

# 天草

市政だより

山頂からの眺めを堪能!

## 主な内容

- 誰もが健康で、安心して暮らしていくために
- 天草西海岸サンセットライン
- 大会・合宿誘致の取り組み
- ありがとう。わが母校

平成25年

3/1

No.166

# 誰もが健康で、

# 安心して暮らしていくために

## ～天草市国民健康保険(国保)の状況と特定健診について～

国民健康保険(国保)は、病气やけがをしたときに誰もが安心して医療を受けられるように、お互いに助け合うという相互扶助の制度として、加入者の皆さんから納めていただく国保税と、国や県からの補助金などで運営しています。

今号では、平成23年度の天草市国民健康保険の状況についてお知らせするほか、生活習慣病を予防するための特定健診の必要性についてお知らせします。

### 国保の状況

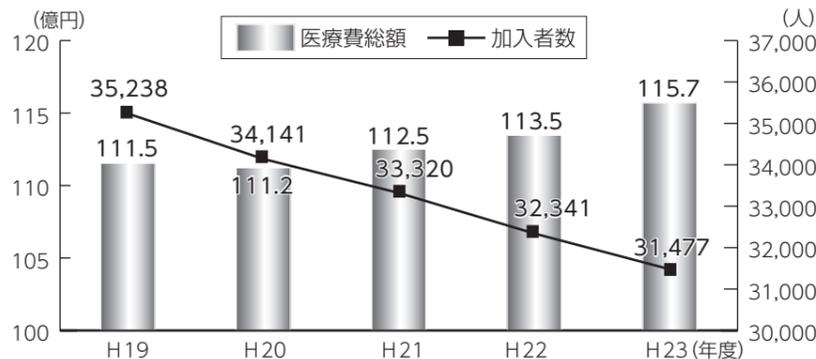
平成23年度の天草市国民健康保険(国保)は、加入者数が3万1,477人で、医療費の総額は約15億円となっています。

グラフ1は、同年度を含む過去5年間の加入者数と医療費総額の推移です。加入者数は年々減少している一方で、医療費の総額は毎

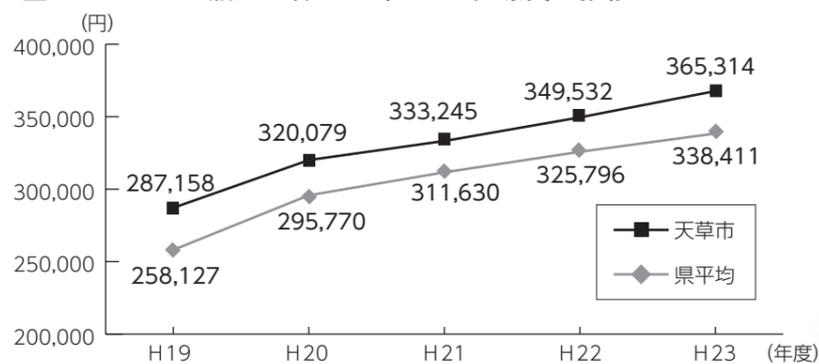
年増加傾向にあります。グラフ2は、一般加入者1人当たりの医療費の推移です。平成19年度は28万7,158円でしたが、同23年度は36万5,314円となっており、5年で約7万8千円も増えている状況です。また、いずれの年度も県の平均を上回っています。

このまま医療費が増加していくと、国保の財政が圧迫され、さらなる国保税の引き上げにつながります。

◆グラフ1…加入者数(年間平均)と医療費総額の推移

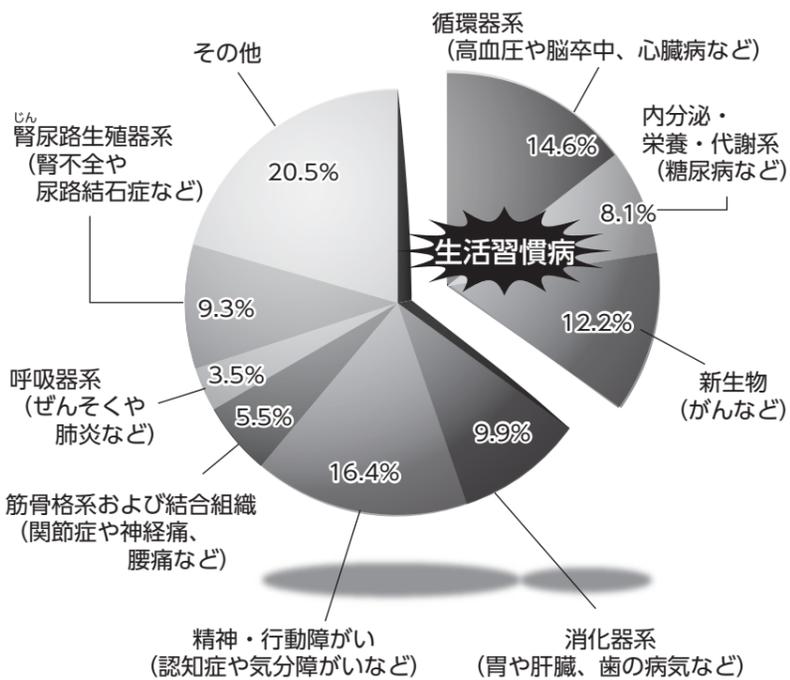


◆グラフ2…一般加入者1人当たりの医療費の推移



出典：国保事業年報

◆グラフ3…市の疾病分類別構成割合(平成23年5月診療分)



医療費の増加を抑えるために次のことを考えてみましょう

#### ■かかりつけ医・薬局を持つ

かかりつけ医・薬局は、病歴や服薬歴、体質などを把握しているため、治療効果が高まります。

#### ■ジェネリック医薬品の使用について相談する

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、厚生労働省から新薬と効き目や安全性が同等と認められたもので、その価格は新薬の約3/7割です。症状に応じてジェネリック医薬品を効果的に使用します。

#### ■生活習慣病を予防する

生活習慣病は自覚症状がなく進行し、そのまま放置すると脳卒中や心臓病、糖尿病など深刻な病気へ重症化していきます。市の疾病分類別構成割合(グラフ3)でも、高血圧・脳卒中などの「循環器系」、糖尿病などの「内分泌・栄養・代謝系」、「新生物(がん)」などの生活習慣病が、全体の3分の1以上を占めています。

このことから、特に生活習慣病を予防することで、医療費の増加を抑えることができると考えられます。

### 国保ニュース

#### 医療費負担「1割」の特例措置期間を延長

70～74歳の国民健康保険加入者(高齢受給者)が医療を受けたときに支払う医療費の負担割合(2割)は、特例措置により3月まで「1割」となっていますが、この措置が平成26年3月までに延長されます。

これに伴い、国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証が、新しいものになります。新しい保険証は3月末までに対象者に郵送します。

なお、負担割合が「3割」の人の保険証に変更はありません。

#### ■対象者

昭和13年4月2日から同18年3月1日までに生まれた人で、現在2割負担の保険証の交付を受けている人。

#### ■保険証の変更点

負担割合の表示が「2割(平成25年3月31日までは1割)」から、「2割(平成25年7月31日までは1割)」となります(8月1日以降の保険証については、7月下旬に郵送します)。



# 特定健診の受診で生活習慣病の予防を!!

市国保では、生活習慣病の該当者やその予備群を早期に発見するため、『特定健康診査(特定健診)』を実施しています。年に1回特定健診を受診することで、高血糖や高血圧、脂質異常症などのほか、自覚症状がない異常も見つけることができます。また、病気を早期に発見することで症状が軽いうちに治療ができ、身体的・経済的負担も減らすことができます。

しかし、平成20年度から同23年度の受診率の推移はグラフ4のとおりで、市全体では35・7%とまだ低い状況です。

また、グラフ5は、平成23年度の特定健診受診者に占める、各項目で異常が見つかった人の割合です。糖尿病の検査項目であるHbA1cでは、63・5%の人が基準値を超えているほか、動脈硬化を促進させるLDL(悪玉)コレステロールも、52・6%の人が基準値よりも高かったという結果が出ています。

病気が早期発見・治療がいちばんです。皆さん、必ず特定健診を受診するようにしましょう。

- ◆対象 40～74歳の国保加入者。
- ◆内容 ①身体・血圧測定のほか、血液(脂質・肝機能・腎機能・糖尿病代謝系)・尿・心電図検査、問診(服薬、喫煙歴など)。
- ◆負担金 900円。

生活習慣病を発症する危険性が高い人には、特定健診指導が有効です。

特定健診の結果により、このままでは生活習慣病を発症する危険性が高い人には、市の保健師や管理栄養士、健康運動指導士などが生活改善のサポートをする、特定健診指導を、無料で受けることができます。皆さん、積極的に活用しましょう。

※国保以外の健康保険組合や共済組合などに加入している人の特定健診、特定健診指導については、加入している医療保険者または事業所へお尋ねください。

## 平成25年度の健診について

4月上旬に、『天草市健康診査のお知らせ』『天草市健康診査希望調査票』を対象世帯に配布します。平成25年度の健診の日程などについては、同お知らせに掲載していますのでご確認ください。



### 天草市健康診査希望調査票とは

天草市健康診査希望調査票は、市が実施している地域健診や指定病院での健診、人間ドックなどの受診希望の有無を確認するもので、この調査をもとに健診の案内や問診票を送付します。

必要事項を記入し、同封の返信用封筒で郵送するか、各支所健診担当課または各保健福祉センターへ提出してください。

■提出期限 = 5月7日ⓧ

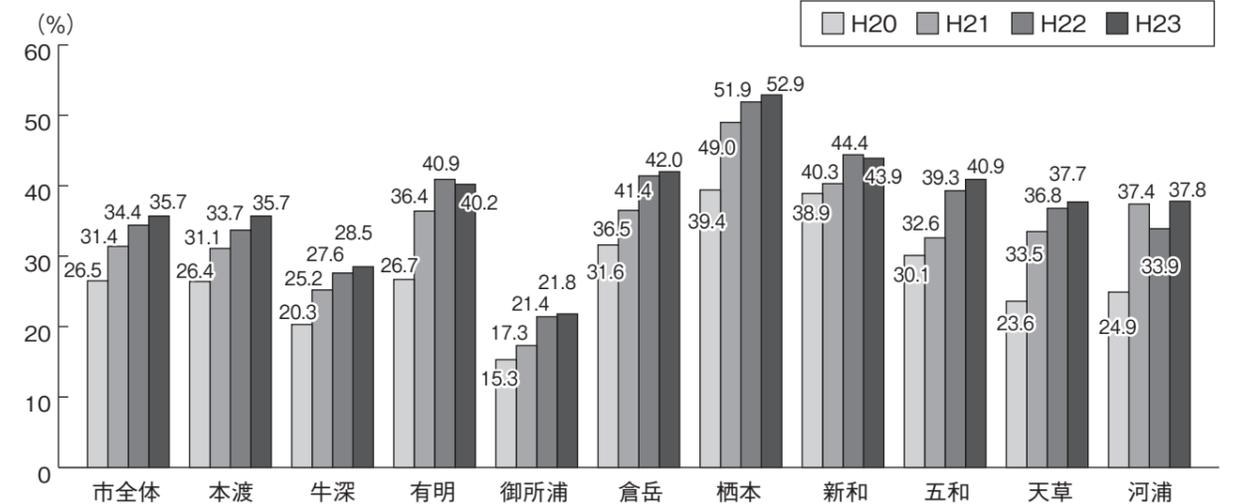
市健診を希望しない人も必ず提出してください。



#### 【問い合わせ先】

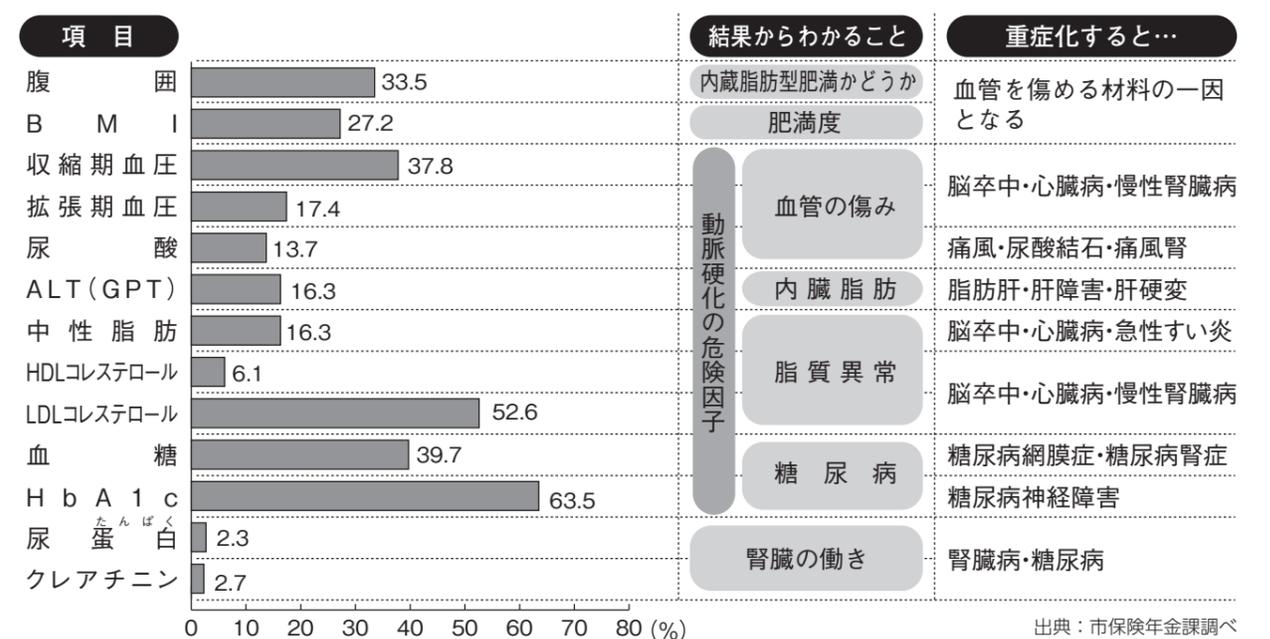
- 天草市国民健康保険に関すること…本庁・保険年金課 ☎1111内線1133
- 健診に関すること…天草中央保健福祉センター ☎0620 / 天草東保健福祉センター ☎3355  
天草西保健福祉センター ☎3301

◆グラフ4…市の各地区特定健診受診率の推移



出典：市保険年金課調べ

◆グラフ5…平成23年度の特定健診受診者に占める各項目で異常が見つかった人の割合



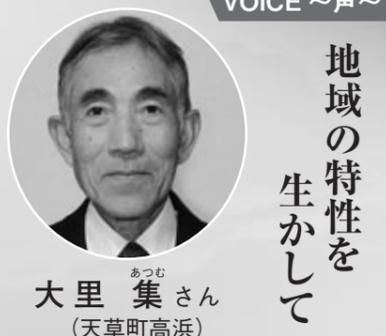
出典：市保険年金課調べ

# 天草西海岸サンセットライン



- ① 下田の夕陽 (天草町下田北)
- ② 十三仏公園の夕陽 (天草町高浜)
- ③ 大ヶ瀬の夕陽 (天草町大江)
- ④ マリア像の夕陽 (河浦町崎津)
- ⑤ 拝瀬・鳴瀬の夕陽 (河浦町崎津)
- ⑥ 魚貫・黒石の夕陽 (魚貫町)
- ⑦ 遠見山公園の夕陽 (牛深町)
- ⑧ 小森海岸の夕陽 (牛深町)

市では、天草西海岸の財産である夕陽を活用した地域づくりと活性化を目的として、「宝の海・夕陽日本一づくり事業」を地域住民と協働で進めています。同事業では、牛深・天草・河浦地区の住民によるワークショップ（研究会）や検討会の開催を通して、平成23年6月に、天草西海岸から望むことができる夕陽観賞スポットの中から特に優れた8カ所を「天草夕陽八景」として決定。そして昨年12月には、同八景をはじめ周辺の観光スポットを含めたルートを設定し、その愛称を「天草西海岸サンセットライン」に決定しました。今後は、天草西海岸地域に点在する観光スポットを線で結んだ天草西海岸サンセットラインを広くPRすることで、観光客の誘客と地域づくりにつなげていきます。



大里 集さん (天草町高浜)

## 地域の特性を生かして

天草夕陽八景と天草西海岸サンセットラインを決める検討会に参加し、皆さんのこの事業にける意気込みを感じることができました。今後も行政と一体となって、地域の特性を生かした取り組みを進めていきたいと考えています。

# 大会・合宿誘致の取り組み

市では、交流人口の増加による経済発展を図るとともに、市内公共施設の利活用促進を目的として、各種団体・学校が行う大会・合宿の誘致に取り組んでいます。そこで今号では、これまでの取り組み状況や実績などについてお知らせします。

## 取り組み状況

市内で宿泊を伴う大会や合宿等を実施する各種団体・学校を対象に、宿泊経費などに補助金を交付する大会等誘致事業補助金を平成18年度に創設しました。また、市内の宿泊施設や公共施設の所在地・規模などをまとめたホームページを開設したほか、ガイドブックを作成。さらに、九州内の中学・高校や大学、実業団を直接訪問するなどのPR活動を行っています。

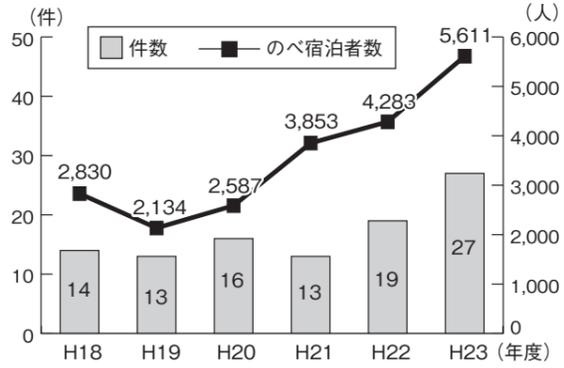


▲ガイドブック

## 取り組み実績

このような取り組みを通して、市内で実施される大会や合宿は徐々に増えています。グラフ1は、平成18年度から同23年度における同補助金の利用件数と、のべ宿泊者数の推移です。利用件数は増加傾向にあるほか、のべ宿泊者数は約2倍に増えています。

◆グラフ1...補助金利用件数とのべ宿泊者数の推移



出典：市商工観光課調べ

## 経済効果は約5,330万円

平成23年度に同補助金を利用した団体などから提出された事業実績書をもとに、この取り組みによる市への経済効果を試算しました。宿泊費や施設利用料などの直接的な効果として約3,630万円、そして、交通費のほか大会・合宿参加者の消費活動（飲食費、おみやげの購入など）を含めると約5,330万円の経済効果があつたと試算されます。市では、今後も大会・合宿を積極的に誘致し、交流人口の増加による経済発展を図っていきます。

## 大会等誘致事業補助金のご案内

- ◆対象＝市内の宿泊施設（研修施設や合宿所を除く）にのべ25人以上の宿泊を伴う大会や合宿。
- ◆補助対象経費＝宿泊料や施設利用料など。
- ◆補助額＝宿泊人数により右表のとおり。
- ◆申請方法＝本庁（別館）・商工観光課に備え付けの申請書に必要事項を記入のうえ、大会・合宿実施日の1週間前までに同課へ提出してください。なお、申請書は市合宿案内ホームページでも取得できます。  
[ホームページアドレス]  
<http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/gassyuku/>

宿泊者のべ人数	補助金額
25人以上50人未満	25,000円
50人以上100人未満	50,000円
100人以上300人未満	100,000円
300人以上500人未満	200,000円
500人以上	300,000円

## 天草夕陽八景のロゴマークを作成、現地には標柱を設置します

天草夕陽八景をよりPRするため、ロゴマークを作成しました。また、天草夕陽八景選定地の現地には、目印として標柱を設置します。この標柱には、選定地から見る事ができる夕陽の見どころのほか、夕陽が沈む方角を季節ごとに記載します。



※『天草西海岸サンセットライン』についての詳しいことは、牛深支所・産業振興課 ☎⑦2111、天草支所・総務市民課 ☎④1111、河浦支所・総務市民課 ☎⑥1111へ。

【問い合わせ先】本庁（別館）・商工観光課 ☎③1111内線2555

# 福連木小学校

あゆみ



- 明治 8 福連木村説教場を仮校舎として創立
- 25 福連木尋常小学校と改称
- 38 福連木尋常高等小学校と改称
- 41 福連木尋常小学校と改称
- 昭和16 福連木国民学校と改称
- 22 福連木小学校と改称
- 31 天草町立福連木小学校と改称
- 50 創立100周年
- 52 体育館が完成
- 58 鉄筋コンクリート3階建ての現校舎が完成
- 平成 18 天草市立福連木小学校と改称

## 閉校記念特集

# ありがとう。わが母校



3月31日をもって、天草町の福連木、下田北、下田南、高浜、大江の5小学校、河浦町の新合、宮野河内の2小学校が閉校します。

今号では、これらの小学校のあゆみ、在校生や卒業生の皆さんに母校に寄せる思いなどを語っていただきます。

なお、4月1日から、天草町の5小学校は高浜小学校の校舎で天草小学校としてスタートし、河浦町の2小学校は河浦小学校と統合します。

## 炭焼きと子守唄の里、大好き！福連木小



最後の6年生 (=写真左から)

木本莉乃さん・野口竜也くん・田中ももさん

地域の人から木のわり方や炭の作り方などを習い、貴重な体験ができました(木本さん)。平成音楽大学の皆さんと子守唄を歌えたことが心に残りました(野口くん)。子守唄が忘れられないように、五木や島原に歌いに行ったことが思い出です(田中さん)。多くの体験ができた福連木小が閉校になるのはさみしいです(全員)。

## 福連木小学校に感謝



昭和35年度卒

柳田 アツ子 さん  
(天草町福連木・64歳)

小さいころから親しんだ小学校がなくなるということで、とてもさみしいです。当時はみんな仲が良く、楽しく学校生活を送ることができていました。いちばん楽しかった思い出は、弁当を持って遠足に行ったこと。

学校はなくなっても、138年の歴史と思い出は、それぞれの卒業生の胸にしっかりと刻まれることでしょう。



▲最後の運動会で地区住民の皆さんといっしょに



▲福連木子守唄&童謡まつり'11で子守唄を披露する児童たち



▲炭の釜だしのようす(平成13年)

# 下田南小学校

あゆみ



- 明治 8 慈泉院を借り受け開設
- 18 小田床村公立小田床小学校となる
- 20 小田床小学校簡易科教場と改称
- 38 小田床尋常高等小学校と改称
- 41 小田床尋常小学校と改称
- 昭和 11 下田南尋常小学校と改称
- 16 下田南国民学校と改称
- 31 天草町立下田南小学校と改称
- 50 創立100周年
- 55 体育館が落成
- 平成 11 木造2階建て（一部鉄筋コンクリート）の現校舎が完成
- 18 天草市立下田南小学校と改称

# 下田北小学校

あゆみ



- 明治 8 公立下津深江小学校として創立
- 25 下津深江小学校と改称
- 38 下津深江尋常小学校と改称
- 昭和 11 下田北小学校と改称
- 14 校歌制定
- 16 下田北国民学校と改称
- 22 下田村立下田北小学校と改称
- 31 天草町立下田北小学校と改称
- 40 校旗制定
- 50 創立100周年
- 56 鉄筋コンクリート2階建ての現校舎と体育館が完成
- 平成 18 天草市立下田北小学校と改称



昭和37年度卒  
尾崎 知 さん  
(天草町下田南・67歳)

小さいころから、山道を歩いて通った下田南小学校。自分の子どもも同じ学舎で過ごした学校だけに、強い思い出があります。当時からすると児童数は減ってしまいましたが、教職員や地域の方々によって、この下田南ではぐくまれた温かい心は、いつまでも卒業生から受け継がれることでしょう。138年間ありがとう、下田南小学校。

## 下田南小の思い出



最後の在校生 (=写真左から)

- 〔後列〕 濱崎 海渡くん・上野 真彩さん・佃 歩佳さん
- 榊山 美幸さん・関 佳奈香さん・上野 音々さん
- 〔前列〕 中村 若菜さん・石松 里紗さん

私たちは、下田南小学校「最後の児童」8人です。私たちの学校は本年度いっぱい、138年の歴史に幕を閉じることになりました。この学校でいちばん心に残っていることは、みんなで毎日練習に励んだ合唱です。とても熱心に指導して下さる先生に恵まれ、この6年間は天草郡市音楽会に4回も出場することができました。これからは、この学校で学んできたことやたくさんすばらしい思い出を胸に、いろいろなことに挑戦していきたいと思っています。

Practice makes perfect 〱 努力は裏切らない 〱



▲最後の運動会での集合写真



▲一輪車大会に出場



▲運動会のようす (昭和40年代)



昭和57年度卒  
赤崎 めぐみ さん  
(天草町下田北・42歳)

私が5年生のとき、今の校舎が完成。翌年には体育館が新しくなりワクワクしたことを思い出します。3階建てになりうれしくて3階まで一気に駆け上った記憶があります。小学校時代がいちばん、勉強や運動をがんばったと思います。「努力すれば良い事があるよ」と当時の日記にも書いてあるほどです。たくさん思い出をありがとう。

## 下田北小学校の思い出



最後の6年生 (=写真左から)

- 高見 京平くん・高見 佳史くん・原口 詩音さん
- 古賀 奈津希さん・熊谷 友紀さん

私たち下田北小学校の児童は、みんな仲が良く、とても明るいです。笑顔いっぱい、心の中はいつもぽかぽかです。

下田北小学校では、いろいろな行事を地域の人たちといっしょにやってきました。下田のことについていろいろ教えてもらい、私たちは「ふるさと下田北」が大好きになりました。閉校してしまえば、この交流ができなくなってしまうことをとてもさびしく思います。

地域の人たちから教わったことを忘れずに、未来の子どもたちにも伝えていきたいです。138年間、私たちを見守ってくれてありがとう、そしてさようなら、下田北小学校。

北小 志高く つなげよう みんなの思い 未来の君へ



▲最後の下田北大運動会



▲しらすぎフェスタで地域の皆さんと記念の1枚



▲旧校舎 (昭和9年ごろ)

# 大江小学校



あゆみ

- 明治 9 創立
- 20 尋常大江小学校と改称
- 37 大江尋常小学校と改称
- 昭和 16 大江国民学校と改称
- 22 大江小学校と改称
- 31 天草町立大江小学校と改称
- 37 校歌制定
- 48 鉄筋コンクリート3階建ての現校舎が完成
- 50 創立100周年。体育館が完成
- ✦ 軍ヶ浦分校が閉校
- 平成 16 向辺田分校が閉校
- 18 天草市立大江小学校と改称

# 高浜小学校



あゆみ

- 明治 8 高浜村立高浜小学校として創立
- 12 天草郡公立高浜小学校と改称
- 20 尋常高浜小学校と改称
- 24 高浜尋常小学校と改称
- 30 高浜尋常高等小学校と改称
- 昭和 16 高浜国民学校と改称
- 22 高浜村立高浜小学校と改称
- 31 天草町立高浜小学校と改称
- 50 創立100周年
- 55 体育館が完成
- 平成 18 天草市立高浜小学校と改称
- 19 鉄筋コンクリート2階建ての現校舎が完成



6年  
ゆきあい ひびき  
行合 響くん  
(天草町大江・12歳)

大好きな大江小学校

大江小の行事の中で、いちばん心に残っているのは「こっばもち」作りです。こっば隊長の4年生が中心になり、全校児童で地域の方々に教わりながらこっばもちを作りました。大江には大江天主堂などがあります。僕は、冬のイルミネーションが大好きです。大江小がなくなるのはさびしいけれど、いつまでも誇りに思います。



昭和59年度卒  
じゅんや  
久保山 淳也さん  
(天草町大江・40歳)

ありがとう大江小

「137年間ありがとう」という閉校を知らせる看板を見るたびに、大江小の歴史が終わろうとしているさみしさを感じています。私、父母、そして子ども、それぞれが通い思い出を作った大江小に誇りを持ち続けていきたいと思います。そして、この大切な思い出とともに、母校の閉校を見届けたいと思います。ありがとう、大江小。



昭和41年度卒  
かずゆき  
木田 一幸さん  
(天草町大江・58歳)

木造校舎の思い出

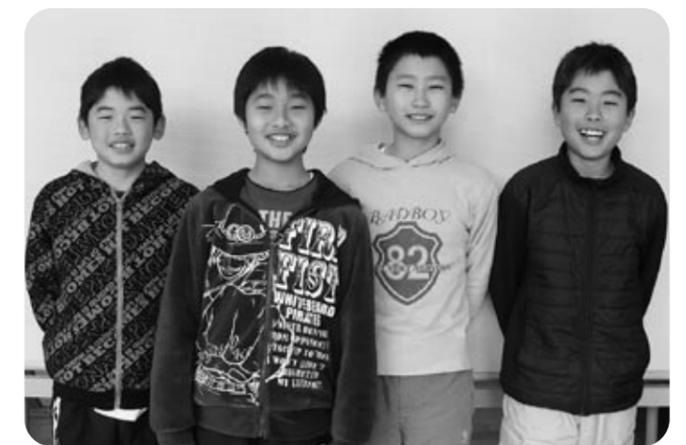
昭和36年4月に、大江小学校に入学。当時は木造2階建ての校舎で堂々とした風貌をしていました。小学校に行く道路沿いには大きな桜の木、正面玄関の両側にせんだんの木がありました。廊下は直線で幅も広く、掃除ではぞうきんがけをよくしていました。6年間学んだ木造校舎の思い出は、私の脳裏にいつまでも残ることでしょう。



昭和46年度卒  
とおる  
藤本 徹さん  
(天草町高浜・53歳)

高浜小学校の思い出を胸に新生小学校へ

木造校舎時代から138年間、私たち卒業生とともに、地元の中心としていろんな思い出を作り、残してきた「高浜小学校」の校名が消えることに、さみしい思いもあります。現在の少子化ではしかなかったのですが、新生「天草小学校」として、今までの思い出を胸に、新たな伝統を作っていってもらいたいと思っています。



最後の6年生 (=写真左から)  
こうや 山崎 貴矢くん・ゆうき 宮崎 友希くん・かずき 方尾 和希くん  
なおと 富田 直人くん

ありがとう、さようなら高浜小学校

今の新しい高浜小学校ができた年に、ほくたち4人は入学してきました。あれから6年、今度は高浜小学校の閉校とともに卒業することになりました。ピッカピカのきれいで明るい校舎は、ほくたちの自慢です。毎日ここで勉強や運動ができたことに感謝しています。中学校へ進学しても、高浜小でのたくさんの思い出を大切にしていきたいです。



▲最後の運動会終了後の記念写真



▲航空写真 (昭和55年)



▲旧校舎 (昭和11年)



▲いかだくんだり (平成12年)



▲消防クラブ鼓笛隊 (昭和57年)



▲少年消防クラブ結成 (昭和52年)

# 宮野河内小学校



## あゆみ

- 明治 7 本郷開キに村有家屋20坪校舎にて初等教育を開始
- 24 宮野河内尋常小学校と改称
- 41 宮野河内尋常高等小学校と改称
- 昭和 16 宮野河内国民学校と改称
- 22 宮野河内小学校と改称
- 31 河浦町立宮野河内小学校と改称
- 34 校歌制定
- 40 鉄筋コンクリート3階建ての現校舎が完成
- 49 創立100周年
- 53 体育館が完成
- 平成 18 天草市立宮野河内小学校と改称

# 新合小学校



## あゆみ

- 明治 8 字敷島231番地に津留学校として開校
- 13 中等津留小学校と改称
- 19 津留簡易科教場と改称
- 25 新合尋常小学校と改称
- 38 新合尋常高等小学校と改称
- 昭和 13 校章制定
- 16 新合国民学校と改称
- 22 新合村立新合小学校と改称
- 29 河浦町立新合小学校と改称
- 42 体育館が完成
- 50 創立100周年
- 54 鉄筋コンクリート2階建ての現校舎が完成
- 平成 18 天草市立新合小学校と改称



昭和28年度卒  
高坂 眞教 さん  
(河浦町宮野河内・71歳)

私が入学したころは、終戦直後の物不足の時代。木造校舎で、教科書は先輩の譲りもの、ノートは石盤と紙質の悪いものでした。当時の生徒数は約400人で、現在のような過疎化、少子化現象は想像にもおぼびませんでした。138年の歴史と伝統にはぐくまれた宮野河内小学校の思い出は、いつまでも卒業生の心に残ることと思います。

心に残る宮野河内小学校



最後の6年生 (=写真左から)  
木下 結貴くん・杉本 顕正くん・岩崎 功真くん  
田中 裕美さん

閉校とともに卒業する私たち4人は、宮野河内小で学んだことや思い出がたくさんあります。いちばん心に残っていることは、通学合宿です。この通学合宿では、協力してご飯を作り、みんなでいっしょに食べました。家を離れて過ごしてみても見つかったけれど、楽しかったし、あらためて親のありがたさを感じました。

中学校に進学しても、宮野河内小でのすてきな思い出を大切にしていきたいです。

楽しく学んだ宮野河内小学校



昭和13年度卒  
田中 鐵男 さん  
(河浦町新合・86歳)

私は昭和8年に入学しました。当時は、現在のようランセルや靴などもなく、教科書は風呂敷に包み、げたや草履で通っていました。雪の降る日は、毛布をかぶり、裸足で登校し、学校横の小川で足を洗って校舎に入っていたことを思い出します。137年の歴史と伝統を持つ新合小学校は、いつまでも地域や卒業生の宝物です。

新合小学校は地域の宝



最後の6年生 (=写真左から)  
〔後列〕番田 龍生くん・松本 華奈さん・吉田 優花さん  
大西 雅人くん  
〔前列〕大西 麻矢さん・内田 春華さん・田川 貴教くん  
松本 紗菜さん・倉田 郁也くん

137年の長い歴史のある新合小学校が、今年度で閉校します。私たち6年生9人は、たくさんの思い出がつまった新合小とともに卒業します。私たちは、新合小で「命を大切にすること」「勉強が大切であること」「人に優しくすること」などたくさんのことを学んで、大きく成長することができました。また、地域の人から愛されていると感ずることができた学校です。

大好きな新合小学校、今までありがとう。これからは、新合小で培った力を糧に飛躍していきます。

忘れない、大好きな新合小学校



▲最後の運動会



▲運動会のようす (昭和34年)



▲旧校舎 (昭和11年ごろ)



▲天草郡市小中学校音楽会に  
平成17年度から8年連続で出場



▲旧校舎 (昭和44年ごろ)



▲入学式 (昭和43年)



▲1位でフィニッシュする男子最終区の  
大中亮矢選手（楠浦町出身・千原台高校3年）

## 男子が3連覇を達成、女子は4位

熊日駅伝

「第30回熊日郡市対抗女子駅伝大会」が1月27日、「第39回郡市対抗熊日駅伝大会」（男子）が2月10日に行われ、市チームは男子が最終区で球磨郡を逆転し3連覇を達成、女子は4位でした。女子はびふれす熊日会館前（熊本市）をスタート・フィニッシュとする7区間30km、男子は天草市から熊本市までの14区間105.5kmのコースで行われ、いずれも県内19チームが出場。男子チームの池田信敏監督は、「今回は万全の体制でレースに臨むことができた。沿道からの皆さんの応援のおかげです」と話していました。

## 牛深ハイヤの魅力为全国ヘアピール

「ふるさと祭り東京」で牛深ハイヤ踊り披露

1月12日から同20日まで東京ドームで開かれた「ふるさと祭り東京2013～日本のまつり・故郷の味～」に、牛深ハイヤ保存会の50人が参加し、牛深ハイヤ踊りを披露しました。この催しは、全国各地の伝統ある祭りや特色ある味が一堂に集うイベント。会場内には300を超えるご当地グルメの出店コーナーが軒を連ね、特設のお祭りひろばでは牛深ハイヤ踊りのほか青森県五所川原立佞武多など10団体が参加し、祭りを披露しました。

同会の皆さんは、大勢の来場者でにぎわう中、「サッサヨイヨイ」と威勢の良いかけ声をかけながら牛深ハイヤの陽気なリズムにあわせて踊り、会場を盛り上げていました。



▲踊りを披露する牛深ハイヤ保存会の皆さん

## お買い物にはマイバッグを！

レジ袋削減運動「マイバッグキャンペーン」

市レジ袋削減推進協議会は2月2日、レジ袋削減運動の一環として買い物時にマイバッグの持参を呼びかけるキャンペーンを、市内2カ所のショッピングセンターで実施しました。キャンペーンには、同協議会の明瀬実会長をはじめ、ゆるキャラの「くまモン」と「キャプテン海道くん」が参加。環境に関するクイズの正解者にマイバッグをプレゼントしたほか、啓発チラシなどを配布してマイバッグの持参を呼びかけていました。明瀬会長は、「今後も啓発活動などを行い、レジ袋削減運動の推進を図っていきたい」と話していました。



▲マイバッグ持参を呼びかける明瀬会長と  
キャプテン海道くん、くまモン

## 師弟の絆を深め合う

河浦高校伝統の「送別ラグビー」

1月30日、河浦高校3年生の男子生徒22人と教職員対抗による「送別ラグビー」が同校グラウンドで行われました。師弟間の絆を深め合うことなどを目的に毎年開催しているもので、今年で36回目となる伝統行事。試合は父母重喜校長のキックで開始され、先生たちへ成長した姿を見せようと意気込む生徒と、受けて立つ教職員の激しい試合が繰り広げられました。

結果は、生徒チームが27対0で教職員チームを圧倒。試合後は、抱き合いながらお互いの健闘をたたえていました。



▲試合のようす



▲講演を行う山口氏

## 幸せのための「まちづくり」

町民総幸福のまちづくりシンポジウム

1月27日、「町民総幸福のまちづくりシンポジウム」が倉岳多目的研修集会施設で開かれ、地区住民など約110人が参加しました。市が倉岳町の地域資源をいかながら、町民の幸せを第一とするまちづくりを推進しようと開催したもので、

基調講演では、あまくさ生きがいネット主宰の山口誠治氏が「お金や物でなく心のあり方が大事」と話されたほか、安田市長、天草女将會会長の國武裕子氏などによるパネルディスカッションを実施。参加者は「倉岳の地域資源をよりいかに活かせるよう考えたい」と話していました。

## 高浜の歴史を学ぶ

お地蔵さまめぐり

1月20日、天草町高浜地区で「お地蔵さまめぐり」が開かれ、地区住民など40人が参加しました。高浜地区振興会が同地区公民館と合同で、地元の白鶴浜を見直そうと実施したもので、参加者は、高浜ボランティアガイドの案内で、白鶴浜周辺に点在する10カ所の「お地蔵さま」をめぐり、建てられた由来や地域の歴史の説明に熱心に聞き入っていました。

参加した高浜小学校4年の児童たちは、「学校の授業でも地域のことを調べているので勉強になりました」と話していました。



▲お地蔵さまをのぞき込む参加者



▲トップでフィニッシュした大宮地Aチーム

## 沿道の声援を受け、タスキをつなぐ

新和町一周駅伝大会

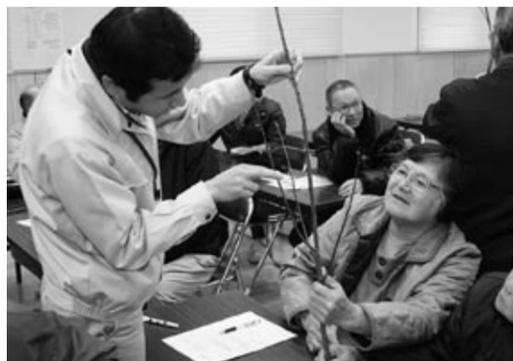
1月20日、「第48回新和町一周駅伝大会」が行われ、新和町民センターをスタート・フィニッシュとする10区間23.9kmのコースに16チームが参加しました。

この日は好天に恵まれ、選手たちは沿道からの声援を受けながら、一生懸命に走りタスキをつないでいました。結果は、大宮地Aチームが6年ぶりに優勝しました。

## “ゆくり”の特産化を目指して

ゆくり（スモモ）の講習会

五和町の城河原地域づくり振興会では、地元で“ゆくり”と呼んでいるスモモ（いくり）を、「五久里」と銘打ってリキュールやアイスに加工するなどの特産化を進めています。2月6・7日には、地元住民を対象に講習会を開催し、40人が参加。天草地域振興局農業普及・振興課の職員と同振興会・岩崎特産品部長が、スモモの種類や特徴について説明されたほか、実際にゆくりの枝を使いせん定作業の講習が行われ、参加者は熱心に取り組んでいました。



▲せん定の説明を受ける参加者



▲歌に合わせて地面を叩く児童たち

## 願いを込めて地面を叩く！

もぐら打ち

2月3日、栖本町の中河内地区で五穀豊穡や家内安全を願う伝統行事「もぐら打ち」が行われ、地元の子もなど22人が参加しました。子どもたちは、早朝から地区住民といっしょに、約2mの竹にわらを巻き付けてもぐら打ちの道具を製作。その後、同地区の70軒を訪問し、庭先で「今日は楽しい小正月。畑八反、田八反、もぐらの腰骨折ってこい」と元気よく歌いながら地面を叩いていました。



▲景色を楽しみながら歩く参加者

## 360度を見渡せる大パノラマを堪能

鳥峠パノラマ・ウォークin御所浦

2月11日、御所浦町の鳥峠山頂をめぐり「鳥峠パノラマ・ウォークin御所浦」が開かれ、県内外から約420人が参加しました。同実行委員会が、健康づくりを目的に初めて開催したもので、パノラマとは広い眺望を意味する言葉。参加者は、5.3kmのコースをウォーキングと登山マラソンに分かれて、思いおもいのペースで登山を楽しんでいました。ゴール後は、山頂で360度の眺望を堪能しながら、ふるまわれた豚汁などに舌鼓をうっていました。また、地元の特産品が当たる抽選会も行われ、大いににぎわいました。

## 企業と地域との新たな関係構築に向けて自治体間で連携

地域の起業・二地域就労促進市町村連合政策サミット

市では、都市部の企業の社員による天草での活動・就労を支援することで、新たな雇用創出や地域おこしなどをめざす「二地域就労促進事業」を、京都大学経営管理大学院と共同で進めています。2月4日には、この取り組みをほかの自治体とも共有し連携を深めるため、「地域の起業・二地域就労促進市町村連合政策サミット」を市内のホテルで開催。同大学院の小林潔司教授が基調講演を行った後、同大学院の高村義晴客員教授をコーディネーターに迎え、人吉市の田中信孝市長、大分県日田市の原田啓介市長、奈良県明日香村の森川裕一市長、安田市長が参加してパネルディスカッションを実施。参加した150人は、各自治体の取り組み事例などを熱心に聞き入っていました。



▲講演を行う小林教授

小林  
潔司  
氏



▲パネルディスカッションのようす

## 男女がともにつくる新しい社会へ

有明町農事講演会

1月22日、「有明町農事講演会」が有明町民センターで開かれ、農業者など約200人が参加しました。

九州で初めての女性の町長として平成14年に福岡県杷木町長に就任され、その後、福岡県男女共同参画センターの館長も歴任された中嶋玲子氏が、「農村に今こそ活かそう女性の力！」と題して講演。

「女性が変われば地域は変わる。でも、男性が変わらなければ社会は変わらない」と話され、参加者は熱心に耳を傾けていました。



▲講演を行う中嶋氏

## 楽しいダンスでにっこり

家庭教育学級

2月1日、亀場町公民館と亀場幼稚園による「家庭教育学級」が同幼稚園で開かれ、園児と保護者など90人が参加しました。親子の触れ合いを図りながら、家庭教育力を高めることを目的に年に3回開催されているもの。今回は、天草フォークダンス愛好会の皆さんを招いてダンス講習を実施。参加した親子は、音楽に合わせて手と手でタッチを交わしたり、参加者どうして輪になって踊ったりするなど、笑顔で取り組んでいました。



▲輪になって踊る参加者

天附保育園 (牛深町)



笑顔がとてますてきな子どもたちです

### 園児フォトスナップ



本渡農事研修センターをお借りし、保育をしています。子どもたちも、全員元気に過ごしています。

めぐみ保育園 (南町)

## 若っ喝采 ワッガッサイ!!

船元隆太さん  
(新和町大宮地・23歳)

地元の老人福祉施設に勤務していて、送迎やレクリエーションを担当しています。利用者の皆さんから「ありがとう」といっていただけると、日ごろの業務のたいへんさもすべて吹き飛びますね。

趣味ではありませんが、“ものまね”が好きです。職場の懇親会などでは、長洲剛さんや松山千春さんのものまねをして、みんなを楽しませています。利用者の皆さんだけでなく、ご家族の『心のサポート』も行えるような、信頼される介護職員になりたいです。



## 天草の元気が大集合! ひろば みんなの広場



イラスト: ひで海さん (天草町)

## おどろき夫婦

中崎 俊盛さん (80歳)  
ツル子さん (90歳)  
(御所浦町御所浦)

昭和32年結婚  
(56年目)

◆夫婦円満の秘けつを教えてください。

それぞれの立場を尊重して、互いに理解し仲良くすることが大切。いまでも夫婦で刺網漁に出て、息を合わせて楽しく仕事をしています。

また、かあちゃんを作る食事にはいっさい文句を言わず、感謝して食べることですね。

◆お互いにひとことお願いします。

俊盛さん: これまで大きな病気をしないで、いっしょに仕事をしてくれてありがとう。ほんとうに感謝しています。

ツル子さん: 元気で働いてくれてありがとう。これからもお互い健康に気をつけて元気ががんばっていきましょう。



## ザ・部活道

部活動をがんばる中学・高校生



### 目指すは全国高校総体出場

梶原由絵さん  
天草高校 (本渡町本渡) 陸上競技部・1年

小学生のころから陸上をしています。種目は100・200・400mの短距離です。走りの速さを競うところ、リレーではみんなと一致協力して取り組むところに、魅力を感じています。

目指すは、全国高校総体への出場。自己記録を縮めるために、走るときのフォームの安定や筋力トレーニングに力を入れています。また、勉強との両立も常に意識しています。

いま、短距離をしている女子部員が3人しかいません。4月に入学する皆さんには、ぜひ陸上競技部に入部していただきたいと思っています。



栖本小学校 (栖本町)  
6年 前田和博くん

作品名「文武両道」

“道”のしんじょうのはらうところがじょうずにかけたので、よかったです。文武両道を今年の目標にして、がんばりたいです。

## 文武両道

## こども芸術館



作品名「カマキリをつかまえたよ」

高浜小学校 (天草町)  
2年 松尾 愁くん

のこぎりみたいになぎざぎざしている前あしを見てほしいです。

かまきりを大きくかくことができ、うれしかったです。





かえ  
長田加恵さん  
(有明町大島子・79歳)

## 子どもたちを見守り続けて18年

近隣の小学生が毎朝行っている集団登校への付き添いを始めて、18年になる。現在、集団登校に参加している児童は4人。所定の集合場所から小学校まで約300メートルの道中の安全を、長田さんは見守り続けている。

もともと、小学校に入学した孫たちを見送ろうと始めたこの取り組み。その後、孫たちは卒業したが、それでもなお見守りを続けたのは「子どもたちがいろんな話を聞かせてくれたり、休日に会うと笑顔であいさつしてくれたりして。それがうれしかったから」。自身にとって、子どもたちと触れ合えるかけがえのない時間になったと話す。これまでに、登校を見守ってきた児童はのべ約120人。今では、長田さんの取り組みが島子地域のほかの地区にも広がっているそうだ。

通勤時間帯と重なる登校時は、ひやりとする場面が多いという。「以前に、車どうしの衝突事故が私たちの目の前で起きたことがあって。子どもたちは無事でしたが、事故に巻き込まれていたかもしれないと思うと、ぞっとしますよね」と長田さん。子どもが犠牲になる事件・事故を未然に防ぐために、見守りは欠かせないと話す。

一方、子どもたちが通う小学校は、平成27年度末で閉校することが決まっている。長田さんが子どもたちを見守る日々も、残すところあと2年あまりだ。「さみしい気持ちでいっぱいですが、これからも子どもたちから元気をもらいながら、がんばります」。閉校を迎えるその日まで、長田さんは子どもたちに寄り添い続ける。



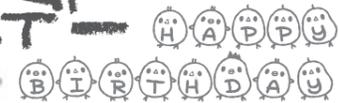
▲集団登校のようす

今月の

h i t o

## ハッピーバースデー

…今月で1歳になります…



投稿  
コーナー



藤木 蒼輔くん  
本渡町本戸馬場  
父・達也さん 母・妙子さん

おかげさまで、すくすく育ってます♡皆さん、ありがとうございます!!



野崎 美羽ちゃん  
五和町二江  
父・憲一さん 母・知美さん

元気に大きくなりました♡早くお外でいっぱい遊びたいな!



光本 州輝くん  
有明町大浦  
父・一義さん 母・延梨さん

じいじ、ばあばいつも遊んでくれて、ありがとうございます。



西島 葵紗ちゃん  
天草町下田北  
父・裕二さん 母・春艶さん

じいじ、ばあば大好き♡美桜姉ちゃんも元気で仲良く遊んでね♡



前田 陸空くん  
本渡町本戸馬場  
父・晃志さん 母・静香さん

大好きな心海姉ちゃんと仲良し♡よし!



水田 彩莉菜ちゃん  
諏訪町  
父・順司さん 母・美沙子さん

お兄ちゃん、お姉ちゃんに負けず元気にいっぱい。歩く練習に夢中。



田中 煌大くん  
北原町  
父・繁昭さん 母・ふみさん

にいに。ねえね。いつもあそんでくれてありがとうございます♡



山川 みこちゃん  
五和町城河原  
父・泰弘さん 母・亜衣さん

じいちゃん、ばあちゃんいつもありがとう♡



三山 翔生くん  
下浦町  
父・晃聖さん 母・彩加さん

元気にいっぱい!みんなのおかげで大きくなりました♡

皆さんからの投稿を募集しています! ●応募期限=3月11日⑩まで(必着)。

〈4月で満1歳になるお子さん〉

●応募方法=写真裏にお子さんの住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、電話番号、コメント(30字以内)、保護者名(父・母)を記入してください。なお、写真はお子さんが大きく、鮮明に写っているものをお願いします。また、写真の掲載は9人まで(応募者多数の場合は抽選)とし、応募写真は返却しません。

〈読者のつぶやき〉

●応募方法=身近であったできごとや、季節に思いをはせることなど、150字程度をまとめたものに、ペンネームと住所、氏名、電話番号を記入してください(応募者多数の場合は選考)。  
※表記などを統一するため、趣旨を変えずに文章を直すことがあります。  
※採用されたつぶやきは、この紙面に掲載します。

【郵送・持参先】〒863-8631 市内東浜町8-1 (郵送の場合は住所記載不要) 天草市役所・秘書課



# 市長随筆

Mayor Essay

## 二地域就労促進で 新たな雇用を

2月4日、市内で本市と京都大学経営管理大学院主催で「地域の起業・二地域就労促進市町村連合政策サミット」を開催しました。人吉市、大分県日田市、奈良県明日香村の各首長様が参加され、いろいろなご意見を賜りました。

私は市長就任以来、地域の雇用問題解決に向け、全国のあらゆる企業の皆様とお会いして「天草に来てください」といった誘致活動を積極的に行ってきましたが、非常に厳しい状況でした。平成23年度から始めました「二地域就労促進事業プロジェクト」は本市にとりまして、新たなタイプの企業誘致と私は考えています。天草の企業や団体と本市外の企業が連携し、そのノウハウや人材を生かしながら、天草発となる取り組みを数多く創り出し、そこに雇用の機会ができるものと考えています。

サミットでは、二地域就労に関して各自自治体の個性と特徴ある活動が紹介され、私も市で行っている「芦生柿の高級食材化・販路拡大」や「天草ならではの引出物カタログづくり」など6つのプロジェクトの活動を紹介させていただきました。また、サミット翌日には、地域の活性化と雇用創出のため、前日聴講された地元の企業や団体の皆様との意見交換会を実施し、いろいろなご意見やご要望をいただきました。

本事業がますます広がり、盛んになって、地域の皆さんが安心して生活できる雇用と持続可能な地域づくりにつながりますよう、精一杯努力してまいりたいと考えています。

天草市長 安田公寛

## 訪問買い取りの 規制について



事業者が訪問し、貴金属などを買取る“訪問買い取り（いわゆる押し買い）”の規制に関する法律が、施行されました。売買に関する書面の交付義務や、クーリング・オフが可能になるなどが主な内容で、自動車や大型の家庭用電気機械器具（家電）などを除くすべての商品が対象になります。

訪問買い取りでお困りのときは、市消費生活センターへご相談ください。



【問い合わせ先】

天草市消費生活センター ☎326677

## 実践 エコ 暮らしのECOセトラ

### ビーチコーミングをご存じですか？

ビーチコーミング（Beach Combing）とは、海岸や浜辺に漂着した物などを観察したり、拾い集めたりして遊ぶことをいいます。拾った石や貝殻、流木はクラフト（工芸品）などにします。天草は四方を海に囲まれていることから、ビーチコーミングを行うには最適です。皆さん、ぜひ海に出かけてみませんか。

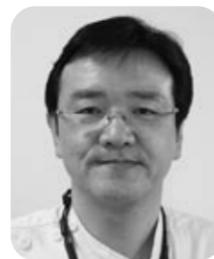
一方、海に流れ着くものとして問題になっているのが、“漂着ごみ”です。ビーチコーミングを楽しみながら、漂着ごみについてもみんなで考えてみましょう。



【問い合わせ先】

本庁・環境課 ☎31111内線1284

## 健康・医療のはなし



牛深市民病院 診療科長  
ほしゆま つとむ  
寶珠山 務 医師

## 健康の意義について

なぜ健康が必要なのか

今日の医療の目的が私たちの「健康」であることは言うまでもないでしょう。私たちの体は本来健やかで快活な生活を送れるものですが、体調を崩すとそれが損なわれてしまい、痛みやだるさ、食欲や意欲の低下などの症状に悩まされることとなります。健康の大切さは失って初めて実感するなどと言われていますが、体の異変に気づいたら、深刻な「病氣」になる前の段階で治しておきたいものです。

健康は誰のためか

私は、「自分の身体」は自分だけのものではないと考えています。1つめの理由は、先祖との関係からです。私たちの顔や体つき、体質などは親から受け継いだ遺伝子で制御されており、しかも私たちが自分の意思で生まれてこないことなどからすると、私たちの身体は「先祖から授かった由緒あるもの」として大切に守っていくべきなのです。2つめの理由は、周囲との関係からです。私たちは家族や職場などの集団の一員であ

り、父や母、子や孫として、また、上司や部下、同僚として、誰もがかけがえない存在で大切な役割を有しています。こうした先祖や周囲との「自分の絆」から、自分の健康をさらに保つことが大切なのです。

健康の3つの要素

私たちの健康維持に必要なものは、「栄養・運動・休養」です。おうせいな食欲、適度な運動、質の良い睡眠が確保できれば理想的なのですが、意外と難しいものです。最近は弁当やファーストフードが手ごろな価格で買えることもあり、私たちは炭水化物や脂質の過剰摂取の傾向にあります。

また、通勤や買い物など近距離の移動にも乗用車の利用が増え、私たちは運動不足になりがちです。さらに、深夜もネットワーク通信の利用などにより、夜間の睡眠不足を訴える人が増えつつあります。いずれも現代社会の豊かさや利便性と強く関連しており、今後はますますこういった傾向が進む可能性もあるため、私たちは健康意識をさらに高め、よい生活習

慣の維持を心掛けたいものです。メンタルヘルスも重要

身体の健康と並び、精神的な健康（メンタルヘルス）も良好に保つことが重要です。基本的かつ具体的な方法として、「食う、寝る、遊ぶ」の実践が挙げられます（労働科学研究所の鈴木安名先生による）。例えば、大好物の甘いお菓子を満足の行くまで食べてみるといったことです。趣味を持つことも大切であり、好きならばパチンコや飲酒を楽しむこともよいでしょう（ただし、身を崩さない程度に）。前述の健康の3要素にとっても似ていますが、こちらは「好きなことを積極的に取り入れる」といった意味が込められています。真面目で几帳面な人ほどメンタルヘルスの不調になりやすいとも言われていますが、仕事や身の回りのことに追われて疲れる時ほど、好きなことを行って精神の緊張をほぐすようにするべきなのです。以上、健康の意義についてまとめました。ぜひとも健康に留意して、心身両面をバランスよく良好に保つことを心掛けましょう。



### 今月号の表紙

からす

2月11日、御所浦町の烏峠(標高442m)山頂を目ざす「烏峠パノラマ・ウォークin御所浦」が行われました。参加者は、頂上から望む絶景を楽しんでいました(19ページに関連記事)。

## 編集 後記 あとぜき



先日、かぜをひいてしまいました。妻と子どももインフルエンザにかかって大騒動。子どもには「お父さんが、かぜのバイ菌をもらってくるけん」としかられました。毎晩、アルコール消毒をしているんですけどね…体の中から…。【剣】



わが家のエアコンが、突然うんともすんとも言わず、止まってしまいました。あと10日がんばってくれたら、今年の冬は乗り切れたのに、今は肩までコタツに潜りながら、寒さをしのぎ春が来るのを首を長くして待っています。【海】



先日、家族で五和町の天神山山頂へ。青い空と海、島原半島を見渡す絶景に心が洗われるようでした。「ほら、見てごらん!」と6歳と2歳の娘に促す私。ただ、彼女たちは終始下を向いて“どんぐり拾い”にいそしんでいました…。【素】



### 【編集・発行】

熊本県天草市役所  
総務部秘書課広報広聴係  
〒863-8631 天草市東浜町8番1号  
TEL 0969-23-1111  
FAX 0969-22-7016  
URL <http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/>  
E-mail [hisyoka@city.amakusa.lg.jp](mailto:hisyoka@city.amakusa.lg.jp)

「市政だより天草」は再生紙を使用しています。



# 農村水産物

Vol.11

## マダイ



天草全域で年間を通してとれるマダイ。養殖も盛んに行われています。2～4月は“桜鯛”といわれ、産卵前で身に脂がのることから、旬の時期とされています。



手軽においしく

ささっと  
レシピ

### キャベツのごまみそあえ

キャベツの食感と、焼きのり、いりごま、みその風味が絶妙です。ぜひお試しください。

#### ●材料・分量 (約4人分)

キャベツ	400g	みそ	小さじ1杯
焼きのり	1枚	砂糖	大さじ1杯半
いりごま	20g	水	大さじ1杯

#### ●作り方

- ①キャベツは3cm角に切り、ゆでてざるにあげて冷ます。水気をしっかり絞っておく。
- ②焼きのりは、食べやすい大きさに手でちぎる。
- ③いりごまは粗くすり、みそと砂糖、水と混ぜ合わせておく。
- ④③に①・②を加えてざっくり混ぜる。

提供：市食生活改善推進員協議会