

# ぎょくとう 広報

2025  
**4**  
No.416

輝く 明日へ  
～玉東中学校卒業式～

## 玉東中学校 卒業証書授与式



発行 日/令和7年4月1日  
編集・発行/玉東町役場 千869-0303 熊本県玉名郡玉東町木葉759 ☎968-85-3188

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墨インキを使用しています。

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。

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

玉東町  
メール配信  
サービス

玉東町防災LINE  
LINEアカウントID  
→@104dxtq

# 玉東町 すこやか カレンダー

受付  
対象者  
携行品

4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) [つどいの広場の行事の予約は  
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。](ペビートレーニング教室は1週間前) [つどいの広場の  
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。] 直接つどいの広場 85-8866まで]

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
<b>4月の 休日当番医</b> 日・祝日の 午前9時～午後5時まで		<b>1</b> 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	<b>2</b> 赤ちゃんが喜ぶ離乳食教室 保健センター ☎9:30～9:45 R6.10月～11月生 母子健康手帳・エプロン スプーン	<b>3</b> 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(レクレーション)※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)	<b>4</b> 赤ちゃん大さく なっかな(体障判定) つどいの広場ひまわり 10:30～11:30(要予約) エアロビクス13:30～14:15 ヨガ 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 85-3609へお申込みください)	<b>5</b>
<b>6</b> 本里内科医院 ☎72・2352 福本内科医院 ☎57・2811 小田整形外科 ☎82・4488	<b>7</b>	<b>8</b> 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	<b>9</b>	<b>10</b> 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(レクレーション)※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)	<b>11</b> エアロビクス13:30～14:15 ヨガ 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 85-3609へお申込みください)	<b>12</b> キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ピグナーコース(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
<b>13</b> おやまだ耳鼻咽喉科クリニック ☎71・0808 中野医院 ☎82・3970 玉名泌尿器科クリニック ☎74・3272	<b>14</b>	<b>15</b> 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	<b>16</b> 1歳6ヶ月健診 保健センター ☎対象人数によって、時間の変化があります。 (個別に時間指定) R5.7月～9月生 母子健康手帳、問診票、子育てアンケート (通知文に同封します) ※健診対象の人へは、個人通知と問診票、 子育てアンケートを送付します。	<b>17</b> 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(レクレーション)※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)	<b>18</b> つどいスタジオ (イエロー)(要予約) つどいの広場10:00～11:30 心育ひろば 母子室 ☎10:00～正午 妊婦、産婦、乳児 ☎母子健康手帳・フェイスタオル2枚 エアロビクス13:30～14:15 ヨガ4:25～15:10 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 85-3609へお申込みください)	<b>19</b>
<b>20</b> ひらしま小児科医院 ☎73・5530 多田隈内科医院 ☎78・3011 岡本外科医院 ☎74・2277	<b>21</b>	<b>22</b> 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	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b> 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 R6.12月生、7カ月児 R6.8月生 ☎母子健康手帳、問診票、各種アンケート エアロビクス13:30～14:15 ヨガ4:25～15:10 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 85-3609へお申込みください)	<b>26</b> キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ピグナーコース(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
<b>27</b> 浦田医院 ☎74・2412 田宮二郎内科 ☎78・2150 平山整形外科医院 ☎72・4000	<b>28</b>	<b>29</b> 前田小児科医院 ☎74・1333 大野内科クリニック ☎72・3405 泌尿器科内科むらかみクリニック ☎57・8615	<b>30</b>	<b>休日当番医について</b> ○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( <a href="https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/zkn-web/juminkanja/S2300/initialize">https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/zkn-web/juminkanja/S2300/initialize</a> ))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。		

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

### 表紙説明

3月11日、玉東中学校で卒業式が執り行われました。卒業生たちは3年間お世話になった多くの人へ感謝の言葉を告げ、中学生活最後の時間をかけがえのない仲間と過ごしました。



### ●人のうごき 2月末現在(前年同月比)

人口5,157人 (-27人)	転入 16人
男 2,473人 (+7人)	出生 2人
女 2,684人 (-34人)	転出 9人
世帯 2,124世帯 (+9世帯)	死亡 7人

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。はじめまして！このたび玉東町の広報を担当することになりました。「キユー」です。今回が初めてということで、簡単に自己紹介をさせていただきます。私は動物が大好きで、特に犬や猫を見るとつい足を止めてしまいます。そんな私は、玉東町の出身ではないのですが、地元ではない分、町の風景や文化、人々の出会いがとても新鮮で、日々新しい発見を楽しんでいます。広報担当として玉東町の魅力をしっかりと発信し、町内の皆さんにとって身近な情報をわかりやすくお届けできるように努めていきます。

まだまだ知らない点もあるかと思いますが、取材を通して町のことを学びながら、より良い広報紙を作れるよう精一杯頑張ります！  
これからどうぞよろしくお願いいたします。  
(キユー)





▲原口護交通安全協会副会長(左)、下地教育長(右)

## 登下校の安全を願って

### ランドセルカバー贈呈式

2月27日、中央公民館で、ランドセルカバーの贈呈式が行われました。これは小学校に入学する新1年生の交通安全を願って、玉名地区交通安全協会と玉名地区防犯協会連合会から贈られるもので、原口護交通安全協会副会長から下地教育長に渡されました。下地教育長は「子どもたちが交通事故にあわないように取り組んでいきたい」と言葉を述べました。



3月11日、玉東中学校で卒業式が執り行われ、卒業生58人が晴れやかな表情で門出の日を迎えました。式では、卒業生が恩師や仲間、後輩とともに中学生生活最後の特別な時間を過ごし、温かい雰囲気にも包まれました。在校生代表の送辞では、卒業生が残した功績に触れ、「合唱コンクールで響かせた唯一無二の歌声や、英語の成績の素晴らしさは、私たちが在校生にとって大きな誇りです」と先輩への敬意を表しました。卒業生代表の答辞では、お世話になった先生や保護者への感謝の気持ちの他、共に歩んだ3年間を振り返りました。「合唱コンクールや体育大会は、みんなで力を合わせて一つの目標に向かいまわっています。卒業後も、この経験を忘れないで頑張りましょう」と述べ、会場では涙を拭く姿も見られました。最後に、卒業生全員で合唱を披露し、美しい歌声が体育館いっぱい響き渡りました。その感動的な歌声は、多くの人の心に深く刻まれました。卒業生たちは、これまでの努力や学びを胸に刻み、未来に向かって新たな一歩を踏み出しました。

# 玉東中学校卒業式



## 45年ぶりの快挙

### 第51回郡市対抗熊日駅伝

2月9日に第51回郡市対抗熊日駅伝が開催されました。昨年度まで男女別で開催されていた大会が今回から一本化となり、天草市陸上競技場から上通アーケード前までの全18区間100.5kmで熱戦が繰り広げられました。

玉名郡チームは序盤から好位置につけ、3区から4区は優勝した熊本市を抑え、トップでレースを進め大会を沸かせました。

19郡市の代表ランナーが競うハイレベルなレースの末、最後は2位でフィニッシュ。2位という成績は45年ぶりの快挙であり、選手やスタッフは喜びを爆発させました。

玉東町出身選手としては15区に中尾真選手が出走し、区間6位の好走。中尾選手は「2位に貢献出来てよかった。応援ありがとうございました」と感謝を述べました。



▲45年ぶりの2位を達成した玉名郡チーム

#### ■順位

①熊本市、②玉名郡、③菊池郡市、④八代市、⑤天草市、⑥山鹿市

#### ■玉東町出身選手の成績

中尾真 15区5.4km (17分36秒) 区間6位



▲スリランカの国旗の意味について学ぶ児童

## スリランカについて学ぼう

### 木葉小学校6年生多文化共生授業

2月5日、木葉小学校で、スリランカの文化や生活、食べ物について学ぶ多文化共生のための授業が開かれ、6年生の27人が参加しました。

玉東町在住でレストランを運営されているスリランカ出身のルワンティさんとヘラットさん夫妻が講師となり、始めにスリランカの民族と文化や言葉、子どもの学校生活や食べ物について紹介いただきました。特にハーブやスパイスなどの食べ物や、リラックスすることを通して体を内側から整える「アーユルヴェーダ」というスリランカの伝統的な予防医学の考え方も学びました。

その後、調理室でグループに分かれて実際に「人参と水菜のココナッツサラダ」を調理しました。材料の野菜に、ココナッツフレーク、レモンジュースと塩だけで味付けされたスリランカの本場の味を味わいました。「はじめて食べた!おいしい!」と、おかわりをする児童もいて、食文化の違いを実感していました。



▲調理室での実習の様子

## 山北場所開幕

### 山北八幡宮春季例大祭

山北八幡宮「春の例大祭」が2月19日に開催され、山北小学校の5・6年生が伝統の奉納相撲を披露しました。

奉納相撲は江戸時代から続き、当時は本物の力士が相撲を取っていたといわれています。それから青年団、中学生と引き継がれ現在の子ども相撲になった歴史を持ちます。

晴れ空の下境内の土俵で白いまわしを締めた児童たち20人が東西に分かれて対戦。一進一退の攻防に観戦者は大盛り上がりで声援と拍手を送っていました。



▲奉納相撲で力を競う山北小学校児童

## 地域おこし協力隊活動日誌

宮本 茂生

こんにちは!多文化共生担当の宮本です。今月から活動も3年目に入り、月日が経つのがとても早く感じられます。

昨年度は、避難していたウクライナ家族2世帯が帰国しましたが、インドネシアなどから仕事や技能実習のために玉東町に転入した人が多く、町内で暮らす外国籍住民は60名を超えています。また、仕事のために町外から玉東町に通っている海外出身者も多くいて、多様な文化をより身近に感じています。

現在、玉東町には、8カ国の外国出身の人が暮らしています。私たちのチームはこのような多様な外国籍住民に、町の施策が公平に行き届き、玉東町で安全に安心して生活してもらえるように活動しています。そのため、週2回(火・木曜日)役場に「外国人相談窓口」を設けるとともに、EメールやSNSでも生活や仕事の相談を受けています。この繋がりを通して今では体育館でバスケットボールを楽しんだり、新たに仕事を始めたりする人もいます。また、相談窓口では住民の皆さんからの多文化・異文化に関する相談にも対応しています。

2月には役場で、「やさしい日本語」で日本人と一緒に学ぶ「防災教室」を開催しました。毎月2回の「日本語カフェ」だけでなく、今年度は、皆さんが色々な国の文化に触れることができる機会を増やして、一緒に楽しみたいと考えています!どうぞご期待ください!



▲ 1月の山北八幡宮とフットパス体験



▲ 交流サロンこのはでのひな人形飾り体験



▲ 役場でのやさしい日本語で学ぶ防災「避難所体験」

## 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7年2月7日 ② 木葉 ③ 玉東町役場進入路改良工事  
④ 令和7年3月28日 ⑤ (株)池田建設 ⑥ 10,725,000円 ⑦ 10,560,000円 ⑧ 98.46%  
⑨ (株)池田建設、岩下建設(株)、植野建設(株)、菊川建設(株)、(株)熊野組、(株)中川組

28 (金)	26 (水)	25 (火)	22 (土)	21 (金)	19 (水)	16 (日)	14 (金)	13 (木)	11 (火)	10 (月)	7 (金)	6 (木)	5 (水)	4 (火)	3 (月)	2 (月)	
市町村共済組合理事会	有明広域行政事務組合定例会	病院設立組合定例会	荒玉期成会要望活動(東京)	有明広域消防連絡協議会	熊本市町村議会議長会 第75回定期総会	市町村共済組合連合会総会(東京)	行政業務協力員研修(18日)	玉東町総合教育会議	玉東町総合戦略会議	自衛隊西部方面音楽まつり	有明地域保健医療推進協議会	日本赤十字社熊本県支部評議員会	熊本市国民健康保険団体連合会理事会	有明広域行政事務組合定例会	熊本市町村振興協会臨時評議員会	熊本市町村振興協会臨時評議員会	熊本市町村振興協会臨時評議員会
																	町長の行事紹介

## 町長日記

## 地方独立行政法人 くまもと県北病院だより

### 市民公開講座「栄養と食事について」

2月22日(土)に行われた市民公開講座ではたくさんの皆様にご来場いただき、本当にありがとうございました。今回の内容は、当院の栄養管理科の紹介と、栄養をからだに取り込むために必要な機能や栄養補給方法の種類について、健康寿命を延ばすための食事について、「熊本県民食生活指針(第6次)」より、食生活の工夫やポイントについてお話をさせていただきました。

健康を維持していきいきと暮らすために、年齢や体格に応じた適正体重の維持や身体に必要な栄養をバランスよく摂取することが推奨されています。

定期的な体重測定により、体重の増減を観察することで、ご自宅でも体の変化やエネルギー摂取量の過不足を把握することができます。基本のバランスは、主食(ごはん、パン、めんなど)、主菜(魚、肉、

大豆製品、卵など)、副菜(葉野菜、根菜、きのこ、海藻など)をそろえた食事をおすすめしています。

また、食事は「おいしく楽しく」食べてもらうのが一番だと思います。「美味しいごちそう、好物のもの」を準備するだけでなく、食欲があり体調が良いことや食事を食べるときの気持ちや快適な環境、誰と食べるかなど、様々な条件が整うことでその人それぞれの「おいしく楽しく食べる食事」が実現するのではないかと思います。

健康を保つための栄養摂取・食事バランスを意識して食生活の工夫を楽しんでいきたいものです。

栄養管理科 管理栄養士  
西村 有加

## 固定資産課税台帳を閲覧・縦覧できます

**縦覧** ▶ 自分の資産が、他の人のものと比較して適正に評価されているかを確認することができます。

- 縦覧できる内容 …… 土地:所在、地番、地目、地積、評価額  
家屋:所在、地番、家屋番号、種類、構造、床面積、建築年、評価額
- 縦覧できる人 …… ①固定資産税の納税者 ②納税者の同居親族 ③納税管理人
- 必要なもの …… 運転免許証など本人確認ができるもの、代理人は委任状
- 縦覧期間 …… 4月1日(火)~6月2日(月) 8:30~17:15
- 手数料 …… 無 料

**閲覧** ▶ 自分の資産の評価額などを記載した固定資産課税台帳をみることができます。

- 閲覧できる人 …… ①固定資産税の納税義務者  
②納税義務者の同居親族  
③資産の賃借権、その他の使用や収益を目的とする権利を持っている人  
④固定資産を処分する権利を持っている一定の人
- 必要なもの …… 運転免許証など本人確認ができるもの、  
②・③の人は権利を証する書類、代理人は委任状
- 閲覧日時 …… 8:30~17:15
- 手数料 …… 無 料



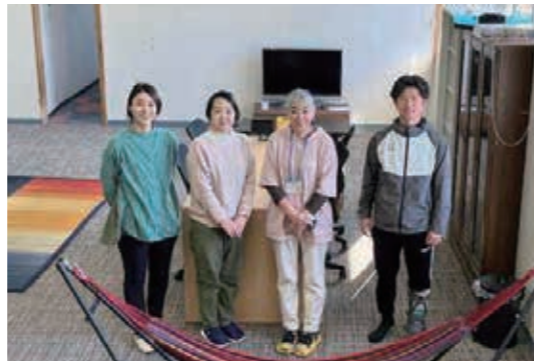
問い合わせ先 税務課 ☎85・3184

## 📌 スタッフ紹介

### 子育てに関する専門的な資格を持ったスタッフがいます

ORANGEスタッフは、「話をするのが好き」「話を聴くのも大好き」です。それぞれに福祉、看護、こども関係の仕事を経験しています。様々な経験を生かしながらこどもたちに寄り添い、見守っています。

学校や家庭だけでなく、地域全体でこどもの成長を支えていきます。



▲ORANGEスタッフのみなさん

## 📌 ORANGEから聴こえてくる声

### ORANGEを利用するこども・保護者の声 そして、支えているスタッフと町職員の想い



#### こども（利用者）

- ・他の学校や学年の友達と仲良くなれるのが嬉しい。
- ・みんなルールを守って過ごしているのが心地いい。
- ・コミュニケーションが取りやすくて、相談しやすい。
- ・パワーアップして、もっと元気になりました。

#### 保護者

- ・こどもが楽しそうに通っていて安心して送りだせます。
- ・主に放課後に過ごす場所として利用を開始し、最近は兄弟喧嘩が減ったりと家族も助かっています。
- ・「今日、ORANGEで何したの？」と聞くのが楽しみになっています。



#### スタッフ

- ・困っていたらこども達同士で自然と声をかけ合っている姿を見ると温かい気持ちになります。
- ・こどもたちは大人が思っている以上に悩みを抱えていて、大人が思っている以上にピュアです。
- ・自らが一步を踏み出す場所となるよう関係機関とも協力していきます。

#### 保健こども課

- ・こどもたちそれぞれが自分の好きなところを見つけられる場所になれば嬉しいです。
- ・ORANGEにいと安心して「ここにいていいんだ」と思うことができます。自信をもって外に羽ばたく瞬間をORANGEで見守り支えていきます。

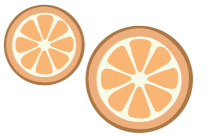


保健こども課  
小島課長

こどもたちはそれぞれ異なる個性や可能性を持っています。それを輝かせるためには、家庭や学校、地域が連携して成長を支えることが大切です。「誰ひとり取り残さない」「誰ひとり置き去りにしない」という志のもと、まちのみんなで本気で応援する仕組みを築くことが町の挑戦です。

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135  
ORANGE ☎090・6708・4592

# ふれあいの丘・保健センターに 新しくORANGEができました



2024年10月に玉東町から委託を受け、社会福祉法人若葉会がこどもの居場所「ORANGE」を開所しました。  
※社会福祉法人若葉会は学童保育「ほっとほーぷ」、放課後等デイサービス「ほっとHOPE」を運営しています。



▲オレンジ色の扉が特徴的な入口

## 📌 ORANGEってどんなところ？

### こどもの育ちを支える場 子育て世代が頼れる居場所

ORANGEは何かを教える場所ではありません。こどもたち自身が、「今日何をするか」「どんな風に過ごしたいのか」を考え、一日を彩っていく。いわば、「こどもたちの基地」です。

こどもや保護者と一緒に考え、共に歩み、「次の一步を踏み出す瞬間を一緒に迎える場所」を目指しています。一人ひとり、向き合っているものが違うため、本人の気持ちを何よりも大切に活動しています。

#### 具体的な取り組み

- おはよう食堂
- 送迎の支援
- 宿題などの見守り
- 相談やサポート
- 居場所の提供

## 📌 ORANGEができたきっかけ

### 「思春期のこどもたちを支えたい」 そんな想いから誕生しました

思春期のこどもたちは、学習面も対人関係も激動期を迎え、毎日がんばっています。特に、目に見えない「こころ」の成長の変化に戸惑い・迷い・不安になる時期でもあり、こどもの心に寄り添った支援が必要だと考え、ORANGEは誕生しました。

同時に、「小学校にあがってからも気軽に相談できる場所がほしい」と保護者からいただいた声も叶えることができました。



まずは  
見学から

## 📌 ORANGEの利用方法

### ORANGEまたは 保健こども課にご相談ください

「ORANGEにいつみたい」「話を聞いてほしい」など、お気軽にご相談ください。経験豊富なスタッフがORANGEでお待ちしています。

ORANGEには、利用者が使えるスペースのほかに、ママ友会やちょっとした打ち合わせなどに使用できるフリースペースもあります。

【対象】  
小学1年生から18歳までのこどもと保護者

【開所日時】  
月・火・水・金  
午前11時30分から午後6時30分

※学校の長期休暇期間は午前9時30分から開所しています。



## 18才以下の自転車用ヘルメット購入を補助

4月1日から、「熊本連携中枢都市圏事業」として、自転車用ヘルメットを購入した18才以下のこどもの保護者に1人2,000円を上限に補助金を交付します。



### 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
- ② 2007年(平成19年)4月2日以降に生まれたこどもの保護者

### 2 補助金額 2,000円(上限)

※購入額が2,000円未満の場合は実費相当額を補助

### 3 補助対象となるヘルメット

- ① 令和7年1月1日以降に新品で購入したもの
- ② 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 令和7年4月1日から令和8年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です。

詳しく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



## 熊本県子ども・若者総合相談センター

熊本県子ども・若者相談センターは、子ども・若者育成支援推進法に基づき、ニート、ひきこもり、不登校などの社会参加や社会的自立に困難を有する子ども・若者などを対象とした総合相談窓口です。従来の縦割りの対応でなく、支援機関(医療・就労・生活・学校など)をネットワークで繋ぐことにより、みなさまがワンステップで、安心して、ご相談出来る場所です。電話やメールでもご相談を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。



### ●対象

主に15歳~39歳までの人とそのご家族、友人、知人、支援者など

### ●連絡先

熊本県子ども・若者総合相談センター ~COCON ここん~

熊本市東区月出3丁目1-120 熊本県精神保健福祉センター2階

### 【電話】

☎096・387・7000(月~金 午前8時30分~午後9時)

### 【メール】

kowaka-cocon@wind.ocn.ne.jp

(※メール相談は24時間受け付けておりますが、返信は午前8時30分~午後5時30分となります。)

### ●ホームページ <http://kowaka-cocon.jp/>

### ●料金 無料



## 狂犬病予防集合注射のお知らせ



飼い犬は毎年1回狂犬病予防注射の接種が義務付けられています。町で行っている集合注射会場で受けるか、動物病院で必ず受けてください。

※時間が合わない場合は、違う行政区の時間帯でも接種可能です。

期 日	場 所	行 政 区	時 間
5月10日(土)	JA玉東支所	白木、上白木、西安寺	午前 9時30分~午前 9時50分
		二俣東、二俣西	午前 9時50分~午前10時10分
		原倉東、原倉西	午前10時10分~午前10時40分
	玉東町役場 西側駐車場	浦田、上木葉、揚	午前10時50分~午前11時10分
		高月、町、土生野	午前11時10分~午前11時30分
		山口、稲佐	午前11時30分~正午

◎今年度狂犬病注射を接種されていない犬は、もれなく受けてください。

◎生後3か月以上の飼い犬で、登録が済んでいない犬は、登録と狂犬病予防注射を受けてください。

◎登録が済んでいる犬は、狂犬病予防注射のみ受けてください。

料金 (一匹あたり)	犬の登録が 済んでいる 飼い主	犬の登録が 済んでいない 飼い主
	注射手数料 2,800円	登録料 3,000円
	注射済票交付手数料 500円	注射手数料 2,800円
	合 計 3,300円	注射済票交付手数料 500円
		合 計 6,300円

### ★登録済みの飼い主の皆さんへお願い★

①飼い犬が死亡したとき ②飼い主が変わったとき ③飼い犬の住所が変わったとき  
所定の用紙がありますので、犬の鑑札、狂犬病予防注射済票をもって、注射会場、または町民生活課までお越しください。

問い合わせ先 町民生活課 ☎85・3183

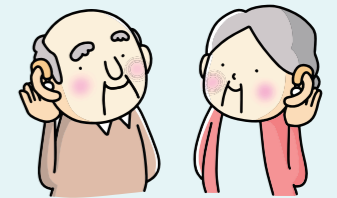


## 高齢者補聴器購入費助成事業

【令和7年4月1日以降に購入した補聴器から対象】  
聴力機能の低下によりコミュニケーションが取りにくい高齢者の社会参加および地域交流を応援するため、補聴器の購入費の一部を助成します。

次の(1)~(5)を全て満たす人が対象となります。

- (1)65歳以上の人
- (2)申請日に玉東町に住民票があり、当町の介護保険の被保険者
- (3)聴覚障害による身体障害者手帳を持っていない人
- (4)耳鼻咽喉科の医師から本事業の基準を満たす証明を受けた人
- (5)他自治体で同種の助成を受けていない人



●助成対象 両耳または左右いずれかの耳に装用する補聴器1台の本体費用(補聴器に付属する電池、充電器およびイヤモールド含む)

●助成額 対象者一人につき1回で、購入額の2分の1以内で3万円が上限

●申請期限 補聴器を購入した日の翌日から1年以内

- 申請に必要なもの 1)玉東町高齢者補聴器購入費用助成申請書兼請求書
- 2)証明書(意見書)※受診に係る費用、意見書作成の費用は自己負担
- 3)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



## 带状疱疹ワクチン、2025年4月より 65歳以上の皆さまを対象に定期接種が始まります！

**带状疱疹**とは、免疫の低下により、体内に潜伏する水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することで発症する感染症です。感染すると強い痛みを伴う疱疹が体の左右いずれかに帯状にあらわれます。疱疹が治癒した後も、痛みが慢性的に続く带状疱疹後神経痛が後遺症として残るケースも少なくなく、生活の質を著しく低下させることもあります。50歳以上で発症率が高いといわれています。

### ◆带状疱疹ワクチン定期接種の対象者

○2025年度内に65歳を迎える人：対象の人には、4月上旬に個別通知いたします。  
○60～64歳で対象となる人（※1）  
2025年度から2029年度までの5年間の経過措置として、その年度内に70、75、80、85、90、95、100歳（※2）となる人も対象となります。  
※1：ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人  
※2：100歳以上の人については、2025年度に限り全員対象となります。

### ◆使用するワクチンとそのスケジュール

带状疱疹ワクチンには生ワクチン、組換えワクチンの2種類があり、いずれか1種類を接種します。各ワクチンは、接種回数や接種方法、接種スケジュール、接種条件、効果とその持続期間、副反応などの特徴が異なります。それぞれの特徴がありますので、接種を希望される人は、医師とも相談の上、接種するワクチンをご検討ください。

- **生ワクチン** …… 皮下に1回接種します。
- **組換えワクチン** …… 2か月以上の間隔をあけて2回筋肉内に接種します。  
病気や治療により、免疫の機能が低下したまたは低下する可能性がある人などは、医師が早期の接種が必要と判断した場合、接種間隔を1か月まで短縮できます。

参考）厚生省ホームページ 带状疱疹ワクチン

項目	乾燥弱毒生水痘ワクチン	乾燥組み換え带状疱疹ワクチン
接種回数	1回	2回 標準的には1回目の接種から2か月の間隔をおいて2回目の接種を行う
接種方法	皮下注射	筋肉注射
副反応など	注射部位の赤み、かゆみ、痛み、腫れ、発疹など	注射部位の赤み、かゆみ、痛み、腫れ、発疹など
接種できない人	病気や治療によって、免疫が低下している人は接種できません。	免疫の状態にかかわらず、接種可能です。

問い合わせ先 保健子ども課 ☎85・3135



## スポーツ安全保険に加入しましょう

スポーツ安全保険の令和7年度加入受付を3月より開始しています。「小さな掛金・大きな補償」を合言葉に、活動中の万一のケガや賠償責任に備え、スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動、レクリエーション活動など、4人以上のアマチュア団体・グループが御加入いただけます。

手続きはインターネット（スポあんネット）で簡単、便利に御加入いただけます。保険の詳しい内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。  
<https://www.sportsanzen.org>



問い合わせ先 （公財）スポーツ安全協会  
0570・087109（固定電話）／03・5510・0033（携帯電話など）



## 春の集団健康診査 （特定健診・がん検診）のお知らせ

と き：4月11日（金）・12日（土）

受付時間：午前8時～午前10時

と ころ：ふれあいの丘 保健センター

令和7年3月ごろご案内の  
通知を発送いたします。



※協会けんぽ被扶養者も特定健診が受診できます。希望者は事前に玉東町役場保健子ども課へご連絡ください。必ずマイナ保険証と受診券の持参をお願いします。

### 健康診査など

種類	対象年齢	料金	内容
若人健診	国民健康保険加入の20歳～39歳の人	1,000円	問診、身体計測、血圧測定、血液検査（血糖、脂質、肝機能、腎機能）、心電図や眼底検査、貧血検査など
特定健診	国民健康保険加入の40歳以上の人		
後期高齢者健診	75歳以上の人	800円	

がん検診など（※胃がん検診、腹部超音波、乳がん検診、子宮頸がん検診は4月12日（土）のみ実施します。）

種類	対象年齢	料金
肺がん（結核）検診	40歳以上	無料
大腸がん検診		300円
前立腺がん検診		500円
肝炎ウイルス検査		600円
ピロリ菌検査		1,650円
胃がん検診	20歳以上	1,000円
腹部超音波検査		3,740円
乳がん検診		1,500円
子宮頸がん検診		1,000円

（年齢は令和8年3月31日時点の年齢です）

健診はあなたを守る  
「盾」になる。

健診でみつかるのは、病気だけでなく、病気の兆候がないという安心がみつかる機会でもあります。年に1度の特定健診で、あなたの健康を守りましょう。

必見!!!今年から、集団健診にて骨粗鬆症の検診がスタートします!!!

40歳からはじめる「骨粗鬆症検診」知らないうち（無症状）にやってくる「いつのまにか骨折」を防ぐ第1歩です!

40歳以上になったら、自分の骨量を知るべき年齢!

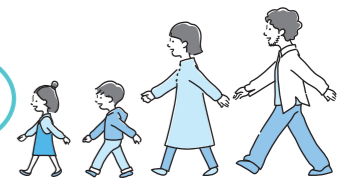
女性は、30代後半から40代半ばにかけて閉経に向けて心身の変化が生じはじめるプレ更年期を迎えます。この時期に自分の骨量を一度計って生活習慣を見直すことで、骨粗鬆症を予防することができます。

- 対象者 40歳以上の女性 ●費用 1,000円 先着20人限定です!
- 申し込み 希望者は、保健子ども課（☎85・3135）へお申し込みください。（4/1～受付開始）

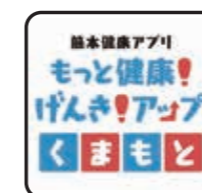


## 歩いて 豪華賞品ゲット!

玉東町登録者  
316人（2月末時点）



歩くことでポイントがたまる、熊本健康アプリ「げんき!アップくまもと」を使って豪華賞品に応募しませんか?スマートフォンがあればすぐ利用できます。



詳しくは  
こちら



アプリダウンロードは  
こちら



問い合わせ先 保健子ども課 ☎85・3135

# めぐり、めぐる 人にやさしく、環境にやさしい 循環型社会をめざして

今年度の東部環境センター・リサイクル体験講座は「くらしにエコと彩り」をテーマに、くらしの中のSDGs（エス・ディー・ジーズ）を推進します。未来のために、未来のことを考える！エコ、環境問題、国際文化について、身近なところから、一緒に考える「きっかけ」をお届けします。

## おかげさまで 26 周年



東部環境センターは、地域のごみ処理施設として1999年4月に誕生。ごみを燃やす、分ける、埋める、この3つを主な役割として、現在も皆さんの生活に寄り添っています。日本では2000年に「循環型社会形成推進基本法」において3R（スリー・アール）の考え方が導入され、ごみの量を増やさない、再利用する、物を繰り返し使うといった、今となっては「当たり前」の取り組みの基盤が生まれました。生活の一部として、分別やリサイクルが浸透してきている現在、循環型社会がめざすカタチも変化しています。

## 地域に思いやりの循環を

テレビや新聞などで見聞きするSDGs（エス・ディー・ジーズ）。この言葉を聞いたことはあるけど、いまいち「ピンとこない」という声を耳にします。SDGsは、環境、経済、社会、文化を調和させ、複数の課題を同時に解決させることが目標です。これを地域の中で実践していくために、私たちにできることは何でしょうか。キーワードは「調和」です。

調和とは、心地よく、整っている状態を意味します。自分が心地よいと思える感覚を大切にしてください。その心地よさを家族に、友人に、近所の人に、思いやりの循環として広げていけたら…。令和の循環型社会は、環境にやさしいだけでなく、人にやさしく、思いやりの気持ちを循環させることで地域の活性化を目指します。



## SDGsの最初の一步、それは物事をよく知ること

吸湿性・通気性にも優れているガーゼ。織物が高品質で有名なパレスチナのガザ地区から由来し、その名前がついたそうです。そんなガーゼの故郷・ガザ地区は、街は破壊され、燃料不足、水不足が深刻な状況です。

東部環境センターで人気の講座「裂き織り体験」は、江戸時代、寒冷な気候のため綿が育たず、貧しく着る物に不自由した東北の人々が、古布を細かく裂いて、用立てていたことが始まりとされています。



今年度の体験講座は、従来の**アップサイクル**(※)に加えて、歴史や背景を学ぶことで、私たちにできる身近なエコ、SDGsについて「感じ、考える」きっかけ作りをお手伝いします。

※アップサイクルとは、新しい発想やデザインで、元の素材(廃材)に付加価値を加えること。

## 4 月リサイクル体験講座

～春の陽気に誘われて「はじめて」を始めよう～



### ハギレ布で作る帽子(連続2回講座の1回目)



▲土山先生の講座は明るく、楽しく、親切！で人気です

とき 4月21日(月)  
午前9時30分から午後3時  
講師 土山 千代子 氏

準備物 ①幅110cm×丈100cmの一枚布(帽子の表と裏の2種類)②ミシン③ミシン糸④裁縫道具⑤筆記用具⑥50cm程度のものさし⑦お弁当⑧材料費700円

受講者の感想:「古布でん、なんでん、捨てられん。たからものになる。講座に参加すると、いつもそう感じます。工夫して使うと楽しいです」

### ミニラグを織ろう～ラグの歴史を辿る～



とき 4月24日(木)  
午前10時から午後3時30分  
講師 松本 美保子 氏

準備物 ①ハサミ②30cm程度のものさし③残糸100g程度(素材・太さ・色は自由)④筆記用具⑤お弁当⑥材料費300円  
※毛糸針太口タイプ、タコ糸やシャギー毛糸があれば持参ください。

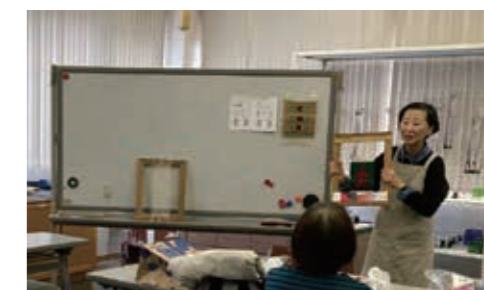
## リサイクル+SDGs=くらしに彩り

4月の体験講座では、ミニサイズのラグに挑戦します。初期の敷物は、その地域で手に入りやすい素材が使用され、実用性重視！その織り方はデコボコで、ロンドンの大英博物館で実物を見たとき、とても驚きました。

また、各国によってラグ、壁掛け、絨毯、マットなど、呼び名も様々。敷いて使うもの、神として崇拝するもの、目的も違います。フランスでは、ラグは住環境を豊かにするアイテムとして、高値で取引されていたため、贅沢禁止令が出た過去もありました。

ラグの歴史は、とにかくキリがありません。楽しくお話ししながら、ラグと一緒に作りましょう。「はじめて」は何歳になっても刺激的で、いいものですよ。

体験講座講師 松本 美保子氏(玉名市在住)

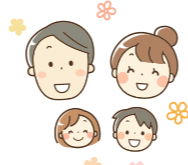


▲松本先生の講座の魅力は豊富な知識と話術！ご専門はテキスタイル(織物)、国際文化・マナー。

講座の申し込み 東部環境センター  
4月1日(火)午前9時から  
0968-75-5050(土曜日お休み)



# 国民健康保険からのお知らせ 国民健康保険届出を忘れずに!



加入する健康保険や保険証、資格確認書または資格情報のお知らせの内容に変更があった場合は、届け出なければなりません。

	こんなとき	手続きに必要なもの
国保に「加入」するとき	別の市区町村から転入したとき	前住所地の転出証明書
	職場などの健康保険をやめたとき 職場などの健康保険の扶養を外れたとき	健康保険資格喪失証明書、雇用保険離職票(資格喪失日が確認できる書類)
	子どもが生まれたとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ、母子健康手帳
	生活保護が廃止されたとき	保護廃止決定通知書
国保を「脱退」するとき	別の市区町村に転出するとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ(該当者全員分)
	職場などの健康保険に加入したとき 職場などの健康保険の被扶養者になったとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ、職場の健康保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ(どちらも該当者全員分)
	死亡したとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ
その他	住所・氏名・世帯主に変更があったとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ
	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせを紛失または破損したとき(再交付)	本人確認ができるもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)
	町外の住所地特例施設に入所するとき	入所・入院証明書
	修学のため一時的に他市区町村に住むとき	保険証、資格確認書または資格情報のお知らせ、在学証明書等(学生証)

※上記手続きには本人確認ができるもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)およびマイナンバーがわかるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)が必要な場合があります。

## 注意!

- 国民健康保険加入の届け出が遅れると、社会保険などの資格がなくなった時までさかのぼって加入し、保険税を納めることになります。
- 他の健康保険に加入しているのに国民健康保険証、資格確認書または資格情報のお知らせを使って医療機関などを受診すると、後で国民健康保険が負担した分の医療費の返還をお願いすることもあります。  
※このようなことにならないためにも、上記の届け出は必ず変更のあった日から14日以内に済ませてください。

問い合わせ先 町民生活課 ☎85・3183



# 東部環境センターからのお願い



誤ったごみの分別により、火災・爆発事故が他のごみ処理施設で相次いで発生しています。リチウムイオン電池や、穴の空いていないカセットボンベやスプレー缶が分別されずに「燃えるごみ」「燃えないごみ」などの違う品目のごみに混ざっていることが原因との報告です。

火災などにより施設の故障や事故が発生した場合、修理に多くの費用や時間がかかるとともに、その間のごみ処理が滞り、住民の皆さまの生活に多大なる影響が出る恐れがありますので、適切にごみ分別の徹底のご協力をお願い致します。

問い合わせ先 東部環境センター ☎75・5050

みんなの居場所 だんだんみかん

## みかん食堂

開催日: 4月20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  
食事は限定50食  
対象: 町内在住の人  
料金: 子ども 無料/大人 300円

※申し込みは不要。※アレルギーのある人は、事前にご連絡ください。※施設外でのケガなどへの補償はできません。

みんなが集まれる地域食堂♪  
ルールを守って、出入り自由。過ごし方自由。

## 4月のイベント

### 「分館対抗球技大会応援ツアー」

応援グッズを手作りして、頑張っている地域の方々をみんなで一生懸命応援しよう♪  
開催日 4月20日(日) 場所 玉東町中央公民館

調理・見守りボランティアさん  
食材などの寄付も随時受付中♪  
気軽にご連絡ください。

問い合わせ先: 龍 080-3974-0220  
dandanmikan748@gmail.com



## すすめよう!男女共同参画社会

### 防災について考えよう

熊本地震から9年が経とうとしています。その後も地震をはじめとした災害は頻発し、甚大化しています。2月12日に開催した男女共同参画社会推進懇話会では「防災」をテーマに話し合いました。

・避難所はどんなところ? 近くの公民館にも避難できるの? トイレが和式のところは使いづらいのでは?

・役場庁舎も含め、町には10か所が避難所に指定されています。現在、各地区で「地区防災計画」を作成してもらっており、そのなかで各地区の公民館を避難所として指定することもできます。各地区の公民館のトイレも地区で検討していただきたいですね。

・避難所のトイレは子どもや女性が性被害にあうケースがあると聞きました。

・子どもや女性、高齢者など、避難所には配慮することが多くあります。是非、「地区防災計画」を作成するときは色んな人の意見を取り入れていただきたいです。

避難所の場所確認や、トイレの状況、非常食の期限確認、色んな人への配慮など普段から自分たちでできることはやっておきたいですね!



## 食改さんのヘルシー料理 おすすめレシピ 野菜たっぷりもずくスープ

★学習日 2月20日



もずくには、美肌作用、がん予防など健康への水溶性食物繊維が豊富に含まれています。また、水溶性食物繊維は粘着性があり、お腹の中をゆっくりすすむため空腹を感じにくくなる効果があります。糖質の吸収を穏やかにして血糖値の急上昇を抑えるため食事のはじめに食べるのがおすすめです。

コレステロールを体外に排出し、血圧の上昇を抑えるなど、生活習慣病の予防・改善に効果を発揮します。  
男性料理教室で実施しました。

## 作り方

- タマネギは薄切り、ニンジンとチンゲンサイはせん切りにする。  
しめじは石づきを取りほぐしておく。
- 鍋に分量の水とタマネギ、ニンジン、しめじを入れる。煮えたら鶏ガラスープの素と薄口醤油で味つける。
- もずく酢とチンゲンサイを加える。
- 器に盛り黒こしょうをかける。

## 【材料】(4人分)

タマネギ	.....小1/2個	鶏ガラスープの素	.....大さじ1/2
ニンジン	.....40g	薄口醤油	.....大さじ1
チンゲンサイ	.....1株	水	.....600cc
しめじ	.....1/2袋	黒こしょう	.....少々
もずく酢	.....70g(1カップ)		



# 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4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

●3月号の答え ヒナマツリ

●当選者  
応募総数 18通  
当選者 5人  
なお当選者には4月下旬に景品の発送をもってお知らせします。

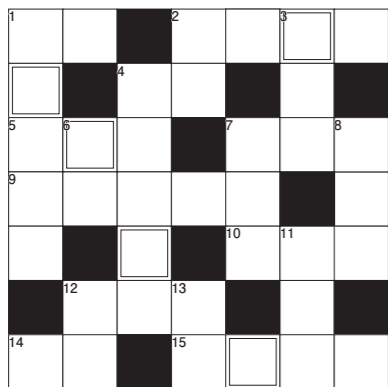
【3月号の答え】

リ	ツ	ケ	ア	ワ	セ
キ	ア	ツ	マ	マ	ソ
ヒ	キ	リ	ヨ	ク	
フ	ル	ホ	ン	ワ	カ
セ	イ	ジ	ユ	ク	ジ
ン	ツ	メ	ツ	ナ	

答え ◎◎◎◎◎

- ◆ヨコのカギ◆
1. 国の最高権力者。君主。
  2. 帳簿に記載すること。
  4. 物が燃えつきた後に残る、粉のような物。
  5. 土と木。土石・木材・鉄材などを使って道路・鉄道・河川・堤防・橋梁・港湾などを建設する工事。
  7. 自分の家。自分の家庭。
  9. 漢字と仮名で言葉を書き表すときに、漢字の後に付ける仮名。
  10. 便秘のときなど、おつうじをよくするために飲む薬。
  12. 大勢が入り混じって雑然と寝ること。
  14. 太陽がしずんでから次の朝までの暗い時間。
  15. 小さい包み。品物を紙などに包んで、遠くに送るもの。

- ◆タテのカギ◆
1. 町なかを通る幅の広い道。
  2. わからないことをたずねること。問題。
  3. 映像を記録すること。また、記録した映像。
  4. 軟質小麦から製粉した、たんばく質・グルテンの少ない小麦粉。
  6. 同等以下の相手に対して男性が自分を指し示す言葉。
  7. 離れた所に立てた棒などに輪を投げてはまるかどうかを競う遊び。
  8. 台を設けた屋根付きの小さな店。
  11. 骨盤の下半部を占める左右一対の骨。
  12. 細長く、そいだ竹などを編んで作った底の浅い容器。
  13. 形がトラに似た動物。犬と同じようにペットとして飼われる。



ヒント  
春の夜に関係することです

答え ○○○○○

# YUME STATION KONOHA

ゆめ・ステーション・このは

皆様ご利用・ご愛好ありがとうございました。

一般社団法人ぶらっとぎょくとうは令和7年4月1日より、「ゆめ・ステーション・このは」の運営から撤退し、本来の「ぶらっとぎょくとう」店舗のみの運営となります。令和6年度の1年間は初めての2施設統合運営に四苦八苦しながらも、よりよい施設を目指そうとスタッフ一同邁進し、多くの利用者の人々に支えられ、なんとか1年間やり遂げることができました。

令和7年4月1日より「ぶらっとぎょくとう」店舗へ拠点が戻り、ソフトクリームやアイスクリームの販売及び、玉東町の魅力発信や観光案内を引き続き行いますので、どうぞ変わらぬご愛好をよろしくお願い致します。

最後に、この1年間、応援頂いた人々やお越しいただいた人々へ厚く御礼申し上げます。誠にありがとうございました。



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

最新情報は友だち追加して Check!!

LINE

日・祝日は、お休みです。

### 新刊案内

「なぞにせまれ!」世界の恐竜(全3巻)」

さまざまな恐竜をエリアごとに紹介するシリーズ。それぞれの恐竜がどこにすみ、どんな強さでどんなすがすががあったのかなど、恐竜の特長が良くわかります。最新の知見に基づき描かれたイラストと恐竜模型で、子どもむけにわかりやすく解説。

「お母さんの自己肯定感を高める本」

子どもの幸せの前にママの幸せが必要! 松村 亜里 著

著者によると「自己肯定感とは「高めよう」と思っても高まる」ものではなく「幸せになる」として「自然と高まっていくもの」だという。コロンビア大学で修士号をとった気鋭の心理学者によるいまニューヨークで流行しているポジティブ心理学をベースにしたお母さんが幸せになる14の行動習慣。

「髪の毛の疑問50」

さまざまな情報や噂にあふれている髪の毛について、気になる悩みをQ&A形式で取り上げ、正しい知識を教えます。組成などの基礎知識から、パーマやヘアカラーの仕組み、ヘアケア、抜け毛・薄毛の対策などをわかりやすく解説。

# 人権つうしん こころ

企業と人権「職場からつくる人権尊重環境」

企業は雇用を創出し、生産性を高め社会の活動を循環させています。一方で、不当な差別など、企業が関わっている「人権問題」が各分野で発生しています。このような人権問題への対応次第では企業の社会的信用を低下させる恐れがあります。そのため、人権尊重の考え方を企業の方針に取り入れ、職場内で「人権」に関する研修を行う企業が増えてきています。

### 企業に関わる人権問題

●従業員など企業内部の関係者に対するものと、取引先・消費者など外部の関係者に対するものがあります。

1. パワーハラスメント(パワーハラ)  
同じ職場で働く者に対して、職務上の地位・経験などが優位であることを背景に業務の範囲を超えて、精神的苦痛などを与え職場環境を悪化させます。  
《例えば、同僚がいる前で些細なミスを叱責する。また、特定な人に仕事を回さない、必要な情報を知らせないなど》

2. セクシャルハラスメント(セクハラ)  
相手の意に反した性的な言動を行い、相手を不快にさせることを、セクシャルハラスメントと言います。男性から女性に対する言動に限らず女性から男性もセクハラになります。  
《例えば、職務上の地位を利用して性的関係を要求し拒否した結果、不利益な扱いを受けた。また、性的言動により職場環境が不快になり仕事を休む上で悪影響などが生じた。」「結婚した方がいいよ。まだ独身なの」など》

3. その他のハラスメントや差別・偏見  
●妊娠、出産、育児休業を理由に不利益な扱いをするマタニティハラスメント  
●陰口、無視といった言葉や態度で精神的に傷つけるモラルハラスメント  
●飲酒に関連した嫌がらせをするアルコールハラスメント  
●障がいのある人や外国人への差別や偏見

※上記以外にも多数の差別や偏見があります。

おわりに  
ハラスメントや差別・偏見を受けた従業員が、仕事への意欲がなくなることは企業にとってはマイナスです。仕事が遅れたり、ミスを繰り返したりとすることで社会的評価が低下することに繋がります。従業員一人一人は「それはおかしい」と伝えるパワーを持って相手に伝え気付けてもらう事を繰り返していき事が大事だと思います。

平成29年度 法務省委託 人権啓発教材「企業と人権」参考

- 交流センター4月の休館日  
7日(月)・21日(月)
- 図書室(中央公民館 午前9時～午後5時)  
4月の休館日  
6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)・29日(火・祝)

**マイナンバーカード休日窓口のご案内**

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。

4月27日(日)・5月25日(日)・6月29日(日)

【問い合わせ先】 町民生活課 ☎85・3183

消費生活Q&A

第93回のテーマ

民法改正  
賃貸借契約 原状回復費用

敷金の返還について法律が改正されたって聞いたよ。どのように変わったの?  
(安しんた君)

そうだね。民法改正がある前は「敷金が戻ってこない」など、敷金をめぐるトラブルが後を絶たなかったのよ。そのため、敷金の定義や返還時期、返還の範囲についてルールが定められたの。  
(ずもっちゃん)

そうなんだね。賃貸借契約をする上で知っておくべき言葉はある?  
(ずもっちゃん)

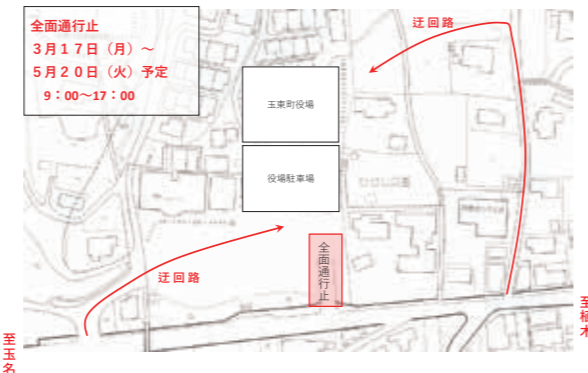
- あるわ!
- ①敷金とは、家賃の滞納などの債務の担保として借主から貸主に預ける金銭のこと。
  - ②貸主は、賃貸借契約が終了して賃貸物が返還された時点で、敷金を返還しなければいけない。
  - ③貸主は、敷金から未払債務(未払いの家賃、損害賠償金、現状回復費用など)を差し引いて返還することができる。
  - ④借主からは、未払債務を敷金から差し引くよう請求することはできない。  
一番大事なことは、契約時に契約内容、退去時の原状回復費用の清算内容を確認する事ね!

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

役場正面入り口の  
通行止めについて

役場正面入り口拡張工事に伴い、一時全面通行止めとなっています。  
期間が長く来庁者の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご協力の程よろしく願いいたします。

期 間: 3月17日(月曜日)～  
5月20日(火曜日)  
時 間: 9:00～17:00  
迂回路: 下図のとおり



至橋本

4月6日(金)相談日

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	18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	16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

残高不足にご用心!!  
今月の口座振替

- 4/30(水) 水道料(3月使用分)
- 町営住宅使用料(4月分)
- 保育料(4月分)

便利なダイヤルイン(直通)をご利用ください

**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

大牟田高等技術専門校  
(訓練生募集)

- 【訓練コース①】  
経理事務科1  
募集期間 3月25日(火)～5月12日(月)  
定員 30人  
訓練期間 6月から6か月  
6月4日(水)～11月28日(金)  
対象 就職希望者  
受講料 無料※別途 教科書代など必要  
【訓練コース②】  
一般事務実践科  
募集期間 3月25日(火)～5月12日(月)  
定員 20人  
訓練期間 6月から5か月  
6月4日(水)～10月29日(水)  
対象 就職希望者  
受講料 無料※別途 教科書代など必要  
【問い合わせ先】  
福岡県立大牟田高等技術専門校  
☎0944・544・0320

「助けたい!」を行動に  
救命講習会のお知らせ

みなさんは心肺蘇生法やAEDを適切に実施、使用することができますか?救命車が到着するまでの間、その場にいる人の刻も早い適切な心肺蘇生法の実施とAEDの使用が、命を救う重要な力となります。  
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。住民のみなさんの参加をお待ちしております。

- 【とき】 4月20日(日)午前9時から正午まで(時間を短縮する場合があります。)
- 【ところ】 有明広域行政事務組合 消防本部・玉名消防署
- 【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。
- ※参加申し込み数が5人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。
- 【申し込み・問い合わせ先】 玉名消防署 救急係  
☎73・7117

ミツバチに対する  
農業危害防止について

これからカンキツ類の開花が始まり、ミツバチが訪花する時期になります。農業を散布するときは、ミツバチへの農業による危害が生じないように、近くの養蜂家と巣箱の位置や防除計画などの情報を事前に交換するとともに、散布した農業がミツバチにかららないよう十分注意しましょう。

- 【問い合わせ先】 熊本県農林水産部農業技術課  
☎096・3333・2381  
畜産課  
☎096・3333・2401

**ロードクリーン・ボランティア 協定団体の募集について**

熊本県では、県が管理する道路での清掃や除草、植栽などのボランティア活動への支援を目的として、「ロードクリーンボランティア事業」を実施しています。個人や団体を問わず申し込み可能で、ゴミ袋や車などの支給、清掃用具の貸し出し、保険の加入補助などの支援を行っています。

- 【問い合わせ先】 皆さまのご参加をお待ちしています。  
県道路保全課  
☎096・3333・2495

道路緊急ダイヤル(☎0910) 通報のお願いについて

道路緊急ダイヤルは、道路における倒

民地から道路に張り出している  
木の伐採のお願いについて

木や穴ぼこなど、道路異状を発見した場合の通報窓口です。このダイヤルに通報いただくことにより、速やかに応急処置などを実施することができ、道路の異状による事故を未然に防ぐことができます。道路異状を発見されました場合は、速やかに☎9910にご連絡いただきますようお願いいたします。

- 【問い合わせ先】 県道路保全課  
☎096・3333・2495

道路や歩道への枝の張り出しや倒木により歩行者や自動車などに損害が発生した場合、樹木所有者の管理責任を問われることがあります。  
よって、道路沿いで樹木を所有されている方は点検を実施していただき、危険な場合は伐採するなどの措置を講じていただきますようお願いいたします。

- 【問い合わせ先】 県道路保全課  
☎096・3333・2495

境界  
通行障害部  
建築境界  
境界  
境界

2.5m 4.5m

歩道 車道

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!



こんにちは

# 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

4月1日(火)より新規会員・更新受け付けます!

**4月1日~4月7日まではどの種目も無料で参加OK!!**

お誘い合わせの上、ご参加ください。4月8日からはお支払いがお済みでない人は参加できません。

会員募集

## ワンコイン会員

- 毎回行けるか分からない...
- 会員になる前に試してみたい...
- と思われる人は1回

500円で参加できますよ!

### お支払い窓口

場所: 玉東中央公民館  
 受付時間: 平日8:30~17:00  
 土曜日: 4月5日のみ  
 8:30~12:00  
 受付します。

### 会員になると、どの種目も行き放題!!

期間 令和7年4月1日~令和8年3月31日まで  
 ジュニア(18歳以下) ..... 6,000円  
 一般(19~59歳) ..... 12,000円  
 シニア(60歳以上) ..... 10,000円  
 ☆年齢は4月2日現在です。 ※保険代込み  
 ☆中途脱会の場合でも年会費は返金いたしません。  
 ☆別途参加費をいただく種目があります。



「私も教えたい!」「こういう種目があればいいな」などお気軽にご連絡ください! [教育委員会 ☎85・3609]

## オレンジはあとクラブ 4月の予定表

種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	7・14・21	14:00~15:30	中央公民館(大研修室)
カラオケ	火	8・22	9:00~12:00	カラオケ・むら
朗読教室	火	1・15	10:00~11:30	中央公民館(大研修室)
太極舞	火	1・8・15・22	15:00~16:00	中央公民館(大研修室)
新体操	火	1・8・15	18:00~20:00	町民体育館
トランポリン(別途1回200円)	火	1・15・22	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	1・8・15・22・29	19:00~20:15	町営グラウンド
	木	3・24・16(水)		
ジュニアサッカー(別途年会費あり)	火	1・8・15・22・29	19:00~21:00	町営グラウンド
	木	3・24・16(水)		
バウンドテニス	火	1・8・15・22・29	19:30~21:30	玉東中体育館
ゆる体操	水	2・16	13:30~14:30	中央公民館(和室)
俳句	水	16	10:00~12:00	中央公民館(学習室)
吹き矢	水	2・16	14:00~16:00	中央公民館(大研修室)
ツインバスケット	水	2・16・23・30	18:00~21:00	町民体育館
卓球(小中学生)	水	2・16・23・30	18:30~20:00	町民体育館
卓球(大人)	木	3・10・17・24	9:30~11:30	町民体育館
	日	6・13・27		
♥骨盤エクササイズ♥ ウォーミングアップコース	木	10・17・24	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	10・17・24	11:00~12:00	中央公民館(大研修室)
パソコン	木	3・10・17	13:30~15:00	中央公民館(学習室)
NEW! ヒップホップダンス (別途2000円/月)	木	3・10・17	4歳~小3・大人18:00~18:40 小4~大人18:50~19:40	中央公民館(2階研修室)
♥エアロビクス♥	金	4・11・18・25	13:30~14:15	中央公民館(大研修室)
♥ヨガティス♥	金	4・11・18・25	14:25~15:10	中央公民館(大研修室)
ズンバ	金	4・18・25	15:15~16:00	中央公民館(大研修室)
太極柔力球	金	4・18	10:00~11:30	中央公民館(大研修室)
英会話	金	4・18	19:30~20:30(初級) 20:30~21:30(中級)	中央公民館(学習室)
3×3バスケットボール	金	4・11・25	19:30~21:30	町民体育館
書道	土	5・12・19	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「小岱山周回コース」	土	19	8:30 玉東町役場玄関前集合(乗り合わせ) 13:00 役場解散	
健康太極拳	土	5・12・26	10:30~11:30	中央公民館(和室)
バレーボール	土	5・12・19・26	19:00~20:30	玉東中体育館

★持ち物: 飲み物、軽食、雨具 10名程度募集 ※要申込み 雨天中止

※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。妊婦さんもぜひ、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。

## つどいの広場「ひまわり」では、こんなこともしています。遊びに来ませんか?

### \*平日サロン(ひまわり解放) 利用時間10:00~15:00

親子でいろいろなおもちゃや、絵本などで自由に遊べます。遊びに来てくれている親子や、スタッフと色々な楽しいお話しませんか!?

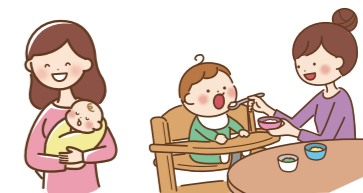
離乳食や、お昼ごはんを持ってきて食べることも出来ますよ。かわいい子ども服(¥50~)や、育児グッズなどのフリーマーケットスペースもあります。  
 (不要になった服(100cmまで)や、育児グッズの提供大歓迎!よろしく願いいたします。)

### \*赤ちゃん大きくなっただかな(体重測定) (予約制) 10:30~11:30

赤ちゃん~1歳ぐらいの子どもさんの体重を測る事ができます。

### \*なんだろDAY・ママババきらきら応援プログラム

毎回いろいろな行事を行います。広報紙、通信などご覧ください。



### \*ファーストサロン

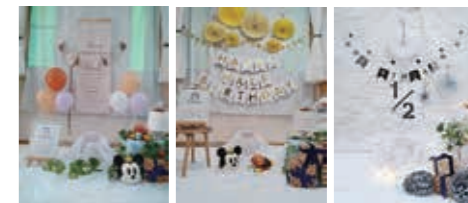
3~4ヶ月児健診時にスタッフから対象者の人にお誘いをさせていただきます。同じくらいの子どものさんを持つママとの情報交換や、スタッフ手づくりのご飯をたべたりといった内容で赤ちゃんに優しく2時間設定で行います。

### \*保育園・小学校・中学校制服おゆずり事業 (在庫、サイズ確認電話対応できます)

### \*つどいスタジオハーフバースデー<予約制>

(モトーン・イエロー・ナチュラルバージョンを交代で行います)

つどいの広場でハーフバースデーの記念、季節ごと、初節句などの写真を撮りませんか?





みなさん、こんにちは。これから、皆さんと健康や身体などについてまなびのコーナーとして、「まちの保健室だより」を連載していきます。皆さま、一緒に健康に過ごしましょう。



## お酒を飲みたい!でも身体に悪いの?

これから、歓迎会やお花見でお酒を飲む機会も増えるのではないのでしょうか。コロナ禍も明けて、友人や職場の仲間と飲むお酒は本当に最高ですね。県内でも、毎日飲酒している人が増えていますが、飲みすぎには注意です! 飲酒は、適量を超えると、生活習慣病を高めるリスクが高くなります。そして、アルコール性肝障害、がん、不安やうつ、自殺などのリスクとも関連しています。そして、アルコール依存症の人は、なんと日本に107万人もいるとされているのです。

ご存じですか? 1日のアルコールの適量は純アルコール20g程度です

1日あたり純アルコール約20gに留めると、長生きできると言われています。実際のお酒に当てはめてみましょう。(厚生労働省:健康日本21)

### 純アルコール20g程度

ビール(5%) 350ml	焼酎(25%) 100ml	日本酒(15%) 180ml	ワイン(12%) 200ml	ハイボール(7%) 350ml	ストロング系(9%) 純アル25g
------------------	------------------	-------------------	-------------------	--------------------	----------------------



1日あたり純アルコール約40gを超えると、生活習慣病の危険性が高まると言われています。実際の飲酒量に当てはめてみましょう。

<b>例①</b>	<b>例②</b>	<b>例③</b>
缶ビール(350ml) +  焼酎1合(180ml)	ストロング系(350ml) 2本	ハイボール(350ml) 2本
純アルコール 14g + 36g 合計 50g↑	50g↑	39g→

適量を心がけると健康もお酒もどちらも長く楽しめます。お酒とは上手に付き合しましょう。

【参考】厚労省が定めた「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン 生活習慣病のリスクを高める飲酒量」



## つながる手帳『はびねす』

『はびねす』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。

4月 April 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
30	31	1 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	2 丘サロン (交流センター) 10:00~11:20	3	4	5
6	7 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	8 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	9 丘サロン (保健センター) 10:00~11:20	10	11 集団健診 (保健センター) 8:00~12:00	12 集団健診 (保健センター) 8:00~12:00
13	14 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	15 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	16 丘サロン (交流センター) 10:00~11:20	17 まちの保健室 (役場) 9:30~11:30	18	19
20	21 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	22 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	23 丘サロン+丘レストラン (保健センター) 10:00~13:00 食改総会 (役場) 9:30~11:00	24	25	26
27	28 スポレク (保健センター) 10:00~11:20	29 昭和の日	30 丘サロン (保健センター) 10:00~11:20 大人マナビスPECIAL (保健センター) 13:30~15:30	1	2	3

## 玉東町地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように支援を行う『地域の総合的な相談窓口』

- 介護や健康のこと(介護予防マネジメント)
- 様々な相談(総合相談)
- 権利を守ること(権利擁護)
- 暮らしやすい地域のために(包括的・継続的マネジメント)

ケアマネージャー、社会福祉士、生活支援コーディネーター、看護師、保健師が連携し、協力してチームになって支えます。

たとえば... 家事やお風呂のこと。最近、歩きにくくなった。物忘れするようになった。一人暮らしで心配。



悩みや疑問、どんなことでも、お気軽にご相談ください!

問い合わせ先 地域包括支援センター 役場2階 福祉課内 ☎85・6242