

# ASO田園空間博物館通信

Vol. 2

先月号から始まった通信ですが、今月号では、任意団体・ASO田園空間博物館の西岡ヤス子理事長に、「ASO田園空間博物館グランドオープン」夏休み企画まつり」についてお話をうかがいました。

Q 任意団体・ASO田園空間博物館とはどういった団体ですか？

A 阿蘇市全体を屋根のない博物館にたとえ、自然と人々が織り成してきた有形・無形の地域資源を展示物（サテライト）として保全活用し、その活動を通じ、都市と農村の交流を図り、まちづくりの推進や環境保全・文化・芸術の振興など阿蘇市の活性化に寄与することを目的とした組織団体です。

Q 今回の「ASO田園空間博物館グランドオープン」夏休み企画まつりへの思いをお聞きたいのですが。

A 私たちは、まだ誕生したばかりの団体です。今後、阿蘇市のあらゆる地域の方々と連携・協力し、当初の目的達成のため活動していく必要があります。今回の企画は、団体の本格的活動の幕開けとして、また、阿蘇市と協力し推進する田園空間博物館普及啓発事業の第一弾として行うイベントになります。



ASO田園空間博物館理事長  
西岡ヤス子（にしおか やすこ）

（役職）  
阿蘇市地域婦人会副会長  
阿蘇市健康を守る婦人の会副会長  
阿蘇市交通安全母の会副会長  
阿蘇市明るい選挙推進委員  
熊本県地球温暖化防止推進委員  
でも一番は百姓（米とトマト）

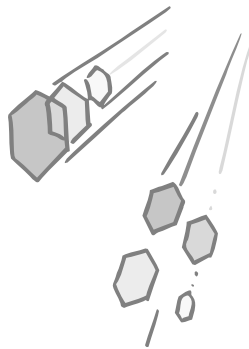
8/27（土）開催  
座談会  
「阿蘇の未来を語ろう」

開催日時：8月27日（土）  
14：00～16：00

場 所：総合案内所  
参加費：500円（お茶菓子付）

座談会形式で行います。  
佐藤市長も参加予定です。

主催：ASO田園空間博物館  
共催：ゆめたまご実行委員会



## サテライト・イベント～再発見！阿蘇の旅～

8月7日 （日）	「清らの里“西湯浦”で祭る七夕」 鎮座千年を越す“西湯浦八幡宮”の七夕みこし見学と“ゆたっと村”でツルっとそうめん流しを楽しもう！ 場 所：阿蘇市西湯浦 時間：10：00～15：00 参加料：1,500円 定員：30名
8月21日 （日）	「“そば”においでよ！波野高原」 そばを打って切ってゆでるまでを体験。 6haのそば畑も見学する“そば”な一日を体験 場 所：阿蘇市波野 時間：10：00～15：00 参加料：2,000円 定員：30名
8月28日 （日）	「中通で出会う古代☆ろまん」 古墳の点在する中通地区の自然と文化をさるきます。 「阿蘇をさるく会」学芸員のご案内します。 場 所：阿蘇市一の宮町中通 時間：10：00～12：00 参加料：1,000円 定員：30名

※すべてのサテライト・イベントが、総合案内所で9：30受付、10：00出発です。

事前に申込みが必要です。お申込みは総合案内所まで。

問合せ先

ASO田園空間博物館総合案内所（JR阿蘇駅前）Tel：35-5077／まちづくり商工観光課 Tel：22-3174

# <お知らせカレンダー>

8月

5日 (金)	<b>青少年相談</b> 13:00~15:00 (阿蘇保健福祉センター) <b>お達者健診</b> 9:00~11:00 (コミュニティーセンター)
7日 (日)	<b>中江岩戸神楽定期公演</b> 13:00~ (中江神楽殿)
8日 (月)	<b>お達者健診</b> 9:00~11:00 (阿蘇西小体育館)
9日 (火)	<b>消費生活相談</b> 13:00~ (阿蘇保健福祉センター) <b>3カ月児健診</b> 受付 13:00~13:30 (阿蘇保健福祉センター) 対象者 平成17年4月1日~4月30日生れ
10日 (水)	<b>心配ごと相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター) <b>お達者健診</b> 9:00~11:00 (尾ヶ石東部小体育館)
11日 (木)	<b>高齢者巡回相談</b> ※要予約 (Tel: 32-1127) 10:00~ (阿蘇保健福祉センター) <b>イースマイル健診</b> 受付 13:00~13:30 (一の宮保健センター) 対象者 平成14年4月~平成15年3月生れ
15日 (月)	<b>なみの高原納涼まつり</b> (道の駅波野「神楽苑」)
16日 (火)	<b>一の宮夏祭り</b> (一の宮中グラウンド) <b>1歳6カ月児健診</b> 受付 13:00~13:30 (阿蘇保健福祉センター) 対象者 平成16年2月1日~2月28日生れ
17日 (水)	<b>生涯けんこう栄養教室 (合同)</b> 9:30~ (一の宮保健センター)
18日 (木)	<b>心配ごと相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター) <b>イースマイル健診</b> 受付 13:00~13:30 (阿蘇保健福祉センター) 対象者 平成14年4月~平成15年5月生れ
19日 (金)	<b>社会保険出張相談</b> <国民年金・厚生年金> 10:00~15:00 (一の宮保健センター) <b>阿蘇火の山まつり</b> ~20日 (阿蘇市立体育館周辺)
20日 (土)	<b>心配ごと相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター)

22日 (月)	<b>土地建物相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター)
25日 (木)	<b>法律相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター) <b>3歳児健診</b> 受付 13:00~13:30 (阿蘇保健福祉センター) 対象者 平成14年3月1日~3月31日生れ
26日 (金)	<b>400ml 献血</b> (市役所駐車場) 9:30~12:00 / 13:00~16:00
27日 (土)	<b>あそ伝承遊び「竹細工・水遊び(水鉄砲)」</b> 10:00~12:00 (阿蘇神社前 ふるさとおもしろ館)
31日 (水)	<b>市県民税第2期・国民健康保険税第4期納期限日</b>

9月

4日 (日)	<b>中江岩戸神楽定期公演</b> 13:00~ (中江神楽殿)
6日 (火)	<b>7カ月児健診</b> 受付 13:00~13:30 (阿蘇保健福祉センター) 対象者 平成17年2月1日~2月28日生れ
7日 (水)	<b>社会保険出張相談</b> <国民年金・厚生年金> 10:00~15:00 (農村環境改善センター)
10日 (土)	<b>心配ごと相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター)
13日 (火)	<b>心配ごと相談</b> 10:00~12:00 (法務局阿蘇支局) <b>消費生活相談</b> 13:00~16:00 (阿蘇保健福祉センター)

## <阿蘇郡法律相談> 予約制・有料

実施日: 毎週金曜日 13:00~16:00

場所: 農村環境改善センター

予約先: 熊本県弁護士会 Tel: 096-325-0009

## 今月の予防接種

種類	対象者	実施日	実施医療機関
3種混合	7歳後 6カ月未 6カ月未 5カ月未 満	毎週金曜日 受付 13:00~ 15:00	阿蘇中央病院
BCG	6カ月未 満	第4火曜日 (8月23日) 受付 13:30~ 14:00	阿蘇保健福祉 センター
麻しん	満1歳 ~7歳 6カ月未 満	予約制です。 右の医療機関に 必ず電話予約を してください。	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 問端内科 林・松見内科医院 脇胃腸科 波野診療所 阿蘇中央病院
風しん			

## 休日在宅医

8月7日	大阿蘇病院	22-2111
8月14日	問端内科	32-0102
8月21日	小野主生医院	32-0039
8月28日	阿蘇温泉病院	32-0881
9月4日	市原胃腸科外科	34-1211
9月11日	一の宮整形外科	22-3911
9月18日	林・松見内科医院	22-0260

## <注意しましょう!!>

- ポリオ・BCG・麻しん・風しんの予防接種を受け  
たら、4週間は他の予防接種は受けられません。  
3種混合の予防接種を受けたら1週間は他の予防  
接種は受けられません。
- 治療中の病気やけいれんを起こしたなど、体のこ  
とで気になることがありましたら、主治医に予防  
接種を受けてよいか、必ずお尋ね下さい。
- 必ず母子手帳と問診票 (3~4カ月児健診時に配  
付) を持参して下さい。

問い合わせ先: 阿蘇市役所保健課 保健師

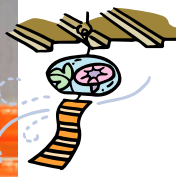
Tel: 22-3145 (直通)

Tel: 22-5088 (一の宮保健センター)

＜水あそび＞



天気の良い日は、毎日水遊びをして、クールダウンを図っています！



内牧保育園

暑い夏だつてへんちやう  
涼を求めてひと工夫

＜外で昼食＞



園内の渡り廊下を利用して、暑い日は外で昼食をとっています。

# クッキング

～食生活改善推進員協議会～  
食欲のないときにぴったり



## 梅の香大豆ごはん

- 【材 料】5人分  
 米 2合  
 水煮大豆 150g  
 ちりめんじゃこ 20g  
 だし昆布 10cm位  
 薄口しょうゆ 適宜  
 梅干し 適宜  
 青じそ 適宜

【作り方】

- ①米は洗って、ザルにあげておく。
- ②普通の水加減で米を炊飯器に入れ、だし昆布、ちりめんじゃこ、水煮大豆、薄口しょうゆを少々加えて炊き上げる
- ③梅干しの種を取り出し、さっと混ぜ合わせ、千切りにした青じそをちらす

梅の実には、ビタミンやミネラルはあまり含まれていません。しかし、梅干しになるとクエン酸などの有機酸を豊富に含むため、胃腸の働きを活性化して食欲を増進させ、疲労回復に役立ちます。また食物繊維を含むため、整腸作用と大腸の働きを活性化して便通をよくし、大腸ガンの予防にもつながります。なお、梅干しの効果を最大限にいかすなら、食前に食べるとより効果的です。

夏バテ気味で食欲がないときなど、裏ごししてドレッシングに入れたり、和え物に使ったり、梅干しの風味をいかしてさまざまな料理を楽しみましょう。

また、梅干しには防腐・殺菌作用があるのでお弁当などに入れると食中毒予防にもつながります。

ただし梅干しは塩分の含有量が多いので、とりすぎには十分注意しましょう！

(栄養士から)



# 孫と いっしょ

3月に二人目のお孫さんが誕生され、益々にぎやかになった山本さん御一家。4世代9人家族です。優太くんはいつもトラクターに乗せてくれるおじいちゃんが好き。優香ちゃんはママが10月から仕事に復帰するので、それからはおばあちゃんが子守りをしてくれます。ひいおじいちゃん、おばあちゃんもお元気で時々優香ちゃんにミルクを飲ませることも。

二人のお孫さんが名前のとおり優しく育てられることが家族みんなの願いです。

おじいちゃん山本勝信さん、おばあちゃん伊津子さん、ひいおじいちゃん友光さん、ひいおばあちゃんマサ子さん、お孫さん優太くん(2歳)、優香ちゃん(4か月)【折戸】