

情報 つう

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

べんりカーの利用料金を半額にします

きくちべんりカーは平成16年から運行を開始し、7年目を迎えました。利用者数は毎年伸びて、全国から高い注目を浴びています。

今回は利用者の落ち込む時期への対策として、利用料金を半額にします。まだ利用したことのない人も、この機会にぜひ環境に優しい公共交通を利用してみませんか？

期間 1月31日(月)～2月5日(土)
料金 大人 50円
子ども・身障者など 30円
問い合わせ先 企画振興課企画振興係
☎0968 (25) 7252

奄美地方豪雨災害義援金

10月27日(水)から11月22日(月)まで、市役所本庁、各総合支所、菊池市第三セクター連絡協議会加盟店舗などで、市民の皆さまにお願いしていただきました。同義援金の集約ができました。

集まった義援金は、同様の募金を行った菊池市商工会などの分と合わせて116,578円となりました。義援金は、とりまとめを行っている日赤鹿児島県支部へ送金しました。

集められた義援金は、災害義援金配分委員会を通じて被災された人たちに配分されました。ご協力いただいた市民の皆さま、ありがとうございました。
問い合わせ先 国際交流課
☎0968 (25) 7252

危険なごみはルールを守って出してください

寒くなり、カセットコンロ用のカセットガス缶がごみとして頻繁に出される季節になりました。カセットガス缶などが不適正に排出されたことが原因で清掃車の火災事故が毎年起きています。カセットガス缶、スプレー缶をごみとして出す場合は、必ず中身を使い切った後に火の気の無い風通しの良い屋外で穴を開けてから出してください。

また、ガスが入ったままのライターを出すと大変危険です。必ず中身を使い切るか、火の気の無い風通しの良い屋外でガスを抜き切ってから出してください。皆さんのご協力をお願いします。

ライターのガス抜きの方法と注意事項の情報は(社)日本喫煙具協会ホームページをご覧ください。
問い合わせ先 環境課廃棄物対策係
☎0968 (25) 7217
(社)日本喫煙具協会
ホームページアドレス
<http://www.jsacac.or.jp/into/throw.html>

いすに座ってできるきくちゃん体操22 整理体操・道具なし編

筋肉を傷めないために、筋力トレーニング後は必ず整理体操を行いましょう。体操は10秒間を1回とし、必ず声を出して数えます。

- 効果のある筋肉** 胸の筋肉・肩の筋肉・わきの筋肉
- 効果**
- ・胸や肩の筋肉が伸ばされます。
 - ・肩こりの予防と軽減につながります。
 - ・胸を広げることで、呼吸がしやすくなります。
 - ・姿勢がよくなります。

- 注意点**
- ・おへそを前に出すように胸はできるだけ張ります。
 - ・肘はできるだけ伸ばします。伸ばした手と背中が一直線になるように心がけます。
 - ・体をたおした時、顔は下を向かずに正面を向きます。

「いすに座ってできるきくちゃん体操指導者マニュアル」より抜粋。

問い合わせ先 生きがい推進課包括支援係
☎0968 (25) 7216



両手を組み、天井に向かって伸ばし、横へたおします。終わったら、両手はひざの上におきます。左右1回ずつ行います。

地区名	氏名	電話番号
七城地区民生委員・児童委員協議会		
山崎、上水次、下水次	石淵悦子	(24) 3382
岡田、流川、辺田、荒牧	森 龍之	(24) 3324
高田、台、瀬戸口	富田謙一	(24) 3027
新古閑、清水、宮園	藤江静乃※	(24) 3728
戸田島、本村、七城田中	田代勝子※	(24) 3543
甲佐町、菰入、加恵	木下クニ子※	(25) 2836
五海、西郷、羽根木、蟹穴	赤星幸成	(25) 1871
間所、雇用促進住宅	五島千秋	(25) 2854
岩瀬、前川、板井、梶迫	川上敦子※	(26) 4182
林原、元村、内島、新村、打越	守井厚子	(26) 4049
小野崎、上橋田、大尺、七城松島、下橋田	吉岡直治	(26) 4618
	田代真由美※	(26) 4449
主任児童委員	岡本由紀	(23) 1818
旭志地区民生委員・児童委員協議会		
小川、姫井、九の峰	村上訓昭	(37) 2420
楠原、岩本	岩根ふく代	(37) 3381
伊萩	安武雅一※	(37) 4575
北・南桜ヶ水	牛島敏行	(37) 3049
湯舟、高柳、高柳住宅	稲葉幸子	(37) 2176
小原、平	志水富士夫※	(37) 2501
妻越、津留、新明団地	森 代美子	(37) 2432
大迫	田崎一幸※	(37) 2620
高永	永田るみ子	(37) 2279
伊坂、伊坂住宅、あさひが丘荘	東 光照	(37) 2349
片川瀬、尾足	現在選任調整中	
川上、川辺南団地	清水昭榮	(37) 2805
川下、出分、あさひが丘住宅	石井春代	(37) 2979
	坂本恵美子	(37) 2456
主任児童委員	西口えみ子	(37) 3275
泗水地区民生委員・児童委員協議会		
飛熊、上住吉、北住吉	植嶋和徳※	(38) 4811
南住吉、富納、南山手	平島喜久子※	(38) 2371
永、永南	吉井豊子※	(38) 4777
桜山三、陽向台団地	境 信義	(38) 3494
桜山一、桜山二	吉田弘子※	(38) 4326
桜山六、桜山八	杉本豊子	(38) 4977
桜山四、桜山九	水田幸子※	(38) 7047
桜山五、桜山七	田代尅工※	(38) 3460
福本二、田吹、永出分	福田八洲士	(38) 2039
福本一、東原団地	中山久代※	(38) 4181
上高江、薬師、福本団地	山代カシ子	(38) 3424
村吉、富、北原団地	續 久子	(38) 4382
泗水田中、富出分、竹の下堂迫団地、迫田団地	梁池精二※	(38) 3617
富の原東、富の原北	児玉清美※	(38) 4726
富の原中央	内山千枝子※	(38) 3698
富の原台	豊村導人※	(38) 4895
富の原西	坂本昭徳	(38) 5209
富の原一	山田節子※	(38) 2531
朝日団地	森本恵美子※	(23) 8007
久米一区、久米二区	野田史子	(38) 6547
高江、高江出分、三万田	松岡勝子※	(38) 4410
田島一、田島二、岡、猪の目辰頭団地、田島団地	春田勝子※	(38) 2066
泗水平野、井戸方、糠泉、泗水佐野	安武美津子	(38) 3049
	右田美喜江※	(38) 2270
主任児童委員	岩下千保美	(38) 2400

地区名	氏名	電話番号
菊池第1地区民生委員・児童委員協議会(中央地区)		
米町、中央通	志水公子	(25) 3090
西正観寺、正院町	宮本武夫※	(25) 2391
東正観寺、築地	田島素子※	(24) 2663
亘1区	田中喜久子	(25) 4418
亘2区	立山淳子	(25) 2536
片角2区	出口淳子	(25) 4392
片角1区	高木百合子	(24) 2377
上町	上村順子	(24) 5721
立町、横町	田中睦子※	(25) 2002
中町、下町、迎町	松井きみ子	(25) 3417
切明、立石	境 憲泰	(23) 1225
北原	松本光代※	(25) 0383
袈裟尾	北村次伸	(24) 3951
高野瀬1～22、71班	藤本鶴美※	(25) 2312
高野瀬23～37、65～68、72、73班	中川是明※	(25) 4557
高野瀬38～64、69、70班	大場美範	(25) 1412
玉祥寺、遊蛇口	片桐 凌※	(24) 4824
稗方、堀切	村上重幸	(24) 0308
主任児童委員	井上悦子※	(24) 1150
	城 佐和子	(24) 6146
菊池第2地区民生委員・児童委員協議会(北部地区)		
菊池佐野、鍋倉、原細永	小林憲一	(27) 0284
下組、塚原、長六	関 とし枝	(27) 0726
日生野、岩平、伊牟田	岩崎良美	(27) 0805
永山、戸城、立門	佐藤宗寛	(27) 0307
伊野、杉生、木護	山中今朝利	(27) 1197
鋒の甲、柏、古川	山口勇二郎	(24) 4147
寺小野、染土、長野、龍門1	坂本潤子※	(27) 1440
雪野	渡邊賢一	(27) 3223
小木	富田榮一※	(24) 1028
鳳来、穴川	棧敷野照男	(27) 0173
西迫間、七坪、市野瀬、中野瀬、東迫間	高宗由美子	(24) 1232
戸豊水、太田	小田勝枝	(24) 5361
大柿、菊池平野	中村至誠	(24) 1426
茂藤里、篠倉、伊倉、道園	西山壽賀※	(27) 0533
滝黒仁田、金峰、木佐木、生味	吉田捷一	(27) 0021
主任児童委員	富田知恵子※	(24) 1039
	渡邊佐代美	(27) 1238
菊池第3地区民生委員・児童委員協議会(南部地区)		
柿木平、神鶴、菊池松島	木崎國男	(27) 1336
中原、日向	二階堂英夫	(24) 0027
藤田	松竹洗哉	(24) 0897
上木庭、下木庭	東 忠孝	(24) 1361
村田、上長田、下長田、大塚	中原英昭	(24) 1741
上西寺、中西寺	齋藤壽代	(25) 0827
下西寺、東原、野間口	宮本義尚	(24) 0504
南古閑、北古閑、辻	愛垣 徹	(25) 0961
神来、深川	横田萬千子	(24) 1662
北宮	長瀬達子※	(24) 2341
大琳寺	赤澤菊代※	(24) 4524
広瀬、植古閑	村上智枝子	(24) 2228
上出田、下出田	中路三郎	(24) 4775
木柑子、花房台	大澤時子※	(24) 2740
今	倉原綾子	(25) 0334
甲森北、乙森北、上古閑	内田公親	(24) 1883
上赤星、下赤星	高山徳子	(25) 1435
主任児童委員	田中陽一※	(24) 1845
	東 洋子	(24) 2591