



kamiamakusa
上天草

人と海のふれあうまち

広報特派員

地域の魅力をお届けします！！

上天草市広報特派員委嘱状交付式

～上天草高校生～



【今月のトピック】

- ・上天草市公式LINEであなたの生活が便利に
- ・エコステーションの回収品目拡大



苦境の中で磨かれた表現力、世界へ羽ばたくアーティスト

塩田さんは、「takai」というアーティスト名で、個展を開催するなど東京を拠点に活動をされている画家です。

塩田さんの作品の特徴は、アクリル絵の具を使った独特な表現にあり、見る人の想像を掻き立てる幻想的な世界観を表現しています。塩田さんが作り上げたこの表現技法のことを本人は「溶かす」と呼び、唯一無二の表現技法として、業界から高い評価を受け、注目を浴びています。

しかし、ここまで辿り着いたのには、大きな決断と苦境を乗り越えた経験が背景にありました。

幼い頃から絵を描くことが好きだった塩田さんですが、高校卒業後は、自動車メーカーに就職します。しかし、22歳の頃、絵を描く情熱が再燃し、画家になりたいという目標ができました。それから3年間、仕事の合間にひたすら絵を描き、腕を磨きました。その後、20代後半になって遂に、本格的に画家になるために仕事を退職し、画家としての表現力を磨くために、ストリートアートの本場であるイギリスのロンドンへ渡ることを決断します。この決断について、「迷いもあったけど、自分が外国でどこまでやれるのかを知りたかった。」と塩田さんは話します。

大きな決断を経て、イギリスに渡った塩田さんですが、言葉の壁、さらに新型コロナウイルスによるロックダウンの影響で活動は困難を極めました。しかし、「一度決めたことは、最後までやり通す。」と信念を持っていた塩田さんは、日本食レストランで働いて生計を立てながら、休日はひたすら現地の美術館などを訪れ、異国の文化を吸収しました。こうして、苦境を乗り越えながら、イギリスで滞在した2年間で、アーティスト「takai」の表現力・感性は磨かれ、現在の作風が形成されました。

塩田さんは、これまでの画家人生を振り返って、「人生の経験で無駄なことなんてない。すべての出来事に意味がある。」と話し、イギリスに渡ったことも一度自動車メーカーに就職したことも全て、今の塩田さんを彩る要素であることを教えてくれました。

今後の活動について塩田さんは、「海外での活動も視野に入れているが、大好きな故郷、上天草でも何か活動が出来たら。」と話しました。



塩田さんの作品と開催した個展の様子

「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

Contents - 今月号の主な内容

2	キバツ輝ヒト
3	・100歳おめでとうございます ・まちのわだい
5	・「人生会議」普及啓発ポスターのデザイン決定 ・令和7年度高校生特派員の決定
6	企業版ふるさと納税
7	市長室NOW
8	上天草市公式LINEであなたの生活が便利に
10	・職員採用試験 ・第37回熊本県シニア美術展の開催
11	上天草市スポーツ団体等支援事業補助金
12	kamiサボ隊員養成講座
13	・マイナンバーと電子証明書の更新 ・水道メーター管理のお願い
14	病院だより
16	健康ガイド
18	エコステーションの回収品目拡大
19	・社会体育施設のLINE予約 ・「本と歴史の交流館イコット」ご利用案内
20	生涯学習白書
21	ぶらっとライブラリー
22	お知らせ
26	道路支障木等管理のお願い
27	・年金で笑顔 ・地域包括支援センター ・かよいの場
28	・献血 ・OurSchoolProjects
29	・地域おこし協力隊 ・シリーズ人権
30	・各種相談窓口 ・アンケート(WEB) ・イベント情報
31	休日在宅医
32	・わんぱくざかり ・令和7年度上天草市・熊日金婚夫婦表彰の受付

今月の表紙

5月23日(金)に上天草高校で行われた令和7年度上天草市広報特派員(高校生特派員)の委嘱状交付式の様子です。

詳細は5ページをご覧ください。



人口(前月比) (令和7年4月30日現在) ()内は前月比

大矢野	12,080 (+3)	総人口	23,262 (-17)
松島	6,072 (-17)	世帯数	11,002 (-3)
姫戸	2,104 (+1)	男性	11,139 (-5)
龍ヶ岳	3,006 (-4)	女性	12,123 (-12)

市の面積 126.94km²

100歳 おめでとうございます



竹下 ミツエさん
龍ヶ岳町
大正14年4月4日生まれ



小浦 ツキヨさん
龍ヶ岳町
大正14年4月23日生まれ

2人の方が100歳を迎えられ、市から表彰状とお祝いを贈呈しました。



4/10 ~ 5/13 令和7年度交通安全教室を開催しました

4月10日(木)から5月13日(火)の期間中、市内15の小中学校で「交通安全教室」を市が開催しました。

教室では、児童が自転車の乗り方や運転中に気を付けることを交通指導員から指導を受けた後、仮コースで実際に運転しました。このほか、小学1・2年生は、交通指導員の指導により横断歩道の渡り方について学びました。

今後も市では、児童・生徒の交通事故防止の啓発活動に取り組んでいきます。



3/1

叙勲受章おめでとうございます

3月1日(土)、森富夫さん(龍ヶ岳町大道)が旭日双光章(地方自治功労・水産業振興功労)を受章されました。

森さんは、平成2年7月に龍ヶ岳町の議会議員に初当選し、平成17年4月までの15年間、龍ヶ岳町政と上天草市政の発展に尽力されました。また、平成元年3月から通算27年間にわたり大道漁業協同組合の理事・組合長として、水産業の振興に貢献されました。さらに、昭和26年1月から平成11年1月までの長きにわたり、龍ヶ岳町消防団に所属し、副団長・団長として地域の安全に尽くされました。

森さんは、今回の受章を受けて「長年の活動をこのような形で評価いただき、大変ありがたく、感謝の気持ちでいっぱいです。」と喜びを語られました。



4/28 地域の木のぬくもりを子どもたちへ ～「あそか保育園」に積み木を贈呈～

4月28日(月)、「あそか保育園(大矢野町上)」に地域産木材を使用した積み木を贈呈しました。

これは、天草地域森林・林業・木材産業振興協議会の取り組みで、子どもたちに木の香りや手触りを通じて自然の大切さや木の魅力を感じてもらうことを目的としています。

贈呈式では、市長から園児たちへ直接積み木が手渡され、子どもたちは目を輝かせながらさっそく遊び始めました。

今後、市内すべての保育園に、積み木の贈呈を行う予定です。



写真中央 渡辺さん、右側 松本さん

4/21 市内中学校・高校の新入生に ワイヤー錠を贈呈

4月21日(月)、市役所大矢野庁舎でワイヤー錠贈呈式が行われました。

これは、市防犯協会が、自転車の盗難防止を目的に、市内中学・高校の新入生を対象に二重ロックをするためのワイヤー錠を贈呈するものです。

今年度は対象者205人を代表して上天草高校生の渡辺さんと松本さんがワイヤー錠を受領しました。



5/9 全国大会優勝選手が表敬訪問しました

5月9日(金)、上天草高等学校3年の川瀬かつらさんが全国大会優勝報告のために市長を表敬訪問しました。

川瀬さんは、3月27日(木)に石川県で開催された第40回全国高等学校ウエイトリフティング競技選手権大会の女子59キロ級で見事優勝されました。川瀬さんは、「優勝できてうれしかった。高校総体も絶対優勝したい。」と次の目標を力強く話しました。

また、市長は、「今回優勝したことをプレッシャーに感じず、高校総体も頑張ってもらいたい。」と川瀬さんにエールを送りました。

なお、川瀬さんは、6月1日(日)に行われた熊本県高校総体のウエイトリフティング女子55キロ級で見事優勝し、インターハイ出場を決めました。



5/1 野菜の栽培体験で地産地消を学ぶ ～大矢野中学校の生徒がモリンガの植樹を行いました～

5月1日(木)、大矢野中学校の生徒10名が天草モリンガファーム(大矢野町中)から無料配布されたモリンガの種と苗合計80個の植樹を行いました。

この取り組みは、同社が県内の保育園や小中学校などの教育施設にモリンガの種を無料配布し、子どもたちに自らモリンガを栽培してもらうことで、野菜を育てる楽しさのほか、植物の生命力や地産地消モデルについて学ぶ機会を提供するために企画したものです。

この日、モリンガを植樹した同校の花壇は、生徒手作りの看板が添えられ、立派なモリンガ畑になりました。

「人生会議」普及啓発ポスターのデザインが決定しました

市が制作する「人生会議」普及啓発ポスターのデザインに上天草高等学校と上天草看護専門学校の生徒から計8点の応募があり、上天草高等学校福祉科2年の松本颯姫^{さつき}さんのデザインが採用され、4月17日(木)に表彰式が行われました。

松本さんの作品は、「人生会議」のイメージをわかりやすく表現し、広い世代で共感しやすいと評価されました。松本さんは、「これからは家族と『人生会議』を行う機会を増やしていきたい。」と話しました。

この「人生会議」普及啓発ポスターは、“もしも”のときに備えて、自分が大切にしていることやどんな医療・ケアを望んでいるか自分自身で考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有する「人生会議」の普及を目的として市が制作しました。

今回制作したポスターは、学校、介護事業所、医療機関などに掲示しています。皆さんも家族と「人生会議」について話し合ってみませんか？



〇デザインを提出してくれた皆さん、ありがとうございました！

■問い合わせ先 高齢者ふれあい課保険給付管理係 ☎0969(28)3360

令和7年度上天草市広報特派員(高校生特派員)が決定しました

5月23日(金)、上天草高校で令和7年度の上天草市広報特派員(高校生特派員)の委嘱状交付式を行いました。

高校生特派員とは、高校生自ら地域や高校の行事などを取材し、市の広報の記事作成を行うもので、高校生ならではの視点で地域や高校の魅力発信が期待でき、市の広報活動の充実につなげることを目的に平成28年度から毎年度任命を行っています。

今年度は、上天草高校1・2年生の11名を高校生特派員に任命し、委嘱状を交付しました。委嘱状を受け取った原田凛都^{りんと}さんは「特派員の活動をとおして、まだ自分たちも知らない上天草市の魅力を探していきたい。そして、その魅力を地域の皆さんにも伝えたい。」と意気込みを話しました。

今回、高校生特派員に任命された生徒11名が作成する記事は、広報上天草の令和8年3月号までに5回にわたって掲載予定です。

■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525



(写真左) 原田凛都さん



企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました

～株式会社九州伝播 様～

熊本市東区にある株式会社九州伝播様から、企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました。

株式会社九州伝播様は、中国事務所(平成15年11月設立)と熊本本社(平成22年6月設立)の日中両方に事務所を持ち、LED看板サイン事業、IT開発事業、輸入輸出業務を行っている会社です。

今回、天草五橋などのLED化に貢献したいとの思いから寄附をいただきました。

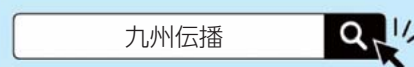
いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。

株式会社九州伝播…

平成22年に熊本本社を設立。グローバルな視点から最新のIT技術を駆使し、九州地域の情報を中心に海外発信している。また、通訳、翻訳業務や対中国経営コンサルタント、輸入輸出など客のニーズに沿ってあらゆるサポートを行っている。



(ホームページ):「九州伝播」で検索
(寄附額は非公開となります)



～コーユーレンティア株式会社 様～

東京都港区にあるコーユーレンティア株式会社様から企業版ふるさと納税による寄附金をいただきました。

コーユーレンティア株式会社様は、昭和45年設立の会社で、レンタル事業を中心にグループ8社でオフィス、イベント会場、建設現場などさまざまなビジネスシーンで活躍されている企業です。

また、変化する社会のニーズに対応したシェアリングエコノミーやサブスクリプションなど、SDGsにつながるサービスを提供されており、本市が取り組んでいるブルーカーボン事業に共感され、今回の寄附につながりました。

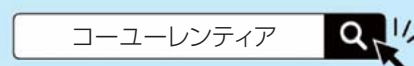
いただいた寄附金は、地方創生事業の財源として活用します。

コーユーレンティア株式会社…

昭和45年設立、東京都港区に本社を置く企業。家具や設備のレンタル業を主な事業としており、建設業界、不動産業界、イベント業界など、さまざまな国内外の企業へレンタルを行っている。



(ホームページ):「コーユーレンティア」で検索
(寄附額は非公開となります)



このプロモーション動画では、本市の観光コンセプトである「ナナメ上ノ上天草。」をベースに、予想を裏

す。この動画は、動画配信サイトYouTubeで28万回再生を超えており、既に多くの方がご覧になっていますが、今回、入選の報告と合わせて、この動画を紹介したいと思いま

す。

そして今回、併せて制作したプロモーション動画「ナナメ上 神対応 上天草」が、令和7年全国広報コンクール（映像部門）で入選に選ばれました。

しました。

このパネルは、令和6年度に総合観光プロモーション業務で市が制作

しました。

皆さんは、大矢野庁舎1階の「神天草」と書いてある大きなパネル（ペー

月刊 市長室 なう Now!



～ 市観光プロモーション動画が
全国広報コンクールで入選しました ～

切り超えていく「上天草」を「神天草（かみあまくさ）」と表現し、軽快なラップ調の音楽に乗せて、本市の名物や名所などをユニークでキャッチーなフレーズで紹介しています。

動画の制作に当たっては、一度見ると頭と耳から離れないインパクトのある動画にするために、軽快なラップ調の音楽を採用しています。「ラップは速くて聞き取りにくいのでは？」と言う方もいらっしゃると思いますが、この音楽は、誰でも聞き取りやすい速度で、歌詞も字幕で表示されます。また、音楽に乗せて、歌詞を表現したイラストや写真も表示されますので、小さなお子さまからお年寄りの方まで楽しめる動画になっています。

そして、動画には、上天草の各種産業を「神対応」で支える市内事業者の方にも多数ご出演いただいています。皆さんがご存知の方もいらっしゃると思いますので、ぜひ探してみてください。

また、今回ラップを歌っていただいたWARSAANさんは、自分い嘘をつかない素直に生きるライフスタイルをテーマに、ポジティブでストレートな歌詞で聴く人を魅了する熊本県出身のアーティストです。愛知県高校野球のテーマソングを手掛けたり、積極的にSNSを活用したりと発信力のあるアーティストと

して活躍されています。

皆さんも、この動画を見て、上（神）天草には誇れるものがたくさんあることを楽しく思い出しただければ幸いです。

最後に、歌手のWARSAANさんをはじめ、市内の事業者の皆さま、そして、動画制作に携われた皆さまのおかげでこの名誉ある賞を受賞できたことを感謝いたします。そして、この動画のPRを本市の観光事業発展の戦略の1つとし、これからも産業振興の推進、交流人口のアップに努めてまいります。






↑ 動画の閲覧はこちらから



WARSAAN (わーさん)
熊本県出身。独自のスタイルと多彩な音楽で、音楽シーンに新しい風を吹き込んでいる。TikTok配信や全国のライブにも積極的に出演し、今後の活動が注目されるアーティスト。



WARSAAN
オフィシャルサイト



令和6年度総合観光プロモーション業務制作パネル



上天草市公式LINEで あなたの生活が便利に



上天草市公式 LINE を使って、いつでもどこでも簡単に、市の情報の取得や申請手続きなどを行うことができます。

今回紹介する LINE の機能は、LINE アプリのトーク画面から、項目をタップし、チャット形式で質問に答えていくと、お目当ての手続きまでたどり着くことができます。

スマートフォンを利用されて間もない方も、簡単に操作ができますので、ぜひご利用ください。



まずは友だち登録をお願いします！

お持ちのスマートフォンにあらかじめ LINE アプリをインストールしてください。アプリをお持ちの場合は、インストールする必要はありません。

LINE アプリを開き、ホーム⇒友だち追加⇒QR コードから左記の QR コードを読み取り、登録してください。

基本メニュー～LINE で生活に役立つ情報を取得

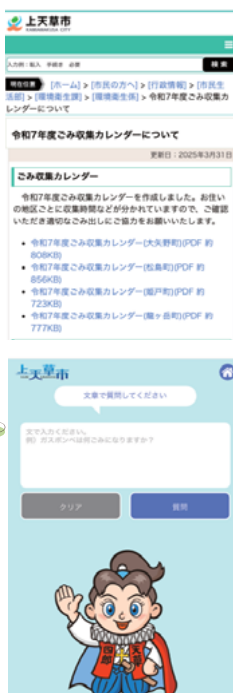
市のイベント情報やごみ収集のカレンダーの確認など生活に役立つ情報を取得できます。また、「健康」では住民健診の予約、「施設予約」では、市の施設の利用予約ができます。他にも「通報」や「チャットボット」のメニューでは、皆さんのお困りごとなどを相談することができます。



ピックアップ機能



「ごみ」では、各町のごみカレンダーがいつでも確認できる「ごみカレンダー」とごみの分別に困ったときなどに相談できる「ごみ分別チャットボット」が利用できます。



「ごみカレンダー」をタップすると、市 HP に接続され、ページ内のファイルを開くことで、各町のカレンダーを見ることができます。

「ごみ分別チャットボット」をタップすると、質問の入力画面に接続されます。質問を入力すると、人工知能が回答をします。

防災～LINEで災害情報を取得して、避難を迅速に

災害が起きたときに役に立つ情報など主に防災関係の情報を入手することができます。

「避難所検索」は、避難情報が発令されたとき、避難所の位置と経路を地図で表示されますので非常に便利です。また、「避難状況」では、避難所の開設状況や避難している人数などを知ることができます。



ピックアップ機能



「避難所検索」は、案内に従ってLINEのトーク画面に、避難所等の起点となる位置情報を入力することで近くの避難所の場所を確認することができる機能です。また、現在地から避難所までの経路を表示させることもできます。



現在地を入力し、範囲を選択することで、範囲内にある避難所が表示されます。



さらに、表示された避難所の経路を選択すると、現在地から避難所の経路が表示されます。

申請・募集～LINEで24時間365日簡単申請

市役所窓口で手続が必要な一部の申請が、LINEをとおしていつでもどこでも可能です。なお、「転出届」は、マイナポータルを経由した申請になりますので、事前にマイナポータルへのご登録をお願いします。

また、「職員採用情報」では、市のHPを経由して、その時募集を行っている市役所職員の採用情報を知ることができます。

今後も、LINE上でできる申請を追加していく予定です。



ピックアップ機能



これらの申請等は、案内に従ってLINEのトーク画面に必要な事項を入力していくことで、手続きが進みます。



「職員採用情報」は、市のHPの職員募集の記事を見ることができます。



■問い合わせ先 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525
行革デジタル戦略課行革デジタル戦略室 ☎0964(26)5538



令和7年度新規採用市職員(B日程:高卒程度)を募集します

1 試験職種、採用予定人員など

区分	職種	採用予定数	年齢上限
高卒程度	一般事務職	3人程度	35歳まで
	技術職(土木)	1人程度	40歳まで

2 受付期間 8月8日(金) 17時まで

右のQRコードを読み取り、市HP内の申込サイトから申し込んでください。

3 試験の日時および場所

試験	日時	試験会場
第1次試験	9月21日(日)	上天草市役所大矢野庁舎
第2次試験	10月下旬を予定	上天草市役所大矢野庁舎



市HP(申込サイト)

4 試験の内容

(1) 第1次試験

職種	試験科目	内容
全職種	基礎能力検査 (60分) (120題)	言語、数理、論理、常識、英語の5つの能力について、実社会で必要とされる基礎的な知的能力及び学力を総合的に判断する検査(択一式)

(2) 第2次試験

職種	試験科目	内容
全職種	個別面接	個別による口述試験



■問い合わせ先 総務課人事研修係 ☎0964(26)5527

第37回熊本県シニア美術展の開催

熊本さわやか長寿財団では、高齢者の相互交流と生きがいづくりを推進することを目的に、第37回熊本県シニア美術展を開催します。

出品部門	日本画、洋画、写真、書、彫刻、工芸(6部門)
出品資格	令和8年4月1日時点で60歳以上である県内在住のアマチュア
出品作品	1人1部門1点 ※ただし1人当たり2部門まで
出品料	1点につき 1,000円
表彰等	○部門ごとに金賞1点、銀賞1点、銅賞1点、奨励賞2点以内、佳作数点を決定し、審査結果は入賞者に通知します。 入賞者には作品展示期間の初日に表彰式を開催し、表彰状を授与します。各部門の金賞、銀賞、銅賞には副賞を贈呈します。 ○各部門の金賞、銀賞の受賞作品は、令和8年に開催される第38回全国健康福祉祭埼玉大会(ねんりんピック彩の国さいたま 2026)美術展に出品します。 ○令和7年開催の第37回全国健康福祉祭さふ大会と(ねんりんピック岐阜 2025)美術展に出品される方および出品の権利を持たれている方の作品も、出品申込を受付し会場に展示しますが、審査対象とはなりません。
申込期間	7月18日(金)まで※当日消印有効
申込方法	高齢者ふれあい課に設置しているリーフレットをご確認のうえ、お申し込みください。リーフレットは問い合わせ先のホームページからもダウンロードいただけます。
作品展示期間	9月30日(火)~10月5日(日)
作品展示場所	熊本県立美術館分館(熊本市中央区千葉城町2-18)
問い合わせ先	一般財団法人 熊本さわやか長寿財団(熊本市中央区南千反畑3-7) ☎096(354)3083 FAX096(354)3103



上天草市スポーツ団体等支援事業補助金のお知らせ

市では、市民のスポーツ活動を推進し、市内で活動するスポーツ団体(総合型地域スポーツクラブを除く)を支援するため、上天草市スポーツ団体等支援事業補助金を交付します。

【補助金の概要】

■補助対象事業および補助金の額

補助対象事業	補助内容	補助金の額
スポーツ団体等設立支援事業	地域スポーツ団体を新設した場合に補助金を交付	1団体当たり 小中学生対象 4万5千円 一般対象 3万円
活動奨励金事業	補助対象期間において、150時間以上活動した地域スポーツ団体に補助金を交付	1団体当たり 3万円

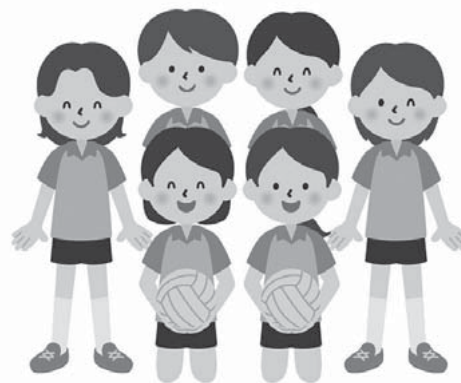
■補助対象期間 令和7年4月1日～令和7年9月30日

■対象者

- 代表者が本市に住所を有すること
- 構成員の2分の1が本市に住所を有し、10人以上で構成されていること
- 1回の活動が2時間程度、かつ、週2回程度活動している団体であること
- 総合型地域スポーツクラブのプログラムではないこと
- 代表者に市税等の滞納がないこと
- 代表者が反社会勢力者との関わりがないこと

■申請に必要な書類

スポーツ団体等設立支援事業	
①	地域スポーツ団体届出書
②	交付申請書
③	補助金額算出表
④	暴力団排除条例に係る誓約書
⑤	市税及び上下水道料金の未納がない証明
活動奨励金事業	
①	地域スポーツ団体届出書(事前提出が必要です。)
②	交付申請書
③	補助金額算出表
④	月別活動実績一覧表
⑤	上天草市(学校)体育施設使用許可通知書等の写し
⑥	暴力団排除条例に係る誓約書
⑦	市税及び上下水道料金の未納がない証明



■申請受付期間 11月30日(日)まで

■申請受付場所 松島庁舎2階 社会教育課スポーツ推進係

※申請書等の配布は、社会教育課窓口、最寄りの庁舎または統括支所の窓口、大矢野総合体育館、松島総合センター「アロマ」で受け取りできます。
また、市ホームページから申請書等をダウンロードできます。

■問い合わせ先 社会教育課スポーツ振興係 ☎0969(28)3380



市HP



地域のためにできること、始めてみませんか？ Kamiサポ隊員養成講座、各町で開催！

Kami サポ隊員とは？

歳を重ねても住み慣れた地域で暮らしていけるように、高齢者の日常のちょっとした困りごとを、地域のボランティアでお手伝いをする組織です。

【具体的な活動内容】

■ケアマネジャー等が、Kami サポ隊員による支援が必要と判断した高齢者への支援(身体介護を伴うものは含みません。)



■かよいの場など市が行う介護予防事業への協力



お話し相手



ゴミ出し・
資源ゴミの分別



かよいの場での DVD
操作などのお手伝い



介護予防講演会など
イベントのお手伝い

Kami サポ隊員になるためには？

上天草市にお住まいの方で、市が開催する養成講座を受講しボランティア活動に賛同する意思がある方は市へ登録することで隊員となることができます。登録後はオリジナル缶バッジをお渡しし、活動実績に応じてLINE @上天草のポイントが付与されます。

【Kami サポ隊員交流会の様子】



わたしたちが
お手伝いして
います!!

養成講座のご案内

■開催日 / 場所：

7月29日(火)／龍ヶ岳統括支所 大会議室
9月29日(月)／姫戸統括支所 多目的ホール
11月18日(火)／松島庁舎 3階会議室
1月29日(木)／大矢野庁舎 書庫棟 2階会議室

■時間 / 内容：

午前の部：9時30分～正午／講義1「ボランティア入門」(動画視聴)
午後の部：13時～15時／講義2「在宅福祉サービス、介護予防事業について」
講義3「傾聴について」

※午前の部のみの受講で隊員として登録可。

■参加費：無料

■定員：各会場20名

■申込方法：問い合わせ先へお電話いただくか、QRコードからお申し込みください。

申込みフォーム
QRコード



問い合わせ先

高齢者ふれあい課地域包括支援係 ☎0969(28)3378

マイナンバーカードと電子証明書の更新

マイナンバーカードには10年(18歳未満は5年)、ICチップに書き込まれた電子証明書には5年の有効期限があります。

電子証明書またはマイナンバーカードの有効期限が切れた場合、コンビニでの各種証明書の取得や健康保険証としての利用ができなくなります。

有効期限が切れる約3か月前にご自宅に通知が届きますので、お近くの市役所窓口で更新の手続きをお願いします。

カードの更新手続きを行ってから、カードの受取りまでに約1か月かかりますので、早めの申請をお願いします。

ご自宅に通知が届かない場合や通知をなくされた場合も有効期限の3か月前から更新の手続きができます。

ご不明な点がございましたら市民課までご連絡ください。

出張申請および休日窓口を開設しています

出張申請

毎週火曜日および木曜日

10時～15時(12時～13時を除く)

※事前予約が必要です。市民課までご連絡ください。

※予約がない場合は、休日窓口は開設しませんのでご注意ください。

休日窓口

7月13日(日) 松島庁舎 9時～12時

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎0969(28)3368

水道メーター管理のお願い

水道メーター(量水器)は周辺の清掃等、使用者が適切な管理を行うことが上天草市水道事業給水条例で定められています。

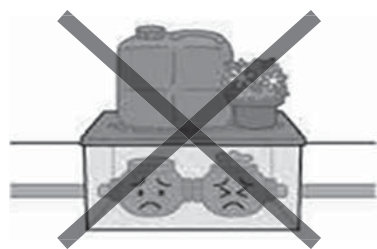
また、水道料金を算出するため、毎月上旬に、検針員が水道使用量を水道メーターで確認します。

支障なく検針が行えるよう給水装置の善良な管理にご協力をお願いします。

水道メーターの管理例



水道メーターの位置が分かりやすくメーターボックス内もきれいに管理されている。



木材等で水道メーターの位置が隠れている。



家の出入口や水道メーターの近くにペット(犬等)がいる。



水道水を使っていない時にパイロットが回っていないか確認をお願いします。
(回っている場合、漏水の可能性もあります)

■問い合わせ先 水道局庶務係 ☎0969(28)3369



上天草総合病院だより



赴任のあいさつ

井上 大暉

皆さま、はじめまして。このたび上天草総合病院内科に赴任しました井上大暉と申します。出身は山鹿市菊鹿町ですが、大学は県外で過ごしました。見た目がちょっと大きめなので、友人からは「くまモン」と親しんで呼ばれることもあります。

これまで阿蘇や小国などの地域で内科医として勤務し、一次医療から急性期、慢性期まで幅広く対応してまいりました。その中でも特に専門としているのが呼吸器内科で、喘息をはじめとする長引く咳に情熱を注いでいます。咳というのは、「早く止めてほしい」「つらくて眠れない」と言われることも多いのですが、実は咳って、体にとってはとても重要な“防御反応”です。異物やウイルス、炎症を感知して、「何かおかしいぞ」と体が訴えてくれているサインで、言わば、体の中の“正義感あふれるクレマー”のような存在かもしれません。少し過剰に騒ぎすぎることありますが、その背景にはしっかりとした理由があり、私はその“理由探し”を、患者さんと一緒に進めていければと考えています。

医療はチームで動くもので、私一人では何もできません。

看護師さん、薬剤師さん、検査技師さん、リハビリの先生方、事務の皆さん、そしてもちろん利用者の皆さん(患者さん)との連携や信頼関係の中で、初めて成り立つのが医療だと考えています。

これからは、地域の皆さまの健康を守る一員として、少しずつでも力になればと思っています。

咳のことはもちろん、それ以外のことで「なんかこの人、話しかけやすそうだな。」と思ってもらえたら、それだけで私としては第一歩大成功です。気軽に声をかけていただけたら嬉しいですし、逆に何か困ったことがあれば、私も「肺活量全開」で駆けつけます。

まだまだ未熟者ではありますが、これからどうぞ指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いします。



赴任のあいさつ

阿久根 章矢

はじめまして。このたび上天草総合病院に赴任しました阿久根章矢と申します。熊本県合志市出身で、自治医科大学を卒業後、熊本赤十字病院で2年間の初期臨床研修を行ってまいりました。

学生時代から「地域に根ざした医療」を志しており、今回こうして上天草の地で働けることを大変うれしく思っています。自然豊かで、温かい人々に囲まれたこの地域で、皆さまの健康を支える一員として新たな一歩を踏み出すことに、やりがいと責任を感じています。

将来的には循環器内科を専門に学び、心臓や血管の病気に対して質の高い医療を提供できるようになることを目指していますが、今のご時世、専門分野にとらわれず、幅広い視野で診療に当たることがますます求められていると感じています。もちろん、高度な技術や専門的治療が必要な場面では、専門の先生にお願いする判断も重要ですが、移動の負担や環境の変化が患者さんの大きなストレスとなることもあります。だからこそ「その紹介が本当に必要なのか」「この地域でできることはないのか」を常に考え、できる限り地元で完結できる医療を提供することが、安心や信頼につながると信じています。私は将来、循環器を専門にしながらも、地域に根差した総合診療医としての役割を大切に、患者さん一人ひとりに真摯に向き合っていきたいと思っています。

最後に、私はカメラ、少林寺拳法、そしてキャンプを趣味としています。上天草の海や山などをカメラに収めながら、この地ならではの魅力を感じていきたいと思っています。休日には、地域のお祭りや行事にも足を運び、地元の方々と交流したいと考えています。また、もうすぐ第1子を迎える予定で、「パパ」と「ドクター」の両立に全力で取り組んでまいります。

まだまだ未熟な点も多く、皆さまとの出会いを大切にしながら、少しずつでも地域の力になれるよう精進してまいります。どうぞこれからよろしくお願いします。気軽にお声がけいただけると嬉しいです。



心臓リハビリテーション教室

日時	6月27日(金) 13時30分～14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。



がんサロン

日時	6月19日(木) 13時30分～15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、参加希望の人はご連絡ください。

診療案内

	月	火	水	木	金
内科	和田 小林 井上	和田 井上 阿久根	岸川 中村	和田 細川 小林 高柳	細川 阿久根 井上(第2・4・5) 福岡(第1・3)
代謝内科	阪口				小野(第3・5) 大津(第1・2・4)
腎臓内科			細川		
循環器内科	東海	脇田	小林	山本	脇田
整形外科	藤松	上原	藤松	藤松	鮎田
婦人科 (午前/午後)	坂口/ オンライン診療	休診/ オンライン診療	坂口/ 休診	休診/ 手術	
小児科	船曳	樫村	船曳	田村	船曳
耳鼻咽喉科		熊大		熊大	熊大
眼科	吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	竹下 吉岡	竹下
皮膚科				宮下	
泌尿器科		西			西
超音波・ 内視鏡センター	石山	石山	大塚	蔵野	大野
人間ドック	細川	細川 (脇田)	脇田	脇田	坂口
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)	小林	休診	応援	応援	井上

- ◆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。
- ◆火曜日と金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～金の午後にも診療を行います
- ◆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。金曜日の診療は完全予約制となります。
- ◆婦人科外来の診療時間は午前9時～午後1時30分までです。(受付時間は午前8時30分～午後1時まで)
- ◆婦人科・循環器内科のオンライン診療は、再診の方のみ予約診療となります。
- ◆6月20日(金)の眼科外来は休診となります。
- ◆6月26日(木)の皮膚科外来は休診となります。
- ◆6月27日(金)の泌尿器科外来は休診となります。
- ◆7月11日(金)の眼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。



赴任のあいさつ

吉岡 幸英

皆さま、はじめまして。4月から上天草総合病院に赴任しました吉岡幸英と申します。熊本大学を卒業後、熊本労災病院にて2年間の初期臨床研修の後、熊本大学病院眼科に入局、1年間の熊本大学病院勤務を経てこのたびの赴任となりました。

私は前任の古島先生と同じく、熊本県医師就学資金受給者、いわゆる地域枠の医師となります。地域枠とは、大学在学中に熊本県医師修学資金の貸与を受け、知事が指定する県内の医師不足地域の病院等で勤務するという制度です。天草では上天草総合病院をはじめ、計10施設が指定されています。その中でも当院の眼科は症例数も多く、竹下先生をはじめ、視能訓練士の方々も診療・研究に熱心であり、私のような若手医師の指導の場として優れた環境が整っているため、こちらに赴任させていただきました。

当科で取り扱う疾患で、地域の皆さまに一番身近なものは白内障だと思います。白内障は眼の中の水晶体が、加齢をはじめとしたさまざまな原因により混濁し、視力低下などの症状を引き起こす病気です。直接命に関わる病気ではありませんが、見えないという状態は大きな苦痛を伴い、生活の質(Quality of life : QOL)を大きく低下させ、転倒などの事故のリスクも上昇し、間接的に命に関わる可能性もごございます。そのため当科では濁ってしまった生来のレンズを取り除き、新しく人工のレンズを挿入する手術を実施しています。また、当院では取り扱う人工レンズの種類は多く、患者さまのご希望を伺いながら最適なレンズを検討することができます。

地域枠の医師は週に1日熊本市内の病院での研修日があり、私は金曜日に熊本大学病院での勤務となります。そのため、皆さまとお会いするのは月曜日から木曜日の外来が中心になるかと思います。竹下先生をはじめ、視能訓練士さん、看護師さん、他科とも連携を取りながら、少しでも皆さまの視え方の一助となれるよう、診療に努めてまいりますので今後ともよろしくお願い申し上げます。



全身の健康はお口の健康から！

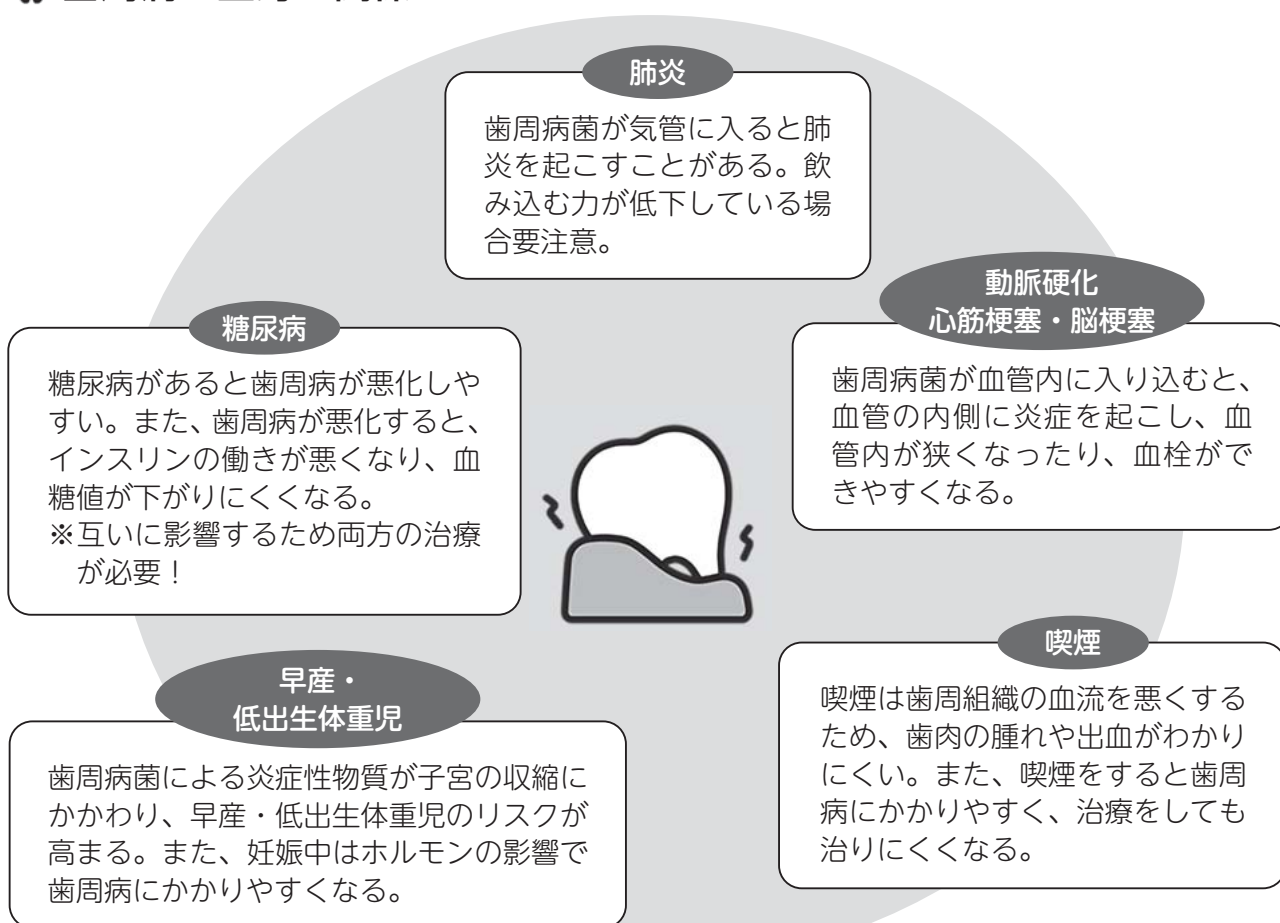
こんな症状ありませんか？

- ☐ 歯みがきのときに出血する ☐ 口臭が気になる ☐ 歯がグラグラする
☐ 歯肉が腫れる ☐ 硬いものが噛みにくい ☐ 朝起きた時に口の中がネバネバする

1つでも当てはまったら歯周病かもしれません。歯周病は歯を失う原因の第1位です。

歯周病は、初期では症状がほとんどなく、気づかずにひどくなるケースが多いです。また、全身の健康にも影響を与えることがわかっています。

🦷 歯周病と全身の関係



◆歯周病予防・改善のためには・・・

歯ブラシとデンタルフロス・歯間ブラシを使用した毎日のセルフケアでプラーク（歯垢）を取り除くことが大切です。また、むし歯などのトラブルがなくても定期的に歯科医院を受診し、歯周ポケットの汚れや歯石の除去などは歯科医師や歯科衛生士による専門的なケアを受けましょう。

◆歯周病検診について

本市では、今年度20・30・40・50・60・70歳に到達する人に歯周病検診を行っています。対象者には、検診のお知らせと問診票を6月上旬に送付しています。



みんなで熱中症対策！暑さに備えましょう

熱中症による救急搬送者の約半数は住居などの屋内で発生しています。「屋内だから大丈夫」とは思わずに、日々の生活の中で、できることから暑さ対策を行いましょう。

主な暑さ対策

- ☐ 気温と湿度をこまめに確認
- ☐ こまめな水分補給
- ☐ 冷感グッズの活用
- ☐ エアコンと扇風機の併用
- ☐ エアコンの使用をためらわない



確かめよう！熱中症警戒アラート

熱中症の危険度は、暑さ指数(暑さが数値化されたもの)で表されます。
アラートが発表された日は、屋内外問わず特に気を付けましょう。

熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
* 暑さ指数 33 以上 気温が著しく高く、熱中症になる リスクが高まります。	* 暑さ指数 35 以上 非常に危険な暑さです。自分と周 りの人の命を守りましょう。

アラート情報は、
環境省公式 LINE
でも確認できます



活用しよう！地域の涼みどころ

▶クーリングシェルター

熱中症特別警戒アラートが発表されたときに、冷房設備を備えた避難場所としての開放が義務付けられている施設です。

目印マーク／詳しくはこちら(市 HP)



指定施設		
大矢野庁舎	湯島出張所会議室	教良木河内出張所
スパ・タラソ天草	松島総合センター「アロマ」	姫戸地域振興センター
大矢野老人福祉センター	中央図書館	姫戸老人福祉センター
本と歴史の交流館イコット	保健センター	龍ヶ岳地域振興センター
大矢野総合体育館	松島展望休憩所	大道老人福祉センター
維和出張所	阿村出張所	樋島老人福祉センター

▶涼み処

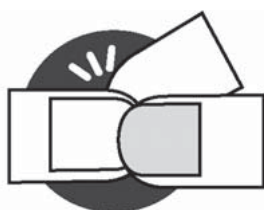
アラートの発表の有無に関わらず、涼める場所として次の施設をご利用いただけます。

- ・ 大矢野郵便局
- ・ 江樋戸郵便局
- ・ 柳郵便局
- ・ 維和郵便局
- ・ 湯島郵便局
- ・ 松島郵便局
- ・ 阿村郵便局
- ・ 教良木郵便局
- ・ 姫戸郵便局
- ・ 二間戸郵便局
- ・ 龍ヶ岳郵便局
- ・ 大道郵便局
- ・ 樋島郵便局

爪で3秒！かんたん脱水チェック

1. 親指の爪をつまむ

2. つまんだ指を離し、爪の色が白から
ピンクに戻るまでの時間をはかる。



3秒以上の場合、
脱水症を起こしている
おそれがあります。

救急車を呼ぶべきか、迷ったときは
救急安心センター # 7119 に相談

■問い合わせ先 健康づくり推進課健康増進係 ☎0969 (28) 3356

エコステーションの回収品目を拡大しています!

本市では、大矢野庁舎、松島庁舎および各統括支所にエコステーションを設置し、ダンボールなどの紙類を回収していますが、家庭から排出される可燃ごみの減量化およびリサイクルの推進の取り組みを更に強化するため、**6月2日(月)**からエコステーションで回収する資源物の回収品目を拡大しています。

◆開始日

6月2日(月)から

◆回收場所

大矢野庁舎、松島庁舎、姫戸統括支所、龍ヶ岳統括支所のエコステーション

◆回收時間

- ・大矢野庁舎(24時間※年末年始等を除く)
- ・松島庁舎、姫戸統括支所および龍ヶ岳統括支所(平日8時30分～17時)

◆回收品目

紙類、アルミ・スチール缶、ペットボトル、容器包装プラスチック類



拡大する回収品目	出 し 方
アルミ・スチール缶 	①水で軽くすすいでから、つぶさないで出してください。 ②汚れているもの、さびているものは「不燃ごみ」金属製のふたは軽くすすいでから分別収集の「不燃ごみ」に出してください。 ※アルミ缶とスチール缶を分ける必要はありません。  ●このマークがついている缶
ペットボトル 	①水で軽くすすいでから、ラベルは剥がさずに出してください。 ②キャップは取り外して、握りこぶしの大きさの透明な袋に入れて、「容器包装プラスチック」に出してください。 ※色つきペットボトルも出すことができます。  PET ●このマークがついているペットボトルが対象
容器包装プラスチック 	①汚れているものは、洗い流して出してください。 ②容器包装プラスチックについては、中身を出し切り、きちんと洗ってください。 ③中身の確認ができるように、必ず袋から出してください。  ●このマークがついているものが対象

◆ご利用の注意点

- ・アルミ・スチール缶、ペットボトル、容器包装プラスチック類を龍ヶ岳統括支所のエコステーションに持参する場合は、窓口で職員の確認を受けてください。
(大矢野、松島、姫戸のエコステーションでは、上記の出し方を守り、直接倉庫に入れてください。)
- ・市内の家庭から排出されるものに限ります。
- ・事業活動で出たものは、受入れ不可です。
- ・分別が適切でない場合は、エコステーションの利用を中止することがあります。

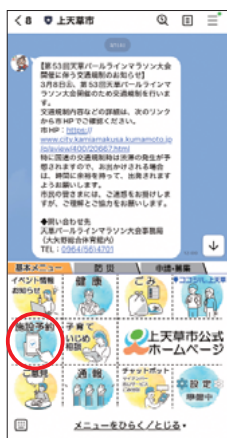
※紙類の出し方は、市ホームページをご確認ください。

■問い合わせ先 環境衛生課環境衛生係 ☎0964(26)5524



上天草市公式LINEから社会体育施設の予約ができます

上天草市公式 LINE の基本メニューから 市内の社会体育施設(学校体育施設、大矢野総合スポーツ公園、松島総合運動公園は除く)の予約を行うことができます。



上天草市公式 LINE の基本メニューから、「施設予約」を選ぶ



開いたメニューから「体育施設」を選ぶ

以下の施設が LINE で予約できます

【屋内施設】

- ・上北体育館
- ・樋合体育館
- ・阿村体育館
- ・阿村第2体育館
- ・教良木山村広場体育館
- ・姫戸体育館
- ・龍ヶ岳体育館
- ・樋島体育館
- ・大道体育館

【屋外施設】

- ・教良木山村広場
- ・姫戸運動広場
- ・龍ヶ岳グラウンド

【予約方法】

- ・表示される質問に回答する方法で入力してください。(入力する内容に間違いがないようご注意ください)
- ・複数日の予約をするときに、数回に分けて入力が必要となる場合があります。
- ・利用の前日までに、指定された場所で使用料をお支払いください。

上天草市公式 LINE を友だちに追加するには、こちらから



■問い合わせ先 社会教育課スポーツ推進係 ☎0969(28)3380

「本と歴史の交流館イコット」ご利用案内

いつも本と歴史の交流館イコットをご利用いただきありがとうございます。

イコットには、「行きたくなるような場所」と「憩いの図書館」という意味が込められており、利用者の皆さんに、充実した時間と賑わいの場を提供しています。

【1階】



広く開放感のある市立大矢野図書館と右側には飲食可能な交流スペースがあり、ゆっくりくつろげる空間になっています。

また、交流スペースは場所の貸し出しも行っていますので、作品の展示や手芸の教室などで使用できます。

【2階】



歴史資料館には、上天草市の歴史をグラフィックと映像による解説や、化石や古文書を展示していて、3面大画面モニターでCGや空撮を使った子ども向け映像もあり、楽しく上天草市の歴史を学ぶことができます。

屋外の憩いの広場には、子ども用の遊具8基、ベンチ、大型の日よけのほか、大人用の健康遊具もあり、家族みんなでゆっくりくつろぐことができます。

また、憩いの広場も貸し出しを行っており、利用者向けのキッチンカーなども出店することができます。

なお、交流スペースは、9月30日(火)まで一部の目的を除き、無料で貸し出しを行っています。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

■問い合わせ先 社会教育課文化教育係(本と歴史の交流館イコット内) ☎0964(56)3363





E-friends



生涯学習白書
-Lifelong Study-

「家族でピザメイキング」を開催しました！

5月10日(土)、さんばーるピザ窯周辺で「家族でピザメイキング」を開催しました。

これは、英語を交えたピザづくり体験を通じて、小学生とその家族が英語に親しみながら外国文化への理解を深めることを目的に開催しています。



ふるさとを誇りに思う心を育む 「地域学校協働活動」

「地域学校協働活動」とは、地域の高齢者、成人、学生、保護者、PTA、民間企業などの幅広い地域住民などの参画を得て、地域全体で未来を担う子供たちの学びや成長を支えるとともに、「学校を核とした地域づくり」を目指して、地域と学校が相互にパートナーとして連携・協働して行うさまざまな活動のことです。

子供たちは、地域学校協働活動を通じて信頼できる大人と多くの関わりを持ち、愛情を注がれることで、自己肯定感や他人を思いやる心など豊かな心を育みます。また、地域の人々に支えられ学んでいくことで、地域への愛着や地域の担い手としての自覚が芽生え、学びへの意識の向上が学力の向上に結びつきます。これらの地域学校協働活動を体験していくことで、子供たちの「ふるさとを誇りに思う心」が育まれています。

具体的な地域学校協働活動の例として、米やイモ、野菜などの栽培活動の支援、生活科や家庭科の調理の支援、その他の学習支援、読み聞かせ、登下校の見守り、環境整備、地域行事への児童生徒の参画など、学校や地域の特色を生かした多くの活動が行われています。

そして、その地域学校協働活動がスムーズに展開されるよう、地域と学校をつなぐコーディネーターが「地域学校協働活動推進員」です。各学校区では、下記の方々が地域学校協働活動推進員として活躍しています。

	学 校 区	氏 名		学 校 区	氏 名
1	登 立 小 学 校	和 田 誠 治	9	今 津 小 学 校	井手口 豊 子
2	維 和 小 学 校	益 田 紀 一	10	教 良 木 小 学 校	田 中 真 鶴
3	上 小 学 校	渡 辺 哲 浩	11	姫 戸 小 学 校	碓 民
4	中 北 小 学 校	西 川 みち恵	12	龍ヶ岳小中学校	中 直 通
5	中 南 小 学 校	淵 野 節 子	13	大 矢 野 中 学 校	直 江 利 佳
6	湯 島 小 中 学 校	高 橋 照 光	14	松 島 中 学 校	永 木 宏 治
7	湯 島 小 中 学 校	東 濱 博 子	15	姫 戸 中 学 校	竹 本 健 朗
8	阿 村 小 学 校	荒 木 麻 希			

* 敬称略

■問い合わせ先 社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361



●図書館からのお知らせ

○七夕の短冊を募集します!

今年も、各図書館で七夕の短冊を募集しています。短冊は各図書館にて配布し、期間中は各図書館で七夕飾りを行います。季節を感じるイベントとなっております。皆さまのご来館をお待ちしています。

期間：6月24日(火)～7月6日(日)



○雑誌スポンサーを募集します!

図書館利用者へ提供する雑誌に広告を掲載する「雑誌スポンサー制度」を実施しています。現在、4事業者(くらしの薬局様、翔洋苑様、丸山水産様、三勢様)が雑誌スポンサーとして登録されており、5種類の雑誌を提供していただいております。雑誌スポンサーの登録事業者を募集していますので、詳細は各図書館までお尋ねください。

○リサイクルブックフェア開催中(大矢野)

図書館での役目を終えた資料などを、配布します。気に入った本は、無料でお持ち帰りいただけます。冊数制限はありません。

期間：6月27日(金)まで

場所：本と歴史の交流館イコット(大矢野図書館)
1階 交流スペース



図書の寄贈(4月寄贈分)

やまうち医院様、他5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。



●図書館おはなし会(30分間～1時間)

中央：7/12(土)午前10時30分～

場所：中央図書館 児童書コーナー

姫戸：7/12(土)午前10時～

場所：姫戸図書館

龍ヶ岳：6/21(土)午後2時～

場所：龍ヶ岳図書館

※日程・場所を変更する場合がありますので、
各図書館にご確認ください。

●赤ちゃんおはなし会

大矢野：6/27(金)午前11時～

場所：本と歴史の交流館イコット内

●お知らせ

《休館日》

6/16(月)、6/23(月)、6/30(月)、7/1(火)、
7/7(月)、7/14(月)

《移動図書館巡回日》

姫戸：6/18(水) 龍ヶ岳：6/25(水)

大矢野：7/2(水) 松島：7/9(水)

※天候によっては延期する場合があります。



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

大矢野図書館
開館時間
中央図書館
開館時間
姫戸図書館
開館時間
龍ヶ岳図書館
開館時間

☎0964(56)3363
9時～19時(土、日、祝日：同)
☎0969(56)3582
10時～18時(土、日、祝日：～17時)
☎0969(58)2525
10時～17時(土、日、祝日：同)
☎0969(62)0930
10時～17時(土、日、祝日：同)

■問い合わせ先 社会教育課生涯学習係 ☎0964(56)3363
(上天草市本と歴史の交流館イコット)



問い合わせ⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

お知らせ information



イベント



結婚お悩み相談会を開催します

企画政策課

結婚を望む未婚者で自身の婚活に悩む人や、未婚の子どもの結婚に悩む親御さまを対象とした結婚お悩み相談会を開催します。

個人情報やご相談内容は、秘密を厳守します。おひとりで悩まず、ぜひ、ご相談ください。

▼日時 7月16日(水)13時～16時 ※おひとり40分まで(延長はありません)

▼場所 天草市複合施設ここらす(天草市浄南町4-15)

▼定員 3名(先着)

▼費用 無料

▼申込方法 次のQRコード

を読み取り、メールで、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入してお申し込みください。



メール申込

▼その他 オンラインでの相談も対応可能です。事前にご相談ください。

(問)企画政策課地方創生係

☎0964(26)5539

または(株)ボアソルテ

☎096(352)2557

「あませい無人島キャンプ」の開催

熊本県立天草青年の家では、天草の大自然の中での共同生活をとおして、仲間を思いやる心と自然の中で生きる

たくましさを育むために3泊4日のプログラムを左記のとおり実施します。

▼期日 7月31日(木)～8月3日(日)※3泊4日

▼内容(場所) 無人島キャンプ(黒島キャンプ場)

▼主催 熊本県立天草青年の家

▼対象者 小学4年生～中学3年生

▼定員 12名※応募多数の場合は、抽選を行います。

▼参加費 24,000円

▼申込方法 LINEにて、次のQRコードを読み取り、「友だち追加」の上、お申し込みください。



あませい LINE

※その他、活動の日程、持参物などの詳細は、参加者の皆さまにLINEにてお知らせします。

(問)熊本県立天草青年の家

(松島町合津5500番地)

☎0969(56)1650

☎0969(56)1195

✉ minnanaamasei@hito
dukuri.com
担当 井手尾・泉

夏休み親子水道教室で実験しよう!

上天草・宇城水道企業団では、小学生と保護者を対象に親子水道教室を開催します。お子さまの夏休みの自由研究日記、思い出作りにぜひご利用ください!

▼日時 8月3日(日)

午前の部 10時～

午後の部 14時～

▼場所 八代浄水場(八代市郡築一番町139-3)

※現地集合・解散

▼募集人数 各回先着各15名程度

▼募集期間 7月3日(木)～7月21日(月)

※申込方法などの詳細はHPに掲載しますので、左記のQRコードからご確認ください。



イベント HP

上天草整形外科専門クリニック

○スタッフ募集中!

- ・看護師
- ・理学療法士
- ・作業療法士
- ・レントゲン技師
- ・医療事務(経験者)

新卒
アルバイト可
パート

★最新の医療機器完備

- ・MRI
- ・64列マルチスライスCT
- ・レントゲン
- ・関節鏡
- ・心電図
- その他リハビリ機器

※その他詳細の確認および応募はハローワーク天草(☎0969(22)8609)へお問い合わせください。

日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定リウマチ医
日本整形外科学会認定スポーツ医
日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医
日本リハビリテーション医学会認定臨床医
日本リウマチ財団リウマチ登録医
日本医師会認定健康スポーツ医

上天草整形外科専門クリニック 院長 谷内 幹弘
大矢野町中1314番地1
☎0964(42)5300

〈有料広告〉

問い合わせ⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

問 上天草・宇城水道企業団
務係
0964(22)6733

天草地域 保護者向け
講座の開催

▼内容 講義「入学・進級に向けて～お子さんに必要なことから考えてみよう～」
茶話会

▼日時 7月11日(金)10時～12時30分※受付9時45分～

▼会場 市役所松島庁舎3階会議室

▼対象 未就学・小学生の保護者

▼定員 10名※参加無料

▼申込期限 7月1日(火)

▼申込方法 QRコードの読み取りまたは問い合わせ先へ電話



申込フォーム

問 熊本県南部発達障がい者支援センターわるつ

0965(62)8839

相談



LINE相談「この悩み相談@熊本県」の開設

福祉課

熊本県では、LINEアプリを活用した相談窓口を開設しています。電話や対面では相談しづらい「こころの悩み」があればご相談ください。

▼開設期間 令和8年3月31日(火)まで※月・水・金曜日のみ

▼時間 18時～22時

▼対象者 熊本県内に在住、通勤、通学している人

▼相談方法 QRコードからLINEアプリの友達登録後に相談ができます。



相談 LINE

問 福祉課障がい福祉係
0969(28)3373

旧優生保護法による優生手術等を受けた方向け出張相談会の開催

熊本県では、旧優生保護法による優生(不妊)手術や人工妊娠中絶を受けられた人およびそのご家族を対象とした出張相談会を次のとおり開催します。

▼日時 7月18日(金)13時～15時

※事前予約が必要です。予約される場合は左記問い合わせ先へお電話ください。

▼場所 熊本県天草広域本部(住所…天草市今釜新町3530)

※詳細は、予約時にお伝えします。

▼対象 昭和23年から平成8年までの間に、優生(不妊)手術や人工妊娠中絶を受けられた人やそのご家族など

▼相談料 無料

問 熊本県旧優生保護法相談窓口
096(333)2352

助成



「上天草市地域ささえあい活動立ち上げ事業補助金」の申請受付

高齢者ふれあい課

市では、高齢者の日常生活の支援、見守りなどを目的とした訪問活動および地域における高齢者の居場所づくり活動の立ち上げに必要な経費を補助します。

▼補助要件 次のすべての要件(訪問活動は⑤の要件を除く)を満たすものとし、ます。

①活動の拠点となる場所を定めること。

②利用対象者を市内全域または活動の拠点となる場所が所在する中学校区あるいは小学校区などから受け入れる活動であること。

③利用対象者として要支援者および事業対象者を受け入れるよう努めること。

④利用対象者のニーズに対応したものであること。

〈有料広告〉

会社と従業員のための社労士事務所

あらき社会保険労務士事務所

所長 荒木 亮子(あらき りょうこ)

特定社会保険労務士・キャリアコンサルタント



〒863-0014

天草市東浜町9-6木原ビル3F
(天草市役所前)

平日9:00～18:00

☎0969-23-0750

✉araki.sr0715@tuba.ocn.ne.jp



まかせて安心!
労働時間の専門家

給与計算

いつからでもOK

ルール作りは
働きやすさの原点

就業規則作成

メンタルヘルス
ハラスメント研修他

研修事業

従業員を大事にする
研修、しませんか



その他ご要望に
応じます



問い合わせ⇒(問) 申込先⇒(申) FAX⇒(F) メールアドレス⇒(✉)

⑤ おおむね週1回以上行うこと。

▼対象経費 活動の立ち上げに必要な経費(消耗品や備品購入、軽微な改修などにかかる費用)

▼補助金額 1団体当たり上限50万円(1回のみ)

▼申請方法 申請を希望される場合は、事前にご連絡いただき、詳細をご確認のうえ、必要書類の提出をお願いします。

※その他、詳細は市のホームページをご覧ください。



市HP

(問) 高齢者ふれあい課地域包括支援係

☎0969(28)3378

募集



「スパ・タラソ天草」元気海プールの入会者を募集します!

スパ・タラソ天草では、元

気海プール会員の新規入会キャンペーンとして、新規入会された方に、期間限定でお得な特典を用意しています。

これを機に元気海プール会員になって、健康な体をつくりませんか?

また、一度会員を辞めて、再度入会を希望される方には、復会特典がありますので、復会をご検討ください。

▼新規入会特典

①入会金無料(通常6,600円)

②入会月の会費無料(通常6,600円)

③お好きな水着一着プレゼント

※ただし、右記特典は6か月間の利用を継続する人が対象です。

▼復会特典

入会金の減額

(6,600円) ↓

1,100円)

▼キャンペーン期間 7月15

日(火)まで

※復会特典は、期間終了後も継続します。

入会の申し込みおよび詳細

の確認は、次までお願いいたします。

(申)・(問) スパ・タラソ天草

☎0964(56)1126

「失語症者向け意思疎通支援者養成講習会」の受講者募集

熊本県では、失語症の方が地域の一員として安心して暮らすことができるよう、日常会話の支援や外出場面でのサポートを行う支援者を養成する講座を実施します。

▼対象者

(1) 自宅または勤務地が熊本県内の方

(2) 令和7年4月1日現在で18歳以上の方

▼募集人数 必修基礎コース10名(先着順)

▼申込期限 7月19日(日)まで

※申込方法、受講期間などの詳細は次のQRコードからご確認ください。



募集ページ

(問) 熊本県障がい者支援課

☎096(333)2235

(F) 096(383)1739

実習船「熊本丸」の船員を募集します

熊本県教育委員会では、熊本県立天草拓心高等学校の生徒が乗船実習を行う実習船「熊本丸」で、実習時の船内業務などに従事する船員を募集しています。

▼募集職種および人数 航海士 1名

▼勤務場所 熊本県立天草拓心高等学校マリン校舎

▼採用予定日 令和8年4月1日

▼応募資格

(1) 昭和41年(1965年)4月2日から平成20年(2008年)4月1日までに生まれた者

(2) 採用職種に応じた要件に該当する者(五級以上の海技士を取得している者など)

(3) 地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない者

八光海運株式会社 熊本支店

◎正社員を募集しています!

八光海運株式会社 熊本支店 支店長 内山朋之
上天草市大矢野町登立3355-1 ☎0964-56-6000

※その他詳細の確認および応募は直接上記(内山)へご連絡ください。
※または上天草市ふるさとハローワーク(☎0964-57-4510)まで!

◇一般廃棄物・産業廃棄物収集運搬業務
◇一般廃棄物・産業廃棄物処理業務・特殊清掃業務

■募集職種

○現場作業員
○大型・中型車両運転手
○営業職

※未経験者でも資格取得などの支援制度があります!

〈有料広告〉

問い合わせ⇒☎ 申込先⇒① FAX⇒② メールアドレス⇒③

①愛称
②愛称についてのコメント
③応募者の氏名(ふりがな)、
年齢、電話番号、メールア
ドレス

▼募集内容

産交バスでは、令和7年10
月に天草と阿蘇くまもと空港
を結ぶ新たな路線の運行開始
を予定しています。
そこで、呼びやすく、親し
みやすい路線となるよう皆さ
まから愛称を募集します。

新規バス路線(天草⇄阿
蘇くまもと空港)の愛称
を募集します!

☎096(333)2692

④熊本県教育委員会学校人事
課総務班



熊本県HP

▼応募受付期間 6月16日
(月)～7月11日(金)
▼試験の日程 応募者へ個別
に連絡します。
※その他応募方法などは、左
記QRコードからご確認ください。

④産交バス株式会社
天草営業所
☎0969(22)5238

その他、審査方法などの詳
細はウェブサイトをご確認
ください。



産交バスHP

③運行時間…2時間30分程度
▼応募方法 次のQRコード
を読み取り、ウェブサイト
からご応募ください。一人
何点でも応募できます。

⑤・⑥熊本県危険物安全協会
☎096(377)8118



熊本県危険物
安全協会 HP

▼定員
①給油取扱所 100名
②その他 100名
※申込書は熊本県危険物安全
協会ホームページからダウ
ンロードし郵送にて提出し
てください。

地域猫活動を始めてみ
ませんか?
熊本県では、地域環境の改
善・飼いの主のいない猫問題へ
の対策として地域猫活動を推
進しており、活動に取り組む
町内会や自治会等に対し、活

⑦税務課市民税係
☎0964(26)5519

新たに口座振替を希望され
る人は、市内の金融機関で
お手続きください。

※受付期間終了後も定員に空
きがある場合は受け付けま
す。

○6月の納税
市県民税 第1期
国民健康保険税 第1期
納期限 6月30日(月)
口座振替日 6月25日(水)
※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。

税のひろば
税務課

その他

株式会社 熊本メンテナンス

◎正社員を募集しています!

株式会社 熊本メンテナンス 取締役 内山朋之
本 社 上天草市大矢野町登立3355-1 ☎0964-56-5510
有明営業所 天草市有明町大島子1710-2

※その他詳細の確認および応募は直接本社(内山)へご連絡ください。
※または上天草市ふるさとハローワーク(☎0964-57-4510)まで!

◇浄化槽保守点検業務・浄化槽清掃業務
◇一般廃棄物収集運搬業務・し尿汲取収集運搬

■募集職種

○現場作業員・運搬
(2t、3t、4t車使用)
○大型・中型車輛運転手

※未経験者でも資格取得など
の支援制度があります!



問い合わせ⇒☎ 申込先⇒☎ FAX⇒F メールアドレス⇒✉

動費用の一部を補助しています。活動内容や補助金の詳細は、県動物愛護ホームページにてご確認ください。左記連絡先までお問い合わせください。



熊本県動物愛護HP

☎天草保健所

☎0969(23)0299

熊本県動物愛護センター

「アニマルフレンズ熊本」

☎0964(27)8115

6月は「食育月間」です！

「食」は、私たちが生きていくうえで欠かせない命の源です。

熊本県では、県民の皆さまが、人生100年時代を健康で心豊かに生きるため、健康食生活の実現に向けた食育の取り組みを推進しています。この機会に、食を楽しむことの大切さやバランスの良い食事、災害時への備えなど、家族や身近な人と「食」につ

て話し合ってみましょう。



☎熊本県健康づくり推進課

☎096(333)2252

あなたが感じる「道路交通の課題」等をお聞かせください

熊本市圏の新たな3つの高規格道路「10分・20分構想※」の計画検討に当たり、地域の皆さまが日常的に感じている「道路交通の課題」等について、ご意見をお聞かせください。

※熊本市中心部から高速道路インターチェンジまでを約10分、阿蘇くまもと空港までを約20分で結ぶ構想

【回答方法】

次のQRコードを読み取り、回答ください。また、その他、対面アンケート実施状況や現在の取り組みなども確認可能です。



回答フォーム

☎熊本県道路整備課

☎096(333)2497

熊本市道路計画課

☎096(328)2484

善意に感謝(敬称略)

市内の福祉施設(南風苑、

松朗園、シルバードリーム寿

里)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

○ノーブル

○タカシスタジオ



道路上に張り出している樹木等の適正な管理について

■道路沿線地権者の皆さまへ(お願い)

道路上に樹木などが張り出していると自動車や自転車、歩行者などの通行の支障となるだけでなく、道路標識やカーブミラーなどの視界を遮り交通事故の原因となります。

私有地に生えている樹木等は土地所有者の管理物であり、道路に隣接する私有地から張り出した庭木や生垣、山林や空き地の草木が原因(倒木、枝の落下等)でけがや物品の損傷を招く事故が発生した場合、**土地所有者が賠償責任を問われる場合があります。**

○建築限界

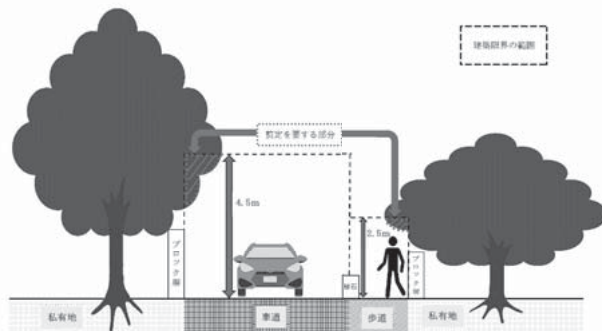
道路法第30条および道路構造令第12条では、道路上の安全な通行を確保するため、車道の上空4.5メートル、歩道の上空2.5メートルの範囲内に通行の障害となるものを置いてはならないと規定しています。

○法的責任

民法第717条(土地の工作物の占有者及び所有者の責任)、道路法第43条(道路に関する禁止事項)により、樹木の所有者は法的責任を問われる場合があります。

道路沿いに山林等を所有されている方は、交通事故防止のためにも樹木の伐採や枝払いなど樹木の適正な管理をお願いします。

■問い合わせ先 建設課管理係 ☎0969(28)3350





国民年金保険料免除などの申請について

○国民年金保険料免除などの申請

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。

○会社を退職したときは、年金の切替え手続きが必要です。

20歳以上60歳未満の人が退職され、農業者、自営業者、学生、フリーター、無職などになった場合は、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。

市役所各庁舎窓口にてお早目のお手続きをお願いします。



○マイナポータルを利用した国民年金の加入手続き・保険料免除申請などの電子申請

マイナポータルを利用した国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、国民年金免除、納付猶予および学生納付特例の電子申請ができます。詳細は、日本年金機構のホームページをご覧ください。



年金機構HP

■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

■問い合わせ先
地域包括支援センター
(高齢者ふれあい課)
☎0969(28)3378



頑張ってます!地域の「かよいの場」 vol.92 野米かがやき会(大矢野町)

「野米かがやき会」は、毎週木曜日午後1時から野米公民館で活動しています。通常は4〜5名の参加者ですが、取材の日は参加者皆さんの声掛けにより12名が集まりました。いつも100歳体操で運動を頑張った後は、茶話会やワナゲを楽しみます。この日は参加者が多くいつも以上にワナゲが盛り上がりました。参加者からは「家におっても何もしないけど、ここに来ればみんな話すのが楽しい。」「この会はいつも和気あいあいとしていて、地区の誰かが元気になったと聞けば自分も元気になる。」と毎週の参加を心待ちにする声が聞かれました。

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。詳しくは上天草市地域包括支援センターまでお問い合わせください。



自分の本当の血压を知っていますか？

～家庭血压を測りましょう～

◆なぜ家庭血压が重要？

皆さんは家庭血压を測っていますか？家庭血压が135/85mmHg以上の場合、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクが2〜3倍に上昇すると言われています。また、最近の研究では脳心血管病の発症を予測する方法として、診察室血压(病院やクリニックで測る血压)よりも家庭血压の方が優れていることが判明しました。そのため、日本高血圧学会では家庭血压測定を推奨しています。

令和2年の国民生活基礎調査によると、介護が必要になった原因の2位は脳卒中(16.1%)で、自分の血压を把握し、適切な血压コントロールをすることで介護予防につながります。

◆高血圧のタイプ

診察室血压が正常(140/90mmHg未満)でも家庭血压が高い場合、仮面高血圧と呼ばれ、持続性高血圧と同等以上の脳心血管病発症のリスクがあります。また、家庭血压が正常でも診察室で高くなる白衣高血圧は、将来持続高血圧を発症する可能性があるため、定期的な健診や受診が必要です。

◆家庭血压の測り方

次のポイントを意識しながら家庭血压を測定して、週5日以上測定した結果を記録し、主治医に見せましょう。



～計測のポイント～

- ①上腕血圧計を選ぶ。
- ②朝と晩に計測する。(朝：起床後1時間以内、朝食・内服前 晩：就寝前)
- ③トイレを済ませ、1〜2分椅子に座ってから計測する。
- ④1回につき原則2回計測し、その平均を取る。

家庭での血圧測定を習慣化し、健康管理に役立てましょう。

■問い合わせ先

地域包括支援センター(高齢者ふれあい課) ☎0969(28)3378



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
7月8日 (火曜日)	上天草市役所大矢野庁舎 ＜共催＞ 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

献血web会員サービス「ラブラッド」に登録すると、献血の予約・事前問診ができます。血液の検査結果も確認できますので、ぜひご利用ください。

新規登録はこちらから→



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～

湯島小・中学校は全校児童生徒5人の学校です。湯島は海に囲まれ、自然豊かな土地です。自然を生かした活動もたくさんあります。今回は、私たちが環境を守るために取り組んでいる活動をご紹介します。



①「あいさつ運動・レッツクリーン大作戦」

毎月1回、登校時に小中学生全員で行っています。保護者の方々も一緒にあいさつ運動をしたり、港付近のごみ拾いをして、湯島をきれいにする活動を行っています。



②「朝のボランティア活動」

毎週月曜日の朝自習の時間をボランティアの時間として、「花の水かけ」「草抜き」「教室の整理整頓」など、自分たちで取り組むことを決めて、時間いっぱい取り組んでいます。



③「コンポスト活動」

昨年度、講師の先生をお招きして、生ごみを堆肥に変える「コンポスト」の取り組みを紹介していただきました。湯島は学校で給食を作っているの、給食を作るときに出た生ごみを堆肥に変え、特産品である湯島大根の栽培に役立てています。



④「海の生き物ふれあい活動」

5月には「ウニ取り」、11月には「釣り大会」など、生き物に触れ合う体験活動をしています。湯島の自然の恵みを受け、楽しく活動し、生き物や湯島の海を大切にしようとする心を育てています。

湯島小・中学校

湯島発

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ています。

皆さん、はじめまして。令和7年4月1日付で、湯島地区仕事空き家プロデューサーに就任した松村雄宣です。前任の東濱博子は、私の母にあたります。二世代続いで協力隊はおそらく前例がないと思います。

私が本市の地域おこし協力隊になったのは、自営・自由業を志して前職のエンジニアを退職し、母がいた湯島にふらっと遊びに行ったのがきっかけです。穏やかな島の暮らし、美しい海や山の幸、ゆっくりとした時間が流れる離島・湯島。その魅力に取りつかれて、気づけば母の地域おこしの仕事を手伝うようになっていました。それから3年が経ち、昨年退任した母と同じ協力隊へ着任しました。

私は、湯島を発展させることももちろん大事だと思いますが、まずはこの魅力溢れる島を、後世に残すことが最重要課題だと考えます。活動とおして地域コーディネーター、行政、空き家アドバイザー協会、島民の方、そして仲間と共に空き家を活用した強固な基盤づくりに取り組みたいです。

具体的には、湯島の事業者の方が悩む人手不足と移住定住を考えている都市部の方の移



住体験をつなぐところま

ずは検討

しており、将来的な上天草市全域の事業者との連携も視野に入れています。さらに空き家を活用した宿泊施設、シェアハウスを移住体験中の住まいとし、空き家対策にもつなげたいです。

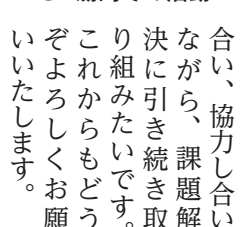
また、現在は、湯島をさまざまな方面でPRする整備もしており、海の幸、山の幸、島の暮らしなどの島の魅力を、イベント、SNS、メディアをおして発信する取り組みはどうかなど、こちらも島民の方と協議を進めている最中です。

これから島の魅力をたっぷり発信していきますので、皆さん楽しみにしてください。そして、ぜひ湯島に遊びに来てください。

最後になりますが、前任の母の事業や歴代の湯島地域おこし協力隊の方々の事業とも連携し、協力し合いながら、そして何より島民の皆さん



空き家AD熊本県合同定例会



JA湯島での活動

としっかり話し合い、協力し合いながら、課題解決に引き続き取り組みたいです。これからもどうぞよろしくお願いたします。

Vol:93



情報流通プラットフォーム対処法(旧プロバイダ責任制限法)が令和7年4月1日から施行されています

情報流通プラットフォーム対処法(旧プロバイダ責任制限法)とは、インターネット上での^{ひぼう}誹謗中傷や権利侵害情報に対する対応を強化するために、令和7年4月1日に施行された法律です。

この法律の施行によって、事業者に対し、誹謗中傷など権利の侵害があった場合に、投稿の削除の申し出を受け付ける窓口を整備するほか、削除の申し出があった場合、速やかに調べて7日以内に判断し、被害者に通知することが義務づけられました。

被害に遭われたら、最寄りの警察署や「誹謗中傷ホットライン」(SIA・一般社団法人セーフラインターネット協会)へご相談ください。



<イラスト引用：政府広報より>



SIAサイト

■問い合わせ先

社会教育課生涯学習係 ☎0969(28)3361

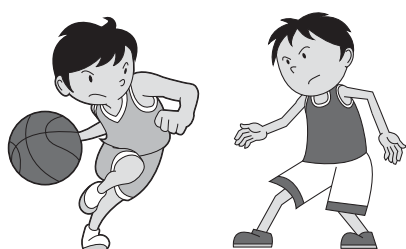


相 談

相談ごと	日にち	時 間	相談場所	お問合せ先
行政相談	①7/3㊦ ②7/9㊦ ③7/10㊦	①13時30分～16時 ②9時～12時 ③13時～16時	①松島庁舎1階相談室 ②龍ヶ岳統括支所 ③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	6/17㊦	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	7/15㊦	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)5535 ※1人1回30分。費用は無料。完全予約制
年金相談	7/17㊦	10時～15時	大矢野庁舎1階相談室	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	㊦㊦㊦金 (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	㊦～金 (祝日除く)	10時～17時	ジョブカフェ・天草ブランچ	天草広域本部内(ジョブカフェ・天草ブランچ) ☎0969(22)4226※要電話予約
	7/9㊦ ※出張相談	13時～16時	大矢野庁舎1階相談室	
福祉相談	①6/26㊦ ②7/3㊦ ③7/10㊦ ④7/17㊦	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龍ヶ岳町支所☎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
精神保健相談	7/10㊦	14時～15時	天草保健所	天草保健所 ☎0969(23)0172 ※1週間前までに要電話予約

イベント情報

日にち	内 容
6/21㊦・22㊦・ 28㊦	天草郡市中体連 天草管内各会場



お便りを 募集しています

■問い合わせ先
総務課 秘書広報係
☎0964(26)5525

広報「上天草」では、市民の皆様からのお便りをお待ちしております。
お便りは、スマートフォンなどでQRコードを読み取りアンケートフォームからご応募してください。
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。





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

保健センターで平日随時実施します。(予約制)

事前にご連絡ください。(来所が困難な場合はご相談ください。)

予約は市の公式 LINE からできます→

【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)	日 時
2か月児学級	R7.4 R7.5	6/17火 7/15火
3～4か月児健診	R7.2(6月対象) R7.3(7月対象)	個別予約
離乳食教室	R7.1	6/24火
6～7か月児健診	R6.11	6/19木
1歳6か月児健診	R5.12	7/10木
2歳児歯科健診	R5.7	7/8火
5歳児健診	R2.4 R2.5	6/26木 7/17木

【場所】保健センターおよび委託医療機関

対象の人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「こどもぴ★KA」にて随時お知らせします。



休日当番薬局

【診療時間】9 時～ 17 時

直前に変更になる可能性もありますので、事前に薬局へお問い合わせください。

休日開局情報はこちら→



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。

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、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
6/15	吉田クリニック(内)	大矢野町中 ☎0964(57)0246
6/15	竹中医院(内)	姫戸町二間戸 ☎0969(58)2148
6/22	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
6/22	上天草総合病院	龍ヶ岳町高戸 ☎0969(62)1122
6/29	宮崎外科胃腸科医院 (外・消)	大矢野町上 ☎0964(56)0600
6/29	春田医院 (外・内・小)	松島町阿村 ☎0969(56)0052
7/6	福本眼科(眼)	大矢野町上 ☎0964(56)0508
7/6	やまうち医院 (内・小・ア)	松島町阿村 ☎0969(56)0899
7/13	しまだ小児科 (小・内)	大矢野町登立 ☎0964(56)0005
7/13	姫戸医院(内)	姫戸町姫浦 ☎0969(58)3583

編集後記

今月は私の誕生月です。歳を重ねるごとに時間が早く感じる現象を、心理学的に「ジャンネの法則」と言うそうです。この法則は「生涯のある時期に感じる時間の長さは、年齢の逆数に比例する」というもので、簡単に言いますと、1歳の時に感じた1年は1/1(100%)、5歳の時は1/5(20%)、50歳の時は1/50(2%)と、年々1年の比率が小さくなるため、時間が早く過ぎるように感じるそうです。あっという間に48歳になりました(;▽;)

(担当 ○)

今月号のキバツ輝ヒトで紹介した塩田さん。私の中学校の同級生なのですが、今回の取材で18年ぶりに会うことができて良かったです。

当時を思い返すと、彼とは、休みの日に家でゲームしたり、部活中にふざけて怒られたりと遊んでばかりの中学時代を過ごしていました(笑)

そんな彼が、まさか世界を目指すようなアーティストになっているとは…負けないように高く目標を持って頑張ります(´-`)/

(担当 I)



優しく元気に
育てね♡



えのきだ りつ
榎田 俐月くん 1歳
(令和6年5月5日生まれ)

松島町

パパ：悠斗さん ママ：七菜さん



元気にすくすく
育てね😊

ひらた れい
平田 零くん 3か月
(令和7年2月16日生まれ)

松島町

パパ：仁さん ママ：春花さん



< わんぱくざかり応募方法 >

上天草市に在住している0～5歳のお子さんを募集しています。応募方法は、QRコードを読み取り、①住所②お子さんの名前③ふりがな④生年月日⑤性別⑥保護者の氏名⑦コメント（30字以内）⑧連絡先⑨お子さんの写真をメールでお送りください。応募多数の場合は、先着順とします。

問 総務課秘書広報係 ☎0964(26)5525



「令和7年度上天草市・熊日日金婚夫婦表彰」 に該当するご夫婦を受け付けます

ご結婚されてから50年を経過したご夫婦を熊本日日新聞社と市が表彰します。該当されるご夫婦は、次の申込先までお申し込みください。

※申込書は、班回覧の文書に添付しています。

- 対 象 昭和50年1月1日から12月31日までに結婚(入籍)され、夫婦ともご存命の方
- 申 込 先 大矢野窓口センター(大矢野庁舎)、市民課・高齢者ふれあい課(松島庁舎)、姫戸統括支所、龍ヶ岳統括支所および各出張所
- 申込期限 7月4日(金)まで
- 主 催 上天草市、熊本日日新聞社
- 後 援 熊本県、熊本県市長会、熊本県町村会



※昭和49年以前に結婚して今まで届け出ていないご夫婦も受け付けます。

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

■問い合わせ先 高齢者ふれあい課保険給付管理係 ☎0969(28)3360