

▶あさがとれたよ!



長洲小児童が潮干狩りを体験!!

5月24日、長洲小学校では、有明海で潮干狩りを行いました。これは、長洲漁業協同組合の協力を得て、総合的な学習の時間などの一環として行われたものです。この日は、上田浩次組合長の説明を受けて、2・3・5年生など約160人の子どもたちがお目当てのあさを探しました。初めて体験した子どもたちも多く、子どもたちは「最初は、難しかったけれど、慣れると簡単にとれました。楽しかったので、またやりたいです。」と話してくれました。

～地球温暖化防止対策について～

町では、地球温暖化防止・環境保全及び省エネ対策の一環として、各公共施設の温度を28℃に設定し、温室効果ガス(二酸化炭素)の排出量の削減に努めています。そのため、職員の服装についても、夏期服装(ノーネクタイ・ポロシャツ・開襟シャツなど)による勤務を実施しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

◆問い合わせ 住民環境課(内線131～132)

～入札結果の公表～

長洲町が、4月28日に行った指名競争入札の結果についてお知らせします。

①	工事名(委託業務名)
②	落札業者名
③	落札金額

①	公園街路等樹木管理業務委託(1工区)
②	(有)西部建設
③	4,200,000円

①	公園街路等樹木管理業務委託(2工区)
②	西日本メンテナンス(株)
③	2,730,000円

①	名石浜緑地公園街路等樹木管理業務委託
②	(有)北野組
③	5,670,000円

①	金魚と鯉の郷広場芝管理委託
②	西日本メンテナンス(株)
③	5,355,000円

①	長洲町浄化センターほか設備点検業務委託
②	(株)ニチゾウテック
③	14,595,000円

◆問い合わせ 財政課(内線221)

今月の納税

町民税 第1期

納期限は、6月30日(金)です。納期限内に役場内の指定金融機関窓口または、最寄りの金融機関で納めてください。

なお、納税は、便利な口座振替をご利用ください。すでに口座振替をご利用の方は、口座振替日が6月30日(金)になっています。

◆問い合わせ 税務課(内線151～155)

【強調月間の主な活動】
◎広報啓発活動 街頭などで
のチラシなどの配布(更生保

◆問い合わせ 生涯学習課(☎780053)

「社会を明るくする運動」
は、すべての国民が、犯罪の
防止と罪を犯した人たちの更
生について理解を深め、それ
ぞれの立場において力を合わ
せ、犯罪や非行のない明るい
社会を築こうとする全国的な
運動です。
大人も子どもも、夢や希望
を持って生きていける社会を
築くにはどうしたらいいか、
地域みんなでご意見つめ直す
月間です。

- ◎研修活動 研修会・ミニ集
会(更生保護協議会・更生保
護女性会)
- ◎環境浄化活動 街頭補導・
町内巡回点検(町民会議)

ふれあいと対話が築く明るい社会

第56回「社会を明るくする運動」強調月間(7月1日～31日)

社明弁論発表会・善行者表彰式

- ◎とき 7月8日(土) 午前10時～
- ◎ところ ながす未来館 文化ホール
- ◎出場者 弁論発表者(小学生8名、中学生2名、
高校生2名)、善行者(個人および団体)
- ◎主催 『社会を明るくする運動』実施委員会
- ◎後援 長洲町・町教育委員会・各協賛団体

お知らせ

下水道使用料が改定
されました

4月から、下水道(公共下水
道・浄化槽施設)の使用料が、
値上げされました。新料金は、
6月請求分から適用されます。
皆様のご理解とご協力を
お願いします。

◆問い合わせ 下水道課(☎783515)

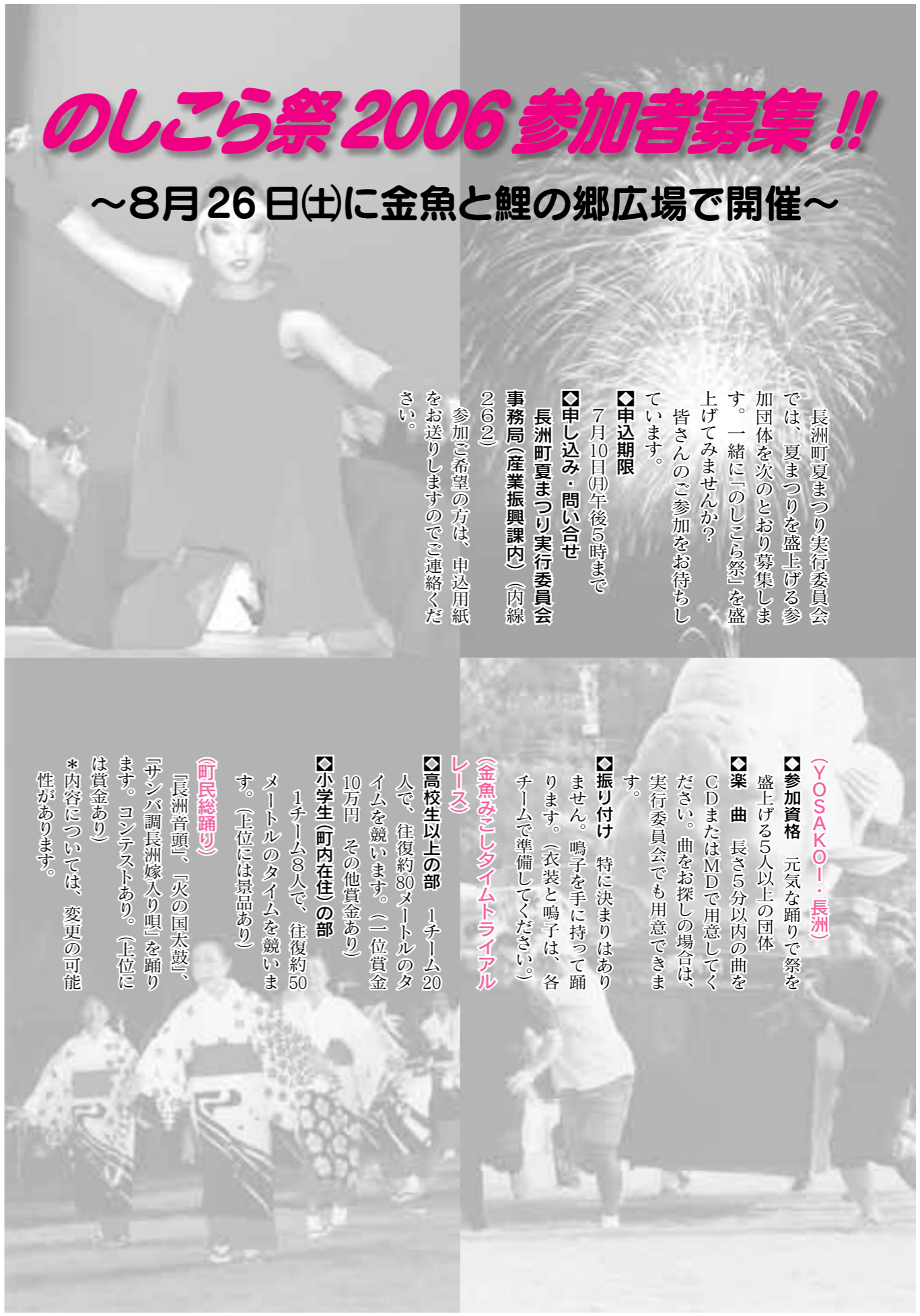
募集など

国民年金・厚生年金
相談所

- ◆とき 6月23日(金)午前10
時～午後3時
- ◆ところ 長洲町中央公民館
(旧長洲共同福祉施設)
- ◆相談員 社会保険事務局職
員
- ◆問い合わせ 住民環境課(内線
1333～1335)

のしこら祭2006参加者募集!!

～8月26日(土)に金魚と鯉の郷広場で開催～



長洲町夏まつり実行委員会
では、夏まつりを盛り上げる参
加団体を次のとおり募集しま
す。一緒に「のしこら祭」を盛
上げてみませんか?
皆様のご参加をお待ちし
ています。

◆申込期限

7月10日(月)午後5時まで

◆申し込み・問い合わせ

長洲町夏まつり実行委員会
事務局(産業振興課内)(内線
262)

参加ご希望の方は、申込用紙
をお送りしますのでご連絡くだ
さい。

(YOSAKOI・長洲)

◆参加資格 元気な踊りで祭を
盛り上げる5人以上の団体

◆楽曲 長さ5分以内の曲を
CDまたはMDで用意してく
ださい。曲をお探しの場合は、
実行委員会でも用意できま
す。

◆振り付け 特に決まりはあり
ません。鳴子を手に持って踊
ります。(衣装と鳴子は、各
チームで準備してください。)

◆金魚みこしタイムトライアル
レース

◆高校生以上の部 1チーム20
人で、往復約80メートルのタ
イムを競います。(一位賞金
10万円 その他賞金あり)

◆小学生(町内在住)の部

1チーム8人で、往復約50
メートルのタイムを競いま
す。(上位には景品あり)

◆町民総踊り

「長洲音頭」、「火の国太鼓」、
「サンバ調長洲嫁入り唄」を踊り
ます。コンテストあり。(上位に
は賞金あり)

*内容については、変更の可能
性があります。

国家公務員採用Ⅲ種試験を実施します

人事院では、高等学校卒業程度の試験として、「平成18年度国家公務員採用Ⅲ種試験」を実施します。詳しくは、お問い合わせください。

- ◆受験資格 昭和60年4月2日(税務区分は昭和61年4月2日)〜平成元年4月1日生まれの方
- ◆受付期間 6月20日(火)〜6月27日(火)
- ◆第一次試験日 9月3日(日)(九州地区は、熊本市など10都市で実施します)
- ◆申し込み・問い合わせ 人事院九州事務局(☎092

就職サポート相談を始めました!

熊本県では、県民の皆さんの就職を支援するため、「キャリア・カウンセリング」を実施しています。

「キャリア・カウンセリング」とは、職歴や興味・関心などを整理し、自分にあった職業選択や、自己PR法の習得、効率的な就職活動の進め方を考えるお手伝いをするものです。専門のカウンセラーが、時間をかけて相談を受け付けます。出産・育児でブランクがあつて就職に自信がない方、就職活動がうまくいかない方、転職

・431-7733

について悩んでいる方などのご利用をお待ちしています。
◆とき 予約制です。事前にお問い合わせください
◆ところ パレアしごと相談・支援センター
◆問い合わせ パレアしごと相談・支援センター(☎096-355-2224)



高齢者無料職業紹介所を開設

熊本県では、60歳以上の方を対象に、専門の相談員が就職に関する相談を受けたり、本人の希望と能力に応じた仕

事を紹介する高齢者無料職業紹介所を開設しています。
相談は、無料です。お気軽にご利用ください。

- ◆とき 毎週月・水・金曜日の午前9時〜午後4時(祝日と年末年始を除く)
- ◆ところ 玉名地域振興局福祉課
- ◆問い合わせ 玉名地域振興局福祉課(☎73240)

吟詠連盟吟詠大会

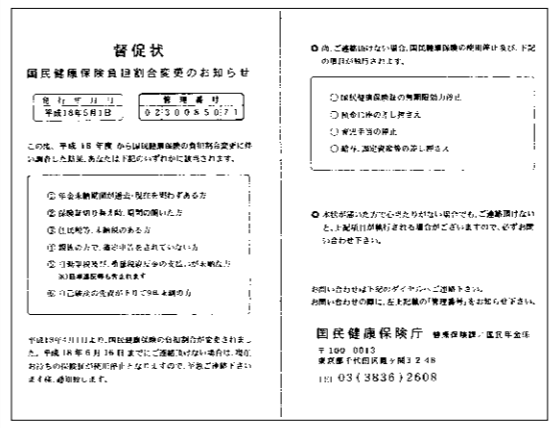
長洲町吟詠連盟では、第31回吟詠大会を開催します。傍聴は、無料です。皆さんのご来場をお待ちしています。

- ◆とき 7月2日(日)午前9時30分開演
- ◆ところ 荒尾市総合文化センター
- ◆入場料 1,000円
- ◆問い合わせ 全国民踊まつり実行委員会(☎6366)

「国民健康保険庁」を名乗る架空請求にご注意ください!!

実在しない「国民健康保険庁」と名乗るところから、「督促状 国民健康保険負担割合変更のお知らせ」と題した不審な督促状が町内に届いています。みなさんの家庭に、このような不審なはがきが届いても、次のことに注意して冷静に対応してください。

- ◆注意事項
 - ①「国民健康保険庁」は、実在しません
 - ②「督促状」にある連絡先には、電話しない
 - ③お金を振り込むよう要求されても、決して応じない
- ◆問い合わせ 熊本県消費生活センター(☎096・354・4835)、福祉保健介護課(内線141~143)



子どもたちの体験活動を支援します

熊本県では、地域の子どもたちを対象として実施する体験活動で、子どもたちが企画・立案の段階から参加する活動を行う団体に対して、活動の充実、育成力の向上、拡大及び定着を目的として活動費の助成を行います。詳しくは、お問い合わせください。

- ◆申込期限 6月30日(金)
- ◆助成団体 5団体
- ◆助成金額 10万円以内
- ◆申し込み・問い合わせ 県庁交通安全・青少年課(☎096・333・2294)

お詫びと訂正

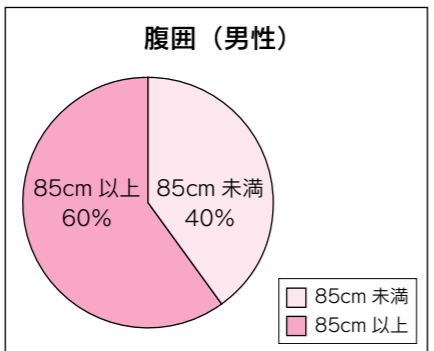
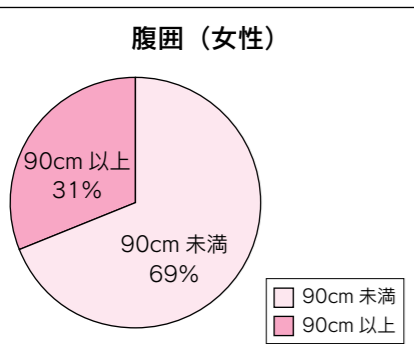
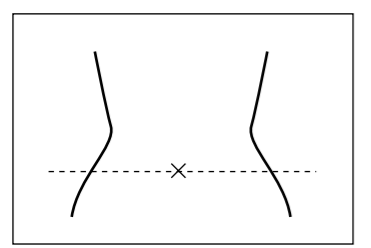
広報ながす6月1日号に誤りがありましたので、お詫びして次のおり訂正します。
◆12~13ページ「くらしの税情報」の記事(誤) 実際支払った医療費の5%の金額です。(正) 実際支払った医療費が所得金額の5%を超えた金額が対象となります。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を予防しましょう!!

「メタボリックシンドローム」つてご存知ですか。メタボリックシンドロームとは、腹囲を基準とした「内臓脂肪型肥満」に加え、「高脂血」・「高血圧」・「高血糖」のいずれか2つ以上を併せ持った状態をいいます。

メタボリックシンドロームは、動脈硬化の危険因子として注目されています。今年度は、住民健康診査(ミニドック)時に腹囲測定を実施しました。

※腹囲は、おなかの一番細い部分ではなく、へその高さを水平に測りましょう!



腹囲は、内臓に脂肪が蓄積していることを反映する指標として、男性は85cm以上、女性90cm以上を問題とします。今年の健診時の腹囲測定者1,564人の結果は、次のとおりです。



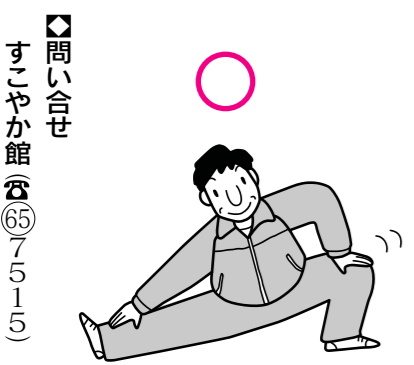
- ◆腹囲が基準(男性85cm、女性90cm)を超える方で、次の①②③のうち2つ以上当てはまる方は、メタボリックシンドロームといえます。
- ①中性脂肪 150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満
- ②収縮期(最大)血圧 130mmHg以上または拡張期(最小)血圧 85mmHg以上
- ③空腹時血糖値 110mg/dl以上



◆なぜ、内臓脂肪が問題になるのでしょうか?
もともと脂肪細胞には、食欲を抑える「レプチン」や動脈硬化を抑える「アディポネクチン」など「善玉」といわれる物質をだす働きがあります。ところが、内臓脂肪が蓄積した状態になると、「転して」【悪玉】の物質を分泌し【善玉】の分泌量を抑制してしまいます。そのため、インスリンなどのほかのホルモンの働きが悪くなつて、糖尿病や動脈硬化にかかりやすくなります。放っておくと、心筋梗塞や脳卒中を引きおこしてしまいます。つまり、内臓のまわりに過剰に脂肪細胞が蓄積することが、元凶なのです。



◆内臓脂肪を減らすことは、可能です!
内臓脂肪は、皮下脂肪と比較すると「増えやすく減りやすい」という特徴があります。ですから、食生活や運動不足を解消するなど生活習慣を改善することで、内臓脂肪を減らすことができます。今からでも、遅くはありません。さつそく、内臓脂肪をためない生活!メタボリックシンドローム予防を心がけましょう!



◆問い合わせ すこやか館(☎7515)



7月 おこやかカレンダー

受: 受付時間 対: 対象者 場: 場所

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6 ベビーマッサージ 10:30~12:00 対 寝返り前のあかちゃんとお母さん 場 すこやか館 申し込み 6月30日まで	7	8
9	10	11 母子健康手帳の交付 受 10:00~11:30 場 すこやか館	12 栄養教室 9:30~13:00 場 すこやか館 申し込み 7月7日まで	13	14	15
16	17	18 子育て相談 10:00~11:30 場 すこやか館 わくわくクッキング 10:00~11:30 場 すこやか館	19	20 3歳児健診 受 13:30~14:00 対 H15.1月~2月20日生 場 すこやか館	21 3ヵ月健診・BCG 受 13:30~14:00 対 H18.3月生 場 すこやか館	22
23	24 二種混合予防接種 受 14:00~15:00 対 小学6年生 腹赤・六栄校区 場 すこやか館	25 母子健康手帳の交付 受 10:00~11:30 場 すこやか館 二種混合予防接種 受 14:00~15:00 対 小学6年生 長洲・清里校区 場 すこやか館	26 7ヵ月児健診 受 13:30~14:00 対 H17.11月~12月生 場 すこやか館	27 2ヵ月児広場 受 10:00~10:30 対 H18.5月生 場 すこやか館 三種混合予防接種 受 13:30~14:30 対 生後3ヵ月~ 場 すこやか館	28	29
30	31 老人手帳交付 受 9:30~10:00 場 すこやか館 健康教室 10:00~11:00 場 すこやか館					

☆ 母子健康手帳の交付は、塩分測定を行いますのでみそ汁（200cc程度）をご持参ください。
 ☆ 乳幼児健診は、母子健康手帳をご持参ください。受診できない場合は、すこやか館までご連絡ください。
 ☆ 2ヵ月児広場は、母子健康手帳、バスタオルをご持参ください。
 ☆ 予防接種は、母子健康手帳をご持参ください。事前に「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。
 ☆ 老人手帳交付については、事前に対象者の方に通知します。
 ☆ 健康教室はどなたでも参加できます。薬剤師の先生による「くすり」の話、健康長寿に関する話などです。

《問い合わせ》 すこやか館 ☎(65)7515

育児サークル 「てんとうむしくらぶ」のお知らせ

◆時間 午前10時30分~午前11時30分
 ◆会費 100円/月

◆とき・ところなど

とき	内容	ところ
7月4日(火)	季節の製作	すこやか館
7月11日(火)	リズム体操	子育て支援センター
7月25日(火)	室内あそび	すこやか館

※内容については変更することがあります。
 ◆問い合わせ すこやか館 ☎(65)7515

内閣総理大臣の書状を贈呈します

先の大戦において、外地など(事変地の区域又は戦地の区域)に派遣され、戦時衛生勤務に従事された旧日本赤十字社旧看護婦及び旧陸海軍従軍看護婦の方(慰労給付金受給者は除く)に対して、その御苦労に報いるため内閣総理大臣名の書状を贈呈しています。

ご本人またはご家族などからのご連絡を、お待ちしております。

◆請求期限 平成19年3月31日
 ◆請求用紙 福祉保健介護課の窓口にて用意しています

◆問い合わせ 熊本県社会福祉協議会福祉人材・研修センター ☎096・322・8077、長洲町社会福祉協議会 ☎(78)5143

◆資格 原則として、保健、医療、福祉の分野で通算5年(一部10年)以上の実務経験を有する方

◆受付期間 7月3日(月)~7月14日(金)

◆問い合わせ 熊本県社会福祉協議会福祉人材・研修センター ☎096・322・8077、長洲町社会福祉協議会 ☎(78)5143

◆とき 10月22日(日)

◆ところ 熊本学園大学など

◆資格 原則として、保健、医療、福祉の分野で通算5年(一部10年)以上の実務経験を有する方

◆受付期間 7月3日(月)~7月14日(金)

◆問い合わせ 熊本県社会福祉協議会福祉人材・研修センター ☎096・322・8077、長洲町社会福祉協議会 ☎(78)5143

うきうき教室(水中運動)に参加しませんか?

メタボリック・シンドローム(内臓脂肪症候群)の改善のために、水中運動教室を実施します。栄養教室や体力測定を行いながらのメニューになっています。日ごろの生活習慣を見直して、健康生活への第一歩を踏み出してみませんか。

◆とき 7月6日(木)~平成19年1月11日(木)(毎週木曜、ただし、祝日と年末年始は除く)
 ◆ところ 長洲町室内温水プール
 ◆時間 ○7月~9月 午前11時~正午
 ○10月以降 午後2時~午後3時



◆対象者 ① おおむね55歳から65歳までの方
 ② 腹囲が(男性85cm以上、女性90cm以上)で、1項目(高血圧・高血糖・高脂血)以上該当されている方
 ③ 血液などのデータ(平成18年4月以降のもの、健診データで可)を持参できる方
 *①~③すべての条件を満たしている方が、対象となります。

◆講師 日赤熊本健康管理センター 運動指導士
 ◆参加料 毎回300円(温水プール入館料)
 ◆募集人数 20人(応募多数の場合は、審査のうえ対象の方を選びます)
 ◆申込期限 6月23日(金)
 ◆申し込み・問い合わせ すこやか館 ☎(65)7515



基本健康診査を受けましょう!!

生活習慣病は、一般的に自覚症状がないことが多く、気づいた時には病気がかなり進行していたということがあります。自分では気づきにくい「不調のサイン」を健診で早期に発見する。これが、病気の予防には大切です。年に1回は、必ず健診を受けましょう。

そこで、町では、次の日程で基本健康診査を行います。40歳以上の方で申し込みをされている方は、必ず受診票の問診欄を記入して受診してください。

なお、申し込みをされていない方で、受診を希望される方は、必ずすこやか館まで申し込んでください。

●65歳以上の受診者の皆さんへ(昭和17年4月1日以前に生まれた方)
 介護保険法の改正に伴い、要介護状態になる恐れの高い方を抽出する手段として、基本健康診査において65歳以上の方を対象に生活機能評価(チエックリスト)を実施することになりました。基本健康診査を申し込まれた方には同封されていますので、事前に記入し受診票と一緒に健診当日に持

◎基本健康診査受診医療機関

医療機関名	健診受付時間	休診日
有明成仁病院	午前9時~正午(朝食抜き) 午後2時~午後5時30分(昼食抜き)	日・祝祭日
池本内科医院	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
淡河・黒田医院	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
多田隈内科医院	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
田宮春生堂医院	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
田宮二郎内科	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
西岡外科胃腸科	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
西山クリニック	午前9時~午前11時30分(朝食抜き)	土・日・祝祭日
いまおかクリニック	午前9時~午前11時30分(朝食抜き) 午後2時~午後6時(昼食抜き)	日・祝祭日 ※木・土は午前のみ

つてきてください。

◆健診実施期間 7月10日(月)~7月28日(金)

◆内容 血圧、心電図、血液検査、尿検査、身体計測、診察など

*B型、C型肝炎ウイルス検査については、対象者のみになります。

◆健診一部負担金 2,300円

※肝炎ウイルス検査を受診する方は、別途1,200円がかかります。

※健診一部負担金・肝炎ウイルス検査一部負担金については、70歳以上の方・平成18年度町民税非課税世帯の方は無料です。医療機関受付にて、その旨申し出てく

◆問い合わせ すこやか館 ☎(65)7515

① 健診結果については、8月末までに必ず受診された医療機関へ受け取りに行ってください。9月以降は、すこやか館での受け取りとなります。

② 健診結果については、8月末までに必ず受診された医療機関へ受け取りに行ってください。9月以降は、すこやか館での受け取りとなります。

③ 健診結果については、8月末までに必ず受診された医療機関へ受け取りに行ってください。9月以降は、すこやか館での受け取りとなります。

◆問い合わせ すこやか館 ☎(65)7515

～第48回金婚夫婦表彰該当者届出について～

天皇、皇后両陛下のご成婚を機に発足しました金婚夫婦表彰は、今年で48回目を迎えます。町では、平成18年度の表彰該当者届出を次のとおり受け付けます。

◆対象者 昭和31年(1月1日から12月31日まで)に結婚され、満50年に達せられたご夫婦の方

◆表彰式予定日 9月上旬頃予定

◆届出期限 6月30日(金)

◆届出先 地元駐在員(区長)

◆注意事項

①結婚年月日については、本人申出の日で受付を行います。

役場への電話での確認や問い合わせは、お断りしています。

②昨年度、届出漏れのご夫婦は、本年度分としてお届けください。

③提出締切後の届出は、次年度表彰となります。

◆問い合わせ 各区駐在員、福祉保健介護課(内線142)



もうすぐ
1歳

きょうか
上田 恭楓ちゃん (向野北)

パパ 哲也さん ママ 文乃さん

いつもニコニコ笑顔の恭ちゃん。これからたくさん笑って大きくなってね。

パパもママもお兄ちゃんも恭ちゃんが大好きだよ。



今回の
題字

ふみか
吉田歩実佳さん 長洲小 3年(出町)

好きな科目は、体育です。1年生の時から、書道を頑張っています。

将来は、花屋さんになりたいです。

強い歯 で何でもかめる元気な子!
これからも、むし歯ゼロで過ごしましょう!

5月18日、3歳児健康診査をすこやか館で行いました。歯科検診の結果、むし歯がなかった「ながすっ子」を紹介します。



ゆみ
亀山 優美ちゃん
(腹赤)



ゆま
宮崎 夕菜ちゃん
(向野北)



あやの
吉田 彩乃ちゃん
(腹赤)



きょうか
佐々木 杏華ちゃん
(向野北)



しょうご
平野 匠梧くん
(古城)

+ 休日在宅医		
月日	在宅医	☎
6月18日(日)	有明成仁病院(鷺巣)	78-1133
6月25日(日)	福本内科医院(玉名市岱町)	57-2811
7月2日(日)	田宮二郎内科(東荒神)	78-2150
7月9日(日)	淡河・黒田医院(駅通)	78-6517
7月16日(日)	西岡外科医院(清源寺)	78-2200