KUMAMOTO 市政だより

2022
9
vol.893

特集 住まいの利活用

4 新型コロナワクチン接種　ほか
5 健康増進普及月間　ほか
6 こころの悩み相談　ほか
7～12 お知らせ掲示板
13 イベント
14～16 施設の催し・公民館講座情報
17～19 区のページ（中央・東・西・南・北）
20 動植物園だより・熊本城かわら版　ほか

市議会だより いちょう を、年4回一緒にお届けします。
（3月・6月・9月・12月）

空き家の利活用で実現させる自分らしい暮らし

住まいのRe（リ）カツ

生かせば家族の大切な資産ですが、放置すれば倒壊の危険や衛生面での問題も生じてしまう空き家。
本市には、市内の住宅数の約12%におよぶ約4万3,500戸（※1）の空き家があり、20年前の1.4倍にもなっています。
ぜひこの機会に、住まいの将来について考えてみませんか？ ※1 総務省の平成30年住宅・土地統計調査より

利活用の選択肢

❶自分で使う・住み継ぐ
❷売却（購入）する
❸賃貸（賃借）する

市の人口　総数 737,680(+257)　世帯数 333,320(+449)　男性 348,428(+161)　女性 389,252(+96)
令和4年(2022年)7月1日現在（　）内は前月比

熊本市　☎096-328-2111（代表）〒860-8601 熊本市中央区手取本町1番1号
発　行／広報課 ☎096-328-2043 ファクス 096-324-1713 E-mail kouhou@city.kumamoto.lg.jp

市政だよりをスマホでも！ スマホ版→

この紙面の内容は、8月8日現在の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更となる場合があります。
最新情報は市ホームページまたは担当課へお問い合わせください。（8月号以前に掲載分も含む）

上手に利活用した3事例を

人生は日々の暮らしの積み重ねです。満足のいく家に住むことで幸福度はより高まります。
そこで今回は、築40年を超える空き家の利活用でステキな住まいを実現させている3つの事例をご紹介。
空き家を所有している方はもちろん、これから住宅の購入を考えている方も、ぜひ参考にしてみてください。

利活用の良い点

1. 古い家ならではの魅力がある
2. 親が残してくれたものを大切に引き継げる
3. 自分たちで気軽にDIYを楽しめる

Case1

1 住み継ぐ

Kさん一家

築111年の古民家をリノベーションした事例

実家の隣に建つ築100年以上の空き家を譲り受け、家族6人で住み始めたKさん。当初はそのままの状態で暮らしていましたが、小さな不便さが積み重なり5〜6年前にリノベーションを実施。「こだわった点は、100点満点ではなく、あえて50点の家を作ること。余白のある家にすることで、週末にDIYする時間を家族で楽しんでいます」とほほ笑みます。

例えば、ものが増えて部屋が片付かないと思ったら収納を作ったり、子どもが進学したら動線が変わるので使い勝手がいいように棚を設置したり。ライフステージの変化に合わせて形を変えられる自由さを、家族全員が気に入っているそうです。

「築110年以上ですが、造りがしっかりしているため手を加えれば次の世代も住み継いでいける。思い出と一緒に次世代に残していきたいです」。

- 工 事 費：1,100万円（税込）（内装工事）
- 形　　態：持ち家のリノベーション
- 築 年 数：111年
- 施工期間：3か月
- 物件種別：一戸建て
- 家族構成：ファミリー
- 面　　積：165.00㎡

ここもポイント

建物が大きいので、全改築すると大幅に予算オーバー。あえて未完の家にし、家族と一緒に家も成長させて楽しんでいます。

空き家バンク登録物件募集中

空き家を貸したい・売りたい所有者から市に提供された物件情報を、市ホームページ等に掲載し、空き家を借りたい・買いたい方へ紹介する制度です。購入・賃借希望者との交渉や不動産手続きは、市と連携している不動産業者が行うため、安心して手続きを依頼することができます。

詳しくはコチラから▶

(空家対策課　☎096-328-2514)

中古住宅&空き家関連ローン

中古住宅の購入やリフォーム、空き家の解体をお考えの方におすすめのローンを紹介しています。

詳しくはコチラから▶

ご紹介

- 工 事 費：1,200万円（税込）（内外装工事）
- 形　　態：中古を買ってリノベーション
- 築 年 数：45年
- 施工期間：2.5か月
- 物件種別：一戸建て
- 家族構成：ファミリー
- 面　　積：96.12㎡

ここもポイント

築45年なので見えない部分のダメージがどれくらいあるか心配でしたが、専門の検査員に第三者的な立場で検査してもらったので安心できました。

利活用の良い点

1. コスパが良い！
2. 浮いたお金を使って内装にこだわれる
3. 空き家が減ることを地域の方も喜んでくれるので、知らない地でもなじみやすい

Case2 売却（購入）する

Sさん一家

売却された中古住宅を購入しリノベーションした事例

高校生の頃から「いつかはこんな家を建てたい」という具体的な理想像を持っていたというSさん。しかしこだわりが強すぎる分、土地・新築工事費を合わせると結構な金額になることがネックに。「何かコストダウンできないか?」と検討する中で、「中古物件でもリノベーションすれば新築同様に希望を反映した住まいにすることが可能」と知り、選択肢の一つに加えたそうです。

リノベーションにより工事費を抑えられた分、アイランドキッチンをオーダーメード。さらに、工事中に立派な梁（はり）が姿を見せたため、急きょ、家のシンボルとして生かす内装に変更し、家族がゆっくり集い、語らえる自慢のリビングが完成したそうです。

「中古住宅は『あるものを生かす』のが大前提ですので、根気よく自分の希望に添った場所・間取りを探すと満足する結果につながりますよ」。

Case3 賃貸する

U不動産事務所

リノベーションで収益物件に生まれ変わった事例

東京に住んでいる家主から、20年近く空き家になっていた実家のことで相談があったそうです。希望金額での売却が難しかったこと、そして建物への愛着も強かったことからリノベーションして賃貸することに。最小限の予算で最大限のパフォーマンスを形にするため外観はあえてそのままにし、代わりに内装にこだわりました。「DIY可能な物件は、住み手がどんどんカスタマイズできる点が人気。家賃収入で建物の維持管理費とリノベーション費用を賄え、実質利回りが高めなケースも多いので注目ですよ」。

中古住宅利活用ガイドブック

事例の詳細や利活用の豆知識、本市の支援制度等を掲載。

詳しくはコチラから▶

空き家の相談窓口

詳しくはコチラから▶

作：桜田幸子

新型コロナワクチン接種（予約受付中）

【4回目接種】集団接種会場「熊本城ホール」を開設します！

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴いワクチン接種希望者が増加していることから、新たに集団接種会場「熊本城ホール」を開設します。ぜひ、この機会に積極的な接種をお願いします。

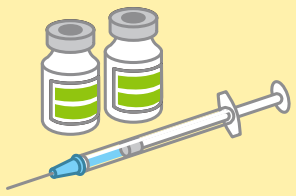
	会場	接種日
新規	熊本城ホール	9月3日（土）・4日（日）

WEB予約
予約期間中は24時間いつでも予約可能！
熊本市　ワクチン予約システム　検索

電話予約
予約専用フリーダイヤル☎0120-096-885
受付時間／午前8時半～午後7時（土日祝日も開設）

使用するワクチン モデルナ

現在、ファイザー社ワクチンが大変少なくなっています。重症化予防のために、ワクチンの種類に関わらず、早期接種にご協力をお願いします。



3回目接種について

18歳以上の方へ

モデルナのWEB予約ができます 期間限定

若い世代の方が接種しやすいよう、WEBで予約ができる枠を設けました。

■対象者　2回目接種から5か月経過する方
※12～17歳の方は、モデルナを接種することができません。

■接種会場　一部医療機関（詳細はWEB予約サイトでご確認ください）

■ワクチンの種類　モデルナ

■受付期間　9月21日（水）まで（9月30日の接種まで）
※期間終了後は、電話のみでの受付となります。なお、ファイザーやノババックスでの接種をご希望の方は、期間中であっても電話（☎0120-096-885）での予約をお願いします。

WEB予約
予約期間中は24時間いつでも予約可能！
熊本市　ワクチン予約システム　検索

電話予約
予約専用フリーダイヤル☎0120-096-885
受付時間／午前8時半～午後7時（土日祝日も開設）

12～17歳の方へ

3回目接種で使用できるワクチンはファイザーのみです（モデルナ、ノババックスは使用できません）。電話でご予約ください。

■接種会場　市総合体育館・青年会館　および　一部医療機関

電話予約のみ
予約専用フリーダイヤル☎0120-096-885
受付時間／午前8時半～午後7時（土日祝日も開設）

ノババックスの接種について

武田社ワクチン（ノババックス）の接種を希望する方へ、ワクチン接種を実施しています。このワクチンは、B型肝炎ウイルスワクチンなど、既に使用された実績がある組み換えタンパクワクチンです。電話でご予約ください。

■初回接種（1・2回目接種）
〔対象者〕12歳以上で、新型コロナワクチンの初回接種（1・2回目接種）をまだ受けていない方
※1回目接種の3週間後に2回目接種を行います。

■追加接種（3回目接種）
〔対象者〕18歳以上で、新型コロナワクチンの2回目接種から6か月経過した方

■接種日　9月3日（土）／9月10日（土）／9月17日（土）／9月24日（土）

■接種会場　市総合体育館・青年会館

電話予約のみ
予約専用フリーダイヤル☎0120-096-885
受付時間／午前8時半～午後7時（土日祝日も開設）

予約以外のワクチンに関するお問い合わせ
熊本市新型コロナワクチンコールセンター
☎096-300-5577

新型コロナワクチンに関する全般的なことについては、厚生労働省のQAもご参照ください →

住民税非課税世帯等への臨時特別給付金

重要 令和3年度住民税非課税世帯の申請期限（令和4年9月30日）が近づいています。

支給額	1世帯につき10万円

①令和3年度住民税非課税世帯

令和4年1月末から2月にかけて支給対象と思われる世帯へ確認書・申請書を発送しています。
申請されていない方は下記の期限までに手続きをお願いします。

申請期限　令和4年9月30日（金）まで

②令和4年度1月以降の家計急変世帯

令和4年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、住民税非課税相当水準となった世帯。申請されていない方は下記の期限までに手続きをお願いします。
区役所「臨時特別給付金相談窓口」へ
（平日のみ午前8時半～午後4時半まで）

申請期限　令和4年9月30日（金）まで

※申請書は市のホームページまたは区役所の「臨時特別給付金相談窓口」で配布しています。

③令和4年度住民税非課税世帯

支給対象と思われる世帯へ令和4年7月中旬に確認書・申請書を発送しています。
確認書・申請書が届いた世帯は早めの手続きをお願いします。

申請期限　令和4年10月31日（月）まで

※本給付金の支給は1回限りです。既に「令和3年度住民税非課税世帯」または「家計急変世帯」の臨時特別給付金を受け取られた世帯はこの対象ではありませんのでご注意ください。

※①または③に該当と思われる方で確認書・申請書が届いていない場合はコールセンターにお問い合わせください。

問い合わせ
市ホームページはこちら⬇
熊本市臨時特別給付金コールセンター
☎096-355-8866 午前9時～午後5時（土日祝除く）

9月は「健康増進普及月間」です　～健康寿命の延伸を目指しましょう！～

運動

歩いて健康！なかよし対抗戦開催

熊本健康アプリでは、グループの平均歩数で競うなかよし対抗戦を開催します。参加者全員に20ポイントプレゼント！上位や飛び賞には豪華賞品を贈呈します。5～20人のグループを作って、挑戦しましょう！

実施期間　9月16日(金)～30日(金)

申込期間　9月　1日(木)～12日(月)

詳しくは、熊本健康アプリホームページをチェック！

熊本健康アプリ
(8月25日以降更新予定)

食事

野菜！アップ ＆ 食塩！ダウン

■私たちが1日に食べたい野菜の量は350gですが、実際の量は280g程度で、あと一皿分、約70gの野菜が不足しています。新鮮でおいしい野菜を、毎日の食卓に一皿プラスしましょう！

■食塩の取りすぎは、高血圧をはじめとするさまざまな生活習慣病の誘因となります。かけしょうゆやソースを控えめにすることから「減塩」をスタートしましょう！

もっと健康！野菜アップレシピ

減塩のコツ！

歯と口腔

Let's Go歯周病検診

歯を失う大きな原因はむし歯、そして歯周病です。

■「一生自分の歯でおいしく食事できる」ために、定期的に歯科医院でお口の状態をチェックしましょう。

■歯周病は早期発見・早期治療が大切。40歳・50歳・60歳・70歳になる方は熊本市歯周病検診の対象です。ぜひこの機会に受診しましょう。

歯周病検診のご案内

禁煙

STOP受動喫煙

■**受動喫煙が生じないように、周囲の人へ配慮が必要です。**
受動喫煙によって脳卒中、虚血性心疾患、肺がんなどの病気のリスクが高まります。屋外で喫煙するときにも、周囲の人が受動喫煙を受けないよう配慮をお願いします。

■**禁煙にチャレンジして健康ポイントを獲得！**
「禁煙外来を受診した場合」または、「1か月間自力で禁煙に挑戦した場合」は、健康ポイント(40ポイント)を獲得できます。この機会に禁煙にチャレンジしませんか！

(健康づくり推進課　☎096-361-2145)

熊本健康アプリ もっと健康！げんき！アップ くまもと

熊本健康アプリ『上半期抽選会』を実施します!!

健康ポイントを500ポイント以上貯めた方の中から、抽選で1,000名様に3,000円相当のデジタルギフトまたは商品券が当たります！

■応募について

①応募期間：9月1日(木)～15日(木)
②対　　象：実施市町村に住む18歳以上で健康ポイントを500ポイント以上貯めた方

※当選しても、保有ポイントは減りません。
※新たに登録する方、500ポイント以上貯めることができなかった方は今回応募できません。今後対抗戦やスタンプラリー、年度末抽選会などさまざまな企画を予定していますのでお楽しみに！
※応募方法など詳しくは、アプリ内「お知らせ」画面または専用ウェブサイトをご覧ください。

■熊本健康アプリって何!?

熊本健康アプリでは、日々のウオーキングや各種検診の受診など、健康づくりに取り組むことで、健康ポイントを貯めて、貯まったポイントで豪華賞品が当たる抽選へ応募ができる他、協力店舗でサービスを受けることができます。また、ミッションなどイベントに参加し、楽しみながら健康づくりに取り組むことができます。

詳しくは、専用ウェブサイトをチェック！　もっと健康!げんき!アップくまもと　検索

NEW　上半期抽選会

応募期間：9月1日(木)～15日(木)

1,000名様に 3,000円相当が当たる!!

げんき!アップくまもと

アプリのダウンロードはこちらから

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

〈応募やアプリについての問い合わせ〉
「熊本健康ポイント」運営事務局(☎0120-040-037)

(健康づくり推進課　☎096-361-2145)

第14回くまもと「水」検定1・2級試験 受験申込受付開始！

くまもと水検定

申し込み　9月1日～10月31日(必着)
受験申込書と返信用封筒2通(返信先の住所を記入し、切手を貼ったもの。受験票送付用と結果送付用)を以下の宛先へ郵送(受験料無料)

宛　　先　〒860-8799　熊本中央郵便局留くまもと「水」検定　受験係

試験日時　12月4日(日)　2級試験：午前10時半～(予定)
1級試験：午後1時半(予定)

会　　場　熊本学園大学(中央区大江2丁目5-1)

	1級	2級
出題範囲	公式テキストブック改訂版など(テキスト以外からも出題)	
出題数	未定(記述式あり)	50問(選択式)
合格基準	80点以上	70点以上
難易度	専門的な知識が必要	3級試験より深い知識が必要

詳しくは、市ホームページへ。

(水保全課　☎096-328-2436)

キリトリ線

くまもと「水」検定　1級・2級検定　受験申込書

※受験する内容に一つだけ○をつけてください。
1級のみ受験　2級のみ受験　1級・2級の両方を受験

氏名	フリガナ	
住所	〒	
電話番号		
生年月日	明治・大正・昭和・平成	年　月　日
職業など	1.小学生 2.中学生 3.高校生 4.大学・専門学校生 5.会社員 6.公務員 7.自営業 8.その他(　)	

キリトリ線

こころの悩みを相談しませんか

9月10日～16日は自殺予防週間です。

①「こころの体温計」でストレスチェック

パソコン、携帯電話、スマートフォンから簡単な質問に答えるだけでストレス度や落ち込み度などこころの状態をチェックすることができます。

下記QRコード・URLよりアクセスし、ご利用ください。

https://fishbowlindex.jp/kumamoto/demo/index.pl

②こころの健康相談電話の時間を延長

9月12日（月）～16日（金） 午前9時～午後6時半

自身や家族のこころの悩みについて、期間中は時間を延長して電話相談を受け付けます。

この期間以外にも、平日午前9時～午後4時は電話相談を受け付けています。

こころの健康相談電話：
こころの健康センター（☎096-362-8100）

③LINEを使ったこころの悩み相談

誰にも知られずに相談できます。

友達登録してお気軽にご相談ください。

こちらからLINEお友達登録へ

相談日時：
毎週火・日曜の
午後6時～10時

（精神保健福祉室　☎096-361-2293）

結婚・誕生・新築・銀婚・パートナーシップ宣誓記念樹プレゼント

対　　象

令和3年6月1日～令和4年11月7日までに、①結婚②赤ちゃんの誕生③家の購入④結婚されて25周年（銀婚）の方⑤パートナーシップ宣誓をされた方

※③は、建物の引渡し日が対象期間に該当する場合。中古物件の購入等も対象。
※④は、平成8年6月1日～平成9年11月7日の間に、ご結婚された方。
※前回（令和3年12月4日・5日実施分）の受領者を除く。

申し込み

11月7日（月）までに市ホームページ、ひごまるコール（☎096-334-1500）、環境共生課窓口へお申し込みください。また、期限までに以下のもの（コピー可）を郵送か持参で〒860-8601環境共生課へ提出ください。

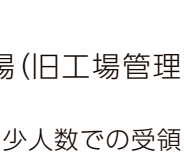
①結婚：戸籍謄本など
②誕生：親子（母子）手帳、保険証など
③家の購入：登記簿、売買契約書、家の保証書など
④銀婚：戸籍謄本など
⑤パートナーシップ宣誓：宣誓書受領証、宣誓書受領カードなど
※市ホームページからの申し込みの場合は電子添付

配布樹木

イロハモミジ・ウメ（紅・白）・キンモクセイ・サクラ（ソメイヨシノ）・シマトネリコ・ハナミズキ（赤・白）からお好きな1本。

配布当日に必要なもの

・引換券（申し込みされた方へ12月上旬に送付予定）
・苗を入れるための袋（大きめのレジ袋など）



配布日時

12月17日（土）、18日（日）午前10時～午後3時まで

配布場所

区役所正面玄関前（中央・東・南・北）、西部環境工場（旧工場管理棟 西区役所から南へ150m）

※マスクを着用し、混雑時には3密を避けるため、1人または少人数での受領をお願いします。
※当日体調が優れない場合は、代理の方が受領をお願いします。

詳しくは、市ホームページ、環境共生課
またはひごまるコールへ。

（環境共生課　☎096-328-2352）

市長とドンドン語ろう！ 防災版

5月9日～23日の間で「市長とドンドン語ろう！防災版」を各区1回、全5回開催いたしました。

平成28年熊本地震から6年が経過する中、震災の記憶が薄れ、その時の経験や教訓の風化が懸念されます。そこで、地域防災力の要である校区防災連絡会および校区自治協議会の役員の皆さんを対象に地域の取り組みや課題等について意見交換を行いました。いただいたご意見については、今後の本市の事業等に生かしてまいります。

小学校が指定避難所になっているが、トイレが体育館の外にあり、暗くて古いので整備してほしい。

避難所となる学校体育館のトイレについては、和式が多いなどの課題も多いため、各避難所の状況を確認しつつ、今後整備を進めてまいります。

他の地域の防災活動を参考にしたいので、先進的な取り組み事例を紹介してほしい。また、平成28年熊本地震の際に、地域の企業から避難場所を提供してもらい助かった。

地域の防災活動に関する取り組み事例を共有できるよう、市のホームページ等に掲載してまいります。また、熊本地震以降、多くの企業から災害時の物資や防災井戸、避難場所の提供等について協定締結の協力をいただいており、市民の皆さんへの情報提供に努めてまいります。

防災教育については、学校での教育だけでなく、防災士を活用して地域で教育を行うことも必要ではないか。

防災士が地域での防災教育に関わることは重要ですので、防災士へのフォローアップ研修などを通じて、防災士の活躍を促進してまいります。

熊本地震の記憶の風化が進んでいる。市民の記憶に残るような仕組みが必要では。

現在検討している「熊本市防災基本条例（仮称）」の中で、毎年4月16日を「熊本地震の日」とするよう検討しており、風化防止や災害へ備えるための啓発に取り組んでまいります。

※内容は開催日時点のものです。

お知らせ掲示板

くらし

お墓参り用臨時バスを運行します

期9月22日(木)～24日(土) 内お墓参りが多い9月のお彼岸の時季に、三山荘と桃尾墓園間で臨時バスを運行します ※途中での乗り降りはできません。問指定管理者：株式会社パブリックビジネスジャパン(☎237-7266)

【三山荘までのバス(有料)】

熊本都市バス「三山荘」行(桜町バスターミナルは26番のりば)

※三山荘バス停で下車し、臨時バスに乗り継ぎとなります。

【運行時間】

三山荘・桃尾墓園間は約10分

9月22日(木)・23日(金・祝)

	三山荘→桃尾墓園	桃尾墓園→三山荘
1	9:05	9:20
2	10:10	10:30
3	11:00	11:20
4	11:40	12:00
5	12:20	12:40
6	13:10	14:35

9月24日(土)

	三山荘→桃尾墓園	桃尾墓園→三山荘
1	8:30	8:45
2	9:20	9:40
3	10:30	10:50
4	11:20	11:40
5	12:10	12:30
6	13:10	14:35

(健康福祉政策課　☎328-2340)

マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限は、9月末までです

9月末までにマイナンバーカードを申請した方は、マイナポイント第2弾の対象となり、カードの新規取得で最大5,000円分、健康保険証としての利用登録で7,500円分、公金受取口座の登録で7,500円分のポイントがもらえます。

カードの申請がお済みでない方は、早めに申請してください。マイナポイントの申し込みは区役所・総合出張所・熊本市マイナンバーカードサテライトでも可能です。

※マイナンバーカードの申請に関する問い合わせは、熊本市マイナンバーカードコールセンター(☎277-1869)へ。

※マイナポイントに関する問い合わせは、マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)へ。

(地域政策課　☎328-2067)

専用タブレットで住民異動手続きができます

期9月1日(木)～ 内住所変更の届出書をタブレット端末で作成する「届出ナビシステム」を西・南・北区役所へ導入します(これにより、すべての区役所で利用できるようになります)

ガイダンスにそってシステムを操作して、届出書の作成や住所変更に関連した手続きができます。

※マイナンバーカードを使用することで、氏名・生年月日等の入力を省略でき、より簡単に届出書を作成することができます。引越しの予定がある方は、ぜひご利用ください。

(地域政策課　☎328-2031)

９月は固定資産税第3期の納期です

納期限は9月30日です。納期限までにお支払いください。

市税の納付には、便利な口座振替・自動払込みをご利用ください。希望する方は、納税通知書・預(貯)金通帳・通帳届出印を持って、お近くの金融機関、郵便局またはインターネットでお申し込みください。

また、スマホ・タブレット端末を利用して、クレジットカードによる納付もできます。詳しくは、市ホームページへ。

【クレジットカード納付】　**【Web口座振替登録】**

(納税課　☎328-2204)

税証明書の中央区役所時間外証明窓口での交付を休止します

期9月17日(土)～19日(祝) 内システムメンテナンスのため、中央区役所時間外証明窓口での税関係証明書の交付を休止します

(市民税課証明班　☎328-2181)

西部交流センター温浴施設等の利用を休止します

期8月29日(月)～9月15日(木) 内西部環境工場改修により、温浴施設等の利用を休止します

詳しくは、西部交流センター(☎273-6996)へ。

(環境施設課　☎328-2431)

西部環境工場の大型ごみ受け入れを停止します

期9月27日(火)～29日(木) 内定期点検のため、燃やす前に破砕する必要がある大きなごみ(長辺が1mを超えるものなど)は 受け入れできません。期間中の大型ごみは東部環境工場へ ※通常のごみは受け入れ可能。

詳しくは、廃棄物計画課または西部環境工場(☎329-0900)へ。

(廃棄物計画課　☎328-2359)

熊本県内バス・電車子ども無料(大人100円)の日

期9月17日(土) 内県内の路線バス・電車において、子ども無料、大人1乗車100円の日を実施します 対電車：熊本市電、熊本電鉄電車／バス：九州産交バス、産交バス、熊本電鉄バス、熊本バス、熊本都市バス

※バスの一部路線は対象外です。

(交通局総務課　☎361-5233)

戸建木造住宅の耐震改修工事費用を補助します(追加募集)

内地震による住宅の倒壊から命・財産を守り安全で安心なまちづくりを目指すために、耐震改修工事費の一部を補助します 対①～⑤のすべてに該当するもの①市内にあり、人が住んでいるまたは住む見込みがある戸建木造住宅②平成12年5月31日以前に着工したもの(昭和56年6月以降に着工したものは、熊本地震による被害を受けたもの)③在来軸組構法、伝統的構法で建てられたもの④3階建て以下のもの⑤本市に登録している耐震診断士による「耐震診断」で上部構造評点1.0未満(耐震性なし)と評価された住宅で、耐震診断士が補強計画設計および耐震改修工事の工事監理を行う場合の耐震改修工事であること ※その他要件あり。定80戸程度(先着順) 費改修工事費の5分の4以内(上限100万円) 申9月12日～30日(消印有効)に申込書と必要書類を郵送で〒860-8601住宅政策課へ(持参希望の場合はご相談ください。)

詳しくは、市ホームページまたは住宅政策課へ。

(住宅政策課住宅支援班　☎328-2449)

市営住宅の定期募集

【入居予定日】11月1日(火) 対既存団地の空室(募集案内に一覧を掲載)

【募集案内配布】 期9月2日(金)～14日(水)(土日祝は開館施設のみ) 時午前9時～午後5時 場市営住宅管理センター(市庁舎9階)、総合案内(市庁舎1階)、区役所およびまちづくりセンター(市庁舎を除く)

【申込】9月6日～14日までに郵送で〒860-8601市営住宅管理センターへ

【抽せん会】 期9月29日(木)、30日(金)

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため立会人のみ参加

【二次募集申込】

一次で申し込みのなかった既存団地の空室が対象です(先着順)

日①10月4日(火)午前9時半～午後3時、②10月5日(水)～11日(火)午前8時半～午後4時※土日を除く 場①国際交流会館(5階大広間AB)、②市営住宅管理センター(市庁舎9階)

【共通】 問中央・北・西区は(☎327-5101)、東・南区は(☎311-7833)

詳しくは、市ホームページへ。

(市営住宅課　☎328-2461)

くらしの中の人権 105

外国人に関する人権問題

本市の統計では、2022年4月1日現在で、5,908人の外国人が在住しています。さまざまな人種の人が暮らしているなか、民族や宗教、言葉や生活習慣などもさまざまであり、私たちの暮らしの中には多くの「違い」があります。その「違い」を受け入れることができているでしょうか。受け入れることができずに差別的な態度をとってはいないでしょうか。

例えば、アパートの入居拒否、就職時の労働条件が異なるといったことや、特定の民族や国籍の人たちを誹謗中傷し、社会から排除しようとするヘイトスピーチなどの問題が全国各地で起きています。

もし、自分が同じような態度をとられたらどうでしょうか、きっと不愉快な思いをし、相手に対して良い印象は持てないでしょう。

外国人であること、文化的な背景や思想が違うことなどで差別することなく、ありのままを受け入れ、積極的に交流を図り、お互いを理解しあう努力をしながら全ての人が安心して快適に暮らせる「共生社会」を作っていきましょう。

(人権政策課　☎328-2333)

【連載】昼も夜もだれもが歩いて楽しめるまち(第8回)
～熊本市屋外広告物ガイドラインを策定しました！～

本市では、屋外広告物に携わる方々とともに、良好な景観の形成を図り地域景観の魅力をより向上させるため、屋外広告物ガイドラインを策定しました。

にぎやかな商店街

歴史的な街並み

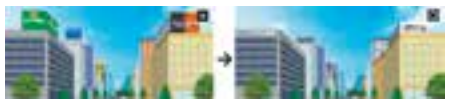
品格ある観光地

○ガイドラインの対象者

屋外広告物に携わる市民を含めた各主体が一体となり、本ガイドラインを通してよりよい熊本の景観づくりを目指します。

○掲載内容

本ガイドラインでは、地域の特色に配慮し、「デザイン方針」や「安全方針」を定めています。


デザイン方針に関すること

安全方針に関すること

また、屋外広告物にかかわる方々が協働して良好な景観形成を進めるため、「協働の景観づくり」の制度や手法を紹介しています。

地域協働のパトロール

エリアガイドラインによる整備

協働の景観づくりの例

安全で魅力ある地域景観を形成することで“だれもが歩いて楽しめるまち”づくりを進めていきます。

※屋外広告物ガイドラインについて詳しくは、市ホームページへ➡

(都市デザイン課　☎328-2508、市街地整備課　☎328-2537)

日＝日時　期＝期日、期間　時＝時間　場＝場所　内＝内容　題＝演題　師＝講師　出＝出演　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持参物　申＝申込　問＝問い合わせ先

平成28年熊本地震被災者支援制度（第16版）を配布しています

熊本地震の被災者支援制度（令和3年4月1日時点）をまとめた冊子を本庁舎や区役所で配布しています。申請には期限がありますので、内容を確認のうえ、該当する方は早めに申請してください。

【配布場所】区役所総務企画課、福祉課、住宅政策課、健康福祉政策課

（広報課　☎328-2043）

9月9日は「救急の日」です

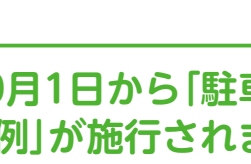
9月9日は「救急の日」、9月4日～10日は「救急医療週間」です。これは救急業務および救急医療に関する正しい理解と認識を深めることを目的として設けられた期間です。

←熊本市の救急医療体制について見てみよう！

本市の充実した救急医療体制は、たくさんの医師、看護師、医療スタッフの協力により成り立っています。

しかし、休日や夜間の診療時間帯は限られたスタッフで運営されているため、“夜の方が空いているから”などの急を要しない「コンビニ受診」が増えると、緊急性の高い方の治療が遅れたり、救急医療を担うスタッフの負担を重くしたりと、救急医療体制を維持できなくなることにもつながります。将来の救急医療を守るためにも、医療関係者への感謝の気持ちを忘れず、可能な限り昼間の診療時間内の受診を心がけましょう。

（医療政策課　☎364-3186）



令和4年就業構造基本調査にご協力ください

この調査は、国民の就業および不就業の状態を調査するもので、全国および地域別の就業構造に関する基礎資料を得ることを目的としており、雇用政策をはじめ、経済政策などに生かされています。8月下旬から、調査員が調査対象のお宅に伺いますので、この調査の趣旨をご理解いただき、調査へのご協力をお願いします。

（総務課統計班　☎328-2380）

「はかり」の定期検査を受けましょう

取引または証明に使用している「はかり」の検査を行います。

① 日 9月1日（木）午前11時～午後1時半 場 松尾北地域コミュニティセンター玄関ホール
② 日 9月2日（金）午前11時～午後1時半 場 松尾東公民館玄関
③ 日 9月8日（木）午前11時～午後1時半 場 近津公民館玄関
④ 日 9月12日（月）午前11時～午後2時、9月13日（火）午前11時～午後1時半 場 河内総合出張所地下駐車場

【検査団体】熊本市指定定期検査機関NPO法人てんびんの会（☎368-5320）

（計量検査所　☎369-0610）

生活雑排水は適切に処理していますか

生活雑排水（風呂や台所などの排水）がどう処理されているか確認してみましょう。未処理のまま放流すると、公共用水域や地下水の水質汚濁につながります。熊本の豊かな水資源を後世に引き継ぐためにも、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

※下水道処理区域では下水道に接続してください。

（浄化対策課　☎328-2366）

公園を気持ちよく利用するために

公園をみんなが自由に利用できるよう、「他人に危害を及ぼすおそれのある行為」や「他人の迷惑となる行為」は禁止されています。みんなが気持ちよく利用できるよう、一人一人がマナーを意識して公園を利用しましょう。

公園利用について詳しくは、市ホームページへ。

（公園課　☎328-2523）

「もったいない！食べ残しゼロ運動」の協力店を募集しています！

まだ食べられるのに捨てられる「食品ロス」の削減を進めるため、市内の飲食店・宿泊施設で食品ロスの削減にご協力いただける店舗を募集しています。

協力店に登録されると、市のホームページ等で紹介する他、協力店ポスター、チラシ、ステッカー等をお渡しします。

詳しくは、ごみ減量推進課へ。

食べものに、もったいないを、もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

（ごみ減量推進課　☎328-2365）

救急隊の感染予防

救急隊が救急活動を行う際に、新型コロナウイルス感染拡大を予防し、救急出場体制を確保するため、ゴーグルや防護服を着用することがあります。

※救急活動を受けている方が、必ずしも新型コロナウイル感染症の感染者というわけではありません。誤った情報に惑わされず、冷静な判断と行動をお願いします。

（消防局救急課　☎363-2360）

敬老の日に【火の用心】の贈り物

9月19日は「敬老の日」です。高齢者を住宅火災から守るために、「火の用心」の贈り物をしませんか？

住宅火災における死者の約7割が65歳以上の高齢者となっています。住宅火災で死者が発生する要因のうちの多くは、火災の発見が遅れたことによる「逃げ遅れ」によるものです。

住宅に設置されている「住宅用火災警報器」が正常に機能するよう、高齢者の代わりに点検をしてあげましょう。また、住宅用消火器の設置、防炎品の使用をお薦めしています。

大切なおじいちゃんやおばあちゃんが火災の被害に遭わないよう、敬老の日は、身近な防火対策を考える日にしてはいかがでしょうか？

■2022年度全国統一防火標語■
「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

（消防局予防課　☎363-0263）

都市計画変更に関する説明会

日 ①9月9日（金）午後7時～8時 ②9月10日（土）午後2時～3時 場 市庁舎4階モニター室 内 花畑交番建て替えに伴う都市計画公園（花畑公園）の変更に関する説明会 申 当日直接会場へ

詳しくは、市ホームページまたは市街地整備課へ。

（市街地整備課　☎328-2537）

災害後の住宅修理トラブルにご注意！

夏から秋にかけては台風や豪雨が発生しやすい季節です。自然災害の後には、災害に便乗した悪質商法等のトラブルが発生する傾向にあります。

【相談事例①】

台風で傷んだ屋根を見て「今直さないと大変なことになる」と不安をあおられて高額な修理工事を契約してしまった。

【相談事例②】

「公的機関の防災部署から委託されている。点検に伺いたい」と業者から電話があった。市に確認したところ、そのような事実はなかった。

【相談事例③】

「先月の台風で雨どいが壊れている」と言われ、保険金の申請サポートを契約したら、受け取った保険金の50％が取られることが分かった。

➡トラブル防止のポイント

・修理工事等の契約は周囲に相談するなど慎重に検討して、すぐに決めないようにしましょう。
・工事の内容や工期、価格を事業者によく確認し、複数の事業者から見積もりを取りましょう。
・不安をあおったり、契約を急かしたりする事業者には、特に注意しましょう。
・支払う前に、工事が契約どおり完了していることを必ず確認しましょう。

消費者トラブルで困ったら、一人で悩まず、迷わずご相談ください。

熊本市消費者センター
☎353-2500（相談用）
相談時間　月～金（祝日を除く）
午前9時～午後5時
（消費者センター　☎353-5757）

熊本市民スポーツフェスタ秋季大会2022

スポーツを通して感動や喜びを感じたり、体力の向上や地域の方との交流を深めるなど、本市の活性化を図ることを目的とする市民総参加型のスポーツイベントを開催します。

秋季大会は、11月にトランポリン体験教室、↗

10月1日から「駐車場附置義務条例の改正」と「小規模駐車場の届出に関する条例」が施行されます！（10月1日以降に工事に着手するものが対象です。）

本市では、まちなかの交通円滑化や土地の有効利用を促進するために、駐車場の適正配置に取り組んでいます。

①駐車場附置義務条例の改正

【対象】床面積2000m²超の建築物の新築等を行う場合

【改正のポイント】

- **附置義務台数を緩和**（現行の1/2の台数※）するとともに、**公共交通の利用促進措置**を行った場合には、**さらなる台数の緩和**。
  ※商業施設等：300m²/台⇒600m²/台
  共同住宅等：450m²/台⇒900m²/台
- 隔地距離を**200m⇒500mに緩和**。駐車場を建物敷地内から、**外縁部の立体駐車場等へ確保**。
- **障がい者等用駐車場**や**荷さばき駐車施設**の整備を**義務付け（商業施設等のみ）**。
  障がい者等用駐車場：1台以上の整備を義務付け
  荷さばき駐車施設：店舗等または事務所の床面積の合計が3000m²超で適用

②小規模駐車場の届出に関する条例

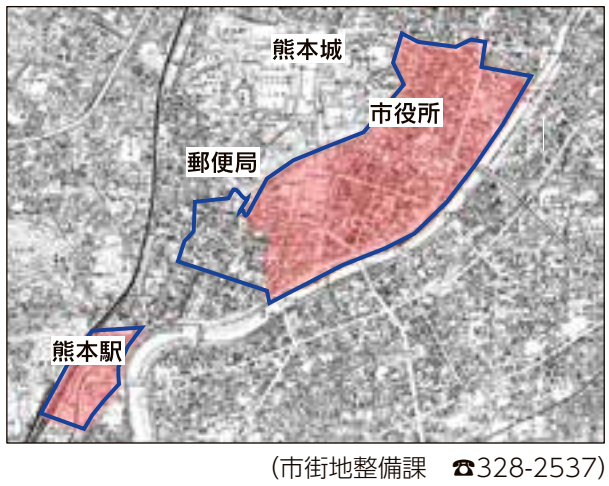
【対象】駐車マスの合計面積50m²以上のコインパーキング等を整備等する場合

【ポイント】

- **整備を行う30日前**までに、**市へ届出**をしていただく必要があります。
- 駐車場の出入口に関する基準との適合を確認し、指導等を実施します。

○台数緩和により土地や建物の有効利用が可能となり、にぎわいの創出につながります。
○障がい者等用駐車場の整備が促進され、車いす利用者の方もまちなかに来やすくなります。
○歩行者の安全性に配慮した駐車場整備が促進され、まちなかが歩きやすくなります。

■①駐車場附置義務条例（駐車場整備地区）
□②小規模駐車場届出条例（滞在快適性等向上区域）



（市街地整備課　☎328-2537）

体操体験教室、ジョギング教室の開催を予定しています。
詳しくは、市ホームページへ。
（スポーツ振興課　☎328-2724）

秋の水辺コンサート出演者募集　無料

内 10月23日（日）に水の科学館で開催するコンサートの出演者を募集します ※持ち時間は20分 対 市内に在住・在学・在勤・出身の個人または団体 ※プロ・アマ問いません 申 9月14日までに、直接または電話で水の科学館（☎346-1100 午前9時～午後5時）へ ※応募多数の場合は抽選
（水の科学館　☎346-1100）

「郷土の匠・達人・発見」展示作品募集

内 市民が制作した絵画・彫刻・工芸などの作品を募集します。作品は10月1日（土）～30日（日）まで水の科学館で展示 申 9月15日～30日までに、郵送（〒861-8064北区八景水谷1丁目11-1）または直接水の科学館（☎346-1100 午前9時～午後5時）へ
（水の科学館　☎346-1100）

「藍染の手ぬぐい」プレゼントモニター募集

内 くまもと工芸会館から熊本の藍染工房で染められた「熊本城」の和手ぬぐいを10人にプレゼント。当選者には同封の用紙に使用した感想と意見を書いていただきます。（県内在住の方に限ります） 申 9月10日（消印有効）までにはがきに住所、氏名、年齢、電話番号、工芸品名を書いて、〒861-4115南区川尻1丁目3-58くまもと工芸会館「プレゼントモニター係」へ
（くまもと工芸会館　☎358-5711）

第34回 熊本アートパレード出品作品募集 テーマ「20（にじゅう）」　無料

■出品受付
日 12月24日（土）～25日（日）午前10時～午後5時 場 現代美術館ギャラリーⅠ 内 審査員：日比野 克彦（現代美術館館長） 対 15歳以上（中学生を除く）の市内に住むか通勤・通学する方、本市出身者 申 現代美術館へ直接持参 ※要項等をよくご確認の上お申し込みください。
「第34回熊本市民美術展 熊本アートパレード」の会期は2023年1月7日（土）～22日（日）です。詳しくは、現代美術館ホームページへ。
（現代美術館　☎278-7500）

9月20日から26日は動物愛護週間

コロナ禍により、生活に癒やしを求めてペットを飼う人が増えていますが、その一方で飼育放棄やご近所トラブルが増えています。不幸な犬や猫を↗増やさないために、正しい飼い方を知り、ルールとマナーを守って飼いましょう。

犬を飼うときは
(1) 犬の登録と、年1回の狂犬病予防注射を受けましょう。
(2) 鑑札と注射済票と迷子札は、犬に装着しましょう。
(3) 必ずつないで飼いましょう。散歩中もリードをつけ、公園などで放さないでください。
(4) 散歩時のふんは持ち帰りましょう。

猫を飼うときは
(1) 完全屋内飼育をしましょう。
(2) 不妊去勢手術をしましょう。
(3) 猫にも迷子札をつけましょう。
ペットを飼う際は、最後まで面倒を見る覚悟で飼いましょう。
（市動物愛護センター　☎380-2153）

犬と猫の休日譲渡（完全予約制）

日 9月24日（土）犬の譲渡：午前9時半～正午、猫の譲渡：午前10時～正午 場 市動物愛護センター 内 市動物愛護センターに収容している犬猫の譲渡、犬の譲渡が決定した方のみ譲渡前講習（受講済の方は不要） 対 平日来所が困難な方 定 各4組（先着順） 費 犬の譲渡には、登録手数料と狂犬病予防注射料金（計6,200円）が必要 申 9月5日から電話で市動物愛護センターへ
※譲渡希望の犬猫や譲渡条件等について、申込時に確認します。譲渡条件について詳しくは、市ホームページへ。
（市動物愛護センター　☎380-2153）

しごと・経済

「熊本元気塾」の聴講生募集　無料

日 9月13日（火）午後6時～8時 場 流通情報会館1階展示場 題 「今その病気見逃していませんか？～コロナ禍だからこそ気をつけたい様々な病～」 師 満崎 克彦さん（済生会熊本病院予防医療センター長） 定 270人（先着順） 申 9月12日までに電話またはホームページで流通情報会館（☎377-2091）へ
※「熊本元気塾」の会員も随時募集中です。
（商業金融課　☎328-2424）

情報会館セミナー（サテライト・ゼミ）受講生募集

日 10月18日（火）、11月15日（火）、16日（水）午前9時～午後5時 場 流通情報会館研修室 題 若手リーダー能力向上研修（中小企業大学校 人吉校主催） 師 佐々木 茂さん（株式会社ジャンクション代表取締役） 対 新任管理者／管理者候補（係長・主任） 定 15人（先着順） 費 29,000円（税込） 申 9月5日から電話で流通情報会館（☎377-2091）へ
（商業金融課　☎328-2424）

福祉分野の無料職業紹介（福祉のお仕事出張相談会）

期 場 ①9月8日（木）：イオンモール熊本1階インフォメーション裏（上益城郡嘉島町）②20日（火）：ゆめタウン光の森2階THE SHOP TK前（菊池郡菊陽町）③30日（金）：ゆめタウンはません2階アカチャンホンポ前（南区） 時 午前10時半～午後1時 内 保育士、介護職、支援員の仕事についての相談 申 熊本県福祉人材・研修センター（☎322-8077）へ（要予約）
（保育幼稚園課　☎328-2568）

講演会・相談会

世界アルツハイマーデー記念講演会　無料

日 10月8日（土）午後1時半～4時 場 くまもと県民交流館パレア（中央区手取本町8-9）ホール
【第1部】 題 講演「認知症の母を介護して」 師 松浦 晋也さん（「母さん、ごめん。50代独身男の介護奮闘記」著者）
【第2部】 題 シンポジウム「認知症の人を支えるそれぞれの立場から、思うこと」
定 100人（先着順） 申 9月5日～20日までに電話で熊本県認知症コールセンター事務局（☎223-5164）へ
（高齢福祉課　☎328-2963）

マンション管理相談会開催　無料

日 9月14日（水）午後1時半～4時半 場 市庁舎9階会議室 師 （一社）熊本県マンション管理士会 持 管理規約 申 原則開催日の前日午後4時までに電話で（一社）熊本県マンション管理士会事務局（☎343-0095）へ ※申込受付時間は午前9時～午後5時（土日祝を除く）。
（住宅政策課マンション管理支援班　☎328-2989）

新築やリフォーム等の住まいづくりに関する無料相談会を開催します！　無料

日 9月24日（土）午後1時～4時 場 熊本県建築士会館7階会議室（中央区神水1丁目3-7） 師 熊本県建築士会女性部会 申 電話で熊本県建築士会事務局（☎383-3200 平日午前9時～午後4時）へ
（住宅政策課住宅政策班　☎328-2438）

消費者講演会　無料

日 10月22日（土）午前10時～11時半 場 市民会館シアーズホーム夢ホール大会議室 題 「SDGsってなあに？～わたしたちにできること『エシカル消費』について～」 師 消費者庁職員 対 市内に住むか通勤・通学する方 定 100人（先着順） 申 9月9日～10月7日までに電話またはホームページ（higomaru-call.jp）でひごまるコール（☎334-1500）へ
（市消費者センター　☎353-5757）

子育て・教育

子育てサポーター募集

子育て中の保護者に代わって、子どもの預かりや送迎など一時的なサポートをする協力会員（有償ボランティア）を募集しています。活動前には26時間の講習受講が必要です。

■第2回協力会員講習会（年度内4回開催）
期 9月2日（金）～14日（水）の間の7日間。日程は、電話またはホームページ（famisapo-kumamoto.info）へ。※途中参加も可、要予約。
場 男女共同参画センターはあもにい 対 市内に住む70歳までの健康な方 費 テキスト代1,000円 申 電話でファミリー・サポート・センター〈熊本〉（☎345-3011）へ
【活動内容】生後3か月～小学6年までの子どもの預かり、送迎など【報酬】1時間600円～

毎月開催！ お仕事探し中の方と求人企業との出会いの場　簡単・気軽に　入退場自由・顔出し不要

くまもと都市圏オンライン合同就職説明会　無料

本市を含む連携中枢都市圏のオンライン合同就職説明会を開催します。お仕事探し中の方で興味のある方はどなたでも、幅広く参加できます。
県外にお住まいのご家族、お知り合いにもぜひお知らせください。

対象　・現在お仕事探し中の方
・2023年3月に大学・短大・高専・専門学校を卒業予定の学生
・2024年以降の卒業予定者や企業研究中の学生も見学参加OK

日程　第9回（20～30社）9月8日（木）～10日（土）
前半／全業種対象
後半／子どもの成長とともに働ける仕事
（働き方改革・子育て世代応援、保育・教育の仕事など）
第10回（20～30社）9月29日（木）～30日（金）
全業種対象
市庁舎8階会議室にて上映会開催予定!!
（事前申込不要）

視聴する際は事前申し込みが必要です。
詳しくは、特設ホームページ（https://kumamoto-online.jp）へ。

就職説明会は毎月1～2回定期開催。「市政だより」でお知らせします。

※熊本連携中枢都市圏対象エリア
熊本市、山鹿市、菊池市、宇土市、宇城市、阿蘇市、合志市、美里町、大津町、菊陽町、高森町、西原村、南阿蘇村、御船町、嘉島町、益城町、甲佐町、山都町
（しごとづくり推進室　☎328-2377）

パブリックコメント

皆さんの意見を募集します。

健軍川、藻器堀川・保田窪放水路の河川整備計画（素案）

内容　河川の洪水被害の防止、適正な維持管理、環境保全について目標や方針を定める計画の素案
提出先　9月15日～10月17日までに持参、郵送、ファクス（352-8186）、またはメール（kasen@city.kumamoto.lg.jp）で〒860-8601 河川課（☎328-2571）へ
閲覧場所　河川課、区役所、市ホームページなど

家庭ごみの排出量 1人1日あたり　2022年度（4～6月） 457g（前月比 −13g／目標 403g）
（廃棄物計画課　☎328-2359）

生活用の水使用量 1人1日あたり　2022年度7月 232L（前月比 −1L／目標 210L）
（水保全課　☎328-2436）

日＝日時　期＝期日、期間　時＝時間　場＝場所　内＝内容　題＝演題　師＝講師　出＝出演　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持参物　申＝申込　問＝問い合わせ先

教育委員会会議の傍聴者募集

日9月22日(木)午後2時～ 場SPring熊本花畑町7階 定10人 申当日午後1時半～1時45分に直接会場へ ※審議内容は市ホームページに掲載。YouTubeにてライブ配信を行います。
(教育政策課 ☎328-2704)

ふくし・けんこう

新型コロナウイルス感染症の影響による国民健康保険料の減免についてのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入が減少した世帯に対し、国民健康保険料の減免制度があります。

事業収入等に一定以上の減少が見込まれ、次の①～③すべてに該当する世帯が対象です。

①令和4年中の事業収入等のいずれかが、令和3年中に比べて10分の3以上減少する見込みであること
②主たる生計維持者の前年の合計所得金額が1,000万円以下であること
③主たる生計維持者の減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

減免には申請が必要です。詳しくは、市ホームページへ。
(国保年金課 ☎328-2290)

10月1日から使用する「後期高齢者医療被保険者証」を発送します

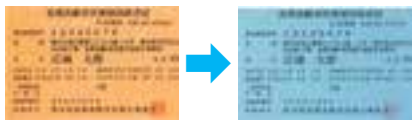
「10月1日」から窓口負担割合2割が新設されることに伴い、今年度は「後期高齢者医療被保険者証」を2回発送します。

7月に発送した、現在お持ちのオレンジ色の「後期高齢者医療被保険者証」の有効期限は「9月30日」までです。

「10月1日」から使用できる薄青色の「後期高齢者医療被保険者証」は、9月中旬に簡易書留にて発送します。

「10月1日」になりましたら、現在お持ちのオレンジ色の「後期高齢者医療被保険者証」はご自身で処分をお願いします。

【9月30日まで】 【10月1日から】



(国保年金課 ☎328-2290)

年金相談の予約制をご利用ください

熊本西年金事務所では、年金の受け取り等の相談を事前予約で行っています。待ち時間が少なくスムーズに相談できる予約相談をぜひご利用ください。

【相談実施時間】月～金:午前8時半～午後5時15分(週最初の営業日のみ午後7時まで)／第2土曜:午前9時半～午後4時 ※12月29日～翌年1月3日を除く

申相談希望日1か月前から「予約受付専用電話」(☎ 0570-05-4890)へ ↗

※予約時には基礎年金番号、相談者および配偶者氏名、電話番号、相談内容などを確認します。
(国保年金課 ☎328-2280)

9月集団健診

特定健診または後期高齢者健診と、胃がん検診が同時に受診できます。

期日	場所	申込
9月10日(土)	JA熊本市南部支店	JA熊本厚生連 ☎328-1260

受診券がない方はひごまるコール健診専用(☎334-1507)へ。
(国保年金課 ☎328-2280)

「おでかけICカード」は本人のみが利用できます

おでかけICカードは、本市の高齢者および障がい者の社会参加促進を目的に交付しており、制度の対象である本人のみが利用できます。

亡くなった方や市外へ転出された方、障がい者でおでかけICカードの対象外となられた方のカードは利用できなくなりますので、交通事業者(交通局を除く)の窓口でカードの解約をしてください。
(高齢福祉課 ☎328-2963、
障がい保健福祉課 ☎328-2519)

遅らせないで！ 子どもの定期予防接種

■子どもの予防接種のタイミング

・感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。
・予防接種を遅らせると、免疫が付くのが遅れ、重い感染症にかかる危険性が高まります。
・予防接種のタイミングは、市ホームページへ。

■医療機関の新型コロナウイルス感染症感染防止対策 ↗

・接種を行う時間や場所に配慮し、換気や消毒を行っています。
・一般の受診患者と別の時間や場所で受けられる医療機関もあります。

子どもの予防接種は、決して「不要不急」ではありません。予防接種は、遅らせずに、予定どおり受けましょう。
(感染症対策課 ☎364-3189)

9月24日～30日は結核予防週間です

■結核ってどんな病気？

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。

■結核の症状は？

長引く咳や、痰(たん)がでる、微熱が続くなどですが、明らかな症状がないこともあります。症状が続くときには、早めに医療機関を受診しましょう。

■結核から身を守るには？

【日頃からの心がけが大切】

「バランスのとれた食事」「睡眠」「適度な運動」を心がけ、免疫力を落とさないようにしましょう。

【年に1回は胸部X線検査を】

早期発見し治療をすれば、症状も軽く、他人へ感染させる機会も減ります。定期的に健康診断を受け、胸部X線検査で結核の兆候がないか確認しましょう。

【胸部検診のご案内】 無料

日9月26日(月)、27日(火)各午後1時半～3時半 場感染症対策課 対市内に住む65歳未満で職場検診等で胸部X線検査を受ける機会がない方 定1日35人(要予約) 申9月5日から電話で感染症対策課(☎364-3189)へ
詳しくは、市ホームページへ。

※着脱しやすい服装(金具やボタンのない無地のTシャツ)でお越しください。妊娠およびその可能性のある方は、検査を受けることができません。
(感染症対策課 ☎364-3189)

令和5年度 熊本市立幼稚園 園児募集

対象 3歳児(平成31年4月2日～令和2年4月1日生)
4歳児(平成30年4月2日～平成31年4月1日生)
5歳児(平成29年4月2日～平成30年4月1日生)

幼稚園は、校区制ではありません。いずれの幼稚園にも申し込み可能です。

◆願書配布・受付期間・問い合わせ

配布 9月1日(木)～10月17日(月)
受付 10月3日(月)～17日(月)
☆各園、開園日のみ(申込多数の場合は、抽選)
受付期間を過ぎた場合は、ご相談ください。

園名	所在地	電話番号
碩台幼稚園	中央区南千反畑町15-23	☎352-0511
一新幼稚園	中央区新町1丁目10-38	☎322-9525
向山幼稚園	中央区本山4丁目5－2	☎356-8803
川尻幼稚園	南区川尻4丁目1-70	☎357-4634
楠幼稚園	北区楠3丁目6-1	☎338-8230
隈庄幼稚園	南区城南町宮地1009番地	☎0964-28-2143

★通級指導教室「ことばの教室」「あゆみの教室」もあります。

通級児募集期間は、11月15日(火)～30日(水)です。
詳しくは、市政だより11月号でお知らせ予定です。
令和5年「ことばの教室」設置園 碩台・一新・向山・川尻・楠幼稚園
令和5年「あゆみの教室」設置園 川尻・一新幼稚園
詳しくは、各幼稚園または市立幼稚園ホームページへ。
私立幼稚園に関しては、熊本市私立幼稚園・認定こども園協会(☎372-5588)へ。
(教育委員会指導課 ☎328-2721)

令和5年4月から「キャリア創造学科」を開設します

総合ビジネス専門学校では、3つのコースを1つの学科に統合し、さまざまなカリキュラムを横断的に学習する「キャリア創造学科」を開設します。

自分に必要な知識や技術を学ぶ、「キャリア創造学科」第1期生として学んでみませんか？

入試の形態

市立高校推薦・指定校推薦・公募推薦(校長推薦と学生推薦)
一般入試(高校生等と社会人)

試験日 第1回目 10月8日(土)
※試験は7回実施する予定ですが、募集定員を満たし次第終了します。

出願受付期間 第1回目 10月1日(土)～5日(水)
※出願に伴う提出書類は入試の形態によって異なります。募集要項でご確認ください。

詳しくは、学校ホームページへ。

ホームページ
Instagram

(総合ビジネス専門学校 ☎352-1768)

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

広告

屋根・壁塗装
雨漏り・白アリ調査など

壁のヒビ割が気になる方
瓦の劣化が気になる方
どこに頼むかお悩みの方
相見積を取りたい方

建物を長く保持する上で、まずは建物の状況を知る事が重要です。瓦や壁のヒビやズレを放置する事で、雨漏りやシロアリ侵入等の原因となり、大掛かりな工事が必要になる事もあります。早期に対策する事で、工事も低コストでの対応が可能となり安心です。的確な診断・工事のご提案は、経験豊富な協会の職員にお任せください。

9月13棟限定 無料見積を行っております。
※有効期限/9月末迄
お気軽にお立ち寄り下さい 駐車場完備

司法書士による建物無料相談 相続、名義変更、施工トラブル等 5名までとさせて頂きます。

HPはこちら

一般社団法人
熊本県建物環境改善協会
〒862-0954 熊本市中央区神水1-8-8 フォレストビル5F
FAX.096-273-8351

お気軽にお問合せください
0120-223-279
受付:月～金曜日(9:00～17:00)

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

糖尿病教室のお知らせ　無料

日10月11日(火)午後1時～2時半(1、8月を除く毎月第2火曜日予定) 場市民病院3階メインホール「もくせい」 内糖尿病の合併症－総論 師櫨川(はぜがわ) 岩穂(いわお)(代謝内科部長)ほか 申当日直接会場へ ※要マスク着用 問市民病院栄養管理室へ
(市民病院栄養管理室　☎365-1711)

発達障がいに関する出張相談　無料

日北区:9月15日(木)午前10時～午後1時、東区:10月6日(木)午前9時～正午 場区役所 対発達障がいでお悩みの小学生以上の方またはその家族 申電話またはホームページ(http://www.kumamoto-minawa.com/)で発達障がい者支援センター「みなわ」(☎366-1919)へ
　詳しくは、発達障がい者支援センター「みなわ」へ。
(子ども発達支援センター　☎366-8240)

依存についてお困りではありませんか

内アルコールや薬物・ギャンブルなどの依存に伴う問題への相談窓口
①医師・依存症相談員による相談(月5回)
　対依存症に悩む本人、家族
②依存症家族教室
　日9月6日(火)午後6時半～8時半、9月20日(火)午後1時半～3時半 内学習会「家族の対応」 対依存症に悩む家族 師熊本ダルク(9月6日のみ)
③依存症当事者グループミーティング
　期月2回 ※日程はお問い合わせください。 対依存症に悩む本人
【共通】場ウェルパルくまもと 申①③は初めての方は要電話 問こころの健康センター(平日午前9時～午後4時)へ
(こころの健康センター　☎362-8100)

ひきこもりについてお悩みではありませんか

①ひきこもり家族教室
　日9月12日(月)午後1時半～3時半 場ウェルパルくまもと 題アサーション・トレーニング 師ひきこもり支援センター職員 対ひきこもりのことでお悩みのご家族 申初めての方は事前面談の予約が必要
②ひきこもり出張型支援
　期東区:9月7日(水)、南区:14日(水)、西区:21日(水)、北区:28日(水) 場区役所 対ひきこもりのことでお悩みの本人または家族 申初めての方は要予約
　詳しくは、電話(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)またはホームページ(http://www.kumamoto-link.com/)でひきこもり支援センター「りんく」へ。↗
(ひきこもり支援センター「りんく」　☎366-2220)

くらしとこころの悩みの相談会　無料

日9月16日(金)午後1時半～7時半 場ウェルパルくまもと3階 内精神科医師・弁護士・臨床心理士・生活自立支援センター・ハローワーク相談員による相談 対市内に住む方 定30人(先着順・初めての方優先) 申9月2日から電話でこころの健康センター(平日午前9時～午後4時)へ
(こころの健康センター　☎362-8100)

精神保健家族教室

日9月24日(土)午後1時半～ 場西部公民館2階A会議室 題「当事者の視点から～当事者・家族・支援者との協働について考える」 師山田 裕一さん、須藤 雫さん(熊本県発達障害当事者会リルビット) 対市内に住む精神障がいのある方と家族(入院患者の家族も可) 定30人(先着順) 申当日直接会場へ
(精神保健福祉室　☎361-2293)

陽だま里(り)カフェ～子どものための「里親」になりませんか～　無料

日9月22日(木)午前10時～正午 場熊本新港フェリーターミナル内↗BAYSIDE港カフェ(西区新港1丁目1) 内里親制度説明会、座談会 対市内に住む方 定8人(先着順) 申9月15日までに熊本市フォスタリング機関アグリ(☎227-6892)へ
(児童相談所　☎366-8181)

オストメイト医療相談会開催　無料

日9月24日(土)午後1時半～3時半 場国立病院機構 熊本南病院(宇城市松橋町豊福2338) 内ストーマケアなどについての相談会 対オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)の方およびご家族の方 定20人(先着順) 申9月5日から(公社)日本オストミー協会熊本県支部事務局(☎206-3330)へ
(障がい保健福祉課　☎328-2519)

希望荘パソコン講座(下半期)講座生募集

日10月～来年3月までの第2・4木曜日 午後1時～3時 場障がい者福祉センター希望荘(中央区大江5丁目1-15) 対市内に住む障がいのある方 ※同伴者の参加は要相談 定6人(抽選) 費1枚20円～40円(資料印刷代) 申9月16日までに希望荘窓口へ(電話申し込み原則不可) ※申込用紙は窓口で配布。ホームページ(https://↗kibousou.com/)からもダウンロード可能。 問障がい者福祉センター希望荘(☎371-5533、ファクス364-5309)
(障がい保健福祉課　☎328-2519)

希望荘作品展2022受賞作品の展示

期9月5日(月)～12日(月) 内希望荘作品展2022において個人の部最優秀賞と優秀賞作品の展示 場市庁舎1階ロビー 問障がい者福祉センター希望荘(☎371-5533、ファクス364-5309、ホームページ https://kibousou.com/)へ
(障がい保健福祉課　☎328-2519)

富合地区 集団健診の申し込みを9月21日から開始。申し込みはひごまるコールへ！

●健診日程　12月3日(土)、4日(日)、10日(土)
●場所　富合雁回館(南区役所横)
●申込期間　9月21日(水)～10月28日(金)まで
●申込先　電話でひごまるコール健診専用(☎334-1507)またはホームページ(higomaru-call.jp)へ

健診(検診)項目		対象者(令和5年3月31日時点の年齢)	自己負担金
特定健診※1		熊本市国保加入の40～74歳の方※2	1,000円※3
後期高齢者健診※1		後期高齢者医療保険に加入の方	800円
がん検診※4	肺がん検診	40歳以上の方	40～64歳:300円 65歳以上:200円
	喀痰細胞診	肺がん検診の問診(喫煙歴)により必要と認められた方	500円
	胃がん検診(胃部X線検査)※5	40歳以上の方	1,000円
	大腸がん検診	40歳以上の方	300円
	乳がん検診	40歳以上の偶数年齢の女性の方	40歳代1,500円 50歳以上1,100円
	子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性の方	1,000円
その他※6	腹部超音波検診	19歳以上の方	3,630円
	前立腺がん検診	40歳以上の男性の方	1,760円
	骨粗鬆症検診	19歳以上の方	1,980円

※受けたい健診を選び、保険証を準備の上、電話してください。
※健診日程および会場が変更になる場合がありますので、後日健診機関より送付する問診票をご確認ください。
※1　生活保護受給世帯の方の特定健診については、別途、保護管理援護課から6月に案内を送付していますので、個別に医療機関での受診をお願いします。(がん検診はお申し込みできます)
※2　国保以外の保険の被扶養者の方も受診できます(一部を除く)。ご加入の医療保険者へお問い合わせください。
※3　令和3年度市民税非課税国保世帯の方は無料。年度途中加入者は除く。(非課税証明書は不要)
※4　がん検診については、70歳以上の方(令和5年3月31日時点)は自己負担金が免除になります。生年月日を確認できる証明書(健康保険証等)を持参ください。
また、生活保護および市民税非課税世帯の方は、一定の証明書を提示することにより、自己負担金が免除になります。詳しくは、申し込み時にお問い合わせください。
※5　50歳以上の偶数年齢の方(令和5年3月31日時点)は、年度内に胃部X線検査または胃内視鏡検査(指定医療機関にて自己負担金3,000円)のいずれか一方のみ受診できます。
※6　健診機関が独自で実施する検診です。

詳しくは、がん検診は健康づくり推進課(☎361-2145)へ。
国保特定健診、後期高齢者健診は国保年金課(☎328-2280)へ。

24時間便利で簡単！
WEB申し込みがおすすめ

日＝日時　期＝期日、期間　時＝時間　場＝場所　内＝内容　題＝演題　師＝講師　出＝出演　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持参物　申＝申込　問＝問い合わせ先

広告
長寿を祝う 大切な日の思い出に 祝い膳でおもてなし
ご予約承り中！
販売期間:2022年10月31日まで
二段になった豪華なお弁当。お祝いの席にもどうぞ。
秋-1 ちよのいわいぜん 千代の祝膳 15.3cm×2段 1,600円(税込)
色とりどりの鮮やかなお弁当。見て楽しい、食べて美味しい。
秋-2 ふくじゅおり 福寿折り 25.5cm×16cm 1,300円(税込)
お祝いの席をさらに彩るもうひとつのおもてなし
No.200150 笑福堂 紅白大福 2個入 270円(税込)
秋-3 祝赤飯弁当 26.7cm×17.5cm 1,080円(税込)
秋-4 祝・くらしき(紅白) 24cm×24cm 1,080円(税込)
秋-5 祝松花堂 はるか 24cm×24cm 864円(税込)
秋-6 祝助六幕の内(赤飯) 26.8cm×18.2cm 594円(税込)
特典1 ここに掲載されている商品をご注文のお客さまには紅白大福を248円(税込)でご提供させていただきます。
特典2 特製寿かけ紙をサービスさせていただきます。
税込5,400円以上お買上げで 熊本市内 配達無料 または 店頭受取のお客さま 緑茶(2ℓ)2本進呈
●他にもたくさんのお弁当、祝い弁当をご用意しております。お気軽にお問い合わせください。
株式会社ヒライ　〒860-0047 熊本市西区春日7丁目26-70
ご予約・問い合わせ 通話料無料 0120-01-0234 8:00～18:00
※ご注文はお早めにお願いいたします。
※表示価格はすべて税込
おべんとうのヒライ 検索
くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

胸部(肺がん・結核)検診車の巡回日程(令和４年９月)

●お住まいの校区以外の会場でも受診できます。ただし、複数の検診機関で実施していますので、異なる検診会場で受診すると前年との比較ができない場合があります。

校区	期　日	時　間	場　所
高　橋	9月1日(木)	午前11時～11時半	高橋小学校 正門
松尾東	9月1日(木)	午後1時～1時半	一の口老人憩の家
松尾北	9月1日(木)	午後2時～2時半	年の神広場
松尾西	9月1日(木)	午後3時～3時半	松尾西公民館
小　島	9月2日(金)	午前11時～11時半	小島地域コミュニティセンター(小島公園)
白　坪	9月1日(木)	午前9時～9時半	白坪小学校 正門
		午前10時～10時半	蓮台寺公民館
	7日(水)	午後1時半～2時半	花陵中学校 正門
中　島	9月2日(金)	午前9時～9時半	方近公民館
		午前10時～10時半	甲北公民館
池　上	9月2日(金)	午後1時～2時	池上小学校 正門
		午後2時半～3時	市営上高橋団地集会所
西　里	9月5日(月)	午前9時半～11時半	フードパル熊本(食品交流会館前)
		午後1時～3時	
日　吉	9月6日(火)	午前9時～10時	日吉小学校 正門
力　合	9月6日(火)	午前10時半～11時半	力合中学校 正門
		午後1時～1時半	合志町公民館
北部東	9月6日(火)	午前9時半～11時半	HIヒロセスーパーコンボ飛田店 裏駐車場(セブンイレブン横)
		午後1時～3時	
隈　庄	9月6日(火)	午前10時半～11時	火の君文化センター
	7日(水)		
	8日(木)		
	9日(金)		
御　幸	9月6日(火)	午後2時～3時	マックスバリュ御幸笛田店 駐車場
	29日(木)	午前11時～11時半	幸田まちづくりセンター
城　山	9月7日(水)	午前9時15分～10時15分	城山地域コミュニティセンター
日吉東	9月7日(水)	午前11時～11時半	日吉東小学校 正門
弓　削	9月7日(水)	午前9時半～11時半	白川台団地(荒瀬公園)
		午後1時半～3時	弓削小学校 正門
楠	9月12日(月)	午前9時半～11時半	ゆめマート龍田 駐車場
		午後1時～3時	
	13日(火)	午前9時半～11時半	楠北公園(楠小学校前)
		午後1時～3時	
	14日(水)	午前9時半～11時半	鶴屋フーディワン楠店 駐車場
		午後1時～3時	
武　蔵	9月20日(火)	午前9時半～11時半	武蔵中学校 正門
		午後1時半～3時	武蔵小学校 正門
	21日(水)	午前9時半～11時半	ゆめマート武蔵ヶ丘 駐車場
		午後1時～3時	
城　南	9月22日(木)	午前9時半～10時	城南小学校 体育館前
川　尻	9月22日(木)	午前10時半～11時半	城南中学校 東門
		午後1時～1時半	河尻神宮駐車場
		午後2時～2時半	川尻小学校 正門
龍　田	9月26日(月)	午前9時半～11時半	武蔵塚公園 第1駐車場(武蔵茶屋 本店駐車場)
		午後1時～3時	
	27日(火)	午前9時半～11時半	龍田小学校 正門前
龍田西	9月27日(火)	午後1時半～3時	龍田西小学校 運動場側
楡　木	9月28日(水)	午前9時半～11時半	楡木小学校 体育館前
		午後1時～3時	
田迎西	9月28日(水)	午後2時半～3時	田迎二丁目公園(田迎神社前)
田　迎	9月28日(水)	午前10時半～11時	託麻中学校 正門
		午前11時半～正午	田迎小学校 正門
力合西	9月28日(水)	午後1時半～2時	市営住宅薄場団地集会所
田迎南	9月28日(水)	午前9時～10時	浜線健康パーク(田迎公園運動施設)駐車場
画　図	9月29日(木)	午後1時～1時半	県営江津団地第2集会所
		午後2時～2時半	RKKルーデンステニスクラブ第2駐車場
託麻南	9月30日(金)	午前9時半～11時半	託麻まちづくりセンター(北側駐車場)

胃がん検診車(胃部Ｘ線検査)の巡回日程(令和４年９月)

●お住まいの地域以外の会場でも受診できますが、駐車場の確保はしていませんのでご了承ください。

校区	期　日	時　間	場　所
託麻原	9月1日(木)	午前9時～10時半	託麻原小学校 体育館前
大　江	9月2日(金)	午前8時半～10時半	大江交流室前広場
	8日(木)	午前9時～10時半	白川中学校 体育館前
帯山西	9月5日(月)	午前9時～10時半	帯山西小学校 第二運動場
隈　庄	9月6日(火)	午前10時半～11時	健康センター城南分室(火の君文化センター内)
	7日(水)		
	8日(木)		
	9日(金)		
白　川	9月9日(金)	午前9時～10時半	ウェルパルくまもと
白　山	9月12日(月)	午前9時～10時半	白山小学校 体育館側
西　原	9月13日(火)	午前9時～10時半	東海大学付属熊本星翔高校 体育館前
白　坪	9月13日(火)	午前9時～10時半	白坪小学校 正門
松尾北	9月14日(水)	午前9時～10時半	年の神広場
高　橋	9月15日(木)	午前9時～10時半	高橋小学校 正門
城　山	9月16日(金)	午前8時半～10時半	城山地域コミュニティセンター
池　上	9月20日(火)	午前9時～10時半	池上小学校 正門
松尾西	9月21日(水)	午前9時～10時半	松尾西地域コミュニティセンター
出水南	9月24日(土)	午前8時半～10時半	湧心館高等学校 駐車場
	27日(火)	午前9時～10時半	長溝団地公民館前
出　水	9月26日(月)	午前9時～10時半	出水小学校 正門側
中　島	9月26日(月)	午前8時半～10時半	ゆたか学園駐車場
小　島	9月27日(火)	午前8時半～10時半	小島地域コミュニティセンター
日　吉	10月3日(月)	午前9時～10時半	日吉小学校 正門
日吉東	10月4日(火)	午前9時～10時半	日吉東小学校 正門
春　竹	10月4日(火)	午前9時～10時半	春竹小学校 体育館前
向　山	10月5日(水)	午前9時～10時半	向山小学校 運動場
力　合	10月5日(水)	午前9時～10時半	力合中学校 正門

対象　市内に住所があり、昭和58年3月31日以前に生まれた方

費用　胸部検診…令和5年3月31日時点の年齢で、胸部検診は40～64歳までは300円、65歳以上は200円。ただし問診(喫煙歴)の結果、肺がん喀痰(かくたん)検査を実施した場合別途500円。

胃がん検診(胃部Ｘ線検査)…1,000円

※生活保護受給世帯の方は【生活保護適用証明書】(令和4年度発行分)または【令和4年度生活保護緊急時医療依頼証】を、市民税非課税世帯の方は【市県民税(所得・課税)証明書 世帯分】(最新年度分)または【介護保険料決定通知書】(最新年度分)を提示すれば無料。なお、市県民税証明書の取得は有料。

介護保険料決定通知書が利用できるのは65～69歳の方。

※【市県民税(所得・課税)証明書 世帯分】は、個人番号カードを利用した証明書コンビニ交付サービスでは取得できませんのでご注意ください。

※70歳以上の方は無料です。生年月日が確認できる身分証明書を提示してください。

持参物　身分証明書(保険証など、住所、氏名、生年月日がわかるもの)、検診費用

申込　当日直接会場へ

●胃がん検診を受診する方は、受診前日午後10時以降は、飲食を一切しないでください。

●胃がん検診は、現在、胃腸の病気で治療中の方は受診できません。糖尿病などで治療中の方は、主治医へご相談ください。

●次の方は胃がん検診をお断りする場合があります。
・ひどい便秘の方
・バリウムを誤えん(気管支や肺に入ってしまう)してしまう可能性のある方
・自力で立位を保持することや体位変換(体を動かすこと)が困難な方

●胸部・胃がん検診は、妊娠中または妊娠している可能性のある方は受診できません。また、授乳中の方で胃がん検診を希望する方は、事前にご相談ください。

●検診当日の服装については、下着、シャツなどはボタン・金具・プリント・刺しゅうのついたものは避け、無地のものを着用してください。
(検診バス内の着替え場所が狭いため、簡単に着脱できる服装でお越しください。)

●大腸がん検診(便潜血検査)も行っています。当日胸部検診会場へお越しください。

●胸部・胃がん(胃部Ｘ線検査)・大腸がん検診または胃がん(胃部Ｘ線検査)・大腸がん検診をセットで受診できるセット検診を一部検診機関で実施しています。

●肺がん(結核)検診の対象者は、40歳以上の市民です。特に結核については、65歳以上の方は法令上の受診対象者です。

○市では、他のがん検診も実施しています。詳しくは「熊本市 がん検診」で検索、またはQRコードを読み取ってご覧ください。
詳しくは、ひごまるコール(☎334-1500)へ。

(健康づくり推進課　☎361-2145・感染症対策課　☎364-3189)

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

広告

熊本市民・熊本市内事業者様へ　重要告知　不動産即金買取窓口開設。予算最大3億円、現金化期間最短72時間

不動産即金買取 無料見積もり及び電話相談

●期間 8/29(月)～9/30(金)
●受付時間:9時～19時
●相談方法:電話相談 (相談ダイヤルへお電話下さい)
●買取対象:熊本市内の不動産

※不動産の所在地や状況等によっては買取対象外となる場合もございます。詳しくは相談員までお問い合わせ下さい。
※買取予算を費消した場合は、不動産買取のお申込みを一時中断させて頂く場合がございます。

一般社団法人 熊本県宅地建物取引業協会正会員
熊本県知事免許(2)第4934号 株式会社すいぜんじ公園前不動産
熊本市中央区水前寺公園7-51 電話:096-213-2103
メール:info@skm-f.com

昨年4月以降では、下記のような理由での不動産買取相談が増加中。あなたは如何ですか？

ケース1　ご実家を相続されたものの、ご利用の予定が無い為。
ケース2　離婚による財産分与で、ご自宅の早期売却が必要となった為。
ケース3　新型コロナウイルスの影響により、早々に現金が必要となった為。

株式会社すいぜんじ公園前不動産(代表取締役 岡本邦宏)では、熊本市民・熊本市内事業者様を対象とした不動産即金買取窓口を開設している。
そもそも、相続財産の早期処分や、離婚に伴う財産分与の為、不動産買取制度を利用する方は増加中だった。更にここへ来て、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、不動産の早期現金化を希望される方も増え、電話での不動産即金買取相談に応じるべく広く告知を行っている(本告知もその一環)。
不動産買取に際しては予算は最大3億円、現金化期間最短72時間で対応中。相談無料・買取見積もり無料・秘密厳守で相談に応じる。買取予算を費消した場合は不動産買取のお申込みを一時中断する可能性あり。
条件が整えば、株式会社すいぜんじ公園前不動産が買主として直接買い取るため、売却時に不動産仲介手数料が不要な点も重要。「早期に不動産を現金化したい」、「面倒な手続きを省略して不動産を処分したい」、「出来る限り高値で不動産を買いとってほしい」、そんな熊本市民・熊本市内事業者様は今すぐご連絡を。

熊本市 不動産即金買取 相談ダイヤル　秘密厳守
●受付時間:9時～19時　●相談無料・見積もり無料
0120-322-021

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

EVENT Information 催しのごあんない

開催中～9/19(祝)
開館20周年記念「不思議の森に棲む服 ひびのこづえ×KUMAMOTO展」

ROOTの衣装で踊るアオイヤマダ 2021 photo上原勇

時午前10時～午後8時(入場は午後7時半まで) 場ギャラリーⅠ・Ⅱ 費一般1,300円、シニア(65歳以上)1,000円、学生(高校生以上)800円 ※中学生以下・各種障害者手帳をご提示の方と付き添いの方1人無料 ※火曜日休館

(現代美術館 ☎278-7500)

9/9(金)～11(日) 無料
月あかりコンサート

時午後6時半～7時15分 場くまもと工芸会館 内9日(金)フルート・ピアノデュオ、10日(土)ギター演奏、11日(日)ヴァイオリン演奏

(くまもと工芸会館 ☎358-5711)

9/10(土)～10/10(祝)
人吉・球磨 復興応援イベントin城彩苑「復興パネル展」

場わくわく座 内今、まさに力強く復興を進めている人吉・球磨にスポットを当て、復興の様子をパネル写真で伝えるとともに、美しい人吉・球磨の魅力を紹介します 費入館料

(熊本城ミュージアムわくわく座 ☎288-5600)

9/19(祝)
革の小銭入れ作り

時①午前10時～正午②午後1時半～3時半 場くまもと工芸会館 師久保田 豊さん 対18歳以上の方 定各5人 費1,800円 持汚れても良い服装 申9月6日午前9時から電話でくまもと工芸会館へ

(くまもと工芸会館 ☎358-5711)

9/24(土)、25(日)
青井阿蘇神社 祭起動！人吉・球磨復興応援イベントin城彩苑 特別ステージ

時正午～午後3時 場城彩苑親水空間、わくわく座2階ものがたり御殿 内毎年10月に青井阿蘇神社で開催される「おくんち祭」から巫女舞や獅子舞をはじめ、タイ捨流の演武、よさこい踊りなど、人吉・球磨の魅力満載のステージをお届けします。詳しくは、ホームページへ 費無料(わくわく座は入館料が必要)

(熊本城ミュージアムわくわく座 ☎288-5600)

9/25(日) 無料
第1回 フェアトレードを知ろう

時午後2時～3時半 場国際交流会館1階リンクカフェ 内フェアトレードという言葉を聞いたことがあるけれど、もっと知りたいという方向けにセミナーを開催します(7回シリーズ) 題フェアトレードのすすめ～エシカルにいこう！～ 師木下 俊和さん(大学非常勤講師) 定20人程度 申9月5日から氏名、電話番号を電話またはホームページ(https://www.kumamoto-if.or.jp)で国際交流会館(☎359-2121)へ

★熊本市はアジア初のフェアトレードシティです。

(国際課 ☎328-2070)

10/1(土)～12/18(日)
PAPER:かみと現代美術

時午前10時～午後8時(入場は午後7時半まで) 場ギャラリーⅠ・Ⅱ 費一般1,100円(900円)、シニア(65歳以上)900円(700円)、学生(高校生以上)600円(500円)、中学生以下・各種障害者手帳をご提示の方と付き添いの方1人無料、10月12日(水)は開館記念日のため入場無料、( )内は前売り(9月30日まで販売) ※火曜日休館

(現代美術館 ☎278-7500)

10/11(火) 無料
歴史サロン花畑「歴史談話室」

時午後2時～4時 場歴史文書資料室(住友生命ビル4階) 内歴史への疑問や読めない古文書・掛け軸などの相談 師猪飼 隆明さん(大阪大学名誉教授)、森山 秀吉さん(元熊本大学教授)、松崎 範子さん(肥後医育ミュージアム研究員)、柳田 快明さん(熊本中世史研究会代表)、林 孝子さん(熊本県漢詩連盟常任理事) 定12人(先着順) 申9月14日午前10時から電話で歴史文書資料室へ

(歴史文書資料室 ☎328-2038)

10/22(土)
アートの森コンサート

時開場:午後1時半、開演:午後2時～ 内谷脇 裕子さん(ピアニスト)、蓑田 由美子さん(箏奏者)、エンジェルブレス(フルート)、くまのこケンハモ隊(鍵盤ハーモニカ)、楠田 美保さん(電子オルガン)のジャンルを超えた共演をお楽しみください 定200人程度 費一般1,500円(2,000円)、学生800円(1,000円) ※( )内は当日券、未就学児無料、大谷楽器でも販売中。

(健軍文化ホール ☎368-1221)

11/27(日)
フジコ・ヘミング＆プラハ ヴィルトーゾ管弦楽団

©中嶌英雄

時午後2時開演 場市民会館シアーズホーム夢ホール 大ホール 内日本中から愛される奇跡のピアニスト フジコ・ヘミングとチェコ屈指のアンサンブルによるコンサート。ピアノ協奏曲第21番K.467／モーツァルト、ラ・カンパネラ／F.リストなど 出フジコ・ヘミングさん、指揮マリオ・コシックさん、プラハヴィルトーゾ管弦楽団 費全席指定S席11,000円、A席9,000円、B席7,000円 ※未就学児入場不可 申8月25日午前10時からホール先行発売。メール(ticket@stage1kmj.jp)または電話で市民会館シアーズホーム夢ホール(☎355-5235)へ

(市民会館シアーズホーム夢ホール ☎355-5235)

12/10(土)
佐渡裕指揮 シエナ・ウインド・オーケストラ《ブラスの祭典2022》

© Takashi Iijima

時午後2時開演 場市民会館シアーズホーム夢ホール 大ホール 内世界的指揮者・佐渡裕率いるシエナ・ウインド・オーケストラが熊本へ！佐渡裕氏のトークを交えて名曲の数々をお楽しみください 出指揮:佐渡 裕さん、シエナ・ウインド・オーケストラ 費全席指定S席6,000円、A席5,000円、B席4,000円 ※未就学児入場不可 ※25歳以下、障がいのある方は半額 申9月10日からメール(ticket@stage1kmj.jp)または電話で市民会館シアーズホーム夢ホール(☎355-5235)へ

(市民会館シアーズホーム夢ホール ☎355-5235)

みんなで応援しよう！ 9月ホームゲーム

J2リーグ2022シーズン “市民力74万馬力”でJ1昇格を目指すロアッソ熊本を応援しよう!!

日時	場所	対戦相手
9月4日(日)午後7時	えがお健康スタジアム	大宮アルディージャ
9月14日(水)午後7時		FC町田ゼルビア
9月19日(祝)午後1時5分		岩手グルージャ盛岡

ロアッソくん

問(株)アスリートクラブ熊本(☎283-1200)

試合等に関する詳しい内容は、ロアッソ熊本公式ホームページへ。

ロアッソ熊本ホームゲームA席チケットを抽選で50組100人にプレゼント！(今シーズンホームゲームのみ使用可)

申9月9日(必着)までに、はがきに住所・氏名・電話番号を書いて、〒860-8601「スポーツ振興課ロアッソ熊本HGチケットプレゼント係」へ

ロアッソ熊本公式ホームページ

ヤマエ久野 九州アジアリーグ(プロ野球独立リーグ) 火の国サラマンダーズを応援しよう！

日時	場所	対戦相手
9月2日(金)午後6時～	リブワーク藤崎台球場	大分B-リングス
9月3日(土)午後1時～		
9月4日(日)午後1時～		

さら丸

問KPB Project株式会社(☎284-1855)

試合等に関する詳しい内容は、火の国サラマンダーズ公式ホームページへ。

※スポーツ振興課では、チケットの販売はしていません。

(スポーツ振興課 ☎328-2724)

日＝日時 期＝期日、期間 時＝時間 場＝場所 内＝内容 題＝演題 師＝講師 出＝出演 対＝対象 定＝定員 費＝費用 持＝持参物 申＝申込 問＝問い合わせ先

広告 学研 Cocofump
全国180棟9,000室超 高齢者住宅運営の信頼と実績
学研の高齢者住宅
2022年6月オープンの新築!
サービス付き高齢者向け住宅
ココファン上水前寺
入一時金0円 Aタイプ月額費用111,514円[税込]～
[施設概要]●所在地/〒862-0951 熊本県熊本市中央区上水前寺1丁目10-7 ●交通/「JR熊本駅」車で30分、市電「国府」から徒歩18分 ●総戸数/48戸 ●入居条件/満60歳以上の方(当社規程の審査がございます) ●敷地面積/585.24㎡ ●延床面積/2,049.19㎡ ●居室面積/18.24㎡～36.48㎡ ●構造/RC造地上6階建て ●敷金/家賃の2ヵ月分 ●賃料/58,000円～135,000円 ●共益費/8,200円～20,514円 ●生活支援サービス費(税込)/33,000～39,600円 ●開業日/2022年6月 ●共有施設/食堂・多目的トイレ・脱衣室・相談室・洗濯室・ラウンジ・個浴室・介護浴室 ●居室設備/トイレ・洗面台・クローゼット・エアコン・照明・スプリンクラー・緊急通報装置・リズムセンサー(一部)・ミニキッチン(一部)・浴室(一部)・室内洗濯機置場(一部) ●併設施設/訪問介護 2022年7月現在
市電「国府」から徒歩18分
中央区5・東区3・北区1棟
熊本市内9ヶ所ご家族の面会も再開!
☑入居金0円・24時間ケアスタッフ常駐
☑自立～要介護5・認知症の方も入居可能
☑住宅だから、外出・外食・外泊も自由 他社のデイサービスも選べる・継続可能
☑医療連携で重介護も対応
入居ご見学受付中!
ご予約・資料請求は、今すぐお電話で
0120-936-432 ココファン上水前寺 検索

くまもと市政だよりへの広告(後半ページ下欄)を募集中。販売代理店の(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

申込方法⇒ 往〒＝往復はがき 〒＝郵便はがき HP＝ホームページ TEL＝電話 窓口＝窓口 FAX＝ファックス mail＝電子メール

施設の催し

【注意事項】※往復はがきには催し名、日時、住所、氏名、電話番号を記載してください。
※掲載しているもの以外にも催しを開催している場合がありますので各施設へお尋ねください。
※窓口で申し込みの場合は、原則はがきを持参してください。

催し名	期　日	時　間	対　象	定員	費用	申込期限／開始日	申込方法
動植物園　〒862-0911 東区健軍5丁目14-2　動物ゾーン　☎368-4416　植物ゾーン　☎368-5615　月曜休園（祝日と第4月曜の場合は開園し、翌平日が休園）							
ドリームナイト・アット・ザ・ズー	9月23日（祝） （荒天の場合は9月24日（土））	午後5時半～7時半 （入園は午後7時まで）	障がいのある方と その家族	―	―	当日までに動植物園ホームページから事前予約	
熊本博物館　〒860-0007 中央区古京町3-2　☎324-3500　月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　※ 小学3年生以下は保護者同伴							
コイルモーターを作ろう Part.2	9月24日（土）	①午前10時半～正午 ②午後1時半～3時	小・中学生※	各20人	入場料	9月14日まで（抽選）	往〒 HP
液体窒素実験ショー！	10月8日（土）	①午前11時半～11時50分 ②午後1時半～1時50分 ③午後3時～3時20分	どなたでも※			9月28日まで（抽選）	
現代美術館　〒860-0845 中央区上通町2-3　☎278-7500　Mail:gamadas@camk.or.jp　火曜休館							
月曜ロードショー①『ジャックと天空の巨人』②『恋の秋』③『巴里祭』④『リバー・ランズ・スルー・イット』	①9月5日（月）②12日（月）③19日（祝）④26日（月）	午後2時～、午後5時～	どなたでも	各90人	無料	受付中（先着順）	TEL 窓口 mail
CAMK読みがたり	9月17日（土）	午前11時半～正午		6組			
国際交流会館　〒860-0806 中央区花畑町4-18　☎359-2121　ファクス 359-5783　Mail:koza@kumamoto-if.or.jp　第2・4月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）							
キッズカフェ～ポーランドの遊び～	9月10日（土）	午前10時～11時半	小・中学生と保護者	14人	無料	9月5日から（先着順）	TEL mail
CIRカフェ～自動車文化～	9月15日（木）	午後2時～3時	中学生以上の方		500円		
語学講座（英、中、韓、スペイン）	10月～来年3月（各全15回）	午後7時～8時半	高校生以上の方	各15人	23,000円～		
くまもと森都心プラザ　〒860-0047 西区春日1丁目14-1　☎355-7400　ファクス 355-7412 図書館 ☎355-7401 library@stsplaza.jp　ビジネス ☎355-7402 business@stsplaza.jp　託児室 takuji@stsplaza.jp　※1 正午まで　※2 9月5日から							
上映会「最高の人生のはじめ方」【図書館】	9月10日（土）	午後2時半～4時20分	どなたでも	120人	無料	受付中（先着順）	TEL 窓口 mail
デザイン相談会（広告等デザイン全般）【ビジネス支援施設 XOSS POINT.】	9月16日（金）	午前10時～正午	創業予定者や経営者等	2組		9月12日まで（完全予約制）※1	TEL mail
ママのエクササイズ【託児室】	9月28日（水）	午前10時～10時45分	①満1歳～未就学児の保護者（託児あり） ②高校生以上の女性（託児なし）	①5人 ②10人	①託児料のみ500円 ②500円	9月14日まで（抽選）※2	HP
子ども文化会館　〒860-0004 中央区新町1丁目3-11　☎323-0505　第2・4火曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　※1 幼児は保護者同伴　※2 午前9時から							
心と体のリラックスヨガ	9月5日～来年3月27日 月曜日	午前11時15分～午後0時15分	1歳児～未就学児の保護者	15人	1,800～2,400円/月	受付中（先着順）	TEL 窓口
お月見～十五夜ってなあに～	9月11日（日）	午前11時～11時45分、 午後2時～2時45分	18歳未満の子ども※1	各300人	無料	8月20日から（先着順）※2	
ベビーマッサージ&スキンケア 10月	10月5日～26日 水曜日（全4回）	午前10時～11時	3か月～2歳未満児と保護者	15組	2,800円	9月14日まで（抽選）	往〒 HP
健軍文化ホール　〒862-0903 東区若葉3丁目5-11　☎368-1221　第1・3月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　詳しくは健軍文化ホールHPへ　※ 午前10時から							
太極舞【タイチーダンス】	9月15日～10月6日 木曜日	午前11時15分～午後0時15分	18歳以上の方（高校生不可）	各8人	各700円	開催1週間前から（先着順）	TEL 窓口
プラバンで作ろう！ハロウィン	10月29日（土）	午前10時～11時半	小学生以上の方	10人	1,000円	10月8日から（先着順）※	
男女共同参画センターはあもにい　〒860-0862 中央区黒髪3丁目3-10　☎345-2550　第2・4月曜休館							
地域づくりに役立つ！ ファシリテーション講座	10月16日（日）	午前10時～午後4時	どなたでも	30人	無料	9月5日から（先着順）	HP TEL
50歳からのわたし～自分らしい生き方・働き方を見つける～	10月22日（土）	午後1時～4時半	40歳以上の女性	20人			
テレワーク実践と男性育休取得促進セミナー	10月27日（木）	午後1時半～3時半	テレワーク導入や男性育休に興味のある方	30人			HP
水の科学館　〒861-8064 北区八景水谷1丁目11-1　☎346-1100　月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　※ 9月15日まで							
水辺の生き物と歴史散策会	9月19日（祝）	午前10時～11時半、 午後1時～2時半	どなたでも	各20人	無料	9月6日から（先着順）※	TEL 窓口
第2回水カフェセミナー	9月24日（土）	午前11時～正午		20人		9月10日から（先着順）	
第1回水環境総合講座	9月25日（日）	午前11時～午後0時10分				9月11日から（先着順）	
くまもと工芸会館　〒861-4115 南区川尻1丁目3-58　☎358-5711　月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　※1 19日は午後4時まで　※2 25日は午後4時まで							
第八界 博多人形妖怪展	9月7日（水）～19日（祝）	午前10時～午後5時※1	どなたでも	―	無料	当日直接会場へ	
2022くまもと工芸会館　教室展	9月22日（木）～25日（日）	午前10時～午後5時※2					
塚原歴史民俗資料館　〒861-4226 南区城南町塚原1924　☎0964-28-5962　月曜休館（祝日の場合は開館し翌平日が休館）　※ 小学3年生以下は保護者同伴							
藍染体験教室～藍の色は愛の色～	9月23日（祝）	午前10時～正午	どなたでも※	20人	入館料	9月15日まで（抽選）	往〒 HP
食品交流会館　〒861-5535　北区貢町581-2　☎245-5111　第1・3月曜休館（祝日の場合は翌日）休館日でも申し込み可。　※ 午前9時から							
洋食料理教室（デモンストレーションのみ・お土産付き）	9月25日（日）	午前10時半～午後0時半	中学生以上の方	15人	1,500円	9月5日から（先着順）※	TEL 窓口
流通情報会館　〒862-0967　南区流通団地1丁目24　☎377-2091　ファクス377-2096　第1・3月曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 別途材料費が必要となります							
絵手紙講座（土曜コース）	10月1日～来年3月18日（全12回）	午後1時半～3時半	どなたでも	12人	10,560円※	9月6日から（先着順）	HP TEL 窓口 FAX
エコなクラフト（金曜コース）	10月7日～来年3月17日（全12回）	午前10時～正午			15,840円※		
絵手紙講座（木曜コース）	10月13日～来年3月23日（全12回）				10,560円※		
勤労青少年ホーム　〒861-5517　北区鶴羽田2丁目13-10　☎343-8878　日曜・祝日休館　ファクス343-8879　kinrouseishounen@city.kumamoto.lg.jp							
ピラティス2	10月7日～11月25日 金曜日（全8回）	午後8時～9時	20歳以上の方	13人	無料	9月15日まで（抽選）	往〒 窓口 mail
勤労者福祉センター（サンライフ熊本）　〒860-0862　中央区黒髪3丁目3-12　☎345-3511　第2・4月曜休館　※ 午前10時から							
再就職および転職準備セミナー	9月20日（火）	午前10時～正午	求職中の方・転職希望の方	30人	無料	9月5日から（先着順）※	TEL
日商簿記検定3級受験対策講座	9月20日～11月15日 火・木曜日（全15回）	午後7時～9時	検定受験予定の16歳以上の方	9人	1,000円		
テレワークに役立つZoomの便利機能	9月21日（水）	午前10時～正午	勤労者の方（高校生不可）	30人	無料		
職業訓練センター　〒860-0072　西区花園7丁目19-10　☎325-6947　日曜・祝日休館　※ 午前9時から							
行政書士試験直前対策	9月17日～10月22日 土曜日（全6回）	午前9時～午後3時50分	受験予定者	20人	26,000円	9月5日から（先着順）※	HP TEL 窓口
介護福祉士試験対策（筆記）	9月17日～12月10日 隔週土曜日（全7回）				30,000円		
Access基礎9月	9月26日～10月17日 月・水曜日（全6回）	午後6時半～9時20分	Windowsの基本操作ができる方		16,000円		
総合子育て支援センター　〒860-0811　中央区本荘6丁目16-24　☎364-0123　日曜・祝日休館　※1 初めて参加の方　※2 午前10時から　（一人いずれか1講座のみ申込可）							
歩くまでの発達	9月13日（火）	午前10時～11時半	3～8か月児と保護者※1	10組	無料	9月5日から（先着順）※2	TEL
親子で楽しむ箏コンサート	9月20日（火）	午前10時～11時	未就園児と保護者				
産後の心身ケア「ボールエクササイズ」	9月28日（水）	午前10時～11時半	3～10か月児と保護者※1				
街なか子育てひろば　〒860-0845　中央区上通町2-3（現代美術館内）　☎323-3222　火曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 午前10時から							
ふれあい遊び	9月15日（木）	午前11時～正午	0歳以上の未就学児と保護者	10組	無料	9月5日から（先着順）※	TEL 窓口
城南図書館・児童館　〒861-4214　南区城南町舞原451-9　☎0964-27-5945　第4水曜休館（祝日の場合は翌日）							
親子ヨガ	9月17日（土）	午後2時～2時45分	年少児～小学校低学年の親子	5組	無料	9月5日から（先着順）	TEL 窓口
文学座俳優による朗読公演	9月18日（日）	午後2時～3時	小学生以上の方	10人			
夢もやい館　〒861-8003　北区楠1丁目20-5-101　☎338-3210　日曜・祝日休館							
ピラティス体験会	9月8日（木）	午後2時10分～3時10分	60歳以上の方	30人	500円	9月5日から（先着順）	TEL 窓口
自宅で実践！膝痛・腰痛予防体操	9月9日（金）	午前10時40分～11時10分		20人	200円	当日直接会場へ（先着順）	
ベビーアロママッサージ	9月14日（水）	午前11時～11時45分	未就学児と保護者	10組	400円	9月5日から（先着順）	TEL 窓口

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

8月8日現在の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更となる場合があります。最新情報はホームページまたは各施設へ問い合わせください。

催し名	期　日	時　間	対　象	定員	費用	申込期限／開始日	申込方法
東部在宅福祉センター　〒862-0910　東区健軍本町31-20　☎367-8597　日曜休館　※ 9月19日を除く							
はじめてのピラティス	9月5日～26日 月曜日（全3回）※	午後1時～2時	18歳以上の方	20人	1,500円	9月5日から（先着順）	TEL 窓口
「スペシャルナイトヨガ」ワンコイン体験	9月10日（土）	午後8時20分～9時20分			500円		
はじめての老人センター（身体年齢測定会）	9月29日（木）	午前10時～午後3時	施設を初利用の方	10人	無料		
南部在宅福祉センター　〒861-4109　南区日吉1丁目4-15　☎354-8379　日曜休館							
レッツ！いきいき百歳体操	10月11日（火）、25日（火）	午後3時～4時	どなたでも	各15人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
エンジョイ♪フラダンス	10月27日（木）	午後1時半～3時		15人			
南部万年青会館　〒861-4113　南区八幡6丁目9-25　☎358-7105　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ビューティペルヴィス無料体験会	9月15日（木）	午後1時半～2時半	どなたでも	10人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
介護・健康相談会	9月16日（金）	午後1時半～3時		15人			
健康マージャン無料体験会	9月17日（土）	午後1時～4時		4人			
東部はつらつ交流会館　〒861-2104　東区秋津3丁目17-23　☎360-6885　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
リンパストレッチ・初めてのフラダンス第Ⅱ・Ⅲ期	9月6日～12月20日 第1・3火曜日（全7回）	午後1時15分～2時15分	どなたでも	15人	3,500円	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
姿勢改善ヨガ第Ⅱ期	9月13日（火）・27日（火）（全2回）	午後2時半～3時半			1,000円		
はつらつサロン（映画上映会「潮騒」（主演 吉永小百合）等）	9月24日（土）	午後1時半～4時ごろ		20人	無料		
お達者文化会館　〒862-0968　南区馬渡1丁目7-1　☎370-1672　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ナイトヨガ無料体験会	9月3日（土）、17日（土）	午後8時15分～9時	どなたでも	各10人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
陶芸体験講座	9月10日（土）	午前9時～正午		6人	1,500円		
お達者サロン 映画「赤いハンカチ」	9月21日（水）	午後1時半～3時半		20人	無料		
ふれあい文化センター　〒860-0811　中央区本荘4丁目6-6　☎366-7310　日曜・祝日休館							
LINE利活用（入門）講座	9月13日（火）・14日（水）（全2回）	午後1時半～3時半	スマートフォンを持参できる方	12人	600円	9月7日まで（抽選）	往〒
植木中央公園運動施設　〒861-0136　北区植木町岩野285-35　☎288-3343　※ 午前9時から							
なかよしバドミントンクラブ10月	10月4日～25日 火曜日（全4回）	午後2時～4時	18歳以上の方（高校生不可）	各20人	各250円	9月27日から（先着順）※	TEL 窓口
ピラティス3	10月6日～12月8日 木曜日（全9回）	午後7時半～8時半		20人	4,950円	9月15日から（先着順）※	
初心者ナイターテニス3	10月19日～12月21日 水曜日（全9回）	午後8時～9時半			7,020円	9月21日から（先着順）※	
市総合体育館・青年会館　〒862-0941　中央区出水２丁目7-1　☎385-1010　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
えいごで音楽あそび	9月13日～来年3月14日 火曜日（月2回）	午前10時15分～11時	1歳以上の未就園児と保護者	15組	月1,300円	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
楽しい歌とリズム リトミック2	10月7日～12月9日 金曜日（全10回）	午後4時～5時	年少～年長児	15人	6,000円	9月16日まで（抽選）	往〒 HP
ベビーマッサージ2	10月18日～11月15日 火曜日（全5回）	午前10時～11時半	2～10か月児と保護者	10組	5,200円	9月27日まで（抽選）	
託麻スポーツセンター　〒861-8010　東区上南部３丁目22-30　☎388-6177　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ジュニアショートテニス2	9月8日～29日 木曜日（全4回）	午後4時半～5時半	小学1～3年生	15人	各550円	受付中（先着順）	TEL 窓口
ジュニアテニス2		午後5時40分～6時40分	小学4～6年生	16人			
秋の託麻かけっこ教室	9月10日（土）・17日（土）（全2回）	午後5時～6時	小学生	30人	1,100円		
浜線健康パーク　〒862-0969　南区良町４丁目8-1　☎379-6020　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
小学生英語教室3	10月13日～12月22日 木曜日（全10回）	午後5時～5時45分	小学1～2年生	12人	5,000円	9月21日まで（抽選）	往〒 HP
幼児英語教室3		午後4時～4時45分	年中～年長児				
城南総合スポーツセンター　〒861-4214　南区城南町舞原144-1　☎0964-28-7985							
ジュニアビート体操	10月4日～来年3月14日 火曜日（全22回）	午後5時～6時	小学1～3年生	15人	各550円	9月13日まで（抽選）	往〒 HP
ボディケアエクササイズ	10月5日～来年3月22日 水曜日（全22回）	午後2時～3時	18歳以上の方（高校生不可）			9月14日まで（抽選）	
キッズビート体操	10月5日～来年3月22日 水曜日（全22回）	午後5時～6時	年中・年長児				
南部総合スポーツセンター　〒861-4112　南区白藤５丁目2-1　☎358-4311　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ロコモ対策　健康運動	9月15日（木）、29日（木）、10月6日（木）	午前10時～11時	18歳以上の方（高校生不可）	各20人	各550円	開催日の１週間前から（先着順）	TEL 窓口
いきいき テニスクラブ	9月21日～10月12日 水曜日（全4回）	午前10時～11時半		20人	各650円	開催日の2週間前から（先着順）	
プチ テニス	9月22日～10月13日 木曜日（全4回）						
水前寺野球場・競技場　〒862-0950　中央区水前寺５丁目23-3　☎381-9323							
介護予防教室	9月8日～12月22日 木曜日（全15回）	午前10時～11時	50歳以上の方	10人	各550円	9月5日から（先着順）	TEL
水前寺生き活きシニアクラブ	9月16日～12月16日 第1・3金曜日（全7回）		60歳以上の方				
上手くなろう！ジュニアベースボール	10月8日～11月12日 土曜日（全6回）	午後7時～8時	小学生	30人	3,300円	9月24日まで（抽選）	往〒 HP
市城南B＆G海洋センター　〒861-4214　南区城南町舞原134番地1　☎0964-28-6928							
初めての手話教室2	10月3日～12月12日 月曜日（全10回）	午後7時～9時	18歳以上の方（高校生不可）	15人	6,500円	9月12日まで（抽選）	往〒 HP
東部交流センター　〒861-8031　東区戸島町2588-1　☎349-0888　火曜休館（祝日の場合は翌日）							
フィジカルトレーニング教室	9月5日～26日 月曜日（全4回）	午後6時半～7時半	小学4～6年生	20人	2,200円	9月5日から（先着順）	TEL 窓口
サッカー教室	9月5日～26日 月曜日（全3回）	午後4時～5時	年中～年長児		1,650円		
元気アップ教室	9月5日～26日 月曜日（全4回）	午後5時15分～6時15分	小学1～3年生		2,200円		
西部交流センター　〒861-5287　西区小島2丁目7-50　☎273-6996　水曜休館（祝日の場合は翌日）							
元気アップ教室（キッズ）かけっこ、鉄棒等	9月8日～29日 木曜日（全4回）	午後5時～6時	年中～年長児	24人	2,400円	9月5日から（先着順）	TEL 窓口
美尻・体幹ヨガ	9月9日～30日 金曜日（全3回）	午後1時～2時	18歳以上の方（高校生不可）		1,500円		
姿勢改善・骨盤調整プログラム		午後2時15分～3時15分					
戸島ふれあい広場　〒861-8031　東区戸島町1489番地　☎389-3111　水曜休館							
パークゴルフ教室（木曜コース）	9月22日～10月20日 木曜日（全5回）	午後1時～2時半	18歳以上の方（高校生不可）	12人	2,500円	9月11日から（先着順）	TEL 窓口
パークゴルフ教室（土曜コース）	9月24日～10月22日 土曜日（全5回）						
森林学習館　〒861-5535　北区貢町小萩　☎245-3157　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ブルーシートを使った簡易テントを作ろう！	9月23日（祝）	午前9時半～正午	どなたでも	20人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
落ち葉アート～落ち葉でアートを作ろう～	10月2日（日）						

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

広告

庭木１本から承ります！

市政だよりをご覧の方へ

生垣剪定 長さ1m 高さ2m

通常2,200円を（税込）

先着10名様 1,100円

お客様へのお約束

庭木1本より明瞭料金

トイレはお借りしません

お茶はご遠慮します

土日でもOKです

【熊本玉名店】玉名市大倉314　【熊本東店】上益城郡益城町下陳985　営業時間 9:00~17:00

ガーデンエクスプレス 0120-61-4128

「中小企業からニッポンを元気にプロジェクト」 公式アンバサダー 郷ひろみ

くまもと市政だよりへの広告（後半ページ下欄）を募集中。販売代理店の（株）ジチタイアド（☎092-716-1401）へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

申込方法⇒ 往〒＝往復はがき 〒＝郵便はがき HP＝ホームページ TEL＝電話 窓口＝窓口 FAX＝ファクス mail＝電子メール

公民館講座情報

【注意事項】※往復はがきには講座名、日時、住所、氏名、電話番号を記載してください。
※掲載しているもの以外にも講座を開催している場合がありますので各公民館へお尋ねください。
※ 窓口 で申し込みの場合は、原則はがきを持参してください。

8月8日現在の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更となる場合があります。最新情報はホームページまたは各施設へ問い合わせください。

講座名	期　日	時　間	対　象	定員	費用	申込期限／開始日	申込方法
中央公民館　〒860-0843　中央区草葉町5番1号　☎353-0151　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ポールウォーキング講座	10月15日～12月17日 第1・3土曜日（全6回）	午前10時～正午	どなたでも	10人	無料	10月7日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
LINE安全活用講座（アンドロイド機種）	10月18日（火）・11月1日（火）・8日（火）（全3回）			15人	600円		
大江公民館　〒862-0971　中央区大江6丁目1-85　☎372-0313　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
楽しいマジック講座	10月8日（土）・15日（土）・22日（土）・29日（土）（全4回）	午後1時～3時	20歳以上の方	15人	2,000円	9月27日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
園芸講座 多肉植物の寄せ植えパート2	10月26日（水）	午後1時半～3時半			700円	10月12日まで（抽選）	
五福公民館　〒860-0041　中央区細工町2-25　☎359-0500　月曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 乳幼児を連れての参加も可（託児はありません）							
講演「新型コロナウイルス感染症とワクチン」	9月11日（日）	午前10時～11時	どなたでも	90人	無料	9月6日まで（抽選）	HP TEL
消防隊員に聞く!!こんな時どうする?講座	9月15日（木）	午前10時半～11時半	乳幼児の保護者※	10人			往〒 HP 窓口
ごふくフットパス「ふるまちさるき（9月）」	9月22日（木）	午前9時～10時半	どなたでも	15人		9月6日から（先着順）	TEL
東部公民館　〒862-0912　東区錦ヶ丘1-1　☎367-1134　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
エコクラフトバッグ作り	10月13日（木）・27日（木）・11月10日（木）（全3回）	午後1時半～3時半	どなたでも	11人	1,000円	9月28日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
秋津公民館　〒861-2104　東区秋津３丁目15-1　☎365-5750　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
筋力アップで介護予防／貯筋体操	9月17日（土）	午前10時～11時半	どなたでも	20人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
無料で作れるLINE公式アカウントの活用（初心者向け）	9月29日（木）	午後7時～8時半	18歳以上の方	10人		9月21日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
横井小楠の時代・もうひとつの明治維新	10月1日（土）	午後1時半～3時半	高校生以上の方	20人		9月6日から（先着順）	TEL 窓口
西部公民館　〒861-5292　西区小島２丁目7-1　☎329-7205　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
家でもできる健康体操	9月24日（土）	午前10時～11時	65歳以上の方	20人	無料	9月14日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
ボッチャ体験	10月2日（日）	午前9時半～11時半	どなたでも	10人		9月21日まで（抽選）	
元銀行員に聞く！「特殊詐欺の実態」	10月4日（火）	午前9時半～11時		20人			
河内公民館　〒861-5347　西区河内町船津791　☎276-0133　月曜休館（祝日の場合は翌日）　申し込みは午前9時から　※ 中学生以下保護者同伴							
武蔵像・霊巌洞・五百羅漢見学と座禅体験	10月2日（日）	午前10時～正午	小学生以上の方※	15人	大人300円、小中学生100円	9月14日まで（抽選）	TEL
河内を歩く④～大将陣・棚田の風景～	10月16日（日）	午前9時～11時			無料	9月28日まで（抽選）	
花園公民館　〒860-0072　西区花園5丁目8-3　☎359-1261　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ストレスマネージメント	9月24日（土）	午後1時半～3時	どなたでも	20人	無料	9月17日まで（抽選）	TEL
自分の好きな本を語る、みんなの好きな本を知る	9月29日（木）	午後2時～3時半		10人		9月23日まで（抽選）	
南部公民館　〒861-4106　南区南高江６丁目7-35　☎358-0199　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
傾聴ボランティア養成講座	9月21日～11月2日 水曜日（全7回）	午前10時～正午	どなたでも	15人	無料	9月14日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
「睡眠」と「健康」の知恵袋講座	9月28日（水）・10月5日（水）（全2回）	午前10時～11時半				9月21日まで（抽選）	
シニア筋トレ&体力測定会	9月30日（金）		50代以上の方	25人			
飽田公民館　〒861-4121　南区会富町1333-1　☎227-1195　月曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 雨天順延10月2日（日）							
メディカルアロマ講座	9月17日（土）	午後7時～9時	どなたでも	15人	1,000円	9月10日まで（抽選）	
水彩画基礎講座	9月30日～10月21日 金曜日（全4回）	午前10時～正午		12人	無料	9月19日まで（抽選）	HP 窓口
初めてのキャンプ体験	10月1日（土）※			20人		9月23日まで（抽選）	
富合公民館　〒861-4151　南区富合町清藤400　☎357-4580　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
キッズ体操①②	10月15日（土）・22日（土）・29日（土）（全3回）	①午前10時～ ②午前11時～（各45分）	①年中・年長児 ②小学1～3年生	各13人	無料	10月5日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
子ども生け花教室	10月30日（日）	午前10時～正午	小学2年生～中学生	16人	800円	10月14日まで（抽選）	
城南公民館　〒861-4214　南区城南町舞原394-1（火の君文化センター内）　☎0964-28-1800　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
知っておきたい相続税と贈与税	9月22日（木）	午前10時～11時半	どなたでも	10人	無料	9月15日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
城南町の民話を楽しむ	9月25日（日）	午前10時～11時		20人		9月16日まで（抽選）	TEL 窓口
託児付き！仕事でつかえるパソコン教室	9月27日～10月7日 火・金曜日（全4回）	午前10時～正午		10人	800円	9月15日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
幸田公民館　〒861-4108　南区幸田２丁目4-1　☎379-0211　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
親子でプログラミング	9月25日（日）	午前10時～正午	小学生と保護者	15組	1,000円	9月14日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
藤本先生のおいしい料理	9月30日（金）	午前10時～午後1時	どなたでも	23人	600円	9月15日まで（抽選）	
天明公民館　〒861-4125　南区奥古閑町2035　☎223-0118　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
SDGsの第1歩！段ボールコンポスト講座	9月14日（水）	午後2時～3時半	どなたでも	20人	無料	9月7日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
キッズコーラス	10月1日～29日 土曜日（全5回）	午後2時～4時	年長児・小・中学生			9月23日まで（抽選）	
北部公民館　〒861-5521　北区鹿子木町66　☎245-0046　月曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 受付は午後3時まで							
心配ごと相談	9月13日（火）、27日（火）	午前10時～正午	どなたでも	各10人	無料	9月6日から（先着順）	TEL 窓口
行政なんでも相談	9月28日（水）			10人			
おもちゃの病院	10月1日（土）	午後1時～4時※		ー	部品代	当日直接会場へ	
北部公民館西里分館　〒861-5522　北区下硯川町1798　☎245-3280　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
ベビー&マミーダンスエクササイズ	9月29日（木）、10月6日（木）、13日（木）（全3回）	午前10時～11時半	7か月～3歳児と保護者	15組	無料	9月13日から（先着順）	TEL 窓口
ボディケアエクササイズ	10月18日～11月8日 火曜日（全4回）	午後1時半～3時半	18歳以上の方（高校生不可）	15人		9月21日から（先着順）	
植木公民館　〒861-0136　北区植木町岩野238-1　☎272-6906　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
賢い女性が知っておくべきマネー教室	9月17日（土）	午前10時～11時半	20歳以上の女性の方	10人	無料	9月9日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
子ども走り方（かけっこ）教室	10月23日（日）・30日（日）・11月6日（日）（全3回）		小学生	20人		10月12日まで（抽選）	
親子でミニトランポリン	10月29日（土）・30日（日）（全2回）	午後1時半～3時半	5歳～小学3年生と保護者	10組		10月13日まで（抽選）	
龍田公民館　〒861-8007　北区龍田弓削１丁目1-10　☎339-3322　月曜休館（祝日の場合は翌日）							
みんなでつくろう！世界でひとつの龍田ダンス	10月1日（土）～12月10日（土）（全7回）	午後2時～4時	小学生	20人	無料	9月22日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
60歳からの頭と体の認知症予防講座	10月8日（土）・22日（土）・11月12日（土）・26日（土）（全4回）	午前10時～正午	60歳以上の方	15人	100円	9月27日まで（抽選）	
はじめてのパソコン	10月19日（水）・20日（木）・21日（金）（全3回）	午後1時半～3時半	18歳以上の方（高校生不可）	6人	1,000円	10月4日まで（抽選）	
清水公民館　〒861-8066　北区清水亀井町14-7　☎343-9163　月曜休館（祝日の場合は翌日）　※ 9月21日まで							
赤ちゃんと一緒に！ ベビーソーイング	9月14日（水）・21日（水）・28日（水）（全3回）	午前10時～正午	妊婦、または0歳児と保護者	10組	1,000円	9月6日まで（抽選）	往〒 HP 窓口
下司愉宇起リサイタル	9月25日（日）		どなたでも	100人	無料	受付中（先着順）※	TEL 窓口
初めてのアイパッド	10月5日（水）・12日（水）・19日（水）（全3回）			20人	600円	9月21日まで（抽選）	往〒 HP 窓口

市外局番 096 を省略しています●「〒860-8601」は市役所専用番号です。住所の記載なしで郵便物が届きます。

中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

認知症介護家族のつどい「もやいのひろば」電話でお話ししませんか

期9月1日(木)～30日(金) ※日曜祝日除く 時午前9時～午後4時 内「もやいのひろば」のボランティアスタッフが認知症介護上の悩みや将来の不安について電話相談を受け付けています。気軽に相談ください 問ささえりあ熊本中央(☎319-0222)
(中央区役所福祉課　☎328-2311)

カフェ型健康サロン 特別編「何歳になっても体は変えられる！『1～10歳若返る方法教えます』」 無料

日9月29日(木)午後3時半～5時(受付:午後3時～) 場市総合体育館・青年会館ホール 師都竹 茂樹さん(熊本大学教授システム学研究センター) 対どなたでも 問ささえりあ水前寺(☎362-0065)
(中央区役所福祉課　☎328-2311)

認知症介護家族のつどい「ほっとカフェ」 無料

日9月14日(水)午後1時半～3時 場託麻原地域コミュニティセンター(中央区渡鹿2丁目3-48) 対認知症の人、または疑われる人を介護している家族など 申電話で託麻原地域コミュニティセンター(☎364-0112)へ
詳しくは、ささえりあ帯山(☎241-0230)へ。
(中央区役所福祉課　☎328-2311)

はじめての離乳食教室 無料

日9月26日(月)午後1時半～2時半 場健康センター大江分室301・302会議室(ウェルパルくまもと3階) ※Webでの教室受講も可能です 内離乳食の進め方についてなど 対中央区に住む令和4年4月～5月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 定会場での参加:8組、Webでの参加:4組(ともに先着順) 持親子(母子)健康手帳、バスタオル 申9月6日からホームページ内申込専用フォームへ

⬆申込等詳しくはこちら

詳しくは、中央区役所ホームページ(右記QRコード)へ。
(中央区役所保健子ども課　☎328-2419)

8020推進員育成講座募集 無料

保育園で活動する中央区8020推進員

日10月18日(火)・11月29日(火)(全2回)午前9時半～11時45分 場健康センター大江分室(ウェルパルくまもと3階) 内口腔や全身の健康など健康づくりに関する講話や実習など 対中央区に住む18歳以上の方で、育成講座に毎回参加でき、修了後「8020推進員」として地域で健康づくり活動ができる方 定20人(先着順) 申9月5日から電話で中央区役所保健子ども課へ
(中央区役所保健子ども課　☎328-2419)

区民課と保健子ども課で予約システムを試験導入しています！

中央区役所の区民課と保健子ども課の一部の事務で予約システムを試験導入しています(来年3月31日まで)。
ご予約いただいた方は、窓口でお待ちにならずにご案内できますのでぜひ、予約システムをご利用ください。

区民課	戸籍届出・相談	
保健子ども課	児童手当、ひまわりカード、保育園入園、親子健康手帳	

(中央区役所区民課　☎328-2249、中央区役所保健子ども課　☎328-2421)

くまデジ 10月までのイベント情報

最近のくまデジは、“毎週木金のスマホ個別相談会”がすごく充実しています。大学生ボランティアに協力いただき、スマホのあれこれにお答えします。日頃、周りに聞けないスマホのお悩みがありましたら、ぜひ、“毎週木金のスマホ個別相談会(要予約)”にお越しください。
また人気の“各種ICTセミナー”も継続して開催します。下記QRコードや電話番号からぜひご予約ください。

〈10月までのスケジュール〉

スマホ個別相談会	毎週木、金曜日	午後1時～4時
スマホセミナー	9月21日(水)、10月5日(水)	午前11時～午後0時半
Googleビジネスセミナー	8月22日(月)	午後1時～2時
SNS活用セミナー	9月5日(月)、10月(未定)	午後1時～2時
エクセル・ワード個別相談	毎月 第2水曜日	午後1時～4時

〈ご予約・お問い合わせ〉

場所　中央区坪井2丁目2-42 ニュー広町ビル1階(藤崎宮電停となり)
WEB　https://kumadeji.jp/reserve/
TEL　平日のみ対応
中央区役所総務企画課 ☎328-2610、中央区まちづくりセンター ☎328-2232

東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

認知症家族の会「やすらぎとまりぎ」

日9月28日(水)午後2時～4時 場ささえりあ託麻(東区戸島西2丁目6-132) 内本音で話し悩みを相談できる家族の集いの会を開催します 定8人(完全予約制) 費100円 申電話でささえりあ託麻(☎282-8249)へ ※毎月第4水曜日に開催
(東区役所福祉課　☎367-9127)

「8020推進員育成講座」受講生募集！ 無料

日10月19日(水)、11月16日(水)、12月16日(金) ※3回シリーズ 時午前10時～正午 場東区役所3階すこやかホール 内口腔や全身の健康など健康づくりに関する講話など 対18歳以上の市内に住むか通勤・通学する方 定20人(先着順) 申9月5日から電話で東区役所保健子ども課へ

詳細はこちら⬆

(東区役所保健子ども課　☎367-9134)

【講座】認知症サポーター養成講座(オンライン開催) 無料

認知症を正しく理解し、認知症の方と家族を支える応援者(サポーター)になりませんか。
日10月11日(火)午後2時～3時半(受付:午後1時半～) 内認知症の症状と対応、認知症の人と家族の思い、認知症サポーターの役割についてZoomによるオンライン講座を開催します 定30人(先着順) 申9月12日から電話でささえりあ尾ノ上(☎331-6355)へ
(東区役所福祉課　☎367-9127)

認知症家族の会「にしたく認知症家族の会」

家族の会を立ち上げました。毎月第3木曜日に交流会を行っています。同じ悩みを持った仲間とお話ししてみませんか。
日9月15日(木)午後2時～3時 場ZOOMによるリモート会合 対西原または託麻西校区に住む方 申電話でささえりあ保田窪(☎387-8201)へ
(東区役所福祉課　☎367-9127)

東区ニュース

「社会を明るくする運動」伝達式が行われました

7月4日(月)に、東区役所に熊本東地区保護司会が訪問され、「社会を明るくする運動」伝達式が行われました。東区役所も犯罪のない明るい社会の実現を目指します。
「社会を明るくする運動」とは…すべての国民が、犯罪や非行の防止と立ち直り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、明るい地域社会を築くための全国的な運動です。
(東区役所総務企画課　☎367-9121)

ひがしくさんぽ 「『認とも』ってなに??」

高齢者の4人に1人は認知症の人またはその予備軍とも言われる中、社会全体で認知症を含めサポートが必要な人やその家族を支える基盤づくりが必要です。
東区福祉課では、認知症になっても安心して暮らせるまちの実現を目指して「認知症サポートリーダー(認とも)」というボランティアの養成を行っています。この講座は認知症サポーター養成講座を修了した後のステップアップ講座として、認知症の方や介護者の気持ち、認知症に寄り添うケアや地域づくりなどを学べる内容で実施しています。
『認とも』の『とも』には、「友達」「共に生きる」「伴走者」という意味を込めています。認知症の方や家族に寄り添う伴走者として、地域で活躍する人材の育成を目指しています。これまで第3期生まで養成しており、講座のサポートや、認知症声かけ訓練など地域活動への参加、認とも同士の交流会などで活動中です。ここ数年は新型コロナウイルス感染症の感染拡大により活動が制限されていますが、認知症カフェや介護施設でのボランティア、地域での声かけや見守り、ちょっとしたサポートを必要としている方への支援などもできたらいいなと考えています。
今年度の第4期養成講座はオンラインで実施中です。第2回まで終了していますが、ご興味のある方はお問い合わせください。
東区全体に「認ともさん」が増え、「人生の最期まで住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らし『おたがいさま』の心で支え合える東区」になりますように…！

認とも(友・共・伴)

活動用オレンジベスト・トートバッグ

認とも通信

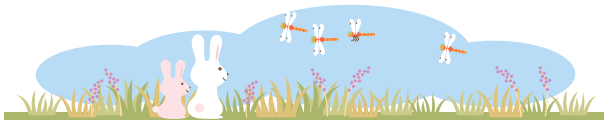
第3期生

(東区役所福祉課　☎367-9127)
次回は…「8020推進員ってなあに？」です

日＝日時　期＝期日、期間　時＝時間　場＝場所　内＝内容　題＝演題　師＝講師　出＝出演　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持参物　申＝申込　問＝問い合わせ先

西区役所

〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎329-1111



防災キャンプ（花園公民館）

7月30日（土）～31日（日）の2日間にわたり、花園まちづくりセンターで防災キャンプを開催しました。

このイベントは、災害発生時の避難所開設から運営を地域の皆さんと一緒に体験することで防災意識を高めるものです。

当日は、小学生や防災士を含め約20人の方々が参加し、避難所スペースの設置をはじめ、花園食生活改善推進員の皆さんと野菜とツナのカレー、切り干し大根のサラダ、オムレツ風ココア蒸しパンをパッククッキングしました。パッククッキングとは、耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法です。メニューについて、手早くおいしく作るコツを教わりました。

また、特定非営利活動法人ソナエトコ 水野 直樹さんから新聞紙を使ってのスリッパ作りや、避難するときに持っていくとよいものなどについて学びました。

熊本地震の発生から6年が経過する中で、改めて平常時の地域の方々の主体的な取り組みが災害時の自助、共助につながるものであると感じました。

（花園公民館　☎359-1261）

はじめての離乳食講座 無料

日　時　9月22日（木）午後1時半～3時
場　所　西区役所3階健康センター
内　容　離乳食の話、赤ちゃんの発育発達の話、お口のお手入れ方法など
対　象　西区に住む令和4年4月～5月生まれの赤ちゃん（第1子）と保護者
定　員　8組（先着順）
持参物　親子（母子）健康手帳、バスタオル
申　込　9月5日から西区ホームページへ

詳細・お申し込みはこちら⬆

（西区役所保健子ども課　☎329-1147）

心の健康相談

専門医による相談を開設します。

日　時　毎月第4火曜日 午前9時半～午後0時半
場　所　西区役所3階保健子ども課相談室
対　象　精神的な不安や悩みのある方またその家族
定　員　3組（先着順）

（西区役所保健子ども課　☎329-1147）

「マイタイムライン」を作成しました！

熊本県立西高等学校の生徒と共に「マイタイムライン」の作成に取り組みました。

マイタイムラインとは、大雨や台風などの自然災害から身を守るため、あらかじめ避難行動をまとめておく「防災行動計画」です。

作成当日は、西区長を含め近隣の自治会等の役員も参加し、県ホームページから気軽に作成できるマイタイムラインシートを生徒たちと一緒に作成しました。

参加者はハザードマップ等を確認し、「どこに」「だれと」「いつ」避難するかを検討しながら、マイタイムラインを作成することで「5段階の警戒レベル」によって避難を開始する状況やタイミングを把握し、いざという時に慌てずに避難することができ、自分や身近な人の命を守ることにつながることを学びました。

（西区役所総務企画課　☎329-1142）

南区役所

〒861-4189 南区富合町清藤405-3 ☎357-4111

「社会を明るくする運動」をご存知ですか?

去る7月1日、「社会を明るくする運動」の啓発活動のため、熊本南地区保護司会鷲山会長はじめ9人の保護司の方が南区役所に来所されました。

「社会を明るくする運動」とは、すべての国民が、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

保護司の方々からは、犯罪者の更生には、保護司だけでなく地域住民の理解が必要であることを訴えられました。

※保護司とは、法務大臣から委嘱を受けた民間のボランティアで、保護観察や犯罪予防活動を行います。

（南区役所総務企画課　☎357-4112）

「8020（ハチマルニイマル）推進員育成講座」受講生募集！ 無料

（小学校で活動する8020推進員）

南区では、歯と口腔の健康づくりを進めるために活動する地域のボランティア「8020推進員」の育成講座の受講生を募集します。現在、「8020推進員」は保育園、小学校、地域の高齢者サロン等で歯の大切さを発信する活動等をされています。

歯や口の健康づくりの大切さを知る機会です。地域の健康づくり活動にぜひ参加してみませんか。

期 9月～11月（全3回） 場 南区役所 内 健康づくりに関する講話、健口体操等 対 南区に住む18歳以上の方で修了後、健康づくり活動に参加できる方 定 20人（先着順） 申 9月5日から電話で南区役所保健子ども課へ ※8020運動とは80歳で20本以上の歯を残し、歯の健康を保つことで、生涯を通じて健やかで楽しい生活を送ろうという運動です。

（南区役所保健子ども課　☎357-4138）

はじめての離乳食教室 ～赤ちゃんのすこやかな成長のために～ 無料

日 9月15日（木）午後2時～3時（受付は午後1時45分～） 場 南区役所3階ホール 内 離乳食の進め方、赤ちゃんの歯の話 対 南区に住む令和4年4月～5月生まれの乳児（原則として第1子）と保護者 定 8組（先着順） 持 親子（母子）健康手帳、バスタオル 申 9月5日から電話で南区役所保健子ども課へ

（南区役所保健子ども課　☎357-4138）

認知症に関するつどいの場のご案内

①認知症介護家族のつどい「ひだまり」

日時　毎月第3水曜日 午後1時半～3時
内容　「こんな時どう対応したらいいの」「イライラして怒ってしまう自分に落ち込んで…」など介護の悩みを相談できる集いの場
対象　認知症介護家族

②オレンジカフェ「かおり」

日時　毎月11日 午後1時半～3時
内容　認知症の方やその家族、そして認知症を理解しようと思っている方の集いの場
対象　どなたでも

〈共通〉

場所　ささえりあ幸田（南区田井島2丁目9-9）

※開催状況については、事前にささえりあ幸田（☎370-5055）へご確認ください。

（南区役所福祉課　☎357-4129）

豊田校区【認知症予防講座】の取り組みを紹介します

豊田校区自治協議会主催による「認知症予防講座」が6月から開催されており、今後、医師による講義、音楽療法、脳トレや食による認知症予防等の講座も計画されています。

なお、本講座は、毎月2回、来年3月まで開催予定です。

（城南まちづくりセンター
☎0964-28-2260）

北区役所

〒861-0195 北区植木町岩野238-1 ☎272-1111

YouTube 公式チャンネル はこちら！

「社会を明るくする運動」伝達式が行われました

7月6日（水）北区役所にて「社会を明るくする運動」伝達式が行われ、熊本保護観察所古賀所長、熊本北地区保護司会秋吉会長をはじめ、11人の保護司の方が来庁されました。

毎年7月は“社会を明るくする運動”強化月間および再犯防止啓発月間で、今年も北区役所と植木・龍田・北部・清水の各まちづくりセンターで活動を行いました。

（北区役所総務企画課　☎272-1110）

＜8020推進員育成講座＞受講生大募集!!　無料

お住まいの校区を中心に、「お口の健康の大切さ」を無理せず、楽しく啓発してくださる方々を「8020推進員」として育成しています。在宅での受講も可能です。ぜひご参加ください。

日 第1回9月22日（木）午後1時半～4時半／第2回・第3回は自宅学習 場 北区役所1階小会議室
※在宅での受講も可 内 全身の健康とお口の健康・歯みがき実習 対 北区に住む18歳以上の方 定 20人 申 9月16日までに電話で北区役所保健子ども課へ

（北区役所保健子ども課　☎272-1128）

おれんじサロンを開催します　無料

日 9月24日（土）午前10時～11時半 内 Zoomを使ったオンライン 題 認知症と薬について 師 矢野 脩一朗さん（薬剤師） 対 認知症の方を介護している家族、興味のある方 定 20人（先着順） 申 9月17日までに下記QRコードへ 問 ささえりあ清水・高平（☎343-0170） ※第1回おれんじサロン（認知症の病気）はYouTube［ささえりあ清水・高平チャンネル］で視聴可 ※認知症カフェについて詳しくは、市ホームページへ。問い合わせは、お住まいの対象校区のささえりあへ。

（北区役所福祉課　☎272-1118）

新しい自治会長さんです

（4月28日までの届け出分）（敬称略）

木戸 桂介（桜井1）　吉村 孝夫（西里2）
甲斐 伸介（田原4）　山口 國男（川上7）
光永 洋之（龍田1）　小佐井 智利（川上14）
宮﨑 伸行（北部東5）　北村 綴（西里7）
田村 誠司（西里13）　田上 精（麻生田3）
西村 三郎（西里9）　土嶋 晴男（西里11）

（北区役所総務企画課　☎272-1110）

“きた”くなるお知らせ♪

内　容	対　象	期日・時間	場　所	申　込
家族介護者のつどい				
介護している家族が気軽に立ち寄れる拠り所	介護者、介護経験者などどなたでも	**9月13日（火）午前10時～正午**	北区植木町米塚370-17（民家）	コロナ禍の開催判断については、ささえりあ植木（☎272-6914）へ　費用：100円　定員：10人
無料　オンブズマンが区役所を巡回します（オンブズマン事務局）				
本市オンブズマンが、区役所で市民の皆さんとの面談を通じ、苦情申立てを受け付けます	どなたでも（市外にお住まいの方や外国人、団体なども可）	**9月15日（木）午後2時～4時**	北区役所第3会議室	9月5日～14日 午後5時までに電話でオンブズマン事務局（☎328-2916）へ　※先着3人　※内容により受付できない場合があります
無料　熊本西年金事務所による年金相談窓口（区民課）				
年金相談（予約の際、相談者・配偶者の年金番号をご準備ください）	市内に住む方	**9月22日（木）午前10時～午後3時**	北区役所2階第4会議室	9月5日から電話または直接北区役所 区民課 国保年金班（☎272-6905）へ　※予約制
無料　行政書士による無料相談会（総務企画課）				
交通事故、相続・遺言、成年後見等に関する相談	どなたでも	**9月26日（月）午前11時～午後4時**	北区役所1階ロビー	当日直接会場へ 詳しくは、登録相談員等管理委員会（☎385-7301）へ。
無料　はじめての離乳食教室（保健子ども課）				
離乳食の進め方、赤ちゃんの歯についてなど	北区に住む令和4年4月～5月生まれの赤ちゃん（第1子）と保護者	**9月29日（木）午後1時半～2時半**	植木文化センター和室	9月5日から電話で北区役所保健子ども課（☎272-1128）へ。　※先着3組　親子（母子）健康手帳、バスタオルを持参ください。

子育て・こころとからだの健康相談

お問い合わせ（各区保健子ども課）
中央区 ☎328-2419　南　区 ☎357-4138
東　区 ☎367-9134　北　区 ☎272-1128
西　区 ☎329-1147

育児相談

○区役所保健子ども課（子育て世代包括支援センター）
お子さまの成長や行動面、ことばに関すること、授乳や離乳食等に関すること、むし歯予防など子育てに関するご質問に保健師・栄養士・歯科衛生士がお電話にて対応します。
日時　月～金曜日 午前8時半～午後5時15分（祝日除く）

○子育て支援センター
食事・睡眠・遊び等の子育てに関する相談に保育士が応じます。施設によって応対時間が異なりますので、まずはお電話ください。その他、身長・体重計も備えています。

⬆子育て支援センターについて、詳しくはこちら

健康相談

日時　中央区：第2・4火曜日、東区：第1・3木曜日、西区：第1・3火曜日
南区：第1・2木曜日、北区：第1・3月曜日
時間は午後1時～3時、西区のみ午前10時～正午（予約制）
場所　区役所保健子ども課
内容　生活習慣病や女性の健康に関する相談など
※電話相談も受付中です。（月～金曜日（祝日除く）、午前8時半～午後5時15分）

心の健康相談

	日　時	場　所	対　象	定　員	申　込
中央区	9月26日（月）午後2時～4時	中央区役所3階保健子ども課相談室	精神的な不安や悩みのある方またはその家族など	2組（先着順）	9月12日～22日に電話で
東　区	10月14日（金）午後1時半～3時半	東区役所3階保健子ども課相談室			9月20日～10月12日に電話で
西　区	9月27日（火）午前9時半～午後0時半	西区役所3階保健子ども課相談室		3組（先着順）	9月5日～22日に電話で
南　区	9月14日（水）午後1時45分～3時45分	南区役所3階保健子ども課相談室		2組（先着順）	9月2日～12日に電話で
北　区	9月12日（月）午後2時～4時	北区役所1階小会議室			9月5日～9日に電話で

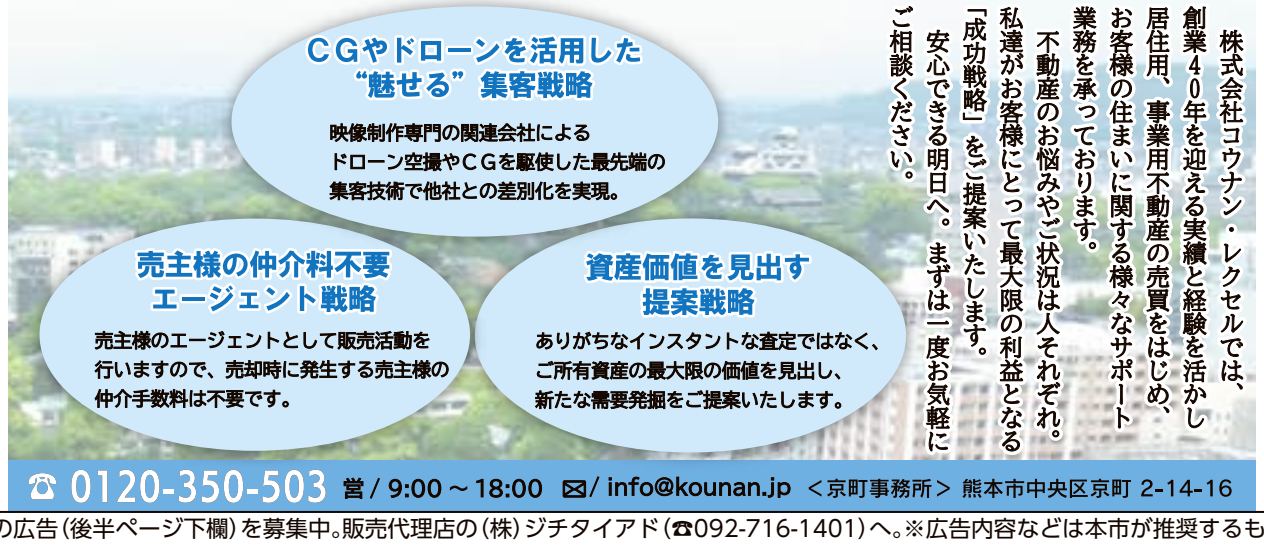
日＝日時　期＝期日、期間　時＝時間　場＝場所　内＝内容　題＝演題　師＝講師　出＝出演　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持参物　申＝申込　問＝問い合わせ先

広告

HPにて「成功戦略」公開中！

LINEでのご相談はこちらから

コウナン
宅建業 / 熊本県知事 (8) 第 3361 号



くまもと市政だよりへの広告（後半ページ下欄）を募集中。販売代理店の（株）ジチタイアド（☎092-716-1401）へ。※広告内容などは本市が推奨するものではありません。

9月の第三土曜日は国際レッサーパンダデーです。国際レッサーパンダデーとは、国際的な保護団体であるRed Panda Networkが提唱しており、この日は世界中の動物園などでレッサーパンダのことをより詳しく知ってもらおうとさまざまなイベントが行われています。当園には3月にかぼす(オス　4歳)とシンファ(メス　3歳)がやってきました。かわいらしい姿や仕草から早くも動植物園の人気者です。しかし、レッサーパンダは野生では絶滅の危機にあります。なぜ絶滅の危機にあるのでしょう？レッサーパンダを守るために私たちにできることは？そんなことを皆で考えるきっかけとなる日になればと思います。

何はともあれ、レッサーパンダを知っていただかなくてはなりません。ぜひ、動植物園におこしください。

飼育員　大川 菜穂美

熊本城かわら版

特別史跡熊本城跡千葉城地区発掘調査現地説明会開催！

無料

令和4年3月から実施している発掘調査の成果について、現地でわかりやすくお伝えします。

日時　9月17日(土)
午前の部：午前10時半～11時半
午後の部：午後1時～2時
※小雨決行(雨天の場合9月24日(土)に延期)

場所　NHK熊本放送局跡地(中央区千葉城町2-5)

申込　当日直接会場へ

※会場に駐車場はありません。公共交通機関または近隣の有料駐車場をご利用ください。

(熊本城調査研究センター　☎096-355-2327)

特別公開北ルートの一部が通行制限となります

現在、二の丸広場側から工事用スロープを経由して天守閣へ向かう「北ルート」と、特別見学通路を経由して天守閣へ向かう「南ルート」の二つの公開ルートがあります。

今秋の宇土櫓復旧工事に伴い、10月1日(土)以降、日曜日と祝日を除き、北ルートの一部(西出丸から平左衛門丸まで)が通行できなくなります。※数寄屋丸前のトイレの利用は可。

南ルートは、これまでどおり通行制限はありません。

ご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。

(熊本城総合事務所　☎096-352-5900)

熊本市政令指定都市移行10周年記念大会

熊本城マラソン2023
2023.2.19[SUN]開催!

エントリー受付中! 9/26(月)まで 抽選制

●申込みの流れ

申込み受付開始‥‥9月1日(木)午前10時～
▼
申込み締切日‥‥‥9月26日(月)午後5時
▼
当落結果通知‥‥‥10月中旬

申し込んだ方全員に通知します。
(グループエントリーの場合は、代表者に通知)

●申込方法

エントリーについては、インターネットのみとなります。

詳しくは大会ホームページへ！
熊本城マラソン　検索
https://www.kumamotojyo-marathon.jp

●種目/参加資格/参加定員/参加料

種目	歴史めぐりフルマラソン	金栗記念熊日30キロロードレース	城下町ファンラン
参加資格	大会当日に満18歳以上の方(高校生不可)6時間40分以内に完走できる方	平成16年4月1日以前生まれ(高校生不可)の日本陸連登録者	中学生以上
参加定員	11,000人	150人	1,500人
参加料(システム使用料含)	14,500円	6,000円	4,000円

ボランティア9月1日(木)受付スタート！
定員になり次第締め切り。詳しくは熊本城マラソン実行委員会事務局までお問い合わせください。

熊本城マラソン マスコットキャラクター"きよくま"

初めての方に先行抽選のチャンス！
熊本城マラソン初挑戦枠
対象種目　歴史めぐりフルマラソン
定員　2,300人 抽選制
対象　過去に熊本城マラソン(歴史めぐりフルマラソン)の出走経験のない方。

「熊本城マラソン初挑戦枠」として2,300人を募集。定員に達した場合は、先行抽選を行います。先行抽選で落選した方は自動的に一般募集枠へエントリーされます。連続落選者枠の対象となる方は、連続落選者枠へ自動的にエントリーされます。
※グループエントリーはできません。※これまでの大会において出走していなくても出走権を得た方は除く。

今度こそは走りたい！
10回記念連続落選者枠
対象種目　歴史めぐりフルマラソン
定員　250人(自動エントリー) 抽選制
対象　2018～2020大会まで、3年連続で歴史めぐりフルマラソンを申込み、抽選で連続落選した方。

「一般枠」もしくは「熊本城マラソン初挑戦枠」にエントリーしていただくと、対象となる方は連続落選者枠へ自動的にエントリーされます。別途手続きは必要ありません。
※グループエントリーでの申込みは対象外となります。※定員を超えた場合は抽選を行います。連続落選者枠に外れた方は、すべて一般抽選へと移行し、その中で再抽選となります。

熊本応援チャリティランナー特別枠
対象種目　歴史めぐりフルマラソン・城下町ファンラン
定員　500人 先着順
対象　60口(3万円)以上の寄附をしていただける方。

熊本応援チャリティ募金に賛同し、60口(3万円)以上の寄附をしていただくと、抽選なしで熊本城マラソン(歴史めぐりフルマラソン・城下町ファンラン)へ出場できます。
※参加料は別途必要となります。※グループエントリーはできません。※本チャリティへの寄附金は、「ふるさと納税寄附金控除」の対象となります。

お問い合わせ　熊本城マラソン実行委員会事務局 TEL:096-328-2373　受付時間：平日午前9時～午後5時

主催／熊本城マラソン実行委員会　熊本市、熊本日日新聞社、一般財団法人熊本陸上競技協会
主管／一般財団法人熊本陸上競技協会、熊本市陸上競技協会

熊本市コールセンター　休日在宅当番医、イベント情報、区の窓口業務など、気軽にお尋ねください
午前8時～午後8時(年中無休)
ひごまるコール☎096-334-1500(さあ みんな 知ってる ひごまる)
FAX 096-370-2002　ホームページ　ひごまるコール　検索
電子メールアドレス 1500@higomaru-call.jp

配布に関する問い合わせ　市政だより配布センター ☎0120-666-659 [午前8時～午後8時(土・日、祝日は除く)]

「QRコード」は(株)デンソーウェーブの登録商標です。

公式ホームページ・SNS　最新情報をお届けします
ホームページ　フェイスブック　ツイッター　LINE