

広報

元気、勇気、優しさを発信する広報紙

ぎよくとぅ 7

2016(平成28年)
July No.311

接戦！勝ったのは…
—玉東中学校体育祭 木葉・山北小学校運動会—

広報 ぎよくとぅ 2016 July vol.311

■発行 日/平成28年7月1日
■編集・発行/玉東町役場
〒869-0203 熊本県玉名郡玉東町木葉759 ☎0968-85-3111

■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。

200
古紙配合率100%再生紙を
使用しています

オレンジはあとクラブカップ 平成28年度 第47回玉東町 職場対抗球技大会

と き 7月24日(日)午前8時30分開会
ところ 町民体育館
内 容 ビーチボールバレー(男子の部、女子の部)

1.参加資格、チーム編成

町内の同一職場(事業所)で構成されたチーム
とします。線審(2名)、得点係(2名)を各チ
ームよりお願いします。

2.表彰 優勝…優勝旗(杯)・賞状
準優勝…賞状
3位…賞状(2チーム)



3.参加申込

7月12日(火)午後5時までに、町中央公民館
へ参加チーム数を連絡ください。
(電話で結構です。☎85-3609)

4.参加料 1チーム 1,000円(代表者会議で納入)

5.代表者会議、抽選

7月19日(火)午後7時30分より 中央公民館

6.練習日

7月14日(木)、7月17日(日)、7月21日(木)
午後7時30分～午後9時30分まで、町民体育
館を開放します。

7.その他

詳しい内容のお問い合わせは、中央公民館
(☎85-3609)までご連絡ください。

食改さんのヘルシー料理

おすすめレシピ



鶏ささみと油揚げの卵いため

★学習日 5月19日



鶏ささみは脂肪をほとんど含まず高タンパク低カロリー食
品で、疲労回復、消化促進に効果があると言われています。
また同時に使用するサクラエビは骨粗しょう症予防に効果的
なカルシウムを多く含み、免疫向上、老化防止などの効果もあ
ると言われています。

作り方

- 鶏ささみは筋を除いてそぎ切りにし酒と塩をふって下味を
つける。
- 油揚げは熱湯をかけ油抜きをし、食べやすい大きさに切る。
ほうれん草は塩少々を加えた湯で茹で冷水にとり、水気を
絞って3cmの長さに切る。
- 鍋にサラダ油を熱し①を入れて色が変わるまで炒める。②
とサクラエビを加えて炒め、④を加えて混ぜる。
- 全体になじんだら卵を加えスプーンなどで大きくかき混ぜ
ながら好みのかたさに火をとろす。

【材 料】(4人分)

鶏ささみ	4本(400g)	卵	2個
酒	大さじ1	サラダ油	大さじ1
塩	少量		大さじ2
油揚げ	1枚(120g)	薄口醤油	小さじ2
ほうれん草	140g	砂糖	小さじ2
サクラエビ	乾5g	水	1/2カップ
		塩	少量

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

表紙説明

5月22日、玉東中学校体
育祭。ゴール直前での接
戦。このあと両チームとも
倒れこみながらゴールとな
りました。



●人のうごき 5月末現在(前年同月比)

人口	5,445人 (-21人)	転入	10人
男	2,574人 (-1人)	出生	2人
女	2,871人 (-20人)	転出	14人
世帯	1,992世帯 (+6世帯)	死亡	6人

だいが暑くなってきました。今年の夏も
例年通り蒸し暑くなりそうです。ところで
皆さんの最近のマイブームはなんでしょ
うか。私はもっぱらゲームセンターに行
くことです。子どもの頃はよく行っていま
しが大人になるにつれて行く回数は減って
きました。ところが最近私が大好きなゲー
ムがゲームセンターに導入されました。昔
在した軍艦を擬人化し、そのキャラクター
を育成していくゲームで、3年ほど前から
インターネット上で話題になり、昨今のゲ
ーム業界ではトップクラスの人気を誇って
います。これは行くしかないと、足しげく通
っているところです。興味が湧いた人は一
度プレイしてみてもいいでしょうか。

(のびた)





13



11



12

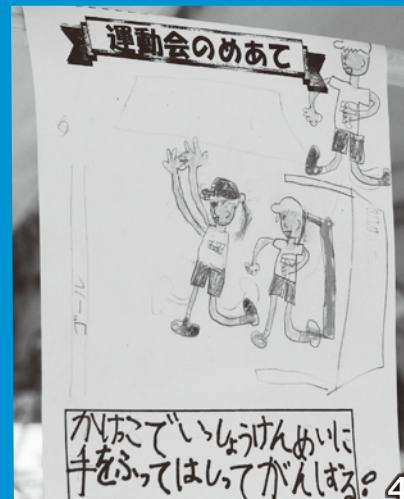
- 1 山北小学校1年生による開会宣言
- 2 開会式前の行進(玉東中)
- 3 木葉小学校白組応援団による演舞
- 4 テントには児童が書いた運動会のめあてが飾られていました。(山北小)
- 5 木葉小学校6年生の集合写真
- 6 中学生男子による組体操
- 7 木葉小学校大玉ころがし
- 8 保護者による復旧作業のようす(木葉小)
- 9 山北小学校では赤組と白組の点数が同じだったため、両組に優勝旗が手渡されました。
- 10 綱引きのようす。鍛え上げられた筋肉が浮かび上がります。(玉東中)
- 11 木葉小学校の組体操。ウェーブがきれいです。
- 12 騎馬戦。帽子の奪い合い。(玉東中)
- 13 山北小学校赤組応援団団長の演舞
- 14 中学生女子のダンス。今年はチャアリーディングの動きも取り入れました。
- 15 山北小学校玉入れのようす



14



2



3



1

開
会
宣
言

玉東中学校 体育祭、 木葉・山北小学校 運動会



5

町内小中学校でスポーツの祭典

5月22日に玉東中学校で体育祭が、30日に木葉・山北両小学校で運動会がそれぞれ開催されました。

5月22日に開催された玉東中学校体育祭では、『A- Best』仲間とともに『スローガンのもと、赤団、青団両団による白熱した戦いが繰り広げられました。スローガンのBestの文字にはそれぞれ『B』ビリーブ、『e』エンジョイ、『s』シャイン、『t』チームワークの意味が込められています。

本来5月29日に予定されていた木葉・山北両小学校の運動会は、雨のため順延され、30日に開催されました。当日は早朝から先生、保護者の皆さんによる懸命なグラウンド整備活動が行われ、前日まで降り続いていた雨の影響も少なく、無事運動会を開催することができました。両校では子どもたちの元気いっぱいな姿に、観客から大きな声援が送られていました。



15



10



7



6

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。

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



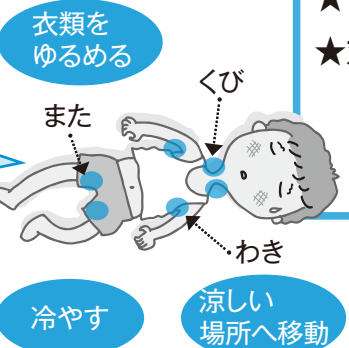
会員募集中！

熱中症に注意！

梅雨が明けると一気に気温が上がります。めまい・手足の筋肉がつる・だるい・吐き気などがあったら要注意！
クラブなど、集団で活動している時はお互いの心配りが大切になります。室内だからと安心せずにこまめに休憩をとり、水分・塩分補給などお互いに声の掛け合いをお願いします。

予防が大切です！

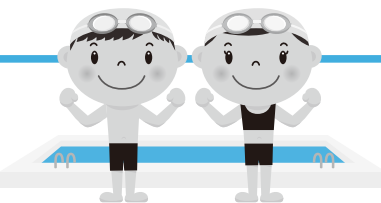
もしもオレンジはあとクラブ活動中に…
オレンジはあとクラブは会員の皆さまが安心して活動していただけるよう保障制度を設けています。もしもクラブの管理下中にケガや熱中症などが発生した時は教育委員会までお電話を！
保障制度の詳しい内容はお尋ねください。



今月から水泳が始まります♪

(9月7日まで)

- ★とき 7月の毎週水曜日 午後6時～午後7時
- ★ところ 木葉小学校プール
- ★対象者 主に児童ですが、大人の水中ウォーキングなどの参加も大歓迎です！



オレンジはあとクラブ 7月の予定表

種目	曜日	日にち	時間	開催場所
社交ダンス	月	4・11・25	13:30～15:00	中央公民館
カラオケ	火	12・26	9:00～12:00	カラオケ「村」
トランポリン	火	5・12・19	19:00～21:00	町民体育館
ギター	火	12・26	19:00～20:00	中央公民館
バウンドテニス	火・水	5・6・12・19・20・26	19:30～21:30	玉東中体育館
あみもの	水	13・20・27	14:00～16:00	中央公民館
ツインバスケット	水	6・13・20・27	18:00～21:00	町民体育館
テニス	水	6・13・20・27	19:30～21:30	玉東町テニスコート
フラダンス	水	6・13・20	19:30～20:30	中央公民館
タヒチアンダンス	水	6・13・20	20:30～21:30	中央公民館
卓球	木・日	3・7・14・17・21・28・31	9:30～11:30	町民体育館
パソコン	木	7・14・21	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	7・14・21	10:00～11:30	中央公民館
♥エアロビクス(託児あり)♥	金	1・8・15	13:15～14:00	中央公民館
♥ヨガ(託児あり)♥	金	1・8・15	14:10～15:00	中央公民館
太極柔力球	金	15	10:00～11:30	中央公民館
バスケットボール	金	1・8・15・22・29	19:30～21:30	町民体育館
バスケ(児童)	日	3・17	9:00～12:00	町民体育館
書道	土	2・9・16	9:00～12:00	中央公民館
健康太極拳	土	9・23	10:00～11:30	中央公民館
キッズサッカー	土	2・9・23・30	19:30～20:30	町営グラウンド
水泳	水	6・13・20・27	18:00～19:00	木葉小学校プール

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



▲ハニーローザを収穫する参加者



▲食改さんからだご汁が振る舞われました



▲抽選会のようす

幻ハニーローザ収穫祭のすももを堪能

6月5日、町内4つの農園においてハニーローザ収穫祭が開催され、町内外から約100名の参加者が集まりました。園地で収穫を行った参加者からは「甘くておいしい」、「もっとたくさん収穫したい」といった声もあがり、限られた期間にしか味わうことのできない幻のすももの生の味を堪能されていました。

当日はこの他にも、抽選会、玉東町食生活改善推進員協議会によるだご汁の提供、ハニーローザアイスクリームの試食に加え甘酒も振る舞われ、会場には笑顔が広がっていました。



▲きれいに実ったハニーローザ

旭 春の叙勲 日双光章を受章

4月29日、春の叙勲が発表され、玉東町からは松田耕助さん(原倉西)が旭日双光章を受章されました。松田さんは平成3年から24年間の長きにわたって町議会議員として町の発展に貢献されてきました。今回の受章に対して松田さんは「このような章を賜り、身の引き締まる思いです。今後はいただいた章に恥じぬよう、より一層精進し、微力ながら玉東町の発展に尽くしていきたいと思ひます。ありがとうございます」と感謝の言葉を述べられました。



▲叙勲を受けられた松田耕助さん(原倉西)

6月		5月	
14(火)	熊本市町村共済組合監査委員会	23(月)	玉東中体育祭
8(水)	青少年育成町民会議常任委員会	22(日)	自民党議員意見交換会
7(火)	玉東町園芸振興会総会	21(土)	県町村会知事陳情
6(月)	玉東町防犯協会総会	20(金)	県統計協会評議員会
5(日)	玉東エコクラブ総会	19(木)	県防犯協会連合会総会
2(木)	J A たまな玉東梨部会総会	18(水)	夏まつり企画委員会
1(水)	玉名地区防犯協会連合会総会	17(火)	菊池川水防連絡会・災害情報協議会
31(火)	夏祭り実行委員会	16(月)	玉東町商工会総会
30(月)	玉名地域医療体制づくり推進本部会議	15(日)	市町村振興協会理事会
27(金)	木葉小運動会	14(土)	九州看護福祉大学理事会・評議員会
26(木)	山北小運動会	13(金)	社協評議委員会
25(水)	玉東小運動会	12(木)	玉東町防犯協会総会
24(火)	玉東町防犯協会総会	11(水)	玉東町防犯協会総会
23(月)	玉東町防犯協会総会	10(火)	玉東町防犯協会総会
22(日)	玉東町防犯協会総会	9(月)	玉東町防犯協会総会
21(土)	玉東町防犯協会総会	8(日)	玉東町防犯協会総会
20(金)	玉東町防犯協会総会	7(土)	玉東町防犯協会総会
19(木)	玉東町防犯協会総会	6(金)	玉東町防犯協会総会
18(水)	玉東町防犯協会総会	5(木)	玉東町防犯協会総会
17(火)	玉東町防犯協会総会	4(水)	玉東町防犯協会総会
16(月)	玉東町防犯協会総会	3(火)	玉東町防犯協会総会
15(日)	玉東町防犯協会総会	2(月)	玉東町防犯協会総会
14(土)	玉東町防犯協会総会	1(日)	玉東町防犯協会総会



コンテナ収集のポイント 「その他の紙」「古布」編

ジュンの
知っ得情報
⑩



今回は「その他の紙」「古布」編です。
その他の紙はダンボールに、古布はウエスや雑巾として新たに生まれ変わります。

その他の紙



お菓子やアイスの箱、ティッシュ箱、包装紙などが対象です。

- 異物は取り除いてください。(プラスチックのトッ手やビニールなど)
- カーボン紙、合成紙、金箔、銀箔のついているものは燃えるごみへ。
- 濡れたもの、汚れたものは燃えるごみに出してください。
- ハガキや封筒類、学校で使用するプリント類も出すことができます。
- かさばらないように、切り開いて平たく伸ばして出してください。



古 布



古着、セーター、タオルケット、シーツなどが対象です。

- 丹前などの、綿入りの衣類は燃えるごみへ出してください。
- 使用済みの下着、靴下などは燃えるごみへ出してください。
- ハンカチより小さいものは燃えるごみに出してください。



ちなみに平成27年度は・・・
その他の紙が約10トン(宅急便100サイズのダンボールで約20,000枚分)
古布が約10トン(男性サイズのジーンズで約18,000枚分)集まりました!

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7月1日(金) (午前9時00分～)
【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
押し花 (ポケット付きファイル)	15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640円 マスキングテープをお持ちの人は持ってきてください ※押し花はこちらで用意します	吉村美津子 先生
パッチワーク (小銭入れ)	27日 (水)	午前9時30分～ 午後3時30分	①布 20cm×20cmを5～6枚 ②キルト芯 20cm×20cm 1枚 ③ふちどり用の布 30cm×5cm 1枚 ④裁縫道具⑤弁当⑥材料費150円 布は色合わせをしてきてください	渡邊 睦美 先生

※申し込みは、3日前までをお願いします。 定員になり次第締め切りとさせていただきます。(定員…各10人)

日立造船株式会社から 見舞金を頂きました

6月13日、日立造船株式会社から、熊本地震被災に対する見舞金を頂きました。日立造船株式会社は、東部環境センターを施工していただいた企業です。頂いた見舞金については、町の復興のため活用させていただきます。ありがとうございました。



熊本地震が起きて

今回の熊本地震では尊い命が奪われ、家屋や財産が破壊されました。またライフラインの機能不全や、車中泊など、玉東町でも多くの人々が不自由な生活を強いられました。そんな非日常の生活の中では、身体も心も疲れが溜まり、他人を思いやることが難しくなっていたかもしれません。でもそんな大変な時だからこそ、少しなくした余裕の隙間を優しさで埋めて、「いま自分にできることは何か」を考え、周りの人々と支え合うことができたなら、それが希望となり、復興への道しるべになることと思います。

地震が起きてから約1ヶ月経った5月13日、いま何を思い、そして自分たちに何ができるかを玉東中1年2組のみんなが考えました。

◆ 地震が起こって・・・

早く熊本が復興してほしい。

今も余震が続いているから、自分の命をしっかりと守りたい。

いつ災害が起こるか分からないので、いつも避難の準備をしておくとういと思った。

地震は人の心を傷つけると思った。

◆ 自分たちにできること

玉東町の中でも、被災された人はいらと思うので、自分たちの体育大会を見て、少しでも元気になってもらえればと思う。

今、自分たちにできることは、体育大会を成功させることだと思う。

今はボランティアに行くことはできないけど、小さなことでもいいから、自分にできることをしたい。

困っている人を助けられるような人になりたい。

◆ 大切なこと

地震があった時、自分たち1年生は菊池少年自然の家だったので、家族が大丈夫だったか心配した。

これまで自然災害は他人ごとだと思っていたけど、熊本地震にあって、地震の恐ろしさを知った。これからは他人事と思わず、災害にあった人たちの手助けや募金をしたい。

電気がつかなくなったり、水が出なかったり、普段の生活の有難さが分かった。

この地震で、家族や友達の大切さを改めて感じた。

水が濁っていて、お風呂に入れなかったの、親戚の家でお風呂に入った。このことで、協力の大切さが改めて分かった。

熊本地震にあって、募金の大切さや他の県の人たちの優しさを知った。

普段、授業が面倒だと思ってたけど、今、教室で授業が受けられることは、素晴らしいことだと思った。

人権メッセージ「あなたのひとこと」大募集!

募集内容: 人権啓発についてのこぼ・メッセージ(50字以内・形式自由)
※高校生以上は、絵・ポスター・絵手紙などでの応募も可。

募集期間: 7月4日～9月15日

応募方法: 町中央公民館に応募用紙と回収ポストを置いています。
必要事項を明記の上、応募してください。
熊本県人権センターHPからもご応募できます。

平成27年度優秀作品

話してみたら、
いいやつだったってこと、
あんがい
おおいよなあ。

弁護士による「チケット制法律相談」を受けてみませんか？

従来から実施している毎月の無料法律相談会に加え、今年の7月からチケット制法律相談を始めます。相談者が、町発行のチケットを持参すると、熊本県弁護士会が実施する法律相談を無料で受けられる新しいサービスです。

利用方法

- 1. 総務課窓口で、チケットの交付申請・受領
- 2. 熊本法律相談センターへ相談日時・場所の電話予約
熊本県内(7カ所)好きなところで、利用できます。
- 3. 予約日にチケットを持参し、相談を受けます。
相談料無料(通常5,400円(30分間)の料金がかかります)

利用上の注意

チケットを発行できるのは、玉東町の住民に限ります。
チケットを利用して受けられる相談は、お一人につき**年度内1回**です。
1回の相談時間は30分です。継続して相談が必要な場合、その後は有料になります。



◎問い合わせ先 役場総務課 ☎85・3111

自衛官は「特別職国家公務員」です

まだまだ知られていない魅力ある仕事…ハイテク装備品の取り扱い、航空機や車両整備、学校勤務、会計事務などまだまだ幅広い仕事内容がたくさんあります。

【平成28年8月・9月採用予定】

採用試験種目		応募資格	応募締切	試験期日	試験会場
最も多い自衛官への道はこちら！ 自衛官候補生(男子)	陸上 海上 航空	18歳以上 27歳未満	7月6日	7月10日(日)	熊本市内
	海上		7月27日	7月31日(日)	

やりがいのある仕事はもちろん、公務員なので給与や休日・待遇面も充実!!

【平成29年3月・4月採用予定】

採用試験種目		応募資格	受付期間	試験期日	試験会場
最も多い自衛官への道はこちら！ 自衛官候補生(男子)	陸上 海上 航空	18歳以上 27歳未満	7月1日～ 9月8日	(筆記) 9月17日 (面接等) 9月18日～21日、 9月23日・24日 の指定する1日	(筆記) 九州看護福祉大学 ほか (面接等) 北熊本駐屯地
最も多い自衛官への道はこちら！ 自衛官候補生(女子)	陸上 海上 航空			9月25日～27日 の指定する1日	北熊本駐屯地
かかせない係長職！そして幹部として活躍 一般曹候補生	陸上 海上 航空	18歳(高卒 見込含)以上 27歳未満	7月1日～ 9月8日	(1次) 9月17日	(1次) 九州看護福祉大学 ほか
選ばれたパイロットへの道！ ブルーインパルスや救急救難ヘリなどで活躍 航空学生	海上 航空	18歳(高卒 見込含)以上 21歳未満	7月1日～ 9月8日	(1次) 9月22日	(1次) 熊本地方 合同庁舎A棟
学費等一切不要！ 手当(月額約11万円)やボーナスも。 文系または理系の「学士」を取得でき、 卒業後は、制服組キャリアとして活躍！ 防衛大学校学生	推薦	18歳(高卒 見込含)以上 21歳未満	9月5日～ 9月8日	9月24日・25日	防衛大学校
	総合選抜			9月24日	
	一般前期		9月5日～ 9月30日	(1次) 11月5日・6日	(1次) 熊本市内
医大費用一切不要！ 手当(月額約11万円)やボーナスも。 「医師」または「看護師」の資格を取得！ 将来は総合臨床医として病院などで勤務！ 防衛医科大学校学生	医学科	18歳(高卒 見込含)以上 21歳未満	9月5日～ 9月30日	(1次) 10月29日・30日	(1次) 熊本地方 合同庁舎A棟
	看護学科			(1次) 10月15日	(1次) 熊本県 青年会館

●問い合わせ先 自衛隊熊本地方協力本部 玉名地域事務所 ☎72・4211

後期高齢者医療の被保険者の人へ

「後期高齢者医療被保険者証(保険証)」の更新のお知らせ

現在お持ちの保険証(黄色)の有効期限は、7月31日までとなっています。
新しい保険証(オレンジ色)は、7月中旬に簡易書留で郵送いたしますので、年8月1日からは保険証(オレンジ色)をお使いください。

新しい保険証(オレンジ色)に記載してある一部負担金の割合は、平成28年度の市町村民税の課税所得をもとに判定しています。

なお、現在お持ちの保険証(黄色)は、8月1日以降に、各自で消去するなり町民福祉課へお返しください。

【一部負担金の割合】平成27年度中の所得をもとに判定しています。

同一世帯の後期高齢者医療被保険者のうち、市町村民税の課税所得が145万円以上ある人がいる世帯の被保険者

一部負担金の割合は
(病院などでの窓口負担)
3割

上記条件に当てはまらない世帯の被保険者

一部負担金の割合は
(病院などでの窓口負担)
1割

※新しい保険証は裏面に臓器提供意思表示ができるようになりましたので、臓器提供の意思表示をするときは、ボールペンで記入してください。なお、個人情報保護のためのシールを町民福祉課に用意しておりますので、お問い合わせください。

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新の手続きなどのお知らせ

■現在「限度額適用・標準負担額減額認定証」(黄色)をお持ちの人

7月31日で有効期限が切れますので、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」(オレンジ色)を7月中旬に保険証に同封し郵送します。8月1日からご使用ください。

■新しく申請が必要な人

所得区分Ⅰ・Ⅱの人で、「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちでない人は、外来および入院で受診されるときに、この認定証が必要となりますので、町民福祉課で手続きをお願いします。

【申請に必要なもの】 ●後期高齢者医療被保険者証 ●印かん

■入院・外来時の自己負担限度額および入院時の食事代

所得区分	外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)	入院時の食事代 (1食当たり)
現役並み 所得者	44,400円	80,100円+(総医療費- 267,000円)×1%を加算 4回目以降 44,400円(※1)	360円 指定難病者の人などは260円の場合もあります
一般	12,000円	44,000円	
区分Ⅱ (※2)	8,000円	24,600円	過去12カ月で90日までの入院 210円 過去12カ月で91日目からの入院160円(※4)
区分Ⅰ (※3)	8,000円	15,000円	100円

(※1) 過去12カ月以内に外来+入院の限度額を超えた支給が4回以上あった場合、4回目以降は44,400円となります。

(※2) 区分Ⅱとは、世帯の全員が住民税非課税の人(区分Ⅰ以外の方)。

(※3) 区分Ⅰとは、世帯の全員が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除{(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円となる人}

(※4) 過去12カ月以内の入院日数が90日を超えた場合は、長期入院の申請により食事代が160円になります。

◎問い合わせ先 町民福祉課 ☎85・3183

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7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 【6月号の答え】

●6月号の答え サツキバレ

●当選者 (敬称略)

応募総数 7通

当選者 大山田周斗(稲佐)

児玉 周太(上木葉)

竹崎 美幸(稲佐)

松本沙緒里(木葉)

吉田 剛琉(木葉)

ツ	ニ	オ	ジ
ク	ワ	リ	キ
レ	キ	シ	ヨ
チ	ヨ	ウ	シ
カ	ン	リ	サ
ゴ	バ	レ	イ
ロ	ク	ツ	オ

答え ①②③④⑤

◆ヨコのカギ◆

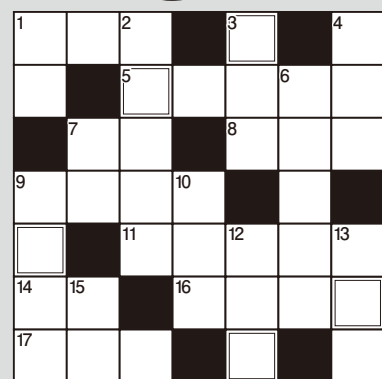
- 眠っているときの顔つき。
- 折って小さくすること。【○○○○○傘】
- 葉は梅干の着色に使われる、大変香りのいい一年草。
- 団体などで大事な仕事やみんなの世話をまかせられた人。「夏まつり実行○○○会」
- 穴を埋めて平らにすること。
- 技術・方法などを実地に学ぶこと。
- 人と付き合う上でしなければならないこと。
- うりの仲間の緑色の細長い野菜。
- 品質・性能などが低下して、以前より悪くなること。

◆タテのカギ◆

- 畑で作る野菜。全体が細長い管の形で、地上の部分は青く、地中は白い。
- 建物全体をていねいに掃除すること。大掛かりな掃除。
- 空気などのように、決まった形・体積がなく、自由に流れ動くもの。
- 市に住んでいる人。都市の住民。
- 液体や気体が熱せられると、密度が小さくなって上昇し、密度の大きい冷たい部分と入れ替わって起こる流れ。
- 売っている物。商品。
- 寒さのためにできる手足の皮のひび割れ。
- 物を見るとき目の様子。
- 文の中で「何が」「何は」に当たる部分。
- 売り渡す価格。
- 3.1415926…=円周○○。

レベル ★★☆☆

ヒント 冷たくておいしい夏の風物詩です。



答え ○○○○○

第29回 ふれあいまつり

◎とき 8月11日(木・祝 山の日)

◎ところ 町営グラウンド



協賛金のお願い

さまざまな催しや花火大会などに必要な財源の一部は町民の皆さまからの協賛金で賄われています。夏まつりを成功させるために、皆さまの温かい協力をお願いします。

■一般の家庭…夏まつり協賛金 ■事業所…花火協賛金

踊りの練習をします。ご参加ください。

夏まつり実行委員会では、町民総踊りに不安な人など多くの人を対象に踊りの練習を行います。お気軽にご参加ください。

とき 8月8日(月)午後8時～

ところ 玉東町福祉センター(大研修室)

ふれあいまつりは町づくり!

町民みんなで参加して、町民みんなで楽しみましょう!

主催 玉東町夏まつり実行委員会 ☎85・3111



竹崎 美幸(稲佐)

4月に出産し、子育て中です。ファーストサロンやつどいの広場ひまわりなど、子育ての様々な集まりに参加できたらと思います。また、オレんじはあとクラブにも参加できたらと思っています。

みんなの声

敬称は省略します

『コーヒーが冷めないうちに』
川口 俊和

過去に戻る喫茶店があるらしい。ただし、コーヒーを注いでから、冷めるまでの間だけ。4人の女性たちが紡ぐ、4つの奇跡の物語。

「あの日に戻れたら、あなたは誰に会いに行きますか?」涙が止まらない心温まる物語。

『大人にはないんだよ 全17巻』
小学生に大人気の10回クイズ、本当にあったこわい話、思わず納得する小学生あるある、性格診断や未来診断などが盛り込まれた心理テスト、などなど。ひとりで読んでも、友達みんで読んでも、絶対笑えるネタ満載。

『カエルの楽園』
百田 尚樹

安住の地を求めて旅に出たアマガエルのソクラテスとロベルトは、平和で豊かな国・ナパージュに辿り着く。そこではソチガエルたちが、奇妙な戒律を守り穏やかに暮らしていた。だがある日、平穏な国を脅かす大事件が起こる…。著者自らが「私の最高傑作」と断言。

『5分後に意外な結末』
SF、ホラー、感動する話、くすつと笑える話など、5分程度で読める話を集めたアンソロジー。最後には、あつと驚くどんでん返しが続いてます!



木葉小6年 白石 優子さん

社会を明るくする運動大会

発表作文

⑪

私たちにできること

私たちは、10月から11月にかけて、認知症サポーター養成講座、ふれあいの丘デイサービスセンターでの交流会に参加しました。

認知症サポーター養成講座では、認知症の方への接し方や、言葉づかいなどを勉強しました。例えば、認知症の方への接し方が、症状の進行に影響するということです。介護している人が厳しかったり、おこついたりすると、認知症の方もイライラして、症状の進行が早くなつてしまいます。逆に介護している人が優しく笑顔でいたら、認知症の方もうれしくなつて、症状の進行がおそくなるのだそうです。また、お年寄りの方が外を歩いていたら「お出かけですか」と声をかけると良いそうです。

私はこの講座を受けて、交流会が楽しみになりました。それまでは、認知症の方に接するのは難しそうだと思っていたけど、接し方などが分かったので、ふれあいの丘デイサービスセンターの方々と仲よくなりたいたいと思いました。

そして、交流会の日がやってきました。1日目は、きん張してあまり上手にしゃべれませんでした。お年寄りの方と目線が合わなかったり、一人の方に何人かで、かたまつて話したりしてしまいました。反省会の時に講師の大城戸さんから「上の方から見下ろして話されるとこわいから、しゃがんで目線を合わせて話すと良いよ」とアドバイスをしてもらいました。そして「反省会の後」今回は、一人の人にかたまつて話していたから、次からはみんな分かれて、かたよりがないように話そう」と班の人たちと考えました。2日目からは、しゃがんで、目線を合わせて一対一でも話すことができました。分らないことがあつたら、周りの人に聞いて、みんな協力して交流することできました。私が一番話することができた谷山さんは、目が悪くて、名前も覚えてもらえ

ませんでした。でも、その日の新聞のことを楽しそうに話されていて、聞いていた私たちが嬉しくなりました。80歳以上の方でも、いきいきと生活している元氣な方がたくさんいらっしゃいました。谷山さんは「デイサービスに来るのが一番の楽しみ」と言われていました。体が不自由になつてきても、人とふれ合うことで元氣になるんだなあと思いました。耳が聞こえにくい方と話す時は、何度も大きな声で言わなければいけないので、話すのが大変でした。リーダーの人が朝のあいさつで、とても大きな声で元氣よく話していたのでびっくりしました。でも聞こえにくい方にも伝わるようにそうしているんだと思いました。最後の交流会がわつて、反省会の時に「木葉小の人たちは来るとね」と言われていたという報告があつて、とてもうれしかったです。

そして、私たちにできることは、近くにいるお年寄りに優しく声をかけたり、お年寄りを大切にするのが大事だと思います。そして、子どももお年寄りも体が不自由な人もみんなが平和で、楽しく過ごせる社会にしていきたいと思いました。

乳がん・子宮がん検診(個別検診)のお知らせ

乳がん検診・子宮がん検診が医療機関で個別検診として受けられるようになりました！
 受診するときは、町が発行する「**受診券**」が必要です。
 個別検診を希望される人は、保健センターに申し込んでください。



【乳がん検診】

対象者：40歳以上で平成28年度内に偶数年齢になる人
 自己負担金：1,500円

①実施期日：平成28年6月1日～平成29年2月28日

実施機関名	電話番号	予約など
河野クリニック (玉名市繁根木131-1)	☎72・2345	※要予約 受診日時は予約時に確認してください。
玉名地域保健医療センター (玉名市玉名2172)	(代表)☎72・5111 (健診)☎71・1132	

②実施期日：平成29年1月6日～1月31日

実施機関名	電話番号	予約など
玉名健診センター (玉名市中1947)	☎73・6135	※要予約 受診日時は予約時に確認してください。

【子宮がん検診】

対象者：20歳以上で平成28年度内に偶数年齢になる人
 自己負担金：1,000円

①実施期日：平成28年6月1日～平成29年2月28日

実施機関名	電話番号	受付時間	休診	予約など
坂本産婦人科クリニック (玉名市高瀬38)	☎74・2045	月～土 9:00～12:30 14:00～17:30 (休診・祝祭日を除く)	木・土の午後	不要
下川産婦人科医院 (玉名市中1806)	☎73・3527		火・土の午後	
清田産婦人科医院 (熊本市植木町一木178-4)	☎096・273・4111			

②実施期日：平成29年1月6日～1月31日

実施機関名	電話番号	予約など
玉名健診センター (玉名市中1947)	☎73・6135	曜日や時間の指定がありますので 事前に予約をお願いします。

申し込み・問い合わせ先 保健センター ☎85・6557

保育料についてのお知らせ

18歳までの子(18歳の誕生日到達後の最初の3月31日までの子)が
 3人以上いる世帯の第3子以降の保育料について

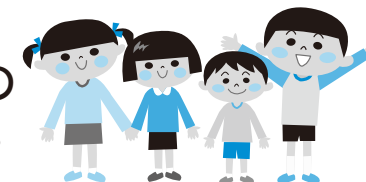


3歳未満児は、県と町の事業により無料となっています。

3歳以上児は、玉東町独自の「**多子世帯子育て支援事業**」により
 徴収金基準額の半額となっておりましたが…

平成28年度7月分より

◎上記の世帯に当てはまる、第3子以降の
 3歳以上児の保育料が無料となります。



対象世帯につきましては、保健介護課より通知書を送付します。
 ※ただし、国基準額表の第7階層、第8階層に属する世帯は除きます。
 詳細につきましては、保健介護課へお尋ねください。

問い合わせ先 保健介護課 ☎85・6557

国保からの大切なお知らせです

毎年7月は国民健康保険被保険者証(保険証)の切り替えの時期です。
 町民福祉課から郵便物が届いたら、必ず内容を確認してください。

✳ 国民健康保険被保険者証(保険証)：有効期限7月31日

★ 対象となる人

玉東町国民健康保険に加入している全ての人

★ 発送時期

7月中に新しい保険証を郵送します。

★ 注意点

- ・保険証は、世帯主様宛てにご家族の分をまとめてお送りします。
- ・会社に勤めたり、家族の扶養についたりして他の健康保険に加入したときは、ご自身や同じ世帯の人による国民健康保険の脱退の手続きが必要です。



✳ 限度額適用(減額)認定証：有効期限7月31日

★ 対象となる人

入院や高額な外来のために限度額適用(減額)認定証の交付が必要な人

★ 注意点

- ・8月以降に入院や高額な外来診療を受ける予定のない人は、更新の手続きは必要ありません。

◎問い合わせ先 町民福祉課 ☎85・3183

玉東町ファミリーサポートセンター 事業が始まりました!

子育て世代が仕事と家庭生活を両立でき、安心して子育てできるよう「玉東町ファミリーサポートセンター」を社会福祉協議会に事業を委託し、設置しました。当センターは、子どもの預かりについて育児サポートの「援助を受けたい人(依頼会員)」と「援助を行う人(協力会員)」を結ぶ会員相互の援助活動をつなぐ役割です。両会員とも事前登録が必要です。登録については、随時、受け付けております。

主な活動内容

◇協力会員と依頼会員の間での預かり

- ・保育施設などの保育開始前または終了後の預かり
- ・保育施設など子どもの送り迎え
- ・保護者が病気の時、冠婚葬祭などの時の子どもの預かり
- ・小学校の授業開始前または放課後の児童の預かり
- ・買い物・講習会など外出の時の子どもの預かり など

上の子の参観日に
下の子を連れて
行くのは大変

友達の結婚式に
出席したいけど、
子どもを預かって
もらえないかな...



対象年齢 生後3カ月から満12歳に達する子ども

依頼会員 原則として玉東町に居住または勤務する者

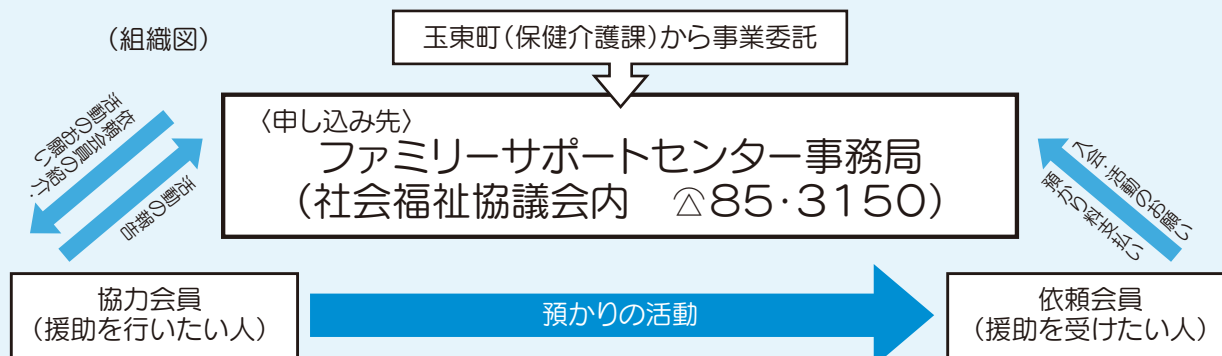
協力会員 原則として玉東町に居住し、心身ともに健康で積極的に育児支援を行いたいもので、子育て支援講座とファミリーサポートセンター協力会員養成講座を修了した者

利用料について

一人あたり 料金 利用日時	基準額	同時 二人目以降 (半額)	第3子 (2時間まで)	ひとり親 (半額)	ひとり親 同時二人目 (1/4)	ひとり親 第3子 (2時間まで)
平日 (午前8時～午後5時)	600円	300円	200円	300円	150円	100円
平日 (午前7時～午前8時) (午後5時～午後8時) 土日・祝祭日	800円	400円	300円	400円	200円	150円

※利用料金および詳細については、利用開始時に事務局へお尋ねください。

その他 ※病児・病気後の送迎、預かり、宿泊はできません。
※子どもに与える飲食物、おやつなどは依頼会員が準備してください。



6月は歯の衛生週間です。



子どもたちの歯に赤信号!!

歯の衛生週間に合わせて町内小学校で歯の磨き方教室を実施しました。

毎年子どもたちの歯の健康への関心を高めるために歯の磨き方教室を学校の先生と協力して行っています。

生涯を通じた歯の健康づくりは子どものころからの食習慣、歯磨きの習慣が重要です。



毎年歯の染め出しを行い、磨き残しがどのくらいあるのかチェックをしています。今年は磨き残しがある子どもが多く、子どもたちも鏡を見て自分の歯が赤く染まっていることにびっくりした様子。一方で、よく磨けていて全く赤く染まらない子どもたちもいました。

むし歯にならないためにはフッ化物洗口だけではなく、毎食後の歯磨きがとても大切です。特に歯と歯の間や奥歯の溝は磨き残しが多く、鏡を見て丁寧に歯磨きするしか汚れは取れません。歯科衛生士から「1本ずつ丁寧に磨いてね。前歯は歯ブラシを縦にして磨くと汚れが取れるよ」と正しい歯磨きの仕方を学び、これからしっかり歯磨きをしようとする子どもたちは意欲的でした。



また、毎日の歯磨きとともに重要なのが定期的な歯科健診です。毎日使う大事な歯を自分の歯磨きだけで守ることは大変難しいです。歯科医院での定期的な健診を受けいつまでも健康な歯を保ちましょう。

健康な歯は子どもたちの一生の宝物です。親子でしっかりと歯磨きに取り組んでみませんか。

一むし歯予防のために 家庭でできること一

1. 糖分の接種回数を控えめにしましょう
☆おやつやジュースは、時間・回数を決めましょう
2. むし歯菌を減らそう
☆食後は歯磨きをしましょう
☆毎日の仕上げ磨きをしっかりとしましょう
3. フッ素を活用し、歯を強くしよう
4. 定期的に歯科医院を受診して、歯のケアを行いましょう

3・4年生では歯によい食べ物、噛みごたえのある食べ物をクイズ形式で学びました。噛みごたえのある食べ物は唾液が出て歯に良いため、一度家庭でおやつ選び方について話をしてみませんか。



玉東町 すこやか カレンダー

対 対象者
携 携行品

7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 保健センター ☎85・6557まで（秘密は固く守られます）
（夜間・休日は☎85・3138）

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
7月の 休日当番医 日・祝日の 午前9時～午後5時まで 6月15日現在	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。				1 赤ちゃん大きくなったかな （体重測定） 10:30～11:30 エアロビクス ヨガ 中央公民館 託児：要予約 （2日前までに保健センターへお申し込みください）	2 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
3 浦田医院 ☎74・2412 平山耳鼻喉科医院 ☎73・3933 しまかわ医院 ☎84・3722	4 1歳児教室 保健センター ☎9:30～9:45 ☎H27.6月～8月生 ☎母子健康手帳・アンケート	5 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	6	7 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 託児：要予約 （2日前までに保健センターへお申し込みください）	8 つどいの広場 金曜サロン 保健センター/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。） ☎マイナンバーをご提示ください。出産したことがある人はご兄弟の母子手帳も持参ください。 エアロビクス ヨガ 中央公民館/託児：要予約（2日前までに保健センターへお申し込みください）	9 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
10 前田小児科医院 ☎74・1333 鶴上整形外科リウマチ科 ☎72・2007 安成医院 ☎85・2047	11 つどいタイムリー ぶち講座 つどいの広場ひまわり 10:00～11:30	12 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	13 1歳6カ月児健診 保健センター ☎13:30～14:00 ☎母子健康手帳・問診票	14 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 託児：要予約 （2日前までに保健センターへお申し込みください）	15 ママのキラキラ 応援プログラム 保健センター多目的室 10:00～11:30 エアロビクス ヨガ 中央公民館 託児：要予約 （2日前までに保健センターへお申し込みください）	16
17 大磯耳鼻科医院 ☎73・4133 国崎整形外科医院 ☎73・6776 吉村医院 ☎84・2765	18 玉名第一クリニック ☎72・4165 酒井医院 ☎71・0777 佐藤医院 ☎72・3100	19 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	20	21 骨盤エクササイズ ～アビエ～ 中央公民館 10:00～11:30 託児：要予約 （2日前までに保健センターへお申し込みください） 赤ちゃんの体重測定あり。母子健康手帳を持参ください。	22 つどいの広場 金曜サロン 保健センター/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。） ☎マイナンバーをご提示ください。出産したことがある人はご兄弟の母子手帳も持参ください。	23 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
24 ひらしま小児科 ☎73・5530 吉田医院 ☎73・5100 宮崎クリニック ☎82・2408	25 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 H28.3月生、7カ月児 H27.11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。	26 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	27 ファースト サロン 保健センター 母子室 11:00～ 13:00	28	29 つどいの広場 なんだろDAY 保健センター多目的室 11:00～14:00 つどいの広場 ひまわり お休み	30
31 大林循環器科内科 ☎72・3866 まつおクリニック ☎73・2800 鹿井医院 ☎73・2266						

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！

＊7月のなんだろDAYは??

『赤ちゃん和妈妈の夏が
やってくる』

～つどいの広場の夏祭り～

今年も赤ちゃんに優しい室内での夏祭りをします！子ども向けの人形劇や、ママたち向けのゲームも実施予定です。ご参加お待ちしております♡

要予約
7/19(火)
ㄱ切



7月のママがんばりすぎないでMOMは..

『ママ達の子育て情報交換会』

要予約
7/19(火)
ㄱ切

今回は、ママ達の情報交換として、ママだから知っている情報などの交換会をします。あなたの知っている情報をみんなに教えて～！事前に知りたいこと、私はこんな知ってます情報も大歓迎！妊婦さんもお産前に情報を仕入れませんか？ぜひお待ちしておりますよ！

と き 7月25日(月)午前10時30分～午前11時30分

ところ つどいの広場ひまわり 参加費 無料

『七夕飾りを作ろう』



6月27日(月)～7月7日(木)まで、つどいのひろばひまわりで七夕飾りを自由に作ることができます。お願い事の短冊や、折り紙を準備しています。笹は7月になってから準備予定です。どうぞお越しください。

＊毎年1つずつお願いことが叶っているといわれている、つどいの七夕…さあ…今年はどなたの願いが叶うかな？

と き 7月29日(金)

午前11時～午後2時

ところ ふれあいの丘保健センター 多目的室

参加費 大人300円

子ども(食事を食べる子)1歳～2歳50円・
2歳以上100円

持ってくるもの

お米1合、マイ食器、飲み物、タオル…など

＊当日は、つどいのひろばひまわりはお休みさせていただきます。

7月の子育て包括支援事業 ママのキラキラ応援プログラムは..?『自分up↑講座』

毎日毎日休みもなく、子育てに、家事にがんばって、がんばりすぎて疲れていませんか？自分の時間持てていますか？自分の気持ちをupする、自信を持ち輝ける女性になるための講座です。子育てサポート研究所の三浦佑子先生をお招きして気持ちの切り替えの方法、リフレッシュ、緊張をほぐす方法などを学びます。

と き 7月15日(金)
午前10時～午前11時30分

ところ 保健センター多目的室

参加費 無料

託 児 1人につき300円
（託児時間 午前9時45分～午前11時30分）

要予約
7/8(金)
ㄱ切

突然やってくる つどいタイムリーぶち講座・『乳幼児の夏にむけての水分補給と熱中症対策』

赤ちゃんの水分はどうすればよいの？暑い夏の塩分は、どうすればよいの？いろんな疑問がでました。ママたちからの要望で、ぶち講座を行います。保健師さんにお世話になりながら、ざっくばらんに話せるような講座を考えています。

と き 7月11日(月)
午前10時～午前11時30分

ところ つどいの広場
ひまわり

参加費 無料

要予約
7/8(金)
ㄱ切

つどいの広場『ひまわり利用者4000組』

平成23年の8月にオープンしたつどいのひろば『ひまわり』。みなさんにかわいがってもらい、おかげさまで今年で5周年になります。

先日5月27日には、西安寺の小山さんが利用者4000組目となり玉東町から「ハニーローザのアイス詰め合わせ」が贈呈されました。小山さんは「子どもと一緒に通っています。家に2人でのいるより、外に出て同世代のお友達やママ友ともお話ができるからストレスがたまりにくい。だから通わせてもらっていたのですが、たまたま4000組が当たり大喜びです。おいしくいただきます」と話されました。

