



市政だより

# 天草

AMAKUSA

天草市と同年の  
子どもたち !!



祝 天草市合併 10周年

## 主な内容

- 市長と児童との天草市合併10周年記念トーク……2
- 「天草の崎津集落」世界遺産登録への道 ……………8
- 「国保」の運営状況をお知らせします ……………9

平成28年

3

1

No.238





## A portrait of a young girl with dark hair and bangs, wearing a dark blue school uniform with a white collar. She is looking slightly to the right of the camera with a neutral expression. The background is a plain, light-colored wall.

Amami City's things

- Amami City's things
- Amami City's things
- Amami City's things



「市長と児童との  
天草市合併10周年記念トーク」



A group of approximately ten men in dark suits and ties are standing in a line on a red carpet, participating in a ribbon-cutting ceremony. They are all holding large red scissors and are in the process of cutting a red ribbon that stretches across the front of the group. The background shows a modern building with large windows and some greenery.





## 僕は今でも幸せなので、そのままでも良い

ひろと  
谷上 大翔くん  
(倉岳小学校)

- ①美しい景色や天草陶石など自慢できることが多いこと。
- ②プロ野球選手のキャッチャー。

僕は今でも幸せなので、そのままでも良いと思っています。豊かな山と海に囲まれ、明るい友だちや親切な町の人に支えられて、僕は毎日元気だからです。

ただ、倉岳にはお店が少ないです。本渡にたくさんあるようなスーパーが倉岳にもあると、みんながもっと幸せになると思います。

## 天草の良いところをもっと知ってほしい

私が住んでいる御所浦町は、恐竜の島として有名です。年末からお正月にかけて、港の近くの公園はとてもきれいなイルミネーションで飾り付けられます。天草にはいいところがたくさんあります。天草のいいところをみんなにもっと知ってもらって、たくさんの方が住んでくれるようになってほしいです。

みずほ  
坂田 咲帆さん  
(御所浦小学校)

- ①みんなが優しいこと。地域の人たちが励ましてくれること。
- ②ペットショップ。



## 広報紙を振り返る あの人は今

平成18年度牛深地区成人式で「勇気と信念を持って行動します」と新成人代表で誓いの言葉を述べた

ゆう  
船津 優 さん (29歳・久玉町出身)



(平成18年9月1日号掲載)



現在

## アフリカの貧困農家を支援

青年海外協力隊の村落開発普及員として、アフリカのモザンビークに2年間赴任。現在、アフリカの農家を支援する組織のタンザニア現地法人の共同代表として活動中。「貧困農家を助けたいという信念を持って、日々、行動しています」。



なつき  
清水 夏月くん  
(新和小学校)

- ①友だちに会えたことや野球をできる場所やチームがあること。
- ②プロ野球選手。

## みんなから愛される 天草市になってほしい

僕が住む新和町は、野菜を育てる畑や米を育てる水田があります。この風景をずっと残して行ってほしいです。

また、優しい人が増えて、天草市に来る人たちに温かいおもてなしができればと思います。みんなから愛される天草市になってほしいです。

めぐ  
吉田 愛さん  
(栖本小学校)

- ①きれいな花が咲いていたり、カブトムシがいるなど自然が豊かで、みんなが優しいこと。
- ②看護師。



## 子どもの声があふれる天草市に

私の住む栖本町のきれいな川には、ホテルや世界でもめずらしいアマクササンショウウオが住んでいます。この美しい自然を残せるように守ってほしいです。

子どもがどんどん減っているので、子どもの声があふれる天草市になってほしいです。

## トーク・ピックアップ①

### 「天草市」を学ぶ

児童たちに、より天草市のことを知ってもらおうと、中村市長が天草市の概要を紹介。人口の推移を示しながら、「減少を少しでも緩やかにするためには、若い人たちに仕事の間をつくって天草市に住んでいただくことが大切」と説明しました。このほか、天草の特産品なども紹介し、児童たちは熱心に聞いていました。



児童氏名 (小学校名) ①天草市に住んでいて良かったこと ②将来の夢

平成28年  
2月  
●天草エアラインの新型機ATR42-600(みぞか号)が就航

4月15日  
●「うしぶか海彩館」が「道の駅」に登録

11月3日  
●市と北海道浦河町が友好交流都市提携協定を締結



平成27年  
3月19日  
●市と高森町が交流連携協定を締結

4月5日  
●天草市起業創業・中小企業支援センター「Ama-biz」を開設

平成26年  
3月28日  
●天草市民センター体育館が落成

8月28日  
●「天草ジオパーク」が日本ジオパークに認定

9月14・15日  
●第68回熊本県民体育祭天草大会を開催(市チームは初の総合3位)

10月26・27日  
●第33回全国豊かな海づくり大会くまもと県水俣市で開かれる



平成25年  
4月1日  
●牛深港が「うしぶか海の駅」に認定

5月  
●(仮称)第二天草瀬戸大橋整備事業に着手

9月8日  
●第1回世界サンタクロース会議in天草を開催(市がサンタクロースの聖地・天草として決議)

平成24年  
1月29日  
●熊日郡市対抗女子駅伝で市チームが初優勝

6月8日  
●「天草の崎津集落」が世界文化遺産候補の構成資産に追加



## 【市民憲章】

- わたしたちは、将来にわたって  
夢と希望に満ちあふれた天草市となることを願い、  
ここに天草市市民憲章を定めます。
- 一 感謝の心を持ち、豊かな「しぜん」を守ります
  - 一 ふるさとを愛し、誇れる「ひと」を育てます
  - 一 恵まれた風土を活かし、「ものづくり」に励みます
  - 一 伝統と文化を学び、安らぎのある「まち」を創ります
  - 一 世代の調和を大切に、健やかな「和」を広げます



## 「明るいまちづくり」のために 皆さんの若い知恵と力でご協力を

これからの天草市を担う皆さんから、自然や環境、観光、伝統文化など、さまざまな思いや願いを聞かせていただき、ほんとうにありがとうございました。皆さんの意見が実現できるように、さらなる勉強と努力をしていきたいと思っています。

皆さんの思いや願いの中には、市が制定している「市民憲章」という、市の目標につながるものもありました。ぜひ、この「市民憲章」を覚えておいてほしいと思います。



合併10周年を迎えるにあたり、さらに次の10年、20年先といった皆さんの夢と希望のあふれる未来へ向けた「明るいまちづくり」に、これからも皆さんの若い知恵と力でご協力をお願いします。

## もっと人気のある天草市になってほしい

たくさん人口が増えて、人気のある天草市になれば良いと思います。

イルカウォッチングなどに来る人に、天草の美味しいものをもっと知って食べていただいて、観光客が増えれば良いと思います。

入江 稜椰くん  
(五和小学校)

- ①ウニやタイなどのおいしいものが多いこと。イルカに1年中会えること。
- ②生物学者。



## 自然とふれあえる場所を作ってほしい

海や川、草木、生き物とふれあえることが僕の楽しみなので、自然とふれあえる場所を作ってほしいです。

また、天草町の天草陶石は日本一の陶石で、高浜焼も日本一の焼き物なので、ずっと残っていてほしいです。

黒沢 睦くん  
(天草小学校)

- ①自然がたくさんあること。夕陽を見ると心が穏やかになります。
- ②植木屋さん。



## 環境に優しいすばらしい天草市に

いろいろなお店でレジ袋を有料にしてほしいです。ほかにも環境に良いことをして、環境に優しい天草市になれば良いと思います。

みんなが環境のことを考えて、もっとすばらしい天草市にしてほしいです。

窪 佑奈さん  
(河浦小学校)

- ①静かなところや海が気持ちいいことと、今の友達に出会えたこと。
- ②大学の先生・気象予報士。

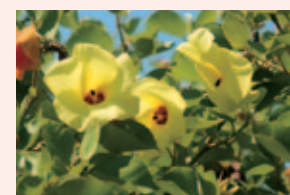


児童氏名（小学校名） ①天草市に住んでいて良かったこと ②将来の夢

## トーク・ピックアップ②

### 市のシンボルはご存じですか？

市長から児童たちへ、「市のシンボル」の花・木・魚・鳥をクイズ形式で紹介しました。



市の花「はまぼう」



市の木「あこう」



市の魚「タイ」



市の鳥「かもめ」

## 「天草市合併10周年記念式典」を開催します

市が合併10周年を迎えることを記念して、次のとおり式典を開催します。

**と き** 5月29日⑩午前9時15分～受付 同10時～開式 **ところ** 天草市民センター・ホール

**内 容** 市内の中高生によるアトラクションや、表彰などを予定しています。詳細は、市政だより天草でお知らせします。

【問い合わせ先】 本庁・政策企画課 ☎③1111

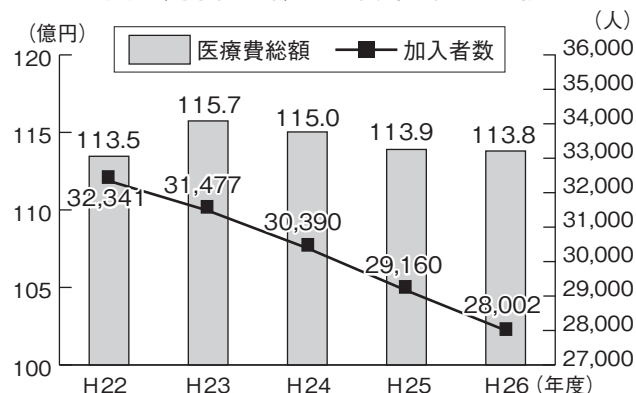


# 国保の 運営状況をお知らせします

ポイント  
1

加入者数は年々減少し、医療費総額(本人負担分を含む)も減少傾向です。

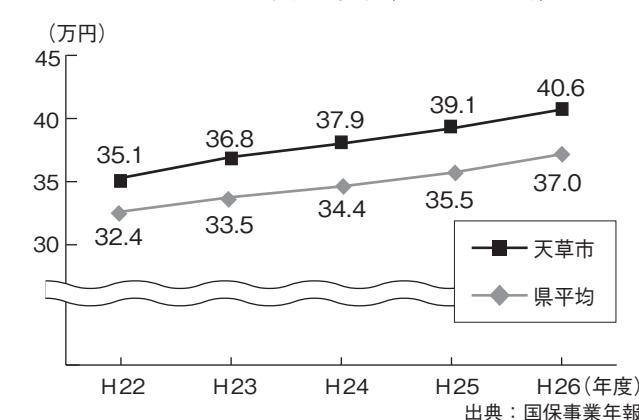
◆加入者数(年間平均)と医療費総額の推移



ポイント  
2

1人当たりの医療費が、40万円をこえました。県平均を上回っています。

◆1人当たりの医療費の推移(一般加入者)



医療費総額は減少傾向ですが、1人当たりの医療費は増加しており、厳しい財政運営が続いています。



## 医療費を抑えるために

### 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ので、治療効果が高まります。



### ジェネリック医薬品の使用を検討する

ジェネリック医薬品(後発医薬品)の効果的な使用で、経済的な負担が減り、医療費の削減につながります。



### 生活習慣病を予防する

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ます。



【問い合わせ先】本庁・国保年金課 ☎ 1111

## 「天草の崎津集落」 世界遺産登録への道

Road to World Heritage



▲崎津集落

## ユネスコへの推薦をいったん取り下げ

「推薦内容を見直し、平成30年7月の登録を目指す」

「長崎の教会群」の世界文化遺産登録に向けたユネスコ(国連教育科学文化機関)への推薦が、いったん取り下げられました。ユネスコの諮問機関であるイコモス(国際記念物遺跡会議)による中間報告を受けて、文化庁が関係機関と協議し取り下げを決め、2月9日の閣議で了解されたものです。取り下げの経緯や今後についてお知らせします。

### 世界遺産登録を確実にするための最善策

長崎の教会群は、日本におけるキリスト教の「伝来・繁栄」「禁教と弾圧・潜伏」「復活」を物語る資産として推薦されたものです。これに対し中間報告は、長崎の教会群は世界遺産の価値があると認められるものの、「世界遺産の評価基準を満たしていることの証明が不十分である」と指摘。『禁教の歴史に焦点を当てて、推薦書の内容を見直すべき』というものでした。そのうえで、「速やかに

再推薦がなされ、良い結果が得られるよう助言と支援を行う用意がある」との考えが示されており、イコモスの指導を受けながら推薦書を見直すことが、世界遺産登録を確実にするための最善策として、推薦をいったん取り下げたものです。

### 「天草の崎津集落」

重要性は今以上に高まる  
「天草の崎津集落」は、江戸時代のキリスト教の禁教下において、ひそかに信仰を続けていた証拠が充実しており、長崎の教会群にお

ける「禁教と弾圧・潜伏」を物語る重要な資産です。イコモスは中間報告で、「禁教の歴史に焦点を」としていることから、「天草の崎津集落」の重要性は今以上に高まったととらえることができます。

### 平成30年7月の

登録を目指す

世界文化遺産のユネスコへの推薦は、1カ国につき年1件です。平成29年は、「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群(福岡県)が、世界遺産委員会で審議されることがすでに決定済み。「長崎の教会群」は同30年の登録を目指して、再推薦に向けた手続きを進めています。

【問い合わせ先】本庁・世界遺産推進室(河浦支所内) ☎ 761116



## 新和路を走る！

天草ロードレース大会



▲家族みんなで仲良くゴール！

「第21回天草ロードレース大会」が1月31日、市新和支所周辺を発着とする1.5・3・5・10kmのコースで開かれ、市内外427人の参加者が新和路を走りました。肥後銀行女子駅伝部などからの招待選手をはじめ、県内外の強豪校から有力選手が出場し、白熱したレースを展開。一方、1.5kmのファミリーの部では、家族が手をつなぐなどしていっしょにゴールする姿が見られました。

## 芸術文化や伝統芸能を継承しよう

あまくさ子ども芸術祭



▲牛深中学校生徒と牛深高校郷土芸能部による  
“牛深ハイヤ踊り”

1月31日、「第2回あまくさ子ども芸術祭」が牛深総合センターで開かれ、約400人が来場しました。市芸術文化協会が、芸術文化や伝統芸能を継承している子どもたちによる芸術祭として、昨年から開催しているもの。

市内の小・中・高校生11団体・182人が出演し、“牛深ハイヤ踊り”“魚貫草刈り唄”をはじめ、太鼓や吹奏楽の演奏などを披露。来場者からは大きな拍手が送られていました。

## 避難所開設・運営を学ぶ

災害ボランティア養成講座



▲避難スペースを作る参加者

1月30日、「災害ボランティア養成講座」が御所浦北体育館一帯で開かれ、御所浦地域の自主防災組織や民生委員など50人が参加しました。市社会福祉協議会御所浦支所が毎年開催しているもの。今回は避難所開設・運営をテーマに実施。プライベートに配慮した避難スペースの作成では、参加者が同支所職員の指導を受けながら、段ボールを使った間仕切り作業に熱心に取り組んでいました。

## “高浜ぶどう”の栽培拡大に向けて！

高浜地区振興会・ぶどう班による挿し木作業



▲苗木を植えるようす

天草町の高浜地区振興会の“ぶどう班”12人が2月11日、“高浜ぶどう”の挿し木(苗木植え)作業を同地区コミュニティセンターで行いました。地元に残っていた木をもとにして、平成21年から復活の取り組みをスタート。昨年は収穫したぶどうで念願のワインを試作しました。同地区振興会では、今回植えた苗を11月ごろまで育てて、地元の希望者に配布する予定。詳細は同地区コミュニティセンター☎1125へ。

## 53年ぶりの大雪に見舞われる

農業用ビニールハウス損壊、水道管破裂の被害も

1月24日・25日、市内全域が大雪に見舞われました。本渡で観測史上最低の氷点下7度、牛深で12cmの積雪を観測。昭和38年の“三八豪雪”で、牛深では29cmの積雪があったとの記録が残っており、それ以来となる53年ぶりの大雪です。25・26日には市内すべての小・中学校が休校となったほか、道路の凍結により各所で交通が遮断。農業用ビニールハウスの損壊や水道管の破裂による断水などの被害が出ました。



▲御所浦物産館「しおさい館」付近(24日)



▲天草空港(24日)



▲市役所前を通る国道324号(25日)

## 子どもとのふれあいに笑顔

宮田地区高齢者のつどい



▲園児とふれあう高齢者たち

「宮田地区高齢者のつどい」が2月4日、倉岳町の同地区コミュニティセンターで開かれ70人が参加しました。宮田地区振興会が、高齢者の皆さんにたくさんの人とふれあってもらおうと定期的で開催しているもの。今回は、倉岳保育園と苓陽幼稚園の園児がダンスや踊りを披露。高齢者たちは、園児たちのかわいらしい踊りを堪能し、笑顔で握手を交わすなどしてふれあっていました。

## 女子が準優勝！男子は9位

熊日駅伝



▲準優勝でフィニッシュする  
アンカーの松原芽華選手  
(信愛女学院高校2年)

「第33回熊日郡市対抗女子駅伝」が1月24日、「第42回郡市対抗熊日駅伝」(男子)が2月14日に行われ、市チームは女子が準優勝、男子は9位でした。女子は、びぶれす熊日会館前(熊本市)を発着とする7区間28.4km、男子は天草市から熊本市までの14区間105.4kmのコースで行われ、いずれも19チームが出場。女子チームの宮田知政監督は、「選手が粘ってくれたおかげ。来年はぜひ、優勝を目指したい」と話していました。



## 地域の安全を守る信号機を設置

亀川保育園付近の県道の交差点に



▲“渡り初め”のようす

亀場町の亀川保育園付近を通る県道の交差点に2月8日、押しボタン式の信号機が設置されました。交通量が多く地元小学校の通学路にもなっていることから、地域住民からの要望で設置されたものです。この日は現地で点灯式が実施され、行政や警察、地元住民、同保育園の園児など40人が出席。信号機の点灯や参加者による“渡り初め”が行われ、設置を祝いました。

## 思いおもいに歩き体も心も温まる

くすぼ菜の花と神々の郷ウォーク



▲菜の花を眺めながら歩く参加者

2月7日、有明町楠甫で「第8回くすぼ菜の花と神々の郷ウォーク」が開かれ、同地区コミュニティセンター発着の6.7km・2.5kmに約600人が参加しました。参加者は、田んぼに咲く菜の花の風景を楽しんだほか、神社に参拝したり休憩所では温かいぜんざいに舌鼓をうったりして、思いおもいにウォーキングを満喫。ゴールした参加者は、「体も心も温まりました」と笑顔で話していました。

## 牛深の方言を大切に

牛深地区公民館・全体講座



▲講演をする吉川さん

2月7日、牛深地区公民館全体講座「<sup>※</sup>なんば、しまいかな(方言を学ぶ)」が牛深総合センターで開かれ、地域住民など30人が受講しました。牛深歴史文化遺産の会の吉川茂文さんが講師となり、自身が編さんしている牛深地方の方言集のほか、方言民話などを紹介。「方言は大切にしたかですね」などと話され、受講者は熱心に聞き入っていました。

※“何をすればいいのかな”を意味する方言。

## ケーキのデコレーションに挑戦！

栖本小学校・ものづくりの魅力講座



◀霜上さんからデコレーションの仕方を教わる児童

1月28日、栖本小学校で県職業能力開発協会の「ものづくりの魅力講座」が開かれ、6年生11人が洋菓子職人の霜上明宏さん(玉名市)から菓子作りを学びました。児童たちは、霜上さんから菓子作りの魅力などを聞いた後、ケーキのデコレーションに挑戦。スポンジ生地に生クリームを塗ったり、絞り袋を使って飾り付けをしたりするなど、熱心に取り組んでいました。児童は、「難しかったけれど楽しかった」と笑顔で話していました。

## 天草の海産物を合志で販売・発信！

“ふるさと名物こうしマルシェ”オープン



▲天草の海産物の品定めをする買い物客

県北に位置する合志の特産品をメインに、天草の海産物を常時販売・発信する物産施設“ふるさと名物<sup>こうし</sup>マルシェ”が2月6日、合志市にオープンしました。

同市・天草市・上天草市が、この施設の活用に関する連携協定を昨年8月に締結したことから、天草産の商品の取り扱いが実現した。この日はオープン初日とあって、多くの買い物客が来店。天草産のアジの干物やかまぼこなどを買い求めていました。

## 新しい“みぞか号”を楽しむ

ATR42-600お披露目会in天草空港



▲新型機の写真撮影などをする見学者たち

天草エアラインの新型機“ATR42-600”(みぞか号)のお披露目会が2月14日、天草空港でありました。250人の応募の中から抽選で選ばれた150人や関係者が、駐機場に入り新型機を見学。座席の座り心地を確認したり、機体をバックに写真撮影をしたりして楽しんでいました。このほか、客室乗務員の新制服の披露や実演飛行、グッズや旧型機部品のオークションなども行われ、にぎわいを見せていました。

## 伝統の“ぶつかり合い”

河浦高校・送別ラグビー大会



▲教職員のタックルを受ける生徒

河浦高校(全生徒78人)で2月6日、卒業を控えた3年生男子生徒と教職員が激しくぶつかり合う伝統行事「送別ラグビー大会」が行われました。39回目で、今回は生徒の保護者も教職員チームの一員として参加。試合は、生徒チームがリードされながらも後半に逆転し、17対7で2年ぶりに勝利。生徒チームの大橋駿也さんは、「逆転トライが決まり気持ちよかった」と話していました。

## 二江特産トサカノリがお目見え！

トサカノリ漁が解禁



◀水揚げされるトサカノリ

五和町二江で1月15日、特産の素潜りによるトサカノリ漁が解禁になりました。トサカノリは、水深5～13mの海底に生えている海藻。主に生でサラダにして食べられており、色と形がニワトリのトサカに似ていることから、この名前がついたといわれています。

2月4日、天草漁協五和支所裸潜組合の漁師たちが漁を終えて二江漁港に帰港すると、コンテナに満載のトサカノリを次々と水揚げしていました。漁は6月末まで行われます。



お姉ちゃん  
大好き！

じいじ、ばあば  
大好きだよ♡

かわいい笑顔を  
ありがとう

これからたくさん  
の笑顔をみせてね

めいお姉ちゃん  
おせわありがとう

大島 愛莉 ちゃん  
本渡町本戸馬場  
父・雅彦さん 母・久美さん

副島 丈太郎 くん  
佐伊津町  
父・広太さん 母・奈々さん

池田 真緒 ちゃん  
川原町  
父・大樹さん 母・美和さん

甲斐 瑛人 くん  
八幡町  
父・晴規さん 母・亜沙美さん

猪原 恵麻 ちゃん  
下浦町  
父・和司さん 母・香織さん

## ハッピーバースデー

今月で1歳になります

4月で満1歳になるお子さんを募集！

●応募期限＝3月10日⑥まで（必着）。

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、連絡先、コメント（15字）、保護者名（父・母）を記入してください。写真はお子さんが鮮明に写っているものをお願いします。写真の掲載は8人まで（応募者多数の場合は抽選）とし、写真は返却しません。

【郵送・持参先】〒863-8631 市内東浜町8-1  
天草市役所・秘書課

泣き虫だけど…  
いつもニコニコ★

にこにこ元気に  
大きくなあれ

成せば成る！  
両親の願いです♡

玉木 瑛杜 くん  
栖本町湯船原  
父・将吾さん 母・史歩さん

門口 真依 ちゃん  
北原町  
父・淳さん 母・智子さん

吉原 成 くん  
川原町  
父・隼人さん 母・美由紀さん

## こども芸術館

作品名「港の風景」

五和小学校（五和町）  
6年 松下ひなたさん



家の近くにある船着き場です。心をこめて描きました。

まちを盛り上げて  
いきたいです！

## 若っ喝采

本田 紗己 さん  
（新和町小宮地・22歳）

新和町の宮南地区振興会職員として働いています。地域の皆さんとかわることができるので、楽しいです。趣味はランニング。今年は天草マラソンにもぜひ、挑戦してみたいです。地域の行事にも積極的に参加して、若い力でまちを盛り上げていきたいですね。



互いに好きなこと  
をして、長生きを  
しましょう

体に気をつけて、  
いつまでも健康で  
いましょうね

## おしどり夫婦

大中 司さん(79歳)・伊津枝さん(76歳)  
（楠浦町）

昭和37年結婚(54年目)

私(司さん)は盆栽、妻は健康体操が趣味です。それぞれ趣味の時間を尊重して互いに好きなことをして過ごすことが、夫婦円満の秘けつだと思っています。孫の顔を見るのも楽しみです。

全国大会を  
目指す！

## ザ・部活動

岩崎 克真 さん  
牛深東中学校(久玉町)・1年  
陸上競技部

100m走をしています。昨年は、県中体連で優勝することができました。うで振りや脚を前に持ってくることを意識した練習に取り組んだ成果が出て、とてもうれしかったです。今年は走法の技術にさらに磨きをかけて、九州大会そして全国大会を目指します。



鬼退治にご満悦!!  
みんな仲良し“一保っ子”

一町田保育所(河浦町)

## 園児フотスナツプ



寒さに負けず、  
今日も元気に外遊びを  
楽しんでいます！

めぐみ保育園(南町)



## より多くの皆さんに 環境保全に興味を

末松秀春さん

(栖本町河内・74歳)



市環境美化推進員・環境保全推進員のほか、県地球温暖化防止活動推進員を務めている。昨年3月から、地元の干拓地近くの海岸の堤防で「ごみ拾い」をスタート。月に数回、空いている時間を利用して地道に作業を進めている。同所で魚釣りをしていたときに、ごみが散乱している光景を目の当たりにしたのがきっかけ。どんなごみがどれくらいあるのか、まずは自分が知ろう、そして伝えていこうと考え、ひとりで取り組むことにした。「空き缶やペットボトル、レジ袋に満杯のごみ、漂着した大量の発砲スチロール。いろいろなものが落ちていますよ」と末松さん。堤防の長さは約700mで、現在、約半分を完了。これまでに回収したごみは、大きなごみ袋380袋分にのぼった。

一方、地元の小学5年生を対象に、環境に関する講話を3年前から実施。内容は、写真愛好歴50年の末松さんが撮影した地元のホテルや野鳥、外来生物の生態写真などを紹介し、これを通じて環境に興味をもってもらおうというもの。「子どもたちはすなおに、熱心に話を聞いてくれます。やりがいがありますね」と、末松さんは笑顔を見せる。

『地球は祖先からの贈りものではなく、子孫からの預かりもの』という考え方があります。預かったものを汚すことなく、後世につないでいきたいですね。より多くの皆さんに、環境保全に興味を持っていただけたら。末松さんは力強く語ってくれた。

## 健康・医療のはなし

### インフルエンザ 予防を心がけあわてずに対応を

「インフルエンザって恐ろしい……」と思い込んでいませんか。まずはインフルエンザについて正しい知識を持ち、じょうずに対策しましょう。

インフルエンザとは、冬に流行するかぜ症候群の一つで、発症すると発熱・頭痛・咽頭痛（のどの痛み）・関節痛・倦怠感・せき・鼻水などの症状を呈します。1〜3日でピークに達し、



約1週間で軽快します。一般の「かぜ」に比べると高熱になりやすく、脳症や肺炎などの重篤な合併症を起こすこともあるため、怖いイメージを持たれがちです。しかし、そのような重篤な合併症を引き起こす頻度が、ほかの感染症と比べて飛びぬけて高いわけではありません。

では、一般的な「かぜ」との違いは何でしょうか。インフルエンザの最大の特徴は、「爆発的な感染力」です。ほかの感染症に比べ、短期間のうちに大勢の人へ感染が拡大していきます。ウイルスはせき・くしゃみにより飛沫として空気中を漂い、それを吸い込むことで感染します。ほかのウイルスと比べ、空気中を漂う範囲が広範で、感染すると1週間ほど排泄され続けます。

このため、インフルエンザの

流行を防ぐにはウイルスをまき散らさないことが大切です。症状がある人はマスクを着用し外出を控え、極力、ほかの人にうつさないようにしましょう。かかっていない人は手洗い・うがいを心がけ、人混みを避けてください。

感染してしまっても、焦る必要はありません。栄養と安静のみで自然に治りますが、現在は抗ウイルス薬も普及し、発症から48時間以内に使用すれば感染期間の短縮が期待できます。お年寄りや病気を患い免疫の抵抗力が弱くなっている人は、合併症のリスクも高くなるため積極的な使用をおすすめします。

予防を心がけ、かかってしまったらあわてずに対応しましょう。

※「健康・医療のはなし」は今後、不定期に掲載します。



牛深市民病院小児科  
おくみや きよひと 医師  
屋宮清仁



## めざせ！健康ボディ

### 四つばいで行う“うで立て伏せ”

- ①両手を肩の真下、両ひざを股関節の真下につき、四つばいに。指先は少し内側に入れて、ひじに余裕を持たせる。
- ②ひじを曲げ、3秒かけて手と手の間に胸をおろす。その後、3秒かけて元に戻す。

※1日に、連続で10回行いましょう。

【問い合わせ先】

天草中央保健福祉センター ☎ 243737

市主催の健康運動教室に参加している中島泰子さん（有明町・62歳）に、取り組んでいただきました。



中島泰子さん



中島さんから  
ひとこと  
二の腕が引き  
締まります。皆  
さんも、ぜひ取  
組んでみませ  
んか。

腰をそらないように。ひざを遠ざけると負荷が上がります。慣れてきたら挑戦してみましょう。

※「めざせ！健康ボディ」は今後、不定期に掲載します。



# 3月27日⑧は 熊本県知事選挙の

# 投票日

とき **3月27日⑧**

午前7時から午後7時まで

ところ **市内95カ所の投票所**

※入場券に記載してありますので  
確認してください。

## 投票できる人は

次の要件をいずれも満たし、選挙人名簿に登録されている人。

●3月27日現在で満20歳以上の  
人（平成8年3月28日まで  
に生まれた人）。

●平成27年12月9日までに  
本市に住民票が作成された  
人（他の市区町村から転入  
した人は、同日までに転入  
届をした人）。

※同年12月10日以降に熊本  
県内の市町村から本市に転  
入した人（1回に限る）は、  
転入前の住所地の選挙人名  
簿に登録されていれば、い  
ずれかの市町村長が発行す  
る証明書を添付して、前住  
所地の選挙管理委員会に投  
票用紙などを請求し、本市  
で不在者投票をすることが  
できます（請求用紙は本庁・  
選挙管理委員会事務局にあ  
ります）。

※通学のため親元を離れて  
生活している市外在住の学

生で、本市に住民登録をし  
たままの人は、現在住んで  
いるところが住所と認定  
されるため、本市の選挙人  
名簿に登録されていても投  
票することができません  
ので、ご注意ください。

## 投票所入場券

投票所入場券（ハガキ）  
は、有権者の皆さんに郵送  
します。投票日には、入場  
券を持って投票所にお出か  
けください。

入場券がないときでも、  
投票所にある選挙人名簿で  
本人確認ができれば投票で  
きます。

投票日当日は、指定され  
た投票所以外では投票でき  
ません。



## 投票所に行けない人は

### ◇期日前投票

投票日当日に仕事やレジ  
ヤーなどで投票所に行けな  
い人は、期日前投票ができ  
ます。

期日前投票は天草市民セ  
ンターまたは各支所のどこ  
でもできます。

期間 3月11日⑤～同26日  
⑩。

時間 「天草市民センター」  
午前8時30分～午後8時。  
「各支所」 午前8時30分～  
午後7時。

持参するもの 投票所入場  
券（入場券がなくても投票  
できます）。

### ◇病院などの

### 不在者投票

県選挙管理委員会が指定  
した病院や施設に入院・入  
所している人は、その病院  
や施設で不在者投票ができ  
ます。

指定病院や施設について  
は、入院・入所している病  
院・施設へお尋ねください。

### ◇郵便などによる

### 不在者投票

「市外に滞在している人」  
投票日当日、仕事やレジ  
ヤーなどで市外に滞在して  
いる人は、郵送による不在  
者投票ができます。

この制度を利用する人  
は、本庁または各支所にあ  
る「不在者投票請求書兼宣  
誓書」（市ホームページに  
も掲載）に選挙人本人が必  
要事項を記入し、本庁・選  
挙管理委員会へ持参または  
郵送してください。

その後、選挙管理委員会  
から選挙人の滞在地に投票  
用紙などを郵送しますの  
で、選挙人は、3月11日⑤  
から同26日⑩までに、滞  
在地の選挙管理委員会に投票  
してください。

この方法による投票は日  
数がかかりますので、早め  
に手続きをしてください。

## 開票

開票所の一般参観席では、  
開票状況をご覧いただけま  
す。

とき 3月27日⑧午後9時  
から。

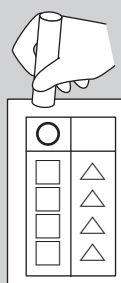
ところ 天草市民センター  
体育館。

※詳細はお尋ねください。  
本庁・選挙管理委員会事  
務局

## 投票用紙

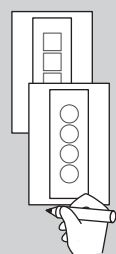
### 【投票日当日】

県知事選挙候補者氏名  
の上の○を付ける欄に、  
○印のスタンプを押して  
ください。



### 【期日前・不在者投票】

県知事選挙候補者の氏  
名を記入してください。



◆公職選挙法で定められている障がいの程度（別表）

| 手帳の種類          | 障がい名など                               | 等級など          |
|----------------|--------------------------------------|---------------|
| 身体障害者<br>手帳    | 両下肢、体幹、<br>移動機能の障がい                  | 1級か2級         |
|                | 心臓、じん臓、呼吸器、<br>ぼうこう、直腸、小腸の障がい        | 1級か3級         |
|                | 免疫、肝臓の障がい                            | 1級～3級         |
| 戦傷病者<br>手帳     | 両下肢、体幹の<br>障がい                       | 特別項症～<br>第2項症 |
|                | 心臓、じん臓、呼吸器、<br>ぼうこう、直腸、小腸、<br>肝臓の障がい | 特別項症～<br>第3項症 |
| 介護保険の<br>被保険者証 | 要介護状態区分                              | 要介護5          |

### 【障がいがある人】

身体に両下肢不全などの  
重度の障がいがある人は、  
自宅で不在者投票をするこ  
とができます。

①身体障害者手帳または戦  
傷病者手帳、介護保険被保  
険者証（要介護5の人のみ）  
を持ち、公職選挙法で定め  
られている障がいの程度  
（別表）に該当する人で、あ  
らかじめ選挙管理委員会か  
ら「郵便等投票証明書」の  
交付を受けている人（郵便  
投票の請求期限は3月23日

まで）。

②①に該当し、次のいずれ  
かに該当する人は、あらか  
じめ選挙管理委員会に届け  
出た人（選挙権がある人の  
み）に代理で記載してもら  
うことができます。

●身体障害者手帳に、上肢  
または視覚の障がいの程度  
が1級と記載されている  
人。

●戦傷病者手帳に、上肢ま  
たは視覚の障がいの程度が  
特別項症から第2項症まで  
と記載されている人。

## 投票所に行けない人は

### ◇期日前投票

投票日当日に仕事やレジ  
ヤーなどで投票所に行けな  
い人は、期日前投票ができ  
ます。

期日前投票は天草市民セ  
ンターまたは各支所のどこ  
でもできます。

期間 3月11日⑤～同26日  
⑩。

時間 「天草市民センター」  
午前8時30分～午後8時。  
「各支所」 午前8時30分～  
午後7時。

持参するもの 投票所入場  
券（入場券がなくても投票  
できます）。

### ◇病院などの

### 不在者投票

県選挙管理委員会が指定  
した病院や施設に入院・入  
所している人は、その病院  
や施設で不在者投票ができ  
ます。

指定病院や施設について  
は、入院・入所している病  
院・施設へお尋ねください。

### ◇郵便などによる

### 不在者投票

「市外に滞在している人」  
投票日当日、仕事やレジ  
ヤーなどで市外に滞在して  
いる人は、郵送による不在  
者投票ができます。

この制度を利用する人  
は、本庁または各支所にあ  
る「不在者投票請求書兼宣  
誓書」（市ホームページに  
も掲載）に選挙人本人が必  
要事項を記入し、本庁・選  
挙管理委員会へ持参または  
郵送してください。

その後、選挙管理委員会  
から選挙人の滞在地に投票  
用紙などを郵送しますの  
で、選挙人は、3月11日⑤  
から同26日⑩までに、滞  
在地の選挙管理委員会に投票  
してください。

この方法による投票は日  
数がかかりますので、早め  
に手続きをしてください。

## 開票

開票所の一般参観席では、  
開票状況をご覧いただけま  
す。

とき 3月27日⑧午後9時  
から。

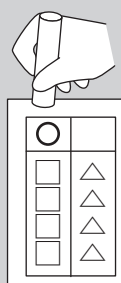
ところ 天草市民センター  
体育館。

※詳細はお尋ねください。  
本庁・選挙管理委員会事  
務局

## 投票用紙

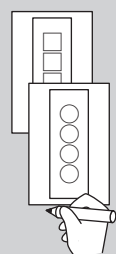
### 【投票日当日】

県知事選挙候補者氏名  
の上の○を付ける欄に、  
○印のスタンプを押して  
ください。



### 【期日前・不在者投票】

県知事選挙候補者の氏  
名を記入してください。





「マイナンバーカード」（個人番号カード）の交付が始まりました。カードの交付申請をした人に「個人番号カード交付通知書」（ハガキ）を順次郵送しますので、次の方法で受け取りに来てください（交付通知書にも記載しています）。



まだ「通知カード」を受け取っていない人へ  
配達時不在などで、通知カードを受け取れなかった人の通知カードは、本庁・市民課で保管していますのでお尋ねください。

## 持参するもの

- 
- The image shows a handheld device screen with a simulated form. At the top, there's a header bar with '姓名' (Name) and '性别' (Gender) labels, and a date/time display '2008-10-08 10:08'. Below this, the form contains several sections: a '姓名' (Name) field with '张三' (Zhang San), a '性别' (Gender) field with '男' (Male), a '年龄' (Age) field with '123456789000', a '出生日期' (Date of Birth) field with '1900-01-01', a '身份证号' (ID Card Number) field with '123456789012345678', a '手机号码' (Mobile Number) field with '13900000000', and a '电子邮箱' (Email Address) field with '123456789012345678'. To the right of the form is a circular placeholder for a user profile picture. At the bottom right, there's a '登录' (Login) button. The background of the screen is a light gray with a subtle grid pattern.

## 個人番号入り住民票の申請について

個人番号入り住民票の発行は、出張所では行いません（本庁と支所でのみ発行）。皆様のご理解をお願いします。

**3月1日(火)～同7日(月)**

『無防備な 心に火災が かくれんぼ』

空気が乾燥して火災が発生しやすくなるこの時季は、火の元や火の取り扱いには十分に気をつけて、火災予防に努めましょう。

## 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

## 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
  - 寝具や衣類、カーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
  - 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
  - お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。
- 
- The illustration shows a white smoke detector on the ceiling with three red lightning bolts below it, indicating it is active. Below the detector is a red fire extinguisher with a black hose and a silver nozzle. To the right, a man in a grey shirt and dark pants is carrying a young child in his arms. The child is wearing a white helmet and a backpack. The man is looking down at the child with a concerned expression.



# くらしの 情報

問い合わせ先

**本 庁** 天草市役所・市庁舎別館 ☎②31111  
〒863-8631 天草市東浜町8番1号

**支 所** 牛 深 ☎⑦32111・有 明 ☎⑤31111  
御所浦 ☎⑥72111・倉 岳 ☎⑥43111  
栖 本 ☎⑥63111・新 和 ☎④62111  
五 和 ☎③21111・天 草 ☎④21111  
河 浦 ☎⑦61111

☐申…申し込み先   
 ☐郵…郵送先   
 ☐F…FAX   
 ☐M…メールアドレス   
 ☐H…ホームページ   
 ※申請書などは☐申に備え付け。



平成28年度健康ポイント事業の  
申し込みは3月31日(木)まで

**対象** 市内在住または在勤、在学の18歳以上（高校生を除く）の人。※年齢は平成29年3月31日現在。

**実施期間** 12月31日（土）まで。

**実施期間** 12月31日(土)まで  
**内容** 健康への取り組みにポイントを付与し、ポイントが貯まると商品券と交換できます。

**申込方法** 申込書を各支所または出張所、地区コミュニティセンター（一部地域を除く）、各保健福祉センターへ提出してください。

**申問** 天草中央保健福祉セン  
 ター ☎(24)3737 / 天草東  
 保健福祉センター ☎(66)33  
 55 / 天草西保健福祉セン  
 ター ☎(75)3301

牛深市民病院  
糖尿病教室

日程 ● 3月17日(木) 午後1時～同2時 ● 牛深市民病院

院・2階講堂。※参加無料。  
内容 糖尿病とアルコール、意見交換会。

問牛深市民病院 ☎ (73) 4171

全国一斉「建築物防災週間」  
3月1日(火)～同7日(月)

# 建築物の安全チェック

●窓ガラス・広告板などは固定され落下の危険性はないか ●外壁のタイルなどはいかがれかけていないか ●防火扉や防火シャッターは適正に作動するか ●避難するとき支障となるような物を廊下や階段などに置いていないか ●非常用照明は適切に作動するかなど。

※市と消防署で、多数の人が利用する建築物を中心に防災査察を実施します。

## 耐震診断のすすめ

ありがとうございました（敬称略）

【平成27年8月1日～同12月31日受付分】

- 天草市商工会…障がい者や高齢者などのための車イス2台
- 子ども支援活動ボランティアグループ「ゆめの絆∞わらびがみ」…乳幼児健診や健康相談などのときに子どもたちが利用するおもちゃなど
- 天草たばこ販売共同組合…本渡運動公園のスタンド灰皿
- (一社)県法人会連合会青年部会連絡協議会…防災関係に役立てるために
- 錦戸企業グループ…子どもたちの読書振興のために
- 警察官友の会天草支部…交通安全・交通事故防止対策のために

※このほか、多くの皆さんから「ふるさと応援寄附金」をいただいています。実績は、ホームページをご覧ください。

**H**<http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/>

※木造住宅の耐震診断は、市の助成があります。詳細はお尋ねください。

問 本庁（別館）・建築課

非常勤職員（学芸員）を募集します

勤務場所 崎津資料館みなと屋（仮名・河浦町）。  
 予定人員 1人。

円（交通費別途支給）。  
試験内容 面接（日程は後  
日連絡）。

業務内容 埋蔵文化財の発掘調査や報告書作成、資料館施設での学芸業務、キリ

申込方法 3月9日(水) (必  
着) までに、履歴書を郵送  
または持参してください。

**応募資格** ①大学または大学院で考古学を専攻し、埋蔵文化財の知識経験がある

市内河浦町河浦5253本  
 庁・世界遺産推進室（河浦  
 支所内）☎<sup>76</sup>1116



市有財産(市有地)を公売  
します(一般競争入札)

公売物件 ①旧浦和小学校  
校長住宅土地・建物(有明  
町上津浦字上山川4317  
番1)(土地)宅地(327.  
01㎡)(建物)木造瓦葺平  
屋建(82・94㎡)②宅地:  
有明町須子字猪ノ尻270  
9番(1、189・99㎡)③  
宅地: 桁宇土町字西191  
6番(461・85㎡)。  
最低売却価格 ①94万4千  
円②261万8千円③23万  
1千円。  
募集要項の配布・申込受付  
場所・申込期限 本庁・管財  
課、①②は有明支所でも配  
布。3月1日㊥〜同29日㊥  
(土・日曜日、祝日を除く)。  
入札日程 ①②4月12日㊥  
午前11時〜有明支所③同日  
午後2時〜桁宇土地区コミ  
ュニティセンター。  
※同日の①午前9時30分②  
同10時10分③午後1時30分  
から現地説明会。  
☎本庁・管財課

を希望する人は別途650  
円。  
持参品 野外で動きやすい  
服装、靴、軍手、弁当、飲  
み物、タオル、雨具。  
定員 20人(先着順)。  
申込方法 3月13日㊥まで  
に、電話またはFAX㊦2  
359、電子メール(氏名、  
郵便番号、住所、電話番号、  
年齢、学年、性別、弁当の  
希望有無、集合場所を記入  
で申し込んでください。  
M: g-mue02@minos.ocn.ne.jp  
☎御所浦白亜紀資料館  
㊦2325  
せど: さくらウォーク  
2016 参加者募集  
日程 ●3月20日㊥午前10  
時〜●瀬戸小学校体育館横  
駐車場発着の3.5kmのコ  
ース。※小雨決行。  
定員 200人。  
参加料 おとな500円、  
高校生以下無料。  
持参品 動きやすい服装。  
申込方法 3月10日㊥まで  
に、FAX㊦0116(住

市奨学金貸付の  
申し込みを受け付けます

対象 市内に3年以上在住  
している人の子で①高校、  
高等専門学校②専修(専門)  
学校、本看護専門学校③  
大学(短大を含む)、大学院  
に在学または入学予定で、  
経済的に修学が困難な人。  
貸付額(月額) ①1万5千  
円②2万円③3万円。  
貸付期間 貸付開始の月か  
ら正規の修業期間終了ま  
で。  
返還方法 卒業した1年後  
から、貸付期間の2倍の期  
間内(最長10年)に月賦で  
返還してください。  
申込方法 3月1日㊥から  
同31日㊥までに、願書を提  
出してください。  
☎本庁(別館)・教育総務課  
農業振興地域整備計画の  
個別変更申請を受け付けます  
天草農業振興地域整備計  
画の個別の変更申請(農用  
地区域からの除外、同区域

鬼池潮風ウォーキング  
参加者募集

所、氏名、年齢(学年)、電  
話番号、性別を記入)で申  
し込んでください。  
※参加賞・バザー・アトラ  
クションもあります。  
☎瀬戸地区コミュニティ  
センター㊦0116  
日程 ●3月20日㊥午前9  
時45分〜(同9時〜受付)●  
鬼池港(五和町)発着の8.4  
kmのコース。  
参加料 高校生以上1、0  
00円、小・中学生500  
円(昼食代・参加賞を含む。  
当日持参)、小学生未満無  
料。  
定員 200人(先着順)。  
申込方法 3月11日㊥まで  
に、電話またはFAX㊦0  
460、電子メール(住所・  
氏名・年齢・電話番号を記  
入)で申し込んでください。  
M: onike@city.amakusa.lg.jp  
☎鬼池まちづくり振興会事  
務局(五和支所・鬼池出張  
所内)㊦0004

募 集

春休み化石セミナー  
参加者募集

への編入、農業用施設用地  
への用途変更)を受け付け  
ます。農業振興地域の農用  
地区域内にある農地を、農  
地以外の用途に使用(転用)  
する場合は、農用地区域か  
らの除外申請が必要です。  
受付期間 3月1日㊥〜5  
月2日㊥。  
※詳細はお尋ねください。  
☎本庁(別館)・農業振興課  
対象 小学生以上(小・中  
学生は保護者同伴)。  
日程 ●3月20日㊥(雨天  
中止)●大道港に午前9時  
30分または御所浦白亜紀資  
料館に同9時50分集合。  
内容 無人島での化石や地  
層の観察、化石発掘体験。  
参加料 おとな200円、  
高校生150円、中学生以  
下100円(資料館観覧料・  
当日持参)。  
※昼食の弁当(お茶付き)

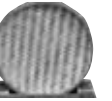
区(自治会)に加入しましょう!

区(自治会)とは、近くに住む住民どうしが、協力し合って住みよい地域をつくろうと、  
自主的に組織された団体で、魅力ある地域社会をつくるために下記のような活動を行って  
います。  
3〜4月は引っ越しが多い時期です。転入した人は区へ加入を、各区の皆さんは、転入  
した人へ区加入の呼びかけ(区長の紹介など)をお願いします。

| 親睦を<br>深める活動              | 防災活動                       | 情報提供<br>活動                       | 防犯活動                        | 支え合いの<br>活動                          | 環境美化<br>活動                           |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| お祭りや運動<br>会、文化祭な<br>どの開催。 | 自主防災組織<br>の結成。災害<br>訓練の実施。 | 地域の情報をお知らせする<br>ため、広報紙<br>などの配布。 | 防犯灯の設置<br>や、防犯パト<br>ロールの実施。 | 子どもから高<br>齢者まで、互<br>いに見守り支<br>え合う活動。 | ごみ収集所の<br>維持管理や道<br>路沿い・公園<br>の清掃活動。 |

☎本庁・まちづくり支援課(天草宝島国際交流会館ポルト内)㊦6661 / 各支所担当課

「あまくさの伝統工芸品・民芸品製作体験講座」受講生募集

| 講座名                      | 日 時                                                                                                                                | 内 容                                                                                                  | 参加料                         | 定 員<br>(先着順)       |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------|
| バラモン <small>だこ</small> 風 | 4/3㊥から毎週日曜日<br>(5回程度)<br>いずれも13:30~16:30                                                                                           | 縦80cm程度・1枚       | 1,500円                      | 5人                 |
| 陶 芸<br>(ろくろ教室)           | 4月から3月までの毎週日曜日の月4回<br>(初回は4/3㊥)①9:00~10:30 ②11:<br>00~12:30(第1・3日曜日は講師指導)                                                          | 茶わん、湯飲み、カップとソ<br>ーサーの製作(電動ろくろ<br>による成形、削り、施釉)                                                        | 月額3,000円<br>(材料、焼成代を<br>含む) | 8人<br>(①・②<br>各4人) |
| 陶 芸<br>(手びねり)            | 4月から3月までの①第1・3木曜<br>日の月2回②第1・3土曜日の月2回。<br>いずれも9:00~11:00                                                                           | ヒモづくり、タタラづくりな<br>どの技法による成形、削<br>り、施釉                                                                 | 月額2,000円<br>(材料、焼成代を<br>含む) | 各10人               |
| どろ<br>土人形                | 4/13㊥ 成型<br>4/27㊥ 絵付け<br>いずれも13:30~16:00                                                                                           | 高さ15cm程度・<br>1体  | 1,000円                      | 8人                 |
| 天草南蛮<br>手まり              | 4月から6月までの第2・4土曜日。<br>(5回程度)(初回は4月23日㊥)<br>13:00~15:30                                                                              | 直径8cm程度の手まりを1<br>個製作。※手まりの模様は<br>基本の「菊」                                                              | 2,000円<br>(材料費を含む)          | 10人                |
| 押し絵                      | 4月から3月までの第1・3<br>火曜日(初回は4月19<br>日㊥)。9:30~12:00  | 基礎から進めていきます。<br>2回目以降は、作品により材料費が異なります。                                                               | 1,000円                      | 5人                 |
| 竹細工                      | 4月から3月までの毎月<br>第3金曜日。<br>9:00~12:00             | 壁掛け、竹かご、ザル、果<br>物かごなど                                                                                | 月額1,000円                    | 10人                |

申込方法 3月27日㊥までに、電話またはFAX㊦5665(希望する講座名と、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㊦5665(※月曜日休館)



高齢者が健康づくりや生きがいづくりについて学ぶ「天草さわやか大学」の学生（16期生）を募集します。

対象 天草島内在住で60歳以上の人。

日程 ●毎月第4火曜日の午後1時～同4時（4月から1年間）●天草市民センター・大会議室。

募集人員 20人。

受講料 年額5,000円。

申込方法 3月25日（金）までに、ハガキ（住所・氏名（フリガナ）・生年月日・電話番号を記入）を郵送してく

医療センター・健診センター1階。

参加料 200円(弁当代)。

申込方法 3月18日(金)までに、電話で申し込んでください。

【申問】天草地域医療センター  
栄養管理部 ☎ 4111

シルバースポーツ交流  
大会参加者募集

参加資格 県内在住の昭和32年4月1日以前に生まれた人。※健康マラソン女子は50歳代も参加可能。

日程 ● 5月11日(水) 同20

☎096(354)3083

**相 談**



**労働・雇用・年金の  
無料相談会**

日程 ● 3月17日(木)午後1  
時30分～同4時30分 ●市男  
女共同参画センターぱぼら  
す・会議室。

**相談内容** 解雇問題・賃金  
不払い・リストラ問題・労  
働災害・雇用保険関係・労  
働時間・セクハラなど。

**岡県社会保険労務士会天草  
支部の谷山さん** ☎(27)5221

ラシ作成、商談会参加経費などの2/3以内（上限50万円）。

**対象** 本渡地区の法人や個人の事業所。

**日程** ●3月11日（金）・同18日（金）午後2時～同3時●本渡商工会議所（栄町）。

**申込方法** 開催日2日前の正午までに、申込書と受講料1,000円（本渡商工会議所会員は500円）を提出してください。

**申問** 本渡商工会議所

☎22001

募集



市民のひろば

※詳しいことは問へお尋ねください。

天草さわやか大学の学生を募集します

高齢者が健康づくりや生活

郵申問 〒863-0015  
 市内大浜町11-21 天草さ  
 わやか大学事務局・小林敏  
 子さん ☎②5061

天草地域医療センター  
 糖尿病教室のお花見

対象 糖尿病で治療中の人  
 やその家族、糖尿病に興味  
 がある人など。

日程 ●3月30日㊥午後0  
 時30分〜同2時●天草地域  
 医療センター・健診センタ

日金 ● 県民総合運動公園ほ  
か4会場。  
競技種目 ラージボール卓  
球、テニス、ソフトボール、  
ゲートボールなど。  
参加費 個人競技…700  
円。※団体競技は種目で異  
なります。  
申込方法 3月22日(火)まで  
に、パンフレット(本庁・  
高齢者支援課に備え付け)  
で申し込んでください。  
岡熊本さわやか長寿財団  
096(354)3083

**その他**

**小規模事業者持続化補助金の概要** 持続的な経営に向け、創意工夫を盛り込んだ経営計画に基づいて実施する販路拡大などの取り組みに補助するもの。

**補助金の内容** 機械装置等購入、リースや看板設置外注（店舗改装など）、チラシ作成、商談会参加経費

## 図書館へ行こう!

【市立図書館ホームページ】<http://www.amakusa-lib.jp/>  
問中央図書館 ☎⑦7001、FAX③7013

～4月から新たに移動図書館車巡回の利用を希望するグループを募集します～

**対 象** 市内に在住または勤務している  
5人以上のグループで、図書館から離  
れた地域に住んでいる人。企業や施設  
での利用も可能。

**巡回日** 火～金曜日（ただし祝日は休  
み）。

※時間などは要相談。

※申込方法などの詳細は、各図書館にお  
尋ねください。

### 【館別担当地区と巡回車名】

- 中央図書館「きらきらいるか号」  
…本渡、有明、栖本、倉岳、五和、新和
- 河浦図書館「いるか号」…河浦、天草
- 牛深図書館「いるか号」…牛深
- 御所浦図書館「きょうりゅうブックカー」  
…御所浦

※巡回日程などの詳細は、ホームページをご覧  
ください。

## 年金情報

### ～年金を受給するための納付要件～

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  
険料の納付要件があります。

**【老齢基礎年金】**…保険料を納めた期間  
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は、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。受給資格期  
間には「免除を受けた期間」も含まれますの  
で、経済的に困難な場合は、ご相談ください。

問本渡年金事務所 ☎④2112 / 本庁・国保年金課

## 肝炎サロン

肝臓の病気に対する疑問や、治療に関  
する不安や悩みなどゆっくり語り合っ  
てみませんか。

**と き** 3月10日(土)午後1時30分～同  
4時。

**ところ** 天草地域健診センター・2階会  
議室。

**内 容** 肝炎患者やその家族など、肝炎  
に関心のある人の情報交換。

※参加無料・申込不要。

問県健康危機管理課 ☎096(333)2783

## 定期演奏会を開催!

いずれも入場は無料です。ぜひご来場ください。

**【本渡南小学校】** 問☎③4200

**日程** ●3月12日(土)午後2時～(同1時30分  
開場)●本渡南小学校体育館。

**内容** ・バレエ音楽『ドン・キホーテ』より・鬼  
姫～ある美しき幻影～・千本桜など。

**【本渡中学校】** 問☎③4340

**日程** ●3月21日(土)午後2時～(同1時30分  
開場)●天草市民センター体育館。

**内容** ・交響曲第3番・本中メドレーなど。

2016 . 3 . 1 | 24



休日在宅病・医院

※診療時間は午前9時から午後5時まで(ただし、歯科は午前10時から午後4時まで)。当番医は変更になる場合がありますので、受診するときは電話で各病・医院へご確認ください。なお、最新の情報は☎②1400でもお知らせしています(歯科を除く)。

〔3月6日〕

毛利内科 ④⑧(本町) ☎②3468

天草厚生病院 ④(有明町) ☎⑤6111

島子ごとう医院 ⑧④⑨⑩(有明町) ☎⑤2011

永芳医院 ④⑩(栄町) ☎③1166

松本医院 ④④(河浦町) ☎⑦60039

天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎③71111

苓北クリニック ④⑨(天草郡苓北町) ☎③51119

上天草内科呼吸器科クリニック ④⑨(上天草市大矢野町) ☎0964⑤3100

やまうち医院 ④④⑦(上天草市松島町) ☎⑤60899

藤本歯科(倉岳町) ☎④3333

《小児科》永芳医院(栄町) ☎③1166

〔3月13日〕

定医院 ④④(南新町) ☎②3514

天草中央総合病院 ④(東町) ☎②0011

楽洋クリニック ④⑩⑩(五和町) ☎③32020

中邑医院 ④⑧(久玉町) ☎⑦40370

天草慈恵病院 ④(天草郡苓北町) ☎③71111

天草皮ふ科・内科 ⑩(上天草市大矢野町) ☎0964⑨0808

姫戸医院 ④(上天草市姫戸町) ☎⑤83583

松田歯科(栄町) ☎②2432

《小児救急電話相談 19:00～24:00(毎日)》

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。

瀬戸歩道橋を通行止め

定期点検やワイヤーロープの取替工事などのため、瀬戸歩道橋を通行止めにします。

天草瀬戸大橋の歩道を通行するときは、急な坂がありますので十分にご注意ください。

**期 間 3月25日金～4月10日日**

※点検と工事が済みしだい通行止めを解除します。

問本庁(別館)・土木課

3月16日⑩の献血の場所が変更になりました

〔変更前〕スーパーセンター TAIYO本渡店

↓

〔変更後〕天草信用金庫・本店

水道修繕当番店

3月

|     |                   |    |                    |
|-----|-------------------|----|--------------------|
| 本渡  | (有)田中設備<br>☎③6906 | 栖本 | 吉田電気<br>☎⑥62643    |
| 牛深  | 牛深設備<br>☎⑦8091    | 新和 | 田中電器<br>☎④63595    |
| 有明  | (株)鉄田電設<br>☎③0021 | 五和 | 一心設備<br>☎③20644    |
| 御所浦 | 友村商店<br>☎⑦2016    | 天草 | (有)赤崎電設<br>☎④23569 |
| 倉岳  | 藤川電気<br>☎④2059    | 河浦 | 木下電設<br>☎⑦60542    |

天草の潮汐

3月

大…大潮 中…中潮 小…小潮 長…長潮 若…若潮

| 日    | 潮 | 本渡港            |                | 牛深港            |                |
|------|---|----------------|----------------|----------------|----------------|
|      |   | 満潮             | 干潮             | 満潮             | 干潮             |
| 1日火  | 小 | 0:34<br>12:34  | 6:39<br>19:09  | 11:46<br>—     | 5:51<br>18:31  |
| 2日水  | 小 | 1:29<br>13:27  | 7:31<br>20:16  | 1:00<br>12:35  | 6:42<br>19:40  |
| 3日木  | 長 | 3:04<br>14:55  | 8:58<br>21:52  | 2:55<br>14:03  | 8:16<br>21:21  |
| 4日金  | 若 | 5:19<br>16:50  | 11:03<br>23:33 | 4:48<br>15:57  | 10:29<br>22:48 |
| 5日土  | 中 | 6:28<br>18:12  | —<br>12:23     | 5:49<br>17:12  | 11:41<br>23:47 |
| 6日日  | 中 | 7:16<br>19:09  | 0:39<br>13:15  | 6:31<br>18:06  | —<br>12:27     |
| 7日月  | 中 | 7:59<br>19:58  | 1:30<br>14:00  | 7:09<br>18:53  | 0:35<br>13:08  |
| 8日火  | 大 | 8:39<br>20:43  | 2:16<br>14:43  | 7:44<br>19:37  | 1:18<br>13:47  |
| 9日水  | 大 | 9:18<br>21:27  | 2:59<br>15:24  | 8:19<br>20:21  | 2:01<br>14:26  |
| 10日木 | 大 | 9:54<br>22:09  | 3:41<br>16:04  | 8:55<br>21:06  | 2:42<br>15:06  |
| 11日金 | 大 | 10:29<br>22:49 | 4:21<br>16:42  | 9:30<br>21:51  | 3:24<br>15:46  |
| 12日土 | 中 | 11:02<br>23:29 | 4:59<br>17:19  | 10:05<br>22:37 | 4:04<br>16:27  |
| 13日日 | 中 | 11:34<br>—     | 5:37<br>17:57  | 10:40<br>23:27 | 4:45<br>17:09  |
| 14日月 | 中 | 0:09<br>12:05  | 6:15<br>18:37  | 11:17<br>—     | 5:27<br>17:56  |
| 15日火 | 小 | 0:54<br>12:41  | 6:58<br>19:26  | 0:25<br>12:00  | 6:15<br>18:54  |

※この潮汐表は、株式会社タイムズ社の許可を得て転載しています。なお、同表を複製または他の出版物などに転載することは法律で禁じられています。

人のうごき

1月29日現在

〔1月中の異動〕 ※ ( )内は前月比

|     |               |    |      |
|-----|---------------|----|------|
| 人 口 | 85,525 (129減) | 出生 | 50人  |
| 男   | 40,004 (57減)  | 死亡 | 149人 |
| 女   | 45,521 (72減)  | 転入 | 89人  |
|     |               | 転出 | 119人 |
| 世帯数 | 37,549 (35減)  |    |      |

平成28年 3月 あまくさいベントカレンダー

Amakusa Event Calendar March 2016

|     |                                                                                                                        |     |                                                                                                                                                                                                                           |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1火  | 春季全国火災予防運動【～7日】                                                                                                        | 16水 | 女性のための無料法律相談<br>10:00～12:00(市男女共同参画センター(ぽぽらす))                                                                                                                                                                            |
| 2水  | 出張・消費生活相談<br>10:00～14:00(牛深総合センター)                                                                                     | 17木 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 3木  | 島子地区雑寿司配布<br>15:00～(島子地区コミュニティセンター〔有明町〕)                                                                               | 18金 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 4金  |                                                                                                                        | 19土 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 5土  | 第13回天草風あげ大会<br>10:00～(大矢崎緑地公園〔本渡中学校横〕)                                                                                 | 20日 | 福連木角山官山ウォーキング<br>10:00～(福連木子守唄公園～角山〔天草町〕)<br>第30回宮田地区ペアマラソン大会<br>9:00～(宮田グラウンド〔倉岳町〕)<br>せど・さくらウォーク2016<br>10:00～(瀬戸小学校体育館横駐車場発着)<br>鬼池潮風ウォーキング 9:00～(五和町鬼池港発着)<br>第3回宮地岳かかしまつり【展示は5月8日まで】<br>10:00～(宮地岳かかし広場〔豆木場自治公民館周辺〕) |
| 6日  | 世界遺産登録応援イベント 天草崎津春まつり<br>10:00～(天草漁協崎津支所特設会場〔河浦町〕)<br>あったか天草椿まつり<br>10:00～(西平椿公園〔天草町大江〕)<br>有明町津波避難訓練<br>9:00～(有明町内全域) | 21月 | ●春分の日                                                                                                                                                                                                                     |
| 7月  |                                                                                                                        | 22火 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 8火  |                                                                                                                        | 23水 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 9水  |                                                                                                                        | 24木 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 10木 |                                                                                                                        | 25金 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 11金 |                                                                                                                        | 26土 | 一町田さくらまつりウォーキング<br>10:00～(一町田地区コミュニティセンター一帯〔河浦町〕)                                                                                                                                                                         |
| 12土 |                                                                                                                        | 27日 | 熊本県知事選挙<br>牛深総合センター自主文化事業「三遊亭好楽落語会」<br>14:00～(牛深総合センター)<br>しまご春まつり<br>11:00～(島子小体育館〔有明町〕)                                                                                                                                 |
| 13日 | かわうLOVE大蚤の市 vol.2<br>9:00～(河浦中央体育館駐車場)                                                                                 | 28月 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 14月 |                                                                                                                        | 29火 |                                                                                                                                                                                                                           |
| 15火 |                                                                                                                        | 30水 |                                                                                                                                                                                                                           |
|     |                                                                                                                        | 31木 |                                                                                                                                                                                                                           |

行政相談所を開設

| と き                   | ところ・行政相談委員             | と き                   | ところ・行政相談委員                                     |
|-----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------------------------------|
| 3月 2日水<br>9:30～12:00  | 天草支所<br>尾下 明さん ☎④21045 | 3月 9日水<br>9:00～12:00  | 御所浦島開発総合センター<br>森 恵慈さん ☎⑦3171                  |
| 3月 3日木<br>10:00～12:00 | 栖本支所<br>吉田盛夫さん ☎⑥62970 | 3月15日火<br>10:00～12:00 | リンドモールTAIYO<br>有馬一彦さん ☎②43378<br>段下千晶さん ☎③9012 |
| 3月 6日日<br>9:00～11:30  | 倉岳支所<br>吉田卓哉さん ☎④63382 | 3月15日火<br>9:00～11:00  | 五和支所<br>井上英二さん ☎③30948                         |

ボート免許講習会

国家試験免除

広告

天草教室 (4月)

|    |                              |
|----|------------------------------|
| 学科 | 4月9日(土)・10日(日)               |
| 実技 | 4月16日(土)・17日(日)〔実施:1日4名〕     |
| 学科 | 4月9日(土)・10日(日)・23日(土)・24日(日) |
| 実技 | 4月16日(土)・17日(日)〔実施:1日4名〕     |
| 進級 | 4月23日(土)・24日(日)              |

更新・失効再交付定期講習  
本渡・漁村センター 毎月第1土曜日 9:30

天草漁業協同組合 天草市港町 10-19 ☎0969-27-7371  
篠崎海事事務所 宇城市三角町 三角浦 1160-15 ☎0964-53-1083

総合コピーセンター

広告

工事図面・CAD出力・製本・名刺・封筒・伝票印刷・大型カラーコピー・賞状・横断幕製作・スキャニング・工事看板・ラミネート

コピック・リンク 天草市船之尾町 TEL 24-2680  
☎ copic-link@sea.plala.or.jp



## 今月の料理

Vol.23 春のもっちりもち“大根もち”

〔栄養価（1人分）〕

エネルギー：188kcal、たんぱく質：8.0g

脂質：4.8g、食塩相当量：1.2g（タレの分も含む）

## ●材料・分量（約2～3人分）

大根……………250～300g

菜花……………30g

桜えび……………15g

① かつお節……………6g

塩……………少々

① 薄力粉…大さじ4～5杯

片栗粉……………大さじ2杯

水……………60～80cc

ごま油……………大さじ1杯

② 砂糖……………小さじ2杯

② 酢……………小さじ1杯

② しょう油……………大さじ1杯

## ●作り方

①ボウルに①を入れ、かき混ぜたら水を少しずつ入れて混ぜる。大根は千切り、菜花は小口切りにし、桜えびとともにボウルに加えてさっと混ぜる。

②フライパンにごま油を熱し、①を食べやすい大きさにまとめ、中火で形を整えながら生地と大根に火が通る（半透明になる）まで両面を焼く。※焼き上がり前に、水分を飛ばすためフタをとって焼いてください。

③②を混ぜ合わせたタレにつけて食べる。

※タレはこのほか、ケチャップやマヨネーズなどお好みでどうぞ。

今号の料理は、市食生活改善推進員協議会天草分会（古賀キヨ子分会長ほか、44人）が担当しました。



## 天草花咲プロジェクト

## 「天草市花いっぱいコンクール」結果発表！（敬称略）

入賞作品は市のホームページに掲載しているほか、花のある風景部門は3月2日から十万山展望台2階（本渡町本渡）に展示します。ぜひ、ご覧ください。

## 【花づくり部門】（応募数：37件）



最優秀賞 鶴田道代（新和町）

\*優秀賞：谷口敏博（倉岳町）

\*奨励賞：飽田政子（楠浦町）、森田雅博（本町）  
松澤栄子（有明町）

## 【花のある風景部門】（応募数：34点）



最優秀賞 カール・ジェンソン（川原新町）

\*優秀賞：福永亮二（熊本市）、濱崎 誠（有明町）  
林 興介（合志市）

\*入賞：入杉一彦（倉岳町）、磯崎一恒<sup>かずひさ</sup>（熊本市）  
林田 豊（上益城郡益城町）

【問い合わせ先】本庁（別館）・都市計画課 ☎231111