# 成報人 書 HITOYOSHI City Public Relations

広報ひとよし III上哲治生誕 100 年記念 2020 10

No.1134





でにぎわいました。はしゃぎ声が響き、 はしゃぎ声が響き、開通を喜ぶ住民当日は西瀬小に通学する児童たちの の希望となり、被災から2カ月目の事の様子は、人々を元気づける一つ日々元に戻っていく西瀬橋の復旧工 時に橋の応急組立橋を活用した仮橋一部流失した西瀬橋。町の復旧と同 9月4日午前6時3分、無事に開通。

# 西瀬橋復活で日常への一歩



復旧工事が終了し、完成した西瀬橋と人吉市の街並み(上、丸昭建設株式会社提供)/2カ月ぶりに通行を行う 人や車(下左)/西瀬橋を通って下校する西瀬小の児童たち(下右)

## 町全体で防災に備えた台風10号

り、市内も荒れた天気となりました。の備えなど早めの対策を実施。6日の備えなど早めの対策を実施。6日の確えなど早めの対策を実施。6日のがいら7日未明にかけ非常に強い勢 災強化に生かしていきます。然災害の課題と教訓にし、本市の防ましたが、激甚化している今後の自 回避と在宅避難者などの安全を確保 の市民が避難。避難所の密集状態の6日午後10時には、最大1676人 ら防災や避難を喚起しました。 するため、熊本県立劇場(熊本市) 今回の台風では大きな被害は免れ の広域避難も行いました。 から特別警報級の 市でも前日か

> 9月6日 午後10時 避難ピーク時の避難者数

1,676 人(877 世帯)

#### 台風 10 号接近に伴う避難者数(人)

指定避難所					
人吉東小	57				
西瀬小	113				
中原小	123				
大畑小	75				
人吉一中	189				
人吉二中	144				
球磨工高	89				
スポーツパレス	487				
乳幼児専用避難所	144				
福祉避難所4施設	8				
自主避難所					
人吉西小	45				
人吉高	170				
広域避難					
熊本県立劇場	32				

# 今月のPICK UP NEWS!



# 川上哲治生誕100年記念試合

試合」として東京ドームで開催され1日に「川上哲治生誕100年記念横浜DeNAベイスターズが、9月で1日が、3月で1日野球公式戦の読売巨人軍対プロ野球公式戦の読売巨人軍対 ました。 されました。今回の試合で着用されの様子や市長のメッセージ動画が流 勝利を収めました。 徴する永久欠番「16」 ムを着用して試合に挑み、 ャリティーオークション-ムは選手たちがサイン のユニフォ 上さんを象 · 2 オ で 1



川上さんの永久欠番16を背に、勝利した読売巨人軍(上、読売巨人軍提供)/球場 スクリーンで紹介(下右)/寄付された災害義援金など(下左、読売巨人軍提供)

#### **CONTENTS**

02 03	今月のPICK UP NEWS !
04 05	「人吉市復興基本方針」を定めまし

豪雨災害に伴う支援情報

08 元気100歳!

情報ひろば

Hit-Biz通信 こども王国保安官

15 ようこそとしょかんへ!

はい、こちら消費生活センターです 保健センター子育て通信

教えて! マイナちゃん 市長日記

わが家の愛ドル ふるさと納税返礼品紹介

全国からのメッセージ 編集後記

20 ひとよしの情報発信・各種相談ガイド

21 休日在宅医・当番薬局・行事カレンダー

22 Hitoyoshi information / 頑張っている 被災された人・支援者の人へ

#### 今月の表紙



開通した西瀬橋をうれ しそうに渡って登校す る西瀬小の児童たち。 被災から2カ月の9月 4日に橋が復旧し、ま ちに子どもたちが登下 校する日常の風景が戻 りました。

※撮影時のみマスクを外しています。

広報ひとよし 10月号 2

### 復興ビジョン(復興へ向けてのまちの将来像)

令和2年7月豪雨災害を経験し、私たちは 球磨川とともに暮らすことについて、あらた めて深く考えさせられました。この災害を踏 まえた中で、私たちはこれから生きる場所、 立ち上がるグラウンドを決めなければなりま せん。そして、私たちは災害を乗り越え、こ れからもここに安心して住み続けるために、 あらゆる知恵を結集し、必要な取り組みを迅 速に展開していく必要があります。

人吉市では、今年度から第6次人吉市総合計画をスタートさせました。計画では、「まちづくりの理念」として、これまで大切にしてきた価値を護り、育んでいくとともに、本市に住むすべての人々の幸せにつなげるための道標として、「みんなが幸せを感じるまち。ずっと住み続けたいまち。ひとよし」を掲げ

ました。「これまで大切にしてきた価値」の中でも欠かすことが出来ないものとして、常にまちの中心にあり、市民の心の拠り所となり、日々の生活を支え、多くの恩恵をもたらしてくれた球磨川への想いがあります。

災害からの復旧・復興を進めていくうえでは、球磨川をはじめとする自然が私たちのくらしと切っても切れない存在であることを認めつつ、今回の災害を教訓に市民・地域・行政等が一丸となって一日も早い復旧・復興を実現し、安心してずっと住み続けられるまち、次世代につながるまちを共に創り上げていく必要があります。

これらを踏まえて、復興の将来像(復興ビジョン)を次のとおりとします。

# ~ 希望ある復興を目指して ~ 球磨川と共に創る みんなが安心して住み続けられるまち

### 計画策定に向けての今後の動き

復興計画の策定に当たっては、市民アンケート調査や住民懇談会、復興計画策定委員会(市民、地域の関係団体 代表者、学識経験者などで構成)などの審議を踏まえ、今年度内の策定を目指します。

#### 7月豪雨災害に関する市民アンケート調査を実施します

復興計画の策定にあたり、市民の皆さんの住まいや生活の状況、今回の災害に対する思いや考えを把握し、計画へ的確に反映していくため、全町内を対象に市民アンケート調査を実施します。

調査の趣旨を理解していただき、アンケート調査票の届いた人はご協力をお願いします。

調査対象 人吉市内在住の 18 歳以上の人のうち 2,000 人を住民基本台帳から無作為抽出

調査期間 10月中旬~下旬

調査方法 郵送での配布・回収

調査内容 世帯の状況、住まいの被災状況や再建の状況、仕事の状況、防災について、復興まちづくりに向けての

意見など

**問合せ** 市企画課企画政策係 (☎22-2111 内線2225)

# 「人吉市復興基本方針」を ここのました



~ 災害から一日も早く復旧し、復興まちづくりを推進するための基本指針 ~

市では現在、生活基盤の早期復旧と今後の復興に向けた取り組みをまとめた「人吉市復興計画」の策定を進めています。その指針となる「復興基本方針」を定めましたので報告します。

この基本方針に基づき、より具体的な復興計画について今年度中の策定を目指します。市民の皆さんとともに、一日も早い復旧と復興を実現し、将来にわたり安心して暮らせるまちづくりに向け、全力で取り組んでまいります。

#### 人吉市復興基本方針の概要

### 人吉市復興基本方針

- (1)「人吉市復興基本方針」とは、本市がどのように復旧・復興に取り組んでいくかという基本的な考え方や方向性を示すものです。
- (2) この基本方針に沿って、復旧・復興の具体的な取り組みをまとめた「人吉市復興計画」を策定し、復旧・復興を着実に推進していきます。



● 復興に向けた取り組みに当たっては、市民、地域の思いや考えを踏まえながら協働・連携し進めていきます。

#### 復興ビジョン(復興へ向けてのまちの将来像)

安心・安全な地域づくりに向けた復興

未来への希望につながる復興

市民一丸となって 取り組む復興

#### 被災者のくらし再建と コミュニティの再生

#### 【主要な施策(案)】

- ●被災者に寄り添った生活支援
- ●安定した住まいの再建・確保
- ●暮らしを支える公共施設など の復旧
- ●未来につながるまちづくり など

#### 力強い 地域経済の再生

#### 【主要な施策(案)】

- ●観光業をはじめとする地域企 業の再興
- ●農林水産業の再興
- ●にぎわいと交流の創出
- ●豊かな自然と歴史・文化の魅力を発信

など

#### 災害に負けない まちづくり

#### 【主要な施策(案)】

- ●まちを守る治水対策
- ●身近な緊急避難場所の確保
- ●災害に強い都市基盤づくり
- ●地区ごとの防災体制づくり ●防災教育の推進

など

5 HITOYOSHI 2020.10.01 広報ひとよし 10月号 4

#### 医療機関での一部負担金の還付申請を受け付けます

本市の国民健康保険と後期高齢者医療に加入されて いる人で、令和2年7月豪雨で被害などを受けた人を 対象に、医療機関で支払われた一部負担金の免除申請 と還付申請を受け付けています。

場所 市保険年金課(市役所西間別館1階23番窓口) 持参するもの

国民健康保険証または後期高齢者医療保険証、本人確 認書類(免許証・マイナンバーカードなど)、印鑑、 一部負担金を支払ったことのわかる書類(領収書) 世帯主の振込口座のわかるもの (通帳など)

※世帯主と口座名義が異なる場合、委任状と代理人の 印鑑が必要です。

※後期高齢者医療被保険者の人は、被保険者本人の口 座が分かるもの

対象要件・添付書類 次の1~5で該当するもの 1 住家が全半壊、全半焼、床上浸水又はこれに準ず る被害を受けた場合(罹災証明書)

- 2 主な生計維持者が死亡した場合(死亡診断書の写 し・警察の発行する死体検案書)
- 3 主な生計維持者が重篤な傷病を負った場合(医師 の診断書)
  - ※重篤な傷病とは、1カ月以上の治療を必要とす ると認められるものです。
- 4 主な生計維持者が行方不明である場合(警察に提 出した行方不明の届出の写し)
- 5 主な生計維持者が業務を廃止または休止した場合 (公的に交付される書類であって、事実の確認が可 能なもの。税務署に提出する廃業届、異動届の控 えなど)
- 6 主な生計維持者が失職し、現在収入がない場合 (雇用保険の受給資格証・事業主の証明・被災証明 書)

**問合せ** 市保険年金課国保年金係(☎22-2111 内線1221・1222) 市保険年金課後期高齢者医療係(内線1225)

#### 市図書館からのお知らせ

#### ■借りた本が流されたり、汚れたりした人へ

令和2年7月豪雨災害で、借りていた本が流された り、汚れ・破れたりした場合は、事故届と免除申請書 の提出で弁償を免除することができます。

#### 申請に必要なもの

- ・事故届と免除申請書
- ・本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
- ・罹災証明書の写し

#### ■図書館利用カードの再発行

図書館利用カードの再発行を希望される人は、「図 書館利用カード再発行兼減免申請書」を人吉市図書館 に提出してください。本来、再発行は100円の手数 料が発生しますが、被災された人は無料となります。 申請受付期限 10月31日(土)

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

**問合せ** 市図書館 (☎24-3518)

#### 被災者のための「災害復興住宅融資の相談会」を開催しています

住宅金融支援機構では、令和2年7月豪雨で被災し た住宅を復旧するための「災害復興住宅融資の相談会」 を行っています。

相談会では、住宅の建設・購入・補修に関する住宅 ローンの相談を受け付けます。高齢の人でも、親子リ レー返済などで、融資を利用できる場合があります。 気軽にご相談ください。

相談日時 每週火曜日 午前 10 時~午後 4 時(予約 不要)

場所 カルチャーパレス大ホール 相談ブース

設置時期 10月末まで

相談窓口番号

住宅金融支援機構お客さまコールセンター(災害専用 ダイヤル)

**☎0120-086-353** (通話無料)

受付時間 午前9時~午後5時(祝日、年末年始を除

※利用できない場合は次の電話番号におかけくださ い。

☎048-615-0420 (通話有料)

**問合せ** 住宅金融支援機構お客さまコールセンター (☎0120-086-353)

カルチャーパレスに開設中の「罹災証明書及び生活相談窓口」を 10 月から土・日曜日、祝日は休業します。 ご理解とご協力をお願いします。 問合せ 市生活再建支援コールセンター(☎22-2125)

#### 人吉なりわい再建サポートセンターを開設しています

市は、県、商工会議所と連携し「なりわい再建支援 補助金|や「持続化補助金」など国の事業者支援策の 活用について、市内事業者をサポートするためワンス トップ総合窓口を開設しました。補助金の申請に向け たアドバイスや従業員の雇用維持、融資についての相 談もできます。ぜひご活用ください。

相談窓口番号 ☎050-3532-8757

受付時間 午前9時~午後5時

利用方法 電話で希望の日程と相談枠を予約してくだ さい。

場所 人吉商工会議所3階

#### <相談枠>

①午前 10 時~ 11 時 ②午前 11 時~正午 ③午後 1時~2時 ④午後2時~3時 ⑤午後3時~4時

□ Hit-Biz をご利用の皆さんへ

Hit-Biz(人吉しごとサポートセンター)は、同施 設で相談対応を行っています。窓口で相談できます。

□「人吉球磨地域ワンストップ相談窓口」へのご相談 「なりわい再建支援補助金」の詳細や申請手続きに ついては、県が設置している人吉球磨地域ワンストッ プ相談窓口(中小企業大学校人吉校)へご連絡くださ

相談窓口番号 20096-384-8880

**問合せ** 市商工振興課商工係 (☎22-2111 内線5133)

#### 仮設施設(店舗・事務所)の入居事業者募集

7月豪雨で店舗や事務所の施設、その周辺に被害を 受け、本市内で復旧を目指しているが、本復旧までお おむね1年以上かかる見込みの中小企業や小規模事業 者の人が入居できる仮設施設(仮設商店街)の入居事 業者を募集します。

**募集期間** 10月7日(水)~12日(月)(午後5時必着)

設置場所 人吉駅前広場駐車場

賃料 無料 (実費相当分の共益費と自テナント内で発 生する費用は自己負担)

**設置時期** 11月~12月頃

入居期間 令和4年12月31日(土)まで

#### ■事前説明会を実施します

申込書は説明会時に配布します。いずれかの日時に ご参加ください。

期日 ①10月7日(水)午後7時~

②10月8日(木)午後7時~

③10月9日(金)午後7時~

場所 人吉商工会議所3階

※事情により事前説明会に参加できない人は、市商工 振興課へご相談ください。

※詳細は市商工振興課やなりわい再建サポートセン ターに備え付けてあります。市ホームページでも確認 できます。

**申込・問合せ** 市商工振興課商工係 (☎22-2111 内線5133)

#### 災害ボランティアの皆さんに家の片付けなどをお願いしませんか?

依頼方法 電話などで人吉市災害ボランティアセン ターへ申し込んでください。

受付時間 午前9時~午後4時

依頼受付電話番号 ☎090-5288-1317

場所 東間コミセン (蟹作町 1531 番地 1)

支援内容 ①住居内の片付け ②住居内外の汚泥の除 去(田畑の土砂の除去などは対応不可) ③家財など の屋外への運び出し(ごみ処理場までの運搬対応不可) ※壁・天井剥ぎ、消毒などは別の団体につなぎますの で、ご相談ください。活動は金・土・日曜のみです。 ボランティアでは、依頼された後すぐに対応できる わけではないため、依頼が集中した時はお待ちいただ く場合があります。ご理解のほどお願いします。

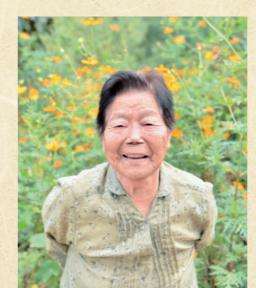
**問合せ** 市災害ボランティアセンター(市社会福祉協議会)

【お詫びと訂正】 広報ひとよし9月号(1133号) 6分「仮設住宅の建設を進めています」 の間取り図に関して、冷蔵庫と洗濯機を表示していますが、配置イメージとして掲載して います。実際の設備とは異なります。訂正しお詫び申し上げます。

元気 100 歳!

でも楽しむこと」 をよく食べ、

本年度、人吉では新たに 23 人が 100 歳を迎え、100 歳以上の人は 36 人に。その中から川田さんに



秘訣を聞きました。(年齢は9月23日現在)

# いつまでも元気でいてね 祝100歳

# 川田ミテさん

(上永野町・大正9年9月6日・100歳)



家を編み炭入れを作るなど大層な 時間かけて山仕事に出向き、晩は

もを育てながら、朝4時起きで2 を一から行ったそう。7人の子ど

働き者でした。現在は、

たくさん

國義さんとヨシ子さん ● 同居する息子夫婦 0

生まれ、

22歳の時に結婚し川

終戦後、

に移住し、土地の開拓、県の勧めで自然豊か歳の時に結婚し川田家

永野町に移住し、

川田さんは葦北郡芦北町佐敷で



一同が

円が集まった時の年、白寿祝いで親

す」と待ちわびるほどです。施が自粛され、「早く行きた れて どで体を動かすこと。 番の楽しみは、 ンで町の人と集まり、 キと話すのが印象的な川 9 人が送って行ってくれるほど慕 ん夫婦と仲良く暮らして 元気いっぱいの笑顔で 口 ています。そんな川田さんの一が送って行ってくれるほど慕わが ナウイル ミテさんは、 月に100歳を迎えた川 れ、「早く行きたいでルス感染症の影響で実かすこと。今年は新型と集まり、健康体操な 息子の國義 田さん ます

キハ

■人吉市内の 100 歳以上の皆さん

年齢

111

107

104

104

103

103

103

103

102

102

102

102

101

101

101

101

101

101

101

催したそうです。

1 0 0

歳を迎

は総勢37人の親戚が集まり、

宴を

住所

下林

大畑麓

下青井

東間上

 $\blacksquare$ 

相良

鬼木

瓜生田

下戸越

鍛冶屋

西間下

瓜生田

願成寺

西間下

鹿目

七地

兼田 美代枝

下林

鶴田

中神馬場

の孫や家族に愛され、

白寿祝いに

え「たくさんの苦労があったのに

よう」とこれまでを振り返り笑顔。

00年生きてこれたことが夢の

長生きの秘訣は

「いろんなもの

孫たちに囲まれなん

名前

前田 ハナ

平川 ヨ子

東 フヂエ

原口 三角

柿本 百合

桒原 アツ

髙木 ツヨノ

坂井 チヅカ

段村 サダノ

辛川 ミサヨ

米津 イクヱ

並河キクヨ

大嶽 ハツ

俣野 久子

谷 澄香

宗村 香

西 藤藏

北﨑トミ

松下 モトエ

(敬称略。年齢は9月23日現在。本年度末100歳到達者含む)

E	3 と 7 し (	10 十메ル	7月23日現任	。 44)
	名前	年齢	住所	
	日隠 クミ	101	寺	西台
	中園 オイト	101	東間下	上村
	中原 シヅコ	100	蓑野	横谷
	竹下 サタエ	100	西間下	竹下
	別府 隆	100	下新	平川
	月足 吉子	100	瓜生田	伊賀
	福原 タツ	100	西間下	新村
	藤田 シモノ	100	鬼木	尾方
	大河内 操	100	西間下	池﨑
	堀イノ	100	堀	Ш□
	岩崎 イチカ	100	瓜生田	平田
	河本 ツイ	100	下青井	甲斐
	田代 ナミ	100	寺	田山
	前村 貞	100	蟹作	樅木
	向松 スギエ	100	上田代	中島
	見連場 キクエ	100	鬼木	宮本
	川田 ミテ	100	上永野	大川
	菊池 チヒロ	99	瓜生田	尾﨑

99

願成寺

住所 年齢 99 願成寺 キミエ オナミ子 99 赤池水無 シキヨカ 99 合ノ原 トミユキ 99 上林 || マサエ 99 蟹作 冒スギ 99 鬼木 すフミ子 99 瓦屋 瓜生田 方 チトシ 99 奇壽子 99 上新 ロハルエ 99 願成寺 日フサエ 99 宝来 99 上林 と モトエ 山ツルミ 99 上田代 願成寺 卜義明 99 島キリエ 99 北泉田 ト 梅子 99 紺屋 99 大畑麓 川ミヨノ 﨑 チエノ 99 寺

人吉市役所 ☎22-2111(代表)

所 〒868-8601 人吉市下城本町 1578 番地 1

開 庁 日 月~金曜(祝日を除く) ホームページ

開庁時間 午前8時30分~午後5時15分

https://www.city.hitoyoshi.lg.jp/

#### 人吉市関連施設

カルチャーパレス ☎24-3311 スポーツパレス **2**22-1688 道 **2**22-5497 センター **2** 2 4 - 8 4 2 0 **2**22-6700 公 鉄道ミュージアム **23**48-4200 **2** 2 4 - 3 5 1 8

人吉市の住民基本台帳人口 令和2年8月末日現在 ※() は前月比 31,765 人(- 62 人) 14.643 人(- 23 人) 女 17,122 人 (- 39 人) 世帯数 15,427 世帯

ホームページをぶ続きが必要です。

ジをご覧くだ

さ

詳しくは市

給口座の変更がある場合は手 ※受給を拒否される場合や支 付金を振り

込みます。

給付金で利用された口座に給次第、ひとり親世帯臨時特別

問合せ 消印有効 業推進室 特別定額給付金事

新型コロナウイルス感

人吉市教育委員会

て

修学旅行費などの援助を行

学用

品費·給食費·

される人は傍聴できます 定例会を開催します。 定例会が傍聴できます 希望

い合わせく

詳しくはお問

合わせください。

内容が変更になることが 染症や被災状況により、

問合せ ス仮本庁舎3階議員控室 市役所カルチャ-午前9時3分~ 3分~ 市教育総務課総務係 パ

場所

給付金の申請がお済みでない

人当たり10万円特別定額

請期限が迫っています!2万円特別定額給付金

お

知らせ

期日

時間

人は早め

の

申請をお願

いし

ま

援助します小・中学生

中学生の就学を

申請期限

10月12日(月)

百

学が困難な児童や生徒の保護市では、経済的な理由で就

10 10 10 10 **日** 月 月 月 月 **程** 23 19 16 14 日 日 日 日 儉 仴 儉 冰

就学時健康診断を行 11

す。

の

人吉西小学校 人吉東小学校 大畑小学校

問合せ 健康診断や小・中学校を通じ て案内を配付 います 行 就学時健康診断を います 市学校教育課教育係 します。 就 3学時

来春の小学校入学予定児童 ま

※対象者には個別に通知し11月17日(火)東間小学校 問合せ 11 生活支援給付金ひとり親世帯への

市学校教育課教育係 **の** 

世帯への生活支援給付金補助 を対象に給付 金」を活用し、 市では、「熊本県ひとり親 金を支給し ひとり親世帯 ま

対象者 り親世帯臨時特別給付金」 県内です っでに

支給方法 支給を受けた世帯 世帯2万円 の

支給の準備が整

11

業日数を確保するため、 登校日となり プロジェクトにつ らせした「家族の時間づく 日金は市内 7の全小中学校が味するため、10月 ます。 いて は、 授

問合せ ましょう。 家族の時間づ 今年度は、 市地域コミュニテ 週末を利 りに取り組 して み

課男女共同参画推進室

「家族の時間づくり」プロジェクト 学校休業日の中止

問合せ

市福祉課児童福祉係

すでに支給しています。)

(児童扶養受給者の人には、 人は、至急お手続きくださ 金の申請がまだお済みでな ※ひとり親世帯臨時特別給付

広報ひとよし8月号でお 知

HITOYOSHI 2020.10.01

# 5歳以上の

#### 市民健診 (検診車) を実施します

対象者 75歳以上の人

※生活保護世帯は無料です。

申込者には、受付時間を30分ごとに区切って通 知します。指定された時間にお越しください。新型 コロナウイルス感染症予防のため、指定された時間 以外の受診はできません。

※1日当たりの検診人数に限りがありますので、対

象地区以外の日程で調整する場合があります。

※指定された日時で都合が悪い人は、市保健セン ターに連絡してください。

※乳がん・子宮頸がん検診は、11月23日(月)・24日(火)、 29日(日)・30日(月)に実施します。詳しくは広報ひと よし11月号でお知らせします。

期日	会場	
10月18日(日)	西瀬小学校	宝来町、相良町、上薩摩瀬町、下薩摩瀬町、下城本町、矢黒町、上永野町、下永野町、上戸越町、下戸越町、鹿目町、中神町小柿・段山
10月19日(月)	市保健センター	西間上町、西間下町、浪床町、蓑野町、古仏頂町、木地屋町、東大塚町、 西大塚町、七地町、蟹作町、田野町
10月20日(火)	市保健センター	合ノ原町、井ノ口町、瓦屋町、鶴田町、駒井田町、上青井町、中青井町、 下青井町、城本町、東間上町、東間下町、赤池原町、赤池水無町
10月21日(水)	大畑町公民館	東漆田町、上漆田町、下漆田町、上田代町、下田代町、大畑町、大畑麓町、大野町、矢岳町
11月6日金	市保健センター	上新町、下新町、北願成寺町、南願成寺町、北泉田町、南泉田町、鬼木町、 二日町、五日町、七日町、九日町、大工町、鍛冶屋町、紺屋町、土手町、 灰久保町、新町、老神町、寺町、南町、田町、上原町、麓町、原城町、富ヶ 尾町、中城町
11月7日(土)	市保健センター	上原田町全域、下原田町全域、上林町、中林町、下林町、温泉町、中神町馬場・段・城本・大柿

問合せ 市保健センター健康増進係 (☎24-8010)

クスで申し込むこともできま

申し込むか電話、 間別館1階4番窓口)

郵送、

ファ

②市高齢者支援課

(市役所西

に直接

んでください

①実施医療機関に直接申し込

申込方法

申込期限

11 10 月 月 30 30 日 旧 (月) 儉

接種期限

手続きをお願いします。

必要です。

まだの人は急いで

希望者は事前に申し込みが

65歳以上のための インフルエンザ予防接

種

○10月26日月 ちの人は受検しましょう。 ので、該当する計量器をお持 られています。 期検査を受けるよう義務付け器は、法律で2年に1回の定 次の日程で検査を行 人吉球磨能力開発 午 前 10 時 います 午

振興課商工係

取引や証明に使用する計量 計量器の定期検査を しましょう

い。生活保護世帯は無科。 ※医療機関窓口で接種後支払 申込・問合せ 課元気・長生き係 接種料金 2

市高齢者支援

本県計量協会(**な**0 c 3 6 7 ・農業、 物などの売買に使用するは 7 8 漁業の 生産者が生産 団法人 市商 9

か

かり

物の運賃算出用に使用する 宅配など運送業者などが は 貨

農協、 出荷などに使用するは協、漁協等流通物資の

使用して いる体重測定用 0 か集 は

いる調剤用のはかり 病院、 学校や病院、 薬局などで使用し 保育園などで そ

用するはかり 検査対象計量器 商店などで商品 の売買に使

計など) **手数料** ~2200円 1台当たり50 0 Ď.

計量器 (質量

午後1時までは除き

ます。 ※正午

後 3 時 東西コミセン 午前9 時 午

持参するもの

東西コミセン 午前9 時 午

問合せ 市都市計画課街路公

園係

市道 鬼木小山田線 (フルーティーロード) 仮設道路 片側交互通行 都市計画道路 下林願成寺線 人吉変電所

> さい。 さい。 備え付けの箱に投函してくだ入館時間をカードに記入し、 覚・嗅覚異常などの自覚症状 ※発熱している人や咳・ ※入館時に氏名·緊急連絡先 内 今後の状況で、

> > 問合せ

八代年金事務所

**2** 

せくださ

※届け出の詳細はお問い

合

が必要です。

受給権者住所変更届」

などは、年金事務所に「年金

0

9 6 5

35

6 1

2 3

問合せ がある人の利用はご遠慮くだ 止することがあります。 サ ービスを

市図書館

お済みですか?歯周疾患検診の受診は

市保険年金課国保年金係

被災で医院によっては受診で されていない人は各歯科医院 でとなっています。 疾患検診の検診期間が12月ま へ事前予約をしてください 6月から実施している歯周 まだ受診

【万江病院】 ◆10月28日水 問合せ 検診期限 夕 て ※送付している書類が紛失し いる場合は、市保健セン へ連絡してください。 12月29日伙

午 前 10

時

~ 正午

愛の献血学 市保健センター健康

増進係

問合せ す。人の協力をお待ちしてい の影響で全国的に血液が不足 ※新型コロナウイルス感染症 しています。 午後1 0 0 別別献血だけです。 時 市保健センター健康 ~3時30分 1人でも多く ま Ö

新型コロナウイルス感染症

部利用再開のお知らせ

人吉市図書館

都市計画道路下林願成寺線の

工事が始まります

·林願成寺線函

渠き

(水路)

変更は届け出が必要です

年金受給者の住所・口座の

年金の受け取り口座を変更

ご協力をお願い

します。 片側通行止

変ご迷惑をお掛け

しますが、

部サ

ービスを再開しまし

事項を記入し、

変更後の銀行

の提出が

が必要です

必要

渋滞が予想されることから大

仮設道路の切替を行います。 布設工事のため、交通規制と

豪雨災害発生のため、

図書館

「年金受給権者受取機関変更

たいときは、

年金事務所に

を臨時休館していましたが

拡大予防対策と令和2年7月

函渠工事期間 交通規制内容

10月上旬

てください

利用時は次のことを心掛け

ださい。

年金を受給されて

で預金口座の証明を受けてく

・咳エチケットの着用

<sub>0</sub> ルコ 徹底

手指消

備え付けのア

ル

で

と違う場所にお住まいが未収録の人、住民票の

日本年金機構にマイナン

る人の住所が変わっ

た時

や

滞在時間はおおむね30

分以

合

成年後見を受けて

る人 の場 和3年2月下旬

2021年版(令和3年版)

# 市民手帳の販売を 開始します

ノバー



町内会以外の団体(事業所など)や個人で申し込んだ人 は、代金引き換えでお受け取りください。町内会を通じて 申し込んだ分は、町内会長にまとめて渡します。

販売期間 10月12日(月)~12月18日(金)

※土・日曜、祝日を除く

時間 午前8時30分~午後5時15分

市企画課(市役所カルチャーパレス仮本庁舎3階)

1冊=550円(税込み)

※現在、予約受付中です。購入を希望される人は早めにお 問い合わせください。

問合せ 市企画課企画政策係(☎22-2111 内線 2225)

11 HITOYOSHI 2020.10.01

熊

6

工

令和2年7月豪雨災害の影響で指定ごみ 袋が品薄になったため、中身の見える袋も 使用可能にしていましたが、10月1日(木) から指定ごみ袋での収集を再開しています 集積所にごみを出される時は、指定ごみ袋を ご使用ください。

# 祝日のごみ収集

クリーンプラザへの持ち込みもできません。

問市環境課廃棄物対策係

(☎22-2111 内線2712)

# 5 カ月児学級



受付時間 3歳6カ月=午後0時30分~1時 7~8 カ月 = 午後 1 時~ 1 時15分 1歳8カ月=午後0時45分~1時10分

※親子(母子)健康手帳、問診票、健やか親子 21 アンケートをお持ちください。

※5カ月児学級は、子どもノート、親子(母子)健 康手帳、バスタオル、お出掛けに必要なものをお 市保健センター母子保健係

# 10月の納税

11月2日月

市・県民税(第3期) 国民健康保険税 (第4期) 介護保険料(第4期)

後期高齢者医療保険料(第4期)

市指定金融機関、市収納代理金融機関、コンビ ニエンスストア(バーコード印字のみ使用可)で納

納税には便利で確実な口座振替をご利用くださ い。納税通知書・通帳・通帳印を持って金融機関

# 11/3(火)

# 相

# 談

# 自死遺族出張個別相談

た人の相談を保健師や公認心 大切な人を自死で亡くされ

午後2時~4時 人吉保健所(西間下 10月22日休

時間 期日

センター 熊本県精神保健福祉 0 9 6 38

薩摩瀬町1

602番地1)

リワ

申込・問合せ 熊本県福祉人

研修センター

0 9

6

問合せ 86番地1) 場所 時間 期日 ※事前予約が必要です。 理師がお受けします。

# 無料相談福祉の仕事に関する

いてなど、 情報提供を行 無料で求人事業所からの相談 も受け付けます。 ある人の相談を受け付け、 福祉の仕事内容や資格につ 福祉の仕事に興味 います。 相談は

の

午前10時30分~午後3 ク球磨 〒 時間 期日 分 やその家族 月13日金・ 午後1時30分 10月9日金・

27 日 金

4 時 30

・熊本県女性相談センタ

日時

平日午前8時30分~

午

23日金

問合せ 若者サポ 薩摩瀬町1 ションやつしろ · 8739) 口 6 ヮヿ 02番地1) **A** - ク球磨 9 トステ

〒

5 力月児学級 = 午前 9 時40分~ 9 時55分

災害時のストレスで DV発生リスクが高まります

**若者サポートステー** 

トステーション

加え、 相談ください の発生リスクが高まります ざまなスト 染症の感染リスクなどのさま 難生活や生活再建への不安に 令和2年7月豪雨災害で避 人で抱え込まず、 新型コロナウィルス感 レスで、 DVなど まずはご

す。気軽に相談してください。

15~49歳で求職中の人

伝いをします。

相談は無料で

な不安や悩みを解決するお手

働くことに関するさまざま

後10時(土・日曜、 096 前9時~) 3 8 1 祝日は午

談も可能です DV相談 + 2 7

問合せ (24時間対応) **☎** 0 1 2 0 · 熊本県男女共同参画 8 9

センター (209 6

※最寄りの警察署などへ (#9110)

の

り一部の神事のみ行い、10月ウイルス感染症拡大防止のた7月雾雨の場際で 列をはじめ、演芸大会や各種 9日 金に予定していた神幸行 7月豪雨の影響と新型コロナ の秋季例大祭 令和2年 【お詫びと訂正】 広報ひとよし9月号 (1133号) 15分 「うぉ~むはあと 10月の案内」に

# 人吉球磨能力開発センタ 建設機械講習

内に次の講習を開催し  $\widehat{\Box}$ ラー)

だくか、ホームページをご覧※詳しくはお問い合わせいた 車両系建設機械(整地など) 車両系建設機械 -クリフ (解体用)

くださ 練法人人吉球磨能力開発セン 場所・申込・ hk-noukaicenter.com/ ホームページ 22 24 7 5) 問合せ http://www.

**ホ** 22

限を延長しました。

一定以上の被害を受けた人は

自動車や事業用資産などに

職業訓

れる人は、事前申し込みで平

※学校見学

や説明会を希望さ

W

※平成30年7月以降に購入さ合わせの上お越しください。 市商工振興課に問い

う **申** 除く)

問合せ むは

れた回数券に限ります。

さざな

あ

ک **ک** さざ

る (**☎**22 ざなみ

市商工

振興課商工係

入浴回数券

企业教育1校で、由一人1回人者できます。

入浴回数券

磨地域に住所や本店がある人

令和2年7月豪雨で人吉球

延長や減免を行います県税の申告期限などの

の県税の申告や納付などの期

受付場所

市商工

-振興課

平日午前9時~午

ます

ポ

ツ

レス2階)

還付を希望する人は

詳細を

利用料 後 5 開所時間

無料

(材料代などを

・ジでご確認

還付を行

、ます

※ サ

· クル活動、

自由利用、

講師:荒川

美紀さん

手元に残っているお客さんへ

くまりば温泉入浴回数券が

25 18 日 日 水 水

子育て講座 ふれあいサロン

バ

レ

回数券を還付しますくまりば温泉入浴

日水

年齢別活動(1

申請期限

令和3年3月31日

保育相談は随時受け付けて

人吉准看護学院

入学生募集

できます。就職先も病院や老格率で一生使える資格が取得て少ない時間と費用、高い合 る仕事です。 人施設、保育園とさまざまで、 生涯安定して働き続けられ 准看護師は、看護師に比べ この機会に准看

場所

さざなみ保育園

自動車税事務所(☎096

年齢別活動(0歳児)

時間

午前10時~

集って交流する場です。

問合せ

県南広域本部

9 6 5

さざなみ☆うぉ~むはあと

を受けられる場合がありま 付が困難な人は、納税の猶予 県税の減免、被災で県税の納

うお~

むはあと

11月の案内

子育て中の親子が気軽に

座 

受験資格 ませんか? 護師という選択を検討してみ 中学校卒業(見込

受講料

無料(テ

丰

スト代が

訓練期間

12 月

日火~令

3年2月26日金

募集人数 40 人

はホー 日 (日) 試験日 ※願書受付期間など、 2 月 21 日 田 令和3年1 ムページをご覧くださ 11月8日 (日) 月24日(日) 詳しく 12 月

問合せ 日午後8時まで土・日曜日 対応して 29 人吉准看護学院 6 2 います。

おく

中止します

hitoyoshi-med.jp ム ~ ジ http://

「おくんち祭」

は、

青井阿蘇神社

# 職業訓練生募集厚がいのある人対象

内 容 どがある人 対象者 身体障がい、精神障 高次機能障がい、 知的障がい、 発達障が 難病な

ご理解とご協力をお願いし

ツ大会は中止します。

いがい

座を選べます。 でパソコン操作などを学ぶ講 ビジネス実践コー はの個別対応で、初級、中級、 **一ラー** ニングならで スから在宅

募集期限 10月30日金

問合せ

青井阿蘇神社 **T** 

んち祭の神幸行列を

門校(四0) 申込先 限会社システムランド) 訓練場所 (下薩摩瀬町1 別途かかります。) 熊本県立高等技術専 ハローワー 自宅 (委託先: 9 6 02番地1) 2 9 7 ク 球

# ようこそ としょかんへ!





問 人吉市図書館 ☎24-3518

場 所:カルチャーパレス内 開館日:火~日曜、祝日 開館時間:午前9時~午後5時

休館日:月曜日(祝日に当たる場合はその翌日)

10月の休館日

5日、12日、19日、26日

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、 今後の状況に応じ、サービスを中止することがあ

市ホームページ、市公式Facebook、デタポン などでお知らせします。

### みんな大好き大型絵本

毎月行っている読み聞かせ会で人気の大型絵本 を紹介します。

ぴょーん



絵だけの本なので読む方の力も必要ですが、エ 夫もいろいろできて何度でも読めます。出てくる 動物の表情が楽しく、子どもたちも大変喜んでく れました。

(1~5歳児に読まれた:河野順子さん)

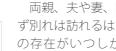
#### 新刊案内

「動物の言葉」驚異のコミュニケーション・パワー

ブランドン・ケイム 著 安納 令奈 訳 動物の言葉について学術的な研究 が進み、動物は数多くの、それも驚 くべきやり方で情報をやり取りして いることが分かってきた。この本で は、動物のコミュニケーション能力 を、写真やイラストを使って分かり やすく解説しています。

大切なあの人に 聞けばよかった 話せばよかった

聞こう話そう委員会編



両親、夫や妻、同僚……やがて必 ず別れは訪れるはずなのに、その人 の存在がいつしか当たり前になっ て、大事なことを聞く機会、伝える 機会を永遠に逃してしまわないか。 「後悔」を基にした113人からの体 験的アドバイスをまとめた本。

#### いのちを救う 災害時医療

#### 森村 尚登 著



災害時にどうやって「いのち」を 救うことができるのか。命を守る最 前線のこれまでの取り組みをまと め、どう考えどう行動すべきか、体 制作りから個人で何ができるかま で、日々の危機管理のヒントを得る ための本。

#### 加藤英明、カミツキガメを追う!



聞けばよかった

世界中の爬虫類を追う「爬虫類ハ 年取り組んでいるのがアメリカから 来た外来生物カミツキガメの調査。 ペットとして持ち込まれた危険外来 生物の問題を通して、自然と人との 関係を見つめ直す一冊。

ヒットビズ(人吉しごとサポートセンター) の活動の様子をお届けします。

# Hit-Biz 通信

ホームページ: https://www.hit-biz.jp 2080-4380-5656 (松山)

#### 災害支援のジャストインタイム方式 ~ビズ・スタイルその8~

新型コロナウイルス感染症と令和2年7月豪雨 で甚大な被害を受けた人吉。車がひっくり返って いる状況や、多くの車が流された情報を知るにつ け、車の手配は喫緊の課題になり、災害ごみなど を片付けるための軽トラックやダンプトラックが 必要になることが想像できました。

そこで、株式会社オートメッセ (熊本市) の協 力とスマートサプライという仕組み(必要なもの を必要な人に必要な分だけ)の組み合わせで、「軽 トラック無料提供貸出 | を企画しました。人吉、 熊本、東京、沖縄などから協力者が集まり、プロ ジェクトはスタート。義援金サイトの構築や貸出 オペレーションの手配、資金の計算などを行い、 10日ほどで実施にこぎ着けました。7月19日深 夜に軽トラックが到着、支援金も順調に集まり、 20日の運用開始から8月末まで、毎日ほぼ100公 の利用率で活用されました。(9月からの運転資 金は、国際ロータリー第2720地区(熊本・大分) からの義援金で賄われました)

支援する人と利用する人がリアルタイムに状況 が分かる「見える化」が良かったようで、軽ト ラックに続き、熱中症対策のクーリングファン付 きベストの提供などのプロジェクトも開始。また、 NHKのあさイチで全国放送され、とても大きな 反響となりました。

「必要なものを必要な人に必要なだけ」という 災害支援のジャストインタイム方式は、物資が 余って引き取り手がないとか、廃棄せざるを得な いとかの困りごとをクリアする良い方法でした。 実施に当たっては、ニーズの把握と予測、オペ レーションの確保、リスクの覚悟、そして共感の 輪がポイントであり、応援してくださった関係各 位には心から感謝を申し上げます。災害対応とい う待ったなしの対応の中で、この仕組みは将来に 生かしたいシステムです。



▲多くの被災者の災害ごみ片付けなどに役立った無料提供 貸出の軽トラック



子どもたちの安全を見守る子ども王国保安官。 その活動の様子を紹介します。活動の参加に興味 のある人はお問い合わせください。

問合せ 市教育委員会(市教育総務課内 ☎22 -2111 内線5212)





保安官になって10年、東校区は交通量が多く 道幅も狭いので、児童の安全に目を配り、自転車 通学の高校生に「気を付けて」と声を掛けるなど 「万が一」に常に務めています。遠くに住む可愛

い孫もこうやってお世話に なっていると思うとやる気 も上がるものです。この活 動は、私にとって健康のバ ロメーター。元気の秘訣に なっています。

東校区保安官 小川 政治さん

15 HITOYOSHI 2020.10.01 広報ひとよし 10月号 14 No. 4

# 教えて!

# マイナちゃん

ここがポイント!マイナンバー

マイナンバーの最新情報などを毎月お知らせします。

10月の休日のマイナンバーカード交付・申請支援は休止します。

# マイナンバー Q&A

マイナンバーカードや電子証明書の有効期限は?期限が切れたあとは?

マイナンバーカード は交付から 10 回目の誕生日まで(20 歳未満は 5 回目)が有効期限です。(券面に有効期限の記載あり)期限が切れると身分証明書として使えなくなります。

#### 対処法

- ☞カードの更新(作り替え)が必要です。
- ☞パソコン、スマートフォン、郵送で手続きができます。市市民課窓口で申請のサポートも行っています。(写真撮影、Webでの申請)

電子証明書 (利用者証明用電子証明書、署名用電子証明書) は交付から5回目の誕生日までが有効期限です。期限が切れた場合、e-Tax などの電

子申請やコンビニ交付、今後予定している健康保 険証利用などに使えなくなります。

#### 対処法

- ☞更新手続きが必要です。
- ☞お住まいの市町村窓口へ。

※いずれの手続きも有効期限の3カ月前から可能です。マイナンバーカードは申請から交付まで約1カ月程度かかります。

※カードを紛失した場合の再発行は有料です。

#### 7月豪雨災害でマイナンバーカードを 流出・汚損された人へ

罹災証明書と本人確認書類(免許証など)を市 市民課窓口にお持ちください。再交付の手数料が 免除され(無料)、申請することができます。

マイナンバーカードの交付率 20.5% (令和2年8月末)

市市民課市民係(☎22-2111 内線1212)

まっ の皆さん ところも 皆さんが を通して、 感がある中、 からまち全体にどことなく疲 の笑顔は変わ 夫をするなど ここ数カ で明るい姿や、 生き物、 むの や保護者 の 0) みとの思 み のほころんでい 豪雨災害に見舞 私も日差 食べ 子どもたち 6 渡 関係者 応援する保護者 ぬままで つ 、物など、 りました。コー学校と大 しや風、 もとは違 さを感じ、 るお われ 皆さ 子ども なりも れ の Ŧi. て 元気 の の 雲 感 顔 労 7 う 予 エの



Mayor's Diary

Vol.57

#### 行政相談を実施します!

は無料で秘密は必ず守ります。

写しを取り、返してほしい。

きにも使えました。

行政相談の事例と紹介

なりました。

行政相談とは?

10月19日(月)~25日(日)は、 「行政相談週間」です。



# はい、こちら 消費生活センターです

人吉市消費生活センター **☎22-2111** 内線 1215・1216

#### 行政相談「暮らしのなんでも相談」

毎月第4火曜日(10・12月を除く)に相談会を 実施します。

※時間と場所は市消費生活センターへお問い合わせ ください。

#### 10月は「消費生活なんでも相談会」も実施します

弁護士や司法書士、臨床心理士、行政相談委員が さまざまな悩みの相談に応じます。(要予約)

**内容** 無料法律相談や心の相談、生活資金、行政サービス、暮らしに関するさまざまな相談

期日 10月18日(日)

時間 午前10時~午後3時

場所 市消費生活センター(市役所西間別館2階) ※今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況に よっては、時間や場所が変更になる場合があります。 予約時にご確認ください。

# 保健センター子育て通信

行政全般の苦情や意見、要望を受け付け、相談者

と行政機関の間に行政相談委員が立ち、公平・中立

の立場から、解決や実現を促進する制度です。相談

○小学生が柵のない水路に転落しそうになった。安

⇒防護柵が設置され、安心して通学できるように

○いろいろな手続きに必要なので、戸籍謄本などは

⇒原本の写しを取り返却されたので、ほかの手続

全に通学できるよう改善してほしい。

#### みんなで楽しく食事をしましょう!

食事は、栄養を摂るだけではありません。家族や周囲の人と一緒に楽しく食事をすることは、心と体を健康にするとても大切な行為です。しかし、水害発生後、環境の変化や仕事など忙しい日々の中で、子どもと一緒に食事をする機会が少なくなっていませんか? 子どもにとって食事の時間は、食生活の基礎を作り、生涯の健康にも大きな影響を与えます。

災害で子どももストレスが多くなっています。一 緒に食事をする機会を増やして子どもの心を落ち着 かせ、楽しく食の力を育てましょう。

○一緒に食事をすることで、食事が楽しくなるだけでなく、いいことがたくさんあります!

#### 食の知識や食事のマナーを覚える

食事中に、食材や食文化について話すことで、食の知識が身に付きます。周囲の人の食べる姿を見て、 自然に食事マナーを学習することもできます。

#### 好き嫌いの少ない子どもになる

味覚は、食べた時の視覚や聴覚など他の情報と一緒に記憶されます。楽しい雰囲気で食べた物は美味 しいと覚え、好き嫌いの少ない子どもに育ちます。 離乳食期から優しく声掛けをしましょう。

#### コミュニケーション能力を育てる

家族の集まる時間は、その日の出来事を話し合う 大切な場になります。食事が楽しくなるだけでなく、 コミュニケーション能力を育てることもできます。 食への関心が深まり、さまざまな物を食べるように

一人で食事をすると、食べる物が偏りがちになり、 栄養バランスも悪くなります。一緒に食べることで、 食に関心を持ち、バランスよくいろいろな物を食べ

#### 間すくすく子育てセンター

ることができるようになります。

(市保健センター母子保健係 ☎24-8420)

人吉市長 松岡 隼人

広報ひとよし 10月号 16

あります。 哀悼の意をお伝え申し上げ 豪雨災害で被災された方々に のような事態になってしまっ 旅館に宿泊させていただきま 球磨焼酎をいただき、 役に立てれば幸いです。 たことに心を痛めます。 した。 復興に向けて少しでもお 風光明媚な球磨川 >。 人吉市内の酒造で人吉を訪れたことが 市内の 九州 がこ

張って 光で遊びに行ける日が来るま 願っております。 ができる日が早く来ることを 少しでも気持ちが安らぐこと ら祈ることはできますので、 は簡単ですが、 せてもらいます。 い日々だと思います。 新潟からできることをさ 歩一歩再生に向 実際は泣きた そちらに観 新潟か か い 頑

応援 しています

とをやってくださいと言うの

人吉・球磨のみなさん 応援しています!

★無理のない範囲でやれるこ

全

玉

か

5

0

X

ניי

セ

ジ

のりと思いますが、復興へ向に勇気付けられます。長い道張っている方の姿を見るたび ています。け頑張ってください。のりと思いますが、復 応援し

があるからだと思います。 を育てた人吉市に大きな魅力 かされるのは、 なにもこの被害で自分が心動 がないにもかかわらず、 ていたことです。 刺しを食べに行きたいと話し < 仲良くしてい く話していました。 人吉市は自然が豊かで歴史深 るたびに胸を締 ★大雨の被害、 暖かい 人吉市には、 町であることをよ た友人がおり、 その友人自 め付け 報道で目にす 訪れたこと 大学時代に いつか馬 られ ま

★以前、

※住所、 kumamoto.jp 電子メール 人吉市下城本町1578番地 市企画課広報担当 電話番号を記入してく 氏名(ペンネー kikaku@hitoyoshi 7

ださい。 年齡、



事などを書いてお送りくださや人吉への思い、身近な出来広報ひとよしを読んだ感想 い、身近な出来しを読んだ感想

8

す。 もあり るものなど回答でき 特定の個人を誹謗

※月2回開封しています。 ◎市役所カルチャ ひらめき箱の設置場所 本庁舎1階ロビ

◎市役所西間別館正面入口 パ レ ス仮

や市ホー ※ 市 ホ 意見の回答は、 ルを利用できます。 -ムページで公表しまい回答は、市の掲示板 ムペ ージから い場合の中傷す も電子

kumamoto.jp

電子メー

info@hitoyoshi.

願

、ます。

(尾方)

を終えて7

勇気をもらいま

した。

も早く日常が戻る日を

支え合う市民の皆さんに

き、

「お互いさま」

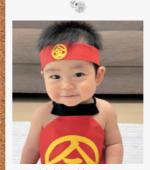
育が休 3カ月を迎えようとして 徐々に体を慣らして ばかりです。 ます。 い安定した生活を願う あれ てした矢先の豪雨災に体を慣らしていこ 皆さんの から早 一日も もので

ら温かいメッセージ 介していますが、^ 日頂いています。 いが皆さんの力につなが 上部や右ページで から仕事復帰 この思 -ジを毎 も紹

編集後記 

配ろうと立ち上がっな情報」だから少し 災地域の しかし、 ださいました。 避難所へ届けることに。 となり、配布可能な町と 報紙の配布も困難 広報担当として感謝に 雨災害後すぐ、 広報紙を見た被 町内会が「大事 つてく しでも

<sup>なかむら はる</sup> 中村 陽ちゃん 6カ月 (鶴田町) 令和2年3月24日生 康大パパ・未世ママ 生まれてきてくれてあ りがとう! いっぱい 笑って大きくな~れ



<sup>ふじかわ みなと</sup> **藤川 湊**ちゃん 1歳 (井ノ□町) 令和元年8月31日生 俊一郎パパ・由莉子ママ じいちゃん、ばあちゃ ん、これからもたくさ ん遊んでね!!



たがはします。 高橋 実央5ゃん 2歳 (蟹作町) 平成30年7月2日生 佳孝パパ・美沙ママ 今日はちょっとオシャ レしたよ♡ じいじば あばもみてるかな⊕?



(☎ 22-2111 内線 2222) kumamoto.jp 右の二次元コードを読 み取ると応募フォームか

3歳までの子どもの写真募集中! 応募・問合せ 〒 868-8000 人吉市下城本町 1578 番地 1 連絡先を 忘れずに 電子メール kikaku@hitoyoshi ら申し込みができます。

「ふるさと納税」制度は、市の貴重な財源となっ ているだけでなく、市の特産品を全国へ PR できる ため地域の活性化につながっています。

人吉市では、ふるさと納税をしていただいた人へ の返礼品として、地元の特産品を多数そろえていま す。その中からお薦めの品を紹介します。市外に住 む家族や友人にぜひご紹介ください。ふるさと納税 に関するパンフレットも準備しています。詳しくは お問い合わせください。

■問合せ 市企画課情報政策係

(☎22-2111 内線2222)

○6~8月に寄せられた寄付 32,678件 3億9,510万6,916円

\_\_\_\_

### ひとよしの逸品紹介

「三宅養鶏場」の球磨球子

黄身が濃厚でおいしい、焼酎からの贈り物

球磨焼酎をつくる過程で発生したビタミンや食物 繊維をたっぷりと含んだ焼酎かすを発酵させ混ぜ込 んだ餌は、鶏たちにとって最高のごちそう。球磨球 子は、黄身が濃厚で臭みが少ないのが特徴です。こ の卵を食べても酔っぱらいませんのでご安心を





## ふるさと人吉応援メッセージ

- ●大変な被害に驚いています。日本のみんなが寄り 添い応援していることを心の隅に置いてくださ い。お体、大切にしてくださいね。(大阪府)
- ●このたびの豪雨による被災、心からお見舞い申し 上げます。ボランティアとして赴くことができま せんので、わずかではありますがこの返礼なしの ふるさと納税を復興に役立てて頂ければと思いま

ふるさと納税の寄付と共に寄せられたメッセージを 抜粋して紹介します。

す。一日も早い復興を願っております。(神奈川県)

- ●豪雨被害に遭われた方々へエールを。心が折れる こともあるでしょうが、ゆっくりゆっくりご自分 を取り戻してください。応援しています。(栃木県)
- ●一刻も早く、日常が戻ってきますように。微力な がら寄付させていただきます。(福岡県)

19 HITOYOSHI 2020.10.01 広報ひとよし 10月号 18

#### 11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	
	(日)	伊津野医院	22-3066	みずき薬局	24-6971	
1		掛井眼科医院	22-3383	高階誠心堂薬局本店	22-4633	
'		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	
	(火)	岡医院	22-3371	さくら調剤薬局医療センター前店	32-9657	
3		河野産婦人科医院	24-3838			
		人吉医療センター小児科	22-2191			
	(日)	願成寺ごんどう医院	22-4700	ひまわり薬局	22-1023	
8		小林脳神経外科	24-8331	たんぽぽ薬局	23-6170	
		たかはし小児科内科医院	24-2222			
15	(日)	人吉記念病院	22-5271	あおい調剤薬局	32-7677	
13		やまむら小児科・内科	45-0005	エスエス堂きりん本町薬局	45-6330	
		しらおく内科クリニック	25-1550	高階誠心堂薬局本店	22-4633	
22	(日)	たけだ眼科クリニック	23-3096	高階誠心堂薬局いずみだ店	24-8370	
		増田クリニック小児科	22-3570	五日町薬局	23-6228	
		田中医院	24-6127	高階誠心堂薬局かわらや店	24-5171	
23	(月)	田中クリニック	22-7222	鬼木調剤薬局	22-7122	
		たかはし小児科内科医院	24-2222	たんぽぽ薬局	23-6170	
	(日)	辻循環器科内科	24-8888	みらい薬局	24-4611	
29		たかみや医院	24-5611	きりん薬局西間店	24-6336	
		やまむら小児科・内科	45-0005	エスエス堂きりん本町薬局	45-6330	
救病	急 院	外山胃腸病院	22-3221			

※変更になることがあります。当日ご確認ください。

#### 行事カレンダー

		10月	12	(月)	25	(日)	
1	(木)	広報配布	13	(火)	26	(月)	
2	(金)		14	(JK)	27	(火)	
3	(土)		15	(木)	28	(水)	献血(万江病院)
4	<b>(</b> □ <b>)</b>	市内小学校運動会(東間小・大畑小を除く)	16	(金)	29	(木)	
4	(日)		17	(土)	30	(金)	
5	(月)		18	(日)	31	(土)	
6	(火)		19	(月)	11月		11月
7	(水)		20	(火)	1	(日)	
8	(木)		21	( <b>/k</b> )	2	(月)	広報配布
9	(金)		22	(木)	3	(火)	文化の日
10	(土)		23	金)	4	(水)	
11	(日)		24	(土)	5	(木)	

※CP:カルチャーパレス、SP:スポーツパレス

※変更になることがあります。

#### 各種相談ガイド

#### 無料法律相談(予約制)

予約時に、氏名・住所・電話番号・相談内容を確認します。場合によっ

ては相談を受けられないことがあります。 日時:11月4日(水) 午前10時~午後3時 11月17日伙 午前10時~午後3時

場所:市消費生活センター

**問合せ:**市消費生活センター(☎22-2111 内線1215・1216)

#### 暮らし安心法律相談(予約制)

生活上の法律についての相談に、司法書士会が協力します。

日時:11月5日(木) 午後1時30分~4時

場所:市社会福祉協議会相談室

**問合せ:**市社会福祉協議会(☎24-9192)

#### 暮らしのなんでも相談(行政相談)

行政窓口の対応など行政に対する苦情や意見、要望、暮らしにつ いてのお悩みなどの相談に応じます。

日時:11月24日火) 午前10時~正午

場所:東間コミセン

**問合せ:**市消費生活センター(☎22-2111 内線1215・1216)

#### 心配ごと・無料法律相談会(予約優先)

借金問題や就労相談など、日常生活に関わるさまざまな心配ごと

の相談に応じます。

日時:11月12日休) 午後1時~3時

場所:湯前町保健センター

**問合せ:**湯前町保健センター(☎43-4112)

#### こころの健康相談(予約制)

心の健康についてご相談ください。

日時・場所:11月12日休) 午後2時~3時、多良木町多目的研修

センター

11月27日金 午後2時~3時、人吉保健所

問合せ:人吉保健所保健予防課(☎22-3107)

#### 11月の八代年金事務所年金出張相談(予約制)

年金の相談に応じます。八代年金事務所でも年金相談を受け付け ています(予約制)。

日時:毎週月曜 午前9時30分~午後5時(23日を除く)

場所:市社会福祉協議会(予定)

予約先:八代年金事務所(☎0965-35-6123)

問合せ:市保険年金課国保年金係(☎22-2111 内線1222)

#### ■ 被災状況により、予定や場所の変更がある場合があります。

■ 暮らしのお困りごとについて解決のお手伝いをします。 相談は無 料で秘密は固く守られます。何でもご相談ください。

**問合せ** 市消費生活センター (☎22-2111 内線1215・1216)

#### ひとよしの情報発信

#### 人吉市ホームページ



ふるさと納税、観光、妊娠出産や子育て、福祉介護情報など、 市民の皆さんに必要な行政情報をたくさん掲載しています。

#### 人よしライフ(人吉市移住定住サイト)



人吉市への移住・定住を考えている人に役立つ、人吉の観光・ 産業や支援制度、求人情報などを紹介しています。

#### 人吉市公式インスタグラム



市の公式インスタグラム。 人吉の見どころ、イベン ト、景色など、インスタ 映えするものを紹介しま





#### 人吉市公式フェイスブック (日本のふるさとひとよし)



ント情報を載せ ています。



#### 人吉市公式フェイスブック(人吉市役所)



市からの最新情 報を載せていま







#### 視聴方法

- ① RKK テレビを視聴します
- ② リモコンの d ボタンを押します
- ③「デタポン」を選び「決定」を押します

21 HITOYOSHI 2020.10.01 広報ひとよし 10月号 20

# 頑張っている被災された人・支援者の人へ

令和2年7月豪雨から約3カ月経ち、皆さん体調は いかがですか。眠れていますか。食欲はありますか。 今回の災害で、多くの人たちが、大きなストレス、 心理的負担を感じていると思います。

ストレス状態が長く続くと、気持ちや体、考え方に、 さまざまな変化が表れることがあります

#### 気持ちの変化

- ・不安や緊張が強い
- ・イライラする
- 怒りっぽくなる
- ・気分の浮き沈みが激しい
- 涙もろくなる
- ・自分を責める
- ・投げやりになる
- ・誰とも話す気にならない

#### 体の変化

- 疲れやすい
- ・目まい、頭痛、肩こり
- ・吐き気、腹痛
- · 食欲不振、過食
- ・眠れない
- ・悪夢、同じ夢を繰り返し見る

## 考え方の変化

- ・考えがまとまらない ・同じことを繰り返し考える
- ・記憶力が低下する
- ・皮肉・悲観的な考え方になる

※子どもの場合、上記に加えて大人にしがみつく、よ く泣く、お漏らしする、聞き分けが悪くなるなど、い わゆる赤ちゃん返りがみられることがあります。

これらの状況は、人によっては数週間続くことがあ ります。強かったり、慢性的なストレスを受けた場合、 多くの人に起こりうる正常な反応です。

自然に回復していくことがほとんどですが、気持ち を誰かに話したり相談したりすることで、つらさが和 らぐことがあります。1人で抱え込まずにご相談くだ さい。

- ・食事や睡眠など、日常生活のリズムをなるべく崩さ ないようにしましょう。ご自分の時間も大切にしま しょう。
- ・ストレスの多いメディアの見聞を制限し、信頼でき る情報を収集しましょう。

気付かないうちに体に無理がかかっています。健診で 体の調子を確認したり、病院・医院の処方薬を飲んで いる人は、薬を切らさないよう心掛けてください。健 診や病院・医院に関する情報は、広報や市のホームペー ジなどでご確認ください。

こころの健康相談 熊本県精神保健福祉センター (2096 - 386 - 1166)

体やこころの健康相談 市保健センター健康増進係 (224 - 8010)

子どもの健康相談 市保健センター母子保健係 (224 - 8420)

# 健康的な気持ちと体を取り戻そう!

# 1. 腕を前に上げよう(10回)

- 肩の前の筋肉を鍛え、物の持ち上げなど が楽になります。
- と腕を上げる
- ①膝の上からゆっくり ②肩の高さまで上がっ たら、そのままゆっ



認しよう

**POINT** 

動かす足の太 ももの内側に

手を添え、筋

肉の動きを確



① 片足をゆっくりあげ ② 膝が伸びたら、つま る

先を手前に向ける。 つま先を元に戻し足 を下ろす

太ももの前の筋肉を鍛え、しっかり歩け るようになります。

2. 膝を伸ばそう(左右各 10回)

「1.2.3・・・」と声を出し、息を止めないようにしよう!