4月27日（水）、上天草高校生15人が市の広報特派員に任命されました。これまで社会人特派員制度はありましたが、若い世代にももっと上天草市のことを知ってもらい、愛着を持ってもらおうと、今年度から新たに高校生枠が設けられました。特派員は、2カ月に1回程度、広報紙の記事を作成する予定。

委嘱状を手渡した堀江市長は「若い感性と視点で上天草市の魅力を発掘・発信してもらおうことを期待しています」と話しました。

4/22 人権の花運動

上小学校で種子贈呈式



人権の花運動とは、人権意識の高揚を図るために天草人権啓発活動地域ネットワーク協議会などが実施しているものです。4月22日（金）に上小で行われた種子贈呈式では、人権擁護委員から「上っ子の大きな人権の花を育ててください」と花の種が贈られ、児童代表が「大切に育てます」とあいさつ。他にも、全校児童による合唱などで、笑顔あふれる式となりました。この運動で育てた花や種は、学校行事で地域の人に配る計画とのことです。

5/19 防犯意識を高める！

ワイヤー錠贈呈式



5月19日（木）、市防犯協会（会長：堀江市長）が、市内中学・高校の新入生291人にワイヤー錠を送りました。これは、自転車の盗難防止などを目的に防犯協会が毎年実施しているものです。

これまで校区内での自転車盗難等が確認されていることもあり、新入生代表でワイヤー錠を受け取った田崎亮平さん（松島中）は「ワイヤー錠の利用を機に防犯意識を高めていきたい」と感謝の言葉を述べました。

5/14 投げる、打つ、走る

上天草市学童ソフトボール大会



5月14日（土）、阿村ふれあい広場で、第12回上天草市学童ソフトボール大会が開催されました。市内から6校9チーム（中北小、今津小、阿村小、教良木小、姫戸小、龍ヶ岳小）が参加。当日は青空のもと、高学年が中心の代表の部と、低学年を含めた混成部が、それぞれで熱戦を繰り広げました。代表の部では中北小が、混成の部では教良木小が見事優勝を果たしました。

図書館マンの主張!



いざ、ころもがえ!

季節はもう6月。衣替えやエアコンの掃除など、夏支度で何かと大変な時期ですね。そんな皆さまの悩みを解決するため、掃除や片づけで使える本や、暑い夏を快適に過ごすための本をご紹介します

『1日15分ナチュラルおそうじ BOOK』

青木恵著/アスペクト (中央図書館)

『夏を楽しむ!かごトートと帽子』

世界文化社 (大矢野図書館所蔵)

『衣類の洗濯・収納・お手入れ便利帖』

山崎勝著/幻冬舎エデュケーション

(姫戸図書館、移動図書館)

『育てて楽しむはじめての緑のカーテン』

緑のカーテン応援団著/家の光協会

(大矢野図書館、龍ヶ岳図書館)

七夕のお知らせ

年に一度の七夕の季節。来館者の皆さまにお楽しみいただけるよう、市内の図書館でも、ささやかながら七夕飾りをご用意します。冷房の入った図書館で、短冊に願いをしたためて、ちよっぴり天の川に思いを馳せる。そんなひと時はいかがでしょうか。詳細は最寄りの各図書館にお尋ねください。

期間は6/22~7/7の予定です。(場合によって、前後することもあります。)

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: 7/9(土) 午後2時~ アロマ視聴覚室

○大矢野: 6/25(土) 午後1時半~ ママ支援センター

6/25(土) 午後2時~ 森記念図書館2階

7/9(土) 午後2時~ 森記念図書館2階

○姫戸: 7/9(土) 午前10時~ 姫戸図書館

○龍ヶ岳: 6/18(土) 午後2時~ 龍ヶ岳図書館

※日程・場所を変更する場合がありますので、各館まで確認をお願いします。

■赤ちゃんおはなし会 (約20分)

7/7 (木) 午前10時30分~ アロマ視聴覚室

図書のお借 (4月分)

舛本由佳さま、他3人にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

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)

【休館日】

6月20日、27日、30日

7月4日、11日、19日、25日、31日

図書館司書のオススメ本

「推本 (おしぼん) !!」

『防災かあさん』

みんなの防災部署/羽鳥書店 (中央図書館、龍ヶ岳図書館所蔵)

災害時にどうすれば良いのか、事前の準備から、避難所生活まで。クイズ形式なので読みやすく、楽しく防災について学べます。「何を準備したら良いのか分からない」そんな人にもオススメです。防災を我が事として、改めて考えてみませんか?



移動図書館巡回日

6月15日 (姫戸)、22日 (龍ヶ岳)

7月6日 (大矢野)、13日 (松島)、20日 (姫戸)、

27日 (龍ヶ岳)

通常、雨天の場合は翌日木曜日に延期しますが、小雨の場合決行することもありますので、気になる人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」では、「サマーキャンプ」を開催します。キャンプには、県内からたくさんの外国人の先生が集まります。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、みんなで一緒に異文化に触れてみましょう!

■期日 8月4日 (木) ~6日 (土) 2泊3日

■場所 白嶽森林公園キャンプ場 (姫戸町) ※現地集合・現地解散

■対象者 2年生以上の小学生 (市内在住)

■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、学校名を添えて、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、関係書類を送付します。

■申込期間 7月1日 (金) ~22日 (金)

※キャンセルする場合は、7月29日 (金) までにご連絡ください。

■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 WEB <http://www.efriendseigomura.com/>

生涯
学習



☀️上天草市青少年育成市民大会・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、すべての人々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の実現を目指します。

■日時 7月2日 (土) 午前9時30分開会

■場所 松島総合センターアロマホール

■記念講演

○講師 大原笑子氏 (人権・生き方アドバイザー)

○演題 10年後をイメージした子育て~わが子のファンクラブ会長になろう~

■問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969 (28) 3361



▲大原笑子氏

ふるさと発見 ~姫戸町・龍ヶ岳町編~ ①

市史編さんコラム

今月から編さん中の市史「姫戸町・龍ヶ岳町編」について、市史編さん委員が毎月紹介していきます。同委員は、自然、歴史、民俗などの各担当分野を調査し研究しています。情報収集や調査活動の際は、ご理解とご協力をお願いします。

これまでの「松島町史」、「大矢野町編」では、地質と地形に関してほとんど触れられていませんでした。自然編では、姫戸町・龍ヶ岳町に限らず、上天草市全体の大地の成り立ちや変遷について記述します。(自然担当 長谷義隆委員長)



▲白嶽-鹿見岳間の上空から望む姫戸・龍ヶ岳の山地



6月は「歯の衛生月間」です。



歯やお口の主な病気は、「むし歯」や「歯周病」ですが、そのまま放置していると歯の喪失につながります。

歯を失ってしまうと噛む力が落ち、栄養の偏りによる生活習慣病や、食欲不振による栄養不足を招くこともあります。また、口に潜む「歯周病菌」は、歯の周りだけに炎症を起こすだけでなく、唾液中に歯周病菌が混ざり肺に運ばれると、「誤嚥性肺炎」になったり、「動脈硬化」を引き起こすこともあります。

歯や口の健康は全身の健康につながります。日頃から家庭での歯のお手入れや、かかりつけの歯科医を持ち、定期的に健診を受けましょう。

福祉（7月）

種類	日	実施時間
精神保健相談	7日(木)、21日(木)	午後2時～

【場所】天草保健所相談室 ☎0969 (23) 0172 ※要予約

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・夜間	午後7時～午前0時
---------------	-------	-----------

ダイヤル回線の場合 ☎096 (364) 9999

献血

日	受付時間	場所
7月13日(木)	午前10時～11時30分 午後0時45分～4時	市役所 大矢野庁舎
7月29日(金)	午前9時～11時 午後0時40分～3時30分	ヤマハ天草製造 上天草総合病院

※400ml 献血のみの受付となりますのでご了承ください。

日祝日在宅医（7月）

日	病院名〈診療科目〉	(所在地) 電話番号
3	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
10	宮崎外科胃腸科医院〈外・消〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0600
	やまうち医院〈内・小・ア〉	(松島町阿村) ☎0969(56)0899
17	上天草内科呼吸器科クリニック〈内・呼〉	(大矢野町登立) ☎0964(56)3100
	姫戸医院〈内〉	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3583
18	吉田クリニック〈内〉	(大矢野町中) ☎0964(57)0246
24	福本眼科〈眼〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0508
	村上医院〈内・小・リハ・神内・呼・循・消〉	(姫戸町姫浦) ☎0969(58)3102
31	(上) 中村医院〈内〉	(大矢野町上) ☎0964(56)0003
	竹中医院〈内〉	(姫戸町二間戸) ☎0969(58)2148

【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。
6月1日現在の予定表です。都合により変更することもありますので、休日在宅医自動電話案内(0969-23-1400)にお問い合わせいただくか、ホームページで確認ください。

年に1度は身体の総点検を！ 健診を受けて健康チェックをしましょう

上天草市住民健診

平成28年度上天草市住民健診を7月から各地区で行います。病気の予防や健康の維持管理に役立つ健診です。健診後は、身体の状態を知るための健診結果の見方や、健診結果を食事や運動などの生活改善につなげるための説明会を実施します。

まだ申し込みできます！

健康づくり推進課 ☎0969(28)3356 までご連絡ください

日程表

期日	会場	期日	会場	期日	会場
7/20(水)	樋島老人福祉センター	8/4(木)		8/20(土)	保健センター
7/21(木)	大道老人福祉センター	8/5(金)	農村婦人の家	8/21(日)	
7/22(金)	姫戸老人福祉センター	8/6(土)		8/22(月)	
7/23(土)	龍ヶ岳小学校体育館	8/7(日)	姫戸体育館	9/10(土)	大矢野老人福祉センター
7/25(月)	姫戸体育館	8/8(月)	維和中学校体育館	9/11(日)	
7/26(火)	阿村体育館	8/9(火)	大矢野総合体育館	9/12(月)	
7/27(水)		8/10(水)		9/13(火)	
7/28(木)	今泉交流センター	8/11(木)	保健センター★ヤング健診	9/25(日)	
7/29(金)	内野河内集会所	8/12(金)	申公民館	9/26(月)	
7/30(土)	教良木出張所	8/19(金)	大矢野総合体育館	9/27(火)	

★ヤング健診…19～39歳までの人を対象とした健診です。

■健診内容 ■ ※年齢は平成29年3月31日時点のものです。

健診名	対象者
生活習慣病健診	19～39歳の人
特定健診	40歳以上の国保加入者
後期高齢者医療健診	後期高齢者医療保険加入者
子宮頸がん検診	20歳以上の女性
乳がん検診	30歳以上の女性
前立腺がん検診	50歳以上の男性
腹部超音波検診	30歳以上の人
大腸がん検診	
胃がん検診	
骨粗鬆症検診	
結核・肺がん検診(※)	40歳以上で検査歴のない人
肝炎ウイルス検診	

※肺がん検診…レントゲン車が各地区を巡回する結核・肺がん検診は6月9日(木)から24日(金)まで実施しています。

※検査内容や料金などの詳細は、市ホームページか意向調査票と一緒に送付しているお知らせをご覧ください。

■3月に配布した意向調査票を返却していない人■
「理由」を記入後、返信用封筒に入れ、ポストに投函してください。



平成28年度 住民健診意向調査票

〒969-0001 上天草市 〇〇〇〇 〇〇〇 〇〇〇

氏名 〇〇〇 〇〇〇 〇〇〇 〇〇〇

住所 上天草市 〇〇〇 〇〇〇 〇〇〇

電話番号 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

健康保険種別 国民健康保険

年齢 〇〇歳

性別 〇

意向調査票についてお読みください。この用紙は郵送で返却していただくため、返却時に必ずこの用紙を封筒に入れてください。

健康診断の項目についてお読みください。健康診断の項目は、お住まいの地区によって異なります。

項目	返却日
生活習慣病健診	7月20日
特定健診	7月21日
後期高齢者医療健診	7月22日
子宮頸がん検診	7月23日
乳がん検診	7月25日
前立腺がん検診	7月27日
腹部超音波検診	7月28日
大腸がん検診	7月29日
胃がん検診	7月30日
骨粗鬆症検診	7月30日
結核・肺がん検診(※)	7月30日
肝炎ウイルス検診	7月30日

〒969-0001 上天草市 〇〇〇〇 〇〇〇 〇〇〇

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	4日・11日 19日・25日	午前9時30分～11時 (午前9時30分～9時45分)
市保健センター	20日 随時交付(手帳)	午前9時30分～11時 (随時)
姫戸統括支所	15日	午前9時～10時 (午前9時～9時15分)
龍ヶ岳統括支所	15日	午前10時30分～11時30分 (午前10時30分～10時45分)

【用意するもの】 母子健康手帳
上記以外の日も随時各統括支所の窓口で母子健康手帳の発行を行っています。その場合保健センターから後日連絡をし、保健師・栄養士の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か月児学級	バスタオル	28日	H28. 5	午後1時～ 1時15分
3～4か月児健診	バスタオル	5日	H28. 3	
6～7か月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	13日	H27.12	
1歳6か月児健診	尿	19日	H26.12	
2歳児歯科健診	歯ブラシ (仕上げ磨き)	21日	H26. 7	
3歳児健診	聴力・視力 検査用紙	26日	H25. 6	

【場所】上天草市保健センター
【用意するもの】 母子手帳と問診票は、どの健診および学級でも必ず持参ください。
※2歳児歯科健診の問診票は会場配布します。

診療案内

	月	火	水	木	金
内科 代謝内科	坂本 和田 古川 代謝内科 (熊大)	和田 溝部 古川	樋口 坂本 古川	樋口 溝部 和田 守田	坂本 溝部 中本 応援医師
循環器内科	脇田	前田	脇田	脇田	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	(午後) 木内 (岩橋)	藤松
小児科	田原	島袋 (田原)	田原	島袋 (田原)	田原
産婦人科	姫野	姫野	姫野	姫野	姫野
耳鼻咽喉科		熊大			熊大
眼科	栗井	竹下	竹下	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	福田 城野
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田

	月	火	水	木	金	
急患 担当	午前	城野	福田	蓮尾	福田	城野
	午後	古川 (溝部)	前田	和田 (溝部)	溝部 (坂本)	中本

	月	火	水	木	金
教良木診療所	樋口	坂本	応援	応援	古川

- 診療受付時間は、午前8時30分から午前11時30分までです。
- 木曜日の整形外科（予約制）は、午後2時から診療を行います。
- 歯科口腔外科は月曜から金曜の午後も診療を行います。
- 脳神経外科は月2回（第1・3水曜日）の午後2時から診療を行います。（予約制）
- 泌尿器科は毎週火曜日に診療を行います。
- 内科は木曜の午後5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。

がんサロン（ナイトサロン）

日程	6月24日 午後7時から午後9時まで
場所	大矢野総合体育館 会議室

※6月はナイトサロンです。参加希望の方はご連絡ください。

■問合せ先 上天草総合病院
☎0969 (62) 1122

看護学校に入学して

40期生 網川若菜

上天草看護専門学校へ入学して約1週間が過ぎた。初めての寮生活で慣れない部分もあるが、毎日がとても充実して楽しい。テレビがないところが少し不便だが、不自由なく過ごしている。この前は、学校が終わり、みんなで野球をした。高校でスポーツをしていた人もしていない人も混じってとても楽しかった。このクラスの一番良いところは、一人が孤立することなく、全員が助け合おうところだと思う。

親元を離れて、これまで親まかせにしていたことが多かったということを感じ、親に感謝をしたい。今週は地震が起き、家族から自分を心配して電話をくれ、家族の温かみを感じた。そんな家族のためにも、自分の夢を実現して安心させられるように、これから自分に出来ること、やらなければならないこと、何事も積極的に責任を持って努力していきたい。この学校で出会った友人を大切に、また、お互いに高め合いながら、これから国家試験合格に向けて勉強に励みたいと思う。



上天草総合病院職員を募集します

上天草総合病院では平成29年度の職員採用試験を次のとおり実施します。

- 職種・人員 助産師1人、看護師10人程度
- 応募資格
 - 助産師 助産師免許取得者または来春助産師養成機関卒業見込みの人
 - 看護師 看護師免許取得者または来春看護師養成機関卒業見込みの人
- 受付期限 7月8日（金）必着
- 応募手続 履歴書、看護師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）を提出してください。
- 試験日時 7月16日（土）午前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



熊本赤十字病院から 戻ってきました



副院長兼内科部長
溝部 孝則

平成28年4月より副院長兼内科部長を拝命しました。溝部です。上天草総合病院は、3回目の赴任です。初めは医師になって3年目の昭和63年から1年間内科医長として、次に平成11年から12年間内科部長として勤務しました。平成23年7月に上天草総合病院を辞した後、熊本赤十字病院呼吸器内科に在籍して主に肺癌、重症肺炎、気胸の患者さんを診てきました。小児の希少疾患や気道熱傷といった大病院ならではの疾患も経験できました。朝9時から夜8時頃まで外来をしたこともあるくらい肉体的にはしんどいのですが充実した5年間でした。

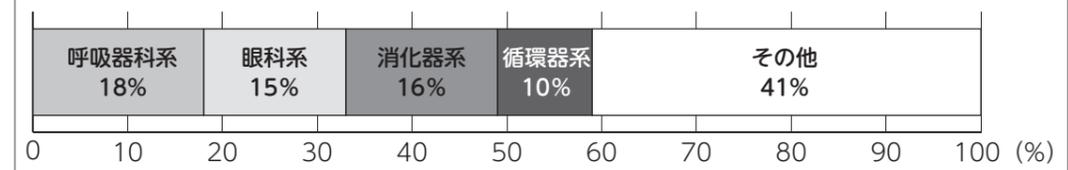
これらのは疾患を含め、気管支喘息や肺気腫といったさまざまな呼吸器疾患、その他の分野の疾患でガイドラインが進み、大病院と同じレベルの治療ができる時代になってきました。また、手順をマニュアル化することはうっかりミスを防いで診療を均質化することができます。当院は熊本市から遠く離れた地方の病院ではありますが、上天草の中核病院としてレベ

市立病院 だより

ね」とお話しできたことは私にとっても驚きであり、何にもまして嬉しいことでした。基礎疾患、特に肺気腫や間質性肺炎のある方の肺炎は重症化することが多く、主に呼吸器内科が治療にあたりました。呼吸管理、栄養管理、リハビリテーションなどを組み合わせて行う治療を勉強しました。チーム医療が有用で、効果的であることを痛感しました。気胸は呼吸器内科の救急疾患の一つですが、経過のバリエーションが多く、その場その場での判断が求められます。米国や英国のガイドラインを参考にしながら、科学的根拠に沿った治療を行いました。気管支鏡による気胸の治療など最新の治療についても学ぶことができました。

平成26年度当院の患者数割合をお知らせします。

いちばん多いのは呼吸器科系の疾患で18%、眼科系疾患で15%、消化器系疾患16%、循環器系疾患10%となっています。天草二次医療圏内の患者数・シェア分布においても、呼吸器系疾患、消化器系、眼科系、循環器系は高くなっており、このようなデータを活用し医療提供体制の整備を図ります。



ルの高い診療を目指してまいります。どうぞ今後ともよろしくお願

お知らせ

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(木)
- ▼口座振替日 6月27日(月)
- ▼問合せ先 税務課市民税係

☎ 0964(26) 5519

平成28年度自動車税納期変更・県税減免等窓口

県では、平成28年熊本地震による被災状況を考慮し、自動車税の納期を「5月1日(日)～5月31日(火)」から「8月1日(月)～8月31日(水)」に変更しました。なお、平成27年度自

動車税納税証明書(継続検査用)は、平成28年8月30日(火)まで使用可能です。また、天草広域本部税務課では県税減免などの相談窓口を設けています。詳細は県ホームページに掲載していますのでご覧ください。

▼問合せ・相談窓口 熊本県天草広域本部税務課

☎ 0969(22) 4370

相談・申請

年金相談

☎ 健康づくり推進課

年金全般に関する相談を受け付けます。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 7月21日(木) 午前10時～午後3時
▼場所 大矢野庁舎書庫棟

消費全般に関する相談を受け付けます

☎ 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、

行政相談

☎ 生活環境課

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 7月7日(木)

▽松島 午後1時～午後4時・松島庁舎

▼開設日 7月14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 生活環境課市民係

☎ 0964(26) 5534



弁護士無料法律相談所

☎ 生活環境課

家庭・金銭・相続・登記などの法律に関する困りごとや心配ごとに対し、弁護士が指導および助言を行い、その問題の解決または解決

の糸口となることを目的として開設します。

▼対象者 本市にお住まいの人または通勤・通学している人

▼開設日時 7月19日(火) 午後1時から5時まで

▼開設場所 大矢野庁舎1階相談室

▼相談方法 面談相談(ただし、同一の相談に対し1回)

▼相談時間および費用 1人1回30分間。費用は、無料です。

▼申込方法 完全予約制 ※電話での申し込みに限り

ます。 ※FAX、メールなどでは受付できません。

▼申込・問合せ先 生活環境課市民係

☎ 0964(26) 5534

家庭児童相談員・婦人相談員

☎ 福祉課

上天草市福祉事務所には、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・父子自立支援員)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談員が対応します。

▼家庭児童相談員

○内容 養育相談、発達相談、虐待やしつけ相談など

○窓口 上天草市福祉事務所

☎ 0969(28) 3351

○日時 毎週月・火・木曜日 午前8時30分～午後5時15分

▼婦人相談員(母子・父子自立支援員)

○内容 夫や恋人などからの暴力(DV)、母子・父子家庭の自立に関すること、母子・父子及び寡婦福祉資金の貸付、その他女性が抱える問題など

○窓口 上天草市福祉事務所

☎ 0969(28) 3351

○日時 毎週火・水・金曜日 午前8時30分～午後5時15分

▼問合せ先 福祉課子育て支援係

☎ 0969(28) 3351

児童相談所巡回相談

☎ 福祉課

熊本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及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、必要に応じて小児科医または精神科医)が巡回し、相談にあたります。

▼活動内容 児童や保護者

などからの相談に関する対応(養育相談、発達相談、虐待やしつけ相談、家出や非行などの相談、不登校や引きこもりの相談など)

▼相談日 毎月第2水曜日、

第4木曜日※申込締切は相談日の1週間前

▼場所 天草地域振興局、天草市役所(天草市)

▼申込方法 専用の申込書

に基づき完全予約制で行います。詳しくはお問い合わせください。

▼申込・問合せ先 福祉課

子育て支援係

☎ 0969(28) 3351

知的障がい者(児)相談

☎ 福祉課

熊本県福祉総合相談所が巡回相談を行います。

▼日時 9月13日(火)～14日(水)

▼場所 天草地域振興局(天草市)

▼相談内容

○療育手帳の新規判定(対象は3歳以上)

※18歳以上の新規判定は13日のみ

○療育手帳の再判定

○知的障がい者に関する総合的な相談(18歳以上)

▼面接枠 5人(上天草市)境課、姫戸・龍ヶ岳統括支所

▼申込先 福祉課、生活環境課、姫戸・龍ヶ岳統括支所

▼申込締切 7月29日(金)

▼問合せ先 福祉課障がい福祉係

☎ 0969(28) 3373

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

▼期間 6月27日(月)～7月3日(日)

▼時間 平日は午前8時30



平成28年熊本地震に伴う心のケア

福祉課

厚生労働省では熊本地震で被災された住民(事業者、労働者とその家族など)のメンタルヘルス・健康不安に関する相談のほか、相談者の意向を踏まえ、最寄りの労働基準監督署など関係機関の紹介などの対応を行っています。

心の相談ダイヤル

0120(783)728 (フリーダイヤル)

受付時間 平日10時から17時まで(土・日・祝日を除く)

健康相談ダイヤル

0120(021)506 (フリーダイヤル)

受付時間 月・水・金曜日13時から17時(祝日を除く)

※詳しくはホームページ http://kokoro.mhlw.go.jp/east-japan-earthquake/ を確認してください。

問合せ先 福祉課障がい福祉係 0969(28)3373

イベント・募集

家族介護教室

高齢者ふれあい課

介護者が介護技術を習得でき、仲間づくりができるよう家族介護教室を開催します。

対象 自宅で高齢者を介護する家族など

参加費 無料

日時① 6月29日(水) 午後2時~3時

場所 翔洋苑 ユニット棟1階地域交流スペース

テーマ 『年をとってもおいしく食べるお口のケア』

問合せ先 姫戸在宅介護支援センター

0969(58)3633

日時② 7月15日(金) 午前10時~11時30分

場所 松島在宅介護支援センター 中会議室(元原田医院)

テーマ 『学ぼう 楽な介護方法』

問合せ先 松島在宅介護支援センター 0969(25)2119

「あまくさ浪漫紀行」参加者募集

子どもたちに天草の歴史・文化・自然など地域の魅力を伝え、郷土愛を育むために「FIVE RESPECTS」あまくさ浪漫紀行」と題し、明治時代に五足の靴がたどった道(富岡港~大江天主堂)を1泊2日で歩いて廻ります。

日時

事前学習会 8月7日(日) 午前中

事業当日 8月20日(土) から21日(日)まで

※雨天時 9月10日(土)~11日(日)

対象者 天草地域の小学5、6年生

定員 30人

参加費 無料

応募方法 当会議所のホームページから応募用紙をダウンロードし、7月11日(月)までにお申込みください。

申込・問合せ先 一般社団法人天草本渡青年会議所事務局 0969(23)0018

海運業に対する支援制度を創設

産業雇用創出課

上天草市においては海運業の振興と担い手不足解消を目的とした各種補助金制度を創設しました。

海運業振興事業費補助金

海運事業者のPR活動などに對する事業補助金

新規船員雇用育成事業補助金

海技士資格取得に至るまでの人件費の一部補助

上級海技士免許取得補助金

上級海技士免許の取得に要する経費の一部補助

定住促進船員家賃補助金

民間借家等の家賃支払いに要する経費の一部補助

海運事業設備投資資金利子補給補助金

設備投資の借入資金に係る利子の一部補助

定住促進船員就職祝い金

市内海運事業者に就職した際の祝い金

※詳しくはお問い合わせください。

問合せ先 産業雇用創出課企業誘致・産業支援係 0964(26)5531

受講料無料 樹木剪定講習会

開催日 6月29日(水) 7月1日(金)の10時~16時

場所 松島総合センターアロマ

募集人員 15人

応募締切 6月22日(水)

応募資格 60歳以上でシ

ルバー人材センターへ入会希望者、センター会員

応募方法 上天草市シルバー人材センターまで申込書を提出してください。

問合せ先 上天草市シルバー人材センター 0964(59)2228

戸建木造住宅の耐震診断

都市整備課

補助対象者 建築物の所有者 市税・使用料などの滞納がない人

補助金の額 上限25万円

募集戸数 1戸(抽選)

申込方法 申請書に必要書類を添付し、都市整備課に提出してください。

申込期間 7月1日(金)~7月29日(金)

※申込期間後、抽選を行い当選者を決定します。

※申込者がいなかった場合は、8月1日(月)以降随時受付を行います(先着順)

問合せ先 都市整備課都市計画・住宅係 0969(28)3366

戸建木造住宅の耐震診断

都市整備課

市税・使用料などの滞納がない人

補助金の額 耐震診断に要する費用の2/3以内の額(限度額8万円)

募集戸数 1戸(抽選)

申込方法 申請書に必要書類を添付し、都市整備課に提出してください。

申込期間 7月1日(金)~7月29日(金)

※申込期間後、抽選を行い当選者を決定します。

※申込者がいなかった場合は、8月1日(月)以降随時受付を行います(先着順)

問合せ先 都市整備課都市計画・住宅係 0969(28)3366

ねんきんて笑顔

障害基礎年金

国民年金の加入中に初診日がある病気やケガなどで障がいの状態になったとき、障害認定日(初診日から1年6カ月を経過した日、またはその期間内に症状が固定した日)において、障害等級の1級または2級に該当した場合は、障害基礎年金を受けることができます。

ただし、初診日が属する月の前々月までに、保険料を納めた期間(厚生年金加入期間等を含む)と免除期間(若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む)を合算した期間が、加入期間の3分の2以上必要となります(特例として、初診日が平成38年3月31日までにあるときは、初診日の属する月の前々月までの1年間に保険料の未納期間がなければよいことになっています)。

20歳前に初診日のある病気やケガによって障がいの状態になった方は、障害等級の1級または2級に該当すれば20歳から(障害認定日が20歳以後の場合は、障害認定日から)受給できます。ただし、この場合本人に一定額以上の所得や他年金の受給がある場合、支給が制限されます。

障害基礎年金の年金額は、1級障害で975,125円(月額81,260円)、2級障害で780,100円(月額65,008円)となっています。

また、障害基礎年金を受けられる方に生計を維持されている18歳までの子、または20歳未満で障害基礎年金1・2級の状態にある子がいる場合、1人目・2人目は各224,500円、3人目以降は各74,800円の加算が受けられます。

■問合せ・相談先 本渡年金事務所 0969(24)2112 市健康づくり推進課国保事業係 0969(28)3375

シューウィーゼミ(通称松本塾)生徒募集 本気でやれば必ず伸びる! 小5~中2までの生徒を募集しています。 *私学特待生推薦制度有り。(現在、学費、寮費免除または、半額のもと国立医学部、薬学部、防大、公務員、等、十数名の生徒達が目標に向け、各々の高校で頑張っています。) 〇英検対策(目標中3で2級まで) 〇希望者の必要に応じた無料個別指導。 〇自習室完備 *詳細は、090-2584-1069(松本)まで

(有料広告)

平成28年度第2回甲種
防火管理新規講習会

▼日時
○1日目 8月8日(月)
9時～16時
○2日目 8月9日(火)
9時30分～15時40分
▼会場 天草広域連合消防
本部(天草市)
▼受講料 3800円
※受付期間終了後に納付書
を郵送しますので、7月
15日(金)までに金融機
関で納入してください。

▼対象者 天草管内居住者
または勤務者
▼申込方法 申込書と顔写
真を消防本部が最寄りの
消防署に提出してください。

※申込書は消防本部、最寄
りの消防署に用意してあ
る他、天草広域連合の
ホームページからもダウ
ンロードできます。

▼受付期間 6月20日(月)
～27日(月)
※定員に達した時は締め切
ります。
▼その他 講習会1日目の

受付は、8時30分から9
時までです。
▼問合せ先 天草広域連合
消防本部予防課
☎0969(22) 3305

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。

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。
皆さんのご参加・ご協力を
お願いします。

▼行動目標
・犯罪や非行のない安全・
安心な地域社会を築くた
めの取組みを進めよう
・犯罪や非行をした人たち
の立ち直りを支えよう
▼重点事項
・出所者などの事情を理解

した上で雇用する企業の
数を増やすこと
・帰るべき場所がないまま、
刑務所から社会に戻る人
の数を減らすこと
▼問合せ先 総務課総括係
☎0964(26) 5526

6月23日～29日は
「男女共同参画週間」
☎総務課

内閣府では「男女共同参
画社会基本法」の公布・施
行日が平成11年6月23日
あることを踏まえ、毎年6
月23日から29日までの1週
間を「男女共同参画週間」
とし、さまざまな啓発活動
を行っています。

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」の実現のためには、行
政だけでなく市民一人一人
の協力が必要です。

私たちのまわりの男女の
パートナーシップについて
この機会に考えてみません
か？
▼問合せ先 総務課総括係
☎0964(26) 5526

「雨の日」のごみの収集
☎生活環境課

収集日に雨が降っている、
もしくは降りそうなときは、
「布団」「じゅうたん」な
どの水を吸収する粗大ごみ
や「紙類」「古着類」の資
源物は出さないように願
います。

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
はカビの発生や傷みなどの
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 生活環境課環
境衛生係
☎0964(26) 5524



農地などの災害復旧
☎農林水産課

農地(田・畑)や農業用
施設(農道・水路など)が、
暴風・豪雨・地震など異常
な天然現象で被害を受けた
場合、原形に復旧する「災
害復旧事業」があります。

農地は、耕作中の土地が
対象であり、遊休地は対象
外です。また、受益者分担
金が必要となります。
農業用施設は、受益者
(利用者)が2戸以上であ
り、適切に維持管理を行っ
ていることが条件です。

事業の採択には一定の要
件がありますので詳しくは、
お尋ねください。

▼問合せ先 農林水産課耕
地・林務係
☎0964(26) 5515

桜の若木を寄贈します
☎農林水産課

宝くじの社会貢献広報事
業による助成を受けて、さ
くらの植栽、育成、保存を
図り、豊かな自然環境、生
活環境を保全するために行
われる事業です。

▼寄贈対象 宝くじ桜を植
栽、育成、手入れ、保存
を行い、自然環境、公益
活動をする団体などで、
次の要件を満たす箇所。
○桜により自然景観を向上

▼寄贈時期 12月～平成29
年1月下旬
▼申請・問い合わせ先 農林
水産課耕地・林務係
☎0964(26) 5515



させることができ、植栽
計画、手入れ・管理体制
が整備されている箇所。
○50本～450本の桜の植樹が
可能な箇所。
※申請様式など詳しくは、
お問い合わせください。
▼申請期間 7月1日(金)
※必着

こんにちは、
地域包括支援センターです

体と頭の健康のために

梅雨の時期になると外に出るのがおっ
くうになりますね。しかし、家の中では
かり過ぎすと、体を動かす機会や人と関
わる機会が減ってしまいます。体や頭を
使わないとだんだん機能が低下してい
きます。いつまでも元気で過ごすために、
体や頭の運動をすることが大切です。

ポイント

- 1、家の中でもストレッチや足ふみ運動
を行いましょう。
- 2、手を使うことは脳の働きを促します。
習字や日記を書くことは脳の栄養剤に
なります。
- 3、掃除や炊飯など自分でできることは
できるだけ自分で行いましょう。
- 4、ストレスを溜めないようにしましょう。
- 5、できるだけ地域の活動に参加し、積
極的に人と関わるようにしましょう。
自分でできることは積極的に行いなが
ら、地域でお互いを支えあっていきま
しょう。



■問合せ 地域包括支援センター
☎0969(28) 3378

市のデータ

人口	28,781人 (-70)
男性	13,603人 (-31)
女性	15,178人 (-39)
世帯数	12,002戸 (-3)
市の面積	126.15km ²
平成28年4月30日現在 ()は前月比	

公益社団法人 上天草市シルバー人材センターからのお知らせ

庭木の剪定時期ではないですか？ 樹木のお手入れやふるさとのお家や所有地の管理など相談に応じます。

- ・除草、剪定、大工、屋内外の軽作業、農作業、障子等の張替、家の掃除、墓の掃除、蜂の巣除去等
- ・梅雨明けやお盆前には、依頼が多くご希望に対応できないことがあります。お早目にご相談ください。
- ・ふるさとの自宅や所有地、お墓などの管理はいかがでしょうか？ お気軽にご相談ください。

■お問い合わせ：上天草市大矢野町中3089番地1 (公社) 上天草市シルバー人材センター ☎0964-59-2228

(有料広告)

平成29年度採用市職員を募集します

市では、平成28年度職員採用試験（平成29年度採用）を次の要領で実施します。



■試験職種及び採用予定人員、受験資格など

区分	職種	採用予定数	年齢及び免許・資格など
大学卒業程度	一般事務職	6人程度	昭和56年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による大学（短期大学を除く。）を卒業又は平成29年3月末までに卒業見込みの者（上天草市長が同等の資格があると認める者を含む。）
	技術職（建築）	1人程度	
短大卒業程度	保育士	2人程度	昭和56年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による短期大学を卒業又は平成29年3月末までに卒業見込みの者（上天草市長が同等の資格があると認める者を含む。）で、保育士の資格を有する者又は平成29年3月末日までに取得する見込みの者
高校卒業程度	一般事務職	2人程度	昭和56年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた者で、学校教育法による高等学校を卒業又は平成29年3月末までに卒業見込みの者
	技術職（土木）	2人程度	ただし、学校教育法による大学（短期大学を除く。）を卒業又は平成29年3月末日までに卒業見込みの者は除く

■勤務先および職務内容

○一般事務職…市長事務部局等に勤務し、事務の職務に従事 ○保育士…市長事務部局等に勤務し、保育の職務に従事 ○技術職…市長事務部局等に勤務し、専門技術の職務に従事

■受験手続

- ①受付期間 7月15日（金）から8月1日（月）まで（土曜日、日曜日及び祝日を除きます。）
受付時間は、午前8時30分から午後5時まで
※郵送の場合は、8月1日（月）までの消印のあるものに限り受け付けます。
- ②申込・問合せ先 〒869-3692 熊本県上天草市大矢野町上1514
上天草市役所総務課行革・人事係 ☎0964 (26) 5527 (ダイヤルイン)
- ③申込手続 上天草市発行の申込用紙に必要事項を記入して、受験票送付用の52円切手を添えて前記申込先に郵送又は持参してください。郵送する場合は、表に「上天草市職員採用試験申込」と朱書きし、必ず簡易書留郵便で送付してください。
- ④申込用紙の請求
○直接受取の場合 申込用紙は上天草市役所総務課行革・人事係（大矢野庁舎2階）、市民課（松島庁舎1階）、姫戸統括支所、龍ヶ岳統括支所に用意しています。
○郵便請求の場合 表に「上天草市職員採用試験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（A4判が入るもの）を同封のうえ、上天草市役所総務課行革・人事係へ請求してください。
○インターネットで出力する場合 市のホームページ（<http://www.city.kamiamakusa.kumamoto.jp/>）にアクセスしてダウンロードしてください。（注：必ず厚紙で両面印刷すること）

■試験の日時および場所

① 1次試験

区分	日時	試験会場	合格発表
全区分	9月18日（日） 8時30分集合	上天草市役所 大矢野庁舎	10月上旬に合格者のみ通知します。また、合格者の受験番号を市役所に掲示します。

② 2次試験

区分	日時	試験会場	合格発表
全区分	11月中旬の予定	上天草市役所 大矢野庁舎	11月下旬に合格者、不合格者とも通知します。また、合格者の受験番号を市役所に掲示します。

入札情報

監理課

- 4月26日入札分
- ▼姫戸埋立地本管新設工事（2）
 - ① 姫戸町姫浦地区内
 - ② (有)天草防災電気設備
 - ③ 姫戸町
 - ④ 428万2200円
 - ⑤ 5月～7月
- ▼龍ヶ岳小学校災害復旧（軒樋）工事
 - ① 龍ヶ岳町高戸2748番地
 - ② (有)瀧下建設
 - ③ 龍ヶ岳町
 - ④ 337万7160円
 - ⑤ 5月～6月
- 5月10日入札分
- ▼上天草市姫戸統括支所等外構整備工事
 - ① 姫戸町姫浦地区内
 - ② (有)竜王建設
 - ③ 龍ヶ岳町
 - ④ 427万3200円
 - ⑤ 5月～9月
- ▼湊大橋補修工事
 - ① 松島町合津地区内
 - ② (株)礎 上天草営業所
 - ③ 松島町
 - ④ 378万5400円
 - ⑤ 5月～10月

▼姫戸地区（永目）埋立造成工事（その3）

- ① 姫戸町姫浦地区内
- ② (有)山口海運
- ③ 姫戸町
- ④ 215万2800円
- ⑤ 5月～9月
- ▼市道亀の迫江後線単独災害復旧工事（その1）
 - ① 大矢野町中地区内
 - ② (有)マサル建設
 - ③ 大矢野町
 - ④ 312万1200円
 - ⑤ 5月～6月
- ▼前島総合開発交差点整備用地測量業務委託
 - ① 松島町合津地区内
 - ② (株)エイト日本技術開発 熊本支店
 - ③ 熊本市
 - ④ 86万4千円
 - ⑤ 5月～7月
- ▼市道古野賤の女線用地測量業務委託
 - ① 大矢野町上地区内
 - ② 旭測量設計(株)上天草支店
 - ③ 大矢野町
 - ④ 56万1600円
 - ⑤ 5月～6月
- ▼問合せ先 監理課契約検査係
☎0964 (26) 5533

お詫びと訂正

生活環境課

4月号34ページ（下）に掲載した「犬・猫の避妊去勢手術を補助します」に誤りがありました。補助金額は「手術費用の2分の1以内（限度額10,000円）で1世帯当たり1回（頭）分まで」でした。お詫びして訂正します。

▼問合せ先 生活環境課環境係

☎0964 (26) 5524

ロアッソ熊本「上天草市タウンデー」開催中止

社会教育課

広報上天草5月号28ページに掲載した、ロアッソ熊本「上天草市タウンデー」開催は、熊本地震の影響により中止となりました。参加を希望されていた人には申し訳ありませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。ご不明な点はお問い合わせください。
▼問合せ先 社会教育課スポーツ推進係
☎0969 (28) 3380

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、翔洋苑、きららの里、相生荘）でボランティアアサビー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、花水木、創作菓子工房アローム、本郷絵手紙もみじ会、天理教大矢野支部、圓尾玲子、西山カラオケ教室、濱口民謡教室、草野麻美、こっぴ劇団、木下とも子、なごみ、さくらコール、宗家藤乃流藤乃勢浩社中、龍ヶ岳町老人クラブ洗濯ボランティア、藤乃会



多くの方から義援金をいただいています。

市には、これまで、熊本地震への義援金が多く寄せられています。5月19日（木）には、スパ・タラソ天草の指定管理者である株式会社ウェルネスデベロップメント（東京都）の野田社長が市役所を訪問し、熊本地震の被害の義援金を堀江市長に手渡しました。「関東では、今も被害が大きかった地域の映像を繰り返し放映している」と野田社長は心配そうに話していました。



義援金を手渡す野田社長（右）

💡 後期高齢者を対象に“お口”の健康診断を行います！

後期高齢者の噛む力や、飲み込む力が低下することで、飲み込んだ物が肺に入ってしまう、肺炎や呼吸困難になることなどを予防するため、口の中の機能をチェックします。また、お口の健康を保つことで他の病気にも掛かりにくくなりますので、この機会にお口の健康診断を受けましょう。

■**健診内容** 歯と飲み込む力の検査をした後に改善方法の指導も行います。

■**対象者** 後期高齢者医療被保険者（後期高齢者医療保険の保険証を持っている上天草市民）

■**個人負担金** 400円

※健診結果による精密検査および治療費用は、自己負担となります。

■**実施期間** 12月31日まで

■**実施場所** 天草郡市歯科医師会協力歯科医療機関（事前に予約が必要です。）

■**問合せ先** 健康づくり推進課国保事業係 ☎0969 (28) 3375



■協力歯科医院

医院名	場所	電話番号
としなが歯科医院	大矢野町上	0964(56)3113
いさみ歯科医院	大矢野町中	0964(56)1377
湯島診療所	大矢野町湯島	0964(56)4161
松原歯科医院	松島町合津	0969(56)1212
嶽本歯科医院	松島町合津	0969(56)2648
竹中歯科医院	姫戸町二間戸	0969(58)3188
簗下歯科医院	姫戸町姫浦	0969(58)2135
上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸	0969(62)1122
道脇歯科医院	龍ヶ岳町樋島	0969(62)1610

💡 天草五橋開通当時の写真とエピソードを募集します

今年、天草五橋開通から50周年を迎え、天草地域にとって大きな節目の年となります。天草五橋は開通以来、市民の生活の一部となり、天草地域にとって無くてはならない存在です。

市では、このことを踏まえ、改めて天草五橋に想いを馳せ、上天草の未来を考える契機とするため、天草五橋に関する写真とそのエピソードを募集します。写真やエピソードは広報上天草やホームページ等に掲載する予定です。

■**写真** 天草五橋が開通した昭和41年頃に撮影したスナップ写真1点

※写真は、後日お返しします。

■**エピソード** その写真にまつわる思い出話（文字数は300～400字）

※天草五橋に関連する話であることが必要です。

■**募集期限** 7月29日（金）※必着

■**応募方法** 写真の撮影時期・場所、応募者の住所・氏名・連絡先を明記の上、エピソードとともに総務課に持参するか、郵送してください。

■**応募・問合せ先** 〒869-3692 上天草市大矢野町上1514 上天草市役所総務課秘書広報係 ☎0964 (26) 5525



💡 国民健康保険被保険者証などの更新をお忘れなく

国民健康保険被保険者証

上天草市国民健康保険の被保険者にお渡ししてある被保険者証の有効期限は、ほとんどが平成28年7月31日までとなっています。

新しい被保険者証は、7月中に世帯主あてに簡易書留で郵送する予定としていますので受取りをお願いします。

配達日に不在の際は、郵便局の指示に従い、7月末日までに受け取りを済ませてください。ただし、国民健康保険税の滞納がある世帯は、郵送しませんので別途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

8月以降も必要な人は、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、国民健康保険の場合は改めて申請が必要となりますので間違いがないよう、ご注意ください。

対象者	所得区分	認定証区分	自己負担限度額	
			外来	入院
70歳未満	年間所得901万円超の人	限度額適用認定証	25万2600円+(医療費-84万2000円)×1%	
	年間所得600万円超901万円以下の人		16万7400円+(医療費-55万8000円)×1%	
	年間所得210万円超600万円以下の人		8万100円+(医療費-26万7000円)×1%	
	年間所得210万円以下の人	5万7600円		
	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	
70歳～74歳	現役並み所得者	必要なし (被保険者証で限度額適用する)	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。

※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360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。

また、住民税非課税世帯で90日を超える入院の場合は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、更新時に改めて申請してください。

■**問合せ先** 健康づくり推進課国保事業係 ☎0969 (28) 3354





参加者大募集！

9月25日(日)開催 『天草五橋 Hand in Hand』

“VISIT あまくさプロジェクト”の目玉イベントとして、9月25日(日)に天草五橋の2号橋～4号橋一帯で開催する『天草五橋 Hand in Hand』。同イベントの参加者を募集します。

皆さん、ぜひご参加いただき、天草の次の50年に向けた夢や希望や想いを共有するとともに、熊本の復興に向けて天草からエールを送りましょう！

『天草五橋 Hand in Hand』とは…2号橋～4号橋間の約2.5kmを最大2500人が手をつなぎ、島と島を結ぶというイベントです。

- 対象 小学1年生以上(小学生は保護者同伴)。
- 申込期間 6月20日(月)～8月31日(水)
- 申込方法 『天草五橋 Hand in Hand』のホームページ(<http://ahhp.jp> または、下のQRコードからアクセス)内にある応募フォームから申し込んでください(定員に達し次第締切)。
- 参加費 大人1000円、子ども(小学生)500円。※参加記念品あり
- 問合せ先 「天草五橋 Hand in Hand 事務局」
〔株)RKKメディアプランニング内〕
☎096 (351) 3819



毎年6月の児童手当の現況届をお忘れなく



児童手当は、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などを引き続き受給できる要件を満たしているかを確認するものです。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。現況届の提出依頼を全受給者に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が必要
- 児童手当用所得証明書
- ※平成28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
- 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
- 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
- 養育する児童の個人番号がわかる書類
- ※養育する児童と別居している場合に必要

■提出期限 平成28年6月30日(木)

■提出先 生活環境課(大矢野庁舎)、市民課(松島庁舎)、姫戸・龍ヶ岳統括支所、各出張所

■問合せ先 福祉課子育て支援係

☎0969 (28) 3351

お子さんの写真を募集しています!

上天草市に在住している0～5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総務課秘書広報係(☎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いたしませんのでご了承ください。

市役所の開庁時間

月曜日～金曜日
午前8時30分～午後5時15分
(※祝・休日、年末年始を除く)



▼今年には五橋が開通して50年になります。開通以来、地域住民の生活の一部となり、無くてはならない存在です。広報紙では、開通当時の暮らしなどを振り返る特集を計画中です。この節目の年に皆さんも、改めて天草五橋に想いを馳せてみませんか。(一)

▼先日、母の還暦同窓会がありました。両親と同年代の方を見ると、自分が小さい頃に見た60歳代と比べ、元気で、精力的に活動される方が多く、憧れることもあります。自分もその年代になったときに、今の60歳代の方と同じようにありたいと感じさせられました。(二)

編集後記

高校生特派員

かみあまくさ
広報部

今回は私たちが記事を作成しました！



チーム 上天草乃風
上天草高校3年 山下祐輝、森将貴、渡辺孝二、松尾海星

地震で繋がった人の輪

「助けたい」という気持ちを実行に

4月14日(木)、午後9時26分に熊本地方で大きな地震(前震)があり、16日(土)の午前1時25分に本震(最大震度7)がありました。幸いにも、上天草市はそれほど被害はありませんでしたが、忘れることのできない恐怖を覚えました。

上天草高校では、生徒会を中心に4日間にわたる義援金の募金活動に取り組みました。生徒や地域の方々の協力により『21万9709円』が集まりました。



<ご協力ありがとうございました>

防災グッズの紹介

地震に備える

私たちは、ホームプラザナフコ大矢野店に取材に行きました。そこには、たくさんの防災グッズがありました。ここでは、2つ紹介します。

今回のような地震が再び起こった場合に備えて最も役立つものとしてあげられるものは、ポリタンクと耐震ポールです。生きていくうえで水はとても大切なものであり、実際にポリタンクは震災後最も売れた商品です。耐震ポール(つっぱり棒)は、タンスや本棚、食器棚の転倒防止にとっても役立ちます。



▲ポリタンク



▲耐震ポール



▲ホームプラザナフコ大矢野店
永野店長

取材を通して大変な時こそ人の輪が繋がることの大切さが分かりました。永野店長から「本震の翌朝、店舗が停電していたため、急いで発電機を使い外で待つお客様のために開店した」と聞きました。自分のことよりも人のために行動する姿勢に『思いやりの心』を感じました。

また、被災した方々のために何ができるかを考え、自ら募金活動に励む生徒たちの姿はとても誇らしかったです。募金活動や永野店長の話を聞き、上天草市の人々の温かさを感じることができました。