

阿蘇市イメージキャラクター

「あか牛くん」誕生!



阿蘇の良さを **もっつ** と全国へ発信!

「五岳くん」
「火の子ちゃん」
と一緒に阿蘇のPR
がんばるもっつ!

目指せ
ゆるキャラ
日本一!!

「あか牛」の魅力!

「あか牛」くん誕生の経緯

先に活躍中の「五岳くん」「火の子ちゃん」と一緒に観光や草原環境をアピールするため誕生。デザイン画は先の2体に続き、漫画家の川崎のぼる氏が好意により描かれました。

<性格がおとなしい・地方特定品種>

耐寒・耐暑性に優れた放牧に適し、性格がおとなしい。地方特定品種とされ、草原にいる風景は阿蘇のシンボルといえます。

<タウリンなどの栄養素が豊富>

肉質は赤身が多く、うま味・やわらかさ・ヘルシーさを兼ね備えています。アミノ酸の一種「タウリン」が、あか牛の肉（あか身）に多く含まれていることがわかりました。「タウリン」には、肝機能障害の改善や血圧降下などの作用があります。あか牛が自然の健康ビーフと呼ばれるほどヘルシーであることが証明されました!



会員さんにクラブの魅力を聞きました！



健康スポーツ 山口るみさん (赤水) (写真左下)
健康スポーツに参加するようになって3年。まず、続いているという事は、第一に楽しいという事です。身体を動かす習慣のなかった私ですが、身体を動かす事により体調が良くなり感謝しています。これからもできる限り、続けたいです！

バドミントン 金子瑠華さん (分2区) (写真右)

火の山スポーツに入って2年目です。2時間楽しく、技術も向上でき、また、幅広い年代の人との出会いやふれあいができる、とてもよい場所です。今後も続けていきたいです！



ピラティスに参加している皆さん

ピラティスのおかげで身体全体がすっきりして、肩こり・腰痛が解消し、骨盤の歪みが日増しに良くなりました！リラクゼーションの効果で気分も落ち着きます。

日本拳法 北窓正学くん (内牧1区)

(写真後列左から2番目)

小学校に入学する前に、お兄ちゃんと一緒に体験して、とってもかっこいいと思い始めました。これからもたくさんメダルがとれるように頑張ります！



みんなで汗をかいて、元気な阿蘇市をつくろう！
総合型地域スポーツクラブ「火の山スポーツクラブ」会員募集！



ノルディックウォーク



ゴルフ



ソフトテニス



乗馬

入会すると12種目
全てに参加できる！
いつでも・どこでも・
いざでも・いつまで
もくをキャッチフレーズに
展開している火の山スポー
ツクラブも今年で5年目を
迎えます。「年間に7〜8
kg痩せた」、「病院に行く
回数が減った」などの声も
寄せられており、全国的に
もこの総合型地域スポーツ
クラブが普及してきていま
す。
運動不足な方、運動が苦
手な方、出不精な方、とに
かく誰でも参加可能なクラ
ブです。入会されると全種
目に参加でき、各種目の指
導者がやさしくサポートし
ます。平成24年度は、4月
から12種目でスタートしま
す。(左図参照) 各種目の
指導者、スポーツ推進委
員、クラブ事務局等が会員
の皆さまの健康増進を全面
的にバックアップします！

○年間のクラブ会費（クラブ会費【保険料込み】＝入会金＋年会費）

入会金	600円 (更新の方は0円)	年会費	ジュニア会員	小中学生	2,000円
			一般会員	16～59歳	6,000円
			シニア会員	60～64歳	5,000円
			グランドシニア会員	65歳以上	4,000円

年会費割引→ファミリー割引 (20%OFF) 、ボランティア割引 (30%OFF) 詳しくは事務局へ！！

○各種目詳細

種目	曜日	参加料	時間	備考
健康スポーツ	水	1回 100円	20:00～22:00	
卓球	金	高校生以下200円/1回、一般300円/1回	20:00～22:00	
乗馬	日	馬術3,000円/月、体験500円/1回	11:30～13:30	
ウォーキング	日	1回 100円	9:00～11:00	雨天時は原則中止
ゴルフ	(練習場) 火・金	(2時間)大人1,000円、高校生以下500円	19:00～22:00	※ゴルフ場は薄暮プレーに限ります。 ※ゴルフ場により価格差があります。 ※事前予約が必要。
	(ゴルフ場) 毎日	《夏季》 大人：【9H】2,500円【18H】4,700～5,000円 高校生以下：【18H】500～1,500円 《冬季》 大人：【9H】1,500～2,500円【18H】4,000円 高校生以下：【18H】500～1,500円	13:00～	
バドミントン	月～金	1回 200円	20:00～22:00	
日本拳法	土	1回 100円	9:00～10:30	平日に練習あり
ピラティス	日	1回 500円	20:30～21:30	ヨガマット・バスタオル持参
ソフトテニス	木	1回 200円	19:30～21:30	
フットサル	水	1回 300円	19:00～20:30	
ノルディックウォーク	水	1回 100円	10:00～11:30	
硬式テニス	金	1回 300円	19:00～21:30	



ウォーキング



フットサル



硬式テニス



卓球

全世帯に申込書と概要パンフレットを配布しておりますので、そちらもご覧ください！

【問い合わせ】

火の山スポーツクラブ事務局
教育課 社会体育係内
☎22-3229

素敵な会員特典も！
会員特典もありますので、どうぞお気軽にご入会ください。市役所3階教育課、内牧支所、波野支所にて入会受付を行っています。みんなで汗をかいて健康で元気な阿蘇市をつくりましょう！
なお、今年度は料金体系を一新し、家族での入会やボランティアに参加される方は、クラブ会費がお得になります。また、更新するだけでも去年よりお得になりますので、たくさんの方々の入会をお待ちしています！

熊本県知事選挙

投票日：3月25日

投票時間：午前7時から午後6時まで ※荻の草、深葉地区は午後4時まで

投票のしかた

- 期日前** 投票用紙に候補者名を記入してください。
- 当日** 投票したい候補者の必要部分に“○”を記入してください。

※選挙当日に投票所へ行けない方は、期日前投票・不在者投票の制度をご利用ください。

期日前投票

※投票場所によって開設期間が異なりますので、ご注意ください。

- 持ってくるもの：入場券（入場券がなくても、選挙権があれば投票できます）
- 投票場所と時間：下記のとおり ※3ヶ所のいずれでも投票できます。

期日前投票ができる場所	投票期間	投票時間
阿蘇市役所	3月9日 9時から 3月24日 18時まで	期間中 午前8時30分 から 午後8時00分 まで
内牧支所	3月17日 9時から 3月24日 18時まで	
波野支所	3月17日 9時から 3月24日 18時まで	

不在者投票

※不在者投票についてはお早めにお問い合わせください。

不在者投票の種類	このような場合に
他の市区町村で行う不在者投票	<ul style="list-style-type: none"> 阿蘇市の選挙人名簿に登録されている方が、出張などで投票日まで他の市区町村に滞在する場合は、滞在地の市区町村選挙管理委員会で不在者投票ができます。 郵便等でのやり取りが必要となりますので、手続き等の詳細については早めにお問い合わせください。
指定病院等で行う不在者投票	<ul style="list-style-type: none"> 不在者投票ができる施設として、指定を受けた病院、老人ホーム等に入院（入所）中の方は、その施設で不在者投票ができますので、早めに施設長に申し出てください。
郵便等による不在者投票	<ul style="list-style-type: none"> 身体障害者手帳、戦傷病者手帳をお持ちの方で一定の要件に該当される方や介護保険被保険者証の要介護区分が要介護5である方で郵便投票証明書の交付を受けている方のみ対象となります。 郵便投票証明書の交付は申請手続きが必要となりますので、早めに選挙管理委員会にお問い合わせください。
その他	<ul style="list-style-type: none"> 期日前投票期間中に19歳の方（選挙当日までに20歳になる方）は、不在者投票となります。



TOTO 最新型“超”節水トイレが2月より新発売!! お得な特別特価!

工事費・旧便器処分費・消費税など全て込みで

「GREEN MAX4.8新ピュアレスト」

通常価格 **156,240円**

特別価格 68,000円

プラス30,000円でウォシュレットに

INAXの最新型節水トイレも59,000円〜

この他、水回りのリフォームは何でもお任せ下さい!

節水（洗浄水量4.8L）でお得にエコ!

水道代も大幅に節約します。洗浄水量は従来タイプの約68%の大幅な節水。

従来型節水便器	年間使用量 約75920L
新ピュアレストQR	年間使用量 約24090L

約68%節水

0120-32-6611 年中無休・見積り・出張費無料

九州全域・山口県一部が対象エリア

株式会社 西日本住建 Nishi Nihon Juken

〒860-0046 熊本県熊本市横手5-1-10

<http://www.nishinihon-juken.com>

広告

投票所一覧

※地区（行政区）ごとの投票所は次のとおりです。

区分	投票区	地区又は行政区名	投票所名
一の宮地区	1	町区、北区、東2区、西1区、西3区、塩塚	阿蘇市役所
	2	古神区、西2区、東1区、東3区	社会教育センター（一の宮体育館）
	3	分区	農業構造改善センター（分区公民館）
	4	坂梨、中坂梨	坂梨公民館
	5	古城地区	古城公民館
	6	中通地区（荻の草を除く）	中通公民館
	7	荻の草、舞谷	荻の草公民館
阿蘇地区	8	内牧1区、3区、4区、5区、小里、茗ヶ原	阿蘇公民館 （阿蘇体育館駐車場の道路向かい）
	9	南宮原、湯浦、西湯浦、西小園	ふれあいプラザ北外輪
	10	深葉地区	旧内牧小学校深葉分校
	11	内牧2区、成川、折戸、宇土、浜川	阿蘇市内牧支所
	12	狩尾地区	狩尾2区公民館
	13	永草、枳、赤水、車帰、跡ヶ瀬、的石	阿蘇広域行政事務組合 未来館
	14	下西黒川、乙姫、黒川千丁	乙姫公民館
	15	東黒川、坊中、南黒川、元黒川、北黒川、上西黒川	坊中公民館
	16	西町、竹原、蔵原	竹原公民館
	17	役犬原地区	コミュニティセンター
	18	山田地区	阿蘇市立山田保育園 ※前回と場所が違うのでご注意ください。
波野地区	19	檜木野、赤仁田、山崎、仁田水、中江、滝水	阿蘇市波野支所
	20	小園、小地野、笹倉	林業研修集会施設
	21	立塚、横堀、遊雀、中道	農村婦人の家
	22	坂の上、大道	高齢者コミュニティセンター-福寿荘

問い合わせ

阿蘇市選挙管理委員会事務局 ☎ 22-3239（直通）

五岳を望む聖地

あそ宮地墓地

募集区画 5㎡より各種 全区画平地

阿蘇市一の宮町宮地4699

一の宮総合運動公園通り

電話（0967）22-6099

墓地・墓石の事なら何でもご相談下さい

洗練されたデザイン・確かな施工

有限会社 石 翔 へ

お気軽にお問い合わせ下さい。

広告

阿蘇の新たな名物に！

阿蘇のお土産 お菓子コンテスト

グランプリは、熊本農業高校食品加工クラブの「阿蘇 de タルト」！



グランプリを受賞した熊農食品加工クラブの皆さん

準グランプリ作品



阿蘇五岳ジャムライス
ケーキお土産セット

グランプリ作品



阿蘇 de タルト

コンテスト結果

グランプリ

「阿蘇 de タルト」

熊本農業高校食品加工クラブ（熊本市）

準グランプリ

「阿蘇五岳ジャムライスケーキ
お土産セット」

阿蘇清峰高校食品コース
プロジェクトチーム（阿蘇市）

奨励賞

「阿蘇の燃える恋心」

山田 千代美（合志市）

「まるごと ASO Pie」

瀬井 香織（阿蘇市）

「緑の草原米塚ッケーキ」

後藤 里美（熊本市）

「さと芋かるかん 大地のめぐみ」

坂梨 千秋（阿蘇市）

審査員特別賞

「阿蘇丸せんべい」

綾 優佳（阿蘇市）

「簡単!!阿蘇野菜サクサククッキー」

井手 キミ子（阿蘇市）

市では、阿蘇の新たなお土産となりうる「お菓子」のコンテストを初めて開催しました。広く一般の方からアイデアを募集したところ阿蘇市内をはじめ県内外から31作品の応募があり、2次審査に12作品が選出されました。審査は、熊本県菓子工業組合組織強化委員長を務める青木幸治氏（菓匠久幸

堂代表取締役社長）、阿蘇市地域振興マネージャー 前田香保里氏をはじめ、6名により行われました。厳正な審査の結果、グランプリには、熊本農業高校食品加工クラブの「阿蘇 de タルト」が選ばれました。阿蘇の特産品であるアスパラガスを使用し、タルト生地が山々を、アスパラで作ったババ

ロアでカルデラを表現した作品でした。また、準グランプリには、阿蘇の五岳をイメージした阿蘇清峰高校の「阿蘇五岳ジャムライスケーキ お土産セット」が選ばれました。入賞作品については、専門家の意見も交えながら商品化に向けた開発を進めていく予定です。



青木審査員の講評

「最終審査に残った方々は、年齢も10代から70代までと幅広く、又、全くジャンルの違う菓子が揃いました。皆様の阿蘇に対する熱い思いを含めた作品ばかりで、レベルの高い力作が多く、皆さまの真摯な取り組みに感謝致します。」



出品者と関係者の皆さんで記念写真を撮りました！



**市教育委員会が中学生職場体験活動で
文部科学大臣表彰を受賞!**

市

教育委員会は、平成20年度の1年間、文部科学省からキャリア教育実践プロジェクト事業の指定を受け、実行委員会を立ち上げて市内の4中学校におけるキャリア教育の推進に取り組みました。

その後も継続して取り組んだキャリア・スタート・ウィーク(中学生による5日間の職場体験活動)等の取組の成果が評価され、市教育委員会が平成23年



度キャリア教育優良教育委員会文部科学大臣表彰を受賞しました。

教育委員会及び各小・中学校では、今後も引き続きキャリア教育の充実を図るべく取り組んでまいります。

小・中学生への職場見学、職業講話及び職場体験活動をお引き受けただいた方々に感謝いたしますとともに、市民の皆さまの今後のより一層のご協力をお願いいたします。



キャリア教育とは

児童・生徒に、望ましい職業観・勤労観及び職業に関する知識や技能を身に付けさせるとともに、自己の個性を理解し、主体的に進路を選択する能力・態度を育てることを目指す教育です。



**地域医療連携に関する
講演会を開催**

熊

本県地域医療再生計画に沿って活動する阿蘇地域医療連携作業部会(事務局・阿蘇中央病院)による「阿蘇地域医療圏における地域医療連携に関する講演会」が、2月10日、阿蘇いこいの村で開催されました。

これは平成26年春に開業する阿蘇中央病院を軸とする医療連携を考え行われたもので、医療連携の先進地である荒尾市民病院の大嶋壽海院長が荒尾地域を例に講演したほか、熊大病院の甲斐豊特任教授が「阿蘇医療圏における急性期脳血管障害の現状と将来の展望」を、また、熊大病院

の西佳子助教が「阿蘇中央病院のリハビリテーションの現状」を講演し、参加した医療関係者120人は熱心に聴き入り質疑応答も盛んに行われました。



熊日とNIE協定を結ぶ

平

成24年2月21日、阿蘇市教育委員会は熊日新聞社とNIE協定を結びました。児童・生徒が新聞を生きた教材として活用することによって、言語活動を活発にし、読解力をはじめ思考力・判断力・表現力等の学力向上をめざすとともに、社会に関心を向けた人材を育成するなど幅広い人間形成に役立たせることを目的としています。協定を結んだことで、阿蘇市内の小中学校では、新聞記事や写真を整理した熊日のデータベースを利用できたり、熊日の方を講師として招いて、児童生徒だけでなく教師も対象にした出前授業を依頼することもできるようになりました。



▲協定を結び握手を交わす、松下編集局長(左)と日吉教育長

NIEとは…

Newspaper In Educationの略で、学校などで新聞を教材として活用することで、平成元年にスタート以来、全国で展開されています。



阿蘇北中学校 (昭和35年～)

昭和35年に、内牧中、尾ヶ石中、永水中が統合し創設。今年で創立52年となり、これまで10,598人の生徒が卒業しました。



阿蘇中学校 (昭和22年～)

昭和22年に旧黒川村で黒川中学校として創設。同24年に名称を阿蘇中学校に改称し、以来、65年に渡り8,171人の生徒が卒業しました。

長い歴史に幕。 阿蘇中学校、阿蘇北中学校で 閉校式典が行われました

両校併せて約千人が出席して行われた閉校式。地域と共に愛された中学校もこの3月に閉校します。

今

今年4月から阿蘇中学校と阿蘇北中学校が統合することに伴い、2月25日、26日に両校で閉校式典及び記念行事が行われました。

式典には、生徒や学校関係者をはじめ、多くの来賓、卒業生、保護者ら両校併せて約千人が出席。出席者は、名残惜しくも閉校を迎える母校に、それぞれの

思いを抱きながら神妙な面持ちで式典に参加しました。

式典後にはそれぞれ記念行事が行われ、思い出のDVDの放映や、記念演奏、生徒による合唱などが披露されました。

閉校後は、両校共に解体する予定となっており、阿蘇中学校の解体後は阿蘇中央病院が建設され、阿蘇北中の



校歌を歌う阿蘇中の生徒たち



校歌を歌う阿蘇北中の生徒たち



阿蘇北中閉校式の様子



阿蘇中での記念演奏の様子

解体後は、新阿蘇中学校の第2グラウンドとして整備される予定です。

着々と準備が進んでいます



校歌受領の様子。教育長を囲んで麻生校長(左)と出田学長(写真右)

4月にスタートする新生阿蘇中学校の校歌が完成し、2月21日に平成音楽大学で、教育長が受領しました。
新校歌は、阿蘇北中学校の麻生校長が作詞を行い、平成音楽大学の学長である出田敬三氏に作曲していただきました。新しい校歌は、4月10日に予定している入学式で初披露されます。

東日本大震災の救援義援金ご協力ありがとうございます


震 災発生後の3月14日から、市内の公共施設48カ所に義援金箱を設置して市民の皆様にご協力をお願いしています。

■義援金の受付状況 1月分の総額 175,376円（うち各行政区等から阿蘇市社会福祉協議会を通じて受け付けた金額 9,989円）
累計 14,482,505円

寄せられました義援金は「阿蘇市民一同」からの義援金として日本赤十字社を通じて被災された方々に届けられることになります。

なお、皆さまにご協力いただきました義援金については、平成24年3月31日をもって、受け付けを終了させていただきます。

問い合わせ

総務課 秘書政策室 ☎22-3111  55-3111

火災・救急は 119番へ

消防車や救急車を要請するときは、誰でも動揺しているものです。しかし、こういう時こそ気持ちを落ち着かせて、次のように通報してください。

- ① 「火事です」「救急です」とはっきり言いましょう。
 - ② 火災現場や、けが人や病人のいる場所を正確に伝えましょう。また、目標になるような分かりやすい建物があれば教えてください。
 - ③ 火災の種類（建物・車両・原野）、病人やけが人の具合、人数など正確な状況を伝えてください。
 - ④ あなたの名前と電話番号（携帯電話番号）を教えてください。
- ※携帯電話での、隣接市町村との境付近からの通話は、管轄以外の消防本部へつながることがあります。
- 問い合わせ 阿蘇広域消防本部
中部消防署 ☎34・0024
産山波野分駐所 ☎24・2766

『阿蘇中学校閉校記念誌』販売のご案内

阿蘇中学校閉校にあたり、65年の歴史をまとめた記念誌を発刊・販売します。購入を希望される方は、次の要領でお求めください。

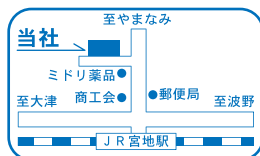
- 記 載 内 容 ・卒業生や先生の写真と名簿
・学校沿革史と寄稿文
・思い出の写真や現中学校の写真など
- 販 売 価 格 2,100円（税込み）＜送料：別途＞
- 取 扱 店 りんどう印刷 ☎22-0044
- 問 合 せ 先 閉校実行委員会 宮崎（☎090-2503-1593）

お部屋探しのパートナー



阿蘇不動産賃貸管理室
有限会社 **フォース**

=ご来店のご案内=



(社)全国宅建建物取引保証協会会員
(社)熊本県宅地建物取引業協会会員
賃貸不動産管理業協会会員
移住・住みかえ支援機構会員
熊本県知事免許(6)2807

CHECK

契約者優先につきお早めに!!
各物件の詳細については、ご来店のうえ
納得のいくまでお確かめ下さい。

☎(0967)22-4660

広告

大好きなお父さんとサッカーしたよ！

父子ふれあいサッカー教室 in阿蘇



父子でサッカーを通して絆を深めてもらおうと、ロアッソ熊本による「父子ふれあいサッカー教室 in 阿蘇」が2月12日、農村公園あびかで行われ、30組の親子が参加しました。

この催しは、熊本県の委託事業により昨年からは県内各所で行われており、阿蘇市では初めて。

教室では、ロアッソ熊本の現役選手とスタッフがコーチとして指導し、父子で手をつないで取り組むユニークな練習内容で、ふれあいながら汗を流して楽しみました。服部勇希くん（4年）は、「お父さんとサッカーができて嬉しかった」と喜んでいました。

「チョーイ、チョイ」掛け声でウサギ追い

宮地小学校ウサギ追い



一の宮運動公園付近の山林で2月11日、宮地小学校の児童と保護者ら約160人が参加して、ウサギ追いが行われました。

このウサギ追いは阿蘇の各所で行われており、宮地小学校でも長年行われている行事の一つです。

参加者はウサギを待ち構える「網隊」とウサギを追う「勢子隊」に分かれ、手作りの棒を地面に叩き、「チョーイ、チョイ」と大きな掛け声でウサギを追いました。残念ながらウサギを捕えることはできませんでしたが、井手龍之介くん（6年）と藤島阜資くん（同）は「楽しい思い出ができた」と満足気でした。

みんなで楽しむニュースポーツ

第7回阿蘇市民スポレクフェア



▶ ペタンクの部で優勝した「阿蘇ドリームズ★母」の皆さん（後方3名）



◀ ふらばるバレーボールの部で優勝した「阿蘇温泉病院」の皆さん

市民の健康づくりと、誰でもできるスポーツの普及を図ろうと、第7回阿蘇市民スポレクフェアが2月19日、阿蘇体育館で開催され、110人が参加しました。

また、スポーツ吹矢体験等もあり、老若男女問わず、ニュースポーツをたくさんの方が楽しみました。

不法投棄に鋭い目！

廃棄物不法投棄監視合同パトロール



不法投棄された冷蔵庫

不法投棄防止の啓発を図り、廃棄物の不法投棄を未然に防止することを目的とした廃棄物不法投棄監視合同パトロールが2月6日～14日まで県阿蘇地域振興局管内で行われました。

この取り組みは県・警察・振興局管内市町村・民間監視員等12団体からなる阿蘇環境ネットワーク（事務局：阿蘇保健所）の主催により毎年行われているもので、初日の6日は阿蘇市内の5地域を巡回しました。この日の巡回では、冷蔵庫や農業用ビニールなどの不法投棄を確認しました。

不法投棄については管理者（占有者）で対応とすることが基本ですが、廃棄物から投棄者が特定できる物については追跡調査を行うこととしております。

今月の Pick up!

内牧温泉街の発展は料理から！料理人有志が「阿蘇料理維新の会」を結成

市内の旅館やホテル、飲食店の料理人の有志が集まり、内牧と阿蘇市全体の活性化を図ろうと、「阿蘇料理維新の会」が結成されました。

内牧の旅館で料理長を務める漆原宏会長をはじめとし、16店舗、40名で組織する同会は、料理人としてかつての内牧温泉街のように、活気ある街を取り戻すために出来ることはないかと、今年2月に結成。「子どもの頃の記憶で、たくさんの人で活気づく内牧温泉街

の情景がどうしても忘れられない。みんなで協力してあの頃の商店街を取り戻したい」と発足のきっかけを話す漆原会長。同会では、勉強会や意見交換会を通して料理技術の向上を図りながら、介護施設や保育施設などのイベントに協力し、料理の技術を伝授したいとしています。

また、新たな郷土料理や阿蘇の食材を使った新商品の開発など、料理人ならではの取り組みを展開していくとのことで、「内牧温泉街の発展が阿蘇市全体の活性化に繋がれば」と、『料理』に着目しこれまでにないスタイルで阿蘇市の発展に一致団結して取り組む「阿蘇料理維新の会」。今後の活動に大注目です。



▲「阿蘇料理維新の会」の皆さん。

美しい環境と景観のため、広葉樹を植樹

長寿ヶ丘付近の山中に400本

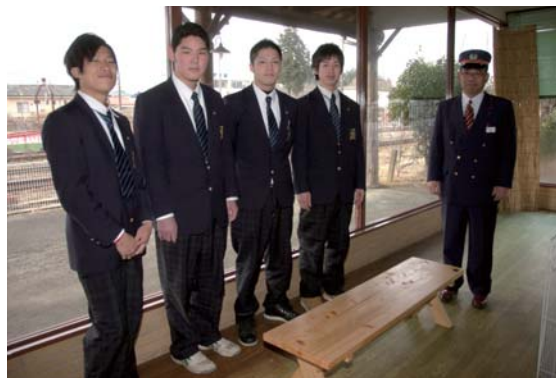


阿蘇北外輪山トレッキング協会（阿南善範会長）と阿蘇ライオンズクラブ（山本勝一会長）の皆さんが2月19日、狩尾の長寿ヶ丘の東側に位置する山中に、モミジやクヌギ、コナラなど400本を植樹されました。

この植樹は、環境と景観を世界の阿蘇によりふさわしいものにしようと、トレッキング協会が毎年行っているもので、今回は同様に様々な場所で水源涵養林の植樹活動を展開している阿蘇ライオンズクラブも協力し、共同で実施されました。こうした活動の積み重ねで阿蘇の環境が未来へ受け継がれます。

気持ちを込めて造った手作りベンチ

清峰高校最後の卒業生がベンチを寄贈



4月から全学年が完全に阿蘇中央高校に変わるため3月末で閉校する阿蘇清峰高校、林業・農業土木科の3年生が、学校林から切り出したヒノキで製作したベンチを、JR宮地駅、波野駅、赤水駅に寄贈しました。

これは、お世話になった地域に学校名を記した生徒手作りのベンチを贈ろうというもので、未永く多くの人たちに利用してもらうため丹念に製作に励みました。完成したベンチはしっかりした作りで3人がゆっくり座れます。駅でたくさんの乗客を癒すことでしょう。

県内の小学生女子バレーチームが集結

第21回大阿蘇旗少女バレーボール大会



第21回大阿蘇旗少女バレーボール大会が2月26日、一の宮中学校ほか3会場で行われ、県内から25チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

この大会は、阿蘇市バレーボール協会（内田徳郎会長）主催で、6年生にこれまでプレーしてきたチームの思い出づくりと、心身を充実させ新たなステップを踏み出してもらおうと、毎年この時期に行われており、阿蘇市からも4チームが参加しました。

各会場では、白熱した試合が展開され、観戦する保護者らから大きな声援が飛びました。なお、優勝は大津ジュニアバレーボールクラブでした。

無事故100日達成で副賞いただきました！

高齢者の絆で挑戦！無事故100



65歳以上の方が5人でチームを組み、102日間を全員が無事故で終えるなど3条件をクリアしたチームに、抽選で副賞が贈呈されるという「高齢者の絆で挑戦！無事故100」コンテストが行われ、1等に阿蘇市から山部好子さん、佐藤一実さん、佐藤ミサ子さん、村上裕子さん、家入靖子さんのチームが選ばれました。このコンテストは熊本県交通安全協会、熊本県警察等が初めて行ったもので、県内で445チームが参加し290チームが達成しました。

連帯して交通安全の意識を高める企画で、来年も多くの参加が望まれます。

体験活動で広がる子どもたちの笑顔

今月の Pick up!

野草を使って卒業証書づくり



山田小学校では、阿蘇の草原を守る学習として、NPO法人九州バイオマスフォーラムが推進する「野草を使った卒業証書作り」プロジェクトに4年前から取り組んでおり、今年も6年生が、秋に地元牧野へ出向いてススキを採取し、繊維化したものを原料の一部として紙すきを行いました。子どもたちは何度もやり直し、できあがった紙をみて満足そうでした。なお、この野草を使った卒業証書づくりは、阿蘇市内6校で行われました。

運動場でわくわく乗馬体験



碧水小学校の放課後子ども教室では、運動場で乗馬体験が行われました。乗馬を提供されたのは今年度も阿蘇市の子どもたちを多数馬に乗せていただいた、夢★大地グリーンバレー（梅木康裕代表）の皆さんで、今回も馬にまたがり手綱を持ち進むという体験に子どもたちは大喜びでした。

波野小学校の放課後子ども教室では、波野小園の志賀安男さんの指導による「ひょうたん飾り」作り体験がありました。

地元で収穫されたひょうたんを使った工芸を子どもたちに伝承しようというもので、色塗りや飾り付けを楽しみました。このひょうたん飾りは「縁起もの」として親しまれており、志賀さんは毎年、波野小・中学校の卒業生へ新しい門出の記念に贈られています。



ひょうたんの飾りものづくり

☆☆☆☆輝く人たち!☆☆☆☆

スポーツ・文化面などで活躍した人、表彰を受けた人をご紹介します。

長年にわたる地域スポーツ振興に功績 村上栄子氏に功労者表彰

昨年7月に行われた平成23年度九州地区スポーツ推進委員協議会選考委員会において、村上栄子氏(分2区)に、九州地区スポーツ推進委員功労者表彰が授与されました。村上氏は、旧一の宮町から体育指導委員として21年間の長きにわたり、地域のスポーツ指導者として活躍されています。



現在もバレーボール、バドミントン、ゴルフ等の多目競技を自分自身でも嗜まれ、阿蘇市総合型地域スポーツクラブ「火の山スポーツクラブ」の運営委員としても、企画運営に携わり、スポーツを通して地域の活性化に努められています。また、市レクリエーション協会の事務局としても様々なイベント等に協力し、各種スポーツ大会・研修会等にも積極的に参加され、スポーツ推進委員の中でもリーダー的存在として、スポーツ推進、市民の健康増進に大きく貢献されています。

地方自治の進展に功績 山口暎一氏、藏原純次氏に 旭日単光章



▲藏原氏(左)と山口氏(中央)

町議会議員を歴任し、地方自治の進展に功績があったとして、山口暎一氏(東2区)、藏原純次氏(上西黒川)が、それぞれ旭日単光章を受章され、2月21日、市役所で叙勲伝達式が行われました。山口氏は、旧一の宮町議会議員として、経済常任委員会委員長や総務常任委員会委員

長、一の宮町議会議員などを歴任し、昭和49年から6期21年の永きにわたり在職。一の宮町議会議長時には、町執行部と一体となり豊富な経験と指導力で、町の振興に尽力されました。藏原氏は、旧阿蘇町議会議員として、建設常任委員会委員、総務常任委員会副委員長を

歴任し、昭和45年から3期12年の永きにわたり在職。当時の厳しい財政状況下において、財政効率化と経費節減を強く訴え、健全な財政の確立に献身的に努められると共に、阿蘇町農業委員会委員として、後継者育成など、農業の発展に尽力されました。

輝け!阿蘇市の農業 中西洋介氏に経営体部門「優良賞」



第52回熊本県農業コンクール大会表彰式が1月24日、熊本市で開催され、水稲や農作業受託の大規模経営等に取り組んでいる中西洋介氏(山田)が、経営体部門「優良賞」を受賞されました。

中西氏は、減農薬・減化学肥料の特別栽培米や、有機農法によるアイガモ米を生産し、安全・安心なコメ作りを実践されています。できた米は直売まで手掛けており、常に低コスト化を意識し、創意工夫と努力で農業経営に取り組んでいる点が高く評価されたものです。今後とも地域農業の担い手としての役割が期待されており、中西氏の活躍から目が離せません!

塗装・防水工事・メンテナンスまで

井上 株式会社

〒869-2302熊本県阿蘇市三久保448番地22

web <http://www.aso-inoue.com/>

E-mail info@aso-inoue.com

受付 平日 9:00~18:00

※土日祝日は事前連絡により対応可

塗替えパック

48万円~

塗装内容 外壁・軒天・破風・樋・屋根
簡易足場・他

ご注意 建物で制限があります
色により価格変動があります
御見積りの金額が最終金額です

-御見積無料-

屋根・外壁塗装・塀・建具・家具
雨漏れ調査・防水全般・リフォーム

0967-32-1501

広告

「阿蘇の水環境シンポジウム」開催



阿蘇の水をテーマにしたシンポジウムが2月11日、NPO法人阿蘇ミュージアムの主催で行われ多くの参加がありました。基調講演のほか、阿蘇ミュージアムのインタビュアーによる研究調査の発表、パネルディスカッションがあり、特に研究調査では「降水」「湧水」「河川」「温泉」についての報告がなされ、阿蘇がいかに優れた水環境であるかを調査の数々から説明され会場をわかせました。

この成果は、セブンイレブンみどりの基金を活用し制作された「阿蘇の水の本」にも掲載され、今後、市内の学校や修学旅行生等へ配布される予定です。

阿蘇ミュージアムは阿蘇火山のガイド養成や修学旅行等の現地案内、研究・調査等を行うため阿蘇火山博物館内に平成16年に設立。

阿蘇を訪れる人たちに阿蘇火山のしくみや周囲の環境などを説明し、「世界の阿蘇」の名にふさわしい魅力があることを身をもって発信されています。
※インタビュアーやコースツアールについて興味のある方は、お気軽にお問合せください。

■NPO法人阿蘇ミュージアム ☎34・2111



春休み特集

『未来の水環境を守るのは君たち!』

子どもたちに知ってほしい 阿蘇の水のこと



阿蘇にはどうして湧水が多いの？

理由は3つあります。

1、多量の雨が降る。阿蘇は全国でもトップクラス。なぜ、雨が多いかというと、有明海〜熊本平野〜阿蘇山の地形が原因です。山の斜面では、上昇気流が発生しやすく、さらに阿蘇地方には西風が多く、海からの湿った温かい水蒸気がたくさん運ばれてきます。水蒸気は山にぶつかり斜面に沿って上昇し、山頂付近で雲になります。このようにして雲がでやすいので雨も多いのです。
2、その雨水を「かん養（ゆっくり）と時間をかけて雨水がしみこみ、帯水層を満たしていくしくみ」する森林や草原が、長年維持されてきた。

阿蘇ミュージアムが制作した「阿蘇の水の本」から、一部を引用し、阿蘇の水について紹介します。

私がお説明
いたしましょう



よろしく
お願いします

猫岳子先生

ミススミオ君

3、「火山噴出物（火山灰や溶岩、火砕流堆積物などのこと。割れ目や孔などのすきまが多く地下水が通りやすい）」の一部が、帯水層の役割を果たしている。

阿蘇は「九州の水がめ」とも呼ばれていますが、この3つの理由がそうするため、湧水が多いと考えられています。その数は、少なくとも1,500ヶ所以上です。

水を通しやすい火山噴出物の地層と、水を通しにくい地層（例えば、花こう岩の地層）、帯水層の働きによって、阿蘇カルデラの地下に、水がめのような構造ができます。この構造により大量の地下水がためこまれ、それが湧水になってわき出します。

地下水を利用するとき、大半の地域では、井戸をほってポンプの力で地下からくみ上げています。しかし、阿蘇には、2m以上の高さで水が自然に噴き上がる「自噴」する場所もあります。



▲ 役犬原地域の田園地帯では、自噴する湧水を見ることが出来ます。

阿蘇と熊本平野の地下水

阿蘇外輪山でしみ込んだ地下水は地層を通じて熊本平野へとたどり着き、約98万人においしい水道水として供給されています。特に熊本都市圏は世界でも有数の地下水だけで生活用水をまかなっている地域です。地球上の97.5%は海水で、淡水2.5%（大部分は雪や水河）。その中で地下水は0.8%しかありません。貴重な地下水を大切にしなければなりませんね。

川って、どんなもの？

地面に降った雨や雪などがいったんしみ込んで、湧水として地表に出ると、低い位置に向かって流れ出します。流れ出てきた水は集まって川になり、海や湖に流れこみます。源流に近い方から上流、中流、下流に分けられます。上流は冷たくて、きれいに澄んだ水です。

中流では、水量が増え川幅が広くなります。平野部では、曲がりくねって蛇行し、河原や中洲ができます。下流は、さらに川幅が広くなり、水量も多くなります。これが一般的な川の姿です。

「流域人口」とは、川の流域に住んでいる人の数です。阿蘇を源流とする6つの一級河川の流域人口は、約230万人です。これに、筑後川から取水している福岡市の人口なども合わせると、阿蘇の水のどをうるおす人口は、500万人にも達します。雄大な阿蘇の恵みを感じますね。



すね。

阿蘇にある一級河川ってどれ？

九州を流れる一級河川のうち、阿蘇を源流とする川は、6本あります。まず熊本県をうるおし、有明海に注いでいるのは菊池川・白川・緑川です。そして大分県に注ぎ込む大野川、福岡県の筑後川、宮崎県の五ヶ瀬川と、阿蘇から4つの県へ流れ、そこに住む人たちの生活用水、また農業用水となっています。阿蘇の水は多くの生命、産業を支えるという大きな役割を担っているのです。

阿蘇を源流とする6河川の概要

	全長	流域面積	流域内人口
白川	74km (九州9位)	480km ² (九州14位)	約13万人
緑川	76km (九州7位)	1,100km ² (九州7位)	約53万人
五ヶ瀬川	106km (九州6位)	1,820km ² (九州4位)	約13万人
菊池川	71km (九州10位)	996km ² (九州9位)	約22万人
大野川	107km (九州4位)	1,465km ² (九州6位)	約21万人
筑後川	143km (九州1位)	2,863 (九州1位)	約109万人

なぜ漁師さんが森を育てるの？

熊本市の「天明水の会」では、平成6年緑川上流に、全国に先がけて「漁民の森」の植林を始めました。

その2年前に、宇土市で開かれた「第2回ふるさと環境会議」の席で「あざりが消えかけている」との発言がありました。上流に住む人からは「下流に被害があるのは上流の我々も責任があるのではないか」との発言がありました。出席していた上流の山を守る人々も、下流の漁師さんも、豊かな海を取り戻すためには、豊かな森が必要であることに気が付いたのです。

森に降った雨は、腐葉土の豊かな栄養分を、海に届けます。有明海の豊かな恵みには、森が大きな役割を果たしています。そして、山と海の人々が協力して森づくりの植林を始めました。

森がよみがえるには長い年月を必要としますが、上流域と下流域の人たちのネットワークを深めることで、豊かな自然のもと、人々が生き生きと暮らしているような環境を作りたいと願っているのです。

未来を担う皆さんへの願い

「阿蘇は水資源が豊富」といっても限りがあります。水資源の保全のために、私たちがまずやらなければならないことは、水源のかん養と節水です。これからも「阿蘇の水」について学び、自然と人との関わりあいについて深く考えていただくことが私たちの願いです。

国民健康保険被保険者証（保険証）が更新されます

高額な外来診療を受ける皆様へ

～平成24年4月1日から～
外来時の窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。

➔ れまでの高額療養費制度のしくみでは、高額な外来診療を受けたとき、ひと月の窓口負担が自己負担限度額を超えた場合でも、いったんその額をお支払いいただいていたのですが、平成24年4月1日からは、「**限度額適用認定証**」又は「**限度額適用・標準負担額減額認定証**」を提示すれば、個人単位で一つの医療機関でひと月の限度額を超える分は窓口で支払う必要がなくなります。認定証の提示がない場合は従来どおりの手続きになります。（国民健康保険税を滞納していると認定証の交付は受けられません）



※入院などの際に申請していただいた「**限度額適用認定証**」「**限度額適用・標準負担額減額認定証**」を現在お持ちの方は、有効期限までは外来にも引き続き利用できます。

※70歳未満の方と70歳以上で非課税世帯の方で認定証が必要な方は申請をして下さい。

※70歳以上で課税世帯の方は、高齢受給者証を医療機関の窓口で提示してください。

●**申請先** 市健康福祉課 国民健康保険係または各支所の市民係

《問い合わせ》 健康福祉課 国民健康保険係 ☎22-3167
57-3167

現 在お持ちの国民健康保険被保険者証の有効期限は平成24年3月31日までとなっています。平成23年度第10期分までの全ての国民健康保険税の納付がお済みの世帯には、4月以降お使用になる新しい被保険者証を簡易書留で3月の下旬に郵送する予定です。70歳以上の方は高齢受給者証と一緒に郵送します。
※簡易書留とは配達の際に受け取りサインを頂かなければお届けできない郵便です。

納付がまだお済みでない方は早急にお願ひします！！

郵 送手続き終了後の納付の場合は窓口での交付となりますので領収書をお持ち下さい。
納期限までに納付することが困難な場合は市役所で随時納税相談を行います。お早めにご相談下さい。（すでに納税相談をされ、計画的に納付されている方は、従来通り納付後に窓口で短期の保険証を交付いたします）
●納税相談 税務課 ☎22・3148

「芝桜」をご提供いただける方を募集します！

内 牧にある遊具公園「あそ☆びバ」に隣接している阿蘇中央公園では、水辺内の水質浄化や周辺環境整備も進み、潤いと安らぎのある空間になってきています。
現在、水辺の護岸整備を一部進めています。来園者に対するおもてなしや景観の向上に向け、のり面に「芝桜」を植える計画です。
春になれば綺麗な花を咲かせ、来園者をきっと満足させる施設環境が整うと考えています。
つきましては、ご自宅等に植えてある「芝桜」を中央公園に分けていただけないでしょうか？数量や品種は問いません。ご提供いただける方は、大変お手数ですが、企画振興課までご連絡をお願ひします。



《問い合わせ》 企画振興課 地域振興係 ☎22-3169

年度末は住民異動窓口の混雑が予想されます！ 余裕をもって、お手続きをお願いします！

【本人確認書類】

1つ見せていただければ確認できる書類

●国または、地方公共団体の機関が発行した写真付きのもの

【例】

運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、療育手帳、外国人登録証明書、住民基本台帳カード（写真付き）、精神障害者保健福祉手帳（写真付き）など

※上記の書類（原本）を1つご持参ください。

2つ以上見せていただければ確認できる書類

●公的機関が発行した書類

【例】




国民健康保険被保険者証、健康保険・介護保険被保険者証、共済組合員証、年金手帳、年金証書、恩給証書、住民基本台帳カード（写真のないもの）など

※上記の書類（原本）を2つ以上ご持参ください。

例 年、3月末から4月初めにかけて、窓口での転入転出による異動、及び各種証明書の交付手続きが、通常の数倍となります。このため、例年窓口業務が非常に混雑し、手続きに時間がかかります。移動交付機のご利用及び日時や時間に余裕

をもって、手続きし
てください。
窓口での各種手続きや証明書発行では、本人が窓口で手続きされても、免許証などにより本人確認をすることが、法令により義務付けられています。
必ず、本人確認ができる書類を持参してください。

※確認できる書類をお持ちでない場合や、問い合わせに関しては下記までお願いします。

《問い合わせ》	市民環境課 戸籍年金係	☎22-3135		55-3135
	内牧支所 市民係	☎32-1111		55-1111
	波野支所 市民係	☎24-2001		24-2001

昨年10月からの「子ども手当」、 申請はお済みですか？

平成23年10月分からの子ども手当を受け取るためには・・・

10月より前に受け取っていた方も含め、対象のお子さんを持つ方はすべて、阿蘇市（阿蘇市在住の場合）へ申請する必要があります。（公務員の方は勤務先へ申請）

3月末までに申請すれば、10月分からの手当を受給できます。

期限までに申請を行わなかった場合は、手当を受け取ることができなくなります！！

次に該当する場合はご注意ください！

以下の方は申請した月の翌月分からの支給となります。
（3月までに申請しても遡って受け取れません）

- 10月以降に他の市町村へ転居した方
- 10月以降にお子さんが生まれた方


※申請が遅れると、遅れた分の手当を受け取ることができなくなる場合がありますので、速やか（15日以内）に申請をしてください。



申請期限 3月30日 金

申請先

・市役所 健康福祉課
・内牧支所 ・波野支所
※公務員の方は勤務先へ申請

《問い合わせ》	健康福祉課 子育て支援係	☎22-3167		56-3167
---------	--------------	----------	---	---------

今月は、阿蘇市へたくさんの楽しいイラストを提供された、イラストレーターのあべまりあさんをご紹介します。

あべ まりあ さん 62歳

(本名：阿部まゆみ)



昭和45年頃から50年代、少女雑誌「フレンド」「なかよし」「マーガレット」、月刊雑誌「平凡」、学研や小学館の学習誌などを愛読されていた方は、「あべまりあ」さんの名前をご存じの方も多いと思います。弁当箱などの小物からぬりえなどの絵も手掛け、当時売れっ子のイラストレーター、あべまりあさんは、実は阿蘇市小倉の出身です。

現在は、イラストのほか、歌や本の発刊、講演などでも活躍中ですが、昨年、第二の人生を故郷で過ごしたいと阿蘇市へ引っ越してこられました。

そして今後は活動の他、阿蘇市のために役に立つことがあれば協力していきたいと、市の広報活動等へイラストを使わせていただくことになりました。独特のすばらしい技術で描かれたまりあさんの絵はあたたかく、懐かしい阿蘇が優しく表現されています。

いろんな体験が心を育てる

人気雑誌のイラストレーター当時、大忙しだったまりあさん。睡眠時間は3時間取ればよい方。明るい性格も買われてルポライターの仕事も加わり、月刊雑誌「平凡」では、『まりあちゃんの一日付き人』などの連載も。山口百恵、桜田淳子、森昌子、麻丘めぐみ、西城秀樹、郷ひろみ、野口五郎といったアイドルの一日だけの付き人となり、アイドルの様子を漫画にして紹介するというもの。まさに人気のコーナーでした。そんな中での結婚、出産。仕事と家庭の悩

みも忙しさに比例し増え続け心労のしかかっています。離婚や病気を経験する中で、「生きる意味を知りたくなった」と、絵を描くことをやめ、自分を見つめ直す期間を取るとを決断されます。

そして、突然まりあさんの中から湧き出てきた、メロデーや詩。「苦勞や悩みをたくさんかみしめたからこそ生まれた奇跡」と当時を振り返られます。その時生まれた『あったかいね』の本は好評でロングセラーを続けています。

まりあさんは心のビタミン剤

「どんなことがあってもへこたれないで、大きな声で笑って、自分をほめてほめまくりましょう。ありのままですよ。かたいね！」と、ニコニコ顔で語るまりあさんの魅力は、その人柄にもあります。著書『ほからかに』『あったかいね』『おかあさん』などを読むと心がほっと温かく、前向きになってきます。



▶ 作業中のまりあさん



▶ 昭和50年頃流行ったまりあさんのイラストの弁当箱。当時、保育園に持って行っていた方には懐かしい。

▼ 絵ハガキ



▲ 著書「あったかいね」(日本教文社)

「けどね、私の失敗は優しさの使い方を誤ったこと。優しさ＝精神が弱い・逃げ・争いたくない・嫌われたくないための場合が多い。ぜひ、皆さんには真の優しさを与える勇氣を持ってもらいたい」と、ご自身の心の学びの一つを語られます。

そんなまりあさんの講演会は涙あり笑いありで、参加した人たちは皆さん、明るい表情になって帰られます。CDにもなった「まりあちゃんの健康講座」は心も体も元気にしてくれる体操付きの歌で、阿蘇青少年交流の家での活動などでもこれから多に発揮されるそうです。

まりあさんより市民の皆さんへメッセージ

「阿蘇は『阿(天)が蘇る』すごい所。阿蘇に戻ってこられたことを心からうれしく思っています。太古の息吹きをそして、大地のエネルギーをしっかりと受けとめて阿蘇のすばらしさを絵や歌で讃えながら、阿蘇のさらなる発展のために少しでもお力になりたいと願っています。」

阿蘇の子どもたちは柿を食べない?

阿蘇に帰って一番驚いた光景は、柿の実があちこちで11月が過ぎても木になったままのこと。老夫婦で柿を採ることができないと聞きました。ならば学校で子どもたちに柿採りをさせ皮をむかせ吊るして干し柿にして食べる体験は?太陽をしっかりと浴びた地元で実ったものを自身の力で口に入れることは成長過程に必要と思います!

※まりあさんは、今後本市を拠点に、絵や講演などで活動されます。お気軽にご連絡ください。
まりあ工房
☎090・2767・7079
※イラストは今後広報誌やWEBTV・V・Aソ等で登場します。乞うご期待!

実りの秋(柿)

秋になると柿やザクロ、マケヒ、クリと私たちは実りの秋も精一杯たのしみ受け取った。お菓子が少なかったあの頃、ふるさとの山々はまさに天の恵みそのもの、特に柿は、いっぱい採れたし、渋柿はちよと手も加えるだけでその渋味のおかけで冬まで甘味も味あうことができました。



山の段々火のほら中に大きな渋柿の木があった。実は小さかったので木に登ってゆさぶっておとしていた。

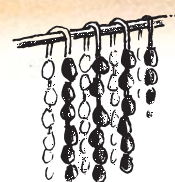
柿もいろいろ... 細長くて渋柿のようだが実はあまい。ゴマが(ポリフェノール?)茶色くなるほど入っていた!!

見、世柿のようで。実は渋いこの柿は焼酎につけてビニール袋に入れて渋抜きもして食べた。

❤️ なんて、たって干し柿 ❤️



ほんとうの干し柿ができてあがる前に食べたワタシ



家の軒下で下げて陽にあてると数日であまくなり始める。

*むいた柿は縄にはさみ込んでゆ。

塩水につけておくとかけて渋味が甘味に不思議???



ALT (英語指導助手) 活動目誌

私は平成19年7月の終わりに来日し、ALTとして多くの時間を現在の阿蘇中学校で過ごしました。みなさんもお存じのとおり、4月からは阿蘇北中学校と統合され新たな阿蘇中学校が誕生しますが、私は現在の阿蘇中学校でたくさんの思い出を作ることができました。

阿蘇中学校に着任した当初、阿蘇山をはじめとする山々や森林に囲まれた景色を眺めることができる素晴らしい場所だという印象を持ち、とても興奮しました。しかし、同時に不安にも思いました。なぜなら、私の母国の南アフリカには中学校はなく、いろいろな面で日本と南アフリカの教育現場は異なっているからです。南アフリカでは、多くの日本の学校のように校内でいくつもの靴を使い分けませんし、授業ごとに先生が変わることもありません。阿蘇中学校で生徒たちが精一杯、校舎の掃除をしている姿を見たときはおどろきましたし、給食の時間をクラスで生徒とともに過ごせることは幸せでした。

また、日本では学校行事を大切にしていると感じました。入学式や卒業式、体育祭や文化祭には始まり、クラスマッチ、スポーツテスト、校内研修など、生徒や先生方はそれぞれがとも多くの役割を担い、多くの感動を得ていると思います。

私は阿蘇中学校で多くの仕事をし、たくさんの喜びを味わいました。この5年間で、たくさんの生徒たちや先生方と出会い、英語の指導や国際理解教育に関することのみならず、さまざまなことを彼らから学ばせてもらいました。阿蘇中学校にALTとして勤務できたことを大変誇りに思います。

そして最後に私が思い至ったことは、世界中のどの国にいても、どんな異なる文化の中にあっても子どもたちは子どもたちであるということです。これまで大変お世話になりました。



阿蘇中学校ALT
セシリオ ヴァスコンセロス

セシリオ先生は最長となる任用年数の5年の任用期間を満了し、平成24年8月に母国の南アフリカ共和国に帰国される予定です。

血液を必要としている人がいます。400mL献血にご協力をお願いします。

とき	時間	場所
3月12日(月)	9:30~11:30/12:30~13:30	東京応化工業(株) 阿蘇工場
3月15日(木) (ライオンズクラブ主催)	9:30~12:00	熊本県阿蘇地域振興局
	13:30~16:00	阿蘇中央病院
3月23日(金) (熊日阿蘇店主会主催)	9:30~11:30/12:30~16:00	スーパーみやはら内牧店

問い合わせ：市健康福祉課 ☎22-3167

阿蘇温泉病院 桃花水(とうかすい)棟

緩和ケア病棟

電話:32-5250

透析センター

電話:32-1938

随時、相談・見学受付中





新たに登録された阿蘇の宝サテライトをご紹介します！

今回は平成23年12月に新しく登録された4つのサテライトをご紹介します。これらのサテライトはいずれも地域の方々が大切に守り伝えている「阿蘇の宝」です。すでに登録されている80ヶ所のサテライトと同様に今後も多くの方々と協力しながら将来へ守り伝えていきたいと考えています。

場所等の詳細及びサテライト登録に関してはASO田園空間博物館総合案内所までお尋ねください。

サテライトNo.81

くるまがえり やくしじ 車 帰の薬師寺

(所在地：熊本YMCA
阿蘇キャンプ近く)

車帰の薬師如来は阿蘇三薬師の一つとされており、本尊と共に日光菩薩、月光菩薩、十二神将を配しています。車帰区約30戸で大切に守られており、毎年9月下旬には「彼岸籠り」、12月8日には「お薬師さん祭り」が行われます。



サテライトNo.82

ふじたにじんじや 藤 谷 神 社

(所在地：JRいこいの
村駅より南へ約2km)

竹原区の氏神である他、藤谷神社は勝ち負け事の神様として知られています。戦中は出兵した人の無事を祈る多くの参拝がありました。現在は、受験や勝ち負け事、商売繁盛、宝くじ当選などを祈願する人で賑わっています。



サテライトNo.83

かりお おうぎ 狩 尾 の 扇

(所在地：狩尾牧野内)

毎年夏から冬にかけて草原に現れる草を刈って造られた巨大な扇(扇の両端の長さはおよそ70m)。地元では明治末期より扇を作る「扇切り」が始まったと伝えられています。現在は狩尾3区有志によって組織される「扇保存会」がこの扇切りを継承しています。



サテライトNo.84

たるたん たき 垂 谷 の 滝

(所在地：手野集落
から北へ約1km)

垂谷の滝は岩肌から染み出るように流れる滝で、その水は美しく、昔から現在にいたるまで、この地を訪れる人の喉を潤してきました。滝の上には不動明王が祀られ、人々から厚く信仰されています。



ASO田園空間博物館 記憶の収集プロジェクト 古写真のネガを現像します！



家庭の祝い事での集合写真 (昭和12年頃)

ASO田園空間博物館では「記憶の収集プロジェクト」と題し、市民の方々が持つおられる古写真を集めて将来に伝えていく取り組みを行っています。この事業の一環として古写真のネガの現像も行っています。阿蘇市内の様子を記録した古写真のネガをお持ちの方で現像を希望される方はASO田園空間博物館総合案内所までご連絡ください。ご相談の上、現像した写真をプレゼントいたします。(ただし、写真データをご提供いただける方に限らせて頂きます。)

【問い合わせ】 ASO田園空間博物館総合案内所 (道の駅「阿蘇」内) ☎35-5077
ASO田園空間博物館ホームページアドレス <http://www.aso-denku.jp/>

くらしのお知らせや
イベント情報などを掲載します

市役所の電話番号

☎・・・お知らせ端末の電話番号
市内局番+下4ケタ(同番号)

本庁(総務課)	☎22-3111	☎55・56
内牧支所	☎32-1111	☎55~58
波野支所	☎24-2001	☎24
(水道分室)	☎24-2003	☎24
財政課	☎22-3204	
企画振興課	☎22-3169	
情報課	☎22-3253	☎55
税務課	☎22-3148	☎55・56
(地籍調査係)	☎22-3264	
市民環境課	☎22-3135	☎55
人権啓発課	☎22-3206	
健康福祉課(福祉事務所)	☎22-3167	☎55~57
保健センター	☎22-5088	☎55・56
高齢者支援課	☎22-3145	☎55・56
農政課	☎22-3274	
商工観光課	☎22-3174	
建設課	☎22-3187	
下水道課	☎32-3200	☎32・55
会計課	☎22-3284	
議会事務局	☎22-3279	
水道課	☎22-3196	
教育課	☎22-3229	☎55
監査委員事務局	☎22-3240	
農業委員会事務局	☎22-3254	
選挙管理委員会事務局	☎22-3239	

市役所のホームページ

パソコンから <http://www.city.aso.kumamoto.jp/>
携帯電話から <http://www.city.aso.kumamoto.jp/kt/>

防災情報確認

阿蘇安心安全ネットワークシステム

▶ <https://www.aso-anzen.jp/>(パソコン)
▶ <https://www.aso-anzen.jp/app-frontmb/>(携帯電話)

熊本県統合型防災情報システム

<http://www.bousai.pref.kumamoto.jp/>

熊本県雨量・気象情報 (携帯電話)

<http://kumamoto.wni.co.jp/i/>

人の動き (H24.1.31現在)

人口	28,516人	(前月から26人↓)
男	13,459人	(前月から6人↓)
女	15,057人	(前月から20人↓)
世帯数	11,070戸	(前月から6戸↑)

お知らせ

種イモを使用、生産
または販売する皆様へ

病害虫のまん延を防止するため、種イモ(種馬鈴しょ)の検査にご理解・ご協力を願います。



●種イモ検査(種馬鈴しょ検査)とは
ジャガイモシストセンチュウ等の病害虫は、種イモを通じて広がり、ジャガイモの生産に大きな被害を与えます。
このような被害を防ぐため、主要な生産地である11道県(熊本県を含む)で生産される種イ

モは、植物防疫官が検査し、病害虫がないことを確認した種イモに『合格証票』を添付していただきます。(11道県で生産された種イモは、『合格証票』の添付がなければ販売できません。)
種イモ検査のことや合格証票が無い種イモが販売されていれば、左記までお問い合わせ、ご連絡をお願いします。

●問い合わせ 農林水産省門司植物防疫所国内検査担当
☎093・321・2809



▶合格証票(見本)

冬季の節水と水道管の凍結破損注意!

阿蘇市の水道は天然の地下水を利用してありますが、地域によっては冬季になると地下水位の低下や湧水量の減少が見られる水源もあります。
冬季においては、より一層の節水を心がけ、朝晩の急激な冷え込みが予想される場合には、家庭内水道管の凍結破損にご注意ください。

※水道メーターは貸付となっておりますので管理不足により破損した場合には、修理代を請求する場合があります。十分注意してください。

●問い合わせ 市水道課
☎22・3196

熊本県観光サイト『なごみ紀行』リニューアル

熊本県と(社)熊本県観光連盟が運営する熊本県の総合観光案内サイト『なごみ紀行』<http://kumanago.jp/>をリニューアルしますか?

熊本県内のおすすめ観光スポットやイベント、宿泊予約など、週末のお出掛けに役立つ様々な観光情報を発信しています。また、ツイッターやフェイスブックでも新しい観光情報をより早く、わかりやすく提供しています。是非ご利用下さい。

●お問い合わせ 熊本県観光課
☎096・333・2335

**第11回くまもと障がい者スポーツ大会参加者募集
(旧熊本県障がい者スポーツ大会)**

例年、全国障害者スポーツ大会の予選会として開催していた「熊本県障がい者スポーツ大会」が、平成24年4月1日からの熊本市の政令指定都市移行に伴い、熊本県と熊本市の共催大会として「第11回くまもと障がい者スポーツ大会」が、下記の要領で開催されますので、参加を希望される方は、市健康福祉課にお申し込みください。



- とき 5月20日(日)
- 競技種目と場所

競技	場所
卓球	熊本県身体障がい者福祉センター体育館
サウンドテーブルテニス (身体障がい児者のみ)	
陸上	熊本県民総合運動公園陸上競技場(KKWING)
アーチェリー (身体障がい児者のみ)	熊本県民総合運動公園アーチェリー場
フライングディスク	熊本県民総合運動公園A多目的グラウンド
ボウリング (知的障がい児者のみ)	マスターズボウル熊本
水泳	熊本総合屋内プール(アクアドームくまもと)

- 参加資格
 - ▶県内に住所を有する方又は県内の施設・学校等に在籍している方
 - ▶年齢13歳以上の方(平成24年4月1日現在)
 - ▶身体障がいの部・身体障害者手帳の交付を受けた方
 - ▶知的障がいの部・療育手帳の交付を受けた方、また、その取得の対象に準ずる障がいのある方
- 申込締切 3月19日(日)
- 申し込み先 市健康福祉課 総合福祉係
☎22-3167

**全国健康保険協会から
保険料率改定のお知らせ**

熊本県の健康保険料率を10.07%、介護保険料率を1.55%に引き上げさせていただきますことになりました。加入者の皆さまの医療を支えるため、事業主及び加入者の方々には、今回の保険料率引き上げに伴うご負担につきまして、何卒ご理解をいただきますようお願いいたします。

●適用時期
▼一般の被保険者の方
平成24年3月分(4月納付)

募集・相談

▼任意継続被保険者の方
平成24年4月分(4月納付分)から

●問い合わせ 全国健康保険協会熊本支部
☎096・340・0260

▼夜間の小児救急電話相談
熊本県では、子どもの急な病気やケガに対する保護者の不安を解消するため県下全域を対象

として、夜間における小児救急の相談を受け付けています。受付は、毎日、午後7時から午前0時まで、看護師又は必要に応じて小児科医が相談に応じます。電話番号は、「#80000番」(ただし、ダイヤル回線、IP電話、光電話からは、096・364・9999)です。

●問い合わせ 熊本県医療政策課
☎096・333・2246

急な病気やケガに関する応急処置や受診可能な医療機関についての情報を提供していますので、ご利用ください。



古民家再生

昔からの生活で磨かれた
古材の活用、和の趣を活かす

厚生労働省認可財団法人職業技能振興会
古民家一級鑑定士
登録番号 KK070152
伝統資材施工士
登録番号 DS130082

渡邊富廣

子供たちの未来のために
幻の漆喰壁

渡辺建設株式会社
〒869-2223 阿蘇市竹原4-1 TEL0967-34-0257

手話通訳養成講座

この講座は、障害者自立支援法による市町村の必須事業である手話通訳者派遣事業の手話通訳者を養成するものです。



手話通訳者が増えることは地域の聴覚障がい者の福祉発展につながるものです。手話通訳者になりたい方は、ぜひ応募して下さい。

●講座の内容

【入門課程（15日程）】

▼受講者予定数 30名

▼期間 4月20日～8月3日

毎週金曜、午後6時30分～

午後8時30分

【基礎課程（25日程）】

▼受講者予定数 20名

▼期間 9月7日～3月29日

毎週金曜、午後6時30分～

午後8時30分

●会場 阿蘇市農村環境改善センター

●受講料 無料（ただしテキスト料等約6,000円程度必要）

●受講資格 高等学校卒業以上の学力を有し、手話通訳活動を目指す方。

を日指す方。

※手話通訳者養成という趣旨をご理解下さい。基礎課程受講者は、入門課程を履修された方に限りです。途中からいきなり基礎課程の受講はできません。

●受講申込 各会場でテキスト料を添えて申し込んで下さい。

●問い合わせ 財団法人 熊本県ろう者福祉協会
☎096・383・5587

イベント・催し

第25回田空さるた塾 阿蘇の杉を使った木工体験！

阿蘇中央高校の先生から阿蘇の杉の歴史や特性について学びながら、実際に阿蘇の杉を使ってブックスタンドを作ります。親子での参加も大歓迎です。春休みの思い出づくりにぜひご参加下さい。（昼食付）

●とき 3月24日田

午前9時20分～午後2時

●集合 A S O 田園空間博物館
総合案内所（道の駅「阿蘇」

内）午前9時20分

（出発 午前9時30分）

●ところ 阿蘇中央高校
阿蘇清峰校舎

●指導 阿蘇中央高校
高島浩毅先生、藤川剛一先生

●参加費 大人2,000円／
小人1,000円

※大人1名につき小学生以下1名まで無料（体験・昼食・保険代込）

●持参物 軍手、タオル
●定員 20名（定員になり次第締め切ります）

●申込み・問い合わせ A S O
田園空間博物館総合案内所
☎35・5077

阿蘇少年少女合唱団27周年記念演奏会 第4回「阿蘇の春を歌う」

子どもたち
のすばらしいハーモニ
ーを披露
します。合
唱団の歌声
をぜひ、ご鑑賞ください。今回は特別ゲストにバイオリン演奏で熊日学生音楽コンクールで最優秀賞に輝いた河村仁くん（阿蘇中2年）を迎えています。多くのご来場をお待ちします。



●とき 3月20日阿

午前10時30分開場、11時開演

●ところ 阿蘇いこいの村

●入場 無料

●主催 阿蘇少年少女合唱団

●後援 阿蘇市・阿蘇市教育委員会・阿蘇市文化協会

28期団員募集!!

●練習日時 毎週土曜日
午後2時30分～4時30分

●練習場所 就業改善センター（宮地）保健福祉センター（内牧）

●問い合わせ 事務局、工藤
☎32・4518

チャリティーベビーマッサージ ～全国各地からの絆～

東日本大震災から1年が経とうとしています。そこで、全国のわらべうたベビーマッサージインストラクター仲間が賛同し全国各地でチャリティーベビーマッサージを同時開催します。

●とき 3月13日阿

①午前11時～②午後1時30分～

③午後3時～

●ところ ゆめタウン光の森店

1階イーストコート

●参加費 募金形式

●対象 生後3カ月～3歳頃までの赤ちゃんとお母さん

※体調により参加できない場合があります。

●申込 当日、会場受付

●定員 各回、先着30組

●問い合わせ ベビーマッサージ
Baby massage QUA(田添)

☎090・74452・2103

行事・イベント

3月

- 10日 ㊦：阿蘇の大火文字焼き
(はな阿蘇美[ステージイベント])
// 阿蘇市女性団体連絡協議会セミナー
(J A阿蘇一の宮中央支所)
- 11日 ㊦：阿蘇中学校卒業式
- 13日 ㊦：一の宮・阿蘇北・波野中学校卒業式
- 17日 ㊦：地域づくり情報交換会
(農村環境改善センター)
- 22日 ㊦：市内小学校卒業式
- 24日 ㊦：阿蘇神社火振り神事(阿蘇神社)
- 25日 ㊦：熊本県知事選挙投票日
// 神楽とそば手打ち体験交流
(道の駅波野「神楽苑」)

4月

- 10日 ㊦：市内小・中学校入学式

スポーツ施設スケジュール

(内容は2月17日現在)

●阿蘇体育館 (☎32-4000)

3月

- 18日 ㊦：阿蘇都市バスケットボール総合選手権大会
- 24日 ㊦：大阿蘇旗高校剣道錬成大会(~28日)

4月

- 7日 ㊦：剣泉会小学生剣道錬成大会
- 11日 ㊦：九州産業大学附属九州高等学校オリエンテーション(~13日)
- 14日 ㊦：信愛女学院高校オリエンテーション

●農村公園あぴか (☎32-5081)

3月

- 27日 ㊦：ジュニアサッカーフェスティバル
(~29日)

4月

- 3日 ㊦：ファイヤーカップサッカー大会(~5日)
- 7日 ㊦：大阿蘇カルデラ杯リトルリーグ(~8日)
- 14日 ㊦：西日本OBサッカー大会(~15日)

阿蘇の火まつり 阿蘇市開催のイベント

「阿蘇はひとつ」を合言葉に阿蘇郡市7市町村が特徴を活かした様々な催しを行う阿蘇の火まつり。阿蘇市で開催されるイベントを紹介します。

3月10日 ㊦

阿蘇の大火文字焼き

- ところ はな阿蘇美(ステージイベント)
- 時間 午後2時~



「阿蘇の火まつり」の中でもオープニングイベントに位置づけられ、例年県内外から多くの観光客が訪れる「阿蘇の大火文字焼き」は、阿蘇・往生岳に設置した縦横350mの日本最大級の「火」の文字が特徴です。

ステージイベントでは、阿蘇の野焼きや大火文字焼きに象徴される「炎」の力強いイメージに合わせ、勇壮な響きを持つ和太鼓を駆使した迫力のエンターテイメント集団「TAO」による阿蘇の火まつり特別公演が行われます。

●イベントスケジュール

- 14:00~20:00まで 阿蘇の物産市
- 15:00 郷土芸能(神楽など)のステージイベント
- 18:30 火文字点火(往生岳、本塚)
- ~エンターテイメント集団「TAO」阿蘇の火まつり特別公演~
- 19:20頃 花火打上(内牧遊水池)

3月24日 ㊦

火振り体験交流

- ところ 阿蘇神社 ●時間 午後6時~
- イベントスケジュール



- 18:30 火振り説明
- 19:00頃 火振り開始
- ※阿蘇神社の火振り神事に参加するものです。

3月25日 ㊦

神楽とそば手打ち体験交流

- ところ 道の駅波野「神楽苑」 ●時間 午前10時~
- イベントスケジュール
- 10:00 そば手打ち体験(体験料1人500円、かけそば試食込)
- 10:30 神楽公演(観覧料無料)
- ※いずれも14:00終了予定(そば手打ち体験は13:30受付終了)

問い合わせ：阿蘇インフォメーションセンター
☎32-1960

法律問題のトラブルを解決します! まずはお気軽にお電話ください。離婚・相続・借金 etc...

受付時間：平日10時~17時(予約制) TEL: 0967-22-5223
*土曜日のご相談をご希望の方は直接お問い合わせください。

- ・一般相談料 30分1050円
- ・『多重債務』の相談は無料

阿蘇ひまわり基金法律事務所

熊本県弁護士会所属 弁護士 関塚明子(せきづか あきこ)
〒869-2612 阿蘇市一の宮町宮地2005-8-203(阿蘇市商工会一の宮支所となり)



人権作文

家族や身近な人との関係を見つめ直し、人権や差別について話し合う機会を持ちましょう。

優次郎が生まれて生活が変わったこと

山田小学校 6年
(現阿蘇北中1年)

志賀 琴音

わたしがテレビの部屋で宿題をしていたら、となりで遊んでいた優次郎がいきなり泣き出しました。

わたしは宿題がまだ終わっていないかったので、台所にいるお母さんか優芽が優次郎をだくだうと思つて宿題の続きをしていました。

でも、二人ともだかなくなかったので、(だれかだつこしてあげてよね。わたし

宿題してるのに)と思いきから、結局わたしがだきました。

わたしがたてだきして、優次郎の背中をとんとんとしたら、すぐに泣きやみしました。優次郎をひざの上のせて宿題をしていたら、優次郎がねむつたのでゆっくり下においてねかせたら、すぐに大きな声で泣いたので(優次郎はすぐ泣いてわがままだなあ)と思いましたが、となりの部屋で優芽がまんがの本を読んでいた

ので、「優芽、わたし宿題おわつたらんけん、優次郎をだつこしていて。」
「えー。」
「えいながら、優次郎をだつこしました。わたしはその間に宿題を終わらせて、本を読んでいたら、洗たくものをたたんでいたお母さんが、

「自分の服は自分でたたみなさい。」

と言いました。わたしは、「えー。」

と言つてたたみました。そのとき、優芽は優次郎をだつこしていたので、お母さんが優芽の服をたたんであげていました。わたしは(優芽はいいなあ。たまたまなくていいから)と思つてむかむかしました。洗たくものたたみが終わつたら、家族みんなでごはんを食べました。食べ終わつたら、すぐにおふろそうじをしました。わたしと優芽でおふろそうじとふとんしきを一日交代でして、今日はわたしがおふろそうじでした。

優次郎が生まれてからは、こんなふうな毎日でもきついです。でも、たいへんだけど、優次郎はともかわいいです。

それに、優次郎が生まれたおかげで家の中がにぎやかになりました。これから、おふろそうじとかを言われなくて早めにしておいて、優次郎をいっぱいだつこしたいです。

人権作文

平成22年度 阿蘇市人権作文集「かけはし」より

図書館へ
行こう!



おはなしアップルの春のお楽しみ会

読み聞かせボランティア「おはなしアップル」の皆さんによる楽しい会です。どなたでもお気軽にお越しください。

- とき 3月17日 田 午後2時～
- ところ 阿蘇図書館研修室
- 内容 エプロンシアター、パネルシアター、紙芝居 等 *無料

移動図書館車「あそ号」巡回日程

問い合わせ：阿蘇図書館 ☎32-0067
一の宮図書館 ☎22-2916

日 程	巡回場所及び予定時間				
3月21日 困	阿蘇図書館 9:00	→ 上寿園 9:05～9:25	→ 山田公民館 9:35～9:50	→ 西役犬原公民館 10:00～10:20	→ 竹原公民館 10:30～10:45
	猿渡製材所 10:55～11:10	→ 坊中公民館 11:20～11:35	→ 佐伯商会前 11:40～12:00	→ くんわの里 12:10～12:30	→ 枳天満宮 14:20～14:40
	赤水駅 14:50～15:10	→ 宮本酒店前 15:20～15:40	→ 早瀬スヨさん宅前 15:50～16:10	→ たちばな園 16:20～16:40	→ 阿蘇図書館 16:50
3月22日 困	阿蘇図書館 9:30	→ 波野保健福祉センター 10:00～10:30	→ 坂梨公民館 11:00～11:20	→ 古城公民館 11:30～11:50	→ 阿蘇図書館 12:05

※移動図書館の巡回希望を承ります！詳しくは29ページをご覧ください。

子育て支援センター情報

3月・4月

市では3ヶ所の子育て支援センターを開設しています。どのセンターもご自由にご利用いただけます。

のんびり広場

- 場所 波野保育園
 - 開放日 月～金曜
 - 時間 9:00～14:00
 - 電話 24-2800
- ※お知らせ端末同番号

活動内容

3月

- 14日 ㊦：親子ビクス（阿蘇市子育て支援センター）
- 21日 ㊦：誕生会・計測日
不用品交換会
散歩に行こう！

4月

- 11日 ㊦：散歩に行こう！（よもぎ摘み）



※おやつ作りや親子クッキングなどの調理実習にはエプロン・三角巾（バンダナ可）が必要です。
※各所では育児相談を随時受け付けています。電話相談も可能です。（一の宮子育て支援センターは育児相談専用☎22-3850まで）

すくすく広場

- 場所 一の宮子育て支援センター（りんどろ保育園横）
 - 開放日 月～土曜
 - 時間 8:00～17:00
（土曜は12:00まで）
 - 電話 22-4539
- ※お知らせ端末同番号

活動内容

3月

- 13日 ㊦：トールペイントを楽しむ（無地のTシャツや肌着など持参しましょう！）
※要予約
- 19日 ㊦：園庭で遊ぼう（動きやすい服装で参加下さい）
- 22日 ㊦：バルーンアート（犬やうさぎなどを風船で作って遊ぼう！）
- 27日 ㊦：誕生会・計測日
ボールやフープを使っている親子ふれあい遊び

4月

- 3日 ㊦：お友達いらっしゃい（体操やゲームや歌遊びを楽しもう！）
- 12日 ㊦：親子でかんたんクッキング（旬の野菜を使った一品おかず作り※おにぎりを持参

ぴよぴよ広場

- 場所 阿蘇市子育て支援センター（三久保）
 - 開放日 月～金曜（第2土曜開所）
 - 時間 9:00～17:00
 - 電話 32-3843
- ※お知らせ端末同番号

活動内容

3月

- 14日 ㊦：親子ビクス（ベビー・マミービクス 講師：黒木千代子氏 生後3ヶ月～妊婦さんも可）
- 21日 ㊦：誕生会・お別れ会
バイキングパーティー
- 28日 ㊦：わらべ歌ベビーマッサージ（田添愛氏 生後1ヶ月～1歳半頃・妊婦さんも可）
- 29日 ㊦：ピクニック「カドリー・ドミニオン」
（10:00現地集合時間厳守）※要予約

4月

- 4日 ㊦：計測日・体験試食会（おやつ）一緒に遊ぼう！
- 11日 ㊦：親子ふれあい体操（3B体操指導者：大塚美和氏 親子で楽しく身体を動かして遊みましょう）

お元気ですか？食生活改善推進員協議会

糖尿病予防教室

食生活推進員協議会阿蘇支部

糖尿病予備群が比較的多い阿蘇市。その糖尿病を未然に防ごうと1月16日、農村環境改善センターで地域住民を対象に、糖尿病教室を行いました。

教室ではまず、糖尿病がどんな病気なのか、また、糖尿病がなぜ怖いのかを伝えました。また、糖尿病の発症予防に効果がある肥満予防については、まずは自分の身体を知るために、それぞれの適正体重をBMI計算尺で算出し、胸囲測定を実習しました。その中で、1日に摂る食事の量、調味料の量をサンプルで見せると、参加者は大変驚いた様子でした。最後に、糖尿病予防食の実習、試食を行い、参加者は調理や食事を通して楽しみながら学びました。

食生活を中心に

生活習慣を見直し、糖尿病の予防のための正しい知識を身につけ、明るく健康に過ごすことが大事だと思います。

▶ 予防教室の様子



お元気ですか？食生活改善推進員協議会

各種健診の日程

3～4ヶ月児健診

3月13日(木) 対象者 H23.10.26～11.22生まれ
受付 13:00～13:20 一の宮保健センター

7～8ヶ月児健診

3月14日(金) 対象者 H23.7月生まれ
受付 13:00～13:20 一の宮保健センター

1歳6ヶ月児健診

4月3日(木) 対象者 H22.8月生まれ
受付 13:00～13:20 一の宮保健センター

3歳児健診

3月28日(金) 対象者 H20.8月生まれ
受付 13:00～13:20 阿蘇保健福祉センター

健康測定日<事前予約不要・無料>

3月12日(木) 10:00～16:00 波野保健福祉センター
3月15日(日) 9:00～17:00 一の宮保健センター
3月16日(月) 9:30～16:00 内牧支所

※体重・血圧・HbA1c(血糖)検査等を行います。

休日在宅医

3月11日 問端内科 32-0102
3月18日 阿蘇温泉病院 32-0881
3月20日 市原胃腸科外科 34-1211
3月25日 一の宮整形外科 22-3911
4月1日 松見内科クリニック 22-0260
4月8日 脇胃腸科 32-2500
4月15日 さかなしハートクリニック 24-6262

※阿蘇中央病院夜間診療:毎週金曜19時～21時。

各種相談の日程

心配ごと相談<無料>

3月15日(金) 9:30～12:00 一の宮保健センター

4月4日(木) 9:30～12:00 阿蘇保健福祉センター

社会保険出張相談<(国民年金・厚生年金)予約制>

3月27日(日) 10:00～15:00 一の宮保健センター

4月4日(木) 10:00～15:00 農村環境改善センター
予約先 熊本東年金事務所(☎096-367-8144)

もの忘れ相談<予約制・無料>

3月27日(日) 15:00～17:00 阿蘇市役所
予約先 高齢者支援課(☎22-3145)

こころの相談<予約制・無料>

4月10日(木) 13:30～16:00 阿蘇保健所
予約先 阿蘇保健所(☎32-0535)

登記相談<無料>

3月15日(金) 10:00～15:00
市役所議会棟小会議室
問い合わせ 熊本地方法務局(☎096-364-2145)

熊本県弁護士会法律相談<予約制・有料>

毎週金曜日※年末年始、祝祭日を除く
13:00～16:00 農村環境改善センター
予約先 熊本県弁護士会(☎096-325-0009)

熊本県司法書士会総合相談<予約制・有料>

毎週水曜日※年末年始、祝祭日を除く
17:00～20:00 農村環境改善センター
予約先 熊本県司法書士会(☎096-364-2890)

予防接種

BCG[毎週第4火曜日]

場所:一の宮保健センター
受付:13:30～13:50
対象者:生後3ヶ月～6ヶ月未満

3種混合[予約制]

場所:阿蘇中央病院、小野主生医院、
たくもと小児科クリニック、
松見内科クリニック
対象者:生後3ヶ月～7歳6ヶ月未満

麻疹・風しん[予約制]

- 対象者
 - 1期:1歳～2歳未満児
 - 2期:年長児に相当する方
 - 3期:中学1年生に相当する方
 - 4期:高校3年生に相当する方

日本脳炎[予約制]

対象者:3歳～7歳6ヶ月未満
9歳～13歳未満(※)

(※)平成7年6月1日～平成19年4月1日生
まれの方は、20歳未満までの間、日
本脳炎1・2期が受けられるよう
なっています。

- ポリオ・BCG・麻疹・風しん等(生ワクチン)の予防接種を受けたら、27日間
は他の予防接種は受けられません。3種混合・日本脳炎等(不活化ワクチン)の
予防接種を受けたら6日間は他の予防接種は受けられません。

- 必ず母子手帳と問診票(3～4ヶ月児健診時に配布)を持参して下さい。

問い合わせ先:一の宮保健センター ☎22-5088

医療機関名	種類	
	麻疹風しん	日本脳炎
阿蘇温泉病院	●	●
家入整形外科	●	
市原胃腸科外科	●	
小野主生医院	●	●
古閑医院	●	●
坂梨ハートクリニック	●	
たくもと小児科クリニック	●	●
問端内科	●	
松見内科クリニック	●	●
脇胃腸科	●	
栗林内科医院	●	●
波野診療所	●	
阿蘇中央病院	●	●

○上記医療機関に必ず電話予約をしてください。





阿蘇の新しい特産品として期待！ 珍しい白いイチゴ「あその小雪」が品種登録認定！



「将来は農家としてこのイチゴを育てたい」と夢を語ってくれた今村さん。

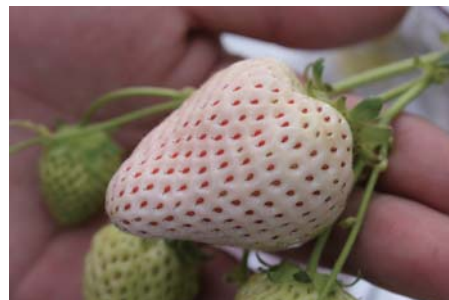


阿蘇清峰高校の生物科学科が、4年がかりで品種開発に取り組んだイチゴが2月10日、農林水産省から品種登録の認定を受けました。品種名は「あその小雪」。

イチゴ農家の経営が厳しくなる中、自分たちの力で品種を開発し、魅力あるイチゴで阿蘇市の農業を盛り上げたいと、4年前から開発を続けました。

この『あその小雪』は、名前のおり真っ白な色をしており、酸味が全くなく普通のイチゴに比べ甘いのが特徴です。

開発に携わった今村樹起さん（2年）は、「先輩たちと作ってきたイチゴが登録されて嬉しい。このイチゴを全国に広めていきたい」と、今後は賛同いただいた農家と共に、阿蘇の特産品として売り出していくとのこと。



地産地消クッキング

～食生活改善推進員協議会～



阿蘇かやくめし

作り方

- ① 米は洗って、30分程水切りしておく。だしは、昆布とかつお節でとっておく。
- ② ゴボウはささがきにし、水にさらしてアク抜きをする。
ニンジンも3cm長さの千切りにする。干シイタケは水で戻して千切りにする。
- ③ 糸こんにゃくは下茹でして3cm長さに切る。油揚げは熱湯をかけて千切りにする。ちくわは縦3～4つ割りし、薄切りする。
- ④ 炊飯器に、米、だし汁、②、③の具、調味料を入れ、混ぜ合わせたら普通に炊く。
- ⑤ 炊き上がったら、切った三つ葉を散らす。

材料（米3合分）

- | | | | |
|---------|------|--------|--------|
| ●米 | 3合 | ●油揚げ | 30g |
| ●だし汁 | 3カップ | ●ちくわ | 50g |
| ●ゴボウ | 50g | ●三つ葉 | 10g |
| ●ニンジン | 50g | 調味料 | |
| ●干シイタケ | 3枚 | （●しょうゆ | 大さじ4 |
| ●糸こんにゃく | 100g | ●塩 | 小さじ1/2 |
| | | ●酒 | 大さじ2 |



エネルギー：194kcal カルシウム：26mg
たんぱく質：4.8g 塩分：1.5g
脂質：1.6g

※出来上がりを10人で分けた場合の1人分

〈食改より一言〉

地区のお祭りなど行事があれば用意される伝承料理です。ちくわが鶏肉になることもあります。

まちの
元気印



ゆうすけ

山口 裕亮 さん (24) 分1区
水土里ネット一の宮 勤務

- 〔趣味〕 車いじり
〔阿蘇の好きなところ〕 自然豊かなところ
〔阿蘇市への要望〕 若者が遊べる場所がほしい
〔好きな女性のタイプ〕 元気のいい人、車好きな人
〔好きな言葉〕 鶏口牛後

さわやか フレッシュマン



- Q. 仕事の内容
- ・土地改良施設の維持管理業務
 - ・環境保全活動
- Q. 仕事で、日頃から心がけていること
- 途中で投げ出さない