

広報 ましき

2019

7

令和元年 7月1日発行

No.509

M A S H I K I
town Public Relations magazine

鮮緑の葉に囲まれ
薄紅色の大輪
咲き始める

特集 熱中症を知る

1階	住民 住保 環境 会税 課納 福祉	課係係係課課係係課	☎286-3112
		民年計務	☎286-3113
		保衛稅稅	☎289-8077
		險金生	☎286-3201
		課係係係課課係係課	☎286-3380
		課係係係課課係係課	☎286-3116
		課係係係課課係係課	☎286-3115
		課係係係課課係係課	☎286-3114
		課係係係課課係係課	☎286-3117
		課係係係課課係係課	☎289-1400
2階	こども未来課 生活再建支援課 総務課 男女共同参画係 新庁舎等建設推進室 企画財政課 ふるさと納税ダイヤル 都市建設課 復興整備課 まちづくり推進室 復興工務係 用地対策係 公営住宅課 産業振興課 危機管理課 議事業務局 復旧事業課 工農林整備係 建築係 宅地復旧係	☎286-3111	
		☎286-6665	
		☎286-3312	
		☎286-3223	
		☎273-8820	
		☎286-3340	
		☎289-2930	
		☎286-3170	
		☎286-3171	
		☎286-3155	
別館	☎286-3277		
	☎286-3210		
南館	☎286-3351		
	☎286-3301		
交流情報センターミナテラス(図書館)	☎289-8307		
	☎289-8308		
	☎286-3224		
	☎287-8411		
	☎286-3307		
学校教育局	☎286-1770		
	☎286-3337		
	☎287-4330		
	☎287-4330		

保健福祉センターはぴねす ☎惣領 1470 ☎234-6123

児童館	☎惣領 1470	☎234-6124
町民憩の家	☎赤井 2167	☎286-4193
学校給食センター	☎宮園 943-1	☎286-8535
文化会館	☎木山 381-1	(休館中)
水道センター	☎寺迫 51-1	☎286-6880
浄化センター	☎馬水 1194-2	☎286-1131
グリーンセンター	☎寺迫 290	☎286-4190
益城斎場	☎福原 5740	☎286-0877
益城西原消防署	☎寺迫 202-1	☎286-2119

人びとの動き

人口	32,929人	(+ 32人)
男	15,883人	(+ 25人)
女	17,046人	(+ 7人)
世帯数	13,259世帯	(+ 6世帯)
5月中の	出生 / 17人 死亡 / 31人	転入 / 141人 転出 / 95人

令和元年5月末現在。()内は前月比。

今月の表紙



土山地区にあるハス池で開花した大賀ハス。このハスは、2000年以上前の世界最古のハスで、千葉県の上野国遺跡から出土した古蓮実を植物学者の故大賀一郎博士が発芽させ、その後分根したもの。7月下旬ごろまで、薄いピンク色の花を咲かせます。

広報 ましき

No.509

M A S H I K I
town Public Relations magazine

- 03 水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わります
- 04 熱中症を知る
- 07 まちなか Pickup
梅雨に備えて内水氾濫対策 / 美しい音色で「こころの復興」 / 正しい交通ルールを守りましょう / 疲れている時こそ牛乳を / おめでとうございます 百歳表彰 / 阪神淡路大震災の体験から考案「大きくゆっくり」泳いで命を守る / 4年に1度のスポーツの祭典
- 10 ましきインフォメーション
今年度の介護保険料について / 高齢者の被災後の生活等調査について / 町営団地入居者募集(辻団地 / 市ノ後団地) / 国保・後期高齢者医療制度(新しい保険証について / 認定証について) / 3年間に限り、風しん抗体検査・予防接種が無料 / 高齢者・障がい者タクシー券を交付します / 「ましきふるさとかるた」ができました / 参議院議員通常選挙の投票所 / 産業振興課からのお知らせ(益城町復興イベント等活動団体支援補助金 / イベントホームステイ) / 令和元年度町職員採用試験 / 益城町危険ブロック塀等耐震化支援事業 / まち協通信 第20回「記憶を伝え、これからに生かしていく」 / 復興 REPORT
- 16 ココロにカルチャー
- 18 みんなのひろば
- 20 安全と安心
- 22 暮らしの情報
お知らせ▶7月は国民年金保険料免除の更新月です / 新・増築建物の家屋調査のお願い / 熊本県水とみどりの森づくり税 / 児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届を忘れずに / 第69回社会を明るくする運動 / 旧優生保護法による優生手術等を受けた人への一時金支給 / 自宅で仕事をしませんか / 夏休み期間中の児童館利用 / 【事業者向け】退職金について考えてみませんか / 林業労働災害防止キャンペーン / ミツバチへの農薬危害防止 / マイナナンバーカードの休日交付 / 催しもの▶今月の児童館イベント / おもてなしあい文化祭 / 夏休みだ！子ども料理教室 / 益城町アジャタ交流会 / 水の日記念シンポジウム / 募集▶放課後児童クラブ支援員募集 / 戦没者遺児による慰霊友好親善事業参加者募集 / 令和元年度 各種自衛官募集 / 講座▶町公民館単発講座「グラスアート」 / 障がい者の職業訓練を実施しています(パソコン基礎科 / 介護職員初任者研修課程養成科 / ビジネス技能資格取得科(在職者訓練)) / みんなの掲示板
- 26 町長のちょっと一言 / 善意の灯 / 乳幼児健診 / 義援金とふるさと納税 / 編集後記
- 27 暮らしにプラス！カレンダー

水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わります

平成30年7月豪雨を受け、今年の出水期(川が増水しやすい時期)から、「避難勧告等に関するガイドライン」が変わり、新たに「警戒レベル」が用いられるようになりました。災害時には、「自らの命は自らが守る」という意識の下、最善の行動をとってください。

岡危機管理課 危機管理係 ☎ 286-3210

「警戒レベル」で避難のタイミングを伝えます

町が「警戒レベル3」または「警戒レベル4」を発令したら、対象地区に住んでいる人は、**速やかに避難**してください。

警戒レベル	とるべき行動など	避難情報など
警戒レベル 5	既に 災害が発生 している状況です。 命を守るための 最善の行動 をとりましょう。	災害発生情報 【益城町が発令】
警戒レベル 4 避難	速やかに避難先へ避難 しましょう。 指定避難所までの移動が危険な場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急) 【益城町が発令】
警戒レベル 3 高齢者などは避難	避難に時間を要する人(高齢者、障がい者、乳幼児など)とその支援者は、避難をしましょう。 その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・ 高齢者など避難開始 【益城町が発令】
警戒レベル 2	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの 避難行動を確認 しましょう。	洪水注意報 大雨注意報 など 【気象庁が発表】
警戒レベル 1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 【気象庁が発表】

※警戒レベル1～5の**順番**で発表されるとは限りません。

次のような内容で町から避難を呼びかけます



- 緊急放送、緊急放送、**警戒レベル4、避難開始。**
緊急放送、緊急放送、**警戒レベル4、避難開始。**
- こちらは、益城町危機管理課です。
- 〇〇地区に洪水に関する**警戒レベル4、避難勧告**を発令しました。
- 〇〇川が**氾濫する恐れのある水位に到達**しました。
- 〇〇地区の人は、**速やかに全員避難**を開始してください。
- 指定避難所への避難が危険な場合は、**近くの安全な場所**に避難するか、**屋内の高い所に避難**してください。

警戒レベルととるべき行動を伝えます

避難勧告の発令を伝えます

災害が切迫していることを伝えます

とるべき行動を伝えます

■詳しく知りたい方は

内閣府 防災情報のページ

内閣府 避難勧告

検索

http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30_hinankankoku_guideline/index.html



スマホ用
二次元コード

熱中症を知る

「災害レベル」の暑さから、自身や周囲の人をいかにして守るか。

熱中症とは

「熱中症」とは、暑さや蒸し暑さに曝されて脱水症状になったり、高体温になることで、全身にさまざまな異常を生じることを言います。また、気温などの環境条件だけでなく、自身の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こることもあります。

気温がそれほど高くななくても、湿度が高い、風が弱い日などにも注意が必要です。

知っておきたいポイント

ポイント

- ・熱中症になりやすい人、なりやすい状況がある。
- ・屋外活動をする人と高齢者がかかる熱中症は違う。
- ・天気予報の気温とアスファルトなどの地面での気温は異なる。
- ・エアコンの設定温度より室温は高くなりがち。
- ・意識がもうろうとしていたら、すぐに救急搬送を。

熱中症になりやすい要因



環境

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・風が弱い
- ・日差しが強い
- ・部屋を閉め切っている
- ・エアコンがない／止めている
- ・急に暑くなった



からだ

- ・高齢者、乳幼児、肥満
- ・持病(糖尿病、心臓病など)がある
- ・からだに障がいがある
- ・脱水症状(下痢、風邪など)
- ・体調不良(二日酔い、寝不足、夏バテなど)
- ・低栄養状態



行動

- ・水分補給しにくい／忘れる
- ・服装などで対策をしていない(帽子や日傘)
- ・暑さに慣れていない
- ・暑さ時期の活動
- ・激しい運動
- ・普段していない運動を急にした
- ・長時間の屋外作業

運動などによる熱中症と高齢者に多い熱中症の比較

	運動などによる熱中症	高齢者に多い熱中症
年代	若年～中年	65 歳以上
性差	ほぼ男性	性差なし
発生場所	屋外、炎天下	室内(熱波で急増)
発症までの時間	数時間以内で急激	数日以上かかって徐々に
筋肉運動	あり	なし
持病など	なし	あり (心臓病、糖尿病、脳卒中の後遺症、精神疾患、認知症など)

2種類ある熱中症

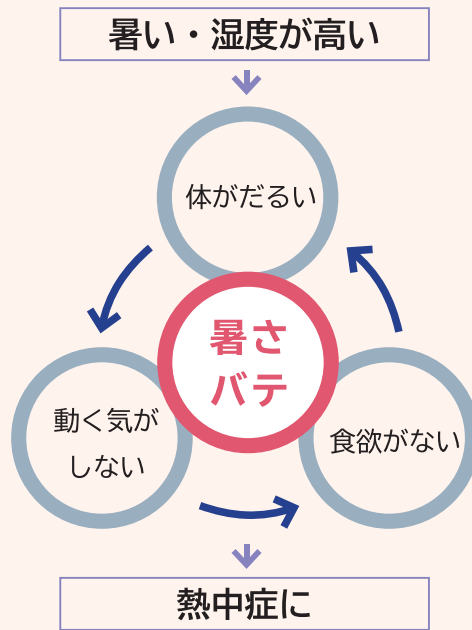
炎天下などで運動や作業をする人の熱中症のなり方と、高齢者に多い熱中症のなり方には違いがあります。高齢者は徐々に数日かかって熱中症になりやすいので、体調が悪い、食欲が落ちたときなどは注意が必要です。



高齢者がなりやすい 「暑さバテ」型熱中症

高齢者は暑かったり、湿度が高かったりして体力が衰える「暑さバテ」を契機に、数日かけて熱中症になりやすいです。

また「電気代を節約」「寝る前は水分を我慢する」などの生活習慣も相まって、自宅、夜間に熱中症になるということが多く見られます。



気温が高い・湿度が高いに加えて、**急に暑くなった日**にも注意が必要です。

危険な日などの情報は、環境省の熱中症予防情報サイトで確認しましょう。



<https://www.wbgt.env.go.jp/sp/>



高齢者が熱中症になりやすい理由

高齢になると、若いころに比べて、身体機能の衰えなどから、熱中症になりやすくなります。

- ・「暑い」と感じにくくなる
- ・汗が出にくくなり、体温調整が難しい
- ・筋肉が減って、体内の水分量が少ない
- ・喉の渇きを感じにくくなり、水分補給が不足しがち
- ・持病があると衰弱しやすい



熱中症 予防するには

屋外で

- ・日傘や帽子、日陰を利用し日光を避ける
- ・涼しい服装や通気性の良い服を着る
- ・窓によしずなど日よけを作る(できれば外)

室内で

- ・温度28℃以下、湿度70%以下に
- ・夜間もエアコンで室温が上がらないようにする(温度設定よりも実際の室温は高くなります)

水分補給

- ・起床直後、毎食後、外出前、通勤前、入浴の前後、**寝る前**に、コップ1杯の水を。
- 汗をたくさんかいたら塩分も。



暑い時期を乗り越えるために

毎年記録的な暑さを更新し、今年も既に5月6月と、夏に匹敵する暑さを迎えています。本格的な夏を迎える前に、「食生活」「運動」「社会参加」などを見直しましょう。

食生活

主菜(肉や魚など)と主食(ごはんやパンなど)、副食(野菜など)と汁物のそろった食事を取りましょう。どうしても食欲がない時は、

主菜だけでも食べましょう。1カ月に体重が2〜3kg減ったら注意！



運動

1日40分、家事や掃除、散歩などで体を動かしましょう。散歩は朝・夕の涼しい時間がおすすです。膝の屈伸など、筋肉を使う運動も効果的です。

社会参加

買い物や図書館など積極的に外に出ましょう。地域のイベントや趣味の集まり、ボランティアなどに参加すると人間関係が自然と広がり、いざという時に支援を受けるチャンスが広がります。





こんな症状があったら…

熱中症を疑い、**すぐに対処**してください

熱中症の恐れがあるが、意識があり、
反応が正常な場合

軽度(重症度Ⅰ度)

- ・めまいや立ちくらみがする
- ・気分が悪い、ボーっとする
- ・汗が止まらない
- ・こむら返りや筋肉痛がある



対処方法

- ・涼しいところに避難し、衣服をゆるめる
- ・水分／塩分を補給する
- ・体温が高いときは、体を冷やす

症状が改善しない場合は病院へ、
状態が悪化したらすぐに
救急車(119番)を要請

意識があるが、つらそうで
熱中症が疑われる場合

中度(重症度Ⅱ度)

- ・頭がガンガンする(強い頭痛)
- ・気分が悪い、ボーっとする
- ・体がだるい(虚脱感)
- ・なんとなく反応がおかしい



対処方法

- ・涼しいところで横になり、衣服をゆるめる
- ・水分／塩分を補給する
- ・体を積極的に冷やす(そけい部や脇の下)

水を自力で飲めなかったり、症状が
改善しない場合は
救急車(119番)を要請

意識がない、
反応がおかしい場合

重度(重症度Ⅲ度)

- ・意識がない
- ・呼び掛けに対して、反応がおかしい
- ・まっすぐに走れない／歩けない
- ・体が熱い、けいれんを起こす



対処方法

- ・直ちに救急車(119番)を要請する
- ・上で紹介した処置を取り、救急隊を待つ
- ・携帯電話の場合は通話状態のまま待つ

熱中症は急激に悪化することが
あります。軽い症状の場合も、必ず
誰かが付き添うようにしましょう。

今回の記事は、「熱中症に備えましょう」(監修・国際医療福祉大学医学部公衆衛生学教授 和田耕治)、「暑さバテ型熱中症にご用心」(監修・桜美林大学老年学総合研究所所長 鈴木隆雄)、ならびに「熱中症環境保健マニュアル 2018」(環境省)などを参考に作成し

ています。更に詳しい情報については、前ページで紹介した環境省の熱中症予防情報サイトや、「熱中症による救急搬送人員数」(消防庁)(<https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/post3.html>)などをご覧ください。



①状況付与票を手に話し合う参加者たち ②カラーコーンを置いて通行止めにする様子 ③安永1・2町内公民館に設置された本部 ④排水ポンプの操作研修 ⑤排水路の水を直接秋津川に排水するためのホース延長

梅雨に備えて内水氾濫対策

安永1・2町内合同避難訓練

安永1町内(もりずみやすじ 守住保二区長)と安永2町内(えもりかつき 江森勝喜区長)合同による避難訓練が、6月2日、安永中井手地区で実施されました。内水氾濫対策の住民参加型訓練は、当町では初の試みです。

「早朝から雨が降り続き、『間もなく1時間あたり60ミリの豪雨になる』との予報により、安永中井手地区において内水氾濫の恐れがある」という想定の下、「状況付与型」といわれる方法で訓練が行われました。「排水溝から水が逆流して、道路上の水かさがすでに20センチ以上になっている」「水かさが40センチ以上となり、道路の通行は不可能となった」などの状況が書かれた紙が、参加者たちに次々と与えられ、その状況に対応するためにそれぞれが考え、水位などの伝達、人および車の避難誘導、内水氾濫想定区間の交通規制、町および関係機関との連携などを行いました。

排水ポンプを実際に動かしての排水に加え、排水ポンプが故障した場合も想定して、応援を要請する手順も確認しました。

約2時間の訓練を終えた後、訓練統制部による訓練の目的の説明、主な役職者および町下水道課からの改善・検討事項の説明が行われ、参加者たちはそれぞれに良かった点、反省点などを確認していました。

美しい音色で「こころの復興」

日本フィルハーモニー交響楽団によるミニコンサート

5月29日、つどいの広場とんとんで「日本フィルハーモニー交響楽団(日フィル)メンバーによる弦楽四重奏ミニコンサート」が開催されました。

これは、日フィルが、被災地に音楽を届けるために、熊本県立劇場が行う「こころの復興推進事業アートキャラバンくまもと」と、共同で行ったものです。

子育て中の母親など約70人が、弦楽四重奏が織り成す美しい音色に聞き入り、「森のくまさん」などの童謡が演奏されると、みんなで口ずさんでいました。



日フィルメンバーによる弦楽四重奏の音色に聞き入る親子ら





正しい交通ルールを守りましょう

第53回御船地区交通安全子ども自転車大会

甲佐小体育館で6月1日、第53回御船地区交通安全子ども自転車大会が開催され、当町の広安西小を含む御船警察署管内の3校が出場しました。

開会式では、広安西小チームの^{まえ だいすけ}前田大介くんが選手宣誓を行いました。チームで優勝を目指し、学科・実技のテストに挑みましたが、結果は惜しくも2位。また、個人の部では、^{かいが われ な}貝川玲奈さんが2位となりました。

この大会は、競技を通じ、正しい交通知識を身につけることを目的に、毎年開催されているものです。



左から^{いのうえ きみ こ}井上貴美子先生、^{まいた くん}前田くん、^{きたがわ くん}北川慧くん、^{にしだ みか}西田美華さん、^{かいが われ な}貝川さん



西村町長に地元で作ったおいしい牛乳を贈る村上さん

疲れている時こそ牛乳を

「父の日に牛乳を贈ろう」キャンペーン

6月14日、「父の日に牛乳を贈ろう」キャンペーンのキャラバンが、役場仮設庁舎を訪れました。

牛乳を手を訪れたのは、上益城農協酪農部会第二支部女性支部長の^{むらかみ みか}村上美香さん(小池秋永)と同農協農畜産課長の^{いし い ともひろ}石井知博さん。村上さんが、「牛乳には、『リラックス』『快眠』『血糖値を下げる』『疲れを癒やす』という効果がある。生産量を減らさないため協力をお願いします」とあいさつすると、西村町長は、「給食で地元の牛乳を使うなど、町としても消費に協力したい」と述べました。

おめでとうございます 百歳表彰

^{みづぐち}寺中の水口トシさん

水口トシさん(大正8年5月10日生)が100歳の誕生日を迎え、百歳表彰を受けました。

西村町長から表彰状と敬老祝い金を受け取った水口さんは、「ありがとうございます」と述べました。

通所介護事業所を利用する日は、運動訓練に必ず参加するほど元気な水口さん。長寿の秘訣について、「体をしっかり動かす生活を送っている」と話しました。

表彰の途中で、水口さんがけん玉を披露するなど、終始明るい雰囲気の中、百歳表彰となりました。



表彰状を手に喜ぶ水口さん(中央)とご家族の皆さん

Best Smile
今月のベスト笑顔





(左)ゲームの説明をする徳永さん(右)あなたならどうしますか？

阪神淡路大震災の体験から考案

災害対応のジレンマを伝承するゲーム「クロスロード」

5月17日、ミナテラスで災害対応シミュレーションゲーム「クロスロード」が行われました。

これは、町ボランティア連絡協議会(吉村静代代表)の研修の一環として、長洲町の消防士でもある熊本クロスロード研究会徳永伸介代表を招いて行われたものです。

クロスロードとは、カードを用いた防災教材で、正解が無い選択に自分の考えを示すと共に、参加者同士で意見交換を行い進めていくゲームです。参加者たちは、真剣に話し合い、さまざまな価値観を共有していました。

「大きくゆっくり」泳いで命を守る

津森小で熊本YMCAによる特別水泳授業

津森小で6月21日、公益財団法人熊本YMCAによる「みんな泳げる 25回運動」特別水泳授業が開かれました。

今年で7回目となるこの授業は、大きくゆっくりとした泳ぎ方を身に付けることで、水難事故を未然に防ぐことを目的としています。YMCAの専門スタッフ2人が、3年生以上の児童約60人に、クロールや平泳ぎを丁寧に指導しました。終了後の感想で、ある児童は「ちょっとうまくなったと思う」と話しました。



熊本YMCAスタッフの指導を受ける児童



県内のオリンピック聖火リレールート概要

4年に1度のスポーツの祭典

東京2020オリンピック聖火リレーが益城町へ

東京2020オリンピック聖火リレーが、益城町で実施されることが発表されました。オリンピック聖火リレーが益城町で実施されるのは初めてとなります。

オリンピック聖火リレーは、振り替え休日の令和2年5月6日(水)に県南の5市をリレーし、翌5月7日(木)に益城町をスタートし、県央・県北の8市町村を巡ります。

オリンピック聖火リレーの具体的なルートは、今年の年末ごろに発表される予定です。

東京2020オリンピック聖火リレー ランナー募集！

県内で2日間にわたってオリンピック聖火をつなぐランナーについては、東京2020聖火リレー熊本県実行委員会により募集が行われます。募集人数は30～35人程度で、応募期間は7月1日(月)～8月31日(土)までです。応募方法など、詳しくは下記へお問い合わせください。

☎東京2020聖火リレー熊本県実行委員会 ランナー応募窓口 ☎0120-4-2020-4 ☎0120-4-2020-9

今年度の介護保険料について

65 歳以上の人に、今年度の介護保険料決定通知書をお送りします。

今年度は、10 月の消費税増税に併せて、町民税非課税世帯(第 1 段階から第 3 段階)を対象に保険料軽減強化が全国的に予定されており、本町も、国が示す最大軽減幅で軽減を実施します。軽減強化された今年度介護保険料は、次のとおりです。

2019 年度 介護保険料

保険料段階	基準に対する割合	介護保険料(年額)	前年度保険料からの軽減額(年額)
第 1 段階	0.375	29,700 円	5,940 円
第 2 段階	0.625	49,500 円	9,900 円
第 3 段階	0.725	57,420 円	1,980 円
第 4 段階	0.90	71,280 円	(※)
第 5 段階	1.00 (基準)	79,200 円	
第 6 段階	1.20	95,040 円	
第 7 段階	1.30	102,960 円	
第 8 段階	1.50	118,800 円	
第 9 段階	1.70	134,640 円	
第 10 段階	1.75	138,600 円	

※ 第 4 段階から第 10 段階については、国の軽減強化対象となっていないため軽減はありません。

介護保険料の決定通知書は 7 月中旬までにお送りします。

前年度から特別徴収(年金から天引き)の人

今年度の 4・6・8 月の介護保険料は、前年度特徴 6 期(今年 2 月天引き分)と同額が年金から天引きされています。

10・12・翌年 2 月の介護保険料については決定通知書を確認してください。

今年度から特別徴収(年金から天引き)の人

今年度の 4・6・8 月の介護保険料は、前年度の介護保険料段階の金額(約 2 カ月分)がそれぞれ年金から天引きされています。

10・12・翌年 2 月の介護保険料については決定通知書を確認してください。

特別徴収(仮徴収)変更について

前年度に比べて今年度の介護保険料が大きく変わる特別徴収の人を対象として、8 月分保険料を変更しています。決定通知書で確認してください。

普通徴収(納付書または口座振替)の人

老齢(退職)年金、障害年金、遺族年金のいずれかが年額 18 万円(月額 15,000 円)以上の人は、一定期間経過後に、普通徴収から特別徴収(年金から天引き)に自動的に切り替わります(切り替え時期: 10 月または翌年 4 月)。

口座振替が便利です

普通徴収の人で口座振替にすると、介護保険料が毎月自動的に引き落とされます。希望する場合は、下記図まで。

閼福祉課 介護保険係 ☎ 286 - 3114

高齢者の被災後の生活等調査について

町は、世界保健機関(WHO)健康開発総合研究センター、兵庫県立大学地域ケア開発研究所などと協力し、高齢者の被災後の生活・健康問題と支援に関するアンケート調査を実施します。

この調査は、災害後に必要とされる支援やケアを明らかにし、災害時における高齢者支援対策に活用することを目的としています。ご協力を願います。

対象 65 歳以上の町民(平成 31 年 4 月 1 日現在、町に住み票がある人)

調査時期 7 月中旬から 8 月中旬

調査方法 郵送法

閼兵庫県立大学 地域ケア開発研究所(増野) ☎ 078 - 925 - 9605 / 福祉課 高齢者支援係 ☎ 286 - 3114

町営団地入居者募集(辻団地／市ノ後団地)

辻団地 / 市ノ後団地

辻団地

戸数 2戸(今回募集は4階のみ)
昭和56～61年建築
(鉄筋コンクリート、エレベーターなし)
間取り 3DKまたは3LDK
(浴室はスペースのみ)
家賃 15,900～35,000円

市ノ後団地

戸数 2戸(今回募集は4階のみ)
昭和63～平成4年建築
(鉄筋コンクリート、エレベーターなし)
間取り 3DKまたは3LDK
(浴室はスペースのみ)
家賃 17,600～39,600円

どちらも、家賃は入居する人の所得により変動。

申込資格

- ・町に居住(住民登録)している、または勤務地を有する人
- ・夫婦または親子を主体とする家族である(婚約中を含む)
- ・単身の場合は、申込期間最終日において、満60歳以上の人や身体障害者手帳等を有している人などの要件があります(お問い合わせください)
- ・申込者および、同居者の合計年間総所得が公営住宅法に定める月額所得(158,000円。裁量階層は214,000円)の収入基準額以下である
- ・現に住宅に困窮していることが明らかな人
- ・地方税などの滞納がない
- ・申込者および同居する予定の親族が暴力団員でない
- ・その他、入居要件を満たしている人

申し込みについて

7月12日(金)～19日(金)に、所定の申込用紙により公営住宅課まで。申込用紙は7月3日(水)から配布(土・日・祝日除く)

岡公営住宅課 住宅管理係 ☎ 286 - 3155

国保・後期高齢者医療制度

新しい保険証について

現在使用している国保と後期高齢者医療の保険証の有効期限は、7月31日までです。8月1日からは、7月中旬に簡易書留郵便で送付する新しい保険証を使用してください。

新しい保険証



国民健康保険・
国保退職者医療



後期高齢者
医療

郵便局配達時に不在で、『ご不在連絡票』がポストに入っていた場合は、必ず郵便局に電話して再配達などを依頼してください。(電話での事前連絡なしに、直接郵便局窓口に行っても対応できません)

認定証について

平成30年度の「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日までです。

国民健康保険加入者

8月以降も認定証が必要な場合、8月1日以降更新手続きをしてください。

- ・手続きした月の初日から有効な認定証を交付します。
- ・7月中は手続きができません。
- ・保険税の滞納がある場合は、更新手続きができません。
- ・70歳以上の場合、所得区分によっては認定証の発行は不要です。

手続きに必要なもの 世帯主の印かん(認め印でも可)／更新が必要な人の新しい国保保険証／委任状(別世帯の人が申請する場合)

後期高齢者医療制度加入者

現在、認定証を持っていて、8月1日以降も引き続き該当する人には、新しい認定証(オレンジ色)を保険証と一緒に郵送します。

- ・認定証交付対象者は、世帯全員の住民税が非課税の人です。

岡住民保険課 保険年金係 ☎ 286 - 3113

3年間に限り、風しん抗体検査・予防接種が無料

令和4年3月まで、風しん抗体検査・予防接種が無料で受けられます。

対象者

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性。予防接種を受ける場合は、風しん抗体検査を受けた結果、十分な抗体量がなかった人のみ

実施方法

今年度は、昭和47年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性に既にクーポン券を送付しています。まずはクーポン券を使用して検査実施機関で抗体検査を受けてください。

対象者で、その他の期間に生まれた男性には来年度以降送付しますが、希望する人はお問い合わせください。

閩健康づくり推進課 ☎ 234 - 6123

高齢者・障がい者タクシー券を交付します

高齢者や障がいのある人が、健康で楽しく生きがいのある生活を送るための一助として「益城町高齢者・障害者タクシー券」を交付します。

対象者

外出手段にお困りで、次の要件に該当する人です。
平成31年4月1日以降に障害者手帳を取得した人(高齢者を除く)や転入した人は対象外

高齢者(介護保険施設に入所中や入院中の人は申請不可)
75歳以上(昭和19年4月1日以前生まれ)で、自動車やバイクの運転をしていない

障がい者(施設に入所中や入院中の人は申請不可)

①昭和19年4月2日から平成13年4月1日生まれで、身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A1・A2、精神障害者保健福祉手帳1級・2級のいずれかを持っていて、自動車やバイクの運転をしていない

②平成13年4月2日以降に生まれ、身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A1・A2、精神障害者保健福祉手帳1級・2級のいずれかを持っていて、保護者が自動車やバイクの運転をしていない

内容

①町と契約した町内のタクシー業者で利用できるタクシー券3,000円分(500円券の6枚つづり)

1人1セット限り

②有効期限：交付日～令和2年3月31日(火)

申請期間

7月1日(月)～令和2年3月31日(火)

開庁日の午前9時～午後5時まで

申請場所

福祉課(仮設庁舎 1階)

※来庁できないときは、ご相談ください。

申請に必要なもの

印かん(スタンプ式以外)／障害者手帳(障がい者の場合)／**代理申請の場合は、これとあわせて代理人本人の印かんと本人確認証明書類(免許証、保険証など)**

閩高齢者：福祉課高齢者支援係 ☎ 286 - 3114

障がい者：福祉課障がい支援係 ☎ 286 - 3115

「ましきふるさとかるた」ができました

子どもたちの郷土理解や郷土愛の醸成を目的とした町のオリジナルかるた、『ましきふるさとかるた』ができました。

読み札は、町の名所・旧跡をはじめ、文化財や偉人、特産物などがリズム良く読めるように、また取り札は「益城未来トーク」による原画がイラスト化され、裏

面に分かりやすい解説が付いています。かるたは、町内小学校に配布され、子どもたちが郷土について学習する副教材として活用されます。



閩生涯学習課 ☎ 286 - 3337

参議院議員通常選挙の投票所

参議院議員通常選挙における投票区割が変更になります

今夏、参議院議員通常選挙が行われますが、次の表の通り、平成31年4月実施の統一地方選挙の投票区割から変更になっている所があります。

下表の黄色く塗りつぶされた所が変更箇所です。

事前に送付する入場整理券で投票所を確認してから、投票へお越しください。

熊本地震以降、投票所の入場整理券が届かない人が増えています。郵便物の転送届は1年更新ですので、郵便局で再度確認してください。

平成31年統一地方選投票区割り(変更前)

投票区	投票所	行政区名
1	公民館飯野分館	上砥川、中砥川、下砥川、新川、下鶴、飯田、土山、本土山、小池秋永
2	五楽公民館	赤井、木崎、五楽、中尾
3	東無田公民館	東無田、櫛島、下原
4	広崎1町内公民館	広崎1町内
5	広崎3町内公民館	広崎2・3町内
6	広崎4町内公民館	広崎4・5町内 (ウインズ広安地区を除く)
7	大峯公民館	小峯、ウインズ広安地区
8	古閑第二公民館	古閑・福富
9	保健福祉センター	惣領1～4町内
10	馬水北公民館	馬水北・馬水南
11	安永1・2町内公民館 (旧安永公民館)	安永1・2町内
12	安永3町内公民館	安永3・4町内
13	役場仮設庁舎	市ノ後団地、辻の城団地、辻団地、黒石崎
14	公民館きやま座	下寺中灰塚、寺迫、上町、下町、蛭子町、市ノ後、宮園
15	公民館福田分館	畑中、谷川、田中、福原、南、内寺、川内田、袴野
16	平田中公民館	柳水、平田上、平田中、平田下、平田西、平田境
17	公民館津森分館	上陳、堂園、田原、下陳
18	上小谷公民館	杉堂、上小谷、下小谷、高遊原自衛隊
19	寺中公民館	寺中
20	北向公民館	北向

令和元年参院選投票区割り(変更後)

投票区	投票所	行政区名
1	公民館飯野分館	上砥川、中砥川、下砥川、新川、下鶴、飯田、土山、本土山、小池秋永
2	木崎公民館	赤井、木崎、五楽、中尾
3	東無田公民館	東無田、櫛島、下原
4	広崎1町内公民館	広崎1町内
5	広崎3町内公民館	広崎2・3町内
6	広崎4町内公民館	広崎4・5町内 (ウインズ広安地区を除く)
7	大峯公民館	小峯、ウインズ広安地区
8	古閑第二公民館	古閑
9	福富公民館	福富
10	保健福祉センター	惣領1～4町内
11	馬水北公民館	馬水北・馬水南
12	安永1・2町内公民館 (旧安永公民館)	安永1・2町内
13	安永3町内公民館	安永3・4町内
14	役場仮設庁舎	市ノ後団地、辻の城団地、辻団地、黒石崎
15	公民館きやま座	下寺中灰塚、寺迫、上町、下町、蛭子町、市ノ後、宮園
16	公民館福田分館	畑中、谷川、田中、福原、南、内寺、川内田、袴野
17	平田中公民館	柳水、平田上、平田中、平田下、平田西、平田境
18	公民館津森分館	上陳、堂園、田原、下陳
19	上小谷公民館	杉堂、上小谷、下小谷、高遊原自衛隊
20	寺中公民館	寺中
21	北向公民館	北向

産業振興課からのお知らせ

益城町復興イベント等活動団体支援補助金

地域の復興や活性化を図るため、町内の各種団体が実施する復興をテーマとした[今年度実施する](#)にぎわい創出イベントの運営費の一部を助成します。

交付対象

- ・本町の復興を主な目的とし、主に町内で自主的かつ公益的な活動を行うまたは行う予定の団体。
- ・町内に活動拠点がある5人以上で組織され、その過半数が町内に住所を持つ。
- ・団体代表者は、町内に住所があり、かつ、町税などの滞納がないこと。
- ・定款、規約、規則等の定めがあること。
- ・活動内容の公表に賛同できること。
- ・交付にかかわらず、3年以上活動を継続できる団体。
- ・実施するイベントについて、当該年度に他の公的資金による補助などを受けていない、受ける予定がないこと。

交付金額

補助対象経費の2分の1以内で、25万円を下限とし、100万円を上限とする。

応募時期など、詳しくはお問い合わせください。

イベントホームステイ

2019年9～10月に開催されるラグビーワールドカップや、祭りアイランドなどのイベントで、熊本県を訪れる観光客をおもてなししませんか？興味があれば説明会へお越しください！

ホームステイホスト募集

自宅をホームステイ住居として提供していただける人を募集します！

- ・**宿泊料は有料**で、自身で価格を設定可能。
- ・食事提供や送迎、周遊観光は必要無し。

サポーター募集(ボランティア)

ホームステイホストの部屋予約の対応など、パソコンやスマホなどの操作ができる人を募集します。

支援補助金について…

〒産業振興課 商工観光係 ☎ 286 - 3277

イベントホームステイについて…

〒イベントホームステイ運営事務局

(株)パソナ・熊本 ☎ 311 - 7211

令和元年度町職員採用試験

益城町職員の採用試験を右記の日程で実施します。募集内容や申し込み方法については、町ホームページ(7月中旬発表)および広報ましき8月号でお知らせします。

第一次試験

期日 9月22日(日) 場所 県立御船高等学校

第二次試験

期日 10月下旬予定 場所 益城町役場仮設庁舎

申込受付期間

7月29日(月)～8月16日(金)(土・日・祝日を除く)

〒総務課 人事係 ☎ 286 - 3111

益城町危険ブロック塀等耐震化支援事業

今年度も、危険なブロック塀を除去し、その後安全なブロック塀等を設置する際の、そのどちらの工事も補助を行います。昨年度から[設置する際の補助上限額を増額](#)しました。予算の上限に達した場合、受け付けを締め切る場合があります。要件などについてはお問い合わせください。

危険なブロック塀等の除去に関する補助

補助金額

対象経費の全て。ただし、20万円または除去するブロック塀等の長さ1㍍につき12,000円を乗じた額の**いずれか低い額**を上限とする。

(危険なブロック塀等を除去し)安全なブロック塀、金属フェンス、生垣などを設置する場合の補助

補助金額

対象経費の2分の1。ただし、**15万円**または除去するブロック塀等の長さ1㍍につき15,000円を乗じた額の**いずれか低い額**を上限とする。

〒・申請受付

復旧事業課 建築係

☎ 289 - 8308

7月1日(月)～12月27日(金)の開庁時間内



まち協通信

TOWN DEVELOPMENT

第20回

「記憶を伝え、

これからに生かしていく」

福原北部地区まちづくり協議会では、「福原北部地区熊本地震復興写真集」を作成しました。

協議会で写真集を作るときに、「記録として各家庭に一冊あれば、これからも気を付けていこうという気持ちになるのでは」という意見があり、「震災の記憶・記録を後世に伝えていくと共に、今後の防災意識・防災力の向上に役立つような記録集」をテーマに、地区の住民から写真や声を集めました。

意見や声が多く集まるようにと、「まちづくりニュース」での呼び掛けと併せてLINEアプリを使い、地域、消防

提供を呼び掛けるまちづくりニュース



団、協議会それぞれの思いの詰まった写真集を作り上げました。

完成した写真集は、6月に福原北部地区(田中・畑中・谷川)の各世帯へ1冊ずつ配布されました。



地区外の人には、1冊当たり寄付として500円をもらい、まちづくり協議会の活動資金や写真集の増刷の費用とする予定です。

思いが結集し、完成した写真集

復興整備課 まちづくり推進室 ☎ 289-2930

木山地区のまちづくりに係る談話室

場所 mirai-baco. (木山仮設商店街内)

日時 水曜日と第2・4日曜日の午前10時～正午

復興 REPORT

今回のレポートは、復旧工事が完了し、この7月から利用再開となった町民グラウンドです。

4月に再開した陸上競技場、テニスコートと併せて、スポーツ施設の復旧が徐々に進んでいます。野球、ソフトボール、ミニサッカー、相撲など、さまざまな運動で汗を流してみたいかがでしょうか。

6月30日に行われた復旧記念式典の様子は、8月号でご紹介します。



1 復旧が完了し、きれいに芝が張られた町民グラウンド 2 野球、ソフトボールなどに利用できるコート 3 ミニサッカーなどに利用できるネットで囲われた一画 4 5 6 復旧工事の状況

2019.7

文芸

投稿は投稿者の住所、電話番号を記入し、役場広報係まで。締切は毎月15日(必着)です。漢字にはふりがなを記入し、数種類に投稿する場合は別にしてください。広報投稿作品の、他への重複投稿はご遠慮ください。

短歌

末武 有二 選

まかないに復興工事のクレーン二機威圧する
ごと宙に直立つ 安永 守住 孝子
運動会心一つに舞う子らの一途な姿涙こぼれる
古閑 井上てつ子

諸々の法事を終えて久々に茶室に座して心和
みぬ 安永 川野 光子

散水に元氣を得たる紫陽花は花まり美しく艶
めきみする 惣領 島田 廣子

ましき野を隔てる山はもくもくと木々膨らんで
空押しひろぐ 宮園 金子フム子

丸くなりつげの木陰に寝てしまう隣家の犬は
今日も安穩 安永 山下たか子

マッサージ受ける私の窓越しにバラは艶やか
癒やしは増して 小谷 今吉マキ子

地震に揺れ破壊した道補修され朝の光に輝き
ており 安永 福田 圭子

学童の歓声消えた校庭に休みは明けて今朝は
うれしい 馬水 西田 正巳

年重ね時間ができて歌を詠む今昔の差に幸せ
思ふ 寺迫 西坂ヨシ子

広報に投稿するわれ楽しいが娘の歌探す母も
楽しむ 木山 本田 龍子

お願い 投稿は、一人一首でお願いします。

俳句

河野 全平 選

紫陽花は小首かしげて雨を待つ
恋合戦田んぼは戦場アマガエル
店頭に買っておくれとサクランボ
揚げ雲雀探し探して空の青

七夕や孫に聞かせる星の恋
野イチゴを摘みに行きたい五月晴
しょうぶ湯や孫の背中を流しけり
また一つ葉が増えて梅雨ごもり
走り雨星を貰く濁り雨

一句鑑賞

驚草の羽ばたきしげき雨の中

川柳

布田川左門 選

『お題』 10年後

10年後達者でいれば96
10年後オレは元気で95

10年後おしゃれな町の中央道

※参考例

風化させぬ地震の町の10年後

『お題』 自由詠

F35 藻くずと消えた1000億円

四苦八苦辞書を片手の外来語

新潟山形熊本地震よみがえる

※参考例

もうたまらん何とかならぬか事件事故

川柳のお題 「潮井宮・潮井さん」

発掘
益城

益城の文化財
町文化財保護委員会

木 山

秋津川ほとりの
はぜ
櫨の大木

総合体育館北側の秋津川ほとりに幹回り2メートルを超す櫨の大木があります。櫨の実は、ろうそくの原料として江戸時代には重要な作物でした。寛永11(1634)年に、櫨の実を米の代わりに上納することが認められており、藩の財政難を立て直し、名君と呼ばれる細川重賢の「玉曆の改革」でも、重要な産業対策として櫨ろうの栽培を勧め、城内に櫨方役所が設けられました。今も残る熊本城櫨方門はその名残です。

しかし、ちまたでは、赤穂浪士の大石内蔵助が細川家に、櫨栽培の有利な事を進言し、その栽培法と精ろつ法を教えたことから、細川藩での栽培が始まったと伝えられています。なぜでしょうか？

元禄15(1702)年12月14日、主君のあだ討ちに吉良邸に討ち入った播州赤穂浪士は、本懐を遂げた

定期的に映画などの無料上映会を行っています。申し込み不要。自宅では味わえない大画面と音響の迫力をお楽しみください。

■ 7月21日(日)

モンスターハウス(アニメ・吹き替え) 午前10時～11時30分

12歳のD Jは、向かいに住む年老いた男・ネバークラッカーの『家』を怪しんでいた。ある日、D Jがその家を観察していると、なんとその家は『生きていた』！ ドキドキのアドベンチャー作品です。

紙屋悦子の青春(邦画) 午後2時～4時

昭和20年の春。両親を失った娘・紙屋悦子に縁談が持ち上がる。相手は兄の後輩である明石少尉の親友・長与少尉だった。しかし、悦子は密かに明石へ心寄せていた…。鹿児島を舞台に撮影された、切ない青春作品です。

開館 … 火・木～日曜日 午前10時～午後6時

水曜日 正午～午後8時

休館 … 月曜日(祝日の場合は翌日)

毎月第3金曜日

彼女たちの場合は

江國香織／著 集英社

「これは家出ではないので心配しないでね」。14歳と17歳の少女は、2人きりで『アメリカを見る』旅に出た…。美しい風景と愛すべき人々、そして「あの日の自分」に出会える長編小説。



ソラタとヒナタ みえない星空

かんのゆうこ／作 くまあやこ／絵 講談社

ある日、食いしんぼうのいたちに出会った、くまのソラタ。はちみつパンと引き換えに、上手に育てると言葉を覚えるという石をもらいますが…。「おしゃべり石」をはじめ、全部で4つの話を収録。



牙 アフリカゾウの「密猟組織」を追って

三浦英之／著 小学館

アフリカで、年間3万頭以上のゾウが、牙^{えび}を抉り取られて殺されている。密猟組織のドン、中国大使館員、日本の象牙業者…。「真犯人」は誰なのか。アフリカゾウの密猟を追ったノンフィクション。



「図書館ドームがアニマルワールドに变身！」

7月20日(土)～8月25日(日)の期間、図書館にあるドームの中を、ジャングル風に飾り付けます。

いろいろな展示や動物の紹介なども行っていますので、図書館に来た時は、ぜひのぞいてみてください。

(右) 秋津川ほとりにたたずむ櫨の木

(下) 幹回りは2mを超えています



証人として守つていきたいものです。
益城町文化財保護委員会

後4つの藩に預けられます。大石内蔵助はじめ17名は、熊本藩お預けとなり、細川家の白金下屋敷に迎えられる、切腹までをこころで過ごしました。藩主細川綱利は義士たちに礼を尽くし、二汁五菜の食事(ごちそう)、お茶、菓子を出し、庭に面した部屋を義士たちに与え、後日には、老中の許可を得て酒やたばこも振る舞いました。その他数々の厚遇に対して、大石内蔵助が切腹を前に、感謝の気持ちと櫨栽培を勧めたと言われています。

江戸時代に盛んに栽培され、秋には紅葉で美しい姿を見せた櫨の木も、今では少なくなりました。残された希少な櫨の大木を、歴史の証人として守つていきたいものです。



みんなのひろば

Everyone's Square

絵手紙
ありがとうございます！

寺迫 尾方 勝子



絵手紙
ありがとうございます！

小池 富田 邦子

投稿された中から、ご意見・ご感想の一部を紹介します(敬称略)。匿名を希望される場合は、氏名の横にその旨を明記してください。ペンネームでもOKです。また、イラストも募集しています。

✉ 5月に引っ越してきました。以前住んでいた所は、川が近くにあり、よく息子と魚を捕まえて行っていました。知り合いに、木山川にメダカがいたと聞いたので、今度メダカ捕りに行くのを、息子が楽しみにしています。

広崎 村上 麻由美

✉ 早朝から澄みきった空の下で、近くの公園を散歩しています。すがすがしく気持ちがいいです。また、聞き慣れなかった新しい元号「令和」も、板に付いてきたと思うのは私だけでしょうか。「昭和」生まれの私は、3時代経験することになり、年を取った感傷に陥ります(笑)。何はともあれ、「令和」も平和で幸せな時代になることを、切に願っています。梅雨シーズンに入り、各地で大きな被害・水害が無いことを願うばかりです。

P.N スズラン

QUIZ

広報クイズ 頭の体操

全問正解者の中から10人に500円分の図書カードをプレゼントします。どしどしご応募ください。

ただ正しいもの、または問題本文の中の○に当てはまるものを選択し、記号で回答してください。

問題1 ヒント…P 3

水害・土砂災害が発生した時の防災情報に、新たに用いられるようになったのは「○○レベル」

- A…警戒 B…避難
C…大雨 D…洪水

問題2 ヒント…P 4～6

2種類ある熱中症のうち、高齢者がなりやすいのは「○○バテ」型熱中症。

- A…労働 B…運動
C…寒さ D…暑さ

問題3 ヒント…P 9

東京2020オリンピック聖火リレーが益城町で実施されるのは、令和2年5月何日？

- A…5日 B…6日
C…7日 D…8日

応募方法



答え(例) ①-A
②-B
③-C

氏名、住所、年齢のほか、イラストやご家庭での話題、町政に関するご意見など何でもお書きください。

お待ちしています。

応募締切日…7月10日必着

前月号の正解… ①-B ②-A ③-A

当選者(敬称略)…奥村晃世、原かほ、森永都夢、坂田たかひろ、坂本七音、富田弥、上村ゆかり、舩尾義登、岩上史子、米田英恵

応募総数…74通 全問正解数…71通

婚活イベント開催！

「居酒屋コン〜美味しく楽しく素敵な出会い〜」

おいしい食事やお酒を楽しみながら、素敵な出会いを見つけてみませんか？皆さまの参加をお待ちしています！

日時 8月17日(土) 午後6時30分から
場所 居酒屋さくら
 熊本市東区東本町1-93
定員 男女各10人程度
 ※申し込み多数の場合は抽選
参加費 3,000円(当日集めます)
対象 20～45歳までの独身男女
 ※男性は町内在住、在勤の人
申込 7月31日(水)まで
 メール、FAX、郵送、窓口にて

問 益城町結婚対策協議会(総務課 男女共同参画係)
 ☎ 286-6665 FAX 286-4523
 M danjyo@town.mashiki.lg.jp

BABY わが家の天使 こんにち赤ちゃん

楠 紗弥 ちゃん

(安永4町内)

一男三女の末っ子で、家族みんなで溺愛中♡笑顔がかわいさやちゃん♡いつも癒やしをありがとう！

パパ 大輔さん ママ 悠加さん



わが家の自慢の赤ちゃんを掲載しませんか？

(最初の誕生日を迎えるまで)

掲載の申し込みは

役場企画財政課広報係 ☎ 286-3223 まで

MASHIKI TOWN CHIHIKI- OKOSHI

地域おこし協力隊通信

Vol.01

このコーナーでは、地域おこし協力隊として当町に着任した井下友梨花さんの活動をご紹介します。

大分県佐伯市出身。熊本に来る前は、札幌で広告の営業をしていました。熊本地震直後の2016年5月に、教育NPOの一員として支援活動をしに益城町に参りました。その後3年間、主に益城町の中高生を対象とした放課後の学習の場の提供や、中学校の地域学習・キャリア教育の授業づくりをお手伝いしてきました。

「地震を理由に夢を諦めて欲しくない」という全国の寄付者の方々の気持ちを背負っての活動でした。

この4月からは、町の非常勤職員として、教育現場に関わらせてもらえることになりました。地域の未来を担う子どもの学びを、地域一丸となって育める形をつくれるよう、ささやかながら力になりたいと思っています。



地域おこし協力隊
いのした ゆりか
井下 友梨花さん

MAIL ご意見・ご感想 の紹介コーナー



熊本地震から3年…。やっと益城町に帰れました。新しいお家なので、子どもたちも喜んでいきます。夫の実家もあり、とても良くしていただいています。擦れ違うだけであいさつまでしてもらえる益城町の環境はすてきです。

辻の城 安田 美加



梅雨に入ってうっとうしい日々になるなーと考えている人へ。梅雨には梅雨の楽しみ方があります。私は雨の中、傘を差しての散歩も好きです。晴天には無い発見もあります。家の中では、本を読んだり、お菓子を作ったりと、梅雨ならではの楽しみ方を♡

P.N 益城のばーちゃん



「大雨に備える」の記事を読んで、日ごろから家族で災害に対する心得を確かめる事が大切だなと気付きました。

P.N 初夏

防災行政無線

放送内容が電話で確認できます。

自動応答電話 ☎286-0888



交通安全ワンポイントアドバイス

自転車にも必要

自転車損害賠償責任保険加入の勧め

自転車による事故は、年々減少してはいますが、自転車性能の向上による高速化や、スマートフォンを使用しながらの運転などの交通ルール違反による、自転車と歩行者の死亡・重傷事故が問題となっています。

それに伴い、自転車事故の損害賠償額も高額化し、数千万から1億円近くの賠償額となるケースもあります。

このような状況でも、自転車

損害賠償責任保険などの全国加入状況は、平成29年で約60%となっていて、未加入の人がいる状況です。この機会に自身や家族の自転車の保険について確認してみたいかがでしょうか。

自転車保険は、自転車事故専用保険だけでなく、自動車保険、火災保険、傷害保険の特約や、会社などの団体保険で加入できる場合もありますので、詳しくは各保険会社に尋ねてください。

☎ 危機管理課 危機管理係 286・3210

地域安全ニュース

みんなで防犯

夏場に増えやすい犯罪

夏場に増えやすい犯罪を知っていますか？

この時期は、自転車盗、色気狙い(ベランダなどに干している下着を盗む犯罪)などが、例年増加しています。

また、夏休みで長期不在宅や深夜外出が増えることから、空き巣、車上狙い、強制わいせつなどの被害増加も考えられますので、しっかり防犯対策を

て被害を防止しましょう。

防犯対策で被害の未然防止

- ◎鍵かけの徹底
- ◎自宅や車両に貴重品などを置きっぱなしにしない
- ◎下着などは外から見えないところに干さない
- ◎夜間は明るく人通りの多い道を通る

☎ 御船地区防犯協会連合会 御船警察署

☎ 282・1110

かしこい消費者

判断力の衰えに備え

成年後見制度を「存じですか？」

高齢になるにつれ、認知症などにより判断能力が低下し、適切な財産管理が困難になることがあります。

このような場合に、不利益を被らないようにする制度として、2種類の成年後見制度があります。

1つは、本人の判断能力が低下した時点で、家庭裁判所が援助を行う人を選任する「法定後見」の制度です。

あと1つは、「任意後見」といわれる制度で、判断能力がある間に、将来どのような援助を受けるかを、本人が契約で定めておくことができます。

法定後見、任意後見のいずれも、法的な手続きおよび費用が必要となります。

詳しくは、熊本県弁護士会、または、包括支援センターなどにご相談ください。

☎ 上益城広域消費生活相談室(危機管理課 危機管理係) 286・3210

防災・減災トピック

鳴ったら対応を

緊急速報メール(エリアメール)とは

緊急速報メールとは、携帯電話事業者が無料で提供するサービスで、気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報、国や地方公共団体が配信する災害・避難情報などが、回線混雑の影響なく、特定エリア内の対応端末(携帯電話など)に一斉に配信されるものです。

事前の申し込みなどは不要で、対応端末であれば受信することが

できます(一部、受信するために設定が必要な機種もあります)。また、緊急速報メールの受信に、受信料や情報料は必要ありません。

※基地局などの関係により、隣接する地域の情報を受信する場合があります。また、緊急速報メールが届かない場合は、各自で携帯電話事業者を確認してください。

☎ 危機管理課 危機管理係

☎ 286・3210

人権教育シリーズ

益城町教育委員会 vol.

458

明るい言葉が飛び交う 住みよい町に

「おはよう」「ありがとう」「お疲れ様」。私たちは日常生活で、自分の気持ちを言葉に乗せて、会話をしています。

うれしいときは笑顔で明るく、悲しいときは涙顔で暗く、そして怒ったときは険しい顔で激しい言葉を発します。それらの言葉は、時には元気や勇気を与え、時には立ち上がれないほどのショックを与えます。

このように、言葉は、心を照らす太陽にもなり、心を傷つける凶器にもなります。「あなたの一言」には、そんな重みがあります。

人は誰もが、周りの人から「認められること」を願っています。そしてまた、自分の言うことに「心から耳を傾けてくれる人」を必要としています。

人が最も影響を受ける相手とは、「自分を最大限に理解してくれる人」かもしれません。そのような人に励ましの言葉を受けると、人は不可能に立ち向かい、「想像を絶する力」を発揮します。「信頼されている人からの期待」に応えようとするからです。

反対に、一方的に批判されたり、仲間外れの言葉を浴びせられたりすると、人は絶望のどん底に落ち込み、そのショックから、なかなか立ち直れません。時には、その発せられた一言が人を死に追い込むことさえあります。

現在、学校や家庭で発生しているいじめや虐待も「言葉の暴力」によるものが多く見受けられます。言った側にとっては何げないほんの一言が、言われた側にとっては、生涯忘れられない心の深い傷になってしまうのです。

「あなたの一言」によって、周りの人が1人でも明るく元気になりますように。そして明るい言葉が飛び交う住みよい町になりますように。

いま一度、日常生活で使っている「あなたの一言」を振り返ってみませんか。

令和元年

町内・御船署管内の事故・事件の発生状況

事故・犯罪区分	発生状況(件)			
	町内		御船署管内	
	5月中	累計	5月中	累計
人身事故	25	68	59	175
物損事故	62	307	157	769
空き巣	0	1	1	5
自販機狙い	0	0	0	0
万引き	0	0	1	15
オートバイ盗	0	0	0	0
自転車盗	0	1	0	3
車上狙い	0	5	1	8

件数は令和元年5月末現在

問御船警察署・御船地区防犯協会連合会

☎ 282 - 1110 ☎ 261 ~ 264

人権についての電話による相談窓口(平日のみ)

同和問題をはじめとするさまざまな人権問題

熊本県人権センター 午前9時～正午
☎ 384 - 5822 午後1時～午後4時

法律問題、人権問題、人権侵害への救済について

みんなの人権 110 番 午前8時30分
☎ 0570 - 003 - 110 ~午後5時15分

子どもの人権について

子どもの人権 110 番 午前8時30分
☎ 0120 - 007 - 110 ~午後5時15分

女性の人権について

女性の人権ホットライン 午前8時30分
☎ 364 - 0417 ~午後5時15分

障がい者の人権および権利擁護について

障がい者 110 番 午後1時～午後5時
☎ 354 - 4110

いじめについて

益城町いじめ電話相談 午前8時30分
☎ 286 - 1770 ~午後5時15分

さまざまな人権問題について

益城町福祉課人権対策係 午前8時30分
☎ 286 - 3115 ~午後5時15分

くらしの 情報



益城町ホームページ

<https://www.town.mashiki.lg.jp/>

お知らせ

7月は国民年金保険料免除の 更新月です

7月1日から、「令和元年度分（7月～来年6月分）」の国民年金保険料の免除申請の受け付けを開始しています。また、過去2年1カ月分までの免除申請も随時受け付けています。
必要なもの 認め印／退職による特例免除を希望される場合は公的機関が発行した離職証明書（離職票や雇用保険受給資格者証など）

閩役場住民保険課保険年金係

☎ 286・3113

熊本東年金事務所

☎ 367・8144

新・増築建物の家屋調査のお願い

来年度の課税対象となる、新築および増築した家屋について、家屋調

査のお願いの通知文を送送します。で、ご協力をお願いします。また調査に携わる調査員は、固定資産評価補助員証を携帯していますので、確認をしてください。

閩役場税務課課税係

☎ 286・3380

熊本県水とみどりの森づくり税

県では、平成17年度から「熊本県水とみどりの森づくり税（年間個人500円、法人千円～4万円）」を活用し、水を蓄え、災害を防止するなど、私たちの暮らしを支える大切な財産である森林を元気にするための取り組みを進めています。

ご理解とご協力をお願いします。

閩県農林整備課 ☎ 333・2438

児童扶養手当・特別児童扶養 手当の現況届を忘れずに

児童扶養手当・特別児童扶養手当の受給者（停止中の人も含む）は、引き続き手当の対象となるかを審査するために、毎年8月中旬に「現況届」を提出する必要があります。

対象者には8月上旬にお知らせを送付しますので、手続きをお願いします。

提出しない場合、8月分以降の手当が支給できませんので注意してく

ださい。

閩役場こども未来課子育て支援係

☎ 286・3117

第69回社会を明るくする運動

7月は「社会を明るくする運動」強調月間です。この運動は、全国的に犯罪や非行の防止と罪を犯した人の更生に理解を深め、それぞれの立場で力を合わせながら、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするものです。

立ち直ろうとする人たちの意欲を認めて地域社会の中に受け入れ、見守り、支えていくことが不可欠であり、関係機関・団体をはじめ民間団体などの組織を越えた連携および協力が求められます。

本町でもこの強調月間に合わせ、啓発活動の一環として保護司会による啓発用のぼり旗が町内各所に設置されます。

閩熊本保護観察所企画調整課

☎ 366・8080

旧優生保護法による優生手術 等を受けた人への一時金支給

平成31年4月24日に、議員立法により「旧優生保護法一時金支給法」（以下「法」という）が成立し、公布・施行されました。

法の前文では、旧優生保護法の下、多くの人が、生殖を不能にする手術・放射線の照射を受けることを強いられた、心身に多大な苦痛を受けてきたことに対して、我々は、それぞれの立場において、真摯に反省し、心から深くおわびする旨が述べられています。

法に基づき、優生手術などを受けた人で、対象となる場合、一時金を支給します。

対象：次の①または②に該当し、現在、生存している人

①昭和23年9月11日から平成8年9月25日までの間に、旧優生保護法に基づき優生手術を受けた人（母体保護のみを理由として手術を受けた人は除きます）

②①のほか、同じ期間に生殖を不能にする手術または放射線の照射を受けた人（母体保護や疾病の治療を目的とするなど、優生思想に基づくものでないことが明らかな手術などを受けた人を除きます）

閩県旧優生保護法一時金受付・相談窓口（専用） ☎ 333・2352

自宅で仕事をしませんか

さまざまな理由で外で働くことに難しさを感じている人は、ぜひご相談ください。

対象：

・障がいがあり、外での仕事が難しい人
・母子家庭の母親などで、外での仕事に難しい人 など

仕事内容：

・インターネットを活用した就業
・テレワーク（宛名書き、データ入力、ノベルティデザインの作成、デジタル採点業務など）

※就業のための訓練も行います。給与は、求人条件などにより異なりますが、出来高制です。詳しくは左記まで。

問 特定非営利活動法人在宅就労支援事業団
☎ 213・0701

夏休み期間中の児童館利用

7月20日～8月25日は、町児童館が混雑することが予想されます。

安全に過ごすため、利用時間のご協力をお願いします。

午前…乳幼児を優先
午後…小学生以上を優先

問 町児童館
☎ 234・6124

【事業者向け】退職金について考えてみませんか

「中退共」は、中小企業で働く従業員のための国の退職金制度です。中退共の退職金制度なら、国の掛

け金助成が受けられ、掛け金は全額非課税。社外積み立てなので、管理が簡単です。また、パートタイマーの人向けの特例掛け金月額もありま

す。詳しくは中退共のホームページをご覧ください。
問（独）勤労者退職金共済機構
☎ 03・6907・1234

林業労働災害防止キャンペーン

県では、林業の労働安全衛生の維持、増進を図り労働災害のない明るい職場作りを目的に、6月1日～7月31日を林業労働災害防止キャンペーン（前期）期間としています。

県内における林業労働災害発生件数は、平成29年34件に対して平成30年39件と増加しています。

労働災害を起こさないためにも、作業員一人一人が作業の基本事項を遵守し、安全な作業を心掛けましょ

う。また、夏場の作業では熱中症や蜂刺され、マダニにかまれることで感染する疾患にも注意が必要です。

十分な対策を行ってください。
問 県央広域本部上益城地域振興局農林部林務課
☎ 282・0142

ミツバチへの農薬危害防止

これから早期水稲は出穂・開花期を迎えます。この時期の農薬散布は、

ミツバチに被害を与えないよう、事前に近くの養蜂家と巣箱の位置や防除時期、場所などの情報を交換しましょう。また散布した農薬がミツバチや巣箱にからないよう、十分注意しましょう。

問 県農業技術課 ☎ 333・2381

マイナンバーカードの休日交付

マイナンバー交付のための休日開庁を行います。

日時…7月28日①
午前9時～午後5時

場所…役場仮設庁舎住民保険課

※事前の予約が必要。マイナンバーカード交付以外の業務はできません。
問 役場住民保険課住民係
☎ 286・3112

催しもの

今月の児童館イベント

7月の児童館イベントは、「水あそびを楽しもう！」です。紙すきや水鉄砲、シャボン玉を行います。みんなで涼しく遊びましょう！

日時…7月27日④
午前10時30分～11時30分

場所…町児童館
対象…3歳～小学生

※小学生未満は保護者同伴。
定員…20人

参加費…無料

持参物…なし

申込…7月18日⑤～26日⑤に左記へ
問 町児童館
☎ 234・6124

おもてなしあい文化祭

町地域支え合いセンターでは被災者を対象とした交流イベント「第2回おもてなしあい文化祭」を開催します。あなたも一緒に「おもてなしあい」しませんか。参加をお待ちしています。

日時…8月11日⑥ 雨天決行
午前10時～午後4時

場所…保健福祉センターはびねす

対象…熊本地震で被災した人

参加費…無料

※今回は、主催側からの食事の提供はありません。

※ブースによっては事前申込・先着順のものがあります。事前にお問い合わせてください。

※ブース出展者・ボランティア歓迎します。

問 町地域支え合いセンターみなし仮設部門（一社）minori（みのり）
☎ 273・8833

催しもの

夏休みだ！子ども料理教室

食生活改善推進員と一緒に楽しく料理を作りましょう。

日時…7月26日(金)

午前9時50分～午後0時30分

場所…保健福祉センターはびねす

対象…町内の小学生

定員…20人

※定員に達し次第締め切り

参加費…200円(保険含む)

持参物…エプロン、上靴、水筒、三角巾

申込…7月8日(月)～19日(金)に左記へ

保健福祉センターはびねす

☎234・6123

益城町アジャタ交流会

町体育協会では、益城町アジャタ交流会を開催します。アジャタとは、運動会であるような玉入れで、時間も競う種目です。誰でも気軽に楽しむことができますので、ぜひご参加ください。参加賞や豪華賞品も準備しています。

日時…8月17日(土) 午後7時から

場所…広安西小体育館

対象…町に住民票がある、または町内に勤務する人、およびその家族。

1チーム4～8人で申し込んでください。個人で申し込むことも可能ですが、その場合は事務局でチーム編成または編入をします。

定員…合計15チーム

※定員に達し次第締め切り

競技部門…

(一般混合の部)18歳以上の男性または男女混合のチーム

(レディースの部)18歳以上の女性のみのチーム

(親子の部)18歳未満の男女と保護者のチーム

申込…7月22日(月)～8月13日(火)に左記へ

関役場生涯学習課スポーツ振興係

☎287・4330

水の日記念シンポジウム

このシンポジウムでは、8月1日の水の日を記念し、地下水の恩恵と地下水保全の情報などを共有することとで、保全活動に取り組む意識の向上を図ります。

日時…8月1日(木)

午後1時30分～4時

場所…熊本ホテルキャッスル

内容…「SDGs時代における持続可能な地下水利用」をテーマに、佐藤寛氏(ジェトロ)と大野隆氏(肥後銀行)によるリレー講演会とパネルディスカッション

定員…150人

参加費…無料

申込…事前申し込みは左記へ

関(公財)くまもと地下水財団

☎227・6678

募集

放課後児童クラブ支援員募集

益城中央小児童クラブでは、学校の放課後、共働きなどで保護者が不在の児童を保育する支援員を募集します。

資格…明るく子ども好きな人

人数…数人

勤務地…益城中央小児童クラブ

関益城中央小児童クラブ(午後3～6時)☎090・3320・5374

戦没者遺児による

慰霊友好親善事業参加者募集

日本遺族会では、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象に、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図る事業を実施します。平成30年度参加者以外は複数回の応募ができます。付き添いは要相談。参加者の高齢化を考慮し、看護師が同行します。

令和元年度 各種自衛官募集

関宇城募集案内所 ☎0964-23-2047

募集項目	資格	受付期間	試験期日
航空学生	(海)高卒18歳以上23歳未満の人(高卒者(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む))	9月6日まで	1次:9月16日 2次:10月15～20日 3次:(海)11月22日～12月18日 (空)11月16日～12月19日
	(空)高卒18歳以上21歳未満の人(高卒者(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む))		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人	9月6日まで	1次:9月20～22日 2次:10月11～16日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の人	通年	受け付け時にお知らせ

障がい者の職業訓練を実施しています

募集期限 7月31日② **受講料** 無料(テキスト代除く)
訓練期間 9月3日②～11月29日⑤(ビジネス技能資格取得科は28日②まで)
問い合わせ 県立高等技術専門学校 ☎ 297-9915

パソコン基礎科

パソコン基本操作からワード、エクセル、パワーポイントの基礎技術を身に付け、資格取得を目指します。
対象 身体(上肢、内部)、精神、発達、難病、高次脳機能
定員 10人 **テキスト代** 9,400円(税抜き)
受講場所 (株)インターネット
熊本市中央区九品寺2-1-24

介護職員初任者研修課程養成科

高齢者・障がい者についての知識理解・生活援助(介護技術)を習得し、介護職員初任者研修課程修了者として就職支援を行います。
対象 身体(視覚、聴覚、上肢、下肢、内部)、知的、精神、発達、難病、高次脳機能
定員 8人 **テキスト代** 6,477円(税抜き)
受講場所 合同会社オルケスタ
熊本市東区尾ノ上2-5-7アングンテ

ビジネス技能資格取得科(在職者訓練)

企業で求められるパソコン技能(ワード・エクセル)を身に付け、資格取得を目指します。
対象 身体(上肢、下肢、内部)、精神、発達、難病
定員 5人 **テキスト代** 3,000～6,000円(税抜き)
受講場所 NPO法人 アイ・ネットワークくまもと
熊本市中央区水前寺6-51-3
シティビル水前寺3階

参加費：10万円
実施地域：

(広域地域)旧満州/旧ソ連/西部
ニューギニア/ソロモン諸島/東部
ニューギニア/トラック・パラオ諸島/ボルネオ・マレー半島/フィリピン/マリアナ諸島/ミャンマー/台湾・バシー海峡/ビスマーク諸島/マーシャル・ギルバート諸島/中国
(特定地域)西部ニューギニア/東部ニューギニア/ミャンマー
日程などの詳細は、日本遺族会事

講座

務局まで。
閩県遺族連合会事務局
☎ 352-6925
日本遺族会事務局
☎ 03-3261-5521
町公民館単発講座「グラスアート」
ステンンドグラスの雰囲気そのま
まに、より簡単に短時間で美しく作

ることが出来る工芸品です。手軽に出来るのが大きな特徴ですので、参加をお待ちしています！
日時：8月22日②
午後1時30分～3時30分
場所：交流情報センターミナテラス
講師：青山かおる氏(リビングカルチャーセンターはません校 講師)
受講料：1,000円(前払い)
定員：先着10人
持参品：なし
申込：7月16日②～30日②に受講料を添えて問い合わせ先の窓口へ

みんなの掲示板

ストレッチサークル会員募集

年を重ねても、柔軟な心と体でいたいと開始から10年。足腰が不調でも無理のない動きです。
とき 毎月第1・3③
午後1時30分～3時30分

ところ 馬水南公民館

閩新日本婦人の会(甲斐)

☎ 090-1878-4135

▼掲載の申し込みは、掲載希望発行月の前々月末日までに役場企画財政課広報係(☎286-3223)へ。編集の都合上、掲載できない場合もあります。



閩役場生涯学習課生涯学習係
(交流情報センターミナテラス内)
☎ 286-3337

町長の ちよっと一言 「益城産の米、野菜、果物を食べて心と体の復興を」

興を目指しましょう。

切です。

感じました。

ますが、6月になると、下陳の田



健康
づくり
のため
朝から
散歩を
してい

乳幼児健診

閩町保健福祉センターはぴねす ☎ 234 - 6123

7月		
2日 ㊤	4か月児健診	対象者:H31.2.20～H31.3.9 生/集合:①9:20 ②10:10
9日 ㊤	7か月児健診	対象者:H30.11.10～H30.12.10 生/集合:①9:20 ②10:10
	4か月児健診	対象者:H31.3.10～H31.3.23 生/集合:13:00
18日 ㊤	3歳児健診	対象者:H28.1.15～H28.2.10 生/受付:12:50～13:10
24日 ㊤	かばさん(2歳児歯科)健診	対象者:H29.4.11～H29.4.30 生/受付:12:50～13:10
29日 ㊤	よちよち(1歳児)健診	対象者:H30.4.21～H30.5.15 生/集合:①9:20 ②10:10
	よちよち(1歳児)健診	対象者:H30.5.16～H30.6.5 生/集合:①9:20 ②10:10
30日 ㊤	1歳6か月児健診	対象者:H29.12.14～H30.1.10 生/受付:12:50～13:10
8月		
6日 ㊤	4か月児健診	対象者:H31.3.24～H31.4.21 生/集合:①9:20 ②10:10
7日 ㊤	かばさん(2歳児歯科)健診	対象者:H29.5.1～H29.5.28 生/受付:12:50～13:10

善意の灯

社会福祉協議会 ☎ 214 - 5566

香典返しに替えて次の方々から寄付をいただきました。(敬称略)

お名前	(行政区)	故人
河邊 教子	(畑中)	敏美
森山セイ子	(福富)	重利
草野 圭介	(新川)	さよ子
秋月 俊文	(櫛島)	妙
北村 定	(古閑)	シゲ子
永野 栄子	(堂園)	隆文
中村 好	(馬水北)	榮子
米満 敏郎	(中尾)	ユキエ
原田 賢一	(広崎5町内)	エイ子
鋤野 房子	(櫛島)	俊一
西田セイ子	(広崎4町内)	一郎
山下 隆光	(宮園)	増雄
阿部 弘幸	(南)	高村ヨシエ
吉本 明美	(馬水北)	フサ子
本田 憲章	(土山)	タツエ

義援金とふるさと納税

全国からたくさんの「義援金」および「ふるさと納税」をいただき心より感謝申し上げます。

義援金	13,186件	11億3,361万円
ふるさと納税	令和元年度 741件	965万円

令和元年5月末現在

※この広報紙を作っている期間に、最大震度6強の地震が山形・新潟を襲いました。熊本地震以降、各地で災害が連鎖し、やっと止まったと思った矢先の地震。もうこれ以上、負の連鎖が起きないように願っています。

係⑨

編集後記

♣広報係に来た時に、初めて一眼レフカメラなるものを触りました。スマホの写真もピンボケばかりの自分に見えるのか？と思っていたけど、試し撮りで意外とイケる？...と思ったのもつかの間、写真が斜めだったり、構図が悪かったり。精進しますので、温かい目で見てください。係⑨



7

日	月	火	水	木	金	土
	1 ■ 震災無料相談会 ■ 消費生活相談室	2	3 ■ 生活再建相談 ■ 心配ごと相談	4 ■ おひざにだっこのおはなし会 ■ 夜間納税相談 ■ 住まいの確保相談窓口 ■ 住宅融資相談会	5 ■ からだ de あそぼ ■ 時間外結婚相談窓口	6 ■ みんなのおはなし会
7 ■ 休日結婚相談窓口	8 ■ 母子健康手帳交付 ■ 子育て広場 ■ 女性のこころとからだ なんでも相談 ■ 震災無料相談会 ■ 消費生活相談室	9 ■ おはなし ■ 時間外結婚相談窓口	10 ■ 生活再建相談 ■ 心配ごと相談	11 ■ 手形・足形とり ■ おひざにだっこのおはなし会 ■ 夜間納税相談 ■ 住まいの確保相談窓口 ■ 住宅融資相談会	12	13 ■ みんなのおはなし会
14	15	16 ■ ぴよぴよタイム 11:00～申込:7/1～12	17 ■ ふあん!ふあん!ままくらぶ 10:30～申込:7/1～16 ■ 生活再建相談 ■ 心配ごと相談	18 ■ せいさく ■ おひざにだっこのおはなし会 ■ 夜間納税相談 ■ 住まいの確保相談窓口 ■ 住宅融資相談会	19 ■ 時間外結婚相談窓口	20 ■ みんなのおはなし会
21 ■ 休日結婚相談窓口	22 ■ 震災無料相談会 ■ 消費生活相談室	23 ■ 母子健康手帳交付 ■ 子育て広場 ■ 女性のこころとからだ なんでも相談 ■ 専門医によるこころの相談 ■ 時間外結婚相談窓口	24 ■ 生活再建相談 ■ 心配ごと相談	25 ■ おひざにだっこのおはなし会 ■ 夜間納税相談 ■ 住まいの確保相談窓口 ■ 住宅融資相談会	26	27 ■ みんなのおはなし会 ■ キッズタイム 10:30～申込:7/18～26
28 ■ こうのとりのサークル	29 ■ 震災無料相談会 ■ 消費生活相談室	30	31 ■ 手づくり離乳食教室 ■ 生活再建相談 ■ 心配ごと相談	8/1 ■ おひざにだっこのおはなし会 ■ 夜間納税相談 ■ 住まいの確保相談窓口 ■ 住宅融資相談会	2 ■ 時間外結婚相談窓口	3 ■ みんなのおはなし会

保健福祉センター はぴねす ☎ 234-6123

- 母子健康手帳交付
9:30 集合 ※印かん持参
- 子育て広場(育児相談)
13:30～16:00
- 女性のこころとからだなんでも相談
13:00～完全予約制、託児有
- 専門医によるこころの相談
完全予約制
- こうのとりのサークル
9:30 集合 要予約、託児有
- 手づくり離乳食教室(6か月児前後の親子)
9:50 集合～正午 要予約

町図書館(交流情報センター内) ☎ 287-8411

- おひざにだっこのおはなし会
11:00～11:30
- みんなのおはなし会 14:00～14:30
- 益城町児童館 ☎ 234-6124
- ふあん!ふあん!ままくらぶ、キッズ
タイム、ぴよぴよタイム ※要申込
おひさまひろば 10:30～
- からだ de あそぼ
- おはなし ■ 手形・足形とり
- せいさく

結婚対策協議会 クローバーまじき ☎ 286-6665

- 結婚相談窓口
平日 9:00～17:00
- 休日結婚相談窓口
12:00～16:00
- 時間外結婚相談窓口
18:00～21:00
- 平日は、総務課 男女共同参画係
休日、時間外は mirai-baco. で
- 税務課 ☎ 286-3116
- 夜間納税相談 17:15～20:00

生活再建支援課 ☎ 289-1400

- 住宅融資相談会(独)住宅金融支援機構
10:00～16:00
- 震災無料相談会(熊本県司法書士会)
13:00～16:00
- 住まいの確保相談窓口
9:00～12:00、13:00～15:00
- 福祉課 ☎ 286-3115
- 生活再建相談 13:00～16:00
(日程は調整できます)
- 心配ごと相談 10:00～15:00
社会福祉協議会(旧益城中央小跡地) 214-5566

上益城広域消費生活相談室 9:00～16:00

- 月 益城町 ☎ 286-3210
- 火 御船町 ☎ 282-1226
- 水 嘉島町 ☎ 237-1112
- 木 甲佐町 ☎ 234-3223
- 金 山都町 ☎ 0967-72-3133

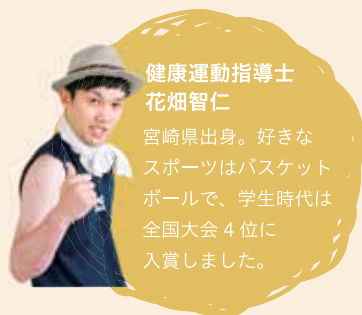
曜日ごとに、上記町役場に専門相談員が常駐します。いずれの町でも相談できます。また、電話でのご相談も行っております。



7・8月の休日当番医 診療時間／午前9時～午後5時

7月	7日(日)	ふくだ整形外科	(馬水)	☎286-7391
	14日(日)	高本脳神経外科医院	(惣領)	☎289-0088
	15日(月)	益城整形外科	(安永)	☎286-1818
	21日(日)	かいがクリニック	(木山)	☎286-2023
8月	28日(日)	益城中央病院	(宮園)	☎286-3151
	4日(日)	益城なかぞのクリニック	(宮園)	☎286-1700
	11日(日)	砥川クリニック	(砥川)	☎286-5770
	12日(月)	さくら病院	(広崎)	☎286-8111

※変更等がある場合があります。事前に医療機関にご確認のうえ受診してください。



**健康運動指導士
花畑智仁**
宮崎県出身。好きな
スポーツはバスケット
ボールで、学生時代は
全国大会4位に
入賞しました。

講師紹介



友池留美子
リズム系エクササイズ
や骨盤体操が得意
です。さまざまな
地域で健康づくりに
取り組んでいます。

「ましき元気クラブ」では、各地区公民館で体力測定、健康づくりのための運動・栄養に関する講話などを行います。
みんなで楽しく運動し、仲間づくりにつなげましょう！

- 対象者** 40歳以上の町民
(持病がある場合は主治医に要相談)
- 参加費** 前払い 3,300円(11回分)
- 定員** 各場所で15～20人程度
- 持参物** 参加費、水分補給用の飲料、タオル、筆記具、室内シューズ
(動きやすい服装でお願いします)

場所	日時
津森公民館	8月21日～10月30日 毎週水 午後1時30分～3時30分
ミナテラス	9月4日～11月13日 毎週水 午前9時30分～11時30分
飯野公民館	9月6日～11月15日 毎週金 午前9時30分～11時30分
はびねす	12月16日～3月16日 毎週月 午前9時30分～11時30分
福田公民館	12月18日～3月4日 毎週水 午後1時30分～3時30分



「ましきが元気でNight!」では、運動指導、身体測定や健康栄養教室などを行います。

- 対象者** 20～60歳代の町民
(持病がある場合は主治医に要相談)
- 日時** 8月21日～11月6日 毎週水曜日
午後7時～9時
- 場所** 保健福祉センターはびねす
- 定員** 20人程度
- 参加費** 前払い 4,000円(12回分)
- 持参物** 参加費、水分補給用の飲料、タオル、筆記具、室内シューズ
(動きやすい服装でお願いします)



熊本県 益城町 ×



健康プロジェクト始動！

熊本大学大学院生命科学研究部の伊藤雅浩先生とともに健康プロジェクト
「ましき元気クラブ」、「ましきが元気でNight!」をスタートします。

申し込みは電話か窓口で **8月9日**まで。(応募多数の場合は抽選。両方の部の申し込み不可)

伊藤先生は、さまざまな有資格者(理学療法士、作業療法士など)を本町に派遣し、予防医学的見地から健康生活を支援する研究を行っています。皆さんの健康管理、増進を目的とした研究でもありますので、趣旨をご理解いただきご参加ご協力をお願いします。

問 保健福祉センターはびねす ☎234-6123