

広報たまな

2024
No.341
10月号

人と自然が輝き やさしさと笑顔にあふれるまち 玉名
people + nature + kindness + smile

UD
FONT
by MORISAWA

キラリ
かがやけ
玉名

特集

サテライトオフィス誕生

仕事に文化に
ここから広がる



勉強に
輪・話・和





HOME

JR 玉名駅の向かい側にあるサテライトオフィス・コワーキングスペースです。近くには銀行やコンビニエンスストア、ビジネスホテルなどがあり、車がなくても便利な立地です。駅内にはレンタサイクルもあるので、少し離れた場所の用事も済ませられます。

周辺マップ



Mizumoto Orange Coworking Garden

天水町小天のミカン農園の敷地内にあるサテライトオフィス・コワーキングスペースです。天水では古くからミカン栽培が行われており、山腹にはミカン畑が一面に広がります。また、夏目漱石が訪れ「草枕」の題材にした小天温泉が近くにあり、眼前に望む有明海、雲仙普賢岳、その向こうに沈む夕日は見る人を癒すロケーションです。



周辺マップ



特集 サテライトオフィス誕生



仕事に 文化に 勉強に ここから広がる 輪・話・和



新風が吹き込む
生き生きとした地域に

ことし、玉名市に2つの新たな施設が誕生しました。その名は「HOME（玉名駅前）」と「Mizumoto Orange Coworking Garden（天水地区）」。どちらも玉名市サテライトオフィス等拠点整備支援補助金を活用して公民連携で立ち上げ、運営しています。

本市で活動するさまざまな人を対象に、仕事はもちろん、地域の文化活動や学生の勉強スペースとしても利用可能。この2施設を中心に、県外・市外から本市への新たな企業や人の流れを作り、雇用の拡大や企業同士の連携による生産性の向上などにつなげることで、地域の活性化を図ります。

2施設を運営する事業者に話を伺い、施設開設にかけた思いや施設の概要をお伝えします。

サテライトオフィス…企業本社から離れた場所に設置されたオフィス
コワーキングスペース…異なる職業や個人が共に働くスペース

HOME

▼施設紹介動画



Mizumoto Orange Coworking Garden

▼施設紹介動画





①会議室（1階）②開放感のある窓からは駅前広場が見渡せます。③会議室（2階）



④⑤コワーキングスペース（1階）仕事で空間を共有するだけでなく、イベントでの利用も可能です。
⑥キッチンカウンター「0番線」

最新の営業スケジュールやイベント情報などは、Instagramで確認できます！

お問い合わせは▼

☎ 080・5053・4380

✉ home-tamana@futurelink.co.jp



⑥



所在地：玉名市中 77- 3
営業時間：午前 11 時～午後 7 時
休業日：土・日・祝・年末年始
利用料金：大人 1,100 円／1 日
（3 時間以内 550 円）
学生 110 円／1 日
会議室利用：1,100 円／1 時間

JR 玉名駅前にオープンした「HOME」は、我が家（ホーム）のように帰ってきたくなる、そして駅のホームのように「誰かの出発を後押しする」そんな場所を目指しています。
「0 番線」と名付けたキッチンカウンターもあり、間借り出店やイベント開催などとしての利用も可能です。

話します。HOME は現在、学生の学習スペースとしての利用が多いとのこと。学生が、自由に働く大人と同じ空間に居合わせることで生まれる効果に期待しています。

コミュニティマネージャーの諸岡さんは県外から移住してきた 1 人。諸岡さんは「市外から来た当事者の一人として、自分が暮らすまちに友人や仕事仲間ができることやそういう場所があることは、このまちにこれからも住み続けたいと思うきっかけになる」と言います。「小さなことを積み重ね、HOME を日常的に人が来る場所にして、住民が本当に欲しい駅前の姿を作る一つになっていきたい。HOME は完成された場所ではなく、皆さんとつくっていく場所でありたいので、ぜひ『自分だったらこう使う』をどんどん持ち寄ってほしい。皆で使い合うその先で、コワーキングの利用につながれば」と語りました。

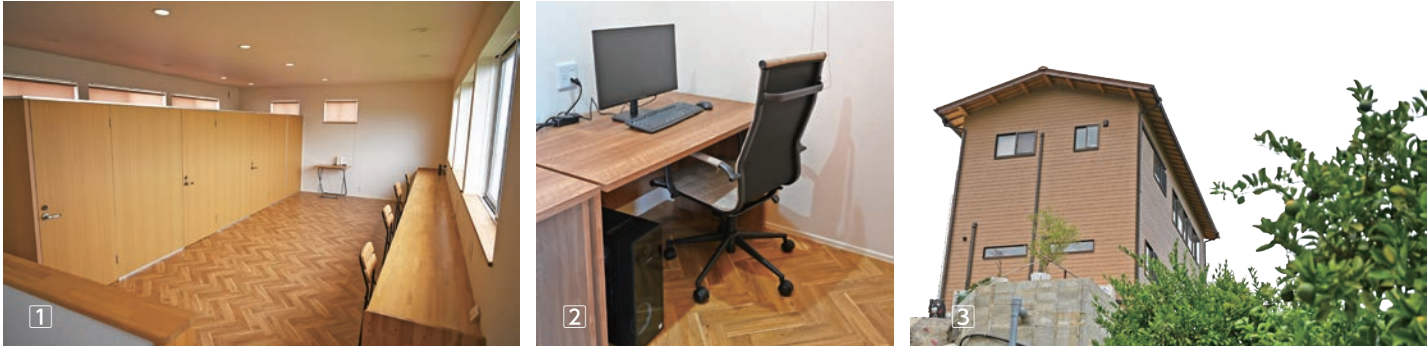
HOME は「未完成」みんなで作っていく場所

県内上位の乗降者数を誇る玉名駅。駅前の活性化が地域課題に挙がっています。事業者の村木さんは「普段は自治体のあるさと納税を担っていて、どんな風に人を呼び込むか、移住定住の面も意識する。大人が生き生きとトライする姿を、地元の子どもたちが HOME で目の当たりにすることで、将来地元に残るという選択肢を芽生えさせたい」と

▼株式会社フューチャーリンクネットワーク

村木さくらさん④、HOME コミュニティ
マネージャー諸岡若葉さん⑤





①②オフィススペース（2階）月単位で借りられる契約オフィス ③ミカン畑から見上げた建物の外観



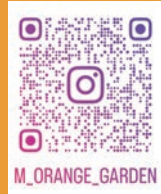
④⑤コワーキングスペース（1階）会議やリモートワークなどさまざまな場面で利用できるスペースです。
⑥会議室（2階）窓からはミカン畑が見えます。

施設の詳しい情報やイベント情報などは、Instagram で確認できます！

お問い合わせは▼

☎ 82・8077

✉ info@mizumotoorangegarden.com



⑥

所在地：玉名市天水町小天 1128

営業時間：午前 10 時～午後 6 時（不定休）

利用料金：コワーキング 1,650 円／1 日
（1 時間 550 円）

イベント 1,100 円／1 時間

2 階オフィス：1 人席 22,000 円／月
2 人席 33,000 円／月

「Mizumoto Orange Coworking Garden」は、全国的にも珍しい観光農園の中にオープン。農業や食品に興味のある人は、リアルな知見を持った農園スタッフと話ができて、農作業をお手伝いすることも可能です。

大切な「天水町」を
活気づけるための挑戦

「50 年を超えた節目に新しいことに取り組みたかった」。そう話すのは、事業者の水本幸也さん。ミカン狩りやバーベキューができる観光農園を家族で経営して、ことしで 54 年目という歴史があります。

「農業と聞くと疎遠になりがちな若い世代に興味を持ってもらいたい」との思いで施設整備に取り掛かりました。幸也さんは「玉名に新幹線が通って県外へ働きに出る人が増えたが、それを逆手に取れたらと考えていた。コロナ禍の働き方改革で、職場以外の場所での仕事をする選択肢ができたことと、天水町が『過疎地域』に指定されたことで、人を呼び込む意味でも天水に働ける環境を創り出したら受け入れてもらえるのではないかと考えました。ただ、施設開設からまだ一度もミカン

のシーズンを迎えておらず、利用者の増はこれからの見込み。妻の裕美さんは「これから施設を知って家族で利用してもらうなど、仕事で利用する人以外の家族が待ち時間に行える、ミカンを使った『親子体験』ができたらい」と思考中。裕美さんの母で代表取締役の利恵子さんは「私たちがこの施設の運営を始めることで、少しでも人の役に立つ拠点ができ、天水一帯に活気の輪が広がればうれしい」と語りました。

▼株式会社水本オレンジガーデン
水本幸也さん、裕美さん、利恵子さん





玉名に来て つながった縁

Mizumoto Orange Coworking Garden 利用者
株式会社 ^{クオーク}QoQ 代表取締役 ^{ふるた たかひこ}古田 貴彦さん

施設を知った経緯――

私の会社はAI 関連やプログラム、ホームページデザインが主な仕事。パソコン一つあればどこでも仕事ができます。熊本市にオフィスを構えていますが、社員が増えスペースが足りず、次の拠点を探していたところに紹介を受けました。荒尾市の取引先から業務サポートの面で近い方が良いという要望があり、支店を置くことを決めました。

実際に使ってみて――

将来的にどこでも仕事ができるように場所を提供できたらと考えていました。ここは景色が良く、近くには温泉も。キャンプができる場所があるので、社用車をワンボックスカーに変えたほど。会社用でキャンプ道具も取り揃えました。熊本市のオフィスの社員と定期的に集まり、ミーティング代わりのバーベキューをしています。どこでも仕事ができるということは、その分人材の確保にもつながるし、優秀な人材を見つけられると考えています。



今後取り組みたいこと――

今、玉名工業高校にホームページの作り方やプログラムの仕方などIT の授業を教えています。この施設に来たからこそつながった縁。このような地域貢献は続けていきたいです。また、農業の機械や農産物の仕分けなどをAI を使って行うという仕事も担っているので、農業の盛んな玉名でも、今後生かしていけたらと考えています。

働き方の多様化で「選ばれるまち」へ
今回整備されたサテライトオフィスは多様なワークスタイルに対応できるようになっています。その背景にあるのは玉名市の人口減少。出生数の低下による自然減と転出者の増加による社会減が要因です。HOMEでは進学や就職などで転出する前の若者が地域について考え活動する「玉名未来づくり研究所」の活動拠点になっており、Mizumoto Orange Coworking Gardenは、風光明媚な景色の中でのワーケーションに最適な環境が整っています。
これからこの2施設が、市内外の人々のさまざまな活動の拠点となり、本市の関係人口の増加や移住定住などの社会増に貢献できる施設となることを期待しています。まずは、気軽にご活用ください。



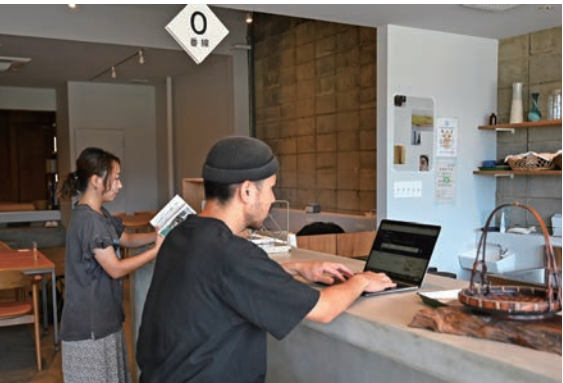
インタビュー

利用者の実の声

施設を知った経緯――

数年前に玉名を訪れ、その際にカフェ・ホテル「HIKE」に宿泊しました。そこでHIKE を営む^{さとうみつる ようこ}佐藤充・陽子夫妻に出会い、2人が世界一周経験者と知りました。私たちもホテルやゲストハウスの経営に興味があり、夫婦で世界一周をしようと考えています。「せっかく世界一周をするなら」と、佐藤夫妻の下で修業のために2カ月間働くことに。玉名には始めから短期間の滞在と決まっていたので、借りた家のインターネット環境は整えませんでした。しかし、世界一周するにはたくさんの手続きが必要で、パソコン作業は欠かせません。そこに、HOMEを紹介してもらいました。HOMEでは「お手伝い制度^{※1}」を活用し、店番をする代わりに自由に施設を利用させていただきました。

※1 月に4日以上HOMEの受け付けや清掃などの運営に参加する制度



偶然の出会いが きっかけ

HOME 利用者 沖縄県那覇市出身
^{おぎどう もりたか ようこ}荻堂 盛貴・耀子 夫妻

実際に使ってみて――

私たちは電車を利用しているので、駅前の立地はとても助かりました。電車1本で熊本にも福岡にも行けるし、駅前から少し歩けばレンタカー会社があり、遠方に行くことにも困りません。玉名に来て全く不便を感じませんでした。また、玉名は食べ物が新鮮でおいしく、駅前周辺の飲食店にお気に入りも見つけました。便利はありすぎても飽和するだけ。玉名はちょうどいい町です。

今後施設をどのように使いたい――

しばらく旅に出ますが、また玉名を訪れるときに利用します。将来、私たちが会社を立ち上げたら拠点の一つにしたいと思うし、従業員の出張などでHOMEを中心に営業をしてもらいたいです。私たちは、一つの場所にじっと留まるよりも場所を変えていくほうが好きなので、気分転換をしながら仕事をする場所に良いと思います。

玉名から始まり、世界へ!!

パリオリンピック
バレーボール男子日本代表

みやうら

けん

宮浦健人選手



PROFILE プロフィール

- ・ジェイテクト STINGS 愛知所属
- ・1999年2月22日生まれ
- ・荒尾市出身
- ・鎮西中、鎮西高校、早稲田大学卒業
- ・身長／体重：190cm／86kg
- ・ポジション：オポジット

子どもたちとバレーの 楽しさに触れた2時間

8月23日、パリオリンピックに出場したバレーボール男子日本代表の宮浦健人選手（ジェイテクト STINGS 愛知）が玉名市総合体育館を訪れ、市内のバレーボールクラブとの練習会が行われました。「玉名ジュニア男子」「玉名ジュニア女子」「玉名ヤング」に所属する小中学生とクラブ卒業生の約80人が参加。宮浦選手によるパス練習や子どもたちへのアドバイスなどに加

えて質問コーナーも設けられ、充実した2時間を過ごしました。宮浦選手は荒尾市出身の25歳。小学2年生のとき玉名ジュニアでバレーボールを始め、鎮西中学に進学後も週末は玉名での練習を続けました。当時から監督を務める高谷健也さんは「小学生のときの健人は比較的小柄で目立つタイプではなかった。中学に上がると身長も30センチほど伸び、持ち前の器用さを生かしてどんどん実力を付けていった」と話します。3度の全国優勝を誇る鎮西高校では3年時に主将を務め、早稲田大学に進学。社会人2年目からはポランドとフランスのチームでプレーし、攻撃力に磨きを掛け、世界トップクラスの選手へと上り詰めました。

たかたにけんや 高谷健也さん（73歳）

バレーボールクラブ「玉名ジュニア男子」「玉名ヤング」の監督バレーボールの指導歴は50年を超える。

て、子どもたちの良い刺激になるとうれい」とその様子を見守りました。宮浦選手は「玉名がバレーボールキャリアの始まりの場所。ここでの縁がなければ今の自分はないと思う。当時の自分がそうだったように、子どもたちにもバレーを楽しんでほしい」と頬を緩ませ「自分は常に成長を求めて、日々の積み重ねを意識している。子どもたちにも『積み重ねていくこと』を大事にしてほしいし、苦しいことも糧にして一緒にバレーボール界を盛り上げていけたらいいなと思う」と子どもたちにエールを送りました。



①スパイクを決める宮浦選手
②子どもたちと宮浦選手がハイタッチ③④⑤宮浦選手と小中学生がパス練習⑥⑦中学生以上の練習を見て宮浦選手がアドバイス⑧宮浦選手への質問コーナーでは「身長が高くなるにはどうしたらいい?」「(宮浦選手) しっかり寝て、しっかり食べること」など聞きました。

玉名ジュニアの

子どもたちに聞きました!

「みんな技術ができていてすごい。将来が楽しみ!」と宮浦選手に言われた子どもたち。この中から世界で活躍する選手が生まれるかもしれません!

Q 宮浦選手と練習した感想は?

- 東 煌翔さん（八嘉小6年、写真㉔）「緊張してドキドキした。宮浦選手のアタックの回転がすごかった!」
- 日野 篤希さん（築山小6年、写真㉕）「宮浦選手からのパスは、ずしっと重たくて感じたことのない感触。返すのが難しかった」

Q 今後の抱負は?



- キャプテン・大森龍ノ助さん（大浜小6年、写真㉖）「次の世代に全国大会に出場してほしいと思う。下級生たちとそのための練習を頑張りたい!」
- 副キャプテン・島本鳳凱さん（横島小6年、写真㉗）「自分には常に課題がある。中学でもバレーは続けたい」
- 矢浦廉蔵さん（築山小6年、写真㉘）「宮浦選手のレシーブを実際に見て、誰よりもうまくなりたいと思った。日本代表になれるよう頑張りたい!」

詳細は Youtube「熊本県玉名市公式チャンネル」をご覧ください!





投手の好投に負けない長打の連発

令和6年度岱明地区支館ナイターソフトボール

8月17日～26日の10日間、岱明中央公園グラウンドで真夏の夜の熱戦「岱明地区支館ナイターソフトボール大会」が開催されました。本大会は50年以上続く、伝統ある岱明地区恒例行事。出場チームは、各行政区の気心が知れた近所同士、夫婦、親子など、幅広い年齢層で構成されています。準決勝、決勝はレベルの高い試合となり、投手の好投に負けない長打の連発と見応えのある試合でした。最後は古閑チームの若い力で初優勝となりました。



▲優勝した古閑チームの皆さん

子どもたちの笑顔広がる

夏休み子どもDAY大盛況

8月10日、岱明防災コミュニティセンター（岱明町公民館）で「夏休み子どもDAY ～遊び学び体験～」を開催。500人を超える来場者が、会場いっぱいの学びのブースで多くの体験を楽しみました。



好きな暮らしは自分でつくる

不動産アワード(不動産・建設経済局長賞)大賞

7月31日、九州4県を中心に24地域の事業体で構成されるNPO法人福岡ビルストック研究会が市長を表敬訪問。「九州DIYリノベWEEK」の活動において第2回不動産アワード(不動産・建設経済局長賞)のアワード大賞を受賞したことを報告しました。独創的で地道な活動により社会的起業家の養成や関係人口増大など、地域の社会課題解決に貢献している点が高く評価されました。

本市では、村田明彦氏(株式会社村田建築設計事務所代表)が「たまなしリノベプロジェクト」として取り組んでいます。



▲左から市長、NPO法人福岡ビルストック研究会の皆さん、副市長

2年ぶり3回目の県予選優勝

荒尾府本ソフトボールクラブ 表敬訪問

6月25日、荒尾玉名地域の小学生男女で構成される荒尾府本ソフトボールクラブが市長を表敬訪問。4月の「全日本小学生ソフトボール大会熊本県予選会」で優勝し、8月の全国大会へ出場することを報告しました。野林愛優羅さん(玉陵小学校6年)は「毎日の練習を大切にしてチームに貢献したいです」と、埜中智也さん(築山小学校5年)は「県予選ではあまり打てなかったのが全国大会では打てるように頑張ります」と、清永煌心さん(玉陵小学校4年)は「全国大会ではヒットを多く打てるように頑張ります」とそれぞれ意気込みました。



▲左から市長、荒尾府本ソフトボールクラブの皆さん、副市長

百歳の誕生日

おめでとう
ございます

8月12日生まれ
岱明町鍋 小路 芳子さん

●長寿の秘訣
「気負いせずに過ごすこと」

宝くじ助成事業で備品を整備

令和6年度コミュニティ助成事業

滑石支館では、老朽化が進んだ滑石友愛会館体育館のコミュニティ活動の備品を宝くじ助成事業の採択を受け整備しました。この事業は、宝くじの社会貢献広報事業費を財源として(一財)自治総合センターが助成するものです。

この事業により滑石支館ではこれまで以上にコミュニティ活動の充実が図られ、さらなる世代間交流が期待されます。



- ・助成額…170万円
- ・総事業費…181万5千円

金栗トロフィーを寄贈

秩父宮記念 第49回富士登山駅伝競走大会

8月4日、静岡県御殿場市で富士登山駅伝競走大会が開催され、市長が金栗トロフィーを寄贈しました。この大会は、金栗四三さんが携わった大会「箱根登山競走」を復活する形で1976年に第1回を開催。第47回大会から6区の区間賞選手に金栗四三賞として金栗トロフィーが贈呈されています。今大会で受賞した森口広也さん(御殿場滝ヶ原自衛隊所属)は「6区の山頂区は高低差も激しく難しいところ。金栗四三賞を取って大変うれしい」と話しました。



▲左から市長、森口さん

「1勝でも多く」活躍誓う

中学生2人が柔道で九州大会、全国大会出場

7月26日、岩尾颯真さん(光道場、岱明中学校3年)と内山天人さん(天水中学校2年)が副市長を表敬訪問。7月の「熊本県中学校総合体育大会柔道競技」で岩尾さんが個人60kg級、内山さんが個人50kg級でそれぞれ優勝し、8月の九州大会と全国大会へ出場することを報告しました。岩尾さんは「昨年の全国大会では悔しい思いをしたので、こしは上位入賞を目指します」と、内山さんは「1勝でも多く勝ち上がりたいです」と抱負を語りました。



▲左から岩尾さん、副市長、内山さん

全国の消費生活センターに寄せられている「(著名人) が主催する投資の勉強会」などの相談が、2022 年度と比べて約 **10 倍と急増**しています。県内でもSNSトラブルが後を絶ちません。ことしに入り**投資詐欺で1億1千万円の被害額**が出ており、金額も高額化しています。

いったん振り込んでしまうと、被害回復が難しいため、SNS上で勧誘を受けてもすぐに契約したり入金したりしないで、周囲の人に相談するようにしてください。

恋愛感情を利用し投資へ誘導するもの(ロマンス詐欺)など、投資詐欺以外にも多数相談が寄せられています。下記のようなメールやキーワードにご注意ください。

不審なメール例

- ・携帯電話の未納料金のお知らせ
- ・7億円当選しました
- ・有料サイトの利用料が未納です
- ・お荷物をお預かりしています
- ・あなたの口座に不正ログインを検知しました

詐欺のキーワード

「至急連絡ください」
「今日中に支払ってください」
「後でお金は返金します」
「守秘義務があるので人には言わないでください」
「電子マネーで支払う」
「投資資金を個人口座に振り込む」

心掛けること

- 不審なメールは開かない！
- 知らない番号の電話には出ない！
- 身に覚えのない請求は無視する！
- SNSで知り合った人を簡単に信用しない！

自分でできる対策

- 迷惑メール設定をしましょう(やり方は携帯電話会社に聞きましょう)。
- 玉名市安心メールの登録をしましょう。
- 困っている人がいたら相談するよう声掛けをしましょう。

岡玉名市消費生活センター(くらしサポート課内) ☎ **75・1422**

相談時間: 月曜日～金曜日の午前9時～午後4時(来所の際は必ずお電話ください)

消費生活Q&A 玉名市消費生活センター 特別号

著名人を名乗る 投資話の勧誘に注意！



(安しんちゃん)

おじいちゃんが、SNS で有名経済評論家主催の投資の勉強会に登録したんだって！評論家からノウハウを教えてもらって、信用できると思ったからお金を振り込んだって言ってたけど大丈夫かな？

最近、SNS 上で消費者を信用させるために、著名人本人に無断で名前や写真を使用した投資勧誘が行われているんだにゃ！投資名目で振り込みしたけど、「追加費用を支払わないとお金が引き出せないと言われた」「相手と連絡が取れなくなった」という被害が発生しているにゃ！



(タマにゃん)



えっ、おじいちゃんが振り込んだお金はどうなるの？

そうだな、振込先が個人名義の口座を指定された場合は詐欺の恐れがあるにゃ！いったん振り込んでしまうと、被害回復は難しいにゃ！

トラブルに遭わないためには…

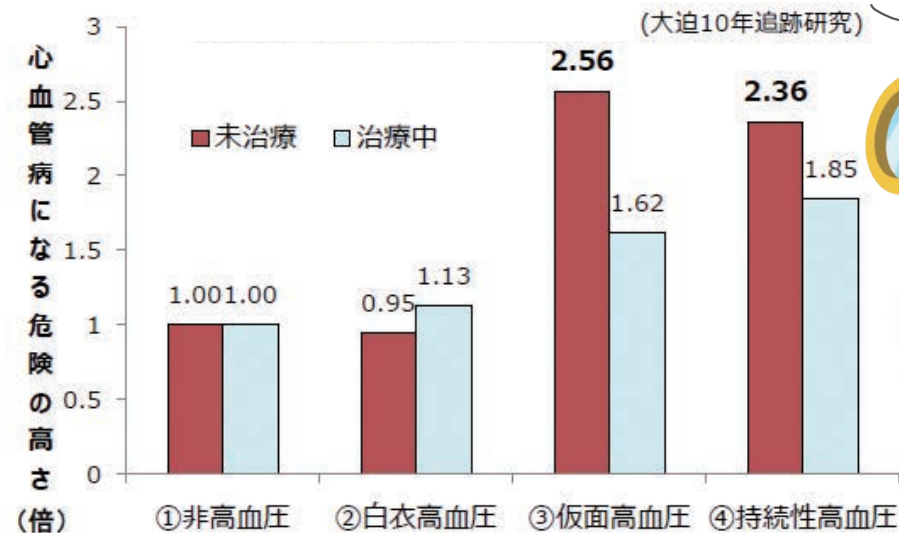
- ① 著名人の公式サイトや公式アカウントなどで注意喚起が出ていないか確認
 - ② SNS 上で勧誘を受けてもすぐに契約したり、入金したりしない
 - ③ 個人名義の口座に投資資金を振り込まない
 - ④ 振り込む前に、家族や周囲の人に相談する
- 「あれ、おかしいな？」と思ったときには、消費生活センターに相談するといにゃ！



消費生活相談員からのアドバイス

このような投資詐欺が玉名市内でも起きています。「自分は大丈夫」と思わずに、よく考えてから行動してください。気を付けていてもトラブルに巻き込まれることがありますので、不安に思ったら玉名市消費生活センターや消費者ホットライン「188 (いやや!)」にご相談ください。

仮面高血圧、白衣高血圧の予後



にゃに!?
仮面高血圧は危険だにゃ!



仮面高血圧の可能性が高い人

- ・降圧療法中のすべての高血圧患者
- ・高値血圧の人 (130-139/80-89mmHg)
- ・喫煙者
- ・アルコールを多く飲む人
- ・精神的ストレス(職場、家庭)が多い人など

仮面高血圧は、家庭血圧を測定しない限り気付くことができず、診断もできません。

家で血圧を測って記録する習慣を身につけ、気になったらかかりつけ医に相談しましょう。

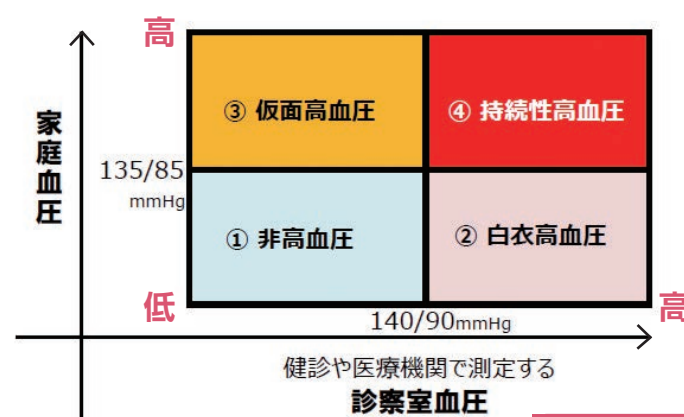
40歳～74歳の人を受ける特定健康診査や75歳以上の人を受ける後期高齢者健康診査の結果は、生活習慣病予防のため医療機関より市へ提供されます。血圧・血液検査・尿検査の結果により、市から訪問や面談をする場合がございます。

血圧、測っていますか？

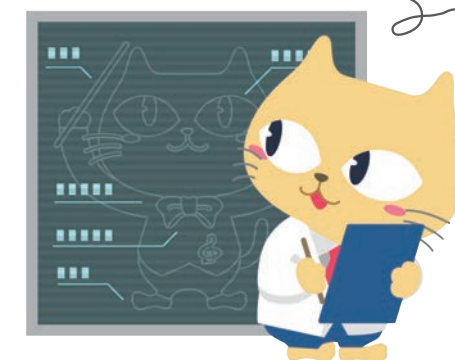
岡玉名市保健センター (☎ 72・4188)

本市では、脳梗塞や脳出血など脳血管疾患のある人が増えています。脳血管疾患の主な原因は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病。普通は血圧が高くても自覚症状はありませんし、特に不自由なこともありませんが、高血圧は脳血管疾患や心疾患などの大きな病気の原因となります。

高血圧にもタイプがあります



タマにゃんの血圧のタイプは
3番の仮面高血圧だにゃん



高血圧の診断基準

診察室血圧

140/90 mmHg 以上

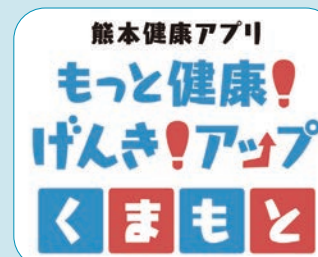
家庭血圧

135/85 mmHg 以上



それぞれ
3番の仮面高血圧はどんなタイプかにゃ〜？

	① 非高血圧	② 白衣高血圧	③ 仮面高血圧	④ 持続性高血圧
状況	家庭、診察室血圧ともに正常	家庭血圧は正常なのに、 診察室血圧は高血圧 になるタイプ	診察室血圧は正常なのに、 家庭血圧では高血圧 になるタイプ (10人に1人が仮面高血圧)	診察室血圧、家庭血圧ともに高い状態
対策	適切な生活習慣・健診受診の継続	非高血圧と比べて、 将来の脳心血管病の発症リスクが高い →家庭血圧測定と記録 次年度の健診を確実に受診	治療が必要	治療が必要



無料
アプリダウンロードはこちら
● iPhone 版 ● Android 版



毎日健康セルフチェックで、おトクに健康に!



健康アプリ「もっと健康!げんき!アップくまもと」は、体重、BMI、血圧をグラフや健康カレンダーで日々のデータを確認でき、健康管理に役立ちます。健康状態などを入力するとポイントを獲得!ポイントが貯まると協力で特典を受けたり、賞品応募ができます。

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
10 2024 OCTOBER	【 今月の納期 】 市県民税 第3期 国民健康保険税 第4期 後期高齢者医療保険料 第4期 介護保険料 第5期 ※ 10月31日困まで		1 ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分〜 岱明町公民館)	3 かんたんストレッチ講座 (午前10時〜 伊倉ふれあいセンター) 空き家に関する無料法律相談 (要予約 ☎75・1311) (午後2時〜 市役所本庁)	4 図書館上映会「タニケンのりものすごいぞ!レスキュー」※子ども向け (午後1時30分〜 岱明図書館) 高校合同進学フェア (市民会館マルチホール)	5 第14回玉名市総合防災訓練 (午前8時30分〜 横島小学校) 川柳大会 (午前10時〜 市民会館第2会議室)
	6 第17回岱明町支館対抗体育祭 (午前8時30分〜 岱明中央公園グラウンド)	7 農業委員会総会 (午後2時〜 市民会館第2会議室)	8 赤ちゃんおはなし会 (午前11時〜 横島図書館) ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分〜 福祉センター)	10 かんたんストレッチ講座 (午前10時〜 伊倉ふれあいセンター) 空き家に関する無料法律相談 (要予約 ☎75・1311) (午後2時〜 市役所本庁)	11 体験学習「星空観察会」 (午後7時〜 博物館駐車場) 小天天子宮火の神まつり(火渡り神事) (午後7時〜 小天天子宮)	12 第7回ウォーターサバイバルゲーム大会 (午前9時〜 鍋松原海岸) おはなし会 (午前11時〜 岱明図書館)
13 玉名市中央公民館市民体育祭 (午前8時30分〜 金栗記念広場) マイナンバーカード休日窓口 (予約制) (午前9時〜正午 市役所本庁)	14 スポーツの日	15 四十九池神社秋季大祭 (午後7時〜 四十九池神社)	16	17	18 第23回松風会盆栽展示会 (〜20日) (午前9時〜 市民会館第1会議室)	19 金栗四三スピリット2024 中西摩耶氏講演会 (午後1時30分〜 市民会館第2会議室) 図書館お楽しみ会 (午後2時〜 市民図書館)
20 湯けむり朝市 (午前8時30分〜 玉名温泉立願寺公園) 肥後狂句大会 (午前9時30分〜 市民会館第3会議室)	21 第12回スクールバンドフェスタ (午後1時〜 市民会館大ホール) 一年中飾れる3Way しめ縄アレンジメント講座 (午後1時30分〜 文化センター大研修室)	22 選挙管理委員会 (午前10時〜 市役所本庁) ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分〜 福祉センター)	23 玉名市ロビーコンサート (午後0時20分〜 市民会館ホールロビー)	24 ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分〜 横島町公民館)	25 ふれあいサロン (午前10時〜 伊倉ふれあいセンター)	26 おはなし会 (午前10時30分〜 天水図書館)
27 短歌大会 (午後0時30分〜 市民会館第3会議室)	28	29	30 土地家屋調査士無料法律相談 (要予約 ☎75・1222) (午後1時30分〜 市役所本庁) マイナンバーカード夜間延長窓口 (予約制) (午後5時30分〜8時 市役所本庁)	31	\ 玉名市の情報をいち早くお知らせ / 玉名市公式 LINE アカウント 広報たまな facebook	

公共施設休館日

| 玉の湯 (☎73・2087) (25日)
 | 潮湯 (☎57・4377) 毎週火曜
 (1日、8日、15日、22日、29日)
 | ゆとりーむ (☎84・3939)
 (7日、21日)
 | 草枕温泉てんすい (☎82・4500)
 (9日、23日)
 | 花の館 (☎82・4600)
 (2日、9日、16日、23日、30日)
 | Y・BOX (☎84・3700)
 (10日、24日)
 | 草枕交流館 (☎82・4511)
 (2日、9日、16日、23日、28日、30日)
 | 金栗四三翁住家・資料館
 (2日、9日、16日、23日、30日)
 | 天水老人憩の家 (☎82・3323)
 (1日から建て替え工事のため休館)
 | 岱明ふれあい健康センター
 (☎57・4141) 毎週月曜
 (7日、14日、21日、28日)
 ※上記以外に臨時休館する場合があります。最新情報は、各連絡先へお問い合わせください。

各種相談会

| 弁護士無料法律相談
 ※要予約 (☎75・1222)
 9日函、23日函
 午後1時30分〜4時 市役所本庁
 | 司法書士無料法律相談
 ※要予約 (☎75・1222)
 2日函、16日函
 午後1時30分〜4時 市役所本庁
 | 納税相談 場所：税務課
 ○夜間：3日、17日
 午後5時15分〜8時
 | 行政相談
 ○玉名地区：10日函、24日函
 午前10時〜午後3時
 福祉センター
 ○横島地区：15日函
 午前10時〜正午 ゆとりーむ
 | 臨床心理士相談会
 24日函
 午後1時30分〜5時 市役所本庁
 | 社労士年金・労働無料相談
 ※要予約 (☎57・8532)
 9日函午後1時30分〜3時30分
 玉名商工会館
 | 無料法律相談
 ※要予約 (☎71・0080)
 17日函午後2時〜4時
 福祉センター
 | 玉名市就職相談会
 ※事前予約 (☎74・1125)
 28日函午後1時〜4時
 岱明支所
 (相談会情報は 34ページにもあります)

+ 10月の献血
 ご協力よろしくおねがいいたします
 岡玉名市保健センター (☎72・4188)

<11日金>

①午前9時30分〜正午
 場所：JA たまな本所
 ②午後1時30分〜3時30分
 場所：医療法人信和会 樹心台

<29日函>

①午前9時30分〜11時30分
 ②午後0時45分〜3時30分
 場所：ゆめマート玉名



●証明書発行の本庁窓口延長サービス
 日時 毎週木曜 (祝日を除く)
 午後5時15分〜6時15分
 内容 戸籍、住民票、印鑑証明の証明書発行
 印鑑登録 ※詳しくは (☎75・1116)

●手話通訳者設置日

日時 毎週月曜 (月曜が休日の場合は翌日)
 午前8時30分〜午後5時

玉名市の
 人
 の動き
 男 30,262 人 (−19)
 女 32,486 人 (−17)
 人口 62,748 人 (−36)
 世帯数 28,593 世帯 (+40)
 令和6年8月末日現在

