

kikuchi

豊かな水と緑、光あふれる田園文化のまち



広報きくち



7
2011
No.100

Proud!
東日本大震災の復興を支援しよう
Japan

7月の行事予定

菊文館	菊池市文化会館	七多七	七城多目的研修センター	旭公図	旭志公民館図書室
菊中公	菊池市中央公民館	七公	七城公民館	酒支所	酒水総合支所
菊支所	菊池中央公民館図書室	七公図	七城公民館図書室	酒公	酒水公民館
原支七	児童センター	七総G	七城総合グラウンド	酒水	酒水図書館
西支七	西部市民センター	旭支所	旭志総合支所	酒ホ	酒水ホール
健相室	健康相談室	旭多七	旭志多目的研修センター	酒福七	酒水地域福祉センター
菊多G	菊池公園多目的グラウンド	旭総家	旭志老人憩いの家	旭公	旭志公民館
七支所	七城総合支所				

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					1	2
3	4 健康相談 9:30～10:30 (受付) 酒支所 アットホーム 「マタニティ」 (母親学級) 13:15～13:30 (受付) 菊中公	5 3・4カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 七多七	6 3歳児健診 13:30～14:00 (受付) 旭総家	7 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 旭総家	8 3・4カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西支七	9 きくちおはなしの もりおはなしかい 10:30～ 菊公図 しすいっ子 おはなし会 11:00～ 酒 図
10	11 育児相談 9:30～10:30 (受付) 西支七 健康相談 9:30～10:30 (受付) 菊中公	12 社会保険 出張相談所開設 (要予約) 10:00～15:00 菊中公 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 酒支所	13 弁護士相談 9:00～12:00 (要予約)、 行政相談 10:00～12:00 七多七 すくすくクラブ (プールあそび) 10:30～ 児童セ	14	15 男女共同参画専門 委員相談 13:30～16:30 菊中公	16 お楽しみ会 10:30～ 菊公図 古典を楽しむ会 14:00～ 酒 図
17 お楽しみ会 14:00～ 酒 図	18	19 健康相談 9:30～10:30 (受付) 旭支所 認知症サポーター 養成講座 14:00～ 菊池市福祉会館	20 すくすくクラブ (プールあそび) 10:30～ 児童セ 1歳6カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 酒支所	21 3歳児健診 13:10～13:30 (受付) 酒支所	22 おはなしの部屋 11:00～ 酒 図 1歳6カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 菊文館	23 きくちおはなしの もりおはなしかい 10:30～ 菊公図 しすいっ子 おはなし会 11:00～ 酒 図 図書館バスツアー 13:00～ 酒 図
24 軽トラ朝市 7:30～11:30 迎町・中央通り・ 立町	25 健康相談 9:30～10:30 (受付) 七多七 納税相談 夜間窓口開設 (～7/29まで) ～20:00 徴税課	26 弁護士相談 9:00～12:00 (要予約)、 行政相談 10:00～12:00 菊中公 2歳6カ月児歯科 検診 13:10～13:40 (受付) 菊文館	27 育児教室 9:30～10:00 (受付) 西支七	28 1歳6カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 七多七	29 3歳児健診 13:10～13:30 (受付) 菊文館	30 第7回菊池市人権・ 同和教育研究大会 9:00～ 文化会館他 第17回七城 映画の日 17:30～ 七城鴨川公園
31	8/1 健康相談 9:30～10:30 (受付) 酒支所 アットホーム 「マタニティ」 (母親学級) 13:15～13:30 (受付) 菊中公	8/2 3・4カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 七多七	8/3 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 旭総家	8/4 6・7カ月児健診 13:30～14:00 (受付) 酒支所	8/5 3・4カ月児健診 13:10～13:30 (受付) 西支七	8/6

平成23年7月号

発行・編集
菊池市役所市長公室
〒861-1392
熊本県菊池市隈府888番地
TEL0968(25)7200
FAX0968(25)2322
ホームページ <http://www.city.kikuchi.kumamoto.jp/>
市長メール mayor@city.kikuchi.lg.jp
行政メール kouhou@city.kikuchi.lg.jp
印刷
株式会社西川印刷

編集後記
夏本番を迎え、我が家でも節電を始めました。今までもこまめに電気を消すなど意識はしていましたが、みんな家で節電意識を共有するために家族会議をすることにしました。
「廊下と洗面所はつけっぱなしが多いね」「エアコンはあまり我慢したくない」「怖いけど寝るときは豆電球だけにする」などいろいろな意見が出て有意義なものになりました。節電意識の共有ができたと思います。皆さんもぜひ家族会議を開いてみてください。
今年の夏はできるだけ外出しよかなと思っています。図書館、川にプール、ショッピングセンターも涼しくて良いですね。そしてなんといっても菊池深谷が最高です。弁当とカメラをぶら下げて、家族みんなで自然に癒してもらいたいと思います。
(野中)



菊池市役所は、環境管理の国際規格「ISO14001」を認証取得しています

UD FONT by MORISAWA (再生紙使用)

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



笑エネ みんなで明るく楽しく

特集

本格的な夏の到来を前に、全国的に節電が呼びかけられています。節電はダイエットと同じように、続けて行うことで環境にも財布にも節約効果が表れてきます。しかし、眉間にしわを寄せて「大変だ～」とつぶやきながら始めても、きっと長続きしません。利便性と快適性を求め、たくさんの電化製品に囲まれて暮らす現在のライフスタイルでは、節電も億劫になりがちです。せっかくなら、電気を消しても明るく続けられる省エネライフスタイルを始めてみませんか？

家族で節電に取り組む洲野さんに、LEDのペンライトで笑顔を描いてもらいました

kikuchi

豊かな水と緑、光あふれる田園文化のまち

広報きくち

7

2011 No.100

5月末の人の動き

(対前月比)
 人口：51,363人 (▲18)
 男性：24,675人 (▲12)
 女性：26,688人 (▲6)
 世帯：17,968世帯 (17)

今月の表紙

6月17日(金)、泗水西小学校横の水田で田植えが行われました。表紙は、田植え体験の後に行われた「泥んこフラッグ」で全力疾走する泗水西小学校の子どもたち。転んだり飛び込んだりして大はしゃぎする子どもたちに、声援と歓声が飛び交いました。



Contents～今月号の掲載項目～

特集	P03
明るく楽しくみんなで作エネ。	P08
菊池市総合型地域スポーツクラブ 「無料体験教室」を開催します/クラブの名称を募集します	P09
菊池遺産募集	P10
特急バス「きくち温泉GO！」運行中です！	P11
2011きくちホテルフェスタ in 旭志	P12
TOPICS	P12
泗水中学校男子バレー部が優勝！/「菊池盡(尽)忠の歌」CDが完成しました/平成23年度熊本県乾しいたけ品評会で菊池市が団体賞を受賞/菊池北中学校で乳児ふれあい学習 他	P15
はい！こちら菊池市消費生活センターです！	P16
体指ですよろしく	P17
平成23年度国民健康保険税	P17
健康だより	P18
生活習慣病予防のために～食生活を見直そう～ 歯ッピーキッズ/献血にご協力をお願いします 他	P20
文芸きくち	P20
図書だより	P21
新着・お薦め図書/耳より情報	P22
シリーズ菊池遺産 宝永隧道(今村マブ)/赤星井手/東山公園	P24
人権同和教育シリーズ 菊池夢美術館情報/わいふ一番館だより ふるさと緑の便り菊池グリーンツーリズム こんにちは金です	P24
情報つう	P24
お知らせ	P24
ふん害(憤慨)しています！/家畜の悪性伝染病の侵入防止にご協力をお願いします/介護予防ミニ講座/シルバー見守りネットメールサービスをご利用ください/7月の「税」の納期限/子宮頸がん・乳がん検診/公共事業入札の公表/児童扶養手当など/現況届受付窓口を設置します/ミツバチに対する農業危害防止のお願い/東日本大震災の被災者は所得税の軽減・免除が受けられます/東日本大震災関連の義援金を支出した人へ/熊本県防災情報メールサービスをご利用ください	P27
相談/申請	P27
男女共同参画苦情相談/アナログ放送終了間近！地デジ臨時相談コーナー開設/最低賃金引き上げに向けた中小企業の支援事業/オストメイト医師相談会/納税相談夜間窓口を開設します/水保病被害者救済の申請受付/農振計画全体見直し/農地・農業用施設の災害復旧助成事業を利用できます	P29
募集	P29
菊池市職員を募集します/市営住宅中町団地の入居者を募集します/きくち夏まつり浴衣コンテスト参加者募集！/ねんりんピック一般観覧者を募集中！/バレーボールサマーキャンプ参加者募集/「水泳教室」生徒募集/「英語の森・きくち」参加者募集！/～夫から妻へ 妻から夫へ～第7回夫婦の手紙・絵手紙募集/菊池市地域密着型サービス事業者を募集します/菊池広域連合消防本部職員募集/「菊池源吾に学ぶ会」会員募集/第19回子ども囲碁・将棋大会/防衛省職員採用Ⅲ種試験/男女共同参画に取り組んでいる事業者を募集します/嘱託職員募集/コミュニケーションスキルアップ講座募集/小児肥満教室/警察職員採用試験	P33
講演・講習/市民の広場/イベント 他	P33
認知症サポーター養成講座/ヘルシートークと健康落語/正観寺地蔵祭りを今年も行います/☆パワーヨガ☆/無料公開講演会を開催します/第24回きくち童謡唱歌祭/無料招待券をもらってロアッソ熊本を応援しよう！/古代への旅2011ドキドキ☆ワクワク肥後古代の森スタンプラリー/ハッピーパースデー/休日在宅当番医	

笑エネで 家族だんらん ライフスタイル

家族だんらんという絆。そこには省エネを無理なく続けるための秘訣がありました。節電に取り組んでいる刈野さん一家に、家族で取り組むコツを聞いてみました。

「ノーテレビデー」は家族の日

家庭で節電・省エネに取り組むためには、家族全員で取り組む必要があります。しかし「節電始めろぞ！」と意気込んでも、一方的に押し付けるだけでは楽しく続けることはできません。さらに、自分で体温調節ができない赤ちゃんやお年寄りがある家庭では、快適な温度や湿度を調節する必要があります。

無理な節電で健康に悪影響を与えてしまうようでは本末転倒です。自分たちの生活環境から、省けるエネルギーと省けないエネルギーを選び、家族みんなで実践することが大切です。

刈野さん一家は、夫婦と子ども4人の6人家族。最近、佐賀県から引越してきました。家に入ると、「こんばんは！」と元気いっぱいあいさつで子

どもたちが迎えてくれました。

すぐに目に入ってきたのは居間のテレビに貼られた「ノーテレビノーゲームデー」のポスター。「子どもたちの手作りなんです。実は私、昔はテレビっ子だったんですよ」と浩二さんは笑います。「見なくても、なんとなくつけていました。無駄なことしていたなと思いますね」。眞子ちゃんが小学校に入学した頃から取り組みを始めたそうです。「テレビを見ないときは読書、トランプやオセロをして、子どもたちと一緒に過ごしています」と教えてくれました。妻の恵美さんが、「子どももって、それぞれに得意なものが違うんですよ。今日の神経衰弱は、玲子が一番得意なんです」と続けます。テレビを見なくなったことで、子どもたちの得意なことを発見したそうです。「子どもと過ごす時間が増えて、家族の絆が深まったという実感があります」。



「ノーテレビノーゲームデー」のポスターは眞子ちゃんと玲子ちゃんの手作り。子どもたちが率先して取り組んでいます

無駄を減らしたら



子どもと触れ合う 時間が増えました



①トランプ遊びで一家だんらん。カードを配るのは浩二さんの役目
②居間のテーブルで宿題をする眞子ちゃんと玲子ちゃん ③ご飯は長く保温するよりタッパに詰めて冷凍。ある程度冷まして冷凍庫に入れるのが節電のポイント ④可愛いちり取りで子どもたちも掃除の手伝い
⑤赤ちゃんの裕平くんがいるので、空調の無理な節電は禁物です

省エネをする。実際、子どもたちにはどうやって教えているのでしょうか。「わが家では、ゲームのように家庭内のルールを作りました。もちろんルールは大人も守らなきゃだめです。そして、『みんなでやるんだ』という共通認識を持たせました」と浩二さん。さらに「テレビを見ない日は、居間で今日の出来事を話したり、トランプなどで遊ぶことが多いですね。テレビゲームと違って、お互いの顔を見ながらやるのでコミュニケーションがとれます」と続けます。子どもたちには勉強機もありませんが、宿題も居間で済ませることが多いそうです。恵美さんも、「余計な電気は使わないで済むし、子どもが台所から目の届くところにいると安心ですよ」と話します。

家族で省エネゲームを攻略



刈野さん一家
右からご主人の浩二さん、しっかり者の眞子ちゃん（長女）、今年の1月に生まれただけの裕平くん（長男）、元気いっぱいの玲子ちゃん（次女）、そして妻の恵美さん。三女的美菜子ちゃんは浩二さんの実家に宿泊していたため会えませんでした

仲の良い刈野さん一家は、寝るときも一緒。裕平くんのために空調を使っても、一部屋で済むため省エネにもなります。「無駄を減らしたら、子どもと触れ合う時間が増えました」と浩二さん。

他にはどんな取り組みをしているのでしょうか。妻の恵美さんに伺うと、「使っていない部屋の電気はこまめに消す。それから冷蔵庫に物がたくさん入っていると、効率よく冷えてくれません。食品は必要以上に買い込まず、冷蔵庫の中をすっきりさせるようにしています。ご飯は炊飯器の保温を使わず、タッパに詰めて冷凍します。長く保温しておくより、こっちの方が節電になるしおいしいんですよ」と工夫していました。台所だけではありません。掃除はできるだけちり取りで済ませる、洗濯物はお風呂の残り湯でまとめ洗いと、いろんな節電を心がけているそうです。「大変そうと思われるかもしれませんが、これが習慣になっていて無理なく続けています。正直言うと、節電しているという意識はあまりないんですよ。ただ無駄をなくした結果が節電になったという感じですね」そう言って恵美さんは楽しそうに笑います。子どもたちにも、「アイス10本分得ました」など、数字で節電を教えているそうです。刈野さん一家は節電を難しく考えず、楽しんでいました。「楽しいと続けますよ。無理なく続けられる生活環境を作ることが大切なんだと思います」。

まずは無理なくできることから**チャレンジ!**夏の省エネ!

①人がいない部屋の電気は消そう
年間消費電力削減量
/19.7kWh



※ 54Wの白熱電球1灯の点灯時間を1日1時間短縮した場合

②テレビを見る時間を減らそう
年間消費電力削減量
/43.1kWh



※ 42型液晶テレビを見る時間を1日1時間減らした場合

③使わない家電はコンセントを抜こう



年間消費電力削減量
/113.0kWh

※テレビ・エアコン・電子レンジ等の待機時消費電力を削減した場合

④夏の冷房は、28度以上にしよう



年間消費電力削減量
/30.2kWh
扇風機を併用すれば効果的です

※ 外気温度 31度の時、エアコン (2.2kW) の冷房設定温度を 27℃から 28℃にした場合 (使用時間: 9時間/日)

⑤LEDや電球型蛍光灯を使おう
年間消費電力削減量
/147.8kWh



※消費電力 54Wの白熱電球3個を同9WのLED電球に取り換え、毎日3時間点灯した場合

⑥冷蔵庫はすっきり使おう
年間消費電力削減量
/43.8kWh



※詰め込んだ状態から半分にした場合

⑦電気ポットのつけっぱなしはやめよう



年間消費電力削減量
/107.5kWh

※ポットに満タンの水 2.2L を入れ沸騰させ、1.2L を使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合の比較

⑧温水洗浄便座のふたは閉め、洗浄水の温度は低めにしよう
年間消費電力削減量
/48.7kWh



※貯湯式の洗浄水の温度設定を年間一段階下げた (中⇒弱) 場合

⑨炊飯ジャーの保温時間を短くしよう
年間消費電力削減量
/31.5kWh



※ 5.5合炊き炊飯ジャーの保温を1日6時間やめた場合

⑩洗濯物はまとめて、回数を少なく使おう
年間消費電力削減量
/5.9kWh



※定容量の4割を入れて洗う時から8割にして洗濯回数を減らした場合



①2代目となる水車 ②水力発電で発光する防犯灯 ③自転車の車輪や、発電用のダイナモ、油の斗缶など、材料のほとんどを廃材で作成。「電気溶接が難しかった」と苦労もありました



笑エネで夢に挑戦 ライフスタイル

廃材から見た省エネ術。そこには行動を始める原動力がありました。水力発電で防犯灯を設置された桐原さんに、その原動力が何なのか聞いてみました。

勢い良く回る水車を前に、笑顔を見せる桐原集藏さん。自宅の裏を流れる水路に手作りで作りました。きっかけは新聞で見た記事。「自転車で自家発電をしている人が紹介されているのを見て、「水車みたいに車輪を回して発電ができるのでは」と思ったんです。その電気を防犯灯に使えないかと考えました」。

水車を作るのはもちろんのこと、発電に関する知識もまったく無かった桐原さん。簡単には作れませんでした。何が桐原さんを動かしたのでしょうか。「やっぱりおもしろそうと思ったからです。おもしろいなら続かんでも。それで自分と同じように、真似かけになればいいかな」と桐原



おもしろいなら続かんですもん

桐原集藏さん (69歳) 旭志尾尾在住。廃材で水車を自作し、防犯灯を設置。後ろに見えるのは初代の手作り水車

さん。最初は資料集めから始まり、学で学んだそうです。「できるだけ費用のかからない方法を考え、工夫するのも楽しみの一つ」と得意げな顔。しかし、全部を一人で作ったわけではなく「土台を支えてもらうなど一人じゃできないところは妻に手伝ってもらいました」と家族の支えがあったことを教えてくれました。「道楽ですもん。ボケ防止になるなら嬉しいですよ」。そうやって妻のとし子さんも笑います。

「この水車は2代目。あと2台ほど増やして、蓄電できるようにしたい」。目標を語る桐原さんの瞳は、輝いていました。「誰か電気に詳しくて、手伝ってくれる人がいれば一緒に作りたいか」と、仲間も募集中。桐原さんの夢は、まだ始まったばかりです。

省エネで始める新しいライフスタイル

家庭1世帯あたり年間平均消費電力量は約5、951kWhで、①〜⑩を実践することで、1年間の消費電力を約10%削減でき、家計では約2万円の節約になります。節電のほかに、公共交通機関の利用、車のエコドライブや緑のカーテンなど、効果的に無理なく取り組める省エネもあります。(出典:財団法人省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典2011年版 環境立県推進課換算」)

節電・省エネの取り組みは、長く続けることが大切です。そのためには我慢するのではなく、楽しく取り組むことが肝心です。楽しく取り組むためには、今までのライフスタイルを見直し、新しいライフスタイルに変えていくことが必要になってきます。

省エネにさまざまな取り組み方法があるように、家庭のライフスタイルもさまざまです。自分の家庭に合った省エネの取り組み方法を見つけ出し、きれいな地球環境と子どもたちの明るい未来のために、明るく楽しく家族みんなで笑エネライフスタイルを作り上げていきましょう。

省エネに関する問い合わせ先
環境課
☎0968(25)7217

菊池市総合型地域スポーツクラブ

「無料体験教室」を開催します

問い合わせ先

菊池市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会
(社会体育課内) ☎0968(25)7234

現在総合型地域スポーツクラブの設立を進めています。「誰でも」「いつでも」「世代を超えて」「好きなレベルで」「いろいろなスポーツを」楽しめる地域のコミュニティがこのクラブの目的です。

このクラブでは、日頃運動をする機会が少ない人、これから運動を始めようと思っている人などが、気軽にスポーツを体験する機会として、無料の体験教室を開催します。市民の皆さん、多数の参加をお待ちしています。

教室内容 下表のとおり

定員 各教室20人

申込方法 7月22日(金)までに菊池市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局まで電話で申し込んでください。



教室名	対象	とき	ところ
体育教室 (鉄棒、なわとび、マット運動)	4~5歳	8月6・13・20・27日(土) 午前10時から1時間	泗水体育館
	小学1~3年生	8月6・13・20・27日(土) 午前11時から1時間	
新体操 (リボン、マット運動)	4~5歳	8月4・11・18・25日(木) 午後6時から1時間	菊池体育センター
	小学1~3年生	8月4・11・18・25日(木) 午後7時から1時間	
弓道教室	小学5・6年生・中学生	8月2・9・16・23日(火) 午前9時30分~正午	菊池市営弓道場
	高校生・社会人	8月4・11・18・25日(木) 午前9時30分~正午	
ストレッチ・ソフト エアロビクス教室 (筋力トレーニング)	一般社会人(午前の部)	8月5・12・19・26日(金) 午前10時30分から1時間	泗水体育館
	一般社会人(午後の部)	8月4・11・18・25日(木) 午後8時から1時間	菊池体育センター
ノルディック・ ウォーキング教室	一般社会人	8月20日(土)・28日(日) 午前9時から1時間	菊池市営中央グラウンド
ニュースポーツ教室	一般社会人(午前の部)	8月28日(日) 午前10時から2時間	菊池体育センター
	一般社会人(午後の部)	8月28日(日) 午後7時から2時間	

クラブの名称を募集します

市民に親しまれやすく、地域の特徴を生かした総合型地域スポーツクラブの名称を募集します。

このクラブは、地域住民の皆さんのアイデアによって自主的に運営されていくため、メンバー構成や実施される種目は、クラブによってさまざまです。地域の特性を生かし、地域の皆さんの必要性に合ったクラブを地域住民の手で作らしましょう。

応募規定 総合型スポーツクラブの名称として利用するため、市民に親しまれやすく、呼びやすい名称であること。

対象者 菊池市に住んでいる人または勤務している人

選考・発表 選考は、菊池市総合型スポーツクラブ設立準備委員会で行います。発表は、広報さくちにて行います。

応募方法 応募用紙などは特に決めていません(ハガキ可)。1人何点でも応募できます。応募用紙には、住所、氏名、年齢、電話番号、クラブ名称を記入して、設立準備委員会へ郵送または持参してください。

応募期限 8月19日(金) 必着

応募先 菊池市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局
〒861-1331 菊池市限府 904-1



菊池遺産募集

問い合わせ先 企画振興課企画振興係 ☎0968(25)7250

残していきたいものがある
変わってほしくないものがある
伝えていきたいものがある
しっかりと未来へ

菊池の豊かな自然や伝統ある文化を未来へ受け継いでいく「菊池遺産」を募集します。

推薦対象 菊池市内にある有形、無形の伝統ある文化や豊かな自然など地域で誇るべき宝で、建造物・史跡・名所・芸能・自然・風景・食文化などあらゆるものが対象です。また次のいずれの要件も満たすことが条件です。

- ・ 菊池を特徴付け、将来に残す価値あるもの
- ・ 地域住民などにより保護されているものであって、認定以後も保護されるとともに地域の振興に活用されるもの

推薦者 行政区や各種団体など
※個人や宗教団体または政治的な目的をもつ団体は除きます。

推薦書類 次の書類を提出してください。なお、複数の場合はそれぞれ作成し、提出してください。

- ・ 推薦書
- ・ 位置図
- ・ 写真その他の参考資料
- ・ 所有者などの各種同意書

推薦書および同意書については、応募先に設置しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

募集期間 7月1日(金) ~ 8月31日(水)

応募先 企画振興課

どのような認定されるの？

菊池遺産の認定は、行政区や地域づくり団体などからの推薦を受けて、それを市民の人たちで構成する、菊池遺産認定審査委員会が必要な審査を行います。委員会が要件を満たすと認められたものが、菊池遺産に認定され、市長が認定書を交付します。

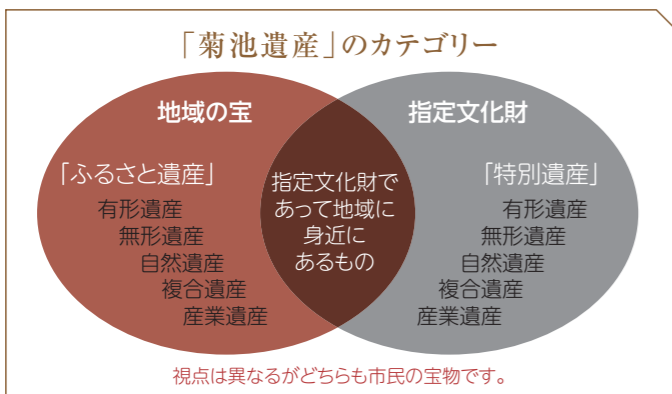
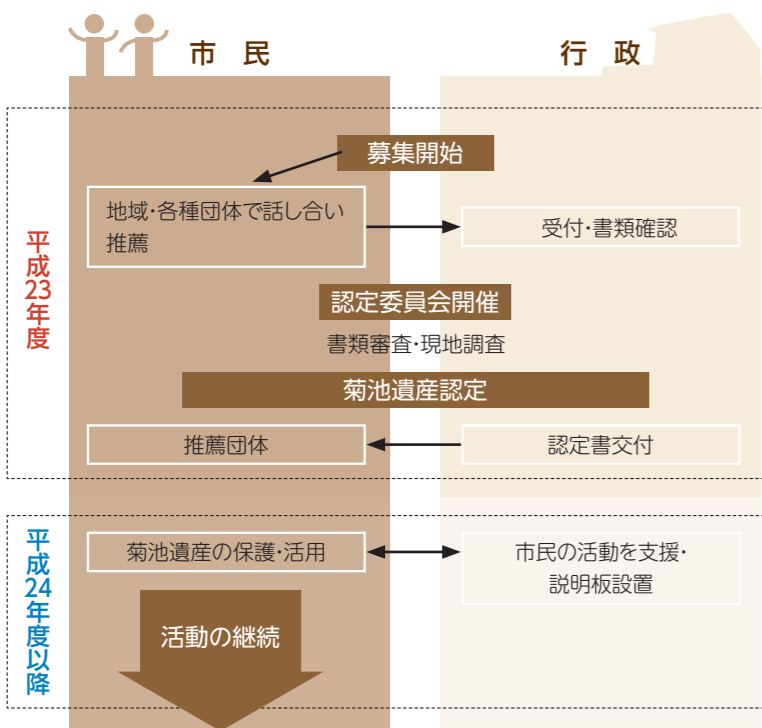
市はどんな支援をするの？

菊池市では、「菊池市地域づくり推進補助金」による支援を行います。この補助金による支援は、基本的に菊池遺産の修復に伴う原材料について対象としています。また、無形文化遺産に分類される伝統芸能などで使用する物品なども対象になります。ただし、必要以上の修復や新たに設置を行うような費用などは、補助対象外となります。

「ふるさと遺産」「特別遺産」とは？

菊池遺産は、古来より大切に守り続けられてきた身近な地域の宝物から、学術的価値や芸術的価値を有する指定文化などを含めた、広い範囲のものを認定しています。

その大きな菊池遺産を分類するため、国、県、市といった指定などがあるものを「特別遺産」とし、地域で大切にされているようなものを「ふるさと遺産」として分類しています。



JR熊本駅⇄菊池温泉まで 九州新幹線「さくら」に接続します 特急バス「きくち温泉GO!」 運行中です!



九州新幹線の熊本駅発着に合わせ、菊池市への観光誘致を図るため、特急バスを運行しています。
1日の運行便数は4往復、停留所は10カ所です。
運賃は通常便と同額ですが、運行時間は「JR熊本駅⇄菊池温泉」の通常便85分ほどかかる時間を68分に短縮しています。

この特急バスは、観光だけでなく、一般の人も利用できます。
市民の皆さんもどうぞご利用ください!

問い合わせ先
熊本電鉄(株) 辻久保総合営業所 ☎ 096 (242) 4300
企画振興課 ☎ 0968 (25) 7250

時刻表

停留所名	きくち温泉 GO のぼり										九州新幹線			
	1 菊池温泉・市民広場前	2 菊池プラザ	3 泗水	4 辻久保	5 御代志	6 黒石下	7 藤崎宮前	8 通町筋	9 交通センター	10 熊本駅前	新幹線に接続	熊本駅発	博多駅着	新大阪駅着
第1便	8:41	8:46	8:57	9:02	9:08	9:11	9:29	9:34	9:39	9:49	⇒	10:24	11:02	13:44
第2便	9:31	9:36	9:47	9:52	9:58	10:01	10:19	10:24	10:29	10:39	⇒	11:20	12:02	14:44
第3便	12:41	12:46	12:57	13:02	13:08	13:11	13:29	13:34	13:39	13:49	⇒	14:24	15:02	17:44
第4便	14:42	14:47	14:58	15:03	15:09	15:12	15:30	15:35	15:40	15:50	⇒	16:24	17:02	19:44

停留所名	九州新幹線										きくち温泉 GO くだり									
	新大阪駅発	博多駅発	熊本駅着	きくち温泉GOに接続	1 熊本駅前	2 交通センター	3 通町筋	4 藤崎宮前	5 南小学校前	6 御代志	7 辻久保	8 泗水	9 菊池プラザ	10 菊池温泉・市民広場前						
第1便	6:50	9:49	10:27	⇒	11:10	11:18	11:23	11:27	11:40	11:49	11:55	12:00	12:11	12:18						
第2便	7:50	10:17	10:50	⇒	12:39	12:47	12:52	12:56	13:09	13:18	13:24	13:29	13:40	13:47						
第3便	8:59	11:41	12:19	⇒	14:40	14:48	14:53	14:57	15:10	15:19	15:25	15:30	15:41	15:48						
第4便	10:59	13:41	14:19	⇒	16:43	16:51	16:56	17:00	17:13	17:22	17:28	17:33	17:44	17:51						

※時刻表は、変更になる場合があります。乗車される際は、熊本電鉄(株)へ時刻を確認してからご利用ください。
※高速バスの西合志バス停には、黒石下停留所(のぼり)、南小学校前停留所(くだり)が最寄りのバス停となります。

2011きくち ホタルフェスティーン旭志

幻想的な光の舞を堪能

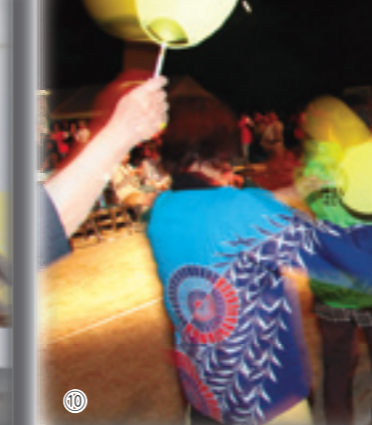
「2011きくちホタルフェスティーン旭志」は6月4日(土)、小原グラウンドで開催されました。

開会式では、旭志ホタルフェスティーン実行委員会の工藤満雄会長と福村市長のあいさつの後、旭志小学校による合奏や旭志中学校によるほたるセレナーデ踊りがありました。また、地元の「民生ホタル太鼓」による太鼓演奏、パトントワリングの披露などもあり、会場を盛り上げました。

終盤には来場者お待ちかねの抽選会が行われ、会場の盛り上がりも最高潮に達した後、フィナーレはホタルセレナーデの総踊りでしめやかにフェスタを締めくくりました。

今年も、例年に比べ県内外から多くの見物客が訪れ、会場は多くの人でにぎわいました。

特産品まつりとして、JA旭志青年部、商工会青年部および女性部、母子会、青年団、四季の里旭志、物産館出資組合、旭志村ふれあいセンターなど11店舗からの出店があり、特産の旭志牛などを販売。どこも行列ができる人気ぶりで、菊池の魅力を存分にPRしました。



①湯舟のヒメボタル②ホタルセレナーデ③二鹿来川を乱舞するゲンジボタル④民生ホタル太鼓⑤旭志小学校児童による合奏⑥メリーホッパーズによるパトントワリングの披露⑦抽選会で見事テレビをゲットした江藤凌君と家族の皆さん⑧タレントの英太郎さん(左)と松永壮さん(中央)が司会を行いました⑨フィナーレのホタルセレナーデ総踊り

5/26 (木) 災害支援物資供給協定調印式

菊池市は、NPO 法人「コメリ災害対策センター」と災害時の物資供給に関する協定を結びました。この協定は、水害や地震、インフルエンザ、口蹄疫などの災害発生時、毛布やマスク、飲料水などの物資を市の要請に応じて優先的に届けるというものです。

福村市長が「災害時はセンターと連絡を密にし、被害を最小限にしたい」と述べ、同センターと協力・連携を図ることで一致しました。



災害時の支援物資協定を結んだ福村市長（左）とコメリ九州地区本部の馬場一則ゾーンマネージャー（右）

5/26 (木) 「菊池盡(尽)忠の歌」CDが完成しました

「むらさき霞む鞍岳に・・・」に始まる「菊池盡(尽)忠の歌」。この歌は至誠尽忠の菊池一族とその精神をうたったもので、県民の士気高揚などのため昭和 18 年 10 月に熊本県民の歌として制定されました。当時の国民学校や旧制中学などでも歌われましたが、戦後すぐに進駐軍により歌うことを禁止され、その後時代と共に忘れ去られたそうです。

七城町出身で熊本市在住の徳永武久さんと、泗水町吉富在住で、現在泗水中学校の非常勤講師をして

5/20 (金) 菊池市老人クラブ連合会が清掃ボランティア

菊池市老人クラブ連合会（菊川忠一会長）の隈府 1 区、河原、花房の会員 47 人が、日頃から利用されている菊池老人福祉センターの清掃奉仕作業を行いました。早朝からセンター周囲の庭木の剪定や草取り、ごみ拾いなど約 1 時間半にわたって、手際よく作業を進められました。実施後は見違えるほどきれいになり、市民の皆さんが再び気持ちよくセンターを利用できるようになりました。ありがとうございました。



清掃作業中の菊池市老人クラブ連合会の皆さん

5/1 (日) 泗水Jr新体操クラブの子どもたちが大活躍

泗水体育館で第 6 回城北地区スプリング大会が開催されました。4 クラブ（幼児から中学生までの 60 人）が参加し、菊池市からも泗水 Jr 新体操クラブ（坂田はるみコーチ）から 18 人が出場。見事優秀な成績を収めました。

成績は次のとおりです。

小学生団体 **優勝**、中学生団体 **優勝**、個人の部（徒手・ボール・フープ・リボン・クラブ・ロープ）小学 2 年生～中学 3 年生 **優勝**



泗水 Jr 新体操クラブの子どもたち。オリンピック選手も夢じゃない！

4/23 (土)・24 (日) 泗水中学校男子バレー部が優勝!

第 30 回熊日旗城北地区中学生バレーボール大会は、菊池市総合体育館で開催され、泗水中学校男子バレーボール部が見事優勝しました。

監督・選手は次のとおりです。（敬称略）

監督 須上弘一、コーチ 中山敬太
3 年生 福島 黎、岡 周平、岡村魁人、岡島大貴、益田佳拓、堀江大成、米本健太
2 年生 郷原廣也、高山 駿、緒方彩季、岩本航大、岩本 航、小山雅樹



優勝した泗水中バレーボール部。優勝おめでとう！

5/17 (火) 菊池市建設業協会が清掃ボランティア

菊池市建設業協会（前川 勝会長）会員 77 社から約 80 人が参加し、菊池市役所水車周辺や鴨川公園など市内 5 カ所で除草作業やごみ拾いを行いました。

市町村合併に伴う各建設業協会の統合後初の試みで、環境美化活動の一環として始められました。

矢護川の除草作業では、重機械を用いた雑木撤去など大掛かりな作業もありました。

建設業協会の皆さん、大変お疲れさまでした。



重機械で作業を行う会員の皆さん

5/13 (金) 菊池高齢者大学が車椅子を寄付

菊池高齢者大学から、車椅子 6 台が市へ寄付されました。贈呈式には中村 勸元運営委員長など 4 人が出席。中村元委員長から「平成 21 年度までに会員が納入した会費から、当時の役員で相談して購入しました。福祉のために役立ててください」と永田副市長へ手渡されました。

今後、車椅子を必要としている人たちのため、福祉施設や教育施設などで利用していきます。寄付、ありがとうございました。



永田副市長（右）へ車椅子を寄付される元菊池高齢者大学役員の皆さん

一 菊池盡忠の歌（抜粋）
あしは霞む鞍岳に
あしたあかねの雲消えて
旭日燦とかがやけば
咲きはまりて麓の
菊池の川に影うつす
満山にほふ櫻花
かほる誉と清き名の
純忠菊池一族が
神と鎮まる宮どころ
ここの城山の土古く
心つつしみぬかづけ
さやかにかみゆとけ
遠つみおやが血に遺す
大和心をきつぎて
世々咲き出でし國の花
内の乱に義をまもり
外夷の冠に先陣の
熱とどろく菊池武士

いる渡 雪美さんが中心となり、幻の歌と言われる「菊池盡(尽)忠の歌」の楽譜を探し出し、今回、泗水中学校の松岡 聡先生や立山加奈子先生などの協力を得て、CD を自主製作しました。「時代の中で忘れられた歌だけど、正しい姿（歌詞）で後世に残したい」と徳永さん、「作詞者の出田聡明先生とご家族との約束が果たせました」と渡さん、喜びを語る 2 人の言葉には、菊池精神への畏敬の念と郷土を愛する気持ちが満ち溢れているようでした。

問い合わせ先 渡 雪美 ☎ 0968 (38) 2116



ピアノを担当した立山先生（左）、完成した CD を手にする徳永さん（中央）、楽譜を手にする渡さん（右）

5/31 (火)・6/7 (火)

菊池北中学校で乳児ふれあい学習

菊池北中学校の2年生 102人が2日間にわたり乳児ふれあい学習を行いました。この学習は、思春期の子どもたちが乳児とのふれあいを通じて命の尊さや子育ての大切さ、親としての責任や喜びについて考える機会となるよう、市と中学校の共催で実施しています。

1日目は助産師の講話を聞き、妊婦体験を行いました。2日目は、生後2～7カ月の18組の赤ちゃんとお母さんに協力いただき、赤ちゃんを抱っこしたり、衣服の着脱やオムツ交換、出産や育児についての話を聞く中で育児の喜びや、親になる責任などを学びました。



ぎこちない手つきで赤ちゃんの着替えをする菊池北中の生徒

6/3 (金) 菊池市管工事組合が清掃ボランティア

全国水道週間（6月1日～6月7日）の取り組みの一環として、菊池市管工事組合（平嶋俊郎組合長）15社が市内の簡易水道施設の清掃ボランティア活動を実施しました。

同組合では水道週間に合わせて毎年ボランティア活動を実施しており、今年は旭志地区の配水地の除草と清掃作業を行いました。各施設の雑草もきれいに刈り取られ、見違えるほどきれいになりました。大変お疲れさまでした。



除草作業中の組合員の皆さん

5/28 (土) 平成23年度熊本県乾しいたけ品評会で菊池市が団体賞を受賞

平成23年度熊本県乾しいたけ品評会表彰式は、熊本市（熊本県椎茸農業協同組合）で開催され、本市が団体賞を受賞しました。この賞は県内で最も出品数が多い市町村に贈られる賞で、平成5年からの連続受賞となります。今回の品評会では、県全体の出品数214点のうち、本市の出品数は93点でした。

本市で生産される乾しいたけ生産量は、全国でも3位（平成21年度）となっており、そのほとんどが原木栽培によるものです。今後の更なる椎茸生産が期待されます。

本市の受賞者は次のとおりです。（敬称略）



菊池椎茸振興会の上田壽男会長（左）が福村市長に受賞を報告しました

◎熊本県乾しいたけ品評会会長賞
〈700gの部〉

- 1等賞 こうしん 森田 修
- 2等賞 こうこ 緒方啓一
- 2等賞 こうしん 上田壽男
- 3等賞 こうこ 山野幸輔
- 3等賞 こうしん 中村文彦
- 奨励賞 こうしん 渡辺利春

〈大箱の部〉

- 1等賞 どんこ 村上正八
- 1等賞 こうこ 棧敷野照男
- 1等賞 こうしん 上田壽男
- 3等賞 こうこ 山野幸輔
- 奨励賞 こうこ 水口勝之

6/2 (木) 「あとぜき会」が物品を寄贈

「あとぜき会」（河上英輔会長）より社会福祉協議会（福村三男会長）へワイヤレスアンプセットの寄贈がありました。「あとぜき会」は、平成8年に市内の事業所が異業種間交流と地域貢献を目的に発足し、商店街の街路灯のデザイン制作やヤーコン焼酎の製造など、市の活性化に貢献しています。受けとった福村三男会長は、「協議会の円滑な運営には地域の皆さんの協力が必要不可欠です。大切にさせていただきます」と話しました。



河上会長（左）より福村会長へワイヤレスアンプセットが手渡されました

5/28 (土) 測友会が草刈ボランティア

菊池郡市内に事業所を置く測量関係の会社で組織する測友会の皆さんが、「道の駅旭志」付近の国道325号沿道沿いの草刈ボランティアを実施しました。このボランティア作業は平成20年度から実施され、菊池市内では5回目です。

今回は、台風2号の接近による悪天候の中、足元の滑りやすい法面の草刈作業や竹の伐採作業に苦労しながらの作業となりました。

測友会の皆さん、ありがとうございました。



雨で足元が滑りやすく、傾斜が急な法面は大変な作業でした

今月は、誰にでも起こる可能性がある事例を、実際の相談を参考に紹介します。

マルチ商法（連鎖販売取引）

Q 友達と一緒に、「商品の販売マージンで絶対儲かる」とファミリーストランで4時間も説得された。「お金がない」と断っても消費者金融に連れて行かれ、借金して払ってしまった。契約を解約したい。

A マルチ商法の場合、契約してから20日間以内ならクーリングオフで契約の解除ができます。マルチ商法の被害は後を絶ちません。最近ではネットワークビジネスとも称しています。健康食品や化粧品など対象商品も多様です。

Q マルチ商法について注意することはありますか。

A マルチ商法は、次々と会員を増やすことで、会の中で自分の地位が上がり簡単に収入が増えると錯覚させます。あてにしていた収入は得られず、無理して抱え込んだ商品と借金が残されます。声をかけやすい友人や知人を新たな会員に引き込むことで、被害者が容易に加害者になってしまいます。友人を失うことにもなりかねません。決して手を出さないようにしましょう。

加入後一年以内の人であれば、未使用製品には中途解約制度もあります。

「はい！こちら菊池市消費生活センターです！」
問い合わせ先 菊池市消費生活センター
平日午前10時～正午、午後1時～午後4時
0968(36)9450
商工観光課入り口

有料情報サイトをめぐる問題

Q インターネットの有料情報サイトで年齢認証画面の「はい18才以上です」をクリックしたら「登録ありがとうございます」と表示され、あわてて消しても請求画面が消えない。どうしたらいいか。

A ワンクリック詐欺と言われるものです。契約は成立していませんので料金を払う必要はありません。住所を調べて家に集金に行くなどといった脅迫的な言葉で、料金を払わせようとするのが、相手に自分の個人情報漏れることはありません。「退会希望」などでメールや電話で連絡すると、巧みに個人情報を出され更なる被害に遭うこととなります。根拠のない請求は完全に無視しましょう。請求画面が消えない場合などは消費生活センターに相談してください。

消費生活センターでは、専門の相談員が常駐しています。相談は無料で、相談室もあり個人の秘密は守られます。気軽に相談ください。

また、菊池市のホームページ上でもいろいろな質問と回答を掲載します。ぜひご覧ください。

体指のページ

体指です
よろしく

No.16

お問い合わせ先
菊池市
体育指導委員
協議会広報部
☎0968(25)7234

体育指導委員協議会総会

4月16日(土)、清流荘で菊池市体育指導委員協議会の総会が行われました。

平成22年度の事業報告および決算報告、役員改選、平成23年度の事業計画および予算についての審議があり、全会一致で可決されました。

今回の役員改選においては、



会長 岩根 彰男

このたび体育指導委員協議会の会長となりました岩根です。菊池市合併から6年になりましたが、ようやく私たち体指も市民の皆さんのご協力により、活動が軌道に乗り始めています。体指は、スポーツの実技指導のみならず、行政と地域住民と

長年にわたり会長の職責を担っていた藤江会長が勇退され、岩根新会長が就任されました。また、新任の体育指導委員9人を迎えました。今年度も、いろいろなニュースポーツを紹介していきたいと思っておりますので、市民の皆さんの参加をお待ちしています。最後にになりましたが、藤江会長お疲れさまでした。

の調整役として、また、総合型スポーツクラブの中心的な役割を果たす多様な人材として、全国的にも期待されています。これから先、多様化する地域住民のスポーツニーズに対応していくには、体指一人一人が力を合わせ活動していくことが一層求められています。

また、菊池市体指は社会体育課に所属する非常勤職員として位置付けられていますが、実質的には、各自仕事をもちながらボランティア的に活動を行っているというのが現状です。しかしながら、近年体指を取り巻くスポーツの在り方、社会情勢、

新人紹介

- ①氏名(敬称略)
②地区
③好きなスポーツ
④趣味



①倉原 安浩
②戸崎
③スポーツ解説
④ゴルフ、映画鑑賞

①宮武 三郎
②高野瀬
③卓球
④音楽鑑賞

環境などは日々変化しています。従って私たちも、いろいろなニュースポーツを吸収し、指導を行うよう要求され、それなりに研修を行うなど努力をしているところです。今後は、体指と地域住民とのコミュニケーションを取りながら生涯スポーツを推進し、高齢化が進む中、市民一人一人がいつまでも健康で体力の維持向上ができますよう、体指一丸となつて協力し貢献したいと思っております。今後とも菊池市体育指導委員をよろしくお願いします。



①古庄 公久
②永
③陸上(長距離)
④ジョギング

①杉野 一馬
②弁利
③サッカー
④ドライブ

①清水 豊子
②川辺
③ミニバレー
④パン作り

①三池 暲
②新明
③野球
④ショッピング

①村上 義和
②栄町
③ゴルフ
④弓道

①迫 利次
②迫間・水迫
③バレーボール
④音楽鑑賞

①松山 裕史
②龍門
③ソフトボール
④釣り

退職者(敬称略)

- 藤江 康博 33年
森田 精一 43年
藤本 公也 15年
山中 健誠 4年
丸山 弘一 2年
前田 好子 9年
松岡 明彦 8年
齋藤 誉 4年
吉井 久直 9年
※お疲れさまでした。

体指のつばやき

皆さん、スポーツテストを覚えていますか。小中学校のとき、年度始めに50m走やソフトボール投げをしましたよね。

最近テスト内容が変更になったのですが、そのテストの検査員の資格をとるよう体育指導委員協議会に要請がありました。そして、子どもたちにスポーツテストを実施して欲しいということでした。「えっ、なぜ?」と思われた人も多いと思います。私もそうでした。だって、学校で毎年実施されていますから。その謎がしばらくして解けました。スポーツテストがあるのが当たり前と思っていたのですが、なんと、他の都道府県では抽出実施だったのです。テストを毎年実施している方が珍しいのです。熊本県は、もう何十年も前から全校実施です。体育に関して熊本は進んでるんですね。(M・I)

平成23年度 国民健康 保険税

お問い合わせ先 税務課
☎0968(25)7206

国民健康保険税(国保税)は、皆さんが病気やケガなどで保険証を使って病院にかかるときに必要な医療費の大切な財源となっています。

国保税は、国保加入者につき算定した医療給付費分の保険税(以下「医療分」と)と後期高齢者支援金分の保険税(以下「支援金分」と)、そして国保加入者のうち40歳から64歳の人(以下「第2号被保険者」)につき算定した介護納付金分の保険税(以下「介護分」と)の合算額となります。

納税義務者

国保税の納税義務者は世帯主になります。加入者一人一人が納税義務者になるものではありません。世帯主が国保の加入者でない場合でも家族の中に国保の加入者がある場合は、納税の義務を負うこととなります。

納税通知書などは全て、世帯主宛てに届きます。

課税限度額が 変更になりました

平成23年度より、課税限度額が表1のように変更になります。限度額とは、国民健康保険税の医療分、支援金分、介護分のそれぞれの年間最高額のことを言います。

区分	医療分	支援金分	介護分
所得割(前年中の所得に応じて)	8.0%	2.5%	2.0%
均等割(加入者一人当たり)	28,000円	7,800円	10,000円
平等割(一世帯当たり)	25,000円	7,500円	7,000円
課税限度額(改正前)	500,000円	130,000円	100,000円
課税限度額(改正後)	510,000円	140,000円	120,000円

(表1)税額=医療分+支援金分+介護分
(40歳~64歳までの人のみ)

軽減適用

所得が一定基準以下の場合、医療分と介護分の均等割、平等割についてのみ、7割・5割・2割の軽減措置があります。ただし、所得申告がされていない場合は、軽減の対象になりませんのでご注意ください。

非自発的失業者に対する 国民健康保険税の軽減

倒産・解雇・雇止めなど、非自発的な理由によって離職された人は国民健康保険税を軽減する制度がありますので、税務課までおたずねください。
対象者 次の要件のすべてに該当する人が対象になります。
・平成21年3月31日以降に離職された人

・雇用保険の「特定受給資格者(倒産・解雇などによる離職者)」、または「特定理由離職者(雇止めなどによる離職者)」
・ハローワークが交付した「雇用保険受給資格者証」(離職コードが11、12、21、22、23、31、32、33、34のいずれかに

該当していること)をお持ちの人

・離職日時点で65歳未満の人
※「雇用保険特例受給資格者証」や「雇用保険高齢受給資格者証」をお持ちの人は対象になりません。

軽減内容

非自発的失業者本人の前年の給与所得を100分の30として国民健康保険税を算定します。※前年中の所得が確定していない場合は軽減ができません。申告がお済みでない人は、税務署への確定申告書の提出、または市への市県民税申告書を出してください。

軽減期間

離職日の翌日の属する月から、その月の属する年度の翌年度末までの期間です。
(例)平成23年3月31日に離職された場合は、平成23年4月1日から平成25年3月31日まで)
※職場の健康保険に加入するなど国民健康保険を脱退すると終了します。

申請方法

- ・持参するもの
- ・雇用保険受給資格者証
- ・印かん
- ・申請場所
- ・税務課、各総合支所税務係

国民健康保険税の納期限

普通徴収(納付書または口座振替)の人は、年間の税額を8期に分けて支払っていただきます。7月に1年間分の納付書をまとめて送付します。納期ごとにお支払いください。また、特別徴収(年金天引き)の人(65歳以上75歳未満のみの世帯で一定の条件を満たす人)は、年金より天引きとなりますが、申し出により普通徴収(口座振替)への変更もできます。

普通徴収の人の納期

納期限	
第1期	8月1日(月)
第2期	8月31日(水)
第3期	9月30日(金)
第4期	10月31日(月)
第5期	11月30日(水)
第6期	12月26日(月)
第7期	平成24年1月31日(火)
第8期	2月29日(水)

特別徴収の人の納期

徴収月		
仮徴収	4月	10月
	6月	12月
	8月	平成24年2月

生活習慣病予防のために ～食生活を見直そう～

菊池市でも生活習慣病になる人が増加しています。昨年、熊本県立大学と協力して、複合健診受診者約5,300人に「健康食生活アンケート調査」を実施しました。その結果、約25%、4人に1人が肥満であるということが分かりました。肥満は糖尿病、高血圧、脂質異常症を誘発してしまいます。生活習慣病を予防するために何が大切なのでしょうか。今回は、食生活の観点から生活習慣病予防を考えていきたいと思います。

問い合わせ先 健康推進課健康推進係
☎0968(25)7219



生活習慣病とは？

生活習慣病は、食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの長年の生活習慣が積み重なって起こる病気の総称です。代表的な病気としては、肥満症、高血圧症、脂質異常症、虫歯、歯周病、骨粗鬆症などがあります。

かつては加齢とともに発症・進行すると考えられて「成人病」と呼ばれていました。現在では若い人でも発症し、子どもの頃から悪い生活習慣の蓄積がその発症に大きく関わっていることが分かり、1996年に生活習慣病という呼び名に変わりました。

生活習慣病の中でも、脂質異常症、高血圧症、糖尿病などは特に心臓病や脳血管の病気の危険因子ともなっており、そのまま放置していると生命の危険を伴います。このような生活習慣病の背景には、肥満、特に内臓脂肪の蓄積による肥満が大きな要因としてあることが分かっています。

肥満の人の割合が高くなってきている今の社会では、当たり前の生活をしていながら、いつの間にか生活習慣病になっていたという人が増えています。しかし、普段の生活習慣の見直しで予防や改善ができればです。

医療費の増加に急ブレーキを！

生活習慣病などが重症化してしまつと、通院や入院に伴う医療費の支出が大きく増加するおそれがあります。現在、菊池市でも医療費の増加が大きな問題となっています。

1年間の一人当たりの平均医療費は、全国が279、463円に対し、菊池市は290、663円と高くなっています。（平成21年度国民健康保険事業年報）

医療費の増加にブレーキをかけるためには、生活習慣病など予防可能な病気の発症を抑えることが大切です。

これまでの生活習慣を見直すことにより、生活習慣病の予防だけでなく、健康の維持増進に努めていきたいと思います。それが医療費を抑えることにもつながります。

生活習慣病を予防しよう！

生活習慣病の予防には、偏りの無い食生活を過ごすことが大切です。次のポイントを毎日の食生活で見直してみましよう。

◆規則正しい生活
食事は不規則になると、体が次の食事で最大限エネルギーを

吸収し、脂肪を蓄えようとするため、太りやすくなつてしまいます。1日3食(朝、昼、夕)きちんと食べ、起床、食事、就寝の時間を揃えましょう。

◆食べすぎない・腹八分目

食べ過ぎで得た余分なエネルギーは、全て脂肪として蓄えられます。食べ過ぎにならないためにも腹八分目を心がけましょう。よくかんで時間をかけて食べると食べ過ぎを防ぐことができます。

◆塩分は控えめに

日本人の食事摂取基準(2010年版)では、生活習慣病予防の観点で成人の男性は1日9g未満、女性は1日7.5g未満を目標準に定めています。塩やしょうゆを使う代わりに柑橘類や酢を利用したり、だしをしつかりとる、新鮮な食材を使うなどの工夫をすることで、塩分を控えることができます。

◆カルシウムを意識してとる

現代の日本人のカルシウム摂取量は少ない状況です。骨粗鬆症を予防するためにもカルシウムを積極的にとることをお勧めします。

◆カルシウムの多い食品

牛乳・乳製品、桜えび、大豆製品、切干だいこん、ひじき、小松菜など

1 予防接種

麻しん・風しん予防接種

平成23年度に限り、4期の接種が受けられるようになります。

■対象者 平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの人で、学校教育の一環として海外へ修学旅行または研修に行く人

■申込方法 対象の人は健康推進課または各総合支所民生課で、予防接種の手続きをしてください。

日本脳炎予防接種

平成17～21年度の間日本脳炎の予防接種の機会を逃した人の接種時期が緩和されました。

■対象者 平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人
■内容 20歳未満までの間、定期予防接種ができるようになりました。詳しくはお問い合わせください。

運動・健診も大切です

生活習慣病を予防するには食事だけでなく、適度な運動も大切です。日頃、あまり体を動かさない人は、いつもより多く歩くことから始めてみてはいかがでしょうか？

また、生活習慣病は自覚症状がほとんど無いため、自分で発見することができません。1年に1度は定期健診を受け、健康状態を確認することが大切です。

菊池市では、生活習慣病予防・改善のために、8月と9月に健診を実施します。まずは皆さんが受けたいと予防にはつながりません。この機会に健診を受け、自分の体の健康状態を確認することで生活習慣病の早期予防に努めましょう。

◆食物繊維を十分にとる

食物繊維には血糖値やLDLコレステロール値を低下させる働きがあり、生活習慣病を予防します。

◆栄養バランスのとれた食事

健康な食生活のためには、1つの食べ物に偏らないように、いろいろな食材を組み合わせた栄養バランスのとれた食事をすることが大切です。主食・主菜・副菜・汁物を基本にバランスのとれた献立を工夫しましょう。

◆野菜を多くとる

野菜はエネルギーが少ないため、野菜の摂取量を増やすことで肥満や糖尿病を予防することができます。また野菜には、カリウム、食物繊維、酸化ビタミン類、各種抗がん成分なども含まれており、脳卒中、高血圧、がんの予防にも有用です。

野菜の摂取目標量は1日350gといわれています。

野菜 350 gの目安



生野菜で両手いっぱい



ゆで野菜で片手分



献血にご協力をお願いします

と き 7月12日(火)
午前9時30分～午前11時30分
午後0時30分～午後1時30分
ところ 旭志公民館
内容 400ml献血
持参物 運転免許証などの身分証明証、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。

歯ツピキッズ

3歳児健診時、むし歯なしの子

4月13日(水) 5月18日(水) 5月27日(金)の歯科検診の結果で、むし歯がなかった子どもを紹介いたします。(敬称略)



- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|------------------|
| 山下 華凛 (西) | 高木 美緒 (西) | 坂本 善太郎 (西) | 後藤 勇賢 (西) | 右田 煌陽 (西) | 石谷 愛香里 (西) | 大久保 芽香 (西) | 坂本 想和 (西) | 永田 羅樹 (西) | 東 伊織 (西) | 武藤 巧翔 (西) | 上野 快晟 (西) | 水野 利皇 (西) | 水野 伶皇 (西) | 森 陽那太 (西) | 木築 琉瑠 (西) | 村上 大悟 (西) | 村田 清信 (西) | 松嶋 結花 (西) | 佐々 季也 (西) | 橋本 凜奈 (西) | 川口 裕真 (西) | 坂本 奏 (西) | 坂本 奏 (西) | 月18日(水) 5月27日(金) |
| 山下 華凛 (西) | 高木 美緒 (西) | 坂本 善太郎 (西) | 後藤 勇賢 (西) | 右田 煌陽 (西) | 石谷 愛香里 (西) | 大久保 芽香 (西) | 坂本 想和 (西) | 永田 羅樹 (西) | 東 伊織 (西) | 武藤 巧翔 (西) | 上野 快晟 (西) | 水野 利皇 (西) | 水野 伶皇 (西) | 森 陽那太 (西) | 木築 琉瑠 (西) | 村上 大悟 (西) | 村田 清信 (西) | 松嶋 結花 (西) | 佐々 季也 (西) | 橋本 凜奈 (西) | 川口 裕真 (西) | 坂本 奏 (西) | 坂本 奏 (西) | 月18日(水) 5月27日(金) |

7月の健康情報

☎096(385)3300 (24時間)
月：注意欠陥・多動性障害 (ADHD)
火：子どもの熱中症
水：大人の熱中症
木：歯が無くなったらなぜ入れ歯が必要になるのだろう
金：内科から見たサルコイドーシス
土/日：眼科から見たサルコイドーシス

図書館 だより

問い合わせ先

泗水図書館 ☎0968 (38) 6866
 中央公民館図書室 ☎0968 (25) 1672
 七城公民館図書室 ☎0968 (25) 1580
 旭志公民館図書室 ☎0968 (37) 3111
 内線303

閉館日・閉室日

泗水図書館 月曜日・月末・祝日
 中央公民館図書室 火曜日・第1日曜日・祝日
 七城公民館図書室 日曜日・祝日
 旭志公民館図書室 日曜日・祝日

※図書イベント情報は、36ページの行事予定に掲載しています。



今年の西日本読書感想画コンクールの指定図書と青少年読書感想文コンクールの課題図書が揃いました。指定図書・課題図書のコーナーを設置していますので、ぜひご利用ください。(中央公民館図書室)

新着・お薦め図書

泗水図書館

時のほごまに
 剣客瓦版つれづれ日誌
 偉大なる、しゅららぼん
 わたしの彼氏
 平安朝の悪女たち
 絶対にゆるまないネジ
 甲子園がくれた命(世の中への扉)
 パパとあたしのさがしもの

黒田武一郎 著
 池永 陽 著
 万城目学 著
 青山七恵 著
 三田誠広 著
 若林克彦 著
 中村 計 著
 鈴木永子 作・絵

中央公民館図書室

探偵・日暮旅人の探し物
 華鬼 1~4巻
 はじめてのバラこそ無農薬
 モダン和風の庭
 帰ってきたおとうさんはウルトラマン

山口幸三郎 著
 梨紗 著
 小竹幸子 著
 志村 悟 著
 宮西達也 作

七城公民館図書室

ハタラクオトメ
 うっとりはなにみとれたら

桂 望実 著
 内田麟太郎 著

旭志公民館図書室

非属の才能
 たこやきようちえん

山田玲司 著
 さいとうしのぶ 作

ひみつシリーズ

ひみつシリーズは、ぎもんに思っていることが、ヘエーっとなるくらい分かるおもしろい本です。
 ひみつシリーズは、「ペットフードのひみつ」「コーヒーのひみつ」「八つ橋のひみつ」などの種類があります。昔はこうだったんだ・・・、いつできたのかな・・・などみんなが考える本です。
 わたしは、ひみつシリーズを全かん読みました。図かんがない時に、ひみつシリーズをさがしてみたいと思えます。昔のことも今のことも分かる本です。
 ぜひ、ひみつシリーズの一冊でもい



坂本莉央さん(菊池北小4年)

学研

いから読んでみてください。とてもおもしろいですよ。

万句の里俳句会 5月例会

辿り着きふみ始めし朴の花 野中 公枝
 瀨の音の高まる溪や夏に入る 平山 邦子
 地震の町奮ひ立てよと鯉職 宮本 雅子
 白球を追ふ少年等夏来たる 林 まつ子
 礎のぼる古利の大樹椎の花 富田 幸子

せせらぎ俳句会 5月例会

滑るごと新幹線や初夏の風 寺本 和子
 祖父と孫歌ひ乍の菖蒲の湯 服部 静子
 急ぐまじ買物径の若葉風 村山 数恵
 古い集ひ持病の話梅雨走り 藤本アツ子
 更衣今日は学ラン着る着ない 渡辺 大寿

旭志文芸俳句会 5月詠草

苗植うる準備整ひ春時雨 中尾ヨシコ
 花吹雪車椅子にも舞ひかかる 東 芳子

七城短歌会 5月詠草

さくら花先祖供養の里墓苑 芹川 蓉子
 丹精の牛磨かれて草萌ゆる 水谷 ミネ
 待望の武者絵はためく初職 芹川のり子

肥後狂句桜会 5月例会

さぞよかろ どの社にするか迷つと 藤野 清子
 さぞよかろ 天から二物貰うとる 光堀 善教
 暇過ぎて 働き者にゃ酷ばいた 上村 ○子
 結びつけ 将来老舗背負わする 小川 繁美
 ランドセル ダンプ打つとめ渡りよ 狩野 本六

肥後狂句水笑会 5月例会

大ピンチ 財布に銭の入つとらん 宮上 美由
 大ピンチ 他人に話はされんたい 柏原 乗仏
 新幹線 あの世で乗っていつちよこ 井手 水光
 大売り出し 要らんとばかり買うて 御手洗三代
 きた 新幹線 そぎゃんもだえて行かんて 平井 江彩
 ちゃ

菊池短歌会 6月詠草

カキツバタ・クリスマスローズ・ルピナスや阜月の百花が庭に人呼ぶ 緒方 寛子
 釣針に掛かりしハエは両親に別れの話済まして来たか 村上 幾雄
 電話にて友が告げくる詠草を聞きわけ出来ず走り書き止まる佐々重弘 庭隈に春の日とどき芍薬の大輪威風堂々と咲く 岩崎 照代
 玉葱の太れるかたえに伏せこみし里芋ようやく角芽出している木下 陽子

高齢者大学 5月歌会

水俣の海空碧しバラ園に六千余本のバラ匂ひたつ 梅田 昭子
 にはか雨避けむと寄れる歩道橋の隅に手向けの白き花束 北島 たき

おわびと訂正

広報きくち6月号16ページに名前と作者の誤りがありました。正しくは次のとおりです。
 誤 山代 静代 正 山代 静子
 誤 新発意の袈裟新しき彼岸かな 誤 東 芳子 正 水谷 ミネ
 お詫びして訂正します。

耳より情報

図書館へ行こう！毎日おはなし会があるよ！

子どもたちが地域に帰る夏休み、図書館でおはなし会を楽しんでみませんか？ボランティアのみなさんや、司書による楽しいおはなし会が毎日あります。遊びに来てね！
とき 7月26日(火)~8月30日(火)
 午後3時から(休館日を除く)
ところ 泗水図書館えほんコーナー
 ※随時、読み手の人も募集しています。飛び入り参加大歓迎！(泗水図書館)

第2回読書感想画・ブックレター募集

旭志公民館図書室で今年も募集します。入賞者は菊池市旭志文化祭で表彰します。詳しい内容は、旭志公民館図書室までお問い合わせください。皆さんからの応募をお待ちしています。
募集期間 7月25日(月)~9月30日(金)
 (旭志公民館図書室)



宝永隧道(今村マブ)

1704年に今、赤星、森北地区の約100haの水田への灌漑用水のために、山を掘削して作られた隧道(水のトンネル)です。

全長約302mを175日間で完成させたこの事業は、三代目河原左衛門の三大事業の一つとされています。



認定番号第ふるさとH22-5号
推薦者 宝永隧道管理委員会

赤星井手

徳川の初期、加藤肥後守清正公が、熊本城主として肥後の国五十四万石を管領した天承の末期から慶長年間において、治山治水の諸施設の整備は行われたと思われま。准水区域は赤星、出田の二大字になります。

北は菊池川、南は花房台地に挟まれた赤星平野の美田もその時代に作られました。



認定番号第ふるさとH22-6号
推薦者 赤星区

東山公園

南北朝時代、北朝方の大友勢が南朝方の菊池一族を攻めて来た時に、菊池勢が陣を敷いた所が東山公園一帯と伝えられています。

公園内には城家の塚といわれる石棺があります。地域おこしの一環で、一の公園、二の公園、遊歩道などが整備されています。



認定番号第ふるさとH22-7号
推薦者 上木庭区

人権同和教育シリーズ ⑦
七城中学校(平成22年度卒業)
脇黒丸 遥

障がいとは

「ばあちゃん、またつこけたの」

ちようど10年前のことです。祖母の歩き方がおかしいと感じ始めました。まだ58歳の時でした。最初は太っているせいだと思いましたが、いつか治る様子もなく、だんだん悪化しているようだったので、昨年の秋に病院へ行きました。祖母は、心臓も弱く、一度入院したことがあったので、とても心配でした。現在では、心臓の薬を毎日9つ飲んでいます。足のほうは、病院で診断してもらいましたが、もう治らないと言われました。それでも、普通の人は、何も変わらない生活をしています。しかし、祖母は「障がい者」という一つの枠の中に入れられてしまいました。そもそも、普通とはどういうことなんだろう。障がいとはどういうことなんだろう。皆、同じ人間なのに、なぜ区別しなければいけないのだろう。障がいのある人もない人もできること

だってあるし、できないこともたくさんあると思います。完璧な人なんていないんだから。少し歩くのに手助けがいるだけ、お風呂に入るのを少し手伝ってもらうだけ。ほんの少し、周りから手をかしてもらえれば、何でもできます。そして、やろうと努力しています。どうかそういうことを分かってください。私も祖母が「手伝って」と言ったら手伝うようにしています。時には、少しイライラして手伝わなかったこともあったし、きつく言う時もありました。でも一番辛いのは、祖母だと気づきました。今までできていたことができなくなると、とても辛かったと思います。自分が嫌になったこともあったと思います。そんな祖母のことを考えたら、私にできることなら手伝ってあげようと思ひ、今まで続けてきました。祖母は、料理が得意です。祖母は、おしゃべりが上手です。良い所を出したらい切れませんが、もちろん悪い所だってあります。でも全部含めて、私は、祖母のことが大好きです。

「障がい」それは、決してだめなこと、いけないことではありません。辛いこと、楽しいこと、大変なことなど、色々なこ

とがあります。でも、それを乗り越えた時、今まで気づかなかったことや、新たなことが見えてくると思います。現在では、障がいのある人が活躍できる場が増えてきています。障がいがあっても負けずに頑張っている人はたくさんいるのです。たくさん努力しているのです。英語の教科書に目が不自由な人の話がありました。その人は、水泳の大会でいくつものメダルをとり、なんと夢だった学校の先生になれたそうです。生徒一人一人の声を録音し、全部覚えていたそうです。私は、それを読みとてもすごいと思いました。皆、持っているものは違う。障がいがある人もない人も皆人間です。同じなんです。自分の個性を生かし、自分らしく生きていくことが大切なんだと思います。そして、これからも家族と一緒に、祖母を支えながら楽しく暮らしていきたいです。



菊池夢美術館情報

問い合わせ先 菊池夢美術館 ☎0968(23)1155

～菊池～

こんな人・・・こんな所・・・

期間：7月2日(土)～7月13日(水)

映像や展示を観ながら一寸一服。

禮樂寮 器展

期間：7月15日(金)～7月18日(月)



竹細工展

期間：7月20日(水)～8月7日(日)

竹から作り出されたさまざまな作品をご覧ください。

期間中の土、日曜日は体験教室を開催します。

体験料 500円

期間中の休館日はありません。菊池夢美術館へぜひお越しください。

開館時間 午前9時～午後6時

ふるさと緑の便り
菊池グリーンツーリズム

問い合わせ先
きくちふるさと水源交流館
☎0968(27)0102

夏の「子ども村」

夏の思い出づくりに友だちとキャンプに参加しませんか?

「子ども村」は子どもが主役です。自然の中で思いっきりいろいろなチャレンジができます。

廃校となった校舎を拠点に、自然体験や農作業はもとより、川遊び・運動会と子どもたちはパワー全開です。たくさん仲間と会いに来てください。

対象 小3年～中3年

期間 8月16日(火)～8月20日(土) 4泊5日

参加費 1万円(保険料込)



ゆったりとした時間・自然に囲まれた豊かな空間の中で、みんなで集い、いろいろなことを体験しながら、仲間への心遣いも学んでいます



韓国発見シリーズ ⑭
20回目の今回は「済州島」について紹介します。



菊池市役所
国際観光マネージャー
金 相廷さん

韓国の最南端に位置する済州島は、ユネスコから「生物圏保全地域」「世界自然遺産」に引き続き、2010年「世界地質公園」の認証を受けた。これです。世界でも初めて「自然景観および環境分野3冠王」を獲得したことになる。さらに、2011年スイスに本部があるNPO「ニューセブンワンダース」は、地球上で最も独特かつ神秘的な景観の7地域を選ぶ「新・世界7不思議」の候補地に済州島を選定した。

各国から申し込まれた440カ所は3回の審査が行われ、現在済州島を含む28の地域が最終的な候補地として残っている。2011年11月10日までは、世界中の人々による投票で「世界7大景観」が確定されると言う。東アジアでは済州島が唯一残っている。

済州島は、世界でも類のない多様で独特な火山地形と海岸の自然景観とが融合した名勝地を数多く有している。例えば、溶岩洞窟が世界で一番多く、これまで発見されただけで100カ所を超える。中でも世界最長の

「万丈窟」は多様な形象石で、内部構造が極めて複雑だ。また「龍泉洞窟」と「ダンチョムル洞窟」はカルシウム成分が花のように咲く石花、洞窟珊瑚、洞窟真珠、鍾乳管など石灰洞窟の特徴が溶岩と融合している。このような洞窟は世界でも済州島にしかない。

海岸は長年の風化と波の侵食で海蝕絶壁、波蝕台(波の侵食と風化作用で海岸に近い海底に生じた平坦な所)、風化で出来た穴、海蝕洞穴、水平層離など典型的な浸食地形が発達している。そして「正房滝」は水が海に直接落ちるアジア唯一の滝だ。済州島中心部にある漢拏山の玄武岩の気孔や隙間に浸み込んだ地下水が湧き出る海岸には湧泉が点在する。このような地域には古くから自然に村ができて今も済州島民の上水として利用されている。火山活動は1002年と1007年以後噴火が休止状態である。

今秋、この畏敬に満ちた景観が「新・世界7不思議」に認定され、一緒に楽しめる日を指折り数えて待っている。

わいふ一番館だより

問い合わせ先
わいふ一番館 ☎0968(24)6630

自作の漢詩と水墨画展 米村政夫(春嶽)

期間：7月5日(火)～7月18日(月)

平成3年からの自作の漢詩18点を軸装に、また水墨画7点を額装にして展示しますので、皆さんご覧ください。

写真展 廣田喜久男

期間：7月20日(水)～7月31日(日)

デジタルカメラとリバーサルフィルムで撮影した身近な風景を展示しています。皆さんぜひお越しください。

第1回まちかど資料館企画展

菊池市内の歌碑・文学碑の拓本展

期間：～7月31日(日)

古くからある菊池市の貴重な石碑を拓本にして展示しています。書は体を表し精神を映すと聞きます。歴史ある碑文に込められた万感の想いを感じ取ってください。



問い合わせ先に各課の直通番号を記載しています。
各総合支所の問い合わせはこちらです。
七城総合支所 ☎0968 (25) 1000
旭志総合支所 ☎0968 (37) 3111
泗水総合支所 ☎0968 (38) 2112

お知らせ

ふん書(憤慨) しています！

家畜の悪性伝染病の侵入防止にご協力をお願いします

介護予防ミニ講座
お口は元気の源です！ パート1

子宮頸がん・乳がん検診

私たちのおよそ2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで命を亡くしています。決して他人事ではありません。特に、子宮がんと乳がんは女性特有のがんです。子宮がん、乳がんはウイルス感染や女性ホルモンが関係しているため、他のがんと違って30～40歳代の若い世代に多いがんです。

子宮がんと乳がんは、早期発見により体に負担が少ない方法で治療することができ、治る確率も高くなります。そこで、「平成23年度健診申込書」をもとに子宮頸がん・乳がん検診を実施します。すでに申し込んでいる人には、問診票などを送付します。申し込んでいない人も受診できます。詳しくはお問い合わせください。

子宮頸がん検診

- 対象者 20歳以上
- ※ただし、妊娠中・婦人科疾患治療中の人は除きます。
- 持参するもの 問診票、個人負担金、健康手帳(お持ちの人)、健康保険証

健診項目	実施期間	場所	個人負担金
施設健診	7月1日(金)～30日(土) 11月1日(火)～30日(水) ※日曜・祭日を除く	別表参照	20～69歳 1,600円 ※無料クーポン券 対象者は無料 70歳以上 500円
集団健診	8月1日(月)～12日(金) 9月3日(土)～11日(日)	菊池養生園	20～69歳 1,200円 ※無料クーポン券 対象者は無料 70歳以上 500円

※施設健診と集団健診の両方を受診することはできません。

(別表)子宮がん施設検診実施医療機関

	黒川産婦人科医院	齋藤産婦人科医院	米田産婦人科医院
検診受付時間	午前9時～午後0時30分 午後2時45分～午後5時30分 ※水曜・土曜は午後0時30分まで(午後は休診) ※第4木曜は正午までまたは午後4時～5時30分まで	午前9時～正午 午後2時～午後6時 ※木曜・土曜の午後は除く	午前8時30分～正午 午後2時～午後5時30分 ※木曜・土曜の午後は除く

※その他の入札結果は、菊池市ホームページおよび菊池市役所総務課で閲覧できます。※落札額が10,000,000円以上のものを掲載しています。

件名	工事場所	落札者	参加業者数 (税込・円)		指名業者数	事業担当課
			落札額(税込・円)	落札率		
平成23年度菊池市老人福祉センター建築工事	隈府	生田・吉安建設工事 共同企業体	178,395,000	97.0%	5	都市整備課
			183,931,650			
平成23年度市道赤迫線道路改良工事	旭志川辺	有旭産業	14,805,000	98.4%	7	旭志総合支所 産業建設課
			15,052,800			
平成23年度地籍測量業務(数値法)委託	野間口の全部外	楠十八測量設計	69,300,000	97.1%	10	地籍調査課
			71,400,000			

乳がん検診～集団健診～

- とき 8月1日(月)～8月12日(金)
9月3日(土)～9月11日(日)
- ところ 菊池養生園
- 持参するもの 問診票、個人負担金、健康手帳(お持ちの人)、健康保険証

健診項目	対象者	個人負担額
乳房超音波検査	20歳以上	20～69歳 1,000円
		70歳以上 300円
マンモグラフィ	40歳以上	40～69歳 1,000円 ※無料クーポン券 対象者は無料
		70歳以上 500円

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券を差し上げます

国の「がん検診推進事業」により、節目年齢の人の子宮頸がん・乳がん無料検診を実施します。対象者には、6月に「無料クーポン券」を送付しています。ぜひ受診してください。

- 無料クーポン券対象者
- ・子宮頸がん検診 20歳、25歳、30歳、35歳、40歳
- ・乳がん検診(マンモグラフィ) 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳
- ※平成23年4月1日現在の年齢
- 問い合わせ先 健康推進課 ☎0968(25)7219



ふん・尿の後始末は飼主の責任です！
犬やねこのふん・尿により、散歩コースの公園、近所の庭や畑が汚されています。散歩のときは、ふんの後始末ができるもの(尿の場合は「水」や「消臭剤」)を持って行き、周辺住民の暮らしを考え、必ず持ち帰るなど適切に処理しましょう。
犬の放し飼いはゼツタイだめ！
犬の放し飼いによるかみつき事故、他人の敷地での迷惑行為などの苦情が数多く寄せられています。

問合わせ先 城北家畜保健衛生所
昨年、口蹄疫や鳥インフルエンザが発生したことで、多くの家畜が殺処分されました。口蹄疫や鳥インフルエンザは、各地で発生が確認され、世界的な拡大が懸念されています。一度終息したように見えても、再発生するなどの問題も起きています。
このような疫病が発生している国や地域へ旅行する場合は、畜産関連施設や生鳥市場などへの立ち入りを避けてください。また日本へ疫病が侵入するのを防ぐため、空港などで靴底の消毒を行っています。悪性伝染病から家畜を守るために、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

登録方法
空メールを送信し、返信されたメールの指示に従って登録
空メール送信先アドレス
net110@ansin.police.pref.kumamoto.jp
高年齢者などの安全、安心に関する情報を皆さんの携帯電話にメールで配信します。
配信する情報
・高齢者などの交通安全や犯罪防止に関する情報
・徘徊高齢者や障がい者などの行方不明事案の手配など

7月の「税」の納期限 8月1日(月)
問い合わせ先 税務課 ☎0968 (25) 7206
固定資産税係 ☎0968 (25) 7207

- 国民健康保険税 第1期
- 固定資産税 第2期

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

利用料金 無料(メール受信に係るパケット通信料は利用者負担)
問い合わせ先 菊池警察署 ☎0968 (24) 0110

問い合わせ先に各課の直通番号を記載しています。各総合支所の問い合わせはこちらです。
七城総合支所 ☎0968 (25) 1000
旭志総合支所 ☎0968 (37) 3111
泗水総合支所 ☎0968 (38) 2112

児童扶養手当など現況届受付窓口を設置します

手当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。また、現況届の受付窓口を設置しますので、ご利用ください。

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、障害児福祉手当

提出期間

- 児童扶養手当 8月1日(月)～8月31日(水)
- その他の手当 8月11日(木)～9月9日(金)

受付窓口

- 児童扶養手当 8月15日(月)～8月16日(火) 午前9時～午後4時 本庁1階小会議室、各総合支所民生課
- その他の手当 8月17日(水)～8月18日(木) 午前9時～午後4時 福祉課、各総合支所民生課

問い合わせ先

- 児童扶養手当 子育て支援課 ☎0968 (25) 7214
- その他の手当 福祉課 ☎0968 (25) 7213

各総合支所民生課

ミツバチに対する農薬危害防止のお願い

早期水稲の出穂・開花期防除では、ミツバチに農薬散布による危害が生じないよう、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。農薬散布の際は、ミツバチや巣箱に農薬がかからないように十分注意しましょう。

問い合わせ先 菊池地域振興局農業普及・振興課 ☎0968 (25) 4160



東日本大震災の被災者は所得税の軽減・免除が受けられます

東日本大震災により被害を受けた人は、所得税の軽減・免除が受けられます。また、税務署で手続きを行うことで所得税が還付される場合があります。そのほか、源

泉所得税の徴収猶予や還付、廃車となった自動車の自動車重量税の還付などの特例があります。詳しくは、最寄りの税務署に問合せるか、国税庁ホームページをご覧ください。

地方税についても、住民税、固定資産税、自動車税などの特例があります。詳しくは県または市町村にお問い合わせください。

問い合わせ先 菊池税務署 ☎0968 (25) 2121
菊池地域振興局税務課 ☎0968 (25) 4124

ホームページアドレス
<http://www.nta.go.jp>

東日本大震災関連の義援金を支出した人へ

個人が、国または被災自治体への寄付金並びに東日本大震災に関連し日本赤十字社などへの義援金などを支出した場合(報道機関などを通じて支払った場合を含む)、一定の要件の下、所得税・住民税が減額される場合があります。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

問い合わせ先 菊池税務署 ☎0968 (25) 2121

※自動音声案内
ホームページアドレス
<http://www.nta.go.jp>

熊本県防災情報メール サービスをご利用ください

大雨や台風などの災害に襲われやすい時期がきました。熊本県では、災害時に重要な情報をメールでお届けする「熊本県防災情報メールサービス」を提供しています。災害に備えてぜひご利用ください！

提供中の情報
地震・津波・火山情報、気象警報・注意報、河川水位・土砂災害警戒情報、避難勧告・指示など

登録方法
空メールを送信し、返信されたメールの指示に従って登録
空メール送信先アドレス
entry@anshin.pref.kumamoto.jp

利用料金 無料(メール受信に係るパケット通信料は利用者負担)

問い合わせ先
熊本県知事公室危機管理防災課 ☎096 (333) 2118



相談



男女共同参画苦情相談

あなたのお悩みに専門委員が適切に対処します。一人で悩まずにご相談ください！

とき
第3金曜日
午後1時30分～午後4時30分

ところ
菊池市中央公民館2階会議室

相談内容

- 夫や妻、恋人からの暴力(DV)
- (ドメスティック・バイオレンス)に悩んでいる。
- セクシュアル・ハラスメントを受けている。
- 性別による不当な差別や嫌がらせを受けている。
- 市が実施する施策で男女共同参画の推進を阻害すると思われることについての苦情・要望など
- ※判決や裁判などにより確定または係争中の事案などについては調査しません。
- ※秘密は厳守されます。

費用 無料

対象 菊池市在住または在勤および在学中の人

申込方法 男女共同参画推進課または各総合支所および菊池市ホームページにある申出書に必要事項を記入し、男女共同参画推進課

男女共同参画専門委員

・偶数月担当
鹿瀬島正剛さん(弁護士)



鹿瀬島正剛さん

・奇数月担当
竹下元子さん
(NPO法人ウイメンズ・カウンセリングルーム熊本代表)



竹下元子さん

問い合わせ・申込先

男女共同参画推進課
☎0968 (25) 7210
FAX 0968 (25) 5720
メールアドレス
daniyo@city.kkuchi.lg.jp

アナログ放送終了間近！地デジ臨時相談コーナー開設

7月24日にアナログ放送が終了し、地上デジタル放送へと完全移行します。地上デジタル放送を視聴するためには、地上デジタル放送対応のテレビまたはチューナーなどが必要です。

デジサポ熊本では、地上デジタル放送に関する正しい知識と情報をお伝えするとともに、技術的なお手伝いを目的とした、地デジ臨時相談コーナーを開設します。

「地デジの準備をしたいけど、どうしていいかわからない」といった皆さんは、ぜひこの機会にご来場ください。ご要望に応じて、地デジサポーターや地デジアドバイザーが戸別訪問し、無料でアドバイスします。



とき 7月1日(金)
～8月26日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※土日祝日を除く

ところ
菊池市役所本庁1階フロア

最低賃金引き上げに向けた中小企業の支援事業

厚生労働省では、最低賃金の引き上げにより大きな影響を受ける中小企業事業主の皆さんのために、支援事業を実施します。

中小企業相談支援事業
最低賃金の引き上げに対応した賃金の引き上げに取り組み中小企業の支援として、経営面と労働面それぞれの専門家による無料相談所を設置します。設置場所はお問い合わせください。

業務改善助成金の支給
中小企業主が、事業所内で最も低い時間給を4年以内に800円以上に引き上げる計画を策定し、この計画に従って毎年40円以上となる賃上げを実施する場合に必要となる費用の2分の1を助成します。(上限100万円) 詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先
菊池労働基準監督署
☎0968 (25) 3136

問い合わせ先に各課の直通番号を記載しています。各総合支所の問い合わせはこちらです。
七城総合支所 ☎0968 (25) 1000
旭志総合支所 ☎0968 (37) 3111
泗水総合支所 ☎0968 (38) 2112

オストメイト医師相談会

公益社団法人日本オストメイト協会熊本支部では、オストメイト(人工肛門、人工膀胱造設者)の皆さんおよび関心のある人を対象に、ストーマケア(人工肛門、人工膀胱のケア)についての医療相談会を実施します。

とき 7月9日(土)
午後1時30分～約2時間

ところ
山鹿市民医療センター施設内(旧山鹿市立病院)
山鹿市山鹿511番地

費用 無料

問い合わせ先
日本オストメイト協会熊本支部
096 (384) 1012

納税相談夜間窓口を開設します

とき 7月25日(月)
～7月29日(金)
午後8時まで

ところ 徴税課

※各総合支所では開設していません。

問い合わせ先
徴税課
☎0968 (25) 7208

申請

水俣病被害者救済の申請受付

熊本県では、既に亡くなられている人についての水俣病被害者救済の申請を受け付けています。亡くなられた人で、「過去の認定審査会の資料、その他公的診断による資料」があり、一定の要件に該当する場合は、遺族の人にチソン株式会社から一時金が支払われます。詳しくは、お問い合わせください。

※支給窓口は一般財団法人水俣病被害者救済支援財団です。

問い合わせ先
熊本県環境生活部水俣病保健課
☎096 (333) 2306

農振計画全体見直し

菊池農業振興地域整備計画の全体見直しを平成22年度から平成24年度にかけて行っています。この見直しは、「農業振興地域の整備に関する法律」に基づき農業の健全な発展を目指し農振農用地の効率的な利用を図るため、10年先を展望した農業振興の基本計画となるものです。

農地を農地以外の用途に充てるため、やむを得ず農振農用地区域から除外しなければならない場合

募集

菊池市職員を募集します

平成23年度菊池市職員採用試験を実施します。

募集職種・採用予定者数
・一般事務(高卒程度) 2人程度
・行政(大卒程度) 11人程度

受験資格
■一般事務(高卒程度)
平成2年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた者

■行政(大卒程度)
昭和57年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた者

・平成2年4月2日以降に生まれた者で次に該当する者

①大学を卒業または平成24年3月末までに卒業する見込みの者

②菊池市長が①に掲げる者と同等の資格があると認める者

受付期間 7月25日(月)～8月12日(金) (土日を除く)

試験日
・一次試験 9月18日(日)
県立菊池高校
・二次試験 10月下旬予定
菊池市役所

申込書の請求 申込用紙は、職員課および各総合支所総務振興課に用意しています。電子申請による申し込みをする場合は、ホームページをご覧ください。

市営住宅中町団地の入居者を募集します

中町団地(特定公共賃貸住宅)の1戸が空室となりましたので、入居者を募集します。

入居場所 菊池市隈府86番地
中町団地7A棟402号

規格
中層耐5階建て 4LDK

募集戸数 1戸

家賃 55,000円

入居資格
①～④の全てに該当すること。
①自ら居住するための住宅を必要としている者であること。(持ち家がでないこと)

②現に同居し、または同居しようとする親族(婚姻の届出をしないが事実上婚姻関係と同様の事情にある者および婚約者を含む)がある者であること。

③入居申込をした日における月額所得の合計が15万8千円以上48万7千円以下であること。

※月額所得の算定方法については、収入や家族構成をもとに計算しますので、詳しくはお問い合わせください。

農地・農業用施設の災害復旧助成事業を利用できます

豪雨などで災害が発生した場合、国や市の補助事業で復旧することが出来ます。

対象
■農地(田・畑)および農業用施設(農道や水路など)のうち事業費が40万円以上のもの。

■基本負担率

農地の場合	40%
地元負担	50%
市補助	10%
農業用施設の場合	20%
地元負担	65%
国庫補助	65%

申し込みに必要なもの

④税金などの滞納が無いこと。
⑤入居申込者および同居しようとしている親族などが暴力団員でないこと。

申し込みに必要なもの
・入居申込書、住宅状況申告書(都市整備課住宅係にあります)
・印かん(認め印可)
・住民票の謄本
・平成23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)

※未納がない証明書が発行できない市町村にお住まいの方は平成22年度納税証明書
・年金手帳や身体障害者手帳などの交付を受けている人はこれらの写し
・同居予定者が婚約者の場合は婚約証明書

申込期限 7月1日(金)
～7月15日(金) 午後5時必着

その他
・申込者多数の場合、抽選にて入居者を決定します。
・申込書その他書類などに虚偽の申告があった場合は、入居決定を取り消す場合があります。

問い合わせ・申込先
都市整備課住宅係
☎0968 (25) 7243

市補助 15%

菊池市小災害復旧事業
国庫災害の対象とならないもので、事業費の一部を補助します。

■補助額
・農地の場合
1カ所の工事費が5万円以上10万円以下のもので、3分の1の額を補助
・農業用施設の場合
1カ所の工事費が5万円以上40万円以下のもので、2分の1の額を補助

共通事項
■報告期限 災害発生後3日以内
■報告先 被災箇所の行政区の区長
■報告内容 被災箇所、被災種別(田・畑・農道・水路など)、被災規模(延長・高さ・幅など)、耕作者名、代表者名、電話番号
報告後、現地確認などを行い、申請書を提出していただきます。

問い合わせ・申込先
農林整備課農林工務係
☎0968 (25) 7222



大雨により被災した農地

きくち夏まつり 浴衣コンテスト参加者募集!

「きくち夏まつり」の新たな企画として浴衣コンテストを開催します。

「浴衣が似合うこと」「自分なりに着こなしていること」を審査基準とし、たくさんの応募をお待ちしています。夏まつりを一緒に盛り上げ、素敵な思い出を作ってみませんか?

とき 8月6日(土)
午後7時予定

応募資格
・子どもの部 2歳～小学生
・大人の部 18歳以上
(高校生不可)

応募期限 7月15日(金)

応募方法 商工観光課または菊池市商工会にある応募用紙に記入して提出してください。

問い合わせ・応募先
(社) 菊池青年会議所菊池白龍会浴衣コンテスト係
☎0968 (23) 1110
FAX 0968 (23) 1115
メールアドレス kikuti-jc@ntj.biglobe.ne.jp



問い合わせ先に各課の直通番号を記載しています。各総合支所の問い合わせはこちらです。
七城総合支所 ☎0968 (25) 1000
旭志総合支所 ☎0968 (37) 3111
泗水総合支所 ☎0968 (38) 2112

ねんりんピック
一般観覧者を募集中!

ねんりんピック2011(ふれ愛)熊本は、全国から約1万人の選手が参加する、60歳以上の人を中心としたスポーツと文化の祭典です。また、あらゆる世代が参加できるイベントも開催します。
実行委員会事務局では、総合開会式と総合閉会式の一般観覧者を募集しています。熊本の文化や伝統が盛り込まれた祭典を、ぜひ、ご観覧ください。詳しくは大会ホームページをご覧ください。
■総合開会式
とき 10月15日(土)
ところ 熊本県民総合運動公園
葦北鉄砲隊による祝砲披露、八代妙見祭、八朔祭、牛深ハイヤ、高校生によるマーチングなど
■総合閉会式
とき 10月18日(火)
ところ 崇城大学市民ホール
肥後てまりや合鳴、山鹿灯籠踊りなど



あそ坊健太くん

夫から妻へ妻から夫へ
第7回夫婦の手紙・絵手紙募集

「いつもありがとう!」心では思ってもなかなか言えない言葉。手紙を通して、「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(金)～9月30日(金)
※当日消印有効
応募条件
・応募資格は問いません。
・応募は封筒1通につき1作品とします。
・手紙は400字詰め原稿用紙(A4サイズ)1枚以内。
・絵手紙はハガキサイズ。
・応募作品は未発表に限ります。
※ホームページおよび商工観光課、菊池夢美術館、各物産館などに専用の応募用紙があります。(募集期間中のみ)

申込方法 住所、氏名、年齢、職業、電話番号、誰に宛てた手紙か(夫から妻へ・妻から夫へ)を記載し、持参または郵送で応募してください。
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を菊池市が有します。

大会ホームページアドレス
http://www.nenrinpick2011.jp

問い合わせ先 ねんりんピック2011熊本実行委員会事務局
☎096 (333) 20011

バレーボールサマーキャンプ参加者募集

(株東京ドームスポーツと菊池市バレーボール協会の共同開催による第3回菊池バレーボール2011バレーボールサマーキャンプを開催します。
とき 8月21日(日)
開場 午前8時45分
開会式 午前9時15分
ところ 菊池市総合体育館
対象 菊池市内の小学1～6年生
参加費 500円
講師 ・ヨコ・ゼッターランドさん(元USA代表)
・濱口純一さん(東京ヴェルディバレーボール部選手兼コーチ)
・清水克彦さん(鎮西高校男子バレーボール部監督)
申込方法 8月5日(金)までに菊池市バレーボール教室事務局または菊池市総合体育館まで電話してください。
問い合わせ・申込先 菊池市バレーボール教室事務局(岩根)

問い合わせ・応募先

菊池市役所商工観光課内「夫婦の手紙・絵手紙」作品募集係
〒861-1392 熊本県菊池市隈府888
☎0968 (25) 7223

菊池市地域密着型サービス事業者を募集します

介護が必要になった高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、地域密着型サービスの基盤整備を進めています。今回は、地域密着型サービスのうち、小規模多機能型居宅介護の開設について、質の高いサービスを確保するため、また事業者の選定に公正かつ公平を確保する観点から、公募による事業者の選定を行います。
地域密着型サービスの種類
・事業種別
小規模多機能型居宅介護
・施設数 1
・圏域 菊池市内
・定員
1 施設登録定員25人以下
条件
・平成23年度内の開設予定であること。
・法人格を有している団体であること。
・事業を実施する土地が確保されているか、またはその見込みがあること。

「水泳教室」生徒募集

水泳教室初級①
とき 8月1日(月)～8月9日(火) 全7回(土日は除く)
午前11時30分～午後0時30分
対象者 25m泳げない菊池市内の小学生
内容 顔つけ、もぐる、息継ぎ、フクロール

水泳教室初級②

とき 8月1日(月)～8月9日(火) 全7回(土日は除く)
午後0時30分～午後1時30分
対象者 菊池市内の小学生
内容 バタ足、息継ぎ、フクロール、平泳ぎ
両教室共通
ところ 泗水B&G海洋センタープール
申込期限 7月19日(火)
募集人数 各20人(先着順)
参加費 2,000円
指導員 文部科学省認定コーチ 坂田はるみさん
問い合わせ・申込先 教育委員会泗水分室教育課
☎0968 (38) 2258

「英語の森・きくち」参加者募集!

夏休みを利用して、小中学生を対象にした英語体験合宿を行います。ゲームやキャンプファイアなど、楽しみながら英語が身につくプログラムが盛りだくさん! 日頃学校で勉強している英語を実際に使って、ALTの先生たちと一緒に楽しく生活してみませんか? 日本人スタッフも同行しますので、安心してご参加ください。
とき 8月9日(火)～8月12日(金)

英語の森・きくち

ところ 菊池少年自然の家
対象 菊池市内の小学5・6年生、中学生
定員 小学生30人 中学生30人
参加料 5,000円
申込期限 7月20日(水)
申込方法 問い合わせ先の窓口にある参加申込書に必要事項を記入して提出してください。
問い合わせ・申込先 学校教育課事務係
☎0968 (25) 7231
各総合支所教育課



試験会場

県立菊池高等学校
受付期間 7月25日(月)～8月12日(金)の平日
問い合わせ・申込先 菊池広域連合消防本部総務課
☎096 (232) 9331

「菊池源吾に学ぶ会」会員募集

維新の三傑の一人、西郷隆盛公の祖先発祥の地が七城町西郷地区にあります。西郷隆盛は「安政の大獄」後の3年余り、身を隠した奄美大島にある龍郷町では菊池源吾と名乗っていました。「吾が源は菊池なり」の意で付け、菊池を意識していたと言われています。「菊池源吾に学ぶ会」では、菊池源吾についての学習会や研修会・講演会の開催、龍郷町との交流などを行っています。今年度は龍郷町を拠点に菊池源吾について学んでいる「西郷塾」の皆さんと菊池市で交流を予定しています。歴史に興味のある人、菊池源吾についてもっと知りたい人は会員になりませんか? 応募は随時受け付けています。
年会費 2,000円
問い合わせ・申込先 菊池源吾に学ぶ会事務局(国際交流課内)
☎0968 (25) 7252

問い合わせ先に各課の直通番号を記載しています。各総合支所の問い合わせはこちらです。
七城総合支所 ☎0968 (25) 1000
旭志総合支所 ☎0968 (37) 3111
泗水総合支所 ☎0968 (38) 2112

警察職員採用試験日程

試験区分	警察官B	警察事務
受付期間	8月8日(月)～8月26日(金)	
1次試験	試験日	9月25日(日)
	試験内容	教養・適性
	合格発表	10月上旬
2次試験	試験日	10月22日(土)
	面接	10月29日(土) 10月30日(日)
	合格発表	11月中旬

警察職員採用試験
■警察官B
昭和59年4月2日～平成6年4月1日生まれの人
ただし、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業していない人または平成24年3月末までに卒業見込みでない人。
■警察事務
平成2年4月2日～平成6年4月1日生まれの人
ただし、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業していない人または平成24年3月末までに卒業見込みでない人。
詳細はお問い合わせください。

第19回子ども囲碁・将棋大会

第19回子ども囲碁・将棋大会を開催します。幼児・小学生なら誰でも参加できますので、奮ってご参加ください。
とき 8月8日(月)
午前9時開会
ところ 旭志公民館(多目的研修センター)

防衛省職員採用Ⅲ種試験
受付期間 7月1日(金)～7月19日(火)
・持参 7月15日(金) 7月19日(火)
受験資格 平成2年4月2日～平成6年4月1日生まれの人
試験区分 一般事務・電気・機械・土木・建築
第1次試験
・とき 9月25日(日)
・ところ 熊本市、福岡市、佐世保市、別府市、鹿屋市など

問い合わせ先

九州防衛局総務部総務課人事係
☎092(483)8815

男女共同参画に取り組んでいる事業者を募集します

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熊本県知事が表彰します。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されます。
対象者 女性の登用、仕事と家庭の両立支援、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29日(金)
問い合わせ・申込先 熊本県男女参画・協働推進課
☎096(333)2287

嘱託職員を募集します

職種 ケアマネジャー(保健師または看護師も可)
募集人数 1人
職務内容 要支援1・2の人のケアプラン作成
勤務時間 月におおむね120時間(週30時間以内)
報酬 月額137,600円
申込方法 履歴書を7月15日(金)までに生きがい推進課包括

問い合わせ先

菊池警察署総務課
☎0968(24)0110

菊池養生園保健組合職員募集

職種および採用予定人数など
・区分 高等学校卒業程度
・職種 一般事務
・採用予定人数 1人程度
受験資格
昭和62年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人
試験日 第1次試験 9月18日(日)
会場 菊池高等学校
受付期間 7月25日(月)～8月12日(金)(土・日を除く)
詳細はお問い合わせください。
問い合わせ・申込先 菊池養生園保健組合総務課
☎0968(38)2820

講演・講習

認知症サポーター養成講座

市民の皆さんを対象に認知症について知っていただき、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。講座の時間は1時間30分程度です。

支援係(地域包括支援センター)に提出してください。

生きがい推進課包括支援係
☎0968(25)7216

コミュニケーションスキルアップ講座募集

仕事や日常生活の中で必要なコミュニケーション力を高めるため、実践形式で学ぶ講座を開催します。
今回は、「話し方」に、「傾聴」「マナー」や「コミュニケーション学」などを取り入れていきます。自分磨きをして、輝いてみませんか!

回数	日程	内容
第1回	7月28日(木) 19:30～21:30	好印象を与え友好関係を生み出す「話し方・マナー」
第2回	8月4日(木) 19:30～21:30	「声」の表現力 心地よい声の表現
第3回	8月11日(木) 19:30～21:30	話し上手は、聞き上手 「傾聴」について
第4回	8月18日(木) 19:30～21:30	自分を知り、人を知る 双方向の「コミュニケーション能力」を身につける

菊池市中央公民館2階大研修室

市民の広場

☆パワーヨガ☆
初めての人も、動きたい人も、ヨガをやってみませんか?
自分スタイルのヨガを体験してみましよう!
とき 毎週金曜日
午後7時～午後8時
ところ 泗水公民館2階和室
無料体験日 7月15日・22日(金)
料金 月4回 4,000円
問い合わせ先 牛嶋
☎080(5250)9370

正観寺地藏祭りを今年も行います

正観寺では毎年恒例の地藏祭りをを行います。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作っています。皆さんの参拝をお待ちしています。
とき 7月24日(日)
午後5時30分～午後8時30分
ところ 正観寺地藏堂
内容 輪投げ、くじ、ラムネ、フリーマーケットなど
問い合わせ先 平野
☎0968(24)6617

ヘルシートークと健康落語

第51回熊本県学校保健研究協議大会を開催します。特別講演は、医師で落語家の立川らく朝さんの講演「橋本絵梨子さん(元TKUアナウンサー)」。
対象者 菊池市在住・在勤で原則全回受講できる人
定員 30人
申込方法 住所、氏名、年齢、職業、電話番号、託児の有無を記入して申し込んでください。(電話、はがき、FAX、Eメール可)
※託児は事前予約が必要です。
※定員になり次第締め切ります。
参加費 無料
問い合わせ・申込先 男女共同参画推進課
☎0968(25)7210
FAX 0968(25)5720
メールアドレス danryo@city.kikuchi.lg.jp
小児肥満教室
とき 7月27日(水)
午前9時～午後2時
※年度内に3回予定
ところ 熊本再春荘病院
テーマ あつまれ元気やせたい小学生「肥満症の基礎知識および合併症と治療法に関する学習」
費用 約3千円～4千円(2回目以降は千円前後になります)
詳細はお問い合わせください。
問い合わせ先 熊本再春荘病院
☎096(242)1000

ハッピー・バースデー

 <p>お外大好き♡ 毎日お散歩楽し いよ☆</p> <p>H22年 7月3日 生まれ</p> <p>ごとう ゆうし 後藤 優志くん (1歳 ◎ 富の原台) 父：英之さん 母：由香さん</p>	 <p>これから可愛い ひめなまよしく ね♡</p> <p>H21年 7月23日 生まれ</p> <p>ながしお ひめな 長瀬 姫那ちゃん (2歳 ◎ 岡田) 父：敏広さん 母：汐美さん</p>	 <p>パパママ大好き♡ お兄ちゃんいっ ぽ遊んでね!</p> <p>H22年 7月10日 生まれ</p> <p>なかき まつすけ 高木 奏祐くん (1歳 ◎ 北原) 父：岳彦さん 母：昭子さん</p>	 <p>みんなのアイドル す!!</p> <p>H22年 7月8日 生まれ</p> <p>よしの たける 吉野 彪琉くん (1歳 ◎ 下西寺) 父：立志さん 母：忍さん</p>
 <p>お兄ちゃんいっ ぽ遊んでね!</p> <p>H20年 7月1日 生まれ</p> <p>おおか ことな 大川 咲菜ちゃん (3歳 ◎ 上赤星) 父：洋一さん 母：聡美さん</p>	 <p>☆美お姉ちゃんとお ぶのが大好きです☆</p> <p>H21年 7月11日 生まれ</p> <p>かくだ りょう 角田 椋くん (2歳 ◎ 七坪) 父：憲昭さん 母：洋美さん</p>	 <p>おねえちゃんになっ たよ! 留菜ちゃん いっぽ遊んでね!</p> <p>H20年 7月31日 生まれ</p> <p>ふくやま あいか 福山 愛華ちゃん (3歳 ◎ 野間口) 父：俊一さん 母：亜紀子さん</p>	 <p>お兄ちゃん いっ ぽ遊んでね!</p> <p>H21年 7月31日 生まれ</p> <p>うめだ しゅうご 梅田 匠悟くん (2歳 ◎ 上赤星) 父：聡さん 母：絵里加さん</p>
 <p>これから笑顔いっ ぽの陽くんできて ね♡</p> <p>H22年 7月5日 生まれ</p> <p>まつだ はるか 松田 陽希くん (1歳 ◎ 富の原中央) 父：夕輝さん 母：未奈美さん</p>	 <p>3人になりました。 ♡</p> <p>H20年 7月6日 生まれ</p> <p>ささき あゆい 佐々木 愛結ちゃん (3歳 ◎ 富の原東) 父：宏さん 母：裕子さん</p>	 <p>みんないっぽいっ ぽ遊んでね!</p> <p>H21年 7月22日 生まれ</p> <p>つみ ともや 堤 智也くん (2歳 ◎ 辻) 父：二徳さん 母：優子さん</p>	

ハッピー・バースデーに写真を掲載しませんか?
応募条件 平成24年3月までに誕生日を迎える3歳までの子ども
募集人数 先着24人
締切日 誕生月の前月5日(5日が休日の場合は前日)
申込方法 市長公室、各総合支所にある申込用紙に記入して、写
 真を添えて申し込んでください(写真は後日持参でも可)。
問い合わせ先 市長公室 ☎0968(25)7200

無料公開講演会を開催します
 社団法人熊本県法人会連合会青
 年部会連合協議会では、熊本県立
 大学総合管理学部教授石橋敏郎さ
 んを講師に迎え「人を育てる・地
 域を育てる」と題して公開講演会
 を開催します。
とき 8月19日(金)
 午後4時30分～午後5時45分
ところ 笹乃家
 ※座席に限りがありますので事前
 にお申し込みください。
問い合わせ先 (社)きくち法人
 会事務局(小川)
 ☎0968(36)9444

**無料招待券をもらって
ロアッソ熊本を応援しよう!**
 「ロアッソ熊本をJ1へ」県民
 運動推進本部では、観戦に行く機
 会の少ない人にも一度スタジアム
 でその雰囲気や生観戦の楽しさを
 肌で感じてもらうため、今年も無
 料の招待券(A席一般)を配布し
 ます。この機会にロアッソ熊本の
 試合を観戦しませんか?
とき 7月17日(日)
 入場 午後5時
 キックオフ 午後7時
ところ 熊本県民総合運動公園陸
 上競技場(KKWINING)
試合 ロアッソ熊本vsカタレ富山
対象 菊池市内に在住または勤
 務している人
招待券配布 社会体育課または教
 育委員会分室教育課へ、直接受け
 取りに来てください。配布は、一
 人2枚まで。先着順とし、招待券
 が無くなり次第終了とします。
問い合わせ先 社会体育課
 ☎0968(25)7234

**古代への旅2011
ドキドキ☆ワクワク肥後古代の森スタンプラリー**
 肥後古代の森協議会では、夏休みに菊池川流域の菊
 池・和水・山鹿・鹿央・菊鹿の5地区でスタンプラリーを
 実施します。体験活動に参加し、史跡を巡り、スタンプを
 集めて素敵な景品をもらおう!
①体験活動型スタンプラリー
とき 7月23日(土)・24日(日)
午前10時・午後1時30分(午前午後各1回)
募集対象 菊池地区は小学生(保護者含む)
募集人数 各回15人程度
※定員になり次第締め切ります。
募集期間 7月4日(月)～7月15日(金)
内容

地区名	集合・活動場所	体験内容	事前申込	参加費
山鹿	山鹿市立博物館	竹細工体験	必要	100円
菊池	聖護寺	座禅体験	必要	無料
鹿央	鹿央物産館	水鉄砲製作体験	必要	200円
菊鹿	歴史公園鞠智城・温故創生館	ネイチャーゲーム	不要	無料
和水	トンカラリン	トンカラリン探検	不要	無料

問い合わせ・申込先 生涯学習課 ☎0968(25)1672
 各自治体教育委員会

②史跡探訪型スタンプラリー
 事前の申し込みは必要ありません。期間中、いつでも
 どなたでも参加できます。
とき 7月23日(土)～8月28日(日)
内容

地区名	スタンプ設置場所	まわりの探訪コース
山鹿	山鹿市立博物館 チブサン古墳 オプサン古墳	山鹿市立博物館 チブサン古墳 オプサン古墳
菊池	まちかど資料館 菊池市限府1-2	まちかど資料館 菊池神社 將軍木
鹿央	熊本県立装飾古墳館 山鹿市鹿央町岩原3085	装飾古墳館(横山古墳) 岩原古墳群 善行寺
菊鹿	歴史公園鞠智城・温故創生館 山鹿市菊鹿町米原443-1	鞠智城跡 限部館
和水	菊水ロマン館 和水町江田455	トンカラリン 塚坊主古墳 江田船山古墳

景品

景品	応募資格
☆体験賞 温泉利用券 3万円分×3本 特産品詰め合わせセット 5千円分×10本	体験スタンプ2個 および探訪スタンプ3個 (応募者多数の場合は抽選)
☆歴史賞 特産品詰め合わせセット 3千円分×10本	探訪スタンプ3個 (応募者多数の場合は抽選)
☆参加賞 先着300人	体験スタンプ2個 または探訪スタンプ3個