



うお〜む・はあと



- ♥ 場 所 さざなみ保育園内
(人吉市下戸越町 西瀬小学校南)
- ♥ 開園時間 午前9時〜午後2時
- ♥ 12月の開園日(午前10時〜11時30分)
 - ・11日(火) 2歳児以上
 - ・12日(水) 1歳児
 - ・14日(金) 0歳児
 - ・18日(火) 親子エアロビ
 - ・20日(木) クリスマス会
 - ・25日(火) 異年齢園開放
 - ・28日(金) 出前保育[場所: 九ちゃんクラブふれあい広場]
- ♥ 電話相談 午前9時〜午後5時

▶4月に転勤してきたばかりですが、今では頻繁に友人と会えるので楽しいです！



藤原さん親子(1歳4か月)

▶同年代の子どもの同士のコミュニケーションや親子でふれあう時間が多く取れています。



橋本さん親子(1歳5か月)

▶人吉の出身ではないので、子どもも私も友人づくりに役立っています。



てせん 手銭さん親子(11か月)



九ちゃんクラブ



- ★ 場 所 イスミ九日町店3階
- ★ 開設日 月・木・金曜日
- ★ 時 間 午前10時〜午後4時

月・木・金曜日は保育サポーターが常駐しています。育児の悩みなどお気軽にお話しください。また、お楽しみ講座や季節のイベント、子育てに関する悩み相談会も実施しています。

また、火曜日は保育サポーターは不在ですが、保護者の責任の下でおもちゃや絵本をご利用いただけます。

▶子どもの遊んでいる姿がたくさん見れるようになり、子育てが、より楽しくなりました！



米田さん親子(3歳・0歳)

▶上の子と下の子それぞれが遊ぶ機会が増え、活発になりました。生活にリズムもできました。



児玉さん親子(2歳・9か月)



この笑顔を保ちたい〜子育て応援特集〜

集い、語らいが心を癒す

核家族化が進み、子どもと自分だけという「密室育児」の状態、ストレスを感じる親もいます。子育てでの戸惑い、不安感や孤独感が高まると、育児ノイローゼや虐待につながるケースも少なくありません。

子どもと一緒に出かけて、誰かと語らい、ひとときを過ごす場所があれば、気持ちが楽になります。出会いの中で仲間を見つけることも出来ます。

子どもと過ごせる場所

「うお〜む・はあと」

地域子育て支援センター「うお〜む・はあと」は、さざなみ保育園の中にあります。保育士の経験豊かなスタッフや、季節の行事やふれあい遊びなどが、親子、子ども同士、お母さん同士で楽しめる企画をしています。保育園の中にあるので、園庭で遊べるのも魅力。公園などに出かける出前保育は、新たな遊び場を見つけるのにいい機会です。

子どもの健康についての講演や、保育相談などもあり、いろいろな面から子育てを応援する心強い場所になっています。

乳幼児(0〜3歳)を持つ親は、慣れない育児に戸惑いを感じることも多いものです。「子ども同士であそばせたいけれど、どこに行けばいいのかしら」「こんな時、みんなどうしているのかしら」……気軽に相談できる相手や仲間が身近にいないため、親たちの孤独感や不安感が増加しています。

市では「九ちゃんクラブ」「ふれあい広場」、「子育て支援センター」「うお〜む・はあと」を中心に、気軽に集える場所や仲間と出会う機会づくりを進めています。

「九ちゃんクラブ」「ふれあい広場」

地元商店街の協力のもと、イスミ九日町店内に設けられ、人吉球磨保育サポーター「陽だまりの会」が運営しています。

ここでは、多い時で20組以上の親子が思い思いに過ごし、リフレッシュしています。「ある二人の子のお母さんは、ここでやつと下の子をゆつくりだつこできると言っていました。私たちはおばあちゃん役目です」とサポーターさん。お楽しみ講座、子育て応援店、街角ウォッチングなど、街中ならではの応援の輪が広がっています。

子どもは、子ども同士や他の人たちの関わりの中で成長します。集いの場所では子どもの成長を、保育士・サポーター・お母さん仲間、いろいろな人が見守っています。その温かい目が、子どもたちと親たちの笑顔を支えているのです。

子育て中の皆さん、ここはあなたの場所です。どうぞお気軽にお越しください。

【問合せ】

うお〜む・はあと(☎22-7177)
九ちゃんクラブ「ふれあい広場」
(☎080-6416-9124)

=はつらつ健康教室= 糖尿病は合併症が怖い

糖尿病は、すい臓でつくられるインスリンというホルモンが十分働かない結果、血糖値が高くなる病気です。症状があらわれたときには、かなり進行している可能性があり、合併症を引き起こす恐れがあります。

代表的な合併症

高血糖が体の中のさまざまな血管に障害をもたらし、合併症が起こります。合併症は、腎臓や目などの細かい血管に起こるものと、太い血管に起こるものの二つに分けられます。

細い血管に起こる合併症

網膜症
腎症
神経障害

毛細血管のような、細い血管に起こるもの。中でも、上にあげた3つは糖尿病に特有の合併症で、「3大合併症」と呼ばれます。

太い血管に起こる合併症

脳卒中
心筋梗塞

動脈硬化が原因で起こる合併症で、心臓や脳などの動脈が侵されると命に関わる病気を引き起こすこともあります。また、動脈硬化は早い時期から起こると言われています。

【糖尿病予防のための食事の摂り方】

- ★食事のはじめに食物繊維をとる
- ★間食は控え、甘いものは食後にとる
- ★早食いをせず、腹八分目に
- ★お酒は適量飲酒を守る
- ★料理は一人前ずつ盛りつける

※保健指導員が地域で伝達講習を開催しています。みんなで健康情報を共有しましょう！

健康づくりキャッチフレーズ 入賞作品が決定！

【最優秀賞】

ちょっとした努力でふせげる 習慣病

(一中2年 柿原宏明)

今年度は、小中学生・一般あわせて411人の方にご応募いただきました！ありがとうございました。

- ★優秀賞 ・ゲームより たっぷり運動 じょうぶな体 (東小5年 吉村りゅうじ)
- ・油少なめ 砂糖少なめ 家族の笑顔はたっぷりめ (一中1年 川元優衣)
- ・栄養 睡眠 適度な運動 心も体も元気な秘訣 (一般 吉村靖雄)

- ★入選 ・パパたばこ ママ間食 わたしはジュースひかえよう！ (大畑小1年 上村眞依子)
- ・「おいしい！」のえ顔で 心も体もけんこうに (東間小3年 安東大輔)
- ・どんなかな？生活習慣見直して 健康生活 始めよう (一中1年 吉村愛)
- ・健康第一 食べる前に見直して 小さながまんが大きな結果 (一中3年 淵田美紀)
- ・糖分・塩分控えめに 野菜と運動 多めにね (三中3年 東愛美)
- ・健診受けて チェックして 自分の生活見直そう (一般 吉村優理亜)

適量



お酒を飲むことで、胃液の分泌を促し、食欲が増し、消化能力が高まります。また、血管が広がり、血行がよくなったり、気分を高揚させ、ストレスを解消することができます。

お酒のこころい



お酒を飲む機会の多い12月。上手に、おいしく飲むためのマメ知識です。

お酒の「こころい、悪こころい」

お酒の悪こころい

アルコールが原因で引き起こされる病気は数多く、糖尿病の悪化や肝硬変などの肝障害・痛風・アルコール依存症・脳卒中・ガンなどの危険度を高めます。特に、食道ガンは飲酒と最も関係が深いガンです。お酒に強いからといって、お酒が原因の病気になるにいいわけではありません。

また、飲みすぎることで、脱水症状や低血糖、頭痛、吐き気などの俗に言う「二日酔い」の症状を経験された方も多いのではないのでしょうか。

飲みすぎ



酒



1合弱

ワイン



ワイングラス2杯

ウイスキー



60cc

焼酎



ぐい呑み2杯

ビール



中ビン1本弱

※飲みすぎを防ぐために、「のんびりと楽しみながら」「食べながら」「強いアルコールは薄めて」「週に2回は休肝日」を心がけましょう！

お酒の適量は？

次のうち、1日にどれか一つくらいならば、適量といえます。

心得

- 無理にすすめない
- イッキ飲みは、しない・させない
- 飲んだら、車や自転車を運転しない・させない

守ろう！お酒のマナー



お酒に含まれる純アルコールのエネルギーは他のエネルギーより優先的に消費されます。お酒を飲むと体が温かくなるのはそのためです。

しかし、全てがエネルギーとして消費されるわけではなく、余った分は内臓脂肪として蓄えられます。

アルコールが体内で処理されるには、個人差はありますが、日本酒一合で約3〜5時間かかります。ただし、時間がたてば車に乗ってよいということではありません。

体に入ったお酒のゆくえ



人吉市保健補導員会
東・大畑校区発行
平成 19 年 12 月 1 日号
第 59 号

ウォーキングのすすめ



ウォーキングは、お金をかけずに、どこでも誰でもいつでもできる健康運動です。

一人でも、仲間と一緒に、いろいろなやり方があります。ウォーキングデーのようなイベントに参加するのも楽しいものです。

スポーツ施設や公園、史跡など、地域性を生かしたコースが設定され、発見もあります。史跡めぐり、子ども会と合同開催など、楽しい工夫が凝らされているので、幅広い年代の方にご参加いただきたいところです。

保健補導員会では、健康づくりの一環として、ウォーキングをすすめています。各校区のウォーキングの様子を報告します。

子どもたちとウォーキング

10月20日（土）、中原校区公民館子ども講座（親子ウォーキング）の皆さんと中原校区補導員との合同ウォーキング大会を行いました。ラジオ体操の後、大柿集落センターを出発。大柿地区河川敷堤防の周囲2.5キロメートルの距離を楽しくおしゃべりしながら歩きました。コース中には、毘沙門、白木神社、権現神社などがあり、子どもたちの元気な笑い声や小走りする姿に感動し、元気をもらった一日でした。



★★ 各校区ウォーキングデーのご案内 ★★

人吉市保健補導員会は、毎週土曜日に各校区でウォーキングを行っています。皆さんも参加しませんか？

	東間・大塚	東	中原	西瀬	西	大畑・矢岳
12月	1日	8日	15日	15日	22日	
1月		12日	19日	19日	26日	26日
2月	2日	9日	16日	16日	23日	
3月	1日	8日	15日	15日	22日	22日
集合場所	東間小学校	1月・3月：スーパーかどたオリーブ駐車場	中原コミセン	西瀬コミセン	1月・3月：村山公園あやめ公園	大畑コミセン
		12月・2月：東小学校			12月・2月：東西コミセン	
受付時間	午前7時10分～	午前8時10分～	午前7時40分～	午前7時40分～	午前8時～	午前7時40分～
スタート	午前7時30分～	午前8時30分～	午前8時～	午前8時～	午前8時20分～	午前8時～

※全校区、公民館活動費から保険をかけていただきますので、必ず受付をしてください。また、お住まいの校区に関わらず参加できます。どのコースも約1時間です。水筒などは各自お持ちください。小雨決行です。

【問合せ】市保健センターはつらつ成人係（☎22-2111内線6222）

【東校区】
10月13日（土）、31の方が参加し開催されました。
昨年日本100名城に認定された人吉城の成り立ちや、はね出し石垣など、観光案内人の説明を聞きながら、人吉城散策ガイドブックを片手に楽しくウォーキングしました。



「ウォーキングに参加して」

福田セツ子さん（鬼木町）

歴史大好きな私は、歴史探訪ウォーキングを楽しみにしていました。
当日のコースは、水の手門から始まり、城内を一回りして御館御門橋を渡り、力石でゴールしました。観光案内人のお話を聞きながらのウォーキングで、より歴史を感じることができました。ぜひ来年も参加したいです。

【西校区】
10月27日（土）、35の方が参加し開催されました。
この日のコースは東西コミセンを出発し、青井神社、えびす神社、犬童球溪碑などをウォーキングして回りました。
観光案内人の宮山さんの説明に、参加者たちは熱心にメモを取りながら、清流球磨川に遊ぶ与謝野夫婦の情景を思い浮かべました。

「ウォーキングに参加して」

大塚 勉子さん

観光案内人の説明で、たくさんの史跡があることを知り、与謝野晶子の歌碑を読み、犬童球溪先生のことも詳しく知ることができました。

友達と楽しく語り合いながら歩くことは、健康につながる、私にとって一番の薬です。
「歩こうよ、元気の薬ここにあり」



保健補導員会

城南町と交流会

10月5日、市役所別館で人吉市保健補導員会と城南町ヘルスアップセミナー受講者との交流研修会が行われました。

どちらも、講習をうけ、地域での健康づくりに取り組んでいる会なので、よりよい活動を行うために、お互いの情報や意見が活発に交換されました。



生涯学習

第94号

市教育委員会社会教育課
☎22-2111
内線5235、5236

ご覧ください！

子ども人権作品展

市教育委員会と市人権教育推進連絡協議会では、「第59回人権週間」の取り組みで、市内児童・生徒の人権尊重を訴えるポスター・標語・作文を次のとおり展示します。ぜひご覧ください。

期 日 12月7日（金）～11日（火）
場 所 イスミ九日町店 地下展示場

◆人権週間とは

基本的人権および自由を遵守し確保するために、世界のすべての人々とすべての国々が達成すべき共通の目標として、昭和23年（1948年）12月10日の第3回国際連合総会において「世界人権宣言」が全会一致で採択されました。これを記念して、この日を「世界人権デー」と定め、それを最終日とする1週間を「人権週間」としています。

青少年健全育成標語

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紹介します。

【小学校低学年の部】

天賞 「明るいえがおのあいさつで

みんなの心も晴れマーク」

地賞 「とうげこうこまつた時は

黄色いはたがあるおうち」

人賞 「花いっぱい えがおいっぱい

みんなのひとよし」

【小学校中学年の部】

天賞 「始めようばくから発信

あいさつ運動」 鶴永健太（東小）

地賞 「登下校 みんなを見守る王国の

おじさんおばさんありがとう」

人賞 「あいさつはえがおで明るくパワ

ーまんてん」 中田唯子（西瀬小）

【小学校高学年の部】

天賞 「家族みんなの声かけが

防犯・防火のカギになる」

地賞 「お出かけに マイはしマイバック

マイボトル」 犬童あいこ（西瀬小）

人賞 「あなたのこときつとだれかが

見ています」 嶽本絵利香（西小）

【中学校1年の部】

天賞 「守ろうよ！地球の自然

大事な資源」 越替楓（二中）

地賞 「守つていこう豊かなくらし

美しい地球」 山本董（三中）

人賞 「静かな朝 響くあいさつ

広がる笑顔」 川元優衣（一中）

【中学校2年の部】

天賞 「ヘルメットもしもの時に

君を守る」 宮原宏明（一中）

地賞 「『こんにちは』にこにこ笑顔で

地球も笑顔」 橋口百華（三中）

人賞 「カギかけは家を出る時の

心がけ」 谷口大和（一中）

【中学校3年の部】

天賞 「暗い夜私の目印防犯たすき」

地賞 「あいさつは自分を魅せる

第一歩」 山下ちひろ（一中）

人賞 「あいさつで地球の絆を

深めよう」 原典子（二中）

【高等学校・各種学校の部】

天賞 「火の用心心のすきが着火剤」

地賞 「今だけと勝手に借りるな犯罪だ」

人賞 「痛くない？人を殴ったその心」

溝脇幸泰（人吉高校五木分校）

成人式のご案内

【期 日】 平成20年1月14日（月・祝）

【時 間】 受付 午前9時30分

開式 午前10時30分

【場 所】 カルチャーパレス大ホール

【対 象】 昭和62年4月2日

～63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）

※本市出身者に限り、本人が本市に住民登録されていない場合も出席できます。また、保護者などの皆様は、二階席で様子をご覧ください。

お知らせ！2月の生涯学習短期講座

脳と筋肉を活性化！ボールを使った健康体操「ボール★エクササイズ」を2月に開講します。

楽しく、ゆっくりボールを使いながら、体の機能を高める体操をおこないます。

講 座 昼の部：2月7日・14日・21日・28日
夜の部：2月7日・14日

夜の部・昼の部のいずれかをお選びください。詳しくは、1月15日号でお知らせします。

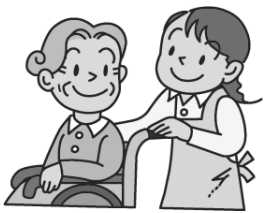
ご存じですか？ 介護保険関連の所得控除

下記の証明書（領収書）などで確定申告・住民税申告をすると、所得控除の対象になります。

障害者控除

身体障害者手帳などの交付を受けていない場合でも、65歳以上の要介護認定者などで寝たきり度や認知症の状態が一定の基準に該当する場合は、市で**認定書（障害者控除対象者認定書）**を交付します。

ただし、この認定の基準日は、申請日の属する年度の12月31日となっており、平成20年度の税の申告に使用される場合は今年度中（平成20年3月31日まで）に申請してください。



医療費控除

★介護サービス利用料について＝介護認定を受けている人が利用した、在宅介護サービスや施設介護サービスの利用料の自己負担額が控除対象となります。これは、サービス事業所が発行する証明書（領収書）で申告することができます。ただし、サービスの種類により、自己負担の半額控除や控除対象外の場合があります。詳しくは、各事業所へお尋ねください。

★おむつ代について＝「常にオムツが必要」と医師が発行した証明書が必要です。ただし、今までこの所得控除を受けている要介護認定者で、市が主治医意見書から「常にオムツが必要」と判断できる方は、市で交付する**確認書**で申告することができます。

※**確認書**や**認定書**が必要な方（対象と思われる方）は下記へご連絡ください。申請書をお送りします。

問合せ 市介護障害課高齢者介護係（☎22-2111 内線1232、1233）

介護保険料納入のお願い

みなさんが納める保険料は、介護保険を運営していくための大切な財源です。介護が必要になったとき、誰もが安心してサービスを利用できるように、必ず保険料を納めましょう。

保険料を納めないと、滞納していた期間に応じて次のような措置がとられます。



1年以上滞納すると サービスにかかる費用の全額を自己負担していただきます。申請すると後日、保険給付分（9割）が支払われます。

1年6か月以上滞納すると 保険給付分（9割）の一部または全部が一時的に差し止められます。

2年以上滞納すると 利用者負担が1割から3割に引き上げられたり、高額介護サービス費が受けられなくなります。

※災害などの特別な事情により、一時的に保険料が納められない場合は、徴収の猶予や減免、免除を受けられる場合もあります。

【問合せ】 市介護障害課高齢者介護係（☎22-2111 内線1232、1233）

みんなでお祝い 老神神社1200年



11月25日、26日、老神神社で1200年奉祝大祭および前日祭が行われました。同神社は大同2年(807年)の御鎮座とされ、現在の社殿は、国の重要文化財に指定されています。

25日の前日祭では、神事の後、子ども神楽、東間小学校器楽合奏部、西間下町子ども建築踊り、日舞、三味線、人吉藩鼓笛隊と、子どもから大人まで様々な芸能が披露されました。入り口の銀杏の横には100年前に作られた職旗が掲げられ、参道を子ども神輿が賑やかに進みました。お開きのもち投げまで、秋の木漏れ日の中、境内は笑顔であふれました。

ヨイヤサ!コイコイ! 熱く♥KUMAKOI



11月24日、九日町通りで「くまこい祭りダンスフェスティバル」が開催され、歩行者天国となった路上で、郡市および県内外の21団体が約400人が熱いパフォーマンスを披露しました。

5回目となる今回は、「KUMAKOI六調子」に加えて、オリジナル曲でも参加できる大会となり、ダンスもエアロビクス風、ストリートダンス風とさまざま。小さな子どもから大人まで、それぞれに工夫を凝らした衣装に身を包んだダンサーたちは、躍動感いっぱいに踊って、最後にビシッと決めのポーズ。沿道に詰めかけた観客たちは、惜しみない拍手を贈っていました。

※おもしろい情報などありましたら、ご連絡ください。
情報課広報統計係 ☎ 22-2111 (内線2331)

ごみの不法投棄の実態を調査 人吉市衛生員連合会

人吉市衛生員連合会(松村三喜会長)では、年4回、ごみの「不法投棄調査・回収」を行っています。

この調査・回収は、各町内の衛生員で組織された同連合会の活動の一環として、市内6校区で実施。

11月19日は、東間・大塚校区支部で実施され、衛生員、市職員合わせて19人が参加。田野方面と間方面に分かれ、山林や谷から約200キロのごみを回収しました。

同連合会の松村会長は「県境や山間部を抱える校区に特に不法投棄が多い。投棄するのは県内に限らず県外の業者など多いのではないか」と話していました。



さまざまな芸術に触れました! 第34回 人吉文化祭

11月3日、4日、カルチャーパレスで第34回人吉文化祭が開催されました。

3日に行われた舞台芸術には25団体が出演。三味線やオカリナ、舞踊や吟声など、華やかに芸を披露すると、客席からはたくさんの拍手が送られました。

その他、写真や短歌などの美術文芸作品の展示、華展、茶会などが行われました。華展では、美しく生けられた花を熱心にカメラにおさめる姿も見られました。また、茶会には、茶道初心者から上級者までたくさんの参加者があり、作法などの説明を受けて、お茶の心に触れていました。



犬童球溪顕彰音楽祭

11月16日(金)～18日(日)
/ カルチャーパレス



16日の学校発表会には、小中学校合わせて47校が参加。コンクール、音楽の広場と合わせて、2000人以上が集う音楽祭となりました。



秋のイベント カメラレポート

11月10日(土)～11日(日) / ふるさと歴史の広場

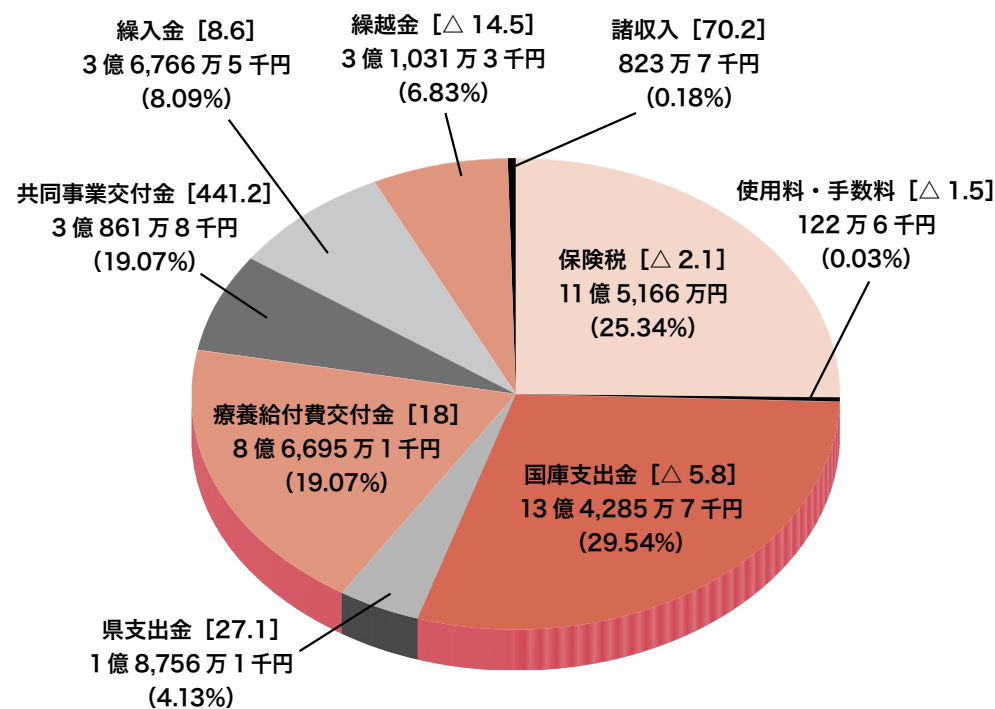
好天に恵まれた2日間。会場は、農産物などの秋の恵み、健康づくりのコーナーや作品などでいっぱい。木工まつりも同日開催となりました。

産業・健康・福祉まつり

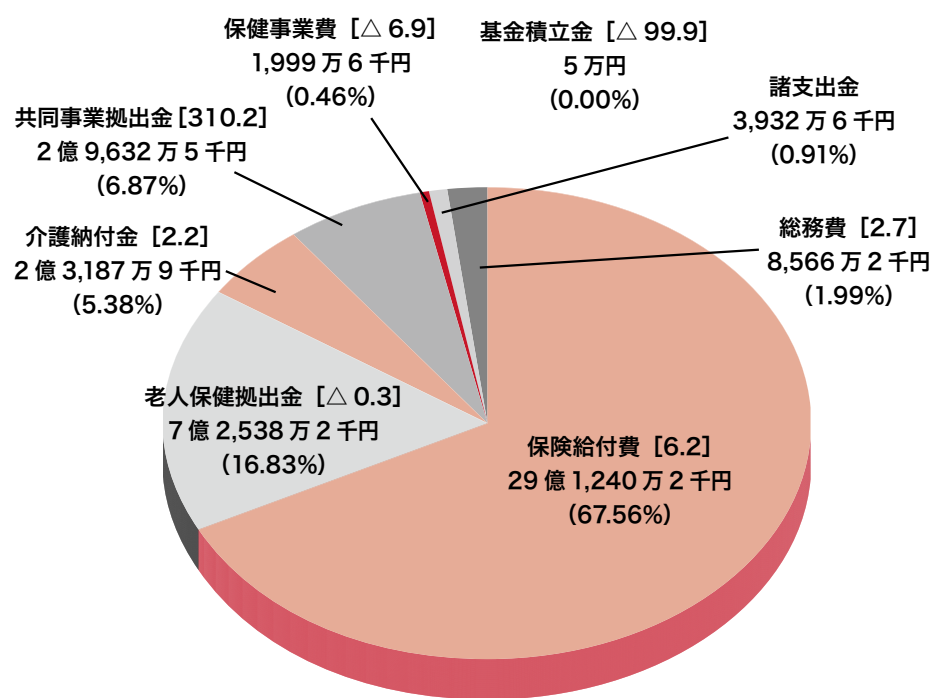


人吉市国民健康保険事業特別会計 平成 18 年度決算状況をお知らせします

【歳 入】 45 億 4,513 万 7 千円【7】



【歳 出】 43 億 1,102 万 1 千円【9.5】



歳入 4 5 億 4, 5 1 3 万 7 千円から歳出 4 3 億 1, 1 0 2 万 1 千円を差し引いた額、2 億 3, 4 1 1 万 6 千円を平成 19 年度に繰り越しました。

なお、平成 18 年度末の基金積立金は 1 億 5, 0 0 5 万円になりました。

※ [] 内の数字は、対前年度伸率 (%)
※ () 内の数字は構成比率

- ★保険税 医療給付費分と介護納付金分を合わせたもの。
- ★国庫支出金 医療費・老人保健拠出金・介護納付金などに対し、国が負担する分。
- ★県支出金 高額な医療費や国保事業に対し、県が負担する分。
- ★療養給付費交付金 退職者医療制度に該当する方の医療費を被用者保険側が交付。
- ★共同事業交付金 県下の保険者（市町村）からの拠出金を財源とし、高額な医療費に対し熊本県国保連合会が交付するもの。
- ★繰入金 一般会計からの繰り入れ分。
- ★繰越金 平成 17 年度の繰り越し分。
- ★その他 保険税の督促手数料や延滞金など。

- ★保険給付費 診療費・高額療養費・出産育児一時金・葬祭費などの支払い分。
- ★老人保健拠出金 老人医療費に充てるための拠出金。
- ★介護納付金 介護保険事業に充てるための納付金。
- ★共同事業拠出金 高額な医療費の支払いに充てるため、県内の保険者（市町村）で出し合うもの。
- ★保健事業費 短期人間ドックや、はり・きゅう・マッサージ券の補助金など。
- ★基金積立金 突発的な医療費などに充てるための積立金。
- ★総務費 国保担当職員の給与や事務費など。
- ★諸支出金 保険税の還付金など。



特選 ひまわり保育園 ながた あかりさん



特選 田野小学校 6 年 鹿末 順大くん

国民健康保険と人吉ヘルスプラン 21 推進会議の「健康づくり」作品募集に、本年度も、市内の子どもたちからポスター 35 点、習字 4 2 4 点とたくさん応募がありました。どの作品もすばらしく、元気が出そうなものばかりです。全作品を市役所本館に展示しました。

健康づくりポスター・習字を展示

11 月 10、11 日、第 17 回ひとよし産業・健康・福祉まつりが開催され、健康を呼びかける様々な催しがありました。

国保だより

保険年金課
国保年金係
内線 1221



国保キャラクター「こっぽちゃん」

この健康づくり作品は、今後の健康づくり啓発に利用させていただきます。なお、人吉ヘルスプラン 21 推進会議が協賛しましたポスター「健康づくり」につきましては、後日市内各所に再度展示する予定ですので、ぜひご覧ください。

国民健康保険優良家庭
老人医療健康優良者
を表彰

まつりの開会式典で、国民健康保険優良家庭と老人医療健康優良者の表彰を行いました。

国民健康保険優良家庭は、平成 19 年 3 月末現在で 1 年以上無受診であり、かつ国保税を完納している 288 世帯です。代表で、下戸越町の告瀬 逸男さん（代理 カツ子さん）に記念品を贈呈しました。



▲告瀬 カツ子さん（下戸越町）

また、1 年以上無受診であった老人医療優良者 193 人を代表し、駒井田町の井上 榮八郎さんに記念品を贈呈

しました。今後も健康に気をつけて、元気でお過ごしください。



▲井上 榮八郎さん（駒井田町）

年金クイズ 正解率は

国民年金クイズコーナーにはたくさん子どもたちが参加し、正解率ほぼ 100% でした。あなたは、いかがですか？

【問題】 1 人に一つの生涯変わらない年金に関する番号を基礎年金番号という。

はい・いいえ （答え はい）

【記念品受け取りのお願い】

無受診の方で記念品をまだ受け取ってられない方は、通知ハガキをご持参いただき市役所保険年金課国保年金係または、老人医療係（③番窓口）で記念品をお受け取りいただきますようお願いいたします。

12月定例市議会 映像生中継 コミセンでご覧になれます

会期中は、各校区のコミュニティセンターで、市議会本会議の生中継の映像をご覧になることができます。（ただし、コミュニティセンターで他の行事がある場合は、ご覧になることができません）

また、人吉市のホームページでも、議会の映像を配信しています。中継の日程は下記の一覧表をご参照ください。

問合せ 市情報課情報システム係（☎22-2111内線2336）

ホームページ <http://www.city.hitoyoshi.kumamoto.jp>

■各校区コミセンでの議会中継日程一覧■

日程 会場	開 会		一 般 質 問						閉 会	
	12月4日（火）		12月11日（火）		12月12日（水）		12月13日（木）		12月20日（木）	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
東西コミセン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
東間コミセン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
大畑コミセン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
西瀬コミセン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中原コミセン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※日程は変更になる場合があります

講演会

現代社会にスポーツを生かす

～総合型地域スポーツクラブの充実を目指して～

野球の指導者として、数々のプロを輩出した名伯楽・熊本工業高校野球部元監督の山口 俊介氏を招いて、スポーツを楽しみながら、日常生活を快適に過ごすことなどお話などをしていただきます。当日は、第54回人吉駅伝大会が西瀬小学校を中心に開催されますので、ご家族や友人を誘って、ぜひご来場ください。心よりお待ちしております。

期 日 12月9日（日）

時 間 正午～午後1時

場 所 西瀬小学校体育館

内 容 演 題 「現代社会にスポーツを生かす」

総合型地域スポーツクラブの充実を目指して

講 師 山口 俊介氏（熊本県立総合体育館 館長）

入場料 無 料

問合せ 市スポーツ振興課スポーツ振興係（☎22-2111内線5241）



▲山口 俊介 氏

住民税の住宅ローン控除の経過措置があります

住宅ローン控除は、所得税のみにある税額控除制度ですが、次の①～③に該当する方は、申告書の提出により、平成20年度住民税の経過措置が受けられます。

①平成11年から18年までの間に入居

②住宅ローン控除の適用がある

③次の計算方法で控除残額がある (1)平成19年分の所得税の住宅ローン控除可能額
(2)税源移譲前の税率で計算した所得税額

これがある方！

【計算方法】 「(1)か(2)のどちらか少ない金額」－「税源移譲後の税率で算出した所得税額」＝控除残額

Q

経過措置を適用するためには？



A 年末調整で、住宅ローン控除の手続きを済ませた方は、平成20年3月17日までに市町村へ申告書と源泉徴収票（原本）を提出してください。これから確定申告をする方は、確定申告書と一緒に税務署へ提出してください。

詳しくは 総務省ホームページ【www.soumu.go.jp】

人吉市ホームページ【www.city.hitoyoshi.kumamoto.jp】をご覧ください。

【問合せ】 市税務課諸税係（☎22-2111内線1175・1176）

平成19年度人吉球磨地区租税教育推進協議会「税に関する作品」の入選作品を紹介します
「中学生の作品」部門 熊本県納税貯蓄組合連合会 会長賞

「私たちの生活を支える税金」

人吉市立第三中学校 二年 西川 莉央

税金といっても、いろんな種類に分けられます。その中でも、一番身近なもので、消費税があります。食事や買い物をする、その代金の中に5%の税が含まれています。そのうち、4%が消費税で、1%が地方消費税です。

消費税にも含まれている地方税は、私たちの生活を支えるために使われています。私たちが、よりよく学習できるように、学校や図書館、体育館の整備にも、税金が使われています。公共施設や道路の整備、警察費や衛生費、消防費にも使われます。税金の使われ方を調べてみて、学校や公共施設、身のまわりの衛生管理などにも、使われている、少し身近に感じました。もし、税金がなかった場合、衛生費がないため、ゴミの回収や処理ができず、町がゴミだらけになってしまいます。また、事件や事故、火事があっても、警察や消防車が出動できないので、人の命に関わるような大変なことになってしまいます。そう考えてみると、税金があることの大切さが分かります。

今、日本では、高齢化社会が問題になっています。高齢化が進むと、税金にも大きな負担になります。税金を支払っている人は、所得税を支払っています。ですが、高齢化が進むと、働く人も減り、所得税が払えなくなってしまう。結果、国税、地方税、社会保障の国民負担率がさらに上昇することが、考えられます。また、所得税は、私たちの家計や企業の経済活動と深く関わり合っています。所得が多い人や景気が良い人には、大きい負担をしてもいい、逆に、所得が少ない人には、小さい負担にして、税負担が軽減され景気の落ち込みを緩和したりもしています。私たちがよりよい生活を送るためには、多くの費用を必要とします。その財源の中心になるのは、税金です。

私たちの生活は税金に支えられていることを知って、税金で作られた建物などは、大事に使っていきたいと思いました。納税の義務が憲法で定められるほど、税金は大切なものなんだと思います。そして、将来、私も働くようになったら、所得税など、いろんな税金を払っていくと思います。自分の大切な将来にもかかわる、税金のことを、今から、真剣に考えていきたいです。

無料法律・家計相談

期 日 12月19日（水）
時 間 午前9時30分～午後0時30分
 午後1時30分～4時30分
 ※相談者1人または1組につき、30分程度
場 所 くまもと県民交流館パレア会議室1（テトリアくまもと9階）
相談員 弁護士、消費生活アドバイザー
定 員 先着36人
予約受付 12月11日（火）～13日（木）
受付時間 午前9時30分～午後0時30分
 午後1時30分～4時30分
予約先 （財）日本クレジットカウンセリング協会福岡支部（☎0120-666-528）
問合せ （財）日本クレジットカウンセリング協会（☎03-3226-0140）

◆健康

献血にご協力ください！

◆12月6日（木）
 【球磨地域振興局】
 ・午前10時～正午
 ・午後1時～4時
 ◆12月7日（金）
 【トヨタカローラ熊本（株）人吉店】
 ・午前9時～正午
 ・午後1時～3時30分
 ◆12月12日（水）
 【人吉警察署】・午前10時～正午
 【人吉総合病院】
 ・午後1時30分～4時
 ◆12月21日（金）
 【市役所別館】・午前10時～正午
 【球磨病院】
 ・午後1時30分～3時30分
 ※需要の多い400ml献血にご協力ください。



キノコ狩りシーズンです 採取には細心の注意を！

毒キノコを食べたことが原因と疑われる食中毒が全国的に発生しています。確実に食用と鑑定できるキノコ以外は、絶対に食べないでください。なお、急性脳症との因果関係が否定できない「スギヒラタケ」については、本年度も摂取を控えてください。
【キノコ中毒を未然に防ぐには】
 ■確実に鑑定された食用キノコ以外は絶対に食べない
 ■キノコ狩りでは、有毒キノコが混入しないように注意する
 ■さまざまな「言い伝え」は迷信であり、信じない
 ■キノコは発生場所や時期により、図鑑の写真や絵と色や形態が異なる場合も多いため、安易に判断しない
 ※もし、食中毒になってしまったら、早急に医師の診断を受けてください。
問合せ 人吉保健所衛生環境課（☎22-3107）

モシモシ 健康情報

☎096-385-3300

●朝9時～翌朝9時
 ●曜日ごとに日替わりで、同じ内容のテープが聞けます。
 主催 熊本県保険医協会
 （☎096-385-3330）
 ホームページ
<http://www.khk-dr.jp>

12月の週間プログラム

月曜日＝耳鳴りについて
 火曜日＝更年期障害とうつ状態（精神科より）
 水曜日＝更年期をうまく乗り切ろう（婦人科より）
 木曜日＝かかりつけ歯科医を持とう
 金曜日＝脳梗塞
 土曜日・日曜日＝自律神経失調症

家を取り壊したら 税務課まで届け出を

お持ちの家屋で、取り壊された方や、建築確認が不要な建物を新增築された方は、市税務課までお届けください。
問合せ 市税務課資産税係（☎22-2111内線1171、1172）



こころの健康相談

人吉保健所保健予防課
 （☎22-3107）

秘密は厳守され、相談は無料です。お気軽にご相談ください。
 ※事前に予約が必要です。
期 日 12月14日（金）・21日（金）
受 付 午後2時～3時
場 所 人吉保健所

無料法律相談

市地域生活課市民相談係
 （☎22-2111内線2117）

多くの相談に対応するため、事前に電話予約をお願いすることになりました。

期 日 12月18日（火）
時 間 午前10時～午後3時
受 付 市役所別館2階 201会議室
場 所 市役所別館2階 202会議室
対象者 市内在住の方に限ります

行政・消費生活相談

市地域生活課市民相談係
 （☎22-2111内線2117）

期 日 12月25日（火）
時 間 午前10時～正午（先着順、事前受付はしません）
受 付 市役所2階 地域生活課
対象者 市内在住の方に限ります
担当者 行政相談委員、消費生活相談員

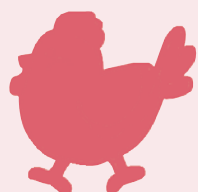
八代社会保険事務所 年金出張相談所

八代社会保険事務所
 （☎0965-35-6115）

期 日 12月20日（木）人吉総合病院3階会議室
 平成20年1月8日（火）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
 ○多くの相談に対応するため、電話予約をお願いします。
 ○障害年金や被保険者の記録調査などは、プライバシー保護の必要があり、相談内容が複雑で時間を要しますので、ご都合のつく方は八代社会保険事務所年金相談コーナーでご相談ください。
問合せ 〒866-8503 八代市萩原町2-11-41
 八代社会保険事務所（☎0965-35-6115）

ニワトリなどを 飼養されているみなさんへ

県では、冬季を迎え11月～平成20年2月までを「高病原性鳥インフルエンザの特別防疫対策期間」とし、防疫対策の徹底を図っています。一般家庭においては、以下の点にご注意ください。



- ①ニワトリや七面鳥の死亡率が高い病気のため、トサカの出血や顔のはれ、足の出血に注意する
 - ②トリ小屋はいつも清潔にし、新鮮な水、えさを与える
 - ③放し飼いをやめ、野鳥が小屋に入らないようにする
 - ④トリの世話をした後は、うがい・手洗いをする
 - ⑤薬局で市販されている塩化ベンザルコニウム液を散布する（消毒効果がありますので、説明書をよく読み薄めて使用してください）
 - ⑥トリ小屋へ消石灰を散布する
- 鶏肉・鶏卵を食べてインフルエンザウイルスが人に感染することは世界的にも報告されていません。**
問合せ 熊本県城南家畜保健衛生所（☎22-3814）

あたりかまわず散布していませんか？ 農薬飛散による被害を防ぎましょう

公共施設や街路樹、住宅地に近接する土地・森林や、隣接した家庭菜園・市民農園を含む農地の管理の際は、農薬の飛散が原因の健康被害が生じないように、できるだけ農薬の使用を控えてください。ただし、農薬を散布せざるを得ない場合は、農薬の飛散防止に努めるなど、十分な配慮をお願いします。
 ※農薬には、作物や樹木に発生する病虫害の防除を目的に散布するものや、ガーデニングや家庭菜園用のスプレー式の殺虫剤や殺菌剤、芝生などで使用する除草剤なども含まれます。

農薬や飛散防止に関する情報
<http://www.maff.go.jp/nouyaku/>
農薬登録情報検索システム
<http://www.acis.famic.go.jp/searchF/vtllm001.html>
農薬対策関係に関する情報
<http://www.env.go.jp/water/noyaku.html>

LIFE INFORMATION

くらしの情報

広報とよみ

(12 月)

- 4 日(火) 12月定例市議会開会
- 7 日(金) 人吉市子ども人権作品展
(九日町イスミ、～9 日)
- 9 日(日) 人吉駅伝大会(西瀬小～
西瀬橋～天狗橋)、講演
会(西瀬小体育館)
- 17 日(月) 広報配布日

『工業統計調査』に ご協力ください

平成19年工業統計調査が12月31日現在で行われます。
本年12月から来年1月にかけて調査員がお伺いします。調査票に記入していただいた内容については、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確なご記入をお願いします。なお、本年の調査から調査項目の一部が改正されましたので、調査票の記入にあたってはご注意ください。
問合せ 市情報課広報統計係
(☎22-2111内線2332)

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

「農業委員会委員」選挙人名簿 への登載は1月10日まで

市選挙管理委員会では、平成20年1月1日現在で農業委員会委員選挙人名簿を調製します。

次にあてはまる方は、登載申請書に必要な事項を記入して提出してください。申請用紙は、12月中に農家振興組合長さんなどを通じて配布しますが、市選管、農業委員会にも備えてあります。

あてはまる方 市内に住所を有し、年齢が20歳以上の方(昭和63年4月1日までに生まれた方)で、次の条件にあてはまる方

- ①10アール以上の農地を耕作(業務を営む)している
 - ② ①の同居家族、または配偶者(ともに耕作に従事する日数が年間おおむね60日以上の方)
 - ③10アール以上の農地を耕作(業務を営む)している農業生産法人
- 提出期限** 平成20年1月10日(木)
提出先 市農業委員会
問合せ 市選挙管理委員会
(☎22-2111内線2126)

配偶者暴力防止法が 1月11日から変わります

この法律は、配偶者からの暴力(DV)に関する通報、相談、自立支援などの体制を整備し、被害者の保護を図ることを目的として制定されました。

【改正の主な内容】

- 1. 裁判所は加害者に対し、被害者への次の行為を禁止することができます**
- ①面会の要求 ②行動の監視に関する事項を告げることなど ③著しく

●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

粗野・乱暴な言動 ④無言電話、連続しての電話や、夜間(午後10時～午前6時)の電話・FAX・Eメール(緊急やむを得ない場合を除く) ⑤汚物・動物の死体などの著しく不快または嫌悪の情を催させる物の送付など ⑥名誉や性的羞恥心を害する事項を告げることや、文書・図画の送付など

2. 裁判所は加害者に対し、被害者の親族などへの接近を禁止することができます

3. 市町村はDV対策に関する基本計画を策定するよう努めなければならなくなります

詳しくは、下記へお尋ねください。
問合せ 市福祉課児童福祉係
(☎22-2111内線1141、1142)
熊本県男女共同参画・パートナーシップ推進課(☎096-333-2287)

九ちゃんクラブ『ふれあい広場』 きじ馬スタンプゲット!

イスミ本店3階(九日町)にある「九ちゃんクラブ『ふれあい広場』」をご利用されたり、子育て応援店で買い物をされると、『子育て応援店マップ』にスタンプがもらえます。それを貯めると「きじ馬よかスタンプパスポート(満点台紙)」プレゼント。平成20年1月末までの期間限定です。ぜひどうぞ。※ご利用いただくには「九ちゃんクラブ『ふれあい広場』」の会員登録が必要です。登録お待ちしております。
問合せ 九ちゃんクラブ「ふれあい広場」(☎080-6416-9124)

◆募集

ストリート名募集!

県道54号線(吉村皮ふ科～水の手橋手前まで)の名称を募集します。人吉をイメージした、想像性豊かなネーミングをお待ちしています。

募集期間 12月20日(木)～平成20年2月20日(水)
※採用された方には賞金があります(18歳未満の方は図書券)

応募方法 ①ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号、勤務先または学校名・学年、ストリート名とその理由を明記のうえ下記へ応募してください。②吉村皮ふ科～水の手橋手前までの参加協力店に応募券・応募箱を準備していますので、そちらから応募してください。

応募先 「人吉城進54の会」
(〒868-0023 人吉市北泉田町151-1・1F)
問合せ 椎葉 博文さん
(☎24-7653)

熊本県障害者技能競技大会 参加者募集

期 日 平成20年2月24日(日)
時 間 午前8時30分～午後5時30分
会 場 熊本県立熊本高等技術訓練校、熊本ソフトウェア(株)、和洋学園専門学校
参加料 無 料
申込締切 12月28日(金)
競技内容・申込方法など、詳しくは下記へおたずねください。
申込・問合せ (社)熊本県高齢・障害者雇用支援協会(☎096-320-8001)
熊本県商工観光労働部労働雇用総室産業人材育成室(☎096-333-2344)

働く人のパソコン初級講座 受講生募集

日 程 平成20年1月～3月の各土曜日のうち10日間
時 間 午前9時～午後4時(6日間)
午前9時～午後4時30分(4日間)
会 場 人吉球磨能力開発センターパソコン教室
内 容 ワード(文書作成)・エクセル(表計算)・インターネット
募集人員 10人程度
受付開始 12月10日(月)※定員になり次第締め切ります。受付開始日以前の申込はご遠慮ください
受講料 9,000円(教科書代4,000円を含む、申込時にお支払いください)
申込・問合せ 人吉球磨能力開発センター(☎22-2475)



◆試験

自衛隊生徒採用試験

対象者 15歳～17歳未満の男子
受付締切 平成20年1月8日(火)
試験日 平成20年1月12日(土)
試験場 八代ハーモニーホール
※人吉地域事務所でお送りします。
試験内容 中学校卒業程度(国語、社会、数学、理科、英語 ※マークシート形式、作文)※作文は500字程度
合格発表 平成20年1月21日(月)
問合せ 自衛隊熊本地方協力本部人吉地域事務所(☎22-4704)



平成19年度 後期 ビジネス・キャリア試験

企業実務に即した専門的知識・能力を評価する公的資格試験として本年度から新たにリニューアルしてスタートしました。
後期試験分野 生産管理、企業法務・総務、ロジスティクス、経営情報システム、経営戦略
受付期間 平成20年1月4日(金)～16日(水)
試験日 平成20年3月2日(日)
資料請求・問合せ 熊本県職業能力開発協会総務・開発振興課(☎096-384-1711)
中央職業能力開発協会
http://www.bc.javada.or.jp



◆相談

夜間の 小児救急電話相談

県では、子どもの急な病気に対する保護者の不安を解消するため、県下全域を対象に、夜間の小児救急に関する相談や、応急処置、受診可能な医療機関についての情報提供を行っています。
時 間 午後7時～11時
相談員 看護師または小児科医師
相談先 「#8000」
※ダイヤル回線、IP・光電話など
「☎096-364-9999」
問合せ 熊本県医療政策総室(☎096-333-2205)

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)

第5回 いで湯と焼酎・笑顔の里

ひとよし春風マラソン

旧人吉温泉マラソン大会

参加者募集

平成20年 2月17日(日)

雨天
決行

会 場：人吉第一中学校

【招待選手】予 定



ワコール女子陸上競技部

WACOAL SPARK ANGELS



福士 加代子さん



湯田 友美さん

※ 福士加代子さんは都合により参加出来ない場合があります。

種 目

- ★2kmの部 [親子(小学1～3年生)／小学生女子(小学4～6年生)]
コース：総合病院前～川富食堂前(五日町)折り返し～一中
- ★3kmの部 [小学生男子(小学4～6年生)／中学生・高校生女子]
[一般男子・女子(18～39才以下)／一般男子・女子(40才以上)]
コース：総合病院前～文尚堂前(九日町)折り返し～一中
- ★5kmの部 [中学生・高校生男子／一般男子(18～39才以下)(40～59才以下)(60才以上)]
[一般女子(40才以上)]
コース：総合病院前～川端温泉前(宝来町)折り返し～一中
- ★10kmの部 [一般男子(18～39才以下)(40～59才以下)(60才以上)]
[一般女子(18～39才以下)(40～49才以下)(50才以上)]
コース：総合病院前～甲石商店前(下戸越町)折り返し～一中
- ★ハーフの部 [一般男子(18～39才以下)(40～49才以下)(50～59才以下)(60才以上)]
[一般女子(18～39才以下)(40～49才以下)(50才以上)]
コース：総合病院前～上戸越町～中神町大柿～一中

参 加 料

親子の部(2名) 2,000円(1名追加につき500円)
小学生:1,000円、中学生:1,500円、高校生:2,000円、一般:3,000円

表 彰

各部門／1～3位(ハーフの部のみ6位まで)
特別賞／最高年齢賞、最遠来者賞、姉妹都市賞、ユニーク賞、ラッキー賞
参加賞／特製オリジナルバスタオル(親子の部は1枚のみ)・無料温泉入浴券・無料食事券

申込締切

平成20年1月16日(水)

お楽しみ抽選会

マウンテンバイク、図書券、ペア宿泊券、焼酎など多数の賞品があります。
(お楽しみ抽選会は、表彰式終了後に行います)

※参加者全員に温かい“つぼん汁・ぜんざい”を用意しています。
※申込み方法などは、下記事務局へお尋ねください。

問 合 せ

市教育委員会スポーツ振興課内 ひとよし春風マラソン事務局
(☎22-2111 内線 5241・5242)



第856号
(平成19年12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】

九ちゃんクラブ (11/16)



編集後記

「離れて暮らすうちの娘も共働き。孫が熱を出した時、どうするんだろう。今の子育ては大変かもしれないと思ったのが、保育サポーターの講座を受けるきっかけでした」九ちゃんクラブを運営する「陽だまりの会」の方の言葉です。地域での子育て支援は、このような気持ちに支えられているんですね。子どもたちとお母さんたちはもちろん、見守るサポーターさんたちの笑顔にも心が温くなりました。(せつ)