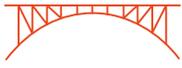


# 上天草



人と海のふれあうまち

KAMIAMAKUSA



## Contents

### 特集 世界と戦う

- 月刊市長室なう
- まちのわだい
- 病院だより
- 健康ガイド
- 生涯学習・図書館だより
- お知らせ

P2

P8

P10

P12

P14

P16

P18

5/28 「あまくさ村カップ」キッズサッカー大会

いきなり  
Question

次の3名は何の競技のスポーツ選手でしょう？

ふじ た みち のぶ  
藤田 道宣 さん (30)

1986年11月22日生まれ、龍ヶ岳町出身。  
樋島小-龍ヶ岳中-平安高校(京都府)-龍谷大学卒業。  
趣味は、身体を動かすこと。  
休日は犬の散歩をして過ごしている。  
座右の銘は「挑戦」。  
尊敬する人は太田雄貴さん(フェンシング選手)。

1日のタイムスケジュール

0	6	9	12	14	16	18	20	21	24(時)
就寝	起床・朝食	練習	昼食 休憩	練習		トレーニング	夕食	フリー タイム	



うら もと だい し  
浦本 大嗣 さん (31)

1985年7月25日生まれ、大矢野町出身。  
中南小-大矢野中-熊本工業高校-国士舘大学卒業。  
趣味は、TVゲーム・スマホゲーム。  
休日はドライブをしながらラーメン屋巡り。  
座右の銘は「やるときはやる」。  
尊敬する人は家族。

1日のタイムスケジュール

	7	8		17	21	23	24(時)
就寝	起床・準備	仕事	練習	フリー タイム	就寝		

こ ばた ま こ  
小幡 真子 さん (24)

1992年8月15日生まれ、大矢野町出身。  
中南小-大矢野中-九州文化学園高校(長崎県)-日本体育大学卒業。  
趣味は、写真を撮ること。  
休日は自然がある場所に行ったり、買い物をしている。  
座右の銘は「感謝」。  
尊敬する人は両親。

1日のタイムスケジュール

0	7	8	9	12	14	18	19	20	23	24(時)
就寝	起床・食事	準備 ストレッチ	練習	練習	食事	お風呂	今日の ふり返り	就寝		



# 特集 世界と戦う

バレー、サッカー、野球、テニス、陸上……。世界には、たくさんあるスポーツ競技がありますが、近年の世界大会やオリンピック・パラリンピックでは数多くの日本選手が活躍を見せています。

市内の学校の部活動をはじめ、各スポーツクラブチームにおいても、各大会などで優秀な成績を収めるなど、上天草市のスポーツ界も賑わっています。

また、約3年後には東京オリンピック・パラリンピックが開催されることもあり、いろいろな種類のスポーツ競技に注目が集まっています。

今回は、世界を相手に戦う、上天草市出身のスポーツ選手3人にスポットを当てました。この3人の選手はいったいどんな人なのでしょう。

また、その選手を育てた家族にも、選手の小さい頃の話や応援の様子などを伺いました。部活動に汗を流す小中高生に夢と希望を与えてくれるような選手の素顔に迫ってみました。

👉 答えは次のページ!

車いすフェンシングは『人生』。

人生を支えてくれたものであり、灯し火！

学生時代、不慮の事故で半身不随となり、当時好きだったフェンシングができなくなった藤田選手。人生を悲観していたが、家族の支えや先輩の励ましなどで、車いすフェンシング選手として戻ってきた。そんな藤田選手が2020年東京パラリンピックへの思いを語る。また、藤田選手を支えてきた家族にも子供の頃や事故発生から選手になるまでの様子などを伺った。

「フェンシングを始めたきっかけは？」

小学校の頃はソフトボール部とサッカー部に、中学校の頃はバレー部に所属していましたが、家を継ぐために入学した高校に、フェンシング部があったから始めました。

「フェンシングの魅力が聞かせてください。」

フェンシングは、メンタルスポーツです。いかに相手のクセや心理を探り、自分の理想の試合展開に持っていかれるかがカギとなります。車いすフェンシングは名前のおとまり、車いすをピストと呼ばれる台に固定して行うフェンシング。ユニフォームや剣・マスク、ルールは一般のフェンシングと同じです。

「怪我をした時の状況と聞いたことを聞かせてください。」

海水浴中の事故でした。高台から飛び込み、岩場に頭を打ち付け、頸椎を骨折。医者から胸から下の完全麻痺、車いす生活と告げられ、大好きだったフェンシングが二度と出来ないと思いきや人生を悲観しました。

家族に聞く！

藤田選手ってどんな人ですか？

ミーボー（藤田選手のニックネーム）は優しい性格で、幼い頃母の日にきれいなドレスを着た私を描いた絵をプレゼントしてくれました。ただ、私に似ておっちょこちよいなどころもあり、よく怪我をして、近所の人から心配されていたのを覚えています。大学生になって大怪我をして体が動かなくなると、第一声が「お母さんごめんね」でした。でもある日を境にリハビリに励むようになったんです。そのきっかけとなったのが「車いすフェンシング」でした。大学を卒業し、今は車いすフェンシングの傍ら、臨床宗教師として、怪我の経験を基に頑張ってくれています。息子からはいろいろ教えてもらい勉強になることばかりです。これからも応援していきたいです。

（母：智代さん）

私が関西に住んでいることもあり、甥とは高校生の時から最近まで一緒に住んでいました。怪我をして半身不随になりましたが、退院時にはある程度日常生活を送れるくらいになっていましたので、家での介護は必要最低限でした。まずは「お手伝いしましょうか」と本人に確認し、必要であれば手を貸す程度です。甥が本格的に車いすフェ



▲ 左から父：英道さん 叔母：祐香さん 母：智代さん

ンシングをやり始めたときは、日本に選手がほとんどおらず、海外の試合に2人だけで行って戦っていました。車いすフェンシングは、障がいの程度でカテゴリー別（A・B・C）に分けられます。甥は重い障がいのカテゴリーCに該当しますが、パラリンピックではカテゴリーCの試合がないので、カテゴリーBで出場することにになります。剣は自力で握れないためテーピングで手に、身体は車いすに固定されます。世界の強豪選手とも戦っていますが、ふと世界大会の会場に日の丸の国旗が掲げられていたのを見たときは、これは甥が持ってきたんだな、と感慨深いものがありました。

（叔母：祐香さん）

# 車いすフェンシング 藤田道宣選手

（トレンドマイクロ（株））

「障がい乗り越えるきっかけがあれば教えてください。」

今の自分があるのは、家族や友人の支えのおかげです。入院中に車いすフェンシングの存在を知り、もう一度フェンシングをやりたい、車いすフェンシングで世界を目指す、という思いでリハビリを頑張れるきっかけとなりました。

「2020年東京パラリンピックへの思いを聞かせてください。」

昨年のリオパラリンピックでは、選考レースで思うような結果が出せず、出場には至りませんでした。競技を始めた時からパラリンピック出場・メダル獲得を目標にしています。パラリンピックはアジアパラやワールドカップ、チャレンピオンシップ大会とは違う特別な場所だと感じており、さらに競

「技人生の中で自国開催という偶然は自分の今後の人生を左右するチャンスとも言えます。今まで自分の人生を支えてくれた方々への恩返しと言う意味でも、メダル獲得を目指します。」

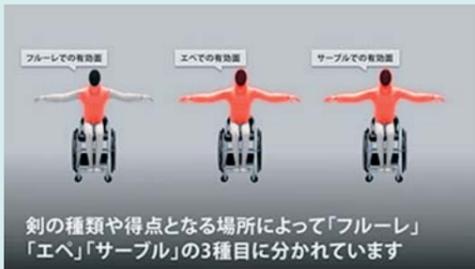
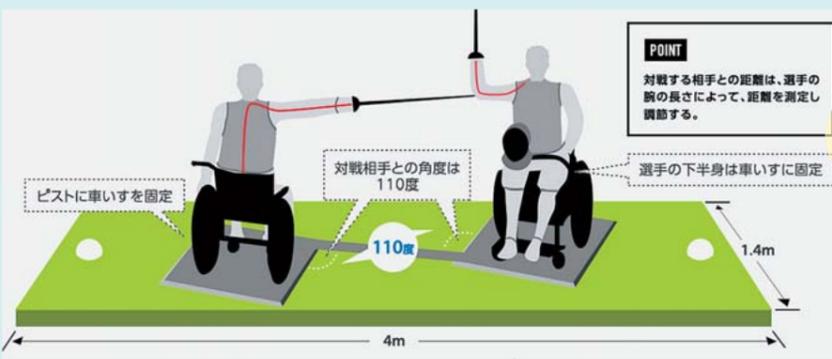
「子どもたちへメッセージをお願いします。」

なにごともチャレンジすることが大切です。もしそのチャレンジに失敗したとしても、チャレンジしたことがその後の人生の糧となり宝となります。

「今後の目標や抱負をお願いします。」

2020年東京パラリンピック、メダル獲得！！

## 車いすフェンシングってどんなもの??



剣の種類や得点となる場所によって「フルーレ」「エペ」「サーブル」の3種目に分かれています

（※）  
「カテゴリーA」…腹筋の機能が有り、自力で体勢を維持できる選手。  
「カテゴリーB」…腹筋の機能がなく、自力で体勢が維持できない選手。



▲ 試合の様子

車椅子をピストと呼ばれる床に固定し、上半身のみを使って競技するフェンシング。障がいの程度に合わせて、カテゴリー（※）が分かれています。

### フェンシングと同じ

- ・フルーレ
- ・エペ
- ・サーブル
- ・競技規則
- ・剣、マスク、ジャケットなど用具

藤田選手はフルーレとエペが専門

ソフトボールは

人間性や価値観を成長させてくれたもの。

平成29年度男子TOP日本代表選手。日本代表になるのは3回目。守備はファーストで、所属しているホンダエンジニアリングでは選手兼コーチを務める。

ソフトボールを始めたきっかけは？

小学校から野球をしていたので、高校でも野球を続けたい思いがありました。しかし高校で友人に誘われ、部活見学に行ったら楽しそうにプレーをしているのを見て、自分もプレーしたいと思い高校から始めました。

浦本さんが思うソフトボールの魅力とは？

男子ソフトボールの投手の球速は時速130km。これは野球で言う時速180kmに相当します。野球以上のスピード感と男子ソフトボールならではのパワーが魅力です。

# ソフトボール 浦本大嗣選手

(ホンダエンジニアリング)

これまでソフトボールをしていく中で、練習は相当きつかったと思いますが、乗り越え頑張ろうと思えた出来事があれば。

高校、大学、社会人となるにつれ、周りの人のレベルが上がっていくのを感じました。そういった人達に負けたくないという気持ちを持って、練習に励みました。

学生時代の自主練習メニューを教えてください。

小学校の頃から素振りとランニングをしていました。何をやるにも基礎体力が必要だと思うので、自分が納得いって、しっかりとイメージできるまでやっています。

「日の丸」を背負うことに対する思いを聞かせてください。

責任と自覚をしっかりと持って、男子ソフトボールが人気になるきっかけを作りたいです！

家族に聞く！

浦本選手のこと

教えてください！

通っていた保育園の園長先生が野球好きで、保育園から野球をしていました。地区の小学4年生以上のチームに2年生から入っていて、小学校高学年のときあった練習試合では小学校の運動場を飛び越える、場外ホームランを打ちました。それには、近所の人もびっくりでした。



父：儀治さん 母：啓子さん

自分のポジション(リベロ)の魅力を聞かせてください。

自分の一声や一つの動きでチームのムードが変わることです。自分が一番やり続けなければ、チームは勝てないと思っています。

トップリーグで戦っていくために、どのようなことを心がけていますか。

怪我をしないこと。常に、意志を貫ける強い心を持って戦っています。

きつい練習に耐えてこれた出来事がありますか？

恩師の先生の言葉や家族と電話した時に、また頑張ろうと思わされます。

学生の頃の練習はどんなものでしたか？

自主練習として、レシーブ練習1時間、トレーニング30分を行い、先輩の自主練習を1時間程度手伝っていました。



母：リエ子さん 父：龍生さん

とにかく明るくて、頑張り屋です。小学4年生から部活でバレーを始めましたが、4年生時は分科に通っていましたが、放課後はバレーをするために本校に行きました。高校は、県外の学校に進むことになり、本人もやる気でしたので後押しをし、大学でも本当に頑張っていました。大学4年生の時のインカレを優勝したことは本人もですが、私たちもよく覚えてます。当時キャプテンを務め、大学として21年ぶりの栄光だったので思い出深いと思います。全日

本の登録メンバーに選ばれ、親として大変嬉しいことですが、「頑張れ」とは言いません。十分頑張っているの、「いい準備をしっかりとね」とエールを送ります。真子は、何かあるごとによく「いつもありがとう」と手紙をくれます。地元に戻って来るときは、真子が好きな煮込みハンバーグとかんぱちの刺身を用意して待っています。(母：リエ子さん)



# バレーボール 小幡真子選手

(JTマーヴェラス)

バレーボールは人としてどうあるべきかを教えてくれた。

バレーボールを始めたきっかけは？

保育園の頃、母のバレーを見たのがきっかけです。あのボールはこうやって取りに行こうと頭で考えたり、ボールが来る方向を予測しながら見ていました。私ならもっとできるの！と思っていました。

小幡選手にとってのバレーボールの魅力は聞かせてください。

心が強く、優しいチームが強いです。



# 弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メールなどにより緊急情報をお知らせします。

## ①速やかな避難行動 ②正確かつ迅速な情報収集

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください



### 国民保護ポータルサイト

武力攻撃やテロなどから身を守るために

事前に確認しておきましょう。

[http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryou/hogo\\_manual.html](http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryou/hogo_manual.html)

ミサイル落下時には、こちらから政府の対応状況をご覧になれます



首相官邸  
ホームページ  
[www.kantei.go.jp/](http://www.kantei.go.jp/)



Twitter アカウント  
首相官邸災害・危機管理情報  
[@Kantei\\_Saigai](https://twitter.com/Kantei_Saigai)



**Jアラート** (例) 直ちに避難。直ちに避難。直ちに頑丈な建物や地下に避難してください。ミサイルが落下する可能性があります。直ちに屋内に避難してください。

メッセージが流れたら

落ち着いて、直ちに行動してください。

屋外にいる場合

できる限り頑丈な建物や地下に避難する。

地下：地下街や地下駅舎などの地下施設

建物が  
ない場合

物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。

屋内に  
いる場合

窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。

近くに  
ミサイル  
落下!

- 屋外にいる場合：口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。
- 屋内にいる場合：換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

## 月刊 市長室 なう Now!



### 豪雨災害から1年

1年前の6月20日夜から21日未明にかけて、梅雨前線の影響で熊本県中央部を中心に1時間雨量100mmを超える記録的な大雨が降りました。上天草市では、大矢野町登立岩谷地区で大規模な土砂崩れが発生し、集落に大きな被害が起きました(全壊2棟、半壊2棟、一部損壊2棟)。この災害で、市民1名の尊い命を犠牲にする悲しい出来事がありました。災害発生から1年を経過して心からお悔やみ申し上げます。

力によって迅速な避難行動をとることができました。今回の組織間の連携力の高さは、後に災害を振り返る中で改めて強く重要性を感じた点でした。この災害は、熊本地震の関連災害として認定されました。熊本地震の影響で山の地盤が緩んでいた時に大雨が降ったことが原因とされています。発災後は、一刻も早い復旧を目指して国県に要望を続け、ようやく5月13日に、岩谷地区災害関連緊急傾斜地崩壊対策事業の着工を熊本県との共催で開催することができました。工事は熊本県の事業となりますが、来年3月末の完成を目指して引き続き上天草市も協力していきます。岩谷地区の皆様にはもうしばらくご心配をおかけしますがご理解いただきますようお願いいたします。

この広報6月号が発行されるころは、おそらく梅雨入りしており、連日天候に悩まされていることと思います。市民の皆様におかれましては、大雨などに関する情報に注意していただくとともに、日頃から避難場所の確認や大雨に備えた準備など防災対策をお願いします。

## 準備OK? 自分で行う災害への備え

台風や大雨は、毎年大きな災害をもたらします。警報などの防災気象情報を利用して、被害を未然に防いだり、軽減することが可能です。テレビやラジオなどの気象情報に十分注意してください。台風や大雨の危険が近づいているというニュースや気象情報を見たり聞いたりしたら、災害への備えをもう一度確認しましょう。

### 1. 家の外の備え

大雨が降る前、風が強くなる前に行いましょう。

- ▶窓や雨戸はしっかりとカギをかけ、必要に応じて補強する。
- ▶側溝や排水口は掃除して水はけを良くしておく。
- ▶風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定したり、家の中へ格納する。



### 2. 家の中の備え

#### ▶非常用品の確認

懐中電灯・携帯用ラジオ(乾電池)・救急薬品・衣類・非常用食品・携帯ボンベ式コンロ・貴重品 など

#### ▶室内からの安全対策

飛散防止フィルムなどを窓ガラスに貼ったり、万一の飛来物の飛び込みに備えてカーテンやブラインドをおろしておく。

#### ▶水の確保

断水に備えて飲料水を確保するほか、浴槽に水を張るなどして生活用水を確保する。

### 3. 避難場所の確認など

- ▶学校や公民館など、避難場所として指定されている場所への避難経路を確認しておく。
- ▶普段から家族で避難場所や連絡方法などを話し合っておく。
- ▶避難するときは、持ち物を最小限にして、両手が使えるようにしておく。





**5/20 地域の皆さんありがとう！**  
大矢野中バレー部がゴミ拾い

5月20日(土)、大矢野中バレー部が市役所大矢野庁舎から宮津海遊公園までの国道沿いをゴミ拾いました。

このゴミ拾いは、3月に鹿児島で行われた九州大会出場の際、お世話になった地域の皆さんに対し、お礼の意を込めて行われたもので、部員19人とその保護者が参加。約2kmの沿道のゴミを草むらに入りながらも、たくさん拾っていました。主将の喜讀春渚さんは「九州大会出場の恩返しができました。また応援お願いします」と笑顔で話しました。



**5/18 行政相談に尽力**  
羽室さん、陳内さんに総務大臣感謝状

5月18日(木)、市役所大矢野庁舎で退任行政相談委員への総務大臣感謝状贈呈式が行われました。4月1日付けで任期を全うした羽室アツミさんと陳内勇一さんに対し、大塚雄蔵熊本行政評価事務所長から総務大臣感謝状が手渡されました。

羽室さんは30年間、陳内さんは6年間という永きに渡り行政相談委員として、住民と行政のパイプ役として相談を受けてきました。

なお、後任として西川みち恵さん、永森良一さんが就任されました。



**4/30 祝！初優勝！**  
松島町四半的協会の関三幸さん

4月30日(日)に開催された四半的弓道熊本大会において、経歴わずか2年半の関三幸さんが、自身初となる優勝を飾りました。「こんなに早く結果がでるとは」と、関さんは顔をほころばせました。松島町四半的協会では、県の大会で優勝経験者が関さんで4人目。「気軽にできる競技。いろんな人にやってもらいたい」と、木庭次郎会長は言います。四半的弓道は、的までの距離が約8.2m、矢の長さが約1.36m、的の大きさが約13.6cmある事から「四半的」と言われています。同協会では随時会員募集中だそうです(体験可)！



**4/27 上天草市の新名所！？**  
内野河内神社のミニ鳥居完成

4月27日(木)、内野河内神社にミニ鳥居が完成しました。これは、内野河内神社の宮守・藤本誠司さんが発案し、内野河内神社にたくさんの方が来てほしいという理由で作成。幅高さ約30cm四方で「ザ・挑戦」と書かれたミニ鳥居は、自分が挑戦・突破したいことを願いながらくぐると願いが叶うそう。藤本さんは「いつでも挑戦しに来てください」と笑顔で話しました。市の新名所になりそうですね！



**5/27 Let's make it!!**  
E-Friendsオープンハウスを開催

5月27日(土)、松島総合運動公園子ども広場で市教育委員会がイーフレズ「オープンハウス」を開催し、市内の学童、保育園児など42人が参加しました。当日は絶好の天気で、子どもたちは元気いっぱい!!講師のティム先生の説明を熱心に聞き、ブーメランや毛糸のポンポン、ペットボトルロケット作りを体験。カラフルな色を施したペットボトルロケットが青空に勢いよく舞い上がる度に、子どもたちからは大きな歓声が上がりました。

イーフレズでは、他にも様々な活動を行っています。詳しい内容は、ホームページをご覧ください。



**5/25 地区の代表として活躍**  
区長会を開催

5月25日(木)に松島総合センター「アロマ」で平成29年度上天草市区長会を開催しました。

同会では、長年区長を務め退職された方へ感謝状を贈呈したのち、本年度の区長へ委嘱状の交付や平成29年度の主要事業についての説明などを行いました。

堀江市長は、日頃の活動に対し感謝するとともに「住民の安心・安全な暮らしの確保のためには、区長の果たす役割は一層重要」と挨拶し、引き続き市政に対する協力を求めました。

なお、区長会の終了後には、区長連合会の総会も行われました。



**5/18 ワイヤー錠で盗難防止！**  
市防犯協会から新入生へ

5月18日(木)、市役所大矢野庁舎でワイヤー錠贈呈式が行われ、市防犯協会堀江隆臣会長から大矢野中学校一年生の鍬釣仁穂さんが市内中学・高校の新入生269人を代表してワイヤー錠を受け取りました。

堀江会長が「近年、上天草市で犯罪件数が増加しているため、ワイヤー錠を有効活用して防犯意識を高めてほしい」と述べたのに対し、鍬釣さんはワイヤー錠を受け取り、「ワイヤー錠を活用して防犯対策を心がけたい」と意気込みを語りました。



**5/10 市議会の新議長・新副議長が市長に挨拶**

5月10日(水)に開催された臨時議会で、上天草市議会の新体制が決まりました。閉会后、園田一博新議長、田中辰夫新副議長が、堀江市長と小嶋副市長を訪問されました。

園田議長から「市のために精一杯頑張らせていただきます」と熱い言葉があり、市長と握手を交わし、市長も「市の発展のため、市議会の皆さまのお力添えを賜りたい」と話されました。

また、平成29年第3回上天草市議会定例会は6月2日(金)に開会し、23日(金)に閉会する予定です。

## 上天草総合病院職員 を募集します

平成30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
- ▼応募資格
  - ・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7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ヶ月以内のもの)
- ▼試験日時 7月15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  
電話 0969-62-1122

一緒に働こう!



- 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。
- 火曜日の整形外科外来は午前10時20分から診療開始します。受付は午前11時までです。
- 木曜日の整形外科(予約制)の受付時間は、午後1時30分から午後4時までです。
- 4月から内科の夕方診療は中止します。 ●常勤小児科医の不在に伴い、お産(分娩)の取扱いを当面休止します。
- 毎週月曜日、水曜日、金曜日の小児科外来は休診となります。 ●毎週火曜日、木曜日の循環器外来は休診となります。
- 泌尿器科は毎週火曜日に診療を行います。 ●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。

**Hospital News** **がんサロン**

日時 6月23日(金)  
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

※時間、場所は変更になる場合がありますので、参加希望の方はご連絡ください。

### 診療案内

	月	火	水	木	金	
内科 代謝内科	古川(祥) 和田 樋口 代謝内科 (熊大)	前田 古川(祥) 溝部 和田	糸永 中村 古川(歩) 樋口	守田 和田 溝部 樋口	糸永 古川(歩) 溝部 樋口/ 古川(祥)	
循環器科	石井		古川(祥)		西原	
外科 消化器科	福田	城野	蓮尾/ 福田	城野	城野/ 福田	
整形外科	藤松	上原	藤松	(午後) 林田 (胤末) (井川)	藤松	
小児科		熊大		熊大		
産婦人科	姫野	姫野	姫野	姫野	姫野	
耳鼻咽喉科		熊大		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	古川(歩) 城野 蓮尾	古川(歩) 福田 蓮尾	和田 城野	古川(歩) 福田 蓮尾	福田 城野 蓮尾	
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	福田/ 城野
	午後	古川(祥) (城野)	中村	中村	溝部 (福田)	古川(歩) (糸永)
	月	火	水	木	金	
教良木 診療所	糸永	中村	応援	応援	古川(祥)/ 樋口	

## 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

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被保険者証の有効期限は、ほとんどが平成29年7月31日までとなっております。

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おりますので受け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については、郵送しませんので別途窓口での受け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お間違い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。

【平成29年8月施行】

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	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%	
	年間所得600万円超901万円以下の人		167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%	
	年間所得210万円超600万円以下の人		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	
	年間所得210万円以下の人		57,600円	
	住民税非課税	限度額適用・標準負担額減額認定証	35,400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)	57,600円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%
	一般		14,000円	57,600円
	低所得Ⅱ	限度額適用・標準負担額減額認定証	8,000円	24,600円
	低所得Ⅰ			15,000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、認定を受けられている人も、更新時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

## 6月は「歯の衛生月間」です。

歯やお口の病気といえば、「むし歯」「歯周病」を思い浮かべる方が多いと思います。これらの病気で起こる最終的な結果は“歯の喪失”です。

歯を失ってしまうと噛むための機能が落ち、栄養の偏りによる生活習慣病や、食欲が落ちて栄養不足を招くこともあります。また、お口に潜む「歯周病菌」は、歯の周りだけに炎症を起こすだけではなく、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。

歯やお口を健康に保つことが全身の健康につながります。日頃より、家庭での歯磨きなど歯のお手入れや適切な生活習慣はもちろんのこと、かかりつけの歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けることが大切です。歯科医院では、むし歯や歯周病の治療だけでなく、歯ぐきの状態のチェック、ブラッシング指導や歯石の除去を受けることができます。定期的に歯科健診を受けて、歯の健康づくりに役立てましょう!!



## 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)
生活環境課	3日・10日・18日 24日・31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	19日	午前9時30分～11時 (随時交付(手帳))
姫戸統括支所	21日	午前9時～10時 (午前9時～9時15分)
龍ヶ岳統括支所	21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 (生月)	受付時間
2か月児学級	バスタオル	20日	H29.5	午後1時 ～ 1時15分
3～4か月児健診	バスタオル	4日	H29.3	
6～7か月児健診	ハンカチ または ハンドタオル	26日	H28.12	
1歳6か月児健診	尿	11日	H27.12	
2歳児歯科健診	歯ブラシ (仕上げ磨き)	13日	H27.7	
3歳児健診	聴力・視力 検査用紙	18日	H26.6	

【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で配布します。

## 精神保健相談（7月）

時間	日	場所
午後2時～	7日(金)、20日(木)	天草保健所

☎0969(23)0172 ※要予約

## 献血

日	受付時間	場所
7月13日(木)	午前10時～ 午前11時30分 午後0時45分～ 午後4時	市役所 大矢野庁舎

※400ml献血のみの受付となりますのでご了承ください。

## 小児救急電話相談

夜間の子どもの急病時

短縮番号  
(# 8000)

平日：午後7時～翌朝8時まで  
土曜日：午後3時～翌朝8時まで  
日祝日：午前8時～翌朝8時まで

※ダイヤル回線の場合 ☎096(364)9999

## 日祝日在宅医（7月）

日	当番医名(診療科目)	場所
2日	春田医院(外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
9日	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
16日	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
	中村達男医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0006
17日	天草皮ふ科・内科(皮)	大矢野町中 ☎0964(59)0808
23日	やまうち医院(内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
	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
30日	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583
	しまだ小児科(小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005

【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、市ホームページでご確認ください。

# 受けましょう！ 上天草市住民健診

7月から平成29年度上天草市住民健診を下表のとおり各地区で実施します。病気の予防や健康の維持管理に役立てるため、健診は年に1回は受診しましょう。

【問合せ先】健康づくり推進課 ☎0969(28)3356

### ■日程表■

期日	会場	期日	会場	期日	会場
7月15日(土)	上天草市保健センター	7月28日(金)	今泉交流センター	8月22日(火)	大矢野総合体育館
7月16日(日)		8月4日(金)	阿村体育館	8月23日(水)	
7月17日(月)	姫戸地域振興センター(姫戸支所)	8月5日(土)	上天草市保健センター	9月10日(日)	大矢野老人福祉センター
7月18日(火)	姫戸体育館	8月6日(日)	上天草市保健センター ★ヤング健診	9月11日(月)	
7月22日(土)	龍ヶ岳小学校体育館	8月7日(月)	阿村体育館	9月12日(火)	串公民館
7月23日(日)	大道老人福祉センター	8月8日(火)	農村婦人の家	9月16日(土)	
7月24日(月)	樋島老人福祉センター	8月9日(水)		農村婦人の家	9月17日(日)
7月25日(火)	教良木出張所	8月10日(木)	上天草市保健センター	9月18日(月)	
7月26日(水)	内野河内集会所	8月20日(日)	上天草市保健センター	9月19日(火)	★ヤング健診…19～39歳までの人を対象にした健診です。
7月27日(木)	内野河内集会所	8月21日(月)	維和中学校体育館		

### ■健診内容■ ※年齢は平成30年3月31日時点のものです。

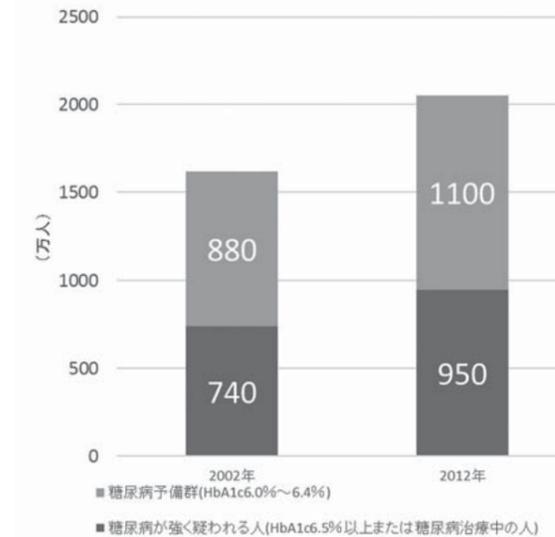
健診名	対象者	健診名	対象者
生活習慣病健診	19～39歳の人	腹部超音波検診	30歳以上の人
特定健診	40歳以上の国保加入者	大腸がん検診	
後期高齢者医療健診	後期高齢者医療保険加入者	胃がん検診	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	骨粗鬆症検診	
乳がん検診	30歳以上の女性	結核・肺がん検診(※)	40歳以上で検査歴のない方
前立腺がん検診	50歳以上の男性	肝炎ウイルス検診	

※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5日から23日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。



### 糖尿病は血液検査でわかります！

糖尿病が強く疑われる人、糖尿病の可能性を否定できない人の推定人数



出典：厚生労働省「国民健康・栄養調査2012」

住民健診でLINEポイントが貯まります。

### 3ポイント

■問合せ先 総務課秘書広報係  
☎0964(26)5525



2012年の厚生労働省の調査によると、糖尿病が強く疑われる人は約950万人、可能性を否定できない人（糖尿病予備群）は約1,100万人と推定されています。

初期の糖尿病は自覚症状がほとんどありませんので、知らない間に糖尿病になってしまい重症化する事があります。

しかし、早期に高血糖状態を発見し、きちんと管理をすれば予防ができる病気です。健診の機会を活用し、生活習慣を見直してみませんか？





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  
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) 2525  
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  
開館時間 午前10時～午後5時(土、日、祝日:同)

### 図書の寄贈 (4月寄贈分)

井上清継様、ほか6名にご寄贈いただきました。ありがとうございました。

### 図書館マンからのお知らせ



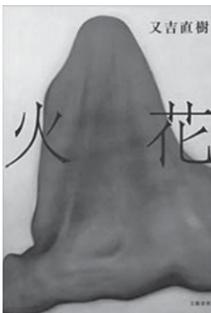
◆今年も市内の各図書館で七夕飾りをご用意します!!  
そろそろ七夕の季節ですね。季節のイベントを市民の皆さまにも楽しんでいただけるよう、図書館で七夕飾りをご用意します。  
どなたでもご参加いただけますので、お気軽にお立ち寄りください。  
期間は各館6/24～7/7までです。

## 上天草市立図書館

### 平成28年度 図書貸出ランキング!!

- ★第2位(計27回) 「ラプラスの魔女」(東野 圭吾著/KADOKAWA)(中・森・姫)
- ★第3位(計23回) 「人魚の眠る家」(東野 圭吾著/幻冬舎)(森・姫・龍)
- ★第4位(計20回) 「リバーズ」(湊 かなえ著/講談社)(中・森・姫)
- ★第4位(計20回) 「コンビニ人間」(村田 沙耶香著/文藝春秋)(中・森) 第155回芥川龍之介賞

#### 一般書の部門



★第1位 計33回  
「火花」(又吉 直樹著/文藝春秋)(中・森・龍) 第153回芥川龍之介賞

#### 児童書の部門



★第1位 計25回  
「たこやきのたこさぶろう」(長谷川 義史作/小学館)(中・森)

- ★第2位(計24回) 「映画きかんしゃトーマス キングオブ★ザ★レイルウェイ トーマスと失われた王冠」(ウィルバート・オードリー著/ポプラ社)(中・龍)
- ★第3位(計23回) 「きえた!? かいけつゾロリ」(原 ゆたか作/ポプラ社)(全館)
- ★第4位(計22回) 「かいけつゾロリのおいしい金メダル」(原 ゆたか作/ポプラ社)(全館)
- ★第4位(計22回) 「はらぺこあおむし」(エリック=カール作/偕成社)(全館) アメリカ・グラフィックアート協会賞

### 本を借りてLINEポイントを貯めよう



### 《図書館おはなし会》

(30分～1時間)

- 6/17(土) 午後2時～ 龍ヶ岳図書館
- 6/24(土) 午後1時30分～ ママ応援センター
- 6/24(土) 午後2時～ 森記念図書館2階
- 7/8(土) 午後2時～ 中央図書館内
- 7/8(土) 午後2時～ 森記念図書館2階
- 7/8(土) 午前10時～ 姫戸図書館

※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 7月6日(木) 午前10時30分～アロマ視聴覚室

休館日 6月19日、26日、30日  
7月3日、10日、17日、24日、31日

移動図書館巡回日 6月21日(姫戸) 28日(龍ヶ岳)  
7月5日(大矢野) 12日(松島)  
雨天の場合は翌日に延期します。  
小雨決行です。

【問合せ先】 上天草市教育委員会 ☎0969(28)3361 (直通)

## 平成29年度 上天草市青少年育成市民大会

### 並びに 第67回 社会を明るくする運動推進大会

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を実現するために開催します。多くの皆さまのご来場をお待ちしています。

- 日時 7月2日(日) 午前9時30分開会
- 場所 松島総合センター「アロマ」
- 記念講演 講師 木村 和也氏 (熊本放送アナウンサー)  
演題 「地域で育てる未来の宝」



きむかずです

### 七夕の夕べ～Star Festival～

上天草市中央公民館と共同企業体祐和曾の共催事業として「七夕の夕べ」を次のとおり開催します。多くの皆さまのご来場をお待ちしています。

- 日時 7月8日(土) 午後6時～午後8時30分
- 場所 松島総合センター「アロマ」1Fロビーほか
- 内容 オカリナ演奏(まゆかりーな)、地元児童の合唱、ギター・マンドリン演奏(マンドリンクラブ春の風)、ペットボトル天の川ライトアップなど
- 参加費 無料 ※ただし一部有料の催し有り
- 問合せ先 上天草市松島総合センター「アロマ」 ☎0969(56)0777

## 『親の学び』体験しませんか?

教育委員会では、家庭教育支援および地域教育支援として、くまもと「親の学び」プログラムのトレーナー派遣を行っています。

このプログラムは、普段は聞くことがない子育ての悩みや、子や孫との触れ合いのコツなどをゲームや対話を通して、身近な話題から楽しく学ぶものです。

「PTA行事」「子育てサークルの学習」「子ども会の研修」「地域の集まり」など、多くの方が集まる機会に是非ご活用ください。



## 『いきいき成人大学』受講生募集!

上天草市中央公民館では、いきいき成人大学の受講生を募集しています。詳しくは、19ページをご覧ください。

このページに関する問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361

ふもとと発見  
「姫戸町・龍ヶ岳町編」  
市史編さんコラム

### 米軍から見た樋島の空襲

1945年3月29日朝8時、樋島波止場を襲った米艦載機空襲で国民学校生6人、船員1名が亡くなり、停泊中の船舶被害は60隻、家屋被害は300軒を超えました。残された記憶をたどり、幾多の証言から攻撃の様子をいま再現しています。

一方、攻撃した米空母の戦闘報告書からは、波止場を銃撃した記録が残されていました。ただし、乗員は判別しづらい海岸線から「御所浦島本郷港」と記録。GPSのなかった時代、日本空襲では多くの誤認や幾多の悲劇が生まれました。

(近現代) 編担当 高谷和生 委員)

▲ 対岸から見た樋島と旧波止場

# information お知らせ

## 相談・申請



**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・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18日(火) 午後1時～午後5時

▼開設場所 大矢野庁舎1階相談室

▼相談方法 面談方式(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 ※電話での申し込み限り

ます。  
※FAX、メールなどでは受け付けできません。  
▼申込・問合せ先 生活環境課市民・福祉係  
☎0964(26)5534

## 7月の行政相談

生活環境課

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。

▼開催日時・場所  
▽7月6日(木)松島庁舎福祉センター  
▽7月13日(木)大矢野老人福祉センター  
※時間はいずれも午後1時～午後4時

▼問合せ先 生活環境課市民・福祉係  
☎0964(26)5535

## 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20日(木) 午前10時～午後3時

▼場所 大矢野庁舎書庫棟1階会議室

▼予約 市役所各窓口また

## 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)などの消費全般に関する相談に対して、専門の相談員が問題解決に向けてお手伝いしています。

▼開設日時 月～金曜日(祝日などを除く) 午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)

▼場所 大矢野庁舎1階

▼巡回相談 もっと身近にご利用いただけるよう、巡回相談窓口を開設しています。

○松島地区  
・場所 松島庁舎1階相談室  
・開設日 毎月第2、第4

木曜日 午前9時～正午  
○姫戸地区  
・場所 姫戸統括支所会議室  
・開設日 毎月第1、第3木曜日  
・時間 午前10時～正午  
○龍ヶ岳地区  
・場所 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3時

▼相談・問合せ先 市消費生活センター  
☎0964(56)0783

## 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間について

市民課

学校におけるいじめや家庭内における児童虐待等、子どもをめぐる様々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、体罰等子どもをめぐる様々な人権問題をお気軽にご相談ください。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。

▼実施期間 6月26日(月)

## イベント・募集

### 『いきいき成人大学』受講生募集!

7年目を迎える本講座は、「豊かな人生のために」を基本方針に、今年度は「教養を高めよう」をテーマに魅力的な学びの場を提供します。

皆さん奮ってご参加ください。

なお、受講を希望される方は、次の要領でお申し込みください。

▼開催日時・場所  
◇7月13日(木) ①10時～14時 ②14時～17時  
松島総合センター「アロマ」  
マ②14時・大道老人福祉センター

◇7月27日(木) ③10時～14時  
大矢野自然休養村管理センター②14時・姫戸地域振興センター

▼内容 ①開校式 ②今年度の説明 ③第1回講座「豊かな人生のために」(講師 山口誠治氏)

※2回目以降の講座などについては、当日、ご案内します。

▼申込方法 中央公民館まで直接お電話される

### 熊本地震復興応援企画『ミュージアムキッズ!全国フェア』

装飾古墳館に、全国30以上のミュージアムが大集合! 京都国立博物館の公式キャラ「とらりん」と「くまもん」の夢のコラボも!

▼日時 6月17日(土)12時～17時

6月18日(日)10時～15時

▼会場 熊本県立装飾古墳館

▼対象 幼児～低学年児童

▼参加費 無料(一部材料費が必要なプログラムがあります)

▼申込 不要(事前予約はできません)

▼問合せ先 熊本県立装飾古墳館  
☎0968(36)2151

か、氏名、年齢、連絡先を明記のうえ、FAX:0969(56)2134にてお申し込みください。

▼申込締切 6月30日(金)まで

▼申込・問合せ先 中央公民館  
☎0969(28)3361

### 平成29年度調理師試験の実施

▼試験期日 8月29日(火)

▼会場 熊本県立大学(熊本市東区月出三丁目1番100号)

▼受験資格 中学校卒業程度の学歴を持ち、飲食店や給食施設などで2年以上調理業務に従事した経験のある人

▼願書配布 各保健所、熊本県健康づくり推進課などで配付

▼願書受付 6月12日(月)～6月16日(金)

▼提出先 県保健所

▼問合せ先 最寄りの保健所または熊本県健康づくり推進課  
☎096(333)2252

### 公益社団法人 上天草市シルバー人材センター 新規会員募集

高齢者の健康づくりや生きがいづくり、社会参加を応援します。

- 入会資格: 上天草市内在住の方で原則60歳以上の健康で働く意欲のある方
- 入会説明会: 随時入会相談に対応いたします。お気軽にご連絡ください。
- 主な就業内容: 除草、剪定、大工、左官、屋内外の軽作業、家事援助、農作業など
- 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

## information

### 女性のための総合相談

くまもと県民交流館パレアの女性総合相談室では、女性のさまざまな悩みや不安などを相談員が電話と面接で伺います。

家庭、職場、地域などで生じたトラブルや困りごとのほか、「なんとなく生きづらい」「どこに相談していいかわからない」と思うことを、ひとりで悩まずご相談ください。相談員が話を伺い、解決に向けてサポートします。

また毎月1回、第3土曜

▼実施時間 平日・午前8時30分から午後7時まで  
土日・午前10時から午後5時まで

▼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)2145

※なお、熊本地方方法務局では、本強化週間以外についても、月曜日～金曜日の午前8時30分から午後5時15分まで、常時、同じ専用相談電話で相談に応じています。



日は、女性弁護士による法律相談を実施しています。この4月から新しく第2土曜日は、友達や恋愛、家族、将来のこと、「親や友達には話せない」ガールズの悩み相談、第4土曜日は、忙しくて自分のことがついたりおろそかになる方へ、「つぼトントン」や「セルフハンドマッサージ」のセルフケア講座でこちらも身体も元気になる方法をお教えします(いずれも13～16時)。

ご相談は無料、秘密は厳守します。

▼女性総合相談  
○電話相談 月・木・土(9～16時)、水(9～20時)  
○面接相談 月・水・土(9～16時)

▼法律相談所  
○毎月第3土曜日(13～16時)

▼申込・問合せ先 くまもと県民交流館 女性総合相談室  
☎096(355)2223

は健康づくり推進課国保事業係にご連絡ください。  
☎0969(28)3375

※本渡年金事務所にて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。まずは年金手帳を準備して、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

### 市のデータ

人口	28,249人 (-78)
男性	13,380人 (-44)
女性	14,869人 (-34)
世帯数	11,899戸 (+17)
市の面積	126.15km <sup>2</sup>

平成29年4月30日現在( )は前月比

〈有料広告〉



### 必要な資格期間が25年から10年に短縮されます

これまで、老齢年金を受け取るためには保険料納付済期間（国民年金の保険料納付済期間や厚生年金保険、共済組合等の加入期間を含む）と国民年金の保険料免除期間などを合算した資格期間が原則として25年以上必要でした。

平成29年8月1日からは、資格期間が10年以上あれば老齢年金を受け取ることができるようになります。

対象となる人には日本年金機構から『短縮』と記載された黄色の封筒が順次送られています。

封筒がお手元に届きましたら、「ねんきんダイヤル(0570-05-1165)」または「本渡年金事務所(0969-24-2112)」へお電話のうえ、できるだけお早めに手続きをお願いします。

※ご注意ください

日本年金機構から年金請求書の送付のために手数料などの金銭の支払いを求めことや、銀行の口座番号を聞くことなどはありません。不審な電話や訪問にご注意ください。怪しいなと感じたら、お近くの年金事務所または警察に連絡してください。

#### ■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

### 青少年交歓キャンプのご案内

国際奉仕団体の御船ライオンズクラブとパールラインライオンズクラブが、姉妹提携の記念事業の「青年交歓キャンプ」を今年も開催します。

御船町の小学生（山の子供）と上天草市の小学生（海の子供）の楽しい交流の場です。参加費は両ライオンズクラブが負担しますので、お気軽にお申し込みください。

▼日時 8月3日（木）～4日（金）

▼場所 美里町ガーデンプレイス・家族村（下益城郡美里町畝野2999-1）

※送迎はライオンズクラブがマイクロバスを手配します。

▼活動内容 キャンプファイヤー・川遊び・恐竜博物館見学など

▼参加対象 小学4年生～6年生

▼定員 30人（先着順）

▼募集期間 7月3日（月）～21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（月～金10時～16時）  
☎0969(56)2939

### 「Message」これまでの私からこれからの私へ」参加者募集

天草本渡青年会議所では地域の子供たちに、今当り前に送られている日常へのありがたみを知ってもらい感謝の心を育んでもらうため、「Message」これまでの私からこれからの私へ」と題した青少年健全育成事業を実施します。事業を通して子供たちの心の育成を図り、将来を担う天草の中学生の健全な育成に貢献したいと考えています。

▼日時 事前学習会 8月6日（日）午前中  
事業当日 8月19日（土）～20日（日）

▼募集定員 天草地域の中学1・2年生 30人

▼参加費 無料

▼応募方法 天草本渡青年会議所のホームページから応募用紙をダウンロードし、郵送またはファックスにてお申し込みください。

▼応募締切 7月11日（火）まで

▼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

### その他

#### 住宅用火災警報器取り付け支援のご案内

天草広域連合北消防署では、平成23年6月1日より設置が義務付けられた住宅用火災警報器の取り付け支援を行います。

▼対象世帯 市内全世帯（自らの設置などが困難と認められる場合）



▲ 住宅用火災警報器設置ファッション隊発足！

▼受付期間 平成30年3月まで

▼依頼方法 電話または来署にてご依頼ください。

▼問合せ先 北消防署（大矢野町）  
☎0964(56)1048  
松島分署（松島町）  
☎0969(56)1131  
東天草分署（姫戸町・龍ヶ岳町）  
☎0969(62)0142

※住宅用火災警報器は各家庭でご利用ください。

#### 建築物吹付けアスベスト含有調査事業

民間建築物のアスベスト含有に係る健康被害を未然に防ぎ、安全で安心できる生活を推進することを目的に、吹付けアスベストなどについて含有調査事業を行う人に対し、その費用の一部を補助します。

▼対象の建築物  
○本市の区域内に存する建築物

○吹付けアスベストなどが施工されている恐れのある建築物

○他の補助金を受けて、吹付けアスベスト含有調査をしたことのない建築物

▼補助対象者  
○建築物の所有者

○市税および使用料などの滞納がない人

▼補助金の額 1戸あたり25万円を上限

▼募集戸数 1戸

▼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 6月19日（月）～12月15日（金）

▼問合せ先 都市整備課都市計画係  
☎0969(28)3366

#### 戸建木造住宅の耐震診断および改修事業

戸建木造住宅の地震に対する安全性の向上を図るため、耐震診断および改修を行う人に対し、その費用の一部を補助します。

▼補助対象住宅  
○市内に所在する戸建木造住宅で、現に居住しているもの

○在来軸組構法によって建築された地上階数が2以下のもの

○昭和56年5月31日以前に着工したもの

○耐震改修の場合、上記に加え耐震診断の結果、耐

▼人事院九州事務局  
☎092(431)7733

▼熊本国税局人事第二課試験研修係  
☎096(354)6171

▼天草税務署  
☎0969(22)2510

#### 税のひろば

▼6月の納税 市県民税 第1期

▼納期限 6月30日（金）

▼口座振替日 6月26日（月）

※口座振替をご利用の人は、振替日前日までに残高の確認をお願いします。

▼問合せ先 税務課 市民税係  
☎0964(26)5519



耐震改修…1戸  
▼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 6月19日（月）～12月15日（金）

▼問合せ先 都市整備課都市計画係  
☎0969(28)3366

▼無人航空機による農薬散布はルールを守りましょう！

無人ヘリコプターやマルチローター式小型機（ド

ローン）などの無人航空機による農薬散布などを行う場合は、国土交通大臣の許可・承認が必要です。併せて、散布計画を県に提出していただく必要があります。

また機体は、農林水産省が指定する機関が認定した機種のみが使用可能で、操縦するオペレーターも資格が必要です。詳しくは、熊本県農業技術課☎096(333)2381または最寄りの各広域本部（地域振興局）農業普及・振興課

県は、「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、食育の取り組みを推進しています。

人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験の受験者を募集します。申込受付が6月19日（月）から開始しますので、受験資格等の詳細は、人事院ホームページまたは「採用情報NAVI」をご覧ください。問い合わせ先

国税だより  
人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験の受験者を募集します。申込受付が6月19日（月）から開始しますので、受験資格等の詳細は、人事院ホームページまたは「採用情報NAVI」をご覧ください。問い合わせ先

**入札情報**  
 監理課  
 □入札日▼工事(委託)名①  
 工事(委託)場所②契約者  
 ③契約者住所④契約金額  
 ⑤工事(委託)期間

▼内容 関係機関の講話、メンバースピーチ  
 ▼日時 7月16日(日) 13時30分～15時30分  
 ▼会場 くだまふれあいセンター(天草市久玉町1412-12)  
 ▼主催 AA熊本宇城グループ(後援 熊本県精神保健福祉センター・天草保健所)  
 ▼問合せ先 AA九州沖縄セントラルオフィス  
 ☎099(248)0057



**お口の健康について**

私たちの口は、「食べる」「話す」「唾液を出す」「味わう」「表情を作る」など、生きて行くために欠かせないさまざまな働きをしています。食べることやコミュニケーションのための機能を維持することは、体の健康にプラスになるだけでなく、人や社会と活発に交流し、心身ともに自立した生活を送るために欠かせません。

口の機能が低下すると、誤嚥や低栄養など生活のさまざまな部分で支障が出てくるため、機能低下を予防する「口腔ケア」(口の手入れと口腔の体操)が大切です。また、定期的に歯科検診を受け、自分の口の状態を知っておくことも重要です。いつまでもおいしく食事をしたり、楽しくおしゃべりしたりするために、意識して「口腔ケア」を行なってみましょう。また、口の状態で気になることがあれば、かかりつけの歯科医や歯科衛生士、地域包括支援センターにご相談ください。

**〈口腔の体操〉**

- ①口を閉じたまま頬を膨らませたり、すぼめたりする
- ②口を大きく開けて、舌を出したり引っ込めたりする
- ③舌を出して上下や左右に動かす
- ④口を閉じて、口の中で舌を上下したり、ぐるりと回したりする

■問合せ先 地域包括支援センター  
 ☎0969(28)3378



**頑張ってます!地域の「かよいの場」**

団地えがおの会(姫戸町二間戸)  
 私たちは毎週金曜日午前9時30分から二間戸団地集会所で週1回活動を行っています。  
 平成29年4月から活動しており、参加者からは「体操の日が楽しみ」「元気で過ごすためにも体操に来て、体力が落ちないようにしたい」という声が上がっています。  
 皆さんも、地域で介護予防の取り組みをはじめませんか?詳しくは地域包括支援センターへお問い合わせください。

「AA(アルコールリクス・アノニマス)」とは、アルコール依存症などの飲酒問題から回復しようとする人たちの自助グループです。あなたの周りにお酒の問題にお悩みの人はいませんか。参加費、事前申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。  
 ▼AA オープン・スピーカーズ・ミーティングのお知らせ  
 福祉課

□5月12日入札分  
 ▼市道下老岳2号線道路災害復旧工事(地すべり)調査解析委託  
 ①松島町教良木地区内(株)アイエスター  
 ③熊本市  
 ④1009万8千円  
 ⑤5月12日  
 ▼問合せ先 監理課契約検査係  
 ☎0964(26)5533

**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、相生荘、きららの里)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、花水木、創作菓子工房アローム、木



下とも子、なごみ、さくらコール、濱口民謡教室、西山カラオケ教室、大矢野ひよつとこ愛笑会、藤乃会、龍ヶ岳町老人クラブ洗濯ボランティア、猪口信子、まゆかりーナ

**毎年6月の児童手当の現況届をお忘れなく**  
 福祉課  
 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全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)  
 ・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  
 ▼現況届 現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月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ためのものです。提出がない場合には、

6月以降の手当が受けられなくなり、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29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  
 ※現在の登録内容と変更する場合に必要  
 ・養育する児童の世帯全員の住民票  
 ※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 6月30日(金)  
 ▼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

**労働保険年度更新手続は7月10日まで**  
 産業政策課  
 労働保険(労災保険・雇用保険)の保険料は熊本労働局や労働基準監督署、日本銀行蔵入代理店の金融機関、郵便局などで申告・納付してください。  
 なお、6月28日から7月7日にかけて熊本労働局が県内各地で開催される集合同期開催においても申告することが出来ます。集合受付会場の日程などは事業主に送付される申告書に同封の「熊本労働局からのお知らせ」でご確認ください。  
 労働保険は、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らぬ制度です。労働者を雇用している事業主の方で、まだ労働保険の加入手続を済まされていない場合は、労働基準監督署またはハローワークにご相談のうえ、速やかに加入されますようお願いいたします。  
 ▼問合せ先 熊本労働局総務部労働保険徴収室  
 ☎096(211)1702

**平成29年度熊本県農業危害防止運動**  
 農林水産課  
 県では6月1日から8月31日までの間、農業危害防止運動を実施します。  
 農業は、農作物の生産安定と品質向上に欠かせない資材ですが、使用方法を間違えると、人の健康や環境に重大な影響を及ぼす恐れがあります。  
 近年、県内において農業の不適な使用事例が発生しています。農業を使用する際は、次の点に注意してください。  
 ①住宅などの周辺で散布する場合は、最大限の配慮をし、事前に十分な周知を行ってください。  
 ②周囲に人や家畜がいないか、蜜蜂の巣箱がないかを確認してください。  
 ③散布は風のない時などで、天候や時間帯を選んで行ってください。  
 ④散布後の残液や器具の洗浄液は、河川等に流れ込まないように注意してください。  
 ▼問合せ先 県農林水産部生産経営局農業技術課  
 ☎096(333)2381

**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おいて、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28年度の開示請求状況について、以下のとおりお知らせします。

■平成28年度

	請求に対する決定等件数	請求に対する決定等の内容					
		全部開示	部分開示	非開示	不存在	取下げ	処理中
開示請求	25	10	11	2	0	2	0

■問合せ先 総務課総務法制係 ☎0964(26)5526

## 火の国もりあげタイ! 決定

ロアッソ熊本では、活動方針である「日本一地域に根ざしたクラブづくり」の取組みとして、ロアッソ熊本の選手たちが、熊本県内45市町村の地域住民と交流を図り、地域のまちづくりやまちおこしを応援します。

2017シーズンは、選手5人(中山雄登選手、佐藤昭大選手、巻誠一郎選手、上村周平選手、三鬼海選手)が上天草市の“火の国もりあげタイ!”に任命され、上天草市を盛り上げます。

1月から12月までの1年間、ホームゲームでの「タウンデー」やイベントへの参加などで上天草市を盛り上げます。

皆さんも選手と一緒に上天草市を盛り上げましょう。



MF27 中山雄登



GK30 佐藤昭大



FW36 巻誠一郎



MF38 上村周平



DF14 三鬼海

### 掲載決定!

広報7月号でロアッソ熊本の選手の素顔に迫ります! どうぞお楽しみに!!

## 「上天草タウンデー」開催!

7月16日(日)に開催されるロアッソ熊本の試合を「上天草市タウンデー」として、市内在住の人に限り特別価格で観戦できます。当日は、試合が開催される「えがお健康スタジアム」に専用窓口を設けますので、身分証明書などを持参しお越しください。ぜひ、この機会にロアッソ熊本を応援しましょう。また、試合観戦のための送迎バスをご希望の方は事前にお申し込みください。

- 対象 市内の小中学校および高校に通う生徒とその保護者
- 定員 無し(送迎バスは100人限定で、利用料は1人あたり1,000円)
- 参加費 チケット代一般500円(高校生以下は無料)
- 試合 日時:7月16日(日)午後7時キックオフ(対)ジェフユナイテッド千葉  
会場:えがお健康スタジアム(熊本県民総合運動公園陸上競技場)

### ●その他

- ※チケット販売時に本人確認をします。保険証などの身分証明書をご持参ください。
- ※試合観戦は指定されたエリアでの観戦となります。
- ※当イベントに参加するにあたって発生した一切の事故、怪我や貴重品の盗難・紛失などの責任は負いかねます。予めご了承ください。

### 送迎バスについて

#### ○申込方法

はがきに「ロアッソ熊本上天草市タウンデー」と題し、観戦人数とその家族構成、住所、連絡先を明記し、申込先まで郵送ください。  
※定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。  
※高校生以下は、必ず保護者同伴で参加してください。

#### ○申込期限

6月30日(金) 必着

#### ○集合場所と時間

送迎バス利用者を大矢野庁舎と松島庁舎集合に割り振り、それぞれ午後1時に集合して会場に向かいます。  
※時間は変更となる場合があります。



5月26日(金)、ロアッソ熊本の池谷監督をはじめ選手5人らが、市役所大矢野庁舎を訪れ、市長に表敬訪問しました。市長から記念品として、「目指せJ1」と書かれた砒石が送られました。

#### ●申込・問合せ先

〒861-6192 上天草市松島町合津7915番地1 上天草市教育委員会社会教育課宛 ☎0969(28)3380

# 地域おこし協力隊

上天草市で活躍する地域おこし協力隊のコーナー。  
日々の活動や暮らしを紹介します。



もとだゆうき 元田有希さん (松島町教員)

Vol:3

この度、松島町教員に地域おこし協力隊として移住して参りました元田有希と申します。教員へ移り住んで早2カ月が経ちました。教員地域の皆様には、たくさん声をかけていただき、教員での生活は地域の皆様のおかげで楽しく、有意義に生活できています。

よび農業に必要な様々な知恵を教えてくださいたいです。教員地域は、様々な魅力があります。これから先、地域おこし協力隊として、今ある魅力を守り、育てていき、地域の皆様と、新たな魅力を発見し、また、創り、この地域の発展の為に一生懸命努力していきます。迎え入れていただき、地域の発展に尽力しますことをお約束し、ご挨拶とさせていただきます。

飼料米(WCS)の田植え



テラスの定植と支柱たて



生姜の定植

## School Beauty Project

～少し働くと、いっしょに遊べるもん～

児童会スローガンを「みんながみんなの応援団」として、144人の龍っ子でSBP活動に取り組んでいます。

特に、毎朝、登校後に取り組んでいるボランティア活動で、うれしい変化が見られました。初めは2～3人で始業時刻ギリギリまで作業していましたが、近頃は十数人で8時すぎに終わり、残った10分程度を一緒に遊ぶ時間にすることができました。

初めの2～3人も遊びたいはずなのに…という気持ちを感じた友達が、一緒に遊べるように力を貸してくれました。多くの

友達が少しの力を貸してくれて、仲良しの「絆」が強くなりました。

最近では、低学年のかわいいお手伝いさんや、落ち葉掃きの人数を見て、水やりや草取りをしてくれる子も出てきました。

これからの時期、草や葉っぱと競争しながら、児童会スローガンが目に見えるように、みんなで応援し合う龍っ子のSBP活動を進めていきます。



◆問合せ先  
学務課指導係  
☎0969(28)3365

## 龍ヶ岳小学校



▲ ワークショップとフリーマーケットの様子

ことし1月8日にオープンした、大矢野町中地区にある「手づくりふれあい館『手とてとTe』」。深水さんはこの事務局長を務めています。「地域の人々が気軽に集える場所を提供したく、この会員のみなさんと試行錯誤して立ち上げた。」と振り返ります。手づくりふれあい館は会員の手作り品の販売や小会議スペースの提供とあわせて、淹れたてのコーヒーが楽しめる。「ワークショップなどいろんなイベントを行っている。地域の人々の生きがい作りや仲間作りの手助けができれば。」と深水さん。また、上天草が大好きという深水さんはいろんな地域団体に加入しており、公私ともに市を元気にすることばかり考えているそう。館内と同様、終始あたたかい笑顔の深水さんでした。今後のご活躍を期待します。

## 「LINE@上天草」友だち大募集！

市では平成27年7月からスマートフォン向け無料コミュニケーションアプリ「LINE@」のアカウントを開設し、市のコアなまちの話題やイベント情報、災害情報などを配信しています。

また、昨年4月からはポイント制度を実施し、図書貸出・住民健診・イベント参加などで25ポイント貯めると、地元商品券などと交換しています！

ぜひ、友だち登録をして、ポイントを貯めましょう！

友だち登録用 QRコード



LOOK!



### 友だち登録の方法

#### ○ ID 検索の場合

- 1 LINE アプリを開き、「友だち追加」をタップしてください。
- 2 「ID 検索」をタップし、表示された入力欄のなかに「@FPJ7069P」と入力してください。
- 3 表示された上天草市のページにある「追加」をタップしてください。

#### ○ QR コードの場合

- 1 LINE アプリを開き、「友だち追加」をタップしてください。
- 2 「QR コード」をタップし、表示された QR コードリーダーの枠内に左に表示している QR コードを映してください。
- 3 表示された上天草市のページにある「追加」をタップしてください。

### イベント企画

上天草市のトーク画面で「広報よんだよ」とメッセージを送信してみてください！ なにかいいことが起きるかも！？（※6月30日まで）

■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525



## 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0～5歳のお子さんと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～金曜日の  
午前8時30分～午後5時15分  
(※祝・休日・年末年始を除く)



上天草市HP LINE@上天草市

編集後記

▼今月は高校総体があり、上天草高校の生徒が出場する競技を可能な限り見学させていたきました。私も学生の時代は部活動に励んでいたもので、高校生の真剣なプレーを見て感動するものがありました。今回、特集や総体の取材を通して皆さんのスポーツに触れたことは大変貴重でした。勇気づけられました！9月の県民体育祭に向けて、上天草市内では予選会が随時開催されていますね。私も選手になれるよう頑張りますので、応援お願いします！ちなみにソフトテニスです。(A)

▼今月でついに30代最後の歳を迎えてしまいました。長年続けていたスポーツも引退し、このままでは運動不足になってしまうと思いついて、自宅で毎日筋トレと、週に1、2回は1時間のランニングとウォーキングをするよう心掛けています。しかし、梅雨時期は外で運動することが難しいので、室内でもできるボルタリングを始めたいです。(上天草市にボルタリング施設があればいいな) (J)



### 広報「上天草」に係るアンケート調査の結果について

上天草市の公式LINE「上天草@LINE」において、平成29年3月27日から4月14日まで、広報「上天草」のアンケート調査を実施しましたので、その結果を公表します。調査結果については、今後の紙面づくりに役立てまいります。アンケート調査にご協力いただきありがとうございました。



5/14  
(sun)

# 上天草高校 体育大会

シリーズ

高校生特派員 vol.5

ご紹介します

各リーダーに  
インタビューしました



団対抗リレーやスウェーデンリレーで1位を取れたことが嬉しかったです。負けたけど最高に楽しい体育大会でした！団長をやれてよかった。みんなに感謝しています。



小澤春菜さん

## 団長



荒川真央さん

はじめはみんなをまとめられるか不安だったけど、全員の協力のおかげで優勝を勝ち取ることができたのでうれしかったです。



元梅瑠花

一番嬉しかったことと、  
体育大会を振り返っての  
感想をどうぞ！

## 先生にもインタビュー

■マスゲームの感想はいかがでしたか？



体育の  
藤原先生

1年生は今までで一番の声を出して上天草体操をしてくれました。3年生の女子ダンスも特色があり、見ている方々を楽しませることができたのではと思っています。3年生を中心に完成度の高いマスゲームを作ることができました。

■体育大会へ向けてどんな思いがありましたか？

「今年の体育大会は・・・↓」といわれるのではなく「今年の体育大会も・・・」と言われる体育大会に、また一人ひとりが活躍できる、主役になれる体育大会にしたいという気持ちで取り組みました。

100点



渡邊育帆

## 装飾リーダー

上天草高校では団席を生徒の手で飾りつけます。

青 沼田駿さん

青団の気迫や優勝目指して全員で協力、団結したいという思いです。見所は青と白の花によるコントラストの美しさです！

## 「蒼進乱舞」

他の団リーダーや生徒に聞いても思い出に残る最高の体育大会だったという感想がたくさん聞けました。来年はもっと良いものができると思います。今年は見逃した方もぜひお越しください！  
今回の広報誌は磨田知樹、元梅瑠花、渡邊育帆の3人が担当しました。

赤 磨田知樹さん

グラデーションで色全体を崩さないようにすることが難しかったです。見所は遠くからでもわかるようなツヤ感やインパクトの強さです！



↑赤団：渡辺直美

↓青団：大谷翔平

## 絵看板リーダー

それぞれ創意工夫を凝らした絵看板でした！



青 中谷朱里さん

一番難しかったところは蒼進乱舞の文字の2度塗り、背景のカミナリが見所です。

難しかったところと見所を教えてください



磨田知樹

## 「WILD FIRE」

赤 西村一希さん

団全体が熱く燃え上がるようにという思いを込めました。見所は団席の使えるところをすべて使ったスケールの大きい装飾です。

次回は8月号の予定です！

