

笑顔をつなぐ広報紙

広報ひとよし

# 広報人吉

HITUYOSHI City Public Relations

2025  
8

No.1192

夏休みはプールで遊ぼう♪

犠牲者を悼み、復興誓う 令和2年7月豪雨災害から5年  
「いきいき教室」に参加しませんか  
第70回人吉花火大会



勇壮な舞に魅せられて  
伝統に新風吹き込む

## 鬼木白太鼓踊りに初めて女性の 踊り手として加入した 北田 鈴さん(鬼木町)

### きただすず

2015年10月生まれ。人吉東小4年生。好きな教科は国語で、現在英語とピアノの習い事に通っている。最近ハマっていることは、友だちと秘密基地をつくって遊ぶこと。将来の夢は、助産師。



▲鈴さんのお父さん(裕也さん)も一緒に加入



▲4月の総練習に向けて、春休みは保存会代表の田中設男さんと猛特訓した

**鬼**木町に古くから伝わる郷土芸能「鬼木白太鼓踊り」。これまで男性だけで継承されてきたこの伝統に、初めて女性の踊り手が誕生した。後継者不足に悩む鬼木白太鼓踊り保存会にとって伝統継承のため、性別に関わらず個人の多様性を尊重するという現代の価値観を取り入れた大きな決断だ。

北田さんが興味を持ったのは、昨年9月町内の敬老会で見えた迫力ある演舞がきっかけ。「カッコいい」、「やってみたい」という純粋な憧れを抱いていたところ、今年3月に女の子も参加できるようになったことを知り、迷わず参加を決めた。鬼木白太鼓踊りは大人5人、子ども5人で構成。鹿角の兜をかぶった大人が白太鼓を、馬の毛を垂らしたかぶり物「シャグマ」をかぶった子どもがかねを交互に鳴らして源平合戦を表現する勇壮な舞だ。4月に行われた総練習では、春休みに行った特訓の成果を披露。「難しい動きは家で動画を見て練習した。踊るのは楽しい」と熱意を見せた。メンバーからは、「クラブ活動などの多様化が進む中で、参加してくれてうれしい」などの声があり北田さんを歓迎している。「練習の成果を披露して、たくさんの人を笑顔にしたい。私の踊りを見て、興味を持ってくれる人が増えてほしい」。8月23日にイスマインター店駐車場で開催される「第34回鬼木夏まつり」が初舞台だ。

### 人吉市関連施設

カルチャーパレス(下城本町1578番地1)	☎24-3311
スポーツパレス(下城本町1566番地1)	☎22-1688
水道局お客様センター(市役所2階)	☎22-5497
人吉城歴史館(麓町18番地4)	☎22-2324
保健センター(市役所横)	☎24-8420
石野公園(赤池原町1425番地1)	☎22-6700
鉄道ミュージアム(中青井町343番地14)	☎23-2000
図書館(下城本町1578番地1)	☎24-3518
くまりば(相良町4番地2)	☎22-5183

### 人の動き 人吉市の住民基本台帳人口

令和7年6月末日現在 ※( )は前月比

総数	29,224人(-52人)
男	13,571人(-27人)
女	15,653人(-25人)
世帯数	15,097世帯(-26世帯)

**ふるさと納税**  
寄付件数と寄付額  
令和7年6月  
674件  
6,081万3千円

人吉市のマイナンバー  
カード保有率  
79.5%  
(令和7年6月末)  
(総務省発表)  
申請・受け取りは  
お早めに!

### 8月の納税

**納期限 9月1日(月)**

- 市・県民税(第2期)
- 国民健康保険税(第2期)
- 介護保険料(第2期)
- 後期高齢者医療保険料(第2期)

便利な口座振替をご利用ください。

問 市税務課収納係(内線1055)

### 祝日のごみ収集

8/11(月)

燃えるごみだけ

月曜が収集日の地区だけ収集します。クリーンプラザへの持ち込みはできません。お盆は通常日程通り収集します。

問 市環境課廃棄物対策係(内線2072)

- 04 犠牲者を悼み、復興誓う  
令和2年7月豪雨災害から5年
- 09 令和7年度水生生物調査結果報告
- 10 あなたの勇気が、地域を守る力になる。  
消防団員を募集しています!
- 11 いつまでも元気でいるために  
「いきいき教室」に参加しませんか
- 28 第70回人吉花火大会

- 連載
- 03 お人よし
  - 06 話題をおって
  - 12 情報ひろば・保健センターだより
  - 22 ひとよしのお仕事file  
地域おこし協力隊通信
  - 23 川畑式 脳いきいきパズル  
子育て通信
  - 24 ようこそとよかんへ!  
備えて安心! やさしい防災講座 **隔月**
  - 25 市長日記  
Let's お手話べり
  - 26 各種相談ガイド  
ひとよしの情報発信
  - 27 行事カレンダー  
編集後記

人吉市役所 ☎22-2111(代表)  
住所 〒868-8601 人吉市西間下町7番地1  
開庁時間 午前8時30分~午後5時15分(木曜は~午後7時)  
開庁日 月~金曜(土・日曜、祝日、年末年始を除く)  
ホームページ <https://www.city.hitoyoshi.lg.jp/>





4・5・6 下青井町の慰霊祭では、遺族らが参列。住民の松岡清照さんは「今年度、町内会館は移転する予定。被災したこの町内会館での慰霊祭は今年で最後」と話した

7 追悼式では市民を代表し、当時父の営む美容室が被災した人吉高3年の境目悠真さんが追悼の言葉。「私たちのような若者が率先して、災害の記憶を語り継いでいきたい」と力強く決意を新たにした

8 追悼式は、市役所1階市民コーナーで開催した

10 市役所1階ロビーに設置した献花台には約70人が訪れた



本市で21人の犠牲者を出した令和2年7月豪雨災害から、5年の節目を迎えました。

市では、6月29日に市役所で犠牲者追悼式を執り行い、犠牲者になられた皆さまへ哀悼の意を表しました。遺族ら約40人が参列し、犠牲者に対し黙とう。松岡市長は「犠牲者に対する誠をささげ、犠牲となった方々に胸を張り報告できる人吉にするため全力を尽くす」と式辞。続いて、木村知事は「緑の流域治水の考えを基に、安心して暮らすことができる熊本を築いていく」と語りました。

市役所では、6月30日～7月4日に献花台を設置。連日多くの市民らが訪れ、花を手向けていました。

7月4日には午前10時に市内全域に追悼のサイレンを鳴らしました。球磨川下り発船場では、球磨川くだり株式会社社員らが球磨川に向かって整列し、サイレンに合わせて黙とう。船頭の藤山和彦さんは「人吉球磨全体の復興と魅力発信に尽力していきたい」と話していました。

3人が亡くなった下青井町では下青井町会館で慰霊祭が行われ、町内に住む約20人が犠牲者を追悼。同町内会長の松延修二さんは追悼の言葉で「この地域は土地区画整理事業が進み、期待と不安どちらもある。町民が安心して暮らせるまちにすることを誓う」と決意を述べました。

## 犠牲者を悼み、復興誓う

### 令和2年7月豪雨災害から5年

## 先祖を慰め、文化遺産を未来に 第43回 大村古墳まつり

国指定史跡「大村横穴群」のある城本公園で、古墳に眠る先人たちをしのぶ大村古墳まつりが7月19日に開催されました。この祭りは城本町内会などで行われる実行委員会が、貴重な文化遺産を後世に引き継いでいくために、毎年開催しています。祭りでは古代人に扮した子どもたちの五色の旗行列や先人たちの供養が行われ、その後子どもたちが「古墳踊り」を奉納しました。参加した人吉西小3年の山科佐久蘭さんは「練習より上手く踊れた。来年も踊りたい」と話してくれました。



子どもたちは和楽器の音色に合わせてゆったりと舞った

## 人吉球磨産ヒノキを全国へ 株式会社ランバーやまと人吉工場落成式

本市と令和4年6月に立地協定を結んだ、製材業を営む株式会社ランバーやまと（上益城郡山都町）の人吉工場（上漆田町）が完成しました。7月12日に同工場で落成式が行われ、代表取締役社長の渡邊文昭さんは「地域と連携し、社員一同頑張っていきたい」とあいさつ。松岡市長は「ヒノキ材のブランド化など今後の展開に期待している」と話していました。式後には、関係者らが工場を見学。最新鋭の機械の前に「素晴らしい設備だ」などの感嘆の声が上がっていました。



同社はヒノキを専門で扱い、使用する原木の6割が人吉球磨産

## 復興へ歩むストーリーに共感呼ぶ 映画『囁きの河』先行上映会



約460席が満席になり追加上映が実施されるほどの大反響

本市出身で俳優の中原丈雄さんが主演を務める映画『囁きの河』の先行上映会が、6月26・29日にカルチャーパレスで開催されました。同映画は、令和2年7月豪雨で被災した人吉球磨を舞台に、復興に向けて歩む人の姿を描いています。映画は両日の前売り券が売り切れ、追加上映が行われるほどの大反響。観客は映画の内容と自らの体験を重ね、豪雨災害を振り返る機会となりました。鑑賞した宮崎朋子さん（相良町）は「とても勇気づけられる映画だった」と話していました。



上映後には舞台あいさつが行われ、撮影秘話が語られた



中原さんは失った居場所を取り戻そうと奮闘する元船頭を演じた

## プールに子どもたちの歓声響く 市民プール営業中

憩いの場である市民プールが7月5日から営業を開始し、多くの来場者でにぎわっています。豪雨災害で被災した50以上のプールと2つの円形プールは子どもたちの歓声であふれています。夏休み初日の7月19日は最高気温が30度を超える真夏日に、涼を求める家族連れや子どもたちが次々と訪れました。免田小（球磨郡あさぎり町）の野村柊羽君と奏羽君は、「冷たい水で泳げて楽しい。プール最高！」と夏休みを満喫していました。



市民プールは8月31日まで営業

## 市長と一緒にいただきます！ 市長とのふれあいスクールランチ

松岡市長が市内の小・中学校を回り、子どもたちと給食を食べながら交流する令和7年度の「市長とのふれあいスクールランチ」がスタートしました。初日となった6月13日は東間小の6年2組を訪問。児童は市長と一緒に給食を食べながら、市長の仕事内容や普段の過ごし方などの質問をしたり、市長からも児童に最近の流行を聞いたりと会話が絶えませんでした。杉松優樹菜さんは「市長からまだ聞いたことがない話を聞くことができうれしかった」と話していました。



この取り組みは2・3学期も開催し、市内全小中学校を回る予定

## 歴史学習の拠点として再始動 人吉城歴史館落成式



式典には約50人の関係者らが参列

令和2年7月豪雨で被災し、休館していた人吉城歴史館が5年ぶりにリニューアルオープンしました。同館は、1・5層浸水し収蔵資料約31点が被災。今回のリニューアルでは、電気・機械設備を浸水した位置よりも高く設置するなど、災害対策を強化し、展示物も一新しました。7月11日に落成式が同館で行われ、松岡市長は「市民や来訪者の歴史学習の拠点となるよう学校や地域と連携していく」と式辞。式典後の内覧会では「誰もが楽しめる施設になった」などの声聞かれました。



石積み体験など子どもから大人まで楽しめる施設に



7月23日には歴史学習の一環で約70人の小学生が訪れた



令和7年度水生生物調査結果報告  
調査した川はどれも「快適な水環境」でした!

小学校	調査した川	調査日
東間小	胸川	5月2日
東小	胸川	5月13日
西瀬小	永野川	5月16日
中原小	万江川	5月20日
西小	山田川	7月3日
大畑小	こさで川	7月4日

人吉市環境基本計画に基づく環境教育の一環として、市内小学校の5年生が市内を流れる川の水生生物を調査しました。身近な川の水環境を学び、自然を大切にする心を育むことが目的。調査した5つの川は、それぞれ少しの差はありましたが、どれも「快適な水環境」ということが分かりました。市民の皆さんも身近な河川に関心を持ち、みんなできれいな自然環境を維持しましょう。

講師は元理科の先生などが務めた



▲検査薬を使って水質を調査



▲石の裏にどんな生き物がいるか観察



何て名前の生き物だろう?

水が冷たくて気持ちいい~!



災害時の栄養の偏り解消へ  
食料の調達支援協力に関する協定締結

市と一般社団法人日本最適化栄養食協会（東京都）は、災害時に栄養バランスが整った食料を速やかに被災者に届けるための協定を締結しました。同協会は、栄養バランスが整った食（最適化栄養食）を認証する機関。6月29日に締結式が行われ、松岡市長は「非常時に、通常時と近い栄養を取ってもらうことは重要。住民の食と健康を守っていきたい」と決意。協定締結に合わせて、同協会から認定した製品「完全メシカレーメシ（日清食品）」など約2千食の寄付もありました。



同協会が自治体と協定を結ぶのは神奈川県鎌倉市に続いて2例目

人吉の未来を考える特別授業  
「総合的な学習の時間」における市長講話

市内中学校の「総合的な学習の時間」の一環として7月2日、第三中で松岡市長の講話がありました。「持続可能なまちづくり」をテーマに、本市の現状や取り組み、水害からの復旧・復興などを説明。「山や川しかないではない。自然が最先端の技術とつながることによって本市の自然が価値になる」と未来につながる魅力も伝えました。生徒を代表し同校3年の森雪月さんは「命と時間を大切に、市の発展につながるよう勉強も頑張りたい」と感想を述べました。



市長の講話を生徒たちが真剣に受け止めた

かやぶき屋根の伝統に触れて  
かやぶき体験in国宝青井阿蘇神社

かやぶき屋根の文化を子どもたちに身近に感じてもらうと、一般社団法人杜の声はかやぶき屋根づくり体験を7月13日に、国宝青井阿蘇神社境内で開催しました。約百人の親子が参加し、竹と縄で組み上げられた高さ3メートルほどの屋根の表面に、かやぶきを並べる「軒付」を体験。かやぶき職人の中村燈治さんらからアドバイスを受けながら、かやぶきを屋根に積み上げました。参加した人吉西小3年の平野礼君は「初めての体験で難しかったけど、楽しかった」と話していました。



「がんぎ」や「針」など特殊な道具を使って屋根をつくり上げた

本に親しむ七夕に  
七夕お楽しみ会

市では、七夕に合わせて本に慣れ親しんでもらおうと、7月6日に市図書館で「七夕お楽しみ会」を開催し、約40人の親子連れでにぎわいました。令和6年度多読者表彰では、多くの本を借りた上位10人に賞状と記念品を贈呈。1位に輝いたのは、阿川唯莉ちゃん（球磨郡相良村）。「本を読むのが好きで1日に10冊は読む。最近面白かったのは、ユニコーンの絵本」と話していました。七夕飾りも設置し、子どもたちは思い思いの願い事を短冊に書いて、竹の枝に飾り付けていました。



市子ども読書推進委員による絵本の読み聞かせも実施

# いつまでも元気でいるために「いきいき教室」に参加しませんか

いきいき教室は、いつまでも自立した生活が送れるよう、短期間で生活機能の改善を目指す教室です。専門職が一人一人の状態に合わせて提供する運動や頭の体操を実施します。

**対象者** 要介護認定を受けていない65歳以上の人で、次のチェックリストの各項目の基準を満たす人

質問	回答		基準	
	はい	いいえ		
①バスや電車を利用して一人で外出している	0	1	日常生活に必要な機能全般 / 5	①～②⑤で10点以上 / 20
②日用品の買い物をしている	0	1		
③預貯金の出し入れをしている	0	1		
④友人の家を訪ねている	0	1		
⑤家族や友人の相談に乗っている	0	1		
⑥手すりなどを使わず階段を上れる	0	1	運動機能 ⑥～⑩で3点以上 / 5	
⑦椅子に座った状態から何もつかまらずに立てる	0	1		
⑧15分くらい続けて歩ける	0	1		
⑨この1年間に転んだことがある	1	0		
⑩転倒に対する不安が大きい	1	0		
⑪6カ月間で2～3%以上体重が減った	1	0	栄養状態 ⑪・⑫で2点以上 / 2	
⑫BMI(体重(㎏)÷身長(㎝)÷身長(㎝))が18.5未満である	1	0		
⑬半年前に比べて硬い物が食べにくくなった	1	0	口腔機能 ⑬～⑮で2点以上 / 3	
⑭お茶や汁物でむせることがある	1	0		
⑮口の渇きが気になる	1	0		
⑯週に1回以上は外出している	0	1	閉じこもり ⑯に当てはまる / 2	
⑰昨年と比べて外出の回数が減った	1	0		
⑱周りの人から物忘れがあるとされる	1	0	認知機能 ⑱～⑳で1点以上 / 3	
⑲自分で電話番号を調べて電話を掛けている	0	1		
⑳今日の日付が分からないときがある	1	0		
㉑毎日の生活に充実感がない	1	0		うつ ㉑～㉕で2点以上 / 5
㉒これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1	0		
㉓以前は楽にできていたことがおっくうに感じる	1	0		
㉔自分が役に立つ人間だと思えない	1	0		
㉕理由もなく疲れたような感じがする	1	0		

一つでも基準に当てはまる項目があった場合はご相談ください

## 問合せ

市地域包括支援センター (☎24-9193)

市高齢者支援課元気・長生き係 (☎22-2111 内線1211・1212)



# あなたの勇気が、地域を守る力になる。

消防団員を募集しています！

消防団は、本業を持ちながらも「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神に基づき、地域の安全と安心を守るために活躍する人たちが集まる、市町村の消防機関の一つです。

現在、全国的に消防団員数が減少していて、本市も減少傾向にあります。自分たちのまちを守るには地域の皆さんの力が必要です。消防団員として、大切な地域と一緒に守りませんか？

## 消防団の活動内容

災害発生時は、地域住民の生命や財産を守るために活動しています。平常時にも、地域の消防力・防災力の向上に重要な役割を担っています。

### 火災や地震・風水害などの災害発生時

- ◎消火活動
- ◎救助、救出活動
- ◎警戒、避難誘導



### 平常時

- ◎訓練
- ◎住民への防火指導や広報活動



## 消防団 Q&A

**Q** 入団の条件はありますか？

**A** 市内に住んでいるか勤務している18歳以上で、心身ともに健康な人は男女問わず入団できます。

**Q** 活動中に負傷した場合の補償などはありますか？

**A** 公務災害として補償を受けられます。

**Q** 活動に報酬はありますか？

**A** 年額報酬と、災害対応や訓練などに出勤したときの出勤報酬を支給します。一定期間以上勤務し、退団したときには退職報奨金を支給します。



## 消防団活動に協力している事業所の皆さんへ

消防団員の7割以上がサラリーマンなどの被雇用者です。特に日中に発生する火災や災害対応などは、雇用主や事業所の理解と協力体制が必要なことから、市では、消防団活動に積極的に協力している事業所などを「人吉市消防団協力事業所」として認定しています。

地域を守るためにも、ぜひ消防団協力事業所への申請をお願いします。要件など詳しくは市ホームページをご確認ください。

### 認定を受けると……

表示証の掲示や自社ホームページなどに掲載することで、事業所の社会貢献をPRできます。



▲詳しくはこちら

問合せ 市防災課防災係 (☎22-2111 内線3241)



# 報 告 情 報 広 報

内容が変更になることがあります。詳しくはお問い合わせください。

## お知らせ

### 9月定例会市議会を開催します

市議会では、議会活動や市政の方向性が分かる本会議を傍聴することができます。また、その様子をYouTubeで配信しています。ご家庭のパソコンやスマートフォン、タブレット端末、各コミセンでご覧ください。



▲議会情報

い。コミセンの利用状況によっては、視聴できない場合がありますので、事前にお問い合わせください。

※日程などは変更する場合があります。

※9月9日(火)～11日(水)一般質問  
◎9月25日(木) 委員長報告・採決・閉会

※傍聴時に事前の許可が必要 な場合があります。事前にお 問い合わせください。

※市役所1階市民コーナー (正面玄関入って右)でも、 議会中継を視聴できます。

議会議務局、「コミセンでの 問合せ」 「傍聴について」市 議会事務局

### 防災士の資格取得の費用を助成します

防災士の資格取得に必要な費用を助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。 対象 自主防災組織で活動する 意思がある人、地域の防災 活動に協力できる人

### 助成内容

- ・ 防災士教科書代
- ・ 防災士の資格取得試験を受 験した場合の受験料
- ・ 資格取得試験に合格した場 合の日本防災士機構への登 録料



▲市ホーム ページ

### お墓をきれいに ごみは持ち帰りましょう

お墓の周辺に、古い供花や 花の包み紙、お供え物のごみ となつて散乱したり、お供え 物を目当てにカラスが集まっ たりすることがあります。ご みが自然になくなることはあ りません。お参りが済んだら

### 「家族の時間づくり」 プロジェクトを実施します

市では、大人と子どもの休 暇を合わせ、地域ぐるみで家 族の時間をつくり出す「家族 の時間づくり」プロジェクト を実施します。

今年度は、市内の全小・中 学校で10月9日(木)を休みとし ます。家族で地域のお祭りや イベントに参加し、だんらん や語らいの時間にしてみま せんか。

### 児童手当8月支払い分を振り込みます

8月期(6・7月分)支給 分は、8月7日(木)に指定の金 融機関の口座に振り込みま す。現況届を提出していない 人や手続きのときに添付書類 が不足している人は、支払い ができませんので至急手続き をしてください。

### 児童扶養手当の現況届を提出してください

毎年8月は、「児童扶養手 当」

当現況届」の提出月です。対 象者には市子ども未来課から 提出書類を郵送しますので、 8月29日(金)までに現況届を提 出してください。提出がない 場合は11月以降の支給を差 し止めます。現況届を2年間 提出しない場合は支給資格が なくなりますのでご注意ください。

6月に一部支給停止除外届 の通知が届いた人は、現況届 と一緒に必ず提出してください。 期限内に提出がない場合 は手当が半額になります。

婚姻、住所変更などがあつ た場合は必ず市子ども未来課 に届け出てください。

離婚後の養育費確保 手続き費用を支援します

離婚後の養育費確保のため の手続きに発生する費用を補 助します。

補助額 ◎公正証書作成費用…上限 5万円 ◎養育費保証契約締結経費… 上限5万円 ◎公正証書等を作成した日ま たは、養育費保証契約を締結

お供え物とごみは持ち帰るよ うにして、お墓とその周りを きれいに保ちましょう。

### 精霊流しをするときは舟を回収してください

人吉球磨地域には、お盆 に帰ってこられた先祖の霊 を、精霊舟を流して送る習わ しがあります。しかし、球磨 川に流した精霊舟は下流で回 収されず放置されたり、舟に 乗せたお供え物が腐って悪臭 を放つたりするなど、危険で 不衛生な状況が発生していま す。

精霊流しをするときは舟を 回収し、先祖から受け継いだ 球磨川をきれいに保ちましょ う。

問合せ 八代河川国道事 務所 人吉出張所 (☎22-3244)

### 平和を祈り黙とうを お願いします

広島市、長崎市に原爆が投 下されて今年で80年目を迎え ます。戦没者、原爆死没者の ご冥福と世界恒久平和の実現 を祈念し、家庭や職場で1分 間の黙とうをお願いします。

日から6カ月以内に申請して ください。

対象 4月1日以降に公正証 書などを作成または養育費保 証契約を締結した人

詳しくは、市ホームページ をご覧になるかお問合せくだ さい。



▲市ホーム ページ

### 防災行政無線を使った 訓練を行います

地震や武力攻撃などの発生 に備え、8月20日(水)に全国瞬 時警報システム(Jアラート) の情報伝達試験が行われ ます。当日は、午前11時に防 災行政無線から訓練放送を行 います。

※気象・地震活動の状況など で、中止されることがありま す。

訓練放送内容 (チャイム) 「これは、Jアラートのテス トです。」×3回 「こちらは、防災人吉市です。」 (チャイム)

問合せ 市防災課防災係

### 日時

- ・ 8月6日(水)午前8時15分
- ・ 8月9日(土)午前11時2分
- ・ 8月15日(金)正午

問合せ 市福祉課福祉政策係

### 戦争体験と平和への想い パネル展開催

今年には戦後80年の年です。 戦争体験者や遺族の高齢化で 戦争の記憶が薄れないよう、 戦争の悲惨さや命や平和の大 切さを次の世代に語り継ぐた めに、「戦争体験と平和への 想いパネル展」を開催します。 ぜひパネルを見て、命や平 和の尊さを感じてください。

期間 8月29日(金) (土・日 曜、祝日を除く)

場所 市役所1階市民コ ー ナー

問合せ 市福祉課福祉政策係

### 人吉市教育委員会 定例会を傍聴できます

定例会を開催します。希望 する人は傍聴できます。 期日 8月27日(水) 時間 午前9時30分 場所 市役所4階委員会室1 問合せ 市学校教育課総務係

## 人吉下球磨消防組合消防本部・中央消防署 庁舎の移転工事が始まります

人吉下球磨消防組合消防本部・中央消防署(下林町)は、 令和2年7月豪雨で被災し、庁舎施設や消防車両、各種資機 材などが被害を受け、消防業務が停止しました。この経験か ら、災害発生時でも防災拠点としての機能が発揮できるよう、 庁舎の移転・建替えを実施します。

工事期間中は、周辺住民の皆さまに、ご不便・ご迷惑をお 掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

建設場所 鬼木町字梢山(梢山工業団地内) 工事期間 9月～令和10年1月ごろ(予定) 運用開始 令和10年4月



問合せ 人吉下球磨消防組合消防本部総務課 (☎22-5241)



# 原油価格、物価の高騰対策として減免や支援金を交付します

## 上水道料金の基本料金などを 2カ月間減免します

**対象者** 市内全ての上水道使用者（官公庁を除く）  
**減免の内容** 8月請求分（7月使用分）～9月請求分（8月使用分）の上水道の基本料金と従量料金の第2段（10立法府）まで減免。

※下水道使用料は減免対象外  
**例** 口径13<sup>mm</sup>の一般用（一般家庭）を使用している場合、最大で1,958円（上水道料金979円×2カ月）を減免。

**手続き** 手続きは不要です。  
※下水道を使用しておらず、上水道使用量10立法府以下の人は減免する2カ月間、請求がありません。納付書送付などありません。

※「上水道等使用量のお知らせ」（検針票）には、**減免前の金額（通常のコスト）**を記載しています。

上水道等使用量のお知らせ	
7年8月分	ご利用期間 10月7日～11月6日
ご使用水量	2.0 m <sup>3</sup>
ご請求予定額	6,534円
<small>※お見積りの支払い方法は、 ・口座振替をご利用のお客様は、毎月26日（両振替は翌月11日）に指定の口座から引き落としさせていただきます。 ・下水道が指定水量を超過されているお客様については請求予定額の表示は出来ませんのでご了承ください。</small>	
水検番号・世代	99999-999
用途・口径・下水有無	一般 13 有
メーター番号	111111
今月のメーター指針	7.2
前月のメーター指針	5.2
今月の使用水量	2.0 m <sup>3</sup>
<small>（メーター取替までの使用水量 m<sup>3</sup>が含まれます）</small>	
料金内訳	上水道料金 2,684円 下水道使用料 3,850円

**問合せ** 市水道局お客様センター（☎22-5497）、市上水道課経営係（☎22-2111 内線2312）

## 井戸水や流水などを使っている人に 支援金を交付します

**対象者**  
①井戸水や流水など、市上水道以外の水のみを使用している  
②世帯主または代表者  
※市上水道と井戸などを併用している場合は対象外  
**交付額** 給水装置\*一つあたり2千円

※民間事業者や個人で水を供給するために設置した配水管から分岐して設けられた給水管や、これに直結する給水用具、水道メーターなど

**申請期間** 9月1日（月）～12月26日（金）（必着）

**必要書類**  
・申請書  
※市環境課（市役所2階2-9番窓口）  
または市ホームページにあり。  
▲市ホームページ



・本人確認ができる書類の写し  
・振込先口座が確認できる書類（通帳など）の写し  
・給水装置が複数ある場合は、そのことが確認できる図面など  
詳しくはお問い合わせください。

**問合せ** 市環境課環境衛生係（☎22-2111 内線2071）

# 市役所でマイナンバーカードの申請ができます！



## 受け取りまでの流れ

- ①本人が必要書類を持って市民課窓口に来庁
  - ②申請書記入
  - ③写真撮影（無料） **ここで申請終了**
  - ④交付通知書が自宅に届く **約1カ月半後**
  - ⑤交付通知書を持って、市民課窓口で受け取る
- ※自宅でマイナンバーカードを受け取りたい場合、簡易書留などで郵送します。

市職員がマイナンバーカードの申請をお手伝いします。申請者本人が必要書類をお持ちになり、市市民課（市役所1階1番窓口）で申請してください。  
※15歳未満の人と成年被後見人の人は法定代理人の同行が必要です。

## 必要書類

- ◎本人確認書類（Aから1点またはBから2点）  
**A**：運転免許証、旅券（パスポート）、障害者手帳 など  
**B**：健康保険証、資格確認書、各種医療受給者証、年金手帳、介護保険被保険者証 など

**問合せ** 市市民課市民係（☎22-2111 内線1006）

**医療機関を受診するときはマイナンバーカードが便利**  
医療機関の窓口でマイナンバーカードを保険証として利用すると、「限度額適用認定証」や「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が不要です。医療費の自己負担額が限度額までの支払いとなり、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代の負担が軽減されます。  
**■マイナンバーカードを持っていない場合**  
入院するときなどに「限度額適用認定証」の申請が必要です。更新が必要な場合は、8月中に必ず手続きをお願いいたします。本人確認書類（運転免許証など顔写真付きのもの）をお持ちください。  
※保険税の滞納がある人は、認定証の発行や、医療機関などで認定区分の確認ができない場合があります。  
**問合せ** 市市民課国保年金係

**年金生活者支援給付金**  
年金生活者支援給付金は、年金を含めても所得が低い人の生活を支援するために、年金生活者支援給付金は、年金生活者支援給付金請求書を送られます。すでに給付金を受給している人は、2年目以降の手続きは不要です。  
**問合せ** 給付金専用ダイヤル（☎0570・05・

**Dカフェ青い鳥 9月の案内**  
認知症カフェ「Dカフェ青い鳥」は、認知症の人やその家族、地域住民、認知症に関心のある人など誰でも気軽に集い、交流や情報共有ができる憩いの場です。お茶やコーヒーを用意しています。気軽にご参加ください。  
**期日** 9月10日（水）  
**時間** 午前11時～午後2時  
**場所** 二条橋いこいの家（上青井町181番地）

**後期高齢者医療保険の負担軽減措置を終了します**  
令和4年10月1日から後期高齢者医療保険の病院などの窓口負担割合が見直され、一定以上所得がある人は1割負担から2割負担になりました。それに伴い、負担増加額を1カ月3千円までに抑える配慮措置期間を設けていたが、9月30日（火）で終了しました。  
詳しくはお問い合わせください。  
**問合せ** 県後期高齢者医療広域連合給付課（☎096・288・6050）

**「おでかけ九ちゃん」へ遊びに来ませんか？**  
九ちゃんクラブ「ふれあい広場」を出張開催します。  
**期日** 8月25日（月）  
**時間** 午前10時30分～正午  
**場所** 永野公民館  
**テーマ** 夏を楽しもう！  
**対象** おおむね3歳未満の乳幼児とその保護者  
**定員** 8組程度（先着順）  
**申込期限** 8月22日（金）  
**申込・問合せ** ほっとステーション九ちゃんクラブ（☎32・9566）

**参加費** 1人100円  
**すずめの学校**  
Dカフェ青い鳥では認知症予防ゲームなどで交流する「すずめの学校」を開いています。脳が刺激される笑いあり、癒しありのゲームを通して認知症の人やその家族同士の交流が自然に深まり、頭・心・体が元気になります。気軽にご参加ください。  
**期日** 9月24日（水）  
**時間** 午前10時～正午  
**場所** 二条橋いこいの家  
**参加費** 1人100円  
**問合せ** Dカフェ青い鳥（☎22・3493）

金に乗せして支給するものです。年金と同様に2カ月ごとに支給されます。  
**対象者** 老齢基礎年金を受給している人（次の要件を全て満たしている必要があります）  
・65歳以上である  
・世帯員全員が市町村民税非課税となっている  
・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が88万9300円以下（昭和31年4月2日以降に生まれた人）か88万7700円以下（昭和31年4月1日以前に生まれた人）である  
**■障害基礎・遺族基礎年金を受給している人**  
次の要件を全て満たしている必要があります。  
・障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している  
・前年の所得額が約472万1千円以下である  
新たに給付金の支給対象となる人には日本年金機構から年金生活者支援給付金請求書を送られます。すでに給付金を受給している人は、2年目以降の手続きは不要です。  
**問合せ** 給付金専用ダイヤル（☎0570・05・

4092）、八代年金事務所（☎0965・35・6123 ※自動音声受付①↓②）、市市民課国保年金係  
**列車&バスに1日乗り放題 人吉球磨どこでもキップ**  
くま川鉄道と人吉球磨のバス路線（指定路線）が1日乗り放題になる「人吉・球磨どこでもキップ」を販売中です。お買い物や通院など使い方は自由！交通費が気になつてなかなか行けない場所にもお出かけできるチャンスです。この機会に公共交通機関を利用して、新たな発見や出会いを楽しんでみませんか？  
**金額** 大人・2千円  
子ども・千円  
**販売場所** くま川鉄道人吉温泉駅、あさぎり駅、産交バス人吉営業所、人吉周遊バス車内  
**問合せ** 産交バス人吉営業所（☎22・5205）、くま川鉄道株式会社（☎23・5011）  
  
▲詳しくはこちら

地域サロンなどで生かせる、元気を生み出す知恵と技

# 「介護予防サポーター養成講座」の受講者を募集します！

市では、地域の元気を生み出す介護予防サポーターを養成しています。介護予防のための知識と健康体操を学び、講座終了後は先輩サポーターと一緒に、町内のサロンや老人会、デイサロンなどで介護予防の健康体操を広めていきます。

町内でサロンの立ち上げを検討している人やボランティアをしている人など、自分が元気であるために、地域の住民が元気になるように、元気を生み出す"知恵と技"を学んでみませんか？

**日程** 9月10日(水)～11月12日(水)の毎週水曜、全9回(10月1日を除く)

**時間** 午前9時30分～11時30分(2時間)  
※11月5日・12日は午前10時～正午  
**場所** 市保健センター2階多目的室  
**対象者** やる気がある人なら誰でも申し込みます。  
**内容** 介護予防についての学び(膝痛・腰痛予防、認知症予防、サポート方法など)、健康体操や脳トレ、サロンで使えるレクリエーション  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 500円(テキスト代)  
**申込方法** 市高齢者支援課(市役所1階6番窓口)で直接申し込むか、電話で申し込んでください。  
**申込期限** 8月22日(金)

**問合せ** 市高齢者支援課元気・長生き係(☎22-2111 内線1212)

## 講座

本気で体を絞りたい人の  
ダイエット教室



▲詳しくはこちら

本気でダイエットに挑戦したい人、健康的に減量したい人向けの教室です。目標達成できるようにサポートします。

## 人吉市歳末たすけあい 演芸会に出演しませんか

人吉市歳末たすけあい演芸会の出演者を募集しています。詳しくはお問合せください。  
**期日** 12月7日(日)  
**時間** ①午前の部 午前10時  
②午後の部 午後2時  
**場所** カルチャーパレス  
**部門** 舞踊・民謡・演奏・郷土芸能・コーラス・ダンスなど  
**申込期限** 8月29日(金)  
詳しくはホームページをご覧ください。  
**申込・問合せ** 市社会福祉協議会(☎24・9192)

## 介護業務の知識と 技術を学ぶ講習会

運動が苦手な人も安心して参加ください。  
**期日** 10月4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)  
**時間** 午前10～11時  
**場所** 人吉スポーツパレス第二武道場  
**定員** 15人  
**参加費** 2千円(4回分)  
**申込方法** 人吉スポーツパレス窓口か電話で申し込んでください。  
**申込期限** 9月26日(金)  
**申込・問合せ** NPO法人人吉市体育協会(☎22・1688)

## 就活や仕事に使える パソコン講座



▲詳しくはこちら

就職活動や仕事で必要となるパソコンの基本的なスキルを学びます。初心者でも安心して参加できる内容です。  
**期日** 8月20日(水)  
**時間** 午後1時30分～3時  
**場所** 県球磨地域振興局  
**対象** 15～49歳の求職者  
**参加費** 無料  
**申込・問合せ** 若者サポートステーションやつしろ(☎0965・37・8739)



▲詳しくはこちら

## うおむはあと 9月の案内

さざなみ☆うおむはあとは、子育て中の親子が気軽に集って交流する場です。

**時間** 午前10時～  
**場所** さざなみ保育園  
**3日(水)** 年齢別活動(0歳児)  
**10日(水)** 年齢別活動(1・2歳児)  
**17日(水)** ふれあいサロン  
**12日(金)** 給食体験(午前10時30分～)  
**24日(水)** 子育て講座「ボディメイク ヨガ」、講師：福永円香さん、場所：西瀬コミセン  
※サークル活動、自由利用、保育相談はいつでも受け付けています。  
**開所時間** 平日午前9時～午後5時  
**利用料** 無料(材料代などを除く)  
**申込・問合せ** さざなみ☆うおむはあと(☎22・7177)、さざなみ保育園(☎22・5519)

## 募集

### 県内に就職する人の奨学金返還などを支援します

県では、若者の県内就職と定着、県内企業などの人材確保のため、県と県内企業などが協力し、県内に就職する若者の奨学金返還や引越越し代などを支援する「ふるさとくまもと創造人材奨学金返還等サポート制度」を実施しています。

現在、令和8・9年度の就職予定者を対象に、同制度の利用を希望する人を募集しています。制度の利用には登録が必要です。詳しくはホームページをご覧ください。

**問合せ** 県商工政策課政策班(☎096・333・2313)



▲詳しくはこちら

### 人吉球磨広域行政組合 職員採用試験

採用予定人数  
第2種電気工事士…1人程度  
(年度中途採用)

一般事務職…1人程度(年度中途採用)  
一般事務職…2人程度(令和8年度採用)

**1次試験** 10月4日(土)  
**2次試験** 11月初旬  
**申込期限** 9月5日(金)(土・日曜、祝日を除く)

**申込方法** 申込用紙に必要事項を記入し、お持ちになるか郵送してください。申込用紙は郵送請求やホームページからダウンロードすることもできます。詳しくはホームページをご覧ください。

**申込・問合せ** 人吉球磨広域行政組合総務課(☎23・3080)



▲詳しくはこちら



令和7年度(9月期)

# 人吉市職員採用試験

## 一般事務・土木・建築・公務員経験者

※一般事務・一般事務(障がい者対象)・土木・建築：高卒程度  
公務員経験者採用(土木・建築)：社会人対象、学歴不問

試験内容など詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

一次  
試験日

9/21日

申込期限

8/21(木)

人吉市 職員採用試験

検索

**問合せ** 市総務課職員係(☎22-2111 内線3212)

**介護のミニ講座と  
介護の相談**

介護についての相談会や介護に役立つミニ講座を開催します。気軽に参加ください。

**内容** 認知症講座と脳トレ

**期日** 9月3日(水)

**時間** 午後1時～3時

**場所** カルチャーパレス2階会議室

**対象** 家族の介護をしている人、介護に興味がある人

**申込期限** 8月29日(金)

**申込・問合せ** 市地域包括支援センター(☎24・9193)

**催し**

**夏休みの思い出に  
SL人吉 子ども教室**

**内容** SL人吉の見学、機関庫(石倉)・転車台の見学、クイズなど

**期日** 8月17日(日)

**時間** 午前9時～11時

**集合場所** 人吉駅待合室

**対象** 小学5・6年生

**定員** 20人(先着順)

**参加料** 無料

持ってくる物 飲み物、ボールペン

**事業継承相談会**

後継者問題に悩む事業者へのアドバイスや支援を行う相談会です。熊本県事業継承・引継ぎ支援センターの実務に精通した専門家が秘密厳守で相談に応じます。後継者が決まっている事業者も相談できます。

※完全予約制です。電話で申し込んでください。

**期日** 8月7日(木)

**時間** ①午前10時30分～正午  
②午後1時～2時30分  
③午後2時30分～4時

**場所** 市役所2階相談室

**申込・問合せ** 市商工観光課 商工係

**ワンストップ就労相談窓口・  
ジョブカフェ(相談無料)**

ジョブカフェ・球磨プラランチでは、人吉球磨地域の人材確保やマッチングのため事業所・求職中の皆さんを支援しています。応募書類作成方法や就労のことなど、どんなことでも気軽に相談ください。

※予約が必要です。

**対象者** 求職・転職希望者や

※動きやすい服装で来てください。こまめな水分補給など、熱中症対策にご協力をお願いします。

**申込方法** 人吉商工会議所のホームページで申込用紙をダウンロードし、メールまたはファクスで申し込んでください。電話での申し込みはできません。

**問合せ** 人吉鉄道観光案内会(人吉商工会議所内 ☎22・3101)



人吉商工会議所ホームページ



**もぞぞお話し会  
MONZACA森のお話し会  
(参加無料)**

**期日** 9月6日(土)

**時間** 午前11時20分～

**場所** 人吉鉄道ミュージアム MOZOCAステーション 868 2階

**問合せ** 森のお話し会事務局(☎080・6437・2071)

その家族、学校の先生、採用活動中の事業所など。年齢制限なし。

**日時** 平日(祝日を除く)午前10時～午後5時

**場所** 県球磨地域振興局3階出張相談会

**期日** 8月15日(金)

**時間** 午後1時15分～3時

**場所** ハローワーク球磨会議室(下薩摩瀬町)

**申込・問合せ** ジョブカフェ・球磨プラランチ(☎22・0555)



**親族後見相談会  
(要予約)**

家庭裁判所への提出書類の作成方法など、後見業務についての悩みや不安を解消するための相談会を開催します。

**対象者** 親族後見人、親族後見申し立てを検討中の人

**期日** 8月21日(木)

**時間** 午後1時30分～4時

**場所** 市総合福祉センター

**申込・問合せ** 人吉球磨成年後見センター(☎24・8800)

**相談**

**全国一斉「子どもの人権110番」強化週間**

法務局では、いじめや児童虐待など子どもをめぐる人権問題を解決するため、「子どもの人権110番」を開設しています。その取り組みの強化週間として、平日の受付時間を延長し、土・日曜の相談にも応じます。

**期日** 8月27日(水)～9月2日(火)

**時間** 午前8時30分～午後7時

※土・日曜は、午前10時～午後5時

**相談電話番号** ☎0120・007・110

※相談内容の秘密は必ず守られます。

**問合せ** 熊本地方法務局人吉支局(☎22・3393)

**特設人権相談所**

人吉人権擁護委員協議会(熊本地方法務局人吉支局)では、特設人権相談所を開設します。

**おしごと出張相談会  
in人吉球磨(要予約)**

若者サポートステーションやつしろでは、求職中の皆さんの心配事や不安に寄り添い、「働きたい」という気持ちを応援するため、出張相談会を開催します。相談は無料です。詳しくはホームページをご覧ください。

**対象者** 15～49歳の求職者とその家族

**期日** 8月5日(火)・19日(火)

**時間** 午後1時30分～4時30分

※要予約

**場所** ハローワーク球磨会議室(下薩摩瀬町)

**申込・問合せ** 若者サポートステーションやつしろ(☎0965・37・8739)



**起業に必要なスキルを身に付けよう**

起業に必要な実践的なスキルを身に付けることができる実践型起業体験プログラム「スタートアップweekend人吉球磨」が開催されます。

**体験会**

**ウンスンかるた体験会**

江戸幕府が禁止した後も人吉球磨地域のみ遊び継がれた「ウンスンかるた」。人々をとりこにしたその魅力を、ぜひご体感ください!

**期日** 8月20日(水)

**時間** 午後1時～

**場所** 人吉城歴史館研修室

**参加料** 無料

※館内を観覧する場合は入館料1人当たり330円(高校生以下は無料)

**申込方法** 市文化課文化財係に電話で申し込んでください。

**申込期限** 8月19日(火)

**申込・問合せ** 市文化課文化財係(☎22-2324)

相談は無料で、秘密は固く守られます。家庭内のもめごと、近隣とのトラブル、女性や子どもに対する虐待・差別などの人権問題について相談に応じます。

**期日** 9月4日(木)

**時間** 午前10時～午後3時

**場所** 市役所2階201会議室

**相談員** 人権擁護委員

**問合せ** 熊本地方法務局人吉支局(☎22・3393)

**事業継承のポイントを学ぶセミナー**

これまでに築き上げた事業の価値を次世代に引きぐため

す。起業に興味がある人、アイデアを形にしたい人、仲間を集めたい人などは、ぜひご参加ください。

**期日** ①8月29日(金)  
②8月30日(土)  
③8月31日(日)

**時間** ①午後6時～9時45分  
②午前9時～午後9時  
③午前9時～午後7時

**場所** くまりば

申込方法など詳しくはホームページをご覧ください

**問合せ** スタートアップweekend人吉球磨(☎096・342・3288)



**熊本県警察  
人吉警察署ホームページ**

ミニ広報紙などを掲載しています。防犯・交通安全などにご活用ください。



**問合せ** 人吉警察署地域課(☎24-4110)

**被災者生活再建支援金(加算支援金)の申請期限を延長します**

令和2年7月豪雨で住居が全壊などの被害を受け基礎支援金を申請した世帯や、住居が中規模半壊の被害を受けた世帯が、住まいを再建する場合に支給される被災者生活再建支援金(加算支援金)の申請期限を延長します。

加算支援金の支給額は、住宅の再建方法、世帯員数に応じて18.75万～200万円です。

**変更前** 令和7年8月3日(日)

**変更後** 令和8年8月3日(月)

申請には、住宅を建設・購入、補修または賃借するときの契約書の写しが必要です。

※契約内容で追加書類が必要な場合があります。

**問合せ** 市福祉課被災者支援係(☎22-2111 内線1251)

## 市民の健康づくりパートナーを募集！

市では、市と共に市民の健康づくりのお手伝いをしてもらう「人吉市笑顔と健康のまちづくり協定」の協力団体・企業などを募集します。まちのため、仲間や自分のために健康づくりを進めませんか？

**事業内容** 団体・企業などと市で協定を結び、一体となって市民の健康づくりを進めます。

### ○団体・企業が取り組むこと

- ①団体・企業内での健康診査（特定健診、がん検診など）受診の推奨
- ②従業員やその家族への健康づくり情報の提供
- ③健康づくり講座の開催（年1回以上）
- ④窓口へのポスター掲示など啓発活動の協力

### ○市が取り組むこと

- ①健康づくり講座などへの講師派遣（保健師・管理栄養士など）

- ②健康づくりについての情報提供
- ③協力団体・企業を広報ひとよしと市ホームページで紹介

**そのほか** 市長と協力団体・企業代表者の皆さんで、市民の健康づくりの意見交換会など

### 対象団体

- ①市内に住所がある団体、企業など
- ②構成員の過半数が市内在住者の団体、企業など
- ③市内の町内会
- ④そのほか本協定の趣旨実現に沿う取り組みを行う団体・企業など

### 応募方法

市保健センターにある申込書を提出してください。詳しくは市ホームページをご覧ください。▲市ホームページ



問合せ 保健総務係

## 9月の休日在宅医・当番薬局

受付時間：午前9時～午後5時

日	医療機関名	電話番号	薬局名	電話番号
7 (日)	万江病院	22-2357	さくら調剤薬局瓦屋店	22-1677
	公立多良木病院小児科	42-2560	ファーコス薬局多良木いちご	42-6888
			山口薬局	42-2123
14 (日)	三浦整形外科医院	22-3401	エスエス堂きりん本町薬局	45-6330
	やまむら小児科・内科	45-0005		
15 (月)	光永医院	22-2366	エスエス堂瓦屋店	22-6550
	人吉医療センター小児科	22-2191	さくら調剤薬局九日町店	22-2162
21 (日)	みなみ眼科	22-6820	五日町薬局	23-6228
	増田クリニック小児科	22-3570		
23 (火)	みのだ内科循環器科	28-3111	さくら調剤薬局西間店	22-8850
	たかはし小児科内科医院	24-2222	たんぼぼ薬局	23-6170
28 (日)	あいだ診療所	25-1651	エスエス堂きりん本町薬局	45-6330
	やまむら小児科・内科	45-0005		
<b>救急病院</b>				
	外山胃腸病院	22-3221	球磨病院	22-3121
			愛生記念病院	22-6878

※受診前に病院に連絡してください。  
 ※変更になることがあります。病院に連絡がつかない場合は、市ホームページをご覧ください。電話で市役所(☎22-2111)にご確認ください。日曜・祝日も対応します。

**熊本県救急安心センター** (24時間 365日受付)  
 ☎# 7119 (15歳以上)  
**熊本県子ども医療電話相談** (平日：午後7時～翌朝8時、土曜は午後3時～、日曜・祝日は午前8時～)  
 ☎# 8000 (15歳未満)

## 健診で「脂肪肝」と言われたことはありませんか？

内臓脂肪の蓄積で生じるメタボリックシンドローム（メタボ）の人が増えています。このメタボの中で見逃せないのが「脂肪肝」です。

「脂肪肝」とは肝臓に脂肪が異常にたまり過ぎた状態です。以前はアルコール摂取による脂肪肝がほとんどでしたが、近年は、運動不足や暴飲暴食、肥満で引き起こされる脂肪肝が増えています。

脂肪肝をそのまま放置すると、肝炎や肝硬変へ進行する可能性があり、最悪の場合、肝臓がんや肝不全になり、命にかかわることもあります。症状がなくても脂肪肝を放置しないようにしましょう。

**脂肪肝の原因になる食べ物は「脂肪」よりも「糖質」**  
 脂肪肝の原因は、脂肪よりも「糖質のとり過ぎ」な場合が多いです。

**糖質を多く含む食品**

穀類（ご飯、パン、麺など）、芋類、果物、砂糖など

**特に注意！** アイスやゼリー、ジュース類は、穀類や芋類、果物よりも素早く腸で吸収され、脂肪として肝臓に蓄積されます。

普段何気なく飲んでいるジュースをお茶や水に変える、食事で腹八分を心掛ける、食後に体を動かすなど、生活の中でできることから始めましょう！

問合せ 健康増進係

## 風しん抗体検査が無料で受けられます

県では、無料の風しん抗体検査を行います。妊娠中の前半（20週ごろまで）に妊婦が風しんに感染すると、胎児が風しんウイルスに感染し、目や耳、心臓などに障がいがある「先天性風しん症候群」の赤ちゃんが生まれる可能性があります。そのため、特に妊娠・出産を考えている女性は風しんの予防が大切です。



▲県ホームページ

**対象**  
 ①妊娠を希望する女性とその配偶者などの同居者  
 ②風しんの抗体価が低い(HI抗体検査で16倍以下)妊婦の配偶者などの同居者  
 ※①②に当てはまる人でも、過去に風しんの抗体検査を受けた結果、十分な量の風しんの抗体があることが判明し、風しんワクチンを接種する必要がないと認められた人は除きます。

**検査期限** 令和8年3月31日(火)

問合せ 人吉保健所 (☎22-3107)

## 風しん予防接種の費用を助成します

市では、先天性風しん症候群を予防するため、県が行う風しん抗体検査で予防接種が必要と判断された人に対して、予防接種費用の一部を助成します。

**対象**  
 ①県が実施する風しん抗体検査を受け、予防接種が必要と判断された人



▲市ホームページ

②過去に受けた風しん抗体検査でHI抗体価が16倍以下だった人で、妊娠を希望する人  
**接種期限** 令和8年3月31日(火)

**助成の方法**  
 医療機関窓口で接種料を支払い、その後市保健センターに請求してください。請求するときの必要書類など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ 保健総務係

問合せ 市保健センター (☎24-8420、☎24-8010)

# 脳パズル

Q.26

思考迷路

「喜→怒→哀→楽」の順番に、タテ・ヨコに進み、全てのマスを通ります。ナナメに進んだり、同じ道を通ったり戻ったりはできません。

どこまで進んだか？  
どのように進んできたか？  
これからどう進むのか？  
先を読みながら一歩ずつ  
頑張っていきましょう。

喜	怒	哀	怒	哀
怒	喜	楽	喜	楽
哀	楽		楽	喜
楽	喜	怒	哀	怒
哀	怒	喜	楽	哀

答えは25分！



川畑智さん。熊本県を拠点に、病院・施設で認知症予防や認知症ケアの実践に取り組むとともに、全国各地での講演活動にも力を注ぎ、介護予防の普及啓発活動や研究活動を行っている

## 子育て通信

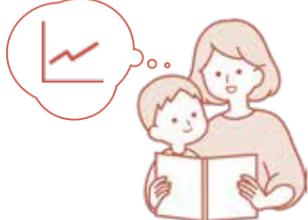
問 市保健センター (☎24-8010)

### 市で子どもの肥満が増えています

市では子どもの肥満が増えているの？

平成28年と令和4年を比較すると男子(小学5年生)では約2倍に増えています

周りの子と比べるのではなく、学校健診の結果に記載してある肥満度や成長発育曲線(身長・体重の増え方)を見て、お子さんの体格を確認しましょう。



育ち盛りだし、少し体が大きくても問題ないよね？

子どもの肥満は、太りやすい体を作る原因になります

子どものときに肥満になると、脂肪細胞の数が増えます。脂肪を蓄える場所が増え、大人になってからも太りやすくなります。

子どものうちに2型糖尿病などの生活習慣病になる場合があります。学校健診で肥満と指摘されたら早めに病院や養護教諭、市保健センターにご相談ください。

子どものために今からできることはあるの？

食べ物、飲み物の内容や量は保護者が決めましょう

特にお菓子やジュースなどは脂肪細胞を増やす原因になるため、食べる量や頻度を親子で考えてみましょう。

#### 1日に取りの砂糖の量(目安)

3~5歳	~10g
6~8歳	~15g
大人	~20g

サイダー1本(500ml) 約55g  
クリームパン1個 約30g



## ひとよしのお仕事



人吉市にはたくさんの事業所があり、生き生きと働く人たちが町を活気づけています。このコーナーでは、市内で働く若者を紹介します。掲載希望事業所を募集しています。ぜひお問い合わせください。

自転車やバイクの販売・整備を担当しています。中学生の頃からスポーツバイクが好きで、自転車の購入や整備でお世話になったこの会社に入社し2年目になりました。アットホームで、なんでも言い合える職場です。お客さまには笑顔で対応し、分かりやすい言葉で説明することを心掛けています。整備した車両が動くようになったときや「調子いいよ」とお客さまが喜んでくれたときが一番のやりがいです。

自転車整備士の資格取得を目指し、試験に向けて勉強を頑張ります。インスタグラムで情報発信もしています。ぜひフォローしてください！



### 株式会社球磨サイクルセンター



所在地：上林町1413番地1  
創業：昭和21年5月  
社長：松岡 靖之  
社員数：3人  
事業内容：自転車、バイク、福祉車両(シニアカーなど)の販売・整備  
☎24-1819



にしみつる 西充(22) 球磨郡山江村

人吉市地域おこし協力隊の活動の様子をお届けします。

## 人よしライフ

~地域おこし協力隊通信~

人吉の魅力を世界へ

陳丹丹 株式会社アイアイアイ

市移住定住サイト



先日、私は中国から来た企業家の視察団を率いて、熊本や福岡、大分などを訪問し、人吉にも足を運びました。皆さんに人吉の魅力をしっかりと伝えたいと思い説明しました。

青井阿蘇神社を参拝した皆さんは、国宝でもある古い神社に深く感動。その厳かで神聖な雰囲気を肌で感じていました。人吉の歴史や文化についても紹介。この土地の風土や人々の暮らしもお話ししました。また、隈研吾さんが設計した青井の杜国宝記念館のかやぶき屋根のデザインにも感心していました。その夜、企業家たちは人吉に宿泊。人吉の焼酎やアユなどの郷土料理を楽しまれました。

これからも人吉の魅力を多くの人に伝え、人吉と海外の交流や将来的な連携のきっかけづくりに貢献していきたいです。



中国の企業家の皆さんに青井阿蘇神社を案内しました



昔の人が使っていた道具を紹介しながら、風土や人々の暮らしなどについて説明しました

ちん たんたん

令和6年7月着任

地方創生事業業務を担当



# 脳パズル

A.26

問題は23字にあります。

→

喜	怒	哀	怒	哀
怒	喜	楽	喜	楽
哀	楽		楽	喜
楽	喜	怒	哀	怒
哀	怒	喜	楽	哀

←

今回は、推理力アップが期待できる問題を出題しました。少し先の未来を予測することが苦手になると「考える」ことが面倒になり、低活動になります。



## 市長日記

Vol.108



各地で夏祭りが開催されていますが、地域の皆さまが伝統を大切に、開催にご尽力されていることに敬意を表します。7月20日に大工町の聖徳太子夏祭りにお伺いしました。祭りの後、地元町内と新たに大工団地・九日団地に移り住まれた皆さまとの交流会が開催され、これまでにないにぎわいを見ることができました。交流会では、町内の方から「大雨時、団地に避難できるのか？」とのお尋ねに団地がその役割を担うことを伝

えるとご安心いただき、さらに団地の方からは「引越してきて、買い物が便利になった」など喜びの声を頂きました。この団地建設につきましては、さまざまにご意見があり、地元の方にもお騒がせをし、住まいの確保が必要な方には、大変お待たせをしました。今回、地元町内と団地の皆さまが交流を深める姿は、本当にうれしかったです。これからこの地で心豊かに過ごされることを心から願います。

蔵書検索と予約はこちら



# ようこそ としょかんへ!

welcome to the library

問 市図書館 ☎24-3518

場所：カルチャーパレス2階

開館時間：午前9時～午後5時

休館日：月曜（祝日の場合はその翌日）

8月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					8/1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	9/1	2	3	4	5	6

休館日 開館時間延長（～8月27日（水））

夏休みは開館時間を午後6時まで延長します。

学習室も開放しています。

※土・日曜、祝日、休館日は除く。

## 新刊案内

### 80年越しの帰還兵

浜田 哲二・浜田 律子 著

沖縄県糸満市の白い原野に散らばる無数の人骨。その骨片の一つ一つが、かけがえのない人生を宿している。戦地に埋もれていた骨片を家族のもとに帰すため、あらゆる手段を尽くす夫婦がつづる実話。



### こども戦争と平和

こはら 雅博 監修/著・パウンド 著

今、世界で起こっているさまざまな紛争がなぜ起こっているのかを写真や図表とともに説明。日本が関係した戦争の歴史も振り返り、「なぜ戦争を起したのか」、「どのような結末を迎えたのか」を解説。



災害への防災意識や命を守る方法のお話を紹介します。

問 市防災課防災係（☎22-2111 内線3241）

備えて安心! No.2 やさしい 防災講座

### 夏に起こる災害では熱中症対策の備えを

8月に入り、台風やゲリラ豪雨が増える時季を迎えました。風雨による停電や断水が起こることもあり、夏ならではの備えが必要です。特に注意したいのが、熱中症。災害時には、停電でエアコンが使えなくなったり、避難先での疲れや栄養不足などにより体調を崩しやすくなったりと、熱中症のリスクが高まります。そこで、真夏の災害に備える方法をご紹介します。

非常持ち出し袋には、普段の備えに加えて「季節袋」を用意するのがおすすめです。暑さ対策、寒さ対策など季節が限定される備えは、袋ごとにとまどめておき、避難するときの状況に合わせて入

れ替えます。夏用の袋には、帽子、着替え、タオル、冷却シート、スポーツ飲料水、塩飴やタブレット、うちわなどを入れておくと安心です。飲み水はいつもより多めに用意しておきましょう。停電でクーラーが使えないときは、ぬれたタオルを体に当て、うちわなどでおおぐと体温を下げるのに効果的です。車中泊をする場合は、日陰や風通しの良い場所に駐車し、窓を開けてサンシェードなどを活用しましょう。また、一酸化炭素中毒のリスクがあるため、長時間エンジンをかけたままの駐車は避けてください。

災害は、ある日突然やってきます。日頃から少しずつ、できることを備えて、安心できる夏を過ごしましょう。



## Let's しゃ お手話ベリ

Vol.4

モデル：永田善一さん

日常会話の中でよく使う手話を紹介します。今月は日常生活の中でよく経験する感情の「好き」と「嫌い」を、Let'sお手話ベリ！手の動きだけでなく表情も付けてみましょう。

※この連載では右利きの表現を紹介しています。左利きの人は、やりやすいように左右の手を入れ替えても構いません。

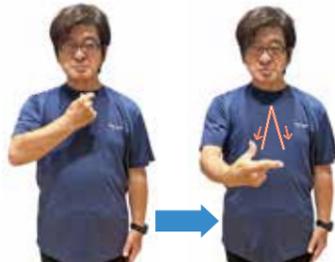
### 好き

右手の親指と人さし指を開いてあごの下に置き、指を閉じながら下に下げる。食べ物を指さした後、この手話をすると好きな食べ物を表せる



### 嫌い

右手の親指と人さし指を輪にしてあごの下に置き、指を開きながら下に下げる。首をかしげながらすることで「嫌い？」と尋ねることができる



監修：熊本県手話サークルわかぎ人吉・球磨グループ

問 市福祉課障がい者支援係（☎22-2111 内線1244）

# 行事カレンダー

※CP：カルチャーパレス、SP：スポーツパレス 月曜が収集日の地区のみ収集します。  
※変更になることがあります。

8月		10 (日)	21 (木)
1 (金)	・広報配布 ・水の週間(～7日木) ・戦争体験と平和への想いパネル展(市役所、～29日金)	11 (月) 山の日	親族後見相談会(市総合福祉センター、13:30～)
		12 (火)	
		13 (水)	
2 (土)	・西校区ウオーキングデー(東西コミセン、7:30～) ・水源祭(茂ヶ野水源地、9:00～) ・MOZOCA森のお話し会(MOZOCAステーション、11:20～) ・ゆうれい祭り(永国寺、18:00～)	14 (木)	
		15 (金)	・終戦の日・黙とう(12:00) ・ワンストップ就労相談窓口・ジョブカフェ(ハローワーク球磨、13:15～) ・人吉花火大会(人吉城跡ふるさと歴史の広場、19:30～)
		24 (日)	「誰でも」「どこでも」できるフライパンピザ焼き体験(ひまわり亭、10:00～)
3 (日)	こども料理教室(東西コミセン、10:00～)	16 (土)	・市内中学校始業式 ・教育委員会定例会(市役所、9:30～)
4 (月)		28 (木)	市内小学校始業式
5 (火)	・介護のミニ講座と介護の相談(CP、13:00～) ・おしごと出張相談会in人吉球磨(ハローワーク球磨、13:30～)	17 (日)	
		18 (月)	スタートアップweekend人吉球磨(～31日(日)、くまりば)
6 (水)	原爆の日・黙とう(8:15)	19 (火)	おしごと出張相談会in人吉球磨(ハローワーク球磨、13:30～)
7 (木)	事業継承相談会(市役所、10:30～、13:00～、14:30～)	<b>9月</b>	
8 (金)		1 (月)	・広報配布 ・9月定例市議会開会
9 (土)	・原爆の日・黙とう(11:02) ・東校区ウオーキングデー(人吉東小、7:30～)	2 (火)	
		3 (水)	

## 編集後記

皆さん初めまして！そしてお久しぶりです！  
4年5カ月ぶりに広報担当として帰ってきました。覚えていらっしゃる方がいると嬉しいです😊  
久しぶりの広報紙作りで不安は多々ありますが、皆さんの笑顔をお届けできるよう頑張ります!!取材でお会いしたときはすてきな笑顔の写真を撮らせてくださいね📷 どうぞよろしくお祈りします。(渡邊)

## 今月の表紙



今年の夏も営業を開始した市民プール。連日、多くの方が涼を求めてにぎわっています。夏休みの思い出作りに、ぜひお越しください。詳しくは、7ページをご覧ください。



## 広報ひとよしへのご意見をお待ちしています

広報紙の感想や「こんな情報が知りたい」「この人を取材してほしい」など、お気軽にお送りください。今後の紙面づくりの参考にさせていただきます。  
※取材は希望に沿えない場合があります。



こちらからどうぞ

市政に対する意見や要望などを受け付けています。

- ・各窓口
- ・ひらめき箱：市役所1階市民コーナー内
- ・電子メール：info@hitoyoshi.kumamoto.jp



## 9月の各種相談ガイド

相談内容	期日	時間	場所	予約・問合せ
無料法律相談(予約制)	2日(火) 16日(火)	午前10時～ 午後3時	市消費生活センター	市消費生活センター (☎22-2111 内線1060)
暮らし安心法律相談(予約制)	4日(木)	午後1時30分～ 4時	市総合福祉センター相談室	人吉球磨成年後見センター (☎24-8800)
暮らしのなんでも相談(行政相談)	24日(水)	午前10時～正午	大畑コミセン	市消費生活センター (☎22-2111 内線1060)
心配ごと・無料法律相談会(予約優先)	25日(木)	午後1～3時	相良村ふれあいセンター(相良村役場横)	相良村保健福祉課 (☎35-1032)
こころの健康相談(予約制)	①11日(木) ②26日(金)	午後2～3時	①人吉保健所 ②多良木町多目的研修センター	人吉保健所保健予防課 (☎22-3107)
八代年金事務所年金出張相談(予約制)	毎週月曜(15日を除く)	午前9時～ 午後4時30分	市役所1階相談室	予約先：八代年金事務所 (☎0965-35-6123) ※自動音声受付(①→②)
令和2年7月豪雨被災者のための災害復興住宅融資相談会(完全予約制)	平日(祝日・年末年始を除く)	午前10時30分～ 午後3時30分	市福祉課被災者支援係	住宅金融支援機構熊本センター (☎096-241-6180)

■ 予定や場所は変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

## ひとよしの情報発信

### ホームページ



市公式



移住定住サイト「人よしライフ」



人吉市防災ポータル

### 市公式 SNS (会員制交流サイト)



LINE @hitoyoshi\_city



フェイスブック Facebook 市民向けの情報



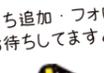
フェイスブック Facebook 市の魅力発信



エックス X (旧 Twitter) @hitoyoshishi



フェイスブック Facebook 市の魅力発信



友だち追加・フォローお待ちしています🎵

Instagram @hitoyoshi\_city

母子手帳アプリ

すくすく by 母子手帳

予防接種の管理や成長記録に!

テレビ(データ放送)を利用した住民情報サービス

データポン

地デジ 3 チャンネル

RKKでリモコンのdボタンを押して「データポン」を選んで「決定」!

広報ひとよしをスマホでチェック!

マチイロ

ちいき本棚

復興のまちづくり情報を発信しています

公式note  
公式X  
公式Instagram

リンクをまとめています



### 当日の交通規制

- 大橋 午後6時30分～9時30分 全面通行止め
  - 水の手橋・大手橋 午後6時30分～9時30分 車両通行止め
- ※工事の関係で観覧場所が狭くなっています。  
※そのほか、九日町や麓町の周辺でも交通規制を行います。皆様のご理解とご協力をお願いします。

- ※来たときよりも美しく！翌朝6時から夏のクリーン人吉早朝清掃を行います。ぜひご参加ください。
- ※ごみはお持ち帰りください。
- ※危険防止のため、会場内でドローンは使用しないでください。

問合せ 人吉商工会議所 (☎22-3101)、市商工観光課観光物産係 (☎22-2111 内線2131)