

10
October 2015
Number 116

広報

こらし

いつも、
ありがとう

認知症特集

その手を、にぎって



合志市 秋まつりに参加しませんか

フォトモザイクアート あなたの顔写真募集



皆さんの笑顔の写真を募集します。
フォトモザイクとは、たくさんの写真を並べて1枚の絵を作るアートです。

●**応募方法** メール本文に氏名・住所・電話番号を記入し、
写真を添付してお送りください。

●**送信先** 54-matsuri@rmp.co.jp

※QRコードを読み込むとメールが作成されます。

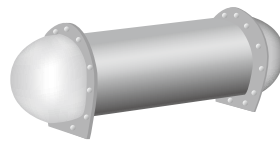


●**応募要件** ①人の顔写真 ②肖像権を侵害しない写真
(タレントやキャラクターなどは不可) ③デジタルカメラ、
携帯、スマートフォンのカメラで撮影した写真

●**その他** 個人情報や写真はフォトモザイク作成にのみ使
用します。未成年の写真の応募は、保護者の同意を得たも
のとしします。写真の仕様が適さない場合は、使用しないこ
とがあります。完成したモザイクアートの著作権は合志市
に帰属します。

●**申込期限** 10月23日(金)

タイムカプセルの メッセージ募集



10年後の自分、家族、子どもへのメッ
セージをタイムカプセルに入れてみませ
んか。10年後に皆さんに郵送します。

●**受付日時** 11月7日(土) 秋まつり当日

午前11時～午後5時

●**受付場所** 秋まつり会場

●**応募資格** 市内在住の人

●**応募方法** ①はがきまたは封書にメッセージを記入
②切手を貼り郵送できる状態にお持ちください

※はがきの場合は裏面の下約3cm、封書は裏側の約3分の1
のスペースを空けてください。

※切手金額不足、住所表示が不十分なものは受付不可。

●問い合わせ先

一般社団法人 クラッシーノこうし

☎342-5554

秋まつりと
同時開催

合志市エコまつり

ことしも合志市秋まつりと同時開催で市エコまつりを開催します。
環境保護について関心と理解を深めるため、エコに関する体験型
のイベントやフリーマーケットなどを行ないます。

●**と き** 11月7日(土) 午前11時～

●**と ころ** 農業公園カントリーパーク

●**内 容** 環境団体によるごみ分別クイズ、EM菌使用の野菜の販
売、フリーマーケット、ダンボール工作、ペットの手作
り迷子札作り、景品抽選会など



今年もやります！リサイクル自転車抽選会

今月の表紙



浜崎琴子さん(93)と、
娘の弘子さん(72)です。
琴さんが入所するグルー
プホームさくらんぼ須屋の
テラスから、秋の夕日を眺め
る二人。毎日のように琴子
さんのもとに通い、食事介
助などをする弘子さん。二
人の背中が互いに「ありが
とう」と言っているような気
がしました。

今月の主な話題

認知症特集

その手を、にぎって…………… 4

平成28年度

保育園・幼稚園などの入園案内…………… 10

【シリーズ】社会保障・税番号制度 その④

個人番号カードの交付申請をしませんか…………… 12

平成27年度

インフルエンザ予防接種を開始します…………… 17

合志市誕生10周年記念事業 合志市 ウォーキング大会

●と き 11月7日(土)

●ところ 農業公園カントリーパーク

秋の合志路でココロとカラダの健康づくりをしませんか。

●コース

コース	距離	受付開始	出発式	スタート	ゴール
①秋の並木道コース	5km	9:30	10:10	10:30	最終ゴール 15:00
②元気の森公園コース	10km	8:30	9:10	9:30	
③合志の歴史と自然コース	20km	7:30	8:10	8:30	

① 菊池恵楓園の並木道周回

② 菊池恵楓園の並木道・すすかけ台・元気の森公園・泉ヶ丘・きくちのまんま

③ 竹迫城跡・ひのくにふれあいセンター・弁天山公園・ユーパレス弁天

●参加資格

申し込みコースを完歩でき、大会ルール・マナーを守れる人なら誰でも参加できます。ただし、中学生以下は保護者など責任者の同伴、介助が必要な人は介助者の同伴が必要です。ペットを連れての参加はできません。

●参加費

区 分	参加費	参加費に含まれるもの
市 民	500円	記念品、ゼッケン、コース図、保険代
一 般	1,500円	
中学生以下	無料	ゼッケン、保険代

※中学生以下は市民・一般ともに無料です。

●申込方法

インターネット、はがき、FAXのいずれかで申し込んだ後、参加費を右記の口座に振り込んでください。10月下旬に大会資料を送付します。

大会公式サイトでの申し込み

<http://lets.kumanichi.com/koshiwalk/>

① 上記のサイトにアクセスし、必要事項を入力・送信する。

② 7日以内に参加費を右記の銀行口座へ振り込む。

はがき・FAXでの申し込み

① 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、参加コース名を明記し、郵送・送信する。

(複数で応募する場合も、それぞれの必要事項をご記入ください)

② 投函・送信後、7日以内に参加費を右記の銀行口座へ振り込む。

●申込先

●はがき 〒860-8506

熊本市中央区世安町172

合志市ウォーキング大会事務局

●FAX 372-8711

●振込先

肥後銀行 水道町支店 普通 2715967

合志市ウォーキング大会事務局

※振込手数料はご負担ください。

※複数人での申し込みの際は、申込者名義でお振り込みください。

●申込(入金) 締切 10月16日(金)

※ただし、申込者数が3コース合計 1,000人になり次第締め切ります。

●表彰 完歩した人には完歩証を差し上げます。

●免責事項・大会規約

免責事項と大会規約はチラシや大会ホームページに記載しています。参加申し込みは、免責事項や大会規約に同意のうえで行なっているものとみなしますので、必ず確認してお申し込みください。

※雨天決行ですが、台風などにより大会を中止する場合があります。その際、参加料の払い戻しはありません。

●問い合わせ先

健康づくり推進課 健康推進班(西合志庁舎)

☎242-1183



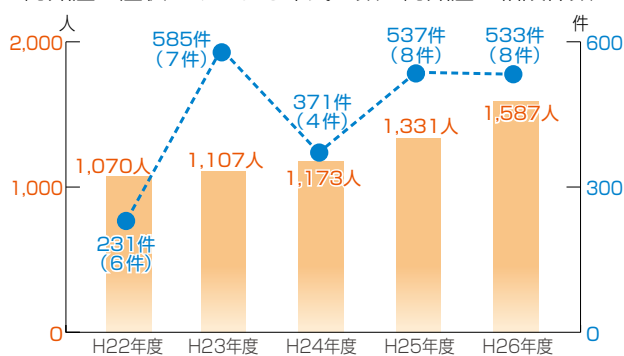
認知症特集

その手を、にぎって

認知症は、85歳以上の高齢者の4人に1人がかかるともいわれ、いまや身近な病気となっています。平成27年3月末現在の本市の高齢化率は22・0％。要支援・要介護認定を受けている2、360人のうち、認知症の症状がみられる人は約1、600人で、その数は年々増加しています。

このような中、症状の悪化や介護する側の精神的負担の増大、虐待などを未然に防ぐためにも、認知症という病気やその症状、認知症の人の接し方について正しい認識が必要です。

認知症の症状がみられる市民の数と認知症の相談件数



■ 認知症の症状があると判断された人の数

● 包括支援センターに寄せられた認知症に関する相談の件数

※ () 内は、うち虐待に関する相談

アルツハイマー型認知症

最も多い認知症です。脳内で異常なたんぱく質がつくられ、脳細胞の動きが少しずつ失われ死んでいきます。脳が委縮して機能が全般的に低下し、徐々に進行します。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血など脳血管疾患で、病気が起きた部分の脳細胞の動きが失われて発症します。片麻痺や神経障害が起こりやすく、再発のたびに段階的に進行します。

レビー小体型認知症

脳内に「レビー小体」という特殊な物質が蓄積され、脳細胞が損傷を受けて発症します。手の震えや筋肉の硬直、幻視や被害妄想が起こりやすく、なだらかに進行します。

認知症にはその原因によっていくつもの種類がありますが、次の3つは3大認知症と言われています。

認知症にはその原因によっていくつもの種類がありますが、次の3つは3大認知症と言われています。

例えば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないというように、体験の一部を忘れるのは老化による年相応のもの忘れといえます。しかし、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。

認知症とは、脳の病気によって記憶力や判断力が低下し、社会生活や日常生活にまで支障がでるような状態で、通常の老化による衰えとは違います。

認知症は脳の病気

中核症状と周辺症状

認知症にかかると、病気の影響で脳の細胞が減り、記憶力や理解・判断力がひどく衰えます。これは病気の本質で、「中核症状」といいます。

中核症状が原因で周囲とうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることで妄想や幻覚などの症状が出る場合があります。これを「周辺症状」といいます。こちらは周囲が配慮することで発生を抑える、または緩和することができます。

中核症状

- 知っているはずの記憶を思い出せない
- 日時や季節感、場所、人間関係が把握できなくなる
- 旅行や料理など、計画や手順を考えて実行することが難しくなる
- いつもと違うわずかな変化に対応できなくなる

不安・焦り・心身の不調
周囲の不適切な対応

周辺症状

- 妄想
- 徘徊
- 攻撃的な言動
- 便をいじるなど排泄の混乱
- 過食など食行動の混乱など
- 幻覚
- 無気力



接し方で症状は変わる

認知症の症状が進行しても、感情やその人らしさは残っています。

認知症の人と接するときのポイントについて、認知症にも対応できる地域密着型の複合施設さくらんぼ須屋、介護老人保健施設桜の里の皆さんに聴きました。

目線を合わせて笑顔で接する

まず、目線の高さには気をつけています。軽いスキンシップもします。話すときは笑顔で、目を見ながらゆっくりゆっくりと話しています。また、不安は病気を悪化させたりするので、笑顔を見せたり楽しい雰囲気をつくったりすることも大切です。

サインを見逃さない

例えば、ご自宅でトイレの場所がわからなくなるケースもあります。

トイレに行きたいのに場所がわからないと、ドアをあちこち開け始めたり、ズボンを下ろす動作をしたり。

必ずサインがあると思うんですね。それを周りの人が気付いて誘導する。本人が不安にならないよう配慮するのがポイントです。



グループホーム
さくらんぼ須屋
佐々木 幸代さん



介護老人保健施設 桜の里
田原 一美さん

気持ちを受け止める・否定しない

朝ごはんを食べ終わったらそばから「私は食べとらん」と言われることがあります。

でも、「さっき食べたでしょ」という返し方ではうまくいかないことが多いです。「お腹が減ったんですね」「じゃあお茶でも飲んで少し待っててください」と返しています。

突き放さずに話をしっかり受け止めて、共感する。「そうですね、辛いですね、心配ですね」と、こちらも同じ気持ちだと伝えます。それから話題を変えるのも一つの方法。説得はうまくいかないことが多いので、否定するのではなく、まずは本人の気持ちを受け止めることが重要だと思います。

「忘れる」ことを利用する

一つのことでも頭がいっぱいになったときは、周囲の言葉があまり耳に入りません。

周りが懇々と説明してもわからないので、まずは落ち着いてもらうことです。その人の個性に応じた対応が重要です。話題を変えるのも一つの方法。例えば「お茶を入れましたよ」と、



デイサービス
さくらんぼ須屋
岩本 友美さん



小規模多機能ホーム
さくらんぼ須屋
西原 里美さん

話をすり替えてみる。「わかりました、じゃあ一度座りましょうか」「お茶でもどうですか」と言うと気持ち少し落ち着いたり、「今日は寒いですね」というと「あ、そうですね」と切り替わったりすることもあります。

それでも同じ訴えが続いたらその話にしっかり耳を傾ける。そのうち何を怒っていたのか、何を探していたのか、頭から離れることも多いです。

一人で悩まない

一生懸命な介護者ほど「自分が頑張らなきゃ」と頑張りすぎてしまします。一人で悩まずに相談してください。

サービスを使って家族を預けることは、ただ単に楽をすることとは違います。介護するご家族にも一息つく時間が必要です。介護する人の笑顔は、介護される人の笑顔につながります。本市でもたくさんの方が認知症の人を介護しています。いろんな人の話を聞いて、いろんなところに吐き出して、まずは介護する人が元気であってほしいです。

母の状態は私の鏡



自身の94歳の母を
在宅で介護する
伊瀬知 孝子さん
(堀川)

以前はいつも身ぎれいでおしゃれだった母。無口になり、食べない、笑わない、入浴もおっくうになり、大切な母が壊れていくという不安にとらわれました。在宅介護を選択していた状況で、私がこんなに頑張っているのに分かってくれない、時間をかけて作った食事を食べ

てくれないという思いでいっぱいでした。そんな時、無理に食べさせようと自分のしかめっ面がつかまりました。拒否する母の姿は私の鏡でした。母の状態を受け入れて自分に折り合いをつけるまでの葛藤は辛いものでした。でも、暗く悩みながら過ごすよりも、昔の母の笑顔が見たい。そう考えて何があってもまずは声を立てて笑うことにしました。すると、母もつられて笑います。毎朝テレビを見て体操し、入浴中も一緒に昔の歌を歌い、折にふれては母を褒め「ありがと」と感謝の言葉を使います。

4年前に仕事も辞めて自分の時間もない日々ですが、夫の深い理解と協力、病院や地域の皆さんの見守りに支えられ、私は今の介護生活を楽しいと感じています。母も笑顔で「ありがと」が口癖になり、料理も「ニコニコ」と完食。嫌がっていたダイケアにも出かけます。肩肘張って重荷に感じていた介護が嘘のよう。母の笑顔を生きたがいに私の在宅介護はまだまだ続きます。



息子がアルツハイマーの母を支えて

9月10日にふれあい館で行なわれた認知症講演会。アルツハイマー型認知症の母を約10年間介護した講師の野田明宏さんに、ご自身の介護経験や心の葛藤について聴きました。

例えるなら、認知症の在宅介護者は台風の暴風圏内にいるようなもの。何の情報も知識もないまま、台風の位置や勢力もわかりません。天気図を見ると今後の動きが予想できるのに、渦中にいるとさっぱりわからない。これが在宅介護者だと僕は思っています。

認知症の家族の在宅介護

僕の母親「和ちゃん」は、アルツハイマー型認知症でした。介護していたのは、僕が47歳から56歳までの約10年間。歩いていてつまずくことから始まり、もの忘れや失禁などさまざまな過



3年半前に亡くなった野田さんの母・和子さん(左)と明宏さん

程を踏んで症状は進みました。僕は以前、親父の介護をしていて知識があったので、次に出てくる症状が予想でき、また、和ちゃんの症状も教科書どおりに進行していきました。

息子が母親を介護するということ

息子が父親を介護したり、夫が妻を、妻が夫を、いろんなパターンがあると思います。僕がいろいろ取材した中で、娘が父親の性器を見るのはそんなに抵抗ないという人は結構いました。僕の場合、息子が母親の性器を見るのは精神的にかなりしんどいものがありました。とても凜とした母親でしたから、その性器を見るということがとても恐怖というか、逃げ出したい気持ちになりました。だけど、介護していると逃げ出せないんですね。おむつ交換にしても入浴介助にしても、何かにつけて絶対裸同然にしなければいけないことがあるわけですね。

初めて入浴介助するとき、和ちゃんはすでに僕を息子とは思っていませんでしたが、僕にとってはきつちり母親でした。「和ちゃん、今日、風呂入ろうや」と言ってるドキドキしながら風呂で待っていると、突然「来たよー」と、裸でやって来た和ちゃん。母親の裸を見るのは子どもころ以来だったので、「年取ったなあ、体が小っそなりました」と感慨深い気持ちになりました。ところが和ちゃんはあつからんとしている。だから気持ちの中に変な抵抗感はなくなっただけで入浴用のいすに座ってお股開いて洗ってあげて、風呂の中で笑い、これでひとつ乗り越えたと思いました。

アルツハイマーになったからそういうことをしなければいけなくなったんですが、そのときはアルツハイマーに感謝しましたね。いろんな考え方があるとは思いますが、僕は息子として本当に助かりました。そのまま入浴介助というものがとても気軽にできるようになりました。



のだ あきひろ
野田 明宏さん (59)

ープロフィールー

岡山県出身のフリーライター。アルツハイマー型認知症を患った母を約10年間在宅で介護。その経験をもとに『アルツハイマーの母をよろしく』など、息子による母の介護や、介護の現場に関する著書を発表。また、2014年には野田さんと母・和子さんの介護生活を描いたドキュメンタリー映画『和ちゃんとオレ』が公開。現在は執筆活動などの傍ら、施設介護の現場を知るために小規模多機能型居宅介護事業所で非常勤の介護職員として働く。

【ホームページ】野田明宏ネット
<http://www.noda-akihiro.net/>

心の負担と虐待

ひとつクリアしても、また次の壁がやってきます。和ちゃんは、夜のトイレがだんだん一人でできなくなりました。そうなるとその都度僕がついて行くか、逆にある程度時間が経ったら連れて行く。でも、だんだん座ってしなくなるんですよ。和式のトイレで立つてするんですね。夜ですからも僕も平常心ではなく、「おい、座ってやれや」「ションベンもちゃんとできんのか」って言葉がだんだん荒くなってきました。自分でも反省するんですが、そんな日がだんだん増えてきて、ほとんど毎回そうなっていました。

単独、あるいは核家族で認知症の人を在宅介護するのは、閉塞感があり、相談する相手もいなくて辛いです。誰も見てないから虐待に走ってしまいうこともあり。僕も虐待者です。和ちゃんをたたいて肋骨を二本

折ったことがあります。また、在宅介護を始めて3カ月くらいいこのころには和ちゃんの首を絞めたことがあります。僕も和ちゃんも泣いていて、はつと気づいたら僕が和ちゃんの首を絞めているという状況でした。どうしてそうなったのか、僕自身も本当によくわかりません。きつといろんなストレスがあつたんじゃないかと想像しています。

あんたというほうがいい

まだショートステイを利用してないころ、僕も仕事で忙しく、介護中に手がでたり足がでたりすることがありました。周りからは、ショートステイに2〜3日預けて和ちゃんから離れるよう言われ、老人保健施設に行きました。迷いましたが、「どう思う、よかつたらここで2泊3日くらいしてくれる？」と和ちゃんに尋ねると、「こう返ってきました。「わたしや、たたかれてもあんたというほうがいいんじゃない」このとき、僕は在宅介護のとなえ方が変わり、「この人を見なきゃいけない」という覚悟ができました。

介護をしていて悲しみや苦しみもありますが、喜びもあります。和ちゃんがふとしたことで笑ってくれる、笑顔になってくれる。屁をこいたり大あくびをしたり、この人生きてるなっって実感が得られることがある。そういうときは大笑いして楽しめます。

生きて、一緒にいてほしい

和ちゃんが83歳のころ、食事でもせるようになりました。あまりにむせるので責任が持てないと、デイサービスを2カ所断られたほどのです。誤嚥性肺炎になる危険性があつたので、長く生きてもらうために胃ろう（※）という選択をしました。周りには早すぎるんじゃないかとも言われましたが、おかげでその後の約4年間はのどかに過ごすことができました。

ただ、胃ろうは和ちゃんの意味でしたわけではなく、ある意味僕のがままで行なつたわけです。死ぬか生きるか、彼女は決められない。ずいぶん考えさせられる問題でした。でも、僕は和ちゃんに生きていてほしい、長くそばにいてほしい、一緒にいたいと思つていたので、僕も和ちゃんを一人にしないよういつも心掛けていました。

※胃に穴をあけて栄養を直接投与すること



一緒にボウリングを楽しむ二人

和ちゃんの介護を終えて

仕事で千葉県に行ったときのことです。取材中、「お母さんが亡くなりました」と電話がかかってきました。大泣きしながら岡山の自宅に帰ってきました。9年7カ月ぐらいいすかね。母の在宅介護は終わりました。これでよかったんだらうか。その後いろいろな考えました。

介護しているときは束縛されていたら自由がほしいと思つていたのに、和ちゃんがいなくなつたら何をしたいかわからなくなりました。9年7カ月も介護してきて、もう生きがいになっていた。介護を中心に僕の生活が回つていたんだと思ひました。

母への思い

僕は、手元供養として母の歯と遺骨をロケットに入れて持ち歩いていきます。僕は結婚して

いない子どももいない。父も母もいないから一等親がいな

わつていったし、人に愛おしいと思つたのは彼女だけです。体は辛いですが、もう一回介護できるならあらためて再チャレンジしてもいい。そんなのありえつこないからそう思うのかもしれないし、元気で会えるならそれがいいけど。もう一回優しくしてみたい。

いま、介護している人へ

家族の介護は、それまでの長い時間の上に始まります。情が入る分、「私がここまでやってあげているのに、なんでお母さんは応えてくれないの」とか、そういう欲求が出てきます。求めてはいけないのに、できないのに、「ここまでやってあげているのになんなのよ」という変な求め方をするところがあります。

介護が終わつてからも、結局どこかで「よくやった」という充実感より、「どうしてあそこでできなかったのかな」という後悔や反省が前面に出てくる人が多いです。本当はよくやっているのに。

人を頼つたほうがいいです。在宅介護をしている人は、自分の介護が一番だと思つている人も結構います。家族のことは家族が一番把握しているのは間違いないけれど、プロにはプロの知識と経験があります。プロの意見を素直に聞いて共存していこうよ、ということも僕は言いたいです。



受診をためらわないで。 早期発見・早期治療の必要性

「認知症はどうせ治らない病気だから」と医療機関の受診をためらう人もいます。しかし、認知症は早期受診、早期診断、早期治療がとても重要です。

例えば、アルツハイマー型認知症は薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると健康な時間を延ばすことができます。

脳血管性認知症は、脳血管障がい
の再発やけが、体の病気、環境の激
変など、大きなストレスにより段階
的に進行することが多いので、これ
らを防ぐことで進行が止まることも
あります。

いま、できること

少子高齢化や核家族化で介護の担
い手が減っている現在、介護してい
る人もされている人も、地域全体で
手を取り合って守り支えることが必
要になっています。

本市でも、各所で認知症について
学んだり意見交換したりするさまざ
まな事業を行なっています。認知症
の家族がいる人、認知症の人、認知
症について知りたい人、何かできる
ことを探している人は、一度のぞい
てみませんか。



認知症家族のつどい

認知症の家族を介護する人などを対
象に、仲間が集い、気持ちを語り合
う場です。おおむね2カ月に1回、
奇数月に開催しています。

●とき 11月18日（水）

午後1時30分～

●ところ 泉ヶ丘市民センター

※場所は毎回変わります。

認知症カフェ

認知症の人やその家族が対象です。
仲間とカフェでゆっくり語り合いま
せんか。おおむね2カ月に1回、偶
数月に開催しています。

●とき 12月16日（水）

午後2時～

●ところ ふれあい館

カフェ・ランラン



認知症ささえ愛隊

認知症の人とその家族の支援などを行なう、市民の
有志でつくる団体です。認知症に関する研修会や講
演会など各種イベントの協力などを行ないます。

●現在の登録数 事業所 163カ所
個人登録 364人

●上記3事業の申し込み・問い合わせ先 市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎242-7000



肥後にわかで認知症について楽しく学びます



◀サポーターの証 オレンジリング

「認知症の人を応援します」という意思を示す目印として、受講者全員に配布します。



- **内 容** 認知症の人の徘徊による行方不明を想定し、あらかじめ登録または協力を依頼している団体・個人へ情報発信し、発見・声掛け・見守り・保護などを行ないます。

認知症サポーター養成講座

認知症への理解を深め、認知症の人やその家族を温かい目で見守る応援者を養成します。徘徊する高齢者への声掛けのポイントや接し方も学ぶことができる、やさしくわかりやすい講座です。

●平成26年度の受講者数

小・中学校や企業、老人会など、14回開催し、917人が参加しました。

講師を派遣します

認知症サポーター養成講座を開催しませんか

- **対象** おおむね15人以上の団体など

●申込先

市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎242-7000

市包括支援センター（西合志庁舎） ☎242-1124

ささえ愛ネットワーク 模擬訓練2015

徘徊模擬訓練ともいい、行方不明の高齢者を迅速に発見・保護するための訓練です。

認知症を理解した住民同士で助け合い、支え合う地域社会づくりを目指して行ないます。

- **と き** 11月29日（日）

午前9時～午後1時

- **ところ** 市福祉センターみどり館

- **事前説明会** 11月11日（水）午後1時30分～3時
市福祉センターみどり館

- **参加申し込み・問い合わせ先**

市包括支援センター（西合志庁舎） ☎242-1124

認知症について相談したいときは

●市内の認知症専門医療機関

- ・ 菊池病院（福原208） ☎248-2111
- ・ 中山記念病院（須屋702） ☎343-2617

●同じ悩みを持つ人に相談したい

- ・ 認知症の人と家族の会 ☎223-5164
午前9時～午後6時（水曜日以外毎日）

●認知症に関する困りごと

- ・ 県認知症ほっとコール ☎355-1755
午前9時～午後6時（水曜日以外毎日）

- ・ こうし高齢者相談センター（市包括支援センター）
☎242-1124
午前8時30分～午後5時15分（月～金曜日）



幼稚園・認定こども園（幼稚園部門）

3歳～就学前までの子どもの教育を行ないます。園ごとに違いはありますが、基本的には午前10時から午後2時まで開園。夕方まで預かりを延長できる園もあります。

●受付期間

園ごとに異なります。入園希望先の園に直接ご確認ください。

●申し込み・問い合わせ先

入園希望先の園に直接お申し込みください。

入園申し込みの流れ

- 1 幼稚園または認定こども園に入園申し込みをする（11月初旬）
- 2 園との面談
- 3 入園内定利用契約を結ぶ
- 4 入園準備をする

●認可保育園

小学校区	名称	定員	電話番号	小学校区	名称	定員	電話番号
合 志	竹迫みのり保育園	90	248-1944	西合志第一	愛泉保育園	70	242-0789
	合志中部保育園	100	248-0080	西合志南	西合志南保育園	110	344-6489
	栄保育園	90	248-3379		白百合保育園	120	348-0169
	ひかりの子保育園	90	249-2100	西合志中央	六華保育園	90	242-0896
合志南	南部保育園	100	248-1463		西合志中央保育園	150	242-0055
	すずかけ台保育園	90	248-4532		かすみ保育園	100	242-0458
	ひかりの丘保育園	90	248-4008		さくらんぼ保育園	100	242-5739
	はあもにいい保育園	70	247-2230	西合志東	西合志東保育園	150	242-3722
南ヶ丘	小羊保育園	110	248-3357		このみ坂保育園	90	247-6630
	こうしおんがく保育園	90	348-3020				
	杉並台保育園	50	274-2727				

●認可外保育園（市が入所措置をとっている園のみ）

小学校区	名称	定員	電話番号
合志南	かえでの森こども園	50	245-7765

●私立幼稚園

小学校区	名称	定員	電話番号
南ヶ丘	杉並台幼稚園	300	248-4555
西合志中央	六華幼稚園	90	242-1272

●地域型保育（小規模保育・保育ママ）

小学校区	名称	定員	電話番号
合 志	たんぼぼ	5	248-6555
南ヶ丘	ひかり園	10	248-8652
西合志南	はっぴいの園	13	344-5766
	ぼっぼ保育室 須屋	19	345-5443
西合志東	さくらんぼ保育室	10	327-9437

●認定こども園

小学校区	名称	定員	電話番号
南ヶ丘	合志こども園	70	247-1166
西合志南	リズム幼稚園	205	344-0328

平成 28 年度

保育園・幼稚園などの入園案内

平成28年度の保育園・幼稚園・認定こども園の入園申込方法を
ご案内します。受付期間中にお申し込みください。

●問い合わせ先 子育て支援課（西合志庁舎）
☎242-1159

保育園・認定こども園（保育園部門）

0歳（生後約3カ月）～就学前までの子どもの保育を行ないます。
園ごとに違いはありますが、基本的には午前7時ごろから11時間開園。
延長保育も行なっています。

かえでの森こども園、地域型保育も含みます。

●入園の手引き・申込用紙の配布・受付期間

11月2日（月）～12月4日（金）※土日祝日を除く。

●申込用紙配布場所

- ・子育て支援課（西合志庁舎）
- ・須屋支所
- ・市民課（合志庁舎）
- ・泉ヶ丘支所

●申込先

子育て支援課（西合志庁舎）

入園申し込みの流れ

- 1 市役所に入園申し込みをする
11月2日（月）～12月4日（金）
- 2 利用調整が行なわれる（12月）
- 3 入園決定通知が届く（1月中旬）
- 4 園との面談・入園準備をする

入園要件

日中、次のいずれかの理由で両親が子どもを保育できないこと。

- ・家庭外労働・家庭内労働、就学のため
- ・病気や怪我による療養のため
- ・病人の看護など
- ・母親の出産など
- ・家屋の災害による復旧のためなど
- ・その他（上記に類する状態であると市長が認める場合）

申込書類

- ① 新規入園申込書（子ども1人につき1部）
- ② 家庭状況調査書
- ③ 平成28年度保育園等入園希望の方へ
- ④ 保育の必要性を明らかにする次のいずれかの書類（両親分）
 - ・就労証明書
 - ・就学状況がわかる書類（入学決定通知書、時間割表など）
 - ・病人の看護などの状況がわかる書類（申立書、診断書など）
 - ・母子手帳の写し（表紙、分娩予定日）
- ⑤ 利用者負担額算定に必要な書類（平成27年度市町村民税課税証明書）

※申込書類は両親の状況により異なります。詳しくは
手引きをご覧ください。



来年度も今の保育所に継続して通いたい場合

現在通っている保育所で書類を受け取り、記入して保育所へ提出してください。

来年度から別の保育所に通いたい場合

受付期間中に新たに申し込みを行なってください。

市外の認可保育園・認定こども園（保育園機能）へ入園を希望する場合

市内の認可保育園などの入園要件に加えて、入園希望の施設所在市町村に保護者の就労先があることなどの要件が加わる場合があります。

申込方法は市内の保育園と同じです。詳しくは子育て支援課へお問い合わせください。

個人番号カードの交付申請をしませんか

●問い合わせ先 市民課（合志庁舎）

☎（248） 1113

社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）が10月5日からスタートします。それに伴い、一人一人の個人番号（マイナンバー）が記載された「通知カード」を、11月初旬頃から順次発送します。

「通知カード」にはマイナンバーが記載されていますが、これ1枚では身分証明書としては利用できません。将来的にさまざまなメリットがある「個人番号カード」の交付申請をしませんか。

個人番号カードのメリット

- ・個人番号を証明する書類になります
- ・各種行政手続きのオンライン申請に利用できます
- ・本人確認の際の公的な身分証明書になります
- ・インターネットを利用して、マイナンバーがいつでもどんな目的のために利用されたか確認できるようになります（マイナポータル）

通知カードと個人番号カードの違い

	通知カード	個人番号カード
対象者	全市民	希望者のみ
様式	顔写真なし ICチップなし 紙製	顔写真あり ICチップあり プラスチック製
カードの利用	別途、運転免許証などが必要	1枚で個人番号の提示と本人確認ができる
電子証明書	なし	あり
発行手数料	なし (再発行は500円)	初回無料 (再発行は1,000円)※

※内訳：個人番号カード800円、電子証明書200円

Q1

個人番号カードは
申請したらすぐにもらえますか

即日発行はできません。
申請後、平成28年1月以降に本人限定受取郵便または市民課（合志庁舎）で交付します。

Q2

受け取るときは
どのくらい時間がかかりますか

個人番号カードを市役所で受け取る場合、1人当たり約30分かかります。
時間に余裕をもってお越しください。

Q3

個人番号カードは
土日でも受け取れますか

土日のお受け取りはできません。
受取時間や場所は次のとおりです。必ず本人がお越しください。
と き 平日 午前8時30分～午後4時30分
ところ 市民課（合志庁舎）
※入院などで本人が来庁できない場合についてはお問い合わせください。

Q4

個人番号カードの
有効期間はありますか

10回目の誕生日までです。
なお、20歳未満の人は5回目の誕生日までとなります。

※電子証明書は5回目の誕生日まで。



マイナンバーの適切な管理について審議しました

ことし8月、市は、市個人情報保護審査会に行政手続きへのマイナンバーの利用や提供などについて定める条例の制定について、審議を依頼しました。

審査会からは、条例の制定に伴い、マイナンバー制度の実施に際しては、市民への周知、職員研修、個人情報保護評価書について十分に取り組むよう答申がなされました。



荒木市長へ答申を読み上げる坂本正会長

窓口で申請する ……➤ 郵便で受け取る

個人番号カードの申請
方法は次のとおりです



ステップ1

通知カードと個人番号カード
交付申請書が届く



申請窓口

- ・市民課（合志庁舎）
- ・西合志庁舎総合窓口課
- ・泉ヶ丘支所
- ・須屋支所

ステップ2

申請書に必要事項
を記入し、写真を
添えて窓口で
申請する



申請のときに必要なもの

- ・通知カード
- ・個人番号カード交付申請書
- ・顔写真1枚
（縦 4.5cm× 横 3.5cm）
※写真は直近6カ月以内に撮影し
た無帽・正面・無背景のもの

ステップ3

郵送される個人番号カードを
受け取る（平成28年1月以降）



- ・運転免許証など顔写真付きの
公的身分証明書
- ・住民基本台帳カード
（持っている人のみ）
※暗証番号の設定が必要になります。

郵送で申請する ……➤ 窓口で受け取る

ステップ1

通知カードと個人番号カード
交付申請書が届く



カードの受け取り窓口

- ・市民課（合志庁舎）のみ

ステップ2

申請書に必要事項を記入して
顔写真を貼り付け、
返信用封筒に
入れてポスト
に投函する



カードの受け取りに必要なもの

- ・通知カード
- ・個人番号カード交付通知書
- ・運転免許証など顔写真付きの
公的身分証明書

ステップ3

個人番号カード交付通知書
（はがき）が届いたら、市民
課（合志庁舎）でカードを受
け取る



- ・暗証番号（窓口で入力）
- ・住民基本台帳カード
（持っている人のみ）

スマートフォンなどを使って Web 申請する ……➤ 窓口で受け取る

ステップ1

通知カードと個人
番号カード交付申
請書が届く

ステップ2

申請書に印刷されたQR
コードを読み取り、所定の
フォームに入力。顔写真を
添付しオンライン申請する

ステップ3

個人番号カード交付通知書
（はがき）が届いたら、
市民課（合志庁舎）でカード
を受け取る



窓口・必要なものは
郵送申請と同じです

●使用する写真について、詳しくはインターネットの個人番号カード総合サイトをご覧ください
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

マイナンバーに関するお問い合わせ

コールセンター

- 日本語窓口 0570-20-0178
- 外国語窓口 0570-20-0291

※平日午前9時30分～午後5時30分（土日祝日・年末年始を除く）
※通話料がかかります。



環境通信

ENVIRONMENT

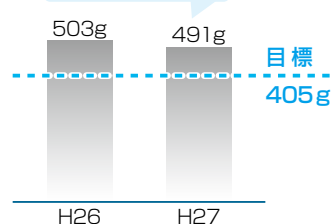
問い合わせ先 環境衛生課(合志庁舎) ☎248-1202

●ごみの分別を徹底しましょう
最近、燃やすごみの中に空き缶や鍋、工具類など、鉄・金属類が混入している事例が多発しています。燃やすごみに鉄・金属類が混入していると焼却施設の機械の故障につながります。
資源物はきちんと分別して種類ごとに分け、市の指定袋に入れて出しましょう。

本年度の4～7月の1人1日当たりの燃やすごみの量は、前年度同時期の503gから12g減りました。
今後も皆さんのご協力をお願いします。

1人1日当たりの
燃やすごみの量
(4～7月分)

12g減りました



燃やすごみの量を減らしましょう

浄化槽を利用している皆さんへ

●清掃
浄化槽を使用していると汚泥の堆積や浮遊物が発生するので、毎年1回(全ばつ気方式は6カ月ごとに1回)汚泥などを除去し機器類を洗浄・清掃する必要があります。
浄化槽の清掃は、市指定の浄化槽清掃業者に依頼してください。

●保守点検
浄化槽管理者は、浄化槽が十分に機能し良好な状態を維持しているか、定期的に点検する必要があります。
浄化槽保守点検業者(県登録業者)に保守点検を委託しましょう。

浄化槽は、トイレ・台所・洗濯機などから流れる生活排水を、微生物の働きなどできれいな水にして放流するための処理設備です。きれいな川や海を守るため、浄化槽の保守点検・清掃・法定検査を行ないましょう。
※ただし、市個別排水処理施設条例に基づく合併処理浄化槽は市で行ないます。

県登録浄化槽保守点検業者
市浄化槽清掃指定業者
(株)セイブクリーン
☎0120(812)583

●法定点検

浄化槽を使い始めてから3カ月から8カ月の間に行なう設置状況・水質検査と、毎年1回行なう定期検査を受けることが法律で定められています。

県指定機関

県浄化槽協会
☎(284)3355



ペットの飼い主の皆さんへ

県内では、平成26年度に2、553頭の犬と猫が殺処分されました。

ペットの飼い主には、その動物が命を終えるまで適切に面倒をみる「終生飼養」の責

任が法律で義務付けられています。そこで、飼い主の皆様へ、むやみにペットを増やさないようお願いします。

犬や猫は一度の出産で数匹の子どもを産みます。大型犬になると10匹を超えることもあります。増える前に飼うことができるかを考える必要があります。もし飼えないのであれば新しい里親を探さなければなりません。

増えすぎた望まない命たちは、適切な飼養がされず、殺処分にもつながってしまいます。

望まない命を増やさないためにも、不妊・去勢なども検討していただくようお願いします。



困りごとの相談窓口

安心サポート合志



4月に開所した安心サポート合志では、仕事や生活など困りごとや不安について、広く相談をお受けしています。一人一人の状況に合わせた支援プランを作成し、専門の相談支援員が寄り添いながら、他の専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。

ご自宅への訪問相談も行ないます

窓口での対応の他、ご自宅への訪問相談も行なっています。秘密は堅く守られますので気軽に電話ください。

▼相談時間

平日 午前8時30分～

午後5時15分

▼相談先

安心サポート合志

(西合志庁舎3階)

☎(242)9020

「気づきの目」を養いましょう

地域の家族見守りサポーター養成講座

●問い合わせ先

女性・子ども支援室(西合志庁舎)
☎(242)1240

児童虐待や家庭内の問題(DVを含む)は、社会的な問題になっていきます。悩んでいる人は自らが渦中にいるとは気づかず、また、SOSを出す力さえ無くしてしまっています。

知らないふりや無関心を無くし、「気になる」という直感や、「もしかして…」という視点を基礎から学んでみませんか。悩んでいる人を地域で早期発見できる「気づきの目」を養い、支え合いを大切にする住みよいまちをつくりましょう。

●ところ

御代志市民センター

2階集会室

●対象 基本的に8日間の講座を全て受講できる人

●定員 先着30人

●申込方法 電話

●申込期限 10月23日(金)

※受講無料。託児はありません。

●とき・内容

とき	内容	とき	内容
11/10(火) 13:30~15:30	子どもを取り巻く現状	1/8(金) 10:00~12:00	児童虐待が及ぼす影響
11/20(金) 10:00~12:00	子どもの貧困ワーク	1/19(火) 10:00~12:00	子どもの発達
12/4(金) 10:00~12:00	家族問題と児童虐待	2/9(火) 10:00~12:00	保護者への対応
12/21(月) 13:30~15:30	児童虐待とは	2/23(火) 10:00~12:00	ネットワークと地域の気づき

人口減少時代における空き家の有効活用

空き家シンポジウムin合志

●問い合わせ先

まちづくり対策室(合志庁舎)
☎(248)3855

現在、全国で問題となっている「空き家」ですが、本市も例外ではありません。

空き家問題の解決に向けて、官民連携でその有効活用

法を考え、市民の皆さんに不動産について学んでもらうこ

とを通じて、環境にやさしい

まちづくりを進めるためのシ

ンポジウムを開催します。

●とき 11月14日(土)

午後3時~5時

※受付 午後2時30分

●ところ

御代志市民センター講堂

メインセミナー

人口減少時代。地方は活性化するのか？

～不動産市場の構造変化とその対応策～

株式会社さくら事務所
会長 長嶋 修さん

業界初の個人向け不動産コンサルティング会社『株式会社さくら事務所』を設立、現会長。著書・メディア出演多数。



パネルディスカッション

- ・浦田 FP 事務所 所長 浦田 幸助さん
- ・(株)こうし未来研究所タウンマネージャー 上田耕太郎さん

くらしを支える基礎年金

●問い合わせ先 健康づくり推進課 国保年金班（西合志庁舎）

☎（242）1183

熊本西年金事務所 ☎（353）0142

公的年金の給付には、老齢・障害・遺族年金の3種類があります。

老後を支える老齢基礎年金

65歳以降、国民年金から「老齢基礎年金」を終身にわたって受け取ることができます。

保険料を納めた期間が長いほど（上限は40年・480月）老後に受け取る年金額も多くなり、短ければ受け取る年金額は少なくなります。

※厚生年金に加入していた期間は「老齢厚生年金」が上乗せされます。年金額は、過去報酬と加入期間に応じて決まります。

障がい状態になったとき 障害基礎年金

病気やけがが原因で障がいの状態になったとき、受け取ることができます。

受給要件

①20歳～60歳の国民年金の被保険者期間中に初めて受診した病気やけがが原因で一定の障がいの状態になったとき

②被保険者の資格を失ったあと、60歳以上65歳未満で一定の障がいの状態になったとき

③20歳未満で初めて受診した病気やけがが原因で一定の障がいの状態になったとき

※すでに老齢基礎年金をもらっている人は、障害基礎年金を請求することができません。

一家の働き手が亡くなったとき 遺族基礎年金

国民年金加入者が亡くなったとき、その人が生計を維持していた世帯の「18歳までの子のある配偶者」または「18歳までの子」に支給されます。

※配偶者に支給されるときは、子ども1人あたりに加算があります。合は20歳まで支給されます。

会社員や公務員であるときの障がいや死亡の場合には、厚生年金や共済年金からも支給されます。詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

本年度の健診はお済みですか

●問い合わせ先 健康づくり推進課（西合志庁舎）

高年齢者支援課（西合志庁舎） ☎（242）1109

治療中の人も受診を

特定健診は、治療中の人も対象です。全身の血管の状態を把握できる健診内容です。健診結果は、かかりつけ医に見てもらい、相談してください。

集団健診では、託児や送迎バスの運行も行ないます（社会保険の人も利用可）。送迎バスは日にちによって送迎場所が異なりますので、詳細は菊池養生園へお尋ねください。

●健診の対象者・料金など

種 類	生活習慣病健診	特定健診		後期高齢者健診
対象年齢	25 歳～ 39 歳	40 歳～ 74 歳		75 歳以上
対象者	・合志市国保加入者 ・加入する社会保険や職場などで健診を受けることができない人	合志市国保加入者	社会保険加入者	後期高齢者医療（合志市）加入者
自己負担金	1,500 円	1,500 円	ご加入の保険者に確認してください	800 円
受診方法	集団健診	集団健診 個別健診		集団健診 個別健診
問い合わせ先	健康づくり推進課			高齢者支援課

※健診時は空腹状態（できるだけ10時間以上飲食しない）で受診してください。

●集団健診

実施医療機関	健診日程
菊池養生園 菊池市泗水町吉富 2193-1 ☎ 0968-38-2820 受付時間 8:30 ～ 11:00	11月9日(月)・10日(火)・11日(水)・16日(月) 17日(火)・18日(水)・19日(木) ・託児は4カ月児～就学前。要予約 ・バス送迎場所 各庁舎、市民センター、公民館など

●個別健診（要予約）

実施医療機関	☎	実施医療機関	☎
庄嶋医院（合生）	242-3388	緒方整形外科医院（幾久富）	248-8181
ナカシマセブンクリニック（須屋）	288-0777	千年内科クリニック（幾久富）	273-7227
成松内科医院（須屋）	345-5151	ひかりヶ丘眼科・内科医院（幾久富）	348-6305
かたやま内科・漢方クリニック（御代志）	273-6960	宮川内科医院（栄）	248-2155
平山内科クリニック（御代志）	273-6104	大森医院（竹迫）	248-0003
森本整形外科医院（御代志）	242-2231		

※平成28年3月31日(木)まで(休診日を除く)

平成 27 年度

インフルエンザ予防接種を開始します

インフルエンザの予防接種費用を補助します。本年度から4種類のインフルエンザウイルスに対応したワクチンになり、さらに重症化の予防効果が期待できます。

なお、ワクチンの変更に伴い接種料金を見直しました。皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

●実施期間 10月～12月

※接種開始日は、医療機関によって異なる場合があります。

●対象 1歳以上で本市に住民票がある人

●接種回数 13歳未満…2回、13歳以上…1回

●委託医療機関 必ず早めの予約をして受診してください。予診票は各医療機関にあります。

医療機関	接種曜日・時間
いけざわこどもクリニック ☎242-6633	月～金 9:30～11:30、 14:00～14:30、15:00～17:40 土 9:30～11:30、14:00～15:40 ※火・水・金は18:00～18:20も可
大森医院 ☎248-0003	月・火・木・金(水・土は12:00まで) 9:00～12:00、13:30～18:00
緒方整形外科医院 ☎248-8181	月～金(土は12:30まで) 9:00～12:30、14:00～18:00
温耳鼻咽喉科医院 ☎248-6188	月・火・木・金 9:30～12:00、15:00～17:30
かたやま内科・漢方クリニック ☎273-6960	月・火・木・金・土 15:00～18:00
合志第一病院 ☎242-2745	予約時にご相談ください
柴田整形外科 ☎346-5500	月～金(水・土は13:00まで) 9:00～13:00、14:00～18:00
庄嶋医院 ☎242-3388	月～金(土は13:00まで) 9:00～12:00、13:30～17:30
千年内科クリニック ☎273-7227	月・火・木・金(水・土は12:00まで) 9:00～12:00、14:00～17:30
ナカシマセブンクリニック ☎288-0777	月・水・木・金(土は10:00～12:00) 9:00～11:00、16:00～18:00
和み内科診療所 ☎248-7534	火・水・金 8:30～12:30、13:30～18:00 木・土 8:30～12:30、13:00～15:00

●料金

年齢	接種費用	市補助額	自己負担額
1～64歳	4,200円	2,400円	1,800円
65歳以上		2,900円	1,300円

※生活保護受給者は全額補助します。事前の手続き(印鑑持参)が必要です。詳しくは福祉課(☎242-1149)までお尋ねください。

●持ってくるもの

- ・健康保険証、運転免許証など住所が分かるもの
- ・母子健康手帳(小学生以下は必ずお持ちください)



※65歳以上の人が委託医療機関以外で受ける場合、各庁舎・支所で事前に手続きが必要です。(印鑑持参)

※65歳未満の人が委託医療機関以外で受ける場合、全額自己負担となります。

※菊池市・菊陽町・大津町にも委託医療機関があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●問い合わせ先 健康づくり推進課 健康推進班(西合志庁舎) ☎242-1183

熊本都市計画区域による線引き②

～市街化区域周辺部の開発とインフラ整備～

南部に位置する市の面積
の約1割が市街化区域

●問い合わせ先 政策課 政策班（合志庁舎）

☎248-1028

合志市の市街化区域はどこ？

前回お知らせしたとおり、本市の市街化区域は、熊本市に隣接する南部地域です。（上図）市全体の面積は53.19㎢ですが、その約1割に当たる5.46㎢が市街化区域です。残り9割は市街化調整区域になっています。

合志市の人口は

どの地域で増えているの？

本市は、平成18年2月に合併したときの人口が52,516人でしたが、本年4月末には59,127人と、6千人以上増加しています。これは、市街化区域に隣接する土地の宅地開発の増加による影響が非常に大きいと考えられます。

市の南部地域の市街化区域には、市の約7割の人口と住宅地が集中しています。現在は市街化区域に隣接する周辺地域の宅地開発が進んでいます。

一部の地域だけ人口が増えると 何か問題があるの？

人口が増え、活気があるまちになっていくのは喜ばしいことですが、一定の地域だけに人口が集中するとさまざまな問題が出てきます。

学校の大規模化についても問題で

すが、特に大きな問題はインフラ整備（※）です。下水道や水道施設などのインフラ整備は、市街化区域をはじめとした都市部の面積や人口の伸びを基礎にその規模などを計算して実行されます。そのため、急激に増加する人口・住宅地などには対応していません。現在、人口増加により必要になった上下水道施設の整備については、既存施設の改修という形で対応している状況ですが、これはあくまでも応急的な対応であり、抜本的な解決にはなっていないです。

今後、インフラ整備を最初から行うことになった場合は莫大な予算が必要になり、市の財政に大きな影響が出てきます。

このようなこともあり、市は、人口が減少傾向にある北部地域への誘導を計画しています。平成23年度には「合志市重点区域土地利用計画書」を作成し、御代志地域、竹迫地域、辻久保など6カ所を拠点地域とした土地利用を進めているところです。

※生活や産業の基盤となる公共設備を整え、充実させること。

油

を流出させない
徹底した管理を

貯油タンクからの移し替えや配管などの破損により、油が河川などに流出すると環境へ大きな影響を与える恐れがあります。

油を扱う際にはタンクなどがきちんと固定されているか、ホース類を含め劣化がないかなど、管理を徹底しましょう。事故の処理費用は原因者（事故を起こした人）の負担となるため、一度でも事故が発生すれば莫大な債務を抱えることになります。油流出事故を起こした、見たという人は速やかに環境衛生課までご連絡ください。

●連絡先 環境衛生課（合志庁舎）
☎（248）1202



人の心や情景を歌う 全国吟詠コンクール九州地区大会入賞

7月26日、大分県で行なわれた平成27年度全国吟詠コンクール九州地区大会で、本木 暖さん（西合志東小5年・黒石団地）が入賞しました。

本木さんは2歳の頃から清吟流の宮原侑曲師範の下で吟詠を練習しています。「唄い続けていると、舞台やボランティアにも参加できていろんな人に出会えます」と話す本木さん。11月には日本武道館で行なわれる全国吟詠剣詩舞道大会への出場が決まっています。



入賞した本木さん

住みよい地域づくりに貢献 測友会が道路の清掃ボランティア

7月25日、菊池地域の測量会社でつくる測友会の会員20人が、地域貢献の一環として清掃ボランティアを行いました。同会は測量技術などの向上に努める有志の会で、この活動は安全で住みよい地域づくりに貢献しようと平成20年から毎年取り組んでいます。

ことしも御領にある市道・井出筋線周辺の除草作業を実施。雑草が生い茂っていた道路周辺も、作業後には見通しのいい美しい景観になりました。



道路周辺に生い茂った草を刈る測友会の皆さん

全国大会第3位 ルーテル学院中学サッカー部

8月20日～24日、北海道で開催された全国中学校サッカー大会に、九州ブロック代表としてルーテル学院中学サッカー部が出場し、見事3位に輝きました。同校は熊本市大会・県大会・九州大会を経て全国大会に出場。メンバー中、次の5人は本市出身の選手です。写真左から上田優成さん・野口慶悟さん（杉並台）、徳永敦優さん（上須屋）、井手俊太さん（みずき台）、川本魁斗さん（くぬぎヶ丘団地）



県勢としては8年ぶりのベスト4進出となりました

柔道大会で入賞 第22回菊池郡市少年柔道選手権大会

8月9日、西合志体育館で行なわれた菊池郡市少年柔道選手権大会で、真心館少年柔道クラブの小学生が多数入賞しました。成績は次のとおりです。

1年生男子の部準優勝	下村 修平さん（合志南小）
2年生女子の部優勝	中馬場桃葉さん（西合志東小）
3年生男子の部準優勝	吉田 翔太さん（西合志東小）
3年生女子の部4位	五家莉愛奈さん（西合志南小）
4年生男子の部4位	原田 翔太さん（西合志中央小）
5年生女子の部優勝	緒方 舞さん（西合志東小）



次の大会に向けてこれからも練習に励みます

子どもたちの健やかな成長を願って 上群地蔵祭り

8月29日、上群で地蔵祭りが行なわれました。これは、地元のお父さん有志が「地域の子どもたちと楽しもう」と、しばらく途絶えていた地蔵祭りをヒントに開催したものです。

地域にある竹を切り出し、子どもたちと一緒に竹灯籠を作り、焼きそばやかき氷を振る舞いました。参加者はお祭り気分を味わい、地域住民が安心安全に暮らせるようお地蔵さんに祈りました。



温かな灯がともった手作りの竹灯籠

千唐流空手道 第14回全日本選手権大会優勝

8月23日、菊池市で行なわれた千唐流空手道の第14回全日本選手権大会、マスターズA男女個人形（50～60歳）の部で鈴木政一さん（若原）が優勝しました。

鈴木さんは、「空手は健康と技術を磨くために仕事の合間に稽古してきた。定年後に本格的に空手に取り組んだ成果が実り、優勝できてうれしい。他の人の目標となるよう、また、空手を通じて青少年の育成にも貢献できるようこれからも努力したい」と話しました。



鈴木さんは空手5段・崇鈴堂の師範も務めています

命について考える 女性セミナーで福田病院・福田理事長が講演

9月16日、ヴィーブルで本年度4回目の女性セミナーが開催され、約30人が受講しました。

福田稗理事長が「命について考える」という題目で講演。がん、自殺、染色体異常、臓器移植、不妊、人工妊娠中絶や特別養子縁組など、人の命についてさまざまな角度から現状と課題を話しました。受講者の一人は欧米の産後の入院日数の少なさについて質問。解説を聞いて日本のお産事情の良さに驚いていました。



穏やかな口調で語る福田先生

「理想のカラダ」に変えるワザを身につけよう 健康増進フォーラム

9月12日、ヴィーブルで健康増進フォーラムを開催し、500人が参加しました。

医学博士の岡本香代子さんが歩き方や姿勢の整え方について実技を交えて講演。（株）タニタヘルスリンクの飯島奈実さんは「タニタが考える健康づくり」について話しました。参加者からは「姿勢に気を付けて歩きたい」「昆布など天然のだしで減塩できることが分かった」と前向きな声があがっていました。



講師の飯島さん（左）と岡本さん（右）

100 歳おめでとうございます

8 月と 9 月に 100 歳を迎えた人に、市長からお祝い状とお祝金が贈られました。



渡邊 貞雄さん
大正 4 年 8 月 31 日生



中場 スミエさん
大正 4 年 9 月 18 日生

※ご本人の希望により写真の掲載はありません。

合志市吟剣詩舞愛好会 10 周年記念大会

9 月 6 日、ユウベルホテルで合志市吟剣詩舞愛好会の 10 周年大会が開催され、3 歳から 90 歳までの会員など 58 人が参加しました。同会は本市の誕生を機に平成 18 年に結成。年に 1 回、流派を越えて大会を開き、吟詠の普及・発展に努め、懇親を深めています。



各流派の代表の皆さん

支え合って 50 年 熊日金婚夫婦表彰伝達式

9 月 8 日、御代志市民センターで第 57 回熊日金婚夫婦表彰伝達式・合志市金婚夫婦表彰式を行いました。これは、熊本日日新聞社が天皇皇后両陛下のご成婚を記念して、1959 年（昭和 34 年）に始めたものです。ことしは、1965 年（昭和 40 年）に結婚した夫婦が対象で、当日は 48 組が出席しました。

式では、市長が代表の横山博信さん、茂子さん夫妻（横町区）に表彰状と記念品を手渡し、「夫婦ともに健康で、長年に渡り連れ添われ金婚を迎えられたことは市民の模範です」と祝辞を述べ、結婚 50 年を祝いました。また、横山さん夫妻は「夫婦ともに健康に留意し家庭や地域で協力し合いながら合志市のために貢献したい」と謝辞を述べました。



お知らせ

秋の行政相談週間

10月19日(月)から25日(日)まで、秋の行政相談週間が全国一斉に展開されます。本市でも、毎月行政相談所を開設しています。10月は9日(金)と20日(火)です。

行政に対するご意見・要望などは行政相談委員または熊本行政評価事務所までご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

また、行政相談と同日に法律・心配ごと・人権相談もお受けしています。

※相談日・場所は、広報こうし「お知らせカレンダー」に毎月掲載しています。

▼問い合わせ先

総務課 総務・男女共同参画班(合志庁舎)

☎(248)1112

熊本行政評価事務所

☎(324)1662

税の納付は 便利な口座振替で

市では、経費削減になることから、便利な口座振替による納税を推進しています。

受付日の翌月末日の納期限(月末が土日祝日の場合は月初めの営業日)から指定の口座より自動的に引き落とされます。

※ゆうちょ銀行での振替の場合、翌々月末日の納期限より振替となります。

手続きは、税務課(合志庁舎)、西合志庁舎総合窓口課、須屋支所、泉ヶ丘支所、市内の指定金融機関、市内の収納代理金融機関で受け付けています。

▼指定金融機関

菊池地域農業協同組合

▼収納代理金融機関

肥後銀行、熊本銀行、熊本信用金庫、熊本第一信用金庫、熊本中央信用金庫、ゆうちょ銀行、熊本県信用組合

▼問い合わせ先

税務課(合志庁舎)

☎(248)1114

夏秋作のウリ類・トマトを栽培する農家・市民の皆さんへ

タバココナジラミやミナミキイロアザミウマは、ウリ類のウイルス病を媒介します。感染すると、深刻な品質低下や収量の減少を招きます。

産地をウイルス病から守るため、栽培終了後は閉め込みなどの対策をとって、地域のウイルス病まん延を防ぎましょう。

閉め込みができるほ場

栽培終了後はハウスを開放せず、閉じた状態で株を抜き取るか、地際を切断して内部を除草してください。

植物が枯れてしまった状態でハウスを閉め込んでおくと、中の害虫は餌がなくなり死滅します。

閉め込み期間は、気温が低下する10月以降は2週間以上。可能であれば1カ月間です。

閉め込みができないほ場

対象害虫がいる場合は、害虫が他のウリ類やトマトのほ場に移動するのを防ぐため、農薬散布後に株を抜き取るなどして速やかに枯らしてください。

ウイルス病が発生している場合は、植物を抜いて袋などに入れて密閉しましょう。

ユーパレス弁天

回数券の日
10月1日(木)・15日(木)
18日(日)・25日(日)

ピラティスを体験しませんか

胸式呼吸を用い、ストレッチを中心とした動きで体の奥の筋肉をしなやかに丈夫な筋肉に鍛える運動です。



- とき 10月10日(土)～12月12日(土)
毎週土曜日 10:30～11:30
- ところ 軽運動室 ●定員 20人
- 参加費 1回800円(10回コース5,000円)
- 申し込み・問い合わせ先
ユーパレス弁天 ☎348-2626
※10月8日(木)は休館日です。

第21回上庄城山祭り

住民手作りの出店や楽しいステージイベントなど盛りだくさんです。

また、竹迫城跡公園は草スキー(ソリ)の名所でもあり、周辺地域には古い町並みが残っています。ぜひお越しください。

▼とき 10月25日(日)

午前9時30分～午後3時頃

▼ところ 竹迫城跡公園

※駐車場あり。レターバスは「合志小」前下車徒歩10分

▼問い合わせ先

上庄城山祭り実行委員会
代表 上庄区長 緒方 明

☎090(2716)8223

コナジラミ

ミナミキイロアザミウマ



▼問い合わせ先

菊池地域振興局
農業普及・振興課

☎0968(25)4205

やさしさでつくる共生社会
精神保健福祉普及運動週間

10月26日(月)から11月1日(日)は、精神保健福祉普及運動週間です。こととして63回目となるこの運動は、精神保健福祉を取り巻く現状や課題について考え、理解を深めてもらうことが目的です。

市では、広報活動の他、心の健康を保つための各種相談も随時受け付けています。

▼相談機関

・県精神保健福祉協会
熊本こころの電話
☎(285)6688

心の悩み相談

・社会福祉法人
熊本のいのちの電話
☎(353)4343

※毎月10日はフリーダイヤル
☎0120(738)556

心の健康相談

・菊池保健所 ※要予約
☎0968(25)4138

・県精神保健福祉センター
☎(386)1166

月～金曜午前9時～午後4時
(祝日・年末年始を除く)

こころの相談

・健康づくり推進課 健康推進班(西合志庁舎) ※要予約
☎(242)1183

▼問い合わせ先

福祉課 障がい福祉班
(西合志庁舎)
☎(242)1149

第22回秋のバラまつり

380種、3,000株のバラが咲きそろい、華やかな色と香りが楽しめます。期間中は、バラ苗販売やさまざまなイベントも開催します。

▼とき

10月16日(金)～29日(木)
午前9時～午後5時

▼ところ

農業公園カントリーパーク
入園料 大人300円
高校生以下は無料

▼問い合わせ先

農業公園カントリーパーク
☎(248)7311

第19回民謡の集い

恵楓園盲人会主催の民謡の集いを開催します。入場無料。

▼とき

10月21日(水)
午後1時～

▼ところ

菊池恵楓園恵楓会館
出演者
成世昌平、高崎裕士、他

▼問い合わせ先

菊池恵楓園 盲人会館
☎(248)1131
内線250

菊池支援学校祭
ひまわりフェスタ

小学部の発表や展示、中学部・高等部の作業製品販売、ステージや食バザーなど、イベントが盛りだくさんです。

▼とき

11月8日(日)
午前9時35分～午後2時15分

▼ところ

菊池支援学校運動場

▼問い合わせ先

菊池支援学校 ひまわりフェスタ実行委員会
☎(242)0069

熊本再春荘病院
第13回健康フェスティバル

▼とき

11月8日(日)
午前10時～午後1時30分

▼ところ

熊本再春荘病院

▼内容

健康講座(①健康寿命とロコモティブシンドローム、②お薬手帳の活用について)、実演体験、健康相談、骨密度・体脂肪率・肺年齢などの測定、キッズコーナーなど

▼入場料 無料

▼問い合わせ先

熊本再春荘病院 管理課
☎(242)1000

募集

第39回高齢者および女性の交通安全の集い受講者募集

最近多発している高齢者や女性の交通事故減少を目的として無料講座を開催します。実践型の講習で、交通安全について楽しく学びましょう。

▼とき

11月4日(水)
正午～午後4時20分

▼ところ

H S R九州交通教育センターレインボー熊本
(菊池郡大津町平川1500)

▼対象者

65歳以上の高齢者
女性ドライバー

▼講習内容

健康講座、健康診断、実技研修(交差点や右折時の安全確認方法など)

※実技研修では自家用車を使用しますので、できるだけ自家用車でお越しください。

※昼食は大津地区交通安全協会で弁当を準備します。

▼申込期限

10月26日(月)

▼申し込み・問い合わせ先

総務課 交通安全班
(合志庁舎)
☎(248)1112

自衛官募集

募集種目	受付期間	試験日	受験資格
陸上自衛隊 高等工科学校 生徒(推薦)	11月1日(日)～ 12月4日(金)	平成28年1月9日(土)～11日(月・祝) ※いずれか1日を指定 合格発表 平成28年1月20日(水)	男子で中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を収め、学校長が推薦できる人
陸上自衛隊 高等工科学校 生徒(一般)	11月1日(日)～ 平成28年1月8日(金)	1次 平成28年1月23日(土) 2次 平成28年2月4日(木)～7日(日) 最終合格発表 平成28年2月19日(金)	男子で中卒(見込含)17歳未満の人

●申し込み・問い合わせ先 自衛隊熊本地方協力本部 菊池分駐所 ☎0968-24-2772

菊池養生園保健組合 職員募集

- ▼職種 臨床検査技師
- ▼区分 資格免許職
(短大卒業程度)
- ▼勤務先・業務内容
公立菊池養生園診療所・菊池広域保健センターに勤務し、臨床検査業務に従事
- ▼募集人数 1人程度
- ▼受験資格
昭和60年4月2日以降に生まれた人で、臨床検査技師の免許を有する人、または平成27年度実施の国家試験で取得見込みの人
- ▼試験日
1次試験 11月15日(日)
2次試験 12月上旬
- ▼申込方法
申込用紙(問い合わせ先に有り)を提出してください。
詳しくはホームページをご覧ください。
- ▼申込期間
10月13日(火)～30日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜日を除く
- ▼申し込み・問い合わせ先
菊池養生園保健組合 総務課
☎0968(38)2820
<http://www.yojoen.or.jp>

ひとり親家庭などの子ども たちの学びを支えませんか

- 県では、家庭の事情、不安や悩みなどを抱えて学習に支障を来しているひとり親家庭などの子どもたちを対象に、地域で学びの場・安らぎの居場所を確保・提供する地域の学習教室事業を行なっています。
- そこで、学習教室の実施場所と学習支援員を募集します。詳しくは県ホームページをご覧ください。
<http://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/173/terakoya.html>
- 学習教室の概要**
- ▼支援対象 ひとり親家庭などの小・中学生
 - (1教室当たり10人程度)
 - ▼支援内容 教科書や宿題を中心とし、相談などにも対応
 - ▼開催回数 週1回以上
 - ▼申し込み・問い合わせ先
市母子寡婦福祉連合会
(ヴィーブル福祉会館内)
☎(247)3668
- 離職者向け職業訓練**
- 再就職を目指す離職者を対象とした、6カ月の公共職業訓練を無料で行なっています。

また、在職者の方を対象とした能力開発セミナー(有料)も実施しています。

- ▼科目(1月生)
- ・溶接加工科
 - ・CAD/CAM技術科
 - ・電気設備サービス科
 - ・制御技術科
 - ・住宅施工技術科
 - ・ビル設備サービス科
- ▼訓練期間
平成28年1月6日(水)～6月29日(水)
- ▼募集期間
11月2日(月)～26日(木)
- ▼問い合わせ先
ポリテクセンター熊本
離職者訓練
☎(242)6614
能力開発セミナー
☎(242)6613
- JICA(国際協力機構)
ボランティア秋募集**
- 青年海外協力隊とシニア海外ボランティアの秋募集を行ないます。詳しくは、JICAホームページをご覧ください。
くか、お問い合わせください。
<http://www.jica.go.jp/>
- ▼応募期限 11月2日(月)
- ▼申し込み・問い合わせ先
JICAデスク熊本
☎(359)2130

自信を持って輝く自分へ

女性のためのステップアップセミナー

「私なんて…」「社会に出て働けるかしら…」「復職は無理よね…」なんて思いませんか。自分自身を知ること、自信を持ち、胸を張って社会へ羽ばたくことができます。

女性の社会進出のお手伝いをする全5回のセミナーです。自己理解や就職活動の具体的な準備を学んで、新たなフィールドで活躍するきっかけにしてみませんか。



●とき・内容

とき	内容
11/12(木)	自己理解
11/16(月)	就活メイク
11/19(木)	ビジネスマナー
11/26(木)	職業理解
11/30(月)	就職・面接指導

※時間はいずれも午前10時～正午

●ところ 西合志庁舎

2階中会議室

●対象 基本的に5日間の講座を全て受講できる人

●定員 先着15人

●申込方法 電話

●申込期限 10月23日(金)

※参加費無料。託児はありません。

●申し込み・問い合わせ先

女性・子ども支援室(西合志庁舎)

☎242-1240

熊本高専社会人講座
多次元データ処理の基礎

HOSVD (高次元特異値分解) により、3次元データをランク1の単純なデータの和に展開する手法を説明し、実際にその計算を行なう関数をR言語で作成します。

▼とき

11月21日(土)・28日(土)

▼ところ

熊本高専熊本キャンパス

▼対象

プログラミング・線形代数の基礎知識がある社会人

▼募集人数 10人

※応募者多数の場合は抽選し、11月6日(金)までに通知します。

▼受講料 1,000円

▼申込締切 10月30日(金)

※当日消印有効

▼申込方法

①希望講座名②氏名(ふりがな)③性別④年齢⑤郵便番号・住所⑥日中連絡がとれる電話番号⑦所属企業・団体名⑧メールアドレス(ある人のみ)を記入し、郵便・FAX・Eメールでお申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ先

熊本高等専門学校
総務課研究推進係

〒861-1102

須屋2659-2

☎(242)6433

FAX(242)5503

Eメール

sangaku@kumamoto-nct.ac.jp

菊池郡市医師会立
看護高等専修学校生徒募集

▼募集人数 40人

▼課程・学科

医療高等課程・准看護科

▼修業年限 2年(昼)

▼受験資格 中学校卒業以上(本年度卒業見込みを含む)

▼受験料 10,000円

▼受付期間 10月1日(木)

～28日(水) 午後5時必着

▼入学試験 11月5日(木)

午前・学科試験

午後・面接

▼試験科目 国語、社会、数学または英語(選択)、面接

▼合格発表 11月9日(月)

▼申し込み・問い合わせ先

菊池郡市医師会立
看護高等専修学校

☎0968(25)2182

ホームページ

<http://www.kikuchi-med.or.jp>

一人一人が輝く社会へ

男女共同参画啓発「川柳・標語」募集

市では、一人一人の幸せに生きる権利を大切にして、お互いが共に輝いて生きる活力あるまちづくりを目指して男女共同参画社会の実現に取り組んでいます。

男女共同参画社会について多くの人の関心と理解を深めることを目的として、川柳・標語の啓発作品を募集します。

- 応募資格** 市内に居住、通勤、通学している人
- 応募作品** 川柳・標語(1人2点まで。応募用紙は自由)
- 応募方法** 作品は、未発表の自作のものに限ります。住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記して持参・郵送・ファックス・メールでご応募ください。
- 応募締切** 11月30日(月) 必着
- 応募先**
窓口 総務課(合志庁舎)
西合志庁舎総合窓口課(西合志庁舎)
郵送 〒861-1195 竹迫2140
合志市役所総務課 宛て
FAX 248-1196
Eメール soumu@city.koshi.lg.jp

- 表彰** 入賞者には賞状と副賞を贈呈。男女共同参画推進懇話会委員が選定します。
・最優秀賞1点
賞状、副賞(QUOカード5,000円分)
- ・優秀賞2点
賞状、副賞(QUOカード3,000円分)
- ・入選4点
賞状、副賞(QUOカード1,000円分)
- 発表** 入賞者には12月中に通知します。
- その他**
・応募作品は返却しません。
・応募作品の著作権は市に帰属します。
・入賞、優秀作品は男女共同参画に関わる啓発に使用します。
・入賞者は、平成28年1月23日(土)開催予定の「気づきうなずきフェスティバル」で表彰します。
- 問い合わせ先**
総務課 総務・男女共同参画班(合志庁舎)
☎248-1112



新着本 new title

新刊お薦め



100万回のねこ

江國香織 ほか 著
講談社 刊

100万回も死んでは生まれ変わるねこ。虚栄心が強く、自分を愛してくれる飼い主には決して心を開かない。最後ねこは本当の愛を知り、そして二度と生き返らなかった。1977年に刊行された佐野洋子の「100万回生きたねこ」は、

今なお大人にも子どもにも愛され200万部のベストセラーを誇る人気絵本である。

本書は、この作品に影響を受けた谷川俊太郎や綿矢りさ、山田詠美など人気作家13人による、亡き佐野氏に捧げる詩や短編小説のアンソロジーである。



波のそこにも

末吉暁子 作
偕成社 刊

はるか海の深くにあるという水底（みなそこ）の国に住む少女タマオと水族の男ギョイ。ある朝、地上の国の帝だという少年と出会う。少年は、大事な宝剣を亡くし途方に暮れる。そこで、大王の命令で宝剣を探す事になったタマオ

たちの旅が始まる。壇ノ浦の戦いに敗れ、わずか8歳で帝の印（しるし）とされる宝剣とともに、波の中に身を沈めた安徳天皇をモチーフとして描かれた歴史冒険ファンタジー。

水底の世界が、『魔法使いハウルと火の悪魔』を手がけた佐竹美保さんの絵で、リアルで魅力的に描かれ、読み進むにつれて幻想的な世界に誘われる。

一般書

ジャイロスコープ	伊坂 幸太郎	著
天皇の料理番 上・下	杉森 久英	著
泥棒教室は今日も満員	赤川 次郎	著
神様の御用人 4	浅葉 なつ	著
日付変更線 上・下	辻 仁成	著
第二楽章 ヒロシマの風 長崎から	吉永 小百合	編
出口のない農場	サイモン・ベケット	著
珈琲屋の人々	池永 陽	著
手紙（大活字本）上・下	東野 圭吾	著
雨夜の月	小松 エメル	著
ザ・原発所長 上・下	黒木 亮	著
院内カフェ	中島 たい子	著
吉田松陰と長州五傑	頭山 満	著
織田信長四三三年目の真実	明智 憲三郎	著
あたらしい九州旅行	チンパイパイ旅座	編
熊本共和国のオキテ 100 力条	英太郎	監

児童書

月夜に見参！	斉藤 洋	作
少年シャーロックホームズ 5	コナン・ドイル	原作
まほうの国の獣医さんハティ 3	クレア・T・S	作
好奇心のナゾを追え！！	船登 惟希	シナリオ
バケモノの子	細田 守	原作
影なき者の歌	ウィリアム・A	著
キャベたまんていちんぼつ船のひみつ	三田村 信行	作
ニール・アームストロング	縣 秀彦	監
ずかん虫の巣	岡島 秀治	監
未来のお仕事入門	東 園子	著
かわいい！！なぞなぞ大百科	加藤 千鶴他	作
夢をかなえる職業ガイド	PHP 研究所	編
ペンギンのパンゴー	市川 里美	作
おばあさんのしんぶん	松本 春野	文
このあしだあれ？	ネイチャー＆サイエンス	編
かもめたくはいびん	いしい ひろし	著

西合志図書館

おはなし会

と き 毎週土・日曜日 午後2時～

ところ おはなしの部屋

※ 10月24日（土）・25日（日）は図書館まつりで開催します。

マインドシアター

図書館まつり開催のためお休みします。

ヴィーブル図書館

おはなし会

と き 毎週土曜日 午後2時30分～

ところ おはなしコーナー

赤ちゃんのためのラッコちゃんおはなし会

と き 毎月第3木曜日 午前11時～
(30分程度)

ところ ヴィーブル1階
福祉会館 休養娛樂室

市立図書館ホームページ蔵書検索 <http://www.koshi-lib.jp/>
携帯電話からの蔵書検索 http://www.koshi-lib.jp/_m/

QRコード
対応機種で
利用できます



星空観望会

と き 毎週土曜日 午後7時～9時30分
(受け付けは9時まで)

ところ 西合志図書館天文台
*雨天・曇天の場合は中止します。

*参加費無料

問い合わせ先 西合志図書館

10月の星空

秋の夜空は、勇者ペルセウス、天馬ペガサス、アンドロメダ姫など、壮大な神話物語の星座で彩られています。天文台で神話の世界をご堪能ください。



図書館まつり

と き 10月24日(土)・25日(日)

ところ 西合志図書館

24
(土)

10:30～12:00

演 題 「合志義塾が生んだ意外な人物」
講 師 井上 智重 さん(熊本近代文学館長)

12:00～13:00

リサイクル図書(対象:講演会参加者3冊まで)

13:30～17:00

リサイクル図書(対象:一般)

14:00～14:30 おはなし会

14:30～16:30 ブックカバー教室

～あなたのお気に入りの図書にフィルムカバーをしてみませんか～

※お気に入りの本をおひとり3冊までお持ちください。

25
(日)

10:00～16:30 図書館クイズ・スタンプラリー

10:00～16:30 リサイクル図書

10:00～16:00 移動図書館車公開

10:30～11:00 おはなし会

10:30～12:30 上映会 「命のビザ」

11:00～15:00 お昼の星空観望会

太陽の黒点を観察できる、
1年に一度だけのお昼の観望会です。

13:00～14:00 体験教室「むかしの遊び」

14:30～15:00 おはなし会

15:30～16:10 マジックショー

出演 合志奇術クラブ

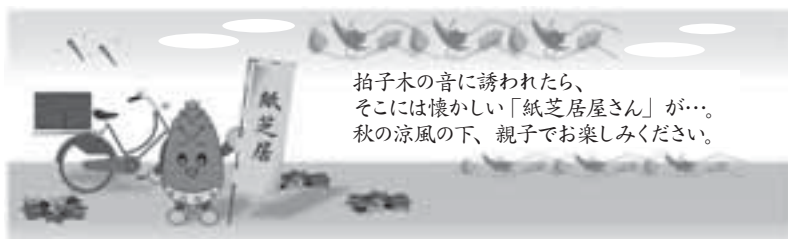
紙芝居がやってくる!

と き 11月3日(火・祝) 午後2時～3時

ところ 西合志図書館

参加費 無料

問い合わせ先 西合志図書館



拍子木の音に誘われたら、
そこには懐かしい「紙芝居屋さん」が…。
秋の涼風の下、親子でお楽しみください。

移動図書館車巡回

ひまわりドンちゃん号

※移動図書館車の貸し出し時間は約20分です。
早めにお越しください。



月 日	巡 回 地	時間	月 日	巡 回 地	時間	月 日	巡 回 地	時間
10月6日 (火)	菊香園2号館 くぬぎ園・白鳩園 ケアハウス菊香園	13:30 14:00 14:40	10月14日 (水)	新開区公民館 黒石区公民館 黒石市民センター 農研宿舍A棟前	13:30 14:00 14:30 15:00	10月27日 (火)	南陽区公園前 西須屋団地集会所前 元つといの広場「わかば」 県営住宅区5棟前駐車場 橋ノ元街区公園入口	13:30 14:00 14:30 15:00 15:30
10月7日 (水)	合志中央団地 みどり館 合生文化会館 黒松区公民館 上生区禁酒記念碑前	13:30 14:00 14:30 15:00 15:30	10月20日 (火)	みずき台集会所予定地 東須屋区公民館 須屋市民センター 上須屋学習センター ふれあい館	13:30 14:00 14:30 15:00 15:30	11月4日 (水)	合志中央団地 みどり館 合生文化会館 黒松区公民館 上生区禁酒記念碑前	13:30 14:00 14:30 15:00 15:30

西合志図書館 ☎ 242-5555 ヴィーブル図書館 ☎ 248-5754 泉ヶ丘市民センター図書館 ☎ 247-1315

※10・11月の休館日は35ページのお知らせカレンダーをご覧ください。



ヴィーブル & コミュニティ 情報

トレーニングルーム・合志歴史資料館 月末休館日 10月31日(土)

申し込み・問い合わせ先 ヴィーブル ☎248-5555 Fax248-5450

平成28年成人式実行委員募集

新成人（平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの人）を対象に、成人式実行委員を募集します。

自分たちの成人式を自分たちの手で作り上げてみませんか。気軽にご応募ください。

なお、成人式は平成28年1月10日(日)にヴィーブル文化会館で開催します。

●実行委員会開催期間

11月～平成28年1月10日(日)

2～3回程度開催します。

●募集人数 20人程度

●申込方法 ヴィーブルに電話でお申し込みください。

●申込期限 10月23日(金)

三つの木の家自主事業 「集団宿泊体験研修」の開催について

働き・勇き・根き。集団生活で子どもたちの自立した精神を養います。みんなで協力し合って、体験活動やイベントを楽しもう！

●と き 11月19日(木)～22日(日)3泊4日

●と ころ 三つの木の家

●対 象 市内小学4～6年生

●参 加 費 4,000円

●定 数 24人程度

●申込方法 持参・郵送・FAXにてヴィーブルまでお申し込みください。申込用紙は学校を通じて配布します。

●申込期限 10月26日(月)午後5時

クラブこうし 新教室 アロマストレッチ&リラックス教室

心も体もリフレッシュしませんか。

自然植物が生み出す芳香成分を利用した、心と体を健康にする自然療法であるアロマテラピーにストレッチを組み合わせたエクササイズが新登場。体験もできます。気軽にご参加ください。

●と き 毎週水曜日 午前11時～正午

●と ころ 須屋市民センター

●参 加 費 1回300円

●持ってくるもの ヨガマット

※貸し出しあり。ただし、数に限りがあります。

●申込方法 ヴィーブルまたはクラブこうしまで電話でお申し込みください。

クラブこうし事務局

☎080-5202-2454



合志歴史資料館 特別展のための 資料の寄贈にご協力ください

11月に開催する特別展に向けて、昭和30年代前後の懐かしい生活道具の寄贈を募っています。

テレビや洗濯機などの電化製品、たらい、魔法瓶などの生活用品、その他にも玩具、写真など、当時のくらしの様子が分かるものを募集します。10月31日(土)までに、ヴィーブルまでご連絡ください。





児童館だより

児童館は、児童に健全な遊び場・機会を提供し、子どもが心身ともに豊かな発達ができるよう支援するところです。行事の詳しい内容は各児童館にお問い合わせください。なお、合志市子育てサイトに各児童館だよりを掲載しています。

合志市子育てサイト

<http://kosodate.city.koshi.lg.jp/>

※お金やゲーム機など貴重品は持っていないように、また、持たせないようにしてください。



東児童館

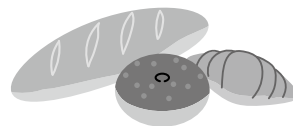
☎248-5203

開館時間／午前8時30分～午後5時（10月～5月）
休 館 日／月曜日、第2日曜日、祝日

親子パン教室～ふわふわパンを作ろう～

- と き 10月31日（土）午前9時30分～
- と ころ ヴィーブル 調理室
- 対 象 小・中学生の親子（先着10組）
- 参加費 1人 200円
- 内 容 親子で協力してパンを作り、みんなでおいしくいただきます。

- 持ってくるもの エプロン、タオル、水筒
- 申込開始 10月20日（火）～
※児童館へ直接お申し込みください。（電話可）



泉ヶ丘市民センター児童館

☎248-3453

開館時間／午前8時30分～午後5時（10月～5月）
休 館 日／月曜日、第2日曜日、祝日

カントリーな壁掛けを作ろう

- と き 10月24日（土）午前10時～正午
- 対 象 小学生（先着15人）
- 参加費 100円
- 内 容 かまぼこ板を使って簡単なDIYを楽しみます。
- 申込開始 10月10日（土）午前10時～
※児童館窓口で入金後、本予約となります。（電話予約は不可）



西児童館

☎242-7008

開館時間／午前8時30分～午後5時15分
休 館 日／祝日、第4月曜日

親子・キッズ体操教室

トレーナーの指導の下、体操やヨガ、ダンスなどを楽しく教えてもらいましょう。

①親子体操・ヨガ

- と き 11月14日（土）午前10時～10時45分
- 対 象 就学前までの親子（先着15組程度）

②はじめてのキッズ体操・ダンス

- と き 11月14日（土）午前11時10分～正午
- 対 象 小学生～高校生（先着15人程度）

—①②共通—

- 参加費 無料
- 持ってくるもの 動きやすい服装、飲み物、タオル、室内用シューズ（②のみ）
- 申込開始 10月15日（木）午前9時～
※ふれあい館窓口または電話でお申し込みください。（日曜・祝日を除く）



こんにちは 消費生活センターです

「裁判になると脅す架空請求」

相談事例

全国紛争処理支援センターというところから突然はがきが届いた。

「以前あなたが契約した訪問販売会社が、不足料金や契約違反について裁判所に訴状を提出した。このまま放置すると給料や不動産を差し押さえる。当方が仲裁するので連絡をするように」と記載されている。

最近、訪問販売で商品を購入したことはないのだが、どうしたらよいか。

解説

この事例の他にも、メールでサイト利用料を請求されるといった相談もあります。架空請求のはがきやメールには、「このまま放置すれば法的手続きを取る」ということが書かれています。また、具体的な請求内容などは記載されていません。

公的機関と思わせるような名前ですが、聞いたことのないところから届き、紛らわしいので注意が必要です。

対策

利用したことのない、身に覚えのない請求が届いたら、相手に連絡はせず、お金も支払わず無視するようにしてください。

相手は、はがきで届いた場合は住所、メールで届いた場合はメールアドレスしか知らないで、それ以上の個人情報報を教えないことが大切です。

架空請求ではない、正規の請求書ならば、きちんとした形で相手の所在地や利用明細が記載してあるはずですので、日頃から利用状況を把握しておきましょう。

ほんの少しでも疑問や不安だと感じたら、消費生活センターにご相談ください。

問い合わせ先

市消費生活センター

(合志庁舎2階 総務課内)

☎(248)5442

相談受付時間

平日 午前10時～午後4時



よみ人こうし

合志句会

大坪 落子 選

一山の風湧き止まず青芒
父知らぬ弟逝きて初盆会
診察を待つ間の黙や秋暑し
白靴のモデル登場撮影会
夕すげのかたまつてゐる花あかり
父母は逝き娘は嫁ぎ沙羅の花
あぢさるを花火のごとく活けてをり
戦なき世界を祈り終戦日
算盤の指をつまづく残暑かな
装ひも少し大胆サンングラス
川風の頬にやさしき今日の秋
阿蘇の嶺稜線長く梅雨晴るる

落子 子
一子 子
静子 子
廣子 子
あや子 子
悦子 子
節子 子
一子 子
静子 子
廣子 子
あや子 子
悦子 子
節子 子
一子 子

肥後狂句

どんぐり塾 安藤玄白

整理

ばたつくなもう逃げられん手術台
もねならん不揃いの寿司握りよる
人一倍がま出す割にやしけとらす
人一倍努力重ねて実る技
腹八分ひもじゅうなつてまた食わす
人一倍親切だけん騙さるる
分ならず屋媽も子供も打てあわん
腹八分医者自身守つとるどか
分ならず屋時代の波にうちよかれ
露天風呂ちょっと隠れてお月さん

タミ 坊
義清 子
亮子 子
絹子 子
明子 子
いひろ 子
すなお 子
与三郎 子
真秀子 子
矩子 子

柊短歌会

柊植 周子 選

露天風呂五岳眺めてつい長湯 昭雄
腹八分それでもなった肥満体 玄白

夕茜さす窓の辺の夏つばきしろき花群
れ淡き翳らひ 高津 純子
咲きたはむ凌霄花ゆうらりと車窓に触
れてバス坂のぼる 内田 隆子
一望の青田に一羽白鷺が舞ひ降りてき
ぬ清涼に満つ 松坂 成子
雨の夜車のライトに照らされて地には
ランラン雨つぶ跳ねる 田中美代子
あおき影川に揺れおり合歡の樹は水の
中にも新たな息吹 高田 紘子
そばかすの卵一個を置き去りに雀親子
が今朝飛び発てり 大住 保子
咲き開く百合の蕊切る魂胆に沁みいる
やうに匂ふ甘き香 財津すえみ
梅雨晴れの柿の木陰にカタコトと手押
し車で歩み初めし子 村上紀美子
錦織のファーストサーブに息詰める鍋
のスープが噴くを横目に 高津 純子
梅雨明けの今宵は満月ばかりと桔梗
のつぼみ聞く音せむ 内田 隆子
初めての箏の音色に猫二匹四つの耳を
そばだててゐる 松坂 成子
辞してより訪ふこともなしふるさとの
風にゆかしき蒼林の音 柊植 周子



素敵な人生 素敵なパートナー



市男女共同参画
推進懇話会委員
平岡 純子

10年前、みこころホスピスに入院した夫は、病院のボランティアの皆さんから、多くのおもてなしを受けて旅立ちました。その一つに傾聴ボランティアがありました。

一流会社を退職され、今から何かボランティアをという男性が主人の相手をしてくださいました。まだ研修中と言われ、緊張されていた姿を今でも思い出します。当時、男性のボランティアはまだ珍しかったと思います。

先日、市のボランティアの集まりに参加して、男性が多くなったなどあらためて思いました。退職後の男性の社会参画を頼もしく思い、嬉しくなりました。

以前、母に「男女共同参画ってどんな事なの？」と尋ねられたことがあります。父が母を助けて茶碗を洗ったり、2人でゴミ出しに

行ったりすることなどだと説明しました。

私が民生児童委員をしていたころに、よく二人暮らしの高齢者を訪問していました。そこには、息子も娘も入り込めないような、お互いに助け合う夫婦の姿が美しく、それを目の当たりにして胸が熱くなったものでした。特に奥様が病氣や物忘れになられていると、男子厨房に入らず時代のご主人が、一生懸命にお世話しています。夫婦の絆の素晴らしさを学びました。

私の所属しているヴィーブル合唱団は混声合唱団です。圧倒的に女性が多く、男性は静かに、そっと支えてくれます。でも、いざとなると男性の一言で良い方向へ事が進みます。お互いの人権を尊重して、男女関係なくできる人ができることを。これが男女共同参画の基本だと思います。

素敵なパートナーが、家庭に、職場に、地域に居るからこそ、素敵な人生があると思います。

人権よもやま話

秋号

尊い命を守るために
「SOSミニレター」
の取り組み



人権擁護委員
坂井 眞壽子

いじめによって尊い命が奪われる痛ましい事件がまた起きてしまいました。自ら命を絶つまでに、どれほどまでの心の葛藤や迷いがあったのでしょうか。

医学が進んだ世の中になりましたが、世界中には、病にかかされながらも懸命に生きようとしている人たちがいます。そんな中で、生きられる命があるのに、自ら命を絶たねばならない状況にまで追い込んでしまういじめは、どんな理由があっても許されないことです。私たちは、尊い子どもたちの命を守らねばなりません。

「子どもの人権SOSミニレター」は、子どもの悩みを手紙に

託して法務局に送られてくるものです。手紙は人権擁護委員の手に渡ります。委員は自ら返事を書き、法務局との連携を保ちながらその子の元に返事が届けられます。もちろん秘密は守られますが、命に関わる緊急な事案であれば、学校側と連携し、救済にあたります。必要であればカウンセラーや専門機関とも連携をとります。

尊くかけがえない子どもたちの命を守るために、人権擁護委員が全国一斉に取り組んでいる啓発事業の一つです。

本年度も、11月初旬に各小・中学校に「子どもの人権SOSミニレター」が配布される予定です。この取り組みが子どもを救うきっかけになり、尊い命が守られることを願っています。

私たちには、いかなる場合にも人として生きる権利があります。学校・家庭・地域・行政などさまざまな連携の中で、決していじめを見逃さず、許さない取り組みを推進していかなければなりません。

間違いさがし

上・下の絵から「7つ」違いを探し、答えをはがきに書いて送ってください。正解者の中から10人に、「図書カード(500円分)」をプレゼント。当選者の発表は発送をもって代えます。

- 締め切り 10月30日(金)必着
- 応募方法 はがきに必要事項を記入して、ご応募ください。

<裏面>

10月号

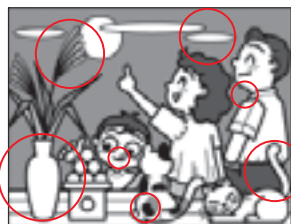
①□□□□ ⑤□□□□
②□□□□ ⑥□□□□
③□□□□ ⑦□□□□
④□□□□

住所・氏名・年齢・
電話番号
ご意見、ご感想など

8611195

合志市役所
「間違いさがし」係

先月号の答え



絵 佐藤峰子さん(黒石団地)



農家マーケット 合志市物産館「弁天」

今月のおすすめレシピ

きのこ柚子胡椒の Pasta 風そば

「こうしそば」を使った美味しいアレンジレシピ NO.6

【材料(2人分)】

こうしそば 1袋、ネギ 1/2本、エリンギ 1本、シメジ 1/2株
ベーコン 2枚、ニンニク 1片、オリーブオイル 大さじ2
バター 10g、しょうゆ 大さじ1と1/2、柚子胡椒 小さじ1

- ① そばをゆで、水でめけりをとる。
- ② ネギは斜めに薄切り、ニンニクはみじん切り、キノコ類とベーコンは食べやすい大きさに切る。
- ③ しょうゆと柚子胡椒を混ぜ合わせておく。
- ④ フライパンにオリーブオイルとニンニクを入れ、弱火で香りがでるまで炒め、ベーコンを加える。
- ⑤ ベーコンがカリッとしてきたらキノコ・バターを入れ炒める。
- ⑥ キノコに火が通ったらそばとネギ、③を回し入れ、全体を混ぜ合わせて水分が飛んだら完成。

「こうしそば」は、合志市物産館
「弁天」で販売しています

☎342-5554 営) 午前9時～午後7時 休) 第2木曜日

地づ事務局が行く!

うまかもん店 自慢のおすすめ一品

第6弾

炭火専科 梟 - ふくろう -

10周年を迎え、7月に店内をリニューアル。より居心地のいい空間で、備長炭で焼き上げる炭火料理や合志産のバラエティー豊かな食材を使った一品料理をお楽しみください。

看板メニュー! ふくろう焼き

女性にも子どもにも大人気の一品です。備長炭にこだわり、地鶏を七輪で一気に焼き上げます。程よい食感とオリジナルの塩味はお酒との相性も抜群です。



お持ち帰りのメニューとしても人気です。電話注文も受け付けます!

☎344-6454 住) 須屋319-17 須屋プラザB
休) 月曜日、年末年始
営) 18時～24時(金・土は25時まで)

農家マーケット合志市物産館「弁天」では
生産者を募集中です! お問い合わせください。

問い合わせ先

一般社団法人 クラッシーノこうし

☎342-5554 FAX 342-5550

ホームページ <http://www.klassino-koshi.jp>

お知らせ

カレンダー

●コミュニティ施設休館

(御代志市民センター・須屋市民センター・黒石市民センター・野々島公民館)

▲ヴィーブル休館・市民体育館休館 ○みどり館休館

★市立図書館休館 ■老人憩いの家休館 ◆ふれあい館休館

市県民税

国民健康保険税

固定資産税

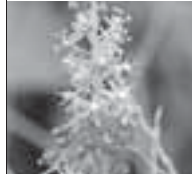
第5期

第5期

第5期

の納期限は 11 月 2 日 (月) です

口座振替も 11 月 2 日 (月) です

4日	5月	6火	7水	8木	9金	10土
				1歳6カ月児健診健 13:15～13:45 ふれあい館 図書館延長開館西 20:00 まで 西合志図書館	法律・行政・ 心配ごと相談社 10:00～14:30 みどり館	スポーツ フェスティバル生 9:00～ ヴィーブル 星空観望会西 19:00～21:00 西合志図書館天文台
	休●▲★◆■	休○				
11日	12月	13火	14水	15木	16金	17土
窓口証明業務 日曜日開庁市税 9:00～13:00 合志庁舎		1歳6カ月児健診健 13:15～13:45 泉ヶ丘市民センター	3歳児健診健 13:15～13:45 泉ヶ丘市民センター こころの相談健 13:45～要予約 西合志庁舎	図書館延長開館西 20:00 まで 西合志図書館		星空観望会西 19:00～21:00 西合志図書館天文台
	休◆■	休●▲★○				
18日	19月	20火	21水	22木	23金	24土
窓口証明業務 日曜日開庁市税 9:00～13:00 合志庁舎 子どもフェスティバル生 9:00～14:30 ヴィーブル		法律・行政・ 心配ごと相談社 10:00～14:30 西合志庁舎	4カ月児健診健 13:15～13:45 ふれあい館	4カ月児健診健 13:15～13:45 泉ヶ丘市民センター 図書館延長開館西 20:00 まで 西合志図書館		星空観望会西 19:00～21:00 西合志図書館天文台 図書館まつり西 10:00～ 西合志図書館
	休●▲★◆■	休○				
25日	26月	27火	28水	29木	30金	31土
窓口証明業務 日曜日開庁市税 9:00～13:00 合志庁舎 図書館まつり西 10:00～ 西合志図書館	育児相談健 9:30～11:00 泉ヶ丘市民センター			7カ月児健診健 13:15～13:45 ふれあい館 ブックスタート西 14:00～16:30 ふれあい館 図書館延長開館西 20:00 まで 西合志図書館	7カ月児健診健 13:15～13:45 泉ヶ丘市民センター ブックスタート合 14:00～16:30 泉ヶ丘市民センター	星空観望会西 19:00～21:00 西合志図書館天文台
	休●▲★◆■	休○				
11/1日	2月	3火	4水	5木	6金	7土
窓口証明業務 日曜日開庁市税 9:00～13:00 合志庁舎		紙芝居がやってくる西 14:00～15:00 西合志図書館 自主事業 バンドフェスティバル 2015生 開場 13:30 開演 14:00 ヴィーブル文化会館	法律・心配ごと相談社 10:00～14:30 ふれあい館	3歳児健診健 13:15～13:45 ふれあい館 図書館延長開館西 20:00 まで 西合志図書館		星空観望会西 19:00～21:00 西合志図書館天文台 市ウオーキング大会健 7:30～ カントリーパーク 合志市秋まつり注 11:00～ カントリーパーク
	休●▲★◆■	休◆○				

消費生活センター	相談方法……電話・来庁 ☎ 248-5442
生活支援相談センター	相談方法……電話・来庁 ☎ 242-9020
女性・子どもに関する相談	相談方法……電話・来庁 ☎ 242-1240
黒石原演習場関係	総務課 総務・男女共同参画班 ☎ 248-1112

ところ……合志庁舎 2階 総務課内 消費生活センター
ところ……西合志庁舎 3階 安心サポート合志
ところ……西合志庁舎 3階 女性・子ども支援室

合志市役所

合志庁舎……☎ 248-1111(代)
〒861-1195 合志市竹迫 2140
西合志庁舎……☎ 242-1111(代)
〒861-1193 合志市御代志 1661-1
須屋支所……☎ 345-4400
泉ヶ丘支所(市民センター) ☎ 248-3453
御代志市民センター ☎ 242-1190
ヴィーブル……☎ 248-5555
みどり館……☎ 248-0400

ふれあい館……☎ 242-7000
三つの木の家……☎ 248-6277
老人憩いの家……☎ 242-2030
西合志図書館……☎ 242-5555
ヴィーブル図書館……☎ 248-5754
ユーパレス弁天……☎ 348-2626
人権ふれあいセンター ☎ 248-3893
合生文化会館……☎ 242-3218

市市民課 ☎ 248-1113 税務課 ☎ 248-1114 健康づくり推進課 ☎ 242-1183 生涯学習課 ☎ 248-5555
西合志図書館 ☎ 242-5555 ヴィーブル図書館 ☎ 248-5754 合志市社会福祉協議会 ☎ 242-7000 クラッシーノこうし ☎ 342-5554

合志市誕生10周年記念

合志市 秋まつり

Step by Step

11/7 土 11:00-18:30

農業公園
カントリーパーク

入場
無料

手裏剣戦隊 ニンニンジャーショー 14:30~



観覧
無料

©2015 テレビ朝日・東映 AG・東映



弁財天行列



くまモン
ふあふあ

豪華賞品が当たる!
クイズラリー

アニソンの歌姫♪

池田彩
LIVE!

17:00~

合志市音頭
総踊り

楽しいイベント
もりだくさん!

レーザー&
花火ショー

18:00~

同時開催
合志市エコまつり

11:30~オープニングイベント
(出演) ヴィーブル子ども劇団
市内保育園・幼稚園児の皆さん
12:30~ボランティア表彰式

- フォトモザイクアート
- スーパー竹とんぼ作り
- 10年タイムカプセル
- 物産展 秋の大味覚市
- 中学校対抗 ウルトラクイズ
- 小学校対抗 長縄跳び・巨大神経衰弱
- 合志市10周年記念のあゆみパネル展

- 主催・問い合わせ先
一般社団法人 クラッシーノこうし
☎342-5554
- 共催 合志市
- 協賛 セミコンテクノパーク協議会
- 後援 熊本県 県北広域本部

※8月末現在
()内は前月比

人口	59,441 (+ 69)
世帯	22,627 (+ 51)
出生	47
転入	199
死亡	31
転出	146

動きの



発行/合志市
編集/企画課
☎248-1813
〒861-1195
熊本県合志市竹迫2140
ホームページアドレス
<http://www.city.koshi.lg.jp>
Eメール kikaku@city.koshi.lg.jp
発行日/平成27年10月1日



携帯用サイト

取材で多くの人に出会いますが、前向きな考え方で生きている人が多いです。私はいつも明るく過ごせるタイプではありませんが、取材で出会う皆さんと会話すると、必ず元気がもらえます。

今回の特集の取材でもそうでしたが、皆さんが必ずと言っていいほど口にするのが「周囲の支えのおかげで」という意味の言葉です。今の自分があるのは周りの人たちのおかげだと感謝しておられます。家族、友人、恩師、近所さんなどなど。周囲の支えがあることに気づくタイミングはそれぞれ違いますが、前向きに生きる人には感謝の気持ちがある。だから人にも自分にも優しくなれるのだと感じました。

そういえば約10年前、変わり者の大先輩に言われたことがあった。『俺が俺がの「が(我)」を捨てて、おかげのおかげの「げ」で生きろ』

ちどりふで