

広報 みんなが幸せを感じ 笑顔あふれる元気なまち

# みなまた

2024  
3  
Mar  
No.1463

祝 創立150周年



祝・湯出小学校150周年

受け継がれる伝統“湯出七滝太鼓”

SDGs 未来都市  
みなまた

## 市長からのメッセージ 55

高岡利治市長が市政の動向や活動などをお知らせします。

### 水俣市長 高岡 利治



2月22日から、水俣市議会定例会3月議会が始まりました。令和6年度の予算や政策を審議していただく議会でもあります。

令和6年度の予算案は、昨年度と比べると、7億円余りの増額予算となっており、「現在と未来の暮らしを創る『幸せ実感』の予算」として編成いたしました。

将来の水俣を見据えた4つのビジョンである「外貨を稼ぐ水俣」、「選ばれる水俣」、「活力生まれる水俣」、「世界へつながる水俣」推進事業関係では、各種証明書のコンビニ交付、プログラミング人材育成事業、国立台北科技大学との連携、湯の児・湯の鶴とスポーツを掛け合わせたプランの造成、ヒメタツがモチーフのSDGs未来都市水俣のロゴマークを活用した取り組みなどの予算を上程しています。また、「今を生きる市民の生活を支える事業」として、こども家庭センターの設置、こどもセンターの機能のさらなる充実、带状疱疹ワクチン予防接種の助成、徳富蘇峰・蘆花生家および蘇峰記念館の再開館、幸橋の架け替え、さらに市内一円の市道維持補修予算においては、前年度より3倍近い予算を上程しております。

いずれも3月議会において、議員の皆さんの審議を経て、承認をいただきましたら広報みなまた4月号で詳細をお知らせいたします。



### 水俣市公式 LINE

市の最新情報や災害時の緊急情報などを配信しています。

二次元コードを読み込むと友だち登録画面が表示されます。

### 今月の表紙 Cover Photo



### 受け継がれる伝統 “湯出七滝太鼓”

創立150年を迎えた湯出小学校が2月17日、記念行事を同小学校で開催。職員、在校生や地域住民が参列し、これまでの伝統を振り返り、未来への歩みをお祝いしました。

写真は、在校生と卒業生で、代々受け継がれてきた湯出七滝太鼓を披露している様子です。立派に太鼓を演奏する姿に地域住民も喜んでいました。

市観光大使の江口寿史さんがゲスト出演し、トークショーなども開かれました。

# Contents

— 目次 —

広報みなまた 2024 Mar

# 3

- 03 低所得世帯とその子どもたちへ給付金を支給します
- 04 多文化共生の現在地
- 08 まちのわだい  
摂津工業㈱溶接技術競技会団体優勝 ほか
- 12 市からのお知らせ  
水俣市議会3月定例会日程 ほか
- 20 連載 水公さんのお通りだい ほか
- 22 暮らしの伝言板  
第26回サラたまちゃん祭り ほか
- 28 ひとのうごき・寄付
- 29 みなまた元気な事業所ファイル  
ドライブイン 猪鹿
- 30 がまだす水俣ひと辞典  
溝上貫三 さん



湯出小学校の歩み発表



校歌斉唱



江口寿史さんライブスケッチ



◀市HPでも湯出小創立150周年記念行事の様子や卒業生(平石莉乃さん、小嶋良介さん)のコメントを紹介中。

# 低所得世帯とその子どもたちへ

## 給付金を支給します

市は、物価高騰による家計への負担を軽減するため、住民税均等割のみ課税世帯①に、1世帯あたり10万円を給付します。住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯のうち、18歳以下の児童がいる世帯②には、児童1人あたり5万円を追加給付します。

対象世帯	<p>① 令和5年12月1日（基準日）において、水俣市に住民登録があり、世帯全員が令和5年度住民税均等割のみが課税されている世帯、または令和5年度住民税均等割のみ課税者と住民税非課税者で構成される世帯。</p> <p>※住民税課税者の扶養親族のみで構成される世帯は給付対象外です。</p> <p>※世帯の中に、他市区町村から住民税均等割のみ課税世帯への給付金（10万円）の支給を受けた世帯の世帯主がいる場合は対象外です。</p>	<p>② 令和5年12月1日（基準日）において、水俣市に住民登録があり、令和5年度住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯のうち、同一世帯に、18歳以下の児童（平成17年4月2日生まれ以降の児童）がいる世帯。</p> <p>※住民税課税者の扶養親族のみで構成される世帯は給付対象外です。</p> <p>※住民票を移さずに施設に入所している児童など、令和5年12月1日時点で扶養していない（生計を同一にしていない）児童は加算対象外です。</p>
支給額	1世帯あたり <b>10万円</b>	児童1人あたり <b>5万円</b>
受給方法など	<p>該当者には、2月26日に確認書の様式を発送しました。必要事項を記入し、<b>4月30日(火)までに</b>返送してください。</p> <p>※令和5年1月2日以降の水俣市への転入者がいる世帯は申請が必要です。令和5年度課税状況を証明する書類が必要になります。</p>	<p>※令和5年12月以降に生まれた新生児は申請が必要になります。</p>
支給時期	3月中旬以降、順次支給予定	
問い合わせ	市臨時特別給付金窓口 (福祉課総務係) ☎61-1652、☎61-1640	福祉課福祉支援室 ☎61-1660

### 詐欺に注意！！

給付金を装った振り込め詐欺や個人情報の搾取に注意してください。  
怪しいと思ったら、市や最寄りの警察署に連絡してください。



菊池市で暮らす外国人が参加する主体となって  
企画・運営を行う「せいかいかいぎ」のメンバーたち



熊本県市町村広報担当者による  
合同特集

## 多文化共生の現在地

昨年6月末の時点で日本に在留する外国人は過去最多320万人。熊本でも2万人を超え、10年前と比べて2倍以上に増加しています。今回は、県内で進む地域に暮らす外国人住民との交流や、新たな多文化共生の取り組みを紹介します。

他国の文化に触れる

「はい、きくち〜」。明るい掛け声とともに笑顔で写真に写るのは、菊池市在住の外国人を中心としたコミュニティ「せいかいかいぎ」のメンバーたち。この日は菊池女子高校の文化祭に出店し、それぞれの国の郷土料理を販売しました。

特にベトナム料理の揚げ春巻きが好評で、約1時間後には完売。「他国の文化に触れる良い機会だった」と話す来場者もいて、異文化への理解が少しずつ進んでいます。

誰一人取り残さないために

「菊池市中央図書館では、持続可能な開発目標（SDG



菊池女子高校の文化祭に出店した「せいかいかいぎ」



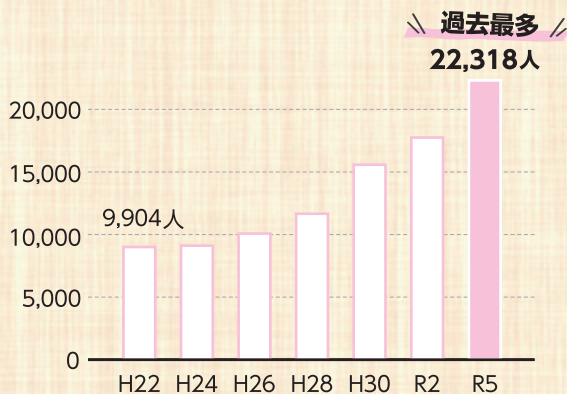
菊池市立図書館専門委員  
小堀久男さん

S)が掲げる『誰一人取り残さない』という理念に基づき、多文化共生事業に取り組んでいます」と話すのは、図書館専門委員の小堀久男さん。菊池市内の外国人人口は増え続けており、昨年末は約1200人。その多くは、アジア圏域からの技能実習生です。

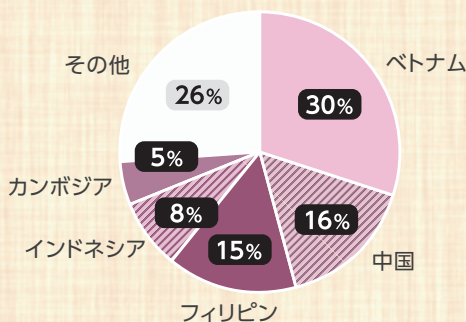
同図書館では、雇用側と実習生側の双方から「日本語のコミュニケーションが難しい」という声を聞き、市内在住外国人向けの「日本語教室」を令和2年に開設しました。その後も地域交流を中心とした「日本語カフェ」や外国人主体でイベントを企画・運営する「せいかいかいぎ」を発足し、多文化共生サービスを進めています。

「地元の人からは『国籍に関係なくその人自身と接するようになった』という声も聞

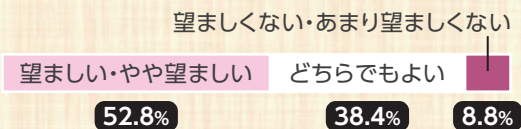
**DATA1** 熊本市内で暮らす外国人の数は  
どれくらい増えているの？



**DATA2** どんな国から来ているの？



**DATA3** 多文化共生社会への県民の意識は？



「日本に住む外国人は年々増加傾向です。熊本県も例外ではなく、県内の在留外国人は令和5年6月末時点で2万2318人と過去最多を更新。10年前と比べ2倍以上に増えました。

国籍別ではベトナムが最も多く、中国、フィリピンと続きます。外国人労働者が多く、技能実習生の増加や台湾積体電路製造（TSMC）の進出

**増加する外国人労働者**

「共に来ます」と小堀さん。共に考え尊重しながら、多文化共生の輪を広げています。

「県内では増え続ける外国人と共に多文化共生を進める動きが活発になっていきます。国際化を進めるため、八代市では令和3年に「やつしる国際協会」を設立。阿蘇市や合志市でも令和5年に「多文化共生連絡協議会」を発足し、外国人と日本人が豊かに共生できる地域を目指しています。

県が公表した令和5年度の県民アンケートの結果でも多文化共生を前向きにとらえる

**各地で進む多文化共生**

などの影響から今後も増加が見込まれます。

「人が多く、半数を超える52.8割の人が外国人とともに地域で暮らす「多文化共生」を「望ましい」「やや望ましい」と回答しています。

しかし「あまり望ましくない」「望ましくない」と回答した人も8.8割いて、その理由の多くは「治安の悪化」や「文化の違いから起こるトラブルが心配」などといったものでした。

「私たち日本人を含め、みんなが地域で安心して暮らせる環境を整えるためには、一丸となって解決に取り組んでいく必要があります。」

INTERVIEW

**多文化共生** に向けて必要なこと

出生率の低下で全国的に外国人労働者の需要が高まる中、県内でも外国人との多文化共生社会を目指す努力が求められています。

多文化共生社会は、法整備などの公共性、そして周囲の人々とのつながりで生まれる親密性で成り立つもの。日本へやって来て、言葉が通じない中で仕事をし、孤独を感じている外国人をケアするためには、その両方を充実させていく必要があります。

しかし、現状は外国人労働者が、まるで透明人間のように認識されてしまっています。外国人労働者は社会のさまざまな場所で仕事を担い、彼らがいなければ私たちは生活できないほどです。

そんな外国人労働者を、社会の一部を担う大事な存在で一人の人間として認識し、心を寄せることから共生は始まります。県民一人一人がそれを意識し実践すればお互いに成長でき、生活をより豊かにできます。



熊本学園大学 外国語学部  
申 明直 教授



# 広がる、多文化共生の輪

「見た目が違うから…」 「言葉が通じないから…」。このような理由で外国人と関わることを避けていませんか。きっとそれは相手も同じかもしれません。大切なことはお互いに歩み寄ることです。

多文化共生社会の実現に向けて取り組む2団体取材しました。

長洲町

防災マップを見ながら避難経路を確認



長洲みんなでほんごひろば

## 「やさしい日本語」による対話が必要

長洲町の外国人人口は総人口の約5%で、そのうち約90%は技能実習や特定技能の在留資格を持つ人です。長洲町では、外国人と日本人が日本語で交流する「長洲みんなでほんごひろば」が開催され、長洲町地域日本語教室等サポーターとして参加しています。

昨年はJICA（国際協力機構）熊本との共同事業で「やさしい日本語」を使った外国人向けの防災イベントを実施。参加者の多くが避難情報を理解できたようでした。

外国人との交流時には先入観を捨て、相手に興味を持つことが重要です。「やさしい日本語」を使って話すことが、お互いの理解を深める鍵となるのではないのでしょうか。



リーダー  
たけもとかおる  
竹本 薫さん  
(長洲町)

水俣市

地域の和太鼓演奏グループと一緒に演奏体験



みなもんくらぶ

## 外国人が地域になじむ手助けをしたい

水俣市では「みなもんくらぶ」を毎月1回実施しています。市内で生活する外国人技能実習生が日本人ボランティアサポーターと一緒に、体験活動を通して日本語や地域での暮らし方などを学び、地域になじんで生活していくことが目的です。日本語や日本の文化について「失敗しても大丈夫」と前向きな気持ちで安心して学べる場所を目指しています。

参加者はそれぞれ国籍も違えば文化も違います。しかし、日本語をもっと話せるようになり、水俣市での生活を楽しくしたい気持ちは同じです。これからも地域住民との交流を通して外国人たちがうまく地域で生活できるサポートをしていきます。



水俣市国際交流推進員  
ブレスリン・  
ジェフリーさん  
(オーストラリア)

## やさしい日本語に 言い換えると…

「やさしい日本語」には「こうすれば必ず理解してもらえる」という決まった答えはありません。相手を思いやり、易しい言葉と「分かりやすく伝えよう」とする優しい気持ちで使ってみましょう。

CASE1 出身はどちらですか？

あなたはどの国から  
来ましたか？

CASE2 飲食はご遠慮ください

飲んだり食べたり  
しないでください

CASE3 貴重品は自己管理してください

大事なものは自分で  
持っていてください



異文化理解講座でメキシコの伝統文化「死者の日」を学ぶ子どもたち

外国人や外国にルーツを持つ人たちが熊本に来て暮らし

### 熊本県に住む仲間として

外国人や外国にルーツを持つ人たちが熊本に来て暮らし、

外国人や外国にルーツを持つ人たちが熊本に来て暮らし、

外国人や外国にルーツを持つ人たちが熊本に来て暮らし、

理解の一步は知ることから  
私たちは、自治体の外国人向け日本語教室や協議会立ち上げの支援などを行っています。イベントや日本語教室はあくまで「きっかけ」です。大切なのは参加者の外国人と日本人がつながること。つな

がりができれば、次は地域のイベントに参加したり、悩みごとを相談したり、災害時に助け合うことができるようになります。日本人向けの講座では、その地域にどんな国の人がどれくらいいるのか、どんな文化や宗教があるのかなどを伝えていきます。知ることは理解への第一歩。知らない文化だからと恐れたり偏見を持つたりするのではなく、正しく知り理解を深めることが大切です。

始めたとき、言葉や文化の違いはつきもの。一度の説明で伝わらないときは、言い方や説明を変えてみる「やさしい日本語」で話しかける、翻訳アプリを活用するなどの工夫が必要です。

そして、何気ない会話の中に隠れている外国人の困りごとを見つけたら、県や自治体・私たちに相談してください。

# 外国人も日本人も 同じ社会を築いていく仲間

熊本市国際交流振興事業団では、国際交流イベントや講座の開催などを通じて、多文化共生社会を目指しています。  
事務局長を務める勝谷知美さんに話を聞きました。



(一財) 熊本市国際交流振興事業団  
かつや ともみ  
勝谷知美 事務局長



### 外国人のための相談窓口

**熊本市外国人総合相談プラザ**

でんわ ☎096(359)4995  
ばしよ 熊本市国際交流会館2階

**熊本県外国人サポートセンター**

でんわ ☎080(4275)4489  
ばしよ 県庁本館8階

## WHAT IS

## やさしい日本語

簡単な単語や文法を使用するなど、日本語が得意ではない外国人住民でも理解できるように配慮した日本語のこと。

阪神・淡路大震災のときに、外国人住民に避難情報や支援情報を十分に届けられなかったことを教訓に「やさしい日本語」が広がっていきました。

## 一番の心得は「はさみの法則」

- 1 「はっきり言う」 □をあけて発音する
- 2 「さいごまで言う」 文末まできちんと話す
- 3 「みじかく言う」 短く簡潔に伝える

1月～4月 **凝縮された旨み ぜび楽しんで**  
恋路カキ小屋営業中!

水俣産の新鮮な「恋路カキ」を味わえるカキ小屋が、道の駅みなまた裏の橋上に開店しています。恋路カキは水俣の海で育ったカキで、小ぶりながら濃厚な味と旨み特徴です。同店ではカキを1カゴ(10個)15個)千円で販売している他、ヒオウギ貝やサザエ、エビ、カキ飯、じゃこ飯なども楽しむことができます。

4月30日までの土日の営業を予定しており、営業時間は11時から16時(15時オーダーストップ)です。

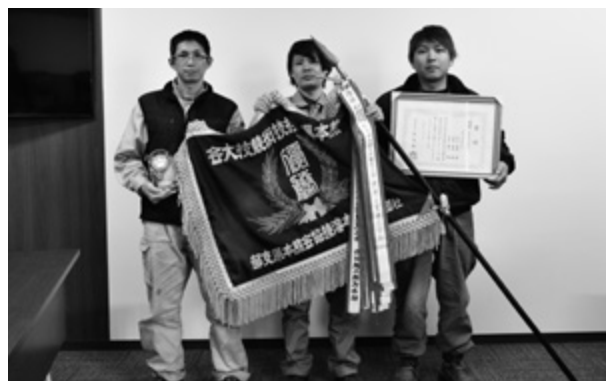


▲濃厚な味をぜひご堪能ください♪

9/16 **摂津工業(株) 熊本県溶接技術競技会**  
21年ぶり団体優勝

溶接技術の向上を目的に、熊本県溶接協会が毎年開催する「熊本県溶接技術競技会」において、市内に事業所を構える摂津工業(株)が、21年ぶりに団体の部で優勝をしました。

今回の大会に参加したのは、同社に勤務する杉本拓也さん、川上友宏さん、町田優太さん。3人は業務の合間や仕事後の時間を使って、練習を重ねました。大会を振り返り、杉本さんは「本番で100%の力を出せた。今後も溶接の技術を磨きたい」と話していました。



▲左から川上さん、杉本さん、町田さん

1/20～1/21 **見て、食べて、体験して!**  
青空の下 風揚げ体験♪

エコパーク水俣が主催する「ライフスタイルマーケット」が2日間に渡り、エコパーク水俣で開催されました。

このイベントでは全長20mを超える巨大なタコの風や、全長6mを超えるくまモンの巨大風が揚げられ、子供たちは目を輝かせて空を見上げていました。その他、風揚げやセグウェイゴーカートの体験、キッチンカーの出店などもあり、家族連れなどが楽しんでいました。



▲青空の下、いくつかの巨大な風が悠々と浮かんでいました

1/16 **三段跳び五輪選手 長谷川大悟さん**  
袋中児童に速く走るコツを指導

日本勢としては12年ぶりの陸上・三段跳び選手として、2016年のリオデジャネイロオリンピックに出場し、今も現役の選手である長谷川大悟さんが、袋中の児童に速く走る体の動かし方などを指導しました。スポーツ庁が行うアスリート派遣事業の一環。

長谷川さんは三段跳びの選手になるために大切にしていた考え方を伝え、実際にバランスをとる練習など、走りの基本となるトレーニングを丁寧に指導しました。



▲体の動かし方を教える長谷川さん



## 「おうちにかえろう。病院」 院長

1/21

### 水野慎大さん講演会

水俣市芦北郡医師会は、自宅に帰すことを前提とした医療に取り組む「おうちにかえろう。病院」(東京都)の院長水野慎大さんを講師に迎え、「温かい最期の迎え方」おうちでその日を迎えるということ」と題した講演会をつなぎ文化センターで開催しました。

講演会には水俣・芦北地域の他、県内外から住民や医療・介護従事者など約300人の来場があり、人生の最期を病院でなく、自宅で迎えることなどについて学びました。



▲講演を行う水野さん

## プロの演奏家が市内小中学校で演奏

1/26

### 演奏家派遣アウトリーチ事業

演奏家派遣アウトリーチ実行委員会と熊本県立劇場が主催する「演奏家派遣アウトリーチ事業」において、プロの演奏家を派遣しての音楽の授業が市内小中学校で行われました。

この日は、クラリネット奏者の春日香南さんとピアノ奏者の吉田秀晃さんが水俣二中で楽器の解説やクイズを交えながら曲を披露しました。生徒たちは、間近で演奏されたプロによる演奏を真剣な様子で聴き入っていました。



▲軽やかな指使いで演奏する春日さん(右)と吉田さん(左)

## 農業の振興に尽力 元村善二さん

1/30

### 農林水産大臣、県知事表彰

昨年12月に令和5年度農林水産大臣農業委員会等表彰、今年1月に熊本県農林水産業功労者表彰を受けた元村善二さん(77歳・袋)が、市長表敬のため市役所を訪れました。

元村さんは平成20年7月～令和5年7月の15年間で農業委員、その間、平成26年7月～令和2年7月は農業委員会長を務め、農地などの利用の最適化の推進、後進の指導育成など、農業の振興のために献身的な活動を続けたことが認められました。



▲表彰を受けた元村善二さん(右)

## 食育の大切さを学ぶ

1/31

### 水俣市学校給食フォーラム

市は、「弁当の日」は子どもたちに持たせる未来へのおみやげ」と題し、福岡市立舞鶴小学校教諭で2007年度農林水産省「地域に根ざした食育コンクール」に入賞した稲益義宏さんを講師に、市公民館で4年ぶりに学校給食フォーラムを開催しました。

講演では、弁当を作るまでの過程や一緒に食べる時の楽しい雰囲気、子どもの豊かな心を育てるなどの話があり、参加した市民や学校関係者らは食育の意識を高めました。



▲講演を行う稲益さん

2/8～  
3/5

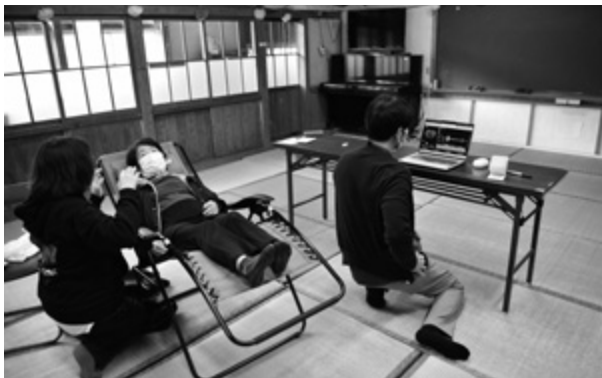
## 最新の技術を体験

### ICT を活用した心音チェック

市は、まちかど健康塾で心音図検査装置「超聴診器」(AMI)製の医療機器を使った「気軽に心音チェック」体験会を実施しています。

この機器は一分程で心音と心電を同時に測定でき、心臓弁膜症など心疾患の早期発見が期待できます。各地区の集会所などでは技術を体験しながら、保健師から日頃の健康チェックや定期的な健診受診の大切さなどを伝えました。

今後は、予防医療へのICT活用の検討につなげます。



▲2月16日に越小場公民館で行った体験会の様子

1/31

## 思い出に残る卒業証書を

### 袋小6年生 紙漉きに挑戦

袋小の6年生が、浮浪雲工房主宰の金刺潤平さんの指導のもと、同工房で紙漉きに挑戦。自分の卒業証書を製作しました。

この取り組みは袋小6年生の恒例行事となつているもので、子どもたちは年初めに、保護者とともに和紙の原料となる「楮」を切り出し、樹皮をはいで準備しました。

この日は、準備した材料を水に溶かし、竹製の道具を用いて、校章が入った卒業証書を真剣な表情で漉いていました。



▲金刺さんに教えてもらいながら、卒業証書を製作する児童

2/8

## 水東小PTA 模範となる活動が評価

### 優良PTA文部科学大臣表彰

令和5年度優良PTA文部科学大臣表彰を受け、水東小PTAの前田社長、水東小立道一則校長が市長表彰のために市役所を訪れました。

水東小PTAは、保護者や学校、地域との連携の強化や、効率化による事務負担軽減の取り組みなどが評価されて表彰に至りました。

前田会長は「小規模学校で保護者が32人と少ないPTAだが、全保護者が一丸となつての活動が認められて嬉しい」と話しました。



▲水東小PTA前田社長(中央)と、水東小立道一則校長(右)

2/8

## 新しいスクールバスを購入

### 葛渡小児童 お披露目会

市は、葛渡小と緑東中で使用するスクールバスを新調し、葛渡小児童たちにお披露目会を開きました。

新調する前のスクールバスは平成20年から使用しており、老朽化が進んでいたことから新たに購入しました。

今回購入したスクールバスは14人乗りで、児童・生徒の通学や学校教育活動に使用されます。児童たちはお披露目会で、「新しいスクールバスで登校するのが楽しみ」と目を輝かせて、喜んでいました。



▲新しいスクールバスを背に、笑顔でポーズ

2/10

## 宝くじ文化公演 九州交響楽団

### ドラゴンクエストコンサート

市と市教育委員会、(公財)水俣市振興公社、(二財)自治総合センターが主催する「九州交響楽団ドラゴンクエストコンサート」が市文化会館で開催されました。この公演は宝くじ社会貢献広報事業の一環として実施されました。

公演では、人気ゲーム「ドラゴンクエスト」の世界観が繊細かつ迫力あるオーケストラで表現され、「ドラクエファン」の心を熱くするとともに訪れた600人を超える来場者の耳を喜ばせました。



▲演奏をする九州交響楽団

2/10

## 市の医療体制など院長と意見交換

### 市民懇話会「阿部院長と語ろう」

国保水俣市立総合医療センターは、近年、新型コロナウイルスの影響により開催していなかった市民懇話会「阿部院長と語ろう」を同センターで4年ぶりに開催しました。

懇話会ではくまもとメディカルネットワークや認知症診療、医療センターの外来患者数の変化や経営状況などについての基調講演が行われた後、市民らは阿部院長を含む医療センター側の出席者に、病院の医療体制についての質問や要望などを直接伝えました。



▲参加者の質問に答える医療センター阿部道雄院長

2/18

## 水俣観光大使 江口寿史さん

### 新刊サイン会でファンと交流

市出身で、漫画家・イラストレーターとして活躍する、水俣観光大使の江口寿史さんが、道の駅みなまたで新刊サイン会を行いました。

サイン会には市内外から約100人が参加。遠くは広島県からの参加もあり、江口さんは一人ずつに、サインとイラストを書き込みました。

訪れたファンの中には、江口さんに作品への想いを熱く語る人や、一緒に記念撮影をお願いする人もあり、和やかな雰囲気ですサイン会が行われました。



▲サインをする江口寿史さん

2/14

## 水俣のSDGsについて調べたことを発表

### くまモン先生と学ぶSDGs

水俣におけるSDGsの取り組みについて調査し、くまモンに発表することで地域とSDGsについて理解を深める「発信しよう！水俣と環境」に水俣第二小5年生の児童たちが取り組みました。県教育庁の「くまモンが先生となった教育活動推進事業」の一環として開催。

児童たちは水俣病や水俣の海の昔と今、ごみの分別など、調査した内容をくまモンに発表。立派な発表に、くまモンも驚いていました。



2024/02/14©2010 熊本県くまモン

▲調査したSDGsの取り組みをくまモンに発表する児童たち



# 市からの お知らせ Information

市役所（代表） ☎ 63-1111

※各記事に関する問い合わせは、  
記事末尾の問い合わせ先（☎）へ。

## お知らせ

### 水俣市議会3月定例会日程

本会議は誰でも傍聴できます。

YouTubeでも配信しています。

■期間 3月14日(木)

◆一般質問

■日時 3月5日(火)～7日(木) 9時30分～

■場所 市役所4階議場

◆委員会

■日時 3月8日(金)・11日(月)

■場所 市役所4階委員会室

☎ 議会事務局 ☎ 61・1661

### マイナンバーカードで簡単！ オンライン転出届

市外へ住所を移す時、水俣市と転出先両方の役所へ行く必要がありますが、マイナンバーカードがあれば、スマートフォンなどからオンラインで転出手続きができます。原則、水俣市役所へ行く必要はなくなります。デジタル庁のマイナポータルから手続きできます。※転出先での転入手続きや市内での住所変更は、これまでどおり役所で手続きしてください。



▲詳しくは市HPを確認してください。

☎ 市民課 ☎ 61・1611

### 水俣市総合教育会議開催

本市の教育の重点施策などを協議・調整するための水俣市総合教育会議を開催します。

■日時 3月21日(木) 13時30分～14時30分

■場所 市役所3階市長会議室

■傍聴 希望者は13時15分までに入室してください。

■定員 5人

☎ 総務課 ☎ 61・1603

## 「がまだす自治会支援事業」

### で地域を元気に！

市では、自治会が主体となって考え、地域を元気にする活動に対して助成を行っています。

今年度は、4つの自治会で地域施設の改修などを地域住民が自らの手で行いました。今後も、同事業などを通して自治会活動を支援していきます。

☎ 地域振興課 ☎ 61・1606

### 今年度の活動実績

8区



小津奈木公民館  
法面災害復旧

10区



集グラウンド法面強化

13区



アルミ製掲示板設置

18区



防災井戸建屋建設



★水俣市ホームページ  
<https://www.city.minamata.lg.jp>  
 または左の二次元バーコードを使ってアクセスできます

## 3月24日(日)は、熊本県知事選挙投票日です

### ◆投票できる人

次のいずれにも該当する人

○日本国民

○平成18年3月25日以前生まれ

○令和5年12月6日までに水俣市の住民基本台帳に登録された人

※12月6日以降に県内市町村間で住所移転した人は、前住所地で直接投票または前住所地で申請手続き後に新住所地で不在者投票ができます。

※県外へ転出した人は、投票できません。転出前は期日前投票ができます。

◆3月7日(木)ごろから投票所入場整理券(はがき)を郵送します

投票所に入る時に、提示してください。

入場券が届いていない場合や紛失などで手元にない場合は、投票所の係員に申し出てください。選挙人名簿登録者本人と確認できれば投票できます。

◆投票日当日の投票方法

投票所・投票時間

投票所入場整理券で確認してください

ください。

※市内間の転居届を3月1日(入場券処理日による)以降に提出した人は、転居前の地区の投票所になります。

投票したい立候補者の氏名の上の欄に「○」をつけてください。

投票用紙の記入方法

期日前投票

期間 3月8日(金)～3月23日(土)

時間 8時30分～20時

場所 市役所1階多目的室

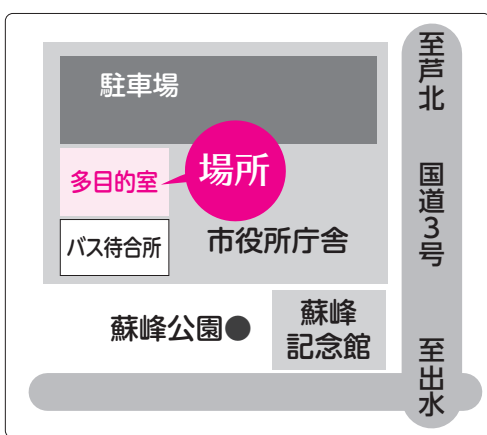
準備物 投票所入場整理券

※届いている場合は、裏面の宣誓書欄を記入してお持ちください。

不在者投票

期間 3月8日(金)～3月23日(土)

病気による入院や仕事などで市



外に滞在しているなどの理由により、期日前投票にも行けない人は、不在者投票を利用してください。それぞれ所定の手続きが必要で、早めに問い合わせてください。

指定病院などで行う不在者投票

都道府県が指定した施設(※)に入院・入所中の人は、施設内で投票できます。

※市内の指定施設は、総合医療センター、みずほ病院、恵愛園、白梅の里、やすらぎ苑、明水園、和光苑、尚光苑、生喜の里です。市外でも指定を受けた施設であれば投票できます。

仕事や旅行などの滞在地(市外)で行う不在者投票

水俣市選挙管理委員会から投票用紙などを取り寄せて、滞在先の市区町村選挙管理委員会で投票することが出来ます。投票用紙の請求方法は、問い合わせてください。

※投票用紙の請求書は、市ホームページからダウンロードできます。郵送期間などをみて、早めの手続きをお願いします。

重度の障がい者・要介護5の人の郵便などによる不在者投票

身体障がい者手帳または戦傷病者手帳を持ち、両下肢や内臓機能などに一定の重度の障がいがある

人、または介護保険被保険者証の要介護状態区分が要介護5の人は、「郵便等投票証明書(※)」の交付を受けていれば、自宅などで投票用紙に記入して郵送できます。

自分で投票用紙に記載できない人(上肢や視覚の障がいの程度が1級など)は、あらかじめ選挙管理委員会に届け出た人に、投票用紙への記載をさせること(代理記載)ができます。

※郵便等投票証明書の交付など、事前に申請が必要です。

開票

日時 3月24日(日) 21時～

場所 もやい館3階もやいホール

選挙公報

候補者の政見などを掲載した選挙公報は、3月12日頃から、自治会を通じて各世帯に配布し、次の市の施設(市役所、図書館、公民館、おれんじ館、葛彩館、ほたるの湯、愛林館)に備え置く予定です。

市ホームページにも掲載します。

※投票所地図、期日前投票、不在者投票、投票・開票の結果は、市ホームページに掲載します。

市選挙管理委員会事務局

61・1641

# お知らせ

## 浄化槽補助金申請の提出先が変わります

4月1日からの提出先は左表のとおりです。

届出の種類	提出先
建築確認を伴う浄化槽の新設・転換の届出	水俣保健所の食品衛生協会 で受け付け後、確認申請審査機関へ（変更なし）
建築確認を伴わない浄化槽の転換の届出	市環境課（変更なし）
浄化槽の管理者変更などその他届出	市環境課（変更なし）
浄化槽設置補助金申請	市環境課（変更あり）

※転換とは、汲取り便槽および単独処理浄化槽を合併処理浄化槽に切り替えることです。

環境課 ☎ 61・1613

## 医療センター停電作業のため一部業務を休止します

- 日時 3月10日(日) 9時～19時
- 目的 電気設備年次精密点検な

どののため  
**■影響** 停電時間中はレントゲン撮影や各種検査などができませんので、救急外来を休止します。  
 ご理解ご協力をお願いします。  
 市立総合医療センター総務課  
 ☎ 63・2101

## 令和6年度の広報みなまた発行スケジュール

号名	発行日
4月号	3月29日(金)
5月号	5月1日(水)
6月号	5月31日(金)
7月号	7月1日(月)
8月号	8月1日(木)
9月号	8月30日(金)
10月号	10月1日(火)
11月号	11月1日(金)
12月号	11月29日(金)
1月号	1月8日(水)
2月号	1月31日(金)
3月号	2月28日(金)

記事の原稿締切日は、掲載を希望する号の発行日の1カ月前です。記事の内容によっては、掲載でき

ない記事がありますのでご理解をお願いします。  
 市長公室 ☎ 61・1655

### 【お詫言】

広報みなまた2月号に記事の誤りがありました。  
 お詫言して訂正します。

○26ページ「がまだす水俣ひと辞典」写真のキャプション中  
 誤り「出水市協会長旗」優勝旗を受け取るキャプテンの下鶴翔太くん

正し「出水市協会長旗」賞状を受け取るキャプテンの下鶴将大くん

## 相談

### 司法書士と市の合同相談会

相続、遺言、売買、成年後見、債務整理、破産など、気軽に相談してください。予約が必要です。

■日時 3月21日(木) 13時～15時

■場所 市役所2階市民相談室

■相談時間 一人当たり20分間

■相談料 無料

☎ 福祉課 ☎ 61・1640

## 行政 topic



▲災害対策本部を設置し、通報への対応と関係機関などとの情報共有を図る職員ら

### 豪雨災害に備える 県と市の豪雨対応訓練

豪雨災害時における市の初動対応向上を図るため、市と県は、市役所で豪雨対応訓練を実施しました。

訓練には警察、消防、自衛隊、市消防団、市自主防災組織連絡協議会などの関係機関・団体の他、初めて報道機関も参加しました。顕著な大雨に関する情報の発表後、市内各地で災害が発生したと想定し、住民からの被害情報や報道からの問い合わせに職員が対応。人命救助への対応や関係機関との情報共有の流れを確認しました。



★水俣市ホームページ  
<https://www.city.minamata.lg.jp>  
 または左の二次元バーコードを使ってアクセスできます

(表) 市の相談機関

相談内容	窓口	相談日時
こころの健康	いきいき健康課 ☎ 63-3202	平日 8:30 ~ 17:15
育児・健康	いきいき健康課健康推進室 ☎ 62-3028	
高齢福祉	いきいき健康課高齢介護支援室 ☎ 63-3051	
障がい福祉	福祉課福祉支援室 ☎ 61-1650	
子ども・家庭 ・女性・DV	福祉課福祉支援室 (よりそいサポートセンター) ☎ 63-2738	
生活困窮	福祉課生活支援係 ☎ 61-1670	
消費生活 ・多重債務	消費生活センター ☎ 61-1333	平日 9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00



◀ その他の相談窓口や自殺対策強化月間の取り組みなど、生きる支援（自殺対策）・こころの健康に関することは市ホームページを確認してください。

ひとりで悩まず相談を  
**3月は自殺対策強化月間です**  
 自殺対策基本法で、月別自殺者数の多い3月を自殺対策強化月間と定め、全国的にさまざまな取り組みを行っています。  
 就職や進学、転勤や転居など、生活環境が大きく変わるこの時期は、精神的負担が大きくなりやすく、誰もが心の健康を損なう可能性があります。

性があります。  
 身近な人の様子がいつもと違っていたら、さりげなく声をかけて心配しているというメッセージを伝えましょう。  
 悩み事がある人は、ひとりで悩まず、身近な人や専門の人、相談窓口に相談しましょう。  
**■市の相談機関** 左表のとおり  
 ☎ いきいき健康課（市保健センター内） ☎ 63・3202

健康・福祉

コロナワクチンの全額公費  
 接種は3月31日まで

新型コロナウイルスの全額公費での接種は3月31日で終了します。3月中旬までに医療機関などで接種の予約をしなければ、3月31日までに受けられない可能性があります。ですので注意してください。

すでに予約は送付してありますが、接種を希望する人で、予約票を紛失した人や、転入などで水俣市の予約票がない人は、「水俣市コールセンター」☎ 0120・178・956 に連絡してください。

新型コロナウイルスの有効性・安全性などの詳しい情報は、厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルスワクチンについて」に掲載されています。



▲ ワクチンの詳しい情報は、厚生労働省HPを確認してください。

☎ いきいき健康課（市保健センター内） ☎ 63・3202



ミナクラフト

vol.12



都市計画課

☎ 61-1618

▲ 詳しくは、市HPへ

まちづくりの計画をまとめよう！

これまで、アンケートや策定委員会などでさまざまな意見をいただけてきました。この、集まった意見を参考に、まちづくりの「案」ができつつあります。

現在、この連載でも説明した、「全体構想」の中の「将来フレーム」や「将来都市構造」を組み立てているところです。この組み立てが終わると、もう少し細かい「土地利用」や「都市施設」などの分野ごとの方針が定まってきます。同時に、「地区別構想」で市内各地区の特性や課題に応じたまちづくりの方針も定めるとともに、これらの方針が実際のまちづくりに反映できているか検証する方法も盛り込む予定です。

計画案の内容は、今後、段階的に紹介していきますが、来年度、計画が正式に決定する前には、改めて市民の皆さんから意見をいただく機会（パブリック・コメント）を設ける予定です。その時にじっくり見てみてください。

日 曜日 行事	
1 金	■水俣市議会 3 月定例会【～ 3/14】 (市役所 4 階議場他)
2 土	■さかなフンがやってくる!みなまた・あしきた ギョギョギョ!フェス【～ 3/3】 (10:00～ 17:00 エコパーク水俣まなびの丘) ■リ・グラスアートを作ろう! (10:00～ 12:00 県環境センター) ■ひきこもり地域支援セミナー (10:00～ 12:00 市立総合体育館 1 階会議室) ■小野リサ アコースティックコンサート (14:00～ 市文化会館) ■絵本の読み聞かせ (14:00～ 市ふれあいセンター)
3 日	
4 月	
5 火	■おしごと出張相談会【3/19】 (13:30～ 16:30 ハローワーク水俣)
6 水	
7 木	
8 金	■熊本県知事選挙期日前投票【～ 3/23】 (8:30～ 20:00 市役所 1 階多目的室)
9 土	■水俣漁師市 (9:00～ 丸島新港) ■中尾山サクラ並木への施肥・せん定 (9:30～ 11:30 中尾山公園) ■無料建築相談会 (10:00～ 11:30 市役所 1 階市民交流フロア) ■ノルディックウォーキングパークツアー (10:00～ 12:00 エコパーク水俣) ■地域・子ども食堂「すまいる食堂」【要予約】 (11:00～ 13:00 市ふれあいセンター) ☎市ふれあいセンター ☎ 84-9909 ■水俣市公民館生涯学習フェスティバル【3/10】 (13:00～ 市公民館) ■ふれあい英会話教室 (14:00～ 16:00 市ふれあいセンター)
10 日	■わくわく自然体験ボーイスカウトとあそぼう (10:00～ 13:00 小崎親水公園) ■芸能大会 2024in おれんじ館 (13:00～ 16:00 おれんじ館)
11 月	■水俣マミー・コールミニコンサート (12:10～ 12:50 市役所 1 階市民交流フロア)
12 火	
13 水	
14 木	
15 金	

日 曜日 行事	
16 土	■もやい館スプリングフェスティバル 2024 【～ 3/17】 (もやい館 2 階) ■水俣市文化財保存活用地域計画説明会 (10:30～ 12:00 市公民館 2 階) ■子ども地域食堂「ポパイ」 (11:00～ オリーブの木)
17 日	■国際交流クリケット体験 (9:30～ 13:00 旧水俣三中運動場) ■はじめてのスポチャレ (10:00～ 12:30 エコパーク水俣)
18 月	
19 火	
20 水	■春分の日 ■春のこどもまつり (10:00～ 15:30 県環境センター)
21 木	■水俣市総合教育会議 (13:30～ 14:30 市役所 3 階市長会議室)
22 金	
23 土	■春休み体験教室 (10:00～ 12:00 もやい館 3 階) ■第 26 回サラたまちゃん祭り【～ 3/24】 (9:30～ エコパーク水俣) ■海上花見船運航【～ 4/7】 (10:00～ 15:00 湯の児観光浮桟橋発着) ■春休みこども陶芸教室 (10:00～ 12:00 おれんじ館) ■池坊水俣心和会春の花展【～ 3/24】 (10:00～ 西生院境内)
24 日	■熊本県知事選挙投票・開票 (市内) ■合唱団みなまた第 22 回定期演奏会 (14:00～市文化会館)
25 月	
26 火	■環境配慮型農業実践塾「道法塾」 (9:00～水俣・芦北地域)
27 水	
28 木	
29 金	
30 土	■湯の児桜マルシェ【～ 3/31】 (10:00～ 15:00 湯の児海岸) ■こども食堂「よりどころ moyora」【要予約】 (11:00～ おれんじ館) ☎よりどころ moyora ☎ 080-8390-0677
31 日	■中尾山桜祭り (11:00～ 15:00 中尾山公園)



# 令和6年度 イベント&スポーツ 行事予定



## ◆引き抜いてご利用ください

このページから2枚は、冊子から引き抜いて利用するよう作成しています。

市の年間行事予定の確認、また行事を計画する際の参考として、壁に貼るなどして利用できます。

※今年から参加者が地域住民に限定されている行事は掲載していません。

未定 下旬 中旬 上旬 上旬 29  
30

バスケットU・12スプリングカッ  
プ／総合体育館  
スプリングフェスティバル／もや  
い館  
生涯学習フェスティバル／市民  
館  
芸能大会／おれんじ館  
サラたまちゃん祭り／エコP  
はじめてのスポチャレ／エコP

※略語の凡例 G=グラウンド、エコP=エコパーク水俣

令和6年10月		11月		12月	
5 ～ 6	ソフトボール日本男子リーグ／エコP	1	石坂川ふるさと祭り／12区集会所		
5 ～ 6	バスケットU・12JNC杯／総合体育館	1	野川白菜祭り／野川		
9 ～ 10	小体連陸上記録会／エコP	1、8	西日本一部・二部予選(軟式野球)／エコP・塩浜G		
12 ～ 13	バスケット中学生秋季大会／総合体育館	1	ソフトボール区対抗／エコP		
12	2024ふくろふれあい祭／袋天満宮ふれあい広場	1	ビーチボールバレー後期選手権大会／総合体育館		
13	中尾山コスモスマつり／中尾山公園	7	第51回水俣市民バドミントン大会(中学生)／総合体育館		
13	恋龍ドラゴンボートフェスティバル(仮)／水俣湾(ビクターバース付近)	8	市文化会館自主文化事業／市文化会館		
13	ビーチボールバレー会長杯／総合体育館	8	地区対抗ラージボール卓球大会／総合体育館南部館		
13 ～ 14	熊日杯少年野球大会(学童)／エコP・塩浜G	8	第11回ニユースポーツ交流大会／総合体育館		
16 ～ 17	フットサル秋季大会／総合体育館	14	競り舟合同練習会／水俣川河口		
17	芦北水俣郡市中学校総合体育大会(駅伝競走)／エコP	15	水俣市会長杯少女空手道大会／総合体育館		
18 ～ 22	第25回全九州学生ソフトテニス秋季リーグ戦大会／エコP	21 ～ 22	忘年テニス大会+花植え／エコP		
20	軟式野球JAあしきた杯(中学)／エコP・塩浜G・芦北G	下旬	第24回扇スポーツ杯バレーボール大会／総合体育館・旧水俣三中体育館		
21 ～ 22	ソフトボール秋季クラス別選手権／エコP	未定	ミスノなわとび教室／エコP		
22 ～ 24	フットサル秋季大会／総合体育館	23 ～ 24	都道府県対抗全日本中学生ソフトテニス大会熊本県代表最終選考会／エコP・総合体育館		
26 ～ 27	ソフトボール全九州中学生男子選抜新人大会杯／エコP				

# 令和6年度 イベント&スポーツ 行事予定

	未定	7月 7月～8月	下旬	下旬
	はらっぱげんキッズ教室／エコP	環境アカデミア	SDGs 未来都市フェスタ／水俣	第10回給食センターまつり／市学 校給食センター 祇園さん祭り／丸島神社
	未定	未定	下旬	上旬
	夏休みかけっこ教室／エコP	ナイター陸上／エコP	第22回水俣・芦北地区人権教育研究会 大会／芦北町内	子ども体験フェスタ／もやい館 深川観音堂まつり／観音堂前広場 20区ふれあいまつり／駅前広場ふ れあい館
	未定	未定	9月 9月～10月	中旬
	ミスノ鉄棒教室／エコP	はじめてのスポチャレ／エコP	クラブ／エコP	21区子供会十五夜祭／汐見公民館 前 火のまつり／エコP水俣親水護岸 エコパーク仕事帰りのランニング クラブ／エコP

※略語の凡例 G=グラウンド、エコP=エコパーク水俣

令和6年4月		5月		6月	
6	熊本県中学生ソフトテニス選手権大会八代・水俣芦北地区予選会(団体戦) / エコP 還暦野球春季大会 / エコP、塩浜G	1	水俣病犠牲者慰霊式 / エコP 親水緑地水俣病慰霊の碑前 熊本県中学生ソフトテニス選手権大会八代・水俣芦北地区予選会(個人戦) / エコP	1	熊本県中学生ソフトテニス選手権大会(個人戦) / エコP ディスクゴルフ全国大会 / エコP 環境月間による清掃作業 / 市内全域
6 ~ 7	ソフトボール春季クラス別選手権(ナイター) / エコP	3 ~ 4	軟式野球JAあしきた杯(学童) / エコP・塩浜G	2、 9	軟式野球城南社会人大会予選 / エコP・塩浜G
8 ~ 26	熊本県高校生ソフトテニス選手権大会水俣芦北地区予選会 / エコP	9、 16、 23、 30	ソフトサル春季リーグ / 総合体育館	2	ビーチボールバレー前期選手権大会 / 総合体育館
13	軟式野球九電旗予選(中学) / エコP・塩浜G	11 ~ 12	ソフトボール全九州高校男子春季大会 / エコP	3 ~ 21	ソフトボールJNC杯 / エコP
20	競り舟合同練習会 / 水俣川河口	12、 19	高松宮賜杯一部・二部予選(軟式野球) / エコP・塩浜G	6、 13、 20、 27	ソフトサル春季リーグ / 総合体育館
21	水俣市消防点検 / 浜G	14 ~ 31	ソフトボール熊日旗市民ナイター / エコP	8 ~ 9	ソフトボール全日本中学生男子大会兼全九州中学生男子大会 / エコP
21	緒方旗争奪水俣三社祭少年剣道大会 / 市武道館	18	棚田のあかり / 寒川地区の棚田競り舟合同練習会 / 水俣川河口	20、 27	春季中学校ヤングバレーボール大会 / 総合体育館
27 ~ 28、 5 / 3 ~ 4	バスケット中学生優勝大会 / 総合体育館	18 ~ 19	深水杯テニス大会 / エコP	9	競り舟合同練習会 / 水俣川河口
27 ~ 28	熊本オープンアルティメット大会 / エコP	15	水俣市ふれあい卓球大会 / 総合体育館	16	水俣市総合学年別卓球大会 / 総合体育館
28	水俣オーズマラソン / エコP	16	水俣市小学校バレーボール新人大会 / 総合体育館	22 ~ 23、 29	芦北水俣郡市中学校総合体育大会 / 市内一円
28	ソフトバレー春の総合選手権 / 総合体育館	25	バレーボール熊本県中学校選手権予選大会 / 旧水俣二中体育館	22 ~ 23、 29	軟式野球JNC杯(春季学童)大会 / エコP・塩浜G
29	空手熊本県個人選抜(国体予選) / 総合体育館	25	予選大会 / 旧水俣二中体育館	23、 30	協会長杯卓球大会 / 総合体育館
下旬	青空らくがき大会 / 市立図書館	23		23	



※略語の凡例 G=グラウンド、エコP=エコパーク水俣

7月	8月	9月
<p>1 社会を明るくする運動／生協くまもと水光社本店前</p> <p>6 剣道夏季昇級審査会／市武道館</p> <p>6 競り舟合同練習会／水俣川河口</p> <p>7 第37回熊本県ヤングバレーボール交流大会（U・14）兼第27回全国ヤングバレーボールクラブ大会熊本県予選／総合体育館・旧水俣三中体育館</p> <p>14 第19回水俣市民室内ペタンク大会／総合体育館</p> <p>14 ビーチボールバレーJNC大会／総合体育館</p> <p>14 ミニドラゴンカップ／水俣川河口</p> <p>14 軟式野球肥前屋スポーツ旗杯／エコP・塩浜G</p> <p>16～8/2 ソフトボール織月酒造／エコP</p> <p>20～21 第二回JNC杯サッカー大会／エコP</p> <p>27 ソフトバレー月例杯（ランク決定戦）／総合体育館</p> <p>28 第49回みなまた競り舟大会／水俣川河口特設会場</p> <p>上旬 海と川のクリーンアップ作戦／市内10カ所</p>	<p>1、8、22、29 子どもハンドボール教室／総合体育館</p> <p>4 水俣芦北ソフトテニス総合選手権／エコP</p> <p>11～12 軟式野球生協くまもと理事長旗杯（学童）／エコP・塩浜G</p> <p>11 第32回亀嶺旗争奪少年剣道大会／市武道館</p> <p>16 みなまた万灯会／もやい館もやいホール</p> <p>21 湯の鶴夏祭り（鈴虫祭）／湯の鶴温泉多目的広場</p> <p>23 熊本県中学新人ソフトテニス大会</p> <p>24 八代・水俣芦北地区予選会（団体戦）／エコP</p> <p>24 バレーボール第29回協園杯小中学校大会／総合体育館</p> <p>24 競り舟合同練習会／水俣川河口</p> <p>25、31 ニュフエース中学野球大会／エコP・塩浜G</p> <p>31 熊本県中学新人ソフトテニス大会</p> <p>31 八代・水俣芦北地区予選会（個人戦）／エコP</p> <p>31 ソフトバレー月例杯（ランク決定戦）／総合体育館</p>	<p>1、8 軟式野球秋季大会一部・二部予選／エコP・塩浜G</p> <p>1 秋季中学校ヤングバレーボール大会／総合体育館</p> <p>8 ビーチボールバレー秋季大会／総合体育館</p> <p>14 競り舟合同練習会／水俣川河口</p> <p>16 軟式野球全日本少年春季中学大会／エコP・塩浜G</p> <p>21 第54回九州高等学校新人ソフトテニス大会水俣芦北地区予選会</p> <p>21 県下カヌー新人大会／菊池竜門ダム、ボート競技場</p> <p>21～22 軟式野球県・市会長旗／エコP・塩浜G</p> <p>22～23 ソフトボール西日本旗市民ナイター／エコP</p> <p>25～26 第53回水俣市薄暮バレー大会／総合体育館</p> <p>28 ソフトバレー月例杯（ランク決定戦）／総合体育館</p> <p>28～29 U・12県リーグ（バスケット）／総合体育館</p> <p>上旬 市集団健診（総合健診）／市保健センター</p>

# 令和6年度 イベント&スポーツ 行事予定

26	熊本県中学生新人ソフトテニス大会 (団体戦) / エコP	24	古希・還暦親睦野球(学童と少年の親睦) / エコP
26	バレーボール秋季小学校大会兼県小学生大会地区予選・水俣葦北郡中学校新人大会 / 総合体育館	上旬	水俣市民文化祭 / もやい館、市文化会館
26	ソフトバレー月例杯(ランク決定戦) / 総合体育館	上旬	第6回九州和紅茶サミット in みなまた / エコP
26	競り舟合同練習会 / 水俣川河口	中旬	肺がん・結核(胸部レントゲン)巡回検診 / 市内20カ所程度
26	アーチエリー秋季例会 / 中尾山中腹広場	中旬	みなまた産業団地まつり / 水俣産業団地他
26	U・21アルティメット九州地区予選 / エコP	中旬	第57回蘇峰筆塚顕彰書道展 / もやい館
27	軟式野球J Aあしがた杯(中学) / エコP・塩浜G・芦北G	中旬	21区文化祭 / 21区公民館
上旬	水俣市戦没者追悼式 / 城山公園	中旬	健康まつり / もやい館
中旬	権現宮大祭 / 権現宮	下旬	花の寄せ植え講習会 / エコPナーサリー
下旬	市集団健診(複合健診) / 市保健センター	下旬	囲碁将棋大会 / おれんじ館
10月	和楽器集団「独楽」 / 市文化会館	下旬	3区ミニミニ文化祭 / リビング館(旧公民館)
10月	みな図書館まつり(仮称) / 市立図書館	未定	県スイミングクラブ協会記録会 / 総合体育館室内プール
10月	水俣ローズフェスタ・秋2024 / エコPバラ園	未定	スイミングコンペ2024 / 総合体育館室内プール
11月	レアスポーツフェスティバル / エコP	未定	DISCフェスティバル / エコP
10月	エコパーク仕事帰りのテニスクラブ / エコP	未定	チェアリングミーツ / エコP
10月	エコP	未定	ノルディックウォーキング / エコP

※略語の凡例 G=グラウンド、エコP=エコパーク水俣

		令和7年1月		2月		3月	
1	深川神社元旦祭／深川神社 サッカー初蹴り大会／エコP	2	第27回水俣シニアバドミントン大会／総合体育館	1	ソフトボールドラフト杯熊本オー プン／エコP		
2	第46回水俣新春バドミントン大会 ／総合体育館	2～9	6人制サッカー大会／エコP 競り舟合同練習会／水俣川河口	1	第7回エコカップダブルステニス 大会／エコP		
11	令和7年「二十歳の集い」／市文 化会館	8	水俣市総合卓球大会／総合体育館 水俣市青少年剣道大会／市武道館	8～9	テニス九州ジュニア熊本県予選／ エコP		
12	ソフトテニス新春杯／エコP 競り舟合同練習会／水俣川河口	9	熊本銀行テニス教室／エコP	8	競り舟合同練習会／水俣川河口		
18	ビーチボールバレー扇スポーツ杯 ／総合体育館	11	スマイルビーチ大会／総合体育館	9、19	軟式野球熊本中央信金旗／エコ P・塩浜G・芦北G		
19	バスケットボールU・12火の国旗 練成会／旧水俣三中体育館	15～16	第15回JNC杯小中学生バレー ボール大会／総合体育館・旧水俣 三中体育館	15～16	(仮)エコパーク水俣旗学童野球大 会／エコP・塩浜G		
25	ソフトバレー月例杯（ランク決定 戦）／総合体育館	22	ソフトバレー月例杯（ランク決定 戦）／総合体育館	15～16	テニス九州ジュニア熊本県予選／ エコP		
25～26	熊本県工業高校ハンドボール大会 ／総合体育館	23	第2回水俣市インドアソフトテニ ス大会／総合体育館	16	ビーチボールバレー春季大会／総 合体育館		
上旬	第75回熊日三太郎駅伝競走大会／ 水俣市～芦北町	2月～3 月	しごと発見塾／水俣高校	22	バレーボール郡市中学校選手権／ 総合体育館		
下旬	市集団健診（複合健診）／もやい 館	未定	第52回市民駅伝競走大会／エコP	22～23	軟式野球学童県大会予選会／エコ P・塩浜G		
未定	水俣市学校給食フォーラム／市公 民館	未定	ミスノビクトリークリニック／エ コP	23	第3回JNC杯水俣ジュニアソフ トテニス交流大会／エコP		
	エコパーク新春グラウンドゴルフ 大会／エコP	29 23		29 23	エンジョイ卓球大会／総合体育館		
		29～30		29～30	ソフトバレー月例杯（ランク決定 戦）／総合体育館		
					ソフトボール全日本実業団男子大 会／エコP		



# 3月



## くらしの カレンダー

市内で行われる主なイベントや相談情報です。  
引き抜いて、利用してください。

※日時や場所は、変更になることがあります。

**市役所（代表） ☎ 63-1111**

※土曜・日曜・祝日と、月～金曜日の17時15分  
以降の市役所への連絡・通報は、

☎ 61-1646 / ☎ 63-1111まで

### 相談

日時	場所
司法書士と市の合同相談会【要予約】 ☎福祉課 ☎ 61-1640	
3/21 (木) 13:00 ~ 15:00	市民相談室
法律相談【要予約】 ☎福祉課 ☎ 61-1640	
3/11 (月) 10:30 ~ 12:30	市民相談室
女性と子どもの人権相談【要予約】 ☎福祉課 ☎ 63-2738	
3/11 (月) 13:30 ~ 16:30	市民相談室
こころの健康相談【要予約】 ☎水俣保健所 ☎ 63-4104	
3/13 (水)、21 (木) 14:00 ~	水俣保健所
行政相談 ☎福祉課 ☎ 61-1640	
3/8 (金)、19 (水) 9:00 ~ 12:00	市民相談室
年金出張相談【要予約】 ☎八代年金事務所 ☎ 0965-35-6123	
3/14 (木)、28 (木) 10:00 ~ 15:00	もやい館3階会議室
もの忘れ相談会 ☎地域包括支援センター ☎ 62-3030	
3/22 (金) 8:30 ~ 17:15	地域包括支援センター
困りごと・お悩みは、市民相談 ☎ 61-1643	
原則(水)・(木)・(金) 9:00 ~ 12:00	市民相談室

### 健診

☎市保健センター

☎ 63-3202

健診名	日程
4カ月児健診 【R5.11 生まれ】	3/26 (水) 12:45 ~
6カ月児健診 【R5.8 生まれ】	3/8 (金) 12:45 ~
1歳6カ月児健診 【R4.8 生まれ】	3/1 (金) 12:45 ~
3歳6カ月児健診 【R2.8 生まれ】	3/28 (木) 12:45 ~
母子手帳交付 ・育児相談	毎週月曜日 8:30 ~ 13:00 (月曜が祝日の場合は翌平日)

### 当番医・当番薬局

日	当番医	当番薬局
3	大石皮ふ科 クリニック ☎ 68-9636	日本調剤天神町薬局 ☎ 68-2393 やまだ薬局 ☎ 68-9436
10	本田レディース クリニック ☎ 63-2019	うさぎ薬局 ☎ 68-2356 谷川薬局 ☎ 63-7535
17	水俣協立病院 ☎ 63-1704	日本調剤水俣薬局 ☎ 68-2193 さくら薬局 ☎ 63-7100
20	水俣協立病院 ☎ 63-1704	おれんじ薬局 ☎ 63-9388 さくら薬局 ☎ 63-7100
24	たなか耳鼻科 ・眼科クリニック ☎ 62-8777	日本調剤天神町薬局 ☎ 68-2393 みなまた駅前薬局 ☎ 68-2155
31	洲上クリニック ☎ 63-6552	うさぎ薬局 ☎ 68-2356 なのはな調剤薬局 ☎ 63-5627

○当番医・当番薬局は変更になることがあります。  
受診前に、電話で確認してください。

# 健康・福祉

知っていますか？

障がい者への手当制度

## ◆特別障害者手当(支給条件)

20歳以上の在宅で暮らしている人で、重度の心身の障がいのため日常生活において常に特別の介護を必要とする人(下表1に2つ該当する人)

## ◆障害児福祉手当(支給条件)

20歳未満の在宅で暮らしている人で、心身の障がいのため日常生活において常に介護を必要とする人(下表2に1つ該当する人)  
※社会福祉施設などに入所している人、病院などに3カ月を超えて入院している人には支給されません。また、所得制限があります。

## ■支給額 (令和6年度)

- 特別障害者手当  
28840円(月額)
  - 障害児福祉手当  
15690円(月額)
- ☎福祉課 ☎61・1650

## ◆支給対象となる障がいの状態

(表1) 特別障害者手当(2つ該当)

- ① 良い方の眼の視力が0.03以下  
または良い方の眼の視力が0.04以下でもう片方の視力が手動弁以下など
- ② 両耳の聴力レベルが100デシベル以上
- ③ 両上肢の機能に著しい障がいがある、または両上肢の全ての指を欠いている、もしくは両上肢の全ての指の機能に著しい障がいがある
- ④ 両下肢の機能に著しい障がいがある、または両下肢を足関節以上で欠いている
- ⑤ 体幹の機能(姿勢保持能力)に座っていることができない程度、または立ち上がることができない程度の障がいがある
- ⑥ ①～⑤に掲げるものの他、身体の機能の障がいまたは長期にわたる安静を必要とする病状が①～⑤と同程度以上の状態にあって、日常生活の動作がほとんどできない程度にある
- ⑦ 精神障がいであって、①～⑥と同程度以上にある

(表2) 障害児福祉手当(1つ該当)

- ① 良い方の眼の視力が0.02以下など
- ② 両耳の聴力が補聴器を用いても音声を識別することができない程度にある
- ③ 両上肢の機能に著しい障がいがある
- ④ 両上肢の全ての指を欠いている
- ⑤ 両下肢の機能がなくなっている
- ⑥ 両大腿の2分の1以上を失っている
- ⑦ 体幹の機能(姿勢保持能力)に座っていることができない程度の障がいがある
- ⑧ ①～⑦に掲げるものの他、身体の機能の障がいまたは長期にわたる安静を必要とする病状が①～⑦と同程度以上の状態にあって、日常生活の動作がほとんどできない程度にある
- ⑨ 精神障がいであって、①～⑧と同程度以上
- ⑩ 身体の機能の障がいもしくは病状または精神の障がい重複する場合で、その状態が①～⑨と同程度以上にある

## みなまたエコライフ生活 vol.10



◀詳しくは、市HPへ  
☎環境課 ☎61-1612

皆さんこんにちは。今回のテーマは「ゼロエネルギーハウス(ZEH)」です。

ZEHとは、住宅の高断熱化や省エネ性能の高い設備機器を活用することで消費エネルギーを削減しながら、太陽光発電などによりエネルギーをつくり出し、住宅で消費するエネルギー量の収支をおおむねゼロにすることを目指した住宅のことです。環境にやさし

く、電気代などの光熱費を抑えられます。

また、太陽光発電設備と蓄電池で、停電時にも電気が供給でき、災害に強い家としても力を発揮します。

とはいえ、一軒まるごとZEHにするには、大きな費用負担が必要です。窓の高断熱化や高効率空調機器への取り換えなど、できるところから少しずつ取り入れることで、エコ生活につながります。



★水俣市ホームページ  
<https://www.city.minamata.lg.jp>  
 または左の二次元バーコードを使ってアクセスできます

### 特別児童扶養手当 受給資格がある人は申請を

■支給条件 次の①～③のいずれかに該当する20歳未満の障害児を監護している父もしくは母。または父母に代わって児童を養育している人

①知的障害がある児童（療育手帳 A～B1程度）

②身体に障害がある児童（身体障害手帳1級～3級程度）

③①・②と同程度の疾病もしくは身体または精神の障害がある児童

※障害児が福祉施設に入所している場合や障害を支給理由とする公的年金を受給しているときは対象になりません。

※所得制限があります。

■手当額（令和6年度）

○1級 55350円（月額）

○2級 36860円（月額）

☎福祉課 ☎61・1650

### 手話奉仕員養成講座の受講 生を募集します

意思疎通に必要な、初歩的な手話通訳技能の指導、講習を行います。手話通訳者が増えることは、

地域の聴覚障がい者の福祉発展につながります。

■日時 毎週水曜日 19時～21時

○入門課程（20回）

4月10日（水）～8月28日（水）

○基礎課程（25回）

9月18日（水）～令和7年3月19日（水）

■場所 市公民館

■受講資格 高等学校卒業以上の学力があり、手話通訳活動ができる人

■受講料 無料

※別途、テキスト代8千円程度

■申込方法 福祉課1番窓口または左記二次元コードから



（手話）

■申込期限 3月22日（金）

☎福祉課 ☎61・1650

### 糖尿病について学ぼう！ コスモス会ウォーク2024

糖尿病の患者さんやその家族が、医療スタッフと一緒に、話しながら歩いて、糖尿病を楽しく学ぼう！

ベントです。

■日時 4月21日（日） 9時～11時

■場所 エコパーク水俣

■内容 ウォーク・クイズ・血糖値測定（予定）

■対象者 主治医から運動の許可を得た人、1時間30分で約3kmを完歩できる人

■参加料 コスモス会員は無料・非会員は500円程度

■申込期限 4月5日（金） 17時

☎総合医療センター代謝内科・栄養科 ☎63・2101

### 「子ども予防接種週間」 接種忘れはありませんか？

3月1日（金）～7日（木）の7日間は、「子ども予防接種週間」です。これは、子どもに対する予防接種への関心を高め、接種率の向上を図るために、予防接種の勧奨や啓発を行う期間です。

この機会に母子健康手帳を確認して、受けていないものがあれば早めに接種を受けましょう。

転入者や予診票を紛失した人は、いきいき健康課に連絡してください。

☎いきいき健康課（市保健センター内） ☎63・3202



## 推しの歴史資料 ～市の歴史を語る資料を紹介します～

☎教育課 ☎61-1639

### ⑫輸入陶磁器

遺跡から出土する陶磁器のうち、国外から輸入された陶磁器を、輸入陶磁器や貿易陶磁器と呼びます。日本では近世まで磁器を作る技術がないため、中世までの遺跡から出土する磁器は全て輸入品です。白磁や青磁、白色に藍色の絵文様のある青花などがあり、本市でも近年、出土例が増えていきます。文献が少ない本市の中世の歴史を語る貴重な資料です。



▲水俣城跡で出土した青花のかけら

催し・講座

市公民館  
生涯学習フェスティバル

市公民館の市民教室で受講生が学んだ成果を発表します。

■日時 3月9日(土) 13時～16時、10日(日) 10時～15時

■場所 市公民館

■参加団体

○展示の部

クラフト手芸、池坊いけ花(木村教室)、池坊生け花(廣田教室)

○ステージの部

ヒーリングフラ、健康で楽しいスポーツ吹矢、朗読、カーネーションNフラ前田ハローウ、エンジョイダンス、フォークダンス、水俣りんご

☎ 市公民館 ☎ 63・8402

水俣国際交流協会

クリケットやろっぜー!

市内に住む外国人と一緒にクリケットで交流しませんか?

ロンドンオリンピックピックからは正式種目になっています。ルー

ルの説明もあるので初心者も大歓迎です。

賞品も用意しています!

■日時 3月17日(日) 9時30分～13時

■場所 旧水俣第三中学校運動場

■対象者 中学生以上

■参加料 無料

■定員 30人程度

■申込期限 3月8日(金)

■申込方法 電話、または、氏名住所、電話番号を記載してFAX・

メールで申し込んでください。

※申込者多数の場合は、会員を優先し、その他は抽選。

☎ 水俣国際交流協会事務局(市

地域振興課内)

☎ 61・1606 / FAX 63・5547

／メール mira.english@gmail.com



湯の児

海上花見船運航!

湯の児海岸線に咲く桜を海上から眺める、「海上花見船」で特別な時間を過ごしませんか。

運航期間中に「湯の児桜マルシェ」も開催します。

▶ 運行 3/23(土)～4/7(日) 10時～15時

▶ 場所 湯の児観光浮棧橋・発着(「湯の児海と夕やけ」前海岸付近)

▶ 乗船料 中学生以上1500円、小学生以下500円、未就学児無料

☎ 釣船組合・田村 ☎ 090-3199-7126

※要予約。湯の児桜マルシェ期間中は当日受付でも乗船できます。



湯の児桜マルシェ

▶ 日時 3/30(土)、31(日) 10時～15時

▶ 場所 湯の児海岸(「湯の児海と夕やけ」前海岸付近)

☎ (一社) みなまた観光物産協会 ☎ 63-2079



★水俣市ホームページ  
<https://www.city.minamata.lg.jp>  
 または左の二次元バーコードを使ってアクセスできます

## 第 69 回恋龍祭参加団体募集!

5月25日、26日開催 in エコパーク 水俣

### ★市民総おどり

水俣ハイヤ節と水俣音頭を踊りましょう!

期日 5/25(土)

募集期限 4/12(金)

☎ 市民総おどり部会事務局  
 (水俣商工会議所内)

☎ 63-2128

※応募は、問い合わせ先へ申し込んでください。



### ★市民パレード

みこしや仮装、演奏でパレードに参加しませんか?

期日 5/26(日)

募集期限 4/12(金)

☎ 市民パレード部会事務局  
 (市経済振興課内)

☎ 61-1628



## 募集

### 市民農園で野菜作りに挑戦しませんか?

市民農園の利用者を募集します。家族や友達同士などで野菜づくりに挑戦してみませんか。申込は随時受け付けますが、募集区画が埋まり次第締め切ります。

### ■場所

○みなまた東部ふれあい農園  
 (葛渡・葛彩館横)

○みなまた梅戸ふれあい農園  
 (梅戸町・うめど夕陽ヶ丘団地近)

■区画面積 1区画20㎡

■利用料 1区画につき年間2千円(中途申し込みの場合も同額)

■利用期間 4月1日～令和7年3月31日

☎ 農林水産課 ☎ 61・1634

## 祝

## 九州・全国大会出場

## おめでとうございます!

①氏名(所属) [敬称略]

②出場大会【日程】



①ヴィラノーバ水俣

②全日本 U-15 フットサル選手権大会【1/6～1/8】

### 水俣市スポーツキッズサポーター基金

市では、スポーツを頑張る子どもたちの活動を応援しています。

九州大会以上の大会に出場する選手に奨励金を交付しています。該当する選手は申請してください。

### ★寄付をお願いします!

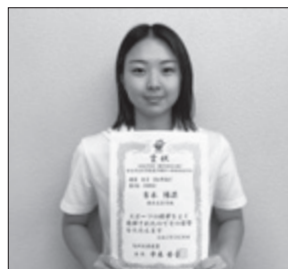
子どもたちのスポーツ活動を応援するため、ご協力をお願いします。

☎ 観光スポーツ戦略課 ☎ 83-9700



①村元美桜 / 後方中央

② Soul m8 ダンスコンテスト【1/5】



①吉本陽莉 (鎮西高校)

②九州カップ水泳競技大会【2/3～4】



# Wake Up ジェフ!

水俣市 CIR のジェフリーが、水俣で体験したことや日本とオーストラリアの文化の違いを紹介するコラムです。



年明けに妹がオーストラリアから会いに来てくれました。妹は初めての日本で、「日本ならでは」をたくさん経験したがついていました。そこで、今回は妹の水俣での経験について話したいと思います。

妹は、水俣に着いた時、「全部小さくて、おもちゃみたい」と言いました。オーストラリアに比べたら、日本の道路、車、ビルはとも狭く、映画のセットのような印象を受けたようです。私の友達や職場の人たちが妹の歓迎会を開いてくれて、水俣の観光スポットを紹介してくれました。妹は日本語が全く分からないので、英語や翻訳アプリで、なんとかコミュニケーションを取っていました。

和食も体験させてもらいました。



▲私の友人の案内で湯の児観光  
(妹のステファニー／中央)

妹にとって初めての味がたくさんありました。オーストラリアでは簡単な巻き寿司以外あまり食べられませんが、生魚の寿司は珍しかったです。とても興味を持っていました。おせち料理にも挑戦しましたが、少し苦手なようでした。湯の児にも行きました。海水浴場は穏やかで霧囲気を気に入ったようです。空気がきれいで、ピクニックにぴったりだと言っていました。SUPをしている人を見かけて、気になっていました。初めての温泉は、最初は恥ずかしかったのですが、友達に温泉の入り方を教えてもらったので、すぐに慣れて、霧囲気を楽しめたようです。妹は、水俣で受けたたくさんのおもてなしにとても感謝しています。

ちょっと寄ってみらんね!

## わたしのまちのがんばるお店



あんぱん  
Un Pain



米田眞士さん、悠希さん  
☎ 77-4191

Q お店のことを教えてください。

A 一昨年の9月に、産業団地入り口付近に店舗を移転しました。レーズンからおこす自家製酵母で作ったパンは小麦の味や風味がしっかり感じられます。夫婦で作業を分担していて、夫がパンを焼いています。

Q 売れ筋の商品はなんですか？

A 食パンやあんぱん、クローツサンが人気です。ぜひ一度ご賞味ください。また、季節限定の商品や新商品なども販売しています。1日に販売できる数には限りがありますので、お早めにお越しください！

スイーツショップ  
みせの  
SWEET SHOP



三村大志さん  
☎ 63-2275

Q お店のことを教えてください。

A 創業百年以上の歴史があり、基本を大切に素材の味を生かして菓子作りをしています。また、地域の祭りやイベントなどでは他店とのコラボ商品を限定で販売することもありますのでお楽しみに！

Q おすすめの商品はなんですか？

A 自然薯を使用し、もっちりとしたかるかや、シュークリームが人気です。シュークリームは昔ながらの柔らかくふわふわな皮が特徴で、味は13種類そろえています。ぜひ一度食べてみてください！



もやい館

3月イベント情報

①スプリングフェスティバル 2024

絵画、肥後手毬<sup>まり</sup>、陶芸作品、レジンアクセサリーなど心のこもった作品を展示します。

期間 3/16(土)～17(日)

場所 もやい館2階ギャラリー・ふれあい広場

②春休み体験教室

昔ながらの玩具やおやつを子どもたちと一緒に作ってみませんか。

日時 3/23(土)10時～12時

参加料 200円

申込方法 もやい館2階受付窓口

申込期限 3/15(金)

(1)竹で作るおもちゃ教室(竹とんぼ・竹鉄砲など)

定員 20人程度(12歳以下は保護者同伴)

場所 もやい館3階もやいホール

準備物 汚れてもよい格好、小刀もしくはカッターナイフ、手袋

(2)おやつ作り教室(いきなり団子など)

定員 12人程度

場所 もやい館3階調理室

準備物 エプロン、三角巾

☎ もやい館(受付) ☎ 62-3120



環境センター

春のこどもまつり

さまざまな体験活動を通して、環境について楽しく学んでもらうイベントです。

環境に優しいエコグッズなどが当たる「お楽しみ抽選会」もあります。キッチンカーもやってきます!

日時 3/20(水)・(祝)10時～15時30分

場所 県環境センター

参加料 無料

申込方法 右二次元コードから

☎ 県環境センター ☎ 62-2000



池坊水俣心和会春の花展

「心おどる春 Let's いけばな」

春の花々があふれ、ウキウキする季節。お花を生けてみませんか。

いけばな体験ができます(無料)。

日時 3/23(土)10時～17時、24(日)10時～16時

場所 西生院境内

☎ 池坊水俣心和会・濱田 ☎ 62-2574

# くらしの 伝言板



今年は会場で楽しんで!

第26回サラたまちゃん祭り

近年開催していたドライブスルー販売ではない、会場で楽しめるサラたまちゃん祭りです。

日時 3/23(土)9時30分～16時、24(日)9時～15時

場所 エコパーク水俣(道の駅みなまた横)

内容 サラたまちゃん(規格外品ネット入り販売)や宅配受付、大根の無料配布、肥料の配布、柑橘の販売、お茶の試飲販売など

☎ JA あしきた水俣基幹支所 ☎ 63-2148



おれんじ館

3月のイベント情報

①春休み子ども陶芸教室

陶芸(やきもの)にチャレンジしてみませんか。世界に一つだけのものをつくっていきましょう。

日時 3/23(土)10時～12時

場所 おれんじ館

定員 10人程度

受講料 500円(別途、材料費300円程度)

講師 ふる里窯(古里)

募集期限 3/19(火)

②芸能大会 2024in おれんじ館

日時 3/10(日)13時～16時(予定)

場所 おれんじ館

入場料 無料

☎ おれんじ館 ☎ 62-2111

／メール orange@kokokoi.com





### 中尾山桜祭り & 写真コンテスト作品募集!

桜を見ながらステージを楽しみませんか。くまモンも来ます!

**日時** 3/31(日) 11時~15時(雨天中止)

**場所** 中尾山公園

**内容** 地元バンド演奏・ダンスステージ、出店

#### ★中尾山の四季折々の写真を募集します

11月に写真コンテストを開催します。写真は10月ごろに募集します。

☎ 中尾山コスモス会・小島 ☎ 090-1515-1191



### わくわく自然体験 ボーイスカウトとあそぼう

飯ごうでご飯を炊いてみましょう。

**日時** 3/10(日) 10時~13時(雨天決行)

**場所** 小崎親水公園

**対象者** 年中から小学生(保護者同伴)

**募集期限** 3/7(木)

☎ ボーイスカウト水俣第1団本部(西生院内)・濱田 ☎ 62-2574



### 津奈木町イベント つなぎ太刀魚フェア

各店舗自慢の太刀魚料理を堪能してください。

特産品が抽選で当たるスタンプラリーも開催中!

**期間** ~3/24(日)

**場所** かなり、末広屋、かねやまうどん、つなぎ温泉四季彩

※料理や営業状況などについては各店舗に問い合わせてください。

☎ 津奈木町役場政策企画課 ☎ 78-3114



### 芦北町イベント 芦北町復興佐敷城下祭り

お姫様道中パレード、武術演舞、太鼓演奏、日本舞踊、合戦劇、ちゃんばら合戦、町民総踊りなどを行います。

**日時** 3/3(日) 10時~16時(雨天時3/10(日)に順延)

**場所** 佐敷本町通り・柵屋

☎ 芦北町商工会 ☎ 82-2548



### 環境配慮型農業実践塾 「道法塾」参加者募集

植物の力を最大限に生かして、農薬や肥料に極力頼らず収穫量を増やす栽培方法を指導します。

詳細は水俣・芦北地域雇用創造協議会ホームページを確認してください。

**日時** 3/26(火) 9時~17時(予定)

**場所** 午前:からたち(水俣市袋) 午後:湯治山(芦北町湯浦)

**対象者** 水俣・芦北地域在住の人

**参加料** 無料

**講師** (株)グリーングラス 道法正徳代表取締役

☎ 水俣・芦北地域雇用創造協議会 ☎ 82-5572



### 発達障害啓発週間(4/2~8) 啓発イベントを開催します

#### ① 自閉症啓発デー 2024in 八代

**日時** 4/2(火) (1回目) 14時~15時30分、(2回目) 18時~19時30分

**場所** 八代市立図書館2階大集会室

**内容** 映画「梅切らぬバカ」上映

**定員** 先着30人程度(申し込み不要)

#### ② 自閉症啓発デー 2024in 宇城

**日時** 4/6(土)、7日(日) 11時~17時

**場所** イオンモール宇城のイベントスペース

**内容** 疑似体験、書籍や支援グッズなどの展示

☎ 熊本県南部発達障がい者支援センターわると ☎ 0965-62-8839 / FAX0965-32-8951



**第23回くまもと障がい者スポーツ大会  
参加者募集**

**期日・競技 (予定)**

4/21 (日)・水泳・フライングディスク

5/12 (日)・ポッチャ

5/19 (日)・陸上・ボウリング・卓球 (サウンドテーブルテニスを除く)

**場所** 熊本市・宇土市内

**参加資格**

○県内在住者、または県内施設・学校などに在籍者

○R6.4.1 現在 13 歳以上

○身体障がい・知的障がい・精神障がいのいずれかのある人 (精神障がいのある人は、卓球競技のみ)

**申込先** 市福祉課福祉支援室 ☎ 61-1650

**申込期限** 3/8 (金)

☎ 熊本県障害者スポーツ・文化協会 ☎ 096-383-6553 / メール kumamoto.s.c.a.d@mms.bbiq.jp



**一緒に中尾山のサクラの  
お世話をしませんか？**

**日時** 3/9 (土) 9 時 30 分～ 11 時 30 分

**内容** 中尾山サクラ並木への施肥やせん定作業

**集合場所** 中尾山公園頂上駐車場

**準備物** 動きやすい服装、靴

☎ 桜守会・洲上 ☎ 090-9560-8211



**環境省水俣病情報センター常設展示が  
全面リニューアルします！**

環境省水俣病情報センターの2階常設展示を開館以降初めて全面リニューアルし、3月2日(土)にリニューアルオープンします。

水俣病発症のメカニズム、水銀や水俣病に関する研究などの展示を強化し、研究機器などの実物展示も充実させました。導入したデジタルサイネージでは、常に最新の研究成果などを紹介していきます。

☎ 国立水俣病総合研究センター ☎ 63-3111



**エコパーク水俣  
3月のイベント情報**

**①ノルディックウォーキングパークツアー**

**期日** 3/9 (土) (予備日 3/23 (土))

**時間・内容**

1 コマ目 / 10 時～ 10 時 50 分 使い方レクチャー

2 コマ目 / 11 時～ 12 時 早春のエコパークツアー

**参加料** 500 円 / 1 コマ

**申込期限** 3/6 (水)

**②はじめてのスポチャレ**

子どもにいろいろなスポーツを体験させてみましょう。

**日時** 3/17 (日) 10 時～ 12 時 30 分 (予備日 3/20 (水))

**対象者** 年中～小学 2 年生

**内容** 野球・陸上・テニス・サッカー・遊びの専門家と体を動かす遊び

**参加料** 千円

**★共通事項**

**場所** エコパーク水俣

**準備物** 運動着、タオル、飲み物

**申込方法** 電話・窓口

☎ エコパーク水俣管理事務所 ☎ 62-7501



**「シルバーコーラス」で歌って  
健康づくりしてみませんか？**

令和6年度前期メンバーを募集します。歌好きの皆さん、健康づくりのために参加してみませんか。

身体が不自由な人や軽度の認知症がある人も参加できます (家族の送迎が必要です)。

**日時** 4 月～ 9 月の第 2・第 4 水曜日 10 時～ 11 時 30 分 (1 回目は 4/10 ～)

**場所** もやい館 3 階ホール

**対象者** 60 歳以上

**参加料** 500 円 / 1 カ月 (楽譜代など)

**申込方法** 窓口・電話

☎ もやい館 (受付) ☎ 62-3120

**福田農場**  
FUKUDA FARM

レストラン  
おすすめ★メニュー  
**春の歓送迎会**  
コース 3,850円  
飲み放題付 1,650円

子ども会プラン  
もあります

3月のご案内 & おすすめニュース

売店 **桜あんパン**

🍓 **莓フェア開催★**

🍷 **パン工房**

莓フェア開催！  
直売店内 莓商品  
全品10%off

ゆめ **3/24(日)**  
**結芽マルシェ**

セビリア館 館10時～16時  
ハンドメイドアクセサリーワー  
クショップ・雑貨も!作家さんが  
勢揃いします!お買い物や  
春休みのおでかけに、ご友人、  
お家族でのんびり、ぜひ☆

有料広告



### 「(仮称) 出水ウィンドファーム事業」 風力発電事業準備書の縦覧および説明会

日本風力サービス(株)が、出水市の一部で計画する風力発電事業について、環境影響評価法に基づく環境影響評価準備書の縦覧および説明会を行います。

**種類** 風力(陸上)

**規模** 発電設備出力 最大 60,200kW (基数: 最大 14 基)

**対象事業実施区域の位置** 出水市上鯖淵、上大川内及び下大川内の各一部

**関係地域の範囲** 出水市、水俣市

#### ①準備書および要約書の縦覧

**期間** 3/15(金)~ 4/15(月)

**場所** ①市役所 2階環境課窓口、②市立図書館 1階貸出窓口、③湯の鶴温泉保健センターほたるの湯 1階休憩所

※各施設の閉館時間には注意してください。

**電子縦覧** 日本風力サービス(株)ホームページからも準備書などを見ることができます。



▲ HP

#### ②住民説明会

**日時** 4/5(金) 18時30分~ 20時30分 (18時から受付)

**場所** もやい館 3階もやいホール

#### ◆意見書の提出

環境影響評価準備書について、環境の保全などの意見がある人は、書面で提出することができます。

**提出方法** 縦覧場所に備え付けの意見書に必要事項を記入し、郵送または、縦覧場所に設置されている意見書箱へ投函してください。

**提出期間** 3/15(金)~ 4/30(火) (当日消印有効)

〒105-0014、東京都港区芝二丁目5番10号 芝公園NDビル 6階/日本風力サービス(株)風力開発チーム ☎ 03-5530-9072



### 「火を消して 不安を消して つなぐ未来」 春季全国火災予防運動 (3/1~7)

#### 住宅防火 命を守る 10のポイント

- ①寝たばこは絶対にしない、させない
  - ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
  - ③こんろを使うときは火のそばを離れない
  - ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く
  - ⑤ストーブなどは安全装置の付いた機器を使う
  - ⑥住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換
  - ⑦寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使う
  - ⑧消火器を設置し、使い方を確認
  - ⑨避難経路や避難方法を確保し、備えておく
  - ⑩防火防災訓練に参加し、地域ぐるみで防火対策
- ☎ 水俣芦北広域行政事務組合消防本部予防課  
☎ 63-1191



### 熊本県事業承継・引継ぎ支援センター (水俣) が事業承継の相談に応じます

当センターは国が設置した公的な事業承継支援機関です。後継者問題や事業引継ぎに関するさまざまな悩みに専門家が対応します。秘密厳守します。

**日時** 火曜 9時~ 17時、木・金曜 9時~ 12時

**場所** 水俣商工会議所 2階

**相談料** 無料

※要予約。事業所への訪問でも相談できます。

☎ 熊本県事業承継・引継ぎ支援センター

☎ 096-311-5030



### シニアジョブサポあしきた(熊本高齢者無料職業紹介所芦北相談所) は閉所します

3月末で閉所することとなりました。今後も、ジョブカフェあしきたとハローワーク水俣でも同様の相談ができますので、利用してください。

☎ シニアジョブサポあしきた ☎ 82-5310

有料広告

## ボディケアCoco

水俣市大園町 2-6-3 ☎ 090-2134-0205  
・橋内(日本カイロプラクティック連合会認定)\* 1日3名様 完全予約制

初回限定  
お試し価格

# 2,980円



おまかせくださいー



お気軽にご相談ください。  
LINEは電話番号で検索または左記二次元コードから登録してください



### 年金出張相談 4～6月の日程

日時 4/11 (木)、25 (木)、5/9 (木)、23 (木)、6/13 (木)、27 (木) 10時～15時 (12時～13時を除く)

場所 もやい館 3階会議室

定員 先着 10人

申込方法 相談日の2日前までに、基礎年金番号(年金手帳や年金証書、納付書などに記載)、電話番号、相談内容、希望日、希望場所を電話で伝えてください。

☎ 八代年金事務所

☎ 0965-35-6123



### 新しい電波の影響で一部地域でテレビの視聴に影響が出ることがあります

3月から、市内の一部の地域で携帯電話の新しい電波の利用が開始されます。

利用により、テレビ映像が乱れる・映らないなど、視聴に影響が出る場合があります。影響が出る可能性がある家庭には事前にお知らせを配布します。

万が一影響が出た場合は、コールセンターに連絡してください。無償で回復作業をします。

☎ 700 MHz <sup>メガヘルツ</sup> テレビ受信障害対策コールセンター

☎ 0120-700-012

※つながらない場合は ☎ 050-3786-0700 (受付時間 9時～22時、年中無休)



### 建築に関する困りごと解決！ 無料建築相談会

耐震や新築、リフォームなど家に関するごのほか、建築全般のいろいろな相談に、建築士会水俣芦北支部青年部が応じます。申し込みは不要です。

日時 3/9 (土) 10時～11時30分

場所 市役所 1階市民交流フロア

相談料 無料

☎ 熊本県建築士会水俣芦北支部青年部 (KAY アーキテツ・吉永) ☎ 83-8024



### オストメイト医療相談会

オストメイト(人工肛門・人工膀胱を持つ人)やその家族を対象に、スマートケア(人工肛門などの手入れの仕方)などについて相談会を開催します。

※県から委託で実施します。

日時 3/23 (土) 13時30分～15時30分

場所 熊本労災病院 (八代市)

参加料 無料

☎ (公社) 日本オストミー協会熊本県支部事務局 (大腸肛門病センター高野病院患者支援センター内)

☎ 096-206-3330

お仕事をお探しの方、転職をお考えの方へ

## 介護スタッフ募集

【グループホーム／介護職員(社保・扶可)】

時間:①7:30～16:30 ②10:00～20:00

③16:30～翌9:30 ※①～③のシフト勤務

勤務時間は、月80時間(扶養内)～170時間(社会保険付)の勤務可能ですので、お気軽にご相談ください。

【グループホーム／夜勤専従・ダブルワーク可】

時間:①16:30～翌9:30(週1回～OK!)

給与…初任者資格保有:夜勤1回 20,000円以上(夜勤手当含)

介護職が初めての方、ブランクがある方も安心サポート!!

20代～60代の幅広い方が活躍中!!ダブルワークOK

週1日からOK!!ライフスタイルに合わせた働き方が可能です。

お気軽に下記までお問い合わせください。

★職場見学会同時開催★



求人の詳細情報は  
こちらへ

### ニチイの介護職員初任者研修



＜今だけ 受講料半額以下 キャンペーン！＞

通常受講料  
88,000円

40,000円 (税込)

※水俣・芦北地区にお住まいの方、半額助成有り!  
(20,000円戻ってきます。詳しくはお問合せください。)

【八代教室・3月開講予定クラス】

・3/24～7/21 (日曜クラス・全16回)

※他の曜日をご希望の方はお問い合わせください!



その他のキャンペーン対象クラス・日程の詳細は、  
右の二次元コードからチェック!



※他にもにしき教室もございます。  
詳しくはお気軽に下記までお問い合わせください。

【勤務地】ニチイケアセンター水俣  
【お問合せ】ニチイ学館 八代支店

住所: 水俣市長野町 11番 114号  
電話 0120-781-249 (平日 9:00～17:15)

有料  
広告

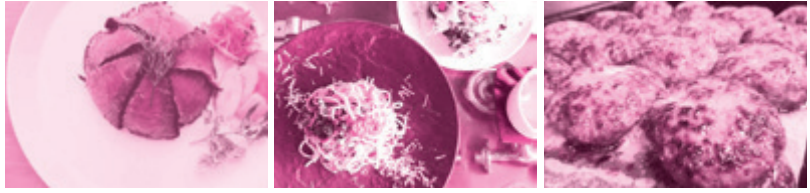
# 「鶴の屋」11周年リニューアルランチのお知らせ

☎ 鶴の屋 0966-68-0268

新しいランチメニューが登場！美味しさとバラエティ豊かな選択肢で、ランチがますます楽しくなります。今すぐ11周年記念ランチセットをお試ください。満足度120%の美味しさがお待ちしています！レストランが1階に移動し、さらに利用がしやすくなりました！

MENU

- ・ポルチーニ茸のリゾット ¥1,450
- ・黒毛和牛のラグーパスタ ¥1,550
- ・新てごねハンバーガー ¥1,550
- ※全ランチ、サラダ、スープ付き etc.



CO-OP共済ニュース

明日の暮らし、ささえあう

## CO-OP共済

### コープ共済でご家族の病気やケガに備えませんか？



入院、手術、ケガ通院などの保障を  
月々1,000円からの掛金で



コープ共済「たすけあい」は入院、手術、ケガ通院など幅広く保障。月々1,000円からとお手頃な掛金。ご家族合わせても家計にやさしい掛金です。0歳から満64歳(発効日時点)まで加入できます。

**共済カウンターでは保障の相談受付中！お気軽にお立ち寄りください。**

生活協同組合くまもと 水光社本店1階 共済カウンター ☎0966-62-5099(9時~18時)

※CO-OP共済について詳しくは、加入申込書付パンフレットをご覧ください。  
※CO-OP共済に加入するには、生協くまもとの組合員になることが必要です。加入時に出资方式として1,000円をお預かり致します。  
なお出資金は、生協を脱退する時には、原則として返還されます。  
契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会(コープ共済連) K-84327-2401

九州ろうさん

## カーライフローン・教育ローン キャンペーン

金利は安心の保証料込み！



《キャンペーン期間》  
2024年4月30日(火)まで

最大引下金利  
**1.8%** 年  
実効金利 年1.8%~1.21%

お気軽にご相談ください！

カーライフローンについてくわしくはコチラ！



教育ローンについてくわしくはコチラ！



【お問い合わせ先】九州労働金庫 水俣支店 ☎0966-63-3191

道の駅みなまた  
**ミナマータ**  
Shop & Cafe

### 地域産品購入応援キャンペーン

店頭で2,000円以上のお買い物をされると全国どこでも送料300円で発送いたします！柑橘やミナマータ詰め合わせセットなどギフト商品を取り揃えてお待ちしております。

日時：2024年2月23日(金)~3月10日(日)  
※予定数に達し次第終了いたします。  
適用条件：道の駅みなまたで地域産品を含む2,000円以上ご購入  
※持込み商品は対象外となります。

みなまた木のおもちゃ館  
**きらら**  
Kirara

### ハーブのキーホルダー作り

日時：2024年3月9日(土)・10日(日)  
午前10時~12時 午後13時~15時  
場所：木のおもちゃ館きらら内  
料金：500円/個  
(きららで遊ばれる場合は別途入館料が必要)

参加方法：当日受付のみ(1日40個限定)  
対象年齢：2歳~大人



公式Instagramで情報を公開中！イベントやお休み情報など更新中！

とても親切的なサッシ屋です  
**TSS住器**  
T...とても S...親切的な S...サッシ屋です



すてき 住適に、べんに、暮らしアップ!! 快適生活のエキスパート!! 私たちがお待ちしています。

窓のリフォーム



バスリフォーム



キッチンリフォーム



エクステリア



介護リフォーム



トイレもOK!



LIXIL FC  
**マドリエ**  
マドリエ水俣

TSS住器株式会社  
TEL.0966-61-1766

熊本県水俣市浜松町61-34

# ひとのうごき

(1/15 ~ 2/14 受付分)

## うぶごえ (敬称略)

さかもと 坂本	あいり 愛梨	葛渡
はらだ 原田	ゆいと 結人	江添
ひらまつ 平松	うた 詩歌	幸町
ふくもと 福本	ひびき 響	牧ノ内

## 市の人口

1月末日現在

	人口	前月比
人口	22,066人	▲67
男性	10,282人	▲30
女性	11,784人	▲37
世帯数	11,097世帯	▲29

# おくやみ (敬称略)



えぐち 江口	サナエ	99歳	丸島町	にし 西	としのり 敏則	77歳	浜町
おがた 緒方	ミヨ子	93歳	南福寺	はら 原	みきお 三貴雄	91歳	白浜町
くろき 黒木	ひさし 久司	88歳	越小場	ふちざき 淵崎	ミサ子	94歳	宝川内
さむかわ 寒川	ただお 唯男	69歳	久木野	まえだ 前田	つぎお 二男	91歳	中鶴
せもと 瀬本	はるみち 治道	80歳	祇園町	ますだ 益田	ひでなり 秀成	87歳	桜ヶ丘
たかぎ 高木	ひさこ 久子	89歳	古賀町	まつだ 松田	りつこ 里津子	91歳	丸島町
たのうえ 田上	ハナミ	99歳	袋	まつもと 松本	ちよこ 千代子	98歳	古城
てらし 寺師	たかよし 隆義	81歳	薄原	もりやま 森山	メリ子	91歳	越小場
てらもと 寺本	たくみ 巧	97歳	古城	やまだ 山田	こういち 耕一	86歳	洗切町
なかむら 中村	しゅうじ 修治	74歳	陣内	やまもと 山本	さちよ 幸代	77歳	袋
なだほら 灘原	きよたか 清隆	89歳	洗切町	よしもと 吉本	けんいち 健一	89歳	白浜町

## 寄付・善意 (1月受付分)



### ◆アクトビーリサイクリング(株) 市内小学4年生に「うんこドリル」寄贈



2月8日(木)、市内に事業所を構えるアクトビーリサイクリング(株)が、市内の小学4年生に「うんこドリル」を寄贈。その贈呈式が市公民館で行われました。

この「うんこドリル」は(株)文響社(東京都)とアクトビーリサイクリング(株)の親会社であるDOWAホールディングス(株)(東京都)が共同開発したもので、環境とリサイクルについて学ぶことができます。

### ◆水俣市社会福祉協議会へ

松田哲成(古城)、庄野和枝(初野)、入江キミ子(白浜町)、犬童久美子(幸町)、島田昌子(古賀町)、山口絹代(深川)、大川秀和(大川)、中村ムツ子(長崎)、寒川亨(熊本市)

### ◆児童家庭支援センター オリーブの木へ

下田みどり(古城)、淵上雄一(袋)、淵上正嗣(長崎)

### ◆児童養護施設 湯出光明童園へ

梅田博子(山手町)、小川啓造(あさぎり町)、落合勇士(阿蘇市)、デイサービスセンター長寿村、(公社)生命保険ファイナンシャルアドバイザー協会

### ◆特別養護老人ホーム 白梅の杜

森下澄恵(幸町)

### ◆赤い羽根共同募金へ

昨年10月から実施していただきました募金運動にご協力いただき、ありがとうございました。皆様のご協力により7,431,221円の募金が集まりました。(2/20時点)

お預かりした募金は、水俣市および熊本県の福祉活動や災害支援に大切に活用されます。今後とも、引き続きのご協力をお願いいたします。

熊本県共同募金会水俣市支会  
(水俣市社会福祉協議会内)

☎ 63-2047





## ドライブイン いのしか 猪鹿

所在地 小津奈木 803-4

開業 昭和 48 年

従業員数 3 人

事業内容

○飲食提供

○お持ち帰り販売



店長  
前田雄大さん

当店は昭和48年に開業した定食屋です。ちゃんぽん、唐揚げ、ホルモン、焼き魚など豊富な種類の定食メニューを提供しています。店の場所は国道3号を津奈木方面に進み、新水俣駅を少し過ぎると左側に見えてきます。

店名にある「猪鹿」は「いのしか」と読みます。これもともと、開業をした祖父が猟師をしており、当時は獲物のイノシシやシカの肉の焼肉も提供していたことが理由です。（現在はジビエの提供はありません。）また、「ドライブイン」は、国道3号を通る長距離運転手などのドライバーに立ち寄ってもらいやすくするため、祖父が店名に付けたと聞いています。

水俣にはちゃんぽんを提供する店が多くあり、それぞれの店でこだわりの味があると思います。当店のちゃんぽん

は豚骨と鶏ガラをベースとしたスープに、魚介と野菜の旨みを加えた、創業当時の味の味を守っています。あっさりとしながらも素材の旨みをしっかり感じられるスープは、飲み切って帰るお客さまもいらつしゃいます。丁寧な調理を心がけ、釜炊きのご飯や、注文いただいたから揚げの唐揚げも好評です。

私が二代目である母から店を継いだのは4年前です。それまでは熊本市で働いていましたが、母が引退して店を閉めるかどうかの時、地域に根差したこの店を続けたいと思い、妻と共に水俣に帰ってきました。今後も地域に愛される味を目指し、料理に取り組んでいきます。



▲広々とした店内は座敷席もあり、ゆっくりと食事を楽しむことができます。

### 編集後記

▼先月号で膝の手術のため入院したことをこの場で報告していました。予定していた2週間での退院は叶わず、2月7日に退院。8日から広報編集に取り掛かりました。短い編集期間でしたが、なんとか終わりホッとしています。関係者の皆さま、ご協力ありがとうございました。▼湯出小創立150周年記念事業にお邪魔しました。当初は民家の一角で始まったそうです。卒業生に思い出話を伺い、母校と地域への愛を感じました①

▼春が来る度、心の底から楽しみにしていることがあります。「木の芽」を食べることで。春のたけのこが入ったちらし寿司に、木の芽を添えて食べるのも最高です。▼がまだ水俣ひと辞典で紹介した溝上さんの取材で、朝の集會に同行するため4時半に起きて準備しました。こんなに早く起きたのは久しぶりでしたが、皆で倫理を勉強し、お茶を飲みながら話をして、その日は一日、清々しい気持ちで過ごすことができました②

無理のない範囲で、  
積極的に動いてみましょう

溝上 貫三 (浜町)



# がまだす 水俣ひと辞典

Vol.66



▲ 1\_ 朝の集会の様子。 2\_ 一昨年10月には、警察庁長官と(公財)全国防犯協会連合会会長の連名による防犯栄誉金賞を受賞しました。

年齢にとらわれず、自由でいきいきと生活する高齢者の模範として、昨年、内閣府からエイジレス章を授与された溝上さん。76歳になった今でも自身が代表を務める会社に毎日出勤する他、民生委員、少年補導員、二区寄る会会長、ボランティアと、日々、多くの活動に汗を流します。

溝上さんの話しぶりやその姿は一見とても穏やか。しかし、その活力あふれる生活には驚かされます。溝上さんの一日は、濱八幡宮参集殿で朝5時半から始まる集会で、勉強をすることに始まります。「今日一日、朗らかに、安らかに、喜んで、進んで、働きます」集会の終わりに、参加者で声をそろえてこの言葉を発声することで一日の元気が湧いてくるそう。早寝早起きの生活リズムを崩さないことを心がけているそうです。

「相手の喜ぶ顔を見ると、自分も嬉しくなる。仕事もボランティアも、ただそれだけです」溝上さんは自身の活動の原動力をこう話します。「人生にリタイアはありません。早寝早起きを心がけ、無理のない範囲で自分から積極的に行動することが大切です」と、活力あふれる日々を送るための秘訣を教えてくださいました。

### ●作り方

- ① フライパンでんにくとオリーブオイルを熱し、香りが出てきたら具材を炒める。
- ② ①がしんなりしてきたらAを加える。
- ③ ②に茹で上がったスパゲティを合わせ、Bで調味する。

### 【ひとくちメモ】

野菜が入ることで、栄養価と食べ応えがアップします!

### ●材料(5人分)

- (乾)スパゲティ…200g
- ベーコン(短冊切り)…90g
- 玉ねぎ(薄切り)…200g ▪ 人参(千切り)…60g
- しめじ…60g ▪ ごぼう(ささがき)…120g
- にんにく(おろす)…小さじ1
- オリーブオイル…大さじ1
- 赤ワイン…小さじ1、 ▪ 薄口醤油…大さじ1
- A ▪ 鶏ガラスープの素…小さじ1～
- スパゲティの茹で汁…1/2カップ
- B ▪ 塩、こしょう、一味唐辛子、乾燥パセリ…少々

おうちで 簡単



給食レシピ

「ごぼうのペペロンチーノ」



◆編集・発行/〒867-8555 水俣市埴内1-1-1  
市長公室秘書広報係 ☎0966-61-1655

※穴を際上しました。保管される際は、穴あけの目安にお使いください。  
ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆印刷/有株式会社あすなろ印刷

見やすく読みまちがえにくい  
ユニバーサルデザインフォントを  
採用しています。