

Since1962. 広報湯前
あなたとまちをつなぐ情報誌

YUNOMAE

優しげな笑顔。

5

The Monthly
Public Relations
May_2026
Vol.539

湯前小学校 卒業証書授与式

夢と希望に溢れた未来に



1_ 6年間の思い出がつまった卒業証書を受け取る 2,3_ 自信を持って大きな声で返事し成長を見せた 4_ 在校生からの温かいメッセージが会場を彩った 5_ 花束を受け取り、未来に向かって新たな一歩を踏み出す 6_ 全員で校歌を歌うのはこの日で最後。小学校生活に別れを惜しんだ

湯前小学校の令和7年度卒業証書授与式が3月22日に同校体育館で開かれ、29人の児童が卒業の日を迎えました。卒業生は将来の夢が映し出されたスクリーンの横に立ち、名前を呼ばれると大きな声で返事。黒木幸博校長から卒業証書を受け取りました。黒木校長は卒業生に「皆さんが笑顔で一生懸命取り組む姿はすばらしく、楽しい時間を過ごすことができました。中学生になったら多くの新しい出会いが待っている。一つ一つの出会いを大切にしてください。皆さんがこれから良い出会いができることを願っています」と言葉を贈りました。

「門出の詩」では6年間の思い出をみんなで振り返り、保護者や先生、地域の皆さんへ感謝の言葉と歌を届けました。最後は先生から渡された花を手に、6年間で過ごした体育館を退場。卒業生らは涙を流し、一歩一歩を踏み出しめながら会場を後にしました。

慈光こども園 卒園式

新たな一歩を踏み出す



1_ 園長から成長の証を受け取る 2_ 受け取った卒園証書を感謝の言葉とともに保護者へ手渡した 3_ 将来の夢を画用紙いっぱい描き、大きな声で発表 4_ 園で過ごしたわが子の晴れ姿を記録と記憶に刻む 5_ 保育士らによる花道を笑顔でくぐる卒園児と保護者。笑顔と涙であふれた 6_ 卒園児12人で歌う最後の歌。涙を吹き飛ばすような元気いっぱいの声が会場に響いた



慈光こども園の令和7年度卒園式が3月28日、同園遊戯室で開かれ、卒園児12人が保護者らに感謝を伝え、園舎を卒園しました。吉武絵里園長から卒園証書を受け取った園児たちは「ありがとうございました」などとこれまで支えてくれた保護者に、それぞれ思いを伝えて卒園証書を手渡し。胸を張って歩き感謝の気持ちを伝えたわが子の成長した姿を見て、保護者は涙を浮かべました。吉武園長は「皆さんのたくさんの笑顔に力をもらった。笑ったり泣いたり、友達や先生と過ごした思い出は、これからの皆さんの心の宝物。自分や周りにいる人のことをずっと大切にしてもらいたい」と園児たちのこれからの成長と活躍を願いました。園児たちは将来の夢を描いた絵を披露し、保護者に感謝の言葉を伝えました。最後は園児全員で合唱。思い出が詰まった園舎を後にしました。



1秒でも速く
正確に。



1_指揮者の掛け声ですべてが始まる— 2_開始前に不備がないかしっかりと確認 3_火点を真つすぐと見つめ集中 4_1秒でも速く。ホースを担いで全力疾走 5_水の勢いでノズルがぶれないよう慎重に筒先交代 6.7_息の合った連係プレーを見せ、小型ポンプの部で見事2連覇を果たした1分団(上里) 8.9.10_自動車ポンプの部では2分団(上下染田)が、ていねいで俊敏な動きを見せつけた

令和8年度湯前町消防団辞令交付式・消防ポンプ操法大会が4月5日にB&G海洋センターで開かれました。辞令交付式では、土屋登志久団長が「本日入団者2人を新たに迎え入れた。自分の町は自分で守るといふ強い信念を持って活動に参加し、町民から信頼される存在になってほしい。先輩団員はしっかりとサポートし、楽しく・長く消防団活動を続けていけるような環境づくりをしてほしい」とあいさつしました。

競技結果

▼小型ポンプの部

- ①第1分団橋本(上里)
- ②第4分団工藤班(馬場)
- ③第1分団平川班(中里)

▼ポンプ車の部

- ①2分団(上下染田)

▼最優秀選手賞

○小型ポンプの部

- 指揮者 平川統大(1分団)
 - 1番員 尾方皇太(1分団)
 - 2番員 渡邊良介(1分団)
 - 3番員 柴田尚輝(1分団)
- 自動車ポンプの部
- 指揮者 瀬谷憲功(2分団)
 - 2番員 中釜由晴(2分団)
 - 3番員 中田潔裕(2分団)

表彰者一覧

【湯前町長表彰】

《永年勤続功労者》

※勤続20年以上の退職消防団員

- 那須貴紀 団員(本部)
- 濱砂貴之 団員(2-1)
- 石井一三 団員(4-1)
- 黒木真也 団員(4-3)
- 財部淳一 団員(4-4)

【消防庁長官表彰】

- 勲米良康隆 団員(4-1)
- 勲米良映輔 団員(4-1)
- 椎葉浩樹 団員(2-1)
- 谷口晃司 団員(3-4)

入退団者一覧

《入団員》

- 赤池泰誠 団員(1分団)
- 高木潤人 団員(1分団)

《退団者》

- 那須貴紀 分団長(本部)
- 濱砂貴之 部長(2-1)
- 多良木勉 団員(4-1)
- 多良木飛翔 団員(4-1)
- 尾方暁哉 団員(4-1)
- 石井一三 団員(4-1)
- 桑原成吾 団員(4-2)
- 甲斐亮貴 班長(4-3)
- 黒木真也 団員(4-3)
- 財部淳一 班長(4-4)

《機能別団員退団者》

- 村井信照 団員(2-4)

《機能別団員退団者(定年)》

- 村上修 団員(2-3)
- 椎葉和弘 団員(4-4)

《永年勤続功労者》

※成績優秀で他の模範となる団員

- 多田一樹 分団長(本部)

【熊本県知事表彰】

※副団長を10年以上勤め他の模範となる団員

《功労章》

- 篠原一久 副団長(本部)

《永年勤続功労章》

※勤続25年以上の団員

- 黒木宏丞 団員(4-4)
- 佐藤大 団員(1-1)

【日本消防協会表彰】

《精積章》

※永年勤続及び成績優秀な団員

- 椎葉恭介 分団長(本部)

《勤続章》

※勤続30年以上の団員

- 上田勝 分団長(本部)
- 黒木真也 団員(4-3)

【熊本県消防協会表彰】

《功績賞》

※勤続20年以上の団員

- 米良卓也 団員(1-3)
- 尾方弘樹 団員(2-3)
- 財部淳一 団員(4-4)

《勤績章》

※勤続15年以上の団員



● ●

**このページは実際の紙面のみの
掲載とさせていただきます。**

● ●

◆ 役場新体制の紹介

4月1日付 ※太字は人事異動、()は兼任

教育課		議会事務局		会計室		農業委員会		農林振興課			企画観光課			建設水道課		
赤池寛子		赤池昌信		黒木博行		金森伸彦 (浅田徹)		浅田徹			伊藤賢一郎			高木堅介		
植木圭一郎		栗原利香		吉田真紀		北崎真介		岩野浩平			射場絵美			荒木龍二 ※くま川鉄道再生協議会へ派遣		
社会体育係		学校教育係		学校給食共同調理場		学校教育係		担い手支援係			企画商工観光係					
(植木圭一郎)		橋本康平		(吉田真紀)		(吉田真紀)		那須文枝			山口真子			管理係		
中尾章太郎		多田颯希		尾方皇太		中田優輝		山下晃希 (那須頼正)			濱崎恵美 (一柳颯麗)			沖松泰豪		

保健福祉課			税務町民課			総務課			課・局					
佐藤由美子			佐藤大			西村洋一			課長・局長					
椎葉祐介 山浦一美			平山美紀			椎葉泰裕			主幹					
環境衛生係	保健係	介護保険係	子ども・子育て支援係	住民福祉係	収納係	固定資産税係	町民税係	町民係	保険医療係	情報統計係	財政係	管財防災係	総務係	係
(山浦一美)	野々原亜紀	澤田明日香	(椎葉祐介)	(椎葉祐介)	(福山祐里子) (後藤政志)	福山祐里子	後藤政志	(平山美紀)	白川一雄	豊後真由	(工藤陽平)	黒木優士	高澤聡一郎 (椎葉泰裕)	工藤陽平
大平修市	落合由衣	熊部英恵	東和美	中山政人	松岡運	松木懂司	山田武蔵	野口和真	モントリオール亜紀穂	安井佳奈	淵上駿	(岩本直樹)	(安井佳奈)	福本智子

よろしくお祈いします！

新規採用職員の抱負

本年度、新たに採用された6人の職員に抱負を聞きました



税務町民課
やまだ たけし
山田 武蔵 (51 = 多良木町)

3月末に愛知県岡崎市から来ました。これまで郵便局で営業や配達の仕事をしていました。趣味はジョギングで、週3日ほど走っています。日々努力して1日でも早く仕事に慣れ、町民の皆さんや湯前町に貢献できるよう一生懸命頑張ります。どうぞよろしくお祈いします。



総務課
たかさわ そういちろう
高澤 聡一郎 (55 = 人吉市)

ことし3月まで自衛隊人吉地域事務所勤務していました。防災監として、まちの自主防災組織の活動支援や学校での防災教育などの防災業務を担当します。陸上自衛隊で37年間勤務した経験を生かし、防災監として誠心誠意勤めます。どうぞよろしくお祈いします。



企画観光課
さわだ えりか
澤田 恵利香 (37 = あさぎり町)

企画観光課で勤務しています。多良木町出身でまだまだ知らないことばかりですが、一つ一つの業務に誠実に向き合い、少しでも早く仕事に慣れるように頑張っていきます。町民の皆さんに寄り添い、安心して暮らせるまち作りにも貢献していきます。どうぞよろしくお祈いします。



税務町民課
まつき しょうじ
松木 懂司 (32 = 下染田)

4月から税務町民課で仕事をしています。前職は自動車関係やIT事業の仕事をしてきました。海外旅行やワーキングホリデーの経験もあります。これまでの経験を生かし、町民の皆さんの力になれるよう1日でも早く仕事を覚えていきます。よろしくお祈いいたします。



保健福祉課
もりかわ けんじ
森川 恭輔 (48 = あさぎり町)

大阪から来ました。各地で開かれるイベントが好きです。4月から保健福祉課で勤務しています。まだ慣れませんが、町民の皆さんと交流しながら暮らしを学んでいきます。笑顔で第一に皆さんに寄り添いながら、頼りになる存在になれるよう精一杯努めます。よろしくお祈いします。



農林振興課
かなもり のぶひこ
金森 伸彦 (66 = あさぎり町)

農業技術専門官として、まちの農業技術や経営支援、湯前町農業公社で農業振興を担当します。農業普及指導員や農業機械メーカー勤務の経験を生かして、少しでも農業担い手となる皆さんのお役に立てるように頑張ります。よろしくお祈いします。 ※くわしくは19ページに記載

湯前が心の「ふるさと」であるために—。



本町を含む地方は、都市部への人口流出による人口減少や少子高齢化、地域産業の空洞化などが加速的に進んでいる状況にあります。こうした時代の変化をとらえ、新しい時代へのまちづくりの展開を図るために、町民憲章の基本姿勢と総合計画の将来像を尊重し「マイ・ホームタウン・湯前」の実現に向けて、全力でまちづくりに取り組んでいきます。「安全で安心して生活を送ることができる暮らしやすいまちづくり」「美しい自然環境、豊かな歴史などの地域資源を生かしたまちづくり」「未来につながる人や資源を最大限に活用する持続可能なまちづくり」の3の理念に基づき施策を進めていきます。

【本年度の主な政策】

①命を守る安全安心のまちづくり

・令和2年7月豪雨災害、令和4年台風14号からの復旧

・地域住民の防災士養成や、防災監による自主防災組織の強化

・消防団の処遇改善による士気向上

・上野消防署などの公的機関との連携による「自助・共助・公助」の確立

・治山施設の設置、森林の整備など山地防災力強化のための国と県への積極的な要望活動

・大規模災害時の備えとして災害時備蓄用品類の計画的な整備

・災害発生時の指令本部となる防災センターの整備と多目的トイレの整備

・各種農業振興制度の見直し
・担い手支援制度の継続

・将来の農業を見据えた公益性のある業務や組織の強化
・農業専門技術者の派遣や経営安定のための支援

・企業との協働の森づくりを通じた球磨産木材の普及拡大

・町有林管理計画に基づいた適切な森林造成整備

・事業継承サポートの継続
・サテライトオフィスを拠点とした企業誘致

・くま川鉄道の全線開通に伴う利用促進と地域活性化を目的とした郡市共同イベントの開催

・マンガを活用したイベントとグッズの販売

・文化財、自然景観、食の提供による交流人口の拡大

・地域おこし協力隊員、経営アドバイザーとともに集客力と魅力向上に向けた取組の実施

②次世代につながる持続可能な産業づくり

・生活道路の舗装などの交通安全施設整備

・道路構造物の老朽化に対応した修繕、更新

・耐震性能を有する水道管の敷設

・駅前団地や単身住宅の建設
・宅地分譲販売の開始
・個人住宅の新築、リフォーム

などの支援

④やささえ愛で心温まる福祉づくり

・全住民の健康増進と高齢者の介護予防の推進

・包括的な支援体制の充実
・シニアカーの購入費助成

・産科医療体制の喫緊に伴う南九州中部地域医療圏の連携強化

・公立多良木病院の医師の確保など医療体制の充実に向けた協議

⑤地域をつなぐ人づくり

・出生祝い金の支給
・小中学校の給食無償化事業への取組

・通学定期券購入の一部助成
・小中学生を対象とした入学祝い金と修学旅行費補助などの支援

・学校や社会体育施設などの環境整備

・教育のIT化に対応した学習環境の整備

・湯前まんが美術館に収蔵さ

れている故那須良輔氏の作品や関連資料の有効活用
・熊本県と協力してのマンガイベントの実施

⑥みんなで描き育むまちづくり

・自立(自律)できるまちづくりを進めた公共福祉の向上
・歳入歳出のバランスの取れた計画的で効率的な財政運営

最後に

町民一人一人が夢と誇りを持って活力ある未来を創造し、人と自然と歴史が調和したまちづくりを目指して、行政運営を推し進めます。現場第一主義を引き続き掲げ、職員とも業務内容を協議しながら政策を展開していきます。これまでに築きあげた礎をさらに強化し、今ある地域資源に磨きをかけていきます。すべての取組を昇華させ、心豊かで活力があり未来を創造するまちを目指してしっかりと前を向いて行動していきます。



1. 座ってできる運動を披露した3B体操教室。来場者も音楽に合わせて体を動かした。2. フラワーアレンジメントや書道などの作品が会場を彩った

1 1年間の集大成 生涯学習閉講式で成果を発表

3月25日、湯前町農村環境改善センター大集会場で令和7年度生涯学習閉講式が開かれ、1年間の成果を発表しました。

ステージ発表ではカラオケ・レクリエーションダンス・民謡・3B体操が歌声やダンスなどで来場者を楽しませました。会場には写真や水彩画など1年間で制作した力作がズラリと並び会場を彩りました。

生涯学習は1年間で15教室開催し、のべ1151人が参加。閉講式当日には皆勤賞の表彰も行われ、無欠席で教室に参加した19人が受賞しました。

2 まちの活性化に向けて サテライトオフィス立地協定を結ぶ

3月30日、熊本県庁で株式会社モノつくとの立地協定調印式を開き、同社の伊藤俊輔代表取締役と長谷和人町長らが出席。同社はサテライトオフィスに事業所を構え、アプリケーションの開発やweb制作などに取り組みます。4月1日には、サテライトオフィスで株式会社日本の端から日本を元気にとの立地協定締結式を開き、同社の大矢元起代表取締役と長谷和人町長らが出席。同社はレールウイングとサテライトオフィスの指定管理者として、新たなビジネスの創出や地域活性化につなげる取組を行います。



立地協定を結んだ長谷町長と大矢代表取締役

4月1日にはサテライトオフィスの開所式も開かれ、まちにできた新しい交流の場としてスタートを切りました。

3 事故を防いで安全に 春の全国交通安全運動で事故防ぐ呼びかけ

春の全国交通安全運動が4月6～15日までの期間行われ、湯前町交通指導員会や各地区の区長、町老人クラブ交通安全部会らが町内の交差点での交通指導や事故防止のための交通安全啓発活動をしました。

同運動は交通ルールを守り、正しい交通マナーを知って習慣づけ、交通事故を防ぐことを目的に毎年全国各地で開催。通学路や生活道路での歩行者の安全確保・「ながらスマホ」の根絶や安全運転意識の向上などを重点的に呼びかけています。

7日には町交通指導員会員が、ゆのまえ温泉湯楽里



湯楽里来館者に交通安全グッズを配り、事故防止を呼びかけた

への来館者を対象に交通安全を呼びかけるキャンペーンを実施。反射たすきやチラシを配布し、交通事故の防止を呼びかけました。

湯前歴史散歩

的場士休の話②

前回に続いて的場士休(自休)について紹介します。

連歌と女楽を嫌う

墓碑には続けて士休の人となりを示す、2つのエピソードが記されています。

当時は連歌がはやっていました。士休はこれを良く思っていたようでした。墓碑には士休が歌を作った連歌をあざ笑ったことや「連歌で敵を退けることができるか」と言ったことが記されて



墓碑銘の一部(冒頭付近)

います。士休が作った歌は相良家の歴史書『南藤蔓綿録』に書かれています。卯月(旧暦四月)のころホトトギスが鳴くのを聞いて詠んだ一句です。

連歌師の耳鳴きつおせほとときす

同じころ、天下に女楽がはやったそうです。女楽とは、女の踊り子のようなものだと思われま。豊後から女楽が贈られた時、みんなで日夜楽しんでいました。士休は気に入らなかつたようです。ある日士休が友人の家へ行くと、女楽が来ていました。士休は女楽に近づき「我れ汝を見てまた憐れむ」と言い、急に抱き

ついて頬を噛みました。頬からは血が流れ、女楽は泣き叫びました。さらに女楽が帰る途中で橋の下に投げ落とししました。女楽は何とか一命を取り留めたそうです。

墓碑は士休と女楽のエピソードを「けだし衆をして魯人を放たしめざるなり」と結んでいます。論語の「ある時、齊国が隣国の魯の政治を退廃させるために女楽を贈った。魯の家老季桓子は女楽を受け取り、三日間政治を行わなかつた。この様子を見て孔子は魯を去った」という話を踏まえているようです。士休は人々が魯の季桓子と同じ過ちをしないように戒めたということだと思われま。



墓碑銘の一部。信興の名前が見える

連歌と女楽のエピソードからは、士休がいかに武骨な人物であつたかが伝わってきます。『南藤蔓綿録』によると、士休が八代にいたころのできごとだつたようです。

士休のその後

その後の士休の様子はくわしく書かれていませんが、八代から球磨郡に移り、岩野村にいたようです。寛永18年4月10日に病で亡くなり、湯前の城村に葬られました。士休には市助という男子があつ

墓碑銘「南藤蔓綿録」
※遠い先祖を思い、心を込めて供養すること



教育課 学芸員 松村 祥志

◆ 人吉球磨をアートで表現

まんが美術館では24日まで『「つくる・めぐる・ぬくもる」炭屋もも展』を開催しています。炭屋さんは佐賀県の出身。東京藝術大学大学院を卒業後、湯前町に移住し、現在地域おこし協力隊として活動しています。

初めての個展となる同展では、炭屋さんが好きな「お風呂」や「田園風景」をモチーフとした作品をはじめ、人吉・球磨地域での生活が育んだユニークな作品が勢ぞろい。特にまちで毎年開催される「ゆのまえ漫画フェスタ」の目玉の一つであるコスプレからアイデアを得た『何かになるということ 焼き鳥変身BOX』は必見です。

展示期間中には、ゆのまえグリーンパレスとゆのまえ温泉湯楽里でも多彩な作品を展示。まんが美術館を含めた全3会場で来場記念スタンプを集めると、炭屋



炭屋もも展 & 風刺漫画大賞展が開催中

さんの作品をデザインしたすてきなグッズのプレゼントがありますよ！

9・10日には炭屋さんを講師とした「^{※とうぼん}陶板づくりワークショップ」を開催。参加した皆さんが作った陶板は、まんが美術館前のモニュメントになります！ワークショップに参加して陶板を作り、まんが美術館に彩りを添えてみませんか？

まんが美術館特別展示室では「第34回那須良輔風刺漫画大賞作品展」を同時開催中。全国から集まった、時代を象徴する風刺漫画の力作が見られます。湯前町民は“無料”でまんが美術館に入れますので、ぜひ遊びに来てください！

※粘土を薄く伸ばして焼いた、丈夫なタイルのような板

陶板づくりワークショップ 「ゆのまえの生き物をつくろう」

- 開催日時
 - ① 5月9日 10:00～12:00
 - ② 5月9日 13:30～15:30
 - ③ 5月10日 10:00～12:00
 - ④ 5月10日 13:30～15:30
- 所要時間 2時間程度
- 対象 小学校1年生以上
- 定員 各回8人程度(湯前町民優先)
- 会場 湯前まんが美術館
- 参加費 無料
- 申込方法 下のQRコードからwebフォームで申し込み



◆ 入館者数1万人突破！

令和7年度の最終開館日であった3月29日、当館の年間入館者数が“1万人”を突破しました！

まんが美術館の入館者数が1万人を超えたのは初めてで、これまでの歴代最多入館者数は、平成30年の9719人でした。令和7年度は「レエル・ロマネスク展」、「これが漫画！展 日本の漫画を創った時代～楽天・隆一・良輔～」、「画業38年 村枝賢一の仕事展」、同日まで開催していた「湯前まんが美術館「夏目友人帳」第七期展」と4つの大型特別展を開催。さらに常設展示室では、湯前町が誇る風刺漫画家・那須良輔先生の原画展を、季節ごとにテーマおよび作品を変えながら開催しました。各展覧会に全国・海外から多くのお客様にお越しいただき、見事1万人達成となりました。

1万人目に入館されたのは、宮崎県から来られた松本あずささん(25)ほか2名のグループ。子どものころからアニメ「夏目友人帳」のファンで、第七期展を楽し

開館から33年で初

みに来られたそうです。まんが美術館では、本年度もさまざまな展示を開催予定！ぜひ公式SNSやホームページをチェックしてみてくださいね。



1万人突破を記念して、美術館グッズ詰め合わせをプレゼント！

よりぬき りょうすけギャラリー

ユーモアあふれる那須先生の作品を紹介！

「白ギスは海のアユと呼ばれるくらい上品で美味しい魚である。キス釣りの季節は五月から七月頃まで、つまり浅場に産卵のために乗っ込んでくる頃だ。しかしキスは一年中釣れるし、魚信も強くて面白い。(中略)私は三年ぐらいの期限をきって禁漁区を作ったら、きっとキスもふえることと思う。大変な数の釣り師が一年中釣りまくるのだから、いまのままだったら絶滅する恐れがある。」那須良輔『釣り春秋』(1978,43-44頁)



故 那須良輔 先生



『カサゴ シロギス』

那須先生の作品画像を無料で利用できます！くわしくはまんが美術館まで問い合わせてください

HP・SNS

ホームページやSNSで、まんが美術館の最新情報を発信中。ぜひご覧ください！(@yunomae_manga)



多田 颯希 学芸員 中尾 章太郎 学芸員

ゆのまえ
心豊かで、活力があり、未来を創造する町



本の世界

今月のおすすめ

中央公民館図書交流棟 ☎0966(43)2050
【平日】8:30~17:00
【土日・祝】9:30~17:00

■慌ただしい新生活のスタートがひと段落して、5月病になりがちなこの時期に「そっと寄り添って一緒に悩んでくれる本」を選びました

スマホ時代の哲学



谷川嘉浩(著)
ディスカヴァー・トゥエンティワン

スマホは私たちの生活をどう変えてしまったのか? いつでもどこでもつながれる「常時接続の世界」で、私たちはどう生きるべきか? 「つながっているのに寂しい、常時接続の世界」を生き抜くための書。

イワンの馬鹿



レフ・トルストイ(著)
北御門二郎(訳・著)
銀の鈴社

生涯にわたって「人間の本当の幸福とはなにか」を探し求め、絶対平和・絶対非暴力の思想を説いたトルストイの民話7作品を収録。トルストイの思想に深く共感した北御門二郎さんは本町の出身です。

どろぼうジャンボリ



阿部結(著)
ほるぷ出版

風変わりなどろぼうジャンボリ。みんなが眠る夜、彼にとって大事な宝物を盗み出します。大切なものを取り戻すためにできることや、偶然がもたらす奇跡が、ユーモラスで豊かなタッチで描かれている絵本。読むたびに、心が大きくふくらむ物語です。

ウインのまほう



いまむらあしこ(著)
こやまもえ(イラスト)
あかね書房

カヤネズミの男の子ウイン。一緒に暮らすおばあさんのことが心配で泣いていると、親切なおばさんから、ある呪文を覚えてもらうとウインは笑顔になって...! やさしい気持ちがあふれる幼年童話です。

保健 ストレスと上手に付き合おう
心も身体もほぐしましょう

新生活がスタートしてから、早くも1カ月が過ぎました。新社会人や新入生など、環境の変化で心と体が疲れていませんか?

ストレス学説を唱えたハンス・セリエの言葉に『ストレスは人生のスパイスである』というのがあります。ストレスといってもすべてが有害なわけではなく、適度なストレスは心を引き締めて仕事や勉強の能率を上げたり、心地よい興奮や緊張を与えてくれます。しかしその興奮や緊張が度を超えてしまうと、心や体が適応しきれなくなり心身にダメージを与えます。

ストレスと上手に付き合うためには、自分に過剰なストレスがかかっていることに早く気づくこと・自分に合うストレス対処法を見つけて実践することがとても大切です。

◆ストレスに気付こう

ストレスを受けているときは、何かしらサインが出ているものです。自分のサインに気付くことができると、休息をとる・気分転換をするなどセルフケアが早めに取れるようになります



- 心理的側面: 抑うつ症状、意欲の低下、イライラ、緊張、不安など
身体的側面: 高血圧、胃・十二指腸潰瘍、糖尿病、首・肩こり、動悸、息切れ、下痢、便秘、食欲不振、不眠、肥満など
行動的側面: 作業効率の低下、作業場での事故、アルコール依存、過食、拒食など

サインが出たら休息を取りましょう

◆ストレスと上手に付き合うポイント

心と体の緊張をほぐしてリラックスする『リラクゼーション法』を身につけて、ストレスをため込まないようにしましょう。筋肉をゆっくりと伸ばすストレッチングは、筋肉をほぐし血行を良くするためリラックスに効果的。肩の上げ下げや首を回すなど、場所や時間も取らず手軽に身体をほぐせます。ストレスは誰かに話を聞いてもらうだけでも、気持ちが楽になることがあります。

◆ストレッチングのポイント

- ①はずみをつけずにゆっくり伸ばす
②呼吸は止めずに自然に行う
③10~30秒間伸ばし続ける
④痛みを感じるところまで伸ばさない(無理をしない)
⑤伸ばしている部位に意識を向ける
⑥笑顔で行う



参考:厚生労働省HP

保健師 山浦 一美

栄養・歯科 歯も体も健康でいるために

「毎日歯みがきをしているから」「時間がないし面倒だから」と、歯科検診を後回しにしていませんか? 「歯科医院は歯が痛くなったら行く場所」と思う人もいるかもしれませんが、自覚症状が出てからでは逆に時間や費用がかかる治療が必要になることもあります。

30歳~50歳の8割が歯周病と言われています。歯周病になると歯周病菌が血中に入って体内に運ばれ、さまざまな病気に影響します。歯科検診と毎日の歯みがきでは、それぞれの目的が違うため歯科検診を受けましょう!

○健康な歯を守りましょう

どんなにいい歯に磨いても、歯みがきだけでは取れない汚れもあり、場合によっては歯周病やむし歯の原因となります。定期的な歯科検診・定期受診によるチェック・プロによるお手入れに加えて毎日歯みがきをするのが健康な歯を保つためには大切です。

◆日々の歯みがき(セルフケア)の目的

歯の表面についた食べかすや歯周プラーク(歯垢)を取り除き、お口の中を清潔に保つことで、むし歯や歯周病などの病気や口臭・着色などを防ぐ

◆歯科検診の目的

病気の予防・早期発見。毎日の歯みがきでは落とせない汚れの手入れと同時に、お口の状態にあった正しい歯みがきの方法を学ぶ

環境 購入補助金があります

ごみ出しの負担軽減やごみ袋の節約といったメリットが多くある生ごみ処理機。購入するときは、最大3万円の補助があるので、ぜひ活用してください。

●生ごみ処理機(電動型) ※購入補助は1世帯に1台まで
購入価格の2分の1を補助(限度額3万円)

●生ごみ処理容器(コンポスト) ※購入補助は1世帯に2個まで
1個につき購入価格の2分の1を補助(限度額3千円)
※申請は保健福祉課環境衛生係へ問合せ

◆布団やシーツはリサイクルできません

布団・シーツ・下着・汚れた服などは可燃物で出してください。指定袋に入らないときは、ひもで十字に縛ってクリーンプラザに搬入してください。出し方が分からない時は「湯前町ごみ出しルールブック」や「人吉球磨ごみ分別アプリ」を確認するか、保健福祉課まで問い合わせください



人吉球磨ごみ

分別アプリ→ Android iPhone



保健福祉課 ☎0966(43)4112

暮らし・健幸

歯科検診を受けましょう



○歯科検診を無料で受診できます

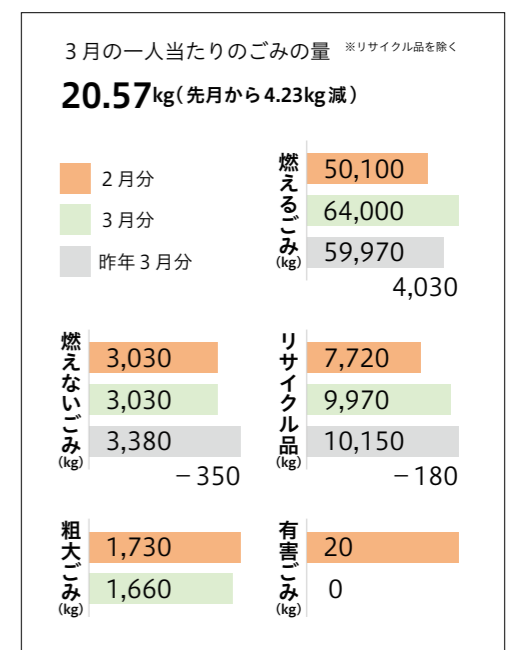
5月12~15日の集団健診では、20歳以上の町民を対象に無料で歯科検診を行っています。この機会にぜひ受診しましょう! ご希望の人は保健センターへご連絡ください

問合せ:保健福祉課 ☎0966(43)4112



栄養士 熊部 英恵

ごみと負担を減らしましょう



●5月5日のごみ収集はお休み

5月の不燃物収集は
20日(第3水曜日)です

人のうごき 3月

人口=3339人
(男=1578 女=1761)
世帯=1508世帯
※3月31日時点

結婚おめでとう

多田 恵太(上里1)
高橋 颯希(上里1)

菊川 裕貴(上染田)
宮原 佐知(佐賀県武雄市)
黒木 雄大(野中田3)
荒巻 玲奈(福岡県柳川市)

誕生おめでとう

工藤 蒼介(下城)
晃介・美咲
西 朔太郎(中里2)
右京・麻
竹部 芽吹(馬場)
圭太・叶

ご冥福をお祈りします

山北 茂香(瀬戸口)
木野 昭代(下村)
柳川 シゲ子(瀬戸口)
別府 シゲミ(上里2)

香典返し

山北 啓(瀬戸口)

まちの農業をサポート



本町は本年度から農林振興課の農業技術専門官として、金森伸彦さん(66 = あさざり町)を採用。湯前町農業公社に出向し、事務局長として活動しています。農業技術専門官とは、先進的で効率的な栽培技術や経営方法のアドバイスをしたり、品種・土壌改良などを指導する農業の専門家のことです。

金森さんは熊本県職員として農業研究センターに11年、農業普及指導センターに21年勤め、主に稲・麦・大豆の栽培や品種改良に携わりました。退職後は農業機械メーカーで7年、スマート農業や乾田直播の指導をしてきました。

入庁後、インターネットを使って作業計画などを管理する「ほ場管理システム」を導入。農業公社の作業員と事務局、作業員同士が情報の共有を進めています。今後は農家の皆さんとも連携し、効率的な農業ができる仕組み作りに取り組む予定です。

「農業の主役は農家であり、農作業を進めやすいようにサポートするのが農業公社の仕事。まちの農業の発展のためにも、どのようなお手伝いができるのか、これから皆さんと一緒に考えていきたい」と話す金森さん。まちの農業に心強い存在が加わりました。

※乾いた田に種をまき、苗立ちしたあとに水を入れる稲作の方法

編集後記

▼小中学校の入学式へ。新たな扉を開いた新1年生の緊張が、撮影しているこちらにまで伝わってきました。昨年度に何度も取材をし、私のことをカメラマンとして覚えてくれていた子どもたち。私を見つけ笑顔を見せてくれる場面もあり、とてもうれしい瞬間でした。

▼消防操法大会の撮影に行きました。活動服に身を包み、キビキビとした動きで練習の成果を発揮する団員の皆さん。私もカメラを持って追いかけますが、全く追いつかず…。いざというときのために日ごろから点検し、仕事後の夜も休みの日にも練習を重ねる団員の皆さんのすばらしさを改めて感じました。

▼遊園地で出会ったあるキャラクターに心を奪われました。悩みに悩んでぬいぐるみを購入。「ぬいぐるみは子どもだけのもの」と思っていました。違ったようです。思い出も相まって、毎日癒しをくれる存在に。思い込みは良くないと感じました(佳)

青年団だより

湯前町青年団では、町内にゆかりのある若者が団結し、まちを活性化させるためにさまざまなイベントを行っています。本年度も青年団の活動の様子を発信していきます！

今回は本年度の役員を紹介します。

令和8年度役員			
団長	多田 恵太	企画部長	尾方 皇太
副団長	松岡 蓮	広報部長	中田 優輝
副団長	多田 颯希	会計	一柳 颯麗
事務局長	一柳 颯麗	監事	中尾 章太郎
文化生部部長	野口 和真	監事	高田 菜々美
体育部長	那須 頼正		



《新入団員を募集しています》

私たちと一緒に青年団で活動してみませんか？就職などで初めて本町に来た人や、久しぶりに帰ってきた人など、どんな人でも同年代の友達ができたり、本町のことを知ることができたりするチャンスです！活動の様子は公式Instagramで発信しています。ぜひのぞいてみてください！

《青年団公式Instagram》
@yunomaeseinendan



広報部長になりました中田優輝(中里2)です！1年間よろしくお願ひします！



広報部長 中田 優輝

B&G だより

3月29日にB&G 海洋センター体育館で「HADO 体験イベント」を開きました。

HADOとはAR(拡張現実)技術を用いた最先端のテクノスポーツ。体にセンサー付きの機械、頭にVRゴーグルを取り付けて、現実のコート上で戦う日本発のARスポーツです。ゲームで見るような光の玉やバリアなどCGの技を放って点数を競い、相手チームよりも多くポイントを取ったら勝利。実際に体に攻撃するわけではないので、ケガの心配もなく子どもから大人まで幅広く楽しめます。

初めての最先端スポーツを体験した参加者。目の前に広がるゲームのような風景を見て、驚きと興奮の声が聞こえてきました！新しい技術に興味を持ち、自ら進んで体験を楽しんでいる子どもたちの姿はとても輝いていました。

今回のイベントは子どもたちが最新技術に触れる機

最新のスポーツに挑戦！

会と、世代を超えた交流の場を創るために開催しました。これからもまちの皆さんに「楽しい」と思ってもらえるような活動を続けていきます。参加された皆さんありがとうございました！



←機械を身に付けていざ対戦！



参加者がVRゴーグルで見ている光景。光線などを出して攻撃し高得点を狙う

B&G 海洋センター 尾方 皇太



3



2



1

1_ピカピカのランドセルを背負い少し照れ笑い 2_初めてのことばかりで緊張…。誰でも最初は1年生 3_たくさんの人に迎えられ入場 4_緊張と期待一まっすぐと前を見つめる姿が印象的だった 5_本年度からズボンとスカートを選べる新しいデザインの制服に。真新しく少し大きめのブレザーに袖を通して入場し、湯中生としての3年間が始まった



4



5

はじめの第一歩。

湯前小・中学校の入学式が4月9日に現地で開かれ、新中学1年生28人、新小学1年生20人が期待と不安を胸に学校の門をくぐりました。

在校生や保護者らの温かい拍手で迎えられた新1年生。新たなステージの始まりにうれしさと

緊張が入り混じる中、呼名されると、これからの学校生活に期待を込めた大きな声で元気よく返事をしました。うれしさと照れくささが入り混じる表情を浮かべながらも胸を張り、はじめの第一歩を踏み出しました。

町民憲章

Town's People Charter

- 一.健康で心豊かなまちをつくりましょう
- 一.平和・勤勉・明朗なまちをつくりましょう
- 一.自然を人を郷土を愛するまちをつくりましょう
- 一.活力があり未来あるまちをつくりましょう

私たちは湯前町民であることに誇りを持ち、豊かで明るく住みよい町にするために町民憲章をここに定めます。

5月の表紙

優しさ、ぎゅっ。

4月16日に開かれた小中学校の遠足。中学生が考えたレクリエーションを全員で楽しみました。緊張の残る1年生も、笑顔で頼もしい6年生に抱きつき安心した様子。優しさに包まれた光景にほっこりしました。

撮影場所 湯前中学校グラウンド

