



## 新着案内

### 『4人の子どもを東大理三に合格させた佐藤ママが教える わが子の知能と心を育てる「読み聞かせ!」』

佐藤 亮子 著 (水王舎)

子育て成功のカギは絵本の読み聞かせだった。子どもを東大に合格させた佐藤ママが読み方のポイントや、読み聞かせを親子で楽しく続けるためのコツなどを解説する。



### 『バズる! オムライスレシピ』

オムライスのプロ 著 (KADOKAWA)

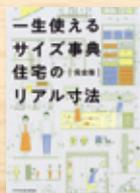
昔ながらのオムライス、ドレスドオムライス、たんぼぼオムライス…。フライパンの選び方や火加減のコツ、卵の焼き方、自家製ケチャップの製法なども丁寧に教えます。



### 『一生使えるサイズ事典住宅のリアル寸法』

(エクスナレッジ)

居心地を左右する基本の人体寸法、階段を降りる時の頭上の最適アキ寸法、家具家電、車や自転車とその収納、さまざまな寸法を丁寧に紹介。



### 『妖怪の子、育てます』

廣嶋 玲子 作 Minoru 絵 (東京創元社)

「妖怪の子預かります」第2部! 妖怪の子預かり屋を営む青年弥助は養い子の千吉と子妖怪たちが巻き起こす騒動に大忙しの毎日。ある日、双子の娘が不気味な影にさらわれて…。



### 『趙雲伝』

塚本 青史 著 (河出書房新社)

劉備や諸葛亮を支えた名将として、三国志屈指の人気を誇る趙雲子龍。公孫氏配下時代から、漢中攻めまで、その波乱の生涯を描く歴史大河ロマン。



### 『燕は戻ってこない』

桐野 夏生 著 (集英社)

29歳、独身、地方出身のリキは、非正規雇用ゆえに貧困にあえぐ。子宮・自由・尊厳を赤の他人に差し出し、東京で「代理母」となった彼女に失うものなどあるはずがなかったが…。



## 移動図書館

### 阿蘇・一の宮地区 (4月1日金・5月6日金)

西役犬原公民館	10:00 ~ 10:10	赤水駅前	11:15 ~ 11:25
▼		▼	
竹原公民館	10:15 ~ 10:30	宮本酒店前 (車帰)	11:35 ~ 11:45
▼		▼	
坊中公民館前	10:40 ~ 10:55	坂梨公民館	15:15 ~ 15:25

※天候や道路状況により巡回を中止する場合がありますのでご了承ください。

### 波野地区

(4月6日金・5月11日金)

波野保健福祉センター  
11:20 ~ 11:30

## ♪♪♪♪♪ 養護老人ホーム あそ上寿園 ♪♪♪♪♪

### 養護老人ホームとは?

現在置かれている環境では生活が難しく、経済的に困窮している65歳以上の高齢者が市町村長の措置によって入所できる施設です。



お酒の悩みごと、福祉の困りごとなどありませんか。

お悩みや不安など、お電話等で承っております。お気軽にご相談ください。

〒869-2226 阿蘇市乙姫1600番地1  
電話:0967-32-5501

入所ご希望の方は住所地の市町村へお尋ねください。

広告



**阿蘇医療センター**  
 ☎ 869-2225 阿蘇市黒川 1266  
 ☎ 34-0311 / ☎ 34-2273



# 熊本脂肪肝プロジェクトに取り組んでいます

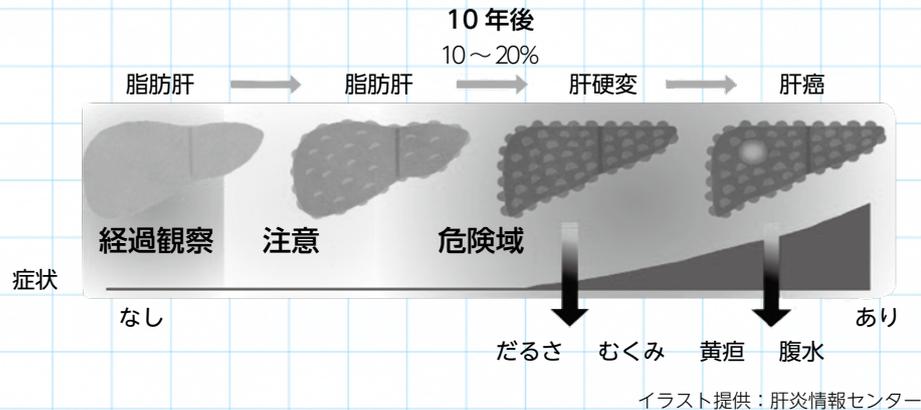
お酒を飲まないのに発症する脂肪肝を非アルコール性脂肪肝 (NAFL) と言います。

一部の人は肝臓で炎症が起こり、硬くなる線維化という現象が起き、非アルコール性脂肪肝炎 (NASH) に伸展します。

現在、国内には推定で 1,000 万～2,000 万人の NAFL 患者がいると考えられ、そのうち 100 万～200 万人が NASH に伸展すると言われていいます。放置すると 10 年後には約 1～2 割が肝硬変となり、数%に肝細胞癌が発生します。

このように脂肪肝が原因で発生する脂肪肝炎・肝硬変・肝がんにならないためには、「脂肪肝」の段階で放置しないで治すことが大切です。

当院では、血液検査の結果から計算できる「FIB-4 index」を用いて熊本大学病院肝疾患センターと連携し、最新の検査、治療ができる体制を確立しています。



下記の QR コードまたは URL から計算サイトにアクセスできます。  
 URL <https://gastro-kumamoto-u.com/fib-4-index>



FIB-4 index 計算サイト

この画面で 実際の数値を入力 FIB-4 index の 説明



FIB-4 index が **65 歳未満：2.0 以上**  
**65 歳以上：2.67 以上**  
 の人は、一度検査を受けましょう

結果が光る

熊本大学病院 肝疾患センター

TEL 096-372-1371

ご相談は無料で受け付けています  
 月～金 (祝日除く 10～16 時)



熊本脂肪肝プロジェクト HP

**宝石箱に眠っている 金フレーム・アクセサリ・金・プラチナ!**

使わなくなった金フレーム・アクセサリで **メガネ・補聴器** がお求め頂けます。

**高価下取りいたします! 査定無料**

金フレーム・ピアス・イヤリング・切れたネックレス・コイン・ファッションリング・ブレスレット (宝石を除いた地金価格)

**★査定・見積り無料 ★即金で買取も致します。**

熊本県公安委員会許可 第931120000255号 ※海外製品等一部お預かりになる場合があります。※身分証明書(免許証・健康保険証等)をお持ちください。

**めがね・補聴器・時計・宝飾**

**あそしな時計店**

熊本県阿蘇市一の宮町宮地1943-2

TEL 0967-22-3619 携帯 090-4678-2995

訪問対応可

お客様が難しい方はご連絡ください  
無料出張いたします。

「わたしのたいせつなかぞく」

阿蘇西小学校 1年

草尾 陽菜乃

わたしのいえは、八人かぞくです。おかあさんとおじいちゃんが、うしやしないをしています。おかあさんは、いままでしていたしごとをやめて、ことしからおじいちゃんとうしやしないをはじめました。

うしさんは、がんばっておくになります。おにくになるのがさみしいです。でも、みんなうしさんのおかげで、かんがえています。おかあさんは、うしさんのせわをしながら、

「おなかすいたね。ここをかいてもらいたい。」

といいながら、うしさんとたくさんおはなしています。

おかあさんは、てつだいをさせてくれます。わたしは、えさをあげ

たり、うしさんがたべてちらかったえさをあつめたりします。

うしさんは、やまにくさをたべにくくがあります。一回いたらなかなかあえないけど、うしさんはわたしのこともまだおぼえてくれています。

いえには、おなかにあかちゃんがいるうしさんがいっぱいいます。わたしのおかあさんは、そのおかあさんうしに、

「大じょうぶだよ。」

っていいます。わたしは、

「がんばってね。」

といいながら、うしさんをなでたりします。そしたら、おかあさんうしは、「モウ。」とこたえて、がんばってうみます。そして、げんきなあかちゃんがうまれました。

おとうさんは、おこめづくりをしています。わたしは、おこめに、

「によきによきそだつてね。」

といいます。おとうさんは、「ほんのときに、

「こはんつぶをのこすな。」

といいます。そのきもちを、(せつかくつくったからおいしくたのしくたべてほしい)というきもちだとおもいます。

けいろうの日に、おかあさんが

さしみをかってきました。おとうさんがつくったおこめとあわせてら、へんしんして、おすしになりました。おとうさんがつくったおこめとさしみがとってもおいしく、ベリーマッチでした。

九十三さいのひいじいちゃん

は、やさいをそだてています。ひいじいちゃんのやさいには、(みんながたべるために、りっぱにそだたい)というきもちがあつまっています。

おばあちゃんは、みんながそだてたものをやさしくおいしくへんしんさせるめいじんです。おばあちゃんのつくってくれるものは、さいこうにおいしいです。

コロナで、でかけることができなくなりましたが、あきなりおにい

先生からのコメント

陽菜乃さんは、たくさん生活体験しながら、自然の中でのびのび過ごしています。年度初めの家庭訪問では、帰り道にあるヨモギを摘んで帰り、私たちをもてなすために、おばあちゃんと一緒に、ヨモギ団子を作ってくれました。お父さんがお米を作り、お母さんおじいちゃんが牛を育てる中で生と死に向き合いますが、牛さんのおかげで命がいただけることや生活が成り立っていることを感じて

ちゃんが、かぞくのためにいえで『あきなり屋』をはじめました。おにいちゃんが、カウンターでおさけをつぎます。ひいじいちゃんが、おいしそうにぐびっとのみます。

わたしたちきょうだいで、うたをうたったり、ひよっとこおどりをしたりして、ほんとうのいざかやにきているようにたのしめます。

わたしは、(みんながそれぞれのしごとをがんばってささえあっているから、かぞくみんながやさしくなれるんだなあ)とおもいます。そして、いろいろなどうぶつたちをかっていいるから学ぶこともできます。だから、わたしもおとなになって、子どもにつないでいきたいです。わたしは、このかぞくにうまれてよかったとおもいます。

います。家族の働く姿を見て、助け合いながら生きていことが家族の幸せにつながっていることに気づき、家族の絆を暮らしの中で感じ取っていることがよくわかります。私は、「この家族に生まれてよかったと思います。」とにこにこして話をしている陽菜乃さんを見て、故郷や家族に誇りを持って生きていく素晴らしさを子どもたちに伝えていきたいと思いました。