

『いきいき健康長寿講演会』を開催します

熊本県後期高齢者医療長寿・健康増進事業として、『いきいき健康長寿講演会』を開催します。104歳で、なお現役の講師が実践する習慣健康法から、健康・長寿の秘けつを学んでみませんか。

■と き＝2月17日(土) 午後2時から(同1時30分開場)。

■ところ＝苓北町コミュニティセンター・大会議室(天草郡苓北町)。

■内容
 [演題]『100歳時代を生きぬく力』
 ～世界一元気な104歳児が実践する十大習慣健康法～
 [講師] 鼻地三郎氏(社会福祉法人しいのみ学園・理事長兼園長、福岡教育大学名誉教授)

※入場料は無料です。開場時間などは、若干の変更がある場合があります。

【問い合わせ先】
 熊本県後期高齢者医療広域連合事業課
 ☎096(368)6777



年金情報

～年金を受給するための納付条件～

老後を支える「老齢基礎年金」や、病気や事故などで障がいが残ったときの「障害基礎年金」、年金加入者が死亡したときに遺族を支える「遺族基礎年金」を受給するためには、それぞれ次のような保険料の納付条件があります。

- 老齢基礎年金…保険料納付などの受給資格期間が原則25年(300月)以上あること。
 - 障害基礎年金…病気やケガの前の加入期間に3分の1以上の保険料未納期間がない、または直前の1年間に未納期間がないこと。
 - 遺族基礎年金…加入期間の3分の1以上の未納がない、または直前の1年間に未納がないこと。
- ※条件を満たさない場合、年金を受給することができません。いざというときのために、保険料はきちんと納めましょう。なお、受給資格期間には「免除を受けた期間」も含まれますので、経済的に納付が困難な場合はご相談ください。

【問い合わせ先】本渡年金事務所 ☎242112
 本庁・保険年金課国民年金係(内線1137)

あったか天草椿まつりを開催します

西平椿公園(天草町大江)の約2万本の椿が見ごろを迎える時季にあわせて、「第20回あったか天草椿まつり」を開催します。天草灘を一望でき、真紅の花が咲きほこる同公園へ、ぜひお出かけください。

■と き＝3月6日(日) 午前10時から。

■ところ＝西平椿公園。

■内容＝特産品の販売、海賊鍋やバーベキューなどの各種バザー、もち投げなど。

※主なイベントは3月6日(日)に開催しますが、2月19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日)にも同会場で特産品の販売など行いますので、ぜひご来場ください。

【問い合わせ先】
 あったか天草椿まつり実行委員会事務局
 (天草支所内) ☎421111

「本町がらりウォーク大会」の参加者募集!

本町地区振興会では、本町の自然と史跡に触れながら、各ポイントで問題を解くなど、楽しみいっぱいの「本町がらりウォーク大会」を開催します。ぜひご参加ください。



- と き＝2月27日(日) 午前9時から(雨天中止)。
 - コース＝本町公民館をスタート・ゴールとする約5km。
 - 参加料＝無料(未就学児は、保護者が同伴してください)。
 - 持参品＝筆記用具、飲み物など(閉会式後、おにぎりや豚汁のサービスがあります)。
 - 申込方法＝2月23日(土)までに電話またはFAX・電子メール(参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で、本町公民館へお申し込みください。
- 【電話・FAX】 ☎4735
 【電子メール】 honmachi-ko@city.amakusa.lg.jp
 【問い合わせ先】 本町公民館 ☎4735

図書館へ行こう!

～河浦図書館・新和町民センター図書室からのお知らせ～

【市立図書館ホームページ】
<http://www.lib.city.amakusa.kumamoto.jp/>
 【問い合わせ先】河浦図書館 ☎760388、FAX ☎0080
 新和分室 ☎462111

河浦図書館～新刊のご案内～



本屋さんでくれた奇跡
 清水克衛
 「人生で最高の本」に出会ったことがありますか?本には大きな力があります。そして人間にもすごい力があるのです。9人の人生を変えた9冊の本の、本当にあった物語。

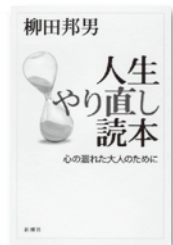


パムとケロのもりのこや
 島田ゆか
 近くの森へ出かけた犬のパムとカエルのケロは、誰も住んでいない古い小屋を見つけ、秘密の小屋にしよう…。人気シリーズ待望の新刊。

その他のおすすめ図書

- 〔一般書〕
 ▶天使の報酬 (真保裕一)
 ▶さんさんさん 障害児3人子育て奮闘記 (佐々木志穂美)
 ▶三国演義 全10巻 (梁 小龍)
 〔児童書〕
 ▶どんぐり銀行は森の中 (大塚菜生)
 ▶しんかんくんけんかする (のぶみ)
 ▶あたらしいみかんのむきかた (岡田好弘)
 ※()内は著者名。

新和町民センター図書室(新和支所内)～新刊のご案内～



人生やり直し読本
 柳田邦男
 「お父さんは男です。お母さんは?」という問いに「大好き」と答えた子ども。子どもたちのみずみずしく柔軟な感性が、自由な発想を失ったおとなの心を刺激し、いやします。人生を見直したい人におすすめの一冊。



もりのくまとティディベア
 牧野直子
 自然の中で暮らす「もりのくま」とぬいぐるみの「ティディベア」。それぞれどんなふう生きていくのでしょうか。「幸せ」とは、「生きる」とは何かを深く考えさせてくれる絵本。

その他のおすすめ図書

- 〔一般書〕
 ▶純平、考え直せ (奥田英朗)
 ▶つながる技術 (小山薫堂)
 ▶断捨離で日々はごきげんに生きる知恵 (やましたひでこ)
 〔児童書〕
 ▶チャレンジミツケ! 7(ウォルター・ウィック)
 ▶でもすきだよ、おばあちゃん(スー・ローソン)
 ▶ふくはうち (長谷川義史)
 ※()内は著者名。

演劇アウトリーチ事業 in 天草

市では、熊本県立劇場と連携して、演劇を使ってコミュニケーション能力を育成することを目的に、プロの演出家を有明地区の浦和小学校へ派遣し、「演劇アウトリーチ事業 in 天草(ワークショップ)」を実施しています。

今回その集大成として、公開発表会を開催します(入場無料)。皆さん、ぜひご来場ください。

【問い合わせ先】天草市民センター ☎4125

▶と き＝2月20日(日) 午後2時から。

▶ところ＝天草市民センターホール。

- ▶内容
 ①事業のねらいや取り組みについての報告
 ②浦和小学校の4・5年生による演劇発表
 ③パネルディスカッション

宮田地区ペアマラソン大会の参加者募集!!

倉岳町の宮田地区振興会では、「第25回宮田地区ペアーマラソン大会」の参加者を募集します。宮田名物のだご汁のサービスがあるほか、参加者全員に抽選で賞品が当たります。

▶対象＝2人1組であればどなたでも参加できます(ただし、小学3年以下の児童は18歳以上の人と参加してください)。

▶と き＝3月20日(日)午前10時スタート(小雨決行)。

▶コース＝倉岳大えびす公園一帯(大えびす像前をスタート・フィニッシュとする3km)。

▶参加料＝1組2,000円。

▶申込方法＝倉岳支所・総務振興課または宮田出張所、本庁・地域振興課、その他の支所・総務振興課に備え付けの参加申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて、3月10日(土)までに同支所・総務振興課または宮田出張所へ提出してください(参加料は郵便振替で入金することもできます)。

【問い合わせ先】倉岳支所・総務振興課 ☎43111