

令和6年
9月



宇土

9
2024 No.1152
広報うと

[今月の表紙]
友遊宇土(老人福祉センター)で
100歳体操に取り組む皆さん

認知症とともに生きる時代へ



広報うと

〒869-0492 宇土市浦田町51番地
TEL:0964(22)1111(代) FAX:0964(22)2928
HP:<https://www.city.uto.lg.jp/>

発行・編集/宇土市・秘書政策課
mail:kouhouu01@city.uto.lg.jp

UD FONT
by NORISAWA



広報うとは地域にやさしい植物油インクを使用しております。
印刷事業所／株式会社西川印刷

【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。
右記QRからご確認ください。

■健診 ■相談 ■市民
■議会

別の会議等により開始時間が変更
になる場合があります。

うと日曜朝市 [開催時間] 6:00~7:00頃
[開催場所] 市民会館駐車場

宇土市民会館で開催される
イベントの詳細は宇土市民会館
(右記QR)へお問い合わせください。
☎0964(22)0188



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
8/25 くまもとみんなの 川と海づくりデー 清掃活動 くまもと心療病院 (精・神) 松山町 ☎(22)1081 集団(複合)健診 保健センター	8/26 集団(複合)健診 保健センター	8/27 集団(複合)健診 保健センター	8/28 全国一斉情報 伝達試験 11:00~ 防災無線放送 行政相談 P21 9:00~ 市役所2階会議室8 集団(複合)健診 保健センター	8/29 親子ふれあい 広場 11:00~11:30 児童センター 子育て講座(つど いの広場サンサン) 10:00~11:30 保健センター	8/30 健康相談(要予約) P17 保健センター ファミリーサポート センター養成講座 8:40~11:35 市役所2階会議室4	8/31
うと日曜朝市						
9/1 近藤クリニック (内・消・外) 松山町 ☎(23)5558 防災の日 P2 (8/30~9/5防災 週間)	2 開会 10:00~	3 ファミリーサポートセンター 養成講座 8:40~11:40 市役所2階会議室4 (新規会員は12:20まで) 子育て広場 P18 10:00~11:00 宇土幼稚園	4 資源ごみの日 地域高規格道路促進 等対策特別委員会 10:00~ ファミリーサポート センター養成講座 9:00~12:25 市役所別館2階和室 他	5 質疑・一般質問 10:00~ 1歳6か月健診 (R5年2月生) P17 保健センター 年金相談(要予約) P21 10:00~15:00 福祉センター 子育て広場 P18 10:00~11:00 花園幼稚園 親子ふれあい 広場 P18 11:00~11:30 児童センター	6 質疑・一般質問 10:00~ 健康相談(要予約) P17 保健センター	7
うと日曜朝市						
8 高浜眼科医院(眼) 城之浦町 ☎(22)0108	9 質疑・一般質問 10:00~ 3か月健診 (R6年5月生) P17 保健センター	10 総務市民常任委員会 10:00~ 6か月健診 (R6年2月生) P17 保健センター	11 経済建設常任委員会 10:00~ 行政相談 P21 9:00~12:00 市役所2階 会議室7,8	12 文教厚生常任委員会 10:00~ 2歳歯科健診 (R4年2月生) P17 保健センター 親子ふれあい 広場 P18 11:00~11:30 児童センター	13 行政書士相談 P21 11:00~16:00 市役所1階口ビー (うと小路)	14 集団(複合) 健診 保健センター 未来食堂 11:00~14:00 銀乃船 ボランティア 募集中
うと日曜朝市						
15 みどりかわ クリニック(内・小) 野鶴町 ☎(22)1171 集団(複合)健診 保健センター	16 敬老の日 幡手耳鼻咽喉科 クリニック(耳・ア・小) 南段原町 ☎(24)1187 集団(複合)健診 保健センター	17 集団(複合)健診 保健センター	18 集団(複合)健診 保健センター	19 閉会 10:00~ 年金相談(要予約) P21 10:00~15:00 福祉センター 人権相談 P21 13:00~16:00 市役所2階会議室8 親子ふれあい 広場 P18 11:00~11:30 児童センター	20 健康相談(要予約) P17 保健センター	21 オストメイト 医療相談会 P12 研修室 13:30~15:30 松橋西防災拠点 センター2階
うと日曜朝市						
22 秋分の日 七川医院(外・消) 浦田町 ☎(22)0555	23 振替休日 吉野整形外科(整) 高柳町 ☎(22)6000	24	25 行政相談 P21 9:00~12:00 市役所2階 会議室7,8	26 3歳健診 (R3年2月生) P17 保健センター 司法書士無料相談 P21 13:00~16:00 市役所2階会議室8 親子ふれあい 広場 P18 11:00~11:30 児童センター	27 10か月相談 (要予約) P17 保健センター	28 認知症 フォーラム inうと2024 10:00~11:30 保健センター
うと日曜朝市						
29 松田内科循環器科 クリニック(内・循) 三拾町 ☎(23)6555	30 子育て講座(つど いの広場サンサン) P18 10:00~11:30 長浜福祉館	10/1	2 資源ごみの日	3 1歳6か月児健診 (R5年3月生) P17 保健センター 年金相談(要予約) P21 10:00~15:00 福祉センター	4 健康相談(要予約) P17 保健センター	5
うと日曜朝市						

※9月のEM活性液無料配布はありません。 ※QRコードは株デンソーウェブの登録商標です。

特集 認知症とともに生きる時代へ

厚生労働省によると、認知症高齢者の数は、2025年に全国で約471万人、65歳以上の高齢者の約8人に1人に達すると見込まれています。これを宇土市の人口に置き換えると、約1,400人に相当します。加えて、65歳未満にも若年性認知症の人がいることを考えれば、普段の生活の中で認知症の人と接することは当たり前の時代になってきているのではないかでしょうか。

9月は「認知症月間」です。今回の特集では認知症予防と家族介護者への支援にスポットを当てて認知症に向き合います。認知症になつても安心して暮らせる宇土市を目指して、ともに考え、ともに学んでいきましょう。

宇土市では、昨年からオレンジガーデニングプロジェクトに参加しています。認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色で市内を彩るこの活動。認知症月間の9月に皆さんも身近にオレンジの花を飾ってみませんか。詳しくは6ページをご覧ください。

CONTENTS

- 3 認知症とともに生きる時代へ
- 8 金属類は資源ごみです
- 10 いきいきスポーツ教室参加者募集
- 11 令和6年度宇土市生涯学習講座(後期)の受講者を募集します
- 12 くらし情報
- 18 子育て情報
- 19 高齢期の食生活のポイント
- 20 令和6年度新たに住民税非課税となる世帯への給付金
「定額減税しきれないと見込まれる方」への給付金
- 21 消費者トラブル注意報
- 22 くらしの無料相談窓口
- 23 知っておきたい国民年金
- 23 私たちと人権98
- 24 くまもと子ども芸術祭 2024 in うと
- 26 うとのできごと
- 29 市民のひろば
- 30 温故知新 うと学だより
- 31 図書館だより
- 32 宇土市空家バンク登録物件募集中
宇土市の旬を届ける実行協議会からのお知らせ
- 33 広報うと「クーポン券」協力企業を募集します
ALT's UTO log !
- 34 元樹だより
香典返し
編集後記
- 35 ハッピーバースデー
- 36 カレンダー

今月の表紙

友遊宇土で100歳体操に取り組まれていた皆さんに協力いただき、手でハートマークを作っていただきました。皆さんとても明るく、とても積極的で笑顔が輝いています。撮影後「これが表紙にどんななら、どおし」という楽しそうな声が聞こえてきましたが、ありがとうございました。



今、改めて防災について考えてみましょう

9月1日(日)は「防災の日」です。また、8月30日(金)～9月5日(水)までは、「防災週間」と定められています。この機会に改めて防災について考えてみませんか？取り組みやすい備えとして、ローリングストック法を紹介します。

ローリングストック法

これまでの災害用備蓄は、乾パンや懐中電灯など普段使わないものを用意する特別なことと考えられていました。しかし、日頃利用している食料品や生活必需品を少し多めに購入しておく「日常備蓄」なら、簡単に無駄にならない備蓄ができます。また、日頃利用している食料品に加え、ガスコンロなどの熱源も準備しておくと、レトルト食品やカップ麺など、食べられる商品の幅を広げることができます。温かい食事は体も温まり緊張感や不安を和らげることにつながります。



問危機管理課 危機管理係 ☎ (27)3304

データで見る宇土市

人口・世帯数 (R6.7.31現在)	交通事故発生件数 (R6.1.1～7.31)	火災発生件数 (R6.1.1～7.31)
人口：36,187人 (-18人)	発生件数 31件(-9件)	発生件数 6件(+3件)
男性：17,397人 (-7人)	負傷者数 37人(-20人)	建物火災 2件(±0件)
女性：18,790人 (-11人)	死者数 1人(+1人)	その他火災 4件(+3件)
世帯：16,115世帯 (-36世帯)	()は前年前月比	()は前年前月比
()は前月比	準備よし！あなたを守る 反射板	火を消して 不安を消して つなぐ未来

ふれあいクラブ紹介

外出の機会を増やすことが、認知症予防にも効果的です。介護予防や地域の支え合いを目的とした活動で、ビデオ体操やサポーターによるレクリエーション、茶話会や食事会など、さまざまな取り組みを行っています。詳しい内容は、下記までお問い合わせください。

市社会福祉協議会
☎(23)3756

ゆうゆう
友遊宇土(老人福祉センター)
ゆうゆう
友遊西部(西部老人福祉センター)紹介

楽しんで過ごせる催しが、いろいろ開催されています。皆さんも参加してみませんか。60歳以上の人ならどなたでもご利用できます。(入館料100円、市外の人300円)
■友遊宇土(老人福祉センター)
☎(22)1008
■友遊西部(西部老人福祉センター)
☎(27)1688
▶利用時間:9:00~17:00
▶休館日:土曜日、日曜日、祝日、12/29~
1/3



これからの未来を示す認知症基本法

認知症基本法とは

令和5年6月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法(通称:認知症基本法)」が成立し令和6年1月1日に施行されました。認知症基本法は、法律の目的や基本理念、認知症施策推進基本計画、基本的施策、認知症施策推進本部の設置などについて定めています。さらに、国や地方公共団体、事業者、国民の責務を規定しています。

この法律では、共生社会を「認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力のある社会」と定義しています。

※認知症とは「アルツハイマー病その他の神経変性疾患、脳血管疾患その他の疾患により日常生活に支障が生じる程度にまで認知機能が低下した状態として政令で定める状態」をいいます。

認知症基本法の目的

「認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進」することが認知症基本法の目的です。

7つの基本理念

- ①ご本人・ご家族の意向尊重
- ②国民の理解による共生社会の実現
- ③社会参加できる機会の確保
- ④切れ目のない保健医療サービス・福祉サービスの提供
- ⑤ご本人・ご家族などへの支援
- ⑥予防・リハビリテーションなどの研究開発の推進
- ⑦各関連分野の総合的な取り組み

1

認知症を予防する

認知症の予防とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になってしまって進行を遅らせる」という意味です。予防には脳に刺激を与えることが重要で、他者交流と運動が有効です。



お元気クラブ紹介

自らの生活を続けていくためには、元気なうちに適度な運動を続けることが重要です。おおむね65歳以上を対象に、身近な公民館などで開催しています。サポーター養成講座を受講した介護予防サポーターがお手伝いします。

// 参加者にインタビュー //

網津地区 高木さん



活動に参加して明るくなり、体も鍛えられると同時に新たなつながりや趣味が増えて、充実感を感じています。日常を良い方向に変えてくれています。

網津地区 伊勢さんご夫婦



楽しみや笑顔が増し、外出時の皆さんの優しさが嬉しいと感じています。さらに、家でできる筋トレなどの取り組みが相乗効果を生んでいます。認知症予防にも役立っています。

◆開催場所

	場 所	開 催 日	時 間		場 所	開 催 日	時 間
宇 土 地 区	南段原公民館	第2月曜日	10:00~11:00	花 園 地 区	松山団地公民館	第2火曜日	10:00~11:30
	入地団地	第2水曜日	9:30~11:00		境目地区公民館	第3月曜日	10:00~11:30
	三拾町中野公民館	第3木曜日	13:30~15:00		善道寺公民館	第3木曜日	10:00~11:30
	城之浦一区公民館	第4火曜日	10:00~11:30		立岡公民館	第3金曜日	10:00~11:30
	旭町江部公民館	第4金曜日	13:30~15:00		岩熊公民館	第4木曜日	13:30~15:00
轟 地 区	宮庄公民館	第1月曜日	13:30~15:00	網 津 地 区	直築公民館	第1月曜日	10:00~11:30
	飯塚公民館	第1水曜日	13:30~15:00		小規模多機能型 居宅介護あじさい	第1水曜日	9:30~11:00
	轟地区公民館	第3金曜日	13:30~15:00		割井川公民館	第4月曜日	9:30~11:00
	椿原公民館	第4金曜日	10:00~11:30		古場田公民館	第2火曜日	13:00~14:30
網 田 地 区	閑あさひコート(宇土・轟・花園地区)				赤瀬公民館	第3木曜日	9:30~11:00
	☎(23)5266				長浜福祉館	第4火曜日	13:30~15:00
	閑景雅苑(網田・網津地区)				※祝日などで日程・時間が変更になることもあります。		
	☎(27)1708						

(R6年5月現在)※地区順

3

認知症に関する相談窓口

市高齢者支援課

☎ (27)3320

▶受付時間:8:30~17:15

※土日祝日・年末年始を除く

住民の皆さんのが住み慣れた地域で安心して安全に暮らしていくように、介護保険制度や認知症の人の介護保険利用方法などについて、質問・相談をお受けします。

市地域包括支援センター

全域(花園・轟担当)☎ (24)1555

プランチ本町(宇土・走潟担当)☎ (23)5266

プランチ西部(緑川・網津・網田担当)☎ (27)1010

▶受付時間:8:15~17:15

※土日祝日・年末年始を除く

地域で暮らす皆さんが、その人らしい生活を続けられるように介護・福祉・医療・保健の多方面から総合的に支援する相談窓口です。

認知症初期集中支援チーム
(市地域包括支援センター内)

認知症が疑われる人または認知症の人やその家族を訪問し、相談に応じます。ご本人やご家族の状況に合わせた病院受診やサービス利用、ご家族の負担軽減などの支援を行います。対象となるのは40歳以上で、自宅で生活をし、認知症の症状などでお困りの人です。

くまもと心療病院 認知症疾患医療センター

☎ (22)1106

▶受付時間:9:00~17:00 ※土日祝日・年末年始を除く

認知症に関するお悩みや心配ごとの相談を受ける医療機関です。

相談内容例…医療機関に受診する前の相談、患者様やご家族の希望に沿う認知症専門医療機関の紹介、認知症の早期発見のための相談、入院や入所に関する相談、認知症の原因を特定する診断および診断に基づいた治療、認知症の人の対応方法の相談



県認知症コールセンター(ほっとコール)

☎ 096(355)1755

▶受付時間:9:00~16:00

※水曜日以外毎日 ※土日祝日も開設
電話相談窓口。介護の仕方、介護上の悩みや愚痴、将来への不安などに対し、認知症の人を介護した経験のある人や専門の職員が丁寧に対応します。相談は無料です。

市社会福祉協議会

☎ (23)3756

▶受付時間:8:30~17:15

※土日祝日・年末年始を除く
地域福祉権利擁護事業を行っています。判断能力の低下が少しあり、日常的な面の援助を受ければ生活が成り立つ人が対象です。日常的な面の支援とは、福祉サービスの相談や手続き、日常的な金銭管理などです。

成年後見支援センター
(市社会福祉協議会内)

成年後見制度に関する相談を受ける機関です。成年後見制度は判断能力が十分でない人が対象となります。本人の権利を守る援助者(「成年後見人」など)を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。

認知症フォーラム in うと 2024

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症フォーラムを開催します。今年度は、認知症介護を体験したご家族をお招きして、認知症の人とともに生きることや、家族の想いなど、貴重なお話をいただきます。ぜひご参加ください。

▶日時:9月28日(土)

10:00~11:30(受付:9:30~)

▶場所:市保健センター 2階

▶内容:認知症と口腔ケア、認知症とともに生きる社会へ

▶参加費:無料

※事前の申し込みは不要です。

福岡市地域包括支援センター(門司・徳永)

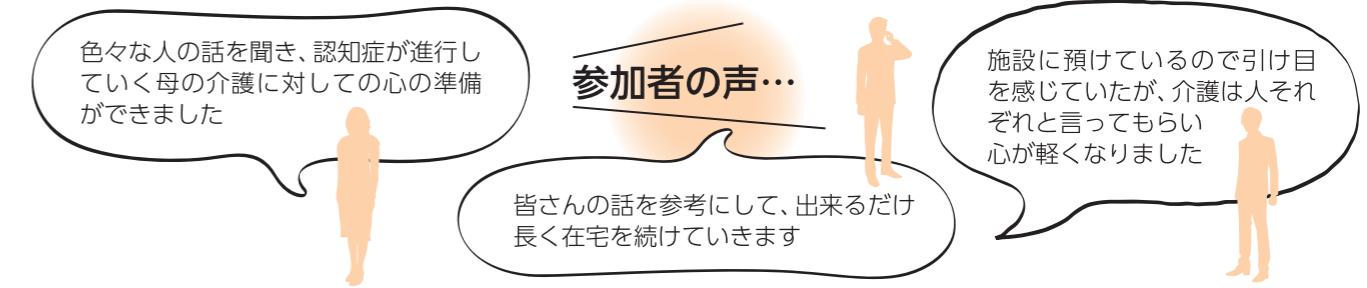
☎ (24)1555

2

家族介護者への支援

認知症家族介護者のつどい・介護者のつどい

市ではあさひコートと景雅苑の2か所で介護者のつどいを開催しています。日頃、在宅介護をされているご家族様がホッとして頂く時間や悩みを共有するもの同士が集える場を提供します。参加者の介護実体験についてお話ししていただしたり、相談やアドバイスなど行っています。お茶や茶菓子を食べながら、のんびりした雰囲気の中で本音で語り、ほっとひと息つきませんか? 介護に悩んでいる皆さん、一度参加してみませんか?



認知症家族介護者のつどい

▶日時:奇数月の第3土曜日 13:30~15:00

▶場所:あさひコート

▶対象者:認知症の人、または疑われる人を介護している家族など

▶参加費:無料

「認知症家族を支援し隊」の宇土みどりさんを講師に迎えています

※次回は9月21日(土) 開催予定

福岡市あさひコート

☎ (23)5211



介護者のつどい

▶日時:9月12日(木)、令和7年3月13日(木) 13:30~15:00開催予定

▶場所:景雅苑

▶参加費:無料

▶対象者:介護をしている家族など

◎介護者も高齢、交通手段が乏しい地域など参加しにくても出来ない人は送迎の個別対応を行います。
福岡市景雅苑 ☎ (27)1708



オレンジガーデニングプロジェクト

オレンジガーデニングプロジェクトは、2020年に新潟県長岡市で始まった「認知症になってしまっても暮らしやすいまちをみんなでつくりたいこく!」という活動で、全国各地に広がっています。

市でも、昨年からこの活動に参加しています。【認知症とともにいきる】をスローガンに掲げ、サブテーマを『オレンジのこみちをあなたと歩いていく』として、9月に介護事業所、有料老人ホームなどにも協力いただき、各施設や市役所庁舎内、市立図書館にオレンジ色の花を咲かせました。オレンジ色は認知症啓発のシンボルカラー、9月は認知症月間です。

皆さんも身近にオレンジの花を飾ったり、認知症の正しい知識を学んだりして、認知症のことを身近な『じぶんごと』として考えるきっかけにしてみませんか?



今年は、椿原町にお住いの齊藤唯男様にマリーゴールドの花の種を寄贈いただきました。市内のどこかで、オレンジ色の花が可憐に咲いていると思います。今年度の活動については、市のLINEなどでもお知らせする予定です。

飲料や食品用のアルミ缶
またはスチール缶は、
資源ごみに出してください。



飲料の缶 食品用(お菓子など)の缶



水筒は金属部分は**金属類**、
飲み口の部分は**燃えるごみ**で
出してください。

金属類と他の素材の割合が同程度で、
取り外しができない場合は埋立ごみで
出してください。

埋立ごみって どんなもの？

埋立ごみは、刃物やハサミなどの危険物とリサイクルできないものになります。



傘は専用コンテナに収まらない大きさでも粗大ごみ処理券を貼らずに出すことができます。



ごみ分別早見表『ごみサク』ご活用ください

宇土市では、2021年から、パソコンやスマートフォンでごみの分別方法を簡単に検索できる分別サイト「ごみサク」の運用を開始しております。
ごみの捨て方や分別方法について、詳しく掲載していますので、迷ったときには、検索してみてください。



ごみサクはこちらから

分ければ資源
混ぜればゴミ

ごみの分別に
ご協力をよろしく
お願いします。

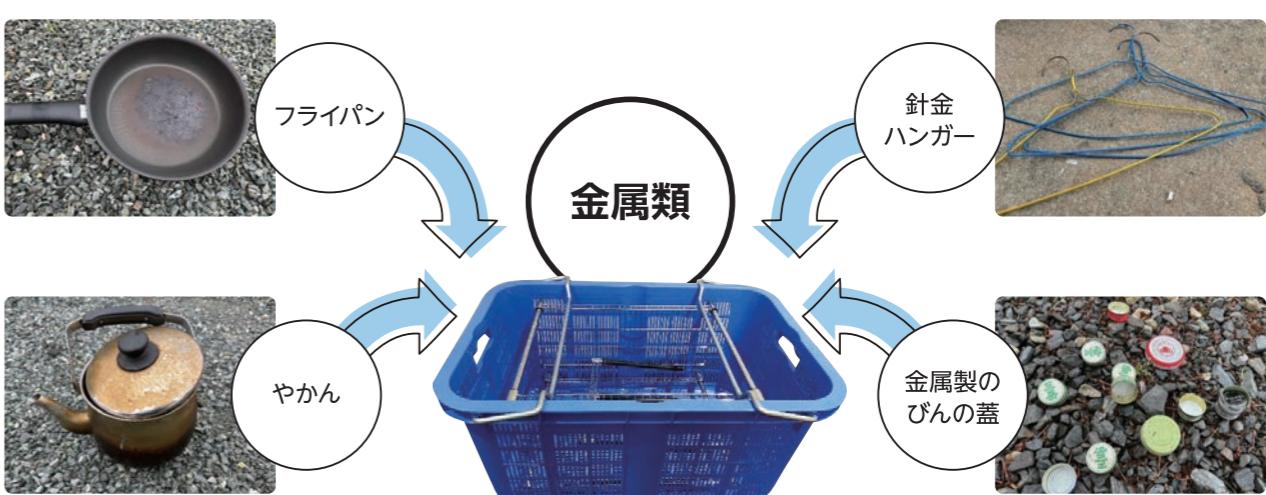
金属類は 資源ごみです 埋立ごみではありません!!

問 環境交通課 環境交通係 ☎(27)3316



埋立ごみの中に、金属類が混入しています。

収集された金属類は破碎したのち溶解されて鋼材として再生されます。
全体の約80%以上が金属でできたものは金属類で出してください。



令和
6年度

宇土市生涯学習講座(後期)の受講者を募集します

問生涯活動推進課 生涯学習係 ☎(22)6510

生涯学習講座は、生涯にわたって文化向上、健康増進、豊かな心の育成を目指すとともに、市民の皆さんのふれあいによる楽しい学びの場です。みんなと一緒に楽しく学んでみませんか？すべて初心者向けの内容です。

暮らしに役立つ筆ペン講座 定員15名

のし袋・ハガキや年賀状など、暮らしに役立つ筆ペンを学んでみませんか。基本からじっくり学べます。

▶期日:10月7日(月)、21日(月)、11月11日(月)、25日(月)、12月9日(月)、23日(月)

▶時間:13:30～15:00

▶場所:市役所別館2階 講習室

▶講師:山下 静雨さん

▶受講料:2,500円(全6回分・用具代込)

レベルアップ英会話講座 定員10名

中級(中学校英語レベル)の日常英会話でコミュニケーションを楽しむ講座です。サポートがありますので安心して参加できます。

▶期日:10月8日(火)、22日(火)、11月12日(火)、26日(火)、12月10日(火)、24日(火)

▶時間:10:30～11:30

▶場所:市役所別館2階 講習室

▶講師:廣岡 瞳美さん

▶受講料:1,700円(全6回分・資料代込)

リズムで楽しく骨盤体操講座 定員15名

音楽に合わせて楽しく骨盤調整。女性向けの健康講座です。骨盤調整の体操で全身を整えることで、美容や腰痛・肩こり解消・不調改善にもつながります。この機会に楽しく運動を始めてみませんか。

▶期日:10月3日(木)、17日(木)、11月7日(木)、21日(木)、12月5日(木)、19日(木)

▶時間:14:00～15:00

▶場所:市役所別館2階 講習室

▶講師:三沢 礼子さん

▶受講料:1,200円(全6回分)

ジェルキャンドル講座 定員10名

ジェルワックスという透明の専用ジェルを使って作られるキャンドルです。ジェルの中にドライフラワーを入れて、オリジナルのジェルキャンドルを作つてみませんか。※作品例は、宇土市ホームページに掲載しています。

▶期日:10月30日(火)

▶時間:10:00～11:30

▶場所:市役所別館2階 講習室

▶講師:山下 日出子さん

▶受講料:1,700円(材料費込)

骨格調整ヨガ講座 定員10名

骨盤を中心に体の歪みや左右差を無理なく調整し、心身のリラックスに繋げます。肩こりや腰痛など、体に不調がある人でも参加できます。

▶期日:10月10日(木)、24日(木)、11月14日(木)、28日(木)、12月12日(木)、26日(木)

▶時間:13:30～14:30

▶場所:市役所別館2階 和室

▶講師:林田 舞さん

▶受講料:1,200円(全6回分)

アイシングクッキー講座 定員10名

クッキーにカラフルなアイシングクリームをデコレーションして、クリスマスバージョンのアイシングクッキーを楽しく作つてみませんか。※作品例は、宇土市ホームページに掲載しています。

▶期日:12月18日(火)

▶時間:10:00～11:30

▶場所:市役所別館2階 講習室

▶講師:山下 日出子さん

▶受講料:1,700円(材料費込)

▶募集期限:9月13日(金)※当日消印有効 ▶申込資格:市内に在住か勤務している人 ▶申込方法:①～③のいずれかの方法で申し込みください。
①窓口にお越しいただく。②ハガキかメールのタイトルに「生涯学習講座申し込み」と記入し、①申込講座名②氏名(ふりがな明記)③年齢④郵便番号・住所⑤電話番号を記載の上、申し込み。
③スマート申請で右記QRコードから申し込み。

住所:〒861-0492 宇土市浦田町51番地 生涯活動推進課宛て メール:syougai01@city.uto.lg.jp

【注意事項】

(1)応募者多数の場合は、抽選により決定します。また、応募者が定員に満たないときは、開講しない場合があります。
(2)開催場所や日程が都合により変更になる場合があります。(3)受講の可否については、申込者全員に通知します。
※複数の講座の申し込みも可能ですが、各講座の曜日や時間を確認して申し込みください。



いきいき スポーツ教室 参加者募集



宇土市内7地区で最近話題のニュースポーツ、「モルック」を実施します。
子どもから高齢者までいきいきと楽しめるスポーツです。ぜひお申し込みください。

問生涯活動推進課 スポーツ振興係 ☎(23)2642

▶対象:市内在住または在勤の人

▶場所:各地区体育施設(詳細は以下をご参照ください)

▶時間:19:30～21:00

▶参加料:1人につき1回200円(保険料含む)※オンライン申請者の参加料は当日に現金で徴収します。

▶申込方法:①、②いずれかの方法で申し込みください。

①以下の場所に直接申し込み。

生涯活動推進課、網田・網津支所、ecowin宇土アリーナ(宇土市民体育館)

②QRコードから電子申請をする。

▶申込期限:開催日前週の月曜日まで(詳細は以下をご参照ください。)

▶受付時間:8:30～17:15(平日)

※荒天により企画が中止・途中で終了となる場合があります。



いきいきスポーツ教室スケジュール

	日 程	場 所	申 込 期 限
第1回	9月25日(水)	緑川地区農村運動広場 (雨天時:緑川地区農業者トレーニングセンター)	9月13日(金) ※9月16日(月)が祝日のため
第2回	10月 2日(水)	網津地区市民グラウンド (雨天時:網津地区多目的研修会施設)	9月20日(金) ※9月23日(月)が祝日のため
第3回	10月 9日(水)	網田地区農村運動広場 (雨天時:網田地区農業者トレーニングセンター)	9月30日(月)
第4回	10月16日(水)	走潟地区グラウンド (雨天時:走潟地区体育館)	10月7日(月)
第5回	10月23日(水)	宇土市運動公園 (雨天時:ecowin宇土アリーナ(宇土市民体育館))	10月11日(金) ※10月14日(月)が祝日のため
第6回	10月30日(水)	轟地区農村運動広場 (雨天時:轟地区農業者トレーニングセンター)	10月21日(月)
第7回	11月 7日(木)	立岡総合グラウンド (雨天時:宇土市スポーツセンター)	10月28日(月)

モルックとは

フィンランド発祥のニュースポーツで、2チームに分かれて木の棒(モルック)を投げ、12本の数字が書かれたピン(スキットル)を倒して先に50点ピッタリ得点した方が勝ちになります。老若男女問わず誰でも気軽に楽しめることができるため、近年テレビでも紹介されており、人気が始まっています。





宇土市公式LINEアカウント
<https://lin.ee/E11Knv1>



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

掲載内容が変更になる場合があります。
最新情報や詳細は市ホームページをご確認ください。
宇土市の市外局番「0964」 宇土市役所(22)1111(代表)

おしらせ 募集

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

くらし情報

お料理コン (第30回 UKI うきコン)

作って、食べて、親しくなる。恋を探しに来ませんか。カレーとサラダを作ります。エプロンをご持参ください。

▶日時:9月29日(日)
10:30~15:00

▶場所:松橋西防災拠点センター

▶定員:男女各8人程度※抽選

▶参加費:男女共に1,000円

▶参加資格:25歳~39歳の独身男女

※婚活支援センターよつはへの登録必須(登録無料)

▶申込方法:下記QRコードから申し込み

▶申込締切:9月19日(木)正午



■宇城広域連合事務局
結婚活動支援センター
[\(32\)4144](tel:(32)4144)

市営住宅の入居者を募集します

現在、空き部屋となっている市営住宅の入居者を募集します。入居を希望される人は、公募期間中に申し込みを行ってください。申し込みには資格要件があります。市営住宅ではペットの飼育はできませんのでご注意ください。申込数が募集する戸数よりも多い場合は、抽選となります。募集住宅や入居条件・申込方法など詳しくは市ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。

▶公募期間:9月11日(水)~30日(月)

▶募集住宅:
窓口および市ホームページにて公開
■都市整備課 建築住宅係
[\(27\)3332](tel:(27)3332)

宇土市二の丸墓園納骨堂の第4期募集を行います

▶場所:二の丸墓園(古城町181番地)内納骨堂

▶募集壇数と使用料:
最上段(4段目)300,000円 8壇
中段(2段目)250,000円 7壇
下段(1段目)200,000円 15壇
※使用料は、最初に使用される際に1回のみ支払い。

▶管理料:年間5,000円
※今年度は、4か月分(1,600円)のみの支払い。

▶申請受付期間:9月2日(月)~10月11日(金)

▶使用開始:12月~
条件などの詳細は、ホームページでご確認ください。

■環境交通課 環境交通係
[\(27\)3316](tel:(27)3316)

【令和6年10月改正】 宇土市ミニバス「のんなっせ」轟線減便のお知らせ

毎週木曜日に運行している、宇土市ミニバス「のんなっせ」轟線について、ご利用の少ない便を廃止することとしました。ご利用の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

【廃止する便】※1便・2便是現行のままです。

		起 点	終 点	
3便	12:10発	下松山地域学習センター	12:47着	宇土駅西口

■企画課 企画係
[\(27\)3305](tel:(27)3305)

救急フェア2024

心肺蘇生法、AED体験、救急隊使用資器材展示や消防車両の展示、コラボ開催で熊本南病院、宇城市保健福祉センター1日健康相談など、多数のイベントを用意しています。ぜひ遊びに来てください。

▶日時:9月7日(土)
13:45~16:00

▶場所:イオンモール宇城
オアシスコート
■宇城広域連合消防本部 警防課
[\(22\)6221](tel:(22)6221)

オストメイト医療相談会を開催します

オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)の皆さんとそのご家族を対象にストーマケア(人工肛門の手入れの仕方)などの相談会を行います。参加費は無料です。詳しくはお問合せください。

▶日時:9月21日(土)
13:30~15:30(受付:13:15~)

▶場所:松橋西防災拠点センター
2階 研修室③
■公益社団法人日本オストミー協会熊本県支部事務局
[\(096\)\(206\)3330](tel:(096)(206)3330)
(大腸肛門病センター高野病院
患者支援センター)

飼い主のいない猫の避妊去勢手術の支援を行います

熊本県では“人と動物が共生するくまもと”的実現を目指しており、今年度から新たに開設された、動物愛護センター「アニマルフレンズ」(所在地:宇城市)において飼い主のいない猫によるトラブルを防止するため、避妊去勢手術(無料)を行っています。

依頼窓口・お問い合わせ先
■宇城保健所
[\(32\)0598](tel:(32)0598)
手術の実施・予約関係、制度自体に関するお問い合わせ先
■動物愛護センター
「アニマルフレンズ」
[\(27\)8115](tel:(27)8115)

所得税及び復興特別所得税の予定納税(第1期分)をお忘れなく

令和6年分の「所得税及び復興特別所得税」の予定納税(第1期分)の納期限は、9月30日(月)です。納付は、金融機関の預貯金口座から引き落としとなる「振替納税」が大変便利ですので、是非ご利用ください。



▲定額減税
特設サイト



▲振替納税
について

■国税相談専用ダイヤル
[\(0570\)\(00\)5901](tel:(0570)(00)5901)

敬老会の開催について

今年度の敬老会については、昨年度と同様にそれぞれの地域において、敬老をお祝いする会の開催や記念品の配布などが予定されています。

■高齢者支援課 高齢者支援係
[\(27\)3320](tel:(27)3320)



広告

ロレーター型 歩行車(ミシェル)

最大使用者体重
80kg
最大積載荷重
3kg



車体幅48cmの
コンパクト設計

杖のワンタッチ
着脱

高さ調節ネジ
紛失防止

「いつまでも自分らしくいきたい」
をサポートします

ケアパーク

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)

お気軽にお問い合わせください。

広告 ご不要になった車 すべて買い取ります!

査定
無料

軽自動車・普通自動車・トラック・
バス・フォークリフト・トラクターなど

LINEからお気軽に
お問い合わせください!
引き取りご希望の方もご相談
ください!

株式会社カネムラエコワークス
【宇土本社】宇土市岩古曾町 2063番地1
【熊本本店】熊本市東区小山7丁目4-54
【鹿児島営業所】鹿児島市谷山港2丁目27番



最先端設備と確かな技術

限りある金属資源をそれぞれに合った方法で選別・回収し、再生原料としてリサイクルすることが私たちの仕事です。質の高い資源リサイクルで私たちは持続可能な社会の実現を目指します。

金属資源リサイクル/自動車リサイクル/
自動車中古部品販売/プラスチック資源リサイクル/
ASR・SR再資源化/建物解体工事/一般・産業廃棄物処理

HPは
こちら





宇土市公式 LINE アカウント
<https://lin.ee/E11Knv1>



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

掲載内容が変更になる場合があります。
最新情報や詳細は市ホームページをご確認ください。
宇土市の市外局番「0964」 宇土市役所(22)1111(代表)

募集 | 補助・助成

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

くらし情報

障がい者の在宅介護手当を支給します

支給には申請が必要です。手続きに必要なものなど、詳しくはお問い合わせください。

- ▶ 支給額: 要介護者1人につき年額12万円
- ▶ 対象者: 下記①か②に該当する人を令和5年9月1日から令和6年8月31日まで在宅で常時介護をした人(入院、入所などの利用が1年間通算して120日以内)

①身体障害者手帳の交付を受けている65歳未満の人で、医師判定書で要介護状態にあると認められる人

②療育手帳A1の所持者
※介護保険法による要介護認定および要支援認定を受けていない人が対象です。

※要介護者および介護者ともに住民基本台帳に登録されている人に限ります。

- ▶ 受付期間: 10月3日(木)~31日(木)
- ▶ 関福祉課 障がい者支援係
[\(27\)3318](tel:(27)3318)

障がいのある人を対象とした職業訓練生の募集

熊本県立高等技術専門校では、障がいのある人の就職の促進や雇用の継続のため、多様な職業訓練を行っています。11月開始訓練科の募集締切は9月30日(月)です。詳しくは「熊本県立高等技術専門校」のホームページをご覧ください。

■ 熊本県立高等技術専門校
[\(096\)\(297\)9915](tel:(096)(297)9915)

特別障害者手当を支給します

特別障害者手当の支給には申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

▶ 対象: 身体や精神に重複して重度の障がいがあるため、日常生活で常時介護が必要な在宅の20歳以上の人

- ▶ 手当額: 月額28,840円
- ▶ 関福祉課 障がい者支援係
[\(27\)3318](tel:(27)3318)

宇城看護高等専修学校生徒を募集します

▶ 試験日: 11月30日(土)

▶ 試験会場: 宇城看護高等専修学校

▶ 試験科目: ①筆記試験(中学卒業程度の一般教養問題)②面接

▶ 募集人数: 30人

▶ 応募資格: 中学卒以上(令和7年3月中学・高校卒業見込みの人含む)
男女・年齢不問

▶ 修業年限: 2年

▶ 出願書類: ①入学願書・受験票(指定あり)②調査書・卒業証明書(最終卒業学校のもの)③受験料15,000円

▶ 願書受付: 10月21日(月)~11月27日(水)

▶ 合格発表: 12月6日(金)

■ 宇城看護高等専修学校
[\(096\)\(374\)7474](tel:(096)(374)7474)



男の簡単料理教室パート3 参加者を募集します

▶ 調理メニュー: 肉じゃが、酢の物、みそ汁

▶ 日時: 9月26日(木) 10:00~正午

▶ 場所: 市保健センター 調理室

▶ 料金: 300円

▶ 対象: 60歳以上の人(男性、一人暮らしの人優先)

▶ 定員: 12人程度

▶ 申込方法: 下記へ電話で申し込み

▶ 募集期限: 9月19日(木)

■ 関宇土市老人クラブ連合会事務局
[\(096\)\(23\)5416](tel:(096)(23)5416)



令和7年度 専修学校 熊本県立農業大学校学生を募集します

▶ 入学者選抜日程:

区分	入学願書受付	選抜日
推薦入学者選抜	9月2日(月)~9日(月)	10月2日(木)
一般入学者選抜(1回目)	10月28日(月)~11月8日(金)	12月4日(木)
一般入学者選抜(2回目)	1月6日(月)~17日(金)	2月13日(木)

▶ 募集定員: 農学部(就業年限2年)農業園芸学科30人、野菜学科30人、畜産学科20人

▶ 受験料など:

入学試験手数料2,200円

▶ 入学料: 5,650円

詳しくは、お問い合わせください。

■ 関熊本県立農業大学校
[\(096\)\(27\)4106](tel:(096)(27)4106)

■ machi02@city.uto.lg.jp

地域活性化伝道師や地域力創造アドバイザーなど多くの肩書を持つ前神有里さんを講師に、まちづくり勉強会を開催します。詳しくはQRコードからご確認ください。

▶ 日時: 9月14日(土)

13:30~15:30(開場: 13:00)

▶ 場所: 宇土市役所1階 会議室1

▶ 対象: 高校生以上

▶ テーマ: 地域づくりを仕事にする新しい働き方~労働者協同組合を知ろう~

▶ 定員: 30名程度

▶ 申込方法: 電話またはメール

▶ 申込期限: 9月11日(木)

■ 関まちづくり推進課
定住移住係
[\(096\)\(27\)4106](tel:(096)(27)4106)

■ machi02@city.uto.lg.jp



お詫びと訂正

広報うと8月号26ページ「日本善行会春季表彰」の写真に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。



広告

2024年秋頃 OPEN予定 公式LINEで詳細をお知らせ！

厚労省認可の医療機器導入

女性専用フィットネス



1日30分！予約不要
フィットネス

入会金がお得に！※体験予約スタートは公式LINEにて告知！

通常16,500円(税込)
OPEN記念キャンペーン
特別価格
先着30名限定
0円

定額通い放題▶月額6,820円(税込)~



女性専用フィットネス「ココチエ」宇土市北段原町69-3 宇ビア敷地内 TEL.080-4690-6596

盛土などの行為には許可・届出が必要です /

令和3年7月に静岡県熱海市で大雨に伴う盛土の崩落により甚大な人的・物的被害が発生したことを踏まえて、土地の用途(宅地、森林、農地など)にかかわらず、危険な盛土などを全国一律の基準で規制する「盛土規制法」が制定されました。

盛土規制法のポイント

- ①「宅地造成等工事規制区域」および「特定盛土等規制区域」の2種類の規制区域を指定します。
- ②規制区域内で一定規模以上の盛土などを行う場合には、あらかじめ許可・届出が必要となります。
- ③許可を受けるためには法定の安全基準を満たす必要があります。
- ④規制区域内の盛土などが行われている土地では土地所有者などが常に安全な状態を維持する必要があります。

宅地造成等工事規制区域

市街地や集落、その周辺など、盛土などが行われれば人家などに危害を及ぼしうる区域を指定

特定盛土等規制区域

市街地や集落などから離れているものの、地形などの条件から、盛土などが行われれば、人家などに危害を及ぼしうる区域などを指定



いつから許可・届出が必要となりますか？

令和7年度からを予定しています。詳しい日程は、今後、県ホームページなどでお知らせします。

■ 関熊本県 土木部
建築住宅局 建築課
[\(096\)\(333\)2542](tel:(096)(333)2542)



▲ HP はこちら



宇土市公式LINEアカウント
<https://lin.ee/E11Knv1>



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

掲載内容が変更になる場合があります。
最新情報や詳細は市ホームページをご確認ください。
宇土市の市外局番「0964」 宇土市役所(22)1111(代表)

おねがい | 補助・助成 | おしらせ

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

くらし情報

平成9年度～平成19年度生まれの女性の皆さん 子宮頸がん(HPV)ワクチンの無料接種は 9月中に初回を受ける必要があります

問健康づくり課 母子保健係 ☎(27)4428

<接種できる市内医療機関>
上野小児科医院 ☎(22)0324／田山産科婦人科医院 ☎(22)5522

積極的勧奨が差し控えられていた間に定期接種の対象者(小学6年生～高校1年生)で、接種機会を逃した人は無料で接種できます。

<対象となる人(キャッチアップ接種)>

- ・平成9年4月2日生まれ～平成20年4月1日生まれの女子
- ・過去にHPVワクチンの接種を合計3回受けていないこと。

<接種期限>

令和7年3月31日(月)まで

注)接種回数(3回)の接種完了まで、最短でも6か月かかります。キャッチアップ接種期間中に接種を希望される人は、遅くとも令和6年9月中に初回接種を済ませてください。(期限内に接種が完了できなかった場合は、自費が発生します。)

<接種方法>

母子健康手帳を健康づくり課へ持参してください。未接種の回数分の予診票をお渡しします。

<HPVワクチンの種類>

ワクチン名	サーバリックス (2価ワクチン)	ガーダシル (4価ワクチン)	シルガード (9価ワクチン)
予防できる ウイルスの型	HPV 16・18型	HPV 6・11・16・18型	HPV 6・11・16・18・ 31・33・45・ 52・58型
接種回数	初回接種		
標準的な接種 間隔	1回目	1回目から 1か月後	
	2回目	1回目から 2か月後	
	3回目	1回目から 6か月後	

宇土市にお住まいの皆さんへ 毎月実施しています!

問 健康づくり課 ☎(27)4428

乳幼児健診

日程はカレンダーをご確認ください。1歳6か月児健診、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。

転入などで通知が届かない場合は、健康づくり課までお問い合わせください。

●場所:宇土市保健センター

健康相談 ※要予約

第1・3・5金曜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

●場所:宇土市保健センター



10か月児相談 ※要予約

10か月になられた乳児と保護者を対象に10か月児相談を実施します。

●開催日・予約先:宇土市ホームページをご確認ください。

●場所:宇土市保健センター

●内容:離乳食・児童食の講義、とり分け離乳食見学・試食



民地から道路上に張り出している樹木・竹木伐採のお願い

民地から道路や歩道への樹木の枝の張り出しや倒木などにより、歩行者や自動車などの通行に支障となる場合があります。樹木などが原因で歩行者や自動車などに損害が発生した場合、被害者から樹木などの所有者の管理責任を問われることがあります。強風や大雨時の交通安全確保のためにも、樹木などの管理にご協力をお願いします。緊急の場合は、道路管理者が通行の邪魔となる樹木の枝や竹木などを所有者に予告なく伐採・撤去することがありますので、ご理解願います。詳しくは、「熊本県県央広域本部宇城地域振興局」のホームページをご覧ください。

問熊本県県央広域本部
宇城地域振興局 維持管理調整課
☎(32)2110

水道メーターの取替について

平成29年に製造された水道メーターの交換作業を行います。

▶期間:9月上旬～

▶作業者:宇土市内の水道指定店(水道業者)

▶料金:無料

※該当世帯には、事前に「水道メーター交換のお知らせ」のチラシを配布し、作業をさせていただきます。当日留守の場合でも作業を行います。

※交換業者は、交換手数料や配管工事の費用を請求、浄水器の販売をすることはありません。「あれ、おかしいな?」と感じたら、身分証明書の提示を求めるか、上下水道課までお問い合わせください。

問上下水道課 管理建設係
☎(22)6636

要介護3・4・5認定者の在宅介護手当を支給します

支給には申請が必要です。担当のケアマネジャーへお問い合わせください。

▶対象:要介護3・4・5の認定者を令和5年9月1日から令和6年8月31日まで在宅で常時介護した人(入院、入所、通所サービスなどの利用が1年間で120日以内)

※要介護者と介護者が宇土市の住民基本台帳に登録されている人に限ります。

▶受付期間:10月1日(火)～31日(木)

▶手当額:1人につき年額12万円(要介護3認定者は年額6万円)

問高齢者支援課 高齢者支援係
☎(27)3320



宝くじ助成事業により整備された雨具

宝くじ助成事業で消防団の雨具を整備しました

消防団装備の充実・強化のため、消防用雨具83着が整備されました。この事業は、財団法人自治総合センターが行う宝くじの社会貢献広報事業で、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支援や地域の国際化の推進および活力ある地域づくりなどに対して行われる事業です。

広告 あなたの街の 福祉タクシー です! 初乗り運賃 1.3km まで 630円 (2024年3月現在)

24時間 365日 OK!

こんな時にもご利用できます!

近距離 通院、転院、役所、銀行、デイサービス、スポーツ、リハビリ、旅行など

遠距離 空港や駅の送迎はもちろん、飛行機・新幹線への連絡、搭乗も可能 (他県移動)

介護タクシー 民間救急 天城福祉タクシー TEL080-7731-0119

Nature well care

熊本県上天草市大矢野町登立 E-Mail toru.4416.oyn@gmail.com

九州運輸局 九運旅二第48号認可 天草広域連合消防本部 認定第1号

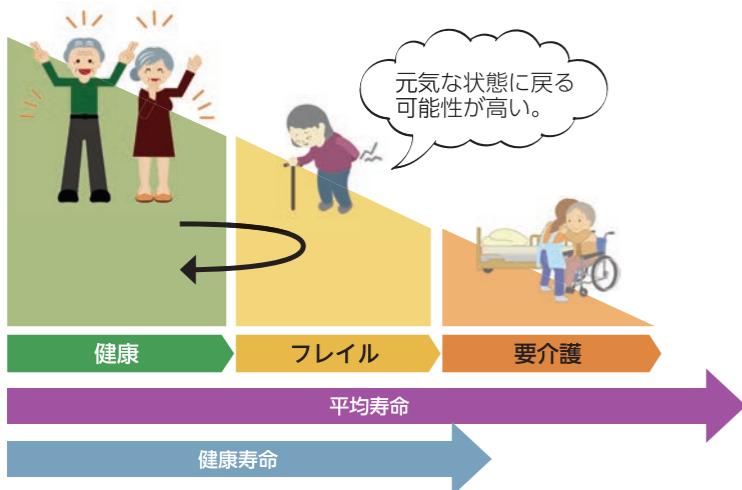
高齢期の食生活のポイント

～メタボ予防から
フレイル予防も意識して！～

「フレイル」とは、健康な状態と介護が必要な状態の中間

介護はまだ必要ないけれどなんとなく体調が悪かったり、食が細くなって体重が減ってきてたり、足腰に自信がなくなっている状態です。

加齢に伴う食欲・活動量の低下、社会参加の減少が重なり起こるとされています。



こんな方は要注意！

【フレイルチェック】

- 最近体重が減ってきた
- 筋力（握力）が低下した
- 歩くのが遅くなってきた
- 体を動かすことが減った
- 疲れやすい

1つ～2つ該当 : 黄色信号
3つ以上該当 : 赤信号

フレイル予防の3本柱

栄養 運動 社会参加

<フレイル予防のための食生活のポイント>エネルギーとたんぱく質をしっかりとて**低栄養**を予防する！



多様な食品を まんべんなく食べているか 「10食品群」でチェック

「毎日食べる」が1点で、それ以外を0点とし合計10点満点で評価します。

しっかりとれている人ほど、フレイル予防、介護予防につながります。

7点以上が目標です。

1～3点は赤信号です。低栄養になるリスクがあります。
毎日つけるとより習慣的に不足している食品がわかります。

◆10食品群チェック	
①肉類	<input type="checkbox"/>
②魚介類	<input type="checkbox"/>
③卵類	<input type="checkbox"/>
④大豆・大豆製品	<input type="checkbox"/>
⑤牛乳	<input type="checkbox"/>
⑥緑黄色野菜	<input type="checkbox"/>
⑦海藻類	<input type="checkbox"/>
⑧いも類	<input type="checkbox"/>
⑨果物類	<input type="checkbox"/>
⑩油脂類	<input type="checkbox"/>

幼稚園で子育て広場を開催します

2歳以上の幼児を対象に子育て広場を開催します。幼稚園で気軽に取り組むことができる遊びを親子と一緒に楽しみませんか。今年度は、2回実施を予定しています。それぞれの日程に参加が可能な人は、次のQRコードからお申込みください。1回だけの参加も可能です。

▶日時:

《第1回》幼稚園での子育て広場

【花園幼稚園】9月5日(木) 10:00～11:00(9:45～受付開始)

【宇土幼稚園】9月10日(火) 10:00～11:00(9:45～受付開始)

《第2回》運動会のかけっこへの参加

【花園幼稚園】10月10日(木) 10:00～11:00(9:15受付開始)

※10時頃にかけっこ出番があります。

【宇土幼稚園】10月20日(日) 10:00～11:00(9:30受付開始)

※10時頃にかけっこ出番があります。

【駐車場】花園幼稚園：花園コミュニティーセンター駐車場

【駐車場】宇土幼稚園：鶴城中学校裏駐車場

▶場所

【花園幼稚園】第1回：花園幼稚園 第2回：花園幼稚園園庭

【宇土幼稚園】第1回：宇土幼稚園 第2回：宇土幼稚園園庭

▶料金:無料

【花園幼稚園】☎(22)0031

【宇土幼稚園】☎(22)0326



▲花園幼稚園
申込フォーム

▲宇土幼稚園
申込フォーム

「子育て講座」を長浜福祉館にて開催します

月に1回、子育て講座を実施しています。9月の講座は、親の学び「子育てについて共に学ぶ」です。当日参加された人は手形アートづくりがあります。お弁当や軽食をご持参いただき、午後までゆっくり過ごしていかれますか？

参加費は無料です。お気軽にご参加ください。

▶日時:9月30日(月)

10:00～11:30

▶場所:長浜福祉館

▶料金:無料

▶対象者:0～3歳までの乳幼児とその保護者

▶定員:10組程度

▶申込方法:電話での申し込み
※事前予約制、先着順

問つどいの広場

☎(22)2408

児童センターに遊びにきませんか

親子ふれあい広場を開催します。手遊び、運動遊び、リズム遊び、おしゃべりタイムなどを行っています。自由参加・申込不要です。

▶日時:9月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

11:00～11:30

▶場所:宇土市児童センター 3Fプレイルーム

▶料金:無料

▶対象者:未就学の親子
問つどいの広場

☎(23)3303



相談する前には、各問合せ先への確認をお願いします。全ての相談日は年末年始・祝日を除きます。

相談種目	日時	場所	問い合わせ・申し込み先ほか	
消費生活相談	月曜、火曜、水曜、金曜 10:00~16:00	市消費生活センター (市役所別館1階)	電話相談か来庁かメールによる相談 【問】市消費生活センター ☎(23)3251	
暮らしの なんでも行政相談	9月11日(木)、25日(木)	市役所2階会議室7、8	【問】総務課 行政係 ☎(27)3303	
行政書士相談 (要予約)	9月13日(金)、10月11日(金) 11:00~16:00	市役所1階ロビー (うと小路)	電話かホームページから申し込み 定員5人 【問】総務課 行政係 ☎(27)3303	
年金相談 (要予約)	9月5日(木)、19日(木) 10月3日(木) 10:00~15:00	福祉センター	【問】熊本東年金事務所お客様相談室 ☎096(367)2503	
自立相談	月曜~金曜 9:00~16:00	うと自立相談センター (宇土市社会福祉協議会内)	【問】うと自立相談センター ☎(23)3756	
司法書士相談 (要予約)	9月26日(木) 13:00~16:00	市役所2階 会議室8	電話で申し込み 【問】商工観光課 商工振興係 ☎(27)3328	
人権相談	9月19日(木) 13:00~16:00	市役所2階 会議室8	【問】総務課 行政係 ☎(27)3303	
社会福祉協議会	ふれあい 福祉相談	毎週水曜 13:00~16:00	宇土市社会福祉協議会	【申込不要】 【問】宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756
	成年後見 相談	毎月第1金曜 13:00~16:00		【申込必要】 法律相談の予約受付は毎月1日から8人まで ※初回の人優先 【問】宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756
	法律相談 (要予約)	毎月第3金曜 13:00~16:00		
	不動産相談 (要予約)	お問い合わせください		
福祉	ふくしの相談窓口	月曜~金曜 8:30~17:15	福祉課 ふくしの相談窓口	【問】福祉課 ふくしの相談窓口 ☎(22)1111 (内線433)
家庭 ・ 子ど も	こころの健康相談 (要予約)	9月10日(火) 14:00~16:00	宇城保健所 相談室	【問】宇城保健所 ☎(32)1207
	家庭児童相談・ 女性相談	月曜~金曜 8:30~17:15	子育て支援課 こども家庭センター	【問】子育て支援課 こども家庭センター ☎(27)3322 ※ご相談の際には、事前にお電話ください。
	ヤングテレフォン	月曜、水曜 13:00~17:00	電話かメールによる相談	【問】ヤングテレフォン ☎(23)1139 ✉ young01@city.uto.lg.jp
高齢者	高齢者のための 相談窓口(要予約)	月曜~金曜 8:30~17:15	【問】地域包括支援センター ☎(24)1555 蜜・花園・全地区 プランチ本町(うと地域総合ケアセンター内) ☎(23)5266 宇土・走潟担当 プランチ西部(介護老人保健施設景雅苑内) ☎(27)1010 網田・網津・緑川担当	
就労	ハローワーク宇城 地域職業相談室	月曜~金曜 8:30~17:15	市役所別館2階	【問】地域職業相談室 ☎(26)1003
	ジョブカフェ・ 宇城プランチ (無料就労相談窓口)	月曜~金曜 10:00~17:00	宇城地域振興局1階 (松橋町久具400-1)	【問】ジョブカフェ・宇城プランチ ☎(32)1529

令和6年度新たに住民税非課税となる世帯への給付金

問福祉課 臨時給付金担当窓口 ☎(22)1111(内)903・1001

【重要】 令和5年度物価高騰対応臨時給付金(7万円)または均等割のみ課税世帯臨時給付金(10万円)の支給 対象世帯は対象外です。※住民税非課税世帯などに2回目の給付金が支給されるものではありません。

令和6年度新たに住民税非課税となる世帯への給付金

※8月中に通知済み

▶ 支給要件: 令和6年6月3日(基準日)時点で、宇土市に住民票があり、同一の世帯に属する人全員が令和6年度分の住民税均等割が非課税である世帯

▶ 給付額: 1世帯当たり10万円

令和6年度新たに均等割のみ課税となる世帯への給付金

※8月中に通知済み

▶ 支給要件: 令和6年6月3日(基準日)時点で、宇土市に住民票があり、同一の世帯に属する人全員が令和6年度分の住民税均等割のみが課税である世帯または令和6年度分の住民税均等割のみ課税者と住民税非課税者で構成される世帯

▶ 給付額: 1世帯当たり10万円

子ども加算臨時給付金

※8月から順次通知中

▶ 支給要件: 令和6年6月3日(基準日)時点で、宇土市に住民票があり、新たに住民税非課税となる世帯および新たに住民税均等割のみ課税となる世帯への加算として、当該世帯において扶養されている18歳以下の児童がいる世帯

▶ 給付額: 児童1人当たり5万円

○注意: 住民税が課税されている人の扶養親族などで構成される世帯は対象外です。

○申請期限: 9月30日(月)※当日消印有効

※各種給付金の「振り込み詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください!

「定額減税しきれないと見込まれる方」への給付金(調整給付金)

納税者および同一生計配偶者または扶養親族1人につき、4万円(令和6年分の所得税から3万円・令和6年度分の個人住民税所得割から1万円)の「定額減税」が行われます。その際、減税しきれないと見込まれる人に対してその差額を調整給付金として支給します。対象者には、確認書を送付しました。給付金を受け取るには返信が必要です。確認書の記載内容をご確認のうえ、必要事項を記入し、本人確認書類などと一緒にご返信ください。

▶ 返送期限: 10月31日(木)※当日消印有効

※「定額減税しきれないと見込まれる方」への給付金(「調整給付金」)の「振り込み詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください!

消費者トラブル注意報

被害回復は困難! SNS上で著名人を名乗る投資詐欺に注意

問市消費生活センター ☎(23)3251
消費者ホットライン ☎188

事例

投資を考えていたら、有名経済評論家主催の投資相談のSNS広告が表示された。100万円が1億円になったとの体験談に惹かれメッセージアプリに登録すると、評論家のアシスタントを名乗る人から投資詐欺が届いた。有名な評論家なら信用できると思い100万円を振り込むと、利益を増やすため100万円を追加するよう言われ、別の口座へ振り込んだ。その後も次々と勧められ総額1,500万円を振り込んだ。運用状況を確認すると6,000万円の利益が出ていたので引き出そうとしたら、手数料や税金約2,200万円を支払わないと出金できないと言われた。(60歳代)

ひとこと助言

★SNS上で、消費者を使用するために、著名人本人に無断で名前や写真を使用した投資詐欺が横行しています。著名人の公式サイトや公式アカウントなどで注意喚起が出ていないか、まずは確認するようにしましょう。

★投資資金の振込先に個人名義の口座を指定された場合は詐欺です。絶対に振り込まないでください。相手と連絡が取れなくなるなど被害回復は困難です。安易に資金を振り込むことはやめましょう。

不安に思ったら、振り込む前にお住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください(消費者ホットライン188)。

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へご相談ください。

差別をなくす行動をとれる人に

右にあるグラフは、人権に関する市民意識調査で、「関心がある、何とかしなければならないと思う人権課題」についての回答結果です。

多くの関心を集めている人権課題は、マスコミ報道で取り上げられる頻度の高いものが身近な問題として捉えられているようです。

一方、関心が低い人権課題は、自分の日常とかけ離れたもの、全く接点のないものと捉えられているかもしれません。

私たちの日常生活の中には、グラフに掲載したもの以外にも、多くの人権課題があります。

しかし、「自分は差別をしないから関係ない」とか、部落差別(同和問題)に対して「寝た子を起こすな」^(注)といった考え方の人もいます。

無関心であったり、正しい情報を知ろうとしなかつたり、問題から目を背けていると、日常にある差別に気づかないだけでなく、知らないうちに、自分が差別する側、差別に加担する立場にいることもあります。

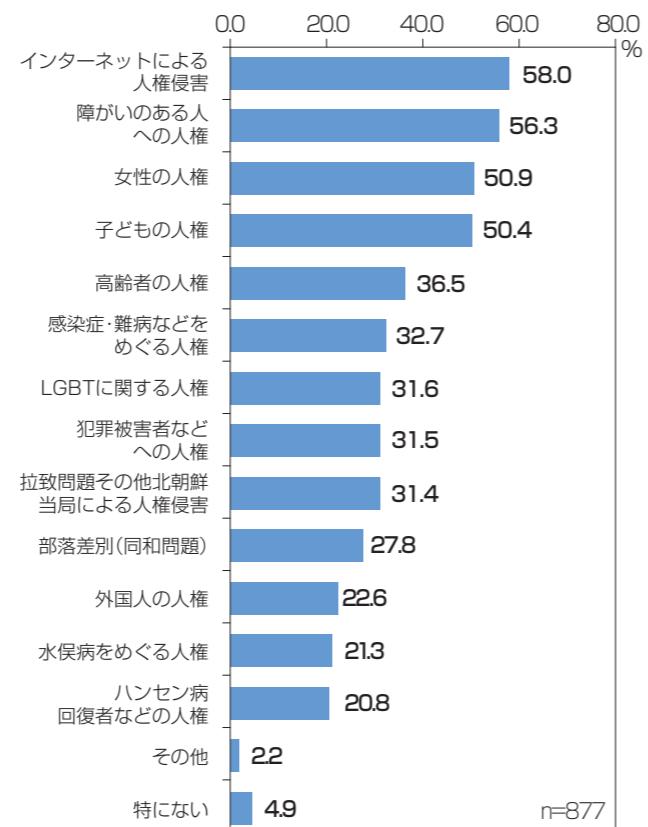
差別は、見ようとしなければ見えないし、見抜く力がなければ見抜けません。公民権運動の指導者マーチン・ルーサー・キング・ジュニア牧師の言葉に「この変革の時代における最大の悲劇は、悪人の執拗な暴虐ではなく、善人の沈黙であったことを歴史は記録しなければならないだろう。」というものがあります。

差別事象を傍観したり、無関心でいるのではなく、周囲にある差別に気づき、自分事として関心を向け、差別をなくす行動をとる。私たち一人ひとりがこのような行動をとることで、差別のない誰もが生きやすい社会が実現できるのではないかでしょうか。

(注)寝た子を起こすな:部落差別(同和問題)について、「知らない人まで知ってしまうから、そっとしておいたほうがよくなきか」という考え方。



◆関心がある、何とかしなければならない人権課題(複数回答)



(掲載グラフは2022年8~9月 宇土市人権に関する市民意識調査より抜粋。n=877:調査回答数877票をもとに割合を算出しています。)

国民年金の任意加入制度をご存じですか？

やむを得ない事情により国民年金保険料を納められなかった期間や、国民年金に加入していなかった期間があると、その期間に応じて年金額が少なくなってしまいます。国民年金には、ご本人の申し出により「60歳以上65歳未満」の5年間、国民年金保険料を納めることで65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができる任意加入制度があります。

以下の条件をすべて満たす人が加入できます。

- ①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の人
- ②老齢基礎年金の継上げ支給を受けていない人
- ③20歳以上60歳未満までの保険料納付月数が480月(40年)未満の人
- ④厚生年金保険、共済組合などに加入していない人



また、上記の人以外にも、受給資格期間を満たしていない65歳以上70歳未満の人や、海外に居住する日本人で20歳以上65歳未満の人も加入できます。詳しくは熊本東年金事務所へお尋ねください。

保険料の納付方法は口座振替が原則となります。この制度は受給資格期間を満たした時点で終了となります。詳しくは熊本東年金事務所へお問い合わせください。

●付加年金もぜひ！

定額保険料(月額16,980円)に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やせます。対象者は、国民年金第1号被保険者と任意加入被保険者(60歳~65歳未満)の人です。

保険料は月額400円で、申し込んだ月分から納付となります。

※国民年金基金に加入している人は、付加保険料を納めることはできませんのでご注意ください。

年金生活者支援給付金について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。日本年金機構が令和5年の所得情報を基に判定を行い、年金生活者支援給付金の対象となる人にハガキ型の請求書が送付されます。9月頃から順次発送予定です。原則、お手続きいただいた翌月分から支給の対象となりますので、お早めに手続きをお願いします。

また、請求書が届かなかった人も、申告の修正を行った場合などに対象となる可能性があります。市役所にも請求書を備え付けていますので、請求を希望される人は国保年金係の窓口までお越しください。

すでに、年金生活者支援給付金を受給中の人はお手続き不要です。

●給付金を受け取れる人(以下の全ての要件を満たす人)

老齢年金 生活者支援給付金	障害年金 生活者支援給付金	遺族年金 生活者支援給付金
<ul style="list-style-type: none"> ・65歳以上の老齢基礎年金の受給者である ・同一世帯の全員が市町村民税非課税である ・前年の公的年金などの収入金額とその他の所得との合計額が878,900円以下である ^{*1, *2} 	<ul style="list-style-type: none"> ・障害基礎年金の受給者である ・前年の所得が4,721,000円以下である ^{*1, *3} 	<ul style="list-style-type: none"> ・遺族基礎年金の受給者である ・前年の所得が4,721,000円以下である ^{*1, *3}

*1 障害年金、遺族年金などの非課税収入は給付金の判定に用いる所得には含まれません。

*2 前年の公的年金などの収入金額とその他の所得との合計額が778,900円を超える場合は、「補足的老齢年金生活者支援給付金」を支給。

*3 扶養親族などの数に応じて増額。

くまもと子供文化祭 2024 in うと



© 2010 熊本県くまモン

1,6_松原太鼓保存会 2,7_網田CA21の会(雨乞い太鼓保存会) 3,5_太鼓教室 4,10_鶴城中学校特別支援学級 8_松山花棒踊り保存会 9_硫原子ども会おざや名所保存会 11,12_宇土御獅子舞保存会 13_展示コーナーで自分の作品を指さす子ども 14_匂い袋作りでお香を好みの香に配合する親子 15,17_やきもの絵付け体験で皿に色を付ける親

子 16_茶道体験でお茶菓子を味わう子ども 18_鶴城中学校音楽部 19_宇土小学校音楽部20_バレエスタジオ ラ・フルール 21_スタジオディズ宇土校 22_宇土中・高吹奏楽部 23_鶴城中学校バトン部 24_11日(日)の舞台披露の司会を担当した5人の中学生と出演した子どもたち、応援に駆けつけたくまモンと行長しゃんと迎えたフィナーレ



8月10日(土)、11日(日)に、宇土市民会館で「くまもと子ども芸術祭2024 in うと」が開催されました。この子ども芸術祭は、地域の伝統文化の担い手の育成と継承、他の地域との交流を目的に熊本県内で巡回開催されているもので、今年で12回目を迎えるました。会場内会議室やロビーでは、絵画や習字、研究など約560点の作品展示や、やきものの絵付け体験や茶道など地域の陶芸家や茶道家による体験コーナーが実施され、多くの親子でにぎわいました。

11日(日)の舞台発表では、13団体約320人の子どもたちが出演し、松山花棒踊りや宇土雨乞い大太鼓の太鼓教室の生徒による演奏、宇土御獅子舞など、市の伝統芸能を継承する子どもたちがそれぞれの演目を披露しました。華やかで力強い舞台に、会場からは大きな拍手が起こりました。





リコージャパン株式会社熊本支社 前田慎支社長（右）



宇城ボーイズの皆さん



貫通した糖塚山トンネル（仮称）で万歳する来賓の皆さん



真夏日の下、ホース中継訓練に取り組む団員

7/29 月 SDGs 普及啓発及びBPR推進に係る連携に関する協定を締結

リコージャパン株式会社熊本支社と「SDGs普及啓発及びBPR推進に係る連携に関する協定」を宇土市役所で締結しました。今後は、相互の人的・知的資源を活用し、協働してSDGsの普及啓発および府内のBPR推進に取り組んでいきます。

※BPRとは・・・「ビジネスプロセス・リエンジニアリング」の略称で、プロセスの観点から業務フローや組織構造、情報システムなどを再構築し、業務改革すること



セルベスタ Jr.男子の選手の皆さん



花園ハンドボールクラブの選手の皆さん



発表を行った児童・生徒の皆さん



大会の様子

7/23 火 第37回全国小学生ハンドボール大会に出場

宇土市を拠点に活動するセルベスタJr.男子と花園ハンドボールクラブの皆さんが宇土市役所を訪れ、8月1日（木）から京都府で開催される第37回全国小学生ハンドボール大会への出場を報告されました。セルベスタJr.男子キャプテンの中川斗央豪さん（宇土小6年）は、「熊本県代表としてみんなと力を合わせて頑張ります。」花園ハンドボールクラブキャプテンの深井愛央さん（花園小6年）は、「先輩たちでもまだ成し遂げていない優勝をつかみ宇土市に良い報告ができるように全力で頑張ってきます。」と意気込みを話されました。

7/25 木 宇土市少年の主張大会

宇土市民会館で少年の主張大会が開催され、市内小中学校代表の11人が自身の生活体験をもとにした思いや考えを堂々と発表しました。この大会は、市教育委員会が青少年育成市民会議と宇城地区保護司会宇土支部の共催を得て開催しているもので、会場には各学校長をはじめ、多くの関係者が来場し、子どもながらの視点に立った意見や大人へ問いかけるような主張に、会場からは大きな拍手が送られました。

発表者は次のとおりです。（敬称略）

宇土東小5年 寺本 佐吏以
網田小6年 岩村 蓮碧
宇土小6年 奥村 朔士
走潟小6年 橋本 結愛
緑川小6年 長谷 凜那
花園小6年 井上 倫
網津小6年 有田 光晴
網田中3年 福島 あかり
住吉中3年 野村 ひいろ
宇土中3年 古閑 穂
鶴城中3年 松本 琉里



第61回宇土市芸術文化祭のお知らせ

文化協会会員による伝統芸能の筝曲、日本舞踊、民謡、吟詠また、バレエ、フラダンス、歌謡などステージでの発表や、お茶会、絵画、水墨画、書道、写真、硯作品、ガーデンリーフ、押し絵、陶芸（絵付け）など、手作り作品の展示を今年も開催致します。ぜひ見に来てください。

▶日時：10月13日(日) 10:00～、14日(月) 16:30
 ▶場所：宇土市民会館、あい館、宇土中央公民館
 ▶料金：無料、申し込み不要
 関宇土市文化協会 堀内 ☎090(5385)6611

調停手続き無料相談会

調停とは、裁判所の調停委員が裁判官と一緒に、当事者同士のトラブル解決に向けてお手伝いし、話し合いにより円満に解決する手続きです。相談会では、弁護士・専門家を含む調停委員が困りごとを一緒に考え、解決への道すじや手続きについてご案内します。

▶日時：10月12日(土) 10:00～15:00
 ▶場所：くまもと県民交流館パレア会議室1(鶴屋東館9階)
 ▶料金：無料、申し込み不要
 ▶主催：公益財団法人日本調停協会連合会
 ▶実施：熊本民事調停協会、熊本家庭調停協会
 関熊本地方裁判所 総務課 ☎096(241)8921

Follow Me

まちの情報、SNSでも発信しています。最新の情報をチェック！



企業版ふるさと納税として寄附をいただきました



株式会社高橋建設代表取締役 堀本利好様（左）



カイセイコンサルタント株式会社代表取締役 西畠清志郎様（右）

株式会社高橋建設様から地方創生に向けた取り組みとしてご寄附いただきました。「安定したしごとをつくる事業」として土地開発候補地の地質調査業務に活用させていただきます。

カンセイコンサルタント株式会社様から地方創生に向けた取り組みとしてご寄附いただきました。「安定したしごとをつくる事業」として土地開発候補地の地質調査業務に活用させていただきます。



船場川下流で採取した水を実験用の容器に入れる生徒

8
5
月

船場川で環境学習

株式会社MCエバティック分析事業部熊本センターが地域の環境問題に関心を持ってもらおうと環境学習教室を実施しました。今年は、鶴城中科学部から3人が参加し、船場川で採取した水の水素イオン濃度や汚れ具合、水に含まれる酸素量の違いなどを詳しく調査しました。参加した上原史太郎さん（鶴城中2年）は、「下流に行くほど水質が汚くなっているのが分かった。」と話されました。



こども未来都市シンポジウムに参加した児童の皆さん

8
8
木

こども未来都市シンポジウム

市内小中学校から24人が市役所で開催された、こども未来都市シンポジウムに参加し、目指したい宇土市の将来像を市長や教育長に提案しました。参加した児童・生徒は授業などで調べた市の現状や課題をもとに、歴史や文化を伝えるアイディアや通学路の白線を塗り直してほしいといった身近な意見などを発表しました。



咲き誇るひまわりと農業委員会の皆さん

8
9
金

遊休農地にひまわり畑を整備

市農業委員会が遊休農地解消へ向けた取り組みとして、岩古曾町にある遊休農地に6月に今年初めてひまわりを植えました。農業委員の那須千代さんは、「この猛暑の中咲いてくれたひまわりを見て元気をもらいました。このひまわりを見て皆さんも夏を乗り切つて欲しいと思います。」と話されました。



こども未来都市シンポジウムに参加した生徒の皆さん

発表者は以下のとおりです。（敬称略）

宇土小	棚橋 壮真、濱田 芽衣子
花園小	立花 帆乃香、浅野 陽太
走潟小	芥川 愛空、荒川 叶音、馬原 大雅
緑川小	今村 にいな、松本 優空
網津小	伊藤 真愛、大田黒 愛
網田小	田中 煌雅、花田 美空
宇土東小	高田 美桜、道脇 理穂
鶴城中	森田 大晴、小郷 羽音
住吉中	河添 駿輝、小畠 隆憲
網田中	内田 ひかり、福島 あかり、北里 日依
宇土中	境 衣梨亜、岩坪 那央子

9月のおすすめ図書

開館時間 平日・土:9:30~18:00
日・祝日:9:30~17:00
休館日 毎週木曜、毎月第4金曜日、年末年始
問い合わせ 宇土市立図書館 ☎(22)4512



幼児向け

バナナにげる
よねやま ゆう／ぶん
いそがい こういちろう／え
ニコモ



チョコバナナになりたいもぎたてバナナたち。だけど、みんなまざってバナナジュースになれと言われ…。バナナジュースになるという運命に立ち向かうため、散り散りになって逃げていくバナナたちの物語。

小学生低学年向け

ほんのむこうへ
なかい かおり／文・絵
岩崎書店



小学生高学年向け

みんなが知りたい! 進化する「道具とくらし」
図解でわかるモノと生活のうつりかわり
こどもラーニング編集室／著
メイツユニバーサルコンテンツ



きみの話を聞かせてくれよ
村上 雅郁／作
カシワイ／絵
フレーベル館



吹き抜ける風が心をゆらす。ぼくらは自分のままでいたいだけ。そうあるように、ありたいだけ。新船中学校を舞台に、生徒たちのもやもやとした気持ちや、ずっと抱えてきた秘密を描いた7つの短編を収録。

六月のぶりぶりぎっちょ
万城目 学／著
文藝春秋



「おふたりさまの老後」は準備が10割
元気なうちに読んでおきたい!
68の疑問と答え
松尾 拓也／著
東洋経済新報社



0・1・2歳向け / おはなし会 / 「らっここのじかん特別号」を開催!

広い会場と
盛りだくさんの内容で
皆さんのお越しを
お待ちしております。

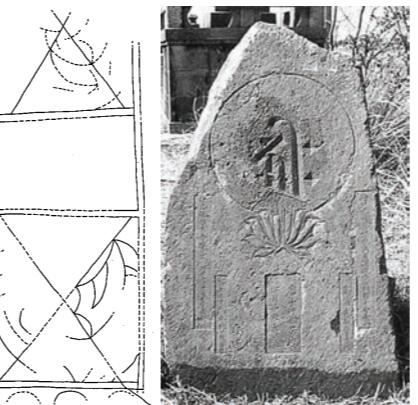


日時: 10月23日(水)
10:30 ~ (約30分)
場所: 宇土市保健センター
(集団指導室)
▶ 対象: 20組程度
▶ 申込方法: 図書館窓口か電話
▶ 申込期限: 10月11日(金)
問い合わせ ☎(22)4512

認知症コーナーを設置しました!

9月21日の「世界アルツハイマーデー」に合わせて、2階に認知症の当事者や介護を経験した人達の体験談などを集め、特設コーナーを設置しました。書棚にも、認知症に関する児童書や医療分野の説明本などの図書がありますので、ぜひ読んでみてください。

※コーナー終了後は書棚に
戻しますが、貸し出しが可
能となりますので、図書をお
探しの際は、お気軽に尋ね
ください。
問い合わせ ☎(22)4512



高濱武藏守逆修碑（三拾町）

左は、下地に刻まれた直弧文

宇土市三拾町の一画に、「高濱武藏守逆修碑」と呼ばれる板碑（板状の石材に仏像や梵字、銘文などを刻んだもの）があります。刻まれた銘文によれば、天正十二（1584）年、高濱武藏守吉信という人物が逆修（自分自身を生前供養すること）のために建てたもののようにです。元は現在の場所から西へ500m程の、三拾町字鋤崎にあったものが、圃場整備に伴って現在地に移されました。

この板碑をよく観察すると、碑文や彫り込み（線刻）がみられます。直線と



嘉島町井寺古墳
石障の直弧文

に5世紀から成る線の曲線（弧）から特徴から、これは主

代（古墳時代中期）に、古墳の石室内内部や石棺などに施された装飾文様「直弧文」であり、また石材全体の大きさ・形状を考慮すれば、この板碑 자체が、元は古墳の横穴式石室の内部に立てられた石材「石障」だったと考えられます。古墳が造られて数百年の後、板碑を彫る石材として再利用され、現在に至るとみられます。

ただし、この石障が元々あつたとみられる、横穴式石室を持つ古墳は付近に存在せず、この石材がどこから運ばれてきたのかは不明です。可能性のひとつとして挙げられるのは、現在の場所から南へ約1.2kmの石ノ瀬遺跡（石小路町）です。ここでは古墳の墳丘に立てられる円筒埴輪の破片が出土しており、三拾町の石障と近い時期のものと考えられます。石ノ瀬遺跡に古墳は

ささらに、宮庄町にある縄文時代の貝塚「轟貝塚」でも、円筒埴輪片や須恵器片など、少數の古墳時代遺物が見つかっています。中には、後漢時代（1~3世紀頃）の中国で作られ、日本に持ち込まれたとみられる鏡の破片もあります。小片であるため詳細は不明ですが、文様から「内行花文鏡」または「方格規矩鏡」という種類の鏡と推定されます。一般的に、こうした鏡を持つ古墳は一定以上の有力者を葬つた前方後円墳である場合が多いので



宇土市立図書館に移設された宇土城跡出土装飾石材
※左上は刻まれた線刻画の一部（船か）

第120回

温故知新

うと学だより
問 文化課 文化係 ☎(23)0156

消えた古墳たち

現存しませんが、そこは中世末期、宇土の城下町を守る前線基地と言える「石ノ瀬城跡」が存在した場所で、現在でも周囲より少し高まった地形を観察できます。ここに元々古墳があり、中世に城を築く過程で破壊されたと仮定すれば、打ち捨てられた石室石材の一部が板碑として転用された可能性は考えられます。

帰属する古墳がわからない古墳

時代遺物は、三拾町の板碑だけでは

ありません。近世宇土城跡（城山）の

三ノ丸跡（神馬町）では、昭和四十四（1969）年、採土工事に伴って石垣が発見され、発掘調査が行われました。

この時出土した石材の中に、線刻で船

らしき絵が描かれた石材が4石確認されました。詳細は不明ですが、これ

も付近に存在した装飾古墳の石室材

が、城の石垣に転用されたものと考えられています。

さらに、宮庄町にある縄文時代の貝

塚「轟貝塚」でも、円筒埴輪片や須恵

器片など、少數の古墳時代遺物が見つ

かっています。中には、後漢時代（1

~3世紀頃）の中国で作られ、日本に

持ち込まれたとみられる鏡の破片も

あります。小片であるため詳細は不明

ですが、文様から「内行花文鏡」また

は「方格規矩鏡」という種類の鏡と推

定されます。一般的に、こうした鏡を

持つ古墳は一定以上の有力者を葬つ

た前方後円墳である場合が多いので

古墳はみられません。

数ある遺跡の中で、古墳はその墳丘

や石室など、地表からでもわかり易い

構造物があるおかげで、一般にも認知

され易く、千数百年経った現在も原形

を留めるものが全国に多くあります。

しかし、中には消滅して現存しない古

墳も相当数あったと考えられます。今

は、古墳の存在をわずかに現代に伝えています。

回御紹介した遺物は、そんな「消滅し

た古墳」の存在をわざかに現代に伝え

ています。

ですが、やはり轟貝塚の付近に該当する

古墳はみられません。

や石室など、地表からでもわかり易い

構造物があるおかげで、一般にも認知

され易く、千数百年経った現在も原形

を留めるものが全国に多くあります。

古墳はみられません。

数ある遺跡の中で、古墳はその墳丘

や石室など、地表からでもわかり易い

構造物があるおかげで、一般にも認知

され易く、千数百年経った現在も原形

を留めるものが全国に多くあります。

古墳はみられません。

や石室など、地表からでもわかり易い

構造物があるおかげで、一般にも認知

され易く、千数百年経った現在も原形

を留めるものが全国に多くあります。

古

広報うと 「クーポン券」 協力企業を 募集します

問 秘書政策課 秘書広報係 ☎(27)3300

協力企業などの募集

広報うとにクーポン券を提供してくださる企業などを募集します。掲載は無料ですが、要件があります。詳しくは、右記QRコードをご確認ください。

広報うと「クーポン券」

広報うと令和6年11月号から地域経済の活性化を目的として、市内のお店で使える「クーポン券」を添付します。お得なクーポン券を使って気になるお店や初めてのお店に出かけてみませんか。

〈申込期限〉

掲載希望月の前々月末まで

例) 11月号掲載希望の場合、9月30日(月)
までに申し込み。

※先着順、連続での掲載も可能。
右記QRコードからご確認ください。



ALT's UTO log!

8月から赴任された
新しいALT
ソフィア先生



市内小中学校で働いているALTの先生が日常を紹介するコーナーです。
ぜひ翻訳に挑戦してみてください。

英語

Hello! My name is Sofia Dominguez, I'm a new ALT here in Uto City! I'm from the Dallas-Fort Worth area of Texas, USA. I went to the University of North Texas and graduated with a degree in Japanese last winter. I enjoy drawing, writing, and listening to music. I also watch anime, play games, and read manga! My favorite anime is Midorikawa Yuki's Natsume's Book of Friends. I think Nyanko-sensei is very cute, funny, and beautiful! I have only been here for one week, but I already really like Uto! The mountains are green and vibrant, and the people are very kind. I look forward to seeing new places and meeting new friends. I'll be in your care for the next year, so I hope we can get along!

初めまして、ドミンゲズ・ソフィアです！宇土市の新しいALTたちの一人です。出身はアメリカのテキサス州のダラス・フォートワースエリアです。去年の冬、ノーステキサス大学を日本語専門で卒業しました。趣味で絵を描いたり、話を書いたり、音楽を聴いたりします。アニメやゲーム、漫画も好きです！一番大好きなアニメは緑川ゆきの夏目友人帳です！ニヤンコ先生はすごく可愛くて、面白くて、美しいです！宇土市に来た時から一週間ぐらいしか経っていませんが、もう宇土市を好きになった気がします！山は緑が鮮やかで人が親切です。これからもっと新しい場所に行って、新しい友達に会うことが楽しみです。一年間お世話になります。よろしくお願いします！

日本語訳

宇土市

空き家バンク 登録物件 募集中

宇土市の物件が掲載されました!!



宝島社『田舎暮らしの本 8月号』

宇土市では空き家・空き地が流通しやすくなるよう力を入れており、最近では移住定住情報誌にて宇土市の物件が取り上げられました。また、今年度より空き家バンクに登録された物件に対する補助金を拡充しましたので、使っていない空き家・空き地を所有している人は是非一度まちづくり推進課までご相談ください。



補助金
情報



空き家バンク
について



空き家を放置した時の問題点
(政府広報オンライン空き家の活用や
適切な管理などに向けた対策が強化。
トラブルになる前に対応を！
政府広報オンライン (gov-online.go.jp))

問 まちづくり推進課 定住移住係 ☎(27)4106 M machi02@city.uto.lg.jp

宇土市の旬を届ける 実行協議会からのお知らせ

市内事業者募集 SNSを通じて、全国へ 農水産物のPRを行います！



事業の内容

SNSを通じて全国の消費者へ、市内の農水産物のこだわりを動画や画像を通じて発信し、宇土市の農水産物のファンを増やす取り組みです！

生産者のこだわりが伝わるショート動画の制作

SNSを通じた販売機会の創出 など

SNSを通じたファンの獲得に興味をお持ちの人は
お気軽にご参加ください♪

募集内容

- ▶ 対象者：宇土市で農水産物を生産されている事業者
- ▶ 応募方法：下記QRコードを読み込み、
必要事項を入力ください。
- ▶ 応募期間：9月9日(月)～13日(金)
- ▶ 募集事業者数：最大10事業者
(先着順)



応募フォーム ▶

問 農林水産課 地域活性化起業人 山隈
M nourin01@city.uto.lg.jp ☎(27)3325



感動的なメダル獲得や涙の敗戦など数々

好きである私の胸を熱くしてくれましたが、今大会で特に心が揺さぶられたのは、男子マラソンで自己ベストを1分29秒も更新し、6位入賞を果たした島出身の赤崎暁選手(赤崎暁)。

赤崎選手の凹凸記録は出場選手中55番目。そんな状況をものともせず、並みいる海外選手を相手に序盤から好走し、一時は先頭に立つなど果敢に攻め、最後まであきらめない粘り強い走りに大興奮しました。

のは、1924年パリ五輪で日本人初のマラソン五輪代表となつた金栗四三さん以来100年ぶりで、これまたドラマのような展開。そんな大舞台でアレッシャーを跳ねのけ記憶に残る走りを見せ、「ゴール後のインタビューでは「速い選手はたくさんいる。日本記録を出してから僕は強いぞ」と言いたい」と清々しく語った赤崎選手。今後の走

元樹だより

市長からのメッセージ

松 茂樹



香典返し

市社協に次の方々から寄附がありました。
厚く御礼申し上げますとともに故人のご冥福をお祈りいたします。 (敬称略)

マラソンで自己ベストを1分29秒も更新し、6位入賞を果たした県出身の赤崎暁選手は九電工です。赤崎選手の自己記録は出場選手中55番目。そんな状況をものともせず、並みいる海外選手を相手に序盤から好走し、一時は先頭に立つなど果敢に攻め、最後まであきらめない粘り強い走りに大興奮しました。県出身者がマラソンの五輪代表となつたのは、1924年パリ五輪で日本人初のマラソン五輪代表となつた金栗四三さん以来100年ぶりで、これまたドラマのような展開。そんな大舞台でアレッシャーを跳ねのけ記憶に残る走りを見せ、「ゴール後のインタビューでは「速い選手はたくさんいる。日本記録を出してから僕は強いぞ」と言いたい」と清々しく語った赤崎選手。今後の走りにも注目したいと思います。

さて、平和の祭典といわれるオリンピックの閉幕からほどなくして迎えた今年の終戦記念日。8月15日は、全国各地で平和への祈りが捧げられる日で、「戦争の悲劇を繰り返さない」との思いを新たにする一日です。私も、熊本市で行われた県の戦没者追悼式に参列してまいりました。

世界各地では紛争が絶えず、国際社会の分断は深刻化しています。そんな中で開催されたオリンピックは、平和の祭典としての意義が再確認されるべきイベントであつ

たはずです。しかし、オリンピック休戦(※)の期間中にも戦禍が止むことはありませんでした。これは、平和の実現がいかに難しいものであるかを痛感させられる事実です。

戦後79年を迎えて、国民の大多数が戦争を知らない世代となつた今、戦争の悲劇は「記憶」から、遠い過去の「歴史」に変わりつつあります。どんなに時が過ぎようとも、私たちの今が、過去の戦争における多くの犠牲の上に成り立っていることを決して忘れてはならない、だからこそ私たちは、戦争の悲惨さを学び、知る努力、そしてそれを伝えて続ける努力を絶やしてはいけません。今年の夏、私自身が「平和」について見つめ直す機会となりました。

▽ 古城町	上野正則
▽ 網引町	木村勝義
▽ 下網田町	山本聰子
▽ 栗崎町	坂本謙二
▽ 城之浦町	田口久子
▽ 長浜町	亡母 美枝子
▽ 一里木町	（九一） 亡夫 巧
▽ 走潟町	中村キミエ
▽ 野鶴町	田代敬信
▽ 網津町	木村英子
▽ 恵塚町	澤田裕一
▽ 境目町	宮下カナメ
中村久美	高川実玄
本道一巳	（九〇） 亡父 有信
亡夫 義臣	（九九） 亡母 文子
（七六） （八七）	（八八） 亡夫 武次
（八九） （九五）	（九三） 亡母 志津
（九一） （九六）	（九四） 亡夫 博
（九二） （九七）	（九五） 亡夫 精次
（九三） （九八）	（九六） 亡妻 フミ子
（九四） （九九）	（九七） 亡妻 千津子
（九五） （一〇〇）	（九八） 亡妻 カネミ

編集後記

△古城町
△網引町
△下網田町
△栗崎町
△城之浦町
△長浜町
△走潟町
△一里木町
中村キミエ
田口久子
山本聰子
坂本謙二
木村英子
澤田裕一
宮下カナメ
高川実玄
本道一巳
△境目町
△網津町
△野鶴町
△網津町
△走潟町
△一里木町
△長浜町
△栗崎町
△城之浦町
△下網田町
△網引町
△古城町
(※8月10日受付分までを掲載)

亡妻	フミ子	(九一)
亡母	カネミ	(九六)
亡母	美枝子	(九四)
亡夫	巧	(九一)
亡夫	精次	(九三)
亡夫	博	(八六)
亡父	有信	(九九)
亡母	文子	(九〇)
亡夫	武次	(九五)
亡母	志津	(八九)
亡母	ヨシ子	(八七)
亡夫	義臣	(七六)