

広報うと intoy

No.1138

2023

しゅだう！大きなとうもろこし！



特集 宇土中・高

好きなことを**探**す、
その問いを**追**究する

広報うと
7



7

木 Thursday

金 Friday

土 Saturday

6/29

6/30

1

市民プールオープン P26

13:43

14:26

6

1歳6か月児健診(R3年12月生)
保健センター P19
年金相談(要予約)P23
10:00~15:00 福祉センター

7

金婚夫婦の届出 P13

8

未来食堂
昭和カフェ銀乃船 11:00~14:00

17:16

17:59

13

2歳児歯科健診(R2年12月生)
保健センター P19

14

15

五色山食堂(要予約)
11:30~12:30 釈光ビレッジ
☎(22)2333

20

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2F 会議室8

21

UTO Well-Being探究Award2023
10:20~16:10 熊本城ホール
うと地蔵まつりうとダンスパレード
(民踊/パレード)参加者募集 P26
宇土市立小・中学校夏休み
(8/28まで)
スポーツセンタープールオープン P26

22

27

司法書士(要予約) P23
13:00~16:00 消費生活センター
3歳児健診(R1年12月生)
保健センター P19

28

29

夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会
6:00~ 市運動公園 P4

8/3

1歳6か月児健診(R4年1月生)
保健センター P19
年金相談(要予約)P23
10:00~15:00 福祉センター

8/4

8/5

- 4 夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会
- 5 宇土中・高校特集
- 9 「生ごみ」の発生抑制・減量でごみを減らしましょう
- 10 令和6年4月採用予定宇土市新規採用職員募集
- 11 市民交流スペースを利用しませんか
- 国民健康保険証・後期高齢者医療被保険者証の更新時期です
- 金婚夫婦のお届けはお済ですか?
- 13 子育ての経験を生かしてみませんか?協会員(育児の手伝いができる人)を募集します
- 14 暮らし情報
- 20 ちょっとの行動 ずーっと健康
- 21 知っておきたい国民年金
- 22 暮らしの無料相談
- 24 うとのできごと
- 26 市民のひろば
- 27 私たちと人権
- 28 温故知新〜うと学だより〜
- 29 図書館だより
- ALT'S UTO Log
- 30 香典返し
データで見る宇土市
- 31 元樹だより
- 32 ハッピーバースデー

今月の表紙
網津保育園児の
ともろこし狩り

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

議

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。

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday
6/25 うと日曜朝市 当番 福田医院(内・小) ☎(22)0002 本町3丁目 当番 やまもと泌尿器科クリニック(泌・性) ☎(58)1411 南段原町	6/26 議 総務市民常任委員会 10:00~	6/27 議 経済建設常任委員会 10:00~	6/28 相 行政相談 P23 9:00~正午 市役所2F 会議室8
2 うと日曜朝市 当番 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	3 議 閉会 10:00~	4 ★ サマージャンポ宝くじ発売日 P14	5 資源ごみ収集日
9 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	10 議 3か月児健診(R5年3月生) 保健センター P19	11 議 6か月児健診(R4年12月生) 保健センター P19	12 相 行政相談 P23 9:00~正午 市役所2F 会議室8
16 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 田山産科婦人科医院(産・婦) ☎(22)5522 入地町	17 海の日 当番 宇土中央クリニック(内) ☎(22)1600 浦田町 当番 もろが整形外科医院(整) ☎(23)2341 旭町	18	19
23 うと日曜朝市 当番 七川医院(外・消) ☎(22)0555 浦田町 当番 くまもと心療病院(精・神) ☎(22)1081 松山町	24	25 ★ EM活性液無料配布 10:00~11:00 旧教育委員会玄関前	26 相 行政相談 P23 9:00~正午 市役所2F 会議室8
30 うと日曜朝市 当番 尾崎医院(内) ☎(22)0241 本町1丁目 当番 高浜眼科医院(眼) ☎(22)0108 城之浦町 ★ おこしきフェスタ 11:00~18:30 宇土マリーナ HIP HOP音楽とキッチンカーマルシェのイベント	31 締切 うと地藏まつり 子ども造り物 P26	8/1	8/2 資源ごみ収集日

さ〜 夏の思い出に!

ラジオ体操 運動公園集合!



2023年度 熊本地震復興・宇土市新庁舎落成記念

夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会

午前6:30〜「NHKラジオ第1」で全国に生放送予定

2023.07.29(土) | 午前6:00 START 午前5:30 入場開始

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、会場の状況により入場をお断りする場合がございます。予めご了承ください。
※入口の混雑などにより入場までお時間を要する場合がございます。時間には余裕をもってお越しください。

宇土市運動公園 熊本県宇土市旭町375 荒天中止

●主催:株式会社かんぽ生命保険、NHK、NPO法人全国ラジオ体操連盟 ●共催:宇土市、宇土市教育委員会 ●後援:宇土市体育協会、宇土市スポーツ推進委員連絡協議会
●協力:日本郵便株式会社 ●主管:株式会社かんぽ生命保険熊本支店、NHK熊本放送局、熊本県ラジオ体操連盟

【開催に関するお問い合わせ先】宇土市教育委員会 生涯活動推進課
TEL:0964-22-6510(直通) ※土・日・祝日を除く

【当日の開催可否案内】
感染症の拡大や天候などの影響により開催を中止する場合があります。
イベント当日午前8:30頃から、開催準備を各放送局でご案内します。
自動音声案内 TEL:050-3310-0451
なお、中止の場合、他の開催回への振替はございません。

【イベント参加についてのお問い合わせ先】ラジオ体操イベント運営事務局 TEL:03-6427-1610 受付時間:午前10:00〜午後5:00 ※土・日・祝日を除く
Eメール: info@kampo-radio-event.com

※未成年の方のみでご参加の場合は、保護者の方の同意を得た上で、ご参加ください。※会場内では、記録のためにかんぽ生命やその委託先(運営会社)、および取材メディアによる写真・動画撮影が行われ、ご参加いただいた皆様
が記録される場合がございます。また、それらは各種メディア・イベントレポートなどに公開される場合がございます。

参加
無料

参加者に記念品プレゼント!



イベントの詳細は
こちら



<https://www.radio-taiso.jp/event/>

好きなことを探す、 その問いを追究する

令和2年度に創立100周年を迎えた県立宇土高校。令和3年10月30日付け朝刊に掲載された印象的な広告は、2022熊日広告賞でグランプリを受賞されました。宇土高校には、地域や企業、大学と連携した生徒の探究心を高める「ロジックプログラム」という課題研究の授業があります。

7月21日（金）に熊本城ホールで開催される「UTO Well-Being 探究 Award 2023」(P7)を前に熱を帯びる生徒たち取材しました。

今回は高校3年生が行っている研究を中心にご紹介します。地元で唯一の歴史ある高校の創造・挑戦・感動を知り、皆さんで応援しましょう。



今年3月に宇土市長賞を受賞し、地域の活性化を目的に研究している五木さんに話を聞きました



へドロを堆肥に、 地域の活性化に携わる

五木大志^{たいし}さん 高校3年生

ため池に溜まったへドロを肥料に変えることを目標として研究をしています。松山町にある五色山では、へドロを処理することに課題があり、へドロを廃棄することではなく、堆肥に変えることができないかと考え、地元の地縁団体上松山の方や宇城市にある微生物を利用した商品開発を行っている会社にアドバイスをいただきながら研究を進めました。

研究段階ではへドロは堆肥に近いものがあり、へドロに竹パウダーを混ぜることで、へドロの悪い菌を減少させ、より良い肥料を作ることができるのではないかと、いう段階まで進みました。へドロの堆肥化が成功すると、ため池問題の解決だけでなく、農家さんへの支援や環境保全につながります。

宇土中・高ならではの授業 興味があることを探究する課題研究

皆さんは「ウトウトタイム」という言葉を聞いたことがありますか？これは、宇土中・高で8年程前から取り組まれている昼寝の時間で、昼休み後に10分間行い、脳をリフレッシュさせ、勉強や部活のパフォーマンスを向上させる効果があります。宇土中・高ではこれも生徒の研究の種になります。

普段の生活や趣味を研究につなげ、全生徒が興味があること、不思議に思ったことを独自の視点で研究しています。中には国内外の大学や企業の研究者に意見を求めたり、地域の人と連携したり、かなり専門的な研究が行われており、生徒の「探究心」を磨き、「探究力」を高めています。

ウ
ト
ウ
ト
タ
イ
ム
中



より良い睡眠に最適な音楽を見つけるために、脳波をモニタリング・測定するアイマスク型の機械を使って研究を行っています。



乳酸菌とpHの関係について、培地や塩酸、pH測定器などを使用して研究を行っています。条件によっては、乳酸菌が胃の中のような強酸の環境で繁殖しやすいことを発見しました。



水が入った水槽を運ぶ際、中の水が振動して運びづらく感じる現象のメカニズムを研究しています。

波を起こす機械と体重計を使ったオリジナルの計測器でデータを計測し、振動する液体は本来の液体よりも重くなることが分かりました。



—— 高校3年生に取り組んでいる研究と今後の目標について聞きました ——



園川澄恋さん 高校3年生

糖度が高いミニトマトの開発を目指して

ミニトマトからDNAを取り出し、DNAに含まれるアクアポリン遺伝子の発現を確認する実験を行っています。水を運ぶ性質に関わるアクアポリン遺伝子の働きに着目して、より糖度の高いミニトマトの開発を目指しています。

今まで触れた事が無いような薬品や機材を使用して実験したことがきっかけで、将来化粧品や薬品の開発をしてみたいという目標ができました。



PCR法で増幅したDNAを電気泳動して確認



今村遙さん 高校3年生

趣味の音楽がきっかけで集まった仲間と研究

趣味の音楽がきっかけで集まった仲間と音についての研究をしています。2つの共鳴を組み合わせると大きな音になると考えて実験を始めたましたが、逆に音が小さくなりました。この研究が騒音対策に使えるのでは無いかと考えていて、今後、音が小さくなる理由を解明していきたいです。

物理や数学が得意なので、将来は、ビルや交通インフラを扱う「都市学」の道に進み、地域に貢献していきたいです。



お手製の装置を使って共鳴のデータを収集

【熊本城ホールまでの地図】



UTO Well-Being 探究 Award 2023

プレゼンテーション（ステージ発表）、ポスターセッション、グローバルパネルディスカッション

問 熊本県立宇土中学校・宇土高等学校
☎ (22) 0043

今年初めて、2300人収容の大規模ホールで開催する学校、地域、世代を超えた交流の場。中学1年生から高校3年生まで全学年が宇土中・高校ならではの研究や中学生の無人島サバイバル生活体験などの「探究の学び」の成果を披露します。

この機会に地元の宇土中・高がどんな活動をされているのぞいてみませんか。入場無料でどなたでも参加可能です。多くの皆様のご来場お待ちしております。



見に来てね!

五色山活性化に取り組むグループの皆さん

日時 7月21日(金)
10:20~16:10
場所 熊本城ホール
熊本県熊本市中央区
桜町3番40号



申し込みはこちらから
※予約なしでも当日ご来場いただけます。



開催概要は
こちらから



宇土中・高HPは
こちらから

好きを見つける部活動

サッカー部やバスケ部、バレー部、吹奏楽部などの他、放送部や茶道部、科学部、和太鼓部、ヨット部など26の特色ある部活があります。数ある部活動の中から自分の好きなことを見つけて全力で取り組む生徒たち。先月高校総体・総文化祭があり、多くの部活動が活躍しました。さらに、ヨット部や科学部、放送部は全国大会に出場します。各部活動の活躍やどんな部活があるかは右記二次元コードをご覧ください。



宇土中・高校HP



宇土中・高の学校説明会を開催します

問 熊本県立宇土中学校・宇土高等学校
☎ (22) 0043

(併設型) 中高一貫教育校である宇土中では、英語・数学で理科・社会を学ぶ融合科目「J-Well-being」や技術を一部代替える「J-tech」という新科目を設定し、未来社会を創る人財を育てています。その他にも、イングリッシュキャンプや無人島サバイバルキャンプなど特色ある体験活動ができます。

中学校説明会

日時 7月8日(土) 9:00～正午
場所 熊本県立宇土中学校 第一体育館
宇土市古城町 63 番地
対象 小学校6年生とその保護者、先生方
内容 学校概要説明、模擬授業体験、施設見学

高校説明会

日時 8月1日(火) 9:00～11:30
場所 熊本県立宇土高校 第一体育館
宇土市古城町 63 番地
対象 中学3年生とその保護者、先生方
内容 学校紹介の視聴、学校概要説明、授業体験
個別相談

右記二次元コードからお申し込み
みいただくか、お電話ください。



申込フォームはこちらから

詳しくは、右記二次元コードを
ご覧ください。



宇土中・高HP

CHECK!!



「生ごみ」の発生抑制・減量で ゴミを減らしましょう

「燃えるごみ」の多くの割合を「生ごみ」が占めています。
大切な食べ物を大量に捨てることのないよう、また、焼却
することによる環境への負荷を減らすため、「生ごみ」の発生
抑制・減量に取り組みましょう。

生ごみを残さず
お台所はいつも清潔!



食べきり・水きり・使いきりで生ごみを減らしましょう

◎食べきり・使いきり

宇城グリーンセンターで検査すると、手つかずで捨てられた食品
や食べ残しの食品がいっぱい。計画的な買い物や料理を工夫するな
どして、もったいない食品ロスを減らしましょう。



◎水きり

生ごみの約8割は水分と言われています。
水きりでゴミを軽くしましょう。
水切りをすることで、においも減らすことができます。



生ごみ処理機を活用して生ごみを減らしましょう

生ごみ処理機を使うと生ごみを減量・資源化することができます。
補助金を活用して、家庭の生ごみ減量に取り組んでみませんか？

補助金額 ※宇土市内の販売店で購入してください

- ◎電気式処理機⇒補助率2分の1（上限2万円）
- ◎設置型処理機⇒補助率2分の1（上限3千円）



宇土市 HP

必要書類

- ・領収書の写し
- ・仕様書（カタログ・パンフレット等）
- ・保証書の写し
- ・印鑑
- ・口座のわかるもの

申請期限

令和6年3月15日（金）までに申請が必要です!!

申請窓口

環境交通課 環境交通係 ☎(27) 3316
✉ kankyuu01@city.uto.lg.jp



うとで咲かせる、あなたの未来



令和6年4月採用予定 宇土市新規採用職員募集

■第1次試験日 9月24日(日)

■受付期間 7月24日(月)～8月18日(金) ※持参の場合は、土日祝日を除く。郵送の場合は、当日消印有効

■試験職種・採用予定数・資格要件等

区分	職種	採用予定数	資格要件
高卒程度	一般事務	4人程度	平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人
	土木	3人程度	
資格免許職	保健師	2人程度	平成10年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人または令和5年度実施の国家試験で保健師の免許を取得見込みの人
	幼稚園教諭	1人程度	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、幼稚園教諭の免許状を有する人または令和6年3月末日までに取得見込みの人
	文化財専門員(学芸員)	1人程度	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、次のすべてに該当する人 ア 学校教育法による大学(短期大学を除く)等で、考古学その他これに準ずる分野を専攻し、卒業した人または令和6年3月末日までに卒業見込みの人 イ 学芸員の資格を有する人または令和6年3月末日までに取得見込みの人
職務経験者	土木	1人程度	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、次のすべてに該当する人 ア 技術士・技術士補(建設部門、上下水道部門または総合技術管理部門)、RCCM(シビルコンサルティングマネージャー)の登録または土木施工管理技士(1級または2級)の資格を有する人 イ 基準日(令和5年6月30日)現在で、民間企業等(官公庁含む)における常勤職員としての土木工事の設計、施工監理等に関する職務経験を直近5年のうち同一組織において継続して2年以上有する人
	保健師	1人程度	昭和53年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、次のすべてに該当する人 ア 保健師の資格を有する人 イ 基準日(令和5年6月30日)現在で、民間企業等(官公庁含む)における常勤職員として、保健師または看護師の資格を必要とする職務経験を直近5年のうち同一組織において継続して2年以上有する人

※試験内容の詳細は、ホームページまたは「試験案内書」(市役所総務課、網田支所、網津支所で配布)で必ず確認してください。

問 申 総務課 人事係 ☎(27)3302 M soumu02@city.uto.lg.jp



宇土市HP



市民交流スペースを利用しませんか

新庁舎には、市民の皆さんの交流や市民活動の推進を図るため、「市民交流スペース」を設けています。待ち合わせや休憩場所、少人数での打ち合わせなど、市民の皆さんが気軽に集える場所として無料で利用できます。また、フリーWi-Fiも利用可能です。

利用者の皆さんがお互いに気持ちよく利用できるよう、次の注意事項を守ってご利用ください。

利用時間 平日 8:30～20:00
土日祝日 8:30～18:00
※年末年始(12月29日～1月3日)は利用できません。

利用上の注意事項

- ①フリースペースのため、譲り合ってください。
- ②ごみ等は各自お持ち帰りください。
- ③飲食は可能ですが、喫煙、その他火気の使用、飲酒はできません。
- ④大きな音や大声など、他の利用者の迷惑となるような行為はお控えください。
- ⑤ペットを連れての利用はできません(盲導犬は同伴可)。
- ⑥営利目的(入場料の徴収、商品の展示販売等)、宗教団体の活動や政治活動等には利用できません。

問 財政課 契約管財係 ☎(27) 3309

国民健康保険証・後期高齢者医療被保険者証の更新時期です

問 市民保険課 国保年金係 ☎(27)3312

新しい保険証を郵送します

現在お持ちの保険証の有効期限は、7月31日(月)です。8月1日(火)からは、新しい保険証を使用してください。新しい保険証は7月中に簡易書留で各世帯に郵送します。保険証が届いたら、住所・氏名の確認をお願いします。なお、現在お持ちの保険証は、8月1日(火)以降に市民保険課国保年金係または網津支所、網田支所へ返却されるか、各自で処分してください。

郵送時に保険証を受け取ることができなかった場合は？

「郵便物等お預かりのお知らせ」が投函されます。期間によって受取方法(場所)が変わりますのでご注意ください。

7月30日(日)まで

保険証は、日本郵便(株)が保管しています。再配達または郵便局窓口で受け取ることができますので、投函されたお知らせに記載された連絡先に連絡してください。問い合わせが集中したときは、つながりにくい場合もありますのでご了承ください。

※郵便局窓口での受け取りには、「郵便物等お預かりのお知らせ」と身分証明書が必要です。

7月31日(月)

事務整理のため、再配達・窓口受取ともにできません。

8月1日(火)以降

市民保険課国保年金係で8月1日(火)午後1時以降に受取可能となります。旧保険証、運転免許証等の身分証明書をご持参ください。

(網田地区は、網田支所で **8月2日(水)以降** に受取可能となります。)

後期高齢者医療加入者へ

限度額認定証を保険証と一緒に送付します

「限度額適用・標準負担減額認定証」(薄青色)、「限度額適用認定証」(桃色)は7月31日(月)で有効期限が切れます。新たな「限度額適用・標準負担減額認定証」(クリーム色)、「限度額適用認定証」(桃色)を7月中に保険証と併せて郵送します。8月1日(火)からご使用ください。

限度額適用・標準負担減額認定証の更新は8月からです

認定証は申請された月から適用します。現在入院中や8月中に入院予定の人は、忘れずに8月中に更新してください。9月以降に申請された場合、8月にさかのぼって適用することはできません。後期高齢者医療被保険者で、すでに申請された人は保険証と一緒に郵送します。

有効期限 7月31日(月)

更新日 8月1日(火)

受付場所 市民保険課 国保年金係
網津支所、網田支所

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 令和 6年 7月 31日	
被保険者番号	0 1 2 3 4 5 6 7
住 所	宇土市〇〇〇
氏 名	後期 太郎
性別	男
生年月日	昭和 2年 2月 2日 資格取得年月日 平成 20年 4月 1日
開始期日	平成 20年 4月 1日 交付年月日 令和 5年 8月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号	3 9 4 3 2 1 1 7
保険者名	熊本県後期高齢者医療広域連合

金婚夫婦のお届けは

お済みですか？



問 高齢者支援課 高齢者支援係 ☎(27)3320

婚姻を届け出られてから50年を経過したご夫婦を熊本日日新聞社と市が表彰します。該当する人は、申込書に記入して提出ください。金婚夫婦の名前と年齢は、熊本日日新聞の紙面に掲載されます。

対象 昭和48年1月1日から12月31日までの間に結婚(入籍)され、夫婦とも存命の人

※昭和48年以前に結婚して今まで届け出ていない夫婦も受け付けています。

申込書配布 提出先 高齢者支援課、網津支所、網田支所
 ※郵送、FAX(☎22)2925)でも受け付けています。
 申込期限 7月7日(金)

よくある質問	回答
結婚式は昭和48年に挙げたが、入籍は翌年以降にずれ込んだ。	第三者の証明があれば受け付けます。近親者に「結婚を証明する旨」の一文を書いていただきます。
表彰は受けたいが、新聞には載りたくない。	名前の掲載が前提となります。50年間のご苦勞をねぎらうことを目的としますので、ご理解ください。
婚姻日がわからない。	本籍地の戸籍担当課で戸籍謄本をとることで確認できます(有料です)。
年齢はどの時点になるのか。	申込み時点の満年齢を記入してください。

子育ての経験を活かしてみませんか？ 協力会員(育児の手伝いができる人)を募集します

問 子育て支援課 子ども家庭支援係 ☎(27)3322

要件

市内在住の20歳以上の人で自宅等で子どもを預かることができ、市が開催する協力会員養成講座を受講した人

※養成講座は8月29日(火)、30日(水)、31日(木)の午前に開催します。すべての日程について受講が必要です。

活動の例

- ・保育園や幼稚園の送迎、開始前や終了後に子どもを預かること
- ・冠婚葬祭や兄弟姉妹の学校行事の際、子どもを預かること 等

募集期限 8月4日(金)

(R4年度 養成講座の様子)



(活動の様子)





くらし情報

おしらせ

7月は「社会を明るくする運動」強化月間です

今年で第73回を迎える「社会を明るくする運動」は、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。市では、7月に宇城地区保護司会宇土支部を中心に、市内の小中学校や各地区公民館等で啓発活動などを行います。

問 総務課 行政係 ☎(27) 3303

サマージャンボ宝くじが
発売されます

1枚300円
7月4日(火)発売!!
サマージャンボ宝くじ

この宝くじの収益金は市町村の明るく
住みよくなりますように使われます。

問 (公財)熊本県市町村振興協会
☎096(331)0007

管理者・連絡先不明の浄化槽
はありませんか?

浄化槽管理(設置)者の変更となったときは、「浄化槽管理者変更報告書」の提出が必要です。家族・親族の住宅について、浄化槽管理者がどなたになっているかを確認いただき、必要に応じて管理者変更を行ってください。

具体例

- ・居住者の長期不在(入院などで市や保健所、業者との連絡が取れない)
- ・居住者の死亡後に手続きが行われていない
- ・別荘や中古住宅、空き家などで出入りが少ない など

※管理者不明の浄化槽は、周辺の環境悪化や近隣住宅に迷惑をかけている可能性があります。ご協力をお願いします。

問 環境交通課 環境交通係
☎(27) 3316

浄化槽の法定検査を
受けましょう

住宅等に浄化槽が設置してある場合は浄化槽法で次の3つが義務づけられています。

- ①保守点検
- ②清掃
- ③法定検査

法定検査は公益社団法人熊本県浄化槽協会が行います。保守点検や清掃を行っている場合、次の表に従って必ず検査を受けてください。

対象	検査名	回数
新たに浄化槽を設置した人	7条検査 (浄化槽設置後の水質検査)	浄化槽設置後 3~8か月以内に1回
浄化槽を設置している人	11条検査 (定期検査)	毎年1回

問 環境交通課 環境交通係
☎(27) 3316

公益社団法人熊本県浄化槽協会
☎096(284)3355

「事業系ごみ」は各地区のごみ置場には捨てられません

商店や会社、病院、農業、寺社などの事業所から出るごみを「事業系ごみ」といいます。「事業系ごみ」は、各地区のごみ置場には捨てられません。処理施設へ持ち込むか、市が許可した収集業者に収集を依頼してください。

※「事業系ごみ」のうち、燃えるごみは、地区行政区長の了承があれば、地区のごみ置場に事業所用ごみ袋(緑色)で出すことができます。

問 環境交通課 環境交通係

広告

プラス少額短期保険
Plus Short-Term Insurance and Short-Term Insurance

家族への思いやり

20歳~99歳まで*

お葬式代などが準備できる!

生命保険

20歳~89歳までお申込みだけ、最長99歳まで更新が可能です。
90歳以上の方は新規でご契約いただくことはできません。
責任額などによってはご契約を制限させていただくことがあります。
※なお、健康状態によっては、ご加入いただけない場合もございます。

PS2021104-03-10

①手頃な保険料

69歳・男性なら
月々2,530円

69歳・女性なら
月々1,160円

②入院にも使えらる

※入院一時金特約を付した場合は、手術の有無にかかわらず、入院1回につき最高10万円の一時金を受取れます!

③保険金の使いみちは自由

家族葬や一葬儀にも対応 / 保障は幅広く
50万円~300万円*
で設定できます!
※50万円初めで設定可能です。
※年齢に応じて上限が異なります。

プラス少額短期保険株式会社では、取得した個人情報を、お客様の同意を得た場合および法令により認められた場合を除き、次の目的のために利用します。(1) 保険契約の審査、手続、保金管理、給付金のお支払い (2) 関連会社・関連会社等を含めた商品・サービスの案内や提供 (3) 当社業務についての運営管理・情報提供、販売等の充実 (4) その他、保険関連業務 詳しくは弊社ホームページをご確認ください。

死亡保険「家族への思いやり」は少額短期保険業者「プラス少額短期保険株式会社」の保険です。この資料は商品の概要を記載したものです。詳しくは「プラス少額短期保険株式会社」をご覧ください。

☎050-1867-5161

【受付】10:00~20:00
定休日なし
※年末年始などは除く

<引保少額短期保険株式会社> 登録番号 関東財務局長(少額短期保険)第2020年 プラス少額短期保険株式会社
〒160-0002 東京都新宿区新大塚5-17-18 H&Gビル



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

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

記号の説明

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

**宇土市役所の拠点回収場所
 が変わりました**

☎(27) 3316

宇土市役所仮設庁舎北側出入口
 で回収していた拠点回収資源(紙
 パック・蛍光管類・乾電池・廃食用油・ラ
 イター)の回収場所が、変更になりま
 した。インクカートリッジ、携帯電話
 などは、新庁舎2階環境交通課窓
 口で回収しています。

問 環境交通課 環境交通係
 ☎(27) 3316



**インボイス制度説明会(登録
 要否相談会)を開催します**

日時
 7月4日(火)、28日(金)、
 8月7日(月)

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 20名(先着順)
問 宇土税務署 ☎(22) 0410
 ※自動音声案内に従い「2」を選択

**7月は「愛の血液助け合い
 運動」期間です**

夏場は長期の休みや暑さにより、
 献血者が減少することが心配されま
 す。今までに献血の経験がない人
 も、ぜひこの機会に献血へのご協力
 をお願いします。

問 健康づくり課 健康推進係
 ☎(27) 3324

**熊本県夜間中学校を
 開校します**

開校日 令和6年4月1日(予定)
入学対象者
 熊本県在住の15歳以上で、義務教
 育を修了していない人が卒業しても
 様々な理由により十分に学ぶことが
 できなかった人で学び直しを希望す
 る人(国籍は問わない。)

説明会
 ▼ホテル熊本テルサ
 7月15日(土)、30日(日)
 14時～16時
 ※オンライン参加も可能です。
 ▼桜十字ホール八代
 7月20日(木) 18時～20時
問 熊本県教育委員会 市町村教育局

義務教育課 夜間中学設置準備班
 ☎096(333)2689
 ✉gimukyoku@pref.kumamoto.lg.jp

**合同出張相談会&座談会 in
 宇城を開催します**

不登校、ひきこもり、疾病、障が
 い、就労、人間関係やヤングケア
 ラーに関すること等さまざまな悩み
 や心配されていることについてご相
 談ください。本人はもちろん、家
 族、関係者の人でも大丈夫です。さ
 らに、家族の困ったこと、不安なこ
 と、将来のこと、人に話にくいこ
 とがある人で同じように困っている
 人とお話しする座談会を開催します
 (要予約)。

相談日 8月3日(木)

時間
 ▼相談会 10時～16時
 (15時30分までにお越しください。)
 ▼座談会 13時～14時(要予約)
会場 ウイングまつばせ 練習室1
 宇城市松橋町大野85

料金 無料
対象 子ども・若者(ヤングケアラー含
 む)とそのご家族、関係者等
問 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時30分～21時)
 熊本県ヤングケアラー相談支援センタ
 ー
 ☎096(384)1000
 (土・日・祝日除く8時30分～17時)

和歌山直送!! 紀州南高梅干し
 た〜っぷり盛り盛り1パックなんと! **400g**

大好物つぶれ梅 みつ ゆめ
 各500パック限定
1300円 (通常送料700円(税込))
2パック以上で 送料無料

ゆめ 塩分5%

塩分を適量までおさえた
ほんのり甘い梅干しです。

みつ 塩分8%

伝統仕込みのハチミツ入り。
甘口の人気商品。

大好物つぶれ梅 みつ ゆめ
 塩分が気になる方にも
 おすすめです

味は一品品ですが、
 お味は一級品です!!

お好きな味が選べます

お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。

●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。

●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。

●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。

●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。
 ●お味は、お好みで選べます。ご家族、友人、知人への贈り物へは最適です。



お願い



野良猫のトラブルが
発生しています

野良猫の数が増え、フン尿や鳴き声のトラブルが発生しています。野良猫には無責任に餌を与えないでください。餌を与える人は自身の責任の下、避妊・去勢処置を受けさせるようにし、飼育環境を整えて飼い猫として室内で飼いましょう。

野良猫の侵入を防ぐアイデア

- ・猫は濡れるのを嫌います。水をたっぷり撒いて敷地を十分に湿らせましょう。
- ・猫は嫌いな臭いがあります。柑橘系やコーヒ―、お酢などを使いましょう。

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

室内飼育のポイント

- ・上下運動ができるスペースを作る。
- ・猫のトイレを清潔に保つ。
- ・猫が好む「爪とぎ」や「おもちゃ」を用意する。
- ・避妊去勢手術をする。

※市では、猫のフン害等にお困りの人へ変動超音波式猫被害軽減器を無料で貸し出しています。貸し出しは一度のみで、2週間までとなります。希望者はお問い合わせください。

ださい。

問 環境交通課 環境交通係
☎ (27) 3316

野菜のウイルス病に
注意してください

トマト・キュウリ・スイカなどがウイルス病に感染すると、葉が黄色くなる、成長が止まる、果実の品質低下などの被害が発生します。ウイルス病まん延防止のため、次の対策にご協力ください。

対策

- ・周辺の除草(害虫の発生源対策)
- ・ウイルス病にかかった植物を抜き取る(ウイルスの発生源対策)
- ・栽培終了後は速やかに片付ける(施設の場合は枯れてから10日以上閉じ込めを行ってから片付ける。)



問 宇城地域振興局農業普及・振興課

☎ (32) 5643

農林水産課 農業振興係

☎ (27) 3325

注意



ハチの巣にご注意ください

ハチは夏から秋にかけて数が増え、攻撃性が高まります。自宅の敷地内にハチの巣ができたら、土地や建物を所有する人が駆除することになります。日頃からの管理をお願いします。

注意点

- ・巣は建物の屋根裏や軒下、庭木などにできやすく、もし巣を見つけても、不用意に近づかないでください。
- ・ハチは黒いものに反応して襲う習性があります。
- ・ハチに刺されたら、医師の診断を受けましょう。

問 環境交通課 環境交通係

☎ (27) 3316

募集

元気な毎日とは食生活から令和5年度キッチンと学ぼう！栄養と料理教室の生徒を募集します

日時

- 7月26日(水)、8月23日(水)、9月20日(水)、10月25日(水)、11月22日(水)、12月20日(水)、1月17日(水)

広告

ローター型 歩行車 ミシェル

最大使用者体重 **80kg**

最大積載荷重 **3kg**

パープル 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

お気軽にお問い合わせください。

ケアパーク株式会社 ☎ 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)



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

全7回9時～13時

場所 保健センター
定員 20人(先着順)
受講料 調理実習時(全5回)
毎回500円

申込 7月14日(金)までに電話またはメールに氏名、住所、電話番号を記入し、お申し込みください。

☎(27)3324

✉kenkou01@city.uto.lg.jp

**夏休み子どもの料理教室
参加者募集**

日時 8月6日(日)
9時30分～13時

場所 保健センター

対象 年長児・小学生とその保護者(先着20組)

※子どもの参加はできません。

参加費 子ども1人100円、保護者1人200円

持参品 エプロン、三角巾、お手拭きタオル、マスク

内容 「食べ物を選ぶ力」をテーマに調理実習と試食、お話をを行います。

申込 7月21日(金)までに電話でお申し込みください。

☎(27)3324

事務局(健康づくり課内)

外部評価委員会委員を募集します

募集人数 1人

職務内容 学識経験者など市教育委員会が選任した数名の委員とともに、教育に関して、幅広い視点からご意見・ご提言をいただきます。

任期 委嘱の日から令和7年3月31日

報酬 月額5100円(年に平日2日間程度の会議を開催予定)

募集期間 6月30日(金)～7月14日(金)

☎(22)6502

障がいのある人を対象とした職業訓練生を募集します

熊本県立高等技術専門学校では、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。9月開始訓練科の募集締切は7月31日(月)です。詳しくは「熊本県立高等技術専門学校」のホームページをご覧ください。

☎096(297)9915

熊本連携中枢都市圏地球温暖化対策協議会の委員を募集します

任期 2年

(選任日から令和7年3月31日)

対象 熊本連携中枢都市圏内に居住、通勤が通学する18歳以上の人で地球温暖化対策に関心があり、意見や提言ができる人

定員 1名(書類・面接による選考)

申込期間 7月3日(月)～8月4日(金)

申込方法 「温暖化対策について私達ができること」をテーマに800字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、性別、電話番号を書いて郵送かメール

☎096(328)2355

〒860-8601

✉datsuranso@city.kumamoto.lg.jp

くまもとふるさと食の名人認定候補者を募集します

各地域で郷土の伝統料理等について、知識・経験・技術等を有し、伝承活動等に取り組んでいる人を「くまもとふるさと食の名人」として認定し、地域での食文化発信の拠点として、くまもと食の普及啓発活動を展開しています。「食の名人」の認定期間は5年間で、各種イベントや講座、教育現場で指導、協力、実演、情報発信などを行っていただきます。興味がある人は7月21日(金)までにご連絡ください。

☎(27)3325

農林水産課 農業振興係

**歴史的資料保存活用事業
運営委員を募集します**

歴史的資料の保存活用に市民の意見を反映するため、運営委員を募集します。詳しくは市ホームページをご覧ください。ただか、お問い合わせください。

募集人数 2人

職務内容 他の委員とともに、歴史的資料の保存や活用などについて、幅広い視点から意見交換し、提言・審議いただきます。

任期 2年間

報酬 月額5100円

☎(23)0156

手当・助成

婚活イベントを実施する団体に経費の一部を助成します

限度額 1回につき10万円

申請期限 7月31日(月)
※事業実施後の交付申請は認められません。

☎(27)3306

まちづくり推進課 市民活動支援係



補助額 1基当たり1万円
(設置上限4基/軒)
問 環境交通課 環境交通係
☎(27)3316

雨水浸透ますの設置費用の一部を助成します



補助額
▽タンク容量が200リットル以上
1基につき上限3万5千円
(設置費含む。)
▽タンク容量が200リットル未満
1基につき見積額の2分の1の額
上限2万4千円(設置費含む。)
問 環境交通課 環境交通係
☎(27)3316

雨水タンクの設置費用の一部を助成します

認可外保育施設の保育料の一部を助成します

助成上限額 1万円/月
申請期限 8月31日(木)
(4月~6月通園分)
※助成には一定の要件が必要です。
問 子育て支援課 保育子育て支援係
☎(27)3323

対象 上下水道認可区域外に居住し、
自宅に合併浄化槽を設置する人
補助限度の上乗せ
くみ取り式便所や単独浄化槽から
合併浄化槽へ転換する場合は、
処分費用に掛かる費用に対しても
上乗せして助成します。
※新築による設置については、補助
対象となるか事前にご相談くださ
い。補助金はすべて、設置前の申
請が必要です。
問 環境交通課 環境交通係
☎(27)3316

合併浄化槽の設置費用の一部を助成します

受付期間 7月24日(月)~
8月10日(木)
試験日 9月17日(日)
問 一般事務
宇城広域連合事務局総務課
宇城市松橋町久具396・2
☎(32)4144
消防・救急救命士
宇城広域連合消防本部総務課
宇土市境目町427
☎(22)6220

職種	人数	応募年齢・資格等
一般事務	1人程度	平成8年4月2日~ 平成18年4月1日 生まれの人
消防	1人程度	
救急救命士	1人程度	平成6年4月2日以降に 生まれた人で、救急救 命士の免許を有する人

令和5年度
宇城広域連合職員採用試験



株式会社DNS様
「安定したしごとをつくる事業」と
して1月末の強烈な寒波により被害
をうけた熊本県内のノリ養殖場の復
興支援に活用させていただきます。



熊本交通運輸株式会社
代表取締役社長 住永富司様(右)

地方創生に向けた取り組みに御寄
附をいただきました。誠にありがと
うございました。
熊本交通運輸株式会社様
「切れ目のない子育て支援事業」と
して、子ども医療費助成事業に活用
させていただきます。

企業版ふるさと納税として
寄附をいただきました





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

1年間のうちで、夏休みは予防接種ができるチャンスです。特に、接種期限が短い左記のワクチンは、ぜひ夏休みのうちに接種を終わらせま

夏休みのうちに、予防接種を済ませましょう

保健センター

アジアプランニング株式会社様
「切れ目のない子育て支援事業」として、子ども医療費助成事業に活用させていただきます。
株式会社熊本建設コンサルタント様
「安定したしごとをつくる事業」として、市の土地開発推進に向けた土地利用検討のための調査・研究費用に活用させていただきます。



株式会社DNS
代表取締役社長 米澤誠様(右)

30〜74歳の国民健康保険被保険者は、特定健診が「無料」で、後期高齢者医療保険被保険者は、後期高齢者健診が「800円」で受診できます。各種がん検診は、18歳以上(学生を除く)の市民であればどなたでも受診できます。追加申し込みを受け付けています。申し込みがお済でない人は、お問い合わせください。

集団健診を実施しています

しょう。詳しくは、お問い合わせください。
対象者
▽麻しん・風しん(MR)ワクチン2期
平成29年4月2日、
平成30年4月1日生まれ
(就学前1年間)
▽ジフテリア・破傷風(DT)ワクチン
平成23年4月2日、
平成24年4月1日生まれ
(接種は11歳〜12歳(13歳の誕生日の前日まで)可能です。宇土市では小学校6年生へ通知を4月に送付しています。)
☎健康づくり課 健康推進係
☎(27)3324

☎ 各種がん検診料金表

種類	内容	料金
胃がん検診	胃部X線撮影 (デジタル撮影)	1,500円
肺がん検診	胸部X線撮影 (デジタル撮影)	500円
腹部超音波検診	超音波による腹部臓器の検査 (肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓)	1,000円
乳がん検診	【39歳以下】乳房超音波検診	800円
	【40歳代】マンモグラフィ検診 (2方向)	1,500円
	【50歳以上】マンモグラフィ検診 (1方向)	1,100円
子宮頸がん検診	内視診・子宮頸部の細胞診	1,500円
大腸がん検診	便潜血検査 2日法	500円

集団健診日程 (受付時間 7:30 ~ 11:00)

日程	会場
8月 25日(金)、26日(土) 27日(日)、28日(月)	市保健センター
9月 22日(金)、23日(土) 24日(日)、25日(月) 26日(火)、27日(水)	
10月 22日(日)、23日(月)	網津防災センター

☎(27)33240
健康づくり課 健康推進係

宇土市にお住まいの皆さんへ
毎月実施しています!

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。

転入等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。)



先月号では、インスリンの働きと高血糖が及ぼす悪影響についてお伝えしました。インスリンの使い過ぎで不足したり、効きが悪くなることで高血糖状態が起こりますが、その背景にはどのような生活習慣や原因があるのでしょうか。

インスリンを大量に使う生活習慣とは…

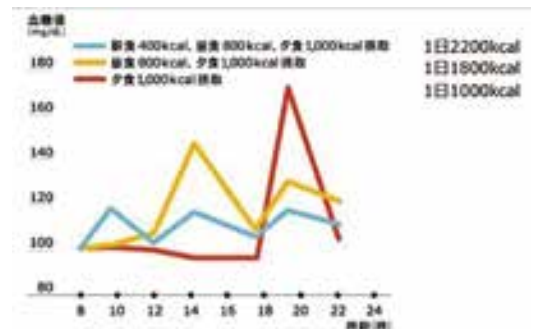
先月号では、インスリンは血糖を下げる働きを持つことをお伝えしました。血糖値が急激に上がるほど、血糖値を下げるために大量のインスリンが分泌され使われます。つまり、インスリンを大量に使う生活習慣とは、**急激な血糖値の上昇をおこす生活習慣**なのです。

急激な血糖値の上昇はいつ、どんな時に起こっている？

急激な血糖値の上昇は**食べ過ぎたとき**や**食事の欠食があったとき**、そして**食べるもの**によっても影響を受けています。過食すると、血糖値が急激に上がるため、血糖値を下げるためにインスリンがいっぱい使われてしまいます。過食が続き、体脂肪が蓄積すると、インスリンを大量に使っても**効きが悪くなる『インスリン抵抗性』**といった状態が起こり、通常と同等のインスリン効果を得るために大量のインスリンが使われてしまいます。

食事を抜くことは、血管を傷めることにつながります。

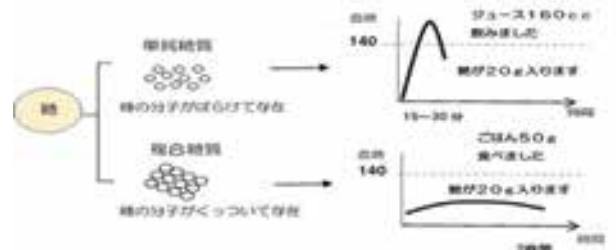
朝食欠食や朝食はコーヒーだけといった方もいらっしゃるかと思います。欠食をすると、次の食事の際に血糖値が急上昇することが分かっています。(グラフ参照)この実験は、朝昼晩食べた場合(水色)と朝食欠食の場合(黄色)朝食欠食の場合(赤色)の血糖値の変動をみたものです。夕食にいずれも同じ内容の1,000kcalの食事を摂取していますが、血糖値の上がり方に大きな差がみられます。これは**食後高血糖という状態が起こっていること**を意味しています。「食事の後に強い眠気を感じる」その背景には血糖値が関係しているとも言われています。**食後高血糖は心臓病のリスクを上げる**ことが分かっており、リスクを下げるためには、血糖値の大きな変動を避ける必要があります。



食べるものでも血糖値の上がり方が異なります。

糖質は「単糖質」と「複糖質」に大別されます。単糖質と複糖質の違いは、糖質の構造です。単糖質は糖の分子がばらけて存在しており、複糖質は糖の分子がくっついて存在しています。本来、人間の体に糖質が吸収されるためには、分子をばらけさせることが必要です。菓子類や果物、お酒などに含まれる単糖質は分解する時間が不要なためすぐに体に吸収され、血糖値が急上昇してしまいます。一方、ごはんや麺、パン(菓子パンを除く)に含まれる複糖質はくっついている糖の分子のつながりを切る時間が必要です。そのため、単糖質よりもゆっくりと糖が吸収されることで血糖値の急上昇が起こりにくくなります。

お酒を飲むためにごはんを抜く方もいらっしゃいます。糖質の摂取量を過剰にしないという意味では、その行動は適切です。しかし、ごはんよりも大量にインスリンを使用していることを知っていただければと思います。



今月号は、血糖値を急上昇させる生活習慣についてお伝えしました。来月は、インスリンの効き目が悪くなる『インスリン抵抗性』という状態についてお伝えします。

知っておきたい 国民年金



年金相談・お手続きの際はご予約をお願いします。

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

年金相談・お手続きの際は、ご予約を!

年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。

お申し込みの際は、基礎年金番号がわかるもの(年金手帳や年金証書など)をご用意ください。

◆受付期間:希望日の1か月前から前日まで

◆予約専用受付番号 ☎0570(05)4890

熊本東年金事務所 ☎096(367)2503

厚生労働省の「年金ポータル」をご活用ください。

このサイトは、自分の年金について「ちょっと知りたい人」や「これから手続きする人」などが、自分のライフスタイルや日常生活の中のさまざまなシーンに合わせたテーマで、年金の情報を探ることができるものです。専門用語をできるだけ使わず、図やイラストによる解説でシンプルに説明してあります。

令和5年度分 国民年金保険料免除申請について

◆令和5年度の免除申請を受付けています。

令和5年度分は、令和5年7月～令和6年6月分が対象です。

継続申請に該当しない方は、忘れずに申請してください。

年金生活者支援給付金

年金生活者支援給付金とは、消費税引き上げ分を活用し、支給要件を満たす方へ受給年金額に上乗せして支給されるものです。

今まで対象外の方でも、前年度と比べ所得が減少した方や、家族構成に変更があった方(一人世帯になった、世帯全員が非課税となった等)は新たに給付金の対象となる場合があります。

対象となる方には、令和5年9月頃から順次、日本年金機構から簡易な年金生活者支援給付金請求書(はがき型)が送付されますのでお手続きをお願いします。

また、請求書は日本年金機構のホームページからもダウンロードできます。

◆老齢年金生活者支援給付金の支給要件

- ・65歳以上で老齢基礎年金を受けている
- ・請求される方の世帯全員の市民税が非課税となっている
- ・前年度の年金収入額とその他の所得額の合計が881,200円以下である

◆障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方の支給要件

- ・前年の所得額が4,721,000円以下である

年金生活者支援給付金の件でのお問合せ

ねんきんダイヤル ☎0570(05)4092

050で始まる電話の場合 ☎03(5539)2216

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

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

宇土市役所 ☎(22) 1111 (代表)
宇土市の市外局番 0964

家庭児童相談・婦人相談

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

日時 月曜～金曜(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

ハローワーク宇城 地域職業相談室

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

日時 月曜～金曜(年末年始・祝日除く)
9:30～17:00

場所 市役所別館2階

☎ 地域職業相談室 ☎(26) 1003

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 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

高齢者のための無料職業紹介所

高齢者(概ね60歳以上)に本人の希望と能力に応じた仕事を紹介します。高齢者能力活用推進員(相談員)がお待ちしています。

日時 月曜、水曜、金曜(年末年始・祝日除く)
10:00～16:00

場所 宇城保健所1階(総務福祉課内)

☎ 熊本県高齢者無料職業紹介所 ☎(33) 4667
(シニアジョブサポウキ)

少年相談(肥後っ子サポートセンター)

少年・少女の非行問題などに悩む保護者の方々、いじめや犯罪などの被害を受けて苦しんでいる少年・少女のための専用相談窓口です。

日時 平日 8:30～17:15

方法 電話相談、メール相談

電話 ☎0120(02) 4976/☎096(384) 4976

メール higokko@police.pref.kumamoto.jp

☎ 宇城警察署 ☎(33) 0110

消費者トラブル注意報

ネット通販での出品者都合によるキャンセル後の 代引き配達にご注意ください!

☎ 宇土市消費生活センター ☎(23) 3251

事例1

ネット通販で車関連グッズを注文したところ、出品者の都合でキャンセルされた。それから2週間後、私が不在の間に、私宛てに商品が代引きで届き、家族が支払って受け取った。中身を確認すると注文したものではなかったため、配送業者に問い合わせたが、「受取りの支払い後は返金できない」と言われた。

事例2

ネット通販で6万円の国産ブランド腕時計をクレジットカード決済で注文したところ、出品者の都合でキャンセルされた。ところが、それから1週間ほどで代引き配達で商品が届いた。「システム不具合のため、今回の注文は代引きで送ります」との貼紙があったので、信用して受け取った。開封したところ偽物だったため、配達業者に返金を要したが、「一旦受け取った代金は返金できない」と言われた。

アドバイス

・通販で商品を注文した際は、支払い方法や受取りの方法について家族で情報を共有しておき、注文していないことが明白な場合は「受取拒否」しましょう。一度支払ってしまうと返金が受けられなくなる場合があります。

・注文していない商品を代引きで受け取ってしまった場合は、ネット通販サイトに問合せ、対応を確認してください。

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

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 7月27日(木) 13:00～16:00
場所 市消費生活センター(市役所別館1階)
定員 先着6人
申込方法 電話でお申し込みください
※電話での相談も対応可能です。
☎ 商工観光課 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など、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 7月12日(水)、26日(水)
場所 市役所2階 会議室8
時間 9:00～12:00

☎ 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 7月20日(木) 13:00～16:00
場所 市役所2階 会議室8

上記以外にも月～金曜(祝日除く)に、法務局宇土支局で相談に応じています。

☎ 法務局 宇土支局 ☎(22)0320
総務課 行政係 ☎(27)3303

年金相談(要予約)

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

期日 7月 6日(木)
7月20日(木) } 福祉センター 2階 会議室
8月 3日(木) }

時間 10:00～15:00

☎ 熊本東年金事務所 お客様相談室 ☎096(367)2503

こころの健康相談(要予約)

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

期日 7月13日(木)、8月8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・宇城ランチ(無料就労相談窓口)

ジョブカフェ・宇城ランチでは、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、お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等へのご紹介も行います。来所が難しい方は、電話での相談も受け付けています。

さまざまな相談に専門の相談員が応じます。

【申込不要の相談】

ふれあい福祉相談 毎週水曜 13:00～16:00
成年後見相談 毎月第1金曜 13:00～16:00

【申込必要の相談】

法律相談 毎月第3金曜 13:00～16:00
(予約受付は毎月1日より8人まで ※初回の人優先)
不動産相談 お問い合わせください

☎ 宇土市社会福祉協議会 ☎(23)3756

教育功労者表彰

5月25日(木)、市教育委員会で教育功労者表彰式があり、高田勝廣さんが表彰されました。高田さんは、走潟公民館の館長を8年間務め、地域の社会教育の振興と発展に貢献されました。高田さんは、「今後も地域活動の手伝いをしていきたい。」と話されました。



表彰された高田勝廣さん(左)

行政相談委員へ感謝状の贈呈

宇土市担当の行政相談委員志垣千津子さんに熊本行政評価事務所長から「熊本行政評価事務所長感謝状」が贈呈されました。これは、地域住民の身近な相談窓口として、住民から寄せられる様々な相談の解決に向けて努力するなど、委員業務の遂行に特に尽力した行政相談委員に対して贈られるものです。



表彰された志垣千津子さん(左)

男の簡単料理教室が開催されました

5月25日(木)、保健センターで、60歳以上の男性を対象とした料理教室が開催されました。市老人クラブ連合会女性部が講師を務め、参加者は熱心に楽しく親子丼とサラダを調理されました。



市老人クラブ連合会女性部指導の下、
サラダを盛り付ける参加者

宇土市消防団操法大会

5月28日(日)、防災センターで宇土市消防団操法大会が開催され、全7分団が小型ポンプを使用して消火までの動作の機敏さや速さを競いました。

【大会結果】

優勝 第一分団第四班
第二位 第六分団第二班
第三位 第三分団第二班

【個人賞】

指揮者 山本 稜
一番員 末鶴 慎次
二番員 長瀬 智哉
三番員 西川 洋生



優勝した第一分団のみなさん

宇土小認知症サポーター養成講座

6月6日(火)、宇土小学校で認知症サポーター養成講座があり、6年生約130人が受講しました。これは、認知症への理解を深めてもらおうと市内の職場や団体、学校で開催しているもので、児童たちは熱心に受講されていました。



事例への対処についてグループで話し合い、発表しました

ひかり保育園児 ウナギの稚魚を放流

6月7日(水)、船場橋周辺で緑川漁業協同組合がひかり保育園の園児約20人とウナギの稚魚約1,200匹を放流しました。放流活動は、同組合がウナギ資源の維持を目的に毎年行っているもので、今年は4年ぶりに園児を招待して行われ、園児たちは「大きくなってねー」と言いながら放流しました。



初めて触れるウナギに苦戦しながらも
放流を楽しみました

網津学童クラブ落成式

6月10日(土)、網津学童クラブの落成式があり、約50人が参加しました。網津学童クラブは平成17年4月に開設され、網津保育園内で活動されていましたが、本年5月に新たな建物が完成しました。



木を使用した暖かい雰囲気の建物が完成しました

防災士のつどいが開催されました

6月11日(日)、市民会館大会議室で防災士のつどいが開催され、宇土市在住21人の防災士が参加しました。つどいでは、他市の事例をビデオで鑑賞し、各地域の問題点などを話し合いました。



昨年誕生した防災士を含む21人が参加しました

輝鵬関十両昇進を報告

6月8日(木)、十両昇進を決めた輝鵬関:きほうぜき(川副圭太さん)が宇土市役所を来訪されました。輝鵬関は「まずは来場所、万全の状態で作りたい。見てて面白いと思ってもらえるような相撲をしていきたい。」と話されました。



十両昇進を報告に訪れた輝鵬関(中央)

熱戦が繰り広げられました

6月11日(日)、運動公園グラウンドで第27回宇土市地区対抗軟式野球大会が開催されました。市内7地区から選手約120人が参加しました。開会式では、前回優勝した轟地区の白本匡宏選手が力強く選手宣誓を行い、各チームとも熱戦を繰り広げました。

大会結果

優勝 宇土地区
準優勝 網田地区
3位 轟地区、
網津地区



優勝された宇土地区の皆さん

空手 宇土修武館全国大会出場

5月3日(水)、天草市民センター内の体育館で行われた、第40回熊本県少年少女空手道錬成大会兼第23回全日本少年少女空手道選手権大会予選で宇土修武館の選手が好成績を収め熊本県代表として全国大会(東京)・九州大会(佐賀)に出場します。

【出場者】

3年女子 西田 和心(緑川小)
4年女子 野添 美空(宇土小)
4年男子 鹿川 結翔(花園小)
4年男子 内田 航太(豊野小)
4年男子 永井 壘(宇土小)
5年女子 荒川 叶音(走潟小)
6年女子 前田 優季(網津小)
6年男子 野添 太陽(宇土小)
女子団体形 (野添・荒川・前田)
男子団体形 (鹿川・内田・永井)



宇土修武館のみなさん

うと地蔵まつり

うとダンスパレード(民踊パレード)
参加者募集

うと地蔵まつりのうとダンスパレード(民踊パレード)参加者を募集します。歴史ある、うと地蔵まつりにあなたも踊り手の一人として参加しませんか。参加者には踊りの練習会も予定されていますので、お気軽にご参加ください。町内会、子ども会、気の合う仲間とうと地蔵まつりを盛り上げましょう。詳しくはお問い合わせください。

日時 8月24日(木)
20:00 ~ 21:10
申込期限 7月21日(金)



☎ 宇土市商工会 ☎(22)5555



うと地蔵まつり
子ども造り物募集

子どもたちが主体となって制作する造り物を募集します。地域の子ども会や放課後児童クラブなどのお友だちと夏休みの思い出づくりとして造り物に挑戦してみませんか?

展示期間 8月23日(水)・24日(木)
展示場所 福永薬局前駐車場(予定)
表彰 賞金、その他参加賞あり
申込期限 7月31日(月)



☎ 商工観光課 ☎(27)3329



“コロナ復興”第8回うと軽トラ市

新型コロナウイルス感染拡大で休止していた「うと軽トラ市」を再開いたします。宇土市の特産品をはじめ宇土のアピールと、コロナ後の復興を願い開催いたします。多くの方のご来場をお待ちしています。

日時 7月23日(日) 11:00 ~ 18:00

場所 宇土市・住吉海岸公園のジンベエ前広場 入場 無料

<出展者募集>

野菜や果物、加工品や工芸品など

※地域の活性化を目的としておりますので格安価格での販売にご協力をお願いします。

出店条件

①軽トラックおよび軽ワンボックスで出店可能な方(テントでの出店も可)

②食品衛生法に基づく許可や販売に必要な器機などご自身で準備する。

③宇土市内在住、もしくは宇土市内で営んでおられる方

募集台数 20台(販売場所は説明会時に抽選で決定します)

詳しくは下記連絡先までお問合せください。

主催 宇土市議会政策研究会「志」担当 野口・西田・今中

☎ ☎090(3666)7682 担当 野口



大太鼓フェスティバルは
10月に開催します

例年8月に開催していましたが、昨年より時期を変更して開催しています。昨年は、感染症対策をとりながら3年ぶりに開催しましたが、多くの皆様にご来場いただきました。今年も引き続きご支援とご協力をお願いします。



主催 宇土大太鼓フェスティバル実行委員会

☎ 文化課 文化係 ☎(23)0156



7月1日(土)オープン
宇土市民プール

場 所 市運動公園内(旭町)

開場期間 7月1日(土)~8月31日(木)
※毎週月曜日(祝日の場合は翌日)は休場

利用時間 9:00 ~ 18:00(最終受付は17:00)

利用料金 一般 2時間200円 高校生以下 2時間100円
付き添い・遊泳しない人 100円

施設概要 ①50mプール(水深1.2m ~ 1.5m)

※小学5年生から利用可

②幼児プール(水深0.35m ~ 0.75m)

※屋外プールのため、天候等の状況により休場する場合があります。

※スライダープールについては、利用者の皆さんに安心してご利用いただけない状態のため、利用停止します。

☎ NPO法人うとスポーツクラブ ☎(23)3472
宇土市民プール ☎(23)0245



7月21日(金)オープン
スポーツセンタープール

場 所 スポーツセンター内(花園町)

開場期間 7月21日(金)~8月27日(日)
※毎週月曜日(祝日の場合は翌日)は休場

利用時間 9:00 ~ 17:00(最終受付は16:00)

利用料金 一般 2時間 200円
高校生以下 2時間 100円
付き添い・遊泳しない人 100円

施設概要 25mプール(水深1.25m)

※屋外プールのため、天候等の状況により休場する場合があります。

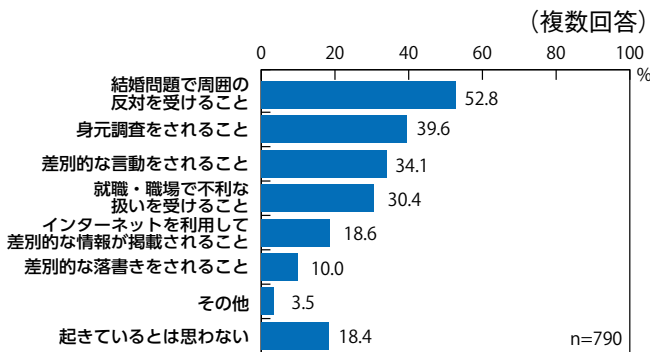
☎ NPO法人うとスポーツクラブ ☎(23)3472
スポーツセンター ☎(22)1119

無関係・無関心ではいられない部落差別（同和問題）

生涯活動推進課 生涯学習係 ☎(22) 6510

部落差別（同和問題）とは、明治時代につくられた新しい身分や戸籍の制度により植え付けられた差別意識に起因する差別のことです。県内でも、ここ4、5年のうちに、土地差別や差別落書きといった事件が発生しています。部落差別（同和問題）は、決して過去のものではありません。今もなお続いている重大な社会問題なのです。

次のグラフは、「人権に関する市民意識調査」で部落差別（同和問題）に関して起きていると思う人権問題について尋ねたものです。「結婚問題で周囲の反対を受けること」の52.8%が最も高く、これに「身元調査をされること」の39.6%、「差別的な言動をされること」の34.1%が続いています。

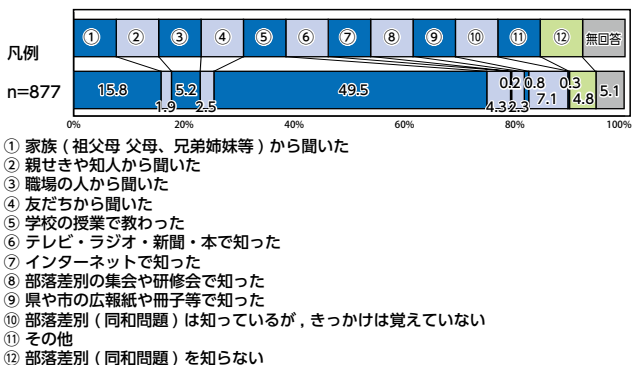


私たちは自分の意思で生まれてくる場所を選ぶことはできません。しかし、出身地や居住地を理由に結婚や交際を阻んだり、就職時に不利な扱いをすることが現実起こっています。部落差別（同和問題）とは、本人には何の責任もないことで不平等・不利益を強い、自由と平等を侵害するという、差別をする側の問題なのです。

次のグラフ【A】は、「人権に関する市民意識調査」で部落差別（同和問題）を初めて知ったきっかけについて尋ねたものです。

「学校の授業で教わった」の49.5%が最も高く、これに「家族（祖父母、父母、兄弟姉妹等）から聞いた」の15.8%、「部落差別（同和問題）は知っているが、きっかけは覚えていない」の7.1%が続きました。

グラフ A

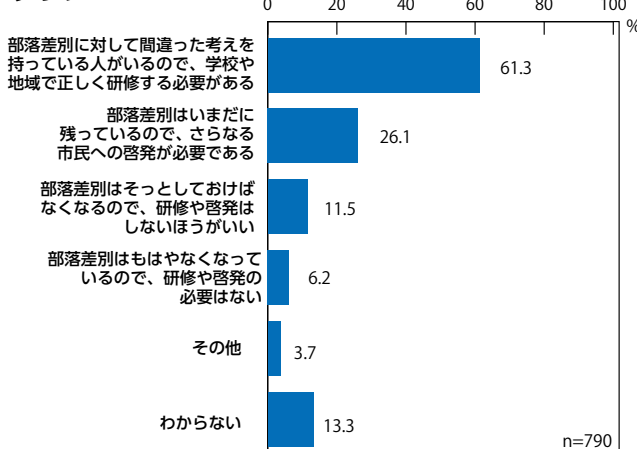


つづいて、次のグラフ【B】をご覧ください。今度は、「部落差別（同和問題）について知らない人まで知ってしまうから、そっとしておいたほうがよくなるのか」といった声に対して

どうするかを尋ねたものです。

「部落差別に対して間違った考えを持っている人がいるので、学校や地域で正しく研修する必要がある」の61.3%が最も高く、これに「部落差別はいまだに残っているのに、さらなる市民への啓発が必要である」の26.1%、「部落差別はそっとしておけばなくなるので、研修や啓発はしないほうがよい」の11.5%が続きました。

グラフ B



部落差別（同和問題）の研修や啓発をしなければ、部落差別（同和問題）は自然になくなるのでしょうか。

グラフ【A】では、「学校の授業」や「県や市の広報紙」、「部落差別の集会・研修会」といった公的な情報経路から部落差別（同和問題）のことを知った人の割合は52.6%でした。一方、「家族から聞いた」や「職場の人から聞いた」など私的な情報経路から知った人は37.5%でした。

つまり、教育や啓発をしなかったとしても、何らかの形で部落差別（同和問題）を知る機会は数多くあるということがわかります。しかも、私的な情報経路は差別を助長するような情報である場合が多く、誤った認識を防ぐことはできないと考えられます。だからこそ、学校教育の場や啓発を通して正しい知識を身につけ、誤った情報や偏見に惑わされないようにすることが大切なのです。

部落差別（同和問題）が存在するということは、社会が差別の存在を許していると言えます。私たち一人ひとりが今の社会を構成しているのですから、自分は無関係だと、この問題から目を背けたり、無関心でいるのをやめて、自分事として部落差別（同和問題）について考えてみましょう。理不尽な差別のない、一人ひとりの人権が尊重される社会を目指して。

宇土半島基部地域の勢力とヤマト王権(前編)

熊本の古墳時代は宇土から始まった

3世紀中頃から約350年間続いた古墳時代。日本列島に20万基以上という膨大な数の古墳(前方後円墳・前方後方墳・円墳・方墳等)が築かれましたが、なかでも全体の2〜3%にすぎない前方後円墳は、各地の有力豪族が採用した墳形でした。そのあり方は当時の政治・社会情勢を反映しており、古墳時代を「前方後円墳の時代」と呼ぶ研究者もいます。

熊本県域では、古墳時代の初め頃、宇土半島基部(現在の市東部地域)に県内最古の前方後円墳・城ノ越古墳(栗崎町)が3世紀後半に出現し、その後も前方後円墳の築造が相次ぎました。まさに「熊本の古墳時代は宇土から始まった」といえますが、なぜ古い時期の前方後円墳が宇土に集中するのでしょうか。

ヤマト王権と前方後円墳

2世紀後半(弥生時代後期)、列島の国々は自らの領域や物資の流通権等をめぐって激しい争いを続けてい

ました。そこに登場したのが邪馬台国の女王・卑弥呼でした。2世紀末頃、周辺地域から共立された卑弥呼は、中国に使いを送り、その権威をバックに戦乱の世を鎮めました。この政治連合が「ヤマト王権」で、卑弥呼は本王権の初代大王と考えられています。

『魏志倭人伝』には、卑弥呼の死後に大きな墓が築かれたと記されており、ヤマト王権の本拠地である奈良盆地東南部に3世紀中頃に築かれた箸墓古墳(奈良県桜井市)がその墓とする説が有力です。考古学界ではこの巨大前方後円墳(墳長280m、高さ26m)の出現をもって古墳時代の開始と考える研究者が多く、同じ頃に西日本各地に箸墓より規模が小さな前方後円墳が出現しました。これらと箸墓の規模を比較すると、浦間茶臼山古墳(岡山市)は墳長138mで箸墓の約1/2、石塚山古墳(福岡県荻田町)は墳長120mで同じく約2/5の相似形です。この現象

は、列島各地の権力者が前方後円墳をシンボルとし、ヤマト王権と密接な関係を結んだことにはかならず、権力者間の力関係は墳丘規模の差で示されていたと考えられています。

なぜヤマト王権は宇土を重視したのか

城ノ越古墳(墳長43m)は、昭和41年(1966)にミカン園開墾作業中に発見され、宇土高校社会部による応急的な調査後、残念ながら消滅しました。埋葬施設の近くから発見された中国製三角縁神獸鏡(市指定文化財)は、卑弥呼が魏から授かった鏡との説があり、ヤマト王権はこのような貴重な文物を各地の権力者へ配布することで、自らの中心的立場を確固たるものとししました。

城ノ越以降、約100年間にわたる宇土半島基部地域に前方後円墳が次々に築造されました。本地域が九州西部における政治的中心地として大きな役割を果たしたとみられます。では、なぜヤマト王権は宇土との関係を重視したのでしょうか。宇土半島基部地域は、熊本平野と八代平野を結ぶルート上にあり、有明海と八代海の境界域でもあります。ヤマト王権が九州西部における陸上・海上交通の要衝であった本地域の権力者との関係を重視した結果、多く

の前方後円墳の築造につながったと考えられています。

※次号(後編)では、向野田古墳(松山町)をはじめとする宇土半島基部の前方後円墳と西岡台遺跡(神馬町)で発見された豪族居館を紹介いたします。

【参考文献】

・『新宇土市史』(資料編第一巻)
・『新宇土市史』(通史編第一巻)



箸墓古墳(奈良県 桜井市)
山川出版社『古墳とその時代』
日本史リブレット 4より



城ノ越古墳 出土
三角縁神獸鏡



図書館だより

7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

ぞうのこバナ

まどみちお 作
世界文化ワンダーグループ



竜巻に巻き込まれ、ママとはぐれた子ぞうのバナ。ありと一緒にママを探す旅に出かけ…。バナの勇気と周囲の助けによって次々に困難を乗り越えていく姿に心励まされるお話。

小学生低学年向け

PICKUP 02

キュリオとかめの大王

斉藤洋 作
講談社



「奇妙ならくだに会いに行こう」というキュリオにしづしづ付き合うべ。ジャングルを進むと、こぶが3つある奇妙ならくだのトランペットに出会う。彼は、自分はむかしはろばだとい…。白いくまのべべと少年キュリオのお話。

小学生高学年向け

PICKUP 03

マンガでわかる! 10才までに覚えたい人体のふしぎ235

高濱正伸 監修、田中利明 監修、坂井建雄 医学監修/永岡書店



人体の世界をのぞいてみよう! 体の部位や体のはたらきといった人体のふしぎを取り上げ、その仕組みをマンガで説明。知識を深掘りする解説ページ、さらに興味を広げるまめ知識なども掲載する。

中高生向け

PICKUP 04

雨にシュクラン

こまつあやこ 著
講談社



憧れの高校に合格し、書道部に入った真歩。しかし、父の療養のために引っ越しをすることに。高校を辞め、図書館の宅配ボランティアを始めた真歩は、本を届けに行った家でアラビア書道というアートに出会い…。

一般向け

PICKUP 05

赤い月の香り

千早茜 著
集英社



古い洋館で「香り」のサロンを営む天才調香師・小川朔は、幼馴染みの探偵・新城と共に、依頼人の望む香りをオーダーメイドで作っていた。朝倉満は朔に勧誘され、そこで働くことになるが…。

一般向け

PICKUP 06

るろうにほん熊本へ

佐藤健 著
NHK出版



俳優・佐藤健が、熊本県内各地での魅力あふれる人々との出会いから、守るべき日本の伝統文化と、その未来について考える。熊本の食や風景なども紹介。



夏季期間は毎日開館します



7月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1 18時まで開館
2	3	4	5	6 休	7	8 18時まで開館
9	10	11	12	13 休	14	15 18時まで開館
16	17 海の日	18	19	20 休	21	22 18時まで開館
23	24	25	26	27	28 休	29 18時まで開館
30	31					

※毎週土曜日:18時まで開館
 ※夏休み期間(7月21日から8月28日まで)は、第4金曜日を除き毎日開館
 ※休館日7月6日、7月13日、7月20日、7月28日

ブックスタートを知っていますか?

ブックスタートとは、「赤ちゃんが初めて絵本を楽しむ体験」と「絵本をプレゼントする活動」です。

宇土市では、市内で生まれたすべての赤ちゃんを対象に、保健センターで実施されている3か月健診において、2冊の絵本をお渡ししています。

絵本は、図書館職員が厳選した赤ちゃんファーストブックとなりますので、どうぞお楽しみに!





市内小中学校で働いているALT (外国語指導助手) 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

日本語訳



今月は
アンドレ先生

Hello, Uto City.
It's getting hot right?
This will be the second summer I have experienced since arriving in Japan. A lot of people think my country (South Africa) is hotter than Japan but that is not the case! Japan has much higher temperatures and is more humid too. I'm still trying to get used to it.
This summer, my family will be visiting Japan for the first time. I look forward to showing them around this beautiful country. I'm hoping to give them an authentic experience of what Japanese culture is like! If you have any recommendations, please let me know!

宇土市のみなさん、こんにちは。暑くなってきましたね？私は日本に来てから2回目の夏を経験することになります。多くの人が私の国(南アフリカ)は日本より暑いと思っていますが、そうではありません！日本はもっと気温が高く、湿度も高いです。私はまだそれに慣れようとしているところです。
今年の夏、私の家族は初めて日本を訪れる予定です。この美しい国を案内するのが楽しみです。家族に日本文化がどのようなものか本物の体験をさせたいと思っています。お勧めの場所があれば、ぜひ教えてください！

香典返し

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)

▽古保里町	石多	千代美	(七三)
▽新町一丁目	尾上	アサエ	(八五)
▽岩古曾町	橋本	典子	(九三)
▽長浜町	小松野	マツ子	(九三)
▽長浜町	宮崎	松田	(九三)
▽松山町	今村	スミ子	(九四)
▽住吉町	小田	野村	(九七)
▽馬之瀬町	和野	大田	(九七)
▽熊本市中央区九島等	富田	池田	(八九)
▽花園町	中川	泰博	(九一)
▽石橋町	井嶋	ヨシ子	(八八)
▽立岡町	中川	クニ子	(八八)
▽門内町	神窪	俊行	(八八)
▽網津町	野添	政光	(九一)
▽上瀬町	渡本	富美	(八七)
▽馬之瀬町	馬之瀬	孝幸	(八七)
▽走瀨町	豊田	陽一	(八七)
▽福岡県糟屋郡新宮町	山本	恭枝	(八七)
▽下瀬町	伊藤	久枝	(八七)
▽笹原町	村中	光枝	(八七)
▽石橋町	小森	カエ	(八七)
▽長浜町	尾崎	祐義	(八七)
▽網引町	中崎	厚義	(八七)
▽走瀨町	芥川	博史	(八七)
▽新町一丁目	吉田	博史	(八七)
▽城之浦町	津田	由紀	(八七)
▽戸口町	片岡	由紀	(八七)
▽下瀬町	村上	正子	(八七)

「寄附金控除」ができません(※6月10日受付分までを掲載)。

最近、実家からキャベツを1玉もらったので、はまって消費しています。キャベツで思い出すのが、母の千切りキャベツの細さです。その技術は、コンビニの千切りキャベツの細さとスライサーの速さを凌駕するほどです。味が美味しいのはもちろんですが、「トン、トン、トン」と鳴る包丁の音が好きで、私が小学生の頃、真似して切るとはさすがに野菜炒めやお好み焼きにならなりました。先日実家に帰ったので、家族に料理を振る舞いました。父からとんかつのリクエストがあったので、母と千切りキャベツ対決をしました。少し自信があったのですが、母の千切りキャベツには及ばず、私が切ったキャベツは、次の日の味噌汁の具になっていました。(お)

●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
(R5.5.31現在)	(R5.1.1 ~ 5.31)	(R5.1.1 ~ 5.31)	(R5.1.1 ~ 5.31)
人口 36,411人 (-47人)	発生件数 26件 (-3件)	認知総数 58件 (+43)	発生件数 3件 (-2件)
17,519人 (-11人)	負傷者数 39人 (+4人)	強制わいせつ 4件 (+4)	建物火災 2件 (+1件)
18,892人 (-36人)	死者数 0人 (±0人)	空き巣 2件 (+2)	その他火災 1件 (-3件)
15,927世帯 (-6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 (±0)	おうち時間 家族で点検 火の始末
		自転車盗 11件 (+6)	
		車上ねらい 0件 (-2)	
		万引き 7件 (-1)	
		※速報値であり変更になる場合があります。() は前年同月比	

最近、テレビや新聞、インターネットなどで見聞きする機会が多くなった、AI(人工知能)やDX(デジタルトランスフォーメーション)といったデジタル用語。中でも、注目を集めているのが生成AIと呼ばれる「チャットGPT(対話型人工知能)」で、文章や画像が簡単に作成できる人工知能です。今、全国の行政機関で業務の効率化に向け活用が検討され始め、東京都や神戸市がいち早く導入を決めたことでも話題になりました。

これらのデジタル技術について、皆さんはどのような印象をお持ちですか? 英語や横文字で表記された言葉でなかなか身近に感じられないと思っておられる方もいらっしゃるかもしれません。

そこで私も実際に利用してみました。どんな文章にしようかと考え、思いついたのが「宴会での締めあいさつ」です。どんなに短いあいさつでも、突然指名されると言葉に詰まってしまうもので、私自身も焦ってしまふことがよくあるからです。

スマホで専用サイトにアクセスし入力(指示)したのは「職場の宴会での締めのあいさつを200字以内で作成」と、これだけです。すると数秒で次の文章が

「皆さん、本日は楽しんでひととき

を共有できて光栄です。お互いの絆を深める場となりました。心から感謝申し上げます。この宴会は私たちの仲間意識と協力の結果です。これからも団結し、より一層成長していきましょう。お酒を交わし、笑顔

を分かち合うことで、一体感を感じています。皆さんの健康と成功を願ひ、素晴らしい時間を締めくくります。ありがとうございます。』とできてきました。

AIによって生成されたあいさつ文が、ここまで自然な文章となっていることに驚き、デジタル技術の進歩に感銘を受けた次第です。

今回、ご紹介した「チャットGPT」は文章作成のほか、情報収集や資料分析など機能は多岐にわたります。行政業務の効率化といった視点で活用が期待される一方で、誤った情報が提供されるなどの危険性もあり、利用は慎重に検討しなければなりません。

ただ、我々が目指すべきところは、市民の皆さんに寄り添った行政サービスの実現です。社会のデジタル化が加速する中で行政サービスをより向上させるためには、AIなどのデジタル技術の活用は必須のものであり、遅れをとることなく進めて



げんき
元樹 だより
市長からのメッセージ

いきたいと考えています。

ここでデジタル技術を活用した新たな取り組みを一つご紹介します。

「窓口の混雑状況を市ホームページでリアルタイムに確認できるようにになりました。もちろん、スマホでもご覧いただけます。窓口にお越しの際は、ぜひご活用ください。

寄贈品をいただきました

ご寄贈いただきました皆様、ありがとうございました。



電動芝刈り機
九州電力送配電株式会社
宇城配電事業所 様



航空写真
山本文市様
中川慎一様



輪島塗・花器
尾崎建様

【お詫びと訂正】

広報うと6月号に掲載しました「新庁舎に寄贈品をいただきました」の航空写真の寄贈者と輪島塗・花器の寄贈者に誤りがありましたのでお詫びして再度掲載します。

航空写真寄贈者
正)山本文市様 中川慎一様
誤)中川慎一様

輪島塗・花器寄贈者
正)尾崎建様
誤)尾崎健様

HAPPY BIRTHDAY!!

3歳までのお子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

お申込みください



たなか あらた
田中 新(旭町) ちゃん 3歳



3歳のお誕生日おめでとう♡

ふくなが はやと
福永 勇翔ちゃん(走潟町) 3歳



お誕生日おめでとう! 弟と仲良くしてね♡

とがわ じんた
戸川 仁太ちゃん(境目町) 3歳



男子3兄弟の1番下です!

さとう まりん
佐藤 菜鈴ちゃん(築籠町) 3歳



お誕生日おめでとう! だいすきだよ!

わたなべ おうき
渡邊 王稀ちゃん(北段原町) 2歳



王稀お誕生日おめでとう♡

へびしま りお
蛭島 梨愛ちゃん(松原町) 2歳



2歳お誕生日おめでとう!

わたなべ ふあり
田邊 楓杏梨ちゃん(三拾町) 2歳



2歳のお誕生日おめでとう!

にしやま あおは
西山 葵葉ちゃん(境目町) 2歳



2歳! これからもみんなを癒してね♡

しがき はくと
志垣 珀虎ちゃん(松山町) 1歳



お誕生日おめでとう☆たくさん遊ぼうね!

とよだ じゅり
豊田 樹里ちゃん(花園台町) 1歳



誕生日おめでとう! 笑顔で元気に育ってね!

かわの ゆうひ
河野 雄陽ちゃん(旭町) 1歳



祝一歳☆うまれてきてくれてありがとう♡