

九州の
どまんなか
宇土市

KYUSHU
DOMANNAKA
UTO CITY

宇土

12

2025 No.1167
広報うと

「今月の表紙」
電車の分かれ道。
どっちに行こう？





▲宇土の絶景 長浜町沖のノリ網(地域おこし協力隊：宮本撮影)

11月6日(休)、宇土市の特産品である「ノリ」養殖の種付け作業が実施されました。例年より気温・海水温が高く推移したため、昨季より5日遅れてのスタートとなりました。網田・住吉漁協では、未明から漁船が出港し、ノリの胞子を付けたカキ殻を吊るした網が海面に広げられました。潮が引くと、赤や青、緑など色とりどりのノリ網が海面に広がり、まるでカーペットのような美しい光景が広がりました。長浜町でノリ養殖を営む田中優佑さん(34)は「長部田海床路や御奥来海岸などの綺麗な景色が見える場所で採れた宇土のおいしいノリをぜひ味わっていただきたい」と話しました。ノリの収穫は、12月10日ごろから始まる予定です。



箱舟に乗って、沖合に立てた支柱に、ノリの胞子を付けたカキ殻を吊るした網をくくりつけながら広げていく田中さん一家。

CONTENTS

- 2 宇土の絶景
- 4 子ども食堂を知ってますか？
- 10 網田小・中学校の教育を受けてみませんか？
- 12 水道料金の改定
- 14 くらし情報
- 18 私たちと人権
- 19 くらしの無料相談窓口
- 20 宇土中高の今
消費者トラブル注意報
- 21 うとのできごと
- 24 市民のひろば
- 25 地域おこし協力隊通信
「わたしのうと活動記」
- 26 熊本健康アプリ
- 27 知っておきたい国民年金
- 28 図書館だより
- 29 温故知新～うと学だより～
- 30 元樹だより
香典返し
編集後記
- 31 ハッピーバースデー
- 32 カレンダー

今月の表紙

表紙の写真は、三角線と鹿児島本線が交差する宇土駅で撮影しました。撮影に協力してくれたのは、中学3年生の日愛(びあ)さん。実は、25ページでご紹介している、10月から新たに地域おこし協力隊に加わった瓦川さんの娘さんです。写真では、網田中の制服を着用し



ています。来年、宇土市に引っ越して家族で暮らす予定とのことで、「宇土市での生活が楽しみ！」と話してくれました。
表紙撮影：地域おこし協力隊宮本

データで見る宇土市

人口・世帯数		交通事故発生件数		火災発生件数	
(R7.10.31現在)		(R7.1.1～10.31)		(R7.1.1～10.31)	
人口：35,861人	(+31人)	発生件数	45件(−3件)	発生件数	4件(−5件)
男性：17,265人	(+11人)	負傷者数	65人(+4人)	建物火災	2件(−1件)
女性：18,596人	(+20人)	死者数	0人(−2人)	その他火災	2件(−4件)
世帯：16,302世帯	(+24世帯)	()は前年同月比		()は前年同月比	
()は前月比		準備よし!あなたを守る 反射板		守りたい 未来があるから 火の用心	



子ども食堂を知っていますか？

いつ・どこで
あっているの？

こどもだけしか
利用できないの？

どのような食材を
使っているの？



どのような目的で
運営しているの？

誰が料理を
作っているの？

子ども食堂は”**みんなの居場所**”です。
こどもから高齢者までご利用いただけます。

知って欲しい二つのこと

1

子ども食堂は
みんなにひらかれた
場所です

2

地域の皆さまの
ご協力やご支援で
運営されています

1. 子ども食堂は みんなにひらかれた場所です

2012年に東京で誕生した子ども食堂は、こどもを中心に地域で暮らす人たちに無料または低額で食事を提供する場所です。現在では全国に10,000か所以上あり、そのほとんどが地域のボランティアが主体となって運営しています。

全国で広がり続けるこども食堂ですが、多くの方の中で今もなお、「満足にご飯を食べられないこどもたちだけが集まる場所」という誤解があります。しかし実際には、老若男女を問わず誰もが利用できる、ひらかれた場所です。運営者の想いはこどもたちだけに向けられているのではなく、地域全体に向いています。

子ども食堂は食事を届ける場である

と同時に、地域づくりの場でもあります。こどもをまんなかに置きながら、大人や高齢者、移住者も関わり合い、横にも縦にもつながりを広げていきます。「人のために始めた活動が、結局は自分の元気にもつながる。」そんな双方の関係が生まれます。高齢者にとっては生きがいとなり、こどもにとっては温かく話を聞いてくれる存在となり、移住者にとっては地域に関わるきっかけとなります。幼少期に食堂で過ごした記憶は一生残り、大人になって支援へとつながることもあります。

子ども食堂は、世代を超えて地域の絆を育む、みんなの居場所なのです。

Staff Interview

私たちにとっても大切な居場所

未就学児のいる家庭を対象に夕食を提供するという「ぶらっと」の目的に共感し、管理栄養士としての経験もお役に立てるかも、と思い参加。代表も引き受けました。

仕事や家事、育児に追われる親御さんは、どうしても食事に余裕を持ってないことがあります。家では「早く食べて」と急かしてしまうお母さんも、ぶらっとに来ると心にゆとりが生まれ、こどもが笑顔で食事を楽しむ姿を見て安心されます。そんな場面に立ち会えることは大きな喜びです。こどもたちの楽しそうな姿はス

タッフみんなの励みとなり、私たちにとっても大切な居場所となっています。

ぶらっとは、地域との繋がりを育みながら、こどもや親御さんに安心と心の安らぎを届ける場所です。将来的には開催日を広げ、より多くの方に利用していただけるようになればと思います。

活動に興味のある方は気軽にお声掛けください。



まちなかキッチン「ぶらっと」代表 今村かをるさん

子ども食堂を通して食育を伝える

子ども食堂との出会いは、地域のホールが空いた時に「こどもたちのために食堂を作ろう」と声をかけていただいたことでした。食育への思いに共感して、私もスタッフとして関わるようになり、もう2年ほどになります。

私たちは「マクロビオティック」を取り入れ、玄米とみそ汁を基本にしています。砂糖は一切使わず、旬の野菜

や自然な調味料を選び、素材の持ち味を大切にしています。こうした食事を通して、こどもたちや親御さんに「食の大切さ」

を感じてもらい、日々の食卓でも少しずつ意識していただけたらと思っています。

嬉しいのは、「美味しい」と言って繰り返し来てくださる人がいることや、子ども食堂をきっかけに食育を意識する人が少しずつ増えていると感じることです。こどもだけでなく大人や高齢者も集まり、毎回30人ほどが楽しんでくださっています。

子ども食堂を通して食育を伝え、地域の健康を支えられる場所として、これからも活動を続けていきたいです。



あ・うんコミュニティカフェ スタッフ 伊達和子さん

各子ども食堂の活動については次のページをご覧ください。

子ども食堂への支援



走湯食堂 代表 澤田美也子さん

一人の百歩より
百人の一步

走湯食堂は、地域で育ててもらった恩を未来へつなぐ「恩送り」の場と考えています。以前行った恵方巻づくりの際には農家さんが「こどもの頃に地域に支えてもらったから」と立派なキュウリを提供してくださいました。こうした善意は特別なことではなく、旬のトマトやナスなど、地元で採れた野菜が自然に持ち寄られるように、地域では当たり前のように受け継がれているものです。

大切にしているのは「一人の百歩より百人の一步」という思い。誰か一人が頑張るのではなく、みんなが少しずつ関わり合うことが大切だと思っています。こどもから高齢者までが笑顔で集い、支え合える居場所をつくり続けることが、子ども食堂の役割だと考えています。



株式会社大喜 店長 杉山友倫さん

Q 子ども食堂へ食材の支援を始められたきっかけを教えてください。

今の場所が青果店を始めて約47年。これまでお客さんや地域の皆さんに支えられ、励まされながら歩んできました。そんな地域に少しでも感謝の気持ちを伝えたい、なにか役に立ちたいという思いから、子ども食堂への支援を始めました。

Q 食材の支援をしていて嬉しかったことはありますか？

こどもたちや地域の皆さんが、私たちの食材が使われた料理を笑顔で食べている姿を見るのが、何より嬉しいことです。

Q 子ども食堂についての思いを聞かせてください。

こどもたちが健やかに成長していくことは、その先の未来にも幸せが広がり、より良い地域が築かれることにつながると 생각합니다。子ども食堂を通して、地域全体が幸せになることを願っています。

子ども食堂の活動や支援に関するご相談は下記までご連絡ください。

社会福祉法人 宇土市社会福祉協議会
宇土市浦田町44 ☎0964-23-3756

宇土市こども家庭センター
宇土市浦田町 51 ☎0964-27-3322
✉ kodomo01@city.uto.lg.jp

現在、社会福祉協議会ではフードバンク事業(フードドライブ)を通じて、子ども地域食堂を応援しています。市民の皆さまの温かい心を、支援が必要とされている方々へお届けします。ご協力をよろしくお願いいたします。

宇土の子ども食堂・みんなの居場所

宇土市には現在8か所の子ども食堂があります。地域の方々とつながるコミュニティの場や、憩いの場としてぜひご活用ください。



A まちなかキッチン「ぷらっと」

開催日 毎週水曜日
※第5週目の水曜日はお休み
時 間 17:00~19:30
場 所 宇土公民館
料 金 中高生以上:500円
小学生以下:無料
連絡先 公式LINEから事前に
予約をお願いします。



←公式LINE



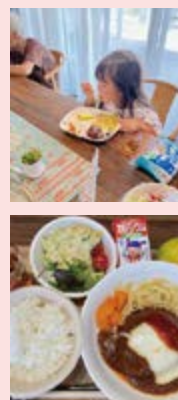
「まちなかキッチンぷらっと」は、子育て中のママ・パパを家事から解放する週1回の夕食支援。献立の悩みや台所仕事を忘れ、誰かの手作り料理で心にゆとりを。ゆったり食事し、残りの時間は家族だんらんへ。

マップは
こちらから



B NOHARA

開催日 毎月第4土曜日
時 間 12:00~14:00
場 所 カフェNOHARA(松山町)
料 金 大人:300円
高校生以下:100円
連絡先:080-6417-9578
※事前に電話予約をお願いします。



地域の交流の場になればと、小さなカフェで、「子ども・地域食堂」を始めました。年代は関係なく20名程の定員です。とりあえずは難しく考えず、仲間とボランティアができることに感謝し、皆さんと楽しく美味しい時間を過ごせればと思っています。

マップは
こちらから



C 未来食堂

開催日 毎月第2土曜日
時 間 11:00~14:00
場 所 昭和カフェ銀乃船
料 金 大人:300円
中高生以下:無料
連絡先 22-5623
※事前予約は不要です。



未来食堂へどうぞ！赤ちゃん、こども、小中高生、おとな、障がいがある方も無い方も、高齢の方、車いす利用の方、どなたでも……。おいしいごはんを食べに来ませんか？お隣の方と話しても良いし、しなくても良いし……。ご自由にお過ごし下さい。どなたでも、お待ちしております。

マップは
こちらから



D 走湯食堂

開催日 毎月最終土曜日
時 間 11:00~13:30
場 所 走湯公民館
料 金 大人:300円
高校生以下:100円
連絡先 080-1733-1385
※走湯町以外の方は事前予約をお願いします。



走湯食堂では、地元の有志約10人が毎月集まり地元の野菜を使った旬の料理を提供しています。お年寄りの知恵を持ち寄って地域のつながりを育む場所です。若い皆さんもぜひ、のぞいてみてください。

マップは
こちらから

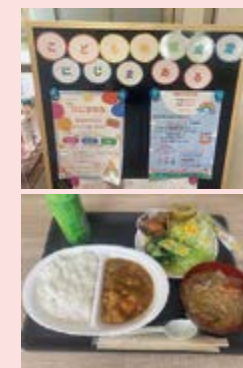


E にじまある

開催日 毎月第3または4日曜日
時 間 12:00~14:00
場 所 古保里町524-1
料 金 大人:300円
高校生以下:100円
連絡先 090-1162-5911
※詳細はInstagramをご確認ください。



←Instagram



にじまあるは家庭的なぬくもりを大切に、ボランティアスタッフで地域のヨリドコロとなるようみんなの居場所づくりに励み、だれでも気軽に気楽に来ていただけるような、みんなの食堂×緑がわサロンを開催しています。

マップは
こちらから



F あみつ茶屋

開催日 毎月第1土曜日
時 間 12:00~14:00
場 所 網津防災センター
料 金 18才以下と75才以上の方:無料
上記以外の方:300円
連絡先 24-3332
※100食限定。事前予約は不要です。



世代間交流、地域資源の活用、食品ロス削減など、様々な想いを込めて、地域食堂を今年の夏より始動いたしました。自然豊かな網津には美味しい食材もたくさんあります！地区外の方々もお気軽にお越しください！

マップは
こちらから



G 五色山食堂

開催日 毎月第3土曜日
時 間 11:30~13:00
場 所 釈光ビレッジ(松山町)
料 金 大人:300円
中高生:100円
小学生以下:無料
連絡先 22-2333
※事前に電話予約をお願いします。



五色山食堂では、忙しいお母さんの手助けや高齢者の方の支援につながればとの思いから月に1回弁当配布を行っています。1か月に1回でも食事を作る時間をこどもたちや家族団らんの時間に使っていただければ嬉しいです。

マップは
こちらから



H あ・うんコミュニティカフェ

開催日 毎月第2・4土曜日
時 間 12:00~14:00
場 所 柴尾音楽教室(境目町)
料 金 高校生以上:500円
中高生以下:300円
連絡先 090-4981-8783
※事前に電話予約をお願いします。



あ・うんコミュニティカフェとして、2年目になります。こだわりで雑穀米や野菜を中心にした8種類を毎回作っています。これからも健康維持のためにこだわり、作り続けていきます。みなさん、ぜひ食べに来てください。

マップは
こちらから



プログラミング教育

子どもたちの「未来を生き抜く力を育てる」ため、一人ひとりがタブレットで「スクラッチ」を使って、キャラクターや地域PRコンテンツを制作。学年によってテーマの違うプログラミングを学んでいます。



金融・マーケティング教育

お金の知識や、お金に関するトラブルなど、知っておくためになることを銀行の方から伝授。アイスクリーム販売を通じて、ターゲット層の決定・価格設定・販売先など、実践的なマーケティングも学んでいます。



未来を育てる、網田の学び 網田小・中学校の教育を受けてみませんか？

網田小学校・網田中学校では、少人数だからこそできる「深い学び」と「地域とのつながり」を大切にしています。今、網田でしかできない体験が、子どもたちの未来を育てています。



網田小・中学校では、平成27年度から「小規模特認校制度」を導入し、宇土小・花園小校区の小学生が網田小に、鶴城中校区の中学生が網田中に通うことができ、網田小・中学校ならではの教育を受けることができるようになりました。また、令和6年度からは宇土市教育委員会による「キャリア・スキルアップ教育」研究指定校に指定され、大きな三つの柱「特色ある教育活動」「金融・マーケティング教育」「プログラミング教育」を実践しています。少人数による教育環境の中で、子ども一人ひとりに寄り添った指導が行われています。

網田だからできる、特色ある教育

地域に根差した学習

学校の関係者や地域の人々に協力いただき、潮干狩りや合同運動会、田植え、餅つきなど、季節ごとの行事を行っています。また、網田中学校では地元のみかんを活用し生徒主体でアイスクリームの商品開発や販売までを手掛けるプロジェクトを実施しており、本年度も完売するなど大好評でした。



潮干狩り



アイスクリームの商品開発・販売



田植え



餅つき

小中一貫教育

小中9年間の一貫した学びが得られるため、児童生徒一人ひとりに寄り添ったきめ細やかな指導・支援を行っています。また、児童生徒が輝き一人ひとりが主役になれるよう、自主性を引き出す取り組みをしています。



◀小中合同遠足(潮干狩り)



小中学校交流授業▶

保護者の声

「放課後子供教室やプログラミング教育など、豊かな自然の中で網田ならではの学びのおかげで、毎日喜んで学校に通っています。通学のために早起きが習慣化し、規則正しい生活が送れています」
(小規模特認校制度利用者・保護者)

地域の人の声

「一人ひとりの子どもたちに先生の目が行き届く環境、今の網田の子どもたちがうらやましい！安心して『わかりません』と言える雰囲気は何より素晴らしい。プログラミングや金融の教育など、専門的な知識の積み重ねはきっと未来に生きるはず！」
(網田地区学校支援員)

転入学のご案内

網田での学びにご興味のある方へ

- ▶対象：宇土小・花園小校区の児童、鶴城中校区の生徒
- ▶転入学の要件：①小規模特認校（網田小・中）の活動に賛同すること。
②通学については保護者の負担と責任で行うこと。
③児童生徒の保護者はPTA活動等について、十分理解し、積極的に協力すること。
- ▶通学支援：公共交通機関利用時、定期券代の4分の3を助成
- ▶申請方法：転入学を希望する場合は、学校見学後に申請書および必要書類を学校教育課へ提出
※学校見学を希望される場合は、網田小・中学校へ直接お申し込みください。
網田小学校 ☎(27)0006 網田中学校 ☎(27)0011

☎宇土市学校教育課 総務係 ☎(22)6502

節水方法の紹介

水道料金の改定に伴い、各家庭への負担を少しでも軽減できるよう、節水方法などについて紹介します。ひとつひとつの節水は少量ではありますが、毎日行えば料金の抑制に繋がりますので、お試しください。

節水対策1



歯磨き

コップを使った場合
4人家族で一日 約22ℓ節水
(一月約0.7㎡)

節水対策2



トイレ

大小レバーを使い分けた場合
4人家族で一日 約48ℓ節水
(一月約1.5㎡)

節水対策3



洗濯

お風呂の残り湯を使って洗濯した場合
4人家族で一日 約100ℓ節水
(一月約3.1㎡)

節水対策4



お風呂

蛇口をこまめに開け閉めした場合
4人家族で一日 約144ℓ節水
(一月約4.5㎡)

これらの節水を行うことで、
一月に約10㎡の節水を行うことができます。

料金体系・使用水量ごとの料金比較 (※口径16mm以下の場合)

料金単位:円 ※税抜き

■パターンA

使用水量	現行料金	新料金
6㎡	1,200	1,300
10㎡	1,840	2,140
20㎡	3,440	4,240
30㎡	5,040	6,340

■パターンB

使用水量	現行料金	新料金
6㎡	1,200	1,300
10㎡	1,640	1,980
20㎡	2,740	3,680
30㎡	3,840	5,380

水道料金の計算方法(税抜)

6㎡までは基本料金です。10㎡の場合は、次のとおりです。

料金体系A:

1,300円(基本料金)+(210円×4㎡)(従量料金)=2,140円

料金体系B:

1,300円(基本料金)+(170円×4㎡)(従量料金)=1,980円

水道料金早見表について.....

今回の水道料金の改定について、宇土市役所ホームページに改定後の水道料金早見表を掲載しています。宇土市役所ホームページフリーワード検索で「水道料金」と検索していただくと該当ページが表示されますので参考にしてください。

水道料金改定に関すること

☎上下水道課 上下水道係

☎(27)6612

納付相談など

☎上下水道課 お客様センター

☎(22)6633

市の水道をご利用いただいている皆様へのお知らせ

～令和8年4月から、水道料金の改定を行います～

宇土市の水道事業は、令和2年3月31日に簡易水道事業と上水道事業を統合し、令和2年4月1日に料金改定を行って以来、経営努力により健全経営を維持してきました。

しかし、近年、少子高齢化に伴う人口減少などによる給水収益の減少や高度経済成長期以降に整備した施設の老朽化対策および大規模地震等の自然災害に対応するための施設の強じん化対策などによる事業費の増加等が見込まれ、さらに物価高騰の影響もあり、今後の安定的な水道事業の経営を維持することが危ぶまれる状況です。

また、独立採算性を経営原則とする水道事業を持続させていくためには、給水収益の安定確保に向け、適正な水道料金への見直しを行う必要があります。

そのため、将来にわたり、安心・安全な水を届け、安定した事業経営を継続するために、次のとおり料金を改定します。利用者の皆様にはご負担をおかけしますが、ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いします。なお、新しい水道料金での請求は、令和8年5月検針(6月請求分)からとなります。

水道料金表

料金単位:円 ※税抜

■現行料金表(パターンA)

上水道、網田・長浜・古場田米の口・赤瀬(配水池)

給水区域からパターンBの区域を除く区域

基本料金		従量料金(1㎡あたり)	
口径(mm)	6㎡以下	7㎡以上 30㎡以下	31㎡以上
16以下	1,200	160	190
20以下	1,300		
25以下	1,400		
40以下	1,500		
50以下	2,200		
75以下	2,700		
100以下	3,200		
100超	4,700		

(パターンB)

網津笹原・戸口・古屋敷・鶴見塚(配水池)

神合町の一部、野鶴町の一部、笹原町、城塚町の一部、網津町、住吉町、下網田町の一部、戸口町及び赤瀬町の一部の区域

口径(mm)	基本料金	従量料金(1㎡あたり)	
	6㎡以下	7㎡以上 30㎡以下	31㎡以上
16以下	1,200	110	120
20以下	1,300		
25以下	1,400		
40以下	1,500		
50以下	2,200		
75以下	2,700		

■新料金表

令和8年～

上水道、網田・長浜・古場田米の口・赤瀬(配水池)

給水区域からパターンBの区域を除く区域

基本料金		従量料金(1㎡あたり)		
口径(mm)	6㎡以下	7㎡以上 30㎡以下	31㎡以上 50㎡以下	51㎡以上
16以下	1,300	210	230	250
20以下	1,600			
25以下	2,000			
40以下	3,200			
50以下	4,000			
75以下	6,000			
100以下	8,100			
100超	12,100			

■激変緩和措置

令和8年～9年

網津笹原・戸口・古屋敷・鶴見塚(配水池)

神合町の一部、野鶴町の一部、笹原町、城塚町の一部、網津町、住吉町、下網田町の一部、戸口町及び赤瀬町の一部の区域

口径(mm)	基本料金	従量料金(1㎡あたり)		
	6㎡以下	7㎡以上 30㎡以下	31㎡以上 50㎡以下	51㎡以上
16以下	1,300	170	190	210
20以下	1,600			
25以下	2,000			
40以下	3,200			
50以下	4,000			
75以下	6,000			

口径については
検針票を
確認してください

令和10年以降

パターンAとパターンBを統一

	基本料金	従量料金(1㎡あたり)		
口径(mm)	6㎡以下	7㎡以上 30㎡以下	31㎡以上 50㎡以下	51㎡以上
16以下	1,300	210	230	250
20以下	1,600			
25以下	2,000			
40以下	3,200			
50以下	4,000			
75以下	6,000			
100以下	8,100			
100超	12,100			

現在二つの料金体系がありますが、今回の改定で統一します。ただし、料金体系Bについては値上げ幅が大きいため2年間の激変緩和措置を設け、負担軽減を行っています。よって、料金表が一つとなるのは、令和10年度からです。

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。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
市民生活	消費生活相談	月曜、火曜、水曜、金曜 午前10時～午後4時 ※12月3日(水)は、午前10時～正午	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 ☎市消費生活センター ☎(23)3251
	暮らしの行政相談	12月10日(水) 午前9時～正午	市役所2階 会議室8	当日会場で申し込み ☎総務課 行政係 ☎(27)3303 定員3人程度
	行政書士相談 (要予約)	12月12日(金)、1月9日(金) 午前11時～午後4時	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 ☎総務課 行政係 ☎(27)3303 定員5人
	人権相談	12月4日(水) 午後1時～4時	市役所2階 会議室8	当日会場で申し込み 定員3人程度 ☎総務課 行政係 ☎(27)3303
	年金相談 (要予約)	12月4日(水)、1月15日(水) 午前9時30分～午後3時	福祉センター	☎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 午前9時～午後4時	うと自立相談センター (宇土市社会福祉協議会内)	☎うと自立相談センター ☎(23)3756
	司法書士相談 (要予約)	12月25日(水) 午後1時～4時	市役所2階 会議室8	電話で申し込み ☎商工観光課 商工振興係 ☎(27)3328
社会福祉協議会	宇土ふれあい福祉相談所	成年 後見相談	宇土市社会福祉協議会	【申込不要】 ☎宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756
		法律相談 (要予約)		【申込必要】8人まで※初回の人優先 法律相談の予約受付は毎月1日から ☎宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756
		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 午前8時30分～午後5時15分	福祉課 ふくしの相談窓口	☎福祉課 ふくしの相談窓口 ☎(22)1111 (内線433)
	こもりびと (ひきこもり)相談会	12月3日(水) 午後2時～4時	福祉センター 1階 相談室	☎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)	12月11日(水) 午後2時～4時	宇城保健所 相談室	☎宇城保健所 ☎(32)1207
	家庭児童相談・ 女性相談	月曜～金曜 午前8時30分～午後5時15分	こども家庭センター	☎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 午後1時～5時	電話かメールによる相談	☎ヤングテレフォン ☎(23)1139 📧young01@city.uto.lg.jp
	健康相談	12月5日(金)、19日(金) 午前9時～11時	保健センター	☎健康づくり課 母子保健係 ☎(27)4428 電話か右記QRコード から申し込み
高齢者	高齢者のための 相談窓口(要予約)	月曜～金曜 午前8時30分～午後5時15分	☎地域包括支援センター ☎(24)1555 轟・花園・全地区 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 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	
	ハローワーク宇城 地域職業相談室	月曜～金曜 午前9時30分～午後5時	市役所 別館2階 ※正午～午後1時は閉庁とな る場合があります。	☎地域職業相談室 ☎(26)1003
就労	ジョブカフェ・ 宇城ランチ (無料就労相談窓口)	月曜～金曜 午前10時～午後5時	宇城地域振興局 1階 (松橋町久具400-1)	☎ジョブカフェ・宇城ランチ ☎(32)1529

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

子育て

子育て講座参加者募集

つどいの広場12月の講座は、「わらべ歌と絵本の読み聞かせ」です。参加費は無料です。お気軽にご参加ください。

▼日時 12月25日(木) 午前10時～11時30分

▼場所 市役所別館2階和室

▼講師 高野和佳子さん(NPO法人子育てワーカーズベペぺらん代表)

▼対象 0～3歳児と保護者

▼定員 10組程度

▼申込方法 電話か母子手帳アプリ

☎☎☎222408

親子ふれあい広場を開催します

手遊び・運動遊び・リズムあそび・おしゃべりタイムなど。申込不要、自由参加です。

▼日時 12月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)

午前11時～11時30分

※12日(金)は幼児対象の英語教室あり

▼場所 児童センター3階プレイルーム

☎☎☎233303

うとん子育ての輪はおはなし会

子育てコンシェルジュと一緒に、お茶を飲みながら子育ての悩みや日々のできごとを気軽に話ませんか？初めての人やお友だち同士も大歓迎です。

▼日時 12月12日(金) 午前10時～11時30分

▼場所 市役所別館2階和室

▼対象 市在住の未就学児と保護者

▼参加費 無料

▼申込方法 電話かインスタDM

☎☎☎273323

保育所等入所申込

令和8年4月からの入所申込は12月26日(金)までです。

☎☎☎273323

児童(学童)クラブ入会申込

令和8年4月からの入会申込は、12月26日(金)までです。現在利用している人も再度申し込みが必要です。

☎☎☎273323

☎☎☎273323

シリーズ私たちと人権 108

☎生涯活動推進課 生涯学習係 ☎(22)6510

12月4日～12月10日は「人権週間」です

20世紀前半の二度にわたる世界大戦の悲惨な体験とその反省にたつて、1948年の国連総会において、「世界人権宣言」が採択されました。さらに、その2年後の国連総会では、12月10日を「人権デー」と決めました。日本では、1949年に12月4日から10日までの一週間を「人権週間」と決めました。

自分には関係ない・・・？

「人権」というと、「難しい、堅苦しい」、「自分には関係ない」といった、普段の生活からかけ離れたことと受け止めてしまっていないですか？しかし、人権問題は、家庭、学校、地域、職場などあらゆるところに存在しています。

日常生活を振り返ってみると・・・

「男(女)のくせに・・・」「高齢者だから・・・」「外国人だから・・・」このような、ひとくくりにしたものの見方をしていませんか。こういった思い込みは、誤解や偏見を生みだしたり、気づかないうちに人の心を傷つけたりすることがあります。

自分らしく、あなたらしく生きるために互いを認め合おう

「人権」とは、人が生まれながらに持っている「自分らしく生きる」権利のことです。人権週間をきっかけに、一人ひとりが持つ多様な個性を認め、自分や相手の良いところを見つけ、それぞれが大切な存在であることに思いをはせる一週間にしませんか。



市では、12月1日(月)～24日(水)の間、図書館に「人権図書コーナー」を設置しています。図書館へお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。



講演会の様子

10/18 大王のひつぎ実験航海 20周年記念講演会を開催

1500年前の石棺輸送(宇土-大阪間)を再現した「大王のひつぎ実験航海」から20周年を記念した講演会が宇土市民会館で開催され、120人が参加しました。第1部では、大阪府高槻市文化財アドバイザーの森田克行さんが「水運王継体と磐井の乱」と題して基調講演。宇土産馬門石製の石棺が出土した継体大王(天皇)の墓とされる今城塚古墳(高槻市)の発掘調査成果のほか、現在の福岡県八女市付近で起こった日本古代史上最大の内乱「磐井の乱」時に、継体



展示された資料に見入る来場者

率いるヤマト王権が派遣した討伐軍の推定航路や当時の船の構造について解説しました。第2部の「古墳時代の船と石棺輸送」をテーマとしたパネルディスカッションでは、森田氏のほか、実験航海で航海隊長を務めた下川伸也さん(水産大学校校長)、実験航海発案者の高木恭二さん(宇土市文化財保護審議会委員長)がパネリストとして登壇。古墳時代の石棺輸送や船の構造、継体大王が葬られた可能性が高い馬門石製石棺について活発な議論が交わされました。



西岡神宮で披露された宇土の御獅子舞

10/19 宇土の御獅子舞

西岡神宮秋季大祭が開催され、尾崎医院駐車場や宇土市役所、西岡神宮など5か所で舞が披露されました。県指定重要無形民俗文化財である「宇土の御獅子舞」は、1740年に五穀豊穡と子孫繁栄などを願って奉納したのが始まりとされています。現在は本町1丁目の住民を中心とした保存会により継承されています。当日は、銅鑼や太鼓の音に合わせた球振りの子どもと雄雌2頭の迫力のある舞に、訪れた人たちから大きな拍手が送られました。



宇土市民会館駐車場で舞を披露する鶴城中の生徒

10/19 鶴城中生徒が 宇土の御獅子舞を披露

鶴城中の2・3年生の男子生徒14人が、県指定重要無形民俗文化財である「宇土の御獅子舞」に挑戦しました。今回舞を披露した鶴城中の生徒は、令和7年9月から総合的な学習の時間を活用し、宇土御獅子舞保存会の指導のもと稽古に励んできました。10月10日(金)の学習文化発表会と10月19日(日)の西岡神宮秋季例大祭で舞を披露し、強くしなやかな舞が観客を魅了しました。鶴城中では、平成29年度から地域文化の継承を目的に御獅子舞の稽古を続けています。

宇土中高の今

宇土中学校・宇土高等学校 ☎(22)0043

台湾研修に行ってきました！

10月27日(月)～30日(木)の4日間、生徒10人、保護者2人、山本校長はじめ引率教員2人が参加しました。初日は、熊本空港発桃園空港行の航空機に搭乗し、到着後新幹線に乗り換えて台南市内に移動しました。昼食の機内食も夕食の台湾料理も大変美味しくいただきました。2日目は長栄大学を訪問し、王献章先生の中国語と英語によるプログラミングに関する講義を体験しました。その後の歓迎会では、副校長の孫惠民先生をはじめ多くの大学関係者が出席され、熱烈なお出迎えを受けました。昼食の餃子弁

当は最高でした。3日目は待ちに待った台北市内での班別自由行動です。生徒たちがチャットに送ってくる観光地でのスナップ写真は、はち切れんばかりの笑顔でいっぱいでした。お土産もたくさん買って、門限までには全員が無事にホテルに帰着しました。4日目は、航空機の関係で午前3時半起床でした。機内食を食べている頃にやっとはっきり目が覚めました。この4日間の研修で学んだことを糧に、生徒たちが将来グローバルリーダーとして社会に貢献できる人材に成長してくれることを期待しています！



消費者トラブル注意報

「登録完了」に注意！ワンクリック請求のトラブル急増中

(70代の相談より)

スマートフォンで無料の動画サイトを見ていたら、突然「登録完了」と表示され、「誤作動の人はこちら」などの表示が出て、絶対に連絡しない！

電話をすると「料金50万円が発生している」と言われ、指示どおり電子マネーで支払ったが、返金はされなかった――。

トラブル防止のポイント

- トラブル防止のポイント
- 「登録完了」「誤作動の人はこちら」などの表示が出て、絶対に連絡しない！
- 電話やメールでやり取りすると、さらに個人情報を取られるおそれがあります。
- 一度支払ってしまうと、お金を取り戻すのは非常に困難です。

不安に思うことやトラブルが生じた場合は、早めにご相談ください。

宇土市消費生活センター

▶受付日時 平日(木曜日を除く) 午前10時～午後4時

▶場所 宇土市役所別館1階

☎(23)3251

宇土市消費生活センター

☎188

広告



田山産科婦人科

診療科目 産婦人科

診療内容 子宮がん検診、妊婦健診、分娩、産後ケア(日帰り型、宿泊型)など

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:15～13:00	○	○	○	○	○	○	／
15:00～18:00	○	○	／	○	○	／	／

※受付は午前・午後共に診療終了時間の30分前までです

休診日 日曜日・祝祭日

TEL.0964-22-5522

▶JR宇土駅から車で約10分
▶宇土シティモールから車で5分

駐車場完備/約20台

〒869-0422 熊本県宇土市入地町161-2



広告



住み慣れた地元で 教習を受けませんか

熊本南自動車学校って!?

元気な挨拶でお迎えします

やさしく話しやすい 指導員です

熊本南自動車学校

熊本県宇土市松山町2300番地

TEL:0964-22-0856

MAIL info@minami-ds.co.jp

HP https://www.minami-ds.co.jp/





かまどベンチの組み立て方を学ぶ参加者

11/11 避難所施設の機能を知ろう

網田コミュニティセンターで「災害時の避難所としての機能を確認する会」(網田地区行政区長会主催)が開かれました。一般社団法人 よか隊ネット熊本の土黒功司代表が「災害は`その日、だけじゃない〜日ごろのつながりが`その後、`を`変える〜」の演題で講演。行政区長ら約40人が耳を傾け、市危機管理課による施設説明を聞きながら調理室などを見学し、かまどベンチやマンホールトイレの組み立て方を学びました。平時は公民館として利用され、災害時は約100人の収容が可能で、地域住民らの生活をバックアップします。



複数のホースをつなげて放水する消防団員

11/9 秋季全国火災予防運動出発式及び消防団非常呼集訓練を実施しました

消防団の非常呼集訓練を実施しました。この訓練は、昼夜を問わずいつ発生するか分からない災害に対処するための訓練です。早朝5時に、各地区分団長の指揮のもと、消防団員が一斉に火災想定現場に出動し、ポンプを複数中継し放水を行う訓練を実施しました。訓練終了後、宇土市役所正面玄関前駐車場で秋季全国火災予防運動の出発式が行われ、宇土市消防団(伊豫孝信団長)が全国統一防火標語「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」を市内一円で呼びかけました。



熊本交通運輸株式会社 住永富司代表取締役社長(左)

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

企業名:熊本交通運輸株式会社
株式会社 川口不動産
株式会社 マーブルフエロー

「誰もが結婚・出産・子育ての希望がかなうまちをつくる事業」として多目的市民交流施設整備事業に活用させていただきます。

企業名:株式会社 三和測量設計社

「魅力あるしごとをつくり、雇用を創出する事業」として農水産加工施設整備事業に活用させていただきます。



前田教育長(左)、九州電力送配電株式会社宇城配電事業所 平川浩二所長(右)

10/21 九州電力送配電株式会社が市内小学校に花の苗を寄贈

九州電力送配電株式会社宇城配電事業所の平川浩二所長が市役所を訪れ、花の苗(合計1,260株)を寄贈されました。この花の苗は地域貢献・美化活動の一環としての網津小・網田小・宇土東小・鶴城中へ贈呈されました。また、職業体験の一環として、網田小学校で、同職員による高所作業車への搭乗体験やドローン飛行の見学も実施されました。



小学3年生の部で優勝した「第2さくらSC U-9」

11/15・16 第24回宇土ジュニアサッカー大会

宇土市運動公園グラウンドで第24回宇土ジュニアサッカー大会が開催され、県内外の小学1年生から3年生までの全78チームが激戦を繰り広げました。15日(土)に予選が行われ、上位チームは16日(日)の決勝トーナメントに臨みました。試合中、保護者や観客から熱い声援が送られ、ファインプレーやゴールが決まると会場は大きな歓声と拍手に包まれました。



立岡自然公園の花しょうぶ園で清掃活動を行う花園小4年生と花園クリエイティブクラブの会会員

11/11 花園小4年生が花しょうぶ園で清掃活動

立岡自然公園の花しょうぶ園で、花園小4年生の児童たちが草取りのボランティア活動を実施し、約40分間園内の草を丁寧に取り除きました。この活動は、かつて園を整備していた「花園クリエイティブクラブ(上村友男元代表)」の活動を学ぶ道徳の授業から始まりました。講話を通じて地域への思いやボランティアの意義に触れた児童たちは、「自分たちが守りたい」と清掃を提案。その思いにクラブの皆さんも応え、当日一緒に活動しました。活動に参加した花園小4年の田原旭さんは、「この公園が綺麗になったのは、花園クリエイティブクラブの皆さんが10年間花しょうぶを育ててきたおかげ。またやりたい」と話しました。



フィナーレの宇土高校和太鼓部「鼓」、太鼓芸能集団「袖衣」、宇土天響太鼓など出演者による総打ち

10/26 第40回 宇土大太鼓フェスが開催されました

国の重要有形民俗文化財に指定されている「宇土の雨乞い大太鼓」の伝統を受け継ぐ「第40回宇土大太鼓フェスティバル」が宇土市運動公園で開催されました。秋晴れのもと、力強く響く太鼓の音が会場を包み、多くの来場者でにぎわいました。宇土市には、江戸時代から明治時代にかけて作られた29基の太鼓が現存しています。このフェスティバルは、地元有志による実行委員会が中心となって毎年開催しており、市民の皆さんに太鼓の魅力を身近に感じていただくとともに、貴重な文化の継承を目的としています。



わたしのうと活動記



植物染色師としての一面もあります！



Instagram
「うとん子育て」で
宇土の子育ての情報を
発信中！



子育て支援課所属 瓦川 佳奈

協力隊mission

子育て家庭と地域を繋ぐ
懸け橋になる



宇土で楽しく子育てできるように

今後は、子育てに関する情報の発信や相談対応、親子で楽しめる交流イベントなどを通して、子育て家庭と地域をつなぐ懸け橋になればと思っています。宇土で楽しく子育てできるようにお手伝いさせていただきます。子どもたちが伸び伸び育ち、子育てが安心してより楽しめるよう、地域の一員として一緒に歩んでいけたらと思っています。どうぞお気軽に声をかけていただければ嬉しいです。

経歴・資格
元保育士、ベビーマッサージインストラクター、育児セラピスト、植物染色師

肝っ玉母ちゃんになりきれてない 5児の母です

宇土市の地域おこし協力隊「子育てコンシェルジュ」として活動させていただくこととなりました瓦川佳奈と申します。育児真っ最中！の日々の中での喜びや悩みを実感しています。

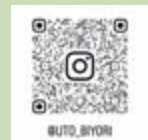
引っ越して間もないですが、宇土の人は人が好きと聞いていた通り、みなさんにとっても親切にいただいています。海や山など自然が身近にあるこの地域は、子どもたちにとって貴重な体験ができる素晴らしい環境だと感じています。



商工観光課所属 見沢 晴菜

協力隊mission

うとの魅力を発見・発掘・発信！
うとの観光をバズらせる



宇土市公式 Instagram
「うとびより」
こちらを主に発信して
います！

9月に高知県で行われた
ご当地キャラ祭りへ
うとん行長さんと一緒
に行き宇土の観光PRを
行いました！



2025年は出逢いの年でした

埼玉から宇土に来て7か月が経ちました。前回広報紙に活動報告を掲載させていただいてからもう5か月。関東に居た時以上に月日の早さを感じますが、目にする周りの自然のおかげで一日がゆっくりと感じられ、心地良いです。

この7か月間新しい出会いが沢山ありました。絶景や、子どもたち、宇土市を盛り上げようと行動されている方々。そして、美味しい宇土のご飯と、さらに熊本弁！出会いと発見がある宇土市。知れば知るほど好きになる。そんな毎日を過ごしています。

2026年に向けて

宇土の観光地を巡ったり調べたり、時には物産物を食べたり…SNSとHPを利用し発信をしながら活動を行ってきました。協力隊2年目になる2026年は自分から宇土の魅力を発掘し発信していきたいと思います。目指せ！宇土市公式Instagramフォロワー1万人突破！ぜひ周りの人にも「宇土市って素敵なんだよー！」とアカウントを勧めていただけると幸いです。

2025年もありがとうございました。2026年も宇土市地域おこし協力隊をよろしく願いいたします。(年明けに宇土の海苔と醤油でお餅を食べるのが楽しみー！)



網田にあるみかん農園さんで収穫を体験しました。網田は宇土市の中でも特に大好きな場所です！

地域おこし協力隊って？

都市部から移住し、地域の魅力づくりやお手伝いをする制度です。農業や観光、PRの支援など、地域の課題に取り組みながら、ここでの暮らしを楽しみ、定住を目指します。宇土市地域おこし協力隊は、今年新たに7人着任し、総勢9人で活動しています。

宇土市の市外局番「0964」 宇土市役所 ☎(22)1111(代表)

記号の説明
☎…問い合わせ先 ☎…申込先 ☎…電話番号
FAX…FAX M…メールアドレス H…ホームページ



いけばな教室 ”花の会”(小原流)

小原流のいけばなのおけいこをもとに季節の花をいけて楽しませんか？

- ▶日時 第2火曜日 10:00～正午(月1回)
- ▶場所 宇土中央公民館
- ▶対象 お花が好きな人はどなたでも大丈夫です。
- ▶定員 5人
- ▶料金 2,000円程度
- ▶申込方法 電話連絡
- ☎花の会 担当:池田
☎080(1704)4718

EM活性液を 無料配布します

善玉菌のかたまりの『EM活性液』は、靴箱等の臭い消し、トイレや水回りの洗浄、植物の成長や土壌効果に効果があり、流した水自体が河川等の浄化源となります。申込不要です。ご活用ください。

- ▶日時 12月23日(火)
- ▶場所 旧教育委員会前
- ▶対象 宇土市民
- ☎宇土ライオンズクラブ
☎(22)0593

三井住友海上文化財団ときめくひととき1079回 古部賢一&鈴木大介〜オーボエとギターによるクリスマスコンサート〜

長年の信頼を紡いだ名手コンビが奏でる多彩で心温まる音楽の贈り物。クリスマスシーズンならではの選曲です。

- ▶演奏曲 主よ人の望みの喜びよ、G線上のアリア、アヴェ・マリア、クリスマスソングス他予定
- ▶日時 12月21日(日) 開演14:00(開場13:30)
- ▶会場 宇土市民会館 大ホール
- ▶料金 【一般】前売券1,000円(当日券500円増)
【高校生以下】無料 要整理券(未就学児入場不可)
※本コンサート(公財)三井住友海上文化財団の助成により特別料金に設定しています。

▶プレイガイド 宇土市民会館・宇土シティモール・熊本県立劇場・ローソン(Lコード83174)

☎宇土市民会館 ☎(22)0188

令和8年度男女入寮生募集！ 熊本出身者のための学生寮「有斐学舎」

有斐学舎は公益財団法人肥後奨学会が運営する熊本県出身の大学生を対象とする男女学生寮です。東京都及び周辺の大学(短大除く)へ進学する人にお勧めします。朝夕の食事もあり、勉強のための環境がそろっています。

- ▶場所 東京都小平市学園西町1-2-15
- ▶部屋料(月額) Aタイプ 29,000円(1室2人)
Bタイプ 45,000円(1室1人)
- ▶食事 1日2回(月～土:朝・夕) 1か月約17,000円
- ▶面接日 第1回 1月24日(土) 熊本市国際交流会館
第2回 3月14日(土) 熊本市国際交流会館

☎担当:三角 ☎080(8023)8238

みんなで一緒に楽しむ クリスマスパーティー♪

子どもたちを中心に、みんなで一緒に楽しむクリスマスパーティーです。ゲームにランチ&ケーキ、クリスマスのお話やクリスマスソング♪サンタさんからのプレゼントもお楽しみに！

- ▶日時 12月21日(日) 10:30～15:00(途中でも出入り自由)
クリスマス礼拝 10:30～11:30
ランチ 正午～13:00
パーティー(ゲームなど) 13:30～15:00
- ▶場所 バプテスト熊本南キリスト教会
(宇土市民会館の正面向かい側)
- ▶定員 15人程度(先着順) ▶料金 無料
- ☎下記の電話番号、メールアドレスから申し込み。
☎日本バプテスト連盟 熊本南キリスト教会
☎(22)1695 Mch_7520@yahoo.co.jp

うと寄席 vol.4 「三遊亭好楽落語会」

名人・三遊亭好楽、熊本出身の真打・好一郎がそろって登場する「新春うと寄席 三遊亭好楽落語会」。初春のひとときを笑いで彩る特別な舞台。古典の妙と現代の息吹が交わる落語の世界へ、どうぞお越しください。熊本出身の本田浩平による津軽三味線もお楽しみに。親子で、友人同士で、落語初心者も大歓迎。心から笑える時間が、ここ宇土市民会館に待っています。

- ▶日時 1月18日(日) 開演14:00(開場13:30)
- ▶場所 宇土市民会館 大ホール
- ▶料金 一般:2,500円/ペアチケット:4,000円
(未就学児入場不可)チケットの払い戻しは行いません。
- ▶プレイガイド 宇土市民会館・宇土シティモール・熊本県立劇場・ローソンチケット(Lコード81501)

☎宇土市民会館 ☎(22)0188

年金関係の各種通知書をご確認ください

日本年金機構から、年金に関するさまざまな通知書が送付されます。内容をよく確認し、必要な手続きを忘れずに行いましょう。

ねんきん定期便

毎年誕生日に届く「ねんきん定期便」では、ご自身の年金記録を確認できます。記録のまれや誤りがないか必ずチェックしてください。

年齢により記載内容が異なります。

●35歳・45歳・59歳の方(封書)

これまでのすべての加入記録を掲載

●50歳未満の方(はがき)

加入期間や見込み額の概要を確認可能

●50歳以上の方(はがき)

60歳まで働いた場合の見込み年金額を記載

※紙の通知のほか、インターネットの「ねんきんネット」でも閲覧できます。

年金額改定通知書・年金振込通知書

毎年6月に、1年分の年金支払額などをまとめた通知書が届きます。年金と年金生活者支援給付金を同時に受給している方は、2種類の通知が大判はがき1枚に統合されます。

※遺族年金受給者・複数年金受給者・視覚障害による障害年金受給者の方には封筒で送付されます。

令和8年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書

令和8年2月以降の年金から源泉徴収される所得税の控除申告書です。該当する方は必ず提出してください。

【送付対象】

65歳未満:年金額155万円以上

65歳以上:年金額205万円以上

※控除の申告がないと、所得税が正しく控除されない場合があります。詳しくは日本年金機構ホームページへ。

令和7年分社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

令和7年中に国民年金保険料を納付した方へ送付されます。年末調整や確定申告に必要な書類です。紛失しないよう保管してください。



国民健康保険に関するお知らせ

社会保険加入時は国保の脱退手続きを

職場の社会保険に加入したら、国民健康保険の脱退手続きが必要です。手続きをされない場合、国保税が引き続き課税されます。

【必要なもの】

①職場などの健康保険「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」

②国民健康保険「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」

③来庁される方の本人確認書類(運転免許証など)

※手続きを別世帯の方が行う場合は委任状が必要です。

※①、②は社会保険加入者様全員分

オンライン申請も可能です。

交通事故などで受診したときは届け出を

国民健康保険加入者が交通事故など第三者の行為だけがをした場合、市への届け出が必要です。

【届け出が必要な例】

交通事故／他人の飼い犬にかまれた／暴力行為を受けたなど

【主な必要書類】

第三者行為による傷病届、事故発生状況報告書、交通事故証明書(または入手不能理由書)、念書・誓約書・印鑑・資格確認書 など

※様式は市ホームページからダウンロードできます。市では、医療費適正化のため、負傷原因調査を行っています。該当する方には書類を送付しますので、ご協力をお願いします。



熊本健康アプリ「もっと健康!げんき!アップくまもと」 10万ダウンロードありがとうございます!!

10万人達成記念企画

①イベント

「5日連続5,000歩歩いてドリンクを当てよう!!」

②各地で実施!スタンプラリー

(宇土市でも実施!)

③賞品本数過去最多!!年度末抽選会

④継続利用ポイント新設!

10万人達成記念
専用ホームページ



アプリの使い方

Step1

まずは登録



▲App Store



▲Google Play



①熊本健康アプリをダウンロード

②ニックネームや市区町村、年齢、性別などを入力

③1日の歩数目標などを設定

※スマートフォンをお持ちでない方は紙でも参加ができます

Step2

ポイントを貯める

●毎日ポイント

・アプリ起動

・歩数によるポイント

毎日起動すれば
すぐに500pt貯まる!
2月の年度末
抽選会に応募
できます!

1ポイント/日
1000歩で1ポイント
(1日8ポイントまで)

・健康状態入力

・健康セルフチェック

1ポイント

最大3ポイント

●検診等によるポイント

・健康診断

・各種がん検診

・歯科健診

・献血 等

40ポイント

●ミッションポイント

健康イベントに参加すると

20ポイント

Step3

ポイントを使う

●豪華賞品が当たる抽選会へ応募できる!

500ポイント以上獲得すると、地域の特産品や宿泊施設、商業施設の商品券などが当たる抽選会への応募ができます。

●協力店でサービスが受けられる!

500ポイント以上獲得すると、「げんき!アップカード」が表示されます。このカードを協力店で提示することで、様々な特典を受けることができます。



他にもいろんな機能があります!

◇つながり機能

アプリのユーザー間で【つながり】の申請・承認をすると、相手のアプリの利用状況や健康状態などがアプリで確認できるように!

◇グループ機能

「メニュー」→「グループ設定」からグループを作成できます。家族や職場などのチームで楽しめます。対抗戦も随時開催していますので、ぜひご参加ください。

詳しくはホームページをチェック

<https://www.genki-up-kumamoto.jp>

もっと健康!げんき!アップくまもと

検索



12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

リリとネネのおばけパンケーキ

田島 かおり / 作
講談社



リすのリリとねずみのネネは、パンケーキを作るのが大好き。そしてお客さまに、おいしいものを食べてもらうのも大好きです。ある夜、リリとネネがパンケーキを作っていると、小さなかわいいおばけちゃんがあらわれ…。

中学生向け

ツバメの親子はどこにいる

榎崎 茜 / 作
水谷 有里 / 装画・挿絵
くもん出版



小学5年生の明照は、白杖をもって弟の首晴の入学式に来た母の姿をからかってきたクラスメイトたちと、取っ組み合いのケンカになり…。視覚障害者の両親のもとに生まれた兄弟の成長を描く。

小学生低学年向け

えいきゅうしちゃん

minchi / さく・え
岩崎書店



おーちゃんのところに、えいきゅうしちゃんがやってきました。ある日、公園であそんでいると、転んでえいきゅうしちゃんがおれてしまい…。乳歯と永久歯、虫歯のしくみと予防法、歯が折れたときの応急処置などがわかる絵本。

一般向け

おまえレベルの話はしてない

芦沢 央 / 著
河出書房新社



棋士という夢を追って切磋琢磨してきた芝と大島。芝は夢を叶えたものの成績が低迷、一方の大島は夢を諦め弁護士になった。今も消えない互いへの嫉妬、羨望、侮蔑。その行方にあるのは…？『スピン』掲載などを単行本化。

小学生高学年向け

大谷翔平

夢にフルスイング
ジェームズ・バックリー・ジュニア / 著
児島 修 / 訳
ポプラ社



多才な活躍で世界中をおどろかせ、みんなに元気を与える野球界のヒーロー、大谷翔平。彼はどのようにして世界的なスターになったのか？ その歩みを綴り、記録を更新し続ける強さにせまる。

一般向け

テーブルコーディネートの発想と技法 視覚効果から考える デザインの考え方、組み立て方

浜 裕子 / 著
誠文堂新光社



誰が見ても美しく、座って食事をしたくなるテーブルコーディネートには、構成のための理論がある。いつの時代にも使えるテーブルコーディネートの普遍的な理論とノウハウ、アイデアを、視覚効果の観点から解説する。

第133回

温故知新

くろと学だより
図文化課文化係 ☎(23)0156

良馬の生まれた宇土の牧場

かつて、宇土には馬を放牧する「牧場」があったことをご存じでしょうか。宇土半島では、古代から江戸時代にかけて、牧場が設置されて、多くの馬が育てられました。

江戸時代以前の牧場

『続日本紀』によると、最初に宇土に牧場が置かれたのは、慶雲4年（707）のことです。全国23カ所の牧場とともに設置されたと書かれています。これらの牧場は、古代律令制における中央の管理のもと運営されていましたが、貞観6年（864）には廃止されています。

古代の牧場については、設置と廃止の時期の記録が残るのみで、牧場の場所や規模に関する正確な記録が残っておりず、詳細は不明です。

江戸時代に書かれた『肥後国誌』によると、古代の牧場が廃止されてから約180年後の永承4年（1049）、関白藤原道隆が、宇土半島に「千町牧」を設置したとあります。さらに、長浜町笠瓜に牧神社が建立され、当

地域を中心に馬の飼育が行われたようです。寿永3年（1184）に行われた有名な宇治川の戦いで、源頼朝に味方した武将・佐々木高綱が宇治川を渡るときに乗っていた名馬「池月」は、一説には宇土の牧場で生まれたとも伝えられています。

慶長5年（1600）に肥後一国の領主となった加藤清正は、「千町牧」の規模を縮小し、長浜村周辺に「百町牧」として再び牧場を設置しました。また、牧奉行などの役人を置いて、牧場の管理を行いました。この際に牧神社も笠瓜から長浜町宇旧牧神に移されたようです。

江戸時代の牧場

江戸時代に入り、細川氏が宇土を統治するようになると、牧場の状況もはっきりと見えてきます。200町（約200ヘクタール）の広さがあった宇土の牧場は、熊本藩の管理下に置かれ、実際の管理は長浜・網津両村の庄屋が行いました。

毎年4月上旬になると、熊本藩主

が宇土の牧場を訪れ、馬を捕獲することが慣例となっており、ここで捕獲された馬が藩主のお召し馬として飼育されました。

一方で、馬の管理や飼育は簡単ではなかったようで、寛永16年（1639）には、多くの死馬を出し、急遽薩摩藩から母馬を調達しています。死馬が出る原因として、火事や病気などに加え、野犬による被害もあり、定期的な鉄砲による野犬駆除が行われました。

牧場の終焉

多くの良馬が生まれた宇土の牧場は、明治3年（1870）に廃止されました。

現在、牧場があった場所は木々に覆われ、往時をしのぶのは困難ですが、周辺には江戸時代後半に網津町馬門に移された牧神社や、馬の守護神である馬頭観音が残され、牧場の面影がしのべれます。



現在の牧神社（網津町馬門）



江戸時代の牧場推定地

【参考文献】

・『新宇土市史』（通史編第二巻）
・『宇土の今昔百ものがたり』

年末年始休館のお知らせ

12月28日(日)～1月4日(日)は年末年始及び休館日のため、図書館はお休みになります。大変ご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。また12月26日(金)は図書整理日のため休館します。なお、新年は1月5日(月)から開館します。

読書感想画コンクールの作品を展示します！

「令和7年度読書感想画コンクール」に出展いただきました作品を図書館に展示します。たくさんのご応募ありがとうございました。なお、入賞者は1月号でお知らせします。

展示期間 12月中旬～2月25日

※各園で展示期間が異なりますので、ご注意ください。

おはなし会のご案内

えほんのじかん 〈30分程度〉

対 象: 幼児・小学生
日 時: 水曜日 16:00 ～ / 土曜日 14:00 ～

らっこのじかん 〈20分程度〉

対 象: 0・1・2歳児
日 時: 第4火曜日 10:30 ～

場 所: 宇土市立図書館1F児童室
内 容: 絵本や紙芝居の読み聞かせ、
パネルシアター、手遊びなど

※予約・参加費は要りません。
※都合により変更や中止になる場合があります。

今年も残りわずかとなり、街の景色にも師走の雰囲気、漂う季節となりました。

最後の一枚となったカレンダーを見ながらこの一年を振り返りますと、「今年もあつという間だったな」と感じる一方で、365日の一日一日がさまざまな出来事の連続であったことに気がかれます。良いこともあれば、思うようにいかなかったこともありました。そうした経験の一つひとつが、私という人間を形づくる大切な糧となり、かけがえのない財産になるのだとしみじみと実感しております。

私にとりまして年末は、そんな一年をそつと振り返り、心を整え直す大切な区切りの時期でもあります。日々の忙しさに追われていると、つい自身を顧みることがおろそかになりがちですが、年の変わり目という節目だからこそ、立ち止まって己と向き合う時間を持つことが大切だと感じています。いわば、心の大掃除の時期です。

過ぎ去った日々を振り返ると、うまくいかなかったことや後悔していること、未来への想いと願いなど、心に積もったさまざまな想いが浮かびます。そうした想いと丁寧に向き合い心のギアを切り替えることで、次の一年に向け、新たな一歩を踏み出す準備が整うように思います。自分自身と誠実に向き合い、清々しい心持ちで新しい年を迎えたいと願っております。

また、年の瀬は、口頃なかなか言葉にできない感謝の思いを、改めて伝える大切な機会でもあります。日々の暮らしは、家族

元樹だより

市長からのメッセージ

元松 茂樹



市長の部屋

こちらからも
ご覧いただけます



や友人、職場の仲間、そして自分に関わってきたすべての皆さまの支えがあつてこそです。忙しさの中で、つい言いそびれてしまふ感謝の気持ちを、こうした節目にこそ、心からの感謝を込めて、「今年も一年、ありがとうございました。」と届けたいものです。

市民の皆さまには、今年一年、市政へのご理解とご協力を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。皆さまが心穏やかに一年を振り返り、気持ちも新たに新年を迎えられれますよう、切にお祈り申し上げます。

寒さが一層厳しさを増す折、どうぞご自愛のうえ、健やかな年末年始をお過ごしください。

来る年もどうぞよろしく願いいたします。

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)

▽本町三丁目	佐久間公弘	亡妻 芳子	(七六)
▽城之浦町	志垣 昭	亡妻 嘉恵子	(九二)
▽上綱田町	西口和子	亡夫 孝明	(七五)
▽北段原町	桑島民子	亡夫 幸介	(八五)
▽走潟町	芥川貴司	亡父 成一	(八六)
▽高柳町	本田静夫	亡妻 マサ子	(八九)
▽城塚町	村山キヌヨ	亡夫 初幸	(八一)
▽松山町	古堀英治	亡母 キミ子	(八八)
▽浦田町	加藤 武	亡母 ノブ子	(九三)
▽住吉町	本田昭代	亡夫 勝嘉	(八七)
▽馬之瀬町	江口誠一	亡妻 茂子	(八九)

社協へのご寄附は、確定申告などで、所得税法と地方税法の「寄附金控除」ができます。(※11月10日受付分までを掲載)

編集後記

▽先日、門司港を、もじもじ、歩く家族旅行で、娘が似顔絵を描いてもらいました。あまりのかわいさに「これ、うちの子!」と親バカ爆発。その勢いで母の70歳祝いにも似顔絵をプレゼント。絵って本当に「ええ」ですね!描く人でこんなに違ふとは…。私もいつか描けるよう、まずは、絵心、探しから始めます。人生、何事も「絵心」が大事!(東)

▽私は普段少食で、食事を疎かにしがちなのですが、子ども食堂の取材を通して「食の大切さ」を改めて感じました。ガッツ、食べて、寒い12月を、ガッツ、で乗り切りたいと思います!(古)

▽ノリ漁師の田中さん直伝!おすすめのノリの食べ方を紹介します。火をつけたフライパンにごま油を大さじ1杯、一口大に切ったノリを入れて炒めます。ノリの色が深緑色に変わったら、塩を一つまみ和えます。お酒やご飯、おやつで食べておいしい「塩ノリ」の完成です。ぜひ試してみてください。(松)

▽八代市出身で11月1日付の採用。長部田海床路からの夕日に感動。食材も豊かで早速、胃袋も心も満たされています。祖母は宇土から八代へ嫁ぎ、私の体には宇土のDNA。全国の市町村が情報発信で競う中、私も「うち」としてはおられませんか。九州のご真ん中で頑張ります。(祐)

【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

■議会

■相談

■市民

別の会議等により開始時間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】市役所駐車場

令和7年

12月

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
11/30 みどりかわ クリニック(内・小) 野鶴町 ☎(22)1171 むらかみ眼科 クリニック(眼) 南段原町 ☎(22)6600 うと日曜朝市	1 地域高規格道路促進 等対策特別委員会 10:00～ 委員会室 保育所・児童(学童) クラブ申込受付開始 (26日まで) P18 市役所就職説明会 申込開始 (19日まで) P16	2 質疑・一般質問 10:00～ 議場	3 資源ごみの日 質疑・一般質問 10:00～ 議場 こもりびと (ひきこもり)相談会 P19 14:00～16:00 福祉センター 1階 相談室	4 質疑・一般質問 10:00～ 議場 1歳6か月児健診 (R6年5月生) 保健センター 年金相談(要予約) P19 9:30～15:00 福祉センター 人権相談 P19 13:00～16:00 市役所2階会議室8	5 経済建設常任委員会 10:00～ 委員会室 健康相談(要予約) P19 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	6
7 松田内科循環器科 クリニック(内・循) 三拾町 ☎(23)6555 草場医院(耳) 松原町 ☎(23)5851 うと日曜朝市	8 文教厚生常任委員会 10:00～ 委員会室 3か月児健診 (R7年8月生) 保健センター	9 総務市民常任委員会 10:00～ 委員会室 6か月児健診 (R7年5月生) 保健センター	10 行政相談 P19 9:00～正午 市役所2階会議室8 〈事前予約必要〉 マイナンバーカード夜間交付 17:15～19:30 市民保険課市民係	11 2歳児歯科健診 (R5年5月生) 保健センター	12 ★親子ふれあい 広場(英語教室を開 催) P18 11:00～11:30 児童センター クリスマスイルミ ネーションイベント 広場 P15 18:00～20:00 宇土市民会館前	13 ★未来食堂 11:00～14:00 銀乃船 行政書士 相談 P19 11:00～16:00 市役所 1 階 ロビー(うと 小路)
14 七川医院(外・消) 浦田町 ☎(22)0555 田山産科婦人科医院 (産・婦) 入地町 ☎(22)5522 うと日曜朝市	15 閉会 10:00～ 議場 〈事前予約必要〉 マイナンバーカード休日交付 9:00～正午 市民保険課市民係	16	17	18 宇土市役所就職 説明会申込終了 P16	19 健康相談(要予約) P19 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	20
21 資源ごみ特別収集 尾崎医院(内) 本町1丁目 ☎(22)0241 もろが整形外科医院 (整) 旭町 ☎(23)2341 うと日曜朝市	22 古部賢一&鈴木大介 ～オーボエとギターによる クリスマスコンサート～ 14:00開演(13:00開場) 宇土市民会館大ホール	23 EM活性液 無料配布 10:00～ 旧教育委員会玄関前	24 司法書士相談 P19 13:00～16:00 市役所2階会議室8	25 3歳児健診 (R4年5月生) 保健センター ★子育て講座(つど いの広場サンサン) P18 10:00～11:30 市役所別館2階和室	26 カミカミ離乳食 教室(要予約) 保健センター 保育所・児童(学童) クラブ申込受付終了 P18 ★親子ふれあい 広場 P18 11:00～11:30 児童センター	27 コンビニ交付停止 (戸籍関係証明書 のみ) 常設資源ごみ 回収所閉鎖 (1/4まで)
28 コンビニ交付停止 (戸籍関係証明書のみ) 本多医院 (内・リウ・泌) 浦田町 ☎(22)3692 くまもと心療病院 (精・神) 松山町 ☎(22)1081 うと日曜朝市	29 市役所閉庁 コンビニ交付停止	30 市役所閉庁 コンビニ交付停止 福田医院(内・小) 本町3丁目 ☎(22)0002 尾崎医院(内) 本町1丁目 ☎(22)0241 くまもと心療病院 (精・神) 松山町 ☎(22)1081	31 市役所閉庁 コンビニ交付停止 本多医院 (内・リウ・泌) 浦田町 ☎(22)3692	1/1 元日 市役所閉庁 コンビニ交付停止 やまもと泌尿器科 クリニック(泌・性) 南段原町 ☎(58)1411	1/2 市役所閉庁 コンビニ交付停止 松田内科循環器科 クリニック(内・循) 三拾町 ☎(23)6555	1/3 コンビニ交付 停止 幡手耳鼻 咽喉科 クリニック (耳・ア・小) 南段原町 ☎(24)1187
1/4 コンビニ交付停止 (戸籍関係証明書のみ) かなもり地域ケア クリニック(内・胃) 築籠町 ☎(22)0017 うと日曜朝市	1/5 高浜眼科医院(眼) 城之浦町 ☎(22)0108	1/6	1/7 資源ごみの日	1/8 1歳6か月児健診 (R6年6月生) 保健センター	1/9 ★親子ふれあい 広場(英語教室を開 催) 11:00～11:30 児童センター	1/10

※ QR コードは(株)デンソーウェブの登録商標です。