

## 中高年向け「健康運動教室」の参加者を追加募集

市では、市民の皆さんの健康保持・増進を図る「健康運動教室」の参加者を追加募集します。

同教室では、科学的根拠に基づき、個人の体力や身体能力にあわせて作成する個別運動プログラムにより、筋力トレーニングやエアロバイクを使った有酸素運動などを毎週2回実施するほか、自宅で行う運動も紹介します。運動を続けて健康づくりをしたいと考えている人は、ぜひ、ご参加ください。

▶対象＝次のいずれにも該当する人。①市内在住で

昭和14年4月2日から同42年4月1日までに生まれた人②医師に運動を禁止されていない人。

▶実施期間＝10月上旬から平成21年3月まで。

▶会場・実施日時・定員＝左下表のとおり。

▶参加料＝月額1,000円（健康情報端末〔歩数計〕代5,500円と年間保険料1,500円は別途自己負担）。

▶申込方法＝9月10日④までに電話または直接、天草中央・天草東・天草西のいずれかの保健福祉センターへお申し込みください。

※同教室参加の可否を判定するため、後日、医師の健康診断を受けていただきます（料金3,000円程度は自己負担）。

【問い合わせ先】天草中央保健福祉センター ☎④3737  
天草東保健福祉センター ☎⑥3355  
天草西保健福祉センター ☎⑦3301



### 健康運動教室の会場・実施日時・定員

会場	実施日時	定員
新和保健福祉総合センター	月・木 14:00～16:00	10人
天草東保健福祉センター		各5人程度
天草西保健福祉センター		

※各会場、定員になりしだい締め切ります。

## NHK放送受信料の免除対象を拡大!

日本放送協会（NHK）では、障がいのある人がいる世帯を対象に、NHK放送受信料の全額または半額を免除しています。10月1日④から精神障害者保健福祉手帳を持っている人が新たに対象となるなど、免除対象が拡大されます。対象となる世帯の人は申請してください。

なお、すでに同受信料の免除を受けている世帯は新たに申請する必要はありません。

▼対象Ⅱ●全額免除：身体・知的・精神に障がいのある人がいる世帯の全員が市民税非課税の世帯。●半額免除：世帯主が視覚・聴覚に障がいのある人または重度の障がい（身体・知的・精神）のある人の世帯。

※いずれも障害者手帳を持っていないと対象になりません。  
▼申請方法Ⅱ本庁・社会福祉課または牛深支所・保健福祉課、その他の支所・市民生活課に備え付けの申請書に必要事項を記入し、同課

へ提出。その後、同課で発行する証明書をNHK熊本放送局（熊本市千葉城町2-17）へ提出または郵送してください。  
※詳細は本庁・社会福祉課障がい福祉係（内線1-183）へお尋ねください。

## 選挙人名簿を縦覧できます

9月1日現在で、新たに永久選挙人名簿に登録した人の名簿を縦覧できます。

なお、この名簿の登録に異議がある人は、縦覧期間内に本庁・選挙管理委員会事務局へ申し出ることができます。

▼対象Ⅱ次のいずれにも該当する人①9月1日現在で満20歳以上の人②6月1日までに本市に住民票が作成された人で、引き続き3カ月以上市内に住所がある人。  
▼期間Ⅱ9月3日④から同7日④まで。  
▼ところⅡ本庁・選挙管理委員会事務局。

※詳細は同事務局（内線1-162）へお尋ねください。

## 「陶磁器の島 AMAKUSA陶芸展」作品募集!

天草大陶磁器展実行委員会では、天草陶磁器の魅力为全国にPRするため、11月1日④から同5日④まで「天草大陶磁器展」を開催します。今回、この催しの一つとして実施する「陶磁器の島 AMAKUSA陶芸展」の作品を募集します。皆さん、ぜひご応募ください。

■応募部門＝①天草陶石を素地として使った非日常的磁器作品部門…非日常的な時間を表現する『ハレ』の空間（非日常的空間）で使用されるオリジナル作品②鉢・皿・どんぶり部門…日常の器として使用するオリジナル作品③オリジナルの意匠・絵の入った作品部門…独創的な趣向または絵を主体としたオリジナル作品。  
※①は磁器作品。②③は磁器・陶器作品のどちらでも可。

※天草陶石の入手が困難な人は、本庁（別館）・商工観光課へご連絡ください。

■応募規定＝応募は1人2点以内（セットものは1点とします）。サイズは縦・横・高さ80cm以内で、未発表のもの。

■出品料＝1人5,000円。

■応募方法＝本庁（別館）・商工観光課に備え付けの出品申込書と応募ラベルに必要事項を記入し（ラベルは作品に添付）、10月24日④までに、

【問い合わせ先】天草大陶磁器展実行委員会事務局（本庁〔別館〕・商工観光課内）内線2553

〒863-0033市内東町3 天草市民センター内「天草大陶磁器展実行委員会」へ持参または送付してください（持参する場合は、午前9時から午後5時までに持参してください）。  
※出品申込書と応募ラベルは、市のホームページからでも取得できます。

■表彰＝グランプリ1点（賞金30万円・賞状）。準グランプリ1点（同10万円・賞状）。審査員特別賞として日比野克彦賞・鶴田一郎賞・小川哲男賞・藤原恵洋賞・ゲスト賞が各1点（同3万円・賞状）。特別賞1点（展示期間中に来場した人の投票による得票が最も多かった作品に同3万円・賞状）。入選若干点（賞状のみ）。表彰式は11月1日④に天草市民センターで実施。  
※応募作品は天草大陶磁器展の開催期間中、天草市民センター展示ホールに展示します。  
※グランプリ・準グランプリ受賞作品は同実行委員会が買い上げます（買上料は賞金に含みます）。また、買上作品に関するすべての権利は主催者に帰属します。



## 「家族介護教室」に参加しませんか

市では、介護の仕方などについて学ぶ「家族介護教室」（委託事業）を開催しています（9月～10月に計12回実施）。今回は9月中旬から下旬にかけて実施する同教室の参加者を募集します。

※10月の同教室の参加者については、今後の市政だより天草などで募集します。

▶対象＝市内在住の高齢者などを在宅で介護している家族や地域の人。

▶日程など＝下表のとおり。

▶参加料＝無料。

▶申込方法＝電話で各施設（下表参照）へお申し込みください。

※内容の詳細も各施設へお尋ねください。

### 家族介護教室日程など

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
9月17日④	13:00～15:00	特別養護老人ホーム 慈晃園地域交流室（佐伊津町）	●認知症老人の介護について	15人	9月12日④	特別養護老人ホーム 慈晃園 ☎③6610
9月18日④	10:00～12:00	有明老人福祉センター（有明町）	●介護サービスの上手な使い方と介護実技	30人	9月11日④	市社会福祉協議会 有明支所 ☎③0110
9月20日④	10:00～12:00	新和保健福祉総合センター（新和町）	●楽な介護方法	20人	9月16日④	特別養護老人ホーム 新和苑 ☎④3838
	14:00～16:00	天草東保健福祉センター（栖本町）	●口腔ケアの必要性（実技を含む）	20人	9月12日④	特別養護老人ホーム 梅寿荘 ☎⑥2132
9月21日④	10:00～12:00	特別養護老人ホーム 紫明寮（五和町）	●基本となる介助動作について（体位変換・移行動作）	15人	9月12日④	特別養護老人ホーム 紫明寮 ☎③0021
9月25日④	14:00～16:00	特別養護老人ホーム 実相園（河浦町）	●基本的な介護技術	15人		特別養護老人ホーム 実相園 ☎⑦0355