

kamiamakusa
上天草

人と海のふれあうまち

地域とともに駆け抜けた50年 天草パールラインマラソン

1986

第14回大会2号橋のランナー



第20回記念大会



1992

第50回記念式典(大矢野総合スポーツ公園)

2022



第44回4.2kmコース

2016



犬の新規登録と狂犬病予防注射について
保存版
令和4年度上天草市住民検診のお知らせ



100歳 おめでとうございます



塩田 フジコさん
大矢野町
大正11年1月28日生まれ



三嶋 キヨ子さん
大矢野町
大正11年2月3日生まれ



林田 マサ子さん
松島町
大正11年2月10日生まれ



岡村 タマエさん
松島町
大正11年2月11日生まれ



山下 ハツエさん
龍ヶ岳町
大正11年2月12日生まれ



中本 カツヨさん
大矢野町
大正11年2月15日生まれ

6名の方が100歳を迎えられ、市から表彰状とお祝いを贈呈しました。



湯島灯台のキャラクター贈呈式が開催されました

2月2日(水)、「^{あかりのもりびと}燈の守り人」制作委員会から湯島灯台のキャラクターが市に贈呈されました。

これは日本財団による「海と日本プロジェクト」の一環で、全国の灯台をキャラクター化することで、灯台の魅力を広めて人々に灯台への関心を持ってもらうことを目的とした事業です。

湯島灯台のキャラクター設定は、左腕に猫を乗せて猫と会話できる不思議な雰囲気のある青年で、天草四郎をイメージさせる容姿です。大矢野庁舎に等身大パネルが設置されており、今後は漫画連載や音声コンテンツの配信などの展開も予定されていますので、配信が始まりましたらHPなどでお知らせします。



湯島小学校 ~湯島大根の収穫と無料配布~

1月14日(金)、9月に種まきをして丹精に育ててきた大根300本のうち200本を収穫しました。4年生の森七穂さんは、「一番大きい大根は、5.3kgもあった。小さな種からこんなに大きくなるなんて。」とびっくりしていました。1月17日(月)には、収穫した大根のうち100本を湯島港で無料配布しました。大根を手渡された地域の人や観光客からは、「湯島小の大根はようできとる。」「きれい、みずみずしか。」と好評でした。子供たちは、「無料配布は初めてだったけど、楽しかった。」と笑顔でした。



次の目標は、タイトルマッチ。ベルトを目指す!

柴田さんは、大矢野中学校を卒業後、熊本市の開新高校でボクシング部と出会いました。最初は軽い気持ちで入部したそうで、こんなに夢中になるとは思っていなかったと当時を振り返ります。高校卒業後は、東京の拓殖大へ進学し全日本選手権で3位の成績を残しましたが、4年生になると新型コロナウイルスの影響で、試合がほとんどできないまま卒業を迎えることになりました。このままでは悔が残ると思い、就職の内定を全て断り、プロボクサーを目指すことに。

現在は、大阪のグリーンツダジムに所属し、昨年6月にプロテストに見事合格、8月にプロデビューを果たしました。大阪での生活は、最初頼る人もいなかったため、慣れない環境で苦労したそうですが、今ではボクシングの仲間やいろいろな人と繋がりができたと嬉しそうに話されます。戦績は2戦2勝、4月には試合を控えており、「来年は、タイトルマッチにも出場できるようにするので、勝ち進んでいきたい。」と、力強く語られました。



昨年12月の試合の様子

「キバツ輝ヒト」を募集します!

新しいことに挑戦している人、賞を受賞した人など上天草市で頑張っている人を募集します。本市在住であれば自薦・他薦、ジャンルなどは問いません。詳しくは総務課秘書広報係までご連絡ください。
総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

人口(前月比) (令和4年1月31日現在) ()内は前月比	
大矢野	13,315 (-45)
松島	6,566 (-26)
姫戸	2,272 (-17)
龍ヶ岳	3,434 (-20)
市の面積	126.94km ²
総人口	25,587 (-108)
世帯数	11,353 (-27)
男性	12,113 (-57)
女性	13,474 (-51)

Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト
3	・100歳おめでとう ・まちのわだい
4	南阿蘇村×上天草市 連携記事
6	お知らせ
9	・「上天草市未来への夢をつなぐ天草五橋奨学金返還助成基金」への寄附 ・日本最大級の花とみどりの祭典”くまもと花博”開催
10	犬の新規登録と狂犬病予防集合注射
11	シルバー人材センターと老人クラブの活動に参加しませんか
12	分別収集ごみの品目変更
13	母子家庭等高等職業訓練促進給付金支給
14	上天草総合病院だより
15	上天草市住民健診のお知らせ
19	健康ガイド
20	・生涯学習白書 ・シリーズ人権
21	ぶらっとライブラリー
22	・地域包括支援センター ・年金で笑顔 ・かよいの場
23	マイナンバーカードでマイナポイント第2弾
24	・上天草市の統計情報(国勢調査) ・公共施設の今後
25	アダプトプログラムの登録団体を募集します
26	小児への新型コロナワクチン接種
27	空き家バンクに物件登録しませんか
28	・特別児童扶養手当および特別障害者手当等の手当額について ・市長室なう
29	・地域おこし協力隊 ・お便り
30	令和4年3月15日~4月21日 カレンダー
32	高校生特派員

今月の表紙

2月23日(水)に天草パールラインマラソン第50回記念式典が開催され、大会の歴史を刻んだ記念碑の除幕式を行いました。今年は、初のオンライン開催となり、703名の方がエントリーを行いました。



上天草市 堀江市長 × 南阿蘇村 吉良村長

南阿蘇村と上天草市は、同じ県内にあり、それぞれ豊富な山の幸、海の幸に恵まれていることから、物産振興を図るうえで相互に補いあえるものが数多くあると思います。

また、産業として観光業が盛んという共通点があります。アフターコロナを見据え、より連携を密にし、互いの観光スポットをつなぐことで更なる交流の促進を図ることができればと思います。



上天草市 堀江 隆臣 市長

上天草市の皆さまには、熊本地震の際に多大なるご支援を賜り誠にありがとうございました。

上天草市と南阿蘇村は、それぞれ熊本が世界に誇る天草の海と阿蘇の山という2大観光資源を有する自治体であり、相互に協力し合うことで互いの良さを最大限に活かすことができる最良のパートナーだと考えています。

アフターコロナの際には、人や物がより積極的に交流していくことが望まれます。



南阿蘇村 吉良 清一 村長

南阿蘇村の魅力を紹介するコーナー

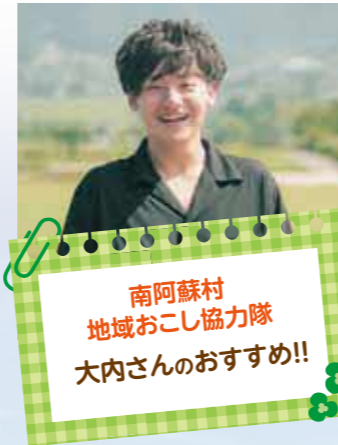


雄大な南阿蘇の景色



夕陽に染まる新阿蘇大橋

蘇った世界一のカルデラの郷へ
南阿蘇村は阿蘇カルデラの南、阿蘇五岳と外輪山に囲まれた観光と農業の村です。
「日本名水百選」に選定されている白川水源をはじめとする湧水群や豊富な温泉に恵まれた水の生まれる郷。そんな自然の魅力溢れる南阿蘇村の玄関口、阿蘇大橋は5年前の「熊本地震」によって崩落しました。しかし、新たに復興のシンボル「新阿蘇大橋」が昨年3月7日に開通。多くの人々と南阿蘇村をつなぐ架け橋が蘇りました。新阿蘇大橋のたもとには絶景展望所「ヨ・ミニール」が新設され、立野峡谷に沈む夕日を望むことができます。
自然と共存し、震災を乗り越え蘇った世界一のカルデラの郷へ是非お越しください。



南阿蘇村 地域おこし協力隊 大内さんのおすすめ!!



みなみあそ観光局 インスタグラム



みなみあそ観光局 フェイスブック



白川水源



稲穂が輝く秋の南阿蘇

私の活動と南阿蘇について
私は、令和元年12月に南阿蘇村の地域おこし協力隊に入隊しました。現在はみなみあそ観光局にて、南阿蘇の情報発信や、村内事業者様のサポート、各種イベントの企画運営などをおこなっています。
南阿蘇に住み始めて2年が経過しましたが玄関を開けた瞬間に目に飛び込んでくる景色にいまだに感動を覚えます。四季によって姿を変える南阿蘇の景色は私だけでは無く、訪れた全ての人に感動と癒しを与えてくれます。皆さまもぜひ一度、南阿蘇村に訪れてみてはいかがでしょうか。
南阿蘇村のイベント情報や観光情報はみなみあそ観光局のホームページやインスタグラム、フェイスブックなどで発信しております。この機会には是非ご覧ください。

南阿蘇村×上天草市包括連携協定 道の駅の運営会社相互協力協定

平成28年4月に発生した熊本地震をきっかけに、「道の駅上天草さんぽーる」と「道の駅あそ望の郷きぎの」は、道の駅同士の交流が活発になり、更なる発展につなげようと、令和元年7月に自治体同士の交流を促進するための包括連携協定が締結されました。現在は、新型コロナウイルス感染症の影響により交流は制限されていますが、限られた条件下で行っている連携活動について紹介します。



イベントの様子



赤牛串

「上天草と南阿蘇のそれぞれ良い物によって集客効果が高まった。」という意見が寄せられました。

参加店舗からは、「たくさんのお客さんに知ってもらおうきっかけになった。」
当日は、物販以外にも南阿蘇村ではガラポン抽選会を、上天草市では車えび釣りをするなど、楽しい企画も催され、期間中好天に恵まれたこともあり、多くのお客さんで賑わいました。

商品の交流

令和3年11月にスクラマチクマモト(1階正面エントランス前特設会場)にて、第1回くまもと山と海のまちなか物産展が開催されました。これは、道の駅上天草さんぽーると道の駅あそ望の郷きぎのが中心となって、上天草市と南阿蘇村の21店舗が集まり、物産展を行ったものです。

上天草市と南阿蘇村のコラボレーション



南阿蘇自然派ソフトによる上天草のパール柑を使用したソフトクリーム



南阿蘇村のパンダイゴによる上天草の柑橘と南阿蘇村のいちごを使用したパン

道の駅上天草さんぽーるでは協定締結前後から、南阿蘇村の店舗などへ対して上天草食材の売り込みを行っており、コラボレーション商品も多く誕生しています。南阿蘇村のパンのお店「パンダイゴ」の上道氏は「上天草の食材は多様で、また、暖かい気候のため、サツマイモなどの野菜が南阿蘇より早く手に入ったりもします。南阿蘇のいちごと上天草のみはや」という柑橘でパンを作りましたが、相性が良くお客様にも好評でした。」と話されます。こうした商品は、上天草市と南阿蘇村の交流イベントなどでの販売のほか店舗販売、熊本市内の店舗で食材などのPRを兼ねた販売を行うなど、上天草市と南阿蘇村のそれぞれの良さをたくさんの方に知って頂く機会創出につながっています。

住民同士の交流



交流の様子

昨年の11月21日に「第1回上天草市・南阿蘇村スポーツ交流事業」が開催されました。最初に、上天草市からの参加者の皆さんは、熊本地震復興「ミュージアム、震災伝承館」へ、新阿蘇大橋など、南阿蘇村が熊本地震の被害から復興している状況の見学を行いました。
その後、それぞれの自治体のスポーツ推進委員の交流として南阿蘇村の1心行パークゴルフ場でパークゴルフを実施。コロナウイルス感染拡大防止の観点から、飲食を伴う交流は行わず、時間もできるだけ短時間でという制約のなかでおこなわれました。ホールインワン賞などの各賞や参加賞のほか、副賞として南阿蘇村特産のあか牛や蕎麦などが準備され、参加者の皆さんは、南阿蘇村での交流を満喫しました。



問合せ先⇒☎ 申込先⇒☎ FAX ⇒(F) メールアドレス⇒✉

問合せ先⇒☎ 申込先⇒☎ FAX ⇒(F) メールアドレス⇒✉

お知らせ

information



募集

漢字検定受検者募集

▼対象 小学校三年生以上の
人

▼開催日 6月19日(日)

▼開催場所 天草教育会館
(天草市志柿町)

▼申込締切 4月22日(金)まで

▼申込方法・費用 天草教育
会館のホームページに記載し
ています。

☎一般財団法人天草教育会館
0969(23)2355



第22回生「天草さわやか 大学」学生募集

あらゆる業界の著名な先生

こころの悩みや不安に 相談ください。

毎年3月は自殺予防月間です。平成10年の急増以来、3万人を超えていた年間自殺者数は年々減少傾向にありましたが、令和2年7月以降は増加傾向にあります。

お悩みを抱えている人、身の回りの人の様子が普段とちがうと感じた人は、各相談機関までご相談ください。

☎上天草市福祉課

0969(28)3373

▼熊本県天草保健所

0969(23)0172

▼熊本県精神保健福祉センター

096(386)1166

▼熊本のいのちの電話

096(353)4343

▼熊本・LINCの電話

096(285)6688

その他

税のこころ

○3月の納税
国民健康保険税 第10期
納期限 3月31日(木)

方をお招きし、講座を開設します。

人生100年時代！「生きがいづくり」「健康づくり」「仲間づくり」を主に、22回生を募集します。

▼対象 天草在住の60歳以上の方

▼受講期間 令和4年4月から令和5年3月まで

▼講座予定
原則、毎月第4火曜日
時間13時30分～15時

▼場所 天草市民センター2階大会議室

▼募集人員 先着25名程度

▼入学金 1,000円
(入学時1回のみ)

▼受講料 前期2,500円
後期2,500円

▼締め切り 3月31日

▼申し込み先 天草さわやか
大学・運営委員会
天草市栖本町古江980番地2
事務局長 梅川 定喜
☎/☎0969(66)2270

口座振替日 3月25日(金)

※口座振替をご利用の方は、振替日前日までに残高の確認をお願いします。新たに口座振替を希望される方は、市内の金融機関および郵便局でお手続きください。

☎税務課市民税係
0964(26)5519

就職される人へ 国民健康保険からの お知らせ

健康づくり推進課

国民健康保険に加入している人が、就職により職場の健康保険(社会保険など)に加入されたときは、世帯主が14日以内に市役所へ届出を行う必要があります。また社会保険などの加入日(就職日など)以降は、国民健康保険の被保険者証を使うことができません。社会保険などの加入日以降に、国民健康保険の被保険者証を使うことができませんのでご注意ください。

▼届出に必要なもの
新しく加入された健康保険の被保険者証、国保の被保険者証、届出人の印かん、運転免許証などの身分証明

携帯090(2096)7017
▼申し込み方法 電話 FAX
でお申し込みください。

海上保安官募集

海上保安学校学生特別採用試験

▼受付期間 令和4年3月18日(金)～3月25日(金)

▼第一次試験 令和4年5月15日(日)

▼海上保安官(初任科)採用試験

▼受付期間 令和4年3月18日(金)～4月4日(月)

▼第一次試験 令和4年6月5日(日)

☎熊本海上保安部管理課
0964(52)3103



相談

令和4年度弁護士および司法書士無料相談所

市では、弁護士および熊本県司法書士会の協力のもと、令和4年度の無料相談所をそれぞれ隔月で次のとおり開設

書、世帯主と手続きが必要
な人のマイナンバーカード
または個人番号通知カード
健康づくり推進課
☎0969(28)3354

国民健康保険税の減免 申請はお済みですか。

税務課

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和3年分の収入が前年分から一定程度減少した場合、申請することで国民健康保険税の減免が受けられます。減免対象となるかどうか不明な場合は、まずは税務課へ電話でお問合せください。減免対象となる場合、必要な書類などの詳細をお伝えします。

申請期限は、令和4年3月31日(木)です。なお、申請後の審査に時間がかかる場合があります。申請期限後の申請は受付できませんので、減免を希望する場合は、早めの申請をお願いします。

また、減免対象期間の国民健康保険税であれば、納付済みの分も減免対象です。納付後に減免が決定した場合、後日差額分を還付します。ただし、ほかの市税に未納分がある場合は、未納分の納付に充てるこ

します。
広報紙のカレンダーのページ
で毎月、開催日をご案内します。
お困りの方は、ご活用ください。

対象者

本市にお住まいの人または
通勤・通学している人

▼相談内容
▽弁護士 家庭・金銭などの法律に関する困りごとなど
▽司法書士 相続や登記などに関するものなど

▼開設日時
▽弁護士 偶数月の第3火曜日 13時～17時

▽司法書士 奇数月の第3火曜日 13時～17時

▼開設場所
大矢野庁舎または松島庁舎
1階相談室

▼相談方法
面談方式(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、メール等では受付できません。

▼申込・問合せ先
市民課大矢野窓口センター
☎0964(26)5534

とがありますので、ご了承ください。

☎税務課市民税係
0964(26)5519

消費生活センター開所 日時変更のお知らせ

市では、消費生活センターの運営を見直し、令和4年度から次のとおり開所日時を変更します。

▼開所日 月・火・木・金(土、日、祝日等を除く)

▼開所時間 10時から16時まで
(12時から13時までを除く)

▼変更開始日 令和4年4月1日(金)から

▼相談・問合せ先 消費生活センター
☎0964(56)0783

白い雲の会50周年記念 誌刊行

白い雲の会は令和2年に50周年を迎え、障がい児・者の福祉向上を目指した歩みの記念誌を令和3年6月に刊行しました。

関係者はじめ希望される方に差し上げていますので、事務局までご連絡ください。

☎白い雲の会事務局
(会長・堤田)

《ユニテクノ パート・アルバイト募集》

- ・業務内容：半導体関連部品の組み立て(小さい部品を扱います)
- ・勤務形態：週3日～5日(土日祝日休み)
- ・勤務時間：9:00～18:00の間(勤務時間は相談に応じます)

未経験者大歓迎

【お問い合わせ】

〒869-3603 上天草市大矢野町中4557-3
ユニテクノ株式会社 天草事業所 TEL0964-59-5011 担当:松川

〈有料広告〉

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎 給付金について

無料個別相談会

日程・会場 4/2 (土) 天草市民センター 第3会議室

完全予約制 ☎0120-013-621
(ご予約受付時間)
平日 9:00～18:00
個別相談なので、他の方と顔を合わせることはいりません。

対象者 昭和16年7月2日～
昭和63年1月27日 生まれ

※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金 50万円～
3,600万円

※病歴に応じて給付金等の内容が異なります
※訴訟実費別途

弁護士費用 着手金・相談料 無料
成功報酬制

弁護士 弁護士法人 弁護士 栗原 幸一「あいばこういち」東京弁護士会所属 登録番号35029
プレシャス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A【営業時間】平日 9:00～18:00
☎TEL 03-5363-6333 ☎E-mail info@precious-law.jp
☎FAX 03-5363-6334 ☎http://precious-law.jp/

無料電話相談も
同時受付中!! お気軽にお電話ください

〈有料広告〉



問合せ先⇒☎ 申込先⇒☎ FAX⇒☎ メールアドレス⇒✉

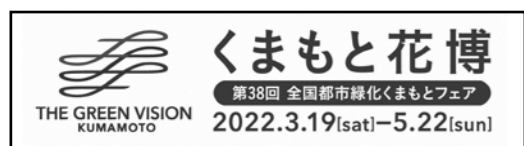


「上天草市未来への夢をつなぐ天草五橋奨学金返還助成基金」への寄附

上天草市では、若者の市内における定住を促進し、将来を担う人材の育成を図り、地域経済の活力強化及び地元産業の活性化に資するため、「未来への夢をつなぐ天草五橋奨学金返還助成制度」を創設し、奨学金返還助成金の支給を行うため、地元産業界及び個人からの寄附をお願いしています。
 今年度は、令和4年2月1日までに15の事業所から総額852,000円の寄附の申出をいただきました。

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 やまうち医院 | 9 特別養護老人ホーム南風苑 |
| 2 有限会社竜宮 | 10 あまくさ農業協同組合 |
| 3 松島輸送船株式会社 | 11 特別養護老人ホーム翔洋苑 |
| 4 天草漁業協同組合上天草総合支所 | 12 有限会社坂田海運 |
| 5 株式会社日本冷熱 | 13 有限会社福伸 |
| 6 天草池田電機株式会社 | 14 株式会社天草海産 |
| 7 ヤマハ天草製造株式会社 | 15 有限会社誠興海運 |
| 8 株式会社丸山えび | |
- (敬称略)

「未来への夢をつなぐ天草五橋奨学金返還助成制度」の趣旨にご賛同いただき、寄附にご協力いただける場合は、上天草市教育委員会学務課(0969-28-3379)までご連絡ください。



日本最大級の花とみどりの祭典 “くまもと花博”を開催します



日本最大級の花とみどりの祭典、全国都市緑化フェアが36年ぶりに熊本市で開催されます。期間中は熊本市内3カ所をメイン会場とし、花畑広場では、世界的なフラワーアーティストであるニコライ・バークマン氏の監修により、県産の花で彩る大花壇をお楽しみいただけます。併せて、熊本市動植物園の植物ゾーンを35年ぶりにリニューアルするとともに、立田山には大型木製遊具やツリーハウスを設置します。また、各会場では多彩な体験イベントも実施します。県内の市町村もパートナー会場となって花とみどりに彩られますので、ぜひご来場ください。

イメージキャラクターにはくまモンが就任!黄色い蝶をモチーフにした衣装のくまモンが“くまもと花博”を盛り上げます!

- メイン会場
 - 街なかエリア 熊本城公園および花畑広場一帯
 - 水辺エリア 水前寺江津湖公園一帯(動植物園含む)
 - まち山(立田山)エリア 立田山
- 上天草市のパートナー会場
 - 天草四郎ミュージアム



ニコライ・バークマン氏の監修による大花壇イメージ(花畑広場)



©2010熊本県くまモン



くまもと花博ホームページ

詳しくは公式ホームページをご覧ください。 [くまもと花博](#)
 ■お問い合わせ 第38回全国都市緑化くまもとフェア実行委員会事務局 ☎096(328)2525



（熊本県手をつなぐ育成会 天草）
 ☎090(1082)8053
 ☎0969(24)0723
 ひきこもり支援ポータルサイトが開設されました。
 この度、ひきこもりに関する情報をまとめたひきこもり支援ポータルサイト「ひきこもりVOICE STATION」が厚生労働省により開設されました。
 当事者、家族、支援者の声を届けることをテーマに豊富な内容が掲載してありますので、ぜひご覧ください。
▼主な掲載内容
 ・ひきこもりに関する基礎情報
 ・全国の相談窓口
 ・イベント情報
 ・当事者経験のある著名人・専門家によるインタビュー記事
 ・当事者や家族、支援者の声を集めたラジオ風音声コンテンツ など

スポーツ安全保険に加入しましょう!
▼小さな掛金・大きな補償の「スポーツ安全保険」
 令和4年度の加入受付が3月から開始されます。万一のケガや賠償責任に備えて加入しましょう。
 スポーツ活動・文化活動・ボランティア活動・地域活動を行う4名以上の団体でご加入いただけます。
 加入団体での活動中および団体活動への往復中の事故を補償します。
 傷害保険・賠償責任保険・突然死葬祭費用保険がセットになった保険です。
 掛金は、年齢および活動内容によって金額が異なります。詳しくは左記までお問い合わせください。
 ☎スポーツ安全協会熊本県支部 ☎096(213)9015
善意に感謝(敬称略)
 市内の福祉施設(南風苑、松朗園)でボランティアサービスをした人を紹介します。
 ○菓子工房アローム
 ○坂口米子

■臨時に出る多量の家庭ごみの処理について

引っ越しなどに伴う多量の家庭ごみは、地区のごみステーションでは収集しませんので、清掃センターへ自己搬入するか、市の許可を受けた次の業者へ収集運搬を依頼するなど適正な処理をお願いします。

◆ごみの直接持ち込み 松島地区清掃センター☎0969(57)0161

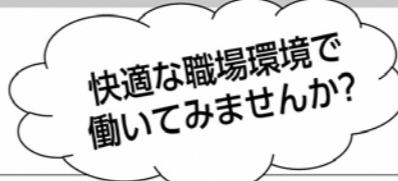
搬入できる日時	搬入料金
月曜～金曜日 ○午前8時45分～12時 ○午後1時～午後4時 ※土日・祝日・年末年始は休み ※毎月29日～31日は不燃物搬入禁止	50kgまで250円(10kgごと追加で50円) ※分別された資源物は無料

◆一般廃棄物収集運搬許可業者一覧

業者名	電話番号	許可エリア
有限会社 大矢野清掃社	0964(56)4809	大矢野町
八光海運株式会社 熊本支店	0964(56)6000	大矢野町
有限会社 松島清掃社	0969(56)0598	松島町
株式会社 クリーン開発	0969(28)3130	松島町・姫戸町
龍ヶ岳清掃社	090(1199)3702	龍ヶ岳町
クリーン龍ヶ岳	0969(62)0009	龍ヶ岳町

■お問い合わせ 環境衛生課環境衛生係 ☎0964(26)5524

◇天草池田電機(株)従業員募集中!!◇



学校行事や家庭行事等での休みもOK

正月・お盆・ゴールデンウィーク大型連休有り

○勤務形態:週休2日 ○勤務時間:8:30～17:15 詳しくはお電話で お気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】 〒861-6102 上天草市松島町合津2101 天草池田電機 株式会社 ☎0969-56-1121 担当:総務課 本多

〈有料広告〉



住み慣れた地域で 生き生きと暮らし続けるために

～シルバー人材センターと老人クラブの活動に参加しませんか～

○上天草市シルバー人材センター

シルバー人材センターは、地域の高齢者が、「自主・自立・共働・共助」のもと、培った知識・経験・技能を生かして就業することにより、豊かで積極的な高齢期の生活と社会参加による生きがいを充実するとともに、地域に活力を生み出し、地域社会の福祉と活性化に寄与することを目的とした公益社団法人です。

上天草市シルバー人材センターの現在の登録会員数は、約200人で、主に市内の家庭、事業所、公共団体等から仕事を引き受けています。また、仕事の提供だけでなくボランティア活動も行っています。

故郷・上天草のために、あなたの「経験」と「知識」を生かしてみませんか。

加入希望の方は、上天草市シルバー人材センターまでお問い合わせください。

■問合せ先

上天草市シルバー人材センター
☎0964(59)2228

………シルバー人材センターの活動例………



①「シルバーの日」ボランティア活動



②シルバー人材センター互助会グラウンドゴルフ大会



③シルバー技能講習「刈払機取扱安全講習」



④シルバー技能講習「樹木剪定講習」

………老人クラブの活動例………

○老人クラブ

老人クラブは、地域の高齢者(おおむね60歳以上)で構成された団体です。生きがいと健康づくりを目的として会員相互の親睦を深め、健康を増進する活動、生きがいを高める活動、社会奉仕活動などを行っています。

上天草市では、79クラブ、約3,500人が参加しています。老人クラブに加入して仲間、地域の輪を広げてみませんか。加入希望の方は、お近くの老人クラブ会員または上天草市老人クラブ連合会事務局までお問い合わせください。

■問合せ先

上天草市老人クラブ連合会事務局
☎0964(56)6008



①大矢野町老人クラブ連合会の輪投げ大会



②松島町老人クラブ連合会の健康づくりグラウンドゴルフ大会



③姫戸町老人クラブ連合会のスマートカード講習会



④龍ヶ岳町老人クラブ連合会の水害記念碑清掃活動

犬の新規登録と狂犬病予防集合注射

犬を飼い始めた日から30日以内に登録申請(犬の生涯に1回)を行うことと狂犬病予防注射を接種(年に1回)させることが義務付けられています。必ず、登録と狂犬病予防注射を受けてください。

個別に動物病院で注射を受けた場合は、動物病院から発行される「狂犬病予防注射済証」と「済票交付手数料500円」をご持参のうえ、各庁舎・各統括支所の窓口で届出を行ってください。(随時受付を行っています。)

ご不明点などありましたら、お問合せください。

令和4年度狂犬病予防集合注射日程表

月日	地区	時間	場所	月日	地区	時間	場所		
4/22 (金曜日)	龍ヶ岳町	大道	8:30～ 8:45	大道出張所横駐車場	4/27 (水曜日)	大矢野町	上	8:30～ 8:40	市役所大矢野庁舎 駐車場
			8:50～ 9:00	民俗資料館前				8:45～ 8:55	田端公民館前
		高戸	9:05～ 9:15	龍ヶ岳統括支所 駐車場				9:00～ 9:15	上小学校プール横 駐車場
			9:20～ 9:35	東風留集会所前				9:25～ 9:45	賤の女公民館前
		樋島	9:45～10:00	樋島老人福祉センター 駐車場				9:50～10:00	串公民館前
				二間戸				10:20～10:35	二間戸団地集会所前
	姫戸町	姫浦	10:40～11:00	姫戸港休憩所前			10:25～10:35	岩谷・岩谷商店前	
			11:10～11:30	姫戸統括支所駐車場			10:40～10:50	双原公民館前	
			11:40～11:50	牟田公民館前			10:55～11:15	登立バス停前 (田中運送前)	
		内野河内	8:30～ 8:40	内野河内集会所前			11:20～11:35	尾越崎公民館前	
				8:50～ 9:00			大平公民館前	11:40～11:50	大瀧公民館前
				9:05～ 9:15			やまなみ商店裏	4/28 (木曜日)	大矢野町
教良木	9:25～ 9:35	治郎丸嶽登山口休憩 所前(住吉神社横)	8:50～ 9:05	中北小学校正門前					
		今泉	9:45～ 9:55	3支部公民館前	9:20～ 9:30	下山公民館前			
松島町	10:05～10:15	1・2支部公民館前	9:40～ 9:50	維和出張所前					
		10:25～10:45	旧保健センター跡地 (ゲートボール場)	10:00～10:10	蔵々公民館前				
	合津	10:50～11:00	5支部公民館前	中	10:20～10:30	野米地域 学習センター前			
		11:05～11:15	11支部公民館前		10:40～10:50	貝場消防倉庫前			
		11:25～11:35	合津港駐車場(ハース ステーションモトセ前)		10:55～11:05	柳港広場			
		11:50～12:00	樋合漁協前		11:10～11:20	新開公民館前			
4/26 (火曜日)	松島町	阿村	8:30～ 8:45		阿村第1公民館前	11:25～11:35	瀬高公民館前		
			8:50～ 9:05		阿村地区 交流センター前	11:45～11:55	江後公民館前		
			9:10～ 9:20	阿村第6公民館前	大矢野町	上	9:40～ 9:50		
	湯島	10:30～10:40	湯島港待合所前	11:25～11:40			鳩の釜消防倉庫前		
			11:50～12:05	大手原バス停前					

■問合せ先 環境衛生課環境衛生係
☎0964(26)5524

<料 金> 3,300円(注射料2,800円+済票交付手数料500円)
新規登録の場合…6,300円(上記+登録料3,000円)

※令和4年度から登録済みの飼い主への集合注射の案内文をハガキに変更します。
※集合注射会場は変更箇所がありますので、ご確認ください。
※犬の体調によっては、獣医師の判断により注射を取りやめる場合もありますので、その際はご了承ください。
※天候によって集合注射を実施することができない場合は、防災無線や市HPにてお知らせします。
※新型コロナウイルス感染予防対策として、飼い主はマスクを着用し、各会場にて手の消毒を行いますので、ご協力をお願いします。



母子家庭等高等職業訓練促進給付金を支給します。

本市では、母子家庭の母または父子家庭の父が資格取得のため、1年以上養成機関で修業する場合に、修業期間中の生活の負担軽減を目的に、母子家庭等高等職業訓練促進給付金の支給を行います。

1 支給対象者

次の要件を全て満たす母子家庭の母または父子家庭の父で、現に児童(20歳に満たない人)を扶養している人のうち、対象資格を取得するために修業している人

- (1) 児童扶養手当の支給を受けていること、または当該手当の支給要件と同様の所得水準にあること。
- (2) 修業年限が1年以上の養成機関において、一定のカリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれる人であること。
- (3) 就業または育児と修業との両立が困難であると認められる人であること。
- (4) 過去に訓練促進給付金などの支給を受けたことがないこと。
- (5) 本市に住所を有していること。
- (6) 求職者支援制度における職業訓練受講給付金または雇用保険法第24条に定める訓練延長給付金等訓練促進給付金と趣旨を同じくする給付金を受けていないこと。

2 対象資格

看護師、准看護師、保健師、介護福祉士、社会福祉士、保育士など計33種

3 支給額

- (1) 母子家庭等高等職業訓練促進給付金(月額)
非課税世帯 100,000円 課税世帯 70,500円
(養成機関の最後の12か月については、非課税世帯140,000円、課税世帯は110,500円)
- (2) 修了支援給付金(修了時)
非課税世帯 50,000円 課税世帯25,000円

4 申請方法

申請にあたっては市役所子育て支援課との事前相談後に申請書をお渡しします。

※申請は修業を開始した日以降になります。

※支給決定となった場合、申請を受理した月の分から支給対象となります。

必要な書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

■問合せ先

上天草市役所健康福祉部子育て支援課
☎0969(28)3351

天草四郎ミュージアム手帖²⁷

切支丹高札 年代:正徳元(1711)年

江戸幕府は寛永15(1638)年2月に終結した島原天草一揆をキリシタンによる反乱とみなし、禁教政策を強化します。そこで町中にはキリスト教を禁ずる高札を掲げて、住民に周知徹底を図っていきます。これは、正徳元(1711)年に掲げられた高札です。「切支丹宗門」を厳禁とする一方、キリシタンを隠し置いた場合は、名主や五人組、親類までも処罰することが記されています。高札は、人の目のつきやすいところに掲げられ、広く法を伝える役割を果たしました。高札によって、幕府の禁教政策は社会へ浸透していったのです。

熊本大学大学院生 山田悠太郎



分別収集ごみの品目 が変更になります!!

令和4年
4月から

【紙パック】が【牛乳パック】と【その他紙パック】に分かれます。

これまでの紙パックや紙の容器の分別収集

紙パック

○紙パックはすべて【紙パック】として回収
(例:牛乳パック、ジュースの紙パック)

紙の容器

○内側がアルミのものは【可燃ごみ】として回収(例:焼酎などの紙容器)

令和4年4月からの分別収集

牛乳パック

○【牛乳パック】として回収

その他紙パック

○牛乳パック以外のものは【その他紙パック】として回収
(例:ジュースの紙パック)

○紙の容器で内側がアルミのものは【その他紙パック】として回収
(例:焼酎などの紙容器)



※このうちキャップ付のものは **ポイント①** ストロー付のものは **ポイント②** 参照

【牛乳パック】と【その他紙パック】はひもなどでしばらずに本体のみをそのまま出してください

ポイント①

キャップ付【牛乳パック】と【その他紙パック】の分別

- 本体から注ぎ口を切り取る
- 本体は【牛乳パック】または【その他紙パック】として回収
- ふたは【容器包装プラスチック】として回収
- 注ぎ口は【不燃ごみ】として回収



ポイント②

ストロー付【牛乳パック】と【その他紙パック】の分別

- 本体・ストロー・ストローの袋に分ける
- 本体は【牛乳パック】または【その他紙パック】として回収
- ストローとストローの袋は【不燃ごみ】として回収



ふたの回収方法

- ふたは透明な袋に入れて【容器包装プラスチック】として回収
- 袋は握りこぶしの大きさ程度にまとめてください(右の写真が目安です)
- ペットボトルのふたなども一緒に回収可能です



※清掃センター仕分け作業効率化のためご協力をお願いします

牛乳パック その他紙パック を分別収集に出すときは、開いて水ですすぎ、乾かしておきましょう。

回収した牛乳パック その他紙パック はトイレトペーパーとして再利用されます。リサイクルにご協力ください。

問合せ先 環境衛生課 ☎0964(26)5524 / 0964(26)5541



保存版

令和4年度 上天草市住民健診のお知らせ

集団健診で実施している健診(検診)項目



直近の受診歴や節目年齢対象者の情報をもとに、居住地に近い会場での集団健診をご案内します。日時などの都合がつかない場合は別日への変更も可能です。

集団健診日程については、詳細が決まり次第、広報や市ホームページなどでお知らせします。

健診(検診)項目	対象者	個人負担金	検査内容	時期(予定)	
生活習慣病健診	19歳~39歳	1,000円		6月~10月、12月	
上天草市国保特定健診	40~74歳の 上天草市国保加入者 *通院中の方も対象	1,000円 ※40・45・50・55歳は無料	血液検査、尿検査、医師の診察、計測(身長・体重・血圧など)、心電図検査(後期高齢者医療健診は医師が必要と判断した場合のみ)など		
後期高齢者医療健診	後期高齢者医療保険加入者 *通院中の方も対象	800円			
結核・肺がん検診	30歳以上	500円	胸部のレントゲン検査です。必要な方には、検診会場で喀痰検査をお勧めします。(検査料金1,000円)	6月、11月 ※休日健診、湯島地区住民健診日でも実施	
胃がん検診	30歳以上	1,400円	バリウムによるレントゲン検査	6月~10月、12月	
大腸がん検診	30歳以上	500円	2日分の検便による便潜血検査		
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,200円 ※21歳は無料	子宮頸部の視診・内診・細胞診(粘膜を少量採取する検査)		
乳がん検診	乳房超音波検診	30~39歳および40歳以上で奇数年齢の女性	1,000円		超音波による乳房の検査
	マンモグラフィ検診	40歳以上で偶数年齢の女性	1,400円 ※41歳は無料		乳房をはさんで撮影するレントゲン検査
腹部超音波検診	30歳以上	1,600円	超音波で肝臓・胆のう・腎臓などを検査		
骨粗鬆症検診	30歳以上	2,000円	かかと部分の骨密度を超音波で測定		
	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円			
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,600円	採血によるPSA検査		
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に同検査歴のない方	800円	採血によるB型肝炎抗原・C型肝炎抗体検査		
	41・46・51・56・61・66・71歳で過去に同検査歴のない方	無料			

※このお知らせに記載している年齢は、年度末到達年齢(令和5年3月31日現在)になります。

<集団健診に関するお問合せ先>

① 国保特定健診及びがん検診の受診を希望される方
上天草市 健康づくり推進課(上天草市保健センター) ☎0969(28)3356(直通番号)

② 国保以外の被扶養者で、集団健診にて特定健診の受診を希望される方
上天草総合病院健康管理センター ☎0969(62)0983



上天草総合病院だより

がんサロン

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、開催は中止します。

※問合せ先 ☎0969(62)1122

診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 林 中原	岸川 和田 原田 林	中村 林 中原	和田 原田 中原	細川 原田
代謝内科	花谷			岸川	小野(第3・5) 大津(第1・2・4)
脳神経内科				林	
腎臓内科			細川		
循環器内科	脇田	脇田			脇田
外科	城野	城野	城野 (予約のみ)	城野	城野 (予約のみ)
消化器科	坂口 (新患)	坂口 (新患)			
整形外科	藤松	上原	村上 藤松 (再診のみ)	藤松	村上
小児科	船曳	熊大	船曳	船曳	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	栗井	竹下	竹下 熊大医師の 代診(第1,3,5)	竹下	竹下
皮膚科				江頭	
泌尿器科		西			西
超音波・内視鏡センター	坂口	坂口	松野	城野 (健診のみ)	蔵野
人間ドック	岸川	岸川	脇田	細川	岸川
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田
教良木診療所	原田	中村	応援	応援	中原

- 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50分から診療開始です。
- 歯科口腔外科は月~金の午後も診療を行います
- 脳神経外科外来は月2回(第2,4水曜日)の午後2時より診療を行います。(予約制です)
- 泌尿器科は毎週火曜日と金曜日に診療を行います。
- 3月22日、火曜日の泌尿器科外来は休診となります。
- 3月31日、火曜日の小児科外来は休診となります。
- 3月22日、火曜日以降の外科外来は休診となります。
- 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。



上天草市立上天草総合病院
看護部長 山中 小百合

今年は、コロナ禍での2回目の年越しとなりましたが、皆さまはどのようなお正月を過ごされましたか?賑やかとはいかなくてもご家族揃って、ゆっくりと過ごされたのではないのでしょうか。

当院では、新型コロナウイルス感染症対応として面会禁止が1年以上も継続していましたが、昨年11月にやっと面会制限へと緩和することができました。わずかな時間ではありますが、ご家族と対面してお話ができ、少し安心することができたのではないかと思います。

しかし、新たな変異株の出現もあり、今後も感染対策は継続しなければなりません。患者さんとご家族さんの不安や苦悩を考えますと大変心苦しく思います。また、地域の関係機関の皆様にも引き続きご不便をおかけすることになりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。このような状況だからこそ、今まで以上に患者さん、ご家族さんの気持ちに寄り添う医療・看護を実践していきたいと考えています。さらに医療・福祉のコミュニケーションを深め、今まで以上に連携を強化することで、上天草市の皆様がこの地域で安心して入院生活ができるよう努めてまいります。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

皆さまにとって今年が良い年になりますように祈願いたします。



子宮頸がん検診・乳がん(マンモグラフィ)検診

検診項目	対象者	個人負担金	検査内容
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,900円 ※21歳は無料	子宮頸部の視診・内診・細胞診 (粘膜を少量採取する検査)
乳がん(マンモグラフィ)検診	40歳以上で偶数年齢の女性	1,600円 ※41歳は無料	乳房をはさんで撮影するレントゲン検査

指定医療機関

子宮頸がん	乳がん	受診期間	医療機関名	住所	電話番号
×	○	6月～翌年2月	宮崎外科胃腸科医院	大矢野町上	0964(56)0600
○	×		田山産科婦人科医院	宇土市入地町	0964(22)5522
○	○		上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸	0969(62)0983
×	○		済生会みすみ病院	宇城市三角町	0964(53)1611
○	×	9月～翌年2月	まつばせレディースクリニック	宇城市松橋町	0964(34)0303
○	×	8月～翌年1月	鬼塚クリニック	天草市亀場町	0969(24)3636
○	×		本原クリニック	天草市古川町	0969(24)1175
○	×		わせだ直子レディースクリニック	天草市港町	0969(24)8711
×	○		天草地域健診センター	天草市亀場町	0969(24)4166

※指定医療機関に追加・変更がある場合は、広報・市ホームページで随時お知らせします。

令和4年度において、個別健診(検診)を実施する市の指定医療機関は以下のとおりです。
健診(検診)の対象となる方で、個別健診を希望される方は、直接、医療機関に予約の連絡をお願いします。

なお、受診結果は医療機関から市へ報告されます。後日、健康づくり推進課から、その結果について連絡することがありますので、あらかじめご了承ください。



上天草市国保特定健診・後期高齢者医療健診

検診項目	対象者	個人負担金	検査内容
上天草市国保特定健診	40～74歳の 上天草市国保加入者 *通院中の方も対象	1,000円 ※40・45・50・55歳は無料	血液検査、尿検査、医師の診察、計測(身長・体重・血圧など)、心電図検査(後期高齢者医療健診は医師が必要と判断した場合のみ)など
後期高齢者医療健診	後期高齢者医療保険加入者 *通院中の方も対象	800円	

指定医療機関

特定健診	後期健診	受診期間	医療機関名	住所	電話番号
○	○	通年	しまだ小児科	大矢野町登立	0964(56)0005
○	○		毛利医院	大矢野町登立	0964(56)2111
○	○		上天草内科呼吸器科クリニック	大矢野町登立	0964(56)3100
○	○		宮崎外科胃腸科医院	大矢野町上	0964(56)0600
○	○		中村医院(上)	大矢野町上	0964(56)0003
○	○		吉田クリニック	大矢野町中	0964(57)0246
○	○		やまうち医院	松島町阿村	0969(56)0899
○	○		春田医院	松島町阿村	0969(56)0052
○	○		村上医院	姫戸町姫浦	0969(58)3102
○	○		姫戸医院	姫戸町姫浦	0969(58)3583
○	○		竹中医院	姫戸町二間戸	0969(58)2148
○	○		上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸	0969(62)0983
○	○		済生会みすみ病院	宇城市三角町	0964(53)1611

※指定医療機関に追加・変更がある場合は、広報・市ホームページで随時お知らせします。



上天草市の子どもたちのむし歯の状況は？

最新のデータでは、1歳6か月児のむし歯有病者率は1.43%で、前年度の3.5%に比べてむし歯有病者は減少しました。しかし、12歳児のむし歯有病者率は50.85%で、年齢を重ねるごとにむし歯を持つ子どもたちが増えている状況です。

むし歯になると、「食べる」だけでなく、「話す」、「呼吸する」といった、日常生活に影響を及ぼします。

むし歯予防には、3つの方法があり、家庭での日々の取組がとても大切です。

●毎日の歯みがき、仕上げみがき

子どもは一人では十分な歯みがきができません。小学校低学年くらいまでは、むし歯になりやすい上の前歯や奥歯の溝などに注意して仕上げみがきをしましょう。



●甘いおやつとり過ぎに注意する

「おやつ」＝「甘いお菓子やジュース」と思っていないですか？子どもにとってのおやつは食事不足を補うものです。おやつの内容を見直し、時間と量を決めて、食べるようにしましょう。



●歯の質を強くするために、フッ化物を利用する

フッ素は、自然に広く存在しているもので、フッ化物を歯に塗ることにより、歯を強くし、むし歯菌の発育を抑えることができます。

- ・フッ化物歯面塗布…市では、1歳6か月児健診の際に、フッ化物塗布券(4回分)を交付しています。この塗布券を使って、市内の歯科医院において無料で4回までフッ化物塗布を受けることができます。
- ・フッ化物洗口…フッ化物洗口液でうがいをする方法です。市では、希望される保育園と全小中学校で実施しています。



乳幼児期からのむし歯予防に取り組み、健やかな体づくりを目指しましょう!

■問合せ先 健康づくり推進課母子保健係 ☎0969(28)3376

健康ポイントの交換申請はお済みですか？

健康ポイントの交換申請はお済みですか？交換申請の受付期間は、**令和4年3月31日(木)まで**となりますので、お早めの手続きをお願いします。

また、40歳以上の市国民健康保険又は後期高齢者医療保険に加入している人は、市が指定する医療機関にて3月末まで健康診断が受けられますので、ぜひご利用ください。

<申請窓口>

大矢野庁舎(大矢野窓口センター)、松島庁舎(市民課)、姫戸統括支所、龍ヶ岳統括支所、各出張所

※申請時・商品交換時には、健康保険証と印鑑をご持参ください。

■問合せ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356

1 がん検診の目的

がん検診の目的は、がんを見つけることだけでなく、がんを早期に発見し、適切な治療を行うことで、がんによる死亡率を減少させることです。早期に発見できれば、治療の選択肢も多く、治療後の予後も良好で、QOL(生活の質)の維持も図りやすいといわれています。無症状のうちのがんを早期に発見できるよう、がん検診に関する正しい知識を持ち、がん検診を受診しましょう。

職場などで受診する機会がない方は、ぜひ住民健診を受診ください。

2 がん検診のメリットとデメリットについて

がん検診の最大のメリットは、早期発見によりがんの死亡率が減少することです。また、がん患者のQOL(生活の質)の向上や医療費の軽減や真陰性者(がんがなく、がんではないと診断された方)の安心などが挙げられます。

また、がん検診にはデメリットもあります。検診や精密検査に伴う合併症のほかに、大きく次の3つがあります。

- (1) 偽陰性** がんがあるにもかかわらず、正しく診断されないことで、いわゆる見逃し例です。がん検診に限らず、検査の精度は100%ではありませんので、適切な間隔で受け続けることが必要です。
- (2) 偽陽性** がんがないにもかかわらず、がんがあるかもしれないと診断されることです。つまり、最初のがん検診で精密検査が必要と判断されることです。精密検査には、がんの疑いを除外するためと、がんであることを確かめるための2つの意味があります。精密検査の結果、がんではなかったとしても、身体的な負担や精神的な不安を持つことも避けられません。
- (3) 過剰診断** がん検診で発見されるがんの中には、そのがんが進展して死亡に至るといった経過をとらない、生命を脅かすことのないがんがあります。多くの場合、通常のがんと同様の診断・治療が行われ、身体的・心理的・経済的に大きな負担となります。

各健診(検診)を受診する際のお願い

- 健診(検診)および精密検査の結果は、市役所および検診機関、精密検査機関にて把握しています。なお、個人情報につきましては適正に利用・管理しますので、ご理解のほどお願いします。
- 健診(検診)は、がんのガイドラインや指針等に有効性の高いとされている検査方法で行っています。しかし、その精度は100%ではありません。そのため、適切な間隔で受け続けることと、症状があれば医療機関で受診することが必要です。
- 健診(検診)の結果は受診後約5～6週間でお渡します。健診(検診)において精密検査が必要となった方には、検査結果とともに精密検査依頼書をお渡します。精密検査依頼書をお持ちになり、早めに医療機関で受診してください。

5がん検診の主な精密検査の方法

胃がん	胃内視鏡検査 など
肺がん	胸部CT など
大腸がん	大腸内視鏡検査、注腸エックス線検査 など
乳がん	マンモグラフィ、超音波検査 など
子宮頸がん	コルポスコピー(拡大鏡検査)、細胞診 など





ぶらっとライブラリー

●第166回 芥川賞・直木賞が発表!

2022年1月19日、第166回 芥川賞・直木賞が発表されました。

受賞作や候補作は図書館に所蔵しているものもありますので、気になった方はお近くの図書館にお問い合わせください♪

○第166回 芥川龍之介賞

砂川文次『ブラックボックス』(群像八月号)
※雑誌「文藝春秋」2022年3月号(中央図書館所蔵)に全文が掲載されています。

- その他の候補作(掲載誌) ※作者50音順・敬称略
石田夏穂『我が友、スミス』(すばる11月号)
九段理江『Schoolgirl』(文學界12月号)
島口大樹『オン・ザ・プラネット』(群像12月号)
乗代雄介『皆のあらしり』(新潮10月号)

○第166回直木三十五賞

今村翔吾『塞王の楯』 集英社刊
大矢野森記念図書館所蔵
米澤穂信『黒牢城』 KADOKAWA刊
姫戸・龍ヶ岳図書館所蔵

- その他の候補作 ※作者五十音順・敬称略
逢坂冬馬『同志少女よ、敵を撃て』 早川書房刊
大矢野森記念図書館所蔵
彩瀬まる『新しい星』 文藝春秋刊
柚月裕子『ミカエルの鼓動』 文藝春秋刊
龍ヶ岳図書館所蔵

図書館には歴代の受賞作品もありますので、そちらもご紹介します。

○芥川龍之介賞

164回 『推し、燃ゆ』宇佐見りん著 河出書房新社刊
中央・姫戸図書館所蔵

○直木賞

165回 『星落ちて、なお』澤田瞳子著 文藝春秋
大矢野森記念図書館所蔵
164回 『心淋し川』西條奈加著 集英社刊
姫戸・龍ヶ岳図書館所蔵

●本の返却をお願いします

いよいよ年度末となり、進学や就職、転勤などであわただしい時期となりました。

みなさまのご自宅に返し忘れの本はありませんか?
延滞によるペナルティはありませんので、見つけたらすぐに、お近くの図書館に返却をお願いします。

また、本をなくしたり、汚してしまったりした場合についても、必ず図書館までご連絡をお願いします。

■本にこのような印がついていたら図書館の本です!



本の下部 本の表もしくは裏(バーコード) 本の内部(蔵書印)

図書のおはなし会(1月寄贈分)

3名の方にご寄贈いただきました。
ありがとうございました。

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)

■問合せ先 社会教育課生涯学習係 ☎ 0969 (28) 3361

📍本を借りて LINE ポイントを貯めよう

図書館で本を借りると、返却時にLINEポイントが貯まります。ポイントが25ポイント貯まると、地元商品券などに交換できます。交換は、市役所各庁舎のほか、図書館でも交換できます。

■問合せ先 総務課秘書広報係 ☎ 0964(26)5525



図書館おはなし会(30分間～1時間)

中央: お休みです。
森記念: 4/ 9(土)午後2時～ 森記念図書館2F
姫戸: 3/19(土)午前10時～ 姫戸図書館
龍ヶ岳: 3/19(土)午後2時～ 龍ヶ岳図書館

図書館でのおはなし会は事前予約制となっていますので、各図書館までご連絡ください。予約は前日の午後5時まで受け付けています。人数制限を設けていますが、定員割れの場合は当日の参加も可能です。参加の際は、必ずマスクを着用いただき、体調が悪い場合は参加をお控えください。
※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

中央: お休みです。

休館日

3月22日、28日、31日
4月 4日、11日、18日、25日、30日

移動図書館巡回日

3月16日(姫戸) 3月23日(龍ヶ岳)
4月 6日(大矢野) 4月13日(松島)
※ご利用の際は必ずマスクを着用し、密接を避けていただきますようご協力をお願いします。
※定期船や天候などの都合により、日程が変更になる場合もあります。詳しくは社会教育課までお問い合わせください。

文化財の見学における注意点



生涯学習白書 -Lifelong Study-

上天草市には、現在40の指定文化財があるほか、未指定の遺跡や古墳、貴重な自然環境など多くの文化財が各地域に伝わっています。

それらの中で野外にある文化財は、市有地だけでなく個人の所有地に存在するものがあります。そういった文化財の見学で敷地に立ち入る際には、必ず所有者の方の許可を取っていただきますようお願いいたします。所有者がわからない指定文化財の見学を希望される場合は、社会教育課までご連絡ください。市内に残る貴重な文化財の保護にご協力をお願いします。



上天草市文化財コラム

澄泉寺跡五輪の塔群 (市指定歴史資料 昭和60年4月指定)

松島町教良木にある全60数基の五輪塔です。昭和45年8月に澄泉寺の跡から発見されました。澄泉寺は教良木城の菩提寺であったと考えられています。そのため、この五輪塔群も教良木城に住んでいた一族と関わりがあるものと考えられています。

また、発見された五輪塔の中には一つの石で作られた一石五輪塔と呼ばれる物があり、熊本県下では非常に珍しい物だといわれています。現在の澄泉寺跡には菅原神社が建立されています。



■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

シリーズ JINKEN 同和問題(部落差別)

同和問題(部落差別)は、日本社会の歴史的過程で形づくられた身分差別により、一部の人々が長い間、経済的、社会的、文化的に低位の状態を強いられ、日常生活の上で様々な差別を受けるなど、自由と平等が侵害される重要な人権問題です。今もなお多くの差別事案が発生しています。

●事案例

- 同和地区出身であることを理由に結婚を反対される
- 就職などで不利な扱いを受ける
- 落書きやインターネット上での差別的書き込み
- 企業などが特定の地区が同和地区かどうか調査する

県内においても、差別落書きや、企業が進出交渉の中で同和地区について問い合わせるといった事案が報告されています。このような行為は、人の心を傷つけ人権を侵

害するものであり、決して許されないものです。一人一人の人権が尊重される社会の実現のため、同和問題(部落差別)について正しく理解し、身近な問題として捉え、行動につなげていくことが大切です。



■問合せ先 熊本県人権センター 096(333)2297



第2弾

マイナンバーカードで
マイナポイント

最大20,000円分もらえる!

①マイナンバーカードの
新規申請等
5,000円分
(キャッシュレスサービスを登録)

②健康保険証としての
利用申し込み
7,500円分
(利用申し込みとポイントの申し込み)

③公金受取口座
の登録
7,500円分
(口座登録とポイントの申し込み)

<注意事項>

- ①は第1弾で申請をされていない方も対象です。
- ②は現在利用申し込みは可能ですが、別途ポイントを申し込む必要があります。
- ③の口座登録は令和4年春頃を予定しております。
- ②③のポイントの申し込みと付与時期については令和4年6月より開始予定です。
- ①②③の申し込みの対象は令和4年9月末までにマイナンバーカードを申請した方です。



<マイナポイントについて>

マイナポイント

検索

または マイナンバー総合フリーダイヤル(無料)
0120-95-0178 (5番を選択)

～令和4年度マイナンバーカード休日窓口予定表～

	大矢野庁舎	松島庁舎
4月	10日(日)	24日(日)
5月	8日(日)	22日(日)
6月	12日(日)	26日(日)
7月	10日(日)	24日(日)
8月	14日(日)	28日(日)
9月	11日(日)	25日(日)
10月	9日(日)	23日(日)
11月	13日(日)	27日(日)
12月	11日(日)	25日(日)
令和5年1月	8日(日)	22日(日)
2月	12日(日)	26日(日)
3月	12日(日)	26日(日)

※時間は9時から12時まで
※都合により変更する場合があります。

～出張申請受付のお知らせについて～

上天草市内の事業所宛にマイナンバーカードの出張申請受付のお知らせを順次送付しております!

希望される場合は市役所市民課へ電話または来庁していただきますようお願いします。

また、老人会や婦人会などの団体も受け付けておりますので、気軽にご相談ください。

■問合せ先 上天草市役所市民課 0969(28)3368



国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入し、国民年金保険料を納付しなければなりません。

しかし、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる人は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生等で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】128万円+ {扶養親族等の数×38万円}

ただし、学生納付特例の期間は年金額に反映されないことから、将来受け取る年金額を増額するためにも、後から納付(追納)することをおすすめします。

■引き続き在学予定の人は

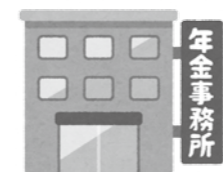
学生納付特例制度により、令和3年度に保険料納付を猶予されている人で、令和4年度も引き続き在学予定の人には、3月末に基礎年番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書が送付されます。同一の学校に在学している人は、このハガキに必要な事項を記入して返送することにより、令和4年度の申請ができます(この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です)。

なお、令和4年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、お近くの年金事務所までご連絡ください。

■問合せ先

本渡年金事務所
☎0969(24)2112

健康づくり推進課国保事業係
☎0969(28)3375



季節の変わり目に
要注意!

加齢により体温を調節する機能が低下している高齢者は、暑さや寒さに適応することが難しくなっています。特に気温の変化が大きい季節の変わり目は、自律神経のバランスの乱れが原因で体調を崩しやすいため、十分な注意が必要です。

自律神経の乱れにより高齢者に起こりやすい症状として

- ・食欲不振、便秘、下痢など
- ・不眠、うつ、無気力など
- ・耳鳴りやめまいといった症状
- ・微熱や倦怠感、ぼーっとするといった全身症状など

体調が少しでもおかしいと思ったら、自宅でのんびり過ごしたり、休息をとるようにしましょう。もし回復しないときは、かかりつけ医に相談しましょう。

日頃より、規則正しい生活、栄養バランスやエネルギーのある食事を3食しっかり摂り、睡眠もしっかりとすることで、自律神経のバランスが崩れにくくなります。毎日の生活を見直し、季節の変わり目を健康に過ごしましょう。

※自律神経とは…体内には無数の神経があり、その中で体温や発汗の調整などを通じて体の器官を調節するものを「自律神経」と言います。自律神経には、昼間や活動時に作用する「交感神経」と、夜間や安静時などに働く「副交感神経」の2種類があり、この2つの神経がバランスを取り合い、24時間働き続けています。

■問合せ先

高齢者ふれあい課地域包括支援係
☎0969(28)3378

頑張ってます!地域の「かよいの場」 vol.54 東風留「なかよし」クラブ(龍ヶ岳町高戸)



■問合せ先
地域包括支援センター
☎0969(28)3378

東風留「なかよし」クラブは、毎週月曜日午前10時から東風留集会所で、百歳体操と生き生き体操を実施しています。寒い時期は参加者が少ないですが、DVDを見ながら一生懸命体操を行っています。和気あいあいとした雰囲気、笑い声も聞かれ、楽しく体操をされていました。

皆さんも地域で元気に楽しく過ごすために、介護予防の取り組みを始めてみませんか。詳しくは地域包括支援センターまでお問い合わせください。



令和4年度のアダプトプログラムの登録団体を募集します

市では、市民の皆さまが共同で公共施設の美化清掃に取り組む「上天草市公共施設アダプトプログラム(里親制度)」の登録団体を募集しています。

【制度について】

▶募集要件

- (1)市民または市内に勤務・通学している方(団体・事業所・グループ・家族・個人などで申し込みができます)
- (2)活動を1年以上継続できる方

▶対象となる活動内容

- 公共施設(上天草市が所有する土地・施設)の空き缶や散乱ごみの収集、除草作業など
- (例)公園の定期的な清掃、草刈りなど

▶市の支援内容

- 清掃用具(草刈機の替刃、軍手など)、ごみ袋、燃料などの支給およびボランティア保険への加入

現在、17団体が登録をされており、各団体が公共施設のごみ拾いや除草作業などを行っています。今回は併せて、平成30年度に登録された「姫戸公園再生化プロジェクト8」の活動をご紹介します。

団体名	姫戸公園再生化プロジェクト8	
代表	梶本 佐戸之さん	
会員	姫戸中学校を卒業した同級生10名	
活動場所	姫戸公園(姫戸町姫浦)	
活動内容	古木や雑木の伐採、除草作業、草花の生育管理	
活動頻度	月1回(毎月第2日曜日)	
団体名について	姫戸公園を再生化しようと同級生に呼びかけたところ、最初に集まったメンバーが8名だったため、「姫戸公園再生化プロジェクト8」という団体名になった。	
発足の経緯	姫戸公園を眺めながらウォーキングをしていた時に「昔はもっと桜の花がいっぱいきれいだったなあ、なんとか昔のような桜の名所にすることができないのかな」と思ったことがきっかけ。	
印象に残っていること	○新型コロナウイルス感染症が拡大する前、3月の桜見の季節に、美化作業後の姫戸公園の中で花見をしている複数の家族を見たこと。 ○姫戸町民の方から、「姫戸公園をいつもきれいにされていますね。」と声をかけられたこと。	
今後の展望	活動内容が多いため、どうしても今のメンバーだけでは、公園を昔のように再生化させるまで何年かかるか予想できない状況である。このため、今後は団体会員数を増やすことと活動資金を寄付金や助成金で賄っていく必要がある。また、伐採がある程度終わったら、新しい桜の苗を植えたいと思っている。	

アダプトプログラムの詳細についてはこちらから→



■申込・問合せ先 企画政策課企画係 ☎0964(26)5511

上天草市の統計情報(国勢調査)

令和2年10月に実施した国勢調査について、調査結果の一部(人口等基本集計)が発表されました。そこで、今回は上天草市の令和2年国勢調査結果と、昭和35年国勢調査からの人口の推移についてお知らせします。

令和2年国勢調査結果による上天草市の総人口は24,563人で、合併直後の平成17年国勢調査と比較すると、7,939人(24.4%)減少しています。また、年齢別に比較すると15歳未満は2,064人(44.8%)、15~64歳は6,340人(35.2%)減少している一方、65歳以上は423人(4.3%)増加しています。

高齢化率(総人口に対する65歳以上の割合)は平成17年国勢調査では30.5%でしたが、令和2年国勢調査では、42.0%まで増加しています。

現在、市のホームページに国勢調査をはじめとした統計情報を掲載しています。最新の結果が発表され次第、随時公表していきますので詳しくは、そちらをご覧ください。



上天草市の人口推移(S35~R2国勢調査)

調査年	総人口(人)	15歳未満	15~64歳	65歳以上	年齢不詳	高齢化率(%)	世帯数(世帯)
昭和35年	51,439	20,089	27,186	4,164	0	8.1	10,164
昭和40年	47,941	16,752	26,598	4,564	0	9.5	10,271
昭和45年	42,136	13,233	24,022	4,881	0	11.6	10,322
昭和50年	41,541	10,960	25,292	5,289	0	12.7	10,643
昭和55年	40,682	9,799	25,091	5,792	0	14.2	11,026
昭和60年	39,900	8,920	24,647	6,333	0	15.9	11,397
平成 2年	38,316	7,750	23,424	7,130	12	18.6	11,601
平成 7年	36,667	6,608	21,628	8,431	0	23.0	11,589
平成12年	35,314	5,588	20,097	9,628	1	27.3	11,602
平成17年	32,502	4,605	17,993	9,898	6	30.5	11,432
平成22年	29,902	3,712	16,297	9,859	34	33.0	10,994
平成27年	27,006	2,993	13,849	10,127	37	37.5	10,477
令和 2年	24,563	2,541	11,653	10,321	48	42.0	10,034

■問合せ先 企画政策課企画係 ☎0964(26)5511

一部についてお知らせします。

ハコモノ系公共施設の維持②

みんなで考える公共の施設
公共施設の今後を話そう
第6回
公共施設

本市では、保有する全てのハコモノ系公共施設を30年間(2016年~2045年)そのまま維持し、大規模改修や建替えなどを行った場合、約331億円の費用が必要と試算されています。この費用を平均すると、毎年約11億円かかる計算となりますが、本市においては、普通建設事業費※1は年間約10億円を目安としており、道路などのインフラ系公共施設の維持に要する費用を含めると、10億円を大幅に超えてしまいます。

また、今後少子高齢化が進み、税収の減少が見込まれる中で、社会保障の扶助費などは必ず確保しなければならず、厳しい財政状況のもとでサービスを維持するには、施設を集約化※2、複合化※3、長寿命化※4、または民間事業者や地域に移譲するなどして、全体的な施設の数減らしていく取組が必要となります。

※1 普通建設事業費とは、公共施設の整備または維持補修に要する経費です。
※2 集約化とは、サービス機能が同じ複数の施設を集めて一つの施設とすることです。
※3 複合化とは、サービス機能が異なる複数の施設を一つの建物に集めることです。
※4 長寿命化とは、計画的に日常修繕・大規模改修を行うことで、建物の劣化進行を遅らせ、建物の耐用年数を延長させることです。

ハコモノ系公共施設の更新費用の推計(2016~2045)

【既存施設をそのまま維持した場合】

【出典:上天草市公共施設等総合管理計画(平成27年11月策定)】

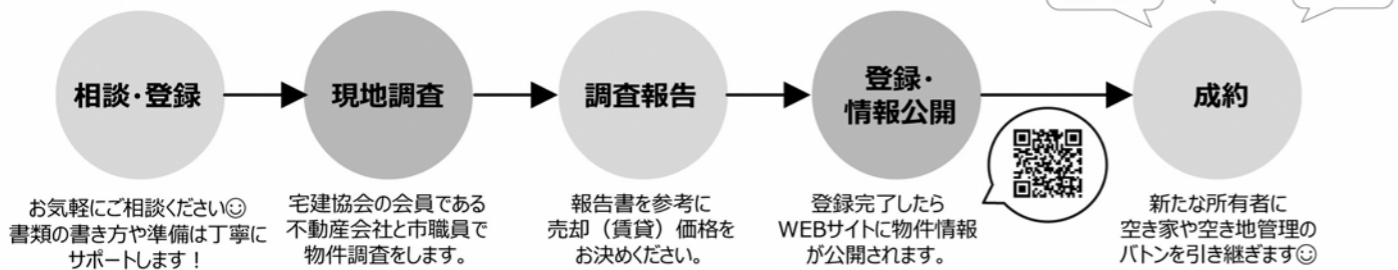


物件を募集中 空き家バンクに物件登録しませんか？

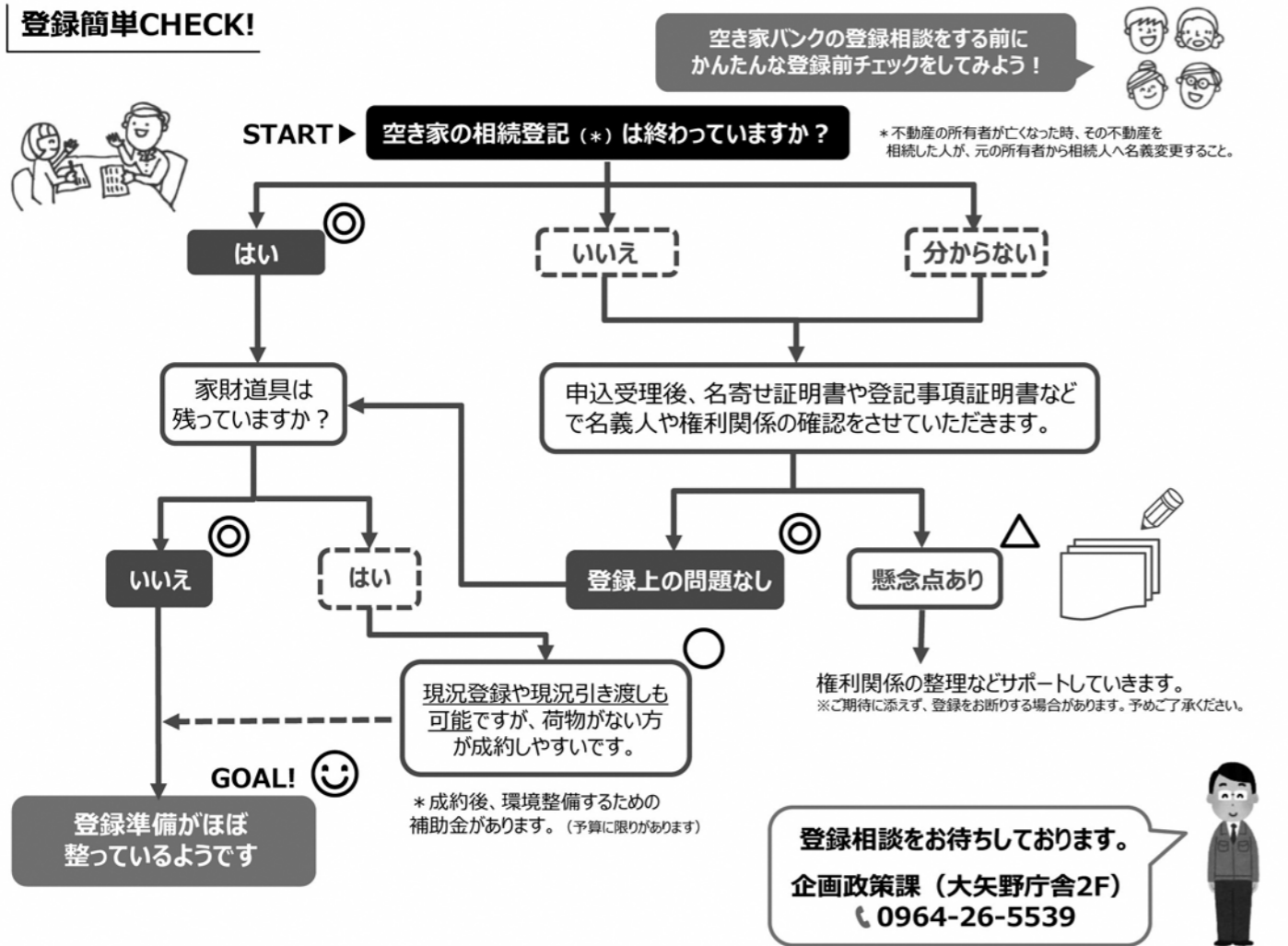
上天草市では、定住を目的に移住する方を支援するため、市内の空き家および空き地を登録・公開することで物件の有効活用を通して、移住・定住の支援を図る「**空き家バンク制度**」を設けています。



登録までの流れ



登録簡単CHECK!



小児(5~11歳)への新型コロナワクチン接種

本市では、小児(5~11歳)への新型コロナワクチン接種(1・2回目接種)を3月から始めます。

小児(5~11歳)への新型コロナワクチン接種は、「接種を受けるよう努めなければならない」という「努力義務」は適用されていませんが、対象となる人全員に接種のご案内を送付しますので、内容をご確認いただき、ワクチン接種を受けるか、お子様本人と保護者等でご検討をお願いします。小児(5~11歳)への新型コロナワクチン接種に関しては、市のホームページにも最新の情報を掲載していきますので、ご確認ください。

■小児接種の基本情報

対象者	使用ワクチン	接種回数
上天草市に住民票のある5~11歳の人	ファイザー社の小児用ワクチン	2回 (3週間の間隔をあけて2回接種)

※12歳以上のファイザー社ワクチンとは異なります。

■小児接種の必要性

小児においても重症例が確認されており、特に基礎疾患を有するなど、重症化するリスクが高い小児には接種の機会を提供することが望ましいとされています。また、今後様々な変異株が流行することも想定されるため、小児を対象にワクチン接種を進めることとされています。



※小児接種の詳細は厚生労働省ホームページでご確認できます。

■小児接種の副反応

12歳以上の人と同様に接種部位の痛みや倦怠感、頭痛、発熱など、様々な症状が確認されていますが、ほとんどが軽度または中等度であり回復していること、現時点で得られている情報からは、安全性に重大な懸念は認められていないと判断されています。

発現割合	症状	接種後7日間にみられた様々な症状 (1回目または2回目のいずれか)
50%以上	接種部位の痛み、疲労	
10~50%	頭痛、注射した部位の発赤や腫れ、筋肉痛、悪寒	
1~10%	下痢、発熱、関節痛、嘔吐	

■上天草市での接種の受け方

接種券一体型予診票、希望調査票などを対象者へ郵送します。

希望調査票に①接種希望の有無、②接種を希望する医療機関を記載して、同封の返信用封筒にて市へ提出をお願いします。その後、接種を希望した医療機関から個別に接種予約日の連絡がありますので、予約した日に接種を受けるようお願いいたします。

追加(3回目)接種に関するお知らせ

■接種券発送スケジュール

初回接種完了日	対象者	人数	発送日
8月1日~8月31日	65歳以上高齢者	700人	2月25日発送済み
	64歳以下	2,049人	
9月1日~9月30日	64歳以下	3,112人	3月中旬発送

■使用ワクチンの種類

接種区分	接種時期	使用ワクチン
追加接種(3回目)	令和4年3月8日から 令和4年3月21日まで 令和4年3月22日以降	ファイザー社ワクチン 武田/モデルナ社またはファイザー社ワクチン

※初回接種(1・2回目)はファイザー社ワクチンを使用します。

■問合せ 上天草市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎ 0969(28)3383 (平日午前8時30分から午後5時15分まで)



特別児童扶養手当および 特別障害者手当等の手当額

令和4年度の特別児童扶養手当および特別障害者手当等の福祉手当額は、令和3年の物価変動率に基づき改正が行われ、次の額になります。

特別児童扶養手当	1級 月額：52,500円 ⇒ 月額：52,400円	2級 月額：34,970円 ⇒ 月額：34,900円
特別障害者手当	月額：27,350円 ⇒月額：27,300円	障害児福祉手当 月額：14,880円 ⇒月額：14,850円

■問合せ先 福祉課障がい福祉係 ☎0969(28)3373(直通)

手話奉仕員養成(研修)講座について

手話奉仕員養成(研修)講座を次のとおり実施します。

- 日 時 ①入門過程:令和4年4月7日(木)～令和4年8月4日(木) 毎週木曜日19時～21時(17回34時間)
②基礎過程:令和4年9月1日(木)～令和5年3月30日(木) 毎週木曜日19時～21時(28回56時間)
- 会 場 天草市複合施設こころす (住所:天草市浄南町4番15号、電話:0969-27-7788)
- 受講資格 高等学校卒業以上の人。ただし、令和5年3月高校卒業見込みの人は受講できます。
- 受講料 無料。ただし、テキスト料等7,600円が必要です。
- 申込方法 4月7日～5月19日に会場にて受け付けます。
- 問合せ先 一般財団法人 熊本県ろう者福祉協会 ☎096(383)5587 ☎096-384-5937

湯島発

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。

猫島・湯島の「猫担当」としての活動も早いもので3年目となりました。

多くの方々からの応援とご協力のおかげで湯島の猫たちの健康状態は劇的に向上しています。昨年初め100匹が犠牲となった伝染病蔓延後、再発防止策としてワクチン接種に力を入れてきましたが、獣医師さんに来島頂き、猫のワクチン集団接種を実施することができました。現在約8割の猫がワクチン接種済みとなっています。ウイルス性の病気や風邪の感染、重症化を防ぐことができるため、健康な猫が増えていきます。

健康状態が良くなると、当然繁殖力も高くなります。近年多くの猫島で人口減少に伴いこれ以上猫が増えないよう全頭不妊手術に踏み切る場所が増えていきます。湯島はまだまだその段階ではないとはいえ、増えてお世話の質が落ちてしまったり、手に負えなくなってしまうことは避けなければなりません。現在「ねころび募金」に頂いた寄付を活用し、必要に応じて適正飼育のため



ワクチン接種の様子

の不妊手術を進めています。「自然」と「管理」のバランスをいかにうまくとっていくかが今後の課題です。



はやし あいこ 愛子さん

Vol.56

月刊 市長室 Now!



天草パールラインマラソン 大会50周年に寄せて

3月は卒業シーズンです。児童生徒の皆さんは3月の区切りを迎え、次のステップに進みます。皆さんの更なる活躍を期待し、心からエールを送ります。

そして、3月のもう一つの大きな行事、「天草パールラインマラソン大会」は、今年50周年の大きな節目を迎えました。このことは、これまで大会運営に多大なご協力をいただいた熊本走ろう会、陸上自衛隊、医師会、済生会みすみ病院、警察署、消防署、熊本放送などの各機関、地域の商工会、旅館組合、飲食店組合、中学校・高校の生徒の皆さん、協賛企業のベストアメニティ、そして地域の皆さんの温かい応援など、本当に多くの方々のご支援があつてこそ迎えることができたものと思います。心より感謝申し上げます。

Monthly Publication

本来であれば、記念大会として

盛大に開催したいところではありましたが、新型コロナウイルスの影響を考慮し、2月23日に記念式典、本大会を2月23日～3月6日まで、スマートフォンアプリを使ったオンライン大会として開催しました。

天草パールラインマラソン大会は、「遅いあなたが主役です」のキャッチフレーズのとおり、速さや優劣を競うものではなく、「健康マラソン」を第二に掲げています。オンライン大会は、「好きな時間に、好きな場所」を走っていただくものですが、やはりランナーの皆さんに、美しい景観の上天草に来ていただき、春の潮風を感じ、おいしいものを食べて、心身ともにリフレッシュしていただきたかったというのが正直なところです。

第50回大会を3月の区切りに、第51回大会に向け、また歩みを進めてまいります。これまで関係者の皆さんが築いた歴史と、全国のランナーの皆さまに愛されたパールラインマラソン大会ならではの魅力を大事にしながら、更なる発展を願って様々な検討していきたいと思っております。引き続き皆さんのご協力を心からお願い申し上げます。

2月号のハガキでいただいたお便りを一部紹介します。

天草で一人暮らししている母の元へ定期的に帰省し愛読しております。ただでさえ心配な上、コロナまで、いったいいつになったら終末するのでしょうか？母も高齢なので、すごく心配ですが、近所の皆さまや地域の方々、病院の方々にお世話になり大変助かっております。ありがたい事です。笑う事が少なくなった今日この頃ですが、「わんぱくざかり」の笑顔を見て、パワーをもらっています。」と母が言っていました。本当ですね。この可愛い子ども達の未来が幸せでありますようにと願っています。ありがとうございます。

(PN ミセス・グリーン)

毎日使用するグラウンドゴルフ場の芝が茶色から薄い緑色が見えてきました。春の訪れをかんじつつ、皆でマスクしてプレイを楽しんでいます。平均年齢79才です。雨が降らない時は毎日頑張っています。

(高村俊子)

広報「上天草」では、市民の皆さまからのお便りをお待ちしております。

左のポストカードの他、上天草市公式LINE宛にメッセージを送信することで応募いただけます。

■問合せ先 総務課 秘書広報係
☎0964(26)5222

POST CARD

8 6 9 3 6 9 2

お手数ですが
63円切手を
貼ってください

上天草市役所
総務課秘書広報係 行

ふりがな ご氏名			
年 齢	歳	性 別	男・女
ご住所	〒 -		
連絡先			
広報紙掲載の場合のお名前表記 本名・匿名・イニシャル ペンネーム ()			
※記入がない場合、実名で掲載します。			



こども医療電話相談
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

育児相談・母子健康手帳交付

場 所	日	実施時間 (手帳受付時間)
大矢野窓口センター	3/28㊦、4/4㊦ 4/11㊦、4/18㊦	9時30分～11時 (9時30分～9時45分)
保健センター	育児相談:随時 手帳交付:随時 (※要事前連絡)	随 時
姫戸統括支所	4/6㊦	9時～10時 (9時～9時15分)
龍ヶ岳統括支所	4/6㊦	10時30分～11時30分 (10時30分～10時45分)

【用意するもの】 母子健康手帳

乳幼児健診

種 類	対象者(生月)	健診体制	日 時
2ヵ月児学級	R4. 2	個別相談	4/12㊦
3～4ヵ月児健診	R3.11(3月対象) R3.12(4月対象)	個別健診	個別予約
離乳食教室	R3.10	個別相談	3/17㊦
6～7ヵ月児健診	R3. 8	個別健診	3/23㊦
1歳6ヵ月児健診	R2. 9	個別健診	4/ 8㊦
2歳児歯科健診	R2. 3	個別健診	3/15㊦
	R2. 4		4/ 5㊦
3歳児健診	H31. 2	集団健診 (受付時間を区切っ て案内)	3/18㊦
	H31. 3		4/15㊦

【場所】 保健センターおよび委託医療機関
※対象の方には個別で通知します。詳しくはホームページ、子育て支援アプリ「すくすく♡上天草」にて随時お知らせします。

編集後記

▶今月の表紙は、天草パールラインマラソンの過去の現在の写真を組み合わせて作成しました。担当課から写真を見せてもらいましたが、小さいころ親と一緒に応援に行ったところの写真もあってとても懐かしかったです。

(担当Y)



日祝日在宅医

【診療時間】 9時～17時

診療時間外は、事前に電話連絡をお願いします。
3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。
天草管内の小児科休日在宅医については、市のホームページでお知らせしております。

日	当番医名(診療科目)	場 所
3/20	しまだ小児科(小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
3/21	中村達男医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0006
3/27	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
4/ 3	天草皮ふ科・内科(皮)	大矢野町中 ☎0964(59)0808
	春田医院(外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
4/10	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
	やまうち医院(内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
4/17	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583

イベント情報

日にち	内 容
3/17㊦	いきいき成人大学 10時～12時 松島総合センター「アロマ」 ◎社会教育課 ☎0969(28)3361
3/27㊦	マイナンバーカード休日交付窓口開設 9時～12時 市役所松島庁舎 ◎市民課 ☎0969(28)3368
4/10㊦	マイナンバーカード休日交付窓口開設 9時～12時 市役所大矢野庁舎 ◎市民課 ☎0969(28)3368

新型コロナウイルス感染症等の状況によっては、内容の変更または中止となる可能性があります。



相 談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	①4/7㊦ ②4/14㊦	①13時30分～16時 ②13時～16時	①松島庁舎1階相談室 ②大矢野老人福祉センター	熊本行政評価事務所 ☎096(324)1662 市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5534
弁護士 無料相談所	4/19㊦	13時～17時	松島庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5534 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
年金相談	4/21㊦	10時～15時	大矢野庁舎書庫棟2階会議室	本渡年金事務所 お客様相談室 ☎0969(24)2112 ※1週間前までに事前予約
消費全般	㊦㊦㊦㊦ (祝日除く)	10時～16時 (12時～13時を除く)	消費生活センター (大矢野庁舎)	消費生活センター☎0964(56)0783
熊本県の無料 就労相談窓口	㊦～㊦(祝日除く)	10時～17時	ジョブカフェ・天草ランチ	天草広域本部内(ジョブカフェ・天草ランチ) ☎0969(22)4226※要電話予約
福祉相談	①3/17㊦ ②3/24㊦ ③4/ 7㊦ ④4/14㊦	13時～16時	①姫戸老人福祉センター ②大道老人福祉センター ③社会福祉協議会松島町本所 ④大矢野老人福祉センター	上天草市社会福祉協議会 ①姫戸町支所☎0969(58)2556 ②龍ヶ岳町支所☎0969(63)0909 ③松島町本所☎0969(56)2455 ④大矢野町支所☎0964(56)3470

※新型コロナウイルスの流行に伴い、相談などが中止となる場合もありますがご了承ください。

お便りをくださった人の中から
読者プレゼント

お便りをくださった人の中から、南阿蘇の粗挽きそば(6食入)を2名様にプレゼントします。
皆さまからのお便りお待ちしております!



■応募締め切り

3月31日(木) 当日消印有効

当選は、発送をもってかえさせていただきます。
プレゼント品を提供いただける人を募集します。

■問合せ先 総務課秘書広報係
☎0964(26)5525

キトリ×

◆広報紙を読んだ感想、取り上げてほしい記事、最近笑ったこと、身近な話題など、何でもお書きください。
(広報紙で紹介させていただく場合があります)

- ◆読者アンケート
3月号の広報紙の中で、気に入ったもの3つに○印をつけてください。
- ①表紙 ②キバツ輝ヒト ③100歳おめでとう ④まちのわだい
 - ⑤南阿蘇×上天草市包括連携協定 ⑥お知らせ
 - ⑦天草五橋奨学金返還助成基金への寄附 ⑧くまもと花博開催
 - ⑨犬の新規登録と狂犬病予防集注注射
 - ⑩シルバー人材センターと老人クラブの活動
 - ⑪特別児童手当および特別障害者手当等の手当額
 - ⑫分別収集ゴミの品目変更 ⑬病院だより ⑭住民健診のお知らせ
 - ⑮健康ガイド ⑯母子家庭等高等職業訓練促進給付金支給
 - ⑰生涯学習白書 ⑱ぶらっとライブラリー ⑲地域包括支援センター
 - ⑳かよいの場 ㉑マイナポイント ㉒統計情報 ㉓公共施設の今後
 - ㉔アダプトプログラム踏力団体の募集
 - ㉕小児への新型コロナワクチン接種 ㉖シリーズ人権
 - ㉗空き家バンク物件登録 ㉘市長室なう ㉙地域おこし協力隊
 - ㉚高校生特派員

インスタ映えする 上天草スイーツ



須崎 華音さん 中山 愛梨さん 中原 郁美さん

シリーズ
vol.28

高校生特派員
上天草高校

上天草にはインスタ映えする食べ物が沢山あります!上天草のことをインスタなどSNSなどで発信して下さる方がもっと増えると、上天草の知名度があがり、興味を持って下さる方が増えると考え、私たちなりに取材を行いました。

プレート カフェ リゾラ

Plate cafe L'isola

老若男女に大人気!

リゾラテラスのおしゃれなレストラン



人気商品

オリジナルノンアルコールカクテル



春限定!

フレンチトースト



バイクドチーズケーキ

地元の食材にこだわった
シェフの手作り料理は、
絶品です!



草野シェフ

松島町合津リゾラテラス内
■営業時間
平日 11:00~21:00
土日祝 10:30~21:00
☎0969(56)3450



写真撮影のポイント：斜め上から撮影し、断面や上面がきれいに見えるようにしました!

トレス ゼロサン

Tres.03

海に見える隠れカフェスポット!

室内でもベランダでも景色と食事が楽しめます。



大矢野町上

■営業時間

11:00~17:00水曜定休日 ☎0964(27)5878

※11時~14時ランチタイム

スイーツ・ドリンクだけの方は14時以降にご来店ください。

詳しくは上記QRコードからInstagramへ



人気NO.1

いちごタルト



クアトロバスクチーズケーキ

♡スイーツ以外も映えます!♡

ピザ人気ランキング

- 1 天草スペシャルシーフードピザ
- 2 ローストビーフピザ



写真撮影のポイント：写真が明るくなるよう影をつくらぬ角度で撮影しました!

「インスタ映えするスイーツ」をテーマに上天草市内を取材したところ、旬の果物をふんだんに使ったスイーツが沢山ありました。上天草には、四季折々の食材を、見た目も美味しくいただくことができるスポットがいっぱい!皆さんも是非ご賞味ください。

