

ぎょくとう

広報

2025

2

No.414

新たな未来へ 二十歳の仲間たち
～令和7年玉東町二十歳を祝う会～



広報
ぎょくとう

2025
February

No.414

発行 日/令和7年2月1日
編集・発行/玉東町役場
〒869-0303 熊本県玉名郡玉東町木葉759

☎0968-85-3188

印刷/株式会社ライ
※この広報誌は再生紙および地域環境にやさしい
植物油型インキを使用しています。

玉東町 すこやか カレンダー

受付
対象者
携行品

2月

※気付いたら、支えて知らせ、見守ってください！ 子どもを虐待から守るために…

「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)を。連絡先 ☎85・3138まで(秘密は固く守られます)
予約が必要なものは、3日前までに保健こども課(85-3135)へお申し込みください。(ベビートレーニング教室は1週間前)
母子健康手帳の交付は、面談を実施するため、事前予約が必要です。日程は要相談となります。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
2月の 休日当番医 日・祝日の 午前9時～午後5時まで	休日当番医について ○医院の都合で変更することがあります。かかる前に医療機関にご確認ください。 詳しくは(医療情報ネット(https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize)) をご確認ください。 二次元コードはこちら  ○夜間の救急診療は、有明消防本部災害情報指令センター(☎69・1760)、 くまもと県北病院救急センター(☎73・5000)へ。					1
2 前田小児科医院 ☎74・1333 大野内科クリニック ☎72・3405 小田整形外科 ☎82・4488	3 離乳食(前期)教室 保健センター ☎9:30～9:45 ☎R.6.8月～9月生 ☎母子健康手帳・エプロン スプーン	4 つどいの広場 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30/要予約	5 つどいスタジオ (ナチュラル)(要予約) 2回の広場10:00～11:30 らくらく楽しい母乳育児教室 保健センター ☎10:00～正午 ☎妊婦、産婦、乳児 ☎母子健康手帳・フェイスタル2枚 (母子一組30分ずつ要予約) ハッピーファミリープロジェクト 13:00～	6 骨盤エクササイズ 中央公民館(大研修室) 10:00～11:00(ウォーミングアップ) 11:00～12:00(ヘルニア予防)※別途500円 ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	7 赤ちゃん大さく なつかな(体感測定) つどいの広場ひまわり 10:30～11:30(要予約) エアロビクス ヨガ 13:30～14:15 14:25～15:10 ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	8 キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ピギナーコース(2歳～) 10:00～10:50 ステップアップコース(年中さん・年長さん) 11:00～11:50 要予約
9 大磯耳鼻咽喉科医院 ☎73・4133 西山クリニック ☎78・7811 泌尿器科内科むらかみクリニック ☎57・8615	10 すこやか妊娠・出産 子育て相談会 保健センター 9:30～15:00のうち1時間程度(要予約) ☎妊婦さん、0から18歳までの 子どもとその保護者	11 田辺クリニック ☎53・8211 大塚医院 ☎82・2005 酒井医院 ☎71・0777	12	13 骨盤エクササイズ 中央公民館(大研修室) 14:25～15:10 10:00～11:00(ウォーミングアップ) 11:00～12:00(ヘルニア予防)※別途500円 ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	14 エアロビクス ヨガ 13:30～14:15 14:25～15:10 中央公民館(大研修室) ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	15
16 大林循環器科内科医院 ☎72・3866 坂内科医院 ☎66・8600 やざわ整形外科クリニック ☎72・3000	17 ベビートレーニング教室 保健センター 9:00～12:00/先着3人(要予約) 3カ月児・7カ月児健診 保健センター ☎3カ月児13:30～13:45、7カ月児13:45～14:00 ☎3カ月児 R.6.10月生、7カ月児 R.6.6月生 ☎母子健康手帳、問診票、子育てアンケート(3カ月児のみ)	18 つどいの広場 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30/要予約	19 3歳児健診 保健センター ☎案内文にて時間を確認して下さい ☎R.3.8月～10月生 ☎母子健康手帳、問診票、 アンケート(案内文に同封)	20 ファーストサロン つどいの広場ひまわり 11:00～13:00/要予約 骨盤エクササイズ 中央公民館(大研修室) 10:00～11:00(ウォーミングアップ) 11:00～12:00(ヘルニア予防)※別途500円 ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	21 エアロビクス ヨガ 13:30～14:15 14:25～15:10 中央公民館(大研修室) ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	22 キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ピギナーコース(2歳～) 10:00～10:50 ステップアップコース(年中さん・年長さん) 11:00～11:50 要予約
23 ひらしま小児科医院 ☎73・5530 安田内科医院 ☎84・3131 ながすクリニック ☎78・0527	24 悠紀会病院 ☎74・1131 多田隈内科医院 ☎78・3011 玉名脳神経外科医院 ☎75・1511	25 つどいの広場 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30/要予約	26	27	28 つどいの広場 つどいの広場ひまわり なんだろDAY 10:00～11:30/要予約 エアロビクス ヨガ 13:30～14:15 14:25～15:10 中央公民館(大研修室) ☎託児:要予約(5日前までに中央 公民館へお申込みください)	

玉東町ホームページ <http://www.town.gyokuto.kumamoto.jp>

表紙説明

1月4日玉東町中央公民館
で二十歳を祝う会が開催
され、華やかな振袖やスー
ツに身を包んだ姿で会場
を彩りました。



●人のうごき 12月末現在(前年同月比)

人口 5,158人 (-33人)	転入 9人
男 2,471人 (-1人)	出生 4人
女 2,687人 (-32人)	転出 10人
世帯 2,119世帯 (+3世帯)	死亡 8人

今年も広報ぎょくとうをお読みいただきありが
とうございます。
昨年、嬉しい出来事がありました。私には
0歳からの幼馴染の女の子がいます。保育園か
ら中学校まで一緒に部活も同じバスケット部でし
た。家も近く大人になってからもずっと仲良しな友
達です。そんな友達が昨年妊娠したと報告して
くれた時とても嬉しかった。いよいよ出産
が近づいてきた年末、最後に食事会をしよう
となりました。会うなりお腹をさすりながら「ほ
ちほち痛くなってきた気がする」と言い、本
当にご飯を食べている場合かと心配しましたが
「出産に向けて美味しいものを食べたい」と本
人が言うので食事会がスタート。みんなで久し
ぶりにご飯を食べながら、時間を過ごしてい
た矢先、隣に座っている友達がトイレに行こうと立ち上
り、瞬間破水しました。無事に産まれてくれ
ました。本当にめでたく！
(諭吉)



QRコード
ホームページから
行政情報を発信します。
詳しくはこちら

皆さんの暮らしに
かかわる情報を
発信しています。

QRコード
玉東町LINE公式アカウント
LINEアカウントID
→@gyokutotown

QRコード
玉東町
メール配信
サービス

QRコード
玉東町防災LINE
LINEアカウントID
→@104dxtq



令和七年 月四日
新成人代表 金川 亜美

飲酒運転 根絶宣言

「飲酒運転のない玉東町の実現」は、町民みんなの願いです。
大人の仲間入りをする門出の日である本日、ここに、玉東町のすべての二十歳を迎えた者を代表して、宣言します。

「私達は、絶対に飲酒運転しません。」
「私達は、本日一緒に二十歳を迎えた同級生はもちろん、家族や親せきなど、身近で大切な人にも絶対に飲酒運転させません。」
「私達は、飲酒運転をする可能性がある人に車やお酒は絶対に提供しません。」
「私達は、飲酒運転の車には絶対に乗りませんし、飲酒運転を見かけたら必ず警察に通報します。」
「私達は、飲酒運転のない安全で安心して暮らせる町づくりに積極的に取り組めます。」



令和七年 月四日
新成人代表 清田 晃名

謝 辞

本日は、二十歳を迎える私たちの門出に対し、このように盛大な二十歳を祝う会を開催していただき、誠にありがとうございます。また、お祝いや激励の言葉をいただきました。町長の前田様をはじめご来賓の方々、ご出席いただきました皆様、心より感謝申し上げます。

私たちは、あじろが飛び交う明るく活気あふれる玉東町で育ち、今日を迎えることが出来ました。学ぶこと、仲間の大切さを教えていただいた学校の先生方。ともに笑いあい、思い出を共有した友達。いつも見守り、背中を押してくれた家族。温かい目で応援してくださる地域のみなさま。本当に多くの方々を支えられてきたことを改めて実感しています。

私は現在、大学生として新たな環境での生活を送っています。今年、二十歳という人生の節目を迎え、大人としての自覚を胸に挑戦の日々を過ごしています。その中で、これまで当たり前だと思っていた日常や、ふるさとの存在がどれほど大切だったのかを改めて実感しています。

地元・玉東町で過ごした日々は、自然の豊かさや人々の温もりを支えられたかけがえのない時間でした。憧れたい生活の中でその記憶を振り返るたびに、地元風景や思い出が私の心に安心感をもたらす背中を押してくれました。そして、「帰る場所がある」ということが、どれほど自分を支える力になっているのかに気づかされ、感謝の思いが層深まりました。

これから、私自身、社会人として新たなステージに進んでいきます。それぞれの場所で努力を重ねる仲間たちとともに、目標に向かって挑み続け、困難があっても前を向いて進んでいきたいと思えます。どうかこれからも温かいご支援をいただければ幸いです。



20年間の感謝の気持ちを胸に 令和7年 玉東町二十歳を祝う会



1月4日、令和7年玉東町二十歳を祝う会が中央公民館で開催され、二十歳の門出が祝われました。

この日、会に出席した42人は華やかな着物や真新しいスーツなどの晴れ着に身を包み、同級生との再会を喜びました。会では、前田町長から二十歳を迎えた42人に温かい祝辞が贈られたほか、代表による力強い誓いの言葉が述べられました。

式典後に実行委員会の企画で、小中学校の恩師から当時を懐かしむ言葉やお祝いの挨拶などがありました。会場では、写真撮影や久々に会った友人たちと笑顔で再会を喜び合う姿がありました。



実行委員会抱負

保育士目指して勉強頑張ります！
金川 亜美さん

世界で通用する語学を身につけます！
吉野 綾さん

美容師になってバリバリ働きます！
前田 晶さん

世界一カワイイ美容部員になる！
案浦 一愛さん

本をたくさん読んで学力をつけます！
清田 晃名さん

何事にも諦めず、精一杯努力していきます！
山田 賢士朗さん

何事も一生懸命頑張ります！
藤本 貴寛さん

仕事頑張ります！
大隅 幸輝さん

勉強頑張ります！
清田 優磨さん

- 木 葉**
- 平成16年4月2日
平成17年4月1日生まれの皆さん
※名簿については承諾をいただいた人のみ掲載しております
- 松本 虎次郎
上平 隼人
柴田 有生
川上 奏
川上 響
前田 晶
松本 雪音
松原 すぐく
西森 心彩
井上 和華
村上 銀河
代々 皓聖
古田 真央
大城 戸穂香
安田 圭吾
檜山 裕隆
小柳 優那
西山 菜希
怒留 湯 仁
牛島 愛香
案浦 一愛
松本 愛華
吉野 綾
古財 凜香
山田 賢士朗
- 山 北**
- 清田 晃平
岩本 蓮斗
竹崎 涼斗
村上 麗香
松永 実莉
吉住 大飛
藤本 貴寛
清田 遥花
清田 紘平
松見 将太郎
竹下 要斗
清田 優磨
山野 桃香
清田 繁孝
藤野 健伸
宮崎 凜
坂村 典信
大隅 幸輝
加治木 琥南
荒木 颯太
金川 亜美
深川 智加
本田 麻桜
清田 晃名



▲ 駅伝大会の様子

地域を繋ぐタスキ

玉東中学校校内駅伝大会

12月20日に玉東中学校周辺で、玉東中学校校内駅伝大会が開催され生徒や保護者が参加しました。

この駅伝大会は、生徒を始めとした学校全体の連携を深め、保護者・地域に生徒たちの様子を知ってもらうことを目的に昨年度から開催されています。

生徒たちは各クラスでチームを編成し、事前に日々の練習を重ねて大会に備えました。大会本番では、それぞれの生徒が精一杯の走りを発揮し、

全員でタスキをつなぐ難しさや喜びを実感しながら走り切りました。

また、今回はPTAの保護者にもオープン参加の枠が設けられました。普段は生徒を応援する立場の保護者が、実際に選手として走り、生徒と一緒に競い合うことで、親子で大会の楽しさ、喜びを共感する企画となりました。応援にかけつけた大勢の地域の人々の熱い声援を受けた生徒は、それに応えるように力を尽くしました。

地域住民の絆が一層深まるとともに、生徒たちには一致団結することの大切さを学ぶ駅伝大会となりました。

一流の技を体感

第9回がんばろう熊本! 震災復興野球教室!!

小中学生を対象としたプロ野球OB・コーチによる野球教室が、12月21日玉東町宮グラウンドで開催されました。

野球教室は熊本震災復興支援として2016年からソフトバンクOB選手を中心に県内各地で続けており、今年で9回目の開催となりました。当日は午前小学生の部、午後中学生の部が実施され、プロ野球選手、OB、コーチによるピッチングや打撃、守備の指導が行われました。最後には各チームから選ばれた代表者によるバッティング対決が行われ、ヒットを打った参加者には野球ユニフォームや帽子が贈られました。

野球教室に参加した子どもは「習った身体の使い方やフォームなどをこれからの練習に生かしていきたいです」と話しました。



▲ プロ野球OB・コーチと参加した小学生



▲ 火の国もりあげタイ! 自治体が玉東町と発表された様子



▲ 町職員による玉東町の紹介

ロアッソ熊本と共に

ロアッソ熊本火の国もりあげタイ!

1月9日、ロアッソ熊本が熊本市中央区の熊本城ホールで新体制発表会を開き、今季の新たなユニホームとスローガン「SPARK」を発表しました。新加入選手10人を迎え、悲願の「1」昇格を目指すロアッソ熊本は、「火の国もりあげタイ!」プロジェクトの2025年実施自治体に玉東町を決定し、発表しました。今年、ロアッソ熊本と玉東町が協力し、双方に盛り上げていきます。

《「火の国もりあげタイ!」プロジェクトとは…?》

ロアッソ熊本の活動方針である「日本一地域に根ざしたクラブづくり」の具体的な取り組みの一つ。

ロアッソ熊本の選手が県内自治体や地域住民と交流を図りながら、地域の「まちづくり」や「まちおこし」の応援を行います。

ついて、のばして、笑顔広がる

木葉昭和児童園餅つき

12月5日、木葉昭和児童園で餅つきが行われ園児21人、保護者22人が参加しました。

餅つきは昔ながらの伝統行事に触れ、たくさんの人と交流し、もち米から餅ができる過程を知ることによって食べることの喜びや、ありがたさを感じる機会として実施されています。

園庭に杵と臼が準備され、園児らは保護者と一緒に杵を持ち、「よいしょ!よいしょ!」の掛け声とともに力いっぱいお餅をつきました。初めて杵を持つ園児も多く、少し緊張気味でしたが、回数を重ねるごとに笑顔も増えていきました。

餅を丸める園児から楽しい声が園内に広がり、一年の締めくくりとしてふさわしい行事となりました。



▲ 力いっぱい餅をつく園児



▲ スマートフォン教室の様子

スマートフォン初心者大歓迎

玉東町のスマートフォン教室開催中

12月10日、今年度第1回目の玉東町スマートフォン教室がゆめ・ステーション・このはで開催されました。町内在中の皆川由貴子さんを講師とし、スマートフォン初心者の町民を対象に基本操作や便利な機能について丁寧に解説いただきました。この取り組みは高齢者をはじめとした、玉東町内のさまざまな人が身近な場所で、スマートフォンおよびタブレット端末のデジタル機器操作やサービスの利用方法などを学べるよう令和4年度から行っています。

基礎編と応用編があり、基礎編の今回はスマートフォンの基本操作から電話のかけ方など日常生活で役立つ操作を学びました。参加者は皆川さんの親しみやすい説明にうなずきながら、質問をしたり、実際に手を動かして操作を練習したりと、熱心に取り組んでいました。

スマートフォン教室は3月上旬まで開催されますので、ご興味のある人は、講師の皆川さん(☎080・1336-8856)までおたずねください。

甘い力を引き出そう

山北小学校3年生サトウキビ搾り

12月11日、氏原邦博さん、西村裕幸さん、陽子さんによるサトウキビ搾り体験が山北小学校3年生21人を対象に行われました。

氏原さん西村さんからサトウキビの歴史について説明があった後、裕幸さん指導のもと児童たちは実際にサトウキビ搾りを体験しました。サトウキビが圧搾機によって搾られる様子に「すごい!いっぱい出てきた」と元気な声飛び交い、初めての体験に目を輝かせていました。搾ってできたサトウキビジュースと黒砂糖、蒸しパンを食べた児童は「甘くてメロンのような味がする」「おいしい」と感想を口にしながら自然の恵みを実感していました。



▲ サトウキビが圧搾機で搾られる様子に興味津津な児童



▲ スリランカ風オムレツを学ぶ参加者たち



▲ インドネシアの鶏肉のスープと出汁巻き卵を作る様子

料理の日本語を学び、各国の料理を作ろう

玉東町日本語カフェ

12月17日と21日に日本語カフェが行われ、スリランカとインドネシアの町民と町外の外国籍住民、日本語カフェサポーターが参加しました。11月の日本語カフェでは、料理を作る際の日本語を学び、今回は各国の料理と日本の料理と一緒に作って食べました。

17日には、スリランカのオムレツと、日本のおにぎりと味噌汁を、21日には、インドネシアの鶏肉のスープ「ソト」と、おにぎりと出汁巻き卵を作りました。調理の日本語には「煮る」と「ゆでる」、「混ぜる」と「(卵や味噌を)溶く」など、日本人でも違いを説明することが難しい言葉があります。また、スリランカのオムレツには、様々なスパイスや赤唐辛子を入れます。参加者は、実際に調理をして、言葉や食文化の違いを実感しながら各国の料理を学び、新しい発見と共に交流を深めました。

玉東町公式LINEの受信設定はお済みですか？

玉東町公式LINEではホームページで発信する行政情報、緊急情報など生活に役立つ情報をお届けしています。しかし、「受信設定」を行わないと町からの情報が届きません。

玉東町公式LINEをご登録の皆さま、今一度ご自分の「受信設定」の状況をご確認ください。



玉東町LINE公式アカウントLINEアカウントID
→@gyokutotown



受信する情報を選択してください

地域おこし協力隊活動日誌

地域おこし協力隊の越智です。

10月は毎年開催されている熊本物産フェアと12月にはびぶれす広場で玉東マルシェを出店しておりました。

熊本物産フェアはコロナの時期に開催していた時から比べるとかなり人が増えたと感じる程で、みかんも完売しハニローザの加工品も多くの人に購入して頂きました。

玉東マルシェは今年初めての試みでしたが、玉東町の農産物やお店などを知ってもらえかけとして、とてもいいイベントだったと感じました。今後も町外のイベントにも参加できるようにしていきたいと思っています。



2月16日(日)は「熊本城マラソン2025」が開催されます！

交通規制とノーマイカーデーへのご理解・ご協力をお願いします。

2月16日(日)、熊本市で「熊本城マラソン2025」が開催されます。

大会当日は、熊本市内一円で長時間にわたり大規模な交通規制を行いますので、マラソンコース沿線以外の通行可能な道路においても、かなりの渋滞が予想されます。

大変ご迷惑をおかけしますが、「熊本城マラソン2025」の開催に、ご理解とご協力をお願いします。

また、大会当日、熊本市方面へお出かけの際には、公共交通機関をご利用いただくなど、ノーマイカーデーにご協力をお願いします。

交通規制についての詳細は、「熊本城マラソンHP」をご確認ください。(http://kumamotojyo-marathon.jp/)



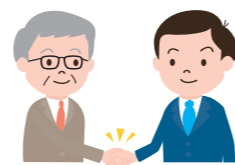
問い合わせ先 熊本城マラソン実行委員会事務局 ☎096・328・2373



玉東町商工会で事業承継相談会を開催します

「事業承継は商工会にお任せを」

日 時	2月13日(木)午前9時～午後4時
場 所	玉東町商工会
内 容	中小企業・小規模事業者の事業承継・引継の相談に応じます。
講 師	税理士・中小企業診断士等の専門家
対 象	玉東町の中小企業・小規模事業者
費 用	無料



※申込開催日の6日前までに電話で申込み

問い合わせ先 玉東町商工会 ☎85・2174



～インドネシア編～



玉東町在住のインドネシア人、ヨルダンさんとフィットさんにお話を聞きました！



▲左:ヨルダンさん 右:フィットさん



左:ピーナッツソースを使ったインドネシア風焼き鳥・サテアヤム

右:ココナッツミルクやスパイスでお肉を煮込んだ料理・ルンダン

第8回 インドネシアと日本の違い？

●玉東町に来たとき、最初の印象はどうでしたか？
フィットさん(以下、フィ):日本のイメージは東京のような都会でしたが、全然違いました。家(故郷)のようだと思いました。
ヨルダンさん(以下、ヨ):平和な町、住み心地が良いと思いました。

●日本とインドネシアの違いを教えてください。
フィ:ゴミの捨て方が違います。日本は分別が多いです。
ヨ:日本の夜はとても暗いです。インドネシアではそれぞれの家の前に必ず街灯がついています。あと、日本の冬は寒く、夏は暑いですね。

●日本に来て、便利だと思ったことはどんなことですか？
二人:たくさんありますね！
フィ:玉東町は田舎だけど、電車、バスがあつてとても便利。
ヨ:プロパンガスを業者さんが変えてくれることです。インドネシアでは、自分で買いに行つて自分で交換しなければなりません。あと、水道水が飲めるのも便利です。

●もし日本の人がインドネシアに行くなら、何をおすすめしますか？
二人とも:ロンボク島。海がきれいです。あと、バリもきれいですよ。
稲井:食べ物はどうですか？

フィ:サテアヤムがおすすめです！
ヨ:ルンダン。お肉を長時間煮込んだ料理です。あと、甘いものだとエスブワが暑い時にいいです。

●日本でこれからやってみたいことがあれば教えてください。
フィ:富士山に登りたいです。あと、キャンプをしながら川釣り(溪流釣り)をしたいです。

ヨ:北海道でスキーをしたいですね。

(玉東町地域おこし協力隊 稲井萌実)



玉東中学校2年 井上さくらさん

思いやりの心を つなげていくためには

「じいちゃん、ばあちゃん来たよ。」
「よう来たね。」
私は、ゴールデンウィークに母の実家へ里帰りをしました。いとも来ていて、約四月ぶりに会い、とてもうれしそうでした。夕食前には、いとこかくれんぼやおにぎりをして遊び、みんなで焼き肉を食べた後は、花火をしました。みんな笑顔で、私も自然と笑顔になりました。

祖父や祖母は、いつも「孫の成長を見るのが一番の楽しみだ。」と言ってくれます。学校であつたことなどを話すと、「よくがんばつたね。」といつもほめてくれます。身長がのびると、「よかつたね。」と嬉しくしてくれます。時々、おつかいもくれるので、「もうしわけないな。」と思いがちですが、「大事に使おう。」といつも考えています。

母は、よく「じいちゃんとはあちゃんに恩返しはせなよ。」と言います。私は、具体的に何をすればいいかわからないので、たまに電話をしたり、昔は手紙を書いたりしていました。でも、直接会って話すが一番良いのだらうけど、家が遠くて中々会うことができません。

ある日、登校中に近所のお年寄りにあいさつをしました。笑顔であいさつを返してくれるその姿に私は祖父と祖母の顔が思い浮かびました。そして、その近所のお年寄りに

も、大切な家族や孫がいるということに気がつきました。本当の祖父や祖母ではなくても、本当の祖父や祖母と同じように、やさしい気持ちで接していき、という気持ちがたくさんの人に広がれば、それが遠くにいる祖父や母へもつながっていくと思います。近所のお年寄りの話し相手になったり、地域のイベントに参加したりして、いくことが祖父や祖母への恩返しの一歩だと考えたいです。

今、世界には、戦争や貧困の問題があふれています。テレビや新聞でそのようなニュースを見ると、戦争に行つた人々たちにも大切な家族がいるし、貧困で食べ物がない、病気になつたりして、薬がもらえない人も誰かにとっては大切な人なのだと思っています。から、日本で幸せに暮らしている私たちが手助けをすることが必要だと感じるようになりました。では、具体的に何をすればいいのでしょうか。私はいくつかの方法が思い浮かびました。

一つ目は募金です。少しだけの募金でも、みんなで協力すれば、苦しんでいる人々にたくさんの食料や薬などを届けることができます。

二つ目は、ペットボトルのキャップを集めることです。私たちがするのはなんでもない普通のキャップですが、これを集めるだけで発展途上国の人々にワクチンを届けることができます。もっと広い視野で考えれば、ゴミの分別や節電をすることも税金で困っている人にまわされるようになるので人助けにつながっていくのだと思います。

そして、一番大切なのは、私自身も両親や祖父母にとつても大切な存在だということ。自分自身を大切にすることが、両親や祖父母にとつても恩返しになります。自分自身を大切にしよう、という事は、非行や犯罪をおかさず健康に笑顔で暮らすことです。また、好きなことや得意なことを見つけて、頑張ることも恩返しになると思います。社会の一人ひとり笑顔ですせば、明るい社会になることでしょう。

来年度の高校生の自転車用ヘルメットの購入を補助します

- 1 補助対象者(①②を満たすこと)**
 - ①玉東町在住の自転車利用者の保護者
 - ②2007年4月2日から2010年4月1日生まれの人の保護者
- 2 補助金額** 3,000円(上限)
※購入額が3,000円(上限)未満の場合は実費相当額が補助されます。
- 3 補助対象となるヘルメット**
 - ①令和6年12月13日以降に新品で購入したもの
 - ②町が定める安全基準を満たす認証マーク(SGマークなど)の表示があるもの
- 4 申請期間** 1月28日から3月31日まで
- 5 申請方法** 電子申請で受け付けます。購入を証する領収書やレシートなどの画像が必要となります。詳しい申請方法については、町のホームページをご確認ください。

問い合わせ先 総務課 ☎85・3111

入札結果の公表

玉東町が入札を行った工事などの結果をお知らせします。



- ①開札日 ②工事(委託業務)場所
③工事(委託業務)名 ④工期(委託期間) ⑤落札業者
⑥予定価格 ⑦落札金額 ⑧落札率 ⑨参加業者

- ① 令和6年12月10日 ② 木葉
- ③ 玉東町ごみカレンダー印刷製本業務
- ④ 令和7年3月13日
- ⑤ (株)トライ ⑥ 701,800円
- ⑦ 701,800円 ⑧ 100.00%
- ⑨ (株)トライ、(株)西川印刷

- ① 令和6年12月10日 ② 木葉
- ③ ぎょくとうまちごみの出し方BOOK印刷製本業務
- ④ 令和7年3月13日
- ⑤ (株)西川印刷 ⑥ 805,200円
- ⑦ 732,600円 ⑧ 90.98%
- ⑨ (株)トライ、(株)西川印刷

- ① 令和6年12月10日 ② 二俣
- ③ 防災倉庫等物品購入事業 ④ 令和7年3月21日
- ⑤ 熊本いちほら工業(株) ⑥ 4,071,000円
- ⑦ 3,982,000円 ⑧ 97.81%
- ⑨ 熊本いちほら工業(株)
 (株)ナカムラ消防化学 熊本営業所
 野々村ポンプ(株)、(株)高城広域防災

- ① 令和6年12月10日 ② 原倉
- ③ 半高山公園展望所整備工事(3期)
- ④ 令和7年3月14日
- ⑤ (有)金剛産業 ⑥ 3,373,700円
- ⑦ 3,300,000円 ⑧ 97.82%
- ⑨ (有)玉稻開発、(有)金剛産業、(有)信栄産業
 新成建設(株)、菅原工務店、(有)大和建設 玉東支店

- ① 令和6年12月10日 ② 稲佐
- ③ 稲佐・山口線道路改良工事(9工区)
- ④ 令和7年3月28日
- ⑤ (有)玉稻開発 ⑥ 14,997,400円
- ⑦ 14,696,000円 ⑧ 97.99%
- ⑨ (有)玉稻開発、(有)金剛産業、(有)信栄産業
 新成建設(株)、菅原工務店、(有)大和建設 玉東支店

27 (金)	25 (水)	23 (月)	20 (金)	19 (木)	18 (水)	17 (火)	16 (月)	11 (水)	8 (日)	4 (水)	3 (火)	2 (月)	12月
年末警戒出発式(消防)	燃油高騰補助要望対応 役場御用納め式	有明地域保健医療計画推進協議会 まち・ひと・しごと創生会議	学校法人熊本城北学園理事會・ 評議委員会	有明広域行政事務組合 定例会 県町村会評議員會	行政業務協力員會議 玉東町社会福祉協議會評議員會	山北小学校2年生町探検役場訪問 玉東町社会福祉協議會評議員會	グローカルプログラム最終報告會	玉東町議會議定例會(13日)	玉名郡女性消防研修會	病院設立組合議會議定例會	市町村職員共済組合組合會	年末警戒活動出発式(警察)	町長の行事紹介

町長日記

がん患者アピアランスケア推進事業

がんの治療に伴う外見の変化に対する不安を軽減し、自分らしい生活を送る人を応援するため、補整具購入費【補整具、医療用かつらなど】の一部を助成します。

- ★ 補整具など購入費の助成
- ※令和6年4月1日以降に購入した用具からが対象

がん治療に起因する乳房の切除に伴い、乳房補整具などの用具を購入した人

助成対象となる用具

乳房補整具補整…パッド、補整下着、専用入浴着、人工乳房(エピテーゼ)など

助成額

対象者一人につき、10万円または購入費用のいずれか低い額

申請期限

用具を購入した日の翌日から1年以内



- ★ 医療用かつらなど【ウィッグ、ケア用品】購入費の助成

がん治療に伴う脱毛により、医療用かつらなどを購入した人

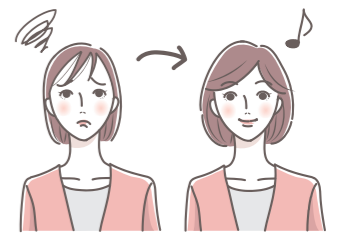
助成対象となる用具、助成額

対象者一人につき

- ・初年度は10万円または医療用かつら本体、付属品及びケア用品を含めた購入費用のいずれか低い額
- ・次年度はケア用品の購入費が3万円または購入費用のいずれか低い額

申請期限

用具を購入した日の翌日から1年以内



助成対象者

- (1)申請日と購入日に玉東町に住民票がある人、他自治体で同種の助成を受けてない人
- (2)がんと診断され、がんの治療(手術、薬物療法、放射線療法など)を受けた人、または現に受けている人

※対象者1人につき医療用かつらと乳房補整具などをそれぞれ1回限り助成

申請に必要なもの

- (1)助成金申請書…福祉課窓口にて配布
- (2)がん治療を受けていること、または受けたことが分かる書類の写し(手術や化学療法の同意書、治療方針計画書、診療明細書など)
※脱毛の副作用があるがん治療を受けることを証明する書類(医療用かつら申請時)
- (3)用具を購入したことを証明する書類の原本(領収書、明細書など)
- (4)振込先の口座が確認できるもの(通帳、キャッシュカードなどの写し)
- (5)本人を確認できる書類(代理申請の場合は、代理人本人を確認できる書類)
- (6)印鑑



【問い合わせ先】 福祉課 ☎85・3136

申告が必要でしょうか? 『申告フローチャート』をご確認ください

令和6年中の状況を下のフローチャートで、確認してください。
当てはまるものがない場合は、お問い合わせください。

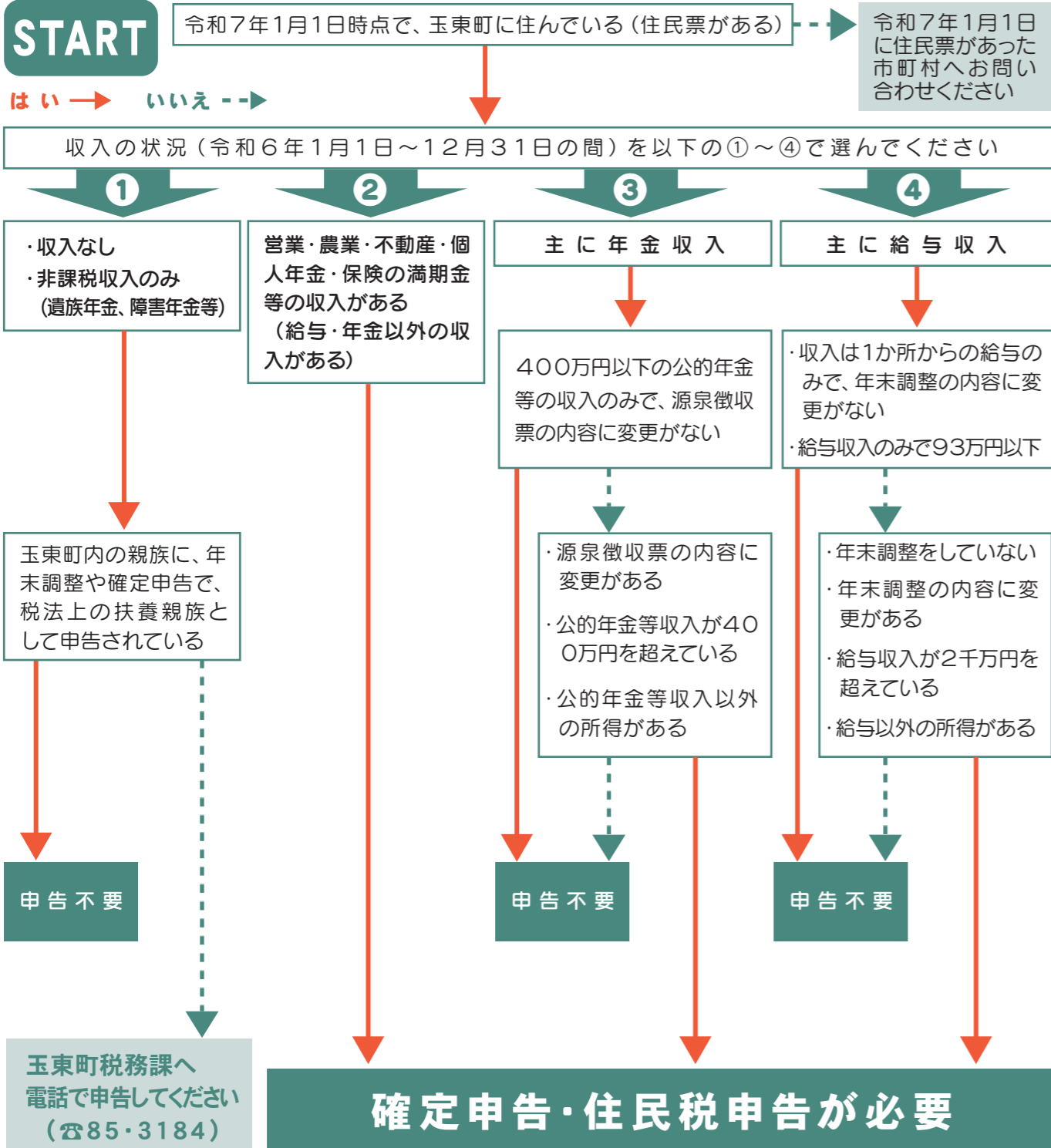
※確定申告は玉名税務署でも玉東町役場でも受け付けることができますが、次の場合は税務署で申告してください。

●青色申告 ●消費税、贈与税、相続税の申告 ●住宅借入金等特別控除の初年度申告

●令和5年分以前の確定申告や修正申告・更正の請求をする人

※建物、株式、先物取引等の譲渡所得については税務署での申告をおすすめします。

※複雑な税の申告については、税務署での申告をお願いする場合があります。



令和6年分 確定申告、住民税申告のお知らせ

受付期間 2月17日(月)~3月12日(水)※土、日、祝は除く
午前9時~正午・午後1時~午後3時30分

場所 玉東町役場1階 あるまちスペース

問い合わせ先 税務課 ☎85・3184 国税相談専用ダイヤル ☎0570・00・5901 玉名税務署 ☎72・2125

確定申告 住民税の申告

申告に必要なもの

- ・農業や営業、その他事業所得のある人は収支内訳書(収入や諸経費の集計を済ませているもの)
- ・源泉徴収票(給与所得・年金所得がある人)
- ・令和6年中に土地を譲渡した場合、譲渡価格、費用のわかる関係書類
- ・生命保険料や地震保険料の控除証明
- ・社会保険料(国民健康保険税、国民年金、農業者年金保険料など)控除の支払額が分かるもの(領収書や払い込み明細書など)
- ・医療費控除を受ける人は作成済みの「医療費控除の明細書」。併せて保険金や高額医療費などで補填された金額の分かるもの(領収書や払い込み明細書など)
- ・マイナンバーが分かるもの
- ・申告者本人と扶養者分の所得税の還付がある人は、通帳などの口座内容が分かるもの
- ・税務署から交付された「利用者識別番号」が分かるもの

申告をしないといけない...

各種証明書(所得証明など)の交付や国民健康保険税の軽減措置が受けられなくなるなど、不利益を生じる場合があります。必ず申告をしてください。

※令和6年中に収入がなかった人、玉東町以外に住んでいる人の税法上の扶養親族になっている人も申告が必要です。どちらも電話での申告で構いません。

申告が不要な人

- ① 所得税の申告書を税務署に提出する人
- ② 給与または年金以外の所得のない人で、給与または年金の支払報告書が町に提出されている人(新たに所得控除を受けようとする人を除く)

確定申告は 電子申告が便利

令和6年分の確定申告は、スマホとマイナンバーカードを利用して、ご自宅から申告できるe-Taxをご利用ください。

ご利用ください。
国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」では、金額等を入力するだけで、自動計算で申告書の作成ができ、計算誤りがありません。

また、作成した申告書は、そのままe-Taxで送信することができます。

その際、利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)と署名用電子証明書のパスワード(英数字6文字以上16文字以下)が必要です。もしも署名用電子証明書のパスワードが分からない場合は、玉東町民生活課の窓口で再設定ができます。

さらに、「マイナンバー連携」を利用すると、マイナンバー経由で控除証明書等のデータを一括取得し、所得税の確定申告書の該当項目へ自動入力が可能です。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。
<https://www.nta.go.jp/>



「確定申告書など作成コーナー」はこちら



「マイナンバー連携」の詳細はこちら



「チャットボット(ふたば)」はこちら



玉東町奨学金貸与制度のご案内

玉東町では、経済的な理由で就学が困難な学生などに無利子で奨学金を貸与します。

- 1 資格
- ① 3年以上玉東町に住んでいる父または母の子で大学(短期大学を含む)または高等学校などに在学し、学費の支払いが困難と認められる人で住民税などの滞納がない世帯の人
 - ② 熊本県育英資金、独立行政法人日本学生支援機構などのその他の奨学金の貸与、または給付などを受けることができない人
 - ③ 選考基準の学力成績および素質により認められた人など

2 奨学金の種類

区分	大学・短期大学・専門学校(専修学校)	高等学校・高等専門学校
就学資金	月額30,000円	月額10,000円
入学一時金	300,000円以内	100,000円以内

3 返済について

就学資金: 卒業の月の1年経過後の日から貸与期間の2倍の期間内で返済

入学一時金: 卒業の月の次の月から4年以内に返済

4 申請期間

令和7年3月3日(月)~3月31日(月)

問い合わせ先

教育委員会学校教育課 ☎85・2203



牛・豚・馬・山羊・いのしし・鶏などの飼養者は、種類や頭羽数などの定期報告が必要です!

国内における口蹄疫や高病原性鳥インフルエンザの発生を防止するため、家畜伝染病予防法により、家畜・家さんの飼養者は飼養状況及び飼養衛生管理の遵守状況を毎年県へ報告することが義務付けられています。

同様に、下記のような小規模所有者も、毎年1回の報告が必要(報告内容は種類と頭羽数のみ)となりますので該当する人は毎年2月1日時点の飼養家畜・家さんの種類と頭羽数を定期報告書に記入し、令和7年2月7日(金)までに産業振興課へ提出するようお願いいたします。

記

小規模所有者とは、次の頭羽数の家畜・家さんの所有者のことです。

- 1 牛・水牛・馬・ポニーの場合: 各1頭
- 2 めん羊・山羊・豚・ミニブタ・いのぶた・いのしし・鹿の場合: 各5頭以下
- 3 鶏・あひる・あいがも・うずら・きじ・ほろほろ鳥・七面鳥の場合: 各99羽以下
- 4 だちょう、エミューの場合: 9羽以下

※上記頭羽数より多くの家畜・家さんの所有者には、町から報告用紙が送付されますので速やかに報告してください。ハトやインコなどの飼養については、報告の必要はありません。

問い合わせ先

産業振興課 ☎85・3113



農政事業説明会を開催します

改植補助事業や、ここ最近始まった経営継承支援事業と農業用機械の導入支援補助など農業行政事業の説明会を開催します。

持続的に安定した農業経営を行うための基本的な内容となっておりますので、ぜひご参加ください。

- 日時 2月21日(金)
午後7時30分から
午後8時30分頃まで

- 場所 役場3階 大会議室

- 講師 玉東町役場産業振興課 職員

- 参加料 無料



問い合わせ先

産業振興課 ☎85・3113

くまもと県北病院職員採用試験

- 募集職種 ①看護師 ②保健師
- 採用人数 ①4人程度 ②2人程度
- 応募要件 ①②令和7年3月資格取得見込みの人または有資格者

- 試験内容 【1次試験】専門試験・教養試験
【2次試験】面接

- 日時 3月8日(土)午前9時開始
- 場所 くまもと県北病院 3階 第1会議室
- 募集期間 2月28日(金)必着

※詳細は当院ホームページをご確認ください

第37回 くまもと県北病院市民公開講座

- 日時 2月22日(土)午前10時~11時(9時30分開場)
- 場所 くまもと県北病院 2階 たまきなホール
- 講師 くまもと県北病院 管理栄養科主任 西村 有加氏
- 題目 『栄養・食事について』(仮)
- その他 Zoomでの参加方法

【ミーティングID】 754 923 1084

【パスコード】 735000

※先着100人まで視聴可

問い合わせ先 くまもと県北病院 総務課 ☎79・7323

玉東中学校部活動の地域展開(移行)について

子どもたちが将来にわたり、持続的にスポーツや文化芸術に親しむ環境を確保することや教職員の働き方を改善するために、国では現在、部活動を段階的に学校から地域へと移行する「学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン」を示し、令和7年度までを「改革推進期間」と位置付け、休日の部活動の地域連携や地域クラブ活動への移行など、早期実現を目指しています。

このガイドラインを基に、玉東町では部活動地域移行運営委員会や検討部会を開き、検討を重ねた結果、**令和7年4月から平日・休日ともに、全ての部活動を地域移行することとしました。**

なお、地域移行後の中体連の参加資格については、『教育委員会が地域移行を主導したクラブチームについては、中体連への出場を認める』との規定があり、参加は可能です。

地域移行の概要

活動の概要

- ・中学校部活動はなくなります。
- ・地域クラブ活動は、**学校管理下ではない**地域のスポーツ(社会体育)活動です。
- ・玉東町スポーツ協会を構成する各競技種目が、町から委託を受け指導・安全管理を行います。
- ・地域移行後の運営は、事務局として町教育委員会が行います。

連絡体制

- ・出欠の連絡、活動日の連絡・変更などは指導者と保護者が直接連絡をとっていただきます。
- ・緊急の事態、その他必要な場合には町教育委員会が対応を行います。

指導者

- ・各競技種目の協会が推薦または派遣する指導者および、教育委員会が認めた者が指導にあたります。
- ・生徒の学校での様子・地域クラブ活動での様子について、学校と情報共有を行います。
- ・学校の教職員が引き続き指導を行う競技種目がありますが、学校の教職員として指導するのではなく、新たに町教育委員会から委託を受けて派遣され、地域指導者として指導を行う形となります。

参加者

- ・参加者は、玉東中生徒に限らず、町外からの参加も可能です。

今後のスケジュール

- 令和7年3月 中学校在校生参加申込み……オンラインにて申込み
- 令和7年4月 新入生クラブ見学・体験・申込み……オンラインにて申込み

活動時間

- ・活動時間は原則として学校部活動と同じく、熊本県部活動指針に基づき、平日週4日(2時間)、休日週1日(3時間)程度です。
- ・活動時間帯・活動場所は、基本的に現在と変わりません(一部変更予定あり)。
- ・テスト期間の活動は指導者に一任しますが、町教育委員会からは学校部活動と同じく休養日を推奨します。

保険加入

- ・参加者は、スポーツ安全保険に加入していただきます。(加入手続きは、年度当初にまとめて教育委員会で行います)

保護者負担

- ・生徒が安心してスポーツ・文化活動に取り組む環境および、指導者確保につながる持続可能な仕組みを構築するため、運営に係る費用を町負担とし、指導者謝金および保険料に係る費用を受益者負担とします。なお、できるだけ低廉な参加料とするため、**町の公的補助を受ける予定です。**
- 会費: 3000円/月
【5000円/月 - 2000円/月(町補助)】
- ・会費は年4回(5月末、7月末、10月末、1月末)に分けて、ゆうちょ銀行から引き落とします。
- ・就学援助を受けている世帯については別途参加料の減額をします。
- ・競技種目によっては、別途消耗品、用具代などの保護者会費がかかる場合があります。

問い合わせ先 玉東町教育委員会 ☎85・3609

広報クイズ

□の中の文字を並べ替えると、5文字の言葉になります。はがきに答えと住所、氏名、広報紙の感想や意見などを書いて企画財政課まで送ってください。また、メールでも受け付けています。正解者の中から抽選で5人に図書カード（500円）をプレゼントします。締め切りは2月12日（消印）です。

※当選者名は個人情報保護のため伏せさせていただきます。
●送り先 〒869-0303 役場 企画財政課
E-mail : kikaku@town.gyokuto.lg.jp

●1月号の答え ユキダルマ

●当選者
応募総数 10通
当選者 5人
なお当選者には2月下旬頃に景品の発送をもってお知らせします。

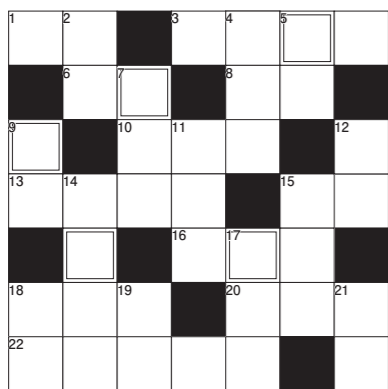
【1月号の答え】

ジ	ジ	ツ	ハイ	チ
キ	ウ	スク	チ	
カ	シ	ハク	シ	ユ
フ	ビ	ル	ソ	
ヌ	マ	チ	サ	カ
シ	ク	チ	ク	コ

答え ⑨⑩⑪⑫⑬

- ◆ヨコのカギ◆
1. 正午から夜の十二時までの間。
 3. 有害な細菌が増えるのを抑えること。
 6. 田舎。生まれ育ったところ。「〇〇帰る」
 8. 胸から足が出る所。もももとの間。
 10. 柔道で相手に投げられたときにけがをしないようにたおれるわざ。
 12. 役に立つような言葉を添えて助けること。また、その言葉。アドバイス。
 15. 自分や自分たちに関することを自身の責任で処理すること。「地方〇〇体」
 16. 冬のさなか。冬のもっとも寒い時期。
 18. 起こるかもしれないことに対して用意しておくこと。
 20. 肉体や心に感じる痛みや苦しみ。
 22. 腕の筋肉のもりあがってできるこぶ。

- ◆タテのカギ◆
2. 真の値と計算・測定して得た近似値との差。
 4. うまい味。商売の利益。
 5. 太陽が出てくる方に向かって左の方角。
 7. 山道を登りきった所。
 9. 血筋のつながり。みょう字。
 11. 表面を研ぎ磨くこと。
 12. 物のまわりの部分。へり。物の端っこ。
 14. 人々が生活している場。世間。社会。
 15. 身につけた特別のわざ。手段・方法。
 17. 動物の腹の部分。おなか。
 18. ある事態の始末をつけるために必要な手続きをとること。また、その手続き。
 19. 魚などが水中生活するための動物の呼吸器。
 21. 体などが浮かぶこと。体などを浮かす物。



ヒント
春の訪れを知らせる植物です

答え ○○○○○

YUME STATION KONOHA

ゆめ・ステーション・このは

ドリンクセット始めました！

これまでのCafe & Bar PLAT (ゆめ・ステーション・このは内) ランチは、ライス・スープ・サラダがついていましたが、なんとドリンクもセットになりました！ランチを頼んだ人は、コーヒーや紅茶だけではなく、ジュースもセット！レストランでランチを食べた後、ソフトクリームを食べながら温かいコーヒーや紅茶で一息つくのがオススメです！ランチタイム以外もドリンクの提供は行っておりますので、是非お気軽にご来店ください。

～セットドリンク～

- ・コーヒー (HOT・ICE)
- ・紅茶 (HOT)
- ・コーラ
- ・ジンジャーエール
- ・オレンジジュース

・生ビール 500円

▲火の本豚のトンテキ

営業時間と営業日については、お電話か公式インスタグラムでご確認ください。
公式インスタ : <https://www.instagram.com/plat.gyokuto/>
ゆめ・ステーション・このは ☎82・8617



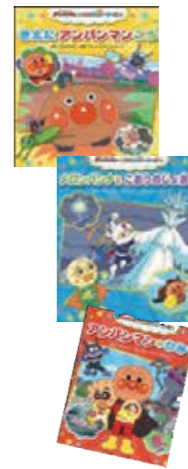
はがき絵
ギャラリー

中央公民館 図書室からのお知らせ

新刊案内

「アンパンマンのひみつ」
「きえたアンパンマンぼうし」
「メロンパンナとこおりのじょうおう」

大人気のアンパンマン絵本が入りました。



「鎌倉河岸捕物控 全32巻」

大人気の佐伯泰英。

佐伯 泰英 著

江戸鎌倉河岸を舞台にした傑作時代長篇のシリーズで、政次、彦四郎、宗五郎らが江戸の町に繰り広げられる事件の数々を描く。



「今日、誰のために生きる？」

ひすいこうたろう 著

魂が揺さぶられ、生きる喜びを分かち合いたくある感動の実話！アフリカにある幸せがずっと続く約200人の小さな村。この村と出会い、村人と共に生活し、生きる喜びを知っていく物語。



人権つうしん こころ

笑顔で自分も周りも元気で幸せに！

今回は、「笑顔の大切さ」について、お話をしたいと思います。皆さんは「笑顔」が私たちの生活にとって、どのような意味があるのか、その大切さについて理解を深めることで、何が変わるのか。また人権にも関係がある笑顔がもたらす効果についてご紹介したいと思います。まず初めに、皆さんも「存じの「笑う門には福来る」をご紹介します。



笑う門には福来る
意味は、
①いつもここにこにこして笑いが満ちている人の家には自然に福運がめぐってくる。
②いつも明るく朗らかであればおのずと幸せがやってくる。

【解説】
このことわざは、家や家庭のみならず、チームや組織、学校、地域更には個人にも応用できます。笑顔を通じて他者とのコミュニケーションを深め、お互いの違いを尊重し合うことの大切さを教えてくれています。

●次に笑顔がもたらす効果について、幾つかご紹介いたします。



1. 気持ちに余裕が生まれる・・・笑顔になると明るい気持ちになり、心に余裕が生まれる
2. 免疫力が高まる・・・病気の予防に役立つ
3. 精神的に安定する・・・安らぎや安心感が得られる
4. 人間関係が良くなる・・・自分自身が明るくなり、周りの人も笑顔になります
5. コミュニケーション・・・お互いの心理的な距離を縮める

まとめ 《笑顔と人権について》

笑顔と人権は深い関係にあります。笑顔は、誰もが持つ普遍的な表現手段であり、言葉を超えて人々をつなぐ力があります。笑顔は、他者への尊重や思いやりを示す一つの方法であり、人権尊重の精神を育む重要な要素です。また、笑顔は、地位や名譽、お金に関係なく、誰もが持つ権利であり、他者との関係を築くための基本的な手段です。このように、笑顔は人権教育の中で重要な役割を果たしており、社会全体の人権意識を高めるための一助となっています。

若人健診・若人国保人間ドック受付中です!!

～20歳からの健康診査～

20歳～39歳の人限定の健診です。生活習慣病の予防を20～30代から始めるための大切な健診です。勤務先などで健診を受ける機会のない人は、この機会に受診をお勧めします。脳卒中や心臓病のリスクを高めるメタボリックシンドロームは、20～30代から増え始めます。ご自分のセルフケアのため、将来の介護や医療費節約のために、20歳からの健康診査を習慣づけ、自分の身体を知る一歩を踏み出しましょう!

- 実施期間 1月6日(月)～2月28日(金)まで(平日のみ)
- 申し込み先 くまもと県北病院健康管理センター 予約(0968-73-6135)
- 受診までの流れ

- STEP1: くまもと県北病院健康管理センターへ電話で申し込む
- STEP2: 申し込み後、問診票等の受診案内一式が届きます。
- STEP3: 受診する



<若人健診>

- 玉東町在住の国民健康保険加入の20～39歳
 - 時間: 1時間程度
 - 費用: 1,000円
 - 内容: 身体測定、血液検査、血圧測定、尿検査、診察問診、心電図(必要時)
- 8,000円程度の検査が1,000円で受けられます

<若人国保人間ドック>

- 玉東町在住の国民健康保険加入30～39歳
 - 時間: 1時間程度
 - 費用: 9,000円
 - 内容: 身体測定、眼検査、聴力検査、血液検査、腹部超音波検査、尿検査、診察問診、肺がん・胃がん・大腸がん検診など
- 30,000円程度の検査が9,000円で受けられます

新規就農者を対象とした勉強会を開催します。

玉東町では、玉名市、和木町、南関町と合同で新規就農者に対する支援の取り組みを行っております。今回は、農業経営をお考えの人、親からの独立や継承をお考えの人、農業経営を開始されて間もない人などを対象とした勉強会を開催します。

開催内容につきましては、農業経営に関することをはじめとした有益な情報をお伝えしながら、必要な知識を習得していただくことを目的としております。講演後に現地研修も予定しておりますので是非ご参加ください。

- 日時 2月19日(水) 午後2時から午後4時30分まで
- 場所 岱明防災コミュニティセンター(岱明町公民館) 現地研修(会場間の移動は玉名市マイクロバスを利用します。)
- 内容 ・株式会社 鷹本農産 代表取締役 鷹本 昌揮氏による講演会 ・ミニトマトハウスなどの施設見学
- 参加料 無料
- 申し込み方法 2月14日(金)までに、下記連絡先へ電話でお申し込みください。
- 申込み・問い合わせ先 産業振興課 TEL:85-3113



みんなの居場所 だんだんみかん
みんなでごはん食べたり、遊んだり、時には勉強... ぽーっと過ごすのもいい、自分のペースで過ごせる居場所

2月のイベント
「みかん文庫」さんの読み聞かせ
読み聞かせの時間は10:00～
お話しの世界を一緒に楽しもう♪

みかん食堂
みんなが集まれる地域食堂♪

開催日: 2月23日(日)
場所: 玉東町中央公民館
時間: 居場所 9:00～15:00
食堂 11:30～14:00
対象: 町内の小中学生と家族
料金: 子ども 無料/大人 300円
申し込み締切: 2月17日(月)
※出入り自由ですが、施設外でのケガ等への補償はできません。

ボランティア 食材寄付 募集中!!
問い合わせ先: 龍 080-3974-0220
dandanmikan748@gmail.com
※アレルギーのある人は、事前にご連絡ください。

申し込みは、右の申込用紙を切り取り、小・中学校内に設置のボックスへ入れて下さい。

参加者氏名(年齢) ※参加予定の人全員分記入してください。

住所()
電話番号()
町内巡回バス利用 行き(する・しない) 帰り(する・しない)
写真の使用について (承諾する・承諾しない)

※写真は活動周知や報告のためにSNSなどに記載させていただくことがあります。

東部環境センター リサイクル体験講座

受け付けは2月3日(月)午前9時から(先着順)
【問い合わせ先】東部環境センター(☎75-5050)

おひなさま作り

- 日時 2月20日(木) 定員10人
午前9:30～午後3:00
講師 橋口 征子 氏
準備物 ①裁縫道具 ②紙用はさみ ③ものさし ④お弁当



▲今年は桃の節句に手作りのおひなさまを飾ってみませんか。初心者の方も大歓迎です。

3月抽選会のお知らせ

東部環境センターは、家具や自転車などのリサイクル品を無料で提供しています。抽選会は不定期開催ですので、この機会にぜひ東部へお越しください。

【申込方法】 事前に東部環境センターへ来館後、抽選用紙に記入し、抽選箱へ入れてください。

【抽選日】 3月14日(金) 午後1時30分
当選者には電話で連絡いたします。

【問い合わせ先】 東部環境センター 75-5050

食改さんのヘルシー料理
おすすめレシピ
サツマイモとリンゴの茶巾

★学習日 12月6日



サツマイモ、リンゴには腸内環境をととのえる食物繊維やコラーゲンの生成を促すビタミンCが含まれています。また、リンゴには免疫力を高める効果や動脈硬化の予防にも良いと言われています。

作り方

- ① サツマイモは皮をむいて1cm厚さに切りさつと水で洗う。
- ② 鍋に①を入れて火にかけ沸騰したら弱めの中火にし10分煮る。
- ③ リンゴは皮付きのまま1cm角に切る。
- ④ ②に③とレモン汁を加えてさらに5分煮る。
- ⑤ 火を止めてスプーンでサツマイモをつぶし、8等分してラップで包み茶巾しぼりにする。
- ⑥ 粗熱がとれたらラップをとり器に盛る。

【材料】(4人分)

- | | | | |
|-------|------|------|-------|
| サツマイモ | 300g | 水 | 400ml |
| リンゴ | 60g | はちみつ | 大さじ2 |
| | | レモン汁 | 大さじ1 |

2月の催し

2月の朝市はお休みです

- 交流センター2月の休館日
3日(月)・17日(月)
- 図書室(中央公民館 午前9時～午後5時)
2月の休館日
2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・24日(月・祝)

マイナンバーカードの休日窓口のご案内

取扱手続 マイナンバーカードの受取・申請(無料で写真の撮影ができます)
電子証明書の更新・保険証紐づけ

受付時間 9:00～12:00 ※住民異動・証明書発行などの手続はできませんのでご注意ください。

2月9日(日) 3月23日(日)

【問い合わせ先】 町民生活課 ☎85・3183

消費生活Q&A

第91回のテーマ

『定期購入』トラブル急増!



(安しんた君)

おばあちゃんがインターネットの広告で、「いつでも解約可能」という表示があったから、しわ取りクリームを注文したんだって。そして、初回のみで解約しようとしたら、解約手続きができないって言ってたけど、どうしてなのかなあ?

それは定期購入になっているんじゃないかしら。注文完了直後に『特別割引クーポン』の利用を勧められて、『特別割引クーポン』を利用すると「複数回の購入が条件の定期購入」に変更されている場合があるのよ。「最終確認画面」で確認した方がいいわ。



(すもっちゃん)



そうなんだ!でも…『最終確認画面』で何を確認するの?

- インターネット通販では、注文する前に『最終確認画面』を見て、次のことを確認するといいわ。
- ・定期購入が条件になっていないか
 - ・定期購入が条件になっている場合、継続期間や購入回数に決まりがないか
 - ・支払うことになる総額
 - ・解約する際の連絡手段
 - ・「解約・返品できるか」「解約・返品できる場合の条件」(返品特約)、解約条件
 - ・利用規約の内容
 - ・『最終確認画面』をスクリーンショットで保存

低価格を強調したり、注文を急かしたりする販売サイトには特に警戒した方がいいわ。不安に思った時は、家族や誰かに相談したり、トラブルが生じた際は消費生活センターへ相談するといいわ。

町の消費生活相談窓口(総務課) ☎85・3111
玉名市消費者生活センター ☎0968・75・1422

昭和57年～昭和59年製のトヨタ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があるため、1986年(昭和61年)より自主交換を行っております。

対象機種
LCR-3タイプ LS系タイプ
LCR-3・LCR-3-1・LS-3・LS-3-1・LS-6

ご連絡先
株式会社 トヨタ 7467-0855
〒867-0855 玉名市瑞穂区瑞穂町5番17号
フリーコール 0120-104-154
お客様のお知らせ預きました個人情報、商品の交換目的以外には使用いたしません

※現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。

必ずチェック最低賃金! 使用者も、労働者も

熊本県特定(産業別)最低賃金が改定されました。

(1)熊本県地域別最低賃金

最低賃金の件名	時間額	効力発生年月日
熊本県最低賃金	952円	令和6年10月5日

(2)熊本県特定(産業別)最低賃金

産 業	時間額	効力発生年月日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	996円	令和6年12月15日
自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機関製造業	1,019円	令和6年12月15日
百貨店、総合スーパー	952円※	令和6年10月5日

※最低賃金法第6条により熊本県最低賃金が適用されます。特定(産業別)最低賃金には、適用範囲があります。詳しくは、熊本労働局労働基準部賃金室(電話096-355-3202)又は最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

相談内容	相談員	相談日	時間	場所	予約先
困りごと/消費生活	弁護士・司法書士 臨床心理士・消費生活相談員	28日(金)	13:30～15:30	玉東町役場3F 会議室	総務課 ☎85・3111 1週間前まで要予約
行政問題	行政相談委員	19日(水)	9:30～11:30	玉東町役場3F 会議室	
認知症/高齢者虐待	地域包括支援センター	月～金曜日	8:30～17:00	玉東町役場2F 福祉課	地域包括支援センター ☎85・6242
ボランティア活動 生活上の困りごと 成年後見制度 障がい者の生活や虐待	社会福祉協議会職員	月～金曜日	8:30～17:00	福祉センター	社会福祉協議会 ☎85・3150

2月5日(水)相談日

残高不足にご用心!!
今月の口座振替

- 2/28(金)
- 水道料(1月使用分)
- 町営住宅使用料(2月分)
- 保育料(2月分)
- 国民健康保険税(第8期)
- 固定資産税(第4期)

電話帳

- 総務課 ☎85・3111
 - 企画財政課 ☎85・3188
 - 建設課 ☎85・3112
 - 町民生活課 ☎85・3183
 - 税務課 ☎85・3184
 - 保健センター ☎85・6557
 - 地域包括支援センター ☎85・6242
 - 産業振興課 ☎85・3113
 - 農業委員会 ☎85・3180
 - 議会事務局 ☎85・3189
 - 教育委員会(中央公民館) ☎85・3609
 - 保健こども課 ☎85・3135
 - 福祉課 ☎85・3136
- 市外局番は「0968」です

九州看護福祉大学
公開講座

令和6年度九州看護福祉大学公開講座を開催します。

▼と き ①2月15日(土)
午前10時30分～正午
②2月22日(土)
午前10時30分～正午

▼と ころ 九州看護福祉大学 2号館

▼内 容 ①演題 「肩の痛み?それって本当に講師 リハビリテーション学科 五十肩?」

講師 リハビリテーション学科 助教 今井孝樹氏

②演題 「九看大ではこんな授業もやります。言葉に敏感になれ(2)」

講師 基礎教育研究センター 教授 檜枝洋記氏

▼対 象 中学生以上の人

▼参加費 無料

▼申し込み 事前申込不要

▼問い合わせ先 九州看護福祉大学 企画課 ☎0968・75・1834

「女性のための女性司法書士による無料相談会」

女性なら話せよう、女性ならわかってもらえよう。といった女性の皆様のために、女性司法書士がしっかり相談をお受けします。女性がより自分らしく生きるためのお手伝いをいたします。秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

▼と き 3月8日(土)
午前10時～午後4時

▼相談方法

1 電話相談(予約不要)
☎096・364・0800(当日のみ)
2 面談相談(前日までに要予約)
☎096・364・2889

※予約受付:月曜～金曜
午前9時～午後5時(祝日を除く)

※予約締切:3月7日(金)午後5時
面談での相談を希望される人は、前日までに「予約の上」で「予約の時間」に会場にお越しください。

▼と ころ 熊本県司法書士会館 熊本市中区大正4丁目番3号

▼相談料 無料

▼対 象 女性

※女性でない人の相談は別の相談窓口を紹介させていただきます。

▼問い合わせ先 熊本県司法書士会事務局 ☎096・364・2889

ポリテクセンター荒尾
令和7年4月期生募集

ポリテクセンター荒尾では職業訓練受講生を募集します。

訓練はものづくりを中心とした就職に結びつきやすい内容です。施設見学会も行います! 2/5、2/19

お気軽にお問い合わせください。

【募集要項】

①機械CAD加工科(15人)

②溶接エンジニア科(12人)

③建設機械科(10人)

④ビル管理技術科(15人)

⑤CADものづくりサポート科(18人)

▼募集期間 2月3日(月)～2月28日(金)

▼筆記試験・面接日 3月8日(土)

▼訓練期間 4月2日(水)～9月26日(金)6か月間

▼必要経費 受講料は無料ですが、

「助けたい!」を行動に

みなさんは、心肺蘇生法やAEDを適切に実施、使用することが出来ますか? 救急車が到着するまでの間、その場にいる人の一刻も早い適切な心肺蘇生法の実施とAEDの使用が命を救う重要なカギとなります。

ひとりでも多くの人に応急手当の重要性を知っていただき、心肺蘇生法を覚えていただくために、救命講習会を左記のとおり開催致します。またこの講習会を修了された方には修了証カードの発行を致します。住民のみならずの参加をお待ちしております。

▼と き 2月16日(日)

▼場 所 有明広域行政事務組合消防本部 玉名消防署

▼時 間 午前9時から正午まで(時間を短縮する場合があります。)

▼内 容 成人に対応した心肺蘇生法(AEDを用いた救命講習)

▼定 員 先着15人まで(事前に電話にて申込みが必要です。)

▼参加費 無料

▼その他 以前に、普通救命講習会を受けられた方は、修了証カードを持参して下さい。

※参加申し込み人数が5名以上に満たない場合や流行性感染症の流行などで、講習会の開催を延期または中止する可能性がありますのでご了承下さい。

▼問い合わせ先 玉名消防署 救急係 ☎73・7117

教科書代などが必要となります。

▼問い合わせ先 ポリテクセンター荒尾 (訓練課) ☎0968・62・8610

「ほったらかしたら大変ばい!」
モッチャん・城次の「相続・遺言」肥後にわか&「相続登記はお済みですか」無料相談会&相続登記申請義務化についてなにか?」

熊本地方方法務局および熊本県司法書士会は、「相続・遺言」について肥後にわかと司法書士による無料相談会を開催いたします。本橋馨さんはつん城次さんと楽しく学びながら、司法書士が「相続・遺言」に関する様々な疑問・お悩みの解消をお手伝いいたします。是非お気軽にご参加ください。

▼と き 2月15日(土)

①肥後にわか 午後1時～午後2時30分(予約不要)

②司法書士による無料相談会 午前10時～午後1時 午後2時～午後4時(要予約、相談時間は1組30分)

※税理士による税務相談も実施いたします

▼と ころ 玉名市民会館会議棟

①肥後にわか 第1会議室

②相談会 第2～5会議室

▼予約・問い合わせ先 熊本県司法書士会事務局 ☎096・364・2889

▼共 催 熊本地方方法務局 熊本県司法書士会



オレンジはあとクラブ 公式LINE→
 予定表やお休みのお知らせをします。ぜひ登録を!

オレンジはあとクラブです!

健康づくり・介護予防ポイント事業の対象事業です

お試されたい人は
 1回500円で
 体験できますので、
 お気軽にどうぞ!

おひなさまの絵手紙講座

作ってみませんか? ※要申込み (☎85・3609)

2月12日(水) 13:00~15:00
 参加費(材料代): 会員300円、非会員500円
 場所: 中央公民館
 持ち物: おしぼり(手を拭く用)、持っている人は筆ペン、スティックのり

和紙でお内裏さまとお雛さまを折って、ハガキに貼ると郵送することができます。玄関や部屋に飾ってもステキですよ!

いま話題の! 吹き矢 体験会

吹き矢の魅力

- ★血管のつまりや動脈硬化を予防!
- ★高血圧予防!
- ★腰痛予防!
- ★喘息の改善
- ★脳の老化防止!
- ★口腔機能の向上!
- ★肩こり改善!
- ★内臓機能の活発化!
- ★腹圧性尿失禁!
- ★冷え性の改善!
- ★パーキンソン病の症状改善

場所: 中央公民館
 日時: 2月10日(月)・17日(月)・25日(火) 10:00~12:00
 参加費: 会員も非会員も無料!
 持ち物: 動きやすい服装、上履き
 ※要申込み(85-3609)

オレンジはあとクラブ 2月の予定表				
種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	3・10・17	14:00~15:30	中央公民館(大研修室)
カラオケ	火	11・18	9:00~12:00	ゆめ・ステーション・このは
朗読教室	火	4・18	10:00~11:30	中央公民館(大研修室)
太極舞	火	4・11・18・25	15:00~16:00	中央公民館(大研修室)
新体操	火	4・18・25	18:00~20:00	町民体育館
トランポリン(別途1回200円)	火	4・18・25	19:00~20:00/20:00~21:00	町民体育館
キッズサッカー(別途年会費あり)	火	4・11・18・25	19:00~20:15	町営グラウンド
ジュニアサッカー(別途年会費あり)	火	4・11・18・25	19:00~21:00	町営グラウンド
バウンドテニス	火	4・11・18・25	19:30~21:30	玉東中体育館
ゆる体操	水	5・19	13:30~14:30	中央公民館(和室)
俳句	水	19	10:00~12:00	中央公民館(学習室)
卓球(小中学生)	水	5・12・19・26	18:00~20:00	町民体育館
ツインバスケット	水	5・12・19・26	18:00~21:00	町民体育館
テニス	水	5・12・19・26	19:30~21:30	町テニスコート
卓球(大人)	木	6・13・20・27	9:30~11:30	町民体育館
パソコン	日	9・16(Aコート)・23	13:30~15:00	中央公民館(学習室)
♥骨盤エクササイズ♥ ウォーミングアップコース	木	6・13・20	10:00~11:00	中央公民館(大研修室)
♥骨盤エクササイズ♥ レベルアップアップコース(別途500円)	木	6・13・20	11:00~12:00	中央公民館(大研修室)
フラダンス	木	6・13・20	19:30~20:30	中央公民館(大研修室)
タヒチアンダンス(別途5700円/月)	木	6・13・20	20:30~21:30	中央公民館(大研修室)
♥エアロビクス♥	金	7・14・21・28	13:30~14:15	中央公民館(大研修室)
♥ヨガティス♥	金	7・14・21・28	14:25~15:10	中央公民館(大研修室)
ズンバ	金	7・21・28	15:15~16:00	中央公民館(大研修室)
太極柔力球	金	7・21	10:00~11:30	中央公民館(大研修室)
英会話	金	14・28	19:30~20:30(初級) 20:30~21:30(中級)	中央公民館(学習室)
バスケットボール	金	7・14・21・28	19:30~21:30	町民体育館
書道	土	1・8・15	9:00~10:30(大人) 10:00~11:30(子供)	中央公民館(大研修室)
低山に登ろう「三ノ岳⇒二ノ岳周回」	土	22	8:30役場玄関前集合(現地まで乗りあわせ) 14:00解散	
★中級森林学習コース 持ち物: 飲み物、軽食、雨具 ※要申込み 先着10人 雨天中止				
健康太極拳	土	1・8・22	10:00~11:30	中央公民館(和室)
バレーボール	土	1・8・15・22	19:00~20:30	玉東中体育館

※町内に住民票がある妊婦さんと0歳児のママさんは全ての種目に無料で参加できます。♥マークのエアロビ・ヨガ・骨盤エクササイズは中央公民館内にて託児があります。【町内者の託児】1人300円【町外者の託児】実費相当。申込先は教育委員会(☎85・3609)へ。5日前までに予約が必要です。

クラブ入会の申し込みやお問い合わせは、玉東町中央公民館までお気軽にどうぞ! ☎85・3609

子育て支援事業 つどいの広場 ひまわり

★つどいの広場 公式LINEアカウント

つどいの広場って、なんだろう?

スタッフが常駐していて、子育て中の親子が気軽に集い、ホッとできるような場所を目指しています。ママや、パパには、おいしいコーヒー(¥70~)、子ども達には、おもちゃ、絵本を準備していますので、保護者の責任のもと、親子で自由に遊ぶことができます。皆さんからの子ども服などの寄附で成り立っているフリマコーナーもあります。妊婦さんぜひ、遊びに来てみてください。

★予約・問い合わせ ふれあいの丘 つどいの広場「ひまわり」直通電話 ☎85・8866
 平日午前9時から午後3時(ただしキッズ英会話実施中は土曜でも可) *おたずねなどお待ちしています♡

平日午前10時から午後3時まで、つどいの広場ひまわりを開放中です。

*2月の★なんだろDAY★は…

『ゆるりこベビーマッサージ♡』

赤ちゃんに、ゆったりした雰囲気の中でのベビーマッサージ。今回は、まだ自分では移動しない赤ちゃんが対象になります。ママの優しい手で赤ちゃんに触れて赤ちゃんも安心。気持ち良くなり寝ちゃう赤ちゃんも…。家庭でもできるベビーマッサージを習ってみませんか?

先生も子育て真っ最中なので、その後の話も弾みます♪

と き 2月28日(金)午前10時~午前11時30分
 と ころ 保健センターつどいの広場ひまわり
 持ってくるもの バスタオル

定員6組
 要予約
 2/21(金)
 ぴ切

~子育て応援サポーター養成講座~開催しています。

目的: 子育てを応援したい人(サポーター)を養成する **全6回講座**

第5回: 11月『自他尊重と支えあい』~誤解から理解へ~

講師の心理カウンセラー 佑子ばあばのHOT(ほっと)アドバイス

“人”はたくさんの人にまみれないと“人”にはなれないといわれています。私たち大人ひとりひとりが子どもたちのモデルだという意識をもって子どもたちとかわかっていくなかで、子どもたちにとって信じられる大人が増えていくことで誰もが生きやすい、幸福感を感じられる社会になっていったらすてきですね。

また、子どもさんが小さいうちから意識して自己肯定感を高められるようなかわり(無条件の愛)を伝えることで困難を乗り越える力を身に着けることができますようになります。

★ママ会実施されています★

ママ会はママたちが日にちを決めてつどいの広場に集まりおしゃべりをしたり自由に過ごす会です。「子供服どこで買っている?」「日中何して過ごしてる?」「ここのランチおすすめだよ!」「今日だんながね…」などなど、いろんな話して盛り上がっています。おしゃべりするだけで気持ちが軽くなることありますよ。たくさん話してたくさん笑って楽しい時間を一緒に過ごしませんか。

交通事故死の2倍！ヒートショックを防ごう！

1 ヒートショックとは、急激な温度変化で血圧が乱高下することです

寒 熱

失神して溺死、脳卒中、心筋梗塞など重篤な健康障害を引き起こします

2 お風呂でのヒートショックはこのような人が起こしやすいです

湯温 42℃以上

水分不足 飲酒后

肥満 ぎみ

高血圧 糖尿病 脂質異常症 心疾患

65才以上の高齢者

3 予防のために入浴前の対策をたてよう

暖房器具で 脱衣所を暖める

ふたを開けて 浴室を暖める

4 入浴中の湯温、時間も気をつけよう

湯温はぬるめ 41度以下に

浸かる時間は 10分以内に

詳しくはホームページ「政府広報オンライン」をご覧ください。
 ※ホームページアドレス <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202111/1.html>



脳いきいき教室

- 認知症の予防と認知症を楽しく学び、理解を深める教室
- 受講者は、認知機能テスト(ブレインチェック)を無料で受けることができます。

受付後、参加者とボランティアがペアになり、一つのテーブルに座ります。ペアは毎回変わります！机の上には脳いきいきサポートブックがあり、講師の先生の声量抜群の素敵な声でページをめくりながら教室は始まります！

- ①挨拶から始めましょう。
- ②日常会話でリラックス
- ③体調の確認をしましょう。
- ④最近のニュース・出来事(四文字ニュース)
- ⑤睡眠時間のチェック
- ⑥嬉しかった／楽しかったこと
- ⑦生活の中のお困りごと
- ⑧色・形・数字・計算カードなど

月曜日 13:30～15:30
 玉東町福祉センター2階
 参加費無料!! 送迎あり!
 参加希望は、役場福祉課へ連絡ください。

【講師】
 株式会社Re学
 かわた まさとし
 川畑 智 先生



カードとパズルも

茨城県、い、い、「いなさー」

「い」のつく県(地)名は...

登録ボランティア27名
 参加者30名超

家では、一人。この時間は我を忘れて童心にかえれます。

ボラさんも立って応援!

先生の軽快な進行。隣の人と前後ろと常に笑いが絶えず、あっという間に2時間が過ぎます!



つながる手帳『はぴねす』

『はぴねす』とは「幸せ・喜び」という意味です。一日一日、一人ひとりが「幸せ・喜び」を積み重ねつながりあいながら、町全体に「幸せ・喜び」が大きく膨らんでいくことを願っています。

2月 February 2025

問い合わせ先 保健子ども課 保健係 ☎85・3135 福祉課 地域包括支援センター ☎85・6242

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3 スポレク(保健センター) 10:00～11:20 脳いきいき(福祉センター) 13:30～15:30	4 スポレク(保健センター) 10:00～11:20	5 丘サロン(交流センター) 10:00～11:20 大人マナビ講座②(ゆめステーションこは) 13:30～15:30	6 お達者健康相談会①(体力測定会)(保健センター) 9:30～11:20	7	8
9	10 スポレク(保健センター) 10:00～11:20 脳いきいき(福祉センター) 13:30～15:30	11 建国記念日	12 丘サロン(保健センター) 10:00～11:20 食改養成講座(保健センター) 9:30～13:00	13 まちの保健室(保健センター) 9:00～12:00	14 食改学習会(中央公民館) 9:00～13:00 大人マナビ講座③(ゆめステーションこは) 13:30～15:30	15
16	17 スポレク(保健センター) 10:00～11:20	18 スポレク(保健センター) 10:00～11:20 介護支援ボランティアフォローアップ事業(保健センター) 10:00～11:20	19 丘サロン(交流センター) 10:00～11:20	20 お達者健康相談会②(結果説明会)(役場3階) 9:30～11:20 男性料理教室(中央公民館) 10:00～13:00	21 食改養成講座(保健センター) 9:30～13:00	22
23 天皇誕生日	24 振替休日	25 スポレク(保健センター) 10:00～11:20	26 丘サロン+丘レストラン(保健センター) 10:00～13:00	27 丘クッキング(保健センター) 9:30～13:00	28	1

玉東町健康づくり 介護予防ポイント

2月からポイントを買物券に交換できます!

町内在住で65歳以上の人(令和7年3月31日時点)が対象
 「みんなの保健室」介護予防事業などに参加するとポイントがもらえる♪
 脳いきいき教室・スポレク塾・健康診断・シャキッと丘サロン・地区サロン・オレンジはあとクラブなどなど
 ★50ポイント以上で買物券と交換可能です。(50ポイントで500円相当)ポイント付与期間は、4月～翌年1月末までです。
 ※ポイントカードを紛失された場合、すでに付与したポイントは無効となります。
 ※複数枚のポイントカードを1枚のポイントカードにまとめることはできません。

買物券はお友達とランチなどにご利用ください。買物券の使用期間は、2月3日(月)～3月31日(月)までです。買い物の交換は...
 福祉課(玉東町役場2階)
 お問い合わせ ☎85・3163

