

元気と情報を伝える広報紙

2022 No.1120

広報うと

1



PICKUP

- P 4 2022 年頭あいさつ
- P 6 新型コロナワクチン 3 回目接種
に係る情報
- P 7 宇土人 玉川 正和さん
- P 8 年始のごみ収集

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止、延期になる場合があります。

御輿来海岸
砂干潟見頃マーク



2022 January



木 Thursday

12/30 市役所閉庁

- 当番 尾崎医院(内)
☎(22)0241 本町1丁目
- 当番 上野小児科医院(小)
☎(22)0324 城之浦町
- 当番 くまもと心療病院(精・神)
☎(22)1081 松山町

6

- 当番 1歳6カ月児健診(R2年6月生)
保健センター P18
- 相談 年金相談(要予約) P23
10:00~15:00 福祉センター

13

- 当番 2歳児歯科健診(R1年6月生)
保健センター P18

20

- 相談 人権相談 P23
13:00~16:00 別館2階和室
- 相談 年金相談(要予約) P23
10:00~15:00 福祉センター

27

- 当番 3歳児健診(H30年6月生)
保健センター P18
- 相談 司法書士相談(要予約) P23
13:00~16:00 消費生活センター

2/3

- 終了 会計年度任用職員申込受付終了
P16
- 当番 1歳6カ月児健診(R2年7月生)
保健センター P18
- 相談 年金相談(要予約) P23
10:00~15:00 福祉センター

金 Friday

12/31 市役所閉庁

- 当番 本多医院(内・リウ・泌)
☎(22)3692 浦田町

7

14

- 開始 会計年度任用職員申込受付開始
(2/3まで) P16

21

28

2/4

土 Saturday

1 元日 市役所閉庁

- 当番 近藤クリニック(内・消・外)
☎(23)5558 松山町



8

15

- 当番 未来食堂
11:00~14:00 昭和カフェ銀乃船

22

29

2/5

- 4 2022年頭あいさつ
- 6 新型コロナワクチン
3回目接種に係る情報
- 7 宇土人 玉川 正和さん
- 飼い犬の飼育方法を確認
- 8 しましろう
年始のごみ収集
- 9 「漏水調査」を実施します
- インターネットの危険から
10 子どもを守るのは
保護者のあなたです
- 11 暮らし情報
- 18 保健センターだより
- 19 ハートフルフェスタ 2022in うと
- 20 みんなで考えよう
国民健康保険
- 21 知っておきたい国民年金
- 22 暮らしの無料相談窓口
消費者トラブル注意報
- 24 うとのできごと
- 市民のひろば
- 28 あさりのオリースオイル
漬けかんたんレシピ
- 29 温故知新〜うと学だより
- 30 図書館だより
- 31 読書感想コンクール
- 32 発達に違いのある子どもたち
- 地域おこし協力隊通信
- 33 香典返し 他
データで見る宇土市
- 34 ハッピーバースデー

今月の表紙

宇土の伝統玩具
宇土張り子・虎

当番=当番医(診療時間:9:00~17:00)

*当番医は変更になる場合があります。熊本県総合医療情報システム「くまもと医療ナビ」のホームページまたは、宇城広域連合消防本部 ☎(22)0554でご確認ください。

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday
12/26 うと日曜朝市 当番 みどりかわクリニック(内・小) ☎(22)1171 野鶴町 当番 上野小児科医院(小) ☎(22)0324 城之浦町	12/27	12/28 ☎ 保育所・児童クラブ申込受付終了 ☎ 空き家相談(要予約) 10:00~15:00 網津公民館	12/29 市役所閉庁 当番 金森医院(内・胃) ☎(22)0017 本町6丁目 当番 吉野整形外科(整) ☎(22)6000 高柳町 当番 幡手耳鼻咽喉科クリニック(耳・ア・小) ☎(24)1187 南段原町 当番 尾崎医院(内) ☎(22)0241 本町1丁目
2 市役所閉庁 市 宇土市新春サッカー大会 8:30~ 鶴城中グラウンド 当番 松田内科循環器科クリニック(内・循) ☎(23)6555 三拾町	3 市役所閉庁 当番 幡手耳鼻咽喉科クリニック(耳・ア・小) ☎(24)1187 南段原町	4	5 資源ごみ収集日
9 ★ 成人式 P11 10:00~ ecowin宇土アリーナ 当番 七川医院(外・消) ☎(22)0555 浦田町 当番 やまもと泌尿器科クリニック(泌・性) ☎(58)1411 南段原町	10 成人の日 当番 宇土中央クリニック(内) ☎(22)1600 浦田町 当番 むらかみ眼科クリニック(眼) ☎(22)6600 南段原町	11 ☎ 6カ月児健診(R3年6月生) 保健センター P18 ☎ 空き家相談(要予約) P23 10:00~15:00 交流施設はらつば	12 ☎ 行政相談 P23 9:00~12:00 別館2階和室
16 当番 尾崎医院(内) ☎(22)0241 本町1丁目 当番 草場医院(耳) ☎(23)5851 松原町	17 ☎ 3カ月児健診(R3年9月生) 保健センター P18	18	19
23 ★ 新庁舎現場見学会 P15 10:00/11:00 市役所仮設庁舎 ★ 地域伝統芸能祭 P16 14:00~ 市民会館 当番 金森医院(内・胃) ☎(22)0017 本町6丁目 当番 田山産科婦人科医院(産・婦) ☎(22)5522 入地町	24	25 ☎ 空き家相談(要予約) P23 10:00~15:00 まちづくり推進課	26 ☎ 行政相談 P23 9:00~12:00 別館2階和室
30 当番 みどりかわクリニック(内・小) ☎(22)1171 野鶴町 当番 もろが整形外科医院(整) ☎(23)2341 旭町	31	2/1	2/2 資源ごみ収集日

市民の皆様におかれましては、お気持ちも新たに新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、日頃から市政にいただいておりますご支援とご協力に對しまして、心からお礼を申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の感染防止を社会活動の中心に置き、「新しい生活様式」を実践し始めてから、早いもので2年が経ちます。第3波の真つただ中に年明けを迎えた昨年は、夏から初秋にかけ爆発的感染拡大となった第5波に見舞われ、長期間に渡り緊張と自粛の日々が続きました。

振り返ってみますと、昨年未知らぬウイルスへの対策に邁進した1年ではありましたが、そのような中でも、誰もが「住んでみたい」「住み続けたい」と思えるような「選ばれるまち」を目指した施策に注力し、その実現に向け着実に歩みを進めてまいりました。

待望の新庁舎は、昨年4月に建設工事に着手。令和5年5月の供用開始を目指し、復興の最大のシンボルで「災害に強いまちづくり」の拠点として蘇ります。

また、住民の「住み続けたい」の思いを叶えるために、市内西部地域を中心に予約乗合型「デマンドバス」の運行を開始。地域の実情を踏まえ、より利便性を追求した交通網の構築に取り組みました。

そして、新しい働き方や学び方など、生活のあらゆる場面で必要不可欠となったインターネット環境に対応すべく、急務であった未整備地域の光回

線通信基盤整備が完了。民間事業者が提供する光ブロードバンドサービスが受けられるようになるなど、地域住民の生活利便性の向上を図ることができました。

さて、昨年は、我が国で実に57年振りとなる夏季オリンピックが開催され、世界中の人々がスポーツによる力に沸いた年でもありました。本市でも、前回大会に続き「聖火リレー」を実施するなど、記念すべきオリンピックイヤーとなりました。見慣れた市内の街並みを、トーチを掲げたランナーが颯爽と走る光景は、忘れ得ぬ思い出として記憶に残ることでしょう。

日本選手のメダルラッシュとなった今大会では、特に10代の若いアスリートの活躍に注目が集まりましたが、若いアスリートといえ、本市の子どもたち（小中学生）も負けてはいません。相撲やハンドボール、卓球など多岐種目において全国大会で好成績を収めるなど、素晴らしい活躍をみせてくれました。

未来を担う子どもたちにとって、宇土市が「住み続けたい」と思われるまちでなければならぬ、そういった気持ちも新たに迎えた令和4年、当面優先すべき課題は何といっても「コロナ禍からの脱却」であります。

コロナ禍となつて2年、その間、全市民を対象とした2回の商品券交付事業、飲食店を始めとして大きな減収となつている事業者等へ協力を支給する事業など、感染症対策と地域経済活性化の両立に向けた支援策を実行して



「住み続けたい」まちへ

宇土市長
もとまつ しげき
元松 茂樹

まいりました。

引き続き、コロナ禍で疲弊した地域経済を立て直し、そして市民の皆様の安全で安心な暮らしを支えるために、今後もスピード感をもって皆様に寄り添った実効性のある施策を打ち立ててまいります。

第5波の収束後、我が国での感染拡大は落ち着きを維持しているものの、新たな変異株の陽性者が確認されるなど、予断を許さない状況が続いています。まずはアフターコロナ（1日でも早い）コロナ禍の終息に向けて、3回目のワクチン接種を円滑に実施できるように努めてまいります。

コロナ禍により急加速する社会のデジタル化や地方回帰の動きなど、社会情勢は大きく変容しています。国においては、都市の活力と地方のゆとりの両方を享受できる「デジタル田園都市国家構想」が進められ、今後、より地域の個性や活力が問われる時代となつてきます。

そこで、中長期的な視点に立ち、あらゆる災害に強いまちづくりのためのインフラ整備、人口減少社会を乗り切り未来の発展につながるまちづくりなど、思い切った施策を断行し、市民の皆様が夢や希望をもって豊かさを実感できる社会の実現に力を注いでまいります。

また、今年、「復興から発展へ」をテーマに掲げ「未来につながるまちづくり」の実現を目指した「第6次総合計画前期基本計画」の最終年度となります。皆様とともに策定したこの計画の目標を、1つでも多くまとめ上げることでできる年にしてまいります。

結びに、年頭に当たつて、今年も市民の皆様のご協力を仰ぎながら、「未来につながるまちづくり」の実現を目指し邁進していく思いを強くいたしております。皆様より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年の挨拶といたします。

謹賀新年

あけましておめでとうございます。

令和4年の年頭にあたり、宇土市議会を代表して謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

市民の皆さまにおかれましては、健康やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平素より、市議会に対し、多くのご支援とご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

昨年を振り返りますと、一昨年から国内外で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症は、完全な収束を見せることなく流行を繰り返し、私たちの生活と経済に影を落としました。また、感染の第5波が収束し、経済活動の再開が加速した直後の11月には新たな変異株が確認され、現在、国内でも警戒感が高まっております。

宇土市で第5波が発生した8月には、これまでに経験のない規模で感染が拡大し、その対抗策としてワクチン接種が急がれました。そのような中、宇土地区医師会の全面的な協力と医療従事者のお力添えにより、スムーズなワクチン接種を行うことができ、12歳以上の宇土市民の2回目接種率は87.3%（11月末）となりました。現在は3回目接種が進められており、ご尽力いただいている関係者の皆様

に市議会を代表しまして厚く御礼申し上げます。

そんなコロナ禍で暗い話題が多い中にも明るい話題もありました。昨年は東京2020オリンピック・パラリンピックが開催され、聖火リレーでは宇土市内を総勢13人のランナーが聖火にのせた想いをつなぎ、競技では連日活躍する日本代表選手の姿が我々を元気づけてくれました。また、ジュニアスポーツでは、宇土市の児童生徒の目覚ましい活躍がありました。特に鶴城中学校相撲部の全国中学校相撲選手権大会での16年ぶり6度目の団体優勝をはじめとして、宇土市の子ども達がハンドボール、軟式野球、ソフトテニス、卓球、空手及び陸上等各種競技において、全国を舞台にすばらしい活躍を見せてくれました。子ども達のままますの飛躍を願い、市議会としまして、次代を担うジュニア世代のスポーツ環境の整備等をさらに推進して参ります。

また、国政においては、10月に岸田内閣が始動し、地元熊本県第4区選出の金子衆議院議員が総務大臣に就任されました。宇土市にとっても大変心強く感じているところであり、これを好機として、市民の皆様の声を国にしっかりと届けていく所存であります。

さて、熊本地震からの復興のシンボ

ルである新庁舎が昨年着工され、令和5年5月には、新議場も併せて供用開始される予定です。新しい議場においては、ユニバーサルデザインの視点を取り入れ、わかりやすい案内表示や議員と同じ目線で傍聴ができるなど、訪れる方に優しい配慮がされております。また、本会議を中継するモニターが庁内2箇所を設置される予定であり、引き続き市民の皆様が開かれた議会を目指してまいりますので、完成の暁には多くの皆様に傍聴等で議場を訪れていただき、議会を身近に感じていただけることを願っております。

宇土市議会におきましては、熊本県市議会議長会にて、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた経済への対策とワクチン接種環境の整備を求めており、さらに全国市議会議長会を通じて

国へ要望しております。

また、感染症の再拡大等の有事に備えて、委員会等のオンライン開催を可能にする規則改正等を検討しているところでもあります。今後も、新しい時代の流れに沿った議会運営の在り方を模索しながら、コロナ禍からの一日も早い経済回復はもちろんのこと、本市の更なる発展を目指し、「未来へ」輝くふるさと「宇土」の実現に向けて全力を尽くしてまいりますので、市民の皆様まにはなお一層のご支援、ご協力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

結びに、新しい年が市民の皆さまにとりまして、幸多き一年となりますことを心から祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



地域の声を届ける

宇土市議会議長

なかぐちとしひろ
中口 俊宏

新型コロナウイルスワクチン3回目接種に係る情報

問 新型コロナウイルス感染症対策室 ☎(22)1111(内線253・254・260)

新型コロナウイルスワクチン3回目接種(追加接種)について、国から示された内容を基に、市の対応をお知らせします。下記の情報は、12月15日時点での内容になりますので、今後、国の方針やワクチンの供給状況等で変更する可能性もあります。変更の場合は、市ホームページや広報うと等で随時お知らせします。

■対象者と接種時期

2回目の接種完了日から原則8カ月以上経過した18歳以上の人に、順次、接種券(予診票付き接種券)を送付し、接種を行います。

※今後、必要に応じて見直される可能性があります。

■使用するワクチン

3回目接種に使用するワクチンは、1・2回目に用いたワクチンの種類にかかわらず、mRNAワクチン(ファイザー社ワクチンか武田/モデルナ社ワクチン)を用いることが適当とされており、mRNAワクチン同士の「交互接種」が可能です。

当面の間、全国的にモデルナ・ファイザーが半々の割合で配分されます。

※「交互接種」とは、例えば、1・2回目にファイザー社ワクチンを接種した人が、3回目は、武田/モデルナ社ワクチンを接種すること。

■本市のワクチン接種計画 (令和4年2月～3月分)

中和抗体価を考慮した結果、高齢者の重症化予防に効果がある『交互接種』を基本として、武田/モデルナ社ワクチンによる集団接種の『接種日等指定方式』で実施したいと考えていますので、ご理解とご協力をお願いします。

ファイザー社ワクチンを希望の人や、日程等の都合がつかない人は、接種券到着後に変更は可能です。詳しくは接種券に同封された個別通知をご覧ください、コールセンターでの変更をお願いします。変更に伴い、接種時期が遅れる可能性があることをご理解ください。

※接種日等指定方式は、あらかじめ「接種会場・日時」を指定しているため、自分で予約をする必要ありません。指定された日時・場所で接種を受けてください。

※4月以降の接種計画(概ね64歳以下の人が対象)では、この接種方式が見直される可能性があります。

■2回目接種を受けた後に宇土市へ転入した人はご連絡ください(3回目接種を希望する場合)

2回目接種完了後に宇土市へ転入した人は、事前に3回目接種券発行の申請をする必要があります。3回目接種を希望する人は、「予防接種済証」など、接種履歴がわかるものを準備して宇土市新型コロナワクチンコールセンター☎0120(551)850(平日のみ 9:00～17:00)までご連絡ください。

■小児(5歳～11歳)への新型コロナワクチン接種

小児への接種は、現在、安全性や有効性などが国で議論されています。本市としては、小児への接種を行うとされた場合には、速やかに接種が開始できるよう準備を進めています。詳細が決まり次第、市ホームページ・広報うと等でお知らせします。

交互接種による3回目接種後の中和抗体価(参考)

交互接種による3回目接種後の中和抗体価(抗体のうち、ウイルスの増殖を抑えることができる能力があるもの)は、3回目接種前と比較して下記のとおりです。

3回目接種 1・2回目接種	ファイザー社	武田/ モデルナ社
ファイザー社	20.0倍	31.7倍
武田/ モデルナ社	11.5倍	10.2倍

「第25回厚生科学審議会予防接種・ワクチン分科会 令和3年10月28日提出資料」を基に作成された資料

	実施会場・実施医療機関
集団接種(モデルナ社)	宇土シティモール、網津防災センター、西部老人福祉センター
個別接種(ファイザー社)	尾崎医院、金森医院、近藤クリニック、田山産科婦人科医院、七川医院、福田医院、もろが整形外科医院、みどりかわクリニック、松田内科循環器科クリニック、やまもと泌尿器科クリニック、吉野整形外科
個別接種(モデルナ社)	本多医院

地域の人たちと共に過ごす



Profile

たまがわ まさかず

平成2年3月19日生まれ。31歳。福島県出身。高校まで茨城県で過ごし、神奈川県に大学に進学。大学卒業後、「えのみちプロダクション」を開業。2015年度NHK出版NHKラジオテキスト「基礎英語2」の表紙や本文のイラストを担当。現在は技術評論社「WEB+DB PRESS」の表紙イラストを担当し、他にも教科書や塗り絵、雑誌のコラムページのイラストを手掛ける。漫画や挿絵、似顔絵など、「遊び心をカタチに」をモットーに幅広く活躍している。

※写真はよく利用する網田駅をバックに撮影。

下網田町に住むイラストレーター、玉川正和さんは、2年前に神奈川県から網田地区に移住してきた。

玉川さんが移住したのは、友人が市の空き家バンク制度を利用して網田地区へ移住したのがきっかけだった。

「友人が網田地区に移住することになり、その引っ越しの手伝いで訪れた際に網田地区の自然豊かな環境に惹かれて、私もここに住んでみたいと思いました」と移住したきっかけを語る。

元々、自然が好きで玉川さんが、自然豊かな網田地区に溶け込むのに時間はかからなかった。

「網田地区は海も山も身近にあり、とても空気がきれいで食べ物も新鮮でおいしい。住民の皆さんも明るく、気軽に話しかけていただいており、私自身も以前より明るくなったような気がします」と網田地区の魅力を笑顔で話してくれた。

フリーランスのイラストレーターである玉川さんにとって、網田地区へ移住することについては、さほど仕事に影響はなかった。

「最近では、クライアント（依頼人）とインターネット上でやり取りを行うので、最低限の通信環境があれば仕事に支障はありません。むしろ、今のゆったりとした環境の方が仕事しやすいです。」と静かに語る。網田地区の自然豊かな環境が、玉川さんの創作活動にいい影響を与えているようだ。

玉川さんは、現在、引っ越しを手伝った友人と結婚し、二人で地域の清掃活動や御輿来海岸の「おこしきカフェ」など、さまざまな地域活動に参加し、地域住民として網田地区の活性化に取り組んでいる。

「宇土市は、地域のつながりがとても強く、温かい印象があります。自分が生業としている絵（イラスト）を通じて、地域の活性化のお手伝いをしていきたい。」

「宇土人」

希望者を募集します

新しいことに挑戦している人、伝統を受け継いでいる人、宇土で頑張っている人を募集します。本市在住であれば自薦・他薦は問いません。詳しくは、まちづくり推進課までお問い合わせください。

☎ まちづくり推進課 情報支援係
☎ (22)1111 (内線811)

宇土人

VOL. 54

イラストレーター

玉川 正和 さん



1



1



2

① 玉川さんが描くイラストは人物や生物など多岐にわたる。

② 普段から着ている着物。神奈川県で「普段着物」を提案する会社に出会ったのがきっかけ。

飼い犬の飼育方法を 確認しましょう



飼い主としてマナーを守り、正しく飼育しましょう。

リードはしっかりとつけましょう

県内で咬傷事故が多数発生しています。散歩放し飼いは法律で禁止されています。散歩をするときは、犬のとなりの行動に対応できるようリードは短めに持ち、確実に制御できるようにしてください。

狂犬病予防注射を受けましょう

飼い犬（生後91日以上）は、年1回、狂犬病予防注射を受けてください。予防注射を受けたり、市役所が各支所で狂犬病予防注射済票の交付を受けてください。（動物病院で発行される注射済証明書と手数料500円が必要です）

フン・尿の後始末はできていますか

散歩の時は、フンを入れるビニール袋や尿を流す水入りペットボトル等を携帯しましょう。飼い犬のフンは必ず家を持ち帰りの、適切に処分してください。

身元表示をしましょう

首輪には、鑑札と狂犬病予防注射済票を付けましょう。飼い主の名前や連絡先、犬の鑑札番号等が分ければ、迷子になっても戻ってくる可能性が高くなります。

届出を出しましょう

新しく犬を飼うときや、飼い犬が亡くなったとき、引越等でお飼い主が変更になったときは、市役所に届出が必要です。

最後まで飼いましょう

十分な運動や清潔さを保って愛情をそそぎ、家族の一員として最後まで飼いましょう。



環境交通課

☎(22)1111(内線520)

年始のごみ収集

☎ 環境交通課 ☎(22)1111(内線520)



ごみ分別サイト「ごみサク」

燃えるごみ収集

年始のごみ収集は下表のとおりです。必ず収集日の午前6時30分～8時30分の間に出してください。×の日の回収はありません。×の日にごみは出さないでください。

ごみの収集状況

容器包装プラスチック収集

年始の廃プラスチック収集は1月5日(水)からです。

資源ごみ収集

1月の資源ごみ収集日は1月5日(水)です。お間違いのないようご注意ください。

ごみ等収集日程		12/29 (水)	12/30 (木)	12/31 (金)	1/1 (土)	1/2 (日)	1/3 (月)	1/4 (火)	1/5 (水)	1/6 (木)	1/7 (金)	1/8 (土)
ごみ収集	燃えるごみ・生ごみ(月・木の地区)	×	○	×	×	×	×	×	×	○	×	×
	燃えるごみ・生ごみ(火・金の地区)	×	×	×	×	×	×	○	×	×	○	×
	燃えないごみ(収集日の地区)	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×
	容器包装プラスチック(すべての地区)	○	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×
清掃関連施設	ごみ自己搬入受入 ※10kgあたり150円の手数料が必要です。※宇城クリーンセンターは「搬入受付書」が必要です。											
	宇城クリーンセンター	☎(32)6010	○	○	×	×	×	○	○	○	○	×
	熊本クリーンサービス	☎(22)6090	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○
	し尿汲取り・浄化槽清掃											
	宇土環境	☎(22)5493	×	×	×	×	×	○	○	○	○	×
	江口衛生社	☎(22)0389	×	×	×	×	×	○	○	○	○	×

「漏水調査」を実施します

漏水の早期発見にご協力ください

問 上下水道課 管理建設係
 ☎(22) 1111 (内線718・719)

水道水の効率的な活用を促進するため、市が委託した専門業者が、道路に埋設されている水道本管から皆さんの敷地内に設置してある水道メーターまでの漏水調査を実施します。この調査で調査費用を請求することはありません。皆様のご理解とご協力をお願いします。

調査期間

1月上旬～3月上旬

調査会社

株式会社日本スイコー

調査員は、市が発行した業者名・氏名を記載した「身分証明書」と「漏水調査」の腕章を携帯し、調査を実施します。

調査内容

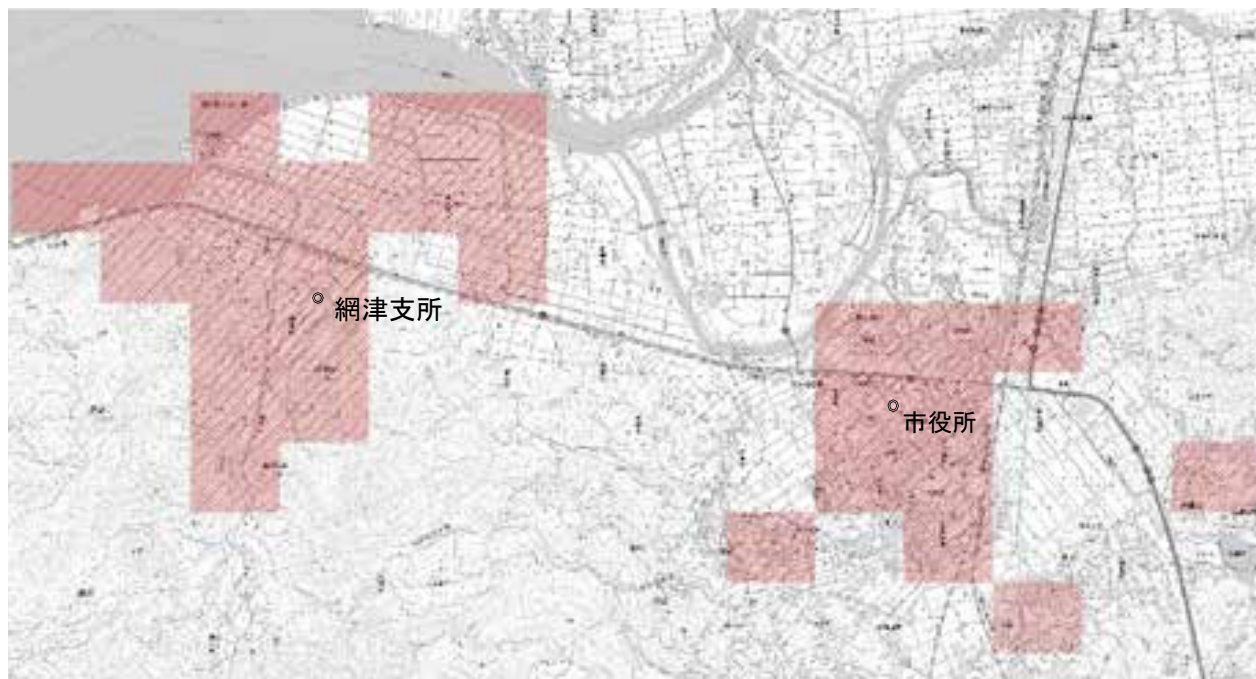
水道メーターなどから発生する音を調査し、漏水の有無を確認します。(作業は1～3分程度で終了します)

※留守の場合でも調査します。

調査イメージ



調査対象範囲 ※詳しい範囲は上下水道課までお問い合わせください。(着色エリアの調査を行います)



【広告】宇土市地域包括支援センター

私たちと一緒に仕事しませんか?!



人が好きでいつも元気な人

笑顔がステキで明るい人

人の気持ちに寄り添える人

職員募集中

募集種類

●保健師

保健師の資格取得見込みの方も応募できます

- OJT推進体制のもと、きめ細やかな指導を行います。
- 働きやすい制度を整備しており、仕事と家庭の両立を図ることができます。

求人情報の詳細はこちら!



詳しくはホームページ
またはお電話にて

☎0964-22-4100 (直通)

社会福祉法人 白日会
〒869-0421 宇土市南段原町161-2

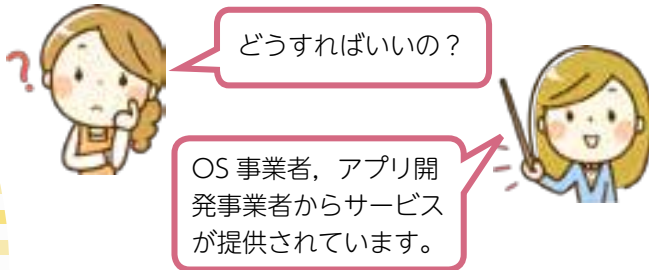
インターネットの危険から子どもを守るのは保護者のあなたです

インターネットの危険から子どもを守るために保護者ができる3つのこと



1 パレンタルコントロールの活用

子どものスマートフォン等の使用状況を保護者が把握したり、制限することができます。



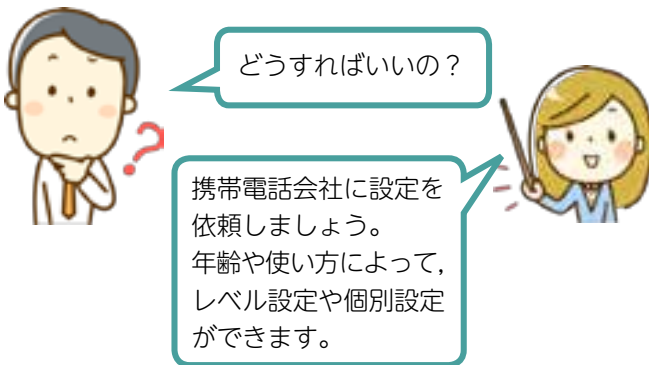
どうすればいいの？

OS事業者、アプリ開発事業者からサービスが提供されています。

2 フィルタリングの設定

危険なサイトにアクセスしないようにコントロールできる機能です。

出会い系サイトやアダルトサイト、暴力的な表現のあるサイトなどを閲覧できないようにします。



どうすればいいの？

携帯電話会社に設定を依頼しましょう。年齢や使い方によって、レベル設定や個別設定ができます。

3 親子で家庭のルール作り

家庭でルールを作り、上手にインターネットを活用する習慣を身に付けさせましょう。

ルールは保護者が一方的に押し付けるのではなく、必ず子どもと一緒に決めましょう。

成長とともにルールを少しずつ改定していきましょう。



トラブルが生じたら

子どもが相談できるようにするために

- ・日頃から子どもとコミュニケーションをとりましょう。
- ・トラブルが起こったときに、子どもがすぐに相談できるような環境づくりをしましょう。
- ・ネットの向こう側にも、自分と同じ人間がいることを伝えましょう。
- ・自分や相手の人を傷つけるようなことをしてはいけないということを伝えましょう。

問 宇城地域人権危機管理連絡協議会

宇土市教育委員会 生涯活動推進課 生涯学習係

☎(22) 6510

広告

お墓の事を考えてみませんか?

新聞やマスコミにも紹介された「熊本の失敗しないお墓づくり」
読者多数!

一生に一度あるかないかのお墓づくり。どこに気をつけて選ぶと良いのか、価格のこと、墓地選びのことなど、一体どこに相談すれば良いのか、何を信用すれば良いのか、とお悩みの方が増えています。今まで本当に知りたいお墓づくりの情報は、一般に公開されてきませんでした。ご先祖様を供養する大事な事でお墓の事で失敗して欲しくない。そう願って書かれた本が「熊本の失敗しないお墓づくり」(定価税込1,100円)です。

この小冊子は、すでに熊本県民2,000人以上の方に読まれています。

この小冊子を今回50名様に限り**無料プレゼント!**お申込みは今すぐ!▼▼

※この「熊本の失敗しないお墓づくり」は、熊本県限定でお届けします。業者の方のお申し込みはご遠慮ください。
※頂いたご住所とお名前は小冊子や、ご案内を送り出す以外には使用致しません。
※書店では売っていません。

お電話専用フリーダイヤル(9:00~19:00)

〒862-0911 熊本市区健康2丁目19-13
「正しいお墓の建て方研究会」事務局
有あらき石材

メール info@arakisekizai.com
FAX 096-368-2540

0120-53-4114
(有)あらき石材 TEL/096-368-2651

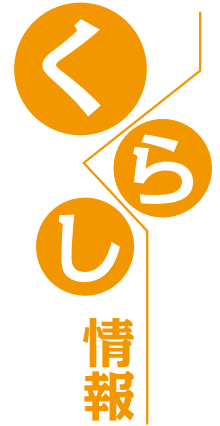


HP 宇土市ホームページ
<https://www.city.uto.lg.jp/>

新型コロナウイルス感染症の影響
 で掲載内容が変更になる場合があります。
 最新情報はホームページ
 をご確認ください。

記号の説明

☎…問い合わせ先 ☎…申込先 ☎…電話番号
 📠…FAX 📧…メールアドレス 🏠…ホームページ



おしらせ

令和4年成人式を
 開催します

日時 1月9日(日)10時

場所 ecowin宇土アリーナ

対象 平成13年4月2日から平成14
 年4月1日までに生まれた人

▽宇土市に住民票がない人

成人式に出席を希望する人は、電
 話かメールでお申し込みください。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防
 止のため、新成人以外の会場への
 入場はご遠慮願います。

(介助が必要な人の介助者を除く)

☎ 生涯活動推進課 生涯学習係

☎ (22) 6510

📧 syougai01@uto.kumamoto.jp



網津支所・網田支所は
 年末年始は閉庁します

12月31日から1月2日までの3日
 間は、網津支所・網田支所の日直員
 は不在です。出生・死亡・婚姻等の
 戸籍の届出は、市役所仮設庁舎警備
 室までお願いします。

☎ 網津支所 (24) 3211

☎ 網田支所 (27) 1111

要支援・要介護認定者の
 「障害者控除対象者」認定制度

介護保険の要支援か要介護認定を
 受けた65歳以上の人で、身体障がい
 者などの手帳を持たない人が一定の
 要件に該当するときは、市・県民税
 や所得税の障害者(特別障害者)控除
 を受けることができます。控除には
 申請が必要です。詳しくは問い合
 わせください。

☎ 高齢者支援課(内線416)



国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者の皆さんへ
 マイナポータルで
 健診結果を閲覧できます



■マイナポータルとは

政府が運営するオンラインサービスです。
 自分専用のサイトから行政手続きの検索やオンライン
 申請ができ、行政からのお知らせを受け取ることができます。

■マイナポータルで閲覧可能な項目

受診者情報

氏名、性別、生年月日、年齢(受診日基準)、保険者番
 号、被保険者番号が閲覧できます。

健診結果

診察(既往歴等)、身体計測(身長・体重・BMI)、血圧
 測定、血液検査(肝機能・血糖・脂質等)、尿検査などが
 閲覧できます。

■閲覧可能な健診結果

令和2年度分から受診結果が閲覧でき、順次登録さ
 れた5年間分の情報が閲覧可能です。
 受診結果を閲覧するには、マイナンバーカードを健康
 保険証として利用するための初回登録が必要です。
 ※令和3年度以降の受診結果の閲覧は、健診受診後か
 ら約3~5カ月程度かかります。場合によっては、そ
 れ以上かかる場合もあります。



マイナポータル

☎ 宇土市保健センター

☎ (22) 2300

宇土市役所 市民保険課 国保年金係

☎ (22) 1111 (内線424・426)

熊本県後期高齢者医療広域連合 事業課

☎ 096 (368) 6777



**宝くじ助成事業で
公民館を整備しました**

宝くじ社会貢献広報事業費を財源とした、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用して浦小松区に公民館が整備されました。浦小松区公民館には、多目的に利用可能な会議室や調理室などが完備されました。今後、イベントや会議に活用され、地域コミュニティの益々の活性化に役立つことが期待されます。



問 生涯活動推進課 生涯学習係
☎ (22)6510

**熊本地震の義援金について
最終配分が決まりました**

対象者には、支給額や支給日などの通知を個別に送付します。詳しくは送付する通知をご覧ください。義援金の申請で既に登録されている口

座に支給します。振込口座に変更がある場合のみ手続きが必要です。今回の義援金の受給について、新たな申請は不要です。

対象世帯と追加配分額
全壊世帯・解体世帯 46000円
半壊・大規模半壊世帯 23000円
問 福祉課 復興支援係
(内線410・411)

献血にご協力ください

1月と2月は「はたちの献血」キャンペーン期間です。冬期は献血者が少なく、輸血用血液が不足しやすい季節です。みんなで献血の輪を広げましょう。400ml献血・成分献血にご協力ください。
問 保健センター ☎ (22)2300

**確定申告等の書類は
熊本国税局業務センターへ
郵送してください**

確定申告等の書類やその他申請書・届出書等を郵送で提出する場合は、熊本国税局業務センターへ郵送してください。窓口へ提出する場合や電子申告(e-tax)で提出する場合は、宇土税務署へ提出してください。
送付先
〒862-8721
熊本市東区東町3丁目2番53号

熊本東税務署内
熊本国税局業務センター
宇土税務署 ☎ (22)0410

**人権メッセージの優秀作品が
決定しました**

令和3年度人権メッセージ募集「やさしさを広げよう」わたしの思いや「宣言」に応募された人権メッセージの優秀作品が決定しました。インターネットを使うときなどに心がけている「思いやり」のある「ことば」や「行動」に関するメッセージが2669点寄せられました。優秀作品は「熊本県人権センターのホームページ」でご覧いただけます。
問 熊本県人権センター
☎ 096(333)2299

海の事件・事故は118番へ

118番は、海上の事件や事故に迅速かつ的確に対応するための海上保安庁緊急通報用電話番号で、一般加入電話、公衆電話、携帯電話、船舶電話等から利用できます。聴覚や発話に障がいのある人は、「NET118 (事前登録制)」をご利用ください。



NET118
(事前登録制)

問 第十管区海上保安本部総務課
☎ 099(250)9800

**衆議院比例代表選出議員選挙の
得票数の表記を修正します**

広報うと12月号10ページに掲載していましたが衆議院比例代表選出議員選挙の得票数の表記を修正します。得票数に変更はありません。

名簿届出政党名	得票数 (修正前)	得票数 (修正後)
公明党	2,814 票	2,814
立憲民主党	3,469.001 票	3,469.001
日本維新の会	1,026 票	1,026
日本共産党	605 票	605
れいわ新選組	517 票	517
自由民主党	6,219 票	6,219
社会民主党	318 票	318
国民民主党	676.998 票	676.998
NHKと裁判してる党 弁護士法 72 条違反で	265 票	265

※立憲民主党と国民民主党はあん分により小数点が付きませぬ。

問 選挙管理委員会事務局
(内線236)



記号の説明

- ☎…問い合わせ先
- ☑…申込先
- ☎…電話番号
- ✉…FAX
- ✉…メールアドレス
- 🏠…ホームページ

申 告



介護保険料の納付証明書を
発行します

申告等で必要な人は、身分証明書を持参し、高齢者支援課窓口で申請してください。代理申請には委任状が必要です。詳しくはお問い合わせください。

☑ 高齢者支援課(内線414)

国民健康保険・
後期高齢者医療の
医療費通知は再発行できます

申告などで必要な国民健康保険や後期高齢者医療の医療費通知(ハガキ)は窓口で再発行できます。代理申請には、委任状か同意書が必要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。
必要書類 保険証、来庁者の顔写真付き身分証明書

医療費送付通知スケジュール

国民健康保険

診療時期	送付時期
令和2年11月～ 令和3年4月	令和3年8月送付済
令和3年5月～ 令和3年10月	令和4年2月上旬予定

後期高齢者医療

診療時期	送付時期
令和2年12月～ 令和3年3月	令和3年6月送付済
令和3年4月～ 令和3年7月	令和3年10月送付済
令和3年8月～ 令和3年11月	令和4年2月中旬予定

☑ 市民保険課 国保年金係
(内線424)

後期高齢者医療保険料の
納付証明書を送付します

申告などで必要な後期高齢者医療保険料の納付証明書(普通徴収分)は、1月中旬頃に被保険者宛に送付します。特別徴収(年金からの天引き)で納付している人は、年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」が証明書となるため、市から納付証明書の送付はありません。

☑ 市民保険課 国保年金係
(内線424)

国民健康保険税の
納付証明書を送付します

申告などで必要な国民健康保険税納付証明書は、1月中旬に世帯主宛に送付します。特別徴収(年金からの天引き)で納付している人は、年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」が証明書となるため、市から納付証明書の送付はありません。

☑ 税務課 市民税係(内線509)

給与支払報告書は期限内に
提出してください

給与支払報告書は、市・県民税の課税の根拠となる重要な書類です。給与

を支払った時は、期限内に給与支払報告書を提出してください。
対象 令和3年1月から12月までの
支払分

提出先 税務課市民税係
提出方法 市民税係窓口持参、郵送、
地方税ポータルシステム(eLTA
X)のいずれか

提出期限 1月31日(月)
☑ 税務課 市民税係(内線510)

太陽光発電設備は
申告が必要です

太陽光パネル(ソーラーパネル)などの太陽光発電設備は、固定資産税の課税対象となり、償却資産として申告が必要な場合があります。次表の「課税対象」に該当する場合は、申告書を提出してください。

課税対象確認表

設置者	設備の発電規模	
	10Kw 以上 (余剰売電) (全量売電)	10Kw 未満 (余剰売電)
個人 (住宅用)	課税対象 経済産業省の認定を 受け売電目的の場合	課税対象外
個人 (事業用)	課税対象	
法人		

*家屋の屋根材が太陽光パネルの場合は、家屋の一部として評価するため、申告は不要です。

提出期限 1月31日(月)
☑ 税務課 固定資産税係
(内線511・512)

償却資産(固定資産税)を
忘れずに申告してください

土地・家屋のほかに償却資産(構築物・機械・船舶・車輛・備品等の事業用資産)も固定資産税の課税の対象です。法人・個人を問わず対象の資産がある人は、申告書を期限内に提出してください。農業や漁業のために所有する機械・漁船・車輛(自動車税・軽自動車税の課税対象を除く減価償却資産)も対象です。

提出先 税務課固定資産税係
提出期限 1月31日(月)
☑ 税務課 固定資産税係
(内線511・512)





お願い



後期高齢者医療保険料は
納期内に納付ください

保険料を滞納すると、督促手数料や延滞金が増算され、通常より有効期限が短い保険証を交付する場合があります。納付書を紛失した場合は再発行できますので、ご連絡ください。

※納付は口座振替が便利です。国保年金係が市内各金融機関でお手続きください。

問 市民保険課 国保年金係
(内線424)

野良猫のトラブルが
発生しています

野良猫の数が増え、フン尿や鳴き声のトラブルが発生しています。野良猫には絶対にえさを与えないでください。飼い猫は、不妊去勢手術を受けさせて室内で飼いましょう。

野良猫の侵入を防ぐアイデア

・猫は濡れるのを嫌います。水をたっぷり撒いて地面を十分に湿らせましょう。

・猫は嫌いな臭いがあります。柑橘系やコーヒール、お酢などを使いましょう。

・猫は足の裏の肉球が刺激されると不快になります。市販の猫除けシートや大きめの砂利を敷きましょう。

問 環境交通課(内線520)

土地所有者は私有地の
適正な管理をお願いします

私有地の管理を怠ると、草や枝木、害虫などによる近隣住民とのトラブルや、火災、交通事故、不法投棄などの原因となります。土地の所有者は、定期的な除草や剪定、刈取り後の草木の処分など、適正な土地の管理をお願いします。

問 環境交通課(内線518・520)

税務署への相談は
事前予約をお願いします

税務署で国税等の相談を希望する場合は、事前に相談日時等の予約をお願いします。予約時に相談内容等を伺います。

問 宇土税務署 ☎(22)0410

手当・助成

子育て世帯への臨時特別
給付金を支給します

18歳以下(平成15年4月2日〜令和

4年3月31日生まれ)の子どもがいる人を対象に、給付金を支給します。公務員や高校生相当の子どものみがいる人は、申請が必要です。対象児童がいる世帯に対して通知を送っていますが、児童と別居している場合等は通知が届きませんので、子育て支援課までお越しください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

※市から児童手当(本則給付)を受給している人は、児童手当振込口座に12月24日に振込済です。

給付額 児童1人当たり10万円

申請期限 2月28日(月)

(令和3年9月1日以降生まれの子どもを除く)

問 子育て支援課 保育子育て支援係
(内線420)

認可外保育施設の保育料の
一部を助成します

認可外保育施設に支払った保育料が、認可保育所利用時の保育料を上回る場合は、その差額を助成します。助成には一定の要件が必要です。詳しくはお問い合わせください。

助成上限額 1カ月1万円

申請期限 2月末まで

(10月〜12月通園分)

問 子育て支援課 保育子育て支援係
(内線438)



家庭用エア
マッサージ器
[DM-4S]

ドクターメドマー

誰でも手軽に簡単に、
効果的なマッサージを提供。

空気力によるソフトな加圧で快適マッサージ

血行促進

疲労改善

コリをほぐす

血行を良くして疲労回復したい人、
筋肉のコリをほぐし疲れをとりたい人、
神経痛の緩和をしたい人などの健康な身体づくりを手助けします。

使用したいマッサージ部分に広範囲に使用できます。(※専用のウェットが必要)

医療機器認証番号 302AHRZX00007000

お気軽にお問い合わせください。

0964-22-3311

宇土市松山町 937-1 定休日/日・祝日
営業時間/9:00~17:00(月~金) 9:00~13:00(土)

「いつまでも自分らしく生きていく」をサポートします

ケアパーク株式会社



記号の説明

- 問…問い合わせ先
- 申…申込先
- ☎…電話番号
- F…FAX
- M…メールアドレス
- H…ホームページ

**電動アシスト付自転車の
購入費の一部を助成します**

65歳以上の人で、次の全てに該当する人に電動アシスト付自転車購入費用の一部を助成します。

- ①市税等の滞納がない人
- ②過去にこの事業の助成を受けていない世帯の人
- ③市内の販売店で電動アシスト付自転車を購入した人
- ④2月3日(木)に開催する自転車安全利用講習会を受講する人

※自転車保険加入義務化のため、Tマークなどの自転車保険への加入をお願いします。

助成件数 7件程度(先着順)

助成額 車体購入費の3分の1
(上限2万円)

※免許返納日から申請日まで1年を経過していない人は上限4万円

問 ① 高齢者支援課(内線416)

**婚活イベントを実施する
団体を応援します**

婚活イベントの実施に必要な経費の一部を助成します。詳しくはお問い合わせください。

助成限度額 1回につき10万円

申請期限 1月31日(月)

問 まちづくり推進課 市民活動支援係
(内線809)

募 集

**宇土市地域公共交通計画への
意見を募集します**

宇土市地域公共交通計画(素案)への意見を募集します。意見の提出方法など、詳しくはお問い合わせください。
計画の閲覧場所 市ホームページ、企画課

募集期間 1月24日(月)～
2月4日(金)

注意事項 電話や口頭での意見の提出はできません。

問 宇土市地域公共交通活性化協議会事務局(企画課企画政策係内)
(内線804)

**市民向け新庁舎現場見学会の
参加者を募集します**

新庁舎の特徴である免震装置の市民向け現場見学会を開催します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

日時 1月23日(日)10時と11時

対象 宇土市在住で高校生以上の人

募集人員 各20人程度(先着順)

申込方法 メールでお申し込みください。

申込期間 1月4日(火)～14日(金)

※メール本文に氏名、所属、電話番号、希望時間をご記入ください。

メール記入例
件名 現場見学会の申込み
本文
①氏名
②所属(学生、一般など)
③電話番号(日中に連絡がつくもの)
④希望時間
(10時・11時・どちらでも可)
※複数の場合は①～④をそれぞれご記入ください。

問 ① 企画課 庁舎建設推進室
(内線806)
M chousya_info@uto.kumamoto.jp

**入学準備祝金給付基金への
寄附金を募集します**

入学準備祝金給付基金は、向学心の高揚を図り、社会的に有用な人材を育成することを目的に設置しています。いただいた寄附金は、入学準備祝金として学資支弁困難な人に給付します。

問 学校教育課 総務係
☎(22)6502

**入学準備祝金の受付は
2月1日から開始します**

入学準備祝金は、社会的に有用な人材を育成することを目的に、高等学校以上に進学する学資支弁困難な人に支給する返還義務のない給付金です。支給には要件があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

くか、お問い合わせください。

入学準備祝金の額

進学予定学校	給付金	給付人数
高等学校 高等専門学校 専修学校 (高等課程)	5万円	10人以内
大学(院を除く) 短大 専修学校 (専門課程)	10万円	8人以内

申請期間 2月1日(火)～
3月31日(木)

問 学校教育課 総務係
☎(22)6502

**自動販売機設置者を
募集します**

宇城広域連合では、条件付一般競争入札に参加する自動販売機設置者を募集します。詳しくは「宇城広域連合ホームページ」をご覧ください。

受付期間 1月28日(金)まで

設置場所 宇城広域連合消防本部
北消防署新庁舎他4件

開札日 2月18日(金)

問 宇城広域連合事務局 総務課
企画財政係 ☎(32)4144



教室・講座

甲種防火管理者新規講習と再講習を開催します

受講希望者は、「宇城広域連合消防本部ホームページ」をご覧ください。

▽再講習

講習日 2月10日(木)

申込期間 1月11日(火)～27日(木)

募集人数 30人程度

場所 宇城広域連合南消防署

受講料 2000円

▽新規講習

講習日 3月17日(木)・18日(金)

申込期間 2月16日(水)～

※定員に達し次第終了

募集人数 40人

場所 宇城広域連合南消防署

受講料 5000円

◎宇城広域連合消防本部予防課

☎(22)6222

イベント

第6回地域伝統芸能祭を開催します

県内各地に根づく伝承・伝統芸能が一同に会する地域伝統芸能祭が開

催されます。今年度は鹿児島県発祥で南九州一円に分布する「棒踊り」にフォーカスしました。花園地区の松山花棒踊り保存会が17年ぶりの演舞お披露目となります。入場無料です。ぜひお越しください。

日時 1月23日(日)

13時開場・14時開演

場所 宇土市民会館大ホール

出演団体 宇土御獅子舞保存会(宇土市)、松山花棒踊り保存会(宇土市)、水俣袋棒踊り保存会(水俣市)ほか

◎宇土市民会館 ☎(22)0188

企画展「月翁公の見た夢」を開催しています

宇土藩主・細川興文(おきのり)公(隠居後は月翁(げつおう)と名乗る)と、彼が隠居後に余生を過ごした邸宅・蕉夢庵(しょうむあん)に関する企画展が開催されています。観覧無料です。ぜひお来場ください。

場所 宇城市立郷土資料館

開催期間 2月27日(日)まで

開館時間 10時～17時

休館日 月曜、木曜、年末年始

◎宇城市文化振興課

☎(32)1954



西部方面隊66周年記念行事・西部方面音楽まつりを開催します

応募方法など、詳しくは「西部方面隊ホームページ」をご覧ください。

▽西部方面隊66周年記念行事

日時 2月20日(日)9時～15時30分

場所 健軍駐屯地

応募期間 1月13日(木)まで

▽西部方面音楽まつり

日時 2月26日(土)

第1回 14時～15時30分

第2回 18時～19時30分

場所 市民会館シアーズホーム夢ホール(熊本市民会館)

応募期間 1月10日(月)まで

◎陸上自衛隊西部方面総監部広報室

☎096(368)5111

しごと

令和4年度会計年度任用職員(パートタイム)を募集します

募集職種・人数・条件等

詳しくは、市ホームページとハローワークの求人情報へ1月14日(金)に掲載しますので、ご覧ください

※市役所総合窓口、総務課、市教育委員会事務局、網津支所、網田支

はなぞの学童クラブ 花っ子学童クラブ **支援員募集**

応募資格 60歳までの女性の方(必要な経験・知識・技能等不問!)

業務内容 学童支援員(おやつ提供、宿題の声かけ、室内の清掃など)

私たちと一緒にお仕事しませんか?

詳しくはお電話で! **0964-22-0286** 社会福祉法人 裕輝会 〒869-0416 宇土市松山町2604番地



記号の説明

- 問…問い合わせ先
- 申…申込先
- ☎…電話番号
- F…FAX
- M…メールアドレス
- H…ホームページ

所で任用職種と募集人数等を掲載
 した資料を配布しています。

任用期間 4月1日、

令和5年3月31日

申込期間 1月14日(金)～

2月3日(木)

問 総務課 人事係(内線207)

F 869,0492

宇土市浦田町51

**幼稚園教諭(任期付職員)を
募集します**

令和4年4月採用予定の幼稚園教諭
 (任期付職員)を募集します。詳しく
 は市ホームページか、総務課と教育委
 員会事務局、網津支所、網田支所で
 配布している「試験案内書」をご覧く
 ださい。

任用期間 4月1日、

令和7年3月31日

申込期限 1月17日(月)まで

選考方法

第1次選考 書類選考

第2次選考 作文・面接試験

2月中旬実施予定

問 総務課 人事係(内線208)

学校教育課 総務係


☎ (22) 6502



善意



**企業版ふるさと納税で
寄附をいただきました**



企業版ふるさと納税(地方創生応援
 税制)として、11月12日(金)に三共コ
 ンサルタント株式会社から金一封が
 寄附されました。いただいた寄附は、
 「宇土市まち・ひと・しごと創生推進
 計画」の中の「切れ目ない子育て支援
 事業」の取り組みの一つとして、宇土
 小学重クラブ建設事業に活用します。



三共コンサルタント(株)
 松尾喜久男取締役会長(右)

花苗を寄附いただきました



公益社団法人宇土法人会から花苗
 (6356株)を寄附いただきました。
 この花苗は、11月11日(木)～15日(月)
 の花いっぱい運動で中央公園に植栽
 しました。



著書を寄贈いただきました



11月19日(金)、むらかみ眼科クリ
 ニック(村上茂樹院長)から高齢者の
 緑内障の防止にと、著書「緑内障防ぎ
 抑える最強療養法」を51冊寄贈して
 いただきました。寄贈された本は、図
 書館や保健センター等の市関連施設、
 市内の高齢者支援施設で読むことが
 できます。



むらかみ眼科クリニックのみなさん(右)

児童書を寄贈いただきました



11月29日(月)、株式会社川口登建
 設から網津小学校に児童書の寄贈があ
 りました。



(株)川口登建設
 川口裕二代表取締役(右)

お詫びと訂正

広報うと12月号6ページで記事に誤りが
 ありました。お詫びして訂正します。

◆年末年始のくらし情報「施設(交通)の運
 営状況」

誤 市民会館 1月5日(水)「×」閉館
 正 市民会館 1月5日(水)「○」開館



体内時計のはなし

年末年始は、普段よりも夜更かしをすることや朝遅くに起きることもあったのではないのでしょうか。思い当たる人は、『体内時計』が少しズレているかもしれません。

新型コロナウイルス感染症予防のためにも、手洗い・うがいの基本的な対策を行いながら、体内時計のリズムも整えていきましょう。

問 保健センター ☎(22)2300

体内時計とは？

生物は、昼夜変化に同調して、ほぼ1日の周期で体内環境を変化させる機能を持っています。この時計のような機能を体内時計と呼んでいます。体内時計のリセットには『光』が重要です。起床後に太陽の光を浴びることを心がけましょう。体内時計がズレてしまうと、肥満やメタボ、糖尿病や鬱のリスクが高まります。体内時計を乱さないように生活リズムを整え、体内時計に合わせた食事や運動を行うと、効率よく健康づくりを行うことができます。

食事と体内時計の関係

同じ内容の食事を朝・昼・夕・夜中に摂った場合、夕食や夜食に摂った場合のほうが血糖値が高く、元の血糖値に戻るまでに時間がかかるという研究結果があります。夜間の高血糖は睡眠に悪影響を与え、脂肪へ変化されやすい傾向があります。夜遅くの食事や大量の夕食は肥満になりやすいため、注意が必要です。

筋肉をつけたい人や筋肉を維持したい人は、朝にホエイタンパク(牛乳・乳製品に多い)とビタミンD(キノコや魚に多い)を摂るのがおすすめです。夕食から朝食までの絶食期間があるため、朝食にタンパク質を摂ると、筋肉合成が促進されます。寝る前にタンパク質を摂ることは、絶食の間のタンパク質分解を防ぎますが、余ったタンパク質は脂肪に変換され、結果として体



脂肪が増えるため注意が必要です。さらにタンパク質の摂りすぎは腎臓に負担をかけます。腎臓の機能が低下している人は医師に相談してください。

体内時計と腸内細菌

体内時計は、腸内細菌にも大きな影響を与えます。体内時計が乱れたマウスは腸内細菌の多様性を低下させ、肥満になることが知られています。体内時計を整えることは免疫力を上げるだけでなく、肥満の予防にもつながります。

免疫機能を上げる

水溶性食物繊維と乳酸菌

ゴボウやキウイ、納豆や大麦に含まれている『水溶性食物繊維』や、ヨーグルトなどに含まれている『乳酸菌』は、免疫物質を増やす効果があることが明らかになっています。水溶性食物繊維や乳酸菌を積極的に摂りましょう。乳酸菌飲料は砂糖が多く含まれているため、習慣的な飲用は注意が必要です。

各種健診(がん検診)の申込票を送付します

40歳以上の人がいる世帯に各種健診(がん検診)の申込票を送付します。希望する検査に「○」をつけて返送してください。市が実施するがん検診は、検診費用の約70%を市が負担するため、一般の検診費用より安い費用で受診できます。この機会にお申し込みください。日程や実施場所など、詳しくは広報うと3月号でお知らせします。

宇土市にお住まいの皆さんへ 毎月実施しています！

問 保健センター ☎(22)2300

乳幼児健診・教室

日程はカレンダー(P2~P3)をご確認ください。1歳6カ月児健診, 2歳児歯科健診, 3歳児健診の対象者には通知をお送りします。

転入等で通知が届かない場合は、保健センターまでお問い合わせください。

健康相談

※要電話予約

保健センターでは、金曜(第4金曜除く)に健康相談を行っています。赤ちゃんから高齢者まで、どなたでもお気軽にご利用ください。

受付時間 9:00~11:00

相談内容 身体測定, 体脂肪測定, 食事相談など

母子手帳の交付

※要電話予約

妊娠がわかったら、すぐに母子手帳の交付を受けましょう。

日時 毎週火曜 10:00~11:00

内容 母子手帳および妊婦健診受診票の交付, 妊娠中の生活について保健師・管理栄養士からの説明

持参するもの

妊娠届出書, 個人番号カードまたは通知カードおよび次のいずれか

- ① 運転免許証など顔写真のある公的な証明書1点
- ② 健康保険証など顔写真のない公的な証明書2点



ハートフルフェスタ 2022 inうと

～人権・男女共同参画・生涯学習で輝くまちづくり～

今年のハートフルフェスタは、オンラインでの動画配信による講演会です。パソコンやスマートフォンで、好きな時に好きな場所で視聴できます。ぜひお気軽にお申し込みください。

視聴期間 令和4年1月24日(月) 10:00～2月10日(木) 17:15
YouTube (限定公開)

基調講演 演題 身近な男女共同参画(30分)、身近な人権問題(30分)
講師 矢野大和さん(鷹鳥屋神社 宮司)



矢野大和さんプロフィール

大分県佐伯市にある鷹鳥屋神社の宮司。宇目町役場職員を経て、宇目町観光大使、佐伯市観光大使、おおいだ観光特使を歴任。高校時代から落語が好きで、現在、県南落語組合の会長を務めている。年400回ペースで行う「講演」は、話の中に笑いを入れることから「口演」としている。

<講演視聴の流れ>

令和3年12月24日(金)～令和4年2月9日(水)
専用フォームより申し込み

動画URLが記載された
メールを受信

1月24日(月)～2月10日(木)
の期間中にメールに記載された
URLにアクセスして視聴

※動画は無料で視聴できますが、別途通信料がかかります。



<申込用2次元コード>

申し込み方法(申込無料)

右の2次元コードを読み取り、専用申込フォームに必要事項を入力してお申し込みください。YouTubeで講演動画を視聴するためのURLを送ります。

申込期間 令和3年12月24日(金)～令和4年2月9日(水)
宇土市のホームページでも申し込みのご案内をしています。

人権ポスター・標語、生涯学習講座パネル展

市内小中学生の人権ポスター・標語、生涯学習講座パネルを展示します。

場所 うとCITY 1F
(カメヤとゆめマートの間の通路、陸橋側入口近く。)

期間 令和4年1月24日(月)～2月10日(木)



問い合わせ

まちづくり推進課市民活動支援係
☎(22) 1111 (内線 808)
教育委員会事務局生涯活動推進課
☎(22) 6510

みんなで考えよう国民健康保険

医療機関の適正受診にご協力ください

☎ 市民保険課 国保年金係 ☎ (22) 1111 (内線426)

国民健康保険は、もしものときに安心して医療機関を受診できるように、加入者が国保税を出し合って医療費をみんなで支え合う、助け合いの制度です。

医療費は、受診の仕方でも節約できる場合があります。医療機関を賢く受診し、健康を保ちましょう。

救急の場合を除き、平日の時間内に受診しましょう

休日・夜間で開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。時間外診療や休日・夜間の受診は割増料金となり、自己負担も大きくなります。

子ども医療電話相談

子どもの急な病気で受診するか迷ったときは、「子ども医療電話相談」をご利用ください

プッシュ回線 ☎ #8000

ダイヤル回線 ☎ 096 (364) 9999

受付時間

平日 19:00～翌朝8:00

土曜 15:00～翌朝8:00

日曜・祝日 8:00～翌朝8:00

「かかりつけ医」「かかりつけ薬局」を持ちましょう

「かかりつけ医」は、自身と家族の普段の健康管理をする身近な医師のことです。日頃の診察のほかにも、予防や指導を含め、健康について相談しましょう。

「かかりつけ薬局」は、処方せんをもらったら、必ずそこで調剤することを決めている調剤薬局です。薬の重複や飲み合わせなどをチェックしてもらえます。薬が大量に残っている場合も薬局に持っていくことで、これからの処方の相談ができます。



重複受診・重複服薬はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関にかかる重複受診は、そのたびに初診料や検査料がかかり自己負担が増えていきます。医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまうなどの心配もあります。



頻回 月15日以上受診している人

重複 同一疾患で月3件以上受診している人

重複服薬 複数の病院で同じ効果の薬の投薬を受けている人

受診者数

国保加入者数	頻回受診者数	重複受診者数	重複服薬受診者数
8,326人	30人	189人	200人

ちょっと豆知識 保険・健康情報 ～体を動かしていますか?～

活発に体を動かす人は、生活習慣病や認知症などの発症率を抑えられるという報告があります。無理せず、少しずつ運動量を増やしていきましょう。

今より10分多く体を動かす

毎日10分(歩数にして1,000歩)多く歩くなど、日常生活で今より10分体を動かす時間を増やしましょう。

ずっと座ったままでいない

同じ姿勢でいることが多い人は、30分に1回程度立ち上がり、ストレッチをする・別のフロアのトイレに行くなど、体を動かしましょう。

朝運動と夕運動の効果

運動する時間帯で得られる効果が異なります。

朝運動	夕運動
<ul style="list-style-type: none">・I型糖尿病の夜間低血糖リスクの低下・脂質の燃焼(空腹)・筋肉・筋量増大	<ul style="list-style-type: none">・健常者・2型糖尿病の24時間血糖値の低下、肥満予防・食後血糖値低下・脂肪分解促進・LDL(悪玉)コレステロール低下・腸内細菌の多様性

高齢者のフレイル予防には、筋肉の喪失を防ぐことが大切です。朝方の運動は筋肉の喪失の予防に適していますが、空腹時の運動は脂肪だけでなく、体の筋肉を分解してエネルギーにするため、筋肉を喪失してしまいます。食事をした後に運動することが重要です。

知っておきたい

国民年金



新成人のみなさんへ

20歳になったら国民年金

問 市民保険課 国保年金係 ☎(22)1111(内線425)
熊本東年金事務所 ☎096(367)2503

国民年金は、老後の暮らしや生活の安定を損なうような“まさか”に備えて、働いている世代みんなで保険料を出し合い、世代間で生活を支え合う制度です。

20歳になった皆さんも国民年金の加入者です。自分や大切な人のために、保険料の支払いや免除についてなど、この機会にぜひ国民年金について考えてみませんか。

“今”も“将来”も“老後”も、国民年金は一生のリスクの備えです。

今の“まさか”に



障害基礎年金

病気や障がいが残ったときに受け取る年金

将来の“まさか”に



遺族基礎年金

一家の働き手が亡くなったときに家族や子どもが受け取る年金

老後の“安心”に



老齢基礎年金

65歳になったら生活費の一部として受け取る年金

Q1 20歳になりました。国民年金加入の手続きは必要ですか？

A1 手続きは不要です。20歳になった人には、日本年金機構から国民年金に加入したことをお知らせしています。
※厚生年金加入者を除く。

Q2 国民年金の相談はどこでできますか？

A2 市役所の市民保険課国保年金係か年金事務所(要予約)で相談できます。「ねんきんネット」では、自身の年金情報を常時確認できます。「ねんきんネット」の初回登録は、マイナンバーカードがあると便利です。マイナンバーカードを持っている人は登録をお願いします。

Q3 毎月の保険料はいくらですか？

A3 令和3年度の国民年金の保険料(定額)は、月額16,610円です。保険料は毎年度見直しがあります。

Q4 保険料はどのようにして納めるのですか？

A4 国民年金の保険料は、納付書での支払いのほか、申請による口座振替、クレジットカードによる納付も可能です。

Q5 払いたいけど払えない・・・そんなときは？

A5 「学生納付特例制度」と「免除・納付猶予制度」があります。国民年金係、各支所、年金事務所でお手続きください。

学生納付特例制度

学生は、本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予されます。

免除・納付猶予制度

学生以外の人で、収入の減少や失業等で国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合に申請することで免除・猶予されます。

※承認には一定の所得基準があります。

Q6 学生納付特例制度と免除・納付猶予制度を利用すると受け取れる年金額はどうなりますか？

A6 学生納付特例、免除・納付猶予期間は、保険料を納めた場合よりも年金の受取額は少なくなります。承認された期間から10年以内であれば、納付(追納)することができ、将来受け取る年金額を増やすことができます。

※承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

Q7 付加年金とは何ですか？

A7 付加年金とは、老齢基礎年金の額を増額するために、定額保険料に月額400円追加して納付することです。申出月からの開始となります。

新型コロナウイルス感染症の影響で延期や中止になる場合があります。
相談する前には、各問い合わせ先への確認をお願いします。

宇土市役所
☎(22)1111(代表)

家庭児童相談・婦人相談

子育て支援課では、子どもについての相談は「家庭児童相談員」が、DVや離婚等についての相談は「婦人相談員」が相談に応じます。事前にお電話ください。

日時 月曜～金曜(祝日除く) 8:30～17:15

場所 子育て支援課 子ども家庭支援係

☎ 子育て支援課 子ども家庭支援係
☎(22)1111(内線421・422)

ヤングテレホン

子どもや保護者、地域の人が抱える心配事の相談について青少年センターの指導員が電話で応じます。相談内容に応じて、専門機関などへの紹介も行います。

内容 学習、交友関係、学校生活、いじめ、不登校、子育て、就学、進路、問題行動など

日時 月曜、水曜(祝日除く)
13:00～17:00

電話(ヤングテレホン) ☎(23)1139

☎ 生涯活動推進課 生涯学習係 ☎(22)6510

ハローワーク宇城 地域職業相談室

相談室では、専用の検索機(パソコン)での求人情報の検索や職業相談、職業紹介など、雇用保険や職業訓練の手続きを除き、ハローワーク宇城と同じことができます。ぜひご利用ください。

日時 月曜～金曜(年末年始・祝日除く)
9:30～17:00

場所 市役所別館2階

☎ 地域職業相談室 ☎(26)1003

生活衛生関係営業者向けの「経営相談室」

理容業やクリーニング業、飲食業などの生活衛生関係営業者や、これから独立開業を考えている人を対象に経営相談室を開催します。専門相談員(中小企業診断士・経営指導員)が相談に応じます。お気軽にご利用ください。

日時 1月17日(月) 10:00～14:00

場所 宇城保健所

相談内容 経営相談、融資相談、税務相談等

☎ 熊本県生活衛生営業指導センター ☎096(362)3061

相続登記に関する無料相談会

熊本県司法書士会では、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」として無料相談会を開催します。「司法書士」はあなたの相続に関するさまざまな問題に対処します。お気軽にご相談ください。

日時 2月5日(土) 10:00～15:00

場所 ウイングまつばせ 視聴覚室

相談内容 相続に関する事項全般

☎ 熊本県司法書士会宇城支部 ☎(27)5422

くまもとサポステ公開講座・出張相談会

就職を目指す若者の職業的自立を支援するための公開講座と相談会を開催します。参加費は無料です。

対象 15歳～49歳の求職者やその家族、支援者など

日時 2月10日(木) 13:00～15:00

場所 ウイングまつばせ 視聴覚室

申込方法 電話かメールでお申し込みください

☎ 申 くまもと若者サポートステーション

☎096(365)0117

✉ kumamoto-saposute@mica.dti.ne.jp

消費者トラブル注意報

新型コロナウイルス感染症を口実にATMへ誘導する 還付金詐欺に注意!

相談事例

- 「3万円の還付金がある」と市役所職員を名乗る電話があり、口座のある銀行名を聞かれたため答えた。その後、その銀行職員を名乗り、「新型コロナウイルス感染症の影響で65歳以上は銀行に入ることができないので、ショッピングセンターのATMに行くように」と電話があった。
- 市役所職員を名乗る電話があり「介護保険料の返金がある。新型コロナウイルス感染症の影響で返金期限が早まり、手続きが本日までとなっている。携帯電話と通帳を持って銀行のATMに行き、指定の電話番号に電話して指示どおりに操作するように」と言われた。

相談員からのアドバイス

- 市役所などの公的機関や金融機関の職員が、還付金手続きのためにATMの操作をするよう連絡することは絶対にありません。
- 「お金が返ってくるのでATMに行くように」という電話があったら還付金詐欺です。すぐに電話を切りましょう。
- 新型コロナウイルス感染症を口実にしてATMへ誘導する手口も発生しています。心当たりがあっても指定された番号に電話せず、市役所の担当部署へ確認してください。

不安に思うことやトラブルが生じた場合は、早めに宇土市消費生活センターにご相談ください。

☎ 宇土市消費生活センター ☎(23)3251

くらしの無料相談窓口



消費生活相談

消費生活に関する問題や多重債務など、専門の知識を持った相談員が相談に応じます。お気軽にご相談ください。

日時 月曜、火曜、水曜、金曜(年末年始・祝日除く)
10:00～16:00

場所 市消費生活センター(市役所別館1階)

相談方法 電話相談か来庁

※電話での相談も対応可能です。

☎ 市消費生活センター ☎(23)3251

司法書士相談(要予約)

多重債務や遺産相続など、司法書士が相談に応じます。事前予約制で、相談時間は一人30分以内です。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

日時 1月27日(木) 13:00～16:00

場所 市消費生活センター(市役所別館1階)

定員 先着6人

申込方法 電話でお申し込みください

※電話での相談も対応可能です。

☎ 商工観光課 ☎(22)1111(内線612)

行政相談

国の行政機関などに対する意見や苦情など、行政相談委員が相談に応じます。秘密は厳守します。ご相談ください。

日時 1月12日(水)、26日(水) 9:00～12:00

場所 市役所別館2階 和室

☎ 総務省 熊本行政評価事務所 ☎0570(090)110
総務課 行政係 ☎(22)1111(内線209)

人権相談

人権問題や家庭問題など、人権擁護委員がさまざまな心配ごと、困りごとの相談に応じます。

日時 1月20日(木) 13:00～16:00

場所 市役所別館2階 和室

※上記以外にも月曜～金曜(祝日除く)に、法務局宇土支局で相談に応じています。

☎ 法務局 宇土支局 ☎(22)0320

総務課 行政係 ☎(22)1111(内線210)

年金相談(要予約)

年金請求の手続きや受給している年金についてなど、年金事務所の職員が相談(事前予約制)に応じます。
※状況により中止になる場合があります。詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

期日 1月 6日(木)
1月20日(木) } 福祉センター 2階 和室
2月 3日(木)

時間 10:00～15:00

☎ 熊本東年金事務所 お客様相談室 ☎096(367)2503

こころの健康相談(要予約)

気分の落ち込みや不眠、人間関係の悩みなどのこころの健康相談に精神科医が応じます。事前予約制で本人に限らず、家族や関係者からの相談にも応じます。
※保健師による相談は随時受け付けています。

期日 1月11日(火)、2月10日(木)

時間 14:00～16:00

場所 宇城保健所 相談室

申込方法 前日までに電話でお申し込みください

☎ 宇城保健所 ☎(32)1207

自立相談

経済的な問題や仕事のこと、生活上の困りごとを抱えている人に対し、一人ひとりの状況に応じた相談や就労を含めた支援などを行います。

日時 月曜～金曜(祝日除く)
9:00～16:00

場所 うと自立相談センター(社会福祉協議会内)

☎ うと自立相談センター ☎(23)3756

宇土ふれあい福祉相談所

さまざまな相談に専門の相談員が応じます。

【申込不要の相談】

▽ふれあい福祉相談 毎週水曜 13:00～16:00

▽成年後見相談 毎月第1金曜 13:00～16:00

【申込必要の相談】

▽法律相談 毎月第3金曜 13:00～16:00

(予約受付は毎月1日より8人まで ※初回の人優先)

▽不動産相談・介護相談 お問い合わせください

☎ 社会福祉協議会 ☎(23)3756(祝日除く)

高齢者のための相談窓口

地域包括支援センター(南段原町164-5)では、専門医や保健師、社会福祉士などで構成する認知症初期集中支援チームが認知症の相談に応じます。このほか、在宅医療・介護支援センターが高齢者のさまざまな相談に応じます。

日時 月曜～金曜 8:15～17:15

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、まずは電話でご相談ください。

☎ 地域包括支援センター ☎(24)1555

空き家相談(要予約)

空き家の相続、売却、活用、管理、処分、予防など、空き家についての相談に応じます。事前予約制です。

期日・場所 1月11日(火) 交流施設「はらつぱ」(網田郵便局隣)
1月25日(火) 市役所2階 まちづくり推進課窓口

時間 10:00～15:00(1回あたり30分程度)

申込方法 電話でお申し込みください

☎ 地域おこし協力隊(富松) ☎080(2150)3623

☎ tomimatsu@uto-reactivation.org

危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章 松永 治夫 さん
(元海上保安官・入地町)

昭和56年に海上保安庁に入庁し、第三管区勤務では、下田海上保安部巡視船、本庁水路部測量船、銚子海上保安部巡視船に各乗船し、平成5年からは第十管区の牛深・名瀬・串木野・古仁屋の巡視船艇、八代・三角の灯台見回り船にて勤務。平成28年の指宿海上保安署巡視艇を最後に定年退官。

この度は、身に余る章を賜り光栄に存じます。思い出に残る事案としては、第三管区勤務では、台風直下での海難船舶の救助や御蔵島・伊豆大島噴火対応、日航機墜落事故捜索、本庁水路部では、海図作成の測量、海洋汚染調査及び黒潮海流調査、第十管区勤務では、密航密輸船舶の捕捉、阪神・淡路大震災派遣、日本海ナホトカ号沈没事案除染作業、九州南西海域不審船追跡事案、尖閣諸島警備等に現場対応したのが思い出としてあります。これまで多くの方々に支えられ勤務できたことに感謝しております。ありがとうございました。



秋の叙勲

瑞宝双光章 太田 龍生 さん
(元宇土市助役・栄町)

昭和38年1月に宇土市役所に入庁。総務課10年、財政課16年、福祉課6年、通算32年間勤務し、平成12年3月に総務部長を最後として一般職を退職。引き続き、同年4月から助役(現副市長)として3期10年間市政運営に携わる。その後、社会福祉協議会事務局長、家庭相談員として、5年間嘱託勤務。

令和3年秋の叙勲において、はからずも瑞宝双光章の栄に浴し、光栄に存じます。公僕として47年間の長きにわたり市政に携わってきました。その間、上司や先輩、同僚に支えられて懸命に仕事できたことに誇りを感じています。受章の裏には、周りの多くの方々との支援と、家族の理解があったことに感謝しています。コロナ禍で皇居での拝謁は中止となり、昨年12月2日に蒲島県知事より勲記・勲章を拝受し感無量の思いであります。今後は、この栄誉に恥じることはないよう、一層の精進を重ねて参ります。



秋の叙勲

瑞宝双光章 村上 るみ子 さん
(保護司・本町4丁目)

昭和55年5月に保護司に任命され、更生保護ボランティア活動に従事し現在に至る。平成19年秋に藍綬褒章受章の栄に浴する。現在、浄土真宗本願寺派西念寺前坊守。

40年に渡る保護司の活動でこの度、令和3年秋の叙勲において、瑞宝双光章受章を賜り身に余る光栄に恐縮いたしております。保護司として微力ながら非行や罪を犯した人の立ち直りを支え、社会復帰を手助けしていく更生保護ボランティアに携わってきました。今日まで続けてこれたのは保護観察所や保護司の先生方のご指導、ご助言や家族の支えのお陰だと感謝しております。非行や犯罪のない安全で安心な明るい地域社会になる事を心から願っております。



市出身選手が活躍

ヒゴ鏡卓球クラブが全国大会で優勝

昨年8月に京都府で行われた「第39回全国ホープス卓球大会」にヒゴ鏡卓球クラブの山田あかりさん(千丁小6年)、深山稟心さん(花園小6年)、本郷蒼空さん(花園小6年)が出場し、女子団体で初優勝を飾りました。深山さんは、「決勝で勝って嬉しい。日本一になったからには、これからの試合で負けないように一戦一戦頑張っていきたい」、本郷さんは、「チームメイトの頑張りに勇気をもらえた。これからも目の前の試合に集中し、一戦一戦を確実に戦っていきたい」と話しました。



優勝した山田さん(左)、深山さん(中)、本郷さん(右)



「網津あじさい放課後クラブ」のみなさん

第5回九州ブロックバウンドテニスジュニア選手権大会 網津あじさい放課後クラブが活躍

11月13日(土)、九州全県のジュニアの選手が参加する「第5回九州ブロックバウンドテニスジュニア選手権大会」が熊本市立総合体育館で開催され、「網津あじさい放課後クラブ」が、4年生、5年生、6年生の各部で優勝しました。入賞者は以下のとおりです。

- 4年生の部 優勝:松下 尋さん 準優勝:小崎里依紗さん
3位:福田彩夢さん
5年生の部 優勝:牧本栞奈さん 準優勝:松田結衣さん
3位:野村舞織さん
6年生の部 優勝:富田龍生さん 準優勝:松田莉子さん



地域の特産品や手作りの手工芸品が並びました

市内7地区で7色の虹「れいんぼー」 「れいんぼーマルシェ」開催

11月20日(土)、市役所仮設庁舎横の市民広場で「れいんぼーマルシェ」が開催されました。市内7地区を7色の虹に見立てて名付けられた「れいんぼーマルシェ」は、宇土市老人クラブ連合会が「老若男女関係なく集い、喜びが循環する場所」を作ることを目的に開催しているもので、通算で5回目の開催となります。今回、「宇土市地域おこし協力隊」「宇土市地域包括支援センター」「宇土市保健センター」「宇土市社会福祉協議会」も出展し、会場は多くの来場客でにぎわいました。



防災への意識を再確認しました

地震・津波の発生を想定 宇土市総合防災訓練

11月21日(日)、宇土市総合防災訓練が緑川地区農村運動広場であり、地元行政区長や宇土市消防団、市関係者など約50人が参加しました。訓練は、午前8時の市内全域を対象とした安否確認訓練から始まり、宇城広域連合消防本部の水陸両用車と九州電力の非常用電源設備についての説明、中村危機管理アドバイザーによる防災講話などが実施されました。津波避難訓練では、大津波警報が発令されたという想定で緑川地区周辺避難所の4カ所を周り、避難場所までの経路を再確認しました。



船場川周辺の清掃を行いました

船場川をきれいに 秋の船場川クリーン作戦

11月23日(火・祝)、秋の船場川クリーン作戦が実施され、船場橋からecowin宇土アリーナまでの船場川沿い約1キロのエリアにおいて、地域住民など約200人が参加して清掃活動を行いました。船場川クリーン作戦は、船場川十年後委員会が「船場川を清流に」を合言葉に35年間にわたり、春と秋に続けている活動です。清掃活動では、軍手姿でゴミ袋を手にした参加者が約40分間にわたって除草やゴミ拾いを行い、2トントラック2台分のごみを集めました。次回開催は4月を予定しています。

宇土市地区対抗ミニバレーボール大会

地区対抗ミニバレーで花園地区が優勝

11月23日(火・祝), 宇土市地区対抗ミニバレーボール大会がecowin宇土アリーナ(宇土市民体育館)で開催され, 7地区から約70人が参加しました。手指消毒などの新型コロナウイルス感染症対策を実施して行なわれた大会は例年以上の盛り上がりを見せました。当日はNPO法人うとスポーツクラブによるアジャタ大会(球入れ)も開催され, ニュースポーツを通して交流を深めました。ミニバレーボール大会の結果は次のとおりです。

優勝:花園地区 準優勝:緑川地区 3位:網田地区



ミニバレーで優勝した花園地区のみなさん

循環型社会の形成に貢献

「環境再生センターKIREKA」落成式

11月24日(水), 宇城広域連合のし尿処理施設「環境再生センターKIREKA(キレカ)」(松原町)の落成式が行われ, 地元行政区長のほか, 宇城広域連合長, 副連合長, 施工業者など38人が参加しました。KIREKAは, 下水道がない一般家庭の汚水や浄化槽の汚泥を処理する施設で, 旧処理施設の老朽化により整備され, 4月から供用を開始しています。落成式では, 工事の施工管理者と工事施工者に感謝状が贈られました。



完成した「環境再生センター KIREKA」

ART&ENGINEERING-架け橋プロジェクト

ペーパーブリッジコンテスト

11月26日(金), 宇土中学校の美術の授業でペーパーブリッジコンテストが開催され, 8班に分かれた3年生80人が紙の橋を作り, 耐久性, デザイン, 作成費用を競いました。生徒たちは, 「球磨川下流の橋が集中豪雨で損壊し, 臨時の橋を架けてライフラインを確保する」という設定のもと, 1/100スケールの紙の橋を作成しました。コンテストでは, 作成した紙の橋に重りを載せて強度を確認する「載荷実験」や「耐荷力実験」, 生徒自らが班ごとにプレゼンテーションを行い, 総合評価で2班(今井株式会社)の「UniverseBridge」が1位に輝きました。



載荷実験では全ての班が基準をクリアしました

迫力あるプレーに大興奮

宇土市でBリーグ開催

11月27日(土)と28日(日)の2日間にわたり, プロバスケットボールBリーグ2部の第9節「熊本ヴォルターズ対ライジングゼファーク福岡」の試合がecowin宇土アリーナ(宇土市民体育館)で開催されました。入場時の検温や手指消毒などの新型コロナウイルス感染症対策が行われた会場には, 27日は738人, 28日は900人(満員)と市内外から多くの観客が訪れました。試合では, スピード感あふれるドリブルや豪快なダンクシュートなどの華麗な技の応酬が繰り返され, 得点が決まるたびに観客席から大きな拍手が沸き起こりました。



シュートを放つ熊本ヴォルターズの選手



鶴城中学校の新たな伝統となります

『『小さな親切』実行章』

鶴城中学校のごみ拾い活動が受章

11月30日(火)、鶴城中学校が『『小さな親切』実行章』を受章し、同校で伝達式が行われました。これは、公益社団法人「小さな親切」運動本部が、地域や学校等で美化活動や社会奉仕活動を行う個人や団体を対象に実施するもので、今回、鶴城中学校の登校時のごみ拾い活動が評価されての受章となりました。伝達式には、中心となって活動する生徒5人が出席し、『『小さな親切』実行章』を受け取りました。生徒たちは、「この活動が鶴城中学校の新しい伝統になってほしい」と話しました。



防災について改めて学びました

自助・共助の大切さを学びました

市内7地区で「各地区防災座談会」開催

11月8日(月)から12月6日(月)にかけて、高齢者研修会が市内7地区で開催されました。これは、宇土市老人クラブ連合会が毎年行っているもので、今年是一般社団法人「よか隊ネット熊本」を講師に迎え、「各地区防災座談会」を開催しました。12月1日(水)に花園公民館で開催されたこの座談会には地域住民12人が参加し、耐熱性のポリ袋を使って湯煎で調理するバッククッキングを行い、避難時の注意点などを話し合いました。参加した住民からは、「非常持出品・備蓄品の準備など、日頃から防災について取り組んでいきたい」と話しました。



素晴らしい走りを見せる選手のみなさん

寒さに負けず素晴らしい走りでした

宇土市長距離陸上記録会

12月12日(日)、宇土市長距離陸上記録会が運動公園グラウンドで開催され、市内の小学1年生から中学2年生まで92人が参加しました。この記録会は、陸上競技の普及と選手の強化・育成を目的として毎年開催しているものです。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受付時の検温や手指消毒などが実施されたこの大会は、クラス別に800m、1500m、3000mの3部門に分けられ、どのレースも寒さを吹き飛ばす白熱したレース展開となりました。



大きなじゃがいもに園児たちは大喜び

みんな楽しそうに掘り出していました

じゃがいも収穫体験

12月13日(月)、網田保育園の園児50人が、市農業委員会が管理する耕作放棄地解消地でじゃがいもの収穫を体験しました。これは、市農業委員会が耕作放棄地解消のために行っているもので、今年で11回目となります。境良一会長が、「じゃがいもをたくさん掘ってたくさんとってください」と園児たちに挨拶すると、園児たちは、じゃがいもの掘り方を教えてもらった後、泥だらけでたくさんのじゃがいもを収穫して大喜びでした。収穫したじゃがいもは、保育園のおやつや給食に使われます。

新型コロナウイルス感染症の影響で延期や中止になる場合があります。
参加する前には、主催者への確認をお願いします。

市民のひろば

● 完売御礼 宝くじ文化公演 May J.コンサート

2月13日(日)開催の宝くじ文化公演「May J.コンサート」のチケットは、ご好評につき完売しました。

主催 宇土市・宇土市教育委員会・
(一財)自治総合センター
※本公演は宝くじの助成により特別
料金となっています。



問 宇土市民会館 ☎(22)0188

● 幻の果実「マルメロ」を知っていますか? 将軍家献上品「かせいた」と マルメロ製品の試食・販売会

走潟産の野菜などの販売も合わせて実施します。ぜひお越しください。

日時 1月30日(日) 11:00～
場所 びがれす広場(熊本市中央区上通町)
主催 走潟マルメロ会



問 走潟マルメロ会 ☎(23)2877(走潟公民館・午前中のみ)

市民のひろばへの投稿を募集します

楽しいイベントや会員募集など、皆さんが知らせたいと思う情報を投稿してください。営利目的など掲載できない場合もありますので、ご了承ください。

「市民のひろば」は、市民や団体などが投稿するコーナーです。行政情報ではありません。ご不明な点は各問い合わせ先までお尋ねください。

申込期限 掲載月の前月1日 ※1日が休日の場合は前日
枠サイズ 約25文字×13行(タイトル除く、画像含む)
申込方法 原稿を直接、メールかFAXで提出してください。
※連絡先(電話番号)を記載してください。

問 申 まちづくり推進課 情報支援係
☎(22)1111(内線811) F(22)2928
M machi03@uto.kumamoto.jp

UTO BRAND あさりのオリーブオイル漬け かんたんレシピ

問 農林水産課 農業振興係 ☎(22)1111(内線603)

宇土市の旬を届ける実行協議会が開発した「あさりのオリーブオイル漬け」を使用した簡単でおしゃれなレシピをカフェ「comer(コメル)」さん監修で開発しました。10回にわたりレシピを掲載していきます。レシピ本は、あさりオリーブオイル漬けを購入時に店舗で配布しています。販売店舗は、右記からお近くの店舗をお探ください。



宇土市の旬を届ける
実行協議会 Facebook



「トマトとあさりのオープンオムレツ」

【材料】1～2人分

あさりトマト味…小さじ6
玉ねぎ……………1/8個
ミニトマト ……4～5個
オリーブオイル ……適量
塩……………少々
パセリ……………適量
とろけるチーズ…20g～
ブラックペッパー…少々

卵……………2個
A 塩……………少々
豆乳……………大さじ1

【つくりかた】

- ①玉ねぎはみじん切りにして、ミニトマトはヘタをとって半分に切ります。
Aは、この時に混ぜ合わせておきます。
- ②フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、塩少々とブラックペッパーで玉ねぎを炒め、ミニトマトを加えてサッと炒めたらAを流し入れ、あさりのオリーブオイル漬けトマト味を加えます。ざっくりと混ぜて半熟状態になったらチーズをまんべんなく上にのせます。
- ③フタをして弱火で加熱し、チーズが溶けたらお皿に移して最後にパセリを散らしたら完成です。



第89回

温故知新 うと学だより

宮本武蔵の高弟 寺尾勝信

宇土市松山町、五色山の麓にある墓地の一面に、江戸時代の享保10(1725)年に建てられた「釋夢世居士之塔」があります。この「夢世」とは、江戸時代にこの付近に住んだ寺尾孫之丞勝信(以下、勝信)という人物の隠居



左:寺尾勝信の墓と伝えられる板碑
右:「釋夢世居士之塔」



名です。勝信は、江戸時代初期の劍豪・宮本武蔵の弟子の一人であり、武蔵が晩年に著した兵法書「五輪書」を受け継いだ人物として知られています。

二天一流、二天流などの名で今日有名な武蔵の兵法が、その死後にどのようにならされたか、詳細はわかっていませんが、一般に、武蔵が死去した正保2(1645)年5月、「五輪書」と武蔵の処世訓を記した「独行道」を勝信が、武蔵の兵法の要諦を記した「兵法三十五ヶ条」を勝信の弟の信行が相伝したとされています。

勝信は、肥後細川家の家臣だった寺尾勝正の子で、兄弟は兄・喜内と弟・信行が居ました。勝信自身も細川家の家臣だったとみられますが、何らかの事情で牢人(※)となり、信行の知行所(支配地域)である上松山村(現・宇土市松山町)に居住しました。

勝信には二人の養子があり、一人は勝信と同じく孫之丞を名乗り、信行の嫡男・信形の知行所となった上松山村に引き続き居住しました。もう一人は兄・喜内の嫡男である佐五左衛門で、病氣(静養?)のため勝信の養子になっ

寺尾家系図



たとされます。その息子とみられる同名の佐五左衛門が、冒頭の「釋夢世居士之塔」が建てられたのと同じ享保10(1725)年に死去しています。

寺尾家墓地には、この佐五左衛門の墓とみられる「享保十年正月」の墓石と同年5月の「釋夢世居士之塔」の二つがあることから、佐五左衛門の墓を作った信形が、伯父である勝信の供養塔を併せて建立したものと考えられます。勝信が死去したのは寛文12(1672)年なので、勝信の死から50年あまり経った頃の出来事です。死後半世紀も経ってから供養塔が建てられた点に、兵法者・寺尾勝信に対する一族の特別な想いが垣間見えます。

なお、宮本武蔵の兵法はその後、主に信行の家系が継承しました。寺尾家の系図では、信行の次男玄高、五男信盛、六男勝行を「兵法師範」と記しています。特に信盛は「寺尾辨(弁)助、後改め新免」とあり、武蔵の本姓である「新免」を名乗ることから、武蔵の兵法の継承者とみられています。

勝信らが居住した上松山の寺尾家は、後に現在の宇城市三角町中村に移りました。しかし、同所は洪水や渇水にたびたび見舞われたことから、後世にダム建設の計画が持ち上がり、平成5(1993)年に石打ダムが完成しました。これにより、寺尾家の跡地は湖底に沈むこととなりました。現在は、ダムの岸から少し上った山林に移設された信行の墓のみ見ることが出来ます。



寺尾家の居住地跡は、現在は石打ダムの湖底に沈む

※牢人 仕える主人の下を去り、あるいは亡くしたことに伴って俸禄(収入)の無くなった武士のこと。

【参考文献】

- ・『新宇土市史』通史編2
- ・『宇土の今昔百ものがたり』



図書館だより

1月のおすすめ図書

- 開館時間 平日：9:30～18:00
土・日：9:30～17:00
- 休館日 毎週木曜、祝日、年末年始
- 問い合わせ 宇土市立図書館 ☎(22)4512



図書館ホームページ

幼児向け

PICKUP 01

なでてごらん

たなかしん 作・絵
幻冬舎



ねこさん、うさぎさん、いぬさん、りすさん、ことりさん…。かわいい動物たちを、そとなでなでしたら、どうなるかな?心がほっとあたたまる、スキップ絵本。

小学生低学年向け

PICKUP 02

とうみんホテルグッスリドーズ

かめおかあきこ 作
岩崎書店



ホテルグッスリドーズは、動物たちが安心して冬を過ごせるとみんホテル。この秋もまた、3ぴきのうさぎたちがお客様を出迎えます。みんなぐっすりねむれる絵本。

小学生高学年向け

PICKUP 03

魔女のマジヨランさん 世界一まずいクッキーのひみつ

石井睦美 作/井田千秋 絵/ポプラ社



商店街に<世界一まずいクッキーの店マジヨラン>という不思議なお店ができました。ある日、ミサトがお店の中のをぞくと…。女の子の揺れる気持ちをすくいあげたファンタジー。

中高生向け

PICKUP 04

サマーゴースト

Summer Ghost

loundraw 原案/乙一 小説
集英社



夏、使われなくなった飛行場で花火をすると“サマーゴースト”が現れるという。ネットを通じて知り合った高校生、友也・あおい・涼は、幽霊に聞きたいことがあって…。2021年11月公開のアニメーション映画の小説版。

一般向け

PICKUP 05

笑うマトリョーシカ

早見和真 著
文藝春秋



圧倒的な魅力で官房長官に上り詰めた青年代議士と秘書。彼らに違和感を感じた女性記者が、隠された過去を暴くため取材を重ねるが…。『オール讀物』掲載に書き下ろしを加えて単行本化。

一般向け

PICKUP 06

おうち野菜づくり

キッチンからはじめる!日本一カンタンな
家庭菜園の入門本

宮崎大輔 著/KADOKAWA



スーパーで買った野菜の切れ端を育てて再収穫!再生栽培の基本的な手順、栽培に使える100均アイテムや身のまわりの日用品を紹介し、41種類の野菜、くだもの、ハーブ、スプラウトの育て方をイラストで解説する。

知って得する!図書館用語 本の分類のおはなし

図書館の本は、『日本十進分類法』で、すべての本を内容によって「0」から「9」の数字を使って、10の大きなテーマにグループ分けしています。当館も、この分類を使って並べていますので、知っていると本を探す時にとても便利です。

今月は、5分類と6分類を紹介します。

[5] 技術・工学 建築・電気・家庭・生活など暮らしに関する本や料理・手芸・育児の本。

[6] 産業 農業・交通・通信などに関する本。ペットの飼い方や園芸もこの分類に入ります。

図書館で運試し!? 「おみくじを引こう」

日時 1月5日(水)からなくなり次第終了(200個)

場所 一般室、
児童室カウンター

対象 本を10冊借りた人

大吉を引いた人には、景品のプレゼントがあります。

おみくじには、当館所蔵の中から選んだオススメ本の1冊も記載しています。種類も200通りありますので、どんな本が載っているかお楽しみに。



スマートフォンで 利用者カードの機能が 使えるようになりました

図書館ホームページにログインして、画面に表示されるバーコードを提示することで、本を借りることができるようになりました。



利用者カードの代わりに利用できます。詳しくはお問い合わせください。

読書感想画コンクール

秋の読書週間に募集した読書感想画コンクールには、市内の保育園と幼稚園から199点の応募がありました。入賞者は次のとおりです。



市長賞
「ももたろう」
さくらま ゆうとさん
(肥後っこ保育園)



教育長賞
「くさる」
ふじしま はるさん
(宇土エンゼル保育園)



特選「じごくのそうべい」
なかむら はるとさん (轟保育園)



特選「にじいろのさかな」
てらだ みつきさん (宇土東保育園)

読書感想画コンクール入賞者(敬称略・年齢は作品応募時)

賞名	氏名	年齢	本のタイトル	園名
市長賞	さくらま ゆうと	5	ももたろう	肥後っこ保育園
教育長賞	ふじしま はる	6	くさる	宇土エンゼル保育園
特選	なかむら はると	6	じごくのそうべい	轟保育園
〃	てらだ みつき	6	にじいろのさかな	宇土東保育園
入選	はます しい	6	ゆうぴんやさんのホネホネさん	宇土幼稚園
〃	ひさとみ こは	5	そらめくんとめだかのご	宇土幼稚園
〃	ますだ なお	5	めつきらもつきらどおんどん	花園幼稚園
〃	にしむら おうが	5	にじいろのさかな	網津保育園
〃	みしま ことら	5	またぶたのたね	網津保育園
〃	にしまりょうたろう	6	どろぼうがっこう	網津保育園
〃	ふくしま みつき	5	むしばいっかのおひっこし	宇土東保育園
〃	はなだ みさき	5	おおきなかぶ	宇土東保育園
〃	てらおか あんり	5	おおきなかぶ	宇土東保育園
〃	たきぐち ゆあ	5	泣いた赤鬼	轟保育園
〃	よねもと りょうだい	6	三匹のやぎのがらがらどん	轟保育園
〃	はしもと いちか	6	もったいないばあさん	走瀧保育園
〃	やまもと さら	6	ぬいぬいぬすみとなきむしぼうや	はなぞの保育園
〃	うめだ そう	6	ももんちゃんあーん	はなぞの保育園
〃	おおしま りょうせい	6	トリケラトプスときけんな谷	はなぞの保育園
〃	おがた にさ	6	だいすきぎゅつぎゅ	宇土ありあけ保育園
〃	のだ みきお	6	はやおきおばけ	宇土ありあけ保育園
〃	みやもと ゆう	6	そらめくんのベッド	宇土ありあけ保育園
〃	まつもと いろは	5	にじいろのさかな	宇土エンゼル保育園
〃	さかもと れいら	6	おおかみと七ひきのこやぎ	たんぼぼ保育園
〃	さとう こたろう	6	スイミー	たんぼぼ保育園
〃	こんどう はやと	6	かみそりぎつね	たんぼぼ保育園
〃	ふくだ かえで	6	おじさんのかさ	たんぼぼ保育園
〃	かめぐち しょうた	6	おしゃべりなたまごやき	ひかり保育園

読書感想文コンクール

小学生の部に55点、中学生の部に12点、合計67点の応募がありました。入賞者は次のとおりです。入賞作品は図書館に展示するほか、文集にして各学校に配布します。



賞品	学年	氏名	本のタイトル	学校名
金賞	3	中島 颯亮	エルマーのぼうけん	走瀧小
	4	岩越 萌衣	泣いた赤鬼	走瀧小
	3	古田 小春	夜が明けたら、いちばんに君に会いにいこう	宇土中
銀賞	1	沼田 駿斗	あなふさぎのジグモンタ	宇土東小
	2	栗之丸 瑞季	まほうのじどうはんばいき	宇土小
	6	窪田 萌那	ひいきにかんぱい!	宇土小
	6	西岡 玲那	わたしの苦手なあの子	緑川小
	2	齋藤 夏葵	かがみの孤城	鶴城中
	3	坂本 みらい	52ヘルツのクジラたち	住吉中
銅賞	1	園村 翼	おちゃのじかんにきたとら	走瀧小
	2	原田 乃愛	でこちゃん	走瀧小
	3	竹中 絢音	めいちゃんの500円玉	宇土小
	5	内田 八椰	お昼の放送の時間です	宇土小
	6	伊元 遙那	かわいいこねこをもらってください	宇土小
	6	野村 ひいろ	ライフ	網津小
	1	藤山 紗帆	オール1の落ちこぼれ、教師になる	住吉中
	2	兵藤 希彩	盲導犬クイールの一生	鶴城中
	2	橋本 総士	イチロー式集中力	鶴城中

生まれつきの「違い」が

もたらすこと(後編)

令和3年を振り返ると、「多様性」または「ダイバーシティ」ということが、新聞に書かれていない日はおそろしく一度もなかったのではないだろうかと思えるほど、さまざまな場面で注目された一年だったのでなかったでしょうか。「多様性」は、「幅広く性質の異なる群が存在する」という意味で、自然界の「生物の多様性」を含む広い範囲で用いられますが、一方「ダイバーシティ」は、「人間の多様性」を表現する場面で聞かれることが多いことです。

その「ダイバーシティ」は、性別、年齢、国籍、人種、性的指向、宗教、障がいの有無など、いわゆるその社会での「少数派(マイノリティー)」を示しますが、経済社会では経済産業省の取組みとして「ダイバーシティ経営」を推奨し、多様な人材を活かし成果に結びつけることができた企業を「ダイバーシティ経営企業100選」として表彰するという取組みが、平成24年から行われています。

しかし、実際には過去9年間に表彰された企業を閲覧しても、熊本県の企業は平成24年に山鹿市の1企業のみ、私たちの暮らす宇土市で、その取組みを肌で感じられるようになるまでに、いったい何年の歳月が必要だろうかと考えざるを得ず、まだまだ遠い現実のように思えます。

発達に「違い」のある子ども達の環境

では、目の前の子ども達をそのような社会に送り出すために、療育者、支援者、周囲の大人が今すべきことは何であらうかと考えたとき、果たして、誰がその子の価値を正しく見出しているのだろうかと疑問に思うことがあります。

実際、子どもの療育に必要な「利用計画」や「個別支援計画」を見たときに、多くは周囲の大人が困っていることや、集団の中で周囲が困っていることに対し、この子をどう変えたら良いのかがニーズとして挙げられていることが多く、必然的に目標やプログラムは「トレーニング」のような、本人を鍛える要素が多くなってしまう。

もともと、脳機能そのものに違いがあり、見え方、聞こえ方、感じ方が違う「発達障がい」の子ども達は、標準的な発達を遂げた人には想像もつかない混乱の中に生きています。しかし、その混乱を表現する術がなく、耐えて耐えて堪えられなくなり、挙句に大きな声を出すしかなかった、泣き叫ぶしかなかった、暴れて周囲の人を振り払うしかなかった、そして「社会性がない、空気が読めない」と言われた、しかし、その行為に至った理由を、固定観念なしに

聞いてくれた大人が、周囲にどれだけいたでしょうか。そのような大人の存在が周囲にあったか否かで、その子の将来はある程度決まってしまうと言っても過言ではありません。

子どもが自分の価値を正しく知るための「自己認知」

発達障がい、いわゆる「自閉症スペクトラム障害(ASD)」「注意欠陥多動性障害(ADHD)」「学習障害(LD)」などは、その子の表面的な姿からは周囲が正しく理解することが十分にできない障がいであり、また、子ども自身も「標準」や「普通」とは違う世界に存在していることを自力で正しく認知することはとても困難です。

大人になる以前に、あまりにも叱られたり、否定されたり、まだ十分に発達しきれていないゆえにできないことを鍛えられたり、自分自身の価値を見出す余裕もなく、時が来たら社会に放り出されなければならぬ、ではその時、何を自分の自信とし、何を糧にして生きていかなければならないのか、本来はこのことこそ子ども時代に、関わる周囲の大人と一緒に「認知」しておかなければならないことです。「標準」や「普通」からはみ出さないことばかりに囚われていると、本当は「宝」であることすら見つけられずに、子ども時代を通過してしまふこともあります。

発達障がいの子どもに関わる人の「コミュニケーション能力の重要性」

前述したように、特に幼児期、低学

年時代の子ども達は、標準的な発達の人からは信じがたいような「混乱」の中にいます。特に「感覚受容の特性」の影響は重く、集団の中のトラブルの多くはそこに起因しています。中学以降、幼少時より感覚が受け入れやすくなることもありますが、不快に感じてもトラブルになるような形で表現をせずにがまんする、というだけで、いわゆる「普通」の感覚になるわけではありません。露わに表現すると周囲に気づかれ、奇異な目で見られることに不安や恐れを抱くこともあり、社会性を身に着けつつある高学年、思春期の子どもの特徴として、周囲の大人の気づきが必要で。

そのような子ども達に、早期から「どうしてそうしたの?」と怒らずに理由を聞く、また、これまでの経緯から探ったり、医学的な視点から原因を調べたりしてその行動の裏付けをする、「脳機能」そのものが違うのですから、ある意味それが、発達障がいの子どもらに対するコミュニケーション上の礼儀と言えるでしょう。

障がい児、という以前に一人の「子ども」として、十分に愛された経験、それが「糧」となり、支えとなります。おろそかになりがちな子どもの人権を守る人の存在が、まだ不安定な現実社会に立ち向かう力を備えた大人を、先々増やしていくことにつながるのではないのでしょうか。

文書寄贈 NPO法人こころコミュニケーション

の発達支援

地域おこし協力隊通信

地域おこし協力隊 熊井光文・富松志保



地域おこし協力隊の活動を SNS で発信中



空き家利活用イベント第一弾「eスポーツ教室」

11月10日(水)、網田郵便局隣の空き家「はらっぱ(※)」の利活用イベント第一弾としてeスポーツ教室を開催し、網田放課後子ども教室の児童10人が参加しました。

eスポーツは、脳の活性化による認知症予防や社会的交流の場の確保などが期待され、近年注目されています。

この日は、落ちものパズルゲーム「ぷよぷよeスポーツ」でチーム戦による対戦を行いました。みんなで自分のチームを応援することでチームの絆が芽生えました。

このゲームが初めての子もすぐに操作を覚えることができるシンプルな内容ですが、高得点を出すには一瞬の状況判断が必要で、これはまさにスポーツと言えるものでした。

今回使用した「ぷよぷよeスポーツ」は、2019年から国体種目に採用され、小学生も参加できるようになりました。

この空き家利活用イベント第一弾は、空き家の活用とeスポーツが良いカタチで連携した理想的な活動内容となりました。

※地域おこし協力隊の富松隊員が、築40年が経過した空き家を再生し、「はらっぱ」と名付けました。広報うと11月号で紹介しています。



みんな楽しくプレイしていました

1月16日(日)にecowin宇土アリーナ(宇土市民体育館)で誰でも参加できるeスポーツイベントを熊本eスポーツクラブと共同で開催します。ぜひ一度ご参加ください。



熊本eスポーツクラブ

新年あけましておめでとうございます。今年も「広報うと」をよろしくお願ひします。熊本県内の新型コロナウイルス感染症状況は少しずつ落ち着きを見せ、市内では、さまざまな行事やイベントが感染症対策を実施して開催されました。それに伴い、取材依頼の連絡が多く来るようになり、毎週1つは取材が入り、広報うとの担当者として、嬉しい悲鳴をあげています。一昨年の1月号の編集後記で地元神社のしめ縄つくりの取材について書いたのですが、今回、そのしめ縄つくりにも私も参加することが



▽古保里町	高橋 勝子 亡夫	▽古保里町	塘添 正治 亡母	▽古保里町	中川ケイ子 亡母	▽古保里町	寺田 秀子 亡夫	▽古保里町	中川 茂 亡父	▽古保里町	福田 道広 亡妻	▽古保里町	永井 泉 亡妻	▽古保里町	緒方つや子 亡夫	▽古保里町	前田 政隆 亡妻	▽古保里町	関 茂雄 亡妻	▽古保里町	畑中枝利子 亡母	▽古保里町	上田 國明 亡妻	▽古保里町	丸山 照之 亡妻	▽古保里町	村上 由美 亡妻	▽古保里町	若村 廣 亡妻	▽古保里町	木村千代子 亡夫	▽古保里町	末富由美子 亡母	▽古保里町	吉本 伴之 亡妻	▽古保里町	山本 榮子 亡妻	▽古保里町	喜代子 亡妻	▽古保里町	坂田勝子 亡妻	▽古保里町	ミサ子 亡妻	▽古保里町	留 勝 亡妻	▽古保里町	山村ハナ子 亡妻	▽古保里町	千 鳥 亡妻
-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	---------	-------	----------	-------	---------	-------	----------	-------	----------	-------	---------	-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	---------	-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	----------	-------	--------	-------	---------	-------	--------	-------	--------	-------	----------	-------	--------

香典返し



できました。わらを編んでいってしめ縄を少しずつ大きくしていくのですが、太くなるにつれて作業が難しくなり、しめ縄を押さえる役、すき間を空ける役、わらを編み込む役と、想定よりも大変な作業でした。私もしめ縄つくりに挑戦したのですが、元々不器用なのもあって、何度やってもわらがぼけてしまう始末で結果的に、わらを渡す役に徹していました。しめ縄を作っていくなかで、近所の皆さんからしめ縄つくりにあたりまわりの話や地域の話などが、さまざまに話を聞くことができ、今更、しめ縄つくりにあたりまわりの話や地域の話など、地元に貢献はできませんでしたが、地元に改めて知るところ、いい機会となりました。(西)

データでみる宇土市

人口・世帯数	交通事故発生件数	犯罪認知件数	火災発生件数
(R3.11.30 現在)	(R3.1.1 ~ 11.30)	(R3.1.1 ~ 11.30)	(R3.1.1 ~ 11.30)
人口 36,600人 (- 4人)	発生件数 62件 (+ 3件)	認知総数 35件 (- 2)	発生件数 12件 (+ 3件)
17,551人 (- 7人)	負傷者数 80人 (+ 8人)	強制わいせつ 0件 (- 2)	建物火災 2件 (± 0件)
19,049人 (+ 3人)	死者数 0人 (- 1人)	空き巣 0件 (- 1)	その他火災 10件 (+ 3件)
15,574世帯 (+ 14世帯)	() は前年同月比	自動車盗 0件 (± 0)	() は前年同月比
() は前月比	準備よし!あなたを守る 反射材	オートバイ盗 0件 (- 2)	おうち時間 家族で点検 火の始末
		自転車盗 18件 (+ 11)	
		車上ねらい 3件 (- 4)	
		万引き 14件 (- 4)	
		※速報値であり変更になる場合があります。() は前年同月比	

HAPPY
BIRTHDAY!



うらぐち ゆずき
浦口 袖咲ちゃん
(古城町)R3.1.3生 1歳
愛しのゆず1才おめでとう♡
すくすく元気に育ってね♡



あさかわ こはる
浅川 心晴ちゃん
(松山町)R3.1.4生 1歳
こはちゃん1歳おめでとう！
いっぱい食べて大きくなーれ！



とよだ まな
豊田 茉奈ちゃん
(高柳町)R3.1.5生 1歳
1歳のお誕生日おめでとう♡
元気いっぱい大きくなあれ！



しがき れんと
志垣 蓮斗ちゃん
(高柳町)H31.1.5生 3歳
3歳のお誕生日おめでとう！！
れんれん大好きだよ♡♡



なかもら さら
中村 咲晶ちゃん
(椿原町)H31.1.11生 3歳
元気に大きくなってね。
お姉ちゃんと仲良くね。



くしやま たすく
榊山 佑玖ちゃん
(花園台町)R2.1.14生 2歳
じいちゃん、ばあちゃんいつも
ありがとう♡また遊びに行くね！



まつした らふ
松下 楽歩ちゃん
(城塚町)R2.1.15生 2歳
おてんば娘2歳おめでとう♡
じいじあば大好きだよ♡



たどころ かほ
田所 果歩ちゃん
(岩古曾町)H31.1.16生 3歳
元気いっぱいの果歩ちゃん☆
3歳のお誕生日おめでとう！



いなもと しの
稲本 詩乃ちゃん
(南段原町)R2.1.18生 2歳
おしゃべり上手な詩乃ちゃん♡
これからもみんなを幸せさせてね！



ひがし えいた
東 恵汰ちゃん
(宮庄町)R2.1.19生 2歳
お兄ちゃん大好きいっぱい遊んでね！



たかおか ゆいな
高岡 結依菜ちゃん
(花園台町)R2.1.19生 2歳
2歳の誕生日おめでとう！
これからもたくさん遊ぼうね☆



のむら しょうた
野村 咲太ちゃん
(花園台町)R3.1.22生 1歳
1歳の誕生日おめでとう☆
我が家の癒し♡兄ちゃんと仲良くね♡



のむら いろと
野村 彩人ちゃん
(花園台町)H31.1.31生 3歳
誕生日おめでとう☆イヤイヤ期真っ只中
♡咲ちゃんと仲良くね♡



きむら さき
木村 咲希ちゃん
(宮庄町)H31.1.24生 3歳
誕生日おめでとう！
元気に育ってください☆



かまたに れな
鴨谷 怜那ちゃん
(高柳町)R2.1.25生 2歳
2歳の誕生日おめでとう♡
元気にすくすく大きくなってね！



かなばし りょうま
金橋 稜真ちゃん
(高柳町)R3.1.26生 1歳
1歳おめでとう。
すくすく元気に育ってね！



おおた もも
太田 桜愛ちゃん
(笹原町)R3.1.27生 1歳
1歳のお誕生日おめでとう
元気いっぱいすくすく育ってね♡



さかくち しおり
坂口 葉織ちゃん
(戸町)H31.1.28生 3歳
誕生日おめでとう！これからも
勇織・美織・葉織の3人仲良くね♡

ハッピーバースデーに
写真を掲載しませんか？

3歳までの子どもの写真を募集しています。

申込期限 誕生月の前月 10日
※ 10日が休日の場合は前日
申込方法 子どもの写真と名前・ふりがな・住所・生年月日・コメント(30字以内)をまちづくり推進課までお送りください。
メール machi03@uto.kumamoto.jp
注)メールで応募いただいたときは、内容を確認後、受付完了メールを返信しています。返信がない場合は、メールが届いていない可能性もありますのでお問い合わせください。

☎ まちづくり推進課 情報支援係
☎ (22)1111(内線 811)