

日本一幸せな
高齢社会を目指す
天草の地域情報誌

※のさる…「天の恵みを与わる」の意味

のさる新聞

【名称】のさる新聞（無料）
【編集】花咲 実
【発行者】幸せラボ
【所在地】天草市本渡町広瀬140-4
【電話】0969(23)3276
【制作】のさる出版
《平成26年4月18日 初版発行》

いよいよ4月から始まる 天草スマートカレッジ



やっつけてくれます牛の首老人クラブ！
これから天草中の老人クラブ活動が
どんどん楽しくなりますよ！

牛の首老人クラブ(吉永繁敏会長)は、一昨年会員の健康増進に取り組む優良クラブとして全国表彰され、会員が次第に減少していく天草市老人クラブの中で、唯一会員が増加しているクラブです。校長と副校長は、学生時代から仲良しの同級生です。

天草スマートカレッジ牛の首校
かなざわひろよし
金澤裕巖 副校長

日本能率協会インストラクショナルデザイン運営委員、現在教育工学会正会員(全国規模委員)

天草スマートカレッジ牛の首校
よしながしげとし
吉永繁敏 校長

マイクロソフト認定アプリケーションスペシャリスト(国際的な講師の資格)

すでに天草のパソコン教室で先駆的なインストラクターとして活躍しているお二人が、この度「天草島スマートカレッジ」牛の首校の校長と副校長として、みんなが笑顔で楽しくスマホを学ぶ教室を運営します。お二人に、これからはじまる「天草スマートカレッジ」について抱負をお聴きしました。

【吉永繁敏 校長】

とにかく天草の老人クラブを活性化したいですね。みんなが和気あいあいと楽しくたすけ合いながら老人クラブの活動を進めるために、今回スマートカレッジで、特に若い世代の人たちの入会が増えることを期待しています。

教室は4月7日から毎週火曜日に牛の首公民館で、自らスマホを楽しむながら其々の老人クラブの会員に教えて下さる方を募集しています。本渡の箱の水バス停から徒歩1分でもとても便が良い所なので、どうぞ気楽にお越しください。

【金澤裕巖 副校長】

高齢者の居場所作りとして、ひとりぼっちにならず、みんな楽しく過ごせる場を作れたらと思います。

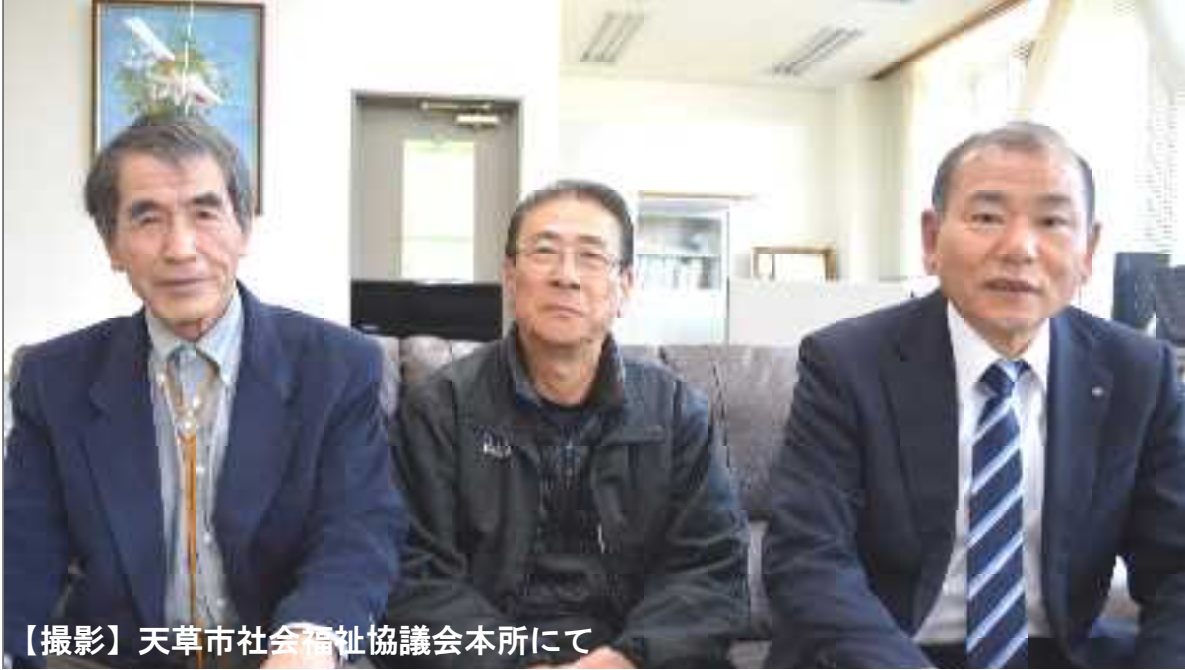
また、防災の危機管理面からすると、スマホを高齢者が持つことで、災害時に本人の安否確認だけでなく、行政や関係各機関との連携が迅速にできるので、とても安心です。分らない者同士で楽しく学び合う幸せな場所を作りたいです。

天草幸せの大改革プロジェクトの一つがいよいよ4月から始動します。

特別座談会

老人クラブの未来を考える！

老人クラブの会員が次第に減り、解散間近のクラブが増える中、どうすれば会活動が活性化し会員が増えるのかを、3人のリーダーが緊急討議！



【撮影】天草市社会福祉協議会本所にて

友田和徳会長
(下津浦第2長寿会)

唐津政幸会長
(今釜老人クラブ)

福本壯一常務理事
(天草市社会福祉協議会)

プロフィール(3人の横顔)

【友田和徳氏】下津浦第2長寿会会長

昭和26年10月31日生れ。老人会長歴5年。現在の会員数29名。主な会活動は地域のお宮の掃除を年3回実施している。主な会員が80代以上で若い人が少なく、入会者が減っているのが課題。

【唐津政幸氏】今釜老人クラブ会長

昭和24年11月4日生れ。老人会長歴7年。現在の会員数は46名。主な会活動は会報作り。老人会長以外に区長、神社の宮総代、寺院の檀家総代を務めるため多忙を極め、活動の存続を危惧。

【福本壯一氏】天草市社会福祉協議会常務理事

昭和29年10月2日生れ。事務局長時代から、シルバーファッションショーや、ほっと安心サポート事業、子ども民生委員の委嘱など、天草市社会福祉協議会独自の地域福祉活動を展開し、天草市幸福量調査や老人会クラブの活動支援も行っている。

天草市老人クラブ数・会員動向一覧表

支部名	2018年度 (クラブ数/会員数)	2019年度 (クラブ数/会員数)	会員数と会員の増減	増減%
本渡支部	(62/3,048名)	(58/2,783名)	(-4/-265名)	-8.7%
牛深支部	(42/2,000名)	(42/1,944名)	(0/-56名)	-2.8%
有明支部	(17/865名)	(14/645名)	(-3/-220名)	-25.4%
御所浦支部	(7/243名)	(7/237名)	(0/-6名)	-2.5%
倉岳支部	(12/442名)	(12/418名)	(0/-24名)	-5.4%
栖本支部	(9/694名)	(9/677名)	(0/-17名)	-2.4%
新和支部	(15/558名)	(15/550名)	(0/-8名)	-1.4%
五和支部	(22/1,020名)	(20/977名)	(-2/-43名)	-4.2%
天草支部	(8/245名)	(8/236名)	(0/-9名)	-3.7%
河浦支部	(28/1,169名)	(28/1,125名)	(0/-44名)	-3.8%
合計	(222/10,284名)	(213/9,592名)	(-9/-692名)	-6.7%

資料提供：熊本県老人クラブ連合会

危機的状況の老人クラブ

2018年度から19年度にかけて、天草市老人クラブは9つの単位老人クラブが解散し、692名の会員が減りました。超高齢社会にあつて天草最大級の組織老人クラブの衰退は、そのまま地域力の衰退を意味します。待ったなしの危機的状況をどう打開するか、3人のリーダーが緊急討議致しました。

天草の老人クラブの現状

最初に、天草市老人クラブの現在の状況を把握して頂くために、左の「天草市老人クラブ数・会員動向一覧表」をご覧ください。これは、2018年度と2019年度の単位老人クラブの数と会員数を各支部ごとにまとめたものです。すべての支部で共通していることは、18年度より

も19年度の会員数が減っていることです。

最も減っているのが本渡支部でマイナス265名です。

次に減っているのが有明支部でマイナス220名です。

200名規模で減っています。

他の老人クラブが最高で

牛深支部の56名ですから

本渡支部の場合全体の会

熊本県の動向

天草市の老人クラブが減少傾向にあるという点ですが、これは熊本県全体でもいえることです。上記と同じ統計では、熊本県内老人クラブ連合会の中で会員が増えたところは、菊陽町、小国町、産山村、芦北町、苓北町の5ヶ所です。他の約9割の老連はすべて減少しています。

特に際立って減少したのは、山鹿市老人クラブ連合会です。1年間に15ヶ所の単位老人クラブが解散し、784名の会員が退会し、減少率はマイナス20.8%と、県内ではワーストワゴンとなっています。

ちなみに上天草市老人クラブ連合会全体では、1年間で3つの単位老人クラブが解散し、会員数がマイナス144名減っています。

しかし、苓北町では単位老人クラブの解散は0、会員8名増加となっていて、救われる気がします。

天草の命脈・老人クラブ

日本の平均高齢化率の30年先をいく天草では、高

熊本県内の主な老連の会員動向一覧表

老連名	2018年度 (クラブ数/会員数)	2019年度 (クラブ数/会員数)	会員数と会員の増減	増減%
熊本市	(352/16,765名)	(345/15,794名)	(-7/-971名)	-5.8%
八代市	(128/5,153名)	(118/4,620名)	(-10/-533名)	-10.3%
山鹿市	(81/3,778名)	(66/2,994名)	(-15/-784名)	-20.8%
上天草市	(85/3,952名)	(82/3,808名)	(3/-144名)	-3.6%
苓北町	(34/1,316名)	(34/1,324名)	(0/+8名)	+0.6%

資料提供：熊本県老人クラブ連合会

年齢が若々しく元気で幸せに暮らすことが望ましい未来像ですが、その要になるのは老人クラブの会員です。天草の老人クラブの解散が相次ぎ、会員が減っていくことは、天草全体の地域力の衰退を意味します。中村五木天草市長は、天草の地域活性化には、老人クラブの活力が重要であると常々言っておられます。そのことを踏まえて、老人クラブ会長という立場で現場で活動している友田和徳会長と唐津政幸会長の二人と、地域福祉の充実に尽力する天草市社会福祉協議会の福本壯一常務理事が、これからの老人クラブの未来を考える緊急討議を行いました。

魅力ある老人クラブを 作るにはどうするか？

老人クラブが活性化すれば天草の地域力は確実にアップします。そのためには、誰もが老人クラブに入りたがるような魅力ある活動が大切です。どうすれば魅力ある活動ができるのかを話し合いました。

【福本氏】
老人クラブではどんな活動をしてもらえますか？

【友田氏】
今までは年に3回宮掃除をしていましたが、それが負担になることはやめたいと思います。今は宮掃除を楽しみたいというのを立ち上げてやっています。

【唐津氏】
うちも6年前まで、宮掃除をしていましたが、だんだんみんな腰が立たないようになって、いまはやっていません。

地区では山登りの会の山賊会と婦人会、青壮年会と一緒に



友田和徳氏



福本壯一氏

【福本氏】
老人クラブは、地域に近くてはならない団体ですが、どうして会員が増えないのでしょうか？

【友田氏】
それは、みんな役をしたくないからです。年をとって、事務とか、連絡とか、煩わしくて、みんな老人クラブの役をしたくないのです。

【唐津氏】
友田さんのおっしゃる通り、やはりみんな役をしたがりません。私はいま老人会長の他に、区長やお寺とお宮の総代まで役を担って、正直大変です。



唐津政幸氏

これからどうやって老人クラブを運営していこうかと悩んでいます。

【福本氏】
やはり老人クラブに魅力があるかどうかで会員増加の大切な課題だと思います。そのために、何かよいアイデアはありますか？

【友田氏】
老人クラブだけでなく、社協や婦人会、公民館と協働して、いろんな行事を組んだらいいと思います。

例えば、エンディングノートや遺言状の作り方などやったらいいですね。

【唐津氏】
やっぱり団体との連携が大切だと思います。婦人会や青壮年会との連携、民生委員、児童委員との連携ですね。

個別に行事をやるよりも連携して無駄なく活動をするのが、役に当たっている人の負担を減らすことになりそうです。

【福本氏】
天草市社会福祉協議会の会長は、中村五木天草市長ですが、常々老人クラブの事務や活動などをサポートすることによって負担を減らすように促しておられます。

ところで、全国老人クラブ連合会のパンフレットの中に、老人クラブがとても魅力的な活動団体であることが書かれているので、ぜひそれをご紹介します。このパンフレットのタイトルは「組織活動は健康長寿の秘訣・老人クラブの有効性が明らかに」です。

資料(右下)をご覧になると分かるように、老人クラブの入会者はそうでない高齢者に比べてとても健康で長生きな

老人クラブ活動は健康長寿の秘訣

全国41市町村と共同して高齢者20万人を対象とした調査で、老人クラブの仲間づくりが”健康長寿”にプラスの影響を与えることが分かりました。



人との交流が多いと健康にプラスになる



陽気な雰囲気

人と交流しない人は1.3倍早く亡くなりやすい統計調査がでています。老人クラブの交流は長生きを促進。

運動は仲間とすると健康にプラスになる



ワクワクイキイキ

どんなに独りで運動しても仲間と一緒に運動する人に比べると要介護認定になり易いとの調査結果。

サロンへの参加は健康にプラスになる



幸せだなあ

サロンに参加した人は頭と体を使っているため、そうではない人に比べると要介護になりにくいとの結果。

笑いのある生活が健康にプラスになる



笑う門には福来る

21,000人を対象の調査で、独りぼちで笑わない人は脳卒中になる危険率が約1.6倍増えるとの調査結果。

地域組織への参加は健康にプラスになる



地域の連帯感

24自治体3万人を対象の調査で、地域の会活動に参加している人は認知症になりやすいとの調査結果。

役割を担っている人は他の人よりも長生きする



世のため人のため

地域で役割や立場がある高齢者は、そうでない人に比べると死亡リスクがなんと12%も減るとの調査結果。

この調査は日本老年学的評価研究(JAGES)の研究によって、老人クラブの組織活動がいかに”健康長寿”に有効かを示した全国老人クラブ連合会の資料から抜粋したものです。

- 1、人との交流
- 2、運動は仲間とする
- 3、サロンへの参加
- 4、笑いのある生活
- 5、地域組織への参加
- 6、役割を担っている人

ことが分かるのです。その理由が6つのあげられています。

しない人がいます。

それらは一見、とても楽そうに見えますが、実はそれが笑いがなく認知症や脳卒中になる可能性が高くなり、要介護になる率や死亡率が高くなる要因にもなっているんです。やっぱり、みんなが笑顔で楽しく寄り集って活動することが大切です。

天草市社会福祉協議会では、これからも老人クラブと連携しながら天草の高齢者がどんなに健康で長生きできるように努めてまいります。もしも、老人クラブの活動が停滞し、会員が減少してどうしようかと困っているところがあれば、ぜひ社協にご相談ください。

【友田氏】

社協と連携すれば安心ですね、ぜひ連携しましょう。

【唐津氏】

様々な組織と連携して、これから頑張ります。



106才の黒田節(左)と 世界旅行(右)の昇地三郎先生

106才で40代の脳年齢
以前のさる新聞でご紹介したことがある106才の教育学者で、2012年11月28日に天草市民センターで「不老長寿虎の巻」のタイトルで講演をされた福岡教育大学名誉教授の昇地三郎先生は、95才から中国語を習い始め、100才からフランス語とロシア語を習い始め、106才で世界最高齢者の最長移動距離(世界一周旅行)のギネス記録を出されました。

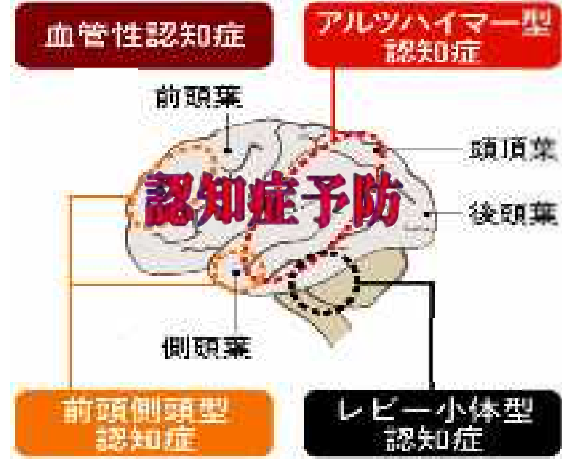
使わない脳細胞は退化する。もしも一日まったく脳を使わなかったら脳細胞は1日10万個死んでいくといわれています。逆に脳は使っている限り老化しません。意外な事にスマホが高齢者を認知症から救うのです!

楽しむ第二の青春 スマートライフ

昇地先生の脳年齢を測ったら、なんと40代の脳機能を維持しているとのことでした。60兆個の人体細胞で、使わない細胞はどんどん退化していき、使っている細胞は若々しく元気だといわれています。つまり、老化とは細胞を使わなかったために起こることです。使っている限り細胞は老化しないのです。

スマホを使う人は若返る

米国の研究機関が2ヶ月にわたり、スマホを使ってSNS(メールなどを使って他の人と交流)をする人は、脳の認知機能が、そうでない人と比べると25%もアップすると発表しました。



表しました。

この研究によって分かったことは、昇地三郎先生が自ら示された通り脳細胞は使うほど若返る事を意味しています。高齢者がスマホを使うことは、自宅に居ながら地域や世帯を越えて交流し、スマホの様々な機能を使う事で脳がどんどん若返り、第二の青春を謳歌することができるようになります。

例えば、今のスマホ搭載のカメラは、かつてプロが使っていた高解像度のカメラと変わることができません。しかも納得がいくまで何百枚とつてもまったくお金がかかりません。散歩の途中できれいな景色を写真で撮ったり、お友達と一緒にSNSにアップする事ができ、気楽に楽しむことができます。

また、百科事典以上に簡単に詳しく分かる検索機能、無料のテレビ電話や、交通案内、通信販売、動画、音楽、カラオケ、囲碁、将棋、様々な脳トレゲーム、無料の書籍購読、外国語自動翻訳、天気予報、ニュース、災害情報、スケジュール管理、電話帳など、小さなスマホ一つで人生と生き方がまったく変わってしまうほどすごい機能が満載です。

意外ですが、いままでガラケーを使っていた料金と変わらない料金で新しいスマホを使うことができます。高齢者にとってスマホの登場は、まさに新しい青春時代の幕開けです。

牛の首老人会のスマホ改革

昨年11月29日に天草市民センターホールで開催された「天草幸せの大改革シンポジウム」で、天草の未来を幸せに変える4つのプレゼンテーションが紹介されましたが、その中の一つが牛の首老人クラブが、本年4月から取り組むスマホ改革プロジェクトで、通称「天草スマートカレッジ」がいよいよ開講します。

これは、天草の老人クラブの活性化のために、ガラケー

からスマホの乗り換えを、ドコモ、AU、ソフトバンクの3キャリアと協力して、安く簡単に世話取りするだけでなく、スマホの扱い方を易しく丁寧に教えるスマホインストラクターを養成する講座です。スマホの言葉や扱い方が分からない、料金が高くて怖い、と思う高齢者の悩みをすべて解決するために生まれた教室で、老人クラブの会員のみが受講できます。

各単位老人会で自らスマホの扱い方を習って、地元の会員たちに教えるインストラクター(講師)を養成しています。現在はスマホを持っている方はもちろん、これから習いたいと思う老人クラブの会長や、有志の方を募集しています。

地域によって携帯電話の店舗が遠い方やスマホは難しい、値段が高いかと思っている方に、安心してスマホを購入して楽しんで頂くための講座です。小学生が知恵熱が出て、脳が発達するように、スマホを学んで脳が活性化し、学生時代のように人との交流を楽しみながら、生きがいのある人生が送れます。

初心者でも大丈夫かな



天草スマートカレッジ受講生募集



【対象】スマホの扱い方を自ら習って会員に教えたいと思う有志の老人会員(初心者歓迎します!)

【期間】令和2年4月~令和3年3月(毎週火曜日)

【時間】午後1時半~3時半

【場所】牛の首老人公民館(本渡町本戸馬場904)

【会費】1回の受講につき100円

【内容】

- ①ガラケーからスマホに安くて簡単に乗り換える方法、②スマホの言葉の解説、③基本機能解説、④検索の仕方、⑤健康管理の仕方、⑥SNSの使い方、⑦各種アプリの使い方、⑧セキュリティ対策、⑨趣味の楽しみ方、等

【申し込み】

単位老人会ごとに、受講希望者を天草市老人クラブ連合会事務局長の吉永さん(天草スマートカレッジ校長)へご連絡下さい。

【申込み・問合せ】 080-5280-8325(吉永さん)

※本講座は老人クラブ会員でなければ受講できません

ガラケーからスマホ乗りかえ **心配無用!**



スマートカレッジお勧めのスマホ3機種!
安くて使いやすい機種を丁寧に説明します!
しかも同機種5人注文で出張対応(AU,ソフトバンク)

ドコモ アクオス	AU ベイシオ3	ソフトバンク シンプルスマホ4
<p>料金検討中</p>  <p>【特徴】シャープブランドのアクオスは品質が高く、特に1度充電したら1週間長持ちする電池は魅力的です。美しい写真が撮れる二眼カメラと洗練されたデザインがイチオシ。</p>	<p>1ヶ月1,875円!</p>  <p>【特徴】ガラケーより月々の料金が安くなりそうな価格です。AUの通話は24時間誰に電話しても無料かけ放題で、通話重視の方は魅力的、ネット通信も充実しています。</p>	<p>1ヶ月2,090円!</p>  <p>【特徴】通話は10分間なら何度でも無料かけ放題です。ソフトバンクの場合は、他社への乗り換えが違約金ゼロ円なので、契約期間のしほりがないのが魅力的です。</p>
<p>ドコモさんは、他社さんと同じ条件での料金提示を現在検討中です。 「ドコモで買い替えたいという方」は、スマートカレッジ事務局へご連絡下さい。 (ドコモは店頭契約のみで、出張の契約には応じておりませんのでご了承下さい)</p>	<p>【基本料金設定】機種代48回払いの場合 新ピタットプラン(ガラケーからスマホ) (通話カケ放題+通信利用料1ギガ迄) 1年間 1,875円~(毎月) 2年目以降 2,975円~(毎月) (同機種5人購入の場合、出張契約対応)</p>	<p>【基本料金設定】機種代48回払いの場合 (ガラケーからスマホ乗りかえ) (音声+通信利用料1ギガ迄) 13ヶ月間 2,090円~(毎月) 14ヶ月以降 3,190円~(毎月) (同機種5人購入の場合、出張契約対応)</p>

いまがチャンス! 老人クラブ3大特典

天草スマートカレッジは、天草の老人クラブの限定講座で、老人クラブに参加するのが楽しくなる素晴らしい特典があるので、ご紹介します。

1、キャリアと協力して乗り換え安心

天草にある3キャリアの携帯電話会社、ドコモ、AU、ソフトバンクとスマートカレッジ事務局が協力して、安くて使いやすい機種をご紹介します。なので、どれがいいかわからず、3つのキャリアの中で1つ選ぶと安心です。

2、スマホの使い方を丁寧に教えてくれる

ガラケーからスマホに乗り換えるだけではなく、その後のスマホの基本的な扱い方や快適で楽しいスマホライフを楽しめるように教室を開き、お世話致します。そのため各老人クラブの有志の方の講師養成プログラムを用意しています。

3、出向いてスマホ契約もできます

ガラケーからスマホに乗り換える時には、基本的に店頭での契約が必要ですが、AUとソフトバンクに限り、同機種5人以上購入される場合、店頭に来なくても、スタッフが出向いて契約を致します。希望される老人クラブは、事務局へお問合せ下さい。(ドコモは来店契約のみです)

スマホ乗換え3つの注意点

ガラケーからスマホに乗り換える場合には以下3つの注意点があります。

- 1、初期手数料3,000円がかかる**
スマートカレッジを介してガラケーからスマホに乗り換える場合、初期の手数料として3,000円かかります。
- 2、身分証、銀行振込手続きが必要**
スマホ乗り換えには契約が必要なので、身分証、銀行振込の手続きが必要となります。
- 3、違約金が発生する場合があります**
新機種の買い替えや、他社キャリアに変更する場合、0円~9,000で違約金が生じる場合がありますので、カレッジ事務局へお問合せ下さい。

**どうせ替えなきゃならないなら
みんなで替えれば怖くない!**

スマホ乗り換え
安くて使い易い機種の世話

基本講座
文字打ちからラインまで

応用講座
楽しいアプリの使い方

スマートカレッジが
ばっちりサポート!



詳しくは下記へお問合せ下さい

天草スマートカレッジ事務局
電話 080-4741-1887 (山口)

スマホ機種の詳しい資料のお求めは、各単位老人クラブごとに受付けていますので、老人クラブ会長様、もしくは代理者の方から天草スマートカレッジ事務局へお問合せ下さい。
(※老人クラブ以外の団体や個人は受け付けていません)

幸せのカフェ めいどサロン



みつばちラジオ
コーディネーター
花咲実

いつもお聴き頂きまして
ありがとうございます。

"生きがい""幸せ"をテーマに、老人クラブや公民館での

「幸せの講演」出講致します

のさる新聞編集長であり、みつばちラジオコーディネーターの”花咲実”こと山口誠治(社会教育家)は日本一幸せな高齢社会“天草”を目指して地域づくりに取り組んでいます。

どんなに遠くの老人クラブでも、ご依頼があれば「幸せ」や「生きがい」など、あらゆるテーマに応じた講演、研修を受け付けています。

天草市の「生涯学習人材バンク」を活用して頂くと講師料など一切ご負担なく、どこへでも講演、研修、ワークショップに出講致します。

【問合せ】
080-4741-1887(山口誠治)



天草市社協の終活セミナーにて

詳しくはインターネットで「花咲実」と検索してください。右のQRコードでアクセスすると詳細な情報をご覧頂けます。



住み慣れた地域で

いつまでも安全に安心して暮らし続けるために

～天草市地域福祉ネットワーク事業～

◆地域福祉ネットワーク事業とは？

誰もが住み慣れた地域で安心して生活することができるよう、一人暮らしの高齢者や障がいのある方等、地域で何らかの支援を必要とする方々を対象に、地域住民、行政区長、民生委員・児童委員、協定・協力事業所及びボランティア等が連携し、声掛けや安否確認といった見守り支援を行うものです。

◆気掛かりな方を

見かけた場合は日常生活や活動の中で、気掛かりな方を見かけられた場合は、下記の天草市社会福祉協議会各支所へお知らせください。

職員が対応をさせていただきます。(ご連絡いただいた方へは、ご迷惑はおかけしません。)



各支所連絡先	
本渡支所	24-0100
牛深支所	72-2904
有明支所	53-0110
御所浦支所	67-3782
倉岳支所	64-3895
栖本支所	66-3367
新和支所	46-3770
五和支所	32-1076
天草支所	42-0678
河浦支所	76-1401

地域の関係者が連携して見守り支援体制の構築に努めています



現在50の団体等と協定を締結するとともに、各支所において409の事業所の協力を得、地域住民の皆さん方と一体となって見守り活動に取り組んでいます。

また、天草市老人クラブ連合会(松出正邦会長)のシルバーヘルパーの訪問活動とも連携しています。

天草市社会福祉協議会
 副会長 横山 加奈子
 天草市老人クラブ連合会
 会長 松田 正邦 様
 天草市長 中村 五木 様

社会福祉法人 天草市社会福祉協議会
 〒863-2201 天草市五和町御領 2943 番地
 TEL (0969) 32-2552/FAX32-2551

天草ケーブルネットワーク サービスエリア拡大のお知らせです

天草ケーブルネットワーク株式会社
サービスエリア図 2022.4現在



ケーブルテレビのサービスエリアどんどん拡大中!!
4月より、河浦町河浦地区、天草町高浜地区、有明町赤崎地区にてサービススタート!!

888

みつばちラジオ 番組情報

ケーブルテレビのエリアどんどん拡大中!!
4月より、河浦町河浦、天草町高浜、有明町赤崎にてサービススタート!! “みつばちラジオ”の夕方が熱い! コアな番組拡大中!!

火曜日:天草いきものがかり
天草の生き物から世界中の生き物の進化や楽しい話をお送りします。(小学生から大人まで楽しめます。)

水曜日:あまくさダイヤモンドサッカー
サッカー指導者たちが、天草のサッカー情報、トレーニング方法、ジュニア期の特性などをわかりやすく放送します。

木曜日:天草エアラインプレゼンツ みぞかトーク
就航20周年を迎える天草エアラインの最新情報、お得情報、様々な出来事を面白おかしく紹介します。

金曜日:ロックン 天草
ギター大好きなパーソナリティーが、往年の名曲、後世に伝えたい名曲、若い世代が楽器を持ちたくなるようなロック番組!

天草のイマが丸わかり!!

あ〜ぶるチャンネル

「あ〜ぶるチャンネル1(地上10ch)」
「あ〜ぶるチャンネル2(地上11ch)」は
ケーブルテレビの自社制作チャンネルです。



天草のニュース!

あまくさ日々の話題



天草のイベントの様様をじっくり観られる!

あまくさタイム



天草の情報たっぷり!

あまくさサンド

あまくさタイム①	今月の放送予定
18:00-18:30	18:00-18:30
2/28日(水)	第5回AMAKUSAリンクアップ ミニコンサート 山天巻
3/6日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
13日(水)	【天草市発表】 天草高校・天草高校舎立校
20日(水)	【天草市発表】 椋南中・五和中・栢本中

あまくさタイム②	今月の放送予定
18:30-19:00	18:30-19:00
2/28日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
3/6日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
13日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
20日(水)	【天草市発表】 本蓮東中・有明中・新和中

上天草タイム	今月の放送予定
18:00-18:30	18:00-18:30
2/28日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
3/6日(水)	【天草市発表】 天草市立総合体育館 開館式 天草市立総合体育館のシンパシー
13日(水)	【天草市発表】 上天草高校・本蓮東中 上天草高校・本蓮東中
20日(水)	【天草市発表】 超戸中・龍ヶ岳中



明るい笑顔と楽しい話題で
天草の地域情報をお届けします

ACN 天草ケーブルネットワーク(株)
<http://www.acn-tv.co.jp>

Tel (0969) 22-1311
営業時間: 年中無休 午前9時~午後6時まで
天草市港町9-1

令和二年春の運勢判断



占陰陽術

干支開運判断



平安時代の陰陽師安倍晴明が用いた抜群的中率を誇る陰陽占術を用いて、あなたの干支の現在の運勢を占いました

巳 (み)	辰 (たつ)	卯 (う)	寅 (とら)	丑 (うし)	子 (ね)
<p>運気上昇。前途洋々で、上からの引き立てや事態の進展、昇進が期待できそう。才能が認められる。諦めていたものが戻ってくる。対人関係では親近感が増しそう。日の出の勢い、前進しても良い状態。スピード感が大事。</p>	<p>節度を守って自分の立場を大事にする。良い結果を得る。やり過ぎになりやすいため、拡張は控えた方が良くも。あまり欲を出しすぎると、ろくなことにならない。物事の区切りや節目を大切に。メリハリをつけるのが良い。</p>	<p>目立たないところで力を蓄えたり、良き指導者や専門家を探すべき時。高級品を買うよりも、貯金したり大衆的なものを選んでくれた方が良くも。焦らずに相手をその気にさせるがよい。トラブルは表沙汰にならずに済みそう。</p>	<p>内々のモメ事が起こる暗示。放っておいても良くならないので、破れや乱れを整備して再出発するとよい。誤解が発生しやすいため、相手の言い分をよく聞く必要がある。頭を切り替えて新しくやりなおすべき時かも。</p>	<p>精神的な事柄には良いけど、物質的には満たされない。学問・教養に関することは吉。他人の目を気にしたり、見た目を重視するのは悪くない。風のたよりを聞いたり、誰かから相談を受ける。悩みは目上の人に相談すると良い。</p>	<p>外面的にはとても明るく楽しそうだけれど、内側はイマイチ。余分なお金を使わない。油断して出し抜かれるかも。今拡張するとそれを維持するために後々苦労しそうで、備えあれば憂いなし。現状維持がお勧め。</p>
亥 (い)	戌 (いぬ)	酉 (とり)	申 (さる)	未 (ひつじ)	午 (うま)
<p>口は災いの元。舌禍に注意。間に人を入れず、直接交渉するのが良い。進行方向に迷いが出るかも。達成にはもう少し時間がかかりそう。出方を待つより、自分から打って出る方がよいかも。知性や教養を身につけると良い。</p>	<p>予想外の事や、期待してないことが起きそう。迷いやすく、短絡的に決定すると失敗する。口のうまい人に要注意。新しい出会いによって、進路を変えることになるかも。柔軟にフレキシブルに対処した方が良くも。</p>	<p>一見活気があるように見えるが、内実はイマイチかも。苦勞が報われないこともある。二つの仕事が増えたり副業ができて忙しくなったり、同じ事を繰り返したりしそうで、あまり期待せずにやれるなら良い結果が出る。</p>	<p>和気藹々で良い感じ！現状維持に努める時。これまでの努力が結実しそう。また、何か新しく始めることもうまく進みそう。少しくらいなら欲張りもOK！良い状況だが、好事魔多しで、油断しすぎるのは禁物。</p>	<p>変化や新旧交代のある時期で、今まで悪かった事が良くなりそう。基本方針を変更したり、新しいやり方を採用すると良い結果を生む。転職や引越しも良い。古いものを捨てて新しいものを取り入れるべき時。</p>	<p>内部で互いに背き合い、意志の疎通が取れない。心変わり。二人の女性が反目している光景。自分の意に反するむずかしい状況。正面突破正攻法で他人の証言や理論値よりも、自分の目で見て耳で聞いた事だけをアテにするべき。</p>

天草よろず相談所

もう大丈夫ですよ！

天草よろず相談所

家庭、高齢者、子育て、いじめ、仕事、金銭、縁談、人間関係、病気、障がい、依存症、心の病などい悩みに応じます。

また、ご相談だけでなく、行政関係部署や社会福祉協議会、その他諸々の機関と連携して、適切な仕組みや制度を活用して、専門家による問題の解決のお世話取りも致します。

人間関係の改善の仕方の助言、生きがい探しのお手伝い等、自分らしく幸せに暮らすためのご相談にも応じます。

あなたや身の回りで苦しんでいる方がいたら、無闇に悩み続けず、どうぞ今すぐご相談ください。

※守秘義務を厳守致しますので、安心してご相談下さい。

【お問合せ】天草よろず相談所
 【住所】天草市本渡町本戸馬場1561-1
 【電話】(0969) 23・3276
 【直通】080・4741・1887 (山口)

熟女の脳トレ

にゃん！

うむっ！ いっわあ！

えっへん！まかせなさい！
 わしも修行を積んで、だんだん見えて来た。己の煩惱さえ消せば、
 実に単純な謎々ではないか！

あのおはここのハートがくちまきやー！

おっさんのあほ〜♪

【問一】Hになればなるほど硬くなる棒って何だ？

【問二】頭に「ま」が付いて最後に「こ」が付く、中は湿っていて、周りには毛が生えている。閉じたり開いたりするもの何だ？

もちろん人間の体の一部です。

【問三】むかし、天草のおじさんたちが大好きなプロレスラーがいました。そのプロレスラーは外国人にもかかわらず、なぜだか天草のおじさんたちに大人気で、そのレスラーがテレビに出る度に大喜びで、大興奮したのです。さて、そのプロレスラーの名前はなんでしょうか？

※答えはこの頁の最下欄に

トイレのつがいがた

How to use this toilet

1

面白い写真(某フェリートイレ注意書き)