



▲威勢よく「わっしょい！」



▲蒲島県知事も笑顔で一杯（宵の宴〈球磨焼酎試飲会〉）



▲楼門を背に「おくんち」の灯籠文字



▲第39代相良家当主 相良 知重氏も参列



▲はるばるポルトガルから参加（アブランテシュ御一行）

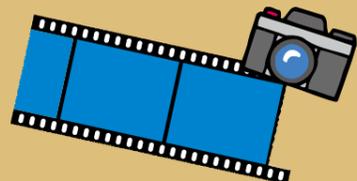


▼暑い中、頑張って歩いたよ。（稚児行列）

おくんちまつり

青井阿蘇神社が国宝に指定されてから初めてとなる「おくんちまつり」が10月3日（金）～11日（土）にかけて開催され、町中が大勢の人で賑わいました。

カメレポ



▼9年ぶりに復活！井ノ口の猛者たちによる虎踊り





=田口 景一さん(愛知県)の作品=

「助けての小さなサイン 受け止めて」

— 11月は児童虐待防止推進月間です —

児童虐待は、本市でも実際に発生しています。虐待を受けたと思われる児童がいたら迷わず通報してください。



虐待は身体への暴力をはじめ、こんな事例も児童虐待にあたります

身体的虐待	殴るけるなどの暴力や、タバコの火を押しつける、逆さづりにするなどの行為
性的虐待	性的いたづら、性的行為の強要、ポルノグラフィーの被写体などを子どもに強要するなどの行為
ネグレクト(養育の放棄)	あまり食事を与えない、下着など不衛生なままで放置する、病気なのに医師にみせない、乳幼児を家に残したまま度々外出するなどの行為
心理的虐待	無視、拒否的な態度、罵声を浴びせる、言葉による脅かし、脅迫、兄弟間での極端な差別扱いなど(子どもの目前での配偶者に対する暴力も含まれます)



虐待を防ぐには、早期発見が大切です

児童虐待を発見したら、福祉事務所や児童相談所へ通報しなければなりません。これは法律(児童虐待の防止等に関する法律)で定められており、虐待を受けたと「思われる」場合も同様です。

・・・児童虐待を発見したら、こちらまで。

◇市福祉事務所(市福祉課児童福祉係内) (☎ 22-2111 内線 1141・1143)

◇八代児童相談所 (☎ 0965-33-3111)

育児に対する不安など、相談してみませんか？

子育ての中ではさまざまな悩みが生じます。夫婦間の問題、経済的な問題、地域での親子の孤立などさまざまな要因が虐待の引き金になることがあります。子どもの虐待はどこの家庭にも起こり得ます。虐待をしている親自身が悩み、やめたいと望んでいる場合も多いのです。

「子どもがかわいく思えない」「ついたたいてしまう」「子どもの愛し方がわからない」など育児に関する不安のある方は、1人で悩まず市保健センター(☎ 24-8420)、地域子育て支援センター(☎ 22-7177)、保育園、幼稚園、学校などに相談してみてください。



平成19年度決算に基づく

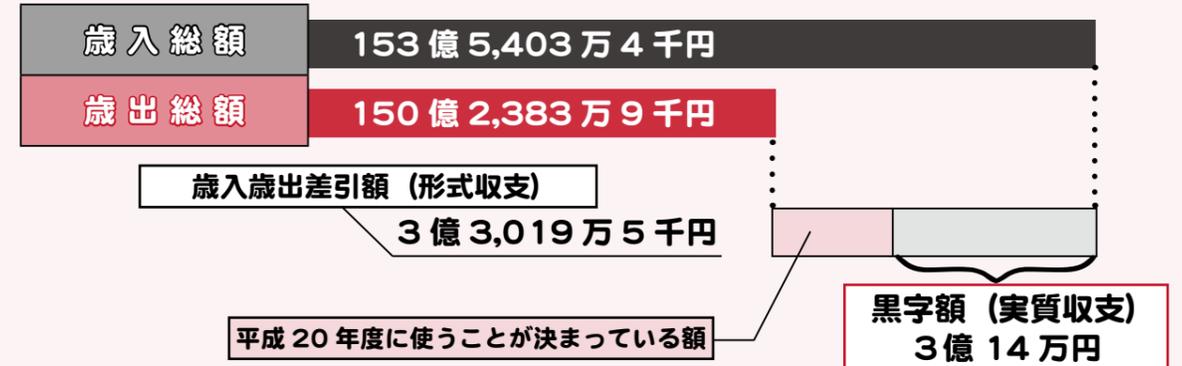
人吉市の財政状況をお知らせします



広報ひとよし10月1日号で平成19年度決算に基づく「財政健全化判断比率」をお知らせしましたが、今回はそのほかの財政状況をあらわす財政指標などについてお知らせします。

1. 歳入歳出総額

平成19年度の人吉市普通会計は3億14万円の黒字になりました。



2. 主な財政指数の状況

	人吉市		県内14市平均値 (H19年度)	県内14市中順位 (H19年度)
	H18年度	H19年度		
実質収支比率	5.2	3.5	4.4	7位
経常収支比率	102.1	102.4	95.5	Worst1 14位
財政力指数	0.49	0.49	0.46	4位
実質公債費比率	12.5	11.4	15.1	Best1 1位

実質収支比率・・・実質収支額(黒字額)が適正か否かを判断する指標で、3%~5%が適正とされています。人吉市は3.5%と適正な数値になっています。

経常収支比率・・・財政の健全性・弾力性を示す指標です。数値が高いと財政が硬直化(自由に使えるお金が少ない状態)しているといわれています。人吉市は102.4%と熊本県内14市の中で1番悪い数値になっており、財政の弾力性がなくなってきているといえます。

財政力指数・・・自治体の財政力(体力)を示す指標で、指数が高いほど財源に余裕があるとされています。税金など自力で収入できる財源が多いほど、大きい数値になります。人吉市は0.49で県内14市の平均を上回り、4番目に良い数値となっています。

実質公債費比率・・・公債費(借入金の返済金)が市の財政でどれくらいの負担になっているかを示す指標です。起債(市の借入金)に頼った財政運営をおこなってきた場合大きい数値になります。人吉市は11.4と県内で最も良い数値になっています。



人吉市は、経常収支比率は悪いのですが、他の指標は適正、または良い数値です。今後の課題は経常収支比率の改善です。人吉市の経常収支比率を人の体にたとえると、「メタボ」の状態といえます。事業の選択や事務事業の効率化を行うことで、余分なぜい肉を削ぎ落とし、筋肉質な体型にしなければなりません。また、税金などの歳入を確保することで、スタミナをつけることも必要です。

決算では、3億円あまりの黒字で、公債費(借入金の返済)も、他市に比べ少ないので、今後は基金(市の貯金)の取り崩しを抑えながら、施策を進めていくことが大切になります。

【問合せ】市財政課(☎ 22-2111 内線 2325)

※ここでの数値は、「平成19年度地方財政状況調査」「地方公共団体の財政健全化に関する法律」に基づく数値であり、人吉市の決算は市議会に審議される予定です。



来年度の保育所入所申し込み受付

11月1日からスタート!

仕事をしているなどの理由で保育ができず、保育所への入所を希望する方は、申込書に必要書類を添えて入所を希望する保育所に提出してください。

申込書は、市福祉課（市役所1階5番窓口）、または各保育所に備えてあります。求職中でも条件付きで申し込みできます。また、市外認可保育所への広域入所もできます。

● 市内認可保育所一覧 ●

添付書類 平成20年分源泉徴収票（確定申告する方は確定申告書の控え）、就労証明書（自営業や農業の方は民生委員からの証明書）や出産予定証明書など
※申請理由により添付する書類も異なりますので、詳しくは「入所申し込みのてびき」をご覧ください。

申込期限 平成21年1月15日（木）
問合せ 市福祉課児童福祉係
☎22-2111
内線1141、1142

園名	定員	所在地	電話番号
あいだ保育園	90	東間上町2789	22-4542
泉田保育園	90	北泉田町223-1	22-5846
おこぼ保育園	60	大畑町3999-2	23-0504
こぼと保育園	90	瓦屋町1776-1	24-4152
さざなみ保育園	90	下戸越町1632-1	22-5519
せん月保育園	90	矢黒町1602-1	24-3292
善隣保育園	120	瓦屋町1106	22-3573
中原保育園	120	下原田町1168	22-5795
林保育園	60	下林町271-4	22-5891
人吉乳児保育園	60	田町34-1	22-3951
蓬莱保育園	90	土手町5	22-2458
みどり保育園	120	北願成寺町956	22-2864

※開所時間は各園とも午前7時～午後7時（延長保育含む）

胃がん検診・腹部超音波検診（検診車）のお知らせ

胃がん・腹部超音波検診日程

検診日程	会場
11月19日（水）	東西コミセン
20日（木）	
21日（金）	大畑コミセン
22日（土）	保健センター
23日（日）	
24日（月）	西瀬コミセン
25日（火）	
26日（水）	中原コミセン
27日（木）	
28日（金）	保健センター
29日（土）	
30日（日）	東小学校 （プール側駐車場）
12月1日（月）	市民プール駐車場

今年度から胃がん検診と腹部超音波検診を同じ日程で実施します。

★胃がん検診について

対象者 40歳以上の方
検診方法 胃部エックス線間接撮影（バリウム飲用）
検診料 1,500円

★腹部超音波検診について

対象者 30歳以上の方
検診方法 上腹部超音波検査
検診料 1,800円

ただし、次に該当される方は検診料が無料になりますので、当日受付に申し出てください。

◎後期高齢者医療被保険者証、または高齢受給者証をお持ちの方
◎平成20年度市民税が非課税世帯の方（平成20年1月1日以降に転入された非課税世帯の方は全居住地の課税状況を証明できるものをお持ちください。）

◎生活保護世帯の方

【問合せ】市保健センターはつらつ成人係 ☎24-8010

- 申し込みがあった方には、混雑をさけるため受付時間を区切って通知しています。必ず指定した時間にお越しください。
- 日時を変更される場合は必ず事前にご連絡ください。

第62回 犬童球溪顕彰音楽祭 開催

今年もいよいよ音楽祭の季節！62回目を迎えた犬童球溪顕彰音楽祭を下記の日程で開催します。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

【日程】	内容	日時
②	碑前祭	11月14日（金） 午前8時30分～ 午前9時～
	学校発表会	
③	個人コンクール本選	15日（土） 午前9時30分～
	音楽のひろば	
		16日（日） 午後1時30分～

【場所】カルチャーパレス大ホール
【入場料】無料

「Let's Sing a Song Together!」 参加者募集!!

犬童球溪先生が日本語の歌詞をつけた「旅愁」の原曲「Dreaming of Home and Mother」を犬童球溪顕彰音楽祭のステージと一緒に歌ってくれる方を募集します。人吉・球磨地域のALT（外国語指導助手）も参加します。音楽を通じて国際交流をしてみませんか？

- ♪出演日時 11月16日（日）午後1時間30分開演の「音楽のひろば」
- ♪募集人数 50人程度（市外の方も大歓迎）
- ♪申込方法 下記まで電話でお申し込みください。
- ♪申込・問合せ 市社会教育課文化係 ☎22-2111内線5232



いで湯と球磨焼酎・笑顔の里 第55回 人吉駅伝大会 参加チーム募集!

開催日 12月14日（日）※雨天決行
開会式：午前8時50分 スタート：午前10時

会場 西瀬小学校グラウンド一帯

参加部門 ★中学男子の部 ★高校男子の部 ★女子の部 ★一般の部
※チームは、各部門とも監督1人、選手6人、補員2人以内で構成してください。
※参加申し込みをしていないチームのオープン参加はできません。

コース 距離 20km
1区=西瀬小正門～中原小下方（4.00km） 2区=中原小下方～永尾製材所（3.40km）
3区=永尾製材所～西瀬小東南（2.48km） 4区=西瀬小東南～中原小下方（4.05km）
5区=中原小下方～永尾製材所（3.40km） 6区=永尾製材所～西瀬小南側（2.67km）

参加申込 市スポーツ振興課備え付けの申込書に記入し、参加料を添えて下記申込先に提出してください。

参加料 1チームあたり 一般=3,000円 中学・高校生=1,500円

申込期限 11月18日（火）午後5時（土・日曜日、祝・祭日を除く）

その他 注意事項などは大会要項に記載してあります。参加申し込みをされたあと、同要項をよくお読みください。

申込・問合せ 市スポーツ振興課（市役所別館2階）
☎22-2111内線5241・5242、FAX22-7019



健康 コーナー



Health

【問合せ】
市保健センター（☎22-2111）



転倒予防

転倒に注意

高齢者の転倒は、骨折や閉じこもりなど、身体・精神の両面にさまざまな障害を招くと言われます。転倒時の障害がもとで寝たきりや認知症につながるおそれもあり、高齢者の生活を守るうえで、転倒予防はとても重要になります。



転倒を防ぐために

【筋力・歩行能力をアップ】
高齢者でも速く歩ける人や握力が強い人は転びにくいことがわかっています。毎日歩いたり、軽い体操をしてみるなど、身体を動かすことを普段の生活の中に積極的に取り入れてみましょう。



【薬の注意点をよく聞く】

睡眠薬や降圧剤、精神安定剤などは、副作用として眠気、ふらつきを起こすことがあります。医師や薬剤師から薬の注意事項についてよく説明を受けておく必要があります。

【身だしなみ・生活環境を整える】

外出時には、はき慣れた歩きやすい靴を選ぶようにしましょう。また、足下の整理整頓などを心がけ、転びにくい環境を整えましょう。

運動不足を感じているあなたへ！

歴史探訪ウォーキング

参加希望の方は、当日集合場所へおいでください。
問合せ 市保健センターはつらつ
成人係（☎22-2111内線
6222）

期 日	受 付	集合場所	コ ー ス
11月15日（土）	7:40～	中原コミセン	中原コミセン⇒石水寺
11月22日（土）		大畑コミセン	大畑コミセン⇒田代の溝記念碑
11月22日（土）	8:00～	村山あやめ公園	青井阿蘇神社⇒永国寺
12月6日（土）	7:10～	東間小学校	花立て隠れ念仏⇒中尾観音

ひとよしヘルスプラン推進会議

ストレッチ

DVD・CD無料配布中

30セット限定です！
お早めに！



プロジェクトIは、市民の皆さんがいつまでも健康で暮らせることを願い、皆さんの健康づくり活動を支援しています。

今回、プロジェクトメンバーがモデルとなり、モーニングストレッチのDVDとCDを作成しました。柔軟体操、準備体操、日ごろの運動不足解消などに、職場、学校、スポーツ大会、集会などで広く活用していただきたいと思います。

今年度は、必要な方に無料で配布します。無くなり次第締め切りますので、お早めにお問合せください。
問合せ 市保健センターはつらつ
成人係（☎22-2111内線
6221・6222）

【見えにくい・聞こえにくい時は検査や治療を受ける】

視力や聴力に問題があると、転びやすくなります。医師の診療を受けて必要な場合には眼鏡や補聴器を使うようにしましょう。

【転んだことがある人は、原因を確認】

一度転んでしまうと、「また転んでしまうのではないか」と心配になり、閉じこもってしまう傾向があります。しかし、長期間閉じこもってしまう

と、足腰の筋力が弱まり、ますます転びやすくなってしまいます。原因を確認し、周囲の方の見守りや、環境を改善してもらい積極的に身体を動かしましょう。

転ばない身体を作ろう

左のイラストを参考に、毎日体を動かしてみよう。（腰痛・膝痛などがある人は、必ず始める前に医師に相談してください。）

監修・大淵 修一（東京都老人総合研究所 介護予防緊急対策室長）

バランス の トレーニング



▲片足立ち

- ①背筋を伸ばして立ち、片足を上げそのままの姿勢で静止する。
- ②男性は30秒以上、女性は20秒以上を目安に、ゆっくりと足を下ろす。左右交互に行う。
※バランスが取りにくい時は、両手を横に広げながら行う。

注意！ 最初から頑張りすぎず、慣れず回数を増やしていきましょう。

上半身 の トレーニング



▲頭上げ腹筋

- ①あおむけに寝て、腕を肩幅よりやや広めに伸ばし手のひらを床につけ、両ひざを立てる。
- ②おなかに力を入れ、おへそのあたりを見るようにして頭を上げる。

てきたら10回3セットを目標に少し

足腰 の トレーニング



▲4分の1スクワット

- ①肩幅より少し広めに両足を開いて立ち、いすの背に手をそえて体ををまっすぐにしたまま、1、2、3、4でひざを4分の1くらい曲げて腰を落とす。
- ②1、2、3、4でひざを伸ばし、元の姿勢に戻す。ひざ頭はつま先より前に出さないように。
※ひざを深く曲げすぎると腰やひざを痛めやすいので注意する。

食生活改善推進員協議会 子ども会 おやこの食育教室 を開きました！



食生活改善推進員協議会では、“私たちの健康は私たちの手で”をスローガンに食を通しての健康づくり活動を行っています。その活動の一環として、西間下町と下原田町堀の子ども会で、おやこの食育教室を開催しました。

メニューは、スープカレー、ごぼうとコーンのサラダ、りんごパイでした。子どもたちは、涙を流しながら玉ねぎのみじん切りをしたり、じゃがいもの皮むきなどに、真剣な顔つきで挑戦していました。

一方、保護者の方々は、包丁を持ったり、野菜を炒めたりする我が子の手つきにヒヤヒヤしながらも、和気あいあいと楽しそうに料理をしていました。試食会では、自分たちで作った喜びもありとても美味しく食べていました。

未来のナイチンゲール 人吉准看護学院戴帽式

10月24日、人吉准看護学院で第53回生の戴帽式が行われました。戴帽式は、入学して看護の基礎を学んだ半年後に行われ、看護を自分の職業として選択し、新たな決意をもって進んでいくひとつの区切りとして行われる儀式です。第53回生ひとりずつにナースキャップを戴帽され、キャンドルサービスを行うと、室内はゆらめく灯火が浮かび上がる神聖な空間へ。

36人の白衣の天使の卵たちは、来年1月から11月まで市内の病院で実習を行い、准看護師試験に備えることとなります。



地域活性化のための提言 地域&雇用シンポジウム



人吉市、ハローワーク球磨、地域労使就職支援機構の主催による「地域&雇用シンポジウム」が10月23日、あゆの里で開催されました。

県立大学の養茂 壽太郎 理事長による「訪ねてよし、住んでよしの九州相良」の講演のあと、九州技術教育専門学校 赤山武興 校長をコーディネーターに5人のパネラーによるディスカッションがあり、「おもてなしの人吉市、その資質はもともこの土地にはある。それを大事に。」「まず人口を増やす努力を。それが雇用につながる。」などの意見が出されました。

「食から考える本来農業とは」 南部九州市長サミット

「食から考える本来農業とは」をテーマとした南部九州市長サミットが10月11日にカルチャーパレスで開催されました。

第一部では、主催者のNPO法人フューチャー500理事長の木内 孝氏による講演があり、持続可能な農業実現のための10の提案をされました。

第二部のシンポジウムでは、田中市長がコーディネーターとなり指宿市長や宇城市長などとのパネルディスカッションがあり、各市の農業の現状と課題を発表。農業の公共性や流通のあり方、農業に誇りを持つことができる環境づくりなどの意見が出されました。



目指せ！日本一！ ウンスンカルタ大会

第5回ウンスンカルタ大会が10月18日に鍛冶屋町通りで開催されました。この日は、市内の小学生をはじめ遠くは東京や奈良からも参加があり、子どもから大人までの22チーム約100人がウンスンカルタを通じて交流しました。

ウンスンカルタは、ポルトガルから伝わった1チーム4人で対戦するカードゲームで、人吉球磨地方だけに遊び方が残っており、県の重要無形民俗文化財に指定されています。

午前10時の開会式の後、鍛冶屋町通りの各所に分かれて対戦が始まると、楽しい歓声があちこちからあがっていました。



笑顔いっぱいの運動会 高齢者ふれあいスポーツ大会

人吉市高齢者ふれあいスポーツ大会が10月21日にふるさと歴史の広場で開催され、千五百人以上の高齢者の方が、校区対抗でスポーツを楽しみました。

開会式では、下原田町荒毛町内の西会長が「ゆつくりと、あわてず、さわがず一歩一歩ゴールに向かいます。」と選手宣誓。

10月中旬とは思えない暖かい日差しの中、保育園児との大玉転がしや、輪投げリレー、仮装行列など17種目が行われ、選手も応援者も元気いっぱい笑顔で楽しんでいました。

優勝は東校区老人クラブでした。



同時開催！石野公園まつり& 心のバリアフリー・アートフェスティバル

10月25・26日の両日、石野公園で第21回石野公園まつりと第7回ひとよし・くま心のバリアフリー・アートフェスティバルが同時開催されました。2つのイベントが同時開催になって3回目になります。

初日の26日は、障がい者の方によるステージでの合唱や、観客も巻き込んだダンスがありました。また、来年の石野公園開園20周年を記念して企画された球磨川をテーマとする作品展「球磨川美術展」の表彰式や展示が行われ、多くの家族連れが秋の石野公園を楽しみました。



「MOTTAINAI」 ひとよし蚤の市

10月18日、鍛冶屋町通りで第1回ひとよし蚤の市(フリーマーケット)が行われました。

このイベントは、世界の言葉にもなった「MOTTAINAI」(もったいない)の精神とまちの活性化をねらい開催されたものです。

市民参加の9つのブースには、日用品や衣類など不要品がずらりと並び、訪れた人でごった返しました。中には、数回に分けて訪れ、その度に大きな袋いっぱい買い物をする人や、少しでも安く買おうと値切り交渉を始め出す人もいて、売り手と買い手の笑い声の中、終日にぎわいをみせました。



サイバー大学 吉村 作治 教授 田中市長を表敬訪問



10月8日にサイバー大学の吉村 作治教授が田中市長を表敬訪問されました。この日はRKK放送と清涼飲料メーカーとの共同企画「日本の祭り」に「青井阿蘇神社おくんちまつり」が選ばれたため番組内のコマーシャル撮影に人吉市を訪れたものです。

吉村教授は、「生まれ故郷を大事にする気持ちがなければ国は成り立たない。生まれ故郷で学んだり仕事をするのも大事にしなければならぬ。」とサイバー大学が行っている「いつでもどこでも」受講できるオンデマンド教育の重要性を話されました。

生涯学習

青少年健全育成標語

入賞作品発表

市青少年育成市民会議と市児童生徒生活指導連盟で募集した、防犯・防火・交通安全、あいさつ・環境美化に関する標語の入賞作品を発表します。

- 【小学校低学年の部】**
 - 天賞** 「あんぜんは くるまもひとめとみで」 おにつかみらい (人西小一年)
 - 地賞** 「あたたかいあいさつで みんなのこころも ぽっかぽか」 吉田ゆき (人東小二年)
 - 人賞** 「あいさつで きょうもいいひが はじまるよ」 ながたちとせ (西瀬小一年)
- 【中学校低学年の部】**
 - 天賞** 「ボーイ捨てで きれいな心も捨てている」 田代 稜貴 (人西小六年)
 - 地賞** 「笑顔であいさつ 今から今すぐ はじめませんか」 永田 翔大 (人東小六年)
 - 人賞** 「見ているよ あなたのぬすむそのすがた」 段村 蓮 (西瀬小六年)
- 【小学校中学年の部】**
 - 天賞** 「あいさつは 生きるみんなのエネルギー」 原 あいか (西瀬小三年)
 - 地賞** 「火は消した？ いつも心に聞かないと」 塩谷 結香 (人東小三年)
 - 人賞** 「あいさつを まってる自分はずかしい」 永田 たつひろ (中原小三年)
- 【中学校一年の部】**
 - 天賞** 「あいさつで 不審者たいてい地域之力」 今崎 駿 (二一中)
 - 地賞** 「忘れるな 命のタスキ 君を守る」 黒木 千尋 (一一中)
 - 人賞** 「あいさつで 笑顔いっぱい」 黒木 千尋 (一一中)
- 【中学校二年の部】**
 - 天賞** 「危険だぞ タスキとブザー必ず着用」 原田 匠 (三二中)
 - 地賞** 「ヘルメット あなたを守る 第一歩」 三苫 愛理 (二二中)
 - 人賞** 「あいさつで 笑顔の花を咲かせよう」 岩城 有紀 (一二中)
- 【中学校三年の部】**
 - 天賞** 「もつたいない その一言がエコの素」 山口 翔太 (一二中)
 - 地賞** 「犯罪を 予防する 地域のコミュニケーション」 井口 智貴 (二二中)
 - 人賞** 「あぶないよ 無灯火運転 事故のもと」 上村 祥悟 (三二中)
- 【高等学校・各種学校の部】**
 - 天賞** 「この地球と 一緒にいたい百年後」 山富 友里 (人高二)
 - 地賞** 「もてますか？ ハンドルもつ手に “責任” を」 福田 詩織 (人高二)
 - 人賞** 「火は見てる あなたが離れるその時を」 赤池 朋花 (球磨工一年)



人吉二中校区の応援団になりませんか？

『学校支援ボランティア養成講座』開催

「先生たちが子どもと向き合う時間ももつと確保する」「地域の教育力をもっと高める」ことを目的に、学校支援地域本部事業、「人吉二中校区地域教育協議会(会長・田山明仁氏)」を発足しました。協議会では、まず人吉二中校区住民を対象に学校支援ボランティアの養成講座を開催します。地域住民の皆さんが受講し、学校の力強い応援団になっていただけたことを願っています。

期日 11月20日(木)
時間 午後7時から
場所 カルチャーパレス 小ホール
対象者 人吉二中校区住民(P、T、A、子ども会、老人会、町内会など)
問合せ 市社会教育課生涯学習係 (0222-2111-内線5235)

年末調整や確定申告には「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」などの添付や提示が必要です!

国民年金保険料は社会保険料控除の対象です!

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市民税などの社会保険料控除の対象になります。国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、今年1年間に納付(納付見込みを含む)した国民年金保険料を証明する書類が必要です。

このため、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(ハガキ)が社会保険庁から11月初旬に送付されます。**年末調整や確定申告の手続きの際には必ずこの証明書や領収書を添付してください。**

※納付忘れなどがある場合でも、年内に納付すれば今年分の控除として申告することができます。
 ※年の途中から国民年金に加入した場合など、10月2日以降に本年初めて保険料を納付する方については、平成21年2月初旬に同様の証明書が送付されます。

ご家族の保険料も納めている方は?

世帯主や配偶者として家族の国民年金保険料を納付した場合は、納付額の全額が納付した方の控除対象となります。このような場合は、年末調整などの手続きの際に自身の社会保険料の額と合算して申告してください。(家族分の証明書も申告する方の申告書に添付する必要があります。)

【問合せ】控除証明書専用ダイヤル
 (0570-070-117 (IP電話などからは03-6478-8882))
 社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp>

多重債務に陥らぬために

3つの「ナイ」

これまで多重債務に陥らないために、また陥ってしまった場合の対処についてお知らせしてきました。全国には200万人を超える多重債務者が存在すると言われていました。これは決して人ごとではなく、誰の身にも起こる可能性があるということではないでしょうか。ひとりでも多くの方が多重債務に陥らないように、あるいは解決への糸口をつかんでいただけるように情報を役立てていただければと思います。

- ① 高金利の借金はしない**
 高金利の借金をすると元金がなかなか減らず、返済が遅れると厳しい取り立てを受けることとなります。
- ② 借金返済のための借金はしない**
 多重債務の大半は借金返済のための借金を繰り返し、雪だるま式に借金がふくらんでしまったことが原因です。
- ③ 安易に保証人にならない**
 破産申し立てをしている人の中には、他人の借金の保証人となったことが原因である場合があります。友人などの保証人となり、借り主が夜逃げや自己破産申し立てをした場合、保証人が借金を返済しなければならなくなります。

◎ 連載の最後に・・・
 借金問題は必ず解決できます。大事なことは、**一人で悩まず、まずは相談すること**。あなたやあなたの大切な人の人生を台無しにしないためにも、勇気を出して解決への第一歩を踏み出しましょう!

◎ 多重債務の整理に関する相談機関

- ☆熊本県弁護士会 (096-325-0009)
 毎週金曜日13時～16時 人吉商工会議所で法律相談実施(要予約)
- ☆法テラス熊本(日本司法支援センター) (050-3383-5523)
- ☆熊本県消費生活センター (096-354-4835)

【問合せ】市商工振興課 (022-2111-内線5132)

わが家の1か条 ~家庭教育の大切さを再確認~



和泉さん親子
(西間上町)

和泉さんちの1か条 たがい立て合い、助け合い

わが家では、家族みんながお互いを尊重し、立て合いながら、足りない所を助け合って、絆を深めていくことをモットーにしています。また何事も、“五分と五分が丁度いい! ”、“過ぎたるは及ばざるが如し”の言葉を念頭において、調和の心を持つことも大切にしています。

今回のテーマは「レクリエーションのすすめ①」です。お楽しみに!

はじめてのお茶(裏千家)・はじめてのいけばな(池坊)・花と遊ぼう(小原流)の3種目です。スポーツといっしょにこれらの活動をご家族で楽しんでみませんか?
会員の受け付けはスポーツ振興課で行っています。またスポーツ・レクリエーション・文化活動・遊びなど指導ができる方はお気軽にお知らせください。

体を動かすには気持ちがいい季節がやってきました。晴れ渡った空の下、いつもより少し早足で歩いて、ほにわたる風の心地よさを感じてみてください。
総合型地域スポーツクラブ(カルヴァーリョ・ラッソ人吉)では、スポーツだけでなく、文化活動も同時に楽しめるようにプログラムづくりをしていますので、ぜひご参加ください。

第6回 文化活動教室紹介

総合型地域スポーツクラブの活動は、スポーツと文化に分かれますが今回は文化活動教室の紹介です。

種目の選定については、平成19年12月にアンケート調査を行い、ニーズがあると思われる種目を選定しています。

いづれも、初心者を対象とし、初歩から指導する方針です。また主に小学生以下を対象にした種目については、ご家族と一緒に参加できるように予定しています。

れっっすばーっ!

市スポーツ振興課
内線5241

みんなで人吉づくり vol.7

まちづくりに頑張っている団体を紹介します!

ひまわりクルー?



問合せ 代表・本田節さん
(ひまわり亭 ☎22-1044)

- 「ひまわりグループ」は、少子・高齢化社会を迎え、「食」「農」「健康」をテーマとした交流と研修で、地域と、そこに住む皆さんを元気づけたいという思いから設立されました。
- 主な活動は
- ① 地域福祉の充実とボランティア活動(独居老人の配食サービス)
 - ② 地域文化の継承(食文化、郷土料理の伝承および継承)
 - ③ 地域産業の振興(地産地消運動、農家レストラン起業)
 - ④ 人吉球磨地域の広域ネットワークの構築(男女共同参画社会づくりの啓発)
 - ⑤ 食育の推進
 - ⑥ グリーンツーリズム(都市・農村交流)の推進
 - ⑦ ユニバーサルデザインのみまわり亭の推進
- 高齢化社会に入り、まさに『生涯現役』で、経験・知恵・技を活かし、もつと地域の宝(資源)を次世代に繋げるよう、『食』をテーマに拠点のみまわり亭で今後とも頑張っていきたいと思っています。

長毎公の人吉めぐり



ながつね 相良長毎公
豊臣秀吉から球磨郡の領地を許され、本格的な城(石垣造りの城)造りにとりかかった第二世代当主。

わし長毎がシリーズで人吉を紹介するぞ。
巻の六 | 青井阿蘇神社 | (その三「拝殿」)

今回は、皆がお参りをして拝殿について紹介するぞ。拝殿は、柱などに残された墨書から本殿や幣殿が建てられた翌年の慶長十六年(一六一一年)に建てられたのじゃ。桁行(建物の間口の距離)七間、梁間(建物の奥行の距離)三間、一重、寄棟造(大棟と二棟の間に棟がある)の建物構造である。拝殿入口の張り出した部分は向拝と呼び、礼拝の場所が寛延四年(一七五一年)に後付けで造られたことが国宝附の銘札で確認ができる。

内部は本殿に向かって左から神楽殿、拝殿、神供所(神事の準備を行う場所)の三室に分かれており、神楽殿では国の無形民俗文化財に選択されている「球磨神楽」が演じられるのじゃ。

また、拝殿には、楼門や幣殿のような華麗な彫刻はほどこされてないが、彩色は黒漆を主とし、軒廻りの面に朱の彩色を用いており、社殿群に統一感をもたらしている。

歯のはなはな 第39回 「むせなうー8020」

社団法人吉市歯科医師会

歯周病は心臓病のリスクを高める可能性が?

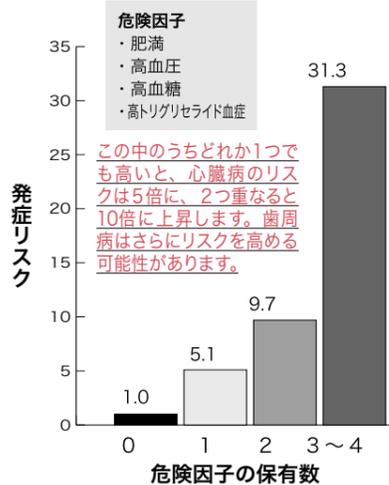
歯周病になると、その原因となる細菌が血液中に入り、心臓などに感染をひきおこす場合があります。

心臓の内膜や弁膜に障害のある方にみられる細菌性心内膜炎は、その原因のほとんどが口の中にいる細菌です。予防には口の中を清潔に保つケアが欠かせません。

また、歯周病の原因菌が心臓をとり巻く冠動脈に感染すると、毒素や炎症をひきおこす物質が血栓を起しやすくし、動脈硬化を進行させる可能性も指摘されています。血圧、コレステロール、中性脂肪が高めの方は、歯周病があれば、しっかりと治療し、心臓病のリスクを遠ざけたいものです。



心臓病の発症リスク



平成21年 成人式のご案内

成人式の日程は次のとおりです。
期日 平成21年1月3日(土)
受付 午前10時から
開式 午前11時
場所 カルチャーパレス大ホール
対象者 昭和63年4月2日～平成元年4月1日生まれの方
問合せ 市社会教育課生涯学習係
 (☎22-2111内線5237)

◆募集

人吉准看護学院 生徒募集

【前期募集】
願書受付 11月25日(火)～12月4日(木)
試験日 12月7日(日)
【後期募集】
願書受付 平成21年1月13日(火)～1月22日(木)

モッモッ 健康情報

☎096-385-3300

- 朝9時～翌朝9時
- 曜日ごとにテープの内容が変わります。
- 主催** 熊本県保険医協会
- ホームページ**
http://www.khk-dr.jp

11月の週間プログラム

月曜日=新型インフルエンザについて
 火曜日=ノロウイルス感染症
 水曜日=無症候性脳梗塞
 木曜日=口臭
 金曜日=生理痛について
 土曜日・日曜日=
 家族が癌と言われたら

試験日 平成21年1月25日(日)
募集人員 40人
受験資格 中学校卒業(卒業見込み含む)以上の方
試験科目 国語、数学、作文、面接(25歳以上の方は作文、面接のみ)
問合せ 人吉准看護学院(☎22-2962)

技術・技能者就職支援セミナー 受講生募集

自動車関連業種への就職支援セミナーを開催します。
 実習を含めた講義で、経験豊富な方が指導します。昨年度は受講生の約80%が就職内定しています。
日程
 11月25日(火)～12月11日(木)
 平成21年2月3日(火)～2月20日(金)
問合せ 熊本県工業連合会
 (☎096-339-8639)

◆相談

こころの健康相談

期日 11月28日(金)
時間 午後2時～3時
場所 人吉保健所
 ※予約が必要です。
問合せ 人吉保健所保健予防課
 (☎22-3107)

出張年金談所開設 八代社会保険事務所

★11月20日(木)
 人吉総合病院3階会議室
 ★12月4日(木)
 多良木町役場
時間 午前10時～午後3時
受付
 ・午前9時30分～11時30分
 ・午後1時～2時30分
 ※受付人数によっては受付時間を早めに終了することがありますので、ご了承ください。
問合せ 八代社会保険事務所庶務課
 (☎0965-35-6123)

くらしの相談

お悩みがありましたら、お気軽に何でもご相談ください。
期日 11月25日(火)
時間 午前10時～正午(予約可)
受付 市役所2階 地域生活課
場所 市役所3階 第2会議室
対象者 市内在住の方に限ります
担当者 行政相談委員
問合せ 市地域生活課市民相談係
 (☎22-2111内線2116)



多重債務者相談強化キャンペーン 無料相談会

借金問題でお悩みの方の無料相談会を下記のとおり開催します。
 秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。なお、できるだけ予約をしていただきますようお願いいたします。
期日 11月13日(木)
時間 午後1時～4時30分
場所 人吉市役所別館2階会議室
相談員 専門相談員、弁護士、司法書士
予約・問合せ 熊本県消費生活センター(☎096-352-1660)

法テラス熊本 巡回無料法律相談

弁護士による無料法律相談会です。なお、収入や資産の少ない方を対象に、相談費用を援助する国の制度に基づき行われますので、予約時に希望者の収入などをお尋ねします。詳しくは下記へお尋ねください。
期日 11月20日(木)
時間 午後1時～4時
場所 市総合福祉センター
相談内容 相続・夫婦・債務問題、そのほか民事の紛争全般
予約開始 11月10日(月)から
問合せ 法テラス熊本(☎050-3383-5522)

主催/ひとよし産業祭実行委員会 (JAくま・人吉市・人吉商工会議所・人吉市社会福祉協議会 人吉市建設協会 人吉市社会福祉事業団・人吉市建設協会)
 ★駐車場★ 裏面をご覧ください。
 ★飲んだら乗らない! 乗らせない!

LIFE INFORMATION

くらしの情報

広報こよみ

(11月)

- 8日(土) ひとよし産業祭(ふるさと歴史の広場、～9日)
- 11日(火) 第5回人吉市ミニバレーボール大会(スポーツパレス、～14日)
- 14日(金) 犬童球溪顕彰音楽祭碑前祭・学校発表(カルチャーパレス)
- 15日(土) 犬童球溪顕彰音楽祭・個人コンクール本選(カルチャーパレス)
- 17日(月) 広報配布日

本人確認のため身分証明書を お持ちください

市民環境課・税務課・納税課の窓口で、証明書などを交付請求される際は『本人確認』を行っておりますので、運転免許証などの身分証明書をお持ちください。

問合せ 市民環境課(内線1212)
税務課(内線1175)
納税課(内線1162)

市役所開庁延長日

毎週月曜日と木曜日
(休日の場合は実施しません)

- 開庁時間 午後7時まで
- 対象窓口 庁舎1階下記の課

- ◆市民環境課 ◆福祉課
- ◆介護障害課 ◆税務課
- ◆保険年金課 ◆納税課

※一部取り扱えない業務があります。不明な点は事前に担当課までお問い合わせください。

◆お知らせ

農業用プラスチック類は 適性に処理してください

使用済みの農業用ビニール・ポリフィルムなどの廃プラスチック類は法律により、使用した方が適正に処理することが義務づけられています。

なお、廃プラスチックの回収は、委任状の提出が必要です。JAくま下球磨管農センターで、11月ごろ行われますので、詳しくはお問合せください。

問合せ JAくま下球磨管農センター(☎28-3060)

また、野外焼却(野焼き)や不法投棄は、法律により禁止されています。野外焼却や不法投棄を発見した場合は、速やかに下記へご連絡ください。

連絡先 人吉保健所
(☎22-3107)
廃棄物110番
(☎096-385-5300)

※被覆資材、マルチ、寒紗紗、防鳥テープなどは、送電線へ飛来した場合、重大事故につながる恐れがあります。使用中および撤去時など、突風による飛散防止に注意してください。

農業空容器・廃棄農薬を 回収します

期日 11月13日(木)
時間 午前9時～午後3時
場所 JAグリーン下球磨

そのほか ●JAに処分の委託をするには、必ず委任状が必要 ●回収処分費は本人負担 ●指定の回収袋をJAで購入し、容器の種類別に分類して指定の場所に持ち込む(回収袋には、住所・氏名・電話番号を記入する) ●スプレー缶は穴を開ける

●電話番号

市役所(代表)	22-2111
カルチャーパレス	24-3310
スポーツパレス	22-1688
水道局	22-5497
保健センター	24-8420
石野公園	22-6700

●不明農薬は検査料1万円と処理料が必要 ●洗浄・分別などができていないものは、受け付けない

問合せ JAグリーン下球磨(☎26-3211 上薩摩瀬町861-1)

《市農業振興課から》

使用した農薬の空き瓶などを溝などで洗浄して農薬が流れ出し、近くの農作物・魚類などに被害が出る場合がありますので、農薬は絶対に溝・川などには流さないでください。

犬の登録・狂犬病予防注射

犬の登録と狂犬病予防注射を追加実施します。まだ、登録や予防注射をさせていない方は、もれなく最寄りの会場で済ませてください。



生後91日以上(猟犬・室内犬含む)は、登録と予防注射をさせることが義務づけられています。※登録は犬の生涯に1回、予防注射は毎年1回です。

料金 予防注射=3,050円
新規登録=3,000円

期日 11月16日(日)

実施時間	場所
9:30～10:00	大畑コミセン
10:15～10:45	市役所別館
11:00～11:30	西瀬コミセン
13:30～14:00	中原畜産広場
14:15～14:45	東西コミセン
15:00～15:30	願成寺町市有地(横川理容前)

※大雨などの場合は、中止することがあります。所有者および住所の変更、犬の死亡などは必ず市市民環境課へ連絡してください。

連絡先 市市民環境課環境衛生係(☎22-2111 内線1216)

ひとよしかがやきづくりトーク 11月の日程のお知らせ

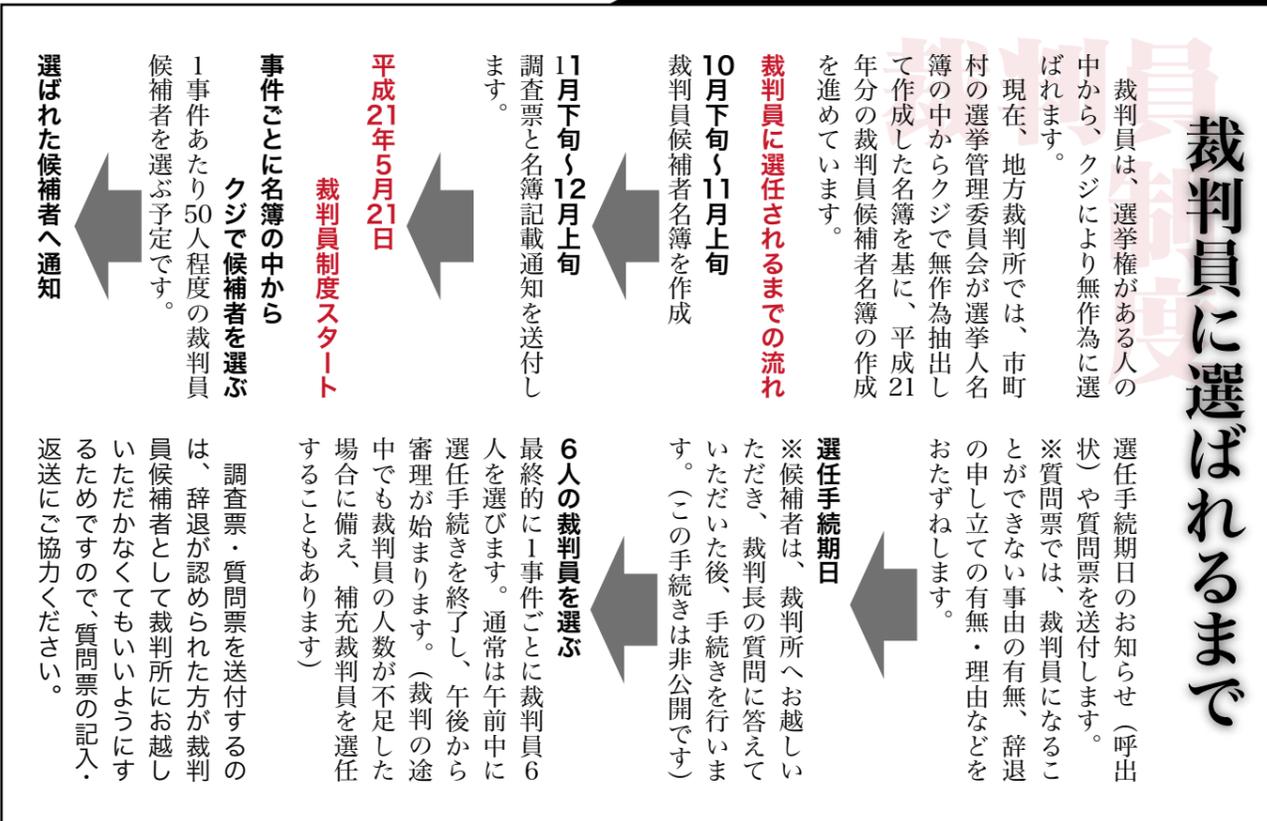
11月は下記の日程で開催します。
時間 午後7時から
◆11月12日(水) 中原コミセン
◆11月20日(木) 紺屋町会館
◆11月25日(火) 合ノ原町公民館
事前の申込みは必要ありません。また、各会場において参加者の方にアンケートを実施します。
問合せ 市地域生活課まちづくり係(☎22-2111 内線2116)

可燃ごみに 金属類を入れないで!

最近、可燃ごみの中から金属類がたくさん出てくるようになりました。可燃ごみの中に燃えない金属類などが混入していると、機械設備の故障原因となりますので、ごみを出すときは分別の徹底をお願いします。
問合せ 人吉球磨クリーンプラザ(☎22-1414)

裁判員制度ホームページ
<http://www.saibanin.courts.go.jp/>

平成21年5月21日「裁判員制度」スタート



裁判員に選ばれるまで

中小企業向けの長期・固定金利 「一日公庫」開催

商品の仕入れや、手形、買掛金決済、ボーナス資金などの運転資金のほか、店舗改装などの設備資金に利用できます。



当日は、日本政策金融公庫のご協力により、融資の可否決定がより迅速に行われますので、この機会にぜひご利用ください。

期日 11月12日(水)
時間 午前10時～午後4時
場所 人吉商工会議所1階相談室
申込方法 商工会議所備え付けの借入申込書に決算書・同意書などの必要書類を添えてお早めにお申し込みください。
審査 日本政策金融公庫八代支店の担当者が面接審査を行います。
問合せ 人吉商工会議所(☎22-3101)

人吉総合病院フェスティバル ～健康へのかけはし～

期日 11月9日(日)
時間 午前9時30分～午後3時
場所 人吉総合病院
内容
健康講座(①9:30～②13:00～)
①内視鏡検査のすすめ
②動脈硬化から起こる病気の話
イベント(①10:30～②14:00～)
①健康体操
②小児救急講座
“がん”メタボ!
①メタボってなあに?
②あなたの骨年齢は何歳?
食の交流会(9:30～)
「元気になる弁当」など健康になる食べ物がいっぱい!
アロマでリフレッシュ(①11:00～②14:00～)
入場料 無料
問合せ 人吉総合病院(☎22-2191)

第55回記念 人吉球磨総合美展

第55回の節目を迎えた人吉球磨人吉球磨総合美展が、10月4日(土)から9日(木)までの6日間、スポーツパレスで開催され、訪れた約2千人の方が芸術の秋を楽しみました。



人吉球磨総合美展大賞
肥後象眼香合「若葉」
廣重 佐良子



上 会場の様子
下 表彰式(廣重さん)



人吉美術協会賞
「源氏物語」
服部 妙香



人吉市教育委員会賞
「煌一R」
倉橋 完治



熊日賞
「22:00 大浪池」
三輪 久光

そのほかの特別賞入賞者

第55回記念展賞

緒方 桑玉(書道)

人吉市賞

吉松 孝雄(写真)

人吉市議会展賞

村山 薫(書道)

熊本県文化協会展賞

柘石 守雄(工芸)

人吉文化協会展賞

五島 秀昭(絵画)

球磨郡町村会長賞

久留 龍也(写真)

球磨郡町村議会議長会賞

汐月 順子(絵画)

人吉商工会議所会頭賞

嶋田 治子(書道)

人吉ライオンズクラブ賞

赤星 博幸(写真)

人吉ロータリークラブ賞

堀田 英雄(絵画)

国際ソロプチミスト人吉賞

越智 理恵(工芸)

人吉中央ロータリークラブ賞

那須 康二(写真)

人吉青年会議所理事長賞

豊永 博(書道)

T氏賞

宮原 裕子(絵画)

ふさや画房賞

稲葉 夢有(絵画)

(敬称略)

ひとよし

第878号
(平成20年11月1日)

編集・発行

〒868-8601 熊本県人吉市麓町16番地

人吉市役所企画部情報課

☎ (0966) 22-2111

FAX (0966) 24-7869

【ホームページアドレス】

<http://www.city.hitoyoshi.kumamoto.jp>

【E-メールアドレス】

info@city.hitoyoshi.lg.jp

【今回の表紙】

赤ちゃん相撲土俵入り



編集後記

「おくんちまつり」の定番料理つぼん汁と栗赤飯を作りました。年に1度しか作らない私でも年々腕を上げているようで、毎年試食をしてもらっている友人からの評判も今まででサイコーでした。

今回の表紙は、おくんちまつりの定番になっている「赤ちゃん相撲土俵入り」。はじめから終わりまで泣きっぱなしの赤ちゃん、おっとり顔で全く動じない赤ちゃんといろいろ。勝負あり!この赤ちゃんの勝ちでした。(すみこ)