

市政だより **天草**  
おしらせ版 ANAKUSA

平成19年  
**10**  
No.36 **7**

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内線1208  
FAX 0969-22-7016  
ホームページアドレス  
<http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/>

問い合わせ先

本所

天草市役所・市庁舎別館 ☎②31111

支所

牛深 ☎⑦2111  
有明 ☎③1111・御所浦 ☎⑥72111  
倉岳 ☎④3111・栖本 ☎⑥63111  
新和 ☎④62111・五和 ☎③21111  
天草 ☎④21111・河浦 ☎⑦61111

農業(水稲)所得申告の準備を!

農業(水稲)所得の申告は米を販売する人だけでなく、自家消費米のみの生産者も収支実額計算により申告しなければなりません。

来年の申告のために、収穫量の記録(例: 30kg入り袋で13袋)や、肥料や農薬、農具などの必要経費を項目ごとに集計をしておいてください。また、必要経費の領収書やレシートは大切に保管しておきましょう。

【問い合わせ先】

本庁・市民税課市民税係  
(内線1147)

人のうごき

8月31日現在〔8月中の異動〕

人口	97,509 (96減)	出生	73人
男	45,431 (41減)	死亡	83人
女	52,078 (55減)	転入	198人
		転出	284人

世帯数 38,623 (9減)

※( )内は前月比

入場無料

子ども読書フェスティバルを開催!

天草市子ども読書推進実行委員会と市では、子どもたちの読書振興を図るため「子ども読書フェスティバル」を開催します。

今回の同フェスティバルでは、直木賞作家の重松清氏の講演を実施。この機会に、直木賞作家の生の声を聞いてみませんか。



▲重松 清氏

- 対象=小学校高学年生・中学生・高校生・一般
- とき=10月27日④ 午後1時から同3時まで
- ところ=天草市民センターホール
- 内容=①ステージ発表…本渡・五和東中学校  
②読書講演…演題:「ことばの力」

講師: 重松 清氏(直木賞作家)

※フェスティバル終了後、リサイクル本(児童書・一般書など)約300冊を中央図書館玄関前で無料配布します。

【問い合わせ先】中央図書館 ☎③7001

ゴミ収集日を変更します

10月8日⑧(体育の日)のゴミ収集日を変更します。

	対象地区	変更後
本	燃やせるゴミ 月曜日に収集予定の地区	10月9日⑧
	燃やせないゴミ 志柿町(塚田、焼野)、下浦町全域	10月10日⑨
渡	資源物 古川、下町、本町全域、宮地岳町全域	10月29日⑩
	燃やせるゴミ 月曜日に収集予定の地区	10月9日⑧
有明	燃やせるゴミ 東地区(楠甫、大浦、須子、赤崎、下津江)	10月9日⑧
	資源物 楠甫、下津浦	10月10日⑨
新和	燃やせるゴミ A地区(大多尾、宮南、宮地浦、切越、諏訪)	10月9日⑧

【問い合わせ先】本庁・環境課廃棄物対策係(内線1272)

10月は市・県民税、国民健康保険税、介護保険料の納期です。忘れずに納めましょう!

## 本渡地区 大腸がん検診（便潜血検査、S状結腸内視鏡検査）を実施

大腸がんの患者数は年々増加しており、平成27年には男女とものがん患者の第1位になると厚生労働省は予測しています。しかし、大腸がんは早期に発見、治療すればほぼ完治できるがんです。

市では、大腸がん検診（便潜血検査、S状結腸内視鏡検査）を実施しますので、検診を希望する人は受診してください。

### ■対象者

本渡地区に住んでいる人で、今年度で40歳以上になる人（ただし、人間ドックや施設健診、地域健診などで大腸がん健診〔便潜血検査〕を受けた人または受ける予定の人は受診できません）。

### ■受診方法

- ①10月9日㊤から同24日㊦までの、いずれも午前9時から午後5時までに天草中央保健福祉センターで便潜血検査容器を受け取る。
- ②自宅でも2日分の便をとる。
- ③10月25日㊧の午前9時から午後5時まで、または翌26日㊨の午前9時から正午までに、天

【問い合わせ先】天草中央保健福祉センター ☎㊤0620

草中央保健福祉センターに便潜血検査容器と個人負担金を持参する。

### ◆大腸がん検診の個人負担金

検査項目	69歳以下の人	70歳以上の人	国保加入者
便潜血検査	500円	200円	200円
S状結腸内視鏡検査	1,100円	400円	400円

※国保は天草市国民健康保険のことです。国保加入者は保険証を持参してください。

※生活保護の人は無料となります。証明書を持参してください。

- ④11月27日㊩に、JA本渡五和本所で行う結果説明会に出席する。S状結腸内視鏡検査の該当者は予約をする。  
〔S状結腸内視鏡検査〕=今回実施する便潜血検査が陰性で、次のいずれかに該当する人が対象となります(結果説明会時にお知らせします)。  
●過去5年、内視鏡検査を受けたことがない人。  
●過去にポリープなどを切除したことがある人など。
- ⑤12月中旬にJA本渡五和本所で行うS状結腸内視鏡検査を受ける。

## 家族介護用品支給事業

重度の要介護者を在宅で介護している家族などに対し、在宅生活を支援し、経済的・精神的負担の軽減を図るため、介護用品を支給しています。

▼支給対象Ⅱ介護保険の要介護4または5と認定された人を在宅で介護している家族などで、次のいずれにも該当する人。①介護を受けている人の住所が市内にあること②介護を受けている人と介護する家族などが、いずれも住民税非課税世帯。

▼支給品目Ⅱ①紙おむつ②尿取りパット③使い捨て手袋④清しき剤⑤ドライシャンプーなど（要介護者1人当たり月額6,250円分が限度）。

▼申請方法Ⅱ各地域包括支援センターや各支所、市内の在宅介護支援センターに備え付けの申請書に必要事項を記入し、同所へ提出してください。

▼支給方法Ⅱ申請後引換券を交付しますので、事業所で現物と引き換えてください。

なお、引換券は1回の申請につき3カ月分をまとめて受け取ることができます。

※要介護認定を受けた月から支給対象となります。また、病院などに入院した月は支給対象となりますが、退院した月は支給対象となりません。

※詳細は天草中央地域包括支援センター（本渡・五和・新和地区）☎㊢1111（内線1197）、天草東地域包括支援センター（有明・御所浦・倉岳・栖本地区）☎㊢3355、天草西地域包括支援センター（牛深・天草・河浦地区）☎㊢3800へお尋ねください。

## 薬物乱用は「ダメ、ゼッタイ」

10月1日から平成20年2月29日までは「熊本県麻薬・覚せい剤乱用防止運動期間」です。覚せい剤は、年齢、性別、職業にかかわらずごく身近なところ、特に未成年や20歳代を中心に広がり、薬物乱用に

対する警戒心や抵抗感が薄れるなどの深刻な情勢が続いています。

麻薬や覚せい剤、大麻、シナナー、違法ドラッグなどの薬物乱用は、健康上の問題だけでなくとどまらず、各種の犯罪の原因となるなど、計り知れない危害をもたらします。

薬物乱用による主な症状として、記憶力の低下・幻覚・被害妄想などの脳の障害や、視力低下・失明などの目の障害などのほか、肺・腎臓・肝臓障害、貧血、生殖障害などさまざまな障害が現れ、この害は半永久的に続きます。

薬物の乱用でひとたび幻覚や被害妄想などが生じると、治療によって回復しているように見えても、お酒を飲んだときや心的なストレスなど、ほんのわずかなきっかけで突如、再発してしまいます。

薬物を乱用してしまっただけでは遅いということを知り、私たちに身近な地域社会から薬物乱用のない社会環境づくりをしましょう。

※詳細は天草中央保健福祉センター ☎㊤3737へお尋ねください。

## 「家族介護教室」を開催します

市では、「家族介護教室」を下表のとおり開催します。この機会に、介護のしかたなどについて学んでみませんか。

▶対象＝市内在住の高齢者などを在宅で介護を

している家族や地域の人。

▶申込方法＝電話で各施設（下表参照）へお申し込みください。

### ◆在宅介護教室の日程と申込締切日など

※五和地区は後日実施予定です。

開催日	時間	場所	内容	定員	申込締切日	申し込み・問い合わせ先
10月20日㊤	9:30~11:30	新和町保健センター（新和町）	①認知症の予防について②介護のコツ(ボテメカニズム・移動動作など)③家庭でできる介護食	20人	10月15日㊦	特別養護老人ホーム新和苑 ☎㊤3838
10月21日㊧	9:00~11:00	特別養護老人ホーム「御所浦苑」デイルーム（御所浦町）	①移動・移乗動作に関する福祉用具の使用方法②口腔ケアについて	25人	10月15日㊦	市社会福祉協議会御所浦支所 ☎㊤3782
11月4日㊩	10:00~12:00	福本医院デイケアセンター（楠浦町）	①認知症とは何か②認知症高齢者の行動障害の対応と支援の基本を事例に通して理解する	40人	10月25日㊦	グループホームくすのき ☎㊤5402
11月6日㊪	13:00~15:00	慈晃園地域交流室（佐伊津町）	①生理学に基づいた安全な基礎動作②介護者の心と身体の健康づくり③嚥下(障害)食について	15人	10月19日㊨	特別養護老人ホーム慈晃園 ☎㊤6610

## 牛深・河浦地区 地域健診を実施します

### ◆牛深地区地域健診日程

期日	受付時間	対象地区	場所
11月4日㊩	7:30~11:00	牛深町	牛深支所
11月5日㊪		魚貴、二浦町	魚貴町交流促進センター
11月6日㊫		久玉町	牛深総合体育館
11月10日㊬		牛深町	牛深支所
11月11日㊭		深海町	ふかみふれあいセンター
11月12日㊮			

### ◆河浦地区地域健診日程

期日	受付時間	対象地区	場所
10月29日㊯	7:30~11:00	富津	富津公民館
10月30日㊰		宮野河内	宮野河内公民館
10月31日㊱		新合	新合公民館
11月1日㊲		板之河内・今村・益田・葛河内・平野・倉田・中村・下田・十三野	一町田公民館
11月2日㊳			
11月3日㊴		白木河内・久留・主留・古江・路木	河浦中央体育館

牛深・河浦地区に住んでいる人を対象に、基本健診・がん検診をあわせて受診できる地域健診を右表のとおり実施します。

なお、受診希望者に送付されている問診票に必要事項を記入し、健診当日、健診料金といっしょに持参してください（市国民健康保険加入者は保険証、生活保護世帯は証明書も持参してください）。

また、申し込みをしていない人で受診を希望する場合は、事前に牛深支所・保健福祉課または河浦支所・市民生活課へご連絡ください。

### 【問い合わせ先】

牛深支所・保健福祉課保健衛生係  
河浦支所・市民生活課保健福祉係



## 第5回五足の靴ウォークラリー大会を開催します！

今年、明治40年に詩人の与謝野鉄幹ら「五足の靴」一行5人が天草に来島してから100周年。この節目の年に、一行が歩いた道をたどる「五足の靴ウォークラリー大会」を開催します。

秋の山路を歩きながらの森林浴は、心身ともにリフレッシュできます。皆さん、ぜひご参加ください。

■対象＝2～5人のグループ（ただし、小学生以下は保護者または中学生以上の人と同伴）。

■とき＝11月3日㊥（文化の日）午前8時30分受付、同9時30分出発（小雨決行・雨天

【問い合わせ先】本庁（別館）・文化課文化振興係（内線2534）

教育委員会事務局天草分室（天草支所内）☎㊤1111

中止）。

■コース＝五足の靴文学遊歩道入口（天草町下田北）から下田南公民館まで（約4.7km）。

■参加料＝小・中学生300円、高校生以上500円、小学生未満は無料（保険料を含む）。

■申込方法＝本庁（別館）・文化課または教育委員会事務局天草分室（天草支所内）に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えて、10月24日㊥までに同所へお申し込みください。

※1～3位には団体賞を、そのほか特別賞を抽選で贈呈します。

「木づかい」とは、地域の木材を積極的に利用して、二

### 10月は木づかい推進月間です

※詳細は天草中央保健福祉センター ☎㊤3737へ。

### 10月の献血日程

期 日	時 間	場 所
10月3日㊥	9:00～12:00 13:00～15:30	JAあまくさ河浦統括支所
10月16日㊥	9:00～11:30 12:30～16:00	市役所本庁
10月17日㊥	9:00～12:00 13:00～15:30	天草地域振興局
10月24日㊥	9:00～12:00 13:00～16:00	栖本支所
10月25日㊥	9:00～11:00 12:30～15:30	JA本渡五和本所 天草地域医療センター

▼持参品 献血手帳、身分証明書（初回のみ）。

### 献血にご協力ください

10月の献血の日程は左表のとおりです。皆さんのご協力をお願いいたします。

酸化炭素を吸収する元気な森林を育てる環境活動です。平成9年7月に採択された京都議定書では、日本は国際社会に対して2012年までに、二酸化炭素の排出量を1990年より6%削減することを約束しています。このうち3・9%を、国内の森林による二酸化炭素の吸収量で達成しようとしています。しかし、日本では手入れが行き届かず森林の荒廃が進んでいるため、今までは、同議定書の二酸化炭素の削減目標達成が危ぶまれています。このため、2005年度から国民運動として「木づかい運動」の取り組みが開始され、国産材の積極的な利用を通じて山村を活性化し、二酸化炭素をたつぷり吸収する元気な森林づくりを進めようとしています。「木づかい運動」の詳細は（財）日本木材総合情報センターのホームページ（http://www.jawic.or.jp/）で見ることが出来ます。 ※詳細は本庁（別館）・農林整備課林務係（内線2592）へお尋ねください。

## 10月 図書館へ行こう！

【休館日】 毎週月曜日、9日㊥

中央図書館 ☎㊤7001・FAX㊤7013  
【ホームページ】 <http://www.lib.city.amakusa.kumamoto.jp/>  
牛深図書館 ☎㊤4191・FAX㊤4193  
【ホームページ】 [http://www12.ocn.ne.jp/~ub\\_kyou/](http://www12.ocn.ne.jp/~ub_kyou/)  
御所浦図書館 ☎㊤73931・FAX㊤73934  
河浦図書館 ☎・FAX㊤0388

### 中央図書館

- 【行事予定】
- ▶腹話術養成講座 6日㊥13時30分～15時
  - ▶おたのしみ会（本渡北公民館） 13日㊥13時30分～15時
  - ▶みずのわ読書会 18日㊥10時～11時
  - ▶古文書学習会 20日㊥14時～16時
  - ▶おたのしみ会（本渡南公民館） 20日㊥13時30分～15時
- 【移動図書館車巡回日程】
- ▶3日㊥ 9時30分～本渡児童センター 10時00分～水の平焼駐車場 10時30分～西の久保公園教職員住宅
  - ▶4日㊥ 9時30分～明徳寺入口 10時00分～吉永産業前 10時30分～諏訪神社駐車場

### 御所浦図書館

- 【行事予定】
- ▶よみかかせ会 13日㊥14時～15時 同図書館・横浦島コミュニティセンター
- 【移動図書館車巡回日程】
- ▶20日㊥ 10時00分～横浦島コミュニティセンター

### 河浦図書館

- 【行事予定】
- ▶おはなし会 20日㊥14時～15時
- 【移動図書館車巡回日程】
- ▶3日㊥ 10時00分～12時00分 富津出張所 13時30分～15時30分 新合出張所
  - ▶10日㊥ 10時00分～12時00分 宮野河内出張所
  - ▶17日㊥ 10時00分～12時00分 富津出張所 13時30分～15時30分 新合出張所
  - ▶24日㊥ 10時00分～12時00分 宮野河内出張所

### 五和町コミュニティセンター図書室

- ☎㊤2101
- 開室日時 毎週月～金曜日と13日㊥、21日㊥の9時～17時
  - ▶おはなし会 13日㊥10時～
- ※配本図書入れ替え…9日㊥
- 【移動図書館車巡回日程】
- ▶9日㊥ 9時30分～10時 大島公民館

### 高浜公民館

- （教育委員会事務局天草分室内）☎㊤1111
- 【移動図書館車巡回日程】
- ▶1日㊥ 10時00分～もみじ保育園 11時00分～軍ヶ浦漁村センター 12時30分～大江漁村センター
  - ▶5日㊥ 10時10分～高浜保育所 12時30分～温泉センター白鷺館 14時00分～温泉センター白鷺館 第2駐車場
  - ▶9日㊥ 10時00分～下田南公民館 11時30分～上河内公民館前
  - ▶12日㊥ 11時00分～ロザリオ館 12時30分～春光苑
  - ▶16日㊥ 11時10分～福連木団地 12時30分～福連木多目的集会所
- ※巡回日は、15時から17時まで高浜公民館図書室での本の貸し出し・返却ができます。



## ウェイトトレーニング教室にご参加を！

市では、市民の皆さんに正しいウェイトトレーニングのしかたを身につけてもらい、さまざまなスポーツの競技力を高めてもらおうと「ウェイトトレーニング教室」を開催します。受講料は無料です。皆さん、ぜひご参加ください。

- ▶対象＝中学生以上の人。
- ▶とき＝10月27日㊥午前9時～正午。
- ▶ところ＝本渡中学校体育館（浄南町）。
- ▶内容＝①ウェイトリフティングと他の競技との関連について②模範演技③筋力トレーニング指導など。
- ▶講師＝古瀬健司氏（鎮西高校ウェイトリフティング部監督）、水田理選手（全日本大学選手権94kg級優勝・世界選手権出場）、下村剛史選手（2007年全国高校総体ウェイトリフティング69kg級C&ジャーク3位）。
- ▶申込方法＝10月19日㊥までに電話で本庁（別館）・社会体育課へお申し込みください。

### 【問い合わせ先】

本庁（別館）・社会体育課体育振興係（内線2526）

- ▼内容と定員 Ⅱパソコンの使い方の基礎：20人（先着順）。
  - ▼対象 Ⅱどなたでも可。
  - ▼とき Ⅱ10月から平成20年3月までの毎週火曜日①午後2時から同4時または②午後7時30分から同9時30分まで。
  - ▼ところ Ⅱ地域交流センター
  - ▼おおくす（五和町手野）。
  - ▼受講料 Ⅱ月額500円。
  - ▼申込方法 Ⅱ電話で教育委員会事務局五和分室 ☎㊤2101へお申し込みください。
- ※詳細も同事務局へ。

### 生涯学習教室の 受講生募集

## 音楽の森コンサートを開催！

市と県立劇場では、より多くの人にクラシック音楽のすばらしさを感じてもらおうと、演奏家派遣アウトリーチ（文化・芸術普及活動）事業の一つとして「音楽の森コンサート」を開催します。

このコンサートでは、全国各地で活躍中の春日保人さん（バリトン歌手）、永田平八さん（リュート）、春日万里子さん（チェンバロ）の3人が出演します。また、河浦町の西洋楽器演奏グループ「コレジヨの仲間」も友情出演します。皆さん、ぜひご来場ください。なお、申し込みの必要はありません。

- とき＝10月20日㊥午後1時30分から
- ところ＝牛深支所4階旧議事堂
- 定員＝100人（先着順）。
- 演奏曲＝スカボロ・フェア、福連木の子守唄、一人音楽劇「娘に強くいえない父親のぼやき」など。

【問い合わせ先】牛深総合センター ☎㊤4191



## 秋の行政相談週間

10月15日(月)～21日(日)

行政に関するご意見やご要望、苦情などがありましたら、行政相談委員または熊本行政評価事務所 ☎096-324-1662へお気軽にご相談ください。



▲行政相談  
シンボルマーク

10月15日(月)～同21日(日)は「秋の行政相談週間」本市でも行政相談所を下表のとおり開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。なお、申し込みの必要はありません。皆さん、お気軽にご相談ください。

### 〔行政相談委員〕

- 有馬 一彦さん(本渡) ☎243378
- 段下 千晶さん(本渡) ☎239012
- 北尾シツエさん(牛深) ☎24562
- 池田 正次さん(有明) ☎540303
- 森 恵慈さん(御所浦) ☎673171
- 山本農夫也さん(倉岳) ☎642691
- 大塚 正光さん(栖本) ☎662330
- 小山 道孝さん(新和) ☎463193
- 池崎 正さん(五和) ☎320676
- 松本 昭好さん(天草) ☎420303
- 倉田 安徳さん(河浦) ☎760443

### ◆行政相談所開設日程

期日	時間	ところ
10月15日(月)	9:00～11:00	五和支所・相談室
	10:00～12:00	栖本福祉会館
10月16日(火)	10:00～12:00	リンドマルTAIYO(船之尾町)
10月17日(水)	9:00～12:00	有明老人福祉センターおだけ荘
	9:00～12:00	御所浦島開発総合センター
	9:00～11:00	地域交流センターおおくす(五和町)
10月18日(木)	10:00～12:00	本渡北公民館
	10:00～15:00	牛深総合センター
10月19日(金)	10:00～15:00	新和町民センター
10月21日(日)	9:00～12:00	倉岳支所相談室
10月23日(火)	10:00～15:00	天草市所2階会議室

## 市有地を公売します

- ▶公売物件＝下表のとおり。
- ▶都市計画用途地域＝都市計画区域外。
- ▶公売方法＝一般競争入札。
- ▶募集要領の配布＝10月4日(火)から本庁・財政課で配布します。
- ▶申込受付＝10月9日(月)から同19日(金)まで(土・日曜日、祝日を除く)の午前8時30分から午後5時15分まで本庁・財政課で受け付けます。
- ▶入札日程＝10月25日(火)午前11時から、新和支所・2階会議室で行います(現地説明会を同日午前10時から行います)。

### ◆売却予定の物件

所在地	地目	面積	最低価格
新和町小宮地字渡ノ浦763番25	宅地	328.91㎡	4,670,000円
新和町小宮地字渡ノ浦763番34		329.94㎡	4,685,000円
新和町小宮地字渡ノ浦763番36		337.80㎡	4,796,000円

### 【問い合わせ先】

本庁・財政課財産管理係(内線1367)



## 年金情報

### 長寿の支えは国民年金で

日本人の平均寿命は年々延びており、厚生労働省の平成18年の調査では、男性が83.45歳、女性が88.44歳となっており、老齢基礎年金の受給が始まる65歳の人の平均余命は、男性が18.45歳、女性が23.44歳となっています。このように長い老後の生活を、子どもや貯蓄などだけに頼って大丈夫でしょうか？

社会全体で支える公的年金は、老後だけでなく、病気やケガで障害が残ったときや、加入者本人が亡くなったときには遺族にも支給されます。皆さん、ぜひ加入して、忘れずに保険料を納めましょう。

### 【問い合わせ先】

本庁・保険年金課国民年金係  
(内線1137)

## 市の施設の「指定管理者」を募集します！

市では、10年後の天草市を見据えた持続可能な行政運営を確立するために策定した「第1次天草市行政改革大綱」に基づき、民間活力の活用を図るため次の施設の「指定管理者」を募集します。



▲本渡老人福祉センター

### ■対象施設(所在地)

- 本渡老人福祉センター(船之尾町11-5)
  - 倉岳老人福祉センター(倉岳町棚底1997-1)
  - 天草市在宅介護支援サテライト施設おにき(魚貴町5536-1)
  - 天草市在宅介護支援サテライト施設ふたうら(二浦町亀浦1035-45)
  - 河浦生活支援ハウス(河浦町白木河内242-3)
- 指定期間＝平成20年4月1日から平成22年3月31日まで。

■募集要項・仕様書の配布＝10月1日(日)から本庁・高齢者支援課で配布します。質問などがある場合は、同10日(火)までに募集要項に添付している「質問票」に記入し、直接またはFAX☎0155で同課へ提出してください。

■現地説明会＝10月12日(金)に各施設ごとに実施します。

※申請書の提出は、10月22日(日)(期日厳守)までとなっています。

【問い合わせ先】本庁・高齢者支援課高齢者福祉係(内線1191)

## 40歳からの健康週間

10月8日～14日

本市のスローガン

「1に運動、2に適量食べよう、3にゆっくり休もう!!」

10月8日(日)～14日(土)は「40歳からの健康週間」。これは、健やかな老後を送るため、壮年期からの日常的な健康管理の重要性について理解してもらおうと定められたものです。この機会に、日ごろの生活習慣を振り返り、次のことを心がけて健康を保ちましょう。

### ①定期的に運動をしましょう！

青・壮年期は運動不足や食生活の乱れから、肥満や高血圧症などの生活習慣病になる人が増えます。生活習慣病を防ぐために、週2～3日程度、少し汗ばむくらいの運動をしましょう。

### ②自分にあった量をとりましょう！

ごはんやおかずは腹8分目、アルコールは適量(ビールであれば1日500ml以下)を心がけ、週2日の休肝日を設けましょう。

### ③心も体もゆっくり休めましょう！

ストレスや過労、睡眠不足なども生活習慣病の要因の一つです。睡眠をしっかりとり、朝は太陽の光を浴びて、体内時計を合わせましょう。また、自分なりのストレス解消法を見つけましょう。

### ④自分の体を知りましょう！

最近10歳代からの生活習慣病予防が重要視されています。また、本市では、30歳から基本健診の受診を勧めています。各種健康診査を利用し、自分の心や体の状態を知って、健康づくりに努めましょう。

【問い合わせ先】本庁・健康増進課健康増進係(天草中央保健福祉センター内)☎243737



# 「天草ほんどハイヤ祭り」を開催します！

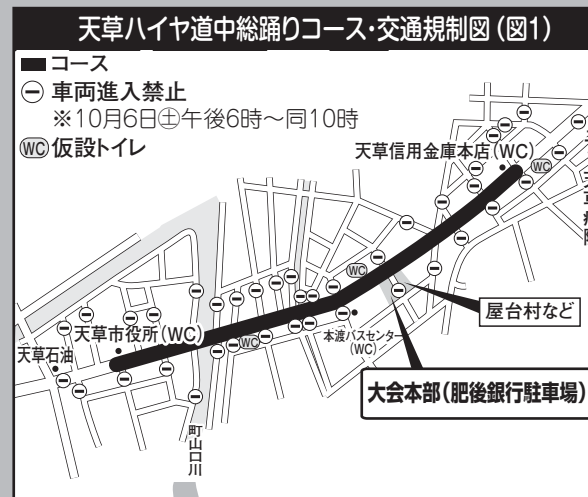


『天草ハイヤ道中総踊り』  
 ■とき=10月6日(土)午後6時30分から(雨天時は翌7日(日))  
 ■ところ=天草市役所本庁～天草信用金庫本店(国道324号)  
 ■内容=30チーム・約2,500人が地方の生演奏に合わせて軽快な踊りを披露します。屋台村(大会本部横)を午後4時から開きます。  
 『あまくさ大花火大会』  
 ■とき=10月7日(日)午後8時30分から(「天草ハイヤ道中総踊り」が順延の場合、または当日が雨天のときは翌8日(月))  
 ■ところ=本渡港一帯  
 ■内容=1.5尺の大玉花火など(直径400mの大輪)7,000発の花火が秋の夜空を彩ります。  
 【問い合わせ先】天草ほんどハイヤ祭り実行委員会(本渡商工会議所内) ☎232001

——天草ハイヤ踊りの競演——  
 ▶とき=10月7日(日)午後1時から  
 ▶ところ=天草市民センターホール  
 ※前売り券(1,000円)を天草市民センターで販売中(当日券は1,200円)。  
 【問い合わせ先】市芸術文化協会事務局(天草市民センター内) ☎24125

## 交通規制にご協力を！

天草ほんどハイヤ祭りでは、図1・2のとおり交通規制を行います。皆様のご協力をお願いします。



## 天草市民芸術祭2007 本渡地区文化祭

### 文化ぶんかどんどん

本渡地区文化協会では、12月まで「文化ぶんかどんどん」を開催しています。今回は、10月に開かれるイベントについてお知らせします。

行事名など	開催日	入場料	問い合わせ先
第35回県書道連盟巡回展	10月12日(金)～同14日(日) 9:00～17:00(14日(日)は15時まで)	無料	天草書道協会 野口さん ☎24406
生けばな・盆栽展	10月19日(金)～同21日(日) 9:00～17:00(21日(日)は15時まで)	無料	天草盆栽会・松川さん ☎280061 天草華道連盟・益田さん ☎25451
芸能文化の祭典	10月21日(日) 13:00～	1,500円	あまくさ芸能文化懇話会 若林さん ☎22901

※会場は、県書道連盟巡回展と生けばな・盆栽展が天草市民センター展示ホール、芸能文化の祭典が同センターホール。



## 肝臓病市民公開講座を開催します

日本肝臓学会では、肝臓病についての理解を深めてもらうと「市民公開講座」を開きます。入場は無料です。  
 なお、講座終了後には、専門医が肝臓病についての相談に応じます。

▼とき 10月6日(土)午後3時から同5時まで。  
 ▼ところ 11ヒポクライト(天草地域医療センター横)。  
 ▼内容 肝臓病の話：熊本大学大学院消化器内科学講師・田中基彦氏。  
 ※詳細は熊本大学大学院・消化器内科学 ☎096(373)5150へお尋ねを。

## 募 集

### 五足の靴100周年ウォークを開催

▼とき 10月28日(日)午前8時30分から(少雨決行)。  
 ▼ところ 11天草町、荅北町。  
 ▼内容 ①ウォークの部：天草町(3.2km)を歩く ②見学の部：貸切バスで富岡城址、鎮道寺、大江天主堂、天草ロザリオ館を見学。  
 ▼参加費 2,000円(弁当代、記念品代、入館料、保険料含む)。  
 ▼募集人員 80人(中学生以上)。  
 申込可否を連絡します。  
 ▼申込方法 11ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し10月10日(日)までに、〒863-12507天草郡荅北町富岡2835-1熊日パビリオン付 五足の靴100周年ウォーク実行委員会へ郵送してください。また、FAX ☎0151でも受け付けます。  
 ※詳細は同委員会の平井さん ☎0063へお尋ねを。

## 美来プラザをご利用ください

美来プラザ(港町)は、多目的ホールや会議室、研修室、視聴覚室、文化教室(和室)などを備えており、スポーツや教養・文化活動など、さまざまな用途に合わせて利用できる施設です。皆さん、ぜひご利用ください。

■利用時間=午前9時から午後10時まで。  
 ■休館日=毎週火曜日(祝日の場合は翌日)と12月29日から翌年1月3日まで。  
 ※利用料や申込方法などの詳細は、美来プラザ ☎242220へ。

### 高齢者職業相談室を開設中

市では、同プラザ内に55歳以上の人を対象とした「高齢者職業相談室」を開設しています。お気軽にご相談ください。  
 ●相談時間=午前9時～午後5時。  
 ●相談電話= ☎26480

## 美来プラザ主催講座の受講生募集!

美来プラザでは、市民の皆さんを対象に行うさまざまな主催講座の受講生を募集します。いずれも先着順です。皆さん、ぜひご参加ください。  
 ▶会場=いずれも美来プラザ。  
 ▶申込方法=ハガキに受講を希望する講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、10月20日(土)(必着)までに〒863-0021市内港町13-5美来プラザへ郵送してください。

講座名	開講日	時間	受講料	定員
健康体操	毎週金曜日	13:00～15:00	月額1,500円	30人
フラワーアレンジメント	11月から平成20年1月までの第1・3水曜日(計6回)	10:00～12:00	3,500円(教材費として別に一作品1,500～2,000円が必要)	25人
絵手紙	11月から平成20年1月までの第2・4金曜日(計6回)	10:00～12:00	3,500円(教材費として別に1,000～1,500円が必要)	25人
パッチワーク	11月から平成20年1月までの第2・4水曜日(計6回)	9:30～12:00	3,500円(教材費として別に一作品1,000～2,000円が必要)	20人
英会話(初心者)	11月から平成20年1月までの第2・4木曜日(計6回)	10:00～12:00	3,500円	15人

【問い合わせ先】美来プラザ ☎242220



**松島有明道路開通記念  
各種イベント参加者募集**

▼3ツのたごあげ大会  
▼とき 10月27日(土) 午前10時から。

▼ところ 2リップルランドさざ波の湯駐車場。

▼内容 ①手作りたご ②市販の手作りたご ③市販の手作りたごに絵を描いたものをあげる。

▼参加料 無料。

▼「ビーチドッグボール世界大会」IN天草

▼とき 10月28日(日) 午前10時30分から。

▼ところ 2 四郎ヶ浜ビーチ。

▼チーム編成 ①小学生低学年の部(1~3年生) ②小学生高学年の部(4~6年生) ③一般の部(中学生以上) : 各部門1チーム8人(エントリーは10人まで)。

▼参加料 無料。

▼申し込み方法 ①いずれも有明町商工会に備え付けまたはホームページに添付されている申し込み用紙に必要な事項を記入のうえ、10月5日(金)までにFAX・メール

または郵送してください。

【FAX】 ☎0034

【メールアドレス】

ksariake@lime.ocn.ne.jp

【郵送】

〒861-7201 市内有

明町赤崎201015 有

明町商工会

【ホームページアドレス】

http://www.kunashoko.or.jp

/ariake/

※詳細は同商工会 ☎0056へお尋ねください。

**相 談**

**無料調停相談を  
ご利用ください**

牛深調停協会では、交通事故や土地・建物・金銭の貸借のトラブル、夫婦・親子関係や相続の問題などについて、無料で相談をお受けします。受付は当日会場で行います。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

▼とき 10月6日(土) 午前10時から午後3時まで。

▼ところ 2 牛深総合センター 大会議室(牛深町)。

▼相談員 2 牛深調停協会調停委員。

※詳細は同協会(牛深簡易裁判所内) ☎2540へお尋ねください。

**行政書士による無料相談会**

行政書士会天草支部では無料相談会を開きます。秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

▼とき 10月14日(日) 午前10時から午後3時まで。

▼ところ 2 天草市民センター 第3小会議室(東町)

② 一町田公民館(河浦町)。

▼内容 2 各種許認可・登録や法人設立、遺言・相続、経理記帳・内容証明・契約書、交通関係。

※詳細は同支部長の井上さん ☎4321へお尋ねください。

**無料法律相談所を開設**

熊本大学法科大学院では、弁護士による無料法律相談所

**あまくさ 本渡人々々フェア**

(社)天草宝島観光協会本渡支部では、天草の新鮮な食材を使ったオリジナルの丼物を天草陶磁器で提供する「あまくさ本渡人々々フェア」を開催します。



■期 間=10月1日(月)~12月31日(日)

■と ころ=本渡地区の同フェア参加30店。

■料 金=500~2,600円(各丼物により異なります)。

~スタンプラリーを実施~

①5店舗以上のスタンプを集めて応募すると、抽選で20人に参加店舗で利用できる3,000円分の食事券をプレゼント!

②本渡寿し商組合の参加8店舗のうち、4店舗のスタンプを集めると、5店舗目の丼物が無料!(10月1日(月)~11月30日(金)まで)。

【問い合わせ先】

(社)天草宝島観光協会本渡支部(本庁・商工観光課内) ☎231111

を開設します。秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

▼とき 10月28日(日) 午前10時から午後4時まで。

▼ところ 2 牛深総合センター 3階会議室(牛深町)。

▼内容 2 一般民事事件、家事事件(離婚・相続)、金銭

トラブルなど、事件の種類は問いません。

▼申込方法 10月23日(金)までに、電話で熊本大学法科大学院法曹養成研究所 ☎096(342)2387へお申し込みください。

※詳細も同大学院へお尋ねください。

**求人情報**

(9月13日現在)

【問い合わせ先】天草公共職業安定所 ☎8609 [ホームページ http://www.hellowork.go.jp/]  
※牛深地域職業相談室(牛深支所内) ☎21111、55歳以上の人は市高齢者職業相談室(美来プラザ内) ☎6480、65歳以上の人(60歳以上でも可)は高齢者無料職業紹介所天草相談所(天草地域振興局福祉課内) ☎9727でも職業相談・紹介を行っています。

地区	職 種	人数	年齢(歳)	賃 金(円)	求人番号	地区	職 種	人数	年齢(歳)	賃 金(円)	求人番号
本	美容師	1	30以下	130,000	2128971	渡	経理事務	1	不問	130,000~200,000	2019071
	配達・加工	1	20~40	153,175~239,250	2125771		営業職員(保険営業)	5	20~59	140,000~170,000	2016271
	看護師	1	不問	175,000	2110971		准看護師	1	不問	145,600~156,000	2009971
	正・准看護師	1	20~40	160,000~190,000	2107571		木工(建具等)見習い	1	18~40	126,875	2008271
	店員	1	18~30	130,000	2102971		調理、調理補助、店員	1	不問	130,000~200,000	2002371
	一般事務	1	不問	130,000~160,000	2100871		調理、調理補助、店員	1	不問	120,000~180,000	2001071
	生命保険スタッフ	3	20~50	110,000	2096571		営業および設備工事	1	20~55	150,000~250,000	1999771
	経理事務員	1	25~35	165,000~260,000	2093071		総務・経理	1	20~30	186,000~226,000	1995371
	調理人	1	不問	126,519~149,819	2090271		溶接工	1	不問	150,000	1994071
	看護師	2	40以下	180,000~200,000	2088571		看護助手	2	35~40	145,000	1991271
	営業職(一般職・幹部候補職)	2	18~45	158,850~272,700	2087671		ガソリンスタンド店員	1	60~64	128,800~165,600	1984971
	自動車板金工	1	不問	115,000~184,000	2080771		事務員	1	40以下	121,000~126,000	1982871
	測量・設計技術者	2	不問	160,000~300,000	2072771		農業指導員	1	18~40	110,000~180,000	2109771
	教科指導および業務一般	1	22~35	170,000~190,000	2064871		営業	5	20~56	110,000	2082271
	営業・保険部スタッフ	1	20~50	150,000	2063771		水産加工員	2	不問	125,000	2040971
	板金塗装工	1	不問	140,000~180,000	2062471		水産加工作業員	2	不問	122,400	2028671
	整備士	1	不問	140,000~180,000	2061571		事務・フロント	1	18~30	120,000~150,000	2112071
	保険スタッフ	1	20~50	126,000~144,000	2060671		医療事務	1	不問	120,000~150,000	2119271
	長距離大型牽引運転手	1	不問	112,000~450,000	2059171		プラスチック製品製造工	2	18~30	125,000~140,000	2014771
	大型運転手	2	不問	112,000~450,000	2057271		技術員	2	20~30	154,500~272,500	2085071
正看護師または准看護師	1	不問	140,000~167,500	2055771	土木施工管理者	1	30~50	200,000~250,000	2049271		
営業・販売・インストラクター	2	不問	150,000~250,000	2045571	介護または看護補助	1	50以下	120,000~140,000	2044671		
看護職(正)	1	不問	156,000	2041171	食肉加工場内作業員	1	18~40	120,000~200,000	1998471		
健診企画営業	1	不問	150,000~200,000	2036671	看護師または准看護師	1	不問	120,000~180,000	2050071		
介護職	2	不問	120,000~135,000	2035371	移動販売員	2	不問	110,000	2021771		
看護補助者	2	不問	120,000~135,000	2034071	介護職スタッフ/ケアワーカー	3	不問	130,000~180,000	2053571		
保健師	2	不問	180,000~230,000	2033171	准看護師・看護師	2	不問	130,000~200,000	2052671		
営業保全職	3	20~59	150,000~250,000	2030871							

※地区欄の“本・五”は本渡・五和のことで。



**犬や猫を飼っている皆さんへ**

- 犬の登録と狂犬病の予防注射を受けましょう  
犬の飼い主は生後90日以上の子犬を飼いだした日から30日以内に登録し、鑑札を首輪に付け、狂犬病の予防接種を年1回必ず受けなければなりません。
- 放し飼いはやめましょう  
放し飼いだされた犬に、かみつかれるという事件が、年間数十件発生しています。放し飼いは絶対にやめてください。
- フンの始末は飼い主の責任です  
飼い犬・猫のフンで道路や公園などが汚されています。散歩に行くときは、フ

ンの後始末ができる道具を持参し、責任を持って適正に処理しましょう。

- 飼い主のモラルが問われています  
地域の人に迷惑をかけることなく、楽しく快適にペットと暮らすために、犬や猫の習性や行動をよく理解してしつけをしましょう。また、十分な運動をさせ、清潔さを保ち、ストレスがたまらないようにしてください。

捨てられた犬や猫は、不幸な一生を送ることになります。命ある動物の飼い主として責任を十分に自覚し、家族の一員として一生愛情を持って飼いましょう。

【問い合わせ先】天草保健所 ☎0172

# 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。

## 【10月7日】

- 木山・中村クリニック<sup>☎</sup>（小松原町） ☎234412
- 東整形外科<sup>☎</sup>（南新町） ☎243131
- 牛深保養院<sup>☎</sup>（二浦町） ☎729553
- 島子ごとう医院<sup>☎</sup>（有明町） ☎520111
- 中村こども・内科クリニック<sup>☎</sup>（五和町） ☎330144
- 天草慈恵病院<sup>☎</sup>（荅北町） ☎371111
- 猪口医院<sup>☎</sup>（荅北町） ☎370001
- 吉田クリニック<sup>☎</sup>（上天草市大矢野町） ☎0964570246
- 原田医院<sup>☎</sup>（上天草市松島町） ☎561151
- 久々山歯科（今釜新町） ☎241188

## 【10月8日】

- 荘田医院<sup>☎</sup>（南町） ☎22497
- 酒井外科医院<sup>☎</sup>（港町） ☎224133
- 中邑医院<sup>☎</sup>（久玉町） ☎740370
- 生田医院<sup>☎</sup>（河浦町） ☎780331
- 荅北病院<sup>☎</sup>（荅北町） ☎351119
- 宮崎外科胃腸科医院<sup>☎</sup>（上天草市大矢野町） ☎0964560600

- 浜崎歯科（有明町） ☎540401
- 岡田歯科（新和町） ☎463705

## 【10月14日】

- 高木小児科医院<sup>☎</sup>（古川町） ☎222473
- 天草中央総合病院<sup>☎</sup>（東町） ☎220011
- にしきど整形外科<sup>☎</sup>（東浜町） ☎243700
- 鬼塚クリニック<sup>☎</sup>（亀場町） ☎243636
- 松本医院<sup>☎</sup>（牛深町） ☎722035
- 蓮田医院<sup>☎</sup>（倉岳町） ☎642682
- 市丸病院<sup>☎</sup>（五和町） ☎340036
- 荅北医師会病院<sup>☎</sup>（荅北町） ☎351133
- 竹島医院<sup>☎</sup>（上天草市大矢野町） ☎0964560159
- やまうち医院<sup>☎</sup>（上天草市松島町） ☎560899
- 青木歯科（大浜町） ☎245222



## 水道修繕当番店

（10月）

本 渡	栖 本
荒木総合建設工業(株) ☎224149	吉田電気 ☎662643
牛 深	新 和
牛深設備 ☎728091	竹元設備 ☎462811
有 明	五 和
高島電業 ☎530102	池田設備 ☎320311
御所浦	天 草
横浦電気設備 ☎672825	(株)熊電施設 ☎420043
倉 岳	河 浦
(株)山並実業 ☎643647	(有)小牧住建 ☎761390

## 天草市民講座を開催します！

今、子どもたちが身につけなければならないことは「早寝・早起き・朝ご飯」の基本的な生活習慣ではないでしょうか。

今回の市民講座では、「家庭教育・食育」をテーマに、各種の調査データを交えながら、子どもの心と体について考えます。入場は無料です。皆さん、お気軽にご参加ください。

■と き = 10月16日<sup>☎</sup> 午後7時30分から

■と ころ = 天草市民センター大会議室

■演 題 = 「子どもの心と体に栄養を」

■講 師 = 石井省介氏（天草教育事務所・社会教育主事）

### 【問い合わせ先】

本庁（別館）・社会教育課生涯学習推進係  
（内線2543）

## 天草の潮汐



（10月） 大…大潮 小…小潮

日	潮	本渡港		牛深港	
		満潮	干潮	満潮	干潮
1日 <sup>☎</sup>		11:44 23:18	5:20 17:43	11:04 22:20	4:30 16:52
2日 <sup>☎</sup>	小	12:27 23:48	5:58 18:22	12:11 22:58	5:17 17:41
3日 <sup>☎</sup>	小	— 13:25	6:42 19:15	13:52 23:57	6:16 19:01
4日 <sup>☎</sup>	小	0:29 15:39	7:48 21:01	— 15:59	7:44 21:50
5日 <sup>☎</sup>		2:02 17:51	9:46 23:40	2:29 17:11	9:36 23:12
6日 <sup>☎</sup>		5:03 18:36	11:38 —	4:24 17:51	10:54 23:52
7日 <sup>☎</sup>		6:14 19:06	0:29 12:33	5:25 18:19	11:45 —
8日 <sup>☎</sup>		6:59 19:33	1:04 13:12	6:09 18:43	0:22 12:24
9日 <sup>☎</sup>	大	7:38 20:00	1:37 13:48	6:46 19:05	0:50 12:57
10日 <sup>☎</sup>	大	8:14 20:26	2:10 14:22	7:20 19:26	1:17 13:29
11日 <sup>☎</sup>	大	8:50 20:52	2:41 14:55	7:51 19:48	1:43 13:59
12日 <sup>☎</sup>	大	9:24 21:17	3:11 15:26	8:23 20:10	2:09 14:28
13日 <sup>☎</sup>		9:55 21:41	3:39 15:56	8:54 20:33	2:35 14:56
14日 <sup>☎</sup>		10:24 22:04	4:04 16:23	9:25 20:57	3:02 15:24
15日 <sup>☎</sup>		10:50 22:26	4:29 16:49	9:58 21:21	3:30 15:53

2007年熊本県潮汐表（発行：交通タイムズ社）転載許可