

市政だより

天草

AMAKUSA

ハイヤで
天草を元気に

4月14日から16日まで牛深ハイヤ祭りが開催され、街中にハイヤ節が響き渡り、多くの観光客でにぎわいました。
※祭りのおよすは12・13ページに掲載。

平成29年

6

No.266



おつか なおゆき
大塚 直幸 さん
下浦町・85歳
瑞宝双光章
元公立小学校長



ふじさき まさひろ
藤崎 正博 さん
倉岳町宮田・73歳
旭日双光章
元天草市議会議員



はま ひろあき
濱 廣昭 さん
楠浦町・73歳
旭日双光章
元天草市議会議員



ひらもと ひろみ
平元 廣美 さん
本渡町本渡・61歳
瑞宝単光章
元本渡はまゆう保育園保育士



たかいし みつあき
高石 光明 さん
魚貴町・64歳
瑞宝単光章
元天草市消防団副団長



あらかき かつのり
荒木 勝徳 さん
新和町小宮地・68歳
瑞宝単光章
角瀬灯浮標灯火監視協力者

春の叙勲
受章おめでとうございます



地域の一員として頑張ります！

天草市子ども民生委員委嘱状交付式



委嘱状を受け取る児童代表

5月12日、市社会福祉協議会が河浦小学校4年生32人に「天草市子ども民生委員」を委嘱しました。地域社会の一員としての自覚をもって自ら進んで行動できる児童になってほしいと同協議会が平成27年度から順次、各小学校の児童へ委嘱しているもの。

4年生の本山結菜さんが、「おじいちゃん、おばあちゃんに会ったら進んで話しかけます」とあいさつし、交付式終了後には、認知症サポーター養成講座を受講しました。

有明町で初めての民泊受け入れ

修学旅行生が晩柑の出荷作業を体験



晩柑の出荷作業を手伝う生徒たち

5月12～13日まで、岡山県倉敷市立児島中学校の3年生185人が、修学旅行で本市を訪れ、宮地岳町、有明町、新和町の各家庭に民泊しました。

有明町では11世帯で45人を受け入れ、生徒たちは各世帯で農作業などを体験。大浦地区の受入世帯ではJA選果場の協力のもと、晩柑やデコボンの出荷作業を手伝いました。初めての作業にとまどいながらも真剣に取り組んでいました。

イベントカレンダー

健ポ00…健康ポイント対象
(数字はポイント数)

- 1 ⑥ 第13回 西の久保公園 天草花しょうぶ祭り & 食と物産大バザール【～6月4日】
9:00～19:00(西の久保公園〔本渡町本戸馬場〕)
天草文化交流館作品展【～6月4日】
9:00～17:00(天草文化交流館)
- 2 ⑤ 四郎ヶ浜ビーチ海開き
9:30～(四郎ヶ浜ビーチ西側管理棟)
- 3 ④ 第13回 西の久保公園 天草花しょうぶ祭り 「さるいてしょうぶ!」 健ポ15
9:00～(大矢崎緑地公園～西の久保公園)
第13回 西の久保公園 天草花しょうぶ祭り 「ハイヤでしょうぶ!」
19:00～(西の久保公園〔本渡町本戸馬場〕)
- 4 ④ えびすビーチ海開き 8:00～(えびすビーチ〔倉岳町〕)
二江ぐるっとウォーク 健ポ15
10:00～(五和漁村センター)
- 5 ⑤
- 6 ④
- 7 ⑥ 有明講座「初心者の太極拳教室」10:00～(有明体育館)
- 8 ⑥
- 9 ⑤
- 10 ④ 河浦地区公民館全体講座「教養講座(法話)」
10:00～(一町田地区コミュニティセンター)
- 11 ④ 第32回天草宝島国際トライアスロン大会 健ポ45
8:00～(本渡海水浴場スタート、大矢崎緑地公園フィニッシュ)
- 12 ⑤
- 13 ④
- 14 ⑥ 有明講座「初心者の太極拳教室」10:00～(有明体育館)
- 15 ⑥
- 16 ⑤
- 17 ④ 天草市健康フェスタ 健ポ45
9:30～16:00(天草市民センター)
- 18 ④ 天草高校倉岳校マリンフェスタ
8:30～(えびすビーチ〔倉岳町〕)
- 19 ⑤
- 20 ④
- 21 ⑥ 有明講座「初心者の太極拳教室」10:00～(有明体育館)
女性のための無料法律相談
10:00～12:00(市男女共同参画センターばばらす)
- 22 ⑥
- 23 ⑤
- 24 ④
- 25 ④
- 26 ⑤
- 27 ④
- 28 ⑥ 有明講座「初心者の太極拳教室」10:00～(有明体育館)
- 29 ⑥
- 30 ⑤

Contents 主な内容

- 3 宝島のわだい
- 7 世界遺産登録への道
- 8 災害は突然やってくる 備えは大丈夫？
- 12 牛深ハイヤ祭り
- 14 安心して産み育てるために
- 16 天草で見つけた “自分らしさ” の暮らし
- 21 児童手当現況届／天草市中小企業者等持続化補助金交付制度／臨時福祉給付金
- 22 国民健康保険税のお知らせ
- 23 あまくさん／スポーツ大好きっ子
- 24 みんなの広場
- 26 健康フェスタ／市立病院薬剤師等募集／熱中症に気をつけましょう／天草花咲プロジェクト
- 28 暮らしの情報
- 37 市民のひろば
- 41 健康ごよみ
- 42 天草の潮汐／行政相談所を開設
- 43 休日在宅病・医院／水道修繕当番店
- 44 いきいき健康

人のうごき		4月28日現在	
4月中の異動		※()内は前月比	
人口	83,151 (69増)	出生	30人
男	38,943 (89増)	死亡	103人
女	44,208 (20減)	転入	437人
世帯数	37,351 (150増)	転出	295人

問い合わせ先

本 庁	天草市役所・市庁舎別館 ☎291111 〒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

ベテランも若手も大奮闘!

御所浦町ソフトボール協会・春季リーグ



▲試合のようす

御所浦町ソフトボール協会が主催する春季リーグが4月13日から5月1日まで、同町の嵐口漁民グラウンドで開かれました。昭和57年から毎年開催しているもので、年代や地区ごとに結成した4チーム・60人が参加。ホームランやファインプレーも見られ、熱戦が繰り広げられました。

最高年齢で出場した濱田祝男^{いわお}さん(67歳)は、「若手に負けなようにがんばっています」と笑顔で話していました。

五穀豊穡を祈願し、虫を追い払う

中田地区最後の虫追い祭り



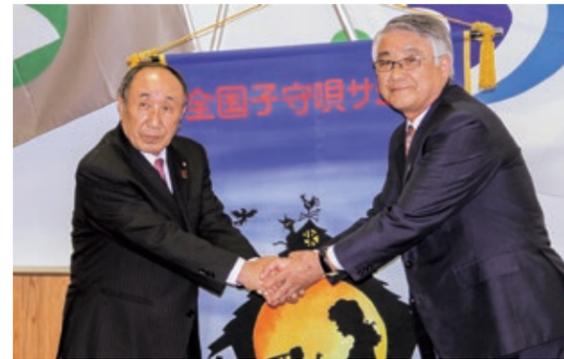
▲風が強い中、練り歩くようす

4月23日、五穀豊穡を祈願する「虫追い祭り」が、新和町の各地区で行われました。中田地区では同祭り保存会の高齢化と踊り手である子どもの減少のため、50年以上続いた伝統ある祭りが今年で最後となりました。10mの竹に五色の旗を掲げ、地区住民みんな最後の祭りを楽しみました。

保存会会長の竹本隆治さんは、「地区の皆さんに支えられてきたことに感謝します」と名残惜しそうに話していました。

子守唄で結ばれた絆

五木村との交流連携協定を締結



▲全国子守唄サミット旗の前で固い握手

4月21日、球磨郡五木村と交流連携に関する協定を締結しました。これまでの子守唄を通じた交流に加え、両地域の活性化につながる取り組みを更に進めていくもの。

同日、五木村で「五木村歴史文化交流館(ヒストリアテラス五木谷)」の開館式も行われ、昨年度天草市での開催を最後に閉幕した「全国子守唄サミット」の旗を同館で保管・展示するため、受け渡しも行われました。

うまく焼けたよ!

あまくさ子どもフェスティバル



▲パン作りを楽しむ子どもたち

4月29日、大矢崎緑地公園で「あまくさ子どもフェスティバル」が行われました。市社会福祉協議会が野外遊びの楽しさを知ってほしいと毎年実施しているもの。青空のもと多くの家族づれが訪れ、ペットボトルロケットやパン作り、伝承遊びなどを楽しんでいました。パン作りに参加した子どもは、「パンが焼けていくのがおもしろかった」と焼いたパンを頬張りながら話していました。

棚底の歴史と自然を探る

棚底探検ウォーク



▲防風石垣を見学する参加者

4月23日、倉岳町棚底地区で「棚底探検ウォーク」が開かれ、町内外から213人が参加しました。地域の歴史的遺産の伝承と健康づくりを目的に同地区振興会が開催したもの。参加者は、国指定史跡の棚底城跡や全国的にもめずらしい農業用地下水路「こぐり」、防風石垣群、アイラトビカズラ群生地など7カ所をガイドの説明を受けながら歩きました。春の陽気の下、地域の歴史と自然探検に爽やかな汗を流していました。

心と体をすこやかにする優しいヨガ

ヨガ体験講座



▲ヨガ体験講座のようす

4月22日、深海地区コミュニティセンターで「ふかみ市民学級“共生講座”」が開催され、地域住民ら20人が参加しました。

講師の宇井野直子さんから、「長い呼吸は長生きをする」との講話の後、呼吸を意識しながらヨガ体験が行われました。

参加者は、「この講座を楽しみにしていました」「日々の忙しさを忘れさせてくれます」などと話していました。

爽やかな美味しさを召し上げ

あまくさ晩柑フェア2017



▲晩柑を使った料理やスイーツ

3～8月が旬のあまくさ晩柑。果汁が多く、爽やかな酸味と上品な甘さが特徴です。規格外の果実を活用し、生産者の所得向上につなげようと、実行委員会が昨年からのフェアを開催。2回目となった今年は、天草2市1町の飲食店やホテル、生産者ら25事業者が考案した32品目が店頭に並びました。フェアは5月末で終了しましたが、一部の商品は店頭販売を継続すること。暑い夏を爽やかな味でさっぱり過ごしてはいかがでしょうか。

大きくなって戻って来て

アユがえり大作戦



▲河内川に稚アユを放流する子どもたち

4月23日、栖本町河内川で栖本小学校と和貴保育園の子どもたち13人がアユの稚魚1,500匹を放流しました。栖本地区振興会が、子どもたちに環境保全に関心を持ってもらう目的で、初めて実施したもの。バケツに入れた体長約5cmの稚アユを一斉に放流しました。参加した子どもたちは、「栖本の川で大きくなったアユを見たい」「来年も参加したい」などと話していました。

「天草の崎津集落」
世界遺産登録への道
Road to World Heritage

来年夏の世界文化遺産登録を目指す「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」。今回は、市民の皆さんから寄せられた質問にお答えします。

- Q 世界遺産ってなぜできたの？
A エジプトのナイル川にダム建設計画が持ち上がり、遺跡群が水没の危機にさらされました。これがきっかけになり、人類共通の財産を保護し、後世に伝えていかなければという考え方がうまれ、「世界遺産」として登録する制度ができました。
- Q 世界遺産は、どうやって決定するの？
A 各国からユネスコ世界遺産センターに推薦書が提出され、現地調査が行われた後、ユネスコ世界遺産委員会（年1回開催）で登録の可否が決定されます。
- Q 推薦書にはどんなことが書いてあるの？
A 人類の宝物としての世界的な価値と、将来にわたって保存していくための保存体制・組織、観光客誘導などを盛り込んだ保存管理計画が書かれています。
- Q 日本にはどんな世界遺産があるの？
A 日本には20件の世界遺産があります（平成28年7月時点）。代表的なものは、富士山や厳島神社などの文化遺産が16件、屋久島や知床などの自然遺産が4件です。「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」は、今年度の登録を待つ「『神宿る島』宗像・沖ノ島と関連遺産群」に次ぐ22番目の世界遺産登録を目指しています。
- Q 世界遺産はどのようにして守るの？
A 世界遺産は、各国の景観法や文化財保護法などで保護されます。崎津集落は、天草市の景観条例や国の重要文化的景観として景観を守るための制度が適用されています。市では、集落の景観を損なわないように家屋の改修などに対し、補助制度を設けました。

世界遺産登録トピックス

“～つどい処～まつだ” がオープン！

5月1日、崎津資料館「みなと屋」の隣に附属施設がオープンしました。内部は、崎津集落の密集した町並や路地をイメージした24本の柱を設置。崎津集落に迷い込んだような空間で、崎津や今富に関する作品などを展示します。

6月30日までオープン記念企画展「崎津～祈りの風景～」を開催中です。ぜひご来館ください。

- 開館時間＝9:00～17:00
- 休館日＝12月30日～1月1日
- 入館料＝無料 ● 電話＝崎津資料館「みなと屋」☎⑦9911
- 駐車場＝無（崎津集落ガイダンスセンターの駐車場をご利用ください）



▲オープン式典のようす



▲崎津の風景を描いた絵画や写真

【問い合わせ先】 本庁・世界遺産推進室（河浦支所内）☎⑦1116

天草で楽しんだゴールデンウィーク

町山口川で泳ぐこいのぼり（4/23～5/7）

本渡町本渡の町山口川にこいのぼり50匹が飾られ、風を受けて元気に泳ぐ姿が見られました。これは地区振興会の事業として中山口地区の青壮年部が中心となり、町を盛り上げたいと8年前から取り組んでいるもの。こいのぼりは、地域の皆さんから譲り受けたものを飾っている。親子づれは、「子どもが喜ぶので毎年見に来ています」と話していました。



◀元気に泳ぐこいのぼり



▶手に取って品定め

天草西海岸春の窯元めぐり＆春窯めぐり（4/29～5/7）

天草町や苓北町の9つの窯元で「天草西海岸春の窯元めぐり」、五和・本渡地域の7つの窯元で「春窯めぐり」が開催され、お気に入りを探して、多くの客でにぎわっていました。毎年来てするという熊本市の夫婦は、「今年もいいものを見つけ出して持ち帰りたい」と話していました。

二江はやさき市（5/3）

五和町の二江漁港で開催された「二江はやさき市」。地元漁師を中心に構成された二江まちづくり振興会マリン部会が、漁業の活性化を目的に開催しているもの。同港で水揚げされたウニやサザエ、タイなどの海産物や二江産ヒジキを使った“いきなりヒジキだご”、ガネ揚げなどの加工品が並び、買い物客は、「二江の魚はおいしいので買いに来ました」と笑顔で話していました。



▲海産物を手にする買い物客



▶ヒオウギ貝の釣り大会

崎津漁協朝市（5/4）

天草漁協崎津支所で朝市が開催され、会場には多くの帰省客や観光客が訪れ、水揚げされたばかりの新鮮な魚介類や加工品などを買い求めていました。また、ブリの若魚“ヤズ”のつかみ取りやヒオウギ貝の釣り大会も実施され、参加した子どもたちは、泳ぎまわるヤズをつかまえようと必死に追いかけていました。

ジャガジャガ祭（5/4）

天草町大江のお万ヶ池公園を主会場に開催された「ジャガジャガ祭」。大江地域づくり振興会と実行委員会が、地域おこしと特産品PRを目的に開催しているもので、市内外から約3,000人が訪れました。

ジャガイモ掘り取り体験には約700人が参加し、配られたバケツに特産のメイクインを上手に詰めていました。



◀いっぱい掘ったよ！

A1 地域の危険箇所や避難場所などの確認は 天草市防災マップで！

市は、災害の種類ごとに避難場所を指定し防災マップに掲載しています。同マップは各世帯に配布しているほか、本庁・防災危機管理課や各支所担当課に備え付けてあります。また、市のホームページでもご覧いただけます。

自分が住んでいるところが、どんなところなのかをしっかりとっておくことが大切です。



県の防災ハンドブックも配布しています。ご確認ください。

A2-A3 非常持出品、一度準備してみましょう。



すぐに持ち出せるように家の出入り口に近い場所に置いておけば安心です。

お子さんのいるご家庭は、おむつなどもリストに入れておきましょう。

- 非常持出品は、両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 自分や家族の状況に応じて、必要なものを選びましょう。
- 定期的に中身をチェックしましょう。



※非常食は乾パンや缶詰、栄養補助食品など日持ちするもの。水は大人1人で1日2～3リットル必要とされています。



平成27年6月11日五和町二江地区

あなたは、いくつ答えられますか？

Q1 あなたの自宅に近い避難場所（風水害）はどこですか？

Q2 災害時に持ち出すものは？

Q3 大人1人、1日に必要な水はどれくらい？

Q4 避難するときは、車で避難する？

Q5 家族との連絡体制はできていますか？

梅雨時期から秋にかけて、大雨や台風による洪水や浸水、土砂崩れなどが発生しやすくなります。また、最近は一局に集中して雨が降り続くことが多くみられます。災害はいつ起こるか予測が付きません。災害から身を守るための備えと、いざというときの行動について、いま一度考えてみましょう。

災害は突然やってくる。備えは大丈夫？



土砂災害に備えましょう！

土砂災害は命に関わる重大な被害をもたらします。短時間にたくさんの雨が降るときには特に注意が必要です。



土石流

長雨や集中豪雨によって、石や土砂が水といっしょになって一気に下流に流れる現象。

- 山鳴りがする。
- 急に川が濁り、流木が混ざっている。
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる。

崖崩れ

長雨や集中豪雨によって、斜面が急に崩れ落ちる現象。

- 崖から水が湧き出す。
- 崖に亀裂が入る。
- 崖から小石が落ちてくる。
- 崖から木の根が切れるなどの異様な音がする。
- 樹木や電柱が傾く。

地すべり

地下水などが粘土のようなすべりやすい地面にしみ込んで、その影響で地面が動き出す現象。

- 地鳴りがする。
- 沢や井戸の水が濁る。
- 地面にひび割れができる。
- 斜面から水が湧き出す。
- 樹木や電柱が傾く。

※「土砂災害警戒情報」…大雨警報の発表中に、さらに土砂災害の危険度が高まったときに、県と気象庁が共同で発表するもの。市では、市内を東部（本渡・有明・御所浦・倉岳・栖本・新和・五和）と西部（牛深・天草・河浦）に分けて発表しています。

市がお知らせする避難情報



- **避難準備・高齢者等避難開始**：避難に時間がかかる人（高齢者や障がいのある人、乳幼児など）とその支援者は避難を開始しましょう。そのほかの住民は、避難の準備をしましょう。
- **避難勧告**：速やかに避難場所へ避難しましょう。避難場所までの移動がかえって命に危険をおよぼすような状況では、近くの安全な場所や自宅内の中でもより安全な場所に避難しましょう。
- **避難指示（緊急）**：まだ避難していない人は、急いで避難場所へ避難しましょう。

天草市安心・安全メール

～市内の災害・防犯情報などが携帯メールに届きます～

避難勧告や避難所開設などの情報を電子メールで携帯電話やパソコンに配信するサービスです。

登録料は無料です。皆さん、ぜひご利用ください。

【登録方法】

re-ansin@amakusa-web.jpまたは右のQRコードにアクセスして空メールを送信し、返信メールの案内にしたがって登録してください。



QRコード

【問い合わせ先】本庁・防災危機管理課 ☎ 1111

A4 車での避難は控えましょう

車での避難は、緊急車両の通行の妨げになったり、交通渋滞を招きます。また、浸水すると動けなくなるので、特別な場合を除いて徒歩で避難しましょう。前もっての準備と早めの避難が自分の命を守ります。



空振りを恐れず予防的避難を！

夜間や大雨、台風接近時などは避難すること自体に危険が伴います。このため、市では危険が迫っていない明るい時間帯に避難所を開設し「予防的避難」を呼びかけています。空振りを恐れず、避難ができなくなる前に避難所へ行きましょう。なお、避難するときはできるだけ飲食物やタオルケット、懐中電灯などを持参してください。

A5 家族で確認しておこう！ How to 安否確認



災害時には、携帯電話などが通じにくいことがあります。

普段から災害が起きたときの集合場所や連絡方法を決めておくことと安心です。また、家にいるとき、会社・学校にいる場合など、それぞれの場面ごとに決めておくことも良いでしょう。

☎災害用伝言ダイヤル「171」

災害時に、固定電話、携帯電話などの電話番号宛に安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国からその音声を再生（確認）することができます。

【操作手順】 1. 「171」をダイヤルします。

2. 録音の場合は「1」を、再生の場合は「2」をダイヤルします。

3. 連絡をとりたい人の電話番号をダイヤルします。

4. 伝言を30秒以内で録音・再生することができます。



☎三角連絡法…被災地へは電話がつながりにくくても、災害が起きていない地域は比較的つながりやすい！そんなときは、被災地から離れた場所に住む親せきや知人が連絡係になれることもあります。

【暫定基準を解除】

昨年4月に発生した熊本地震で、震度5強以上を観測した天草市では、地盤の緩みを考慮して、大雨警報・注意報の発表基準が、通常より引き下げられていました。しかし、これまでの土砂災害発生状況や降雨の状況、危険箇所の点検結果などを踏まえて、4月27日からは通常の発表基準に戻っています。



42隻の船団による勇壮な海上パレード



大漁賞「福本病院」



牛深ハイヤ大橋での牛深高校による総踊り

第41回 牛深ハイヤ祭り



子ども大賞「観音保育園」



高森町からの参加



限定ランチに長蛇の列



ハイヤ踊り講習会



4月14日(金)から同16日(日)まで、
第46回牛深ハイヤ祭り」が牛深
町の中央商店街一帯で開かれ、
県内外から約6万人の観光客が
訪れました。
熱気に包まれた牛深ハイヤ祭
りを写真で振り返ります。



花車ハイヤ大賞「うしぶか心愛病院」



子育ては“孤育て”じゃない

育児はときに孤独になりがちです。今は、育児本やスマートフォンなどで手軽に情報を入手できます。一方で、どの情報を信頼していいのかわからず不安になる人も多いのではないのでしょうか。

市の「子ども総合相談室」には、保健師や心理士、保育士や家庭児童相談員といったスタッフがいます。1人で悩まず、相談してみませんか？

◆子ども総合相談室◆

家族や友人には相談しにくい問題も、他人だから相談できる、専門家だからこそ救われる言葉があるはずです。

天草中央保健福祉センター内
相談専用番号☎@0404

☎子育て支援課

1人で悩まずお話しましょ！



大きくなったかな？

【乳児家庭への訪問・健診などの実施】

市では生後4カ月までの赤ちゃんがいるすべての家庭を訪問し、赤ちゃんの身体計測や成長の確認、お母さんの体調や気持ちに耳を傾け、育児相談を受けています。

また、3・4カ月児から5歳児まで計5回の健診を実施し、成長の確認、時期にあった情報の提供や相談を受けています。育児学級や離乳食教室も実施しています。

☎健康増進課

安心して産み育てるために

【問い合わせ先】

本庁・健康増進課☎@0620 / 子育て支援課☎@5400
いずれも天草中央保健福祉センター内

子どもがほしいと思った時、仕事との両立や経済的な不安などいろんなことに葛藤したり、妊娠中もささいなことで不安になったりと、女性にとって妊娠出産は喜びであると同時に覚悟がいるものです。一方で、子どもと一緒に過ごす時間や成長を感じられる喜びは親にならなければ感じることはできません。子どもは社会の希望であり、未来を担う宝です。そんな子どもたちを安心して産み育ててほしい。

今号では、市が取り組んでいる妊娠や子育てサポートの取り組みを紹介します。

困ったときの強い味方



産後から始まる育児に心休まる日はありません。困ったときは、次の制度を活用しながら子育てを楽しみませんか。

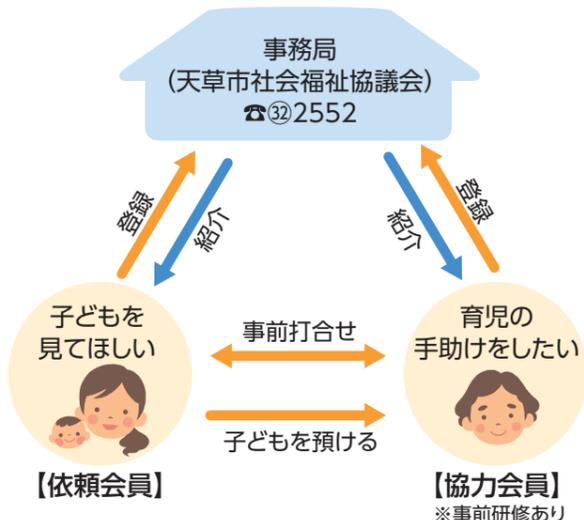
●●●●● 妊産婦日常生活支援 ●●●●● (妊娠中～産後6カ月以内)

妊娠中や産後にかけて、体調不良などで家事や育児が困難だけど、周りから支援を受けることができない人にヘルパーを派遣します。市社会福祉協議会またはNPO法人子育てネットワークわ・わ・わからヘルパーが伺います(有料)。※あらかじめ申請が必要です。

☎子育て支援課

●●天草市ファミリーサポートセンター●● (産後6カ月～小学6年生まで)

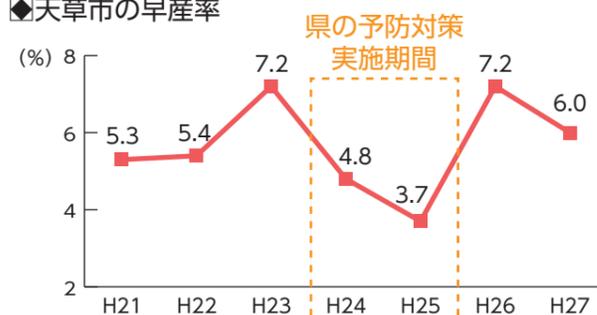
仕事などでどうしても子どもの送り迎えや世話ができないときに、手助けがほしい人と手助けをしたい人が会員になり、子育てを支え合う組織です(有料)。



☎子育て支援課

平成24・25年度に県が実施した細菌性膣症と歯周病の予防対策から、早産の減少につながっていることがわかります(下表参照)。

◆天草市の早産率



こんなことにも注意しましょう！

- 塩分の取りすぎ注意
- 体の冷えに注意
- 重いものはできるだけ持ち上げない
- 立ちっぱなしに注意
- ストレス・疲労をためない



☎健康増進課

早産予防始めました

歯周病が流産や早産、低体重児の出生につながりやすいことを知っていますか？歯周病を引き起こす細菌が、口の中から血液を通して体をめぐり、子宮内感染を起こすことでその確率を高めると言われています。

他にも早産の要因はありますが、市では“細菌性膣症”と“歯周病”に注目し、今年度から検査費用の助成を始めました。4月1日以降に妊娠届を出した人に2つの検査を無料で受けられる受診票を交付しています。早産を回避するために検査を受けましょう。

※1 早産とは、赤ちゃんが妊娠22～37週未満で生まれること。
 ※2 低体重児とは、出生時の体重が2,500グラム未満の新生児のこと。未熟児とも呼ばれる。

天草で見つけた 「自分らしさ」の暮らし

旅行で来たとき、将来はこんなまちで暮らしたいと思っていました。自然豊かな場所で子育てがしたい。海の近くに住みたかった。」「ふるさと」と呼べる場所を子どもたちに残してあげたかった。」「いま天草市にはさまざまな思いを抱き、住み慣れた土地を離れて移り住む人たちが増えています。」

最近、よく耳にする言葉。それは「移住」。移住者の皆さんはどんな思いで全国にあるたくさんの方のまちの中から、このまちを選んで移り住んできたのでしょうか。移住した皆さんの暮らしから、私たちが気づかない天草の魅力が見えてくるかもしれません。

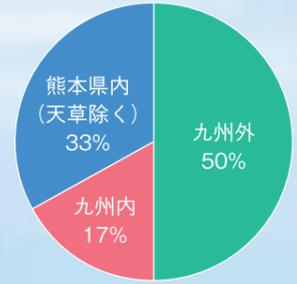
天草市は、歴史や文化、観光資源に恵まれています。出生数の減少や就学・就職等による転出などで人口減少に歯止めがかからない状況が続いています。

平成12年の人口は約10万3千人。平成27年には約8万3千人となり15年間で約2万人が減少しています（国勢調査より）。

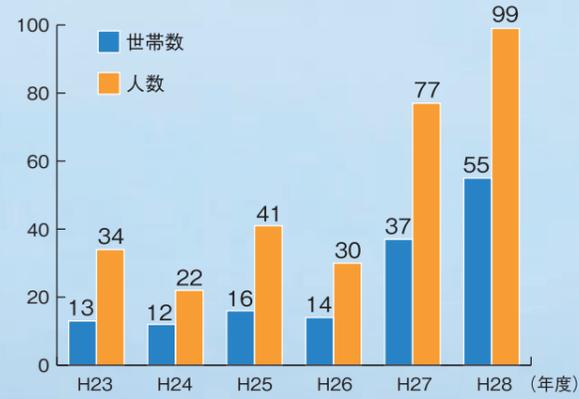
このような中、自然豊かな天草市に魅力を感じて移住してくる人たちは年々増え続けており、市では平成20年に空き家バンク制度を創設し、都市部などから田舎暮らしをしたいという移住希望者の受け入れに取り組んできました。

これまで同制度を活用して天草へ移住した人たちは、177世帯、363人。「天草で見つけた自分らしさの暮らし」を続ける皆さんへ話を伺いました。

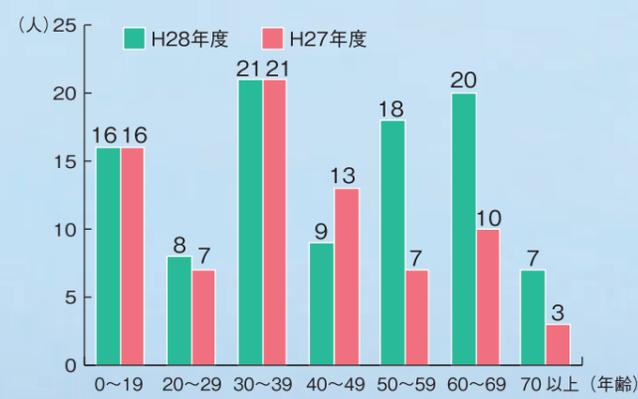
◆移住者の移住前の居住地



◆移住者(世帯、人数)の推移



◆移住者の年齢構成



▲南阿蘇村から天草町へ移住した岩下さん家族



▲埼玉県から五和町へ移住した門口さん夫婦



▲熊本市から御所浦町へ移住した豊永さん



▲熊本市から下浦町へのUターン松岡さん家族





▲山田さん(左)と柴田さん(右)



▲リフォームをつづける2人の家

「天草で自分のやりたいことをスタート」

・山田紘平さん(33歳) 滋賀県出身
・柴田未央さん(31歳) 岡山県出身(有明町へ)

「ワーキングホリデーで海外での生活経験もあります。天草に来る前は沖縄の黒糖工場で働いていました」と話す山田さん。ツアーガイドをしていた柴田さんとは沖縄で出会った。職を求めて各地を転々としていたが、ものづくりと農業がしたいと、移住先を求め九州を旅する中で1年半前に天草にたどりついた。

「自然豊かなところは言うまでもありませんが、人が開放的でとても優しいですね。地域の人が私たちのようなよそ者も受け入れてくれて、本当によくしてもらっています。ネット環境がよくなるということないんですけどね。」
以前は、毎日農業の手伝いをしていたが、自分のやりたいことを確保するため今は週3日と決めている。革で作った椅子や小物入れなどをマルシェやネットで販売。「ゆくゆくは店舗を構えたい」と話す山田さん。柴田さんは、「先週、オクラを植えたんですよ」と笑顔で教えてくれました。



▲黒沢さん夫婦と四男の晴くん



▲空き家バンクで見つけた住まい

「自分と向き合える時間が持てる」

黒沢省吾さん(45歳)、三穂さん(38歳) 家族(神奈川県から天草町へ)

「来てくれてありがとう」下田温泉の帰りに寄った飲食店のお母さんから言われた言葉が今も心に残っています。まさか、住むことにお礼を言われるなんて。

と体調面の変化も見られた。「天草は移住者へのサポートが充実していたし、地域の人や学校の先生、役所の人が親身になって対応してくれてありがたかった」と三穂さん。天草では、自分と向き合う時間が常にあるので、自分のやりたいこと、子どもたちのこと、仕事のことなどをゆっくり考えられる。「以前は思っていたよりも前に進めなかったことが、ここではやれそうな気がするんです」と話してくれました。

「移住のきっかけは、東日本大震災。安心できる食と自然に囲まれた暮らしがしたいと神奈川県から移り住んだ。あの頃は、安全な食材を求めてスーパーを巡る日々が続き、へとへとでした。天草に来てからは、長男のぜんそくが治ったり、肌荒れからも解放されたり

と三穂さん。天草では、自分と向き合う時間が常にあるので、自分のやりたいこと、子どもたちのこと、仕事のことなどをゆっくり考えられる。「以前は思っていたよりも前に進めなかったことが、ここではやれそうな気がするんです」と話してくれました。

移住者を全力でサポート

移住相談にワンストップできめ細やかに対応するため、「天草市移住・定住サポートセンター」を4月に開設しました。移住者でもある2人の移住・定住コーディネーターのアドバイスにより、多くの移住・定住につながっています。

- 場所：天草宝島国際交流会館ポルト2階
- 開設時間：平日 午前9時から午後5時まで
- 内容：
 - ①住まいの支援(空き家バンク、お試し住宅の紹介、相談)
 - ②就労支援(就労・起業などの情報提供)
 - ③移住後のフォロー(移住者の会の開催など)
 - ④移住・定住サイト「あまくさライフ」による情報発信



◀ポルト内にある天草市移住・定住サポートセンター

☎天草市移住・定住サポートセンター(地域政策課内) ☎276000

私たちがサポートします



▲移住・定住コーディネーター 荒毛さん(左)、安齊さん(右)

天草は、地域の人とつながり、お互いに刺激を受けながら“自分らしさ”の暮らしを創り上げていける場所です。

移住者が思い描いた生活に近づくために、不安を1つずつ解消し、楽しみを増やせるよう、相談に乗っています。

移住相談員に聞く

東京の有楽町には、都市部にいながら熊本、天草をはじめ、全国の田舎暮らし情報を得ることができ「ふるさと帰郷支援センター」があります。同センターで熊本県への移住相談を担当している池田真麻相談員に話を伺いました。

■増える若い世代の移住

移住相談やセミナーへの参加のためセンターを訪れた人は、昨年2万人を超えました。これは5年前と比較すると約10倍に増加しています。

センター利用者は30代が最も多く全体の28パーセントを占めており、40代以下で約7割を占めています。



▲熊本県担当の池田さん

■オーガーマイドの移住相談



▲熊本移住セミナーのようす

移住を希望する人のニーズは1つとして同じものではありません。自然豊かな熊本で暮らしたいという思いで相談に来られるのはもちろん、熊本地震後は「ふるさと」に帰って復興の応援がしたい、生まれ育った「ふるさと」を盛り上げたいとUターンを希望する相談も増えていきます。

私も実際に天草へ行き、イルカウォッチングなどを楽しみました。見て感じた天草の魅力や感動を伝えながら、熊本、天草への移住をサポートしていきます。

☎ふるさと帰郷支援センター ☎03(6273)4401



中小企業者の
売上げUPを
応援!

平成29年度新規事業

天草市中小企業者等 持続化補助金交付制度

市は販路開拓、売上拡大や、これと併せて行う生産性向上などの業務効率化に係る費用を支援する「天草市中小企業者等持続化補助金交付制度」を創設しました。

対象事業 平成30年3月末までに完了する事業。

内容 販路開拓または売上拡大につながる事業にかかる経費（店舗改修費、設備購入費、広報費など）の3分の2、最大で200万円を補助します。

申込方法 7月・9月・11月・1月の1日～15日まで。申請書と、市内商工団体の支援を受けて作成した事業計画書を、同団体に提出してください。

☎本庁(別館)・産業政策課

児童手当現況届の 提出は忘れずに!

児童手当を受給している人は、毎年6月中に「現況届」を提出する必要があります。

児童手当を引き続き受給できる要件を満たしているか確認するためのものです。

対象者には5月下旬から現況届を送付します。6月30日☎までに提出してください。

提出がないときは、6月以降の手当が受給できませんので、ご注意ください。

ボクの方は
もう出してくれた?



☎本庁・子育て支援課(天草中央保健福祉センター内) ☎⑦5400

「臨時福祉給付金」 申請期限 8月31日(木) (当日消印有効)

申請はお済みですか? まだ6,862人分の申請書が届いていません
(5月16日現在)

支給額 1人につき 1万5千円

4月中旬に申請書を送付しています。まだ申請が済んでいない人は、申請書に必要事項を記入・押印し、必要書類を添えて、同封の返信用封筒で送付または本庁・各支所に提出してください。

※申請書が届いていない人で対象と思われる人は、担当窓口までお問い合わせください。

支給対象 平成28年1月1日現在で本市に住民票があり、平成28年度分の市・県民税(均等割)が課税されていない人。ただし、市・県民税(均等割)が課税されている人の扶養親族や生活保護受給者などは対象外です。

☎本庁・健康福祉政策課/各支所

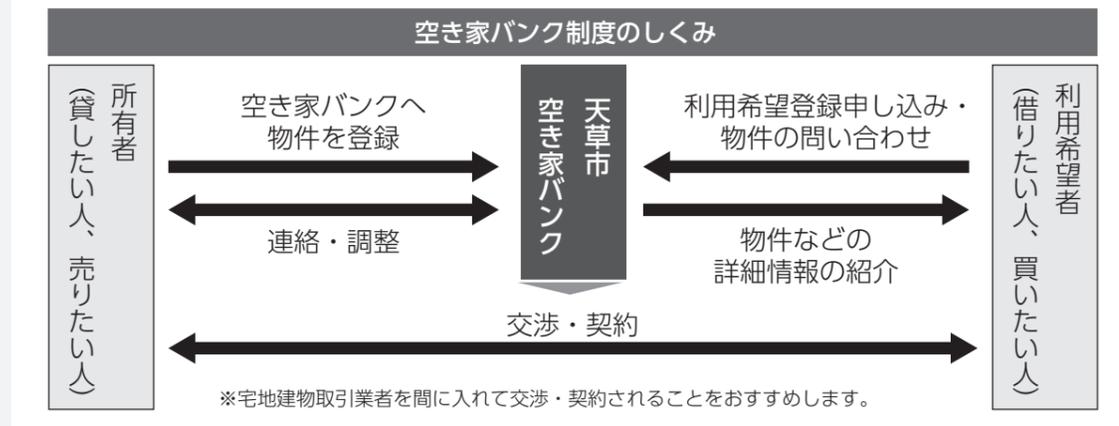
添付書類の
確認じゃ!



給付金イメージキャラクター
「カクニンジャ」

安心サポート① 空き家バンク制度

市では、“空き家”や“空き地”の情報を移住希望者へ提供するため「空き家バンク制度」を設けています。市内に空き家などをお持ちの人は空き家バンクに登録しませんか。



安心サポート② お試し滞在住宅

移住希望者を対象に一定期間の居住体験ができるお試し滞在施設があります。

- ・所在地 天草市下浦町 9623 - 9
- ・連絡先 NPO 法人グリーンライフ あまくさ
- ・電話 0969(66)9351
- ・メールアドレス green-life@mx2.amakusa.ne.jp

■短期滞在型体験施設「かねやき倶楽部」



1人 ¥2,000/泊(寝具利用は¥700/人) 部屋数: 3部屋(5人, 3人, 2人) 各部屋に冷暖房完備。風呂、トイレ、ミニキッチンが共用。利用期間: 1泊~2週間程度。

■長期滞在型体験施設「ダーチャかねやき」5棟



1棟の家賃¥32,380(月額) 保証料¥60,000(入居時) 床面積33㎡~36㎡ 間取1DK、木造平屋建て 風呂、トイレ(水洗)、キッチン、冷蔵庫、冷暖房完備。利用期間: 1カ月~5年間。

安心サポート③ 「移住支援補助金制度」

●天草市定住促進奨励金

空き家バンク制度を利用して転入し、生活の本拠地として3年以上定住する世帯に対して、奨励金を交付しています。

●空き家活用事業補助金

購入または賃借した空き家の改修などに対して、対象経費の2分の1以内を補助します(100万円を限度)。ただし御所浦地域は3分の2以内を補助(200万円を限度)。

安心サポート④ セカンドライフネットワーク

移住後の生活には人とのつながりが大切。移住者を中心に立ち上げた「天草市セカンドライフネットワーク(移住者の会)」で、移住者どうしの交流が図られています。



◀交流会のようす

【問い合わせ先】本庁・地域政策課(天草宝島国際交流会館ポルト内) ☎⑦6000

みんなに
元気を届けたい

琉球國祭り太鼓 天草支部

【問】天草支部長 上原研一さん ☎090-1979-6106
メールアドレス akasaki1@seagreen.ocn.ne.jp



「結成10周年には、天草で単独の公演会をするのが目標なんです」と意気込みを見せる。メンバー募集中。問い合わせは、支部長の上原さんまで。

琉球國祭り太鼓は一般的に「エイサー」と呼ばれる沖縄の伝統芸能のひとつで、太鼓を持って踊りながら演奏します。躍動感が一番の魅力です。特徴的な衣装も観客の目を引きます。

「十数年前、牛深ハイヤ祭りで見えた演舞がかっこよくて友人と熊本支部を立ち上げたんです」と当時を振り返る上原さん。最初は、熊本市内まで通っていたが、平成21年3月に天草支部を結成。当初は8人でスタートし、その夏のさざ波フェスタが初の舞台となった。

現在メンバーは26人で、小学生から50代まで年齢層も幅広い。地域のお祭りや各種イベント、結婚式の披露宴など年30〜40回ほどの舞台をこなしている。



良いピッチャーになりたい。クラブでの練習は勉強になります。

天草Jr.SC ソフトボール

小学4年生から中学生まで30人、うち小学生は16人で活動中。指導者10人が交代で教えるので、いろんな技術を学べます。男女問わず、ソフトボールを楽しんで練習しています。

練習 土・日曜日、本渡運動公園野球場で午後3時〜同5時まで。

問 赤城 陽一さん ☎090(2501)7456

スポーツ大好きコ子

小学生社会体育クラブ紹介

陸上 新和陸上クラブ

体力向上を目的に現在13人で活動中。走ることは運動の基本なので、基礎練習を中心に練習しています。

練習 新和グラウンドで月・水曜日は午後5時〜同6時まで。土曜日は午後3時〜同5時まで。※雨天時は新和体育館。

問 クラブ長：花谷 雄治さん ☎090(2518)1892



みんなで和気あいあい楽しく練習しています。

平成29年度の
国民健康保険税のお知らせ

国民健康保険(国保)は、病気やけがをしたときに安心して治療が受けられるように入会者で国民健康保険税(国保税)を出し合って、お互いに助け合う相互扶助の制度です。

市では、高齢化や医療の高度化などにより、一人あたりの医療サービスに係る費用が年々増加し、厳しい財政状況が続いています。国保は、皆さんに納めていただく国保税と国や県からの補助金などを財源として医療サービスをまかっています。加入者の皆さんが安心して医療サービスを受けられるよう、国保税の納付にご理解とご協力をお願いします。

平成29年度の国民健康保険税の計算方法は以下のとおりです。

国民健康保険税	区分	所得割額 (世帯の加入者の所得に応じて計算)		均等割額 (世帯の加入者数に応じて計算)		平等割額 (1世帯当たりの額)		
		課税標準所得	税率	加入者数	均等割額	平等割額	平等割額はありせん。	
=	①医療給付費分 病気やけがをしたときの医療費などにあてられ、すべての加入者が対象です。 課税限度額：540,000円	※1【課税標準所得】 ×8.6%	+	【加入者数】 ×21,200円	+	17,900円		
	+	②後期高齢者支援金等分 後期高齢者医療制度を支援する費用にあてられ、すべての加入者が対象です。 課税限度額：190,000円	【課税標準所得】 ×2.9%	+	【加入者数】 ×7,000円	+	6,400円	
	+	③介護納付金分 介護が必要になったときの介護費用にあてられ、40歳から64歳までの加入者が対象です。 課税限度額：160,000円	【課税標準所得】 ×2.0%	+	【加入者数】 ×9,400円	+	平等割はありせん。	

※1・課税標準所得…国保加入者の前年の所得から基礎控除(33万円)を差し引いた額の合算額です。所得とは、事業収入は必要経費を、給与収入は給与所得控除を、公的年金等は公的年金等控除額をそれぞれ差し引いた額です。

◆国保税の軽減

世帯主やその世帯の国保加入者の合計所得額が下の軽減判定基準に該当する場合は、均等割額と平等割額が軽減されます。また、国保加入者であった人が後期高齢者医療制度へ移行した場合、その人も含めて軽減判定を行います。

■国保税の均等割額・平等割額の軽減判定基準

世帯の国保加入者(旧国保加入者も含む)の合計所得額が

①33万円以下	7割軽減
②33万円+(27万円×世帯主を含む加入者数と旧国保加入者数の合計)以下	5割軽減
③33万円+(49万円×世帯主を含む加入者数と旧国保加入者数の合計)以下	2割軽減

(世帯構成の変更などにより、軽減判定をやり直す場合があります。)

※2・旧国保加入者…国保から後期高齢者医療制度へ移行した人のこと。

【問い合わせ先】国保税については本庁・国保年金課
国保税の支払いについては本庁・納税課 いずれも☎21111



夢を追いかける
本渡看護専門学校



本校は、^{かんよう}涵養・^{れんま}尊重・^{けんご}自覚・^{たんきゆ}探究・^{れんま}練磨を校訓とし、多くの先生や実習施設の皆さんの指導のもと、看護における知識・技術・態度を習得するため日々勉強や実習に励んでいます。新1年生35人も加わり、さらに活気あふれる学校を目指しています。

地域の皆さんへの感謝の気持ちを忘れず、これからもそれぞれの夢に向かってがんばります。

▶新入生歓迎行事ミニバレーボール大会のようす



地域とともにある瀬戸小学校

「地域の子どもは地域で育てる」という理念のもと、平成11年に「瀬戸小と地域を結ぶ会(学校応援団)」が結成されました。メンバーは、地域の区長会やあすなろ会、女性部、民生委員やPTAなどからなり、学校と連携してさまざまな教育活動を行っています。

2月には昔遊び交流会を行い、地域の皆さんからけん玉や竹とんぼ、お手玉などを教えてもらいました。また、子どもたちの音読を聞いてもらったり、野菜づくりを教えてもらったりしています。これらの活動を通して子どもたちの中に、お世話になった皆さんへの感謝の心や地域を愛する心が育ってきています。

来年3月で閉校となりますが、子どもたちの中にできた地域とのつながりは消えることはありません。



音読を聞くあすなろ会の皆さん

大型こいのぼり完成!!
元気いっぱい
ふたばっ子です。

園児フォトスナップ

にっこり大集合!
遠足だよ~



本渡ふたば保育園 (旭町)



有明東保育園 (有明町)

みんな大好き♡ いつもありがとう	お散歩大好き♡ ニッコニコ♡	兄とお米といちごと音楽が好き	柗本と本渡のじいじ、また遊ぼ♡	初節句ありがとう ございました
杉本 湊太 くん 牛深町 父・光一郎さん 母・あかねさん	中村 紀心 ちゃん 河浦町路木 父・良和さん 母・舞さん	石井 文喜 くん 今釜町 父・勇気さん 母・有希子さん	田中 優奈 ちゃん 佐伊津町 父・将大さん 母・果さん	中嶋 晃也 くん 川原新町 父・亮太さん 母・まどかさん

ハッピーバースデー
今月で1歳になります

7月で満1歳になるお子さんを募集!

●応募期限=6月9日(金)まで(必着)。
応募方法=鮮明に写っている写真、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)を明記のうえ、郵送または電子メールで提出してください。掲載は8人まで(応募多数の場合は抽選)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
[メールアドレス]hisuyoka@city.amakusa.lg.jp

真斗、悠翔、絢叶兄 大好きだよ♡	じいじ、ばあば、 清兄、大好き!	お父さんに似て 大きくなるわよ♡
山崎 凛香 ちゃん 柗本町馬場 父・真一郎さん 母・蘭子さん	金子 倅明 くん 小松原町 父・大さん 母・望さん	藤川 美心 ちゃん 太田町 父・竜二さん 母・千恵さん

毎日楽しく
笑顔で

若っ唱采

岡田 悠生 さん
(柗本町古江・23歳)

昨年帰郷し肥銀リースで営業を担当しています。リースを通して、天草の企業の役に立ちたいと思っています。

長年続けてきた野球を、地域のソフトボールチームで生かして、優勝に導きたいです。

仕事も趣味も上を目指してがんばります。



おしどり夫婦

あなたのおかげで
今の生活が
あります

私に合わせた
食事に感謝
しています



吉鶴 巨 さん(80歳)・光代 さん(74歳)
倉岳町宮田

昭和40年結婚 (52年目)

子どもたちも自立し、孫やひ孫にも恵まれ、安心した毎日を過ごしています。互いへの思いやりが夫婦円満の秘訣だと思います。これからも趣味など、それぞれの時間も大切にしながら、2人寄り添って暮らしていきたいです。

熱中症に気をつけましょう

「熱中症」は高温多湿な環境にいて、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体内に熱がこもることによって発症します。

誰もが発症する可能性があり、高齢者は特に注意が必要です。重症の場合、死亡することもありますので熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう。これから9月ごろまでは特に注意してください。



熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ・手足のしびれ・筋肉のけいれん・からだが熱い
- 頭痛、吐き気・意識がもうろうとするなど

熱中症の応急処置

- 涼しい場所に避難する・衣服をゆるめ水や氷などでからだを冷やす・水分や塩分を補給する
- ※自分で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

予防のポイント

- ①熱さを避ける
 - 室温が28℃を超えないようにする
 - 日傘や帽子を着用する
 - 通気性がよく吸湿性・速乾性のある衣服を着る
- ②水分補給
 - のどが渇かなくてもこまめに水分を補給する

☎天草中央保健福祉センター ☎240620

天草市健康フェスタ

とき 6月17日(土)
開場 9:30～16:00
ところ 天草市民センター

健康ポイント
45P
もらえます

- 歯科コーナー** (13:00～)
歯科検診と相談、フッ素塗布など
- チェックコーナー**
骨密度(偶数年齢対象)・血管年齢・血糖値・血圧・身体測定、体力・ロコモ予防(13:00～)・脳いきいき・ストレス・食生活バランス・ウォーキング歩幅チェック、血管内皮機能検査(14:00～。抽選で16人)
※骨密度、血管年齢測定は1時間ごとに整理券配布。
- 相談コーナー**
健康・栄養・糖尿病・薬やサプリメント・禁煙・リハビリテーションに関する医療・介護相談

- 体験コーナー**
ニュースポーツ
石膏模型の色付け体験(13:00～)
- ミニセミナー** (午前・午後各1回)
女性ホルモン・減塩・体の老化

- 親子で参加・体験コーナー** [展示ホール]
ハイハイ競争(10:30～)、絵本読み聞かせなど(14:00～)、親子体操(10:30～、14:30～)、親子歯科検診・フッ素塗布など(13:30～16:00)、子どもの身体計測、母子相談、キッズコーナー

※小学生の図画・ポスターコンクール出展作品も展示(市民センターエントランスホール)。

☎天草中央保健福祉センター ☎240620

天草花咲プロジェクト(花いっぱい運動)

秋植え花苗などの配布申し込みを受け付けます

対象 市内に住所がある団体(5人以上)または事業所で、公道から眺めることが可能な場所に植栽できること。

配布品種 ●花苗(パンジー、ビオラ、ハボタン、クリサンセマム、ナデシコ)
●種子(ポピー、デージー、スイートピー)

※種子は市販の小袋サイズ。

配布数量 次のいずれかを選んでください。

①花苗(120株まで)と種子(20袋まで)②花苗のみ(150株まで)③種子のみ(40袋まで)。

※選べる種類は、花苗は3種類、種子は2種類まで。申し込み多数の場合は抽選。

申込期限 6月16日(金)まで。

配布時期 種子は9月下旬、花苗は10月下旬に配布。配布日時などは別途通知します。

「あまくさオープンガーデン」登録募集

対象 自分でつくった庭、専門家が手がけた庭、事業所の庭や花壇で、一般公開できるもの。

※洋風・和風など庭のタイプは問いません。

内容 公開日時は登録者が設定できます。また、庭を紹介する冊子を登録者や関係機関へ配布するほか、市ホームページでも公開します。

期間 随時募集しています。

申込方法

申込書(市ホームページにも掲載)を郵送または持参してください(各支所への持参も可能)。

〒863-8631 (住所記載不要) 天草市役所・都市計画課

市立病院の薬剤師・診療放射線技師・看護師を募集

職種・勤務先・予定人員

- ①**薬剤師**
牛深市民病院、河浦病院(各1人程度)
- ②**診療放射線技師**
牛深市民病院(1人程度)
- ③**看護師**
A牛深市民病院 B河浦病院(各2人程度)

受験資格

- ①昭和42年4月2日以降に生まれた人で国家資格を持っている人、または平成30年4月までに国家資格を取得する見込みの人。
- ②昭和62年4月2日以降に生まれた人で国家資格を持っている人、または平成30年4月までに国家資格を取得する見込みの人。
- ③A昭和52年4月2日以降に生まれた人で国家資格を持っている人、または平成30年4月までに国家資格を取得する見込みの人で夜間勤務ができる人B昭和52年4

月2日以降に生まれた人で国家資格を持ち、夜間勤務ができる人。

採用予定日 平成30年4月1日以降。

初任給 ①206,800円(大卒6年課程)、184,400円(大卒)※初任給調整手当あり(最高10万円)②173,200円(短大卒3年課程)③195,900円(短大卒3年課程)、187,600円(短大卒2年課程)※資格取得後の経験年数に応じ加算あり。

試験日程 7月9日(土)午前9時30分～、天草西保健福祉センター(河浦町)。

申込書の配布 病院事業部経営管理課または各市立病院で配布(市ホームページにも記載)。郵送での請求もできます。詳細はお尋ねください。

申込受付 6月30日(金)までに提出してください(郵送の場合は当日消印有効)。

〒863-1215 市内河浦町白木河内223-11(天草西保健福祉センター内) 病院事業部経営管理課 ☎3400



健康・医療

糖尿病腎症等重症化予防プログラムを知っていますか

糖尿病の治療を行っている人に保健指導を行い、人工透析への移行などの重症化を予防します。
対象 74歳以下の国民健康保険被保険者で、糖尿病の治療を行っている人。
内容 専門スタッフが主治医と連携し、治療方針に沿って個別の食事や運動・フットケアなどを提案し、生活習慣の改善を図ります。プログラム修了後も、継続した体調確認と自己管理の支援を行います。

実施期間 6カ月間。
参加料 無料。
 ※詳細はお尋ねください。
☎本庁・国保年金課

不妊治療費を助成します

①**【特定不妊治療費】**
助成要件 県特定不妊治療費助成事業に承認された人。
助成額・回数 治療費から県事業の助成額を控除した金額に対して10万円を上限に助成。県から助成された回数まで。
 ②**【一般不妊治療費】**
助成要件 次の全てに該当すること。
 ●夫婦のいずれかが、市指定医療機関の医師に不妊症と診断されていること。
 ●本年4月1日以降に人工授精（医療保険各法に基づき給付の対象とならないもの）を実施した夫婦。
 ●治療時の妻の年齢が40歳未満。
助成額・回数 1回1万円を上限・年度内6回まで。

〔共通要件〕●1年以上引き続き市内に住所があること
 ●ほかの市町村の助成を受けていないこと
 ●夫婦の属する世帯全員が市税を滞納していないこと。
申請期限 ①県事業承認日から6カ月以内②平成29年3月～同30年2月診療分を同年3月31日まで。
申請方法
 ①県事業承認通知書
 ②市一般不妊治療費助成事業等受診証明書
 〔共通〕治療費に係る領収書、滞納の無い証明書（世帯全員分）、通帳を持参して申し込んでください。
☎天草中央保健福祉センター
 ☎240620

食中毒にご注意!

これから、食中毒が発生しやすい季節になります。食中毒予防の3原則「菌をつけない・増やさない・消滅させる」を心がけて、食中毒を予防しましょう。

【菌をつけない】①手や食品、調理器具などをしっかり洗う②食品はラップなどで包み、新鮮かつ衛生的に保存する。

【増やさない】①作った料理はできるだけ早く食べる②室内に放置せず、冷蔵庫に保存する。

【消滅させる】①食中毒の原因となる菌はほとんどが熱に弱いので、食品の中心部まで十分に加熱する②調理器具は定期的に消毒する。

☎天草中央保健福祉センター ☎240620

むし歯・歯周病を予防しよう

熊本県「歯と口の健康週間」

6月4日⑩～10日⑪

歯の寿命を延ばして健康を保持・増進するために「歯の健康」について考えてみませんか。

☎天草中央保健福祉センター ☎240620

有明・栖本地域の皆さん 地域健診に行きましょう!

4月に行った希望調査に基づき問診票を送付します。

当日持参品
 問診票、個人負担金、健康保険証。

※健診の申し込みをしていない人で受診を希望する人は、天草東保健福祉センターへご連絡ください（当日、受け付け受診可）。個人負担金などはお尋ねください。

健診日程

地区	とき・ところ	受付時間
有明	7月8日⑩ ～同11日⑪ 有明町民センター	7:30～ 11:00
栖本	7月12日⑫ ～同13日⑬ 栖本福祉会館	

☎天草東保健福祉センター ☎663355

行政

天草市景観計画の変更について意見を募集します

変更箇所 天草町に係る景観形成地域の基準見直し（大江景観形成地域の色彩基準の追加）。
募集期限 6月30日⑩。
閲覧場所 本庁（別館）・都市計画課、各支所、市ホームページ。

提出方法 変更箇所に対する

る意見を明記し（様式は自由）、住所・氏名・電話番号を記入のうえ、持参またはFAX⑭4266、電子メールで提出してください。※電話や口頭による意見の受付はできません。
M toshikeikaku@city.amakusa.lg.jp
☎ 863-8631

（住所記載不要）天草市役所・都市計画課

〔共通要件〕●1年以上引き続き市内に住所があること
 ●ほかの市町村の助成を受けていないこと
 ●夫婦の属する世帯全員が市税を滞納していないこと。
申請期限 ①県事業承認日から6カ月以内②平成29年3月～同30年2月診療分を同年3月31日まで。
申請方法
 ①県事業承認通知書
 ②市一般不妊治療費助成事業等受診証明書
 〔共通〕治療費に係る領収書、滞納の無い証明書（世帯全員分）、通帳を持参して申し込んでください。
☎天草中央保健福祉センター
 ☎240620

理想のからだづくり教室（夜間運動教室）参加者募集

対象 市内在住で16歳以上の
とき 6月から8月までの毎週水曜日午後7時30分～同9時。
ところ 本渡地区公民館。

韓国・忠清大学校ホームステイ参加者を募集します

市と人材の育成や学術・文化交流などの官学協同に関する協定を結んでいる韓国・忠清大学校との交流をさらに深めるため、韓国でのホームステイに参加する人を募集します。

対象 市内の高校、専門学校へ通学する生徒（市内出身の高校生は市外在住でも可）。

募集人数 12人程度（応募多数の場合は抽選）。

日程・内容 8月3日⑩～同7日⑭（4泊5日）。韓国の生活体験やホストファミリーとの交流。
負担額 交通費（約5万円程度）、宿泊費（ソウル1泊分約1万円）、その他食費など。

応募方法 6月15日⑩（必着）までに、ハガキまたはFAX⑭5033（住所・氏名「フリガナ」・生年月日・性別・学校名と学年・電話番号・電子メールアドレスを記入）で申し込んでください。

☎天草市役所・政策企画課（三貴ビル内）☎275052

ふるさと応援寄附金の
お礼品を追加募集

ふるさと応援寄附金のお礼品として、市内で生産される特産品などを贈呈するため、平成29年度のお礼品の

追加募集を随時行っています。募集するお礼品の取り扱いは、平成30年3月31日までです。

お礼品の種類 肉類、魚介類、米、野菜・果物類、加工品、酒類など、市内で製造・加工・栽培する商品や旅行券。

応募資格 ①市内に住所のある人（法人の場合は、市内に本店または加工所があること）②発注を受けた日からおおむね3日以内に市が指定するお礼品取扱者（市内）に納品可能であること。

※お礼品の発送は、お礼品取扱者が調整します。
申請方法 申請書（市ホームページにも掲載）を提出してください。

審査方法 書類などの審査。
☎本庁（別館）・産業政策課



『第1回 家族介護者交流事業』に参加しませんか

介護の疲れをいやし、介護者どうしの交流を深めてみませんか。お気軽にご参加ください。

対象 市内在住の要介護1以上の高齢者などを在宅で介護している人。

内容 家族者交流会(悩み・意見交換会)、昼食会、温泉入浴など。

参加料 500円。

申込方法 電話で市社会福祉協議会の各支所(下表参照)へ申し込んでください。

◆日程と申込締切日

地区名	開催日	時間	場所	申込締切日	申し込み・問い合わせ先
本渡	6月20日☑	10:00~14:30	本渡温泉センター	6月13日☑	本渡支所 ☎240100
牛深	6月28日☑	10:00~14:00	牛深温泉「やすらぎ荘」(久玉町)	6月19日☑	牛深支所 ☎72904
有明御所浦	6月13日☑	10:40~15:00	中華料理「宝寿苑」(本渡町広瀬)	6月6日☑	有明支所 ☎530110
		9:30~15:00	有明温泉「さざ波の湯」~西の久保公園	6月7日☑	御所浦支所 ☎673782
倉岳栖本	7月5日☑	10:00~14:30	栖本温泉「河童ロマン館」	6月30日☑	倉岳支所 ☎643895
					栖本支所 ☎663367
新和	7月6日☑	10:00~15:00	牛深温泉「やすらぎ荘」(久玉町)	6月29日☑	新和支所 ☎463770
五和	6月15日☑	9:30~15:00	市総合交流ターミナル施設「ユメール」(五和町)	6月7日☑	五和支所 ☎321076
天草	6月27日☑	9:00~14:30	牛深温泉「やすらぎ荘」(久玉町)	6月20日☑	天草支所 ☎420678
河浦	6月15日☑	10:00~14:30	天然温泉「愛夢里」(河浦町)	6月8日☑	河浦支所 ☎761401

情報公開条例と個人情報保護条例の運用状況のお知らせ

☑本庁・総務課

市では、透明性の高い市政運営と市民参加による“より開かれた市政”の実現を目指して、「情報公開条例」と「個人情報保護条例」を施行しています。平成28年度分の運用状況をお知らせします。

■情報公開条例

①行政文書の公開請求の件数と処理状況

実施機関名	請求者数	請求件数	請求に対する決定の内容		
			全部公開	一部公開	非公開
市長	35	36	19	11	6
教育委員会	3	3	1	2	0
選挙管理委員会	0	0	0	0	0
監査委員	0	0	0	0	0
農業委員会	0	0	0	0	0
固定資産評価審査委員会	0	0	0	0	0
病院事業の管理者	0	0	0	0	0
議会	1	1	1	0	0
合計	39	40	21	13	6

②不服申し立て件数…1件

■個人情報保護条例

①自己情報の開示請求の件数と処理状況

実施機関名	請求者数	請求件数	請求に対する決定の内容		
			全部開示	一部開示	不開示
市長	5	6	1	4	1
教育委員会	0	0	0	0	0
選挙管理委員会	0	0	0	0	0
監査委員	0	0	0	0	0
農業委員会	0	0	0	0	0
固定資産評価審査委員会	0	0	0	0	0
病院事業の管理者	3	3	3	0	0
議会	0	0	0	0	0
合計	8	9	4	4	1

②不服申し立て件数…0件

環境審議会委員を募集します

環境基本計画その他良好な環境の確保に関する事項を調査審議する「環境審議会」を設置しています。応募資格 次のいずれにも該当する人。

- ①市内在住の20歳以上の人。
 - ②公務員でない人。
 - ③市の附属機関の委員(公募委員を含む)を3つ以上兼ねていない人。
- 募集人員 1人(多数の場合合は選考基準により決定)。
任期 委嘱の日から2年間。
報酬 日額報酬を支給(交通費も別途支給)。
応募方法 6月16日(金)までに、申請書(市ホームページにも掲載)と作文(テーマ「地域のみんなでできる環境保全活動について思うこと」(400字詰め原稿用紙2枚程度)を郵送または持参してください。
その他 選任された委員の氏名は公表することがあります。

【申請先】〒863-0002 市内本渡町本戸馬場366 7天草市役所・市民生活課(旧農政局事務所内) ☎7860

結婚を応援するイベントなどを支援します

20歳以上の市民の結婚を応援するイベントなどに補助金を交付します。
対象団体 次のすべてに該当する非営利団体。
①結婚のための活動を支援し、推進する団体。
②市内に事務所または事務所機能がある団体。
③市内で活動し、3人以上で構成している団体。
※宗教・政治・選挙活動が目的の団体などは対象外。
補助額 1回5万円。年度当たり10万円を限度。
対象経費 チラシなどの作成費用、会場などの使用料、講師謝礼など。
※参加者の飲食代、人件費、備品購入費用などは対象外。

【申請先】〒863-0033 市内東町13-1 天草市役所・男女共同参画課(市男女共同参画センター) ☎8200



介護職員初任者研修の受講費用を補助します

対象 次のいずれにも該当する人。●介護職員初任者研修を受講した人●市内に住所がある人●市税を滞納していない人●研修終了後1年以内(学生は卒業後1年以内)に、介護職員として市内の介護保険サービス事業所で3カ月以上継続して就業した人●他に補助や助成を受けていない人。
補助額 研修に要した受講

料と教材費で5万円を限度。募集人員 40人程度。募集期限 12月28日(木)。
申込方法 申請書(市ホームページにも掲載)に必要書類を添えて、郵送または持参してください。
【申請先】〒863-8631 (住所記載不要) 天草市役所・高齢者支援課

天草産木材を利用した住宅などの建築に補助

住宅や事務所などを新築・増改築をするとき、天草産木材を使用すると最大40万円の補助が受けられます。申請方法 工事終了後、1カ月以内に申請書を提出してください。
※工事前・中間・完成後の写真が必要。【申請先】本庁(別館)農林整備課

NHK放送受信料の免除申請ができます

次の要件に該当する世帯は、NHK放送受信料の免除申請ができます。

全額免除 身体・知的・精神障がい者が世帯構成員で、世帯全員が市民税非課税であること。
半額免除 ●視覚・聴覚障がい者が世帯主で、受信契約者であること。
●重度の障がい者(身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A1・A2、精神障害者保健福祉手帳1級)が世帯主で、受信契約者であること。

【申請先】本庁・福祉課(旧天草地域ダム建設事務所内) ☎6071

生ごみ処理器「バクテリア deキエーロ」講習会

とき 6月21日(木)午前10時~(1時間程度)。
ところ 本渡北地区コミュニティセンター。
内容 生ごみ処理器の仕組み、作成・使用方法の講習会。※参加無料。
定員 30人(先着順)。
申込方法 6月16日(金)まで

に、住所・氏名・電話番号を記入した用紙をFAX ☎4734または持参してください。
【申請先】本渡北地区コミュニティセンターの富永さん ☎4734

市民農園を利用しませんか

野菜や花などの栽培をとおして自然とふれあう「市民農園」を開園しています。契約日から、平成30年3月31日(土)までの利用者を募集します。
場所・募集区画数
①今釜町(あしはら医院付近) 2区画。
②牛深町(砂月海水浴場付近) 20区画。
③1区画面積 30~61㎡。利用料金 1㎡あたり100円(年間)。
申込方法 6月14日(水)までに、電話で申し込んでください。
※応募多数の場合は抽選。【申請先】本庁(別館)・農業振興課

6月は市・県民税、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の第1期分の納期です。納期限は6月30日(金)です。忘れずに納めましょう。

対策、耐震性、断熱性など、住宅を長期にわたり良好な状態で使用できるように配慮されたもの。

●**低炭素建築物認定制度**
二酸化炭素排出の抑制に配慮されたもの（断熱性の向上や省エネ機器の採用、木材の利用など）。

●**バリアフリー法に基づく認定制度**
高齢者・障がい者などが利用しやすいように配慮されたもの（段差解消や手すりの設置など）。

※いずれも建築物の着工前に申請する必要があります。

申岡本庁(別館)・建築課

課税課からのお知らせ

「納税通知書をご確認ください」

「固定資産税・都市計画税納税通知書」を6月上旬から中旬に送付します。

納税通知書には課税標準額、税率、税額、納期限、納付場所などが記載されています。

内容に疑問や質問がある場合はお尋ねください。

「冷蔵倉庫」をお持ちの人へ

平成24年度の固定資産評価基準改正による計算方式で「冷蔵（低温）倉庫」の評価額が早く減少することがあります。所有している人は現地調査を行いますのでご連絡ください。

対象要件 次の全てに該当する倉庫 ●木造以外 ●冷蔵設備により室内が常に10度以下に保たれている ●事務所と工場などが併設している

課税課(旧天草地) 326050

るとき、「冷蔵倉庫」の床面積が50%以上。

※業務用冷蔵庫などを設置しているだけの一般倉庫は該当しません。

※全ての要件を満たしていても、建築後一定の年数が経過したものは、評価額が変わらない場合があります。

「住宅の省エネ・バリアフリー」耐震改修を行うと固定資産税が減額

工事費の自己負担が50万円を超える住宅の「省エネ改修工事」「バリアフリー改修工事」「耐震改修工事」を行った場合、翌年1年分の固定資産税が減額されることがあります。

いずれも工事完了後3か月以内に申請する必要があります。

対象家屋や工事内容などの詳細はお尋ねください。

岡本庁・課税課(旧天草地) 326050

「お試し・初回無料」にご注意ください

相談内容
初回購入無料と書かれていた健康食品・化粧品を通信販売で購入したところ、「初回購入無料は定期購入することが条件。規約にも書いてある」と言われ、定期購入を続けるか初回分の代金を支払うように求められました。

解説
「お試し」として大きな割引額の表示や「初回購入無料」と書かれていた場合、「1度きりの購入に限り割引や無料提供される」と思うのが普通です。ところが、利用規約には、小さな文字で「割引などは定期購入が条件」と書かれているのに、気づかず購入した場

合、残りの定期購入代金や、割引代金と通常代金の差額の支払いを求められます。

通信販売では、クーリング・オフは適用されないため、事業者の定めた規約に従い返品することになります。しかし、電話が繋がらず手続きが長引くことや、返品できないこともあります。大げさな広告表示に惑わされず、しっかりと説明や規約を確認するようにしてください。

また、代金を後払いで支払うとき、専門の回収代行業者が請求を代行する場合があります。

岡市消費生活センター ☎326677



建築物の省エネ性・耐震性向上に係る認定制度をご存知ですか

●**建築物エネルギー消費性能向上計画の認定**
エネルギー消費性能向上のため、建築物の新築・増築などをするとき、認定を受けることで、容積率の制限が緩和されます。

●**建築物エネルギー消費性能基準に適合している旨の認定（表示認定制度）**
認定を受けた建築物は、左の「基準適合認定建築物マーク」を建築物や広告などに表示することができます。



旨の認定を受けた建築物は、左の「基準適合認定建築物マーク」を建築物や広告などに表示することができます。

●**区分所有建築物（マンションなど）の耐震改修の必要性に係る認定**
認定を受けた建築物では、耐震改修工事で共用部分を変更する場合に必要な区分所有者の賛同と議決権が、各4分の3以上から2分の1以上に緩和されます。

●**耐震診断のススメ**
昭和56年以前に建てられた建築物は、現在の耐震基準を満たしていない可能性があり、耐震診断を実施しましょう。

※木造住宅の耐震診断・改修設計・改修工事にかかる費用の一部を市が補助します。詳細はお尋ねください。

申岡本庁(別館)・建築課

長期優良住宅認定制度で固定資産税が優遇

市の認定を受けることで固定資産税の優遇や低金利融資を受けられます。認定基準や申請方法などの詳細は、お尋ねください。

対象 建築基準法の最低基準と、地球環境や高齢者、障がい者などに配慮した住宅や建築物。

●**長期優良住宅認定制度**
維持管理の容易性、劣化

市内のプールを開館

錦島プール（楠浦町）

期間 7月1日(土)～8月31日(日)
午前10時～午後7時
※中学生以下は午後5時まで。ただし、保護者同伴の場合は同7時まで。
※8月15日(日)は午後5時まで。
料金 おとな200円、高校生以下100円。
岡本庁・スポーツ振興課 (天草市民センター内) ☎326783

新和B&G海洋センタープール（新和町大多尾）

期間 7月1日(土)～8月31日(日)
午前10時～午後9時
※午後1時～同2時、午後5時～同6時は休み（月曜日休館）。
料金 おとな200円、高校生以下100円（午後6時以降はおとな300円、高校生以下150円）。
※艇庫の利用は休止します。
岡市役所新和支所／新和B&G海洋センター ☎463732（期間中）

金婚夫婦該当者はご連絡を

第59回熊日金婚夫婦表彰式が9月に行われます。

対象 昭和42年に結婚され、結婚50周年を迎えられるご夫婦。

連絡方法 7月7日(金)までに、電話またはハガキ・FAX ☎0155（結婚年月日と、ご夫婦の住所・氏名〔ふりがな〕・年齢・電話番号を記入）でご連絡ください。

郵申岡 〒863-8631（住所記載不要）
天草市役所・高齢者支援課
※各支所でも受け付けます。

年金情報

～知っていますか? お得な付加保険料～

国民年金定額保険料16,490円に合わせて付加保険料400円を納付すると、年金受給時に老齢基礎年金に付加年金分が上積みされます。申し出をした月分から納めることができます。ただし、農業者年金に加入している人は必ず納めることになっています。

受給できる付加年金額は、200円×納付月数で算出されます。

〔例〕
10年間(120月)付加保険料を納めたとき
納付額 400円×120月=48,000円
受給額 200円×120月=24,000円(年額)

受給後2年間で納めた額と同額、3年以上は納めた額を超えることになりお得です(※年金額は、65歳から受給した場合の額です)。

また、このほかに公的な個人年金として国民年金基金があり、将来設計に合わせて年金を増額することができますが、国民年金基金に加入する人は、付加保険料は納めることができません。



☎本渡年金事務所 ☎2154 / 県国民年金基金 ☎0120(65)4192 / 本庁・国保年金課

選挙人名簿を 閲覧できます

6月1日現在で登録資格がある人を記載した選挙人名簿を、2日以降に閲覧できます。

なお、この名簿の登録に不服があるときは、文書で選挙管理委員会に異議を申し出ることができます。

登録資格 次のいずれにも該当する人。①6月1日現在で満18歳以上の人②3月1日までに本市で住民票を作成した人で、引き続き市内に住所がある人。

異議申出期間 6月2日(金)～同6日(火)。

※公職選挙法の一部改正で、6月から縦覧制度は廃止され、個人情報保護に配慮した規定を整備する閲覧制度に一本化されました。
☎本庁・選挙管理委員会事務局(天草市民センター内) ☎7878

開発行為は届け出を

切土、盛土、宅地造成などの造成工事を行う場合は、造成規模(面積や切盛土の高さ)、施工する場所に依りて開発行為等届や開発許可申請が必要になる場合があります。

開発行為を予定される場合は、お尋ねください。

☎本庁(別館)・建設総務課

ダメです!ごみの ポイ捨て・不法投棄

市内でも不法投棄の捜査や検挙される事例が発生しています。天草の豊かな自然環境を守るため、ごみは各地区のごみステーションに出してください。

ごみを不法投棄され、投棄した人が判明しないときは、その土地の所有者または管理者の責任で処理しなければなりません。日ごろからごみが捨てられない環境づくりに心がけ

てください。

なお、法律でリサイクルが定められているテレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機やパソコンは、販売店や製造メーカーなどへお問い合わせのうえ、引き取り(有料)を依頼してください。



不法投棄に関する罰則

5年以下の懲役や1千万円以下(法人は3億円以下)の罰金など、厳しい罰則がもうけられています。

☎本庁・環境施設課(旧農政局事務所内) ☎7861

市民シアター事業 「名もなく貧しく美しく」「細雪」上映

市内に唯一残るフィルム上映館「本渡第一映劇」で、今年も市民シアターが始まります。

「名もなく貧しく美しく」(1961年東宝)

監督・脚本…松山善三。主演…高峰秀子、小林桂樹、加山雄三ほか。聴覚に障がいを持つ夫婦が戦後の困難な時代を支え合いながら懸命に生き抜く姿を描いた感動作!(上映時間…2時間10分)

とき 6月17日(土)～同23日(金)・10時30分～・19時20分～(19日(月)、21日(水)のみ)・21時10分～(17日(土)のみ)



▲名もなく貧しく美しく

「細雪」(1983年東宝)

監督・脚本…市川崑。主演…佐久間良子、岸恵子、吉永小百合、古手川裕子ほか。大阪の旧家に生まれた四姉妹の愛の物語を四季折々の風物を絡めながら綴る文芸超大作!(上映時間…2時間20分)

とき 6月24日(土)～同30日(金)・10時30分～・19時20分～(24日(土)、26日(月)、28日(水)のみ)



▲細雪

ところ いずれも本渡第一映劇。※木曜日休館。

入場料 高校生以上500円、中学生以下100円(3歳未満無料)。

上映映画は、天草を舞台にした作品や市民の皆さんからのリクエストによる作品などから選びます。たくさんのご応募をお待ちしています。

リクエスト方法 リクエスト用紙(本渡第一映劇[栄町]、天草市民センター、牛深総合センター、市役所文化課・各支所などに備え付け)を提出してください。ホームページからも応募できます。

☎http://simintheater.amakusa-web.jp/

☎本渡第一映劇 ☎1417 / 本庁・文化課(天草宝島国際交流会館ポルト内) ☎6784

夏休み化石セミナー 参加者募集

対象 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)。

とき [前期] 7月29日(土)・30日(日)

[後期] 8月26日(土)・27日(日)

※1泊2日(雨天決行)。

ところ 御所浦白亜紀資料館(御所浦地区コミュニティセンター)・現地。

集合場所 大道港(午前11時)または御所浦白亜紀資料館(午前11時30分)。※時間厳守。

参加費 1人1,300円(2日分の昼食代)。

※当日徴収。

宿泊代 中学生以上7,500円程度、小学生6,500円程度(1泊2食付き)。

※宿泊先はご相談ください。

服装・持参品 野外で動きやすい服装、軍手、靴(サンダル不可)、雨具など。

定員 各35人(先着順)。

申込期間 [前期] 6月15日(土)～7月14日(金)

[後期] 6月15日(土)～8月11日(金)。

申込方法 電話またはFAX ☎2359、電子メール(参加者全員氏名、郵便番号、住所、前日の午後連絡がとれる電話[FAX]番号、年齢・学年、性別、希望日[前期か後期]、集合場所[大道港か御所浦白亜紀資料館]を記入)で申し込んでください。

☎info@gcmuseum.ec-net.jp

☎御所浦白亜紀資料館 ☎2325

4868
原さん ☎090(9591)
コンサート実行委員会の松
間さん ☎090(9591)
さんへの義援金として使用
します。

協力金 500円。
※熊本地震で被災された皆
さんへの義援金として使用
します。

熊本地震の復興はまだま
だ進んでいません。昨年に
引き続き、天草の元気いっ
ぱいの歌・踊りを届けます。

なんなつとチャリティー
コンサート「くまもとへ」
催し

市民のひろば
※詳しいことは☎へ
お尋ねください。

【活動資金調達方法の
講座を開催】
地域の課題解決に取り組
む人の資金調達の悩みにつ
いての講座を開催します。

【(社)市民活動サポート
あまみんからのお知らせ】
地域課題解決に取り組
む人の資金調達の悩みにつ
いての講座を開催します。

天草支援学校の学習活動
や学校施設を公開します。

県立天草支援学校
「オープンスクール」

天草支援学校の学習活動
や学校施設を公開します。
とき 〔高等部〕6月1日
〔中学部〕同8日〔小学部〕同9日
いづれも午前9時30分～同11時30分。
ところ 天草支援学校(本町)。

市民活動支援人材登録制
度『やくだち隊』に登録し
て、新たな自分を発見して
みませんか。
申込み方法 申込書を提出し
てください。随時受け付け
ます。

市民活動支援人材登録制
度『やくだち隊』に登録し
て、新たな自分を発見して
みませんか。
申込み方法 申込書を提出し
てください。随時受け付け
ます。

「やくだち隊」大募集
まちづくり、子育て支援、
高齢者支援、社会貢献活動
などの市民活動を行う個
人・団体を支援する人を募
集します。

定員 30人(先着順)。
※託児あり。
講師 徳永洋子氏(日本フ
ァンドレイジング協会理
事)。
内容 ●資金調達の基礎・
方法から成功のポイント●
寄付・クラウドファンデ
ィングに挑戦する前に知って
おきたいポイント●会員・
助成金・事業収益など。

第52回 天草ほんどハイヤ祭り

- 7月22日④ 天草子ハイヤ (荒天時23日④)
- 7月29日④ 天草ほんど花火大会 (荒天時30日④)
- 8月5日④ 天草ハイヤ道中総踊り (荒天時6日④)

子ハイヤ 参加チーム募集
とき 7月22日④午後7時～。
ところ 本渡地区の中央・上町通り～船之
尾通り(周回コース)。
参加資格 小学生以下の児童で結成したチ
ーム。※個人参加(3歳以上小学生以下)
も受け付けています(定員40人)。
参加料 無料。
申込期限 6月21日④午後5時まで。個
人参加者は7月6日④午後5時まで。
申込方法 申込用紙を本渡商工会議所へ提出してください。☎④3340 ☎http://haiya.org
☎☎天草ほんどハイヤ祭り実行委員会事務局(本渡商工会議所内) ☎④2001

天草ハイヤ 道中総踊り参加チーム募集
小・中学生、高校生の新規団体も募集しています!
とき 8月5日④午後7時20分開始予定。
ところ 天草市役所～天草信用金庫本店(国
道324号)。
参加資格 1チーム10人以上100人以下。
山車の規格 高さ3.5m、長さ5m、幅3
m以内。※山車がなくても参加できます。
参加料 1万円(1チーム)。
申込期限 6月16日④午後5時まで。

図書館へ行こう! 【市立図書館ホームページ】http://www.amakusa-lib.jp/
☎☎中央図書館 ☎④7001、FAX☎④7013

～読み聞かせボランティア交流会～
読み聞かせボランティアの技術向上と交流、子
どもの読書活動の充実を目的に「読み聞かせボラ
ンティア交流会」を開催します。
とき 6月24日④午後1時30分～同4時。
ところ 天草市民センター2階・大会議室。
講演・実演 〔講師〕尾場瀬淳美氏(九州第1号の
絵本専門士)〔演題〕「もっと学ぼう!読み聞かせ」
～実践に活かせるポイントを学ぶ～
読み聞かせ方法や絵本の選び方、わら
べ歌や小道具を使った実演など。
※託児もあります(託児申し込みは6月
20日④まで)。
申込方法 各図書館へ申し
込んでください。

～蔵書点検のお知らせ～
中央・牛深・御所浦・河浦図書館、五和図書室では、
蔵書点検のため6月26日④～7月4日④まで休館
します。たいへんご迷惑をおかけしますが、ご協力
をお願いします。
この期間は、カウンターでの貸出・返却ができま
せんので、右記のとおり返却日を延長します。
☎☎中央図書館 ☎④7001 / 牛深図書館 ☎④7100 / 御所浦図書館 ☎④673931 / 河浦図書館 ☎④748111

スポーツ全国大会出場者を紹介します 【2/21～4/30受付分：敬称略】

- ※市スポーツ全国大会出場補助金の申請者をもとに掲載しています。詳細は、本庁・スポーツ振興課へお尋ねください。
- 天草BB 第28回全国家庭婦人バレーボールいそじ大会(岐阜県：3/10～12)
 - 酒井慈英(本渡北小5年) 第39回(2016年度)JOCジュニアオリンピックカップ春季
水泳競技大会(東京都：3/27～30)
 - 金子千秋(本渡中2年) 彩の国第11回全国中学生空手道選手権大会(埼玉県：3/28～30)
 - 畑島大翔(本渡中1年) 第30回都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会2017(東京
都：3/28～30)
- ※学校・学年は申請当時のものです。 ☎☎本庁・スポーツ振興課(天草市民センター内) ☎④6783

県高齢者無料職業紹介所 天草相談所

対 象 おおむね60歳以上。
と き 毎週月・水・金曜日の午前
10時～午後4時(祝日・年末年
始を除く)。
と ころ 県天草広域本部福祉課(今
釜新町)。
※詳細はお尋ねください。
☎☎熊本さわやか長寿財団高齢者無料
職業紹介所天草相談所 ☎④9727

4月分市交際費の支出状況

区分	支出日	支出件名	金額(円)	支出先
慶事	21	五木村歴史文化交流館 開館記念式典	10,000	球磨郡五木村
会費	16	東京大江会総会	10,000	東京大江会事務局
	22	東京天草郷友会総会	10,000	東京天草郷友会事務局
	27	在福岡熊本県人会 春の総会	7,000	在福岡熊本県人会事務局
雑費	19	おみやげ(海老煎餅) ※(株)通宝訪問	6,000	岡木原都堂
	20	おみやげ(かまぼこ詰合せ)※球磨郡 五木村との交流連携協定調印式	15,000	(株)松下蒲鉾店
合 計			58,000円	

☎☎本庁・秘書課

介護支援専門員への 就業支援講習会

対象 次のいずれにも該当する人。①ひとり親家庭の父または母、寡婦(か)の人②全講習会に出席できる人③平成29年度介護支援専門員試験の受験を予定している人
とき 8月8日～同29日の毎週火曜日の全4回。
 午前9時30分～午後3時30分。
ところ 本渡地区公民館。
講習内容 介護支援専門員受験準備講習会。
受講料 無料(テキスト・模擬試験代7,500円程度と検定料は自己負担)。
 託児サービスもあります。
申込方法 6月30日(金)までに、申請書を提出してください。
☎ 本庁・子育て支援課(天草中央保健福祉センター内) ☎5400
☎ 275400
☎ 天草母子家庭等就業・自立支援センター ☎096(351)8777

危険物取扱者保安講習

とき 7月14日(金) ●給油取扱所：午前9時30分～午後0時30分 ●その他：午後1時30分～同4時30分。
ところ 天草市民センター。
申込期限 6月14日(水)。
 ※申込方法などの詳細は、お尋ねください。
☎ 天草広域連合消防本部予防課 ☎3305 / 各消防署・分署

第2回甲種防火管理 新規講習会

とき 8月9日(水)・同10日(木)の2日間(午前8時30分～午後4時)。
ところ 天草広域連合消防本部3階(本渡町広瀬)。
定員 60人(先着順)。
受講料 3,800円。
 ※申し込み後に納付書を郵送しますので、7月14日(金)までに納入してください。
申込方法 6月19日(月)～同26日(日)までに、申込書と6

第32回 五足の靴頭彰全国短歌大会 参加者・出詠作品募集

講演会・表彰式
とき 10月14日(土) 午後1時～
ところ 天草市民センター大会議室 **入場無料**
内容 [演題]「良きものをつくる～短歌実作者のために～」[講師] 阿木津英氏

五足の靴の旅めぐり
とき 10月15日(日) 午前9時～
ところ 天草市民センター出発
内容 五足の靴富岡ルート(五足の靴の一行が歩いた茶北町のコース)をたどります。
参加費 2,000円(バス・昼食代込)。

短歌作品募集
応募部門 一般・高校生・中学生以下の部(自由題で未発表作品を1人1首まで)。
出詠料 1,000円(高校生以下は無料)。

申込方法 いずれも7月31日(日)までに、応募用紙を郵送(当日消印有効)またはFAX@8797で申し込んでください。※出詠料・参加費は、小為替または郵便振替(加入者名=五足の靴頭彰全国短歌大会実行委員会・口座番号=01720-3-143644)でお支払いください。
☎ 天草市民センター内 ☎28797

天草市民合唱団 「杉の子コール」団員募集

大会議室。
内容 知っておいてほしい薬の事。
☎ 天草市民センター ☎9707

週土曜日、午後6時～同8時。

ところ 天草ボウリングセンター(本渡町広瀬)。
参加料 1,000円(期間中のゲーム代・靴代・教材代・施設保険代込み)。
申込方法 各教室の前日までに、電話またはFAX ☎2665で申し込んでください。
☎ 天草ボウリングセンターの西岡さん ☎2655

公共職業訓練受講生を募集します

対象 離職者または自営業を廃業し就職希望の人。
訓練科名 医療事務特撰科。
内容 医療事務、調剤事務、医師事務作業補助。
募集期限 6月27日(火)。
訓練期間 8月4日(金)～10月30日(日)。
訓練会場 (株)ニチイ学館八代支店本渡教室(小松原町)。
☎ 天草公共職業安定所 ☎28609

樹木剪定講習の 受講者を募集します

シルバー人材センターでは、樹木剪定に必要な基礎的講習と実習を開催します。
対象 60歳以上の人。
とき 6月15日(水)・同16日(木) 午前9時～午後4時。
ところ シルバー人材センター事務所(南新町)、実習会場。*受講料無料。
定員 20人程度。
申込方法 6月9日(金)までに、電話で申し込んでください。
☎ 天草市民センター ☎2903

弁護士による 無料法律相談会

一般民事事件、家事事件(離婚・相続等)、借金問題など、相談内容は問いません。熊本大学法科大学院の授業の一環として、同意の

「糖病教室」

内容 「講演」「ホットケマすか?」「講師」葛籠貫氏(隣峰寺住職)。講話後はおしゃべりタイムです。語り合いませんか。
※ 次回は7月7日(金)。
とき 6月21日(水) 午後1時～同2時。
内容 「講義」糖尿病連携手帳の使い方(医師)、検査の話(検査技師)。

薬剤師会 健康フォーラム

とき 6月17日(土) 午前10時30分～同11時30分。
ところ 市民センター2階

労働・雇用・年金の 無料相談会

とき 6月15日(水) 午後1時30分～同4時30分。
ところ 市男女共同参画センター(本渡)。
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。
☎ 天草市民センター ☎5221

かしの動物病院
 ●ワクチン接種
 ●フィラリア予防
 ●診察時間：9:00～18:30
 ●土曜祝も診療いたしております
 《電話してご来院ください》
☎ 0969-22-3356 天草市八幡町6-20

ボート免許講習会(国家試験免除)
 天草教室(7月) 漁村センター(天草漁協本所) 実技会場 佐伊津漁港内(天草市佐伊津漁港水産)
夏のキャンペーン
 ☆7月受講生限定☆
 国家試験免除コース(安心・丁寧・確実)
 1級 ¥147,000→120,000円
 2級 ¥124,000→99,000円
 進級 ¥43,000→33,000円
 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

健康こよみ 7月



☎天草中央保健福祉センター(亀場町) ☎②40620・②43737
天草東保健福祉センター(栖本町) ☎⑥3355
天草西保健福祉センター(河浦町) ☎⑦3301

■3・4カ月児健診

▶対象=平成29年3月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
11 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:30~12:50
13 ④	牛深(向辺田を含む)、河浦	牛深支所	13:00~13:15
19 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:30~13:00
25 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:30~12:50

■7・8カ月児健診

▶対象=平成28年11月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
13 ④	牛深(向辺田を含む)、河浦	牛深支所	13:15~13:30
19 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:30~13:00
20 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草	天草中央保健福祉センター	12:30~12:50

■1歳6カ月児健診

▶対象=平成27年12月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル

日	対象地区	場所	受付時間
18 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:30~12:50
26 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:30~13:00

※本渡(志柿・瀬戸・下浦)・有明・御所浦・倉岳・栖本地域は、平成27年11~12月生まれが対象です。
※牛深・天草(高浜・大江)・河浦地域の平成27年12月~同28年1月生まれは、8月に実施予定です。

■5カ月児育児学級

▶対象=平成29年2月生まれの子どもと保護者
▶時間=9:45~11:30
▶持参品=母子健康手帳・3~4カ月健診で配布した離乳食のパフレット・バスタオル

日	内容	場所
21 ④	子育てのお話、離乳食のお話	天草中央保健福祉センター

※参加を希望する人は7月18日④までに、電話で天草中央保健福祉センターへ申し込んでください。

■3歳児健診

▶対象=平成26年6月生まれ
▶持参品=問診票・母子健康手帳・バスタオル・尿

日	対象地区	場所	受付時間
6 ④	牛深、天草(高浜・大江)、河浦	天草西保健福祉センター	12:45~13:15
27 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:30~12:50

※牛深・天草(高浜・大江)・河浦地域は平成26年5~6月生まれが対象です。
※本渡(志柿・瀬戸・下浦)・有明・御所浦・倉岳・栖本地域の平成26年6~7月生まれは、8月に実施予定です。

■5歳児健診

▶対象=健診日の2週間前に個別にお知らせします。
▶持参品=問診票(未就園児のみ)・母子健康手帳・水筒

日	対象地区	場所	受付時間
6 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦を除く)、新和、五和、天草(高浜・大江を除く)	天草中央保健福祉センター	12:30~13:15
13 ④			
27 ④	本渡(志柿・瀬戸・下浦)、有明、御所浦、倉岳、栖本	天草東保健福祉センター	12:30~13:00

※月によっては、翌月の健診対象になることもあります。通知でご確認ください。

■健康相談

▶対象=希望者 ▶受付時間=10:00~11:00
▶持参品=健康手帳・母子健康手帳・バスタオル

日	場所
3④	天草中央保健福祉センター いさな館(御所浦支所の2階)
10④	牛深支所、有明保健センター
18④	天草支所
20④	天草東保健福祉センター
24④	天草中央保健福祉センター

■離乳食教室

▶対象=5~8カ月の子どもと保護者

日	内容	場所	時間
26 ④	離乳食のお話	天草西保健福祉センター	10:00~11:30

※参加を希望する人は7月21日④までに、電話で天草西保健福祉センターへ申し込んでください。
※次回の離乳食教室は、9月に実施予定です。



天草エアライン(株)



①天草市民 記念日旅行キャンペーン 第一期募集

搭乗期間 7月1日④~平成30年1月31日④。
※8月5日④~20日④・12月29日④~平成30年1月8日④を除く。 **福岡線 限定**

路線 天草⇄福岡線(全便)。※1便当たりの座席数に制限があります。

運賃 1人片道2,500円(往復5,000円)。

当選者数 合計80人。当選ハガキ1枚で当選者とその同行者2人まで利用可。(同一便を利用する場合に限る)。

②天草市民 夏休み親子体験搭乗キャンペーン

搭乗期間 7月21日④~8月31日④。※8月5日④~20日④を除く。 **夏休み 親子限定**

路線 天草⇄福岡線(全便)。※1便当たりの座席数に制限があります。

運賃 1人片道2,500円(往復5,000円)。

当選者数 合計30人。当選ハガキ1枚で当選者とその親(または子)の2人利用できます。(同一便を利用する場合に限る。当選者のみのご利用は出来ません)

③天草市民 熊本線グループ旅行キャンペーン 第一期募集

搭乗期間 7月1日④~12月28日④。※8月5日④~20日④を除く。 **熊本線 グループ利用**

路線 天草⇄熊本線(全便)。※1便当たりの座席数に制限があります。

運賃 1人片道1,800円。※3人以上のグループ利用限定キャンペーンです。

当選者数 合計30人。当選者とその同行者の計15人まで利用できます。(同行者は天草市在住で当選者と同一便を利用する場合に限る)

応募要件 天草の空サポータークラブ会員未加入の場合は要入会(年会費無料)。
※利用日当日、「天草の空サポータークラブ入会申込書」提出でも可能。

— 申込内容 —

応募資格 天草市民。ハガキは1人1枚限り。

応募方法 いずれも6月12日④までに、ハガキ(郵便番号・住所・氏名〔ふりがな〕・年齢・性別・電話番号、当選した場合の行き先〔①は記念日のある月、③は利用希望月〕を記入)を郵送してください。

抽選結果 ①③毎月抽選し、当選月の前月10日頃に当選者のみにハガキで通知。※7月当選分は6月15日頃通知。②6月25日頃に、当選者のみにハガキで通知。

〒863-2114市内五和町城河原1丁目2080-5 天草エアライン(株)

①「天草市民 記念日旅行キャンペーン」係
②「天草市民 夏休み親子体験搭乗キャンペーン」係
③「天草市民 熊本線グループ旅行キャンペーン」係

運休のお知らせ

期間 6月21日④~同30日④。機体の整備作業のため、全便運休します。

☎天草エアライン(株)予約センター ☎④1515 (受付時間:午前9時~午後6時)

休日在宅病・医院

▶診療時間＝午前9時～午後5時。
※歯科は午前10時～午後4時。

〔6月4日〕
開内科医院 ㊤ (下浦町) ☎③0561
在宅とつながるクリニック天草 ㊤ (宮地岳町) ☎②0515
酒井外科・内科医院 ㊤ (港町) ☎②4133
野田医院 ㊤④㊤ (河浦町) ☎⑦0067
天草慈恵病院 ㊤ (天草郡荻北町) ☎⑦1111
毛利医院 ㊤ (上天草市大矢野町) ☎0964⑥2111
姫戸医院 ㊤ (上天草市姫戸町) ☎⑧3583
松山歯科 (南町) ☎③3538
◀小児科▶ 十万山クリニック (本渡町) ☎④7700

〔6月11日〕
やました医院 ㊤㊤ (北原町) ☎⑦0131
大塚泌尿器科クリニック ㊤ (東浜町) ☎②2325
長野内科小児科医院 ㊤ (五和町) ☎②2323
楽洋クリニック ㊤㊤㊤ (五和町) ☎③2020
福本病院 ㊤㊤ (牛深港) ☎③3131
天草慈恵病院 ㊤ (天草郡荻北町) ☎⑦1111
荻北クリニック ㊤㊤ (天草郡荻北町) ☎③1119
佐々木整形外科 ㊤㊤㊤㊤ (上天草市大矢野町) ☎0964⑥5550
やまうち医院 ㊤④㊤ (上天草市松島町) ☎⑥0899
道脇歯科 (上天草市龍ヶ岳町) ☎②1610
◀小児科▶ 長野内科小児科医院 (五和町) ☎②2323

〔6月18日〕
稲村医院 ㊤㊤㊤ (本渡町) ☎③8168
天草厚生病院 ㊤ (有明町) ☎⑤6111
島子ごとう医院 ㊤㊤㊤㊤ (有明町) ☎⑤0111
中村こども・内科クリニック ㊤ (五和町) ☎③0144
松本内科・眼科 ㊤㊤㊤ (久玉町) ☎②2833
天草慈恵病院 ㊤ (天草郡荻北町) ☎⑦1111
宮崎外科胃腸科医院 ㊤㊤ (上天草市大矢野町) ☎0964⑥0600
春田医院 ㊤㊤㊤ (上天草市松島町) ☎⑥0052
蓑下歯科 (上天草市姫戸町) ☎⑧2135
◀小児科▶ 中村こども・内科クリニック (五和町) ☎③0144

〔6月25日〕
毛利内科 ㊤㊤ (本町) ☎②3468
天草ふれあいクリニック ㊤ (丸尾町) ☎④1400
東整形外科 ㊤ (南新町) ☎④3131
永芳医院 ㊤㊤ (栄町) ☎③1166
森口内科医院 ㊤ (天草町) ☎④1118
うしぶか心愛病院 ㊤㊤ (二浦町) ☎⑦9553
荻北医師会病院 ㊤ (天草郡荻北町) ☎③1133
吉田クリニック ㊤ (上天草市大矢野町) ☎0964⑦0246
村上医院 ㊤㊤㊤㊤㊤ (上天草市姫戸町) ☎⑧3102
蓑田歯科 (太田町) ☎④1010
◀小児科▶ 永芳医院 (栄町) ☎③1166

※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☎③1400でもお知らせしています(歯科を除く)。

小児救急 電話相談 (平日) 19:00～翌朝8:00
(土曜日) 15:00～翌朝8:00
(日曜・祝日) 8:00～翌朝8:00
夜間の子どもの急な発熱などでお困りのときは、#8000番(ダイヤル回線の場合☎096-364-9999)をご利用ください。

求人情報 最新の情報はインターネットでも紹介!

▶ハローワークインターネットサービス (https://www.hellowork.go.jp) …「求人情報検索」で見ることができます。

▶求人情報誌…毎週金曜日に発行。ハローワーク天草、市役所本庁1階・会計課前、各支所に設置しています。

※インターネットに掲載されていない求人情報もあります。詳細は、ハローワーク天草内に設置してある求人閲覧パソコンでご確認ください。



☎ハローワーク天草 (天草公共職業安定所) ☎②8609

献血日程 400ml献血にご協力ください

▶持参品＝献血カード(献血手帳)または身分証明書。

期日	時間	場所
6/15 ㊤	9:00～11:30 12:45～16:00	市役所牛深支所
6/16 ㊤	8:30～12:30 14:10～15:30	天草信用金庫 天草中央保健福祉センター
6/28 ㊤	9:00～11:00 12:40～16:00	JA本渡五和本店 天草地域医療センター
6/29 ㊤	9:00～11:30 12:45～15:30	栖本福祉会館

☎天草中央保健福祉センター ☎④0620

水道修繕当番店 6月

本渡	(有)田中設備 ☎③6906	栖本	(有)猪原電気 ☎⑥2063
牛深	(株)塩田建材店 ☎⑦2144	新和	田中電器 ☎④3595
有明	松崎電工 ☎③0738	五和	中野電器 ☎④0465
御所浦	古井設備 ☎⑦2509	天草	(有)赤崎電設 ☎④3569
倉岳	藤川電気 ☎④2059	河浦	木下電設 ☎⑦0542

天草の潮汐 6月

日	潮	本渡港		牛深港	
		満潮	干潮	満潮	干潮
1日 ㊤	小	1:29 13:18	7:39 19:50	1:15 12:55	7:20 19:21
2日 ㊤	小	2:33 14:41	8:52 21:02	2:20 14:27	8:38 20:34
3日 ㊤	小	3:53 16:29	10:24 22:29	3:23 15:56	9:52 21:49
4日 ㊤	長	5:02 17:46	11:33 23:40	4:17 17:05	10:50 22:53
5日 ㊤	若	5:51 18:37	— 12:21	5:02 17:57	11:35 23:46
6日 ㊤	中	6:31 19:21	0:33 13:01	5:40 18:40	— 12:13
7日 ㊤	中	7:09 20:01	1:17 13:39	6:15 19:18	0:30 12:47
8日 ㊤	中	7:47 20:41	1:59 14:16	6:49 19:53	1:09 13:20
9日 ㊤	大	8:24 21:19	2:40 14:53	7:22 20:27	1:46 13:53
10日 ㊤	大	9:01 21:54	3:18 15:27	7:54 21:00	2:21 14:25
11日 ㊤	大	9:35 22:27	3:54 16:00	8:26 21:33	2:55 14:58
12日 ㊤	大	10:07 22:58	4:27 16:32	8:58 22:07	3:28 15:31
13日 ㊤	中	10:38 23:27	4:59 17:03	9:32 22:43	4:03 16:06
14日 ㊤	中	11:09 —	5:30 17:36	10:08 23:22	4:41 16:43
15日 ㊤	中	0:00 11:45	6:06 18:14	10:50 —	5:24 17:25

※この潮汐表は、(株)交通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。

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
16日 ㊤	小	0:39 12:33	6:51 19:02	0:08 11:44	6:15 18:15
17日 ㊤	小	1:31 13:41	7:52 20:04	1:02 12:55	7:18 19:17
18日 ㊤	小	2:38 15:12	9:07 21:20	2:04 14:24	8:30 20:31
19日 ㊤	長	3:53 16:47	10:27 22:43	3:08 15:50	9:40 21:48
20日 ㊤	若	5:03 18:01	11:36 23:57	4:07 17:03	10:41 22:59
21日 ㊤	中	6:03 19:01	— 12:33	5:01 18:04	11:35 —
22日 ㊤	中	6:57 19:54	0:59 13:25	5:51 19:00	0:01 12:25
23日 ㊤	中	7:48 20:44	1:54 14:15	6:40 19:52	0:57 13:15
24日 ㊤	大	8:36 21:32	2:45 15:02	7:27 20:42	1:49 14:03
25日 ㊤	大	9:23 22:17	3:33 15:48	8:15 21:31	2:39 14:51
26日 ㊤	大	10:08 23:00	4:19 16:32	9:01 22:17	3:28 15:37
27日 ㊤	大	10:49 23:40	5:02 17:14	9:48 23:02	4:15 16:23
28日 ㊤	中	11:30 —	5:43 17:54	10:35 23:45	5:01 17:08
29日 ㊤	中	0:18 12:10	6:25 18:34	11:26 —	5:49 17:53
30日 ㊤	中	0:57 12:56	7:09 19:17	0:29 12:24	6:41 18:41

行政相談所を開設

とき	ところ・行政相談委員
6月 1日 ㊤ 10:00～15:00	新和町民センター 吉岡賢龍さん ☎④3248
6月 4日 ㊤ 9:00～11:30	倉岳支所 稲田隆義さん ☎④2669
6月 7日 ㊤ 10:00～15:00	天草支所 尾下 明さん ☎④1045
6月14日 ㊤ 9:00～12:00	御所浦地区コミュニティセンター 齊藤朝廷さん ☎⑦3154

とき	ところ・行政相談委員
6月14日 ㊤ 9:00～11:00	五和支所 井上英二さん ☎③0948
6月20日 ㊤ 10:00～12:00	リンドマールTAIYO 有馬一彦さん ☎④3378 段下千晶さん ☎③9012
6月21日 ㊤ 9:00～12:00	牛深総合センター 池林通秋さん ☎⑦4490

広告

50代からはじめる“認知症予防”のパソコン教室はPCステーションの

一般・行政・地区・高齢者施設・その他お気軽にお問い合わせ下さい

まだまだ、大丈夫!?でも軽度の物忘れが…。そこで、頭と指先を使って、「おぼえるより楽しむ」。パソコンを趣味とすることで、頭の体操・健康管理。一緒に無理なく始めましょう。

ピーシーステーション
天草市本渡町広瀬5-47 (千原石油棟前)
電話 (0969) 22-6667

お気軽にお電話を!

広告 [日本歯周病学会認定] 歯周病専門医 **松田歯科医院**

* 受付時間 *

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9時～12時)	○	○	○	○	○	○
午後 (14時～18時半)	○	○	休	○	○	○

(土曜日のみ 17:00まで)

予約優先 ☎0969-22-2432
来院前にはお電話下さい



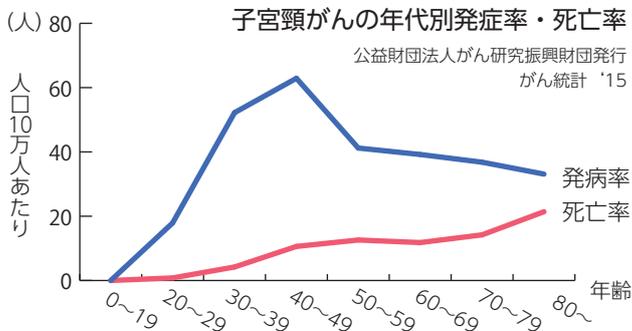
受けていますか？ 子宮頸がん検診

今年度20歳・40歳の
あなたは無料です！

子宮は、胎児を育てる大切な臓器です。その子宮の入り口付近にできるのが子宮頸^{けい}がんで、性交渉によりヒトパピローマウイルス(HPV)に感染して起こることが知られています。HPVは、多くの女性が一生に一度は感染すると言われる、ありふれたウイルスです。近年は、20～30代で発症するケースが増えています。

子宮頸がんになるまでには数年かかるため、定期的に検診を受ければ、がんになる前の段階で見つけることができ、治療が可能です。

定期的な検診で、子宮頸がんを予防しましょう。



- 対象者：20歳以上の女性。
 - 検診：地域健診、施設健診、子宮頸がん単独検診(8月から受け付け)。
 - 費用：加入している医療保険、受ける健診の種類などにより、個人負担額が変わります。
- ※詳細は各保健福祉センターへ。



鬼塚クリニック
鬼塚 芳夫 医師



太もも周りの運動

梅雨の季節は、外出がおっくうになり運動不足になりがちです。そこで今回は家の中でできる運動を紹介します。

■太もも前面の筋力トレーニング

- ①椅子に浅く腰かけて、背筋を伸ばす。
(背もたれにもたれない)
- ②片足をひざの高さまで3秒かけて上げ、その後3秒かけて下げる。
- ③それぞれ左右10回ずつ行う。

ポイント 足を上げたとき、太ももが固くなっているかを意識する。



■太もも裏側のストレッチ

- ①両足を伸ばして床に座る。
- ②片方の足を内側に曲げ、背筋を伸ばしたまま、おへそを太ももに近づけるように体を前に倒す。
- ③10秒ほど伸ばし、足をかえて反対側も同じように伸ばす。

ポイント 伸ばしている足のひざ裏が床から浮かないように。

