

ぎょくとう 広報

2026
8
No.432

ぎょくとう 2026
August No.432

発行 日/令和8年8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
※この広報紙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。



努力の集大成
～玉名荒尾中学校総合体育大会～



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

8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。☎0968・85・3138まで(秘密は固く守られます)
予約が必要なものは、3日前までに保健子ども課(0968-85-3135)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。子育て支援アプリ「母子モ」からお申し込みください。

【つどいの広場の行事の予約は
直接つどいの広場 0968-85-8866まで】

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
8月の 休日当番医 日・祝日の 午前9時～午後5時まで 2 もみの木こどもクリニック ☎72・0033 海浜総合薬局(東地区) ☎82・8338 有明成仁病院 ☎78・1133 そうごう薬局(有明長洲店) ☎78・0711 酒井医院 ☎71・0777 いちご薬局 ☎72・1515 9 河野医院 ☎73・3734 ちゅうぞう薬局(長洲店) ☎57・7181 田宮二郎内科 ☎78・2150 長洲まりん薬局 ☎78・8868 和水町立病院 ☎86・3105 菊水堂薬局 ☎86・2971 16 鹿井内科 ☎72・2275 つばめ薬局(長洲店) ☎79・8020 黒田クリニック内科・代議内科 ☎73・6688 そうごう薬局(玉名店) ☎71・2171 玉名第一クリニック ☎72・4165 23 さかき診療所 ☎53・1125 松林堂薬局 ☎53・1151 吉村循環器内科医院 ☎84・2765 ながすクリニック ☎78・0527 30 浦田医院 ☎74・2412 新生堂薬局(玉名はなざき店) ☎74・3191 大野内科クリニック ☎72・3405 いまおかクリニック ☎78・3410 あおぞら薬局 ☎65・7588	3 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日	4 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30	5 手形足形アートの日 つどいの広場ひまわり 10:30～11:30 離乳食教室(前期) 保健センター ☎9:30～9:45 園 R8.2月～3月生 ☎ 母子健康手帳・エプロン スプーン(調理実習・託児あり)	6 絵本読み聞かせの日 つどいの広場ひまわり 11:00～11:30	7 子育てお話し会 つどいの広場ひまわり 10:00～11:30/要予約	8 キッズイングリッシュ 保健センター 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
11 田尻医院 ☎53・0016 新生堂薬局(南地区) ☎79・7667 中野医院 ☎82・3970 まつおクリニック ☎73・2800 そうごう薬局(立願寺店) ☎72・0081	10 運動遊びの日 つどいの広場ひまわり 10:30～11:30	12 親子ふれあいあそびの日 パンの日 つどいの広場ひまわり 11:00～	13 絵本読み聞かせの日 つどいの広場ひまわり 11:00～11:30	14 ベビーマンスリーフォート ～ようこそつどいの広場へ～ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30 心育ひろば 保健センター 母子室 ☎ 10:00～正午 園 妊産婦・乳児 ☎ 母子健康手帳・フェイスタオル2枚	15	22 キッズイングリッシュ 保健センター 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
17 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日	18 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30	19 3歳児健診 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) ☎ R5.2月～4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。 ※会場にて、尿検査あり。	20 絵本読み聞かせの日 つどいの広場ひまわり 11:00～11:30	21 ちくちくの日 つどいの広場ひまわり 10:30～11:30/要予約	28 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日 3カ月児・7カ月児健診 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) ☎ 3カ月児 R8.4月生・7カ月児 R7.12月生 ☎ 母子健康手帳・問診票・各種アンケート	29
24 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日	25 ベビーイングリッシュ つどいの広場ひまわり 10:30～11:30	26 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日	27 絵本読み聞かせの日 つどいの広場ひまわり 11:00～11:30	28	29	
31 自由遊びの日 つどいの広場ひまわり 終日	玉東町ホームページ http://www.town.gyokuto.kumamoto.jp					

表紙説明

6月に玉名荒尾中学校総合体育大会が開催されました。各会場で玉東クラブによる活躍が見られ、応援団による声援が響いていました。



人口5,012人 (-112人)	転入 4人
男 2,423人 (-55人)	出生 2人
女 2,589人 (-57人)	転出 5人
世帯2,094世帯 (-17世帯)	死亡 8人

●人のうごき
6月末現在
(前年同月比)

今月も「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！
日ごとにどんどん暑くなりテレビをつければ、スポーツドリンクのCMが流れる季節になりましたね。
画面の中の爽やかな飲み心地を観ていると、いかにも美味しそうなのですが、実は私、あの独特の風味がどうしても少し苦手です……。毎年「ああ、あれが美味しくて飲めたらきつと夏バテ知らずなんだろうな」と、少しだけ羨ましく思っています。
とはいえ、CMが伝える「水分と塩分を摂る」という大切な目的は、お茶に梅干しなど、自分なりの方法でしっかりと果たそうと心がけています。
さて、そんな私の夏の密かな楽しみは、エアコンを適度に効かせた部屋で、あえて布団に包まれて寝ることです。
まだ試したことがないという人がいたら、ぜひやってみてほしいです。寝冷えをして風邪をひかないよう、タイマーの設定などには十分気を付けて、ぜひ一度お試しください。
来月も広報ぎょくとうをよろしく願っています。
(キユー)





モルックで深める地域の絆 AGE区モルック大会



揚地区ゲートボール場で「AGE区モルック大会」が開催されました。

この大会は、「玉東町地域支えあい活動創出モデル事業補助金」を活用し、地域の皆さんが日頃から顔を合わせ、声を掛け合える関係づくりを目指して、揚地区運営スタッフの皆さんが心を込めて準備されたものです。困ったときに「大丈夫?」「手伝おうか?」と自然に声を掛け合える、そんな温かな絆を育むきっかけとして企画されました。

当日は、子どもから高齢者までさまざまな年代の人が参加。モルックは、木の棒を投げてピンを倒すシンプルな競技で、走らなくても、体力に自信がなくても、座ったままでも楽しめるのが魅力です。参加する人も見学する人も、笑顔で応援し合い、会場には和やかな交流の輪が広がりました。

また、キッチンカーのビーフライスも好評で、おいしい食事におなかも心も満たされた様子でした。



祝・第61回熊本県文化懇話会賞 さらなる文化の振興を願って

緒方信行氏(玉東町文化協会長)が受賞

この度、玉東町文化協会会長の緒方信行氏が、熊本県の文化振興に多大な功績があった個人に贈られる「第61回熊本県文化懇話会賞」を受賞されました。

緒方氏は彫刻家として「日展会員賞」など全国で数々の栄誉に輝く一方、教育者として長年後進の育成に尽力。当町においても、駅前のシンボルであるモニュメント「風舞」の制作をはじめ、県内各地のモニュメントを通して多くの人々に感動を届けてこられました。

熊本県美術協会会長としても昨年の玉名巡回展を含む第80回記念県美展の開催など、県全体の美術振興を牽引されています。

緒方さんは「この度の受賞は、魅力ある町と呼ばれる玉東町で生まれた育ったお陰です。恩返しのつもりで、玉東町の文化のためにも精進して参ります。美術や彫刻の魅力なども伝えていけたらと思っています。」と述べられました。



▲ 受賞された緒方さん(右から2番目)

「自分らしく生きる」

乗松 聖矢氏 講演会

7月3日玉東中学校体育館で2024年パリパラリンピック車いすラグビーで金メダルを獲得された、乗松聖矢氏の講演会が行われました。講演では、中学生の頃から今現在までの心境の変化などをお話しされました。また質疑応答では、時間が足りないほど積極的に生徒から質問があり、「今までで一番幸せと思ったことは?」との問いには「人との深いつながりが感じられたとき」と答えられました。「他人と比べず自分らしく生きることが一番大切」と力強くメッセージを伝えられました。



▲ 乗松聖矢さん



▲ 生徒による質問の様子

旬をまるかじり!

給食にハニーローザが登場

5月29日に地元の生産者が丹精込めて育てたハニーローザが、町内小中学校の給食のメニューに登場しました。

待ちきれない様子で一口食べると、教室いっぱいに笑顔が広がります。

「初めて食べたけど甘くておいしい!」「もっと食べたい!」と、ハニーローザに夢中になる子どもたち。

みずみずしく上品な甘さが特徴のハニーローザに、心もお腹も大満足の様子でした。



▲ 木葉小1年生給食の様子

筆に込めた思い

第23回全日本年賀状コンクール奨励賞受賞に伴う表敬訪問

6月3日に第23回全日本年賀状コンクールで奨励賞を受賞された古財悦子さんが表敬訪問に来られました。

版画部門、絵手紙部門、ことば部門があり、受賞されたのはことば部門で、12,892人の中から60人が選ばれる名誉ある賞です。

古財さんは「オレンジはあとクラブの書道の先生から出してみたらと言われ出してみたら奨励賞を頂くことが出来て驚いています。またこのような機会があったら挑戦したいです」と述べられました。



▲ 前田町長(左)と受賞された古財さん(右)

健やかなる一世紀の節目に 100歳のお祝い

6月15日に100歳の誕生日を迎えた紫垣エイ子さんが入所している施設に前田町長が訪れ、長寿を祝いました。

大正の最後である大正15年(1926年)から、昭和、平成、令和と4つの時代を生き抜き、100歳を迎えた紫垣さん。

紫垣さんは100歳を迎えて「まさか自分が100歳を超えるなんて夢にも思っていなかった、嬉しいです。ありがとうございます」と述べられました。

紫垣さんには祝い状や記念品が贈呈されました。



▲ 前田町長(左)と100歳を迎えられた紫垣さん(右)



くまもと県北病院 採用試験

- 申込方法 封筒の表に希望職種記入の上、履歴書1通と職務経歴書1通（経験者のみ）を人事課へ提出または郵送下さい。※当院ホームページにも掲載しております。
- 雇用形態 正職員
- 一次試験 【日時】8月22日(土) 9時開始
【場所】くまもと県北病院 2階たまきなホール （うち薬剤師・放射線技師・管理栄養士・歯科衛生士・臨床工学技士・理学療法士は14時～に変更）
- 試験内容 【1次試験】専門試験(各職種)、適性検査
【2次試験】面接9月7日(月)※変更の可能性あり。詳細は、1次試験合格者へ通知します。
- 休日 週休2日制(令和7年度実績 年間休日123日)
- 採用日 学生は令和9年4月1日 有資格者は令和8年10月1日(入職時期応相談)
- 休暇 有給休暇20日 特別休暇(慶弔休暇、夏季休暇、産前産後休暇) 育児休業など
- 賞与 年2回(令和7年度実績 年間4.5か月)
- 各種保険制度 熊本県市町村職員共済組合、地方公務員災害補償制度
- 福利厚生 職員互助会(慶弔費など) 院内保育所完備 職員健康診断 など
- 受験申込先・お問合せ先
〒865-0005 熊本県玉名市玉名550番地
地方独立行政法人くまもと県北病院 人事課 中山(人事課直通) ☎0968・79・7323

看護師

採用人数 15人程度

応募資格 令和9年3月資格取得見込みの人または有資格者

応募締切 8月14日(金) 必着。ご持参される際は、8:30～17:00(土日祝除く)までにご提出ください。

勤務時間 日勤 8:30～17:15 ロング日勤 8:15～20:45
夜勤 20:00～9:30 その他遅出など勤務あり

各種手当 処遇改善手当(上限12,000円) ベースアップ手当(上限13,500円) 住居手当(上限28,000円) 通勤手当(上限55,000円) 扶養手当 時間外手当など

救急救命士

採用人数 若干名

応募資格 令和9年3月救急救命士資格取得見込みの人。または有資格者で、令和9年4月1日満39歳以下の人(例外事由3号イ)長期勤務によるキャリア形成を図る観点より

応募締切 8月10日(月) 必着。ご持参される際は、8:30～17:00(土日祝除く)までにご提出ください。

勤務時間 日勤 8:30～17:15 ロング日勤 8:15～20:45
夜勤 20:00～9:30 その他遅出など勤務あり

各種手当 処遇改善手当(上限6,000円) ベースアップ手当(上限13,500円) 住居手当(上限28,000円) 通勤手当(上限55,000円) 扶養手当 時間外手当など

介護福祉士

採用人数 若干名

応募資格 令和9年3月介護福祉士資格取得見込みの人。または有資格者で、令和9年4月1日満44歳以下の人(例外事由3号イ)長期勤務によるキャリア形成を図る観点より

応募締切 8月10日(月) 必着。ご持参される際は、8:30～17:00(土日祝除く)までにご提出ください。

勤務時間 日勤 8:30～17:15 ロング日勤 8:15～20:45
夜勤 20:00～9:30 その他遅出など勤務あり

各種手当 処遇改善手当(上限6,000円) ベースアップ手当(上限13,500円) 住居手当(上限28,000円) 通勤手当(上限55,000円) 扶養手当 時間外手当など

薬剤師

採用人数 2人

応募資格 令和9年3月薬剤師資格取得見込みの人。または有資格者で、令和9年4月1日満40歳以下の人(例外事由3号イ)長期勤務によるキャリア形成を図る観点より

応募締切 8月10日(月) 必着。ご持参される際は、8:30～17:00(土日祝除く)までにご提出ください。

勤務時間 日勤 8:30～17:15 その他 遅出・宿日直等勤務あり

各種手当 ベースアップ手当(上限13,500円) 麻薬管理業務手当(月額20,000円) 宿直手当(1回8,000円) 住居手当(上限28,000円) 通勤手当(上限55,000円) 扶養手当 時間外手当など

理学療法士

採用人数 4人程度

応募資格 令和9年3月までに各職種資格取得見込みの人または有資格者
※放射線技師のみ令和9年4月1日満39歳以下の人(例外事由3号イ)長期勤務によるキャリア形成を図る観点より

応募締切 8月10日(月) 必着。ご持参される際は、8:30～17:00(土日祝除く)までにご提出ください。

勤務時間 日勤 8:30～17:15
※理学療法士:その他 早出・日直など勤務あり ※臨床工学技士:その他 早出・待機など勤務あり
※放射線技師:その他 早出・宿日直・待機など勤務あり

各種手当 ベースアップ手当(上限13,500円) 住居手当(上限28,000円) 通勤手当(上限55,000円) 特殊勤務手当 扶養手当 時間外など

臨床工学技士

採用人数 1人程度

歯科衛生士

採用人数 1人程度

管理栄養士

採用人数 2人程度

放射線技師

採用人数 2人程度

詳しくはホームページをご覧ください

くまもと県北 採用ページ
二次元コード ▶



秋の集団健康診査 (特定健診・がん検診)のお知らせ

と き: 9月4日(金)・6日(日) 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

※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
こ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。

令和8年8月にご案内の通知を
発送します。

◆健康検査など

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

種 類	対象年齢	料 金
若人健診	国民健康保険加入の 20歳～39歳の人	1,000円
特定健診	国民健康保険加入の 40歳～74歳の人	
後期高齢者 健診	受診日に 75歳以上の人	800円

骨密度検査も実施しています!
詳細は19ページをご覧ください。

◆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
9月6日(日)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		3,960円
乳がん検診		1,500円
子宮頸がん検診		1,000円

(年齢は令和9年3月31日時点の年齢です)

問い合わせ先 保健こども課 ☎0968・85・3135



夏休みを利用して 予防接種をしませんか?



●保育園・幼稚園の年長さんの保護者の人へ

～2回目の麻疹・風疹ワクチンはお済みですか?～

麻疹・風疹混合生ワクチンは、第1期、第2期での2回接種となります。第1期、第2期を過ぎると、
定期の予防接種として受けられなくなってしまいます。

第2期の対象は、5歳以上7歳未満で、小学校就学前の1年間(4/1～3/31)です。

●小学6年生の保護者の人へ

～2種混合(DT)ワクチンはお済みですか?～

2種混合(DT)ワクチンは、定期接種期間(13歳の誕生日前日まで)を過ぎると、全額自己負担となります。

●小学6年生から高校1年生相当の女の子と保護者の人へ

～HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンはお済みですか?～

公費による接種の対象は、小学6年～高校1年相当(今年4月1日時点で15歳)の年度末までです。HPVワクチンの接種は合計3回です。完了するまでに約6か月かかるので、計画的に接種しましょう。

接種がお済みでない人は、ぜひ夏休みを利用して、早めに接種を済ませましょう。



問い合わせ先 保健こども課 ☎0968・85・3135

ゲストライブ 19:00~
驚異のSNS関連動画4,000万回再生！
日韓をまたにかけて活躍中の実力派シンガー！

かのうみゆ 歌唱ライブ

福岡県大牟田市出身。オリジナル楽曲を70曲以上持つ実力派。オーディション番組で歌唱した「Over Drive」(JUDY AND MARY)の切り抜き動画がTikTokで大バズりし、一気に注目を集める。昨年は韓国「ASIA INFLUENCER FESTIVAL 2025」で特別文化貢献賞を受賞するなど、日韓をまたにかけて活動中。今年2月には1st フォトアルバム「あきらめないで」をリリース。

第39回 玉東町

総合司会 **加納 麻衣**
活動履歴 RKK 週刊山崎くん、KKT サタコ、RKKラジオ とんでるワイド大田県 浩一の今日も元氣！

玉東町の児童による 子ども太鼓 18:00~
木葉小、山北小6年生による共演。迫力の鼓動が会場に鳴り響く。

ふれあいまつり

花火大会 21:00~

2026 8/8 土

玉東町営グラウンド
(雨天時はプログラム内容を一部変更して翌日開催いたします)

プログラム

- 17:30~ 玉東吹奏楽クラブ
- 17:50~ 開会宣言
- 18:00~ 子ども太鼓
- 18:35~ 「バター★コーンEX」バンドライブ
- 19:00~ 「かのう みゆ」ライブ
- 19:50~ お楽しみ抽選会
- 21:00~ 花火大会

玉東町内にお住まいの方限定 お楽しみ抽選会
左上の「抽選券引換」をご持参のうえ、会場受付にて抽選券を受け取りください。
19:50~ (※受付 17:30~19:40)

特賞 旅行券10万円分

キッズ抽選会
中学生以下はどなたでも参加できます！
1等 任天堂 スイッチ2
※必ず会場受付にて受付を済ませ、抽選券をお受け取りください。

※当日アルコール類の持ち込みはご遠慮ください。

※花火打ち上げ時、花火の燃えカスが落下する場合があります。十分にご遠慮ください。

まつり会場案内図

※駐車場①~④をご利用ください。
※会場周辺は一方通行にご協力をお願いします。

トリセツ 西南戦争

由富章子 (医師・エッセイスト)

野外劇「田原坂燃ゆ」の演出のほか、テレビドラマ「八郎の壺」の脚本、「天井からめぐるすり」「世間はヒトで出来ている」「診察室うふい日」など著作多数

令和9(2027)年は、西南戦争150年。身近な風景に刻まれた歴史を知ることで見慣れた町の景色も違って見えてきます。玉東町に残る歴史遺産をわかりやすくお届けします。

『ないない尽くしの明治政府 その1 財政』

慶応3年(1867年)の大政奉還、王政復古の号令、戊辰戦争をへて明治政府が誕生したというもの。実際はヨタヨタの出発でした。金はない(朝廷は実質1万石程度)、軍事力もない(戦ったのは薩長を中心とする藩兵)、絶対的実力者もない(明治天皇は即位したばかりの16歳)。なによりお金の問題は深刻でした。そこで政府が行ったのが…

- ①地租改正(明治6年)** 発足当初は豪商からの献金で賄っていたが、財源の確保のため、年貢という物納から地価の3%を金納させるようにした。安定した税収を確保できる反面、土族たちは自作地以外の土地を失うことになるし、農民は不作でも税を払わなければならなくなり不満が続出。
- ②版籍奉還(明治2年)・廃藩置県(明治4年)** 政府には自前の土地がなく土地は各藩の所有であったため、藩を廃止して府県と知事を置き、中央集権化する。財政が破綻していた藩も多かったため、喜ぶ藩主もいた。
- ③秩禄処分(明治9年)** 消滅した藩に代わり士族や旧藩主への俸禄は政府が払っていたが、これが国家税収の5割近くも占めていたため、徐々に減らすこととした。これによりほとんどの士族の収入は1割程度に減少。困窮に拍車がかかった。
- ④貨幣の発行** 幕府発行の小判や銅銭、各藩独自に発行していた藩札とばらばらだったため、太政官札や民部省札などの紙幣を新たに発行。しかし西南戦争までは旧来の貨幣も流通し、贋札も出回っていた。

次回は軍事の話。これも大事です。

玉東町職員採用試験 (令和9年4月1日採用)のお知らせ

- 試験期日 令和8年9月20日(日) ●試験会場 役場庁舎3階会議室
- 試験職種および採用予定人員 高卒程度 ①「一般事務」1人程度 ②「土木」2人程度
- 受験資格 ① 一般事務 平成13年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者
② 土木 昭和62年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者
- 1次試験の内容 教養試験、職場適応性検査、作文試験、専門試験(土木)
- 受験申込受付期間及び申込方法 令和8年8月14日(金)まで(土日祝を除く)
受付時間は8時30分から17時まで。持参、郵便(当日消印有効)で申し込みください。
- 1次試験の合格発表 10月中旬に合格者のみ文書で通知するほか、玉東町役場掲示板および町ホームページに合格者の受験番号を掲示します。
- その他 玉東町職員採用試験実施要項については、町ホームページをご覧ください。

問い合わせ先 総務課 ☎0968・85・3111

玉東町からのお知らせ

玉東町の魅力を、全国へ届けませんか？

玉東町の産品を『募集中』

農家・事業者の皆さまへ
ふるさと納税返礼品を募集中です

玉東町では、ふるさと納税の返礼品として、町の魅力ある産品をご提供いただける農家・事業者の皆さまを募集しています。



ご参加のメリット

- 1 幅広い返礼品が対象
農産物・果物・加工品・工芸品など
- 2 販路拡大やPRにつながります
全国に向けて、商品や事業の魅力を発信できます。
- 3 伝票作成や在庫管理などの事務作業をサポート！
初めての人も安心してご出品いただけます

出品に興味のある方・ご相談は企画財政課まで
☎ 0968-85-3188 (直通)
出品に関する手続きは、町及び町の委託業者がサポートいたします

お気軽にご相談ください！

新規採用職員紹介

7月から新しい職員が1人加わりました。
皆さんどうぞよろしくお願いいたします。



マエダ ユカ
教育委員会 前田 友香
7月から教育委員会でお世話になっております。これまで経験してきたことを活かし、玉東町のみなさまのお役に立てるように頑張ります。
よろしくお願いいたします。

東部環境センター
ごみ受入時間の変更のお知らせ

東部環境センターのごみ受入時間を下記のとおり変更しますので、お知らせいたします。
住民の皆様にはご不便をおかけしますが、より一層のサービス向上に努めてまいりますので、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

- 1 変更日
令和8年10月1日(木)
- 2 変更内容



変更後	変更前
平日 8:45~12:00、13:00~16:00	平日 8:45~16:00

問い合わせ先 有明広域行政事務組合 東部環境センター 業務管理課 ☎0968・75・5050 ☎0968・57・5111

みんなの居場所 だんだんみかん

みんなが集まれる地域子ども食堂♪
ルールを守って、出入り自由。過ごし方自由。

8月のイベント 令和7年8月の大雨被害から1年...

10:00~11:30 『防災ワークショップ』歌う防災士しほママ
13:30~ 『写真洗浄体験』あらいぐまん吉さん
自分を、誰かを、思い出をまもるために一緒に学びましょう！

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 ↑Instagram

※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。

東部環境センター
リサイクル体験講座

受付中 受付時間 受付は8月3日(月)9時から(先着順)
※定員になり次第締め切りとさせていただきます。
【問い合わせ先】東部環境センター(☎0968-75-5050)

廃油石鹸作り

日 時 8月26日(水)
13時30分~15時00分

講 師 職員
募集人員 9人

準備するもの
①牛乳パック ②マスク ③ゴム手袋
※持ち帰り時まだせっけんが固まっていませんので牛乳パックを止めるクリップ(洗濯ばさみなど)やこぼれても大丈夫な入れ物をお持ちください。



『リサイクル提供品の募集』

楽しみながら環境について考える『東部リサイクルフェスタ2026』が10月25日(日)に開催されます。そのイベントの一環として、抽選会の景品となるリサイクル提供品を募集します。まだ使えるけど、使わなくなった品物がありましたら、是非お持ちください。

※家具などの提供を希望する人で持ち込みが困難な場合は、確認後引き取りにお伺いします。
なお、大型家具(洋服タンスなど)、家電品(テレビ、冷蔵庫など)など、引き取りが出来ない品物もございますので、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ先】 東部環境センター(☎0968-75-5050)

食改さんのヘルシー料理
おすすめレシピ
鶏肉の梅オイスターソース照り焼き

*男性料理教室で実施しました！ ★学習日 6月25日

鶏むね肉にはタンパク質以外にもエネルギー代謝を促進し体調をととのえるビタミンや抗酸化作用があり、免疫力を高めるミネラルが含まれています。

作り方

- 鶏肉は厚みのある部分をたたいて厚みを均等にし、小麦粉をまぶす。
- Aを混ぜ合わせておく。
- カイワレ大根は根元を切り落とし3等分に切る。青ジソとミョウガは細切りにする。
- フライパンにサラダ油を熱し鶏肉①を皮側を下にして焼く。
- 上下を返して弱火にし蓋をしてさらに4分間ほど焼く。
- フライパンの余分な脂をペーパータオルで拭きAを加えて煮からめる。
- 食べやすい大きさに切って器に盛り、混ぜ合わせた⑥を添える。

【材 料】(4人分)

鶏むね肉	4枚 360g	カイワレ大根	2パック
梅肉	小さじ4	青ジソ	10枚
酒	大さじ2	ミョウガ	2個
水	大さじ2	小麦粉	
オイスターソース	小さじ2	サラダ油	大さじ1
濃口醤油	小さじ2		
ニンニク	小さじ2		

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8月14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

●7月号の答え ウミビラキ

●当選者

応募総数 16通

当選者 5人

なお当選者には8月下旬頃に景品の発送をもってお知らせします。

【7月号の答え】

マ	ボ	ロ	シ	エ	サ
ウ	タ	コ	ア	シ	
ア	カ	ゴ	ビ	ズ	
ジ	リ	キ	ト	ウ	
グ	ラ	ム	カ	ミ	イ
ウ	ラ	チ	カ	ミ	チ
キ	フ	ク	オ	バ	

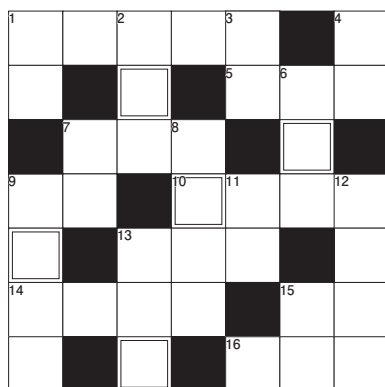
答え ◎◎◎◎◎

◆ヨコのカギ◆

- 戸・障子・壁などのすき間から吹き込む風。
- きわだってすぐれたありさま。【○○○を放つ】
- 文字や絵がかかれていない白い紙。
- 小さな力を変えて重たい物を動かす棒やしかけ。
- 幅・奥行き・高さを持ち、三次元空間の一部を占める物体。
- 物事をかたづけること。
- 絵画を集めて本にしたもの。
- 周りを海や湖にすっかり囲まれてる陸地。
- 地球がもっている磁石としての性質。また、それによって生じる磁場。

◆タテのカギ◆

- 球形をした鳴り物。
- ほこりやかぜの菌を防ぐために、鼻や口をおおうもの。
- 国費や公費をまかなうため、国や地方公共団体が国民から強制的に取り立てる金銭。
- 兄弟姉妹の娘。
- 最も多いこと。
- 木・紙・金属などで作った四角い入れ物。
- 物事を調べたり、研究したりするときの参考になる材料。データ。
- 手に持って使う、柄のついた鏡。
- 魚をつること。
- 糸を巻きつけること。糸をまき付けるもの。
- 手・指の動きや身振りによる意思の伝達方法。
- 他人の意見や行動に賛成し、後おしすること。



答え ○○○○○

ヒント 食べ物と関係する夏の遊びです。



YUME STATION KONOHA

ゆめ・ステーション・このは

お待たせしました！遂に再始動いたします。



長らく休館状態が続いていた「ゆめ・ステーション・このは」ですが、7月6日の町議会臨時会で指定管理者の指定が議決され、遂に再始動することが決定しました。

新しい指定管理者となった株式会社イリエは、熊本市北区植木町で中華料理の「まるみ」を50年以上経営していた実績を有する会社です。ランチタイムには、駐車場に車が停められないほどの人気店であった「まるみ」は、昨年11月に惜しまれながら閉店しました。

そんな「まるみ」が今回、ゆめ・ステーション・このは内で「中華まるみ」として再始動することとなりました。



現在は、8月中のオープンに向け、さまざまな準備が進められています。町に対しても、すでに多くの人から「まるみ」の再開を心待ちにする声が寄せられており、新たな「木葉駅前の賑わい創出」が期待されています。

開館後には、皆様もぜひ、足を運んでみてください。

企画財政課 ☎0968・85・3188



はがき絵ギャラリー

町図書室からのお知らせ

日・祝日は、お休みです。

新刊案内

「猛暑をのりきるおつまみおかず80」

暑い季節は、キッチンに立つのが億劫だけど、おいしいものはあきらめたくない！暑くない調理法で、簡単だけど手抜き感のない満足おかずを紹介。作るの坎タン、片付けラクチンといふことすくめのアイデア＆レシピ集。



「わたしはこれでやめました」

食事やせて運動でカタチを整える。MEGUMI流ダイエット、教えます！女優やモデルが食べているもの、使っているもの、こっそり続ける運動、美容医療の他、ちゃんとやせなくてもやせ見えすれば勝ち！！な裏ワザまで大公開！ダイエットをはじめる「本気スイッチ」の入れ方までとことん読者に寄り添います。



「空、はてしない青 上・下」

2026年本屋大賞
翻訳小説部門第1位！



若年性アルツハイマーの診断を受け、余命2年を宣言された26歳のエミルが、人世最後の旅の同行者を掲示板で募集する。返信をくれたジョアンヌと名乗る女性と旅が始まる。それは驚くほど美しい旅の始まりだった。

人権つうしん ころろ

人権集会（山北小学校）

6/25山北小学校体育館で人権集会が行なわれました。

山北っ子仲良しスローガン「思いやりのある心温かい山北小」を皆で復唱し、その後「仲良し宣言」を各学年ごと3つずつ発表しました。先生からは「相手の気持ちを考えて、伝える伝え方（言葉・声の感じ・行動）を大切にしよう」と話がありました。最後に「おはようのエール」を全校児童で大きな声で合唱して閉会しました。子どもたちの人権に対する意識の高さがとても印象的でした。



つぶやきコーナー

【人権担当 坂元】

赴任して3カ月、人権に関する講演を聴く機会が何度かあった。そこで気づいたのが偏見。情報過多の現代だからこそ、情報に惑わされず、実際、当事者の話を聴いて正しい知識を得ること。そして相手の立場や背景を思い浮かべること。それがすべての人権につながるのではないと思った。

一人ひとりがお互いを尊重し、人と人とが繋がれば、みんなが幸せを感じられ、気持ちよく過ごせる社会になっていくのではないだろうか？

8月は「人権同和問題啓発強調月間」他人事ではなく自分事として考えてみる機会にしたいと思う。



●交流センター営業時間変更のお知らせ
当面の間 9時～15時30分（最終入館15時）
8月の休館日 3日(月)・10日(月)・17日(月)
24日(月)・31日(月)
●玉東町図書室(役場1階 9時～17時)
8月の休館日 2日(日)・9日(日)・11日(火)
16日(日)・23日(日)・30日(日)

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。
8月23日(日)・9月27日(日)
【問い合わせ先】 町民生活課 ☎0968・85・3183

消費生活Q&A

第105回のテーマ

子どもがオンラインゲームで高額課金!



(安しんた君)

近所の人々がクレジットカード会社から高額な請求が届いたんだって。調べたら、小学生の子どもがオンラインゲームで課金してた事が分かったんだけど、小学生が、どうやってクレジットカードを使ったのかな?

スマートフォン、ゲーム機器の決済方法にクレジットカード情報が入力されていて子どもが決済できる状況だったんじゃないかな～。一度クレジットカード情報を入力すると、その後もそのまま何度も使える場合があるのよ!



(すもっちゃん)



それじゃ小学生の子どもは、クレジットカードを使って何度もゲームでの課金をしてたってことだね。親の知らない間にクレジットカードで支払っているなんて怖いね。どうしたらそんなトラブルをさけられるの?

トラブルを避けるために次のことが大事よ!

- ①親がオンラインゲームの料金体系や決済方法を理解・確認しておくこと。
- ②子どもがクレジットカードを簡単に持ち出しできないよう、親が管理方法を工夫すること。
- ③端末に登録したクレジットカード情報は削除すること。
- ④子どもが利用する端末では、利用できる機能に制限を設ける設定をすること。
- ⑤スマートフォンのアプリをダウンロードする際に必要な登録情報は子どもの年齢にしておくこと。

夏休みだから子どもとゲーム利用のルールを再度、よく話し合っておくことが大事よ～!!

※ゲームでの課金…ゲームの中でお金を支払うこと
※端末…スマートフォンやタブレット

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

【お詫びと訂正】

国民健康保険「資格情報のお知らせ」について

7月中旬頃に郵送いたしました「世帯主各位 国民健康保険 資格情報のお知らせ」を送ります(同封の案内文)におきまして、記載内容に誤りがありました。深くお詫び申し上げますとともに、以下の通り訂正いたします。

訂正内容

誤 「現在お持ちの国民健康保険者証(保険証)等は、有効期限が令和7年7月31日までとなっています。」

正 該当文章を削除いたします(上記の一文は不要でした)。

なお、「マイナ保険証」につきましては、今まで通りそのままご使用いただけます。今後は確認体制を徹底し、再発防止に努めてまいります。ご迷惑をおかけしましたことを重ねてお詫び申し上げます。

問い合わせ先 町民生活課 国保係
☎0968・85・3183

8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	8月21日(金)	13時30分～15時30分	玉東町役場3F会議室	総務課 ☎0968・85・3111 1週間前まで要予約
行政問題	行政相談委員	8月19日(水)	9時30分～11時30分	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時30分～17時	玉東町役場2F福祉課	地域包括支援センター ☎0968・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時30分～17時	福祉センター	社会福祉協議会 ☎0968・85・3150

残高不足にご用心!! 今月の口座振替

8/31(月)
水道料(7月使用分)
町営住宅使用料(8月分)
保育料(8月分)
国民健康保険税(第2期)
固定資産税(第2期)
町県民税(第2期)

危険物取扱者試験案内

消防法の規定に基づき、令和8年度第2回危険物取扱者試験が次の日程で実施されます。

- ◎試験日及び願書受付期間など
- ◎試験の種類
甲種・乙種(第1類～第6類)・丙種
- ◎試験日 11月1日(日)
- ◎試験日 11月1日(日)
- ◎願書受付期間
書面申請・電子申請



問い合わせ先

☎0944・54・0320

URL

<https://www.fukuoaka-kunen.ac.jp/>

対象

就職希望者

受講料

無料(※別途教科書代 など必要)

募集期間

9月3日(木)まで

定員

20人

訓練期間

令和8年10月1日(木)
～令和9年2月26日(金)
【5カ月間】

大牟田高等技術専門校 (訓練生募集)

【訓練コース名】

パソコン初級中級連続養成科4

募集期間

9月3日(木)まで

定員

20人

訓練期間

令和8年10月1日(木)
～令和9年2月26日(金)
【5カ月間】

9月8日(火)～15日(火)
※郵便の場合は、15日の消印のあるものまで受け付けます。

◎試験地

熊本市・八代市・天草市・玉名市
※詳しくは、試験案内をご覧ください。

◎願書などの配置場所

受験願書などは、(財)消防試験研究センター・熊本県支部、熊本市消防局、熊本県内の各消防本部及び熊本県知事公室危機管理防局消防保安課に7月30日(木)以降配置します。

問い合わせ先

(財)消防試験研究センター・熊本県支部
熊本市中央区九品寺1丁目11番4号
熊本市教育会館4階
☎(096)3645005

性と健康のオンライン相談事業(無料・24時間受付・匿名可)

妊娠・出産、育児、不妊治療、月経トラブル、思春期の悩みなど、ライフステージごとのからだやこころの悩みを、オンラインのテキストメッセージや通話で、気軽に相談しませんか。内容に応じて、看護師や心理士などの専門職が対応します。

◎利用方法

会員登録が必要。詳細は県HP「性と健康のオンライン相談事業」を開始しました」ページを御確認ください。

問い合わせ先

県子ども未来課
☎0963333・2209



ポリテクセンター荒尾 公共職業訓練 令和8年 10月期生募集のご案内

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! (8/5、8/27)

お気軽にお問い合わせください。

▼募集科・募集人員

- ①CADものづくりサポーター科(18人)
- ②機械CAD加工科(15人)
- ③溶接エンジニア科(12人)
- ④建設機械科(10人)
- ⑤ビル管理技術科(15人)

▼募集期間

8月3日(月)～8月26日(水)

▼筆記試験・面接日

9月1日(火)

▼訓練期間

令和8年10月2日(金)
～令和9年3月29日(月)
【6カ月間】

▼必要経費

受講料は無料ですが、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

オストメイトさんを 開催します

オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)の人およびご家族の人を対象にストーリーメア(人工肛門などの管理の仕方)などについての相談や情報交換、体験共有などを行います。

これは、県の委託を受けた(公社)日本オストミー協会熊本県支部が社会適応訓練事業として、実施するものです。参加費は無料です。

▼とき

8月22日(土)
13時30分～15時30分まで

(受付…午後13時15分～)

▼ところ

大塚文化会館(青年婦人会館)
小議室(住所…玉名市繁根木94・11)

▼申し込み・問い合わせ先

事前申し込みが必要です。
(公社)日本オストミー協会熊本県支部事務局
☎096・206・3330(大腸肛門病センター高野病院内)



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！



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！

トランポリン



第14回熊本県子どもトランポリンシャトル大会

田尻彩恵さん(木葉小6年)(写真左)
Bクラス優勝

「1位になれて嬉しいです。家族や仲間の応援のおかげで1位になったので、感謝したいです。これからも練習を頑張ります！」

林咲希さん(木葉小4年)(写真右)
Cクラス3位

「大会では緊張したけど、練習は先生が、楽しくしっかりと教えてくれるので、とっても楽しいです！」



《コースの紹介》

🔥 **基本コース** 別途200円/1回
楽しんで気軽に楽しむコース希望者は、級をとっていくこともできるので、自信にもなります！

🏆 **レクリエーションコース** 別途3000円/月
少人数で楽しみながら、少し上を目指すコース！

🏆 **ハイレベルコース** 別途4000円/月
本格的に上を目指すコース

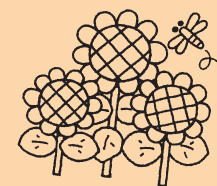
オレンジはあとクラブ 8月の予定表				
種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	3・10・17	14:00～15:30	ゆめステーション多目的ホール
カラオケ(別途1回300円)	火	11・25	9:00～12:00	カラオケ・むら
朗読教室	火	4・11	10:00～11:30	ゆめステーション研修室1
太極舞	火	4・11・18・25	15:00～16:00	ゆめステーション多目的ホール
新体操	火	4・18・25	18:00～20:00	ゆめステーション多目的ホール
トランポリン※基本コース(別途1回200円)	火	4・18・25	①19:00～20:00 ②20:00～21:00	玉東中学校体育館
トランポリン※レベルアップコース	金	7・21・28	①18:30～ ②20:00～	玉東中学校体育館
レクリエーション(別途3000円/月) ハイレベル(資格あり)別途4000円/月		※トランポリンの※と金の重複参加はできません		
キッズサッカー(別途年会費あり)	火 木	4・18・25 6・13・20・27	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	4・18・25 6・13・20・27	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	玉東中学校体育館
俳句	水	19	10:00～12:00	役場あるまちモール
吹矢	水	12・26	14:00～16:00	保健センター
ゆる体操	水	5・19	13:30～14:30	ゆめステーション研修室2
キッズエアロビ	水	5・19・26	18:00～19:00	ゆめステーション多目的ホール
ツインバスケット	水	5・12・19・26	18:30～21:00	玉東中学校体育館
卓球(大人)	日	2・9・16・23・30	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	6・20・27	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	6・20・27	11:00～12:00	ゆめステーション多目的ホール
パソコン	木	6・20・27	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	6・20・27	3歳～小2 18:00～18:40 小3～小5 18:50～19:40 小6以上・中学生・大人 19:50～20:40	ゆめステーション多目的ホール
英会話	木	13・21(金)・27	19:00～20:30	ゆめステーション研修室1
♥エアロビクス♥	金	7・14・21・28	13:30～14:15	ゆめステーション多目的ホール
♥ヨガティス♥	金	7・14・21・28	14:25～15:10	ゆめステーション多目的ホール
ラティーナ	金	7・21・28	15:15～16:00	ゆめステーション多目的ホール
太極柔力球	金	7・21・28	10:00～11:30	ゆめステーション多目的ホール
3×3バスケットボール	金	7・14・21・28	19:30～21:30	玉東中学校体育館
書道	土	1・8・22	大人 9:00～10:30 子供 10:00～11:30	ゆめステーション研修室1・2
健康太極拳	土	1・8・22	10:30～11:30	ゆめステーション多目的ホール
バレーボール ※ハイレベル ※基本	水 土	5・19・26 1・22・29	19:00～20:30	玉東中学校体育館
低山に登ろう			7～9月は酷暑のためお休み	

◎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(☎0968・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 教育委員会事務局までお気軽にどうぞ☎0968・85・3609

子育て
支援事業

つどいの広場 ひまわり



“見えないこどもの根っこを

一緒に育てる時間が宝物”



つどいの広場は、妊婦さんや0歳からおむね3歳未満までのお子さんがいるお母さん・お父さんが親子で気軽に通うことができます。みんなでゆっくり過ごし、楽しく学びあい・育ちあう場です。親子の交流の場・地域の子育て情報の発信・子育てに関する講習やイベントを行っています。子育てについて気になることや悩んだり、不安になったり誰かと話したくなった時、つどいの広場はいつでもお待ちしております。(必要に応じて専門職へ繋がります)



場 所：ふれあいの丘保健センター内
つどいの広場 【☎0968・85・8866】

開所時間 平日 10時～15時まで



『絵本読み聞かせの日』

季節の絵本や楽しいお話し、ママの心に寄り添う絵本をご用意しています。

ペープサート(紙人形劇)やミニ劇場などわくわくするお話もあります。

いっしょに絵本の世界をのぞいてみましょう。

と き 8月 毎週木曜日 11:00～11:30

ところ ふれあいの丘保健センター つどいの広場ひまわり



「ベビーマンスリーフオトスポット～ ようこそつどいのひろばへ～」

赤ちゃんの“今”を残すベビーマンスリーフオトスポットを準備しています。

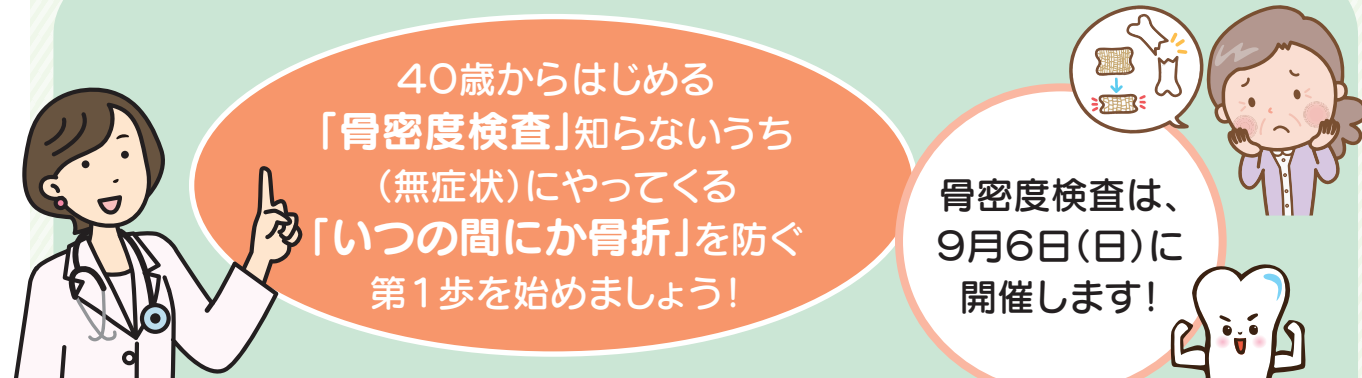
毎月少しずつ変わっていく表情やしぐさ、成長のひとときを写真に残しませんか。

と き 8月14日(金) 10:30～11:30

ところ ふれあいの丘保健センター つどいの広場ひまわり



～集団健診で骨密度検査もしませんか～



40歳からはじめる
「骨密度検査」知らないうち
(無症状)にやってくる
「いつの間にか骨折」を防ぐ
第1歩を始めましょう!

骨密度検査は、
9月6日(日)に
開催します!

9月の集団健診で骨密度検査を実施します!

40歳以上になったら、自分の骨量を知るべき年齢になります。
女性は、30代後半から40代半ばにかけて、閉経に伴う心身の変化が生じはじめる更年期を迎えます。その時期の40歳ごろに自分の骨量を一度計って知っておくと、骨粗しょう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
申し込み) 希望者は、保健こども課(☎0968・85・3135)へお申し込みください。

先着50人限定です!!



いつの間にか骨折!? 骨密度検査を受けよう!

知らないうちに骨が脆くなってしまう「骨粗しょう症」放置すると、将来自分の足で歩けなくなり寝たきりになる危険性も。はやい段階で見つけることがあなたの数年後、数十年後の健康を大きく変えます。

いまが骨密度検査を受けるベストタイミング! 検査を受けてほしいのはこんな人

1 閉経前後(更年期)の人

閉経に伴う女性ホルモン(エストロゲン)の急激な減少は骨の代謝に影響します。人生で最も骨密度が急下降しやすい時期です。

2 若い時から貧血があった

慢性的な貧血状態は、骨を作るための「材料不足」が起きている可能性があります。自覚がなくとも妊娠中に貧血を指摘された方は特に要注意です。

3 痩せ型なのに高血糖な人

骨の材料が足りない上に、糖化によって骨が脆くなっている可能性があり、骨折リスクは非常に高い状態です。

自覚症状ゼロでも…65歳以上で骨密度検査を一度も受けたことがない! 優先すべき人

1 身長が2cm縮んだ人

20代の頃と比較して身長が縮んでいる場合「いつの間にか骨折」を起こしやすくなります。

2 やせでふらつきがある人

ふらついて転倒し骨折する危険性があります。痩せ(BMI19以下)の人はさらに危険性が上がります。

9/6の集団健診にて

骨密度検査を実施します
(骨密度検査のみも可)

骨密度検査のお申し込み、ご相談は保健こども課へ。TEL0968・85・3135



『はびねす』カレンダー

8月 August 2026

『はびねす』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 ☎0968・85・3135 福祉課 地域包括支援センター ☎0968・85・6242

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3 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	4 スポレク塾 (保健センター) 10:00~11:20	5 丘サロンの夏まつり (交流センター) 10:00~11:20	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 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	11 山の日	12 丘サロン (保健センター) 10:00~11:20	13	14	15
16	17 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	18 スポレク塾 (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) 9:30~11:30 まちの保健室(役場) 13:00~16:00	21 食改学習会 (保健センター) 9:00~13:00	22
23	24 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	25 スポレク塾 (保健センター) 10:00~11:20 介護支援 ボランティア フォローアップ講座 (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 男性料理教室 (保健センター) 10:00~13:00	28	29
30	31 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	毎週月曜日にしている「丘レク」では、運動レクリエーションとさをり織り。さをり織りを使って、丘レストランなどで使用するランチョンマット作成をしています。布に印をつける、織物の端を結ぶ、ミシンをかけるなど、作業はいろいろ。得意なことやできることを少しずつ持ち寄りながら、みんなで楽しく取り組んでいます。縫製作業がお好きな人、久しぶりに手仕事をしてみたい人も大歓迎です。ぜひ、お気軽にご参加ください!				

灯す知恵の光、人生をさらに輝かせる学び(よろこび)

「大人マナビ講座」開講!

さあ 学びの扉を開きませんか?(全8回)

- 対 象: 玉東町内在住の65歳~74歳の人
- 会 場: ゆめ ステーション このは/多目的ホール(一部変更もあり)
- 開講日: 令和8年7月31日(金)~令和9年3月12日(金)(全8回)
- 定 員: 30人程度
- ★ 今回の講座は「大人マナビスペシャル」同時開催のため、過去の受講生も参加できます。

大人マナビ講座のお問合せは、玉東町地域包括支援センター
☎0968・85・6242まで

内容や講師の詳細は、こちらを御覧ください。



参加申し込みは、こちらへ

