



「若い世代の食習慣の実態調査」を行いました トライしよう! バランスのよい食生活

20～39歳の市民と保育所などに通う園児の保護者を対象に、昨年11月～12月に「若い世代の食習慣の実態調査」を実施しました。この結果から、市の特徴や課題が分かりましたので、ご紹介いたします。

■4人に1人が朝食を毎日食べていない

朝食を欠食している割合を性別で見ると、**男性32.9%・女性20.6%**と男女差がありました。「朝食が準備されていれば食べる」という意見もみられ、特に男性において、簡単な調理技術の習得・料理をする習慣をもつことが重要であると明らかになりました。



■40%の人が主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で課題あり

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が健康に良いことについては「知っている」が9割を占め、認知度は高くなっています。このような食事を1日2回以上食べる頻度では「週に2～3回 26.0%」「ほとんどない 14.3%」となっていて、実際の行動につなげることができていない、難しい状況にある人が40%を占めています。

特に子育て世代においては「**食事作りに負担を感じる**」「**食事作りに時間をかけることができない**」との声がありました。そのことから…

- 食事を作る人の固定化の解消
- 家族みんなが食事づくりに関わる
- 家族で話し合い役割分担する
- 周りからの支援



の必要性が高まっていることが明らかになりました。

すこやか未来課では、子どもから高齢者までの食事に関する相談も行っています。Instagramでは、食育情報やレシピ紹介、健康づくりの情報などを発信しています。フォローお待ちしております。▶



問 すこやか未来課 保健センター ☎63-1133

年代別にみた、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べる頻度

年代	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	ほとんどない	無回答
20歳代	28.3%	24.6%	28.3%	18.6%	0.2%
30歳代	34.9%	24.5%	25.7%	14.5%	0.3%
40歳代	41.0%	21.1%	25.7%	11.0%	1.2%

年代別では、年代があがるにつれて揃えて食べる頻度は高くなり20～30歳代は頻度が少なくなっています。

6月から市コロナワクチン接種コールセンターの受付日が変わります

市コロナワクチン接種コールセンターの受付日が、平日のみとなりますので、ご注意ください。

受付時間
【現在】9時～17時まで
(土日受付 ※祝日を除く)
【6月から】9時～17時まで (平日のみ)

問 市ワクチン接種コールセンター
☎0570-050-350

介護保険料の納付通知書を6月中旬に送付します

65歳以上で、介護保険料を普通徴収(納付書や口座振替)で納める人に、市民税が確定する6月上旬に納付通知書を送付します。届いた通知をよくご確認ください。特別徴収(年金からの天引き)で納める人は、10月上旬に決定通知書を送付します。介護保険は介護や見守りなど支援が必要となった人が安心して自立した生活を送れるように、社会全体で支える制度です。ご理解とご協力をお願いします。

問 保険介護課 介護保険係 ☎63-1418



65歳からの肺炎予防 高齢者の肺炎球菌ワクチンの定期接種を受けませんか

■対象者

①市内に住民票がある下表の年齢の人で、これまでに1度も肺炎球菌予防接種を受けたことがない人

年齢	生年月日
65歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生
70歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生
75歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生
80歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生
85歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生
90歳	昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生
95歳	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生
100歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生

※対象者には、予診票を送付します。

②市内に住民票がある60～64歳の人で、心臓・腎臓・呼吸器の機能・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがある、身体障害者手帳1級の人

■接種回数 1回 ■接種期限 令和5年3月31日

■接種費用 3,000円

※生活保護世帯の人は、生活保護受給証明書の提示で無料

■持ってくるもの

- 住所、氏名、生年月日が確認できるもの(健康保険証や介護保険証)
- 予診票(すこやか未来課から届いた通知)
- 新型コロナワクチン接種済み証明書
※未接種者は不要
- 対象者②の人は、身体障害者手帳
- 生活保護世帯の人は、生活保護受給証明書(福祉課発行)

■予防接種が受けられる市内の医療機関

※事前予約が必要な医療機関もあります。

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
あだち内科胃腸科クリニック	☎65-8500	佐藤眼科・内科	☎65-5900	藤枝医院	☎68-3232
荒尾駅前クリニック	☎64-1895	くろみクリニック	☎62-1273	ふじさわクリニック	☎64-2238
荒尾クリニック	☎63-1166	新生翠病院	☎62-0525	ふれあいクリニック	☎68-6565
荒尾市民病院	☎63-1115	高橋医院	☎68-0035	まつおレディースクリニック	☎66-3110
荒尾中央病院	☎64-1333	高橋整形外科医院	☎64-1311	松山医院	☎62-0418
荒尾脳神経外科医院	☎65-6030	田中良医院	☎66-0666	南整形外科医院	☎64-2302
伊藤医院	☎62-0405	田宮医院	☎62-0017	本里内科	☎64-0556
牛島内科医院	☎64-2361	西原クリニック	☎62-0622	山田クリニック	☎62-7722
江崎耳鼻咽喉科クリニック	☎62-5533	西良文医院	☎66-2321	四ツ山クリニック	☎62-0407
こどもクリニック友枝	☎65-8181	ひらやま医院	☎62-0665	関整形外科	☎64-0237
さかた耳鼻咽喉科クリニック	☎69-3310				

問 すこやか未来課 保健センター ☎63-1153

接種上の注意

- 過去に定期予防接種として接種した人や、任意接種で肺炎球菌ワクチン(23価ポリサッカライド)を接種したことがある人は対象外です。
- 接種後は接種済み証明書を大切に保管してください。

市外での予防接種を希望する人

- 大牟田市とみやま市の一部にも委託医療機関があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 大牟田市・みやま市の一部を除く、県外での接種を希望する場合は、接種料金は全額自己負担になります。その後の払い戻しなどはありませんが、健康被害が出たときに救済を行うことができます。接種前にすこやか未来課にお問い合わせください。県内の他市町村で接種される場合も、事前に手続きが必要ですので、お問い合わせください。

長期療養が必要な病気で、やむを得ず接種を受けることができなかった人

医師に接種できると判断された日から1年間、接種を受けられます。この制度の対象になると思われる人は、お問い合わせください。

ハイ! スクール通信

市内高校通信 Vol.30

岱志高校、有明高校、荒尾支援学校の市内3つの高校の取り組みなどをご紹介します!
地元高校の新たな魅力を発見しよう!



岱志高校

市立図書館のリニューアルオープンに参加!

市立図書館のオープンから8日間、岱志高校の美術部・書道部の作品を展示しました。多くの来場者に作品をご覧いただき、生徒の活躍を紹介できました。今後も地域を盛り上げていけるよう、さまざまな場面で地域の催しに参加していきたいと思っておりますので、岱志高校のさらなる活躍にご期待ください!



浅田市長にもご覧いただきました。

新入生歓迎会はグリーンランドで!

4月22日に新入生歓迎行事で、九州の誇るレジャー施設、グリーンランドへ行きました。歓迎会当時、新入生は入学してまだ2週間。期待と不安でいっぱいでしたが、グリーンランドでの歓迎を受け、期待のほろが大きくなったようでした。クラスメートとの会話も弾み、仲を深めることができた一日になりました。



荒尾市制施行80周年記念事業

みんなで参加しよう!

第11回市民体育祭水泳競技大会

時 7月10日(日)
開場 7時30分 / 開会式 8時45分
競技開始 9時~
(ウォーミングアップは8時45分まで)
場 市民プール 対 市内に住む人
料 1種目500円(申込時に支払)
申 月~土曜の17時30分~19時30分
までに市民プールで受付

種目	幼児	1・2年	3・4年	5・6年	中・高生以上
ビート板キック	25m	25m	—	—	—
自由形	25m(ビート板可) 50m	—	25・50・100m	—	50・100・200m
背泳ぎ	—	25・50m	25・50・100m	—	50・100・200m
平泳ぎ	—	25m	25・50・100m	—	50・100・200m
バタフライ	—	25m	25・50・100m	—	50・100・200m
個人メドレー	—	100m	100m	100・200m	200m

期 6月30日(木)19時 市水泳協会 ☎090-9494-3705(林田)

人権標語

令和3年度
「解放文化祭」
応募作品



悪い心に負けないで やさしい心が君を呼んでいるよ

八幡小6年 村岡 莉衣亜さん



うれしいな みとめてくれて ありがとう

八幡小6年 上田 みりあさん



県に2校しかない学校茶畑!

毎年5月初旬に全校で茶摘みをし、5・6年生を中心にお茶の葉を選定して、おいしいお茶になるように作業します。



世界に1つだけの焼き物!

「ろくろ」で器を成形中! 小代焼の窯元さんに教えてもらいながら、自分の焼き物を作ります。



毎朝、礼儀正しく元気にあいさつ!



焼き上がった器に感動!



ひなまつりお茶会では、お茶のたて方を学びました。



みんなで育てた大豆を収穫! 美味しくできたかな♪

わたしたちの学校自慢

ここがじまん!

今月の学校自慢

府本小学校



明治30年に創立した府本小は『やさしく、かしく、たくましい 未来の担い手「府本っ子」の育成』を教育目標に、地域の皆さんの協力のもと、学校の特色を生かした「本物体験学習」に取り組んでいます。地域の畑を借りて大豆作りや野菜作り、学校茶畑でのお茶栽培、窯元に向いての小代焼づくりなど、児童はさまざまな学習を通して成功体験を積んでいます。

「あいさつは自分から」を合言葉に、あいさつ活動にも力を入れていて、朝から元気なあいさつで校内は活気に満ち、登下校時には地域の皆さんにあいさつする習慣も身に付いています。地域とのつながりが強い府本小。自然あふれる環境の中で地域の皆さんに見守られながら、みんなやる気満々で主体的に学習に取り組んでいます。

児童が選んだうちの学校自慢!

府本小は緑が多く、遊ぶ場所もたくさんあるのが自慢です。校庭には通称「猿山」があり、みんなで昼休みによく遊んでいます。



総務委員長 6年生 田上 雅佳さん

今しかできないことに精一杯取り組もう!



「府本小の子どもたちは優しく、一緒に過ごしていると私の心も穏やかになります。そして、みんな何事にも前向きに挑戦しようという学校の雰囲気大好きです。校区内を探検して、地域やそこに住む人の魅力をもっと見つけたいです」と佐々木先生は話していました。

赴任5年目の佐々木先生は、児童や学校のことでなくて、地域のこともよく知っていて、分からないことをいろいろと教えてくれる頼りになる先生です。



ささき ゆう 佐々木 悠先生