



しせい あまくさ にほんご
市政だより天草（やさしい日本語）

ねん がつごう
2026年1月号



こんげつ ひょうし うえ しゃしん
今月の 表紙（上の 写真）

しんわまち いかりいし まつ とき しゃしん
新和町の「碇石 ふるさと 祭り」の 時の 写真です。

つ あか どひょう はい
まわしを 付けた 赤ちゃんが 土俵に 入りました。

すもう と とき こし ま ぬの
※まわし…相撲を 取る 時に 腰に 巻く 布

ど ひょう すもう ばしょ
土 俵…相撲を する 場所

しせい あまくさ にほんご と あ さき
市政だより天草（やさしい日本語）の 問い合わせ先

ゆうびんばんごう あまくさし ひがしはままち
郵便番号：863-8631 天草市 東浜町 8-1

あまくさしやくしょ せいさくきかくか
天草市役所 政策企画課

でん わ
電話：0969-27-5052



あまくさし じょうほう 天草市の 情報 は ここで 知れます

あまくさし じょうほう はっしん 天草市の 情報 を 発信しています。

こーど から よ と QRコードから 読み取って、 使ってください。

あまくさし ほーむぺーじ 天草市ホームページ



URL : <https://www.city.amakusa.kumamoto.jp/default.html>

あまくさし じょうほう か 天草市の いろいろな 情報が 書いて あります。

あまくさし こうしきらいん 天草市 公式LINE

みなさんの あんぜん まもる じょうほう こうつう まつ 安全を 守るための 情報や 交通、お祭り

などの いべんと はっしん イベントについて 発信しています。

URL : <https://line.me/R/ti/p/%40396qjwhd>





ごみを 出す日



自分が 住んでいる 場所の ごみを 出す 日は、ここで 確認して ください。

URL : <https://www.city.amakusa.kumamoto.jp/kiji00312832/index.html>



1月は ごみを 出す 日が 少し 変わります。

ちいき 地域	ごみの 種類	たいしょうちく 対象地区	か 変わる前	か 変わった後
ほとんど 本渡	も 燃やせる ごみ	もくようび だ ちく 木曜日に 出せる 地区	がつ ついたち 1月 1日(木)	だ 出せません
		きんようび だ ちく 金曜日に 出せる 地区	がつ ふつか 1月 2日(金)	
		どようび だ ちく 土曜日に 出せる 地区	がつ みっか 1月 3日(土)	
		げつようび だ ちく 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
	も 燃やせない ごみ	みなとまち かめばまち しんでん くすうらまち しんでん 港町、亀場町(新田)、楠浦町(新田、 ふなつ 舟津1・2・3・4・5・6、いまむら かま にしきじま おおともじり 錦島、大友尻)	がつ ついたち 1月 1日(木)	がつ いつか 1月 5日(月)
		こまつばら しかきまち しかきひがし うと むらした 小松原、志柿町(志柿東、宇土、村下、 しかきちゅうおう しかきにし 志柿中央、志柿西)	がつ ふつか 1月 2日(金)	がつ むいか 1月 6日(火)
		しもうまち しかきまち ひがしせど 下浦町、志柿町(東瀬戸)	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 16日(金)
	しげんぶつ 資源物	ふなの お ひがしまち かみかわら かわらしんまち 船之尾、東町、上川原、川原新町、 かみまち ど て だいもんぐち じょうした 上町、土手、大門口、城下、 かめばまち かみ え び そ 亀場町(上、恵比曽)	がつ ついたち 1月 1日(木)	がつ にち 1月 29日(木)
		じょうなん しもかわら なかむら かめばまち しもがた 上南、下川原、中村、亀場町(下湯、 じちゅう しもはまだ かみはまだ 寺中、下浜田、上浜田)	がつ ふつか 1月 2日(金)	がつ にち 12月 29日(月)
		ふるかわ しもまち みやじだけまち ほんまち 古川、下町、宮地岳町、本町	がつ にち 1月 12日(月)	がつ とおか 1月 10日(土)

ちいき 地域	しゅるい ごみの種類	たいしょうちく 対象地区	か まえ 変わる前	か あと 変わった後
うしぶか 牛深	も 燃やせる ごみ	もくようび だ ち く 木曜日に 出せる 地区 きんようび だ ち く 金曜日に 出せる 地区	がつ ついたち 1月 1日(木) がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		げつようび だ ち く 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
	しげんぶつ 資源物	よしだいち よしだに おおわき かみあげ むらた 吉田一、吉田二、大脇、上揚、村田、 かじや、あかし かめうら わたうち 明石、亀浦、綿内	がつ ふつか 1月 2日(金)	がつ いつか 1月 5日(月)
ありあけ 有明	も 燃やせる ごみ	もくようび だ ち く 木曜日に 出せる 地区 きんようび だ ち く 金曜日に 出せる 地区	がつ ついたち 1月 1日(木) がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		げつようび だ ち く 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
ごしょうら 御所浦	も 燃やせる ごみ	きんようび だ ち く 金曜日に 出せる 地区	がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		どようび だ ち く 土曜日に 出せる 地区	がつ みっか 1月 3日(土)	がつ いつか 1月 5日(月)
		げつようび だ ち く 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
くらたけ 倉岳	も 燃やせる ごみ	きんようび だ ち く 金曜日に 出せる 地区	がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		げつようび だ ち く 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ か 1月 14日(水)
	も 燃やせない ごみ	うらち く 浦地区	がつ ついたち 1月 1日(木)	がつ ようか 1月 8日(木)
		たなそこち く 棚底地区	がつ ようか 1月 8日(木)	がつ にち 1月 15日(木)
		みやだち く 宮田地区	がつ にち 1月 15日(木)	がつ にち 1月 22日(木)
	そだい 粗大ごみ	くらたけまち ぜんたい 倉岳町 全体	がつ にち 1月 22日(木)	がつ にち 1月 21日(水)
すもと 栖本	も 燃やせる ごみ	きんようび だ ち く 金曜日に 出せる 地区	がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		げつようび だ ち く 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ か 1月 14日(水)
	も 燃やせない ごみ	かわち うちだ ば ば 河内、打田、馬場	がつ ついたち 1月 1日(木)	がつ ようか 1月 8日(木)

ちいき 地域	しゅるい ごみの 種類	たいしょうちく 対象地区	か まえ 変わる前	か あと 変わった後
しんわ 新和	も 燃やせる ごみ	もくようび だ ちく 木曜日に 出せる 地区 きんようび だ ちく 金曜日に 出せる 地区	がつ ついたち 1月 1日(木) がつ ふつか 1月 2日(金)	だ 出せません
		げつようび だ ちく 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
	しげんぶつ 資源物	お お た お きゅうなん みやじうら きりごえ す わ 大田尾、宮南、宮地浦、切越、諏訪	がつ ついたち 1月 1日(木)	がつ いつか 1月 5日(月)
いつわ 五和	も 燃やせる ごみ	もくようび だ ちく 木曜日に 出せる 地区	がつ ついたち 1月 1日(木)	だ 出せません
		きんようび だ ちく 金曜日に 出せる 地区	がつ ふつか 1月 2日(金)	がつ いつか 1月 5日(月)
		げつようび だ ちく 月曜日に 出せる 地区	がつ にち 1月 12日(月)	がつ にち 1月 13日(火)
あまくさ 天草	しげんぶつ 資源物	しもだ ふくれぎ 下田、福連木	がつ ついたち 1月 1日(木) がつ にち 1月 15日(木)	がつ ようか 1月 8日(木) がつ にち 1月 22日(木)
かわうら 河浦	しげんぶつ 資源物	ひさとめ しゅうとめ ふるえ ろ ぎ とみつ 久留、主留、古江、路木、富津	がつ ようか 1月 8日(木) がつ にち 1月 22日(木)	がつ にち 1月 15日(木) がつ にち 1月 29日(木)

ごみの す かた わ 分からない ときは、市役所 市民環境課に き 聞いて ください。

しやくしょ しみんかんきょうか
市役所 市民環境課

でんわ
電話：0969-32-7861

し 知って ほしい こと！～ごみの 分別 ルール～

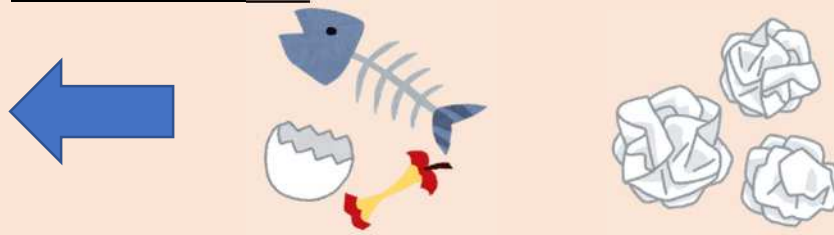
ごみを 出せる 時間…ごみを 出す 日の 朝8時30分までに 地区の
決められた 場所に 出して ください。

① 燃やせる ごみ

出せる もの…紙類、紙おむつ、生ごみ など

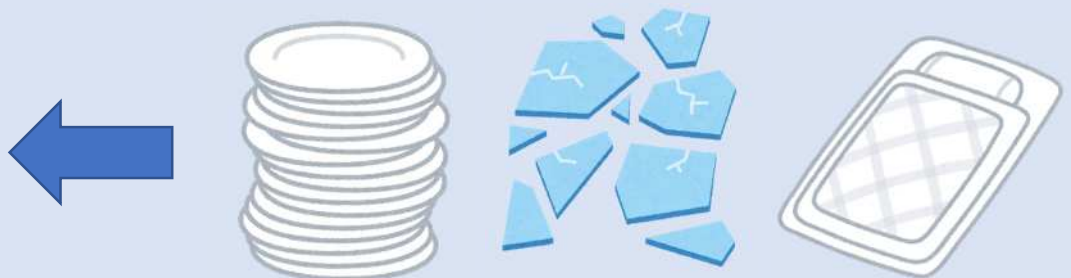


生ごみは 新聞紙などに 包んで 捨てると においが
出にくい です。



② 燃やせない ごみ

出せる もの…お皿、ガラス、金属類、ふとん など



この他 にも 分別ルールが あります。

ここから 確認して ください。

URL : <https://www.city.amakusa.kumamoto.jp/kiji00311712/index.html>





1月の年始、土曜日、日曜日、
祝日に開いている病院



ひ 日にち	びょういんめい 病院名	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	しんさつ 診療 ないよう 内容
がつついたち 1月1日(木)	あしはら いん 医院	あまくさし いまがまち 天草市 今釜町 8-13	0969-23-4988	ないか 内科
	なかむら こども・内科 くり に っく クリニック	あまくさし いつわまち ふたえ 天草市 五和町 二江 1477-57	0969-33-0144	ないか しょうにか 内科、小児科
	まつもと し か 松本 歯科	あまくさし すもとまち ば 天草市 栖本町 馬場 2560-5	0969-66-3000	しか 歯科
	あまくさ じ けい びょういん 天草 慈恵 病院	あまくさぐん れいほくまち こうつふかえ 天草郡 苓北町 上津深江 278-10	0969-37-1111	ないか 内科
がつふつか 1月2日(金)	さかい くり に っく クリニック	あまくさし みなとまち 天草市 港町 16-11	0969-22-4133	ないか 内科
	なかむら こども・内科 くり に っく クリニック	あまくさし いつわまち ふたえ 天草市 五和町 二江 1477-57	0969-33-0144	ないか しょうにか 内科、小児科
	あまくさ じ けい びょういん 天草 慈恵 病院	あまくさぐん れいほくまち こうつふかえ 天草郡 苓北町 上津深江 278-10	0969-37-1111	ないか 内科
	うちざき し か 内崎 歯科	あまくさし かわうらまち かわうら 天草市 河浦町 河浦 4822-1	0969-76-1553	しか 歯科
がつみっか 1月3日(土)	あまくさ にゅうせん くり に っく 天草 乳腺 クリニック	あまくさし はちまんまち 天草市 八幡町 16-20	0969-23-1100	にゅうせんげか ないか 乳腺外科、内科
	ふくもと いん 福本 医院	あまくさし くすうらまち 天草市 楠浦町 259	0969-23-3533	ないか 内科
	なかむら こども・内科 くり に っく クリニック	あまくさし いつわまち ふたえ 天草市 五和町 二江 1477-57	0969-33-0144	ないか しょうにか 内科、小児科
	あまくさ ちゅうおう そうごう びょういん 天草 中央 総合 病院	あまくさし ひがしまち 天草市 東町 101	0969-22-0011	しか 歯科
	あまくさ じ けい びょういん 天草 慈恵 病院	あまくさぐん れいほくまち こうつふかえ 天草郡 苓北町 上津深江 278-10	0969-37-1111	ないか 内科

つぎの ページに つづ 続きます

ひ 日にち	びょういんめい 病院名	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	しんさつ ないよう 診察 内容
がつよっか 1月4日㊤	うちやま ないか じゅんかんき ないか 内山 内科・循環器 内科 クリニック 天草	あまくさし おおたまち 8-8 天草市 太田町	0969-25-1711	ないか 内科
	ざいたく つながる 在宅と つながる クリニック 天草	あまくさし みやじだけまち 1734-2 天草市 宮地岳町	0969-28-0515	ないか 内科
	もとはら ないか しょうにか いいん 本原 内科 小児科 医院	あまくさし すもとまち ゆふねはら 735-1 天草市 栖本町 湯船原	0969-66-2010	ないか しょうにか 内科、小児科
	さとう くり にっく あまくさ 佐藤 クリニック	あまくさし うしぶかまち 3460-102 天草市 牛深町	0969-73-3155	げ か ないか せいけいげか 外科、内科、整形外科、 リハビリテーション科
	あまくさ じけい びょういん 天草 慈恵 病院	あまくさぐん れいほくまち こうつふかえ 278-10 天草郡 苓北町 上津深江	0969-37-1111	ないか 内科
がつ にち 1月11日㊤	あまくさ ちゅうおう そうごう びょういん 天草 中央 総合 病院	あまくさし ひがしまち 101 天草市 東町	0969-22-0011	ないか 内科
	ざいたく つながる 在宅と つながる クリニック 天草	あまくさし みやじだけまち 1734-2 天草市 宮地岳町	0969-28-0515	ないか 内科
	うしぶか ひふか 形成外科 皮膚科・ 形成外科 クリニック	あまくさし うしぶかまち 1498-25 天草市 牛深町	0969-74-1122	ひふか けいせいげか 皮膚科、形成外科、 アレルギー科
	じん しか くり にっく じん 歯科 クリニック	天草市 なかむらまち 2-18 中村町	0969-27-5200	しか 歯科
がつ にち 1月12日㊤	きやま なかむら くり にっく 木山・中村 クリニック	あまくさし こまつばらまち 16-13 天草市 小松原町	0969-23-4412	ないか 内科
	のだ いいん 野田 医院	あまくさし かわうらまち かわうら 4778-3 天草市 河浦町 河浦	0969-76-0067	ないか しんけい 内科、神経科
がつ にち 1月18日㊤	そうだ いいん 荘田 医院	あまくさし みなみまち 1-27 天草市 南町	0969-22-2497	ないか 内科
	しまこ 島子 ごとう いいん 島子 ごとう 医院	あまくさし ありあけまち おおしまご 1990-1 天草市 有明町 大島子	0969-52-0111	ないか いちようないか 内科、胃腸内科
	ざいたく つながる 在宅と つながる クリニック 天草	あまくさし みやじだけまち 1734-2 天草市 宮地岳町	0969-28-0515	ないか 内科
	いちまる いいん 市丸 医院	あまくさし いつわまち じょうがわら 3-457 天草市 五和町 城河原	0969-34-0036	ないか いちようないか 内科、胃腸内科
	ふくもと びょういん 福本 病院	あまくさし うしぶかまち 1522-46 天草市 牛深町	0969-73-3131	ないか 内科
がつ にち 1月25日㊤	ひらき ないか いいん 開 内科 医院	あまくさし しもうらまち 2090-1 天草市 下浦町	0969-23-0561	ないか 内科
	もうり ないか 毛利 内科	あまくさし ほんまち しちかわち 843-1 天草市 本町 下河内	0969-22-3468	ないか しょうかきないか 内科、消化器内科
	まつもと ないか がんか 松本 内科・眼科	あまくさし くらたまち 5716-6 天草市 久玉町	0969-72-2833	ないか じゅんかんきないか 内科、循環器内科、 神経内科
	たさき しか 田崎 歯科	あまくさし いつわまち ごりよう 6487 天草市 五和町 御領	0969-32-0347	しか 歯科

いろいろな 相談窓口

○外国人 相談窓口

相談できる こと…^す住んでいて ^{こま}困ったこと、^{なや}悩んでいること、^{たす}助けてほしいと ^{おも}思うこと
を 相談 できます。

相談できる 日と 時間…^{まいしゅう}毎 週 ^{げつようび}月曜日、^{もくようび}木曜日 13時00分から 17時00分まで

場所…^{ほんど}本渡の ^{しやくしょ}市役所 1階 ^{めんだんしつ}面談室3

^{でんわ}電話や ^{めーる}メールでも ^{そうだん}相談 できます。

^{でんわ}電話：090-9474-3888

^{めーる}メール：amakusa.soudan@gmail.com



○日本語教室

内容…^{にほんご}日本語の ^{べんきょう}勉強、^{にほん}日本の ^{ぶんか}文化、^{にほん}日本の ^{せいかつ}生活ルール ^{ーる}について ^{べんきょう}勉強 できます。

ばしょ 場所	ひにち 日にち	じかん 時間
ふくごうしせつ 複合施設 ここらす	がつ がつ 木曜日 1月、3月の	じ ぶん 18時30分から 20時00分
うしぶか 牛深 総合 センター	がつ にち がつ にち 1月30日、3月27日	

^{もう}申し込み方

^{でんわ}電話か ^{めーる}メール、^{QRコード}QRコードから ^{もう}申し込んで ください。

^{でんわ}電話：090-9474-3888

^{めーる}メール：world.friends.amakusa

^{らいん}LINE：<https://lin.ee/jC2Hmnf>



けんこう そうだん おやこ そうだん
○健康 相談（親子 相談）

そうだん 相談できる こと…こどもの 身体測定が できます。

こどもの 健康 や 食事について、相談 できます。

そうだん 相談できる 日	そうだん 相談できる 時間	ばしょ 場所
がつ このか 1月 9日(金)	じ ぶん 9時30分～11時30分	ふくごうしせつ 複合施設 ここらす
がつ にち 1月 13日(火)	じ ぶん 10時00分～11時00分	あまくさ にし ほけん ふくし センター 天草 西 保健 福祉 センター（河浦町）
がつ にち 1月 26日(月)	じ ぶん 9時30分～11時30分	ふくごうしせつ 複合施設 ここらす

も 持ってくる もの…母子健康手帳、バスタオル（大きい タオル）

ちゅうい 注意する こと…天草西 保健福祉 センターで 相談する ときは 電話してください。

にほんご 日本語が わからない 人は、通訳が使えます。必ず 電話して ください。

でんわ 電話：0969-22-0404

からだ けんこう そうだん せいじん そうだん
○こころ と 体の 健康 相談（成人 相談）

そうだん 相談できる こと…健康診断の 結果の 見方を 教えます。

ふと 太りすぎ など 生活習慣の 直し方を 相談 できます。

そうだん 相談できる 日	そうだん 相談できる 時間	ばしょ 場所
がつ このか 1月 9日(金)	じ ぶん 13時00分～15時00分	ふくごうしせつ 複合施設 ここらす
がつ にち 1月 13日(火)		あまくさ にし ほけん ふくし センター 天草 西 保健 福祉 センター（河浦町）
がつ にち 1月 26日(月)		ふくごうしせつ 複合施設 ここらす

も 持ってくる もの…健康診断の 結果を 持っている 人は、持ってきて ください。

ちゅうい 注意する こと…天草西 保健福祉 センターで 相談する ときは 電話してください。

くわ しくはなし き とき 話を 聞きたい 時は、ここにでんわ 電話して ください。

そうだん まどぐちめい 相談 窓口名	と あ い せ つ 問い合わせ 施設	でんわばんごう 電話番号
おやこ そうだん 親子 相談	し こども かてい せんたー 市 こども 家庭 センター	0969-22-0404
せいじん そうだん 成人 相談	あまくさ ちゅうおう ほけん ふくし せんたー 天草 中央 保健 福祉 センター	0969-24-0620
おやこ そうだん せいじん そうだん 親子 相談・成人 相談	あまくさ にし ほけん ふくし せんたー 天草 西 保健 福祉 センター	0969-75-3301

●市 こども 家庭 センター

あまくさ ちゅうおう ほけん ふくし せんたー
天草 中央 保健 福祉 センター

じゅうしょ あまくさし じょうなんまち 4-15 ふくごうしせつ こころす のなか
住所：天草市 浄南町 4-15 複合施設 こころす のなか

あ 開いている じかん げつようび から きんようび ※ 祝日は あ 開いていません

じ 8時30分から ぶん 17時15分

●天草 西 保健 福祉 センター

じゅうしょ あまくさし かわうらまち しらかかわち 223-11
住所：天草市 河浦町 白木河内 223-11

あ 開いている じかん げつようび から きんようび ※ 祝日は あ 開いていません

じ 8時30分から ぶん 17時00分



にほん しょうがつ 日本の お正月



みなさん、あけましておめでとうございます！

2025^{ねん}年は どのような 1^{ねん}年 でしたか？

にほん 日本では、1^{ねん}年の 始まりを 「お正月」^{しょうがつ} と言^いい、仕事^{しごと}を 休^{やす}んだり、旅行^{りょこう}に 行^いったりして、ゆっくりと 過^すぎします。

こんげつ 今月の 市政^{しせい}だより 天草^{あまくさ}（やさしい にほん 日本語版）では、みなさんが 気持ち^{きもち}よく 2026^{ねん}年を 始^{はじ}める ことが できる^がよう、1^{がつ}月に 使^{つか}う あいさつを 勉強^{べんきょう} しましょう。

ことし 今年も 市政^{しせい}だより 天草^{あまくさ}を よろしく お願^{ねが}いします。

①あけまして おめでとう ございます

「無^ぶ事に^じ 新しい^{あたらしい} 年^{とし}を 迎^{むか}えることが できて

よかった」という 意味^{いみ}の あいさつ です。

にほん 日本では、「年神^{としがみ}さま」という 神様^{かみさま}が 正月^{しょうがつ}に

いえ 家^{いえ}に 来^くると 言^いわれて おり、無^ぶ事に^じ 「年神^{としがみ}

さま」を お迎^{むか}え できて おめでたう ござい

ます という 意味^{いみ}が あります。

1^{がつ}月 15^{にち}日 頃^{ごろ} までに あった

ひと 人には、「あけまして おめでたう ございます」と

つた 伝えてみましょう！

②今年も よろしく お願^{ねが}いします

しよくば 職場^{しよくば}の人や、ご近所^{きんじよ}の 方^{かた}に、2025^{ねん}年に

おせわに なった ことへの 感謝^{かんしや}を 伝^{つた}える

言葉^{ことば}です。また、2026^{ねん}年も 良^よい 関係^{かんけい}を

つづけて いきたい という 気持ち^{きもち}を 伝^{つた}える

意味^{いみ}も あります。

これまでに 話^{はな}した ことが ある人^{ひと}に

たい 対^{たい}して 使^{つか}う 言葉^{ことば}です。一^{いっ}しょに 働^{はたら}いて

いる 人^{ひと}や、友^{とも}達^{だち}、ご近所^{きんじよ}の 人^{ひと}に 伝^{つた}えて

みましょう！