

市政だより

あまくさ

2024
1月号
vol.345

12月3日、河浦町新合の「市平なんかしゅう会」の会員が、地域住民や帰省客に喜んでもらおうと、県道280号線沿いに高さ3mにもなる大きな門松を設置しました。
詳細は市ホームページトップに掲載。





ともに創る 宝の島“天草”

天草市長
馬場 昭治

新年明けましておめでとうござい
ます。
市民の皆さまにおかれましては、輝か
しい新春をお迎えのことと心からお慶び
申し上げます。
新型コロナウイルス感染症が五類に移
行され、市内で開催される祭りやイベン
トなども徐々に再開されてきました。コ
ロナ禍前のにぎわいが復活し、元気で活
気のある天草が戻ってきたようで大変う
れしく感じているところです。
昨年は、長年の念願であった「天草未
来大橋」の開通や、日本陸上競技連盟の

第三種公認陸上競技場「あましんスタジ
アム（天草市陸上競技場）」のオーブン
など、本市の風景や人の流れが大きく変
化した年となりました。

また昨年は、私が市長に就任して初め
て策定した、本市の行政運営の道標とな
る「第三次天草市総合計画」がスタート
した年でもあります。この計画では、目
指す将来像を「ともにつながり 幸せ実
感宝の島“天草”」としました。市民
一人ひとりが「つながり」、「幸せを實
感」しながら、いつまでも心豊かに住み
続けられる宝の島“天草”を皆さまと
ともに創り上げていきたいと思っていま
す。

今年の三月には、いよいよ「御所浦恐
竜の島博物館」がリニューアルオープン
します。館内には白亜紀時代の大型肉食
恐竜の骨格標本を始め、天草の自然・生
き物などの資料が時代ごとに展示され、
『天草一億年の大地の記録』を見て体験
して学ぶことができます。ぜひご家族や
ご友人そろって御所浦町を訪れていた
だき、天草の壮大な歴史を感じてくだ
さい。
結びに、本年が市民の皆さまにとって
実り多き一年となりますよう祈念いたし
ますとともに、市政への変わらぬご支援
をお願い申し上げます、年頭のごあいさつと
いたします。

活気にあふれる まちづくりを

天草市議会議長
中尾 友二

新年明けましておめでとうございま
す。
皆さまには、希望に満ちた令和六年の
輝かしい新春を健やかに迎えのことと
心からお慶び申し上げます。
昨年を振り返りますと、新型コロナウ
イルス感染症の五類移行に伴い、活気が
戻りつつある一方で、世界各地で紛争が
勃発し、多くの尊い命が失われる報道を
見るたびに、今私たちに何ができるか自
問する一年であったように思います。



また、WBCでの三大会ぶりの優勝や
メジャーリーグで二度目のMVPを受賞
した大谷翔平選手など、世界で活躍した
日本人選手の明るい話題に、日本中が心
躍らされたのではないのでしょうか。

さて、本年三月には、「御所浦恐竜の
島博物館」がリニューアルオープンしま
す。このことにより、交流人口の増加が
期待されているところです。この絶好の
機会を捉え、来訪者の皆さまに心から喜
んでいただき、さらには、天草市に定住
していただけるような取り組みを進め
なければなりません。
本年の千支は「辰」です。登り龍など
に描かれるように、勢いよく活気にあふ
れる年になるといわれています。

市議会といたしましても、市民の皆さ
まの声に耳を傾けながら、誰もが活気
にあふれていると思えるまちづくりを
目指し、天草地域の活性化に向けて全力を傾
注する覚悟でございます。どうか今後と
もさらなるご理解とご支援、ご協力のほ
どをお願い申し上げます。
今年一年が平和で穏やかな年になりま
すことを祈念するとともに、市民の皆さ
まのご健勝、ご多幸と天草市のさらなる
発展をお祈り申し上げ、新年のごあいさ
つといたします。

市民の皆さま 明けましておめでとうございます

竜洞山から望む朝日

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--------------|--------------|------------------|--------------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|------|
| 天草市
市長
馬場 昭治 | 副市長
金子 邦彦 | 教育長
石井二三男 | 天草市議会議長
中尾 友二 | 副議長
鶴戸 継啓 | 議員
濱崎 昭臣 | 鶴戸 継啓 | 濱崎 昭臣 | 平山 泰司 | 船山 敬介 | 若山 幸生 | 勝木 義昭 | 宮下 幸一郎 | 濱洲 大心 | 下田 昇一郎 | 柴田 誠 | 前田 正之 | 五通 俊作 | 五嶋 善彦 | 門口 徹 | 澤井 一富 | 小川 圭三 | 蓑田 庸子 | 鯖江 達朗 | 松岡 寿 | 浦本 力 | 竹本 亨 | 赤城 史浩 | 柳田 光芳 | 吉田 修 |
|--------------------|--------------|--------------|------------------|--------------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|------|

認知症になっても安心して暮らすために

市政だより

あまくさ 1 2024 月号

主な内容

- 2 新年のあいさつ
- 4 認知症になっても安心して暮らすために
- 10 いきいき健康
- 12 暮らしの情報
- 26 学芸員のイチオシ/天草の匂いいただきます!
- 27 キラリ天草人
- 28 元気☆あまくさっこ/〇〇な人み~つけた!
- 29 ハッピーバースデー
- 30 宝島のわだい
- 32 市民のひろば
- 34 休日在宅病(医)院 水道修繕当番店
- 35 お出かけ情報
- 36 ワンコインで映画を楽しもう!市民シアター 地域とともにある学校づくり推進フォーラム

全国的に「2025年には高齢者のうち5人に1人が認知症になる」といわれている現代。認知症対策が重要な課題となっています。

認知症が進行すると、日常生活に支障が出てくるだけでなく、介護する家族にも負担がかかります。

今号では、認知症の人ができる限り住み慣れた自宅で暮らし続け、本人やその家族が安心して生活ができるための取り組みについて紹介します。

☎ 高齢者支援課 ☎ 24-8864



天草市公式 SNS



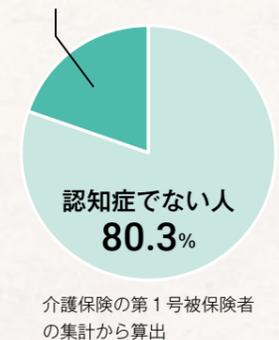
人のうごき 11月末日現在

11月中の異動		※()内は前月比	
人口	73,539人 (91減)	出生	35人
男	34,760人 (41減)	死亡	125人
女	38,779人 (50減)	転入	71人
世帯数	36,175 (30減)	転出	72人

市の現状

65歳以上の高齢者 31,082人

認知症の人 19.7%
介護保険認定者で、認知症の症状がある人、または認知症と診断されている人



令和5年3月末現在の65歳以上の高齢者3万1082人のうち、6114人(全体の約19.7%)

本市では、すでに高齢者のうち5・08人に1人が認知症を発症していることとなります。

に認知症の症状がみられます。

日常生活で見守りが必要な人の割合が高い

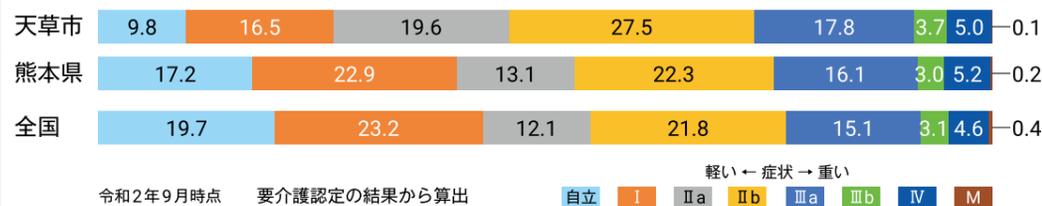
介護保険認定調査の項目の一つに、認知機能があります。

本市は、県や全国に比べ「自立」、および認知症の症状が軽い「Ⅰ」の割合が低く、日常生活に支障が出始める「Ⅱa」以上の割合が高いことが分かります。

Ⅱa・Ⅱbは、誰かが注意していれば自立できるという段階であり、家族や地域での見守りがあれば、自宅で生活することができるといえます。

この結果から、認知症の症状を進行させないようにするためにも、本市は周囲の理解と見守りがとても大切な地域といえます。

要介護認定者における認知症自立度の全国・県との比較



本人・家族にインタビュー

認知症は誰でんなるもの 決して恥ずかしがごとじやなか

認知症のご主人を自宅で介護しながら、
夫婦2人で生活している大塚ミドリさんに話を伺いました。

いつ認知症と診断されたか？

5年前、夫が77歳の時に、私が言ったことを聞いていないと言ったり、すぐに忘れてきたり、もの忘れがひどくなってきました。そのことを認知症相談センターの人に相談したところ、病院の受診を勧められ、認知症と診断されました。

きたか」と思いました。
介護をして大変なことは？

優しい口調で話し掛けるようにしています。優しい口調で話し掛けるようにしてしまっていますが、本人の話に合わせて話すようにしています。気持の切り替えが難しいです。



大塚 千秋さん(手前)・ミドリさん(奥)
(河浦町新合)

入浴は1人でできるのですが、体を洗うタオルと拭くタオルが分からず、洗うタオルで拭いて出てくることがあります。もちろん体は濡れたままなので、その後体を拭いてあげています。日頃からなるべくそばにいて声を掛けるようにしています。行動を常に見守るのは難しいです。最近足が悪くなり歩行も危なくなってきたので、つまずいて転んだりするのが心配です。

母さんがきつかなら施設に預けてもよかよ。協力するよ」と言ってくれます。でも、今のところ入浴もトイレも自分でできるので、自宅で見られる間は、これからもサービスを利用しながら自宅で見ていこうと思っています。

利用している介護サービスは？

週に4回、デイサービスを利用しています。デイサービスに行きたくないと言っていると聞きますが、夫は休みの日も「迎えはまだか」と何回も聞いてくるほど、毎回楽しみにしているようで助かっています。夫がデイサービスに行っているときは、グラウンドゴルフなどをして息抜きしています。

他の介護者へのメッセージ

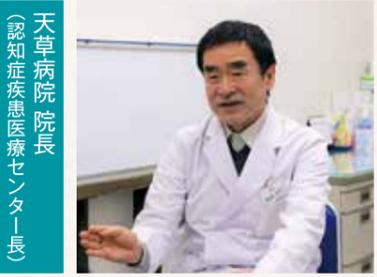
私は、認知症は症状に個人差はあるものの、遅かれ早かれ誰もがなる病気だと思っています。認知症になることは決して恥ずかしいことではありません。夫と私は、夫が認知症であることを近所の人に打ち明けています。そうしたことで、周りの人たちが私たち夫婦を気に掛けてくれ、みかんやお菓子などを差し入れてくれたり、夫が一人の時に「危なかよ」と声を掛けてくれたりと見守ってくれるので、私も負担が減り助かっています。

今後どのように過ごしていきたい？

市外に住んでいる子どもたちと今後について話すことがあります。子どもたちは「自分たちはお父さんの世話をすることはできませんけど、お

介護は大変だと思えますが、一人で悩まず、近所さんなどに打ち明けてみてください。一人で抱え込むより、心も体も楽になると思いますよ。

▶ 認知症とは ~専門医に聞きました~



天草病院 院長
(認知症疾患医療センター長)
藤本 佳澄 先生

認知症の症状

主な症状として、認知機能に障がいが出る「もの忘れ」があります。他にも、手足のしびれなどの運動機能の障がいや、幻覚を見たり、人格が変化したりする症状が見られることもあります。

認知症は若い人でも発症することがあり、65歳以前に発症した場合は「若年性認知症」と呼ばれます。働く世代での発症は経済的問題

など多くのサポートが必要のため、県は専門の相談窓口を設けるなど支援体制の構築に力を入れています。

早期発見のポイント

もの忘れがひどくなったり、車の車庫入れがスムーズにできなくなったりと、日常生活でのちょっとした変化に気付くことが重要です。かかりつけ医などに早めに相談するようにしましょう。

認知症と診断されたら

これまでできていたことができなくなっても、否定したり怒ったりせず、認知症の症状として受け入れることが大事です。

また、人と会話をすることで認知症の進行を遅らせることができます。地域ので、地域の集まり

やデイケアなど、いろんな人と交流する機会を作りましょう。生活習慣病は認知症の進行に影響を及ぼすため、日頃から改善や予防に努めましょう。

認知症をみんなで支える社会に

介護する側の人が参加する「オレンジの集い」などは、介護者同士が普段のようすを情報交換したり悩みを話し合ったりすることで、精神的な負担を軽減することができます。

認知症は、病院だけで支えていくことはできません。認知症の人とその家族、関係機関、地域の人が協力し、認知症を受け入れて一緒に生活していく、そういった地域全体での支えが必要です。

▶ オレンジの集い ~みんなで介護の話をしましょう~

3カ月に1回開催されており、同じような境遇や経験を持つ認知症介護者が、悩みを話し合い、情報交換を行うことができます。

参加者の声

有明町に住む90歳代の男性

2年前に妻が認知症を発症し、息子と一緒に介護しています。最初は対応に悩むことばかりでも、苦労していましたが、そんな地域包括支援センターのケアマネジャーさんからオレンジの集いのことを聞き、思い切った参加してみました。集いでは、他の参加者も自分と同じような経験をされていて、対応方法などとても参考になりました。これまでは、話を分かっても聞かないことがあるという強い口調で言っていたが、相手に合わせて話を聞き流すなど、工夫して対応するよう心掛けるようになりました。



まずは相談してみよう！

地域包括支援センター

高齢者の総合相談窓口です。「もの忘れが増えてきた」「高齢の親のようすが最近おかしい」など、気になることがあるときは早めに相談しましょう。

センター名	連絡先	担当地域
天草中央地域包括支援センターなでしこ	66-9300	本渡南、本渡北、本町
天草北地域包括支援センターきずな	32-2115	佐伊津町、旭町、五和町
天草南地域包括支援センターうぐいす	24-4115	亀場町、楠浦町、柵宇土町、宮地岳町、新和町
天草西地域包括支援センターさざんか	76-1611	天草町（大江向除く）、河浦町
天草牛深地域包括支援センターすいせん	72-1133	牛深町、久玉町、魚貫町、二浦町、深海町、天草町大江向
天草東地域包括支援センターあじさい	66-2266	志柿町、瀬戸町、下浦町、有明町、倉岳町、栖本町、御所浦町
御所浦サブセンター	67-1777	御所浦町

市認知症相談センター（天草地域健診センター内）

認知症の人に対して、効果的な支援が行える体制を構築するためのネットワーク作りや、認知症の人とその家族を支援する相談業務などを行っています。

☎市認知症相談センター ☎24-5912

認知症地域支援推進員



杉尾 克彦さん

段下 健さん

認知症相談センターでは、地域包括支援センターや認知症疾患医療センター（天草病院）などの関係機関と連携して、認知症の人やその家族の相談対応、医療機関への受診支援、認知症を理解してもらうための研修会などを行っています。

認知症は、早期発見が何よりも重要です。相談はご家族からが多いですが、症状が進んでから相談されることも珍しくありません。発見が早ければ早いほど、その人に必要なサービスにいち早くつなげることができるので、「いつも

と違うな、何かおかしいな」と思ったら、早めに地域包括支援センターなどに相談してください。

また、最近は独居や高齢者だけの世帯が多いため、認知症と気付くのが遅れてしまう場合があります。普段から地域の高齢者に声を掛けるなど、地域全体で認知症の人を見守っていくことも大切です。

認知症は誰もがなり得る病気です。本人のサポートはもちろん、介護する人の負担軽減も重要です。不安や悩みを相談できるオレンジの集いなども開催していますので、一人で抱え込まず、息抜きのためにぜひ参加してみませんか。

認知症になっても住み慣れた自宅で暮らしていけるよう、信頼関係を築きながらその人に合った支援を一緒に考えていきますので、気になることがありましたら気軽に相談してください。

認知症は、誰でも発症する可能性がある病気です。認知症になることは決して特別なことではありません。認知症になっても住み慣れた地域でこれまで通り暮らしていけるよう、認知症のことを理解し、家族や地域みんなでサポートしていくことが必要です。

誰もが安心して自分らしく生きることができると社会の実現のため、できることから支援の輪を広げていきましょう。



認知症の人への理解を深めるために

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは？

認知症の正しい知識や接し方を学び、自分でできる範囲で認知症の人とその家族をサポートする人のこと。



☎市認知症相談センター ☎24-5912

講座を受講してみても

認知症サポーター養成講座では、認知症になると今までできていたことができなくなるということや、認知症の人との接し方などを学びました。いろいろなことを忘れてしまうのは寂しいことだなと思ったけど、認知症になった本人が一番不安だろうなと思いました。

前にも通学路などで困っているお年寄りの人を見掛けたことがあったけど、これからは困っている人がいたら、「どうしましたか？」と優しく声を掛けたいと思います。講座を受けたことがない人にも、「こんなふうには接したらいいよ」と教えてあげたいです。

小学生も受講しています

亀川小学校
5年

池田 百叶さん



畑山 七海さん

実践してみよう！ 認知症の人への接し方

認知症の人と接するときや、街中で困っている高齢者を見掛けたときなどに、思い出して実践してみましょう。

対応の心得

3「ない」

急がせない

驚かせない

自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

- ・ **まずは見守る**
- ・ **余裕をもって対応する**
こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。
- ・ **声を掛けるときは1人で**
複数人で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声を掛けます。
- ・ **後ろから声を掛けない**
一定の距離で相手の視野に入ったところで声を掛けます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」など、優しく話し掛けてみましょう。
- ・ **相手に目線を合わせて優しい口調で**
小柄な人の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。
- ・ **穏やかに、はっきりとした話し方で**
高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりとした話し方を心がけます。早口や大声、甲高い声でまくしたてないこと、方言で話すことも大切です。
- ・ **相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する**
認知症の人は急かされるのが苦手。同時に複数の質問に答えることも苦手です。相手の反応を見ながら話しましょう。

新型コロナワクチン秋開始接種を実施しています

対象者 初回接種が完了した生後6カ月以上の人

※前回接種から3カ月以上経過していること

接種券 前回接種から3カ月経過後に自宅に送付

実施期間 3月31日まで

申込方法 医療機関へ直接申し込んでください。

※電話での受け付けを行っていない医療機関もあります。



▲詳細はこちら



☎新型コロナワクチン接種相談窓口 ☎27-5670 (コロナゼロ) 午前9時～午後4時

1月～2月は「はたちの献血」キャンペーン ～きっと誰かが、だったら私が 二十歳の献血～



献血者が減少しがちな冬期は、輸血用血液が不足しやすい季節です。

不足する状況が続くと、血液の安定供給に支障をきたす恐れがあります。

献血は身近にできる大きな社会貢献。特に若い人で献血をしたことがない人は、ぜひご協力をお願いします。みんなで献血の輪を広げていきましょう。

1月の献血日程

※いずれも400ml献血のみ

▲持参品：献血カード（献血手帳）または身分証明書

献血日	受付時間	献血場所
30日☎	9:00～11:00	JA本渡五和本店
	13:00～16:00	天草地域医療センター
31日☎	9:00～11:30	天草警察署
	12:45～15:30	

天草市産前産後サポート事業 *ハハトコ*

NPO法人子育てネットワークわ・わ・わ

☎080-2741-6382 ※2日前までに申し込み(人数制限あり)

子ども連れでもOK

▲わ・わ・わ公式LINE



催し	日時・場所	内容	対象
マタニティカフェ	1月13日☎ 10:00～12:00	沐浴指導&妊婦体験 講師：渡邊助産師・河埜助産師	産前の家族（ママのみ、パパのみも可）
マタニティサークル	1月16日☎ 10:00～12:00	マタニティヨガ 講師：Kiyo	妊娠中の人
ファミリーカフェ	1月25日☎ 10:00～12:00	ベビーマッサージ 講師：池田助産師	生後12カ月までの赤ちゃんとその家族
papatokoカフェ	1月27日☎ 10:00～12:00	絵本の読み聞かせ・腹話術 講師：おやじの会	パパと子ども（就学前まで）

お酒と上手に付き合えていますか

お酒は適量であれば、ストレス解消や血行促進など、体に良い効果がありますが、飲み過ぎは肝臓病や糖尿病、アルコール依存症のリスクを高めます。特に年末年始はお酒を飲む機会が増えるため、飲酒は節度を守り、お酒と上手に付き合しましょう。

○ドリンク換算表

お酒には「ドリンク」という共通の物差しがあります。ドリンクに換算すると、自分がどれだけのアルコールを飲んでいるかが分かりやすくなります。

種類	ビール	日本酒	酎ハイ	泡盛・焼酎	ワイン	ウイスキー
アルコール度数	5%	15%	7%	30%	12%	40%
ドリンク換算表	2ドリンク (500ml)	2ドリンク (1合)	2ドリンク (350ml)	2ドリンク (0.5合)	1ドリンク (グラス1杯)	2ドリンク (ダブル1杯)

適度な飲酒量（2ドリンク以下）

男性は2ドリンク、女性は1ドリンクが目安です。
休肝日を週に3日以上つくりましょう。

ビール(5%)
500ml×1
(2ドリンク)



ワイン
グラス1杯
(1ドリンク)



生活習慣病のリスクを高める量（男性：4ドリンク、女性：2ドリンク）

糖尿病や高血圧、脂質異常症、痛風、肥満になるリスクが高まります。すでに病気がある人は、飲酒による悪影響が起こる場合もあります。

焼酎(30%)
1合
(4ドリンク)



酎ハイ(7%)
350ml
(2ドリンク)



注意

多量飲酒（6ドリンク以上）

数年で肝硬変やアルコール依存症などになる危険があります。

ビール(5%)
500ml×3
(6ドリンク)



危険

＜お酒を飲み過ぎない14の対処法＞

- 最初に食事などでお腹を満たす
- お酒を飲む曜日を定める
- ノンアルコール飲料を上手に活用する
- 寝酒をやめる（眠りが浅くなる）
- 1口飲むたびにコップをテーブルに置く
- 1日3時間以上飲まない
- 酒席ではコップを空にしない（注がれないように）
- 上手な断り方を身に付ける
- お酒を飲み過ぎてしまう相手や場所を避ける
- お酒を飲むと検査値が悪くなることを思い浮かべる
- お酒を減らすと健康になることを思い浮かべる
- お酒以外の楽しみや趣味を増やす
- 周りの人に目標を宣言して協力してもらう
- 家族や友人と楽しく過ごす

参考：AMED「アルコール依存症予防のための簡易介入プログラム開発と効果評価に関する研究」国立病院機構琉球病院 手塚幸雄

☎天草中央保健福祉センター（複合施設こらす内） ☎24-0620

天草西保健福祉センター（河浦町） ☎75-3301

令和6年度 就学援助の申請を受け付けます

経済的理由で就学が困難な市内の小・中学校に在学、または入学する子どもの保護者に、就学に必要な学用品などの費用の一部を援助します。

対象 生活保護を受けている人、または次のいずれかに該当する人（所得の状況により対象にならない場合あり）

- ・生活保護が廃止、または停止となった
 - ・市民税が非課税、または減免を受けている
 - ・個人事業税または固定資産税、国民健康保険税、国民年金保険料の減免などを受けている
 - ・児童扶養手当を受給している など
- ※世帯の中で収入のある人が複数いる場合は、それぞれの所得の合計で判定します。

申込方法 在学生の保護者は各小・中学校が指定する日、長子が新小学1年生になる保護者は**4月10日**までに、申請書などを各小・中学校へ提出してください。

- ※新入生の保護者（市内に住所がある人）は、援助費のうち入学に必要な学用品・通学用品にかかる費用の一部を入学前に受給することができます。希望者は**2月7日**までに、申請書などを提出してください。
- ※生活保護を受けている人は入学前の受給はできません。

申請先 在学・入学予定の小・中学校 / 学校教育課 ☎24-8813

TAX 税の申告準備できていますか

障害者控除の認定書を発行します

身体障害者手帳や療育手帳などの交付を受けていない要介護認定者で、障害者控除対象者に認定されると、所得税と市・県民税の控除を受けることができます。

控除を受けるには、市が発行する「障害者控除対象者認定書」が必要です。

※すでに身体障害者手帳などを持っている人は、必要ありません。

対象 市内在住の65歳以上（40歳以上の要介護認定者含む）の人で、次のいずれかに該当する人

- ・身体障がい1～6級に準ずる障がいがある
- ・知的障がい軽度～重度に準ずる障がいがある
- ・寝たきりの高齢者

申請方法 申請書（市ホームページに掲載）を提出してください。



▲市ホームページ

申請先 高齢者支援課 ☎24-8806 / 各支所

厚生年金・国民年金などの「源泉徴収票」を送付します

厚生年金・国民年金の「老齢年金」など、老齢（退職）が支払事由の公的年金は、税法上「雑所得」にあたり課税対象になります。令和5年分として支払われた年金の金額や源泉徴収された所得税額を記載した「源泉徴収票」を1月下旬までに送付します。申告が必要な人は申告時に提出してください。

紛失したときは再発行しますので、年金証書などの基礎年金番号が確認できるものを準備してご連絡ください。

※障害年金や遺族年金は非課税のため、源泉徴収票は送付されません。

申請先 ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
本渡年金事務所 ☎24-2112



1月に商業施設などで出張申請サポートを行います

次の施設でマイナンバーカードの出張申請を行います。申請書などの書類は不要です。

実施日	実施場所
6日④	道の駅宮地岳かかしの里、ゆめmart牛深
8日④	道の駅有明リップルランド
13日④・14日④ 27日④・28日④	スーパーセンター TAIYO リンドモール店
20日④・21日④	スーパーセンター TAIYO 本渡店
13日～28日の土曜日・日曜日	イオン天草店

※いずれも午前11時～午後4時

申請先 出張申請サポート窓口 ☎050-3535-0198
市民環境課 ☎32-7861



「農業者年金」に加入しましょう～安心して豊かな老後のために～

農業者年金は、農業者だけが加入できる積み立て方式の年金で、掛け金の全額が税の控除対象となります。

保険料は、月額2万円から6万7千円の範囲で自由に設定や変更ができます。認定農業者であることなど一定の要件を満たす場合、最大で月額1万円の国庫補助があります。

加入要件 次の全てを満たす人

- ・国民年金の第1号被保険者
- ・年間60日以上農業に従事
- ・20歳以上60歳未満

※詳細は農業委員会事務局、またはお近くのJAにお問い合わせください。

申請先 農業委員会事務局 ☎32-6790

公有財産公売情報

【1月の募集物件】

旧牛深市営住宅跡地（牛深町字六田）

詳細は財活あまくさで確認してください。

申請先 財産経営課 ☎24-8826

申請先 牛深支所総務振興課



▲財活あまくさ

くらしの情報



子ども医療費、ひとり親家庭等医療費の助成内容を拡大します

対象 令和6年1月診療分から

<子ども医療費>

- ・現物給付（窓口負担なし）の範囲を県内の医療機関へ拡大

<ひとり親家庭等医療費>

- ・県内の医療機関を受診の場合、窓口負担額を保険診療の一部負担額の3分の1に変更

※詳細は、対象者に送付している通知、または市ホームページを確認してください。



申請先 子育て支援課 ☎27-5400

▲市ホームページ



給与支払報告書の提出は1月31日④まで

令和5年中に給与や賃金などを支払った事業所や個人事業主は、給与支払報告書を市役所に提出する必要があります。

パートやアルバイト、中途退職者、個人事業主が家族などの事業専従者に支払った給与分も対象です。

インターネット（eLTAX）を利用して提出することもできます。

申請先 課税課 ☎32-6050 / 各支所



納税証明書がすぐに必要な人は領収書などを持参してください

納税証明書がすぐに必要な人は、納税が確認できる領収書（口座振替の場合は預貯金通帳）と身分証明証（代理の場合は委任状と代理人の身分証明証）を持参してください。

1月31日④ 納期限
(令和5年度第8期分)

申請先 納税課 ☎24-8808



1月26日は 第70回文化財防火デー

昭和 24 年 1 月 26 日に法隆寺金堂が焼損し、翌年に文化財保護法が制定されました。この日を中心に文化財を火災や震災、その他の災害から守るため、全国的に「文化財防火運動」が行われています。

市内各資料館でも消火訓練を行います。詳細は各資料館にお尋ねください。

☎文化課 ☎32-6784



水を張らない水田は 交付金の対象外となります

令和 4 年から 8 年までに一度も水張りが行われていない水田は、令和 9 年から水田活用の直接支払交付金の対象外となります。一度対象から除外された水田は、以後対象に戻すことができませんのでご注意ください。

詳細はお尋ねください。
※水田の賃借をしている人は、早めに所有者と耕作者で協議をお願いします。

☎農業振興課 ☎32-6792



環境家計簿を つけてみませんか

「環境家計簿」とは、家庭や事業所で消費したエネルギー（電気・ガス・灯油・軽油・ガソリン・水道）から排出される地球温暖化の原因となる二酸化炭素（CO₂）排出量を確認できるツールです。

私たちの生活が環境に対してどれくらい影響を与えているのかが分かるとともに、省エネに取り組むことで、生活や事業内容を見直すきっかけにもなります。

ぜひ取り組んでみませんか。
※様式は市ホームページに掲載

☎市民環境課 ☎32-7861



▲詳細はこちら



「市政に関するアンケート」に ご協力ください

政策立案などの参考にするため、市内在住で満 15 歳以上の 2,500 人（住民基本台帳から無作為に抽出）を対象に、市政に関するアンケート調査を実施します。

対象者には 1 月下旬に調査票を送付しますので、ご協力をお願いします。

☎政策企画課 ☎27-5052



天草のさりーを活用しませんか

地域経済の活性化を目的に、市内でのみ使用できる電子商品券として発行されている「天草のさりー」。この商品券は、住宅リフォーム助成事業や出産・子育て応援交付事業など、さまざまな市の施策で交付されており、スマホにアプリを入れることで利用できます。天草のさりーの取扱店舗や事業所を随時募集しています。



○天草のさりーを取り扱うには

店舗や事業所を管轄する商工団体へ申し込んでください。▲詳細はこちら

店舗などの所在地	管轄する商工団体
旧本渡市	本渡商工会議所 ☎23-2001
旧牛深市	牛深商工会議所 ☎73-3141
上記以外の地域	天草市商工会 ☎23-2020

○「天草のさりー案内所」を開設

天草のさりーの取扱店舗・事業所が、パソコンやスマホから簡単に情報発信できるホームページへの掲載希望者を募集します。

発信できる情報

- ・写真や営業日時、連絡先などの基本情報
- ・マルシェやセールなどのイベント情報

☎のさりーサポートセンター

(みらい株)あまスタッフロール内)
☎0120-483-961 (平日 8:30 ~ 17:00)



ごみ収集日を変更します



対象地区	変更前	変更後
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
水曜日に収集予定の地区	1月3日(水)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	1月9日(火)
燃やせないごみ		
本町	1月1日(月)	1月4日(木)
佐伊津町(洲の崎、三軒屋、明瀬、宮口、旭町)	1月2日(火)	1月5日(金)
土手、佐伊津町(上在郷、下在郷、寺の尾、金ヶ丘、松原、堀の内、元、町、浜洲、ほんどの森)	1月3日(水)	
下浦町、志柿町(東瀬戸)	1月8日(月)	1月15日(日)
資源物		
志柿町(東瀬戸、瀬戸中央、知ヶ崎、加志、仲ノ浦)、下浦町	1月1日(月)	1月29日(月)
中山口、内柿、溝端、山の口、半河内、中南、楠浦町(久保登、上の原、立浦観音、方原)	1月2日(火)	1月30日(火)
東浜、西浜、浜津、馬場、浜崎、亀場町(通山、宇土、春登、後掘、開場、友尻)、柵宇土町	1月3日(水)	12月30日(土)
古川、下町、宮地岳町、本町	1月8日(月)	1月6日(土)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	
燃やせないごみ		
岡東、岡一、岡二、岡三、岡四、船津、真浦、加世浦、宮崎	1月3日(水)	1月10日(水)
資源物		
宮崎、鬼塚、須口、茂串	1月2日(火)	12月28日(木)
中の浦、大の浦、山の浦、内の原、浅海、下平、船津、東多々良、中浦	1月3日(水)	1月4日(木)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	
燃やせないごみ		
楠浦、下津浦	1月3日(水)	1月11日(金)
資源物		
楠浦、下津浦	1月8日(月)	1月15日(日)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	1月4日(木)
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
金曜日に収集予定の地区	1月5日(金)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	1月9日(火)
燃やせないごみ		
本島	1月2日(火)	1月4日(木)
資源物		
本島	1月3日(水)	1月5日(金)

対象地区	変更前	変更後
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
	1月8日(月)	1月10日(火)
資源物		
浦、棚底1区、棚底2区、棚底3区	1月2日(火)	1月9日(火)
	1月16日(火)	1月23日(火)
宮田、棚底4区、棚底5区	1月9日(火)	1月16日(火)
	1月23日(火)	1月30日(火)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
	1月8日(月)	1月10日(火)
燃やせないごみ		
河内、打田、馬場	1月4日(木)	1月11日(木)
資源物		
河内、打田、馬場	1月2日(火)	1月4日(木)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	1月9日(火)
燃やせないごみ		
大多尾、宮南、宮地浦、切越、諏訪	1月3日(水)	1月10日(水)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	
資源物		
二江、手野、城河原	1月3日(水)	1月5日(金)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
月曜日に収集予定の地区	1月8日(月)	
資源物		
大江、西平	1月2日(火)	1月9日(火)
	1月16日(火)	1月23日(火)
高浜	1月3日(水)	1月10日(水)
	1月17日(水)	1月24日(水)
下田、福連木	1月4日(木)	1月11日(木)
	1月18日(木)	1月25日(木)
燃やせるごみ		
月曜日に収集予定の地区	1月1日(月)	収集なし
火曜日に収集予定の地区	1月2日(火)	
資源物		
新合、宮野河内	1月9日(火)	1月16日(火)
	1月23日(火)	1月30日(火)
上一町田、中村、下田、白木河内	1月10日(水)	1月17日(水)
	1月24日(水)	1月31日(水)
久留、主留、古江、路木、富津	1月11日(木)	1月18日(木)
	1月25日(木)	2月1日(金)

※ごみは午前8時30分までに出してください。
※収集日以外の日には出さないでください。

☎市民環境課 ☎32-7861

部 局	職 種	予定人数	勤務場所など	問い合わせ先
教 育 部	学校司書	5	市内小・中学校	教育総務課 ☎24-8812
	社会教育指導員	1	生涯学習課	
	事務補助員	3	市立図書館・学校給食課	
	図書館司書	2	市立図書館	
	給食調理員【調理】	15	本渡・天草学校給食センター、有明小・中学校調理場	
病院事業部	給食調理員【受け入れ】	4	本渡・五和地区の小・中学校	病院事業部経営管理課 ☎75-3400
	事務補助員	1	本渡看護専門学校	
	事務補助員	1	御所浦診療所・御所浦北診療所	
	歯科助手	1		
	運転手	1		
	看護師または准看護師	1		

会計年度任用職員(事務補助員)を募集

試験日程・内容 応募者に別途連絡・面接
申込方法 各申込期限までに申込書(市ホームページに掲載)を郵送、または持参してください。

勤務場所	会計課	選挙管理委員会
予定人数	1人程度	2人程度
業務内容	伝票審査補助、検算業務、その他事務補助全般	不在者投票事務、パソコンを使用したデータの入力、その他事務補助全般
任用期間	2月1日～3月31日	2月15日～3月31日
勤務時間	月曜～金曜日(祝日を除く)の午前9時～午後4時	月曜～金曜日(祝日を除く)の午前10時～午後5時 ※選挙当日および前日は勤務
報 酬	116,206円～	116,206円～
申込期限	1月15日⑩(必着) ▲市ホームページ	1月19日⑩(必着) ▲市ホームページ
申 込 先	〒863-8631 (住所不要) 天草市役所・総務課☎24-8800	

11月分市交際費の支出状況

区 分	支出日	支 出 件 名	金額(円)	支 出 先
雑 費	1	来客・訪問用お土産品(お菓子)	7,560	天草鉛本舗
雑 費	1	来客・訪問用お土産品(陶磁器製品)	19,360	+botao
会 費	4	関東有明会総会	7,000	関東有明会
会 費	12	ふるさとくらたけ熊本会総会	10,000	ふるさと倉岳熊本会
雑 費	15	来客・訪問用お土産品(陶磁器製品)	15,200	株式会社 上田陶石
雑 費	22	スポーツ合宿誘致に係る大学等訪問用お土産品(お菓子)	11,370	天草鉛本舗
会 費	23	関西ふるさと倉岳会総会	8,000	関西ふるさと倉岳会
雑 費	24	来客・訪問用お土産品(高浜ワイン)	10,500	山田酒店
合 計			88,990円	累 計 398,869円

※累計は、令和5年4月からの合計です。

☎秘書課☎24-8816



令和6年4月1日採用 会計年度任用職員を募集

任用期間 4月1日～令和7年3月31日 ※一部例外あり

勤務条件や採用人数、申込方法などの詳細は、市ホームページを確認してください。

※募集要項などは、各支所でも確認できます。

※複数の部局・職種に重複して応募することはできません。

市ホームページ▶



部 局	職 種	予定人数	勤務場所など	問い合わせ先
総 務 部	事務補助員	4	配属先は後日決定 ※身体障害者手帳を持つ人	総務課 ☎24-8800
	事務補助員	3	天草アーカイブズ	
総合政策部	事務補助員	1	情報政策課	政策企画課 ☎27-5052
地域振興部	移住・定住コーディネーター	1	地域政策課	地域政策課 ☎27-6000
	公園維持管理業務補助員	1	スポーツ振興課	
	事務補助員	1		
健康福祉部	事務補助員	1	福祉課	健康福祉政策課 ☎24-8805
	看護師(行政)	4	福祉課・健康増進課・天草西保健福祉センター	
	保育士	3	御所浦保育所・御所浦北保育所	
	保育所給食調理員	1	御所浦保育所	
	介護保険要介護認定訪問調査員	5	高齢者支援課・牛深支所	
	管理栄養士	2	健康増進課	
	保健師	1		
市民生活部	事務補助員	13	市民課・国保年金課・課税課・納税課・西天草クリーンセンター	市民環境課 ☎32-7861
	レセプト点検業務員	1	国保年金課	
	クリーンセンター業務補助員	2	牛深クリーンセンター	
観光文化部	事務補助員	6	観光振興課・本渡歴史民俗資料館・崎津資料館みなと屋・天草コレジヨ館・御所浦恐竜の島博物館	観光振興課 ☎32-6787
	学芸員	1	御所浦恐竜の島博物館	
西ブロック	事務補助員	5	牛深・河浦の各支所・出張所	牛深支所総務振興課 ☎73-2111
東ブロック	事務補助員	4	有明・御所浦・倉岳の各支所・出張所	有明支所 ☎53-1111
中央ブロック	事務補助員	2	五和支所・出張所	新和支所 ☎46-2111
水 道 局	事務補助員	1	水道局	水道局経営管理課 ☎24-8222
教 育 部	幼稚園補助教員	1	市立幼稚園	教育総務課 ☎24-8812
	学校主事	10	市内小・中学校	
	学習指導補助教員	12		
	教育活動支援員	8		

☎



甲種防火管理新規講習

とき 2月21日⑩・22日⑩の2日間

ところ 複合施設こらす

定員 50人(先着順)

受講料 4,000円

※受け付け後、納付書をメールで送付

申込方法 1月9日⑩～16

日⑩までに申込書をメールで提出してください。



▲詳細はこちら

☎天草広域連合消防本部予防課 ☎22-3305

☎各消防署・分署



職業訓練の受講生を募集

就職に必要なスキルや知識習得を目指し、期間中・修了後も就職支援を行います。要件を満たすと、最高で月10万円の受講給付金が支給されます。

対象 開講日時点で離職しており、就職を目指す人

訓練科名 ビジネス基礎 PC 習得科

とき 3月1日⑩～5月31日⑩

ところ ワーカーパレス天草(東浜町)

定員 15人 ※テキスト代は自己負担

※申込方法など詳細はお尋ねください。

☎天草公共職業安定所

(ハローワーク天草) ☎22-8609



万が一の災害に備えて 森林保険

森林が台風や集中豪雨などで被災した時に、その損害を補償する森林保険を知っていますか。

保険に加入して、増加、激甚化する自然災害に備えましょう。

詳細は、森林保険センターホームページをご覧ください。



☎天草地域森林組合 ☎22-2646 ▲詳細はこちら

森林保険センター ☎044-382-3500



「脳いきいき度チェック会」参加者募集

自分の脳の特徴を調べることができ、苦手な分野のトレーニング方法などを楽しく学ぶことができます。

もの忘れが気になる人や認知症予防に取り組みたい人など、ぜひご参加ください。

とき チェック会：2月1日⑩

結果説明会：3月7日⑩

※いずれも午前10時～正午

ところ 牛深総合センター

定員 15人(先着順)

申込方法 1月25日⑩までに電話で申し込んでください。

☎高齢者支援課 ☎24-8864



市民農園を利用しませんか

野菜や花の栽培を通して自然と触れ合う「市民農園」の利用者を募集します。

場所・募集区画数

①本渡市民農園(今釜町)・2区画

②牛深市民農園(牛深町)・22区画

※1区画30～61㎡で抽選

利用料金 1㎡あたり年間100円

申込方法 3月15日⑩までに電話で申し込んでください。

☎①農業振興課 ☎32-6792

☎②牛深支所産業振興課 ☎73-2114



令和6年度 天草高等学校定時制の生徒募集

夕方から夜にかけて学習し、高等学校卒業の資格を取得できます。少人数で、制服もなく、年齢層もさまざまです。昼間に仕事をしながら通うこともできます。

出願期間 2月13日⑩～16日⑩ 正午まで

※学校説明・見学(随時受け付け)、出願方法などはお問い合わせください。

※成人の人は学力検査に代えて、面接・作文での受験が可能です。

☎天草高等学校定時制

☎23-5533



▲ホームページ



令和6年度 放課後児童クラブ員を募集

放課後児童クラブは、保護者が仕事等で昼間家にいない家庭の小学生を放課後などに預かり、遊びや生活の場を提供するものです。

申込方法 各クラブに備え付けの申請書を直接クラブへ提出してください。

※市内の保育園でも小学校

低学年児童の受け入れを

行っています。詳細はお

尋ねください。

▲クラブ一覧はこちら

☎子育て支援課 ☎27-5400



令和6・7年度の市学校給食物資納入 資格業者登録申請を受け付けます

学校給食用の物資納入を希望する事業者は、申請書(市ホームページに掲載、および各学校給食センターで配布)を提出してください。

資格要件 1月1日時点で、次の全てに該当する事業者

・原則、市内に本店、支店、製造工場、営業所などを有している

・製造、卸売、または小売業者である

・2年以上同種の営業を継続している

・異物混入などへの緊急時に直ちに対応できる体制が整っている

・市税を滞納していない など

受付期間 1月5日⑩～26日⑩

☎学校給食課(本渡学校給食センター内)

☎23-3942 / 各学校給食センター



旧天草ブルーガーデン施設の 運営事業者を募集

ところ 天草町下田北 2256-1

貸付期間 10年間以内

応募方法 1月4日⑩から2月29日⑩ま

で応募書類(市ホームページに掲載)を郵送、

または持参してください。

▲詳細はこちら

☎☎ ☎863-8631(住所不要)

天草市役所・観光振興課 ☎32-6787



物品の購入契約などにおける指名競争入札(見積)参加資格の有効期間を延長

市(支所、小・中学校、市立病院などの出先機関を含む)が行う物品の製造や修理、購入、その他の役務などの指名競争入札(見積)参加資格の有効期間は2年間としていましたが、申請者の負担軽減や電子申請の導入などのため、有効期間を次の通り延長します。

現行 令和4年4月1日～同6年3月31日

変更後 令和4年4月1日～同7年5月31日

※令和4・5年度分を登録済みの場合は、期間延長における手続きは不要です。

※指名競争入札(見積)参加資格審査申請の随時受付は従来通りです。

※電子申請導入後も、一定期間は紙による申請も受け付ける予定です。

☎契約検査課 ☎24-8823



「介護支援ボランティア」を始めてみませんか

自分自身の生きがいづくりや介護予防、地域貢献として、介護保険施設や事業所などで、ボランティア活動を始めてみませんか。

活動した時間に応じてスタンプが貯まり、年に1回最大で5千円分の商品券(紙・電子)に交換できるポイント制度があります。

対象 市内在住で40歳以上の人

主な活動内容

レクリエーションなどの参加支援や会場設営補助、お茶出し、配膳・下膳の補助、話し相手、草引き、支援が必要と認められた高齢者宅でのちょっとした困りごとの支援 など

申込方法 65歳以上の人は介護保険被保険者証、65歳未満の人は身分証明書を持参してください。

■ボランティアポイントの交換申請を受け付け

昨年1年間の介護支援ボランティア活動で得たポイントを、商品券(紙・電子)に交換するための申請を受け付けます。1月4日⑩から31日⑩までに市社会福祉協議会各支所へボランティア手帳を持参してください。

☎市社会福祉協議会本所 ☎32-2552 / 各支所

☎高齢者支援課 ☎24-8864



トップアスリートによるフェンシング教室

国際大会をはじめ、多くの大会への出場実績を有する指導経験豊富な現役アスリートによるフェンシング教室を開催します。



佐々木陽菜 選手

対象 小学生

とき 2月4日⑩

午前10時～正午／午後2時～4時

ところ あましんスタジアム

定員 各30人(先着順)

申込方法 1月26日⑩まで

で二次元コードから申し込んでください。



▲申し込みはこちら

福岡市スポーツコミッション事務局

(あましんスタジアム内) ☎24-8858



企業向けセミナーを開催

先進的な結婚支援の取り組み事例や、企業・事業所が持つ課題の解決に向けて学べるセミナーを開催します。

対象 企業や事業所の経営者・管理職・人事労務担当者など

とき 1月27日⑩ 午前10時～正午

ところ 複合施設こらす

内容 「なぜ、税務関係団体が結婚支援をすることになったのか?～愛媛県法人会連合会の挑戦～」

講師 (一社)愛媛県法人会連合会

岩丸裕建さん

定員 50人程度(先着順)

申込方法 1月19日⑩までに二次元コード、

またはメール・FAX(氏名・所属[会社名]・住所・電話番号・メールアドレス・申込担当者を記入)で申し込んでください。



▲申し込みはこちら

福岡市男女共同参画センター

(複合施設こらす内)

☎23-8200 / FAX23-8811

danjyokoyo@city.amakusa.lg.jp



令和6年度福岡障害者職業能力開発校の訓練生を募集

対象 身体・精神・知的・発達・高次脳機能障がい、難病などのある人

※障害者手帳の有無は問いません。

募集科目 3D-CAD科、プログラム設計科、商業デザイン科、OA事務科、流通ビジネス科(流通ビジネス科音声パソコンコース)、総合実務科、職域開発科

訓練期間 1年間

(科目によっては2年、または6カ月)

訓練場所 福岡障害者職業能力開発校(福岡県北九州市)

入校日 4月10日⑩

募集期間 1月12日⑩まで

※詳細はお尋ねください。

福岡障害者職業能力開発校

☎093-741-5431 / FAX093-741-1340

ハローワーク天草 ☎22-8609



▲ホームページ



日本の宝島「天草」づくり講演会

地域資源を生かしながら、都市部との交流人口を増やし、移住促進・地域活性化するさまざまな活動・事業を行う団体を招き、アイデアあふれる地域づくり活動を学びます。

とき 1月27日⑩ 午前9時～

ところ 御領地区コミュニティセンター(五和町)

講師 NPO法人

雪浦あんばんね

理事長

渡辺督郎さん



演題 「移住者と地域住民が創るウェルビーイングな地域づくり」～雪浦で、あんばんね(遊んでいきませんか)～

福岡まちづくり支援課 ☎32-6661



▲詳細はこちら

第18回天草マラソン大会 1/28⑩ 交通規制のお知らせ



※状況により規制時間の変動があります。
※一部区間では、車両とランナーが対向する場合がありますのでご注意ください。
※安全確保のため交通誘導員の指示に従ってください。
※一方通行の規制は、海側の車線が対象です。

福岡市天草マラソン大会事務局(天草市民センター内) ☎24-7722

天草エアライン(株)からののお知らせ

「天草市民 高校生割」

搭乗期間 1月9日⑩～3月17日⑩

路線 天草⇄福岡線 ※1便当たりの座席数に制限あり

運賃 一人片道3,000円 定員 250席(先着順)

対象 市内在住で平成17年4月2日～平成20年4月1日生まれの人
※高校在学が必須条件ではありません。

申込方法 利用予定の1カ月前から前日までに電話で申し込んでください。その際、最初に「高校生割を希望」と伝えてください。

※搭乗手続きの際は住所・生年月日が確認できる書類を持参し、搭乗までに申込書を提出

福岡市天草エアライン(株)予約センター ☎34-1515 (受付時間:午前9時～午後6時)

本渡地区公民館全体講座



「新春まなびフェスタ! ~さあ、はじめましょう~」

対象 市内在住の人 ところ 複合施設こらす

申込方法 1月9日④から19日⑤までに電話、またはFAX・メール(住所・氏名・電話番号を記入)で申し込んでください。

講座名	と き	参加料	定員(先着順)
レッツDIY! ~新聞ラックを作ろう~	1月28日④ 午前9時30分~正午	1,600円	10人
新聞でおしゃべり ~新聞を生活に~	午前10時~11時	180円	15人
親子でピザ!	午前10時30分~午後0時30分	800円	8組
お茶を知る、お茶をめぐる	午前11時~正午	300円	10人
リレー朗読講座 ~朗読で心地よい時間を~	午後1時30分~2時30分		10人
はじめての論語 ~心を整える~	午後2時~3時30分		30人

☎生涯学習課(複合施設こらす内) ☎27-7788 / FAX23-8811

✉a-koumin@city.amakusa.lg.jp

図書館へ行こう

年末年始休館日(12月29日~1月3日)

※12月31日~1月3日は中央図書館の返却ポストを利用できません。



▲市立図書館ホームページ

ライブラリーカフェ特別編 「木育ワークショップ」

Dr. 杉太郎さんによる木育ワークショップを開催します。

と き 1月13日④(各30分)
午前10時~/11時~/午後2時~/3時~ ※いずれも同じ内容です。

ところ 複合施設こらす

対象 5歳以上

定員 各10人程度

※当日、現地で受け付け

◎「どこでも杉パーク! 森の発明品で遊ぼう!」も同時開催

☎中央図書館 ☎23-7001

河浦図書館「ふゆのおはなし会」

と き 1月20日④ 午前10時~

ところ 河浦図書館

内容 絵本の読み聞かせ、手袋シアターなど

☎河浦図書館 ☎74-8111

牛深図書館「ふゆのおはなし会」

と き 1月28日④ 午前10時30分~

内容 絵本や紙芝居の読み聞かせなど

牛深図書館「大人のためのかたりの交流会」

と き 1月28日④ 午後1時30分~

内容 民話や昔話などの素話

ところ 牛深図書館

☎牛深図書館 ☎74-7100

天草文化交流館~新年最初の体験講座~

講座名	と き	参加料	定員(先着順)	申込期限
新年最初に新しい器を作ろう(ろくろ)	成形: 1月21日④ 絵付: 2月11日④ 午前9時~11時	1,200円	4人 ※初心者優先	1月18日④
親子でミニ凧(30cm)を作ろう	1月28日④ 午前9時~正午	100円	10組(20人)	1月25日④
陶芸「かぶと」制作体験	成形: 2月3日④ 絵付: 2月17日④ 午前9時~正午	各1,000円	12人	1月31日④
どろ土人形制作体験	成形: 2月4日④ 絵付: 2月18日④ 午後1時30分~4時		2人(山姥と金時) 2人(恵比寿) 1人(弘法大師) ※初心者優先	2月1日④



ろくろ



ミニ凧



陶芸「かぶと」



土人形

ところ 天草文化交流館(船之尾町)

申込方法 1月4日④から各申込期限までに電話、またはFAX(講座名・住所・氏名・電話番号を記入)で申し込んでください。

☎天草文化交流館 ☎FAX27-5665 [月曜(祝日の場合は翌日)休館]



天草地区公民館全体講座

「みんなで考える『家族』のあり方」

変わりゆく時代や社会の中で、一人ひとりがより自分らしくあることができ、孤立を生まない社会を目指して、男女共同参画の視点から「家族」について考えてみませんか。

と き 1月28日④ 午前10時~11時30分
ところ 高浜地区コミュニティセンター(天草町)

講師 臨床心理士・公認心理師
岡田 明日香さん

定員 30人(先着順)

申込方法 1月15日④までに電話、またはFAX・メール(住所・氏名・電話番号を記入)で申し込んでください。

☎天草地区公民館(天草支所内)

☎42-1111 / FAX42-0549

✉amakusashisyo@city.amakusa.lg.jp



本渡地区公民館全体講座

「教えて食改さん!こらすでランチタイム」

食生活改善推進員(通称:食改さん)から健康食について学び、一緒に調理をしてみませんか。

対象 市内在住の人

と き 1月25日④

午前10時30分~午後1時

ところ 複合施設こらす

参加費 500円(材料費)

定員 16人(先着順)

申込方法 1月10日④から18日④までに電話、またはFAX・メール(住所・氏名・電話番号を記入)で申し込んでください。

☎生涯学習課(複合施設こらす内)

☎27-7788 / FAX23-8811

✉a-koumin@city.amakusa.lg.jp

相談窓口

内 容	日 時	場 所	問い合わせ	
行政相談	1/10㊦	9:00~11:00	五和支所 明石弘之さん ☎32-0028	
		9:00~12:00	有明老人福祉センター 松下祥明さん ☎54-0335	
		9:00~12:00	御所浦支所2階 いさな館 齊藤朝延さん ☎67-3154	
		10:00~12:00	天草支所 尾下 明さん ☎42-1045	
	1/16㊦	10:00~12:00	リンドマールTAIYO 菅原利満さん ☎24-1771 寺下高志さん ☎23-9344	
1/17㊦	9:00~12:00	牛深総合センター 池林通秋さん ☎73-4490		
女性のための 無料法律相談	1/17㊦	10:00~12:00 複合施設こらす ※事前申し込みで定員3人まで（託児も可）	子育て支援課子ども相談係（複合施設こらす内） ☎22-0404	
結婚お悩み 相談会	1/17㊦	13:00~16:00 複合施設こらす ※事前申し込みで定員3人まで	市男女共同参画センター（複合施設こらす内） ☎23-8200	
弁護士による 無料法律相談会	1/11㊦	13:00~15:00 天草信用金庫本店2階（太田町） ※各営業店の書類で1/5㊦までに申し込み（先着4人）	天草信用金庫企画業務部 ☎24-1177	
	1/24㊦	13:00~16:00 牛深総合センター ※1/22㊦までに電話で申し込み（先着6人）	まちづくり支援課 ☎32-6661	
健康相談	1/15㊦	9:30~11:30	複合施設こらす	
		10:00~11:00	天草西保健福祉センター	
	1/17㊦	10:00~11:00	栖本福祉会館	天草中央保健福祉センター ☎24-0620
	1/24㊦	10:00~11:00	御所浦診療所	
	1/29㊦	9:30~11:30	複合施設こらす	天草西保健福祉センター ☎75-3301
一般の人の血圧測定、子どもの身体測定もできます。 ※健康手帳、健診結果票、母子健康手帳、バスタオルを持参 ※複合施設こらす以外は、必ず事前に電話で予約				
認知症サポート 医による認知症 相談室	1/22㊦	13:30~15:30	認知症相談センター	認知症相談センター （天草地域医療センター内） ☎24-5912
	1/25㊦	14:00~16:00	牛深支所	
※1週間前までに電話で申し込み（先着2人）				
専門家による 事業承継個別 無料相談会	1/17㊦	10:30~ 13:00~ 14:30~ （各回1時間程度） 複合施設こらす	産業政策課 ☎32-6786  ▲詳細	
※1/16㊦までに電話で申し込み				
外国人 総合相談窓口	毎週 月・木曜日	13:00~17:00	市役所本庁舎1階 政策企画課 ☎27-5052	



くすぼ神々の郷ウォーク

と き 2月4日㊦ 午前9時15分~
と ころ 楠浦地区コミュニティセンター（有明町）集合 ※コース約6.5km
定 員 100人（先着順）
参加料 1,500円（小・中学生以下1,000円）
 ※昼食、抽選券代含む
申込方法 1月23日㊦までに電話、またはFAX・メール（住所・氏名・年齢・電話番号を記入）で申し込んでください。
 ㊦楠浦地区振興会（楠浦地区コミュニティセンター内）☎54-0547 / FAX53-1116
 ㊧kusbobo@amakusa-cc.jp



浦の史跡ウォーク

と き 2月25日㊦ 午前8時~
と ころ 浦地区コミュニティセンター（倉岳町）集合 ※民話コース約6km
定 員 80人（先着順）
参加料 1,000円（子ども500円）
 ※昼食、抽選券代含む
申込方法 2月16日㊦までに電話、またはFAX（住所・氏名・年齢・電話番号を記入）で申し込んでください。
 ㊦浦地区振興会（浦地区コミュニティセンター内）☎・FAX64-3388



わくわく! パレアフエスタ vol.22

子どもたちが体験やものづくりができるイベントです。ポッチャ体験やストラップ・缶バッジ作りなど、19のブースがあります。
と き 1月27日㊦ 午前10時~午後4時
と ころ くまもと県民交流館パレア（熊本市中央区）
 ※一部、事前申し込み・参加費が必要です。
 ㊦県生涯学習推進センター ▲詳細はこちら
 ☎096-355-4312
 （平日：午前9時~午後5時）



▲詳細はこちら



牛深総合センター自主文化事業「こどもフェア」

ゲームコーナーやお楽しみ工作など、楽しいイベントが盛りだくさん。玄関前には出店もあります。
と き 1月14日㊦ 午前10時~午後4時
と ころ 牛深総合センター



㊦牛深総合センター ☎73-4191（月曜休館）



バレンタイン チョコレートウォーク

対 象 市民（小学生以下は保護者同伴）
と き 2月3日㊦ 午前10時~11時30分
と ころ 市役所牛深支所周辺
定 員 100人（先着順）
申込方法 1月28日㊦午後5時までに二次元コードから申し込んでください。▲申し込みはこちら
 ㊦市スポーツコミッション事務局（あましんスタジアム内）☎24-8858



楠浦よかところスタンプラリー大会

と き 1月21日㊦ 午前9時~
と ころ 楠浦地区コミュニティセンター集合 ※コース約7km
定 員 100人（先着順）
参加料 500円（中学生以下は無料）
 ※昼食、抽選券代含む
申込方法 1月12日㊦までに電話、または郵送・FAX・メール（大会名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入）で申し込んでください。
 ㊦市863-0044 市内楠浦町 2366 楠浦地区振興会（楠浦地区コミュニティセンター内）☎・FAX23-4456
 ㊧kusuura@amakusa-cc.jp



スマホで高齢者もいきいきと

講座では、独自のテキストに沿って、文字の入力からLINEの使い方、デジタルレンズの使い方など、さまざまなことを学ぶ。特にLINEは、災害時の安否確認に役立つため、力を入れ

た。講座では、独自のテキストに沿って、文字の入力からLINEの使い方、デジタルレンズの使い方など、さまざまなことを学ぶ。特にLINEは、災害時の安否確認に役立つため、力を入れ

「スマホがこんなに便利なものだったとはー」「LINEが使えるようになって、孫とやり取りができるようになった」。そう話すのは「天草スマートフォンカレッジ」の受講者だ。

天草スマートフォンカレッジは、本渡北地区で老人会の解散が相次いでいた中、「老人会の存続にはもつと魅力的な活動が必要ではないか」と考えた学長の吉永繁敏さんと副学長の金澤裕蔵さん、事務局長の山口誠治さんたちが、牛の首老人会で令和2年4月にスマホ講座を開いたのが始まりだ。その後、天草市全域で本格的に講座を開始。現在は上天草市や益城町の老人会にも広がり、県内10地区で行っている。受講者は70歳代から80歳代が中心で、最高齢はなんと94歳。これまでに約1500人が受講した。

同カレッジは、本渡会場では講師が説明し、他の会場はリモート講座となっている。基本的には1グループ6人で学習し、各グループに1人ずつスタッフを配置。スタッフは講座や研修会の元受講者で、今では教えられるまでになった。

スタッフを中心にお互いに教え合いながら学ぶ受講者▼



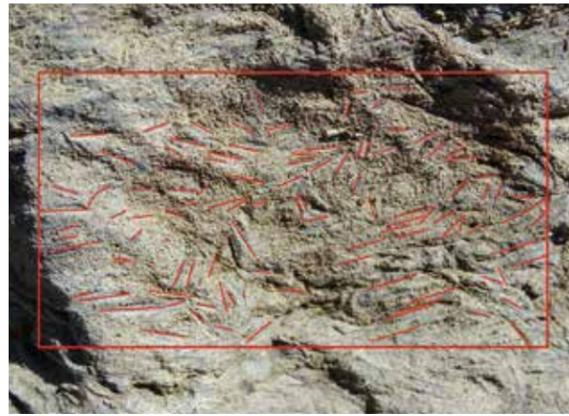
キラリ天草人

天草スマートフォンカレッジ
(亀場町亀川)

て教えている。

最初に講座が始まった牛の首スマートフォンクラブ（老人会）では、会員でLINEグループを作っている。グループには区長や民生委員も入り、毎日安否確認を行ったり、サロンなどのお知らせをしたりしているそう。LINEを活用することで地域のつながりが密になってきており、実際には、他の区では高齢者の介護認定率が上昇しているのに対し、牛の首区は低下しているという結果が出ている。こうした取り組みが評価され、令和4年11月に厚生労働大臣賞を受賞した。受講者同士で教え合いながら学び、実際に日常生活で活用することで認知症予防や生きがいづくりにつながっている。

「高齢者にもつとスマホを活用してもらい、防災や地域づくりにつなげたい」と話す副学長の金澤さん。天草で日本で最も幸せな高齢社会のモデルにするため、先進的な情報化に取り組んでいく。



◀宮野河内コミュニティセンターに展示されている貨幣石が入った岩石（囲みの中の赤色部分が貨幣石）



▲貨幣石の断面(イラスト)

貨幣石(学名:ヌムリテス)とは、約5,000万年前の暖かい海に生きていた石灰質の殻を持つ「底生有孔虫」と呼ばれている生き物が化石になったものです。沖縄県西表島の海岸で見られる星の形をした「星砂」と同じ仲間、日本では天草諸島のほか、小笠原諸島や八重山諸島、沖縄本島などで見つかっています。

貨幣石は、生息していた時代が新生代始新世(約5,600万~3,390万年前)に限られているため、産出する地層の年代を知る手がかりとなる示準化石となっています。

天草島内では、これまで3種類の貨幣石が発見されています。その一つ“ヌムリテス・アマクセンシス”は、貨幣石として1925年に日本で最初に宮野河内地区で発見されたものです。発見された貨幣石は、日本国内でも発見された場所が限られていることや、示準化石としての利用価値が高いことから、昭和39年3月10日に県の天然記念物に指定されました。

学芸員のイチオシ

恐竜の島博物館推進室
鵜飼 宏明

天草市には、考古学や古生物学などの専門的知識を持つ学芸員がいます。その学芸員が、天草の歴史や自然などに関する「イチオシ」を紹介します。

旬の食材 いただきます!



大根



秋・冬に旬を迎える大根は、消化を促進する複数の消化酵素が含まれています。その一つである「ジアスターゼ」には、胃腸の働きを活発にして、胃もたれや二日酔いを防ぐ効果があります。

ヒゲ根が少なく、ハリとツヤがあり、ずっしりと重いものがおすすめです。

大根とひき肉の煮物



材料 (4人分)

- ・大根……………600g
- ・鶏ひき肉……………200g
- ・水……………800cc
- ・減塩白だし(粉末)……………16g
- ・サラダ油……………大さじ2
- ・片栗粉……………大さじ2
- ・(水……………大さじ4)
- ・ごま油……………適量

作り方

- ①大根を輪切りにして柔らかくゆでる。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ひき肉を炒める。
- ③大根を加えて軽く炒め、水と減塩白だしを加え強火で煮る。
- ④味が染みたら、水溶性片栗粉でとろみをつける。
- ⑤最後にごま油をたらす。

1月で1歳になります

ハッピーバースデー



うえだ しんたろう
上田 真太郎 くん
4日生まれ 今釜町

♡♡♡おめでとう♡♡♡



おひら りつ
尾平 律 くん
9日生まれ 志柿町

♡♡♡食べて大きくなるぞ!!



ひらの あきら
平野 陽 ちゃん
12日生まれ 本渡町本戸馬場

♡♡♡遊んでもおもしろいね!



やました ゆきほ
山下 侅歩 ちゃん
14日生まれ 本渡町広瀬

♡♡♡パパは面白〜ママは優しいよ!



ふくしま にか
福嶋 仁柁 ちゃん
17日生まれ 志柿町

♡♡♡明るく元気で食べるの大好き♡



よしなが いと
吉永 紘 ちゃん
21日生まれ 楠浦町

♡♡♡笑顔が元気がいいね!



うらしし さく
浦西 颯久 くん
23日生まれ 亀場町食場

♡♡♡一歳兄ちゃん大好き♡



あらた あやみ
荒田 彩優巳 ちゃん
28日生まれ 川原新町

♡♡♡お姉ちゃん大好き♡食べるのも大好き♡



にしかわ おうり
西川 凰李 くん
28日生まれ 本渡町広瀬

♡♡♡おはば だあしゅき♡♡♡



きはら そら
木原 昊空 くん
31日生まれ 本渡町本泉

♡♡♡こいに達だーいすき♡



ふなもと すみれ
船元 堇 ちゃん
31日生まれ 本渡町広瀬

♡♡♡満点の笑顔! いちもありがとう!

2月で満1歳になるお子さんを募集!

[郵送・持参先] 〒863-8631
(住所不要)天草市役所・秘書課

[メールアドレス]
kouhou@city.amakusa.lg.jp

[申込締切]
1月10日Ⓢ(必着)



応募方法=鮮明な写真・住所(居住地)・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・連絡先・コメント(18字以内)・保護者名を明記のうえ、郵送またはメール、持参してください。郵送、メール後は確認の電話をお願いします。写真は返却しません。

元気★あまくさっこ

チリメン漁の奥深さと
両親の仕事の大変さを
研究を通して知りました!



倉本 愛心 さん
(栖本中学校1年生)

夏休みに取り組んだ自由研究「チリメン漁を科学する(part1)」が、令和5年度熊本県科学研究物展示会で“熊本博物館賞”を受賞しました。

両親がチリメン漁をやっている、どんなことをするのだろうと思ったのが研究のきっかけです。実際に現場に出てみると、簡単な仕事ではないことが分かり、両親のすごさを感じることができました。

来年度は、今回とは違う視点でさらにチリメン漁について研究を深めたいです。

縦割り班の活動で、
北小のみんなを仲良しに!

田口 瑠華 さん
(本渡北小学校6年生)



縦割り班委員会の委員長をしています。縦割り班とは、学年の違う児童たちが一緒に活動するもので、委員会では大縄跳びやじゃんけん大会など、学年を超えて仲良くなれるような活動を考えています。他にも、学校ではもちろん、地域でも明るく元気いっぱいにあいさつをするよう心掛けています。

将来の夢は、保育士になることです。これからも小さい子どもや周りのみんなに優しく接して、夢に向かって頑張ります。

まるまる ~和んチーム~ みつけた!

アート教室 (久玉町)



天草の人大募集! 老若男女OK! 仲良し夫婦や家族、長寿自慢、趣味のグループ紹介など、ぜひ応募してみませんか

申込締切=1月18日Ⓢ(必着) ※4月号へ掲載予定
[郵送・持参先] 〒863-8631 (住所不要)天草市役所・秘書課
[メールアドレス] kouhou@city.amakusa.lg.jp

毎週火曜日に、牛深地域の久玉地区コミュニティセンターで絵を描いています。高校生や農家、看護師、教師等、年齢や職業、住んでいる町もさまざまですが、水彩画や鉛筆画、色鉛筆画など、それぞれが描きたい絵を楽しく描いています。

昨年は、初めて本渡地域の喫茶店で絵を展示し、多くの人たちに楽しんでいただきました。今年はさらに、本渡中央商店街のギャラリー四季での展示を目指しています。

初めはみんな初心者です。ゆったりとしたペースで一緒に絵を描いてみませんか。



参加者が描いた作品



応募方法=写真、氏名(またはグループ名)、連絡先、自分の紹介したい内容を明記し、郵送またはメール、持参してください。※応募多数は抽選とし、写真は返却しません。

12/4 初めての見る館内に興味津々
本渡南小学校の児童がリニューアルオープン前の博物館を見学

3月20日の「御所浦恐竜の島博物館」のリニューアルオープンを前に、本渡南小学校6年1組の児童27人が館内を見学しました。

本渡港から海上タクシーで御所浦港に到着後、まずはトリゴニア砂岩化石採集場で化石採集を体験。ハンマーで石を叩くと次々に出てくる貝や植物の化石をうれしそうに友達や先生に見せていました。

その後、博物館に移動した児童たちは、展示作業などが行われている館内を学芸員の説明を受けながら見学。「恐竜の大きな骨格標本とかすごいものがあった!」と普段見ることができないオープン前の光景に感動していました。



▲天草で発見されたコリフォドン（国内最古の大型哺乳類）の実物大復元模型を見学

これは何の化石ですか?▶



11/26 有明のシンボル「老岳」を登る
大浦地区老岳登山イベント



▲急な勾配を登る参加者。山頂までもうひと踏ん張り!

11/23 名所旧跡を巡る 河内浦・下田
城探訪&クイズウォークラリー



▲小学生が河内浦町一町田の歴史や地理などのクイズを出題

11/19 ステージにバザーで大盛況
第27回しんわ楊貴妃祭り



▲好タイムが続出した竜の玉入れ選手権

12/12 五和町城河原地区で
お正月の寄せ植え教室



▲配色を考えながら葉牡丹などを植えていく参加者

12/3~ 天草町の大江教会一帯で
イルミネーションが点灯



▲子どもたちがボタンを押すと約20万個のイルミネーションが点灯

11/26 エネルギー全開! 倉岳町
ふるさと祭り・倉岳地区文化祭



▲オープニングを飾った倉岳えびす太鼓の演奏

宝島の

わだ い



◀各地のわだいをもっと見る!
市ホームページ「トピックス」

高齢者叙勲



みむら えつお
三村 悦男 さん
志柿町・88歳
瑞宝双光章
元公立中学校長

秋の叙勲



よねだ けんし
米田 賢史 さん
河浦町今田・74歳
旭日単光章
株式会社アマケンテック社長



はらだ あきおり
原田 明典 さん
牛深町・71歳
旭日双光章
元牛深市議会議員



おつか きみひろ
大塚 公洋 さん
下浦町・64歳
瑞宝単光章
元天草市消防団副団長



すざき とよひろ
洲崎 豊裕 さん
佐伊津町・72歳
瑞宝双光章
本渡ふたば保育園園長



受章おめでとうございます
秋の叙勲、11月の高齢者叙勲

※写真下は氏名、住所、
年齢、受章種別、
主要経歴

11/19 地域の連携で盛り上がった
すもと冬物語



▲マルシェやステージ発表のほか、日本庭園でイルミネーションも点灯

11/18 御所浦町の最高峰へ
烏峠パノラマウォーク



▲登り終えた後の山頂からのパノラマは最高!

11/18 牛深高校生が商店街を遊び場に
牛深まち歩きロゲイニング



▲チェックポイントでのミッションをクリアした得点で競い合う

ご存じですか？ B型肝炎給付金

▶ B型肝炎ウイルスに感染している
▶ 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ

給付金の例	
死亡・肝がん・肝硬変(重度)	3600万円
肝硬変(軽度)	2500万円
慢性B型肝炎	1250万円

上記2つともあてはまる方は、国から給付金を受けとれる可能性があります。対象になりそうかどうかは、無料電話相談で確認できます。お気軽にご相談ください。

※その他症状に応じて支給

お問合せ・電話相談
0120-918-862 東京弁護士会所属/弁護士法人マイタウン法律事務所
【マイタウン法律事務所 東京事務所】
▶受付時間 平日9:00～17:30 東京都千代田区丸の内2-2-1 岸本ビルディング6F

初期30万円サイトも→
費用50万円サイトも→ **0円** スタート!

何十万円かかる初期コストをおさえて月額制に

月額制 ホームページ制作
まずはお電話で無料相談
0969-77-0978 有限会社 ネットステーション

循環器科・内科
おおどろクリニック
TEL (0969)22-5156
天草市亀場町亀川 1731-1

高血圧・胸痛・動悸・息切れなどがある方はご相談ください

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～13:00	○	○	/	○	○	○	/
14:00～17:00	○	○	/	○	○	○	/

過払い金返還
平成20年以前からカード等の取引をされている方は、債務の減額か、過払い金が発生しています。
天草市河浦町河浦4896番地
司法書士 佐賀 和美
電話 0969-76-0653

美容室 CAMPUS
お一人づつ、ご対応させていただきます。
ご予約優先になります。
カット: ¥1,100 (小学生以下)～¥3,200円 (大人)
他メニューもごさいます。お待ちしております。
営業時間 (朝)9時～(夕方)6時 定休 毎週月曜日・第一日曜日
キャンパス 0969-23-7919

・お隣さんの土地との境界線がわからない
・相続などで土地を分割したい
・新築(増築)予定ですが登記って何ですか?
お気軽にご相談ください
土地建物の登記・測量・調査
嶋田土地家屋調査士事務所
天草市城下町5番21
0969-24-7033

車椅子の生活で、お出かけがむずかしい方
お出かけをお手伝いいたします!
お食事 お買い物 通院 里帰り お墓参り ご旅行 等
タケガミ 竹 福祉タクシー 代表 竹上 正輝
TEL 090-5720-2476 営業時間 7:00～19:00 (日祝休)

カーライフローン 教育ローン キャンペーン
九州ろうきん
キャンペーン期間: 2024年4月30日(火)まで
インターネットで24時間365日お申込み可能!
天草支店 0969-23-1177

新春お年玉～!!
1月末迄にご入会・受講いただくと500円/回で受講できます。
“市政だよりあまくさを見た”とお電話ください。詳細をご確認の上お申込み願います。(最大6回)
ピースステーション パソコン教室の広告
天草市本渡町広瀬5-47
電話 (0969) 22-6667
(十万山クリニック様のそばです。)

あけましておめでとうございます
新年のご挨拶!
株式会社リハビリテーションコムラッド

勇志国際高校 個別相談会
オンライン学習と充実した個別カリキュラムで「自分らしく」卒業を目指せる通信制高校です。
とき 1月20日(土) 10:30～14:30
ところ 天草市民センター 第3会議室
内容 進級・卒業の仕組み、登校、学費など
申込方法 1月19日(金)までに二次元コードから申し込んでください。
〒967-0311 天草市勇志国際高校 申し込みはこちら

優しくつながる子育てサポート
不登校や行き渋り、環境が合わないと感じている子どもの保護者が情報交換をする会です。
とき 1月21日(日) 10:00～11:30
ところ 複合施設こころす 和室
参加料 500円 定員 5人
申込方法 1月17日(金)までに二次元コードから申し込み
〒967-0311 天草市このいろスクールまるっと親の会(稲澤) 申し込みはこちら
☎090-4350-1744

三和フェリー運休のお知らせ
「牛深港～蔵之元港(鹿児島県長島町)」を運航中のカーフェリー「第二天長丸」は、船舶検査のため次の期間運休します。
皆さんのご理解とご協力をお願いします。
運休期間 1月25日(土)～2月2日(金)
〒967-2103 三和商船(株) 申し込みはこちら

天草と海のジャズ楽団 ~Amakusa'n Sea Jazz Orchestra~ メンバー募集!
「アマクサン・シー・ジャズ・オーケストラ」は2022年に新しくできたジャズ楽団です。月に1回程度こころすやポルトで和気あいあいと練習しています。
経験者はもちろん、初心者も歓迎です。お気軽に見学、お問い合わせください。
〒967-0311 Amakusa'n Sea Jazz Orchestra(小野川) 申し込みはこちら
☎090-8766-4256 / 二次元コードから

市民のひろば
詳しいことは圖へお尋ねください。
市民のひろばを活用しませんか?
●文字数 21文字×9行(タイトル以外)
●申込方法 発行月の前月1日までに、持参または電子メール、FAX(氏名・電話番号・FAX番号を記入)で申し込んでください。
〒967-0311 図面秘書課 ☎24-8816・FAX22-7016
E:kouhou@city.amakusa.lg.jp

第9回あまくさ子ども芸術祭
展示の部: 絵画・書道の入賞作品
とき 1月6日(土)～21日(日)
ところ 天草市民センター 展示ホール前のショーケース
ステージの部: 市内の子どもたちによる太鼓や踊り、吹奏楽などの発表
とき 1月21日(日) 13:00～
ところ 天草市民センター ホール
〒967-0311 天草市芸術文化協会 ☎22-8797

特許・商標等無料個別相談会
とき 1月15日(日) 13:30～16:30
ところ 本渡商工会議所(栄町)
相談内容 特許や実用新案、意匠、商標などの知的財産権に関する相談
相談員 支援窓口担当者
申込方法 1月10日(金)までに申込用紙(同会議所に備え付け)を提出してください。
〒967-2001 本渡商工会議所 ☎23-2001 申し込みはこちら

天草スマートカレッジを開催
スマホの基本的な操作から実用的な使い方まで学べる6週間の講座を開催します。
とき 1月16日・23日・30日、2月6日・13日・20日 ※いずれも火曜日で各2時間
ところ 天草各地域10カ所
申込方法 1月10日(金)までに電話で申し込んでください。
〒967-0311 天草スマートカレッジ(山口) ☎080-4741-1887

1月のお出かけ情報

1月 元日

5日 スローライフアート展【～1/21】
(ギャラリー四季)

8日 成人の日

牛深総合センター自主文化事業
「こどもフェスタ」
10:00～16:00(牛深総合センター)

14日 市消防出初式
9:00～12:00(あましんスタジアム)

16日 しあわせおはなし会
10:30～11:00(複合施設こらす)

20日 河浦図書館「ふゆのおはなし会」
10:00～(河浦図書館)

24日 第10回宮地岳かかしまつり
フォトコンテスト展示会【～2/4】
(ギャラリー四季)

26日 文化財防火デー
(本渡歴史民俗資料館ほか)

27日 中央図書館 おはなし会
14:00～14:40(複合施設こらす)

天草マラソン大会/チアダンス発表会
(あましんスタジアムほか)

28日 牛深図書館「ふゆのおはなし会」
10:30～(牛深図書館)

牛深図書館「大人のためのかたりの交流会」
13:30～(牛深図書館)

今月のギャラリー四季作品展示

スローライフアート展

退職した教員の美術展です。余暇を利用した油絵や水彩画、工芸などの作品を展示します。

第10回宮地岳かかしまつり

フォトコンテスト展示会

今年度のテーマは「かかし村の四季」。表情豊かなかかしたちを写真で見事に再現した作品をお楽しみください。

※どちらも最終日は午後4時まで

開館時間 平日 午前11時～午後5時

土日祝 午前10時～午後5時

園ギャラリー四季 ☎23-9588

(月曜、祝日の翌日休館)

市消防出初式

通常点検、放水競技を実施します。

と き 1月14日 午前9時～正午

ところ あましんスタジアム

園防災危機管理課 ☎24-8817



▲放水競技

1月の潮汐表はこちら



休日在宅病(医)院

▶診療時間＝午前9時～午後5時。※歯科は午前10時～午後4時。

〔1月1日(月)〕

開内科医院 ④(下浦町) ☎23-0561
毛利内科 ④⑤(本町) ☎22-3468
中村こども・内科クリニック ④(五和町) ☎33-0144
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
松本歯科(栖本町) ☎66-3000
《小児科》中村こども・内科クリニック(五和町) ☎33-0144

〔1月2日(火)〕

やました医院 ④⑤(北原町) ☎27-0131
在宅とつながるクリニック天草 ④(宮地岳町) ☎28-0515
本原内科小児科医院 ④(栖本町) ☎66-2010
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
内崎歯科(河浦町) ☎76-1553
《小児科》本原内科小児科医院(栖本町) ☎66-2010

〔1月3日(水)〕

天草ふれあいクリニック ④(丸尾町) ☎24-1400
中村こども・内科クリニック ④(五和町) ☎33-0144
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
としなが歯科(上天草市大矢野町) ☎0964-56-3113
《小児科》中村こども・内科クリニック(五和町) ☎33-0144

〔1月7日(日)〕

稲村医院 ④(神内)(本渡町) ☎23-8168
おおどうクリニック ④⑤(亀場町) ☎22-5156
松本医院 ④⑤(河浦町) ☎76-0039
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
宮崎外科胃腸科医院 ④⑤(上天草市大矢野町) ☎0964-56-0600
姫戸医院 ④(上天草市姫戸町) ☎58-3583
布井歯科(亀場町) ☎22-3300

〔1月8日(月)〕

永芳医院 ④⑤⑥(栄町) ☎23-1166
中邑医院 ④⑤(久玉町) ☎74-0370
天草慈恵病院 ④⑤⑥(天草郡苓北町) ☎37-1111
はまさき歯科(有明町) ☎54-0401
《小児科》天草慈恵病院(天草郡苓北町) ☎37-1111

〔1月14日(日)〕

尾上医院 ④⑤(大浜町) ☎22-4433
天草中央総合病院 ④(東町) ☎22-0011
小松医院 ④(牛深町) ☎72-6111
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
しまだ小児科 ④(上天草市大矢野町) ☎0964-56-0005
村上医院 ④⑤(上天草市姫戸町) ☎58-3102
つばさ歯科(川原町) ☎66-9889
《小児科》しまだ小児科(上天草市大矢野町) ☎0964-56-0005

〔1月21日(日)〕

天草総合内科・内視鏡クリニック ④⑤⑥(亀場町) ☎22-1155
栖本病院 ④(栖本町) ☎66-2165
生田医院 ④(河浦町) ☎78-0331
天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎37-1111
福本眼科 ④(上天草市大矢野町) ☎0964-56-0508
竹中医院 ④(上天草市姫戸町) ☎58-2148
みなみ歯科(南新町) ☎22-5511
《小児科》十万山クリニック(本渡町) ☎24-7700

〔1月28日(日)〕

あしはら医院 ④(今釜町) ☎23-4988
天草中央総合病院 ④(東町) ☎22-0011
中村こども・内科クリニック ④(五和町) ☎33-0144
市丸医院 ④⑤(五和町) ☎34-0036
佐藤クリニック ④⑤⑥⑦(牛深町) ☎73-3155
苓北医師会病院 ④(天草郡苓北町) ☎35-1133
中村医院 ④⑤(上天草市大矢野町上) ☎0964-56-0003
上天草総合病院(上天草市龍ヶ岳町) ☎62-1122
松田歯科(栄町) ☎22-2432
《小児科》中村こども・内科クリニック(五和町) ☎33-0144



※当番医は変更になる場合があります。最新の情報はホームページでご確認ください。



▲歯科以外



▲歯科



小児救急 電話相談

(平日) 19:00～翌朝8:00

(土曜日) 15:00～翌朝8:00

(日曜・祝日) 8:00～翌朝8:00

夜間の子どもの急な発熱などでお困りのときには、#8000番(ダイヤル回線の場合 ☎096-364-9999) をご利用ください。

水道修繕当番店 1月

本渡	(有)本渡設備 ☎23-8519	栖本	吉田電気 ☎66-2643
牛深	朝日電気工事店 ☎72-4641	新和	(有)新和電器 ☎46-3507
有明	柴田電器設備 ☎53-1205	五和	(有)山下商事開発 ☎33-0359
御所浦	友村商店 ☎67-2016	天草	松山設備事務所 ☎42-5536
倉岳	(有)海老本電設 ☎64-2307	河浦	(有)小牧住建 ☎76-1390

ワンコインで映画を楽しもう！市民シアター

「クレヨンしんちゃん 嵐を呼ぶジャングル」(2000年・東宝)

1月2日(火)～8日(日)

上映時間 ●11:30～13:00

●19:20～20:50(土曜のみ追加上映)

監督・脚本：原 恵一 原作：臼井儀人

豪華客船ツアーに参加していた野原一家と「かすかべ防衛隊」の家族が、突然現れたサル軍団に大人だけ連れ去られてしまう。その救出のために立ち上がったしんちゃんたちとアクション仮面の活躍を描いた、笑いあり冒険ありのシリーズ第8弾！(1時間30分)



©臼井儀人/双葉社・シンエイ・テレビ朝日2000

ところ 本渡第一映劇

料金 大人(高校生以上)……500円

子ども(3歳～中学生)…100円 ※3歳未満無料

問本渡第一映劇 ☎23-1417 / 文化課 ☎32-6784



市民シアター
上映作品の
リクエスト募集中!
◀詳細はこちら

地域とともにある

▶とき 2/3(土) 午後1時～4時15分

▶ところ 天草市民センターホール

学校づくり推進フォーラム

手話
通訳
あり

託児
あり
※6か月
以上

～「学校と地域」手をつないで子育てを～

event
01

稜南中学校ハイヤ踊り
“稜南乃風”

実践発表

event
04

どうする、
地域とともにある
学校づくり

講演会

event
02

○本町小学校の取り組み
○新和小・中学校の取り組み

事例発表

event
03

家庭教育について

研修

社会教育指導員 石井 省介さん



～コミュニティ・
スクールって
結局なんなん??～

文部科学省CSマイスター
西 祐樹 さん

申込方法

1月26日(金)までに電話、またはFAX・メール(住所・氏名・電話番号・
メールアドレス・託児希望の有無を記入)で申し込んでください。

申し込みは
こちら▶



申 問 生涯学習課(複合施設こころす内) ☎27-7788 / FAX 23-8811

M syakyou@city.amakusa.lg.jp