



イベント・講座

高瀬蔵 7月のイベント



「設計の仕事とまちづくり」
◎高瀬蔵 高瀬界隈 巷間断第27話

伝統的な考え方や技術を踏まえながら、新しい建築の在り方を求めている建築士の村田明彦さん。まちに暮らす人々との関係を大切に、町屋の保存や空き家の活用など地域の課題にも取り組んでいます。私たちに何ができるか、村田さんのお話を聞いて一緒に考えてみましょう。
日時 7月19日(金) 午後7時～8時30分
場所 高瀬蔵ホール
話し手 村田明彦氏(株式会社 社村田建築設計所代表)
参加費 500円(お茶付き)

東部環境センターリサイクル体験講座

受け付けは7月1日(日)午前9時から(先着順)
東部環境センター (☎75・5050)

廃油石鹸作り

日時 7月19日(金) 午後1時30分～3時
講師 職員
定員 9人
準備物 ①牛乳パック②マスク③ゴム手袋
※持ち帰り用のバッグをお持ちください。

クリーンパークファイブリサイクル体験講座

受け付けは7月1日(日)午前9時から22日(月)の午後4時まで(希望者多数の場合は24日(火)午前10時から抽選)
東部環境センター (☎78・4433)

ゆかた地で作る おしゃれワンピース ※連続2回講座

日時 7月26日(金)、8月予定(1回目終了後に調整) 午前9時30分～午後4時
講師 古千代氏
定員 10人
準備物 ①浴衣または浴衣以外の着物をほどこした一枚布(洗濯とアイロン済みのもの) ②ミシン糸③ミシン(お持ちの人のみ) ④材料費700円
※型紙の持ち帰りはできません。



スマートフォン体験会

スマートフォンを持っていない、使ったことのない人向けの講座です。電源の入れ方から便利な使い方まで、丁寧に解説します。参加は無料です。スマートフォン(アイフォン)を貸し出します。
日時 8月1日(木) 午前10時～正午
場所 横島町公民館
申し込み 7月25日(木)までに電話でお申し込みください。
横島町公民館 (☎84・2122)

歌声喫茶in高瀬蔵

東部環境センター
高瀬蔵ホール
日時 7月28日(日) 午後1時30分開演
出演 Kazika(ボーカルグループ)、上原賢司(ギター)、吉崎恵(ピアノ)
演奏曲 幸せなら手をたたこう、美しい十代、夏の思い出、ほか全24曲
info@takasegura.jp (☎72・2480)



陶芸教室

手びねり「陶芸」で、あなただけのオリジナル作品づくりを体験してみませんか。大人

参加費 千円
陶吉野さん (☎090・8752・9059)

子どもも楽しく作れます。
日時 7月28日(日) 午前10時～正午
場所 大麻文化会館
講師 山口友一氏(小代焼・一先窯)
定員 25人(先着順)
参加費 大人2千円、子ども1500円(焼成費込み)
申し込み 窓口または電話でお申し込みください。
大麻文化会館 (☎73・5811)

岱明B&G海洋センター



岱明B&G海洋センターは4つのイベントを開催します。

①朝ヨガ(チエアヨガ)



姿勢改善とヨガを通して人生をハッピーに過ごせるようお手伝いをします。初心者の人、大歓迎です！ヨガの時間は人と比べず、自分と向き合う時間です。自分の体調に合わせて、無理なく行いましょう。

日時 8月7日から10月23日

までの毎週水曜日(月4回、第5週目はお休み)

場所 岱明B&G海洋センター
午前10時~10時45分
ターミーティングルーム

講師 大瀬良麻利弥氏
おおせらまりや

対象 女性限定(マタニティ)

イベント・講座

の人は安定期に入り、医師の許可を取ってください。産後3カ月から参加可能です)

※お子さま連れでの参加可

定員 6人程度(先着順)

参加費 月額4千円

準備物 タオル、常温の飲み物、ブランケット(薄めで

体に羽織れるサイズ)、動きやすい服装(ジーンズ、動きやすい服装(ジーパン、スカートの不可)

申し込み 7月24日(水)以降に電話でお申し込みください。

②BG塾



夏休み期間の規則正しい生活習慣と集団生活を身に着けます。夏休みの宿題やプールでのレクリエーション(カヌーやSUPなど)を行います。

日時 8月1日(木)、2日(金)、6日(火)~8日(木)の5日間

午前9時~午後4時

募集

福祉・健康

相談

お知らせ

場所 岱明B&G海洋センター(ミーティングルーム、プールほか)

対象 市内に通学の小学生

定員 18人(1~6年生、各学年3人ずつ)(先着順)

参加費 3500円

準備物 宿題、水筒、お弁当、水着、タオル、水泳帽子、歯ブラシ

申し込み 7月19日(金)以降に電話でお申し込みください。

③書道講座



基本点画(とめ・はね・はらい)を意識しながら次の行書・草書に進みましょう。

日時 8月3日から10月19日

までの毎週土曜日(月3回、第4・5週目はお休み)

場所 岱明B&G海洋センター
午後1時~2時30分

対象 小学3年生以上

定員 16人(先着順)

参加費 月額2250円

準備物 書道道具、新聞紙、スリッパ

申し込み 7月20日(土)以降に電話でお申し込みください。

④すいえい教室



水泳の基本を楽しく練習します。クロールのフォーム、呼吸の練習を中心に行います。

日時 7月23日(火)~27日(土)(5日間)

①水慣れクラス 午後5時30分~6時20分

②クロールクラス 午後6時30分~7時20分

場所 岱明B&G海洋センター
タープール

対象 ①小学校1~3年生

②小学校3~6年生

定員 ①10人 ②15人(いずれも先着順)

参加費 2千円(5日分)

準備物 水着、水泳帽子、ラッシュガード(持っている人)

のみ)、ゴーグル、着替え、タオル、水筒

申し込み 7月9日(火)以降に電話でお申し込みください。

※いずれのイベントも保険加入はありませぬ。各自ご対応ください。

※いずれのイベントも受付時間は午前9時~午後5時です。

岱明B&G海洋センター
(☎57・3396)

玉名市民プール 休園

市民プールのあり方検討委員会による現状調査、検討を行った結果、老朽化による安全の確保ができないため、令和6年度も市民プールの営業を行いません。

皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

園スポーツ振興課
(☎75・1129)

お知らせ

2024 Tamana City International Arts Festival

第一回 玉名市国際芸術祭



台湾
新希望楽団



玉名市マスコット
「タマにゃん」



光専寺土曜学校
ミュージックベル



専修大学熊本玉名高校
Ventures



玉名市少年少女合唱団



特別ゲスト
音の和music
川原一紗・藤川潤司



ゲスト指揮者
山路譲



岱明町少年少女合唱団

7月14日(日)

入場無料

13:30 開場

会場：玉名市民会館 大ホール
玉名市岩崎88-5

14:00 開演

主催：日本台湾文化芸術交流会/玉名国際交流協会/玉名市
後援：一般社団法人 玉名観光協会
協賛：株式会社tsn/株式会社アマービレ楽器
お問い合わせ先：玉名市 観光物産課 0968-73-2222

8/10日

午前10時～午後3時

夏休み子どもDAY

～遊び学び体験～ in 岱明防災コミュニティセンター

岡岱明町公民館 (☎ 57・0135)

詳細はホームページを
チェック!▶



防災コーナー

気象実験、アメダス見学
煙体験、消火体験、消防
車・パネル展示 など



キッズコーナー

石ころアート、苺キーホルダー
作り、フェルトで動物ブローチ
作り、キッズネイル、ヘアセッ
ト、手形の布バッグ制作 など



学校では習わない! 大人になるための準備講座 (小学校高学年～中学生向け)

- お化粧品講座～入門編～
- これから大人になるあなたへ
自分のからだを知ろう!



玉名市出身アーティスト

『サンリオ展』の木材と金属で
できたハローキティで話題!

彫刻家 ^{もりたかや} 森貴也氏
ワークショップ
【事前予約制】



大人も子どもも一緒に楽しもう!

自家焙煎珈琲 COCOCO コーヒー入れ方講座

市内パン屋さんの
販売もあります!



事前予約制

夏休み講座

- ドライフラワーでリース作り
- 岱明町少年少女合唱団体験会
- 浴衣着付け教室
- フライパンピザ作り

【募集期間】

7月1日(月)～16日(水)

夏休み企画

キッズ防災塾

消防、防災について、見て、聞いて、感じよう!
～夏休み1日消防士体験～

日時 7月28日(日) 午前10時～午後3時
場所 消防本部・玉名消防署・ありあけ防災館(築地
309番地1)

対象 有明消防本部管内の小学4～6年生
定員 60人(先着順)

持ち物 濡れてもいい服や靴、帽子、水筒

申し込み 7月1日(月)～19日(金)に電話で
お申し込みください。

岡有明広域行政事務組合消防本部消防課 (☎ 73・5283)



放水体験



はしご車搭乗体験



レスキュー体験



救急法体験

ほかにも、消防車見学や
煙体験などができます!



伊倉ふれあいセンター

伊倉ふれあいセンター

☎ 73・2221

✉ jinken@city.tamana.lg.jp



◎陶芸体験講座

- 日時** 8月2日(金) 午前10時～正午
- 場所** 伊倉ふれあいセンター
- 講師** 山口詠里賀氏 (荒尾市小岱作業所 生活支援員)
- 内容** 板状の粘土を金型や型枠に合わせて成型していく簡単な作成方法。皿、マグカップのどちらかが作成できます。
- 対象** 市内在住または通勤・通学の人 (小学3年生以下は保護者同伴)
- 定員** 20人 (先着順)
- 参加費** 千円 (1人分、当日徴収)
- 準備物** 室内履き、タオル、飲み物 (いずれも必要な人)
- その他** 完成まで約3か月かかります。完成品は当センターでお渡しします。

◎人権啓発のビデオ上映会

- 人権に関する「学びの場」となることを目的に、毎月内容を変えて、平日は毎日 (祝日などは除く) 開催します。
- 時間** ①午前10時～
②午後1時30分～

申し込み 7月1日(月)以降に①参加希望の講座名②参加希望日③氏名 (ふりがな) ④学年 (学生のみ) ⑤住所⑥電話番号を電話、メールでお申し込みください。

高齢者等就業支援センター開講講座

◎Word基礎・Word実用講座

Word実用講座

日時 ①基礎：7月29日(月)、31日(水)、8月2日(金)

②実用：8月5日(月)、7日(水)、9日(金)
午前9時30分～11時30分

場所 高齢者等就業支援センター

講師 有限会社P.Cクリエイト

内容 ①最初に覚えてほしいWordの基本的な操作や機能を学習する

②Wordの機能を活用し、実用的な資料を作成する

対象 ①入力操作ができる人

②基礎講座を受講した人、または基本的な表作成や編集などの操作ができる人

定員 各10人

受講料 300円(テキスト代)

準備物 パソコン (電源コード含む)、筆記用具

申し込み 7月1日(月)～19日

(金)に高齢者等就業支援センターや高齢介護課、各支所

にある申込用紙でお申し込みください。

高齢者等就業支援センター

☎ 71・2710

高齢介護課 ☎ 75・1339

第31回 くまもと県北病院市民公開講座

参加費無料、申し込み不要です。

日時 7月20日(土) 午前10時～11時 (9時30分開場)

場所 くまもと県北病院

2階たまきホール

講師 くまもと県北病院

リハビリテーション技術科

かわのますみ

川野真寿氏 (理学療法士)

題目 「杖と歩行器、手すり」と段差・日ごろ使っている道具や手すり、その使い方

当に合っていますか?』

◎ZOOM配信

【ミーティングID】 754 923 1084

【パスコード】 735000

※先着100人まで視聴可

くまもと県北病院総務課

直通 ☎ 79・7323

募集

玉名市シルバー人材センター会員募集



センターの会員になって働いてみませんか。高齢者に向けた仕事を事業所や家庭から引き受け、会員に提供します。

入会の条件

- ・市内在住で原則60歳以上の人
- ・入会説明会を受講した人
- ・会費 (年額2千円) を納入した人

入会説明会

毎週月曜日から金曜日の午前9時～午後4時の間、高齢者等就業支援センター内で随時受付中。 ※来所前に事前にご連絡をお願いします。

玉名市シルバー人材センター ☎ 73・3610



問玉名市民会館 (☎ 73・5107)

劇場用映写機 & 35mmフィルムの本格的上映会

8月18日(日) 開場:午前9時30分 開演:午前10時

玉名市民会館大ホール

入場料:前売500円(7月8日(日)発売) 当日700円(全席自由)

おづやすじろう
小津安二郎監督が、変わりゆく社会と家族の姿を静かに見つけた、戦後の代表作3本を上映します。この3作品は、本市の名誉市民である笠智衆氏(りゅうちしゅう)が出演している作品です。



① ① 麦秋

10:00 ~ 12:05 (125分)



② ② 秋刀魚の味

12:20 ~ 14:13 (113分)



③ ③ 東京物語

14:30 ~ 16:46 (126分)

プレイガイド

玉名市民会館会議棟 / 荒尾総合文化センター / ながす未来館 熊本県立劇場窓口 / 熊本県立劇場ホームページ

狩猟免許取得費を補助します

本年度新たに狩猟免許を取得した人に対して、予算の範囲内で補助金を交付します。

対象者 本市に住所を有し、県が実施する狩猟免許試験により、本年度新たに狩猟免許を取得した人(免許の更新は対象外)。

補助金の額

- ・わな猟免許 1万円
- ・第一種銃猟免許 1万円

申し込み 狩猟免許、印鑑、通帳を持参の上、水産林務課にて申請してください。

問水産林務課

(☎ 75・1403)



▲県ホームページ

「早寝早起朝ごはん」が楽しくできるアプリのアイデア募集

「早寝早起朝ごはん」全国協議会では、子どもたちの生活習慣を見直す契機として「早寝早起朝ごはん」が楽しくできるアプリのアイデア募集

「早寝早起朝ごはん」が楽しくできるようなアプリのアイデアコンテストを初開催します。

募集内容

- ① アイデア部門: 「こんなアプリがあれば『早寝早起朝ごはん』が楽しくできるな」と考えたアイデアを、文章や絵でまとめて提出してください。
- ② 開発部門: 実際に動作するアプリやプログラムを作成し、説明動画も併せて提出ください。

対象 ①小学生

②小学生・高校生

応募期間 7月1日(月)～9月30日(月)

※応募方法など詳しくはホームページをご覧ください。



▲ホームページ

問「早寝早起朝ごはん」全国協議会事務局

(☎ 03・6407・7767)



玉名市営住宅入居者募集

募集する住宅と戸数

- ・糠峯団地（山田）：1戸（4階建て4階・3K・浴槽風呂釜は入居者負担）

入居資格

次の要件を全て満たす人

- ・同居しているか、同居しようとする親族がいる人（60歳以上の高齢者、生活保護被保護者、障がい者などは単身でも申し込み可）。
- ・国税・地方税を滞納していないこと。
- ・現在、住宅に困窮している人。
- ・入居予定者が暴力団員でないこと。
- ・世帯の所得が入居基準を満たしていること（所得制限有り）。

※詳しくは住宅課へお尋ねください。

申込期間

7月1日（月）～16日（火）午後5時

※入居申込書や家賃は市ホームページで公開中。

選考方法 公開抽選で入居順位を決定します。次点以降の人は1年間、申し込み団地の入居待機者となります。

家賃

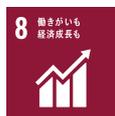
所得に応じて算出

敷金 決定家賃の3カ月分

※入居時は連帯保証人が必要

固住宅課 (☎75・1311)

海外へ輸出意向がある事業所・生産者を募集します



本市では、これまでインバウンドのメインターゲットである香港や台湾をはじめ、米国や東南アジアなど世界各国へ、農産物や加工品などの特産品を「玉名の逸品」として、販路拡大に関する取り組みを行ってきました。現在では、市内の事業所や生産者が「玉名市海外販路拡大チーム」として情報共有や連携を行い、さらなる海外への販路拡大に向けて取り組んでいます。輸出に興味・関心があるものの、何から始めたらいいのかわからない人、輸出は行っているが情報収集やさらなるネットワーク拡大に興味がある人は「玉名市海外販路拡大チーム」として海外への販路拡大に取り組んでみませんか。ご参加をお待ちしております。

固観光物産課

(☎73・2222)

大牟田高等技術専門学校 9月開始訓練生募集



コース名 経理事務科②

訓練期間 9月から6カ月

対象 就職希望者

定員 30人

受講料 無料（別途教科書代など必要）

募集期間 8月7日（水）まで

固福岡県立大牟田高等技術専門学校

(☎0944・54・0320)



くまもと県北病院正職員募集

一地域の中核病院で活躍してみませんか

採用日：学生は令和7年4月1日
有資格者は令和6年10月1日以降応募相談

- ①看護師②薬剤師③介護福祉士④救急救命士⑤管理栄養士⑥臨床検査技師⑦放射線技師⑧臨床工学技士⑨理学療法士⑩作業療法士⑪社会福祉士⑫事務職員

受験申込先／問い合わせ先

くまもと県北病院 総務課

☎79・7323

試験

日時：8月17日（日）午前9時～／場所：くまもと県北病院 2階たまきなホール
※2次試験の実施日時、場所は1次試験合格者へ通知します。

試験内容

【1次試験】専門試験、教養試験（⑩⑫のみ教養試験、事務適正検査）【2次試験】面接

申込方法

8月2日（金）必着 午前8時30分～午後5時（土日祝除く）。
封筒の表に希望職種を記入の上、履歴書、職務経歴書（経験者のみ）をくまもと県北病院総務課へ提出または郵送してください。

※受験資格や試験内容など、詳しくはホームページをご覧ください▶



川の生き物たちを探してみよう!

みんなの川の環境調査参加者募集



身近な川にはカゲロウやトビケラなどの生き物がたくさんすんでいます。川に入って生き物を見つけて、川のきれいさを調べてみましょう。

日時 7月27日(土) 午前9時～正午

場所 繁根木川(石貫 廣福寺橋の下)

対象 市内在住の小学生

定員 20人程度(先着順、引率者同伴)

持ち物 濡れてもいい服や靴、帽子、水筒

申し込み 7月25日(木)までに電話または環境整備課窓口でお申し込みください。

問環境整備課 (☎ 75・1118)



防災行政無線の戸別受信機を貸与します

市では、防災行政無線の放送を屋内で聞くことができる戸別受信機を下記条件付きで無償貸与します。

貸与条件

本市に居住(生活の本拠地が本市にある)し、次の(1)～(2)のいずれかに該当する世帯が対象となります。

- (1)高齢者(65歳以上)のみの世帯や土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)に居住している世帯などで、どうしても情報入手が困難だと認められる世帯
- (2)身体障害者福祉法第15条の規定により身体障害者手帳の交付を受けた視覚または聴覚に障害がある人のみで構成される世帯

※世帯が分かれていても、生活の実態として同一家屋・敷地内に高齢者以外の人と同居している場合は、貸与できない場合があります。

※メールなどの受信が可能である場合は、そちらでの情報入手を優先してください。メール登録などの支援は防災安全課窓口で行っています。

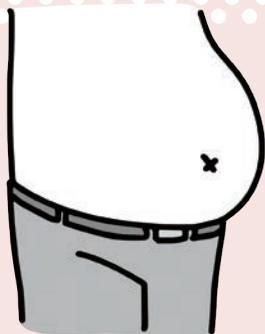
申請場所 玉名市役所防災安全課、各支所窓口

注意事項

- 次の①～④は、使用者の負担となります。
 - ①電気料金および電池の補給費用
 - ②家屋などの移転、改修、その他の理由による移設費用
 - ③使用者の故意または過失による損傷、故障、紛失にかかる修理代または損害額
 - ④上記以外、受信者の都合により生ずる費用
- 市外への転出などにより不要となった場合は、必ず市へご返却していただきます。
- 申請後、貸与に該当するか審査を行いますので、当日に貸与はできません。



問防災安全課 防災消防係
(☎ 75・1130 / ファクス 75・1166)



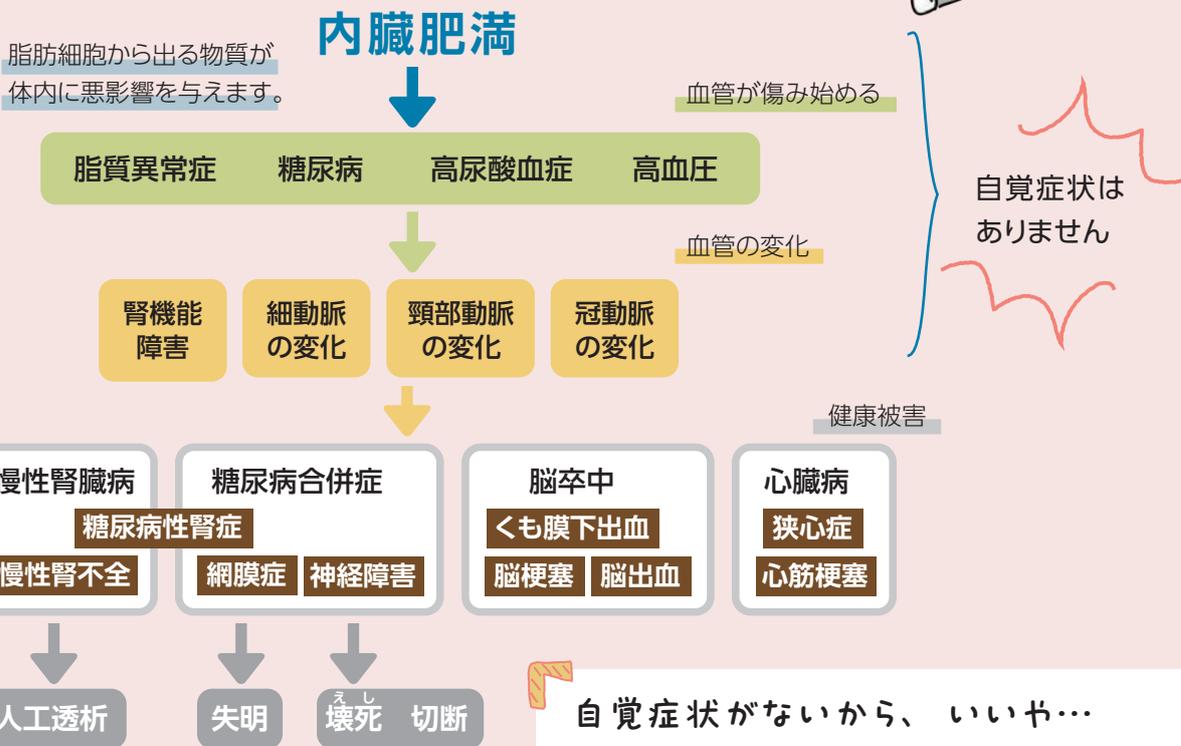
見えないところで進んでいます…本当に大丈夫？

内臓脂肪から始まる生活習慣病を防ぎましょう

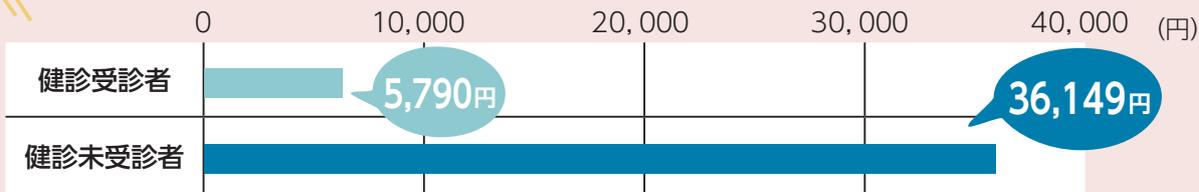
皆さんは、自分の身体の状態がどの段階にいるのかご存じですか？
内臓脂肪の蓄積（肥満）は期間を経て血管を傷め、健康障害へつながります。

こんなときは内臓肥満です

- BMI が 25 以上 ※ BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)
- 20 歳のころや過去の体重から 15% 以上増加している
- 腹囲が男性で 85cm 以上、女性で 90cm 以上ある



玉名市の
特定健診受診者と未受診者の
「生活習慣病関連医療費（平均月間額）」は
こんなに違います！



※国保データベースシステムより抽出

閩玉名市保健センター (☎ 72・4188)

国保特定健診&各種がん検診



集団健診が7月下旬から市内で実施されます。自分がどの健診を受診するかの確認や、事前に問診票の記入を済ませておくなど、受診の準備をしておきましょう。その他、受診に当たっての注意事項もあります。事前に、受診券に記載されている内容を、十分に読んでおきましょう。

◎国保特定健診

対象者	健診申込書の集団健診で「特定健診」受診を申し込んだ国保加入の40～74歳の人 (※資格喪失者は受診不可)。
準備物	①受診券②国保被保険者証③検尿
受診料	一律800円
検査内容	①診察②血液検査③検尿検査④心電図 肝炎ウイルス検査を受けたことがない人で、 検査を希望する人は健診時に申し出てください。 (900円)

◎各種がん検診

結核・肺がん・大腸がん・胃がん・乳がん・子宮頸がん・腹部超音波・前立腺がん

対象者	各検診へ申し込んだ人(※事前申し込み必須)
準備物	受診券
受診料	受診券に記載

受診には事前申し込みが必須です。申し込みをしていない人は、玉名市保健センター(☎72・4188)までお電話ください。

●国保特定健診、各種がん検診の日程 受付時間：午前7時30分～10時50分

●子宮頸がん検診は○の日のみの実施ですので、ご注意ください。

7月	26日(金)		天水町公民館
	28日(日)	○	
	29日(月)	○	
	30日(火)		
	31日(水)	○	
8月	1日(木)		岱明防災
	2日(金)	○	コミュニティセンター
	4日(日)	○	
	5日(月)	○	
	6日(火)		玉名市保健センター
	7日(水)	○	
	8日(木)	○	
9日(金)	○		
11日(日)	○		

8月	12日(月)	○	玉名市保健センター
	16日(金)		
	17日(土)	○	
	18日(日)	○	
	19日(月)		
	20日(火)		
	21日(水)	○	
	22日(木)	○	
8月	23日(金)	○	横島総合保健福祉センター 「ゆとりーむ」
	25日(日)	○	
	26日(月)	○	
	27日(火)		
	28日(水)	○	

- 協会けんぽ被扶養者も特定健診が受診できます(協会けんぽ保険証と協会けんぽから送付された受診券を持参してください)。
- 結核・肺がん巡回検診は熱中症対策のため10月ごろに実施します。
- 乳がん検診は卒乳後3カ月を過ぎるまで受診できませんのでご注意ください。
- 20～39歳の女性の集団健診申込者、30～39歳の女性対象の乳がんエコー検査申込者は、令和7年1月ごろに別途実施予定です。

問玉名市保健センター (☎72・4188)

フードバンクへご提供いただきました!

4月～5月

- 株式会社 日本海水(寺田)：ふりかけ
 - 有限会社アースコーポレーション(六田)：米
- ※令和3年6月から毎月

問フードバンク玉名
(くらしサポート課内 ☎75・1222)



ご協力ありがとうございました。





18～39歳の人 若人健診、若人国保人間ドック受付中！

職場などで健診機会のない40歳未満の若人^{わこうど}へ、健診の費用を補助します。
若いころからの健康管理、病気の早期発見・早期治療に心掛けましょう！
※進学・就職のための健診は別のコースをご案内します。

若人の皆さん！
お得に健診を
受けてみませんか？



期間 ～令和7年2月28日(金) ※平日のみ

場所 くまもと県北病院健康管理センター

申し込み くまもと県北病院健康管理センター(☎73・6135) ※電話で直接ご予約ください。

若人健診

18歳～39歳の玉名市民

時間 午前中(1時間程度)

定員 120人(先着順)

内容 身体計測、診察、尿検査、血圧、血液検査(肝機能、
血中脂質、血糖、腎機能、尿酸)、心電図

受診料

9,612円が

800円に！

若人国保人間ドック

30歳～39歳の玉名市国保加入者

時間 午前中

定員 70人(先着順)

内容 「若人健診の内容」+ 腹部超音波、胸部レントゲン、
胃透視検査、眼底、眼圧など

受診料

3万1,370円が

1万500円に！

昼食・温泉付き

閩玉名市保健センター(☎72・4188)



ポリイちゃん

あなたの肝臓、大丈夫？

7/22～28 肝臓週間「肝がんゼロを目指して」

7/28 世界(日本)肝炎デー



肝疾患啓発イベント

7月14日(日) 午前11時～午後3時

場所：ゆめタウンはません3階

無料肝炎ウイルス検査(先着50人)、肝臓専門医による無料相談、血管年齢測定など

予約・問い合わせ

熊本大学病院肝疾患センター

☎096・372・1371

市民講座

※要事前申し込み

7月28日(日) 午前10時～正午

場所：熊本大学病院、山鹿市民医療センター、
阿蘇医療センター、熊本労災病院、
天草市民センター、人吉医療センター

肝臓の病気について、講演後に肝臓専門医による
相談対応、無料肝炎ウイルス検査実施(各会場先
着15人)

熱中症かも…と思ったら

- 安全で涼しい場所へ移動させましょう。
- 横になって休ませ、保冷剤やペットボトルなどで首の回りや脇の下を冷やしましょう。
- 意識がある場合は、水分や塩分、経口補水液などを補給しましょう。

※自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！

熱中症の症状

目まい、立ちくらみ、
頭痛、吐き気、大量
の発汗 など



予防する
ために

適切なエアコン使用、水分・塩分の補給を

熱中症を予防しよう



熱中症特別警戒アラートの運用開始

これまで危険な暑さが予想される場合に「熱中症警戒アラート」が発表されていましたが、令和6年4月から、さらに一段階上の「熱中症特別警戒アラート」が新たに創設されました。熱中症特別警戒アラートは、過去に例のない危険な暑さが予測され、人の健康に係る重大な被害が生じる恐れがあるときに発表されます。

暑さ指標 (WBGT)	熱中症予防運動指数
県内すべての地点で暑さ指標 (WBGT) が 35以上	熱中症特別警戒アラート 発表
県内のいずれかの地点で暑さ指数 (WBGT) が 33以上	熱中症警戒アラート 発表
31以上	危険 (運動は原則中止)
28以上31未満	嚴重警戒 (激しい運動は中止)
25以上28未満	警戒 (積極的に休息)
21以上25未満	注意 (積極的に水分補給)

特別警戒アラートが発表されたときは

玉名市安心メールなどでお知らせします (登録は23番の二次元コードから)。普段以上に熱中症予防行動を実践しましょう。

- エアコンを適切に使用する。
- 小まめに水分、塩分を補給する。
- 外出をできるだけ控え、暑さを避ける。
- 高齢者や乳幼児など熱中症になりやすい人には、見守りや声掛けをする。

クーリングシェルターを開放

熱中症特別警戒アラートが発表されたときは、クーリングシェルターを開放します。クーリングシェルターは、熱中症を防止するために、暑さをしのげる場所として指定された施設です。

施設名	住所	開放日	受け入れ可能人数
① 玉名市役所本庁舎	岩崎 163	月～金曜日	20人
② 玉名市文化センター	繁根木 88-1	休館日以外	20人
③ 玉名市総合体育館	大倉 1144	休館日以外	30人
④ 岱明支所	岱明町野口 2129	月～金曜日	20人
⑤ 岱明防災コミュニティセンター	岱明町中土 980-1	休館日以外	10人
⑥ 横島支所	横島町横島 3644	月～金曜日	10人
⑦ 横島町公民館	横島町横島 3644	休館日以外	10人
⑧ 天水支所	天水町小天 7237-1	月～金曜日	10人
⑨ 天水市民センター (公民館)	天水町小天 7237-1	休館日以外	10人



- ①④⑥⑧の施設の開放日は祝日を除きます。
- 各施設の開放時間は午前8時30分～午後5時15分です。
- 飲料は各自でご用意ください。 ● 利用する際は施設管理者などの指示に従ってください。

問い合わせ

熱中症特別警戒アラートについて
環境整備課 ☎ 75・1118

熱中症予防の普及啓発について
玉名市保健センター ☎ 72・4188

玉名市と大塚製薬は、連携協定を結んで熱中症対策に取り組んでいます。

相談

悩み事の相談を 臨床心理士の相談会



日常生活に関わる心配事や不安な気持ちなどについて、臨床心理士（カウンセラー）が相談をお受けします。相談は無料。秘密は守られます。一人で悩まずにご相談ください。

日時 7月24日(水)

①午後1時30分～2時30分

②午後3時～4時

※①または②の時間帯でご予約ください。

場所 玉名市役所

申し込み 総合福祉課へ電話かメールでお申し込みください。

※お問い合わせ先。

※調総合福祉課

(☎75・1121)

(✉fukushihit@city

y.tamana.lg.jp)

土地家屋調査士による 無料相談会

土地家屋調査士は不動産の表示に関する登記や筆界を明らかにする業務の専門家です。境界に関するトラブルなど土地家屋調査士が無料で相談に応じます。

※要事前申し込み

日時

【第1回目】 7月31日(水)

【第2回目】 10月30日(水)

午後1時30分～4時

場所 くらしサポート課

定員 各5組（1組30分）

相談内容 土地の測量、境界

復元、建物の新築・増築などに関する登記、境界に関するトラブルなど

申し込み くらしサポート課へ電話でお申し込みください。

※お問い合わせ先。

調くらしサポート課

(☎75・1222)

司法書士・法務局による 相続・遺言についての 法律教室&無料相談会

4月1日から「相続登記の義務化」が始まりました。「相続手続きって何から始めればいいの?」「相続登記をしないとうなるの?」「遺言書は残した方がいいの?」など、相続や遺言のことをこの機会に学んでみませんか。無料相談会への参加も可能です。

「相続手続きって何から始めればいいの?」「相続登記をしないとうなるの?」「遺言書は残した方がいいの?」

など、相続や遺言のことをこの機会に学んでみませんか。

無料相談会への参加も可能です。

日時 8月3日(土)

【相続・遺言法律教室】

午後1時30分～2時25分

【無料相談会】

午後2時30分～4時30分

※相談時間は1組30分

※無料相談会への参加の場合、午後4時の予約をお願いします。

場所 玉名市文化センター

大研修室

定員 ①60人 ②32組

調くらしサポート課

(☎096・364・2889)

調くらしサポート課

調くらしサポート課

参加費 無料

※要事前申し込み

申し込み 事前に電話で予約

してください。

調くらしサポート課

お知らせ

第74回社会を明るくする運動～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～



社会を明るくする運動とは、全ての国民が犯罪の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。毎年7月を強調月間として、保護司会をはじめさまざまな関係団体から協力いただき運動の推進に努めています。

行動目標

①犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう

②犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう

③右記のことについて、地域社会で理解が得られるよう協力しよう

本市の主な取り組み

【啓発活動】のぼり旗の設置、広報車による呼び掛け、街頭チラシ配布

上水道未整備地区家庭用飲用井戸水の水質検査

検査を希望する一般家庭を対象に、飲用井戸水の水質検査(全14項目)を実施します。



対象 右表の上水道未整備地区内の一般家庭の飲用井戸水(90件まで)

申し込み

7月17日(水)～18日(木)に、環境整備課または横島支所、天水支所へお申し込みください(先着順)。

検査方法と検査日

受け付け時に井戸水採取の容器を渡しますので、7月24日(水)または25日(木)に採取した井戸水を当日中に申し込み場所へご持参ください。

料金 1,900円

検査対象地区

地区	対象区
玉名	築地上(一部)、小浜(一部)、樋ノ元、奥野、川床
岱明	上野口(一部)
横島	昭栄と新栄を除く全行政区
天水	玉水校区(玉水ニュータウンを除く)、本村、港、石橋、受免

検査項目(全14項目) ①一般細菌②大腸菌③硝酸態窒素④亜硝酸態窒素⑤マンガン⑥塩化物イオン⑦有機物等(TOC)⑧蒸発残留物⑨水素イオン濃度(pH)⑩味⑪臭気⑫色度⑬濁度⑭フッ素

問環境整備課 (☎ 75・1118)

生活環境を整えるために 浄化槽の維持管理

浄化槽管理(設置)者には、浄化槽法で保守点検、清掃、法定検査が義務付けられています。

保守点検は機器の点検・調整・修理や消毒剤の補給を、清掃は浄化槽内にたまった汚泥などの引き抜きや機器類の洗浄を行うものです。法定検査は浄化槽の保守点検や清掃が行われ、維持管理が適切に行われているかを確認するためのものです。

維持管理が適切に行われないと、放流水の水質が悪化し、悪臭が発生する原因となります。

また、単独浄化槽・くみ取り槽を使用している人は、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

問上下水道工務課

(☎ 75・1144)

横島町公民館 夏休み自習スペース

横島町公民館では、夏休み期間いつでも学べる場所として、自習スペースを開放します。お気軽にご利用ください。

期間 7月20日(土)から9月1日(日)まで

対象 市内在住の小学生、中学生、高校生

利用上の注意

- ・ マナーやエチケットを守り静かにご利用ください。他の利用者の迷惑となる行為はご遠慮ください(友達同士の会話、イヤホンからの音漏れなど)。
- ・ 混雑時は席を譲り合ってください。
- ・ 自習スペースは自主学習を目的としてご利用ください。

・ ゴミは各自で処分してください。

問横島町公民館

(☎ 84・2122)

横島町公民館休館のお知らせ

問横島町公民館 (☎ 84・2122)



期間: 10月1日(火)～12月15日(日)

横島町公民館では、館内のLED照明の工事を行いますので、工事期間中は休館します。公民館のロビーは工事に支障がない場合は利用できます。

休館中は大変ご不便をお掛けいたしますが、よろしくお願いいたします。



マイナンバーカード 休日・平日夜間窓口開設



仕事や学校などで忙しく、市役所の開庁時間内にマイナンバーカードの申請や受け取り、住所変更などに伴うカード記載事項変更、電子証明書の更新や暗証番号の変更・初期化などの手続きができない人のために、休日・平日夜間延長窓口を開設します。

なお、休日・平日夜間窓口は予約制としているため、予約がない場合は開設いたしませんのでご了承ください。

開設日時

【休日窓口】

・7月14日(日) 午前9時～正午
(※7月12日(金)正午までに要予約)

に要予約)

【平日夜間延長窓口】

・7月31日(水) 午後5時30分～8時
(※同日の正午までに要予約)

○開設場所および予約先

・マイナンバーカードサポートセンター

※休日・平日夜間延長窓口につきましては、本庁マイナンバーカードサポートセンターのみ開設しており、各支所市民生活課では行っておりませんので、ご注意ください。

○マイナンバーカードサポートセンター

(☎57・7547)

マイナンバーカードの出張申請を個人宅や施設などで実施しています

市役所へ来ることが難しい人を対象に、市職員がご自宅や施設などに訪問し、顔写真の撮影と申請を無料でサポートします。後日、出来上がったカードもご自宅や施設などにお届けします

ので、市役所にお越しいただく必要があります。お一人からご利用いただけます。お気軽にお申し込みください。

○日時 令和7年2月末まで

平日午前9時～午後4時の間で調整します(予約制)。

場所 ご自宅、施設など(市内)

その他

・介助が必要な人は、訪問当日に介助者の同席をお願いします。

・市の公用車で訪問しますので、駐車スペースが必要となります。

・施設入所者が希望される場合は、あらかじめ施設の人と調整を行った上で申し込みください。

・日程調整に時間を要することがあります。余裕を持って申し込みください。

申し込み マイナンバーカード

サポートセンターに電話でお申し込みください。

○マイナンバーカードサポート

センター (☎57・7547)

光インターネットサービス 利用状況等調査

本市では、令和元年度に玉名市光ブロードバンド基盤整備事業を実施し、市内全域で光インターネットサービスが利用できるようになりました。本事業は総務省の補助事業「高度無線環境整備推進事業」を活用しており、無線環境整備状況を報告する必要があります。そのため、光インターネットなどのアンケートを実施します。令和5年1月にも同様のアンケートを実施し、ご協力いただいたところですが、本年度も無線環境整備状況を総務省へ報告する必要があるためアンケートを実施するものです。

期間 7月中旬以降

対象 箱谷、石貫、三ツ川、横島町、天水町

目的 総務省への報告、市

ホームページに結果を公表する際の基礎資料

方法 調査対象にお住まいの世帯、事業所にアンケートを送付します。調査目的以外には使用しませんので、アンケートに記載の回答期限までにご回答いただきますようご協力をお願いいたします。アンケート用紙のほかにインターネットでの回答も可能です。

※本アンケートについては、本日から電話やメールで直接質問することはありません。

○問い合わせ先

情報政策課 (☎71・2525)

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)

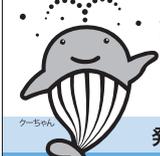
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月8日(月)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



デコ活

くらしの中のエコろがけ

問環境整備課 (☎75・1118)



デコ活アクション まずはここから

電気も省エネ 断熱住宅

住まいの窓や壁などを熱が伝わりづらくする「断熱住宅」にすることで、室内外への熱の出入りを抑え、夏は涼しく、冬は暖かい快適な室内環境となります。冷暖房の使用量を抑え、CO₂排出量や光熱費を削減できます。

断熱リフォーム

まずは比較的安価に、短期間で工事が終わる窓の断熱リフォームがお勧めです。住宅では窓などの開口部からの熱の出入りが5～7割と言われています。

DIY

手軽に断熱効果を得たい場合はDIYができます。例えば、隙間を塞ぐモヘアシールやプラスチックの板を窓に貼れば、低予算で住宅の断熱性能を高めることができます。

入札結果 (4月開札分)

詳細は市ホームページに掲載しています。

問契約検査課 (☎75・1125)

場所	工事等名称 指名業者	予定価格 (円)	落札価格 (円)
		落札業者	落札率 (%)
市内一円	固定資産土地評価業務委託 (令和6～8年度) (株)ARIAKE 玉名支社, (株)鑑定ソリューション熊本, (株)三和不動産鑑定所, (株)九州不動産鑑定所, (有)中西不動産鑑定事務所, 不動産鑑定士村坂亮事務所	121,671,000	109,626,000
		(株)九州不動産鑑定所	90.10
大倉・高瀬	河川敷緑地帯除草業務委託 (株)伊藤緑化造園, (株)アーバングリーン 玉名支店, 植野建設(株), (株)万兩, 子本運送(有), 村田建工	5,321,800	5,203,000
		子本運送(有)	97.76
滑石・伊倉	河川敷外緑地帯除草業務委託 (株)小坂造園, (有)肥後樹景, (有)さんかい, 西村水道, (有)コヤナギ設備工業, 日昇技建(株)	1,918,400	1,870,000
		(有)さんかい	97.47
岱明町古閑	古閑近隣公園緑地維持管理業務委託 (株)伊藤緑化造園, (株)小坂造園, (有)有明緑地建設, (株)岱明緑花園, (有)肥後樹景, (株)アーバングリーン 玉名支店	3,549,700	3,443,000
		(有)肥後樹景	96.99
場所	工事等名称 参加業者 (条件付一般競争入札)	予定価格 (円)	落札価格 (円)
横島町横島	大開第2排水機場仮設ポンプ設置工事 (株)ニチゾウテック 九州事業部, 熊本利水工業(株)有明支店, (株)ミゾタ 熊本支店	68,910,600	63,613,000
		熊本利水工業(株)有明支店	92.31

情報公開条例と個人情報保護法施行条例 運用状況のお知らせ

市では、透明性の高い市政運営と市民参加による“より開かれた市政”の実現を目指して「情報公開条例」と「個人情報保護法施行条例」を施行しています。令和5年度に請求のあった実施機関分の運用状況をお知らせします。

◆情報公開条例の運用状況

①開示請求の件数と決定の内容

実施機関名	請求件数	請求に対する決定の内容		
		全部開示	一部開示	不開示
市長	10	3	6	1

②審査請求件数 0件

◆個人情報保護法施行条例の運用状況

①開示請求の件数と決定の内容

実施機関名	請求件数	請求に対する決定の内容			取り下げ
		全部開示	一部開示	不開示	
市長	2	1	1		
農業委員会	1				1
合計	3	1	1		1

②審査請求件数 0件

問総務課 (☎75・1420)



水災害に備えよう Vol.3

氾濫をできるだけ防ぐ・減らすための対策

本市では、浸水被害を減らすためのハード対策として、市管理の準用河川と普通河川の河道掘削や樹木伐採を実施しています。河道掘削とは、川岸を含む範囲の土砂や砂州を撤去することで河道断面を拡幅させ、河川の流下能力を増加させる工事です。

令和5年度の取り組み内容

市管理の準用河川の境川（L = 1,111 m）と築地川（L = 323 m）、普通河川の長葉川（L = 348 m）の河道掘削、樹木伐採など



長葉川（河道掘削着工前）

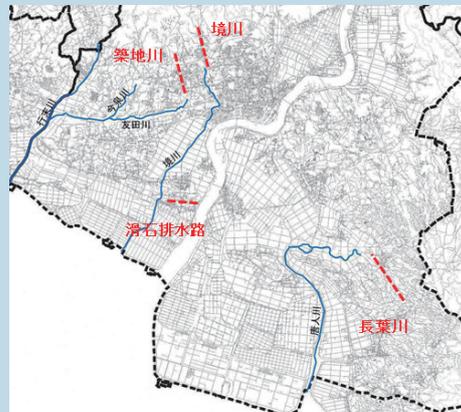


長葉川（河道掘削完了）

令和6年度の取り組み（予定）

市管理の準用河川の境川（L = 1,300 m）、普通河川の長葉川（L = 300 m）、滑石排水路（L = 500 m）の河道掘削、樹木伐採などを令和7年3月までに実施する予定です。

※ L = 施工延長
（掘削や樹木伐採した川の長さ）



問 土木課 ☎ 75・1124

●おわびと訂正

広報たまな令和6年6月号の34頁掲載「人権擁護委員一覧」に誤りがありました。訂正しておわび申し上げます。正しくは右のとおりです。

閩人権啓発課（☎75・1119）

人権擁護委員	地区	人権擁護委員	地区	人権擁護委員	地区
ひさだ 久田 ふみえ 史枝	中尾	まつき 松木 ゆきみ 幸美	岱明町扇崎	まえだ ひでお 前田日出男	横島町横島
あしむら 芦村 しんや 伸也	滑石	てらおか 寺岡 かずお 和夫	岱明町野口	むらかみ かずのり 村上 一則	横島町大園
みづもと 水本 あきこ 明子	中	よしなが 吉永 くにひろ 訓啓	岱明町開田	りゅう 笠 てつろう 哲郎	天水町立花
ひだ 日田 たくみ 匠	片諏訪	おがた 緒方 さなみ 真美	岱明町浜田	ほり 堀 ますみ 真澄	天水町小天
きたもと 北本 せつよ 節代	玉名	やまかわ 山川 みどり	横島町横島	しるやま 城山 はるみ 春美	天水町小天

玉名市から

LP ガスを使用されている事業者へ支援金があります！

玉名市ではLPガス料金の高騰による影響を受けた市内事業者に対し、令和5年10月から令和6年4月までのガス料金の一部を支援金として支給します。

協会 HP



1. 支援対象 … 次のいずれにも該当する事業者



- ※玉名市内に事業所または事務所を有する中小事業者（農林水産業を営む者を除く）
- ※法人にあっては登記の本店所在地が、個人事業主にあっては住民票が玉名市内にある者
- ※今後も事業を継続する意思のある事業者
- ※熊本県LPガス協会が熊本県LPガス料金高騰対策事業者支援事業を活用して実施する「LPガス事業者支援金第2弾」（8月23日金まで）の給付を事前に受けた事業者（詳しくは「熊本県LPガス協会ホームページ」または「熊本県LPガス事業支援金コールセンター（☎096・300・0818）」にてご確認ください。）
- ※次のアからイまでのいずれにも該当しない者
 - ア 国及び法人税法（昭和40年法律第34号）第2条第5号に規定する公共法人
 - イ 風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律（昭和23年法律第122号）第2条第5項に規定する性風俗関連特殊営業及び当該営業に係る同条第13項に規定する接客業務受託営業を行う事業者
 - ロ 政治団体
 - ハ 宗教団体
 - ニ 玉名市暴力団排除条例（平成24年条例第2号）第2条第1号に規定する暴力団若しくは暴力団員等（同条第2号の暴力団員又は暴力団員でなくなった日から5年を経過しない者をいう。）またはこれらと親密な関係を有する者

2. 支援額 1事業者当たり 1万5千円

3. 申請受付期間 10月18日金まで（必着）

4. 申請／問い合わせ先

▼玉名商工会議所会員はこちら
玉名商工会議所（☎72・3106）

▼玉名市商工会会員はこちら
玉名市商工会本所（☎84・3370）

▼それ以外の人はこちら
玉名市役所商工政策課（☎71・2065）
〒865-0025 玉名市高瀬 290-1
玉名市 LP ガス利用事業者支援金係宛て
※切手貼り付けの上、封筒裏面に差出人の住所・氏名を記載してください。

熊本県内関係市町村 補助事業

熊本県物価高騰対応生活者支援事業活用

第2弾 LPガス価格高騰対応支援金

LPガスの価格高騰の影響を受けている生活者への支援を行うため、使用者への支援を実施します。給付を受けるには、熊本県LPガス協会への申請が必要です。詳しくは、LPガス販売事業者から配布される申請案内をご確認ください。申請案内が届かない場合は、下記問い合わせ先へご連絡ください。



熊本県の補助で実施

支援対象者

- ・LPガス販売事業者との供給契約により市内でLPガスを使用している人
- ・生活のために使用している人が給付対象となっており、法人名や屋号により供給契約を締結している場合は事業用とみなされ給付対象となりません。
- ・長期間使用量がゼロの場合は給付対象とならない場合がありますのでご注意ください。

申請はお早めに！



支援金額

4千円

給付は1契約につき1回です

申請受付期間

8月23日金まで

[オンラインの場合]

申請に必要な書類を用意し、専用サイトから申請

※熊本県LPガス協会HPからもアクセス可

専用サイト



[郵送の場合]

申請書に記入し必要書類と一緒に郵送
〒861-8691 熊本中央郵便局私書箱20号
熊本県LPガス支援金事務局 宛

申請・支給に関する問い合わせ

熊本県LPガス支援金
コールセンター
☎096・300・0734

株式会社富士金属

こんな会社です

大型鉄骨建築物などの鉄鋼製品をさびから守り、長持ちさせる目的で溶融亜鉛めっき加工を行っている会社です。鉄を長持ちさせることで環境負荷を少なくし社会へ貢献しています。めっき加工ではJIS認証を取得しており、品質の高い製品を九州全域はもちろん全国へも日々送り出しています。熊本駅新幹線口の立体駐車場も当社でめっき加工しています。

企業PR

幅広い年代の人が活躍していますが、特に20～40歳代の人が多いです。賞与は年2回の支給があり、それに加え一度取得した資格に応じてもらえる資格手当も毎月あります。資格の取得費用も会社負担で取得することができるので、自分自身の成長と共に収入も増えます。

求職者に一言

未経験者がほとんどですので、分からないことはすぐに聞ける職場です。仕事内容も幅広く体を動かす仕事や頭を使う仕事などさまざまなので個人の長所を活かすことができる会社だと思います。また、家族を大切にしている人が多いのも特徴です。地元で安定して働きたい方は私たちと一緒に働いてみませんか？



採用情報についての問い合わせ
株式会社富士金属 (☎ 72・5000)
企業紹介事業についての問い合わせ
商工政策課 (☎ 71・2065)

Company introduction

玉名市内の企業について知っていただき、就職先選択のきっかけをつくることを目的に、玉名市内の企業紹介事業を実施します

— Company Profile —

設立年月日/昭和59年(1984年)9月
所在地/玉名市宮原58-1
TEL/☎72・5000

業種(日本標準産業分類における大分類)	製造業
従業員数	43人(うち正社員数:43人)
資本金	4,100万円
年間売上高(直近)	約8億円
年間休日数	103日
有給休暇平均取得日	9日
採用実績	令和4年:2人(新卒1 中途1)
	令和5年:1人(新卒0 中途1)
	令和6年:1人(新卒1 中途0)





夏休み中の少年非行・家出を防止しましょう

家庭は小さな社会です。家庭内の小さな約束を守ることが、規範意識を育てることになります。決まりや約束を守ること、自分も守られることを家庭内でしっかりと教えて、より良い習慣を身に付けさせましょう。

子どもの言葉や生活態度に注意して、

- 行き先を告げずに外出したり、帰りが遅くなる。
- 買い与えていないものを持っている。
- 言葉遣いが乱暴になる。
- 片時もスマートフォン・携帯電話を離そうとしない。
- 学校や部活に行きたがらない。
- 友人関係に変化が見られる。

など、非行の「兆し」を発見した場合、早期に適切な指導を行い、子どもを非行に走らせないようにしましょう。

子どものインターネット利用による犯罪被害を防止しましょう

インターネット上には、子どもに有害な情報があふれています。興味本位、安易な気持ちから、子どもがSNSを使って見知らぬ人と知り合い、さまざまな犯罪に巻き込まれる事件が県内でも後を絶ちません。

青少年インターネット環境整備法や熊本県少年保護育成条例では、保護者はフィルタリングを利用するなどにより、少年のインターネット利用の適切な管理に努めることが義務付けられています。子どもをインターネット利用による犯罪被害から守るためにも、フィルタリングやペアレンタルコントロール機能を活用するとともに、家族で十分話し合って、インターネット利用のルールを作りましょう。

携帯ゲーム機や携帯型音楽プレーヤーの中には、スマートフォンと同様に無線LANを用いて、ダウンロードやメールが利用できるものもあります。子どもがどう使っているのか、保護者が知っておく必要があります。



地方独立行政法人

くまもと県北病院だより Vol.29

岡地方独立行政法人くまもと県北病院 (☎ 73・5000)

市民公開講座からのお知らせ

第29回市民公開講座：知っておこう口のこと

～歯っぴーな毎日のために～

くまもと県北病院 歯科口腔外科

歯科衛生士 内場絹代

5月18日の講座では、毎日、入院患者さんの口腔ケアをさせていただいている歯科衛生士の立場からお話させていただきました。

病気や治療で免疫力などが低下されている患者さんの口腔内は、歯科医院を受診している人には見られない、口腔粘膜状態の悪化や口腔機能低下が起きることが多くあります。「もう少しお手入れされて口の中の菌を減らされていたらこんなことにはならなかったろうに…」とか「義歯をきちんと入れられていたら、しっかり食事が取れ、リハビリが進められるのに…」と思うことが多々あります。そこで、今回は『口の役割・

歯と義歯の役割』『唾液のすごさ』『虫歯・歯周病について』『口腔常在菌の全身への影響(怖さ)』『免疫力が低下した患者さんの実際の口腔内』『口腔ケアの威力』…。そして、これまで入院患者さんの口腔ケアを行ってきた中で忘れられない体験をお伝えしました。

口腔と全身はつながっていて、歯や口腔の健康と全身の健康は関連があることを理解していただけたのではないかと思います。元気なうちから、口の中にある約700種類の口腔常在菌に全身が悪影響を受けないよう口腔衛生に取り組むこと、またしっかり噛み・飲み込む機能が落ちないようにすることが大切であることを意識し、実行していただければ幸いです。

歯科医院には、虫歯や歯周病が悪化したときだけの受診ではなく、口腔内疾患と全身の病気の予防のために定期的に受診し、毎日の歯磨きなどで健康寿命を延ばしましょう！

私なりに 見つめる玉名



地域おこし協力隊 種子島 奈里

夏から秋にかけて咲く「アサガオ」。玉名には、この花によく似た工芸品があるのをご存じですか。豊かな時代が築かれ脈々と受け継がれる伝統がある一方で、姿を消した「地域の財産、もありました。今月は、玉名の女性たちをときめかせた「高瀬しほり」取材しました。

染めの原点 『高瀬しほり』



江戸時代の高瀬地区の特産品「高瀬しほり」。白地の木綿を糸くずくずして染め抜いた「アサガオ」のような柄が特徴です。昭和初期ごろまでは、女性の下着の柄に使われていました。が、手作業の染織は多くの謎を残して姿を消しました。新聞記事で高瀬しほりの存在を知った下川富士子さんは郷土史家たちと協力して研究を開始。日本中で聞き取り調査を行いました。しかし、下着として使用されていた高瀬しほりは再利用の末に処分され、この家庭にも残っておらず、試作品を作ってお年寄りの記憶とすり合わせるという作業が繰り返されました。

その結果たどり着いたのは、復元の成功と「高瀬しほりは日本最古」という答えです。



復元から300年。下川さんは「染めは高瀬に始まった。再び途絶させてはいけない」と、研究会を立ち上げました。小学校などで体験会を開いたり観光列車の乗客にPRしたりして、玉名の財産と技術を守りながら「高瀬しほりを『衣文化』の一つとして捉え、玉名が発祥の地だということをお忘れなく」と活動しています。

豊かな玉名が築かれた背景には、物のない時代を必死に生きる女性たちの姿がありました。肥後もっこりの男性たちに仕えながら、高瀬しほりの下着を身につけた玉名の女性たちがどれほど心をときめかせ、したたかに喜んでいたら…。この思いを想像して、未来へ繋いでほしいです。

高瀬しほり木綿研究会 会長
下川 富士子 さん



88歳の下川富士子さん。30年間、試行錯誤しながら作り続けた高瀬しほりの『集大成』となる展示会が開催されます。

下川富士子とその仲間たち展

期間：7月17日（水）～21日（日）
場所：熊本県立美術館 分館

玉名市職員採用後期試験

だれもが働きやすい職場は
だれもが住みやすい地域づくりにつながる！

男性の育休取得！

大切な子育し。
人間界はまたなの

試験職種および採用予定人数

一般事務（高等学校卒業程度）	3人程度
土木（高等学校卒業程度）	2人程度
一般事務（障がい者対象）	1人程度

受験資格・年齢

詳しくは、市ホームページ（7月1日頃から公開）または受験案内をご覧ください。

	日程（予定）	会場	内容
1次試験	9月21日(土)	玉名市役所 本庁舎	SPI3による性格 および基礎能力 検査、作文試験
2次試験	10月下旬ごろ		集団討論および個 別面接による口述 試験

受験申込受付期間／申込方法

7月12日(金) ～ 8月2日(金)



▲ホームページ
(7月1日から公開)

持参、郵送、インターネットのいずれかで
お申し込みください。

※持参の場合、土日祝は除きます。

※受験申込書は総務課、本庁舎総合案内、岱明
市民生活課、横島市民生活課、天水市民生活
課に用意しています。市ホームページからも
ダウンロードできます。

俺達、育休派。

「みんなの意識が変われば、
俺達も育休派になれる。」

Designed by にしやま ひろし
西山潤 (長崎県長崎市 西英工芸)

皇帝ペンギンは、雄が60日間、自らが巣となって大切な子供を
守り続け、寒さがより厳しくなると、みんなできっつき温め合います。

玉名市役所では男性職員の
育休取得を応援します！

問総務課 (☎ 75・1420)



音楽に出会えるまち



市民会館ホールのロビーで開催します



日時 / **7月26日** 金
午後0時20分～0時50分
場所 / 市民会館ホールロビー

〈出演〉

ギターアンサンブル不知火
(クラシックギター、パーカッション)

〈曲目〉

私を泣かせてください／明日に架ける橋／
放課後の音楽室／さくら ほか

●出演者紹介

大牟田クラシックギター愛好会メンバー有志により結成されたユニットです。
定期演奏会ほか音楽フェスティバルに参加、地元での小規模ライブなどを行っています。

玉名市ロビーコンサート

閩文化課 (☎ 75・1136)



今までの

玉名市ロビーコンサート の模様

閩文化課 (☎ 75・1136)



リヴィエール
(フルート、チェロ、ピアノ)
.....
4月18日

今回はリヴィエールの皆さんによるフルート、チェロ、ピアノのアンサンブルをお届けしました。

曲目は「イエスタデイ」「ミッシェル」「アンドアイラブハー」「日本の四季」が演奏されました。会場には三楽器のハーモニーが響きわたりました。



7/20

体験学習

夏休みたんけん! 博物館2024

クイズを解きながら、博物館を探検してみよう! 玉名の歴史を学べる常設展や開催中の特集展示「赤星亮衛展」を楽しみながら見て回って、クイズに挑戦しませんか。参加者全員に、博物館特製缶バッジをプレゼントします!

期間 7月20日(土)～8月25日(日)

場所 博物館内

参加料 無料

その他 申し込み不要です。午前9時～午後4時に受付までお越しください。

7/23

夏の平和展

子どもたちが見た戦争

戦後80年を目前とし、平和な暮らしの中にある私たちですが、世界を見渡せば、ウクライナやガザ地区をはじめ、世界各地で今もなお武力による紛争が相次いでいます。このような世界情勢の中「戦争の悲惨さ」と「平和の大切さ」を考える機会として、当時の子どもたちが目にした学用品、日用品などを中心とした「戦時資料」を展示します。

期間 7月23日(火)～8月31日(日)

場所 博物館レクチャーホール
エントランスホール (※観覧無料)

展示資料 当時の学用品、玩具、日用品など

— 関連事業 —

参加無料!

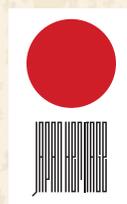
◎講話会「戦時資料収集と平和への想い」

講師 戦史研究家 松山 強 氏

日時 8月3日(土) 午後1時30分～4時30分

場所 博物館レクチャーホール

大野下雨乞い奴踊り



菊池川流域

7月28日(日)

固文化課
(☎ 75・1136)

午前8時30分～

八大龍王神社にて神事、奉納

菊池川流域
日本遺産 HP

午前9時30分～

大野下八幡宮にて神事、奉納



※駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

大野下雨乞い
奴踊りとは

江戸時代の初め、耕作地であった現在の友田川、行末川流域の日照りが続く農家による雨乞いの儀式が行われていました。戦後、ため池などが整備され、農業用水に困ることは少なくなりましたが、伝統文化を継承していくため、昭和41年に保存会を結成。地域の行事として年1回、奉納されています。この踊りは、市の登録無形民族文化財、菊池川流域日本遺産の1つになっています。



子どもの予防接種 Vaccination

岡玉名市保健センター (☎ 72・4188)



■ 接種場所

市が委託する医療機関で接種をすることができます。詳しくは、市ホームページでも確認できます（右の二次元コードを読み込むことでアクセスできます）。



[予防接種]
玉名市ホームページ

■ 乳幼児期の予防接種の説明と予診票の交付

予防接種の説明と予診票の交付は、保健師または助産師の乳児家庭訪問で行っています。なお、玉名市に転入した人や予診票を紛失した人は、母子健康手帳を持って保健センターへお越しください。予診票を交付します。

■ 各予防接種の対象年齢・回数など

- ・ 予防接種には、それぞれ接種に適した時期があります。必要な予防接種を受けているか母子健康手帳で確認しましょう。
- ・ 対象年齢を過ぎた場合は、接種費用が全額自己負担となりますのでご注意ください。
- ・ 予防接種は、お子さんの体調が良いときに受けましょう。



予防接種名		対象年齢	回数
ロタ	1価) ロタリックス	生後6週～24週未満	2回
	5価) ロタテック	生後6週～32週未満	3回
ヒブ		生後2カ月～5歳未満	4回 ^{※1}
小児の肺炎球菌		生後2カ月～5歳未満	4回 ^{※1}
B型肝炎		生後1歳未満	3回
五種混合 (四種混合・ヒブ) 四種混合 (百日せき・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ)		生後2カ月～7歳6カ月未満	4回
BCG (結核)		生後1歳未満	1回
MR (麻しん・風しん混合)	1期 生後1歳～2歳未満	1回	
	2期 小学校就学前1年間	1回	
水痘 (みずぼうそう)		生後1歳～3歳未満	2回
日本脳炎 ^{※2}	1期 生後6カ月～7歳6カ月未満	3回	
	2期 9歳～13歳未満	1回	
二種混合 (ジフテリア・破傷風)		11歳～13歳未満	1回
ヒトパピローマウイルス (HPV) ^{※3}	2価 サーバリックス	小学6年生～高校1年生相当の女子	3回
	4価 ガーダシル		
	9価 シルガード9		2回または3回 ^{※4}

※1 ヒブと小児の肺炎球菌の予防接種は、接種時の年齢によって回数が変わりますのでご注意ください。

※2 日本脳炎ワクチンの積極的な接種勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した人（平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の人）は、あらかじめ接種スケジュールを保健センターにご相談ください。

※3 HPVワクチンの積極的な勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人に対して公平な接種機会を確保する観点から、平成9年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた女子に対し、キャッチアップ接種を令和7年3月まで実施します。

※4 9価（シルガード）HPVワクチンを15歳になるまでに1回目の接種を受ける場合は、2回で接種を完了することも可能です。



子育て保健コーナー

child's health



岡玉名市保健センター (☎ 72・4188)

母子健康手帳交付

■ 予約制

※妊娠 11 週までに妊娠の届け出をし、母子手帳・妊婦健康診査受診票などの交付を受けましょう。

対象者	場所	期日	受付時間
妊婦さんとそのご家族	保健センター	毎週金曜日 (祝日を除く)	①午前9時 ②午前9時50分 ③午前10時50分 ※8月9日、16日、23日は受付時間が異なります。 ①午後1時10分 ②午後2時 ③午後3時

- **申し込み** 前々日までに玉名市公式 LINE にて予約、または保健センターに電話予約してください (先着順)。LINE での予約はトーク画面下の基本メニューから「申請・申込み・応募・予約」を選び、フォームに沿ってお申し込みください。
- **持参物** 妊娠届出書、妊婦健康カード、個人番号カードまたは通知カード (通知カードの場合は身分証明書が必要)、第2子以降の場合は上の子の母子健康手帳、妊婦名義の口座情報の写し (通帳など)

乳児健診

健診の際は、保健師または助産師が赤ちゃん訪問で交付した健診受診票が必要です。

8月対象…令和6年4月生まれ (4カ月児健診)、令和5年12月生まれ (8カ月児健診)

委託医療機関名	電話番号	健診日	備考
浦田医院	74・2412	月・火・水:午前11時~午後0時45分	当日予約可
ひらしま小児科医院	73・5530	月・火・水・木・金:午後2時~3時	前日までに要予約 (空きがあれば当日予約も可)
前田小児科医院	74・1333	火・水・木:午前11時~、午後3時~ 月:午前11時~ ※各30分	3日前までに要予約 (左記以外の日程も相談可)
もみの木こどもクリニック	72・0033	月・火・水・木:午後2時~3時	要予約 (予約すれば他日時でも可)
くまもと県北病院 (小児科)	73・5000 (代表)	水:午後1時~ (※第3金曜日以外)	※先天性疾患や低出生体重など、基礎疾患がある子どもに限られます。 1週間前までに要予約 (電話受け付けは午後1時~4時)

幼児健診

※健診 1 カ月前に郵送でご案内します。対象者数により、日程調整を行うことがあります。

健診名	対象者	実施日
1歳8カ月児健診	令和4年12月生まれの人	8月26日(月)、28日(火)
3歳6カ月児健診	令和3年2月生まれの人	8月27日(火)、29日(木)

- 詳しい日程につきましては、個別に送付します案内をご確認ください。

はじめてのもぐもぐ教室 / すくすく赤ちゃん教室

教室名	対象者	場所	期日	受付時間
はじめてのもぐもぐ教室	令和6年4月生の第1子	保健センター	8月30日(水)	①午後1時30分 ②午後2時30分
すくすく赤ちゃん教室	令和6年1月生	保健センター	8月5日(月)	①午前9時30分 ②午前10時30分

- ・「はじめてのもぐもぐ教室」「すくすく赤ちゃん教室」の詳しい内容については、保健師・助産師の赤ちゃん訪問でお渡ししたチラシをご確認ください。
- ・教室の1週間前までに玉名市公式 LINE より参加前アンケートの回答をお願いします。
- ・「はじめてのもぐもぐ教室」は第2子以降の子どもさんでもご希望があれば参加いただけます。予約制となっておりますので、事前に保健センターへご連絡ください。

フッ化物塗布

■ 予約制

※1人当たり年4回まで無料で塗布を行います。

対象者	場所	期日	受付時間
4歳未満のお子さま	保健センター	8月5日(月)	午前9時30分から午後0時30分まで 10分ごとの19枠

- **申し込み** 7月1日午前9時から玉名市公式 LINE より開始します (先着順)。LINE での予約はトーク画面下の基本メニューから「申請・申込み・応募・予約」を選び、フォームに沿ってお申し込みください。なお、予約に達した場合のキャンセル分の予約は7月31日から再開します。
- **持参物** 母子健康手帳、フェイスタオル1枚

子育てひろば

子育て支援課 (☎ 75・1120)



玉名市子育て支援センター 合同夏祭り

日時: 7月27日(土) 午前10時~正午
会場: 玉名市文化センター3階 大研修室
 (玉名市民図書館・玉名市繁根木 88-1)
対象: 未就園児と保護者(きょうだい児可)

参加団体
 たまっ子らんど
 森のひろば ログさんち
 玉名市子育てネットワーク
 ルーテルキッズ広場
 天水子育てほっとルーム
 玉名市岱明子育て支援センター遊

タマにゃんも来るにゃ~! /

午前11時~
 プラス
ひなた plus の
 演奏もあります♪

【主催・お問い合わせ】
 玉名市利用者支援事業所
 森のひろば ログさんち (☎ 74・6931)
 たまっ子らんど (☎ 73・1151)

玉名市子育てネットワーク	森のひろば ログさんち	玉名市岱明子育て支援センター遊
敬愛保育園内 (☎ 74・4514) 開所日時: 月~金 午前9時30分~午後2時30分 電話相談: 月~金 午前9時~午後4時	おおくらの森保育園内 (☎ 74・6931) 開所日時: 月~金 午前9時30分~午後2時30分 電話相談: 月~金 午前9時30分~午後4時	大野保育園隣 (☎ 57・3844) 開所日時: 月~金 午前9時30分~午後2時30分 電話相談: 月~金 午前9時30分~午後2時30分
救命講習会 (要予約) 7月2日(日)午前10時~ 絵本の読み聞かせ 7月3日(日)午前10時~ 0歳児親子のつどい&身体測定 7月4日(日)午前10時~ 手作りリデイ (要予約) ※火曜日 7月9日、23日午前10時~ ピースくらぶ (要予約) 7月10日(日)午前10時~ スマイル マミー (妊娠期~生後6カ月までの親子のつどい) 7月11日(日)午前10時~ 誕生会 7月18日(日)午前10時~ ※誕生月の人は9時45分までにお越しください。 1歳児以上親子のつどい&身体測定 7月19日(日)午前10時~ カラージュアルバム (要予約) 7月30日(日)午前10時~ 離乳食展示、話 7月31日(日)午前10時~	プール遊び 7月3日(日)、23日(日)、31日(日) 午前10時~11時30分 ※水着、パンツ持参 自然くらぶ 7月5日(日)午前10時30分~ ※汚れてもいい服装で、長靴持参 「たまたまばこ」絵本の会 7月10日(日)午前10時30分~ 身体測定とベビーマッサージ 7月11日(日)①午前10時~②午後1時~ 誕生会&石窯ピザ作り (要予約) 7月16日(日)午前10時20分~ ※ピザのトッピング持参 ハンドメイド講座 (要予約) 7月18日(日)午前10時30分~ エンジョイ☆イングリッシュ (要予約) 7月19日(日)①午前10時20分~ ②午前11時~ ねぞうフォトとベビーマッサージ(要予約) 7月30日(日)午前中	花はなの会 (要予約 6組限定) 7月3日(日)午前10時30分~ ゆったりヨガ (要予約 5組限定) 7月9日(日)午前10時30分~ はるこママと秘密のお話し会 7月11日(日)午前10時30分~ 親子クッキング (要予約 3組限定) 7月17日(日)午前10時30分~ 親子ふれあいベビマ (要予約 5組限定) 7月18日(日)午前10時30分~ ※バスタオル持参 ※9カ月未満児対象 ひらめき工房 (要予約 5組限定) 7月19日(日)午前10時30分~ 歯科衛生士さんに聞いてみよう! 7月23日(日)午前10時30分~ お誕生会 (要予約) 7月30日(日)午前10時30分~ ※誕生者は手形と写真をとります。

たまっ子らんど	ルーテルキッズ広場	天水子育てほっとルーム
<p>玉名市社会福祉協議会 (☎73・1151) 開所日時: 月～金 ※祝日を除く 午前10時～午後3時 電話相談: 月～金 午前9時～午後4時</p>	<p>玉名ルーテル幼稚園内 (☎080・5796・7476) 開所日時: 月～金 午前10時～午後3時 電話相談: 月～金 午前10時～午後4時30分</p>	<p>若宮児童館内 (☎82・3313) 開所日時: 月～土 午前10時～午後3時 電話相談: 月～金 午前9時30分～午後3時</p>
<p>貴美先生とママの為のボディケア (要予約 10組) 7月2日 日 午前10時30分～※水分持参 博物館「赤星亮衛展」へ行こう (要予約 7組) 7月3日 日 午前10時30分～※水分持参 歯の講話と相談 (要予約) 7月4日 日 午前11時～ 七夕バイオリンコンサート (要予約 10組) 7月5日 日 午前10時30分～ カンガルー day (要予約) 7月8日 日 午後1時30分～ 友加里先生と親子でリトミック (要予約 7組) 7月9日 日 午前10時30分～ 管理栄養士千晶先生の食育講座 (要予約 7組) 7月11日 日 午前10時30分～ お誕生会 (7月生まれ対象) 7月17日 日 午前11時～ ※事前に写真と手形をとります 親子で遊ぼう(海を描こう) (要予約 各7組) ※木曜日 ※汚れてもいい服装 7月18日、25日 日 午前10時30分～ 初めてのパパママ教室 (要予約) 7月20日 日 午前10時～</p>	<p>いずみ先生のバランスボール (要予約) 7月3日 日 午前10時30分～ 出張広場～こころピアへ行こう～ (要予約) 7月4日 日 午前10時30分 現地集合 0歳児さんあつまれ! 7月10日 日、30日 日 午前10時～午後3時 まりや先生のマタニティーヨガ (要予約) 7月11日 日 午前10時30分～ みき先生のズンビーニ (要予約) 7月17日 日 午前10時30分～ ひだまりタイム～助産師来所～フリータイム並行 7月18日 日 ※ひだまりは午前中 皆で祝おう誕生会 7月23日 日 午前11時ごろ～ ※事前に写真と手形・足形をとりにきてください みっちゃんの乳がんあれこれ～乳がんを知ろう～ (要予約) 7月31日 日 午前10時30分～</p>	<p>七夕飾り作り (要予約) 7月2日 日 午前10時～正午 七夕会・誕生会 (7月生・要予約) 7月5日 日 午前10時～正午 ※保育園と合同 ※誕生月の人は手形と写真をとります。 ままごと遊び 7月11日 日 午前10時～ 身体測定 7月12日 日 午前10時～正午 手形・足形とり (要予約) 7月12日 日 午前10時～正午 季節の折り紙遊び (※木曜日) 7月18日、25日 日 午前10時～ ペットボトルで水鉄砲作り (要予約) 7月23日 日 午前10時～正午 ※児童館と合同 ※タオル、水筒、着替え持参 水遊び (要予約) ※火曜日 7月30日、8月6日 日 午前10時～正午 ※水着、タオル、水筒、着替え持参 ※雨天や気温が低いときは中止。</p>

児童館活動案内 children's house

<p>若宮児童館 小天保育園隣接 (☎82・3313) 開所日時: 月～金 午前9時～午後6時 土日祝 午前8時30分～午後5時</p>	<p>若宮天子宮正式参拝 7月1日 日 午前9時～ ボール遊び 7月1日 日～5日 日 午後4時～ 段ボールで手作りボードゲームを作ろう 7月6日 日 午前10時～正午 なわとび遊び 7月8日 日～12日 日 午後4時～ 虫探しにレッツゴー! 7月13日 日 午前10時～正午 ※帽子、水筒、ハンカチ、虫かご、網(持っている人のみ)持参</p>	<p>おにごっこ遊び 7月16日 日～19日 日 午後4時～ 花火を描こう(壁面制作) 7月20日 日 午前10時～正午 プール遊び 7月22日 日、24日 日、26日 日、29日 日 午前11時～正午 ※水着、水泳帽、タオル、スリッパ持参 ペットボトルで水鉄砲作り 7月23日 日 午前10時～正午 ひょうたんおにごっこ 7月25日 日 午前10時～11時 ※帽子、水筒、タオル持参 ボールあて遊び 7月30日 日 午前10時～11時 ※帽子、水筒、タオル持参</p>
<p>玉名市伊倉ふれあいセンター (☎73・2221) 開所日時: 月～土 午前8時30分～午後5時 乳幼児と伊倉校区外の小学生の利用は保護者同伴です。</p>	<p>七夕飾り作り 7月1日 日～6日 日 午前10時～午後4時50分 夏休み映画祭り 7月26日 日 午前10時30分～11時30分 ※予約不要 ※イベントのため午前10時～午後1時まで遊戯室は利用できません。</p>	

病児・病後児保育施設 ひだまりキッズ



園子育て支援課 (☎75・1120)
ひだまりキッズ (☎72・9001)

働くママ・パパの強い味方です

子どもが病気などで集団保育が困難なとき、保育園や保護者に代わって一時的に預かる施設です。土日祝日、年末年始はお休み。

- 対象 生後2カ月～小学3年生
- 場所 くまもと県北病院敷地内
- 利用方法 事前にひだまりキッズへ電話で予約してください。
※土日祝日受け付け不可



利用時間(月～金)	利用料金
午前8時～午後0時30分	1,000円
午後0時30分～5時30分	
午前8時～午後5時30分	2,000円

熊本連携中枢都市圏事業

熊本健康アプリ



もっと健康!
げんき!アップ



[対象者]
満18歳以上で
市内在住または
通勤・通学の人

無料

アプリダウンロードはこちら!

Androidをお使いの方は、ダウンロードする前にGoogleFitを端末にインストールしてください。

iPhone版 / Android版



楽しく歩いて、おトクに健康に!

県内 20 自治体の共同運用による熊本健康アプリ「もっと健康!げんき!アップくまもと」は、スマートフォン専用アプリまたは、記録票を用いて、各種健診の受診や「歩く」など日々の健康づくり活動を行うことでポイントが付与され、ポイントが貯まると協力店などで特典を受けたり、賞品応募ができるアプリです。



便利で楽しい機能が盛りだくさん!

- ①ポイントを貯めて抽選で当たる!
豪華賞品(ホテル宿泊券やあか牛ステーキなど)を応募しよう。
- ②バーチャルウォーキングコースに挑戦すると熊本おいしいものめぐりや各地の絶景を巡る日本一周ができます。
- ③健康づくり応援企業の来店サービスが充実しています。

ただ「歩く」だけでなく、目標を持ち、楽しく健康づくりをしませんか

- ・毎日の歩いた歩数に、各種健診受診、健康イベントの参加でポイント付与!
- ・健康チェックで、体重、BMI、血圧、カロリーのヘルスデータを簡単管理!
- ・学校・職場の知人や友人との共通の話題に!

問玉名市保健センター (☎ 72・4188)

休日在宅医 (7月、8月初旬)

⚠当番医は変更になる場合があります
市または玉名郡市医師会ホームページや新聞でご確認ください。

7月	和水クリニック	和水町	☎86・6001	7月	田尻医院	南関町	☎53・0016
7日	古庄胃腸科・内科医院	岱明町	☎57・0013	21日	安成医院	玉東町	☎85・2047
(日)	やざわ整形外科クリニック	松木	☎72・3000	(日)	玉名脳神経外科医院	岩崎	☎75・1511
7月	ひがし成人・循環器内科クリニック	岩崎	☎71・0600	7月	河野医院	高瀬	☎73・3734
14日	しまかわ医院	横島町	☎84・3722	28日	有明成仁病院	長洲町	☎78・1133
(日)	和水町立病院	和水町	☎86・3105	(日)	吉田医院	繁根木	☎73・5100
7月	もみの木こどもクリニック	築地	☎72・0033	8月	鹿井内科	高瀬	☎72・2275
15日	おおかど胃腸科クリニック	六田	☎72・5611	4日	吉村循環器科内科医院	横島町	☎84・2765
(月・祝)	玉名第一クリニック	築地	☎72・4165	(日)	いまおかクリニック	長洲町	☎78・3410

- 在宅医は、医院の都合で変更することがあります。最新情報は、市または玉名郡市医師会のホームページでお確かめください。
- 発熱時の医療機関への受診については、来院前に必ず電話連絡後、受診されますようお願いいたします。
- 診療時間は午前9時から午後5時までです。
- 和水町の医療機関への電話は、市外局番(0968)のダイヤルが必要です。
- 夜間の救急診療は、災害情報指令センター(☎69・1760 荒尾消防署内)か、くまもと県北病院救急センター(☎73・5000)へご確認ください。