



close up

第18回あらお荒炎祭 出場者募集
6月は「環境月間」

Proud!
東日本大震災の復興を支援しよう
Japan

[写真] 5月8日(日)に中央公民館で行われた「つくってたべるおはなし会」(市立図書館主催/記事は8ページ)。みんなでクレープを作りました。お母さんと一緒に、一生懸命果物を切りました。

荒尾の「産業の力」を活性化したい
「なんでんかんでん市」開催



【写真】 1_ 毎回大好評のピーナッツのつかみどり。お店の人も大盤振る舞いです。
2_ 地元の元気づくり 二小元気会による金魚すくい。子どもたちも楽しめるイベントです。 3_ 無料のさげもん教室も開催。たくさんの方が参加していました。

5月7日(土)、チャレンジプラザあらお(荒尾市起業家支援センター/西原町1丁目)で、なんでんかんでん市が開催されました。この催しは、入居企業と地元商店街振興会、二小元気づくりが参加して昨年から行われています。当日はお天気に恵まれ、およそ550人が会場を訪れました。

会場では、チャレンジプラザあらおを卒業または入居している企業の紹介や、地元の5つの商店街の展示即売が行われたほか、ピーナッツの無料つかみどりや、来場者へのプレゼントも行われました。

また、起業シンポジウムin荒尾が同時開催され、中小企業診断士の北岡敏郎さんの基調講演の後、チャレンジプラザの卒業・入居起業によるパネルディスカッションが行われました。起業した際の苦労話などの体験談を語り、およそ20人の参加者は、貴重な生の声に興味深く聞き入っていました。

おもな内容 main contents

地デジの準備お済みですか？	3
6月は「環境月間」	4
TownTopics まちの話題	6
子育てのひろば	10
保健・健康	12
市民病院からのお知らせ	14
くらしの情報	15
試験・募集・イベント	18
第18回あらお荒炎祭	22
うまか〜レシピ	24
医療カレンダー	26
イベントカレンダー	27

声の広報 [文字による情報入手が困難な障がい者のための音声録音版広報紙]
福祉課 ☎ 63-1406

荒尾市ホームページ
<http://www.city.arao.lg.jp>



携帯電話専用サイト
<http://www.city.arao.lg.jp/defaultM.aspx>
※通信費は閲覧者の負担です

題字を書きました

中央ふれあいスポーツで、1年生のころからバレーボールをしています。家族がみんなバレーボールをしていて、とても楽しいです。

学校の勉強では、音楽が好きです。部活動も音楽部に入っています。楽器の演奏も、歌を歌うのも両方好きです。

将来は養護学校の先生になりたいと思っています。



緑ヶ丘小学校 6年 小田 彩夏 さん

荒尾市 Arao City

面積 57.15 平方キロメートル
市制施行 1942 (昭和 17) 年 4 月 1 日

荒尾市強調月間

6月は「環境月間」です



市の花 梨の花



市の木 小岱松



市の魚 マジャク

2011年7月24日アナログ放送終了

地デジの準備お済みですか？

アナログから地デジへ

ア ナログ放送終了まで約2カ月。地上デジタル放送を視聴するための準備をしないとテレビを見ることができなくなり
ます。

準備って何をやるの？

地 上デジタル放送を視聴するには、UHFアンテナと地デジ対応の受信機が必要です。受信機はデジタルテレビを購入するか、アナログテレビに地上デジタルテレビ用チューナーを取り付ける必要があります。

地デジの準備に当たり、「何をすればよいか分からない」という人や「テレビを買ったのにデジタル放送を受信できない」という人には、デジサポ（総務省テレビ受信者支援センター）が
お手伝いします。まずは、デジサポにお電話ください。アナログ放送の終了が近づいていますので、工事の注文が殺到する恐れもあります。お早めの対応をお願いします。

また、BSアナログ放送も7月24日までに終了しますので、BSデジタル放送へ移行をお願いします。

地デジチューナーの無償支援

総 務省では、住民税非課税世帯やNHK受信料全額免除の無償給付を行っています。
■総務省地デジチューナー支援実施センター
（非課税世帯支援世帯の人）
☎0570・023724
（NHK受信料全額免除世帯の人）
☎0570・033840
（平日：午前9時～午後9時、土・日・祝日：午前9時～午後6時）



▲7月1日（金）～24日（日）正午までのアナログテレビの画面。カウントダウンが始まります。



▲7月24日（日）以降のアナログテレビの画面。砂嵐状態になり、完全に視聴できなくなります。

地デジ臨時相談コーナー

デ ジサポ熊本では、特に高齢者・障がい者などを対象に地デジ臨時相談コーナーを開設します。地上デジタル放送に関する正しい知識と情報をお伝えし、デジタル放送の受信をお勧めするとともに、技術的なお手伝いをします。

●日時 6月15日（水）～8月26日（金） ※土・日・祝日を除く
●場所 市役所1階フロア
●ご要望に応じて、地デジサポーター（協力電気店）、地デジアドバイザーが戸別訪問を実施し、丁寧なアドバイスを無料で行います。

まずは電話でデジサポへ
デジサポ熊本 ☎ 096-300-8800

受付時間 [平日] 午前9時～午後9時 [土・日・祝日] 午前9時～午後6時





6月は「環境月間」

国では、毎年6月を「環境月間」と定め、さらに6月5日を「環境の日」としています。市でも市民の皆さんの環境美化活動などを推奨しています。
すみよいまちづくりのため、引いては地球環境の保護のために、いっしょに「環境」について考え、美化活動や節電に取り組みませんか？まずは身近なところから、いっしょに始めましょう！



環境美化の月行事に参加しませんか

1. 主要道路の清掃

●日時

6月10日(金)、午後2時～

●集合場所

市役所玄関前

※軍手・ごみ袋は配布します。小雨決行。雨がひどい場合は中止。

(当日確認 ☎ 63・1370)

●参加人員

建設業協会・道路沿線住民・事業所・市職員

●実施道路	
県道荒尾・平山線	上小路～庄山
市道本村・緑ヶ丘線	市屋ガード～緑ヶ丘小下
国道389号	四ツ山～牛水
県道金山・三池線	下井手～金山信号前
主要地方道路荒尾・長洲線	唐池～野原信号
国道208号	原万田～金山
県道荒尾・南関線	万田西～元村
市道牛水・高浜線	牛水～高浜
市道川後田・府本線	中央東～府本信号
市道大谷・長洲港線	大谷～桜山信号
市道樺・小岱山線	府本～樺

2. 環境美化行動の日

●期日

6月12日(日)

※小雨決行(当日確認 ☎ 63・1370)

【あらおシティモールおよび運動公園周辺の市民参加による清掃活動】

●受付時間

午前8時～午前8時30分

●集合場所

観光物産館玄関

●開会式

午前8時30分

みんなで節電アクション！

このたびの東日本大震災の影響で、地域によっては電力供給がきわめて厳しい状況です。このような中、私たち一人一人がすぐに支援・協力できることのひとつが節電です。

この夏の電力供給が不安定になることが見込まれている現在、少しでも節電が被災地の少しでも早い復興と、日本全体の安定した電力供給につながります。また、二酸化炭素の削減や地球温暖化の防止にも貢献できます。

家庭でできる節電アクション7つのポイント

① こまめにスイッチオフ

エアコン・照明・テレビなど使わないときはこまめに消しましょう。

② 待機電力を削減

家庭で使用される電力量の約6%が待機時消費電力です。主電源を抜く、スイッチ付タップや自動表示オフ機能を使うなどの対策が効果的です。

③ エアコンで節電

カーテンなどで日差しカット、フィルターのこまめな清掃、室外機の周りに物を置かないなどの工夫で冷暖房効率が上がります。

④ 冷蔵庫で節電

開閉は短く、物を詰め過ぎない、熱いものは冷まして入れることで使用電力を減らしましょう。

⑤ 照明で節電

こまめに掃除をすると明るさはアップします。また、買い替えはインバータ器具、LED電球など省エネタイプのもがお勧めです。



⑥ テレビで節電

消すときは主電源で消しましょう。長期間不在のときはプラグを抜きましょう。

●省エネモードなどを利用し、不必要に明るくしたり、音を大きくしないようにしましょう。

⑦ 他にもこんなところで節電

- ・台所(炊飯器や電気ポットの保温を控える)
- ・トイレ(できるだけ温水洗浄、暖房便座の使用を控える。使わない便座のふたは閉める)
- ・お風呂(保温時間は短く、蛇口・シャワーはこまめに止める)



節電は、今すぐできる、お得で簡単な環境への取り組みです。他にも、早寝早起きの生活スタイルにすれば夜の消費電力を抑制できますし、一家団らの時間をもち家族みんなで一つの部屋に集まれば、照明やエアコンの節電につながります。普段の生活スタイルに少しの工夫を加えれば、より快適で環境にも優しい生活ができます。小さな工夫を毎日こつこつ積み重ねること、それが効果的に長く続けるコツではないでしょうか。

●応募資格

① 市内に住所を有し、居住している世帯

② 市税を滞納していない世帯

③ 一般家庭用を使用する世帯(業務用は対象外)

④ 処理機を有効に活用し、生ごみの減量化やリサイクル事業など、市の政策に協力いただける世帯

⑤ 利用状況についてのアンケートに協力いただける世帯

●申込方法

市役所1階環境保全課窓口で受け付けます。申し込みは同一世帯から一人(世帯主)です。電話での受け付けや、他世帯の代理申し込みはできません。

●補助予定基数

50基(応募が超えた場合は抽選)

●補助額

購入価格(税抜)の2分の1とし、2万5千円を上限額とします。(補助額に100円未満の端数があるときは、端数を切り捨てた額)

当選者のみ補助金を交付します。事前の購入は控えてください。購入先は、市内に店舗がある事業者からお願いします。

●受付期間

6月15日(水)～30日(木)

●公開抽選

7月1日(金)午前10時、市役所11号会議室で実施

●当選資格(権利)

抽選で得た権利は、当選者のみ有効です。第三者に譲渡することはできません。

環境保全課 ☎ 63・1370

グループで節電すると活動支援金を支給します

市では、地球温暖化防止対策を推進するため、市民の皆さんがグループを作り、節電に取り組んだ場合に、活動支援金を支給する市民節電活動支援事業を行います。

●応募期限

7月31日(日)(当日消印有効。予算の範囲内で先着順に受け付けます)

●応募方法

2世帯以上でグループを作り、代表者が応募書類を提出し、申し込んでください。

●応募書類

環境保全課窓口か、または市のホームページからダウンロードしてください。

●対象期間

7月～平成24年1月

●確認の方法

電気使用量のお知らせ(コピー)で確認します。

●活動支援金の額

前年同月比の節減率	活動支援金
4%以上 6%未満	200円
6%以上 8%未満	300円
8%以上 10%未満	400円
10%以上 12%未満	500円
12%以上	600円

※1カ月、1世帯あたりの金額です。7カ月分のデータが揃えば、1世帯当たり300円を加算します。

環境保全課 ☎ 63・1386

桜舞い散る中、あでやかな神事

～上荒尾熊野座神社神楽 奉納～

4月14日(木)、15日(金)の2日間、上小路熊野座神社で荒尾市指定重要無形文化財の上荒尾熊野座神社神楽が奉納されました。この神楽は約160年の歴史があると伝えられています。

今年小学生から中学生までの子ども16人が、男子は狩衣、女子は舞衣装で、御幣・弓・剣・鈴などをもち、笛・太鼓に合わせて優雅に舞い、「五穀豊穣」「家内安全」を祈願しました。

神社周辺は行燈や提灯の明かりで、幻想的な雰囲気につつまれていました。



▲通称「上小路子ども神楽」と知られています。長い歴史と伝統を守るため、練習を重ね、優雅な舞を奉納しました。

休耕地を活用し、オリーブ園に

～樺・海行原オリーブモデル園に関する協定書締結～

4月15日(金)、樺・海行原地域と建設業協会オリーブ推進委員会が、オリーブモデル園に関する協定書に調印しました。この協定は、海行原地域で高齢化によって増え続ける耕作放棄地とイノシシ被害の対策として、荒地地と変える取り組みです。

樺・海行原地域の代表の荒木さんは「荒尾梨と同様に荒尾オリーブと言われるようになりたい」と決意表明をしました。第1段階として40畝にイタリア産オリーブ約200本が植栽されます。



▲樺・海行原地域代表の荒木俱則さん(左)、建設業協会オリーブ推進委員会代表の外屋敷豊さん(中)、緒方智明農林水産課長(右)

日本代表として素晴らしいプレーを！

～スペシャルオリンピックス世界大会へ出場～

6月25日～7月4日にギリシャのアテネで開催されるスペシャルオリンピックス(SO)夏季世界大会に、荒尾市で活動している5人の選手が日本代表として出場します。5人は昨年11月の第5回SO日本夏季大会でバレーボールと水泳の各種目で1位になり、代表に選ばれました。

4月19日(火)に4人の選手が市長を表敬訪問しました。

代表で村上直子さんが「荒尾養護学校で練習しています。バレーボールをがんばりたいです」と力強く抱負を述べました。



▲左からバレーボールの荒木成也さん、引率の田島光枝さん、バレーボールの村上直子さん、前畑市長、水泳の宮由紀さん、バレーボールの東洋子さん。この日欠席した津上さやかさんがバレーボールに出場します。

荒尾の宝・万田坑を楽しくスケッチ

～万田坑スケッチ大会～

4月23日(土)、29日(金・祝)の2日間、万田坑でスケッチ大会が行われました。同大会は毎年開かれてきた万田坑市民まつりの一環行事でしたが、今年も東日本大震災の影響を考慮してスケッチ大会のみの開催となりました。当日は晴天に恵まれ、2日間で約40人の参加がありました。親子連れの参加もあり、大人と子どもの違った目線で万田坑をスケッチしていました。

2日目には表彰式が行われ、大賞に大牟田市白光中3年の北原智子さんが選ばれました。



▲世界遺産候補の万田坑を前に、真剣にスケッチ。思い思いの万田坑が画用紙いっぱいになりました。

100種 1,900株のバラが咲き乱れる

～ばらまつり開催～

5月5日(木)から、浄水場横のおもやい市民花壇で、ばらまつりが開催されました。5日には開会のセレモニーとフリーマーケットなどが行われました。

当日は、それまでの低温が影響し、バラは2分咲き程度でしたが、大型連休後は順調に気温が上がって、およそ1,900株のバラは12日頃には見頃となりました。

まつりの後も、おもやい市民花壇には多くの人が訪れ、大きな色とりどりの花を咲かせたバラを鑑賞していました。



▲5月16日(月)に訪れたところ、花壇にはいい香りが漂っていました。訪れた人は花壇をゆっくり巡りながら、笑顔でバラの花を楽しんでいました。

子どもたちの登校を見守る旗を寄贈

～登校旗が荒尾第一小学校へ 登校旗授与式～

5月9日(月)、荒尾第一小学校で、一小校区元気づくり委員会(福田和寛委員長)から荒尾第一小学校の児童たちに、新しい登校旗70本が手渡されました。

登校旗とは、児童が登下校の際に使用する黄色い旗です。以前使用していたものが古くなったため、同委員会の安心・安全部会が、今回新たに寄贈しました。

同部会は、日頃から児童の安心安全を確保するため、下校時のパトロールを行うなど、活発な活動を行っています。



▲福田委員長(右)に児童代表でお礼を述べる6年生の弥山葵さん(左)。新しい色鮮やかな登校旗で、より安全な登下校ができるようになります。

毎年一度、健康チェックをしませんか

～市民病院 看護の日フェスタ開催～

5月11日(水)、市民病院で看護の日フェスタが開催され、43人が参加しました。

健康への監視を高め、病気の予防の大切さを実感してもらおうと毎年行われていて、身長・体重と体脂肪率、血圧・血糖、骨密度などの健康チェックコーナーと、栄養士や保健師との相談ブースが設けられました。

この日参加した高山礼子さん(貝塚)は、「初めて参加しました。食事に気をつけて、もう少し体を引き締めようと思います」と話していました。



▲この日、有明高校の3年生7人が実習として参加していました。参加者と笑顔で言葉を交わしていました。

おいしいクレープつくったよ!

～つくってたべるおはなし会～

5月8日(日)、市立図書館で「つくってたべるおはなし会」が開催されました。

絵本に出てくる食べ物をつくり、食べながらお話を聞くことで本に親しんでもらうと同時に、食育のきっかけになることを目的に毎年実施しています。

今年は「ムギッポのまんぷくクレープ」(やすいすえこ作)のクレープが題材で、市内外から30人が参加しました。参加した保護者の一人は「普段は親子でゆつくり料理ができないので、楽しいですね」と話していました。



▲生クリームを泡立てて、果物やアーモンド、チョコレートと一緒にクレープに入れました。どんな作業のときもグループみんなで協力していました。



がんばろう日本!

東日本大震災の復興をみんなで支えよう

～被災者と被災地を支援する荒尾市内の動き・県内のイベント～



宮城県東松島市で活動 市職員を災害派遣しました

荒尾市では、熊本県からの要請を受け、県を通じて市職員を2人、宮城県東松島市に派遣しました。

2人は5月6日(金)～12日(木)と、11日(水)～17日(火)の2回に分けて1人ずつ派遣し、期間中は移動日を除いてそれぞれ5日間、東松島市役所で義援金支給申請の受け付けや、仮設住宅申請受け付けの補助的作業などに従事しました。

また、早朝の業務開始前には、石巻市などの被災地を訪れ、震災による被害の状況を視察しました。

現地について、2人に話を聞きました。



建築住宅課 沼田征樹
派遣期間 5月11日～17日



健康生活課 高村研一
派遣期間 5月6日～12日

被災地に派遣した職員



真心をありがとうございます およそ1億200万円の義援金が市に寄せられました

市において、東日本大震災のための義援金を募りましたところ、5月18日(水)現在で、1億259万3千424円の義援金が寄せられました。ご協力ありがとうございました。

これらは、市役所と関係施設の募金箱に寄せられたもの、福祉課の窓口へ直接持参されたもの、市内の団体や企業から市長に託されたものの総額です。すべて日本赤十字社熊本支部を通じ、被災地に送ります。

市では引き続き義援金を受け付けています。被災地の復興には長い時間と多額の費用が必要です。今後とも温かいご支援をよろしくお願いいたします。

福祉課 ☎63・1406



東日本大震災で被災し、荒尾市に避難してきた皆さんへ

市では、東日本大震災の影響により本市に避難してきた人に対し、支援を行っています。支援の内容は避難状況により異なりますが、避難元からの情報などの提供も可能ですので、気軽にご相談ください。

また、避難してきた人をご存じの方は、情報提供のご協力をお願いします。問い合わせいき課 ☎63・1395



がんばろう日本! 東日本大震災復興支援チャリティーバザールを開催します

県では、関係機関と連携し「がんばろう日本!熊本から元気を届けよう!」を合言葉に「東日本大震災復興支援チャリティーバザール」を開催します。

県内経済を活性化して、熊本の元気を義援金として被災地に届けましょう。

日時 6月4日(土)、5日(日)
午前10時～午後6時(5日は午後5時)

会場 グランメッセ熊本
内容 約180団体

●入場料 無料
●会場 熊本県もとブランド推進課
☎096・333・2133

▼東松島市役所は、建物に多少の亀裂が入った程度でした。復興に向けた思いが掲げられています。



震災から2カ月が経ちましたが、実際に被災地の復興の状況は、1%にも満たないと感じました。

津波が来た場所とそうでない場所の被害に差が大きく、津波が来た場所は、通行のために道のがれきを除去しただけという場所もあります。

被災した人たちは現在、通常の生活を始めるのに必要な手続きをするため、市役所に訪れています。対応した人から「来てくれてありがとう」と、お礼の言葉をかけられることもありました。

市役所を訪れる人は前に向かつて進み始めた人ですが、中にはショックの大きさを立ち直れず、次の行動を起こすことができない人もいます。

これからは、都市計画やまちづくりなど、専門的な支援が長期にわたって必要になると考えられます。

私たちにできる支援は、震災を忘れず、募金などで長い期間被災地を支援していくことだと感じました。



子ども手当の現況届 6月の提出は不要です

平成23年6月の子ども手当の現況届は、提出する必要はありません。

ただし、10月に届出・申請などが必要になる場合があります。

☎子育て支援課 ☎ 63-1417

絵本と仲良しに！ パパと赤ちゃんの絵本ふれあい会

父の日にちなみ、もうすぐパパになる人や、0～2歳のお子さんがあるパパに絵本の魅力をお話します。お子さんと一緒に絵本を楽しみませんか？ママや赤ちゃん、みんなで参加もOK！

- 日時 6月19日（日）午後1時
 - 場所 図書館2階 絵本の部屋
 - 対象 0～2歳児とパパ・ママ、もうすぐパパ・ママになる人、おじいちゃんおばあちゃん
 - 内容 赤ちゃん向けおはなし会、ミニ絵本講座
- ※参加無料。事前申し込み不要。

☎市立図書館 ☎ 63-2379

幼稚園就園奨励費補助制度をご活用ください

幼稚園就園奨励費補助制度は、私立幼稚園に在園する児童（満3歳児・3歳児・4歳児・5歳児）の保護者に対し、家庭の所得状況に応じて市が入園料・保育料の一部を補助する制度です。

市内には私立幼稚園が10園あります（2園休園中）。

●荒尾市内の幼稚園

幼稚園名	所在地	電話番号
あけぼの幼稚園	増永 962-1	☎ 62-0636
荒尾第一幼稚園	川登 1850	☎ 68-0175
荒尾めぐみ幼稚園	増永 647-2	☎ 62-0417
荒尾四ツ山幼稚園	西原町 2丁目 3-34	☎ 62-0649
小鳩幼稚園	一部 2182-266	☎ 68-1104
第二四ツ山幼稚園	荒尾 2835	☎ 62-0971
府本幼稚園	樺 970	☎ 68-4764
みやじま幼稚園	万田 918-1	☎ 62-6234

※市内にお住まいであれば、市外の幼稚園に通園している場合でも対象となります。

※すでに幼稚園に通園している家庭については、5月末にそれぞれの幼稚園から手続きの案内があります。

☎子育て支援課 ☎ 63-1417

就学学習会に参加しませんか

小学校に入学する前に、特別支援学級や養護学校への就学に関する疑問や不安について考えてみませんか？

- 日時 6月26日（日）午前10時～正午
- 場所 荒尾市ふれあい福祉センター2階大会議室
- 内容

①就学学習会

「就学までの流れ」…荒尾市教育委員会

「荒尾養護学校の概要・特別支援教育の現状について」…荒尾養護学校

②座談会 ～気軽にお話ししてみませんか～

③個別相談会（※②③については希望者のみ）

●講師 西嶋徹（荒尾市教育委員会）・甲斐原巖（荒尾養護学校）

●対象者 特別支援学級や養護学校への進学を希望、または検討している保護者

●参加費 無料

●定員 40人

●申込期限 6月17日（金）

※託児は申し込み時にご相談ください。（人数に限りがあります）

[申・問] 荒尾市障がい者自立支援懇談会子ども部会事務局（福祉課）

☎ 63-1406



子育てのひろば

6月のイベント

★ 地域子育て支援拠点事業

ひろば名	内容	場所
こじか ☎ 68-0055	① 1日(水) 親子リトミック ② 8日(水) 親子ダンス ③ 15日(水) 親子リトミック ④ 22日(水) 親子ダンス ⑤ 29日(水) 親子リトミック 自由活動日 絵本の読み聞かせ、わらべ歌など。 水曜日以外は自由活動日	こじかひろば(水) (桜山保育園) こじかのBanbi(月・火・木・金) (増永1800番地)
なかよしひろば ☎ 62-0749	① 9日(木) ソフトエアロビ ② 16日(木) リズム遊び ③ 23日(木) 親子体操 ④ 30日(木) 造形遊び 自由活動日 絵本の読み聞かせなど。 月・火曜	なかよし保育園
カンガルーポケット ☎ 65-8655	① 7日(火) 英語遊び ② 14日(火) 体育遊び ③ 21日(火) 音楽遊び 自由活動日 絵本の読み聞かせ、手遊びなど。 水・木曜、28日(火)	カンガルーハウス (カンガルー保育園前)

いずれも午前10時～午後3時、参加費は無料(土・日曜、祝日は休園)。
各ひろばでは、月～金に園庭開放・電話相談を行っています。

★ 子育てサークル・クラブのひろば



日	時間	サークル名・内容(場所・対象・参加費・持ち物)など	問
1 (水)	10:15～ 11:30	ゆりかご広場 親子でジャガイモ掘り/みやじま幼稚園にて/帽子・水筒持参/無料	みやじま幼稚園 ☎ 62-6234
6 (月)	11:00～ 12:00	おしゃべりあはは 排せつについて/こじかひろば012(増永)にて/参加費200円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎ 090-2397-0358
8 (水)	11:00～	バレエストレッチサークル 育児ママ応援さーくる LesAnges スタジオアンシャンテ(孤屋北)にて/74歳以下の子どもがいるママ/無料(託児実費)	武市 ☎ 080-3373-2821
10 (金)	10:30～ 12:00	母と子のサロン ラクテア プレママ 助産師主催、キレイ妊婦・太らない産後のためのプレママクラス/保健センター2階会議室にて/無料/定員20人/前日までに要予約・動きやすい服装で	古賀 ☎ 080-4312-7487 lactea.39luna.2038 @softbank.ne.jp
11 (土)	9:45～ 11:30	わくわくランド 新聞紙であそぼう/小鳩幼稚園にて/無料/帽子・タオル・水筒持参/9日(木)までに要連絡	小鳩幼稚園 ☎ 68-1104
13 (月)	11:00～ 12:00	おしゃべりあはは 食事について/こじかひろば012(増永)にて/参加費200円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎ 090-2397-0358
15 (水)	11:00～	バレエストレッチサークル 育児ママ応援さーくる LesAnges スタジオアンシャンテ(孤屋北)にて/74歳以下の子どもがいるママ/無料(託児実費)	武市 ☎ 080-3373-2821
15 (水)	10:15～ 11:30	ゆりかご広場 親子でクッキング(フルーツポンチ作り)/みやじま幼稚園にて/エプロン持参/無料	みやじま幼稚園 ☎ 62-6234
16 (木)	13:00～ 15:00	あははマタニティ 妊婦さん対象/こじかひろば012(増永)にて/参加費200円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎ 090-2397-0358
17 (金)	10:30～ 12:00	母と子のサロン ラクテア ベビマ 助産師主催、発達を促すベビーマッサージ/保健センター2階会議室にて/生後2カ月～ハイハイ頃、定員20人/オイル代のみ500円/前日までに要予約	古賀 ☎ 080-4312-7487 lactea.39luna.2038 @softbank.ne.jp
20 (月)	11:00～ 12:00	おしゃべりあはは わらべうたについて/こじかひろば012(増永)にて/参加費200円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎ 090-2397-0358
22 (水)	10:15～ 11:30	ゆりかご広場 プールで水遊びを楽しむ/みやじま幼稚園にて/水着・着替え・タオル持参/無料	みやじま幼稚園 ☎ 62-6234
25 (土)	10:30～	あはは YOGA YOGA/場所未定/参加費1,200円/YOGAマット持参/要予約 ※詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	中山 ☎ 090-8418-7501
27 (月)	10:30～	おしゃべりあはは 原発について/林田薬局(長洲町)/参加費500円 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎ 090-2397-0358

●詳しくは各サークルにお問い合わせください。掲載希望の人は秘書広報課(☎63-1157)までお問い合わせください。営利・宗教・政治目的のものは掲載できません。提出締切は毎月10日(休日の場合は直前の平日)です。

★ おはなし会へどうぞ!

市立図書館では、絵本の読み聞かせやパネルシアターなどを行っています。絵本やおはなしと親しむ楽しいひと時を、親子で過ごしてみませんか?



日時	内容
3日(金) 午前11時～	ぴよぴよおはなし会 0～2歳児対象のおはなし会。手遊び・ミニえほん講座も開催。
4日(土) 午後2時～	まつぼっくりおはなし会 図書館ボランティアによるおはなし会
11日(土) 午後2時～	ぐりとぐらおはなしの会 読み聞かせボランティア「ぐりとぐらおはなしの会」による、パネルシアターや紙芝居もあるおはなし会
25日(土) 午後2時～	ゆりかもめおはなし会 図書館職員による、季節をたくさん取り入れたおはなし会。

●場所 市立図書館2階「絵本の部屋」
市立図書館 ☎ 63-2379

●市立図書館6月の休館日●

1日(水)、5日(第一日曜)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)

6月「食育月間」です！

series for Healthy life

健康って気持ちいい！ vol.15



▲平成 23 年度食育推進に関するポスター

食 べることは、暮らしの中で、日々何気なく行っていることですが、心身の健康や成長のためにとても大切なことです。

現代はライフスタイルの変化にともない、朝食を食べない、不規則な食事や栄養の偏りなど、食生活の乱れによる生活習慣病や肥満の増加など健康問題が生じています。

国では、毎年6月を「食育月間」と定め「食育」を推進しています。この機会に「食」について考えてみましょう。

私たち一人一人が食に関心を持って、子どもはもちろん、大人にも食育が必要です。生活習慣病などを予防するためにも、食について考え、自分の食生活を見直しましょう。

＊食育とは？

さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を行うことができる人を育てることです。

＊早寝・早起き・朝ごはん

規則正しい生活習慣と毎日の朝ごはん。簡単なようでいて、けっこう大変。でも、これをきちんとやっている子どもほど勉強も運動もよくできるというデータも…。「早起きは三文の徳」「寝る子は育つ」などという言葉もありますが、早寝早起き朝ごはん、子どもも大人も元気よく1日をスタートしましょう。

[めざましデータBOX](#) [検索](#)

世 界保健機構（WHO）は、たばこを吸わないことが一般的な社会習慣となることを目指して「世界禁煙デー」を定めています。日本では5月31日～6月6日を「禁煙週間」とし、禁煙の推進に取り組んでいます。

たばこが健康に及ぼす影響は大きく、心筋梗塞や狭心症、脳卒中、肺がんだけでなくその他のがんの発生の危険性を高めます。

また、たばこを吸わない人がたばこの煙を吸わされる「受動喫煙」も健康に悪影響を与えます。

この機会に、ご自身のため、また大切な家族や周りの人のために禁煙について考えてみませんか。



保健センター ☎ 63-1133

栄養教室 受講者募集



地域の中で、健康づくりのための食生活改善を進めていくボランティア「食生活改善推進員」の養成講座です。

健康づくりのための「食」に関心がある、友達づくりがしたい、ボランティアをしてみたい人など、ぜひご参加ください。

- **学習期間** 6月～10月（全8回）
※詳しくはお問い合わせください
- **内容** 講話（栄養・運動の基礎から）と調理実習を中心とした教室
- **場所** 中央公民館ほか
- **対象者** 市内在住で、全日程参加できる人。おおむね65歳未満の人。
- **定員** 30人
- **受講料** 無料
- **申込締切** 6月15日（水）
- [申・問] 保健センター ☎ 63-1133



保健・健康

2030あらか有明優都戦略事業

ビート・コア・ウォーキング

音楽を聴きながら歩くことで集中力が高まり、生活習慣病の予防や筋肉の強化など、体に良い効果が効率的に得られるウォーキングです。

●日時 6月7日(火)、14日(火)
午後7時～

(準備運動を含め、約1時間程度)

●場所 運動公園内元気ロード

●対象 どなたでも/無料

☎ 2030 あらお有明優都戦略
ライフステージ部会事務局
社会教育課 ☎ 63-1681
保健センター ☎ 63-1133

あなたの善意、お待ちしております 愛の献血(6月)

●5日(日)

▽文化センター

午前9時30分～11時
正午～午後3時

●21日(火)

▽あらおシティモール

午前10時～11時30分
12時45分～午後4時

●30日(木)

▽白寿園

午前9時30分～11時30分

▽荒尾市民病院

午後1時～午後4時

※400mlのみ、体重50kg以上の人

☎保健センター ☎ 63-1133

熊本県保険医協会

モシモシ健康情報(6月)

☎ 096-385-3300

- ▶月曜 ロコモティブシンドローム
 - ▶火曜 男の更年期障害
 - ▶水曜 輝こう、更年期!
 - ▶木曜 予防の基本は
正しい食生活にある。
 - ▶金曜 赤ちゃんのよだれ
 - ▶土・日 女性の外陰部のかゆみ
- ※テーマは変更になることがあります

健康・栄養相談を実施します

～気軽に相談!気になる健康・食生活のこと～

「自分の食生活このままでいいのかな?」「健康のために何か始めたいな」と思っているあなた!生活習慣を振り返り、毎日の暮らしの中で、工夫できることを一緒に考えていきましょう。

●内容 管理栄養士による食生活や栄養に関する相談
生活習慣チェック、血圧や体脂肪測定 など

●相談日時 毎週火曜日(平成24年3月まで毎週実施)
午後1時30分～4時30分(1人50分程度)

●相談方法 完全予約制です。電話で保健センターに予約をお願いします。また、現在、糖尿病や高血圧などで治療中の人は、事前に主治医にご相談のうえ、予約してください。

●場所 保健センター

●持ってくるもの

筆記用具、健診結果など自分の健康状態がわかるもの、食事記録

☎保健センター ☎ 63-1133

荒尾こころの郷病院

地域拠点型認知症疾患医療センターに指定

平成23年度、「荒尾こころの郷病院」が熊本県から地域拠点型認知症疾患医療センターの指定を受けました。

センターでは認知症について専門医療相談をはじめとする認知症医療提供体制の充実、医療と介護の連携を図り、地域における認知症疾患の医療水準の向上に取り組んでいます。

また、認知症専門医療機関としての機能充実を図っているほか、各認知症疾患医療センターに専門の相談員が配置されています。

「認知症かどうか不安…」「急に認知症が進行したような気がする」など、認知症に関する不安や悩みのある人は気軽にご相談ください。

【主な事業】

- 専門医療相談 認知症に関する相談電話・来院にて受け付けます。本人・家族などを問わず、専門の医師・相談員が対応します。
- 認知症の診断・各種対応 専門医療機関としての診断・治療、入院をはじめ、他の医療機関との連携を行います。
- 認知症に関する地域支援 認知症医療に関する医療福祉関係者との連携を図る研修などで、住民の皆さんへ啓発を行います。

無料認知症相談

より身近な認知症無料相談窓口を開設し、実施しています。

専門相談員が対応します。予約制ですので、事前に必ずご連絡ください。

●場所 地域包括支援センター

●日時 毎月第2・第4木曜、午後2時～4時(受付…午後2時～3時)

●申込 地域包括支援センター ☎ 63-1177

☎荒尾こころの郷病院(荒尾市荒尾1992番地) ☎ 62-0838

地域包括支援センター ☎ 63-1177

市民を愛する 市民に愛される 病院へ



▲荒尾市民病院放射線治療センター完成予想図

放射線治療センター新設に向けて

放射線治療科 東家 亮

放 射線治療は、手術に匹敵するような効果を期待する根治的放射線治療から、脳転移や骨転移による症状緩和を目的とする対症的放射線治療まで、適応は非常に広いものとなっています。

日本で放射線治療を受けた患者さんの数は10年間で約2倍に増加していて、高齢化社会となる今後は更なる増加が予想されています。

熊本県北部唯一のがん拠点病院である当院は、より質の高い放射線治療の提供を目指し、放射線治療装置と周辺機器の更新を行うことにしました。放射線治療装置本体はエレクトラ社のもので、熊本大学附属病院で稼働しているものと同一の仕様になります。3種類のエネルギーが選択可能であるX線や、放射線治療装置に備わるCTなどを利用することによって、体への負担を減らし、より精密で治療効果が高い放射線治療が可能になります。

3月28日(月)、地鎮祭が行われ、放射線治療センターの建設が始まりました。1年後の稼働を目指し、スタッフ一同準備を進めています。

新任医師を紹介します



佐々木 一成
代謝・内分泌内科医長
所属学会：日本内科学会
日本糖尿病学会
抱負：現在まで、糖尿病診療を中心にやってきました。地域の糖尿病診療に貢献できればと考えています。まだまだ未熟ですが、よろしくお願ひします。



榎本 耕治
循環器内科医師
所属学会：日本循環器学会
日本不整脈学会
抱負：早く仕事に慣れ、皆さんのお役に立てればと思います。荒尾地域医療に貢献できるようにがんばりますので、皆さんよろしくお願ひします。

糖尿病教室 瑞鳳会 開催します

テーマ：脳神経外科医師からの話
～糖尿病と脳血管障害～

- 講師 杉之原 賢治 医師(脳神経外科部長)
- 日時 6月10日(金) 午後2時15分～4時
- 場所 健康管理センター(南棟2階人間ドック室)
- 参加費 無料(事前申込不要)

☎市民病院 ☎63-1115 (代謝・内分泌内科外来)

東日本大震災の被災地へ医療チームを派遣しました

期間：5月12日(木)～16日(月)
派遣先：宮城県気仙沼市
※日本医師会(JMAT)からの派遣要請により出勤
派遣員：医師 松園幸雅 救急科部長
看護師 神谷幸代 看護部次長
臨床工学士 田上宏俊 技師長
事務職員 宮崎千明 情報推進室
内容：当院としては、2回目の被災地派遣となりました。今回、荒尾市からは荒尾市医師会とともに2チームの派遣です。避難場所などの訪問診療を中心に活動を行いました。



▲市民病院派遣チーム。左から松園医師、神谷看護部次長、田上技師長、宮崎事務員。松園医師は2度目の被災地派遣。

▲荒尾市医師会からは西整形外科(桜山町1丁目)の皆さんが派遣されました。左から田中久友リハビリテーション科長、金栗真弓師長、西芳徳医院長。
(写真:ともに5月9日(月)の市長への派遣出発報告式にて)

平成 23 年度 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）で納めている人へ、6 月中旬に平成 23 年度の納付通知書を送付します。
 ※特別徴収（年金から天引き）で納めている人には、住民税確定時期の都合により、10 月初旬に決定通知書を送付します。

介護保険は、介護や見守りなどの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、社会全体で支える制度です。納めていただく保険料は、介護保険の大切な財源です。皆様のご理解とご協力をお願いします。

☎健康生活課 ☎ 63-1418



●介護保険料

所得などに応じて、個人ごとに 7 段階（8 区分）に分かれています

所得段階	対象者	保険料率	年間保険料額	実際の支払い金額 (普通徴収の場合)
第 1 段階	生活保護受給者	0.5	29,400 円 (月額 2,450 円)	1 期 3,300 円
	老齢福祉年金受給者			2～10 期 2,900 円
第 2 段階	世帯全員が 市民税非課税	0.62	36,360 円 (月額 3,030 円)	1 期 3,960 円
第 3 段階				2～10 期 3,600 円
第 4 段階	世帯の誰かに市民税 が課税されている が、本人は非課税	0.75	44,040 円 (月額 3,670 円)	1 期 4,440 円
				2～10 期 4,400 円
第 5 段階	前年の合計所得金額と課税年金収入額の 合計が 80 万円以下の人	0.9	52,920 円 (月額 4,410 円)	1 期 6,120 円
				2～10 期 5,200 円
第 6 段階	前年の合計所得金額と課税年金収入額の 合計が 80 万円を超える人	1.0 [基準額]	58,800 円 (月額 4,900 円)	1 期 6,600 円
				2～10 期 5,800 円
第 7 段階	本人が 市民税課税	1.2	70,560 円 (月額 5,880 円)	1 期 7,560 円 2～10 期 7,000 円
第 8 段階	前年の合計所得金額が 125 万円以上 200 万円未満の人	1.25	73,440 円 (月額 6,120 円)	1 期 7,740 円 2～10 期 7,300 円
第 9 段階	前年の合計所得金額が 200 万円以上の人	1.5	88,200 円 (月額 7,350 円)	1 期 9,000 円 2～10 期 8,800 円

市営住宅（身体障がい者向け）入居者を募集します

●募集住宅 中央区団地 身体障がい者向け住宅 2 戸

●間取り 2LDK

●家賃

入居者の収入に応じて決まります。

●入居説明会

・日時 7 月 7 日（木）午前 10 時～

・場所 市役所 11 号会議室

●入居受付

・期間 7 月 11 日（月）～ 15 日（金）

・時間 午前 9 時～午後 5 時

・場所 福祉課

●公開抽選会

・日時 7 月 20 日（水）、午前 10 時～

・場所 市役所 11 号会議室

●申込資格

(1) 入居者または同居者が次の①～③のすべてにあてはまること

① 肢体不自由両下肢障がい者の重度身体障がい 1、2 級の人。ただし下肢障がいと他障がいとの重複による重度障がい 1、2 級を含む

② 身体障害者手帳交付者

③ 車椅子使用者

(2) 国税・地方税の滞納がないこと

(3) 世帯の所得が月額 214,000 円以下であること

(4) 夫婦・親子を主体とした家族であること（単身での申し込みはできません）

(5) 現在住宅に困窮していることが明らかなこと（持ち家を所有している場合は原則として不可）

※詳しくはお問い合わせください。

☎建築住宅課 ☎ 63-1491

6月の市議会
定例審査日程(予定)

6月の市議会(定例会)は、次の日程で行われる予定です。
●13日(月) 本会議「開会」
提案理由説明」

●14日(火)～17日(金) 議案研究

●18日(土)・19日(日) 休日

●20日(月) 本会議「質疑・一般質問」

●21日(火) 休会

●22日(水)・23日(木) 本会議「質疑・一般質問」

●24日(金) 委員会

●25日(土)・26日(日) 休日

●27日(月) 委員会

●28日(火)・29日(水) 事務整理

●30日(木) 本会議「委員長報告」
質疑・討論・表決/閉会

労働保険年度の
更新時期になりました

平成23年度の労働保険年度更新手続きは、6月1日(水)から7月11日(月)までです。年度更新手続きを怠ると、追徴金が課せられることがありますので、必ず期限内に申告・納付して

ください。

●申告・納付場所 熊本労働局労働保険徴収室、最寄りの労働基準監督署、日本銀行歳入代理店の金融機関、郵便局

※6月20日(月)～7月11日(月)まで、県内各地で集合受付会を開催します。「労働保険概算・確定保険料申告書」を作成して、会場で申告することもできます。

労働保険(労災保険・雇用保険の総称)は、農林水産業の一部を除いて、ひとりでも労働者を雇用している場合は必ず加入しなければなりません。労働者を雇用している事業主で、まだ労働保険の加入手続きをしていない場合は、最寄りの労働基準監督署か公共職業安定所に相談して、速やかに加入してください。

●熊本労働局 096・211・1702

金婚夫婦を表彰します

市と熊本日日新聞社共催で、金婚夫婦を表彰します。

●日時 9月29日(木) 午前10時

●場所 文化センター 小ホール

●対象者 昭和36年中に結婚し、満50年になるご夫婦、または満50年を過ぎて表彰を受けていないご夫婦

●受付期間 6月1日(水)～7月22日(金)

●受付場所 福祉課総務係

●必要なもの 印鑑

ご夫婦の記念写真を実費で撮影します。希望する人は、受付時にお申し込みください。(撮影は金婚夫婦表彰申込受付順に実施)

●福祉課 096・63・1406

県産木材を
プレゼントします

県では、県内の住宅を新築やリフォームする人、また、事務所や病院などを新築する人(国・県・市町村の補助がない場合)に、県産木材をプレゼントします。年間4回の程度募集します。

●上限 個人住宅1戸あたり90本・150戸、事務所や病院などの建物1棟当たり270本・10棟

●申込先 (社)熊本県木材協会連合会 096・382・7919 FAX 096・382・7893

●熊本県林業振興課 096・333・2448

犬や猫はマナーを守って飼いましょ

飼い主の管理やマナー不足に対する投書や苦情の申し出が多数寄せられています。マナーを守って、飼う人も周りの人も、快適に生活できるようにご理解とご協力をお願いします。

○犬は、人へ危害を加えないように常につないで飼うか、檻に入れて飼ってください。散歩をさせるときは、引き綱をつけ、ふんの後始末を必ずしましょう。

○猫は、法律上のけい留義務はありませんが、「動物の愛護及び管理に関する法律」にのっとり、猫の習性などに応じて適正に飼ってください。

●環境保全課 096・63・1370

資源ごみは朝から収集
場所に出してください

市では、資源ごみの持ち去りを防止するため、早朝や夜間にパトロールを実施しています。しかし、資源ごみの持ち去り行為は、依

然として発生しています。○持ち去りを防止するためには、持ち去りができないようにリサイクル当日に朝から資源ごみを出して頂きますようご協力をお願いします。

○一部地域で、資源ごみ以外の違反物がリサイクルステーションに搬入され、大変迷惑しています。ごみ出しルールを守り、違反を未然に防ぐ朝出しにご協力ください。

○「荒尾市廃棄物の処理及び清掃並びにリサイクルに関する条例」が改正され、不法な持ち去りは罰せられます。持ち去り行為を発見した時は、後日でもかまいませんのでご連絡ください。(資源ごみの利益の一部は地区に配分されています)

●環境保全課 096・63・1370

少年指導センター
ヤングテレホンあらか
096・66-2214

★学校や友だち、家庭や子どものこと...困ったことがあったら、ひとりで悩まないで!ぜひ気軽に相談してください★

●相談時間 月～金曜(祝日を除く) 午前9時～午後5時
あなたの秘密は守ります

熊本県特定不妊治療費助成事業が改正されました

県では、不妊治療を受けている夫婦に対して、治療に要する費用の一部を助成する事業を行っています。平成23年4月1日から内容が一部変更になりました。

●**主な変更点** 助成を受けられる回数について

【改正前】1年度当たり2回を限度に、通算5年間

【改正後】1年度目は年3回までとし、2年度目以降2回を限度に、通算5年間、通算10回を超えない

☎ 県子ども未来課
096・333・2209

熊本県身体障がい者(児)巡回相談を実施します

身体障がい者(児)への補装具相談・障がい福祉サービス利用の相談を実施します。

●**日時** 6月23日(木)
正午～午後2時

●**場所** 山鹿市健康福祉センター
山鹿市中78

☎ 0968・43・0050

●**申込方法** 6月17日(金)までに福祉課までお申し込みください。(事前予約が必須です)

要です)

☎ 福祉課 ☎ 63・1406

全国一斉「子ども人権110番」強化週間を実施します

子どもをめぐるさまざまな人権問題に取り組むため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。

●**相談内容** いじめ、暴力、虐待、体罰など子どもをめぐるさまざまな人権問題

●**「子どもの人権110番」専用相談電話**
☎ 0120・007・110

●**期間** 6月27日(月)～7月3日(日)

●**時間** 平日：午前8時30分～午後7時、土・日：午前10時～午後5時

●**相談担当者** 人権擁護委員・法務局職員

☎ 人権啓発課 ☎ 63・1139

**阿蘇くまもと空港を
お得に利用しませんか**

熊本～ソウル線を利用して韓国へ行くこう!

阿蘇くまもと空港国際線振興協議会では、より多くの皆さんに熊本～ソウル線をご利用いただくために、助成制度を実施しています。

また、空港駐車場についても、期間限定でお得なキャンペーンを実施しています。この機会に、便利な熊本～ソウル線をご利用ください。

●**主な事業内容**

【団体利用促進事業】阿蘇くまもと空港発着の熊本～ソウル線または熊本～台湾間のチャーター便を利用する10人以上の団体に対して1人当たり5千円を助成。

【スポーツ・文化交流助成事業】長期にわたり継続的に韓国の団体とスポーツ・文化交流を行う団体に対し、交流に関する経費の一部を助成。

●**駐車場無料キャンペーン**
6月30日(木)までに熊本～ソウル線を利用する人は、空港内駐車場料金が無料になります。

●**熊本～静岡線を利用して静岡と交流しませんか?**
県は、両地域の交流をさらに促進するため、FDA※を利用して静岡県の団体と交流活動などを行う3人以上の団体に対し、1人当たり片道5千円を補助する「交流団体利用促進キャンペーン」を実施しています。

●**補助対象** 熊本県内において事業や活動を行っている事業所、各種団体または個人で構成されるNPOなどの3人以上の民間団体が、静岡県内の民間団体との間で実施する交流

●**対象期間** 平成24年3月20日(火・祝)までに出発する旅行

●**補助額** 片道利用の場合1人当たり5千円、往復利用の場合1人当たり1万円(ただし、1団体30万円を限度)

☎ 熊本県交通政策課
096・385・4815
<http://portal.kumamoto-net.ne.jp/asokumamoto/>

●**交通事故無料相談をご利用ください**
専門の相談員が相談に応じます。電話相談もできます。

●**相談日** 月～金(祝日を除く)、午前9時～正午、午後1時～5時

●**弁護士相談日** 第2・4水曜、午後1時～4時(要予約。相談無料・要面談)

●**場所** 熊本自動車保険請求相談センター(熊本市辛島町)
☎ (社)日本損害保険協会熊本自動車保険請求相談センター
096・324・8740

**おもてなし活動を
支援します**

訪れる人を温かい「ころ」でお迎えするおもてなし活動への支援を行います。

●**助成対象者**

学校、NPO法人、市民グループなどの団体

●**募集期間**

【第1期】6月1日(水)～30日(木)
【第2期】10月3日(月)～31日(月)

●**助成額上限**

1事業あたり30万円

●**応募方法** 申請書に必要事項を記入し、県観光課あてに郵送してください。

※募集要領や申請書様式、取組事例などは、ホームページ 熊本県観光サイトに掲載しています。

●**取組事例**
おもてなしグッズの製作、まちめぐり案内板など

☎ 熊本県観光課
096・333・2332

〒862・8570(住所不要)
熊本県観光課内ようこそくまもと大作戦係

<http://kumano.go.jp/>

※フジドリームエンターテインズ

募 お母さんのための再就職実践コース

- 講習期間 7月1日から9月16日のうち11日間
- 講習内容 パソコン講習(6日間)・セミナー(3日間)・キャリアコンサルティング(2日間)
- 受講資格 18歳以下の子を養育する県内在住の女性で、求職者。
- 定員 20人(抽選で決定)
- 受付日時・場所 6月8日(水)、9日(木)午後1時～4時・くまもと県民交流館/パレア
- 受講料 無料(教材費は自己負担)
- [申・問] くまもと県民交流館/パレア しごと相談・支援センター
- ☎ 096-355-4309

募 パソコン初級・中級連続養成科訓練生募集

- 受講期間 7月1日(金)～11月25日(金)午前9時～午後4時
- 場所 インターネット大牟田校(大牟田市本町5-1-4)
- ☎ 0944-32-9607
- 内容 パソコンの基礎知識の習得
- 応募資格 雇用保険受給資格者または、ハローワークから受講推薦をうけることができる人。訓練を受けて関係職種へ就職を希望する人
- 入校選考日 6月16日(木)9時30分
- 合格発表 6月24日(金)
- 定員 30人
- 申込期限 6月9日(木)まで
- 受講料 無料(教科書代として14,180円必要)
- [申・問] ハローワーク玉名 ☎ 72-8609 大牟田高等技術専門学校 ☎ 0944-54-0320

募 水泳教室受講者募集

- 日時 6月11日(土)～7月9日(土)の毎週土曜の5日間 午前9時～11時
- 場所 市民プール
- 指導者 市水泳協会指導員 桑原章三郎さんほか1人
- 対象者 市内小学校に通学している4年生以上の児童
- 定員 30人(定員になりしだい締切)
- 申込期間 6月3日(金)～8日(水)
- 申込方法 申込用紙を社会体育課用意しています。印鑑を持参してください。(電話での受け付け、家族以外の代理受け付けはしません)
- 持参する物 水泳着・水泳帽・ゴーグル
- [問] 社会体育課(運動公園管理事務所) ☎ 62-5163

募 介護福祉士受験準備講習

- 日程 7月15日(金)、8月12日(金)、8月24日(水)、9月28日(水)、10月13日(木)、11月9日(水)、12月2日(金)の7日間
- 場所 熊本県庁
- 対象者 ①母子家庭の母、または寡婦。②講習会の全日程に出席可能で、技能・資格取得に意欲のある人。③一定の介護経験があり、平成23年度本試験の受験を予定している人。
- 定員 30人
- 申込締切 6月10日(金)
- 費用 受講料無料(テキスト代や検定料は自己負担)
- [申・問] 子育て支援課 ☎ 63-1417 熊本県母子家庭等就業・自立支援センター ☎ 096-351-8777

イ 不動産無料相談会

- 日時 6月7日(火) 午後1時～4時
- 場所 市役所1階 11号会議室
- 内容 不動産の価格、賃料、利用に関すること
- [問] 熊本県不動産鑑定士協会
- ☎ 096-385-5020 FAX 096-385-0165

イ ふれあいエポック・荒尾まつり

働く女性の家の講座生による年に一度の演技と作品の発表会です。今回は東日本大震災復興祈願「こころのチャリティバザー」を行います。

内容	日時
開会式	6/12(日) 9:30～
演技発表	6/12(日) 10:00～15:00
作品展示	6/12(日) 9:00～17:00 6/13(月) 9:00～15:00
茶会	6/12(日) 10:00～15:00
料理バザー	6/12(日) 11:00～14:00
チャリティバザー	6/13(月) 10:30～ なくなり次第終了

- 内容の詳細 演技発表(日舞・エアロビクス・カラオケ・民謡・太極拳・フォークダンス・ハワイアンフラ・健康体操・中国語・社交ダンス・ウォーキング体操・英会話)
- 作品展示(刺し子・かな書道・俳句・短歌・古布・油絵・パッチワーク・編み物・絵手紙・ヨガなど)
- 料理バザー(うどん・炊き込み寿司・ケーキ・コーヒー)
- 場所 働く女性の家、中央公民館 ※駐車場が大変混み合いますので、乗り合わせてご来場ください。
- [問] 働く女性の家 ☎ 64-2884

6月のイベント情報

楽しんご
お笑いライブ

6/11(土)

観覧無料

歴代仮面ライダー全員集合イベント開催 ～ 仮面ライダーオーズ ハイパーバトル大戦

6/11(土) 12(日) 18(土) 19(日) 開催!

昭和ライダー
1号 2号 V3 ライダーマン X アマゾン ストロンガー スカイライダー スーパー1 Z X BLACK RX ZO J

平成ライダー
クウガ アイト 龍騎 ファイズ ブレイド 響鬼 カブト 電王 キバ デイタイド グッフル パース オーズ

観覧無料 別途入場料必要です

ココロを「みどり」でいっぱい。 **グリーンランド** TEL:66-1112 HP:www.greenland.co.jp

【有料広告】

イ 家事問題相談会

離婚やDVに関する法的問題について無料で相談をお受けします。

予約は不要です。

- 日時 6月18日(土) 午前10時～午後4時
- 面接での相談 熊本県司法書士会館2階(熊本市大江4丁目4番34号)
- 電話での相談 ☎ 096-364-0800
- [問] 熊本県青年司法書士会 松尾 ☎ 096-201-4992

イ 開催 荒尾市民講座・チャリティーコンサート

- 日時 6月19日(日) ①午後1時～2時②午後2時～3時30分
- 場所 中央公民館 体育室
- 内容 ①荒尾市民講座
テーマ「3・11を忘れない～荒尾市からの救助派遣隊がみたものは～」
講師…有明消防本部職員
- ②公民館利用サークルチャリティーコンサート(大正琴、ゴスペル)・キャンドルナイト
- 定員 100人程度
- 入場料 無料
- [申・問] 中央公民館 ☎ 62-0051

募 講座「知っておきたい男女雇用機会均等法」

「子育て」や「介護」をしながら働き続けることができるように一緒に学びませんか。

- 日時 6月23日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場所 働く女性の家(エポック・荒尾)
- 定員 女性20人
- 講師 熊本労働局雇用均等室室長
- その他 託児有(要予約、2歳から就学前まで)
- [申・問] 働く女性の家 ☎ 64-2884

募 募集します「食品表示ウォッチャー」

県では、食品販売店での食品の品質表示の適正化を図るため、消費者の皆さんのボランティアを募集します。日常の買い物中に、販売されている食品の品質表示が適正に行われているかをモニタリングして、報告していただきます。

- 対象 ①満18歳以上の人 ②県内に居住し、日常生活で食品の買い物をしている人 ③県が行う食品表示制度に関する講習会に参加可能な人
- 申込締切 6月30日(木)
- 申込方法 申込書(県のホームページに掲載)を郵送、ファックスまたは電子メールで送付してください。
- [申・問] 熊本県庁くらしの安全推進課ウォッチャー担当
〒862-8570(住所記入不要)
☎ 096-333-2290 FAX 096-382-7403
E-mail anzensuishin@pref.kumamoto.lg.jp

試 国家公務員 中途採用者選考試験

- 1時選考日 9月4日(日)
- 受験資格 昭和46年4月2日～昭和57年4月1日生まれの人
- 受付期間 6月21日(火)～28日(火)
- 受験案内の請求方法 返信用封筒(角形2号・A4判、140円分の切手貼り付け、宛先と「中途採用」明記)を同封した封筒に、「中途採用請求」と朱書きし、問い合わせ先へ送付してください
- [問] 人事院九州事務局第二課試験係 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-11-1 ☎ 092-431-7733 FAX 092-475-0565 URL <http://www.jinji.go.jp/>

イ 「住宅デー」開催します

- 日時 6月12日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 あらおシティモール イベント広場
- 内容 住宅相談、包丁研ぎの無料奉仕、網戸の張り替え(実費分90cm角内500円、90cm×180cmで1,000円)など
- [問] 熊本県建築労働組合城北支部 釜口 ☎ 57-4651

募 介護員技術講習会 受講者募集

- 講習期間 7月中旬～9月中旬 平日昼間
- 講習内容 介護員養成研修2級課程(講義・実技・施設実習など)
- 受講資格 ①就職を希望し、受講終了後すぐに仕事に就きたい ②全日程に遅刻・早退・欠席なく出席できる ③熊本県内に住んでいる ④現在学生ではない ⑤過去に同一内容の当センターの技術講習会を受講していない など
- 定員 20人(選考決定)
- 受付日時・場所 6月15日(水)、16日(木) 午後1時～4時・くまもと県民交流館パレア会議室3
- 受講料 無料(教材費、保険料として12,000円程度自己負担)
- [申・問] くまもと県民交流館パレア しごと相談・支援センター ☎ 096-355-4309



【有料広告】

2011 ホテルヴェルデの食べ飲み放題 バーベキュービアガーデン



ビアガーデンの料理はどこも一緒と思いませんか? 今年のホテルヴェルデは、シェフ手造りの逸品をご賞味いただけます。



- 期間 4月22日(金)～9月25日(日)
- 4月・5月・6月・9月は金・土・日・祝日営業
- 7月・8月は毎日営業
- 営業時間 17:30～21:30(21:00ガーデンストップ)

《料金》お一人様 税別	
120名限定	
食べ放題	食べ飲み放題
大人 2,880円	4,000円
中高生 2,540円	3,140円
小学生 1,730円	2,330円
幼児 1,150円	1,650円

グリーンランドリゾートオフィシャルホテル **ホテルヴェルデ** ■お問い合わせ TEL0968-66-3939(代) 熊本県荒尾市本井手1558 URL <http://www.greenland.co.jp/>

要予約 **マイクロバス 無料送迎サービス** ※15名様より送迎致します。



募 熊本高等技術訓練校
訓練生募集

障がいのある人を対象に職業訓練生を募集します。

- 訓練期間 8月2日(火)～10月28日(金)
- 訓練場所 (有)PCクリエイト 玉名市築地191-1
- 受講できる障がい区分 身体のうち聴覚、上肢、下肢、内部難病
- 定員 6人
- 訓練内容 ワープロ、表計算の資格取得、実習
- 募集期間 6月30日(木)まで
- 受講料 無料(テキスト代として5,184円は実費)
- その他 駐車場有(無料)

[申・問]
ハローワーク玉名 ☎72-8609
熊本高等技術訓練校 宮崎
☎096-378-0121

募 パソコン技術講習会
受講者募集

- 講習期間 7月26日(火)～8月24日(水) 平日昼間
- 講習内容 パソコン操作基礎からエクセル3級の検定試験実施
- 受講資格 受講終了後すぐに仕事に就きたい人など
- 定員 20人(選考決定)
- 受付日時・場所 6月21日(火)、22日(水)午後1時～4時・くまもと県民交流館パレア
- 受講料 無料(教材費、検定料は自己負担)
- その他 託児有

※詳細はお問い合わせください
[申・問] くまもと県民交流館パレア しごと相談・支援センター
☎096-355-4309

募 地域リーダー育成研修
参加者募集

自分のため、家族のため、地域のため、頑張るあなたを応援するための研修です。

一人一人の学びと実践が、誰もが生きやすく、住みよいまちをつくれます。「社会のために何かしたい」と思うけど、「地域づくりにどう取り組んだらいいかわからない」そんなあなたが一歩を踏み出すチャンスです!

- 対象 市内在住の20歳以上65歳未満で、すべての研修課程に意欲を持って参加できる人
- 研修概要(内容・日程) すべて予定
- ①事前研修(パレアで講和・平成23年9月)
- ②研修旅行(東京、埼玉を視察、交流・平成23年11月)
- ③自主研修(研修で学んだ内容を、各自、身近な場所で実践・平成23年11月～12月)
- ④事後研修(パレアで自主研修の報告、講話・平成24年1月)
- ⑤報告者の作成(原稿作成、編集・平成24年1～3月)
- 応募期限 6月30日(木)まで
- 費用 研修費のうち旅費の3分の2程度を県と市で負担、残りが自己負担となります。

[問] 人権啓発課
☎63-1139 FAX63-1197



▲昨年の地域リーダー研修会

イ 講演会
「7カ国語で話そう」

複数の外国語の自然習得とそこに関わる子育て・自分育て、コミュニケーションや国際交流について、講師の体験談をもとに分かりやすくお話しします。

- 日時 ①6月24日(金)午前10時30分～午後12時30分 ②6月25日(土)午後2時～4時
- 場所 中央公民館
①視聴覚室 ②研修室A
- 定員 各30人
- 演題・講師 講演会「7カ国語で話そう」～あたまもココロもよるこぶ外国語習得の本当のコツ・中川原万里さん
- 申込方法 電話、FAX、メールで氏名・電話番号・住所・参加日・託児の有無をお知らせください。
- 参加費 無料
- その他 託児有(200円)

[申・問] ヒッポファミリークラブ 有明 鹿島 ☎0120-557-761(平日午前9時～午後5時30分)
☎080-3461-4940
FAX082-274-8661
Eメール aripo@goo.jp
URL http://aripo.web.fc2.com

募 都市公園の作業員募集

- 就業先 (社)荒尾市シルバー人材センター
- 募集条件 荒尾市内に住所を有する60歳代前半の人
- 就業期間 7月上旬から約3カ月間
- 作業内容 都市公園の草刈・清掃など

[申・問] (社)荒尾市シルバー人材センター事務局 ☎65-5200
土木課 ☎63-1485

入れ歯とインプラント、どちらに
したらいいですか?

日本歯科情報センターは、インプラントに関する疑問やご相談に無料でお答えしております。
お気軽にお電話ください(通話料無料) 年間相談数約5700件

歯科選びの基準 治療費の目安 痛みの有無 治療の期間 治療の流れ 等

ご相談・資料請求 無料 0120-07-2418 (月～土)9:00～18:00 PHS、携帯電話可



相談してよかったです！
よくわかりました！

〔有料広告〕

日本歯科情報センター www.j-dic.jp 〒810-0001 福岡中央区天神2丁目4-5 J-DIC 検索

募 子どもゆめ基金助成事業 青少年国際交流キャンプ

日本人と在日外国人の子どもたちが富士山のふもとに集合！みんな一緒に楽しいキャンプ、富士登山など新しい仲間とチャレンジ！

- 期間 8月3日(水)～7日(日) 4泊5日
- 場所 山梨県本栖湖青少年スポーツセンター
- 内容 富士登山、テント設営&生活体験、キャンプファイヤー、ワイドゲーム、本栖フレンドパーク、アウトドア料理、アンダースターズリーピング(野宿体験)など
- 定員 日本人90人、外国人30人、小学4年生～中学3年生
- 申込締切 7月7日(木)まで
- 費用 71,000円(小学生)、89,000円(中学生) 博多駅発着
- 説明会 6月19日(日) 午後3時30分～4時30分、深見ビルF会議室(福岡市博多区博多駅前4-14-1) 参加無料、予約不要
- [申・問] 財国際青少年研修協会 高田 ☎ 03-6459-4661
Eメール info@kskk.or.jp
URL http://www.kskk.or.jp

募 立田山森林教室 受講者募集

さまざまな体験を通じて、森林の働き、林業の役割を学びます。

- 日程 年8回(毎月第2または第3日曜)
- 内容 植物観察・きのこ観察・昆虫観察・木工体験・炭焼き体験など、詳しくはお問い合わせください。
- 定員 20組40人(定員になりしだい締切)
- [申・問] 熊本県林業研究指導所企画指導部 ☎ 096-339-2222

イ 児童センター 七夕まつり

- 日時 7月3日(日) 午後1時30分～
- 場所 児童センター
- 内容 竹笹に前もって作っておいた飾りをつけ、その後映画観賞をします。
- その他 参加無料、飾りは7月1日(金)までの開館日に自由に作ることができます。材料は用意していますので、みんなで願いごとや飾りを作りに来てください。
- [申・問] 児童センター ☎ 63-2517



▲過去の七夕まつりにぎやかな飾り付け

募 シルバー人材センター 会員募集説明会

シルバーで社会参加と友達つくりをしませんか？特に草取り作業希望の女性会員を募集しています。まずは説明会にご参加ください。

- 日時 毎月第2、第4火曜 10時受付
- 場所 荒尾市総合福祉センター内(旧四小) 荒尾市シルバー人材センター事務局
- [申・問] 社荒尾市シルバー人材センター ☎ 65-5200

募 ハウス・オフィスクリーニング講習会受講者募集

- 日時 7月6日(水)～7月15日(金)までの平日8日間 午前9時～午後3時まで(8日と11日は3時30分まで)
- 場所 荒尾市総合福祉センター内(旧四小) 社荒尾市シルバー人材センター研修室
- 内容 建物クリーニングの基礎知識(洗剤、道具の選び方や使い方)・場所別のクリーニング方法(住宅の水廻り、ガラス磨き、床クリーニングなど)・実際に機材を使っての実習
- 対象 55歳以上の就業・就職を希望している人でハローワークの求職登録済みの人、または講習開催日までに登録する人(開講日にハローワークカードの提示を求めます)。全日程受講できる人
- 定員 25人
- 申込締切 6月16日(木) 必着
- 申込方法 受講申込書に必要事項を記入後、締切日までに社熊本県シルバー人材センター連合会に郵送してください。受講申込書は連合会・ハローワーク・市町村シルバー人材センターなどに用意してあります。
- 参加費 無料
- 受講者決定 書類選考後、受講決定者には開講日の1週間程前に受講案内を送付します。選考にもれた人には通知しませんのでご了承ください。
- [申・問] 社熊本県シルバー人材センター連合会 〒860-0842 熊本市南千反畑町3番7号熊本県総合福祉センター3階 ☎ 096-312-3310



【有料広告】

当日の朝、調理をした煮物中心のお弁当
健康食・高齢者やわらか食・おまかせ食
糖尿病食(5段階)・腎臓病食

昼食・夕食は同じ価格(税込み)

1日のカロリー	ご飯あり(1食分)	ご飯なし(1食分)	1日のカロリー	ご飯あり(1食分)	ご飯なし(1食分)
1200Kカロリー	¥680	¥610	やわらか食	¥715	¥630
1400Kカロリー	¥695	¥610	腎臓病食	¥745	¥660
1600Kカロリー	¥715	¥630	健康食	¥695	¥610
1800Kカロリー	¥725	¥640	おまかせ	¥600	¥520
2000Kカロリー	¥735	¥650			



有限会社 **ユニオン**
大牟田市大字歴木 1137-1
電話 0944-52-1555
FAX 0944-52-1557

http://www.uu-union.co.jp/
フリーダイヤル
☎ 0120-112262

1人分から
毎日配達

あらかお荒炎祭

第18回

期日
8月6日(土)
場所
あらかシティモール

出店者募集

会場内への地元店の出店を募集します

市内事業所のみなさん、出店をしてあらかお荒炎祭をおおいに盛り上げましょう。先着順です。お早めどうぞ！

■申込条件と出店内容

- ・荒尾市内の事業所であること。
- ・出店料金 5,000円(1店舗1コマ)
- ・出店スペース 1コマ(約2.7m×約3.6m)

■出店受付店舗数

飲食店10店舗、物販店5店舗

■その他

- ・出店内容のバランスなどについて、主催者側で調整します。
- ・保健所、税務署などの許可が必要な場合は、出店者が事前に申請してください。

■申込期間 6月1日(水)～24日(金)

■申込方法

申込書に必要事項を記載して、ファクスで申し込んでください。

申込書様式は、荒尾市ホームページからダウンロードできます。送付も可能です。ご連絡ください。

■運営主幹

あらかお荒炎祭運営委員会 地元店出店係

■申・問

荒尾商工会議所内 荒炎祭担当
☎62-1211 FAX62-1216

荒炎祭オリジナルTシャツを販売



出場者大募集

見ているだけじゃもったいない！あなたの参加をお待ちしています

■総踊り

企業・団体・地域・グループの皆さん、いっしょに楽しく、荒尾音頭と炭坑節を踊りましょう！浴衣、Tシャツでの参加OKです。

■ステージパフォーマンス(先着12組)

日ごろ地道に練習している「何か」をステージで披露し「あらかお荒炎祭」を盛り上げてみませんか？(持ち時間1組10分間程度)

※ドラムを使用するバンド演奏不可

■まつりクイーンコンテスト(先着10人)

市内居住者または市内事業所に勤務する18歳以上(高校生を除く)30歳未満の独身女性

賞品 まつりクイーン…沖縄ペア旅行券、準クイーン…黒川温泉ペア宿泊券、出場者全員…浴衣一式

■さのよい踊り

企業・団体・グループの皆さん、躍動感あふれる踊りで、熱い荒尾を演出してください。振り付けは自由。1曲4分30秒以内。

鳴子持参。曲がない人はご相談ください。

■申込締切 6月24日(金)

■申込方法

申込書に記載し、持参するか、ファクスで申し込んでください。

申込書様式は、荒尾市ホームページからダウンロードできます。

■申・問

あらかお荒炎祭実行委員会事務局(産業振興課内)
☎63-1421 FAX63-1158

Tシャツを着て、あらかお荒炎祭をみんなで盛り上げましょう！

■価格 1,500円

■色 青・黒

■サイズ (大人用)…XS・S・M・L・XL

■販売期間 7月31日(日)まで(無くなりしだい終了)

■販売場所 産業振興課 ☎63-1421

観光物産館 ☎66-0939

万田坑ステーション ☎57-9155

■申・問

あらかお荒炎祭実行委員会事務局(産業振興課内)
☎63-1421

広告協賛金募集

あらかお荒炎祭の運営資金の一部として広告協賛金を募集します。ご協力よろしくお願ひします。

■募集期間

6月1日(水)～15日(水)

■応募資格

あらかお荒炎祭の趣旨に賛同する企業・団体・個人。ただし、各種法令に違反しているものなどは除きます。

■広告紙および広告枠

広告紙サイズ…B2の両面印刷
配布先…市内約22,000世帯
広告枠…5,000円/1口
(0.8cm×7.5cm)

■申込方法

申込書に記載して、持参かファクシミリで申し込んでください。申込書様式は、荒尾市ホームページからダウンロードできます。

※昨年までお申し込みいただいていた企業、団体、個人には、あらかお荒炎祭運営委員がお伺ひします。

■運営主幹

あらかお荒炎祭運営委員会
あらかお荒炎祭実行委員会事務局(産業振興課内)
☎63-1421 FAX63-1158

募集 CLUB ACTIVITY

さげもんを一緒に 作りませんか

来年のひな祭りに向けて、さげもん制作をしています。初心者大歓迎、丁寧に指導します。

- 場所 ちゃれんじプラザ荒尾
- 日時 毎週火曜、午後1時～4時
- 費用 参加無料、材料代費実費のみ必要(1,000～2,000円程度)
※詳しくはお問い合わせください。

☎ 090-7444-7643

あなたも掲載しませんか●サークル活動などの仲間集めなどにご活用ください。営利・政治・宗教目的の活動などは掲載できません。詳しくは秘書広報課(☎63-1157)まで。

お詫びと訂正

広報あらかし 5月15日号の5ページに掲載した「不妊専門相談」について、相談実施機関の電話番号が漏れていました。

お詫びして訂正します。

●相談実施機関

熊本県女性相談センター
☎ 096-381-4340 (専用電話)
※電話相談する場合は、こちらにおかけください。



お一日3食
楽しく
美味しく
しつかりと!

vol.10



野菜入りかに玉

◆作り方◆

- ①カニの身をほぐす。
- ②タケノコ、ニンジン、長ネギはせん切りにし、ニンジン、タケノコはゆでておく。
- ③小鍋にAを入れ、混ぜながら煮立てて、薄くずあんを作る。
- ④卵はときほぐし、塩で調味し、①②を加えて混ぜる。
- ⑤フライパンに油を熱し、④を流し入れ、箸で大きく混ぜて半熟状に焼き、丸く形を整え、器に盛って③をかける。

< 野菜たっぷり！

手早くできる卵料理をレパートリーに加えよう>
卵を増やさず野菜を加えることでボリュームを出し、食べごたえのあるかに玉に。

仕上げにあんをかけるので、かに玉自体の味は薄めでも十分です。

◆ 荒尾市食生活改善推進員協議会 ◆

◆ 材料 (2人分) ◆

卵……………2個
カニ (缶詰) ……20g

カニの代わりに、
エビや鶏肉でもOK

タケノコ(水煮) ……30g
ニンジン……………30g
枝豆 (またはグリーンピース) ……20g
シメジ……………20g
塩……………0.6g (3つまみ)
油……………小さじ2

鶏からスープの素 ……小さじ1/3
水……………80ml
A 塩……………ふたつまみ
しょうゆ ……小さじ1/3
みりん ……小さじ1
かたくり粉 ……小さじ1/2

◆ 栄養量 (1人分) ◆

エネルギー 173kcal
たんぱく質 11.3g
脂質 10.9g
塩分 1.3g

キリトリ

キリトリ

海達公子 季節のうた

虹
大きい大きい虹
山の下の家まで
とどいてある
あの人のは
美しからうな

童謡集「お日さん」より
大正14(1925)年9月9日初版発行(詩火線社)
[参考資料「海達公子童謡集」2010年8月(株式会社トライ)]



6月の開催予定

荒尾けいば

1(水)	名古屋場外発売 さきたま杯	11(土)	佐賀場外発売	21(火)	金沢場外発売
2(木)	名古屋場外発売	12(日)	佐賀場外発売	22(水)	名古屋場外発売
3(金)	荒尾開催	13(月)	盛岡場外発売 若手タービーダイヤモンドカップ	23(木)	名古屋場外発売 園田FCスプリント
4(土)	盛岡場外発売	14(火)	金沢場外発売 川崎リレーナイター	24(金)	荒尾開催 名古屋でら馬スプリント
5(日)	佐賀場外発売 G1安田記念	15(水)	笠松場外発売 川崎リレーナイター 関東オークス	25(土)	佐賀場外発売
6(月)	佐賀場外発売 九州タービー栄城賞	16(木)	笠松場外発売 門別リレーナイター 北海道スプリントカップ	26(日)	佐賀場外発売 G1宝塚記念
7(火)	金沢場外発売 門別リレーナイター 北海優駿	17(金)	荒尾開催 九州みやんよかスプリント 川崎リレーナイター	27(月)	盛岡場外発売
8(水)	園田場外発売 大井リレーナイター 東京ダービー	18(土)	佐賀場外発売	28(火)	金沢場外発売 大井リレーナイター
9(木)	荒尾開催 兵庫タービー	19(日)	佐賀場外発売	29(水)	笠松場外発売 大井リレーナイター 帝王賞
10(金)	荒尾開催 東海タービー	20(月)	盛岡場外発売	30(木)	荒尾開催 門別リレーナイター

東日本大地震の影響により変更する場合があります。予めご了承ください。

相談の窓 口

【福祉の各種相談】

■心配ごと相談 水曜、午前9時30分～正午／総合福祉センターで／相談無料、秘密厳守
 〇心配ごと相談室 ☎66・0308
 ■保育園の育児相談 食事、からだの発達、言葉、教育、入園などについて／月～金曜（祝日を除く）、午後1時～4時／市内保育園で（要予約）
 〇市内各保育園

■家庭児童相談 月～金曜、午前9時～午後4時／子育て支援課で
 〇子育て支援課 ☎63・1417
 ■女性福祉相談 月・水・木・金曜、午前9時～午後4時／子育て支援課で
 〇子育て支援課 ☎63・1417
 ■子育てサポート相談 子育て全般／月～金曜（祝日を除く）、午前8時30分～午後5時
 〇万田保育園 ☎62・0597
 〇清里保育園 ☎68・4123
 ■知的障がい者相談 知的障がい者の家庭での養育、生活などについての相談
 月～金曜、午前9時～午後5時
 〇知的障がい者相談員
 〇宮崎京子さん ☎62・1175
 〇北田輝子さん ☎68・5715
 ■老人相談 高齢者の各種相談・助言／火・水・木曜、午前9時～午後3時
 〇老人福祉センターで

〇老人福祉センター ☎62・1610
 ■身体障がい者相談 身体に障がいがある人の更生支援に関する相談／月～金曜、午前9時～午後5時
 〇身体障がい者相談員
 〇斎浩史さん ☎66・3828
 〇松村茂行さん ☎66・2167
 〇田畑俊秀さん ☎68・2113
 〇松下さえ子さん ☎66・2424
 〇坂本留美子さん ☎64・2097
 〇深浦昭雄さん ☎66・0982
 【その他の各種相談】
 ■女性のための心の相談室（こころほっとルーム） 火・木・金曜の午前10時～午後4時（祝日を除く）／働く女性の家（エポック・荒尾）で／面接相談と託児は要予約
 〇働く女性の家 ☎62・7770（電話相談可）

■子育てサポート相談（万田保育園・清里保育園）
 今年度、新たに開設されました。どうぞご利用ください。

人権標語（平成22年度解放文化祭作品）

広げよう みんなの笑顔の花畑
 平井小四年 菅原 ひなこ
 ともだちは いっしょに笑い 大きくなってかわらない
 平井小四年 松永 かすみ
 さかせよう キラキラみんなの花 いっぱい
 平井小四年 三浦 あいか
 その言葉 人がきずつく言葉かも 一度考え言葉にしよう
 府本小六年 小川 鈴華

人の動き

4月末現在

人口	56,144	(160)
男性	26,344	(115)
女性	29,800	(45)
世帯数	23,966	(140)

（〇）内は増減

リサイクル事業収集実績

地区	平成23年4月分	
	量 (t)	
荒尾	26.3	
万田	36.6	
万田中央	14.7	
井手川	10.2	
中央	48.2	
緑ヶ丘	19.3	
平井	22.4	
府本	8.6	
八幡	22.7	
有明	14.4	
清里	7.0	
桜山	22.5	
合計	252.9	

※今年度から、地区還元金は3カ月ごとに掲載します。

〇環境保全課 ☎63-1370

●省エネのために、荒尾市役所でも5月からクールビズ服装が始まりました。6月からは荒尾祭のPRのため、荒尾祭オリジナルTシャツを着用します●毎年増えていく自分の荒尾祭Tシャツを見返し、もう5枚目なのかと感じました●年齢を重ねると時間の流れを速く感じるのは、新しい発見や初めての経験が少なくなってくるからだそうです●5年目という節目に自分をも一度見つめなおし、これからの仕事にプライベートに活かしていきたいと思えます●
 (七)
 ◆私にとって、一番苦手な雨の季節がやってきます。なぜなら、雨が降るとほぼもれなく頭痛がします◆雨で頭痛がするのは、気圧が下がりがり頭の血管が収縮するからだそうです◆冷たいものを食べたときに頭がキーンと痛くなるのと同じ原理だそう。単純な原因ですが、解消するのは簡単ではありません◆頭痛の原因は雨以外にも、慢性的な眼精疲労と、首・肩のコリです。毎日パソコンに向かっていたら、無理もないことです◆先日は整体に行き、調整していただきました。先生が触れた途端に「ひどいですね」と苦笑い。私も瀬術のたびに「ばきつ」と音のする自分の体に、苦笑いです◆(c)

平日夜間小児救急診療当番医実施表

日	曜	施設名	住所 (行政区)	電話
1	水	こどもクリニック友枝	向陽台	☎ 65-8181
2	木	荒尾市民病院 (工藤弘志)	本村	☎ 63-1115
3	金	荒尾市民病院 (本里雄一)	本村	☎ 63-1115
6	月	荒尾市民病院 (佐藤章)	本村	☎ 63-1115
7	火	荒尾市民病院 (牛島健一郎)	本村	☎ 63-1115
8	水	荒尾市民病院 (工藤弘志)	本村	☎ 63-1115
9	木	荒尾市民病院 (伊藤隆康)	本村	☎ 63-1115
10	金	こどもクリニック友枝	向陽台	☎ 65-8181
13	月	荒尾市民病院 (田中健)	本村	☎ 63-1115
14	火	荒尾市民病院 (足達正昌)	本村	☎ 63-1115
15	水	田宮医院	大島町	☎ 62-0017
16	木	荒尾市民病院 (工藤弘志)	本村	☎ 63-1115
17	金	こどもクリニック友枝	向陽台	☎ 65-8181
20	月	荒尾市民病院 (足達照之)	本村	☎ 63-1115
21	火	荒尾市民病院 (牛島健一郎)	本村	☎ 63-1115
22	水	荒尾市民病院 (松山公明)	本村	☎ 63-1115
23	木	荒尾市民病院 (工藤弘志)	本村	☎ 63-1115
24	金	こどもクリニック友枝	向陽台	☎ 65-8181
27	月	荒尾市民病院 (本里雄一)	本村	☎ 63-1115
28	火	荒尾市民病院 (伊藤隆康)	本村	☎ 63-1115
29	水	荒尾市民病院 (佐藤章)	本村	☎ 63-1115
30	木	荒尾市民病院 (工藤弘志)	本村	☎ 63-1115

医療 Calendar

やむを得ず変更になる場合があります。
医療機関に確認して受診してください。

6月

【診療時間】 午後7時～10時
☎ 荒尾市医師会 ☎ 62-0072 (昼間)
 保健センター ☎ 63-1133 (昼間)
 市役所 ☎ 63-1111 (夜間)
 ※土曜日の夜間の当番医については市役所へ、土曜日の午後の診療状況は各医療機関へお問い合わせください。

【熊本県小児救急電話相談】
 時間 午後7時～午前0時
☎ #8000 または ☎ 096-364-9999

休日当番医日程表

※種別 外…外科系 内…内科系 歯…歯科系 眼…眼科

日	曜	※	施設名・住所 (市内は行政区)	電話
5	日	外	西整形外科医院	桜山町1丁目 ☎ 68-2511
		内	田宮医院	大島町3丁目 ☎ 62-0017
		歯	ふじもと歯科医院	野原 ☎ 68-3755
		眼	坂口医院	大牟田市正山町 ☎ 0944-56-5511
12	日	外	西原クリニック	西原町1丁目 ☎ 62-0622
		内	くどう小児科クリニック	東屋形4丁目 ☎ 64-5511
		歯	原口歯科医院	日の出町 ☎ 62-0011
		眼	米の山病院	大牟田市今山 ☎ 0944-51-3311
19	日	外	東医院	大正町1丁目 ☎ 62-0618
		内	田中良医院	岱洋東 ☎ 66-0666
		歯	福嶋歯科医院	大島町3丁目 ☎ 62-1472
		眼	諸岡眼科医院	大牟田市船津町 ☎ 0944-51-9100
26	日	外	南整形外科医院	荒尾大谷 ☎ 64-2302
		内	坂田小児科医院	大正町1丁目 ☎ 62-0200
		歯	ふかうら歯科医院	緑ヶ丘5丁目 ☎ 69-3718
		眼	石塚眼科医院	宮内出目西 ☎ 64-2780

【診療時間】
 外・内・眼…午前9時～午後5時
 (大牟田の眼科は午後6時まで)
 歯…午前10時～午後4時
 ※午後5時以降は市民病院救急外来をご利用ください
☎ 有明消防本部 ☎ 73-5271 (平日)
 保健センター ☎ 63-1133 (平日)
 市役所 ☎ 63-1111 (土・日・祝)

調剤薬局

薬剤師会会館 かめしま薬局
 (市民病院前) ☎ 69-1175
 毎日営業
 (時間：午前8時30分～午後5時30分)

6月

Event calendar of Arao City

※ 5月20日現在予定されている行事です。日程や時間などが変更になる場合があります。

* がついた行事の時間帯・場所などは、カレンダー左上をご覧ください。

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
<p>*リサイクルはすべて当日朝から。 *消費生活相談…10:00～12:00、13:00～16:00、消費生活相談室にて。 *行政相談…10:00～12:00、市役所総合案内にて。 *無料法律相談（1週間前から前日までに要予約）…13:00～16:00、市役所総合案内にて。</p>			<p>1 *消費生活相談 夏季水泳教室 （～9/30） 市民プール</p>	<p>2</p>	<p>3 荒尾競馬 *八幡リサイクル *消費生活相談 びよびよおはなし会 14:00～ 市立図書館2階</p>	<p>4 まつぼっくりおはなし会 14:00～ 市立図書館2階 第5回荒玉FAカップ中学生サッカー大会 （～5日） 多目的広場ほか 第3回助丸区花菖蒲祭り 10:00～ 助丸区花菖蒲園</p>
<p>5 市民体育祭 （ボウリング） パスカワールド 第8回荒尾市健康福祉まつり 9:30～15:00 文化センター 愛の献血 9:30～11:00 12:00～15:00 文化センター</p>	<p>6 *中央リサイクル 第33回青年会議所旗大会 （ソフトボール、～7/9） ソフトボール球場</p>	<p>7 *消費生活相談 母子健康手帳発行 9:50～10:15 保健センター ビート・コア・ウォーキング 19:00～ 元気ロード</p>	<p>8 *緑ヶ丘リサイクル *消費生活相談 3カ月児健診 13:00～14:00 保健センター 健康相談 9:30～11:30 老人福祉センター</p>	<p>9 荒尾競馬</p>	<p>10 荒尾競馬 *清里リサイクル *消費生活相談</p>	<p>11 くりとぐらおはなしの会 14:00～ 市立図書館2階 会長杯グラウンドゴルフ大会 陸上競技場 第230回荒尾協会親睦友遊会GB大会 （ゲートボール） ゲートボール場 水泳教室 （教委/毎週土曜） 市民プール</p>
<p>12 第28回坂田杯卓球大会 市民体育館 みんなでスポーツ （体指） 多目的広場</p>	<p>13 *荒尾リサイクル</p>	<p>14 *万田中央リサイクル *消費生活相談 母子健康手帳発行 9:50～10:15 保健センター 育児相談・健康相談 10:00～10:45 保健センター 第1回園芸教室 10:00～ 小岱作業所</p>	<p>15 *消費生活相談 7カ月児健診 13:00～14:00 保健センター 障がい者定期相談会（要予約） 9:30～11:30 南関町保健センター</p>	<p>16 *平井リサイクル *行政相談 *無料法律相談（要予約） 2カ月児育児学級 9:20～9:45 保健センター 県民体育祭荒尾市予選会 （ボウリング、～7/7） パスカワールド</p>	<p>17 荒尾競馬 *有明リサイクル *消費生活相談</p>	<p>18 市ミニバスケットボール夏季大会 市民体育館ほか 市長杯小学生サッカー大会 （～19日） 多目的広場ほか</p>
<p>19 パパと赤ちゃんの絵本ふれあい会 13:00～ 図書館2階 秋季大会一部・二部予選 （野球、～7/17） 野球場</p>	<p>20 *万田リサイクル 荒尾市民講座 13:00～ 中央公民館 チャリティーコンサート 14:00～ 中央公民館</p>	<p>21 *井手川リサイクル *消費生活相談 母子健康手帳発行 9:50～10:15 保健センター ビート・コア・ウォーキング 19:00～ 元気ロード</p>	<p>22 *桜山リサイクル *消費生活相談 1歳6カ月児健診 13:00～14:00 保健センター 健康相談 9:30～11:30 老人福祉センター 愛の献血 あらおシティモール 10:00～11:30、12:45～16:00</p>	<p>23</p>	<p>24 荒尾競馬 *消費生活相談 3歳児健診 13:00～14:00 保健センター</p>	<p>25 ゆりかもめおはなし会 14:00～ 市立図書館2階 中体連荒玉予選 （野球、～26日） 野球場 御田植祭 10:00～ 野原八幡宮</p>
<p>26 少林寺拳法城北地区昇級試験 緑ヶ丘小体育館 第50回市民パドミントン大会 市民体育館 第128回近県愛好者GB大会 （ゲートボール） ゲートボール場</p>	<p>27 *府本リサイクル</p>	<p>28 *消費生活相談 年金相談 10:00～15:00 市役所11号会議室</p>	<p>29 *消費生活相談</p>	<p>30 荒尾競馬 愛の献血 9:30～11:30 白寿園 13:00～16:00 荒尾市民病院</p>	 <p>市の魚「マジャク」のキャラクター マジャッキー</p>	



ひとの＊ちから
CLOSE UP

荒尾市体育指導委員協議会副会長
荒尾市健康推進員協議会会長

秋富しづゑさん

あきとみ しづえ ● 1944年生まれ、中央東在住。自動車の運転免許証を持っていない秋富さん。スポーツに関する講習などを受けに行くときは、夫の勝正さんが車を運転し、待っていてくれるそう。「感謝してます」と、はにかんだ笑顔で話してくれました。

「いちっ、にっ、さん、しー」切れのある掛け声とともに、参加者は機敏に身体を動かします。一人一人の動きをチェックしながら、ゆっくりと見回るのは、秋富しづゑさん。荒尾市体育指導員と荒尾市健康推進員として活躍しています。

この日は週に一度の中央ふれあいスポーツの筋力アップ体操の日。受講者は80人程で、この日はおよそ70人が参加しました。8年前に就任した健康推進員としての活動の一つが、市内約20カ所で行っている65歳以上の人が対象の「筋力アップ体操」の教室です。中央ふれあいスポーツでは、

65歳未満でもこの体操をしたいという人を対象に、秋富さんが個人で実施しています。運動の合間に掛かる秋富さんのユーモア溢れる言葉に、笑い声が何度も弾けます。楽しみながら体操する参加者は、みんな生き生きと明るい表情ですが、中で最も快活なのは、秋富さんかもしれません。「人に喜んでもらえることが嬉しい」と語る秋富さんは、若い頃からスポーツ一本。小学生の頃から身体を動かすことが大好きだったそうです。「主にバレーボールとバドミントン、陸上をやっていました」という秋富さんは、若

い頃からほぼ毎日、市民体育館に顔を出していました。37歳のとき、ある体育指導員から「後任になつて欲しい」と話がありました。今は催しなどの企画・立案をするよりも多くなった体育指導員ですが、当時はスポーツの指導がメイン。自分に向いていると思つて引き受けました。

「私はね、ほかでやっていないことを何でもやってみたいの」と笑う秋富さんは、社会体育課の職員とも協力し、まずはビーチボールバレーを導入。その後も、グラウンドゴルフやペタンク、インディアカなどを取り入れました。そしてその度に必要な資格も取得。定期的な講習の受講も欠かしません。ひとえに、参加する人にきちんとした指導をしたいという熱意と、自分自身もつと学びたいという意欲の賜物です。

現在最も力を入れていることのひとつが、健康推進員としての「筋力アップ体操」と2030あらゆる有明優都戦略事業で行っている「ビート・コア・ウォーキング」。どちらも秋富さんの提案です。無理なく取り組むことができ、短時間で効率よく運動ができるこれらは、若い人から年配の人まで誰にでも親しみやすいものです。より多くの人に参加してもらい、市民の皆さんの健康をサポートしたいと話します。

「荒尾市の医療費が目に見えて下がった」という話を聞くことが、私の夢です」スポーツと、何より人が大好きな秋富さん。好きだから体力が続く限り続けたいし、市民の皆さんに元気になつて欲しい。今年体育指導員として30年目を迎えるベテランは、生き生きとした笑顔を市内各地で振りまき、元気を発信しています。



1 ビート・コア・ウォーキングには、老若男女、さまざまな年代の人が参加しています。[取材 2010年7月6日(火)]
2 あらお梨の花元気ウォークでは、出発前に準備運動を指導。いろんな行事で参加者の安全を支えている秋富さん。[取材 4月2日(土)]
3 中央ふれあいスポーツの筋力アップ体操は、笑い声にたびたび包まれていました。[取材 5月19日(木)]