

記号の説明 ㊟…問い合わせ先 ㊞…申込先 ㊟…電話番号
㊞…FAX ㊞…メールアドレス ㊞…ホームページ

菊池市ホームページ
http://www.city.kikuchi.lg.jp/



7月の「税」の納期限 7月31日(木)

㊞税務課
市民税係 ㊞(25)7206

- 固定資産税第2期
- 国民健康保険税第1期

口座振替を利用している人は、7月25日(金)に振替を行いますので、残高の確認をお願いします。

手当てを受給している人は、現況届を期限までに提出することが義務付けられています。所得超過で支給額が0円の人も含みます。対象者には関係書類を送付しますので、忘れずに提出してください。

対象手当 児童扶養手当、特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児

児童扶養手当などの現況届を提出しましょう

㊞健康推進課健康推進係
㊞(25)7219

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。

※乳がん個別検診は牧診療所で実施しています。



オオキンケイギク

「特定外来生物」オオキンケイギクの駆除のお願い

北米原産のオオキンケイギクは、冬でも強く、花枯れ姿が汚くないという理由で、緑化のため道路の法面に利用されたり、ポット苗としても

各総合支所総務民生課

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

㊞児童扶養手当 子育て支援課
㊞(25)7214

㊞その他の手当 福祉課
㊞(25)7213

お知らせ

新しい保険証を送ります

新しい国民健康保険・後期高齢者医療の保険証を、7月中旬から7月末までの間に簡易書留で郵送します。留守などで受け取られなかった保険証は、8月から健康推進課または最寄りの各総合支所でお預かりしていますので、身分を証明できるものと印かん（スタンプ印不可）をお持ちの上、お受け取りください。

現在お持ちの保険証の有効期限は7月31日までとなっています。8月1日からは新しい保険証を使用してください。

▼国民健康保険一般被保険者証と前期高齢者医療被保険者証（クリーム色）▼国民健康保険退職者医療被保険者証（水色）▼後期高齢者医療被保険者証（水色）

※前期高齢者医療被保険者証及び後

年に1回健康チェック！ 複合健診を受けましょう

複合健診を毎年8月から9月に実施しています。複合健診とは、生活習慣病に着目した生活習慣病健診（19～39歳）・特定健診（40～74歳）・後期高齢者健診（75歳～）とがん検診を合わせたものです。

生活習慣病を予防・改善

日本人の約6割は生活習慣病で死亡しています。偏食、運動不足、ストレス、喫煙、飲酒などの生活習慣により、良くも悪くもなる病気です。放っておくといきなり心臓病や脳卒中の発作が起こったり、重度の糖尿病合併症が起こったりして不自由な生活を余儀なくされます。自分の健康状態を知り生活習慣を見直しましょう。

がんは日本人の死因の第1位

約2人に1人ががんにかかるといわれており、死亡数は年々増え続けています。しかし、診断と治療の進歩によって早期発見・早期治療で治

介護予防ミニ講座

「脱水」を予防しましょう

高齢になると喉の渇きを感じにくくなります。頻繁な排尿を気にして水分を抑える人もいます。そのため高齢者は脱水になりやすく、重症化する命の危険もあるため注意が必要です。

■水分摂取の目安

①食事以外に1日1,000ml～1,500ml（ペットボトル2、3本分）の水分が必要です。起床時・食間・入浴前後・就寝前など、こまめな水分摂取を心掛けましょう。

②発熱・下痢・嘔吐などの症状があるときには、吸収率が良いイオン飲料を利用しましょう。

■食事内容

①汁物・果物・ゼリーなど、水分を多く含むものを献立に取り入れましょう。

②夏野菜（キュウリ・トマトなど）は、水分や疲労回復効果のあるビタミンCが多く含まれます。夏バテ予防のためにも、旬の食材を積極的に食べましょう。

※心臓病や腎臓病の人は水分制限が必要な場合があります。主治医に相談して、適切な水分摂取を行いましょう。

㊞高齢支援課地域包括支援係 ㊞(25)7216

特定保健指導をご存知ですか？

健康推進課国保・医療給付係
㊞(25)7218
各総合支所総務民生課

健診の結果、生活習慣の改善が必要と思われる人を対象に、保健師や

「乳がん(マンモグラフィ)個別検診」一部訂正

広報きくち6月号25ページに掲載した「乳がん(マンモグラフィ)個別検診」で、一部表現の誤りがあり

生産・流通していました。しかし、一度定着すると在来野草を駆逐し、辺りの景観を一変させてしまう性質を持っています。

近くで見かけたら、積極的に駆除していただきますようご協力をお願いします。

駆除方法 根から引き抜いたものを2～3日天日にさらして枯らし、燃えるごみに出してください。

㊞九州地方環境事務所野生生物課
㊞096(214)0339

里親制度の説明会を開催します

家庭で生活することができない子どもたちの里親になっていただける人を募集しています。まずは「里親」

泗水公民館(有朋の館)が開館しました

泗水公民館(有朋の館)が孔子公園南側に新しく開館しました。

以前の施設とほぼ同じ規模で、木造平屋建て。市民の皆さんのご意見・ご要望を取り入れた施設です。これからも生涯学習の拠点としてご利用いただきますようお願いいたします。

㊞教育委員会教育部泗水分室
㊞(38)2258

夏休みの少年の非行 犯罪被害を防止しましょう

夏休みを迎えると、開放感や気の緩みから非行に走ったり、強制わいせつなどの性犯罪や児童買春などの被害に遭ったりするケースが目立ってきます。非行や犯罪被害を予防するために次の点に注意しましょう。

■非行に走る兆候がないかチェック

非行の「兆し」を早期に発見し、適切な指導で未然防止に努めましょう。

▼帰宅時間が遅くなったり、深夜外出、無断外泊が多くなる▼嘘をついたりソワソワして落ち着きがなくなったりする▼付き合う友達が変わり、服装が派手になったり化粧をしたりする▼携帯電話の使用時間が長くなる

■携帯電話使用による犯罪被害防止

出会い系サイトやコミュニティサイト(ゲームや掲示板)で知り合った人と会い、犯罪被害に遭う少年少女が後を絶ちません。サイト利用者の中には犯罪をたくらむ人物がいることを十分に認識しましょう。スマートフォンの普及に伴い被害に遭うおそれのあるアプリ、ウイルスが混入されたアプリなども多数流通しています。フィルタリングサービスを利用し、被害を予防しましょう。

㊞菊池警察署 ㊞(24)0110

記号の説明 ㊟…問い合わせ先 ㊞…申込先 ㊟…電話番号
㊟…FAX ㊟…メールアドレス ㊟…ホームページ

菊池市ホームページ
http://www.city.kikuchi.lg.jp/



- ▼資格免許職
- ⑤保健師 1人程度
- ▼高卒程度
- ③一般事務 2人程度
- ④「身体障がい者枠」一般事務 1人程度
- ②「身体障がい者枠」行政 3人程度
- ①行政 3人程度
- ▼大卒程度
- ①行政 3人程度

募集職種・区分・採用予定者数

菊池市職員採用試験

募集

毎週水曜日に各種証明書の
交付時間を延長しています

とき 毎週水曜日 午後8時まで
(水曜日が祝日の場合は翌日)
ところ 市民課(1番窓口)
証明書の種類 現在の戸籍謄本・戸籍抄本・戸籍附票、住民票、印鑑登録証明書、所得証明書、市県民税課税台帳記載事項証明書
㊟市民課 ㊟(25)7211

農薬散布の際にはミツバチや巣箱に農薬がかからないよう十分注意しましょう。

㊟熊本県農業技術課

㊟096(333)2381

菊池市の市外局番 0968
菊池市役所の住所 〒861-1392 菊池市隈府 888 番地

各総合支所の問い合わせ先
七城総合支所 ㊟(25)1000
旭志総合支所 ㊟(37)3111
泗水総合支所 ㊟(38)2112

吹付アスベスト除去費補助

不特定多数の人が共同で利用する建物の吹付アスベスト除去に対し、補助を行っています。住民の健康被害をなくすることが目的です。要件など詳しくはお問い合わせください。

補助 工事費用の3分の2

※上限200万円

㊟都市整備課 ㊟(25)7242

耐震対策費を補助します

地震発生時の緊急輸送道路(国道387号・国道325号など)確保のため、沿道の建築物の耐震診断と耐震改修工事費用を補助します。要件など詳しくはお問い合わせください。

補助 診断・工事費用の3分の2

※工事は上限120万円

㊟都市整備課 ㊟(25)7242

市有地を公売します

①1号物件(住吉市有地)
▼物件の表示 菊池市泗水町住吉字新屋敷2774番3
宅地 613・62平方メートル
▼最低売却予定価格 344万6千円
②2号物件(吉富市有地)

▼物件の表示 菊池市泗水町吉富字迫田2873番3
宅地 272・77平方メートル
▼最低売却予定価格 236万3千円

入札参加申込受付

▼受付期間 7月7日(月)～31日(木)
午前8時30分～午後5時15分
※(土)(日)を除く

▼受付場所 財政課入札管財係

申込方法 市有財産(土地)公売一般競争入札参加申込書(様式1号)に必要事項を記入、押印して提出してください。郵送は期間内必着。メールでは受け付けません。
法人は法人登記簿謄本、個人は本籍地の市区町村長が発行する身分証明書の添付が必要です。

現地説明の日時(現地開催)
①7月24日(木) 午前10時～11時
②7月24日(木) 午後2時～3時
入札・開札日時・場所

▼とき 8月18日(月) 午前10時
▼ところ 本庁舎3階第1委員会室
参加資格など詳しくはホームページをご覧ください。

㊟財政課入札管財係 ㊟(25)7205

夏の節電にご協力ください

九州電力の夏の電力需給は、原子力の再稼働がなく、電源開発株式会社松浦火力2号機の運転再開が見込

受験資格

①▼昭和60年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた人▼平成5年4月2日以降に生まれた人で次に該当する人 ㊟大学を卒業した人または平成27年3月末までに大学卒業見込みの人 ㊟市長が㊟と同等の資格があると認める人
②▼昭和59年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた人▼身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人▼活字印刷文による出題と口頭による面接試験に対応できる人▼自力で通勤でき介護者なしで働ける人
※平成5年4月2日以降に生まれた人は、大卒程度行政と同じ。
③平成5年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人
④▼昭和59年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人▼身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人▼活字印刷文による出題と口頭による面接試験に対応できる人▼自力で通勤でき介護者なしで働ける人
⑤昭和60年4月2日以降に生まれた人で、保健師の免許を取得している人。または本年度の国家試験で取得見込みの人
受付期間 7月28日(月)～8月15日(金)
※(土)(日)を除く

菊池市の放射線量

放射線量は日常生活に影響ありません！

毎月市内4地点で空間放射線量の測定を行っています。測定結果は、県が東日本大震災前に県内で測定していた結果の範囲内であることから、日常生活に全く影響が無いことが確認されました。

▼調査結果 単位：マイクロシーベルト/時

測定場所	測定日	天候	測定結果
旭志総合支所	5月27日	晴れ	0.023
泗水総合支所	5月27日	晴れ	0.017
本庁舎	6月3日	曇り	0.049
七城総合支所	6月12日	晴れ	0.024

※震災前の熊本県保健環境科学研究所(宇土市)での測定結果(平成17年4月～平成22年3月)の範囲(0.021～0.078マイクロシーベルト/時)

▼参考 県が測定した測定値は以下のとおりでした。

測定場所	測定日	天候	測定結果
熊本県保健環境科学研究所(宇土市)	5月27日	晴れ	0.041
	6月3日	晴れ	0.041
	6月12日	曇り	0.040

(関連情報へのリンク)

▼熊本県の放射線についての調査結果(環境放射能水準調査)
http://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/43/housyanou.html

▼放射線モニタリング情報(文部科学省)
http://radioactivity.nsr.go.jp/ja/list/224/list-1.html

問い合わせ先 環境課環境政策係 ㊟(25)7217

めない場合、大変厳しい状況になることが予想されます。生活や健康に支障のない範囲で、可能な限り節電にご協力ください。

節電重点期間

7月1日(火)～9月30日(火)

※8月13日(水)～15日(金)と(土)(日)を除く

時間帯 午前9時～午後8時

節電取り組み事例 ▼室温28度を心掛ける▼すだれやよしずなどで日差しを和らげる▼扇風機を利用する▼

冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変える▼テレビは省エネモードにしてこまめに消す▼不要な照明を消す▼

お湯はコンロで沸かし電気ポットの電源は切る▼ご飯は炊飯器の保温

ミツバチへの農薬危害を防ぎましょう

早期水稲の出穂・開花期防除の際は、ミツバチに農薬散布による危害が生じないように、近くの養蜂家と巣箱の位置や防除計画など事前に情報交換を行いましょう。

試験日

▼一次 9月21日(日)

▼二次 10月下旬予定 市役所本庁

申込方法

申込書は総務課と各総合支所総務民生課に用意しています。ホームページから電子申請でも申し込みできます。詳しくは本庁または各総合支所掲示板、ホームページをご覧ください。

㊟総務課職員係 ㊟(25)7204

小笠原諸島(世界自然遺産)
アドベンチャー・スクール

とき 8月19日(火)～25日(月)
6泊7日(一部地域は7泊8日)
ところ 東京都小笠原村父島、南島
資格 小学3年～中学3年
活動内容 シュノーケリング、シーカヤック体験、ウミガメ飼育体験教室、トレッキングハイイク、ナイトハイイク、星座観察、野外炊飯など
定員 25人
申込期限 7月22日(火)
申込方法 指定の参加申込書に必要事項を記入し、保険証のコピーを添えて郵送してください。
参加費 9万円+旅費(交通費、宿泊費など)
㊟公益財団法人国際青少年研修協会 〒141-0031 東京都品川区西五反田7-15-4 第三花田ビル4階 ㊟03(6417)9721

公共事業入札の公表

入札(開札)日：5月14日

番号	工事名	工事場所	落札者	落札額	落札率	指名業者数	事業担当課
				予定価格			
1	平成26年度 地籍測量業務(数値法)委託	長田ほか	(株)十八測量設計	72,684,000	97.4%	10	地籍調査課
				74,606,000			
2	平成26年度 桜山八区区内配水管布設替工事	泗水町永	(有)平嶋設備工業	19,828,800	98.0%	11	水道課
				20,239,200			

※落札額が1千万円以上のものを掲載しています。
※その他の入札結果は、ホームページと財政課(㊟25-7205)で閲覧できます。

(税込・円)

記号の説明 ㊟…問い合わせ先 ㊦…申込先 ㊧…電話番号
㊨…FAX ㊩…メールアドレス ㊪…ホームページ

菊池市ホームページ
http://www.city.kikuchi.lg.jp/



第10回夫婦の手紙・絵手紙
作品募集

口に出しては言えない日頃の感謝の思いを込めて……。
「いつもありがとう！」心では思っているけどなかなか言えない言葉。手紙をとっておいて自分の一番大切な人、一番の理解者、自分を愛してくれる人に思いを伝えてみませんか？

募集期間 7月1日(火)～9月30日(火)

応募方法など ▼応募資格は問いません▼A4サイズ400字詰め原稿用紙1枚以内▼絵手紙は、はがきサイズ▼専用応募用紙は商工観光課、菊池夢美術館、各物産館に設置しているほか(募集期間中のみ)、ホームページからもダウンロードできます▼住所、氏名、年齢、電話番号、誰に宛てる手紙か(夫から妻へ・妻から夫へ)を明記し、郵送か直接提出してください▼応募作品は未発表の作品に限ります。

その他 ▼応募作品は返却しません▼応募作品についての一切の権利は市が持ち、観光PRなどに活用します▼表彰式は11月22日(土)予定。入賞者への連絡をもって結果発表に代えます▼全作品は11月22日(土)～平成27年1月30日(金)まで菊池夢美術館に展示します。

賞の内容
▼夫婦の手紙大賞 1編
旅行券(10万円相当)

菊池市成人式実行委員会を募集します

自分たちの成人式を、自分たちの手でつくり上げてみませんか。
来年1月に予定している成人式典の企画・運営・進行などをボランティアで行っていただける実行委員を募集します。意欲ある皆さんの参加をお待ちしています。

対象者 ▼平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれで市内在住または本市出身者▼実行委員会と成人式当日に出席できる人
募集人員 20人程度

第9回夫婦の絵手紙部門 最優秀賞

▼最優秀賞 2編
菊池温泉ペア宿泊券
▼優秀賞 5編
菊池特産品詰合せセット
▼佳作 10編
菊池市第三セクター共通お買い物券(2千円)
㊟㊦㊨861-1392(住所記載不要)菊池市役所商工観光課内「夫婦の手紙・絵手紙」作品募集係
㊧(25)7223

きくち観光物産館では、物産館に出荷される新規会員を募集しています。自慢の農産物やおふくろの味、懐かしい田舎の味のお弁当や惣菜など出品しませんか。検討の際はお問い合わせください。

資格 市内在住の人
主に採してるもの ▼農産物全般(特に新品種・在来品種・こだわり農法・端境期の野菜)▼果物(メロン・いちご・南国フルーツ)▼手軽に食べられる手作りのお菓子(菊池の食材を使用した物・食育を意識した物・懐かしいおやつ)▼手作りのお弁当・総菜(既製品が少ないもの)・切り花(洋花)

条件 委託販売
▼手数料 農産物15%、弁当15%、惣菜20%、お菓子20%
▼年会費 4千円
㊟(菊)きくち観光物産館
㊧(25)5477

募集期限 8月29日(金)
申込方法 電話または電子メールでお申し込みください。その際、住所・氏名・電話番号をご連絡ください。
㊟㊦生涯学習課
㊧(25)7232
㊩ shakaikyoku@city.kikuchi.lg.jp

平成26年度自衛官等募集

㊟㊦自衛隊熊本地方協力本部菊池分駐所 ㊧(24)2772

募集種目		資格	受付期間	試験期日	最終合格発表
自衛官候補生	男子	18歳以上 27歳未満	随時	受付時にお知らせします	試験時にお知らせします
	女子		8月1日(金)～ 9月9日(火)(女子)	9月25日(休)～29日(月)(女子) ※いずれか1日を指定	採用候補者発表 11月7日(金)
一般曹候補生		18歳以上 27歳未満	8月1日(金)～ 9月9日(火)	1次 9月19日(金)・20日(土)	11月7日(金)
				2次 10月9日(休)～15日(火)	
航空学生		高卒(見込含) 21歳未満	8月1日(金)～ 9月9日(火)	1次 9月23日(火)(祝)	平成27年1月21日(火)
				2次 10月18日(土)～23日(休)	

菊池市の市外局番 0968
菊池市役所の住所 〒861-1392 菊池市隈府888番地

各総合支所の問い合わせ先
七城総合支所 ㊧(25)1000
旭志総合支所 ㊧(37)3111
泗水総合支所 ㊧(38)2112

永南団地(泗水町)入居者募集

募集団地 永南団地6号・7号(3LDK、泗水町永2034番地)
受付期間 7月7日(月)～18日(金)
午前8時30分～午後5時必着
※(出)を除く

申込資格 次の全ての項目に該当すること。▼持家がなく住居に困っている▼同居親族がいる(婚約者などを含む)※単身入居不可▼世帯の合計月額所得が基準内である(世帯の状況により、合計月額所得が15万8千円以下と21万4千円以下に分かれます)▼税金などを滞納していない▼申込者と同居予定者が暴力団員でない

申し込みに必要な書類 ▼永南団地入居申込書▼住宅状況申告書▼住民票謄本または戸籍謄本(同居予定者全員が記載され、続柄が分かるもの)▼平成26年度市県民税課税台帳記載事項証明書(18歳以上の同居予定者全員分それぞれ必要)▼未納がない証明書(18歳以上の同居予定者全員分それぞれ必要)▼その他証明書(婚約証明書、障害者手帳の写しなど)▼その他 ▼申込書その他書類などに虚偽の申告があった場合、入居申し込みは無効になりますのでご注意ください▼平成26年度補充入居申し込みをしている人で、今回改めて申し込みをする人は、入居申込書のみ提出してください▼申し込み多数の場合

合は抽選します。
㊟㊦都市整備課住宅係
㊧(25)7243

菊池広域連合消防本部 職員採用試験

職種・採用予定人数
①消防 3人程度
②救急救命士 1人程度

試験内容(第一次試験)
筆記試験(高等学校卒業程度)
受験資格
①平成2年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人
②昭和62年4月2日以降に生まれた人で、救急救命士法(平成3年法律第36号)により救急救命士の免許を取得している人

試験日・会場
▼第一次試験 9月21日(日)熊本県立翔陽高等学校
▼第二次試験 10月下旬予定会場未定

受付期間 7月28日(月)～8月15日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※(出)を除く

㊟㊦菊池広域連合消防本部総務課
㊧096(232)9340

菊池市菊まつり推進委員会 新入会員募集

市内在住の菊の愛好家が集う菊池市菊まつり推進委員会では、毎年11月1日から15日まで、菊池市民広場で「菊人形・菊まつり」を開催しています。菊池市の秋の風物詩、菊人形・菊まつりを一緒につくり上げませんか？
4月から10月まで月1回程度の講習会を開催しています。初心者も安心して始められます。市内在住で菊づくりに興味のある人は、ぜひ気軽にご連絡ください。
㊟㊦商工観光課 ㊧(25)7223

いきいき養生塾2014 第2期生を募集します

体重を3^キ減らしたい人、血糖値を下げたい人に大好評の「いきいき養生塾」です。ただ痩せるだけでなく、体の中から変わります。誰でもどこでも実践できる内容です。

ところ 菊池養生園保険組合 菊池広域保健センター

対象者 市内在住者で健康づくりに関心がある人

定員 30人※参加したことがない人や特定健診で保健指導が必要な人を優先します。

参加料 1030円(全8回分)

内容 下表のとおり

申込方法 申込先にある申込書に必要事項を記入し、直接提出してください。

㊟㊦健康推進課国保・医療給付係
㊧(25)7218
各総合支所総務民生課

回数	とき	内 容	
		学 習	実 践
1	8月20日(水)	開講式 10年後もいきいき元気に暮らせる秘訣とは？	体力測定でわかる私のカラダ
2	8月27日(水)	検査の結果でわかる「今」の元気度 食べ方で血糖値を下げよう	しなやかストレッチで若返り
3	9月3日(水)	食事と運動のバランスの真面目な関係 どんどん脂肪が燃えるのに酸素が必要なワケ	習得！「速歩」の姿勢と歩き方
4	9月10日(水)	効果絶大！Let's筋トレ減らそう！「悪玉コレステロール」	筋トレで引き締めボディ
5	9月17日(水)	増やそう！野菜海藻きのこ	効果的な「インターバル速歩」で体力UP
6	10月1日(水)	みんな知りたい「継続」のコツ	いつでもどこでも！ステップ運動
7	10月15日(水)	YMCAむさしの特別出張レッスン こんな時どうしますか？「養生劇場」	右脳活性化エクササイズ
8	11月5日(水)	閉講式 検査の結果で分かる3カ月間の成果	筋力、体力、しなやかさの効果を実感！



記号の説明 ㊟…問い合わせ先 ㊦…申込先 ㊧…電話番号
㊨…FAX ㊩…メールアドレス ㊪…ホームページ

菊池市ホームページ
http://www.city.kikuchi.lg.jp/



各総合支所の問い合わせ先
七城総合支所 ㊧(25)1000
旭志総合支所 ㊧(37)3111
泗水総合支所 ㊧(38)2112

男女が共に働きやすい職場 づくり取り組み事業者募集

男女が共に働きやすい職場づくり
に取り組んでいる事業者を知事が表
彰します。表彰された事業者の取り
組みは、県ホームページなどで県民
に広く紹介します。

対象者 女性の登用、仕事と家庭の
両立支援、パワハラ・セクハラ防止
などに積極的に取り組んでいる事業
者(自薦・他薦可)

申込期限 7月31日(木)

㊟熊本県環境生活部県民生活局男
女参画・協働推進課

㊧096(3333)2287

首都圏七城会 新規会員募集

本会は旧七城町出身者で首都圏に
住の人々を中心に設立し、今年で23
年目を迎えます。現在の会員は約
280人で、毎年1回の総会には世
代を超えてたくさんの方が参加し、
親睦と交流を図っています。

対象者 旧七城町出身で首都圏に住
の人

兄弟姉妹・親戚・友人知人などで
近年首都圏に転居した人はいません
か? 本会を知らない人や未入会の人
がおられましたら、ぜひご紹介く
ださい。会員名簿への登録と次期総
会の案内などを送付します。

㊟首都圏七城会事務局 栄 和教
(㊧096(372)5031)

茶を飲みながら話をしませんか。
とき 7月23日(水)
午後1時30分～3時30分

ところ 菊池市中央公民館

内容 茶話会、介護ミニ講座など

㊟高齢支援課地域包括支援係

㊧(25)7216

もの忘れ相談会

「もの忘れがひどくなった」「家族
が認知症ではないか」「認知症につ
いてどこに相談したらいいかわから
ない」といった悩みにお応えできる
よう、専門の医師・職員による相談
会を行います。相談は無料。事前予
約が必要です。秘密は厳守します。
とき 7月22日(火)
午後1時30分～4時

ところ 菊池市中央公民館

㊟高齢支援課地域包括支援係

㊧(25)7216

いのちの相談

健康のこと、家族や友人関係のこ
と、職場の人間関係など、悩みを一
人で抱えていませんか。専門の臨床
心理士(カウンセラー)が相談を受
けます。
予約制です。ご希望の相談日時な
どを伺います。相談は無料。秘密は
厳守します。気軽に「相談ください」

㊧042(456)8848
㊧080(5501)1814
㊩k-sakae@com.home.ne.jp

戦没者遺児による慰霊友好 親善事業参加者募集

日本遺族会では政府の委託を受け
て「戦没者遺児による慰霊友好親善
事業」を実施しています。亡き父な
どの眠る地に赴き慰霊追悼を行い、
現地の人々との友好親善を深めるこ
とが目的です。

本年度は18地域を予定していま
す。詳しくは日本遺族会事務局まで
お問い合わせください。

参加資格 今回実施する地域で戦死
された戦没者の遺児

参加費 9万円

㊟一般財団法人日本遺族会事務局

㊧03(3261)5521
福祉課 ㊧(25)7213

相談

ものづくり人材の 育成・確保のご相談

県では「産業人材強化支援センタ
ー」を設置し、コーディネーターが
ものづくりに係る人材育成のさまざ
まな相談をお受けしています。ポー
タルサイト「ジョブチャンネルくま
もと」(http://www.kmt-ti.or.jp/

㊟福祉課障がい福祉係
㊧(25)7213

納税相談夜間窓口を 開設します

とき 7月28日(月)～8月1日(金)
午後8時まで

ところ 税務課徴税係(5番窓口)

※各総合支所では開設しません。

㊟税務課徴税係

㊧(25)7208

講演・講習

高齢者を地域で見守る 「ほっとネットきくち」

高齢者の見守り体制を強化するこ
とを目的に、高齢者地域見守りネッ
トワーク「ほっとネットきくち」連
絡会を開催します。

高齢者を狙った犯罪、虐待、認知
症による徘徊や孤立死など、高齢者
をめぐる問題の早期発見・対応を目
指し、関係機関が連携しながら目配
り気配りの活動を行っています。
どなたでも参加できます。申し込
み不要です。

とき 7月31日(木)午後1時30分～
ところ 菊池市泗水ホール

内容 菊池警察署職員による講話
「高齢者に関する通報・相談の傾向
と関係機関との連携について」

「Job」では、ものづくりの人材育
成に関するセミナーや助成などの情
報を提供しています。ポータルサイ
ト内のフォームからは人材育成に関
する個別の相談も可能です。

主な活動 ▼企業の要望に応じた社
員研修やセミナーの紹介▼社員や生
徒、学生に見せたい専門的な現場や
他企業の工場見学などを仲介▼相談
窓口、Uターン情報窓口の仲介(人
材の斡旋はできません)▼企業が主
に自社内で実施する計画的な技術指
導・教育訓練に対し、外部講師を派
遣するなど人材育成を支援します。

㊟産業人材強化支援センター
㊧096(289)2438

住宅・土地のトラブル 無料相談会

土地家屋調査士と司法書士が対応
し、法律用語や内容も分かりやすく
説明します。電話相談もあり。気軽
にご相談ください。

とき 7月19日(土)
午前10時～午後4時

ところ

▼第1会場 くまもと県民交流館パ
レア10階会議室8

▼第2会場 熊本県土地家屋調査士
会館

▼第3会場やつしろハーモニーホー
ル3階中会議室

▼電話相談(当日のみ)

㊧096(372)5031

㊟高齢支援課地域包括支援係
㊧(25)7216

認知症サポーター養成講座

認知症を知り、地域で認知症の人
やその家族を温かく見守る応援者
「認知症サポーター」を養成する講
座を開催します。申込不要です。

とき 7月15日(火)午後2時～

ところ 菊池市福祉会館2階

※講座修了者には、認知症サポータ
ーの証である「オレンジリング」
を差し上げます。

㊟高齢支援課地域包括支援係
㊧(25)7216

イベント

市長と語る会「安心・安全 の癒しの里」を目指して

「安心・安全の癒しの里」を目指し、
まちづくりに関する市民の皆さんの
ご意見を聴き、皆さんと共にまちづ
くりを進めていくために開催します。
テーマ

▼経済の活性化の仕組みづくり

▼住みやすさ日本一の菊池づくり

参加対象 市内在住の人

とき・ところ

①7月17日(木) 午後7時～
菊池市文化会館小ホール

内容 隣地との境がよく分からな
い、隣家のブロック塀が敷地に入り
込んでいる、住んでいる建物が未登
記だが不都合はないか、相続登記は
いつまでにしなければならないの
か、権利書を紛失してしまったなど
㊟土地家屋調査士 嶋崎恵一
㊧096(288)3347

㊧096(285)1120

アイヌの人々対象 無料相談会

日常生活でお困りのこと、嫌がら
せ、差別など何でもご相談ください。
匿名可。秘密は厳守します。

受付期間 平成27年3月31日(火)まで

午前10時～午後5時

※(日)祝、8月10日(日)～8月17日(日)、
12月27日(土)～平成27年1月4日(日)
を除く

相談専用フリーダイヤル

㊧0120(771)208

㊟公益財団法人人権教育啓発推進セ
ンター ㊧03(5777)1802

認知症介護家族のつどい

認知症の人を介護している家族を
対象に毎月開催しています。困り事
や心配事など、介護をしている者同
士だからこそ分かり合えることがた
くさんあると思います。みんなでお

②7月22日(火) 午後7時～
七城公民館1階講堂

③7月24日(木) 午後7時～

旭志公民館1階大研修室

④7月31日(木) 午後7時～

泗水公民館(有朋の館)研修ホール
※会場の都合で参加人数を制限する
ことがあります。

㊟市長公室 ㊧(25)7200

くまもと・みんなの川と 海づくりデー

ふるさとのきれいな川と海を守る
ため、「くまもと・みんなの川と海
づくりデー」として河川と海岸の一
斉清掃活動を実施します。

市民の皆さんの多数の参加をお待
ちしています。

とき 7月21日(月)祝

午前7時～午前9時

受付 午前6時40分

※小雨決行

集合場所 菊池市営七城グラウンド

清掃場所 七城町鴨川河畔公園周辺
と菊池川周辺

その他 ▼ごみ袋は当日会場で配布
します▼熱中症を予防するため、帽
子やタオル、水筒などをお持ちくだ
さい▼危険な場所へは立ち入らない
ようにし、危険物が出た場合は職員
にお知らせください▼環境保護のた
め、車はなるべく乗り合わせでお越
しください。

㊟環境課 ㊧(25)7217



市民の広場

※市民の広場は市民が投稿するコーナーです。行政情報ではありません。
不明な点などありましたら各問い合わせて先へご連絡ください。

Foot ☆ nare サッカースクール募集！ 保護者、女性も大歓迎！

元なでしこリーガーが教えます。幼児から小学生までを対象にしたサッカースクールです。
サッカーを通して体力づくり、礼儀、思いやりの心を育てます。全コース無料体験ができます。

とき・ところ
水曜日 孔子公園 午後6時30分
金曜日 泗水東小学校 午後7時
土曜日 (幼児) 孔子公園 午前9時
☎ 090(7893)1661 M footnare@gmail.com



寄せうえ教室 生徒募集

季節の花々を一つの鉢の中に、バランスを見ながらステキに作ってみませんか？ 男性お一人でも気軽にご参加ください。

とき 第2・第4水曜日 午後1時～3時 (要予約)
ところ 旭志ふれあいセンターイベントホール
参加料 鉢・土・花は用意してあります。ご自身で使用した分だけ購入していただけます。
☎ 090(1365)0018



第3期ビギナーテニススクール募集！

菊池市テニス協会では、初級者のテニス教室を行います。これからテニスを始めたい人や、健康的にテニスでリフレッシュしたい人など、どなたでも参加できます。

とき 8月4日(月)～9月29日(月)
毎週(月)午後7時～ 全9回
ところ 七城屋内スポーツセンター
参加料 1人3千円・高校生以下1,500円
申込期限 7月31日(休)
☎ 090(3017)2989



正観寺地蔵祭りを今年も行います

正観寺では毎年恒例の地蔵祭りをを行います。正観寺地区の子どもたちが祭りの準備や箱庭作りを行い、参拝者を出迎えます。毎年多くの皆さんに参拝していただき、子どもたちも楽しい思い出をつくっています。皆さんの参拝をお待ちしています。

とき 7月19日(土) 午後5時30分～
ところ 正観寺地蔵堂
内容 輪投げ、くじ、ラムネ、フリーマーケットなど
☎ 090(5488)2651

NPO法人 全世界空手道連盟 新極真カラテ菊池道場会員募集

健康、礼儀、強さ、優しさなどを学びませんか。無料体験あります。ぜひ気軽にお電話ください。

とき 毎週(火) 午後7時～9時
(小学生以下は午後8時30分まで)
ところ 菊池市体育センター
☎ 090(6636)5609



おしゃべりマルシェ Vol.3

ハンドメイドと雑貨、アクセサリと楽しい会話のおしゃべりマルシェです。福岡、熊本の人気作家のオリジナル作品を見に来てくださいね。

とき 7月27日(日) 午前11時～午後4時
ところ 旧松倉邸 (菊池高校正門前)
参加予定店舗 Rat-tat、Tear.drop、Soramomo manly、雑貨・古物 bb
☎ (24)7360



イギリス人講師による英会話レッスン @ 旧菊池聖母幼稚園

幼児、小学生クラス (午後5時30分～6時30分) 無料体験受け付け中！

8月末までに4週間で4回のレッスンを無料体験する機会です！ (通常の月謝は4千円)
開校日時 (月)～(金) 午後5時30分～9時
レッスン日、時間など、気軽にお問合せください。
☎ 090(9724)3640
M info@londonienglish.co.uk



ヨーガ・ボランティア『シャンティ♡ハート』

マットは準備しています。お一人でも気軽にどうぞ！その他、地域活動などご要望に応じて対応しています。詳しくはお問い合わせください。

とき 7月1日(火)、15日(火) 午後2時～4時
ところ 菊池老人福祉センター
※施設使用料 (入浴料) が必要です。
☎ 090(2089)7214



第22回菊池まちづくり道場

まちづくり道場とは？

まちづくりに携わる人から、菊池で生きる知恵や経験をご披露いただくものです。文化資源を生かした次世代型のまちづくりへ向け、暮らしの知恵や英知を結集します。
今回は「劇団にゃあー」の主宰として精力的に地域に関わっている平直樹さんをお招きし、養生詩塾副塾長佐藤忠文さんと対談を行います。申し込み・参加費不要です。気軽にお立ち寄りください。
とき 7月26日(土) 午後7時～
ところ 旧松倉邸 (菊池高校正門前)
☎ 090(7250)

中九州横断道路早期整備促進総決起菊池大会

中九州横断道路の早期整備促進に向けて、私たちの切実な思いを伝えるために開催します。多数の参加をお待ちしています。
とき 7月28日(月) 午後1時30分～
ところ 合志市総合センター「ヴィーブル」文化ホール
中九州横断道路とは 平成6年12月に大分市から熊本市に至る延長約120kmの地域高規格道路の計画路線として指定されました。大分地域集積圏と熊本地域集積圏とを相互に

連絡し、九州縦貫自動車道、東九州自動車道などと合わせて広域交通ネットワークを形成。地域の交流促進を図ることを目的とする道路です。

大分県では既に犬飼千歳道路(4.3km)などをはじめ、約13kmが開通し、約19kmが工事中です。
なせ早期整備が必要か 熊本大津間道路(約21km) 周辺地域は、製造品出荷額が県全体の約38%を占めるなど県内有数の工業地域であり、その輸送に係る道路整備は差し迫った重要な課題です。
☎ 090(7241)

第8回竜門ダムブラックバス釣り上げ大会

竜門ダムフェスタin菊池2014ブラックバス釣り上げ大会を開催します。参加費無料です。
とき 7月27日(日)
受付 午前6時～午前9時
集合場所 竜門ダムエントランス広場
競技 受け付け後随時開始
午前10時30分終了(随時検量)
表彰 午前11時予定
釣り上げたブラックバスは、受付場所テントで随時料理し提供します。
申込方法 当日受付会場にてお申し込みください。
参加資格 誰でも参加できます。ただし小学生以下は必ず保護者の同伴をお願いします。

菊池市出身の画家 大塚耕二特別展

準備するもの 釣り具(竿・餌・ルアーなど)、帽子、タオル、昼食、飲み物、ごみ袋など
☎ 090(9580)3735
☎ (27)0001
株竹崎建設 灰本
川口建設(株) 松田・川口
詩情あふれる大塚耕二の作品をぜひご覧ください。
とき 7月19日(土)～8月31日(日)
午前9時30分～午後5時15分
(入館は午後4時45分まで)
※月曜休館
ところ 熊本県立美術館本館1階
入館料など詳しくはお問い合わせください。
☎ 096(352)2111

未就学児のための すくすく講座

7月の内容
10日(木) 水あそび
17日(木) 8月のカレンダー作り
※時間はいずれも午前10時30分～
※夏休み期間はお休みします。
ところ 児童センター幼児室
(菊池市西部市民センター2階)
対象 未就学児と保護者
※準備の都合上、2日前までにお申

人形劇「さるかに合戦」 劇団ぱれっと公演

みんながよく知っているお話を人形劇で観てみましょう。本やテレビとは違った楽しさがありますよ。入場無料です。
とき 7月30日(水) 午前10時開演
ところ 菊池市西部市民センター
対象者 小学生、未就学児(1歳～、保護者同伴)
※団体の場合は事前にお知らせください。保育園・幼稚園の行事などにもご活用ください。
☎ 090(2627)

第8回「科学の祭典in菊池」

とき 7月19日(土) 午前10時
ところ 菊池市文化会館小ホール
内容 バルーンスライム、バランスとんぼ、ストロー笛など計8つの楽しい実験ブースを体験できます。他にも熊本高専や県立技術短期大学の本格的な体験コーナーも開設予定です。
☎ 090(2053)

※先着8枠で随時募集しています。編集の都合上、掲載できない場合があります。ご了承ください。
詳しくは市長公室まで。☎ (25) 7252 M kouhou@city.kikuchi.lg.jp