

——少しでも遠くへ——

山鹿市中体連陸上競技大会

## 今月の主なお知らせなど

2019 女子ハンドボール世界選手権大会  
ひだまり・こもれび 図書館まつり  
令和2年4月からの幼稚園・保育園・  
認定こども園・地域型保育施設 入園児募集  
シルバー人材センター会員募集  
山鹿市の国民健康保険の状況  
ぼくたち わたしたちの 熱い夏!!  
山鹿市地域包括支援センターだより

2019

10

October  
No.226

やまが

上記の筆文字  
「やまが」を書いた  
子どもたちを  
紹介する  
コーナーです

宮野 <sup>さほ</sup> 紗帆さん  
山鹿小学校 6 年生

2 人の姉の影響で小さい頃から歌うことが好きです。4 年生から入部した音楽部では部長を務めています。今は 10 月 13 日(日)に東京で行われる NHK 全国学校音楽コンクールに向けて、日曜以外は毎日練習を頑張っています。

#### 今月の表紙 第 10 回山鹿市中体連陸上競技大会

9 月 10 日、スポーツを通した健全な心身の育成と、学校の垣根を越えた生徒の交流を目的とした本大会がカルチャースポーツセンターで開催され、市内 5 中学校の生徒約 330 人が参加しました。大会ではトラック競技とフィールド競技の全 35 種目が行われ、当日の厳しい残暑に負けない各学校の元気な声援を背に、選手たちは日頃の練習の成果を発揮していました。

表紙の写真は男子走り幅跳び優勝の大城戸陸琥さん(山鹿中 2 年)の跳躍です。



男子 1500 円決勝の様子

#### 目次

- 3 2019 女子ハンドボール世界選手権大会
- 4 ひだまり・こもれび 図書館まつり
- 6 令和 2 年 4 月からの幼稚園・保育園・認定こども園・地域型保育施設 入園児募集
- 7 シルバー人材センター会員募集
- 8 山鹿市の国民健康保険の状況
- 9 後期高齢者健診と歯科口腔健診はお済みですか？生活自立相談窓口を設置しています
- 10 ぼくたち わたしたちの 熱い夏!!
- 11 街角ぐるっと NAVI
- 12 みんなの広場 / 今月の街角ギャラリー
- 14 市民文芸
- 15 図書館スタッフおすすめの 1 冊「やまが肝いりどん」通信
- 16 地域おこし協力隊通信
- 17 消費生活相談
- 17 環境だより
- 17 バンビ通信
- 18 わくわくネット
- 20 みんなの健康手帳
- 20 元気のお手伝い vol.126
- 23 山鹿市男女共同参画人材リストに登録しませんか？
- 23 山鹿の装飾古墳 第 3 回
- 24 およろこび・うぶごえ・おくやみ
- 25 案内版
- 32 定例相談
- 33 オムロンハンドボール部
- 34 山鹿市地域包括支援センターだより
- 36 すくすく倶楽部
- 36 やまが職業相談総合センター

#### 9 月号の訂正とおわび

2 ページ掲載の筆文字「やまが」を書いた子どもたちを紹介するコーナーの中村謙太さんは「大道小学校 5 年生」ではなく「鹿北小学校 5 年生」の誤りでした。訂正しておわびします。

#### 山鹿市情報メールサービス

市役所からのお知らせや観光イベント情報を、携帯電話やパソコンに電子メールで配信中です。まずは ymg-c@one23.net へ空メールを送ってください。会員登録案内メールが届きますので、案内にしたがって登録してください。メールが届かない場合は、ドメイン「ansin-anzen.jp」が受信できるように設定してください。



QR コード

問 情報システム広報課 ☎ (43)1118

# 2019 女子ハンドボール 世界選手権大会

## チーム紹介 (グループB)

グループBのうち、山鹿市総合体育館で予選ラウンドの試合を行う5チームを紹介します！

チームを知って  
応援に行こう！



### フランス (France)



豊富な経験でチームを引っ張るエースのアリソン・ピノー

All rights reserved © IHF

前回大会（2017年）優勝、昨年のヨーロッパ選手権でも優勝。名実共に世界をリードし続けるハンドボール界の女王。世界トップクラスのゴールキーパー、レノーを中心とした手堅い守備が持ち味。守備でつかんだリズムをエース、ピノーやラクラベルを軸とする攻撃へつなげていく。



### 韓国 (Korea)



アジアナンバーワンの左腕ヒッター、柳殷僔

写真提供：日本ハンドボール協会

自国でのソウルオリンピック（1988年）と、続くバルセロナ（1992年）でオリンピック2連覇。世界選手権でも1995年に優勝。アジアから世界のトップに君臨した唯一無二のチーム。鍛え抜かれたフットワークを生かした攻守やパスの精度の高さで戦う。ワールドクラスのエース、柳殷僔が放つ豪快なシュートも見逃せない。



### オーストラリア (Australia)



昨年、熊本でのアジア選手権で5位となり、オセアニア大陸代表として出場権を獲得。3大会ぶり8回目の出場。体格に恵まれ、パワーあふれるポツツキ、マウンシーを攻守の軸に、ゴールキーパー、ヴェルネイも気迫あふれるキーピングでムードを盛り上げる。過去7回の出場では43戦して白星がないため、まずは初勝利に近づけるか注目したい。



### ドイツ (Germany)



屋外の11人制ハンドボール発祥国でハンドボールを国技とし、長い伝統を誇る。世界選手権では1993年に優勝。自国での前回大会は12位と、最近の戦績はもうひとつ。サウスポーのシュトレラ、中堅、若手の選手が熊本で王国復活を印象付ける活躍ができるか注目。



### ブラジル (Brazil)



2013年世界選手権優勝。自国でのリオオリンピック（2016年）では不本意な5位で終え、前回の世界選手権では18位に沈んだが、身体能力の高さと経験、また、こころ一番で見せる底力は侮れない。長年、チームを支えるアモリン（186センチ）ら大型選手の高さとパワー、小柄な選手のスピードと躍動感をミックスさせた戦いに注目。



ベテランのポイントゲッター、エドゥアルド・アモリン

All rights reserved © IHF

大会の優勝トロフィーやメダル、大会特別サポーターの八代亜紀さんが大会の盛り上げのため特別に書き下ろした絵画「躍動」が、山鹿にやって来ます！

- 日時 10月1日(火)～16日(水)  
午前8時半～午後5時15分
- 場所 山鹿市役所1階ロビー



チケット情報や試合日程は、オフィシャルサイトをご覧ください。

2019 女子ハンド

検索



● 10月27日(日)～11月9日(土)は読書週間です

「ひだまり図書館」と「こもれび図書館」で図書館まつりを開催します。  
楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひご家族でお越しください。  
予約が必要なイベントは、それぞれの図書館へお問い合わせください。



11月2日(土)

## こもれび図書館

手作りのバルーンアーチでお出迎えします！

問こもれび図書館 ☎(43)1082

| イベント名      | 時 間         | 場 所    | 対 象    | 内 容                                                          |
|------------|-------------|--------|--------|--------------------------------------------------------------|
| ぬいぐるみおとまり会 | 11:00～11:30 | えほんのへや | 幼児・小学生 | ボランティアグループ「マザーグース」のおはなし会のあと、ぬいぐるみたちがお泊まりして、図書館のお仕事をします。 ※要予約 |

11月3日(祝)



| イベント名                 | 時 間                                             | 場 所            | 対 象    | 内 容                                               |
|-----------------------|-------------------------------------------------|----------------|--------|---------------------------------------------------|
| 鹿本高校ギター&マンドリン部・合唱部演奏会 | 10:00～10:30                                     | ホワイエ           | 全年齢    | ギターとマンドリン、合唱部の演奏をお届けします。                          |
| 風船アートとしおりのプレゼント！      | 10:00～12:00                                     | 図書館入り口         | 全年齢    | ボランティアグループ「プレッツェル」から手作りのしおりをプレゼント。バルーンアートのプレゼントも。 |
| こもれびリサイクルフェア          | 10:30～16:00                                     | 中会議室②          | 全年齢    | 雑誌、本などのリサイクル。児童書や絵本もあります。コンテナ、箱持参可。               |
| プラバンでしおりを作ろう！         | ① 10:30～<br>② 11:00～                            | 中会議室①          | 幼児・小学生 | プラバンで世界に一つのオリジナルしおりを作ろう。 ※要予約 (各定員 10人)           |
| お仕事いっぱいクリスマスツリー！      | 10:00～16:00                                     | 図書館入り口<br>館内中央 | 幼児・小学生 | いろいろな職業をテーマにしためりえを完成させて、クリスマスツリーに飾ろう。             |
| フィルムコーティング体験          | ① 10:00～10:30<br>② 14:00～14:30<br>③ 15:00～15:30 | えほんコーナー        | 全年齢    | 大切な1冊に自分でフィルムを貼ってみよう！ ※要予約 (各定員 2人)               |
| 英語のおはなし会              | 11:00～11:30                                     | えほんのへや         | 幼児・小学生 | 英語での読み聞かせと手遊びのおはなし会。                              |
| 「おしりたんてい」まちがいさがし!!    | 10:00～17:00                                     | 館内             | 幼児・小学生 | 館内に掲示している7つのまちがいさがしを完成させよう。                       |
| こども上映会「おしりたんてい3」      | 14:00～15:00                                     | 中会議室①          | 幼児・小学生 | 子どもたちに人気のアニメ「おしりたんてい」のおはなしを上映。                    |



### ●こもれびの“すてきな雑誌付録プレゼント”

こもれび図書館で購入している雑誌の付録を、抽選でプレゼントします。本を借りたときに発行するレシートが応募用紙となりますので、希望する付録の番号を記入して応募してください（応募期間：10月27日(日)～11月10日(日)）。11月中に抽選し、館内で発表します。

当選！



ひだまり・こもれび

# 図書館まつり



## ひだまり図書館



10月12日(土)

〒610-0831 町田 ひだまり図書館 ☎(46)1310

| イベント名                 | 時間          | 場所    | 対象     | 内容                                |
|-----------------------|-------------|-------|--------|-----------------------------------|
| 子ども画伯展                | 10:00～17:00 | 館内    | 全年齢    | 幼稚園・保育園児の作品展。                     |
| ②「おしりたんてい」を探せ！        | 10:00～17:00 | 館内    | 幼児・小学生 | 図書館に隠れた「おしりたんてい」を探せ！              |
| ②ぬりえでゾロリ！             | 10:00～15:00 | ロビー   | 幼児・小学生 | ゾロリのぬりえ、カード製作。                    |
| ②スペシャルおはなし会           | 14:00～14:30 | おはなし室 | 幼児・小学生 | ボランティアグループ「とん とん とん」のおはなし会。       |
| ②こども上映会<br>「おしりたんてい2」 | 14:40～15:40 | 視聴覚室  | 小学生    | 子どもたちに人気のアニメ「おしりたんてい」の3つのおはなしを上映。 |

10月13日(日)



| イベント名                     | 時間                             | 場所     | 対象     | 内容                                     |
|---------------------------|--------------------------------|--------|--------|----------------------------------------|
| ②しおりのプレゼント                | 10:00～                         | ロビー    | 全年齢    | ボランティアグループ「プレッツェル」から手作りのしおりをプレゼント。     |
| ②「おしりたんてい」を探せ！            | 10:00～17:00                    | 館内     | 幼児・小学生 | 図書館に隠れた「おしりたんてい」を探せ！                   |
| ②ぬりえでゾロリ！                 | 10:00～15:00                    | ロビー    | 幼児・小学生 | ゾロリのぬりえ、カード製作。                         |
| ②すごろくであそぼう！<br>～山鹿の史跡めぐり～ | ① 10:00～12:00<br>② 13:00～15:00 | ロビー    | 幼児・小学生 | 山鹿の名所・史跡をめぐりながら、楽しく「すごろく」をやってみよう。      |
| ②じしゃくでさかな釣り               | ① 10:00～12:00<br>② 13:00～15:00 | ロビー    | 小学生    | じしゃくをつけた釣りざおで、魚をたくさん釣っちゃおう。            |
| ②スライムをつくろう                | ① 10:00～<br>② 13:00～           | ロビー    | 小学生    | 自分だけのスライムを作ってみよう。<br>※各先着 30人          |
| 秋のリサイクルフェア                | 10:00～16:00                    | 2F ロビー | 全年齢    | 雑誌、本などのリサイクル。料理本や旅行本などもあります。コンテナ、箱持参可。 |
| 大人の上映会<br>「永い言い訳」         | 14:00～16:05                    | 視聴覚室   | 大人     | まきひろ 主演。珠玉のラブストーリーを上映。                 |

※②はスタンプラリー対象イベント

### ●ひだまりの“すてきな雑誌付録プレゼント”

・スタンプラリーでスタンプを集めた人に、すてきな付録をプレゼント！ぜひご参加ください。





### ●入園申し込み説明会・申込書配布

日程 11月1日(金)、5日(火)、6日(水)

時間 午前10時～、午後1時半～（いずれも1時間程度）

場所 子ども課

※上記に参加できない場合は、11月7日(休)以降、子ども課と各市民センターで申込書を配布します。

### ▼市内の幼稚園・保育園・認定こども園一覧

| 地区 | 幼稚園名      | 電話番号     | 利用定員 | 経営 |
|----|-----------|----------|------|----|
| 山鹿 | 山鹿幼稚園（桜町） | (43)1154 | 105  | 市立 |

| 地区 | 保育園名           | 電話番号     | 利用定員 | 経営  |
|----|----------------|----------|------|-----|
| 山鹿 | 山鹿保育園（川端町）     | (43)1153 | 110  | 市立  |
|    | 米田保育園（南島）      | (43)1159 | 50   | 市立  |
|    | やはた保育園（熊入町）    | (43)1157 | 90   | 法人  |
|    | 大道保育園（方保田）     | (46)2328 | 80   | 法人  |
|    | 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 | 110  | 法人  |
|    | 山鹿中央保育園（松坂町）   | (44)3653 | 80   | 法人  |
|    | 平小城保育園（平山）     | (43)6084 | 90   | 法人  |
|    | 三岳保育園（寺島）      | (43)3874 | 50   | 法人  |
|    | 三玉保育園（久原）      | (43)6330 | 120  | 法人  |
|    | 山鹿若葉保育園（鹿校通）   | (43)7187 | 70   | 法人  |
|    | 山鹿西保育園（志々岐）    | (44)5582 | 50   | 法人  |
|    | 八玉保育園（久原）      | (43)5181 | 110  | 法人  |
| 鹿北 | まほろば保育園（岩野）    | (32)2230 | 90   | 法人  |
| 菊鹿 | つばみ保育園（上永野）    | (48)2198 | 60   | 法人  |
|    | 栗の実保育園（長）      | (48)2134 | 50   | 法人  |
|    | 城北アソカ保育園（松尾）   | (48)2129 | 40   | 法人  |
| 鹿本 | 富慈園（中川）        | (46)2578 | 60   | 市立  |
|    | 稲光園（高橋）        | (46)5030 | 80   | 法人  |
|    | かもと乳児保育園（下高橋）  | (46)3439 | 80   | 法人  |
| 鹿央 | かおう保育園（合里）     | (36)2110 | 170  | 市立※ |

※令和2年4月から民営化（法人）予定

| 地区 | 地域型保育施設名      | 電話番号     | 利用定員   | 経営 |
|----|---------------|----------|--------|----|
| 山鹿 | 家庭的保育室ひよっこ(中) | (28)9071 | 3号認定：5 | 法人 |
|    | 山鹿プラザ内保育園（山鹿） | (43)3050 | 3号認定：9 | 法人 |

| 地区 | 認定こども園名          | 電話番号     | 利用定員                 | 経営 |
|----|------------------|----------|----------------------|----|
| 鹿本 | 鹿本こども園（御宇田）      | (46)2345 | 1号認定：30<br>2・3号認定：80 | 市立 |
| 山鹿 | 認定こども園霊泉幼稚園（大宮通） | (44)3120 | 1号認定：15<br>2・3号認定：20 | 法人 |

### ●新規入園申し込み受け付け

4月・5月入園申し込みを受け付けます。6月以降の入園申し込みは、4月以降にお申し込みください（締め切りは入園開始希望月の前々月末）。入園希望施設の見学は、申し込みまでをお願いします。

日時 11月19日(火)～29日(金)

※土日祝日を除く午前9時～午後5時（木曜のみ午後6時まで受け付け）

場所 子ども課

※保育園に限り、11月25日(月)～29日(金)に各市民センターでも申し込みできます（午前9時～午後5時）。

### ●入園対象

◆幼稚園 3～5歳児

※令和2年4月1日(火)時点の年齢

※3歳の誕生月の翌月から入園できます。

◆保育園・地域型保育施設

●保育園 0～5歳児

●地域型保育施設 0～2歳児

※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）。

◆認定こども園

●1号認定（教育認定） 3～5歳児

※令和2年4月1日(火)時点の年齢

※認定こども園霊泉幼稚園は3歳の誕生月の翌月から入園できます。

●2・3号認定（保育認定） 0～5歳児

※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）。

### ●継続入園・転園申し込み受け付け

市内の施設 各施設へ申し込み

市外の施設 子ども課へ申し込み

転園 子ども課へ申し込み

受付期間（市外の施設、転園）

11月19日(火)～29日(金)

※土日祝日を除く午前9時～午後5時（木曜のみ午後6時まで受け付け）

※市内の施設については、各施設にお問い合わせください。



# 会員募集

長年の豊富な経験・技能を生かしてみませんか？

## シルバー人材センター



問 長寿支援課 ☎(43)1180

山鹿市は、高齢者の生きがいの充実、社会参加の推進を図るため、シルバー人材センターの就労活動を支援しています。シルバー人材センターに会員登録し、長年の豊富な知識・経験・技能を生かして楽しく仕事をしてみませんか？元気なシルバー世代で、地域社会づくりに貢献しましょう。

●入会可能な人 山鹿市に住んでいる原則 60 歳以上の、健康で働く意欲のある人

### ●仕事の内容

#### ①請負、委任による仕事

| 区 分    | 主な内容                               |
|--------|------------------------------------|
| 屋内外の作業 | 公園清掃、樹木消毒、草刈り・草取り                  |
| 管理分野   | 施設、公園、駐車場、空き家、墓地などの管理              |
| 農作業    | 農産物の植え付け・収穫などの農作業                  |
| サービス分野 | 家庭内清掃、話し相手                         |
| 事務分野   | 受け付け事務、筆耕、宛名書き                     |
| 技能分野   | 植木の <sup>せんてい</sup> 剪定、障子張り替え、大工仕事 |
| 集配作業   | 広報紙などの配布                           |



※現在、剪定、草取り、農作業などの屋外作業、清掃などの家事援助作業の会員が大変不足しています。



入念な打ち合わせ



丁寧に封筒入れ作業



会員手作りの小物の販売



仕事は笑顔で楽しく！

#### ②派遣による仕事

派遣先から指示を受けるか、または従業員と混在して行う仕事など

(例) 一般事務、屋内外軽作業、福祉施設などの送迎業務・福祉施設での補助業務

### ●入会説明会

日 時：毎月第2、第4水曜日 午前 10 時～

会 場：山鹿市シルバー人材センター事務所（山鹿 402-8）

### ●お問い合わせ

公益社団法人 山鹿市シルバー人材センター ☎(44) 1850

ホームページ <http://www.sjc.ne.jp/yamaga/>

皆さんの入会をお待ちしています



☆☆☆ 仕事の発注もお待ちしています!! ☆☆☆



# 山鹿市の国民健康保険の状況

国民健康保険（国保）は、山鹿市と熊本県が保険者として運営しています。万一の病気やけがに備えて、加入者（被保険者）の皆さんがお金（国保税）を出し合って医療費に充てる助け合いの制度です。

年々その医療費は増加していて、厳しい財政運営が続いています。



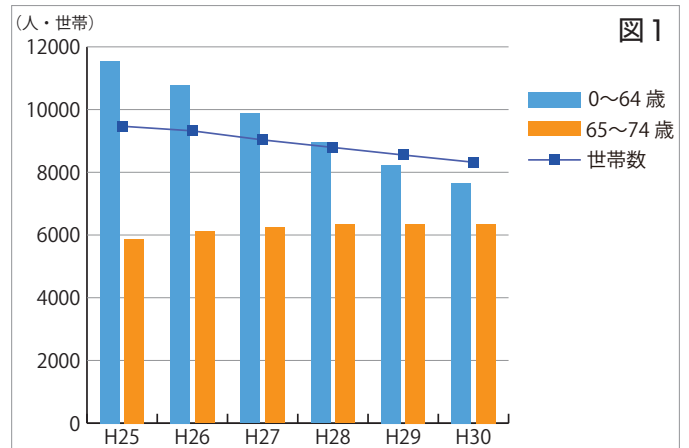
問国保年金課 ☎(43)1527

## ■ 国保世帯数と被保険者数の推移 ■

本市は人口減少により国保世帯数、被保険者数ともに減少していく中、65～74歳（前期高齢者）の人数は年々増加し、高齢者の割合が高くなっています（図1）。



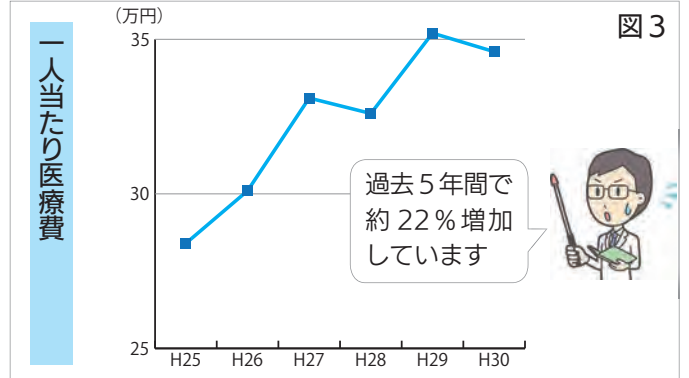
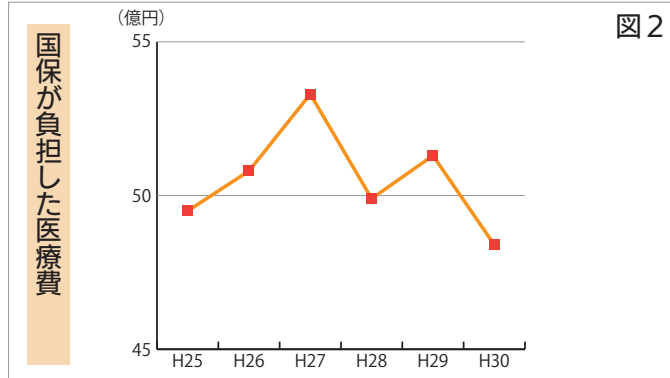
グラフで見ると、若い世代の減少がはっきりと分かります。今後もこの傾向が続くと予想されます。



## ■ 国保が負担した医療費（保険給付費）総額と一人当たり医療費の推移 ■

国保が負担した医療費の総額は、年度ごとに若干の増減はありますが横ばいです。しかし医療技術の高度化のため医療費や薬剤が高額となったり、生活習慣病などの

病気の増加や高齢者が増えたりすることで、一人当たり医療費は増加傾向にあります（図2・図3）。



## ■ 医療費の伸びを抑えるために、皆さんができること ■

日頃からバランスの良い食事をとることや運動習慣を付けることを心掛けましょう。また、病気の早期発見や

重症化させないために、特定健診やがん検診を受けましょう。

### ..... ジェネリック医薬品の利用をお願いします .....

#### ● ジェネリック医薬品とは

先発医薬品の特許が切れた後に製造販売される、先発医薬品と同じ有効成分、同等の効き目を持つ後発医薬品のことです。安全性も同程度なので、安心して使うことができます。

#### ● 切り替えるにはどうしたらいいの？

ジェネリック医薬品を希望する場合は、病院や保険薬局で医師・薬剤師にご相談ください。ただし、薬の種類によってはジェネリック医薬品がない場合や、取り扱われていない場合もあります。



皆さん一人一人が「健診受診による早期発見」「ジェネリック医薬品の利用」を心掛けることで医療費の伸びを抑えるだけでなく、予防健康づくりへの取り組みとして国から交付金を受けられ、皆さんが納める国保税の負担を抑えることにつながります。

# 後期高齢者健診と歯科口腔健診はお済みですか？



後期高齢者医療保険制度加入者を対象に、5月下旬に受診券を郵送しています。自覚症状がなくても、健診を受けることで病気を早期発見でき、早期治療につなげることができます。年に1度は健診を受けて、体の状態を確認しましょう。



問 国保年金課 後期医療年金係 ☎(43)1576

- 実施時期 10月31日(木)まで
- 自己負担額 後期高齢者健診 800円  
歯科口腔健診 400円

※ご希望の医療機関（指定医療機関）に予約が必要です。詳しくは受診券と同封の書類をご覧ください。

※既にことし集団健診や医療機関で高齢者健診を受けた人は受けられません。2回目の健診を受けた場合は、健診費用（8千円程度）を返還していただきます。

健診結果から、日常生活指導や服薬指導が必要と判断された人は、山鹿市（または、山鹿市から委託された事業所）の保健師や栄養士が、ご自宅を訪問することがあります。

訪問指導を受けた場合は、日ごろから健康について気になっていることなどを、お気軽にご相談ください。

## ●後期高齢者医療制度への加入について

後期高齢者医療制度には、75歳以上（満75歳の誕生日から）の人のほかに、65歳から74歳までの一定の障がいがある人で、熊本県後期高齢者医療広域連合の認定を受ければ、後期高齢者医療制度に加入できます。加入は任意で、一度認定を受けても、75歳になるまではいつでも将来に向けて撤回し、他の健康保険に移ることができます。

加入を希望する人は、現在加入している健康保険と、後期高齢者医療保険に加入した場合の、保険料や医療機関での負担割合などを比較した上で、加入するかどうかの判断をしてもらいます。詳しくは国保年金課へご相談ください。

## ▼一定の障がいがある人とは

- 身体障害者手帳1級から3級を持つ人、4級の一部の人
- 精神障害者保健福祉手帳1級・2級を持つ人
- 療育手帳A1・A2を持つ人
- 障害基礎年金1級・2級の年金証書を持つ人など

## 生活自立相談窓口を設置しています

問 福祉課生活自立相談窓口 ☎(43)1167  
午前8時半～午後5時15分（平日のみ）

仕事が見つからない、失業期間が長くなり不安だ

家賃を払えない、貯金が底を突いてしまった

生活に困っている、収入が少なくて家計が苦しい

社会に出るのが怖くて引きこもっている など



そんなときは…

福祉課の生活自立相談窓口（市役所1階9番窓口）へお越しください。外出が難しい人の場合は、相談員が訪問することもできます。



## ●支援内容の例●

### 【自立相談支援事業】

専門知識を持った相談員が、相談者と一緒にそれぞれの状況に応じた自立支援計画を立て、就職や家計改善などを支援します。

### 【住居確保給付金】

離職して住居を失った人に、一定期間、家賃相当額を支給します。生活の土台を整えてから、就職に向けた支援を行います。

### 【家計相談支援事業】

家計に関する相談、家計管理に関する指導、状況に応じた支援計画の作成、必要に応じた貸し付けの紹介などを行います。

生活困窮者は、自分から助けを求めることができない場合があります。周りに困っている人がいたら、相談窓口へ情報提供してください。

誰でも

無料

秘密  
厳守



# ぼくたち わたしたちの 熱い夏!!



市内の小学生・中学生たちが、それぞれの部活動で活躍。夏の暑さに負けない熱い戦いを見せてくれました。夏季期間中に開催された九州大会以上の大会に出場した部活動などを紹介します。

| 学校名     | 大会名など                             | 期日      | 場所   | 種目、結果（9月18日時点）                                                         |
|---------|-----------------------------------|---------|------|------------------------------------------------------------------------|
| 山鹿小学校   | 第86回NHK全国学校音楽コンクール九州・沖縄ブロック 小学校の部 | 8/29    | 福岡県  | 合唱：金賞                                                                  |
|         | 第11回九州合唱コンクール 小学校部門               | 9/22    | 鹿児島県 | 合唱                                                                     |
|         | “日清食品カップ”<br>第35回全国小学生陸上競技交流大会    | 8/10    | 神奈川県 | (山鹿 RC) 混成4×100mリレー<br>富田恋衣さん、松本夏音さん<br>川口凌空さん、松岡美咲さん<br>久武咲月さん、功能朱莉さん |
| 稲田小学校   | 第20回ダイハツ全国小学生ABCバドミントン大会          | 8/11-13 | 八代市  | 3、4年の部 シングルス出場<br>川野達さん                                                |
| めのだけ小学校 | 第11回九州合唱コンクール 小学校部門               | 9/22    | 鹿児島県 | 合唱                                                                     |
| 山鹿中学校   | 令和元年度全日本少年少女武道（弓道）錬成大会            | 7/15    | 東京都  | 女子団体                                                                   |
|         | 第40回九州中学生弓道大会                     | 8/4     | 大分県  | 女子団体<br>女子個人 高木詩歩さん、平田珠花さん                                             |
|         | 第30回女子九州中学校柔道競技大会                 | 8/5-7   | 長崎県  | 女子70kg級 平山葵さん                                                          |
|         | 第48回九州中学校ハンドボール競技大会               | 8/8-10  | 宮崎県  | 男子団体                                                                   |
|         | 第47回九州中学校水泳競技大会                   | 8/3-5   | 沖縄県  | 男子400mフリーリレー：3位<br>男子400mメドレーリレー：優勝<br>男子総合：2位<br>福原悠大さん 200m自由形：6位入賞  |
|         | 第59回全国中学校水泳競技大会                   | 8/17-19 | 京都府  | 男子400mフリーリレー<br>男子400mメドレーリレー                                          |
|         | 第74回九州合唱コンクール 中学校部門               | 9/14    | 熊本市  | 合唱：金賞                                                                  |
|         | 第86回NHK全国学校音楽コンクール九州・沖縄ブロック 中学校の部 | 9/17    | 福岡県  | 合唱：銀賞                                                                  |
| 鹿北中学校   | 第34回日本クラブユースサッカー選手権（U-15）大会       | 8/15-24 | 北海道  | ロアッソ熊本ユース 古川巧翔さん                                                       |
| 鹿本中学校   | 第49回九州中学校剣道競技大会                   | 8/3-5   | 長崎県  | 男子個人 福島駿平さん                                                            |
|         | 第15回九州中学校空手道競技大会                  | 8/9-10  | 宮崎県  | 男子個人形 松川怜雅さん：3位                                                        |
|         | 第27回全国中学生空手道選手権大会                 | 8/16-18 | 北海道  | 男子個人形 松川怜雅さん                                                           |

● 10月に開催される全国大会に出場予定の部活動などを紹介します。出場する皆さんの大会での健闘を祈ります。

| 学校名   | 大会名など                           | 期日       | 場所   | 種目                 |
|-------|---------------------------------|----------|------|--------------------|
| 山鹿小学校 | 第86回NHK全国学校音楽コンクール全国コンクール 小学校の部 | 10/13    | 東京都  | 合唱                 |
| 山鹿中学校 | 第50回ジュニアオリンピック陸上競技大会            | 10/11-13 | 神奈川県 | 男子ジャベリックスロー 永野煌汰さん |
|       | 第72回全日本合唱コンクール全国大会中学校部門         | 10/26    | 岡山県  | 合唱                 |
| 菊鹿中学校 | 第50回ジュニアオリンピック陸上競技大会            | 10/11-13 | 神奈川県 | 女子走り幅跳び 高塚百合香さん    |
| 鹿本中学校 |                                 |          |      | 男子1500m 松尾拓実さん     |

## 8/17 これからも地域の力に…五郎丸みなこい会 100 回記念

同会は五郎丸地区の高齢者が地域の人と触れ合い、楽しい時間を過ごすことを目的に、社会福祉協議会と地元ボランティアが協力して平成 23 年 5 月から月に一回、三玉保育園で園児や地元住民との交流を行っているものです。

100 回目の開催となった当日は、地区の高齢者をはじめ 45 人が参加。会の歴史を振り返るスライドショーの上映や、三玉保育園出身で陸上自衛隊音楽隊勤務の本田義輝さんと妻の美紀さんによる記念コンサートなどが行われました。みなこい会代表の木庭律子さんは「これからも活動を続けて地域住民の憩いの場にしていくとともに、災害時などは地域に貢献できる会にしていきたい」と話しました。



スライドで思い出を振り返る参加者たち

## 8/20 九州ジュニア柔道体重別選手権大会優勝…大牟田高等学校 石本慎太郎さん

6 月 30 日に福岡武道館で開催された九州ジュニア柔道体重別選手権大会男子 100 ㎏級で、大牟田高等学校 2 年生の石本慎太郎さん（鹿本中学校出身）が見事優勝し、9 月 15 日に埼玉県立武道館で開催される全国大会への出場を決めました。また、8 月 9～10 日に鹿児島市で開催されたインターハイ柔道男子団体で準優勝という好成績を収めました。

この日、中嶋憲正市長に報告に訪れた石本さんは「インターハイ県予選個人の部で敗退した悔しさをバネに、絶対に優勝するという強い思いで大会に挑みました。全国でも思い切った柔道で優勝を目指して頑張ります」と抱負を述べました。

※9 月 15 日に行われた全国大会は、健闘しましたが惜しくも入賞は逃しました。



報告に訪れた石本さん

## 9/12 親子の絆、命の尊さを学びました…赤ちゃん和高校生ふれあい交流

鹿本農業高等学校（石川正校長：生徒数 193 人）で「赤ちゃん和高校生のふれあい交流会」が開催され、生活科学科の 2 年生 13 人が、乳幼児 13 人とその保護者と触れ合いました。これは親子のつながりの大切さ、乳幼児の発達や命の大切さについて学ぶことを目的として行われているもので、この日、生徒らは手遊びや絵本の読み聞かせ、妊婦の模擬体験や抱っこの仕方などを体験しました。参加した男子生徒の田中辰季さんは「小さな赤ちゃんをどう扱っていいのか大変勉強になりました」と話し、初めて参加した保護者の寺本薫さんは「今の高校生は意外と赤ちゃんの扱い方が上手でびっくり」と話していました。生徒らは最後に自分たちで作ったガラガラのおもちゃをプレゼントし、楽しい時間を過ごしました。



左から富永聖愛さん、内野日奈多ちゃん、  
富野太晴ちゃん、古山夕乃さん

## いつまでも元気で、夫婦仲良く …山鹿市敬老表彰式典

9 月 14 日



金婚表彰を受ける脇山清隆・美千子さん  
ご夫婦

山鹿市敬老表彰式典が山鹿市民交流センターで行われ、88 歳到達者（450 人）と金婚夫婦（113 組）をお祝いしました。式典では中嶋憲正市長が出席した代表者に表彰状と記念品を手渡し「これからも元気で笑顔の絶えない幸せな日々を過ごしてください」と式辞を述べると、脇山夫妻が「元気に二人で歩んだ 50 年は、多くの人に支えられた。苦楽を共にした妻には感謝しています。これからも長生きしたい」と謝辞を述べました。

## 古代の夜空に思いを馳せて …観月会 in 鞠智城

9 月 14 日



鞠智城の前で演奏する  
山鹿中学校太鼓部

古代の先人たちも見ていた夜空を眺めながら鞠智城への愛着を深めることを目的に、菊鹿中学校と山鹿中学校の生徒が中心となり観月会を開催。中学生による合唱や太鼓の演奏、天体望遠鏡を使った月や星の観察、九州大学名誉教授の丸山雅成氏による「大人の鞠智城講演会」と題した記念講演などが行われました。満月が明るく静かに照らした会場に風情ある音楽が響き渡ると、参加者はうっとり聞き入っていました。

## 山鹿だいすき！ 「さくら湯朝市」

- 日時 山鹿もて〇マーケット  
10月13日(日)  
午前8時～11時
- 場所 湯の端公園
- 内容 健康野菜や手作り品、フリーマーケットなど。
- ※出店者も募集しています。
- 問い合わせ先 (山本)  
☎090(8947)4950

## 子どもたちが笑顔をくれます おもてなし子ども公演

- 日時・内容 山鹿もてなしたい  
10月13日(日)  
午前10時～10時半  
菊鹿中合唱部
- 10月27日(日) 午前10時～11時  
江良フラダンス、八幡小器楽部、吉永フラ&タヒチアンダンス
- 場所 湯の端公園
- 参加費 無料
- ※出演者も募集しています。
- 問い合わせ先 (山本)  
☎090(8947)4950

## 第10回オールドカー フェスタin山鹿2019

- 日時 10月6日(日) 雨天決行  
(山鹿支部)
- 熊本県自動車整備工業協同組合  
熊本県自動車車体整備協同組合

- 午前10時～午後3時
- 場所 山鹿市カルチャースポーツセンター第一駐車場
- 参加車輛 昭和以前に生産された車輛、スペシャルカー、二輪車
- ※部品交換会もあります
- 問い合わせ先 (朝倉)  
☎(36)2908



## 奎堂文庫展示資料室 企画展

- 鹿本商工高等学校  
「奎堂文庫にみる来民の学び」  
鹿本町出身の元総理大臣清浦奎吾伯が寄贈した図書館「奎堂文庫」に現存する資料の中から、彼自身の学び、生家である明照寺(鹿本町来民)や彼自身が開いた私塾でどのような学習活動が行われていたか、その教科書ともいえるべき漢籍資料を中心に展示します(入場無料)。
- 日時 10月29日(火)～11月8日(金)  
午前9時～午後4時  
(学校休業日は休み)
- 場所 鹿本商工高等学校
- 問い合わせ先 (岩崎)  
☎(46)3191

## 第18回カレイヒナラニ 堀川フラフェスティバル

- カレイヒナラニ堀川フラスタジオ  
今回はフラと和楽器のコラボレーションを企画しました。「小路永ことチェルト」の皆さんの素晴らしい演奏をお聞きいただき、そしてフラダンスをお楽しみください。入場は無料です。皆さんのご来場をお待ちしております。
- 日時 10月20日(日)  
開場…午後1時  
開演…午後1時半
- 場所 山鹿市民交流センター
- 問い合わせ先 (堀川)  
☎090(5083)1670



## 第24回山鹿市芸術祭参加 藤流 祥妙の会 日本舞踊発表会

- 日時 10月20日(日)  
午後1時～3時半
- 場所 八千代座
- ※入場無料です。
- お気軽にお越しください。
- 問い合わせ先 (杉村)  
☎(43)3395



## 働き方改革に対応する 人事評価制度の講演会

- 一般社団法人山鹿青年会議所  
こんなお悩みありませんか？  
「社員の離職率を改善させたい」  
「生産性を上げて業績を向上させたい」本講演会では働き方改革を実現するための人事評価制度のポイントを大公開。誰でも無料でご参加いただけます。
- 日時 10月28日(月)  
午後7時～9時
- 場所 山鹿市民交流センター
- 定員 100人
- ※来場者特典として全員に書籍プレゼント
- 問い合わせ先 (上田)  
☎090(6892)4704

## 無料市民相談会

- 熊本県行政書士会山鹿支部  
行政書士へ無料で相談できます。
- 日時 10月20日(日)  
午前10時～午後3時
- 場所 温泉プラザ1階ふるさと市場
- 相談内容 市役所の提出する書類・パスポートや在留手続きの相談、農地や不動産に関すること、相続や遺言・契約書に関すること、建設業許可・労働関係に関する相談など
- 問い合わせ先 (森山行政書士事務所)  
☎(46)1075

## 山鹿支部老人クラブ連合会 「秋の行事」

- 山鹿市老人クラブ連合会山鹿支部  
生産物・提供品展示即売会  
会員の皆さんが農産物や加工品、使用していないものなどを即売します。
- 日時 10月26日(土) 午前9時～午後3時(売り切れ次第終了)
- 出品 農産物、農産加工品、日用品、生活用品、衣類関係、陶器類など
- 第27回芸能大会  
会員の皆さんが出演します。内容はカラオケ、舞踊、健康ダンス、ハワイアンフラダンス、太極拳、詩吟、ハーモニカなどさまざまです。芸能人顔負けの衣装や年を感じさせない歌声、踊りで元気をもらえます。
- 日時 11月2日(土) 午前9時半～午後3時半(午前9時開会)
- 会場 山鹿市老人福祉センター
- 問い合わせ先 (鬼木)  
☎(43)1104



## 夏休みの合同勉強会

大道校区日置幸の会  
山鹿支部老人クラブ連合会  
大道校区 日置幸の会では8月9日に日置公民館において、大道小学校に通う児童を招待して、夏休みの合同勉強会を開催しました。1時間程度でしたが、和気あいあいの雰囲気の中でお年寄りの皆さんも、元気をもらうことができました。



## 親族後見人向け活動支援講座&個別相談会

(公社)成年後見センター・リーガルサポート熊本支部  
「最後の時も親族の協力が見込めない」「最後に家庭裁判所に何を提出すればいいの」など悩み事を抱え、将来に不安を感じる人を対象に、成年後見制度に関する講座および相談会を開催します。

- 日時 10月19日(土)
- 講座 午後1時～3時
- 個別相談会

午後3時15分～4時

- 場所 くまもと県民交流館パレア10階 会議室7・8
- 定員 50人
- 参加費 無料
- 問い合わせ先  
☎096(364)2889

## 「法の日」 無料法律・登記相談

熊本県司法書士会  
熊本県土地家屋調査士会  
10月1日は「法の日」です。「司法書士」「土地家屋調査士」はあなたの財産や権利を守ります。専門家が無料で相談に応じますのでお気軽にご相談ください。

- 日時 10月5日(土)  
午前10時～午後3時
- 場所 山鹿市民交流センター
- 相談内容 登記、相続、借金問題、境界問題など
- 問い合わせ先  
(司法書士 宮本孝)  
☎(48)2062

## 令和2年度生徒募集

- 募集人員 40人
- 課程学科 医療高等課程・看護学科
- 修業年限 2年(昼間)
- 選考区分 推薦入学(学校長、医療機関

## 今月の街角Gallery

### パスタ&ギャラリーポポロ(鹿校通)

☎(44)4835

#### ▶中井葉香絵画展

日本画、水彩画、クレヨン画など約20点展示  
中井葉香さん(菊陽町)  
期間 10月1日(火)～15日(木)

#### ▶画友三人展

ペン画、色鉛筆画、油彩など約20点展示  
西川誠一さん(玉名市)  
古家聖士郎さん(山鹿市)  
坂本靖幸さん(和水町)  
期間 10月16日(水)～31日(木)

※日曜日定休。時間は11:30～18:00  
(最終日は15:00まで)

### 「万葉の風」鹿央物産館(常設展示場)

☎(36)3838

#### ▶坂本勉作品展

感謝の気持ちを込めてハスの実のアクセサリーなどを展示します

代表:坂本勉さん(山鹿市)  
期間 10月1日(火)～15日(木)

※月曜日定休。時間は10:00～17:00

長)、社会人入学、一般入学

- 受験料 1万円
- 入学金 無料
- 試験日(推薦入学、社会人入学) 10月24日(木) 午前10時～
- (一般入学) 11月14日(木) 午前9時～
- 合格発表日(推薦入学、社会人入学) 10月28日(月)
- (一般入学) 11月18日(月)
- ※受験資格、出願方法、試験内容についてはお問い合わせください。
- 問い合わせ先 (菊池市限府764-1)  
☎0968(25)2182

## 「やまがアートin鶴城」鶴城中学校跡でアートイベント

やまがアート実行委員会  
3月で鶴城中学校は閉校しましたが、その教室などを使ってアートの展示、ステージ、マルシェを合わせたイベントを開催します。山鹿周辺で活動している人のさまざまな作品が並び、山鹿中学校の吹奏楽やバンドの演奏が流れ、手作りの品が販売されるなど楽しい催しです。体験ワークショップもあります。

- 日時 11月2日(土) 4日(休)
- 場所 鶴城中学校校跡



- 内容  
展示部門(絵画・彫刻ほか)  
ステージ部門(吹奏楽・バンド演奏ほか) マルシェ(軽食・アクセサリー・野菜ほか)
- 問い合わせ先 (上野)  
☎(44)2007

# 市民文芸

## 肥後狂句

### 河鹿会 肥後狂句 八月例会

#### ●課題句 中川正子選

うわん空 世話やくほうがばからしか

止まらん もうよかマイクやらんかい 松本 臣子

早起き そら年寄りの特技たい 宮園すま子

竹下千鶴子

鳥巢万年青

### 肥後狂句やまが会 八月例会

#### ●新谷不動選

ほーう 山鹿羊羹餅だった

暑かなア 美人幽霊抱こごたる 宮川 幸代

わアいさぎ 立ち往生の弔問者 荒木トシボ

浴衣がけ はちきれそうなメロンパン 荒木又衛門

わアいさぎ 美女千人の宵明かり 長瀬 狂介

●遠藤上気選

わアいさぎ 予約しとって良かったな 森本 遊民

なれたもん 不信任案気にもせん 桑原 真覚

やおいかん 二千万円間に合わん 川上 火男

ほーう 県に轟くやまが会

わアいさぎ お城復興億の寄付 新谷 不動

荻 正好

## 俳句

### 新人俳句講座

#### ●瀬口忠一選

お茶請けに祖母の自慢の煮いんげん

病室の西日落つまで見届けり

しあわせの記憶廻すや盆灯籠

木村マチ子

岡崎小貴子

加藤寿美代

### タップ俳句会

#### ●山口信博選

夏の星巫の娘を輝かせ

凌霄の花は燃えたり廃屋敷

虹の道亡き人帰る巫女の術

村上 和代

松尾 光浩

緒方 香織

### 山鹿俳句会 八月例会

#### ●利光釈郎選

羅を旅着に赤いスカーフで

秋蝶の行方気になる座敷かな

空家にも灯り洩れをり盆の宵

本田 孝子

光永 紀子

谷崎 弘枝

## 短歌

### 鹿本短歌会 鹿本町招魂祭奉納短歌大会 詠草

#### ●清田由井子選

何時しらに喜雨は豪雨に化り果てて遅れ梅雨とふ荒雨叩く

こそ今年指折りにつつ生きて来て百歳の夢一つとなりぬ

吹き溜まる落葉めくれば母人草分けし株にも小さき実宿る

#### ●富田豊子選

枝豆の緑は夏の思い出か父とビールと丸い食卓

日曜日 家族来る日は楽しくて朱夏より秋へひたすらに待つ

雨降れど松に吊した短冊はひるむことなく願ひを告ぐる

#### あぢさる短歌会 九月例会

朝焼けの赤くはり付く明けの道異常気象を踏みつつ歩く

スベリヒュ摘みて食せし戦中に 我が狭庭べを犯しはびこる

高齢化の街並みすっぽり包むごとと虹のかかればあした明るし

#### ●鹿北短歌会 八月詠草

##### ●瀬上修次選

きらめきて流るる川面に浮き沈み葉つばにわれの人生重ねる

残り火のごとく生きゐる吾もはや母が逝きたる齢を過ぎし

外出から帰れば赤き紫の輝き迎へる我が家のサボテン

#### ●菊鹿短歌会 八月詠草

ゆつくりと青の広がる夏空に娘は荷を積み家離りゆく

#### ●瀬上修次選

しろじろと路傍に群れなす春紫苑戦争草と誰が名づけたり

屋下がり初夏の日差しに立ち尽くす白内障の術後二日目

#### ●鹿央短歌会 八月作品

夕顔は昼は眠るか夕べには太きひとみの白花咲けり

紺碧の水をたたへて輝ける竜門ダムをじつと見渡す

猛暑日はエアコンつけて夏ごもりし充電するもこれまた楽し

#### ●三岳短歌会 八月例会

涼しさを分かちあふごと木の下に草引く我と野良のしろ猫

落ちつぎて多にしろじろ夏つばき花そのままに夕土に冷ゆ

声高にお腹すいたと三人の曾孫かえれば家は明るし

中川 晶子

平野 和子

本田眞智子

田代 春美

松岡みちえ

三森 京子

山口 信博

横尾 トシ

鹿子木泰子

西牟田節代

弓掛むつ子

徳永 則子

瀬上 修次

片山 陽子

立山 徳明

立山 ベ子

木下志摩子

村田 一幸

有働 恵子

巢山志津子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子

立山 ベ子



# 図書館スタッフ おすすめの1冊

## 蔵書場所の省略表記

ひだまり図書館 【ひだまり】 こもれび図書館 【こもれび】  
 鹿北公民館図書室 【鹿北】 菊鹿公民館図書室 【菊鹿】  
 鹿央公民館図書室 【鹿央】



『お手伝いしましょうか?』うれしかった、そのひとこと  
 高橋うらら / 文 深蔵 / 絵 講談社 / 出版  
 さまざまな状況で困っている人を見つけたとき「お手伝いしましょうか?」と聞いてみては? イラストや写真と共に八章に分けて紹介してあります。  
 《ノンフィクション》 【ひだまり】 【こもれび】



『かわいい見聞録』 益田ミリ / 著 集英社 / 出版  
 雪だるま、コンペイトー、猫のしっぽ…。王道&意外な「かわいい」のヒミツを探るコミック&エッセイ。日常の中の「かわいい」に出合ってみませんか?  
 《エッセイ》 【ひだまり】 【こもれび】 【菊鹿】



『あいうえオリンピック』 中川ひろたか / 文 平澤一平 / 絵 くもん出版 / 出版  
 2020年東京オリンピックの全ての競技が登場します。オリンピックの豆知識も盛りだくさん。家族で楽しめる、あいうえお絵本。  
 《えほん》 【ひだまり】 【こもれび】



『恐竜・古生物ビフォーアフター』 土屋 健 / 著 ツク之助 / 絵 イースト・プレス / 出版  
 恐竜の姿、実は変化している!? 最新の研究を分かりやすく解説しています。この知識を子どもに話したら、あなたも恐竜博士に!  
 《自然科学》 【ひだまり】

## ひだまり図書館

### 「食欲の秋」

旬の食べ物をおいしくいただくレシピ本をご紹介します♪

### 「体をうごかしてみよう」

楽しく体を動かせるスポーツに関する本を展示

### 「ハロウィンのえほん」

絵本コーナーでハロウィンに関する絵本を紹介

## こもれび図書館

### 「ラグビーW杯2019! 熊本で開催」

ルールから自叙伝、小説までラグビーに詳しくなる本をご紹介します

### 「トリックアートを楽しもう」

ふしぎな錯視の世界を体験してみませんか  
 ガラスケース内展示「肥後国衆一揆」(12月末まで)  
 協力:山鹿市立博物館

## 今月の展示

## 休館日

## ひだまり図書館

10月7日(月)・14日(祝)・21日(月)・28日(月)

## こもれび図書館

10月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)

## 問い合わせ先

★ひだまり図書館 ☎(46)1310 ★こもれび図書館 ☎(43)1082 ★鹿北市民センター ☎(32)3111  
 ★菊鹿市民センター ☎(48)3111 ★鹿央市民センター ☎(36)3111 ★社会教育課 ☎(43)1651

## 『やまが肝いいどん』 通信

☎地域生活課 ☎(43)1114

### 〜結婚を希望する人を応援する団体への

### 補助制度について〜

#### 結婚チャレンジ事業補助金

結婚を希望する独身男女に出会いの場を提供するイベントなどを実施する団体を支援します。



**募集期間** 10月7日(月)〜21日(月)

**対象団体** 市内に主たる事務所もしくは活動拠点を有する団体、または熊本県の「よかバス企業」に登録しており、結婚相手紹介サービスを業として行っていない団体。

**対象事業** 結婚を希望する独身男女に出会いの場を創出するパーティー、セミナー、文化・スポーツイベントなどの事業。

**対象経費** 事業に係る消耗品費や会場借り上げ料、広告宣伝費、謝金(セミナー講師、司会)など。

**補助率** 補助対象経費の実支出額、または総事業費から参加者負担金およびその他の収入を控除した額のいずれか少ない方の額とし、10万円を限度とします。

**申請方法** 地域生活課に備え付けの申請書に必要事項をご記入の上、募集期間内に提出してください。申請内容を審査し、予算の範囲内で決定します。

地域生活課では婚活情報誌『やまが縁むすびBOOK〜本気で結婚したい人の「婚活のススメ」〜』『if-もしも自分が結婚したら〜』を無料配布中です!お気軽にお越しください。



ゆりり鹿北町



ことしも8月16日に開催された山鹿灯籠まつりへ行きました。この日のために浴衣を新調、着付けはアンティーク着物レンタルの柏屋さんをお願いしました。やはりプロの着付けは美しく、しっかりと締められた帯のおかげか、背筋も自然にシャンと伸びます。

女2人久しぶりの浴衣姿に「女子って感じだね」と心を躍らせ、いざおまつりへ。友人にとっては初めての灯籠まつりで、私の案内にも気合いが入ります。各町に飾られた山鹿灯籠、みこしや灯籠踊りを見て回り、歩き疲れて最後はへとへとに。それでも浴衣は着崩れず、美しいままでした。

浴衣を脱ぎ、いつもの自分に戻りつつ、あっという間に過ぎた浴衣の時間の余韻に浸りました。来年もまた、浴衣の夜を楽しみに灯籠まつりへ行きます。(岩崎)



やまがびと



私が住んでいる相良地区にて、ことしから年行司の役を頂き、地域の行事や祭典に関わっています。

9月1日は菊鹿町にて、日本神話の神、鷲鷲草不合尊が眠るとされる「陵さん」を祭る祭典が行われました。神楽とお祈りの奉納は雨天のため、近隣の吾平阿蘇神社に変更。そのお祈りの中で、私はさまざまなことを感じました。

後世へ伝承するには、記憶だけでなく記録として残すことが必要ではないか。しめ縄の作り方、お供え物の配置、神楽ほか、神事の一連の流れ、その祭典の意味や意図を。

そうした記録の過程で、その神事や行事がその地域で成立した理由に近づくはず。そこから、その地域の真実の歴史や地域を再発見するヒント、地域の文化を残す方法が、少しずつ見えてくると思うのです。(田河)



山鹿発 食卓行き 熟れし話



日本酒と焼酎とワインが好きな私は、特にワインの原料「ブドウ」に囲まれて育ちました。

私が生まれた所は東京都調布市。江戸時代、山梨県の甲府盆地から江戸までのブドウ運搬ルートだった甲州街道(国道20号)沿いです。また、自宅の周辺にブドウ畑が点在しており、中学時代は毎日その中通学しました。粒が大きくなり、ブドウの房が紙製の袋に包まれる頃は、よく立ち止まって「今、袋の中はどうなっているのだ」と恨めしく見上げたものです。

ブドウの産地でもある山鹿に来て2年目。昨秋は「菊鹿ワイナリー」も誕生、ブドウとワインが好きな私にとって、これはうれしい展開。日本酒と焼酎とワインの蔵がそろった山鹿にて、私も発酵と熟成を重ねながら、笑顔の通い合うルート開拓に貢献したいと思っています。(河野)



私だけは大丈夫!? 消費生活相談



ドライブレコーダーのSDカードを点検しましょう

【事例】

● 自動車を運転中、交差点で対向車と衝突した。ドライブレコーダーに録画されているはずの映像が、SDカードの不具合により記録されていなかった。

【アドバイス】

● 相談事例では、事故やトラブルのときに確認した際、初めて映像が記録されていないことに気が付いた、という例が多く見られます。

● データを記録するSDカードの異常により、映像が記録されていないケースがあります。SDカードは定期的にフォーマット(初期化)する必要がある。また、繰り返し使用すると劣化していく消耗品なので、定期的に交換しましょう。

● 取扱説明書をよく読んで、ドライブレコーダーに合ったSDカードを使用し、本体に異常が生じていないかの確認も含め、映像が正常に記録されていることを定期的に確認しましょう。

※不安を感じたときや困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

岡山県消費生活センター(商工観光課内)

熊本市消費生活センター

☎(0966)333-0999 ☎(43)0188



# 山鹿市では4Rを推進しています

問環境課 ☎(43)7211



10月は3R(リデュース、リユース、リサイクル)推進月間となっていますが、本市では「リフューズ」を加えた「4R」を推進しています。  
この機会に、日常生活における小さな環境への配慮に取り組み、より環境負荷の少ないライフスタイルを目指しましょう。

|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>リフューズ (要らない物は断る)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 買い物にはマイバッグを持参し、レジ袋を断る。</li> <li>● お弁当や飲み物を購入するとき、割り箸、ストローなど使い捨ての物を受け取らない。</li> <li>● ポケットティッシュやチラシなど、必要ない物は受け取らない。</li> </ul>          | <p><b>リデュース (消費する資源を減らす)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 過剰包装を断り、簡易包装を選択する。</li> <li>● 詰め替え製品など、廃棄する割合の少ない製品を選ぶ。</li> <li>● 量り売りなどを利用し、食材の買い過ぎ、料理の作り過ぎを減らす。</li> </ul> |
| <p><b>リユース (再使用する)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 要らなくなった紙は、メモ用紙として使う。</li> <li>● 使い捨て容器ではなく、ビール瓶、牛乳瓶のように何度も使える容器に入った物を選ぶ。</li> <li>● 要らない物は必要としている人に譲るか、フリーマーケットやリサイクルショップを活用する。</li> </ul> | <p><b>リサイクル (再生利用する)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 市の分別収集ルールに従って、洗浄・仕分けしてごみを排出する。</li> <li>● 集団回収や店頭回収を利用する。</li> <li>● リサイクルされた原材料をもとに作られた製品を選ぶ。</li> </ul>         |

日時 10月19日(出)  
9時〜正午まで  
場所 山鹿市消防本部



今回も、防火・防災意識を高めてもらえるような催しを多数ご用意。ご家族・ご友人をお誘いのうえ、たくさんのご来場をお待ちしています。

近年、地震や豪雨など、日本列島がさまざまな災害に見舞われている中で、私たちは地域の皆さんとともに、防火・防災について学び、普段から災害に備えてもらいたいと願っています。

ことしも消防フェスティバルを開催します。恒例となったこのイベントも、皆さんのご協力により24回目を迎えます。

**消防フェスティバルを開催します**  
『目指せ防災金メダル 令和で輝く子どもへ』

問消防本部予防課 ☎(43)9119



綱引き



ステージ発表

内容 幼年消防クラブ員のステージ発表、綱引き、初期消火体験、煙体験、はしご車試乗など  
問い合わせ先 山鹿市幼少女性防火委員会(消防本部予防課) ☎(43)9119  
※当日は駐車場の混雑が予想されます。公共交通機関の利用や車の乗り合わせなど、ご協力をお願いします。  
◀ 昨年の様子

## 親子であそぼ

### ～ふれあい遊び～

母と子のスキンシップは、子どもの成長にとっても大切です。ママがにっこり笑って優しくタッチすると、子どもも赤ちゃんも心が安定するといわれています。今回はねんねの頃からできる親子触れ合い遊びを紹介します。

#### くいちり～

##### ① ♪ いちり～（1里）

子どもの足首を優しくつかんで振る。



##### ② ♪ にり～（2里）

ひざを優しくつかんで振る。



##### ③ ♪ さんり～（3里）

太ももを優しくつかんで振る。



##### ④ ♪ しり～（4里）

おしりを持ち上げて優しく振る。  
（慣れたらじらしてフェイントする）



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)6029  
鹿央子育て支援センター ☎ (36)2150

おさか童夢（水・土曜のみ開所） ☎ (43)1155  
第一児童館 ☎ (43)1128  
中央児童センター ☎ (44)0057  
児童センター ☎ (46)4441  
鹿本児童館 ☎ (46)4455

## 子育てに悩んだら 子ども総合相談窓口へ

こんなことで悩んでいる人はいませんか。

- ・子どものしつけがうまくいかない。
- ・子どもになかなか友達ができない。
- ・最近、登校を渋るようになった。
- ・子どもの発達が気になる。 など

山鹿市では、子ども総合相談窓口を開設しており「電話相談」「面接相談」に応じています。お気軽にお電話ください。

※対象者はおおむね0～18歳です。

専門のスタッフが相談に応じ、必要により専門機関などの紹介や連携もいたします。

月曜日から金曜日（但し、祝日・年末年始は除く）

午前9時～午後5時まで

☎ (41) 5878

山鹿市山鹿 1026-3 熊本県鹿本地域振興局1階

病後児保育室 ☎ (43)1281  
ファミリー・サポートセンター ☎ (44)8800

## 鹿本中生生徒会テーマ「地域に貢献し、地域に愛される鹿本中」

### ～鹿本中生がボランティアします～

## 鹿本中学校

本校は、旧制鹿本中学の歴史と伝統を受け継ぐ学校で「礎を磨き 雄飛す」を校訓とし、男子生徒は、今でも旧制鹿本中学時代の黄色の三筋の入った学制帽をかぶっているのもその一つです。

平成29年度に学校運営協議会を設置し、コミュニティ・スクールとして、地域と共にある学校の推進を行っています。

学校が地域からの支援を受けるだけではなく、学校も地域に貢献できることはないかを考え取り組むこと。つまり、地域と学校が互いにWin・Winの関係を築くことを目指しています。昨年度から、地域の要請を受けて中学生がボランティアに出掛ける仕組み作りを行いました。新聞の折り込み（地域の方の協力）チラシでボランティアの募集を行いました。学校運営協議会委員の安谷さんが窓口になりコーディネータ的な役割を担っていただいています。本年度もボランティア・地域貢献活動の要請があり、全校生徒の3分の1に当たる、述べ70人の生徒が参加しました。主な内容は①7区の花植え活動 ②1区の防災・看板立て活動 ③招魂祭お化け屋敷の準備および運営 ④招魂祭ジュース販売・金魚すくいの手伝い ⑤招魂祭総踊り参加 ⑥小学校への学習支援（夏休み）でした。中には新聞やテレビ局の取材を受け、生徒たちの自尊感情の向上にもつながっていききました。

9月には、本年度の新聞折り込みチラシを再度配布予定です。

これからも学校運営協議会と連携し「地域を愛し、地域に貢献する鹿本中」を目指して取り組んでいきます。

## 鹿本中生がボランティアします！ 地域の方々もぜひ学校にお越しください！

### 昨年度のボランティア紹介



鹿本中学校データ 林田浩昭校長 生徒数 218人

## ばくの切ったジャガイモあったよ

山鹿中央保育園 ☎ (44)3653

山鹿中央保育園では4歳児がジャガイモの栽培を行います。2月に植え付けをし、水やりをして大事に育ててきました。5月には大人の拳ほど大きなたくさんのジャガイモが収穫できました。

子どもたちは皮むきから切るところまで行い、園児に人気のトマト肉じゃがに加えることになりました。しっかりとピーラーを握りしめ皮をむき、切っていきます。「これぐらいかな」と呟きながら慎重に包丁を握る子、思いきり切り進める子など、それぞれ一生懸命取り組みました。大きなポウルいっぱいのジャガイモを給食室へ運び、出来上がりを楽しみに待ちます。

給食の様子を見に行くと「ジャガイモおいしいから先に食べた」「最後に食べたいから取っておく」とうれしそうな顔をして食べる姿や「これはすごく大きいから僕が切った」という声もありました。

自分たちで育てたジャガイモを食べる喜びや達成感などを感じることができたと思います。



上手に皮むきできるかな～



ジャガイモ切の楽しいな！

## みんなで菊池川を守ろう！

富慈園 ☎ (46)2578

富慈園では月に1回、菊池川の保全活動一環として、子どもたちがグリーン作戦（ゴミ拾い）を行っています。

ことは保育参観の際に「親子クリーン作戦！」を実施しました。川辺に行くまでにも、先生たちがしっかり交通安全の指導を行っていただき、保護者としてはとても安心できました。

川辺に着くと、子どもたちはわれ先にと一生懸命ゴミを探しており、自分たちの遊び場であり、学びの場でもある菊池川を、幼いながらも大切にしようとしている気持ちが伝わってきました。廃プラスチックの問題が国際的に大きく取り上げられる今、クリーン作戦をきっかけにして環境問題を考えていけるようになると良いですね。

毎年3月には卒園児が製作する看板が、菊池川に設置されています。ことしもどんなものができるのか、今から楽しみにしています。



親子クリーン作戦の様子

富慈園みのり会（保護者）会長 大塚 洋輔



2018年 菊池川看板除幕式

## 羽ばたき巣立つその日まで

中富小学校

「やがて希望の天空へ 羽ばたき高く巣立つまで まことの道のひとすじに 心をみがき 身をきたえ 学びの業にいそしまん」これは本校校歌の3番の歌詞です。朝のボランティア活動の後、この校歌が歌えるのもあとわずか…。3月に閉校を迎え昭和19年から続く歴史に幕を閉じます。

ことは、鹿本小学校の開校に向けて、三校で統一された教育目標「夢に向かって粘り強く頑張る子どもの育成」のもと、54人の児童と職員が一緒にいろいろな事に



児童会総会でのことしのスローガン発表

取り組んでいます。朝のあいさつは、さらにパワーアップして元気な声が響き渡ります。始業前のボランティアや3分間走も、一生懸命頑張っている子どもたち。授業でも、自分の意見をどんどん発表できる子が多いです。書いて表現する力も伸びています。午後の「のびっこタイム」では、カード学

習や暗算のプリントに取り組んでいます。部活動はなくなりましたが、放課後を少し延長して、水泳や陸上の練習にも取り組み、体力の向上も図っています。

「ことしで中富小学校は最後になります」という話で始まった4月の始業式から、はや半年が過ぎました。この間「入学式」「歓迎遠足」「プール開き」「算数の自主研究発表会」「水泳大会」「運動会」など、いくつもの「最後の行事」を胸に刻みながら過ごしてきました。これから「全員参加の音楽会」や「学習発表会を兼ねた閉校記念式典」に取り組めます。それらの思い出を胸に、新しい「希望の天空」鹿本小学校へと羽ばたきます。



1年生と富慈園との交流会



中富小学校データ 霍口信二校長 児童数 54人

## 健康カレンダー

# 10月

| 日  | 月          | 火                                                                                                                                    | 水                                                                       | 木                                                                    | 金                                                                                                                | 土  |
|----|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|    |            | 1<br>1歳6カ月児健診<br>30年2月生<br>山鹿(大道・三玉小学校区を除く)・鹿北・鹿央<br>13:15～13:45 受付<br>【山健福】                                                         | 2                                                                       | 3                                                                    | 4<br>母子健康手帳交付<br>9:30～11:00 受付<br>【山健福】                                                                          | 5  |
| 6  | 7          | 8<br>3～4カ月児健診<br>1年6月生<br>三玉小学校区・菊鹿・鹿本<br>13:30～13:45 受付<br>【ひだまり】<br>7～8カ月児健診<br>31年2月生<br>三玉小学校区・菊鹿・鹿本<br>13:15～13:30 受付<br>【ひだまり】 | 9                                                                       | 10                                                                   | 11<br>母子健康手帳交付<br>9:30～11:00 受付<br>【山健福】                                                                         | 12 |
| 13 | 14<br>体育の日 | 15<br>3～4カ月児健診<br>1年6月生<br>山鹿(三玉小学校区を除く)・鹿北・鹿央<br>13:15～13:45 受付<br>【山健福】                                                            | 16                                                                      | 17<br>すくすく学級<br>30年11月生<br>全地区<br>9:30～9:45 受付<br>【山健福】              | 18<br>母子健康手帳交付<br>9:30～11:00 受付<br>【山健福】<br>3歳児健診<br>28年6月生<br>山鹿(大道・三玉小学校区を除く)・鹿北・鹿央<br>13:15～13:45 受付<br>【山健福】 | 19 |
| 20 | 21         | 22<br>国民の祝日                                                                                                                          | 23<br>1歳6カ月児健診<br>30年2月生<br>大道・三玉小学校区・菊鹿・鹿本<br>13:15～13:45 受付<br>【ひだまり】 | 24<br>3歳児健診<br>28年6月生<br>大道・三玉小学校区・菊鹿・鹿本<br>13:15～13:45 受付<br>【ひだまり】 | 25<br>母子健康手帳交付<br>9:30～11:00 受付<br>【山健福】                                                                         | 26 |
| 27 | 28         | 29<br>7～8カ月児健診<br>31年2月生<br>山鹿(三玉小学校区を除く)・鹿北・鹿央<br>13:15～13:45 受付<br>【山健福】                                                           | 30                                                                      | 31                                                                   | ※場所の省略表記…【山健福】山鹿健康福祉センター<br>【ひだまり】鹿本健康福祉センター(ひだまり)                                                               |    |

- 乳幼児健診の対象のお子さんには個別通知を出しています。届いていない場合は健康増進課へご連絡ください。
- 母子健康手帳交付時に持ってくるもの
- 印かん・妊娠届出書(予定日が分かるもの)・次の①、②いずれか(①妊婦本人のマイナンバーカード②妊婦本人の通知カードと運転免許証などの本人確認書類)・過去の妊娠、出産の経過が分かるもの(母子健康手帳) ※ぜひ、ご夫婦でお越しください。

### 定期インフルエンザ予防接種の費用を一部助成します

- 対象者 ①山鹿市に住所がある満65歳以上の人(接種日に満65歳に到達している人) ②山鹿市に住所がある満60～65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障がいがある人、およびヒト免疫不全ウイルスで免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人(内部障害で身体障害者手帳1級程度を持っている人)
- 接種期間 10月1日(火)～12月末日(医療機関診療日のみ)
- 実施医療機関 山鹿市、植木町の医療機関(実施していない医療機関もありますので事前にご確認ください)
- ※実施医療機関以外(県内)のかかりつけ医で接種が必要な人は、接種前に手続きが必要です。事前に健康増進課へお問い合わせください。

- 個人負担金 1,500円
- ※対象者①②の人で、生活保護世帯の人は生活保護証明書、市民税非課税世帯の人は令和元年6月以降に交付された市県民税課税台帳記載事項証明書を、接種当日に医療機関に持参すると個人負担金は免除になります。
- 助成回数 1回接種のみ
- ※接種当日は、接種料金と健康手帳をご持参ください(健康手帳は健康増進課や各市民センターで配布しています)。
- ※対象者以外の方は任意接種となりますので、全額自己負担となります。





# ～みんなの健康手帳～



## 令和元年度 任意（子ども）インフルエンザ予防接種の費用を一部助成します

- 対象者 山鹿市に住所がある生後6カ月～18歳  
(高校3年生年齢相当)までの人
- 接種期間 10月1日(火)～12月末日  
(医療機関の診療日のみ)

### ●実施医療機関

| 地区 | 医療機関名               | 電話       | 備考    |
|----|---------------------|----------|-------|
| 山鹿 | 井上小児科医院             | (44)5628 |       |
|    | うちだ内科医院             | (44)5800 | 小学生以上 |
|    | 大坪内科呼吸器科医院          | (44)7722 |       |
|    | 大橋通クリニック            | (44)5161 |       |
|    | 坂本医院                | (44)2763 |       |
|    | さがわ医院               | (44)2540 | 小学生以上 |
|    | 佐藤泌尿器科クリニック         | (41)5357 | 小学生以上 |
|    | 徳永循環器科内科医院          | (44)3111 |       |
|    | 東内科小児科医院            | (44)3444 |       |
|    | 藤原クリニック             | (42)8887 |       |
|    | 星田内科医院              | (43)7100 | 13歳以上 |
|    | 前原耳鼻咽喉科医院           | (44)2019 |       |
|    | まえはら泌尿器科<br>クリニック   | (43)8888 | 小学生以上 |
|    | 松永整形外科<br>リウマチ科     | (42)1611 | 15歳以上 |
|    | 三森循環器科呼吸器科<br>病院    | (42)1234 | 小学生以上 |
|    | 山鹿温泉リハビリ<br>テーション病院 | (43)4151 |       |
|    | やまがクリニック            | (41)5433 |       |
|    | 山鹿中央病院              | (43)6611 | 小学生以上 |
|    | 山鹿市民医療センター          | (44)2185 |       |
|    | 横手医院                | (44)2773 |       |
|    | 吉里医院                | (43)2188 |       |
| 鹿北 | 小林医院                | (32)3893 | 小学生以上 |
| 菊鹿 | きくか松岡クリニック          | (48)2055 |       |

### ●助成回数と個人負担額

| 対象年齢      | 助成回数 | 個人負担額    |
|-----------|------|----------|
| 生後6カ月～12歳 | 2回   | 1,500円/回 |
| 満13～18歳   | 1回   |          |

| 地区               | 医療機関名            | 電話           | 備考                 |
|------------------|------------------|--------------|--------------------|
| 鹿本               | 桑木内科             | (46)2063     | 原則かかりつけのみ          |
|                  | 武内医院             | (46)2620     | 小学生以上              |
|                  | 富田クリニック          | (46)2121     |                    |
|                  | 中川医院             | (46)3106     |                    |
|                  | 平井藤岡医院           | (46)2146     |                    |
|                  | 幸村医院             | (36)2000     |                    |
| 鹿央               | 榎本内科医院           | (273)0220    |                    |
|                  | 大塚病院             | (272)0159    |                    |
|                  | 桑原内科小児科医院        | (273)3330    | 3歳以上               |
|                  | 田原坂クリニック         | (272)5487    | 3歳以上               |
|                  | 新生整形外科医院         | (274)6253    |                    |
|                  | 藤田外科医院           | (272)1527    |                    |
| 熊本市<br>北区<br>植木町 | 師井医院             | (272)0030    | 1歳以上               |
|                  | 菊池市 菊池こどもクリニック   | 0968(25)1164 |                    |
| 合志市              | いげざわこども<br>クリニック | 096(242)6633 |                    |
|                  | まつもとこども<br>クリニック | 096(338)8960 | 14:00～14:50<br>要予約 |

※予防接種をするときは、事前に医療機関へ予約をしてください。  
※実施時間や実施曜日については、直接医療機関へご確認ください。

### 献血にご協力ください！

- 献血日 10月28日(月)
- 場 所 山鹿市役所
- 受付時間 9:30～11:30、12:30～16:00



### 便秘の話

今回は便秘の話をしたと思います。日本人の14%の人が便秘だといわれています。便秘は男性より女性に多い病気です。しかし高齢になると増加し、男女差もなくなりま

す。便秘の原因はいくつかあります。

1. 水分の取り方が少ない
2. 排便に使う筋力が低下している
3. 便意を我慢する習慣により排便反射が低下する
4. 過度なダイエット
5. ストレス

便意を改善するためには適度な水分を取ること、排便に必要な腹筋を維持すること、排便を我慢しないこと、規則正しい生活を心掛けることが重要であるといえるでしょう。

その他、おなかのマッサージは腸の働きを良くする作用があります。手を広げておへそから「の」の字を書くようにマッサージをしてみてください。

## 元気のお手伝い

Vol.126

山鹿市民  
医療センター通信



研究研修室長（消化器  
内科医）

ひでと  
柚留木 秀人

山鹿市民医療センター

☎(44)2185



さい。また、排便するときはロダンの彫刻「考える人」のような前傾姿勢が理想的な姿勢といわれています。様式トイレでは意識的に前かがみの姿勢を取ってみてください。腸と肛門の角度が直線的になり、便が出やすくなります。便秘かも？と思ったら、まずは食事や生活習慣をチェックしてみましょう。それでもうまくいかない時は、お薬を使うことも考えてよいかと思

## 令和元年度 結核レントゲン検診（65 歳以上）

65 歳以上の人に受診票を送付します。ことしまだ胸部レントゲン撮影をしていない人は、この機会に受診してください。各地区をバスで巡回します。料金は無料です。

### ●結核レントゲン検診 バス巡回日程

| 地区        | 日時          |             | 会場                       | 地区          | 日時        |             | 会場                   |             |
|-----------|-------------|-------------|--------------------------|-------------|-----------|-------------|----------------------|-------------|
| 鹿央        | 10月10日(木)   | 9:00～9:30   | 岩原（春間）地区生涯学習センター（味土里工房前） | 山鹿          | 10月24日(木) | 9:00～10:00  | 三玉地区公民館              |             |
|           |             | 10:00～10:30 | 仁王堂倉庫                    |             |           | 10:30～10:50 | 上吉田公民館               |             |
|           |             | 10:45～11:15 | 梅木谷公民館                   |             |           | 11:20～11:50 | 下吉田公民館               |             |
|           | 10月11日(金)   | 13:30～14:00 | 上広公民館                    |             |           | 13:30～14:00 | 広域瓜類選果場（石804番地）      |             |
|           |             | 14:15～14:45 | 旧千田保育園                   |             |           | 14:30～15:00 | 旧JA鹿本川辺野菜集荷所（学生精米所横） |             |
|           |             | 15:00～15:30 | 鹿央市民センター                 |             |           |             |                      |             |
| 鹿北        | 10月10日(木)   | 13:30～14:00 | 枝川内公民館                   | 10月25日(金)   |           | 9:00～10:00  | スーパーミカエル山鹿店          |             |
|           |             | 14:15～14:45 | 広見研修センター                 |             |           | 10:40～11:10 | 米田地区公民館              |             |
|           |             | 15:00～15:30 | 鹿北市民センター                 |             |           | 13:30～15:00 | 山鹿健康福祉センター           |             |
|           | 10月11日(金)   | 9:30～10:00  | JA鹿本岳間取次店前               | 10月28日(月)   |           | 9:00～9:30   | ドラッグストアモリ山鹿店         |             |
|           |             | 10:15～10:45 | 維持研修センター                 |             |           | 10:00～10:30 | 西牧公民館                |             |
|           |             | 11:15～11:45 | 鹿本森林組合椎茸集荷所              |             |           | 11:00～11:30 | 小原公民館                |             |
| 鹿本        | 10月17日(木)   | 9:30～11:00  | 鹿本市民センター                 |             |           | 10月29日(火)   |                      | 13:30～14:00 |
|           |             | 13:30～13:50 | 石淵公民館                    | 14:30～15:00 | 大道地区公民館   |             |                      |             |
|           |             | 14:10～15:00 | 鹿本市民センター                 | 10月30日(水)   |           |             |                      | 9:00～9:30   |
|           | 10月18日(金)   | 9:30～10:00  | 庄公民館                     |             |           |             |                      | 10:00～10:30 |
|           |             | 10:30～11:00 | 川北公民館                    |             |           | 11:00～11:30 | 旧JA平小城支所             |             |
|           |             | 13:30～14:00 | 稲田地域交流センター（高橋公民館）        | 13:15～13:45 | 山鹿隣保館     |             |                      |             |
| 菊鹿        | 10月21日(月)   | 9:30～10:00  | 上梶屋公民館                   | 10月30日(水)   |           | 14:15～15:00 | 老人福祉センター             |             |
|           |             | 10:30～11:00 | 下分田公民館                   |             |           | 9:00～10:00  | 山鹿健康福祉センター           |             |
|           |             | 13:30～14:30 | 鹿本市民センター                 |             |           | 10:30～11:00 | スーパーホテル熊本・山鹿（大橋通）    |             |
|           | 10月15日(火)   | 9:30～10:30  | 矢谷集落センター                 | 10月16日(水)   |           | 13:30～14:30 | 山鹿健康福祉センター           |             |
|           |             | 10:50～11:30 | 内田構造改善センター               |             |           | 9:30～10:20  | 宮原公民館                |             |
|           |             | 13:30～14:30 | 寄宿舎跡駐車場                  |             |           |             |                      |             |
| 10月16日(水) | 9:30～10:20  | 宮原公民館       | 10:45～11:45              | 本分地区多目的集会施設 |           |             |                      |             |
|           | 10:45～11:45 | 本分地区多目的集会施設 |                          |             |           |             |                      |             |
|           | 13:30～14:30 | ひまわり館       |                          |             |           |             |                      |             |

※各種がん検診で、肺がん検診を受診した人は、今回受診する必要はありません。



※各種がん検診で、肺がん検診を受診した人は、今回受診する必要はありません。



## 10 月は「骨髄バンク推進月間」です

## ～骨髄バンクにご協力をお願いします～

非血縁者間の骨髄移植および末梢血幹細胞移植は、白血病や重症の再生不良性貧血などの血液疾患に対する有効な治療法の一つですが、善意の提供者（ドナー）がいなければ成り立ちません。

1 人でも多くの患者さんに移植の機会が確保されるよう、骨髄バンクへの登録をお願いします。

### 《ドナー登録できる人》

- ・骨髄、末梢血幹細胞の提供の内容を十分理解している人
- ・年齢が 18 歳以上、54 歳以下で健康な人
- ・体重が男性 45kg 以上、女性 40kg 以上の人

### 《ドナー登録できる場所》

- ・日赤プラザ献血ルーム・下通り献血ルーム COCOSA
- ・移動採血車・人吉保健所・天草保健所

骨髄バンクに関するご質問・お問い合わせ

日本骨髄バンク ☎ 03(5280)1789

ホームページ <http://www.jmdp.or.jp/>

## 山鹿市男女共同参画人材リストに登録しませんか？

問 人権啓発課 男女共同参画推進室

☎(43)1199

山鹿市では、性別や性自認に関わらず互いに人権を尊重し、あらゆる分野における活動に参画し、共に責任を担う男女共同参画社会づくりを目指してさまざまな事業を行なっています。この取り組みに賛同し、各分野の事業で協力いただける人を募集するため「山鹿市男女共同参画人材リスト（旧：山鹿市女性人材リスト）」を設置しています。

このリストは各分野で活躍されている人、行政や地域の課題・男女共同参画に関心のある人に登録していただき、市の各種審議会をはじめ行政が市民の声を聴く場に多様な人材を推薦したり、市の主催事業の講師を依頼したりするなど、各照会に応じてテーマに合う人の情報を提供するものです。

皆さんの力を生かし、誰もが自分らしく、心豊かに、共に輝く男女共同参画社会の実現を目指しましょう。ぜひご応募ください。

### 登録対象者

市内在住、在勤、または活動する場を有する満 20 歳以上で、次のいずれかに該当する人です。

- ①勤務先や各団体に社会活動やボランティア活動をしている人。
- ②教育、福祉、芸術、スポーツなどの各分野で専門的な知識もしくは活動実績のある人、有識者、資格を有する人。

③市政に関心があり、地域の発展に熱意を持って貢献できる人。

### 登録方法

山鹿市男女共同参画人材リスト登録書（男女共同参画推進室および市ホームページ上で配布）を男女共同参画推進室へ直接持参、郵送またはメール（danjokyoudou@city.yamaga.kumamoto.jp）で提出してください。

### 人材リストの管理

男女共同参画推進室が厳重に管理します。登録された情報（氏名、住所、電話番号）の提供先は庁内職員のみとし、利用する目的が下記の活用内容から外れていないか十分に確認した上で情報提供します。

### 人材リストの活用

- ①各種審議会などの委員の人選をするとき。
  - ②研修会、講演会などの講師の人選をするとき。
  - ③さまざまな分野において人材情報の提供を求められた際、男女共同参画社会の形成に寄与すると認められるとき。
- ※活用する場合、必ず担当課から本人へ意向を事前確認します。

## 山鹿の装飾古墳

第3回

問 社会教育課

☎(43)1651

### 鍋田横穴群

古墳時代後期から奈良時代に山や丘陵の崖面に穴を掘って「横穴墓」と呼ばれるお墓が造られました。山鹿市鍋田にある国指定史跡・鍋田横穴群もその一つです。今回はこの鍋田横穴群をご紹介します。

鍋田横穴群は古墳時代後期の7世紀に造られた群集墓で、菊池川の支流である岩野川沿いの崖に掘られています。その数、61基！横穴の形や大きさもさまざまです。そのうち16基には、外壁や玄室（遺体を納める部屋）にさまざまな装飾が浮き彫りや線刻によって施されています。ドリルのような工具が無い時代に、硬い岩壁に彫刻するのは容易なことではなかったでしょう。

ここで2つの横穴をご紹介します。まず、27号横穴です。外壁の左側に弓を持つ人物が描かれています。その隣には矛や鞆（弓の弦はじきを防ぐ革製の弓具）、刀子や矢を入れた大小の鞆などの武器が彫刻されています。武器を入口



27号横穴の装飾

の脇に表現することで、悪霊からお墓を守ろうとしていたのではないかと考えられています。

次に、26号横穴です。こちらは横穴の内部（玄室の奥壁と右壁）に人物が彫刻されています。外壁に装飾を施すことが多い鍋田横穴群の中では、珍しい事例です。どちらも人物の絵ですが、奥壁は浮き彫り、右壁は線で表現されています。人物の形も、奥壁は胴部と頭部が分かれています。縦長でカエルのような形をしています。もしかすると別の人物が彫刻したものかもしれませんが、絵からいろいろなことが想像できるのも、装飾古墳の見どころの一つです。

10月26日(土)開催の秋の装飾古墳一斉公開で、鍋田横穴は現地で学芸員が解説を予定しています。皆さまのご来場をお待ちしています。



26号横穴の装飾（イラスト）  
（左：右壁、右：奥壁）

## およろこび

## 山 鹿

山 鹿▶大森雄一郎さん♥園田 祥子さん  
 ▶稲田清志郎さん♥井坂 美涼さん  
 三 岳▶大坂 勇士さん♥堤 亜紅さん  
 大 道▶野満 大輝さん♥佐々木悠美さん

## 鹿 北

広 見▶酒井 史哉さん♥堀田 理絵さん

## 菊 鹿

城 北▶恩智 紀行さん♥城戸 麻美さん

## 鹿 本

来 民▶野中 賢一さん♥平川 勝美さん  
 稲 田▶ミラレスソモック, マリノジュニアさん  
 ♥大村 友紀さん

中 富▶舩田 岳史さん♥田中日香里さん

## 鹿 央

千 田▶坂本 幸陽さん♥森川 真衣さん

## うぶごえ

## 山 鹿

山 鹿▶村田 某理さん 高森 紘仁さん  
 黒田 幸希さん 井上 慧さん  
 細木莉央夏さん 岩間 琉星さん  
 島田 宗和さん 霧 陽帆さん  
 川口 望咲さん 宮崎 白蘭さん  
 八 幡▶坂本 晴翔さん 内野 獅士さん  
 竹内 弦士さん  
 三 岳▶木庭 玲夏さん  
 三 玉▶小野璃愛夏さん  
 大 道▶添田 侑季さん 前川 隼人さん  
 古田 稀慎さん 金子 新さん

## 菊 鹿

内 田▶水島 寛太さん  
 六 郷▶眞弓 紗麗さん 福永 夏心さん  
 城 北▶益田 志悠さん 野口愛維莉さん

## 鹿 本

来 民▶堀ノ内梨央さん 内田 仁菜さん  
 宮崎 琉海さん 前川 晴咲さん  
 堀 綺莉さん 垂水令依奈さん

## 鹿 央

米野岳▶中山 優来さん

## お く や み

## 山 鹿

山 鹿▶濱武ミツヨさん(95) 井上 英子さん(101)  
 福島 久子さん(89) 渡邊紀美代さん(89)  
 大林 錦子さん(103)  
 川 辺▶池尻 晃道さん(86) 宮本 徳行さん(85)  
 坂本チズ子さん(90)  
 八 幡▶三森 照子さん(90) 鹿子木笑子さん(86)  
 田上チヨ子さん(89)  
 平小城▶井上アツミさん(92) 石川 正さん(73)  
 田中 政子さん(94)  
 三 岳▶佐藤 昭春さん(76) 中満 晋吉さん(83)  
 三 玉▶長迫 義則さん(75) 近藤 啓子さん(93)  
 大 道▶野満 圭介さん(87) 藤原 秋雄さん(88)  
 上妻 早人さん(71) 西村ツギエさん(88)  
 江口トシ子さん(92)

## 鹿 北

岩 野▶高木 清子さん(89)  
 広 見▶中野 枝子さん(93) 古川 智久さん(79)  
 森山 隆雄さん(95)

## 菊 鹿

内 田▶松永 鶴廣さん(86) 原口ヤチヨさん(92)  
 六 郷▶岡山 習子さん(90)  
 城 北▶萩尾 幸代さん(100) 平井 正則さん(80)

## 鹿 本

来 民▶高木 喜美さん(100)  
 稲 田▶有働 秀男さん(91) 城野 昭吉さん(83)  
 中 富▶白木セツ子さん(86) 上野 敏三さん(80)

## 鹿 央

千 田▶太田 郁夫さん(88)  
 米野岳▶川寄千代子さん(92) 清原 唯夫さん(77)  
 藤壺 周一さん(97) 立山 秀行さん(64)  
 山 内▶江藤 俊康さん(69)

※8月中の届出のうち、本庁・市民センターで受け付けた掲載希望者分を掲載しています。

## 入札結果の報告（8月分）

問 防災監理課 ☎ (43) 1113

| 入札日 | 工事名                     | 工事場所    | 落札業者    | 落札額（円）     |
|-----|-------------------------|---------|---------|------------|
| 8/6 | 豊前街道南線舗装改修工事            | 山鹿地内    | (有)古田建設 | 19,800,000 |
|     | 大宮通花見坂線道路美装化工事          | 大宮通地内   | (有)阿蘇品組 | 62,315,000 |
|     | 日吉町線1工区道路改築工事           | 山鹿地内    | (株)皆本建設 | 69,740,000 |
|     | 災補河第173号 萱原川災害復旧工事外1件合冊 | 鹿北町維持地内 | (株)拓進   | 10,230,000 |
|     | 災補河第182号 広見川災害復旧工事      | 鹿北町四丁地内 | (株)古城建設 | 8,965,000  |
|     | 中牟田野間線外道路整備工事           | 石地内     | (有)山榮開発 | 10,120,000 |

※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）



お知らせ

### 今月の納税・保険料

- 市県民税（第3期）
- 国民健康保険税（第5期）
- 後期高齢者医療保険料（第4期）
- 介護保険料（第4期）
- 納期限 10月31日(木)

### 夜間・休日収納窓口

- 夜間（平日） 10月29日(火)～31日(木)  
午後5時半～午後7時
- 休日（日曜） 10月27日(日)  
午前8時半～正午

● 場所 市役所1階税務課⑥番窓口  
※納税は便利な「口座振替」をご利用ください。申込書は山鹿市内の各金融機関にも備えてあります。すでに口座振替をご利用の人は、口座の残高確認をお願いします。

※市税・国民健康保険税に限り、納期限までは、コンビニエンスストアで納付できます。詳しくは納付書の裏面をご覧ください。

問 税務課収納係 ☎ (43) 1144

### 毒キノコによる食中毒に注意

この時季、野生キノコの本格的な発生時季となっていますが、食べられるキノコと毒キノコの判別は難しく、素人判断はとても危険です（平成25年秋には、県内で死亡事故も発生しています）。食べられるキノコであると確実に判断できないキノコは、採取したり、食べたりしないよう十分に注意してく

ださい。「採らない。食べない。売らない。人にあげない」

問 山鹿保健所 ☎ (44) 4121



### jobnavi2019 学生等企業説明会&面接会

新卒者などの就職支援と県内企業の若年労働力確保を目的に jobnavi2019 学生等企業説明会&面接会を、熊本労働局、ハローワーク、熊本県、熊本市などの共催により開催します。

● 日時 10月10日(木)  
午前10時～正午、午後1時半～3時半（午前と午後で入れ替え制）  
※学生は入退場自由

● 場所 くまもと県民交流館パレア  
● 参加企業 県内事業所70社程度  
参加事業所は9月下旬に熊本労働局ホームページに公表

● 参加対象者 大学（院）・短大・専修学校などを来春卒業予定の人および卒業後おおむね3年以内の人。  
※事前申し込み不要。面接希望の人は履歴書をご持参ください。

問 熊本労働局職業安定部訓練室 ☎ 096(211)1707

### 消費税率の引き上げに伴う使用料の改定

10月1日(火)から消費税率および地方消費税率が10%に引き上げられることに伴い、市の水道料金や下水道料金、山鹿市民医療センターの診断書料などを改定します。

| 改定予定の料金                                                                                                                                                       | 問い合わせ先                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 水道料金<br>(水量計算/25㎡使用された場合)<br>【例】税抜き 3,030 円<br>税込み（現行）3,270 円→（改定後）3,330 円                                                                                    | 水道局お客様サービスセンター<br>☎ (43) 1161                             |
| 下水道使用料および農業集落排水施設使用料<br>(水量計算/25㎡使用された場合)<br>【例】税抜き 3,835 円<br>税込み（現行）4,140 円→（改定後）4,215 円<br>(人数計算/4人世帯の場合)<br>【例】税抜き 3,812 円<br>税込み（現行）4,115 円→（改定後）4,190 円 | 下水道課 業務係<br>☎ (43) 1198                                   |
| 山鹿市民医療センター                                                                                                                                                    | ● 診断書料<br>● 特別室（個室）使用料など<br>山鹿市民医療センター 医事課<br>☎ (44) 2185 |

## 宝くじ助成事業で放送設備を導入 (上吉田区)

地域コミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的としたコミュニティ助成事業により、上吉田区に放送設備(放送卓・屋外スピーカーなど)が整備されました。この事業は宝くじの社会貢献広報事業として、自治総合センターが助成を行うものです。

問 地域生活課

☎(43)1114



## 「里親制度」を存じですか 10月は里親月間です

子どもが健やかに成長するためには、安定した家庭環境の中で、温かい愛情のもとに育てられることが重要です。さまざまな理由により、実の親のもとで生活することができない子どもが県内に約800人います。このような子どもの養育をお願いするのが「里親制度」です。詳しくは県のホームページをご覧ください。「熊本県里親制度」

で検索。

問 県子ども家庭福祉課

☎096(333)2228

## 熊本県屋外広告物条例の一部改正について

屋外広告物の安全性の確保・向上のため、以下のとおりルールが変わりました。

- ①管理義務を負う方の範囲の拡大
  - ②有資格者による点検の義務化
  - ③許可が必要な屋外広告物については、点検結果の提出義務化
- ※詳しくは「熊本県屋外広告物安全点検」で検索してください。

問 県都市計画課

☎096(333)2522  
(熊本市を除く)

## 県庁プロムナード犬猫合同譲渡会

11月9日(土)に県庁プロムナードで犬猫の譲渡会を開催します。今回で4回目となる、県内動物愛護団体との合同譲渡会です。個性豊かな動物たちと一緒にお待ちしています。また各保健所でも譲渡会などを随時開催していますので、詳しくは各保健所までお問い合わせください。

●日時 11月9日(土)

午前10時～正午、午後1時半～3時  
(予定)

●場所 県庁プロムナード(熊本市中)

中央区水前寺)

問 県健康危機管理課

☎096(333)2248

山鹿保健所 ☎(44)4121



## 10月1日から消費税の軽減税率制度が実施されます

10月1日(火)から消費税および地方消費税の税率が8%から10%に引き上げられ、同時に消費税の軽減税率制度が実施されます。申告が必要な事業者は、法人は本年10月を含む事業年度分から、個人事業者は令和元年分から、この制度に基づいた申告を行っていたいただくことになりますが、税務署では「消費税の軽減税率に関する説明会」を開催しています。

説明会の日程や軽減税率制度に関する情報は、国税庁ホームページ内の特設サイト「消費税の軽減税率制度について」をご覧ください。

軽減コールセンター

☎0120-205-553

問 山鹿税務署

※自動音声案内 ☎(44)2181



## 全国一斉!法務局休日相談所

さまざまな相談(相続・遺言、不動産登記、戸籍、供託、人権に関する事項など)に法務局職員、公証人、司法書士、土地家屋調査士および人権擁護委員が応じます。

相談は無料、相談内容の秘密は固く守られます。

予約制ですので、当日の相談を希望される人は事前に電話でご予約ください。

また、法務局休日相談に併せて、相続に関する無料講座として、法務局職員による「相続登記について」および公証人による「相続と遺言」(午後1時～2時半)も開催します。こちらは予約不要ですので、お気軽にご来場ください。

法務局では平日も各種相談を受け付けています。お近くの法務局までお問い合わせください。

●日時 10月6日(日)

午前10時～午後3時

●場所 熊本地方法務局 4階会議

問 熊本地方法務局総務課

(受け付け:平日午前8時半～午後5時)

☎096(364)2146

## 行政相談所の開設

「行政相談週間」10月7日(月)～13日(日)の一環として、行政相談所を開設します。行政相談とは、総務大臣から委嘱を受けた行政相談員が、住民から国などの行政サービスに関する相談を受けて関係機関に連絡するなど、解決の促進を図る制度です。国・県・市へのご意見・ご要望などありましたらお気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

●日時 10月25日(金)  
午前10時～午後3時

●場所 山鹿市役所 401会議室

●相談員 行政相談員、行政評価事務所職員

問 熊本行政評価事務所

☎096(324)1662

## 労使紛争の解決に「あつせん」をご利用ください

県労働委員会は、解雇や労働条件の変更など、労働者と事業主との間に起きたトラブルについて、自主解決が難しい場合に、話し合いによる解決をお手伝いする「あつせん」を行っています。手続きは簡単で、秘密は厳守され、費用はかかりません。正規社員および非正規社員の人はもちろん、事業主の人も利用できる制度です。「話し合いが進まない」「早く解決したい」「そんな悩みをお持ちの労働者・事業主の人

は、ぜひお気軽にご相談ください。

問 県労働委員会事務局

☎096(333)2753



## 募集

### 山鹿市非常勤職員要介護認定訪問調査員募集

- 職種 訪問調査員(看護師、准看護師、介護支援専門員、社会福祉士、介護福祉士、ホームヘルパー2級以上)若干名募集
- 業務内容 訪問調査およびシステム入力
- 任用期間 12月上旬～令和2年3月31日(火)

※認定調査員研修を受講済みの人は、より早い時期の任用が可能です(応募日により任用期間が変わります)。

- 勤務時間 週29時間以内
- 午前9時～午後3時45分(平日のみ)
- 賃金(月額) 7100円
- 保険 健康保険、厚生年金、雇用保険、災害補償制度
- 申し込み方法 市販の履歴書に必要事項を記入し、資格免許証の写しを添えて長寿支援課に持参か郵送
- 申込期限 随時受け付け中、定員になり次第締め切り
- 面接試験 申込者へ通知します。

問 長寿支援課

☎(43)1180

## 山鹿市民医療センター職員募集

●職種・採用予定人数

- ①看護師 10人程度
- ②准看護師 若干名
- ③助産師 3人程度
- ④事務職(新規卒卒者など) 1人程度

●勤務地 山鹿市民医療センター

●採用日 令和2年4月1日(水)

●申し込み方法 応募書類を市民医療センター経営管理課で配布、またはホームページに掲載しています。必要事項を記入し、持参または郵送で提出してください。

●申込締め切り日 ①②③11月6日(水)

④10月18日(金)

●試験日 ①②③11月16日(土)④一次・10月26日(土)、二次・11月16日(土)(一次試験合格者のみ)

●試験会場 山鹿市民医療センター

※受験資格などの詳細は、市民医療センターホームページをご覧ください。

問 山鹿市民医療センター経営管理課

☎(44)2185

### 住宅改造助成事業

(高齢者対象) 2次募集

令和元年度補助申請の2次募集を行います。

●期間 10月1日(火)～31日(木)

●対象者 次の全てに該当する人

- ①山鹿市に住所があり住んでいる人
- ②平成31年4月1日現在で65歳以上の人

③介護保険法の要支援か要介護の認定を受けているか、同程度の状態と認められる人

④世帯の生計中心者の平成30年分所得にかかる所得税年税額が7万円以下の世帯に属する人

⑤原則として、当事業による助成を受けたことがない世帯に属する人

●対象となる工事 高齢者が自宅で生活しやすいように住宅を改造する工事(例)手すりの取り付け、段差解消、滑り防止および移動の円滑化などのための床、または通路面の材料の変更、和式便器から洋式便器への取り換えなど

※事前に着手した工事は対象外

●助成額 課税の状況や工事件数に応じて申請内容を審査し、予算の範囲内で助成します。

問 長寿支援課

☎(43)1180

### シルバー人材センター

#### 新入会員募集

市内にお住まいの原則60歳以上で、健康で働く意欲のある人は、どなたでも入会できます。新入会員説明会を毎月2回開催しますので、入会を希望する人はご参加ください。

特に剪定、草刈り、清掃、農作業の会員さんを募集しています。

●説明会期日 10月9日(水)・23日(水)

●会場 山鹿市シルバー人材センター

●時間 午前10時～

問(公社)山鹿市シルバー人材センター

☎(44)1850

## 「第22回丸太トライアスロン大会」 参加者募集

11月17日(日)に開催される「第40回かほくまつり」の中で行われる「丸太トライアスロン大会」への参加チームを募集します。優勝賞金10万円を目指して皆さん参加してみませんか。

● 申込期間 9月26日(木)～10月25日(金)  
● チーム編成 1チーム5人(町内外・職種不問)

※先着20チームになり次第締め切り

● 参加料 1チーム 2千円(損害保険料など)

問 鹿北市民センター(かほくまつり事務局)  
☎(32) 31111



## 装飾古墳館 定期体験教室10月受け付け

「古代食づくり」

大昔の人々は、どのようなものを食べていたのでしょうか。古代の食事を作って、食べてみよう!

● 日時 11月16日(土)  
午前10時～午後1時

● 参加費 1人500円 先着6家族

※事前の申し込みが必要です。

申し込み受け付け10月1日(火)～(月曜休館)

問 県立装飾古墳館 ☎(36) 2151

## 高齢者向け「料理講習会」 受講生募集

高齢者の低栄養が増えていきます。自分の体を守るもとは、自分で取る栄養です。「楽しく・バランス良く食べよう!」と題して開催します。

● 日時 11月1日(金) 午前10時

● 場所 山鹿隣保館

● 講師 栄養士 菊川佐和子さん

● 対象者 60歳以上

● 定員 20人(定員になり次第締め切り)  
※参加希望の人は電話でお申し込みください。

● 受講料 無料

● 申込期限 10月28日(月)

問 山鹿市シルバー人材センター

☎(44) 1850



## 「擬宝珠(ぎぼし)ランプ」 親子制作体験

山鹿市民交流センターでは、和紙とろりで作る「擬宝珠ランプ」の制作体験者を募集します。オリジナルランプを制作してみませんか。灯籠師が対応します。

● 日時 11月3日(祝)

午前10時半～11時半

● 場所 山鹿市民交流センター

● 参加費 1500円(1個)

別売りウッドカバー300円

● 募集人数 親子10組(先着順)

※電話でお申し込みください。

問 山鹿市民交流センター

☎(43) 1081



## 障がいのある人を対象とした 職業訓練生の募集

### パソコン実務科(山鹿校)

パソコン操作・ビジネスソフト(ワープロ・表計算・プレゼンテーション)の利活用に関する基礎・応用技能を習得します。

● 受講対象

身体(内部)、精神、発達、難病

● 募集人員 10人

● 募集期限 10月31日(木)まで

● 訓練期間

12月3日(火)～令和2年2月28日(金)(3カ月間)

● 訓練場所 ワイエスプランパソコンスクール山鹿校(方保田63番地)

※各コース受講料は無料ですが、テキスト代が必要です。

※受講生募集案内をホームページ(熊本県立高等技術専門学校)に掲載しています。

問 熊本県立高等技術専門学校

☎096(297)9915

## 職業訓練コース

職業訓練は、求職者が職業訓練によるスキルアップを通じて、早期就職を実現するために、国が支援する制度です。受講料は無料ですが、教科書代などが必要です。

※近日中に実施予定のハローワーク菊池管内の職業訓練

- 訓練場所 ポリテクセンター熊本  
(合志市須屋)
- 募集期間 10月1日(火)～24日(木)
- 訓練科目 溶接加工科、電気設備  
サービ斯科、生産設備保全技術科、  
住宅リフォーム科、ビル設備サー  
ビス科(ものづくりスタート訓練)
- 訓練期間  
12月3日(火)～令和2年6月29日(月)  
ハローワーク菊池訓練担当  
☎0968(24)8625
- 催し  
山鹿市人権のまちづくり  
地域講演会  
「こころ豊かに共に生きる」  
市民相互の人権が尊重される社会の  
実現を目指し、市民の皆さんを対象に  
人権のまちづくり地域講演会を開催し  
ます。お気軽にご参加ください。
- 日時 10月2日(水) 午後7時
- 会場 菊池地区公民館
- テーマ 犯罪被害者の人権
- 講師 元くまもと被害者支援セン  
ター長 真嶋浩さん
- 日時 10月30日(水) 午後7時
- 会場 鹿央多目的研修センター
- テーマ 同和問題

- 講師 人権バンド「ゆう」さん  
山鹿市人権のまちづくり推進協議会  
(人権啓発課) ☎(43)1199
- 第22回 鹿本ウォーキング大会  
● 日時 11月10日(日) (雨天決行)  
午前8時半受け付け・順次スタート  
● 会場 水辺プラザかもと(スタート・  
ゴール) 10キ程度  
※どなたでも参加できます。  
● 参加料 一人500円  
● 申込期限 10月31日(木) 午後5時まで  
※申込書は、鹿本市民センターに備え  
ています。参加料を添えてお申し込  
みください。  
※「お楽しみ大抽選会」もあります。  
問 鹿本市民センター地域係  
☎(46)3111
- 公開日・場所  
10月26日(土)  
横山古墳・鍋田横穴(山鹿市)、井  
寺古墳(嘉島町)、宇賀岳古墳(宇  
城市)、塚坊主古墳(和水町)、田川  
内第1号古墳(八代市)  
10月27日(日)  
永安寺東古墳・大坊古墳・石貫ナギ  
ノ横穴群・石貫穴観音横穴(玉名市)、  
大村横穴群(人吉市)、京ガ峰横穴  
群(錦町)  
● 時間 午前10時～午後4時  
(申し込み不要、見学料無料)  
※直接現地にお越しください  
問 県立装飾古墳館 ☎(36)2151
- 山鹿市民交流センター  
ホワイエコンサート  
今回、10回目となるホワイエコン  
サートは山鹿二胡講座(初・中級)の  
皆さんが、心に響く演奏を行います。  
ぜひ、皆さんお越しください。  
● 日時 10月7日(月)  
午後0時15分～0時50分  
● 場所 山鹿市民交流センターロビー  
(ホワイエ)  
● 演奏曲目 浜千鳥、エーデルワイ  
ス、見上げてごらん夜の星を、オー  
ラリー、東京ブギウギほか  
● 参加費 無料  
問 山鹿市民交流センター  
☎(43)1081

- 熊本県内装飾古墳一斉公開  
2019秋  
山鹿市をはじめ、県内各地に残る装  
飾古墳を2日間に分けて一般公開しま  
す。専門職員が解説しますので、この  
機会にぜひご覧ください。


**WORLD+**  
Yamaga Gym 24

**24時間営業・年中無休のワールドプラス山鹿ジム**

**無料体験・見学実施中**  
受付時間10:00～21:00

|                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 入会金 5000円<br>事務手数料 3000円 | 月会費 8000円        |
| <b>無料</b>                | <b>5,980</b> 税別円 |

諸条件がございます。詳細については当店までお問合せください。



涼しく快適な室内で  
好きな時に  
好きなだけ運動可能!

WEBからも  
ドンドン  
受付中!





肥後銀行  
山鹿市古閑  
325  
ドラッグストア  
モリ  
山鹿古閑  
簡易郵便局

株式会社ワールドプラス  
山鹿ジム 熊本県山鹿市鹿校通2-15-7  
TEL. **0968-43-0010**

## 古代への旅 スタンプラリー2019

日本遺産認定の地、菊池川流域を巡る。肥後古代の森地区（山鹿・菊鹿・鹿央・菊池・和水）の博物館やイベントでスタンプを集めて豪華賞品を当てよう。

- 期間 11月30日(土)まで
- スタンプ設置場所

### 期間中の設置場所

山鹿市立博物館、温故創生館、装飾古墳館、わいふ一番館（菊池市）、和水町歴史民俗資料館（和水町）

### 肥後古代の森事業（イベント）

- 山鹿市 ランタンフェスティバル（10月5日(土)、鞠智城の日（10月20日(日)）、装飾古墳一斉公開・横山古墳、鍋田横穴（10月26日(土)）和水町 装飾古墳一斉公開・塚坊主古墳（10月26日(土)）、山太郎祭（11月17日(日)）
- 菊池市 菊池秋まつり（10月中旬）
- 賞品 各地区おススメのカラダとコロにうれしい豪華賞品（ステーク肉、特別栽培米、お酒、その他）
- 応募方法 各スタンプ設置場所にある応募用紙をご確認ください。
- 問 肥後古代の森協議会事務局（県立装飾古墳館内） ☎(36)2151

### 装飾古墳館10月のイベント

ナイトミュージアム  
「古墳館へ行かnight☆」

この夜、古代への扉が開かれる…。君も、古代の夜へタイムトラベルしてみよう。インスタ映えスポットも。

- 日時 10月12日(土)

午後5時半～8時

- 場所 装飾古墳館

- 参加費 500円（古代食代）

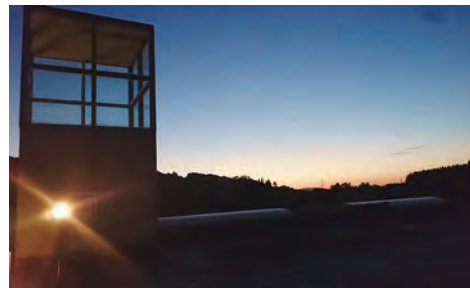
※詳細な内容については装飾古墳館のホームページをご覧ください。

※事前の申し込みが必要です。

- 定員 先着80人

- 申し込み受け付け 10月1日(火)～（月曜日休館日）

問 県立装飾古墳館 ☎(36)2151



菊池川流域古代文化研究会&熊本県立装飾古墳館特別講座 第4回「熊本県の旧石器時代」

- 日時 10月19日(土)

午後1時半～3時

- 場所 装飾古墳館
- 参加費 無料

※事前にお申し込みください（定員に余裕があれば、当日参加もできます）。

- 講師 歴史公園鞠智城・温故創生館館長 村崎孝宏氏

- 定員 各回 100人程度

問 菊池川流域古代文化研究会事務局（県立装飾古墳館内） ☎(36)2151

### 第8回ARA・SHIまつり

荒尾支援学校の教育や、子どもたちのことを理解していただく機会として「第8回ARA・SHIまつり」を開催します。皆様のご来場をお待ちしています。

- 日時 10月20日(日)（雨天決行）

午前9時40分～午後2時25分

- 場所 県立荒尾支援学校

● 内容 ステージ発表、展示（学習発表会）、バザー（高等部作業クラブト製品、事業所による食品バザー、軽食など）

※ことしもエコキャップ回収活動に取り組んでいます。ぜひお持ちください。

問 県立荒尾支援学校

☎0968(62)1131



### よくあるご質問内容

- ・お墓をつくりたい。
- ・墓誌に記名していないから刻みたい。
- ・お墓をリフォームしたい。
- ・近くに良い墓地はないか。
- ・香炉や花立てだけを新しくしたい。
- ・お墓を移転したい。
- ・墓じまいしたい。

## (有) 石のふるかわ

愛

90万円(税別)



光

80万円(税別)



☎(0968)36-9668

♥ホームページ♥ ⇒ <http://www.ishinofurukawa.co.jp>

建設業の許可石工事業 熊本県知事般一27第12675

“お墓のメンテナンス会社”  
石のふるかわ  
に、どんなことでもご相談ください!  
もう、墓誌のご記名は  
お済みですか?



山鹿市方保田3514-1

（有料広告）

## 令和元年度 山鹿市芸術文化祭総合開会式

●日時 11月3日(祝)  
午前9時

●場所 山鹿市あみだの丘多目的体育館グリーンパルス

●内容 オープニングステージ(菊鹿吟詠愛好会)、市内4地域各文化協会による芸能発表

●参加費 無料

●問合せ 山鹿市文化協会事務局

(山鹿市立博物館) ☎(43) 1145

## きずなの会 茶話会&研修会

### 「第11回作品発表会」

●日時 10月2日(水) 茶話会&研修会

午後2時〜3時

●場所 山鹿保健所

●テーマ

介護予防と健康体操について

●参加費 無料

## きずなの会とその仲間たち

### 第11回作品発表会

●日時 10月19日(土)・20日(日)

午前11時〜午後5時(20日は午後3時まで)

●場所 天聴の蔵

●参加費 無料

皆さんのご来場をお待ちしています。

●問合せ 山鹿保健所保健予防課

☎(44) 4121

## 八千代座 催し案内 10月

| 開催日              | 行 事 名                            | 時間 | 料金 |
|------------------|----------------------------------|----|----|
| 5日(土)            | 風雅草子コンサート                        | 午後 | 有料 |
| 6日(日)            | 2019 カラオケフェスティバル<br>歌の祭典         | 日中 | 無料 |
| 9日(水)            | 休 館 日                            |    |    |
| 13日(日)           | 歌と踊りの祭典                          | 日中 | 無料 |
| 20日(日)           | 第24回 山鹿市芸術祭参加<br>日本舞踊発表会 藤扇流祥妙の会 | 午後 | 無料 |
| 30日(水)〜<br>4日(休) | 坂東玉三郎 映像×舞踊公演                    | 午後 | 有料 |

### ★ 八千代座見学&山鹿灯籠踊り「八千代座物語」

期日 10月1日(火)・3日(木)・7日(月)・8日(火)・10日(木)・14日(祝)・  
15日(火)・17日(木)・21日(月)・22日(祝)

時間 1日2回(午前11時・午後2時)

料金 八千代座見学 大人530円、小中学生270円(団体割引あり)

※八千代座物語の鑑賞には別途 大人500円、小中学生250円が必要です。

※主催者の都合で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・主催者などのお問い合わせは、八千代座まで。

●問合せ ☎(44)4004

## 技短祭&オープンキャンパス開催

県立技術短期大学校では「技短祭」とオープンキャンパスを同日開催します。各科展示や体験学習などと合わせて、ステージイベントや模擬店もぜひお楽しみください。

●日時 10月27日(日)

●場所 県立技術短期大学校キャンパス(菊陽町)

●問合せ 県立技術短期大学

☎096(232)9700

## 10月のさくら湯旅館日

10月16日(水) (第3水曜日)

## 理容ハタシマ カット 1200円(税込)

山鹿店・3号線セントラルパーク内源氏湯そば

東 店・325号線 Mr.Max ななめ前に移動しました

※60歳以上200円割引(セット・平日のみご利用)

※理容師スタッフ募集中! 詳細はお電話ください。

山鹿市鹿本町御宇田 691-1 有限会社たけや

お問い合わせ  
☎0968(43)1838



# 定例相談

秘密は固く守ります。お気軽にご相談ください。

相談は無料

## 税務相談

- ・日時 10月10日(木)  
午後1時半～4時半
- ・場所 鹿北市民センター相談室
- 問 鹿北市民センター ☎(32)3111

## 年金出張相談

- ・日時 10月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)  
※要予約  
午前10時～午後3時
- ・場所 市役所会議室
- ・持参品 本人確認書類(運転免許証など)、代理の場合は委任状
- 問 国保年金課 ☎(43)1576

※年金事務所での相談を希望する場合は予約専用ダイヤル(0570-05-4890)をご利用ください。

## 障がい児・者相談

専門の相談員が支援します。

- ・日時 10月1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火)  
午後1時半～4時
- ・場所 市役所福祉支援課  
障がい福祉係

- ・日時 10月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)  
午前9時～11時
- ・場所 山鹿健康福祉センター

- ・日時 10月1日(火)  
午後1時半～3時半
- ・場所 菊鹿市民センター

- ・日時 10月8日(火)  
午後1時半～3時半
- ・場所 鹿央市民センター

- ・日時 10月15日(火)  
午後1時半～3時半
- ・場所 鹿北市民センター

- ・日時 10月29日(火)  
午後1時半～3時半
- ・場所 鹿本市民センター

問 福祉支援課 ☎(43)0052

## 心配ごと相談

一人で悩まず、一度相談してみませんか。どの会場でも相談できます。

相談の時間は、下記のとおりです。

一般相談 午前9時～正午

※予約ではありませんので、お待ちいただく場合があります。

司法書士相談 午前10時～正午

法律相談

【山鹿】午前10時～午後3時

【菊鹿】午前10時～正午

### 【山鹿】

- ①一般相談 10月4日(金)
- ②司法書士相談(成年後見・多重債務・登記関係)

10月18日(金) ※要予約

- ③法律相談 10月25日(金) ※要予約

- ・場所 山鹿健康福祉センター内  
社協本所・山鹿支所  
☎(43)1134

### 【鹿北】

- ①一般相談 10月3日(木)
- ②司法書士相談(登記関係)

10月17日(木) ※要予約

- ・場所 鹿北老人福祉センター  
☎(32)2696

### 【菊鹿】

- ①一般相談 10月2日(水)
- ②法律相談 10月23日(水) ※要予約

- ・場所 菊鹿健康福祉センター  
ひまわり館 ☎(48)5060

### 【鹿本】

- ①一般相談 10月1日(火)
- ・場所 鹿本高齢者コミュニティ  
センター「親和荘」  
☎(46)2206

### 【鹿央】

- ①一般相談 10月7日(月)
- ・場所 鹿央地域福祉センター  
☎(36)3811

問 社会福祉協議会本所 ☎(43)1134

## 精神保健相談

精神保健指定区による無料の精神保健相談です。

- ・日時 10月10日(木) ※要予約  
午後2時～  
(毎月第2木曜日)

- ・内容 こころの相談など
- ・場所 山鹿保健所

問 山鹿保健所 ☎(44)4121

## 仕事の相談はお気軽に

### 【一般】

- ①正看護師 20万円～
- ②理学療法士 195,000円～
- ③保育士 160,289円～
- ④介護支援専門員 19万円～
- ⑤生活支援員・職業指導員 17万円
- ⑥理容・美容業務 18万円～
- ⑦事務 16万円～
- ⑧厨房(調理人) 22万円～
- ⑨調理師または栄養士  
137,800円～
- ⑩トラック運転手(2～3t車)  
185,000円～
- ⑪生コン運転手 21万円～
- ⑫ルート配送 191,334円～
- ⑬土木作業員 154,000円～

### 【パート】

- ①准看護師 時給1,100円～
  - ②支援員 時給800円
  - ③介護職(送迎なし)  
時給900円～
  - ④受け付け・一般事務  
時給900円～
  - ⑤倉庫内作業(梱包、発送準備)  
時給800円
  - ⑥店内販売 時給895円～
  - ⑦飲食店スタッフ 時給830円
  - ⑧接客・調理スタッフ 時給880円
- ※詳細はご来室・ご相談ください。  
すでに採用済みの場合もあります。  
午前9時半～午後5時

問 山鹿市地域職業相談室  
☎(43)1724

## 社会保険労務士労働相談

- ・日時 10月8日(火) 午後1時～4時
- ・場所 市役所商工観光課
- 問 商工観光課 ☎(43)1579

## 消費生活相談

- ・日時 毎週月～金曜日  
午前8時半～午後5時15分
- ・場所 市役所2階消費生活相談室
- 問 山鹿市消費生活センター ☎(43)0188

## 認知症に関する相談

- ・日時 10月9日(水)・23日(水)  
午前10時～正午
- ・場所 山鹿健康福祉センター
- 問 長寿支援課地域包括支援係  
☎(43)1077

# オムロン ハンドボール部

## 第44回 日本ハンドボールリーグ情報

11月末から山鹿市でも開催される「2019 女子ハンドボール世界選手権大会」のため、本年度の「日本ハンドボールリーグ」は、来年1月から3月まで開催されます。試合数は昨年より8試合少ない全16試合。昨年度は上位4チームが競うプレーオフに進出しましたが、惜しくも2位の結果でした。ことしこそリーグ優勝を目指し、頑張れオムロン。みんなでオムロンハンドボールを応援しましょう。



山鹿市杉にあるオムロンリレーアンドデバイスのオムロンハンドボール部は、1974(昭和49)年に立石電機ハンドボールチームとして発足以来、山鹿市を拠点に活動を行う、国内でも指折りの女子実業団チームです。

また、市内の小中学校をはじめとしたハンドボール教室の開催など、地域貢献活動にも取り組んでいます。

### ●県内で開催される試合日程

- 開幕戦 日時：1月4日(土) 午後3時～  
場所：山鹿市総合体育館  
対戦相手：飛騨高山ブラックブルズ岐阜
- 第2戦 日時：1月5日(日) 午後3時～  
場所：山鹿市総合体育館  
対戦相手：大阪ラヴィッツ
- 第4戦 日時：1月13日(祝) 午後2時～  
場所：玉名市総合体育館  
対戦相手：ソニーセミコンダクタ
- 第14戦 日時：2月22日(土) 午後3時～  
場所：山鹿市総合体育館  
対戦相手：イズミメイプルレッズ
- 第15戦 日時：2月23日(日) 午後3時～  
場所：山鹿市総合体育館  
対戦相手：HC名古屋

## 第74回 国民体育大会 九州ブロック国体

8月31日～9月1日、佐賀県で開催された第74回国民体育大会の九州ブロック大会に、熊本県代表として出場したオムロンは1回戦に大分県を、2回戦では宮崎県を破り、国体への出場を決めました。

チームは10月3日(木)～7日(月)に茨城県で開催される「第74回国民体育大会 いきいき茨城ゆめ国体 2019」に出場し、優勝を目指します。

### ●九州ブロック国体 試合結果

- ・1回戦  
熊本県 41 [20-7] 10 大分県
- ・2回戦  
熊本県 43 [20-5] 7 宮崎県

※国民体育大会の結果は来月号でお知らせします。



## 10月の休日在宅当番医および当番薬局



| 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         |
|--------|-----------------------------|------------------------|
| 6日(日)  | 山鹿温泉リハビリテーション病院 / かもと整形外科医院 | 山鹿岩下薬局 / 山鹿新町薬局        |
| 13日(日) | 横手医院 / 大橋通クリニック             | 江上薬局大橋通                |
| 14日(祝) | 吉里医院 / きくか松岡クリニック           | 山鹿岩下薬局 / まつ薬局 / 鹿校通薬局  |
| 20日(日) | 山鹿中央病院                      | 山鹿岩下薬局                 |
| 22日(祝) | 星田内科医院 / まえはら泌尿器科クリニック      | 山鹿岩下薬局 / まつ薬局 / きらきら薬局 |
| 27日(日) | 中川医院 / 藤原クリニック              | 山鹿岩下薬局                 |

\* 都合で変更になる場合があります。(鹿本医師会) \* 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。

## 鹿本地域在宅ケアネットワーク推進研修会を開催しました

7月25日、鹿本市民センターで鹿本地域在宅ケアネットワーク推進研修会を開催しました。

研修会では「安心して暮らせる地域づくり」をテーマに、医療・保健・介護に関わるさまざまな職種の人だけでなく、地域の嘱託員、民生委員、児童委員の皆さんが、それぞれの立場で何ができるかを共に考える機会となりました。今回は八幡校区長の福本末春さん、鹿本地区生活支援コーディネーターの田中喜代美さんから、地域での取り組みについて活動紹介をしていただき、参加者の皆さん

からも「多くの学びがあった」との声が聞かれました。



研修会の様子

## 認知症「搜索声かけ模擬訓練」が行われました 米野地区（鹿央町）

7月28日、鹿央町米野地区で区長さんをはじめ地元の認知症地域サポートリーダー、地域の皆さん、事業所などが協力して、搜索声かけ模擬訓練が行われました。黄色い傘を持った認知症役の人が地域を歩き、参加者は声のかけ方や搜索・通報の仕方を学びました。

参加者からは「実際に声をかけるのは難しかった」「このような訓練は大切である」「地域の団結力や協力性がすごく伝わる訓練だった」などの声が聞かれました。

認知症は誰にでも起こり得る病気ですが、周囲の人の認知症への正しい理解と、温かい見守りがあれば、住み慣れた地域で安心して

暮らし続けることができます。この訓練は市内各地で実施されていますので、お住まいの地域で開催されるときには、ぜひご参加をお願いします。



訓練の様子

## 認知症市民フォーラム in 山鹿を開催しました

8月24日、鹿本市民センターで認知症に関する講演会を開催し、174人が来場しました。講演では、石川県の「南加賀認知症疾患医療センター」の和田有司センター長による「すこやかな老後のために～認知症の理解と予防～」についての話しや、同センター精神保健福祉士の蔭西操さんによる「みなさんと考える 地域で支える認知症」についての話しがありました。

続いて来場者がグループに分かれ「認知症の人を地域で支えるにはどうしたらよいか」「自分のできることは何か」を話し合いました。認知症を身近な問題と捉えて関心を持っている人も多く「まず、あいさつをして、プラス

の声掛け（天気がいいですね、今日は暑いですね、など）をします」「サロンなどに一緒に行くよう誘います」「民生委員に相談します」「地域包括支援センターに相談します」など、活発な意見交換が行われました。



会場の様子

地域の仲間と  
一緒に始めませんか？



熊本県バージョンの  
DVDを使用します

## いきいき百歳体操

住み慣れた地域で、いつまでもいきいきと自分らしく暮らすためには、体と心の健康が大切です。体力や筋力が低下すると動くことがおっくうになったり、家の中でじっとしたりしていることが多くなります。そこで楽しみながら筋力を付け、転倒しない体づくりが期待できる「いきいき百歳体操」を紹介します。

### ●いきいき百歳体操とは

高知県で考案された、手首・足首に重りを付けて椅子に座り、ゆっくり手足を動かすことで筋力バランスを高める体操です。筋力が付くことで体が軽くなり、動くことが楽になります。また、転びにくくなるので骨折などのけがを防ぎ、寝たきり予防にもなります。

### 対象条件

- 65 歳以上で、5人以上が集まる団体や仲間である。
- 集まる場所とDVDプレーヤー、人数分の椅子が確保できる。
- 週1回の集まりを6ヵ月以上続けられる。

参加費 無料

### 申し込み方法

地域包括支援センター（☎(43)1077）にお電話ください。



### 実施の方法

①地域包括支援センターに申し込み → ②初回（測定・実施方法指導、体操の指導や助言が専門職から受けられます） → ③3ヵ月後（評価） → ④6ヵ月後（評価）  
※初回実施と評価には、地域リハビリテーション広域支援センターと地域包括支援センターの職員が伺います。

### 鹿本地区での6ヵ月の取り組み成果

※参加者11人の平均値（前⇒後）

- 握力（体の筋力） 25.8kg⇒26.2kg
- 片脚立位（バランス） 96.1秒⇒100.9秒
- 5分歩行（スピード） 4.13秒⇒3.6秒

～全員の値が改善しました!!～



## 「介護予防サポーター」「生活支援サポーター」養成講座を同日開催します

「介護予防サポーター」…高齢者の元気づくりのお手伝いです。

「生活支援サポーター」…高齢者のちょっとしたお困りごと（買い物・ごみ出し・電球交換など）のお手伝いです。自身の介護予防や認知症予防にも効果的なボランティアです。詳しくは広報やまが6月号をご覧ください。

**対象者** 山鹿市内に住んでいて健康状態が良好な人

**場 所** やまが元気倶楽部（温泉プラザ3階）他

**受講料** 無料

**申し込み方法** やまが元気倶楽部（☎(36)9238）または山鹿市社会福祉協議会（☎(43)1134）にお電話ください。

**日 程** 下記日程表のとおり（いずれかの月をお選びください）。時間は午後1時半～4時半に実施。

| 実施月  | 11月    | 1月     | 3月     |
|------|--------|--------|--------|
| 初級編  | 6日(水)  | 8日(水)  | 4日(水)  |
| 中級編① | 13日(水) | 15日(水) | 11日(水) |
| 中級編② | 20日(水) | 22日(水) | 18日(水) |
| 上級編  | 27日(水) | 29日(水) | 25日(水) |

応募時に3歳以下のお子さんを紹介するコーナーです。きょうだいなど複数人で写っている場合、3歳以下のお子さんがいれば掲載できます（1人1回）。掲載を希望する人は、写真（データも可）とメッセージ・住所・氏名・生年月日を書いて、山鹿市役所情報システム広報課へ郵送するか持参してください。

## すくすく倶楽部



やつなみ ゆう  
**八浪 悠くん**  
(H29. 9.29 生まれ)  
合里 (鹿央)

おやま みずき  
**小山 翠月ちゃん**  
(H29.10. 1 生まれ)  
来民 (鹿本)

いしはた はな  
**石畠 羽菜ちゃん**  
(H28. 9.10 生まれ)  
来民 (鹿本)

いしはた るな  
**石畠 琉菜ちゃん**  
(R 1. 5.10 生まれ)  
来民 (鹿本)



いしはた りな  
**石畠 鈴菜ちゃん**  
(H27. 2. 4 生まれ)  
来民 (鹿本)

### メッセージ

これからも元気いっぱい大きくなーれ！

### メッセージ

おじーちゃま、おばーちゃま、  
いつもありがとう♡  
たくさん思い出作ろうね！

## 就職でお悩みの人はご相談を！

## やまが職業相談総合センター 問商工観光課 ☎ (43)1579

鹿本地域振興局（市役所北側）1階に「やまが職業相談総合センター」を設置しています。3つの機関が相談者の個人情報と連携することで、相談者の状況に応じた就労を支援します。



### 山鹿市地域職業相談室

☎ (43)1724

#### 開設日時

平日の午前9時半～午後5時（土・日・祝日、年末年始は休み）

#### 業務内容

求人検索パソコンを設置。求人情報の閲覧・印刷ができるほか、相談員が職業相談や紹介をします。

### ジョブカフェ鹿本ランチ

☎ (44)7520

#### 開設日時

平日の午前10時～午後5時（予約制。土・日・祝日、年末年始は休み）

#### 業務内容

職業相談のほか、履歴書作成支援・面接対策・求人開拓などを行います。

### 高齢者無料職業紹介所

鹿本相談所 ☎ (43)6542

#### 開設日時

月・水・金の午前10時～午後4時（祝日、年末年始は休み）

#### 業務内容

おおむね60歳以上の人を対象に、求人・求職受け付けと、希望に応じた仕事を紹介します。

・上記のほか、たまな若者サポートステーション（厚生労働省認定事業）による、若者就職相談会も鹿本地域振興局で実施中です。仕事・就職に関するご相談に専門のキャリアカウンセラーが対応します。

開設日時：毎月第1・第3金曜日 午前10時～午後4時 問たまな若者サポートステーション ☎ 0968(74)0007

### 人の動き

|                |          |          |
|----------------|----------|----------|
| 人口             | 37人減りました | 51,758人  |
| 男性             | 8人減りました  | 24,389人  |
| 女性             | 29人減りました | 27,369人  |
| 世帯数            | 7世帯減りました | 21,897世帯 |
| ～14歳           | 11.8%    | 6,125人   |
| 15歳～64歳        | 51.6%    | 26,697人  |
| 65歳～           | 36.6%    | 18,936人  |
| 8月末現在（増減は前月末比） |          |          |

\*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（情報システム広報課）

いじ材て油にそ欠風れジれ末ロ伴と日晒し外何係♠  
ま過でし断戻しか呂以が以。とヒ焼さイもへ元  
したち、ましりてさ上 come 強上 30皮、リけいベ対異来  
たを私た対つ、ずが、すの歳のむし、一、ン策動、色  
：。繰は市策あう行の焼る焼超けはた肌中日のし、白  
りまた中をえつて保けと思はたは呂肌中取な初  
返たして体怠ったく湿止めい、メへう痛に赤外材にの  
してし連の行9元ましアや、ま同取っ月、色  
ま同取っ

### あとがき

