

広報たまな

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

2024
No.342
11月号



特集

玉名市こども家庭センター

大好きなあなたが笑うと嬉しい

各地域で活動する母子保健推進員

地域の子育て相談役が家庭訪問

母子保健推進員は、親子の身近な相談相手となり仲間づくりを支援する子育て応援団です。行政とのパイプ役となり、育児不安などの課題の早期解決にもつなげています。本年度は各地区で35人の母子保健推進員が活動中です。妊娠9カ月の妊婦さんと生後3カ月ごろの赤ちゃんには家庭訪問を行っています。

妊娠9カ月の妊婦さん訪問



体調の確認や心配事について精神面でのケアも行います。



もりけい ⑥森 圭さん
母子保健推進員3年目／3児の母

活動の中で地域の交流ができ、私も育児真っ只中ということもあって担当のお母さんと話すのはとても楽しいです。これからも訪問によってお母さんが安心して子育てできるよう努めていきます

たにみず まゆ ⑤谷水 麻由さん(28歳、石貫)
1児の母／第2子を妊娠中

母子保健推進員さんの訪問があると、相談しやすいです。長女を妊娠したときは1人目で不安もあり「何かあったら連絡しよう」と、担当の母子保健推進員さんの連絡先を常に母子手帳に挟んでいました。

生後4カ月の赤ちゃん訪問



授乳、お母さんの睡眠や体調、予防接種、健診などの状況確認に加え、不安や心配事の相談にも応じます。



今度は私が役に立ちたい

いわさき あきこ ⑤岩崎 亜希子さん
母子保健推進員5年目／3児の母

3人目の子どもが小さいころ、夫の長期出張が決まり「1人で育てるなんて無理」と不安定になったことがありました。そのとき保健センターで話を聞いてもらえると安心して涙がこぼれ、誰かにちゃんと見守られていると感じたんです。とても救われたので、今度は私が役に立ちたいと思い母子保健推進員になりました。子どもにとって一番大切な家庭を守るためにも、お母さんに寄り添いできることをしていきたいと思います。

担当がいる安心感

まつの ゆい ⑥松野 由衣さん(34歳、中)
1児の母／6月に長男の陽斗くんを出産

子育てをしていると誰とも話さない日もあります。夫が仕事から帰ってくると1日のことを全部話している自分に「私は大人と話したかったんだ」と思ったこともありました。そんな中、岩崎さんとゆっくり話ができて、とても心が軽くなりました。共感してもらえるのはありがたく、自分に担当の人がいるというだけで心強いです。「何かあっても岩崎さんに相談すると良いから大丈夫」と思えます。

特集 玉名市こども家庭センター 大好きなあなたが笑うとうれしい

4月に玉名市女性・子ども相談室に設置した「玉名市こども家庭センター」。地域の施設や機関が連携・協力して、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を提供するために設置されました。子育てに悩みは付きもの。お父さんが、お母さんが、子どもが、笑顔になれる時間が少しでも増えるよう、本市ではさまざまなサポートを行っています。今月号は子育て特集です。



妊娠期

- 初めての妊娠、出産で心配
- 誰に相談すればいい?

P.03 母子保健推進員の妊婦訪問

出産後

- 母乳やミルクは足りてる?
- 離乳食の進め方が分からない

P.03 母子保健推進員の赤ちゃん訪問

子育て期

- 子育てがづらい、イライラする
- 子どもの問題行動に困っている
- 子どもと少し離れたい

P.06 利用者支援事業

P.10 たまなファミリー・サポート・センター

乳幼児期

- 子どもの発育や発達が気になる
- どこかで子どもを遊ばせたい
- こんなこと誰に聞いていいかわからない

P.04 玉名市子育て支援センター

※本特集で紹介するもの以外にも、はじめてのもぐもぐ教室（離乳食教室、4カ月児対象）、のびのび子育て栄養相談（保健センターで予約受付）、ショートステイ・トワイライトステイなどのサポートがあります。

4 ルーテルキッズ広場



お昼ご飯もみんなで食べるとおいしい！



笑顔あふれる広場です！
妊婦さんはもちろん、生後1カ月を過ぎたら、どうぞお喋りをしにお越しください。愉快的スタッフたちが待っています。

繁根木 21 玉名ルーテル幼稚園 2号館内
開所：月～金 10:00～15:00
☎ 080・5796・7476
(電話相談は 10:00～16:30)

5 玉名市岱明子育て支援センター 遊～ゆう～



親子で料理体験
楽しいイベントをたくさん開催しています！



ベビーマッサージ

「思いっきり遊ぶことのできる環境、空間づくり」を意識しています。アットホームな雰囲気の中、子どもの自由な発想や自発的な行動を大事にしながらゆっくりと見守る子育てができるよう、保護者の皆さんのサポートをしていきたいと思ひます。

岱明町野口 2323 大野保育園内
開所：月～金 9:30～14:30
☎ 57・3844
(電話相談は 9:30～14:30)

6 天水子育てほっとルーム



手形足型制作



ベビーフォト

天水町にある児童館連携型の施設です。同じ敷地内には、保育園、障がい者施設、高齢者施設があり、合同の行事で交流もあります。保育園の広い園庭には、たくさんの遊具があります。外でも中でもゆっくり遊べますので、遊びに来てください。

天水町 6638 若宮児童館内
開所：月～土 10:00～15:00
☎ 82・3313
(電話相談は月～金 9:30～15:00)

玉名市子育て支援センター

市内に6カ所ある子育て支援センター。妊婦さん、乳幼児（未就園児）とその保護者は誰でも無料で利用ができます。開所時間中に自由に遊べて、スタッフや他の利用者とのんびりお話ができる場所です。各所で開催される行事もめじろ押し。「誰かに悩みを聞いてほしい」「子どもを思い切り遊ばせたい」と思ったら、ぜひ足をお運びください。



1 森のひろばログさんち



ふろ～い森の中で自然に触れらる



イベント「エンジョイ☆イングリッシュ」
では英語の先生から学べる！

ログさんちは木の香りと温もりが降りそそぐログハウス。おおくらの森の豊かな自然の中で季節を感じながら、親子でゆっくりとした時間を過ごしませんか。

大倉 1503-1 おおくらの森保育園内
開所：月～金 9:30～14:30
☎ 74・6931 (電話相談は 9:30～16:00)

2 たまっ子らんど



親子でリトミック♪



大きなキッチン遊具で
ままごと遊び

「保護者の皆さんが気軽に集えて笑顔で過ごせる」そんな温かい空間でありたいとスタッフ一同思っています。初めてでも1人でも大丈夫。安心して遊びに来てくださいね。

岩崎 88-4 玉名市福祉センター内
開所：月～金 10:00～15:00
☎ 73・1151 (電話相談は 9:00～16:00)

3 玉名市子育てネットワーク



↑ママのリフレッシュタイム
「プレパパプレママ学級」「妊婦さんのつどい」などいろんな行事を用意しています！



0歳児親子のつどい



手作りのおもちゃが
たくさんあります

木々の緑に囲まれた支援センターです。たくさんの手作りのおもちゃで自由に遊べます。子どもを遊ばせながらお母さん同士のつながりもできています。

築地 2509 敬愛保育園内
開所：月～金 9:30～14:30
☎ 74・4514 (電話相談は 9:00～16:00)

※各支援センターの今月のイベント情報は 52～53ページをご覧ください。



こいけ しほり
小池 志穂梨さん(34歳、築地)
長女 咲那ちゃん(1歳)

結婚を機に退職し専業主婦へ／3歳、1歳の2児の母
山鹿市出身。実家には子どもたちを連れてよく行っています。運転中、束の間の1人時間にコーヒーを飲むのがお気に入り。

悠晴くん2歳、咲那ちゃん0歳のころ
(場所：ログさんち、写真：小池さん提供)



寝相アートに参加 落花生を収穫 リトミックに参加

ログさんち利用者 インタビュー interview

子育ての困りごとを相談できました

夫の仕事の都合で昨年の5月に転入しました。ログさんちを利用し始めたのは長男・悠晴が3歳、咲那が生後1カ月のころ。咲那が生まれて「ママに遊んでほしいのに授乳やお世話で忙しそう」というストレスから悠晴の赤ちゃん返りが頻発していました。支援センターを利用したことはありませんでしたが、周りに友達はおらず自宅で2人を保育するのは大変で足を運んでみることに。先生が咲那を抱っこしてくれ、その間に悠晴と2人の時間を十分とれたことから赤ちゃん返りも減り、咲那に優しくしてくれるようになりました。悠晴が幼稚園に入園するまで毎日のようにお弁当を持って遊びに来ました。

ここでは他の利用者や先生と食事や発達のことなど色々な話ができます。子育ての困りごとを相談して、共感してもらえるだけでとても気持ちが楽になる。これまで何度も救われました。悠晴を出産したころ、社会から孤立したように感じ不安に思ったことがあります。食物アレルギーも発覚し、頭蓋骨矯正も必要でとてもつらかったです。もっと早く支援センターに来れば私の気持ちも違ったのかなと思います。



ログさんちの
散歩道
とっても気持ち良い♪



この日は誕生日会に参加。
音楽に合わせて踊って、
親子で手作りした焼きた
てのピザをばくり。

ここで、社会性を身に付けてほしい

育児で心掛けているのは、声をかけることと見守ること。本人が話せなくても「これが食べたいの?」「こうしたかったの?」と聞くようにしています。本人がやりたいことは危険なこと以外手を出さず見守り、何かあったら助言する。自分で考え行動できる人になってほしいと思っています。長男は支援センターを利用する中で立場が違う人と接することを学んだようで、他の子どもにおもちゃを譲れるようになりました。家ではできない、社会性を身に付けられることがこの場所の良さの1つだと思います。

玉名市利用者支援専門員のいる子育て支援センター 利用者にもっと寄り添える場所へ

「森のひろば ログさんち」「たまっ子らんど」では、地域子育て支援拠点事業と利用者支援事業を展開。子育て家庭が市内の支援サービスを円滑に利用するために、身近な相談ができる子育て支援専門の「玉名市利用者支援専門員」がいます。2人の専門員と、それぞれの支援センターの利用者に話を聞きました。



森のひろば
ログさんち

ログさんちセンター長／
玉名市利用者支援専門員
つかもと あきこ
塚本 明子さん

地域でつくる 支え合う子育て

ログさんちでは「子育て中の皆さんがホッと安心できる場づくり」に取り組んでいます。利用者支援専門員の役割は「相談事を関係機関につなぐこと」と「地域連携」の2つ。利用者から相談があった際は、必要ならば保健センターや子ども家庭センターなど各機関につなぎます。関係機関はネットワークをつくり定期的に研修や会議を実施し、本市の子育て支援の底上げをしています。

みんなでつながって 安心子育てを

私自身、ログさんちの立ち上げから関わり、スタッフとなつて17年が経ちました。お母さんの様子も年々変わり、今は以前よりお母さん同士のつながりが薄れ、孤立しやすくなつて

ているように感じます。だからこそ利用者の皆さんにはログさんちでつながって安心して過ごしてもらいたいのです。スタッフ一同大切にしていることは「目の前にいる1人の人にどれだけ丁寧に関われたか、その人に安心感を与えられたか」ということ。受容と共感を心掛け、利用者の皆さんといろいろな話をしています。支援センターは敷居が低く、子どもを遊ばせながら話ができる。気楽に相談して、安心してほしいです。

SNSでは、テキパキと家事をするおしゃれなママや手の込んだ離乳食などに目が行きがち。でも現実はそのほいけません。SNSの世界を見て、1人で焦って頑張る必要なんてない。ログさんちでは利用者同士で、子どもへの声掛けや関わり方などが学び合えます。「離乳食を食べない」などの悩みも「大丈夫。うちもそうだったよ」と他のお母さんに言われると安心します。

利用者同士でカウンセリングし、情報交換ができることもこの場所の意義があるところ。みんなで育ちあって、みんなで子育てしていけたらいいなと思います。

ログさんちの
モットーは
「笑顔の周りに
集まる笑顔」

◀ログさんち
スタッフ





のなか そのか
野中 園花さん(33 歳、高瀬)

次女 絃汐ちゃん(2 カ月)

実家の居酒屋を育休中／4 歳、0 歳の 2 児の母育児で大事にしていることは、あいさつと片付けをさせること。おもちゃを処分する際は子どもと一緒にいるもの、いらぬものを話し合って整理しています。



子ども同士で遊ぶようになりました

4 歳の長男・暖斗が 1 歳になったころ、いつも自宅や公園で遊んでいたのが、同じ年代の子どもとの関わりがないことが心配になり保健センターに尋ねました。そこで教えてもらったのが子育て支援センターです。いざ行くと、暖斗はとてもしんでくれ、だんだんと子ども同士で遊ぶ姿が見られるように。気づけばたまっ子らんどとルーテルキッズ広場に毎日のように通っていました。

暖斗と長女・結湖は年子。2 人が幼稚園に入園するまで自宅で保育するのは本当に大変で、記憶にないくらい忙しかったです。ここに来ると先生がどちらか 1 人と遊んでくれ、とても助けられました。ままごとや絵本などお気に入りのものも多く、2 人ともここが大好きでした。次女・桜湖はまだ遊べませんが、今は私の息抜きとして来ています。先生や利用者の皆さんと子育ての情報交換や雑談をするだけで気持ちがとても軽くなります。室内で安心なうえ、桜湖は家では泣きますが、ここでは刺激も多いからかあまり泣きません。これからも予定のない日は利用したいです。

たまっ子らんど利用者インタビュー

ここは、話を受け止めてもらえる場所

4 歳の長女・絆風が 1 歳になるころにたまっ子らんどを利用するようになりました。当時コロナ禍だったので、外出は心配だったものの「ずっと家にいるより気分転換に出かけたい」と思っていたところ、友人に誘われました。利用を始めてからは毎日のように通い、開所時間中はずっと利用するようになりました。長女が当時一番楽しみにしていたのが、たまっ子で毎週金曜日に行われるお楽しみ会。先生が踊るアンパンマン体操が大好きで一緒に踊っていました。

長女が幼稚園に入園後も、次女を妊娠してからは 1 人で先生と話をしに来ることも。ここに来る一番の理由は、先生が面白くて楽しいのもありますが、話を受け止めてもらえること。不妊治療を経験して、周りに話にくいことも先生には相談できました。今では他の利用者とも仲良くなり、いろんな悩み事を話し合えます。「同じように頑張っているお父さんお母さんもいるんだ」と実感できることが、たまっ子らんどの良さの 1 つだと思います。



ほりかわ
堀川 ほなみさん(34 歳、伊倉)

次女 桜湖ちゃん(1 カ月)

専業主婦／4 歳、3 歳、0 歳の 3 児の母育児で心掛けていることは、なるべく子どもたちの気持ちを第一に考えること。毎日の成長が見ることが喜びで、子どもの笑顔だけで育児を頑張れます。

私は、長男が生後 2 カ月のときに玉名市に引っ越してきました。近くに知り合いがない状態での初めての育児。孤独を感じていました。そんなとき、子育て支援センターの存在を知り毎日のように通うように。友達も増えて集える場所があることにとても助けられました。2 人目の子どもを里帰り出産し、5 カ月後に玉名市に戻ったとき「おかえり、待ってたよ」とママ友や大好きな支援センターの先生から温かい言葉を掛けられてとてもうれしかったことを覚えています。そんな私がたまっ子らんどのスタッフになった

利用者の立場に立って寄り添う

のは 8 年前。利用者の皆さんと接していると支援センターに通っていたころの自分を思い出します。育児の悩みや孤独感、イライラしたり、泣きたくなったりするお母さんの気持ち。とてもよく分かります。利用者としての当時の気持ちを忘れずにたまっ子らんどを利用する皆さんに寄り添いたいと思っています。話すことで少しでも気持ちが楽になり、帰るときに「ここに来てよかった。楽しかった」と感じてもらえたらそれだけで幸せです。「居心地が良く安心して 1 人でも来られる。いつでも笑顔で迎えてもらえてどんな悩みでも話せる」たまっ子らんどがそんな場所でありたいとスタッフ一同思っています。また、利用者支援専門員として親子の悩みに寄り添い、必要としている支援を適切な関係機関につなげられるよう各施設、機関と連携をとっています。子育て中の皆さんの役



玉名市利用者支援専門員
したばらい やすよ
下 拂 靖世さん

に立てるよう日々、努力していきたいと思っています。

今だけの育児時間大切にしてほしい

子どもたちと接していると「子育てをしていたころに戻りたい」と今だからこそ思うことがあります。長男、長女は大きくなり、幼いわが子と一緒に過ごした日々はもう戻ってきません。振り返ると一番幸せな時間でした。育児中のお父さんやお母さんには「ママ、パパ、見



なむら ゆうき いおり
毎日のように来所している中村祐輝さん、衣織ちゃん(1 歳)。最近はお父さんの利用も増えているとのこと。

て！」と子どもがきらきらした瞳で甘えてくる毎日を大切に過ごしてほしいです。今のうちにたくさん抱きしめてほしい。ですが、子どもに対して余裕が持てないときがあることもよく分かります。子育て中のお父さん、お母さんはたくさん話をしに来て、悲しいときやきついときには甘えてほしいと思います。絵本を読んだり、体操したり、季節の遊びをしたり、一緒にたくさん思い出をつくれたいと思います。



スタッフみんなでお待ちします！

たまっ子らんどでは、子どもの一時預かりなどを行う「ファミリー・サポート・センター」(通称ファミサポ) も担当。たまっ子らんどに行くと、支援センターの利用も、ファミサポの登録もできます。

- ◀⑤たまっ子らんどスタッフ
- ⑥ファミサポスタッフ



依頼会員

くまざわ じょう はるな
熊澤 丈さん(30歳、中) 春菜さん(29歳)
長女 柚花ちゃん(1歳) 長男 司くん(4カ月)

夫婦ともに東京都出身。転勤をきっかけに昨年11月に転入。「玉名市にお世話になったから」と、司くんは「司グループ」から名付けました。

熊澤さん、池本さんにとってお互いは「家族のような存在」とのこと。



ファミサポ利用者 インタビュー interview

つわりがひどくて毎日利用しました

長男の妊娠が分かってすぐのころ、転入しました。当時はつわりが始まっており、長女にご飯を食べさせることさえ難しい状態。周りに頼れる人はおらず途方に暮れていたとき、ファミサポを見つけました。最初は涙が出るほど不安でしたが、アドバイザーや協力会員の皆さんが明るく迎えてくださり、長女もすぐに懐いて心底安心しました。里帰り出産をするまでの約5カ月間、送迎や預かりで毎日ファミサポを利用しました。平日午前10時～午後3時は担当の協力会員さんが「たまっ子らんど」で、午後4時～9時は池本由美さんが毎日自宅で長女を預かってくださる日々が続いたこともあります。「今日はこんなことができたよ」と教えてもらえたので、安心して任せることができました。今は自動車教習所の講習の受講の際にファミサポを利用しています。支援センターまでバスで通っていますが、子ども2人を連れて行くのはとても大変。ファミサポを利用すれば受講がかなうと思い決意しました。

また転勤が決まったとしても、玉名市の皆さんにはとてもお世話になったので絶対に会いに来たいと思っています。今度は私も誰かの役に立ちたいので、子育てが落ち着いたらファミサポのサポーターをやりたいです。

利 用 案 内

対象者

生後3カ月の乳幼児～小学6年生

援助の依頼と活動の流れ

●依頼会員

登録→援助の申し込み→協力会員の紹介→事前打ち合わせ、顔合わせ→利用→料金支払い

●協力会員

養成講座受講・登録→活動の紹介→事前打ち合わせ、顔合わせ→活動→料金受取→報告書提出

利用料金(1時間当たり)

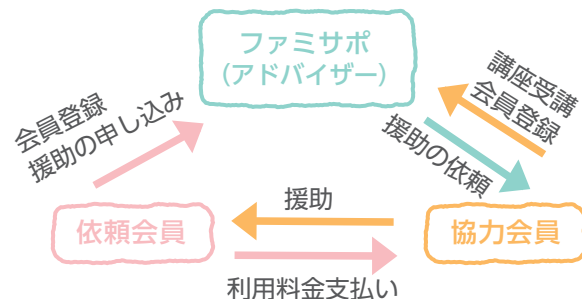
7:00～19:00 600円
19:00～22:00 700円

第3子以降は2時間無料
ひとり親世帯は半額を助成

問 たまな ファミリー・サポート・センター (☎ 79・7077)

協力会員募集中

11月5日(火)～7日(木)、11日(日)、13日(火)、14日(水)に協力会員の養成講座を開催(年2回開催)。詳細はお問い合わせください。



赤ちゃんが生まれたら
まずは登録!
困ったときに
頼ってください



◀千田さん
⑥笠原さん



地域で守り、 助け合う子育て

たまな ファミリー・サポート・センター



池本さんのことを「ばあば」と呼ぶ熊澤柚花ちゃん。池本さんが大好きで、この日も姿が見えると抱きついていました。

「仕事で保育園の送迎ができない」「授業参観に行きたいけれど兄弟を連れて行くのは心配」「一人で美容室に行きたい」と子育て中に思ったことはありませんか。「たまなファミリー・サポート・センター(通称ファミサポ 以下略)」はこうした悩みに寄り添い、地域で子育てを支援しています。援助を受けた人(依頼会員)と援助をしたい人(協力会員)をアドバイザーが仲介し、保育施設や習い事の送迎をはじめ、保護者の買い物やリフレッシュ時の預かりなど多岐にわたる場面で子育て家庭を支えています。現在依頼会員は914人、協力会員は20代～70代の179人が登録。開所して17年目となり、年平均で1200件を超える利用があつていきます。

安全を第一に 心に寄り添うサポートを

協力会員の池本由美さん

(岱明町)は、ファミサポに登録して4年目。送迎をはじめ、昼夜問わずに自宅での預かりも受け入れています。「顔を合ませただけの知らない人に子どもを預けるのは不安で勇気がいること」と話す池本さんは、自身も3人の子育て経験者。「安心安全を第一に、自分が子どもを預けたとして『預け先がこうであつたらいいな』と思うことを実践し、家族のように接しています。より良いサポートができるよう定期的に専門家の勉強会に参加して心と体、食の事などを学んでいます」と語ります。自宅での預かりは誤飲や転倒などのリスクも考え、子どもが安全に過ごせる環境作りに注意が必要ですが、家族も協力的とのこと。「夫も娘たちも家族全員子どもが大好きなので、預かりの際はみんなで遊ぶこともあります。小さい子どもがいるだけで、癒されて優しい会話が増えました」と笑顔で話しました。

ファミサポのアドバイザー



◀池本さんの抱っこで気持ちよくお昼寝する熊澤司くん。

を務めるのは千田ゆう子さん(かさはらのふこ)と笠原信子さん。「協力会員の皆さんは、自分の家族のようにかわいがってくださいます。子どもを預かって楽しいと思ってもらえるよう協力会員の皆さんにも寄り添いたいです」と話し「1対1で子どもと接してもらえるので、親以外の大人と密に過ごす時間は子どもにとっても良いものだと思います」とアドバイザーとしての思いを語りました。

体罰などによらない子育てのための工夫のポイント

子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう

相手に自分の気持ちを受け止めてもらえたという体験によって子どもは気持ちが落ち着き、大切にされていると感じます。

子どもの発達によって異なることもあります

年齢や発達の状況によって、できることとできないことがあります。子ども自身が困難を抱えているときは、それに応じたケアが必要なこともあります。

「言うことを聞かない」にも理由があります

保護者の気を引きたい、子どもなりに考えがあるなど、さまざまな理由があります。「いやだ」というのは、子どもの気持ちです。その感情を持つこと自体はいけないことではありません。

子どもの状況に応じて環境を整えましょう

子どもが困った行動をする場合、子ども自身も困っていることがあります。子どもが自分でできるように環境を整えましょう。

注意の方向を変え、やる気に働きかけましょう

子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいこともあります。待つことや、場面を切り替えること（散歩をするなど）で子どもの気持ちや行動が変化するかもしれません。

肯定文で分かりやすく、時には一緒に

「走らない!」ではなく「ここでは歩いてね」など肯定文で何をすべきか具体的に、また穏やかに、近づいて落ち着いた声で伝え、子どもに伝わりやすくなります。「一緒におもちゃを片付けよう」とやり方を示したり教えたりすることもできます。

できていることを具体的に褒めましょう

子どもの良い態度や行動を褒めることは、自己肯定感を育むことになります。何が良いのかを具体的に褒めると、子どもにより伝わりやすくなります。

保護者自身の工夫

否定的な感情が生じたときは、そういう気持ちに気づき認めることが大切です。その原因が子どものことなのか、自分の体調の悪さや孤独感など自分自身のことが関係しているのかを振り返ると気持ちが少し落ち着くかもしれません。



相談窓口 あなたの悩みをお聞かせください

● 子育てに関する相談

玉名市保健センター 平日／8:30～17:00 ☎ 72・4188

女性・子ども相談室（玉名市役所内）平日／8:30～17:00 ☎ 75・1410

児童相談所 24時間電話対応（近くの児童相談所につながります）☎ 189（全国共通ダイヤル）

熊本県中央児童相談所（熊本県福祉総合相談所内）平日／8:30～17:15 ☎ 096・381・4451

児童家庭支援センター

キッズ・ケア・センター（児童養護施設シオン園内）24時間電話対応 ☎ 62・0222

肥後っ子テレフォン

（非行などに関する相談）（熊本県警内）平日／9:30～17:15 ☎ 0120・02・4976

● 女性／男性に関する相談

女性・子ども相談室（玉名市役所内）平日／8:30～17:00 ☎ 75・1410

（DV、離婚その他女性（男性）に関する相談）

女性相談センター（福祉総合相談所内）平日／8:30～17:15 ☎ 096・381・4454

DV電話相談（福祉総合相談所内）平日／8:30～22:00 ☎ 096・381・4454

土日祝／9:00～

妊娠とこころの相談 不妊相談 平日／9:00～20:00 ☎ 096・381・4340

男女共同参画相談室らいふ

（熊本県庁内、土曜日はくまもと県民交流館パレア内）

●電話相談

月・木・金・土／9:30～16:00

火／9:30～19:30

●法律相談

毎月第3土曜（予約制）13:00～16:00

熊本県警 警察安全相談室

24時間電話対応

（ストーカー・DVに関する相談）

☎ 096・383・9110

☎ 096・333・2666

（土曜：096・355・2223）

体罰などのない子育てを広げるために

聞き合う子育て始めませんか

子どもをたたく、ご飯を与えないなどの体罰だけでなく「うまなければよかった」「あなたはダメな子」といった心を傷つける言葉も子どもの権利を侵害します。体罰によらない、子どもの権利を侵害しない子育てをするためにはどんなことが必要か、心理カウンセラーの三浦佑子さんに話を聞きました。



心理カウンセラー
三浦 佑子さん

子育て中の人は 受援力を持つこと

虐待は子どもの人権を侵害すること、しつけは行動の修正をすることで、両者は大きく違います。「〇〇くん！ダメでしょ！」と怒鳴るだけでは、子どもは人格否定されたと感じ傷つきます。「この行動の何がいけないか」を説明することが大切です。不機嫌な大人が、言葉や態度で子どもに当たるという現象は不適切な養育とされており、落ちていく子育てをするためにも大人は自分の機嫌をとっていかないといけません。

虐待の予防は、親子や夫婦で日常的に会話があること。

「聞き合う」「相談し合う」と

いった「し合う」という関係性を持ち家族の問題を話し合いで解決しようとするのが最も重要です。しかし、子育ては家族だけでは難しいので家庭の風通しを良くするために、話を聞いて手立てをくれる他者に頼るのは当然のこと。子育て中の人は経済的・

時間的・精神的ゆとりを失いやすく「助けてもらっていない」と受援力を持たないと、虐待が起きやすい状況をつくりまします。お父さん、お母さんは子育てから少し離れて一人になる時間が必要です。どんなにかわいいわが子でも、育児感情が高まるときと、落ちるときとが交互にやってくる必要があります。それはストレスのせいで、子どもと一緒に居すぎているということ。会えない時間が親子の絆を育て、それは赤ちゃんのときから必要なものです。社会でみんなに育ててもらっているという啓蒙が必要だと思います。子

子育てで重要なこと

「ありがとう」を言う

幼いころに一番心の栄養になるのは「ありがとう」です。「しなくていい」というマイナスの言葉は子どもはないがしろにされたと感じます。家では小さなお手伝いをたくさんさせてあげた方がよいです。

話をとことん聞く

笑顔でうなずいて聞くという態度を親が身に着けることが重要です。「言わなきゃ分からないでしょ」とよく家庭では言われますが「聞かせて？」と普段から言葉尻をあげて聞く態度を持つっていると話してくれます。

甘やかしと甘えは違う

本人がお願いしていないのに歩ける子どもを抱っこするのは甘やかし。子どもが自分から抱っこを求めるのは甘えで情緒的な交流。たくさん甘えを受け入れてもらえると、自主性も適応力も育ち、自立しやすくなります。

感情表現は止めない

泣いているなら「いっぱい泣いていいよ」と受け止めます。ストレスを発散しているかもしれないし、感情はあるがままに出してあげないと癒されないものです。

ダメ出しよりも勇気づけ

幼い頃から「どうせできないよ」とダメ出しされた子どもは、ネガティブな行動支援を受けたことになり、自信を失います。「あなたならできると思うよ、わくできたね！」と勇気づけ、認めて一緒に喜びましょう。



体験・展示コーナー

歯科健診、相談	玉名郡市歯科医師会
フッ化物塗布	熊本県歯科衛生士会 有明支部
子どもの薬剤師体験	玉名郡市薬剤師会
水道水と天然水の味比べ	
野菜の計量体験	栄養士会有明事業部
フードモデル展示	
血糖・血圧測定、栄養相談	玉名郡市医師会、ひがし成人・循環器内科クリニック「青空の会」
学校給食施設紹介 ふるさとくまさんデーの取り組み紹介 季節のみそ汁の取り組み紹介 レシピ・食品サンプル配布	学校栄養士会
お口の細菌チェック お口の潤いチェック 唇舌の運動チェック	九州看護福祉大学 口腔保健学科
身体組成・骨密度測定	九州看護福祉大学 スポーツサポートチーム「アイリス」
みそ汁の塩分測定	食生活改善推進員協議会
みそ玉作り体験 (50人限定!)	JA たまな女性部

販売コーナー

- 調理パン
玉名産の小麦粉（プレミアムT）、米粉を使用
- ドライ果実・野菜
道ばたキッチン

- 米
JA たまな女性部

健康測定コーナー

- ベジチェック
 - 血管年齢測定
 - 脳年齢測定
- 明治安田生命保険相互会社

主催 たまな健康食育フェア実行委員会、玉名市
協力 明治安田生命保険相互会社 閭玉名市保健センター (☎ 72・4188)

健康ポイント
20 P 対象



※虫歯予防のフッ化物塗布を希望する人は、塗布後 30 分間飲食ができませんのでご注意ください。
※みそ汁塩分測定は、ご自宅のみそ汁やスープを少量ご持参ください。簡単にチェックできます♪



例えば子どもが夜中になかなか眠りにつけないとき
自分でコップにお茶を注ぎたいと言って、そのお茶を床中にこぼしたとき
バナナの皮をむいて渡すと「自分でむきたかった」と泣き叫ぶとき

それを受け入れることができるか、、、
「あーもう!」と怒鳴ってしまうか、、、

怒鳴ってしまうときは、心の SOS。心に余裕がないときのサインです。

きついときはきつい。それで良い。
大好きなわが子が笑ってくれたら、あなたはうれしい。
大好きなあなたが笑ってくれたら、子どももうれしい。

ただただ 1 日家から出ずに過ごしたとしても、
洗濯も食器洗いもまともにできなかったとしても、
今日も 1 日、大切な命を守られたのであれば、それはあなたが十分頑張った証です。

周りに頼って良いよ。1 人で頑張らなくて良いよ。

そんな子育てをする皆さんに寄り添える、玉名市こども家庭センターでありたいと思います。

特集 玉名市こども家庭センター
大好きなあなたが笑うとうれしい

— 終わり —



1卓球 2剣道 3柔道 4陸上男子 5陸上女子 6ソフトボール男子 7ゲートボール 8相撲
9水泳 10バレーボール女子 11ボウリング 12グラウンドゴルフ男子 13グラウンドゴルフ女子
14バドミントン女子 15バレーボール男子 16アーチェリー 17サッカー

リポート 第79回 熊本県民体育祭 天草大会

関スポーツ振興課 (☎ 75・1129)

第79回熊本県民体育祭天草大会は9月14、15、21、22日(計4日間)天草市、上天草市を主会場に計24競技が行われました。一部の屋外競技は雷雨のため中止や短縮もありましたが、無事全日程が終了。
本市は20団体中、総合成績7位:891点(昨年度9位)、女子総合成績7位:262点(昨年度10位)と昨年度を上回る成績を収め、総合躍進成績では3位入賞となりました。



第2位 RANKING
バドミントン男子



第2位 RANKING
弓道



第2位 RANKING
バスケットボール女子



第2位 RANKING
バスケットボール男子



競技名	試合結果	備考
陸上男子	12 位	【400m】 男子 29 歳以下①五郎丸純史 【砲丸投げ】 男子 60 歳以上①吉坂英樹
陸上女子	7 位	【200 m】 女子 34 歳以下③清原歩 【2000m】 女子 50 歳以上③坂田登子
水泳男子	14 位	【50m バタフライ】 男子 45 歳以上②坂梨剛昭
水泳女子	10 位	【50m バタフライ】 女子 45 歳以上①岩田多江子 【50m 背泳ぎ】 女子 25 歳未満②石坂羽美
軟式野球	3 位	決勝 玉名市 4-5 熊本市 (A 組 2 位、全体 3 位)
ソフトボール男子	17 位	1 回戦 玉名市 1-7 水俣市
ソフトボール女子	3 位	準決勝 玉名市 5-8 八代市
ソフトテニス	5 位	予選リーグ E 組 1 位通過 決勝トーナメント 1 回戦 玉名市 1-3 熊本市
卓球	7 位	予選リーグ E 組 2 位通過 2 位トーナメント 7 位決定戦 玉名市 4-0 宇土市
バドミントン男子	2 位	決勝 玉名市 2-3 八代市
バドミントン女子	5 位	準々決勝 玉名市 0-2 熊本市
バレーボール男子	5 位	準々決勝 玉名市 1-2 上益城郡
バレーボール女子	5 位	準々決勝 玉名市 1-2 八代市
バスケットボール男子	2 位	決勝 玉名市 50-83 熊本市
バスケットボール女子	2 位	決勝 玉名市 44-61 熊本市
ハンドボール男子	3 位	準決勝 玉名市 15-16 宇城市
サッカー	9 位	2 回戦 玉名市 3-5 球磨郡
柔道	5 位	準々決勝 玉名市 1-5 熊本市
剣道	17 位	1 回戦 玉名市 1-1 玉名郡 (代表戦)
弓道	2 位	総得点 56 点 (近的 A12、近的 B13、遠的 A17、遠的 B14)
相撲	8 位	予選 玉名市 3-2 球磨郡 玉名市 0-5 葦北郡 玉名市 0-5 上益城郡
アーチェリー	5 位	準々決勝 玉名市 3-5 水俣市
馬術	3 位	決勝 玉名市 -100 (52.77) 阿蘇郡 -100 (52.01) 球磨郡 28
テニス	3 位	準決勝 玉名市 1-4 熊本市
ゲートボール男子	6 位	勝敗 3 得失点 10 総得点 58
ボウリング	18 位	得点合計 4021
グランドゴルフ男子	18 位	合計スコア 225 最小スコア 41
グランドゴルフ女子	18 位	合計スコア 235 最小スコア 39

玉名市選手団 成績一覧



第3位 RANKING
ハンドボール男子



第3位 RANKING
ソフトボール女子



第3位 RANKING
テニス



第3位 RANKING
馬術



第3位 RANKING
軟式野球



軟式野球 (高木昇監督) は市合併後では最高順位の A 組 2 位 (全体 3 位)、ソフトボール女子 (飯塚美智雄監督) は序盤リードも逆転され悔しい 3 位、バドミントン男子 (野中伸一郎監督) は八代市に 2-3 で競り負け惜しくも 2 位、バスケットボール男子 (江田剛監督) とバスケットボール女子 (堀本正和監督) は熊本市に一步及ばずともに 2 位、ハンドボール男子 (小本晃昭監督) は宇城市に 1 点差で敗戦、連覇ならず 3 位、弓道 (吉田美世子監督) は遠的で好成績を残すも 2 位、馬術 (内村和男監督) は好騎乗ながら点数及ばず 3 位、テニス (宮本和雄監督) は、荒玉対決を制し、堂々の 3 位となりました。また、個人競技では、陸上 (東英三子監督) で五郎丸純史選手が 1 位 (男子 29 歳以下: 400m)、吉坂英樹選手が 1 位 (男子 60 歳以上: 砲丸投げ)、清原歩選手が 3 位 (女子 34 歳以下: 200m)、坂田登子選手が 3 位 (女子 50 歳以上: 2000m) を受賞。水泳 (安田宏監督) で坂梨剛昭選手が 2 位 (男子 45 歳以上: バタフライ)、石坂羽美選手が 2 位 (女子 25 歳未満: 背泳ぎ)、若田多江子選手が 1 位 (女子 45 歳以上: バタフライ) を受賞しました。



小学生が高瀬しぼりを知る

築山小学校 6年生の地域学習

9月19日、築山小学校6年生の地域学習の一環として高瀬しぼり木綿研究会による授業が行われました。児童は、目の前で実際に巻き上げ絞りの技法で布が染まる様子を目を丸くして驚きました。同会は縛った状態のものを一人一人に配布。自分の手で開き、高瀬しぼりが現れると「とても綺麗」「柄がかわいい」「もっと高瀬しぼりを見たい」と児童は口々に感動の声を上げました。同会会長の下川富士子さんは「玉名の財産はなにかと聞かれたら『高瀬しぼりというものがある』と答えられるようになってほしい」と力を込めました。



自分たちのまちは自分たちでつくる!

玉名市まちなか未来プロジェクト 市民拡大ワークショップ

9月28日、玉名市のまちなかの未来を考える第1回市民拡大ワークショップを開催。市民と市職員約50人が6つのエリアに分かれ「やりたいことが実現した理想の玉名のまちなかでの過ごし方」をテーマに語り合いました。人の暮らしや活動が見える「まち」のイメージを共有する貴重な機会となりました。今後はワクワクする「まちなか」づくりに向けて『やってみたいこと』『できること』を具体的にイメージし、取り組みにつなげていきます。



▲蛇ヶ谷公園と温泉エリアを語るチーム

子どもたちの安心・安全な通学

玉名市へ横断旗寄贈

9月5日、(公社)熊本県宅建物取引業協会玉名支部が市内各小学校に横断旗を3本ずつ寄贈しました。横断旗は子どもたちの安心・安全な通学のために活用されます。



▲(公社)熊本県宅建物取引業協会玉名支部の皆さん、教育長、市長、徳村市議

夏の経験を自信に!目指す全国!

横島クラブ 表敬訪問

9月5日、横島クラブが市長を表敬訪問。7~8月の「第50回熊日学童オリンピックミニバスケットボール大会」と8月の「第48回全関西ミニバスケットボール交歓大会」で優勝したことを報告しました。主将の嶋田梨乃さん(玉東町立山北小学校6年)は「夏の県大会と西日本大会で優勝できてうれしい。日々の練習を頑張り、秋の県大会でも優勝し全国大会に行きたい」と意気込みました。



▲左から横島クラブ選手の皆さん、市長(後列右から2番目)

おもてなしフラワープロジェクト

「地域環境美化功績者表彰(環境大臣表彰)」受賞

8月26日、玉陵小中学校学校運営協議会が市長を表敬訪問し「地域環境美化功績者表彰(環境大臣表彰)」の受賞を報告。会長の松川哲秀さんは「いつもきれいにしたいと思って活動しています」「学校や地域を美しくし、花いっぱいになりたい」を目標に、平成22年から環境スクールボランティアを開始。年2回は「おもてなしフラワープロジェクト」として新玉名駅やくまもと県北病院に花を提供、世話、除草、周辺の清掃活動も行っています。



▲玉陵小中学校学校運営協議会の皆さん、市教育委員会、市長

やさしい日本語で防災意識向上

在住外国人向け防災セミナー開催

8月27日、横島町公民館で、本市在住の外国人に向けた防災意識の向上を図るセミナーを開催。言葉の問題により情報が伝わりにくく、災害発生に関する十分な知識がないことから避難行動につながりにくいことが課題になっています。今回、ベトナムとインドネシアの技能実習生27人と行政区長、雇用主、高校生などが参加し、熊本地方気象台や有明広域行政事務組合消防本部の協力で災害のリスクや母国語での119番通報の方法などを学びました。



▲真剣な表情で受講する参加者の皆さん

ビーチボールバレーで健闘!

第38回熊本県子ども会ビーチボールバレー大会

8月18日、人吉市スポーツパレスで、熊本県子ども会ビーチボールバレー大会が開催され、玉名市大会で優勝、準優勝した各部2チームが参加。結果混合の部で「HAKKA スターズ」が準優勝、女子の部で「睦合 Jyo (上)」が3位入賞しました。



▲㊤混合の部準優勝「HAKKA スターズ」㊦女子の部3位「睦合 Jyo (上)」

消防活動の正確性・速さを競う

第35回熊本県消防操法大会

8月25日、八代市環境センター「エコエイトやつしろ」で第35回熊本県消防操法大会が開催され、本市からは市大会で優勝した第10分団第5部(天水町尾田・斉藤地区)が出場。ポンプ車の部(9チーム)と小型ポンプの部(25チーム)の2種目で、県内各地域の代表消防団が消防活動の基本となる規律と消火技術の正確性・速さを競い合いました。



▲第10分団第5部による放水の様子

日

SUNDAY

11
2024
NOVEMBER

月

MONDAY

ぜひチェックするにゃん〜▶▶

＼ 玉名市の情報をいち早くお知らせ ／

広報たまな

暮らし
イベント
観光
市政
緊急情報
まちの話題

玉名市 LINE
公式アカウント

広報たまな
facebook

火

TUESDAY

水

WEDNESDAY

3 文化の日 体験学習「文化の日たんけん」博物館 (午前9時～ 博物館) 文化協会ワークショップ (午前10時～ 文化センター)	4 振替休日 秋の玉名吟剣詩舞連盟大会 (午前10時～ 文化センター大研修室)	5 農業委員会総会 (午後2時～ 市役所本庁)	6 ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分～ 岱明町公民館)
10 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) たまな健康食育フェア (午前10時～ 市民会館会議棟) 歌声喫茶 (午後1時30分～ 高瀬蔵)	11	12 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)	13
17 湯けむり朝市 (午前8時30分～ 玉名温泉立願寺公園) 宝くじ文化公演 元気が出るオーケストラコンサート 《玉名市民会館自主文化事業》 (午後2時～ 市民会館大ホール)	18	19	20
24 開館30周年特別展「よみがえる同田貫」前期展示 (～12月22日) (午前9時～ 博物館) 装飾古墳一斉公開 (午前10時～ 大坊古墳・石貫穴観音横穴)	25 梅林天満宮流鏑馬奉納 (午後1時～ 梅林天満宮)	26 ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分～ 福祉センター)	27 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)

木	THURSDAY	金	FRIDAY	土	SATURDAY
7 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)	8 第15回玉名市神楽フェスティバル (午後5時30分～ 立願寺公園)	1 催し物「こころピア書道展」(小学1～3年生24日まで) (午前9時～ 博物館) 第15回玉名市神楽フェスティバル (午後5時30分～ 立願寺公園)	2 秋季俳句大会 (午後0時30分～ 市民会館第2会議室) 図書館上映会「そして父になる」※大人向け (午後1時30分～ 岱明図書館)	9 第17回玉名寒蘭愛好会展示会【前期】(～10日) (午前9時～ 市民会館第2会議室) おはなし会 (午前11時～ 岱明図書館)	16 伊倉まち歩きフットパス (午前9時30分～ 伊倉ふれあいセンター) お楽しみ会 (午後2時～ 市民図書館)
14 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)	15	21 野の花のリースと干支づくり講座 (午前10時～ 伊倉ふれあいセンター)	22 選挙管理委員会 (午前10時～ 市役所本庁)	23 勤労感謝の日 第28回玉名大俵まつり (午前7時～ 市役所周辺)	30 第17回玉名寒蘭愛好会展示会【後期】(～12月1日) (午前9時～ 市民会館第2会議室)
28 ゆた〜っと元気体操 (午後1時30分～ 横島町公民館) 第2回玉名市国民健康保険事業の運営に関する協議会 (午後2時～ 市役所本庁)	29 催し物「こころピア書道展」(小学4～6年生12月22日まで) (午前9時～ 博物館) 市議会定例会本会議(開会) (午前10時～ 議場)	29 催し物「こころピア書道展」(小学4～6年生12月22日まで) (午前9時～ 博物館) 市議会定例会本会議(開会) (午前10時～ 議場)	29 催し物「こころピア書道展」(小学4～6年生12月22日まで) (午前9時～ 博物館) 市議会定例会本会議(開会) (午前10時～ 議場)	29 催し物「こころピア書道展」(小学4～6年生12月22日まで) (午前9時～ 博物館) 市議会定例会本会議(開会) (午前10時～ 議場)	29 催し物「こころピア書道展」(小学4～6年生12月22日まで) (午前9時～ 博物館) 市議会定例会本会議(開会) (午前10時～ 議場)

公共施設休館日

玉の湯 (☎73・2087) (25日)

潮湯 (☎57・4377) 毎週火曜 (5日、12日、19日、26日)

ゆとりーむ (☎84・3939) (11日、25日)

草枕温泉てんすい (☎82・4500) (13日、27日)

花の館 (☎82・4600) (6日、13日、20日、27日)

Y・BOX(☎84・3700) (14日、28日)

草枕交流館 (☎82・4511) (6日、13日、20日、27日)

金栗四三翁住家・資料館 (6日、13日、20日、27日)

天水老人憩の家 (☎82・3323) (3日、4日、7日、10日、14日、17日、21日、23日、24日、28日)

岱明ふれあい健康センター (☎57・4141) 毎週月曜 (4日、11日、18日、25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)
13日 10時～14時 市役所本庁
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)
6日 10時～14時 市役所本庁
午後1時30分～4時 市役所本庁

納税相談
○夜間: 7日、21日
午後5時15分～8時
○休日: 24日 午前9時～正午

行政相談
○玉名地区: 14日 10時～14時 福祉センター
午前10時～午後3時 福祉センター
○岱明地区: 7日 10時～正午
ふれあい健康センター

臨床心理士相談会
20日 10時～14時 市役所本庁
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)
13日 10時～14時 30分～3時 30分 玉名商工会館

無料法律相談
※要予約 (☎71・0080)
21日 10時～14時 福祉センター

玉名市就職相談会
※事前予約 (☎74・1125)
11日 10時～14時 天水支所
25日 10時～14時 岱明支所
(相談会情報は35分にもあります)

🚑 11月の献血 ご協力よろしくお願いいたします
☎玉名市保健センター (☎72・4188)

<6日 10時～>
①午前9時30分～11時30分
②午後0時40分～4時
場所: 市役所本庁

<19日 10時～>
①午前9時30分～11時30分
②午後0時45分～3時30分
場所: 横島町公民館



【今月の納期】
国民健康保険税 第5期
後期高齢者医療保険料 第5期
介護保険料 第6期
※12月2日 10時まで

●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	30,235 人 (-27)
女	32,473 人 (-13)
人口	62,708 人 (-40)
世帯数	28,600 世帯 (+7)

令和6年9月末日現在

イベント・講座

令和7年

玉名市新年賀詞交歓会

日時 令和7年1月6日(月)

午前11時～

場所 玉名市民会館 マルチホール

会費 1人500円

申し込み 11月30日(土)までに

(一財)玉名市自治振興公社(玉名市民会館会議棟内)へ会費を添えてお申し込みください。

※午前9時～午後5時

園(一財)玉名市自治振興公社(☎73・5107)

高瀬蔵

11月のイベント

◎高瀬界隈巷間断第29話

菊池川堤防のハゼ並木～保護と活用の記録～

繁根木川を渡るJR鹿児島本線と大浜橋までの範囲に江

戸時代に植えられたハゼの木237本が残され、平成19年に国内初の国登録記念物になりました。保護と活用の記録を振り返り、ハゼ並木のこれからを語り合います。

日時 11月15日(金)

午後7時～

場所 高瀬蔵ホール
話し手 竹田宏司氏(歴史博物館 物館 ころろピア前館長)

参加費 500円(お茶付き)

園NPO法人高瀬蔵

(☎72・2480)

(☐info@takasegura.jp)

岱明B&G海洋センター

岱明B&G海洋センターで2つのイベントを開催します。

①ヨガ・チェアヨガ



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なお手伝いをします。初心者の方、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、無理なく行ってみましょう。

日時 12月4日(令和7年2月26日の毎週水曜日(月4回) ※第5週目は休み

午前10時～10時45分

場所 岱明B&G海洋センター ミーティングルーム

講師 大瀬良麻利弥氏

対象 女性限定(マタニティ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

※お子さま連れでの参加可

定員 6人(先着順)

参加費 1カ月4千円 ※3

カ月継続、計12回受講

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)

申し込み 11月12日(火)以降に

電話でお申し込みください。

②書道講座

基本の点画(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。小学3年

生から参加できます。

日時 12月7日(令和7年2月15日の毎週土曜日(月3回) ※第4・第5週目は

休み 午後1時～2時30分

場所 岱明B&G海洋センター ミーティングルーム

講師 山本真翠氏

対象 小学3年生から一般の人

定員 16人(※先着順)

参加費 1カ月2250円

※3カ月継続、計9回受講

準備物 書道道具、新聞紙(1

日分)、スリッパ

申し込み 11月15日(金)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せん。各自ご対応ください。

園玉名市岱明B&G海洋センター (☎57・3396)

スポーツバイキング

子どもから高齢者まで多世代の人が気軽に楽しく活動できるスポーツ・健康づくりの場です。お気軽にご参加くだ

さい。

日時 12月1日(日) 午前10時～午後3時(午前9時30分受け付け)

場所 玉名市総合体育館

競技種目 トランポリン、バドミントン、卓球、キッズ

バレーなど

参加費 500円(いだてん

会員は300円)

園スポーツ振興課 (☎75・1129)

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 12月12日(木)

午前10時～正午

場所 中央公民館

申し込み 12月5日(木)までに

電話でお申し込みください。

園中央公民館(☎75・1312)

大麻文化会館文化教室

「メイクアップ講座」



日時 11月24日(日)

午前10時～正午

場所 大麻文化会館

講師 吉永文子氏(yoshinaga cosmetic)

内容 ①実習を通じてメイク

手順の個々について、その意味を学習②肌の手入れからアイメイクを中心に実践を通して説明

対象 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 500円

持参品 手持ちの化粧品、化粧道具など

申し込み 窓口または電話にてお申し込みください。

園大麻文化会館

(☎73・5811)

ファミリーペタンク大会

誰でも、いつでも、どこでも、楽しく、簡単に！ご家族や友達、近所の皆さんと一緒に参加ください！

日時 11月24日(日)

受け付け…午前8時30分

開会…午前9時(小雨決行)

場所 玉名市松木南児童公園

(玉名市浄化センター横)

競技内容

①ファミリーの部…小中学生

以上の子どもだけの3人一

組チーム、または子どもと

大人の混成チーム

②一般の部…大人3人一組

(4人まで登録可) チーム

参加料 1人300円

※小中学生は無料

申し込み 市ホームページから

申込書をダウンロードし、

11月16日(土)までに事務局

へファクスでお申し込み

菊池川ハゼ並木

清掃・保全活動



玉名町校区の「まちの宝」であり、貴重な資源である約230本のハゼ並木周辺の清掃・保全活動です。毎年実がつくよう「正しいハゼの実の採り方」講習もあります。

日時 12月1日(日)

午前9時～(2時間程度)

※雨天中止

集合場所 菊池川堤防(小島橋たもと付近)の「まちの宝」看板前

内容 ハゼの実採取、ごみ拾

い、ハゼの木のツタ切りなど

対象 高校生以上(急斜面で

危険な場所があるため)

申し込み 参加者は当日集合

場所にお集まりください。

園菊池川おかわの会の

森田さん

(☎090・2588・4360)

東部環境センターリサイクル体験講座

受け付けは 11月1日(金)午前9時から(先着順) 園東部環境センター(☎75・5050)

裂き織り体験

日時 11月19日(日)

午前9時30分～午後3時

講師 高田敦子氏 定員 10人

準備物 ①毛糸(1玉分)②はさみ③物差し

④1疋×1疋の生地(手で裂けるもの)⑤筆記用具⑥弁当



ミニタピストリーを織ろう

日時 11月21日(日) ※連続2回 2回目は27日(日) 午前9時30分～午後3時

講師 松本美保子氏 定員 10人

準備物 ①はさみ②30号物差し③残糸(素材・太さ自由)④筆記用具⑤弁当⑥材料費800円

小さなサイズの木枠を使った手織物が欧米を中心に注目され、趣味として気軽に楽しめることから人気を集めています。平面で自由自在に色と素材を楽しむタピストリー(壁掛けなどに使われる織物)は、初心者でも作りやすいアイテムです。



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 11月1日(金)午前9時から15日(日)の午後4時まで(希望者多数の場合は19日(日)午前10時から抽選)

園クリーンパークファイブ(☎78・4433)

パッチワーク「コスメポーチを作ろう」

日時 11月26日(日)・12月予定(※連続2回)

午前9時30分～午後4時

講師 森川博子氏 定員 10人

準備物 ①裁縫道具②筆記用具③布用はさみ④チャコペン⑤生成りの糸⑥20号物差し⑦弁当⑧材料費2,200円





第47回玉名市民マラソン大会

市民の健康・体力増進に努めるとともに陸上競技の普及とスポーツ精神の高揚を図ることを目的として設立された大会です。ぜひご参加ください。

日時 11月24日(日) 受け付け
…午前8時～8時20分、開
会式…8時30分、競技開始
…9時20分

場所 横島体育館

コース J・Aたまな横島総合
支所スタート、横島体育館
ゴール(折り返しコース)

参加資格 市内外を問わず健
康な人

種目
・10歳男子…高校生の部、40
歳未満の部、40歳代の部、
50歳以上の部
・5歳男子…中学生の部、40
歳未満の部、40歳代の部、
50歳以上の部
・3歳女子…中学生の部、高
校生の部、一般の部

・2歳男女…小学生の部(3年
生以下、3年生以上学年別)

※本市の中学生以上は、郡市
対抗熊日駅伝(男女)の市
代表選手選考会を兼ねます。

参加料 1人(保険料含む)
一般2千円、中学生1500
円、小学生千円

※参加料の支払いは事務局ま
でお問い合わせください。

申し込み 11月11日(月)までに

事務局へメールまたは玉名
市陸上競技協会ホームページ
に掲載しているグーグル
フォームにてお申し込みく
ださい。申込書が必要な場
合は事務局ま

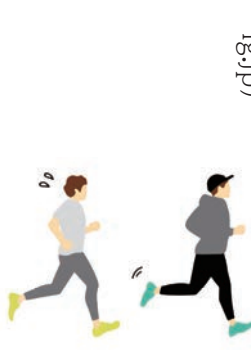
でメールでご
連絡ください。

閩玉名市陸上競技協会事務局

(担当:岡本さん)

(☐okamoto@city.tamana.

lg.jp)



まちなか未来プロジェクト 屋台づくりワークショップ

2日間にわたって屋台づく
りワークショップ「屋台の学
校@玉名駅前」を開催します。

◎屋台づくり

日時 11月30日(土)

午前10時～午後5時

場所 J・R玉名駅前

◎屋台を利用したマルシェ

日時 12月1日(日)

午前11時～午後2時

場所 J・R玉名駅前

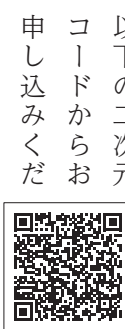
講師 今村謙人氏(カモメ・
ラボ代表)

参加費 1500円(昼食代)

※基本的には2日間とも参加
いただくことを参加条件と
します。

申し込み 11月17日(日)までに

以下の二次元
コードからお
申し込みくだ
さい。



閩都市整備課

(☎75・1122)

第65回玉名市民合唱団 定期演奏会

玉名女子高等学校創立
100周年を祝う、玉名市文
化祭参加事業です。

日時 12月1日(日)

開場…午後1時30分

開演…午後2時

場所 玉名市民会館大ホール

内容 にほんのうた1、華麗
なる吹奏楽の世界、内なる
遠さ、全員合唱「大地讃頌」

入場料 千円(全席自由)

※中学生以下無料

閩玉名市民合唱団

団長 櫻井孝一さん

(☎090・9604・3242)

社会知性フォーラム

「社会知性フォーラム」は
専修大学の21世紀ビジョン
「社会知性の開発」に基づく
「知の発信」の場とし、地域
社会への貢献を図ることを目
的として開催しています。

日時 12月7日(土)午後1時30

分～4時30分(午後1時開
場)

場所 玉名市民会館大ホール

◎第1部 専修大学熊本玉名
高等学校説明会

◎第2部 社会知性フォーラ
ム「やさしい日本語」で伝
えよう―玉名の観光と防
災―

内容 講演①「玉名市におけ
るインバウンドの現状と課
題」、講演②「福祉言語学
で切り開く社会―『やさし
い日本語』の活用―」

参加費 無料

申し込み 当日までに以下の

二次元コード
からお申し込
みください。

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

(☎044・911・1252)

コース 金栗…全長約13.6
kmの金栗四三住家・資料館
を往復するコース
スイーツ…全長約7.7km
の史跡やスイーツ店を巡る
コース

募集人員 金栗…300人、
スイーツ…200人

参加費 金栗…3千円(中学
生以下無料)
スイーツ…3千円(大人子
ども同額)

◎前夜祭 金哲彦氏講演「教
えて、金さんinたまな」
日時 令和7年1月18日(土)
受付…午後3時 開会…4時

会場 玉名市民会館第一会議室

申し込み 12月20日(金)までに
ホームページからお申し込
みください。

閩株式会社阪急交通社
地域振興部
(☎092・235・9089)

▲金栗四三マラニック
▲スイーツマラニック

伊倉ふれあいセンター
伊倉ふれあいセンターで2つのイベントを開催します。

閩伊倉ふれあいセンター
☎73・2221
☐jinken@city.tamana.lg.jp

◎人権啓発のビデオ上映会(11月)
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～
「『外国人と人権』～違いを認め、共に生きる
～」(約35分)

場所 伊倉ふれあいセンター

対象 市内在住または通勤・通学している人、
またはその家族。

定員 10人程度(先着順)

参加費 無料

申し込み 11月1日(金)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、センター窓口でお申し込みください。

◎野の花のリースと干支づくり講座
身近な草花や木の実を使ったリースと、たわしを
使った干支(巳)を作ります。

日時 11月21日(日) 午前10時～正午

場所 伊倉ふれあいセンター

講師 中尾草葉氏(草心流)

対象 市内在住または通勤・通学している人、ま
たはその家族。

定員 8人(先着順)

参加費 材料代1,100円(当日徴収)

準備物 はさみ、室内履き

**高齢者等就業支援セン
ター開講講座**

◎「筆ペン」講座～応用編～

日時 12月2日(月)、3日(火)、
4日(水) 午前10時～正午

場所 高齢者等就業支援センター

講師 市川馨氏

内容 年賀状の書き方、こよ
みの作成

対象者 市内在住または勤務
している人、筆ペンを学び
たい人

定員 10人程度(抽選)

受講料 無料(別途テキスト
代300円)

◎健康寿命を延ばす簡単料理
講座

日時 12月11日(水)、18日(水)
午前10時～正午

場所 高齢者等就業支援センター

講師 食育指導士・栄養士
山口みき氏

内容 誰でも簡単に作れる料理
の紹介

対象者 市内在住または勤務
している人で、健康寿命を延

**金栗四三マラニック
2025・スイーツマラ
ニック参加者募集**

日時 令和7年1月19日(日)
受付…午前9時 開会式…
10時(開会式後スタート)

会場 玉名市役所前駐車場

お知らせ

玉名市公民館講座

申し込み期間 11月1日金～15日金

中央公民館

〒865-0051 繁根木 88-1 (☎ 75・1312)

講座名	初回	曜日と回数	時間	定員	備考
① 初めてのフィルムステンドグラス - クリスマスを彩るティッシュボックス - 淹れたてのコーヒーを味わうハンドドリップ体験会	12/1	全1回 (日曜日)	午前10時～正午	10人	◎対象者／小学生以上 (3年生以下は保護者同伴) ◎準備物／はさみ ◎参加費／2千円 (材料費)
② 大河ドラマを100倍楽しむための講座 - 鳥屋重三郎の一生 -	12/11	全1回 (水曜日)	午前10時～11時30分	6人	◎準備物・材料費／不要
③ 親子でパティシエ！プロから学ぶ洋菓子の世界 - クリスマスケーキ編 -	12/14	全1回 (土曜日)	午前10時～正午	25人	◎準備物／筆記用具
④ 親子でパティシエ！プロから学ぶ洋菓子の世界 - クリスマスケーキ編 -	12/22	全1回 (日曜日)	午前9時30分～午後0時30分	10組	◎対象／小学生以上の子どもと保護者 ◎準備物／エプロン、マスク、三角巾 ◎参加費／2,200円 (材料費) ◎無料託児あり (事前申し込み制)

天水町公民館

〒861-5401 天水町小天 7237-1 (☎ 82・3570)

講座名	初回	曜日と回数	時間	定員	備考
① 寄せ植え講座	12/7	全1回 (土曜日)	午後2時～3時30分	15人	◎対象者／どなたでも (小学3年生以下は保護者同伴) ◎参加費／1,500円 (材料代) ◎準備物／汚れてもよい服装
② 親子でパティシエ！プロから学ぶ洋菓子の世界 - クリスマスケーキ編 -	12/15	全1回 (日曜日)	午前9時30分～午後0時30分	10組	◎対象／小学生以上の子どもと保護者 ◎参加費／2,200円 (材料費) ◎準備物／エプロン、マスク、三角巾

〒□□□-□□□□ (返信の裏)
※何も書かないでください。

公民館の所在地
〇〇公民館 行

1講座につき1枚必要です

11月15日 必着

(返信の裏)
①講座名
②郵便番号
③住所
④氏名(ふりがな付き)
⑤学年(小中学生のみ)
⑥電話番号 (自宅と携帯)

自宅の住所
受講する人の氏名

往復はがき (記入例)

LINE 市公式LINEの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。

窓口 官製はがき1枚を持参し、希望の講座が開講される公民館の窓口へお越しください。

受講対象者 原則市内に在住、通勤、通学をしている人(高校生未満の人は保護者の同意が必要)

申し込み方法

QRコード

※講座の様子を撮影します。写真は講座の紹介で、市ホームページなどに掲載することがあります。



第28回

くまもと玉名大俵まつり

with 産業祭

2024.11.17 [SUN] 玉名市永徳寺 (高瀬船着場跡)

魂来名の儀(始めの儀) 午前 8:30 ~
[場所: 玉名大神宮]

■米俵積出の式 午前 10:00 ~
■米俵積出王決定戦 予選会 午前 10:30 頃

肥後米の栽培に関する研究発表会
◆日時 11月23日(土・祝日) 午前10:00開場
基調講演10:30~ 研究発表11:00~
◆会場 玉名市民会館マルチホール

2024.11.23 [SAT] 玉名市役所周辺

■玉名たまらんだるめ!! 午前 7:00 ~
■俵ころがしレース 午前 8:00 ~
■米俵積出王決定戦決勝戦 午前 9:30 頃
■玉名市産業祭 午前 10:00 ~
■ぼくらのコメを守れ!! 小俵陣取り合戦 午後 0 時頃
魂来名の儀(終わりの儀) 午後 5:30 ~
[場所: 玉名大神宮]

【主催】玉名大俵まつり実行委員会
(事務局: 玉名市観光物産課内) TEL:0968-73-2222
玉名市産業祭実行委員会
(事務局: 玉名市農業政策課内) TEL:0968-75-1126

雨天時は規模縮小もしくは中止となる場合があります

大俵まつりに関する詳細はこちら



◇玉名駅から玉名市役所までタクシーで7分
◇新玉名駅から玉名市役所までタクシーで5分

第35回 くまもと県北病院市民公開講座『病院フェスタ特別講演』

病院フェスタ (42歳) 内にて2部構成で開催します。参加費無料、申し込み不要です。

日にち 11月17日(日)

場所 くまもと県北病院

①2階たまきなホール

②手術室

講師 ①くまもと県北病院 糖尿病・内分泌内科 部長 松田浩史氏
②くまもと県北病院 麻酔科 上原友輝氏

題目 ①『血糖について学ぼう!糖尿病週間』
②『小指の墓碑』

※詳細は病院ホームページをご確認ください。

問くまもと県北病院総務課 直通 (☎ 79・7323)

