

Toyo community center information

東陽コミセンだより5月号



発行日：令和8年5月1日

お問合せ：八代市市民活動政策課

東陽コミュニティセンター

(TEL 65-2210)

毎月11日は「人権を確かめ合う日」です。

家庭や地域、職場や学校で、身近な人権や差別について、みなさんで話し合いませんか！

保小中行事予定

日	曜	保育園(河俣・太陽)	東陽小学校	東陽中学校	日	曜	保育園(河俣・太陽)	東陽小学校	東陽中学校
1	金	[河俣]安全点検	心臓検診(1・4年)	授業参観/PTA総会 学年学級懇談会 1年心臓検診	17	日			
2	土				18	月		振替休業日(5/23分)	振替休業日(5/23分)
3	日		憲法記念日		19	火	[河俣]食育の日	食育の日 クラブ活動	食育の日
4	月		みどりの日		20	水	[河俣]身体計測	運動会予行練習	運動会予行練習
5	火		こどもの日		21	木			
6	水		振替休日		22	金	[河俣]春の遠足	眼科検診 運動会準備	眼科検診 運動会準備
7	木		やまびこの集い	運営委員会	23	土		小中合同運動会	小中合同運動会
8	金	[河俣]「ありがとう」の日	内科検診	生徒集会	24	日		運動会予備日	
9	土				25	月		委員会活動 お弁当の日	
10	日				26	火			
11	月		市学力学習状況調査 (i-check ~22日)		27	水		芋の苗植え	
12	火		検尿2次	検尿2次	28	木	[河俣]非常訓練(火災)		歯科検診
13	水				29	金			英語検定・toyo寺小屋
14	木	[河俣]玉ねぎ掘り	内科検診		30	土			
15	金	[河俣]安全点検		八代市学習状況調査 i-check	31	日			
16	土		小中PTA合同親子愛校作業	小中PTA合同親子愛校作業	※これはあくまで予定ですので、変更される場合もあります。				

東陽さくら祭り

3月29日(日)、道の駅東陽&周辺で「東陽さくら祭り」が開催されました。

当日は晴天のなか、地元団体はじめ町外からの出店もあり、多くの来場者で賑わいました。

1,000円お買い上げごとに1回挑戦できるガラポン抽選会では、お目当ての賞品を狙い何度も挑戦される方もおり、1時半頃には、賞品が全て出てしまいました。

また、今年は出店ブースを桜並木道に変更しての開催となりましたが、いかがでしたでしょうか？

来年の開催も楽しみです♪



★お知らせ★



東陽まちづくり協議会では地域のイベントなど様々な情報を発信していきたいと

思いますので、みなさんフォローお願いします♪

Instagram→



←コミセンだよりがカラーでご覧になれます！お試ください！

集団(複合、ヤング検診)検診 実地中!

年に1回、検診で体の変化を確認しましょう!
 複合健診では、希望する特定健診やがん検診などが半日で受けられます。
 まだ申込みをされていない方は、八代市保健センターにお問い合わせください。
 問合せ 八代市保健センター TEL 32-7200



令和8年度集団(複合・ヤング)健診日程等

◆坂本町・東陽町・泉町・千丁町

月	日	曜	会場
4	30	木	振興センター坂本 (旧坂本地域福祉センター)
	1	金	
	2	土	
5	7	木	東陽地域福祉保健 センター
	8	金	
	9	土	
5	10	日	泉地域福祉センター さわやか荘
	11	月	
	12	火	
5	13	水	千丁コミュニティ センター
	14	木	
	15	金	
	16	土	
	17	日	

◆集団(複合・ヤング)健診の対象者と自己負担金

健診の種類	対象者	自己負担金(円)	
ヤング健診	20歳~39歳	2,400	
オ ブ シ ョ ン	子宮頸がん検診	20歳~39歳の女性	1,600
	乳がん検診	30歳~39歳の女性	1,000
	腹部超音波検診	20歳~39歳	1,200
特定健診 (八代市国保加入者)	40歳~74歳	500	
後期高齢者健診	75歳以上(65歳~後期高 齢者医療保険加入含む)	800	
胃がん検診(バリウム)	40歳以上	1,500	
肺がん・結核検診 (+喀痰検査)	40歳以上 (問診の結果必要な人のみ)	500 (+800)	
大腸がん検診	40歳以上	500	
腹部超音波検診	40歳以上	1,200	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	600	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,600	
乳がん検診	40歳~49歳の女性 (マンモグラフィ2方向)	1,700	
	50歳以上の女性 (マンモグラフィ1方向)	1,300	

※各がん検診は、国保加入者以外の人も受診することができます。

自己負担金以外の費用は、
市が負担するので大変お得です。



保健師 ぼん べいゆ

健診申込みについての
ホームページはこちら→



図書館講座「にほんの昔あそび」

紙芝居や昔ばなしの読み聞かせのほか、
かるた・お手玉・おりがみなど昔あそびを楽しむ講座です。
 日時：5月9日(土曜日) 13時30分~15時
 場所：市立図書館 本館
 定員：30名(要申込・先着順)
 対象：どなたでも
 申込：3月26日(木曜日)受付開始
 申込方法：ホームページ・電話・各図書館カウンター
 図書館では、こどもの読書週間にあわせて
 春の図書館まつり(4/23(木)~5/12(火))を
 開催します。
 詳しくは図書館ホームページまたはチラシをご覧ください。
 チラシの配布場所は、図書館3館と八代市役所本庁です。



問い合わせ
 本館 TEL (0965) 32-3385
 せんちょう分館 TEL (0965) 46-1901
 かがみ分館 TEL (0965) 52-5567

なぎさママのクンボール貯筋運動が行われました

4月20日(月)、令和7年度敬老会事業で行った「なぎさママのクンボール貯筋運動」のアフターフォローが東陽定住センターで行われました。

当日は20名ほどの参加があり、なぎさママの指導のもとクンボールを足に挟んだり、背中に挟んだりといろいろな運動を行いました。

このクンボール貯筋運動は、筋肉アップ・失禁予防・腰痛膝痛緩和・脳の活性化にも効果があるそうなので、ぜひ今後も続けてほしいと思います。

⇒参加者の様子



見守り 新鮮情報

海外からの不審な電話にご注意

事例1 最近、「+1」から始まる国際電話が多くかかってくる。電話に出ても無言だった。国際電話の受電を拒否する設定をしたいがどうしたらよいか。(60歳代)

事例2 自動音声で数時間後に電話が使えなくなったという不審な電話があった。「1」を押せと言われて押したら、電話口に人が出て、名前と生年月日を聞かれて答えたとこ、間違っていたと言われて切られた。着信履歴から海外からの着信だと知った。今後どうしたらよいか。(80歳代)



また国際電話?

「+」で始まる電話に注意!

ひとこと助言



- 海外からの知らない国際電話が増えています。「+1」や「+44」など、「+」から始まる電話番号は海外からのダイヤル番号になります。
- 心当たりのない国際電話は詐欺の電話である可能性が高いです。怪しい電話には出ない、折り返さないようにしましょう。

- もし電話に出てしまった場合、個人情報絶対に伝えず、すぐに電話を切りましょう。
- 国際電話を利用しない方は、利用休止申請等しましょう。
 (固定電話) 国際電話不取扱受付センター(無料) 電話: 0120-210-364
 (携帯電話) 携帯電話端末やOSによっては発信の設定が可能です。
 携帯電話会社が提供するサービスの利用も検討しましょう。
- 不安なときはお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。総務省が実施している「迷惑電話対策相談センター(でんわんセンター):電話03-6162-1111(平日10時~17時)」でも受け付けています。被害の相談は警察でもできます(警察相談専用電話「#9110」)。