



特別定額給付金申請受付	3
子育て世帯への臨時特別給付金	4
ハザードマップの確認	8

「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」

特別定額給付金「10万円」 の申請を受け付けています。

芦北町から世帯主あてに郵送で申請書をお送りしています。必要事項を記入し、同封の返送用封筒で返信をお願いします。また、オンラインでの申請も可能です。

○給付の対象者

基準日（令和2年4月27日）時点で、芦北町の住民基本台帳に記録されている人

○給付申請ができる人

対象者が所属する世帯の「世帯主」

○郵送又はオンラインで申請

申請締切
8月14日（金）
特別定額給付金専用ダイヤル
電話（82）5888

郵送で申請

送られてきた申請書に、必要事項を記入し確認書類を同封して返送ください。

①世帯主（申請・受給者）の記入

②給付対象者の確認

③受け取り方法

- ・振込先口座の記入
- ・口座がない場合は役場窓口でも受け取ることができます。

④確認の書類の添付（本人と口座）

- ・本人確認の書類の写し
（運転免許証・保険証・パスポート・年金手帳などのいずれか一つ）
- ・口座確認の書類の写し
（通帳・キャッシュカード・インターネットバンキングの画面の写しなどのいずれか一つ）

オンラインで申請

世帯主のマイナンバーカードのみ申請可能です。

マイナポータルから特別定額給付金申請の手続きを行ってください。

オンライン申請には、

- ・本人確認暗証番号（4桁）
 - ・電子証明暗証番号（6～16桁）
- の入力が必要です。

※暗証番号を忘れた場合や、数回入力を間違いロックがかかった場合は、役場住民生活課総合窓口で再設定が必要です。

※スマートフォンには「電子申請専用アプリのマイナポータルAP」のインストールが必要です。インストールできない場合は電子申請できません。

- ・申請について、ご不明な点は、特別定額給付金専用ダイヤルにご相談ください。
- ・専用ダイヤルにつながらない場合は☎（82）2511（内線214）総務課総務係におかけください。
- ・配偶者からの暴力を理由に避難している人は、世帯主でなくても専用の申出書を提出することで、同伴者の分を含めて、特別定額給付金の申請を行い、給付金を受け取ることができます。

新型コロナウイルス感染症関連 5月補正予算 「17億7,486万6千円」 5月1日の町議会で可決されました。

①特別定額給付金事業

町民一人当たり10万円を給付

17億380万1千円

詳しくは3ページへ

②子育て世帯へ臨時特別給付金事業

中学生以下子どもへ

一人当たり1万円の給付

2,009万5千円

詳しくは4ページへ

③芦北町事業継続支援金（町単独事業）

売り上げが前年同月比で30%以上減少した事業者へ支援金 法人20万円 個人10万円

4,400万円

詳しくは5ページへ

④飲食店応援推進事業補助金（町単独事業）

テイクアウト・出前クーポンの発行

700万円

詳しくは最終ページへ

CONTENTS

2020年 5月号

- 3 特別定額給付金申請受付
- 4 子育て世帯への臨時特別給付金
- 5 芦北町事業継続支援金
- 6 国民年金保険料の免除・猶予
- 7 洪水浸水想定区域図の公表
- 8 ハザードマップの確認
- 10 ごみの出し方
- 12 まちのわだい
- 14 おしらせ
- 16 健康ルーム
- 18 協力隊レポ！
- 21 芦北町の歴史
- 24 飲食店応援推進事業

今月の表紙 稚鮎の放流

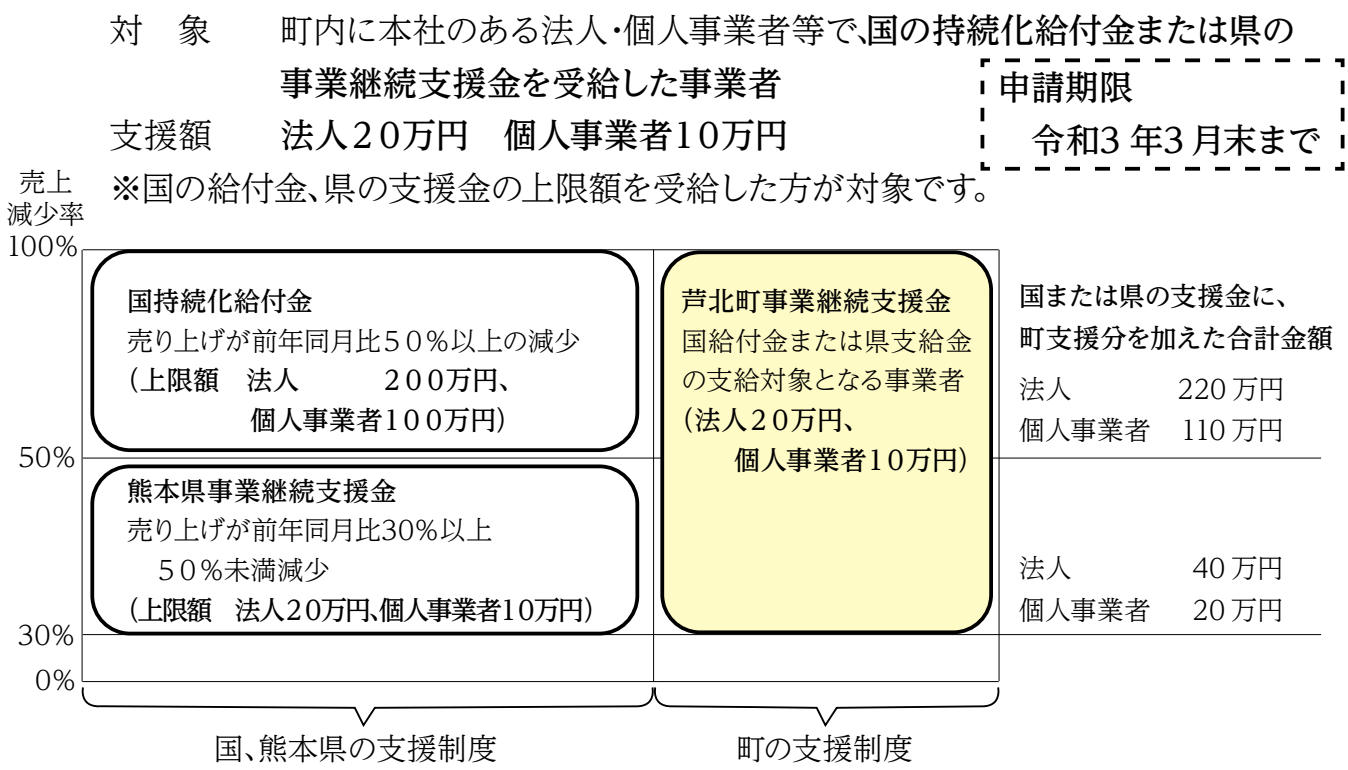
4月9日に佐敷川で鮎の放流が行われました。芦北町内水面漁協が毎年行っており、今年も2万匹の稚魚が放流されました。漁の期間は7月1日～11月30日まで。鮎釣りには入漁料が必要です。



人口のうごき (R2.5.1 現在) () 内は前月比			
人口	16,824人	(- 1)	
男	7,948人	(+ 7)	
女	8,876人	(- 8)	
65歳以上	7,440人	(+ 7)	
世帯数	7,224世帯	(+ 21)	

新型コロナウイルス感染症により、事業活動に影響を受けている事業者の方に対して、町独自の支援を行います

【芦北町事業継続支援金】



*問い合わせ先

芦北町事業継続支援金	商工観光課 商工振興係	☎ (82) 2511 (内線171)
熊本県事業継続支援金	熊本県 商工政策課	☎ 096 (333) 2828
国 持 続 化 給 付 金	持続化給付金コールセンター	☎ 0120 (115) 570

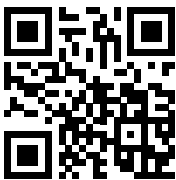
芦北町は新型コロナウイルス感染症により、事業活動に影響を受けている事業者の支援策について、相談を受け付けています。

- ①芦北町災害時等特別資金利子補給補助金 広報あしきた令和2年4月号掲載
- ②芦北町災害等雇用調整補助金 //
- ③芦北町事業継続支援金 上記参照

その他、国や県の支援事業についても相談を受け付けています。詳しく知りたい場合には商工観光課へご相談ください。

*問い合わせ先

商工観光課 商工振興係☎ (82) 2511 (内線171)



▲首相官邸ホームページ
国の支援



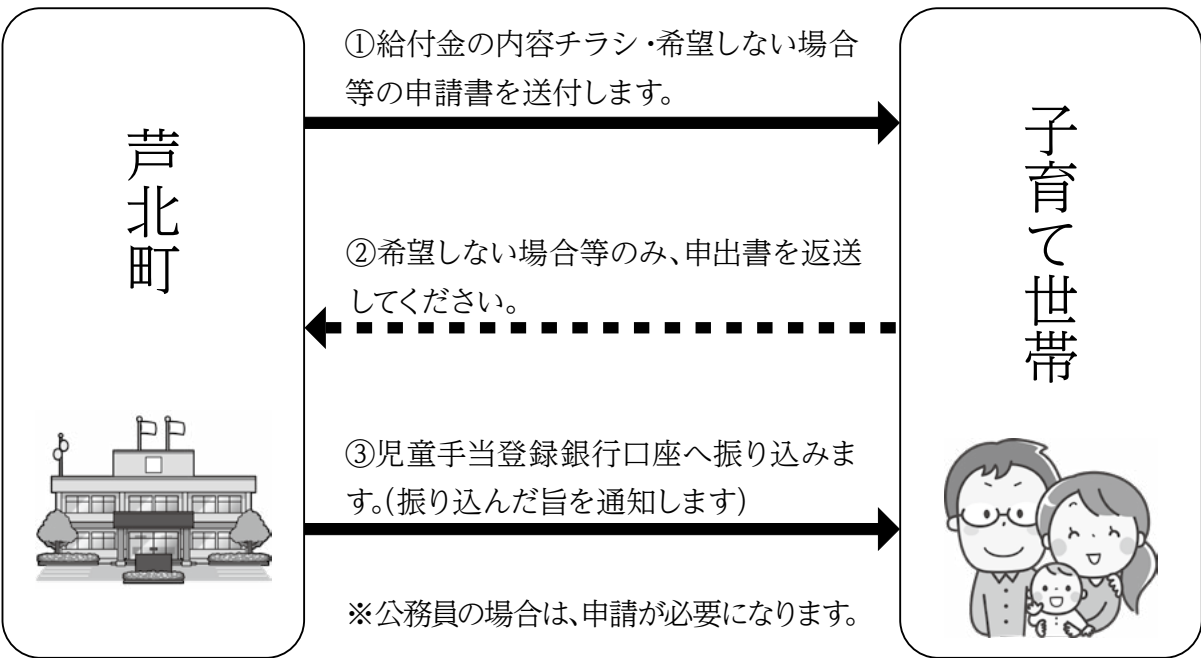
▲熊本県ホームページ
県の支援

子育て世代の生活を支援するために一時金を支給します

【子育て世帯への臨時特別給付金】

対象児童 (0 歳～中学生) 1 人につき1 万円です。

原則、申請は不要です。
芦北町では、6 月中旬ごろに支給する見込みです。



○支給対象者

令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当(高所得者以外)の支給を受けている人です。対象児童は令和2年3月31日までに生まれた児童で、3月まで中学生であった児童も含みます。

○引っ越した場合

「子育て世帯への臨時特別給付金」は基準日(令和2年3月31日)時点での居住市町村から支給されます。転入された人は転入前の市町村にお問い合わせください。

*問い合わせ先

福祉課 児童家庭係☎ (82) 2511 (内線154・157)

梅雨時期を迎える前に・・・確認しましょう！

洪水浸水想定区域図について

熊本県において洪水浸水想定区域図を作成し公表しています。

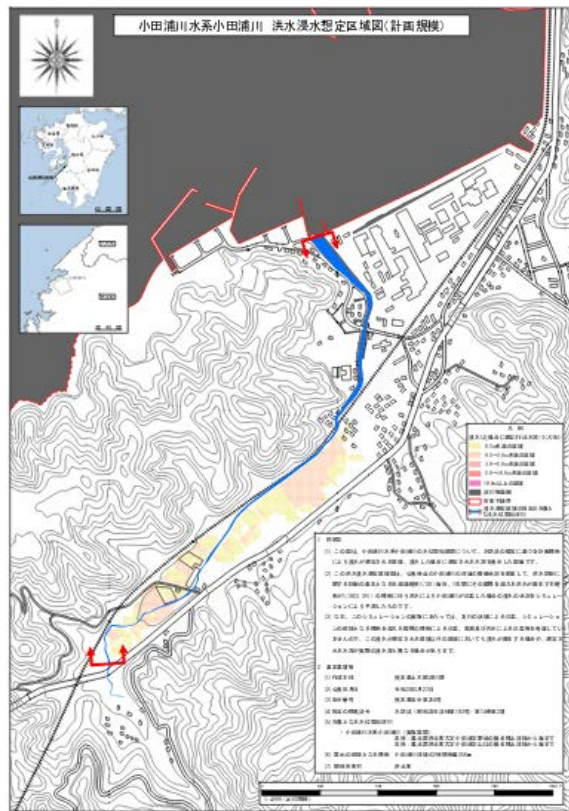
この区域図は、想定される降雨（想定最大規模）により、河川が氾濫した場合に、浸水が想定される区域、水深をシミュレーションにより求めたものです。

この想定図は、予想を超える降雨、高潮、内水による氾濫を考慮してありませんので、想定を超える深水になる場合があります。

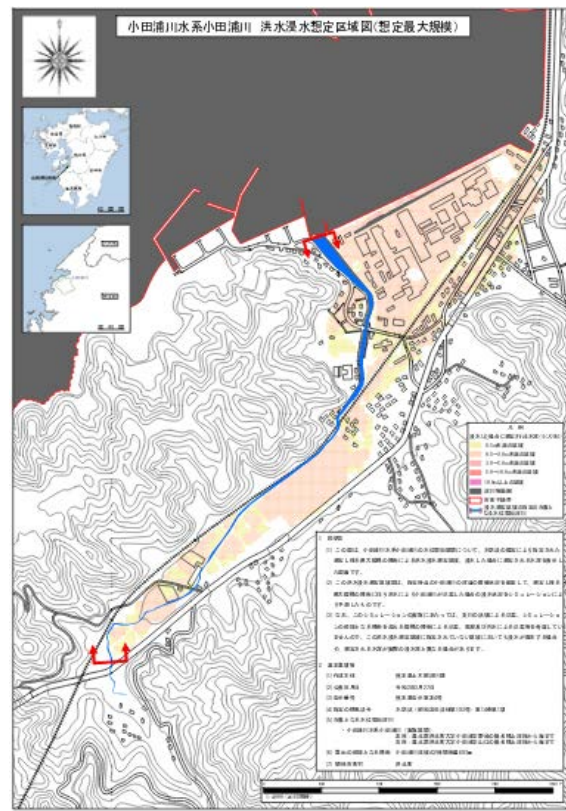
芦北町の河川では、佐敷川、湯浦川、小田浦川、田浦川の4河川を公表してあります。

降雨時の避難の確認に利用できますので、自宅や職場などでの想定される浸水を確認し、避難行動計画にご利用ください。

河川整備のための浸水予想図
（従来の計画図）



過去に実際に降った降雨量から想
定される浸水予想図（改正図）



熊本県ホームページ

<https://www.pref.kumamoto.jp/>

熊本県洪水浸水想定について

https://www.pref.kumamoto.jp/kiji_27919.html



▲熊本県HP



▲洪水浸水想定

*問い合わせ先

熊本県土木部河川課 ☎096 (333) 2506

想定最大規模洪水に
対応した浸水想定区域
図を作成・公表し、地
域の減災へ活用

新型コロナウイルス感染症の影響により 国民年金保険料の納付が困難な人へ

所得の減少により納付が難しい場合に納付の免除・猶予が受けられます。

①自営業者

国民年金保険料の免除申請が可能です。

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除申請が可能となりました。

対象となる期間

令和2年2月分から6月分まで（令和2年7月以降は改めて申請が必要です。）

申請に必要なもの

1. 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
2. 所得の申立書（簡易な所得見込額の申立書）
3. 身分証明書・印鑑

②学生

国民年金保険料の納付猶予が可能です。

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料学生納付特例申請が可能となりました。

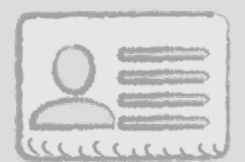
対象となる期間

令和元年度分として令和2年2月分から令和2年3月分まで

令和2年度分として令和2年4月分から令和3年3月分まで

申請に必要なもの

1. 国民年金保険料学生納付特例申請書
2. 所得の申立書（簡易な所得見込額の申立書）
3. 学生証のコピー
4. 身分証明書・印鑑



申請先

八代年金事務所

★感染防止の観点から郵送提出にご協力ください。

申請書が必要な人は、お電話でご依頼ください。郵送いたします。

日本年金機構のホームページも申請書の様式があります。

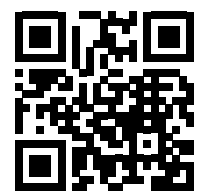
*問い合わせ先

住民生活課 医療年金係 ☎(82)2511 (内線141)

八代年金事務所 ☎0965 (35)6123

ねんきん加入者ダイヤル ☎0570 (003)004

日本年金機構 <https://www.nenkin.go.jp/>



▲日本年金機構
ホームページ

台風・豪雨時に「避難情報のポイント」を確認し避難しましょう

緊急時に確認

避難情報のポイント

！……必ず確認してください……！

市区町村から出される避難情報(警戒レベル)

！避難とは難を避けること、つまり安全を確保することです。安全な場所にいる人は、避難する必要はありません。

！危険な場所から警戒レベル3で〈高齢者などは避難〉、警戒レベル4で〈全員避難※¹〉です。

※1 警戒レベル4「全員避難」は、高齢者などに限らず全員が危険な場所から避難するタイミングです。



！警戒レベル5はすでに災害が発生している状況です。

- 警戒レベル5が出てもまだ避難できていない場合は、自宅の少しでも安全な部屋に移動したり、すぐ近くに安全な建物があればそこに移動するなど、命を守るための最善の行動をとってください。
- 警戒レベル5災害発生情報は、市区町村が災害発生を把握できた場合に、可能な範囲で出される情報であり、必ず出される情報ではありません。

！豪雨時の屋外避難は危険です。車の移動も控えましょう。

！警戒レベル4には避難勧告や避難指示(緊急)※²がありますが、いずれにしても警戒レベル4で避難しましょう。

警戒レベル4 避難勧告は立退き避難に必要な時間や日没時間等を考慮して発令されるもので、このタイミングで危険な場所から避難する必要があります。

※2 警戒レベル4 避難指示(緊急)は、必ず発令されるものではなく、地域の状況に応じて緊急的に又は重ねて避難を促す場合などに発令されることがあるものです。

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に「避難行動判定フロー」を確認しましょう

平時に確認

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自宅の災害リスクととるべき行動を確認しましょう。

避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？ 必ず取り組みましょう

ハザードマップ※で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

※ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、市区町村からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として※、自宅の外に避難が必要です。

例外

※浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまうおそれの高い区域の外側である
②浸水する深さよりも高いところにいる
③浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食糧などの備えが十分にある場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。
※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

いいえ

警戒レベル3が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう。(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル3が出たら、市区町村が指定している指定緊急避難場所に避難しましょう。

はい

いいえ

警戒レベル4が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう。(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル4が出たら、市区町村が指定している指定緊急避難場所に避難しましょう。

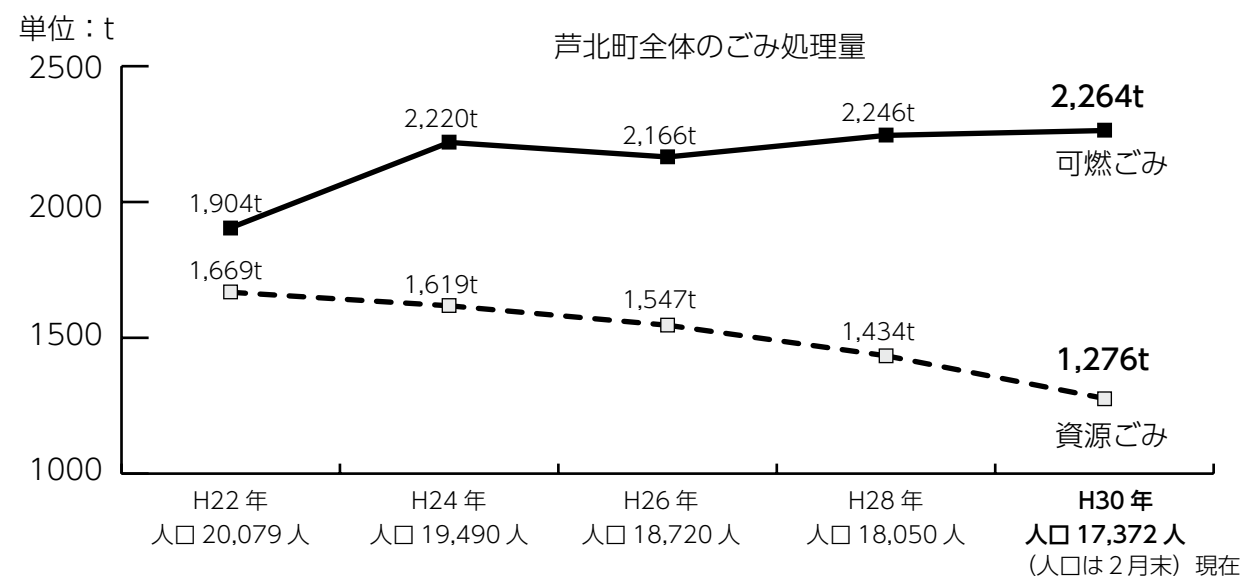
可燃ごみの減量にご協力ください。

芦北町の人口は年々減少していますが、可燃ごみの排出量（下グラフ）は増加しています。それに伴い処理費も増加しています。燃やすごみの中には、再資源化してリサイクルできるものも含まれており、分別を正しく行うことで処理費用が安くなり、ごみを焼却する時に排出される、温室効果ガスも減らすことができます。

再資源化できるように、ごみの分別については、ご協力をいただいているところでありますが、更なる、ごみ分別促進をお願いします。

お菓子の袋やティッシュペーパーの箱も資源です。容器のリサイクルマークを確認して分別し、地区のごみステーションに出されるようお願いいたします。

平成30年度の
ごみの焼却に要する費用
1人当たり約1万4千円
（収集運搬費用除く）



燃やせばごみ、分ければ資源、3Rの推進を

3Rとは

Reduce (リデュース)

ごみの量を減らす

- マイバックを使う。
- レジ袋はもらわない。
- 物を大事に使う。



Reuse (リユース)

捨てるのではなく再利用

- シャンプーや洗剤を詰め替えて容器を再利用する。
- 洋服のお下がりやフリーマーケットでの販売。



Recycle (リサイクル)

不要な資源を新たな物に

- ペットボトルを回収し新しい資源に変え、洋服の繊維や卵パックなどに再生させる。



リサイクルできる資源

家庭から分別して収集されることにより、資源として再生されます。生ごみ以外は、業者が買取を行いますので、処分費が発生しません。識別表示マークを確認しきちんと分別しましょう。

リサイクルする資源

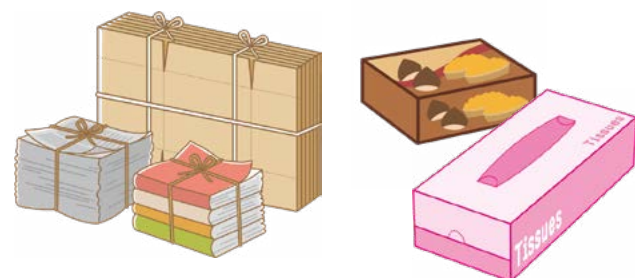
- 雑紙・新聞紙
- プラスチック
- ペットボトル
- 金属
- 生ごみ
- パソコン・小型家電
- ガラスびん

再生される資源物

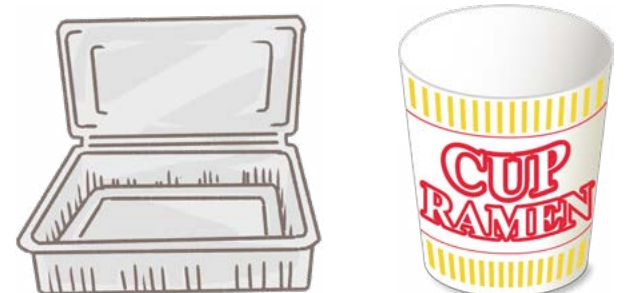
- 再生紙・段ボール
- 燃料・再生樹脂
- 化学繊維
- 鉄・アルミ
- 肥料
- 金・銀・銅
- ガラスびん



お菓子の袋、ティッシュペーパーの箱などが該当します。マークはついていませんが、段ボール、雑誌、新聞紙、ノート等もリサイクルされます。



プラスチック製容器包装は、包装フィルム、弁当箱、発砲スチロール等が該当します。弁当箱は、水洗いし（洗剤不要）汚れを落としてください。



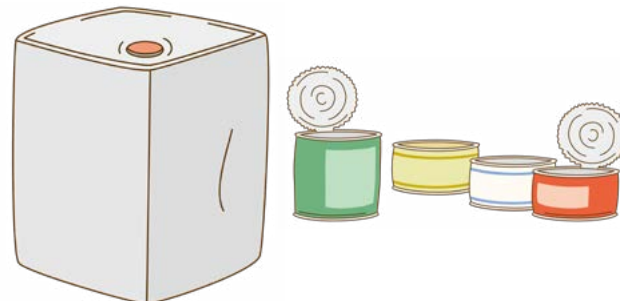
ジュースやミネラルウォーターが入っていたペットボトルは、水で洗ってください。キャップとラベルは外し、プラスチックで出してください。



缶ジュース・缶ビールが該当します。スクリーキャップがついているものは、外してください。キャップは袋に入れてまとめて出してください。



缶ジュース・缶詰等が該当します。水で洗って乾燥させてください。缶詰のフタはアルミの場合がありますので識別表示マークにしたがって、分けてください。





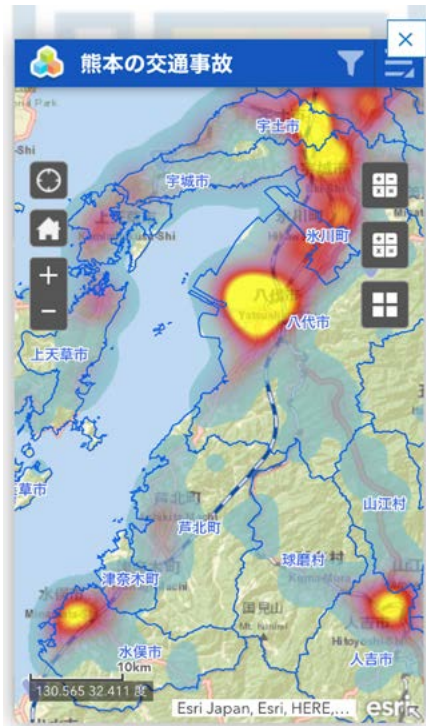
事件・事故は **110** 番
芦北警察署 ☎ (82) 3110



火事と救急は **119** 番
芦北消防署 ☎ (82) 4731



おじいちゃん、おばあちゃん、高齢者の交通事故が増加中てばい！



熊本県警察交通事故発生状況マップのQRコード



←芦北町と周辺市町村の「交通事故発生状況マップ」
多発しているところが黄色で表示されています。

県内の交通事故情勢は、令和2年4月14日現在で、14件の交通事故が発生し、14人の尊い命が失われています。

亡くなった14人中11人が高齢者で、特に歩行中に亡くなる（11人中5人）など、交通死亡事故に遭う確率が高い状況です。

最近では、高齢者の運転する車が交通死亡事故を起こす割合が高く、14件の半数が、高齢者の運転によるものとなっています。

ただ、交通事故を起こしているのは高齢者だけではなく、ハンドルの握ったら、交通事故を起こさない、遭わないように予測・防衛運転に努めてください。

県内で過去に発生した交通事故について、知っていたために「交通事故発生状況マップ」を県警HPに掲載し、情報提供を始めました。ぜひ、ご活用ください！

もしもの備え、対策していますか？

おいしく備える！
ローリングストック法

月一回「非常食の日」を決め、家族で非常食を食べ補充をします。これを繰り返すと、ある程度の期間で全てが新しいものと入れ替わり、常に最新の非常食を備蓄することができます。

また、食べ慣れることで被災時のストレスを軽減することができ



熊本地震から4年以上の月日が経過し、災害に対する備えがおろそかになっているのではないだろうか。そこで、どの災害時にも活用できる対策例を参考に、各家庭で工夫して備えましょう！

- ①食料・飲料・生活必需品などの備蓄（例）
飲料水9L（一日3L）
非常食12食分（一日3食）
トイレトペーパーなどの日用品
- ②家族の安否確認は災害用伝言ダイヤル
局番なしの「170」に電話をかけると伝言が録音でき、安否確認などに利用できます。
- ③避難場所や避難経路の確認
芦北町の防災マップが刷新され、近日中に各家庭に配布されます。
この機会に、家族で避難場所や避難経路の確認をしてみましょう！

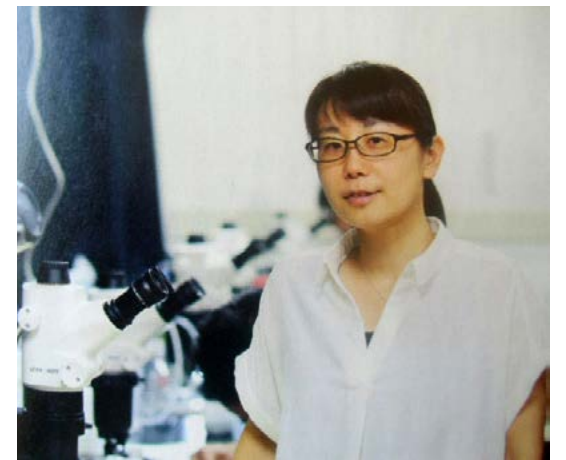


熊本県体育協会空手道コーチ（芦北王塾長）の釜辰信さんが、ミズノスポーツメントール賞を受賞しました。（日本スポーツ協会・日本オリンピック委員会共催）

この賞は日本の競技スポーツおよび地域スポーツにおいて、選手の強化・育成ならびに地域スポーツの普及・振興に貢献した指導者を顕彰し、指導者の育成を称えるものです。

受賞した釜さんは「皆さんのおかげで受賞することができました。今後も地域スポーツの振興に励みます」と話しました。

ミズノスポーツ財団から表彰



田浦4地区出身、倉永英里奈さんが日本学術振興会賞を受賞し、授賞式には秋篠宮ご夫妻が出席されました。

この賞は独創性に富み、優れた研究能力を持つ若手研究者を見出し、日本の学術研究の水準を世界トップレベルに発展させることを目的に45歳未満の博士に贈られます。

授賞理由は「上皮組織細胞が集団移動する作用原理の解明」です。

現在、東北大学大学院生命科学研究所教授として活躍されています。

優れた研究者に贈られる 日本学術振興会賞受賞



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在芦北町では住民を対象にした会議を行っておりません。

しかし、行政運営のために会議を行わなければならない場合には、三密を回避するように工夫して行っています。

- ①密閉しないよう窓は開けて行う。
- ②人数が多いときは密集にならないよう数回に分けて行う。
- ③密接しないよう、前後左右に空間を開けて座り、全員マスク着用で行う。

会議の際はご協力をお願いします。

三密を回避しての会議



春の交通安全運動において、花岡東公民館交通安全パトロール隊（代表白菊静子さん）は17年間の活動実績が認められ、熊本県警本部長より功労表彰を受けました。

小学生の安全確保のため、交差点での交通指導や、小学生と学校まで一緒に登校し危険箇所がないかの確認も行っています。

表彰を受け代表の白菊さんは「活動が認められ大変嬉しい。今後も児童の交通安全と防犯のため頑張ります。」と話しました。

長年の交通安全活動への功績に栄誉

給付金サギにご注意ください！

新型コロナウイルス感染症対策として、色々な補助金、支援金、給付金申請が始まっています。詐欺師はあの手この手で、言葉巧みに言い寄り、個人情報聞き出し、騙そうとします。

国・県・町の職員が以下の事を指示することはありません。

- 現金自動預払機(ATM)の操作を
お願いすること。
- 受給にあたり、手数料の振り込みを
求めること。
- メールを送り申請手続を求めること。

被害に合わないためには、絶対に教えない。渡さないようにしてください。

- 暗証番号
- 通帳
- 口座番号
- キャッシュカード
- マイナンバー



「怪しいな?」と思ったら遠慮なくご相談ください

消費者ホットライン
(局番なしの3桁) **188**

芦北警察署
(82) 3110

新型コロナウイルス 給付金関連
消費者ホットライン
0120 (213) 188

警察相談
専用電話 **#9110**



堤防刈草を利用しませんか？

草マルチの材料として球磨川流域の刈草をお譲りします！

球磨川では、堤防管理のため毎年6月から12月頃の間に2回、堤防を除草しています。

刈り取った草は、農業や家庭菜園等における草マルチや草堆肥の材料として利用いただけることから、現地まで取りに来ていただける人に無償で提供しています。

また、刈草の場所については正式に決まり次第、ホームページに「位置図」を掲載します。

▼対象 刈草の利用を希望される個人及び企業
▼提供方法 堤防沿いにロール状にまとめ仮置きしていますのでご自由にお持ち帰りください。

▼提供期間 6月中旬～12月上旬頃
▼刈草状況 八代河川国道事務所HP

「事務所よりお知らせコーナー」
草堆肥用堤防刈草の無償提供情報



▲ホームページ

*問い合わせ先 八代河川国道事務所 八代出張所
☎0965(32)4892

【注意事項】

- ・刈草には、紙くず等の不純物が混じっている場合があります。
- ・積込作業や刈草の使用は自己責任になります。
- ・一度引き取った刈草は返却できません。
- ・数に限りがあります、なくなり次第終了します。

南九州西回り自動車道の管理担当事務所変更

熊本河川国道事務所が管理していました南九州自動車道(日奈久IC～水俣IC約30km)が、八代河川国道事務所の管理になりました。西回り自動車道に関する相談は、八代河川国道事務所まで受け付けます。

なお、並行する国道3号(八代市～水俣市区間)は引き続き、熊本河川国道事務所が管理します。

*問い合わせ先 八代河川国道事務所
☎0965(32)4135

交通遺児育英会 奨学生募集

交通遺児育英会の奨学生募集には、進学前に奨学金の貸与を予約する予約募集と、進学後に申し込む在学募集があります。

▼応募資格 保護者等が自動車やバイクの事故など、道路における交通事故で死亡したり、重い後遺障害のために働けず、経済的に就学が困難な生徒・学生であること。※応募者が生まれる前に保護者が後遺障害となった場合も含まれます。

*問い合わせ先 公益財団法人 交通遺児育英会
☎03(3556)0773

受付時間

9時～17時30分
(平日のみ)



▲ホームページ

5月31日は世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間

毎年5月31日はWHO(世界保健機関)が定めた『世界禁煙デー』です。

「喫煙」は、がんや心疾患、脳卒中、呼吸器疾患など様々な疾患のリスクになります。また、喫煙者本人だけでなく、受動喫煙によってたばこを吸わない人の健康も損なう危険性があります。

令和2年4月からは、改正健康増進法の全面施行により、飲食店やオフィス・事業所などでも原則屋内禁煙となり、受動喫煙防止の取組みは、マナーからルールへと変わりました。

「喫煙」及び「受動喫煙」による健康影響をなくすためには、禁煙に取り組むことが最も有効です。たばこは依存性が強いので、喫煙者1人の意志だけで禁煙することは難しく、喫煙者とその周囲の人(家族、地域の仲間、職場の同僚、医療者)が協力して禁煙に取り組むことが大切です。禁煙外来で病院のサポートを受けながら、禁煙を始めてみるのも一つの手段です。

『世界禁煙デー』『禁煙週間』を機会に、ご自身、ご家庭、職場でも、たばこによる健康影響について考えてみましょう。



民生委員・児童委員協議会から

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため活動を縮小しており、訪問などは行っていない。

困りごとや相談事がありましたら、地域の民生委員・児童委員にお気軽に相談ください。

○新任民生委員・児童委員(任期中交代)
担当地区 湯南団地

氏名 田爪 奈緒美さん

*問い合わせ先 福祉課 社会福祉係
☎(82)2511(内線151)

熊本県子ども・若者総合相談センター

熊本県子ども・若者相談センターは、子ども・若者育成支援推進法に基づき、ニート、ひきこもり、不登校などの社会参加や社会的自立に困難を有する子ども・若者等を対象とした総合相談窓口です。従来の縦割りの対応でなく、支援機関(医療・就労・生活・学校等)をネットワークで繋ぐことにより、みなさまがワンストップで、安心して、ご相談出来る場所です。電話やメールでもご相談を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。相談は無料です。

▼対象 主に15～39歳までの人とその家族

*問い合わせ先 熊本県子ども・若者総合相談センター
センター～cocomon.jp



▲メールアドレス



▲ホームページ

オーラルフレイルのセルフチェック表

	質問事項	はい	いいえ
1	半年前と比べて、かたい物が食べにくくなった	2	0
2	お茶や汁物でむせることがある	2	0
3	義歯（入れ歯）を入れている*	2	0
4	口の乾きが気になる	1	0
5	半年前と比べて、外出が少なくなった	1	0
6	さきイカ・たくあんくらいのかたさの食べ物をかむことができる	0	1
7	1日2回以上、歯をみがく	0	1
8	1年に1回以上、歯科医院へ行く	0	1
※歯を失ってしまった場合は義歯等を適切に使って、かたいものをしっかり食べることができるよう治療することが大切です。			
合計点数	0～2点	オーラルフレイルの危険性は低い	
	3点	オーラルフレイルの危険性あり	
	4点以上	オーラルフレイルの危険性が高い	

▲参考：日本歯科医師会「オーラルフレイル当てはまるものありますか？」2018年

○あなたの口は大丈夫？

3点以上の方は、オーラルフレイルの危険性があります。下の「口の健康維持のポイント」を参考にし、お口のケアをしましょう。



パタカラ体操（食前に行うと効果的です）



▲「パパパパ、タタタタ、カカ…、ララ…」とそれぞれ、5文字3回ずつ発音してみましょう。「大きな声で・一文字一文字・はっきりと」意識して

- ポイント①
口を清潔にしましょう
- ・毎日の歯みがきに加え、歯科医院で定期的にケアを受けましょう。
- ポイント②
かむ力や飲みこむ力を保ちましょう
- ・歯を失った時は、入れ歯などをつくり、かむ力を保ちましょう。
 - ・口の周りのトレーニングを行い、かむ力、飲みこむ力を保ちましょう。

～口の健康維持のポイント～

手軽に野菜をもう一品 「一口目は野菜から」

～旬の野菜で10分クッキング～

キャベツの和風バター蒸し



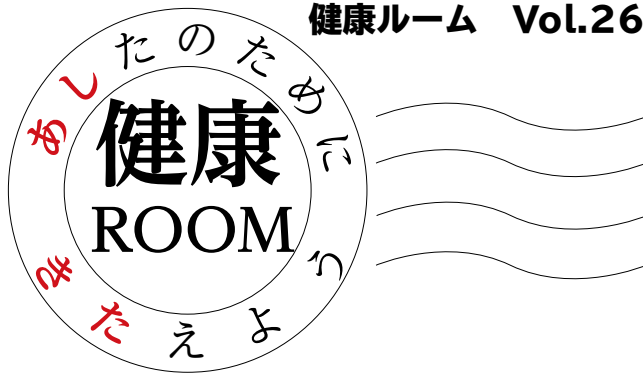
材料（2人分）

春キャベツ 2枚 バター 小さじ2
淡口醤油 大さじ1/2 青のり 小さじ1

作り方

- ①キャベツは芯を除いて大きめに切る。耐熱ボールに入れてバターをのせ、ラップをふんわりとかけ、電子レンジ（500w）で2分加熱する。
- ②①に淡口醤油を加えてさっと混ぜ、青のりの半分量を加えて混ぜる。
- ③器に盛り、残りの青のりをふる。

1人分 カロリー45kcal 塩分0.8g



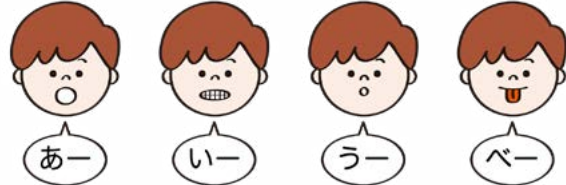
健康増進課
Facebookで
情報発信中



口の健康が 全身の健康維持につながる

歯や口の健康は、いつまでも元気に過ごすために欠かせないものです。

80歳で20本の歯を残す「8020運動」と併せて、「かむ力・飲みこむ力」の維持がこれからの重要なテーマです。



○「しっかりかむ」ことは

健康に良いことばかり

毎日、私たちが自然に行っている「かむ」という動作は、「だ液」を分泌し、食物の飲みこみや消化をスムーズにしています。「だ液」には、殺菌作用もあり、むし歯や歯周病の予防にも役立ちます。

また、「しっかりかむ」ことは、あご舌の運動機能の向上や食べすぎの防止につながります。さらに、認知症の予防などの精神的な部分や社会性を含め、健康を維持するために大きな役割を果たしています。



○「口の衰え」が「全身の衰え」へ

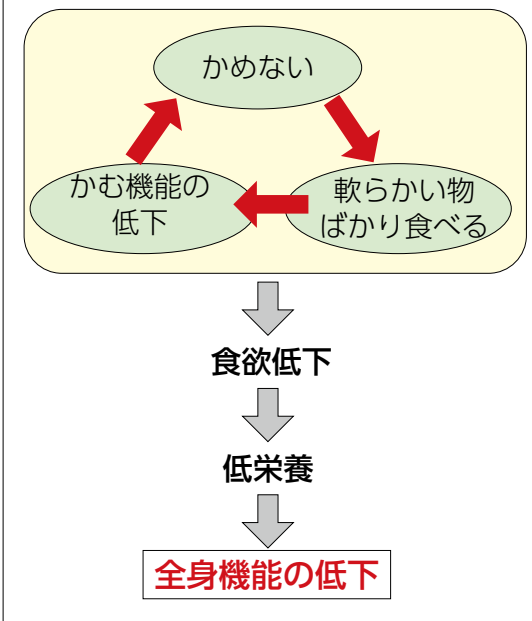
年齢を重ねて足腰の筋力が低下するのは、一般的に当たり前のことですが、同時に、「かむ力」をはじめとした『口の衰え』も進んでいくことはご存知でしょうか。

しっかりかめなくなり、かたい物が食べにくくなったり、また、食べ物が飲みこみにくくなるなど、歯や口に関するささいな衰えが、全身の衰えにつながることが分かってきました。

○「口の衰え」によって生じる悪循環

加齢によって生じる「口の衰え」によって、自らかたい物を避けたり、食の多様性を狭めたりすることが積み重なると、かむ機能が低下し、ますますかめなくなるといった悪循環に陥ります。これが、食欲低下、低栄養とつながり、行く行くは、「全身機能の低下」につながる状態のことをオーラルフレイルといいます。【図①】オーラルフレイルの状態は、数年後、要介護状態になるリスクを高めると言われています。オーラルフレイルを予防するためには、毎日の歯みがきや定期的な歯科医院でのチェック、口の周りのトレーニングなどを行い、いつまでも「かむ力」、「飲みこむ力」を維持することが大切です。

【図①】オーラルフレイル



※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントが中止になる場合があります。
お出かけ前にイベントが開催されているかをご確認ください。

子育て支援センター（6月の行事）

5日(金)紙芝居を見よう
8日(月)～12日(金)父の日のプレゼント作り
17日(水)散歩へ行こう(岩崎グラウンド)
23日(火)身体測定・誕生会(6月生まれ)
※子育て支援センターは未就園児と保護者なら誰でも利用できます。

一時保育も行っています。
子育て仲間づくりや情報交換にお気軽にご利用ください。

▶支援センター利用時間 毎週月曜日～金曜日
9:30～12:00 14:45～17:00

*問い合わせ先

子育て支援センター（田浦保育園）
☎ (87) 0034

芦北町・八代市・氷川町定住自立圏 イベント情報

八代市 さかもと八竜天文台のイベント

雨上がりの晴れ間に、天頂へ昇ってきた一等星アルクトゥールスやかんむり座、昇り始めのアンタレスなどの観察を行ないます。また、2020年の夏至は、夕方から部分日食が起こります。太陽望遠鏡や太陽メガネ、太陽投影機を用いて観察・解説します。16時頃より日食開始、17時11分頃に最大蝕（約6割欠けます。）、18時13分頃に日食終了となります。

【月を撮影してみよう】

▶日時 6月5日(金)～8日(月)19:00～22:00

【部分日食展望会】

▶日時 6月21日(日)16:00～18:30
(雨天・曇天中止)

▶場所 さかもと八竜天文台
八代市坂本町中谷は 335-2

▶休館日 火・水曜日

▶入館料 大人310円、小・中・高校生150円
未就学児無料

▶開館時間 13:00～22:00

*問い合わせ先 さかもと八竜天文台
☎ 0965 (45) 3453

ホームページ

<http://www.astro.city.yatsushiro.kumamoto.jp/>

児童館からのお知らせ(6月の行事)

《芦北児童館》

「ドッジボール大会をしよう！」

▶日時 6月7日(日)13:30～15:30

▶対象 どなたでも

▶内容 参加者みんなでドッジボール大会をします。

《湯浦児童館》

「地震の恐ろしさをみんなで学ぼう！」

▶日時 6月20日(土)13:30～15:30

▶対象 どなたでも

▶内容 地震に関するDVDを見て地震の恐ろしさを知るとともに、地震発生時の避難法について学びます。

▶利用時間 10:00～18:00(1・8・15・22・29日休館)

*問い合わせ先 芦北児童館 ☎ (82) 3036
湯浦児童館 ☎ (86) 0074

芦北町・水俣市・津奈木町広域 イベント情報

津奈木町 つなぎ美術館 正村タカシ Happy Birthday

1945年、長崎県佐世保市に生まれた正村タカシは、熊本大学教育学部で美術を学んだのち、熊本県内の中学校に美術教師として勤めました。教鞭を執りながらも積極的にキャンパスに向かい、1980年代からは子供の多面性をユーモアとともに捉えた作品を描き続けています。正村ならではの優れた洞察力と深い愛情によって普遍的な存在へと昇華された子供たち。作品からは未来を担う子供たちの存在を祝福する正村の素直な気持ちが伝わってきます。

本展では1970年代から近作までの油彩画14点と、変わらぬ風景に魅了され15年前から通う門司港を描いた水彩画約20点を展示します。

▶期間 7月26日(日)まで

▶観覧料 一般300円 高大生200円 小中生100円

▶場所 つなぎ美術館

*問い合わせ先

つなぎ美術館
☎ (61) 2222



▲門司港、風景、Happy Birthday(2019年)



任期も残りあとわずか！
世界中大変だけど、コロナウイルス収束したら夏休みの小学生くらい遊ぶ予定の花枝です！
さてさて、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベント中止ラッシュで広報のネタ不足。今年の夏こそ、みんなでSUPやるぞと、SUPボードを追加で3枚購入して準備万端です。

昨年の12月に始めたラム酒づくりのほうは、芦北のばらん家さんのピュアサトウキビジュースを発酵後、蒸留を重ねアルコール度数はなんと60%近くになっています。あとは、時間をかけてゆっくりと熟成させていきます。



御立岬のビーチに作らせてもらったピザ窯も退屈しています。
この記事を書いているのは4月ですが自粛解除になったら、町内事業者さんや住民の方を誘ってイベントやるしかないですね！
早くみなさんとワイワイ出来ることを願っています。みなさん耐えましょう！この先にきつといいことあるはず。
私は飼い猫が子供を産んだので自粛のステイホームを楽しく過ごしています。

地域づくり夢チャレンジ推進補助金

助成額 内容により補助率が変わります
補助団体 熊本県

地域団体等の自主的な地域づくりを後押しするため、移住、雇用、交流拡大及び地域コミュニティ維持等に資する取組みへの総合的な支援を行います。

▼対象事業

①移住の促進 ②起業の誘発 ③交流の拡大 ④絆の構築 ⑤地域応援の強化 ⑥その他、地域の独自性を生かした地域活性化支援

▼補助申請者及び対象者

地域団体等については以下を全て満たす団体

・熊本県内に事務所等を有し、熊本県内で活動していること。

・団体の定款、規約、会則等を有すること。

・補助対象事業を着実に実施できる事務及び組織体制があること。

・宗教活動や政治活動を目的とした団体ではないこと。

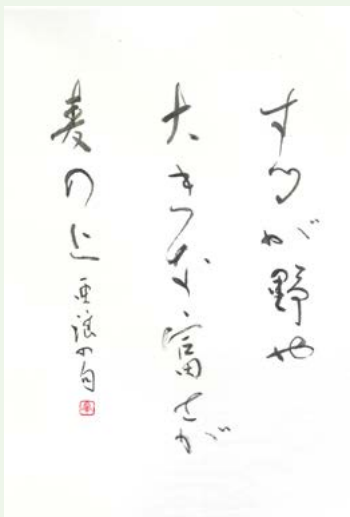


フットパス芦北
(平成29年度)

問い合わせ先 企画財政課 企画統計係 ☎ (82) 2511 (内線252)

日常の書

町民講座



勝田 さつき

短歌

芦北短歌会

週末の友へのメール長くなる飛沫感染届かぬ距離の
下田 みのお
ひしひしと身にしむ過疎化山里よなずな摘み取る我と幼子
小川 勝子
新型コロナウイルスごとに増える報道に見えぬ細菌に脅やかさるる
加来 道子
旅先で出水の鶴の飛び立つをスマホの中に送り来る孫
門寺 真弓
寒々と肩を窄める朝の雨濡れる椿の赤色訝ゆる
才田 明

星野富弘季節の常設展

／第13回星野富弘美術館詩画公募展入賞作品展

季節の常設展では、星野富弘の四季の草花を題材とした詩画作品を展示しています。また、『詩画公募展入賞作品展』では、公募展で入賞・入選した全作品を展示しています。一人ひとりの体験や感性が表現された詩画作品をどうぞご覧ください。なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご来館の際には、マスクの着用をお願いします。

○開催期間 令和2年7月12日（日）まで

*7月13日（月）は展示替え

○開館時間 午前9時～午後5時

○休館日 第2・4月曜日（祝日の場合は翌平日）

*問い合わせ先 星野富弘美術館 ☎（86）1600

※新型コロナウイルスの感染状況により、臨時休館となる場合がありますので、ご来館の際には、事前に当美術館までご確認くださいませようお願いします。

芦北町立

星野富弘美術館だより



▲作品紹介 私のいのち 2001年

4 芦北の交流 Diary Vol.20



最近コロナウイルスの影響で家の中ですごしているイギリス人は、ギターを弾くこと、編み物をする、ブログを書くことなど、趣味をする人が多いそうです。例えば私の母はクロスステッチ刺繍をやっているし、祖母は厚いベストセラーの本を読んでいるそうです。

近年、イギリスの本の売り上げは下がっている傾向がありますが、家で一人でできる趣味なので、今回の外出禁止をきっかけに読もうと思うようになった人の数が増えました。イギリスのベストセラーを見ると、一番人

芦北に残る文化遺産

また、城山北側の山腹（宮島病院道路向かいにある旧実照寺跡）には大正12年4月に日露戦争で戦死した佐敷出身の将兵19名を祀る忠魂碑が建てられ、その建立の際に記念として吉野桜200本が植樹されました。この桜は、第2次世界大戦後の昭和25年頃、海外からの引揚者や復員軍人向けに町営住宅が建設された際に多くが伐採されましたが、現在でもその一部を見ることが出来ます。

大正年間に今村政次郎氏が私費で行った桜の植樹や登山道整備により、城山は桜の名所として住民の憩いの場となりました。昭和8年頃の古写真には、城山で友人たちの家族と打ち揃って花見の宴を楽しむ住民の姿が記録されています。今村氏植樹の桜は、その後の台風や病気により枯死したのもありますが、現在でも3月末から4月中旬にかけて見事な花を咲かせ、町内外より多くの方が花見に訪れています。

104 佐敷城跡

《佐敷城の歴史》43

国指定史跡
平成20年3月28日指定

このほか、佐敷城跡には本丸にヒラドツツジやサツキツツジ、東出丸にアジサイ、麓にはツクシムレスズメが植栽されていて、時期になるとそれぞれが色とりどりの花を咲かせ、来城者の目を楽しませます。佐敷城跡の違った楽しみ方の一つです。



▶城山での花見の宴（昭和8年頃撮影）
「撮っておき写真集さしき100年今昔」より転載

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました！

お得な特典、便利なサービスいろいろ！宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP 1 「宝くじ公式サイト」を検索！メールアドレスの登録（仮登録）

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録（仮登録）します。



STEP 2 会員情報の入力（会員登録）

- ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる／つかうための手続きは以上で完了です。
宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP 3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります！

クレジットカード情報のご登録にあたり、右記の2点をご確認ください。

- ① 宝くじ公式サイトで利用可能なクレジットカード発行会社か
 - ② 本人認証サービス（3Dセキュア）を有効化しているか
- クレジットカード発行会社の確認方法、本人認証サービス（3Dセキュア）について詳しくは https://www.takarakuji-official.jp/special/creditcard_guide/ をご確認ください。

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター
TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料） TEL 011-330-0777（有料）
受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）
※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

宝くじ公式サイトは
コチラから



イベントカレンダー

23	土	
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	
6/1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	・一日一汗運動（各自治公民館）
8	月	
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	・1歳6か月児健診
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	
19	金	・3歳児健診
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	
25	木	

※6月予定の町民体育祭は10月以降へ延期します。

お誕生おめでとう

R2.4.1～4.30 受付分（敬称略）受付件数13件					
氏名	出生日	性別	保護者	区	
米田 悠真 ^{ゆうま}	3. 2 7	男	豊	田浦町3	
宮崎 葉櫻 ^{しおん}	4. 6	女	裕樹	小田浦2	
福田 悠葵 ^{ひまり}	4. 8	女	翔太郎	花岡西	
磯見 侑璃 ^{ゆうり}	4. 9	女	洋一	花岡西	
吉海 心乃華 ^{ここのは}	4. 1 4	女	優太	上町	
野口 茉莉亜 ^{まりあ}	4. 1 7	女	慎耶	米田	
竹本 直央 ^{なお}	4. 1 8	男	浩二	宮浦	
平生 優陽 ^{ゆうひ}	4. 2 0	男	祥磨	宮崎	
倉本 乃維 ^{のい}	4. 2 2	女	則秋	天月	
本田 芽命 ^{めいと}	4. 2 3	女	直樹	上町	
岩本 悠叶	4. 2 3	男	貴文	岩屋川内	

※本町窓口届け出た人で、承認を得た人を掲載しています。
町外に提出した人で、掲載を希望する場合は、役場総務課
秘書広報係までご連絡ください。

ご冥福をお祈りします

R2.4.1～4.30 受付分（敬称略）受付件数20件				
氏名	死亡日	年齢	区	
濱田 泰藏	4. 4	74	田浦町3	
宮本 力	4. 4	85	計石東	
中嶋 康德	4. 7	57	白岩	
久保 康夫	4. 7	94	黒岩	
嶋本 トシ	4. 7	96	計石西	
藤井 モモヨ	4. 7	103	平生	
橋口 安弘	4. 1 4	58	湯浦東	
山本 マサ子	4. 1 6	90	井牟田2	
平山 セツ	4. 1 9	91	大川内南	
仁禮 勉	4. 2 3	92	宮崎	
太田 安友	4. 2 4	86	海浦1	
山下 マサ子	4. 2 7	90	宮浦	
竹本 誠治	4. 2 9	51	田浦2	
大矢 義光	4. 2 9	96	福浦	

※本町窓口届け出た人で、承諾を得た人を掲載しています。
なお、掲載の承諾には署名・押印が必要です。

編集後記

▼今年の桜の花は、なかなか散らずに長期間楽しめました。御立岬公園、佐敷川緑地公園等良い花見のスポットがあり、ます。一番悔やまれるのは、花見という名の宴会ができなかったことです。5月からは、蜜が見られるようになり、取材で銅山や横居木に行きますが、他に良いところがあればご連絡ください。(田中)

▼今回、コロナの広報を行う中で、一番気をつけているのが防災行政無線での伝わりやすさです。限られた時間の中で、分かりやすい、聞き取りやすい放送を目指していますが、中々難しく毎回試行錯誤を繰り返しています。これからも伝わりやすい放送を目指して頑張ります！(東あずま)

飲食店応援！

TAKE OUT 出前キャンペーンについて詳しくは、最終ページをご覧ください。

500円OFFクーポン参加店舗一覧

ご注文、メニューなどについてのお問合せは各店舗までお願いします。

コラッジオ ☎0966-82-2919 定休日：火曜日 受取時間：12:00～14:00(10:30まで予約) 17:00～18:00(17:00まで予約) ♪ パスタ、ピザ、その他一品料理等	さるかに合掌亭 ☎0966-82-5844 定休日：なし 受取時間：11:00～18:00 ※受取時間の30分以上前に電話予約 ♪ 昼メニュー、1,000円弁当、1,000円おつまみセット等	マリンスポットM ☎080-3967-5535 定休日：平日（事前予約があればOK） ※土日のみ営業 受取時間：10:00～17:00 ♪ たこ焼き、焼きそば、カレー、からあげ（2種）等
野坂屋旅館 ☎0966-82-2510 定休日：月・火・水 受取時間：昼受取り→前日18:00まで予約 夕方受取り→当日12:00まで予約 ♪ 中華料理単品5品程度、オードブル、弁当（要相談）	一蓮亭 ☎0966-82-4190 定休日：月曜日 受取時間：17:00～18:30 ※受取時間の30分前までに電話予約 ♪ お弁当メニュー、おつまみ、単品メニュー	うめのやれすとらん ☎0966-82-5126 定休日：水曜日 受取時間：11:00～14:00 ※数が多い場合は要予約 ※宅配は5個以上で可 ♪ 各種セットメニュー、単品可 ※ご飯大盛り無料
焼肉ソウル ☎0966-82-5339 定休日：なし 受取時間：08:00～20:00 ※来店までに要予約 ♪ ビビンバ、クッパ、チゲ等	味富家 ☎0966-82-3967 定休日：月曜日 受取時間：11:00～14:00 16:00～18:00 ※前日までに電話予約、弁当鉢盛は3日前までに予約 ♪ 寿司、巻物、魚料理、お弁当等	なじみ食堂 ☎0966-82-2160 定休日：日曜日・不定休 受取時間：(昼)12:00～13:00 (09:00～10:30までに予約) (夜)17:00～18:00 ※オードブル(3,000円以上)は前日まで要予約 ♪ 弁当、通常メニュー、オードブル等
紫おんII ☎0966-82-3749 定休日：不定休 受取時間 【テイクアウト】11:00～13:00 【出前】11:00～18:00 ※前日までに電話予約 ※宅配は10km圏内 ♪ 各種お弁当・値段に応じたオードブル	ぎゅーぎゅー亭 ☎0966-82-3691 定休日：火曜日 受取時間：09:00～14:30 ※受取時間の30分前までに予約 ♪ 唐揚げ、しょうが焼き、とんかつ、かつ丼、ソースかつ丼、親子丼、カツカレー	パザパ ☎0966-82-3399 定休日：月曜日（祝日の場合翌日） 受取時間：(昼)11:30～14:00 (夜)17:00～19:00 受付時間：11:30～20:00 ※受取りの1時間前まで。昼の受取は前日までに予約 ♪ パスタ、ピザ、ランチセット、デザート、オードブル等
味満 ☎0966-84-9385 定休日：金・土・日 受取時間：11:00～13:00 17:00～19:00 ※1日限定70個 ♪ コロッケ、唐揚げ、その他ご要望に応じます	とんぼ ☎0966-82-3050 定休日：不定休 受取時間：17:00～20:00 ♪ 焼鳥セット、おにぎり、チャーハン、焼きそば等	六六 ☎090-5726-5439 定休日：不定休 受取時間：夕方 ♪ 焼鳥メニュー等
華ひろ ☎0966-82-4724 定休日：火曜日 受取時間：17:00～19:00 ※12:00～15:30までに電話予約 ♪ 焼鳥、唐揚げ、おつまみメニュー等	大貴 ☎0966-82-4577 定休日：日曜日 受取時間：17:00～19:00 ※前日までに要予約 (当日は対応できないメニューあり) ♪ チャーハン、オムライス、唐揚げ、エビマヨ、串盛り、あげだし、焼きそば等 ※値段に応じたおつまみセット	炉端焼あまみ ☎0966-82-2355 定休日：日曜日 受取時間：17:00～20:00 ※前日までに要予約 ♪ 焼鳥、唐揚げ、ホルモン、豚足等
キッチン心 ☎0966-82-3095 定休日 【テイクアウト】不定休 / 【出前】土日祝 受取時間【テイクアウト】17:00～20:00 【出前】17:00～18:00 ※受取りの1時間前までに要予約 ※宅配は町内団体・企業のみ ♪ おつまみメニュー約30種、1000円セット等可	ふくうら鮮魚店 ☎0966-86-0079 定休日：なし 受取時間 【出前】弁当は08:00～10:00までに予約 オードブルは前日または、当日午前まで 【テイクアウト】17:00～19:00 ※オードブル等 ♪ 弁当、オードブル ※宅配は町内のみ	ばせり ☎0966-86-0001 定休日：月曜日 受取時間：09:00～19:00 ※出前は1000円以上のみ ※宅配は片道30分程度 ♪ ピザ・からあげ・ポテト等
御国ラーメン ☎0966-82-3758 定休日：木曜日 受取時間：11:00～22:00 ※汁物は器を持参 ※来店前に要予約 ♪ 焼き飯、焼きそば、ギョーザ、肉炒め、豚キムチ、野菜炒め	清水屋 ☎0966-86-1189 定休日：不定休 受取時間：10:00～20:00 ※大量注文の際は前日までに予約 ♪ ちゃんぽん、焼きそば、丼ぶり、弁当、その他単品メニュー	マヨたこ芦北店 ☎0966-86-2373 定休日：不定休 受取時間：10:30～20:00 ※当日19時までに予約 ♪ たこやき、焼きそば、そばめし等

メニューの最新情報は、芦北町観光協会のホームページで紹介しています。



広報
あしきた

2020
5月 No.185

発行日/令和2年5月18日
発行/芦北町 編集/総務課
印刷/(資) 秀文社印刷所

(再生紙使用)
FONT

〒869-5498 熊本県葦北郡芦北町大字芦北 2015
☎ 0966-82-2511 / FAX 0966-82-2893
http://www.ashikita-t.kumamoto-sg.jp

クーポン対象取扱店舗は22 ページをご覧ください!

飲食店応援! TAKE OUT 出前キャンペーン

自宅にいなながらプロの味を楽しむ

期間限定 500 円クーポンを 発行します

※写真はイメージです。

ご利用期間
2020 年 7 月 12 日 (日) まで

クーポンは 1,000 円以上ご注文の方に店舗から発行します。

クーポンは各店舗無くなり次第終了となります。

ご注文の流れ



お問
合せ

芦北町役場 商工観光課
電話: 0966-82-2511

〒869-5498 熊本県葦北郡芦北町大字芦北 2015
<商品に関するお問合せは裏面の参加店舗へ直接お問合せください>