

農家×学生

恋する野菜



農家さんが愛情込めて育てた野菜×尚綱大学栄養学科の学生考案レシピを紹介します。

大人も子どももみんな大好き！ほうれん草のシフォンケーキ

【材料】(10人分)

〈1人分131kcal 塩分0.1g〉
 ほうれん草 100g
 水 40ml
 卵(卵白と卵黄に分けておく) 4個
 砂糖 60g
 牛乳 50ml
 小麦粉(薄力粉) 80g
 サラダ油 40ml

(ホイップクリーム用)
 生クリーム 10g
 砂糖 5g

【作り方】

- ① ほうれん草を柔らかくなるまでゆでた後、水気を絞って40mlの水と一緒にミキサーでかき混ぜる。
- ② ボウルに卵黄と砂糖20gを入れ、白くもったりとしてくるまでよく混ぜる。ここに①と牛乳を加えてさらに混ぜる。
- ③ ②に小麦粉をふるいながら入れて混ぜ、サラダ油を加えてよく混ぜる。
- ④ 別のボウルで卵白を入れ、砂糖40gを2回に分けて入れながら角が立つまでよく混ぜメレンゲを作る。
- ⑤ ③に④を2回に分けて入れ、ゴムべらでさっくりと混ぜる。
- ⑥ 炊飯釜に生地を流し入れ、テーブルにとんとんと打ち付けて空気を抜く。
- ⑦ 炊飯器にセットし、スイッチを入れる(早炊きはしない)。
- ⑧ スイッチが切れたら生地を取り出し、粗熱を取る。
- ⑨ 食べやすい大きさにカットし、お好みで生クリームを添えて完成。

炊飯器で簡単にできます。ミキサーがないときは、ゆでたほうれん草を小さく刻んで、裏ごしして使います。

野菜農家 **池田 良正さん、かつよさん(鉄砲小路)**



ほうれん草は寒くなってからが旬。最近霜も降りて、甘みが増えています。我が家はいろんな野菜を作っていますが、消費者目線を大事にし、減農薬を心掛けています。炊飯器でシフォンケーキが作れるのは驚きました。ぜひ作ってみたいですね。

前田 茉莉野さん
尚綱大学
生活科学部2年



表紙の写真



色鮮やかな振り袖に身を包み、成人としての決意を胸に式典に臨む新成人の皆さん。1月6日、菊陽町図書館ホールで平成31年成人式が行われ、町では今年388人が成人を迎えました。(関連P2-3)

編集後記

全国的にインフルエンザが大流行していますね。役場内もご多分に漏れず絶賛流行中ですが、マスク一つで見えない脅威と格闘を続けています。特に広報担当になってからは発行スケジュールとの勝負があるので、1週間近くのロスは死活問題。まだまだ流行が収まる気配がないので、引き続きウィルスの侵入を防ぐためにマスク着用と手洗い・うがいを徹底します。皆さんも気を付けてください。万が一ウィルスが体内に紛れ込んできても気合で発病を防ぎたいと思います。頑張ります。(上田)

ぼくの誕生日 わたしの誕生日 2月

白菊園



えぐち かける
江口 駈さん
(上中代)
平成27年2月12日生まれ

お友だちと一緒に走ることが大好きな駈さん。毎日元気に鬼ごっこや園庭でのマラソンを楽しんでいます。



よしおか こうだい
吉岡 倅大さん
(上津久礼)
平成25年2月21日生まれ

サッカー遊びが大好きで、お友だちにボールをパスしたり力いっぱいシュートしたりして楽しんでいます。

人 のうごき
平成30年12月末現在
()内は前月比

人口	41,966 (+69)
男	20,575 (+34)
女	21,391 (+35)
世帯数	17,261 (+44)

●出生/ 48 ●死亡/ 15
●転入/ 186 ●転出/ 150

今月の主な話題

2 平成31年菊陽町成人式 二十歳の門出

4 熊本県合同特集 女子ハンドボール世界選手権大会

6 菊陽町町制施行50周年記念式典

8 平成30年分町県民税・所得税申告

10 3月末まで！予防接種はお済みですか



1 小学校区に分かれて記念撮影 2 友人同士で記念撮影する場面が会場で見られた 3, 5 ホール前の受付 4 友人同士笑顔で会場へ 6, 11 成人の決意を胸に秘めて 7, 8, 10, 12 友人たちと記念撮影 9 色鮮やかな髪飾り 13, 14 恩師からのビデオレターに笑顔があふれた 15 式典の企画・運営を行った成人式実行委員の皆さん

菊陽町成人式が1月6日、菊陽町図書館ホールで開催されました。今年、本町では388人が成人を迎え、式典で後藤三雄町長は「輝かしい人生において、知性を磨くとともに心身を練磨し、何事にも努力を惜しまず全国、世界に羽ばたいて」と激励。新成人代表の高島魁人さんは「20歳というのは若く、自分の意思で大抵のことは決められる年齢です。自らがしたいこと、目指していることができるのも今からなので、強い意志を

二十歳の門出

平成31年菊陽町成人式



④堂々と発表した新成人代表・高島魁人さん
⑤恩師からのビデオレターに会場中で歓声が

持って行動する1年にしたいと思っています。昨年は災害も多く、当たり前が当たり前前ではないかと思われられた1年でした。今できることを全力でこなし、自分の気持ちを素直に伝え、新しい自分と向き合っていきたい」と誓いました。式典後は恩師からのビデオレターが上映され、懐かしい恩師のメッセージに会場で歓声が上がりました。会場外では、久々に旧友と再会し、笑顔で記念写真に収まる様子が数多く見られました。

二十歳の抱負



りゅう かずや
龍 和也さん
(三里木北)

飲食業界で働いており、一番お世話になった店長に恩返しがあればと思っています。自己中心的にならず、さまざまな場面で臨機応変に対応できる大人を目指します。座右の銘：酒は飲んでも飲まれるな



まつの
松野 はるかさん
(光6町内)

就職も控えているので、自立した責任感のある「カッコいい大人」になれるよう頑張ります。今まで関わってくれたみんなに感謝の気持ちでいっぱいです。伝えたいこと：お母さん、いつもありがとう





Interview 日本代表チームの要である永田選手(以下、永)と勝連選手(以下、勝)に突撃インタビュー！
二人はオムロン(山鹿市)から代表入り。見どころや世界選手権に向けた意気込みを聞きました。



ながた 永田 しおり選手
福岡県出身。平成18年にオムロン加入。加入年の目標が「4冠」だったことから愛称はカン。平成23年、日本代表入り。攻撃・守備を切り開く影の立役者「ポスト」。

かつれん 勝連 ちえ選手
沖縄県出身。平成20年にオムロン加入。加入年が北京五輪であったことから愛称はオリ。平成24年、日本代表入り。ダイナミックなシュートが魅力の「左サイド」。

選手に突撃インタビュー
ハンドボールの見どころを教えてください

勝… 攻守の切り替えがとても速いのが魅力の一つです。守備の場面では、相手のポストプレイヤーと競り合っているところが見どころですね。機動力があり、いつでも動いているバックプレイヤーに注目して、その後の展開を予想しながら見ると面白いですよ。

永… 日本は細かい動きと機動力で外国人選手に立ち向かいます。スピードで守備を崩し、いかに隙を突いて得点に結びつけるかがポイントです。

世界選手権に向けての意気込みをお願いします
永… 「優勝」と言いたいところですが、これまでの最高がベスト16なので、まずはベスト4が目標です。地元の声援を力に変えて、全力で目標に向かっていきたいです。

勝… 東京五輪につながる大事な大会なので、より多くの熊

本の皆さんにいいプレーを見せられたらと思います。

ハンドボールをこれから始める人に一言
永… とにかくハンドボールを楽しんでほしいです！
勝… 走る、投げる、跳ぶといった全ての動作が詰まっている競技です。プレーを見た子どもたちに真似してもらえよう、次の世代につながるように頑張りたいです。

チームの中心である二人。終始笑顔で語っていただきました。日本選手の皆さんの活躍から目が離せません！



▲試合でシュートを打つ勝連選手



見たら絶対好きになる！
女子ハンドボール世界選手権大会

昨年12月4日に山鹿市で開催された女子ハンドボールアジア選手権「日本VS Iran」戦



今年11月30日～12月15日に県内5会場で開催される「2019 女子ハンドボール世界選手権大会」。国内で開催される女子ハンドボールの世界選手権で、全試合が1つの県で行われるのは初めての事です。

見たら絶対好きになる。ルールや見どころが分かるともっと好きになる。ハンドボールの魅力や大会情報をチェックして、一緒に大会を盛り上げましょう。

ハンドボールのことが見どころ！

- ① コートに入れるのは、ゴールキーパー含む7人。本大会のベンチ入り可能人数は16人。
「知れば知るほど好きになる」ハンドボールのルールや見どころを、ハンドボール経験者の森田さんとくまモンが教えます！
- ② ボールを持った「3歩、3秒以内」に投げないと反則になります。
ボールが素早く飛び回るので、試合展開が速い！
- ③ ボールの大きさはレタス程度。片手で持つことができず。
シュート速度は時速90mを超えることも！
- ④ 肉体がぶつかり合う激しいスポーツ。正面からの接触プレーはノーファール。
この迫力はぜひ試合会場で！



熊本国際スポーツ大会推進事務局
もりた いさむ
森田 勇さん



ラグビーワールドカップ2019を熊本で2試合開催！

今年はラグビーの国際大会も熊本で開催。熊本を含めた日本の12都市が開催都市に選ばれています。「4年に一度じゃない。一生に一度だ」。一緒に応援してラグビーも盛り上げましょう。

熊本県民総合運動公園陸上競技場で開催予定の試合

- 10月6日(日) 午後4時45分～ フランス vs トンガ
- 10月13日(日) 午後5時15分～ ウェルズ vs ウルグアイ

関わり方は人それぞれ。いろいろな方法で大会に参加しよう！

チケットをオフィシャルサイトで先行販売中！

- 申込期間 2月3日(日)～6月20日(木)
- ホームページ <https://japanhandball2019.com/>

大会運営・語学ボランティアスタッフ二次募集

ボランティアスタッフ二次募集を4月から開始予定です。

- 問い合わせ 2019 女子ハンドボール世界選手権大会 組織委員会事務局 ☎096(333)2558

Hand in Hand
大会公式PRキャラクターのくまモンをデザインしたハンドボールが県庁をスタートし、国内、さらには海外のハンドボールフレンドなどを次々に結び様子を紹介しています。毎月7のつく日に更新。ぜひご覧ください。

動画はこちら↑

『きくよう健康倶楽部』の新規参加料と更新料が平成31年度も無料に！

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

今年1月で事業開始1年を迎えた「きくよう健康倶楽部」。現在、約1,400人となった会員の加入をさらに促進し、より多くの皆さんに本事業を活用していただくために、平成31年度における新規参加料と更新料を引き続き無料にします！

歩行は、関節や筋骨格、心肺機能の維持や、脳の働きを活発にすることで、認知機能低下を防ぐ効果もあるといわれています。

活動量計を活用して、さらに楽しみながらウォーキングを継続し、ぜひ健康づくりに役立ててください。

なお、平成31年度の更新を希望する場合は、以下の手続きが必要です。

更新申請の手続き

■更新期間 2月1日(金)～28日(休)

■申請方法

①窓口での申請の場合

- ・菊陽町総合交流ターミナル「さんふれあ」(午前9時～午後6時 ※毎週火曜日休館)
- ・健康・保険課(午前9時～午後5時 ※土・日・祝日は除く)
- ・西部支所(光の森町民センター内)(午前9時～午後5時 ※土・日・祝日は除く)

②郵送での申請の場合

健康・保険課へ郵送

【送付先】〒869-1192(住所不要)

菊陽町役場 健康・保険課 きくよう健康倶楽部担当者 宛

■提出物 きくよう健康倶楽部継続申請書、アンケート

※退会を希望する場合は、別途手続きが必要になります。個別にご案内している内容を確認して、手続きをしてください。

平成30年度分「健康ポイント」付与は2月末まで

今年度のポイント付与は、2月28日(休)分までとなりますので、2月末までの取組のデータは、3月10日(日)までに送信してください。

平成31年度へ更新する場合、3月分の健康ポイントは平成31年度に付与します。引き続き取り組みを継続してください。

なお、平成30年度分の健康ポイント交換は、3月31日(日)までです。交換し忘れないように早めの交換をおすすめします。

歩数イベント「京都編」(11月実施分)の結果

平成30年11月15日～30日の16日間、歩数イベント【京都編】(75km 1日約6,700歩)を実施しました。ゴール達成人数は231人。上位5人は、1位：79歳男性 2位：65歳男性 3位：71歳女性 4位：71歳男性 5位：86歳男性でした。チャレンジした皆さん、お疲れ様でした！



1月4日～2月6日には、歩数イベント「富士山編」も実施しています。結果については改めてご紹介します。



より見やすく、災害時にも対応 菊陽町ホームページをリニューアルしました

総合政策課 企画政策係 ☎(232)2112

1月24日(木)に町の公式ホームページをリニューアル公開しました。
(<https://www.town.kikuyo.lg.jp>)

■より視覚的でわかりやすく
パソコンやスマートフォンなど見る人の環境に合わせてレイアウトを自動で調整する機能、直感的に操作できる検索機能など、より見やすく、情報が探しやすいページとなるような機能を採用しています。



スマートフォンでも閲覧しやすく

■災害時にも速やかに情報発信
大きな災害への備えとして、緊急時には写真やイラストを使わない文字中心の専用画面に切り替えることで、集中するアクセスに耐え、必要な情報を確実に伝えることができる機能を備えています。
また、緊急度や災害の段階に応じ

て画面が変化し、その時に必要な情報を分かりやすくお伝えできるよう表示になっています。

■特設ページや新しい機能も

ページごとにデザインが異なり、見た目も楽しんでいただける「子育て支援」や「健康づくり」のページ、平成31年1月1日の「町制施行50周年」を祝うページなど、特設ページを設けています。

また、「ごみの分け方検索」など生活関連の便利な機能も追加します。

トップページ画面上部の「スライド(写真)」や下部の「ピックアップ」のコーナーでは、菊陽町をPRする写真や菊陽町がPRしたい施設、姉妹都市などへのリンクを掲載します。



菊陽町トップページへのリンク

菊陽町町制施行50周年記念式典

昭和44年1月1日に町制を施行し「菊陽町」が誕生して以来、平成31年1月1日で50年を迎えました。これを記念し、菊陽町の歴史を振り返るとともに、町のさらなる飛躍、発展に向けて、菊陽町町制施行50周年記念式典を開催します。



■日時 2月11日(月・祝)
午前9時30分開会(受付：午前9時～)

■場所 菊陽町図書館ホール

午前9時30分 オープニングセレモニー
(菊陽中学校合唱部)

9時45分 開式の辞

町長式辞

町議会議長挨拶

来賓祝辞

来賓紹介

10時45分 菊陽町50周年記念映像上映

11時 記念講演会

演題「国鉄からJRへ『激動の50年』を語る～菊陽町へのメッセージ～」

講師 九州旅客鉄道(JR九州)初代社長
石井 幸孝 氏

正午 閉式の辞

■問い合わせ
総務課 総務法制係
☎(232)2111

祝
50周年



50周年記念特設ページへのリンク



申告・納税はお早めに 平成30年分町県民税・所得税申告

税務課 住民税係 ☎(232)4911
菊池税務署 ☎0968(25)2121

平成30年分の町での申告受付は、2月18日(月)～3月14日(休)です。例年申告窓口は混雑しますので、時間に余裕をもって申告してください。

町会場での申告日程

期日	受付地区		場所
	午前 午前9時～11時	午後 午後1時～4時	
2月18日(月)	花立・南花立・向陽台		光の森町民センター 会議室
2月19日(火)	八久保・南八久保・にじの森		
2月20日(水)	武蔵ヶ丘1町内～4町内		
2月21日(木)	武蔵ヶ丘5町内～8町内		
2月22日(金)	光の森1町内～4町内		
2月25日(月)	光の森5町内～7町内		
2月26日(火)	三里木・三里木北		
2月27日(水)	新山・北新山		
2月28日(木)	沖野・新成・杉並台		
3月1日(金)	青葉台・東ヶ丘・境の松		
3月4日(月)	戸次・馬場楠・上中代・出分・中代		役場2階大会議室
3月5日(火)	川久保・津留・大堀木・下原		
3月6日(水)	曲手・辛川・井口・道明		
3月7日(木)	上津久礼・あさひヶ丘・津久礼ヶ丘		
3月8日(金)	宮ノ上・ひばりヶ丘・下津久礼		
3月11日(月)	緑ヶ丘・緑陽台		
3月12日(火)	馬場・柳水・入道水		
3月13日(水)	南方・新町・新町西・鉄砲小路・長塚		
3月14日(木)	中尾・光団地・駅前・古閑原		

※東部町民センター、三里木町民センターは今年から申告会場ではありません。

各種申告が必要な人

- 確定申告が必要な人
 - ・給与所得者で2カ所以上の事業所から給与がある人
 - ・給与以外の所得が20万円を超える人など
- 町県民税(住民税)申告が必要な人
 - ・所得税は課税されないが営業、農業、不動産などの収入がある人
 - ・平成30年中に収入がなかった人
 - ・町外に居住する人の扶養となつている人
- 年金所得がある人
 - ・公的年金などの収入金額の合計が400万円以下で、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合、確定申告は不要です。ただし、医療費や生命保険料の控除を受ける場合は確定申告や町県民税の申告が必要な場合があります。

町の会場で受け付けることができない申告

- 以下については税務署で申告をお願いします。
- ・住宅借入金特別控除(1回目)の申告
 - ・土地、建物、株式の譲渡所得
 - ・先物取引に係る所得
 - ・上場株式などの配当やFX取引に係る所得
- ※詳しくは税務署へお問い合わせください。

申告に必要なもの

- 収入、経費関係
 - ・給与や公的年金の源泉徴収票、支払調書(原本)
 - ・農業、営業、不動産などの収入がある人は収支内訳書
- 控除関係
 - ・社会保険料控除証明書・生命保険などの控除証明書(介護保険、地震保険、個人年金など)
 - ・医療費控除、セルフメディケーション関係の書類
- 平成28年または平成29年に雑損控除を適用し、平成30年中に工事などで追加の費用がある場合は、前年度の雑損控除計算書の控えと工事内容が分かる領収書など
- その他
 - ・マイナンバーカード(持っていない場合は「通知カード」と「身元確認書類」)
 - ・印鑑(認め印可)
 - ・本人の口座が分かる通帳など
 - ・利用者識別番号などが記載された税務署のお知らせはがき



申告をしないままの収入

所得証明や課税証明が発行できなかったり、国民健康保険税や介護保険料の正しい計算ができませんので、申告が必要な人は必ず申告してください。

申告会場は2カ所

昨年まで受付会場としていた東部町民センターと三里木町民センターでは受付を行いませんので、ご注意ください。

各会場とも、駐車可能台数に限りがあります。乗り合わせや公共交通機関での来場をお願いします。

混雑緩和にご協力を

申告期間は午前、午後とも受付開始直後が大変混雑しますので、混雑緩和にご協力をお願いします。

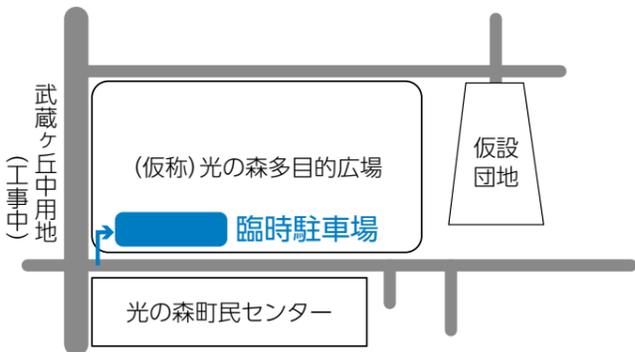
また、できるだけ地区指定日にお越しください。混雑具合によっては長時間お待ちする場合がありますのであらかじめご了承ください。

申告会場は午前8時30分に開場し、番号札を配布します。

光の森町民センター臨時駐車場

光の森町民センターでの申告期間【2月18日～3月1日(土・日除く)】のみ、多目的広場南側を臨時駐車場とします。申告にお越しの際は可能な限りこちらをご利用ください。

- 臨時駐車場の使用時間は、午前8時30分～午後5時です。
- 安全のため、所定の場所以外には駐車しないでください。
- 臨時駐車場に出入りの際は、交通事故に十分ご注意ください。



菊池税務署での申告受付

菊池税務署は改修工事に伴い「仮庁舎」へ移転し、移転前の庁舎は閉鎖していますのでご注意ください。

- 会場
菊池市役所七城支所 2階会議室 (菊池市七城町甲佐町74の1)
- 申告期間
2月18日(月)～3月15日(金)
- 申告受付時間
※土・日を除く
午前9時～午後4時

確定申告書にはマイナンバーの記載が必要です

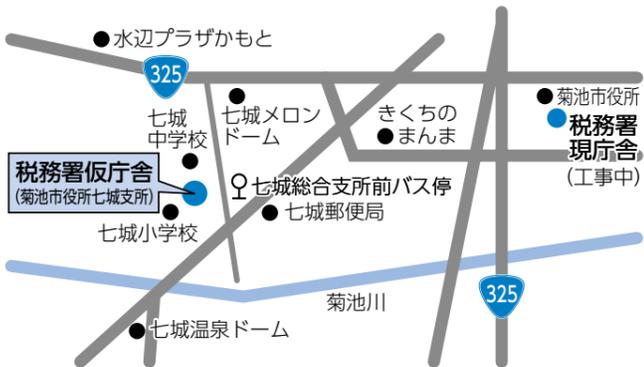
社会保障・税番号制度の導入に伴い、平成28年分の申告書からマイナンバーの記載が必要となりましたのでご理解とご協力をお願いします。

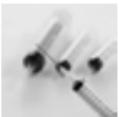
配偶者控除・配偶者特別控除の適用要件が改正されました

配偶者控除の額が改正されるとともに、合計所得金額が1千万円を超える人は、配偶者控除の適用はできないこととされました。また、配偶者特別控除の対象となる配偶者の合計所得の上限額が76万円未満から123万円以下に変更となり、控除額も改正されました。

いつでもどこでもスマホで申告

平成31年1月から、スマートフォンで所得税の確定申告書を作成し、e-Taxで申告することができます。また、給与所得者(年末調整済)で、医療費控除またはふるさと納税などの寄附金控除を適用して申告する場合は、スマートフォン専用画面をご利用いただけます。スマートフォンから申告をするには、事前に税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行されるIDとパスワードが必要です。





年長児、小学6年生、65歳以上の人 3月末まで！予防接種はお済みですか

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

年長児対象の麻しん風しん混合(MR)2期、小学6年生対象のジフテリア・破傷風(DT)二種混合、65歳以上で下表対象の成人用肺炎球菌の予防接種は3月末までです。まだ接種していない人は、早めに受けましょう。

麻しん風しん混合、二種混合

麻しん(はしか)は、特に感染力が強く、重症化する場合があります。また、妊娠初期に妊婦が風しんに感染すると、赤ちゃんが目や耳、心臓などに障がいをもって生まれる「先天性風しん症候群」を起こす可能性があります。

ジフテリア・破傷風(DT)二種混合は、乳幼児期に受けた4回の3種混合(ジフテリア・百日ぜき・破傷風)の追加接種です。

母子健康手帳を確認し、接種が済んでいない場合は早めに接種しましょう。

- 接種方法・場所
事前に指定医療機関に予約
- 持参物
母子健康手帳、予防票、保険証など住所が確認できるもの

予防接種名	対象者(生年月日)	接種期限	費用
麻しん風しん混合(MR)2期	小学校入学前1年間 (平成24年4月2日～平成25年4月1日)	3月30日(土)	無料
ジフテリア・破傷風(DT)二種混合	小学6年生 (平成18年4月2日～平成19年4月1日)		

一覧を昨年4月に送付しています。予防票を紛失した場合や4月以降に転入された場合は、母子健康手帳と印鑑を持参し、健康・保険課で再交付の手続きが必要です。

成人用肺炎球菌

肺炎は日本の死亡原因の第3位です。肺炎球菌は、主に気道の分泌物に含まれる細菌で、だ液などを通じて飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。細菌によって生じる肺炎のうち、4分の1から3分の1は肺炎球菌が原因と考えられています。

■対象者
次の①または②に該当し、今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人

- ① 下表の生年月日に該当する人
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

自己負担額 3千円

■接種方法・場所
事前に指定医療機関に予約する
※①の対象者には、昨年4月に指定医療機関一覧を送付しています。指定医療機関以外で接種を希望する人は、接種前に必ず健康・保険課で手続きを行ってください。申請前に接種した場合は、接種費用助成の対象外となります。

- 持参するもの
・保険証など住所が確認できるもの
・健康・保険課からの通知文
※通知文がない場合は再交付が必要です。

平成30年度の対象者

予防接種名	対象年齢	生年月日	回数	接種期限
成人用肺炎球菌ワクチン	65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日	1回	3月31日(日) ※休診の場合があるため、早めにお問い合わせください。
	70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日		
	75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日		
	80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日		
	85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日		
	90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日		
	95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日		
100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日			



糖尿病を防ぐために 糖分の取り方を意識してみませんか

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

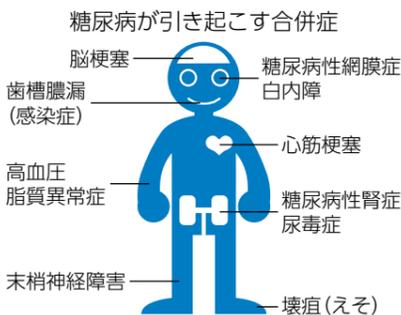
ついついお菓子や果物を食べ過ぎてしまった・・・と反省する日は続いていますか。自分の糖分の取り方について見直してみましよう。

菊陽町の特定健診では

HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)は、血液中の血糖の状態を知る数値の一つで、過去1～2カ月の血糖の状態を推測できる数値です。この数値が5・6%以上である場合は保健指導が必要とされ、平成29年度特定健康診査の結果では、約6割の人が糖尿病要指導・要医療と判定されています。

また、受診者のうち、約1割の人が重症化しやすい(HbA1c6・5%以上)という結果でした。

血糖値が高い状態が続くと、全身の血管に障害が起き、さまざまな合併症を引き起こします



BMI25以上で内臓脂肪の蓄積が多い方は、インスリンが働きにくくなり、血糖値が上昇しやすくなります。さらに高血圧、脂質異常などの他の生活習慣病のリスクも高まりやすく、たとえ軽度の高血糖でも、いくつかのリスクと合併すると動脈硬化が急激に進行してしまいます(メタボリックシンドローム)。肥満傾向にある人は、生活習慣の見直しと

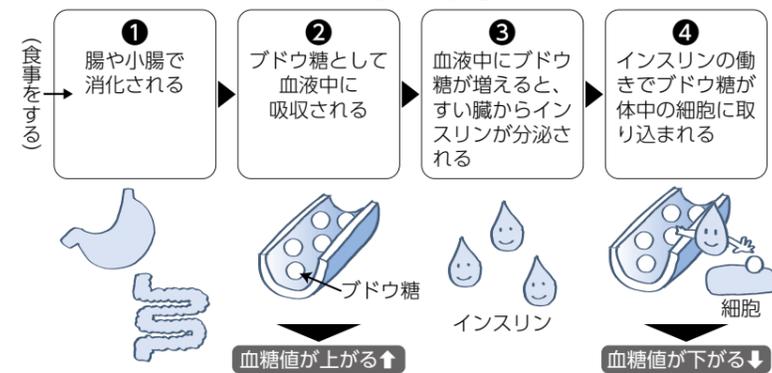
糖尿病とは

血糖値をコントロールするインスリンというホルモンの分泌量や働きが低下し、血糖値が高い状態が慢性的に続く状態をいいます。

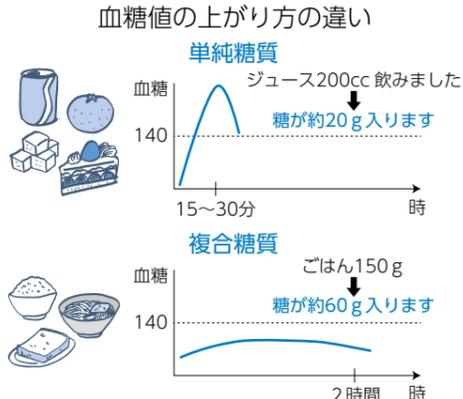
日本人の糖尿病患者の約95%が該当する2型は、インスリンの作用不足(インスリンの分泌低下やインスリン抵抗性)に、過食(特に高脂肪食)、運動不足、肥満、ストレス、加齢などが加わることで発症します。BMI25以上の人はより気をつけましよう

ともに肥満の解消に取り組むことが大切です。

インスリンの働き



■血糖を上げやすい食べ物の種類
食べ物の種類によって血糖値の上がり方が異なることをご存じですか。ジュース、お菓子、果物、砂糖のような「単純糖質」とごはん、めん類のような「複合糖質」の2つに大きく分けることができます。ジュース、果物のような単純糖質は食後の血糖値を急激に上昇させるため、注意が必要です。



果物の取り方

果物はビタミンやミネラルが多く含まれ体に良い食べ物ですが、果糖が多く含まれるため、食べる量に気を付けましよう。1日の適量はミカンの場合は2個、リンゴの場合2分の1個となります。ミカンとリンゴを両方食べたい場合は、1日でミカン1個とリンゴ4分の1個が適量となります。

■年齢が上がるとインスリンの生産量が減少

体内に糖が大量に入ると、血糖値を下げるインスリンをたくさん消費します。年齢が上がるとともに体内で作られるインスリンの量が少なくなっていくます。普段の食生活を見直しインスリンを大切にしていきましよう。



マイナンバーカード 取得促進キャンペーンを実施します

町民課 町民係 ☎(232)4914

マイナンバーカード普及促進のため、取得キャンペーンを実施します。ぜひご利用ください。

- 実施期間 2月18日(月)～22日(金)
- 場所 光の森町民センター
- 受付時間 午前9時～午後4時
(正午～午後1時を除く)

- マイナンバーカードの利用例
- ・公的な身分証明書として使用
- ・e-Taxを利用した確定申告



個人番号カード交付申請書



適切な写真の規格

申請の詳細

申請方法	顔写真を持参する	顔写真撮影サービスを利用する
所要時間	5分～10分程度	30分～1時間
持参物	①身分証明書(写真付きの場合1点、写真なしの場合2点) ②個人番号カード交付申請書(通知カードと一体で送られてきたもの) ※お持ちでない場合でも受付ができますので、お申し出ください。	③顔写真(サイズ:縦4.5cm×横3.5cm)
費用		無料
出来栄	顔写真が鮮明です	顔写真が不鮮明になることがあります
でき上がるまでの期間	約1カ月	
受け取り方法	菊陽町役場での受け取りまたは本人限定受取郵便で自宅で受け取り	



菊陽町総合防災訓練を実施します

総務課 交通防災係 ☎(232)2111

災害発生時は、皆さん一人一人の命を守る行動が必要です。訓練を通じて災害に備えませんか。

- 日時 2月24日(日)午前9時～正午
 - 場所 菊陽西小学校内
 - 対象地域 菊陽西小学校校区
 - 内容 住民参加型訓練、防災ヘリ救助訓練、合同訓練、消防団訓練
- ※ヘリの着陸時に騒音と風でご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



昨年の訓練の様子



平成30年分所得税確定申告書の 事前作成会を開催します

菊池税務署 ☎0968(25)2121

菊池税務署では確定申告書などの事前作成会を開催します。必要書類を準備し、会場までお越しください。

- ①肉用牛の免税に係る所得計算書事前作成会
- 日時 2月7日(木)
午後1時30分～3時30分
- 場所 菊池市役所七城支所 2階会議室

- ②熊本地震の被災者を対象とした確定申告書事前作成会
- 日時 2月12日(火)～15日(金)
午前9時～午後4時
- 場所 菊池市役所七城支所 2階会議室

※菊池税務署は、改修工事のため菊池市役所七城支所内の仮庁舎へ移転しています。

妊婦さん必見!

プレママ教室に参加しませんか

妊娠や赤ちゃんの歯の健康、妊婦健診、栄養について学んでみませんか。

- 対象者 出産予定日が平成31年6・7・8月の人
- 日時 1回目: 3月5日(火) 午後1時30分～3時30分
2回目: 4月12日(金) 午前10時～正午
※両日とも参加してください。

- 場所 光の森町民センター
- 持参品 母子健康手帳、筆記用具
- 申込方法 電話で申し込む
- 申し込み・問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912



(仮称)光の森多目的広場 照明灯設置工事を実施します

4月からの本工事に先立ち、照明灯の一部を設置する工事を行います。安全には十分配慮して行いますが、工事期間中は作業中のエリアに近づかないようにしてください。

- 工事期間 2月12日(火)～3月22日(金)



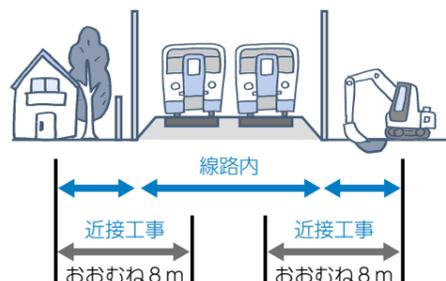
- 問い合わせ 総務課 復興推進係 ☎(232)2111

線路近接工事には必ず協議が必要

線路に近接した工事では、一歩間違えると脱線事故や感電事故など、大惨事につながる可能性があります。

建物の建設や解体、庭木や山林の伐採などを線路に近接した場所で行う場合は、JR九州にご相談ください。詳細はホームページをご覧ください(「安全へのお願い JR九州」で検索)。

※作業内容や周辺環境、使用重機によっては8m以上の場合でも近接工事の適用となる場合があります。



- 問い合わせ JR九州 熊本鉄道事業部 ☎(326)6965

使用者も労働者も確認を 熊本県最低賃金が改定されています

熊本県の最低賃金は、地域別最低賃金が改定され、平成30年10月1日から時間額762円とされています。

また、特定(産業別)最低賃金についても、平成30年12月15日から「電気機械器具製造業最低賃金」が時間額807円、「輸送用機械器具製造業最低賃金」が時間額858円、「百貨店、総合スーパー最低賃金」が時間額765円とされています。

県内で事業を営む使用者は、この最低賃金より低い額で労働者を使用することはできません。使用者だけでなく労働者も必ず確認するようにしましょう。

- 問い合わせ 熊本労働局 労働基準部 賃金室 ☎(355)3202



練習の成果を披露

菊陽町老人クラブ連合会芸能大会

平成30年度菊陽町老人クラブ連合会芸能大会が12月7日、会員約120人参加のもと菊陽町老人福祉センターで開催されました。

演奏や歌、踊り・ダンスなど、会員が日頃の練習の成果を披露。午前の部と午後の部で合わせて36種目が発表され、出演者だけでなく観客も一緒になって芸能大会を盛り上げました。

会場一帯が華やかなムードに包まれ、笑いの絶えない一日となりました。



フォークダンスを披露する青葉会ダンス愛好会の皆さん

地域の更生保護と犯罪予防に尽力

平成30年度熊本県更生保護事業功労者顕彰

平成30年度熊本県更生保護事業功労者顕彰式が11月16日、熊本県立劇場で行われ、城美佐子さん(鉄砲小路)が法務大臣から表彰されました。

今回の表彰は、保護司として過ちを犯した人の改善更生と地域の犯罪予防に長年貢献した功績が認められたものです。城さんは「先輩保護司の皆さんのお力添えがあってこれまで続けることができました。これからも相手に寄り添う気持ちを大切に、社会復帰の手助けをしたいと思います」と話しました。



表彰を受けた城さん(中央)

鏡餅配布で地域を見守り

一人暮らし高齢者・被災者への鏡餅の配布

菊陽町民生委員児童委員協議会が12月下旬、75歳以上の一人暮らしの高齢者と光の森仮設住宅の入居者へ鏡餅を配布しました。

配布した鏡餅は、同協議会がもち米180kgをついたもので、対象世帯約530世帯に対し、各地区の民生委員児童委員から配られました。

同協議会の佐藤彌会長(緑陽台)は「毎年楽しみにしている人がいてやりがいを感じている。少しでも正月気分を味わってもらえれば」と話しました。



鏡餅を配布する様子

地域の人々とともに

武蔵ヶ丘小学校 ふれあい集会

武蔵ヶ丘小学校4年生が12月5日、地域住民や児童の祖父母を招いてふれあい集会を開催しました。

歓迎の言葉の後、町スポーツ推進委員の指導を受けてアジャタと五目お手玉と一緒にプレー。その後、子どもたちから感想やお礼の言葉が送られ、感謝の言葉を添えたメッセージカードとお花のプレゼントが来場者に手渡されました。参加者の一人は「子どもたちと一緒にゲームを楽しめて良い思い出になりました。お花は早速部屋に飾ります」と笑顔で話しました。



児童からのメッセージ



3町村で連携対応 消費生活相談はお気軽に

消費生活に関する相談は、菊陽町の窓口だけでなく、大津町と西原村でも受け付けることができます。



☎ 菊陽町消費生活相談窓口 ☎(232)2112

菊陽町と大津町、西原村は消費生活相談で広域連携を行っています。

3町村が日替わりで窓口を開設しており、各町村の住民はいずれの窓口も利用することができます。

安心した消費生活が送れるように、消費者と事業者の間に生じた商品やサービスのトラブルについて専門の相談員が解決のお手伝いをします。

相談は無料です。気になることがあればお気軽にご相談ください。

■相談時間

午前10時～午後4時

■開設日(祝日除く)

① 菊陽町 毎週月・木曜日

② 大津町 毎週火・金曜日

③ 西原村 毎週水曜日

■相談方法 電話または面談(どちらでも可)

※面談の際は、契約書などの関係書類を持参してください。面談は電話で予約することもできます。

■場所

① 菊陽町・菊陽町役場1階消費生活相談室 ☎(232)2112

※月末(最終週)の月曜日は、光の森町民センターで実施するため、役場では窓口を開設しません。

② 大津町・大津町役場仮設庁舎1階住民相談室 ☎(293)3111

③ 西原村・西原村役場2階企画商工課 ☎(279)3112

■注意事項

いずれの相談窓口も相談員への直通電話ではありません。担当課で電話を受けた後、相談員におつなぎします(混み合っている場合、少々お待ちいただく場合があります)。

年金記録や年金見込額を「ねんきんネット」で確認できます

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報を手軽に確認できるサービスです。



■ねんきんネットでできること

- ① 年金記録の確認
- ② 将来の年金見込額の試算
- ③ 電子版ねんきん定期便の閲覧
- ④ 年金機構から郵送される各種通知書の確認
- ⑤ 公的年金等の源泉徴収票再交付申請
- ⑥ 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書再交付申請
- ⑦ 持ち主の分からない年金記録の検索

■ねんきんネットに登録するには

日本年金機構のホームページからねんきんネットのページを開き、利用登録を行います。

ねんきん定期便などに記載されているアクセスキー(有効期限内のもの)を使用すると、ユーザーIDを即時取得できるため、登録がスムーズです。

基礎年金番号やメールアドレスなどの入力も必要です。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。
(<https://www.nenkin.go.jp/>)

■問い合わせ

日本年金機構専用ダイヤル
☎0570(058)555
050から始まる電話で掛ける場合
☎03(6700)1144
月曜 午前8時30分～午後7時
火曜～金曜 午前8時30分～午後5時15分
第2土曜 午前9時30分～午後4時
※土・日・祝日(第2土曜を除く)は利用できません。



お知らせ

献血にご協力ください

▼日時 2月13日(水) 午前9時30分～正午、午後1時15分～4時

▼場所 菊陽町役場

※400ミリ献血のみを行います

▼問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

スポーツ安全保険に加入しましょう

3月からスポーツ安全保険の加入受付が始まります。万一のけがや賠償責任に備えましょう。

▼対象者 4人以上で活動を行う団体

▼内容 傷害保険、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険

▼費用 中学生以下…年額800円、高校生以上…活動内容により異なる

▼補償範囲 団体の活動中、団体活動の往復中の事故

▼問い合わせ スポーツ安全協会熊本県支部 ☎(213)9015

お知らせ

熊本地域マラソン2019

2月17日(日)は熊本地域マラソンのため交通規制が実施され、大幅な渋滞が予想されます。特に熊本市内に出掛けるときは、マイカーの使用を控え、公共交通機関の利用にご協力ください。

▼日時 2月17日(日) 午前7時～午後4時ごろ

▼問い合わせ 熊本地域マラソン実行委員会事務局 ☎(320)2373

町学校等保健委員会主催 子育て講演会

家庭でお子さん(「性やいのち」)について話をする機会があります。楽しく、おもしろく、心が温かくなるお話です。

▼日時 2月8日(金) 午後2時10分～3時40分

お知らせ

東部町民センター 講座発表会

(受付…午後1時45分)

▼場所 光の森町民センター

▼内容 演題「お母さんのできること」講師 岸 信子さん

▼問い合わせ 学務課 学校教育係 ☎(232)4918

第33回西部町民センター祭

各講座のステージ発表や作品展示、バザー、抽選会などを行います。

▼日時 2月24日(日) 午前9時30分～

▼場所 西部町民センター

▼内容 遊戯、ダンス・空手などのステージ発表、手編み・トルペイント・書道などの展示、食バザー、綿菓子販売

▼問い合わせ 西部町民センター ☎(338)3443

期日前投票事務に従事する非常勤職員を募集します

職種	勤務日・任用期間(予定)	報酬	勤務場所	勤務内容
非常勤職員(事務補助) 5人程度	【県議会議員一般選挙】 3月30日(土)～4月6日(土) 午前8時30分～午後5時15分 【町議会議員一般選挙】 4月17日(水)～20日(土) 午前8時30分～午後5時15分	日給 6,010円	期日前投票所(役場または光の森町民センター)	期日前投票の受付事務など

▶**申込方法** 履歴書(写真付き)を平日の午前9時～午後5時に持参してください。持参時に面接を行いますので、事前に連絡してお越しください。

▶**申し込み・問い合わせ** 〒869-1192(住所不要) 菊陽町選挙管理委員会 ☎(232)2111

税務課で勤務する非常勤職員を募集します

職種	勤務日	勤務時間	報酬	応募条件	職務内容	備考
非常勤職員(事務補助) 1人	平成31年3月～平成32年4月末(予定) 月15～20日程度(要相談)(土・日・祝日を除く)	午前8時30分～午後5時15分	日給 6,010円	パソコンでワードとエクセルが使えること	簡単なパソコン操作、事務補助	雇用保険あり 社会保険あり 通勤手当あり

▶**申込方法** 写真付き履歴書を2月15日(金)までの平日午前9時～午後5時の間に、税務課まで直接ご持参ください(2月6日(水)～8日(金)を除く)。また、持参時に面接も行いますので、事前に連絡の上お越しください。

▶**申し込み・問い合わせ** 税務課 徴収係 ☎(232)4911

熊本地震からの復興を祈念して

若宮八幡宮鳥居修復竣工式

若宮八幡宮鳥居修復竣工式が12月25日、上津久礼区の若宮八幡宮で行われました。最も古い鳥居として町の文化財に指定されている若宮八幡宮の鳥居は、平成28年熊本地震で被災し上部が崩壊しましたが、町の補助を受け地域住民によって修復されました。

上津久礼区長の平野誠也さんは「多くの皆さまのお力添えのおかげで、この日を迎えられました。これからも町の宝として、町と協力しながら地区を上げて守り続けていきたいです」と話しました。



修復された町指定文化財「若宮八幡宮の鳥居」

西武ライオンズ育成ドラフト3位指名

中熊大智さんが来庁

2018年プロ野球ドラフト会議で埼玉西武ライオンズから捕手として育成ドラフト3位で指名を受けた徳山中熊大智さん(三里木)が来庁されました。

中国地区6大学リーグで首位打者2回、ベストナイン3回のタイトルを獲得し、第67回全日本大学野球選手権大会(ベスト8)にも出場した中熊さん。今後の抱負について「努力を重ねて一軍登録を目指します」と力強く語りました。中熊さんの今後の活躍が期待されます。



両親と一緒に来庁した中熊大智さん(左から2人目)

菊陽町交通安全女性の会炊き出し

年末特別警戒活動・交通事故防止運動出発式

年末特別警戒活動・交通事故防止運動出発式が12月21日、大津警察署で行われました。これは、犯罪や交通事故が多発する年末の時期に警察と地域が一体となり、犯罪や交通事故のない安全・安心なまちづくりを目指すために行われている活動です。

また、年末特別警戒活動にあたる大津警察署員に対し、毎年、菊陽町交通安全女性の会(酒井恵会長)が、炊き出しを行っており、この日は長年にわたる活動に対し、大津署長から感謝状が贈呈されました。



女性の会からの温かい炊き出しを受ける警察署員

復興の後押し

荒木雅博選手から災害義援金

12月29日に熊本市内で開催された、中日ドラゴンズ荒木雅博選手引退記念パーティーにおいて、荒木選手および後援会から、町長に熊本地震災害義援金が手渡されました。

頂いた義援金は、町の災害復旧・復興に役立たせていただきます。

荒木選手は、中日ドラゴンズの2軍守備走塁コーチに就任されました。町では荒木コーチの今後の活躍を応援しています。



平成29年には2,000本安打の偉業を達成

菊陽町公民館大会

モデル公民館の活動発表や受講生のステージ発表、展示、抽選会が行われます。

日時 2月16日(土) 午前9時30分～午後5時

2月17日(日) 午前9時30分～午後1時

「ステージ発表」 2月17日(日) 午前9時30分～午後1時

場所 菊陽町図書館ホール

問い合わせ 中央公民館

☎(232)2116

菊陽吹奏楽団 第35回定期演奏会

日時 3月3日(日) 午後2時～4時30分

(開場：午後1時30分)

場所 菊陽町図書館ホール

内容 第一部：クラシック・オリジナルステージ(海の男達の歌・ミゼラブル、ロマネスコ)

第二部：菊陽中学校吹奏楽部とのジョイントステージ

第三部：バラエティステージ(テーマ「音楽の世界旅行」に出かけよう！)

指揮 後藤 功

※一緒に演奏を楽しめる団員を

家族介護支援事業 「家族介護交流事業」

在宅で家族を介護する人のリフレッシュを目的に「家族介護者のつどい」を開催します。

日時 2月23日(土) 午前10時～正午

場所 福祉支援センター

内容 語り合いの場、ミニコンサート、リラクゼーション体験(マッサージ・アロマテラピー)

参加費 300円

定員 20人程度

申込方法 電話で申し込み

申込期限 2月15日(金)

申し込み・問い合わせ 社会福祉協議会

☎(232)3593

子育て世帯の情報交換会

子育て中の保護者を対象に、毎月1回子どもと一緒に手作り活動をする事で、保護者同士の情報交換などを行っています。

日時 2月14日(木) 午前10時～正午

場所 老人福祉センター

内容 キャラメルポーチ作り 費用 材料費500円程度

問い合わせ(ホームページ) 手作りサークルHUGHUG https://m.facebook.com/89hughug

第31回菊陽町ふれあい駅伝大会

日時 3月10日(日) 午前10時開会

場所 菊陽杉並木公園スタジアム

種目 中学生の部、一般の部

対象者 町民・町内勤務者の6人1チーム

参加費 1チーム3千円

申込方法 申込書に記入して参加料と併せて持参(土・日・祝日は受付不可)

申し込み期限 2月22日(金)

申し込み・問い合わせ 菊陽町体育協会

☎(233)1520

第18回くまもと障がい者スポーツ大会

期日(予定) 4月21日(日) 5月12日(日)

場所 ①熊本市総合屋内プール ②熊本県民総合運動公園陸上競技場 他

種目 ①水泳競技 ②陸上競技・フライングディスク競技・卓球競技・ボウリング競技

対象者 次の①～③を全て満たす人

①県内に住所を有する人または県内の施設、学校などに在籍している人

②平成31年4月1日時点で13歳以上の人

③身体障がい、知的障がい、精神障がいのいずれかに該当する人

※精神障がいのある人は、卓球競技のみ参加可能です。

※必要書類 障害者手帳、申請書 ※申請書は福祉課にあります。

申し込み期限 2月20日(水)必着

その他 本大会の結果は10月12日～14日開催の全国障害者スポーツ大会の代表選手選考の参考資料となります。

申し込み・問い合わせ 福祉課 障がい福祉係

☎(232)4913

住宅再建 無料相談会

熊本地震の被災者向けに住宅再建に関する無料相談会を開催します。

住まいの再建支援策、地盤や住宅建築、住宅ローンなどの免除・減額、住まいに関する疑問を専門家に無料で相談できます。

事前予約は不要です。

日時 2月17日(日) 午前9時30分～午後3時30分

場所 ホテルエミナース

問い合わせ 九州財務局理財部

☎(053)6351

幸せ探し「合同」パートナー60

日時 パートA：2月10日(日) パートB：2月17日(日)

場所 両パート 午後1時～4時

対象者 大津町まちづくり交流センター

対象者 パートA：男女45歳以下 パートB：男性45歳以上、女性40歳以上

定員 各10人(先着順)

申込方法 履歴書1通、写真(上半身・はがきサイズ)3枚を郵送

費用 参加費千円(当日徴収)、入会登録費千円

申し込み・問い合わせ 認定NPO法人はっぴい♡

はっぴい 桐原ユウ子

☎080(2745)7788

健康ウォーキング(フルディックウォーキング)

期日・場所 2月6日(水)、27日(水)

杉並木公園(管理棟集合、雨天時は管理棟内で開催)

集合時間 午前10時～11時

対象者 65歳以上の町民

費用 当日徴収 老人クラブ会員 100円 老人クラブ会員外 200円

募集

介護予防教室 「元気が出る学校」

日時 3月18日(月)～7月8日(月) 毎週月曜日(祝日除く)午前10時～午後2時

場所 さんふれあ

内容 運動指導士と看護師による健康チェックと体操指導 ※送迎と昼食付き。入浴(希望者のみ)の際は、介助や浴中運動を行います。

対象者 次の全てを満たす人

①65歳以上で要介護1～5以外の人

②デイサービスなど介護保険の通所サービスを利用していない人

③アンケート(基本チェックリスト)の結果、要介護状態になる可能性が高いと判断された人

費用 840円(食事代含む)、入浴料は別途実費)

申込方法 電話で申し込み

申込期限 3月1日(金)

申し込み・問い合わせ 介護保険課 介護予防係

☎(232)2366

西部町民センターで勤務する非常勤職員を募集します

Table with 6 columns: 職種, 勤務日・勤務時間・任用期間, 報酬, 応募条件, 勤務内容, 備考

▶申込方法 2月1日(金)～22日(金)に写真付きの履歴書を光の森町民センター西部支所に持参(平日の午前9時～午後5時)または郵送(当日消印有効)してください。面接日は個別に連絡します。

▶申し込み・問い合わせ 〒869-1108 菊陽町光の森2丁目1-1 光の森町民センター 西部支所 ☎(237)6555

ふれあいの森研修センターで勤務する非常勤職員を募集します

Table with 6 columns: 職種, 任用期間・勤務時間, 報酬・勤務日数, 応募条件, 勤務内容, 備考

▶申込方法 写真付きの履歴書を、2月13日(木)までに生涯学習課に持参してください。面接日は個別に連絡します。

▶申し込み・問い合わせ 生涯学習課(中央公民館内) ☎(232)4917

4月から総務課で勤務するスクールパトロール隊員(非常勤職員)を募集します

Table with 5 columns: 職種, 勤務日, 賃金, 仕事内容, 雇用期間

▶採用人数 2人程度
▶応募条件 普通自動車免許(AT限定可)を有する65歳以下の人
▶申込方法 履歴書(写真付き)を郵送してください(2月28日(木)当日消印有効)。封筒に「スクールパトロール隊員 履歴書在中」と朱書きしてください。後日、面接を行います。

▶申込期限 2月28日(木)
▶申し込み・問い合わせ 〒869-1192(住所不要) 菊陽町役場 総務課 交通防災係 ☎(232)2111

学校の給食調理員を募集します

Table with 6 columns: 職種, 勤務日・任用期間(予定), 勤務時間, 報酬, 応募条件, 勤務内容, 備考

▶定員 若干名
▶申込方法 2月4日(月)～15日(金)(郵送の場合は当日消印有効)に写真付きの履歴書を、学務課に持参または郵送してください(持参の場合、最終日受付は午後5時15分まで)。面接日は個別に連絡します。

▶申し込み・問い合わせ 〒869-1192(住所不要) 菊陽町役場 教育委員会 学務課 ☎(232)4918

菊陽町図書館だより

ほんの森

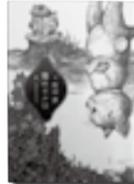
開館時間 月・水・金・土・日 / 午前10時～午後6時
休館日 毎週火曜日・毎月第3水曜日(館内整理日)

新しく届いた本



長い長い郵便屋さんのお話 カレル・チャペック/著
表題作をはじめとした、9つの童話集です。

糖質オフで太らない! 体にやさしいおやつ 大庭 英子/著
大豆粉、おから、乾物、乳製品など低糖質の食材を



猫のエルは 町田 康/文 ヒグチ ユウコ/絵
町田康さんの文章と、ヒグチユウコさんの絵で贈る、

未来の図書館、はじめます 岡本 真/著
日本を動かした50の乗り物 若林 宣/著

みんなで楽しむ おはなし会

- ★朝のおはなし会(おはなしの森さん 他)
★夕方のおはなし会(図書館職員)
★日曜のおはなし会(おはなしの森さん)
★あかちゃんと楽しむわらべうた(図書館職員)
★冬のおはなし会(おはなしの森さん)

図書館からのお知らせ

あかちゃんと楽しむおはなし会

- 日時 3月7日(木) 午前11時～
場所 菊陽町図書館 視聴覚室
講師 吉川 法子さん(東部・秋津おはなしの会代表)
対象 0歳児とその保護者(20組程度)

菊陽町図書館ホール 平成31年2月の催し

Table with columns: 日, 曜, 開場, 開演, 終演, 催し物, 主催者, 入場方法, 対象者. Includes events like 保育園発表会, ザ・キャビンカンパニー ワークショップ, 公民館大会, etc.

☆主催者の都合により内容を変更する場合があります。
☆図書館駐車場が満車の際は、隣接する公園の駐車場をご利用ください。

平成31年9月分のホール使用の調整会議(抽選会)を、
3月10日(日)の午前9時30分から図書館ホールで行います。

問い合わせ 図書館 ☎(232)0404 図書館ホール ☎(232)7756 http://www.kikuyo-lib.jp/hp/

安全安心まきよう

vol.39



犯罪発生状況(11月末現在)

Table showing crime statistics for 大津署管内 and うち菊陽町, including categories like 大津署管内, うち菊陽町, and 主な発生犯罪.

交通事故発生状況(10月末現在)

Table showing traffic accident statistics for 大津署管内 and うち菊陽町, including categories like 発生件数, 死者数, 傷者数.

注) 死者数は30日以内死亡

後を絶たない飲酒運転

平成29年中の飲酒運転実態調査によると、飲酒運転の動機として「取り締まりに遭わないと思っていた」との回答が最多で、他にも「他の交通手段は面倒」など、短絡的な動機で飲酒運転をする人が多いことが分かりました。

大津警察署 ☎(294)0110



さかあがり教室

さかあがりを中心にしたさまざまな運動にチャレンジ!
日時 3月26日(火)～30日(土)
場所 菊陽町民体育館



かけっこ教室

走ることを中心にさまざまな運動にチャレンジ!
日時 3月26日(火)～30日(土)
場所 菊陽町民グラウンド



熊本さわやか大学校 入学生募集

シニアの学び場「熊本さわやか大学校」で、新たな自分発見や仲間づくりをしませんか。
日時 4月以降毎週木曜日(通年)
場所 県総合福祉センター



簡単にできる! 口の甘酒・塩こうじ作り

甘酒と塩こうじの作り方を学び、塩こうじを使った唐揚げを作りましょう。
日時 2月27日(水) 午前10時～正午
場所 ふれあいの森研修センター



お菓子作り教室 (りんごパイ)

お手軽りんごパイを作りましょう。
日時 2月21日(木) 午前10時～正午
場所 東部町民センター



持ち帰り用の箱(直径20センチ)パイが入るもの

持ち帰り用の箱(直径20センチ)パイが入るもの
日時 3月21日(木・祝) 午前9時～正午
場所 ふれあいの森公園一帯



季節を味わうスポーツ 1万歩チャレンジゲーム

季節の変化を感じながら1万歩にチャレンジしましょう。
日時 3月21日(木・祝) 午前9時～正午
場所 東部町民センター



熊本さわやか大学校 シニアの学び場

シニアの学び場「熊本さわやか大学校」で、新たな自分発見や仲間づくりをしませんか。
日時 4月以降毎週木曜日(通年)
場所 県総合福祉センター



菊陽町武蔵ヶ丘児童館

西部町民センター内 ☎(227)7200 ※電話番号が変わりました

乳幼児(保護者同伴)~小学校まで無料です。開館時間は、月~土曜日の午前8時30分~正午、午後1時~5時です(祝日を除く)。正午~午後1時は閉館となります。

リトルシダーズクラブ 午前10時~11時30分

「1歳以上の幼児とその保護者」が対象です。登録が必要です。

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like 豆まき会, ネックレス作り, 親子エアロビクス, etc.

ひよこ活動 午前10時~11時30分

「0歳の乳児とその保護者」が対象です。登録は必要ありません。どなたでもどうぞ。

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like おしゃべりとおもちゃ遊び, ひな人形作り.

休館のお知らせ

2月24日(日)の西部町民センター祭準備のため、2月22日(金)午後1時~25日(月)正午は閉館します。

つどいの広場ぴーす

ふれあい交流・福祉支援センター ☎(337)6830

おおむね3歳未満の乳幼児と保護者が対象です。いつでも好きな時間に利用できます。子どもと一緒に遊んだり、保護者同士の情報交換などにご利用ください。

- 利用時間 月・水・金曜日(祝日を除く) 午前10時~午後4時
●実費負担 一家族 100円

※毎週月曜日は、絵本の読み聞かせを行っています。

2月のプログラム

- 8日(金) 講習会「パパへバレンタインのプレゼントを作ろう!」要予約 15組
13日(水) 身体測定・リサイクル交換会
22日(金) 誕生会

※14日(木)は祝日振替日として開所します。
※予約は2月1日(金)から受け付けます(電話予約は不可)。

菊陽町地域子育て支援センター

ラビットくらぶ

元気の森ラビット保育園内 ☎(288)5808

0歳~未就園の子どもと保護者対象。親子で楽しむ体験活動や子育て相談など、参加費は無料です。

ベビー

午前9時~午後2時 元気の森ラビット保育園
※1歳未満の活動です。マタニティーの人もどうぞ♪

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like 豆まき大会, ハイハイ競争, ひな人形に変身, etc.

ラビット

午前9時~午後2時 元気の森ラビット保育園

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like 豆まき大会, ひな人形に変身, つまみ細工 de 花作り, etc.

※原則、どの活動も20組限定になりますので、電話予約をお願いします。

※お誕生会に参加する誕生月の人は、誕生カード作りをしますので、申し込み時にお知らせください。

ママの休日 午前10時~正午

Table with 2 columns: 日にち・場所, プログラム. Includes activities like ママの休日, つまみ細工でお花作り.

園庭開放 午前9時~午後2時

月~土曜日(園行事開催日や祝日を除く) 保育室や園庭で遊べます。事前にご連絡ください。

育児相談 午前10時~午後4時

月~金曜日(園行事開催日や祝日を除く) 一人で悩まないで、気軽にご相談ください。

菊陽町地域子育て支援センター

ミニキャロットくらぶ

光の森キャロット保育園内 ☎(233)0098

0歳~未就園の子どもと保護者対象。親子で楽しむ体験活動や子育て相談など、参加費は無料です。

ベビーキャロット

午前9時~午後2時 光の森キャロット保育園

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like キャロット☆離乳食試食会, 思い出ボード作り.

ミニキャロット

午前9時~午後2時 光の森キャロット保育園

Table with 2 columns: 日にち, プログラム. Includes activities like GO!GO!キャロット☆サーキット, スノードームを作ろう, etc.

キャロットランド 午前10時~正午

お茶の準備をしています。マイコップをご持参ください。

Table with 2 columns: 日にち・場所, プログラム. Includes activity like 寒さに負けず運動遊び!

園庭開放 午前9時~午後2時

月~土曜日(園行事開催日や祝日を除く) 保育室や園庭で遊べます。事前にご連絡ください。

育児相談 午前10時~午後4時

月~金曜日(園行事開催日や祝日を除く) お子さんについて気になることがあれば、気軽にご相談ください。

菊陽町地域子育て支援センター

ひかりっこ

光の森町民センター「キャロピア」内 ☎(237)6575

0歳~未就園の子どもと保護者が利用できます。子育ての悩みや情報交換、友達づくりの場になればと思います。優しい先生たちが皆さんに会えるのを楽しみにしています。

ひかりっこくらぶ活動

午前10時30分~正午(受付:午前10時~)

Table with 2 columns: 日にち・場所, プログラム. Includes activities like 新聞紙遊び, Happy Valentine, etc.

※準備物の工作セットとは、はさみ、両面テープ、のり、クレヨン、マーカー、セロテープです。袋に入れて持ってきてください。名前の記入もお願いします。
※原則予約制で全活動20組限定になります。毎月1日から電話申し込みを受け付けます。

ひかりっこルーム 午前9時~午後3時

月~金曜日(祝日を除く) 親子で自由にくつろげる子育て支援室です。祝日のある週は土曜日も開設します。身体測定も随時行います。

育児相談 午前10時~午後4時

月~金曜日(祝日を除く) 一人で悩まないで、気軽にご相談ください。

園庭開放 午前9時30分~正午

町立7保育園 月~金曜日 親子で園庭で遊みましょう。けがや事故がないように必ずそばで見守ってください。

地域ので育つ中部っ子

中部っ子は地域ので育っています。1・2年生は、毎週金曜日に学習支援ボランティアの皆さんから勉強を教えてくださいました。子どもたちは安心して勉強ができると大喜びです。また、PTA会長OB会の皆さんには、米作り体験や門松作りとお世話になりました。他にも、おはなし宅急便の皆さんやフッ化物洗口ボランティアの皆さん、児童一人一人の名前が入ったお手本を準備してくださいました。習字の藤原先生、町文化財ボランティアガイドの皆さん、貴重な農業体験をさせていただく農家の皆さん、登下校を毎日見守ってくださる松村さんなど、紙面では紹介しきれないほどたくさんの人たちに支えられており、子どもたちには感謝の心が育っています。



学習支援ボランティアによる朝の学習の見守り

人権啓発標語 「クラス、学校、そして町 みんなが暮らしやすくするために 広げたい温かいつながり」

武蔵ヶ丘中学校 1年 徳重 涼楓

部落差別をはじめあらゆる差別をなくす

第34回菊陽町人権子ども集会

平成30年12月1日、第34回菊陽町人権子ども集会が菊陽中学校体育館で開催されました。8月から5回にわたり、子どもたちによる実行委員会を開催し、準備が進められていました。

この集会は▼いじめや差別についての正しい知識を持ち、身の周りのおかしさに気づく▼いじめや差別を受けている人の思いを知り、おかしさをなくす行動をする▼お互いを認め合い、いじめ・差別をなくすためにつながりあえるなにかをつくることを目的に、子どもたちが考え、運営していく集会です。

ステージ発表を4つの小中学校が行いました。

菊陽南小学校は「ほんとうのなかまをめざす みなみっ子」と題し、学期ごとに行っている校内人権集会(みなみっ子集会)を大切にしていること、そして、集会の中で自分の思いを伝え、返しをもらってつながりができていることを伝えました。

菊陽中部小学校は、生活の中で見られる「遊びの中でのいじめ」、「うわさ話」などについて、人権委員会による寸劇を見て何が問題なのかどうすればいいのかなどを考え合っていると発表しました。この集会でも参加者に劇をして問いかけました。



菊陽中部小学校による発表の様子

菊陽北小学校は菊陽町で差別をなくすために活動されている方から「差別やいじめはする人の問題でありどうしたら分かってもらえるかを考え、ソフトボール活動をはじめた」と聞き取りをしました。聞き取ったことを劇や歌で表現しました。

武蔵ヶ丘中学校は、2001年11月5日早朝、小中学生を含む家族7人が突然入国管理局に連れ去られたこと、そのことに対して行動した先輩たちの姿を「満点星(マンティエンシン)」と題して劇化しました。家族とは何か、なにかとは何かを考えさせてくれました。

4つのステージ発表に対して、参加者から「差別をする人が気づかないといけないと思う」、「なかなか自分の思いを伝えきれていない。まずは本音を伝え本当のなかまをふやしたい」などたくさんの返しがありました。多くの参加者が返しをしようと立ち上がりました。時間が足りず全員

の返しができないほどでした。

また、生活画や学年の人権学習での学び(ミナマタで学んだこと、ナガサキ修学旅行など)の展示発表を保育園・武蔵ヶ丘小・菊陽西小・武蔵ヶ丘北小・菊陽中学校が行いました。



会場壁面に各校・園の作品が展示された

集会の最後には①いじめや差別を自分のこととして考え、②自分の思いを伝え、自分から差別をなくす行動をし、③お互いのことを知り合い、いじめや差別を許さないなかまをつかっていくことを集会の宣言として参加者で確認しました。

「実行委員長として」

菊陽中学校 3年 小田原 悠太

ぼくは町人権子ども集会の実行委員長として、夏休みから5回の実行委員会に参加しました。集会の意義や目的を分かりやすく伝えるために、話し合いの中でみんなが一言一句を追求する姿を見て、ぼく自身もこの集会をみんなと共により良いものにしたいと思うようになり、差別はぼくたちでなくしていくんだという思いを強く持ちました。

集会当日は、各学校から今までに起きた絶対に許すことのできない出来事や、そこから学んだこと、考えたことについての発表がありました。それを聞いて、これから差別をなくしていく側として、他人事ではなく自分のこととしてとらえ差別を許さない態度で自分や周りを見つめて、行動していこうと思いました。

今後は、今回の学びを胸に留め、部落差別をはじめあらゆる差別を自分たちからなくしていくという強い気持ちで、周りへ発信し自分にできる取組から始めていきたいと考えています。卒業まであと少しですが、学級や学校のなかまとともに、差別やいじめをなくす集団になるために頑張っていきたいと思っています。



実行委員長によるあいさつ

短歌会

正月の七草セツトに使う芹今年も出てるか休耕田に
降る雨に満天星にはかに紅映えて冬せまる日の寒き身にしむ
鶏頭は夕日を受けて晩秋の庭に色燃ゆ炎の如くに
夕闇に白き椿の花浮きて母の面影ふつと頭ちたり
ブランコを一人で漕ぐのができました足を伸ばして後ろに曲げて

梅田 國雄
河北 幸一
佐藤せい子
中村トシエ
松本 東亜

菊陽句会報

きくよう文芸

ゆるり入りゆるりと過ぐる師走かな	田島 三間	店頭の色競ふなりシクラメン	財津 早雪
冬耕の畝整然とトラクター	紫藤 祥子	ひようひようと野の賑はいや枯芒	原野レイ子
悉く散りし紅葉の庭明り	曾我 育代	霜夜なる庭のアロエに心馳せ	寺尾千代子
庭先のしまる空気や霜の朝	曾我トモ子	山茶花の包み隠さず散るあした	高橋 孝子
朝のコーヒー窓辺に光る寒椿	緒方チエ子	大人の仲間に入りたき幼冬帽子	福田 貴子
一円玉落葉の如く逃げまろぶ	木村 信子	オリオンの煌めき見上げ日々重ね	田中 亜古
還暦の教え子と酌む紅葉宿	吉田 幸子	かなたより身をまかせては北の吹く	北川しんじ
紅葉も濃淡染めし過疎の村	米山るみ子	電飾連ね降誕祭のすぐそこに	佐藤 澄世

きくようカレンダー 2月

1金	大
2土	
3日 日曜窓口開庁(町民課・税務課)午前9時~午後1時(証明書発行のみ)	
4月	菊
5火	さん休 図書休 大
6水	西
7木	菊
8金	大
9土	
10日 日曜窓口開庁(町民課・税務課)午前9時~午後1時(証明書発行のみ)	
11月 建国記念日	
12火	さん休 図書休 大
13水 若年就職無料相談会(菊陽町役場1階相談室、午前10時~午後4時)	西
14木	菊
15金	大
16土	
17日 日曜窓口開庁(町民課・税務課)午前9時~午後1時(証明書発行のみ)	
18月	菊
19火	さん休 図書休 大
20水	図書休 西
21木	菊
22金	大
23土	
24日 日曜窓口開庁(町民課・税務課)午前9時~午後1時(証明書発行のみ)	
25月 消費生活相談(光の森町民センター、午前10時~午後4時)	
26火	さん休 図書休 大
27水 若年就職無料相談会(菊陽町役場1階相談室、午前10時~午後4時)	西
28木 夜間納税相談(税務課)午後9時まで	菊

休日在宅当番医・薬局 2月

病院・薬局(午前9時~午後5時) 歯科(午前10時~午後4時)

3日	古荘医院 菊池市 ☎0968(25)2046
	宮川内科医院 合志市 ☎(248)2155
	川口病院 菊池市 ☎0968(25)2230
	岩上眼科 大津町 ☎(293)2053
	熊本セントラル病院 大津町 ☎(293)0555
10日	いげざわこどもクリニック 合志市 ☎(242)6633
	隈部医院 菊池市 ☎0968(25)2851
	かとう整形外科光の森 菊陽町 ☎096(349)2255
	いしはら皮膚科クリニック 大津町 ☎(293)3003
	たけうち歯科医院 合志市 ☎(342)5285
	あきよし調剤薬局むさし店 菊陽町 ☎(340)2223
	たんぼば薬局 菊陽町 ☎(340)2121
11日 建国記念日	まつもとこどもクリニック 合志市 ☎(338)8960
	高木医院 菊池市 ☎0968(25)2532
	のざわ医院 大津町 ☎(293)8000
	菊陽レディースクリニック 菊陽町 ☎(213)5656
17日	清原医院 菊池市 ☎0968(38)2106
	ふじおか内科 菊陽町 ☎(232)7550
	杜の里 かねこクリニック 菊池市 ☎0968(23)7522
	副島耳鼻咽喉科クリニック 合志市 ☎(249)1777
	クローバー歯科・こども歯科 大津町 ☎(294)6480
	西本真生堂薬局菊陽店 菊陽町 ☎(282)8281
24日	菊池こどもクリニック 菊池市 ☎0968(25)1164
	しばた内科クリニック 大津町 ☎(293)2050
	矢野医院 菊陽町 ☎(232)5266
	かつき皮膚科医院 菊池市 ☎0968(24)5500
	三隅歯科医院 合志市 ☎(248)1101

※受診するときは各医療機関へ電話でご確認ください。最新情報は菊池郡市医師会テレホンサービス☎0968(25)3300でご確認ください(歯科・薬局を除く)。※薬局は菊陽町内のみを掲載しています。

ご出生おめでとう(12月届け出分)

出生日	赤ちゃん	届出人	行政区
12/1	齊藤 悠仁	友章	南八久保
1	城 結華	健一郎	緑陽台
1	後藤 芽生	真	緑陽台
2	梅木 愛翔	津久礼ケ丘	
2	船越 悠愛	ひばりケ丘	
3	松岡 幸希	政晴	緑ケ丘
3	栗田 悠悠	航	新町西
3	野元 美緒	直隆	新町西
4	内田 浩真	浩太	津久礼ケ丘
4	川瀬 絢子	翔	新町西
4	上野 竜空	竜征	緑ケ丘
5	大瀨 大知	工	鉄砲小路
6	後藤 健希	謙介	境の松
7	永田 要月	学	下原
7	奥村 蒼真	恭平	杉並台
8	安武 奏汰	悟	新成原
8	林 冬馬	新	新成原
9	森岡 彩華	亨	新成原
12	長田 錬	智広	津久礼ケ丘
13	島田 煌	妙子	花立
13	廣野 麻衣	俊一	緑陽台
15	大塚 翔文	国行	緑陽台
17	下村 悠花	卓矢	原

ご逝去

ご逝去	ご芳名	年齢	行政区
12/18	林 舞奏	18	川畑
18	川畑 義和	18	津久礼ケ丘
20	下川 大翔	20	美咲
22	上田 瑞穂	22	三里木北
22	重永 笑香	22	青葉台
23	中嶋 結乃	23	花立
24	中嶋 悠里	24	八久保
24	中嶋 大輝	24	花立
25	吉川 光	25	立
29	本山人 直樹	29	馬場
29	本山人 菜美	29	馬場
29	渡邊 琉維	29	馬場
30	岡崎 真紀	30	三里木北

おくやみ

ふれあい総合相談 2月

心配ごと相談(午前10時~正午)		
実施日	会場	
16日(土)	ふれあい交流・福祉支援センター ☎(337)6830	
23日(土)	老人福祉センター ☎(232)4824	
行政相談(午前10時~正午)		
実施日	会場	
9日(土)	老人福祉センター	
専門相談(午後1時~3時)受付:正午~、1日6人まで		
相談名	実施日	会場
法律	4日(月)	老人福祉センター
	15日(金)	ふれあい交流・福祉支援センター
	21日(木)	老人福祉センター
年金	12日(火)	老人福祉センター
財産相続	19日(火)	ふれあい交流・福祉支援センター
	25日(月)	老人福祉センター
登記・法律相談	14日(木)	ふれあい交流・福祉支援センター
●問い合わせ 社会福祉協議会 ☎(232)4824		
介護相談 随時(月曜~金曜日)		
事業所名	電話	
菊陽町社会福祉協議会居宅介護支援事業所	☎(232)3592	

善意の灯

■香典返し

本田 和寛様(故スミ子様)	鉄砲小路
緒方 富子様(故笠良子様)	花立
飯田まゆみ様(故紫藤力フリ様)	立
宮永 君子様(故修様)	緑ケ丘
上村 光子様(故博基様)	武2町内
緒方 安吉様(故勲様)	青葉台
キング理容 中村ひとみ様	熊本市
(故中村和則様)	馬場楠
和枝様(故鎮也様)	上津久礼

■ここに献金

福祉功労者表彰記念

林 貞子様

鉄砲小路

■その他の寄付

菊陽町の未来を考える会 代表 後藤一喜様

チャリティー寄付

フレンド会カラオケ吉本 吉本ケイ子様

マッチングギフト

東京エレクトロン九州(株)及び従業員一同様

チャリティーゴルフ大会

菊陽町ゴルフ協会様

以上のとおりご寄付いただきました。

ここに報告し厚くお礼申し上げます。

菊陽町社会福祉協議会(12月受け付け分)

さんふれあ

2月の休館日 5・12・19・26

問い合わせ ☎(232)8690

温泉 21日(木) 温泉の日
入浴料半額、回数券プラス1枚

2月のイベント

16日(土)~3月3日(日) 9:00~18:00
全国陶器まつり

20日(水) 12:30~ さんふれあ舞の会
(毎月第3水曜日)

