日本の宝島“天草”の創造を目ざして！

天草 市政だより

椿の花をスケッチ！

主な内容

- 天草Webの駅
- 平成25年度の後期高齢者医療保険料について
- できることから始めよう！環境に優しいエコライフ
- 微小粒子状物質（PM2.5）について
- 天草市安心・安全メールサービスをスタート！

平成25年
4/1
No.168

「天草Webの駅」に登録すると、こんなことができます

ホームページの作成

詳しい知識がない人でも作成できます。地域の催しや活動をはじめ、歴史や文化などの情報を、全世界に向けて発信してみませんか。

【新機能のご紹介】

写真を使った商品・プランなどの紹介機能

商品やプランなどを、写真付きで紹介できる機能です。個人や団体で製作している商品などを、簡単に発信できます。

投稿フォーム作成機能

投稿フォームを作成する機能です。アンケート集計やイベント等の申込受付などに最適です。

ソーシャルボタンの設置

Facebook（フェイスブック）やtwitter（ツイッター）、google+（グーグルプラス）に設けられているソーシャルボタンを、簡単に設置することができるようになりました。

スマートフォンからの記事・写真登録機能

記事・写真の登録が、スマートフォン（多機能携帯電話）から行えるようになります（ただし、写真を利用した記事登録には専用アプリが必要）。

コミュニティ機能（SNS）

※SNS…対話型のインターネット上のサービス。

会員どうしでの情報交換や、企業や団体などの特定の会員間での情報交換ができる機能です。この機能を活用して、趣味仲間を増やしたり、団体内での連絡事項や会議案内、行事予定などの確認ができたりします。

入会方法

インターネットを利用できる携帯電話やパソコンを持っている人で入会を希望する人は、右ページのホームページアドレスまたは右のQRコードから「天草Webの駅」にアクセスし、会員登録をしてください。

QRコード

あまくさモールに出店しませんか！

「天草Webの駅」上に自分のお店を出店し、商品の紹介や販売ができる「あまくさモール」。同モールへの出店者を随時募集しています。出店料は無料です。自慢の商品を、全世界に向けて発信・販売してみませんか。

出店方法などの詳細は、本庁・情報政策課へお尋ねください。

【問い合わせ先】本庁・情報政策課☎㉓1111

累計アクセス数3,300万件突破！

みんなで作る天草の情報ポータルサイト 天草Webの駅

〔ホームページアドレス〕

http://amakusa-web.jp/

インターネット上の天草の玄関口である「天草Webの駅（ウェブ）」（上図参照）。平成20年の開設から同25年１月末までの累計アクセス数が約3,300万件、１日に約３万件のアクセスがある天草を代表する情報ポータルサイト※のひとつです。

同駅では、市内で行われているイベントや地域活動、行政情報などを総合的に知ることができるほか、会員登録（無料）をするとホームページの作成や特定のグループでコミュニケーションをとることができます。

地域活動の活性化や新たな交流の場として、ぜひご活用ください。

※ポータルサイト…インターネットの各ページにアクセスするときの、玄関口となるホームページ。

平成25年度の
後期高齢者医療保険料について

「後期高齢者医療制度」は、75歳以上（一定の障がいがある人は65歳以上）のすべての人を対象とする医療保険制度です（社会保険加入者などに扶養されている人も同制度の被保険者となります）。

保険料

被保険者１人当たりの保険料（年額）は、**被保険者が均等に負担する「均等割額」**と**被保険者の所得に応じた「所得割額」**を合計した額になります（下の保険料の計算方法を参照）。

なお、均等割額と所得割率は県内均一で、２年ごとに見直しがあります。平成25年度の保険料率は、均等割額が47,900円、所得割率が9.26％です。

保険料（１人当たり）の計算方法

均等割額	＋	所得割額	＝	保険料
47,900円		（課税所得）× 9.26％（所得割率）		上限55万円（年額）

※課税所得…前年の所得（年金や個人事業などの収入から、その収入を得るために必要とした経費〔年金の場合は年金所得控除〕を差し引いた額）から、基礎控除33万円を差し引いた額。

保険料の軽減

①均等割額の軽減

世帯主とその世帯の被保険者の所得の合計が一定以下の場合は、保険料の均等割額が下表の基準により軽減されます。

軽減割合	世帯（世帯主と被保険者）の総所得金額など
９割	33万円を超えない世帯で、被保険者全員が年金収入80万円以下（その他各種所得がない場合）
8.5割	33万円を超えない世帯 被保険者全員が年金収入80万円以下でも、その他各種所得があり33万円を超えない世帯
５割	33万円＋24.5万円×被保険者数（被保険者である世帯主を除く）を超えない世帯
２割	33万円＋35万円×被保険者数を超えない世帯

②所得割額の軽減

所得割額算定にかかる基礎控除後の総所得金額などが58万円以下の人について、所得割額を一律５割軽減します。

③社会保険の被扶養者軽減

後期高齢者医療制度に加入する前日に社会保険などの被扶養者になっている人は、資格取得日の属する月から２年間は、保険料の所得割額の負担はなく、均等割額の５割のみの負担になります。

ただし、特別措置として当分の間は保険料の均等割額が９割軽減され、所得割額はかかりません。

※所得の申告を忘れずに！！

保険料を正しく算定するために、本人または同じ世帯の人で、収入がない場合や障害年金・遺族年金受給者の場合であっても、申告が必要です。

申告がないと、保険料が軽減されないほか、食事代の減免や高額療養費の限度額で本来の自己負担区分の適用ができないなど、不利益が生じる場合があります。

保険料の納付方法

保険料の納付は、**年金からの差し引き（特別徴収）**または**納付書や口座振替、納税組合を通じての納付（普通徴収）**となります。

また、現在、年金受給額が年額18万円以上の人で、平成25年４月１日以降に75歳の誕生日を迎える人は、下表のとおり特別徴収となる場合がありますのでご注意ください。

なお、保険料の納付は特別徴収が原則ですが、申し出により口座振替へ変更することができます。口座振替を希望する人は、金融機関での手続き後に渡される『口座振替開始依頼書の控え』、『後期高齢者医療被保険者証』と『印かん』を持参し、本庁・国保年金課または各支所担当課で手続きを行ってください。すでに『保険料納付方法変更申出書』を提出している人は、再度手続きをする必要はありません。

◆保険料の徴収開始月（年金の受給状況により変更となる場合があります）

75歳の誕生日		普通徴収の月〔（ ）は平成26年度分〕		特別徴収の開始月	
４月１日～６月30日		７・８・９月		10月	
７月１日～10月２日		誕生月の翌月～平成26年２月		平成26年	４月
10月３日～12月２日					６月
12月３日～12月31日		平成26年	１・２月・（６月）		８月
平成26年	１月１日～同31日		２月・（６月）		
	２月１日～同２日		３月・（６月）		
	２月３日～同28日		３月・（６・７・８・９月）		10月
	３月１日～同31日		４月・（７・８・９月）		

保険料の通知

◆特別徴収の場合

平成25年４月から６月までに特別徴収が開始となる人には４月中旬に、８月に特別徴収が開始となる人には７月中旬に「特別徴収開始通知書」を送付します。

また、２月に特別徴収されていた人には、昨年７月に送付した「保険料額通知書」で、４月から８月までの特別徴収金額をお知らせしていますので、今回は通知しません。

なお、10月以降の特別徴収金額については、７月中旬に送付します。

◆普通徴収の場合

平成24年度の保険料の支払いが特別徴収されていない人や、平成24年12月３日から同25年２月28日までに75歳の誕生日を迎えた人などには、「暫定賦課保険料額の通知」を６月中旬に送付します。これは、平成24年度の保険料をもとに暫定的に賦課した額です。１回分の納付通知ですので、納め忘れのないようにご注意ください。

なお、平成25年度の保険料の決定については、７月中旬に通知します。

●暫定保険料の算出方法

$$\text{暫定保険料} = \text{平成24年度年間保険料額} \times \frac{1（\text{暫定納期数}）}{9（\text{普通徴収の全納期数}）}$$

所得の変更により保険料や一部負担金が変更となる場合があります

過去にさかのぼって所得が変更になる場合は、過去の保険料や一部負担金の額も変わりますので、差額分の納付書が届く場合があります。

※詳しいことは、本庁・国保年金課☎㉓1111または熊本県後期高齢者医療広域連合☎096（368）6511へお尋ねください。

環境に優しいエコライフ

エコライフとは、私たちの日常生活が自然や環境に影響をおよぼしていることを認識し、環境にやさしい生活を行うことをいいます。今号では、エコライフの取り組みについてご紹介します。

なぜエコライフ？

現在、私たちの身の回りにある電気製品や自動車は、生活をしていくうえでとても便利なものです。ただ、電気を作ったり自動車を動かしたりするためには、石油や天然ガスなど化石燃料のエネルギーが必要であり、化石燃料は燃やすことで地球温暖化の原因となっている二酸化炭素（CO_2）を排出してしまいます。

地球温暖化は、私たちの将来の世代にもかかわる大きな問題です。しかし、現在のCO_2の排出量は、自然界で吸収できる量を大きく超えている状況です。

そこで、私たち1人ひとりが環境へ配慮した生活〝エコライフ〟を実践し、CO_2の排出を削減することが重要なのです。

できることから少しずつ

エコライフは、「がまんをする、無理をする」といったイメージがありますが、決してそうではありません。日常生活の〝むだ〟を探して、無理のない範囲で見直すこと、これがエコライフの目的です。皆さん、できることから少しずつエコライフを始めてみませんか。

実践してみよう！エコライフ！

パソコン

1日1時間、利用時間を短縮

デスクトップ型

→1年間で11.0kg-CO_2削減

ノート型

→1年間で1.9kg-CO_2削減

自動車

5秒間かけて時速20kmまで加速

→1年間で194kg-CO_2削減

加減速の少ない運転をする

→1年間で68.0kg-CO_2削減

早めのアクセルオフをする

→1年間で42.0kg-CO_2削減

5秒の停止でアイドリングストップする

→1年間で40.2kg-CO_2削減

エアコン

冷房の温度を1℃高く設定

→1年間で10.6kg-CO_2削減

（外気温31℃のとき、エアコン2.2kWの冷房設定温度を27℃から28℃にした場合、使用時間9時間／日）。

暖房の温度を1℃低く設定

→1年間で18.6kg-CO_2削減

（外気温6℃のとき、エアコン2.2kWの暖房設定温度を21℃から20℃にした場合、使用時間9時間／日）。

液晶テレビ 32型

1日1時間、見る時間を減らす

→1年間で5.9kg-CO_2削減

画面輝度を最適（最大→中央）に調節する

→1年間で9.5kg-CO_2削減

照明器具

54Wの白熱電球から12Wの電球型蛍光ランプに交換

→1年間で29.4kg-CO_2削減

54Wの白熱電球1灯の点灯時間を、1日1時間短縮

→1年間で6.9kg-CO_2削減

使用しない電気製品はプラグを抜く

家庭の電力消費量の約1割が、コンセントにプラグを差したままにしておくことで電力を消費する、“待機電力”です。使用しない電気製品は、こまめにコンセントからプラグを抜くようにしましょう。

冷蔵庫

設定温度は適切に

→1年間で21.6kg-CO_2削減

（周囲温度22℃で、設定温度を「強」から「中」にした場合）。

参考:資源エネルギー庁・省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典2012年版」

環境家計簿をつけてみませんか！

エコライフを実践するには、まずは家庭でどれくらい電気やガス、水道などを使用しているのかを知ることが重要です。市では、パソコンの表計算ソフトに電気やガス、水道などの使用量・料金を入力することで、CO_2の排出量や推移を知ることができる「環境家計簿」を作成し、市のホームページに公開しています。ぜひ、ご活用ください。

Let's try! 環境家計簿の入力に挑戦！

五和町城河原に住む野口充（みつる）さんは、日ごろからエコライフを実践されています。今回、ご家庭の電気・水道使用量の記録をもとに、環境家計簿の入力に挑戦していただきました。

「使用しない電気製品はプラグを抜く」を実践している野口さん。さすがです！

年間を通してどれくらい使用していて、どの時期に使用量が多いのかがグラフで見られるので、とてもわかりやすいですね。

今回は電気と水道だけでしたが、今後はガソリンなどの使用量もきちんと記録しておきたいと思います。

【問い合わせ先】本庁・市民環境課☎㉓1111

PM2.5

微小粒子状物質（PM2.5）について

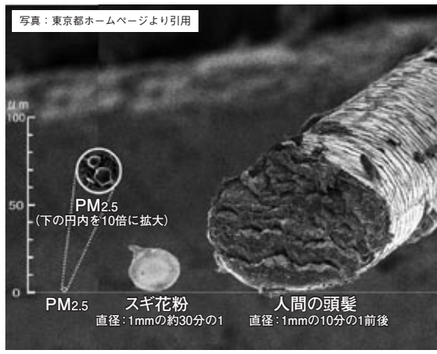
微小粒子状物質（PM2.5）による大気汚染が、全国的に問題になっています。３月５日には、県内各地で高濃度のPM2.5が観測され、県では不要不急の外出や屋外での長時間の激しい運動をできるだけ減らすなどの注意喚起情報を、全国で初めて発表しました。

そこで今号では、同物質の概要のほか、市の対応についてお知らせします。

微小粒子状物質（ＰＭ２・５）とは

微小粒子状物質（ＰＭ２・５）とは、大気中に漂う小さな粒子のうち、粒子の大きさが２・５μｍ（マイクロメートル、１μｍ＝０・００１㎜・髪の毛の太さの30分の１の大きさ、右写真参照）以下のものをいいます。その成分には、炭素成分や硝酸塩、アンモニウム塩などが含まれており、物が燃焼することによって直接発生する場合と、環境大気中での化学反応により生成されたものがあります。

ＰＭ２・５は粒径が非常に小さいことから、肺の奥深くまで入りやすく、肺がん、呼吸器系への影響に加え、循環器系への影響が懸念されています。



ＰＭ２・５の環境基準

環境省では、「人の健康を保護し、生活環境を保全するうえで維持されることが望ましい基準」として、ＰＭ２・５の環境基準を１年平均値が１立方メートルあたり15μｇ（マイクログラム、１μｇ＝１００万分の１ｇ、１μｇ／㎥＝１メートル四方の空間にほこりがひとつ漂っている程度）以下であり、かつ、１日の平均値が35μｇ／㎥以下であることと定めています。

また、ＰＭ２・５の健康影響が出現する可能性が高くなると予測される暫定指針値を、１日平均値70μｇ／㎥と定めており、この値を超えると予測される場合は、各自治体が住民に対して注意喚起を行うことを推奨しています。

ただし、呼吸器系や循環器系の疾患のある人、小児や高齢者などでは個人差が大きいと考えられていることから、暫定指針より低い濃度でも健康影響が生じる可能性は否定できないとされています。

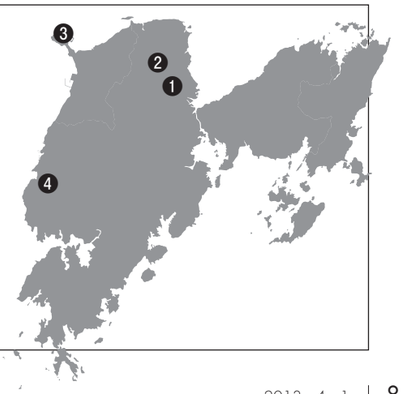
環境省では、この暫定的な指針値については、必要に応じて見直しを行うことにしています。

天草地域内４カ所でPM2.5の濃度を測定

県では、平成22年度からPM2.5の調査を開始しており、現在、県内18カ所でPM2.5濃度を測定しています。

このうち、天草地域内には４カ所に測定局（❶天草保健所、❷五和手野、❸苓北志岐、❹天草高浜）が設けられています。

◀天草保健所の測定装置



PM2.5の濃度が高いときは 市民の皆さんへ注意喚起を行います

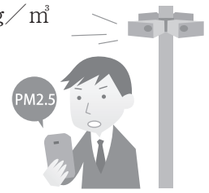
◆注意喚起を行う基準：PM2.5の濃度の１日平均値が70μｇ／㎥を超える可能性があるとき。

◆判断方法：天草地域内４つの測定局のうち、１局でも当日の午前５時から同７時までの各１時間値が85μｇ／㎥を超えた場合に、１日平均値が70μｇ／㎥を超える可能性があると判断します。

◆注意喚起の方法

・防災行政無線による一斉放送

・市ホームページへ掲載



「天草市安心・安全メール」でも配信します

市では、４月１日から運用を開始する「天草市安心・安全メールサービス」でも、注意喚起情報を配信します。同サービスの登録方法などの詳細は、次ページをご覧ください。

注意喚起が発表されたときは

市民の皆さんには、市から注意喚起が発表されたときは次のことに注意していただきますようお願いします。

①不要不急の外出を控える。
②屋外での激しい運動をできるだけ減らす。
③外出時はマスクを適切に着用することが望ましい。
④屋内に粒子を持ち込まないよう、室内の換気は必要最小限とし、洗濯物はできるだけ室内に干すなどのくふうを行う。
⑤引き続き熊本県が公表する１時間ごとの速報値に注視する。

PM2.5に関する情報を各ホームページで提供しています

【熊本県】

県内の微小粒子状物質などの測定値（速報値）

http://taiki.pref.kumamoto.jp/kumamoto-taiki/taikiHourItem/taikiHourItemindex.htm

県内の大気環境の状況

http://taiki.pref.kumamoto.jp/kumamoto-taiki/index.htm

【環境省】

大気汚染物質広域監視システム（そらまめ君）

http://soramame.taiki.go.jp/

【独立行政法人国立環境研究所】

環境GIS

http://tenbou.nies.go.jp/gis/

【問い合わせ先】本庁・市民環境課☎㉓1111

宝島のわだい Treasure Island TOPICS

▲にぎわいを見せた本渡港特設会場

天草の冬のうまかもん大集合！

天草食の祭典2013＆うしぶか海食祭2013

２月16・17日、「天草食の祭典2013」が本渡港特設会場で開かれ、観光客や買い物客など約２万8,000人の人出でにぎわいました。同実行委員会が、天草の旬の食材や食の魅力を楽しんでもらおうと開催したもの。会場では、地元の農産物や特産・加工品の販売が行われたほか、天草ちゃんぽんや郷土料理などの飲食コーナー、オリーブオイルを使った“オリーブラーメン”や“地魚のブイヤベース”などが味わえる、オリーブ料理バイキングを実施。用意された商品があっという間に売り切れるなど、大盛況でした。

また同24日には、うしぶか海彩館で牛深の食をテーマにした「うしぶか海食祭2013」も実施されました。新鮮な魚介類などを使った料理がずらりと並び、約3,000人の来場者は牛深ならではのグルメを堪能しました。

◀オリーブ料理のひとつ“地魚のブイヤベース”

▶「うしぶか海食祭２０１３」で料理を買い求める来場者

天然林の中でリフレッシュ

角山官山ウォーキング

３月10日、天草町福連木の子守唄公園と角山山頂を往復する4.5kmの「角山官山ウォーキング」が開かれ、市内外から90人が参加しました。福連木里づくり振興会が、歴史・学術的にも貴重な天然林の角山をＰＲしようと実施したもの。

参加者は、天然の樫の木がそびえ立つ森の中を、思いおもいのペースで登山。山頂では見下ろす景色を背にして、記念撮影をするなどして楽しんでいました。また、下山後同公園で景品が当たるお楽しみ抽選会も行われ、にぎわいを見せていました。

◀遊歩道を歩く参加者

4月1日から

天草市安心・安全メール サービスをスタート!

市内で発生した火災情報や、防災・大気環境・健康情報などを電子メールで携帯電話やパソコンに配信する“天草市安心・安全メールサービス”が、４月１日からスタートします。登録料は無料です（通信料は自己負担）。皆さん、ぜひご活用ください。

配信する内容

❶火災情報

❷防災、大気環境、健康情報など

- 防災情報（避難勧告や土砂災害警戒情報など）
- 大気環境情報（光化学スモッグ、PM2.5）
- 健康情報（熱中症、食中毒）
- 行方不明者に関する情報

登録方法 〈配信内容によって登録先が異なります〉

❶火災情報

①re-amashou@amakusa-web.jp または右のQRコードにアクセスし、空メールを送信。返信メールに記載してあるアドレスにアクセスしてください。

QRコード

②お名前（必須）、配信を受けたい地域を選択し、入力内容確認画面へ。

③入力内容を確認し、「登録する」ボタンを押すと登録完了になります。

▲登録画面イメージ

❷防災、大気環境、健康情報など

① re-ansin@amakusa-web.jp または右のQRコードにアクセスし、空メールを送信。返信メールに記載してあるアドレスにアクセスしてください。

QRコード

②お名前（必須）、配信を受けたい地域を選択し、入力内容確認画面へ。

③入力内容を確認し、「登録する」ボタンを押すと登録完了になります。

▲登録画面イメージ

・携帯電話でパソコンからのメールを受信しない設定を行っている場合は、ドメイン名「amakusa-web.jp」が受信できるように設定してください。
・登録したメールアドレスへの送信が一定の回数失敗した場合は、自動的に登録を解除されますのでご注意ください。
・配信内容を変更する場合は、再度登録をする必要があります。

【問い合わせ先】本庁・防災危機管理課☎㉓1111

▶講談を行う一龍斎春水さん

▶つんのでフェスタ実行委員会の皆さんによる寸劇

みーんな　つんので　絆(きずな)深める　ともがきの輪

2013天草つんのでフェスタ

２月17日、「2013天草つんのでフェスタ」が河浦町の一町田公民館で開催され、市民など約250人が参加しました。市が男女共同参画社会の形成を促進しようと毎年開催しているもの。

催しでは、﨑津ハイヤの披露をはじめ、地元の小・中学生による人権に関する作文の発表、同フェスタ実行委員会委員の皆さんによる男女共同参画にまつわる寸劇が披露されました。

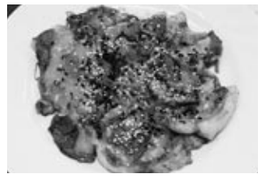
また、講談師の一龍斎春水(いちりゅうさいはるみ)さんが、昭和の初めに26歳の若さで人生を閉じた童謡詩人「金子みすゞの生涯」を講談され、参加者は熱心に聞き入っていました。

おいしい！イノシシ肉を使った“ジビエ料理”

ジビエ料理講習会

２月18日、「ジビエ（野生鳥獣の肉）料理講習会」が五和町の地域交流センターおおくすで開かれました。参加したのは、地元の食品加工グループなど20人。市が、イノシシ肉の普及を目的にオリーブオイルソムリエの小暮剛さんを招いて開催したもの。小暮さんは、天草産のイノシシ肉を使ったハンバーグやソテー、しゃぶしゃぶを調理。料理を食べた参加者は、「臭みもなく、おいしい。ぜひ、挑戦してみたい」と話していました。

▲料理講習会のようす



◀できあがったイノシシ肉のソテー

航海の安全を祈願

石神様参り

３月５日、二浦町亀浦地区の石神山山頂にある市指定史跡“石神様”で、航海の安全を祈願する参拝行事が行われました。石神様は、直径３mの大きな石で、昔から航海の安全を祈る神として伝えられています。同地区では毎年、旧暦の１・５・９月に参拝行事を実施。この日は地区住民30人が参加し、神事の後お供えしたものを食する直会(なおらい)が行われ、参拝者は「最近は参拝者も高齢化しているが、伝統を若い世代につなげていきたい」と話していました。

▲航海の安全を祈願する参加者

▲てらのくんが描かれた海上タクシー

てらのくんいってらっしゃーい!!

海上タクシーで天草御所浦ジオパークをＰＲ

天草御所浦ジオパークをＰＲするデザインが施された海上タクシー（船）が３月９日、御所浦港に登場しました。天草御所浦ジオパーク推進協議会とあまくさ海上タクシー協会が企画したもので、船体には天草御所浦ジオパークの文字とともに、恐竜をモチーフにした御所浦町のイメージキャラクター“てらのくん”が描かれています。この日は、地元の保育園児や住民など60人が参加して、船下ろし式を実施。進水時には、「てらのくんいってらっしゃーい」と手を振る園児たちの姿が見られました。

地域防災力の向上に期待

㈶日本消防協会が市へ多機能型消防車両を交付

▲交付された多機能型消防車両

３月１日、㈶日本消防協会から市へ多機能型消防車両１台が交付され、市消防団御所浦方面隊に配備されました。同協会が消防団の装備充実などを目的に、㈶日本宝くじ協会の協力を得て平成19年度から全国の消防団に交付しているもので、市への交付は初めて。車両は、最大積載量２トン級で４輪駆動。小型動力消防ポンプ等の消火資機材をはじめ、AED（自動体外式除細動器）やエンジンカッターなどの救急・救助資機材を装備。地域防災力の向上が期待されます。

備えあれば憂いなし

有明町津波避難訓練

３月３日、「有明町津波避難訓練」が同町内全域で行われ、地区住民1,500人が参加しました。市が、災害時における連携強化や支援体制の構築などを目的に実施したもの。訓練は、八代海を震源とする震度５強の大規模地震が発生し、５mを超える巨大津波が同町沿岸に到達するとの想定で実施。高台への避難のほか、市社会福祉協議会有明支所や地区振興会による災害ボランティア養成研修会、炊き出し訓練などが行われ、参加者は、真剣な表情で取り組んでいました。

▲高台へ避難をする住民たち

親子イルカの飛行機がついに登場！

天草エアラインの新デザイン機体がお目見え

▲親子イルカの飛行機

▶記念撮影をする乗客たち

２月12日から機体の塗装などのために運休していた天草エアライン㈱の飛行機が同25日、親子イルカの飛行機に生まれ変わって天草空港にお目見えしました。

この日は、始発便にあわせて同社の奥島透・代表取締役社長や安田市長など関係者が出席して、出発セレモニーを実施。奥島社長は、「親子イルカ号にぜひ乗っていただきたい」と話していました。その後、搭乗手続きを済ませた乗客たちは、新しいデザインになった機体を眺めたり、記念撮影をしたりしていました。

正しい歩き方を学ぶ

歩き方講座（歩講）

▲地区内をウォーキングする住民たち

１月27日、小宮地地区振興会による「歩き方講座（歩講）」が新和町の小宮地公民館で開かれ、地区住民10人が参加しました。これは同地区振興会が、定めている２月の“健康ライフ推進月間”を前に、体に負担をかけない歩き方を学んでもらうことなどを目的に開催したもの。市健康運動指導士が、ひざや腰の痛みを予防するウォーキングフォームを指導。参加者は、「習ったことを実践しながら、今後も楽しく歩いていきたい」と話していました。

オーケストラの演奏を堪能

河浦小学校「文化芸術体験事業」

▲指揮者に挑戦する児童

２月20日、河浦小学校でザ・カレッジ・オペラハウス管弦楽団（大阪府）による公演が行われました。文化庁主催の「次代を担う子どもの文化芸術体験事業」として、同校の児童126人を対象に実施されたもの。児童たちは、各楽器の名前や特徴の説明を受けた後、同楽団員65人が演奏する“ベートーヴェンの交響曲第５番「運命」第１楽章”などに聞き入っていました。また、オーケストラの演奏での同校校歌の合唱や指揮者体験などを実施。児童たちは「初めてだったけど、楽しかった」と話していました。

長年の景観づくり活動を高く評価！

2012くまもと景観賞

「2012くまもと景観賞」の緑と水の景観賞に“ツツジ咲く広瀬川河岸”が選ばれ２月13日、本渡北地区の今釜区と広瀬区が表彰を受けました。この賞は、良好な景観形成に大きく貢献している人々の功績を広く顕彰することを目的に、県が設けているもの。両区などでは、美しいふるさとづくりのひとつとして、昭和50年に広瀬川下流の両岸にツツジを植栽。以来、両区民がツツジのせん定や除草などの維持管理を行っており、地域住民の長年にわたる景観づくりの取り組みが高く評価されました。広瀬川のツツジは、毎年５月上旬に一斉に咲き誇ります。ぜひ、ご覧ください。

▲表彰状を手にする今釜区・吉岡輝治（てるじ）区長（左）と広瀬区・森暉夫（てるお）区長（右）

▲ツツジが咲き誇る景観

▶浦城跡を散策する参加者

健康づくりをしながら地域の歴史を知る

浦の史跡ウォーク

２月24日、「第５回浦の史跡ウォーク」が倉岳町の浦公民館を発着とする４kmのコースで行われ、65人が参加しました。浦地区振興会が、地域の財産を子どもたちへ伝えることと、地区住民の健康づくりなどを目的に実施したもの。参加者は、地元の歴史に詳しい歳川喜三生（としかわきみお）・倉岳支所長の説明を聞きながら、浦城跡や龍宮神社を散策。また、散策後はイノシシ肉を使ったシシ鍋（なべ）や棚田米のおにぎりがふるまわれたほか、お楽しみ抽選会も行われ、会場は大いににぎわっていました。

緊張のお点前披露！

ひな祭り作法茶会

３月２日、栖本町の和貴保育園で恒例の「ひな祭り作法茶会」が行われました。約２カ月をかけて茶道の作法を練習した年長児10人が、和服に身を包み、緊張しながらも真剣な表情でお点前を披露。園児から招待を受けた保護者などは、慣れない作法にとまどいながらも、園児たちがたてたお茶を飲んで「とてもおいしいです」とにっこり。お点前を終えた園児たちも、「緊張したけど楽しかった」と笑顔で話していました。

▲緊張しながらお茶をたてる園児

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）

おしどり夫婦

中上 勇（いさむ）さん（74歳）
シマ子さん（74歳）
（倉岳町棚底）

昭和37年結婚（51年目）

◆夫婦円満の秘けつを教えてください。

今まで30年間、夫婦で楽しみながら農業に励んできました。農業のことで一生懸命になるあまりケンカをすることもありましたが、お互いに一歩引くことが円満の秘けつだと思っています。孫たちが帰省するときは、元気に仲良くしているところを見せたいですね。

◆お互いにひとことお願いします。

勇さん：野菜作りを楽しみながら、長生きをしましょう。

シマ子さん：100歳まで、夫婦そろって健康で元気に過ごしたいですね。

こども芸術館

作品名「大好きなもの」

朝、友達と会うしゅんかん
じゅぎょうで発表する時
休み時間に友達と会話する事
ワイワイと食べる給食
汗びっしょりになる昼休み
仲間と一緒に練習する部活
ぼくが大好きなのは、
それは、楽しい学校の事

久玉小学校（久玉町）
4年　岩﨑克真（かつま）くん

好きなものを考えたとき、頭にうかんできたのは、学校の中でのことばかりでした。楽しい学校生活が続くといいなと思いました。

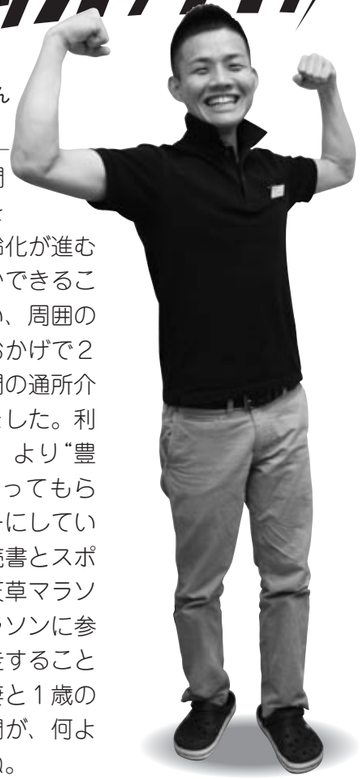
作品名「伝えたかったこと」

河浦小学校（河浦町）
1年　吉田綾乃（あやの）さん

「自分がもっている心のやさしさをお友だちに見せると、友だちもえがおになるよ」という絵です。

※学校・学年は作品製作当時のものです。

若っ喝采 ワッカッサイ!!



小川 知己（ともみ）さん
（東浜町・27歳）

リハビリの専門職・理学療法士をしています。高齢化が進む天草で自分に何かできることはないかと思い、周囲の皆さんの支援のおかげで2月にリハビリ専門の通所介護施設を開所しました。利用者の皆さんに、より“豊かな”気持ちになってもらうことをモットーにしています。趣味は、読書とスポーツ。昨年は、天草マラソン大会のフルマラソンに参加し、無事、完走することができました。妻と1歳の息子と過ごす時間が、何よりいやされますね。

園児フォトスナップ

体操教室楽しいよ！

下浦保育園（下浦町）

できたときの喜びは人を大きくすると信じています

もみじ保育園（天草町）

ザ・部活道

部活動をがんばる中学・高校生

天草一のチームを目ざして

金子 遥菜（はるな）さん
五和中学校（五和町）女子バスケットボール部・3年

私は、小学校4年のときにバスケットボールを始めました。今は、部員16人のキャプテンとしてがんばっています。コーチの熱心な指導と保護者の皆さんの応援、たくさんの人たちに支えられ、天草郡市の大会で準優勝2回、1月の県大会ではベスト16に入ることができました。

目標は、「郡市中体連優勝」。この目標を実現させるために、毎日の練習を大切にしていきたいです。また、プレーだけでなく、返事やあいさつなど態度面でも天草一のチームを目ざします。応援をよろしくお願いします。

片浦光邦（みつくに）さん
（天草町高浜・35歳）

今月の人 hito

磯釣りのメッカで“瀬渡し”

地元の高浜港を拠点に遊漁船業を営んでおり、主に釣り客を磯などへ送迎する“瀬渡し”の船頭をしている。天草町高浜・大江は、沖合いに大ケ瀬や小ケ瀬に代表される沖磯をはじめ、地磯（陸つづきの磯）などがあり、釣り愛好者なら誰もが知る磯釣りのメッカ。10月から２月にかけては、大物のクロ（メジナ）を求めて九州内外から多くの釣り客が訪れるという。

船頭を始めて２年になる片浦さん。もともと、３年前までは父親とともに底びき網漁をしていた。ただ、父親の引退や自身も体調を崩したことが重なり、やむなく漁師の道をあきらめることに。そんな中、遊漁船業を営んでいた片浦さんの叔父が船をおりると知り、後を継ぐことを決意。「大好きな海や船にかかわる仕事がしたかったから」と片浦さん。叔父の仕事を継げることは、まさに“渡りに船”だったと話す。

船頭としてのやりがいを、「自分が案内した磯で魚が釣れて、お客さんの満足気な表情を見ると、自分のことのようにうれしい」と語る。とはいえ、海という自然を相手にしたレジャーは、一転、命にかかわる事故を招く危険もある。「お客さんを磯にのせたりおろしたりする瞬間は、何度やっても緊張する」と片浦さん。航行の安全はもちろんのこと、磯への見回りなども欠かせない。

「船頭として、ようやく自信がついてきました。天草での釣りが楽しいものとなるように、これからもがんばっていきたいですね」。片浦さんは笑顔で語ってくれた。

▲磯への接岸を行うようす

投稿コーナー

ハッピーバースデー HAPPY BIRTHDAY
今月で１歳になります

秋本 菜那（なな）ちゃん
本渡町本泉
父・和美さん　母・千由紀さん

パパとのおふろが大好き♡パパ、いつもありがとう!!

本崎 春樹（はるき）くん
本渡町広瀬
父・健太さん　母・美幸さん

皆さんの愛情いっぱいのおかげで大きく育っています。ありがとう。

洞口 航太郎（こうたろう）くん
中村町
父・典寛さん　母・恵美子さん

じぃじ、ばぁばいつもいちごありがとう♡早くにぃにと遊びたい!!

藏田 健太郎（けんたろう）くん
本渡町広瀬
父・幸平さん　母・裕貴さん

ぼく、ごはん大好き。もっともっと大きくなるよ。

宮﨑 葵愛（きあら）ちゃん
亀場町亀川
父・俊幸さん　母・由依さん

ごはんが大好き、元気娘♡これからもニコニコ元気に育ってね!!

池田 羽琉希（はるき）くん
五和町城河原
父・修市さん　母・久美さん

お兄ちゃん大好き♡これからもたくさん遊んでね☆

池田 侑世（ゆうせい）くん
川原町
父・佳史さん　母・恵美さん

早くたっちしておそとを歩きたいなー♡

岡田 乙希（いつき）くん
栖本町馬場
父・謙二さん　母・かおりさん

大好きな悠にいちゃんのマネばかり。がんばって♡

濱洲 朱里（しゅり）ちゃん
五和町御領
父・健喜さん　母・美香さん

お兄ちゃん大好き、食べるの大好き。いっしょに大きくなろうね！

読者のつぶやき

歯があるくじらの中で、一般的に体長４m以下のものがイルカです。とても友好的で、ウォッチングで私たちをいやしてくれます。天草エアラインの親子イルカ（みぞか・かい・はる）飛行機をぜひ、かわいがりましょう。

ペンネーム：イルカ人間（上の紙飛行機も製作）

皆さんからの投稿を募集しています！

●応募期限＝４月10日㈬まで（必着）。

〈５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。応募写真は返却しません。

〈読者のつぶやき〉

●応募方法＝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。

［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

オリーブの島づくりだより

オリーブ料理を楽しみましょう！

オリーブオイルは、「健康に良い」といわれています。これは、オリーブオイルにオレイン酸などの有効成分が豊富に含まれているためです。特にオレイン酸は、血液中の悪玉コレステロールを減らす働きがある一方、善玉コレステロールを維持または増加させる働きがあることが確認されています。血液の循環を良くすることで、さまざまな病気を予防してくれるというものです。

アメリカの公的機関である食品医薬局では、心臓病や生活習慣病の予防に有効であると認めており、「1日にスプーン2杯のオリーブオイルを」と推奨しているほどです（「新オリーブオイル健康法」松生恒夫著より）。

オリーブオイルは、食材そのもののおいしさの引き立て役です。調味料として、またはそのまま料理にかけてもおいしくいただけます。また、和食にも良く合うといわれていますので、お刺身や煮しめなどにもかけてみてください。きっと、おいしくいただけますよ。

「日ごろの食卓にオリーブオイルを！」。皆さんのご家庭でも実践されてみては、いかがでしょうか。

なお、市内の飲食店やホテル・旅館など16店舗が創作オリーブ料理を提供する〝天草オリーブグルメフェア2013〟が、6月15日㈯まで各店舗で開催されています。こちらもぜひ、ご堪能ください（実施店舗などの詳細は、㈳天草宝島観光協会☎㉒2243へ）。

※詳しいことは、本庁（別館）・産業政策課☎㉓1111へ。

恐竜の島まるごと博物館 天草御所浦ジオパーク

スフェノセラムスの壁

「スフェノセラムスの壁」は、牧島のアンモナイト館から椛ノ木（かばのき）地区方面に300mの地点にあり、４年前に見つかった新しいジオサイト（ジオパークの見学場所）です。高さ約30m、幅約20mの傾いた一枚岩で、約8,500万年前の深い海底で生息していた、二枚貝スフェノセラムスの化石が数え切れないほど見つかることから、名付けられました。

また、ウニやクモヒトデ、甲殻類等が移動した跡、アンモナイトなどの貴重な化石が残されており、まさに当時の海底がそのまま隆起したかのようです。いまも、大学の研究者によって調査・研究が進められています。

現在、天草地域の２市１町では、御所浦だけでなく地域内全域を大地の公園とする「天草ジオパーク構想」を推進しています。

今後も、天草の大地の宝に磨きをかけることで、地域の活性化につなげていきます。

◀▲スフェノセラムスの壁（右）と化石（左下）

※「天草御所浦ジオパーク」は今号で終了します。

【問い合わせ先】御所浦白亜紀資料館☎㊼2325

市長随筆 Mayor Essay

温かなおもてなし

２月28日、㈳天草宝島観光協会主催の「天草島民総おもてなしキックオフシンポジウム」が開催され、パネラーとして出席しました。

今年は、第33回全国豊かな海づくり大会の放流行事や、第68回熊本県民体育祭が天草で開催されますし、「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」も、世界文化遺産の登録に向けて準備を進めています。このように、今年は県内外から多くの皆さんが天草においでになりますので、平成25年度を「天草おもてなし元年」と位置づけ、お越しいただいた皆さんに心のこもったおもてなしでお迎えしようと、計画されたものです。

講演をされた鎌田洋さんのお話をお聞きして、おもてなしとは何かをあらためて考えさせられました。

「観光バスに笑顔で手を振る」「観光客の皆さんに笑顔であいさつをする」「落ちているごみは拾う」といった、一つひとつの身近にできることを実践することが大切ではないかと思います。このような歓迎を受けることで、市外から来られた皆さんの天草に対する印象は、ずいぶんと違ってくるのではないでしょうか。

天草には藍より青い海や雄大な自然、歴史、文化といった「宝」が数多くありますが、なによりも全国に誇れるのは、天草の「人」であると思っています。このもっとも大切な資源である「天草人」の温かさで、訪れる皆さんをお迎えしましょう。

天草市長 安田公寛

消費生活 電話勧誘での一方的な商品の送りつけについて

電話で、注文していないにもかかわらず「注文があった健康食品を代金引換で送る」と連絡があり、商品が届いてしまったなどという相談が寄せられています。消費者が承諾していないにもかかわらず、一方的に商品を送りつけられた場合は、代金の支払義務はありませんし、受け取る必要もありません。

また、勧誘されても必要がなければはっきり「いりません」と断りましょう。

困ったときは、すぐに市消費生活センターへご相談ください。

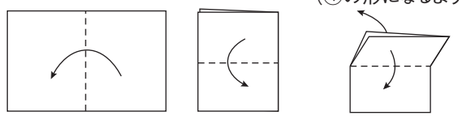
【問い合わせ先】天草市消費生活センター（天草宝島国際交流会館ポルト内）☎㉜6677

実践 暮らしのECO（エコ）セトラ

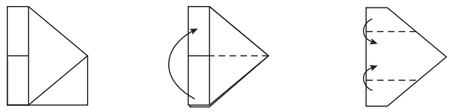
新聞紙などで簡単に作れる ごみ箱を利用してみませんか！

生ごみは、しっかりと水を切って、新聞紙などで包んで出すことで、ごみの減量や燃焼にかかるコストの削減にもつながります。

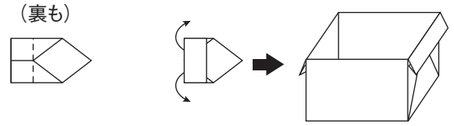
①半分に折る　②半分に折る　③開いて三角を作る（④の形になるように）



④裏も同じように作る　⑤点線で折る（裏も）　⑥真ん中に向けて点線で折る（裏も）



⑦点線で折る（裏も）　⑧袋を開いてできあがり



【問い合わせ先】本庁・環境施設課☎㉓1111

今月号の表紙

３月３日、天草町大江で開かれた「あったか天草椿まつり」の“椿スケッチ大会”のようす。参加した子どもたちは、椿の花を熱心に観察しながら、スケッチをしていました。

編集後記 あとぜき

先日、ふと家の前の桜の木をみると花が咲いていました。「あー、もう春なんだ。１年って早いなー」。４月は、学校への入学や社会人になるなど新しい旅立ちの季節。期待と不安がありますが、気持ちを新たにがんばりましょう。 【剣】

仕事帰り、「今日も疲れた」と下を向きとぼとぼと歩いていると、頭上に先日お目見えした“親子イルカ”が。気持ちよさそうに空を泳ぐかわいい姿にいやされ、「明日もがんばろう」と元気をもらい家路につく、今日このごろです。【海】

４月は節目の季節。何かを始めるには良い機会です。私には、運動不足の解消、減量などやるべきことが山積み。ただ、始めの一歩がなかなか…。テレビのCM「いつやるの？今でしょ！」の言葉が、胸にグサリと刺さります…。【素】

市政だより 天草

【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

天草印 農林水産物

Vol.12
あまくさ晩柑

３月から、あまくさ晩柑（品種名：河内晩柑）の出荷が始まっています。さわやかな酸味が特徴。JA本渡五和・JAあまくさによると、合わせて約1,000トンの出荷を計画。６月まで出荷が行われます。

手軽においしく
ささっとレシピ

あまくさ晩柑ゼリー

甘さひかえめで、さっぱりとしたゼリーです。食後のデザートやおやつにいかがですか。ぜひ、お試しください。

材料・分量（約４人分）

あまくさ晩柑の果汁（中玉４～５個）…… 1.5カップ
水 …… 1カップ
※1カップ=200cc
砂糖 …… 大さじ4杯
粉寒天 … スティック1本（4ｇ）
※棒寒天でも良い。

作り方

①晩柑をむいて、小房ごとミキサーにかけ、果汁を金網（みそこしなど）でこす。
②なべに水と粉寒天を入れて、火にかけて混ぜる。粉寒天が煮溶けたら砂糖を加える。
③なべのあら熱がとれたら、果汁を加えて混ぜる。
④用意した器に入れて固める。

提供：市食生活改善推進員協議会

「市政だより天草」は再生紙を使用しています。