



広報

豊かな水と緑、
光あふれる田園文化のまち



七城町流川から望む「日の出」です。

ようこそ 2008 年！新しい年の幕開けです。今年は「子年」。皆さんにとって良い年がありますように。

紙面より

福村市長・北田議長 新年あいさつ	2
後期高齢者医療制度の保険料率が 決定しました	4
体指ですよろしく	6
鞠智城国営公園園化推進 キャンペーン2007(トピックス) ...	12
冬は高血圧に注意しましょう！ (健康だより)	18
お店で、事業所で、子育てを 応援します！	25

1

2008

No.58

迎春

明けましておめでとうございます



皆さまの負託に応え、 菊池市の発展に尽くします

皆さまには、希望に満ちた輝かしい新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

日頃私ども市議会にお寄せ戴きましたご支援とご協力に対し、心より厚くお礼申し上げます。

合併後、早や3年を過ぎようとしています。私たちが議会といたしましても市民の皆さまの負託に応えるべく一丸となって活気ある新しいまちづくりに取り組んでいるところであります。

国が進めています地方分権の推進、三位一体の改革は自己決定、自己責任を明確にするものであり、自治体の施策遂行に一層の努力が求められて来るものと思います。地方の財政状況は非常に厳しく今後さらに厳しさを増していくものと思われま

本市においては、少子高齢化の問題、地域経済の活性化、商工業や農業の振興など課題も山積しており、早急且つ真剣な取り組みが求められているところであります。

特に財政基盤の確立は最重要課題であり、議会におきましても、地域の新たな雇用の創出、定住者の促進、自主財源の確保など地域経済活性化のため企業誘致促進特別委員会を設置、執行部共々全力で取り組んでいるところであります。

一方で市民生活の基盤であります、道路や上下水道、公園、公共施設等のインフラ整備も重要な取り組みであります。市民生活の利便性の向上や安全性の確保、また潤いのある住環境の整備など安心して暮らせるまちづくりの基礎であり、新市建設

計画に基づき進められているところであります。菊池市の均衡ある発展に向け、私たち議会は住民代表機関として政策形成や監視機能など、これまで以上に積極的活動が求められているものと思ひます。

本年も山積する課題に向け、市民の皆さまのご期待に応え得るよう決意も新たに致しております。併せまして、より身近で市民に開かれた公平、公正な議会運営に努めてまいりたいと思ひます。

本年も更なるご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のごあいさつといたします。

平成20年 元旦

菊池市議会議長 北田 彰



市民と一体となった 協働のまちづくり

市民の皆さまには、平成20年の新春を、ご家族お揃いで健やかに迎えのことと心からお慶び申し上げます。昨年は、市行政の様々な分野にわたり、皆さま方のお力添えを賜り厚くお礼を申し上げます。

近年、地域社会を取り巻く状況は、過疎や少子高齢化の進行、高度情報化によるコミュニティの希薄化、産業構造などの変化に伴う地域間格差、暮らしの安心・安全の確保等の様々な問題を抱えております。

地方自治体を取り巻く環境も地方分権改革がスタートし、地方が自らの意志と責任によって行動できる自主・自立の地域社会、分権型社会への移行が進められてきました。しかし、国から地方へ税源移譲が実現したものの、国庫補助負担金の補助率等の削減や地方交付税が大幅に削減されたことなどにより、地方における住民サービスに支障が生じる結果となっております。

住民の意向に基づく行政運営を行うためには、自治体が財政的にも自立していくことが不可欠です。そのためには、国と地方の仕事量に見合った税源配分の見直し、併せて地方交付税の機能堅持(回復)が図られるよう国に強く要望を行い、財政調整・財源保証の機能を強化していかねばなりません。

本市においても事務事業の必要性を精査し、不要なものは廃止するとともに民間が行うにふさわしいものは民間に委ねるなど、行政改革を断行し財政基盤のしつかりした足腰の強い自治体をつくり、新しい政策を創造していかねばなりません。

また、活力ある豊かな市民生活を実現するためには、効率・効果的な行政運営はもとより、地域に内在する宝を掘り起こし、知恵を出し合い、お互いに協力していく必要があります。そうした意味でも、昨年協定を締

結した県立大学や九州東海大学との官学連携を活用し積極的に融合させ取り組んでまいります。

今年は、新「菊池市」が誕生して4年目を迎えますが、「豊かな水と緑、光あふれる田園文化のまち」の実現に向けた基本構想・基本計画を基にしたロードマップを、市民の皆さまの参画と協働の理念のもとに、目標を共有し、一歩ずつ着実に推進してまいりたいと考えております。本年も、市民の皆さまの更なるご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。最後に、市民の皆さま方にとりまして、本年が充実した一年になることを期待いたしますとともに、幸多い年でありま

すようご祈念申し上げます。新年のごあいさつといたします。

平成20年 元旦

菊池市長 福村 三男

後期高齢者医療制度の 保険料率が決定しました

平成20年4月から、県内に住所を有する75歳以上の全ての人（65〜74歳で一定の障害があると後期高齢者医療広域連合に認められた人を含みます。）は、「後期高齢者医療制度」を受けることとなります。

この「後期高齢者医療制度」では、保険料が個人単位で賦課され、納付（年金からの差し引きや口座振替など）していただきます。

保険料の賦課額は、被保険者一人ひとりにかかる均等割額と、被保険者の前年の所得に応じて算定する所得割額（基礎控除後の総所得金額等×所得割率）との合計となります。この均等割額と所得割率は熊本県内で原則均一となり、2年ごとに見直しがあります。

平成20・21年度の熊本県の保険料率は、次のとおりです。

熊本県の均一保険料率（平成20・21年度）

均等割額
46,700円

+

所得割率
8.62%

=

後期高齢者医療保険料
（賦課限度額50万円）

●県内一人当たりの平均保険料額→77,600円

保険料の軽減

保険料を算定するにあたり、次のような軽減措置があります。

①国民健康保険と同様に、所得が少ない被保険者には、同一世帯の被保険者および世帯主の総所得金額により、均等割額の7割、5割、2割の軽減があります。

②被用者保険（社会保険や健保組合など）の被扶養者であった人は、**制度加入時から2年間**、所得割額が賦課されず、**均等割額が5割軽減されます**。

※平成20年度のみ、さらに均等割額の特例があります。



・平成20年4月から9月まで

↓均等割額が全額免除

・平成20年10月から

翌年3月まで

↓均等割額が9割軽減

この他に、被保険者またはその世帯の世帯主が災害により財産に著しい損害を受けたときや、失業によりその収入が著しく減少したときなどは、保険料の減免を受けられることがあります。

保険料の納付方法

後期高齢者医療制度の保険料は、介護保険と同様に、年金からの差し引き（特別徴収）と納付書等での納付（普通徴収）方法があります。

特別徴収

年金受給額が年額18万円以上あり、後期高齢者医療保険料と介護保険料との合算額が年金受給額の2分の1を超える人。

↓年金から差し引かれます。

普通徴収

①年金受給額が年額18万円未満の人。

②後期高齢者医療保険料と介護保険料との合算額が年金受給額の2分の1を超える人。

↓納付書または口座振替により市町村へ納付していただきます。

例1) 1人世帯で、公的年金収入が79万円の場合

均等割 14,000円 + 所得割 0円 = 年額 14,000円
(7割軽減)

例2) 2人世帯で、公的年金収入が夫199万7千円、妻79万円の場合

・夫の後期高齢者医療保険料

均等割 37,300円 + 所得割 40,300円 = 年額 77,600円
(2割軽減)

・妻の後期高齢者医療保険料

均等割 37,300円 + 所得割 0円 = 年額 37,300円
(2割軽減)

例3) 自営業の子ども(世帯主)と同居している場合 (国民健康保険加入)

(本人の公的年金収入 79万円、子どもの営業所得 400万円)

均等割 46,700円 + 所得割 0円 = 年額 46,700円
(軽減なし)

例4) 会社員の子ども(世帯主)と同居している場合(社会保険加入) (本人の公的年金収入 79万円、子どもの給与収入 400万円)

※前ページ「保険料の軽減」②のケース

●平成20年度軽減後

均等割 2,300円 + 所得割 0円 = 年額 2,300円

※平成20年4月から9月まで ……均等割額 0円/6カ月

※平成20年10月から翌年3月まで ……均等割額 2,300円/6カ月

○平成21年度軽減後

均等割 23,300円 + 所得割 0円 = 年額 23,300円

研修部

研修部では、体指の資質向上のための研修を計画し実施しています。今回は、年一回行われる地区別研修会と県の体育指導委員研究大会での活動報告をお知らせします。

●地区別研修

「体指の役割と任務及び今後の生涯スポーツ振興上の課題について研修を行い、地域スポーツ指導者としての資質の向上を図るとともに生涯スポーツの振興に資すること」を趣旨として、毎年地区別研修会を実施しています。今年度は12月1日(土)、県立体育館で体力測定、体組成測定を行いました。

また、ストレッチやウォーキ

ングの実技も体験してきました。測定結果に一喜一憂しながらも、楽しんで測定することができました。

また、自分自身の体力を知ること大切だと改めて思いました。ちなみに、私の体力測定の結果は：？(秘密です)

皆さんも、機会を見つけて体力測定を受けてみられてはどうでしょうか？



筋肉量や体脂肪量を測定しています

女性部

女性体育指導委員は、毎月1回、4支部を順に回りながら女性体育指導委員会議を開いています。内容は、研修会に参加した報告会やニュースポーツの講習会などです。

10月22日(月)には、泗水

B & G 海洋センター体育館で、ニュースポーツ講習会を行いました。全員でストレッチ体操をし十分に体をほぐした後、2種目を体験しました。

始めは「ガラツキー」を体験。ルールがペタンクに似た競技です。「起き上がりこぼし」のような「ダーマ」と呼ばれる物を円の中に投げ入れて点数を競います。

次に、シャッフルボードを体験しました。コートの反対側にある「ダイアグラム」と呼ばれる得点圏に向かい、円盤(ディスク)をスティック(キュー)で押し進めて得点を競うゲームです。

2種目とも年齢を問わず、誰もが楽しめるスポーツでした。



シャッフルボードの講習中

熊本市体育指導
委員研修会
第46回

11月10日(土)・11日(日)の2日間、人吉市で県の研修会が行われました。

1日目に理学療法士の三原成人氏の講演がありました。「知っておきたい!!『スポーツ選手のけがと予防』」という題で、中高年のスポーツ障害の予防、熱中症対策などについて、具体的な事例を挙げながらの話があり、勉強になりました。

講演の後は分科会が行われました。その第3分科会で、菊池市体指の野中体指が「地域スポーツ活動を支える体育指導委員の役割について」というテーマで発表しました。菊池市体指の活動を他地域にもアピールできたと思います。討議も熱心に行われました。

2日目は、実技研修が行われ、体力検定とエアロビクスの講習を受けました。



研修会で、質問に答える野中体指(右)

普及部

実際にニュースポーツの講習などを担当し、市民の体育活動への参加を進めるのが普及部です。出前講習なども行っています。

●出前講習

6月23日(土)には、泗水小



4年生を前に説明中の村田体指

4年生の学年PTA活動に出かけて行きました。

ニュースポーツである「ドッチビー」に親子で親しんでもらい、「クラス対抗ドッチビー大会」も行いました。

泗水支部から4人の体指が参加し、指導と大会のお手伝いをしました。3B体操も準備運動がてらに経験してもらいました。

ドッチビー大会では、全3クラスが2チーム(親子混合)ずつに分かれて対抗戦を行いました。かなり白熱した試合になり、子ども以上に夢中になっているお父さんや、ただただ大きな声を出しながらコート内を逃げ回るお母さんなどが見られました。子どもたちが楽しんでいたのはもちろんですが、親の方が必死にゲームに参加していま

した。

「久しぶりにかなり走り回りました。疲れた」と言いながらも、表情は充実感に満ち溢れているように感じました。



準備運動として3B体操を経験する参加者

このように、体指は市内のどこへでも出かけていきます。ぜひ、ご活用ください。

主管事業



ロータリー駅伝で走路誘導をする体指(右)

右の写真は「ロータリー小学生駅伝大会」の様子です。白いジャンパーを着て両手を広げて走路誘導をしているのが体指です。

この大会は、陸上競技協会とともに、体育指導委員協議会が主管しています。走路誘導のほか、国旗などの掲揚や交通整理、表彰式、駐車場整理などの仕事を受け持ちました。

このように、年に数回の主催・主管事業も行っています。2月に行われる「市民スポレク祭」もそのひとつです。

たくさんの方の参加を楽しみにしています。

ニュースポーツ紹介
ふらばーボールバレー

数年前から市民スポレク祭に種目として取り入れている「ふらばーボールバレー」を紹介します。

準備するもの

○コート・ネット→バドミントン用

○ボール→ふらばーボール ※きれいな丸型ではないので、不規則にバウンドします。

○人数→5人

※交代要員がいても可。

主なルール

○サーブは中央から打つ(アンダーサーブ)。

○サーブレシーブに限り、ダイレクトで受けて、必ず3回で返す。

○次からは、相手コートからきたボールをバウンドさせてから受ける(ダイレクトで受けたらフォルト)。そして、3回以内で返す。



平成18年の市民スポレク祭から

全員研修
九州体育指導委員
研究大会

昨年度になりますが、第49回九州体育指導委員研究大会が、1月27日(土)・28日(日)の2日間、菊池市で行われました。

九州各県の体育指導委員2,600人が集まり、菊池市総合体育館を主会場に、同体育館と市文化会館で熱心に研究協議がなされました。

私たち体育指導委員が運営にあたり、無事に、しかも成功裡に終わったことは大変うれしいことでした。

今年度の第50回大会は、2月1日(金)・2日(土)に長崎県佐世保市で開催されます。



菊池市で行われた昨年度の大会

10/30 (火) 電動カーは右側通行 (歩行者扱い)です

電動カー講習会が龍門小学校運動場であり、龍門校区で電動カーを持つ高齢者と区長、老人会、菊池地区交通安全協会菊池支部龍門校区会役員ら 30 人が参加しました。高齢者による交通死亡事故が多発しており、今後 1 件の交通事故も起こさないようにと龍門校区々長会主催で行われたものです。講習会では、菊池地区交通安全協会講習指導員の指導のもと、運動場内に作られた特設コースを電動カーに乗って通行し、正しい乗り方や正しい交通ルールを再確認していました。

その他の地区で同様の希望がある場合は、市役所安全対策課（☎ 25 - 7203）まで、ご相談ください。



コースを通行する参加者

11/2 (金)

川口陸奥男さんが平成19年度社会福祉功労厚生労働大臣表彰を受賞

社会福祉法人紫翠会の理事長・川口陸奥男さん（川口病院院長）が、社会福祉事業関係団体として、社会福祉功労厚生労働大臣表彰を受章されました。川口さんは、昭和 47 年 4 月に同法人を設立、理事長に就任され、同年 10 月には救護施設「菊池園」を開設されました。当時、この地域に同様の施設はなく初めての試みで、以来 35 年間、障害などで日常生活を営むことが困難な人たちの支援に尽力されてきました。



社会福祉功労厚生労働大臣表彰を受賞した川口さん

また、県内の救護施設経営者代表として、平成 9 年からは熊本県社会福祉施設経営者協議会の理事としても活躍されているほか、日本警察医会副会長や熊本県警察医会会長などの要職にも就かれています。受賞おめでとうございます。

10/31 (水)

環境に優しいEM石鹸を寄贈

NPO 法人化に向け環境保全活動をしている「エコプロジェクトエヴァ」の神谷久志代表と工藤 忠副代表が、地元の子どもたちに水の大切さを伝えたいと、EM 配合の石鹸 200 個を菊池市に寄贈しました。

福村市長を訪れた 2 人は「菊池のきれいな水を守りたい」との思いから寄贈しました。これをきっかけに市民の皆さんが環境についてもっと考えてくれたらうれしいです」と話されました。今後 2 人は市内の各学校を訪問し、さらに環境についての取り組みを伝えていく予定です。

また、寄贈された石鹸は、市内の市立幼稚園と小・中学校に分けられ使われています。



EM 石鹸について説明する、神谷代表（左から 2 番目）と工藤副代表（右）

11/4 (日) THE HEATが第22回国民文化祭・とくしま2007で熱唱

菊池で結成され 27 年目、全国にも舞台を求め活動するバンド「THE HEAT（菊川雅三代表）」が、徳島県で開催された国民文化祭・とくしま 2007 に熊本県代表として参加し、「音楽を通じて熱い思いを若い人たちに伝えよう」と熱唱してきました。

メンバーの 8 人は、仕事のかたわら出演の依頼があると各種イベントでのライブ活動などを行っています。平成 18 年 8 月には、東京で開催されたオヤジロックバンドコンテストで、見事グランプリを獲得するほどの実力派バンドです。

代表の菊川さんは「音楽に終わりはない。夢があればおのずと向上心も生まれる。そんな“夢”というパワーを皆さんにも与えられたらという想いで活動しています」と今後の抱負を話されました。



国民文化祭・とくしま 2007 で熱唱する THE HEAT（ザ・ヒート）のメンバー

10/2 (火)～11日 (木)

スペシャルオリンピックス夏季世界大会で林郁子さんが「金」・「銀」・「銀」

林郁子さん（㊟ 桜山八）が、中華人民共和国の上海市で開催された「2007 年スペシャルオリンピックス夏季世界大会・上海」に日本代表として出場しました。

この大会は、4 年に 1 度行われる世界最大の知的発達障害のある人たちのスポーツ競技大会で、各国代表のアスリート約 7,000 人が出場。県内からも 9 人が出場しました。

林さんは日本代表チーム体操競技のキャプテンとして競技に出場し、跳馬で金メダル、床と平均台でそれぞれ銀メダルを獲得しました。

出場の感想を聞かれると「とても緊張しました」と林さん。村上副市長からは「これを糧に、今後も頑張ってください」とねぎらいの言葉が贈られました。



報告に訪れた林郁子さん（左から 2 番目）

10/16 (火) 久川知一さん、中野美幸さんが監査事務功労者総務大臣表彰を受賞



久川知一さん（㊟ 清水）と中野美幸さん（㊟ 平）が監査事務功労者として総務大臣より表彰されました。

久川さんは旧七城町において 10 年 8 月、中野さんは旧旭志村において 11 年 11 月の間、監査委員として活躍されました。2 人の表彰は、永年にわたり監査事務に精励し、それぞれの町や村の発展に貢献したことが評価されたものです。受賞おめでとうございます。

総務大臣表彰を受賞した久川さん（左）と中野さん（右）

10/18 (土)

農林水産大臣から感謝状

横田 勇さん（㊟ 菊池松島）、稲田千秋さん（㊟ 下赤星）、東 真也さん（㊟ 伊倉）、志水秀利さん（㊟ 羽根木）、中野正一さん（㊟ 平）中尾正弘さん（㊟ 伊坂）、水上達也さん（㊟ 姫井）、岩根市郎さん（㊟ 岩本）、東 静雄さん（㊟ 平）が農業経営統計調査に、原本信利さん（㊟ 鳳来）、森田 修さん（㊟ 遊蛇口）が林業経営統計調査にそれぞれ永年協力したことから、農林水産大臣より感謝状が贈られました。

「統計の日（※）」を記念して熊本合同庁舎で行なわれた、九州農政局主催の「農林水産大臣感謝状伝達式」の中で、感謝状が贈られました。受賞おめでとうございます。

※統計の日・・・統計の日は、昭和 48 年 7 月の閣議了解により、毎年 10 月 18 日が「統計の日」と定められました。旧暦明治 3 年 9 月 24 日に太政官布告が公布された日を太陽暦に換算した日です。

農林水産大臣から感謝状が贈られた皆さん。
上段左から横田さん、稲田さん、東さん、
中段左から志水さん、中野さん、中尾さん、
下段左から水上さん、東さん、原本さん



11/7(水) 統計功労者および統計グラフコンクール受賞者の表彰式

熊本県庁で統計功労者および統計グラフコンクール受賞者の表彰式が行われました。この統計功労者表彰は、統計調査に従事し、その功績が顕著であると認められた人や事業所に贈られるものです。表彰式では、受賞者に潮谷知事より賞状と副賞が贈られました。

また、統計グラフコンクールは、児童・生徒に統計への理解と親しみを持ってもらおうと、県が毎年行っているもので、市内の小学校からも多数の応募がありました。

今後も様々な統計調査が行われ、まちづくりのための資料として活用されていきます。市民の皆さん、統計調査へのご協力をお願いします。受賞者と受賞事業所は次のとおりです。(敬称略)

●熊本県統計功労者表彰

総務大臣表彰

栗原遼一

厚生労働大臣表彰

株式会社熊本畜産流通センター、
熊本不二コンクリート工業株式会社

●平成 19 年度熊本県統計グラフコンクール

第 2 部【小学校 3 年生及び 4 年生の児童】入選

「ごみをへらすには」 田島侑佳（七城小 4 年）

第 3 部【小学校 5 年生及び 6 年生の児童】佳作

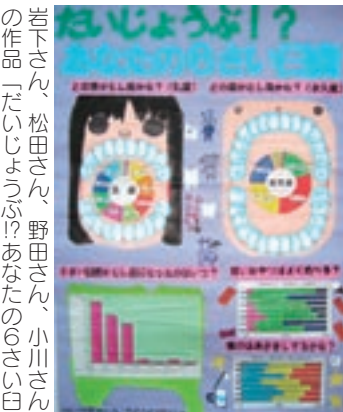
「だいじょうぶ!? あなたの 6 さい臼歯」

岩下真美（泗水西小 6 年）、松田奈桜子（泗水西小 5 年）、野田礼人（泗水西小 5 年）、小川 黎（泗水西小 4 年）

田島さんの作品「ごみをへらすには」



岩下さん、松田さん、野田さん、小川さんの作品「だいじょうぶ!? あなたの 6 さい臼歯」



11/8 (木) 菊池北小児童と 大刀洗町の菊池小児童が交流

菊池北小学校の 6 年生児童 51 人が、福岡県三井郡大刀洗町の菊池小学校と交流を行いました。この交流は、昨年の 6 年生が、福岡県に「菊池小学校」というところがあり、大刀洗町が菊池武光奮戦の地であることに由来することを知ったことから、今回初めて行われたものです。

菊池小学校で年に一度行われている「菊池っ子表現発表会」に合わせて訪問した菊池北小の児童は、その中で狂言「附子（ぶす）」を披露しました。はっきりと大きな声で狂言独特の台詞を言う児童たちの姿や伝統文化が受け継がれていることに、大刀洗町の関係者などから大きな拍手が送られました。

発表会後には、菊池小学校の 6 年生と菊池市から持参した「菊池ふるさとかるた」を使った交流などを楽しみ、お別れの挨拶をした後に名残惜しく菊池小学校を後にしました。



菊池市から持参した「菊池ふるさとかるた」を使って交流をする両校の児童

11/9(金)

西岡史郎さんが平成19年度 熊本県文化財功労者表彰を受賞

荒尾市で開催された熊本県文化財保護大会で、西岡史郎さん（菊 上町）が文化財功労者表彰を受賞されました。国指定重要無形民俗文化財である「御松囃子御能」保存会長を 20 年以上の長きにわたり務められ、その保存・伝承に尽力された功績によるものです。

西岡さんは「今回の受賞は、保存会員はじめ関係者の皆さんのお力添えあってのもの」と感謝しています。これを励みとして、気力、体力の続く限り松囃子能の保存・伝承に努めていきます」と受賞の喜びと今後の抱負を話されました。受賞おめでとうございます。

熊本県文化財功労者表彰を受賞した西岡さん



11/3(土) 鞍岳健康登山

四季の里旭志が主催する鞍岳健康登山があり、170 人以上が参加しました。登山にはタレントの大田黒浩一さんも参加し、一般の参加者に混じり登山を楽しみました。鞍岳初登山の参加者が約 8 割を占める中、怪我もなく登山を終えることができました。

鞍岳山頂では、雲ひとつない青空の下、360 度の大パノラマを見ることができ、頂上にたどり着いた参加者たちはそれぞれに感動の声を上げていました。

登山前日には前夜祭としてバーベキュー大会が開かれ、大田黒さんのほかに RKK アナウンサーの檜室英子さんも参加しました。また、主催者の四季の里旭志からは旭志牛がサービスで振舞われ、会場を沸かせました。

登山に参加した人たちからは「疲れたけど楽しかったです。また参加したいです」などの声が聞かれました。



山頂を目指して山道を登る参加者

11/2(金)～4(日) 第3回菊池市文化祭

菊池市文化祭が、菊池・七城・旭志・泗水の 4 会場で開催されました。

2 日の午後 6 時 30 分からは文化会館大ホールで、4 支部合同の開会式が行なわれました。開会式に続き、各支部からコーラスやギター演奏、日本舞踊、ぴったりと息の合った社交ダンスなど 2 時間の演芸会で幕を開けました。

その後、菊池支部の構成吟へと続き 4 日（日）まで、各支部の会場で書道・絵画・写真・生花などの展示や茶道の御点前などが披露されました。また、舞台では日本舞踊・カラオケを始め、お箏や吹奏楽・バレエなど幼児から高齢者まで幅広い年齢の皆さんが 1 年間の研鑽を披露しました。



前夜祭でのギター演奏（泗水支部）



七城公民館でのコーラス（七城支部）



文化会館小ホールでの書道展示（菊池支部）



旭志公民館での書道展（旭志支部）



泗水ホールでの大正琴（泗水支部）

11/10(土) 旭志交通安全母の会ミニバレー大会

旭志地区の交通安全母の会による親善ミニバレーボール大会が、旭志体育館で行われました。23 チーム・約 120 人が参加し、2 時間にわたって熱戦が繰り広げられました。試合は、日ごろからミニバレーを行っている参加者もそうでない参加者も一緒になって、和気あいあいながらも真剣に行われました。

また、旭志交通安全母の会では、この他にも年 3 回の道路清掃や交通安全を啓発するキャンペーンなど、年間を通して地域の交通事故の撲滅を目指し、活動を行っています。大会の上位の結果は次のとおりです。

優勝 伊萩 B、準優勝 伊萩 A、3 位 岩本 A、3 位 伊坂 B



旭志体育館であった親善ミニバレーボール大会

11/10(土)

第3回泗水支部子ども会大会 ～田島子ども会が低学年の部と高学年の部を連覇!～

菊池市子ども会泗水支部の子ども会大会(キックベースボール競技)が、泗水グラウンドであり、高学年の部に 14 チーム、低学年の部に 8 チームが参加し、総勢 204 人の子どもたちが熱戦を繰り広げました。

地域の皆さんの熱い声援を受け、子どもたちは元気に楽しくプレーしました。また、田島子ども会が高学年、低学年でダブル優勝し、昨年度に引き続き連覇を達成しました。上位の結果は次のとおりです。

高学年の部 優勝 チームドラゴン(田島子ども会)、

2 位 桜山 1.2.3.5.9 区子ども会、3 位 三万田子ども会、

3 位 富出分子ども会

低学年の部 優勝 チャレンジモンスターズ(田島子ども会)、2 位

田島キッズ(田島子ども会)、3 位 にこにこ 2 年生(田島子ども会)、

3 位 富出分子ども会

高学年の部で優勝したチームドラゴン(上)と低学年の部で優勝したチャレンジモンスターズ(下)



11/11(日) 第33回熊日学童オリンピック 空手道競技大会

熊日学童オリンピック空手道競技大会が、芦北町民総合センターであり、県内各地から選手が参加し熱戦が繰り広げられました。

拓魂塾は昨年まで 5 連覇中で、プレッシャーの中毎日の練習を基本中心に行ない団体形優勝・団体組手 3 位となり、総合優勝 6 連覇を拓魂塾 A が達成しました。結果は次のとおりです。(敬称略)

男子の部 団体形優勝・団体組手 3 位・総合優勝(6 連覇) 拓魂塾 A(出口誠也・岩永祐貴・角田耕一)、団体形 3 位 拓魂塾 B(益崎誠・城栄太郎・川端竜平)、

女子の部 団体形 3 位・団体組手ベスト 8 拓魂塾(田代麻依・出口琴美・角田祐里子)

優秀な成績を収めた選手たち



11/11(日) 平成19年度第10回熊本県 少年柔道「形」大会

熊本県少年柔道「形」大会が玉名市武道館であり、「投げの形」、「柔の形」に分かれ熊本県下 50 チーム 100 人が参加し、熱戦が繰り広げられました。結果は次のとおりです。(敬称略)

柔の形の部 優勝(2 連覇・10 組参加)

取り 後藤奈那子 受け 田口鈴鹿

6 年生投げの形の部 5 位(17 組参加)

取り 白木雅博 受け 上田竜聖、

取り 上田晃暉 受け 中村将也



柔の形を披露する、受けの田口さん(上)と取りの後藤さん(下)

10/1(月)～11/30(金)

鞠智城国営公園化推進キャンペーン2007

歴史的にも貴重な史跡である鞠智城跡を、今まで以上に多くの人知ってもらおうと「鞠智城国営公園化推進キャンペーン 2007」と題し、様々な催物が開催されました。

●鞠智城の国営公園化に向けた「日韓シンポジウム」

11 月 10 日(土) 菊池市文化会館で、「鞠智城」の国営公園化を目指そうと菊池市国営鞠智城歴史公園設置促進期成会(会長・福村三男市長)(以下「菊池市期成会」と言います)主催で、日韓シンポジウムが開催されました。

シンポジウムでは、まず初めに「古代鞠智城から中世菊池城へ」と題し、熊本県立装飾古墳館の大田幸博館長による基調講演が行われ、「7 世紀後半、国家存亡の危機に備えて築かれた城跡が地元にあることを誇りに思い、国営公園化に向けて市民が一丸となって取り組んでほしい」と話されました。



大田館長による「古代鞠智城から中世菊池城へ」と題した基調講演



「古代より 21 世紀、受け継がれる菊池と韓国」と題したパネルディスカッション

パネルディスカッションでは、パネリストとして韓国側から駐福岡大韓民国総領事の李忠浩(イ・チュンホ)教育領事、佐賀県立名護屋城博物館の安熙敬(アン・ヒギョン)国際交流員を迎え、菊池市側から高山敏朗元教育長、「きくちおはなしのもり」の原保奈美代表が参加し、それぞれの立場から鞠智城に対する思いを語りました。

総括では、菊池市期成会の福村会長が「鞠智城は古代日本の宝であり東アジアの宝です。この重要史跡をより多くの人知ってもらい、利用してもらうためには国営公園化が最も有効です。このシンポジウムを通して、多くの方に鞠智城を理解してもらい、韓国の皆さんとともに国営化を目指しましょう」と決意を述べました。

また、アトラクションでは、郷土芸能の永翔太鼓(泗水町永)や菊池市少年少女合唱団の歌が披露され、最後に行われたオカリナ演奏では、古代ロマンを偲ばせるゆったりとしたメロディーに来場者は魅了されました。

●皇太子さまご来訪

阿蘇市で開催された第 31 回全国育樹祭にご出席された皇太子さまは、県内のご視察途中でご休憩のため、鞠智城の温故創生館を訪問されました。あいにくの雨の中、皇太子さまをお迎えしようとする多くの市民が、沿道で傘を片手に日の丸の小旗を振りながら歓迎しました。

●冬柴国交大臣も鞠智城視察

12 月 1 日(土) 冬柴鉄三国土交通大臣が国営公園化を進めている鞠智城を視察されました。大田館長より鞠智城の歴史的価値の説明があり、熊本県や菊池市・山鹿市の期成会を代表して、熊本県の安田宏正副知事が国営公園化の要望書を提出しました。冬柴国交大臣は「皆さんの熱意に敬意を表します」と述べられ、調査費の補助を検討するなど前向きな姿勢を示されました。

●鞠智城フォーラム in 八千代座

隣の山鹿市でも、国営公園化に向け様々な催しが行われました。11 月 1 日(木)、「逆説の日本史」などの著者で知られる作家の井沢元彦さんの講演会が山鹿市の八千代座で開催されました。「地元に住んでいる人は、その土地にあるものの価値に気付かない。現在残っている日本の古代山城の中でも鞠智城は全国に誇れる遺跡である」と、鞠智城の歴史的価値の大きさを訴えられました。

●鞠智城ウォークラリー

山鹿市、菊池市の共同事業として古代米の収穫体験も行われました。10 月 28 日(日)、秋晴れの下、鞠智城ウォークラリー大会が開催され、参加者は広々とした城内を思い思いのペースで歩きました。途中のチェックポイントではクイズや短歌を作ったり、古代米の収穫体験が行われ、古代ロマンに思いを偲ばせていました。



温故創生館前で期成会の歓迎を受ける冬柴国交大臣



古代米の収穫体験

11/22 (木) 第3回夫婦の手紙・絵手紙コンクール表彰式

菊池市が募集した「夫婦の手紙・絵手紙コンクール」の入賞者が決まり、その表彰式が「いい夫婦の日（11月22日）」に菊池夢美術館で行われました。

菊池市は、地名の「隈府（ワイフ）」と英語の「wife（ワイフ＝妻）」との語呂合わせ、さらに「美肌の湯・化粧の湯」とも呼ばれ女性に人気がある菊池温泉をアピールしながら「おしどり夫婦の里」、「妻（女性）を大切にすまち」としてのイメージづくりに取り組んでいます。その一環として平成17年からこのコンクールをはじめたもので、県内はもとより、九州、中国地方から、手紙の部に60点、絵手紙の部に524点の応募がありました。

当日は、夫婦の手紙大賞の河津ハルエさんほか23人の入賞者に賞状と副賞が贈られ、受賞者を代表して河津さんが「天国のあなたへ」と題した作品を朗読すると、河津さんのご主人に対する想いが伝わり思わず涙ぐむ人も見られました。

応募作品全部は、1月9日（※1月1日は休館日）まで菊池夢美術館に展示されています。



「天国のあなたへ」の手紙を読む河津ハルエさん（上）、夫婦の手紙大賞に選ばれた河津ハルエさんの作品（右）最優秀賞（絵手紙部門）に選ばれた谷口ハツ子さんの作品（左）



11/18 (日) 熊本県下勤労青少年ホームスポーツ交流会バドミントン大会

熊本県下勤労青少年ホームスポーツ交流会バドミントン大会（熊本県下勤労青少年ホーム連絡協議会、熊本県勤労青少年育成事業実行委員会共催）が、水俣市立総合体育館南部館でありました。

菊池市勤労青少年ホームから「楽悠会」の1チームが参加し、Bクラスの部で見事優勝しました。メンバーは「優勝できて嬉しいです。来年はAクラスの部に挑戦したいです」と喜びを話してくれました。



優勝した楽悠会のメンバー

11/18(日) 第2回熊本県中学生新人空手道大会兼、平成19年度文部科学大臣旗争奪第2回はまなす杯全国中学生空手道大会予選会

熊本県中学生新人空手道大会が、マリスタ高校で行われました。形・組手の部とも、素晴らしい成績を収めた拓魂塾所属の泗水中・菊池北中・七城中の6人の選手が、来年3月28日から3日間、北海道北広島市総合体育館で開催される全国大会へ出場します。上位の結果は次のとおりです。（敬称略）

形の部 1年男子 3位 益崎 豊（菊池北中）、1年女子 優勝 田代真麻（泗水中）、2年男子 優勝 中島弘樹（泗水中）、2年女子 4位 田代庸祐（七城中）

組手の部 1年男子 3位 岩永直也（菊池北中）、2年女子 3位 松本めぐみ（泗水中）



優秀な成績を収めた選手たち

11/ 4(日) 第11回親子ビーチボールバレー大会 11/12(月) 第8回親子ふれあいミニバレー大会

旭志くらだけ友の会（菊池市子ども会育成協議会旭志支部）主催による親子ビーチボールバレー大会が旭志体育館でありました。ビーチボールバレーを通して、会員相互の親睦を図り、親子のふれあいを深めることを目的としたもので、旭志地域内の小学生とその保護者13チーム・約180人が集まり、熱戦が繰り広げられました。上位の結果は次のとおりです。

優勝 桜ヶ水、**準優勝** 尾足、**3位** 岩本、**3位** アタックNo.1



親子ビーチボールバレー大会で優勝した桜ヶ水

旭志体育館であった、親子ふれあいミニバレー大会



また、同会主催の親子ふれあいミニバレー大会が旭志体育館でありました。「ミニバレーを通して親子の絆をより一層深め、もって青少年の健全育成を図る」の趣旨のもと、旭志地域内の中学生とその保護者30チーム・約210人と旭志中学校の先生2チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。上位の結果は次のとおりです。

優勝（コート優勝） Aコート 伊萩A、Bコート 妻越2-1、Cコート 旭志中ヤングーズ、Dコート 旭志中オールスターズ、Eコート 高永1年、Fコート 桜ヶ水

11/16(金) 隈府小学校で文部科学省指定事業の研究発表会

隈府小学校（高村秀夫校長）で、県内の小・中学校の先生や行政関係者、地域の人などが参加して学力向上拠点形成事業の研究発表会がありました。クラスごとの公開授業や全体会を通して、これまでの取り組みが発表されました。

1年1組では、各クラスごとに毎朝20分間取り組んでいる「いきいきタイム」のひとつとして、「13ひく3のけいさんのしたかをせつめいしよう」を考え、発表しました。1人の児童が黒板の黄色いブロック13個を使い「13を10と3に分け、次にバラの3から3を引いて0。10と0で答えは10です」と説明。発表した児童に対して全員で「あっています！」と元気な声で応えていました。

高村校長は「子どもたちが元気に学習している様子がしっかり発表できました」と話されました。

同校は、平成17・18・19年度の3年間、文部科学省が指定する「学力向上拠点形成事業」の指定を受けており、全国に先駆けて算数指導のあり方の研究・実践に取り組んでいます。



公開授業で「13ひく3」の計算方法をブロックを使い説明する児童

11/17(土) 七城町食味会(米)

七城メロンドームで、新米（品種・ヒノヒカリ）の食味会が行われました。これは、米生産者が食味向上の意識を持ち地域全体の底上げとなるよう平成16年度より七城地域で行われているものです。

普通栽培の部、特別栽培の部（減農薬など）の2部門に24点の出品があり、食味計審査での上位各5点が予選会を通過し、本選では食味鑑定士2人と当日の一般来館者50人により、5項目（味、香り、外観、粘り、硬さ）を基準に審査が行われました。入賞者は次のとおりです。（敬称略）

普通栽培の部

最優秀賞 長尾良久（宮園区）

優秀賞 高木良精（五海区）、村上隆男（台区）

特別栽培の部

最優秀賞 村田俊一（清水区）

優秀賞 柘原清一（高田区）、山下正行（加恵区）

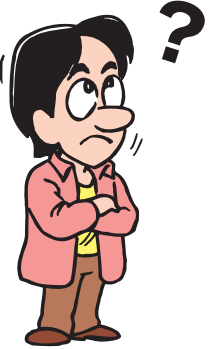


七城メロンドームであった食味会で、新米を口にする一般来館者の審査員

国民年金の加入手続きは、住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口で直接、手続きをしてください。

※時間に余裕がなく、窓口まで算され支給されます。

国民年金の加入手続きは、**で行えばいいの。**



毎月の保険料はいくつ。

来る時間がない場合は、郵送により手続きもできます。

国民年金は、国が責任をもって運営する公的年金制度です。日本国内に住所を有する20歳から60歳までの人は、必ず加入しなければなりません。

自営業者や学生などは「第1号被保険者」に、サラリーマンや公務員は厚生年金や共済年金に加入すると同時に「第2号被保険者」に、第2号被保険者に扶養されている配偶者は「第3号被保険者」になります。

第1号被保険者となる人は、20歳になったらずに加入手続きをしてください。

新成人の皆さん 国民年金の 加入手続きを しましょう

市民課市民年金係
☎ (25) 7211
七城総合支所市民係
☎ (25) 1000
旭志総合支所市民係
☎ (37) 3111
泗水総合支所市民係
☎ (38) 2105

問い合わせ先

20歳になり、所得が少なく保険料を納めることが困難な人については、若年者納付猶予制度や学生納付特例制度などの保険料免除制度を利用することができます。

手続きはお住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口で行ってください。

毎月14,100円は払えない・・・。
そんなときはどうすればいいの？

口座振替は、金融機関などの窓口での現金納付に比べて便利でお得です。口座振替には、毎月の保険料が翌月末に引落される翌月末振替と、毎月の保険料がその月の月末に引落される当月末振替（早割）があります。

※口座振替で前納制度を利用する場合は、現金での前納に比べてさらに割引額が高くなります。例えば、1年前納を口座振替で行った場合は、月々現金で支払った場合の合計額と比較して3,550円の割引（現金での1年前納は3,000円の割引）です。

口座振替が便利でお得！

若年者納付猶予制度・学生納付特例制度とは？

若年者納付猶予制度と学生納付特例制度は、他の年齢層に比べ所得が少ない若年層（20歳代で学生以外）の人が、将来、年金を受け取ることができなくなることや、不慮の事故などにより障害が残ってしまった場合に、障害基礎年金を受けることができなくなるなどを防止するため、本人の申請により保険料の納付が猶予される制度のことです。

ポイント①

- 若年者納付猶予制度→本人と配偶者の所得を審査
- 学生納付特例制度→本人の所得のみで審査

一般の保険料免除（全額免除・半額免除）の場合は、世帯主の所得も含めて保険料免除の対象となるか判定しますが、若年者納付猶予は本人と配偶者の所得のみ、学生納付特例は本人の所得のみで判定することになります。

そのため、世帯主の所得が高く、保険料免除の対象とならない20歳代の人でも、若年者納付猶予の対象となる場合があります。学生の場合は本人の所得がない場合は学生納付特例の対象となります。

※学生の場合は、学生納付特例制度のみ利用いただけます。

ポイント②

- 障害・遺族基礎年金を受け取ることができます。

納付猶予や納付特例期間中にケガや病気で障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害の状態に応じて障害基礎年金が、遺族（妻と子）の人は遺族基礎年金

を受けることができます。

※障害や死亡といった事故が発生するまでの国民年金の加入期間の2/3以上の期間について、保険料を納付、免除または猶予されていること、もしくは事故の直前の1年間に保険料の未納がないことが必要です。

猶予期間などの年金はどうなるの？

- 若年者納付猶予・学生納付特例を受けた期間は、将来受ける年金の受給資格期間に算入されますが、年金額には反映されません。
- そこで、これらの期間の保険料は、10年以内であれば後で古い期間から順に納付していただけるようになっていきます（追納）。
- 追納する場合の保険料額は、猶予等を受けた年度から起算して、3年目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた期間の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

11/25 (日) 第25回菊池ロータリー小学生駅伝大会

菊池ロータリー小学生駅伝大会（菊池ロータリークラブ、菊池市教育委員会共催）が菊池市多目的広場であり、男子32チーム・女子21チームが参加しました。レースは全6区間で行われ、選手たちはひとつのタスキに思いを込め、次の走者へと繋いでいました。上位の結果は次のとおりです。（敬称略）

男子の部 優勝 泗水小A、準優勝 戸崎小A、3位 旭志小A、4位 隈府A、5位 菊池北小A、6位 迫水ブルーランナーズ

女子の部 優勝 旭志小、準優勝 泗水小A、3位 菊池北小A、4位 花房小学校A、5位 隈府A、6位 花房小学校B

区間賞・男子の部 1区 渡辺俊介（泗水小A）、2区 隈部優（迫水ブルーランナーズ）、3区 中山智貴（菊池北小A）、

4区 澤山純弥（旭志小A）、5区 加茂田拓夢（泗水小A）、6区 渡邊了太（隈府A）

区間賞・女子の部 1区 森彩咲（旭志小）、2区 宮崎穂乃佳（泗水小A）、3区 森本碧（泗水小A）、4区 河本紗也香（旭志小）、5区 辻秋穂（旭志小）、6区 村本加奈子（隈府A）



菊池市多目的広場を一齐にスタートする選手たち

11/27 (火) 菊池市認定農業者連絡協議会と菊池市の農業を考える議員の会との意見交換会

農業の担い手である認定農業者で組織する菊池市認定農業者連絡協議会（水上彰澄会長）の主催により、菊池市の農業を考える議員の会（本田憲一会長）との意見交換会が開催されました。

この意見交換会は、農業の現状について理解を深め、農業の振興につなげることを目的に菊池市認定農業者連絡協議会の発案で初めて行われたもので、それぞれの立場から今後の農業について活発な意見が出されました。

出席者からは「米価低迷と飼料穀物の高騰で経営が悪化している」など、農業の厳しい状況なども報告されました。



宝くじ助成事業で田島二区にテントなどを整備

コミュニティの健全な発展を図ることを目的としたコミュニティ助成事業により、泗水町田島二区に、テント、組立式ステージ、机、椅子、テレビ、DVDレコーダー、カラオケ式、オープンレンジ、卓上IHヒーター、掃除機、グラウンドゴルフ用具一式、掲示板、放送設備が整備されました。

このコミュニティ助成事業は、宝くじ普及広報事業費を財源として財団法人自治総合センターが助成を行うもので、今後の同区の益々の活性化が期待されます。



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

田島二区に整備された、テレビ（上）とテント（右）



菊池市防犯協会への寄付に訪れた江藤組合長（左）

人の血圧は、とても変化しやすいものです。例えば、一日の午前と午後だけで数値は異なり、クシヤミや咳をしただけでも上がる場合があります。また、気温が低くなると、血管が収縮し血圧が上がりがやすくなりますので、寒さの厳しい日が続くときは高血圧の方は注意が必要です。

さらに、この時期は、正月や新年会などで暴飲暴食の機会が続いたり、寒さで動くのがおっくうになり運動量も減るので、肥満や塩分の取り過ぎ、運動不足などが引き金となって血圧も上がりやすくなります。

高血圧は、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こすこともあるので、日常生活の中で血圧を上げないような注意が必要です。



冬は 高血圧に 注意しましょう!

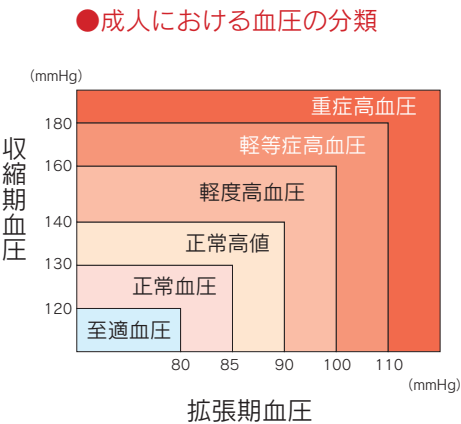
血圧とは?

心臓が全身に血液を送り出す時に、血管壁にかかる圧力を「血圧」と言います。

心臓が収縮した時の血圧を「最高血圧（収縮期血圧）」、心臓が拡張した時の血圧を「最低血圧（拡張期血圧）」として測定します。

高血圧とは?

最高血圧と最低血圧のどちらか一方か、または両方が慢性的に基準値よりも高い状態です。原因は、高血圧以外の病気から起きる場合もありますが、ほとんどが生活習慣病に関わるものです。



高血圧を 予防するための 生活習慣のポイント!

●急な温度の変化に気をつけましょう

日常生活の中で、血圧を不意に上げてしまう危険性はあちこちに潜んでいます。特に、冬のトイレや風呂場などでは、急な血圧の上昇が起こりやすいので、風呂場や脱衣所、トイレなどを暖かくしておく必要があります。

また、寒い戸外では急激な温度差が

発生しやすいので、外出する時は上着やマフラーなどを活用し、屋内、屋外での急な温度差に対応できるようにしましょう。

●塩分を控えましょう

塩分を取り過ぎると、血液中的ナトリウム濃度を一定に保つために、循環血液量が増加し血圧が上昇します。塩分の代わりにコショウなどの香辛料や酢、柑橘類などを上手に利用することで、塩分の取り過ぎを防ぎましょう(塩分は1日10g未満を目標に!)

缶詰などの加工食品を利用する場合は、パッケージに記入されている食塩の量を参考にしましょう。ナトリウムで表示されている場合は、次の式で食塩に換算できます。

●塩分・ナトリウム換算式

食塩相当量 (g)
= ナトリウム (mg) × 2.54 ÷ 1000
※ナトリウム 400mg で、塩分 1g となります。
覚えておくと便利です!



●お酒は適量を心がけましょう

お酒は、適量を楽しむ飲み分には構いませんが、飲みすぎると血圧を上昇させます。また、一緒に食べるおつまみには塩分を多く含む物が多いのも血圧を上げる一因になります。さらに、血液中的中性脂肪やコレステロールを増やし、肥満の原因にもなりますので、節酒に心がけましょう。

○アルコールの適量

- ・ビール 中ビン1本
- ・清酒 1合
- ・ウイスキー ダブル1杯

●適度に身体を動かしましょう

運動をすると一時的に血圧は上がりますが、適度な運動は、むしろ血管の緊張を和らげて血圧を下げる効果があります。しかし、気温が低い早朝は血圧が上昇しやすいので、早朝の運動は避けたほうがよいでしょう。

また、身体を動かすことで気分転換ができ、ストレス解消にも役立ちますので、毎日、少しずつ自分の体力に見合った方法で行うと良いでしょう。

●十分な睡眠と休養でストレスを解消しましょう

毎日の生活の中で、疲れや緊張、精神的ストレスを感じることが誰でもあるでしょう。緊張



歯ッピーキッズ

3歳児健診時「むし歯なし」の子

11月28日(水)に泗水会場で、11月30日(金)に菊池会場でそれぞれ3歳児健診がありました。歯科検診の結果、むし歯がなかった子どもさんを紹介いたします。(敬称略)



- 泗水会場
- 坂本翔和 (☎ 永)
 - 岩本小町 (☎ 富の原中央)
 - 田代佳誉 (☎ 富出分)
 - 松川 月 (☎ 辰頭団地)
 - 坂本晃志朗 (☎ 富の原北)
 - 小澄 翼 (☎ 富の原中央)
 - 猪野涼太郎 (☎ 富)
 - 角田 琳 (☎ 栄町)
 - 山部竜輝 (☎ 東正観寺)
 - 渡邊柔斗 (☎ 菊池佐野)
 - 富永楓雅 (☎ 野間口)
 - 坂本ひなた (☎ 北宮)
 - 重森春那 (☎ 植古閑)
 - 西垣七星 (☎ 花房台)
 - 宮川聖哉 (☎ 甲森北)
 - 菊野 翼 (☎ 正院町)
 - 菊野 百 (☎ 正院町)
 - 為田彰志 (☎ 西正観寺)
 - 徳永琴民 (☎ 永出分)
- 菊池会場

むし歯予防のためには、家族ぐるみで取り組むことがとても重要です。これからも「甘いものを控えること」、「歯みがきをすること」、「歯を強くすること」、「定期健診を受けること」を心がけ、むし歯ゼロで頑張りましょう。

今回むし歯があったお子さんは、なるべく早く歯科医院を受診しましょう。

●定期的に血圧を測りましょう

日常生活の中で血圧を上げないよう注意するためにも、普段から自分の血圧を把握しておくことが大切です。市

●便秘を防ぎましょう

便秘になると、トイレでいきむことが増えます。寒いトイレでいきんだ時に血圧が上がりがやすくなります。食事は繊維質のものをしっかりと摂り、適度な運動を心がけて便秘をしないようにしましょう。

食生活や運動など日常生活を見直すことで高血圧の発症を防いだり、発症時期を遅らせることができます。そのことが、脳卒中や心筋梗塞などの恐ろしい病気を未然に防ぐことにもなるのです。下記の「高血圧チェック」で、自分の生活習慣を振り返り、改善できることから始めましょう。

すでに降圧剤を処方されている人は、自己の判断で服用を中止したりすることは危険ですので、医師の指示を守って服用しましょう。

●高血圧チェック

→たくさん当てはまる人ほど要注意です!

☐ ①1日に歩く時間は30分以上ない	☐ ⑥野菜はあまり食べない
☐ ②運動はほとんどしていない	☐ ⑦毎日、日本酒で換算して3合以上飲む
☐ ③20歳の時より10kg以上太った	☐ ⑧休日が少ない
☐ ④塩辛いものが好き	☐ ⑨ストレスを感じる事が多い
☐ ⑤ラーメンやそば等の汁をほとんど飲む	☐ ⑩血縁者に高血圧の人がいる

※チェックがついた項目は、今後の生活習慣で改善しましょう。

※⑩は、遺伝的な体質を引き継いでいる可能性があります。

新着図書情報

泗水図書館



天璋院篤姫 上・下 宮尾登美子 著
薩摩藩主、島津斉彬に天賦の才を見いだされ、養女に迎えられた於一（おかつ）こと後の篤姫。激動の幕末、徳川13代将軍家定に嫁ぎ、夫の亡きあと、江戸城大奥三千人の総師となり、時代の最期に立ち会う…。2008年NHK大河ドラマ「篤姫」原作本。

てれんぱれん

青来有一 著
仕事もせず、ふらふらと頼りない父。被爆し九死に一生を得てから、不思議な力が備わったという。幼いころ同じ力を受け継いだ「わたし」にある日、初老の女が近づいてきて平凡な日常がかき乱されていく…。長崎を舞台にした心を揺さぶる父娘の物語。

三面記事小説

角田光代 著
ワイドショーで取り上げられ、騒がれる三面記事。記憶の隅に追いやって「あーあったなあ。そんな記事」と他人事ですまされないかも。誰もが滑り落ちるかもしれない記事の向こう側の世界。実際の事件を発想の発端にした悲しい現代を切り取った問題作。

さよなら、そしてこんにちは

荻原浩 著
TV番組の健康コーナーを日々チェックし、仕入れに追われる食品売り場の責任者。若い妻と娘にクリスマスパーティをせがまれる住職など…。世のため、人のため、家族のため、働き者ほど翻弄される。その悲哀を描いた傑作集。

1995年のスモーク オン ザ ウォーター

五十嵐貴久 著
順風満帆に過ごしてきた今までの人生。ところが最近、何だかおかしい。かみ合わなくなってきた夫や息子。そんな折、台風のような幼なじみ、ゆかりが現れて「ねえーバンドやらない？」の一言から幕を開けるオバサンバンド。めざすは、あの名曲！ロック魂が暗い世相に殴りこみをかけたたっぷり笑えて泣ける家族小説。



アリーの物語 女騎士アランナの娘3

タモラ・ピアス 著
「女騎士アランナ」シリーズから時を経て始まる娘の物語。伝説の騎士アランナの娘として生まれ成長したアリー。スパイになることを認めてもらえず、家を飛び出してしまふ。愛する家族や故郷から遠くはなれ、奴隷となったアリーの冒険第3弾。

全記録 炭鉱

鎌田聡 著
労働者の状況は、かつての炭鉱労働者に似て、危険に晒される仕事や身分不安定な労働者の事故・病気が増え、自殺者も増加している。無権利、過労死（自殺）、今の「絶望工場」を希望に変え、かつての日本の労働者の原点をみつめ、喜び・悲しみ・希望と苦悩の歴史を学ぶ為にもおすすめの一冊。

ちひろ 絵に秘められたもの

松本善明 著
平和を愛し、すべての子どもの幸せを願ったいわさきちひろ。死後33年がたった今でもその優しいまなざしで描かれた絵は、世界中の人々に愛され続けている。画家としての、また一人の人間としてのちひろが絵に秘めた思いを24年余り連れ添った夫が慈愛と尊敬を込めて綴った一冊。

奇想遺産 世界のふしぎ建築物語

鈴木博之・他 著
日々の生活では思いつきもしないような「奇想」に基づいて構築された建築物を、建築家の鈴木博之・藤森照信らが世界中から選んで紹介する。どこから見ても、なんだかへん！自由で多様な価値観に彩られた世界のふしぎな建築物にまつわる77の物語。

幸せさがし

鎌田實 著
病気になった時、挫折した時、いきづまった時、人はどの様にしてピンチを乗り越えていくのだろうか。あるがままの自分を見つめ、自分自身を生きていく。生き方はひとつではない。あたりまえの生活のひとコマの中に、幸せの宝物がつまっていることにぎっと気が付けてくれる医療エッセイ。

ぞうのせなか

あきもとやすし 作 / あみなかいづる 絵
「ポッポには見えなくても、お父さんはずっとポッポのそばにいるよ。」命の終わりを悟った象のお父さんは幼い息子のポッポに生きるための様々な知恵と力を授けようとします。親から愛を受け、自分の愛を子どもに伝えていく命の連続性に気づき、死をとおして生を考える絵本。

もったいないことしてないかい？

真珠まりこ 作
朝日小学生新聞の連載で大人気！もったいないのセリフと共にあちゃんの知恵袋をコミカルなイラストと共に紹介。手掘り、落ち葉など秋冬をテーマに、今日もあのもったいないばあさんがやってきた。もったいないことしてないかい？ものを大切にする心を育てる絵本。

こんにちはりさようならのまど

ノートン・ジャスター 文 / クリス・ラシュカ 絵
おじいちゃんとおばあちゃんの家にある台所の窓は、私にとって特別な窓。お気に入りの窓を通して、おじいちゃん・おばあちゃんとのあたたかな心のふれあいを、子どもの視点から見事に描いた2006年コールドコット賞受賞作。



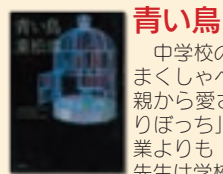
パパ、お寿司たべたい！親子で学ぶネタ図鑑

入江和夫 著
中トロ、イカ、エビ、タマゴ焼き…。お寿司って少しずついろんな味が楽しめるからおもしろい！でも、知ってるかな？お寿司をもっと美味しく食べる方法。「旬」を知ると、そのおいしさが何倍にもなるって事を。お寿司が大好きな君たちへ「寿司屋デビュー」への徹底ガイド。

お皿のボタン

たかどのほうこ 著
高橋家のかざりだなの上にある一枚のお皿。そこにはいろんなボタンたちが暮らしています。舞台衣装の高級ボタンだったホワイト夫人、園児服から脱走してきたタビちゃん、謎の黒岩ジョー。彼らはどうしてこのお皿に来たのでしょうか。個性あふれるボタンたちの人生のおはなし。

中央公民館図書館



青い鳥

重森清 著
中学校の非常勤講師をしている村内先生は、うまくしゃべることが出来ない。いじめ、学級崩壊、親から愛されることのなかった生徒など、「ひとりぼっち」になってしまった生徒たちのもとへ授業よりも「たいせつなこと」を教えるために村内先生は学校へ行く。

愛に似たもの

唯川恵 著
ずっと賢い選択をしていたかと思っていたが、夫の左遷を機に、自身の生き方に疑問を抱くようになった広子。結婚に焦り始めたころ、自分に好意を持っている男性に、それまでの恋愛経験を活かして接する美郷だったが…。8人の女性のつまずきながらも生きる姿を描いた短編集。

フーさん

ハンヌ・マケラ 作 / 上山美保子 訳
子どもを驚かせるのが仕事のフーさんは、全身黒ずくめで、オバケなのか魔法使いなのか、正体不明。そんなフーさんは、驚かした女の子にケラケラ笑われても上手くいったと勘違いするなど、ちょっと風変わり。フィンランドで人気の児童書、待望の日本語訳。



ぼくには数字が風景に見える

ダニエル・タメット 著 / 古屋美登里 訳
円周率のヨーロッパ記録を樹立したダニエル。彼には、数字に色や形が見え、円周率の暗唱をしている時、それは美しい風景が広がっているように見える。そんな彼はサヴァン症候群であり、同時にアスペルガー症候群でもあった。家族や仲間たちの愛情、彼自身の苦悩と自立を描いた感動の手記。

りんごごーごー

庄司三智子 作・絵
りんごは仲間を探してかけ出します。そごで見つけた、いちご、だんご、それからたまごにいなご仲間になって、ごーごーと走ります。ほかにもたくさんの仲間と手をつないで、りんごはとにかく走ります。どこまでも、どこまでも。ことばあそびの絵本。

目より情報

初春に歌を詠むコーナー

短歌には千年以上の歴史があります。美しい日本の言葉を使った短歌や俳句を自分の言葉で詠んでみませんか？歌詠みをして城に上がったお姫様の絵本「ぼんさらや」の切り絵原画も展示しています。（泗水図書館）

むかしあそび

1月20日（日）午後2時からのお楽しみ会は、カルタ、ふくわらい、お手玉など、なつかしい遊びをします。どなたでもお気軽にお越しください。（泗水図書館）



門松を飾るのは何故？

昔から木の枝などには、神様が宿ると考えられてきました。そこで、家族の健康や豊作を願い、山からおりてくる神様の目印になるように、家の門口（かどぐち）に松や竹を飾るようになりました。また、松には「神様をまつ（待つ）」という意味もこめられていたようです。（中央公民館図書室）

ジョン万次郎、琉球へ

初めてアメリカに渡った日本人・ジョン万次郎。アメリカで勉強し、生活しますが、日本が恋しくなり帰ることにしました。1851年1月3日に、沖縄へ上陸。その後は、通訳としても活躍し、開成学校（現・東京大学）の英語の教授になりました。図書室に伝記を所蔵しています。この機会に読んでみませんか？（中央公民館図書室）

問い合わせ先

中央公民館図書室 ☎ (25) 1672
七城公民館図書室 ☎ (25) 1580
旭志公民館図書室 ☎ (37) 3111 内線 303
泗水図書館 ☎ (38) 6866

へんしんトイレ

私

推

の

薦



やまぐち え な
山口恵奈さん
(七城小2年)

あきやまただしさく

この本は、出てくる人物やものが、トイレに入ったら、へんしんしてしまふ本です。たとえば、まこちゃんという女の子が「まこまこまこ」といいながら、へんしんトイレに入ると「うま」になります。へんしんトイレのほかにへんしんトンネルという本もあります。とってもおもしろくて何回読んであきません。へんしんする時の言葉もおもしろいですが、へんしんトイレの絵も



1月の予定

	中央公民館 図書室	七城公民館 図書室	旭志公民館 図書室	泗水図書館
1 火	閉室日	閉室日	閉室日	休館日
2 水	閉室日	閉室日	閉室日	休館日
3 木	閉室日	閉室日	閉室日	休館日
4 金	閉室日			休館日
5 土			閉室日	
6 日	閉室日	閉室日	閉室日	
7 月				休館日
8 火				
9 水				
10 木				
11 金				
12 土			閉室日	しずいっ子 童話会のおはなし かい 11:00～
13 日	閉室日	閉室日	閉室日	
14 月	閉室日	閉室日	閉室日	休館日
15 火	閉室日			
16 水				
17 木				
18 金				
19 土			閉室日	古典を楽しむ会 14:00～
20 日	閉室日	閉室日	閉室日	お楽しみ会 14:00～
21 月				休館日
22 火				
23 水				
24 木				
25 金				
26 土	きくちおはなしの もりおはなしかい 10:30～		閉室日	しずいっ子 童話会のおはなし かい 11:00～
27 日	閉室日	閉室日	閉室日	
28 月				休館日
29 火				
30 水				
31 木				休館日
1 金				
2 土			閉室日	
3 日	閉室日	閉室日	閉室日	
4 月				休館日

菊池短歌会

11月詠草

掃き奇する柿の落葉の音かろし漸く秋に傾く朝
岩木 妙子
いくたびも辞書引きながら手紙書くはや受験期を
梅田 昭子
朝顔の蕾三つ四つ残る棚暫し待たなむ蔓の片つけ
梅野カヲル
幼子が握りしめるる林檎の香待合室の空気とます
黒田 衣子
われもまた鳥合の一人峽に吊る橋に脚より逢ふは
竹野美智代
秋風
さわさわと蓬の葉裏ひるがへり日翳る畑に夕風の
中川 愛子
立つ
枯れ初むる芒・泡立草夏の日の覇氣のごときがま
中原ちえ子
だこもりをり
耕して何を作らむ視野狭めしぐれ過ぎゆくひつじ
村上 咲江
田の上
唯一軒の村の萬屋閉店し軒の榎に秋風冷ゆる
山下 菊代
朝明けの空を遮るすじ雲の南へ流れ秋蘭けてゆく
山代 静子



万句の里俳句会

11月句会

襟元に蕾を残し菊人形
松永 久子
鳶舞ふ島の入江の波止小春
中路 郁子
金粉に溺れる蛇や石路の花
高木 陽子
詩のやうに紅葉散りゆく深き谷
鋤本 トミ
枯尾花風に梳かれてやはらかし
田中ひさ子
木屋の香に揺られ来し良き便り
稲田 鈴子
真青なる空も川面も鴨のもの
梅田 昭子
一片の雲を友とし小春かな
光本とよいち
転び傷抱いて早寝の小夜時雨
小山 照子
茶の花の垣根づたひに忌日参
田中 美智
楼門をくぐれば石路の花明り
吉井 綾子
花石路の揺れにまどろむ庭の石
丸山美代子

肥後狂句桜会

例会入選句集より

やせ我慢 独身主義で言いよらす
小川 繁美
神経質 医学書見ては医者通い
狩野 本六
通りがかり 美人の方に聞かす道
須藤 新生
神経質 目覚しや三つ置いとらす
高倉 新米
通りがかり この署名ならして行こう
光堀 善教
神経質 年中飲ます胃の薬
田中 孝幸
通りがかり つい引つかかる縄のれん
藤由 藤紫
神経質 ユーモアちゅうが無ア御仁
安武 二山

泗水短歌会

11月詠草

木屋の小花散り敷きし舗装路を雨はしとどに降り
しだきある
大島 ひとし
永かりし猛暑漸やくすぎし朝秋待ち侘びて石路の
花咲く
平嶋きくえ
十年振り高千穂訪えば過ぎし日の時しくくと吾
を攻め来る
長尾はるみ
霜月となるも霜見ぬ温暖化木戸の楓は素枯れ散り
しく
福原美智子
夫の兄弟吾の姉妹も他界せりたつた一人の生かさ
れている
内田つね代
プランターを移せば蛙冬眠を妨げられて色褪せ出
で来
中山 定子
秋空に高くかけたる巢にこもり身じろぎもせぬ蜘蛛
を仰げり
増田久美子
横断を終えて深々礼返す少年があり山茶花の道
吉安 永子
穏やかに風吹き抜く紅葉の山又山の暮れなずむ峰
宮本 峯子

せせらぎ俳句会

11月例会

散る萩に新月細き夕べかな
村山 数恵
一石にまつわる話秋の宮
坂本まつえ
あたふたと旅立ち前の冬囲ひ
藤本アツ子
さくく〜とさくく〜と落葉踏む
五丁 義昭
秋日和何をするにもよき日和
寺本 和子
石路咲けば吾れを育てし島を恋ふ
内村 泊虹
茶の花を髪にかざして姿見に
服部 静子
登校時カーブミラーに朝露が
（中二） 渡辺 大寿
いつの間に吐く息白くなっている
（中二） 渡辺 一史

肥後狂句水笑会

11月例会

ななろうか 不老長寿に もて葉
続 義昭
ななろうか 別嬪の居る養子口
神尾 凡骨
酒やめて 私ば嫁にほしかなら
平井 江彩
愛妻家 おてて繋いで散歩さす
井手 水光
待ち長さ 暦の〇は年金日
中島 五女
待ち長さ メールばかりが早う来た
清原 英坊
つるし柿 どこも軒下あみのれん
御手洗三代
酒やめて 飯を食い過ぎ今メタボ
宮上 美由

七城短歌会

11月詠草

酒やめて 一念発起さしたるか
吉岡 三水
ななろうか 生徒の居らん学校は
山隈 好茶
鳴き交わす水鳥の声姦し歩みとどめて川面を見つ
池田カツ子
む
船下る詩歌の里に孫子等と揺ることなく風情味
池田 禮子
あう
庭畑に二匹の蝶がもつれ合う昼餉ゆ空し一人とな
りて
岩崎 照代
生きがいの庭に植えたるウコンなり覗く葉かげに
薄紅の小花
岩津 涼子
避けられぬ霜枯る身をば予期せしか庭のサルビア
深紅に燃ゆる
下川 つぎ
誰一人逢う事もなき夕の道白き半月山よりいづる
松岡ミチエ
憧れの色に熟れゆく富有柿還暦植樹に応うること
水田紗陽子
く
師の計報ありては嘆き面影を追う晩秋の入り日ま
近に
森 道子
「お茶ですよ」と呟きながら在りし日に夫好みた
る湯呑みに注みぬ
吉間 充子
新しい餌与うるに金魚たち飽食流行るか食べよう
とせず
堀 甲子

旭志文芸俳句会

11月詠草

無造作に庭をいろどり石路の咲く
芹川のり子
コスモス彩る減反米どころ
芹川 蓉子
秋彼岸去り足早に来る冬の風
出田みとり
台風もそれでよかったサイロ詰
郷 ミヤ子
作り手も無くて棚田の葛の花
水谷 ミネ
リンドウを供華と購い山下る
東 芳子
凜として秋陽に映ゆる金閣寺
中尾ヨシコ



くまもと子育て応援の店・企業推進事業

お店で、事業所で、子育てを応援します！

子育て中のご家庭の皆さんの利用をお待ちしています。

応援団
登録
募集中！

店舗・事業所の皆さん！
応援団に登録しませんか！

子育て
とくとか
応援団

子育て
あったか
応援団

子育て
従業員
応援団



登録証とステッカーが
交付されます

くまもと子育て応援の店・企業推進事業とは

●子育てとくとか応援団

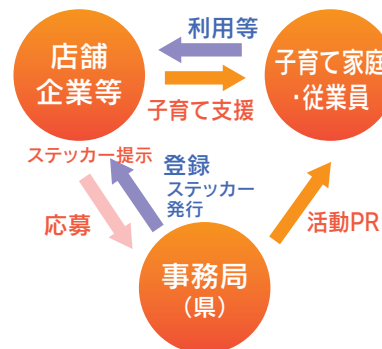
「就学前の子ども連れの家庭」を対象に、料金の割引、特典などのサービスを提供します。

●子育てあったか応援団

子育て家庭への遊び場、休憩所、おむつ替えコーナーなどの無償提供によるお出かけしやすい環境の整備や、事業の広報などの支援を行います。

●子育て従業員応援団

企業などが従業員の子育て環境を整備し、仕事と子育ての両立をサポートします。



Q 応援団の取り組みでは何を
実施していますか？
A トイレにおむつ替え台を設置
し、ベビーカーの貸し出しを
行っています。店舗も段差が
ないようにしています。
お茶の旭志園では、ミルク
のお湯の提供、一部商品の割
引サービスを行っています。
Q 応援団になったきっかけはな
んでしょうか？
A 夢空間は、菊池市内の商店街
の共同店舗です。
今から12年前の平成7年に
オープンしましたが、そのと
きにおむつ替え台などを設置
しました。
これらの取り組みが「くま
もと子育て応援の店」に適合
するということで登録するこ
とになりました。

おむつ替え台、ミルク用のお湯の提供
一部商品の割引サービスを行っています。
菊池ショッピングプラザ夢空間の活動紹介
菊池市では、次世代育成支援行動計画の中で、商店街にお
ける子育て支援を取り組んでいます。この活動のひとつとし
て、熊本県「くまもと子育て応援の店・企業推進事業」があ
ります。
今回、「とくとか応援団」と「あったか応援団」の両方に
登録している菊池ショッピングプラザ夢空間の藤岡伸一さん
(事務局次長)に、活動を聞きました。

☎(25) 7214
問い合わせ先 子育て支援課



商品の割引サ
ービスを実施！
ステッカーを
表示しています



おむつ替え台
※開いて使
用します。

地球温暖化を止めよう!!シリーズ②



「チーム・マイナス6%」では、CO₂削減のため、
具体的な6つのアクションを提案しています。
一人ひとりが毎日少しずつ気を付ければ、チーム
全体では大きな削減効果が期待できます。あなたが
できることを行動に移す。これが第一歩。身近に取り
組めるアクションの2つめを紹介しします。
皆さんもぜひ取り組んでみてください。

問い合わせ先 環境課環境政策係 ☎(25) 7217

〈アクション2:
水道の使い方減らそう〉



蛇口をこまめにしめよう。
チーム・マイナス6%

1月のモンモン健康情報
☎096(385)3300 (24時間)

月：血液型はいつ検査を
すればいいの！
火：骨粗鬆症の新しい知識
水：加齢黄斑変性症とは
木：歯磨き剤の選び方
金：ハンセン病は
うつるの？
土日：「性のこと考えよう」シリーズ
性行為と感染症

おしらせ INFORMATION

問い合わせ

本 庁

菊池市役所 ☎(25) 1111

総合支所

七城総合支所 ☎(25) 1000

旭志総合支所 ☎(37) 3111

泗水総合支所 ☎(38) 2111

本庁と泗水総合支所には直通電話(ダイヤルイン)が
あります。別途配布の市役所電話帳をご活用ください。

生活習慣病健診、結核
健診はお済みですか？

左記の日程で生活習慣病健診
および結核健診を実施します。
本年度に生活習慣病健診を受診
していない人は、ぜひこの期間
に受診してください。

また、65歳以上で結核健診を
受診していない人もぜひ受診し
てください。

と き 1月15日(火) から18
日(金) までの4日間

受付時間

・午前8時30分～午前11時
・午後1時～午後3時
ところ 菊池広域保健センタ
(菊池養生園)

内 容 生活習慣病健診および
結核健診

持参品 問診票(お持ちでな
い人には当日会場で渡します)、
健康手帳(お持ちの人は必ず持
参ください)

料 金

○生活習慣病健診(対象は19歳
以上の人)

・19～39歳 2,000円
・40～69歳 1,000円
・70歳以上 無料

○結核健診(対象は65歳以上の
人) 無料

その他 送迎バスはありません
ので、健診会場までは各自で
越してください。
※生活習慣病健診を午前受診す

1月の予防接種

問い合わせ先
健康推進課健康推進係

●BCG
と き 1月31日(木)
午後1時30分
～午後2時(受付)
ところ 菊池市文化会館
対象者 生後3カ月以上
6カ月未満の乳児

る人は朝食を、午後受診する
人は昼食を食べずにお越し
ください。
問い合わせ先 健康推進課健康
推進係

●すくすくクラブ「エプロンお
ばちゃん」

と き 1月16日(水)

午前10時30分から

ところ 菊池市児童センター

内 容 読み聞かせ・紙芝居な
ど、おばちゃんたちの軽妙な
話の世界に引き込まれます。お
もしろいです。

対 象 市内の乳幼児と保護者

参加費 無料

●冬のおはなし会

と き 1月26日(土)

午前10時30分から

ところ 菊池市西部市民セン
ター

内 容 「座・まりあ」による
影絵・人形劇・まき絵などいろ
んなスタイルのお話が楽しめま

はたちの献血キャンペーンに ご協力ください

献血者が減少しがちな冬季は、献血用の血液不足が起
きやすい季節です。
このため、熊本県では1月1日から2月29日までの
2カ月間、成人式を迎える「はたち」の若者を中心に多
くの県民の皆さんに献血の呼びかけを行っています。
献血は生命を救うボランティアです。皆さんのご協力を
お願いします。

と き 1月22日(火)
午前9時30分～午前11時 / 正午～午後4時
ところ 菊池市役所正面玄関前
内 容 400ml 献血

現在、400ml 献血の需要が大変大きくなっています。
薬を飲んでいる人でも、献血をお願いできる場合もあり
ます。皆さんの温かいご協力をお願いします。
献血の安全性向上のため、運転免許証などの身分証明
証による本人確認をお願いしています。また、献血カー
ドを持っている人は、一緒に持参してください。
問い合わせ先 健康推進課健康推進係

泗水公民館の空調改修工事を行います

泗水公民館空調設備の老朽化の
ため改修工事を行います。1月か
ら2月中旬まで工事のため、公
民館は利用できません。公民館を
利用する市民の皆さんにはご迷惑
をおかけしますが、ご理解とご協
力ををお願いします。

問い合わせ先
泗水分室教育課 ☎(38) 2258



さあ、始めよう！長寿きくちゃん体操 シリーズ⑩
～椅子編～準備運動(腹式呼吸)

今回からは「椅子編」を紹介します。どちらの体操も同じ効果があります。椅子偏は、膝が痛い人や床に座るのが大変な人にお勧めです。

マット編と同じように、1つの体操は10秒間を2回行います。必ず大きな声で数えます。自分の体調に合わせて無理をしない範囲で行います。また、動いている(伸ばしている)筋肉を意識して行います。

椅子の選び方

- ・安定した椅子を選びます。
- ・椅子に座り、足の裏がしっかり床につくものにします。
- ・できるだけ深く腰かけ、椅子からくれぐれもすべり落ちないようにします。

※椅子に不安がある場合は、ペア(2人組)をつくり、片方が椅子を押さえるなどして交互に行うと良いでしょう。

きく筋 呼吸をするときに使う筋肉(胸の筋肉・横隔膜・おなかの筋肉)

効果 呼吸をコントロールすることで全身のリラクセスが図られ、心身の調子を整えることができます。

注意

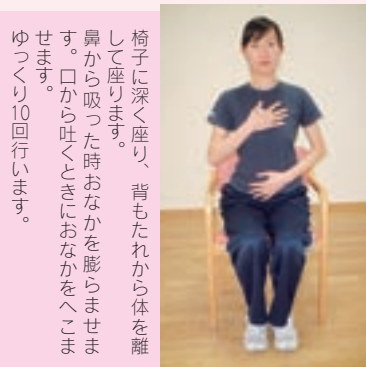
口をすぼめ、できるだけ長く息を吐くように心がけます。手でおなか膨らんだり、へこんだりするのを確認しながら行います。

自律神経の調整ができ、寝る前に行うと寝つきがよく、ぐっすり眠れます。

また、血流がよくなる為、冷え症対策になるとも言われています。

※「長寿きくちゃん体操指導者マニュアル」より抜粋
※この体操は、筋力トレーニングをする前の準備運動です。ゆっくり無理しない範囲で必ず行いましょう。

問い合わせ先 地域包括支援センター ☎(25) 7216



椅子に深く座り、背もたれから体を離して座ります。
鼻から吸った時おなかを膨らませます。口から吐くときにおなかをへこませます。
ゆっくり10回行います。

対応表				
区分	障害区分	認定調査結果(認知性度)	障害区分	認定調査結果(寝たきり度)
障害者	知的障害者(軽・中度)	Ⅲ a Ⅲ b	身体障害者(3～6級)	B1 B2
特別障害者	知的障害者(重度)	Ⅳ M	身体障害者(1～2級)	C1 C2

※表中の判断基準は、障害老人の日常生活自立度判定基準、認知症である老人の日常生活自立度判定基準に基づきます。

なお、身体障害者手帳1～3級、精神障害者保険手帳1～3級、介護保険制度で要介護に認定された高齢者などが、所得税の確定申告や市県民税の申告の際に、税控除を受けるための証明書を発行します。

障害者控除

対象者 平成19年12月31日現在、介護保険法に基づく要介護認定(1～5)を受けた65歳以上で、認定調査などにより左表の「日常生活自立判定基準」に該当する人。

認定者の控除額

●所得税の障害者控除
納税者自身または控除対象配偶者や扶養親族が所得税法上の障害者にあてはまる場合には、一定の金額の所得控除を受けることができます。控除できる金額は障害者一人について27万円です。また、特別障害者(1級・2級)に該当する場合は40万円になります。

住民税の障害者控除

●住民税の障害者控除
所得税と同じ条件で次のとおり控除されます。障害者一人について26万円。また、特別障害(1級・2級)に該当する場合は30万円です。また、合計所得が125万円以下の人は、住民税が課税されません。

おむつ代の医療費控除

要介護に認定された、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の人の場合、平成19年中に作成された日付・寝たきり度・尿失禁の有無が記載された主治医意見書を確認して確認書

夢美術館情報

問い合わせ先 菊池夢美術館 ☎(23) 1155

●夫婦の手紙・絵手紙展

期間:1月9日(水)まで

●押し花の魅力展

期間:1月12日(土)～2月3日(日)

※1月1日(祝)、1月22日(火)

は休館日

問い合わせ先
山鹿検察審査会事務局
☎(44) 5141

問い合わせ先

交通事故や詐欺、おどしなどの犯罪にあつたが、検察官がその事件を裁判にかけなかった。このような不満を持っている人は、検察審査会にご相談ください。相談や申し立ての費用は無料、秘密は固く守られます。検察審査会では、選挙権を有する一般国民の中から「くじ」で選ばれた11人の審査員が、検察官が裁判にかけなかったことの善し悪しを審査します。

ご存知ですか？
検察審査会

を交付します。
問い合わせ先
生きがい推進課介護保険係
☎(25) 7215

シリーズ⑬ こんなには「地域包括支援センター」です
「菊池市高齢者地域見守りネットワーク」づくりを進めています



菊池市では現在4人に1人が65歳以上で、高齢者を取り巻く問題は多種多様化し、「どこに相談していいかわからない」という声が聞かれています。そのため高齢者の相談窓口を一本化し、問題に応じて適切なサービスや機関・制度の利用につなげ、高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう、地域包括支援センターが設立されました。さらに高齢者の皆さんの安心・安全な暮らしを確保するためには、何よりも地域ぐるみの目配りや気配りが大切と考えます。そこで市民の皆さんや市内の医療・介護・福祉・商業・公共団体などの各機関が連携し、高齢者の見守り体制を整え、高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせるよう「菊池市高齢者地域見守りネットワーク」を設立することになりました。

この「菊池市高齢者地域見守りネットワーク」は今年度内に設立する予定です。詳細は設立後に皆さんに報告します。なお、現在地域包括支援センターでは各機関へ、協力をお願いに伺っています。その際はよろしくお願ひします。
問い合わせ先 地域包括支援課
☎(25) 7216

「高齢者地域見守りネットワーク」の活動
□高齢者の虐待防止・早期発見
□認知症高齢者に対する支援
□悪質商法の被害や金融トラブルの解決に向けての支援
□その他、高齢者の抱える問題に対しての支援

高齢者の栄養シリーズ⑩
冬の寒さからからだを守るために
～高齢者のための食生活指針15カ条より～

問い合わせ先 地域包括支援課 ☎(25) 7216

冬は気温が下がり、空気も乾燥し、かぜなどのウィルスがまんえんしてくる季節です。高齢者にとっても、かるいかぜから閉じこもりをまねいたり、寝たきりになるきっかけとなりかねません。十分に栄養を取り、体力や抵抗力を落とさないようにしましょう。

●かぜ予防の食事

冬は、スープやみそ汁など、からだが温まる料理をメニューとして取り入れましょう。また、この時期の旬の野菜がたくさん入った鍋ものや、煮込み料理は調理の手間が省け、おいしく、栄養バランスの取れた健康食なのでお勧めです。鍋ものなどでは、具はもちろんのこと、食材のうま味と栄養分がたっぷりとけ込んだ汁も残さず

に食べたものです。特に、良質のたんぱく質(肉・魚・卵・牛乳・大豆製品など)や、ビタミンA(かぼちゃ・にんじん・ほうれん草・小松菜・レバー・うなぎなど)、ビタミンC(ブロッコリー・かぼちゃ・ピーマン・さつまいも、じゃがいも、みかん、ゆず、柿など)が不足しないようにします。これは、からだを温め、皮膚の粘膜を健康にたもったり、かぜに負けない抵抗力をつけるこ

菊池地域精神保健希望の会
(家族会)に
参加してみませんか?

菊池地域精神保健希望の会は、精神障害の正しい理解と障害者に対する偏見・差別を是正するための啓発活動、および家族同士の勉強会や悩みを話し合える場づくりを、精神障害者の家族を中心に、ボランティアや関係機関の皆さんの支援のもと活動しています。

精神障害者を抱えて一人で悩んでいませんか? 同じ苦しみや悩みを持っている人があなたの周りにたくさんいます。色々な悩みを語り合い、励ましあうこの会に参加してみませんか!!

活動内容

- ・研修会 病気に対する理解を進めています
- ・地域交流会 地域の皆さんに病気を理解して頂けるよう、障害者との交流の場を設けています
- ・会費 年間3,600円(家族会の活動資金となります)

問い合わせ先 菊池地域精神保健希望の会(会長・山口) ☎(25) 1510



とができるからです。また、しょうが、ねぎ、くずなどは、からだを温めながら発汗を促してウィルスを体の外へ追い出す作用もあります。これから、かぜ予防の食材がたくさん出回ってきます。上手に取り入れ、この冬を乗り切りましょう。



菊池市の地球温暖化防止活動推進員の石村さん（左）と山下さん（右）

石村サヨ子さん（限府）
山下臣子 さん（住吉）
問い合わせ先
熊本県菊池地域振興局総務企画課 ☎(25) 4156
または 菊池市役所環境課 ☎(25) 7217

菊池川水質事故訓練

～迅速・的確な水質事故対応、被害拡大を防ぐために～

11月20日（火）に、菊池市他菊池川流域の各市町や国土交通省、熊本県などで構成する菊池川流域清流保全協議会が主催する水質事故対策訓練が山鹿市の岩野川でありました。



山鹿市の岩野川であった「菊池川水質事故訓練」

菊池川流域では水質事故が毎年15件以上発生しています。油類や化学物質などの流出によって川が汚染されることで、対策が遅れると川から取水している水道用水や、そこに住む魚などに大きな被害をもたらす場合があります。

今回の訓練は、こうした水質事故に対して迅速で効果的な対応を図るため実施したもので、油の流出を想定したオイルフェンスの展張訓練や斃死（へいし）魚の回収、水質検査実験などを実施し、今後の事故対策に万全を期すこととしました。

七城町地区の 公共下水道事業分担金の 額が変わります

市民の皆さんが下水道を利用いただくにあたり、下水道整備事業費の一部を負担いただく、公共下水道事業分担金の額が、平成20年4月1日より七城町地区で変更になります。

同地区では、合併後の経過措置として分担金の額を12万円としていましたが、措置期間が平成20年3月末日をもって終了となることに伴い、4月1日申請分より正規の分担金の額14万円になります。

なお、七城町地区以外の地区では、金額の変更はありません。

今後も公共下水道事業分担金の趣旨をご理解いただき、ご協力をよろしくお願いします。

問い合わせ先
下水道課 ☎(25) 7244

下水道工事完了に伴い、 桜山五区のバス停が 元の位置に戻ります

平成19年6月下旬から施工していましたが、泗水町永桜山二区・五区の下水道工事の完了に伴い、桜山五区のバス停が元の位置に戻ります。

ご理解とご協力ありがとうございました。
問い合わせ先
下水道課 ☎(25) 7244



- 給油するときは目を離さない。屋外にあるタンクなどは防油堤を設置する。
- 問い合わせ先
菊池市役所環境課 ☎(25) 7217
菊池広域連合消防本部 北消防署 ☎(25) 3053
同西消防署 ☎096(242) 1115

おわびと訂正
11月1日発行の人権啓発リーフレット「ふるさと」の中で、人権のひろば欄に掲載した人権標語作品の作者名に誤りがありました。おわびして訂正します。
菊池市立泗水東小学校 六年 誤(X) 的場 幸くん
正(O) 的場 幸三くん

ふちとをわらう

文教菊池の人々（江戸期の人物篇）

父子学者―栃原助之進（知定、東皇）

栃原助之進（一八三一―一八八二）は、父五郎助が江戸に再遊学した天保二（一八三一）年に生まれました。その当時、父五郎助はすでに儒家として名をなしていました。嘉永二（一八四九）年九月、父の病死後、助之進は二人扶持・諸役人段、同四（一八五一）年十一月には学問・詩文で褒賞、翌十二月には学資料（年額藩札二五〇目）をもらうほど上達していました。

助之進は、安政元（一八五四）年二月「時習館」居寮生となり、学問・詩文の求精で再び褒賞、同五（一八五八）年九月には、林家や他藩の儒者との学問交流と研究のために、江戸遊学を命じられました。十一月には肥後藩の江戸龍口邸で、多年学問・詩文求精により褒賞、桜紋付の袴一具を下賜されています。

万延元（一八六〇）年正月には、昌平坂学問所の書生寮詩文係を命ぜられ、六月には江戸遊学中に「格合士席（士席相当）」に準じられ、さらに十月には書生居寮長（三人扶持）となっています。
文久元（一八六一）年七月、老母の病気で、八月に帰藩。十月には四人扶持・毎年米十俵を給付され、再び「時習館」居寮生になり、



栃原父子の墓（左は子・助之進、右は父・五郎助）

詩文世話係を務め、「士席」に格上げされています。その後も昇進を続け、慶応三（一八六七）年七月「時習館」訓導当分、十二月「中小姓」となっています。
明治四（一八七二）年に「栃原塾」開塾、七年には「温故堂」の教師、西南戦争後の十一（一八七八）年には熊本師範学校教授、翌十二年創設の県立熊本中学校（現熊本高校の前身にあらず）初代校長などを歴任、十五（一八八二）年七月二十五日五十一歳で死去。栃原父子の墓は、黒髪立田山西南麓にあります。
（文責）社会教育指導員 堤 克彦

人権同和教育シリーズ③2 子どもたちの人権

七城中3年 歌丸愛依子

私はこの夏、市の事業として、一週間、朝から夕方まで保育園に手伝いをしに行くことになりました。そして私はこの体験を通して、子どもについて考えるようになりました。

最初は、受験生なのに一週間も保育園に行つて、勉強は大丈夫だろうが、本当に行つてなにか自分の役に立つのだろうか、と不安に思っていました。しかし保育実習は想像していたものより大変で、とても楽しかったし、たくさん学ぶことがあったのです。子どもたちがいつも私の所にかけてよつて「おねえちゃん」と言われるのがたまらなく嬉しかったです。

一週間の実習も終わり、急に園児たちの顔が見られなくなるのが寂しくなり、心配で子どもたちが夢にでてるようになりました。そんな時、たまたま一人の園児と再会しました。その子は、私のことを覚えていてくれて、私をみるなり飛びついて来てくれました。私はその時、なぜだか分かりませんが、初めて私も子どもたちにするべきことがあるんじゃないかと思つたのです。そして、世界の子どもた

ちの現状をもつと知りたくなりました。

そこで私は、インターネットを使つて世界の子どもたちの現状について調べることになりました。そうして分かったことは、3秒に1人貧困が原因で子どもたちが亡くなっていること、毎年400万人の赤ちゃんが生まれて一カ月たらずで死亡していること、7千7百万人の子どものたちが学校に通えていないことなどでした。これはすべて今の子どもたちの現状なのです。しかも、これは一部で、もっと厳しい現状下で生活している子どももいます。子どもたちの人権は、いつたいどこにあるのでしょうか。

テレビやインターネット、本で調べていると、そこにいる子どもたちは、どんなに辛い現状の中でも純粋で真つすぐな目で頑張つて生きようとしていました。そんな姿を見ると、あんなにも必死で頑張っているのに、どうすることもできない無力な自分が情けなくなりました。

私が行つた保育園の子どもたちは、毎日労働に就いているわけではないし、貧困で亡くなる子はいません。しかし、最近の日本では、両親による虐待や育児放棄、さらには自分の子も殺してしまう悲しい事件が起きています。保育園の中でお母さ

んに会いたくて泣いている子をよく見かけました。みんな両親が大好きなのです。虐待を受けた子どももきっと両親が大好きだったでしょう。私は、どんな理由があろうと子どもたちにこんなことをするなんて絶対許せません。

人間は見た目がどうであれ、大人も子どもも女も男も、それぞれに個性をもった素晴らしい一人ひとりなのです。どんなに小さな子どもでも、生まれたばかりの赤ん坊も、おじいちゃんやおばあちゃん、みんな命の大きさは変わりません。そしてみんなが、幸せに生きる権利を持っています。

私が今できることは積極的に募金活動に参加すること、この現状をもつと多くの人に知ってもらふことぐらいです。自分ができることは本当に限られています。けれども現状を一刻も早くどうにかしなければなりません。子どもには未来があり、希望と夢を持っています。これからも私は、世界中の子どもたちのために自分ができることを考えていきたいです。



農業者の皆さんへの重要なお知らせです

軽油引取税の免税手続きを次の日程で実施します

農業用機械に使用する軽油の免税には、「免税軽油使用者証（2年毎に更新）」と「免税証（1年毎に更新）」が必要です。軽油引取税の免税を希望する人は、必ず下記により交付申請をしてください。

受付日

単独で申請する人→平成20年1月7日(月)～10日(木)

共同で申請する人→平成20年1月17日(木)～18日(金)

受付時間

午前9時～午後4時

※正午から午後1時までを除く。

受付場所

熊本県菊池総合庁舎1階 第4会議室

※必要書類、注意事項などの詳細は、前号（広報きくち12月号）の27ページで確認してください。

問い合わせ先

熊本県菊池地域振興局 税務課課税係 ☎(25) 4124



電子納税のお勧め

インターネットを利用して国税の納税ができることをご存じですか？

これは、「国税電子申告・納税システム（e-Tax）」を利用することにより、全ての国税の納税が自宅や事務所にいながらにして可能となりますので「税務署や金融機関の窓口まで出向かなければならぬ」と、または「窓口が開いている時間しか納付できない」などの場所的・時間的な制約が軽減されるというメリットがあります。

なお、電子納税については、サービスの内容などが金融機関によって異なるので、利用に当たっては、あらかじめ取引先の金融機関にご確認ください。

○e-Tax受付時間

（送信可能時間）

月曜日～金曜日（祝日などを除きます）の午前9時から午後9時まで

○e-Taxホームページ

http://www.e-tax.nta.go.jp

問い合わせ先

菊池税務署 ☎(25) 2121

県有財産を売却します

問い合わせ先 熊本県総務部管財課 ☎096（333）2122

売却物件

物件名	所在	区分	地目	数量（㎡）	都市計画上の制限等	最低売却価格（円）	入札場所	入札日時
菊池農業高校野間口実習地跡地	菊池市野間口字中谷488番13	土地	宅地	1,993.31	非線引都市計画区域（建ぺい率・容積率：70%/200%）	19,500,000	熊本県菊池総合庁舎（第1小会議室）	平成20年1月9日（水）午前10時30分

※その他の入札結果は、菊池市役所総務課で閲覧（午前8時30分～午後5時※土・日・祝日は除く）できます。
※落札額が10,000,000円以上のものを掲載しています。

公共事業入札の公表

●入札（開札）日：11月7日					
件名	工事 (履行) 場所	落札額（税込・円）	落札者	指名 業者 数	事業 担当課
		予定価格（税込・円）			
平成19年度田吹富 の原線道路改良工 事（1工区）	泗水町 福本	36,855,000	(株)トーカイ	8	泗水総 合支所 建設課
		38,038,000			
平成19年度林原中 富線道路改良工事	七城町 高島	30,303,000	(株)七城建設	8	土木課
		31,251,000			
平成19年度西 寺（7075・ 7080・7081・ 7083・7141） 築造工事	西寺	18,900,000	世紀建設(株)	9	下水道 課
		19,215,000			
平成19年度 豊水地区 （156-2-1～4） 築造工事	泗水町 豊水	13,387,500	(有)中嶋組	10	下水道 課
		13,644,000			
平成19年度水源・ 迫間簡易水道日生 野配水池造成整備 工事	原	18,721,500	(有)開新開発	9	水道局
		18,867,000			
平成19年度田吹富 の原線歩道設置工 事（2工区）	泗水町 福本	14,700,000	(有)堀田建設	11	泗水総 合支所 建設課
		14,915,000			
●入札（開札）日：11月14日					
平成19年度水源・ 迫間簡易水道日生 野配水池築造工事	原	47,460,000	熊本設備 (株)菊池営 業所	9	水道局
		50,028,000			

●入札（開札）日：11月21日					
件 名	工事 (履行) 場所	落札額（税込・円）	落札者	指名 業者 数	事 業 担当課
		予定価格（税込・円）			
平成19年度菊池市特別養護老人ホームつまごめ荘改築第3期駐車場整備工事	今	35,700,000	（有）正和建設	18	老人ホーム
		37,127,000			
●入札（開札）日：11月26日					
平成19年度旭志ふれあい総合運動公園照明設備工事	旭 志 伊 萩	28,560,000	宮本電気 工事㈱	14	都 市 整備課
		29,553,000			
平成19年度旭志ふれあい総合運動公園電源設備工事	旭 志 伊 萩	36,960,000	㈱九電工 菊池営業所	12	都 市 整備課
		38,385,000			
平成19年度菊池市特別養護老人ホームつまごめ荘改築第3期既設棟電気設備改修工事	今	16,537,500	宮本電気 工事㈱	7	老 人 ホーム
		16,881,000			
平成19年度泗水公民館空調改修工事	泗水町 福 本	14,700,000	㈱上田商会	10	教育委 員会泗 水分室
		15,529,000			
平成19年度菊池市特別養護老人ホームつまごめ荘改築第3期既設棟機械設備改修工事	今	30,135,000	熊本設備 ㈱菊池営 業所	10	老 人 ホーム
		31,767,000			
平成19年度菊池市泗水B&G海洋センタープール改修工事	泗水町 福 本	17,062,500	（有）後藤 工務店	10	教育委 員会泗 水分室
		17,348,000			

事業主の皆さんへ

償却資産の申告をお願いします

償却資産とは、会社や個人で工場、商店または農業などを経営している人が、その事業のために用いることができる機械・器具・備品等の有形固定資産のことです。

申告の内容

①構築物（広告塔・テナント改装など）

②機械および装置（コンベア・ブルドーザー・農業用機械・施設など）

③車両および運搬具（自動車税ならびに軽自動車税の対象となるものを除く）

④工具器具および備品（机・イス・パソコンなど）

このような事業用資産を持っている人は、毎年1月1日現在の資産所有状況を申告することになっています。

※12月下旬に申告書を送付しています。新規事業者または事業用資産を所有していて申告書の送付が無い場合は、左記まで問い合わせください。

申告期限

1月31日（木）

※郵送でも受け付けます

問い合わせ先

税務課固定資産税係 ☎(25) 7207

給与所得者の確定申告

給与所得者の所得税は、毎月の給料や賞与から源泉徴収され、その年の最後の給料や賞与の支払時に行われる「年末調整」によって精算されるので、大部分の給与所得者は、改めて確定申告をする必要はありません。

しかし、①給与の収入が2千万円を超える人、②給与所得や退職所得以外の各種所得の金額（例えば、生命保険契約などに基づく一時金を受け取った場合や不動産の貸付けによる収入がある場合など）の合計が20万円を超える人、③2力所以上から給与を受けている人などは、確定申告をしなければならぬこととなっています。

このほかに、①風水害などの災害に遭った人、②多額の医療費を支払った人、③マイホームを新築（購入）・増改築し、年末において金融機関などからの借入金残高のある人などは、確定申告をすると源泉徴収されている所得税が還付されることがあります。

なお、確定申告書用紙は、1

個人事業者の皆さんへ

個人事業者で、平成17年分の収入金額（課税売上高）が1千万円を超えた人は、平成19年は消費税の課税事業者に該当し、平成20年3月31日までに消費税の確定申告と納税をしていただく必要があります。

なお、課税事業者が納付すべき消費税額は、課税期間の売上げに対する消費税額から仕入れや経費に含まれる消費税額を控除（仕入税額控除）して計算するので、売上げ、仕入れなどに係る取引に関する事項を記録した帳簿および請求書などの書類を保存しておくことが必要です。

また、仕入税額控除を受けるためには、簡易課税制度を選択した場合を除き、取引事実を記録した帳簿に加え、取引先から受け取った請求書なども保存しておかなければなりませんので、注意が必要です。

これらの帳簿などの保存期間は、その課税期間の確定申告期限の翌日から7年間です。

問い合わせ先 菊池税務署 ☎(25) 2121

「にせ税理士」に注意！

所得税、消費税、地方消費税の確定申告の時期になりました。決算書や申告書などの税務書類の作成などを依頼する場合、その人が正規の税理士であるか、よく確認してから依頼しましょう。

税理士の資格のない人（いわゆる「にせ税理士」）が、税務代理や税務書類の作成、税務相談をすることは、税理士法で固く禁じられています。

また、「にせ税理士」は、法律に違反するだけでなく、税務署からの問い合わせや調査を受けることになっても、あなたに代わって答えることができないなど、結果的にあなた自身が大きな被害を受けることとなります。十分にご注意を！

問い合わせ先 菊池税務署 ☎(25) 2121

1月の「税」の納期限

問い合わせ先 税務課

●国民健康保険税第7期

※口座振替を利用している人は、1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。

1月10日は110番の日

緊急時 頼れるあなたの 110 番
～安心の 警察相談 #9110～

- 110 番は緊急通報用の電話です。
110 番通報する際は、▼いつ▼どこで（例：菊池市〇〇町〇〇番地です）▼何が（事件か・事故か）などを落ち着いて係員にお話してください。
- 緊急の事件・事故以外の用件は、管轄の警察署や交番・駐在所へご連絡ください。
警察相談電話「#9110」も活用してください。
- 携帯電話のインターネットを利用した 110 番（耳や言葉の不自由な人の 110 番通報専用メール）アドレス：
kumamoto-police110@deluxe.ocn.ne.jp
メールには▼何が▼いつ▼どこで▼住所・氏名などを入力し、送信してください。
- 携帯電話からの 110 番は、他県の警察本部につながる場合があります。自分のいる場所をはっきり伝えてください。

問い合わせ先 菊池警察署 ☎(24) 0110

スポーツゲームズin菊池 参加者募集

スポーツをトップアスリートと一緒に経験することで、スポーツへの興味を深めることを目的に開催します。

と き 2月17日（日）午前8時40分～午後1時
ところ 菊池体育センター（旧勤労者体育センター）
種 目

- スポーツラリー 小学3～6年生対象（サッカー、野球、テニス、バドミントンのうち3種目をそれぞれ40分体験）。先着120人。参加費500円。
- スポーツ栄養学セミナー 保護者、スポーツ指導者対象。先着50人。参加費無料。
- 親子コーディネーショントレーニング 小学1～2年生親子。先着30組。親子1組500円。
- スポーツクリニック（午後1時～午後3時） 中学生対象。サッカー、野球、テニス、バドミントンで各先着30組。参加費500円。

講 師

- サッカー 小川 章さん（東京ヴェルディ普及育成コーチ）
- 野球 村上信一さん（元阪急・オリックス外野手）
- テニス 辻 季之さん（元テニス日本代表）
- バドミントン 渡辺哲義さん（元NTT西日本バドミントン部監督）

○スポーツ栄養学セミナー 花谷遊雲子さん（栄養士）

主 催 特定非営利活動法人

MIPスポーツ・プロジェクト

申し込み方法 eメール（nakatake@gj9.so-net.ne.jp）で、参加種目、参加者住所、氏名、性別、生年月日、学年、保護者氏名、電話番号を明記（スポーツラリーの場合は必ず体験したい競技1つを記入してください）して申し込んでください。

問い合わせ先 中武 ☎080（3946）5675

**ご存知ですか！自動車
事故被害者援護制度**
交通遺児等育成資金
独立行政法人自動車事故対策
機構では、保護者が自動車事故で死亡、または重度の後遺障害（自賠法3級以上）となった被害者の家庭の遺児などの健全な育成を図るため、育成資金の無利子貸付けを行っています。

貸付対象者
○歳から中学校卒業までの子ども
貸付金
・一時金 15万5千円
・月額 2万円
貸付期間
・入学支度金 4万4千円
貸付決定月から中学校卒業まで
返還方法
20年以内の均等払い（月払い）
※高校・大学への進学者はその間返還猶予
また、「重度後遺障害者への介護料支給」の制度もありますので、詳細は左記まで問い合わせください。
問い合わせ先
独立行政法人
自動車事故対策機構熊本支所
☎096（322）5229

第3回菊池市民スポレク祭 参加チーム募集

小学生から高齢者まで、ご家族みんなで参加しませんか？

市民の親睦と融和を図るとともに、市民総スポーツ運動の一環として、勝敗にとらわれないスポーツレクリエーション祭を開催します。種目は、簡単なニュースポーツの3種目で、子どもから大人まで楽しめる種目になっています。

と き 平成20年2月17日（日）
午前9時開会

ところ 泗水体育館 / 泗水小学校体育館 /
泗水中学校体育館

種 目

- ①ドッジビー
参加資格 小学生以上、競技者数 10人
→ドッジボールのルールで、安全なやわらかいフリスビーを投げ合います。
- ②アジャタ（玉入れ）
参加資格 中学生以上、競技者数 10人
→運動会の玉入れ競技のような、100個玉を入れる時間を競います。
- ③ふらばーるボールバレー
参加資格 高校生以上、競技者数 5人
→ミニバレーのようなルールで、変形したボールを使用します。

参加資格 菊池市内在住で小学生以上の男女、または職場が菊池市にある人。

申し込み方法 2月8日（金）までに、専用の申込書に必要事項を記入し、各総合支所教育課および社会体育課まで申し込んでください。

参加費 1人100円 ※抽選会もあります。

問い合わせ先 社会体育課 ☎(25) 7234

募集 新規就農支援 研修生

県立農業大学校では、県内で新たに農業経営を始めたい人を対象に、新規就農支援研修を実施します。農業に必要な基礎的知識や技術について、講義と実習をまじえながら進めていきます。

研修期間

平成20年4月18日（金）
～12月19日（金）

コース

- ・実践コース（週2日、30人程度）
- ・基礎コース（週1日、15人程度）

募集期間

平成20年1月15日（火）
～2月15日（金）

問い合わせ先 熊本県立農業大学校
研修部（合志市栄3805番地）
☎096（248）1188

平成20年度に菊池市が発注する物品等（工事・委託関係は除く）に関する入札参加資格審査申請の追加受付を行います。
新規で平成20年度に物品等に関する入札に参加を希望する場合は、左記の受付期間中に申請書を提出してください。
なお、今回は追加受付ですで、現在登録のない業者を対象とした受付となります。
受付期間（土・日・祝祭日除く）
平成20年2月1日（金）
～3月14日（金）
※郵送分も期限内必着でお願いします。
受付時間
午前8時30分～正午、
午後1時～午後5時
受付場所 菊池市役所財政課
管財係（本庁舎2階）

提出方法 持参または郵送でお願いします。
郵送先 〒861-1392
菊池市限府888番地
菊池市役所財政課管財係
申請の有効期間 平成20年4月1日～平成21年3月31日
※有効期間は原則1年間ですが、必要が生じた場合は延期または短縮を行なうことがあります。
申請書および申請の手引き等の配布場所
菊池市役所財政課および各総合支所総務振興課に置いてあります。または、菊池市ホームページ（http://www.city.kumamoto.jp）からダウンロードしてください。できるだけホームページからのダウンロードをお願いします。

ロードにご協力ください。
提出書類の一覧や記入方法などを記した「申請の手引き」および「作成要領」をよくご覧の上記入してください。
※その他の詳細は問い合わせください。
問い合わせ先
財政課管財係
☎(25) 7205

菊池広域連合の平成20年度一般競争（指名競争）参加資格申請書の追加受付

菊池広域連合が平成20年度に実施する工事、委託業務、物品その他役務の提供に係る入札に参加を希望する人は、参加資格申請書を平成20年2月1日（金）から2月29日（金）までに菊池広域連合総務課まで提出（郵送可）をお願いします。
なお、平成19年度に受付をした人は、提出不要です。
※各提出要領および資格者名簿は、菊池広域連合ホームページ（http://www.kkuchin-j.jp）に掲載しています。
問い合わせ・提出先
〒861-1295
菊池市泗水町福本383
菊池市泗水総合支所3階
菊池広域連合総務課
☎(38) 0171

菊池郡市共同企画

菊池郡市4市町広報紙読者プレゼント



菊池郡市広報紙の共同企画として菊池郡市の各市町から新春のプレゼントがあります。プレゼント希望の人は、官製はがきに必要な事項を書いて応募してください。

なお、プレゼントの応募は、1枚のはがきで1つまでとします。

多数の皆さんの応募をお待ちしています。

問い合わせ先

情報企画課広報広聴係 ☎(25) 7253

861-1392
住所・氏名・年齢
菊池市役所
広報係

希望の番号とプレゼント名
こんなコーナーがあったらいいなあ。など広報に対する意見や感想をお書きください。

- 応募締切 1月31日（木）必着
- 当選者発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 応募多数の場合は抽選で当選者を決定します。

番号	プレゼント名	市町名	当選者数
①	四季の里・旭志温泉入浴券	菊池市	ペア2組（4枚）×各市町分
②	ユーパレス弁天温泉券	合志市	ペア2組（4枚）×各市町分
③	大津温泉岩戸の里ご招待券	大津町	ペア2組（4枚）×各市町分
④	さんさんの湯入浴券	菊陽町	ペア2組（4枚）×各市町分

ハッピー・バースデー



食べるの大好き★

まるやまあきと丸山明人くん
(2歳 菊 高野瀬)
父・利光さん 母・みゆきさん

**H18年
1月30日
生まれ**



ババ・ベベ・
じいじ・はあば・
みんな大好き♡

たかのゆうな高野優奈ちゃん
(1歳 菊 高野瀬)
父・邦博さん 母・彩さん

**H19年
1月7日
生まれ**



保育園のお友へ
ようこそ♡

たけしたきつひし竹下桔平くん
(1歳 菊 大琳寺)
父・直宏さん 母・多枝子さん

**H19年
1月24日
生まれ**

私たちは兄弟



元気いっぱい！
遊ぶの大好き♡

すやましょう陶山翔矢くん
(3歳 菊 永)

**H17年
1月22日
生まれ**



ババ、
だいたいだいだい
だーいあき♪

くまべはな隈部花ちゃん
(2歳 菊 永)
父・和明さん 母・華世さん

**H18年
1月17日
生まれ**



牛乳とあんこ
数字はあちゃんか
大好き♡

やましたまさと山下聖翔くん
(2歳 菊 加恵)
父・大輔さん 母・いずみさん

**H18年
1月12日
生まれ**



ハイハイが
まかせて!!
楽しめばつね♡

おがたけい緒方深くん
(1歳 菊 久米)
父・一成さん 母・幸子さん

**H19年
1月22日
生まれ**



たくさん食べて、
大きくなるぞ!!

すやませいや陶山誠矢くん
(1歳 菊 永)
父・和明さん 母・麻紀さん

**H19年
1月3日
生まれ**

休日在宅当番医

※休日在宅当番医は変更されることがあります。休日や夜間の医療機関は、地域救急医療情報センター（菊池広域連合消防本部）☎ 096（232）9331 に問い合わせてください。

●1月1日(祝)～1月3日(木)

※診療時間 午前9時～午後5時

	1/1	1/2	1/3
川口病院(外・整・内)	菊池市	(25)2230	○ ○ ○
菊池有働病院(精)	菊池市	(25)3146	○ ○ ○
菊池眼科病院(眼)	菊池市	(25)5678	○ ○ ○
菊池中央病院(内・外・整・脳外)	菊池市	(25)3141	○ ○ ○
菊池郡市医師会立病院(内)	菊池市	(25)2191	○ ○ ○
七城うえの医院(内・小)	菊池市	(25)7070	○ ○ ○

※診療時間 午前9時～午後5時

	1/1	1/2	1/3
七城木村クリニック(内・皮)	菊池市	(26)9555	○ ○ ○
岸病院(外・内・胃)	菊池市	(38)2750	○ ○ ○
いけざわこどもクリニック(小)	合志市	096(242)6633	○ ○ ○
福田医院(内・耳・泌・アレ)	大津町	096(293)2771	○ ○ ○
菊陽台病院(整・内・消・リハ)	菊陽町	096(232)1191	○ ○ ○

●1月6日(日)～2月3日(日)

1月6日(日)	杜の里 かねこクリニック(内・胃・消・外・皮)	菊池市	(23)7522
	山岡胃腸科クリニック(胃・内・肛)	合志市	096(248)9001
	岸病院(外・胃・整・内)	菊池市	(38)2750
	ちが産婦人科医院(産・婦)	菊陽町	096(232)9131
	さかえ歯科医院	合志市	096(248)6480
1月13日(日)	西山医院(内・小)	菊池市	(25)2561
	たしろクリニック(胃・消・内・リハ・アレ・こ門)	大津町	096(340)3220
	緒方整形外科医院(整・リハ)	合志市	096(248)8181
	堀田眼科(眼)	菊陽町	096(292)3455
	熊本セントラル病院	大津町	096(293)0555
1月14日(祝)	よしもと小児科(小・内・アレ)	菊陽町	096(233)2520
	西合志病院(内)	合志市	096(242)2745
	岩根胃腸科外科医院(外・胃)	菊池市	(25)4230
	たに耳鼻咽喉科アレルギー科(耳・アレ)	菊陽町	096(233)3387

1月20日(日)	古川医院(内・外・小・耳)	菊陽町	096(232)1566
	宮川内科医院(内・循)	合志市	096(248)2155
	かつき皮膚科医院(皮)	菊池市	(24)5500
	橋本歯科医院	菊池市	(38)6018
	ふじおか内科(内・消・循・小)	菊陽町	096(232)7550
1月27日(日)	大森医院(内・麻)	合志市	096(248)0003
	後藤整形外科医院(整・リハ)	菊池市	(25)2906
	岡山眼科(眼)	菊池市	(25)2209
	宮川歯科医院	合志市	096(248)5524
	武蔵しもむら医院(内・小・アレ)	菊陽町	096(339)7561
2月3日(日)	しばた内科クリニック(内・呼・消)	大津町	096(293)2050
	森本整形外科医院(整・リハ)	合志市	096(242)2231
	木庭耳鼻咽喉科(耳)	菊池市	(24)2551
	わたなべ歯科	大津町	096(293)2325

泗水町内一周駅伝大会

参加チーム募集

毎年行っている泗水町内一周駅伝大会を開催します。次のとおり大会への参加チームを募集します。

と き 2月10日(日)

ところ 孔子公園スタート・ゴール

※旧泗水町管内の9区間

申し込み方法 1月18日(金)までに、泗水分室教育課まで所定の用紙に参加費5,000円(小・中学校3,000円)を添えて申し込んでください。

問い合わせ先

泗水分室教育課 ☎ (38) 2258



昨年の泗水町内一周駅伝

妻越(亡)天	岩本(亡)母	湯舟(亡)父	南桜(亡)父	旭志支所	板井(亡)夫	荒牧(亡)母	流川(亡)母	梶迫(亡)父	新古閑(亡)母	西郷(亡)母	前川(亡)母	加恵(亡)母	七城支所	北宮(亡)母	遊蛇口(亡)母	花房台(亡)母
森美津翼	岩根智子	村上隆正	金子伸二	本田タケ子	吉村ヒロ子	佐藤カメ子	高野美恵子	中山一ツ子	増永幸介	川上アイ子	山下真久雄	安武正和	佐野マサ志	出谷儀則	伊坂栄一	田中夏希
81歳	82歳	79歳	80歳	76歳	71歳	99歳	85歳	88歳	91歳	91歳	74歳	74歳	86歳	85歳		

おわびと訂正

広報きくち 12月号3ページに一部誤りがありました。おわびし訂正します。

七城屋内スポーツセンター
体育活動を目的として利用する場合

施設名	単位	市内者(1時間)	市外者(1時間)
ゲートボールコート	1面	200円	200円
ゲートボールコート	1面	100円	200円

1月の心配ごと法律相談

心配ごと相談
日程・場所

10日(木) 菊池市福祉会館

17日(木) 七城多目的研修センター

24日(木) 旭志老人憩の家

いずれも午前9時～正午
対 応 相談員

法律相談(要予約。早めに電話で申し込んでください)

日程・場所

10日(木) 泗水地域福祉センター

2月7日(木) 泗水地域福祉センター

開設時間
午前9時～正午
対 応 弁護士・相談員

問い合わせ先

菊池市社会福祉協議会

菊池本所(菊池市福祉会館)
☎ (25) 5000

七城支所(七城老人福祉センター)
☎ (25) 5010

旭志支所(旭志老人憩の家)
☎ (37) 3708

泗水支所(泗水地域福祉センター)
☎ (38) 6366

1月の行事予定

菊文館	菊池市文化会館	菊多G	菊池公園多目的グラウンド	旭多セ	旭志多目的研修センター
菊中公	菊池市中央公民館	七支所	七城総合支所	旭憩家	旭志老人憩の家
児童セ	児童センター	七多セ	七城多目的研修センター	泗支所	泗水総合支所
西部セ	西部市民センター	七公	七城公民館	泗公	泗水公民館
健相室	健康相談室	旭支所	旭志総合支所	泗ホ	泗水ホール

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
		1 第36回旭志元旦マ ラソン大会 10:00～10:30 (受付) 旭志総合支 所駐車場	2	3	4 市役所仕事始め	5
6	7 健康相談 9:30～10:30 (受付) 泗支所	8 社会保険出張相談 所開設 10:00～15:00 菊中公 3・4・6・7カ月児 健診 13:30～14:00 (受付) 旭憩家	9 3歳児健診 13:30～14:00 (受付) 泗支所	10 行政相談 9:00～12:00 七多セ アットホーム「マタ ニティ」(母親学級) 13:15～13:30 (受付) 菊中公 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 泗支所	11 3・4カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西部セ	12
13 平成19年度菊池市 成人式 10:30～ 菊文館	14	15 育児相談 9:30～10:30(受付) 西部セ 健康相談 9:30～10:30(受付) 健相室 弁護士相談 9:30～12:30 (受付12:00まで) 人権・行政相談 10:00～12:00 菊中公 3・4・6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 七多セ	16 すくすくクラブ (エプロンおばちゃん) 10:30～ 児童セ 3・4カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 泗支所	17 6・7カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西部セ	18 1歳6カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 菊文館 男女共同参画専門 委員相談 13:30～16:30 菊文館	19 お正月あそびとぜ んざい会 10:00～ 西部セ
20 消防団出初式 7:30 菊多G	21 健康相談 9:30～10:30 (受付) 旭支所	22 育児教室 9:30～10:00(受付) 西部セ 献血 9:30～11:00/ 12:00～16:00 菊池市役所正面玄関前	23 すくすくクラブ (1月生まれの誕生会) 10:30～ 児童セ 3歳児健診 13:30～14:00 (受付) 旭憩家	24 1歳6カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 七多セ	25 3歳児健診 13:10～13:30 (受付) 菊文館	26 冬のお話会(座・ま りあ) 10:30～ 西部セ
27 健康づくり大会 9:00 泗ホ	28 育児相談 9:30～10:30 (受付) 旭憩家 健康相談 9:30～10:30 (受付) 七多セ	29 2歳6カ月児歯科 健診 13:30～14:00 (受付) 菊文館	30 すくすくクラブ(鬼 の面作り) 10:30～ 児童セ	31 BCG予防接種 13:30～14:00 (受付) 菊文館	2/1 6・7カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西部セ	2/2
2/3	2/4 健康相談 9:30～10:30 (受付) 泗支所	2/5 3・4・6・7カ月児 健診 13:30～ 14:00(受付) 旭憩家	2/6 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 泗支所	2/7 アットホーム「マタ ニティ」(母親学級) 13:15～13:30 (受付) 菊中公	2/8 3・4カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西部セ	2/9

11月末の人の動き

(対前月比)

■人口：52,530人 (+11)
男性：25,171人 (+13)
女性：27,359人 (-2)
世帯：17,579世帯 (+26)

平成20年1月号

発行・編集

菊池市情報企画課
〒861-1392
熊本県菊池市隈府888番地
TEL 0968(25)1111
FAX 0968(25)5720
ホームページ <http://www.city.kikuchi.kumamoto.jp/>
市長メール mayor@city.kikuchi.kumamoto.jp
行政メール kouhou@city.kikuchi.kumamoto.jp

印刷

敷島印刷株式会社

編集後記

平成19年の世相を表す漢字に「偽」が選ばれた。身近な食への信頼を揺るがす「偽装」が相次いで発覚し、年金記録問題でも国民は「偽り」に振り回された。何を信じたらよいのか分からなくなった1年を確かに反映している。

今年は「一子年」。何ごとにも真心を持って努め、様々なことに忠実(チューじつ)な人でありたい。

