

まよくとう

広報

2025
10
No.422

2025
October
No.422

発行 日/令和7年10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/株式会社トライ
※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。

予期せぬ豪雨の爪痕 ～令和7年8月豪雨～

皆さんの暮らしに
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

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



玉東町 すこやか カレンダー

受付
対象者
携行品

10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（秘密は固守されます）

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
10月の 休日当番医 日・祝日の 午前9時～午後5時まで			1 赤ちゃんが喜ぶ 離乳食(前期)教室 保健センター ☎ 9:30～9:45 対 R7.4月～5月生 場 母子健康手帳・エプロン スプーン(調理実習・託児あり)	2 ファーストサロン(9月分) つどいの広場 11:00～13:00/要予約	3 赤ちゃん大きくなったかな(体重測定) つどいの広場ひまわり 10:30～11:30(要予約)	4
5 さかき診療所 ☎53・1125 黒田クリニック内科・代謝内科 ☎73・6688 泌尿器科内科むらかみクリニック ☎57・8615	6	7 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	8	9	10 つどいスタジオ ハッピーファミ- (イエロー)(要予約) プロジェクト つどいの広場10:00～11:30 13:00～ 心育ひろば 保健センター 母子室 ☎ 10:00～正午 妊産婦・乳児 場 母子健康手帳・フェイスタオル2枚	11 キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ビギナーコース(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
12 浦田医院 ☎74・2412 田宮二郎内科 ☎78・2150 酒井医院 ☎71・0777	13 前田小児科医院 ☎74・1333 大野内科クリニック ☎72・3405 ながすクリニック ☎78・0527	14 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	15 1歳6ヵ月児健診 保健センター ☎ 対象人数によって、時間の変更があります。(個別に時間指定) 対 R6.1月～3月生 場 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。	16	17	18
19 大崎耳鼻咽喉科医院 ☎73・4133 西山クリニック ☎78・7811 玉名脳神経外科医院 ☎75・1511	20 つどいの広場 なんだろDAY① 10:00～11:30/要予約	21 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	22 つどいの広場 なんだろDAY② 10:00～11:30/要予約	23	24 3ヵ月児・7ヵ月児健診 保健センター ☎ 対象人数によって、時間の変更があります。(個別に時間指定) 対 3ヵ月児 R7.6月生、7ヵ月児 R7.2月生 場 母子健康手帳・問診票、各種アンケート	25 キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ビギナーコース(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
26 田尻医院 ☎53・0016 大塚医院 ☎82・2005 やざわ整形外科クリニック ☎72・3000	27	28 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	29	30 ファーストサロン(10月分) つどいの広場 11:00～13:00/要予約	31 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/zkn-web/juminkanja/S2300/initialize) をご確認ください。 ○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。	二次元コードは こちら ↓ 

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

託児：要予約 ☎ 骨盤エクササイズ
（5日前までに教育委員会事務局
85-3609へお申込みください）
・エアロビクス
ヨガ

表紙説明

令和7年8月豪雨により、中央公民館は床上浸水、町営グラウンドは冠水など大きな被害を受けました。周辺の道路も冠水し、町民の皆さまの生活に大きな影響を与えました。

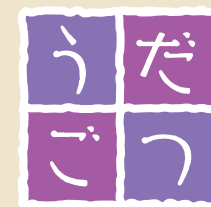


今月も広報まよくとうをお読みいただきありがとうございます。
日中はまだちょっと汗ばむ日もありますが、朝晩はすいぶん涼しくなってきましたね。
「今日は何を着ようかな」と悩むこともあるかもしれません。空を見上げると、少し高く澄んだ秋の空が広がっていて、季節の変わり目を実感します。
これからはおいしいものがいっぱい、食欲の秋、行事やおでかけも楽しい季節です。みなさんも、自分なりの「秋の楽しみ方」を見つけて、元気に過ごしてくださいね。
来月号もどうぞよろしくお願いします。

（キユー）

●人のうごき 8月末現在（前年同月比）

人口 5,105人（-69人）	転入 4人
男 2,467人（-6人）	出生 2人
女 2,638人（-63人）	転出 17人
世帯 2,108世帯（-3世帯）	死亡 8人





崩れた斜面



災害ごみ置き場（町内グラウンド西側）



オレンジ公園



冠水した道路（オレンジタウン内）



被災した中央公民館

突然襲った 未曾有の豪雨

8月10日から11日にかけて九州北部で線状降水帯が発生し、町内でも観測史上最大級となる大雨を記録しました。平年8月の雨量の3倍を超え、時間雨量は100ミリを上回るなど、これまでない規模の雨量となりました。

この影響で、町内を流れる木葉川が決壊し、周辺の住宅や道路が冠水するなど甚大な被害が発生しました。また、中央公民館や町民体育館、グラウンドといった公共施設も床上浸水・冠水の被害を受け、多くの町民の生活に大きな影響を及ぼしました。

発災翌朝から、住民の安全確保や応急復旧作業に取り組む必要があったなか、県内外から多くのボランティアの人々が駆けつけ、炎天下の中で泥出しや清掃作業にご尽力くださいました。

町としては、一日も早い生活再建を目指して全力で取り組んでいます。堤防や公共施設の完全復旧には長い時間を要する見込みです。

被害に遭われた皆さまに心よりお見舞い申し上げます。とともに、復旧作業を支えてくださったボランティアの皆さまに改めて深く感謝申し上げます。

今後は、このたびの経験を教訓に、町民の皆さまが安心して暮らせるように、災害に強いまちづくりを進めてまいります。



ボランティアによる復旧作業



県知事と国会議員の現地確認



木葉川右岸損壊状況



被災した工芸館



▲ ボランティアに参加された皆さん



▲ 話し合いによる学びの様子

地域を支える若い力

玉東中1年生ボランティア活動

玉東中学校1年生が、「総合的な学習」の一環で、夏休み期間中に地域のボランティア活動に取り組みました。

「総合的な学習」の時間では、“玉東町をアップデート！～体験からつなぐわたしたちの未来～”というテーマで今年の6月から学習を進め、玉東町をもっと魅力ある町にしていくために自分たちに何ができるか考え、体験し、最終的に、その成果を10月に開催される文化祭で発表する予定です。

一部は大雨のために中止となりましたが、生徒らは地域のことを知るために宇蘇浦官軍墓地の清掃活動やみかん食堂、玉東フットパスなど、地域住民の皆さんが地域のためにしている様々な活動を手伝いました。

台湾と熊本の新しい未来に向けて

6年生国際理解教育推進交流事業

7月29日から31日の2泊3日で、町内の小学6年生47人が台湾を訪問し、異文化への理解を深める貴重な体験をしました。滞在中は、台湾の食文化や伝統行事を体験するほか、30日には新北市淡水区にある新市国民小学校の5・6年生と交流会

を実施。英語や台湾語を使ったさまざまな活動を通じて、互いの文化や学校生活について学び合いました。

交流会では、事前学習で準備した玉東町の特色や学校生活について英語で発表。その後、台湾の児童とグループに分かれて校内探検や遊び体験を行い、笑顔と好奇心にあふれる時間を過ごしました。

初めは緊張していた子どもたちも、活動を通じて英語やジェスチャーで積極的に気持ちを伝えようとする姿が見られました。

交流会の最後には、台湾の給食やお菓子を一緒に楽しみながらさらに仲を深め、参加した児童からは「もっと交流したかった」「今度は玉東町に遊びに来てほしい。日本のことを紹介したい」といった声が寄せられ、国際交流を通じた多くの学びと感動が感じられました。



▲ 台湾新市国民小学校の児童・先生の皆さんと

共に歩んできた50年

玉東町金婚夫婦表彰式

熊本日日新聞社・町主催の金婚夫婦表彰式が9月2日、玉東町役場で行われました。今年、町内において対象となった夫婦は13組、式に参加した夫婦は9組でした。

主催の熊本日日新聞社より出席者を代表して田畑和男さん、悦子さん夫婦へ表彰状と記念品が、北田孝幸さん、みさよさん夫婦に前田町長より記念品が贈られました。

謝辞として、三嶋満さん、梨枝子さん夫婦が代表してお礼を述べました。

令和7年度 金婚夫婦 (敬称略)	浦田 川口 高徳・幸子	大城寺 田畑 和男・悦子	高月 清水 正博・榮子	山口 大城戸廣澄・有美子	稲佐 竹崎 運平・洋子	二俣西 北田 孝幸・みさよ	寺本 純二・幸枝	吉山 廣信・晶子	三嶋 満・梨枝子	村上 邦彦・純子	原倉西 清田 勝・榮子	牧 正輝・キミヨ	原倉東 大隅 克明・あけみ
------------------------	-------------	--------------	-------------	--------------	-------------	---------------	----------	----------	----------	----------	-------------	----------	---------------



▲ 金婚を迎えられた皆さん



▲ グループに分かれて言葉を教え合う



▲ 台湾のお金を持ってグループでいざお買い物へ!



▲ 台湾の友達が勧めてくれたお菓子を購入!

～3年間のありがとう～

ウクライナ避難民帰国

2022年10月、戦火を逃れ、玉東町に避難してきたウクライナの2世帯目の2人家族。長男は玉東町中学校を卒業し、2人は地域の皆さんに支えられながら、約3年間で玉東町で過ごしました。

お母さんは「家を貸していただいただけでなく、日本で安心して暮らせるように多くの方に気遣っていただきました。本当にありがとうございました。日本は人が優しく、私たちは幸せな3年間で過ごすことができました。家族のように接してくださった皆さんに心から感謝しています」と笑顔で話しました。

家庭の事情により、やむを得ずウクライナへ帰国されることになりましたが、玉東町での3年間で少しでも安心できる日々であり、これからの新しい生活に幸多きことをお祈りします。



▲ 前田町長(中)と帰国したウクライナ避難民家族

寄せられた思いに感謝を込めて

熊本県町村会災害見舞金贈呈

先月の豪雨では、町内でもさまざまな被害があり、今も復旧に向けた取り組みが続いています。町民の皆さまにとって、不安やご不便の多い毎日が続いていることと思います。

そうした中で、熊本県町村会を代表して、竹崎一成会長(芦北町長)から、本町へ災害見舞金をいただきました。あたたかい思いにふれることができ、町としても大変心強く感じています。

寄せられたご厚情は、今後の復旧・復興に活用させていただきます。



▲ 左から竹崎一成会長(芦北町長) 前田町長

「社会をよりよく
ゆるあつやく」



木葉小学校5年
川俣 湊迦さん

発表作文

社会を明るくする運動大会

私は、あいさつをする自分も相手も気持ちが悪くなるので、あいさつをするとみんなが思いやり、社会がよくなると思っています。

私の家は、お店をしています。先日、北海道から来られたお客さんから一枚のハガキをもらいました。そこには、

「元氣にあいさつをしてくれて、ありがとうございました。」

という内容が書かれてありました。私は、そのとき大きな声であいさつをすることを心がけていたので、お客さんにももらった手紙を読んでも心がぽかぽかした気持ちになりました。私のあいさつでお客さんもいい気持ちになってくれて、とてもうれしかったです。

そして、もう一つうれしくなったことがあります。私は毎朝、自

分からは積極的にあいさつをすることを意識しています。朝起きたらまず、おじいちゃんに、

「おはよう！」

と元氣に声をかけます。おじいちゃん、いつも笑顔で返してくれます。その一言でとても心が温かくなりました。学校では、友だちや先生にも明るくあいさつをするようにしています。「おはよう」と言い合うだけで気分がよくなり、気持ちのよい一日が始まる気がしました。先生、

「おはようございます！」

という言葉で、やる気もわいてきました。當下校中にも、ちいきの人から、

「行つてらっしゃい。」

「おかえりなさい。」

など声をかけられることがあります。そんなとき私は、むねがいつぱいになります。あいさつのやりとりが私をうれしくさせてくれることがわかりました。

自分からあいさつをするのは少しはずかしくてドキドキしますが、相手が笑顔で返してくれると心が温かくなり、うれしい気分になります。あいさつは短い一言でも、人と人のつながりを感じられる大切なことだと思います。これからも毎日、気持ちよくあいさつを続けていきたいと思っています。



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。

木葉地区は昨年より時間が変わっております。ご注意ください。

※行政区で時間指定しておりますが、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
11月1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00分
		高月、町、土生野	午前 11時00分～午前 11時15分
		山口、稲佐	午前 11時15分～午前 11時30分

- ◎今年度狂犬病注射を接種してない犬は、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。
- ◎会場内は混雑する場合があります。車での出入りは、十分気をつけられてください。

料金 (1匹あたり)	登録が済んでいる飼い主		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
	注射済交付手数料	500円	注 射 手 数 料	2,800円
	合 計	3,300円	注 射 済 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のお願い★

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、または役場町民生活課までおいでください。

問い合わせ先 町民生活課 ☎85・3183



令和8年度 保育所入所申込を受け付けます！



●受付期間 11月4日(火)～11月14日(金) (土日祝日を除く)
午前8時30分～午後5時まで
(受付の対象となる入所期間は令和8年4月1日以降の入所になります)

●提出先 役場庁舎2F 保健こども課
(町内保育施設在所の人は利用中の施設に提出可)

●申込方法 玉東町ホームページ、玉東町役場および町内各保育施設に用意している申請書および添付書類(保育に欠けることを証明する書類で就労証明書など)を期間内に提出してください。
申請書は児童1人につき一部提出してください。なお、新規申し込みの人は申し込みの際に面接を行いますので、時間にゆとりをもってお越しください。

※現在、保育所などへ入所している児童や玉東町外の保育所などへの入所を希望される場合も同様に申込書の提出が必要です。
年度途中に入所(育児休業復職など)予定がある人も、今回申請してください。
※町内の保育施設へ入所している児童については、施設を通して申請書などを配布します。
※各施設には、定員があります。
定員を超えて申し込みがあった場合は、選考基準に基づき保育の必要度が高い順に入所を決定するため、あらかじめご了承ください。

◆詳細は玉東町ホームページに掲載しておりますのでそちらをご参照ください◆

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135



水道メーター漏水調査へのご協力をお願い

町では、安全で安定した水道水をお届けするため、水道メーター周辺の漏水調査を実施します。

この調査は、町が委託した専門業者が行い、敷地内に立ち入って水道メーター付近の点検を行います。



身分証明書

氏 名 宮 本 大 郎
平成5年11月2日生(31歳)

上記の者は、本町で水道メーターの点検業務に従事するため、玉東町で水道メーターの点検業務に従事する者であることを証明する。発行期間 自 令和7年9月1日 至 令和8年2月19日
令和7年9月29日 玉東町 総務課 発行

▲身分証明証見本



ユニフォーム見本▶

●実施期間 10月15日から12月10日まで

●調査対象 町内全域の水道使用者

●調査内容 水道メーター周辺の漏水確認

調査にあたっては、作業員が身分証明証を携帯し、町の委託業務であることを明示いたします。
住民の皆さまにはご不便をおかけしますが、安心・安全な水道の維持のため、調査へのご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ先 建設課 ☎85・3112



玉東町消防団秋季訓練を実施します

全国火災予防運動期間にあたる令和7年11月2日(日)午前中に、熊本県防災消防ヘリコプター「ひばり」を活用した、山火事想定訓練を実施する予定です。

訓練中は玉東分署及び町営グラウンド周辺でヘリコプターが飛行し、音や振動が発生することがあります。地域住民の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、訓練の重要性をご理解いただき、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

また、訓練中は安全確保のため、周辺への立ち入りを制限させていただく場合がありますので、予めご了承ください。

問い合わせ先 総務課 ☎85・3111

7 広報 きょうと vol.422

October 2025 10 6



職員の人事異動について (9月1日付)

氏 名	新	旧
岩 川 康 幸	福 祉 課 課 長	農 業 委 員 会 事 務 局 長
小 島 隆 一	農 業 委 員 会 事 務 局 長	保 健 こ ど も 課 課 長
清 田 浩 義	保 健 こ ど も 課 課 長	福 祉 課 課 長
松 永 智 恵 美	福 祉 課 課 長 補 佐	保 健 こ ど も 課 課 長 補 佐
岩 野 朱	保 健 こ ど も 課 主 幹	福 祉 課 主 査
境 純 一	建 設 課 主 事	保 健 こ ど も 課 主 事
田 口 裕 理	福 祉 課 主 事	(新 規 採 用)

新規採用 自己紹介



タグチ ユウリ
福祉課 田口 裕理
1日も早く仕事に慣れ、玉東町民の皆さんのお役にたてるよう、努力してまいります。
どうぞよろしくお願いいたします。

『西南戦争と150年後のぼく』

北海道出身のJICAグローバルプログラム実習生が、西南戦争にまつわる史跡を巡り、心に感じたことを綴りました。

その三「篠原国幹戦没の地」

玉東町に来て3日目のこと。まだ何も知らなかった僕は自動車で連れられて山を登った。段々畑を見るのも初めてだった。山肌がしましまになっているのが面白い。いよいよ頂上に差し掛かる。道の左は石垣、右のガードレールの先は下った崖になっている。遠くには木葉山。車がぐわんと



曲がった先にはひらけた場所が出てきた。そこには「篠原国幹戦没之地」と書かれた石碑があった。その前には花とペットボトル飲料が供えられている。

篠原国幹は薩軍の一番大隊を率いた人物だ。戦場でマントを翻して戦い、そして銃弾を浴びて亡くなった。横には大きな桜の木。その木は緑色の葉っぱを茂らせて、石碑をかばうかのように生えていた。桜もこの町の人々も彼のことを気にかけているようだった。この場所にはいま、穏やかな空気が流れ込み、木漏れ日が篠原国幹を照らしていた。

長谷川 健太

地域おこし協力隊活動日誌

宮本 茂生

こんにちは、多文化共生事業担当の宮本です。8月、9月と大雨が続き、怖い思いをされたり、被災されて、未だ日常の生活を取り戻せない人も多くいらっしゃると思います。心からお見舞い申し上げ、皆様が一日も早く平穏な生活に戻られますことを祈っております。

8月10日の大雨の際には、夜中に外国籍住民からも、「冠水していて家に帰れない」「雨がひどくてこわい、どうしたらよいか」「避難すべきか」などの問い合わせがありました。例年の梅雨や豪雨を経験している私達でも、今回の雨は想像をはるかに超える激しさで、慣れない気候の日本で暮らす外国の人だけでなく、多くの人が恐怖を感じたことと思います。日本人でも予想がつかなくなった昨今の天候に対して、災害への備えや、関連する情報へのアクセス、避難への理解と対応など、地域一体となった「防災」に対する準備ができるように活動を深めたいと思いました。



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8月26日 ② 町内
③ 玉東町内外側線設置工事
④ 令和7年10月31日 ⑤ (株)エイワ
⑥ 3,759,800円 ⑦ 3,682,800円 ⑧ 97.95%
⑨ (有)大藤、(株)熊本みかど、(株)エイワ、(株)ウィルテック
システム開発(株)、九州セキスイ商事インフラテック(株)

① 令和7年8月26日 ② 上白木
③ 山北小学校プールろ過機改修工事
④ 令和8年2月28日 ⑤ (株)九州設備工業
⑥ 12,640,100円 ⑦ 12,337,600円 ⑧ 97.61%
⑨ (株)多田産業、(株)新星、(株)九州設備工業
(有)アクア設備工業、(有)前田設備工業、(有)金剛産業

29 (金)	28 (木)	27 (水)	26 (火)	25 (月)	20 (水)	19 (火)	18 (月)	15 (金)	13 (水)	12 (火)	9 (土)	7 (木)	6 (水)	3 (日)	1 (金)
農業普及指導協議会総会	有明広域行政事務組合採用試験2次試験・理事会	上白木地区懇談会	災害対策協議会	白木地区懇談会	ウクライナ避難民帰国による表敬訪問	有明広域行政事務組合和水菊水分署庁舎建て替え工事安全祈願祭	九州看護福祉大学理事会・学長選任委員会	熊本県町村会災害見舞金贈呈	熊本県町村会役員管外研修(22日)	大雨災害に係る緊急要望に関するオンライン意見交換	熊本県町村会役員管外研修(22日)	熊本県町村会役員管外研修(22日)	熊本県町村会役員管外研修(22日)	熊本県町村会役員管外研修(22日)	熊本県町村会役員管外研修(22日)
															国道3号バイパス道路に関する熊本河川事務所要望活動

町長日記

町長の行事紹介

8月

「第9回玉東町教育の日」 開催のお知らせ

子どもたちの成長を地域全体で支えるため、保育園・小学校・中学校が連携し玉東町教育の日を実施しています。年齢の違う子どもたちが関わ合うことで自然な「縦のつながり」が生まれ、次のステージへのスムーズな接続を目指します。当日は午前にはステージ発表、午後は子どもたち同士の合同レクリエーションを予定しています。

地域の皆様もぜひご来場いただき、玉東町の子どもたちの元気な姿と頑張りをご覧ください。

- 日 時 令和7年10月17日(金)
午前9時45分～午後2時40分
- 会 場 玉東中学校体育館

問い合わせ先

教育委員会学校教育課 ☎85・2203

玉東町民体育祭中止のお知らせ

8月10日からの大雨により、町営グラウンドが冠水し、町民体育館が床上浸水の被害を受けました。

この影響により、誠に残念ではございますが、令和7年度玉東町民体育祭は中止とさせていただきます。

楽しみにされていた皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

問い合わせ先

教育委員会社会教育課 ☎85・3609

第5回 あらたま窯元めぐり

※あらたま…荒尾・玉名地域

荒尾・玉名地域の窯元を自由にめぐる「第5回あらたま窯元めぐり」を開催します。
荒尾・玉名地域は、熊本県内有数の窯元の集積地であり、小代焼をはじめとした伝統的な窯元やオリジナルな作風の新進の窯元など、魅力的で個性が楽しめる窯元が集まっています。
期間中、抽選で焼き物が当たるスタンプラリーやインスタグラムキャンペーンをはじめ、各窯元においても様々な企画が実施されます。皆さまのご参加をお待ちしています。

- 開催期間 10月17日(金)～10月19日(日)
- 開催時間 各窯元の営業時間内
- 開催場所 荒尾・玉名地域の窯元のうち以下の窯元

- 小岱焼末安窯 ●小代焼中平窯 ●小代焼ふもと窯
- 木の葉猿窯元 ●小代焼岱平窯 ●素月窯
- 末吉窯 ●陶房丸山 ●小代松風焼野田窯
- 三池焼 ●小代焼一先窯 ●田原弓陶房・美歩志窯
- まもる窯

- 対 象 どなたでも
- 定 員 なし
- 参 加 費 無料(体験は有料)
- 持 参 物 なし
- 申 込 なし
- 主 催 荒尾・玉名地域窯元振興会、熊本県玉名地域振興局総務振興課

問い合わせ先

熊本県玉名地域振興局総務振興課 ☎74・2113(受付:平日8:30～17:15)



みんなの居場所 だんだんみかん

みかん食堂

開催日: 10月12日(日)
場 所: ゆめ・ステーション・このは
時 間: 居場所 10:00～15:00
食堂 11:30～13:30
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

10月のイベント

10:00～ しまだご作り

玉東の昔ながらのおやつ

★参加希望者は下記の各種連絡先のいずれかより、ご連絡ください。
準備するもの: エプロン、マスク、三角巾、ハンカチ、水分

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

※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。

東部リサイクルフェスタ2025 開催

楽しく遊びながら、リサイクルやごみの減量を考えようと、『東部リサイクルフェスタ2025』を開催します。今年もたくさんのイベントを用意しております。みなさん、お誘い合わせのうえ遊びに来てください。

- ◆日 時: 10月26日(日)

午前9時～午後2時

- ◆場 所: 東部環境センター(玉東町)

- ◆内 容: ①リサイクル品抽選会(無料)

②リサイクル体験コーナー

③フリーマーケット(午前10時～)

④物産品・軽食販売・キッチンカー

⑤焼却施設見学 など



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 シラス入りキャベツのレモンスープ

★学習日 5月22日



シラス干しには骨の材料になるカルシウムやカルシウムの吸収を助けるビタミンDが含まれています。ビタミンDは不足しがちな栄養素であることから意識して摂取する必要があります。その他、ビタミンB12も含まれ脂質やタンパク質の代謝をサポートする働きがあります。

作り方

- ① キャベツは3cm角に、ニンジンは2cm角に切る。スナップエンドウはへたを除き半分に切る。
- ② 鍋に①を入れ中火にかける。
煮立ったらニンジンを入れて弱めの中火にし蓋をして3分煮る。
- ③ キャベツ、スナップエンドウを加えひと煮立ちしたらアクを抜き塩とレモン果汁を加えて混ぜる。
- ④ 器に盛り黒こしょうをふる。

【材 料】(4人分)

キャベツ	150g	シラス干し	40g
ニンジン	100g	酒	大さじ2
スナップエンドウ	12本	水	800cc
		塩	少々
		レモン果汁	小さじ2
		あらびき黒こしょう	少量



高齢者新型コロナ予防接種についてのお知らせ

1.接種期間 令和7年10月1日～令和8年3月31日

2.接種対象者 65歳以上の人

※60歳以上65歳未満の人で心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人も含む

3.接種費用 自己負担 4,800円
(接種金額約16,000円のうち4,800円が自己負担です)

4.接種方法 個別接種 各自で病院に予約してください。詳しくは個別に通知しています。
接種医療機関一覧につきましても送付していますので、そちらをご覧ください。

5.持参物 予診票(65歳以上に個別送付します)、保険証など住所がわかるもの、お薬手帳など

〈65歳未満接種費用助成一覧表〉

対 象 者	助 成 内 容
高校生～64歳	助成なし(全額自己負担となります)
中学3年生以下	接種金額の3割助成(償還払いとなります)
生活保護世帯	自己負担0円(自己負担分を全額助成します)

※65歳以上は定期接種です。

※64歳以下は任意接種となります。かかりつけ医とご相談ください。

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135

《带状疱疹任意接種の助成についてのお知らせ》

带状疱疹予防接種の任意接種の助成を行います。

1.対象者 50～64歳(定期該当者を除く)

2.助成回数 ・生ワクチン1回まで ・不活化ワクチン2回まで

3.助成金額 ・接種費用の1/2補助
(生ワクチン5,000円上限、不活化ワクチン1回につき10,000円上限)
・生活保護受給者は全額

4.助成方法 ・保健こども課にて償還払い
領収書(接種者氏名、接種日、ワクチン名の記載があるもの)、通帳、印鑑を持って来て下さい。

※令和7年度の定期接種対象者について

- ①令和7年度内に65、70、75、80、85、90、95、100歳の誕生日を迎える人
(今後5年間は、各年度内にこれらの年齢になられる人が対象です。毎年その年度の対象になれる人にはお知らせいたします。)
- ②100歳以上の人(令和7年度に限り対象)
- ③60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な人になります。

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135



インフルエンザ予防接種についてのお知らせ

1.接種期間 令和7年10月1日～令和8年3月31日

2.接種対象者と助成内容

対 象 者	助 成 内 容
65歳以上 60歳以上65歳未満の人で心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人も含む	自己負担1,000円 (接種費用から1,000円引いた額を町が助成します)
高校生～64歳	1,000円を助成 (接種費用から1,000円を引いた額が自己負担になります)
中学3年生以下	自己負担0円(接種費用全額を町が助成します) ※今年度から吸入式のワクチンも助成対象です。
生活保護世帯	自己負担0円(自己負担分を全額助成します)

3.接種方法 個別接種 各自で病院に予約してください

4.費用助成の受け方

《65歳以上の人》

◆詳しくは個別に通知しています。接種医療機関一覧につきましても送付していますので、そちらをご覧ください。

◆接種医療機関一覧に載っている病院では、自己負担1,000円で接種を受けることができます。予診票と説明書も病院に備え付けてあります。

◆それ以外の医療機関で接種される場合は、町が発行する予診票などが必要になりますので、接種前に保健こども課に取りに来てください。予診票がない場合は、助成が受けられないことがあります。

《64歳以下の人》

◆任意接種ですので、指定の医療機関はありません。かかりつけ医へご相談ください。

◆ホームページに掲載の接種医療機関一覧に載っている玉名郡市内の医療機関では、接種と併せて費用助成の手続きができます。接種費用から助成額を差し引いた額を自己負担として医療機関に支払い、保健こども課での払い戻しの手続きの必要はありません。

◆それ以外の医療機関では、接種費用の全額を一旦病院で支払い、領収書(接種した人の氏名・ワクチン名が記載されたもの)と印鑑を持って保健こども課で払い戻しの手続きを行って下さい。その際には、振込先の口座がわかるもの(通帳など)が必要です。

《生活保護世帯の人》

◆接種費用を一旦病院で支払い、医療機関で支払った分の領収書(接種した人の氏名・ワクチン名が記載されたもの)と印鑑を持って保健こども課で払い戻しの手続きを行って下さい。

※今年度から吸入式のワクチン(2歳～18歳)も助成対象です。

※接種医療機関一覧などについては、ホームページをご覧ください。

玉東町のホームページは右の二次元コードから見るすることができます。



↑玉東町ホームページ

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135

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10月15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

●9月号の答え シガイセン

●当選者

応募総数 12通

当選者 5人

なお当選者には10月下旬頃に景品の発送をもってお知らせします。

【9月号の答え】

ト	ウ	セ	ン	テ	ツ
ホ	オ	ン	シ	ガ	ツ
イ	ベ	ン	キ		
イ	チ	ダ	イ	ジ	コ
ツ	バ	ン	ク	ジ	
ト	オ	ト	ウ	サン	
ウ	モ	ウ	ラ	サ	

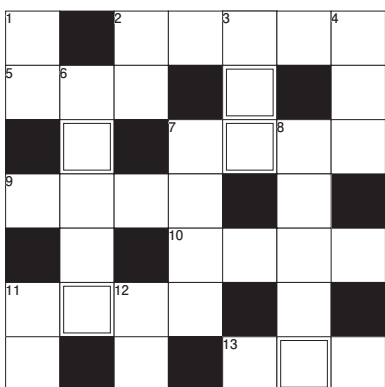
答え ②③④⑤⑥

◆ヨコのカギ◆

- 親や主人の威光で、子や後継者が大きな恩恵を受けること。
- 紙を人や動物などの形に切り抜いて台紙にはった物。
- 相手になって受け答えをすること。
- 電気を発生させること。
- 長さがくるぶしより少し上くらいまでの短い靴下。
- だまりこんで口をきかないこと。
- 直したり、悪くならないようにすること。

◆タテのカギ◆

- けもの・魚・虫などを数える言葉。
- 種子から芽を出して、まだ日の立っていない植物。
- 疲れて元気がなくなること。
- 本能や感情に支配されず、道理に基づいて思考し判断する能力。
- 髪を切って整えることを職業とする店。床屋。
- 音の伝わる速さ。非常に速い速度。
- 三つ以上の線分で囲まれた平面図形。
- 地球の表面の一部または全部を一定の割合で縮尺し、平面上に表した図。
- 足の付け根からひざまでの部分。



答え ○○○○○

ヒント
10月のイベントです。



↑ぷらっとぎょくとう
webサイト

8月10日からの豪雨により被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。まだまだ町は被災ムードにありますが、まちづくり会社として町の元気創出ができるよう努めてまいります。



さて、ぷらっとぎょくとうでは季節限定のコンフィチュール（ジャム）を取り扱っていることをご存じでしょうか。

その一つが梨のコンフィチュールです。ぎょくだんのヤスまたはまっちゃんの梨を使い、果肉スライスがしっかり入った旬だけの逸品です。

そして、この梨のコンフィチュールがある今の期間に限り、梨のコンフィチュールがけソフトクリームもお楽しみいただけます。

どちらもお求めはぷらっとぎょくとうまで。

ぷらっとぎょくとう ☎82・8617



YUME STATION KONOKHA

ゆめ・ステーション・このは

8月10日からの大雨で中央公民館及び町民体育館が床上浸水し、現在も使用できない状況が続いております。これにより、オレンジはあとクラブなど町のクラブ活動に制限がかかったことから、現在は、それらのクラブ活動の場としてゆめ・ステーション・このはが活用されています。指定管理者の公募も行ってありますので、応募に興味がある事業者は町ホームページをご確認ください。

企画財政課 ☎85・3188



はがき絵 ギャラリー



第21回ハートフルコンサートinARIAKE

障がいがあってもなくても、共に支えあって生きる地域づくりをめざして開催します。

- とき
- ところ
- 入場料
- 内容

10月19日（日） 午後1時30分～午後3時30分

玉名市民会館大ホール

無 料

- ①コーラス（玉名市少年少女合唱団）
- ②心のメッセージ（ピアノ伴奏による詩の朗読）
- ③ゲスト出演（森義臣とハートフルオーケストラ）



◆ゲスト演奏内容◆

玉名市はグレン・ミラーとのご縁により1996年に生誕地であるアメリカ合衆国アイオワ州クラリントン市と姉妹都市を締結しております。

県内のトッププレーヤー編成のオーケストラによるグレン・ミラーの曲をお楽しみください。

問い合わせ先 有明地域こころのネットワーク推進事業実行委員会事務局
（地域活動支援センターふれあい内）☎73・1022

人権つうしん ころろ

地域の防災と災害対応に女性の視点を!!

近年、台風・豪雨などの災害が、地域に甚大な被害をもたらしています。熊本県でも、平成28年に熊本地震、令和2年に豪雨が発生し大きな被害をもたらしました。災害では、一時的・長期的な避難所での生活をせざるを得ない状況にもなります。そこで、今回は女性の視点から見た避難所生活の課題について考えてみます。

●女性に関する課題

- ・女性専用スペースや更衣室の設置
- ・女性専用エリアの施錠や監視の強化
- ・ナプキン、下着、清潔な水の確保
- ・性被害やDV被害の相談機能

●共通する人権への配慮

- ・簡易間仕切りや家族ごとのスペースを確保
- ・LGBTQや外国人の権利を尊重
- ・高齢者や障がい者にもわかりやすい方法で避難情報を伝達

●子どもへの課題

- ・ストレス軽減のためのキッズスペース設置
- ・学習スペースや教材の提供
- ・心身をケアする専門家の設置
- ・迅速に保護者と再会できる仕組み

●持病の悪化と医療不足

- ・常備薬が不足し血圧や糖尿病などの悪化が深刻化
- ・医療スタッフが少なく、認知症者の適切なケア不足

ま と め

地域防災は多様な人が意見を出し合える風通しのいいものでなければいけません。しかし、防災の現場は男性が中心で、女性の声が届きにくい状況です。そこに女性が参加すれば多様な視点につながり、更に災害に強い地域社会を築けると 생각합니다。

●交流センター 10月の休館日
6日(月)・20日(月)

●図書室(中央公民館) 休館

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。
10月5日(日)・11月9日(日)・12月14日(日)
【問い合わせ先】 町民生活課 ☎85・3183

消費生活Q&A

第98回のテーマ

災害に便乗した悪質商法に注意!

今日、ニュースで「行政機関が個人宅に連絡をして義援金を集める事はありません。悪質商法に注意して下さい。」と言ってただけどどんな悪質商法があるの?

そうね。例えば自宅の固定電話や携帯電話に「被災した地域に義援金、物資を送るため、集めている。自宅に訪問してよいか」という内容の電話がかかってきたりね。行政機関が個人宅に連絡をして義援金を集める事はないから無視してすぐに電話を切ってね!

なるほど。個人宅に連絡をして義援金を集める事はないんだね。
他にも、震災に便乗した悪質商法があるの?

あるわ!例えば…
見た目では自宅に被害はないけど、訪問してきた工事業者が「このままでは危ないすぐに工事が必要だ」「保険金を使えばタダで住宅修理ができる」と言ってきて、契約を迫られたりするケースもあるわ。
悪質商法にだまされないためには、住宅修理などに保険金が使えたと勧誘をされてもその場ですぐに契約せず、複数の事業者から見積もりを取ったり、保険会社に相談したり慎重に対応することが必要よ!

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

9月及び10月は、「行政相談月間」です。
行政相談委員が公平・中立の立場から行政への意見や要望など受け付け解決の促進や行政運営の改善に活かします。
期間中、行政相談委員による特設相談所を開設します。
相談は無料で、秘密は厳守されます。
▼相談所開設日時・場所
10月15日(水)
午前9時30分~午前11時30分
役場3階会議室1
▼問い合わせ先

玉東町役場 総務課 ☎85・3111
障がい者委託訓練の概要
▼目的
障がいのある人が居住する地域で多様な職業訓練を行い、就職の促進又は雇用の継続に資する
▼受講対象
障がい(身体、知的、精神、発達、難病、高次脳機能障害のある人(訓練科によって受講対象が異なります))
▼訓練期間 3ヶ月間

▼実施場所 県内の各委託事業所
▼訓練科
パソコン操作や事務職の知識などを習得するコース、在職者訓練コースなどの11訓練科(令和7年度(2025年度))
▼受講料 無料(教材代などは必要)
▼申し込み先
求職者訓練は住所を管轄するハローワーク(求職登録が必要のため)在職者訓練は熊本県立高等技術専門学校(☎0963・778300)

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	10月17日(金)	午後1時30分~午後3時30分	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	10月15日(水)	午前9時30分~午前11時30分	玉東町役場3F会議室	地域包括支援センター ☎85・6242
認知症/高齢者虐待	地域包括支援センター	月~金曜日	午前8時30分~午後5時	玉東町役場2F福祉課	社会福祉協議会 ☎85・3150
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	午前8時30分~午後5時	福祉センター	

10月ふれあい相談日

残高不足にご用心!!
今月の口座振替

10/31(金)
水道料(9月使用分)
町営住宅使用料(10月分)
保育料(10月分)
国民健康保険税(第4期)
町県民税(第3期)

農業大学校では、就農を目指す社会人を対象に、就農に必要な知識や栽培技術などを基礎から学ぶ新規就農支援研修を実施しています。
▼とき 前期募集
9月1日(月)~10月31日(金)
※オープンキャンパスを9月27日(土)・10月5日(日)に開催します。詳しくは熊本県立農業大学校のホームページを確認ください。

農業大学校 令和8年度
社会人向け農業研修生を募集!

障がいのある人のICT機器に関する困りごとの相談を受け付け、機器の利用機会拡大に向けた支援を行います。また、ICT機器利用に関する支援者を養成する研修会を行います。相談したい人や研修を受けられたい人はお問い合わせください。
▼とき
月~土曜日(水・祝日・年末年始を除く)
午前9時~午後4時30分
▼ところ
熊本県身体障がい者福祉センター
熊本県視覚障がい者福祉協会内
(熊本市東区長嶺南2-3-2)
▼問い合わせ先
熊本県視覚障がい者福祉協会
☎0963・332235

October 10月
くらしの情報

「熊本県障がい者ICTサポートセンター」を開設しました!

▼問い合わせ先
熊本県立農業大学校 研修部
☎096・248・6600

熊本県立北陵高等学校
北陵祭

実りの秋となりました。北陵高校では11月8日(土)午前9時より、北陵祭を開催いたします。生徒による作品展示・農産物販売・北陵フェア(キッチンカー)販売・実習・コスチュームショーに、毎年多くの人が来校され楽しんでいただいております。
▼とき
11月8日(土) 午前9時~午後2時55分(終了予定) 販売終了 午後1時
※詳細につきましては、学校ホームページ
(https://shihigo.ed.jp/hokuryo/)を確認ください。
▼問い合わせ先
熊本県立北陵高等学校
☎0968・732123
生徒会担当: 柏本・田嶋・松村

太陽光発電システムの
点検商法にご注意ください!

「太陽光パネルの点検が義務化された」などと点検を勧められ、高額な契約を迫られたとの相談が全国の消費生活センターに寄せられています。トラブル防止のため、まずは設置業者に相談するなど点検の要否を確認し、点検やメンテナンスの契約が必要な時は、

その場で安易に契約せず、複数社から見積りを取り、検討しましょう。
お困りの際は、玉東町消費生活相談窓口(☎85・3111)または熊本県消費生活センター(☎0963・383・0999)までご相談ください。

大牟田高等技術専門学校
(訓練生募集)

【訓練コース名①】
パソコン初級・中級連続養成科4
▼募集期間
9月26日(金)~11月6日(木)
▼定員 20人
▼訓練期間
令和7年12月2日(火)~令和8年4月28日(火)【5カ月間】
▼対象 就職希望者
▼受講料 無料(※別途教科書代など必要)
▼URL
https://www.fukuoka-kunen.ac.jp/



【訓練コース名②】

・電気設備科
・OA事務科
・ITエンジニア科
・ロボット溶接技術科
▼訓練期間
令和8年4月から1年間
※募集期間、定員、対象者についてはお問い合わせ下さい

▼URL
https://www.fukuoka-kunen.ac.jp/pamphlets/r8_bosyu_jippan.pdf



▼問い合わせ先

福岡県立大牟田高等技術専門学校
☎0944・540320

年末調整説明会の開催

玉名法人会年末調整説明会を次のとおり開催します。税務署担当官を招き、年末調整事務について説明をしていただきます。非会員の皆様もご参加お待ちしております。
令和7年分の給与の源泉徴収事務は、12月に年末調整を行う際に改正後の基礎控除額に基づいて1年間の税額を計算し、精算を行うこととなります。

1. 荒尾会場

◎11月12日(水) 午後2時~
◎荒尾総合文化センター小ホール

2. 玉名会場

◎11月13日(木) 午後2時~
◎玉名市民会館マルチホール

※会場の都合がありますので、参加希望者は事前にお申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ先

公益社団法人玉名法人会
☎0968・734775

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。ぜひご登録を！

LINE

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

お試しされたい人は
1回500円で
体験できますので、
お気軽にどうぞ！

ランニング教室

走るのが得意な子も、苦手な子も頑張った分だけ結果は出る！
昨年度参加した子どもたちもはじめても速くなり喜びました！

持久走大会に向けて！！

10月6日(月)～12月8日(月)
毎週月曜日・金曜日 19:00～20:00
対 象:小学生以上

集 合:玉東中グラウンド
参加費:会員無料、非会員1回200円
子どもと一緒に参加する保護者は無料
※雨天中止(公式ラインにて連絡します) ※申込不要

子どもと一緒に頑張りたい!!
運動不足だから走ってみよう!
健診でひっきりかたくなりたい!

大人も
大歓迎!

まだ会員じゃない人に
朗 報♪

10月に入ると
3月までの年会費が…

●ジュニア 3,000円
●一 般 6,000円
●シ ニ ア 5,000円

どれだけ参加してもこの値段!
会員になり損ねている人、
ぜひこの機会にご入会ください!

オレンジはあとクラブ 10月の予定表				
種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	6・20・27	14:00～15:30	ゆめステーション多目的ホール
ランニング教室	月 金	6・13・20・27 10・17・24・31	19:00～20:00	玉東中学校グラウンド
カラオケ(別途1回300円)	火	14・28	9:00～12:00	カラオケ・むら
朗読教室	火	7・14	10:00～11:30	ゆめステーション多目的ホール
太極舞	火	7・14・21	15:00～16:00	ゆめステーション多目的ホール
新体操	火	7・14・21	18:00～20:00	ゆめステーション多目的ホール
トランポリン※基本コース(別途1回200円)	火	7・14・21	①19:00～20:00 ②20:00～21:00	玉東中学校体育館
トランポリン※レベルアップコース	金	3・24・31	①17:00～18:00 ②18:00～19:00 ③19:00～20:00 ④20:00～21:00	玉東中学校体育館
レクリエーション別途3000円/月 バイレベル(寄席)別途4000円/月				
キッズサッカー(別途年会費あり)	火 木	7・14・21・28 2・9・16・23	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 木	7・14・21・28 2・9・16・23	19:00～21:00	町営グラウンド
イングリッシュヨガ	水	1・8・15・22	19:30～21:00	ゆめステーション多目的ホール
バウンドテニス	火	7・14・21・28	19:30～21:30	玉東中学校体育館
ゆる体操	水	1・15	13:30～14:30	ゆめステーション研修室1
俳句	水	15	10:00～12:00	役場あるまちモール
吹矢	水	1・15	14:00～16:00	ゆめステーション多目的ホール
NEW! キッズエアロビ	水	1・8・15	18:00～19:00	玉東中学校体育館
ツインバスケット	水	1・8・15・22・29	18:30～21:00	玉東中学校体育館
卓球(大人)	日	12・26	9:30～11:30	玉東中学校体育館
♥骨盤エクササイズ♥ ウォーミングアップコース	木	2・16・23	10:00～11:00	ゆめステーション多目的ホール
♥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	2・16・23	11:00～12:00	ゆめステーション多目的ホール
パソコン	木	2・9・16	13:30～15:00	ゆめステーション研修室1
ヒップホップダンス (別途2000円/月)	木	2・16・23・30	4歳～小3・大人18:00～18:40 小4～大人18:50～19:40	ゆめステーション多目的ホール
英会話	木	9・23	19:00～20:30	ゆめステーション研修室1
♥エアロビクス♥	金	3・10・17・24	13:30～14:15	ゆめステーション研修室1
♥ヨガティス♥	金	3・10・17・24	14:25～15:10	ゆめステーション研修室1
ラティーナ	金	3・17・24	15:15～16:00	ゆめステーション研修室1
太極柔力球	金	3・17	10:00～11:30	ゆめステーション研修室1
3×3バスケットボール	金	3・24・31	19:30～21:30	玉東中学校体育館
書道	土	4・11・25	9:00～10:30(大人) 10:00～11:30(子供)	ゆめステーション研修室1・2
低山に登ろう 「阿蘇杵島岳(オレは中級)」	日	26	7:30 役場駐車場集合 16:00 解散	
健康太極拳	土	4・11・25	10:30～11:30	ゆめステーション多目的ホール
バレーボール	土	4・11・25	19:00～20:30	玉東中学校体育館

※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ゆめステーション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、玉東町役場 3階 教育委員会事務所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(¥80～)、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」 ☎0968・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)

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。

保育園の見学に行きませんか。(状況によっては、変更・中止もあります)

普段の園や園児の様子を見学できます。また、先生に直接気になることなど聞くこともできます。

『木葉昭和児童園』

要予約 10/15(水) 〆切
定員8組

と き 10月20日(月)午前10時～午前11時30分
(午前9時45分までにお越しください。)

集合場所 役場駐車場(歩道橋側)

『山北保育園』

要予約 10/17(金) 〆切
定員8組

と き 10月22日(水)午前10時～午前11時30分
(午前9時45分までにお越しください。)

集合場所 保育園駐車場

*体調がすぐれないときは、参加することができません。
*初めての入園や、転入者が優先です。

ベビーイングリッシュ・キッズ英会話に参加しませんか！

ベビーイングリッシュ

赤ちゃんの時期から英語を聞くことで耳がなれ、スムーズに英語を受け入れやすいと、先生からのおすすめです。

と き 毎週火曜日 午前10時～午前11時30分

キッズ英会話

英語カードや、ボールを使ったゲームなどを通して楽しく英語に触れることができます。

と き 毎月第2・第4土曜日

・ビギナーコース(2歳～年少さん) 午前10時～午前10時50分
・ステップアップコース(年中さん・年長さん) 午前11時～午前11時50分

*日時や内容は、変更する場合があります。ぎょうとう広報・つどいの広場通信などでご確認ください。

玉東町食育推進計画

健全な食生活を身につけよう！

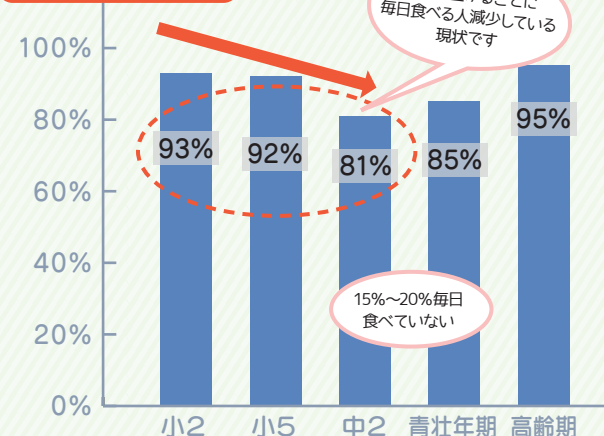
就学期
(小・中・高校生)



行動目標

規則正しい生活【早寝・早起き・3度の食事】を身につける～朝食を毎日食べる～

朝食を毎日食べる。



就学期は心身の成長や発達が著しく、食習慣の基礎を身につける時期です。この時期は体験学習などをおして「食」に関する知識を身につけ、さらに「食」への興味・関心を持ち、望ましい食習慣を身につけることが大切です。

食の課題としては偏食、薄味や素材の味をあまり好まない、夕食後の間食などがあげられます。この時期の食習慣は青壮年期へと続くことが考えられ将来生活習慣病などが懸念されるため、望ましい食習慣を形成することが大事だと思われます。

問い合わせ先 保健こども課 ☎85・3135

時短で栄養バランスもかなう朝食術！

朝の時間はまるで戦場。着替えに準備に送り出し…朝食が大事なことは分かっているのに、気づけば自分の朝ごはんすら忘れてる。そんな人へ。朝食の考え方、工夫で気がかりを安心へ変えよう。

朝食のメニューの幅が少ないです

毎日おなじレシピでもOK！押さえるべきは「炭水化物 + たんぱく質」

炭水化物、たんぱく質が取れる朝食例



ふりかけしか食べてくれない時があります

たんぱく質がより多いふりかけを選ぼう！

栄養成分表示を確認し、たんぱく質がより多いふりかけを選ぶ。

たんぱく質	たんぱく質
1.9g	1.9g

おかか、いりこ、ごま系のふりかけがおすすめ！きな粉をかけてきな粉ごはんにしてもOK！

お腹空かないよ。食べなくなるごはんないの？

乗せても混ぜてもパンにもOK！5分でできる！

“サバ缶ごはん”

材料3人分

- ごはん……………3人分
- サバ缶(水煮) ……1缶(90g)
- ごま油……………小さじ1
- しょうゆ……………小さじ2
- チューブしょうが…小さじ1

作り方

1. サバの身を取り出し④を入れ、身をほぐすように混ぜ合わせる。
2. ごはんに乗せたら完成！

- ・おにぎりにしてもOK！
- ・みんなと一緒にたべよう！
- ・ごま、鰹節を足してもおいしい
- ・子どもにはマヨネーズでも可

コンビニで朝食！内容は？来月の広報で！



『はぴねす』カレンダー



10月 October 2025

『はぴねす』とは「幸せ・喜び」という意味です。

一人ひとりが「幸せ・喜び」を積み重ね“健康”長寿のよろこびを実感し、活躍できるまちづくりのために。

問い合わせ先 保健こども課 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
28	29	30	1 丘サロン(交流センター) 10:00～11:20	2 お通者健康相談会①(体力測定会) (保健センター) 9:30～11:20	3	4
5	6 丘レク(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 脳いきいき教室(福祉センター) 13:30～15:30	7 スポレク塾(保健センター) 10:00～11:20	8 丘サロン(保健センター) 10:00～11:20	9	10	11
12	13 スポーツの日	14 スポレク塾(保健センター) 10:00～11:20	15 丘レク(保健センター) 10:00～11:20 GO TOスマート2回目(保健センター) 10:00～12:00	16 お通者健康相談会②(結果説明会) (役場3階 中会議室) 9:30～11:30	17 まちの保健室(保健センター) 9:30～15:30	18
19	20 丘レク(保健センター) 10:00～11:20 脳いきいき教室(福祉センター) 13:30～15:30	21 スポレク塾(保健センター) 10:00～11:20 健診結果説明会(役場3階中会議室) 9:30～【受付】 10:00～12:00【説明会】	22 丘サロン+丘レストラン(保健センター) 10:00～13:00	23	24 食改学習会(保健センター) 9:30～13:00	25
26	27 丘レク(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 脳いきいき教室(福祉センター) 13:30～15:30	28 スポレク塾(保健センター) 10:00～11:20 健診結果説明会(保健センター) 9:30～【受付】 10:00～12:00【説明会】	29 丘サロン(保健センター) 10:00～11:20	30	31 GO TOスマート3回目(保健センター) 10:00～12:00	1

健診の結果ももらえます！

玉東町地域包括支援センター

「地域みんなで見守りの輪を広げましょう」

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のが「地域包括支援センター」です。ご近所や地域の中で、こんな人を見かけたことはありませんか？

例えば…

- 最近、外に出ることが少なくなった
- ゴミがたまっていたり、家の中が心配
- 声をかけても元気がないように見える
- お一人暮らしの高齢者

「ちょっと気になるな」がございましたら、どうぞ地域包括支援センターへご連絡ください。

問い合わせ先 地域包括支援センター ☎85・6242