

うきから あなたから 情報発信。 みんなでつながろう。

広報うき

ウキカラ



宇城市も
みんなも
一緒に
健康になろう

特集

健康になる

ひっ迫する国保財政と健康を考える

2023

2

February

NO.241

ウキカラ ②
2023 No.241

発行/熊本県宇城市
〒869-0592 熊本県宇城市松橋町大野 85

TEL (0964) 32-1111 FAX (0964) 32-0110
ホームページアドレス <https://www.city.uki.kumamoto.jp>

再生紙使用 印刷/シモタ印刷株式会社 編集/宇城市市長政策部 企画課

広告



2023
新年度

個別塾指導 スモールストリーム

新規入塾生募集

新学年
先取り
コース開講中

現学年
総復習
コースもあります!

小学生
中学生
高校生

無料
体験
随時受付中

入会金無料 キャンペーン

入会金
¥ 11,000 → ¥0
キャンペーン期間
2/1(水)~ 4/15(土)



小川駅前すぐ!!

smallstream-matsui@outlook.jp

0964-43-4644

ありがとう
開校8周年
小川校



ゆめマート様隣り

kiyota08y@yahoo.co.jp

0964-53-9646

おかげさまで
開校3周年
松橋校

(熊本県松橋店様の建物2F)

個別指導塾 スモールストリーム

詳しくはHPを
ご覧ください

<https://smallstream.net/>

スモールストリーム

健康になる

ひっ迫する国保財政と健康を考える

宇城市の健康課題と医療費

市が抱える健康課題の一つが高血圧です。宇城市は、健診を受けた人の中で高血圧Ⅱ度※1の割合が県内14市の中でも多く、8年連続1位となっています。

遺伝や肥満・睡眠不足といった生活習慣など、原因は一人一人違います。治療をしていても高血圧の状態が長年続く、脳梗塞や慢性腎臓病などになることも。高血圧や糖尿病などが原因で40代で脳梗塞になる人や、70・80代で慢性腎臓病となり人工透析を始める人もいます。

これらは本人の生活の質を下げるだけでなく、保険者である行政にとっても医療費が負担となります。その医療費の現状はどうなっているのでしょうか。

※1 収縮期血圧160mmHg以上または拡張期血圧100mmHg以上

BMI25以上の肥満者の割合(宇城市国保)

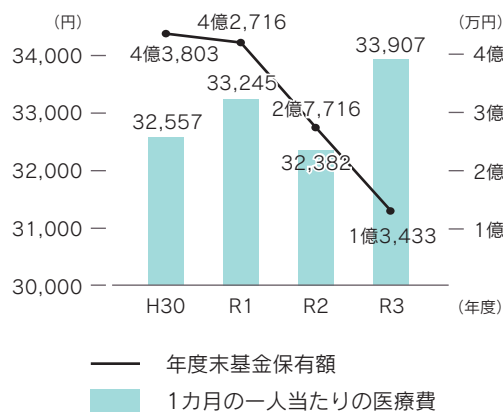


肥満は高血圧や糖尿病の主な原因の一つ



図 医療保険課 32-1417
健康づくり推進課 32-7100

医療費と基金保有額の推移



pick up

医療費と国保税

令和3年度末の国民健康保険の被保険者数は1万4,429人で年々減少を続けています。しかし、1人当たりの医療費は、新型コロナウイルスの影響で受診控えがあったものの、増加傾向。今後高齢化や医療の高度化で増額が見込まれます。

一方、市の歳入で市民の皆さんが支払う国民健康保険税。平成30・31年度に減額改定して以降、新型コロナウイルスなどの被保険者の負担軽減のため税額を据え置き、国民健康保険基金から繰り入れて財政を維持してきました。しかし、その保有額も大きく減少し、市の国保の運営も転換期を迎えています。

うきから あなたから 情報発信。みんなでつながろう。

ウキカラ②

市長 雑記帳



広報うき「ウキカラ」が第66回熊本県広報コンクールで、2年ぶり3回目の熊日賞「特選」を受賞しました。

審査員の皆さんから「身近な問題を集めている」「レイアウトがしっかりして見やすい」「読者に知ってほしいことや取材の意図がはっきりしている」などの評価を頂きました。

「ウキカラ」は、毎号市民の皆さんをはじめ、たくさんの方のサポートを得て、こだわりを持って作り上げています。

これからも取材へのご協力とご愛読、紙面へのさまざまなご意見をよろしくお願いします。

市内の情報をお届けしています



「ウキニズム -Ukinisum-」

市木の桜をイメージし、人気 YouTuber よみいさんが作曲した市テーマソング。毎日の12時には市の防災無線でも放送中。



2	目次／1月1日現在の人のうぎき／市長雑記帳／市内の情報をお届けしています
3	健康になる——ひっ迫する国保財政と健康を考える
8	新たな門出 二十歳の記念式典
10	まちのわだい TOPICS
12	宇輝人
14	かしこくみんなの年金学／消費者トラブル注意報／郷の記憶をたどる／パートナーシップ通信／みんなで学ぼうじんけん
16	図書館・不知火美術館
17	CALENDAR FEB. 2 乳幼児健診・相談・教室など／相談／日曜・祝日当番医・薬局／献血
18	現在進行形の宇城市を知る THE UKI NEWSLETTER
20	農地を農地以外に利用する 農地転用には許可が必要です
21	あなたのくらしにピタッと 月刊 宇城通信
27	体なまってませんか？ さあ 運動しよう
28	うきもよう
30	みんなのひろば

1月1日現在の人のうぎき

総人口 57,556人 男 27,549人／女 30,007人 (うち外国人) 男 339人／女 340人

前月比 -49 男 -34／女 -15 (うち外国人) 男 ±0／女 +1

まちごと	前月比
三角	6,656人 -29
不知火	8,345人 -6
松橋	26,085人 -20
小川	12,611人 +14
豊野	3,859人 -8

出生 32人 死亡 98人
転入 130人 転出 113人

世帯数 25,108世帯 前月比 -25



お薬

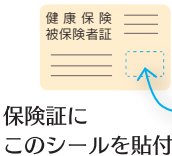
ジェネリック医薬品を上手に活用

特許の期間が終了した新薬と同じ有効成分を使って作られ、低価格で、品質、効き目、安全性は新薬と同等と国から認められているジェネリック医薬品。自分の体に合わない場合は、医師や薬剤師に相談してください。

ポリファーマシーに注意を

「多剤併用」。それは英語でポリファーマシーと呼ばれ、多種類の医薬品が処方されていることを意味します。俗に薬漬けとも。特に高齢者の医療で問題となっており、おおよね6種類以上を内服することで、副作用や体調に好ましくない影響を起こす可能性があります。

薬による治療は、早急に効果を発揮するメリットはありますが、病気の数が増えてきたときに薬の種類が多くなると、複数の薬



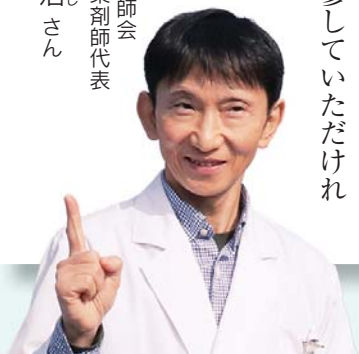
ジェネリック
医薬品を
希望します

お薬手帳はその人の歴史



ポリファーマシーはそのギアチェンジを提案するきっかけ。予防する手段としてお薬手帳があります。お薬手帳はその人の歴史です。なるべく一冊にまとめて大切に保管しましょう。

皆さんの生活がより良いものになるよう、薬剤師として貢献できると幸いです。3月に行われる「健康フェア」では、薬の相談コーナーも設けています。使っているお薬手帳の全て、飲んでいる薬やその説明書などを持参していただければ、ポリファーマシーのご相談をお受けします。



熊本県薬剤師会
宇城支部薬剤師代表
吉本 亮治 さん

健康診断



食事・運動



病院受診



年に一度は健康診断を受診

多くの病気は、自覚症状なく進行していきます。健診を受けることで、早めの予防が可能です。自分の体の状態を年に一度はチェックしましょう。

少しの食事の改善や運動でも効果が

- 「さしより野菜」で、規則正しくバランスの良い食事を。
- いつもより多く歩くなど、日常生活でできる運動を取り入れましょう。

27ページの健康イベント特集も要チェック

かかりつけ医を持つ

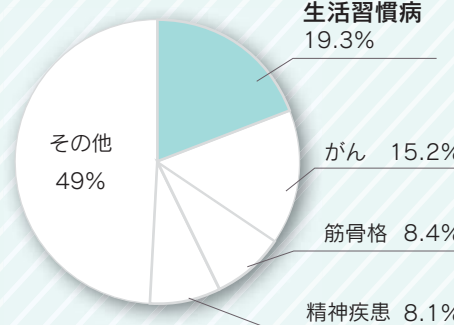
日常的な診療や健康管理などを行う身近な存在です。心配事があれば、まずは相談してみましょう。

受診は日中に

休日や夜間の受診は、緊急性の高い人を想定し、医療費が高くなっています。気になる症状があるときは、早めに診療時間内の受診を心掛けましょう。

自身の健康を守り 医療費の伸びを抑えるために 一人一人ができること

医療費の内訳



高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、発症を予防できます。

今後の医療費の伸びを抑えるためにも、一人一人の取り組みが重要です。

■休日や夜間の受診を迷ったら

熊本県子ども医療電話相談事業(15歳未満)

「#8000」または「☎096-364-9999」

熊本県夜間安心医療電話相談事業(15歳以上)

「#7400」または「☎03-6730-5996」

健康な体を維持するために
検診・健診を受診しましょう

ウキトクポ
100pt

令和
4年度

検診・健診

本年度の検診・健診は、受診期限が近づいています。希望者は、早めに受診してください。受診には、医療機関への事前予約が必要です。

受診期限 2月28日㊤

1 生活習慣病健診(基本健診)

対象 次のいずれかに該当する人
①昭和58年4月1日～平成15年3月31日生まれの人

②生活保護受給者(20歳以上)
※令和4年度中に市が実施した基本健診を受けた人は対象外。

費用 1,100～2,000円
(生活保護受給者は無料)

場所 市内協力医療機関
(申込時に案内)

事前に申し込み先で問診票の交付を受けてください。

2 歯周病検診

対象 本年度40・50・60・70歳になる人
(歯科治療中の人は除く)

※対象者には問診票一式を発送しています。紛失した場合は、再発行の手続きをしてください。

費用 400円

場所 市内協力歯科医院

3 後期高齢者歯科口腔健診

対象 75歳以上
(65歳以上障がい認定含む)

※希望者は事前に申し込み先で受診券の交付を受けてください。

費用 400円

場所 市内協力歯科医院

4 無料クーポン検診(子宮頸がん・乳がん検診)

次の生年月日に該当する女性を対象に、検診の「無料クーポン券」を発送しています。

クーポン券を紛失した場合は、再発行の手続きをしてください。

検診種類	乳がん	子宮頸がん
対象生年月日	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日	平成13年4月2日～平成14年4月1日
場所	■熊本南病院 ■宇城総合病院 ■宇城市民病院 ■済生会みすみ病院	まつばせレディースクリニック
内容	問診 マンモグラフィー	問診、細胞診

5 子宮頸がん検診

対象 平成15年3月31日以前生まれで令和5年3月31日現在、偶数年齢の女性
※令和4年度中に市が実施した子宮頸がん検診を受けた人は対象外。

費用 1,000円
(生活保護受給者は無料)
場所 まつばせレディースクリニック
事前に申し込み先で問診票の交付を受けてください。

令和
5年度

6 集団健診

市では、毎年4・5月に、20歳以上の市民を対象とした集団健診を実施しています。

希望調査票を1月上旬に各世帯へ郵送しています。手元にない場合は、お問い合わせください。

提出方法

- 同封の返信用封筒で郵送
- 市保健センターや各支所窓口への提出
- 申し込みフォーム(3月15日㊤まで)



マイナンバーカードで もっと便利に健康管理

マイナンバーカードの健康保険証利用申し込みはお済みですか。

自身の健康管理や、より良い医療に活用することが期待されています。



保険証として使うメリット

- 就職・転職・引っ越しをしても健康保険証としてずっと使える。
- マイナポータルで特定健診情報や診療・薬剤情報・医療費が見られる。
- マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできる。
- 本人の同意で、初めての医療機関でも特定健診情報や、今までの薬剤情報などが医師と情報共有できる。

健康保険証の申し込みは、 スマートフォンから簡単申し込み

事前に用意しよう

- ①申込者本人のマイナンバーカードとあらかじめ設定した数字4桁の暗証番号
- ②マイナンバーカード読取対応のスマートフォン
- ③アプリ「マイナポータル」のインストール

インストールはこちら



iPhone



Android

STEP 1 マイナポータルを起動

STEP 3 利用規約を確認して 同意する

STEP 4 マイナンバーカードを 読み取る

申し込み完了

- ☑ マイナポイントの取得
詳しくは18ページを



保育園や小学校などでの 食育活動



保育園や小中学校と連携し、食育劇や料理教室を行い、規則正しい食生活とバランスのとれた食事の話をしています。

ウキトクポ 提出はお済みですか

皆さんの頑張りをポイントに変えて抽選に参加しませんか。合計500ポイントで参加できます。ステキな景品を準備しています。

応募期限 2月17日(金)
ポイントカード提出場所
市保健福祉センター



市健康フェア

詳しい内容は、
3月号でお知らせします♪



健康づくり推進課
市村 和也 主事

健康フェアを3月21日(火)に市保健福祉センターで開催します。血管年齢、血糖値、骨密度、肌年齢など、各種測定ができます。自身の健康を気軽にチェックできます。

本年度は、ウォーキングも開催します。事前申し込み制です。詳しくは27ページをご覧ください。

母子健康手帳交付や 乳幼児健診



手帳の交付時には妊娠中の体や赤ちゃんにとって大切なことを、乳幼児健診では、子どもの成長や発達に応じた食事や望ましい生活習慣などを話しています。

「さしより野菜」 「たっぷり野菜」 「減塩」



食生活改善推進員
ゆうこ
坂井 祐子 さん



食事のときに野菜から先に食べる「さしより野菜」、1日350gを目指す「たっぷり野菜」と「減塩」を実践することで高血糖や高血圧予防を目指します。

地域での健康教室



地域の依頼に応じ、保健師や管理栄養士が健康講話を行っています。家庭での正しい血圧の測り方や、具体的な減塩の仕方などを分かりやすくお伝えしています。

健康診断と結果説明

生活習慣病は若い頃から徐々に進んでいくため、20代からの健診受診を勧めています。健診を受けることでカラダの変化に気がつくきっかけに。健康を守り、維持できるよう、結果の説明や食事、運動の話もしています。



体組成計で測定

個別相談会へ参加した人に、測定をしています。

NEW

高齢者の健康維持と介護予防を 一体となって取り組みます

後期高齢者の皆さんの健康増進とフレイル予防のための新たな取り組み

私たち、保健師、看護師、管理栄養士、
歯科衛生士に相談して下さい。



健康寿命を延ばすために家庭訪問実施中

歯科衛生士が
オーラルフレイル
予防の話をしています。



※「フレイル」とは、心身の機能が衰え、要介護になる危険が高い状態のこと。特に「食べる・話す」の基本となる口腔機能の衰えを「オーラルフレイル」と言います。



上田 華月 さん (小川中卒)
調理師免許を生かして
社会貢献を



古閑 龍臣 さん (小川中卒)
職場のリーダーになるぞ



村本 明穂 さん (豊野中卒)
患者に寄り添える薬剤師になる



松本 仁 さん (豊野中卒)
留学、海外進出するぞ



司会

浅光 輝 さん 小谷 瑠々 佳 さん



交通安全宣言

中村 千夏 さん



二十歳の誓い

齊藤 愛 さん



中尾 瑠希 さん



不知火 竜燈 太鼓の演奏



中学校の同級生
みんな久しぶりー



いつまでも友達で



ハート♡



少し大人に
なったかな？



みんなそろって
ハイッ！チーズ！



ここまで育ててくれた
両親にありがとう



長尾 有紗 さん (不知火中卒)
使う人に寄り添うデザイナーに



浦中 海斗 さん (不知火中卒)
一流の料理人になる



清水 綾 さん (三角中卒)
会社を引っ張れるような人に



禍福 渉 さん (三角中卒)
貯金を頑張る



宮田 あゆみ さん (松橋中卒)
家族や親戚に恩返ししたい



柿本 英瑚 さん (松橋中卒)
たくさん稼いで
カッコいい車を買います



新たな門出 は たち 二十歳の記念式典

式典の動画
はこちら



恩師との再会

今年度から成人年齢が引き下げられ、成人式を「宇城市二十歳の記念式典」に名称を変更し、開催。1月8日、会場のウイングまつばせには新しいスーツや振袖に身を包んだ365人の二十歳が集いました。

仲間との再会に喜ぶ若者たちの笑顔は、マスク越しでも分かるくらいキラキラ輝いていました。



市内で活動する母子保健推進員に事例を紹介する蓮田さん

— 宇城市母子保健推進員研修会を開催 — 子育て家庭に寄り添う大切さを学ぶ

12/12 不知火防災拠点センターで行った同会で、「このとりのゆりかご」を運営する慈恵病院の蓮田健理事長兼院長が講演。命を懸けてでも妊娠や出産を隠し通さざるを得ない女性たちをテーマに話をしました。参加者は「本音を話せる人がいることで、救われる命があると思った。」など、推進員活動への思いを新たにしていました。



堤所長(右)からビッグファンを受け取る高木校長(左)

— 三井住建道路(株)九州支店熊本営業所が地元貢献 — 松橋支援学校へビッグファンを寄贈

12/12 松橋町にある同所(堤輝彦所長)が同校へビッグファン3台を寄贈しました。堤所長は「体育館の熱中症対策やコロナ対策の換気が必要と伺い、地域への恩返しの気持ちで贈らせていただきました。今後も役に立てることがあれば協力したい。」と話し、高木佐由理校長は、「これからたくさん活用していきます。」と喜んでいました。



受賞した野中さん(中央左)と田上さん(中央右)

— 宇城市消防団員意見発表会 — 消防団活動の更なる活性化を目指して

11/18 同発表会がウイングまつばせで3年ぶりに開催され、宇城市内から選抜された5人の団員が業務への提言や取り組みたい課題などを発表。小川町の田上総一郎さん(28)が優秀賞を受賞し、松橋町の野中志真さん(54)が入賞しました。田上さんは「消防団は地域の心を守る要。これからも地域のために活動していきたい。」と述べました。



若城金物店の木造2階一部平屋建ての瓦ぶき店舗兼主屋

— 戦前から残る、小川町商店街最大最古の建物 — 若城金物店が国の有形文化財に登録

10/31 小川町にある「若城金物店の店舗兼主屋、厨房、納屋、蔵」が国の有形文化財に登録されました。同店は、江戸時代末期に宿場町として栄えた小川町商店街にあり、伝統的な町家の中で最も大規模で古い建造物。太平洋戦争前から営まれ、創建時の状態をほぼ維持しながら国土の歴史的景観に寄与していることが評価されました。



マシュマロ焼き体験では家族連れでにぎわいました

— 戸馳島の魅力を伝えとばせマルシェ — 地域の刺激になるようなイベントを

12/18 三角町の若宮海水浴場で、県内の絶品グルメを販売する16店舗が集結し、とばせマルシェが初開催されました。これは、戸馳島の良さを知ってもらい地域振興につなげたいと、Tobase Laboの中川裕史さん(26)が企画。雪がちらつく寒い中、ジビエ料理や手作りカレーも提供され、たくさんの人が楽しんでいました。



率先して作業を行う井上隊員

— 陸上自衛隊が市文化財竹崎城跡周辺を竹刈り — 出身隊員が地元貢献の思いも込めて発案

12/16 松橋町の竹崎城跡で陸上自衛隊西部方面航空野整備隊が周辺の竹を刈りました。これは地区の要望と、訓練などで竹が必要な同隊の思いが一致し実現したもの。地元出身の隊員井上剛嘉さん(40)は、「地震や地域の若手不足の影響で変わってしまった竹崎城跡。このような形で地元へ貢献できるのはとてもうれしい。」と話しました。



演目披露のうき神輿の皆さん 募金箱(上)はその家族が作成

— 復幸祭で募金活動 — 募金を地域福祉活動へ寄付

12/9 11月13日にウイングまつばせで開催された復幸祭で募金活動が行われ、市の地域福祉活動に全額寄付されました。復幸祭は熊本地震やコロナ禍などからの復興を願い、「多くの人に元気を与えたい」と宇城市塗装防水組合代表の岡良さん(68)が企画。会場内では松橋高生やその他ボランティアが協力して募金活動と呼び掛けました。



守田市長に目録を渡す宮崎さん(右)

— 宮崎さんが小・中学校に図書カードを寄贈 — 受章の感謝の気持ちで地元へ恩返し

12/1 小川町の(有)宮崎商店代表取締役の宮崎信彦さん(71)が市役所を訪れ、守田憲史市長に図書カードを贈呈しました。宮崎さんは、長年教科書供給業に精励した功績として、昨年黄綬褒章を受章。「地元へ感謝の意を表したかった。」と述べると、守田市長は「図書室の蔵書を充実でき、子どもたちも大変喜びます。」と感謝しました。



勝利の笑顔がやりがい

「そうっ、ナイス！」グラウンドに大きな声が響き渡る。声の主はサッカークラブUKI・C・FC U15の総監督を務める齊藤隆二さんだ。

このクラブはこれまで、OBから3人のプロを輩出し、去年は新たに2人のJリーガーが誕生している名門。齊藤さんは25年間、本業のレンコン農家を営みながらサッカーの指導者続けている。

自身も社会人までプレイヤーだった齊藤さん。息子の保育園でキッズサッカーチームを立ち上げたときに指導者人生が始まった。「子どもたちにサッカーを教えるときに心掛けているの

は、どんな時も全力で生徒に接すること。生徒の成長を目の当たりにしたときや勝って喜ぶ生徒の笑顔を見たときにやりがいを感じるし、何よりのご褒美ですね。」と語る。

農家と指導者の両立

レンコン農家とサッカー指導者との両立は決して楽ではない。今はコーチに任せているが、トップチームの監督時代は、土日の試合を最優先に一週間の仕事の予定を組み、家族を巻き込んでサッカー中心の生活を送った。時には試合のために月曜日から金曜日までレンコンを掘りためて、出荷準備は父と母に無理矢理お願いすることも。好き

でやっているとはいえ、農作業後、21時までの指導は体力的にもきつい。しかし、サッカーがうまくならない、試合に勝ちたいと願う子どもたちのために極力練習に足を運んだ。

子どもたちに伝えたいこと

「私が指導者として続けてこられたのは、先代の指導者たちからチームと子どもたちを託されたから。その思いをつなぐため、今でも頑張ることができています。現在、宇城市には仕事をしながらボランティアで指導者として頑張っている人たちもたくさんいます。指導者というと聞こえはいいかもしれませんが、見た目以上に苦労があるこ

とを少しでも理解していただけたら幸いです。」と笑って話す。

「子どもたちには、フェアプレーの精神を持ち、大人になっても誰かのために汗を流せる人になってほしい。サッカーを通して人間性を学び、一人でも長くプレーを続けて活躍してもらえたら。」と齊藤さん。

そんな熱意は選手たちにも伝わっている。小川中3年のキャプテン吉村成起さんは「アドバ

1 齊藤総監督を支える4人のコーチたち 2 OBには現役プロの谷山湧人さん(左)、宮本優さん(中)、中村健人さん(右)も 3 子どもたちの指導にも熱が入る 4 毎年恒例のOB戦 5 息子の蔵人さん(右)と一緒にレンコンを収穫 6 齊藤さん家の自慢の栄養豊富なレンコン 7 加工した「乾燥れんこん」と「れんこんパウダー」はふるさと納税の返礼品にもなっている

イスがいつもの確。いいところは褒めて、悪いところははっきりと言ってもらえます。チームを卒業しても、またここに顔を出したい。」と監督の魅力を語る。毎年、年明けには社会人や高校生、現役で活躍しているプロ選手が集まるOB戦を開催。OBたちは皆、口をそろえて「気さくで接しやすい。」「進路の相談にも乗ってくれた。」と語る。「監督のために卒業してもここに来たいと思います。」と多くの人からの信頼も厚い。

10年後の自分に誇れるよう

「今後は、本業の農業で「齊藤さん家のレンコンが一番おいしい。」と言ってもらえるように。」



UKI-C.FC U15
の Instagram



齊藤さん家の HP

齊藤 隆二 Saito Ryuji

1965年松橋町生まれ。「(株)齊藤さん家」でレンコン農家を営む傍ら、熊本県1部リーグに所属し、全国大会出場の経験もある名門サッカーチームUKI-C.FC U15の総監督を務める。



2022年度宇城市男女共同参画推進表彰事業者を紹介

株式会社 ラディカ（フォーシーズン、そらいろ保育園）

市では、男女共同参画の推進への優良な取り組みを行う事業者として、市内で介護事業や保育園事業を展開する(株)ラディカ(フォーシーズン、そらいろ保育園)を認定。1月に開催したパートナーシップ・フェスティバルで表彰しました。

主な取り組み

- 性別にこだわらない採用や管理職登用
- 仕事と家庭の両立支援
- さまざまなハラスメント防止規程の整備と男女それぞれの担当者配置した相談窓口の開設



介護事業を行う
フォーシーズンの施設

男女共同参画を推進して会社が変わったこと

- 子育て世代の採用数が増えた。
- 元々女性社員の比率が高かったが、男性社員の採用も増加した。
- ライフワークバランス充実のための取り組みがより活発になった。

社員の声

- 急な有休や育休取得がしやすく、子どもの病気や家族の介護などで休む場合も理解があつてありがたい。
- 事業所内に保育園があるから子どもを安心して預けられる。



みんなで学ぼうじんけん

生涯学習課 ☎32-1934



ひろみち
本田博通地域人権教育指導員が学校で働いていた経験などから「じんけん」の今をお伝えします



「一人になる」

熊本市にある、りんどう支援センター(熊本県ハンセン病問題相談支援センター)の映画会に行きました。映画は、国のハンセン病患者隔離政策にただ一人、異を唱えた医師のドキュメンタリーです。

日本の隔離政策は1907年の法律制定から始まり、す。「民族浄化」を掲げ、戦争に突入していく中、法律は名を変えながら、国民に偏見を植え付け、長い間ハンセン病患者と家族を苦しめました。当時の医師の多くは、患者の周りにたくさん患者が出ない事実から強制隔離が必要ないことは分かっていた。しかし、国策に逆らえず、どんなに間違ったことでも国民に普及させようとした。強制隔離に反対した医師小笠原登は1888年、愛知県に生まれました。住職の祖父は医師でもあり、訪れるハンセン病患者の診療もしていました。地域の人も診療に来て、寺で一緒に囲碁や将棋をする、そんな光景を見て

育ちます。スクリーンにカルテの束が映し出されます。小笠原の書いたカルテです。病名は空白。無らい県運動(強制隔離)が激しくなってきた頃から、小笠原は患者を守るために、病名欄を空欄にしたり、隔離の必要のない別の病名を書き入れました。

学会は国策を推進する医師たちが小笠原を攻撃し、所属する寺の宗派も国策に従わなとバッシングしましたが、凄まじい同調圧力を受けても、小笠原は「ハンセン病は不治の病ではないし、遺伝でも、強烈な伝染病でもない」と隔離に反対し続けました。張られた映画のポスターに、こちらを見つめる白衣の小笠原がいます。その写真の横には、「群れるな ひとりになれ/みんなになるな ひとりになれ」と書き添えられています。

晩年、赴任したハンセン病療養所に設けられた保育所で小笠原は、子どもたちに囲まれながら最後の勤務を終えたそうです。



市長からのメッセージ

消費者問題の解決に取り組みます

消費者トラブルを防ぐためには、

- 今どのようなトラブルが起こっているのか
- 被害に遭ったらどうしたらよいか

を事前に知っておくことが必要です。

市では出前授業などでも、消費者トラブル啓発活動を行っています。また、「消費者の自立」を支援するために被害に遭ったときの救済や対処方法などを相談できる消費生活センターを開設しています。

今後も消費に関する情報提供や注意喚起などの啓発を推進し、消費生活センターを維持していきます。皆さまのご理解、ご協力をお願いいたします。

宇城市長 守日憲史

相談は 宇城市消費生活センター ☎33-8277 へ

郷の記憶をたどる

文化スポーツ課 ☎32-1954

私たちが暮らす宇城市の郷土にまつわるさまざまな文化の魅力を発信します



特別パネル展

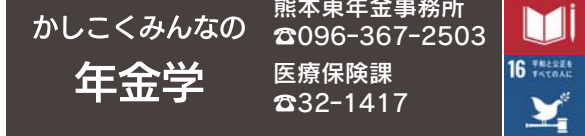
「つなぐ 高校生と松橋空襲」



永代橋

戦争のために造られた施設や、戦争で被害を受けた建物などは、戦争遺跡という名称で、近年文化財として扱われることが増えてきました。郷土資料館では、現在市内に残る戦争遺跡を紹介するパネルの展示を行っています。

今回は、松橋高校の生徒が作成したパネル展。同校では、「総合的な探究の時間」の授業で、生徒が興味を持ったテーマを実際に調べ、理解を深めています。2年生の中川大輔さん、松出大輝さん、



国民年金保険料は口座振替が1番お得

金融機関の窓口やコンビニで支払う時間がない人は口座振替を利用してください。まとめて前納すると保険料が割引されます。

■口座振替の申し込み先

希望の金融機関、最寄りの年金事務所

■口座振替の前納の申込期限

2年、1年、6カ月(4~9月分)の前納...2月末

6カ月(10月~3月分)前納...8月末

※年金事務所必着です。

令和4年度の割引額

振替方法	納付額(1回あたり)	割引額
2年前納	381,530円	15,790円
1年前納	194,910円	4,170円
6カ月前納	98,410円	1,130円
当月末振替	16,540円	50円

郷土資料館



開館時間 10時~17時

休館日 月・木曜(祝日の場合はその翌日)

住所 豊野町糸石3818 ☎45-2102

松本来優さんの3人は、終戦間際の昭和20年7月から8月にかけて起こった松橋空襲と、宇城市に残る戦争遺跡について調べています。

空襲を受けた鉄道橋「永代橋」の橋脚には、現在もその時の弾痕が残されており、高校生は現地を訪れ、実際の戦争の痕跡を目の当たりにしました。

宇城市に住んでいても、なかなか知る機会のない戦争遺跡。戦争を経験したことがない高校生は、探究の過程で何を知り、何を感じたのでしょうか。皆さんも展示を通して戦争と平和について考えてみませんか。

期間 3月26日(日)まで

高校生のギャラリートークを開催します

日時 2月19日(日) 10時

宇城市のイベントスケジュールが
まとめて分かる「宇城市のカレンダー」
はこちら



日曜・祝日当番医・薬局

■当番医

日	病院名	地区	電話
5 日	坂崎皮ふ科	松橋	32-0166
	土屋医院	小川	43-0333
	池田胃腸科内科	三角	52-2610
11 土	中村医院	松橋	32-0722
	錦戸整形外科	不知火	32-5775
12 日	安武眼科医院	松橋	32-0733
	竹宮医院	松橋	33-1122
	三角クリニック	三角	52-3003
19 日	ダイヤモンドシティクリニック	小川	34-6071
	くどう日日医院	松橋	32-0010
	済生会みすみ病院	三角	53-1611
23 木	みずたみ医院	松橋	32-3372
	小篠内科医院	不知火	33-1206
26 日	まつばせレディースクリニック	松橋	34-0303
	清水整形外科医院	松橋	32-2207
	済生会みすみ病院	三角	53-1611

■当番薬局

日	薬局名	地区	電話
5 日	ヒカリ調剤薬局	三角	53-2526
11 土	ミノリ調剤薬局	小川	27-5448
12 日	ヒカリ調剤薬局	三角	53-2526
19 日	オガワ薬局	小川	34-6640
26 日	みやび薬局	松橋	32-4350

○変更になることがあります
ので、必ず問い合わせてく
ださい。ホームページでも
確認できます。



献血 〇 赤十字血液センター ☎096-384-6725

日	受付時間	場所
6 日	13:00～15:30	済生会みすみ病院
17 金	9:30～11:30	宇城市役所 本庁
	12:45～16:00	

★新型コロナウイルスの影響で、日程変更や中止になる
場合があります。詳しくはお問い合わせください。

CALENDAR FEB.

乳幼児健診・相談・教室など

〇 市保健福祉センター ☎32-7100

■乳幼児健診

健診名	日程
3・4カ月健診(三角以外)	3 金 21 火
乳児健診(三角のみ)	15 水
7カ月健診(三角以外)	7 火 17 金
1歳6カ月健診	10 金 16 水
2歳歯科健診(2歳6カ月)	1 水 14 火
3歳健診(3歳6カ月)	2 水 28 火

■相談・教室など

内容	日程
育児相談	1 火 2 水 8 火 14 火 28 火
健康相談	16 水
離乳食教室	9 水
子育てポティートーク	14 火 28 火
母子健康手帳交付	毎週 火

○詳しくは左上の「宇城市のカレンダー」をご覧ください。

相談

日時	場所
要予約 15 火 14:00～16:30	福祉法律相談 〇 宇城市社会福祉協議会 ☎32-1055 市老人福祉センター
	年金相談 〇 熊本東年金事務所 ☎096-367-2503
7 火 21 火 10:00～15:00	豊野支所 2階
行政相談 〇 熊本行政評価事務所 ☎096-326-1100	
7 火 10:00～12:00	松合出張所
行政・人権相談 〇 行政・熊本行政評価事務所 ☎096-326-1100 人権・人権啓発課 ☎32-1708	
2 水 7 火 13:00～16:00	レポート 2階 不知火防災拠点センター
消費生活 〇 宇城市消費生活センター ☎33-8277	
平日 10:00～12:00 13:00～16:00	市役所新館 1階 センター内
高齢者相談 在宅医療・介護相談 〇 宇城市地域包括支援センター ☎25-2015	
平日 8:30～17:15	宇城市老人福祉センター
電話相談は24時間対応	
こども・女性相談 〇 子ども未来課 ☎33-1118	
平日 9:00～16:00	子ども未来課
こども相談 〇 宇城市子どもあんしんコール ☎090-7168-3883	
平日 9:00～17:00	電話受け付け
児童虐待相談 〇 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189	
毎日 24時間	電話受け付け
要予約 こころの健康相談 〇 県宇城保健所 ☎32-1207	
14 火 14:00～16:00	県宇城保健所
要予約 空き家問題相談 〇 地域振興課 ☎32-1906	
8 火 13:00～16:00	市役所本館3階 第2会議室



☎32-6222

開館時間 9時～18時
※土曜のみ21時まで
通常料金 大人 300円
大学・高校生 200円
中学生以下 無料

不知火美術館・図書館は年中無休

観覧無料



美術館イベント



マナブ間部記念

宇城市児童絵画作品展

2月2日 火～12日 日 9時～18時



宇城市出身の画家・マナブ間部の画業を
顕彰し、児童の豊かな感性の育成を目指し
た絵画コンクール。応募作品の中から選ば
れた入選・入賞作品約300点を展示します。

第7回 七人展

2月14日 火～19日 日 9時～18時

松井寛・千住みどりを中心に毎年開催し
ている熊本のアート&写真展。

ポアペインティング体験

2月19日 日 ①11時～12時 ②14時～15時

ポア・
Pour とは注
ぐという意味
です。絵具を
垂らしたり風
を使って動き
を出します。



自由な創作を楽しみましょう。

場所 アトリエ(大)

定員 ①大人5人 ②子ども5人

申込方法 電話、カウンター



市立図書館 ☎32-6211
開館時間 9時～21時
三角分館 ☎53-1849
小川分館 ☎43-5111
豊野分館 ☎45-3205
分館開館時間 10時～18時

図書館分館休館日 6日 日、13日 日、20日 日、27日 日



今月の推し本



●児童書●

わたしは反対！社会をかえたアメリカ最高裁判
事 RBG／デビー・リヴィ(著)、エリザベル・
パドリー(絵)、さくまゆみこ(訳)



子どもの未来社

アメリカ最高裁判事の一人として、
差別されている人を一貫して支え
ながら、納得できないことに声を
上げ、少しずつ社会を変えていつ
たルース・ベイダー・ギンズバー
グの生涯を絵本で紹介。

●一般書●

ふしぎで美しい水の図鑑 水のさまざまな表情
をたのしむ／武田康男(著)



緑書房

多くの自然現象は水
があるからこそ成立
し、その不思議で美
しい光景は多くの人
を魅了しています。
“空の探検家”として
多方面で活躍する武
田康男氏が、気体・液体・固体と状態を変化させる水、
そして水から生み出される現象の数々を美しい写真と
共に紹介しています。

移動図書館車「うきうき号」 巡回スケジュール

2月

1・15日 火	8・22日 火
10:30 松橋保育園	10:30 ひまわり保育園
2・16日 水	14:00 老人ホームきらら
10:30 まがの保育園	14:40 松橋保育園
3・17日 金	15:25 街なか図書館(濱まち)
10:30 河江保育園	9日 火
14:30 JA海東出張所	15:30 大空保育園
7・21日 火	10・24日 金
14:30 古氷団地	14:20 豊福公民館
15:30 戸馳保育園	14:50 両仲間団地
16:20 青海保育園	16:00 豊野保育園
※停車時間は各20分程度。 利用カードも作れます。	14・28日 火
	10:30 豊川保育園

THE UKI NEWSLETTER



ポイント対象のカード申請期限は2月末まで
最大**20,000**円分のポイント 受け取りましたか

☎ 市民課 32-1446

 マイナンバーカードの
新規取得などで
最大**5,000**円分

 健康保険証としての
利用を申し込み
7,500円分

 公金受取口座の
登録で
7,500円分

ポイント獲得までの3ステップ

1 - 準備 -

- マイナンバーカード

- マイナンバーカードに設定している
4桁数字の暗証番号
※暗証番号は3回間違えるとロックがかかります。分からない場合は窓口で再設定が必要です。
- ポイントの対象となる
決済サービス
電子マネー、プリペイドカード、クレジットカード、QRコード、デビットカード
※未成年者以外は本人名義のもの

- 公金受取口座として登録したい
口座の通帳やキャッシュカード
※本人名義のもの


自分で申し込み場合

- スマートフォン(スマホ)またはパソコン+カードリーダー

2 - 利用申し込み・登録 -

健康保険証利用申し込み、公金受取口座の登録

- スマホから
マイナポータルアプリをダウンロード

- パソコンから
マイナポータル

- セブン銀行 ATM から
(健康保険証のみ)

詳しくはセブン銀行 HP

※カードの電子証明書が有効である必要があります。有効期限の5年が過ぎている場合は窓口で手続きをしてください。

3 - ポイント申し込み -

- スマホから
マイナポイントアプリをダウンロード

- パソコンから
マイナポイント予約・申込

- 手続きスポットから
スポット検索はこちら


コンビニ・スマホアプリ 決済の対象が拡大します

市役所が閉庁する休日や夜間でも納付ができるコンビニエンスストア(コンビニ)納付やスマホアプリ決済。
決済対象が次のサービスまで拡大します。

開始時期	決済対象サービス	問い合わせ先
3月 発行分	■ 上下水道料金 ■ 下水道受益者負担金 ■ 農業集落排水使用料	上下水道課 ☎ 32-1674
4月 発行分	①市営住宅使用料 ②道路・河川占用料 ③介護保険料 ④後期高齢者医療保険料 ⑤奨学金	①都市整備課 ☎ 32-1694 ②用地管理課 ☎ 32-1675 ③高齢介護課 ☎ 32-1406 ④医療保険課 ☎ 32-1417 ⑤教育総務課 ☎ 32-1907
運用中	⑥市県民税(普通徴収) ⑦固定資産税 ⑧国民健康保険税 ⑨軽自動車税 ⑩保育料	⑥～⑨債権管理課 ☎ 32-1497 ⑩子ども未来課 ☎ 32-1404

■ 特徴

① コンビニ納付

全国のコンビニで納付できます。バーコードが印字された納付書のみで、現金のみ対応。
対象店舗 セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、デイリーヤマザキなど

② スマホアプリ決済

スマホに搭載したアプリから納付書に印字されたバーコードを読み取ることでも、どこでも納付できます。
利用可能アプリ
LINE Pay、Pay Pay、au Pay、d払い、Family Pay など

■ 注意

- 次の①～④に該当する場合は対象外です。
 - ①納期限が過ぎたもの
 - ②金額が訂正されたもの
 - ③バーコードが印字されていないもの
 - ④30万円を超えるもの(スマホアプリ決済は5万円)
- スマホアプリ決済では領収書は発行されません。アプリの取引履歴で確認してください。

会計窓口が変わります

■ 延長窓口の取り扱いを終了
毎週木曜日に本庁で19時まで行っている税金・料金の支払いを、次の期日で終了します。
終了日 4月27日(※)

■ 各支所と本庁の派出が変更
各支所会計窓口の指定金融機関職員の派出が廃止。本庁舎では次のように変更になります。


コンビニ納付の
対象店舗と
利用可能な
スマホアプリ


■ スマホアプリ決済ですでに納付した市税・料金を、誤って金融機関やコンビニなどで納付しないようご注意ください。

未来のまちを一緒に考える 都市計画シンポジウム

現在、平成21年に定め、見直しを進める宇城市都市計画マスタープランと今年度策定予定の宇城市立地適正化計画。両計画の概要の説明をします。

日時 3月1日(※) 18時～20時30分
場所 不知火防災拠点センター
対象 市在住の人
内容 両計画の概要、
大学教授による討論
参加費 無料

申込み方法 窓口、専用フォーム
※飛び入り参加も可
※各地域ごとの市民説明会は別日に予定しています。

申込みフォームなど詳しくはこちら

☎ 32-1694



世界中にあるさまざまな課題を解決するための17の目標、SDGs。この世界共通の目標を意識できるよう、紙面上の市の取り組みを各項目を表示しています。

エスディジェス SDGs 17の目標を表示

あなたのくらしにピタッと

月刊 宇城通信

募集

市 HP



市観光物産フェア - Uki ☆ Kirari2023春-
出店・出品・ボランティア
大募集



日時 3月25日(土)、26日(日)
場所 イオンモール宇城駐車場
募集項目 ① 飲食・物販の出店
② 寄せ植えコンテストへの作品出品
③ 花のオブジェ製作ボランティア
申込方法 申込書を商工観光課に提出
申込期限 2月17日(金)
商工観光課 ☎32-1604

非常勤職員募集

仕事・求人



正社員登用の可能性もあります

仕事内容 会員への仕事の提供、発注者と会員との連絡調整など
条件 パソコンスキル(エクセル、ワードなど)や普通自動車運転免許(AT限定不可)がある
募集人員 1人
勤務時間 8時30分～17時15分
休日 土・日・祝日 ※週休2日制
給与 日給7280円
※別途、通勤手当(2キロ以上)・賞与あり、各種保険加入
応募期限 3月10日(金) 必着
応募方法 履歴書と職務経歴書を持参または郵送
郵送先 〒869-0532
宇城市松橋町久具358・4
面接日時 3月17日(金) 10時
宇城市シルバー人材センター
☎(33)7886

コンテナ型のチャレンジショップ
「うきコテナ」使用者募集



今回の募集はこちら



飲食店や雑貨販売、オフィス利用など、さまざまな事業内容に対応可能。市内で出店を目指す人を募集します。

募集施設 コンテナハウス B 棟(黄)
面積 13.11㎡
使用料 20,000円/月 ※電気・上下水道料込み
期間 1年以内 ※1回更新可
申込方法 電話、窓口
申込期限 2月17日(金)
商工観光課 ☎32-1906



農地を農地以外に利用する「農地転用」には許可が必要です

農地に建物を建てる
一時的に資材置場にする
など

自分の農地でも許可を得ないと違反です

食料を生産する大切な農地を守るために

※転用できない場合もあります。

申請の種類

- 自分の農地を「自分で使う」 農地法第4条
- 他者が所有する農地を「買う」または「借りる」 農地法第5条

農地転用の許可を受ける基準

- 次の2つの基準を満たす必要があります。
- 立地基準 農地の営農条件や周辺の市街化の状況から判断
 - 一般基準 申請内容を確実に実行できるか、周辺に影響を及ぼさないか

農地転用とは

農地を農地以外のもの(住宅や店舗、資材置場、駐車場など)にすること。一時的に、資材の仮置場や残土受け入れなどに使用する場合も含む。

農地を適切に利用して日本の農業を守っていきましょう!

食料自給率が低い日本では、食料を生産するために優良な農地を守っていく必要があります。だから、一定の規制を設けて許可制度を取っているんです。

「農地転用」するときには必ず事前に申請しましょう。申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

農業委員会事務局
立岩 朋夏 主任主事

☎ 32-1341

市 HP



無断で「農地転用」をすると罰則も

- 必要な許可を得ないまま転用すると、工事中止や農地への原状回復命令を受ける場合があります。

農地法第51条

- 農地の所有者を含め、違反者には厳しい罰則が適用されることもあります。

農地法第64条、67条

農地法の罰則

- 個人 3年以下の懲役または300万円以下の罰金
- 法人 1億円以下の罰金

税・料金

確定申告はe-Taxで

申告は、パソコンやスマートフォンなどで画面の案内に従い、金額を入力するだけのe-Tax(電子申告)が便利です。

税務署での申告相談は整理券が必要で、人数制限を設けるため、希望者が

国税庁 HP 

市税の納期限

第9期集合税
固定税4期(法人・市外)

2月28日

債権管理課 ☎32-1497

宇土税務署 ☎(22)0410

には入場券を発行。当日に会場配布するほか、国税庁の公式LINEからも事前予約ができます。※予約状況によって、後日の来場をお願いする場合があります。

認知症市民フォーラム in うき2022
～若年性アルツハイマー型認知症の夫に寄り添って生きる～

若年性アルツハイマー型認知症の夫に寄り添って生活している三角町の直江淳子さん。不安や葛藤を抱く中、サポートを受けながら前向きに生活する日々を伝えます。誰もがなり得る「認知症」について一緒に考えてみませんか。

配信期間 2月1日(水)～28日(金)
視聴方法 市公式 YouTube チャンネル(市 HP で「認知症市民フォーラム」と検索)
※DVD貸し出しも可能(市在住の人に限り)
実行委員会(市地域包括支援センター内) ☎25-2015

動画はこちらからも市 HP 

令和5年度 自衛官募集

募集種目 一般幹部候補生、一般曹候補生、自衛官候補生、予備自衛官補

募集時期 3月以降、順次実施

勤務地 豊福学童保育所

内容 小学生の宿題や遊びの見守り、おやつ提供など

勤務日数 週5日程度

休日 日・祝日、お盆、年末年始

勤務時間 ①13時30分～18時 ②15時～19時 ③7時30分～19時の間の6時間程度

※土曜、学校の長期休業中は③報酬 時給900円、
※通勤手当あり
※資格不要

豊福第1学童保育所
☎(25)4610
青島 ☎080(3948)5218

豊福第1・2学童保育所 学童保育支援員募集



宇城市陸上教室

熊本大学陸上競技部の監督と選手が小学生に走る技術を丁寧に教えます。

日時 2月23日(木)・25日(土)・26日(日)、3月4日・11日(土)(全5回)

場所 当尾グラウンド(雨天時は、サンアビリティーズ)

対象 市内の小学生

費用 1500円/人

申込方法 申込書を持参または FAX(32)1137

申込期限 2月10日(金)

申込書はこちら市 HP 

文化スポーツ課 ☎(32)1945

講座・講習

採用試験日 4月以降、順次実施

自衛隊熊本地方協力本部募集課 ☎096(297)2051



知ってほしい「国民健康保険制度」 vol.9

国民健康保険税の納付方法は2種類「普通徴収」「特別徴収」

- **普通徴収** 納付書払い、口座振替(通常6月から翌年3月までの年10回)
- **特別徴収** 世帯主の年金から天引き(偶数月で年6回)
※次の全てに該当する場合
 - ・世帯主が国民健康保険の被保険者
 - ・国民健康保険の被保険者全員が65～74歳
 - ・特別徴収の対象となる年金の年額が18万円以上
 - ・介護保険料が年金から天引きされている
 - ・国民健康保険税と介護保険料を合わせた額が年金額の2分の1を超えない(超える場合は、介護保険料のみ年金から天引き)

医療保険課 ☎32-1417

国民健康保険・国民年金 加入には証明書が必要

他の健康保険を辞め(被扶養者も含む)、国民健康保険・国民年金に加入する場合は、「社会保険資格喪失証明書」が必要です。※会社勤めにいた本人のみが加入する場合は、離職票または雇用保険受給資格者証でも可能。

証明書発行の依頼先

- ・社会保険喪失証明書・離職票 勤めていた会社
- ・雇用保険受給資格者証 ハローワーク

医療保険課 ☎(32)1417

会社を辞めたら手続きを忘れずに！


宇城市公民館主催講座 ハーブの基礎講座

ハーブの育て方、利用方法、効用を学び、暮らしを楽しむ。ハーブティーの試飲もあります。

日時 3月3・17日(金) 14時～16時

会場 不知火防災拠点センター

講師 萩尾泰宏 先生

対象 市在住・勤務の人

受講料 200円/人(全2回分)

材料代 110円/人

申込方法 窓口、電話

申込期限 2月15日(水)

定員 8人

※申込多数の場合、抽選

文化スポーツ課 ☎(32)1945

春のはんどめいと講座
フラワーデザイン教室

コサージュを自分で作ってみませんか。
日程 3月9日・23日(全2回)



熊本さわやか大学校 入学生募集

多彩な講義や学習活動など、シニアのための学びの場です。

受講期間 4月から1年間

※毎週1講座、全40回

日程・場所

熊本校 毎週木曜、県総合福祉センター(熊本市中央区)
八代校 毎週火曜、桜十字ホールやつしろ(八代市)

時間 13時30分～15時30分

対象 県内在住の60歳以上の人

費用 入学金 5000円
受講料 1万6000円

申込期限 3月10日(金)

申込書配布場所 市高齢介護課

熊本さわやか長寿財団 ☎096(354)3083

時間 10時～12時

受講料 200円/人(全2回分)

材料費 3500円/人(全2回分)
※1回目は生花、2回目は造花

定員 8人

※申込多数の場合、抽選

対象 市在住・勤務の人

申込方法 窓口、電話

申込期限 2月14日(火) 17時

インダストリアル研修館 ☎(32)5739

銀行移動店舗車 「ハモニカ」が巡回

営業時間 10時～14時

2月の運行スケジュール	運行先
運行日 毎週㊥	肥後銀行旧松合代理店跡地
毎週㊦	戸馳地区生涯学習センター (旧戸馳小)
16日㊧	10時～11時30分 大岳市民館 12時～14時 豊洋園

※天候などの影響で
運行日時を変更・
休止する場合があります。



肥後銀行 営業統括部
☎096(326)86008

事業者向け

令和5・6年度 小規模契約の 登録希望事業者を受付中



対象事業者 市が発注する小規模な建設工事、修繕、業務委託、建設資材、物品の購入などの契約のうち、少額で内容が容易で履行しやすい契約を希望する事

Jアラート 全国一斉情報伝達訓練

弾道ミサイル情報、緊急地震速報など、瞬時の対応が必要な情報を速やかに伝達する「Jアラート」の訓練を実施します。

日時 2月15日㊦ 11時
訓練内容 防災行政無線から、次のように放送します。

「これはJアラートのテストです」
「こちらは防災宇城市です」
「防災消防課 ☎(32)1766

2月の農業委員会関連の 申請締切は2月24日㊦



農業委員会関連の申請締切日は通常毎月25日(閉庁日は翌開庁日)ですが、2月は早くなります。農地の売買や賃借、転用の許可申請などを予定している人は、農業委員会総会で許可を得る必要がありますので、忘れずに申請してください。

申請期限 (3月の農業委員会総会分)
2月24日㊦
申請内容参考 農地法第3・4・5条許可申請、形状変更届、利用

業者

対象年度 令和5・6年度有効分
(令和5年4月1日～令和7年3月31日まで)

受付分類 建設工事、測量・建設コンサルタン、物品製造等の3分類

受付期間 2月13日㊥～28日㊦
提出方法 郵便のみ

郵送先 〒869-0592(住所不要) 宇城市契約検査課



契約検査課 ☎(32)1842

宇城市農業者燃油燃料 高騰対策支援事業

対象 次の全てに該当する人または法人
・令和5年1月1日時点で農業を営んでいて、継続する意思がある人

・令和5年1月1日時点で市内に住所がある個人事業主、または市内に主な事業所を置く法人

・自ら農畜産物を生産し、令和3年分または4年分の農畜産物販売金額が50万円以上の人

※令和4年1月以降に就農した人は別途ご相談ください。



権設定など

農業委員会事務局
☎(32)1341

動物を飼うには 届け出が必要です

対象の動物を1頭(羽)でも飼養している場合、毎年2月に頭羽数と衛生管理の状況を県知事に報告する義務があります。

今まで定期報告書を提出したことがない所有者はご連絡ください。
対象 ウシ、水牛、シカ、ウマ、



ヒツジ、ヤギ、ブタ、イノシシ、ニワトリ、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロ鳥、七面鳥
対象外 イヌ、ネコ、ウサギ、ハムスター、モルモット、インコなど

農政課 ☎(32)1641

お知らせ

熊本城マラソン2023 交通規制協力をお願い

熊本市で開催される「熊本城マラソン」大会当日は、長時間にわたり大規模な交通規制が行われます。通行可能な道路でも、かなりの渋滞のために、郵便物や宅配便などが遅れて届くことも予想されます。

熊本市内へのお出掛けは、マイカーの使用を控え、公共交通機関の利用をお願いします。

日程 2月19日㊥



実行委員会事務局
☎096(328)2373

宇城市スポーツ講演会の 会場が変更になりました

1月号でお知らせした講演会の会場が変更になりました。
日程 2月19日㊥
場所 ウイングまつばせ
文化スポーツ課
☎32-1945

障がい者雇用セミナー

障がい者雇用の本音や課題、解決策を話し合います。

日時 2月17日㊦
場所 不知火防災拠点センター

対象 企業の人事担当者など

定員 先着30人

申込方法 電話
☎(32)8609



熊本県の特定(産業別) 最低賃金が改定

産業	時間額
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	896円
自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機関製造業	931円
百貨店、総合スーパー	855円

効力発生日 令和4年12月15日
熊本労働局労働基準部賃金室
☎096(355)3202



公民館まつり in 不知火防災拠点センター

2月25日㊥ 9時30分～15時
※作品展示は3月5日㊥まで

場所 不知火防災拠点センター
内容 公民館活動のステージ発表や作品展示、もの作り体験コーナー、スタンプラリー、特別講師の香り家鉄扇さんの落語、初心者スマホ相談室など

同時開催 インダストリアル研修館作品展
2月21日㊦～3月5日㊥

公民館主催講座生が制作した絵画・陶芸・木工などの作品を展示します。
場所 インダストリアル研修館
文化スポーツ課 ☎32-1945

イベント

オンライン譲渡会 2月11日㊥ 14時

県動物愛護センターで保護している犬や猫の普段の様子を見ることができます。
内容 犬や猫の紹介、質疑応答など

県健康危機管理課
☎096-333-2248



3月21日 火

ウォーキングで一緒に汗を流しませんか
うきうき健康ウォーキング

参加無料

時間 ①10時 ②10時30分

場所 市保健福祉センター 対象 市在住の人

内容 宇城市健康フェアで、約2^{キロ}(徒歩25分)の
コースをウォーキング

定員 先着100人(50人×2班)

申込方法 申し込みフォーム、電話

申込期限 3月10日 金

※健康フェアについては、3月号で
お知らせします。

☎ 市保健福祉センター ☎32-7100



3月26日 日

豊野さくらマラソン大会

受付開始時間 8時30分 ※雨天中止

場所 旧豊野小学校グラウンド

部門 2^{キロ}、3^{キロ}、5^{キロ}

参加費 300円/人

参加資格 市在住・勤務の人(小学生以上)

申込方法 参加費を添えて、申込書を持参または
郵送(〒861-4301 豊野町糸石3140-3
さくらマラソン大会事務局宛)

申込期限 3月10日 金

☎ 大会事務局(豊野防災拠点センター内)
☎45-3700

市水泳フェスティバル

開始時間 10時30分

場所 不知火温水プール

参加費 中学生以下 100円、高校生以上 300円

申込方法 参加費を持参の上、窓口で申し込み

申込期間 2月25日 土～3月12日 日

☎ 不知火温水プール ☎33-6678

地域に友達のをを広げよう!

NPO 不知火クラブ 健康ウォーキング2023

開始時間 10時30分 ※雨天決行

参加費 一般 1,000円、中学生以下 500円

申込方法 窓口、電話

定員 先着200人(申込方法ごとに各100人)

※小学生未満は、要保護者同伴(保護者の申し込
みも必要です)。

☎ 不知火クラブ ☎32-7321 平日9時～17時

さあ

体なまってませんか?

運動しよう

2月26日 日

三角岳山開き

※雨天の場合、前日昼12時に判断。
市ホームページやLINEでお知
らせします。

受付開始時間 9時

集合場所 三角支所

内容 式典(神事)、三角岳登山、お楽しみ抽選会

参加費 一般 500円、未就学児 200円

申込方法 必要事項を記入し、郵送(はがき、封書)
またはFAX(53-0110)必要事項 参加者全員の住所、氏名、生年月日、
電話番号

郵送先 〒869-3296 三角町波多213-1

宇城市三角支所 経済建設課 宛て

申込期限 2月17日 金

☎ 三角支所 経済建設課 ☎53-1111

3月12日 日

5町対抗

第1回 宇城市民駅伝大会

時間 9時開会

場所 戸馳地区生涯学習センター

対象 次のいずれかに該当する人

- 市在住または勤務の人
- 市内小・中学校の卒業生

区間・コース 8区間 20.9^{キロ}※地区によっては、申し込みが終了しています。
参加希望者はお問い合わせください。☎ 市スポーツ協会(文化スポーツ課内)
☎32-1945

3月19日 日

不知火「デコポン」駅伝大会

受付開始時間 8時30分

コース 不知火中発着の周回コース

小学生 6区間 約8^{キロ}、中学生・一般 6区間 約
8^{キロ}または10区間 約16^{キロ}

参加費 3,000円/チーム

申込方法 申込書を持参または
FAX 32-1137

申込期限 3月3日 金

☎ 文化スポーツ課 ☎32-1945

申込書は
こちら
市HP

子育て応援イベント ☆は予約が必要です

とき	ところ	イベント名
7 ㊦ 11:00	豊川	☆ ベビーイングリッシュ
10:20	豊川	☆ はじめましての会 ベビーマッサージ
8 ㊦ 10:30	豊野	育児講座 「バランスボール」
11:00	ひろば	☆ おはなしの日
13 ㊦ 10:30	豊福	☆ 音楽遊び
14 ㊦ 11:00	豊川	☆ ベビーイングリッシュ
15 ㊦ 10:30	三角	☆ 親子クッキング
16 ㊦ 10:30	ひろば	☆ ミニミニ講座 みかく「琢先生と作って遊ぼう」
17 ㊦ 9:30	豊野	育児相談 (臨床心理士・発達相談員)
20 ㊦ 10:00	小川	☆ フォトアルバム
21 ㊦ 10:30	かもめ	ひなまつり会
22 ㊦ 10:30	小川	☆ 誕生会
27 ㊦ 10:30	かもめ	のびのびランド
28 ㊦ 10:30	三角	☆ ひなまつり製作
1 ㊦ ~28 ㊦	豊福	☆ 2月生まれのお友達への プレゼント渡し

三 角	三角子育て支援センター (みすみ保育園 ☎52-2108)
かもめ	宇城子育て支援センター「かもめ」 (かもめ保育園 ☎33-6775)
ひろば	宇城市子育てひろば (宇城市保健福祉センター ☎27-5353)
豊 川	宇城市松橋子育て支援センター豊川 (豊川保育園 ☎32-4343)
豊 福	豊福保育園子育て総合支援センター (豊福保育園 ☎33-4500)
小 川	小川子育て支援センター (白百合保育園 ☎27-5602)
豊 野	豊野子育て支援センター (豊野保育園 ☎45-3680)

● 期 限 ●	4月号 2月22日 ㊦ 5月号 3月27日 ㊦	当日 必着
● 申込先 ●	〒869-0592(住所不要) 宇城市企画課広報プロモーション係 ☎32-1902 FAX 32-2222 ✉koho@city.uki.kumamoto.jp	掲載申 し込み

ウイング上映会「あん」

3月21日 ㊦ 開演 ①10時 ②13時30分

河瀬直美監督が、ドリアン助川の同名
小説を映画化。名女優、樹木希林の最後
の主演作。

場所 ウイングまつばせ

入場料 500円/人(全席自由)

入場券発売開始日時 2月14日 ㊦ 9時

入場券発売場所 ウイングまつばせ

☎ ウイングまつばせ ☎32-5555



街なか図書館

☎ 平山 ☎090-5486-6836
開館日時 土～火曜 10時～17時

濱まち 松橋町松橋1157

出町 松橋町松橋521-8

2月4日 土～14日 ㊦

宇城写真会写真展

うえむらひろたか
上村博孝さんら6人の写真展。四
季折々の風景や人々の営みなどを
会員それぞれの感性で表現した作
品約30点を両館に分けて展示。

濱まち 出町

2月18日 土～28日 ㊦

ひな祭りと竹工芸展

まちこ
津志田眞知子さんら3人が愛情を
込めた手造りのひな人形やひな飾
り、吉永智明さんら8人が手掛け
た花かごなどさまざまな竹工芸作
品、約80点を展示。

濱まち

岡村正人と孫の3人展

まさと
油彩画を15年描き続けた岡村
さんと、祖父の絵に感動した
小学生の孫2人が油彩と水彩
で描いた作品約20点を展示。

出町

街なか図書館
一濱まち一
購入本紹介犬を盗む/佐藤青南 老害の人/内館
牧子 76歳。今日も良日 年をとるほ
ど楽しくなる70代の心得帖/中尾ミ
エ シュークリームとひじき 88歳バ
リで元気に、気ままに/牧はる子おわび 1月号で、次の内容に誤りがありました。
訂正しておわびします。

3ページ 「新年のごあいさつ」平岡和徳教育長あいさつ

誤 艱難(こなん) 正 艱難(かんなん)

4ページ 「叙勲・褒章」大嶋秀敏さんの受章

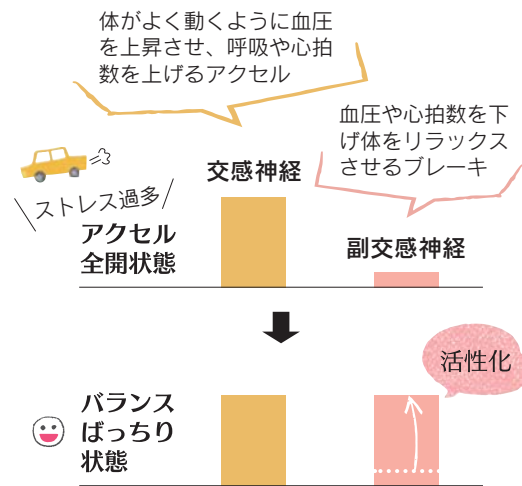
誤 瑞宝双光章 正 旭日双光章

23ページ 「私たちが民生委員・児童委員です」行政区名

誤 不知火町 本区 正 不知火町 御領本区

誤 不知火町 松合西 正 不知火町 松合西・仲

誤 松橋町 御船 正 松橋町 松橋御船



自律神経は、脳と全身をつなぐネットワーク。交感神経と副交感神経があり、私たちの生命活動を支えています。ストレスを多く抱えると交感神経だけが働き過ぎの状態になりやすくなります。

また、加齢により、男性は30歳程、女性は40歳程から副交感神経の働きが低下してくるといわれています。

美容と健康からだを
おもう

今回のテーマは
自律神経を整える

副交感神経の動きUP 😊

生活の3ポイント



運動

まとまった時間がとれないときは、スキマ時間で少しでも動いてみましょう。



食事

1日3食、規則正しく食べましょう。「よくかむ」ことを意識し、「さしより野菜」も忘れずに。



太陽光

起床直後に、カーテンを開け太陽の光を浴びましょう。くもりや雨の日も有効です。



松橋高生にあいさつする松橋西支援学校生

また、両校の生徒規則についても触れ、互いの学校の共通するところや違うところを確認し、両校の近況を知る有意義な時間を過ごすことができました。

次年度の移転までの期間も残りわずかとなりましたが、4月から良いスタートが切れるよう、残りの期間でしっかりと準備をしていきたいと思っています。

両校の現状を意見交換

12月21日、松橋西支援学校と松橋高校の生徒会役員で、リモートの交流会を行いました。今回は、次年度、松橋西支援学校の高等部が松橋高敷地内に移転するに当たり、両校で何ができるか、どんな学校生活になるかを考え、意見交換。体育祭や文化祭など今後一緒に取り組む活動があると関係性を深められるのではないかなど、活発な意見が出され、新たなスタートに向けて有益な話し合いができました。

広報特派員

松橋西支援学校 園田 がお届けします

生徒会担当
園田 大志 教諭



広報特派員や地域おこし協力隊が市内で起きた出来事を伝えます。

空き家対策
空き家バンク
おうちくん・バンクくんの
ちねぶくろ
VOL.9
☎ 地域振興課 32-1906

Q 実家がもうすぐ空き家に…今できることは？

A 宇城市オリジナル「いえの手帳」を使うのじゃ！

お持ちの家を将来どのようにするか書き込める「いえの手帳」。家の基本情報や管理方法を記せる、唯一無二の手帳です。

使わなくなってしまった家にも。これを機に誰かに引き継ぐ準備をしませんか。地域振興課で配布中。

いえの手帳は市や空き家空き地 360 のホームページでも公開しています。

市民投票
豆まきするなら
あなたはどっち？

大豆派 189 票
ピーナツ派 155 票

ちなみに 55% 45%

PICK UP
大豆派
毎年1kgの大豆をいって家族で豆まき。その後のお菓子まきまでみんなで楽しめます。

田中 益美 さん (62) 松橋町

次号の対決
好きなものを食べるとき
あなたはどっち 「最初派 / 最後派」
回答は市公式LINEやメール、お便りで。
回答期限 2/9 ☎

市公式 LINE

手作りの温かなベレー帽

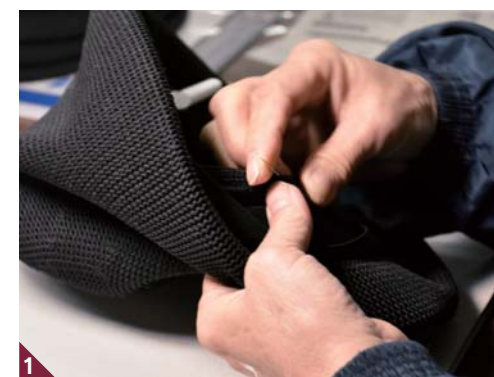
ベレー帽生産で国内シェア約30%を誇る(株)フラミンゴ。卸売業を営む先代が自社で生産管理もしたいと創業したのが同社だ。

製造は、機械で生地を編み立て丸くつなげ、水で洗い正規のサイズに縮めて染色。金型で成形し、最後にミシンで仕上げる。工程には、人の手の繊細な作業が入り、それが地肌に優しくこ

つごつしない手触りを生む。

現社長の吉田照陳さんは「ベレー帽一つで簡単にイメージを変えられる。コロナ禍で引きこもりがちでも、おしゃれをする」と元氣になりますよ。」と語る。

地域イベントなどにも積極的に参加し、地元の人からの応援の声がうれしいという吉田さん。頭全体を優しく包むベレー帽。その肌になじむ縫製で、多くの人々の心も温めている。



(株)フラミンゴ 熊本工場 松橋町豊福2085

製品販売はこちら

1 ほつれは手作業で縫製 2 ブランドロゴや製品表示を縫い付け 3 温かみのある帽子

てくてくさんぽ
手しごとさんぽ

ものづくりをする手から生まれる作品は暮らしを心豊かに彩る…そんな命を吹き込む手仕事を紹介します。

1月号掲載の店名に誤りがありました。おわびして訂正します。

正 Miyuki-mom 誤 Miyuki-mon



ペンは剣より強し さん
松橋町
受験という試合に向けて
頑張れ



ゆうちゃんさん 松橋町
♡メリークリスマス♡



ヒロちゃんさん 小川町
くじゅう花公園に行ってきた。
傘の花がたくさん咲いて
いました。ゆつたりした時
間が過ごせました。



くうちゃんばあさん 小川町
初めて消防車に乗せてもらっ
たよ！



相藤 克秀さん 松橋町
豊野町響ヶ原相良神社。
戦から星霜441年。
人吉、球磨の子孫参詣。



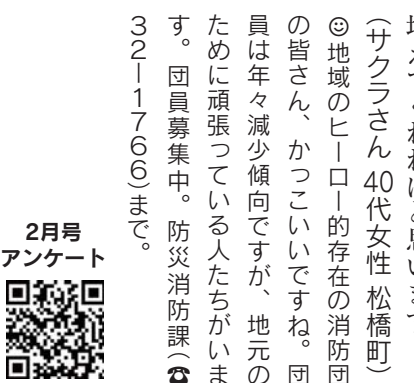
ひびくんママさん 小川町
にっこにこ
家族の癒やし担当



ひーちゃんパパさん 松橋町
50年ぶりの稚児行列に参加



夕風さん 小川町
我が家の癒やし系女子



2月号
アンケート

321176)まで。
防災消防課(☎

消防団の特集記事が良かった
です。災害対応、行方不明者の
捜索など色々な分野で活躍され
ている消防団の皆さん、尊敬し
ています。もともとと団員が
増えてくれればと思います。
(サクフさん 40代女性 松橋町)

◎ありがとうございます。今年も
たくさんの人を取材して掲載でき
ればと思います。宇城市の「楽し
い」をどんどん発信していきます。

今月号は知り合いがたくさん
載っていました。知ってる人が
掲載されているとうれしいで
す！今年もウキカラを読んで楽
しく情報を収集できるといいな
～と思います。
(かつちゃんさん 20代女性 小
川町)

ウキカラ 読者の声

回答期間
1/1～13
回答者数
34人

皆さんからの
投稿をお待ち
しております。

お便り・投稿
フォーム



ちよこつと星じん☆ さん
白組☆三兄弟登場！
小川町



波平さん 松橋町
お風呂上がりのカメラ目線

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、
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎096-327-9541

結婚相談所 ムスベル

マル適マークCMS取得(第2113001-1号)

第66回熊本県広報コンクールで
広報うき「ウキカラ」が熊日賞(特選)を受賞



皆さんいつもご協力
ありがとうございます。
編集局一同

熊本日日新聞社の
取材の様子

編集局から

▽健康に関する取材を通して運
動や食事はもちろんのこと薬
の管理にも注意が必要なこと
が分かりました。何気ない日
常生活の中で、健康になろう
と、少しずつでも意識を変え
ていかなければ。体重を減ら
すため、今日からでも隙間時
間のできるストレッチを始め
てみようと思います。(みな)

▽今月は手しことさんぽを担
当。有名ブランドなど各地
で流通するベレー帽の生産工
場に、市内にこんなところが
あったのかと驚きました。吉
田さんのベレー帽話も面白
く、新発見ばかり。私もベレー
帽をかぶって新たな気持ちで
お出掛けしてみます。(える)

▽今回から新たな名前になった
「宇城市二十歳の記念式典」。
私もちょうど10年前になりま
したが、取材のときは懐かし
く思いました。これからの夢
や希望に胸を弾ませる若者の
笑顔がたくさんあふれていて
こちらもつられて笑顔にな
り、元気になりました。(けけ)