

広報上天草

5

2023

No.240

kamiamakusa  
上天草

人と海のふれあうまち

千元森嶽の広大なパノラマ!

今、私たちの公共交通は・・・  
マイナポイントの申込み





## 上天草市にUターンし、実家の醤油会社を後継ぎ

姫戸町のマルホン醤油合名会社の三代目である本多譲さんは、市内で唯一の醤油会社として、醤油や味噌などを製造販売されています。

本多さんは、元々県外で他の仕事に就かれていましたが、実家の醤油会社を営んでいる父親の体調不良が起因となり、上天草市にUターンし、実家の醤油会社を継ぐことを決めたそうです。

本多さんが実家を継ぎ始めた当時、会社の販売方針が直接販売を主体としていましたが、地域住民のライフサイクルの変化や高齢者社会の進展を踏まえると、「これまでどおり直接販売のみを続けるのは難しい。」「これからは小売販売に注力すべきだ。」と考え、商品のラベルにバーコードを導入したり、小売に特化したパッケージに改良するなど尽力し、現在では、市内の物産館や市外のスーパーなどで販売しつつ、市のふるさと納税の返礼品として数品を出品されているそうです。

今後は、代々受け継がれてきた醤油や味噌の味を「天草地域の方々や天草以外の地域の方々にもっと知ってもらいたい。」と意気込みを語られました。



### 「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5年3月31日現在) ( )内は前月比

大矢野	12,844 (-97)	総人口	24,694 (-176)
松島	6,364 (-32)	世帯数	11,240 (-22)
姫戸	2,222 (-8)	男性	11,771 (-68)
龍ヶ岳	3,264 (-39)	女性	12,923 (-108)

市の面積 126.94km<sup>2</sup>

## Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト 本多 譲さん
3	まちのわだい
4	・上天草市公式Instagram ・採用試験 ・政治倫理条例に基づく関係企業等の公表
5	・マイナポイントの申込み ・農業委員・農地利用最適化推進委員
6	・避難行動の種類 ・防災行政無線戸別受信機
7	水産製品の加工製造業の営業許可
8	上天草総合病院だより
9	第4期上天草市地域福祉計画・地域福祉活動計画
10	上天草市集団健診
11	結核・肺がん検診
12	健康ガイド
13	新型コロナワクチン接種
14	美味しいお料理が堪能できます
15	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
16	生涯学習白書
17	ぶらっとライブラリー
18	今、私たちの公共交通は・・・
22	お知らせ
26	パスポート
27	・献血に行こう ・Our School Projects
28	・天草四郎ミュージアム手帖 ・シリーズ人権 ・イベント
29	地域おこし協力隊
30	5月15日～6月20日カレンダー
32	生ごみスッキリ

### 今月の表紙

写真は、松島町の千元森嶽(せんげんもりだけ)からの景色です。

千元森嶽からは、今泉地域の田園風景や天草五橋など大パノラマの景色を楽しむことができます。





# 100歳 おめでとうございます



浦下 トメ子さん  
龍ヶ岳町  
大正12年3月10日生まれ



貝川 カヲルさん  
大矢野町  
大正12年3月10日生まれ



山中 モモエさん  
大矢野町  
大正12年3月10日生まれ



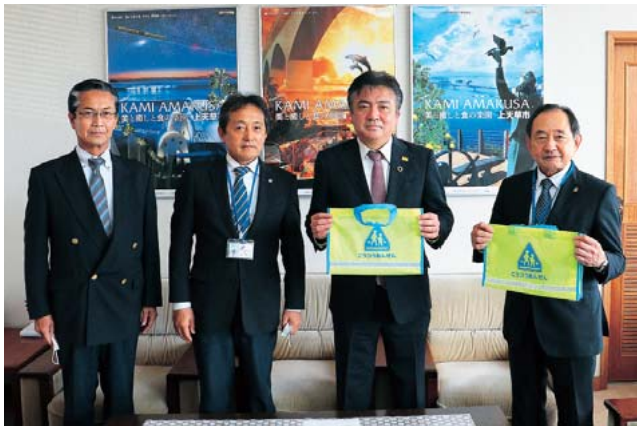
毛利 ヒデ子さん  
大矢野町  
大正12年3月15日生まれ



杉本 トシ子さん  
松島町  
大正12年3月20日生まれ

池田 ヨシエさん  
松島町  
大正12年3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。



## 4/7 反射レスンバッグを 新入学児童に寄贈

株式会社天草自動車学園の田中靖士代表取締役社長から、新入学児童に反射レスンバッグ160個が寄贈されました。天草自動車学園は、地域の交通安全教育センターとして多種の安全教育等を実施しており、その一環として昨年に引き続き寄付されました。

4月7日(金)に市役所で贈呈式があり、天草自動車学園大矢野自動車学校の田中純二校長は、「子どもたちが交通事故に遭わないよう役立ててほしい。」と話されました。贈呈されたレスンバッグは、入学式などで新入学児童に配付しました。



中北小学校



上小学校

## 2/27・3/1 新しくなった体育館のお披露 目会が開催されました

2月27日に中北小学校、3月1日に上小学校で、改修工事が終わり新しく生まれ変わった体育館のお披露目会が開催されました。

昨年の7月から工事が始まり、約8か月間体育館の使用が制限されていましたが、きれいになった体育館を初めて見て、児童からはたくさんの歓声が上がりました。

それぞれの工事を行った和田・川口JV、磯口・池田JVの代表者へ児童から感謝の気持ちが伝えられ、各代表者からは児童へ大事に長く使って欲しいと話されました。

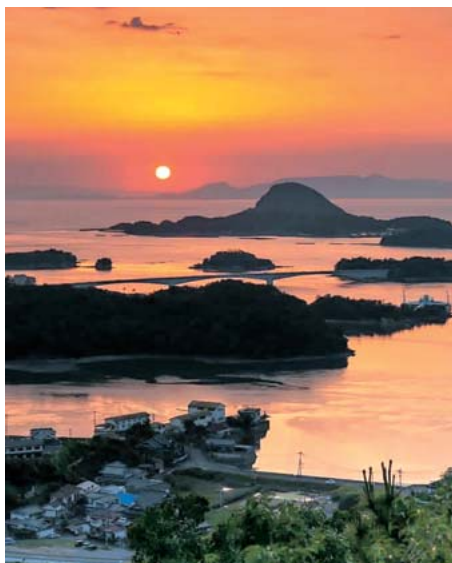




## 上天草市公式Instagram

「kamiagram (カミアグラム)」

👑 グランプリ



撮影場所 高舞登山展望所 投稿者 ma.ko.to1221

第12回上天草市公式Instagramフォトコンテストの結果をご紹介します。

テーマ「人におすすめしたい上天草」 応募総数 180点

👑 準グランプリ

撮影場所 西目海水浴場  
投稿者 alquimista1006

👑 準グランプリ

撮影場所 天草五橋1号橋  
投稿者 takke828

ご応募していただいた皆さんありがとうございます。

## 令和6年度採用の職員を募集します

市では、令和5年度職員採用試験(A日程)を次の要領で実施します。

## ◆試験職種、採用予定者数、受験資格など

区分	職種	採用予定者数	年齢及び免許・資格等
大卒程度	一般事務職	2人程度	詳しくは市のホームページをご覧ください。
	技術職(土木)	2人程度	

## ■第1次試験

- ▶日時 7月9日(日) 午前8時30分集合
- ▶場所 上天草市役所大矢野庁舎

## ■第2次試験

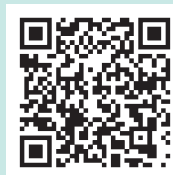
- ▶日時 8月中旬ごろ
- ▶場所 上天草市役所大矢野庁舎

※詳細は、市ホームページや各庁舎及び各統括支所に備え付けている「令和5年度上天草市職員採用試験(A日程)実施要領」を御確認ください。

■申込期間 5月12日(金)～6月2日(金)

■問合せ先 上天草市役所総務課人事研修係  
☎0964(26)5527

※その他の職種については、  
9月17日(日)に実施する  
予定です。



市ホームページ

## 上天草市政治倫理条例に基づく関係企業等を公表します

市長および議員は、本人、配偶者および2親等以内の親族が役員をしている企業または資本金などの3分の1以上を出資している企業がある場合は、上天草市政治倫理条例に基づき、「関係企業等報告書」を提出するよう義務付けられています。

また、その届出があった企業などが市の行う工事(下請負工事を含む。)などの請負契約、業務委託契約および一般物品納入契約を辞退する場合は、「辞退届」を提出するよう義務付けられています。

令和5年度は、次のとおり届出がありましたので公表します。

## 【市議会議員】

氏名	関係企業名	役職名および氏名	議員との関係	辞退届の提出
何川 誠	何川建設	代表者 何川 誠	本人	有



# お早めにマイナンバーカードを受け取り、 マイナポイントを申込みください!



- ① 交付通知書が届いたらお早めにカードの受け取りにお越しください。  
(窓口が混雑する可能性があります。)
- ② マイナポイントの申込期限は、2023年9月末ですが、5月末で申込みを締め切る決済サービスもあります。詳しくは総務省のマイナポイント事業サイトをご確認ください。
- ③ ポイントの申込みには、2023年2月末までに申請したマイナンバーカードが必要です。  
※ ポイント申込サイトも混雑する可能性がありますのでお早めにお申し込みください。

## マイナンバーカード時間外・休日窓口を開設しています。

時間外窓口 毎週水曜日午後5時15分から午後7時30分まで(祝日を除く)

休日窓口 大矢野庁舎 5月14日(日) 午前9時から正午まで

松島庁舎 5月28日(日) 午前9時から正午まで

※休日窓口は、必ず事前予約(開設日前開庁日の正午まで)が必要です。

詳しくは市民課までお問い合わせください。

■問い合わせ先 市民課 0969-28-3368

## 新しい農業委員・農地利用最適化推進委員の皆さんを紹介します

任期満了に伴い、新しい農業委員・農地利用最適化推進委員が決まりました。任期は、令和5年3月31日から令和8年3月30日の3年間です。農地の売買や貸借、用途変更、転用などをお考えの方は、各委員にご相談ください。

### ■農業委員

議席	氏名	住所
--	山口 勝喜	大矢野町
1	蓮田 治住	姫戸町
2	松岡健二郎	松島町
3	水野 武晴	大矢野町
4	磯田 清俊	大矢野町
5	岩崎 國重	大矢野町
6	吉本 均	大矢野町
7	岩本 俊治	大矢野町
8	源 義通	松島町
9	松本 光義	松島町
10	瀨崎 顯爾	龍ヶ岳町

### ■農地利用最適化推進委員

氏名	担当区域
松岡 辰弥	登立
山口 浩之	上A
二宮 昭雄	上Bおよび湯島
平山 明広	中A
益田 輝雄	中B
浦田 真二	維和
岩崎三千人	阿村および合津A
柳本 初喜	合津Bおよび今泉
小幡 一生	内野河内および教良木
藤川 斎	姫浦および二間戸
楠本 利治	大道および高戸
米田 豊	樋島

※推進委員の担当地区詳細は、ホームページに掲載しています。

■農業委員会事務局 ☎0964(26)5530



## 避難行動の種類

### 立ち退き避難(水平避難)

- 2階の床面(3m)以上の浸水が予想される場合
- 土砂災害による家屋倒壊などのおそれがある場合



### 屋内安全確認(垂直避難)

- 予想される浸水が2階の床面(3m)未満の場合



- 屋外への避難がかえって危険な場合



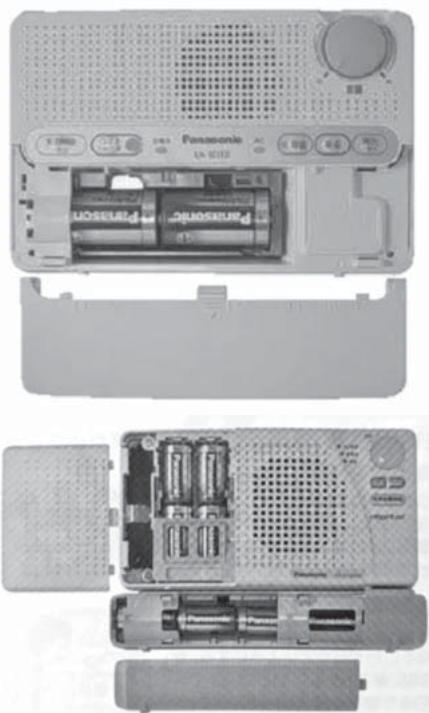
夜間に  
大雨が  
予想される  
場合は

明るい  
時間帯での  
予防的避難を  
心がけて  
ください。

### ポイント！

- 「避難しよう」と判断するのはあなた自身です。避難することで助かるのは、「あなたの命」であることを強く認識してください。
- 実際に災害が発生せず、避難したことが「空振り」に終わったとしても、「被害がなくて幸運だった」と前向きに受け止めましょう。
- 過去の災害で大丈夫だったからといって安心はできません。過去より悪い方向に状況が進む場合があります。
- 避難所への避難だけでなく、近所の安全な場所や高い場所への避難も避難行動のひとつです。

## 防災行政無線戸別受信機のメンテナンス



- ①電源スイッチを「切」にし、本体から電源コードを外します
- ②電池フタの「▽」の部分押し込みながらスライドさせてフタを外します
- ③乾電池を取り外します
- ④プラス・マイナスの方向を確認し、乾電池を交換します
- ⑤電池フタを閉じます
- ⑥本体に電源コードを接続し、電源スイッチを「入」にします

- ◆画像上 単1形乾電池 2個
- ◆画像下 単2形乾電池 8個

- ◆1年に1度は新しい乾電池と取り替えてください

■問い合わせ先 危機管理防災課 ☎0964(26)5544

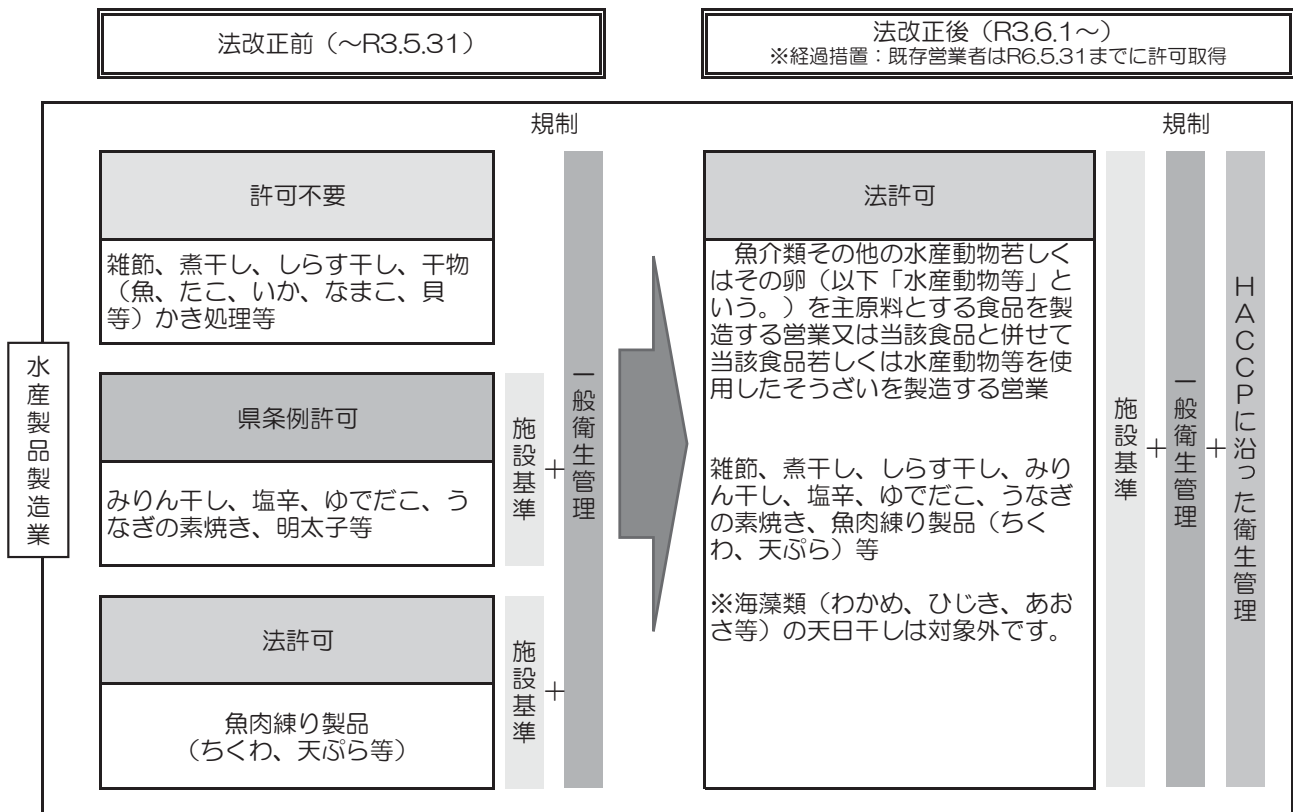


# 水産製品の加工製造業は営業許可が必要です

令和3年6月に食品衛生法が改正され、これまで許可が不要とされていた節類・削り節、しらす干し・干物などを製造加工する事業者が水産製品製造業の許可対象となりました。

改正食品衛生法では、加工施設や使用水について基準が定められており、水産製品製造業の許可を取得する必要がある事業者は、令和6年5月31日までに基準を満たしたうえで営業許可を取得する必要があります。工事等が必要になる可能性もあるため、施設基準や許可などの詳しい内容については、お早めに保健所へお問い合わせください。

## 食品衛生法改正により新設された営業許可業種について



### 【代表的な施設基準】

- ・屋外からの汚染物（猫、ねずみ、鳥などの小動物、ちり・ほこりなど）の侵入を防止する「構造又は設備」を設置している
- ・食品を汚さないように手洗いするための「手洗い設備」を設置している
- ・出来上がった製品を衛生的に取り扱うための「包装室」や「包装エリア」を整備している
- ・天日干しを行う場合は、砂ぼこりが舞わないように、床はコンクリートを敷き、鳥の糞などの落下物に汚染防止のため、ビニールハウスの設置または、籠の上部にトタンやビニールなどの不浸透性材料の覆いをかぶせる

■問い合わせ先 天草保健所衛生環境課 ☎0969(23)0299



## 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。

※問い合わせ先 ☎0969(62)1122

## 診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 中原 浦川	岸川 和田 中村 堤	中村 中原 浦川	和田 細川 中原 高柳	細川 堤 浦川
代謝内科	阪口			岸川	小野(第3-5) 大津(第1-2-4)
腎臓内科			細川		
循環器内科	脇田	脇田		山本	脇田
外科	高塚		高塚		
整形外科	藤松	上原	村上 藤松 (再診のみ)	藤松	村上
婦人科	坂口		坂口		
小児科	船曳	熊大	船曳	熊大	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	栗井	竹下	古島	竹下	古島
皮膚科				江頭	
泌尿器科		西			西
超音波・ 内視鏡センター	石山	石山	大野	高塚	蔵野
人間ドック	岸川	細川	岸川	脇田	岸川
歯科・口腔外科	福田	福田	福田	福田	福田

	月	火	水	木	金
教良木診療所 (午後)	中原	村上	応援	応援	浦川

- ◆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。
- ◆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。
- ◆脳神経内科は予約制の診療(午前)となります。
- ◆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。
- ◆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。

## 新任のご挨拶



上天草総合病院  
教良木診療所長  
中原 大智

この度再び上天草総合病院に赴任致しました中原と申します。令和3年度に1年間上天草総合病院にお世話になり、昨年は御所浦診療所にて勤務しておりました。1年ぶりの復帰になります。出身は菊池市の七城町で自治医科大学を卒業の後、初期研修は熊本赤十字病院で研鑽を積みました。現在内科・消化器内科を専攻しており、今年も通常診療から胃カメラ・大腸カメラまで診療の幅を広げていきたいと思っております。腹部症状や内視鏡検査など困られている患者様がいらっしゃいましたら遠慮なく申し出て頂ければと思います。

今年で御所浦での診療も含め上天草・天草地域での3年目の勤務となり、これも地域住民の方々の支えあってのものであります。昨年度、御所浦診療所の勤務では主に外来対応や訪問診療をメインに行ってききましたが、処方できる薬剤が少ない中、高度な検査機器が無い中どのように皆様の健康を維持していくかということ深く学びました。どうしても入院治療が必要な場合は他院へ搬送・紹介申し上げる機会もありましたが、その判断も含めて自分を成長させることができた1年だったと考えております。上天草総合病院は地域を支える総合病院であり、CTやMRI検査、内視鏡治療など医療資源も豊富です。しかし、それに甘えることなく、必要な医療を必要なだけ、患者様ファーストの診療を心がけていきます。

以上拙文にはなりますが、自己紹介とさせていただきます。宜しく願い申し上げます。



# 第4期上天草市地域福祉計画・地域福祉活動計画の概要

計画期間 令和5年度～令和9年度

## 1 基本的な考え方

### 策定の趣旨

これまで、福祉サービス等の公的支援の基盤づくりが進められてきましたが、近年、複数分野にわたる問題を抱えているケースや、既存の制度では対応しきれない狭間の問題が発生するなど、地域福祉に対するニーズが複雑化・複合化し、生活困窮世帯への支援や災害時の避難支援等の新たな社会問題も顕在化しており、また、国では「**地域共生社会の実現**」に向けて、様々な取組みが推進されています。このような状況を踏まえ、本市の地域福祉のさらなる推進を図るため、「**第4期上天草市地域福祉計画・地域福祉活動計画**」を策定しました。

### 計画の構成

- 第1章 計画の基本的な考え方
- 第2章 本市の地域福祉の現状と課題
- 第3章 計画の基本構想（目指す姿）
- 第4章 地域福祉計画（施策の展開）
- 第5章 地域福祉活動計画（施策の展開）
- 第6章 計画の推進・進行管理

### 位置づけ

地域福祉計画は、地域における福祉施策を総合的に推進するための地域福祉計画（社会福祉法第107条）であり、市総合計画の部門別計画として、福祉に関する各個別計画との整合や連携を図りながら、本市の地域福祉の充実を目指すもので、SDGsの視点も取り入れた地域福祉計画と地域福祉活動計画を一体的に策定するものです。

### 地域福祉推進

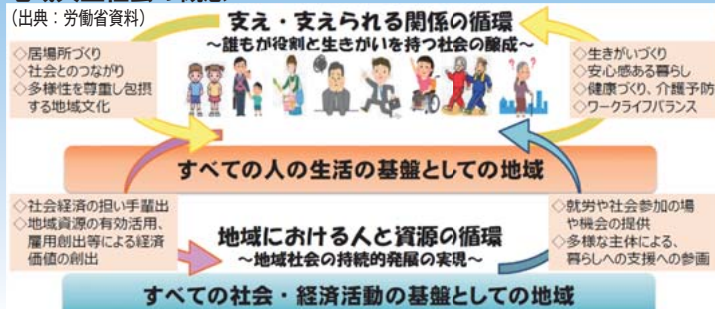
地域福祉の推進にあたっては、地域共生社会の実現に向け、個人や家族でできることは自分で取組み（自助）、それでも解決できないことは隣近所、自治会等の地域組織や団体等が支え合い、ともに助け合い（互助・共助）、さらに行政が公的サービスの提供や支援を行うこと（公助）が必要となります。

## 2 現状と課題

地域福祉の現状と課題の確認にあたって、①本市の人口構造の変化等の状況、②地域福祉に関する意識調査の結果、③地域座談会の結果、④関係団体の状況、⑤第3期計画の取組評価を明らかにしました。これらの状況を踏まえ、みえてきた課題をとりまとめ、本計画における施策、取組内容、活動内容に反映しています。

### 地域共生社会の概念

（出典：労働省資料）



## 3 計画のあらまし

**理念** 住み慣れた地域で安心して暮らせる支え合いのまち上天草

### 基本目標1 ともに助け合い、支え合うまちづくり

地域福祉を推進するうえでは、地域でともに支え合う仕組みづくりが基本となります。市民一人ひとりの助け合い、支え合う意識の醸成とともに、自治会等の地域活動やボランティア活動の活性化とそれらの活動を支える人材を育成します。

### 基本目標2 充実した福祉サービスのまちづくり

福祉サービスを充実させていくためには、市民が多様な福祉ニーズや複合化する課題に応じた適切な福祉サービスを選択でき、生涯を通して切れ目なく支援を受けられることが重要となります。福祉サービスに関する情報提供を充実させるとともに、重層的に相談できる体制と幅広い地域福祉ネットワークを構築します。

### 基本目標3 安心して暮らせるまちづくり

市民が安心して暮らしていくためには、住み慣れた地域で安全・安心に生活できる環境が必要となります。防災対策をはじめ、交通、生活、防犯などの環境整備を図りながら、災害時の助け合いや市民一人ひとりの人権を尊重する人にやさしい地域を目指します。

施策1) 見守り・支え合いの仕組みづくり

施策2) 福祉意識の向上のための取組み

施策3) 福祉活動を担う人材の育成

施策4) 地域福祉ネットワークの構築

施策5) 地域における福祉サービスの充実

施策6) 相談体制と情報提供の充実

施策7) 災害時の安全・安心の仕組みづくり

施策8) 生活困窮者への支援

施策9) 市民一人ひとりの人権の尊重

施策10) 人にやさしいまちづくり

4

施策別取組項目・取組内容

5

施策別活動項目・活動内容

本計画のSDGs



（お問い合わせ先）  
健康福祉部福祉課福祉政策室  
☎0969(28)3381

計画全文は  
こちらから →  
市ホームページ  
(QRコード)





# 上天草市集団健診を受けましょう

6月から令和5年度上天草市集団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のため、年に1回受診しましょう。

**新規申込または受診日の変更は、専用の Web 予約システムから行うか、健康づくり推進課健康増進係 ☎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
6月10日(土)	龍ヶ岳体育館	7月14日(金)	内野河内集会所	9月14日(木)	大矢野体育館
6月11日(日)	龍ヶ岳体育館	7月15日(土)	教良木出張所	9月15日(金)	大矢野体育館
6月12日(月)	姫戸体育館	7月16日(日)	保健センター	9月17日(日)	大矢野老人福祉センター
6月13日(火)	大道老人福祉センター	7月17日(月)	姫戸統括支所	9月28日(木)	農村婦人の家
7月 2日(日)	大矢野老人福祉センター	7月18日(火)	樋島老人福祉センター	9月29日(金)	農村婦人の家
7月 3日(月)	大矢野老人福祉センター	8月10日(木)	阿村体育館	9月30日(土)	農村婦人の家
7月 4日(火)	大矢野老人福祉センター	8月11日(金)	阿村体育館	※網掛けの日は結核・肺がん検診も実施します。 	
7月 5日(水)	大矢野老人福祉センター	8月25日(金)	維和中体育館		
7月11日(火)	松島総合センター「アロマ」	8月26日(土)	保健センター		
7月12日(水)	松島総合センター「アロマ」	8月27日(日)	保健センター		
7月13日(木)	今泉交流センター	8月28日(月)	申公民館		

■健診内容■ ※年齢は令和6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歳の者	腹部超音波検診	30歳以上の者
特定健診	40～74歳の国保加入者	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	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	肝炎ウイルス検診	40歳以上で検査歴のない者

※結核・肺がん検診の日程は、11ページに記載しています。

※検査内容や料金などの詳細は、市ホームページまたは広報3月号のお知らせをご覧ください。

※荒天などにより、日程・会場が変更となる場合があります。

## 集団健診の日程変更や新規申込は Web 予約システムからの申込みも可能です

スマホやタブレット、パソコンから集団健診の日程変更や新規申込みができます。24時間アクセス可能ですので、仕事や家事などの隙間時間にぜひご利用ください。詳細につきましては、以下のQRコードからアクセスするか、「上天草市 集団健診」で検索してください。





## 結核・肺がん検診を受けましょう

結核は、結核菌によって引き起こされる感染症で、毎年新たに1万人以上が結核を発症し、約2千人が命を落としています。肺がんは、気管支や肺胞の細胞が何らかの原因でがん化したもので、早期には自覚症状が現れにくく、日本のがんによる死亡原因の多くを占めています。

結核・肺がんは、早期発見と治療が大切です。肺がんの重症化や結核の広がりを防ぐためにも、年1回は検診を受けましょう。

がんや結核の疑いがある場合には、精密検査が必要になります。必ず受診してください。

### ■検診内容

- ・問診および胸部X線検査(レントゲン検査)を実施します。
- ※喫煙指数(1日に吸うタバコの平均本数×喫煙年数)が600以上の肺がんのリスクの高い方は、痰の検査を実施します。
- ・検診は、5分程度で終わります。

### ■申込みについて

対象者には、問診票を郵送します。追加で申込みをする場合は、お問い合わせください。

### ■検診日程について

会場を検診車が巡回します。

詳しい日程・会場については、問診票に同封しているチラシまたは市ホームページをご覧ください。

期 日	会 場	受付時間
5月31日(水)	姫戸体育館	9:00~12:00
	姫戸地域振興センター(姫戸統括支所)	13:15~15:45
6月1日(木)	樋島老人福祉センター	9:10~11:30
	龍ヶ岳地域振興センター(龍ヶ岳統括支所)	13:00~15:20
6月8日(木)	大道集会場	9:00~10:30
	内野河内集会所	11:10~12:20
	教良木出張所	14:00~15:40
6月9日(金)	阿村体育館	9:00~15:50
6月14日(水)	松島総合センター「アロマ」	8:45~16:00
6月15日(木)	今泉交流センター	9:00~11:30
	大矢野老人福祉センター	13:30~15:10
6月16日(金)	大矢野老人福祉センター	9:10~14:40
6月19日(月)	大矢野老人福祉センター	9:10~14:20
6月20日(火)	維和出張所	9:00~11:50
	大矢野老人福祉センター	13:30~14:45
6月21日(水)	大矢野老人福祉センター	9:00~14:00
6月22日(木)	串公民館	8:50~11:50
	大矢野老人福祉センター	13:30~15:00
6月23日(金)	大矢野老人福祉センター	9:00~14:20

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



## 麻しん風しん第2期の 定期予防接種

麻しん風しん混合ワクチンは、麻しん(はしか)と風しんを混合した生ワクチンです。第1期と第2期の2回接種を受けることにより抗体が確実に獲得できるとされています。対象年齢になりましたら、早めに接種をお願いします。

### 【接種対象者】

平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの人

### 【接種期間】

令和5年4月1日から令和6年3月31日まで

### 予診票について

予診票をお持ちでない場合は、母子健康手帳をご持参のうえ、以下の窓口で予診票の交付を受けてください。

【窓口】 松島庁舎健康づくり推進課、  
大矢野庁舎市民課大矢野窓口  
センター、姫戸・龍ヶ岳統括支所

## 二種混合の定期予防接種

二種混合ワクチンとは、ジフテリアと破傷風を混合した不活化ワクチンです。接種対象年齢になりましたら、早めの接種をお願いします。

### 【接種対象者】

11歳～13歳未満の人

### 【接種期間】

13歳の誕生日の  
前日まで



■問い合わせ先 健康づくり推進課母子保健係  
☎0969(28)3376

## 5月17日は「世界高血圧デー」

あなたの血圧は  
大丈夫？

高血圧の状態が続くと、動脈硬化を引き起こしやすくなり、脳卒中や心筋梗塞、腎不全など命にかかわる病気を発症するおそれがあります。高血圧の原因となる生活習慣を見直しましょう。

### <高血圧の診断基準>

家庭血圧135/85mmHg以上 診察室血圧140/90mmHg以上

### <高血圧の予防・改善のためのポイント>

#### ■減塩

男性7.5g、女性6.5g未満を目標に香辛料やお酢、かんきつ類などを活用し、おいしく減塩しましょう。

#### ■野菜・果物の摂取

野菜や果物に含まれるカリウムは体内の余分な塩分(ナトリウム)を排出することに効果的です。  
※腎臓病などで制限がある場合は注意が必要です。

#### ■減量

BMI25未満を目指しましょう  
※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

#### ■節酒

アルコールは適量を心がけましょう。1日の飲酒量のめやす：  
日本酒1合、ビールなら中ビン1本(女性はこの半分)

#### ■運動

生活習慣病や肥満予防のためにも適度な運動は必要です。無理なく続けられるウォーキングなどを取り入れましょう。

#### ■その他

十分な睡眠、ストレスを溜めすぎないようにするなどリラックスする時間を作りましょう。

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969(28)3356



# 新型コロナワクチン接種 (令和5年春開始接種)の流れ

上天草市では、新型コロナワクチン接種(令和5年春開始接種)を実施しています。  
これまで、接種を希望する人へ医療機関からお電話をしておりましたが、令和5年春開始接種から予約方法が変更になりました。

## ◆対象者

- ①65歳以上の人
- ②12歳から64歳までで基礎疾患を有する人、医療従事者など
- ③5歳から11歳までで基礎疾患を有する人



## ◆65歳以上の人接種の流れ

- ①市から接種券が届く  
前回接種日から2か月到達月に、対象者全員に順次発送します。
- ②接種を希望する医療機関を予約する  
接種を希望する医療機関へ予約受付時間内にお電話などで予約をしてください。  
※前回接種された医療機関からご案内はありません。
- ③予約日に接種を受ける

## ◆5歳から64歳までで基礎疾患を有する人、医療従事者などの接種の流れ

- ①接種券発行申請書を市に提出する  
申請書は市役所各窓口に設置していますので、窓口または郵送にてご提出ください。  
【申請窓口】  
大矢野庁舎大矢野窓口センター、松島庁舎保健センター、姫戸統括支所、龍ヶ岳統括支所  
※発行申請書は、上天草市内実施医療機関にも設置しており、ご提出いただくこともできます。  
【郵送先】  
〒861-6192 熊本県上天草市松島町合津7915番地1  
上天草市健康福祉部健康づくり推進課母子保健係 宛
- ②市から接種券が届く
- ③接種を希望する医療機関を予約する  
接種を希望する医療機関へ予約受付時間内にお電話などで予約をしてください。
- ④予約日に接種を受ける

## ◆接種にあたっての注意事項

- ・新型コロナワクチンは、1本あたり5～10人分です。ご予約の際は、日程の調整にご協力をお願いします。
- ・接種当日は、接種前にご自宅などで体温を測定し、明らかな発熱がある場合や体調が悪い場合などは接種を控え、予約した医療機関へご連絡ください。
- ・準備したワクチンはその日に使用する必要がありますので、当日のキャンセルは原則お控えください。

■問い合わせ先 上天草市新型コロナウィ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)



# 美味しいお料理が堪能できます♪～上天草市内の飲食店特集 vol.8～

上天草市内の飲食店紹介第8弾！

『笑顔』のおもてなしで、市民の皆さまや観光客に『美味しいお料理』を提供します。

熊本県飲食店感染防止対策認証店なので、新型コロナウイルス感染防止対策を十分に行っているお店です。安心してお食事いただけます。初めて行くお店でも、お一人さまでも、お気軽にご来店ください♪

## 『 おやつ家菓音 』



人気のガトーショコラや、チーズケーキ、クロワッサンなどの美味しいお菓子が味わえるお店です♪

手土産にも大変喜ばれます！店内でも召し上がれますので、これからの季節、ぜひ涼みにいらしてください。

夏場は、いろんな種類のかき氷もご用意しております。皆さまのご来店お待ちしております。



- 店舗住所 大矢野町上 1478 三習堂店舗 2 F (くもん大矢野教室 2F)
- 営業時間 10時～19時
- 店休日 不定休
- 電話番号 0964(27)9787

## 『 ニュー入船 』

お店は敷地内に2店舗あります(ニュー入船と入船)。ニュー入船では主に海鮮料理、入船ではちゃんぽんを味わうことができます♪



どちらの店舗もボリュームで、お子様から大人まで楽しむことができる料理が取り揃えてあります。皆さまのご来店お待ちしております。(写真はどちらもニュー入船です。)

- 店舗住所 大矢野町登立 4060-2
- 営業時間 11時～21時(2店舗とも同じ営業時間です。)
- 店休日 ニュー入船：水曜日 入船：金曜日  
※不定休で休みの場合もあります。
- 電話番号 0964(56)0162

## 『 天蔵のむら田 』



お店はお昼と夜の営業です。

お昼の営業ではうなぎランチを味わうことができます♪

夜は居酒屋営業で地魚、赤牛、天草大王などの料理を楽しむことができます。皆さまのご来店お待ちしております。



- 店舗住所 大矢野町登立 8798-8
- 営業時間 昼) 11時30分～14時  
夜) 17時30分～22時
- 店休日 月曜日
- 電話番号 0964(56)6080

## 掲載店舗について

上天草市飲食店組合加盟店の熊本県飲食店感染防止対策認証店を掲載しています。

上天草市飲食店組合に未加盟の店舗で、広報紙掲載を希望する店舗は、下記までお問合せください。



### 【問い合わせ先】

観光おもてなし課産業振興係  
☎0964(26)5545



年金で笑顔

会社を退職したときは年金の切替え手続きが必要です

◆会社を退職したときは年金の切替え手続きが必要ですよ

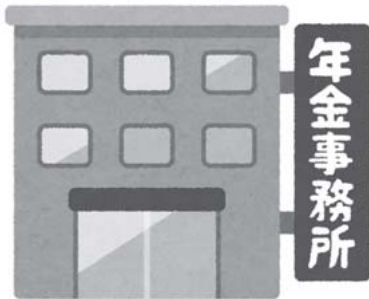
20歳以上60歳未満の人が退職し、農業者、自営業者、学生、フリーター、無職などになった場合には、国民年金第1号被保険者(または第3号被保険者)への切替え手続きが必要です。

お近くの市役所窓口でお早めに手続きをお願いします。

◆国民年金保険料免除などの申請について

保険料を納め忘れた状態で、万一、障害や死亡といった不測の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由などで保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」がありますので、お近くの市役所窓口でお早めに手続きをお願いします。



■問い合わせ先

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



かよいの場をはじめませんか

地域の公民館等で毎週開催されている「かよいの場」をご存知ですか？これは住民主体で介護予防に取り組む場として、市に登録し、週1回以上、市がすすめる「いきいき百歳体操」などを実施している団体です。令和5年4月現在、市内で65団体が登録されています。

かよいの場で行われる体操は、理学療法士や医師が作り上げ、介護予防に効果が認められたものです。指導者がいなくても、DVDを見ながら自分たちで行うことができます。体操が終わると、輪投げやグラウンドゴルフ、レクリエーション、茶話会など、各団体がそれぞれに企画し、楽しい取り組みを行っています。

かよいの場は、介護予防、認知症予防、閉じこもり予防だけでなく、地域における見守りなど「ささえあう地域づくり」にも繋がっています。

急速な人口減少と少子高齢化がすすむ本市においては、「かよいの場」がますます重要になります。みなさんも地域で元気に過ごすために、介護予防の取り組みを始めてみませんか。体験会なども実施していますので、地域包括支援センターまでお気軽にお問い合わせください。



■問い合わせ先

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.67 池ノ浦さくら会(龍ヶ岳町)

■問い合わせ先

地域包括支援センター  
☎0969(28)3378

「池ノ浦さくら会」は、毎週火曜日午前10時から、池ノ浦地域学習センターで15名が集まり活動しています。令和5年3月末、桜の花が満開の中、結成した新しいグループです。池ノ浦地区は、「老人会」「あっぱあっぱさるん」「ひだまりサロン」がなくなり、地域の商店が閉店するなど、さみしい状況が続いていました。高齢化率が50%を超え、一人暮らしの高齢者世帯も多く、「なんとかしなければ」「かよいの場があったらどうだろう」という声が上がりました。



そのような中開かれた、かよいの場体験会には、多くの人が自主的に参加し、満場一致で、かよいの場池ノ浦さくら会の立ち上げが決定しました。この数年は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、同じ地域に住んでいても顔を合わせるものが減っていたため、久しぶりの再会に感動し、喜び、これからはみんなで話しながら、楽しく活動を続けていきます。



## 生涯学習白書 -Lifelong Study-



# 「親の学びプログラム」 で楽しみながら学びませんか

市教育委員会では、家庭教育支援及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の派遣を行っています。

このプログラムは、参加体験型(参加者同士の話し合いや振り返り)の学習スタイルで、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、楽しみながら学ぶものです。

学校行事はもちろん、「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。



詳しくは、下記までお問い合わせください。  
上天草市教育委員会社会教育課生涯学習係  
☎0969-28-3361

# 『いきいき成人大学』受講生募集

「豊かな人生のために」を基本方針に、「自ら進んで生きがいと豊かな心を育てながら、学びを地域へ広げよう」のテーマで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。

回数	月日	内容	講師
1	6月22日(木)	〈開講式〉スマホを活用しよう	社会教育家 山口誠治氏
2	7月6日(木)	文豪の正体—太宰治とは	久留米大学比較文化研究科 客員教授 浦田義和氏
3	7月27日(木)	動く環境教育	熊本県環境センター
4	8月3日(木)	脳トレをやってみよう	天草青年の家
5	8月24日(木)	高齢者の権利を守ること	上天草市高齢者ふれあい課
6	9月14日(木)	元気に暮らせる生活習慣を身に付けよう	済生会みすみ病院
7	10月5日(木)	自助・公助による防災の取り組み	熊本県危機管理防災課
8	10月19日(木)	最近の経済動向について	日本銀行熊本支店
9	11月9日(木)	部落差別に学ぶ	県立天草拓心高等学校 マリン校舎 非常勤講師 上原仁朗氏
10	11月30日(木)	フラワーアレンジに挑戦してみよう ※実費相当額を徴収します。	フラワーショップ とがお
11	12月14日(木)	携帯電話トラブルに陥らないために	熊本県消費生活課
12	1月18日(木)	高齢者の健康管理と食事	高野病院
13	2月15日(木)	消費者トラブル	上天草市市民課
14	3月14日(木)	〈閉講式〉健康体操をしよう	共同企業体祐和會(アロマ職員)

■会場 松島総合センター「アロマ」研修室

■時間 午前10時～2時間程度

■参加費 無料。ただし講座内容により実費相当額を徴収します。

■送迎バス ①大矢野方面  
②松島、姫戸、龍ヶ岳方面を用意  
(交通手段がない方を優先)

■申込方法 問い合わせ先までお電話にて氏名・住所・電話番号・送迎バス希望の有無をお伝えください。

■申込締切 令和5年6月16日(金)まで

■問い合わせ先

上天草市中央公民館事務局(上天草市教育委員会 社会教育課内)  
TEL: 0969-28-3361 FAX: 0969-56-2134

# 「アフタヌーンイングリッシュティータイム」に参加しませんか?

大人を対象とした「アフタヌーンイングリッシュティータイム」を開催します。

ティム先生と国際文化に触れ合う楽しい午後のひとときを過ごしてみませんか。

英語のレベルを心配することは全くありません。楽しく親しみやすいイベントなので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

参加には事前のお申し込みが必要となります。お早めにお申し込みください。

■日時 ①木曜日開催 5月18日・25日、6月8日・15日・22日、  
7月6日・13日・20日 午後2時～3時  
②日曜日開催 6月4日、7月2日 午前10時～11時

■場所 松島庁舎2階小会議室

■参加費 無料 ■対象 市内在住の成人

■注意事項 ①飲み物は各自持参してください。

②参加は先着10人までとします。事前に必ず下記問い合わせ先まで電話またはメールにて申込ください。

※参加中にマスクを着用するかは、個人の判断にお任せします。

■問い合わせ先

社会教育課生涯学習係 ☎0969-28-3361

イーフレンズメールアドレス info@efriendseigomura.com





## ●図書館からのお知らせ

### ○新しい雑誌の紹介

#### 【龍ヶ岳図書館】

##### 『NHK趣味の園芸』NHK出版 月刊

月ごとに季節の植物を特集し、ビギナー向けの話題も毎月紹介。育てる、鑑賞する、飾る一植物のあらゆる楽しみ方を存分に届けます。

##### 『野菜だより』ブティック社 隔月刊

自分でつくるなら安全で安心なものを、との読者の声に応え、一般には難しいといわれる有機・無農薬栽培を誰もができるように、プロ・アマ問わず、畑の達人たちが伝授します。

#### 【中央図書館】

##### 『ゆうゆう』主婦の友社 月刊

美容、老後のお金や仕事、年金生活、健康、介護、そして、夫や子ども、友人とのつきあい方、心豊かに、ステキに年を重ねるための情報をお届けします。

##### 『月刊クーヨン』クレヨンハウス 月刊

0～6歳の子育てをしているひとたちがたくさん登場する、タイムリーな特集のほか、「食事」や「あそび」なども掲載しています。

#### 【大矢野森記念図書館】

##### 『会社四季報プロ500』東洋経済新報社 年4回刊

株価トレンド予想や値幅予測、理論株価等で株価の方向性と水準を提示します。株式市場が注目するウォッチ500銘柄を選択して掲載しています。

##### 『子供の科学』誠文堂新光社 月刊

小学校高学年・中学生向けの科学雑誌です。戦中、戦後、また大正、昭和、平成にわたって、「これから」を担う若い世代に“科学の入口”を提供します。

##### 『ジュニアアエラ』朝日新聞出版 月刊

政治、経済、国際、文化、スポーツなどみんなが知りたい時事ニュースを、朝日新聞の専門記者らがジュニア向けにわかりやすく解説します。

##### 『MEN'S CLUB』ハースト婦人画報社 年4回刊

単なるファッションを提案するのではなく、日本社会の常識、生活に合うモノを厳選して紹介していきます。

##### 『FQ JAPAN』アクセスインターナショナル 年4回刊

父親の子育てをけん引する「FQ」の日本版として誕生したのが『FQ JAPAN』です。各業界の著名人の子育てインタビューや育児をラクにするアイテムなどを紹介しています。

## 図書のお借り(3月お借り分)

福山佳奈様ほか5名の方に  
ご借りいただきました。  
ありがとうございました。



### ●図書館おはなし会(30分間～1時間)

中央：6/10(土)午後2時～

場所：アロマ2階 視聴覚室

森記念：5/27(土)午後2時～

場所：森記念図書館2階

姫戸：5/20(土)午前10時～、場所：姫戸図書館

：6/10(土)午前10時～、場所：姫戸図書館

龍ヶ岳：5月のおはなし会はお休みです。

：6/17(土)午後2時～、場所：龍ヶ岳図書館

※日程・場所が変更となる場合がありますので、参加をご希望の際は、事前に各館まで確認をお願いします。

### ●赤ちゃんおはなし会

中央：6/1(木)午前10時半～

場所：アロマ研修室(和)

※日程・場所が変更となる場合がありますので、参加をご希望の際は、事前に各館まで確認をお願いします。

### ●お知らせ

#### 《休館日》

5月15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)

6月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、

30日(金)

#### 《移動図書館巡回日》

姫戸 5月24日(水) 龍ヶ岳 5月30日(火)

大矢野 6月7日(水) 松島 6月14日(水)

湯島 5月23日(火)

※湯島地区は、延期の場合5月26日(金)を予定しています。

※天候によっては延期する場合がありますので、お気軽に図書館にお尋ねください。



### 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。



■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525

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)

■問い合わせ先 社会教育課文化教育係 ☎0964(56)4393

(大矢野自然休養村管理センター)



# 今、私たちの 公共交通は…



## vol.8

## ～みんなでつくり守ろう公共交通～

### 上天草市地域公共交通計画を策定しました

市では、令和5年3月に公共交通のマスタープランとなる「上天草市地域公共交通計画」を策定しました。

本計画には、市の地域特性や公共交通の現状と課題等を踏まえ、市が目指す将来像を実現する上で、公共交通が果たすべき役割を明らかにし、持続可能な公共交通を実現するための方針や目標を立て、今後取り組む施策・事業を記載しています。

なお、計画期間は、令和5(2023)年度から令和9(2027)年度までの5年間です。

### 地域公共交通の現状と課題

本市の公共交通の現状を整理し、アンケート調査や事業者ヒアリングの結果などを踏まえ、現状からの問題点と課題をまとめました。

現状把握(アンケート調査、ヒアリング調査等)		現状からの問題点	課題
人口動向	<ul style="list-style-type: none"> <li>人口減少</li> <li>高齢化が進展、高齢者単身世帯の増加</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>交通弱者も公共交通を利用しない人が多く外出をあきらめることがある</li> </ul>	課題① 持続可能な地域公共交通ネットワークの確保
移動動向	<ul style="list-style-type: none"> <li>運転免許保有率約8割、自動車依存</li> <li>公共交通利用者の減少</li> <li>運転免許証非保有者の約6割がバス・乗合タクシー未利用</li> <li>運転免許証非保有者で、移動手段がなく外出をあきらめることがある人が約6割</li> <li>運転免許証の自主返納数の低迷</li> <li>運転免許証返納後は公共交通を利用予定</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>複数の交通モードが接続する部分での利用者に対応した受け入れ施設整備のミスマッチが発生</li> </ul>	
	路線バス	<ul style="list-style-type: none"> <li>公共交通利用者の減少</li> <li>観光客の減少</li> <li>燃料費の高騰など、公共交通事業者は経営悪化</li> </ul>	課題② 輸送サービスの持続的な提供に向けた仕組みの再構築
	乗合タクシー	<ul style="list-style-type: none"> <li>全20路線が赤字路線</li> <li>運行継続基準を満たすのは6路線</li> <li>新型コロナウイルス感染症の影響で利用者減に伴う減便</li> <li>バスを利用しない人約8割</li> <li>バス運行情報サイトの利用率が低い</li> </ul>	
	航路	<ul style="list-style-type: none"> <li>利用方法が分からない</li> <li>乗合タクシーの運行継続基準を満たすのは、8地区中1地区のみ</li> <li>乗合タクシーを利用しない人約9割</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>住民同士での送迎による事故のリスク</li> <li>送迎を頼みづらく、任意の助け合いによる送迎の継続が難しい</li> </ul>
その他移動手段	<ul style="list-style-type: none"> <li>湯島航路は島民限定割や猫の島として人気</li> <li>江樋戸港は駐車場不足</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>観光客の地域内での移動手段が不足</li> <li>自動車での来訪に依存することで、魅力低下につながる駐車場不足や渋滞が発生</li> </ul>	



移動動向	その他移動手段	<ul style="list-style-type: none"> <li>・住民同士の送迎</li> <li>・家族や近所の方に送迎を頼みづらい状況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自家用車への依存</li> <li>・地域公共交通への関心が低い</li> </ul>	課題④ 地域公共交通の利用促進に向けた意識醸成
	観光動向	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観光客数の減少</li> <li>・観光客も自家用車に依存</li> <li>・松島港(前島)周辺での休日の駐車場不足と渋滞発生</li> <li>・観光客は住民向け生活交通の利用を避ける傾向</li> <li>・観光客来訪後の移動手段が不足</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公共交通利用が定着せず、民間施設等が移動サービスを実施、公共交通利用者がさらに減少</li> <li>・多様な移動手段の連携が図られず、移動サービスの有効活用がされない悪循環</li> </ul>	
事業運営	財政負担	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校統廃合による委託費の増加</li> <li>・公共交通への財政負担の増加</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢化の進展により、全人口に占める交通弱者が増えることで、市の財政負担が増大</li> <li>・公共交通を維持するのが難しくなることを危惧</li> </ul>	課題⑤ 多様な移動サービスとの連携
	公共交通事業者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・燃料費の高騰、運行経費の増加</li> <li>・経営状況悪化</li> <li>・人材不足や乗務員の高齢化</li> <li>・ワークライフバランスを重視による職業選択</li> </ul>		

### 基本理念、地域公共交通が果たすべき役割

本市では、持続可能な公共交通を構築するため、市民(地域)・行政・本市に関わる様々な人がパートナーであるという意識を持ち、市民の生活に寄り添い、安心して暮らせるまちづくりを進めるとともに、観光客などの関係人口を増やす公共交通とすることが肝要と考えています。

#### 〔基本理念〕

ひと・地域を支え、にぎわいを創出する地域公共交通  
～みんながパートナーとなり、使って守る地域公共交通～

#### 【市の公共交通が果たすべき役割】



- ・誰もが利用しやすく、使いたくなるような移動手段
- ・高齢者が安心して運転免許証の返納ができ、返納後も安心して生活できる移動手段



- ・生活拠点等における利便性向上や、拠点整備などのまちの変化と連携した移動手段
- ・観光ブランド力を活かした地域産業の活性化を目指し、観光客などの交流が促進される移動手段

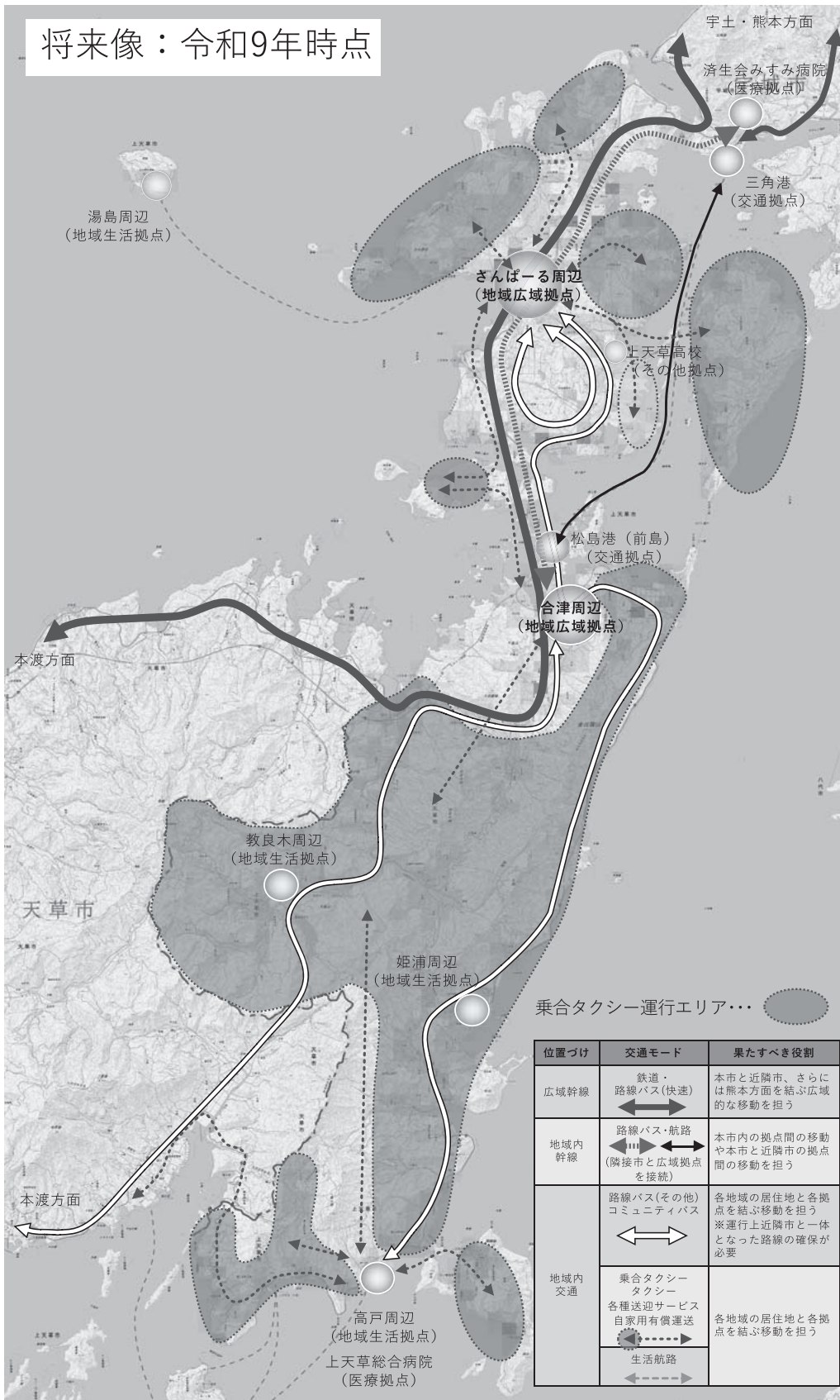


- ・未来を築く子供たちの通学や活動を支援する移動手段
- ・自然のなかで健康的な生活を志向する移住者の魅力となる移動手段



## 市の公共交通の将来像

上島地域を中心に路線バスから乗合タクシーへの運行形態を見直します。また、利用状況によっては、運行形態やサービス内容の見直しを行い、持続可能な公共交通網の形成に努めます。



## 基本方針、目標、施策・事業

課題解決のため、基本方針を定め、行政、市民、交通事業者及び関係団体・企業が連携し、各施策・事業に取り組んでまいります。

### 基本方針1 交通弱者を中心とした市民の生活移動を支える地域公共交通ネットワークの形成

目標①：高齢者等の運転免許証を持たない交通弱者の生活移動の確保

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策① 路線バス・乗合タクシー等の維持・確保
公共交通に対する満足度	22%	35%	40%	事業1-1：路線バスの運行改善
路線バスの収支率	19.6%	18%	17%	事業1-2：乗合タクシーの運行効率化
乗合タクシーの収支率	29.2%	33%	33%	事業1-3：乗合タクシーの利用促進と運行事業者の負担軽減

目標②：市民・交通事業者・地域・関係団体が連携し、多様な移動手段で支える地域公共交通

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策② 公共交通・移動手段としての担い手確保
路線バス・乗合タクシーへの市民1人当たりの公的資金投入額	5,200円	5,700円	6,000円	事業2：交通事業者×地域×医療・福祉施設等の共創による移動手段導入のしくみづくり

### 基本方針2 まちづくりと連携し、地域の活力につなげる地域公共交通サービス

目標③：観光客等の来訪手段の充実と地域内移動のための多様なモビリティとの連携

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策③ 観光需要の取込み
観光客等の公共交通利用者数	105,671人	104,700人	148,400人	事業3-1：観光客をターゲットとした公共交通機関と各種モビリティとの連携 事業3-2：港・航路を活かした連携強化
快速あまくさ号	92,140人	125,000人	132,200人	
天草宝島ライン	3,140人	5,300人	5,800人	
湯島～江樋戸航路(島民以外)	10,391人	10,400人	10,400人	

目標④：拠点性を高め、地域の魅力・活力向上につながる地域公共交通

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策④ まちの将来像を見据えた交通網の形成
公共交通カバー率	95%	99%	99%	事業4：需要に応じた適切な交通モードでの再編

### 基本方針3 使いたくなる地域公共交通を一緒に考え使って守る、持続的に未来につなげる仕組みづくり

目標⑤：まずは知ることから！知って、使って、改善して守る地域公共交通

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策⑤ 情報提供・利用案内
公共交通サービスに関する認知度	—	61%	75%	事業5-1：来訪者をターゲットとした移動手段に関する情報ポータルサイトの構築 事業5-2：市民・世帯をターゲットとした公共交通に関する情報発信

目標⑥：市民・交通事業者・地域が、将来について一緒に考え、使って守る意識を醸成

【指標】	現況 (R3年度)	目標値 (R7年度)	目標値 (R9年度)	施策⑥ 利用機会の創出
公共交通の利用者数	146,437人	147,300人	144,400人	事業6-1：意見交換会の実施 事業6-2：乗り方教室の実施 事業6-3：市内での消費活動と連携した利用促進
路線バス	121,821人	109,600人	104,100人	
乗合タクシー	9,867人	25,400人	29,100人	
湯島～江樋戸航路(島民)	14,749人	12,300人	11,200人	

※本計画は、市ホームページで入手することができますので、詳細はそちらをご覧ください。

公共交通に関し、皆さまに興味・関心を持っていただくよう、8回にわたり市の公共交通の現状と今後の展望をお伝えしてきました。「今、私たちの公共交通は…」は、本号をもって休止いたします。

公共交通は、皆さまに多く利用していただくことで、維持できます。

公共交通が、今後、皆さまにとって身近な存在になり、使いやすく利用が広がっていくことを期待します。





問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)



### 相談



特設人権相談所開設について

6月1日の「人権擁護委員の日」に合わせて、特設人権相談所が開設されます。

いじめ・体罰、家庭内暴力、

金銭トラブル、相続問題、隣問題、障がい者差別など人権に関するあらゆる困りごと、心配ごとをお気軽にご相談ください。人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で、秘密は固く守られます。

※松島庁舎のみ開設日が異なりますのでご了承ください。

▼開設日時 6月1日(木) 10時～15時

▼場所 市役所大矢野庁舎 市役所姫戸統括支所

市役所龍ヶ岳統括支所  
▼開設日時 6月6日(火) 10時～15時まで

▼場所 市役所松島庁舎  
(問)市民課市民係

☎0969(28)3367

令和5年度(2023年度)自死遺族のご相談について

大切な人を自死で亡くされた人の相談を保健師や公認心理師がお受けします。

### 個別相談

○開催日

毎月・第2木曜日

偶数月・第4木曜日

○時間 13時30分～16時30分

○場所 熊本県精神保健福祉センター(熊本市東区月出)

3-1-120)

○利用方法 事前予約が必要です。(予約受付…当セン

ター相談電話)

▼自死遺族グループミーティング「かたらんね」

○開催日

奇数月・第4木曜日

○時間 14時～16時

○場所 熊本県精神保健福祉センター(熊本市東区月出)

3-1-120)

○利用方法 事前予約は不要です。直接会場へお越しください。

(問)熊本県精神保健福祉センター

☎096(386)1166

受付時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)9時～16時

### 募集



介護予防拠点整備事業者を募集します

市では、住み慣れた地域でいつまでも健康で、また安心して暮らせることを目的に介護予防の取組を推進しています。その体制づくりとして地域の高齢者やボランティアな

どの活動拠点となる介護予防拠点施設(地域の集会所や公民館など)のバリアフリー化などの整備・改修を実施する事業者(施設管理者)を募集します。

▼公募期間 随時受付

※令和5年度中の整備希望の場合は、6月20日(火)までに連絡ください。

▼応募方法 事前にご連絡いただき、詳しい内容などについてご確認のうえ、必要書類の提出をお願いします。

※県補助金を財源とするため、補助を確約するものではありません。

※その他、詳細は市のホームページをご覧ください。

(問)高齢者ふれあい課保険給付管理係

☎0969(28)3360

2023年度「点訳・朗読(音訳)奉仕員養成講座」受講生募集

本講座は、視覚障がい者に対する書籍等の点訳、音訳のサービスを提供するために必要な知識、技術を修得するも

— お客様のニーズにお応えする —

## 解体工事のことなら…

# エッジカンパニー

空き家問題、老朽化、建て直しによる解体工事  
ブロック、石の撤去、樹木伐採、伐根など

安心 安全 安定

熊本県知事登録 第4-680号  
edge company

熊本県上天草市大矢野町中5519番地  
代表 渡邊 卓将  
E-mail: watanabe.edge@outlook.jp

TEL 090-1082-3069



(有料広告)

問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

ので、毎週木曜日に点字図書館で開催します。具体的には、視覚障害者概論、点訳・音訳の基礎から応用、パソコンを使った電子データ作成方法などを学びます。

詳しくは、  
熊本県庁ホームページ  
で検索！

☎熊本県点字図書館(水曜休館)  
☎096(383)6333

**令和5年度永年無事故運転者表彰について**

▼趣旨 永年にわたり交通安全に努めている方に対し、表彰を行い顕彰することで交通事故の防止を図るものです。

▼表彰の対象者  
○交通安全協会の会員であること。

○自動車運転免許(原付を含む)の保有者で運転経歴が6月末日で10年、20年、30年、40年を経過していること  
○交通事故を起こし又は交通法令に違反して行政若しく

は刑事上の処分を受けたことのないこと。ただし、反則切符・点数切符については適用された日から起算して3年を経過していること。

▼申請方法及び期限 6月9日(金)までに当地区協会事務局へ印鑑ご持参の上、直接申請してください。※平日9時～16時  
☎上天草警察署内

☎上天草地区交通安全協会事務局  
〒869-3603  
上天草市大矢野町中1-15  
82-3  
☎0964(56)0110  
内線441番

**その他**

**税のひろば**

▼5月の納税  
軽自動車税 全期  
固定資産税 第1期  
納期限 5月31日(水)  
口座振替日 5月25日(木)  
※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。  
※新たに口座振替を希望される人は、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  
☎固定資産税係  
☎0964(26)5520

**軽自動車税(種別割)の減免制度についてのお知らせ**

令和5年度の軽自動車税(種別割)の減免申請についてお知らせします。  
身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳および戦傷病者手帳の交付を受けている人で、障害の部位および等級が一定の要件に該当する人は、申請により軽自動車税(種別割)が減免されます。減免を受けることができるのは、1人の障がい者につき普通自動車も含め1台のみです。なお、減免申請は毎年手続きが必要になります。詳しくは5月初旬に送付し

ている納税通知書に同封のお知らせをご覧ください。  
▼申請期間 納税通知書の到着日から5月24日(水)まで  
▼申請場所 大矢野窓口センター・市民課・姫戸統括支所・龍ヶ岳統括支所・各出張所  
☎税務課市民税係  
☎0964(26)5519

**6月は環境月間です**

6月の「環境月間」では、環境についての関心と理解を深め、環境に配慮した行動の実践を促進するため、全国や県内各地において様々なイベントや清掃活動などが行われます。  
市では、熊本県環境美化行動の日である6月4日(第一日曜日)に一斉清掃を実施します。市民の皆さまのご協力をお願いします。

☎環境衛生課  
☎0964(26)5541  
**野焼きは、原則禁止されています!!**

木くず、紙くず、廃プラスチック、ビニールなどの廃棄物をドラム缶、小型焼却炉などで燃やすことを「野焼き」といい、禁止されています。  
違法に野焼きを行った個人や法人には、罰則があります。

【罰則】  
個人には、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはその両方  
法人には、3億円以下の罰金  
※未遂行為も罰則の対象となります。

【野焼き禁止の例外】  
次の場合は、例外として野焼きが認められていますが、火災の危険性や周辺の生活環境には十分配慮してください。  
①国または地方公共団体がその施設の管理のために行うもの  
②災害の予防、応急対策また



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

は復旧のために行うもの  
③ 風俗慣習上または宗教上の  
行事のために行うもの

④ 農業、林業または漁業を営  
むためやむを得なく行うも  
の

⑤ たき火その他日常生活を営  
むうえでやむを得なく行う  
もの

※①～⑤に該当する焼却であ  
っても、近隣住民の生活に  
支障が生じる場合は改善や  
行政指導の対象となります  
のでご注意ください。

環境衛生課

☎0964(26)5524

不法投棄は犯罪です

環境衛生課

ごみ等の不法投棄は、環境  
を汚染し、捨てられた地域や  
他人に大きな迷惑をかける立  
派な犯罪行為です。

本市の不法投棄の状況は、  
テレビ・冷蔵庫・洗濯機など  
大きな家電製品が、そのまま  
の状態または分解されて、例  
年以上に多く捨てられています。

このような違反行為は、法  
律により厳しく罰せられます。

ごみは、ルールを守って正  
しく出しましょう。

ごみの出し方について、何  
かご不明な点がありましたら、  
市役所環境衛生課までお  
問い合わせください。

環境衛生課

☎0964(26)5524

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  
日以降に国保の被保険者証を  
使用し、医療機関を受診され  
た場合は、後日、医療費を請  
求させていただくことがあり  
ますのでご注意ください。

届出に必要なもの

新しく加入された健康保険  
の被保険者証、国保の被保  
険者証、運転免許証などの  
身分証明書、世帯主と手続  
が必要なる人のマイナンバ  
ーカードまたは個人番号通  
知カード

健康づくり推進課国保事業係

☎0969(28)3354

繁殖期の野鳥保護および指導取締強化月間について

春は野鳥の繁殖期です。巢  
立ちしたヒナが地面に落ちて  
いるのを見かけた場合は、近  
くに姿が見えなくても親鳥が  
世話をしていますので、拾わ  
ないようにしましょう。

また、熊本県では、5月10  
日からの1か月間を指導取締  
強化月間と定め、違法捕獲な  
どの防止に取り組んでいます。  
野生鳥獣または鳥類の卵  
は、鳥獣の保護及び管理並び  
に狩猟の適正化に関する法律  
により、狩猟による捕獲、許  
可を受けたもの以外は、原則

としてその捕獲、殺傷または  
採取が禁止されています。皆  
さまのご理解とご協力をお願  
いします。

なお、野生鳥獣(メジロ、  
ホオジロなど)の愛がん飼養  
目的の捕獲は、鳥獣の乱獲を  
助長する恐れがあることから  
許可していません。

ただし、平成24年3月31日  
までに、許可を得て捕獲し飼  
養登録済みの個体は、更新手  
続きを行うことで、引き続き  
飼養することができます。

詳しくは、上天草市農林課  
または熊本県天草広域本部農  
林水産部林務課にお問い合わせ  
ください。

農林課耕地・林務係

☎0964(26)5515

熊本県天草広域本部林務課

☎0969(22)4359

自動車税種別割の納付は5月31日(水)までに

4月1日現在で自動車を所  
有している人に、自動車税種  
別割の納税通知書を5月初め  
にお送りしています。納期限

の5月31日(水)までに、お近  
くの金融機関やコンビニエン  
ストア、熊本県天草広域本  
部、熊本県自動車税事務所  
で納付していただきますようお  
願いします。

令和5年度から、クレジッ  
トカード決済やスマートフォン  
決済アプリでの納付は、『地  
方税お支払サイト』を利用し  
ていただく必要があります。

利用方法など詳しくは、次の  
専用サイトをご覧ください。

県税の納付方法

https://www.pref.kumam

oto.jp/soshiki/16/119039.html



自動車税種別割のご案内

Q & A

https://www.pref.kumam

oto.jp/soshiki/17/50805.html



熊本県天草広域本部税務課

☎0969(22)4370

熊本県自動車税事務所

☎096(368)4020



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

**特殊肥料「椿油粕」は適正に使用しましょう**

特殊肥料として販売されている椿油粕は、農薬として登録されていないため、害虫の駆除目的で使用すると、農薬取締法違反となります。また、椿油粕には魚介類に影響のある成分が含まれていますので、肥料として使用する場合も、水を張った水田や、用排水路や池などに流出しやすいため、場所では使用を避けてください。

☎熊本県農業技術課

☎096(333)2381

又は最寄りの各広域本部農業普及・振興課までお尋ねください。

**令和5年度熊本県調理師試験の実施**

▼試験期日 10月28日(土)

▼試験会場 熊本大学 全学

教育棟

▼受験資格 中学校卒業以上の学歴を持ち、飲食店や給食施設等で2年以上調理業

に従事した経験のある方

▼願書配布 5月8日(月)から県保健所、県健康づくり推進課等で配付

▼願書受付 5月8日(月)～6月2日(金)

▼提出先 (公社)調理技術技能センター

〒803(3667)1815

東京都中央区日本橋堀留町2-8-5 JACCビル5階

☎03(3667)1815

**ペットが迷子になったときは**

飼っている犬や猫が迷子になってしまった時は、保護されている場合がありますので、次の保健所などに届け出てみてください。

①お住まいの管轄の保健所

②行方不明になった場所に近い保健所

③最寄りの警察署

また、「熊本県動物愛護ホームページ」では、保護された迷子の犬や猫の情報を検索できる他、飼い主が登録する

こともできます。ぜひご活用ください。

消費税率の仕入税額控除の方式として「適格請求書等保存方式(インボイス制度)」が10月1日から導入されます。適格請求書等保存方式とは、買手が、仕入れに係る消費税額について、仕入税額控除の適用を受けるためには、原則として、売手の事業者から交付を受けた「適格請求書(いわゆるインボイス)」などの保存を必要とする制度です。

**消費税率の仕入税額控除の方式(いわゆるインボイス制度)の説明会について**

☎0969(23)0299



開催日時		場所
令和5年5月19日(金)	○インボイス制度説明会 14:00～15:00 ○登録申請相談会 15:00～16:00 ※どちらも要事前予約	天草税務署1階会議室 (天草市古川町4-2)
6月2日(金)		
6月16日(金)		
6月30日(金)		

※事前予約制で開催していますので、参加を希望する場合には、天草税務署までご連絡をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止に配慮した開催としており、今後新型コロナウイルス感染症などの急激な拡大などによって、開催が中止となる場合もあります。

天草税務署個人課税部門

☎0969(22)2513

(直通)

法人課税部門

☎0969(22)4500

(直通)

**農薬の空容器や不要な農薬は適正に処理しましょう**

農産物を生産し、販売される方が使用した農薬空容器や不要な農薬は産業廃棄物であり、野焼きや不法投棄が法律で禁止されていますが、悪質な不法投棄事案が発生しています。農薬空容器等の産業廃棄物の処分は排出事業者が適正に処理するか、廃棄物処理業者に処分を委託する必要があります。なお、各JAでは回収日を設け、専門業者に処分を委託しているので御活用ください。

☎熊本県農業技術課

☎096(333)2381



問合せ先⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

**第1回甲種防火管理新  
規講習を開催します**

- ▼開催日 7月13日(木)・14日(金)の2日間
- ▼場所 天草市本渡町広瀬1687番地2
- ▼天草広域連合消防本部3階大会議室
- ▼定員 50人(定員に達し次第締め切ります)
- ▼受講料 4,000円
- ※受付後に納付書をメールに添付し送信しますので、納付書を印刷され記載の期日内に納付してください。
- ▼受付期間 6月5日(月)から9日(金)まで
- ▼申込方法 申込書に必要事項を記入または入力し、消防本部予防課までメールに添付し申請して下さい。
- ☎天草広域連合消防本部予防課  
☎0969(22)3305  
または各消防署・分署まで
- ▼その他 講習案内や申込書、申込先メールアドレスは天草広域連合のホームページに掲載しています

**公共職業訓練受講生を  
募集します**

- ▼訓練科名 基礎OA事務科
- ▼対象者 離職者または就職希望の方
- ▼募集期間 5月9日(火)から6月6日(火)まで
- ▼訓練期間 7月5日(水)から9月28日(木)まで(3ヶ月間)
- ▼訓練会場 株式会社 ワーカーパレス天草(天草市東浜町10の1 三貴ビル6階)
- ▼内容
  - 【学科】コンピューター概論、ビジネスマナー、インターネット概論、就職支援など。
  - 【実技】パソコン基礎演習、文書作成演習、表計算作成演習、ワード・エクセル活用演習、プレゼンテーション作成演習、アウトルック活用演習、データベース基礎演習
- ▼取得可能資格 ワード2級・3級、エクセル2級・3級、パワーポイント初級・上級、アクセス2級・3級

※詳細はお尋ねください。  
☎天草公共職業安定所  
☎0969(22)8609

**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。

- 坂口米子
- ノープル
- タカシスタジオ
- 菓子工房アローム
- 天理教大矢野支部



## 3月27日からパスポートの更新(切替申請)が オンラインで申請できるようになりました!

### 手続きに必要なもの

- 有効期間内のパスポート
- マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書および署名用電子証明書がついたもの)
- マイナポータルアプリ対応のスマートフォン

### オンライン申請の対象

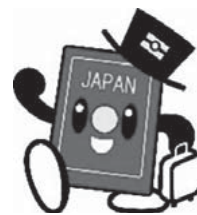
- 有効期間が1年未満の切替申請
- 査証欄の余白がなくなった場合の申請

※パスポートの新規申請や記載事項変更申請はオンラインではできません。

詳しくは、政府広報オンライン「パスポートの更新がスマホで可能に」をご覧ください。

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202301/1.html>

■問い合わせ先 市民課 ☎0969(28)3368





# 献血に行こう！

輸血用の血液は、まだ人工的に造ることができません。輸血を必要とされている患者さんのために、一人でも多くの人のご協力をお願いいたします。



献血カードをお持ちの方は当日ご持参ください。

## 「愛の献血」を下記日程により実施します

移動献血車で献血は、400ml献血のみとなります。

実施日	場所	受付時間
6月13日 (火曜日)	上天草市役所松島庁舎 共催：上天草市地域婦人会連絡協議会 パールラインライオンズクラブ	10時～11時30分
		12時45分～16時

(上天草市献血推進協議会)

### 400mlの採血基準

年齢：男性17歳～69歳\* 女性18歳～69歳\*  
体重：男女とも50kg以上  
年間献血回数：男性3回 女性2回  
※65歳以上の方は60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

**献血OKのお薬もあります！**

### 有効期間は21日間

赤血球製剤の有効期限は21日間と非常に短く、1日平均200人分の献血が必要です。

### 血液検査サービス

ご協力いただいた方へ15項目(肝機能や糖尿病関連検査など)の検査結果をお知らせしています。

■問い合わせ先 熊本県赤十字血液センター献血推進課 ☎096(384)6725



## Our School Projects ～わたしたちのSDGs～

維和小学校は、全校児童39名の学校です。花のあふれる校舎で、学習や運動を全力で頑張っています。維和島は海に囲まれた島で、車エビの養殖やみかんの栽培が盛んです。生活科では、エビの養殖の様子を見学したり、総合的な学習の時間では、みかん狩りを体験したり、地域の方や自然とふれ合う体験がたくさんできます。

6年生を中心に、全学年で朝活動を行っています。校庭の草取りや、窓拭き、全員遊びなど、低学年をサポートしながら楽しく仲良く取り組んでいます。

「たてわり班活動」として、一緒に遊んだり、週に1回掃除をしたりしています。3学期には、なわとび大会に向けて、たてわり班で練習に取り組み、天草郡市の大会で良い成績を収めています。

これからも、みんなで仲よく協力し、維和小学校をきれいで元気な学校にしていきます。



維和小学校





## 旧崎津教会のタイル

長い間、鎖国体制下にあった日本で禁教政策が終了すると、次第に多くの宣教師が来日してキリスト教を再びもたらします。こうしたなか崎津集落の潜伏キリシタンたちは、カトリックの教えに復帰し、明治21(1888)年には木造の崎津教会が建設されました。現在の建物は、昭和9(1934)年にハルブ神父によって再建されたもので、長崎県を中心に多数の教会建築を手がけた鉄川与助が設計しています。教会は、庄屋宅跡に献堂され、祭壇が置かれた場所は当時、絵踏されていた場所とされています。



熊本大学大学院社会文化科学教育部 牧野寿美礼



## 「人権擁護委員の日」をご存知ですか

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。全国人権擁護委員連合会では毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心として特設の人権相談所を開設するなど、一層の人権尊重思想の普及高揚に努めることとしております。

上天草市には、市長から推薦されて、法務大臣から委嘱を受けた次の人権擁護委員がいます。(敬称略、令和5年4月1日現在)

相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

「みんなの人権110番 0570-003-110」又はインターネット人権相談窓口をご利用ください。

### ▶大矢野町

〈登立地区〉青山 司 〈維和地区〉山崎 賢治  
〈中地区〉宮崎 寛 〈上地区〉藤 恵美子

### ▶松島町

〈全地区〉田崎 ゆかり、田口 元次

### ▶姫戸町

〈全地区〉濱邊 志恵、溝口 慎二

### ▶龍ヶ岳町

〈全地区〉塚田 久美子、緒方 雅文

■問い合わせ先 市民課 ☎0969(28)3367

## イベント情報

日にち	内容	日にち	内容
5/16 Ⓢ	春の全国交通安全運動 (姫戸・龍ヶ岳地区合同街頭キャンペーン) 10時30分～11時 大道老人福祉センター前 ☎危機管理防災課 ☎0964(26)5544	5/19 Ⓢ	春の全国交通安全運動 (交通死亡事故ゼロを目指す日、飲酒運転根絶及びピカピカ作戦) 17時～17時30分 大矢野庁舎前国道 ☎危機管理防災課 ☎0964(26)5544
	春の全国交通安全運動 (松島地区街頭キャンペーン) 14時～15時 3号橋～4号橋 ☎危機管理防災課 ☎0964(26)5544	5/27 Ⓢ	JRウォーキング 8時30分～15時 三角駅・ミオカミーノ天草 ☎観光おもてなし課 ☎0964(26)5512

おすすめ！  
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します。

私は、姫戸町を中心に活動を行っている地域おこし協力隊の山本亮二と申します。上天草に着任してから、約1年が経過しました。

この1年は色々な事に挑戦させて頂きました。ひとえに皆様のご協力あっての事と、夫婦共々大変感謝しております。特に注力している活動は空き家についてです。私自身、元々住宅メーカーにいたこと・福岡では電気工事士として働いていたことなども理由の1つですが、現在は政府も空き家を重点課題にしており、今までのようにそのまま放置していると多くの方にとってデメリットな部分が大きくなってきました。

上天草、特に姫戸町の空き家の把握を 위해서는 1か月に1件のペースで合計10件以上の空き家の片付けをしました。家主様や他の地域おこし協力隊にも手伝ってもらいながら、業者ではない為、他の仕事をしながらゆっくり空き家を片付けてい



山本亮二さん

Vol:70

ます。また、SDGsの観点からなるべくゴミを捨てないで町の人に還元してもらえるように物々交換所も作り、合計200点(令和5年3月末で引越しの為、終了)以上を還元してまいりました。嬉しい悲鳴ですが、すでに7月までは予定が埋まっております。

今後とも皆さまのご協力をお願いいたします。



姫戸中学校2年生 (起業家教育授業より)

×キリトリ

POST CARD

お手数ですが  
63円切手を  
貼ってください

8 6 9 3 6 9 2

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。			

4月号のハガキ等でいただいたお便りを一部紹介しします。

▼昨年度子供が生まれたのでイコットの完成が楽しみです。(匿名)

▼スポーツが大好きでよく運動したり、テレビで観戦したりしています。上天草市出身のサッカー、野球選手が活躍する姿をテレビ等で拝見できる事が嬉しいです。期待をしています。(匿名)

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からもメッセージを送信することでご応募いただけます。

LINEで応募される際は、メッセージの冒頭に「お便りコーナー」と入力の上、ポストカードの表面と裏面に記載している各項目を記載し、送信してください。

(自動応答になっておりますが、構わずにお送りください。)

また、左のQRコードをスマートフォンなどで読み取ることで表示されるアンケートフォームからでもご応募いただけます。

アンケートフォームに必要事項を記載し、送信してください。



■問い合わせ先 総務課 秘書広報係  
☎0964(26)5525



# 相 談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	6/8㊦	13時~16時	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)5535
弁護士 無料相談所	6/20㊦	13時~17時	大矢野庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
司法書士 無料相談所	5/16㊦	13時~17時	大矢野庁舎1階相談室	市民課大矢野窓口センター ☎0964(26)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
年金相談	6/15㊦	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
	6/9㊩ ※出張相談	13時~16時	大矢野庁舎1階相談室	
福祉相談	①5/25㊦ ②6/1㊦ ③6/8㊦ ④6/15㊦	13時~16時	①大道老人福祉センター ②社会福祉協議会松島本所 ③大矢野老人福祉センター ④姫戸老人福祉センター	上天草市社会福祉協議会 ①龍ヶ岳支所☎0969(63)0909 ②松島町本所☎0969(56)2455 ③大矢野町支所☎0964(56)3470 ④姫戸町支所☎0969(58)2556

※新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、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。

キリトリ×

お便りをくださった人の中から

## 読者プレゼント

上天草市飲食店組合の

医食同源 南風原

のお食事券500円分

を2名にプレゼントします。

地元から飲食店を盛り上げましょう



### 【プレゼント品提供元】

店名：医食同源 南風原  
住所：大矢野町中181-3  
電話：0964(56)1935



当選は、発送をもってかえさせていただきます。

■問い合わせ先 総務課秘書広報係☎0964(26)5525

◆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

5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 ③まちのわだい ④インスタ ⑤政治倫理  
⑥マイナンバー ⑦農業委員 ⑧避難行動 ⑨防災行政無線  
⑩水産製品の加工 ⑪病院だより ⑫地域福祉計画・地域福祉活動計画  
⑬集団検診 ⑭結核・肺がん検診 ⑮健康ガイド  
⑯ワクチン ⑰飲食店 ⑱年金で笑顔 ⑲地域包括支援センター  
⑳かよいの場 ㉑生涯学習白書 ㉒ライブラリー ㉓公共交通  
㉔お知らせ ㉕パスポート ㉖献血 ㉗ Our School Projects  
㉘ミュージアム手帖 ㉙人権 ㉚地域おこし協力隊 ㉛カレンダー  
㉜生ごみ





## 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

来所される場合は、事前に連絡ください。

場 所	日	実施時間 (手帳受付時間)
大矢野窓口 センター	5/15(月)・5/22(月) 5/29(月)・6/5(月) 6/12(月)	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	随 時
姫戸 統括支所	6/7(水)	9時～10時 (9時～9時15分)
龍ヶ岳 統括支所	6/7(水)	10時30分～11時30分 (10時30分～10時45分)

### 【用意するもの】

- ◇育児相談：母子健康手帳
- ◇母子健康手帳交付：身分証明書、マイナンバーがわかるもの  
妊婦名義の金融機関口座がわかるもの



## 乳幼児健診

種 類	対象者(生月)	健診体制	日 時
2か月児学級	R5.3(5月対象)	個別相談	5/16(火)
	R5.4(6月対象)		6/13(火)
3～4か月児健診	R5.1(5月対象)	個別健診	個別 予約
	R5.2(6月対象)		
離乳食教室	R4.12	個別相談	5/26(金)
6～7か月児健診	R4.10	個別健診	5/23(火)
1歳6か月児健診	R3.11	個別健診	6/8(木)
2歳児歯科健診	R3.6	個別健診	6/6(火)
			3歳児健診
	R2.5		6/15(木)

### 【場所】保健センターおよび委託医療機関

※対象者には個別に通知します。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。



## 休日在宅医

【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。

5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、  
天草都市医師会ホームページからご確認ください。

休日在宅医最新情報はこちら→



日	当番医名(診療科目)	場 所
5/21	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
5/21	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
5/28	中村医院(内)	大矢野町上 ☎0964(56)0003
5/28	春田医院 (外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
6/4	毛利医院(内)	大矢野町登立 ☎0964(56)2111
6/4	やまうち医院 (内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
6/11	吉田クリニック(内)	大矢野町中 ☎0964(57)0246
6/11	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583
6/18	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
6/18	村上医院(内・リハ)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3102

## 編集後記

▶皆さん、G.W. はどう過ごされましたか?熊本は、空港ターミナルが新しくオープンしたり商業施設が開業したり楽しそうなことが盛りだくさんです。私は、だいたい家にいました…。

(担当 Y)



▶先日、松島町の千元森嶽に登山しました。山頂は天草の島々を見渡せる絶景でしたが、道中、同僚の女性が岩に挟まり動けなくなったため、助けました。

(担当 M)



# 水切りで 生ごみスツキリ！

天草が一体となり  
みんなで取り組もう！



生ごみの約50%は水分です。  
生ごみの水分は、腐敗や悪臭の主な原因です。

## 今日からできる、水分を減らす3つの工夫

### ① まずは濡らさないこと！

皮をむく野菜は、  
洗う前に皮をむき  
ましょう。



### ② しぼって乾かす！

お茶がらやティーバッグ  
は、水気をしぼり、  
乾かしてから  
出しましょう。





### ③ ごみ出し前にぎゅーっとひとしぼり！

たまった水分を、ごみ出し前に「ぎゅーっと」しぼりましょう。



水切りをすると…

ごみが軽くなって  
ごみ出しがラクラクに 

嫌なニオイや  
虫の発生抑制 

さらに…  
ごみを処分する中で発生するCO2の排出量の削減と  
ゼロカーボンへつながる！

ごみの焼却効率UP 

水分が減ることで、ごみの焼却効率が  
上がり、焼却にかかる費用とCO2  
排出量の削減につながります

収集運搬効率UP 

ごみが軽くなることで、ごみ収集車の  
運搬効率が上がり、収集車が出す  
CO2排出量の削減につながります

上天草市 環境衛生課 ☎ 0964(26)5524