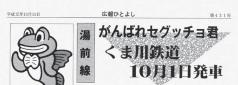


特集 存続の危機 くま川鉄道

本当になくなってもいいのですかへ

開業を伝える広報ひとよし





市民あげて

開業当時の「公共交通機関を 境は大きく変わり、現在では 生活の足である鉄道を守って その間、鉄道を取り巻く環

定させるため積み立てられて 者が少子化や自家用車の普及 約80%を占める通学定期利用 この主な理由は、利用客の

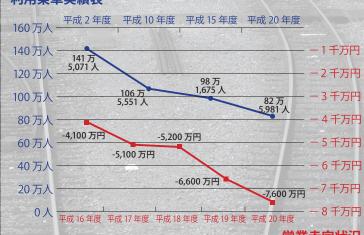
様々な運動が官民一体となっ

を残すため、署名活動や 地域住民の足である「鉄

化の一環として、旧国鉄湯前 緑の廃止が決定したことを受

くま川鉄道の歴史

-成2年度に140万人を





川鉄道」 続けば、あと2年でなくなっ 7千万円取り崩し などにより開業時5億7千万 2あった基金は、平成21年度 このままでは、 各市町村からの拠出や寄付



3n- 春の訪れ水上さくらまつり 関係 28 絶景展天風呂ゆのまえ<u>温</u>泉3

生き残りへの取り組み

しても、

また、「イベント列車」と 「恒例の「ビール列車」

に続いて「球磨焼酎列車」も

新たな可能性を



探っています。 企画。今後、

も数多くあります。 退につながった例は、

への通

き残りをかけて様々な取り組 みを行っています。 「くま川鉄道」は、 現在生

を進めています。 光列車」としての新たな展開 利用者増加をはかるため「観 機関の役割は果たしながら、 地域の足として、 公共交通

もので、 水戸岡鋭治氏のデザインによる
ストヒョカッスい
にいてがイナーである U M A 2 観光列車「KUMA1」「K かした 「 K U M A 旅 」 や 各 種 ツ アーなども企画されています。 平成21年にデビュー 沿線の観光資源を活 は九州新幹線つ した



ます。 若い運転士の卵も誕生して の育成にも取り組み、 将来を見据えた自社運転士 3人の

杯努力しているのです。 残していくため、 私たちの「くま川鉄道」 会社も精





3人の若い運転士



通学風景

1年に1回家族で乗りましょう

「鉄道」がなくなったら

鉄道路線の廃止が地域の衰

全国で

これまで地域が一体となって守ってきたマイレール「くま川

人のため、未来を担う子どもたちのために残していきましょう。 もう一度発足当時の原点に立ち返り、公共交通機関が必要な

だけで、 そのためには、まず私たちが利用することから始める必要が ちょっとした機会を見つけてご利用ください。 赤字を減らすことができます。 皆さんに、今よりも1年1回多く利用していただく



市企画課交流推進係(☎22-2111内線2221) 問合せ

1億5千万円の減の見込みと の支出金は、子ども手当交 付金や、消費者行政活性化 事業補助金の交付により約 6億5千万円の増を見込んで います。

化

を 反映し、 入面では、

経済状況

市税

が約

市税は大幅な減の見込み

前年度比**3億6千万円増**

月議会で議決されました。

3

今年度の一般会計予算は

人き市の子算

平成22年度人吉市一般会計予算

137億5,

6

40万5千円

約3億6千

方円

の増にな

前年度当初予算と比べる

137億5,640万5千円

市民の皆さんが安心・安全に暮らせるまちを目指すためには、健全な財政運営が必要不可欠です。厳しい財政状況は続きますが、限られた財況を効果的に活用し健全な財政を目指す予算になっています。

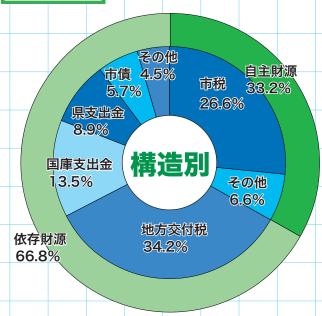
限られた財源を効果的に として約1億4千万円を計上 としています。

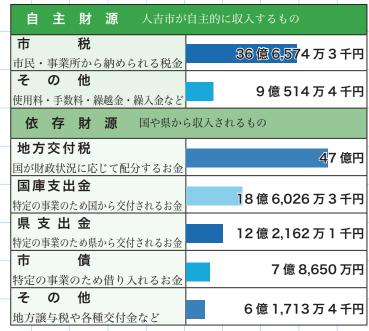
成出面では、新たに支給される子ども手当や、去年開設した消費生活センターに使うを費などのため、民生費が約5億8千万円の増になりました。総務費では、職員の人件費は年々減少傾向にあるものが、日野熊蔵の初飛行りの周年記念事業の経費などにより、約1億7千万円の増になっています。また、労

たことなどで、約1億5千万 でも軽くなることを目指して でも軽くなることを目指して います。

歳入

人吉市に平成 22 年度の 1 年間に入ってくる予定の金額の内訳です。自主財源と依存財源の構造 別に分けて表しています。





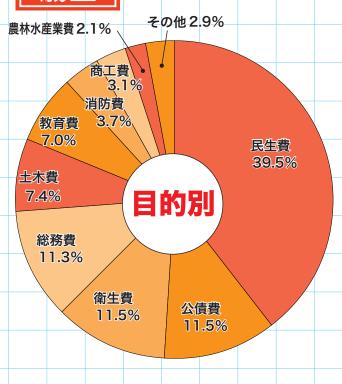
市ホームページ:http://www.city.hitoyoshi.lg.jp

【問合せ】市財政課財政係(22-2111 内線 2326)

4

歳出

人吉市が平成22年度の1年間に使う予定の金額の内訳です。使用目的別に分けて表しています。 また、各費目ごとの主な使用事業とその予算額も表しています。



民生費	54億3,011万円
子どもや高齢者などの支援に使うお金	
公債費	15 億 8,745 万 9 千円
市の借金(市債)を返済するお金	
衛生費	15億7,475万3千円
健康診断やごみ処理などに使うお金	
総務費	15 億 5,648 万 9 千円
市の全般的な運営管理に使うお金	
土木費	10億1,262万9千円
道路や橋などの整備や維持管理に使うお金	
教育費	9億6,291万4千円
小中学校や生涯学習などに使うお金	, , , ,
消防費	5 億 639 万 7 千円
消防組合負担金、消防団活動などに使うお金	
商工費	4億2,678万1千円
商工・観光振興に使うお金	1 13, = 1 = 1 = 1 = 1 = 1
農林水産業費	2億8,548万1千円
農業・林業振興に使うお金	
その他	4億1,339万2千円
議会費、労働費、災害復旧費など	

			各歳出費目ごとの主な事業名	予算額
			保育所運営費負担金	11億1,270万2千円
民	生	費	子ども手当支給事業	5億7,083万円
			地方消費者行政活性化事業に要する経費	1,103万1千円
			人吉球磨広域行政組合負担金(し尿・ごみ処理施設・葬斎場)	11億107万4千円
衛	生	費	一般廃棄物収集・運搬業務委託	9,956万8千円
			予防接種委託料	4,767万8千円
			電算管理運営経費	6,797万2千円
総	務	費	国勢調査に要する経費	1,555万9千円
			日野熊蔵初飛行100周年記念事業に要する経費	1,360万円
			公共下水道事業特別会計繰出金	2億9,000万円
土	木	費	道路新設改良事業(下林南願成寺線など)	1億3,669万円
			橋梁長寿命化修繕計画策定事業	380万円
			カルチャーパレス特別会計繰出金	7,310万円
教	育	費	ひとよし春風マラソン実行委員会補助金	450万円
			岩屋熊野座神社保存修理事業補助金	318万8千円
消	防	費	人吉下球磨消防組合負担金	3億9,743万6千円
/F	נפו		防災基盤整備事業(防火水槽築造工事など)	2,193万6千円
			中小企業経営安定資金等貸付預託金	1,750万円
商	I	費	地域情報通信基盤整備事業	372万5千円
			じゅぐりっと博覧会実行委員会補助金	200万円
<u></u>	林水産第	学	森林整備地域活動支援事業(交付金)	1億4,145万円
辰		尽具	健康農産物ブランド化推進事業	94万4千円
労	働	費	ふるさと雇用再生特別交付金事業及び緊急雇用創出事業	1,414万5千円
כל	選別	貝	人吉市シルバー人材センター補助金	1,423万円

あなたの国民年金 このままで大丈夫!?



保険料?周りも納めてないし…

熊本県国民年金 イメージキャラクター ミナクルちゃん



国民年金の保険料納付は法律で義務付けられています。

♪ 的年金制度は、『世代と世代の支え合い』を理念としている『世代間扶養』のしくみです。 現役世代が支払う保険料で高齢者世代を支え、やがて働き手が老後を迎え、新しい世代によって支えられることになるのです。

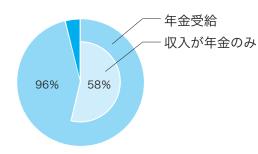
つまり、公的年金制度があるからこそ、老後の生活費を心配せずに暮らすことができるのです。



老後?何とかなるでしょ…



高齢者世帯の96%が公的年金を受給。 そのうち58%は公的年金だけが収入源です。



★ 齢基礎年金2人分の満額は毎月13万2,000円。

この額を個人で確保するためにはパート労働なら時給650円で、月200時間以上が必要です。あなたは65歳以降、1日8時間の労働を何歳まで続けることができますか?

公的年金制度は、長い老後の安心と、みんなを生涯守ってくれる大切なものです。あなたは老後の生活費をどうしますか?



年金?まだまだ先のことだし…



年金は、老後だけではありません。もしもの場合にもらえる年金があります。

生には、事故にあったり、病気になったりといった"万が一"のことが起こる場合があります。 そんな時に、公的年金が障害年金や遺族年金であなたをサポートします。こうした"万が一"の保障は、老後 生活の保障以上に価値があるのです。

ただし、こうした年金も、当然のことながら保険料の未納が続いていると受けられなくなってしまいます。予測不可能なことだけに、起こってから未納を後悔しても遅すぎます。あなたは大丈夫ですか?



どうせもらえないんでしょ?



国が責任をもって運営している制度です。年金制度がつぶれることはありません。

ノ子高齢化の進行にともない、保険料の額が増加することは避けられませんが、年金給付水準を見直し、さらに 一定の積立金の運用収入をあてるなどして、将来世代の負担が大きくならないようにしていきます。

こうして年金制度への不安な部分の改正を行い調整しています。

公的年金制度はつぶれることはありません。公的年金制度の理念である『社会全体での世代間扶養』の考え方を正しく理解し、守り育てていきましょう。

問合せ 八代年金事務所(**②**0965-35-6123)

市保険年金課国保年金係(☎22-2111内線1222)

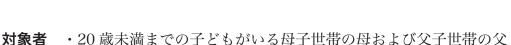
「ひとり親家庭等日常生活支援事業」を ご活用ください!!

お子さんのお世話ができないときや家事・介護などができないときなどに、低料金で家庭生活支援 員を派遣します。

具体的には、生活環境などの激変により、日常生活を営むことに支障が生じている場合や、技能修得のため通学・就職活動など自立促進のために必要な場合、冠婚葬祭、病気、出産、看護、事故、災害、出張、学校などの公的行事の参加など必要と認められる場合に利用できます。



お葬式に行かなきゃいけないのに、子どもを見てくれる人がいない・・・ 困ったわ・・・ 家庭生活支援員があなたに 代わって、日常生活の援助 や保育サービスを行います。 安心してお任せください!



・寡婦の方

内 容 · 生 活 援 助…家事、介護などの日常生活の援助 (例:掃除、身の回りの世話、食事の介護、生活必需品の買い物、 病院などとの連絡)

・子育て支援…保育サービスなどの手助け (例:乳幼児の保育、食事の世話、留守番など)

場 所 ・生 活 援 助…援助を受ける方の自宅

・子育て支援…基本的に家庭生活支援員の自宅



利用料金

利用州帯の区分	料 金(1)	時間当たり)
利用世帯の区分	生活援助	子育て支援
生活保護世帯または 市民税非課税世帯	無料	無料
児童扶養手当支給水準世帯	150円	70 円
上記以外の世帯	300円	150円

支払方法 後日、市から送付される納付書でお支払いください。

問合せ 市福祉課児童福祉係(**☎**2 2 - 2 1 1 1 内線 1 1 4 5)

人吉球磨初の女性消防士 新門 美香 さん (東間上町)



=ひとよしで頑張っている人を紹介します!=



思ったそうだ。
思ったそうだ。
思ったそうだ。
という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してた」という両親や友人たちも応援してくれて、見事採用試験に合格。初めて

現在は、消防学校で消防士の基礎を勉強中の彼女。大多数が男性という環境も気にはならない。「男性とは体力の差があるので自主トレーニングでカバーしなければ」とやる気まんまん。そんな消防学校で新門さんが最も大変だというのが消防士の基本動作を繰りだというのが消防士の基本動作を繰りだというのが消防士の基本動作を繰りがし反復する礼式訓練。「(消防学校で消防学校で新門さんが最も大変でというのが消防士の基本動作をそろえなければならない」という。「まだまだ未熟ですが、一人前の立「まだまだ未熟ですが、一人前の立

、始まったばかりだ。新門さんの消防士としての世界はま

しいです」

もやっていけることはたくさんある。防士は男性が多い職場ですが、女性で

ていきたい」と初々しい新門さん。「消

もっと女性の方にも消防士になってほ

4 月は「始まり」の季節。今年の4 月は「始まり」の季節。今年のでいる人吉下球磨消防組合に、初めてている人吉下球磨消防組合に、初めて

高校生の夏、

水泳部の練習で市



鬼木町臼太鼓踊り保存会のみなさん

わが人昔の元気心接団



上田 正行さん

観光客への披露など多いとき 化祭や祭り・イベント、団体 あったそうです。 には年間80回近い出演依頼が してその評価は高く、国民文 本市を代表する郷土芸能と る人たちがいます。 るまち「ひとよし」。 そんな れ、元気でいきいきと暮らせ わがまちのために頑張ってい *市民みんなが笑顔にあふ

をご紹介します。 臼太鼓踊り保存会」の皆さん 演などでおなじみの「鬼木町 今回は、お城まつりへの出

るためはじまったと伝えられ 相良藩主が、武道奨励を勧め 臼太鼓踊りの歴史は古く

な戦の様子を再現!かつては、 大将「関」、鉦を持った子ども侍大将「脇」、騎馬部隊の侍 がれた踊りだったとのこと。 鬼木地区の長男だけに受け継 たちの「兵士」により、勇壮 無形民族文化財に指定。一軍 総大将の「頭」、徒歩部隊の 昭和36年には熊本県の重要

皆さんの協力に感謝してい

れてきた地域の宝物。町内の

歴史・文化とともに引き継が

相談役の犬童等一さんは、「臼

お話しをお伺いした保存会

〜6年生の子ども5人の11人

現在は、

大人6人と小学3

太鼓踊りは、相良700年の

る。これからも頑張って未来

へ残していきたい」と意欲を

うれしい。青井阿蘇神社の国 考えて、一昨年から人吉駅前 自分たちも何かできないかと 宝指定とSL復活にあわせ、 は「近年、出演機会が減って や青井阿蘇神社でボランティ いたが、昨年は大幅に増えて アの踊り披露をはじめた。

語られました。 と喜びの声。 いただいており、励みになる. 光客の皆さんからもご好評を また、会長の上田正行さん

鼓踊り。今後ますますの活躍 も「特別出演」している臼太 人吉駅前のからくり時計に

保存会 相談役章 等一 (前会長)

を期待しています。

博覧会が開幕。

市内各所でいろん

客を楽しませてい

4月1日から春のじゅぐりっと

おもてなしとまちの元気 春のじゅぐりっと博覧会開催中



まで開催されるこの博覧会。 声援を送っていました。5月31 らしい歌声に満員の観客は大きな の演歌歌手・塚原哲平さんのすば 派アマチュア歌手12人と本市出身 ンステージ」も開催。 多くの人でにぎわいました。 居くぐり」とお茶接待が行われ、 といわれる淡島神社で、「ミニ鳥 ある安産と婦人病にご利益がある なイベントが開催されています。 「ひとよし歌謡祭&塚原哲平オ 4月25日には、老神神社境内に 同日、 カルチャーパレスで 市内の実力

多 & 塚原哲平オンステ

9日(日)【ふるさと歴史の広場】 運んでみてはいかがでしょうか? あふれるイベントに、皆さんも足を ~5月6日以降の催しもの~ ■食のおもてなし ■じゅぐりっとバンドフェ ■紙飛行機大会

平和への思いを胸に 人吉市戦没者追悼式

■歴史的文化遺産における二夜

T H E

<u>目</u>

一人吉相良藩甲胄隊出陣

(日)【人吉駅ほか】

|くま川さんぽ市【九日町

【ひとよし森のホー MAGICば

ル



りました。 男さんなどによる慰霊の言葉が 続いて人吉市遺族会会長の野中藤 力の賜物」と追悼の言葉があり、 静かに手を合わせていました。 ージ上に設置された慰霊塔へ献花 で、ご遺族皆さまのたゆみない努 の尊い犠牲のうえに築かれたもの 長が「平和と繁栄は、戦没者の方々 遺族など204人が参列し、 先の大戦で亡くなられた方々のご 人吉市戦没者追悼式が開催され その後、 式では、 4月21日に、 441柱に祈りを捧げました。 参列者は、 黙とうの後、 カルチャーパレスで 田中市

駅から出たらすぐ見えます! からくり時計設置場所移動

から北東方向に20が、今までの場所 るからくり時計

14

動させる方法で進められ、 る時に危険な場面もあったため、現在の場所に移動したものです。 れました。今まで した。 のからくり時計の設置場所は車道に近く、 4日間かけて行わ 日から17日までの メートル移動しま に到着しました。 からくり時計の移動は、 移動工事は、

ジャッキで本体を持ち上げレール上を移

観光客が時計の作動を見

16日の午後4時13分、

無事に現在の位置

人吉駅前で観光

次々とステ

ひな浮かぶ oり「流しびな」 球磨の流れに

ひなまつり 形への感謝とともに和紙製のひな 語指導助手)や関係者が、 吉市とあさぎり町のALT(外国 焼香のあと、 くま川下り人吉発船場で行われた 人形を球磨川に流しました。 流しびな」で幕を閉じました。

2月1日に始まった

ひなまつり」が、

観音院の山崎住職による読経

びなも初めて」とうれしそうにコ 球磨川下りの船に乗ったのも流し ントしていました。 、ェイコブ・ヴォーダーさんは「お ゃれな服装ができてうれしい。 **人形びなになった、市のALT**



・ル違反 交通安全運動出発式

ライバーに「安全運転にご協力を また、出発式終了後には、 イオー!」と気勢をあげました。 と声をかけました。 通ルール違反は一刀両断!エイエ ている「舎人隊」の池下隊長が「交つ。その後、市若手職員が結成し にみなさんのご協力を」とあいさ の市道でタッチ運動もあり、ド 裁判所



栄光の巨人軍V9戦士

が「安全で快適な人吉球磨づくり

初日の6日には、ふるさと歴史の広

員や運送業者などが参加しました。 場で出発式が行われ、市交通指導

出発式では、高橋人吉警察署長

国交通安全運動が展開されました。

4月6日から15

日まで、

春 0

末次利光氏をまちづ Ċ り親善大使に任命

も行われ「まわりの人たちに感謝 5番打者として活躍されました。 くり親善大使に任命されました。 次利光氏が、 には、第41回末次旗少年野球大会 軍に入団。長嶋氏、王氏とともに まで人吉で過ごされた後、鎮西高 夫を重ね、 の始球式に登場。その後、 川上哲治記念球場での任命式後 末次氏は麓町出身で、中学時代 4 月 24 日、 大学野球を経てプロ野球巨人

してほしい」と熱く語られました。 の心を持つことが重要。努力と工 あきらめないでトライ





市内では ねんりんピック2011 (ふれあい)

ます。 員会が開催される予定です。また、 会則について承認されました。今 どが集まり、実行委員会の設立や、 市内の福祉団体、 設立総会が4月16日に開催され、 60歳以上の高齢者を対象に開

の各部長以上の幹部が集まりまし

川野消防団長から新任幹部26

田中市

防団春季総会が開催され、

消防団

4

月 15

日 市

一役所で人吉市

人吉が生んだ植物学者 前原勘次 人吉城歴史館春季特別展 前原勘次郎の世界

ひとよし」の地名が入る絶滅危

人吉城跡で発見され

られ、人吉球磨地域で数多くの新

しながら植物の採集と研究を続け

人吉高等女学校などで勤務

惧種「ヒトヨシテンナンショウ」 種を発見された前原勘次郎氏の標 特別展が4月22日から始まりまし 本を展示した人吉城歴史館春 た。展示は、

2 0 0 円、 展は6月30日まで。入館料は一般 てほしい」と話されました。 われた市内の植物学者乙益先生などの標本38点。標本の整理に携 は「人吉の宝を知って後世に伝え 月曜が休館です。 高校生以下無料。 特別 第 2



消防団も新体制に 市消防団春季総会

認されました。 れるように」とあいさつしました。

いさつ。 ろの消防団活動をしっかりと行い、 を開催する。人吉市消防団の名に 長が「今年は県と合同で防災訓練 に辞令交付があったあと、 災害時の被害を最小限にとどめら かけて訓練を成功させたい」とあ

続いて川野団長が「日ご

監査報告など7つの議案が全て承 総会では平成21年度事業報告

くれることでしょう。

華麗な舞 州民謡民舞の祭典

さん (写真)

さんは「応援して くれている喜界島 の子どもたちに良 た。」と喜びを語 っていました。 い土産ができまし



月9・10日の両 頁 全九州民謡民舞の祭典がカルチャー

総合優勝は、梅宴の部で優勝した鹿児島県奄美連合会の川畑さおり華麗な舞で繰り広げられました。 大会。日本の伝統文化が、九州各県からの参加者の素晴らしい歌声と 本市で定期開催されるようになってから今回で12回目となったこの

開催されました。 パレスで



(あったSL人吉。これからも多 年のSL人吉運行開始から1

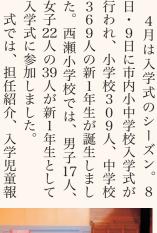
馬などの配布。人吉温泉女将の出迎えのほか、乗客へのミニきじ 催されました。 運行開始1周年記念イベントが開 年が経過した4月25日。人吉駅で、 ための駅入場券購入者も1万5千 3万2千人の利用があり、 笑顔がこぼれていました。 会「さくら会」による紅茶やお菓 からは心のこもったおもてなしに 子の無料サービスが行われ、乗客 当日は球磨川太鼓演奏によるお 見学の

ありがとうSL人吉、吉運行開始1周年記念イ

夢と希望を胸に抱いて

西瀬小学校入学式

やや緊張した様子でしたが、入学 ていました。 学校生活への期待に笑顔があふれ いっぱいの歓迎のことばがありま 告、校長・来賓あいさつ、 喜びとこれからはじまる楽しい た。初々しい新1年生たちは、 「などのあと、2年生による元気 校歌斉





祝大柿グランド・ゴルフクラブ発足

ŋ く と交流 フク 「大柿グラウ

を契機に発足したもので、式には

-4月から整備をはじめたグラウ 14人が参加。才尾町内会長は「昨 まれた「紅取交流サロン大柿グラ

岸河川敷に、

一期に、町内で整備に取り組中神町大柿町内の球磨川左

ルフクラブ」発足式が開催され

4月4日に

「大柿グラウンド

ウンドゴルフ場」が完成したこと

参加も予定されています。 の言葉を述べられました。 として活用していきたい」と喜び ンドゴルフ場がようやく完成し クラブでは、今後各種大会への 町内全員の熱意と汗の結晶で 健康づくりの場、 交流の場

天正の音色 響きわたる 天正遣欧使節のしらべ

ランスのリヨン国立高等音楽院古

が開催されました。

演奏者は、フ

演奏会「天正遣欧使節のしらべ」 楽器リュートとリコーダーによる 年が海を渡りヨーロッパを訪問し

400年以上昔、

4人の少

3月27日に、

ひとよし森のホー

た天正遣欧使節団が日本に伝えた

の高等課程修了された井上周子さ

楽科で日本人では初めてリュート

んと、NHKにも出演されたこと

演奏が終わるたびにいつまでも惜 悠久のメロディーに引き込まれ、 がある飯塚直子さん。 しみない拍手が続きました。 集まった観客は、2人が奏でる

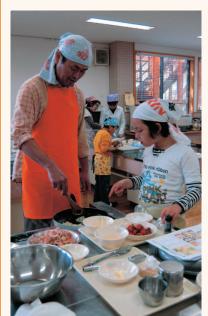
簡単パエリア 緒に 催されました。3日は、

んなでおいし

加した親子み

ニッコリ。参

くいただい 持ち帰りまし お土産にして なかった分は て、食べきれ



春休み中の4月3・4日の両日、 東西コミセンで親子料理教室が

ると、調理室はガーリックのいい香りに包まれました。 ア風チーズケーキ」の3品に挑戦。パエリア完成間近の正午前 エリア」「今が旬!カブとツナのスープ」「オーブンいらず!濃厚レ お父さんと参加した女の子は「おうちでも 6親子15人が参加し、「フライパンで簡単パ

緒につくりたい

平成22年度 校区公民館講座受講生募集

公民館で楽しく学んで、知識や技術を習得。生きがいのある生活にしませんか?あなたの学びが地域づくりや仲間 づくりにつながります。他校区からの受講もできます。多くの方の申し込みをお待ちしています。(先着順)

対 象 者 市内在住の成人の方

募集期間 5月10日(月)~20日(木)※東西コミセンは10日(月)~17日(月)です。お間違えのないように!

受講料 1コースにつき全12回で3,000円

込方法 各校区公民館に受講料を添えて直接お申し込みください。(電話・郵送での申し込みはできません)							
	コース名		講師	学習日(原 則)	時間	募集定員	
	か な 書	道山	本 徳舟	第1・3火曜	13:30~15:30	25人	
東西公民館	3 B 体	操東	裕子	第2・4月曜	19:30~21:30	20人	
(コミセン)	健康太極	拳 徳	澄 恵子	第1・3月曜	19:30~21:30	40人	
•	リフォー	ム中	本 ミサオ	第2・4木曜	13:30~15:30	15人	
【城本町1088】	英 会	話田	代 伸子	第2・4木曜	10:00~12:00	15人	
☎28-3230	料理(男性		久保 典子	第1・3木曜	13:30~17:00	15人	
	着物 着	付渕	田 英子	第1・3火曜	10:00~12:00	20人	
	茶	道 山	下 文子	第2・4水曜	13:30~15:30	20人	
	コース名		講師	学習日(原則)	時間	募集定員	
東間公民館	社交ダン	ス 山	本 矩子	第2・4月曜	19:30~21:30	30人	
(コミセン)	フ ラ ダ ン	ス 小	出善喜代	第1・3火曜	13:30~15:30	30人	
【蟹作町1531-1】	絵 手	紙谷	水 佐代子	第1・3水曜	13:30~15:30	20人	
☎24-3381	吟	詠岩	井 容子	第2・4水曜	10:00~12:00	20人	
	3 B 体	操 椎		第1・3木曜	19:30~21:30	30人	
※吟詠の学習会場は	絵	画横		第2・4木曜	13:30~16:00	20人	
青少年ホーム(西間下町)です	民	舞 山	下 和子	第2・4木曜	19:30~21:30	20人	
	コース名		講師	学習日 (原則)	時間	募集定員	
大畑公民館	竹 細	工 宮	尾 輝光	9月上旬~10月上旬	9:00~16:00	15人	
(コミセン)	着物 着	付 渕	田 英子	第2・4木曜	10:00~12:00	15人	
【大畑町4071-2】	いけ花(小原)	流) 木	野 淨子	第2・4水曜	19:00~21:00	15人	
☎23-0830	書	道 西		第2・4木曜	19:00~21:00	15人	
	フ ラ ダ ン	ス 古	川京子	第2・4月曜	19:00~21:00	15人	
	コース名		講師	学習日 (原則)	時間	募集定員	
	竹 細	工大	柿 信太	第1・3火曜	9:30~11:30	20人	
西瀬公民館	健康太極	拳 堀	田倫子	第1・3月曜	19:30~21:30	20人	
(コミセン)	男 性 料	理山	上 晃子	第2・4金曜	9:30~11:30	20人	
【下戸越町1063-1】	3 B 体	操 西		第2・4月曜	9:30~11:30	30人	
☎22-6934	いけ花(池坊)			第2・4木曜	10:00~12:00	20人	
	自彊術(じきょうじ	ゅつ) 延		第1・3木曜	19:00~21:00	20人	
	表	具 魚	返一倫央	第1・3木曜	9:30~11:30	20人	
	コース名		講師	学習日 (原則)	時間	募集定員	

			-人名		再	師	子省日(原則)	時 间	券 集正貝
	書			道	山本	徳舟	第1・3金曜	10:00~12:00	25人
中原公民館	社	交	ダン	ス	山本	矩子	第1・3木曜	19:30~21:30	30人
(コミセン)	3	В	体	操	西	ヤツエ	第1・3火曜	19:30~21:30	30人
【下原田町荒毛2136】	着	物	着	付	中渡	ヤエ子	第1・3水曜	19:30~21:30	20人
☎24-1764	舞			踊	一ノ瀬	ミツ子	第2・4木曜	10:00~12:00	20人
	写			真	豊永	和明	第1・3木曜	10:00~12:00	20人
	卓			球	濱	義寛	第2・4月曜	9:30~11:30	20人

東間公民館		コース名		講師		学習日(原則)		時間	募集定員
大同 ム 以 品	Ξ	味	線	簑田	よし子	第1	・3金曜	19:00~21:00	10人
(コミセン)	舞		踊	高山	綾子	第1	・3 土曜	14:00~16:00	20人

大畑公民館	コース名		講師		字智日(原則)		時間	晏 集疋貝		
	太	桓	区	拳	東	千津子	第2・	4金曜	13:30~15:30	15人
(コミセン)	3	В	体	操	古賀	美智子	第1・	3水曜	20:00~22:00	15人

^{*}受講生の皆さんで自主的に運営している講座です。詳しくは各コミセンにおたずねください。

青報ひろば

あなたの暮らしに役立つ情報をお届けします

市役所(代表) **☎**22 − 2 1 1 1

カルチャーパレス **☎**24 - 3 3 1 0 スポーツパレス **☎**22-1688 水 道 **☎**22 - 5 4 9 7

保健センター **☎**24-8420 石 野 公 袁 **☎**24 - 6 7 0 0 人吉城歴史館 **☎**22-2324

年記念事業 ル チャ

臨時休館のお知らせ

臨時休館します。 開催のため、 ーパレス開館25周 「NHKのど自慢 図書館

図書館

養護学校(日23792・

申込・

問合せ

本県立

球

FAX 磨

問合せ ります。 件の公売を中止することがあ 完納された場合には、 の売却代金は滞納市税に充て れます。 へおたずねください。 滞納税が公売前 納税課納税係

上履き、

飲み物、

お持ちいただくもの

教育相談など

申込締切 も参加の方)

参加日

。 り 1

蕳

※入札に参加するには、 人札実施 月14日 (月) 午後1時 6 月 16 日 6 月8日 (せり売り方式) (水) 午後11時

物件ごとの参加申込が必要で ルプをご覧いただくか、 詳しくはサイト上にある

参加申込 厅オークションで入札を行 た動産を公売します。 ahoo!JAPAN官 インターネット公売の ・税滞納処分で差し押さえ お知らせ

(火) 午後11 午後1時

6

9

月に

随

5 月 25 日

北地区 学生・中学生およびその保護 担任の方。 施設・設備の見 「の4歳以上の幼児・小一人吉球磨、水俣、芦 良

個別に実施します 球磨養護学校 月、 Ĕ, 10 (多

期間 5 月 15 日 $\widehat{\pm}$

5

日 (24)

お知らせ

3 5 1 8 せ 市 図 館 16 \exists <u>ন</u>

合

球磨養護学校 学習体験·

見学会

な就学のために行われるも れる幼児・児童・生徒の適切 発達面で課題があると思

↓点線に沿って切り取ってください

お手数ですが・ 50円切手を お貼り下さい

POST CARD

◆ご住所

8	6	8	_	8	6	0	1

人吉市役所 広報広聴係 行 (NO.2010.05)

ふりがな			
◆お名前			
年齢:	歳	性別:	男・女
ペンネームな	٢		
電話番号			



このポストカードは、みなさ んからのおたより (P.23) の コーナーへのおたより(広報ひ とよしへの感想や人吉への思 い、身近な出来事など) にお使 い下さい。官製はがきや封書、 メールでのおたよりも大歓迎で す。お待ちしています。

メール: info@city.hitoyoshi.lg.jp

集

中学生

費用負担なし(一人

ポルトガルで ホームステイ交流

ています。 しい経験をしてみませんか。 年の夏、ポルトガルで素晴ら 専門学校生を募集します。 遣する市内在住の中高校生・ たくさんのご応募をお待ちし ガル共和国アブランテシュ市 、青少年交流事業として派 、吉市の姉妹都市・ポルト

なります

応募資格

②国際交流や青少年活動に熱 高校、専門学校(ただし、20歳 市内の中学校・人吉球磨地域の できる方など を継続して活かすことが期待 意を持ち、帰国後もその経験 未満とする)に在籍する生徒 ①派遣時に市内に居住し、 かつ

④事前研修、交流プログラム・ ③心身共に健康である方 帰国後報告会などに参加でき

8 月 7 日 派遣期間 程度、高校生・専門学校生5 派遣人数 (土) 6泊8日(予定) 10人(中学生5人 7 月 31 日 主,

費用負担(一人当たりの渡航 費は約30万円)

あります。

球磨地域の高校、専門学校に

※派遣決定者については、

事

前説明会および学習会を実施

パスポートなどの個人にかか るものについては自己負担に 金額は未定です。なお、保険・ ※派遣後、助成金が出ますが、 たり10万円補助) 当たり30万円補助) 高校生以上 20万円(一人当

との交流、 訪問、アブランテシュ市の学生 テイ、アブランテシュ市長表敬 交流内容 募集締切 5月14日 (金) 施設での体験など 現地でのホームス

選考方法

中学生 ①学校長の推薦

あった方の中から、

面接によ

り選考 参加申請書と募集要項は、 書いた作文も提出すること。 必要事項を記入し、各学校を **応募方法**参加申請書などに ②面接日=5月中旬~下旬 文、応募書類を参考に選考 企画課と市内各中学校・人吉 ※高校生以上は千字程度で 通して提出してください。 高校生以上 ~下旬 交流事業に応募した理由」 「私がアブランテシュ市との ②面接日=5月中旬 ①面接および作 市 を

ろう」

九州大学公開講座 参加者募集

開催します。 ことを目的として公開講座を 講座名 「九州山 生態的特徴や森と水の係わり 森林や樹木、 に関する知識を深めてもらう 般市民の方に九州山地 森林動物などの 地の森を知

期日 会場 対象者 高校生以上 (宮崎県東臼杵郡椎葉村 5月2日(土)~3日 九州大学宮崎演習林

問合せ ※詳細はおたずね下さい。 **募集締切** 5月14日(金)必 (a) 0 9 8 3 (a) 1 1 1 6 (b) (宿泊料・食事代込み) 九州大学宮崎演習林

費用

4千円程度

募集人員 20人程度

試

験

会事務局 応募・問合せ します。 進係内) (市企画課交流推 市国際交流協

↓点線に沿って切り取ってください

平 成 22 熊本県警察職員採用試験

▶警察官A(男性・女性)

年度
大学卒業程度

受験資格 日以降生まれの方 ②学校教 ①昭和53年4月2

	_
4	_
13	1 12
-	2017
	NIII I
	444
	35
9	
4	
45	/=
90	T 1000
ACT .	
45	
MANAGEMENT	7
-	1
	-
1.3	The latest
170 Em	
	~
-	-
	/J

談ください。 たら、一人で悩まずにご相 します。心配事がありまし 題解決のためのお手伝いを くらし安心相談員が、 問

問合せ 心相談係 市市民課くらし安

みの方 除く)を卒業または卒業見込 育法による大学 (短期大学を

試験地 試験内容 **試験日** 7月11日 熊本市 教養、 <u>目</u>

▼警察行政

を除く)を卒業または卒業見 教育法による大学 日以降に生まれた方で、学校 の方または、平成元年4月2 日~平成元年4月1日生まれ 受験資格 ①昭和56年4月2 (短期大学

込みの方 **試験日** 6月27日 日

試験内容

教養、

試験地 申込期間 熊本市、 5 月 10日 (月) 東京都 5

問合せ □ 244110内線211 人吉警察署総務 28日 (金

平成22年度調理師試験

がある方 2年以上の調理業務従事経験 で、飲食店や給食施設などで 受験資格 中学校卒業程度

試験日 試験地 熊本県立大学 8 月 31 日

受付期間 6月14日 (月) ~ 5 月 12 (水) から (熊本市)

問合せ 人吉保健所(〇2 18日 (金)

度登録車)

(平成11年3月31日以前

の初

ディーゼル車

推進課 3 2 2 5 2 1 0 7 県 健 6-333 康 づくり

稅 料金

自動車税のお知らせ

自動車税納付は5月 までに 31

時間

午前10時~午後3時

ンスストア、各地域振興局税 期限の5月31日(月)までに、 月30日付けで郵送します。 車税事務所で納めてください。 最寄りの金融機関やコンビニエ 務課、熊本県税事務所、 自動車税の納税通知書を4

の税額が増減されます】 環境への配慮から自動車税

問題など

動車税が加算されます。 環境負荷の大きい自動車は自 減され、一定年数を経過した 登録の翌年度の自動車税が軽 荷の小さい自動車(新車)は スや燃費性能が優れた環境負 環境への配慮から、排気ガ

算(約10%)される自動車 ガソリン・LPG車 ▶平成2年度に自動車税が加

度登録車) (平成9年3月31日以前 の初

務課 問合せ (A) 5 7 9 3) 県球磨地域振興局

相 談

料法律相談会」を開催します 憲法週間の行事として「無 5月19日 (水)

裁判所・法務局職員 相談員 場 所 庭問題、 相談内容 人吉支部 熊本地方・家庭裁判 金銭問題、交通事故 弁護士、 一般法律問題、 調停委員

所人吉支部(☎34855) 問合せ 熊本地方・家庭裁判

相談無料 生衛業 経営相談室

美容業、 気軽にご相談ください。 で独立開業をお考えの方、 浴場業、クリーニング業など 飲食関係、 旅館ホテル業、公衆 食肉販売、

理士、経営指導員 相談内容 人吉保健所 中小企業診断 経営相談、 土 融資相

無料法律相談会

健

8

(±) (金) (木)

献血にご協力を!

5月12日

午後0時3分~4時 午前10時~11時30分 鍋屋本館

◆5月2日(日)

ます。 午後2時~4時 ※400mのみの採血となり 午前10時~午後1時 人吉市役所】

ない方も献血ができますの ご協力をお願いしています で、ご協力をお願いいたしま が、平日は仕事で献血ができ れます。消防団の皆さんにも ふるさと歴史の広場で開催さ 5月23日は消防操法大会が

6月7日 (月)

午前10時~午後3

増進係 問合せ 市保健センター 健

> (土) (金)

> > こころの

(木) (大)

(日)

梅狩り、

(月)

衛生営業指導センター 096-362-3061

合せ(財)熊本県生活 税務相談など <u>ন</u>

3

(月)

憲法記念日

2 (日)

5月の行事カレンダー

出 人吉お城まつり (~2日)

5

(火)

石野公園子どもまつり

(~5日)

みどりの日、相良藩甲冑隊おもてなし

クリーン人吉早朝清掃

水 こどもの日

6

広報配布、心配事相談所、

無料法律相談

康

9

(日)

じゅぐりっとバンドフェスタ

紙飛行機大会、子ども読書フェスタ

12 11 10 (火) (月) もの忘れ相談

15 13 (土) 休 こころの健康相談 △逝 じゅぐりっと博覧会 | 夜連続コンサート(~15日) (水) NHKのど自慢大会予選 ÇĒ

NHKのど自慢大会 (F)

(日) じゅぐりっと博覧会THE MAGICばい

(月) 広報配布 くま川さんぽ市

18 (木) (火) (金) (大) 無料法律相談 年金出張相談所

29 | 28 | 27 | 26 | 25 | 24 | 23 | 22 (±) (火) (日) (月) くらしの相談 消防操法大会

人吉相良藩甲冑隊おもてなし 健康相談 SP: スポ- よろず相談

人吉市消費生活センターが

移転しました!

人吉市役所



正面玄関

人吉市消費生活センターとは

市民の皆さんが安心・安全に生活できる「人 吉のまち」の実現を目指し、関係機関と連携し たさまざまな相談業務を行っています。また、 消費生活に役立つ情報提供や消費者教育の実 施、消費者被害防止など、積極的な啓発事業も 行っています。

人吉市消費生活センター

私たちが悩み解決のお 手伝いをします。一人で 悩まずご相談ください。



相談員の皆さん

問合せ 人吉市消費生活センター(市役所くらし安心相談係)

☎22-2111内線1215・1216 (受付時間:月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:00)

Fire Volunteer



防回におい 隊は!_※き おかしいます は 楽 女性



をシリーズ 地域のヒーロー「消防団」 地域のヒーロー「消防団」 (吉市消防団 安全 一のために 女性消防隊で は、 次号か

消防団とは

消防団とは、本業を持ちながら、「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神のもと、地 域の安全と安心のために活躍している人たちが集まる、市町村の消防機関の一つです。

消防団員は、消防・防災についての知識や技術を習得し、火災発生時の消火活動や、地震や風 水害といった大規模災害発生時の救助・救出活動、警戒巡視、避難誘導、災害防ぎょ活動などを 行い、地域住民の生命や財産を守るために活躍しています。また、平常時にも、訓練のほか、応 急手当の普及指導、住宅への防火指導、特別警戒、広報活動など、地域での消防力・防災力の向 上に重要な役割を果たしています。

ポルトガル語で「カルヴァーリョ」は「樫(かし)」 をクラブの理念としています。 ルヴァーリョ・ラッソ人吉」のお知らせ窓口です。 「ラッソ」は「絆(きずな)」という意味です。 ひとづくり」・「まちづくり」を推進すること 誰もが気軽にスポーツや文化活動を楽しみ、 総合型地域スポーツクラブ(総合型クラブ)「カ

今月は 「総合型クラブって何?」です

ポーツ振興であるといわれています。 ポーツであり、赤ちゃんから高齢者までのス ありますか?生涯スポーツは楽しみのためのス 総合型クラブをデパートに例えると、 「生涯スポーツ」という言葉を聞いたこと

ぞれの商品に詳しい店員の役割を果たす指導者 ることで、世代間の相互交流ができ、さまざま のフロアーがあります。一つの建物の中に入ってい 場には商品としての多彩なプログラムと、 各階には就学前、 小学生、 中学生、一般など それ

「絆」をつなぎ合わせていきたいと考えています。 人吉市でも総合型クラブを通じて、人と人の な波及効果が期待できます。

ださい。 ますが、 すでに定員を満たした教室もあり ←平成22年度の会員カードです。 興味がある方はご入会く

「グリーンカーテン」のすすめ

みぢかなことからエコ講座

市環境課

あるものです。 さえぎることで、 辺でネットなどにはわせ、 グリーンカーテンとは、 室温の上昇を抑える効果が 夏の強い日差しを つる性の植物を窓

しています。 うので、グリーンカーテンの周りはひんやり いますが、そのときに周りの空気から熱を奪 植物は根から吸った水を葉から蒸発させて

用も少なくなって電気代の節約になります 室温の上昇を抑えることで、エアコンの使 実のなる植物を育てれば食材が手に入っ

くれる。人生に起こるすべてをじっくり味

わって生きていくことの大切さを伝えていき

の目で見れば、焦る時間、

焦る時間、急ぐ心も、癒してゆっくり落ち着いて「永遠」

急がないで、

ンを育ててみませんか? 今年の夏は、 楽しみながらグリーンカーテ

用意するもの

- ネット(つるをはわせるもの)
- プランター (地植えの場合はいりません)

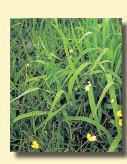
育て方のポイント

- ・水をしっかりあげましょう
- 成長にあわせて肥料をあげましょう





《一般》 急がない



ひょうめい 祥明 まう葉



著

市図書館 (金
(金
(3518)

《児童》A FISH **OUT OF WATER**

FISH OUT OF

P・D・イーストマン 絵 まはら えっこ 木原 悦子 訳

げたら、もっとほしがりました。かわいそうだっ

ちっちゃい魚を買って、ひとつまみえさをあ

たので、箱のなかのえさをぜんぶあげたら・・・

英語を楽しむバイリンガル絵本です。

17日・24日・31日です。

*5月の休館日は、4日・10日・15日・16日・

]高血圧

※2つのどちらかまたは両

g/dl未満

みんなのげんき

健康コーナー

市保健センター(☎24-8010)

メタボのはなし

チェックしてみましょう

クが高くなります。

にかかわる病気を引き起こすリス

そのままほうっておくと生命

をチェックしてみましょう。 ンドロームにあてはまるかどうか まずは、自分がメタボリックシ

QI腹囲は何センチありますか?

□男性

90 85 c c m m 以以 上上

Q2 血液検査の結果は?

血液中の脂質異常

中性脂肪值150ml HDLコレステロール値

以上

40 m

Q1・Q2 の両方にあてはまる方

あなたはメタボリックシンドロームです

④移動はいつも車 ③運動が苦手 ②体を動かすのが面倒 ①歩くのが嫌

□の2つ以上にあてはまる人

]高血糖

最低血圧85㎜ 最高血圧130

h g 以 mm h g 以·

上

Ĺ

※2つのどちらかまたは

空腹時血糖值

0

mg



⑥お菓子をよく食べる ⑤脂っこい料理が好き ⑦ご飯やめん類をよく食べる ④夕食は寝る直前が多 ③満腹になるまで食べる ②早食い ①お酒をたくさん飲む

食生活



習慣です。自分の生活習慣を振 ことがありませんか? 返ってみてください。 「メタボ」のおもな原因は生活

新型インフルエンザワクチン補助申請は終了しました

平成21年11月から実施していた新型インフルエンザワクチン補助申請は、 4月30日で終了しました。平成22年度は、発生状況や国の対策動向にもと づきお伝えします。



ご存じですか?

「メタボリックシンドロ

メタボリックシンドロームの原因

メタボ通信簿

わかってはいるけどなかなか難しい「脱メタボ」。 一念発起し、実際に「脱メタボ」を達成した方、「脱メタボ」に 取り組んでいる方にお話を伺いました。

昨年は体重が77㎏もあり、

Mさん(48歳男性) 身長 171cm 体重 68kg 腹囲 82cm

「健康はもちろん引き締まっ た体型のかっこいい夫、お 父さんを目指しています。」

-標準に近い体形で健康そうですね。

腹囲も90

cm

―当時はどんな日常生活でしたか?

続けていけば、糖尿病や脳梗塞、 ことも考えて決心しました」 し早死にするよ』と厳しく注意され、家族の将来の ―どうして、脱メタボを決心しましたか? ました。運動はほとんどしていませんでした」 「人間ドックで、ドクターに『このままの生活を 仕事の関係で飲み会が週2回。 つまみも肉や揚げ物など脂っこいものを食べて 最後に大好きなラーメン。晩酌は焼酎2~3合 心疾患を引き起こ 浴びるほど飲ん

具体的にはどんな取り組みをされましたか。

ます。そのほかにはストレッチと筋トレも行ってい ルコールも晩酌はしますが控えめにしました。 なりました。体重をあと少し落としたいです」 べて基準値以内になり、 **| 魚中心にして野菜を多くとるようにしました。** 「まず食生活の改善で、腹8分目を心がけ、 毎日最低1万歩は歩き、休日は2万歩歩いてい 体重も9㎏減って、 おかげで体調もすごくよく 血圧が少し高い以外はす 運動 ア

―メタボ脱出を目指す方へアドバイスをお願いしま

ことに尽きます。頑張ってください 将来への危機感をもって、 強い意思で取り組む

完全

Hさん(48歳男性) 身長 169cm 体重 90kg 腹囲 105cm 「なんとか 70kgまで体重を

落とすように頑張ります。」

めざそう!8020」

はな

第 53 回

歯科医師会

-昨年から脱メタボに取り組んでいるそうですね。

なメタボでした。 査の結果も基準値をオーバー。腹囲も115㎝で完全 ―当時はどんな日常生活でしたか? 「昨年12月の人間ドックでは、体重が98㎏で血液検 一念発起して取り組みをはじめました」 50歳近くになってこれでは命にかか

た。また、運動はほとんどしていませんでした」 ―具体的にはどんな取り組みをされましたか。

則な生活で夜ふかしが多く、間食もよくしていまし

野菜はあまり食べていませんでした。

不規

いっぱい食べていました。おかずも肉類や揚げ物が

一晩酌はほとんどしませんでしたが、毎食おなか

にしています。おかげで体重も10㎏近く減りました」 油を控えた低カロリー料理を腹八分目食べるようにしま した。全くしていなかった運動も、 間食をしないようにしました。三度の食事で、 1日30分は歩くよう

―現在の体の調子はどうですか?

師・歯科衛生士の協力でお口のケアを続けたいも

―メタボ脱出を目指す方へアドバイスをお願いしま 組みを続けていきたいと思っていますので、 よかったと思っています。これからも頑張って取り 月に予定している人間ドックの結果が楽しみです」 した。朝も爽快な目覚めで、 「以前はきつかった階段の上り下りが楽になりま 持病の腰痛もなくなり

「自分で自分の命を縮めてきた過去の自分を反省

して、

緒に頑張っていきましょう」

口の中を清潔に保つことが肺炎を防ぎます

の第4位を占め、 死因

状態はその肺炎の発症 高齢者でその率が急増 します。 口の中の衛生

ス(誤嚥性肺炎)は、寝たきりのお年寄りには特に因菌など口の中の細菌が肺や気管支に感染するケー きりや身体が不自由になった場合も、 たれていれば、そのリスクを減らすことができます。 多くみられますが、口の中が細菌の少ない状態に保 とも深い関係があります。 そのためには、 つケアを習慣づけることが大切です。 食べ物を誤って気道に入れてしまい、 健康なときから、 口の中を清潔に 家族や歯科 万一、 歯周



医療のお話し

From the doctor

今月のドクター 吉市医師会 理事 吉村 浩二



●原

わけではなく、一部は脊髄神ときウイルス全部が死滅する ウイルス」で、このウイルス び活動し始め今度は体内の数 す。この残ったウイルスが体 経や脳神経の中に生き残りま に水疱ができます。水痘は1(水ぼうそう)になり、全身 本の神経を通って外の皮膚に の免疫力が低下したとき、再 **〜2週間で治りますが、この** にはじめて感染すると水痘 その原因は「水痘帯状疱疹

拡がり水疱ができます

が数本の神経を通って出てき れました。これは、ウイルス とから、帯状疱疹と名づけら 疱ができます。体幹の場合、 ができて、その上に数個の水 は少し盛り上がった赤い局面 ることが多いようです。 前兆として皮膚に痛みが生じ にこの紅斑や水疱が拡がるこ 右半分あるいは左半分に帯状 発疹ができる数日前から、 発疹

と呼ばれ、痛みが強く、なか 昔から「たん」「へびたん」 恐れられてきた病気です。 なか治らないということで、 帯状疱疹は、 人吉球磨では

【帯状疱疹後神経痛】

ミン剤、漢方薬、

抗うつ剤な

痛み止めの内服・外服、ビタ

で治りにくい痛みになります。 と同類で、神経因性疼痛に分痛みや脳卒中後の半身の痛み の痛みと同様ですが、帯状疱 の初期の痛みは虫歯や手術後 神経痛といいます。 2か月で治ることがほとんど 類されます。このため、 どで失った足の部位に感じる 疹後神経痛になると、 合があり、これを帯状疱疹後 ですが、まれに3か月を過ぎ ても激しい痛みが消えない場 帯状疱疹の痛みは通常1~ 帯状疱疹 切断な 頑固

₫感染について

❸治療方法

②がん、膠原病など持病があ としては、①高齢であること。 要があります。 重症度に応じて使い分ける必 点滴用、内服用、外用があり、 ス剤を使用します。これには、 できるだけ早期に抗ウイル 重症度の目安

になります。 たためこのような特徴ある形

帯状疱疹についてたいじょうほうしん

神経麻痺(顔の表情がうまくきは、耳鳴りやめまい、顔面 たり、耳介の近くに生じたとじたときは、視力障害が起き も必要になる場合があります。 作れない)が生じたりしますの います。また、 個人差はありますが、 眼科や耳鼻咽喉科の受診 かゆみ、 しびれ感を伴 眼の近くに生

カイロの使用をお勧めします。 り軽減されますので、 部を温めることで痛みがかな 射などを行います。また、患 どの内服、低出力レーザー照

入浴や

りません。 疹が感染・発症することはあ ますが、帯状疱疹から帯状疱 が感染・発症することがあり ときに、帯状疱疹から水痘

> 球はどこに飛んでいく? 球磨工業高校が対戦。

6 予 防

規則正しい生活を送ることが とが望まれます。 接種が認可されました。 歳以上の人に対するワクチン ています。近年、米国では60 時に発症します。無理をせず、 番の予防であると考えられ 帯状疱疹は、 日本でも認可されるこ 免疫力の低下 近

ること。 ⑤痛みや水疱の程度が激し 耳鼻科的症状があること。 ど免疫抑制作用のある薬を使 ③ステロイド内服な ④眼科的

に対する治療が中心となり、 の治療は、 慮します。この抗ウイルス剤 うなときには、入院加療も考 ていること。などです。このよ 了します。その後は痛みなど く、全身に点々と水疱が広がつ 初期の1週間で終

市役所の FRESHMAN

おばら じゅんこ 純子

保健センター健康増進係 吉市民になった これか らよろしくお願いし ます。』



記念球場)で人吉高校と 高校野球大会(川上哲治 カキーン!」城南地区 打 今月の シ "

市長の部屋

の皆様方の心強い味方になって 相談ください。市職員は、市民 でも、どなたでも、お気軽にご の言葉をいただきました。いつ 町村のモデルです」と、おほめ り組みをよくぞ人吉市で取り組 んでいただきました。全国の市

ひと好し ちょっといい話

「先手あいさつ明るい笑顔、傘一本お茶一杯運動」を広げましょう

From the Mayor

がまたひとつ消えかかっている 因があるのでしょうか。 風物詩 のせいでしょうか、ほかにも原 見かけなくなりました。少子化

昨年8月に設立したものです。 れわれにも深い反省がありまし 市職員が闇金業者から脅され 田長官をお尋ねしました。これ い、だれでも相談できる窓口を、 まな問題を抱えている市民を がたい行為でしたが、その職員 ています。職員の行為は、許し い」との要請に応えたものです 吉市職員に経過報告をしてほし 費生活センターを立ち上げた人 を事前に救ってやれなかったわ ようで少しさびしいですね。 しまう重大な不祥事に端を発し は、長官が、「ぜひ、人吉市消 人でも多く救わなければと思 さて、3月末に消費者庁の内 このセンター創設は、一昨年 そこで、同じ悩みやさまざ 生活保護者の名簿を渡して

> みなさんから おたより

が続き、洋服を選ぶのが大変で

今年の春は、三寒四温の気候

らのお便りを紹介します。 このコーナーでは皆さんか

なといつも思います。 ので、人吉も付けて欲しい よそに行ったとき見かける かるようにお願いします。 の説明板などを付けて)わ つところだけでも(樹木名 わかりません。ぜひ、目立 なじみの木。でも何の木か LD りにある立派な木や のにある立派な木や 人吉市在住 笑い上戸

ずつでも取り組んでいけ す。豊かな緑のPRも兼ね ありますが、確かに付いて 説明板が付いているものも ばよいと思います。 て、できるところから少し いないものも多いようで 派な木があります。中には 市内のいたるところに立

長官からは、「県レベルの取

里帰りでした。人吉市内在 席があり懐かしく楽しい 毎回楽しみにしています。 送ってもらっていますが、 住の弟から広報ひとよしを ることができて、充実した のひなまつりもはじめて見 桜が満開でした。人吉球磨 **荘に泊まり、翌日は妹と水** らぎを聞きながらくまがわ ものでした。球磨川のせせ 上村に花見に行きましたが 滋賀県在住 小谷チエノ

としては嬉しい限りです。 とよしもご愛読いただいて 帰り、充実したものになっ いるということで、 てよかったですね。広報ひ 同級会での久しぶりの里

数年ぶりに出席。30人の出21日にくまがわ荘であり、 30人の出 しています。 様からのおたよりをお待ち このページへの市民

出来事などを書いてお送り のまわりで起こった身近な 想や人吉への思い、 広報ひとよしを読んだ感 あなた

の

◎あて先

〒868-8601 人吉市麓町16番地

まで

秘書課広報広聴係

※住所、氏名(ペンネーム可)、年齢、

性別を記入してください。 ※P15のポストカードをご利用下さい。

17日 和23年度卒業の東間

くれると思います。



本人確認のため身分証明書を お持ちください

市民課・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 市民課 税務課 納税課

キャベツとジャコのサラダ





〔ひとよしのごちそう〕

料理に使っています。カルシウ

いので学校給食ではいろいろな

豊富に含まれ、

胃腸障害に効ビタミンCが

カリウム、

春はタケノコやワラビなどの紹介していきます。ちが食べている学校給食をごちが食べるいる

山の幸のほか、キャベツやえん

キャベツは、アクやクセがなどう豆がおいしい季節です。

して、 も含まれています。 果があるといわれるビタミンU 減るので、 ゆでると同じ分量でもかさが トリーに加えてみてはいかがで るこの料理、ご家庭のレパー 生食に向いています。 は葉が固く甘みがあるのに対 てドレッシングであえています。 栄養満点で簡単にでき 春キャベツをサッとゆで 春キャベツは柔らかく たくさん食べられ 冬キャベツ 。この料



4月20日の給食メニュー

- ・ひのくにパン
- マカロニのクリーム煮
- ・キャベツとジャコのサラダ
- ・牛乳
- ・イチゴ

中学生= 8 1 7 kcal 小学生= 6 2 0 kcal

給食センターでは、普段子 どもたちが食べている給食 の試食ができます。(有料) 詳しくは給食センター (☎23-5052)まで

今月の表紙

淡島神社「ミニ鳥居くぐり」 (4/25・老神神社境内)

安産や健康へのご利益を 願って行われた淡島神社の 「ミニ鳥居くぐり」。子ども のかわいらしい鳥居くぐり に、周りから笑顔がこぼれ ていました。

レシピ

ひご協力ください。

【材料】 キャベツ (200g) /チリメンジャコ (20g) /キュウリ (120g) /ニンジン (25g) (4人分) /コーン缶 (小 1缶〈50g〉)

【調味料】酢(大さじ2)/うすくち醤油(大さじ1)/サラダ油(大さじ1)

※調味料は好みで割合を変えてもよい。 【作り方】 ①チリメンジャコは熱湯にくぐらせ、水気を切っておく。②キャベツは塩ゆでし、千

方】 ①チリメンジャコは熱湯にくぐらせ、水気を切っておく。②キャベツは塩ゆでし、千切り(5mm程度)にしておく。③キュウリは輪切り(3mm程度)にし、ふり塩をして水気を切っておく。⑤コーンは缶から出し、汁気を切っておく。⑥調味料をあわせ、①~⑤をあえて出来上がり。

をお願 24 歳、 市民の皆さんが主役です。 が続いていますが、 インタビューや写真撮 めていきますのでよろし に立つ広報」 これからも、皆さんの「役 ンチ!」と冷や汗をか 術の未熟さに「これはピ の文章力のなさや写真技 くお願いします。 ています。 追伸 新編集室のスタッフは 取材に追われる日々 35歳、45歳の3人。 いしたときは、 広報ひとよしは づくりを進 自分



担当になりました。

4月の人事異動で広報

4~5月は行事

編集室から