

広報うと  
**いと**

No.1140

2023



広報うと  
**9**

別会議等により開始時間が変更になる場合があります。

御輿来海岸  
砂干潟見頃マーク



宇土市の市外局番  
0964

2023 September

9

木 Thursday

金 Friday

土 Saturday

8/31



1



2

子どものための養育費相談会 P22  
10:00~16:00 くまもと県民交流館 バレア 9階



7

質疑・一般質問 10:00~  
1歳6か月児健診 (R4年2月生)  
保健センター P18  
年金相談 (要予約) P23  
10:00~15:00 福祉センター  
子育て広場 P14  
10:00~11:00 花園幼稚園

8

質疑・一般質問 10:00~

9

未来食堂  
11:00~14:00 銀乃船

14

総務市民常任委員会 10:00~  
こころの健康相談 P23  
14:00~16:00 宇城保健所相談室

15

生涯学習講座 (後期) 募集 P10

16

21

閉会 10:00~  
2歳児歯科健診 (R3年2月生)  
保健センター P18  
年金相談 (要予約) P23  
10:00~15:00 福祉センター  
人権相談 P23  
13:00~16:00 市役所2階会議室8  
秋の交通安全運動 (9/30 (土) まで) P13

22

集団 (複合) 健診  
保健センター

23 秋分の日

集団 (複合) 健診  
保健センター  
尾崎医院 (内)  
(22) 0241 本町1丁目  
高浜眼科医院 (眼)  
(22) 0108 城之浦町

28

3歳児健診 (R2年2月生)  
保健センター P18  
司法書士相談 (要予約) P23  
13:00~16:00 消費生活センター



29



30

うと歌謡祭予選 P27  
10:00~ 宇土市民会館大ホール  
マイナポイント第2弾申込期  
(R5年2月末までにカードの申請を  
された人が対象)



10/5

年金相談 (要予約) P23  
10:00~15:00 福祉センター  
子育て広場 P14  
10:00~11:00 花園幼稚園運動会

10/6

10/7

韻-HIBIKI-めくるめく  
色彩と音の生命力- P27  
13:30 開演 宇土市民会館  
「法の日」無料  
法律・登記相談会 P22  
10:00~15:00 ウイング松橋

4 認知症とともに生きる時代へ

いきいきスポーツ教室  
参加者募集

生涯学習講座 (後期) の  
受講者募集

シリーズ 私たちと人権

プラスチックごみのゆくえ

暮らし情報

価格高騰重点支援給付金  
を支給しています

ちよつとの行動  
ずーっと健康

知っておきたい国民年金

くらしの無料相談

うとのできごと

市民のひろば

温故知新~うと学だより~

図書館だより

ALT'S UTO Log

香典返し  
データで見る宇土市

元樹だより

各種証明書等の請求がスマー  
トフォンから申請できます

32 ハッピーバースデー

今月の表紙

4年ぶりの復活!  
宮庄町雨乞い太鼓  
町内練り歩き

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。

うと日曜朝市 =朝市開催日

開催時間:6:00 ~ 7:00頃  
開催場所:市民会館裏駐車場  
1月・2月はお休みです

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へお問い合わせください。  
☎(22)0188

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday
<b>8/27</b> うと日曜朝市 当番 集団(複合)健診保健センター 近藤クリニック(内・消・外) ☎(23)5558 松山町 当番 むらかみ眼科クリニック(眼) ☎(22)6600 南段原町	<b>8/28</b> 当番 集団(複合)健診 保健センター	<b>8/29</b> 	<b>8/30</b> 
<b>3</b> 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 草場医院(耳) ☎(23)5851 松原町 ★金婚夫婦表彰式 9:30~	<b>4</b>	<b>5</b> 当番 開会 10:00~ ★子育て広場 P14 10:00~11:00 宇土幼稚園	<b>6</b> 資源ごみ収集日 当番 地域高規格道路促進等 対策特別委員会 10:00~
<b>10</b> うと日曜朝市 当番 七川医院(外・消) ☎(22)0555 浦田町 当番 田山産科婦人科医院(産・婦) ☎(22)5522 入地町 特別 第21回うと歌謡祭出場申込 P27	<b>11</b> 当番 質疑・一般質問 10:00~ 当番 3か月児健診(R5年5月生) 保健センター P18 当番 お金の悩み無料相談会 P22 12:30~ 市民会館シアーズホーム 夢ホール内会議室	<b>12</b> 当番 経済建設常任委員会 10:00~ 当番 6か月児健診(R5年2月生) 保健センター P18	<b>13</b> 当番 文教厚生常任委員会 10:00~ 当番 行政相談 P23 9:00~正午 市役所2階会議室8
<b>17</b> うと日曜朝市 当番 松田内科循環器科クリニック(内・循) ☎(23)6555 三拾町 当番 もろが整形外科医院(整) ☎(23)2341 旭町	<b>18 敬老の日</b> 当番 宇土中央クリニック(内) ☎(22)1600 浦田町 当番 くまもと心療病院(精・神) ☎(22)1081 松山町	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>24</b> うと日曜朝市 当番 集団(複合)健診 保健センター 当番 本多医院(内・リウ・泌) ☎(22)3692 浦田町 当番 幡手耳鼻咽喉科クリニック(耳・ア・小) ☎(24)1187 南段原町	<b>25</b> 当番 集団(複合)健診 保健センター	<b>26</b> 当番 集団(複合)健診 保健センター ★EM活性液無料配布 10:00~11:00 旧教育委員会玄関前	<b>27</b> 当番 集団(複合)健診 保健センター 当番 行政相談 P23 9:00~正午 市役所2階会議室8 
<b>10/1</b> うと日曜朝市 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 ★子育て広場 P14 10:00 前後出番あり 宇土幼稚園運動会	<b>10/2</b> 市民 うと歌謡祭 決勝大会 P27 13:30~ 宇土市民会館大ホール	<b>10/3</b>	<b>10/4</b> 資源ごみ収集日



# 認知症とともに生きる時代へ

## 9月是世界認知症月間



①②認知症サポーター養成講座を受けた宇土小学校6年生 ③認知症サポーター養成講座を受けた下松山笑話会の皆さん

### 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、何か特別なことをする存在ではありません。認知症のことを正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者のことです。いろいろな所で認知症サポーター養成講座が開催されています。みなさんもお仲間と一緒に開催してみませんか。

### 令和4年度に開催された認知症サポーター養成講座

令和4年度は、宇土小学校6年生、宇土東小学校4年生、緑川小学校6年生、網田公民館、花園公民館、宇土市役所職員、白日会職員、一般市民向けの計329人が受講されました。

開催を希望される場合は、宇土市地域包括支援センターまでご連絡ください。

宇土市地域包括支援センター

☎ (24) 1555



# 認知症高齢者等SOS ネットワークを「ご存じですか？」

☎ 高齢者支援課 高齢者支援係  
☎ (27) 3320

認知症高齢者等SOSネットワークでは、協力事業者や協力サポーターの皆さんによる日常的な高齢者の見守り活動や事前に登録された高齢者が行方不明になった時、電子メールなどにより行方不明者の情報を発信し、可能な範囲で捜索にご協力いただくためのネットワーク体制を作っています。

## 登録でスムーズな捜索協力

まずは、事前の登録が必要です。行方不明になる可能性がある高齢者の名前や特徴、写真などの情報をあらかじめ登録しておくことで、協力事業者・協力サポーターへ必要な情報を迅速に提供でき、早期発見・保護につながります。

登録時に、衣服に貼るアイロンプリントネームや、靴用反射シールをお渡しします。これを普段着る衣服



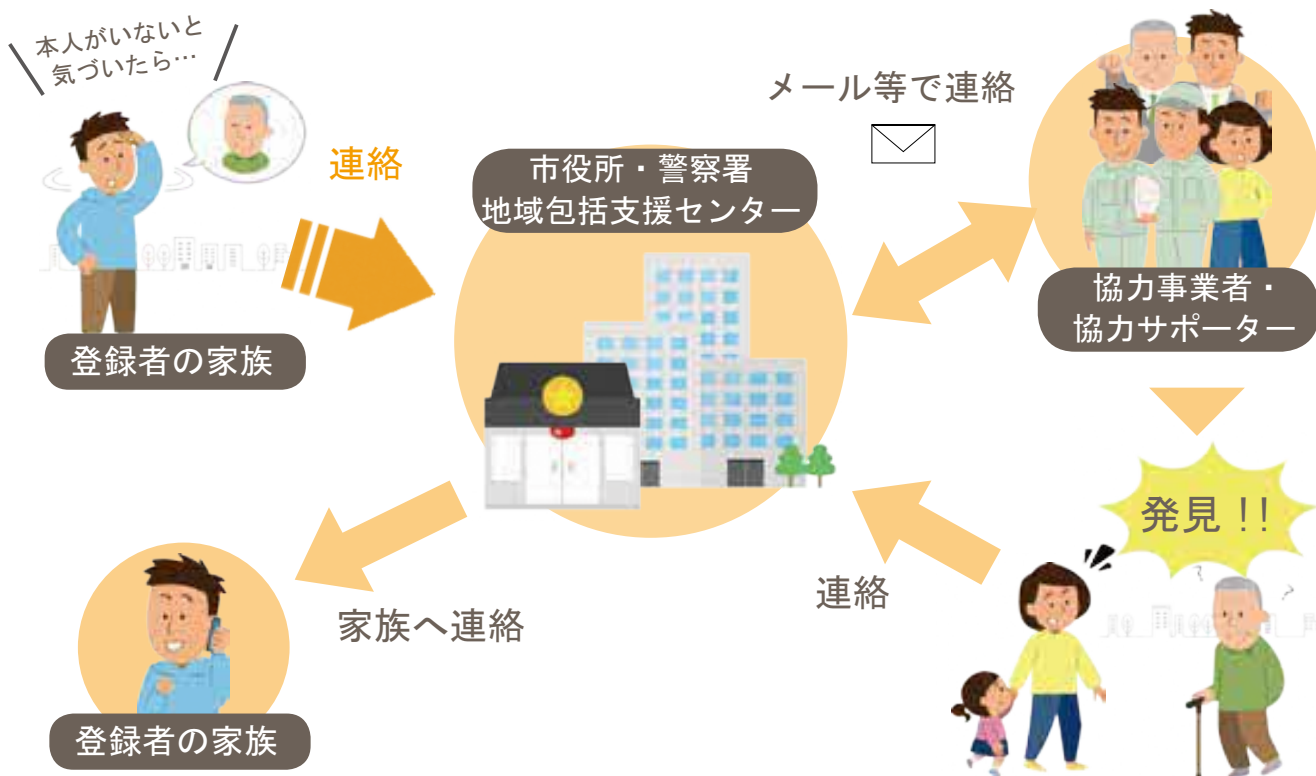
や靴等に張り付けておくことで、徘徊などで家に戻れなくなった人を発見・保護した場合、速やかに連絡することができます。



## 協力事業者・協力サポーターの登録

SOSネットワークの趣旨に賛同し、通常の業務や日常生活の範囲内で気がかりな高齢者を見守り、行方不明となった高齢者などの捜索協力をしていただく、協力事業者・協力サポーターを募集しています。

## 認知症高齢者等SOS ネットワーク





# 私たちが力になります 利用しましょう



1

## 宇土市役所 高齢者支援課



☎ (27) 3320

受付時間：8時30分～17時15分  
※土日祝日、年末年始を除く

住民の皆さんが住み慣れた地域で安心して安全に暮らしていけるように、認知症の人が利用できる介護保険制度などについて、質問・相談をお受けします。

2

## 宇土市地域包括 支援センター



☎ (24) 1555

受付時間：8時15分～17時15分  
※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送れるように介護・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。

3

## 認知症初期集中支援チーム (宇土市地域包括支援センター内)



☎ (24) 1555

受付時間：9時～17時  
※土日祝日、年末年始を除く

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、ご家族の介護負担軽減等の支援を行います。対象となるのは、40歳以上で、自宅で生活しており、認知症の症状などでお困りの人です。



### 介護者のつどい

介護されている人同士の交流やお悩みごとの相談を目的に実施しています。

6



### 医療法人社団 金森会 あさひコート

☎ (23) 5211

### 介護老人保健施設 景雅苑

☎ (27) 1708

## 一人で悩まないで 相談窓口を

### 認知症ほっとコール

### 熊本県認知症 コールセンター

☎ 096 (355) 1755

受付時間：9時～18時

※毎週水曜日、年末年始を除く

5



認知症の人の介護の仕方、介護上の悩みや心配ごと、将来への不安などに対して、認知症の人を介護した経験が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。



### くまもと心療病院 認知症疾患医療センター

受付時間：9時～17時

※土日祝日、年末年始を除く ☎ (22) 1106

4



認知症に関するお悩みや心配ごとを相談する医療機関です。下記のような相談内容に対応しています。

- ・ 医療機関を受診する前の相談
- ・ 患者様やご家族の希望に沿った認知症専門医療機関の紹介
- ・ 認知症の早期発見
- ・ 入院や入所に関する相談
- ・ 認知症の原因を特定する診断及び診断に基づいた治療と対応



# 権利や財産を守る制度を利用しましょう

## 成年後見制度

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。

後見人ができること	後見人ができないこと
<ul style="list-style-type: none"> <li>◎福祉・介護サービスなどの手続きや契約</li> <li>◎預金通帳や印鑑の管理、税金などの支払い</li> <li>◎老人ホームなどの施設入所の手続き</li> <li>◎定期的に訪問し、状況の確認</li> <li>◎よくわからずにした契約の取消 など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✕食事を作ったり、掃除をしたりすること</li> <li>✕日用品の買物</li> <li>✕手術等の医療行為の同意</li> <li>✕保証人になってもらうこと</li> <li>✕毎日のように来てもらって、話し相手になってもらうこと など</li> </ul>

## 地域福祉権利擁護事業 成年後見支援センター（宇土市社会福祉協議会）

☎ (23) 3756

判断能力の低下が少して、日常的なことだけ援助を行えば生活が成り立つ人が対象です。福祉サービスの相談や手続きの支援、日常的な金銭管理などの支援を行います。

## 使ってみませんか？ 便利グッズのご紹介

認知症のことを考えた便利グッズも登場してきています。グッズを使うことで、自分でできることが増えるかもしれません。

ご興味がある人は、地域包括支援センター・担当ケアマネージャー・担当福祉用具業者などにご相談ください。



1  
時間になると、光って薬を飲むことを教えてくれる服薬カレンダー



2  
GPS がついた杖



# いきいきスポーツ教室 参加者募集

☎ 生涯活動推進課 スポーツ振興係 ☎ (23) 2642

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。

**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)  
**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む。  
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)
- ②二次元コードからオンライン申請をする。

**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。



オンライン申請  
二次元コード

## 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	10月4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)	9月25日(月)
第2回	10月11日(水)	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2日(月)
第3回	10月18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)	10月6日(金) ※10月9日(月)が祝日のため
第4回	10月26日(木)	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16日(月)
第5回	11月1日(水)	走潟地区グラウンド (雨天時:走潟地区体育館)	10月23日(月)
第6回	11月8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)	10月30日(月)
第7回	11月15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)	11月6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ttl)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むことができるため、近年テレビでも紹介されており、じわじわと人気が出始めています。



# 令和5年度宇土市生涯学習講座(後期)の受講者を募集します

問申 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。

## ポーセラーツ講座(定員10名)

白い磁器に、自分好みの絵柄やイラストを転写し、オリジナルの食器を作りましょう。ポーセラーツのほかに、写真立てや、リースづくりの活動を取り入れます。お楽しみに!

期日 10月5日(木)、10月19日(木)、11月2日(木)  
11月16日(木)、11月30日(木)、12月14日(木)

時間 9:30～11:30

場所 市役所別館2階 会議室

講師 山本 和代さん

受講料 4,200円  
(全6回・材料代込)



## 暮らしに役立つ筆ペン講座(定員15名)

ハガキやのし袋の宛名書き、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16日(月)、10月30日(月)、11月13日(月)  
11月27日(月)、12月11日(月)、12月25日(月)

時間 13:30～15:00

場所 市役所別館2階 会議室

講師 山下 静雨さん

受講料 2,200円(全6回・用具代込)



## スマホ入門講座(定員15名)

アンドロイドユーザー限定の講座です。お手持ちのスマホではなく、お一人様につき1台代替機を貸与します。

期日 10月26日(木)、11月16日(木)、12月21日(木)

時間 14:00～16:00

場所 市役所別館2階 会議室

講師 ソフトバンク株式会社

スマホアドバイザー

受講料 無料

講座内容 第1回:地図、カメラ、音声検索の使い方  
第2回:LINEの使い方(メッセージ送受信・音声通話・アルバム作成)  
第3回:防災アプリの使い方



## 骨盤ヨガ講座(定員10名)

人気講座を後期も開催します。女性向けの健康講座です。骨盤を中心に体の歪みや左右差を無理なく調整します。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16日(月)、10月30日(月)、11月13日(月)  
11月27日(月)、12月11日(月)、12月25日(月)

時間 10:30～11:30

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)



## はじめてのクラフトバンド講座(定員15名)

手芸用のひもを編んで、バッグとバスケットを作ります。初心者大歓迎です。お気軽にお申し込みください。

期日 10月10日(火)、10月24日(火)、11月7日(火)  
11月21日(火)、12月5日(火)、12月19日(火)

時間 13:30～15:30

場所 市役所別館2階 会議室

講師 林田 洋子さん

受講料 3,800円(全6回・材料代込)



## 季節の料理講座(定員16名)

食欲の秋に、3年ぶりの料理講座を開講します!秋野菜を使った料理やデザートを作ります。旬のものをおいしくいただきます。

期日 10月17日(火)、11月7日(火)

時間 9:30～11:30

場所 市役所別館1階 調理室

講師 藤本 尚子さん

受講料 1,800円(全2回・材料代込)



## レベルアップ韓国語講座(定員15名)

旅行で使える単語や、日常会話、すぐに役立つ韓国語を学びます。

期日 10月11日(水)、10月25日(水)、11月8日(水)  
11月22日(水)、12月6日(水)、12月20日(水)

時間 10:30～11:30 場所 市役所別館2階 会議室

講師 宋 麗珠さん 受講料 2,200円(全6回・資料代込)

募集期限 9月15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窓口にお越しいただく(平日のみ)、  
②ハガキかメールのタイトルに「生涯学習講座申込み」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スマート申請で次の二次元コードから申し込み。

申込先 〒869-0492 宇土市浦田町51番地  
教育委員会 生涯活動推進課 生涯学習係  
(平日のみ)  
M 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。



申請はこちらから

# 子どもの声に耳を傾けよう

## ～子どもの権利とおとなの役目～

☎ 生涯活動推進課 生涯学習係 ☎ (22) 6510

子どもの権利条約（児童の権利に関する条約）を知っていますか。この条約は、世界中すべての子どもたちがもつ権利を定めた条約で、1989年に国連総会で採択されました。日本は、1994年に批准しています。

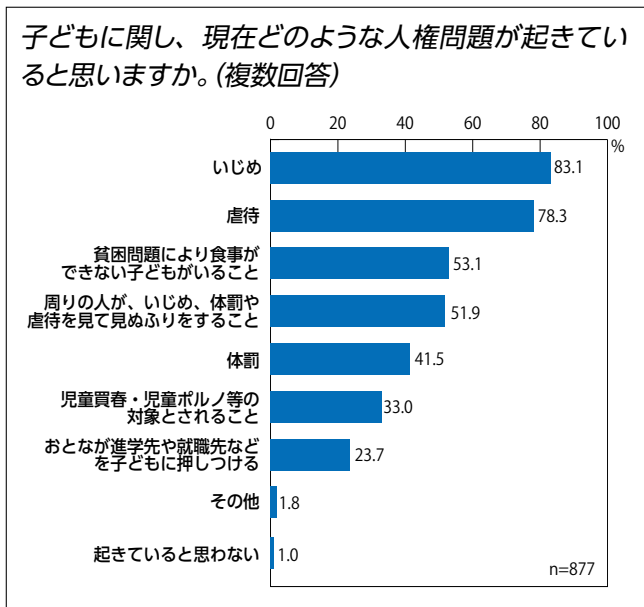
この条約には次の4つの子どもの権利が定められています。

- 1 生きる権利
- 2 育つ権利
- 3 守られる権利
- 4 参加する権利

どれも大切な権利ですが、4番目の参加する権利、つまり、子ども自身の大事な選択について、子どもが自分の気持ち・意向をおとなにしっかり聴いてもらい、尊重してもらうという権利について考えてみたいと思います。

たとえば、どんな習い事をするか、塾に行くか行かないか、進学するか就職するかといった、子ども自身に関することについて、子どもの意見や意向を聴かずに、周りのおとながすべて決めてしまっていることはないでしょうか。

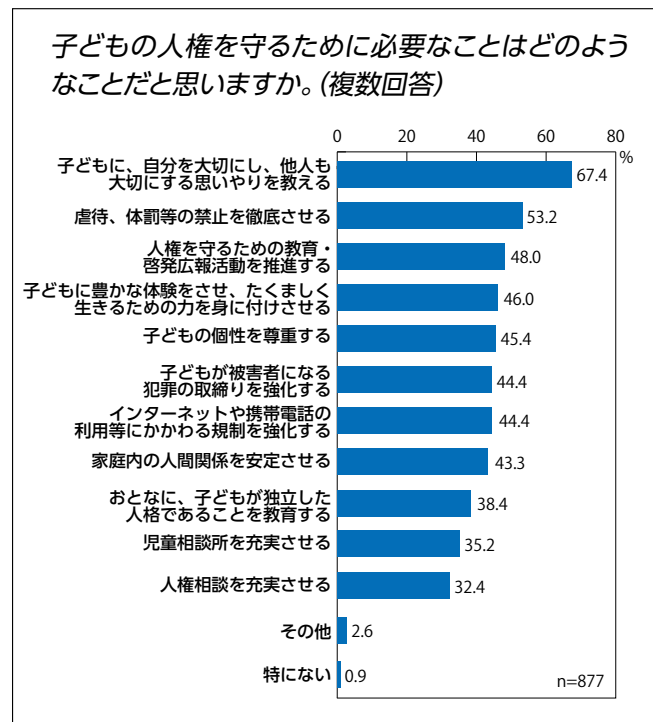
成長・発達の途中段階にある子どもの時期には、自分自身のことであっても、自分で判断して決めるのが難しい



問題もあります。しかし一方で、自分にとって何がよいのか自分にしかわからないことも少なくありません。子ども自身の気持ちや希望、意見を聴くことなしに、子ども自身に関わることを決めてしまっても、その子にとっての「よい選択」にはならないのではないのでしょうか。

いじめ、児童虐待、自殺、子どもの貧困問題、性的搾取など、子どもたちを取り巻く環境は厳しく、「生命や生活の危機にさらされた子どもの声を聴くことが、喫緊の課題」と言われています。

子どもたちが自分たちの権利に気づき、自分の意見や行動が「わがまま」なのか、「権利の主張・行使」なのかを見極めて判断できる力をつけることが大切です。そして、子どもたちの意見・行動が自分本位のものなのか、権利の主張・行使なのかを見極め、彼らの成長・発達を支援することがおとなの役目ではないのでしょうか。



※グラフは二つとも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。

参考資料: ユニセフ HP 「子どもの権利条約」、東京弁護士会 HP 「子どもの人権と少年法に関する特別委員会」

# プラスチックごみのゆくえ

問 環境交通課 環境交通係 ☎(27)3316

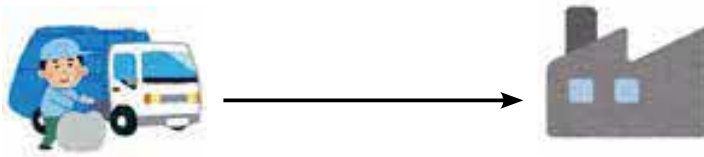
皆さんが毎日分別しているプラスチックごみ。でも、異物が混ざるとリサイクルが台無しです。

プラスチックごみに、電池・ライター・かみそりなどを混ぜて出されると、車両や施設の火災や作業員のケガにつながる恐れがあります。

また、プラスチック以外のごみが混入すると、せっかく市民の皆さんが分別したほかのきれいなプラスチックまで影響を受けます。特にペットボトルの混入が多く見られます。ペットボトルは資源ごみに出してください。プラスチックごみの分別、品質向上にご協力をお願いします。

## 📎 収集からリサイクルへの道のり

### ①各家庭からの分別収集

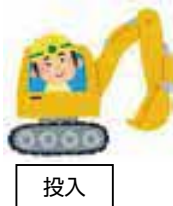


### ②リサイクル工場



#### ②選別

人の手や機械で金属や紙などの異物を取り除きます。  
※中身が残ったプラ容器や、金属類を取り除きます。人の手で選別しますので危険物は絶対に入れないでください。



破袋機

投入

手選別

選別機

手選別

圧縮  
梱包機

梱包品

#### ①破袋

中身を見て選別をするために、まず専用の機械で外側の袋を破きます。  
※透明袋の中にさらに小袋が入っていると、機械で破くことが難しく、中身のチェックに支障をきたしますので、入れないでください。



**異物として取り除かれたもの。入れないでください!!**

金属類



ペットボトル



汚れたもの



梱包品はエコポート九州に搬入され以下の工程を経て再商品化されます。

### ③再商品化



エコポート九州

破碎

機械で3つの素材に分ける  
・PE (ポリエチレン)  
・PS (ポリスチレン)  
・PP (ポリプロピレン)

機械で  
選別

PE は医療廃棄物の容器など  
PS はパレットなど  
PP はクリーニングのハンガーなど

に、  
リサイクル  
(再商品化)  
されます。



# くらし情報

## お知らせ

**宇土市総合防災訓練を実施します**

市内全域を対象とした要支援者安否確認訓練のほか、網田地区を対象とした各種訓練を行います。

**日時** 10月15日(日) 8時～正午  
**会場** 宇土マリーナ

(雨天時は網田小学校体育館)  
**訓練内容** 安否確認訓練、国民保護訓練、消火訓練、県防災ヘリによる救出・救助訓練、非常食の配布など  
※気象状況により、訓練を中止する場合があります。

**問** 危機管理課 危機管理係  
**☎**(27) 3304

**「令和5年住宅・土地統計調査」を実施します**

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約340万世帯を対象とした大規模な調査です。

調査をお願いする世帯には、調査員が調査書類の配布に伺います。  
**基準日** 10月1日(日)

**調査開始** 9月下旬(調査対象世帯のみ)  
**回答方法** インターネット、郵送、調査員へ提出  
※スマートフォンやタブレット端末からできるインターネット回答をおすすめしています。  
**問** まちづくり推進課 情報統計係  
**☎**(27) 3307

**インボイス制度説明会・登録要否相談会を開催します**

10月1日(日)から始まる消費税インボイス制度の説明会を開催します。定員に限りがあるため、事前予約が必要です。

**日時** 9月7日(木)、21日(木)  
13時15分～15時15分

**場所** 宇土税務署 宇土合同庁舎2階  
**定員** 各回20名  
**問** 宇土税務署 **☎**(22) 0410  
※自動音声案内に従い「2」を選択

**秋の交通安全運動が始まります**

9月21日(木)～30日(土)は、秋の全国交通安全運動期間です。最終日の9月30日(土)は「交通死亡事故ゼロを目指す日」です。正しい交通ルールとマナーを見直し、交通事故を防ぎましょう。

**問** 環境交通課 環境交通係  
**☎**(27) 3316

## 無料のスマホ教室を開催します

**問** まちづくり推進課 DX推進室 **☎**(27) 3307

8月、9月に引き続き10月も無料のスマートフォン教室を実施します。  
スマートフォンをまだ持っていない人、持っているけれどもっと使いこなしてみたい人はこの機会にぜひご参加ください。

### 車両型スマホ教室

市内3か所でスマートフォン教室を実施します。  
各教室の参加人数には上限がありますので、あらかじめ予約をお願いします。

**対象** 市在住の人

(教室ではスマートフォンを貸し出しますので、まだスマートフォンをお持ちでない人も参加できます。)

**費用** 無料

**定員** 各回3人まで(先着順)

個別相談は1人まで(先着順)

**受付開始日** 9月9日(土)

**申込方法** 次の問い合わせ先に連絡いただき、予約をお願いします。

**☎**0800(111)9442(10:00～18:00)

※予約は平日・土日祝日も受け付けています。土日祝日がスムーズにご案内できます。

開催日	時間	場所	講座名
4日(水)	11:00～12:00	宇土市役所	Androidの使い方(基礎編)
	12:30～13:30		iPhoneの使い方(基礎編)
	14:30～15:30		Androidの使い方(基礎編)
	16:00～16:45		個別相談
11日(水)	11:00～12:00	あじさいの湯	Androidの使い方(基礎編)
	12:30～13:30		iPhoneの使い方(基礎編)
	14:30～15:30		Androidの使い方(基礎編)
	16:00～16:45		個別相談
18日(水)	11:00～12:00	宇土市役所	フィルタリングとネットの危険性
	12:30～13:15		個別相談
	14:30～15:30		フィルタリングとネットの危険性
	16:00～16:45		個別相談
25日(水)	11:00～12:00	宇土市老人福祉センター	Androidの使い方(基礎編)
	12:30～13:30		iPhoneの使い方(基礎編)
	14:30～15:30		Androidの使い方(基礎編)
	16:00～16:45		個別相談



コロナ禍以前は、例年、9月の敬老の日には各地区において、市主催による敬老会の式典を開催していましたが、今年から執り行わないこと

**今後の敬老会の開催について**

**台風接近時のごみ出しについて**

台風接近時には、けがや事故防止のため、できるだけごみの排出を控えてください。強風でごみが吹き飛ばされ道路に散乱すると、交通事故を引き起こす恐れもあります。極力、次回の収集日にお願います。ごみ収集の中止は市ホームページや防災無線などでお知らせします。

環境交通課 環境交通係  
☎ (27) 3316

**台風接近時のごみ出しについて**

**環境交通課 環境交通係**  
☎ (27) 3316

分ければ資源・混ぜればゴミ  
分別排出にご協力をお願いします。

**ごみ分別早見表「ごみサク」をご活用ください**

ごみの分別方法をパソコンやスマートフォンで簡単に検索できる分別サイト「ごみサク」を運用しています。ごみの捨て方や分別方法に迷ったときは、検索してみてください。

**ごみ分別早見表「ごみサク」をご活用ください**

**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

**熊本市支部事務局**  
☎ 096(206)3330

**オストメイト医療相談会を開催します**

日時 9月23日(土)  
13時30分～15時30分

場所 国立病院機構 熊本南病院  
(宇城市松橋町豊福2338)

公益社団法人日本オストミー協会  
熊本市支部事務局

高齢者支援課 高齢者支援係  
☎ (27) 3320

**申請方法**

電話で左記に申し込みください。  
医療法人社団金森会 あさひコート  
柏原・草場 ☎ (23) 5211

講演「介護体験についてのお話」  
情報・意見交換

**介護者のつづいを開催します**

日時 9月16日(土) 13時30分～15時

場所 あさひコート大会議室

対象者 宇土市にお住まいでご家族を介護している人

参加費 無料

**介護者のつづいを開催します**

なりました。地域によっては、敬老会をお祝いする会の開催や記念品の配付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

## 新型コロナワクチン令和5年秋開始接種について

令和5年春開始接種の期間が9月19日で終了し、令和5年秋開始接種が9月20日から開始となります。

**接種券発送対象者**【9月11日頃から順次発送】

令和5年春開始接種(R5.5.8～R5.9.19の期間中に接種)を受けた65歳以上の人

令和4年秋開始接種(オミクロン対応ワクチン接種開始～R5.5.7の期間中に接種)を受けた人で9月以降に65歳を迎える人

**接種券発送受付開始日(発送対象以外で接種を希望される人はコールセンターにて発送依頼をしてください。)**

追加接種	65歳以上 6か月以上基礎疾患あり 医療従事者など	発送受付: 9月1日～ ※65歳以上の人で春開始接種を受けず、春開始接種の接種券(R5. 4.12以降に発行)をお持ちの方は、令和5年秋開始接種の接種券として使用することができます。	※発送: 9月15日～
初回接種	6か月以上の健全な人 6か月以上の全ての人	発送受付: 10月4日～	※発送: 10月10日～ ※随時発送

		R5.5.8	R5.9.20	R6.3.31
		令和4年秋開始接種	令和5年春開始接種	令和5年秋開始接種
追加接種	12歳以上	65歳以上 基礎疾患あり 医療従事者 接種対象	接種対象 (公的関与) ○ オミ対応2価ワクチンを使用※2 接種対象外 ×	接種対象 (公的関与) ○ ×
	5～11歳	基礎疾患あり 上記以外(健全な小児) 接種対象	接種対象 ○ オミ対応2価ワクチンを使用※2 接種対象外 ×	接種対象 ○ ×
	6か月～4歳	基礎疾患あり 上記以外(健全な乳幼児) 接種対象外	接種対象外 ×	接種対象 ○ ×
初回接種	6か月以上の全ての方	接種対象 (公的関与) ○ 従来型ワクチンを使用	接種対象 (公的関与) ○ オミ対応2価ワクチンを使用※2 ▲8/7以降	接種対象 (公的関与) ○ ×

注「公的関与」とは、被接種者及び保護者に対する努力義務と市町村に対する接種勧奨の義務のことをさす。  
※1 7月7日付けで企業より薬事申請されており、現在薬事審査中である。  
※2 何らかの理由でmRNAワクチンが接種できない方には、組換えタンパクワクチンの選択肢を確保することも考えられる。

この情報は今年8月14日時点での内容のため、今後、国の方針やワクチンの供給状況等により、変更とな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。

宇土市コロナワクチンコールセンター(9:00～17:00 土日・祝日を除く) ☎0120(551)850



HP 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。  
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…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

**募集内容**  
▼人権メッセージの部  
人権メッセージ(10字〜100字程度)  
▼イラストの部  
人権啓発活動を手伝ってくれる  
ココロの友達のイラスト  
**募集期限** 9月13日(水)

**人権メッセージを募集します**

問 ① 花園幼稚園 ☎(22)0031  
hanazono-youchien@city.uto.lg.jp

**場所** 花園幼稚園  
**駐車場** 花園コミュニティセンター  
ター駐車場

**日時** 9月7日(木)、10月5日(木)  
10時〜11時  
(9時45分〜受付開始)

問 ① 宇土幼稚園 ☎(22)0326  
uto-youchien@city.uto.lg.jp

**場所** 宇土幼稚園  
**駐車場** 鶴城中学校裏駐車場・市民  
会館駐車場

**日時** 9月5日(火)、10月1日(日)  
10時〜11時

宇土幼稚園



宇土幼稚園



花園幼稚園

を開催します。10月は幼稚園の運動会  
に参加いただく予定です。10時前後に  
かけこの出番があります。(当日の進  
行状況によって、多少時間がずれるこ  
とがあります。)希望される人は、次の  
二次元コードからお申し込みください。

宇城保健所では、精神科医による専  
門相談を実施しています。1人で抱え  
込まず「自殺予防週間」を機に相談して  
みませんか。本人に限らず、家族や関  
係者からの相談も受け付けます。  
**場所** 熊本県宇城保健所  
(宇城市松橋町久具400-1)  
**日時** 9月14日(木)  
※事前予約制(前日まで)。電話での  
予約をお願いします。

**9月10日〜16日は「自殺予防週間」です**

問 上下水道課 上下水道係 ☎(22)6633



宇土市ホームページ

10月1日(日)からのインボイス制  
度開始に伴い、上下水道使用料の算  
定に係る端数処理の方法を「10円未満  
切り捨て」から「1円未満切り捨て」に  
改めます。

**上下水道使用料改定  
(令和5年11月請求分から)  
のお知らせ**

問 熊本県人権センター  
☎ 096(333)2299  
F 096(383)1206



電子申請サービス



電子メール

**応募方法** 電子申請サービス、電子  
メール、郵送、FAX

問 JR九州熊本支社 総務企画課  
☎ 096(241)2012

三角駅発	宇土駅発	熊本駅着
9:07	9:44	10:02
10:15	11:06	11:23
11:32	12:10	12:28
12:38	13:17	13:33
13:41	14:17	14:33
14:40	15:19	15:35

上り6本(三角駅→熊本駅)

熊本駅発	宇土駅発	三角駅着
9:03	9:19	9:59
9:57	10:14	10:50
11:33	11:50	12:27
12:41	12:57	13:33
13:38	13:54	14:34
15:00	15:19	16:03

下り6本(熊本駅→三角駅)  
※1部鹿児島本線を含む

**運休区間**  
三角線【熊本駅〜三角駅間】  
運休日 9月21日(木)、28日(木)

**線路保守工事のため  
JR三角線列車が運休します**

問 熊本県宇城保健所 保健予防課  
☎(32)1207

広告



うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、  
プロの仲人が親身にお答えします。

まずはお気軽に  
ご相談下さい

☎ 096-327-9541 結婚相談所ムスベル

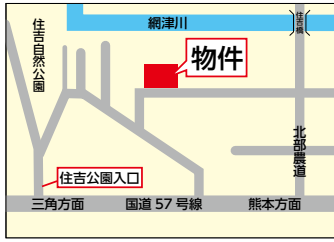


**宇土市土地開発公社保有地  
公売のお知らせ**

宇土市土地開発公社が保有する土地の公売を実施します。公売物件は1件です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

- 物件**
- 住吉町字新瘤1917番15 宅地 1009.79㎡
  - 住吉町字分瘤2047番7 宅地 164.66㎡
  - 合計 1174.45㎡

**申込期間**  
9月1日(金)～12月22日(金)  
※土日・祝日は除く。  
**受付時間**  
午前8時30分～午後5時15分



**問** 都市整備課 地域整備係  
☎ (27)33333

**手当・助成**

LPガス(プロパンガス)の利  
用料金の一部を助成します

価格高騰の影響を受けている生活者

への支援を行うため、市内でLPガスを使用している人に対して助成金を助成します。詳しくは、LPガス販売事業者から配布される申請案内をご覧ください。申請案内が届かない場合は、熊本県LPガス支援金事務センターへお問い合わせください。

**対象者** LPガス販売事業者との供給契約により宇土市内でLPガスを使用している人  
**給付額** 一律6千円  
**申込期間** 9月4日(月)～12月8日(金)まで

**問** 熊本県LPガス支援金事務センター  
☎ 096(300)0734  
(受付時間9時～17時まで 土日、祝日を除く)

**飼い主のいない猫に対する  
避妊去勢手術費用の一部を  
補助します**

手術実施前に宇城保健所へ事前申請が必要です。  
**補助対象者**  
県内(熊本市を除く)に生息する飼い主のいない猫を保護し、動物病院で避妊去勢手術を行う県内在住の個人または団体  
**補助金額** オス1頭 5千円  
メス1頭 1万円

※手術費用が上記金額に満たない場合、手術費用が補助金額になります。  
**申請期限** 令和6年2月29日(木)  
※予算に達し次第、受付締切(先着順)  
**問** 宇城保健所 衛生環境課  
☎ (32)0598

**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。

**対象者**  
①か②に該当する人を令和4年9月1日から令和5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(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)  
②療育手帳A1の所持者  
※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2日(月)～31日(火)  
**手当額** 要介護者1人につき年間12万円  
**問** 福祉課 障がい者支援係  
☎ (27)3318

**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。申請は市の協力機関が代行して行います。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4年9月1日から令和5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

広告

**ローター型  
歩行車 ミシエル**

最大使用者  
体重

80kg

最大積載  
荷重

3kg



パール



ベージュ



折り畳み時

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生きていく】  
をサポートします

ケアパーク

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)





HP 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。最新情報はホームページをご確認ください。

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

特別児童扶養手当の支給には申請  
特別児童扶養手当を支給します

障害児福祉手当の支給には申請が必要ですが、詳しくはお問い合わせください。  
対象 身体や精神に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歳未満の人手当額 月額15,220円  
問 福祉課障がい者支援係  
☎ (27) 3318

障害児福祉手当を支給します  
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が、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27,980円  
問 福祉課障がい者支援係  
☎ (27) 3318

特別障害者手当を支給します  
高年齢者支援課 高年齢者支援係

の利用が1年間で20日以内)  
※要介護者と介護者が宇土市に住民登録されている人に限ります。  
受付期間 10月2日(月)～31日(火)  
手当額 1人につき月額12万円(要介護3認定者は月額6万円)  
問 高年齢者支援課 高年齢者支援係  
☎ (27) 3320

区分	入学願書受付	選抜日	選抜方法
推薦入学者選抜	9月1日(金) 8日(金)	10月4日(水)	学力検査(国語総合)、面接及び提出書類
一般入学者選抜(1回目)	10月30日(月) 11月10日(金)	12月6日(水)	学力検査(国語総合、数学I)、面接及び提出書類
一般入学者選抜(2回目)	1月5日(金) 19日(金)	2月14日(水)	

入学者選抜日程等

令和6年度専修学校熊本県農業大学校学生を募集します

募集

が必要です。詳しくはお問い合わせください。  
対象 20歳未満の法令で定められた程度の障がいの状態にある障がい児を監護、養育する父母など  
手当額 月額1級53,700円  
2級35,760円  
問 福祉課障がい者支援係  
☎ (27) 3318



令和6年度「こどもまんなか 児童福祉週間」標語を募集します  
毎年5月5日の「こどもの日」から1週間開催される「こどもまんなか 児童福祉週間」の象徴となる令和6年度の標語を募集します。  
募集期限 9月30日(土)  
※郵送の場合は、当日消印有効  
募集内容 こどもたちを応援する標語や未来に向けてのこどもたちからのメッセージとなる標語。  
問 公益財団法人 児童育成協会 標語募集係 ☎ 03(5357)1174  
hyogo@kodomo-shiro.jp  
問 M 子育て支援課 保育子育て支援係 ☎ (27) 3323

令和6年度「こどもまんなか 児童福祉週間」標語を募集します  
熊本市立農業大学校  
問 熊本市立農業大学校 ☎ 096(248)1188  
農林水産課 農業振興係 ☎ (27) 3325

募集定員  
農学部(修業年限2年) 1人  
農産園芸学科30人、野菜学科30人、畜産学科20人  
受験料等  
入学試験手数料 2,200円  
入学料 5,650円  
問 熊本市立農業大学校 ☎ 096(248)1188  
農林水産課 農業振興係 ☎ (27) 3325

頼れる人がいない！ 人生後半はどうなる？  
自宅でも一人暮らし、誰が見つけてくれるのか。一人暮らしで認知症になったら、誰が気づいてくれるのか。入院中に買物が必要になったら、あるいは、介護施設から通院することになったら、その時は誰が買物や付き添いを引き受けてくれるのか。  
考えてみれば、頼れる人がいない！ その時になつてようやくそのことに気が付く人は少なくありません。中には「家族がいるから大丈夫」と考える人もいますが、夫が一人になるし、子供がいつまでも近くにいるとは限りません。  
誰しもが直面し得るこの問題に対し「自分は大丈夫」とあなたは断言できますか？  
ずっと頼れる人がいる だから、もう怖くない  
私たち一般社団法人終活協議会が提供する心託(しんたく)サービスは、入院中の買物や通院への付き添い、安否の見守り、入院手続き、介護施設探し、身元保証といった生前サポートから、葬儀、納骨、相続のための公正証書作成といった亡くなった後の手続きまで、すべてを一つの窓口を通じて対応しますので、生涯を通じて頼りにして頂けます。  
終活協議会は、シニアの拠地として知られる東京の巣鴨からスタート。現在は札幌から南は沖縄まで、全国11都市(令和五年1月時点)に支部を構成し、身寄りのないおひとりさまや家族がいても頼れない方々などから多くのご相談を承っています。  
まずは、心託でお手伝い出来ることをまとめた資料をお送りします。  
資料をご請求頂いた方には、終活に役立つエンディングノートも一緒にお届けしますので、ぜひ将来への準備にお役立てください。  
資料請求はエンディングノート 無料プレゼント  
資料請求はお電話で(無料)「資料送付を希望」とお伝えください  
050-1867-9046  
受付時間 10:00~17:00(年中無休)  
お問い合わせグループ 一般社団法人 終活協議会 〒170-0002 東京都豊島区東横2-11-4 第3高層ビル11F  
サービス詳細・料金はこちらの資料でご案内します  
入会金:1万円(税込) / 身元保証・死後事務などの各種サービスは、入会金とは別料金となります。※月額8年会費無料 / 貴族展示不要代金のお支払い方法は銀行へのお振り込みとなります。お振り込み手数料はお客様のご負担となります。お客様の氏名・住所などの個人情報、弊社サービスのご案内・資料のご送付以外には使用いたしません。



**市営住宅の入居者を募集します**

入居を希望される人は、公募期間中にお申し込みください。資格要件や申込方法など詳しくはホームページをご覧ください。お問い合わせください。

**【公募期間】**

9月13日(水)～29日(金)  
☎ 都市整備課建築住宅係 (27)3332

**障がいのある人を対象とした職業訓練生の募集**

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29日(金)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

**善意**

企業版ふるさと納税として  
寄附をいただきました

地方創生に向けた取り組みにご寄附をいただきました。誠にありがとうございました。

**山王株式会社**

「安定した仕事をつくる事業」として、宇土市宅地等造成事業に活用させていただきます。



山王株式会社  
代表取締役 深水 弘一様 (右)

**株式会社ロードサポート**

「多様な主体による持続可能な社会づくり事業」として、公開型GIS導入事業に活用させていただきます。



株式会社ロードサポート  
代表取締役 田中 誠様 (右)

**保健センター**

結核検診を受けましょう

65歳以上の人を対象として結核検診車による各地区巡回の胸部レントゲン撮影を実施します。対象者は、受診券を送付します。ぜひ受診してください。

**対象者** 65歳以上の市民

(昭和34年3月31日以前出生者)  
※肺がん検診などで胸部レントゲン検査を受けた者は除く。

期日 9月28日(木)、29日(金)、  
10月2日(月)、4日(水)、5日(木)、  
10日(火)、11日(水)、12日(木)

**個人負担額** 無料

※対象者で受診券が届かない場合は、お問い合わせください。

☎ 健康づくり課 健康推進係  
(27)3324

**骨髄バンクにドナー登録しませんか**

毎年数万人が白血病などの重い血液の病気と診断され、そのうち約2千人の人が骨髄バンクドナーからの移植を望んでいます。移植には患者とドナーの白血球の型が適合することが必要ですが、その確率は数万分の1といわれています。そのためひとりでも多くのドナー登録が必要です。

☎ 健康づくり課 健康推進係  
(27)3324

**骨髄等移植ドナー提供に係る費用の一部を助成します**

日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業にドナー登録を行い、骨髄などの提供を完了した人に、通院などにかかった日数につき2万円(上限20万円)の助成金を交付します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 健康づくり課 健康推進係  
(27)3324

**宇土市にお住まいの皆さんへ  
毎月実施しています!**

☎ 健康づくり課 健康推進係  
(27)3324

**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。

**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

**母子手帳の交付※要予約**

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、マイナンバー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

**マタニティークラス、産後・赤ちゃんクラス※要予約**

子育て世代包括支援センターさぼUTO(宇土市保健センター内)で助産師による教室を行っています。

**開催日** マタニティークラス 隔月第1月曜日

産後・赤ちゃんクラス 毎月第4月曜日

**参加費** 無料 (内容によっては、実費負担があります。)



# 価格高騰重点支援給付金を支給しています

☎ 福祉課 福祉政策係(価格高騰重点支援給付金担当)

☎ (22)1111(903、1001) 応答時間 9:00～17:00(平日のみ)

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯(住民税非課税世帯)に対し、1世帯当たり3万円を給付しています。

令和5年1月2日以降の転入者と令和5年度住民税が未申告の人は申請が必要です。期限までに申請がない場合、給付金の支給ができませんのでご注意ください。

## 支給要件

令和5年6月1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5年度分の住民税均等割が非課税である世帯

## 申請期限

10月31日(火)【当日消印有効】

## 給付額

1世帯当たり3万円  
※該当する場合は、3週間後を目途に給付金を振込みます。

## 留意事項

- ※他市町村で同様の趣旨の給付金を受給している場合は申請できません。
- ※給付を受けた後、修正申告をして課税世帯となった場合、返還していただけます。
- ※本給付金は、法律により差押等の禁止および非課税の対象となります。

## 受給手続き

- ①確認書が発行される世帯  
対象世帯には発送済みです。確認書の記載内容(世帯主の氏名、住所、振込口座等)を確認し、必要事項を記載の上、同封の返信用封筒で返送してください。
- ②申請が必要な世帯
  - ・令和5年1月2日以降に宇土市に転入した世帯又は転入した人を含む世帯で、市が課税状況を確認できない人を含む世帯  
→以前住んでいた自治体で、該当する人全員分の非課税証明書を取得してください。
  - ※令和5年度の住民税が未申告の場合は、申告する必要があります。
  - ・世帯員に未申告者がいる世帯  
→申請の前に税務課で申告をお願いします。  
受給要件を満たす場合は、下記の提出書類を宇土市福祉課(価格高騰重点支援給付金担当)まで提出してください。

## 提出書類

1. 価格高騰重点支援給付金申請書(請求書)
2. 申請・請求者の本人確認ができる書類のコピー
3. 受取口座を確認できる書類のコピー
4. 令和5年1月1日時点でお住まいの市区町村が発行する「令和5年度住民税非課税証明書」(令和5年1月2日以降の転入者全員分)

広告

# 正社員募集

スタッフ総合職(技術系)  
現場管理(出荷業務 他)の業務

大阪製鐵グループ  
**西鋼物流株式会社**  
(大阪製鐵株式会社西日本本工場内)

月額 **200,000～250,000円**

就業時間 8:00～17:00(休憩1時間) 休日 日、祝日、その他(年間休日121日)

試用期間 6か月(6か月は賃金決定額の1万円減額、<19万円は保証>)

年齢 35歳以下(長期勤務によるキャリア形成のため)

条件 大卒以上、普通自動車運転免許 必須、時間外労働あり(月平均15時間)

待遇 社会保険完備(雇用・労災・健康・厚生)、通勤手当(規定あり)、住宅手当、家族手当、昇給年1回、賞与年2回、退職金制度、再雇用制度(上限65歳まで)、車通勤可

選考方法 書類選考、面接(予定1回)、筆記試験

お気軽にお問い合わせください。

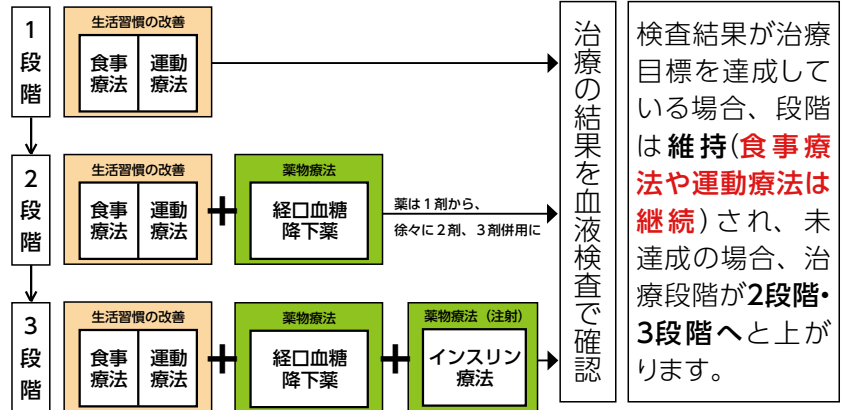
熊本県宇土市境目町300  
☎ **0964-22-3404** 担当: 総務部

先月号は、糖尿病の原因の1つ「インスリン抵抗性」についてお伝えしました。今回は、糖尿病治療と発症予防の基本である「食事」についてお伝えします。

## 糖尿病の治療の第一歩は「生活習慣の改善」です。

糖尿病の治療には段階があります。健康診断の結果で血糖値が上がり始め、病院に行った時に「食事と運動に気を付けてください」と医師が言われる場合もあります。これを、「大したことはない」「まだ糖尿病ではない」と解釈しては危険信号です。なぜなら、糖尿病治療の基本は食事と運動だからです。つまり、**内服が開始される前から糖尿病の治療は始まっている**ということです。糖尿病は、治る病気ではありません。常に食事や運動に気を付ける必要があります。

＜糖尿病治療の段階＞



## 糖尿病治療食は、糖尿病でない方でもバランスの良い食べ方として参考にいただけます。

「糖尿病治療食」は「バランスの良い食事」です。そのため、糖尿病を発症していない人でも食事の参考にいただけます。

グループ	食品の種類と特徴	食品 80kcal 当たりの栄養素平均含有量		
		炭水化物(g)	たんぱく質(g)	脂質(g)
1	炭水化物のうち、でんぷんを多く含む食品 穀物やイモ類、かぼちゃ等の野菜、栗や銀杏、大豆以外の豆類	18	2	0
2	炭水化物のうち、果糖やブドウ糖を多く含む食品 主に果物類	19	1	0
3	たんぱく質を多く含む食品 脂質も比較的多い。魚介、大豆製品、卵、チーズ、肉	1	8	5
4	カルシウムを多く含む食品 炭水化物のうち、乳糖を多く含む。 牛乳や乳製品 (チーズを除く)	7	4	4
5	脂質を多く含む食品 ナッツ等の種実類、肉の脂身、アボカド等	0	0	9
6	食物繊維やビタミン、ミネラルの供給源 野菜、海藻、キノコ、こんにゃくなど (350g 分で 80kcal)	14	4	1

それぞれの食材には、含まれる栄養素に特徴があります。例えば、ごはんはグループ1に該当し、たんぱく質も少量含まれていますが、でんぷん(炭水化物)が多く含まれています。一方、鶏肉などの肉類はグループ3に該当し、たんぱく質と脂質が多い食品です。一時期、糖質制限ダイエットが流行した時期がありました。そこで、糖質を制限する代わりにたんぱく質をたくさん摂ってよいというダイエット法もありましたが、そもそもエネルギー(kcal)が同じでも含まれている栄養素が異なるため、**栄養素のバランスを維持できず、置き換えることはできません**。栄養のバランスが崩れ、たんぱく質を分解したときに出る老廃物の処理が増え、腎臓に負担がかかるなど、身体に影響を及ぼします。

糖尿病の治療は、このグループからそれぞれ80kcalを1単位として、1日にどのくらいのエネルギー量(kcal)でどのグループの食材をどの単位分摂るかという食べ方を基本に考えていきます。そうすることで、バランスが取れた食事でも身体の負担が少なく血糖もコントロールできるのです。

食事の基本はバランスです。様々なダイエット情報がある中でも、本当に体に影響がないのか、しっかりと見極めて選択できるよう、来月号では「何をどれだけ食べていいのか」を具体的にご紹介します。

# 知っておきたい 国民年金



## 国民年金はいつ・どのような時にもらえるの？

☎ 市民保険課 国保年金係 ☎ (27) 3312  
熊本東年金事務所 ☎ 096 (367) 2503

### 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老齢基礎年金の繰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、共済組合等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16,520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4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を送付されます。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
・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 ・前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が881,200円以下である ※1、※2	・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	・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、遺族年金等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 前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が781,200円を超え881,200円以下の場合、「補足的老齢年金生活者支援給付金」を支給

※3 扶養親族等の数に応じて増額

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)  
宇土市の市外局番 0964

### 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や離婚などについての相談は「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(年末年始・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  
☎(27)3322

### ヤングテレホン

子どもや保護者、地域の方が抱える心配ごと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(年末年始・祝日除く)13:00～17:00

☎(ヤングテレホン) ☎(23)1139  
✉ young01@city.uto.lg.jp

### お金の悩み無料相談会

多重債務などでお悩みの人のための無料相談会を開催します。当日は、事業者向けの相談や臨床心理士によるこころの健康相談もお受けいたします。

**日時** 9月11日(月)  
受付12:30～15:30 相談13:00～16:40

**場所** 市民会館シアーズホーム夢ホール内会議室  
(熊本市中央区桜町1-3)

☎ 熊本県消費生活センター ☎096(383)0999

### 高齢者のための相談窓口(要予約)

地域包括支援センター(南段原町164-5)では、高齢者の様々な困りごとに対応する「総合相談窓口」です。専門のスタッフが対応しますので身近な相談窓口としてご利用ください。

**日時** 月曜～金曜(年末年始・祝日除く) 8:30～17:15

☎ 地域包括支援センター ☎(24)1555  
(協力相談窓口) プランチ本町(うと地域総合ケアセンター内)  
☎(23)5266 宇土・走瀧担当  
プラチ西部(介護老人保健施設 景雅苑内)  
☎(27)1010 網田・網津・緑川担当

### 「法の日」無料法律・登記相談会

10月1日は法の日です。「司法書士」「土地家屋調査士」はあなたの財産や権利を守ります。専門家が無料で相談に応じます。

**日時** 10月7日(土) 10:00～15:00

**場所** ウイングまつばせ 視聴覚室(宇城市松橋町大野85番地)

#### 相談内容

・相続・売買・贈与・担保権等に関する登記、会社・その他法人に関する登記など  
・土地の測量・分筆・合筆・地目変更・協会復元など

☎ 熊本県司法書士会宇城支部 事務担当司法書士坂井 ☎(27)5422

### 全国一斉 子どものための養育費相談会

養育費の支払いがない、強制執行をしたい、離婚時の取り決めの方法や内容が知りたいなど、養育費を始めとする父母の離婚をめぐる子の養育に関する相談をお受けいたします。

**日時** 9月2日(土) 10:00～16:00

**場所** くまもと県民交流館パレオ9階  
(熊本市中央区手取本町8番9号)

※面談相談は予約が必要です(予約締切:9月1日(金)正午まで)。

☎ 司法書士 山本優幸 ☎(53)9596

### 消費者トラブル注意報

## 強引な勧誘やキャンセル妨害も！中古自動車の売却トラブルに注意

#### 事例

インターネットの一括査定サイトで中古車の査定を依頼したところ、5社から連絡があり、その中の1社が自宅へ査定に来た。「ドアに修理歴がある。事故車なので15万円だが、今日すぐに引き渡せば25万円で購入」と、強引に契約させられ、車を持って行かれた。30分後に「他社と比較したいので車を戻してほしい」と伝えたが「今から返すのは面倒だ。他社にはこちらから連絡する」と言われ、車を返してもらえない。解約して車を取り戻したい。(70歳代)

#### アドバイス

- ・車の売却は、特定商取引法によるクーリング・オフの対象外です。査定場で「今日なら高く買い取る」などと急かされても、一度冷静に考えましょう。
- ・複数の事業者からの査定額をしっかりと比較検討することが大切です。強引に売却を迫る事業者には「今回は査定をお願いしただけで、今は売らない」「他店の査定額と比べる」などと伝え、きっぱりと断りましょう。
- ・契約後は、原則として契約書の内容に従うことになります。契約前に契約書をよく確認しましょう。特にキャンセル料の金額や発生時期の確認は重要です。

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などにご相談ください。

☎ 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

☎ 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** 9月28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 商工振興係 ☎(27)3328

## 行政相談

国の行政機関などに対するご意見を、行政相談委員が相談に応じます。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

**期日** 9月13日(水)、27日(水)  
**場所** 市役所2階会議室8  
**時間** 9:00～正午

☎ 総務省 熊本行政評価事務所 ☎0570(090)110  
総務課 行政係 ☎(27)3303

## 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。お気軽にご相談ください。

**日時** 9月21日(木)13:00～16:00  
**場所** 市役所2階会議室8  
**備考** 上記以外にも月～金曜(祝日を除く)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 ☎(27)3303

## 年金相談(無料・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に応じます。事前予約制です。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。  
※状況により中止になる可能性があります。詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

**期日** 9月7日(木)、9月21日(木)、10月5日(木)  
**時間** 10:00～15:00  
**場所** 福祉センター2階 会議室  
☎ 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、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** 9月14日(木)、10月10日(火)  
**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(年末年始・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

## ジョブカフェ・宇城ブランチ(無料就労相談窓口)

ジョブカフェ・宇城ブランチでは、仕事に関するいろいろな相談を受けています。利用料無料、予約制です。

**対象者** 再就職を希望する人、就職氷河期世代の人、若年者(学生含む)、保護者の人(ご家族)、学校の進路指導の先生など  
**日時** 月曜～金曜(年末年始・祝日除く)10:00～17:00  
**場所** 宇城地域振興局1階(松橋町久具400-1)  
☎ ジョブカフェ・宇城ブランチ ☎(32)1529

## 宇土ふれあい福祉相談所

宇土市社会福祉協議会では、毎週水曜日13:00から16:00まで、ふれあい福祉相談(民生委員相談)を行っています。

日常生活の中での困りごと、悩みごとなど、気軽にご相談ください。ご相談に対しては、助言や援助、必要に応じて専門機関などへのご紹介も行います。来所が難しい人は、電話での相談も受け付けています。まずはお気軽にお電話ください。

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日まで ※初回の人優先)  
不動産相談 お問い合わせください

☎ 宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756

## 新農業委員・農地利用最適化推進委員が就任されました

農業委員会長に境委員、会長職務代理者に鎌賀委員が互選されました。任期は令和8年7月19日までです。

### 農業委員名簿(敬称略)

中村 英子(松原町)	那須 千代(岩古曾町)
安田 鷹嗣(松山町)	小森 公明(石橋町)
上村 博文(神合町)	芥川 高一(走潟町)
芥川 清二(走潟町)	境 良一(恵塚町)
鎌賀 和夫(網引町)	太田 桂子(網津町)
宮本久美子(上網田町)	加悦 雅浩(上網田町)



農業委員の皆さん

### 農地利用最適化推進委員名簿(敬称略)

福島 至(三拾町)	関 輝明(松山町)
中山 茂樹(花園町)	小田 健夫(神合町)
谷山 次則(神馬町)	重元 太郎(走潟町)
齋藤栄一郎(走潟町)	長溝 鉄夫(新開町)
松下 清史(城塚町)	本田 善尚(網津町)
本田 英二(住吉町)	田中 一昭(赤瀬町)
野田 秀則(下網田町)	



農地利用最適化推進委員の皆さん

7月29日(土)

## 夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会

熊本地震復興・宇土市新庁舎落成記念として宇土市運動公園で夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会が開催されました。宇土市では37年ぶりの開催でしたが、早朝から約850人が参加されました。



早朝から多くの皆さんにお集まりいただきました

## 令和5年「海の日」海事関係功労者 国土交通大臣表彰を受賞

7月20日(木)、宇土市にある海洋潜研有限会社代表取締役の作守順子さんが、国土交通大臣表彰を受賞されました。この表彰は多年にわたり港湾建設事業の振興に努め斯界の発展に寄与した港湾関係者に贈られるものです。



海洋潜研有限会社  
代表取締役  
作守順子さん

海洋潜研有限会社は、日本中で海底ケーブルの事前調査・敷設・メンテナンス等を行っています。今回の表彰を受けて、作守さんは、「この会社は、約30年前に亡くなった夫が、海が好きでダイバーになり、設立した会社です。夫の意志をついで今日までできました。今回の受賞はとても名誉なことです。これからも誠実に仕事を行っていきます。」と話されました。



## 7月29日(土) 地域の防災に活躍 消防団配車式を行いました

市では、地域防災力向上のために20年が経過した小型動力ポンプ付き積載車を計画的に更新しています。今年度は、第4分団第4班(緑川地区)、第5分団第3班(網津地区)、第7分団第3班(網田地区)の車両を入れ替えました。配車式後、団員たちは新しいポンプの取り扱いの説明を受け、使い方を習得しました。



今年度は3つの分団に配備されました

## 7月29日(土) グリーン工業株式会社 除草ボランティア活動を行いました

グリーン工業株式会社が、ボランティアでつづじヶ丘農村公園の遊具広場周辺で除草作業を行いました。この活動は、グリーン工業株式会社のSDGsの取り組みの一環として行われました。



ボランティア活動に参加されたグリーン工業株式会社の皆さん

## 7月26日(水) 宇土ライオンズクラブ 夏の交通安全キャンペーンを実施

宇土ライオンズクラブが宇土市民会館前市道中央線、宇土市役所1階フロアなどで交通安全キャンペーンを実施しました。この活動は、市とライオンズクラブ、宇城警察署、宇土市交通指導員、交通安全協会が協同で行ったもので、当日は車で通る人などに交通安全への声掛けとともに交通安全啓発用品を一人一人手渡しました。



交通安全キャンペーンに参加された皆さん

## 7月23日(日) 宇土市消防団夏季訓練

立岡総合グラウンドで、宇土市消防団の夏季訓練が行われ、団員198名が参加しました。訓練は、ポンプ講習、規律訓練、大規模な消火活動を想定した中継訓練を実施しました。無線機の使用方法やホース・ポンプの取り扱い、放水までの基本的な操作を北消防署員にご指導いただきました。



規律訓練や中継訓練を行いました

## 8月2日(水) 各校の代表が堂々と発表 少年の主張大会

市民会館で少年の主張大会が行われ、市内小中学校代表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との共催で行われ、会場には学校関係者をはじめ、多くの市民が来場されました。発表では、子どもながらの視点に立った意見や大人へ問いかけられるような主張に、会場からは大きな拍手が送られました。



少年の主張発表者の皆さん

発表者は次のとおりです。(敬称略)

網津小6年	伊藤蒼空	鶴城中3年	本岩 桜
宇土東小5年	小林夏芽	網田中3年	村田颯暉
網田小6年	中嶋 響	住吉中3年	宮田美玖
宇土小6年	高尾和瑚	宇土中1年	小野里紬
走潟小6年	桑鶴悠斗		
緑川小6年	本田結菜		
花園小6年	山崎咲和		



## テコンドー北斗塾県大会個人・団体優勝

7月9日(日)に阿蘇市で行われた第28回熊本県テコンドー選手権大会で北斗塾の選手が個人・団体で好成績を収められました。

<b>個人キョルギ</b>		<b>個人パンセ (型)</b>	
小学2年女子	優勝 右田紗徠	7級以下の部	2位 右田紗徠
小学5年男子	3位 本田龍輝	3級以上の部	3位 園田晃大
小学5年女子	優勝 右田楓歩	中学の部	優勝 澤田空雅
中学女子	優勝 澤田花凜		2位 中田陸登
中学1年男子	3位 中田楓都		3位 右田陽人
中学2年・3年	優勝 右田陽人	団体小学生の部	優勝 宇土B
	2位 中田陸登	中学生以上の部	優勝 宇土A



テコンドー北斗塾の皆さん

## 第38回わんぱく相撲全国大会に出場

7月25日(火)、うと少年相撲クラブの高濱慶介さんが市役所を訪れ、7月30日(日)に東京都で開催される全国大会への出場を報告しました。今年初めて出場する4年生の高濱さんは、「優勝目指して頑張ります。」と抱負を語りました。



第38回わんぱく相撲全国大会へ出場する高濱慶介さん(中央)

## 九州中体連大会に出場

7月31日(月)、鶴城中と住吉中の生徒が市役所を訪れ、7月に開催された熊本県中体連大会の結果と、次の団体と個人が8月に開催される九州中体連への出場を報告しました。

### 【熊本県中体連結果】

**団体** 優勝 女子ハンドボール部 (鶴城中)  
主将：内山穂乃佳  
優勝 野球部 (鶴城中) 主将：西村星那  
準優勝 相撲部 (鶴城中) 主将：河野汰一



九州中体連に出場する皆さん

## 網津あじさいバウンドテニス熊本県大会優勝

7月16日(日)に宇土市で行われた第8回熊本県バウンドテニスジュニア大会で網津あじさいバウンドテニスクラブの選手が好成績を収められました。

<b>小学4年生の部</b>	<b>小学5年生の部</b>	<b>小学6年生の部</b>
優勝 福田 優心	優勝 本田 龍輝	優勝 田端 美優
2位 中村 大耀	2位 岩本 拓夢	2位 小崎里依紗
3位 蔦葉菜々緒	3位 岩本 蒼太	3位 米満 美佑
<b>中学生の部</b>		
優勝 本田彪賀	2位 牧本葉奈	3位 松田結衣



網津あじさいバウンドテニスクラブの皆さん

## 第39回全国小学校陸上競技交流大会に出場

7月25日(火)、あみつジュニアに所属する網田小6年の山内愛琶さんが市役所を訪れ、9月17日(日)に神奈川県で開催される全国大会への出場を報告しました。山内さんは、「熊本県代表として悔いの無いレースをして優勝を目指します。」と抱負を語りました。



日清カップ第39回全国小学校陸上競技交流大会に出場する山内愛琶さん(右)

**個人** 優勝 陸上女子 800 m 野村ひいろ (住吉中2年)  
優勝 陸上男子 100m 中村 一斗 (住吉中1年)  
準優勝 空手 (型) 銀杏田愛花 (鶴城中3年)  
3位 バドミントン 山本 早花 (鶴城中3年)  
4位 硬式テニス 坂本昇太郎 (鶴城中2年)  
4位 卓球 本郷 蒼空 (鶴城中2年)  
3位 相撲 大手 星来 (鶴城中1年)  
佐藤珀呂汎 (鶴城中2年)

# 市民のひろば

## 第65回熊本県芸術文化祭参加 第60回宇土市芸術文化祭

文化協会会員による伝統芸能の箏曲・日本舞踊・民謡・吟詠・大正琴、それからバレエ・フラダンス・歌謡などのステージでの発表や、お茶会・生花展・絵画・水墨画・書道・写真・硯作品・押し絵・紙粘土人形・陶芸(絵付け)・木目込人形・陶芸など、手づくり作品の展示を今年も開催いたします。ぜひ見に来てください。

日時 10月21日(土)、22日(日) 10:00～17:00

場所 宇土市民会館、中央公民館

☎宇土市文化協会事務局 松永 ☎090(5082)8771

## 令和5年度宇土公民館生涯学習講座のご案内 健康寿命体操教室

講師 光井靖子先生 場所 宇土市役所別館2階 和室

開講日 全6回 9月7日(木)、21日(木)、10月12日(木)、26日(木)、11月9日(木)、16日(木)

※日程は予定です。変更になる場合があります。

参加者 宇土地区にお住まいの女性の方

時間 10:30～正午 定員 10名程度(先着順) 費用 無料

申込方法 電話または来館にて、お申し込みください。

※先着順です。定員に達し次第締め切ります。

☎宇土公民館 ☎(22)1122

## 韻-HIBIKI- めくるめく色彩と一音の生命力

三人の若き奏者が紡ぎ出す、宇土だけの特別なコンサート。舞台上に客席を設置し、演者と観客の空気感が共鳴し合う、「響きを体感できる距離感」で、邦楽器の美しい余韻をご体感ください。

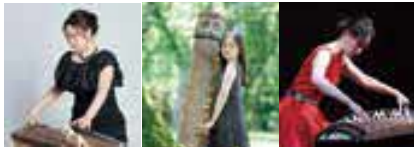
日時 10月7日(土) 13:30開場 14:00開演

会場 宇土市民会館舞台上特設席

料金 一般1,000円、高校生以下500円(全席自由)

出演 藤重奈那子・森梓紗・遠藤咲季子

主催 宇土市・宇土市教育委員会  
NPO法人宇土の文化を考える市民の会



## 宇土市文化協会創立60周年記念事業 うと寄席

笑点でお馴染みの桂宮治さんをお招きし、ファミリーで楽しめる「うと寄席」爆笑必至！抱腹絶倒の2時間！

日時 10月20日(金) 17:45開場 18:30開演

会場 宇土市民会館大ホール

料金 【全席指定】S席2,000円 A席1,000円

ファミリー(家族4名まで)3,500円

※ファミリーチケットは市民会館でのみ販売

出演 桂宮治・桂伸衛門・ぴろき・桂伸べえ・桂伸都

団体 落語芸術協会

主催 公益社団法人全国公立文化施設協会・NPO法人宇土の文化を考える市民の会・宇土市文化協会・KKT熊本県民テレビ



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。

## 困難を有する子ども・若者によりそいましょう in 人吉

困難を有する子ども・若者の保護者、支援者を対象としてイベントを開催いたします。

日時 9月24日(日) 13:00～15:30(12:30～受付開始)

会場 人吉市カルチャーパレス 第一会議室

(熊本県人吉市下城本町1578-1)

内容 第一部 講演「あなたはあなたのままで、大丈夫!」～バスジャック事件に遭遇して考えた事～

講師 親の会「ほっとケーキ」代表 山口由美子氏

第二部 各機関との交流会 参加費 無料

☎熊本県子ども・若者総合相談センター～COCON ここん～

☎096(387)7000(土日祝日除く 8:30～21:00)

E-mail:kowaka-cocon@wind.ocn.ne.jp

## 宇土市民会館イベント

☎宇土市民会館

☎(22)0188(9:00～22:00/火曜休)

## プロの歌手への登竜門 「第21回うと歌謡祭」\*観覧入場無料

皆さんのお越しをお待ちしております。

場所 宇土市民会館大ホール

予選 9月30日(土) 10:00開演

決勝大会 10月1日(日) 13:30開演

ゲスト 進藤久明(シンガーソングライター。「黄昏のオッサン」など。RKKラジオに出演中。)

決勝司会 江越哲也

※出場ご希望の方は宇土市民会館へお

問い合わせください。9月10日(日)の締切です。

主催 宇土市・宇土市教育委員会・NPO法人宇土の文化を考える市民の会



## 劇団扉座

## 「Kappa～中島敦の「わが西遊記」より～」

引きこもりの青年(妖怪)沙悟浄は、考えるだけで行動しない傍観者。それは現代を漂う我々そのものの姿であり、中島敦の描いた悟浄の苦悩と屈託。現代社会の心の病理を描いた。ハートフル冒険哲学活劇、宇土雨乞い太鼓保存会による特別演出でお届けします。

日時 10月28日(土)

12:30開場 13:00開演

料金 全席指定 S席3,000円

A席2,000円

学生500円

主催 公益社団法人全国公立文化施設協会・NPO法人宇土の文化を考える市民の会







# 図書館だより

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



図書館HP

幼児向け

PICKUP 01

## じめんのしたはマンモスのくに

まつおかたつひ 作  
童心社



地面の下へもぐっていくと、そこは絶滅した生き物のいる世界。マンモスに乗ったり、サーベルタイガーに襲われているオオナマケモノを石のやりで助けたり…。さあ、絶滅動物に出会える大冒険にでかけよう！

小学生低学年向け

PICKUP 02

## ばくは本のお医者さん

深山さくら 文  
佼成出版社



山形県酒田市で製本会社を営みながら、壊れた本を修理する“ブックスドクター”としても活躍する齋藤英世さん。その仕事ぶりや半生を、本のつくりや修理方法、修理に対する思いとともに紹介する。

小学生高学年向け

PICKUP 03

## ひと箱本屋とひみつの友だち

赤羽じゅんこ 作  
さ・えら書房



小学5年生の朱莉は、ひと箱本屋カフェ「SHIORI」で売られていた一冊の手作りの本に心を奪われる。作者は同世代の女の子・理々亜。ふたりはある日、「SHIORI」ではじめて会うことになり…。

中高生向け

PICKUP 04

## 金曜日のあたしたち

濱野京子 作  
静山社



高校受験に失敗した陽葵は、駅前で「ストップ！温暖化」など書いたプラカードを持つ高校生たちと出会う。「環境問題に熱心な高校生なんて変わり者？」と思ったが、近づくと、それは陽葵が入学したかった高校の生徒たちで…。

一般向け

PICKUP 05

## 雫の街

乃南アサ 著  
新潮社



モラハラ夫、我が子を見捨てる母親…。横浜家裁川崎中央支部にやってくる家事事件の当事者たちは“モンスター”ばかり…。人間、そして家族のオモテとウラを、心揺さぶる筆致で描く連作短篇集。

一般向け

PICKUP 06

## 認知症になりたくなければ 歯周病を治しなさい

福田真一 著/あさ出版



歯周病の放ったらかしが脳の萎縮につながる！歯周病対策をすることが認知症の予防につながることを伝えるとともに、正しい歯磨き方法や食生活など、歯周病を予防&改善するセルフケア法を解説する。

## 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。



コーナー設置期間：  
9月1日～30日まで  
※コーナー終了後は書棚に戻しますが、貸し出しすることができますので、図書をお探しの際は、お気軽にお尋ねください。



## ネットで蔵書検索や 予約ができます!

図書館ホームページから「蔵書検索システムメニュー」をクリックすると、蔵書検索ができます。

また、マイページにログインすると、貸出中の図書に限り、予約することができます。

※予約はマイページの登録が必要になります。初めて利用する場合はパスワード設定が必要になりますので、「利用照会」から「新規パスワード登録」を行ってから、ログインしてください。

ログインには「利用者番号」と「パスワード」が必要になります。



今月は  
ダリアン先生

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

I would like to talk about my favorite September event in Seattle, Washington State! In September, we have a 100 year tradition of a rowing boat race named "Head of the Lake." It is 6 kilometers long and lasts about 25 minute. It races through several big lakes, and finishes in a narrow river called "The Cut." It is very exciting, and many people come to watch the boats from the shore. Here is a picture of me and my team from Seattle University in our 8 man boat with our pilot, Lucy. I am second from the top. Please try to watch a race if you visit!

日本語訳

今回は、ワシントン州のシアトル市で私が好きな9月のイベントについてお話したいと思います！  
9月には、100年の伝統を誇る“ヘッド・オブ・ザ・レイク”という手漕ぎボートレースがあります。全長6キロ、所要時間は約25分。いくつかの大きな湖を走り抜け、“ザ・カット”と呼ばれる細い川でゴールします。とてもエキサイティングで、多くの人が岸からボートを見に来ます。これは、私とシアトル大学のチームが8人乗りのボートに乗り、水先案内人のルーシーと一緒に撮った写真です。私は上から2番目です。皆さんもぜひレースを観戦してください！

▽お盆に4年ぶりに親戚一同が美家が集まりました。私は、小学校3年生で1番年下のいとこをかわいがっており、その子と一緒に遊ぼうと柔らかなサッカーボールを持っていきました。しかし、親戚みんな考えることは同じで、小学校3年生のいとこのプレゼントをお渡し会状態になりました。4年前の私の記憶では、いとこは外で遊ぶことが大好きで、どんなに暑くても、公園に行こうという子だったので、今年は、私が公園でサッカーしようとするつもりで、外は暑いしポケカ

編集後記

「寄附金控除」ができません。(※8月10日受付分までを掲載)

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

▽松山町	中川 昌和	亡 母	富士江(八〇)
▽走潟町	加藤 進	亡 妻	ツヤ子(八七)
▽佐賀市高瀬東	東家 芳寛	亡 母	勇子(八六)
▽松山町	本郷 良二	亡 父	秋雄(九四)
▽本町一丁目	荒井 直美	亡 母	木村潤子(八六)
▽恵塚町	村上美智子	亡 夫	勲治(八五)
▽松山町	本郷 良二	亡 母	テル子(九四)
▽石橋町	大山 妙子	亡 夫	學(七六)
▽松山町	川副 登	亡 母	ヤエ子(九二)
▽石小路町	鈴木 修三	亡 妻	甫實子(八五)
▽住吉町	立川 美沙	亡 義父	勝也(八一)

「お盆に4年ぶりに親戚一同が美家が集まりました。私は、小学校3年生で1番年下のいとこをかわいがっており、その子と一緒に遊ぼうと柔らかなサッカーボールを持っていきました。しかし、親戚みんな考えることは同じで、小学校3年生のいとこのプレゼントをお渡し会状態になりました。4年前の私の記憶では、いとこは外で遊ぶことが大好きで、どんなに暑くても、公園に行こうという子だったので、今年は、私が公園でサッカーしようとするつもりで、外は暑いしポケカ

香典返し



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
(R5.7.31現在)	(R5.1.1 ~ 7.31)	(R5.1.1 ~ 7.31)	(R5.1.1 ~ 7.31)
人口 36,431人 (-23人)	発生件数 40件 (+1件)	認知総数 76件 (+8)	発生件数 3件 (-2件)
17,522人 (-16人)	負傷者数 57人 (+7人)	強制わいせつ 4件 (+4)	建物火災 2件 (+1件)
18,909人 (-7人)	死者数 0人 (±0人)	空き巣 3件 (+3)	その他火災 1件 (-3件)
15,996世帯 (+15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 1件 (+1)	おうち時間 家族で点検 火の始末
		自転車盗 13件 (+4)	
		車上ねらい 0件 (-2)	
		万引き 11件 (+2)	
		※速報値であり変更になる場合があります。( ) は前年同月比	

全国的に「災害級の酷暑」と形容された今夏の暑さ。8月には

毎日のように熱中症警戒アラートが報道などで発信されてきました。その酷暑も9月に入り少しずつ和らぎ、過ごしやすくなることも心地よいスズムシの鳴き声が聞こえてくることでしょう。しかし、季節の変わり目は体調を崩しやすくなるものです。くれぐれも体調管理にはお気を付けていただければと思います。

さて、夏の暑さにも負けないほど私が熱くなれるものが「スポーツ観戦」です。中でも、私のスポーツ熱を高めてくれているのが、メジャーリーグで活躍されているロサンゼルス・エンゼルス所属の大谷選手です。

今年3月に侍ジャパンとして挑んだWBC(ワールド・ベースボール・クラシック)で、世界一とMVPの称号を手にし、その勢いそのままメジャーリーグで、走攻守のすべてにおいてハイレベルなパフォーマンスを発揮し続けています。「ビックフライ、オオタニサン!」「ショウヘイ、キュンデス!」などと実況アナウンサーから発せられる面白い日本語からは、現地での盛り上がりや興奮

が伝わってきます。

日本でも多くの皆さんが、大谷選手が今季、本塁打を何本打ち、どんな記録を打ち出されるのか期待されていることでしょう。私も、大谷選手のご活躍をお祈りいたします。頑張れ!

野球といえば本市でも、先月4年ぶりに「うと地蔵祭り学童野球九州大会」が通常開催されました。県外からもチームを招き、今年は40チームの児童らが猛暑の中、甲子園球児に負けない熱戦を繰り広げてくれました。この大会は30回目を迎える伝統がある大会で、遠くは沖縄県からの参加もありました。この大会に参加した児童の中から、大谷選手のように世界に羽ばたく選手が誕生するかもしれない...と想像すると、胸が高鳴る思いです。

児童の中にも、将来の夢はプロ野球選手!と夢を持っている子どもさんも多いと思います。大谷選手は自分の夢に向かってしっかりと目標と立て、目標達成のため何をすべきかをしっかりと把握するため、「目標達成シート(マ



げんき  
元樹 だより  
市長からのメッセージ

「ンダラチャート」を活用されていたそうです。

私も、宇土市の未来についての夢があります。目標を達成すべく、しっかりとプランを持ち、夢を実現するためには、自分がどう行動すべきかを考え、着実に進めていきたいと思えます!今後ともよろしくお願ひします!

## 各種証明書の請求がスマートフォンから申請できます!!

マイナンバーカードをお持ちの人は、スマートフォンからオンラインで住民票の写し、各種税証明書の交付申請ができます。証明書などは申請受付後、申請の際に記載された住所に郵送されます。

今後は証明書交付申請以外にもスマートフォンからオンラインで申請できるよう拡充していきます。

### 交付申請可能な手続き

- ・住民票の写し
- ・戸籍抄本、謄本
- ・印鑑登録証明書
- ・戸籍の附票
- ・納税証明書
- ・所得証明書
- ・課税証明書

### 必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカード署名用電子証明書暗証番号(6桁以上の英数字、本人確認のため)
- ・マイナンバーカード読取りに対応したスマートフォン
- ・スマートフォンへの電子署名用アプリ(無料)のダウンロード
- ・クレジットカード(発行手数料、郵送料用)

### 申請手順



### 申請手続き先リンク

申請はこちらから→

申請リンク貼り付けページ QR コード



### 問い合わせ先

- 住民票、戸籍証明 市民保険課 ☎(27) 3311
- 税証明 税務課 ☎(27) 3315
- オンライン申請 まちづくり推進課 ☎(27) 3307

# HAPPY BIRTHDAY!!

3歳までのお様の写真を募集しています  
申込期限 誕生日の前月10日  
※10日が休日の場合は前日  
申込方法 右記二次元コードから  
お申し込みください

