



楽しい時間の共有

第29回西部町民センター祭

第29回西部町民センター祭が2月22日、西部町民センターで開催され、大勢の地域住民が訪れました。会場には多くの展示物が飾られ、やさしい雰囲気が漂っていました。ステージ発表では児童館に通う子どもたちのダンスや勤労青少年の吹奏楽演奏、こども空手道の演舞などが披露され、来場者の拍手がやみませんでした。リサイクルバザーや焼き芋などのバザー会場也大盛況。最後にはお楽しみ抽選会があり、とても盛り上がったセンター祭になりました。



▲ストリートジャズダンスを元氣よく踊る講座生

地域の力、講座の成果

菊陽町公民館大会

菊陽町公民館大会が2月14日・15日、菊陽町図書館ホールで行われました。同大会は馬場楠獅子舞保存会による獅子舞演舞で開幕。活動発表では、馬場楠区長の高田孝章さんが伝統ある「馬場楠の獅子舞」の継承と区をあげて取り組んだ「お法使祭」について発表しました。ステージではフラダンスや気功など9講座が日ごろの学習の成果を発表しました。図書館ホールホワイエには、書道や洋裁、押し花、パッチワークなどの作品が展示され、たくさんの方が鑑賞していました。



◀伝統ある「馬場楠の獅子舞」の活動発表を行う高田孝章さん

歌手・北原謙二さんの歌謡曲「若いふたり」に合わせて踊る講座生



生き生き！健康づくり

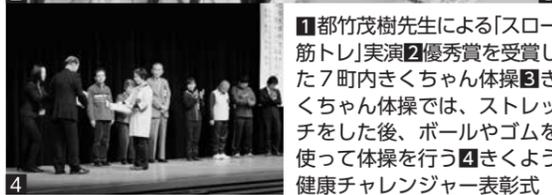
菊陽町健康フェア

菊陽町健康フェアが2月21日、菊陽町図書館ホールで開催されました。健康チェック体験コーナーやきくよう健康チャレンジャー表彰、からだ引き締めセミナー講演会を行い、約180人が参加。「継続したい」「正しいやり方を学べた」などの声がありました。

昨年11月、自主的・継続的に健康づくりに取り組む「きくよう健康チャレンジャー」を募集すると8団体から応募がありました。優秀賞を受賞した7町内きくちゃん体操には武蔵ヶ丘7町内の70～80歳代の23人とボランティア10人が参加。約10年前から週1回、45分間いすに座ったまま体操を行っています。参加者は「体を動かすきっかけ」「転ばなくなった」「楽しく会話することができる」と健康づくりに前向きです。

きくよう健康チャレンジャー受賞団体

【優秀賞】7町内きくちゃん体操【努力賞】岩下裕・美保さんご夫妻、森田和子さん、向陽台ラジオ体操同好会、8町内歩こう会、菊陽町ノルディックウォーキングクラブ、ハンズマン菊陽店バレーボールクラブ、菊陽町社会福祉協議会ミニバレーチーム



1都竹茂樹先生による「スロージョギング」実演2優秀賞を受賞した7町内きくちゃん体操3きくちゃん体操では、ストレッチをした後、ボールやゴムを使って体操を行う4きくよう健康チャレンジャー表彰式

こんなときは、こんな届け出を

☎ 町民課 年金係 ☎(232)4914
☎ 熊本西年金事務所 ☎(355)3261

就職や転職、結婚、退職などで国民年金の加入の仕方が変わります。内容で届け出先が異なりますのでご注意ください。必要書類は、それぞれの届け出先にお問い合わせください。

こんなとき	こうする	届け出先
20歳になったとき	厚生年金・共済組合加入者以外は国民年金に加入の手続きをする	誕生日の前月に年金事務所から届いた書類を返送する
会社を退職したとき	国民年金に加入の手続きをする(被扶養配偶者も同様の手続き)	市区町村
結婚や退職等で配偶者(第2号被保険者)の扶養になったとき	第3号被保険者への種別変更の手続きをする	配偶者の勤務先
配偶者(第2号被保険者)の扶養からはずれたとき	第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更の手続きをする	市区町村・年金事務所
配偶者(第2号被保険者)が会社を変わったとき	引き続き第3号被保険者となる手続きをする	配偶者の新しい勤務先
年金手帳をなくしたとき	再交付の手続きをする	第1号被保険者→市区町村・年金事務所 第3号被保険者→配偶者の勤務先
口座振替を開始・停止・変更するとき	口座振替納付(変更)申出書を提出する	銀行・郵便局など取扱金融機関・年金事務所・市区町村
納付書を紛失したとき	納付書の再発行を申し出る	年金事務所
保険料を納めるのが困難なとき	保険料免除の申請をする	市区町村・年金事務所
30歳未満で保険料を納めるのが困難なとき	若年者納付猶予の申請をする	市区町村・年金事務所
学生で保険料を納めるのが困難なとき	学生納付特例の申請をする	市区町村・年金事務所
65歳になったとき	老齢基礎年金の受給手続きをする	第1号被保険者期間のみ→市区町・年金事務所 第3号被保険者期間を含む→年金事務所
障がいになったとき	障害基礎年金の受給手続きをする	初診日に第1号被保険者→市区町村 初診日に第3号被保険者→年金事務所 20歳前に障がいになったとき→市区町村
加入中に死亡したとき	国民年金加入中→遺族基礎年金・寡婦年金・死亡一時金の請求	市区町村・年金事務所
定額以上の保険料を納めたいとき	付加保険料の手続きをする 国民年金基金に加入する	市区町村・年金事務所 国民年金基金 ☎0120(65)4192
受給資格期間(原則として25年)を満たしていない、満額に近づけたい、海外に在住しているとき	任意加入の手続きをする	市区町村・年金事務所

※第1号被保険者 自営業、農林漁業、アルバイト、無職の人、学生などで20歳以上60歳未満の人
※第2号被保険者 厚生年金・共済組合に加入している会社員・公務員などで原則65歳未満の人
※第3号被保険者 第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者



見事な力走

第38回菊陽町子ども会駅伝大会

菊陽町子ども会駅伝大会が3月8日、菊陽杉並木公園ふれあい広場で開催されました。各地区の子ども会から総勢15チームが参加し公園内を周回するコースで競いました。会場には息を切らしながらも一生懸命走る子どもたちに力強い声援が送られていました。

【規定】優勝 火の鳥沖野 準優勝 緑陽台Greens 第3位 緑ヶ丘子ども会A

【オープン】優勝 上津久礼子ども会 準優勝 大堀木子ども会 第3位 南方子ども会



▲声援の中、元気よくスタートする選手たち

とっても楽しいひなまつり

さくら園「ひなまつり会」

さくら園のひなまつり会が3月3日、同園で行われました。保護者40人が同園を訪れ、園児133人とひなまつりを楽しみました。

ひなまつりは子どもたちの健やかな成長と幸せを祈る節句の年中行事。この日は園児による劇「森のおふる」や、ももいろクローバーの楽曲「ももいろパンチ」のダンス、先生たちによる人形劇などがありました。最後には童謡「うれしいひなまつり」を先生と園児みんなで歌い、健やかな成長を願いました。



▲先生たちによる人形劇に夢中になる子どもたち

科学技術で環境を守る

武蔵ヶ丘中学校がドローンで理科学習

武蔵ヶ丘中学校3年生の理科学習の総まとめが2月25日、同校で行われました。講師は総合地球環境学研究所プロジェクト研究員・渡辺一生さん。渡辺さんは東南アジア沿岸域で地域資源について日々研究しています。この日は小型の無人飛行機・ドローンを使って、上空から同校を撮影した後、環境についての講演を行いました。生徒は「先生の話や教科書だけでなく、実際に環境について研究している渡辺さんの話が聞けて、勉強になりました」と話していました。



▲ドローンを使って上空からの映像を見る生徒たち

たすきでつなぐ思い

武蔵ヶ丘中学校2年生立志式「駅伝大会」

武蔵ヶ丘中学校2年生の立志式「駅伝大会」が2月23日、菊陽杉並木公園一帯で行われました。

立志式とは数え年の15歳を祝い、将来の目標や決意などの志を立てる行事。駅伝では「応援も全力」「仲間も自分も信じよう」などの思いや名前を書いた手作りのたすきをつなぎました。準備・運営をした体育委員は「楽しかった。クラスの団結が深まった」と晴れやかな表情を浮かべました。大会後、生徒は将来の目標や決意などを色紙に書き、志を新たにしました。



▲寒空の下、全力で駆け抜ける生徒たち

「いのち」輝く生き方を

第5回認知症をもっと知ろう！in菊陽

第5回認知症をもっと知ろう！in菊陽が3月7日、菊陽町図書館ホールで開催され、280人の参加がありました。

町は認知症の啓発に力を入れていて、講演会を5年前から毎年開催しています。今から10年後、認知症の人の数は全国で700万人を超えるといわれています。これは高齢者の5人に1人に当たります。

今回は日本赤十字社熊本健康管理センター名誉所長の小山和作先生が「いのち『輝いて』生きる～身も心も脳も魂も～」をテーマに講演。小山先生は予防医学の第一線で活躍しています。認知症とはどういう病気なのか、心と体がいつまでも健康でいるためのコツについて話しました。

ユーモアたっぷりの分かりやすい講演に会場中に笑いが起きていました。参加者は「認知症だけではなく健康寿命を延ばすための秘けつを学ぶことができた」「いろいろなことに興味をもって脳も体も動かし、健康寿命を延ばすように日々過ごしたい」と健康への意識を高めていました。



▲ユーモアたっぷりの講演をした小山先生



▲大勢の来場者が講演会に訪れました

災害に備える

菊陽町防災訓練

菊陽町防災訓練が3月1日、久保田地区、上津久礼地区、下津久礼地区を対象に菊陽中部小学校で実施されました。

訓練は町や消防、警察署、各種団体と住民が一体になり、相互に連携することで、災害時の対策を迅速・的確に行うことが目的。この日は大雨による白川の増水を想定し、約400人が訓練を行いました。

町は災害情報を収集し、災害対策本部を設置。地域や消防本部、町消防団と連携を取りながら、災害状況の調査、確認、報告の訓練を行いました。消防団第2・第3分団は災害情報を集めて伝達し、想定した危険箇所の交通規制を実施。住民は防災行政無線からの避難勧告をもとに、各地区の公民館や中部小体育館へ避難しました。避難所では、避難所台帳の作成や町保健師による避難者の健康調査の訓練が行われました。

その他、体育館では南消防署の職員がAEDを使った心肺蘇生方法などを住民に説明。関係団体による車いすの操作説明やカレーの炊き出しも行われ、参加者全員が真剣な表情で訓練に参加していました。



1 災害対策本部を設置し、危険箇所の確認をする町職員。本番さながらの緊張感が漂う
2 避難所の受付で氏名と住所を記入
3 町保健師による健康調査
4 南消防署職員によるAEDの操作方法を真剣に聞く