



日本の宝島“天草”の創造を目ざして!

市政だより AMAKUSA 天草



「一足早く春を告げるアオサの収穫」

2月初旬、ほほを突き刺すような寒風のなか、新和町の大多尾海岸では、特産である“アオサ”の収穫が始まりました。昨年9月に準備した種網に浮遊するアオサの胞子を付着させ、あとは自然まかせの「天然採取」という手法で養殖が行われています。収穫したアオサは、乾燥させてつくだ煮の原料や調理用の乾物として出荷されます。また、あざやかな緑色をしており、とても香りが良く、吸い物や天ぷらなどにしてもおいしくいただけます。

主な内容

- 天草市長・市議会議員選挙の投票日 .. 2~3
- 医療費について考えてみましょう... 4~5
- 河浦町・NPO「さいのつ」のおもてなしガイド .. 6
- 2010 天草つのでフェスタ..... 7
- 宝島の話題..... 8~11
- みんなの広場 12~15

平成22年

3

1

No.94

投票時間は午前7時から午後7時まで

3月28日(日)は 天草市長・市議会

議員選挙の投票日

天草市長・市議会議員選挙の投票日が3月28日(日)に決まりました。

まちづくりを託す人を選ぶ大切な選挙です。忘れずに、自分の判断で投票しましょう。

とき **3月28日(日)**

午前7時から
午後7時まで

と

こ

市内114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。



明るい選挙
イメージキャラクター
選挙のめいすいくん

投票できる人は

- 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です。
- 3月28日現在で満20歳以上の人(平成2年3月29日までに生まれた人)。
- 平成21年12月20日までに市内に住民票が作成された人(他の市区町村から引っ越ししてきた人は、同日までに転入届をした人)で、引き続き市内に住所がある人。

※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。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へお出かけください。

なお、入場券がないときでも、各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。

転出予定の人は

転出(市外へ引っ越し)する人(転出予定日が3月27日以前)は、選挙権がなくなります。ただし、期日前投票をした後に転出する人は除きます。

転居する人は

投票区外に転居(市内での引っ越し)した人は、転居前の投票所で投票をしていただくことがあります。投票所入場券が届いたら、

投票所へ行けない人は

投票所を確認してください。

◇期日前投票

投票日当日に、仕事やレジャーなどで投票所へ行けない人は、期日前投票ができます。なお、期日前投票は本庁または各支所のどこでもできます。

- 期間 3月22日(日)から同27日(土)までの午前8時30分から午後8時まで。
- 場所 本庁または各支所。
- 持参するもの 投票所入場券(入場券がなくても投票はできます)。

◇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、それぞれ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・入所している病院または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、仕事やレジャ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備え付けの「不在者投票宣誓書兼請求書」に選挙人本人が必要事項を記入し、本庁・選挙管理委員会事務局へ提出してください。

その後、同事務局から選挙人の滞在地に投票用紙などを郵送しますので、選挙人はその投票用紙などを持参し、3月22日(日)から同27日(土)までに、滞在地の選挙管理委員会へ投票をしてください。

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

【障がいがある人】

身体に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出来ます。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に該当する人で、あらかじめ市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24日(土)まで)。

- ② ①に該当し、次のいずれかに該当する人は、あらかじめ市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。

船員の選挙人名簿登録者は

船員で選挙人名簿登録証明書の交付を受けている人は、不在者・期日前投票または投票日当日のいずれの場合も必ず同証明書を提示してください。

体が不自由な人は

目や体が不自由な人や字が書けない人は、投票日当日の投票所または期日前投票所で代理投票ができます。その際、係員に申し出ただければ、代理記載をします。

選挙公報

市長選挙、市議会議員選挙ともに、候補者の氏名や政見などを記載した選挙公報を発行します。

この選挙公報は、各区を通じて各世帯に配布するとともに、各公民館などの窓口にも置きます。

投票用紙

【投票日当日】

- 市長選挙：候補者の氏名の上、○印のスタンプを押してください。
- 市議会議員選挙：候補者の氏名を記入してください。

立候補者の届け出は

- 期日 3月21日(土)
- 時間・場所 午前8時30分から正午までは天草市民センター展示ホール。正午から午後5時までは市選挙管理委員会事務局。

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。
- 日時 3月28日(日)午後9時10分から。
- 場所 天草市体育館。

※天草市長・市議会議員選挙についての詳しいことは、本庁・選挙管理委員会事務局 ☎11111内線116 2へお尋ねください。



医療費について 考えてみましょう！

皆さんが安心して医療を受けられる健康保険。
しかし、その健康保険は近年、医療費の増加により財政がひっ迫した状況になっています。市の国民健康保険（国保）の状況で見てみましょう。

【国民健康保険の状況】

平成20年度の国保の加入者は3万5,331人で、医療費の総額は約102億円となっています。1人当たり（一般被保険者）にすると32万79円（グラフ1）で、毎年増加傾向にあり、県平均を上回っています。一方、加入者は減少傾向で、医療費が増え続けると国保の財政がさらにひっ迫し、最終的には保険料の増額につながります。

【医療費はなぜ増えるのか】

医療費はなぜ増え続けるのでしょうか。さまざまな理由が考えられますが、主なものとしては次のようなことがあげられます。

◇医療の進歩・高度化

新薬の開発や医療機器の高度化など、医学の進歩は目まぐるしいものがあります。が、こうしたことも医療費が増える一因となっています。

◇高齢社会の進展

高齢者は医療を受ける機会

◇生活習慣病患者の増加

高血圧や心臓病、がんなどの生活習慣病は、自覚症状がほとんどないため進行することが多く、患者が増えています。発症すると治療に長い期間がかかり、多額

が多くなるため、高齢社会の進展も医療費の増加につながってきているようです。

【病気を予防し、医療費の増加を抑える健診を受けましょう】

このような医療費の増加の



要因である生活習慣病を発見し、予防を目的とした特定健診・特定保健指導が平成20年から始まっています。病気を早期発見・早期治療することは、将来的には医療費の増加を抑えることにつながります。年に1回は必ず受診しましょう。

Q&A 特定健康診査・特定保健指導ってなに？

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した健診（特定健康診査）を実施し、必要な人に生活習慣改善のための支援（特定保健指導）を早期に行うことにより、生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的としています。



Q 特定健診は誰が受けるの？

A 特定健診は40歳以上75歳未満の人が対象です。

Q 特定健診は30歳代や高齢者は受けられないの？

A 本市では早めに予防していただくよう、30歳から「生活習慣病予防健診」として受診ができます。75歳以上の方は熊本県後期高齢者医療広域連合が主体となりますが、健診は天草市国民健康保険と同様に受診ができます。

Q 特定健診はいつ受けるの？

A 特定健診は年に1回受診できます。国保加入者には、4月に受診日や受診方法についてお知らせします。国保以外の方は、受診機関や受診日については加入している健康保険からお知らせがあります。

Q 治療中だけ受診できるの？

A 健康保険では、現在治療している病気に関連した検査や治療しかできないことになっています。総合的に健康チェックをするには、「特定健診」を受けられることをおすすめします。

Q 特定保健指導は誰が対象となるの？

A 腹囲・肥満度、血液検査などの結果から一定の基準にある対象者が特定保健指導を受けることとなります（内服治療中の人は除きます）。

Q がん検診などは受診できるの？

A がん検診などは今までどおり市の住民であれば、加入保険に関係なく受けることができます。

国民健康保険の平成22年の健診日程について

国民健康保険の平成22年健診日程などの詳しい内容については、各家庭に4月上旬ごろ「天草市健康診査希望調査票」とあわせて『天草市健康診査のお知らせ』を配布しますのでご覧ください。

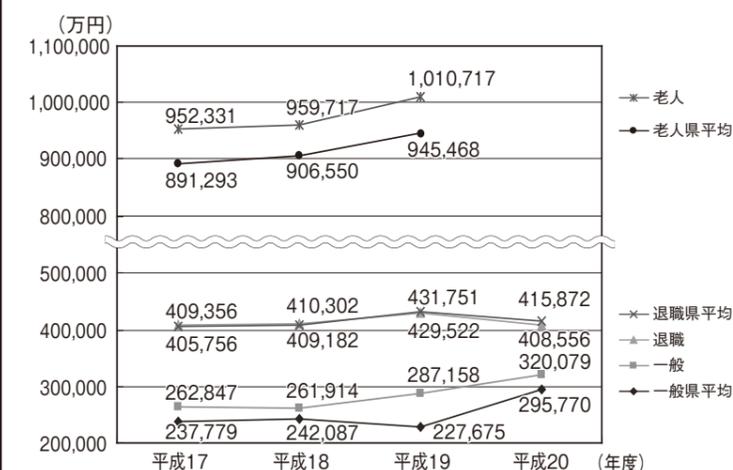
国民健康保険以外の健康保険組合や共済組合などに加入している人の特定健診・特

定保健指導については、加入している医療保険者または事業所へお尋ねください。

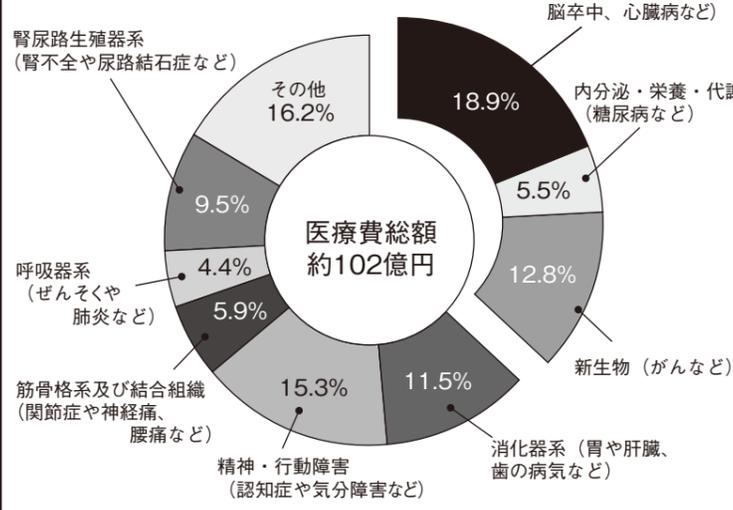
特定健診は自分自身の健康状態を確認し、生活習慣を改善する絶好の機会です。生活習慣病予防と健康維持、また医療費抑制のため、必ず年に1回は受診しましょう。

【問い合わせ先】本庁・保険年金課国民健康保険係 ☎1111内線1133

■国保の1人当たりの医療費の推移(グラフ1)



■市の疾病分類別構成割合(グラフ2)



2010 天草 つんのでフェスタ

～みんな(男女)つんので和んでまちづくり～

男女共同参画社会の実現を目ざそう！

『2010天草つんのでフェスタ』が2月14日、五和町コミュニティセンター・五和体育館で開催され、約400人が参加しました。これは、市が男女共同参画社会の形成に関する活動への積極的な参加を促進しようと、毎年開催地を変えて実施しており、今年で4回目になります。

五和町コミュニティセンター会場では、講談師・神田香織さんによる記念講演と講談が行われたほか、有明中学校2年・森都花沙さんと五和西中学校3年・木口和華さんが、人権に関する作文を発表。また、火の国未来づくりネットワーク会長の本田節さん（人吉市）を司会・まとめ役に迎え、五和地区で漁業や農水産物の直売所、環境活動などに取り組んでいる市民5

人による活動発表や座談会を実施し、来場者は熱心に聞き入っていました。このほか、鬼の城パーカッションキッズによる太鼓の披露や、五和オカリナサークル・風とイルカのオカリナ演奏、貝がら細工やエコ・コサージュづくり、お父さんによる絵本の読み聞かせ・カスタラづくりなども行われました。

五和体育館会場では、天草地域でいろんな活動をしてがんばっている“いき”な個人や団体を紹介するコーナーや、五和地区の小・中学生による男女共同参画をテーマに描いた絵画・イラストの展示、また、フリーマーケットや物産市も行われ、多くの来場者でにぎわいました。



▲“いき”な活動を紹介するコーナー



▲五和オカリナサークル・風とイルカ



▲熱弁をふるう神田香織さん



▲フリーマーケットのようす



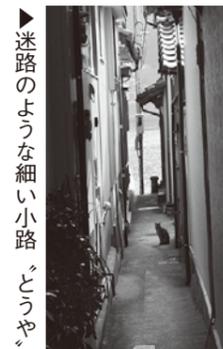
▲鬼の城パーカッションキッズ



▲活動発表と座談会では活発な意見を交換



▲貝がら細工、エコ・コサージュづくりを
楽しむ参加者



▶迷路のような細い小路、どうやら

NPO「さいのつ」が発足したのは昨年11月。さいのつとは「崎津」の昔ながらの呼び名で、今富と崎津を含めた富津地区の集落や自然環境などの景観を、維持・保全していこうと設立されたものです。観光ボランティアアガイ

崎津の歴史や風土を 知ってもらいたい

河浦町崎津のNPO「さいのつ」（船津智恵子代表）は、崎津を訪れる観光客を対象に、予約制の観光ボランティアアガイドを行っています。崎津特有の歴史やまち並みを、方言を交えながら案内するのがおもしろいと、観光客に評判です。

そこで、NPO「さいのつ」が行う、地元



▲ガイドをする船津代表（写真中央）

でもその一環で、観光客に崎津の歴史や風土を知ってもらおうと、昨年11月から始めました。現在、ガイドは船津代表を含めて4人。2月6日には、埼玉県から訪れた観光客5人に、崎津天主堂のほか、どうやら（家々の間を通る幅約90センチメートルの細い小路）や、かけ（家の海側に、シユロの木などを材料にして組んだテラス）を紹介。観光客は、「ていねいな説明と天草の方言での案内が良かったです」と話していました。



▲家の海側に設置されている“かけ”

船津代表は、「ガイドをする時、荷物にならないお土産を差し上げます」といって、崎津弁をプレゼントするんです。観光客の皆さんにはとても喜んでいただけますね」と話し、ガイドのやりがいを感じているようです。一方で、「いかにわかりやすく、時間内に説明をすることが出来るか」という、ガイドの『質』を向上させるための勉強会も定期的に開催。「紹介する内容の研究や現場での経験を重ねて、今後、ボランティアの枠を超えた取り組みになればいいですね。また、さいのつの会員も募集中です」と、将来の展望などを話されました。

ボランティアの枠を超えた 取り組みを目ざして



～ガイドの皆さんを紹介～
私たちが心を込めてご案内します！



船津智恵子さん



森田哲雄さん



出崎修平さん



山下富士夫さん

お問い合わせは、NPO「さいのつ」事務局の森田さん ☎0229まで

荷物にならないお土産を差し上げます

—河浦町・NPO「さいのつ」のおもてなしガイド—

宝島の話



▲決意を書いた色紙を手に、植樹した桜の苗木を囲む生徒

将来の目標に向かって決意をあらたに！

2/1
新和

～新和中学校・立志式～

2月1日、新和中学校(内保良隆校長・全生徒96人)で、昔の“元服”にちなんだ「立志式」が行われ、同校2年生の生徒25人が参加しました。式典では、生徒たちが色紙に書いた言葉をもとに、将来の目標や決意を発表。また、記念講演では、自動車販売会社社長・中山進さんが「一人前の社会人になるため今やるべき事」と題し、社会人としての心構えなどを話されました。その後、生徒たちは同校の正門付近に、桜の苗木の記念植樹を行いました。

中世の城跡に思いをはせる

2/6
倉岳

～宮田城跡の遺跡見学会～

「宮田城跡の遺跡見学会」が2月6日、同城跡があったとされる宮田公民館の裏山で開かれ、地区住民など40人が参加しました。これは市文化課が、昨年12月に行われた地上デジタル放送・中継局建設に伴う、埋蔵文化財の確認調査結果を見学してもらおうと実施。参加者は、同城跡を散策しながら、市学芸員からの説明を受け15・16世紀の中国産陶磁器の破片や、柱穴の遺構などを見学し、当時のようすや暮らしぶりに思いをはせていました。



▲学芸員の説明を熱心に聞く参加者

故郷への思いが花になる

1/24
河浦

～ふるさと会交流記念植樹～

河浦まちづくり協議会は1月24日、東京・近畿の両河浦会から寄せられた寄付金の一部で購入した、桜の苗木2本を河浦支所周辺に植樹しました。これは同協議会が、両河浦会のさらなる発展と、地元とのきずなをより深めることを祈念して植えられたもので、記念植樹には松尾良司・同協議会会長のほか、安田市長なども参加しました。

また、これにあわせて同支所周辺では、地区住民150人が参加して桜の苗木30本の植樹も行われました。



▲記念植樹を行うようす



▲心の込もった郷土料理をほおぼる高校生たち

郷土の味をいつまでも忘れずに

2/6
栖本

～高校3年生を郷土料理で送る会～

2月6日、「高校3年生を郷土料理で送る会」が栖本福祉会館で行われ、栖本在住の高校3年生30人が招待されました。これは、就職や進学でふるさとを離れる高校生に、郷土の味をいつまでも忘れずにがんばってもらいたいと、市社会福祉協議会・栖本支所が毎年実施。生徒たちは、地元の老人会が心を込めて作ったがね揚げや茶飯など、合計19品の郷土料理を堪能。参加した山下幸大さんは、「この味を忘れずに勉学に励みたい」と話していました。



▲咲き誇る菜の花を眺めながら歩く参加者

菜の花の美しさに春を感じて

1/31
有明

～くすぼ菜の花フェスタ・ウォークラリー～

1月31日、「くすぼ菜の花フェスタ・ウォークラリー」が楠南公民館一帯で開催され、市内外から約700人が参加しました。これは、同フェスタ実行委員会が実施しているもので、今年で2回目。参加者は、5.7kmと3.5kmのコースに分かれて、氏神を祭る11の神社を巡りながら、約30ヘクタールの田園に咲き誇る菜の花を満喫。また、ゴール後は、豚汁などのサービスや農作物が当たるお楽しみ抽選会も行われ、楽しいひとときを過ごしていました。

スイセンの香りに誘われて

2/7
牛深

～すいせん祭り～

2月7日、(社)天草宝島観光協会・牛深支部主催の「すいせん祭り」が、牛深町の遠見山すいせん公園と中央公園で開催され、市内外から約500人が訪れました。これは、遠見山に植えられた、約45万本のスイセンの開花にあわせて毎年実施。催しでは、スイセンの球根の無料配布やつきたてのもちがふるまわれたほか、バザーなどが行われにぎわいをみせました。また、牛深ハイヤ保存会や牛深高校郷土芸能部による牛深ハイヤ踊りも披露されました。



▲威勢よくもちをつくようす

栖本オリジナル商品の第6弾誕生！

2/1～
栖本

～キーホルダー「カッパワー君」販売中～

栖本まちづくり協議会では、2月1日から栖本オリジナル商品の第6弾として、「カッパワー君」を販売しています。この商品は、カップをモチーフにしたタテ・ヨコ約3cmの陶器製の人形に、潜在能力を呼び起こすといわれている、直径約1cmの水晶の玉を付けたキーホルダー。「勝つ」・「パワー」を身につけてほしいとの願いが込められています。

現在、栖本温泉センターなどで販売中。詳細は同協議会事務局(栖本支所・総務振興課内)☎03111へ。



▲1個650円で販売。発送も受付中

天草市チーム・男子準優勝、女子3位入賞！ ～都市対抗駅伝大会～

「第27回熊日都市対抗女子駅伝大会」が1月24日、「第36回都市対抗熊日駅伝大会」が2月14日に行われ、それぞれ県内19都市が出場しました。びふれす熊日会館前（熊本市）をスタート・フィニッシュとする7区間30kmのコースで行われた同女子駅伝大会では、天草市チームが3位に入賞。また、天草市から熊本市までの14区間105.3kmのコースで行われた同駅伝大会（男子）では、各選手が力走を見せ、前回3位を上回る準優勝と大健闘しました。



▲天草市役所前を一齐にスタートする男子1区(中学1年生)の選手たち

石工・ぼんかんの里に多くの人出 ～下浦町ふるさと祭り～

2/7
本渡

「第18回下浦町ふるさと祭り」が2月7日、下浦運動広場で開かれ、約3,000人の人出でにぎわいました。これは、同祭り実行委員会主管で毎年実施しているもの。イベントでは、もちなげや石工作品の展示・即売、特産・加工品の販売などのほか、同町名産のポンカンを、1分間にどれだけ高く積み上げることができるかを競う“ポンカンピラミッド”を実施。参加者は、少しでもポンカンを高く積もうと真剣なまなざしで挑戦していました。



▲計測中。どれくらい高く積み上げられたかな？

さまざまな分野での連携に期待

～市が韓国・忠清大学と官学協同に関する協定を締結～
市と韓国・忠清大学は1月22日、人材の育成や学術・文化交流などの官学協同に関する協定を締結しました。市が海外の大学と協定を結ぶのは初めて。同大学は、韓国中部の清州市郊外にある私立大学（学生数・約6,000人）で、平成16年から天草観光協会（現・天草宝島観光協会）などと交流を続けています。この日市役所で開かれた調印式には、同大学から呉慶虎理事長ら3人が出席。呉理事長は「今後は福祉分野でも連携を深めたい」と話されました。



▲協定書を手にする安田市長と呉理事長

タスキでつなぐ30回の歴史

2/7
天草

～天草町駅伝大会～
2月7日、市青年団・天草支部（岩下浩二支部長）主催の「第30回天草町駅伝大会」が行われ、学生・一般の部に合計13チームが出場しました。コースは、同町内を縦断する福連木から大江までの8区間24km。選手たちは肌寒い天気の中、沿道からの声援を受け、起伏が激しいコースを一生懸命に走っていました。また、ゴールの大江漁村センターでは、大江生活部が選手に豚汁とおにぎりをふるまったほか、30回を記念してもちなげも行われました。



▲あとは頼んだぞー

ジオパークへの認識を深める

～天草御所浦ジオパーク認定記念講演会～

2月14日、「天草御所浦ジオパーク認定記念講演会」が御所浦小学校体育館で開催され、市内外から約350人が参加しました。講演会では、世界ジオパークネットワーク認定の新潟県・糸魚川、長崎県・島原半島、日本ジオパークネットワーク認定の阿蘇、天草御所浦の4地域から講師を招き、これまでの取り組みや活動などが紹介されました。また、御所浦白亜紀資料館や鳥峠などの現地案内も行われ、参加者はジオパークへの認識を深めていました。



▲新潟県・糸魚川の取り組みを紹介する宮島宏氏

雨にも負けずマイペースで楽しむ

2/11
御所浦

～しおさいマラソン大会～
「2010しおさいマラソン大会」が2月11日、御所浦小学校をスタート・フィニッシュに開催されました。これは、同大会実行委員会が「健康マラソンの原点に帰り、楽しく、ゆっくり走ろう」と毎年実施。この日はあいにくの雨の中、3・5・10kmのマラソンと4kmの歩こう大会に合計490人が参加。参加者は、雨にも負けず元気にマラソンなどを楽しんでいました。また、フィニッシュ後は、町外からの参加者を対象に、重さ約1kgのタイが贈られました。



▲3kmに出場の選手が元気にスタート！

天草のうまかもんが一堂に集う

～天草食の祭典2010～

「天草食の祭典2010」が2月13・14日、本渡中央銀天街アーケードで開かれました。これは、同祭典実行委員会が、天草の食の魅力を全国にPRできる冬の一大イベントに育てようと、初めて開催したものです。会場では、天草の特産・加工品がずらりと並んだ物産市や、天草産養殖マグロの解体ショー・即売などを実施。また、海鮮丼やスイーツ（洋・和菓子）、郷土料理などの飲食コーナーも設置され、約5,000人の観光客や買い物客でにぎわいました。



▲約40kgもあるマグロの解体に見入る見物客

天草の食の豊かさを堪能！

2/14
五和

～うまか天草ん家庭料理大集合～
2月14日、天草の食文化を再確認し、後世に伝えていこうと、五和ツーリズムネットワーク主催の「うまか天草ん家庭料理大集合」が五和体育館で開催されました。この催しには、市内各地の家庭で作られた思い入れのある料理約80品が出品・展示され、出品者による試食会も行われました。なお、今回出品された家庭料理を掲載したレシピ集を、3月上旬に発行する予定です。購入方法などの詳細は、五和支所・総務振興課 ☎1111へお尋ねください。



▲試食を楽しむ出品者の皆さん



市長随筆



「オリーブの島づくり」を
目ざして

「オリーブ」と言っても皆さ
まがまず連想されるのは、オ
リーブオイルではないでしょ
うか。また、日本の主産地で
ある瀬戸内海の小豆島を思い
浮かべる方もいらっしゃる
と思います。

そのオリーブの栽培に関し
て、1月21日、九電工と協定
を締結いたしました。「天草
でオリーブ？」と思われるか
もしれませんが、茗明高校の
校歌に「真理の森にオリーブ
の玉の実ひしと培えば」とい
う一節があり、数年前に植え
られたオリーブが、立派に成
長しています。また、市内に
は、すでに栽培に取り組み
れている企業もあり、全く無縁

ではないのです。

3月に入り、オリーブ栽培
が、いよいよ本格的に動き出
します。オリーブオイルを使
った料理や化粧品の開発など
に期待が膨らみますが、何よ
り大切なことは、農家の皆さ
まはもとより、地区振興会な
どの取り組みとして、オリ
ブを栽培していただき、地域
の活性化につながっていくこ
とだと思っています。

天草のいたるところで、オ
リーブの可憐な白い花が咲
き、実が育つ、「オリーブの
島づくり」へと夢が広がりに
ます。

天草市長 安田 公寛



わ かつ さい
若っ 喝采

倉田 勇介 さん (志柿町・29歳)

市内のケーブルテレビ局で、地上デジタル
放送への切り替え作業など、工事の仕事をし
ています。趣味は野球をすること。複数のク
ラブチームに所属していて、試合がある日を
いつも楽しみにしています。これからも、志
柿に残る数少ない若者の1人として、地元
に少しでも貢献していけたらと思っています。

宝島の健康
よさ屋



福本 タケヨ さん
(魚貴町・83歳)

—— 毎日の楽しみは？
浦越地域のボランティア
グループ「サクラ会」で踊
りを踊ることと、畑で季節

にあわせた野菜を作ることです。今は、タカナやタマ
ネギなどを作っています。雨が降って畑に行けない日
は、友だちと温泉に行くのも楽しみの1つですね。

—— 健康の秘けつは？

規則正しい生活をする。畑まで自転車を10分
こいで行ったり、踊りの練習で体を動かすことも健康
にいいようです。あとは、何事にもくよくよせず、前
向きに考えることが一番なのかもしれません。



わるい鬼をやっつけたぞ！お～！

自然や人とのふれあいの中で！

山口保育所(本渡町)

山口保育所(山田照美所長・全園児29人)
は、「心身ともに健康で、明るくのびのび
とした子ども」「人とのふれあいの中で、
意欲的に生活や遊びを楽しむ子ども」を目
ざし、異年齢児との交流や絵本の読み聞か
せに力を入れています。また、近くには西
の久保公園があり、園児は自然豊かな環境
の中で、元気に楽しく遊んでいます。2月
3日の節分豆まきでは、「なきむし鬼」・
「あまえんぼう鬼」・「おこりんぼう鬼」など、
心の中の弱い鬼をやっつけようとみんなで
豆を投げ合い、大いに盛り上がりました。

これからも、家庭的な雰囲気の中で、人
とのふれあいを大切に、明るく思いやりの
ある心をはぐくんでいきたいと思っています。

子どもたちの健康的な生活を
目ざして

栖本保育所(栖本町)

栖本保育所(藤本妙子所長・
全園児42人)は、大自然に囲
まれた環境のもと、園児は元
気に園生活を楽しんでいま
す。今年は「食育」をテーマ
に、園児が野菜作りに挑戦。
植え付けから収穫までを体験
し、なかでもカリフラワーは
びっくりするほど大きく成長

しました。とれた野菜を使っ
た給食では、いつもは野菜が
苦手な園児が、ゆでたてのカ
リフラワーをニコニコしながら
食べる姿が見られ、「栽培
や収穫を体験することで、食
べ物のありがたさを知る」と
いう、食育の大切さをあらた
めて感じた瞬間でした。
これからも、さまざまな体
験を通して、子どもたちの健
康的な生活を目ざしていきた
いと思います。



カリフラワー！みんなでおいしくいただきま～す



昨年5月に行われた「相撲大会」のようす

伝統ある僕の学校

佐伊津小学校(佐伊津町)
井立和太 6年

佐伊津小学校(全児童200人)には、相撲・
サッカー・バスケット・吹奏楽の4つの部
活動があり、4年生以上ががんばっていま
す。また、相撲大会や竹馬会という昔から
続いている大きな伝統行事は、僕たちの自
慢です。学校内には相撲場があり、土俵に
上がると神聖な場所なので緊張します。今
年も、地域の人たちからの応援のもと、一
人ひとりが真剣な取り組みをして、とて
も盛り上がりました。1月には、竹馬会が
ありました。竹馬に乗って長縄飛びをしたり、
ドッジボールやリレーを楽しんだりしまし
た。僕は、ドッジボールで最後まで残るこ
とのできたのでよかったです。これからも、
この伝統行事を続けてほしいです。

ぼくのわたしの学校生活

あいさつと笑顔があふれる
学校を目ざして

新和小学校(新和町)
寺平 稜 6年

ぼくたちの新和小学校で
は、「天草一あいさつと笑顔
があふれる新和小」を児童会
のスローガンにしています。
そこで、人とすれ違う時に
は、立ち止まって笑顔であい
さつをするようにしていま
す。始めたころは、みんな恥
ずかしがっていましたが、今

では地域の人たちにも進んで
できるようになりました。

また、新和小学校は食育に
もがんばっています。ニコ
ニコ農園で自分たちが栽培
した野菜を使って調理をし
たり、食べ物の体内でのた
らきなどについて学習した
りしています。

これからも3食をしっかり
食べて、元気なあいさつを
みんなにふりまく学校を目ざ
していきたいと思います。



「ニコニコ農園」で育てた桜島大根を手にする児童



きら煌めく人たち

「夫妻が描く理想郷での生活」

高瀬 義明さん、輝子さん（新和町小宮地・70歳、68歳）

新和町小宮地に住む高瀬さん夫妻。夫の義明さんは、東京で店舗デザイナーの仕事をしてきたが、田舎暮らしに憧れを持っていった。「海の見えるところに住みたい」と、インターネットで調べたが、なかなか好みの物件が見つからなかった。そんな中、新和町の物件を知り、平成18年1月、当時の新和町役場を尋ねた。紹介してもらった物件は、海岸沿いにあり、イメージ通り、早速住むことを決めた。

ところが、住み心地は快適だが、妻の輝子さんには「あまりにも静かすぎるので、いろんな人とおしゃべりしたい」との思いがあった。また、義明さんも「街中で食べるものを田舎で食べられたら楽しいのでは」と考えるようになり、趣味のパスタ料理をいかした店を開くことを決意した。営業許可を得るために、何度も保健所に通い自宅を改装し、昨年3月に無事オープン。「ゆっくりとおしゃべりをしながら食事をしていただきたい」と、店内は天井が高くゆったりとした造りで、ジャズ音楽が流れ、落ち着いた空間を生み出している。「私たちなりにお客様を大切に、感謝の気持ちをお客さまに伝える。思っている」と夫妻は語る。

「海は毎日見ても飽きない。最近は季節を感じるようになった」と輝子さん。義明さんも「毎日、海の色が変わり、自然のすばらしさを実感している」と語る。にぎやかな都会から静かな田舎に移り住んで4年が経過する。「この店をきっかけに、この海岸線にも湘南海岸のよういろいろな店ができれば」と夫妻は夢を描く。

ハッピーバースデー

今月で1歳になります



あかり
中村 朱里 ちゃん
今釜町
父・鉄也さん
母・美江さん

わたし、最近のお気に入りはいとりのいないいないばあ！あそびなの♡



こうき
川元 航輝 くん
牛深町
父・誠さん
母・亜依さん

いっぱい食べて大きくなってね！



あやね
田上 綾音 ちゃん
北原町
父・智志さん
母・みやさん

いつもかわいい笑顔ありがとう♡明るく優しい子に育ってネ♪



はる
桂田 陽琉 くん
牛深町
父・明俊さん
母・めぐみさん

大きくなったら野球に釣りに楽しみたいっばい☆じいちゃんたちよろしく♡



さんご
長島 珊瑚 ちゃん
志柿町
父・徹さん
母・千春さん

いっぱい食べて病気に負けずに大きくなるね！



こうき
大楠 幸輝 くん
牛深町
父・弘幸さん
母・洋子さん

動物が大好きな男の子です。元気にたくましく育ってね！



あやか
濱 絢佳 ちゃん
久玉町
父・浩司さん
母・春奈さん

2人のお姉ちゃん、大好き♡これからたくさん遊んでね。



はると
早井 春翔 くん
今釜町
父・英樹さん
母・祐美さん

現在つたい歩きの猛特訓中。もうすぐ1人で歩けるよ！



あん
尾崎 杏 ちゃん
牛深町
父・浩二さん
母・小百合さん

うちの小悪魔わんぱくガール♡笑顔がとってもかわいいです！

4月で満1歳になるお子さんを募集します！

- 応募期限=3月10日(木)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、電話番号、コメント(30字以内)、保護者名(父・母)を記入し、〒

863-8631(住所記載不要)天草市役所秘書課へ郵送または持参してください。なお、写真はお子さんが大きく、鮮明に写っているものをお願いします。また、写真の掲載は9人まで(応募者多数の場合は抽選)とし、応募写真は返却しません。

現代に息づく 歴史の証

「栖本城跡」(栖本町)

栖本町にある栖本城跡は、丘陵を利用して築かれた中世の城郭で、昭和51年に市(旧栖本町)の史跡に指定しています。山頂部の平らな場所が本丸跡(右写真参照)で、若干の土師器皿なども採集され、東側には堀切も残っています。この城は、いわゆる“天草五人衆”の1人で、栖本一帯を支配した栖本氏の居城です。五人衆は、それぞれの地域を領有しながら抗争と和平を繰り返していましたが、この中で一貫して敵対関係にあったのが、同じ上島に勢力を持つ栖本氏と上津浦氏です。両氏の抗争は何度も繰り返され、栖本城も戦いの舞台になったと考えられます。



▲空から見た栖本城跡(点線が城域)

その後、天草五人衆の時代が終わり、栖本氏は天草を離れましたが、唐津藩主の寺沢廣高が天草を支配した時代には、配下の高島忠兵衛が城代として置かれたようです。現在は、本丸部分が公園化され、3月下旬ごろには桜が見ごろを迎えます。

皆さん、ぜひお出かけください。

河浦町の宮野河内地区には、200年以上の歴史を持つ全国でも珍しい、「産島八幡宮例祭」があります。この祭りは、上平地区の沖合い1.5kmに浮かぶ周囲約5kmの無人島、産島にある同八幡宮から、対岸の上平十五社宮まで神輿を船に乗せて渡ることから、「海を渡る祭礼」といわれており、毎年多くの観光客が訪れています。また、同八幡宮のそばにある池の水は、神功皇后が後の応神天皇を出産した時期に飲んだと言われ、安産に効くといわれています。一方で、現在上平地区の住民が参加して行っているこの祭りも、少子高齢化による住民減少に伴い、神幸行列などを存続していくのが困難な



▲神幸行列のようす

状況が続いています。しかし、宮野河内の「宝」であるこの行事をなくすことはできません。私たち同地区振興会は、この「宝」を守り続けるためにも、祭りに積極的に関わりたいと考えています。さらには多くの観光客呼び込みに、祭りに積極的に関わりたいと考えています。

文化財をいかした地域の活性化に取り組み

宮野河内地区振興会(高坂眞教会長)

地域が動く



【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



今年は「寅年」。凡も4回目の年男です。トラは“ネコ目の食肉類”。人間の男が草食とかに例えられています。れっきとした肉食です。ときに、草食系の男を食べる肉食系の女とは？きっと月夜に爪を磨きながら“ニヤリ”と笑う小太りのきれいな人なのでしょう！【凡】

「笑い」にはストレスの解消や、病気のリスクを軽減することができます。私はバラエティー番組を見ながら大爆笑をして、日々のストレスを発散しています。皆さんの家庭の中でも、ぜひ「笑い」のある生活を送ってほしいですね。【走】

突然ですが、皆さんは最近、多くの人を前にしてズボンの“また”が驚くほど激しく破れてしまったことがありますか？そして、人知れずズボンをはき替え、何事もなかったかのようにふるまった経験がありますか？あるわけないですかね…私ぐらいにしか…。【素】

毎年、この時期になると涙目で鼻水を垂らし、くしゃみを連発。そう、『花粉症』です。でも、それは私ではなくわが家の猫。猫にも花粉症ってあるのかなと思いつつも、代わってあげたいと母猫のような気持ちになっています。おしいちゃん猫なんですけど…。【葉】

～みんなに親しまれる「がね揚げ」～



がね揚げは、形がカニ（天草では「がね」と呼ぶ）に似ていることから、「がね揚げ」と呼ばれ親しまれています。別名「つき揚げ」ともいい、祝い事では「がね揚げ」、仏事では「つき揚げ」と呼ばれているようです。からいもなどに衣をたっぷりつけ、手のひら大に揚げます。揚げたての味は、また格別です。ぜひ一度お試しください。

材 料 (約4人分)

- からいも …………… 200g
- にんじん …………… 40g
- しょうが …………… 20g
- にんじん葉 …………… 少々
- 卵 …………… 1個
- 小麦粉 …………… 1.5カップ
- 砂糖 …………… 大さじ2
- 塩 …………… 少々
- 酒 …………… 大さじ1
- 牛乳 …………… 大さじ2

作 り 方

- ①からいもは皮をむき、1cm角の拍子切りにし、塩でもんでおく。
- ②にんじんは細切り、しょうがは線切り、にんじん葉はざく切りにする。
- ③①、②の材料といっしょに、といた卵、小麦粉、砂糖、酒、牛乳を混ぜる(水は使用しない)。
- ④③を形を整え、低めの温度に熱した揚げ油でじっくり揚げる。



提供：市食生活改善推進員協議会

市のシンボル



【市の花】
はまぼう



【市の木】
あこうの木



【市の鳥】
かもめ



【市の魚】
鯛

市民憲章 平成21年3月27日制定

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ます。ここに天草市市民憲章を定めます。

- 一 感謝の心をもち、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

市民憲章

平成21年3月27日制定