

まだまだ若きやもんじや
負けんばいっ!!

元気いっぱい！阿蘇市シルバースポーツ大会

阿蘇市シルバースポーツ大会が10月3日、各旧町村単位で開かれ、60歳以上の参加者2,354人が、さまざまな競技を楽しみました。

一の宮会場で行われた地域対抗綱引き競技では、元気と気迫で縄を引く参加者に、観衆から大きな声援が飛びました。

世界ジオパーク認定へ前進 阿蘇ジオパーク、国内推薦を獲得！

9月24日、日本ジオパーク委員会から阿蘇市を含む阿蘇地域が世界ジオパーク国内候補地として推薦されました。

これまでの阿蘇ジオパークの取り組みや今後の日程などについて紹介します。

| (H 25) | | (H 24) | | (H 22) | | (H 21) | | | | | |
|--------------------------|-------------------|---------------------------------------|--------------------------|---|-------------------------|--------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|---------|
| 9・24 | 8・16 | 3・28 | 9・24 | 4・24 | 9・14 | 8・10 | 4・22 | 10・28 | 6・19 | 5・7 | これまでの歩み |
| 世界ジオパークネット ワーク国内候補地決定 | 世界ジオパークネット 地審査 | 日本ジオパーク委員会 への阿蘇ジオパークア クシヨンプラン提出 | 日本ジオパークネット ワーク国内候補地保留 | 世界ジオパークネット ワーク国内候補地見送り ワーク国内候補申請 (2回目) | 世界ジオパークネット ワーク国内候補申請 | 日本ジオパーク委員会 現地審査 | 世界ジオパークネット ワーク国内候補申請 | 日本ジオパークネット ワーク加盟認定 | 日本ジオパークネット ワーク加盟申請 | 阿蘇ジオパーク推進協 議会設立 | |

阿蘇は2009年に日本ジオパークに認定されました。日本には、それぞれ大地の成り立ちのテーマを持った「日本ジオパーク(認定地域)」が阿蘇を含め32ヶ所あります。そのうち、阿蘇が目指す「世界ジオパーク」の認定を受けている地域は日本では洞爺湖有珠山(北海道)など6ヶ所あります。

世界では、ヨーロッパ地域に多く、29か国・地域に100ヶ所の世界ジオパークがあります。(2013年9月現在)

ジオパークに認定されるには、美しく、珍しい自然や景色があるだけでなく、それらの成り立ちを伝え、教育や観光に活用しているかなど、保護と活用に関する厳しい審査があります。今回、日本委員会の推薦獲得は国内で阿蘇地域のみです。日本代表のジオパークとして、これからいよいよ世界審査に臨みます。今後は、世界委員会の書類審査、来年夏の現地審査の後、秋には認定の可否が判明します。

ユネスコ(国連教育科学文化機関)が支援する世界ジオパークネットワークの認定を受けることで、阿蘇は名実ともにその価値、資源の素晴らしさを世界中に発信できます。

阿蘇地域に住む私たちは、ジオパークの活動で自分たちの大地の成

世界認定に向けた 取り組み



1



2



3



4

- ①ジオパークの見どころ「ジオサイト」に解説板を整備したり、魅力を伝えるジオガイドを養成
- ②カルデラ内外に広がる5つのジオツーリズムコースを用意
- ③ジオパークの魅力を伝えるラッピング路線バスを運行中
- ④子どもたちが地域資源を学ぶ教育活動を支援している



阿蘇ジオパーク推進協議会会長である佐藤阿蘇市長に推薦決定の連絡があり、集まった関係者は喜びを分かち合いました。

見どころ満載！
阿蘇ジオパーク！！

地球のダイナミックな活動や痕跡から大地の成り立ちを知り、人間との関わりを楽しむ自然の中の公園という意味である「ジオパーク」。阿蘇ジオパークは、巨大な火山活動の跡である「カルデラ」をはじめとする地形・地質の遺産と、そこで生活している人間の営みが世界に誇る見どころです。

り立ちや特徴を知り、地域資源の特徴や大切さに気づくことが重要であり、また、そのことが防災意識の向上にもつながります。ジオパークであることをブランドとして、地域ビジネスに利用し、その質を高めていかなければなりません。

市町村^{阿蘇市}や地域団体でつくる阿蘇ジオパーク推進協議会や、ジオパーク認定ガイドでつくる協会などは、見学ツアーやブランド商品認定など実施し、情報発信しています。世界審査では、ジオパークで生活する皆さんが、地域の成り立ちや素晴らしいさに気付いているか？なども認定のポイントです。今後もジオパークの取り組みにご協力をお願いします。

歳入総額

199億5,576万6千円

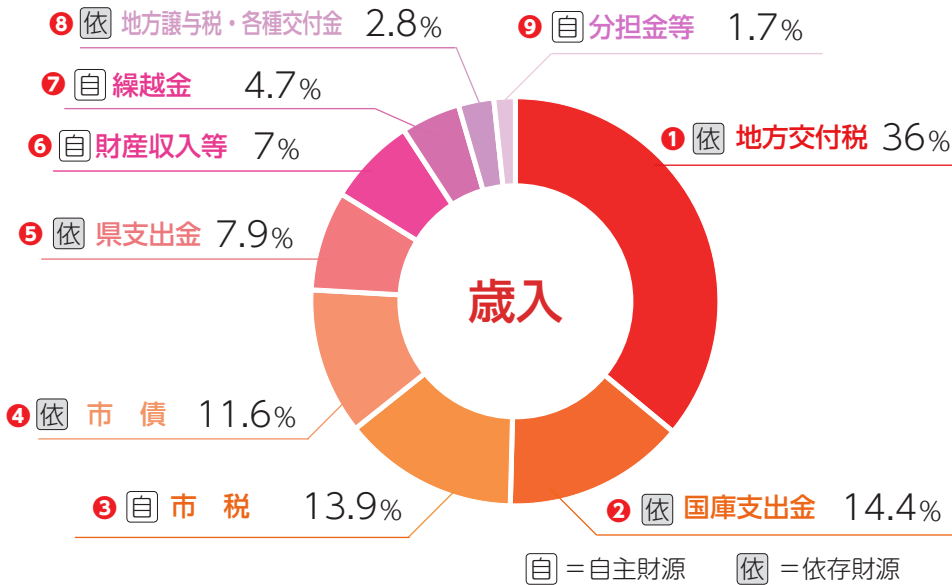
一般会計

九州北部豪雨災害による

災害復旧費が大幅増

平成24年度一般会計及び特別会計・企業会計の決算が、市議会9月定例会で承認されました。皆さまから納めていただいたお金や国・県から交付されたお金がどのように使われたのかわかります。

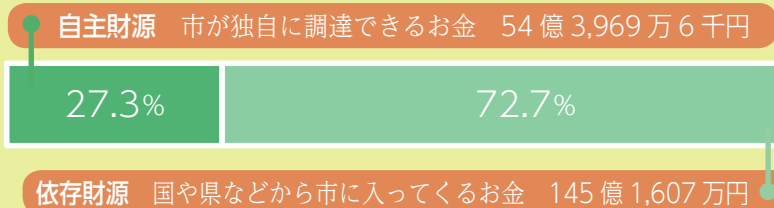
問い合わせ
財政課 ☎ 22-3204



歳入内訳

| | | |
|---------------|--|--------------|
| ① 地方交付税 | どの地域に住む住民にも一定水準の行政サービスを提供できるよう国から交付されるお金 | 71億8,965万5千円 |
| ② 国庫支出金 | 特定の事業を行うために国が交付するお金 | 28億7,835万2千円 |
| ③ 市税 | 市民の皆さまから納めていただいた税金（市民税や固定資産税、会社の法人市民税等） | 27億6,652万6千円 |
| ④ 市債 | 特定の事業を行うために市が借り入れたお金 | 23億1,309万円 |
| ⑤ 県支出金 | 特定の事業を行うために県が交付するお金 | 15億8,117万4千円 |
| ⑥ 財産収入等 | 財産収入のほか、寄附金、繰入金、諸収入が含まれます。 | 14億258万円 |
| ⑦ 繰越金 | 前年度から持ち越したお金 | 9億2,968万5千円 |
| ⑧ 地方譲与税・各種交付金 | 国税や県税として徴収したものを、国や県が一定の基準により市に対して譲与・交付するお金 | 5億5,379万9千円 |
| ⑨ 分担金等 | 分担金のほか負担金、使用料、手数料が含まれます。 | 3億4,090万5千円 |

財源内訳



平成24年度に実施した
主な事業

総務費

- 地方バス運行等特別対策事業
- 乗合タクシー運行事業
- 光ネットワーク管理事業

民生費

- 災害救助費
- 障がい者福祉事業
- 児童手当給付事業
- 保育園運営事業
- 乳幼児及び児童生徒医療費助成事業

衛生費

- 災害廃棄物処理事業
- 予防接種事業
- 各種健診事業
- ごみ収集事業
- 阿蘇広域行政事務組合負担金 (RDF、し尿処理等)

農林水産業費

- 農道及び林道整備事業
- 農地・水・環境保全管理支払交付金事業
- 中山間地域等直接支払事業
- くまもと稼げる園芸産地育成対策事業
- 戸別所得補償制度推進事業
- あか牛草原再生事業
- 阿蘇草原特区推進事業

商工費

- 商店街活性化事業
- 商店街景観整備事業
- 阿蘇市観光戦略づくり事業
- ANA ネーミングライツ事業
- 健康づくりの郷推進委員会補助事業 (元気ウオーク)
- 国内・海外観光客誘致事業
- 地域振興イベント事業

土木費

- 阿蘇市幹線道路整備事業
- 阿蘇駅周辺再開発事業

教育費

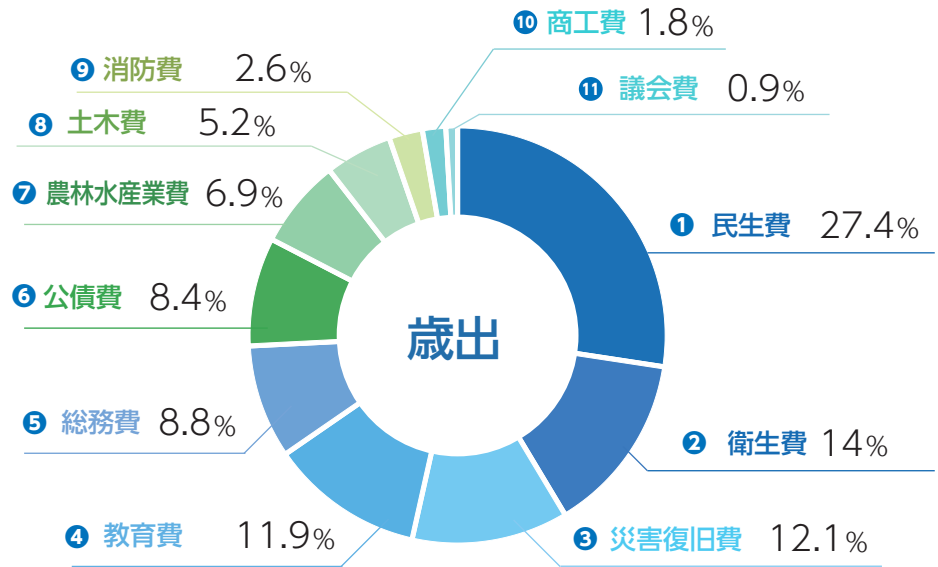
- 碧水小学校大規模改修等事業
- 内牧小学校耐震補強事業
- 一の宮中学校体育館新築事業

災害復旧費

- 公共土木施設災害復旧事業
- 農地等・林道施設災害復旧事業

歳出総額

186億5,960万5千円



歳出内訳

| | | |
|----------|-----------------------------|--------------|
| 1 民生費 | 福祉の向上のために使われるお金 | 51億1,292万4千円 |
| 2 衛生費 | ごみ処理や健康づくりなどのために使われるお金 | 26億1,209万6千円 |
| 3 災害復旧費 | 災害復旧のために使われるお金 | 22億5,888万7千円 |
| 4 教育費 | 教育のために使われるお金 | 22億2,610万2千円 |
| 5 総務費 | 庁舎の維持管理や交通、統計、選挙、徴税などのお金 | 16億4,551万4千円 |
| 6 公債費 | 市の借金を返済するためのお金 | 15億6,885万円 |
| 7 農林水産業費 | 農林畜産業の振興のために使われるお金 | 12億8,943万2千円 |
| 8 土木費 | 道路や橋、河川、公営住宅などの整備のために使われるお金 | 9億6,376万5千円 |
| 9 消防費 | 市民の安全を守る消防活動や防災対策のために使われるお金 | 4億8,189万5千円 |
| 10 商工費 | 商工・観光の振興のためのお金 | 3億4,178万9千円 |
| 11 議会費 | 議会運営のためのお金 | 1億5,835万1千円 |

差引額

12億9,616万1千円

歳入歳出差引額12億9,616万1千円のうち、6億9,071万円は、25年度に繰り越した災害復旧事業等の財源となっています。





特別会計

市が特定の事業を行う時に経理を明確にするため一般会計と区別した会計です。

| 会計名 | 歳入額 | 歳出額 | 差引額 |
|---------------|--------------|--------------|-------------|
| 阿蘇山観光事業特別会計 | 1億134万4千円 | 9,991万4千円 | 143万円 |
| 下水道事業特別会計 | 9億8,168万5千円 | 9億5,560万7千円 | 2,607万8千円 |
| 国民健康保険事業特別会計 | 40億9,320万1千円 | 39億9,231万7千円 | 1億88万4千円 |
| 介護保険事業特別会計 | 30億262万6千円 | 27億5,237万7千円 | 2億5,024万9千円 |
| 後期高齢者医療事業特別会計 | 3億6,545万8千円 | 3億5,928万2千円 | 617万6千円 |
| 坂梨財産区特別会計 | 2,482万1千円 | 1,476万円 | 1,006万1千円 |
| 古城財産区特別会計 | 3,698万3千円 | 1,984万8千円 | 1,713万5千円 |
| 中通財産区特別会計 | 1,008万3千円 | 644万4千円 | 363万9千円 |
| 宮地財産区特別会計 | 3万1千円 | 1万円 | 2万1千円 |
| 診療所特別会計 | 9,599万1千円 | 9,523万円 | 76万1千円 |

公営企業会計

市が経営する企業の会計です。

| 会計名 | 歳入額 | 歳出額 | 差引額 |
|------------|--------------|--------------|---------------|
| 水道事業会計 | (収益的収入額) | (収益的支出額) | (収益的収支) |
| | 4億2,042万3千円 | 4億4,140万8千円 | ▲2,098万5千円 |
| 阿蘇中央病院事業会計 | (資本的収入額) | (資本的支出額) | (資本的収支) |
| | 1億9,284万6千円 | 4億4,646万9千円 | ▲2億5,362万3千円★ |
| 阿蘇中央病院事業会計 | (収益的収入額) | (収益的支出額) | (収益的収支) |
| | 11億7,224万3千円 | 12億537万7千円 | ▲3,313万4千円 |
| 阿蘇中央病院事業会計 | (資本的収入額) | (資本的支出額) | (資本的収支) |
| | 17億8,043万1千円 | 12億7,066万7千円 | 5億976万4千円 |

★…資本的収支の不足額は、当年度消費税資本的収支調整額、当年度及び過年度損益勘定留保資金で補てんしました。

離婚・相続・借金・交通事故・土地の境界 etc… ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。

受付時間：平日10時～17時（事前予約制）TEL：0967-22-5223

- 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
地域の法律事務所として設立された公設事務所です。

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）



広告

さしのべた
その手がこどもの

命綱

(平成25年度標語)

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

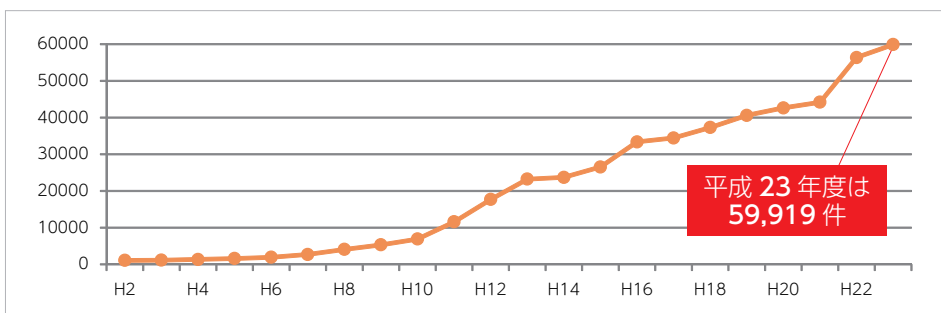
11月は児童虐待防止推進月間です

《児童虐待の種類》

| | |
|-------|---|
| 身体的虐待 | 殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、首を絞める、縄などにより一室に拘束する など |
| 性的虐待 | 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触る又は触らせる、ポルノグラフィの被写体にする など |
| ネグレクト | 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など |
| 心理的虐待 | 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（ドメスティック・バイオレンス）など |

《児童相談所への児童虐待相談件数の推移》

(総務省統計局より引用し作成)



児童への虐待は、深刻な社会問題となっています。厚生労働省によると、児童相談所への児童虐待相談対応件数は、平成2年から統計を開始して以降、毎年増加しています。(左下グラフ参照)特に、平成16年以降、毎年50人を超える児童が虐待により死亡している深刻な状況です。

児童虐待は、4つの分類に分けられます。(左上図参照)子育てや出産などで悩んだり、児童虐待を発見したときは市役所福祉課(☎22・3167)または熊本県中央児童相談所(☎096・381・4411)にご連絡ください。秘密は守られます。

阿蘇地域が**草原特区**に指定

規制緩和や財政支援に期待

《新たな規制の特例措置等の提案内容》

提案事項名

- ①野焼きに支障が生じる小規模樹林等にかかる保安林について規制の特例、緩和
- ②農業振興地域で整備可能な農業用施設の要件の緩和、申請手続きの簡素化
- ③草原内にある国有林立ち入り規制の緩和
- ④第三種旅行業者の企画旅行催行区域制限の緩和
- ⑤草原案内・見回りマッチングシステム構築支援
- ⑥草原を活用したビジネス参入者に対する支援

阿蘇市を含む阿蘇地域が9月13日、国の地域活性化総合特区「草原特区」の指定を受け、9月26日、東京都で特区指定授与式が行われました。

この特区制度は、先進的な地域活性化の取り組みとなる可能性の高い地域を、国が指定し成長戦略の切り札として、総合的に支援する制度です。

草原特区(正式名称: 千年の草原の継承と創造的活用総合特区)は、ことし4月に阿蘇地域7市町村と山都町により共同申請し、今回、

2度目の申請で指定を受けたものです。

国との協議により特区事業として認定された場合は、規制緩和や財政面などの支援を受けることが可能になります。草原の維持保全と新たな活用による観光振興に取り組むため、国に対し、左記6つの規制の特例措置を提案しています。

今回の指定は、同じく9月に決定した世界ジオパーク国内推薦の大きな後押しとなり、世界文化遺産登録への弾みになるものと期待されます。



総務省庁舎内で行われた授与式の様子。
写真左は、新藤義孝総務大臣。

区長が自主防災活動について学ぶ

阿蘇市区長会行政研修を開催

全区長を対象とした行政研修が10月11日、就業改善センターで行われました。

この行政研修は、区長が地域のリーダーとしての役割や要望に添えていくために毎年行われているもので、今回は人権啓発ビデオの上映や「自主防災組織」などをテーマに行われました。

自主防災組織については、橋本守和氏(熊本県危機管理防災課)、大木福男氏(前狩尾2区区长)の2名が、自主防災組織の必要性や実際に活動を行った経験をもとに、自助・共助を中



心とした自主防災活動の重要性について講話。参加した区長は、昨年の災害以降、その重要性が注視されている自主防災組織についての研修とあって、熱心に耳を傾けていました。

完成予想図



施設の老朽化により建て替えられる阿蘇広域消防本部新庁舎の建設工事安全祈願祭が10月7日、黒川地区の同本部敷地内で行われ関係者など約75人が出席しました。現庁舎の西側に建設される新庁舎は、消防行政の中核機能、災害

阿蘇広域消防本部新庁舎建設

26年10月運用目指す

時の活動拠点としての機能を持ち合わせ、安全で耐久性の高い、高度情報化に対応。来年10月の運用開始を目指しています。

祈願祭で広域行政事務組合の佐藤管理者（阿蘇市長）は、「住民の生命財産を守る安心安全の大きな要となる庁舎にしたい」とあいさつしました。



安全祈願祭のようす

●庁舎概要

【敷地面積】 約 10,152㎡

【主な建築物】

- ①消防本部、中部消防署庁舎、副訓練塔併設
主要構造 R C構造 2階（一部3階：副訓練塔部分）
- ②訓練塔（主塔）
R C構造 5階地下1階（地下防火水槽併設）

【事業費】 約 9億 6千万円

豪華寝台列車「ななつ星 in 九州」 が運行開始！

JR阿蘇駅で歓迎セレモニー



「ななつ星」を旗を振って見送りました

JR九州が約30億円をかけて製造した国内初の周遊型豪華寝台列車クルーズトレイン「ななつ星in九州」が10月15日、運行を開始。同18日午前5時30分、県内で唯一停車する阿蘇駅に初めて到着しました。

「ななつ星」の乗客は、構内にオープンしたレストラン「火星」で朝食を取り、出発する午前10時までの間、草千里などを散策し阿蘇のひとときを過ごしました。

出発時には、阿蘇市イメージキャラクターの「あか牛くん」と「くまモン」、

YMCA黒川保育園の園児、阿蘇市地域婦人会など多くの人が集まり乗客を見送りました。

地域婦人会のメンバーからは「これを機会に阿蘇がさらに賑わいを見せてくれれば」と期待の声。観光協会の稲吉会長は「阿蘇全体でお客さんを歓迎できた。阿蘇に波及効果をもたらしてくれることを願う」と話していました。

来春まで予約で満席という「ななつ星」は、週2回、JR阿蘇駅に停車します。



厳寒の草千里



全国フォトコンテストで 国土交通大臣賞受賞

阿蘇写友会 浅久野邦雄さん

全国水源の里連絡協議会が主催する全国水源の里フォトコンテストで、阿蘇地域のメンバーで組織する阿蘇写友会（岡本芳郎会長）所属の浅久野邦雄さん（内牧5区）が、国土交通大臣賞を受賞しました。

同協議会では、過疎高齢化が進み集落の維持が困難な集落を「水源の里」と呼び、集落再生に向けた活動に取り組んでいます。現在、全国約170市町村が加入し、県内では唯一阿蘇市が加入しています。

今回のフォトコンテストでは、阿蘇の厳しい寒さが伝わる草千里の風景を写真に収め、見事、応募総数475点の中から同賞を受賞しました。

浅久野さんは、長く歴史ある阿蘇写友会に40年以上在籍しており、風景写真を中心に日々写真を撮り続けています。

「このような賞をいただくことができ光栄です。今後も後世に残る阿蘇の風景を撮り続けたい」と喜びを語りました。

古代の里キャンプ村で ユニークな結婚式

一の宮町手野の「古代の里キャンプ村」で9月14日、キャンプ場の特性を生かした初の結婚披露宴が行われました。

この披露宴は、熊本大学出身で長野県在住の吉田さん夫妻が、アウトドアが趣味の二人が「阿蘇の良さをみんなに知ってもらいたい」と企画。大学時代の知人や友人約80人を招待しました。

キャンプ場の施設を全て貸し切り、自然に囲まれた一風変わった披露宴に出席者たちも



手作りの衣装を身にまとい、披露宴を楽しむ吉田さん夫妻

楽しまれたとのことで、吉田さん夫妻は「スタッフにも協力してもらい、思い出に残る披露宴になりました」と喜んでいました。

迫力のある神楽に魅了

第22回 神楽フェスティバル

阿蘇市と県外の神楽団体が集い神楽を披露する第22回神楽フェスティバルが10月5、6日の両日、道の駅波野「神楽苑」で開かれ、県内外から合わせて約2千人が来場しました。

今回は、地元の中江・横堀両神楽保存会、波野子ども神楽を含む10団体が出演し、2日間にわたり多彩な演目を披露し、訪れた観客は迫力ある神楽に魅了されていました。

中江岩戸神楽保存会による「岩戸開」



「世界農業遺産」の阿蘇で農業体験

田んぼの学校in阿蘇ん里

体験を通して子どもたちが農業への理解を深めてもらおうと9月23日、一の宮・阿蘇土地改良区主催の第10

回「田んぼの学校in阿蘇ん里」が宮地地区をメイン会場に行われ、阿蘇市内の親子約90人が参加しました。



催しでは、環境学習や小水力発電施設の見学、竹細工体験のほか、昼食では阿蘇の食材をふんだんに使ったバーベキューが振る舞われました。午後からは黄金色に実った阿蘇コシヒカリの収穫体験が行われ、参加者は鎌を手に取り、スタッフから指導を受けながら手作業で収穫。初めての刈取りに悪戦苦闘の子どもたちは、普段できないことを楽しく体験することができ満足したようでした。

名月眺めて音楽を楽しむ



第17回阿蘇観月茶会（同実行委員会主催）が9月21日、農村環境改善センターで開かれました。素晴らしい名月のもと、かがり火やススキで秋の雰囲気が出された会場にはお茶席が設けられ、市内の茶道家（表千家 菅正子社中）の皆さんがお点前を披露。訪れた人たちは

はお茶を味わいながら名月に見入っていました。また、熊本市在住の演奏家で結成する木管アンサンブル「もくご」のミニコンサートが開かれ、映画「サウンドオブミュージック」や日本の唄のメドレーなどを披露。聴衆は優しい音色に聴き入っていました。

料理にも“エコ”を取り入れ美味しく調理



エコクッキングを指導する佐藤氏（写真右）

環境に配慮した料理を実践するエコクッキング講習会（市主催）が10月9日、農村環境改善センターで行われ、市女性団体連絡協議会や親子など58人が参加しました。環境学習NPO「緑の生活ネットワーク」の事務局長の佐藤彩己子氏を講師に招き、環境問題や家庭で取り組むエコライフについて講義。その後行われた調理では、水の節約と生ごみを減らすカレラ

イスづくりに取り組みました。

エコクッキングは、一般的な調理と比べ水の使用量が約6割、生ごみの量が5割削減できることが分かると、参加者は驚いたようでした。

佐藤氏は「ごみを出さないためによく考え、調理することが大事。面倒くさいことを克服することがエコロジータンになる」と話していました。



市代表チームが
6年ぶり2度目の優勝
～県民体育大会グラウンドゴルフ競技～

第68回熊本県民体育大会グラウンドゴルフ競技で6年ぶり2度目の優勝を勝ち取った阿蘇市代表チームが9月24日、市役所で市長にその成果を報告しました。大会は、9月14、15日、天草市で開かれ、阿蘇市代表は、坂梨勝監督（宮地）率いる8名で出場。グラウンドコンディションが悪い中、ホールインワンを6回達成するなど快調で、準優勝の球磨郡代表に10打差で圧勝しました。

市グラウンドゴルフ協会の岩下会長は「選手は、家族や周囲に支られ、夏の暑い時期にも懸命に練習に励んでいた。成果が出て嬉しい。」と話していました。

| | |
|-------|------|
| 【監督】 | |
| 坂梨 勝 | （宮地） |
| 【選手】 | |
| 藤川 晶夫 | （内牧） |
| 蔵原 博美 | （黒川） |
| 中野 敬三 | （内牧） |
| 渡辺 良一 | （西町） |
| 谷川 吉男 | （宮地） |
| 光山 宗久 | （宮地） |
| 山本 久見 | （黒川） |
| 猪島 一明 | （今町） |



出張！
ふるさとソングショー

大物歌手のオンパレード

NHKBSプレミアム
のテレビ番組「出張！ふるさとソングショー」が9月23日、阿蘇体育館で行われ、大勢の観覧者が来場し賑いました。

会場は、花道のある舞台上に座敷席もあり、出演者を間近に見れる工夫で、司会に、漫才コンビ



熱唱する歌手の坂本冬美さん

の博多華丸・大吉が出演。お二人の楽しいトークで盛り上がり、大盛況のうち終演しました。

番組は坂本冬美さん、前川清さんなどの歌唱のほか、阿蘇を紹介するコーナーや方言クイズのコーナーなど、いろいろ楽しいコーナーが用意されており、阿蘇市内からも3名の方が出演しています。今回収録された番組は、左記の日程で放送されます。

- 放送日
11月17日 19:45～20:59
11月23日 12:00～13:14 (再放送)
- チャンネル
NHKBSプレミアム



歌で復興支援

チャリティコンサート「第10回小さな歌の会」



チャリティコンサート「第10回小さな歌の会」が10月20日、なみの高原やすらぎ交流館で開かれ、出演者68人が、十八番の歌を熱唱、集まった観客からたくさんの拍手が送られました。

コンサートは、市在住の歌手東よしおさんが、平成2年旧一の宮町を襲った7・2水害で被災した経験から、災害を受けた地域を支援し

ようと、平成21年から毎年開催。コンサートで集まった募金を被災地へ送っています。

この日は、東さんと同じ所属歌手の古澤春美さん、野上ゆみさんも応援に駆けつけ、3人のプロの歌声に観客は聞き入っていました。

また、この日集まった募金は、翌日阿蘇市に贈られました。

躍動！

※敬称略

九州・全国大会出場の子どもたちを紹介

●第24回全九州テコンドー選手権大会 (8月25日、長崎県)

- ▶小学4年女子(重量級)
【準優勝】 森永 せりあ(宮地小4年)
- ▶小学5年男子(重量級)
【準優勝】 富田 大翔(宮地小5年)
- ▶中学男子(-55kg) ※3連覇、3回目
【優勝】 森永 修斗(一の宮中1年)
- ▶中学女子(-42kg) ※2回目
【優勝】 山本 悠菜(阿蘇中1年)
- ▶一般男子(-54kg) ※2連覇・5回目
【優勝】 津田 輝史朗(熊本総合医療リハビリテーション学院・一の宮中出身)
- ▶一般女子(-46kg) ※5回目
【優勝】 津田 ひかる(熊本学園大学3年・阿蘇中出身)



●第26回全日本マーチングコンテスト (11月24日、大阪府)

- 森 航(熊本工業高校3年、阿蘇北中出身)
- 金子 瑠華(同校2年、一の宮中出身)
- 青柳 祐香(玉名女子高校2年、一の宮中出身)

●第15回全日本高等学校吹奏楽大会 (11月9日～10日、神奈川県横浜市)

- 宮崎 さくら(八代百合学園高校2年、阿蘇中出身)

●第68回国民体育大会 (10月4日～7日、東京都)

- ▶ソフトテニス
森本 峻太(文徳高校3年、一の宮中出身)

伝統の技を引き継ぐ 稲手づくり

なべづる線沿線4地区(南宮原、海神、西小島、西福原)の有志でつくる地域づくりグループ「なべづる大学」(今村隆孝学長)が9月29日、干し草を束ねる用途で使用されていた「稲手」作り講習会を開きました。昔ながらの農業技術を伝承しようと同会が企画。会員宅の納屋を「教室」に参加した会員15人は、講師の地元農家の手ほどきを受けながら「わら」をねじり、稲手を次々に作り上げました。



参加者は慣れない手つきながらも、伝統の技を習得しようとする意欲に取り組んでいました。

ことしも盛り上がりました！

第9回阿蘇市民スポーツ大会

第9回阿蘇市民スポーツ大会(市主催)が10月5日、阿蘇体育館で行われ、2種目の競技で熱戦が繰り広げられました。この大会は、市民の健康増進と親睦を図るため、毎年開催されるもので、例年多くの方々に参加いただいています。こゝとしも、総勢98名の参加があり、次のチームが入賞しました。



ミニバレーの部優勝
阿部牧場Aチーム



ソフトバレーの部優勝
イエス

【大会結果】

ミニバレーの部

- 優勝 阿部牧場Aチーム
- 2位 阿部牧場Bチーム
- 3位 インパルス

ソフトバレーの部

- 優勝 イエス
- 2位 アグレッツシ部
- 3位 SKY LARK

男女共同参画を川柳にのせて・・・

男女共同参画川柳入賞作品決まる

家事分担いつからやるの今でしょう

【小・中学校の部】 最優秀賞 勝木倫太郎さん(一の宮中2年)

家事分担親の手本が子の手本

【一般・大学生の部】 最優秀賞 森下重隆さん(宮地)

阿蘇市男女共同参画審議会主催による男女共同参画川柳の入賞作品が決まりました。家族や夫婦間の心情を詠ったものや、社会の中での男女共同参画のあり方などを詠ったものなど、沢山の応募がありました。審査の結果、最優秀賞に次の2句が選ばれました。入賞作品については、人権フェスティバルなどで展示します。どうぞご覧ください。

復興に弾みを！さかなし復幸まつり



九州北部豪雨災害で甚大な被害があった一の宮町坂梨地区で9月29日、復興へ弾みをつけようと、坂梨青年会が「さかなし復幸まつり」を開きました。坂梨公民館の会場には、さまざまな露店が並び賑わいを見せ、ステージでは、地元のアソ☆KOI華流伝羅を中心に、県内有数の団体が集結しYOSAKI「坂梨はまだ復興の半ば。これから困難なこともあると思うが、このイベントで少しでも地域が元気になってもらえれば嬉しい」と話していました。同会の寺澤会長は「坂梨はまだ復興の半ば。これから困難なこともあると思うが、このイベントで少しでも地域が元気になってもらえれば嬉しい」と話していました。

フラダンスチーム「カ・ナニ・メケアロハ・オルオル」



音楽で復興を支援
阿蘇アグリステイター音楽祭

阿蘇アグリステイター音楽祭が9月22日、23日の2日間、西町の果実園「果実の国カップルズ」で開かれました。

同園を営業者する中山勝博さんが、音楽を通じて昨年の九州北部豪雨災害の復興に弾みをつけようと企画しました。

市出身のピアニスト志賀総学さんや地元のフラダンスチーム「カ・ナニ・メケアロハ・オルオル」、鹿児島で活躍するフォークデュオ「いちじく」などが出演。集まった観客は、ぶどうの木の下で次々と披露される多彩な音楽などを楽しんでいました。



フォークデュオ「いちじく」

地産物手渡し
交通事故防止を啓発

秋の交通安全運動キャンペーン

秋の交通安全運動に合わせ、ドライバーに安全運転を心掛けてもらおうと9月25日、阿蘇警察署でキャンペーンが行われました。

これは、阿蘇地区安全運転管理者等協議会（渡邊富廣会長）が主催したもので、国道沿いで交通安全啓発プレートを掲げたり、地産物のトマト

とキュウリ、啓発チラシなどをドライバーに直接手渡したりするなどして、交通事故防止を呼びかけました。渡辺会長は「思いやりを持った運転を心がけてもらいたい」と話していました。



新聞記事を親子の会話のかけはしに

生涯学習特別講座「新聞で生き生きライフ」

新聞を教材として活用するNIE教育の一環として、新聞を使って親子で楽しく学んでもらおうと10月12日、農村環境改善センターで「新聞で生き生きライフ」（市主催）が行われました。

講座では、講師に熊本日日新聞社NIE専門委員の越地真一郎氏を招き、新聞を題材にしたクイズや新聞の役割や意義について講義があり、参加した保護者

は「子どもは普段新聞を読まないのに、これを機に新聞を読むきっかけになれば」と期待を寄せていました。

市は昨年2月に、熊本日日新聞社とNIE協定を締結し、積極的なNIE教育に取り組んでおり、11月12日、26日には大人向けのNIE講座も予定。新聞記事をさまざまな角度から読み解き仕事などに生かすための楽しい講座です。お



新聞を使って講義する越地氏（写真左）

申し込みは電話（市教育委員会 ☎22・3229）で受け付けていますので、ぜひご参加ください。



平成 26 年度 保育園入園手続きのご案内 **12月6日まで**

福祉課 子育て支援係 ☎22-3167 ☎56-3167

入園基準

入園できる児童は、児童福祉法に基づき、次のいずれかの事項に該当する家庭の児童です。

- ① 仕事をしている又は就職活動中である
- ② 家庭で家事以外の仕事（内職など）をしている
- ③ 出産の前後、病気、負傷、心身に障害がある
- ④ 介護や看病の必要な方の世話をしている
- ⑤ その他、子どもの保育ができないと判断された場合

※「集団生活を体験させたい、幼児教育の場として利用したい」という理由では入所の対象になりません。

提出書類

提出書類は、市役所福祉課、各支所と各保育園に用意してあります。また、阿蘇市ホームページからもダウンロードできます。

- ① 保育所入所申込書（一人に一枚）
- ② 家庭内状況申立書（一世帯一部）
- ③ 課税状況確認同意書
- ④ 保育運営基準及び保育所入所申込世帯状況調査
- ⑤ 身体発育記録
- ⑥ 平成 25 年分源泉徴収票（写し）または平成 25 年分確定申告書（写し）
- ⑦ 平成 25 年度課税台帳記載事項証明書（平成 25 年 1 月 1 日以降の転入者のみ必要となります。）

※家庭の状況により、上記以外の書類が必要な場合があります。⑥は後日提出。

保育料

保育料は、公立・私立保育園ともに同じで、お子さんの年齢と世帯員の課税状況によって算定されます。

入園承諾

入園の承諾は 2 月頃に決定し、保護者に通知します。なお、ひとつの保育園に希望者が多く、定員を超える場合は、他の保育園に入園していただくこともありますのでご了承ください。

入園を希望する人は、次のとおりお申し込みください。また、年度途中での入園を希望する人もこの期間内にお申し込みください。（12月6日^金まで）
 保育園は、家庭でお子さんの保育ができないとき、家族に代わって保育するところです。0 歳児から小学校就学に至るまで、年齢と個々の発達に応じて、適切な乳幼児保育を行います。



| 保育園名 | 電話 | 定員 |
|------------------|---------|-----|
| 《一の宮》 | | |
| 私 宮地保育園 | 22-2444 | 100 |
| 公 坂梨保育園 | 22-0435 | 55 |
| 私 りんどう保育園 | 22-4539 | 100 |
| 私 古城保育園 | 22-0380 | 50 |
| 《阿 蘇》 | | |
| 私 内牧保育園 | 32-0354 | 130 |
| 私 熊本 YMCA 黒川保育園 | 34-0402 | 110 |
| 公 山田保育園 | 32-0794 | 45 |
| 公 乙姫保育園 | 32-0315 | 30 |
| 私 熊本 YMCA 赤水保育園 | 35-0024 | 90 |
| 私 熊本 YMCA 永草保育園 | 32-0810 | 30 |
| 私 熊本 YMCA 尾ヶ石保育園 | 32-0213 | 40 |
| 《波 野》 | | |
| 公 波野保育園 | 24-2800 | 45 |

私 = 私立 公 = 公立

選挙

選挙人名簿登載申請書の提出をお忘れなく！ **1月10日まで**

農業委員会事務局 ☎22-3254 ☎22-3254

農 業委員会委員選挙の選挙人名簿は、毎年1月1日

を基準として、申請書を農業委員会に提出することになります。

この名簿に載っていないと、立候補、投票、リコールの請求ができませんのでご注意ください。農業委員選挙人名簿登載申請書の提出は、毎年必要です。平成26年度は農業委員改選の年となっていますので、必ずご提出ください。

申請書の提出期限は、平成26年1月10日迄までです。阿蘇市農業委員会、内牧支所、波野支所に提出してください。

●選挙権及び被選挙権

選挙権及び被選挙権を持つ人は、阿蘇市において10アール(1000㎡)以上の農地について、自身で耕作している人、またその同居の配偶者及び親族(耕作従事日数が年間おおむね60日以上及び農業委員会が認めたる人)。年齢は、平成6年4月1日以前に出生した人(満20歳以上)が対象となります。

統計

【統計調査】登録調査員を募集しています

財政課 企画係 ☎22-3204 ☎55-3204

市 では、国が実施する統計調査に従事していただく「登録調査員」の募集を随時行っています。

統計調査が実施される際には、あらかじめ「登録調査員」からお伺いした希望時期・希望地域等に応じた案内をさせていただきますが、ご都合が悪い場合などは断ることもでき、必ずしも受けなければならぬという制度ではありません。

また、「登録調査員」へは報酬が支払われますが、調査の種類及び受け持ち件数によって異なります。

登録要件や調査員の仕事についての詳細については、市のホームページをご覧ください。上記までお問い合わせください。



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



-お見積・調査 無料-

塗装 (屋根・壁・破風板・軒天・塀・建具・他)

防水 (雨漏れ調査・屋上・ベランダ・コンクリート・他)

もしもし **0967-32-1501**

広告



募 集

3LDK 市営住宅新小里団地の入居者を募集します **11月29日まで**

住環境課 住宅係 ☎22-3169 ☎22-3169

建 替移転を目的とした新小里団地に、1棟目の3LDKに3部屋空きが生じましたので入居者を募集します。

希望する人は、入居資格及び連帯保証人要件を確認の上、11月29日(金)までに市営住宅入居申し込み手続きを行ってください。

なお、3LDKであることから、単身者の入居はできません。

●**家賃** 入居者の所得額に応じ、月額2万4800円から4万8600円の間で設定されます。(毎年度見直しを行います。)

※家賃とは別に、共益費・駐車場代などが必要となります。

●**その他** 入居申し込みをされた方には、抽選会の案内を通知します。原則として入居者の選考は公開抽選となります。

※その他の市営住宅の抽選会も同時に行う予定です。

新小里団地3LDK入居資格

(入居者要件)

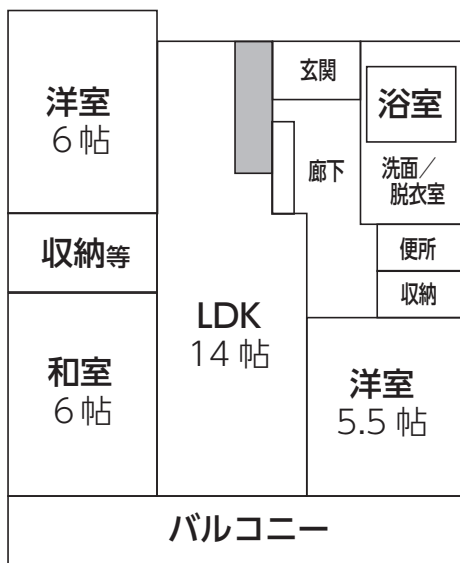
次の①～⑤の条件を全て満たしている人

- ① 親族と同居する人。
- ② 市税等に滞納がない人。
- ③ 政令で定められた所得以下の人。
- ④ 入居可能な持ち家がない人。
- ⑤ 暴力団員でない人。

(連帯保証人要件)

入居の際には、以下①～⑤の条件を全て満たし、かつそれぞれの生計が別である2名の連帯保証人が必要となります。

- ① 阿蘇市在住の人。(ただし、1名については4親等以内の親族であれば阿蘇市外の方も可)
- ② 入居者と同等の所得以上の人。
- ③ 現在市営住宅に入居していない人。
- ④ 市税等に滞納がない人。
- ⑤ 資格を証明する書類(所得証明書・納税証明書)を提出できる人。



3LDKの間取り図

健康で明るい末永い在宅生活を支援します。

循環器内科

高血圧・心不全・不整脈・糖尿病・狭心症・腎臓病等が主な対象です。

人工透析

午前、午後、夜間および入院透析

在宅療養支援診療所

・癌患者を含む在宅患者の訪問診療／訪問看護の24時間支援・訪問リハビリ
・入院機能を生かした在宅支援をします。



医療法人 坂梨ハート会

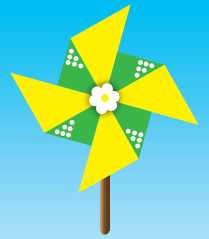
さかなしハートクリニック

小里249番地の2
TEL 24-6262

広告



交通事故死ゼロの風を吹かせる 黄色い風車 運動



11月15日金 ~ 12月1日日

死亡事故現場に掲示される黄色い風車 (イメージ)



ご存知でしたか?
「世界道路交通犠牲者の日」

国連総会(2005年)は、毎年11月第3日曜日(「世界道路交通犠牲者の日」として定め、国際社会が交通被害者やその家族を適切に認識する日としてさまざまな取り組みが行われています。ことは11月17日が「世界道路交通犠牲者の日」となります。

11月が最も多い
死亡事故

県民にとって、交通事故の根絶は切実な願いです。特に、県内において過去2年間に最も死亡事故が発生しているのが11月です。また、12月に入ると飲酒の機会も増えます。そこで、熊本県、熊本県警察及び各市町村では、尊い人命が交通事故によって再び失われることが決してない、安全で安心して暮らせる社会の実現を目指し、「世界道路交通犠牲者の日」「犯罪被害者週間」に合わせ、過去3年間(平成22年~平成24年)に県内で発生した交通死亡

事故によって再び失われることが決してない、安全で安心して暮らせる社会の実現を目指し、「世界道路交通犠牲者の日」「犯罪被害者週間」に合わせ、過去3年間(平成22年~平成24年)に県内で発生した交通死亡

事故の現場(高速道を除く)に、運動の統一アイテムとして「黄色い風車」を掲示します。

事故の根絶を「黄色い風車」に託して

この運動は、悲惨な交通事故を決して風化させることなく、尊い命を絶たれた犠牲者からの事故根絶を願う声なき声を「黄色い風車」に託して社会に伝えるとともに、ご遺

族に対する支援意識の高揚を目的として実施するものです。過去3年間で、阿蘇市でも、交通事故で5人の方が亡くなっています。

私たちの生活の中で交通事故は、誰もが被害者、加害者となりうる現状です。

この機会に、悲惨な交通事故を根絶するために何ができるのかを一人ひとりが自分のこととして置き換えて考えてみましょう。

交通事故被害者遺族(県内)からのメッセージ

車を運転する皆さんへ

どうして生きることが許されなかったのでしょうか。

ある日突然、私の息子は交通事故でなくなりました。

何をよくばることもなく、ふつうの家族で生きていることの幸せを感じていました。

大輪のバラではなく、道ばたの雑草でいいから、息子に生きていて欲しかったのに、どうして……

子どもを奪われた親は立ち直れないのです。

子どもの無念さを思い、子どもを守れなかったことを後悔しながら生きるしかありません。

どうか運転者の皆さん。自分の子どもや家族を守るつもりで運転していただけないでしょうか。

遺族より

熊本県内における過去3年間の交通事故死者数

| | 県内 | 阿蘇市 |
|-------|-----|-----|
| 平成22年 | 78人 | 0人 |
| 平成23年 | 86人 | 4人 |
| 平成24年 | 82人 | 1人 |

※警察統計資料より

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
例本庁(総務課) :55-3111又は56-3111

| | | |
|------------|----------|--------|
| 本庁(総務課) | ☎22-3111 | ☎55・56 |
| (情報管理室) | ☎22-3253 | ☎55 |
| 財政課 | ☎22-3204 | |
| 税務課 | ☎22-3148 | ☎55・56 |
| 内牧支所 | ☎32-1111 | ☎55・56 |
| 波野支所 | ☎24-2001 | ☎24 |
| 市民課 | ☎22-3135 | ☎55 |
| (消費生活センター) | ☎22-3364 | ☎55 |
| 人権啓発課 | ☎22-3206 | |
| 福祉課 | ☎22-3167 | ☎55~57 |
| ほけん課 | ☎22-3145 | ☎55・56 |
| (保健センター) | ☎22-5088 | ☎55・56 |
| 農政課 | ☎22-3274 | |
| 観光まちづくり課 | ☎22-3174 | |
| 建設課 | ☎22-3187 | |
| 住環境課 | ☎22-3169 | |
| 水道課 | ☎22-3196 | |
| 教育課 | ☎22-3229 | |
| 会計課 | ☎22-3284 | |
| 議会事務局 | ☎22-3279 | |
| 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 (H25.9.30現在)

| | | |
|-----|----------|--------------|
| 人口 | 28,223 人 | (前月から 18人 ↓) |
| 男 | 13,321 人 | (前月から 11人 ↓) |
| 女 | 14,902 人 | (前月から 7人 ↓) |
| 世帯数 | 11,217 戸 | (前月から 7戸 ↑) |

お知らせ

12月1日は「世界エイズデー」です

阿蘇保健所では、「世界エイズデー」にあわせ、通常の検査日に追加して検査を実施します。検査は、無料・匿名で受けられます。

エイズは、HIVというウイルスに感染して起こる病気です。感染から発病まで、数年の潜伏期があり、感染していても早期に発見し治療を始めることで、発病を予防することが可能です。

検査は予約制で、結果は採血

後、約1時間でお知らせします。

(問)阿蘇保健所保健予防課

☎32・0535

ITサポートセンターを開設しています

パソコンの設定サポートを受けたい、自宅を無線LANにしたいなど、パソコンのことで困ったら、阿蘇テレワークセンターまでお問い合わせください。電話対応は365日受け付け、平日は訪問・持ち込みサポート対応を行っています。(持ち込みの場合は無料)

また、訪問・持ち込みサポートを受けたいけど平日は仕事で

忙しくて時間が取れない方などは、阿蘇テレワークセンターのスタッフが休日、ご自宅へ訪問し対応します。(有料)

●対応時間

午前8時30分～午後5時30分
※休日対応は事前にご予約ください。

(問)阿蘇テレワークセンター

☎23・6009

初心者向けIT講習会

初心者の方を対象とした、IT講習会を開催します。最新のOS(ウインドウズ8)を搭載したパソコンの使い方や、簡単な文書作成、インターネット

ショッピングが体験できる講座を開設します。

●とき 11月14日(日)

▼初めてのパソコンコース (ウインドウズ8)

午前10時～12時

▼インターネットコース

午後1時～3時

●ところ 阿蘇公民館

●参加費 無料

※ごなたでも参加できます。

●定員 各コース10人

※定員になり次第締め切り。

●申込先

阿蘇テレワークセンター

☎23・6009

※お電話にてお申し込みください。

11月は労働保険適用
促進強化期間です

事業主の皆さま、「労働保険」の加入手続きはお済でしょうか。「労働保険」とは、労災保険と雇用保険を合わせた総称で、政府が管掌する保険制度です。

この「労働保険」は事業の種類や規模に関わりなく、農林水産業の一部を除いて、労働者を一人でも雇用している事業主は、加入手続きを行い労働保険料を納付しなければなりません。

しかしながら、サービス業などを中心に、加入手続きがなされていない事業場があります。

この解消に向け厚生労働省では、11月を「労働保険適用促進強化期間」と定まえて、労働保険の適用促進を図ることとしています。

労働者の方が業務上や通勤途中で負傷したり、病気にかかったり、あるいは死亡された場合に、必要な労働保険給付が受けられるよう、速やかに保険の加入手続きをお願いします。加入手続きに関する問い合わせは左記までお願いします。

問 熊本労働局労働保険徴収室
☎ 096・211・1702

募 集

幼稚園入園募集

阿蘇市内の2つの幼稚園では、平成26年度園児を募集しています。

【阿蘇中央幼稚園】

● 願書受付 11月2日(土) ↓

● ところ 阿蘇市黒川758

● 事務局 ☎ 32・3643

【あそひかり幼稚園】

● 願書受付 11月1日(金) ↓

● ところ 阿蘇市一の宮町中通

302・5

● 事務局 ☎ 22・0089

幼稚園就園奨励費
補助金制度を受けられます*

※所得要件あり

【預かり保育(こども)】

● 阿蘇中央幼稚園 平日午前7時30分～午後6時まで(午後

5時までは無料)

● あそひかり幼稚園 平日午前

8時～午後6時まで(無料)

● その他

詳しくは、

各幼稚園

事務局ま

でご連絡

下さい。



保安林に関する確認・お問い合わせは、県が対応しています！

保安林制度とは？

○水源のかん養、山地災害の防止、保健休養の場の提供など、私たちの暮らしを守るために特に重要な役割を果たしている森林を保安林に指定し、その森林の持つ機能が失われないように伐採を制限したり、適切に管理することによって、期待される働きを維持することを目的としています。

保安林における制限は？

○立木竹の伐採や作業道の開設などの土地の形質を変更する行為を行う場合、事前に県の許可または県への届出が必要です。
○立木を伐採後、木を植えなければもとの森林状態に回復しない場合は、伐採跡地への植栽が義務づけられます。

保安林であるかの確認は？

○保安林は、その土地の所在地(地番)をもって指定されており、県が保安林台帳を作成し管理しています。
○一筆の土地の一部が保安林に指定されている(部分指定)場合、土地登記簿では地目が保安林でない場合がありますので、保安林台帳での確認が必要です。

保安林の特例措置は？

○固定資産税、不動産取得税及び特別土地保有税が課税されません。
○相続税、贈与税は伐採制限の内容に応じて相続税等の評価の際に3～8割が控除されます。
○(株)日本政策金融公庫の融資の特例があります。(一定の条件を満たす場合)

問い合わせ 阿蘇地域振興局林務課 ☎ 22-3649

イベント・催し

人権フェスティバル

12月4日から10日の人権週間に合わせて、左記のとおり人権フェスティバルを開催します。

展示部門では、園児が描いた人権絵画や児童・生徒が考えた人権標語などを多数展示します。ステージ部門では、人権啓発キャラクター「コッコロ」のステージや講演などを予定しています。

また、人権擁護委員による特設人権相談所も開設します。この機会に「人権」について一緒に考えましょう！

- とき 12月5日(木)
午後1時30分
- ところ 阿蘇体育館
(阿蘇市人権啓発課)
- ☎22・3206



生涯骨太クッキング

「ロコモティブシンドローム」という言葉を聞いたことがありますか？

加齢や生活習慣が原因で骨や筋肉の働きが衰えて、日常の動作が困難になるものです。



食生活改善推進員協議会とともに、ロコモティブシンドローム予防対策について考えてみませんか。内容は講義と調理実習です。皆様のご参加をお待ちしております。

- とき 12月2日(日)
午前9時30分～午後1時
- ところ 一の宮保健センター
- 対象 40～60歳代の女性
- 定員 30名
- 持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、健康診断の結果表(個人の身体に合わせた学習を行います)
- 参加費 無料
- 申し込み 一の宮保健センター
☎22・5088

第6回阿蘇体育館はまつてやるラージボール卓球大会

ラージボール卓球交流の輪を広め、阿蘇地域の卓球愛好者の健康維持と親睦を深めるラージボール卓球大会を開催します。

- とき 12月7日(土)
午前8時30分～
- ところ 阿蘇体育館(内牧)

●参加資格 平成25年4月2日現在で、50歳以上かつ左記のいずれかに該当する人

- ①阿蘇市在住
- ②阿蘇市のクラブに所属
- ③阿蘇市内に勤務している
- 参加料 500円

●申込 所定の申込用紙により、郵送・FAX・持参によりお申し込みください。

- 申込期限 11月29日(金)必着
- 申込先 はまつてやるラージボール卓球大会事務局(阿蘇体育館内)
〒869・2301
阿蘇市内牧267番地
☎32・4000(FAX同)



第2回 くまもと未来会議 リレー講演

平成20年から開催している「くまもと未来会議」を、今年度から「リレー講演」として各地域でも開催することとしました。第2回を阿蘇市で開催します！

- とき 11月21日(木)
午後2時30分開会
- ところ 阿蘇の司、ピラパークホテル 1階フラーホール

●入場料 無料

●定員 200人程度

●講演 「知の集積く地域が世界へ飛躍する瞬間」
(講師) ▼五百旗頭真氏(公立大学法人熊本県立大学理事長) ▼近藤誠一氏(前文化庁長官)

●鼎談 「世界の阿蘇であるために」(右記2名及び蒲島郁夫熊本県知事)

●申込方法 電話、FAX、Eメールのいずれかにより、①氏名・住所・電話番号をお知らせください。11月20日(金)まで

- 申込先 熊本県企画課
☎096・3333・2019
F096・382・4066
Eメール:kikaku@pref.kumamoto.lg.jp

行事・イベント

11月

- 9日 田：阿蘇市子ども芸術祭（阿蘇体育館）
// 消防団非常呼集訓練（・10日）
- 10日 田：波野新そばまつり（神楽苑）
- 12日 田：生涯学習講座①「新聞で生き生きライフ」（農村環境改善センター、18：30～）
- 26日 田：生涯学習講座②「新聞で生き生きライフ」（農村環境改善センター、18：30～）

12月

- 1日 田：NHKのど自慢（阿蘇体育館）
// 第9回阿蘇市民地域対抗駅伝大会
- 5日 田：阿蘇市人権フェスティバル（阿蘇体育館）
- 6日 田：阿蘇火山防災訓練（山上周辺一帯）
- 8日 田：ちびっ子とお母さんの陸上交流会（農村公園あびか、9:00～）
- 15日 田：第37回阿蘇郡市町村対抗駅伝大会

スポーツ施設スケジュール

（内容は10月18日現在）

●阿蘇体育館（☎32-4000）

11月

- 23日 田：阿蘇郡市中学学年別卓球大会
- 24日 田：熊本県バスケットボール大会

12月

- 7日 田：はまってやるラージボール卓球大会

●農村公園あびか（☎32-5081）

11月

- 23日 田：陸上記録会

12月

- 14日 田：陸上記録会



秋の全国火災予防運動
11月9日～11月15日

消すまでは
心の警報
ONのまま
（2013年度標語）

●重点目標●

- ①住宅防火対策の推進
- ②放火火災・連続放火火災防止対策の推進
- ③特定防火対象物等における防火安全対策の徹底
- ④製品火災の発生防止に向けた取組の推進
- ⑤多数の観客等が参加する行事に対する火災予防指導等の徹底

400mL 献血にご協力ください

- とき 11月13日 田 午前9時30分～11時まで
- ところ 大阿蘇環境センター未来館
- 問い合わせ 阿蘇市ほけん課 ☎22-3145



阿蘇ポリス
インフォメーション Vol.11
阿蘇警察署 ☎22-5110
ASO POLICE INFORMATION

ひのくにピカピカ運動

現在、秋から冬にかけての交通事故を防止するため、熊本県交通安全推進連盟主唱のもと、「ひのくにピカピカ運動」が実施中です。

運動の期間

10月15日 田から2月28日 金まで

運動の重点

- (1) 反射材の活用 夜間の外出時には、明るい服装と反射タスキなどを身につけ、自分の存在をアピールしましょう。
- (2) 前照灯の早め点灯と上向き点灯の励行 運転者は日没前から早めに前照灯を点灯し、対向車がないときはライトを上向きにして、早期に歩行者等を発見しましょう。

歩行者、自転車、自動車がお互いに『早く発見する、早く発見してもらえる』ような行動を心がけて、交通事故を防止しましょう！



阿蘇市内の小・中学校を紹介するコーナー

自慢の学校

School of the pride ●●●●

第1回 一の宮中学校



(所在地) 阿蘇市一の宮町宮地
(生徒数) 293人 (創立) 昭和22年
(学校長) 岩切 昭宏 (教頭) 中村 賀一

「一中ブランド」づくり

アワーズスクール
293人とともに創る一中ブランド

『一中ブランド』。これは、本年度の生徒会スローガン

です。阿蘇の代表、阿蘇の中心として、模範たる中学生を目指すという希望に満ちたスローガンです。阿蘇市民の方々に、「一中生だから大丈夫!」「一中生だから任せられる!」「一中生だから私は大好き!」そう言っていただけのような一中生になるよう、生徒・職員・保護者が心を一つにして頑張っています。

6月の中体連大会団体戦では、軟式野球、ソフトボール、サッカーの3種目で優勝し、県大会に出場しました。サッカー部は14年ぶりの優勝で一中では、「14年ぶりの奇跡」と呼ばれ、全校生徒で喜びました。

9月に行われた阿蘇郡市中体連陸上大会では、男子準優勝、女子優勝、総合優勝を果たしました。うだるような暑さの中でも、雨や風の強い日でも、放課後も

休日も、全力で頑張ってきた成果です。

学習も頑張っています。授業中の集中力は当然のこと、家庭学習毎日90分以上にも全員で取り組んでいます。一中生としての誇りを持ち、着実に頑張ります。応援してください。



医療法人社団 坂梨会

病床数260床、阿蘇唯一の産婦人科も有する 阿蘇温泉病院

- 内科 ●内視鏡検査 ●総合診療科 ●整形外科 ●小児科 ●腎・泌尿器科
- 耳鼻咽喉科 ●皮膚科 ●眼科 ●緩和ケア相談 ●歯科 ●産婦人科

阿蘇市内牧1153-1 ☎0967-32-0881

緩和ケア病棟・透析センター

桃花水

阿蘇市内牧1159-6
☎0967-32-5250

併設施設

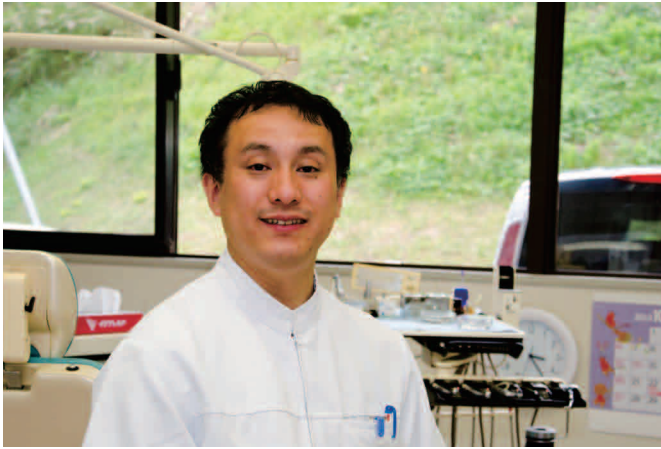
介護老人保健施設
愛・ライフ内牧
☎0967-32-5511

ケアハウス
茶寿苑
☎0967-32-3955

居宅・訪問介護事業所
春草苑
☎0967-32-4021

あそ整骨院苑
☎0967-32-5488

広告



たかむね やすお
高宗 康隆 医師(37歳)

《profile》

資格 歯科医師、医学博士、歯科臨床研修指導医、歯科口腔外科専門医

略歴 大学歯学部卒業後、熊本大学医学部附属病院歯科口腔外科に12年6か月勤務。

—趣味について

歴史が大好きです。あらゆる時代が好きですが、特に鎌倉末期・室町時代、明治・大正・昭和時代が好きです。他はお酒や食べることが大好きで、肉・野菜には目がありません。

—阿蘇の印象

神代より脈々と続く阿蘇の歴史は、その景観とともに雄大で、大変興味がそそられます。その阿蘇で仕事ができるのは最高です。今後、いろいろな祭りやイベントに許される限り参加したいと思っています。

—診療で心がけていること

患者さん中心の診療という考えは、全国津々浦々どこでも一緒だと思います。私は患者さんとともに疾患に対して考え、相談し、患者・医療従事者「一心同体」の精神で、診療を進めるべきだと考えます。

一方的に患者さんの考えだけで診療を進めてもダメだし、医療従事者だけの判断で診療を進めても患者さんの為にもならないと考えます。医療は患者さん

と医療従事者の二者が一つにならないと進んでいかないと日頃から考えています。

—これからの歯科医療

以前から思っていることです。熊本県は医療において特に歯科口腔外科に関しては地域格差があるように感じられます。熊本市はもちろん天草や水俣、人吉といったところは、以前から1次医療機関(かかりつけ歯科医・開業医)から2次(入院施設のある総合病院)、3次(高度医療施設・熊本大学病院)と医院と病院間の連携(患者さんについての連絡・紹介など)が完璧に確立されています。

しかし、八代や阿蘇などには歯科口腔外科の病院歯科が存在しません。そのため患者さんばかりつけ歯科医から直接熊大などへ紹介・受診しないといけない状況です。阿蘇の場合、片道1時間、2時間近くかかる道のりを車で移動したりするのは大変だと思われれます。

できれば今後、阿蘇全域を網羅した公的病院に歯科口腔外科が開設されれば、阿蘇の歯科医

療はかなり充実したものになると思います。

—市民の皆さんへ

もともと口腔外科を専門としておりますが、波野地区に限っては一般歯科治療を含めた口腔管理に全力を尽くしたいと思えます。そもそも、阿蘇のその範囲は広大で、阿蘇全域に歯科医療が充実しているか疑問に感じられます。

特に阿蘇の中でも波野地区はやや僻地にあり、それ故に歯科開業医の先生が波野地区にはおりません。波野診療所は唯一残された診療所であり、今後も診療所の存続と充実した診療内容で患者さんの満足いく診療を目指したいと思っています。

また、熊本大学勤務時代には口腔癌の診療に深く関わっておりましたので、阿蘇地区にお住まいの方で口腔癌ではないかと不安な方や口腔癌治療経験のある患者さんで、定期的な口腔癌治療後の診察をご希望な方は是非、こちらへ足を運んでください。

ALT diary

外国語指導助手の日記



火の山まつりを楽しむオンドレ先生

はじめまして。波野中学校の外国語指導助手（ALT）のオンドレ・バーテルです。

私は、ニュージーランドのクライストチャーチという街から8月に来日しました。

ニュージーランドは、美しく雄大な自然があり、友好的な人々と羊がたくさんいるのんびりした素敵な場所です。クライストチャーチは「ガーデシテイ」と呼ばれるほ

ど公園と緑の多い美しい街です。阿蘇に来て数ヶ月が経ちますが、ニュージーランドと同じようにとても美しく雄大な自然に囲まれ、親切で優しい人々が暮らす場所だと感じています。

私の両親や兄弟はアメリカに住んでいます。私にはニュージーランドで出会った日本人の妻がいます。今回は妻と一緒に来日し阿蘇での生活を始めました。妻は英語を流暢に話すことができ、実家のある大分の家族や親戚とともに私の新しい生活を支えてくれています。

私は教育の分野に興味があり、ニュージーランドでは教育学を学んで小学校の教員をした経験があります。

阿蘇では、波野中学校の外国語指導助手として勤務し、波野小学校、阿

オンドレ先生は空手の達人!?

オンドレ先生は5歳から空手を始め、以来、32年間トレーニングを続けられています。現在は、6段位を取得され（取得時、世界最年少取得者）、世界中で指導を行ったり、大会に出場されたりしています。来年、日本武道館で開催される世界大会にもニュージーランド代表団の選手（団長）として出場される予定です。

これまでに指導してきた国々には、イタリア、ドイツ、オーストラリア、南アフリカなどがあります。興味がある方はインターネットの検索サイトで先生の名前を入力してみてください。たくさんの画像や動画を見ることができます。

Andre bertel

検索

蘇小学校、山田小学校にも訪問します。子どもたちにも外国語や外国文化について教えることで、子どもたちが、自分自身や自分の国に対して自信や誇りを持てるようにお手伝いしたいと思います。

また、一の宮中学校外国語指導助手のゴンザガ先生とともに、市の生涯学習講座（英会話教室）の中級クラスを担当しますので、受講されている皆さん、よろしくお願います。私を見かけたらぜひ声をかけてください。これからお世話になります。

波野中学校外国語指導助手
オンドレ バーテル

風の通る呼吸する木の家

渡辺建設株式会社

〒869-2223 阿蘇市竹原4-1 TEL 0967-34-0257

info@t-watanabekensetsu.com

検索は

注文住宅

リフォーム

古民家再生

昔ながらの生活で燻し磨かれた古材の活用、和の趣を活かす。

古民家一級鑑定士 渡辺富廣
伝統資材施工士



広告



阿蘇市在住。
絵や講演で活躍中。

絵・文 あべまりあ

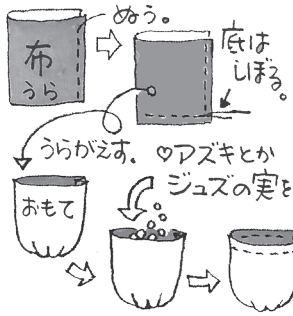
「自然と共に遊び生活した子どもの頃の体験は宝物だ。心身を強くし、感性を豊かにする。阿蘇の大自然を守るためにも次代を担う若い人や子どもたちにもぜひ伝えたい！」と願い、あべさんが描かれた作品をお届けします。

♪ あんぽこと〜♪ ♪ こんぽこと〜♪



興くなくてくると
私たちは学校の廊下で
お手玉や、おはじきや
あやとり等をして遊んだ。
ガラス越しに木の障子まが
ポカポカポカの
あの木造の校舎も
とっくの昔に無くなった。
少子化でみんなの母校が
次々と消えてゆく今、
せめて思い出をもう。
あんぽこと
こんぽこと〜♪

お手玉の 作り方



★この後、おひとつ
おふたつ〜と
増えておあそびする。



※親玉を上にならべているうちに
全部をサッとすくって、パツと放つ。



←中に入ってるアズキや
ジュズの実の音が

お手玉



基本はこれ!

「おーからー」
というのを
よくやっていました。

月やわらかくて
やさしい〜♡

あやとり

♡セーターの毛糸の
残りをって...♡



★梯子とか東京タワーなど
あざやかなのを作れると
みんなワーワー
キャーキャーだった。



★ほうきは
よく作っていたのに
作り方は
忘れちゃった
な〜。

おはじき

♡自分の親玉も指で
はじいて、
他のおはじきに
当ててゆく。
外したら
次の人に
替わる。



見ていただけでも
たのしかった。
♡ガラスの中の
模様が
フシギ
だった。



そして
マンガの本も読んだ!
将来 その本に自分の描いたマンガが
載るなんてネ!!
人生はおもしろい♡

♡子どもたちよ!!
夢実現に向けて、どんどんチャレンジしてねー!



★ビーズも
きれいだね。



オススメ図書 新刊案内

あなたの知的好奇心『見たい！知りたい！』を満足させるおすすめ本や話題の本など様々なジャンルの本をご案内します。

11/22/63 上下 ▷ スティーヴン・キング著

タイトルを見て、この小説の題材が何なのかわかる人はどのくらいいるでしょう？！

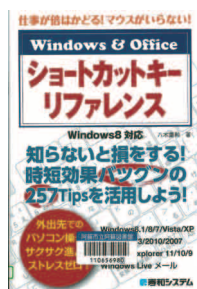
著者は、『グリーンマイル』などで知られるあのスティーヴン・キング！タイトルを日本語になおすと、一九六三年十一月二十二日となります。主人公は、この日に起こったある悲劇を食い止めるため、過去へと通じる穴のなかへ…。世界最高峰のストーリーテラーによる1000ページに亘る感動の超大作。



ショートカットキーリファレンス ▷ 八木 重和著

今や生活必需品となったパソコン！より早くスムーズに仕事をこなすためにこの本をご紹介します。

ショートカットキーを使えば、マウスがなくてもあっという間に操作できます。マウスが使いがらみ外出先でもストレスフリー。えっ！こんなことできるの？と驚くことうけあいの使用方法まで。知らないと損しますよ。



ぜんぶわかる世界遺産 上下

今年、文化遺産として富士山が世界遺産に登録され、世界遺産に対する関心はとても大きいのだとニュースを見て感じました。私たちの住む阿蘇も世界遺産登録を目指していますよね。

この本は、オールカラーで国や地域別の世界遺産マップもあり、とても見やすいです。見るだけで世界遺産を訪れたような気持ちになれます。ゆっくりしたい休日に見るにはもってこいです！



『香川真司』一蒼き SAMURAI ワールドカップをめざせ！ ▷ 本郷 陽二編

2014年のワールドカップを目指す日本代表の選手たち。幼いころからの夢をかなえた選手たちは、なにをやってきたのか？イングランドの名門クラブ、マンチェスター・ユナイテッドで活躍する香川真司選手は、プロになり、海外で活躍したいという、小学生の時に描いた夢を実現しました。その道のりを紹介します。

蒼き SAMURAI ワールドカップをめざせ！シリーズは全4巻で、ほかに本田圭佑選手、川島永嗣選手、内田篤人選手の本があります。



移動図書館

日程

阿蘇地区 東コース

11月12日 12月10日

山田公民館
13:35 ~ 13:50
下の原公民館
14:00 ~ 14:15
西役犬原公民館
14:25 ~ 14:40
竹原公民館
14:50 ~ 15:10
猿渡製材所前
15:20 ~ 15:35
坊中公民館
15:40 ~ 16:00
佐伯商会前
16:10 ~ 16:25

阿蘇地区 西コース

11月19日 12月17日

枳天満宮
14:20 ~ 14:40
赤水駅前
14:50 ~ 15:10
宮本酒店前
15:20 ~ 15:40
上の小屋前バス停
15:50 ~ 16:10

一の宮地区

11月21日 12月19日

波野保健福祉センター
10:40 ~ 11:10
坂梨公民館
13:30 ~ 13:50
古城公民館
14:00 ~ 14:20

※冬季は、天候や道路状況により巡回を中止することもありますのでご了承ください。



～守っていききたいわがまちの景観と人々～

「高森町商店街」

高森町商店街は阿蘇カルデラの南外輪山の最東部（南郷谷）に位置し、日向や矢部に向かう交通上の拠点として形成されました。高森町の中心部には、創業250年の造り酒屋や創業140年を超える味噌・醤油醸造所等の土蔵白壁造りの建物が点在し、現在も営業を続けています。

また、大正から昭和初期にかけて、南郷谷の拠点として賑わっていた頃の旅館や飲食店、書店、呉服店等の風情ある町並みが今も残っています。

この高森町高森地区は「後世に残すべき伝統的・歴史的町並み」として認められ、平成25年3月、



熊本県が実施した【くまもと歴町50選】に選定されました。

くまもと歴町50選

検索

「世界遺産こぼれ話」Vol.5
—熊本県は歴史・文化の宝庫です！—

去る9月17日に、万田坑（荒尾市）・三角西港（宇城市）を含む「明治日本の産業革命遺産」が本年度の世界文化遺産候補として、日本国からユネスコに推薦されることが決定しました！

来年夏に、海外の専門機関による現地調査を経て、順調にいけば再来年の夏頃、世界文化遺産として登録されます。

また惜しくも推薦には至らなかった、天草の崎津集落を含む「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」についても、来年度の推薦決定を目指しています。

熊本県のホームページでは「阿蘇」に加え、これら2つの世界遺産候補についても紹介をしています。ぜひご覧ください。

熊本 世界遺産

検索

次回のコラムは南阿蘇村が担当します

食改 だより

食生活改善推進員協議会



9月24日、分1区、2区、3区のいきいき教室が行われ、60名が参加しました。内容は、「体重や身長、握力、血圧等の体力測定」「介護予防体操」「運動指導士による結果説明」でした。体力測定は、自分の体力の状態を確認でき、これまでの自分の生活などと体の状態を振り返る良い機会となりました。介護予防体操では、運動指導士による膝痛や腰痛を軽くするための運動を行いました。

食改からは、自分の体の状態を詳しく把握するために住民健診は全市民の皆さんに受けていただきたいということ、また、栄養や食のバランスの大切さについてのお話をしました。特に食事については、日々の生活の中で塩分、糖分、脂肪の取りすぎに注意していただくことを願いました。昼食には、食改が作った野菜カレーとサラダを試食し、皆さんにとても喜んでいただけました。



いきいき教室の皆さんと体づくり
把握しておきたい「自分のカラダ」



子育て支援センター情報

11月・12月

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

| 月 | 日 | 曜日 | のんびり広場 | すくすく広場 | ぴよぴよ広場 |
|-----|----|----|---|--|--|
| | | | ●場 所 波野保育園内 ●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 | ●場 所 一の宮子育て支援センター (りんどう保育園横) ●開放日 月～土曜 ●時 間 8:00～17:00(土は12:00まで) ●電 話 22-4539 ※お知らせ端末同番号 | ●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 |
| 11月 | 11 | 月 | | | 食生活改善推進員さんによる料理教室 (9:40 一の宮保健センター集合) 要予約 |
| | 12 | 火 | | 体験保育 (9:30 りんどう保育園集合) 要予約 | |
| | 13 | 水 | おもちゃを作ろう | | 親子ふれあい体操 (3B体操指導者:大塚美和氏) |
| | 14 | 木 | | わいわい子育て相談会 (乳幼児健診医、江崎真澄先生による子育て相談会) | |
| | 19 | 火 | | リース作り 要予約 | |
| | 20 | 水 | 発表会の準備をしよう | | 不用品交換会・お店屋さんごっこ |
| | 21 | 木 | | 茶道教室 要予約 | もみじ狩り交流 (10:30 乙姫の家集合) 要予約 |
| | 26 | 火 | | 誕生会・計測日 (家庭教育支援コーディネーター、井浩子先生による親の学びプログラム) | |
| 12月 | 27 | 水 | リースを作ろう | | 誕生会・体験試食会 おはなし会「アップル」 |
| | 28 | 木 | | カントリーダンスをしよう | お手玉を作って遊ぼう |
| | 3 | 火 | | 編み物教室 (鍵針・毛糸持参) | |
| | 4 | 水 | | | 計測・作って遊ぼう おやつ試食会 |
| | 5 | 木 | | 編み物教室 (鍵針・毛糸持参) | |
| | 7 | 土 | 保育園の発表会に参加しよう | | |
| | 10 | 火 | | お正月飾り作り 要予約 | |
| | 11 | 水 | | | 英語で遊ぼう (歌やゲームで遊ぼう) |
| | 12 | 木 | | 調理実習 (9:30 一の宮保健センター集合) 要予約 | |

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☎22-3850まで)

**平成26年度 学校法人大阿蘇学園
園児募集 阿蘇中央幼稚園**

1年保育5歳児 (平成20年4月2日～平成21年4月1日)
 2年保育4歳児 (平成21年4月2日～平成22年4月1日)
 3年保育3歳児 (平成22年4月2日～平成23年4月1日)
 満3歳児 (平成23年4月2日～平成23年12月1日)

預かり保育
朝) 7時30分～
夕) 18時まで

☆うれしい♪『幼稚園就園奨励補助制度』があります(所得に応じて補助がでる制度です)
 ☆働くお母さんお父さんの味方!『夏季保育&冬季保育』実施しております。
 ♪♪～随時受付しておりますので、お気軽にお電話ください。 TEL0967-32-3643

広告

各種健診の日程

4カ月児健診

11月12日(日) 対象者 H25.6.16~7.15生まれ
(受付) 通知に記載 (場所) 一の宮保健センター

7~8カ月児健診

12月3日(日) 対象者 H25.4月生まれ
(受付) 通知に記載 (場所) 一の宮保健センター

もうすぐ1歳児健診

11月12日(日) 対象者 H24.12月生まれ
(受付) 13:15~13:30 (場所) 一の宮保健センター

1歳6カ月児健診

11月26日(日) 対象者 H24.3月生まれ
(受付) 9:00~9:15 (場所) 一の宮保健センター

3歳児健診

11月19日(日) 対象者 H22.4.27~5月生まれ
(受付) 13:00~13:15 (場所) 一の宮保健センター

休日在宅医

| | | |
|--------|--------------|---------|
| 11月10日 | 一の宮整形外科 | 22-3911 |
| 11月17日 | 松見内科クリニック | 22-0260 |
| 11月23日 | 脇胃腸科 | 32-2500 |
| 11月24日 | さかなしハートクリニック | 24-6262 |
| 12月1日 | たくもと小児科クリニック | 34-2202 |
| 12月8日 | 栗林内科医院 | 24-1024 |

※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>

11月7日(日)・11月21日(日)
9:30~12:00 阿蘇保健福祉センター
問い合わせ 阿蘇市社会福祉協議会(☎32-1127)

年金出張相談<(国民年金・厚生年金)予約制>

11月15日(金) 10:00~15:00 阿蘇市役所
12月4日(日) 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(☎096-367-2503)

もの忘れ相談<随時受付・無料>

問い合わせ 地域包括支援センター(☎32-5122)
ほけん課(☎22-3145)

こころの相談<予約制・無料>

11月12日(日) 13:30~16:00 阿蘇保健所
予約先 阿蘇保健所(☎32-0535)

消費生活相談<無料>

11月20日(日)・12月4日(日)
10:00~15:00 内牧支所
問い合わせ 阿蘇市消費生活センター(☎22-3364)

登記相談(売買・贈与・相続等)<無料>

11月21日(日) 10:30~15:00 内牧支所
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)

実施予防接種医療機関一覧

| 医療機関名 | 電話番号 | ヒブ | 小児用肺炎球菌 | BCG | 不活化ポリオ | 三種混合 | 四種混合 | 麻しん風しん | 日本脳炎 | 二種混合 | 子宮頸がん |
|--------------|----------|----|---------|-----|--------|------|------|--------|------|------|-------|
| 古閑医院 | ☎22-3000 | | | | | | | ● | ● | | ● |
| 松見内科クリニック | ☎22-0260 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | ● |
| 市原胃腸科外科 | ☎34-1211 | | | | | | | ● | | | ● |
| 脇胃腸科 | ☎32-2500 | | | | | | | ● | | | ● |
| 小野主生医院 | ☎32-0039 | ● | ● | | | | | ● | ● | | ● |
| 問端内科 | ☎32-0102 | | | | | | | ● | | | ● |
| 家入整形外科 | ☎32-0048 | | | | | | | ● | | | ● |
| 阿蘇温泉病院 | ☎32-0881 | | | | | | | ● | ● | | ● |
| 坂梨ハートクリニック | ☎24-6262 | | | | | | | ● | | | ● |
| たくもと小児科クリニック | ☎34-2202 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | ● |
| 栗林内科医院 | ☎24-1024 | | | | | | | ● | ● | | ● |
| 阿蘇中央病院 小児科 | ☎34-0311 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 波野診療所 | ☎24-2203 | | | | | | | ● | | ● | ● |

※予防接種の対象者については、各予防接種に応じて個別通知や本誌紙面などで定期的にご案内します。

※予約制ですので、必ず事前に電話予約をしてください。また、受診の際は母子健康手帳と問診票をご持参ください。

【問い合わせ 一の宮保健センター ☎22-5088 お知らせ端末55-5088】



寒さが増すに連れ、食卓に温かい鍋やスープが並ぶ季節がやってきます。汁物で気になる塩分を減らすコツの一つに、具材の量を増やすことがあります。健康な成人の体を良い状態に保つ野菜の量は、1日350gです。葉菜と根菜、偏らないようにとることがポイントです。

体があたたまる ハクサイと肉団子のスープ

材 料 (4人分)

- ハクサイ 400g ●ニンジン 100g
- コマツナ 200g ●春雨 20g ●水 4 カップ
- 塩 小さじ 1 ●酒 大さじ 2

[肉団子]

- 豚挽き肉 150g ●ネギ 10cm ●しょうが汁 少量
- 醤油 小さじ 1 と 1/2 ●片栗粉 小さじ 1

作 り 方

- 1 ハクサイの軸は一口大くらいのそぎ切り、葉は大きめのざく切りにする。
- 2 ニンジンは2~3mmの厚さの輪切りに、コマツナは2~3cmに切り、少しゆでしておく。
- 3 ネギはみじん切りにする。
- 4 春雨は少しゆでもどし、水気をきって食べやすい長さに切る。
- 5 ボールに肉団子の材料を入れる。粘りが出るまでよく混ぜ合わせ、2cmくらいの団子を作る。
- 6 鍋に水4カップを入れ、煮立ってきたら肉団子を加える。団子が浮きあがったらアクをとり、2分ほど煮て取り出す。
- 7 ⑥の汁にハクサイとニンジンを加え、15分程中火で煮て、肉団子をもどしコマツナと春雨を加え、塩と酒で味をととのえ、2~3分煮て仕上げる。

Data

- エネルギー 139kcal ●たんぱく質 8.6g
- 脂質 5.5g ●カルシウム 142mg ●塩分 1.8g

FRESH MAN

さわやか

フレッシュマン

植木 泰士^{たいし}さん (24歳) (行政区:北2区)
熊本日日新聞社 阿蘇総局勤務

- 〔趣味〕海外旅行 〔趣味〕けん玉
- 〔好きな言葉〕なるようになる (Que sera sera)
- 〔好きな女性のタイプ〕
ポジティブで思いやりのある人
- 〔阿蘇の好きなところ〕
自然豊かで水がおいしく、温泉がわくところ

Q. 仕事の内容 阿蘇市のさまざまな出来事
取材し、新聞記事を書く

Q. 仕事で、日頃から心がけていること
物事の本質は何かを考える



FRESH MAN

