



題字の「やまが」は、
わたしが書きました。
村上 綺水花さん
(内田小4年)

広報 やまが

賀正

二〇〇九年元旦

1

2009 (平成21年)
January No.93

TOPICS

- 年頭あいさつ … 2～3P
- 年男・年女に聞く … 4～5P
- 市長・市議会議員選挙 … 6P
- まちの話題 … 10～11P
- 案内板 … 18～23P

*掲載の人名は、原則として新聞用語懇談会の取り決めによる漢字を使用しています (広聴広報係)

人口と世帯

人口	58,376 (-36)
男	27,604 (-15)
女	30,772 (-21)
世帯数	21,052 (+2)
11月末現在 (前月末比)	

編集発行

〒861-0592
 熊本県山鹿市役所
 総務部秘書課
 広聴広報係
 ☎0968-43-1112
 ☎0968-44-0373
 (毎月1日・15日発行)



ホームページアドレス
<http://www.city.yamaga.kumamoto.jp>
 エコマーク認定の再生紙を使用しています

鞠智城から臨む日の出

編集後記

◆あけましておめでどうございませう。新しい年を迎え新たな気持ちで、一人でも多くの方々に読んでもらえる紙面づくりを目指してがんばります。身近な話題や情報などお気軽にご連絡ください。今年も、皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

♥あけましておめでどうございませう。年男・年女の特集の取材で元気をもらいました。人との出会いを大切にされていく、いろいろな人からパワーをもらってのこと。話を聞いてそのパワーの恩恵を受けました。今年も、皆さんにいろいろな場面で出会うと思いたすので、よろしくお願ひします。

◆新年あけましておめでどうございませう。昨年広報紙の中で何度か間違ひがあり、皆さんには大変ご迷惑をお掛けしました。私もその度にすぐ落ち込みました。そんな時ある方の話に「失敗とは転ぶことではなく起き上がらないこと」という言葉を聞きました。今年も失敗も前向きに考え、さらに皆さんに読んでもらえる広報紙作りに努力します。本年もどうぞよろしくお願ひします。(K)

あけましておめでとうございます

年頭あいさつ

将来を見すえて
確かな前進を

山鹿市長 中嶋憲正



新年あけましておめでとうございます。市民の皆さまには輝かしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

かねての市民の皆さまの温かいご支援、ご協力に心から感謝申し上げます。

昨年を振り返りますと、我が国の社会情勢は原油価格の急激な高騰の影響により、石油関連資材に加え、食料、飼料等の価格が上昇し国民生活を始め、中小企業や農林水産業など産業界全体に大きな影響を与えました。

また、食品の偽装表示問題や残留農薬問題など食の安全・安心を脅かすさまざまな問題やアメリカ発の経済恐慌の荒波を受けて、景気の先行きに対して不安感を訴える声が多く出ており、市民の皆さまのお暮らしにおいてもご苦労をおかけした年ではなかったかと感じております。

このような困難な中にあっても、この一年間、スポーツ分野では城北高校が春・夏連続で甲子園出場を果たし、文化活動では鹿本農

新年あけましておめでとうございます。市民の皆さま方には夢と希望に溢れた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より市議会に對しまして、深いご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますとアメリカのサブプライム問題に端を発した世界同時株安や、原油高による国内経済の低迷があり、いまだにその影響による不況が続いております。また、岩手宮城内陸地震等の自然災害の猛威が暗い影を落としました。しかし、当市にあつては城北高校の春夏連続甲子園出場や鹿本農高が日本学校農業クラブ全国大会で日本一に輝くなど、若い世代の活躍が明るい話題を提供してくれました。

依然として地方自治体を取り巻く環境は厳しいものがありますが、自己決定・自己責任による市政運営のためには、市民の皆さんと行政の協働（パートナーシップ）による「地

高が日本学校農業クラブ全国大会で日本一に輝き、農業では全国茶品評会で農林水産大臣賞や産地賞を受賞するなど数多い分野で、市民の皆さま方のご活躍が光り輝いた年でもありました。中でも、国営公園化を目指している鞠智城一帯で開催された、自転車の国際ロードレース「第一回ツール・ド・コリア・ジャパン2008」日本ステージには、国内外から多くの観光客が訪れ大変なご来賓を呈しました。また、千三百年の時を経て百済製青銅菩薩立像が国内で初めて出土したことは、鞠智城の国営公園化実現に向けて大きな光をもたらすものでした。

昨年創設されたふるさと寄付金制度につきましては、山鹿市におきましても多くの方々から応援をいただいております。

今日、山鹿市に於ける社会状況下にあつても、山鹿市

域力」を発揮することによって切り開いていかなければなりません。

本市においては合併後の過渡期を過ぎ、さらなる飛躍に向けて「躍進の時」を迎えました。これまでもまき続けた「大事な種」を大きく成長させる年にしなければなりません。そのためには市民の皆様英知を結集することはもちろん、何事にも勇気を持って改革に取り組む強い決意が肝要です。

市議会では、政務調査費の削減や費用弁償の廃止等、改革に着手をしましたが、さらにこれを進めて行かなければなりません。今後とも住民ニーズを念頭に置きながら、元気で活力ある郷土づくりに取り組む所存であります。

さて、いよいよ本年二月には、議会の改選期を迎えます。この四年間に皆様からいただきましたご厚情に對しまして衷心より感謝を申し上げます。終わりに、新しい年が皆様にとりまして、より実り多き年であることを願

の将来をしっかりと見すえて多くの困難、課題に敢然と立ち向かい前進していく大切なときを迎えています。

市の活力の源となる農業、農村の活性化、市の顔とも言える中心市街地再生、平成23年春の完成を目指す市立病院の改築をはじめ、多くの事業にしっかりと取り組んでまいります。どうか、市民の皆さまの強力なご支援、ご協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが、皆さまの益々のご健康と、今年一年が皆さまにとりまして光り輝く年であることをご祈念申し上げます。年頭のあいさつといたします。

いますとともに、皆さまのご健勝を祈念いたしまして、年頭のごあいさつといたします。



さらなる躍進に向けて

市議会議員 高野誠二



昔遊びを子どもたちに伝えたい

ひねろう会 会長 松本 潤一さん
(昭和24年12月12日生 59歳 鹿北町維持)

「ひねろう会」は、発足して今年で22年目を迎えます。会員は現在5人で、毎年5～6回市内の小学校や中学校で昔から伝わる竹とんぼや竹馬、水鉄砲などの遊びを教えるボランティア活動をしています。

昨年は、夏休み期間中に2日間山鹿市の博物館で竹とんぼづくり講習会をしました。竹とんぼの飛ばし方を知らない子どもたちがほとんどで、参加した子どもたちからは、「楽しかったなあ」「もっと遊びたいなあ」という声が聞こえてきました。テレビやゲームなどで遊ぶことが多い今の子どもたちにとって、昔の遊びは新鮮で楽しい時間になったことと思います。子どもたちの喜ぶ顔や楽しそうにはしゃぐ姿を目にしたときは、本当にボランティア活動をやっていてよかったと思う瞬間です。

昔と今では、遊びもずいぶん変化していますが、いつの時代も遊びは子どもの生活の一部です。今年も、昔の遊びの面白さを多くの子どもたちに伝えながら、作る喜びや遊ぶ楽しさを学んでもらいたいと思っています。



人力車のパワーを感じてほしい

やまが人力車 車夫 山鹿太郎こと
戸上 大一郎さん
(昭和48年12月23日生 35歳 山鹿)

山鹿人力車の車夫として、『山鹿の人が楽しんでくれる人力車』を目指してがんばっています。

山鹿では、明治時代には30台ほどの人力車が走っていました。車の普及などでいったん廃れてしまったものを、平成16年に復活したものです。いろいろな方の協力・支援のおかげだと感謝しています。

人力車には不思議な力があって、乗った人と、それを見ている周りの人まで喜ばせることができる…そんな乗り物です。引いている私もうれしくなるし、元気をもらっています。地元だと、乗る機会が少ない(恥ずかしいとよく言われます)と思いますが、市民のみなさんにも乗ってもらって、このパワーを感じてほしいと思います。

今年は、5年目の区切りとして自分なりに納得できる仕事をしたし、2児の父親として、がんばっている姿を子どもたちに見てもらいたいと思います。



今年も多くの方と出会いたい

霜野老人クラブ 笠井 タエ子さん
(大正14年9月12日生 83歳 鹿央町霜野)

私たち霜野老人クラブはボランティアで康平寺の収蔵庫管理や清掃、参拝者へお寺や仏像の説明、お茶の接待などを行っています。

このボランティアは平成9年に始まり、輪番制で月4回ぐらい当番が回ってきます。今はここ(康平寺)に来ることが楽しみというより生きがいになっています。家にも一人暮らしで話し相手もいませんが、ここにくればいろいろな方に会えて、いろいろな話が聞けます。それがとてもうれしいです。

参拝には県外や海外からのお客さんも珍しくありません。一昨年は、韓国から参拝客がいらっしゃいました。身振り手振りで説明しましたが、なんとなく通じるものですよ。自分から行かなくても、向こうから来てくださる。その方たちからお話を聞くことが楽しいし、元気をもらっています。

霜野にある観音様のおかげで「よりどころ」ができています。いつも私たちを見守ってくれているお返しに、これからもずっと康平寺を守っていききたいと思っています。

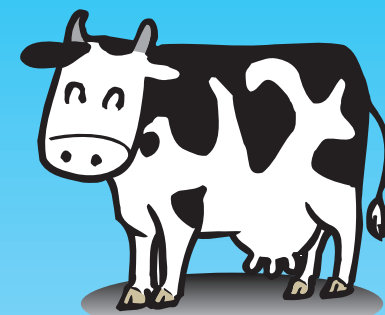


2009

丑年生まれの 年男・年女に聞く

今年の抱負

明けましておめでとうございます。今年(うし)は丑年。市内各地・各年代の年男・年女の皆さんに新年の抱負を聞きました。



今年も元気に過ごします!

東 義正さん・トミさん夫婦
(義正さん：大正2年4月2日生 95歳 鹿本町御宇田)

戦争中は南方のジャングルでマラリアにかかったり、敵の爆撃で何度も命を落とそうともしました。何とか生き延び、妻と二人力を合わせ農業一筋で4人の子どもたちを育てあげました。がむしゃらにがんばってきた人生はあつというまで、夢のような気がします。今では孫が9人ひ孫が15人居て、たまに会うのが楽しみです。長生きの秘訣は何でも好き嫌いを食べ規則正しい生活を心がけることですね。今でも歯は20本以上は自分の歯ですよ。

朝から新聞や本を読んだり妻と昔話をしたりしてのんびりと過ごしています。今年の抱負は元気であるということ。家族親戚が幸せで暮らしていることが私たちの生きる励みになっています。



教えられるようにがんばりたい

山鹿灯籠踊り保存会 栗原 由合さん
(昭和60年5月23日生 23歳 菊鹿町山内)

灯籠踊り保存会(以下：保存会)に入会して4年目。職場の上司に勧められ練習見学に行き、保存会の皆さん方の華麗な踊りを初めて見ました。その時は私には絶対踊れないと思いましたが、先輩方から「いっしょにがんばろう」というお誘いと、保存会のピンクのゆかたに袖を通して踊りたいという思いで入会しました。

練習を始めて2年目の秋に初めて舞台上に立ちましたが、緊張で立っているだけで震えて…。お客様を見る余裕なんてまったくありませんでした。多いときで週に3回ほどの出演があり、練習も含めると毎日のように踊らせていただいています。でも、まだまだです。

保存会は、みんなが仲が良くいい雰囲気です。活動させてもらっています。いろいろな方とのつながりが出来て良かったと思っています。

後輩も少しずつ増えてきました。今年からは少しずつでも後輩に教えられるように私自身ももっとがんばりたいと思います。それとぜひ海外での出演もしたいですね(笑)



市内幼稚園・保育園入園児募集

4月からの新入園児を募集します

◆幼稚園

希望の幼稚園で申込書の配布・受付をします。

入園対象▷3歳児・4歳児・5歳児

※川辺幼稚園・霊泉幼稚園は満3歳から入園できます。

申込書配布・受付期間▷

◎山鹿、川辺、鹿本幼稚園

1月13日(火)～16日(金) 8:30～17:00まで

◎霊泉幼稚園は随時募集しています。

問合せ…各幼稚園までお尋ねください。

◎幼稚園一覧

地区	幼稚園名(所在地)	電話番号	定員	経営
山鹿	山鹿幼稚園(桜町)	☎43-1154	200	市立
	川辺幼稚園(保多田)	☎43-1165	70	市立
	霊泉幼稚園(大宮通り)	☎44-3120	85	法人
鹿本	鹿本幼稚園(御宇田)	☎46-2345	105	市立

◆保育園

保護者が何らかの理由で、日中家庭で子どもを保育できない場合(要件あり)利用できます。

(詳細は申込書と一緒に配布)

申込書配布期間▷1月5日(月)・6日(火)

申込書配布場所▷入園希望の保育園

- ・山鹿市役所子育て支援課
- ・各総合支所市民福祉課

申込受付期間▷1月7日(水)～9日(金)・13日(火)

9:00～17:00まで

申込受付場所▷

①新規の場合(面接を行います)

山鹿地区の保育園→市役所1階会議室

鹿北地区の保育園→鹿北総合支所市民福祉課

菊鹿地区の保育園→菊鹿総合支所市民福祉課

鹿本地区の保育園→鹿本総合支所市民福祉課

鹿央地区の保育園→鹿央総合支所市民福祉課

②継続の場合(一部面接を行います)

各保育園(一部市役所1階会議室)

③市外保育園を希望する場合(面接を行います)

市役所1階会議室

問合せ…子育て支援課 ☎43-1514

各総合支所市民福祉課

鹿北☎32-3111

菊鹿☎48-3111

鹿本☎46-3112

鹿央☎36-3114

◎保育園一覧

地区	保育園名(所在地)	電話番号	定員	経営
山鹿	山鹿保育園(川端町)	☎43-1153	90	市立
	八幡保育園(熊入町)	☎43-1157	90	市立
	米田保育園(南島)	☎43-1159	30	市立
	大道保育園(方保田)	☎46-2328	60	市立
	ゆりかご乳児保育園(下吉田)	☎44-2961	80	法人
	山鹿東保育園(鹿校通)	☎44-6253	90	法人
	山鹿中央保育園(山鹿)	☎44-3653	45	法人
	平小城保育園(平山)	☎43-6084	45	法人
	三岳保育園(寺島)	☎43-3874	45	法人
	三玉保育園(久原)	☎43-6330	90	法人
鹿北	山鹿若葉保育園(鹿校通)	☎43-7187	60	法人
	山鹿西保育園(志々岐)	☎44-5582	30	法人
	八玉保育園(久原)	☎43-5181	90	法人
	岳間保育園(権持)	☎32-2459	20	市立
菊鹿	岩野保育園(岩野)	☎32-2230	45	市立
	広見保育園(芋生)	☎32-2231	45	市立
	内田保育園(上内田)	☎48-9123	30	市立
	菊鹿中央保育園(下内田)	☎48-2107	45	市立
鹿本	つばみ保育園(上永野)	☎48-2198	60	法人
	栗の実保育園(長)	☎48-2134	60	法人
	城北アソカ保育園(松尾)	☎48-2129	60	法人
	幼慈園(御宇田)	☎46-2360	80	市立
鹿央	稲光園(高橋)	☎46-2562	60	市立
	富慈園(中川)	☎46-2578	45	市立
鹿本	かもと乳児保育園(下高橋)	☎46-3439	60	法人
	かおう保育園(合里)	☎36-2110	170	市立

伝えよう あなたの意思を一票で

H20熊本県明るい選挙推進協議会会長賞
山鹿小学校4年 南さくらさん

1月25日(日) 午前7時～午後7時

山鹿市長選挙

山鹿市議会議員一般選挙 の投票日です。

投票の順序

今回は、初めに市長選挙の投票を行い、次に市議会議員選挙の投票を行います。

投票は、候補者の氏名の上に○印を押す(市長)と、候補者の個人名を書く(市議)がありますので、係の説明を聞き投票用紙をよく確かめて、お間違えのないように投票をお願いします。

※期日前・不在者投票の市長選挙の投票は、自書式(候補者の氏名を書く方式)です。

今回の選挙で投票できる人

今回の選挙で投票できる人は、次の方です。

- ・平成元年1月26日までに生まれた方。
- ・他市町村からの転入者は、平成20年10月17日までに転入届をして、引き続き住所を有する方。

選挙当日に投票所へ行けない人は、期日前投票・不在者投票の制度を利用してください。

○期日前投票

対象▷仕事・旅行・冠婚葬祭などの理由で、選挙当日投票所に行けないことが見込まれる人。

投票場所▷右表のとおり

投票の期間と時間▷

1月19日(月)～24日(土)

午前8時30分～午後8時

持ってくるもの▷投票所入場券

(なくても投票できますが、あると手続きが早く済みます)

期日前投票が出来る場所	
山鹿市役所	1階会議室
鹿北総合支所	1階ロビー
菊鹿総合支所	1階庁議室
鹿本総合支所	1階ロビー
鹿央総合支所	第2会議室

○他市町村での不在者投票

対象▷長期の出張などの理由で、期日前投票期間中に各投票所に行くことができない人。

投票方法▷山鹿市選挙管理委員会にお問合せください。

※郵便等投票証明書の交付を受けておられる方で、投票用紙等を請求される場合は、投票日4日前の1月21日(水)までに請求されるようお願いします。

①市長選挙 候補者氏名の上にスタンプで○印を押す



②市議会議員選挙 候補者の個人名を書く



※第30投票区の投票所が、これまでの「旧千田保育所」から「千田小学校体育館」へ変わります。上久野・久野・宮・下千田・水原・持松東・持松西の方は確認のうえ、間違いのないようご注意ください。

お問い合わせ…山鹿市選挙管理委員会 ☎43-1594

年金天引きを口座振替に変更できます。

後期高齢者医療保険料と国民健康保険税については、昨年から特別徴収(年金からの天引き)が始まっています。年金天引きを希望しない方は、申し出により保険料(税)を口座振替で支払うことが可能です。

※年金から天引きすると、本人以外の方の社会保険料控除としては申告できません。

●変更手続き方法

1. 各金融機関で口座振替依頼届出書での申し込みをした後、その**お客様控え**と**保険証**、**印鑑**を持参のうえ各担当課窓口で**手続き**を行ってください。
※以前、口座振替により支払いをしていた方は、金融機関への手続きは不要ですが、市役所での**手続きは必要**です。
2. 随時申し出は可能ですが、特別徴収(年金天引き)の中止には、申し出を受け付けてから一定期間(約2か月以上)かかります。
(※4月からの中止は、1月末日までに申し出ください)

注意点

- ・納付書での納付はできません。
- ・本人、世帯主、配偶者などの口座から支払いができます。
- ・保険税などの滞納があり、納付が見込めない方については、認められない場合があります。
- ・口座振替で納めていただいているときに滞納が発生した場合は、特別徴収へ切り替える場合があります。

※詳しい手続きなどについては、各担当課へお問い合わせ下さい。

後期高齢者医療保険料

問合せ…国保年金課 ☎43-1527
または各総合支所市民福祉課

国民健康保険税

問合せ…税務課 ☎43-1120
または各総合支所税務課

日豪の絆を深めた8日間

—オーストラリア・クーマ市派遣事業—



11月7日～14日、姉妹都市であるオーストラリア・クーマ市への派遣事業に、市内の4中学校から男子1人、女子10人の計11人が参加し、ホームステイをしながらクーマ市民との交流を深めました。

この交流は、旧鹿本町が昭和50年に姉妹町締結をしたことから始まり、平成12年からは、毎年交互に交流を行っています。モノロ高校訪問では、一緒にブーメランを作り、高校生が作ったミートパイを食べるなど文化の違いを体験しました。

参加した11人の子どもたちの目には、オーストラリアでの体験はどのように映ったのでしょうか。



むかえだけんたろう
迎田健太郎(鶴城)
積極的にチャレンジすることの大切さを学びました。



うえの ゆうか
上野 優花(米野岳)
モノロ高校で作ったブーメランは、大切な宝物です。



めがた あや
米加田 綾(米野岳)
英語はあまり話せなくても、心で通じ合うことができました。



なかやま
中山はづき(山鹿)
クーマで過ごした日々は、私の一番の宝物です。



まるやま しおり
丸山 詩織(山鹿)
自分の視野や価値観を広げることができました。



ふくやま かのん
福山 香温(山鹿)
日本や山鹿の伝統をたくさん伝えることができてよかったです。



まるやま ももこ
丸山 桃子(米野岳)
今回学んだ積極性と英語力をより高めていきたいです。



もりやま なつき
森田奈津子(米野岳)
日本にはない広大な自然や野生動物に感動しました。



いば しおり
井場 汐理(鹿北)
ホストファミリーと仲良くなったので、お別れがとってもつらかったです。



おがわ まりん
小川 真凜(米野岳)
オーストラリアのみんなの優しさに触れ、感動しました。



のじ あやか
野路 彩華(米野岳)
クーマの人たちへ、そして山鹿の人たちへの感謝の気持ちを学びました。





▲ケナフのクリスマスツリーづくりに挑戦

「ものづくり」楽しいね！ …くまもとものづくりフェアin城北 12月13日 県立装飾古墳館

「くまもともものづくりフェアin城北」があり、130人以上の親子がミニ門松やアクセサリーづくりに挑戦しました。子どもたちにもものづくりの楽しさや、親子で力をあわせて一つの物を完成する喜びを知ってもらおうと、県中学校教育研究室技術・家庭科部会と、工芸職人らでつくる全国ものづくり塾が各地で催しているもので、山鹿では初めての開催。会場では、円形木琴や土笛、スパイスラックなど10種類すべてが無料で製作でき、参加者はものづくり塾のメンバーらに手ほどきを受けながら、一つひとつ丁寧に仕上げていました。ケナフのぼうしを作った新堀菜々ちゃん（山鹿）は「何種類も作ってみたいけど、どれも楽しかった。自分たちで作った物は心がこもっているの、いつまでも大事にします」とニコリ。

山鹿の民俗芸能が一堂に会しました

…第2回山鹿市民俗芸能大会 12月14日 八千代座

山鹿市の各地域に伝わる伝統芸能を集めた第2回山鹿市民俗芸能大会が八千代座で開催されました。

灯籠踊り保存会の躍りで幕が上がリ、全国大会でも有名な鹿北茶山唄の他に、相良雨乞い踊り保存会や古閑神楽保存会など各地に伝わる民俗芸能が次々と披露されました。また、宇城市からゲストとして松橋豊年餅つき踊り保存会が出演し、大会を盛り上げていました。

鹿北の芋生神楽・乙女の舞を舞った池田芽玖美さん（広見小）は、「伝統ある芋生神楽を続けて守っていききたい」と話しました。



▲トリを務める宗方万行

農林水産大臣から感謝状が贈られました

…農林水産大臣感謝状伝達式 九州農政局 10月21日

「統計の日」を記念して、「農林水産大臣感謝状および表彰状伝達式」が開催されました。

これは、農林水産省が実施する農林水産統計調査に長年にわたって協力した方々に対し、その功績に農林水産大臣から感謝状が贈られるものです。

今年は、山鹿市から以下の2人の方が受賞されました。



農業経営統計調査（10年）
中島利治さん（鹿本町御宇田）



林業経営統計調査（20年）
鬼塚陸夫さん（鹿北町多久）

雨にも負けず 165人がウォークラリーに参加 …鞠智城ウォークラリー大会 11月24日 歴史公園鞠智城一帯

市内外から165人が参加して、鞠智城をクイズやゲームをしながら巡るウォークラリー大会が開催されました。

あいにくの雨にもかかわらず参加者は班ごとに時間差でスタート。2キロの距離を歩くファミリーコースと4キロの一般コースでは、途中で鞠智城に関するクイズに答えたり、童謡を歌ったりしながらそれぞれのペースで歩きました。ゴール後は、あたたかいだご汁で冷えた体をあたためていました。

ファミリーコースに家族や友達と参加した奥村美南ちゃん（みどり団地）は「みんなでゲームをしながら歩けたので、きつくなかったよ。また来年も出たいです」と話していました。主催した鞠智城レクリエーション協会の木村ゆみ子会長は「国営公園化に向けて地域から盛り上げたいという願いと、みなさんに元気と活力を与えたいと開催しています。今年も定員を超える応募がありました。これからも地元から盛り上げて鞠智城の国営公園化を実現したいですね」と話しました。



▲家族でゲームや会話を楽しみながら歩くのもいいものですね

紅葉の里山を楽しみました

…第1回岳間溪谷ぐるっとウォーク

11月30日 岳間溪谷周辺

第1回岳間溪谷ぐるっとウォークが、秋晴れの下岳間溪谷周辺13kmのコースで開催され、県内外から親子づれなど約140人が参加しました。（岳間溪谷と里山あるき実行委員会主催）

起伏にとんだコースには所々に休憩所が設けられ、参加者たちは地元ボランティアの皆さんが用意したお茶や漬物などをおいしそうに食べながら休憩をとり、紅葉がきれいな里山を2時間から4時間かけて全員ゴールしました。

また、参加者全員にお茶や農産物など地元の特産物が当たるお楽しみ抽選会が行われ、思わぬプレゼントを手にした参加者からは笑顔がこぼれていました。

天草市から参加した田中之子さんと松田美枝さんは、「岳間溪谷の紅葉や山道からの眺めが、島にない景色でとてもよかったです。休憩所では、人情味あふれるもてなしに感動しました。来年も来ます」と笑顔で話しました。



▲紅葉の中を散策する参加者

ハンドボールの基本を練習しました

…オムロンハンドボール部によるアスリート事業

12月11日 八幡小学校

日本代表も多く輩出している強豪・オムロンハンドボール部の若手選手6人が11日、地元の八幡小学校運動場でハンドボール教室を開きました。

この教室は、トップ選手の実技指導でハンドボールの楽しさとスポーツに興味を持ってもらおうと、市内の小学校9校を対象に12月20日まで行われました。

この日は、6年生46人が参加し、若手選手からパスやキャッチ、シュートの仕方など基本練習の指導を受けた後、ミニゲームで楽しく汗をかきました。

初めてハンドボールに触れる児童もいましたが、みんな一生懸命に声をだして一つのボールを追いかけていました。

浅田英揮くんは、「最初にパスから教えてもらって楽しくできました。キャッチング、シュートなどむずかしいけど、がんばりたいです」と話しました。



▲迫力ある実技指導を受ける児童たち

おめでとうございます！ 叙勲・褒章受章者紹介



中富 保男 さん
山鹿（山鹿）
元航空自衛隊補給本部総務部長

長年にわたり防衛業務に精励し、航空自衛隊の充実、発展のために尽力された功績が認められ受賞されました。

瑞宝小授章（防衛功労）

ほしわら
星原番所と献上茶
(鹿北町星原)



▲解体前の番所(昭和22年頃)

維持往還と言われる、肥後と筑後をつなぐ古道が通る集落星原は、県境を守る肥後藩直轄御高札二枚立ての重要な番所として、常時武士が詰っていた所です。二棟の建物の一棟は少し離れた所にあり、怪しき者を入れる鍵のある部屋もあったそうです。戦後取り壊され、現在は九曜の紋入りかわら敷と番所石とよぶ大きな石板三枚(これは番所に設置されていたと思われる石板造りの御高札所「揭示板」の一部では?)などが遺物として残るのみです。巨大な石板は行方不明との事です。寛永9年(1632) 肥後と筑後間の交易が盛んだった頃、肥後藩主細川忠利公が巡視の為に、この星原番所を訪れた時、星原の人々はこの地に産するお茶を献上しました。忠利公はこのお茶の味と香りを大変気に入り、愛用され続けられました。その後、このお茶は肥後藩役所のお買い上げとなり、年に339斤(203・4kg)納めていた事が、細川家の古文書に書かれています。納品の時は、九曜の紋入り茶壺



▲石垣の前が御高札場跡
左側に古道が通っている



▲3個残る「番所石」



▲番所に使われていた九曜の紋入かわら

に詰めて、前後二人組で荷ない交代し、道中夕立にでも会えば、道傍のどの家にも無断で上がり込んだそうです。この献上茶のおかげで「星原茶」の名前は県下に広がり、製茶工房が出来「お茶師」と呼ぶ御用職人も居られたそうです。原料の生葉が不足し、お隣の茂田井集落からも集められ、星原茶として民間にも出荷されていきました。その後、眼下の岳間地域に産地を広げ「岳間茶」として現在に至っております。香りが高い味わいは今も昔も変わりなく、最高級茶として県内外に出荷されております。

参考文献 鹿北町誌(幸の国の歩み)
現地案内 松本利一郎さん他 区の方々
紹介者: 山鹿市文化財保護委員 森山 良雄さん (鹿北町多久)

私だけは大丈夫!?
消費生活相談
懸賞サイトから請求メール
契約は不成立、支払いは不要



【相談内容】
携帯電話で、無料登録の懸賞サイトにアクセスしたら「100万円が当選したので、登録してください」とのメールが来ました。ニクネーム、居住地、年齢などを登録したところ、いきなり出会い系サイトに登録されました。その後、出会い系サイトの登録料2万円の請求メールが次々届くようになりました。どう対応したらよいでしょうか。

【アドバイス】
最近、携帯電話のメールで懸賞サイトから届いた高額な懸賞金や海外旅行、ゲーム機などが当選したという内容を見て、懸賞金などをもらうため個人情報を入力した結果、出会い系サイトに登録になってしまい高額な料金を請求されたなどのトラブルが目立っています。

この事例では、出会い系サイトに登録する意図は一切ありませんので、出会い系サイトを利用する契約は成立していません。したがって登録料を支払う必要がありません。

- 【アドバイス】
- ① 自らサイト業者との連絡は一切しない
 - ② メールアドレス変更や着信拒否等の対策を取る

情報通信サービスは、いつでもどこでも誰でもつながる便利さや楽しさがありますが、その裏にある危険性を認識し十分な注意を払うことが必要です。

問合せ: 商工課 43・1413



新着図書ピックアップ

《今月は山鹿市鹿本図書館から》

人情屋横丁

山本一力/著 角川春樹事務所

料理の温もり、旨み、ほろ苦さ。人生の想いが、ここにある!母の味、家族だんらんの風景、旅先の料理…。人気直木賞作家の食と旅の心温まるエッセイ。



あした吹く風

あさのあつこ/著 文藝春秋

父が不倫の末に事故死した17歳の少年。夫が自分の親友と不倫した34歳の女性歯科医。愛を避けていた2人が、心を焦がし、すべてを求めてやまない欲望に囚われる、そんな相手に出会ってしまった。著者初の長編恋愛小説。



TAP

ゲレグ・イーガン/著 山岸 真/編訳 河出書房新書

脳に作用してあらゆるものを言語で表現することを可能にするインプラント「TAP」。それを使用していた世界最高の詩人が謎の死を遂げた。詩人の娘から依頼された私立探偵は捜査に乗り出す…。表現作ほか10編を収録。



催しスケジュール

- 山鹿市中央公民館図書室
・冬の特別おはなし会
日時▷1月28日(水) 午後2時30分から
- 山鹿市鹿本図書館
・おはなし会
日時▷1月10日(土)・17日(土)・24日(土)
午後2時から
- ・おひざにだっこのおはなし会
日時▷1月6日(火)・20日(火)・27日(火)
午前11時から
- ・天使と楽しむおはなし会(妊婦対象)
日時▷1月6日(火)・20日(火)
午前10時30分から

今月の休館日

- 山鹿市中央公民館図書室
▷1月1日(祝)~3日(土)・12日(祝)
26日(月)~2月1日(日)
- 山鹿市鹿本図書館
▷1月1日(祝)~5日(月)・13日(火)
19日(月)・26日(月)・31日(土)
- 鹿北公民館図書室
▷毎週月・土・日曜と祝祭日の
午後5時以降
(月曜日が祝日の場合終日休館)
(火~金は午後8時まで開館)
- 菊鹿公民館図書室
▷年末・年始
- 鹿央公民館図書室
▷毎週土曜・日曜・祝祭日



冬のお風呂は危険がいっぱいなのです。
なぜなら:
①冬は脱衣所が寒く、そのため血管が縮んで血圧が上がる
②衣服を脱ぎ、浴室に入るとさらに血圧は上昇
③寒いから熱めのお湯に入ると血管が広がって急激に血圧が下がる
④そして倒れる!

冬は、入浴による死亡事故が最も多い季節です。入浴による死亡者は、毎年推定15,000人にものぼります。その中でも65歳以上の高齢者が80%を占めています。

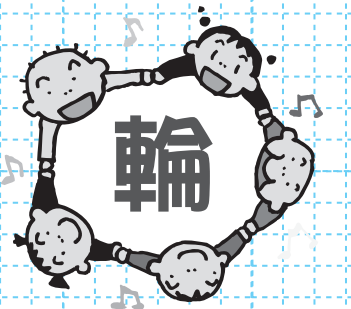
入浴時の危険を防ぐために
○冬季の気温が低いときの入浴は危険であり、体調が悪い時は入浴を避けましょう。
○特に高血圧、心臓病のある方は気をつけましょう。
○食事の直後、お酒を飲んだ後は入浴はやめましょう。

○冬季は脱衣所の温度を上げる工夫をしましょう。
○熱い風呂(42℃以上)は避け、湯温を調節してから入浴しましょう。
○長湯は体の負担が大きいので避けましょう。



問合せ: 山鹿消防署(総務課・予防課)

山鹿消防署鹿北分署 43・1194
山鹿消防署東分署 46・2382



のんびりいこう！！
～胸ふくらむ入園式～

保育園・幼稚園が、子どもにとって生まれて初めて親元を離れ、社会に出る第一歩の場であつたら・・・楽しみで胸いっぱいと同時に、不安も胸いっぱいのことでしょう。

園では、子どもたち一人ひとりの生活ペースを大切にしながら、家庭と同じような温かい雰囲気での受け入れを心がけています。

時々「言うことをきかんと、保育園・幼稚園に行かれんよ」という言葉を耳にしますが、それは子どもたちの不安感を高めることになりま

す。それより、「楽しい所だよ」という期待で胸いっぱいにしてあげたいものです。

ゆっくり・のんびり一緒に歩き始めましょう。



▶市で推進している「早ね あいさつ 朝ごはん」運動のロゴマーク

「笑う門には福来る」

「笑う門には福来る」の言葉にあるように、お正月に福笑いなどの正月遊びをして家族みんなで笑いあい、今年の福を呼びこみましょう。



子どもと楽しく体を動かしましょう！

☆パパピクス☆

日時▷1月17日(土) 10:00~12:00
場所▷山鹿保育園あそびの部屋
対象者▷未就園児(1~3歳未満)
参加費▷無料
申込・問合せ…各子育て支援センター
つどいの広場へ



しょう子先生の子育て相談コーナー

【質問】

体が疲れていて、眠りたいのに眠れません。どうしてですか？どうしたらいいですか？

【答え】

睡眠には、レム睡眠とノンレム睡眠の2種類があり、二つが90分ごとに入れ替わるのが理想の睡眠です。ノンレム睡眠時に脳は休み、レム睡眠時は、夢を見ながら脳機能の点検をしています。だから、ぐっすり眠ると翌日は元気に活動できるのです。この波長が何らかの原因でくずれした場合に、疲れは残ったまま次の夜も眠れなくなります。

日常生活に支障が出ているなら、すぐに心療内科か精神科を受診し、薬物療法で改善してください。薬に抵抗がある人も、医師に充分相談することをお勧めします。

それほど支障がない人は、まず、夜眠ろうとしないことです。脳を緊張させ、余計に眠れなくなるからで

山鹿回生病院の臨床心理士 篠原昌子先生に子育ての悩みに答えていただきます。



す。「眠れなくても、脳と体を休ませてあげよう」と心がけます。

大切なのは生活習慣です。夜、決まった時間に横になり、朝も決まった時間に起きます。昼食後、昼夜逆転しないように、30分ほどの短い昼寝をします。夕食後、風呂は8時くらいまでにすませ、軽くストレッチをして、体をほぐしてから布団に入ります。それから、照明を薄暗くして、風景画集など脳を興奮させないものを見ながら眠気が来るのを待ちます。寝る前の運動や、テレビ、携帯電話、パソコンの光を見ると、脳を起こしてしまうので避けるようにします。

睡眠と栄養素も関係があるので、バランスの良い食事也很重要です。疲れを取るためにビタミンを多く含んだくだものなどや、体を温め、血行を良くする根菜類などをよく食べて、少しずつ体質改善をしてみてください。

申込・問合せ

山鹿子育て支援センター ☎43-1270 鹿北子育て支援センター ☎32-3194 菊鹿子育て支援センター ☎48-4660
鹿本子育て支援センター ☎46-2635 鹿央子育て支援センター ☎36-2150 つどいの広場(ぼかぼか・おさか童夢) ☎43-1155

親子で作る団子汁

山鹿中央保育園 ☎44-3653

保育園で20年近くも続いている行事に親子会食会(団子汁会)があります。各クラスに分かれて野菜の皮をむいたり、切ったり、団子をこねて丸めたりしま



▲どんな団子を作るのかな



▲自分で作った団子汁はおいしいよ！

これを機会に子どもと一緒に料理をする時間が増えたらと思っています。

そして、各クラス個性あふれる団子汁ができました。自分たちで作った団子汁はとてもおいしかったようで、何回もおかわりする姿が見られました。

3~5歳児では保護者と一緒に上手に切っている子、ドキドキしながら切っている子、さまざまな様子が見られました。0~2歳児は団子をこねて丸め、時には危うく口の中へ・・・。また、団子で『アンパンマン』や『キリン』、『ハート』など作っているクラスもありました。保護者同士や担任との会話が盛り上がり、子どもも保護者もとても楽しそうに料理されていました。

お兄さんにだっこしてもらってうれしかった！

鹿本幼稚園 ☎46-2345



▲ヤッター!!抱っこしてもらってキウイをちぎったよ！

〈つぶやき〉
「お兄ちゃん 力持ちだね」
「お兄ちゃん やさしいね」
「これ取りたいって言ったらすぐ抱っこしてくれたよ。ありがとう」

子どもたちは鹿本幼稚園の特色の一つである地域の方々と交流を通して、さまざまな発見や感動を味わっています。また、温かく見守られているという安心感を感じながら、心も体も健康に育っています。今年、鹿本農業高等学校で高校生と交流しながら、キウイの収穫をしました。温かいまなざしで迎えてくれた高校生。少し恥ずかしそうでしたが、果樹園にある木を教えてくれたり、キウイについて自分たちが習得したことを話してくれたり・・・。ちぎりたては食べられないことを実際にかじってみると言うパフォーマンスマンも見せてくれました。そっと抱っこして手助けをしてくれるお兄さんうれしさいっぱいの笑顔と「ありがとう」を言う子どもたちは、とても幸せそうでした。また、高校生もやさしい表情で照れながらもしっかりと世話をしてくれました。

地域のなかで育つ子どもたち

米田保育園 ☎43-1159

本園は、周囲が農村地帯なので、地域の人や祖父母や、保護者に気軽に手伝ってもらい、文化の伝承や、感動や感性を共有できるならばと畑活動に取り組んでいます。



▲でっかいよ！



▲芋掘り楽しかったよ

子どもたちは地域のなかで育っています。いつも快く協力していただく地域の方々に感謝、感謝です。

先日、祖父母会で芋掘りをしました。この芋は、6月に地域ボランティアの「ガンバおよね村」の人たちと一緒に、1本、1本植えた芋苗が大きく育ったもので、楽しみにしていた子どもたちと祖父母、「およね村」の人たちでぎやかに収穫しました。子どもたちは、芋が土の中から出てくると「でっかいよ」「むらさき芋とれた」と得意そうに祖父母たちに見せていました。その後は、米田校区の食改善グループのおばちゃんたちに作ってもらった「お姫さん団子汁」をみんなで食べ、心も体も満足するようになりました。



読者の広場 Readers Saloon

学校訪問

小学校・中学校の話題をお届け!

「くまもと教育の日」における 芸術鑑賞会

鹿本中学校

11月18日、「くまもと教育の日」の取り組みとして、玉名女子高等学校吹奏楽部を迎えて、鹿本体育館で芸術鑑賞会を行いました。鹿本中学校全校生徒はもちろん、来民小学校の6年生、稲田小学校の5・6年生、中富小学校の5・6年生、さらに保護者や地域の方々にも来ていただき、一緒に吹奏楽の演奏を聴きました。当日は気温が下がり、寒くなるのが心配されましたが、全国的にも有名な玉名女子高等学校吹奏楽部の迫力ある演奏で、体育館の中は熱気



▲玉名女子高等学校吹奏楽部と鹿本中学校吹奏楽部の合同演奏

に包まれていました。途中には鹿本中学校吹奏楽部との合同演奏、最後には会場全体での合唱もあり、思い出に残る演奏会となりました。

また、演奏だけでなく、きびきびとした行動や、礼一つでも深く丁寧にすることができる吹奏楽部員の姿は、中学生にも小学生にも良い手本となったことだと思います。今後の学校生活につながる素晴らしい鑑賞会でした。



▲あいさつひとつでも動きが洗練されていました

投稿
近隣中学校との交流学習会
鹿本高校は、近隣中学校とのつながりを大切にするこ...
参加者は、山鹿・鶴城・米野岳中学校から29人の生徒、鹿本高校からは生徒会14人が参加して行われました。



▲学習会が終わった後、交流会の様子

このコーナーでは、みなさんからの投稿を主に紹介します。広報紙を読んだ感想、うれしかったこと、知ってもらいたいこと、イラスト、写真など、文章の長短、ジャンルは問いません。お待ちしております!

- 投稿上の注意**
- ・投稿は、郵送または持参をお願いします。
 - ・住所・氏名・年齢の記入をお忘れなく。(匿名希望、ペンネーム使用の場合でも)
 - ・絵や写真などには、ひとことコメントをお願いします。
 - ・毎月10日までをお願いします。
- 送付先 (持参もOKです)**
〒861-0592 山鹿市役所秘書課広報やまが「読者の広場」まで

強や部活動、プライベートな話などをして盛り上がり、絶好の交流の場となりました。今後このような取り組みの他にも、さまざまな交流を工夫していきたいと考えています。多くの中学生の参加をお待ちしています。



▲さわやかな笑顔の郷土芸能部のメンバー

投稿 最優秀賞!! 熊本県高等学校 郷土芸能発表会

鹿本農業高校 食品工業科3年 木村憂華
10月26日植木町生涯学習センターで開催された「熊本県郷土芸能発表会兼全国総合文化祭県予選」で念願の最優秀賞をいただき、来年度三重県で開催される「全国高校総合文化祭」への切符を手にすることができました。

今年、「自分たちらしい演技をして、全国大会へ!!」を目標に部員全員が一丸となり、いつも以上に集中して練習に励んできました。顧問の先生方をはじめ、地域の方に支えられ頑張ることができたと思います。
3年生は出場できませんが、後輩たちや新入生には山鹿灯籠踊りの優雅で幻想的な雰囲気、全国大会でも胸を張って発表してきたほしいと思います。
私はすばらしい思い出ができたことに感謝しています。



▲たくさんの芋を掘ったよ!
▶おいしい団子汁ができるかな!?

投稿 世代間交流できました

杉区長 池田重幸
地区内にある荒れた農地を利用して、芋を植えることにしました。子どもたちの手で、芋の苗植えに始まり、畑の草取り、そして最後に芋ほりと、慣れない手つきでしたが、がんばってくれました。収穫した芋は、早速婦人会に協力してもらい、みんなで「お姫さま団子汁」「いきなり団子」「石垣万十」を作って食べました。
今の飽食の時代は、苦勞しないで食べることができません。子どもたちは、自分たちの手で汗を流して生産して食べることを楽しんでくれたと思います。そして何より世代間の交流ができたことをうれしく思います。



平成21年度5月スタート。 裁判員制度Q&A - ⑥ -



裁判員制度

問合せ 熊本市京町1丁目13番11号
熊本地方裁判所刑事部 ☎096-325-2121
山鹿市選挙管理委員会 ☎43-1594

- Q11 裁判員になったことを家族や親しい友人に話してもよいのですか?**
A11 公表してはいけませんが、身近な人に話すことはかまいません。

法律上、「裁判員であること」の情報を公にすることは「ならない」とされています。これは、裁判員自身の平穩を保護するとともに、裁判員制度の公平さを確保する目的もあるからです。日常生活の中で、家族や親しい人に話すことまでは禁止されません。

なお、裁判員でなくなった後に、自分が裁判員だったことを公にすることは禁止されていません。

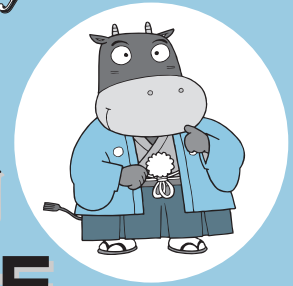


しかし、インターネットで公表することなどは、法律上禁止されています。

- Q12 トラブルに巻き込まれたりしないのですか?**
A12 裁判員は法律で保護されています。

裁判員の名前や住所などの情報は、公にすることはできません。また、事件に関して裁判員に接触することも禁止されています。裁判員に頼み事をしたり、裁判員やその家族を脅した場合には、刑罰が科せられることになっています。(2年以下の懲役または、20万円以下の罰金)





1月 案内板

★ 新成人のみなさんへ ★

選挙は、大人の必須科目です。
 新成人の皆さんも、自分たちが政治や社会の
 主役として進んで投票に出かけるなど、積極的
 に政治に参加することが必要です。
 選挙は、もっとも基本的で重要な政治参加の機
 会です。20代の意見を山鹿市の未来に反映させる
 ため、あなたの大切な1票を投票しましょう。

★ 今月の市税・国保税の納期 ★

2月2日(月)は、市県民税第
 4期および国民健康保険税第
 10期の納期限となっています。
 口座振替の方も残高をご確
 認ください。

★ 広報やまが年間購読 ★

広報やまがの年間購読の申込みを
 受け付けます。親せきや知人で読み
 たい人がいる場合にご利用ください。
年間購読料▷2,000円(H21.4~H22.3)
申込期間▷3月末まで
 ※申込み方法はお尋ねください。
問合せ…秘書課 ☎43-1112

年末年始のごみ収集日の変更とお詫び

広報やまが12月1日号P18の「年末年始のごみ・し尿について」の
 【燃えるごみ・燃えないごみ・資源ごみの収集】が**年末収集**▷12月26日(金)
 となっていました。
 【燃えるごみ】**年末収集**▷12月30日(火)
 【燃えないごみ・資源ごみ】**年末収集**▷12月26日(金)に変更になりました
 ので、訂正してお詫びします。
 なお、年始は1月5日(月)から通常どおり収集します。
問合せ…環境課 ☎43-7211

お知らせ

**広報やまが5月号から
 月1回の発行になります**
 市政の動きや市の情報を毎
 月皆さんにお届けする広報や
 まがは、5月1日号から1日
 号と15日号(お知らせ版)を統
 合し、毎月1日(月)のみ1回
 発行になります。
 発行回数は1回になります
 が、情報量を減らすことなく、
 今後も市民の皆さんに身近で
 役立つ誌面づくりに努力して
 いきます。ご理解とご協力を
 お願いします。
問合せ…秘書課 ☎43-1112

農業委員会選挙人名簿登 載申請書の提出について

市選挙管理委員会および市農
 業委員会から「平成21年度農業委
 員会選挙人名簿登載申請書」の用
 紙を嘱託員を通じて各農家に配布
 しています。
 期限までに申請書を提出されな
 いと、農業をしている方でも農業
 委員会選挙人名簿に登載されず、
 名簿の有効期限である平成21年3
 月31日から翌年3月30日までの間
 に農業委員会委員選挙が行われ
 た場合投票できません。
申請書提出締切▷1月10日(土)
問合せ…選挙管理委員会事務局
 ☎43-1594

法定調書の提出は 2月2日(月)まで

給料、報酬、不動産の使用料等
 を支払った場合には、支払先の住
 所、氏名、支払金額等を記載した
 源泉徴収票や支払調書等(総称し
 て「法定調書」といいます)を税
 務署に提出することになっていま
 す。
 この法定調書は、一年間の支払
 分を取りまとめ提出するもので、
 平成20年中の支払に係る法定調書
 の提出は、2月2日(月)までとなっ
 ていますから、記載誤りのないよ
 う期限までに提出してください。
 なお、法定調書は「国税電子申
 告・納税システム(e-Tax)」
 を利用してインターネットでの提
 出ができます。
 詳細についてはお尋ねください。
【e-Taxホームページ】
<http://www.e-tax.na.go.jp>
問合せ…山鹿税務署
 ☎44-2181
 (自動音声案内)

相談

消費生活相談
 相談は無料です。
 お気軽にご相談ください。
日時▷1月8日(木)
 午後1時半~4時
場所▷青少年ホーム(市役所裏)
問合せ…商工課 ☎43-1413

小規模工事等契約事業者 登録申請書の受付

山鹿市が平成21・22年度に行う
 小規模な工事および修繕(契約金
 額が30万円未満)の見積りに参加
 希望する事業者の登録制度です。
 ※今回の提出は、新たな2年分の
 受付になりますので、すでに提
 出されている業者の方も、再度
 提出が必要です。
【申請できない事業者】
 ①成年被後見人もしくは被保佐人
 または破産者で復権を得ない者
 ②市内に主たる事業所または住所
 を有しない者
 ③山鹿市の競争入札参加者名簿に
 登録されている者
 ④その他契約の相手方として不適
 当と認められる者
【登録ができる業種】
 建設業法に掲げる業種のうち、
 3業種まで登録できます。
受付期間▷2月2日(月)~27日(金)
受付場所▷本庁3F 監理検査室へ
 持参してください
提出書類▷
 ①小規模工事等契約事業者登録申
 請書
 ②法人事業者は登記簿謄本、個人
 事業者は住民票
 ③登録する業種を履行するために
 必要な資格、許可等が必要な場
 合は当該資格、許可等を証明す
 る書類の写し
 ※ホームページに掲載しています。
問合せ…総務課 監理検査室
 ☎43-1118

市立病院(診療費)の支払 方法が選択できます

市立病院では、先月10日よ
 りクレジットカードで診療費
 の支払いができるようになりました。
 M U F G ・ D C ・ V I S A ・ M
 a s t e r ・ U F J ・ N I C O S
 のブランドがついたクレジッ
 トカードがご利用できます。
 詳しくは、お尋ねください。
問合せ…山鹿市立病院医事課
 ☎44-2185

高病原性鳥インフルエ ンザについて

冬期は鳥インフルエンザが
 しやすい季節です。昨年1月以降
 宮崎県で3戸、岡山県で1戸に発
 生し、さらに今年は、東北・北海
 道の野鳥(オオハクチョウ)から
 も鳥インフルエンザウイルスが分
 離されました。
 ペットの鳥や野鳥が死んだから
 といって直ちに鳥インフルエンザ
 を疑う必要はありませんが、次々
 に死んだり、複数の鳥が死んでい
 るのを発見し不審に思われる場合
 はご連絡ください。
 また、ホームページなどを参考
 にし、正しい知識を身につけてい
 たくようお願いします。
問合せ…県城北家畜保健衛生所
 ☎46-2075
<http://www2.ocn.ne.jp/~kitajie/>

社会保険出張相談

社会保険事務所の専門官が相談
 を受けます。
**年金手帳や年金証書など基礎年
 金番号がわかるものをご持参**くだ
 さい。
日時・場所▷1月14日(水)・28日(水)
 市役所1階 会議室
 ※いずれも午前10時~午後3時
 (正午~午後1時を除く)
問合せ…国保年金課
 ☎43-1530

無料税務相談

税理士による無料税務相談を行
 います。
 ・青色申告記帳相談
 ・相続税、贈与税、消費税など
 ・その他、税に関することならど
 んな相談でも構いません。予約は不要
 です。お気軽に、ご利用ください。
日時▷1月9日(金)
 午後1時半~4時半
場所▷鹿北総合支所 1階相談室
問合せ…鹿北総合支所税務係
 ☎32-3111

新庁舎だより(経過報告)

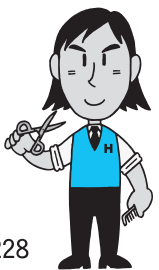
第4回山鹿市新庁舎建設構想策定委員会では、会議に先立ち
 甲佐町役場(平成17年竣工)の現地視察を行いました。
 甲佐町は本市と自治体規模こそ違いますが、その庁舎は水と
 緑の豊かな景観になじんだ、多くの人々が気軽に立ち寄れる施
 設を目指して整備が行われていて、その年の「くまもと景観賞
 大賞」を受賞しています。入り口から連なる木造のギャラリー
 モールは、木の香りが訪れた人を温かく迎え、また、段差がなく、
 光をふんだんに取り入れる庁舎の構造は、大いに参考になる
 ものでした。
 また、第5回委員会では、新庁舎の整備に併せて既存施設の
 有効利用についての検討をするために、グリーンパルスなどの
 市内主要施設の現地視察を行いました。午後から行われた
 会議では、新庁舎に関するこれまでの意見や新たな提案など
 について検討が行われました。
 今後、委員会意見および検討結果を取りまとめ、報告書
 として集約を行う予定になって
 おります。



▲甲佐町庁舎内の
木造ギャラリーモール

一度来てみてください!

- 男性カット…¥1,000
- 子どもカット…¥1,000
- 調髪一式…¥1,700
- 女性カット…¥1,700
- 白髪染・おしやれ染(カット込み)…¥4,000



ハタシマグループ山鹿地区
 ハタシマ山鹿店 中央通りセントラルパーク内 ☎0968-43-8228
 ハタシマ東店 方保田 auとなり ☎0968-44-5568



ECCジュニア 英語・英会話教室

「聞く」「話す」「読む」「書く」今こそ身につく、一生ものの英語力
 お近くの教室で**無料体験レッスン**実施中

- 栗林教室(山下) 43-3531
- 相良・島田教室(杉) 48-9912
- 鹿校通教室(大塚) 43-8444
- 鹿本教室(六反田) 46-5056
- 南島教室(江崎) 44-7527
- 鹿校通公園教室(竹熊) 44-2824
- 鹿央・奥永教室(角田) 36-2304
- 三岳教室(末崎) 43-3125

第14回 あんずの丘マラソン大会
春一番 楽走カーニバル

日時▷3月20日(祝) 小雨決行
8:00~受付、9:00~開会式
会場▷あんずの丘
種目▷1.5km 親子ペア(小学生以下と保護者など)
3km 小学生以上
5km 中学生以上
10km 高校生以上
※1.5kmと5kmまたは10kmのダブルエントリー可

参加料▷高校生以上…3,000円(保険料込み)
小中学生…1,000円(保険料込み)
1.5kmのみ…一人600円(保険料込み)

申込方法▷あんずの丘マラソン大会事務局に備え付けの払込取扱票に記入し、参加料を添えて郵便局へ提出してください。
申込締切▷2月20日(金)
問合せ…あんずの丘マラソン大会事務局
(菊鹿総合支所総務振興課内) ☎48-3111



消防団協力事業所表示制度申請書の交付について

この制度は、地域における消防防炎力の強化と、消防団活動に対して積極的に協力されている事業所等の貢献を社会的に評価するためスタートしました。協力事業所として認定された事業所等は、市から地域貢献を表彰する「消防団協力事業所表示証」が交付されますが、次のいずれかを満たす事が条件となります。

- ① 複数の従業員が消防団員として入団している事業所
- ② 従業員の消防団活動について積極的に配慮している事業所
- ③ 災害時等において資機材を消防団に提供するなどの協力を行っている事業所
- ④ その他消防団活動に協力することにより、地域の消防防炎体制の充実強化に寄与しているなど

※申請書は、本庁総務課と各総合支所総務振興課にあります。

平成23年ねりんピック熊本大会のテーマ募集

「ねりんピック」は、高齢者が主役のスポーツ、文化、芸術の総合的な祭典です。皆さんから寄せられたテーマで、「ねりんピック熊本大会」を全国にPRし、大会を盛り上げていきます。ふれあいと活力のある長寿社会づくりにふさわしく、熊本県らしさを表現した大会のテーマを、ふるって応募ください。

応募資格▷どなたでも
募集期間▷1月5日(月)～2月6日(金) (当日消印有効)

応募方法▷①テーマ②テーマの簡単な理由③郵便番号④住所⑤氏名(ふりがな)⑥年齢⑦職業(学校名・学年)⑧電話番号を明記の上、左記の方法で応募してください。

【ハガキ】〒862-8570
熊本県健康福祉部高齢者支援総室
「ねりんピック熊本大会」宛
テーマ募集担当

【ホームページ】
http://www.pref.kumamoto.jp
【電子メール】
neninpj2011@pref.kumamoto.lg.jp

申込・問合せ
☎096-333-2215
: 県健康福祉部高齢者支援総室

みんなでゆび編み
楽しく編んで脳力アップ

子どもから年配の方まで、だれでも気軽に楽しめ、脳の活性化に効果のあるゆび編みで、マフラーを作ります。

日時▷1月31日(土)午後1時~3時
(2時間程度で出来上がりです)
場所▷あんずの丘 押花館ホール
材料費▷五百円~千五百円
(種類、編み方によります)

講師▷みのる毛糸店
申込・問合せ…菊鹿フラワーバンク
(あんずの丘押花館)
☎48-3960

危険物取扱者試験
試験の種類▷
甲種危険物取扱者試験
乙種危険物取扱者試験
(第1類から第6類)
丙種危険物取扱者試験

日時▷2月15日(日)
※時間、場所などの詳細については、お尋ねください。

願書受付締切▷1月14日(水)
(当日消印有効)

願書受付場所▷
(財)消防試験研究センター熊本県支部
申込・問合せ
☎096-364-5005
: 県教育会館4F

皮膚科専門医だからこそ出来る**レーザー治療**を行なっています。

- ・レーザー脱毛
両ワキ/5回セット …… ¥28,350
6回目以降 …… ¥3,150
※その他部位や1回ごとの料金設定もあります。
- ・レーザーフェイシャル(美顔)
全顔/1回 …… ¥15,750
目から下/1回 …… ¥13,650
※毛穴・シミ・たるみが気になる方にお勧めします。

ニキビ治療や美肌のためのケミカルピーリング、ビタミンCイオン導入も行なっています。まずはご相談下さい。<治療は予約制です> ※レーザー・ケミカルピーリング・イオン導入には健康保険は適用されません。

医療法人 春水会 **武内医院**
Tel.46-2620
山鹿市鹿本町来民693

山鹿八景写真コンテスト2008作品募集中!!

テーマ【山鹿八景部門】八景・津八景を題材としたもの
【フリー部門】八景以外で市内の魅力を表したものの
募集期間 2009年2月20日(金) ※当日消印有効
応募サイズ 四寸切(254×305mm)、4P用(254×365mm)
応募方法 応募票(部門名、題材、住所、氏名、年齢、電話番号)を記入し、作品の裏面にテープで貼り付け郵送。
入賞 【山鹿八景部門】山鹿八景賞1点(5万円)、山鹿津八景賞2点(2万円)、優賞3点(1万円)
【フリー部門】特別賞2点(2万円) 【尚部門】入賞10点以内(特賞品)
発表 2009年3月下旬
応募条件 作品は応募者本人が2007年1月1日以後に撮影したものに限り、※その他詳細については市ホームページ「山鹿探訪なび」をご覧ください。

応募先・お問い合わせ先
〒861-0592 熊本県山鹿市山鹿978
山鹿市役所観光課
山鹿八景写真コンテスト2008事務局
TEL.0968-43-1579

山鹿探訪なび
http://www.city.yamaga.kumamoto.jp/kankoh/

心配ごと相談
社会福祉協議会で行っている心配ごと相談は無料で、どの支所でも受けられます。

【山鹿】
① 一般相談▷1月9日(金)
② 子ども生活相談▷1月16日(金)
③ 心の悩み相談▷1月23日(金)
いずれも午前9時~正午
場所▷健康福祉センター内
社協山鹿支所
☎43-1134

【鹿北】
① 一般相談▷1月8日(木)
② 子ども生活相談▷1月15日(木)
③ 法律相談▷1月22日(木)要予約
①と② 午前9時~正午
③ 午前10時~正午
場所▷鹿北老人福祉センター1
☎32-2696

【菊鹿】
① 一般相談▷1月7日(水)
② 子ども生活相談▷1月14日(水)
③ 警察相談▷1月21日(水)要予約
いずれも午前9時~正午
場所▷菊鹿健康福祉センター1
ひまわり館
☎48-5060

【鹿本】
① 一般相談▷1月6日(火)
② 子ども生活相談▷1月13日(火)
③ 消費相談▷1月20日(火)
いずれも午前9時~正午
場所▷鹿本高齢者コミュニティセンター「親和荘」
☎46-2206

あやぎぬ
亦住まいのあれこれ相談会

相談は無料ですので、気軽においでください。
日時▷毎月第3日曜日
午前10時~午後2時
場所▷木遊館
問合せ…木遊館
☎32-2150

家庭児童相談・婦人相談
相談は無料ですのでお気軽にお越しください。
事前にご連絡ください。
日時▷毎週月・火・木・金曜日
午前9時~午後4時
場所▷本庁福祉課
内容▷児童、母子やDVについての相談
問合せ…福祉課
☎43-1167

和紙の伝統工芸品
「来民うちわ」製作教室
山鹿市が全国に誇る和紙の伝統工芸品を、作ってみませんか。
期間▷2月4日(水)~25日(水)(4回)
毎週水曜・午後7時~9時
場所▷鹿本ふれあいセンター1
(鹿本町来民)
定員▷20人(定員になり次第締切)
対象者▷市内在住で、毎回出席できる方
参加費▷1,000円
申込締切▷1月30日(金)
申込・問合せ…商工課
☎43-1413

募集

山鹿市立博物館
ボランティア養成講座
講座で学んだ歴史や展示品についての知識を生かして、休日などに館内外の解説・案内をしていただくためのボランティア養成講座です。
山鹿の歴史、文化に興味のある方は、参加してみませんか。
期間▷2月1日(日)~22日(日)(4回)
毎週日曜・午前10時~正午
場所▷山鹿市立博物館
募集期間▷1月6日(火)~27日(火)
申込・問合せ…山鹿市立博物館
☎43-1145

おかげ様で1周年

鹿本農高横
コインランドリー
ふわふわ善八

お湯で洗う
除菌もできる
広い駐車場

年中無休 朝5時~夜11時

アパート情報
大道小校区
3DK 2台
月37000円
問い合わせ
090-1365-3324
ぜんばちグループ

八千代座催し案内 1月



*主催者の都合により時間や内容など変更になる場合があります。なお、各催しのチケット・主催者などの問い合わせは、八千代座までどうぞ (☎44-4004)

開催日	行事名	時間	料金
10日(土)	新春シャンソン大会	午後	無料
11日(日)	八千代座子ども歌舞伎教室	午前	関係者
12日(祝)	八千代座狂言教室	夜間	関係者
14日(水)	休館日	—	—
17日(土)	「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」フォーラムin山鹿	日中	無料
18日(日)	立教150年記念金光教講演会	日中	関係者
19日(月)	八千代座狂言教室	夜間	関係者
25日(日)	八千代座子ども歌舞伎教室	午前	関係者
30日(金)	山鹿小学校6年八千代座公演 山鹿から発信～世界へ！未来へ！	午前	無料

1月の休日在宅当番局 および当番薬局	日(曜)	診療時間：午前9時～午後5時	営業時間：午前9時～午後5時
	4日(日)	もろとみ医院/幸村医院	鹿本中央調剤薬局/岩下薬局
	11日(日)	武内医院/大坂整形外科医院	岩下薬局
	12日(祝)	三森循環器科呼吸器科病院	山鹿いちご薬局/まつ薬局/岩下薬局
	18日(日)	星田内科医院/松永整形外科リウマチ科	岩下薬局
	25日(日)	大坪内科呼吸器科医院/はとの眼科クリニック	ココノエ薬局/まつ薬局/岩下薬局

*都合により変更になる場合があります。(鹿本郡市医師会) *営業時間が異なる薬局がありますので、詳しくはお尋ねください。

入札結果の報告 (11月分)

※落札価格500万円以上の工事を掲載 (落札額は消費税を含む)

問合せ…本庁総務課監理検査室 ☎43-1118

入札日	工事名	工事場所	落札業者	落札額(円)
11/4	陣内尾谷線道路整備工事	鹿北町岩野地内	(株)小川建設	37,380,000
11/4	旧千田保育園解体およびテラス等改修工事	鹿央町千田地内	(有)マエノ	5,617,500
11/4	菊池台地かんがい用水減圧弁移設工事(農業施設維持事業)	蒲生地内	(有)東総合設備	15,855,000
11/4	藤井頭首工改修工事(維持管理適正化事業32期生)	藤井地内	(株)ニチゾウテック九州事業部	8,295,000
11/4	岩原地区2号樋門改修工事(維持管理適正化事業28期生)	鹿央町持松地内	開成工業(株)	7,943,998
11/4	災補河第482号福原川災害復旧工事・福原川護岸整備工事	蒲生地内	(有)山榮開発	8,190,000
11/4	十三部御宇田線法面保護工事(その2)	鹿本町御宇田地内	(株)高喜工業	22,048,950
11/4	方保田開田線単独災害復旧工事	方保田地内	(株)戸上建設	5,985,000
11/4	上広町中学校前線道路整備工事	山鹿地内	(有)佐間野土木	20,265,000
11/4	十三部御宇田線法面保護工事(その1)	鹿本町御宇田地内	(有)藤掛建設	16,275,000
11/4	来民今古閑線道路整備工事	鹿本町来民地内	(株)栄進工業	24,759,000
11/4	石東中牟田線外道路整備工事	石地内	三真建設(有)	6,615,000
11/4	石淵川北線道路整備工事	鹿本町中富地内	(有)上村建設工業	6,678,000
11/4	平成20年度 菊鹿東部Ⅱ期地区支線1-14-1号工事	菊鹿町下永野地内	(株)波多野建設	36,592,500
11/4	平成20年度 古閑排水樋門上部工工事	古閑地内	(有)阿蘇品組	24,517,500
11/4	平成20年度 山鹿市宗方ポンプ場受変電設備改築更新工事	川端町地内	メタウォーター(株)九州営業部	25,725,000
11/10	平成20年度 菊鹿東部Ⅱ期地区支線1-15号工事	菊鹿町下永野地内	(株)岩下建設	22,974,000
11/10	平成20年度 菊鹿東部Ⅱ期地区支線1-16-3号工事	菊鹿町下永野地内	(株)石阪産業	16,642,500
11/25	山鹿市中央公民館空調改修工事	山鹿地内	(株)誠工社山鹿支店	9,114,000
11/25	平成20年度 合流式下水道緊急改善工事(2工区)	新町地内	(株)戸上建設	16,485,000
11/25	平成20年度 三玉・八幡地区支線3-7号工事	久原地内	(有)山榮開発	22,785,000
11/25	平成20年度 三玉・八幡地区支線7-9号工事	久原地内	(有)佐間野土木	25,368,000

★ 市制4周年記念 山鹿市4年の歩みと新山鹿市100人展 ★

平成17年に開催した「新山鹿市100人展」と合わせて、山鹿市の新しい4年間の歩みを写真パネルなどで紹介します。発見のある楽しい企画展なので、ご家族でおいでください。

期間▷1月17日(土)～3月22日(日) 9:00～16:30

場所▷山鹿市立博物館
入場料▷一般・大学生210円
小中高生50円

※市内の小中学生および幼児は無料

問合せ…山鹿市立博物館 ☎43-1145

今月の街角 Gallery

▶ 榊 建盛 山鹿の漫画展

期間▷1月1日(木)～15日(土)まで

▶ 凧の絵展

期間▷1月16日(金)～31日(土)まで

古遊館(下町)

☎44-6403

時間▷10:00～17:00 (水曜定休)

▶ 第5回孔版画による手作り賀状展

同好の諸氏よりの年賀状を多数展示

期間▷1月26日(月)～2月13日(金)まで

三玉郵便局内ロビー 時間▷開局時間内

※お問い合わせは酒井憲 ☎050-3337-7277

▶ 鹿瀬島晴光 絵画展

期間▷1月10日(土)～2月8日(日)まで

古民家 百花堂(上町) ☎080-6426-4519

時間▷11:00～17:00



かすら編み体験

毎年人気のかすら編み！皆さんも体験してみませんか？

期間▷1月13日(火)～2月28日(土)

場所▷木遊館

材料費▷二千円(体験・材料代込)

申込・問合せ…木遊館

☎32-2150

催し

近年、日本各地において、豪雨・台風・地震などの自然災害が発生しており、多くの方が被害に遭われています。

山鹿市消防団出初め式

災害の恐ろしさを教訓とし、防災の必要性を呼びかけるために、「第11回山鹿市防災のつどい」を開催します。昼には、炊き出し食が振る舞われますので、みなさんお誘いあわせのうえ、お越しください。

日時▷1月17日(土) (入場無料)

午前10時～午後0時半

場所▷鹿北総合支所付近

内容▷災害時の炊き出し、救急法

心肺蘇生法指導、避難時に必要な道具の展示、救急車等の展示 など

問合せ…山鹿市社会福祉協議会

(菊鹿健康福祉センター)ひまわり館

☎48-4666

山鹿市生涯学習講座絵画作品展

日時▷1月5日(月)～17日(土)

午前11時半～午後9時

場所▷山鹿市カルチャースポーツセンター1多目的グラウンド

(最終日は午後3時まで)

一斉放水▷山鹿大橋下流菊池川右岸

岸河川敷(正午頃の予定)

問合せ…総務課 ☎43-1117

☎43-2211

日時▷1月8日(木) 午後7時～

場所▷法事の館 夢想庵

テーマ▷琴・尺八が奏でる

邦楽の調べ

会費▷500円

※お預かりし葬祭支援費にします

問合せ…法事の館 夢想庵

☎43-2211

「おひなまつり」の集い

日時▷1月18日(日)

午後1時～3時

場所▷後藤宅(城3668-35)

参加費▷300円

*宗派とは一切関係ありません。

*感謝すること心の幸せを学びます。

問合せ…熊本生と死を考える会

☎44-7189(後藤)

乳幼児健診

山鹿健康福祉センター

- * 3～4か月児健診 (20年9月生)
日時▷1月20日(火) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿・鹿北・鹿央
- * 7～8か月児健診 (20年5月生)
日時▷1月27日(火) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿・鹿北・鹿央
- * 1歳6か月児健診 (19年5月生)
日時▷1月6日(火) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿 (大道校区を除く)・鹿北・鹿央
- * 3歳児健診 (17年9月生)
日時▷1月16日(金) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿 (大道校区を除く)・鹿北・鹿央

鹿本生涯学習・健康センター「ひだまり」

- * 乳児健診 (20年5月・9月生)
日時▷1月13日(火) 13:30～14:00受付
対象▷鹿本・菊鹿
- * 1歳6か月児健診 (19年5月生)
日時▷1月28日(水) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿 (大道校区)・鹿本・菊鹿
- * 3歳児健診 (17年9月生)
日時▷1月22日(木) 13:30～14:00受付
対象▷山鹿 (大道校区)・鹿本・菊鹿

お問い合わせは、お住まいの地域の保健師まで
 ・山鹿市役所健康増進課 (健康福祉センター内) ☎43-0050
 ・鹿北総合支所市民福祉課 ☎32-3111
 ・菊鹿総合支所市民福祉課 ☎48-3111
 ・鹿本総合支所市民福祉課 ☎46-3112
 ・鹿央総合支所市民福祉課 ☎36-3114

ご注意を

赤ちゃんの行事には母子健康手帳が必要です。
忘れずにご持参ください。

母子健康手帳交付

日時▷1月5日(月) 山鹿・菊鹿
1月19日(月) 山鹿・鹿本 1月26日(月) 山鹿・鹿央
受付時間▷鹿本 13:30～15:00
山鹿 13:30～ (受付13:20～)
菊鹿・鹿央 9:30～11:00
場所▷山鹿→山鹿健康福祉センター
菊鹿→菊鹿健康福祉センター「ひまわり館」
鹿本→鹿本生涯学習・健康センター「ひだまり」
鹿央→鹿央多目的研修センター

育児相談

日時▷1月5日(月) 菊鹿
1月19日(月) 鹿本 1月26日(月) 鹿央
受付時間▷9:30～11:00
場所▷母子健康手帳交付と同じ

献血にご協力ください

場所と日時▷
①山鹿警察署
1月16日(金) 9:30～12:00
②山鹿市立病院
1月16日(金) 13:30～15:30



生活習慣病を予防しましょう!

食べ過ぎ・運動不足・喫煙など

メタボリックシンドローム

内臓脂肪が多い
 +
 中性脂肪が高い
 HDLコレステロールが低い
 血圧が高め
 血糖値が高め

動脈硬化

心臓病・脳卒中
その他の動脈硬化性疾患など

健診の申込みを1月末より開始します

平成21年度の健診の申込みを1月下旬から2月にかけて行います。地区の嘱託員(区長)を通じて、「希望調査票」を19歳以上がいる全世帯に配布します。年に1回は自分の健康状態を確認し、生活習慣を見直す機会としてください。
 問合せ…健康増進課 ☎43-0050

ノロウイルスに気をつけて!

【ノロウイルスとは?】

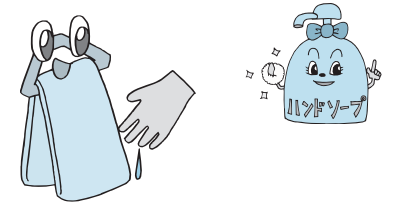
秋口から春先にかけて発症者が多くなる冬の胃腸炎、食中毒の原因ウイルスとして知られています。ヒトへの感染経路は、主に経口感染です。感染者のふん便・吐物および、これらに直接または間接的に汚染された物品類や食中毒としての食品類が感染源の代表的なものとしてあげられます。

【症状】

主な症状は、吐き気、おう吐、下痢、腹痛で、軽度の発熱がみられます。下痢などの症状がなくなっても、通常では1週間程度、長いときには1か月程度ウイルスの排泄が続くことがあります。

【予防法】

- ノロウイルスは熱に弱いので、食材の中心まで十分に加熱する(加熱調理しないで食する食材は感染源となる可能性があります)。
- 手洗いを励行する。
- 吐物など、ウイルスを含む汚染物の処理時は、注意する。
- ウイルスの感染性を奪うには、次亜塩素酸ナトリウムなどで消毒するか、85℃以上で少なくとも1分以上加熱する。



Vol.45

～現代人は肥満が多い!?!～

先日「第29回かほくまつり」が開催され、たくさんの方に楽しんでいただけたのではないのでしょうか。今年も「ゆ〜かむ」から出店し、血圧や体脂肪、骨密度などの測定をして健康チェックを行いました。今回は、その中でも「体脂肪」の結果について報告します。

区分	男性	女性	合計
やせ～標準	48.5%	42.0%	44.4%
軽肥満～肥満	51.5%	58.0%	55.6%

このような結果になりました。半分以上の方が肥満(軽肥満)～肥満という結果を見て、皆さんはどう思われたでしょうか。

測定をしたほとんどの方をカウンセリングしました。「今から運動しようと思うのですが、何からすればいい

のか分からない」「運動をして、食事にも気を使っているのにやせない」という悩みを抱えている方がたくさんいました。他にも、肩痛・腰痛・膝痛や高血圧・高血糖・高コレステロールなどの悩みもありました。

「ゆ〜かむ」では、それぞれの悩みに合った運動などのお手伝いをしたいと考えていますので、気軽においでください。

いつか皆さまの悩みがなくなり、健康で楽しい毎日が送れますように!



問合せ

幸の国健康温泉館「ゆ〜かむ」
 営業時間
 午前10時～午後10時
 (プール・ジムは午後9時半まで)
 休館日 毎週木曜日
 ☎42-5100

あそびすく倶楽部 赤ちゃん大募集!

♣応募時に3歳までのお子さんを募集しています。掲載ご希望の方は、写真とメッセージ、住所、氏名、生年月日を書いて、市役所秘書課へ郵送またはご持参ください。

せいしん
稲田 征真ちゃん
 (H19.5.28生れ)
 久原 (山鹿)



♥パパ、ママからのメッセージ
 最近、食欲旺盛な征真
 いっぱい食べて大きくなあれ

せい
平川 聖依ちゃん
 (H19.10.27生れ)
 古閑 (山鹿)



♥パパ、ママからのメッセージ
 いつもニコニコ♪
 お店の看板息子です!
 すくすく大きくな～れ

りょうせい
中村 涼晴ちゃん
 (H20.2.16生れ)
 四丁 (鹿北)



♥ぼくからのメッセージ
 優希お姉ちゃん、これからもよろしくね♥

◆およろこび◆

山鹿 川上 武さん♥堀尾由布子さん
米加田明宏さん♥蘭野 麻美さん
中満 英俊さん♥山森 綾さん
油田 祐紀さん♥田中 景子さん
川辺 徳田 光晴さん♥坂田ゆかりさん
八幡 鹿子木 博さん♥稲田 千晶さん
甲斐 幸宏さん♥河合 照美さん
三岳 竹田 昌史さん♥小松 三恵さん
三玉 吉川 誠さん♥肥本真由美さん
大道 富田甚一郎さん♥坂本 緑さん
宮島 隆久さん♥谷川日登美さん

鹿北 岩野 古川 祐輔さん♥藤本 明子さん
菊鹿 城北 永瀬 昭好さん♥村上 美郷さん
鹿本 来民 久富 直樹さん♥境 和美さん
鹿央 千田 山内 知徳さん♥隈部 美奈さん
稗島 悟さん♥中村 友香さん
米野岳 中山 茂さん♥松本めぐみさん
松本 聖平さん♥大久保美穂さん
山内 吉岡 勝治さん♥松田恵史子さん

◆うぶごえ◆

山鹿 酒井みちるさん 中島 礼さん
城 佳澄さん 井出京志郎さん
境 琉希さん 宮崎太一智さん
船津 柚季さん 酒井 琉成さん
米田 星子 雄さん
川辺 村上 然さん 上村 恭弘さん
松本宗一郎さん
八幡 満生 陽士さん 平尾 武尊さん
高木 咲楽さん
三岳 金子 楓馬さん
三玉 家入 健誠さん 長迫 恵汰さん
池田 陽翔さん 松山 賢新さん
大道 中田絵美奈さん 徳永 壮芳さん
寺田 響巴さん 大塚 滯利さん

鹿北 岩野 石貫 昂さん
菊鹿 内田 栗原 彰吾さん
六郷 竹下 真生さん
城北 金光 柚樹さん 丸山 愛結さん



およろこび・うぶごえ・おくやみ

◆おくやみ◆

鹿本 来民 入田 亜咲さん 米岡 莉南さん
橋口虎太郎さん
稲田 古閑 大和さん 古家 大嗣さん
中富 栃原 愛華さん
鹿央 千田 竹田 英真さん

山鹿 相川 ツユさん(95) 原口 幸治さん(77)
山口サダミさん(88) 丸山 清之さん(86)
宮本 正光さん(93) 井口 芳子さん(71)
江上ミタマさん(90) 福守 照子さん(78)
渡辺 昌和さん(61) 中村美智子さん(80)
宮本フミ子さん(68)
米田 有働 資治さん(90) 田代マサコさん(96)
前田 幸教さん(85)
川辺 井上 茂子さん(71) 池尻一二三さん(83)
八幡 吉丸 保さん(88) 後藤 高さん(90)
古野ヤスヨさん(62)
平小 末松 伸矢さん(37) 田中 寅雄さん(89)
城 吉永 郁子さん(64) 永野 種子さん(90)
三岳 松本ハルミさん(69) 大坂 年美さん(67)
三玉 陶山 民子さん(67) 淵上 正利さん(81)
井上 勝さん(54) 河村タエ子さん(92)
立山天留子さん(96) 吉川 照子さん(79)
大道 福山 功さん(79) 佐藤 梅子さん(99)
飯田 豊さん(81)

鹿北 岳間 鬼塚タニエさん(88)
岩野 中村 孝義さん(82) 野中 光次さん(84)
広見 最上 隆さん(82) 中島 次登さん(79)
田中 浪夫さん(87)
菊鹿 内田 早田 偉世さん(72) 徳永 正春さん(82)
六郷 古閑 惇子さん(72) 泉 セキさん(90)
徳丸チヨメさん(72) 古閑 春雄さん(55)
菊光 敏之さん(86) 富田 隆男さん(84)
城北 坂本 信幸さん(87) 萩尾 千代さん(88)
片山 武雄さん(82) 平井アイコさん(94)

鹿本 来民 池田 龍起さん(86)
稲田 吉岡 重治さん(91) 古閑アサコさん(82)
池田ハル子さん(98) 菊川ヤス子さん(93)
富田 公親さん(64) 松村 直江さん(100)
鹿央 千田 廣岡ふみ子さん(58) 坂口カシクさん(84)
前田ミユキさん(89)
米野岳 松本ミチ子さん(79)

◆市◆民◆文◆芸◆

【短歌】

鹿央短歌会 十一月作品
市役所より米寿の祝の通知あり足腰萎
えの行くは敵わず 上野いづ子
金木犀甘く香のたち庭石に散り敷く小
花両手で掬ふ 井手 幸子
ホトトギス咲けば必ず想い出す終戦や
つれ帰りに夫を 江藤 いし
あじさる短歌会 十二月例会
秋雨はひそかに染みて廃屋の白壁の面
波線拡がる 山口 信博
「再検査」まさかと思ふ晩秋は亡き師
の短歌の語りかけける 鹿子木泰子
バラ祭り「伊豆の踊子」とふ花赤く和
みて歩く 平野 妙

鹿北短歌会 十二月例会
再検の夫待つあいだ文庫本一字も読め
ずしずかに閉じる 深牧ミサキ
鳴かず飛ばず花ほととぎす庭先に目立
たぬ花よ秋の陽は允つ 弓掛むつ子
庭隅のあるじ不在の蜘蛛の巣に木屋の
花雪のごとあり 貞熊喜美子
菊鹿短歌会 十一月作品
いそいと友を訪ぬる街角はうす曇り
して正午のチャイム 片山 陽子
母よりの慣ひを継ぎて作りたる麴真白
く匂ふ縁側 坂本フサ子
秋の風涼しくなりて滅びへと向かうあ
り捻りへとうつろうがあり 森田 洋子

【俳句】

河鹿会 肥後狂句 十月例会
互選句
心残り 写真の親に語りかけ 石本 邦昭
心残り 百姓継がん孫ばかり 伊藤 元
心残り 釣り落したる川の主 森山 旬彩
肥後狂句やまが会 十一月例会
松井爆笑選
やっぱなア 割るに割れない夫婦伸
ずんだれて マドンナだった影も無ア
高木 夕月
小水流繁富
やっぱなア 躰が喪中させだった
藤本 白扇
許されん 国民無視の茶番劇
立山 連峰
冬支度 増築しよるサンルーム
富田 土管
宮本つ哉選
許されん 北朝鮮の核と拉致
長瀬 狂介
冬支度 点検しよる ラッセル車
渡辺 久
許されん 親の介護は尻比べ
平野 和子
さて どの句オミットしたもんか
大村 輪子
あつさり 後引きずらんとこがええ
城 紫葉

【俳句】

タップ俳句教室 十二月例会
首すくめ亀の様なり霜の朝
大園美奈子
氷はり吾子の手指も紅葉し
福島 恵
かじかむ手ろくろを回し忘れけり
富士木勇人
鹿本俳句教室 十一月例会
利光釈郎選
落款の朱肉の匂ふ冬日和
斎藤えい子
桜島遙かに見えて懸大根
渡辺 津代
よく肥へし大根おろしに甘さあり
福島 幸代
山鹿俳句会 十一月例会
岩岡中正選
家訓とてなき家を守り石路の花
近藤 律子
振り袖の模様欲しき野紺菊
中原美智子
鉄傷を負ひし甘藷のとどきけり
本田 孝子
大根を洗ひて夕日揺らしけり
児玉てる美
看護婦の笑顔うれしい紅葉花
古家まさる
卒寿とはまだまだ若いと屠蘇を酌む
河津 山水

※11月中の届出受付分を掲載しています