

食改さんのヘルシー料理
おすすめレシピ
 パンプキンポタージュ

★学習日 12月7日



牛乳は、タンパク質とカルシウムをはじめとした栄養素を手軽に摂取できます。
 寒い冬など、牛乳を飲む機会が減る人は料理にとり入れることをおすすめします。
 牛乳が苦手な人にも好評なパンプキンポタージュです。

作り方

- ① カボチャはワタ、種、皮を除き2〜3mmの薄切りにする。
- ② 鍋にバターを溶かし、カボチャ、塩を加え、しっかり炒める。
- ③ カボチャにしっかり火が通ったら水、コンソメのもとを加え一煮立ちさせる。
- ④ 木ベラでカボチャをつぶす。
- ⑤ 牛乳と生クリームを少しずつ加え、混ぜながら温める。
- ⑥ パセリはみじん切りにする。
- ⑦ 塩、こしょうで味をととのえ、器に盛り付けパセリを散らす。
 ＊お好みでミキサーにかけてザルなどでこし、なめらかに仕上げて也很好です。

【材 料】(4人分)	バター ……………10g
牛乳 ……………200cc	コンソメの素 ……………1個
生クリーム ……100cc	塩 ……………少々
カボチャ ……………200g	こしょう ……………少々
塩 ……………少々	パセリ ……………適量

キリトリ

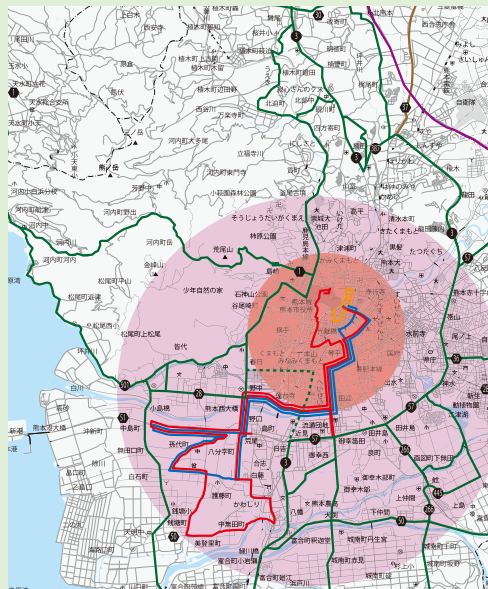
玉東町ホームページ <http://www.town.gyokuto.kumamoto.jp>

**「熊本城マラソン2017」が
開催されます！**
 2月19日(日)は、交通規制とノーマイカーデーへ
 ご理解・ご協力をお願いします。

2月19日(日)、平成28年熊本地震からの復興を祈念し「熊本の元気」を全国に発信するイベント「熊本城マラソン2017」(第6回大会)が開催されます。大会当日は、大規模な交通規制が実施されます。マラソンコース沿線以外の通行可能な道路でも、大幅な渋滞が予想されます。

熊本市内へお出かけの時には、マイカーの使用をひかえ、公共交通機関のご利用をお願いします。2月19日(日)は、ノーマイカーデーにご協力ください。

交通規制の詳細は、「熊本城マラソンホームページ」をご確認ください。
[\(http://kumamotojyo-marathon.jp/\)](http://kumamotojyo-marathon.jp/)
 ※郵便物や宅配便などが遅れて届くことも予想されます。



問い合わせ先
 熊本城マラソン実行委員会事務局
 ☎096-328-2373

表紙説明

1月4日、玉東町成人式。華やかな着物、スーツに身を包んだ新成人が中央公民館に集まりました。



●人のうごき 12月末現在(前年同月比)

人口 5,397人 (-66人)	転入 8人
男 2,545人 (-26人)	出生 1人
女 2,852人 (-40人)	転出 8人
世帯 1,982世帯 (-3世帯)	死亡 8人

年があけて1カ月になります。皆様、良い新年のスタートをきることはできましたでしょうか。
 私はといいますと、年末ジャンボ宝くじがかすりもせず全てはずれ、今後の人生設計の大幅な修正を迫られております。予定では今頃10億を手にした南の島でバカンスのはずだったのですが…。冗談はさておき、今年の年末年始も旅行に飲み会にとハードスケジュールではありましたが、体調を崩すこともなく平穩無事なスタートをきることができました。
 とり年は飛躍する年ともいわれますが、多くの皆様にとってそのような年となりますことを願いつつ、結びの言葉といたします。
 (のびた)



広報 **ぎょくとう** 2017 February Vol. 318

■発行 日/平成28年2月11日
 ■編集・発行/玉東町役場
 〒869-0503 熊本県玉東郡玉東町木葉759 ☎096-85-3111

■印刷/株式会社有明印刷
 ※この広報紙は地域環境にやさしい植物油型インキを使用しています。

2100
 古紙配合率100%再生紙を使用しています



広報 **ぎょくとう** 2017(平成29年) February No.318
 元気、勇氣、優しさを発信する広報紙



祝

成人

1月4日、平成29年玉東町成人式が中央公民館で開催され、新成人の門出を祝いました。

この日、晴れて成人を迎えた新成人51人(男性25人、女性26人)のうち47人が参加。華やかな着物やスーツに身を包んだ新成人たちに、前田町長や松尾議長らが祝福の言葉を述べ、祝福しました。



▲ 新成人を代表してあいさつをする早川さん

式典では、新成人を代表して、早川剛司さん(二俣東)が「何事にも全力で取り組み、一日一日を大切にしながら、社会に貢献できるよう努力してまいります」と決意を述べました。新成人たちは、周囲への感謝の気持ちとともに、社会的責任が増す大人の仲間入りに気を引き締めていました。式典後は、記念撮影や立食パーティーが行われ、友人や恩師との再会を喜び合いながら話に花を咲かせていました。



▲ 学生時代の恩師と再会



平成29年

新成人の皆さん(敬称略)

浦田	木代成隆史	白木	清田和佳菜
大城寺	井上 龍誠		坂本 克徳
高月	大城戸永吉	二俣西	田尻 晃平
土生野	高橋美和久		赤澤 夢花
	野添 彩花	二俣東	清田 雅広
	松本 忠士		田尻 翔太
	松本 実久	上白木	早川 剛司
	内田 涼平		児玉 夏姫
	甲斐 洋子	西安寺	清田麻理奈
	松田 瑠佳		林 真夏
	上田 梓紗	原倉西	平木 顕
	源嶋 泰志		桑原 伊吹
	高木 綾乃		西村友莉那
	三津家 蓮		大高 愛美
揚	山下 純奈		清田 玲摩
	明石 将宏		菅本 明奈
	古財 櫻		松田 真依
	古財 直朋	原倉東	松村 祐貴
町	大城戸莉加		池田有希野
	宅島あや子		清田 実希
	深本 彩季		坂西 綺音
	小柳 朝洋		松本 晃昌
山口	森山 優里		荒井 竜成
稲佐	池本 大志	熊本市	韓 佳原
	宇佐 空雅		



清田 麻理奈さん
(上白木)

2017年、こうして成人式を迎えられたことを大変嬉しく思っております。また、沢山の方々に支えられ、何不自由なく日々を過ごすことができ、感謝の気持ちでいっぱいです。

この20年間でさまざまな経験をしました。嬉しいことや楽しいこと、苦しいことや悲しいことも、沢山ありました。これらの経験により、成長することができ、今の私があると思っています。私は4月から社会人になり、保育士として働きます。子どもが好きということや、保育園の時の担任の先生のようにになりたいという理由からです。本格的に勉強を始め、思っていた以上に責任の大きい仕事で、不安になり自分には向いていないと考えることもありましたが、しかし、実習で子どもたちの笑顔や先生方の楽しそうな姿、自分の保育を楽しく子どもたちの姿から、保育士として働きたいと改めて思いました。小学生の頃からの夢である保育士として働

けることに期待でいっぱいです。子どもの命を預かる仕事であるため、責任は大きいですが、一生懸命努力し頑張ります。私は当たり前の幸せはないということを忘れてはならないと考えます。起こったり、失ったりして初めて気づくことが沢山あり、私自身経験して実感しました。家族や友達などの存在の大きさと大切さ、自分がどれだけ幸せであるかということなど。災害など何がいっ起こるかわからない状況に、誰もが立っていると思います。失ってからでは伝えたいことを伝えることもできません。できるときにしなければ、後悔すると思うため、思っていることを伝えることを心がけるようにしたいと考えています。最後に、いつも私のことを応援してくれた家族には感謝しています。どれだけ離れていても、とても支えられています。これから少しずつですが、恩返しができるようにしたいです。一度しかない人生を自分らしく、充実したものになるよう生きていきます。

成人式を迎えるまでの道のりは一人一人違います。感謝、自覚、喜び、誓い……心の中にあるその思いを回顧し、未来へつなげる。それは、成人式の醍醐味(だいごみ)の一つではないでしょうか。4人の新成人に「今、想うこと」を綴ってもらいました。



清田 玲摩さん
(原倉西)

本日、私たちは晴れて成人式を迎えることができました。今までを振り返ると、とても長いようで短かった気がします。私、清田玲摩という人間の基盤はこの町によって作られました。家族や友人、玉東町の方々や自然豊かな周りの環境。玉東町という素敵な町で成人を迎えることができ、誇りに思っています。今までの20年間で、私は色々な出会いがありました。陸上競技もその一つです。中学生の頃から陸上競技を始め、毎日の練習が楽しくて楽しくてしょうがなかったです。練習して練習して、そして大会に出て。すると、いつの間にかライバルもできて私の人生の中でとても価値のある経験でした。高校で怪我をして辞めてしまいましたが走ることは今でも好きで、専門学校で陸上部を立ち上げて部長として走り続けています。陸上競技を始めたきっかけは、同じ成人を迎えた早川剛司さんの祖父との出会いがあったからです。もし

私の夢はカッコいい大人になることです。私が歳をとり、時代が次の世代へ移り変わる時にあんな大人になりたい、あんな生き方をしたいって思わせることが大人の役目だと思っています。ひとつひとつの出会いを全て価値のあるものに、本当の大人になりたいです。最後に、このような素晴らしい式を挙げて頂き、有難うございました。地域の方々や先生方、共に過ごしてきた友人達。迎えることが出来ました。感謝しています。そして、両親。私の事で悩み、苦しみ、泣かせてくれました。あなたの方のおかげでここまで成長することができました。昔の私なら恥ずかしくて伝えられなかったけれど、今ならばはっきりと言えます。ありがとうございます。愛しています。

歩み
成長
そして未来へ

新成人！晴れ着姿で歯科健診 「新成人の36%（17人）がむし歯経験なし」

1月4日（水）、玉東町中央公民館で二十歳の歯科健診が行われました。

玉東町では生涯を通じた歯の健康づくりのために保育園、小中学校でフッ化物洗口やブラッシング指導を行っています。今ではその効果も出ており、12歳の子どもの一人当たりのむし歯本数は0.48本（H27年度）と熊本県の中でもむし歯が少ない町となっています。

保育園でフッ化物洗口事業を始めて21年が経過しました。（小中学校では10年目）この21年という長い間、継続できたのも歯科医師や保育園、学校、家庭が「きれいな歯を子ども達に残そう」という気持ちで取り組んできた賜物です。80歳になっても20本以上歯を保つことは、食べる楽しみを保つだけでなく、生きる喜びや全身の健康づくりにもつながります。一生使う大事な歯をむし歯や歯周病で失わないために、出来るだけ「きれいな歯」を残せるように、今後も継続して歯の健康づくりに取り組んでいけたらと思います。



みんなに大事に守られてきた新成人のお口の中は今どうなっているのでしょうか？

今年の新成人は保育園、小中学校あわせて7年間フッ化物洗口を実施しています。受診者47人のうち17人は生まれて今まで全くむし歯がなく、とてもきれいな歯でした。しかし、歯石がびっちりついてむし歯が多い新成人中にもおり、中学、高校を卒業してからのお口のメンテナンスの差が大きな差となっていました。

フッ化物洗口だけではきれいな歯を保つことは難し

く、丁寧な歯みがき、フロス等の使用と定期的に歯科医院で歯石取りなどプロのケアを上手に活用していくことが大事です。



また、20歳からはむし歯予防だけでなく歯周病を予防していくことが大切になってきます。歯周病は糖尿病や心筋梗塞などの生活習慣病を悪化させる原因になり、また女性であれば赤ちゃんを産むときに早産の原因になります。

学校を卒業後はなかなか歯科健診を受ける機会がないため、歯の健康管理がおろそかになる時期です。今回歯科健診を受けた新成人からは「歯磨きを頑張ろうと思います」や「むし歯があるのが分かってよかった」等の意見が聞かれました。

歯科健診後には健診を担当した歯科医師より、口の中の状況や歯ブラシの当て方などの説明があり、この二十歳の歯科健診を機に自分の歯に対しての意識・関心が高まったと思います。

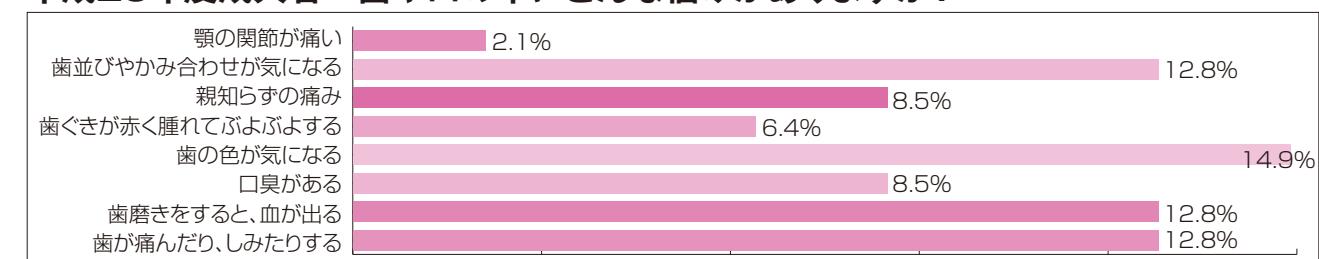


意外に多い、若者の歯のトラブル

10年後、20年後の自分のために・・・毎年歯科健診を受けましょう！

「忙しくて時間がない」「どこも痛みがない」等の理由で歯科健診を受けない若者が多いです。あなたのお口は大丈夫ですか？

平成28年度成人者 歯や口の中にどんな悩みがありますか？



（平成28年度玉東町二十歳の歯科健診アンケート結果より）



今年2017年の本日、私が生まれ育ったこの玉東町で多くの同級生と無事に成人式を迎えることができ、とても嬉しく感じています。そしてこれまでの20年間、私を影から支えてくれた友達や家族、かわった沢山の先生方を始め皆様に感謝申し上げます。

成人という20歳を迎えた今、私は「大人」といわれる立場になりました。まだまだ未熟な面は沢山ありますが、これから先一人の大人として生きていかなければなりません。まだ学生気分が抜けずにいてこれから社会人として生きていくのには大きな不安がありますが、短大生活で学んだ知識や様々な経験を生かして、春から保育士として精いっぱい子どもの為に頑張りたいと思います。小さい頃からの保育士になるという夢を叶える為には沢山の苦労がありました。が、私の思いや考えを一番に優先して考えてくれた母がいてくれたからこそ辛い時も乗り越え



野添 彩花さん
（大城寺）

てくることができました。私が高校三年生の時この保育の短大に行くか迷っていた時も一緒に各短大の制度について調べてくれたり、特待制度もなく家から一番遠い短大を選んだのにもかかわらず、私が無理しないように新幹線で通わせてくれたりなど本当に母には感謝しています。母のおかげで毎日楽しい学生生活を送れているのと同時に、より専門的な知識や技術を習得して卒業できると思っています。普段は反抗したりして素直になることができていないので、この文章を通じて母に「ありがとう」という気持ちが伝わっているように思っています。また、毎日美味しい夕飯を作ってくれいつも私を気にかけてくれる祖母、幼い頃から可愛がってくれている祖父、私の頼みを嫌な顔せず引き受けてくれる叔父、そしていつも笑わせてくれる妹にも感謝の気持ちでいっぱい改めてこんな温かい家庭に生まれ、私はすごく幸せです。これから今まで支えてもらった分、少しでも恩返しができるように社会人として、努力を惜しまず頑張っていきたいと思います。

歩み 成長 そして未来へー

平成29年の本日、この玉東町で同じ学び舎の下で過ごした仲間と共に成人式を迎えることができ、大変嬉しく思う。私の成長は、家族をはじめ周囲の方々の支えなしにはありえなかったものである。深く感謝申し上げます。

自身を成人として自覚するための成人式であるが、近年成人式での由々しきニュースを見かける。市長の式辞中の私語は最早些細なもので、壇上での暴動という報せもあった。あまりにも成人としての責任を欠いた態度である。

では、成人としての責任とは何か。私は、成人は自分の態度が周囲に与える影響を意識する必要があると考える。自分の態度が悪影響を及ぼしたならば周囲へ謝罪しなければならぬ、あるいはそれを予測して慎まなければならぬ。成人は周囲への責任を持つべきである。

成人が持つのは周囲への責任だけではない。この先成人とし



小柳 朝洋さん
（山口）

て生きていくと様々な選択を迫られることになるだろう。選択するのは他でもない自分の意志であるので、成人は自身への責任も持つべきである。

「成人としての責任を持つ」というフレーズだけ聞くと抽象的で、何か特別なことを要求されているような気がする。20歳を迎えた私はこの言葉のイメージが放つプレッシャーに気圧され、成人としての振る舞いに悩んでいたことがあった。しかし、考えてみるとそう特別でもないように思えてくる。他者への配慮や進路選択など、これまで述べたことに当てはまることは既にしてきたことである。成人に求められるものは、実は今までの責任の延長上のものと考えられないだろうか。

成人としての責任とは何かという問いについて考えたが、この問いに答えはないだろう。私の考えはその仮説の一つに過ぎない。大切なのは各々の中にそれぞれの仮説を持ち、それを意識して生活することである。若輩者が随分と生意気を述べたかもしれないが、先輩方には、見守っていただけるとありがたい限りである。



▲玉落として優勝して表彰を受ける第2分団(山口)

優勝 2分団 (山口)
2位 3分団 (上白木)
3位 6分団 (原倉西)

1月8日、町民体育館で新春恒例の消防団出初式が行われました。式典では、長年にわたる消防活動への功績者表彰のほか、各分団の通常点検や山北保育園児による「はしご乗り」、木葉昭和児童園児による「玉落とし」も披露され、観客や関係者から大きな声援と拍手が送られていました。その後、会場を玉東分署前駐車場に移して分団対抗玉落とし競技が行われ、熱戦が繰り広げられました。上位の成績は次のとおりです。

出初式

平成29年
玉東町消防団



▲通常点検のようす



▲表彰を受ける小山元団長



▲雨天のため室内で行われた木葉昭和児童園児の玉落とし



▲山北保育園児による「はしご乗り」の演技



▲玉落としのようす

平成29年玉東町出初式時の表彰者	
◇熊本県消防協会 感謝状表彰	元消防団長 小山 省三(土生野)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第1分団 限部 文麿(土生野)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第2分団 松野 圭吾(山口)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第3分団 村上 正輝(西安寺)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第3分団 田尻 弘樹(西安寺)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第3分団 村上 龍章(西安寺)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第3分団 谷 博之(上白木)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第4分団 岩野 圭祐(一俣西)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第1分団 小島 友介(上木葉)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第1分団 今村 翔(上木葉)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第2分団 荒木 武三(山口)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第5分団 相良 裕次郎(原倉東)
◇熊本県消防協会 功績章表彰	第6分団 菅本 貴春(原倉西)
◇玉東町長表彰	第1分団 安成 正弘(土生野)
◇玉東町長表彰	第1分団 上村 大輔(土生野)
◇玉東町長表彰	第2分団 田尻 信(一俣)
◇玉東町長表彰	第2分団 古財 哲也(一俣)
◇玉東町長表彰	第3分団 児玉 翔吾(上白木)
◇玉東町長表彰	第4分団 吉山 哲平(一俣西)
◇玉東町長表彰	第4分団 田尻 卓(一俣西)

12月	19日	20日	26日	27日	4月	11月	6月
中央病院企業団開設者協議会	嘱託員会議	公立玉名中央病院企業団議会	有明広域行政事務組合定例会	辞令交付式 仕事始め式 有明広域仕事始め式	成人式 熊本連携中枢都市圏連絡会議首長会議	水神祭 議会全員協議会 臨時議会	有明広域新庁舎開所式 玉名地域医療体制づくり推進会議



▲国道208号線(役場前)で行われた消毒活動のようす

それぞれのペースで力走

12月8日に玉東中学校で駅伝大会が、12月13日に山北小学校で持久走大会が開催されました。玉東中学校では1区間1.2kmのコースを7区間、1,2年生各3チーム、3年生4チームの計10チームが出場し、順位を競いました。山北小学校では1,2年生1km、3,4年生1.5km、5,6年生2kmのコースを設定し、各自自己ベストを目指して力走しました。



▲玉東中学校駅伝大会のようす



山北小学校持久走大会のスタートのようす

勇 初期消火表彰 気ある行動に感謝状

有明消防本部玉名消防署は、昨年10月27日午前10時40分ごろ上白木地区で発生した納屋火災で、その被害を初期消火で最小限に止めた功績として本田龍也さん(上白木)を表彰しました。

この火災は、石油コンロの消し忘れでその火が納屋の壁などに燃え広がったもので、納屋に置いてあったスプレー缶の爆発する音などに隣人の本田龍也さんが気づき、すぐに火元に駆け付け、119番通報するとともに本田さん宅の玄関に設置されていた消火器と水道の水を使って初期消火を行い、母屋への延焼を食い止めたものです。

表彰の時本田さんは「気付かなければ軽トラや納屋は全焼しただろう。消火することができてよかった」と話されました。



▲初期消火表彰を受けられた本田龍也さん

突然ですが、今回はクイズです！ 考えてみてください！！

問題1

短い物語を6つに切って、バラバラにした文があります。
元通りの意味が通じる文章に並べなおしてみましょう。

- A. 車いすの青年がいました。
- B. 道をたずねると、親切に教えてくれました。
- C. どうやら旅行者のようですが、道に迷ったのか地図を広げ、辺りを見回しました。
- D. 近くの病院から家に帰る途中のようです。
- E. 大きな力バンを持ったカップルが歩いていました。
- F. 青年は、二人にとっても感謝しました。

意味の通じる物語になりましたか？
簡単にできあがったでしょうか、それとも案外に難しいなと感じましたか？
「旅行しているのは車いすの青年だ」と気づいていただけましたか？
「旅行するのは健常者だ」という固定観念を持っていると、なかなかそれに気づくことができません。
答：A→C→E→D→B→F

では、固定観念を取り除いたところで、もう一問！

問題2

ある腕利きの外科医が手術を終え、控室に戻ると、看護師から緊急の連絡が入りました。
「先生、交通事故で大けがをした人が運ばれてきました。緊急のオペをお願いします。
事故にあったのは、父親と息子さんのようです。
息子さんはまだ息がありますが、父親は即死だそうです・・・」
「わかった、すぐ行く！」
その医者が急いで処置室に向かうと、まだかろうじて息があるという男の子が横たえられていました。
医者は、その子の顔を見たとき、愕然としました。
なぜなら、その子は医者の子だったからです！！
しかし、父親は確かに即死したとのこと。一体どういうことでしょうか？

答えは、「腕利きの医者」とは、息子の母親だということです。この問題におけるポイントは、
「医者」、特に「腕利きの」と言われると、かなりの人が「この人は男だ」と思いこんでしまう
という点にあります。

さまざまな「思い込み」や「固定観念」「偏見」は、無意識のうちに自分の中に存在し、一面的なイメージを思い描きがちになります。しかし、もう一度私たちの心の中にある何気ない固定観念を、人権という観点から問い直して見ませんか？

人権つうしん
こころ
Vol.150
教育委員会
☎85・3609

玉東町総合型地域スポーツクラブ オレンジはあとクラブ

オレンジはあとクラブは町民の皆さまの健康と生きがいづくりを応援する地域のスポーツクラブです。会員はすべての種目に自由に参加することができます。

ご存じですか？!

気分転換
仲間づくり
ストレス解消

0歳児のぎよくとうママさ～ん！ &妊婦さ～ん！

オレンジはあとクラブでは、町内在住の0歳児のママさんと妊婦さんは、無料でクラブの種目に参加できるという特典をご用意しています！
これまでにおよそ130人が色々な種目に参加されています。運動不足の解消・ストレス発散などにお役立てください。スポーツだけではなく文化教室もありますので気になる種目がありましたら足を運んでみて下さいね。
エアロビ・ヨガ・骨盤エクササイズ3種目には託児がついています！託児を利用する場合のみ保健センターに申し込みが必要ですが、託児が不要の場合は気の向くまま教室へ直行OKです！
お気軽に参加してみてください～い\(^o^)/

お知らせ 来年度の更新について H29年度の更新受付は4月3日(月)から開始します。

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	6・13・20	13:30～15:00	中央公民館
カラオケ	火	14・28	9:00～12:00	カラオケ「村」
トランボリン	火	7・14・21	19:00～21:00	町民体育館
ギター	火	14・28	19:00～20:00	中央公民館
バウンドテニス	火・水	1・7・14・15・21・28	19:30～21:30	玉東中体育館
あみもの	水	1・15・22	14:00～16:00	中央公民館
ツインバスケット	水	1・8・15・22	18:00～21:00	町民体育館
テニス	水	1・8・15・22	19:30～21:30	玉東町テニスコート
フラダンス	水	1・8・15	19:30～20:30	中央公民館
タヒチアンダンス	水	1・8・15	20:30～21:30	中央公民館
卓球	木・日	2・5・9・16・19・23・26	9:30～11:30	町民体育館
パソコン	木	9・23	13:30～15:00	中央公民館
♥骨盤エクササイズ♥ ～アビエ～(託児あり)	木	2・9・23	10:00～11:30	中央公民館
♥エアロビクス(託児あり)♥	金	3・17・24	13:30～14:20	中央公民館
♥ヨ ガ(託児あり)♥	金	3・17・24	14:30～15:20	中央公民館
太極柔力球	金	17	10:00～11:30	中央公民館
バスケットボール	金	3・10・17・24	19:30～21:30	町民体育館
バスケ(児童)	土日	5・11・18	13:00～17:00	町民体育館
書道	土	4・18・25	9:00～12:00	中央公民館
健康太極拳	土	11・18	10:00～11:30	中央公民館
キッズサッカー	土	4・18・25	19:30～20:30	町営グラウンド
水泳	水	今年度は終了しました		

町内在住の0才児のママさんと妊婦さんはエアロビと他2種目まで無料で参加できます。
♥骨盤エクササイズ・エアロビクス・ヨガは託児付きです♥(託児場所は中央公民館です)
【託児:一人300円(町外600円)/その週の火曜日までに保健センターへ要予約 ☎85・6557】
※申し込み・問い合わせ先…玉東町中央公民館 ☎85・3609

広報クイズ

□の中の文字を並べ替えると、6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等を書いて総務課まで送ってください。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15日(消印有効)です。
※当選者は町内に住んでいる人に限らせていただきます。

- 送り先 〒869-0303 役場 総務課 【1月号の答え】
- 1月号の答え ハツモウデ
- 当選者(敬称略)
応募総数 14通
当選者 上田 瞬(原倉)
佐藤 絢星(山口)
中尾 松子(白木)
まつもとさつき(木葉)
吉田 美遥(木葉)



答え 〇〇〇〇〇〇

◆ヨコのカギ◆

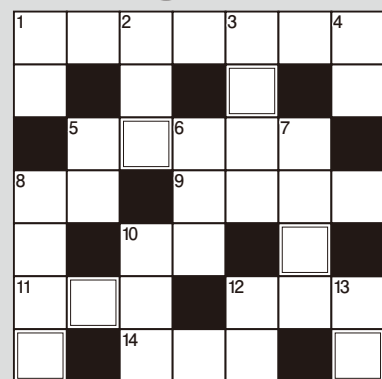
1. 動物と植物。
5. 家計を助けるために自宅でする賃仕事。
8. 英語で気体のこと。
9. あんをかけたみつめ。
10. 辞退、辞職したいという気持ち。
11. やわらかくて、物にくっつきやすい性質。
「納豆は〇〇〇気が強い」
12. 蒸気の噴出によって音を出す仕組みの笛。またはその音。
14. 山林で木を切り出すことを仕事にしている人。

◆タテのカギ◆

1. 土を小高く積み上げて築いた長い堤。堤防。
2. 剣道で使う竹製の刀。
3. ろうや油を混ぜて固めた、棒のような絵の具。
4. 口が小さく、胴の部分がふくらんでいる入れ物。「タコ〇〇」
5. こい紫色の卵形の実をつける野菜の一種。
6. スポーツなどでおたがい(に)わざや力を比べ、勝ち負けを争うこと。
7. いくつかの部分品を組み合わせて、一つのものを作りあげること。
8. 年号の改まった、一番最初の年。
10. 自分ひとりの力。自分自身の働き。
12. 大気中の水蒸気が集まって小さな水滴となり、煙のように立ち込めるもの。
13. 値打ちのある金属で、非常に重く、黄色いつやを持つもの。

レベル ★☆☆

ヒント 手作り?それともお店?



答え 〇〇〇〇〇〇

玉東町民生委員・児童委員名簿

任期 平成28年12月1日～平成31年11月30日

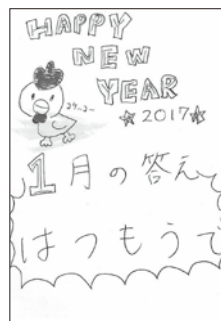
浦田・大城寺	今村 亨	☎85・3052
土 生 野	岩川 幸典	☎85・3214
高 月	藤本 元子	☎85・3422
揚 町	松本 滋	☎85・2150
山 □	清田 明公	☎85・2463
稲 佐	森山 鷹一	☎85・3192
白 木	森山 達朗	☎85・2070
二 俣 西	平川美津子	☎85・2234
二 俣 東	大城戸幹雄	☎85・3068
上 白 木	谷口 義明	☎85・3031
西 安 寺	大野 勝子	☎85・3467
原 倉 西	塚元なるみ	☎85・3024
原 倉 東	清田 勝子	☎85・3979
主任児童委員	渡辺 菊美	☎84・7117
主任児童委員	角田 迪子	☎85・3012
	上村紀久代	☎85・3897



▲古財 凜香(木葉)



▲怒留湯 仁(木葉)



▲續 風花(木葉)



▲土山 優月(稲佐)

ハガキ絵 ギャラリー

敬称は
省略します

寄附金を頂きました

12月21日、玉名高等学校同窓会から町に寄附金を頂きました。頂いた寄附金は、町の教育発展のために活用させていただきます。ありがとうございました。



●中高生におすすめ!
勉強の合間、ちよこつと息抜きにどうぞ♪



●じっくり読みたい人におすすめ!
小説も新刊・文庫など、多数入っています。



●子どもたちにおすすめ!
子どもたちに大人気のアンパンマンやトーマスの本が、たくさん入りました!



●雑貨好きの人におすすめ!
おすすめモノがいっぱい♪これで2017年、仕事も生活も楽しく、可愛く、効率的になること間違いなし!

◆新着本紹介◆

図書室
(中央公民館)
からの
お知らせ

まぶるあいち



木葉小学校6年
牛島 愛香さん

社会を
明るくする
運動大会

発表作文
④

「おはようございます。」私は、いつも登校中にあいさつをしています。
あいさつをたくさんの人にすると、気持ちがあいさつになります。登校中じやないときにもあいさつをたくさんするのが、目標です。
でも、あいさつをしているのに、あいさつを返してくれない人もいます。あいさつをしているのに、あいさつを返してもらえなかったら、何だか、もやもやした気持ちになります。でも、逆にあいさつをされているのに、私たちがあいさつを返さなかったら、あいさつをした人は、がっかりしたり、もやもや

した気持ちになると思います。こんな私でも、1年生の頃は、はばかりして、あいさつはまったくできませんでした。でも、班長さんや班のみんなは、大きな声で上手にあいさつができていました。私は「すごいなあ」と思って見ていました。それを見て、私もあいさつの練習をしたことを覚えています。あいさつできたときは、うれしかったけれど、何回かしかできませんでした。2年生になって、1年生のお手本にならなさいと思ひ、がんばったのですが、まだまだ班長さんみたいなあいさつは、できませんでした。
学年があがるにつれて、少しずつ自分が考える上手なあいさつができるようになったと思っています。
しかし、5年生になったときに「本当のあいさつって、こうするんだ」という出来事がありました。それは、自分たちで収穫したお米を販売する学習の時でした。販売ができるまで、礼の仕方やお客さんに対する声かけやマナーを勉強しました。最初は、うまくできずに「本当にできるよにな

るのかなあ」と不安でいっぱいでした。しかし、友達と教え合いながら、練習を重ねていくうちに、少しずつ自信がついてきました。背筋を伸ばして、丁寧にあいさつができたときに、お客さんが、にっこりほほえんで、お米を買ってくれ「ありがたう。礼儀正しいね」と言ってくれました。
その時から、私は「まごころあいさつ」であいさつをするようになりました。立ち止まって、はっきりと「おはようございます」と言っています。まごころあいさつをすると、今まで以上に、笑顔であいさつを返してくれるようになった感じがします。
あいさつは、とてもすごいです。私の気持ちもすっきりさせてくれるし、相手の人も笑顔になつてくれます。私は、はばかりやなのですが、このまごころあいさつは、これからもずっと続けていきたいと思っています。自分から進んで大きな声で、はっきりと「おはようございます」と言っていきたいと思います。そして、みんなを笑顔にしていきたいです。

寒い日は水道メーターの確認をお願いします

気温が低くなると漏水の可能性が高くなります。また水道が凍って出ない日などは、暖かくなる昼ごろから漏水する場合がありますのでご注意ください。

宅内漏水の見つけ方

次のようにしていただくと水漏れがわかります。

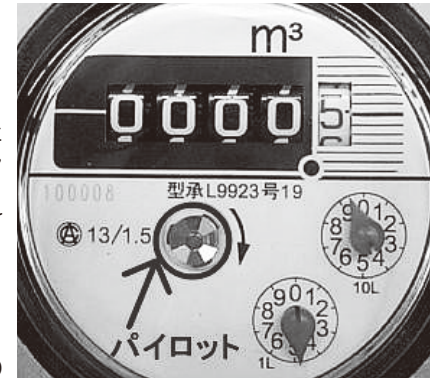
まず、家中の蛇口を全部閉めてください。次にメーターボックスのふたをあけて右の写真のようなメーター器を見てください。銀色と赤色のコマのようなかたちのパイロットがあります。もしパイロットが回っていれば、家のどこかで水が漏れています。

このような場合は、水道工事の工事業者に修理を頼んでください。

※修理費は個人の負担となります。

道路などで水が噴出しているなどの異常を見つけれたときは、下記の問い合わせ先までご連絡ください。

◎問い合わせ先 建設課 ☎85・3112



水道管の凍結防止

凍結しやすいところは

屋外でむき出しになっているところ、風当たりの強い北向きの寒いところにある水道管、蛇口や給湯器などは要注意です。

凍結を防ぐには

水道管や蛇口の露出している部分に、市販の保温材や布、縄などをしっかり巻きつけ、その上からビニールテープなどを巻いて保温材が濡れないようにしましょう。また、おやすみ前に蛇口から少しずつ水を出しておくことで凍りにくくなります。

凍ってしまったら

自然にとけるのを待つか、水道管や蛇口にタオルや布をかぶせて、その上からぬるま湯をゆっくりと気長にかけてとくしてください。直接、熱湯をかけると水道管や蛇口が破裂することがありますので注意してください。



破裂したら

メーターボックス内の止水栓を閉めて水を止めてください。破裂した部分に布やテープを巻いて応急処置をし、水道指定工事店に修理を依頼してください。水道指定工事店は近隣市町村に60社ほどありますのでお知り合いの水道業者に修理を依頼してください。

玉東町指定水道工事店（一部抜粋）

(有)金剛産業	玉東町原倉2141-77 ☎85・3030
(有)アクア設備工業	玉名市玉名3584番地 ☎72・2618
(有)前田設備工業	玉名市伊倉南方1349番地 ☎73・3040
(株)九州設備工業	玉名市山田1223-1 ☎74・2800

リサイクル体験受講者募集 リサイクルプラザつうしん

＊受付開始2月1日(水) (午前9時～) 【申し込み先】東部環境センター ☎75・5050

講座名	日付	時 間	用意する物	講師名
指で織るマフラー	14日 (火)	午後1時30分～ 午後3時30分	①ハサミ②毛糸針③材料費800円	高田 敦子 先生
押し花 (レターセット作り)	17日 (金)	午前9時30分～ 午前11時30分	①ハサミ②カッター③材料費900円 ※押し花はこちらで用意します	吉村美津子 先生

※申し込みは、3日前までにお願いします。 定員になり次第締め切りとさせていただきます。
(指で織るマフラー…10人 押し花(レターセット作り)…10人)

玉東町の 超高齢社会を生き抜く 地域づくり研修会

高齢者の生活と意欲を支える 地域づくり

平成28年12月26日、ふれあいの丘保健センターで、嘱託員、民生委員、地区サロン関係者など約90人の町民が参加し、『玉東町の超高齢社会を生き抜く地域づくり研修会』が行われました。

玉東町は現在、高齢化率33・8% (平成28年12月現在) であり、玉東町人口ビジョンでは、今後の高齢化の進展と人口減少が示されています。

これからの時代は、単に高齢者が増えていくだけではなく、ひとり暮らしの高齢者や認知症の高齢者など多様な生活支援を必要とする人が増えていく一方で、元気な高齢者も増えていきます。

現在、県下で最も高い介護保険料となっている玉東町では、高齢化による社会保障費の伸びを必要最小限に抑えながら持続可能な介護保険制度にしていこうと、そして、地域の高齢者の生活や心(意欲)を支えていく活動を組み立てていくことが求められています。その要は、『地域の力』です。

『地域の力』といえば、現在、地域の中では、町内25地区で地区サロンが展開され、「自助(主体的な活動)」による健康づくりや介護予防が住民自らの力で行われています。その中で自然



にひとり暮らし高齢者への声かけや見守りが行われ、地域の中で助け合う「互助」への広がりもみえてきています。

今後、地域の中での「自助」「互助」の取組、そして、それをバックアップする行政の取組が一体となって『住民が長寿のよろこびを感じながら人生の最後まで安心して暮らせる地域づくり』を進めていく必要があります。

「さあ 話そう」地域の心呼び起す

研修会では、熊本県認知症対策・地域ケア推進課と玉東町保健介護課から「超高齢社会と生活支援の課題」について行政説明があり、続いて、公益財団法人さわか福祉財団 鶴山芳子

理事からは、「最後まで自宅で暮らせるための助け合いの仕組みがある町づくりを始めよう」という演題で講演がありました。

後半のワークショップでは、『住み慣れた地域で暮らすためにどんな地域(目指す地域像)にしたいですか?』また『そのために必要な助け合いは何ですか?』をテーマに、5年後、10年後も考え、自由な発想で活発な意見交換が行われました。今後も研修会を継続しながら、地域の中で支え合う具体的な方法を検討していきます。

ワークショップの一部をご紹介します。

- 誰もがちょっとした支援し合う町づくりをめざそう(子どもから高齢者全町民で)
- 玉東町ちよつとコールセンターの開設
- まずは電話でちょっとした困りごとを相談できる
- 誰でも使えて、お願いする人は300円で簡単な手伝いを頼める
- 助ける人は、有償ボランティアとして活動し1時間800円ぐらいの対価があるというボランティアさんは、「私コレできます。アレできます」と能力を登録する
- 活動範囲は近所や地区内で、無理なく行う
- 免許返納すると生活できない。免許返納するときは、巡回バスの充実(停車する場所や時間帯)や、乗り合いタクシーなどの移動手段が必要
- 資源ごみ回収・買い物などを地域で手伝う
- 地域通貨を作って頼みやすいシステムを
- 若い人たちも一緒に参加してほしい など

玉名税務署からのお知らせ

確定申告会場を開設します

申告会場
玉名税務署1階(玉名合同庁舎)
開設期間
2月16日(木)～3月15日(水)
土・日・祝日は除く
受付時間 午前9時から午後4時まで
※申告期限が間近になると、会場が混み合う場合があります。

インターネットで申告書を作成できます

国税庁のホームページから、申告書や青色決算書、収支内訳書が作成できます。作成した申告書等は、玉名税務署へ郵送で提出することもできます。
www.nta.go.jp 国税庁へアクセスして『確定申告書等作成コーナー』をクリックしてください。
作成コーナーの操作に関するお問い合わせはヘルプデスク☎0570-01-5901

インターネットで申告・納税ができます

「国税電子申告・納税システム(e-Tax)」では、自宅やオフィス、税理士事務所などからインターネットを利用して、国税についての各種手続き(①所得税、法人税・地方税法、贈与税、消費税及び地方消費税、酒税、印紙税の申告、②全ての国税の納税、③納税証明書の交付請求及び法定調書の提出などの申請・届出など)ができます。
詳しいことはe-Taxホームページwww.e-tax.nta.go.jpをご覧ください

公的年金収入がある人の確定申告

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、公的年金等以外の所得金額が20万円以下の場合は、所得税及び復興特別所得税について確定申告をする必要はありません。
ただし、この場合であっても、①所得税及び復興特別所得税の還付を受けるためには、確定申告をする必要があります。また、②住民税の申告が必要な場合があります。
詳しいことは、国税庁ホームページhttp://www.nta.go.jpをご覧ください。玉名税務署へご相談ください。

問い合わせ先 玉名税務署 ☎72・2125
(自動音声に従い「0」を選択してください)

申告は正しくお早めに 2月16日(木)～3月10日(金)

平成28年中の所得の申告を受け付けます。

受付時間 午前9時～午後3時30分
ところ 玉東町福祉センター(役場横) 1階 研修室

申告に必要なもの

- (1) 本人であることを確認できる書類
(次の①～③のうちいずれか)
①マイナンバーカード
②マイナンバー通知カードと、運転免許証または保険証など
③マイナンバー付き住民票と、運転免許証または保険証など
- (2) 印鑑
- (3) 所得が分かる書類
・年金、給与の源泉徴収票(お持ちのもの全部)
・農業、営業、不動産等の所得があった人は、収支内訳書を作成してきてください
- (4) 所得から差し引く、控除額が分かる書類
・生命保険、火災・地震保険等の、保険会社から送付された控除証明書
・医療費控除を受ける人は、①受診日順に、受診者ごと、病院ごとに分けた領収書と、②それを集計した明細書、③健康保険や医療保険から給付された額がわかる書類
・雑損控除を受ける人は、①り災証明書と、②事前に役場で計算した損失額計算書
- (5) その他
・税務署から書類が送られている人は、その書類
・所得税の還付がある人は、通帳など口座の内容が分かるもの



申告にはマイナンバーが必要です

マイナンバー制度の導入により、平成28年分の申告書などにはマイナンバーの記載が必要になりました。
申告書を提出する時は、申告する本人の、本人であることを確認するための書類の写しを添付してください。

本人確認書類		
マイナンバーカードを持っている人 ・マイナンバーカードだけで本人(番号・身元)確認ができます		
マイナンバーカードを持っていない人		
番号確認書類	身元確認書類	
本人のマイナンバーであることを確認できる書類 ①マイナンバー通知カード ②マイナンバー付の住民票 などのうちいずれか1つ	申告書に記載したマイナンバーの持ち主であることを確認できる書類 ①運転免許証 ②保険証 ③パスポート ④障害者手帳 ⑤在留カード などのうちいずれか1つ	

+

地震で住宅や家財などに損害を受けた人へ 雑損控除の適用の確認をお願いします

災害により住宅や家財などに損害を受けた場合は、確定申告を行うことで雑損控除による所得税、住民税の軽減などの措置を受けることができます。

雑損控除を受けようとする人は、申告期間以前に役場税務課で適用の確認をし、損失額計算書を作成してください。(申告期間中の雑損控除の受け付けには、長時間お待たせすることが予想されます)

次のものを可能な限り持参してください

- ①住宅の取得価額、建築年、構造が分かるもの
- ②住宅、家財の損失額が分かるもの(見積書、領収書など)
- ③地震保険などで受け取った保険金の額が住宅、家財それぞれに分かるもの
- ④り災証明書

みなし仮設住宅(民間賃貸住宅借上げ)の申込期限について

○熊本地震の発生直後から、被災者に対し応急的な住まいとして提供しているみなし仮設住宅の申込期限を平成29年3月31日とします。

・発災から約9カ月が経過し、応急的な住まいの提供は着実に進み中で、被災者の中には、未だに危険な状況にある自宅居住の人がいる可能性があることから、梅雨や台風時期の前までには転居を完了する必要があります。

・このため、発災から約1年となる平成29年3月31日をみなし仮設住宅の申込期限とします。

・なお、個別の特殊事情がある場合は、その状況に応じ弾力的な運用を行います。
※原則、平成29年3月31日を申込期限としますが、個別の事情がある場合には「理由書」を提出することで、期限後であっても申込可とします。

<該当者>

- ・やむを得ず入居物件を見つけることができない人
- ・罹災証明書の罹災区分が確定していない人 など

1 入居者の要件 (1)～(4)全てに当てはまる人

(1)平成28年熊本地震の災害(以下「当該災害」という。)時点で、熊本県(熊本市を除く)に住所がある人

(2)次の要件のいずれかを満たす人

- ①当該災害による住居の全壊または大規模半壊により居住する住宅がない人
- ②「半壊」であっても、住み続けることが危険な程度の傷みや、生活環境保全上の支障となっている損壊家屋など取り壊さざるを得ない家屋の解体・撤去に伴い、自らの住居に居住できない人
※修理などにより一時的に住居に居住できない場合は対象となりません。
- ③二次災害等により住宅が被害を受ける恐れがある、ライフライン(水道、電気、ガス、道路等)が途絶している、地すべりなどにより避難指示を受けているなど、長期にわたり自らの住居に居住できないと市町村長が認める人
- (3)自らの資力をもってしては、住居を確保することができない人
- (4)災害救助法に基づく住宅応急修理制度を利用していない人

問い合わせ先 総務課 ☎85・3111

あら・たま魅力体感婚活

あらたま婚活学園 in 和水町



春と言えば出会いや別れの季節。

青春時代の淡い恋心を思い出しながら素敵な出会いを見つけませんか?

舞台は三加和温泉郷にたたずむ和水町旧神尾小学校。

神尾小学校は平成26年3月に閉校するまで約140年間地域に愛され、育まれてきた小学校です。

そんな小学校で入学式から4時間目までの授業スタイルで、給食や体育など昔懐かしの学校生活を再体験してみませんか? 学生の頃は告白できなかったアナタも、今なら大丈夫!

と き 3月11日(土) 午前9時登校～午後5時下校予定

と ころ 和水町旧神尾小学校(熊本県玉名郡和水町大田黒577番地)

学費(参加費) 男性2,500円 女性2,500円 応募締め切り 3月3日(金) 正午まで

応募資格 25歳～45歳までの独身の男女各15人(抽選)(学生不可)
※男性に限り、荒尾市か玉名郡市にお住まいか、勤務されている人。
※会員登録が必要。(当日の入会も可能、登録料無料)
※3月9日(木)以降のキャンセルは料金が発生する場合があります。

申込方法 電話・メール・ホームページ・サポートセンターまたはお近くの市町村役場にて

申し込み・問い合わせ先

有明広域行政事務組合 荒尾・玉名地域結婚サポートセンター

熊本県玉名市岱明町野口2129 ☎57・5144

E-mail: arao.tamana.k-s-c@wish.ocn.ne.jp

受付時間: 午前10時～午後7時 定休日: 火曜日、水曜日

くらしの情報

今月の催し

2月16日(木) 確定申告

2月19日(日) 山北八幡宮春季例祭

2月26日(日) 第30回玉東町福祉大会

たばこ税は貴重な町の財源です。たばこは町内で買いましょう。

平成27年度のたばこ税収は、3,124万円でした。

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

くらしのFebruary 2月情報

電話帳

総務課 085-3111

建設課 085-3112

町民福祉課 085-3183

税務課 085-3184

保健介護課(保健センター) 085-6557

地域包括支援センター 085-6242

産業振興課 085-3113

農業委員会 085-3180

議会事務局 085-3189

教育委員会(中央公民館) 085-3609

残高不足にご用心!!口座振替

2/28(火)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)

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

有明・島原の「よかとこ・まるとキャンペーン」

有明沿岸の福岡県、長崎県、熊本県の市町等が連携して、地域を繋ぐ要となる、有明フェリーを活用したキャンペーンを行い地域の魅力を発信します。

2月25日(土)、26日(日)、3月4日(土)、5日(日)

※対象イベントは、午前9時50分発、午前10時45分発(両港同時刻発)のフェリー船内

有明フェリー船内、長洲港(熊本県)、多比良港(長崎県)

有明フェリー船内での有明・島原地域観光PR、地域の特産品プレゼント、地域の観光体験や温泉入浴券のプレゼント、期間限定有明フェリー限定食品など温かい食べ物のおふるまい、有明海両岸では、地域ゆるキャラの出迎えと見送り

※有明フェリー乗船料が必要です。港での催しは無料。なお、内容は変更になる場合もあります。

くまモン登場 2月25日(土) 午前10時30分〜午前11時

場所 長洲港

※午前10時35分 長洲港着：お出迎え、午前10時45分発 多比良港

玉東町 すこやか カレンダー

対象者
携行品

2月

※気付いたら、支えて知らせて、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 保健センター ☎85・6557まで（秘密は固く守られます）
予約が必要なものは、2日前までに保健センターへお申し込みください。（夜間・休日は☎85・3138）

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 1月18日現在			1	2 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 (託児:2日前までに要予約)	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 10:00～11:30 エアロビクス13:30～14:20 ヨガ14:30～15:20 中央公民館 (託児:2日前までに要予約)	4 図書館休日開放日 (このマークが目印) 中央公民館 9:00～17:00
5 浦田医院 ☎74・2412 坂田内科医院 ☎66・8600 佐藤医院 ☎72・3100	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	8	9 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 (託児:2日前までに要予約)	10 つどいの広場 金曜サロン 10:30～13:30 母子健康手帳交付 保健センター 13:00～15:30 (事前に予約をお願いします。)マイナンバーの提示が必要です。 出席したことがある方は、上の子の母子手帳もご持参ください。	11 国崎整形外科医院 ☎73・6776 大磯耳鼻咽喉科医院 ☎73・4133 宮崎クリニック ☎82・2408
12 鶴上整形外科リウマチ科 ☎72・2007 玉名第一クリニック ☎72・4165 鹿井医院 ☎73・2266	13 つどいの 広場 なんだろDAY 保健センター調理室 10:00～正午	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	15 3歳児健診 保健センター ☎13:30～14:00 ☎H25.8月～10月生 ☎母子健康手帳・問診票 (通知文に同封)、検尿	16	17 エアロビクス13:30～14:20 ヨガ14:30～15:20 中央公民館 (託児:2日前までに要予約) 女性の健診(要予約) ☎13:30～15:00 ☎郵送で通知しています	18
19 吉田医院 ☎73・5100 前田小児科医院 ☎74・1333 中野医院 ☎82・3970	20	21 母乳育児相談 保健センター ☎9:45～10:00 (前日までに保健センターへ予約をお願いします) ☎母子健康手帳・タオル3枚 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	22	23 つどいの 広場 なんだろDAY 保健センター調理室 10:00～正午 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 (託児:2日前までに要予約)	24 つどいの広場 金曜サロン/10:30～13:30 母子健康手帳交付 保健センター/13:00～15:30 (事前に予約をお願いします。)マイナンバーの提示が必要です。 出席したことがある方は、上の子の母子手帳もご持参ください。 エアロビクス13:30～14:20 ヨガ14:30～15:20 中央公民館(託児:2日前までに要予約)	25 キッズ英会話 つどいの広場ひまわり ビギナーコース 10:00～10:50 ステップアップコース 11:00～11:50
26 まつおクリニック ☎73・2800 大林循環器科内科医院 ☎72・3866 安田内科医院 ☎84・3131	27 ママがんばり すぎないで♡MOM 10:30～11:30 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 H28.10月生、7カ月児 H28.6月生 ☎母子健康手帳・子育てアンケート(3カ月児のみ) 7カ月児を対象にブックスタート(絵本の読み聞かせ)を実施しています。	28 赤ちゃんが喜ぶ離乳食教室 保健センター ☎9:45～10:00 ☎H28.8月～9月生 ☎母子健康手帳・エプロン・バスタオル 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	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 かる前に確認(☎73・6000)してください。 ○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)、玉名中央 病院救急センター(☎73・5000)へ。			



健康を守る婦人の会健康セミナーのお知らせ

テーマ「美人の中身～食事と運動と睡眠～」

講 師：春日クリニック院長 清田真由美氏

人生の転機である更年期。仕事でも家庭でも中心となって頑張っている最中なのに、なんだか体がスッキリしない。女性の心と体に一体何がおこっているのでしょうか？いつまでも美しく、元気でいるための食事・運動・睡眠にポイントをあててお話しします。

と き：2月22日(水) 午後7時30分～9時

ところ：玉東町中央公民館

どなたでも参加できます。
ご参加をお待ちしています。

◎問い合わせ先 ふれあいの丘 保健センター ☎85・6557

女性の健康診査を実施します

と き：2月17日(金)
午後1時30分～午後3時

ところ：ふれあいの丘 保健センター

対象者：20歳から39歳までの女性で、
職場健診がない職場に勤めている人
(家庭の主婦、自営業、アルバイトなど)

注意：平成28年度中に、職場健診または人間ドックを
受診された人、受診予定の人は対象外です。

受診料：1,000円

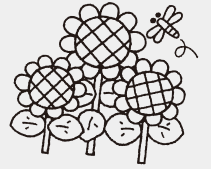
※事前の申込みが必要です。

◎問い合わせ先

ふれあいの丘 保健センター
☎85・6557

子育て支援事業

つどいの広場 ひまわり



保健センター ☎85・6557

つどいの広場は、

乳幼児と保護者が自分の責任で、自由楽しく遊ぶ場所です。妊婦さんも大歓迎です！

* 2月のなんだろDAYは??

『ラブラブ♥ バレンタイン教室』

2月は、バレンタインデー♥お
仕事がんばっているパパにもご
褒美を！講師の先生をお迎えし
て、バレンタインに作れる簡単
スイーツと一緒に作りませんか？
毎年大人気のこの講座！食育指導士の先
生に食事に関する事等をいろいろ聞きなが
ら、学んで作って食べて笑って過ごしましょう！

と き 2月13日(月) 午前10時～正午

ところ 保健センター調理室

参加費 材料費として、大人150円程度、子ども50円程度(食事する子のみ)

託 児 託児が利用できます。

(9時50分までに託児の受付をお願いします)
(託児時間は、午前10時～午前11時30分まで)

* 託児の費用は、自己負担300円になります。

要予約
2/6(月)
〆切



定員10組

* 2月のなんだろDAYは??

『ブルーサークル メニューを学ぼう!!』

ブルーサークルメニューとは??
(総カロリー600kcal未満かつ塩分3g以下のメニュー)

おいしくてカロリーが気にならない、食べる
と健康増進につながるメニューとして注目され
ています。今回は、家庭でできそ
うな簡単メニューに取り組みま
す。家族のため、自分のためにぜ
ひ参加して共に学びましょう♥

と き 2月23日(木) 午前10時～正午

ところ 保健センター調理室

参加費 300円程度(材料費)

託 児 託児が利用できます。

(午前9時50分までに託児の受け付けをお願いします)
(託児時間は、午前10時～午前11時30分まで)

* 託児の費用は、自己負担300円になります。

要予約
2/16(木)
〆切



定員10組

2月のママがんばりすぎないでMOMは..

『家族で気をつけたい..冬の病気講座』

毎年、いろんな病気が流行する冬..できればかりたく
ないですね。うつる病気もたくさんあります。ママが寝
込んで大変、子どもが寝込んでかわいそう、家族を病
気から守るためにしっかり勉強しましょう！



と き 2月27日(月)

午前10時30分～11時30分

ところ つどいの広場ひまわり

要予約
1/23(木)
〆切

祝 つどいのひろば利用者5000組!!

1月6日(金)つどいのひろばが毎月実施している、「赤ちゃん体重測定」に参加された稲佐地区
の竹崎美幸さん・咲花(さやかちゃん)8カ月が、つどいの広場ひまわり利用者5000組目となり、
つどいの広場からプレゼントが渡されました。

竹崎さんは、「ありがとうございます。ステキな1年になりそうで幸せです♥」と話されました。



子どもを遊ばせながら、ママ同士での情報交換もあり、ママ友、ベビ友が出来ます。
寒い冬は、室内でのつどいの広場ひまわりへ遊びに来てみませんか？イベント以外は申し込
み不要です。入室後に検温、簡単な問診表を記入していただき問題なければ親子で自
由に遊べます。

※体調不良の方は、完治して1週間から10日間ほどたってからの利用をお願いします。
赤ちゃんも利用しますので、ご理解・ご協力をお願いします。