

平成 20 年度 敬老行事のお知らせ

おじいちゃん、おばあちゃん、いつまでも元気で長生きしてね！

9月15日（月）は、「敬老の日」（多年にわたり社会に尽くしてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝う日）です。市では、次のような敬老行事を行います。また、今後も高齢者の方を大切にするまちづくり、高齢者の方が笑顔で暮らせるまちづくりを進めてまいります。

日 時	行 事 内 容	場 所
9月1日（月） 午前10時～正午	市長から高齢者（95歳・100歳・100歳以上）の方に祝品を贈ります。	龍生園
		聖心老人ホーム
		延寿荘
		高齢者自宅（代表）
9月3日（水） 午前10時～正午	視覚障害者福祉協会の協力により、老人ホーム入所者にあんま・マッサージを無料奉仕します。	延寿荘
		聖心老人ホーム
9月11日（木） 午前9時～	熊本日日新聞社から金婚夫婦の代表の方に表彰状が贈られます。	人吉市役所
9月13日（土）～14日（日） 午前9時～午後5時	市内居住の60歳以上の方に老人福祉センターを無料開放します。	老人福祉センター
9月17日（水） 午前9時～午後5時	今年度88歳（米寿）になる方に敬老祝金（2万円）を贈ります。	市役所別館横会議室
10月1日（水） 午前10時～正午	結婚50周年を迎える金婚夫婦の表彰式を行います。	アンジェリーク平安

88歳（米寿）の方には、後日、敬老祝金について連絡します！

対象となる方 今年度に満88歳（米寿）になる方（大正9年4月2日から大正10年4月1日までに生まれた方）で、平成19年9月2日から平成20年9月1日まで引き続き人吉市に住所がある方

【問合せ】市介護障害課高齢者介護係（☎22-2111内線1231）

新しい農業委員が決まりました！ ～魅力ある農業づくりを推進します～

任期満了に伴う農業委員の改選に伴い、選挙による14人と、選任による6人（農協推薦1人、農業共済推薦1人、土地改良区推薦1人、議会推薦3人）の20人の新委員が決まりました。

農業委員は、農業者の代表として農地行政や地域農業振興のためにさまざまな活動に取り組んでいます。任期は平成20年7月20日から平成23年7月19日までの3年間です。



会 長
20 山口 秀継
北・南泉田町、鬼木町、
願成寺町、上・下新町



会長職務代理者
19 笠原 利昭
井ノ口町、合ノ原町、
城本町



農業振興部会部長
1 丸目 光孝
矢黒町、
上・下永野町



農政部会
2 内布 征生
下原田町



農政部会
3 原 征二
上・下戸越町、
鹿目町



農地調整部会
4 西 敬次
下薩摩瀬町、
下城本町



農地調整部会
5 島津 良邦
上薩摩瀬町、宝来町、
相良町



農業振興部会
6 山崎 春子
瓦屋町、鶴田町



農政部会
7 新村 千代子
上・中・下林町、
温泉町



農政部会
8 福屋 主税
東間上・下町、
西間上・下町



農地調整部会
9 坂本 すや子
大畑町



農業振興部会
10 那須 春巳
蓼野町、新町、土手町、
灰久保町、南町、寺町



農業振興部会
11 大柿 章治
中神町



農地調整部会
12 尾方 治則
大畑麓町、
上・下・東漆田町



農政部会
13 北村 和人
赤池原町、赤池水無町、
七地町



農政部会部長
14 桑原 健治
大野町・矢岳町



農地調整部会
15 永石 栄二
上原田町



農業振興部会
16 小園 隆光
上・下田代町、
段塔町



農業振興部会
17 中村 隆司
古仏頂町、木地屋町、
東・西大塚町、田野町



農地調整部会部長
18 平山 正敏
浪床町、蟹作町、上原町、原城町、
中城町、富ヶ尾町、田町、麓町

※氏名の前の数字は議席番号、氏名の下町の町名は担当調査区域です。

【問合せ】市農業委員会事務局（☎22-2111内線5182）



高齢者介護アンケート 集計結果を公表します

～多数のご協力ありがとうございました～

人吉市では、「第4期介護保険事業計画・老人福祉計画」（計画期間 平成21年度～23年度）の策定にあたり、高齢者の皆さんの意見・考えを反映させるため、「高齢者介護等に関するアンケート」を4月8日から、5月12日にかけて行いました。

アンケートは市内在住の65歳以上の方10,365人（平成20年4月末）のうち、500人を対象に実施し、410人の方（回収率82.0％）から回答をいただきました。今回、集計結果の一部を公表します。

Q あなたに介護が必要となった場合、どこで介護を受けたいと思いますか？【有効回答数 393人/410人】

	回答数（人）	回答率（％）
可能な限り自宅で介護を受けたい	234	57.1
特別養護老人ホームや老人保健施設などの介護保険施設に入所したい	78	19.0
一概に言えない	45	11.0
わからない	20	4.9
介護付きの有料老人ホームや認知症高齢者グループホーム（認知症の高齢者が共同生活を営む住居）などに住み替えて介護を受けたい	16	3.9



「可能な限り自宅で介護を受けたい」という意見が57.1％と半数以上を占める一方、19％の方が「施設への入所を希望する」と回答しています。

Q 平成18年4月に保健センターの2階に介護予防の拠点施設として「人吉市地域包括支援センター」が設置されたのをご存じですか？【有効回答数 392人/410人】

	回答数（人）	回答率（％）
知らない	176	42.9
知っているが、利用したことはない	144	35.1
相談や健康教育など、利用したことがある	72	17.6



「利用したことがある」と「知っている」を合わせて52.7％となる一方、「知らない」と答えた方が42.9％でした。



これから介護を必要とする高齢者の方の増加が予想されますが、県や市はどのような施策に重点を置くべきだと思いますか？【複数回答】

	回答数（人）	回答率（％）
在宅介護のための、自宅を訪問するサービスの充実（ホームヘルプサービス、訪問介護など）	206	50.2
在宅で介護をする家族に対する支援の充実	187	45.6
病院や診療所などの医療機関の充実	152	37.1
緊急通報サービス（倒れるなどした際にボタンで緊急を知らせる）の充実	140	34.1
在宅介護のための、施設に通って受けるサービスの充実（ショートステイ、デイサービス、デイケアなど）	136	33.2
特別養護老人ホームや老人保健施設などの介護施設の整備	126	30.7
配食サービス（一人暮らしの高齢者などに食事を配達）の充実	124	30.2
利用者が介護サービスを適切に選択することができる環境の整備	123	30.0
移送サービス（病院や施設へ行くときの送り迎えなど）の充実	120	29.3
高齢者の生きがいや社会参加の促進	105	25.6
介護予防やリハビリテーションの充実	103	25.1
介護サービスの質の確保・向上に向けた取り組み	76	18.5
介護問題に関する相談窓口や相談体制の整備	76	18.5
認知症高齢者グループホームの整備	70	17.1
高齢者に配慮した住宅整備の推進（公共賃貸住宅の建設、民間の優良賃貸住宅の供給の促進、住宅改造の促進など）	48	11.7
福祉用具の普及	35	8.5
わからない	25	6.1
特にない	9	2.2



回答者のうち50.2％の方が「在宅介護のための自宅を訪問するサービスの充実」、45.6％の方が「在宅で介護をする家族に対する支援の充実」を選択、また、「緊急通報サービスの充実」も34.1％の方が選択されるなど、在宅介護に関するものが多く選択されています。

※アンケートの詳しい結果は市ホームページに掲載していますのでご覧ください。

【問合せ】市介護障害課高齢者介護係（☎22-2111内線1231）
ホームページ <http://www.city.hitoyoshi.kumamoto.jp>

『青井さん』を勉強しよう 青井阿蘇神社国宝ガイド養成講座

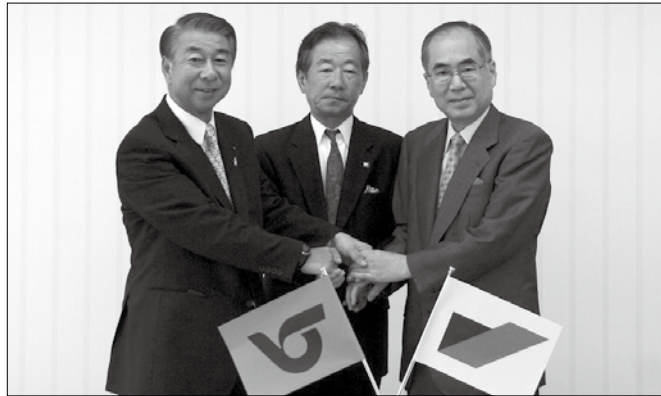
7月29日、30日、8月3日、4日の4日間、希望者を対象とした『青井阿蘇神社国宝ガイド養成講座』が開催されました。

講座は、募集人員100人に対して111人の申込があり大人気。青井阿蘇神社の国宝指定にむけた調査に携わった熊本大学の伊東龍一教授の講演や、実際に青井阿蘇神社に出向き、説明を受けるなど受講者は熱心に「青井さん」を勉強していました。

最終日の4日には、講座4回全てを受講した方91人に対して、市教育委員会から国宝青井阿蘇神社ガイド認定証が渡されました。



人吉市と熊本県立大学 包括協定を締結！



7月22日に、熊本県立大学で人吉市と県立大学の包括協定調印式が行われました。

この協定は、人吉市と県立大学が包括的な連携のもとに、まちづくりや観光振興など様々な分野でお互いに協力することを目的とするもので、県立大学と市町村との締結は10例目になります。

調印式で、田中市長は「歴史伝統を生かしたまちづくりに提言をいただきたい。人吉の観光はどうあるべきか、人吉市民が笑顔で暮らせる素地はなにか。笑顔、食、生きがいなども研究していただき提言をいただきたい。」とコメントしました。

表情も豊かに 児童による童話発表大会



7月27日に、カルチャーパレスで第24回人吉球磨児童による童話発表大会が開催され、人吉球磨の各小学校の代表35人が出場しました。

開会式で人吉市教育長から「今日は緊張しないでゆつくりと話してください。」とあいさつがあり、早速、一年生から順番に童話を発表。大人顔負けの表現力に会場からは大きな拍手が送られていました。

最優秀賞に選ばれた杉本莉望さん(大畑小3年生)と、寺原文望さん(中原小5年生)は10月26日に富合町で開催される県大会に出場します。

勇壮な滝を背に 鹿目の滝まつり復活

8月最初の日曜日となった3日、2年ぶりとなる鹿目の滝まつりが開催されました。「鹿目の滝」は、高さ36mの雄滝、30mの雌滝、雄滝上流の平滝の3つの滝からなり「日本の滝百選」にも選ばれています。

滝開き神事、主催者・来賓あいさつが行われたあと、来場者は親子で水遊びや、名物のそうめん流し・ヤマメの塩焼きなどに舌鼓を打つなど楽しんでいました。快晴にも恵まれ、準備されたそうめんも早々と完売するなど大盛況でした。



しあわせ 第2回 幸福追求人間学講座

「幸せになつて笑える、心と身体の健康セミナー」 どくとるマンボウ家の素顔～ブラジル移民100周年の話、セサミン、マカの話

祖父である歌人・斎藤茂吉さんや、父である作家・北杜夫先生が2度に渡り行かれたブラジル取材、斎藤さんがアマゾンで取材されたブラジル移民の方々についての思い、さらには、ブラジルのマカ(アンドスのニンジンといわれる栄養価の高い根菜)にまつわる健康について楽しく語っていただきます。

期 日 9月13日(土)

時 間 入場＝午後0時30分 開演＝午後1時

場 所 カルチャーパレス小ホール

講 師 齋藤 由香 さん

(サントリー株式会社)

※入場無料ですが、整理券が必要です。

希望者は市社会教育課生涯学習係(市役所別館)または、お近くの各コミセン(東西・東間・西瀬・中原・大畑)までお越しください。

問合せ 市社会教育課生涯学習係 ☎ 22-2111 内線5237

受講者には「セサミン」「マカ」をプレゼント！



Saito Yuka
齋藤 由香

成城大学文学部国文科卒。現在、サントリー株式会社勤務。祖父は歌人・斎藤茂吉、父は作家北杜夫。著書に「窓際OLトホホな朝ウフフの夜」、「窓際OL親と上司は選べない」など多数。

幸福追求人間学講座と同時開催！

「逢いたくば」 ～ブラジル移民百年の肖像～ 写真展

9月13日に開催される幸福追求人間学講座と同時に「逢いたくば」～ブラジル移民百年の肖像～写真展を開催します。

今回の写真展では、ブラジル移民100周年の節目ということもあり、日本の文化や精神を体現して暮らしている現地の日本人・日系人の姿を通して、今、日本で薄れかけている「想い」や「誇り」の大切さや、日本人が忘れかけている「日本のこころ」というものを伝えていきたいと考えています。

たくさんの方のご来展をお待ちしています。

期 間 9月13日(土)～15日(月)

時 間 13日(土)＝午後0時30分～午後3時

14日(日)・15日(月)＝午前9時～午後3時

場 所 13日(土)＝カルチャーパレス小ホール横ホワイエ

14日(日)・15日(月)＝カルチャーパレス事務所横

展示室

問合せ 人吉市国際交流協会事務局(市地域生活課まちづくり係内)

(☎ 22-2111 内線2117)



◆相談

社会福祉協議会 心配事相談所

生活上の法律に関する相談に、司法書士会がご協力します。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。予約制ですので、早めの予約をお願いします。

期 日 9月4日（木）
時 間 午後1時30分～4時
場 所 市総合福祉センター
問合せ 市社会福祉協議会
(☎24-9192)

人吉市無料法律相談

予約が必要で、予約申込は9月1日（月）からできます。
期 日 9月16日（火）
時 間 午前10時～午後3時
場 所 市役所別館2階 202会議室

相談員 弁護士

申込・問合せ 市地域生活課市民相談係 (☎22-2111内線2116)

体の不自由な方の無料巡回相談

実施日の1週間前までに市介護障害課へ必ずご連絡ください。（予約制）

★9月18日（木）

五木村保健福祉総合センター

★10月16日（木）

市総合福祉センター

受付時間 正午～午後2時

相談開始 午後1時から

相談対象となる障がい 肢体不自由、聴覚障害、視覚障害

※内部障害（心臓、呼吸器、腎臓、膀胱・直腸、小腸および免疫の各機能障がい）は除く

相談内容 補装具に関する相談および判定（義眼・眼鏡の処方除く）、障がい福祉サービス利用に関する相談

相談員 医師、看護師、身体障害者

福祉司、言語聴覚士

予約・問合せ 市介護障害課障害者支援係 (☎22-2111内線1236)

◆健康

9月の乳幼児健診日程 (場所/保健センター)

健 診	対 象 者	日 程
3 歳	平成17年6月生	2日(火)
3か月	平成20年5月生	9日(火)
6か月	平成20年2月生	16日(火)
1歳6か月	平成19年2月生	25日(木)

受付時間

3 歳 児＝午後1時～1時20分

そのほか＝午後1時10分～1時30分
※母子健康手帳、バスタオル、3歳児は尿もお持ちください。

問合せ 市保健センターすこやか子育て係 (☎22-2111内線6231)

みんなで
一緒に

男女共同参画社会を目指して

市地域生活課市民相談係（内線2115）



いまの社会は男女共同参画社会ではないのでしょうか？
日本では男女平等を実現するための法律や制度はできていますが、実際には性差別、性別による固定的役割分担、偏見などが依然として残っています。
あなたの身のまわりの習慣やしきたりを見直してみませんか？

☆この本
よかばい！
図書館の毎月の新刊からおすすめの本を紹介していきます。

からだにうれしい 野菜の便利帳《一般》



いた ぎ 板木
とし た か 利隆 監修

健康への意識もあり、年々野菜に期待感が高まっています。正しい選び方・栄養知識など野菜の魅力と楽しみを10の簡単なレシピで紹介してあります。苦手の野菜も食べれるようになるかもしれません。

みずくさむらと みずべむら《児童》



カズコ・G・ストーン 著

ほたるいけの中に「みずくさむら」という小さな村がありました。雨が降ってくると、みずすまし、あめんぼ、げんごろうなど、波乗りをして遊びます。ある日、強い風がふいて流されてしまいます。さて、どうなるでしょうか。暑い日に読むと涼しくなる絵本です。

【問い合わせ】
市図書館 (☎22-2111
内線6810・6811)

インターネット公売のお知らせ

市税滞納処分で差押さえた動産などを公売します！

参加申込期間 8月22日（金）～9月4日（木）

入札実施日 せり売り方式＝9月10日（水）～12日（金）

参加申込 Yahoo!の官公庁オークションのサイト上で公売物件ごとに入札の参加申込が必要です。

※Yahoo!オークションに申込み場合は、事前にYahoo!JAPANのID取得とメールアドレスの登録が必要です。（登録無料）

公売方法 事前に参加申込をした物件を、せり売り方式で公売を行います。

そのほか インターネット公売の詳細は、サイト上にある公売ガイドラインをお読みください。
※公売前に滞納税を完納した場合は、該当物件の公売を中止することがありますので、ご了承ください。

問 合 せ 市納税課整理係 (☎22-2111内線1161・1163)

公売の売却代金は滞納市税に充当されます

脱☆メタボ 作戦

「軽運動のススメ」

市保健センター
はつらつ成人係
(☎22-2111
内線6222)

「メタボリックシンドローム」。みなさんも存じですよね？この「メタボ」は動脈硬化を急速に進めます。また、全国で男性の2分の1、女性の5分の1が「メタボ」もしくは「メタボ」予備軍と言われています。
「メタボ」を予防・解消するためには内臓脂肪を減らすことが効果的です。そして、内臓脂肪を減らすためには「身体活動量」を増やすことが有効です。
「身体活動」とはスポーツで体を動かす「運動」と家事や買い物、遊びなどで体を動かす「生活活動」を合わせたもの。次のポイントに気をつけながら、身体活動の量を増やしましょう！

★日常生活の中でもっと体を動かそう
・近場へは乗り物を使わず歩く。
・重い荷物は率先して持つ。
※毎日の生活の中でできることを見つけよう！

★簡単なストレッチからチャレンジ

・テレビを見ながらや、朝起きてから1分間。
・痛みを感じない程度に、ゆっくり呼吸をしながら。

※短時間でも毎日続けることが大事！

★今までより1日千歩多く歩こう

・1日一万歩が健康には効果的。しかし、無理をせず今までの生活より千歩多く歩くことからスタート。

※千歩は約10分の歩行です！



LIFE INFORMATION

くらしの情報

広報こよみ

- （8月）
19日(火) ひとよし“かがやき”づくりトーク（上原田活性化センター）
20日(水) 幸福追求人間学講座（カルチャーパレス）
22日(金) 球磨川音楽祭（カルチャーパレス）
（9月）
1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）

8月の納税

- 市・県民税（第2期）
国民健康保険税（第2期）
介護保険料（第2期）
後期高齢者医療保険料（第2期）
【納期限】9月1日（月）
納め忘れがないよう、お早めに、最寄りの金融機関などで納めてください。
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・通帳印を持って市納税課（⑥番窓口）・金融機関、郵便局でどうぞ。
問 合 せ 市 納 税 課（☎ 2 2 - 2 1 1 1 内線 1 1 6 2 ・ 1 1 6 3）

●電話番号	
市役所（代表）	2 2 - 2 1 1 1
カルチャーパレス	2 4 - 3 3 1 0
スポーツパレス	2 2 - 1 6 8 8
水道局	2 2 - 5 4 9 7
保健センター	2 4 - 8 4 2 0
石野公園	2 2 - 6 7 0 0

◆お知らせ

生涯学習セミナー募集

「裁判員制度を学ぶ」

国民から選ばれた裁判員が刑事裁判に参加する「裁判員制度」が、平成21年5月までに実施されます。この機会に裁判員の仕事はどんなものか学んでみませんか？

期 日 9月4日（木）
時 間 午後7時～9時
場 所 東西コミセン2階会議室
定 員 100人程度（先着順）
申込方法 電話でお申込ください。
申 込 ・ 問 合 せ 市社会教育課生涯学習係（☎ 2 2 - 2 1 1 1 内線 5 2 3 7）

9月5日（金）は

ひとよし土地改良区の総代選挙日です

新設合併に伴うひとよし土地改良区の総代選挙が行われます。
なお、選挙権があるのは、7月23日現在、同土地改良区が調整した選挙人名簿に登録されている方で、立候補できるのは9月5日現在満25歳以上の組合員の方です。

告示日 8月29日（金）
定 員 54人
立候補届出期間 8月29日（金）～30日（土）
立候補受付場所 市選挙管理委員会事務局
投票日 9月5日（金）
時 間 午前8時～午後4時
投票所 ①人 吉 支 部＝ひとよし土地改良区事務所（瓦屋町）
②南人吉支部＝下漆田町公民館
③田 代 支 部＝下田代町公民館
選挙人名簿の縦覧期間 8月20日（水）～24日（日）
縦覧時間 午前8時30分～午後5時
縦覧場所 ひとよし土地改良区事務所（瓦屋町）
問 合 せ 市選挙管理委員会事務局（☎ 2 2 - 2 1 1 1 内線 2 1 2 5）



高齢者の方に無料で 職業紹介をしています

高齢者の方に永年培った知識と経験、技能を生かし就業できるよう職業紹介を行っています。

年々、ご利用が増えています。お電話をお待ちしています。

相談日 毎週月・水・金曜日
時 間 午前9時～午後4時
（日祝日祭日、年末年始を除く）
相談員 大無田 正士さん
相談先 熊本県高齢者無料職業紹介所 球磨相談所（人吉保健所内 ☎ 2 2 - 2 6 2 5）



アナログテレビ放送を 視聴中の方へ

2011年7月24日までに、アナログテレビ放送は終了し、地上デジタル放送（地デジ）に完全移行します。
市では、人吉中継局（高塚山）から地上デジタル放送の電波が発信されており、エリア内地域では、すでに地上デジタル放送を視聴することができます。

▶地上デジタル放送を見るために
地上デジタル放送対応のテレビに買い換えるか、従来のアナログテレビに地上デジタル受信用チューナーを買い足すと視聴できます。

▶集合住宅などの共同受信で見ると
ために

お住まいの地域が地上デジタル放送が受信できるように改修や調整が必要になる場合があります。共聴施設の設置者や管理者の方は、お早めに保守管理業者などにご相談ください。

地上デジタル放送に便乗した架空請求の疑いがある請求書の配布や、テレビのデジタル化工事を装った詐欺が発生しています！ご注意ください！

問合せ 九州総合通信局（☎ 0 9 6 - 3 2 6 - 7 8 8 2）

キャリア・カウンセリング（就職サポート相談）実施中

県では、就職希望者のための「キャリア・カウンセリング」を実施しています。専門のカウンセラーが、職歴や興味・関心などをもとに、適職や自己PR法、効果的な就職活動について考えます。

出産・育児でブランクがあつて就職に自信がない方、転職について悩んでいる方などのご利用をお待ちしています。ご利用は無料ですが、予約が必要です。

相談内容 適職相談、面接対策、履歴書など作成方法など

日 程 土日を含む月7回程度

時 間 日によって異なります
（相談時間は1人一時間程度）

予約・問合せ くまもと県民交流会館パレアしごと相談・支援センター（☎ 0 9 6 - 3 5 5 - 2 2 2 4）

◆募 集

介護をしている方のための 講演会 参加者募集

在宅で介護をしている方の悩みやストレスを軽減するための講演会を行います。

期 日 8月28日（木）
時 間 午後1時30分～3時30分
受付＝午後1時～

会 場 市役所別館 2階202会議室

対象者 在宅で介護をしている方とその関係者、または関心のある方

定 員 50人程度
参加費 無 料

演 題 ～先の見えない介護～
「介護者に伝えたいメッセージ」

講 師 星子 邦子さん（NPO法人ワークショップ「いふ」理事長）

申込方法 電話かFAXで申込んでください

申込締切 8月27日（水）

申 込 ・ 問 合 せ 市保健センターいきいき高齢係（☎ 2 2 - 2 1 1 1 内線 6 2 0 1 ・ 6 2 0 4、FAX 2 4 - 7 7 7 4）

熊本県 障がい者 オセロ大会 参加者募集

期 日 9月23日（火）秋分の日
時 間 午前10時30分開会

会 場 熊本県身体障害者福祉センター（熊本市長嶺南2-3-2）

参加資格 県内在住の障がい者の方

参加費 1人 500円
募集人員 32人
（定員になり次第締切り）

競技方法 個人戦
申込締切 8月31日（日）

申 込 ・ 問 合 せ 熊本県障害者スポーツ・文化協会（☎ 0 9 6 - 3 8 3 - 6 5 5 3、FAX 0 9 6 - 3 8 3 - 6 5 5 4）

障がい者のための職業訓練 受講生募集

内 容 Windowsの基本操作とパソコン整備士の知識および技術の基本やパソコントラブルの解決方法を学びます。

日 程 11月5日（水）
～平成21年1月30日（金）

場 所 やつしろハーモニーホール（八代市新町）

対象者 身体障がい者・精神障がい者、難病の方

定 員 10人
受講料 無 料

申込期間 9月1日（月）
～10月15日（水）

問 合 せ 球磨公共職業安定所（☎ 2 4 - 8 6 0 9）、熊本高等技術訓練校（☎ 0 9 6 - 3 7 8 - 0 1 2 1）

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。

人吉のうまかもんー地産地消ー

きくらげ

第5回

栄養たっぷりきのこの王様

- カルシウムは牛乳の2倍
- 食品中第1位のビタミンD
(天日乾燥の場合)
カルシウムの吸収を高め、骨や歯を丈夫に保つ
- 鉄分はレバーの3.5倍
全身に酸素を届け、息切れやめまい、貧血を予防
- 水溶性食物繊維は寒天について第2位
便秘解消に効果的



きくらげの天日干し

日 本で消費されているきくらげの99%以上は中国などからの輸入品であることをご存じですか？中国では、古くから高級な滋養食品として大切に扱われてきましたが、それはビタミンDや鉄分、カルシウム、食物繊維などを豊富に含む栄養の宝庫だからでしょう。

最近では、食の安心・安全が求められるようになり、国産きくらげも脚光を浴びるようになってきました。

国産でしか手に入らない生きくらげは、沸騰したお湯に30秒ほど入れた後、冷水で冷やしてスライスしたものに、わさび醤油やからし酢味噌、しょうが醤油を付けて食べる「刺し身」などが楽しめます。

人吉市では個人で生産しているほかに、今年2月から人吉市社会福祉事業団で栽培を始めていて、前日に予約をすると、きくらげの購入ができるようになりました。

肉厚でプリプリの「人吉産・無農薬」きくらげをぜひご賞味ください。



広報
ひとよし

第873号
(平成20年8月15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

人吉市の人口と世帯数

平成20年7月末日現在
(住民基本台帳から)

人口	36,516人(－43人)
男	16,844人(－30人)
女	19,672人(－13人)
世帯数	15,626世帯 (－14世帯)
	※()は前月比

編集後記

昨年に続き、今年も厳しい暑さが続いています。ということで、今回の表紙は、こんな暑い夏の夜にぴったりの相良家所蔵巻物「化物盡」の妖怪です。

左が「ぬらりひょん」、右が「かしや」ですが、不気味な中にユーモアあふれる描写が印象的です。

この巻物は、8月12日から人吉城歴史館で開催されている「真夏の夜のもののけ展」(～9月30日)でご覧いただけます。(うの)