

2010 (平成22年)

人と自然がひびきあう県北の都 玉名



たまな

7.15
No.114

おしらせ版



短冊に願いを込めて

7月2日、大野保育所の園児40人が岱明総合支所に七夕かざりをプレゼントしました。

この七夕かざりは、2週間ほど前から園児たちが手作りし「毎日お仕事ご苦労様です、みんなで短冊を飾ってください」と七夕かざりを手渡した後に、元気よく「七夕の歌」を歌いました。

主な内容

はつらつ通信	2
玉名納涼花火大会	3
国保だより	4
募集・相談・催し・お知らせ	9
子育て保健コーナー	18
新刊案内・トレーニング室	20

いつまでもいきいきと元気で暮らすために…

特とくはつらつ教室を開催しています！

膝痛や腰痛により立ち屈みや歩行に支障が出始めているなど、生活に支障が出始めている方を対象とした送迎つき体操教室を行っています。

対象者…下記のいずれかの場合で、介護保険の認定を受けていない65歳以上の方。

1) 下記の①～⑤の内、3項目以上該当し、生活機能評価により医師の許可を得た方。

- ①階段を手すりや壁をつたわって昇る。 ④この1年間に転んだ。
- ②椅子から立ち上がる時、何かにつかまる。⑤転倒に対する不安が大きい。
- ③15分以上続けて歩いていない。

2) 生活機能評価を受診し、特とくはつらつ教室対象と判断された方。

- ◆参加費…無料（送迎も無料です。）
- ◆時間…午前10時～午前11時半まで
- ◆教室回数…12回～14回（毎週1回、3カ月程度）
- ◆入校日…毎月第1週目（1週が休みの場合2週目）

教室会場・曜日

場所	曜日(祝日を除く)	お住まいの小学校区
福祉センター	毎週月曜日	玉名町、梅林、小田、玉名、月瀬、石貫、三ツ川
岱明町公民館	毎週木曜日	築山、滑石、睦合、大野、高道、鍋
横島町公民館	毎週金曜日	八嘉、伊倉、豊水、大浜、横島、玉水、小天、小天東



1日のスケジュール(例)

午前9時30分～午前10時	受付・健康相談(血圧測定)
午前10時～午前10時15分	頭の体操(レクリエーション)
午前10時15分～午前10時20分	曲に合わせた体操 休憩&水分補給
午前10時25分～午前10時45分	毎日ストレッチ
午前10時45分～午前11時	お口の体操 休憩&水分補給
午前11時05分～午前11時25分	筋力アップ(個別) 挨拶・終了

生活機能評価後、対象者に教室のご案内を行っています。受診方法は4月15日号はつらつ通信を参照ください。
※ご不明な点・興味がある方は下記までお気軽にお問合せください。

次号のはつらつ通信は、「たまな元気会について」を予定しています。(8月1日号広報たまなに掲載予定)

問い合わせ先

高齢介護課 (☎75・1339)
 北部包括支援センター (☎71・0285)
 西部包括支援センター (☎71・1815)
 南部包括支援センター (☎71・0012)

高齢者への介護予防だより
はつらつ通信

No.4

国民健康保険被保険者証などを郵送します



～国民健康保険加入のみなさまへ～

現在お持ちの玉名市国民健康保険被保険者証(以下「保険証」という。)は、有効期限が7月31日(土)までです。国保加入の世帯員全員に1人1枚ずつ新しい保険証などを7月初旬より、次のとおり簡易書留で交付します。

区 分	内 容
交付するもの	①国民健康保険被保険者証、国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証(70歳～74歳までの該当者のみ) ②国民健康保険特定疾病療養受療証(70歳未満の該当者のみ) ③保険証ケース(1人1枚) ④ジェネリック医薬品希望カード及び啓発パンフレット(使用方法等は後段に記載)
有効期間	平成22年8月1日～平成23年7月31日まで *世帯員の年齢によって有効期間が異なる場合があります。詳細な事例は後段に記載
資格内容	平成22年6月22日現在の世帯状況で作成
保険証の色	薄朱色
配達地域	玉名市内全域
問い合わせ先	玉名総合支所保険年金課(☎75・1117)、岱明総合支所市民福祉課(☎57・5420) 横島総合支所市民福祉課(☎84・3611)、天水総合支所市民福祉課(☎82・3111代)
7月31日までに受け取りができなかった方	8月1日(日)については、玉名総合支所保険年金課にて、午前9時から午後5時まで保険証をお引渡しいたします。保険証の受け取りには、受け取りに来られる方の身分証明と印鑑をお持ちください。2日(月)以降は、お住まいの自治区(身分証明と印鑑をご持参ください。)にて受け取られてください。
期限切れ保険証	8月1日以降使用不可能のため各自で廃棄してください。

*受け取られた保険証は紛失されないよう各自大切に保管してください。

保険証有効期限にご注意を!

医療制度改正に伴い、加入する保険の形態により保険証の有効期限が被保険者個人ごとに異なります。

▼保険証有効期限の事例

現在	平成22年8月1日以降	有効期限
8月1日以降の誕生日で満75歳になられる方	誕生日から後期高齢者医療制度へ加入	満75歳の誕生日の前日
退職被保険者で8月1日以降の誕生日で満65歳になられる方	誕生日の属する月の翌月1日から一般被保険者へ変更(誕生日が1日の場合は、その誕生月から) *被扶養者の方も同じ。	満65歳になる誕生日の属する月の末日(誕生日が1日の場合は、その前月末日)

▼こんなときは手続きが必要です

- ・会社などを退職し、健康保険(社会保険等)を喪失したとき
- ・職場の健康保険(社会保険等)証と国民健康保険証の両方の保険証があるとき(重複して保険料、保険税を納めていませんか?)

*必ず届出をお願いします。自動的には切り替わりません。14日以内に手続きを行ってください。

「国民皆保険制度」継続のため

お互いが健康で明るく安心して生活するため『相互扶助』の精神のもと、国民健康保険税は必ず納付してください。

ジェネリック医薬品を活用しましょう

現在、全国的に「ジェネリック医薬品」の利用を促進して、医療費を適正化するための取り組みが進められています。そこで、玉名市でもジェネリック医薬品の普及・促進を図るためその意義やその使用方法について、以下にまとめましたのでご一読ください。

ジェネリック医薬品とは？

ジェネリック医薬品は「後発医薬品」とも呼ばれ、新薬(先発医薬品)を開発したメーカーの独占製造・販売期間が終了した後に、開発したメーカー以外にも製造・販売が許可される、医療用医薬品のことをいいます。

ジェネリック医薬品の主成分は、新薬と同じですが、開発の費用がかからない分、価格が新薬の2～8割程度で抑えられるため、経済的負担が少なく済みます。

安全性は？

ジェネリック医薬品は新薬と同様の品質、有効性で、厚生労働省の承認基準をクリアした薬だけが流通していますので、医師・薬剤師の同意のもとで、安心してお使いになれます。

欧米ではすでに、医療用医薬品の50%以上がジェネリック医薬品になっています。

◎ジェネリック医薬品を希望するときの注意事項

ジェネリック医薬品を希望するときは、必ず専門の医師に相談をして、その選択や使用方法については薬剤師と相談しましょう。ジェネリック医薬品がすべての医薬品にあるわけではありません。また薬によっては、効果が出にくい場合があります。

ジェネリック医薬品の希望について、自分から言い出しにくい場合にはジェネリック医薬品の処方希望するカードを使って、意思を伝える方法もあります。

入院時の「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額(食事療養費)減額認定証」の切替について

国民健康保険では、入院時の限度額適用(住民税課税対象者)、限度額適用・標準負担額(住民税非課税対象者)の減額認定(以下これらを「認定証」という。)の交付を受けていた方および交付を受けたい方は、申請により前年中の所得状況に基づいて8月1日から交付されます。現在認定証をお持ちの方は、更新の手続きを、新規に交付を受けたい方は、新規の申請をお願いします。なお、認定証の有効期限は、平成23年7月31日までです。

*年齢等減額対象者によって有効期限が異なる場合があります。

▼認定証更新などの案内

区 分	内 容
申請期間	平成22年8月1日以降随時 *ただし、現在長期該当の減額認定証(長期入院の欄に、日付と市長印が入っている方)をお持ちの方は、必ず8月中に更新の手続きを行ってください。
持参する物	保険証
申請場所	各総合支所国保担当課
申請対象者	現在入院治療中または入院治療の予定のある国民健康被保険者

問…保険年金課(☎75・1117)

国民健康保険特定健康診査、結核検診・がん検診・腹部超音波検診を実施します

玉名市国民健康保険（以下「国保」という。）加入者の40歳～74歳を対象に特定健康診査（以下「特定健診」という。）を実施します。また、特定健診と同時に40歳以上の市民の方を対象に肺がん（結核含む）、大腸がん、胃がん、腹部超音波、乳がん、20歳以上の市民の方を対象に子宮がん検診を実施します。

（特定健診について）

- ◆**対象者**…健診申込書の「各保健センター」での「特定健診」の受診を申し込まれた国保加入の40歳～74歳までの方。
- *健診申込書提出後、国保の資格を喪失（他の保険に加入（社会保険等）、転出等）された方は、特定健診は受けられません。
- ◆**持参するもの**…受診券（質問票を記入しておいてください）および保険証
- ◆**検診料金**…受診券に記入してあります。（住民税課税世帯、非課税世帯で料金が異なります）
- ◆**検査内容**
 - ・診察…身長、体重、血圧、問診
 - ・血液検査…脂質、代謝系（糖、尿酸）、肝機能、腎機能
 - ・検尿検査…尿糖、尿たんぱく、尿潜血
- ◆**特定健診と同時に肝臓ウイルス検査**…過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方で、希望される方は健診時に申し出てください。

（結核・肺がん・大腸がん・胃がん・乳がん・子宮がん・腹部超音波検診について）

- ◆**対象者**…申し込みをされた方（申し込まれていない方は事前に申し込みをしてください）
- ◆**持参するもの**…受診券（必要事項を記入してください）
- ◆**検診料金**…受診券に記入してあります。

（結核・肺がん検診について）

- ◆**対象者**…40～65歳未満の希望の方、および感染症予防法により65歳以上の方全員に受診券を郵送します。受診券がない方でも直接会場にて受診できます。
- ◆**受診料**…無料
- ◆**喀痰検査**…問診の結果で、喀痰検査をお勧めする場合があります。（料金 1,000 円）
- ◆**撮影時の服装**…ボタンやホック、プリント・刺しゅうのない下着や薄手で無地のTシャツを着用してください。
- ◆**受診の注意事項**
 - ・健診前日の午後10時以降は、水以外の飲食物をとらないでください。
 - ・脱ぎやすい上下服の着用をお願いします。
 - ・病気で服薬中の方は、健診当日の午前7時頃までに服用してください。ただし、糖尿病で治療中の方は、検査当日の内服や注射については、主治医にご相談ください。

受付時間	午前7時30分～午前10時	午前11時～正午
検診内容	特定健診・大腸・胃・超音波・乳がん・子宮がん・肺がん・結核	結核・肺がん
7月30日(金)	横島総合保健福祉センター	大園担い手センター
7月31日(土)	横島総合保健福祉センター	京泊公民館
8月 1日(日)	横島総合保健福祉センター	
8月 2日(月)	横島総合保健福祉センター	富新公民館
8月 3日(火)	天水町公民館	部田見ドライブストア
8月 4日(水)	天水町公民館	尾田担い手センター
8月 5日(木)	天水町公民館	下有所公民館
8月 6日(金)	天水町公民館	
8月 8日(日)	岱明ふれあい健康センター	
8月 9日(月)	岱明ふれあい健康センター	旧JAたまな睦合支所
8月10日(火)	岱明ふれあい健康センター	旧JAたまな鍋支所
8月11日(水)	岱明ふれあい健康センター	旧JAたまな鍋支所
8月12日(木)	岱明ふれあい健康センター	JAたまな岱明総合支所(高道)
8月17日(火)	玉名保健センター	玉陵中学校正門前
8月18日(水)	玉名保健センター	滑石友愛会館
8月19日(木)	玉名保健センター	滑石友愛会館
8月20日(金)	玉名保健センター	JAたまな北宮農供給センター(小田・梅林)
8月21日(土)	玉名保健センター	
8月23日(月)	玉名保健センター	JAたまな石貫支所
8月24日(火)	玉名保健センター	玉名農業協同組合生活福祉課(旧JAたまな築山支所)
8月25日(水)	玉名保健センター	JAたまな中央集荷センター
8月26日(木)	玉名保健センター	大浜ふれあいセンター
8月27日(金)	玉名保健センター	JAたまな南総合支所(伊倉)
8月29日(日)	玉名保健センター	
8月30日(月)	玉名保健センター	八嘉学習センター

問・申
 ・保険年金課(☎75・1117)
 ・玉名保健センター(☎72・4188)
 ・岱明総合支所市民福祉課(☎828457・5420)
 ・横島総合支所市民福祉課(☎3611)
 ・天水総合支所市民福祉課(☎3111代)

後期高齢者医療被保険者の方へ

「後期高齢者医療被保険者証(保険証)」の更新のお知らせ

現在お持ちの保険証(黄色)の有効期限は、平成22年7月31日までとなっております。

新しい保険証(オレンジ色)は7月中に簡易書留で郵送いたしますので、平成22年8月1日からは新しい保険証をお使いください。

医療機関で受診された時に窓口でお支払いいただく一部負担金の割合(1割または3割)は、平成22年度の市民税の課税所得をもとに判定しています。

○7月30日(金)までに保険証が届かない時は、保険年金課へご連絡ください。郵送でお渡しできなかった方については保険年金課窓口でお渡しすることになります。

○8月1日(日)の午前9時から午後5時の時間帯に市役所正面ロビーにて保険証をお引渡しします。

○8月2日(月)以降は、保険年金課または各総合支所市民福祉課にて保険証をお引渡しします。

○保険証の受取りには、受取りに来られる方の身分を証明するものと印鑑をお持ちください。代理の方でも結構です。

世帯全員が住民税非課税の、後期高齢者の入院時の自己負担額について

現在入院中や入院予定の方で、世帯の全員が住民税非課税の方には、申請により、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付することができます。

この「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関に提示されると、入院時の医療費や食事代の自己負担額を軽減することができます。申請される方は保険証と印鑑を持って保険年金課にお越しください。

既に「限度額適用・標準負担額減額認定証」(黄色)をお持ちの方は、平成22年7月31日で期限切れとなります。

ただし、平成22年8月1日以降も引き続き該当される方には、玉名市役所保険年金課より新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」(オレンジ色)を郵送します。

平成22年度の保険料が決定しました

平成22年度の正式な保険料額が決定しましたので、7月中に保険料額決定通知書等を送付します。

保険料は、被保険者全員にかかる「均等割額」と、被保険者の所得に応じて算定する「所得割額」({所得金額-基礎控除33万円} ×所得割率) を合わせた金額になります。

平成22年・23年度の保険料は、均等割額47,000円、所得割率9.03%で計算され、最高限度額は1人当たり50万円です。

なお、所得の低い方は、均等割額が9割、8.5割、5割、2割軽減されます。

新規に後期高齢者医療制度に加入された方については、これまで加入されていた保険の種類、加入時期などによって、保険料のお支払方法やお支払時期が異なりますのでご注意ください。

問…保険年金課後期高齢者医療係(☎75・1117)

平成22年度職員採用試験

◆試験職種及び採用予定人数

- 行政(大学卒業程度)…5人程度
- 土木(大学卒業程度)…1人程度
- 一般事務(高等学校卒業程度)…1人程度

◆受験資格・年齢

①「行政」および「土木」について

- ・昭和55年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた方
- ・平成元年4月2日以降に生まれた方で次のいずれかに該当する方
- ア、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した方(玉名市長が同等の資格があると認める方を含みます。)
- イ、平成23年3月末までに卒業する見込みの方(玉名市長が同等の資格があると認める方を含みます。)

②「一般事務」について

- 昭和60年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方。ただし、次のいずれかに該当する方を除きます。
- ア、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した方(玉名市長が同等の資格があると認める方を含みます。)
- イ、平成23年3月末までに卒業する見込みの方(玉名市長が同等の資格があると認める方を含みます。)

◆**試験の内容**…試験は第1次試験(筆記試験)および第2次試験(個別面接による口述試験)とし、第2次試験は第1次試験の合格者に対し実施します。

◆**第1次試験の期日**…平成22年9月19日(日)

◆**第1次試験の会場**…九州看護福祉大学

◆**第1次試験の内容**…筆記試験

・行政、土木…大学卒業程度の教養、専門、適性検査、作文試験

・一般事務…高校卒業程度の教養、適性検査、作文試験

◆**受験申込受付期間**…7月26日(月)～8月13日(金) *ただし、土・日は除きます。

◆**受付時間**…午前8時30分～午後5時15分

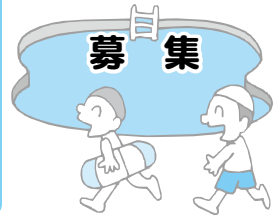
◆**受験申込先・問合せ先**…市人事課(☎75・1130)まで

なお、受験申込書は同課、本庁舎総合案内並びに岱明総合支所、横島総合支所及び天水総合支所の総務振興課に用意しているほか、市ホームページからもダウンロードすることができます。



▲4月に入庁した職員

廃油石けんづくり教室



市健康なまちづくり市民座
談会の環境部会では、廃油石
けんづくり教室を開催します。

◆日時…8月6日(金)

午後1時30分

～午後3時30分

・受付…午後1時～

◆内容…石けんづくり、合成
洗剤についてのビデオ学習

◆場所…玉名保健センター

◆材料代…100円

◆持参するもの…エプロン、
ゴム手袋、マスク、牛乳パッ
ク1個

◆申込方法…7月16日(金)～8
月5日(木)までに、玉名保健
センターへ電話でお申し込
みください。

問・①…玉名保健センター

(☎72・41808)まで

川の生き物たちを 探してみよう!

身近な川にはカゲロウやト
ビケラなどの生物がたくさん
すんでいます。自分たちで川
に入って生物を見つけて、川
のきれいを調べる「みんな
の川の環境調査」を実施しま
す。きれいな水と豊かな緑を
守り育む契機として、興味の
ある多くの子どもたちの参加
をお待ちしています。

◆日時…8月7日(土)

午前9時～正午

・受付…午前8時30分～

◆場所…繁根本川

*石貫廣福寺橋下

(栄屋石貫店付近)

◆対象…市内在住の小学生

◆定員…30人程度

*必ず引率者同伴のこと

◆申込締切

7月30日(金)までに、環境整
備課までお申し込みくださ
い。定員になり次第、締め
切ります。

問…環境整備課

(☎75・1118)まで

平成22年度家庭用飲用井戸水の水質検査

玉名市内の上水道未整備地区の一般家庭を対象に、飲用井戸水の水質検査を実施します。検査を希望される方は、次の要領でお申し込みください。なお、**申し込みが100件になり次第、締め切ります。**

- ◆検査対象…上水道未整備地区内の一般家庭の飲用井戸水
- ◆検査件数…100件 ◆検査料金…1,700円 ◆受付期間…7月26日(月)～7月27日(火)
- ◆検査日など…受付時に井戸水の採取の容器をお渡し、持ち込みの日程などをお知らせします。

玉名自治区	滑石校区	塩浜区(境川左岸を除く)、晒区(菊池川堤防沿い)、小浜区(一部)
	八嘉校区	南坂門田区、高野区、立泉区、樋ノ元区、(北坂門田区、開野区、古閑区の一部を除く)
	小田校区	奥野区
	月瀬校区	箱谷区
	三ツ川校区	川床区、石尾区、福山区、西原区
横島自治区		大園谷区、大園東区、栗の尾1区、栗の尾2区、栗の尾3区、外平北区、外平南区
		八番横区、八番縦区、十番区、明豊区、九番区、神崎区、富新区、明丑区、京泊西区
		山根区、葭場区、新田区、美奈須区、船津区、新屋敷区、石塘区、大開東区
天水自治区		大開中区、大開西区、大豊区、緑区
	玉水校区	部田見上区(玉水ニュータウンを除く)、部田見中区
		小山区、久島区、立花東区、立花西区、米山区、斉藤区
小天校区	尾田南区、尾田北区、竹崎区、野部田区	
	本村上区、本村中区、本村下区、港区、石橋区、受免区	

- ◆検査項目(12項目)…①一般細菌 ②大腸菌 ③硝酸性窒素および亜硝酸性窒素 ④鉄
- ⑤塩化物イオン ⑥蒸発残留物 ⑦有機物等(TOC) ⑧水素イオン濃度(pH) ⑨味 ⑩臭気
- ⑪色度 ⑫濁度

①

・環境整備課 生活衛生係(☎75・1118)・横島総合支所 市民福祉課(☎84・3611)
・天水総合支所 市民福祉課(☎82・3111代)

第15回全国将棋

寺子屋合宿

目指せ21世紀の

大「名人」

◆日時…7月29日(木)

～7月31日(土)

◆場所…蓮華院誕生寺奥之院

◆募集人員

・A、B、C、入門クラスは、

65人(小学2年生～中学3

年生)

・Sクラスは、15人(中学3

年生までのプロを目指す

人)

◆参加費

・一般クラス(A、B、C、

入門クラス)

31,500円(消費税込み)

・Sクラス(プロ志望)

52,500円(消費税込み)

*現地までの交通費は各自で

ご負担ください。

◆参加プロ棋士

久保利明 2冠、福崎文吾

九段他

◆申込方法

毎日新聞西部本社事業部

(☎0933・541・82888)

へ電話で申し込んでくださ

い。受付は、月曜から金曜

の午前10時から午後6時ま

まで、土曜・日曜・祝日は

受け付けません。なお、定

員になり次第締め切りま

す。

問

毎日新聞福岡本部事業部の

藤野さん

(☎092・781・36369)

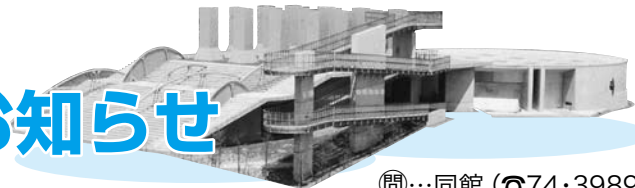
・市商工観光課

(☎73・22222)



玉名市立歴史博物館

こころピアからのお知らせ



問…同館 (☎74・3989)

夏休み「自由研究相談」

夏休みの自由研究で困っている人、いませんか?昆虫、天体、歴史のプロがみんなの相談に乗ります!自由研究に関係なく、日ごろ不思議に思っていることも質問してみよう。

◆日時…8月1日(日)午前10時～午後3時

◆場所…博物館こころピア

◆講師…大塚龍也(日本蛾類学会会員)、吉永公明(熊本北高校教諭)、博物館職員

◆参加料…無料

◆申込方法…事前の申し込みは必要ありません。上記時間帯のご都合のいい時間にお越しください。



まが玉を作ろう

古代人のアクセサリ「まが玉」をつくります。滑石(かっせき)という削りやすい石でつくるので、簡単にできるよ。

◆日時…8月7日(土)午前10時～正午

◆場所…博物館こころピア 体験学習広場

◆対象…小学生以上

◆参加料…120円(材料代)

◆定員…15人(定員になり次第締め切り)

◆申込方法…7月21日(水)から申し込みを受け付けます。電話で博物館にお申し込みください。受付時間は午前8時30分から午後5時15分まで。土・日も受付を行います。

博物館駐車場利用について

最近、博物館駐車場を無断で利用される方が目立ちます。無断駐車は、博物館への来館者が駐車場を利用できないなど、博物館の運営に大きく支障をきたします。博物館駐車場を利用される場合は、博物館へできるだけ早くお電話ください。みなさまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

なお、当年度中(～平成23年3月31日)のご利用を現在受け付けております。

インターネット、パソコン(写真加工)講座

高齢者等就業支援センターでは、次の講座の受講生を募集します。

◎インターネット講座

パソコン、インターネットの基礎知識やビジネスには欠かせない電子メールとWebの利用技術を習得します。パソコン初心者の方も受講可能です。

◆講師：株式会社アース

◆受講日時

・9月9、14、16、21、28、30日

・10月5、7、12、14、19、21、26、28日

・11月2、4、9、11、16、18日

・時間：午後7時～午後9時

*定員20人、20日間の講座です。初めて受講される方を優先とし、応募者多数の場合は抽選で決定します。

◆受講料：無料

*ただしテキスト代2,835円は個人負担となります。

◆場所：高齢者等就業支援センター

◆申込期間：8月5日(木)～8月12日(木)

◆申込方法：申し込み用紙(同所備付け)を提出してください。

◎パソコン(写真加工)講座

パソコンによるデジタルカメラ写真加工をします。文字入力、マウス操作のできる方が対象です。

◆講師：山中コンピュータ 山中康氏

◆受講日時

・第1班：9月11、18、25日(土)

・第2班：9月11、18、25日(土)

・第3班：9月17、24日、10月1日(金)

・時間：午後1時～午後3時

*定員30人(各10人)、各コース3日間の講座です。初めて受講される方を優先とし、応募者多数の場合は抽選で決定します。

◆受講料：無料

*ただし、資料代700円が必要です。

◆場所：高齢者等就業支援センター

◆申込期間：8月5日(木)～8月12日(木)

◆申込方法：申し込み用紙(同所備付け)を提出してください。

◆高年齢者等就業支援センター

(☎71・2710)

◆高齢介護課

(☎75・1339)

◆各総合支所市民福祉課

さわやか知恵袋講座
受講生募集

「さわやか知恵袋」に登録をされている高齢者の方々が講師となり、長年培ってきた伝承遊びや趣味で会得した技術を伝承します。

受講者には、高齢者ボランティアとして子どもたちをはじめ地域の方々との交流に携わっていただくなど、高齢者の活動の輪を広げることが目

的としています。また、新しい趣味や特技にと考えの方も大歓迎です。

◆受講資格：県内在住者で60歳以上の方(平成22年4月1日現在)

◆場所：県総合福祉センター

◆参加費：500円

*このほか材料費実費負担をお願いする場合があります。

◆申込方法：8月10日(火)当日消印有効でハガキか、またはホームページ上の申込フォームでご応募ください。

◆記入項目：住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、受講希望講座

*応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。なお、締め切りが過ぎても定員に満たない場合は、定員に達するまで受け付けますのでお問い合わせください。

問・申
財団
・財団法人熊本さわやか長寿財団
〒860・0842
熊本市南千反畑町3-7
(県総合福祉センター3階)

市高齢介護課
or.jp
(☎069・354354)
(FAX069・3103)
http://www.sawayaka.or.jp

講座名/会場	受講日(曜日)	時間	定員
マジック/第3会議室	9月6・13・27、10月4日(月)	午後1時30分～3時30分	20人
折り紙/第3会議室	9月7・14・21・28日(火)	午前10時～正午	20人
お手玉/第3会議室	9月7・14・21・28日(火)	午後1時30分～3時30分	20人
竹細工/第3会議室	9月1・8・15・22日(水)	午前10時～正午	20人
絵手紙/第3会議室	9月8・15・22・29日(水)	午後2時～午後4時	20人
太極拳/研修ホール	9月2・9・17・30日(木) *17日のみ金	午前10時～正午	20人

障がいのある方を対象
にした職業訓練生の募集

◎**ホームヘルパー2級養成科**

◆**受講できる障がい区分**

・身体、知的、精神

◆**定員**…8人

◆**内容**

・高齢者・障がい者などに対する知識理解を持ち介護技術を習得
・ホームヘルパー2級課程、実習あり

◆**訓練期間**…10月1日

～12月24日まで

◆**訓練場所**…特別養護老人ホームさわらび

(熊本市龍田町弓削864・1)

*駐車場あり(無料)

◎**パソコンマスター科**

◆**受講できる障がい区分**

・身体、知的、精神、発達
・難病、高次脳

◆**定員**…7人

◆**内容**…パソコンの基礎から

応用(ワード・エクセル・パワーポイント・アクセス・ホームページ)



◆**訓練期間**…10月1日～12月

22日まで

◆**訓練場所**…自宅

*スクーリングは月1回(熊本市・水俣市・人吉市の3カ所)実施予定です。

◎**申込方法**…両講座とも、7

月16日から8月31日までに、ハローワークたまなへ直接お申し込みください。

問・申

・ハローワークたまな

(☎72・8609)

・熊本高等技術訓練校

(☎096・378・0121)

ボランティア養成講座
受講生を募集

◎**有明圏域地域住民精神保健**

福祉ボランティア講座の

受講者募集

ストレスが多く存在する現代社会では、心に不安や悩みを抱えている人たちが非常に増えてきています。その人たちを家族や関係者だけが支えるのではなく、地域全体で支え、誰もが安心して暮らせる開放的な地域社会の実現を目指すことを目的にボランティア養成講座を開催します。

◆**期間**…9月2日～10月21日

までの毎週木曜日の全7回

◆**募集人数**…30人程度

◆**受講料**…無料

◆**申込方法**…8月20日(金)まで

に、電話でお申し込みください。

問・申

・地域活動支援センター

(☎73・1022)

・市総合福祉課

(☎75・1121)

ふれあい

回	日時	内容	場所
1	9月2日(木) 午後2時～午後3時30分	・「精神疾患について」 有働病院 院長 高木元昭	熊本県有明保健所
2	9月9日(木) 午後2時～午後3時30分	・「精神障がいについて」 荒尾こころの郷病院 精神保健福祉士 松隈幸雄	洗心会在宅総合センター (荒尾中央病院隣)
3	9月16日(木) 午後2時～午後3時30分	・「精神障がいを持つ人への対応の仕方」 城ヶ崎病院 臨床心理士 福田洋子	熊本県有明保健所
4	9月30日(木) 午後2時～午後3時30分	・「有明圏域の社会資源」 荒尾市福祉課 福祉係長 前田直子	洗心会在宅総合センター (荒尾中央病院隣)
5	10月7日(木) 午後1時～午後4時30分	・スポーツ交流会 ・当事者の話	玉名市総合体育館
6	10月14日(木) 午後2時～午後3時30分	・ボランティア体験 精神保健福祉ボランティア里いもの会	熊本県有明保健所
7	10月21日(木) 午後2時～午後3時30分	・特別講演「自殺対策、予防について」 熊本県精神保健福祉センター 所長 中島 央	熊本県有明保健所

玉名女子高校

夏季パソコン講習会

玉名女子高等学校情報ビジネス科では、本年度も一般の方々に対してのパソコン講習会を実施します。

◆**内容**…初級のWordなど

◆**対象**…ワードで簡単な日本語入力の出来る方

◆**定員**…20人

◆**日時**…7月20日(火)～7月23日(金)、午後6時～午後8時

◆**参加費**…無料(テキスト代として千円必要です。)

◆**場所**…同校東コンピュータ室

◆**申込方法**…7月17日(土)～7月19日(月)の間に、ファックスか電子メールでお申し込みください。なお、定員になり次第締め切ります。

問・申…玉名女子高等学校

情報ビジネス科の飯屋・永

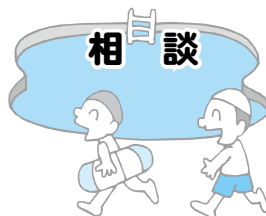
松さんまで

(☎72・5161)

(FAX72・5163)

shiraume@tamana-joshi-h.ed.jp

ed.jp



Jobnavi2010 学生等就職面接会

大学(院)・短期大学・高等専門学校・専修学校を来春卒業予定の就職未内定の方および、卒業後概ね5年以内の方と県内企業との合同面接会

「Jobnavi2010 学生等就職面接会」を、新卒者等就職支援と県内企業の若年労働力確保を目的に、熊本労働局、県下各ハローワーク(公共職業安定所)、熊本県、熊本市の共同主催で開催します。

◆**日時**…9月13日(月)

午後0時45分～午後4時

・求人者受付…正午～

・求職者受付…午後0時30分～午後3時30分

◆**場所**…興南会館

◆**参加企業**…50社(予定)

*事前申込みが必要です。

◆**申込方法**…8月13日(金)までに、ハローワーク(公共職業安定所)へお申し込みください。

◆**参加対象者**

大学(院)・短期大学・高等専門学校・専修学校を来春卒業予定の就職未内定の方および卒業後概ね5年以内の方(高校卒業予定者は対象としません)

*事前申込みは不要です。

問

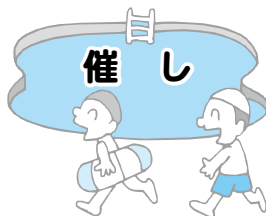
・熊本労働局職業安定部職業安定課

(☎096・211・1703)

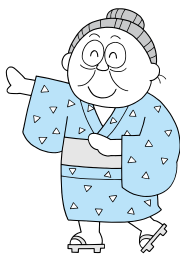
<http://www.kplb.go.jp/>

・市商工観光課

(☎73・2222)



岱山苑夏祭り (開苑30周年記念)



◆**日時**…7月22日(木)

午後6時～

*雨天時翌日順延

◆**場所**…岱山苑東町前庭

◆**内容**…英太郎、お笑いものまねショー、福引き抽選会、踊り、花火、その他盛り沢山の計画をしております。

*駐車場は限りがありますので、お乗り合わせの上、お越しください。

問…岱山苑

(☎74・33661)まで

認定農業者の皆さまへ 講演会の開催

◎テレビ、ラジオでおなじみの片岡圭助氏の和菓子の実演・講演

認定農業者連絡協議会では、消費拡大事業の一環として食のつながりをテーマとした講演会を開催します。認定農家全体で集まる機会です、ぜひご参加ください。

◆**日時**…8月3日(火)

午後3時～午後4時30分

◆**場所**…市民会館ホール

◆**内容**

・講演…「和菓子文化を継承する 守・破・離」

・講師…片岡圭助氏

(熊本市川尻「菓舗 梅園」四代目)

◆**参加費**…入場無料

*本年度は半数近くの認定農業者の方が更新の年度となっており、順次、更新の案内通知をお送りしますので、更新漏れのないようお願いします。

問…農林水産政策課

(☎75・1126)まで



熱中症に注意を!!

熱中症は、急激な高温下で、

その温度と湿度に体が慣れない時期に多く発生し、熱失神、熱疲労、熱けいれん、熱射病の型があります。問題となるのは、熱疲労と熱射病です。

◆**症状**：熱失神は、血圧が低下して、脳への血流が低下して起こるもので、めまい、失神などの症状がみられ、顔面蒼白となって、脈は早く弱くなります。

熱疲労は、脱水による症状で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気などの症状がみられます。

熱けいれんは、大量に汗をかいたときに水だけしか補給しなかったため、血液の塩分濃度が低下して、足、

腕、腹部の筋肉に痛みを伴った痙攣が起ります。熱射病は、体温の上昇によって中枢機能に異常をきたした状態で、反応が鈍い、言動がおかしい、意識がないなどの意識障害がおこり、熱中症の中では死亡率が高く、注意が必要です。

*応急手当

・熱失神、熱疲労の場合、涼しい場所に運び、衣類をゆるめて水分を補給すれば通常は回復します。また、血流を促すために足を高くし、手足を体の中心部に向けてマッサージするのも有効です。吐き気やおう吐などで水分補給ができない時は、医療機関での早目の治療をお勧めします。

・熱けいれんの場合、食塩水を補給すれば通常は回復します。

・熱射病の場合、死の危険もある緊急事態です。早く体温を下げて、集中治療のできる病院へ一刻も早く運ぶことが必要です。

問：有明行政事務組合

消防本部救急課

(☎73・5283)まで

◎お知らせ

有明消防本部では、119受信からいち早く火災救急現場等を特定するために、地図データを常に最新の状態にしておく必要があるため、平成23年3月まで情報収集のために各市町を巡回調査しておりますので、皆さまのご協力をお願いします。

なお、制服などを着用していない女性の職員が調査を実施していますが、必ず名札を着用していますので何かご不明な点等がありましたら消防本部総務課までご連絡をお願いします。

夏休み子ども定期券 (kidsパス) 発売

今年も熊本県内のバス事業者が協力して、夏休み期間中に県内ほとんどの地域で使用できるお得な夏休み子ども定期券「Kidsパス」が発売されます。

Kidsパスを使えば、バスや市電に何度も乗れます。ぜひ、この機会にお買い求めください。

◆対象者

小学生以下（居住地は問いません）

◆利用できる期間

7月21日(水)～8月31日(火)までの42日間です。

◆発売価格：1枚千円

◆使用できるバス会社

産交バス株式会社、九州産交バス株式会社、熊本電気鉄道株式会社、熊本市交通局、熊本バス株式会社、熊本都市バス株式会社に共通して使用できます。

◆発売場所

交通センター、産交バス営

業所、電鉄バス本社・営業所、熊本市交通局営業課、熊本都市バス本山営業所など

◆必要書類

・顔写真(縦3センチ、横2.5センチ)
・学校名と学年がわかるもの(名札など)

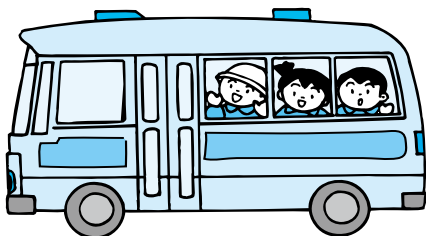
問

産交バスサービスセンター

(☎096・325・0100)

地域振興課

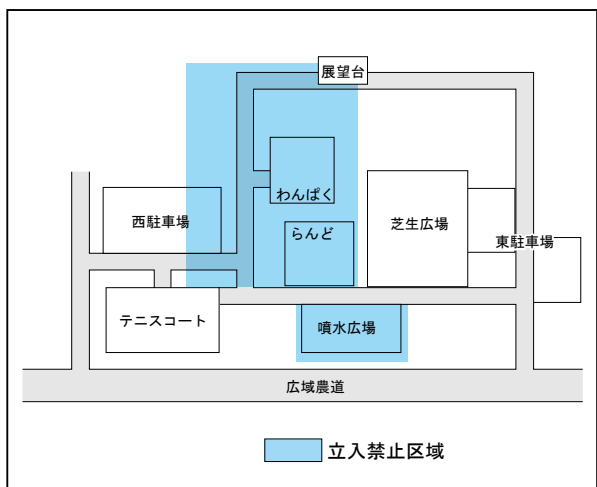
(☎75・1421)



蛇ヶ谷公園改修工事のお知らせ

蛇ヶ谷公園では遊具などの施設の老朽化が進み、現在使用できない遊具が多くあります。そのため、すべての利用者の方が安心して利用できるように、大規模な改修を行います。

工事の際には、図の通り一部立入禁止となり、スローライダーをはじめとするすべての遊具が利用できなくなります。利用者の方々には大変ご迷惑をお掛けしますがご



◆立入禁止範囲

協力をお願いします。

また利用再開につきましては、ホームページおよび広報たまなにてお知らせする予定です。

◆期間

○わんぱくらんど

8月23日～12月上旬

○噴水広場

9月上旬～12月上旬

*噴水広場は工事未発注のため期間は予定であり、詳細が決定次第、現地に掲示します。

問…都市計画課

(☎75・1122) まで

学習室設置のお知らせ

玉名市文化センターでは、夏休み期間中、市民の皆さまが学習できるスペースとして、学習室を設置します。ぜひご利用ください。

◆場所…文化センター2階 展示室

◆期間…7月22日(木)

～8月31日(火)

午前9時～午後6時

問…生涯学習課

(☎75・1312) まで

付加年金は

大変お得な制度です

定額保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納めると、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

年金を2年間受け取ると納めた付加保険料分を取り戻し、3年目以降はもらい得になる大変お得な制度です。

◆付加保険料…月額400円

◆付加年金の受給額

200円×付加保険料納付月数です。いくら上乗せされるかというところ…

◎付加年金(年間受け取り額)の計算式

200円×付加保険料を納めた月数

◆例…付加保険料を10年間納めると…

○付加保険料の納付総額

400円×10年(120月)

＝48,000円

◆付加年金を3年間受け取ると…

○1年間で受け取る付加年金額

200円×10年(120月)

＝24,000円

○3年間で受け取る付加年金額

24,000円×3年(36月)

＝72,000円

◎付加年金は、任意加入です。

お申込み窓口は、玉名市役所保険年金課または各総合支所市民福祉課です。

◆ただし、次の方は付加年金に加入できません。

- ・第2号被保険者
- ・第3号被保険者
- ・国民年金基金加入中の方
- ・免除を受けている方(免除申請を取り下げれば加入できます。)

*付加保険料は、納付期限を過ぎると納付できません。

納付期限は、翌月末日(休日・祝日の場合は翌営業日)です。
*付加年金は定額のため、物価スライド(増額・減額)はありません。

問…日本年金機構

玉名年金事務所

(☎74・16388)

市保険年金課

(☎75・1117)

*例の付加年金額は、65歳から受給した場合です。
*付加年金は、生涯上乗せされます。

各総合支所での 農業委員会業務について

平成22年7月1日号の広報紙において、7月1日から毎月第2週の月曜日、火曜日、水曜日の3日間を各総合支所で業務を行うことお知らせしていましたが、週4日体制を延長することにしました。ただし、午前中だけの執務になります。

◎日程については

次のおり変更します

・7月5日から

毎週、月曜日、火曜日、水曜日、木曜日の午前中
*右記以外の日については、本庁農業委員会事務局へお越しください。

*証明書などの発行は、各総合支所の総務振興課で行います。

◎農業委員会事務局

(☎75・1127)まで

ミツバチに対する 農薬危害防止について

ミツバチは、採蜜はもとより果樹類やいちご、メロン、すいか等の園芸作物の花粉交配には不可欠で、農業でも重要な役割を担っています。

普通期水稲の出穂・開花期の農薬散布にあたっては、次の3点に留意しミツバチの大量死亡事故が起きないように十分注意しましょう。

- ① 農薬ラベルの使用上の注意事項をよく確認し、ミツバチに影響のある薬剤を使用する場合は特に注意する。
- ② 近くの養蜂家と巣箱の位置や防除計画など事前に情報交換する。
- ③ 防除時は、ほ場周辺を十分確認しミツバチや巣箱に農薬がかからないよう、注意する。

◎

・熊本県農業技術課

(☎096・333・2381)

・県畜産課

(☎096・333・2401)

*または、最寄りの各地域振興局(熊本農政事務所)農業普及・振興課へお尋ねください。

市民手帳の 予約申し込みを受付中!

現在、平成23年(来年度)玉名市市民手帳の予約申込みを受付中です。

お申し込みの受け付けは、区長さんに回覧でお願いしています。

また、事業所等の団体で申し込まれる方は、電話で受け付けます。

◆金額:一冊470円(消費税込み)

◆申込締切:8月6日(金)

◎問・申

・企画経営課

(☎75・1213)

・岱明総合支所総務振興課

(☎57・1111)

・横島総合支所総務振興課

(☎84・3111)

・天水総合支所総務振興課

(☎82・3111)

玉名市内在住の小学生の皆さんへ 気軽に参加してみませんか?

若宮児童館と児童館オレンジキッズは同一法人運営による天水地区にある児童館です。年間を通じて150以上もの活動を土曜日を中心に展開しています。皆さんお気軽にご参加ください。

◎若宮児童館

(小天保育園内) ☎82・3313

☆7月17日(土)午後1時30分～

工作レクリエーション *要予約

☆7月27日(火)午前中 遊び塾「竹鉄砲」

◎児童館オレンジキッズ

(小天東保育園内) ☎82・3104

☆7月17日(土)午後1時30分～折り紙遊び

◎合同企画

☆7月23日(金)午後8時～親子映画祭り

☆7月24日(土)午前9時～竹馬サスケ大会 *要予約

☆7月31日(土)午前中 博物館見学 *要予約

☆8月4日(水)地引き網体験

☆8月7日(土)午後 納涼お話し肝試し会 *要予約

*参加を希望される場合は、人数把握や参加費が必要となる場合がございますので、電話での連絡をお願いします。

子どもたちの笑顔あふれる広場へようこそ

0歳児から就学前の子どもたちと保護者の皆さんへ 仲間づくりをしませんか

それぞれ楽しい行事などが催され、利用料は無料ですが、開設時間が違います。詳しい活動内容、持参物などは各施設にお問い合わせください。 ☎…子育て支援課(☎75・1120)まで

岱明町子育て支援センター

くすの木 (☎57・3844)

- ・7月20日(火) 11:30～みんなでリフレッシュ
- ・7月23日(金) 10:30～お誕生会&アイスクリーム作り
(要予約、材料費徴収)
- ・7月24日(土) 10:30集合 金魚の郷で遊ぼう
(水筒持参、帽子着用)
- ・7月30日(金) 10:30～保健師さんによる健康相談
- ・8月4日(水) 10:30～心肺蘇生法&AED取扱い講習会
(今回はみんなで勉強します)
- ・8月13日(金) 11:00～ペペペらんさんによるおはなし会
- ・8月17日(火) 11:30～みんなでリフレッシュ
- ・8月19日(木) 10:30～ボディートーク(予約不要)
- ★ふれあい健康センターでリフレッシュ
- ・8月5日(木) 10:30～ママ達のリフレッシュ講習会(ビーチ)
- *開所日(月)～(金)、9:30～14:30
- *電話相談(月)～(金)、9:00～16:00

森のひろば ログさんち

おおくらの森保育園 (☎74・6931)

- ・7月20日(火) ペットボトルで水遊びのオモチャ作り
(ペットボトルをご持参ください)
- ・7月22日(木) 10:30～エアラントランポリンで遊ぼう
- ・7月23日(金) 10:30～涼 うちわ作り
(ご家庭にうちわがあればご持参ください。)
- ・8月3日(火) 夏の遊び第1弾(ヨーヨー釣りに挑戦)
- ・8月5日(木) 大きくなったかな?(身体測定)
- ・8月9日(月) 10:30～平和の調べをバイオリンで
(ママのミニコンサート)
- ・8月11日(水) 夏の遊び第2弾(金魚すくいごっこ)
- ・8月17日(火) 夏の遊び第3弾(シャボン玉遊び)
- ・8月19日(木) 10:30～8月生まれのお誕生会&石窯ピザ作り
(8月1日から予約を受け付けます)
- ☆夏の間、毎日午前中にフール遊びができます!
- *開所日…(月)～(金)、9:30～14:30
- *電話相談…(月)～(金)、正午～16:00

玉名市子育てネットワーク

敬愛保育園内 (☎74・4514)

- ◆年齢別親子のつどい…敬愛保育園、9:00～11:30
- ・0歳児…8月4日(水)助産師参加
- ・1歳児…7月27日(火)、8月3日(火)
- ・2歳児以上…7月21日(水)、8月11日(水)
- ・妊婦…8月2日(月)

- ◆メープル広場(敬愛保育園)9:00～14:00
- ・7月22日(木)、8月12日(木) 11:00～誕生会
- ◆わらべうた…8月7日(土)、10:00～11:00(敬愛保育園)
- ◆その他
- ・8月6日(金) 10:00～パレット人形劇「ねずみのよめいり」
(敬愛保育園) 予約不要・無料
- *開所日…(月)～(金)、9:00～14:00
- *電話相談…(月)～(金)、9:00～17:00
- 詳しくは <http://www.keiai-hoikuen.org/>

子育てふれあいひろば

玉名市社会福祉協議会 (☎73・1151)

ゆっくり・のんびり・くつろいで

- ・7月16日、23日、30日、8月6日、13日(毎週金曜日)
11:00～お楽しみ会・手遊び・おはなし他
- ・7月24日(土) 開所日
- ・7月27日(火) 11:00～歯科衛生士さんによる歯の衛生指導
(相談もできますので、お気軽にご参加ください)
- ・8月11日(水) 11:00～お誕生会
(8月生まれの方を対象)手形と写真をプレゼント
*事前にお申し込みください
- *開所日時…(月)～(金) 10:00～16:00(祝日を除く)

天水子育てほっとルーム

小天保育園内 (☎82・2618)

- ・7月20日(火)、8月3日(火)、10日(火)
10:00～プール遊び(小天保育園)
- ・7月17日(土)、24日(土)、31日(土)
10:00～ミニシアター鑑賞(若宮児童館)
- ・7月23日(金) 19:30～子育て講演会(天水町公民館)
(講師 熊本大学小児助教 上土井貴子先生)
- ・7月27日(火) 10:00～ちびっこ広場(天水町ふれあい館)
- ・7月28日(水) 9:00～子育て電話相談日(☎82・3426)
- ・7月29日(木)、8月5日(木)
10:00～ぴよんぴよんクラブ映画鑑賞(若宮児童館)
- ・8月7日(土) 19:00～お化け大会(若宮児童館) *要連絡
- ・8月9日(月) 9:00～室内自由遊び(小天保育園)
- ・8月12日(木) 9:00～園庭開放(小天保育園)
- *開所日時…(月)～(金)、10:00～15:00

8月の 子育て保健コーナー

保健予防課
玉名保健センター
☎ 72-4188



【母子(父子)手帳交付および両親学級】

対象者	自治区	場所	期日	受付時間
妊婦さんと パートナー	玉名 岱明 横島 天水	玉名保健センター	8月 6日(金) 8月13日(金)	午前9時30分～午前10時 (学級は、午前11時頃終了予定です。時間に余裕を持っておいでください。)
			※ 8月20日(金) 8月27日(金)	午後1時30分～午後2時 (学級は、午後3時頃終了予定です。時間に余裕を持っておいでください。)

※20日(金)と27日(金)は保健センターで複合健診を実施するため受付時間は午後からになります。

健診は、原則居住地(旧市町)で受診してください。
【乳幼児健診】 子どもさんが発熱などで体調が悪い場合は、必ず事前にご相談ください。

健診名	対象者	自治区	場所	期日	受付時間
4カ月児健診	平成22年4月生まれ	玉名	玉名保健センター	8月25日(水)	午後1時～ 午後1時30分
		岱明 横島 天水	横島総合保健 福祉センター	8月16日(月)	
8カ月児健診	平成21年12月生まれ	玉名	玉名保健センター	8月12日(木)	
		岱明 横島 天水	横島総合保健 福祉センター	8月 4日(水)	
1歳6カ月 児健診	平成20年12月生まれ (1歳8カ月児対象)	玉名	玉名保健センター	8月11日(水)	
		岱明 横島 天水	横島総合保健 福祉センター	8月 5日(木)	
3歳児健診	平成19年2月生まれ (3歳6カ月児対象)	玉名	玉名保健センター	8月26日(木)	
		岱明 横島 天水	横島総合保健 福祉センター	8月17日(火)	

【予防接種】

- ※生後2カ月になされる月に『さくらんぼ学級』にて予防接種についての説明と予診票の配布を行っています。予診票をお持ちでない方は必ず母子手帳を持って、玉名保健センターへ取りに来てください。
- ※新しい日本脳炎ワクチンが受けられるようになりました。特に今年度は、3歳のお子さんは積極的に受けるようにしてください。

【その他】

名称	対象者	場所	期日	時間
筋力アップ 体操	市内にお住まいの60歳以上の方	天水老人憩いの家 (入館料として150円必要です)	毎週火曜日	午前10時～ 午前11時
	市内にお住まいの方	天水町公民館	毎週土曜日	午後8時～午後9時
むしゃもん塾 (筋力アップ体操)	市内にお住まいの60歳以上の男性 (女性の参加も可)	福祉センター大広間 (塾長美並芳雄さん ☎73-5450)	第2・3・4金曜日	午後1時30分～ 午後3時

【育児学級・健康相談】 学級・相談は原則居住地(旧市町)で受診となりますが、ご都合が悪い場合は他自治区に來所されても結構です。

名称	対象者	場所	期日	時間
育児学級 さくらんぼ学級	玉名自治区の平成22年6月生まれ	玉名保健センター	8月24日(火)	受付 午後1時10分～ 午後1時30分
	岱明・横島・天水自治区の平成22年6月生まれ	横島総合保健福祉センター	8月27日(金)	
のびのび 育児栄養相談	玉名自治区乳幼児の希望者	玉名保健センター	8月13日(金)	午後1時10分～ 午後3時30分
	天水自治区乳幼児の希望者	天水保健センター	8月24日(火)	午前10時～ 午前11時30分
	横島自治区乳幼児の希望者	横島総合保健福祉センター	8月19日(木)	
	岱明自治区乳幼児の希望者	岱明ふれあい健康センター	8月 3日(火)	午前9時30分～ 午前11時30分

【サークル関係】

名称	対象者	場所	期日	時間
フリースペース たんぽぽ	市内に お住まいの希望者	岱明ふれあい健康センター	8月 3日(火) ※1 8月24日(火)	午前10時～正午
ドリームエンジェル (不妊の会)			8月19日(木) ※2	午後1時30分～ 午後3時
ちびっこ広場 (母子保健推進員)		天水保健センター	8月24日(火) ※1	受付 午前10時～ 午前11時30分
横島子育て広場 (母子保健推進員)		横島総合保健福祉センター	8月19日(木) ※1	午前10時～ 午前11時30分

※1(のびのび育児栄養相談と同時間開催です)

※2(ドリームエンジェルの問い合わせ先は、玉名保健センター☎72-4188まで)

【休日在宅医】

日	内科	外科	横島・天水・伊倉・大浜地区	岱明地区
8月 1日	おおかど胃腸科クリニック 六田(☎72・5611)	吉田医院 繁根木(☎73・5100)	池田医院 天水町小天(☎82・2005)	坂田内科医院 岱明町高道(☎66・8600)
8月 8日	浦田医院 岩崎(☎74・2412)	まつおクリニック 山田(☎73・2800)	安田内科医院 横島町横島(☎84・3131)	池本内科医院 長洲町長洲(☎78・0527)
8月15日	工藤内科 岩崎(☎73・8898)	玉名泌尿器科クリニック 岩崎(☎74・3272)	菅海明堂医院 大浜町(☎76・0159)	棚瀬医院 岱明町高道(☎57・0103)
8月22日	大磯耳鼻咽喉科医院 亀甲(☎73・4133)	玉名脳神経外科医院 岩崎(☎75・1511)	しまかわ医院 横島町横島(☎84・3722)	多田隈内科医院 長洲町宮野(☎78・3011)
8月29日	安成医院 玉東町木葉(☎85・2047)	酒井医院 松木(☎71・0777)	城ヶ崎医院 伊倉北方(☎73・3375)	古庄胃腸科内科医院 岱明町大野下(☎57・0013)

※医院の都合で変更することがあります。☎73-6000でお確かめください。診療時間は午前9時から午後5時まで。なお、夜間の救急診療は、有明消防本部☎73-5271、玉名中央病院救急センター☎73-5000まで。



夜行観覧車

湊 かなえ(著者)



(市民・岱明・横島)

父親が被害者で、母親が加害者。高級住宅地に住むエリート一家で起きたセンセーショナルな事件。遺された子どもたちは、どのように生きていくのか。「告白」の著者が描く家族小説『小説推理』連載に加筆・訂正し単行本化。

各館の特設コーナー

市民図書館	
一般書	玉名人検定
児童書	自由研究
岱明図書館	
一般書	夏だ!!祭りだ!!
児童書	夏の扉をあけよう!!アウトドア
横島図書館	
一般書	クールデザート
児童書	課題図書



市民図書館 (☎75・1315)
岱明図書館 (☎57・0045)
横島図書館 (☎84・6111)
天水町公民館 (☎82・3570)



男おひとりさま術

中澤 まゆみ(著者)



(市民・岱明・横島)

知っているといえないとでは大違い!男性たちへのアンケートをもとに取材し、男おひとりさまの老後の経済的自立、精神的自立、生活的自立、身体的自立に役立つスキルの数々を紹介。



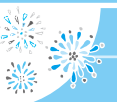
命の授業 30万人が泣いた奇跡の実話

腰塚 勇人(著者)



(市民・岱明・横島)

手術は成功しました。しかし、首からは、まったく動きませんでした。。「一生寝たきり」と宣告され、自殺未遂までした中学校の教師が、家族や生徒の応援と感謝の心により、復活を遂げる奇跡の実話。



母オモ二

姜 尚中(著者)



(市民・岱明・横島)

遺品の中から見つかったテープは、文字の書けなかった母から息子への遺言だった。日本全体が貧しく、家族間の体温が熱かったあの時代の感触が甦る、著者初の自伝的小説『青春と読書』連載を大幅に加筆・修正し単行本化。



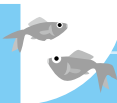
ライオンとねずみ イソップものがたり

ジェリー・ピンクニー(作)



(市民・岱明・横島・天水)

ねずみに昼寝を邪魔されたライオンだが、「ご恩返しをします」と命乞いをされ笑ってねずみを逃がす。間もなくしてライオンは密猟者に捕まるが…。イソップ物語「ライオンとねずみ」を迫力の絵と動物のたてる音のみで描く。



中学生理科の自由研究パーフェクトレポートつきでまとももカンタン45

成美堂出版編集部(編)



(市民・横島)

中学生の教科書に即した自由研究の実験ガイド。物理・化学・生物・地学・環境の5分野に分けて、身近なものを使ってできる様々な実験を紹介する。各実験のレポート作成例も掲載。



ハンカチでつくるこども服

弘茂 昭子(著者)



(市民・岱明・横島)

スモックブラウス、パンツ、ベスト、ポロ、スカートなど、ハンカチ2〜3枚でつくれるこども服を紹介。レッスンバッグ、お弁当袋といったハンカチでつくる小物も掲載。

8月の

玉名市総合体育館
トレーニング室
プログラム

※はじめてご利用の方は、オリエンテーションにご参加ください。(ヘルスチェック、マシン取扱い説明)
※は、マシンおよび器具点検のため、ご利用になれません。

問…生涯学習課スポーツ振興係 (☎75・1314)

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00	オリエンテーション		ソフトエアロピクス		オリエンテーション	ソフトエアロピクス	オリエンテーション
11:00							
12:00		休	12:00~13:00 ご利用になれません。				
13:00	シェイプアップエアロ			シェイプアップエアロ			
14:00	オリエンテーション			オリエンテーション	オリエンテーション	オリエンテーション	オリエンテーション
15:00							
16:00			16:30~17:30 トレーナーは不在です。				
17:00							
18:00		日					
19:00							
20:00	オリエンテーション		オリエンテーション	オリエンテーション	オリエンテーション	オリエンテーション	オリエンテーション
21:00			トレーニング室のご利用は22:00までです。				

- 専門のトレーナーが、トレーニングの進め方などをアドバイスします。運動習慣がない方もお気軽にお越しください。
- トレーニング室利用料は、1回(2時間)300円です。エアロピクスもご利用いただけます。
・ソフトエアロピクス:毎週水・土曜日 10:00~11:00まで。
・シェイプアップエアロピクス:毎週月・木曜日 13:30~14:30まで。

◎この広報紙は再生紙および地球環境にやさしい植物油型インキを使用しています。