



広報れいほく

REIHOBU

人が輝き 地域が輝く まちづくり



2024
June

6

vol.726

特集 お城と、お城がつなぐキズナ

写真特集 笑顔実る！苓北スポーツの春

令和6（2024）年6月21日発行 [毎月21日発行]

防災・行政情報配信
システム れいほく

よかビ



アプリのインストールはお済みですか？

祝 唐津市・苓北町姉妹都市締結30周年記念



お城と、お城が つなぐキズナ

唐津城と富岡城

苓北町と唐津市とのつながりは古く、今からさかのぼること420年ほど前、慶長6年（1601年）、関ヶ原の合戦の功績により天草を所領した、唐津藩初代藩主寺沢志摩守広高が慶長7年（1602年）から唐津城を築くとともに、富岡半島に富岡城を築き、寛永15年（1637年）までの36年間にわたり天草を治めたことに始まります。

唐津城はその優雅な配置から「舞鶴城」と呼ばれたのに対し、富岡城はその地形が、龍が横たわった姿に似ていることから、「臥龍城」と呼ばれました。

天草が寺沢領になった時、寺沢志摩守広高は天草支配の本拠として、まず第一に天草市佐伊津町の

金浜城跡を考えたそうです。しかし、富岡は天然の要塞であったこと、海上交通の面で唐津から近かったため、本拠を富岡に選びました。寛永15年（1637年）、島原・天草一揆で富岡城が攻撃され、激しい戦いが繰り広げられました。富岡城は落城しなかったことから、天然の要塞や地形が陣を守るのに適した場所だったということも物語っています。

以後、山崎甲斐守領時代、第一次天領時代、戸田伊賀守領時代、第二次天領時代と、江戸時代の約270年にわたり、富岡が天草支配の拠点となったそもその発端は、唐津城と富岡城を築城した寺沢志摩守広高によって作られたものと言えるでしょう。



唐津城（舞鶴城）



富岡城（臥龍城）



姉妹都市締結30周年記念式典に出席した唐津市・荅北町の関係者ら

400年の時の流れを経て 唐津市との新たな交流

唐津市との交流は、富岡城復元整備計画を進めるため、平成3年5月に唐津城視察のために訪問したことが契機となり交流が始まり、平成6年10月に開催された「唐津藩400年祭」において、姉妹都市を締結しました。その後、まちづくり研修や視察などで唐津市を訪問するなど交流を深め、特に唐津ペーロン・レガッタ大会や、荅北じやっと祭・天草荅北ペーロン大会などを通じ交流が続いてきました。また、唐津市とは平成18年に、災害時の相互応援に関する協定を締結。有事の際には、お互いに迅速なヒトやモノの援助ができる体制づくりを行いました。



昨年の第35回天草荅北ペーロン大会に出場した唐津市選手団の皆さん

祝！姉妹都市締結30周年！

姉妹都市締結から30年を迎えた本年。5月18日⑤、唐津市高齢者ふれあい会館りふれを会場に、姉妹都市締結30周年記念式典が開催されました。

記念式典には、唐津市から峰達郎市長や唐津市議会議長をはじめとした関係者および本町の関係者ら約120人が出席し執り行われました。式では、峰達郎市長が荅北町と唐津市の類似点やこれまでの交流などを含めて「姉妹都市締結30周年を迎え、これまでの交流への感謝と、今後さまざまな形で交流が発展していくことを願います。共に未来へ」と歓迎のあいさつを述べました。

また、山崎町長からは「姉妹都市締結を機に、各種団体の研修や視察、中学生の修学旅行での訪問をはじめ、唐津ペーロン・レガッタ大会への出場や唐津くんち開催に併せた荅北町民くんち視察団の受け入れなど、多くの機会を設けていただき、その度ごとに唐津市の皆さまの心温まるおもてなしをいただけてきました。このように姉妹都市交流が30年続くのは、歴代市長様をはじめ唐津市の関係者の皆さまのご理解と、両市町にお住まいの皆さまの相互交流の賜物であり、荅北町の大きな財産です。これからも唐津市の皆さまと共に一歩一歩確実に交流を深めていきます」とさらなる交流を深めることを誓いました。

式典終了後、荅北町参加者は、名護屋城博物館に常設されている「黄金の茶室」や、「草庵の茶室」を視察。山崎町長らが黄金の茶室にて茶をたしなみました。また、その後には、令和6年4月に約50年ぶりにリニューアルオープンした玄海海中展望塔を訪問。リニューアルした施設内を見学しました。夜には歓迎交流会も催され、両市町の親睦がさらに深まる会となりました。「共に未来へ」。峰市長が話された言葉のとおり、富岡城と唐津城、この2つの城が取り持つ縁により、さらに両市町のキズナが今後も深まっていくことでしょう。この深まるキズナが共に両市町をさらに発展させることを願います。



これまでの交流への感謝とさらなる交流発展への願いを語った峰市長



唐津市との交流をさらに深めたいとあいさつした山崎町長



唐津市からの姉妹都市締結30周年を記念し記念品が贈られました



名護屋城博物館内の「黄金の茶室」で茶をたしなむ山崎町長ら関係者

これまでの歩み

平成3年5月 荅北町が唐津城を視察のため訪唐（唐津城保存整備事業の視察）

平成6年10月 姉妹都市締結（唐津市） ※唐津藩400年祭記念式典と同時間開催

平成7年7月 荅北じやっと祭・天草荅北ペーロン大会への唐津チーム派遣（ペーロン交流の始まり）

平成11年11月 姉妹都市締結5周年記念事業（荅北町） ※バレー、ソフトボール、グラウンドゴルフによる交流

平成16年8月 姉妹都市締結10周年記念事業（唐津市） ※からつ友好姉妹都市フェスティバル参加

平成21年10月 姉妹都市締結15周年記念事業（荅北町） ※少年サッカーによる交流

平成26年5月 姉妹都市締結20周年記念事業（唐津市） ※ウォーキングイベント開催

令和元年10月 姉妹都市締結25周年記念事業（荅北町） ※少年サッカーによる交流



令和5年8月 第1回荅北町長杯ジュニアサッカー大会への唐津チームの招待

令和6年5月 姉妹都市締結30周年記念事業（唐津市） ※唐津さわやか少年サッカー大会への荅北町チームの派遣

写真特集 笑顔実る！ 苓北スポーツの春

グラウンドに、笑顔の花が咲く！

初夏の風が、若葉の香りを運ぶこの時期。各小・中学校で運動会（体育大会）が開かれ、児童・生徒らは暑さに負けず全力で競技に挑み、地域に元気を届けました。また、2回目の開催となった都呂々地区ふれあい運動会では、地元町民の皆さんと児童の皆さんとの融合により、交流が深まる貴重な機会となりました。



坂瀬川小学校運動会（5.26@開催）



志岐小学校運動会（5.26@開催）



苓北中学校体育大会（5.19@開催）



富岡小学校運動会（6.2@開催）



都呂々地区ふれあい運動会（5.26@開催）



輝きたる 苓北人

Vol. 13



▶ profile

濱崎 幸枝さん

1952年生まれ、富岡出来町在住。令和6年3月までの3期9年に渡り、天草地域の人権擁護委員として、高齢者の詐欺被害防止などの人権啓発活動に尽力。5月28日、役場庁議室にて法務局天草支局長から感謝状が贈られました。(71歳)

「人が輝き地域が輝くまちづくり」——苓北のまちの輝きの一翼を担う人を紹介する連載企画第13回目です。
今回は、3期9年の長きに渡り、天草地域の人権擁護委員として、天草地域の高齢者の皆さんへの人権啓発活動などに尽力をされ、令和6年3月をもって退任された濱崎幸枝さんにお話を聞きました。

高齢者の人権を守る 取り組みにまい進しました

これまで3期9年に渡り、人権教室などを通じた啓発活動や、相談対応、人権被害への救済活動などを行ってきました。主に、高齢者の方の人権を守る活動として、天草の各地域で開催される人権教室などで高齢者の皆さんへ詐欺などの注意を呼びかける活動などを行ってきました。また、天草人権擁護委員連絡協議会の副会長も4年間務めさせていただきました。

自分が役に立つのならと思い、 引き受けた人権擁護委員

仕事を退職した後、苓北町

から人権擁護委員の打診を受けました。自分ができるかなもありましたが、自分が役に立つことがあるのなら挑戦してみようと思ひ、引き受けました。地元の人権擁護委員さんや関係者の皆さんのおかげでこれまで活動を行ってこられたと感じています。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

人権教室の参加者からの 一言が活動の原動力に

これまでの人権擁護委員としての活動の中で、以前、人権教室の参加者の方が話された言葉が印象に残っています。人権教室が終了した後、80代の女性の方がわざわざ声をかけてくださり、「私は皆さんに守られているんですね。ありがとうございます」とお礼を言ってくれました。その方は、「ご主人を亡くされ、一人で生活しておられたそうで、人権教室に参加して、「二人ではない、周りに支えてくれる人がいる」ということに気づけて、とても励みになったそ

うでした。その出来事が私の人権擁護委員としての活動の支えになっていきますし、活動の原動力にもなりました。

人と人とのつながりが大切

今現在、世の中ではさまざまな変化を迎える時代となっています。しかし、その中でも人と人とのつながりを大切にすることが、ふれあいが大切であることは今も昔も変わりません。人権被害に悩む皆さんを一人にさせないよう寄り添うことが、人権擁護委員に求められる重要な役割だと思います。人権擁護委員は退任しましたが、これからも地域の役に立つことができると考えています。



人権啓発に尽力された濱崎さん
(撮影：令和5年7月10日、都呂々公民館)

ともにつくろう 人が輝き 地域が輝く苓北町を

令和7年4月1日採用

☎ 総務課 ☎35-1111

苓北町職員採用試験実施します！

受付期間

7月29日(月)～8月16日(金)まで
(平日の8時30分～17時まで)



町ホームページ
はこちら

職種・採用予定数など

職種	区分	採用予定数	勤務先および職務内容
①一般事務	高等学校卒業程度	2人程度	町長部局または教育委員会などに勤務し、一般事務に従事
②一般事務 (身体障がい者 知的障がい者)	高等学校卒業程度	1人程度	町長部局または教育委員会などに勤務し、一般事務に従事
③保健師	資格免許職	1人程度	町長部局または教育委員会などに勤務し、専門の技術業務などに従事
④社会福祉士	資格免許職	1人程度	町長部局または教育委員会などに勤務し、専門の技術業務などに従事

職種別受験資格

▶年齢および資格要件

◀①一般事務(高校卒業程度)▶

平成元年4月2日～平成19年4月1日までに生まれた人

◀②一般事務・障がい者(高校卒業程度)▶

平成元年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた人で、右記(※1、※2)に記載の手帳などの交付を受けている人

◀③保健師(資格免許職)▶

平成元年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格がある人(令和7年3月までに取得見込みのある人を含む。)

◀④社会福祉士(資格免許職)▶

平成元年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士の資格がある人(令和7年3月までに取得見込みがある人を含む。)

※1) 身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳または都道府県知事の定める医師(以下「指定医」という。)もしくは産業医による障害者の雇用の促進等に関する法律別表に掲げる身体障害を有する旨の診断書・意見書(心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこうもしくは直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫または肝臓の機能の障害については、指定医によるものに限る。)

※2) 都道府県知事もしくは政令指定都市市長が交付する療育手帳または児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医もしくは障害者就業センターによる知的障害者であることの判定書

採用試験

一次試験 期日：9月22日(日) 場所：苓北町役場

試験の内容

- ①・②の受験資格者 教養試験・作文試験・事務適性試験・性格特性検査
- ③・④の受験資格者 教養試験・作文試験・専門試験

試験案内などの請求方法

町ホームページからダウンロードするか、封筒の表面に「苓北町職員採用試験申込請求」と朱書きし、140円切手を貼った返信用封筒を同封のうえ請求してください。

その他

職種別の必要書類などの詳細は、総務課窓口または町ホームページで確認できます。



青砥歯科医院
青砥 圭吾先生

歯が生えてきたら、早い時期から歯みがきを「習慣化」することが大切です。日頃から歯みがきを行う際には、お口の中を6分間、順番に磨いていただくことで、磨き残しの予防になります。

継続的なフッ化物塗布でむし歯予防

青砥町で本年4月から、フッ化物塗布事業が開始されました。ぜひ、歯科医院で塗布券を活用していただき、フッ化物の塗布を継続的に行っていただきたいと思えます。その際に、歯みがきのポイントなども説明させていただきます。



志岐保育園
田口真理子先生

子どもたちがむし歯にならないよう保育園でもケアを怠りません！

保育園では、歯みがきをした後の「仕上げ磨き」やフッ化物洗口を行うことで、口腔環境の維持に努めています。みんな楽しく取り組んでくれるのでうれしいですね。また、おやつ時間にはよくかむおやつを選ぶように工夫しています。よくかんで食べる習慣が身に付くことで、だ液がよく出てむし歯予防にもつながると思います。

普段から行う歯みがきと併せて、フッ化物洗口などを効果的に行うことで、むし歯予防につながっていくことがとても大切だと思います。

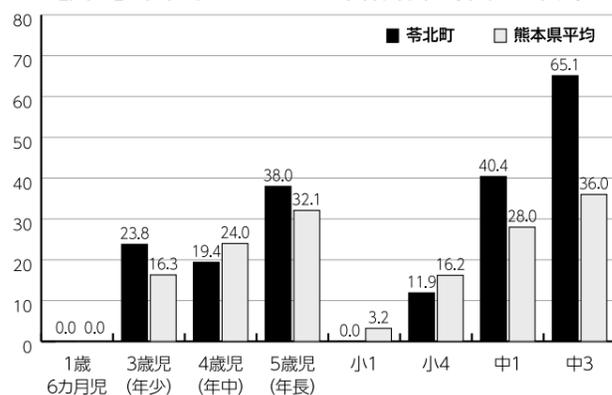


歯みがきの習慣化が大切です！

継続的なフッ化物塗布でむし歯予防

子どもたちがむし歯にならないよう保育園でもケアを怠りません！

【図1】 荅北町におけるむし歯有病率（令和4年度）



6月は「歯の衛生月間」

お口の健康を守りましょう！

～健やかな歯・口腔環境を保つために～

☎ 健康増進室 ☎35-3330

荅北町のお口の健康事情とは？

町では、小中学生のむし歯有病率が県の平均を超えて、高くなっています。【図1】

また、令和5年度に実施した町の歯周疾患検診の結果では、受診者の半数以上が歯周疾患の症状である歯肉の出血や歯周ポケット（歯と歯茎の隙間が歯周病菌によって深くなった溝のこと）が認められています。

子どもの頃にむし歯が多かった人は、大人になってからもむし歯が多いという研究結果が出ていますので、小中学生のむし歯が今後も町全体のお口の健康に影響を及ぼすことが懸念されます。

むし歯と歯周疾患は違う病気ですが、歯周病もむし歯もお口の中の不衛生が原因です。

また、その予防方法も自宅での歯みがき（セルフケア）や歯医者さんによるケア（プロフェッショナルケア）が基本です。子どもに限らず、大人も一緒にお口のケアを家庭や歯医者さんで継続的・定期的に行うことが大切です。

健やかな歯・口腔環境を保つために



町では、町民皆さんが健やかな歯・口腔環境を保つために、さまざまな助成を行っています。本年度から歯周疾患検診の対象年齢の拡大やフッ化物塗布事業を開始しました。自宅での毎日のお手入れ（セルフケア）に加えて、ぜひご利用ください。

<p>【成人期】</p> <p>歯周疾患検診…20～74歳まで歯周疾患検診の費用を助成しています。400円で検診を受けられます。</p>	<p>【幼児期～小中学生】</p> <p>フッ化物の塗布やうがいでのむし歯を予防し、強い歯の質の形成を促します。</p> <p>フッ化物塗布事業…対象者に塗布券（歯科医院での受診券）を対象者に交付します。</p> <p>フッ化物洗口事業…保育園や小中学校で保護者の同意のもと実施されています。</p>	
成人	小中学生	幼児期
<p>【妊娠期】</p> <p>妊婦歯科健診…妊娠中の歯科健診を無料で受診できます。</p>	<p>【後期高齢者（75歳以上の人）】</p> <p>後期高齢者歯科口腔健診…後期高齢者は、400円で歯周疾患検診に合わせて、かみ合わせや飲み込みの検査（口腔機能の検査）が実施されます。</p>	



※歯周疾患検診、妊婦歯科健診、後期高齢者歯科口腔健診は健康ポイント付与対象です。

安心安全な水道水を届けるため 水質検査を実施

問 水道環境課 ☎35-3335

水道水質検査の結果

令和6年4月10日実施

試験項目	水質基準	単位	水道の名称および配水区名 ()は採水場所							
			坂瀬川西川内簡易水道		鶴簡易水道	志岐上津深江簡易水道		都呂々富岡簡易水道		
			西川内配水区 (西川内集会所)	坂瀬川配水区 (松原公民館)	鶴配水区 (鶴集会所)	上津深江配水区 (苓北町物産館)	志岐配水区 (苓北町役場)	富岡配水区 (富岡浄化センター)	都呂々配水区 (小松集会所)	
一般細菌	100個/ml以下	個/ml	0	0	0	0	0	0	0	
大腸菌	検出されないこと	—	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	
塩化物イオン	200mg/l以下	mg/l	14	16	10	8.9	9.4	8.3	10.0	
有機物(全有機)	3mg/l以下	mg/l	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.3未満	0.9	0.8	0.7	
pH値	5.8~8.6	—	8.0	7.3	7.9	7.9	7.4	7.3	8.1	
味	異常でないこと	—	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	
臭気	異常でないこと	—	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	異常なし	
色度	5度以下	度	0.5	0.5未満	0.9	0.7	0.6	0.5未満	0.9	
濁度	2度以下	度	0.1未満	0.1未満	0.1未満	0.3	0.1未満	0.1未満	0.1未満	
鉄およびその化合物	0.3mg/l以下	mg/l	0.03	0.03未満	0.03	0.03	0.03未満	0.03未満	0.03未満	
マンガンおよびその化合物	0.05mg/l以下	mg/l	0.005未満	0.005未満	0.005未満	0.005未満	0.005未満	0.005未満	0.005未満	

水道水は水質基準を全て満たしていました。

下水道(排水口)へ異物を流さないでください!

町内の下水道施設(マンホールポンプ)に異物が詰まる事例が連続して発生しています。主に詰まりの原因となっているのは、ウェットティッシュや紙おむつなどに使用されている不織布です。

下水道施設が故障すると、周辺への汚水流出や悪臭問題、機器類の故障による維持管理費の支出など悪影響を及ぼします。

不織布が使用されているものについては、可燃ゴミに分別してゴミ収集所へお出しください。

下水道(排水口)には排せつ物とトイレットペーパー以外を

絶対に流さないでください!

▶各家庭で使用されている不織布の例

- ①ウェットティッシュ
- ②紙おむつ
- ③ナプキンなどの生理用品
- ④一部の便器清掃用品

※トイレに流せると書いてある場合でも、大量に使用すると詰まりの原因となりますので注意してください。



▲実際に詰まった不織布

新たな経済に向けた

給付金・定額減税一体措置が実施されます

問 税務住民課 ☎35-1115

令和6年度分個人住民税の定額減税

令和6年度税制改正において、賃金上昇が物価高に追いついていない国民の負担を緩和するため、物価上昇を十分に超える持続的な賃上げが行われる経済の実現を目指す観点から、令和6年度分の個人住民税において定額減税を実施することが決定されました。

▶対象者

令和6年度分の個人住民税に係る合計所得金額が1,805万円以下で、定額減税適用前に納付すべき所得割がある人(※定額減税適用前の段階で、個人住民税均等割のみ課税される人や非課税の人は、定額減税の対象外となります。)

▶減税額

本人と配偶者を含む扶養親族1人につき1万円

※対象となる人は国内居住者に限ります。

※特別控除可能額(定額減税可能額)が所得割額を超える場合は、所得割額が控除限度額となります。

※定額減税は住宅ローン控除や寄附金税額控除など、全ての控除が行われた後の所得割額から減税されます。

▶減税方法

①給与所得に係る特別徴収(給与から天引きの人)
令和6年6月分は徴収されず、定額減税後の税額を令和6年7月~令和7年5月分の11回で均されます。

②普通徴収(口座振替や納付書で納付する人)

第1期(7月1日納期限)分の納付額から順次減税します。

③年金所得に係る特別徴収(年金から天引きの人)
10月の年金支給時に控除される税額から順次減税します。

※上記①~③の徴収方法が複数混在する人の減税方法はこの限りではありません。その場合、各期で均して徴収される場合がありますが、納付していただく税額は定額減税「後」の税額となります。

※お手元の納税通知書などに定額減税額や未控除額が記載されていますのでご確認ください。

※減税額の記載がない人は、定額減税対象外です。

▶その他

令和6年分の所得税(国税)の定額減税額は、減税対象人数×3万円です。個人住民税の定額減税と実施方法が異なりますので、詳細は国税庁ホームページでご確認ください。



定額減税を十分に受けられないと見込まれる人への調整給付金が支給されます

▶対象者

所得税、個人住民税所得割にかかる定額減税可能額が、それぞれ令和6年分推計所得税額、令和6年度個人住民税所得割額を上回る人

▶定額減税可能額

所得税分	減税対象人数1人につき3万円
個人住民税所得割分	減税対象人数1人につき1万円

※減税対象人数は、納税者本人+控除対象配偶者+扶養家族(16歳未満の扶養親族含む。)の数で、国内居住者に限ります。

▶給付額

①所得税分	所得税分定額減税可能額から令和6年分推計所得税額を差し引いた残額
②個人住民税所得割分	個人住民税所得割分定額減税可能額から令和6年分個人住民税所得割額を差し引いた残額

上記①+②の合算額(万円単位に切り上げ)

▶申請方法など

準備ができ次第、対象者に対して、町から関係書類を送付する予定です。

低所得世帯への給付金について

▶対象世帯

- ①令和6年度新たに個人住民税非課税者のみで構成される世帯
- ②令和6年度新たに個人住民税所得割が課されていない者のみで構成される世帯
- ③上記①または②に該当し、18歳以下の子がいる世帯

▶給付額

- ①・②: 1世帯につき10万円
- ③: 18歳以下の子1人につき5万円

▶申請方法など

準備ができ次第、対象世帯に対して町から関係書類を送付する予定です。



生活に欠かせない水の恵みに感謝！

都呂々ダム水神社感謝祭

5月29日㊤、都呂々ダム公園において都呂々地区老人クラブ連合会（山口順一郎会長）主催による都呂々ダム水神社感謝祭が開催され、同クラブ会員や地元町民ら約20人が出席。生活用水や農業用水などに使われる都呂々ダムの水への感謝をささげました。

同老人クラブは、平成10年4月に都呂々ダム公園に水神社を建立し、以降年1回、感謝祭を開催し、水の恵みへの感謝をささげています。



水の恵みに感謝し、参拝する出席者ら

都呂々ダムの水への感謝の思いと、感謝を次世代へも継承していきたいと語った山口会長

5年ぶりにゴルフで親睦を深める

2024年苓北町チャリティーゴルフコンペ

5月25日㊤、ザ・マスターズ天草コースを会場に「2024年苓北町チャリティーゴルフコンペ」が約5年ぶりに開催され、ゴルフ愛好家66人が参加。ゴルフで親睦を深めました。

苓北町チャリティーゴルフ実行委員会 岩下忠会長は「久しぶりに開催することができ、良かったです」と満足気でした。なお、本大会の収益金は、日本赤十字社を通じて、能登半島地震の被災者支援に活用されます。



ゴルフコンペにて見事優勝を果たした吉村光彦さん（志岐）

5月31日山崎町長へ収益金を贈った岩下会長

企業版ふるさと納税で町を応援

企業版ふるさと納税感謝状贈呈

企業版ふるさと納税により町に寄付をいただいた株式会社レノバ（本社：東京都中央区）へ5月13日㊤、山崎町長から感謝状を贈りました。

東京都に本社があり、風力発電事業などを行う同社。企業版ふるさと納税としては、昨年度に引き続いての寄付となりました。

このたびの寄付金は、農作物の品質向上などといった農業振興に係る事業に活用されました。



貴重なご寄付をありがとうございました

除草作業で汗を流しました

地元同窓会が環境美化作業を実施

6月2日㊤、天草工業高校苓北地区同窓会および天草拓心高校同窓会苓北支部丸尾会が、広域農道沿道の環境美化活動を実施しました。当日は、作業しやすい曇り空の中、21人が参加。約1時間に渡り、農道沿いの除草作業などを行い、汗を流しました。

両同窓会は、毎年この時期に合同で広域農道の除草作業などを実施しています。代表の阪本博之さんは「今後も引き続き、活動を実施して町に貢献していきたい」と意欲を語りました。



除草作業で汗を流す参加者ら

「生涯スポーツ」を楽しむ

毎回「広報れいほく」を懐かしく読ませていただいております。忘れかけた情景を思い起こさせていただき感謝申し上げます。私は、去年（令和5年）いっぴいで、54年間の会社員生活を終え、現在は毎日が日曜日の生活を送っています。

現役を引退された方々は、ゴルフ・旅行などの趣味や家事・奥様孝行などに時間を使われている方が多いと思いますが、私は健康維持と今後の楽しみとして、テニス（硬式）を「生涯スポーツ」と決めて、練習にいそしんでいます。最初は会社の仲間と趣味として楽しんでいましたが、今はシングルスを中心に県外のトーナメントにも出場しています。

テニスのトーナメントは、5歳刻みの年齢別で行われるため、対戦相手は同じ年代です。中には大学の体育会で名を馳せた人もいますが、私のような70代になると、技術もさることながら体力勝負のところもあるため、キャリアが全

てというわけではありません。大方の参加者の目標は、ランキング上位36人のみが参加できる全日本選手権（年代別）出場です。私の現在のランキングは70代の300位くらいのため、全日本選手権出場までは相当遠いですが、テニスへのモチベーションを維持するために、体力・気力それと経済力の許す限り、チャレンジを続けたいと考えています。

以上、現役引退後の近況と夢を書かせていただきました。



千葉県在住 広田 友章（坂瀬川出身）

今を楽しく、健康寿命を伸ばす生き方を...

私の大好きな言葉に「年を重ねただけで人は老いない。夢をなくした時に初めて老いる」という言葉があります。あと2カ月で85歳になる私は、この言葉に励まされながら日々活動をしています。

ちょうどコロナ騒動の始まりの時に東京から熊本へ移住して5年が過ぎてしまいました。帰ったらすぐに友だちに会いに行き、おいしいお魚を食べて語り合い、あちこちを旅したいと計画を立てていたのに、悶々とした消化不良の日々でしたが、そんな時、友人からヒオウギ貝、生メカブ、ワカメ、河内晩柑と名産品を送ってください。御里とつながっているありがたさで感謝の気持ちでいっぱいでした。毎月届けてくださる広報れいほくも楽しみの一つです。親友の俳句を毎号楽しみに拝読しています。以前の企画の「たっしやもん」が終わってしまい、楽しみにしていたので寂しいのですが諸々の諸事情で致し方ないことだと思っています。

現在、私の健康法はラジオ体操を水前寺公園で毎朝行うことです。創立50数年の歴史あるクラブで三十数名の方々と談笑しながら楽しんでいきます。一人暮らしの安否確認にも役立つのでおすすめです。話題は健康に関することや食べ物に関する声が多いですね。5,000歩程歩いて、帰って食べる朝食のおいしいことと言ったら、「バイキングに行ったら絶対元取りますね」と友人に驚かれます。映画に行つて美術館にと、計画は満載です。病氣も逃げ出すのではと思っています。

100歳の人、有数名に聞いたら、今が一番幸せですと答えが返ってきましたが、私も同じで「今が一番幸せで楽しいです」と答えました。神様は良き終活を与えてくださっているのだと感謝しています。今の願いは一日も早く苓北町に遊びに行きたいと念じております。

熊本市在住 土居下 正子（志岐出身、旧姓：田崎）



“食の応援団”
チームぱくぱく

今月のRECIPE

ゴーヤのチヂミ

町の保育園と小、中学校では月に1回同じ日に、食育共通実践の月目標に沿った共通メニューを提供しています。家庭の食卓で、給食の話題を楽しみ、「食」への興味関心が高まることを目的としています。

● 作り方

- ①豚肉は1cm幅に切り、Aで下味をつけておく。
 - ②ゴーヤとかぼちゃは種とワタを取り、ゴーヤは5mm幅の輪切りにして塩もみ（分量外）し、さっと洗う。かぼちゃ、ニンジンも千切り、玉ねぎは縦に薄切りにする。
 - ③ボウルにBを入れて混ぜ合わせ、豚肉、②を加えて混ぜる。
 - ④フライパンにサラダ油を入れて熱し、③を好みの大きさに広げて両面をこんがり焼いて中まで火を通す。
 - ⑤器に盛り、合わせたCをつけて食べる。
- ※大きく焼いて、切り分けて食べてもよいでしょう。表面をカリッと焼くと香ばしくて美味しくなります。

● 材料（4人分）

- 豚肉（もも薄切り）…100g
三温糖……………小さじ1/2
しょうゆ……………小さじ1/2
ゴーヤ……………50g
かぼちゃ……………50g
ニンジン……………20g
玉ねぎ……………50g
薄力粉……………40g
片栗粉……………20g
水……………60g
塩……………ひとつまみ
サラダ油……………小さじ1
しょうゆ……………大さじ1/2
ごま油……………大さじ1/2
塩……………ひとつまみ



家族で一緒に
クッキング

● 共通メニュー実施日
7月17日㊥

暑くなる時期は、ついおやつとして甘い物や冷たい物を食べてしまいがちですが、今回は旬のゴーヤを使った手軽なおやつを紹介します。

夏の野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維も豊富で、ゴーヤの栄養と苦味は夏バテ予防に効果的です。

荅北町子育て支援センター

ふれあひ広場

ひだまり

ママたちのQ&A

Q つかまり立ちをするようになったのですが、転倒して頭を打たないか心配です。

A つかまり立ちやつたい歩きができるようになると、ふとした時に転倒して頭をぶつける場面が増えてきます。リュック型やヘルメット型のヘッドガードを使用するのもいいですね。しかし、動きにくかったり、かぶることを嫌がったりする赤ちゃんも少なくありません。衝撃を和らげるために床にマットを敷いたり段差を少なくするなど、環境を整えながら赤ちゃんに合うものを選びましょう。

■開設日時 平日の午前9時30分～午後3時 ■開設場所 新ふれあひ館 ☎31-1365

梅雨入りし、ジメジメした日が続いていますがいかがお過ごしですか？

支援センターでは毎月、クッキングなどの行事を開催しています。行事のある日は賑やかに、ない日はゆったりと過ごしていますよ。ぜひ遊びに来てみてくださいね。お待ちしております♪

パパとクッキー作ったよ♪



REIHOHUKUSODATE
Instagram



LINE



はい、ポーズ♪

ポイントをためて、健康的な生活を！



熊本健康アプリ
もっと健康！
げんき！アップ
くまもと



ミッションに挑戦して
ポイントを獲得しましょう

☎健康増進室 ☎35-3330

▶ミッションに挑戦してポイント獲得!!

健康ポイント事業では、町内で開催されるさまざまなイベントなどが「ミッションイベント」として登録されています。

対象となるイベントなどに参加することで、20ポイントが獲得できます。また、町内に限らず、アプリ上に表示されている町外のイベントなどのミッションでもポイントが獲得できます。

さらに、イベントだけでなく、クイズ(10ポイント)や施設利用型のミッションもあります。

町内では「荅北町温泉プール」の利用でポイントが付与（週1回限度）されますので、ぜひご利用ください。



▶ミッションでのポイントの獲得方法(操作方法)

①アプリトップ画面の上部中央にある「ミッション」をタップ。

②対象となるミッションの一覧が表示されるので、挑戦したいミッションの「挑戦する」ボタンをタップ。

③本文の下にある「カメラ」ボタンをタップ。

④会場にある二次元コードを読み取って、ポイント獲得！

※ミッション一覧の「ウォーキングチョイス(8日連続3,000歩など)」ミッションに挑戦すると、達成したごとに自動的にポイントが付与されます。さらに、ミッションは、3種類のミッションが同時に挑戦できます。(7～8月は実施されません。)

▶8月までの健康ポイント付与イベント開催予定

開催日	イベント名	場所
6月29日㊥	SUP体験会 in Tomioka 2024	福岡海水浴場
7月21日㊥	天草荅北ペーロン大会 (対象：競漕参加者および 体験ペーロン参加者)	福岡港巴湾一帯
7月26日㊥	第1回転倒予防教室	町民総合センター大会議室
8月23日㊥	第2回転倒予防教室	町民総合センター大会議室

荅北町産前・産後サポート事業「ハハトコ」

7月は「マタニティカフェ」を開催します！

毎月、妊娠中のプレママ・プレパパや、子育て中のママ・パパ達の交流・学びの場を提供します。

安心して妊娠期を過ごし、子育てができるようサポートします。

お気軽にご参加ください。

☎NPO法人子育てネットワークわ・わ・わ
☎080-2741-6382
※2日前までにお申し込みください。

日時・場所	内容	対象
7月20日㊥ 10時～12時 子育て支援センター	「マタニティカフェ」 ～沐浴指導・妊婦体験～ 講師：天草さくら助産院 助産師 池田 真智子さん 助産院る～さん 助産師 江崎 るみ子さん	産前のご家族 (ママのみ・パパのみでもOK) ※先着6組

園児の作品 / 志岐保育園 さくらぐみのおともだち



おしゃれな傘で
お出掛けしたいな

(作品)
絵の具遊びでいろいろな模様を描き込んで、素敵な傘ができました。「わあー。おしゃれ！」「これ持ってお出かけしたい！」と、大喜びの子どもたちでした。
世界で一つだけの傘、素敵でしょ!?

学校自慢 / 富岡小学校6年生

担任: 田尻先生
(男子6人 女子3人 計9人)



クラスの自慢

私たちは「創立151年、新世界へ旅立とう! 9人の輪の力で、笑顔の花を咲かせていこう!」を目標に毎日頑張っているクラスです。

「9人の輪」を
大切にしているクラス

クラスから先生へ

食べ過ぎに注意しましょう!
私たちも協力します。

先生からクラスへ

運動会では、何でもみんなで話し合っ決めていました。お互いの得意なことを生かして、協力し合うようになってきました。さらに仲間意識を育てながら頑張っていきましょう!

小学生の作文 / 坂瀬川小学校6年 田尻 斗真さん



運動会で
学んだこと



僕が赤団団長として学んだことは、「団結力を高める」とこと、「全力を出す」ことです。それぞれの団で優勝を目指してエール交換で大きな声を出したり、仲間を応援したりしました。
また、坂っ子全員がどの競技においても全力を出したので、すばらしい運動会になりました。楽しかったのは親子競技です。小学校最後の運動会を、僕は全力でやりきることができました。

みんなのひろば

この欄は、みなさんと一緒につくるページです。
楽しい行事やご要望など、お気軽に広報係へ

総務課広報係 ☎207

俳壇

なぎさ6月句会より

百歳を目指す卒寿の墓詣 小川 文平
楠若葉烟る小雨に恩師逝く 宮崎 甫穂
釣り人も波止場談義の夕涼み 高戸 直樹
水温む風に誘はれ集ふ席 浜口 雅英
初採りの落一握りやわらかく 森 恵美子
出航の船眺めいる夏帽子 森田 和子
絵心をくすぐる色に烏うり 永野 清江
それ急げ横断中の青蛙 登本 正子
夏空を押し上げること山丸く 高橋 正美
母の日や形見の眼鏡そつと出し 三原 千秋
方言を添へて馳走の新茶かな 金子かをる
雨風に耐へし梅の実塩まぶす 宮崎 益美
黒南風や医師乗る船の欠航す 田中美津子

ふれあい
ネットワーク



社会福祉協議会 だより

心配ごと、悩みごと
ご相談はご遠慮なくどうぞ
☎☎ 35-1270

http://reihokushakyo.com
reihoku.shakyo@ari.bbq.jp

苓北町社会福祉協議会

子育て支援センター職員募集

職種名	募集人員	応募資格	採用日・任期
保育士	1人	・保育士資格 ・普通自動車運転免許	8月26日～ 令和7年3月31日まで

▶職務内容

子育て支援センターでの子育て相談・サポートなど

▶募集対象

昭和29年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、心身ともに健康で福祉に関心があり、関係法令を遵守し、職務遂行ができる人（パソコン操作含む。）

▶勤務日・時間など

月曜日から金曜日まで（土日祝日・年末年始は休み）※年に数回、土曜日出勤があります。

▷勤務日数 月15日程度

▷勤務時間 8時30分から17時までのうち指定する時間

▶報酬・諸手当・その他

月額15万円程度

賞与、交通費の一部を支給（片道2km以上）

社会保険、雇用保険、半年勤務後、年次有給休暇あり。

▶申し込み方法

苓北町社会福祉協議会事務局（苓北町保健センター内）備え付けの「臨時職員採用試験申込書」に必要事項を記入のうえ、資格証明書（写）および履歴書を添えて、7月10日⑩17時までに提出してください。（郵送の場合は、締切当日の消印まで有効。）

▶選考方法・日時

面接試験を実施します。試験内容などの詳細は対象者へ後日通知します。

☎ 苓北町社会福祉協議会事務局 濱崎

無料でお譲りします。

福祉機器リサイクルコーナー

折りたたみ簡易ベッド 1台

このコーナーは、不要になった福祉機器などを寄付していただき、必要な人に利用していただくためのリサイクルコーナーです。

▶申込期限

希望される人は、7月8日⑩までに苓北町社会福祉協議会へお申し込みください。

希望者多数の場合は、抽選になります。

▶抽選会 日時 7月9日⑩ 9時～

場所 苓北町保健センター



開設します！無料法律相談所

法律事務所の弁護士による「無料法律相談所」を開きます。遺産相続、離婚、財産、多重債務など、法律に関することの相談を受けます。秘密は固く守られ、相談料は無料です。（無料法律相談の費用は、社会福祉協議会が負担しています。）

▶日時 7月18日⑩ 13時～16時

▶場所 子育て支援センター（新ふれあい館）

▶相談料 無料

▶相談担当弁護士

「天草ひだまり総合法律事務所」（天草市）

▶その他

相談は、事前予約が必要です。相談を希望する人は、7月8日⑩までに苓北町社会福祉協議会へお申し込みください。

相談時間は1人あたり制限（1件あたり約30分）があります。

申し込み多数の場合、一部相談をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。詳しくはお尋ねください。

こんにちは！



苓北町地域包括支援センターです

第5回 いきいきフェスタ（旧称：おしゃれフェスタ）

今年も開催します！！

これまでの名称「おしゃれフェスタ」を新たに「いきいきフェスタ」に改名しました。

苓北町で元気に生活されている高齢者（おおむね75歳以上）の皆さんを対象に、ステージ上で、今、夢中になっていること、今まで頑張ってきたこと、今も頑張っていることなどを、披露していただきます。素敵な笑顔をお届けできたらと思います。

▶開催日時 9月23日⑩ 10時～

▶出場者の申込期限 7月29日⑩まで

来月号から、出場者の皆さんのインタビュー記事を掲載します。お楽しみに！！

開催します！

転倒予防教室

体を動かし実践することによって転倒リスクを予防しましょう

高齢者の介護の要因の大きな原因の1つとして、「転倒による骨折」があります。いつまでも心身ともに自立した生活を送るために、転ばない身体づくりを目指しませんか？

▶講師 合同会社リベル 山中景介さん（理学療法士）

▶対象者 おおむね65歳以上の人で転倒予防に興味のある人

▶場所 町民総合センター大会議室

▶定員 30人程度 ※定員に達し次第受付を終了します。

▶申込期限 7月19日⑩まで

▶参加料 無料

▶開催日時 7月から令和7年2月までの第4金曜日 13時30分～15時まで

▶日程

第1回	7月26日⑩	実践	体力測定による身体機能評価
第2回	8月23日⑩	講義	体力測定をして何の意味がある？～実生活との関係について～健康のためには筋力と柔軟性どちらが重要？
第3回	9月27日⑩	実践	柔軟性アップ・筋力アップのための体操～背骨を柔らかくしよう～
第4回	10月25日⑩	講義	転倒予防について～バランス能力って何？～
第5回	11月22日⑩	実践	バランス能力アップのための体操～ふらついても倒れない身体を作ろう～
第6回	令和7年2月28日⑩	実践	体力想定による身体機能再評価

※動きやすい服装、水分持参でご参加ください。

※健康ポイント付与対象です。

☎ 苓北町地域包括支援センター／錦戸 ☎35-1289



**農作業中の熱中症を
予防しましょう**

夏場にかけて、農作業中に熱中症になる人が増えてきます。熱中症は正しい知識を身に付けることで適切に予防できます。

農作業時の予防ポイント

- ▼気温が高い時の作業は極力避け、日陰や風通しの良い場所で作業しましょう。
 - ▼こまめに水分・塩分を補給しましょう。
 - ▼作業は複数名で行いましょう。
 - ▼帽子や空調服などの熱中症対策アイテムを活用しましょう。
- 問 農林水産課／山口
☎ 35-11245

**くれよんカフェに
参加しませんか？**

家族の介護をしている人などが悩みの相談、息抜きや情報交換ができる場として「くれよんカフェ」を次のとおり開催しています。お気軽にご参加ください。

▼期日 毎週第1・第3日曜日
▼時間 10時～12時まで
▼場所 トータルファッションもり店内 (苓北町富岡出来町)

**金婚夫婦表彰の該当者
を受け付けています**

第66回「熊日金婚夫婦表彰」が行われます。今回対象となるのは、次の条件に該当するご夫婦です。役場または各出張所備え付けの専用紙に記入し、ご提出ください。

▼該当者 昭和49年1月1日～12月31日までの間に結婚されたご夫婦(満50年)

▼申し出期限 7月5日(金)まで

問 福祉保健課／小林
☎ 35-11263

海上保安官を募集します

令和7年4月入学の海上保安学校および海上保安大学の入学生を募集します。

①海上保安学校

▼受付期間 7月16日(火)～25日(水)
※インターネット受付

▼一次試験 9月22日(日)

②海上保安大学校

▼受付期間 8月22日(水)～9月4日(木)

▼参加費 1家族1000円

問 苓北町地域包括支援センター
☎ 35-11289

発売します「サマージャンボ宝くじ」および「サマージャンボミニ宝くじ」

「サマージャンボ宝くじ」と「サマージャンボミニ宝くじ」が、7月8日(日)から8月8日(木)まで、全国の宝くじ売り場で発売します。それぞれの宝くじの収益金は、市町村振興事業交付金として交付され、苓北町のさまざまな事業に活用されています。

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月8日(日)2種類同時発売!

発売期間 7/8(月)～8/8(木)

公益財団法人熊本県市町村振興協会

問 企画政策課／川口
☎ 35-3334

6月より訪問診療を開始します

訪問診療はご自宅まで医師が診察に伺う制度です。

対象者：病気や家族の都合により通院が難しい方
診療範囲：当院から16Km以内にお住まいの方

住み慣れた場所での生活をサポートします。
まずはお電話で相談してください。

苓北医師会病院 ☎(0969)35-1133

※インターネット受付

▼一次試験 10月26日(土)・27日(日)の2日間

詳しくはこちら！



問 第十管区海上保安本部総務部
人事課
☎ 099-250-9800

※毎年1学期中には満席となります ※ご入塾をお考えの場合は早めのご入塾をお勧めします ※まずはお問い合わせください

高校入試に強い！ 定期テストに強い！

苓北ゼミナール

〒863-2503 天草郡苓北町志岐255-1Mビル2F
☎070-2332-0149
<http://reihokuseminar.com/>

県模試受験 提携塾／実用英語検定 認定準会場／漢字能力検定 認定準会場／学校安心メール 協賛塾

不用品リユース本舗天草店

一般財団法人遺品整理士認定協会認定証第IS49540 古物商熊本県公安委員会許可第931240000782号

こんなお悩みありませんか？

- * 遺品整理・生前整理をしてお部屋を片付けたい方
- * テレビ・冷蔵庫・洗濯機などの整理をしたい方
- * 壊れたゲーム機器や電化製品等の整理をしたい方
- * 使わなくなったお皿を整理したい方…など！！

～資格を持ったスタッフが親切・丁寧に対応いたします～

お問い合わせは 株式会社 **サンクレンドリーム**
〒863-2501 熊本県天草郡苓北町坂瀬川711-1
0120-096-937 担当：宮崎
E-mail: scd199921@gmail.com
<https://suncloudream.com/company>

**熱中症になったとき
公共施設をご利用ください**

問 健康増進室／宮崎 ☎ 35-3330

熱中症で気分が悪くなったとき、熱中症対策の一時休憩所として、町の公共施設が利用できます。利用できる施設と利用時間は左表のとおりです。

また、日頃からエアコンの適切な使用や日傘、帽子の着用などの暑さ対策とともに、こまめに水分補給を行うなど熱中症予防を心がけましょう。

一時休憩所	利用時間
苓北町役場	8時30分～17時まで (土日祝日を除く。)
保健センター	
役場各出張所	
志岐集会所	
子育て支援センター (新ふれあい館)	9時30分～17時まで (土日祝日を除く。)
町民総合センター	
老人福祉センター	

▶一時休憩所および利用時間

▶利用期間 9月30日(日)まで

海風に競えつなわれ 天草県体 第79回熊本県民体育祭天草大会



第79回熊本県民体育祭天草大会が、天草市・上天草市・苓北町をメイン会場に9月14日㊤、15日㊤、21日㊤、22日㊤の4日間で開催されます。皆さんの応援が選手の力となりますので、ぜひ、お近くの会場で応援をお願いします。(会場は変更になる場合があります。)

第79回熊本県民体育祭天草大会会場 市町別一覧 (6月21日現在)

開催市町	競技名	開催日				会場名	
		14	15	21	22		
天草市	陸上競技			●	●	あましんスタジアム	
	軟式野球		●	●		広瀬公園野球場	
			●			河浦総合運動場	
	ソフトボール	(男)	●	●		五和グラウンド	
		(女)	●	●		有明中学校グラウンド	
	卓球			●	●	天草市民センター体育館	
	バレーボール	(男)	●	●		牛深総合体育館	
			●			牛深高等学校体育館	
	ハンドボール	(男)	●	●		天草工業高等学校体育館	
			●			稜南中学校体育館	
	柔道		●		天草市民センター体育館		
	剣道	●			天草市民センター体育館		
	相撲		●		栖本総合グラウンド相撲場		
	空手道		●		本渡東中学校体育館		
	アーチェリー	●	●		下浦運動広場		
	ゲートボール	●			あましんスタジアム		
	ボウリング			●	●	天草ボウリングセンター	
グラウンドゴルフ	●				大矢崎緑地公園多目的広場		
ハンドボール	(女)	●			本渡中学校体育館(1回戦~準々決勝)		
			●		天草工業高等学校体育館(準決勝~決勝)		
銃剣道		●			五和体育館		
上天草市	軟式野球	●			大矢野総合スポーツ公園グラウンド		
		●	●		松島総合運動公園野球場		
	ソフトテニス	●	●		松島総合運動公園テニスコート		
	バレーボール	(女)	●	●		松島総合センター「アロマ」	
	バスケットボール	(男)			●	●	大矢野総合体育館
					●		大矢野中学校
	(女)			●		松島総合センター「アロマ」	
				●		松島中学校	
テニス			●	●	大矢野総合体育館		
苓北町	ソフトボール	(男)	●			農村運動広場	
	サッカー			●		坂瀬川地区総合グラウンド	
				●	●	苓北町麟泉運動公園	
熊本市	水泳			●	●	熊本市総合屋内プールアクアドーム	
	バドミントン	●	●			熊本県立総合体育館	
	弓道			●	●	熊本市南部総合スポーツセンター	
益城町	クレール射撃	●	●			熊本県総合射撃場	
菊池市	馬術	●	●			菊池農業高等学校	

☎ 第79回熊本県民体育祭天草大会実行委員会事務局 (五和農業情報センター内) ☎ 32-9000

苓北じゃっと祭(7月20日㊤) 「熊本丸」体験航海・船内見学会 に参加しませんか?

申し込みはコチラ!

熊本丸体験航海

- ▶募集人員 40人程度
- ▶体験時間 9時~10時30分まで
- ▶参加料 1,000円/人
- ▶その他 熊本丸前(福岡港船客待合所付近)に8時30分までにご集合ください。



熊本丸船内見学会

- ▶募集人員 40人程度
- ▶体験時間 13時30分~14時30分まで
- ▶参加料 無料
- ▶その他 熊本丸前(福岡港船客待合所付近)に13時30分までにご集合ください。

- ▶申し込み方法 7月11日㊤までに、役場商工観光課に備え付けの参加申込書を提出いただくか、上記二次元コードからお申し込みください。
- ▶その他 すべりにくい靴でご参加ください。(※サンダル不可。)また、小学生以下は保護者などの付き添いが必要です。なお、応募者多数の場合は抽選となりますのであらかじめご了承ください。

申し込み・問い合わせ

苓北じゃっと祭・福岡城お城まつり実行委員会事務局
役場商工観光課 ☎35-3332 苓北町商工会 ☎37-1244

天草苓北ペーロン大会 (7月21日㊤)ペーロン体験 に参加しませんか?

長崎から約360年前に伝わり、苓北町の伝統行事として保存・継承される「ペーロン」を肌で感じてみませんか?

- ▶時間 11時30分頃~
- ※苓北町ペーロン船格納庫前にご集合ください。
- ▶準備物 濡れてもいい服装、すべりにくい靴(マリンシューズなど)
- ▶申し込み方法 7月11日㊤までに、役場商工観光課に備え付けの参加申込書を提出いただくか、下記二次元コードからお申し込みください。
- ▶その他 天候、海の状況などにより当日中止する場合があります。なお、大会当日の受付も可能ですが、傷害保険の適用外となる場合がありますのでご理解をお願いします。



申し込みはコチラ!



食事療養標準負担額(入院時の食事代)が 変更となりました

☎ 健康増進室 ☎35-3330

令和6年6月1日から、食事療養費標準負担額(入院時の食事代)が以下のとおり変更となりました。

▶70歳未満の人

所得区分	一食当たりの食事代	
区分ア、イ、ウ、エ	460円→490円	
区分オ	直近12カ月の入院が90日未満	210円→230円
	直近12カ月の入院が90日以上 ※	160円→180円

▶70歳~74歳の人、後期高齢者医療保険加入者の人

所得区分	一食当たりの食事代	
現役並みⅠ、Ⅱ、Ⅲ、一般	460円→490円	
低所得者Ⅱ	直近12カ月の入院が90日未満	210円→230円
	直近12カ月の入院が90日以上 ※	160円→180円
低所得者Ⅰ	100円→110円	

※直近の12カ月で90日を超える入院があった場合、別途申請することで食事療養標準負担額が減額されます。

マイナ保険証を利用すると、限度額適用・標準負担額減額認定証を発行しなくても医療機関が所得区分を確認することができます。

かわいいうぶごえ

(敬称略)

区名 氏名 保護者
下向 岡野 桜来 忠祐・葵

お悔やみ申し上げます

(敬称略)

区名	氏名	年齢
浦	田尻 繁子	88歳
松野	福田 よしゑ	95歳
浜之町	山崎 澄久	84歳
一丁目	岡部 正臣	95歳
浦	江月 テル子	98歳
尾越	上田 末行	82歳
古里	浦崎 トシエ	89歳
浜	林 末子	93歳
城下	大仁田 勝平	79歳

善意の寄付

ありがとうございました

●社協寄付(5月受付分)

阿部 智子さん 岡部 龍二さん 山崎 富子さん
西田 広幸さん 林 直幸さん

●広報れいほく郵送料寄付 (R6.5.15~R6.6.14)

山田 一一さん(大阪府) 永野 新さん(静岡県)
岸田 美鈴さん(福岡県) 井上 たきこさん(大阪府)
宮本 恒雄さん(熊本市) 平井 正徳さん(神奈川県)
田中 直彦さん(広島県) 榎 千鶴さん(兵庫県)

7月休日当番医



7月7日(日) 天草慈恵病院 (内) ☎37-1111
 14日(日) 天草慈恵病院 (内) ☎37-1111
 15日(月・祝) 天草慈恵病院 ☎37-1111
 (内・小・整・泌・耳)
 21日(日) 天草慈恵病院 (内) ☎37-1111
 28日(日) 苓北医師会病院 (泌) ☎35-1133



※内(内科)、小(小児科)、整(整形外科)、泌(泌尿器科)、耳(耳鼻咽喉科)
 ※最新情報は休日在宅医自動電話案内(☎23-1400)でご確認ください。

カレンダー (主な行事予定)

2024 7 July						
日	月	火	水	木	金	土
						7日 苓北町消防団夏季訓練
1	2	3	4	5	6	20日 苓北じゃっと祭(花火大会)
7	8	9	10	11	12	13日 苓北じゃっと祭(天草苓北ペーロン大会)
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			28日 長崎ペーロン選手権大会

町の動き

令和6年5月末現在

6,306人(△15) ※()は前月比

男3,001人(△6) 女3,305人(△9) 世帯数3,035戸(△4)

7月休館日のお知らせ

麟泉の湯 ☎35-3770

4日(木)、18日(木)

福岡ビジターセンター ☎35-0170

毎週水曜日

苓北町歴史資料館 ☎35-0712

毎週木曜日

温泉プール ☎35-3301

毎週水曜日

令和5年度 天草・苓北ふるさとづくり寄附金(ふるさと納税)の状況公表

ふるさと納税制度により、令和5年度に下記のとおり寄付をいただきました。誠にありがとうございました。
 今後とも、苓北町の発展に向けて、応援をよろしく願います。

	寄附の使い道	金額(件数)
1	安心・安全・快適なまちづくり事業	30,102,000円(2,075件)
2	地場産業の育成振興事業	17,039,000円(1,148件)
3	ふるさと自然環境保護・保全事業	13,833,000円(956件)
4	ふるさとの歴史・伝統文化継承事業	4,127,000円(294件)
5	その他(寄附者提案等で町長が特に必要と認める事項)	28,558,000円(1,247件)
	計	93,659,000円(5,720件)

公表します 町長交際費

(令和6年5月支出分) 町長交際費とは、町長が円滑な行政運営を図るために町を代表して行う外部との交際に要する経費です。クリーンな行政運営を目指す苓北町では、町長交際費を毎月公表します。

区分	件数	金額
弔慰	0件	0円
見舞	0件	0円
御祝	0件	0円
賛助	0件	0円
接遇	2件	9,900円
会費	1件	9,000円
みやげ・記念品	5件	24,696円
その他	0件	0円
計	8件	43,596円

用語解説

- 弔慰 町政関係者に対する香典、供花などに係る経費
- 見舞 町政関係者の病気、災害などの見舞いに係る経費
- 御祝 記念行事、式典、祝賀会などに際しての祝いに係る経費
- 賛助 各種大会、新聞などの特別企画などで公益性のあるものへの賛助
- 接遇 来客、町政関係者との懇談などに係る経費
- 会費 円滑な町政運営に資する会議、会合、研修会への参加に係る経費
- みやげ・記念品 来客、町政関係者へのみやげ、記念品などに係る経費
- その他 上記の区分に掲げるもの以外に係る経費

☎ 総務課 ☎207 ☎35-1111

国民年金保険料には免除・納付猶予の制度があります!

令和6年度分(令和6年7月~令和7年6月)の国民年金保険料免除申請の受付が7月1日から始まります。国民年金の第1号被保険者は毎月ご自身で保険料を納めますが、所得が少なく本人・世帯主・配偶者の前年所得(1月~6月までに申請する場合は前々年所得)が一定額以下の場合や失業した場合など、納付が困難な場合もあります。そのときは、未納のままにせず、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」を活用しましょう。申請後に承認されると、下記のとおり保険料が免除されます。また免除申請は最大で2年1カ月前までさかのぼることができます。

▶未納のままにすると...

未納のままにしておくと、障害や死亡といった不測の事態が起こった場合に、障害基礎年金・遺族基礎年金を受け取れない可能性があります。

▶追納できる?

免除された保険料は10年以内であれば後から納めることができます。追納することで老齢基礎年金の受給額を満額に近づけることが可能です。

	1カ月の保険料	年金額に反映される割合
〔全額免除〕	0円	8分の4
〔4分の3免除〕(1/4納付)	4,250円	8分の5
〔半額免除〕(1/2納付)	8,490円	8分の6
〔4分の1免除〕(3/4納付)	12,740円	8分の7
〔納付猶予〕	0円	—
全額納付	16,980円	8分の8

▶マイナポータルからいつでも申請できます

メリット① 準備するのはスマートフォンとマイナンバーカードのみ! 24時間365日、どこからでも申請できます!

メリット② 処理状況や申請結果もスマートフォンから確認できます!

☎ 税務住民課/山下 ☎35-1115
 本渡年金事務所 ☎24-2112



※お問い合わせは、天草公共職業安定所(☎22-8609)まで
 インターネット求人情報検索サイト・ハローワークインターネットサービス

https://www.hellowork.mhlw.go.jp/

求人番号	事業所名	職種名	人数	年齢	賃金(単位:円)
43060-2192041	株式会社 あまくさ温泉ホテル四季咲館	フロント	1人	59歳以下	168,560円~189,200円
43060-2203641	株式会社 あまくさ温泉ホテル四季咲館	調理・配膳係	1人	59歳以下	172,000円~206,400円
43060-2216841	株式会社 あまくさ温泉ホテル四季咲館	フロント	1人	59歳以下	165,120円~172,000円
40010-32752241	株式会社 シルバーサポートジャパン	福祉理容師 福祉美容師(正)	2人	不問	180,000円~500,000円
43060-2062941	株式会社 長濱興業	現場土木作業員	2人	59歳以下	200,000円~300,000円
43060-2063141	株式会社 長濱興業	現場管理者	2人	59歳以下	250,000円~400,000円
43060-2125141	株式会社 苓北グリーンサービス	清掃業務および土木・造園作業	1人	59歳以下	180,180円~219,960円
13010-59042941	株式会社レノバ	風力発電所所長/熊本県天草郡苓北町	1人	59歳以下	490,000円~610,000円
43060-1953541	共栄建設 株式会社	荷役作業員	1人	59歳以下	210,000円~250,000円
43060-1954441	共栄建設 株式会社	作業船作業員	1人	59歳以下	219,000円~234,250円
43010-16160341	九州警備保障 株式会社	警備係(第1期)五和、苓北、本渡	10人	18歳~74歳	172,800円~216,000円
43060-1949941	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	社会福祉士	1人	64歳以下	201,000円~229,500円
43060-1956641	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	理学療法士	2人	64歳以下	205,000円~243,000円
43060-1957941	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	作業療法士	1人	64歳以下	205,000円~243,000円
43060-1959041	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	看護補助者	3人	64歳以下	173,300円~203,700円
43060-1960241	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	薬剤師	1人	64歳以下	449,800円~489,400円
43060-1984841	社会医療法人 稲穂会 天草慈恵病院	介護支援専門員[ケアマネジャー]	1人	64歳以下	194,000円~249,500円
43060-1907141	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	看護師	3人	64歳以下	219,500円~239,500円
43060-1908041	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	栄養士	1人	64歳以下	162,500円~186,500円
43060-1909341	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	介護職[看護助手]【夜勤専従】	1人	64歳以下	217,400円~260,030円
43060-1910541	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	准看護師【夜勤専従】	1人	64歳以下	237,540円~277,170円
43060-1911441	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	看護師【夜勤専従】	1人	64歳以下	277,710円~326,400円
43060-1912741	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	介護職[看護助手]	3人	64歳以下	182,600円~200,600円
43060-1913641	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	准看護師	3人	64歳以下	194,000円~209,000円
43060-1914941	社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園	管理栄養士	1人	64歳以下	191,000円~231,000円
43060-2088641	社会福祉法人 慈正会(特別養護老人ホーム 楽洋の里)	看護職員【急募】	1人	64歳以下	183,500円~238,500円
43060-2089941	社会福祉法人 慈正会(特別養護老人ホーム 楽洋の里)	介護職員【急募】	1人	64歳以下	177,000円~262,000円
43060-1924041	前川建設 株式会社	土木作業員	2人	不問	230,000円~250,000円
43060-2179841	長井商事 株式会社	事務	1人	64歳以下	170,000円~230,000円
43060-2100041	天草郡市医師会立 苓北医師会病院	臨床検査技師	1人	59歳以下	205,000円~235,000円
43060-2101341	天草郡市医師会立 苓北医師会病院	調理員	1人	59歳以下	153,600円~158,600円
43060-2102841	天草郡市医師会立 苓北医師会病院	看護補助者	1人	59歳以下	153,600円~158,600円
42020-5663341	有限会社 開進工業 苓北営業所	作業員	3人	18歳~40歳	176,000円~216,000円



ヤギさん、ほら召し上がれ!



ひよこさんかわいいね

OPPAI_ROCKで家族時間。
いっぱい遊んで、いっぱい食べて。
今日はみんなで楽しむ日!

OPPAI_ROCK

おっぱいロックマルシェ



マルシェは大繁盛!



アジサイロードを歩く

晴天に恵まれた6月1日㊤、
荅北町の玄関口「おっぱい岩」
近くの西川内漁港内で、あまく
さ荅北観光協会主催による
「OPPAI_ROCK マルシェ&ふ
れあい動物園」が開催されまし
た。

当日は、約1,800人のお
客さんが来場。会場内では、地
元西川内地区の女性の会の皆
さんによる「がね揚げ」の販売や、
地元農産物、加工品の販売のほ
か、町外からの出店者やキッチ
ンカーが立ち並び、大賑わいと
なりました。また、恒例の「ふ
れあい動物園」では、ポニーや
ひよこ、リクガメなどと触れ合
うことができ、多くの子供たち
がエサやりなどを行い、動物た
ちと楽しく触れ合いました。

さらに、健康ポイント事業の
スタンプリーも併せて実施
され、参加者は会場周辺の「善
ちゃん園」や「かずま園」から、
色とりどりのアジサイや素晴
らしい眺望を楽しんでいました。
肝心な「おっぱい岩」はとい
うと…。マルシェ開催中はずつ
と姿を見せ、マルシェの成功を
祈っていました。

(写真提供: 錦戸俊康さん)



富岡海域公園「車泊」・RVパーク smart

全国シェアリングシティ大賞の特別賞受賞!



駐車場には、100v電源が使える
給電装置が常設(有料)

町とトラストパーク株式会社
社(本社:福岡県福岡市)は、
雲仙天草国立公園「富岡海域
公園」の駐車場に安心・安全に
車中泊ができる「車泊(くるま
はく)・RVパーク smart
を令和6年4月に開設しまし
た。多様化する旅客ニーズに
対応した宿が少なくという課
題を抱える天草地域で、新た
な滞在スタイルや観光・防災
拠点として、車中泊用に給電
装置を設置したものです。
今回この取り組みを、全国1
72自治体に参加し、シェアリ
ングシティ推進協議会が主催
する「第1回全国シェアリン
グシティ大賞」に応募。応募総
数95件の中から見事特別賞を
受賞しました。今後は、同パー
クを活用したさらなる観光振
興が期待されます。



海水浴客の安全を祈願した出席者ら

今夏の海の 安全を願う

安全祈願祭(海開き)は5
月29日㊤、富岡海水浴場にお
いて、山崎町長、あまくさ荅
北観光協会、武林会長など関
係者出席のもと、梅本宮司に
よる神事が行われました。

神事後、武林会長は「観
光協会としても、一級品の地
域資源であるこの荅北の海を
生かし、大きく落ち込んだ地
域経済の回復に努めてまいり
たい」と抱負を語りました。

監視員を配置しての海水浴
場のオープンには、7月5日㊤
です。本格的な海水浴シーズ
ンがもうまもなく始まります。