

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



2026

5

May

NO.280

ウキカラ ⑤
2026 No.280

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 / 有限会社あすなろ印刷

編集 / 宇城市 企画振興部 広報統括課

uki_smile

宇城市公式Instagram [uki_smile](#) をタグ付けまたは [#uki_uki_uki](#) で投稿された写真をご紹介します。

ありがとうを運ぶ、
つばめの旅



uki_smile
(撮影 広報係)



★撮影場所 天城橋付近

wonderful scenery

素晴らしい景色

市内の魅力あふれるヒト・モノ・コトのある風景を共有しましょう。



UKI_SMILE

フォローは
こちらから

震災復興応援プロジェクト

GO!GO!ラリー in 熊本 KUMAMOTO 2026

Charity Classic Car Meeting



世界文化遺産登録
10周年を記念して
三角西港もスタン
ポイントとして
通過します!!



当日は唐沢寿明さんも各会場を巡ります



商工観光課 ☎32-1604

チャリティークラシックカーイベント「GO!GO!ラリー in 熊本 2026」が5月16日④、17日⑤に開催されます。東日本大震災から8年後の2019年に始まったクラシックカーで巡る震災復興応援プロジェクトも今回で7回目。各所でスタンプラリーやPC競技(線踏み競技)のイベントも用意しています。今年には熊本地震から10年の節目でもあり、令和2年の大水害に見舞われた人吉市にも復興エールを届けるために駆け抜けます。宇城市では世界文化遺産登録10周年を迎えた三角西港がスタンプポイントになります。詳しくはこちら

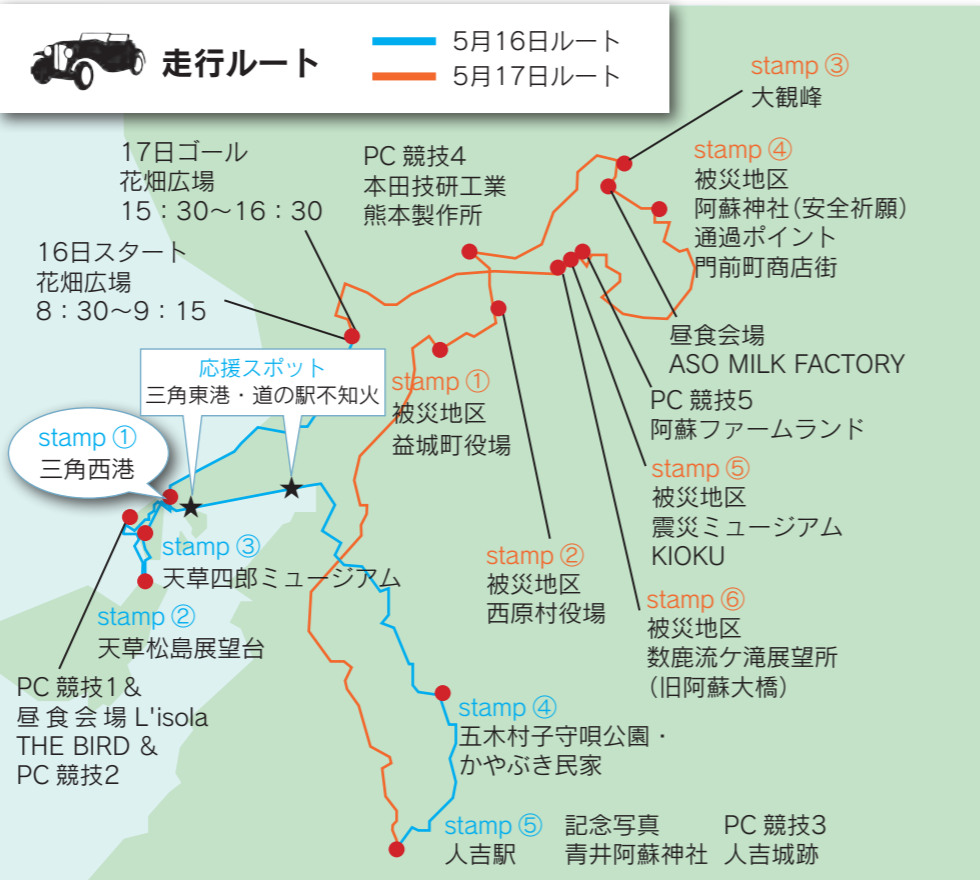
開催発起人 唐沢寿明(俳優)
走行日 5月16日④～17日⑤
8時30分花畑広場スタート



三角西港は16日9時30分頃～10時30分頃に通過予定

- 三角西港は一般車両の進入制限を行いますので、周辺の駐車場は利用できません。三角東港と道の駅不知火に専用の応援スポットを設けますので皆さんと一緒に応援しましょう
- 沿道での観覧の際は周辺の交通渋滞にご配慮ください

詳しくはこちら



4月15日には唐沢寿明さんが市長を訪問しました

ウキカラ⑤

広報うき

うきからあなたから 情報発信。みんなであつなろう。



今月の表紙
春の陽気に包まれ、色鮮やかに咲き誇るツツジ。見ごろを迎えると、多くの人を訪れる人気スポットです。
【撮影場所】
丸目さん家のツツジ畑
(不知火町永尾)

市長 雑記帳



武力では何も解決にはつながらないことは分かっているはずなのですが、世界中のどこかで常に戦闘や紛争が起きており、日本のみならず世界にとっても大きな問題となっています。

ホルムズ海峡が封鎖されると2週間後にはガソリンなどの燃油価格が急騰し、さらには石油を原料とするあらゆる製品に大きな影響が出る可能性が出ています。我が国がいかに不安定の中に成り立っているのか身にしてみています。

今回、物価高騰する中で、市民の皆さまに一人当たり1万円の電子マネーカードによる商品券を交付します。日々の生活でぜひご利用いただければと思います。

手話であつながる vol.1

☎ 社会福祉課 ☎ 32-1387

手や指の動き、表情で伝える手話。身近で簡単な手話から覚えてみませんか。

こんにちは 人さし指と中指を立て、額の前につき、軽くお辞儀をする

Point 指は時計の12時を表しています

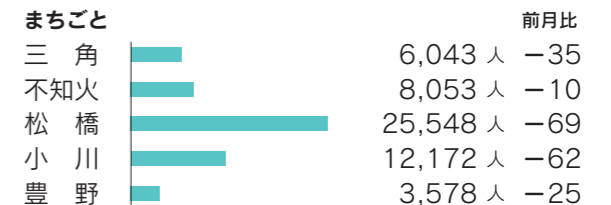
他の手話も紹介しています!

- 2 目次/4月1日現在の人のうごき/市長雑記帳/手話であつながる
- 3 震災復興応援プロジェクト GO!GO! ラリー
- 4 まちのわだい/市議会議員一般選挙結果
- 6 現在進行形の宇城市を知る THE UKI NEWSLETTER
- 10 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/みんなて学ぼうじんけん
- 12 ようこそ市長室へ
- 13 あなたの暮らしにピタッと 月刊 宇城通信/熊本健康アプリ
- 19 おでかけガイド
- 20 不知火美術館・図書館
- 21 UKI WORK/今日から始める健康づくり
- 22 みんなのひろば 地域の魅力再発見/みんなの掲示板/#投稿/#読者の声/編集局から
- 24 uki_smile

4月1日現在の人のうごき

総人口 55,394人 男 26,636人/女 28,758人 (うち外国人) 男 601人/女 545人

前月比 -201 男 -116/女 -85 (うち外国人) 男 -7/女 +7



出生 18人 死亡 82人
転入 325人 転出 462人

世帯数 25,400世帯 前月比 +19



市議会議員一般選挙結果

■ 市選挙管理委員会(総務課内)
☎32-1798

4月19日、任期満了に伴う宇城市議会議員一般選挙が行われました。4月13日～18日までの期日前投票では市内5カ所、投票当日は35カ所で投票が行われ、即日開票されました。結果は以下のとおりです。

有権者数(選挙当日)

45,790人 男 21,605人/女 24,185人

開票結果(敬称略、得票順)

当選	溝見 友一 (56)	1,447票
当選	坂下 勲 (70)	1,390票
当選	四海 公貴 (47)	1,374票
当選	津志田 幸紀 (61)	1,325票
当選	林田 和 (41)	1,307票
当選	河野 正明 (65)	1,276票
当選	中塘 万格人 (63)	1,252票
当選	中山 弘幸 (65)	1,235票
当選	中崎 栄俊 (62)	1,209票
当選	豊田 紀代美 (78)	1,189票
当選	石川 洋一 (71)	1,092票
当選	永木 誠 (50)	1,064票
当選	木村 俊昭 (46)	992票
当選	藤井 千秋 (56)	965票
当選	杉田 雅宏 (63)	950票
当選	村上 真由子 (47)	949票
当選	原田 祐作 (50)	922票
当選	蓑田 憲治 (63)	911票
当選	大村 悟 (75)	838票
当選	河野 真理 (52)	743票
	坂元 大介 (44)	732票
	高橋 佳大 (71)	633票
	三角 隆史 (58)	585票
	嘉古田 茂己 (72)	555票
	西村 きぬえ (57)	360票
	遠山 駿輔 (40)	349票
	田中 美君 (62)	102票

投票率 56.66%(前回無投票)

任期 令和8年5月1日～令和12年4月30日

市ホームページには、
たくさんの写真と詳しい
内容を掲載しています。



ま ち の わ だ い
TOPICS



市長にじゃんけんして勝ったらデコポン®プレゼント

— JR博多駅で市デコポン®フェアを開催 —

デコポン®を使って市をPR

3/14・15 各事業者がデコポン®(不知火柑)商品を販売することでデコポン®発祥の地である市のPRを行うことなどを目的に実施。末松市長がトップセールスで同行し、市長とのじゃんけん大会やガラポン抽選会を行い、会場は大にぎわい。期間中は活気にあふれ、市の魅力や特産品のデコポン®を広くPRする機会となりました。



自分に宛てた手紙や似顔絵を手にする参加者たち

— 旧大岳保育園でタイムカプセルを開封 —

小さな自分からの贈りもの

3/20 平成28年度の旧大岳保育園卒園生が、中学卒業時に開封するために園内に埋めていたタイムカプセルを開封しました。卒園生の手でタイムカプセルを掘り出し、卒園生をはじめ、保護者や当時の先生などが、当時を懐かしみました。卒園生たちは「当時のことがよみがえって懐かしいです」と笑顔でした。



ダム資料館を見学する児童たち

— 三角小3年生が石打ダム、金桁温泉を見学 —

ふるさとへの愛着を育てる

2/25 三角小3年生25人が、総合的な学習で石打ダム、金桁温泉を訪れました。これは、児童たちが見学を通してふるさとに親しみを持ち、大切にすることを目的に実施されたもの。児童たちは、持参したタブレット端末で写真を撮影したり、メモをしながら熱心に説明を聞きました。



地元ガイド(写真左)からの説明を受ける参加者たち

— 不知火町御領本区がバスツアーを実施 —

三角西港の歴史を学ぶ

3/13 三角西港の世界文化遺産登録までの歴史を知ること、地域のコミュニケーションづくりを目的に不知火町御領本区が企画。市学芸員による説明を聞いた後、現地を訪れ、地元ガイドによる説明を受けながら見学しました。参加者からは「三角西港について詳しく学べて良かった」との声が聞かれました。



キッチンカーと来場者でにぎわう会場

— 松橋駅通り商店街一帯で松橋初市が開催 —

春風とともににぎわう

2/21 松橋初市が開催され、多くの人でにぎわいました。歩行者天国となった通りには、屋台やキッチンカーが立ち並び、松橋中吹奏楽団や熊本県警察音楽隊による演奏、ダンスや太鼓のパフォーマンスなどが会場を盛り上げました。主催の「みんなの商店会」による餅投げも行われ、笑顔があふれていました。



寄付金を贈呈する丸田代表理事組合長(写真中央左)

— 熊本宇城農業協同組合が市へ寄付金を贈呈 —

これからも地域に愛される場へ

3/11 これは、宇城彩館を運営する同組合が売り上げの一部を毎年、市に寄付しているもの。同組合の丸田博雄代表理事組合長は、「今後も宇城彩館を地元産の品質の良い食材の直売所として成長させていきたい」と話し、末松市長は「いただいた寄付金は大切に活用していきたい」とお礼を述べました。

THE UKI NEWSLETTER

ユーザー体験が窓口を変える 市職員が市民になりきり窓口の手続きを体験

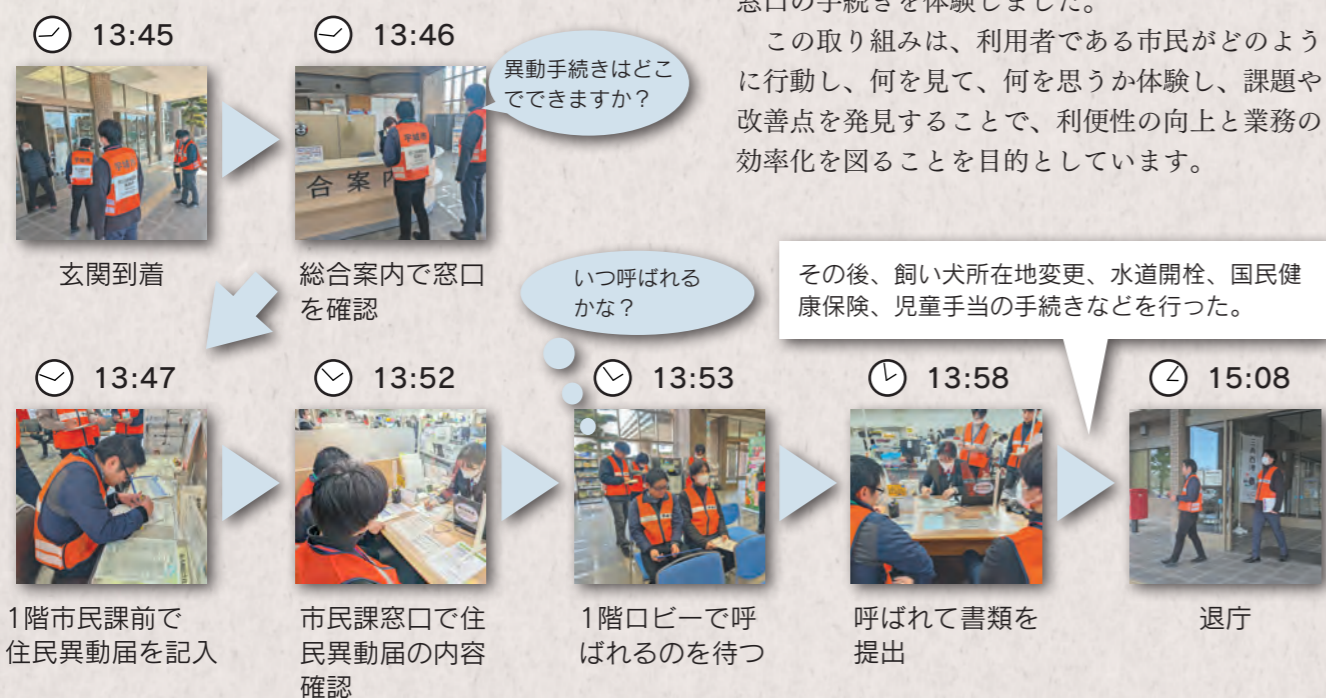
市市民課 ☎32-1446

今回実施した調査

手続きにかかる時間や、内容、動線などを調査

手続きの内容

家族構成 世帯主である夫、妻、子ども3人と犬
行う手続き 転入手続き(住民異動届、水道開栓など)



市民目線で業務効率化を

窓口での手続きは記載する書類の枚数が多く、待ち時間も長くなることがあります。また、複数の窓口を移動し、多くの手続きをしなければなりません。役所での手続きでかかる「ストレス」を少しでも解消できるよう、職員が市民になりきって窓口の手続きを体験しました。

この取り組みは、利用者である市民がどのように行動し、何を見て、何を思うか体験し、課題や改善点を発見することで、利便性の向上と業務の効率化を図ることを目的としています。

■前回の体験調査以降の主な取り組み

- マイナンバーカードやデータ(システムなど)を活用した書類の記入削減
 - 死亡後の手続きをワンストップ化(複数の手続きを1カ所に集約。予約制)
- ※本庁のみ

■効果

	所要時間	記入回数
転入	18分削減	3割削減
おくやみ死亡後の手続き	17分削減	1割増加

継続的な取り組みを

2年前にも職員が同様の体験調査を実施しています。前回の調査結果を踏まえ、この2年間での取り組みがどれくらい効果があったのか検証してみました。

転入手続きでは、所要時間を18分削減、書類の記入回数は約3割削減できました。一方、死亡後の手続きでは所要時間を17分削減したものの、書類の記入回数は微増しました。(微増は前回調査時より手続きの種類を追加したため)

また、今後の課題として手続きの内容や時間の把握方法の検討、署名のサインや窓口レイアウトの見直しなどが残りました。

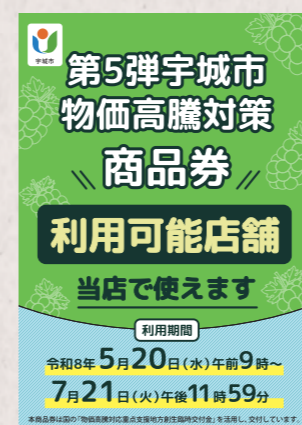
市民満足度の向上のため、継続して手続きの効率化に努めていきます。

5月20日(水)から利用可能

第5弾宇城市物価高騰対策商品券

市商品券事務局コールセンター ☎0120-917-131

加盟店の最新情報は専用ホームページで確認してください。
紙媒体で必要な人は5月13日(水)から本庁商工観光課および各支所の総合窓口係でお渡しします。



商品券は、このステッカーがある店舗で使えます。



利用期間
5月20日(水)午前9時
～7月21日(火)午後11時59分

1人当たり
10,000円分

専用HP

商品券の使い方



加盟店側

加盟店スタッフがカードを読み取る

カードの二次元コードをスマートフォンで読み取る

加盟店側で決済金額を入力

お会計 8,800円です!

残高の確認方法

お手持ちのカメラ付き端末で確認できます

カード裏面の二次元コードを読み取る

こちらから残高画面が確認できます

※カード裏面に残高を記入できる欄がありますのでメモを取ることをお勧めします。

人事交流



防災消防課

高嶋 昭徳

出向元
宇城広域連合消防本部
主な業務内容
防災消防関係業務



教育総務課
指導主事

宮川 稔治

出向元
熊本県教育委員会
主な業務内容
校長会議や各種対策会議など、
学校運営や教職員に関する業務



総務部
総括審議員

野田 昌広

出向元
熊本県警
主な業務内容
不当要求への対応など市役所の
円滑な運営のための活動

災害復興支援



土木課

中上 理央

出向元
北九州市
主な業務内容
道路、河川などの公共土木施設
の災害復旧業務



農林水産課

木下 翔太

出向元
福岡県
主な業務内容
農地、農業用施設(農道、水路)
の災害復旧業務

それぞれのスキルを市のために
市に新たに着任したみなさんを
紹介します！

移住コーディネーター



地域振興課

森 寿野

主な業務内容
市への移住を検討している人の
相談・視察対応、地域の魅力発信、
実際に移住してきた人の新しい
生活のサポート

地域おこし協力隊



企画課(うきは)

黒木 美優

主な業務内容
うきのばの運営、eスポーツの
普及、スマホ講座、各種イベ
ント・講座の企画

地域活性化起業人



広報統計課

北村 あずさ

出向元
株式会社 JTB
主な業務内容
ふるさと納税の施策支援、統計
データなどの分析支援



小川支所災害復旧対策室

中野 友幸

出向元
福岡県
主な業務内容
道路、河川などの公共土木施設
の災害復旧業務



小川支所災害復旧対策室

山下 大輝

出向元
福岡市
主な業務内容
道路、河川などの公共土木施設
の災害復旧業務



小川支所災害復旧対策室

上蘭 直央

出向元
福岡県
主な業務内容
道路、河川などの公共土木施設
の災害復旧業務

企画課 ☎(32)1803



左から末松直洋市長と豊永代表取締役

**企業版ふるさと納税の
感謝状を贈呈しました**

1月に企業版ふるさと納税を
通じて寄付をいただいた、株式
会社九州建設マネジメントセン
ター(福岡市博多区)に対して、
3月6日市役所で感謝状の贈呈
を行いました。豊永寿文代表
取締役は「社会貢献活動の一環
として、災害支援の寄付を行
いました。寄付金が住民の皆さま
のために有効に活用されること
を切に願います」とあいさつを
しました。

商工観光課 ☎(32)1604



**「しらぬひ風景海道」が
日本風景街道に登録**

3月11日、宇土半島や八代海
沿岸の「しらぬひ風景海道」が日
本風景街道への登録が決定しま
した。

日本風景街道は国土交通省が
提唱し、住民、NPO、企業な
どが行政と連携しながら、道
舞台に地域ならではの風景や自
然、歴史、文化などの資源を生
かした「美しい景観づくり」「活
力ある地域づくり」「観光振興」
を行うものです。今後は、県南
に位置する4市3町の国道3
号、国道57号、国道266号を
中心に取り組みを行っていきま
す。



あなたの「ワーク・ライフ・バランス」 見直してみませんか？

右に示したものは、くまもと県民交流館パレオ男女共同参画センターが作成した啓発パネルです。

ワーク・ライフ・バランスが実現した社会とは、一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会です。

このような社会を実現するために、国は男性の育児休業取得を推進する法制度を整えたり、企業も働き方の見直しにより、ノー残業デーやテレワークを導入するなどして、長時間労働の削減、多様な働き方への対応などを進めています。

皆さんも仕事と生活のバランスを一度振り返り、ワーク・ライフ・バランスを意識して、よりよい毎日を過ごしましょう。

「ワーク・ライフ・バランス」って何？

Q 以下の〇〇に入る言葉を選んでください。
ワーク・ライフ・バランスは、「〇〇」と「生活(育児・家事・介護、地域活動、休養や趣味、学習など)との調和をとり、どちらも充実させる働き方、生き方のことをいいます。」

① 健康 ② 仕事 ③ 旅行

POINT
社会が大きく変化している中、従来の男性中心でない、新しい働き方、生き方が求められています。ワーク・ライフ・バランスを実現するために、国は男性の育児休業取得を推進する法制度を整えたり、企業も働き方の見直しにより、ノー残業デーやテレワークを導入するなどして、長時間労働の削減、多様な働き方への対応を進めています。皆さんも、自身のワーク・ライフ・バランスを見直してみませんか？

消費者トラブル
注意報
商工観光課 ☎32-1604

脱毛エステの契約に関する相談が 増加しています！

令和8年2月、熊本県消費生活センターに寄せられた脱毛エステの契約に関する相談は、前年度と比べ約4倍増加しています。「倒産した脱毛エステ店にローンが残っているがどうしたらよいか」「事業者と連絡が取れない」などの相談が最も多くなっています。

！ アドバイス

- ・契約は慎重に。即日の契約は避け、施術内容や契約条件はしっかりと確認する。
- ・事業者が倒産した場合、支払方法によって対応が異なるので注意が必要です。



県 HP

相談は **宇城市消費生活センター ☎33-8277**
消費者ホットライン ☎188(いやや!)へ

かしこくみんなの
年金学
熊本東年金事務所 ☎096-367-2503
今月の年金相談は **要予約**
19日 10時～15時 新館第5会議室

学生納付特例制度 手続きはお済みですか？

学生納付特例制度とは？

所得が一定以下の学生が申請し承認されることで、国民年金保険料の納付が猶予される制度。

申請の流れ

- ①医療保険課や各支所、年金事務所に申請書と添付書類を提出
添付書類 学生証(写し可)または在学証明書(原本)
- ②日本年金機構から承認または却下通知書が届く。却下された場合、保険料の納付が必要。
※電子申請も可能(紙の申請書の入手・記入は不要)

※学生とは、大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、特別支援学校、専修学校、各種学校、一部の海外大学の日本分校に在学する人で夜間・定時制課程や通信課程の人も含まれます。



国民年金機構 HP

みんなで学ぼうじんけん

生涯学習課 ☎27-4300

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



本人通知制度を 使ってみました

今年2月のこと、「あなたの住民票の写し等を交付しましたので規定により通知します」と市民課からお知らせを頂きました。誰かが私の住民票を取得したようです。

知っていましたか？ 市では住民票の写しや戸籍謄本などを第三者に交付した場合、本人に知らせる制度があるのです。誰が何のために私の戸籍を調べたのか。それを知るべく情報の開示を請求しました。

2週間後、開示決定通知を受け取りました。

開示された、「戸籍謄本・住民票の写し等職務上請求書」を見ると、取得したのは司法書士。目的は「〇〇〇」とあります。うーん、心当たりはないなあ。依頼者名は黒塗りです。しばらく思案に暮れていましたが、請求書にあった司法書士事務所へ電話をかけてみることにしました。

2011年、法務事務所の社長、司法書士ら5人が職務上請求

求書を大量に偽造して戸籍を不正に入手し、逮捕されました。捜査からは大がかりなネットワークの存在も明らかになり、のべ28人が逮捕されました(プライム事件)。依頼の大半は差別的な結婚調査でしたが、振り込め詐欺などにも使われていました。この事件の背景には、いまだに結婚や就職のときに身元調査をおこない、出身地や国籍や悪しき社会的慣習が存在していることが挙げられます。

この事件により、「本人通知制度」の導入が増え、現在県内でも多くの自治体を実施しています。制度の登録者が増えていくことは不正取得の早期発見とその抑止となります。登録には自身を証明するものがあればOKです。

「で、どうだったんだ？」というのですが、事務所の丁寧な説明に、そういうことかとすっきりしました。

このコラムを読んでくださっている皆さんにも内容を話して一緒にすっきりしてもらいたいです。何せ個人情報なので申し訳ありません。

郷の記憶をたどる

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

文化スポーツ課 ☎32-1954

かがりび 「燎火」第33号刊行 一地域が分かる郷土誌一

「燎火」は、市内各地の地域に密着したさまざまな文化財や歴史をテーマに、毎年市教育委員会が刊行している郷土誌です。平成3年に旧不知火町教育委員会が創刊し、今号で33号を迎えました。

今号は3編を掲載。「三角町の石造物」では、前川清一さんが前号に引き続き三角町に所在する主な石造物を紹介。特徴的な11カ所を取り上げて、台石に刻まれた銘文や建立された年月、時代の背景についてまとめています。

「豊野の文化財再考」では、稲津暢洋さんが熊本市塚原歴史民俗資料館(熊本市南区)に保管されていた「豊野村部落別文化財位置図」という資料をもとに、熊本地震後の現状調査の結果をまとめました。

「古保山天満宮社記」では、昭和60年に他界さ

郷土資料館 入館料無料



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

よしのり 郷土史家 林田義憲さんの自宅に残されていた未刊の原稿を紹介しています。

閲覧・購入できます

閲覧場所
郷土資料館(豊野・松合)
市立図書館・分館

販売場所
文化スポーツ課

販売価格 500円

郷土資料館 展示情報	展示 蒙古襲来絵詞(複製品)<絵8> 期間 ~5月17日㊤
臨時休館日	5月18日㊤~6月1日㊤

ようこそ市長室へ



全国大会などへの出場や長年の功績をたたえられた市民の皆さんが市長室を訪問されました。さまざまな分野での活躍を紹介します！

1/21



統計調査への功績を表彰

国勢調査などの統計調査員として8年にわたり従事した豊野町の森山裕子さん(写真左から2人目)が熊本県統計協会会長表彰を、毎月勤労統計調査に5年以上従事した松橋町の岩井正博さん(同3人目)が厚生労働統計功労者功績表彰を報告しました。

2/2



熊日緑のリボン賞

矢崎地域活性化委員会が第130回「熊日緑のリボン賞」を受賞。国道266号沿いにある花壇の管理や子どもたちの見守りなど地域を盛り上げる活動が評価されました。(写真左から)高木雄司さん、矢澤和法さん、鉄石憲一さん、末松市長、富武聖一さん)

2/18



松高サイエンス部がグランプリ初受賞

松橋高校サイエンス部がNATURE 甲子園決勝大会の動画クリエイティブ部門でグランプリを初受賞。生徒たちは、大野川に生息するムツゴロウをテーマに研究を行い、その様子を動画にまとめ大会へ出場しました。(写真左から)井口英里校長、深水敦斗さん、山本美波さん、小林結希さん、宮本旬さん

2/27



宇城広域連合から感謝状

北萩尾区前区長の田上廣続さんへ宇城広域連合長の末松市長から感謝状が贈られました。田上さんは、同地区で令和6年から供用を開始した宇城クリーンセンター(通称 うきくりん)の建設に至るまでの区民への説明や宇城広域連合への助言などを行い、同施設の建設から運営に至るまで尽力しました。

あなたの暮らしにピタッと

月刊 宇城通信

募集

「豊野ふれあい農園」利用者募集



場所 豊野町山崎1599番地
募集 19区画(1区画30㎡)
使用料 4,000円/年
※更新可能です

自分で育てた作物を収穫し、食べることが出来る農園オーナーならではの喜びを体験しませんか。
豊野支所 総合窓口課
☎(45)2111

第38回熊本県シニア美術展 作品募集

出品部門 日本画、洋画、写真、書、彫刻、工芸
出品資格 令和9年4月1日時点で60歳以上の県内在住のアマチュア
出品作品 一人1部門1点 2部

門まで可

出品料 12000円/1点

申込期間 5月1日(金)～7月10日(金)

展示期間 9月30日(水)～10月4日(日)

展示場所 熊本県立美術館 分館 (熊本市中央区)

申込書配布場所 高齢介護課、財

団ホームページからダウンロード

熊本さわやか長寿財団

☎096(354)3083



熊本さわやか長寿財団 HP

海洋クラブ活動会員募集

期間 6月～8月(予定)

場所 三角B&G海洋センター

活動回数 10回

対象 市内の小学3年生～中学3年生の男女

定員 先着10人程度

入会金 3千円/人

内容 カヌー・OPヨット・SUPや自然環境学習、ロープワーク

申込方法 三角B&G海洋センターにある申込書に必要事項を記入し、入会金を添えて申し込み

申込期間 5月22日(金)～6月5日(金)

文化スポーツ課 ☎321945

三角B&G海洋センター

☎(52)2488

男性の料理教室 参加者大募集

■初心者コース (料理が初めての人向け)

会場	日程	定員
小川ラポート	7月8日(水)、8月6日(水)、9月15日(水)、10月21日(水)、11月25日(水)	25人
時間 9時30分～12時30分(予定)		
参加費 無料		

■ステップアップコース (料理をしたことがある人向け)

会場	日程	定員
松橋西防災拠点センターなど(火・木曜開催)	6月23日、7月28日、8月25日、9月29日、10月22日、11月19日、12月17日、令和9年1月28日または2月18日	25人
三角防災拠点センター(金曜開催)	6月26日、7月24日、8月21日、9月25日、10月23日、11月20日、12月18日、令和9年1月29日	12人
時間 10時～12時30分(予定)		
参加費 500円/1回 ※前期と後期に分けて徴収		

■単発開催

会場	日程	定員
豊野防災拠点センター	8月3日(日)、10月3日(土)	25人
時間 10時～12時30分(予定)		
参加費 500円/1回 ※当日徴収		

申込締切 5月29日(金)

※単発開催は開催日の10日前まで

申込方法 電話(平日8時30分～17時)、申し込みフォーム

健康づくり推進課 ☎32-7100



市HP (申し込みフォーム)

講座・講習

豊野町コミュニティセンター講座

■初心者向けパソコン教室

日程 水曜コース(月2回)6月3日、令和9年2月17日、金曜コース(月2回)6月5日、令和9年2月19日

時間 10時～12時

場所 豊野町コミュニティセンター

対象 市内在住の人

内容 文書作成、表計算、画像取

参加費 無料

豊野町コミュニティセンター

☎(45)2055



申し込みフォーム

※パソコンなどは各自で準備

定員 各コース先着10人程度(新規受講者優先)

申込期間 5月7日(水)～5月15日(金)

申込方法 申し込みフォーム、電話(平日9時～17時)

豊野町コミュニティセンター

☎(45)2055

相談 宇城市の相談日【5月】

要予約	福祉法律相談 市社会福祉協議会 ☎32-1055 20 14時～16時30分 老人福祉センター
	行政相談 行政 熊本行政評価事務所 ☎096-326-1100
8 金	13時～16時 市役所新館1階第5会議室
12 水	13時～16時 不知火防災拠点センター研修室4
	行政・人権相談 行政 行政相談と同じ 人権 人権啓発課 ☎32-1708
12 水	13時30分～16時30分 三角支所2階大会議室
14 金	13時～16時 ラポート2階研修室
要予約	こころの健康相談 県宇城保健所 ☎32-1207
12 水	14時～16時 県宇城保健所
	行政書士相談(外国人ビザ・相続・遺言) 総務課 ☎32-1798
14 金	13時～16時 市役所新館1階第5会議室 行政書士相談▲ 申し込みフォーム

毎日・平日の相談

◆ 高齢者相談 在宅医療・介護相談 市地域包括支援センター ☎25-2015
平日 8時30分～17時15分 市老人福祉センター ※電話相談は24時間対応
◆ 女性相談 子ども未来課 ☎32-1404
平日 9時～16時(金は15時まで) 子ども未来課
◆ 子ども相談 市子どもセンター ☎33-1118
平日 9時～16時 市子どもセンター
◆ 児童虐待相談 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

広告

MUSBELL

うちの子も **結婚** できました!

お気軽に ご連絡 ください

独身のお子様の 結婚相談

結婚相談所 ムスベル熊本 ☎0120-138-026

熊本市中央区辛島町6-2 ペアレントビル6階 マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社 第2113001(2)-37
 営業時間:10時～19時 | 定休日:第2・第4水曜日

65歳以上の人へ 予防接種の費用の一部を助成します

■ 高齢者の肺炎球菌予防接種
 自己負担額 3,600円
対象者
 ・65歳(65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで)の人
 ・接種日時点で60～64歳の人で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級を所持している人
 ※65歳の誕生日の翌月に通知。(誕生日を迎えた人で、早く接種したい人はご相談ください。)

■ 帯状疱疹予防接種
 自己負担額
 ・乾燥組換え帯状疱疹ワクチン 6,600円/1回 (計2回接種)
 ・乾燥弱毒生水痘ワクチン 2,700円
対象者
 ・令和8年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人
 ・60～64歳の人で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある身体障害者手帳1級の人
接種期限 令和9年3月31日☎
 ※対象者には4月に予診票を同封し通知済。
 ※2種類のワクチンのうち、どちらか1つのワクチンの補助を受けることができます。詳細は、通知文書をご確認ください。

■ 共通事項
予約方法 医療機関に直接予約
 ※自己負担額は宇城市内医療機関で接種した場合の費用です。
 ※予防接種済証は保管してください。
 ※市外医療機関での接種には、事前に手続きが必要です。
 健康づくり推進課 ☎32-7100

■ 共通事項
申込方法 ウイングまつばせ窓口
 ※定員に達し次第締め切り
 電話 ☎(32)555555
日程 4月から毎週木曜
時間 10時～11時
費用 2千円/月
定員 15人
リフレッシュ体操教室 (月4回)
 運動が久しぶりの人や体力に自信のない人でも安心してご参加ください。

■ 共通事項
申請先 税務課、各支所
申請期限 5月25日☎
納税通知書
 4/1現在の所有者に送付
 市 HP
 電話 ☎(32)14002

■ 俳句教室 (月2回)
 俳句が初めての人でも大丈夫です。季語の選び方や句の作り方をゆつくり丁寧にお伝えします。
日程 4月から毎月第2・4木曜
時間 9時30分～11時30分
費用 2千円/月
定員 15人



ウイングまつばせ うきプラススクール

■ 軽自動車税の納付と減免制度
納期限 6月1日☎
納付場所 金融機関、市役所本庁会計課、コンビニエンスストア、全国の地方税統一e.L.Q R対応金融機関、スマホアプリ決済 など
軽自動車税の減免制度
 ※減免要件を拡充しています。
対象 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳、戦傷病者手帳の交付を受けている人、または障がい者本人と生計を一にする人が所有する軽自動車など
福祉車両の減免
 対象 構造が専ら障がい者の利用のために使用、または公益のため直接専用する軽自動車など



助成・支援

物価高騰対策支援を開始します

中小企業など

対象 必要要件を全てを満たす人

- 中小企業基本法第2条1項に規定する中小企業
- 市内に本店を有する法人または住所を有する個人事業主
- 直近1年間の光熱水費および燃料費合計の支出が年間30万円以上の事業者など

補助金の算定 直近の決算における光熱水費および燃料費の合計額に10%を乗じて得た額以内。ただし、上限20万円(千円未満切捨て)

※予算の範囲内で補助率が変動することがあります。

申請方法 市商工会各支所窓口で書面で申請
申請期間 6月1日☎～7月17日☎

商工観光課 ☎32-1604

農林水産業

対象 次の全てを満たす人

- 市内に住所を有する個人事業主または市内に主たる事業所を有する法人
- 令和7年中に農林水産物の生産を行い、販売を目的に農林水産業を経営し、今後も継続する意思を有する
- 令和7年分の農林水産物販売金額が50万円以上であり、かつ対象経費(肥料費、飼料費、農薬衛生費、動力光熱費(電気・ガス・水道・灯油・軽油・重油などの合計))の合計が50万円以上
- 市税などに滞納がない

※補助金の算定、必要書類、申請方法、申請期限についてはホームページまたは、5月15日☎に回覧するチラシでご確認ください。

農政課 ☎32-1641

60歳からの就業相談会

市にお住まいの60歳以上の皆さんに、シルバー人材センターの仕組みや活動状況についての紹介と仕事に関する相談会を開催します。

日時 6月11日(水) 10時~12時

場所 ウイング
まつばせ(視
聴覚室)

QRコード
熊本県
シルバー人材
センターHP

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

事業者向け

経済センサス活動調査 回答はインターネットで



経済活動を明らかにすることを目的とし、経済センサス活動調査を行います。

対象事業所には4月中旬に調査票を送付しています。

インターネットでの回答にご協力ください。インターネットで回答がない場合は、調査員が訪問し、紙の調査票を配布します。

回答期限 6月8日(火)

対象 全ての事業所・企業

調査票配布方法 国から郵送、または調査員が訪問

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

工事をを行う前に 遺跡かどうかの確認を

工事が遺跡の範囲内に該当する場合、着工の60日前までに届け出が必要です。土の掘削を伴う工事の予定があるときは、事前に問い合わせして下さい。

QRコード
市HP

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

防火管理者が必要な事業所を対象 令和8年度防火管理講習

今年度からオンライン化し、自宅や職場での受講も可能となりました。

新規講習 6月、9月、12月、3月
再講習 8月、2月

申込期間 (6月開催分)
5月7日(水)~5月11日(日)

対象 宇城管内居住または勤務の人



コンビニ交付サービスの 対象店舗を追加しました

4月15日より、イオン九州(株)の店舗に設置してあるマルチコピー機で、住民票などの証明書を取得できるようになりました。市内では、イオン宇城店をご利用できます。お買い物ついでにぜひご利用ください。

※ご利用には、マイナンバーカードと4桁の暗証番号(利用者証明用電子証明書)が必要です。

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

お知らせ

令和8年度 熊本県調理師試験



試験期日 10月31日(土)

試験会場 熊本大学(熊本市中央区)

受験資格 中学校卒業以上の、飲食店や給食施設で2年以上調理

身近な生活環境について 考えてみませんか



6月5日は「環境の日」です。国連ではこの日を「世界環境デー」と定め、日本では環境省が6月を「環境月間」と定めています。身の周りの生活環境や温暖化などについて考え、できることから始めてみませんか。

6月7日(木)は

宇城市民環境美化運動の日

6月第1日曜日は「県民環境美化行動の日」です。市でも市民環境美化運動を実施します。

受講料 7150円



宇城広域連合消防本部予防課
〒860-0222

2年に1度 計量器の定期検査

取引や証明に使用する計量器は法律で2年に1回の定期検査が義務付けられています。

検査日	受付時間	場所
13日(水)	10時~15時	市三角支所
14日(木)	10時~11時30分 13時~15時	松合体育館 市不知火支所
15日(金)	10時~15時30分	小川防災 拠点センター
18日(月)	10時~12時 13時30分~15時30分	市豊野支所
19日(火)	10時~15時30分	市役所本庁
20日(水)	10時~15時	

検査対象

- 店舗で商品の売買に使用するはかり
- 病院・薬局などで使用している調剤用

実施方法は地区で異なりますので、詳しくは、回覧などで確認してください。

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

令和8年度奨学金 申請期限が迫っています



市では、経済的な理由で、高等学校や大学などへの修学が困難な人に、奨学金を無利子で貸し付けています。

進学先	貸付月額
高等学校 専修学校の高等課程 高等専門学校	20,000円
短期大学 専修学校の専門課程	25,000円
大学	30,000円 または 50,000円
申請期限	5月29日(金)

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

学校、病院、施設などで使用している体重測定用

- 農協、漁業等物流物資の集荷、出荷などに使用
- 宅配などの運送業者などが貨物の運賃算出用に使用
- 農業、漁業などの生産者が生産物の売買に使用

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

宇城市カーシェアが 始まりました!

買い物や送迎、観光などさまざまな用途に使用できるカーシェアが始まりました。福祉車両ですがどなたでも利用できます。

車種 ダイハツタントワエルクム
シートリフト(4人乗り軽自動車)

利用方法 専用のアプリをダウンロードして登録・使用

利用料 200円/15分

ステーション 本庁駐車場

QRコード
トヨタシェア
アプリ

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター



〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

肥後銀行移動店舗車 「ハモニカー」が巡回

5月の運行スケジュール

運行日	運行先
毎週(水) 5日(木) 運休	肥後銀行旧松合 代理店跡地
毎週(水) 6日(木) 運休	戸馳地区生涯学習 センター(旧戸馳小)
21日(水)	大岳市民館

※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。

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

〒860-0806 宇城市シルバー人材センター

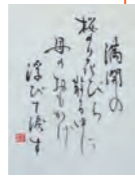
おわび
4月号で、記事に誤りがありました。おわびして訂正します。

29ページ 「月刊 宇城通信」下段中央
誤 宇城市自転車法等防止条例
正 宇城市自転車放置防止条例

街なか図書館 圃 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
 ※ゴールデンウィークのため、4月29日~5月8日まで休館します。

5月9日(土)~19日(火) 濱まち
母の日特集「しきなみ短歌」作品展

今回は母の日にちなんだ短歌を詠み短冊や色紙にて展示。



松田富美子絵画展 出町

今回は風景や人物、ショーウィンドウのある景色などの作品を展示。



5月23日(土)~6月2日(火)
小川絵画クラブ作品展 濱まち 出町

油彩、水彩、日本画で風景や静物を描いた作品を両館に分けて展示。



本屋大賞受賞作「イン・ザ・メガチャーチ」ほか2位から10位のうち5冊を購入し、貸し出しています。「街なか図書館だより」を、本庁1階ロビー、各支所、各防災拠点センターに設置しています。

子育て応援イベントカレンダー
 2025 5 MAY

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

- ☎ 三角子育て支援センター(みすみ保育園 ☎52-2108)
- か 宇城子育て支援センター「かもめ」(かもめ保育園 ☎33-6775)
- 👶 子育てひろば(こどもセンター ☎27-5353)
- 👶 松橋子育て支援センター(豊川(豊川保育園 ☎32-4343)
- 👶 豊福保育園子育て総合支援センター(豊福保育園 ☎33-4500)
- 小 小川子育て支援センター(百合保育園 ☎27-5602)
- 👶 豊野保育園子育て支援センター(豊野保育園 ☎45-2161)

子育て支援イベント

おてかいなガイド



参加費の明記がないものは無料です

5月20日(水)
三角西港 クラシックコンサート

開場 13:30 開演 14:00
 場所 三角西港浦島屋 2階ホール
 世界遺産で感動のクラシックコンサートを開催します。
 出演者 白木 一光(バイオリン)、村上 哲也(トランペット)、浦田 晋治(ピアノ)、高藪 義則(テノール)
 圃 三角西港クラシックコンサート実行委員会 高藪 ☎090-7163-4161



5月23日(土)
夏の日の夢 弦楽コンサート

キッチンカー 11:00 演奏 16:00
 場所 三角東港海のピラミッド
 三角東港海のピラミッド第2弾を開催します。平成音楽大学弦楽アンサンブル、宇賀岳鬼岩太鼓の演奏。キッチンカーも出店予定。
 圃 商工観光課 ☎32-1604



5月23日(土)・24日(日)
塩屋古物市

10:00 16:00
 場所 小川町商店街 上町中町通り
 県内外から約30店の古物、古着、飲食店が「風の館 塩屋」の通りに集結。詳細はSNSから。
 圃 一般社団法人 kite 川村 ☎090-5864-7699



日曜・祝日当番医・薬局

当番医

日	病院名	地区	電話
3(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
	きむら医院	不知火	32-0437
4(月)	江藤外科胃腸科医院	小川	43-4433
5(火)	本田医院	松橋	32-0555
6(水)	泉胃腸科外科医院	松橋	33-2277
	勝目眼科医院	三角	52-3688
10(日)	桜十字熊本宇城病院	小川	43-1155
	松田病院	松橋	32-0666
17(日)	県南高木クリニック	松橋	34-0177
	まつばせ児嶋クリニック	松橋	25-2522
24(日)	廣岡クリニック皮膚科	小川	43-6543
	うきクリニック	松橋	32-6322
31(日)	うちの小児科小児外科	松橋	32-0550
	あおば病院	松橋	32-7772
	済生会みすみ病院	三角	53-1611

当番薬局

日	薬局名	地区	電話
3(日)	オレンジ薬局	不知火	33-6717
	みやび薬局	松橋	32-4350
5(火)	とよかわ薬局	松橋	33-6530
17(日)	さくら調剤薬局 松橋店	松橋	46-1472
	新生堂薬局 松橋店	松橋	33-5790
24(日)	ウイング薬局	松橋	25-2660
	江南薬局	小川	34-6400
31(日)	まつばせ薬局	松橋	53-9111
	三気堂薬局 松橋店	松橋	32-8380

献血 献血予約や問診回答がアプリでできるようになりました。

日	受付時間	場所
5(火)	10:00~12:00 13:15~16:00	イオンモール宇城

※休日当番医は都合により変更することがありますので、必ずお電話にてお問い合わせください。なお、休日当番医の変更については、「医療情報ネット」でも確認することができます。



熊本健康アプリ
もっと健康!
げんき!アップ
くまもと

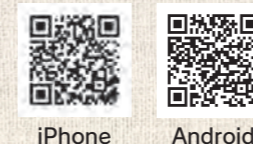
県民11万人以上が登録している
熊本健康アプリ R8.3.4~R9.2.28
新シーズンスタート!

圃 健康づくり推進課 ☎32-7100

市は、昨年度から市民の健康づくりを後押しするため、熊本健康アプリを活用しています。市では1,800人以上が登録。(R8.2月時点)アプリを活用して健康づくりに励みませんか。

アプリ対象

- 18歳以上
- 市内に在住・通勤通学する人



詳細はこちら
 圃 運営事務局 ☎0120-040-037

アプリのイイとこ

1 協力店での来店サービス

ためたポイントでサービスを受けられる

2 豪華景品が当たる

ためたポイントで景品に応募できる

3 楽しく健康に

ポイント獲得を楽しみながら、健康にもなる

4 健康の見える化

健康づくり活動がポイントとして分かる・たまる





宇城市の企業で働く皆さんから、働いている職場の魅力を紹介してもらいます。



(株)篠崎造船鉄工所
社歴2年目
溶接工
とよだ 豊田 裕矢さん(28)

Q. 担当している仕事を教えてください

A. 溶接工として、金属を溶かし部品同士を結合させる仕事をしています。

Q. 職場の魅力を教えてください

A. 上司が優しく丁寧に指導して下さるので、働きやすいです。きれいな海を眺めながら仕事ができることも大きな魅力です。

Q. どんな時に仕事のやりがいを感じますか

A. 自分が作業に携わった船が完成した時です。実際に海に船を浮かべる進水式の際は、達成感を感じ、感動します。



1 修繕中の船 2 事務所の外観 3 船の底で使用する鉄板の金属を溶接する豊田さん。

(株)篠崎造船鉄工所

所在地 三角町戸馳2481
代表取締役 宮邊 仁美
業種 造船業 **社員数** 25人
事業内容 船舶建造・修繕、水門や樋門の製造・設置などの公共工事 など
問い合わせ ☎52-2703

不知火美術館・図書館

SHIRANUHI ART MUSEUM & LIBRARY

5 CALENDAR MAY.

イベント

イベント名	日程
【三角分館】番号でピンゴ!	~5月12日☽
〈のびのびこどもパーク〉 キラキラの宝石石鹸を作ってみよう ゆるっとアート 石に絵をかこう! アルコールインクでこどもの日! 笑顔でステップ♪はじめてダンス体験 木のボートをつくって水に浮かべよう	4日☽
【要予約】 笑顔でステップ♪はじめてダンス体験 木のボートをつくって水に浮かべよう パケツでたいこをつくってあそぼう♪ いぐさカラーほうきづくり 木の端材を使って生き物の形を作ってみよう	
【要予約】 はじめてのデッサン会	7日☽、22日☽
【要予約】 にほんごをたのしもう	10日☽
【要予約】 ベビーリトミック	12日☽
【要予約】 ベビーマッサージでわが子のからだを知ってみよう	14日☽
【要予約】 不知火シアター「プライドと偏見」	15日☽
【要予約】 英語多読の時間	16日☽
【要予約】 大人のための絵本セラピー	19日☽
【要予約】 季節に合わせて体を整えるヨガ	25日☽
【要予約】 アルコールインクでしおりづくり	27日☽
【要予約】 ほっこり幸せ音読会	28日☽
【要予約】 夜の図書館でヨガ教室	28日☽
【三角分館】オリジナル和綴じ本をつくってみよう	30日☽
【要予約】 うるしのお箸 / 螺鈿や模様研ぎ出し、艶上げ体験	31日☽
【要予約】 ハッピーバースデーおはなし会 ~6月うまれのおともだちおめでとう~	6月7日☽

※詳細はホームページをご確認ください。

今月の移動図書館 スケジュール

19日 10:00	松橋保育園	7日 10:00	まがの保育園
15:50	青海保育園	21日 10:00	
12日 10:00	豊川保育園	14日 14:10	イオンモール宇城
26日 15:00	老人ホームきらら	28日 15:30	大空保育園
20日 13:40	南豊崎復興住宅	1日 10:00	河江保育園
13日 10:00	ひまわり保育園	8日 14:50	両仲間団地
27日 15:00	街なか図書館(濱まち)	22日 16:20	豊野保育園

☽・☽・☽・☽は運休

不知火美術館・図書館

【図書館】☎32-6211 【美術館】☎32-6222
開館時間 両館とも年中無休
【図書館】9時~21時
【美術館】9時~18時 ※☽のみ21時まで



2026年度美術館講座生募集 @アトリエ大

申込期間 5月1日☽~(定員に達し次第終了)

申込方法 美術館カウンター、電話

受講料 各講座4,000円(税込)/各講座全8回分
※別途画材代が必要です。

- **日本画**(定員12人)毎月第1・3水曜
13時~15時 ※初日は5月20日
- **絵手紙**(定員15人)毎月第2・4木曜
13時30分~15時30分 ※初日は5月28日
- **水墨画**(定員15人)毎月第1・3火曜
13時30分~15時30分 ※初日は5月19日
- **俳画**(定員15人)毎月第2・4土曜
13時30分~15時30分 ※初日は5月23日
- **洋画**(定員14人)毎月第2・4火曜
13時30分~15時30分 ※初日は5月26日

PICK UP

5.4 ☽

11:00~15:00

のびのびこどもパーク



開催場所 館前広場
工作体験やダンス・音楽ワークショップ、からだに優しいグルメなどのマルシェを開催!今日はみんなでのびのびしよう!詳しくはホームページをご覧ください。

※各イベントは左のカレンダーに記載しています。

おすすめ本



AL236(著)
佐野 ゆか(訳)
フィルムアート社
2025年9月

リミナルスペース

地下鉄の通路、古いホテル、夜の遊園地。インターネットで話題となった、どこか不安で懐かしい空間「リミナルスペース」は、日常と非日常の境界にある不思議な存在です。異質で魅力に満ちた、新感覚の美学に触れたい人におすすめ。

市立図書館分館

【三角分館】☎53-1849
【豊野分館】☎45-3205
【小川分館】☎43-5111
開館時間 10時~18時(☽休館/☽の場合翌日)

今日から始める健康づくり

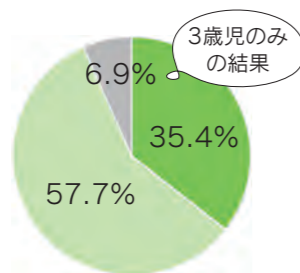
☎健康づくり推進課 ☎32-7100

家族で育てる野菜習慣

ー野菜摂取の状況は?ー

市の3歳児健診でのベジメータ®測定結果

- 野菜摂取量が
- 少ない(160g未滿)
 - 普通(160g~320g)
 - 多い(320g以上)



※小児の野菜摂取量区分での表記 ※R6.9月~R7.8月の結果

3歳児と保護者の野菜摂取量

対象	推定野菜摂取量(※1)	目安量・目標量
3歳児	約298g <small>目安量達成</small>	240g
保護者	約238g	350g

(※1)…皮膚のカロテノイド量(緑黄色野菜などに多い色素)を測定した数値より算出。

- 3歳児の野菜摂取目安量: 女子栄養大学「4つの食品群の年齢別・性別・身体活動レベル別食品構成」参照
- 保護者(成人)の野菜摂取目標量: 厚労省「健康日本21(第三次)」参照



野菜を取りやすくするポイント

- 汁物を具たくさんにする
- 冷凍野菜やカット野菜を上手に使う
- 大人が楽しんで食べる姿を見せ、一緒に食べる
- たっぷりのお湯で湯がいたり舌触りを滑らかにするなど食べやすい食感に工夫する



家族でたっぷり野菜に取り組もう

3歳児の推定野菜摂取量は、目安を上回っていますが、保護者は目標よりやや少ない結果でした。野菜は、体内で作ることのできないビタミンなどの栄養素や食物繊維を含み、肥満防止や便秘予防、免疫力アップなどさまざまな働きがあります。

おにちゃんさん 松橋町



弟が母の誕生日に杖を作ってプレゼントしてくれました

たけちゃんさん 不知火町



無事に100日を迎えることができました。すくすく育ってくれてありがとう♡

えっちゃんさん 小川町



ひいじいのミカン 美味しいな♪

#投稿

4/5



戸馳島で早期米の田植え

戸馳島では田植えが始まりました。8月中旬頃には収穫を迎え、ひと足早く新米の季節が訪れます。

3/5



榊篠崎造船鉄工所 日本政府の依頼で造船

船の完成を記念して町内の保育園児などを招いた餅投げが行われました。この船はキリバス共和国へ寄贈されるそうです。

バチバチちゃんさん 松橋町



お誕生日おめでとう!

すずままさん 松橋町



半分背負って 半分はベビーカーで運んだよ☆

みなとくんさん 松橋町



すくすく育ってます!!

4/5



アグリパーク豊野誕生祭

アグリパーク豊野の誕生祭が開催され、地元の水晶太鼓が演舞を披露。子ども太鼓と大人太鼓がそれぞれ力強い演舞で会場を盛り上げました。

広報特派員 宮川勝がお届けします



見た!聞いた!地域の魅力再発見!

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。

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



編集局から

▽この春、広報係に仲間入りしました。前部署とは180度違う環境に戸惑いながら、怒濤の勢いで過ぎていく毎日。気付けば、見頃だった市役所前の桜の木は新緑へ。季節の早さにも驚く日々ですが、心は常にフレッシュに!これからも皆さんに愛される「ウキカラ」を目指し、現場を走り回って、旬の魅力をお届けします。(のん)

ウキカラ 読者の声

当時のことを職場で語り合う機会ができました。また災害が起こったら、と念頭に置いて準備をしておこうと思いました。(T・Yさん 30代女性 豊野町)

◎ 当時を振り返り、身近な人と語り合われたことはこれからの備えにつながると思っています。今後、防災について考えるきっかけとなる紙面づくりを心掛けます。

5月号のアンケート



回答期間 4/1~12 回答者数 33人

広告



住み慣れた地元で 教習を受けませんか!!

熊本南自動車学校って!?

- ・元気な挨拶でお迎えます!
- ・やさしく 話しやすい 指導員です!

5/31まで お申し込み時に、「ウキカラを見て」と言っていたら写真代が無料に!!

熊本南自動車学校

熊本県宇土市松山町2300番地

☎ 0964 (22) 0856

🌐 <https://www.minami-ds.co.jp/>

✉ info@minami-ds.co.jp



場…場所、内…内容、申…申込方法、期…申込期限、費…費用、定…定員、対…対象

期限 7月号 5月21日(木) 8月号 6月19日(金) 期限厳守

※開催日または申込締切日が1日~10日のものは前の月の号に掲載依頼をしてください。(例:1月10日開催⇒12月号に掲載依頼)

申込方法 原稿提出フォームで依頼 ※上記方法が難しい場合は、ホームページまたは企画課窓口設置の様式に記入し提出。

広報紙に掲載しませんか?



詳しくはこちら (市HP)



原稿提出フォーム

- 注意事項
 - ・「おてかけガイド」「みんなの掲示板」掲載基準を読み、同意した上でご提出ください。
 - ・紙面の都合上、依頼いただいても掲載できない、または内容を省いての掲載になる場合があります。
 - ・掲載箇所の指定はできません。

☎ 広報統計課 32-1902

外国の人たちの日本語教室

5月10日(日)、24日(日) 6月7日(日)、21日(日)

午前の部10時~ 午後の部13時30分~

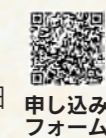
場 午前の部 不知火防災拠点センター 午後の部 河江地区コミュニティーセンター

☎ 電話、申し込みフォーム

費 100円 定 各10人

👤 うきにはんごカフェ代表 本田

☎ 090-7530-6549



うき山の会 会員募集



毎月3~4回程度、九州各地の山に登ります。希望者による遠征登山なども実施。約30人の会員と一緒に登山を楽しみましょう。

費 入会費 1,000円、年会費 2,400円

👤 うき山の会 藤本

☎ 090-4703-1061

みんなの掲示板

市民の皆さまから、市民の皆さまへのお知らせを掲載します。