

市民シアター事業 『銀河鉄道999』上映 (1979年東映)

監督：りんたろう、監修：市川崑、脚本：石森史郎、原作・構成：松本零士。

機械の体（永遠の命）を手に入れるため、はるかかなたのアンドロメダを目ざす“銀河鉄道999”に謎の美女メーテルとともに乗り込んだ鉄郎少年が、さまざまなでき事を通して成長する姿を壮大なスケールで描く、SFファンタジーアニメの傑作！

日程 ● 9月17日④～同23日⑤午前10時30分～午後0時45分。

※そのほかの時間はお尋ねください。●本渡第一映劇（栄町）。

入場料 高校生以上500円、中学生以下100円（3歳未満無料）。

上映リクエスト募集 申込用紙またはホームページから応募してください。

☎http://simintheater.amakusa-web.jp/
☎本渡第一映劇 ☎③1417 / 本庁・文化課 (天草宝島国際交流会館ポルト内) ☎③6784



年金情報

～国民年金保険料の納め忘れはありませんか～

国民年金保険料を納めずにいると、将来受給する年金が少なくなるだけでなく、受給できない場合もあります。

高齢基礎年金は、20歳から60歳になるまでの40年間納付して、65歳から満額（年額78万100円）を受給することができます。

未納や免除の期間があるとその分が減額され、納付・免除の期間が25年に満たないときは受給できません。このような人のために60歳以降65歳になるまで任意加入をすることで、受給資格を満たしたり、年金額を満額

に近づける制度があります。

また、昭和40年4月1日以前に生まれた人は、70歳の誕生日の前月まで受給資格を満たす期間の任意加入ができます。

せっかく納めた保険料がむだになり、万一のときの障害年金や遺族年金なども受けられない場合がありますので、国民年金保険料は必ず納めましょう。

納め忘れを防ぐためには、口座振替が便利です。預貯金通帳、届け出印、納付書を持参し、金融機関で申し込んでください。

☎本渡年金事務所 ☎④2112 / 本庁・国保年金課、各支所担当課

図書館へ行こう!

アマクサ・ライブラリー・カフェ
～短歌を身近に楽しもう～

参加無料

とき 9月17日④午後2時～同3時30分。

ところ 中央図書館・会議室。

内容 (講師) 楠木瑞子さん (平成27年度熊日短歌大会・天賞受賞)。日常のふとしたことを短歌に表現する楽しさをお話します。

何気ない日常のでき事、おしゃれな短歌にしてみませんか?

定員 20人 (先着順)。

申込方法 中央図書館に電話または各図書館に備え付けの申込用紙で申し込んでください。

☎☎中央図書館 ☎③7001

ごみ収集日を変更します

対象地区	変更前	変更後
燃やせないごみ		
古川、下町、宮地岳町	9月19日④	9月12日④
本渡		
港町、亀場町(新田)、楠浦町(新田西、新田中、新田東、舟津1、舟津2・3、舟津4・5、舟津6、今村、釜、錦島、大友尻)	9月1日④	9月6日④
小松原、志柿町(志柿東、宇土、村下、志柿中央、志柿西)	9月2日⑤	9月7日④
栖本		
燃やせないごみ		
河内、打田、馬場	9月1日④	9月6日④

※その他の地区は、「家庭ごみ・資源物出し方カレンダー」でご確認ください。

☎本庁・環境施設課(旧農政局事務所内) ☎③7861

牛深・五和・倉岳・御所浦地域の地域健診を実施します!

4月に行った希望調査に基づき問診票を送付します。

※健診の申し込みをしていない人で受診を希望する場合は、各地域の保健福祉センターへご連絡ください。

※今年度40歳(昭和51年4月1日～同52年3月31日生まれ)の人は、特定健診(天草市国保加入者のみ)とがん検診が無料で受診できます。

※生活保護世帯は証明書を持参してください。

◆五和地域の地域健診日程

期日	対象地区	場所
9月27日④	鬼池	鬼池地区コミュニティセンター
9月28日④ 29日④	二江	五和町漁村センター
9月30日⑤ 10月1日⑤	手野 城河原	地域交流センター おおくす
10月2日④ ～4日④	御領	五和体育館

◆倉岳地域の地域健診日程

期日	対象地区	場所
10月4日④	棚底	倉岳体育館
10月5日④	宮田・浦	

◆御所浦地域の地域健診日程

期日	対象地区	場所
10月10日④	古屋敷・長浦・椀の木・牧本・村・向	嵐口地区コミュニティセンター (旧御所浦漁村センター)
10月11日④	下脇・下竹地・上竹地・外平・越地・上脇	
10月12日④	崎浦・杉浦・大浦・元浦・唐木崎・横浦	

☎天草中央保健福祉センター ☎④0620 / 天草東保健福祉センター ☎⑥3355 / 天草西保健福祉センター ☎⑦3301
牛深支所・市民生活課 / 五和支所 / 倉岳支所 / 御所浦支所

大切な命を守るためにできること ～9月10日～16日は自殺予防週間です～

日本では、毎年多くの方がみずから命を絶っています。原因やきっかけはさまざま、体や心の健康、暮らしや仕事の悩み、家族間の問題など複数の要因が複雑にからみあっています。あなたの小さな行動が、大切な命を救うことにつながります。

気づき(声かけ・傾聴) 「いつもと違う」と気づいたら、声をかけ、本人の気持ちを尊重して、耳を傾けましょう。

つなぎ 悩みや問題を聴いたら、下記の相談窓口を紹介してください。

見守り いままでどおり自然な雰囲気ですべてを聞き、温かく見守りながら回復を支えましょう。

●相談先

■熊本県精神保健福祉センター：096(386)1166

■熊本いのちの電話：096(353)4343

■熊本こころの電話：096(285)6688

■天草保健所：③0172

■障がい者支援センターリンク：⑤5877

☎本庁・福祉課(旧天草地域ダム建設事務所) ☎③6071

〈自殺予防の十箇条〉

次のサインが多く見られる場合は、早めに相談しましょう。

- ①うつ病の症状がある
- ②原因不明の身体の不調が長く続く
- ③酒の量が増す
- ④安全や健康が保てない
- ⑤仕事の負担が急に増えた、大きな失敗をした、職を失う
- ⑥職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦本人にとって価値あるものを失う
- ⑧重症の身体の病気にかかる
- ⑨自殺を口にする
- ⑩自殺未遂におよぶ (出典：厚生労働省)