

# 阿蘇

広報あそ

J U L Y  
7  
2022 No.210



## CONTENTS

九州北部豪雨から10年  
マイナポイント第2弾  
住民健診

4年ぶり熱戦  
阿蘇市消防団  
操法競技大会

表紙のはなし

消防用機械器具を使って火災消火を想定した一連の基本動作を競う市操法競技大会が、6月19日に農村公園あびかで開かれました。

操法競技は、速さや動作、規律の正確さで順位を競います。コロナ禍での中止を挟み4年ぶりの開催となった今大会には、ポンプ車の部2チームと小型ポンプの部19チームが出場。日頃の訓練の成果を披露しました。

(写真) ホースを消防用ポンプから出火点まで延長。1秒を争う現場では隊員同士の連携が求められる。



## 大会結果



## 小型ポンプの部

優勝 第9分団1部※  
上役犬原、下役犬原、道尻

2位 第9分団5部  
乙姫、下西黒川、黒川千丁

3位 第3分団  
福原、桜町、下町、豆札、馬場、東仲町、西仲町、上町、福岡、古閑、神石



## ポンプ車の部

優勝 第12分団1部  
内牧2区、内牧3区、内牧4区、小里

2位 第10分団2部1班  
赤水

※ 9月4日の県大会に出場。

2022年7月号

Public Relations Magazine No.210

今月の主な内容・CONTENTS

- 03 九州北部豪雨から10年
- 08 マイナポイント第2弾
- 10 住民健診
- 12 後期高齢者医療保険者の皆さまへ
- 13 阿蘇医療センター通信 Vol.79
- 14 暮らしのインフォメーション
- 21 子育て情報
- 22 お慶び ご寄付
- 23 図書館へ行こう!
- 24 人権作文
- 25 第10回大阿蘇元気ウォーク2022
- 26 まちの話題
- 27 地産地消クッキング
- 28 7月カレンダー

## 九州北部豪雨から10年

平成24年7月12日未明から明け方にかけて、

凄まじい雷鳴とともに、

猛烈な雨が阿蘇の大地を襲いました。

記録的な豪雨により各地で山腹の崩落や土石流、河川の氾濫が発生。

住家や農地に甚大な被害を与えただけでなく、

21人の尊い生命を奪い去り、1人の行方不明者をもたらしました。

あれから10年。

傷ついた故郷が一步一步復興へと進むにつれ、

当時の記憶は少しずつ遠くなろうとしています。

あの日の辛く苦しい体験を絶対に無駄にしないために、

自然の脅威と日頃の備えの重要性をもう一度考えてみましょう。

## 夢を追いかけて

ぼくの夢は、テコンドーでオリンピックに出ることです。なぜならぼくが友達にさそわれてテコンドーを見に行ったとき、テコンドーの先生の技を見てカッコいいと思ったからです。ぼくは先生よりも強くなりたいと思って練習をがんばっています。

ぼくは、テコンドーという格闘技で強くなり、大切な人を守りたいです。そして、テコンドーのことをよく知らない人にも、テコンドーのすばらしさを伝えたいです。

恒松 礼皇

つねまつ らお  
阿蘇西小学校・6年

夢を追いかける青少年の声を届けます —



近年、耳にする機会が多くなった線状降水帯ということば。平成 24 年九州北部豪雨と線状降水帯の関係性について、気象庁熊本地方気象台の防災気象官・新地航さんに聞きました。

気象庁の研究機関である気象研究所は、平成 24 年 7 月九州北部豪雨の発生原因を「複数の線状降水帯が停滞」したこととしています。

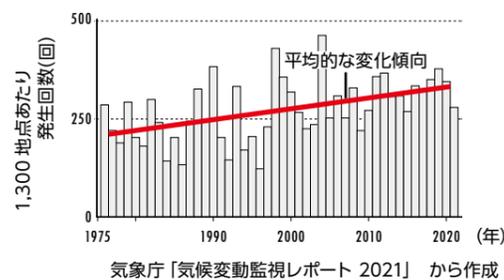
線状降水帯は、線状に伸びる長さ 50 ~ 300km 程度、幅 20 ~ 50km 程度の強い降水をともなう雨域のことをいいます。次々と発生する発達した雨雲が列をなし、数時間にわたってほぼ同じ場所に激しい雨を降らせます。

—各地で線状降水帯による被害が相次いでいます。平成 24 年九州北部豪雨のような災害が、阿蘇でも再び発生し得るということでしょうか。

もちろん考えられます。線状降水帯はいつでもどこでも発生し得るものです。

近年は、線状降水帯での大雨に限らず、大雨の回数が増え、激しくなっているというデータもあります。これまで以上に警戒が必要です。

1 時間降水量 50mm 以上の年間発生回数



—6 月から気象庁が線状降水帯の予測情報の提供を始めたと聞きました。

線状降水帯の発生が高まる半日程度前に、気象情報内に発生の可能性を記載します。

現状では全国を 11 に分けた広い予報区に対して発表されます。的中率も 4 回に 1 程度とあまり高くはありません。

この情報が発表されたからと言ってすぐに避難を開始する必要はありませんが、いつもの大雨とは違う大雨になる可能性があります。いざという時にいつでも避難できるよう、事前の準備・心構えを行い、自治体からの避難情報が発表されたら、速やかに避難してください。

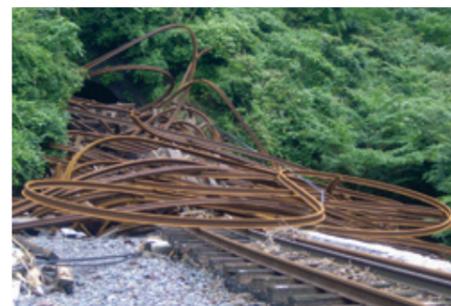
熊本地方気象台 新地航さん

線状降水帯がもたらしたと考えられる

「これまで経験したことのないような大雨」は



各地で土砂崩れが発生。外輪山には爪でひっかいたような生々しい傷跡が残った。



JR 坂の上トンネルは内部の崩落によりレールが押し出された。大切な地域の公共交通機関も大きな被害を受けた。



ホテルなどの宿泊客の車も水没。商工観光業の被害額は 51 億円以上となった。



行き場を失いさまよう豚たち。農業関係では 245 億円を超える被害額となった。



家に流れ込んだ土砂。土砂災害により 21 人が亡くなり、1 人が行方不明となった。

1 時間で 108mm (阿蘇乙姫観測点にて平成 24 年 7 月 12 日 5 時 53 分までの 1 時間)

記録的大雨は甚大な被害をもたらした

早めの避難を

災害から命を守るためには早めの避難が重要です。市から警戒レベル4「避難指示」が発表されたら必ず全員が危険な場所から避難しましょう。避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3「高齢者等避難」で避難しましょう。

警戒レベル	避難情報など
5	緊急安全確保
〜 警戒レベル4までに必ず避難 〜	
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報
1	早期注意情報

予防的避難

当時、夜中に大雨が降ったことで、暗くて逃げられなかったり、すでに道路が冠水していて逃げ遅れた人が多くいました。夜間に大雨や災害が予測される場合は、雨が強く降る前に、明るいうちから避難を開始しましょう。

コロナ禍での避難

人が密集する避難所では感染リスクが高まります。避難所以外の安全な場所への避難や、避難所での感染症対策の徹底が必要です。避難時の感染症対策を紹介します。

車中避難

災害の危険がない広場や避難所駐車場などへの車中避難も考えましょう。

親戚や知人宅、ホテルへの避難

ハザードマップで事前に安全な地域であるか確認したうえで、親戚や知人宅、ホテルなどへの避難も考えましょう。

基本的な感染症対策の徹底

事前の検温、マスク着用、体温計とタオル持参で避難しましょう。手洗い・うがいなど基本的な感染症対策を徹底しましょう。

感染症への備えも欠かせない

22・5566

命を守るために早めの避難を

防災無線聞き逃したら

私が住む内牧3区では当時の教訓を生かす取り組みを進めています。市から「高齢者等避難」が発表されたら高齢者の家を回って避難を呼びかけたり、月に1回、避難に配慮が必要な人たちの情報を区民で共有しています。当時がそうであったように、大規模な災害が発生すると行政の支援は遅くなります。できることは自分でするなどの自助や、地域での共助が必要だと考えています。

秦義文さん。消防団を退団した現在でも被害を小さくするための活動を続けている。



平成24年からさらにさかのぼった平成2年の豪雨の際は大丈夫だったから今回も大丈夫だろうという気持ちはどこかにあったのかもしれない。河川工事や砂防ダム、遊水地の整備などが進んではいますが、当時のような災害が起こらないとは限りません。大丈夫だろうではなく、最悪の事態を想定して事前の準備と早めの避難が大事だと思います。

消防団員の力を借りて避難。各地区で消防団が救助活動や行方不明者の捜索活動に尽力した。



内牧地区では水位が2メートル近くまで上昇したところ。車の屋根だけが見える。



内牧地区では降り続いた雨により、ほぼ全域で冠水しました。突然の大災害に、地元の消防団第12分団は懸命に住民の救助活動にあたりました。分団長として最前線で指揮をとった秦義文さん（内牧3区）に聞きました。

いざという時にあわてずに行動できるよう

普段から「防災行動」を決めておく

事前の備えとして必ずやってほしい2つのことを紹介します。まずはハザードマップで自分が住んでいる所の危険性を知りましょう。ハザードマップは浸水が想定される場所や、土砂災害が警戒される場所が着色された地図です。阿蘇市のホームページでも見ることが出来ます。自分が避難をする必要があるのか、どこに避難をすると安全なのか必ず確認しておきましょう。



ハザードマップ

次に、「くまもとマイタイムラインシート」を使ってひとりひとりがあらかじめ避難行動をまとめておきましょう。避難を開始する状況やタイムミングである「避難スイッチ」をはっきりさせておくことで、いざという時にあわてずに避難できます。



マイタイムライン

マイタイムラインシートはホームページから取得できます。

## よくある質問



### マイナポイントの手続きは市役所以外ではできないの？

市内の郵便局（一の宮、阿蘇、坊中、坂梨、赤水、尾ヶ石、内牧駅前、肥後山田、古城、波野）、ドコモショップ阿蘇一の宮店・ソフトバンク阿蘇一の宮店・auショップ阿蘇一の宮店、市内のセブン・イレブンやローソンで手続きが可能です。



### 申込み時に必要な決済サービスID・セキュリティコードって？

マイナポイントを受け取るキャッシュレス決済サービスを選択する際に必要な情報のことで、入力情報は決済サービスごとに異なります。



### 自分のスマートフォンやパソコンで手続きはできないの？

自分の端末での予約・申込みも可能です。ただし、専用のアプリ・ソフトのダウンロードが必要です。公的個人認証サービス対応のスマートフォン、またはパソコンとカードリーダーも必要です。詳しい手続きの方法は、マイナポイント事業ホームページの「マイナポイントの予約・申込方法」をご確認ください。



### マイナポイントは先着順でしかもらえないの？

先着順ではありません。国が十分な予算を確保しています。ポイント予約・申込みは事前準備をしっかりとってから、慌てずに行ってください。



### 子どものマイナポイントはもらえるの？

15歳未満の未成年の人は、法定代理人（父・母などの親権者等）がマイナポイントの予約・申込手続きを行うことができます。未成年者のマイナポイントは、法定代理人名義のキャッシュレス決済サービスで申込むことができます。

この場合、同じキャッシュレス決済サービスに複数人のマイナポイントを合算することはできないため、法定代理人名義の異なるキャッシュレス決済サービスを選択する必要があります。



### どの決済サービスで申し込めるの？

対象となる決済サービスは、マイナポイント事業ホームページの「対象となるキャッシュレス決済サービス検索」でご確認ください。

## 問い合わせ

### 市役所

- ・まちづくり課 ☎ 22-3318
- ・内牧支所 ☎ 32-1111
- ・波野支所 ☎ 24-2001

### マイナンバー総合フリーダイヤル

- ☎ 0120-95-0178
- 音声ガイダンス [5番]
- 土日祝含む午前9時30分～午後8時

### マイナポイント事業ホームページ



マイナポイント 🔍



手続き期限は  
令和5年2月未まで



マイナンバーカードを新規に取得した人、第1弾に申込みをしていない人に

健康保険証としての利用申込みをした人に

公金受取口座の登録をした人に

**5,000円分 + 7,500円分 + 7,500円分**

※ 自分で選んだキャッシュレス決済サービスでチャージや利用することで、その利用額の一定割合をポイントとして付与（付与率25%）

※ チャージや利用金額に関係なく、直接ポイントを付与

※ チャージや利用金額に関係なく、直接ポイントを付与

※ マイナポータルで健康保険証としての利用申込み、公金受取口座の登録を行った人は、マイナポイント付与の手続きが別途必要です。

## マイナポイント支援窓口

市では、マイナポイントの予約・申込みについて、対応する機器がない人や、設定方法に不安がある人向けに、「マイナポイント支援窓口」を設置しています。ぜひご利用ください。

### 予約・申込に必要なもの

- ・マイナンバーカード・カード交付時に設定した利用者証明用パスワード（数字4桁）
- ・選択する決済サービスの決済手段（電子マネー、クレジットカード、プリペイドカード、デビットカード、決済サービスアプリをダウンロードしたスマートフォンなど）
- ・選択する決済サービスの決済サービスID
- ・選択する決済サービスのセキュリティコード

### 設置場所

- ・市役所1階市民課前ロビー
- ・内牧支所窓口
- ・波野支所窓口

### 設置時間

平日 午前8時30分～午後5時15分

※ その他予約・申込に必要なものはお知らせ端末などで改めてお知らせします。

節目年齢の人は健診料金が無料に

# 02

検診種類	対象となる人(無料クーポン対象者)
子宮頸がん検診	平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの人
乳房レントゲン検査 (マンモグラフィ)	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生まれの人
肝炎ウイルス検診 ※これまでに受診した人は対象外	本年度中に41歳・46歳・51歳・56歳・61歳・66歳・71歳になる人

無料検診対象者には、個別で通知します。

# 03

健診日	健診実施場所
7月15日(金)～20日(水)	阿蘇体育館
7月21日(木)・22日(金)	赤水体育館
7月23日(土)	一の宮小学校体育館
7月24日(日)	一の宮高齢者センター
7月25日(月)～27日(水)	一の宮体育館
7月28日(木)	阿蘇市コミュニティセンター
7月29日(金)	山田体育館
7月30日(土)	一の宮小学校体育館
7月31日(日)	坂梨体育館
8月1日(月)・2日(火)	波野体育館
8月3日(水)・4日(木)	阿蘇小学校体育館
8月5日(金)	乙姫体育館
8月6日(土)・7日(日)	一の宮小学校体育館
8月8日(月)	中通体育館

混雑を少なくするために、行政区ごとに日程、受付時間を割り当てています。日時は健診セットに同封されている日程表や阿蘇市ホームページなどをご確認ください。都合がつかない人は、毎日の日程に『どの地区の人でも受けられる受付時間』を設けています。その時間帯をご利用ください。

健診前日または当日に発熱や風邪症状などがある場合は、受診をお控えください。

## POINT

- 問診票裏面の「検査を受診する方へ」に、食事や水分補給・その他健診を受ける際の注意事項を記載しています。必ず事前にお読みください。
- 夏の健診を希望する人で、健診セット(問診票等)が届いていない人は健康増進課に連絡してください。
- 秋の住民健診(10月～11月)も予定しています。市の助成を受けて健診を受けることができるのは年1回ですご注意ください。

年に1度の健康チェックを  
忘れずに



# 健診 住民

健康増進課 ☎ 22-5088

健康診断を後回しにしていませんか？自覚症状が出てからでは手遅れになることも。「あの時受けておけば」と後悔しないために健診を受けて自分の体と向き合い、生活習慣を見直すきっかけとしましょう。日本人の2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。がんは早期発見・治療することが大切です。お得に健診が受けられるこの機会に、ぜひ受診ください。

# 01

## 健診内容と自己負担額

市が健診費用を助成しているのお得に受けられます

健診名	健診項目・内容	対象者	自己負担額	実際にかかる健診料金
30歳代健康診査	問診、身体計測 血液・尿検査、心電図	国保加入者で30歳～39歳の人 (妊婦を除く)	500円	9,020円
特定健康診査	問診、身体計測 血液・尿検査、心電図	国保加入者で40歳～74歳の人 (妊婦を除く)	500円	9,020円
後期高齢者健康診査	問診、身体計測 血液・尿検査	後期高齢者医療被保険者	800円	9,955円
肝炎ウイルス検診	※これまでに受診した人は 対象外	40歳以上の人(節目年齢は無料)	400円	2,530円
前立腺がん検診	採血	50歳以上の男性	300円	1,760円
肺がん検診	レントゲン検査	40歳以上の人(妊婦を除く)	300円	1,980円
胃がん検診	バリウムを飲んで レントゲン検査	40歳以上の人(妊婦を除く)	700円	5,170円
大腸がん検診※1	便潜血2日法 (事前に検便容器が必要)	40歳以上の人	300円	1,760円
腹部超音波検診	超音波をあて 上腹部の検査	30歳以上の人	600円	3,630円
子宮頸がん検診		20歳以上の女性(一部年齢は無料)	600円	4,180円
乳がん 検診 ※2	乳房超音波検査	30歳以上の女性	400円	2,970円
	乳房レントゲン検査 マンモグラフィ	40歳以上の女性(一部年齢は無料)	800円	5,170円

※1 今年度41歳になる人全員に検診セットを送っています。

※2 40歳以上の人はこちらかを選択してください。

## 子宮頸がん検診の個別検診(医療機関での受診)

20～49歳の人(昭和48年4月2日～平成15年4月1日生)は、住民健診以外に右の指定医療機関で検診を受けることができます。(医療機関で受ける人は住民健診での子宮頸がん検診は受けられません)

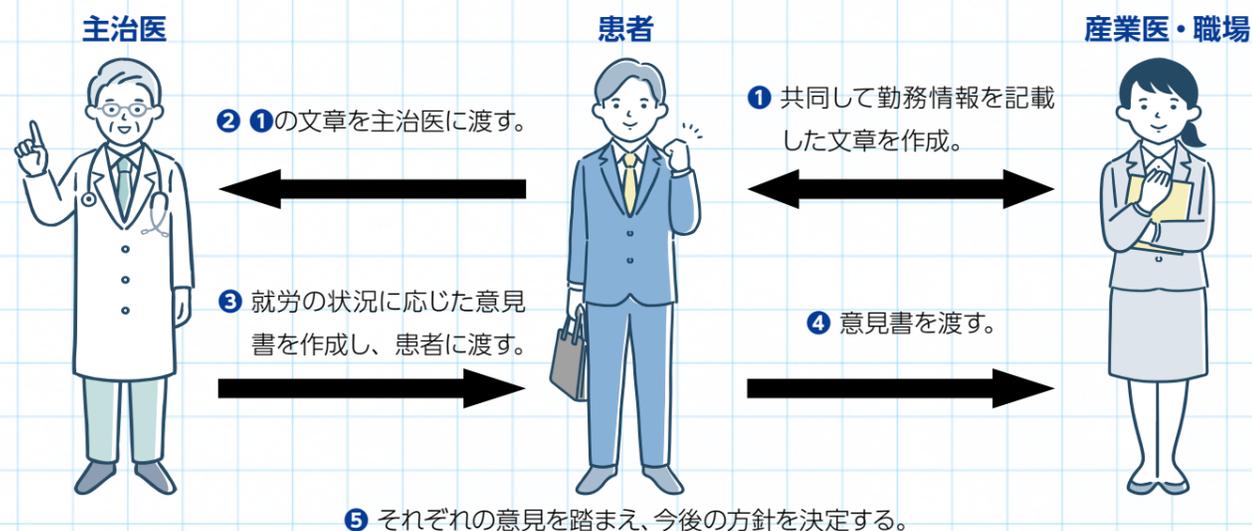
指定医療機関	阿蘇医療センター／阿蘇温泉病院 菊陽レディースクリニック／ちが産婦人科医院
料金	1,000円 (無料クーポン対象者・生活保護受給者は無料)

健康増進課で事前申し込みが必要です。

## 治療と仕事の両立支援を行っています

### 支援の流れ

相談員・看護師・医師のどれかに、治療と仕事の両立についてお困りのことをご相談ください。  
 以下の流れで支援を行います。



### 対象となる疾患

- ▶ がん      ▶ 悪性腫瘍
- ▶ 心疾患      ▶ 糖尿病
- ▶ 脳梗塞、脳出血、くも膜下出血その他の急性発症した脳血管疾患
- ▶ 肝疾患(経過が慢性なもの)      ▶ 若年性認知症
- ▶ 指定難病の受給者証をお持ちの人

### 両立支援のメリット

- ▶ 病状に沿った働き方の提案ができるため、職場からの理解が得られやすい
- ▶ 保険診療となるため、職場提出用の診断書の料金が比べ安価
- ▶ ご希望の人は、阿蘇医療センターの両立支援コーディネーターまでご相談ください。

個人の方へ 遺言・遺産相続・借金・離婚・成年後見・交通事故など  
 企業の方へ 企業法務・労働問題・紛争トラブル・商標・著作権など

完全予約制  
 相談料 / 30分 5500円  
 受付 / 9:00~17:30 (土日祝休)

幅広く取り扱っております お気軽にご相談下さい

熊本県弁護士会所属  
 弁護士 吉田孝亮  
 弁護士 松岡智之  
 弁護士 高瀬真哉  
 弁護士 笠賢太郎

法テラスもご利用いただけます  
 熊本・荒尾事務所もございます

**弁護士法人ひのくに**      お悩みの際には  
 阿蘇市内牧963-11 (パチンコプロス駐車場内)      TEL 0967-32-3363

# 後期高齢者医療 被保険者の皆さまへ

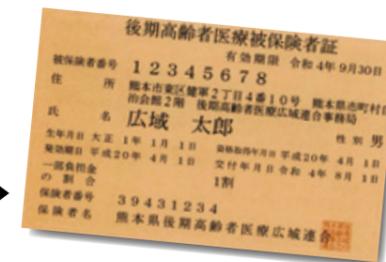
問 ほけん課  
 高齢者支援係  
 ☎ 22-3145

## 8月1日(月)から被保険者証が新しくなります

**現** 在お持ちの保険証(黄色)の有効期限は、7月31日(日)までです。新しい保険証(オレンジ色)は、7月中に簡易書留で郵

送します。  
 ※ 詳しくは7月上旬に案内を送付予定です。

8月からの新しい保険証 ▶  
 有効期間は8月1日~9月30日



### 窓口負担割合

- 同一世帯の後期高齢者医療被保険者のうち、住民税の課税所得が145万円以上ある人がいる世帯の被保険者 → **3割**
- 上の条件に当てはまらない世帯の被保険者 → **1割**

新しい保険証に記載の窓口負担割合は、令和4年度の住民税の課税所得をもとに判定しています。

### Check 今年度は保険証を2回交付

10月1日(土)から病院などでの窓口負担割合で2割負担が新設されることによるものです。  
 2回目の新しい保険証は9月中に簡易書留で郵送します。

## 限度額適用・標準負担額減額認定証も新しくなります

### すでに持っている人

現在の「限度額適用・標準負担額減額認定証」(黄色)・「限度額適用認定証」(桃色)の有効期限は7月31日(日)までです。  
 引き続き対象となる人に、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」(薄青色)・「限度額適用認定証」(桃色)を7月中に郵送します。

### まだっていない人

「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」を外来・入院で受診するときに利用すると、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。世帯全員が非課税の人と、住民税課税所得が690万円未満の人が対象です。

**申請先** ほけん課 高齢者支援係  
**必要なもの** 被保険者証、本人確認書類

7月28日(木)は「世界・日本肝炎デー」  
7月25日(月)～31日(日)は「肝臓週間」

県内では100人に1人～2人の割合でB型またはC型肝炎ウイルスに感染していると推測されています。食べ過ぎ、飲み過ぎなど生活習慣による脂肪肝も無症状で進行するため、放置は危険です。早期発見、早期治療が肝心です。

肝炎ウイルス検査

県内の各保健所や委託医療機関で、無料の検査を実施しています。委託医療機関についてはQRコードをご覧ください。



- ※一度も検査を受けたことがない人が対象です。
- ※新型コロナの感染拡大により、保健所では検査の受付を休止している場合があります。

以下に当てはまる人は、ぜひ一度検査を

- ・40歳以上
- ・臓器移植を受けたことがある
- ・肝機能の異常を指摘されたことがある
- ・入れ墨やピアスの穴をあけたことがある
- ・平成4年以前に輸血を受けたことがある

市民公開講座

肝炎についての正しい知識などの普及啓発が目的。肝臓専門医による相談コーナーも。

- とき 7月31日(日) 午前10時～正午
- ところ 熊本大学病院、くまもと県北病院など
- 内容 肝臓病の話、相談コーナー
- 問 熊本大学病院肝疾患センター  
☎ 096-372-1371
- 問 県健康危機管理課  
☎ 096-333-2783

7月は「愛の血液助け合い運動」期間

夏場は長期の休みや暑さにより、献血者の減少が心配されています。400ml献血・成分献血にご協力ください。みんなで、献血の輪を広げましょう！

詳しくは熊本県赤十字血液センターのホームページをご覧ください。



熊本県赤十字血液センター

造血幹細胞移植などで  
予防接種が再度必要になった人へ

血液のがんや免疫不全症などの病気で造血幹細胞移植などの治療を行い、移植前に行った予防接種の免疫が低下・消失した人へ再接種の費用を助成します。再接種を受ける予定のある人は、申請前に下記までお問い合わせください。

対象 医師により定期予防接種※の再接種が必要と判断され、再接種と申請のときに市に住所がある人

※ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、水痘、四種混合、三種混合、二種混合、不活化ポリオ、BCG、麻しん、風しん、日本脳炎、ヒトパピローマウイルス感染症

助成金額 再接種にかかった費用の7割  
(1,000円未満は切り捨て)

申請期間 接種した月の翌月から1年

問 健康増進課  
☎ 22-5088



市ホームページ

消費者ホットライン 188

消費者ホットライン188(局番なし)は、近くの消費生活センターなどの消費生活相談窓口を案内し、消費生活相談の最初の一步をお手伝いします。

消費者トラブル

- 「悪質商法等による被害にあった」
- 「ある製品を使ってけがをしてしまった」
- 「お試し購入のはずが定期購入契約に」

新型コロナウイルスに関連したトラブル

「『新型コロナウイルスワクチンが接種できる。後日全額返金されるので10万円を振り込むように』との不審な電話がかかってきた」

災害に関するトラブル

「雨漏り修理でさらにひどくなった」

全国どこからでも3桁の電話番号でつながる消費者ホットライン「188(いやや!)」にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。

わが社にも退職金制度

「中退共」の退職金制度は、中小企業のための国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇が受けられ、外部積立型だから管理も簡単。退職金はぜひ中退共におまかせください。

問(独) 勤労者退職金共済機構  
中小企業退職金共済事業本部  
☎ 03-6907-1234



中退共ホームページ

いろいろな情報をお届け。

くましの  
インフォ  
メーション



原の口・鷲の石で  
乗合タクシー運行開始

原の口区、鷲の石区(公共交通機関がない地域)と内牧、宮地(公共施設や商店街、医療機関のある地域)を結ぶ公共交通として、6月から乗合タクシーを導入しました。

乗合タクシーは、普通のタクシーとは異なり、指定された日時で運行するため、あらかじめ電話予約が必要です。料金は地域ごとに設定している固定料金で低料金。地域の人で乗り合うので安心して利用できます。

詳しくは、阿蘇市ホームページをご確認ください。

問 企画財政課 企画調整係  
☎ 22-3204



市ホームページ

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。

入所ご希望の方は住所地の市町村へお尋ねください。

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

広告

借金、離婚、相続、遺言、交通事故、刑事・・・など、ひとりで悩まずお気軽にご相談下さい

受付時間：平日9時～17時15分 TEL：0967-22-5223 \*完全予約制です。  
音声でのご連絡が難しい方のみ、FAX0967-22-5224で相談予約受付。お名前、FAX番号を必ずご記入ください。  
日程調整につきFAXで返信いたします。なお、相談にはご来所の必要があり、FAXでの相談はできません。

- ・当事務所での相談が初めての方は、30分まで無料
- ・初回30分超または2回目以降は30分3500円
- ※経済的に余裕がない方は、法テラスの無料法律相談制度をご利用になれることがあります。お問合せ下さい。

阿蘇法律事務所

阿蘇地域に根ざした法律事務所です。  
弁護士 森 あい

〒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

### 国民健康保険被保険者の皆さまへ

8月1日(月)から  
被保険者証が新しくなります

現在お持ちの保険証の有効期限は、7月31日(日)までです。令和3年度までの国民健康保険税を全て納付している世帯を対象に、7月中旬に簡易書留で新しい保険証を郵送します。

※ 納期限までの納付が困難な人は、税務課および各支所で随時納税相談を受け付けていますのでご相談ください。

◀ 8月からの新しい保険証



限度額適用認定証・標準負担額減額認定証は  
更新の手続きが必要です

限度額適用・標準負担額減額認定証は、毎年8月に更新の手続きが必要です。

更新の手続きが必要な人は、国民健康保険被保険者証・マイナンバーカード(通知カード)・運転免許証などの本人確認書類を持って、ほけん課または各支所で申請してください。

※ 同世帯でない人が申請する場合は委任状が必要。

☎ ほけん課 国保・年金係  
☎ 22-3145

### 国民年金保険料の納付が困難な人へ

経済的な理由で国民年金保険料の納付が困難な場合には、申請で保険料の納付が免除される制度があります。令和4年度の申請は7月1日(金)からほけん課・各支所で受け付けます。過去の期間については申請書を提出した日から2年1カ月前の月分までさかのぼって免除の申請ができます。

未納の状態にしておくと、障害年金や遺族年金を受けられなくなる場合があります。免除申請を希望する人は、早めに手続きをしてください。

※ 配偶者の暴力から避難していることを理由として申請するときの手続きなどについては、年金事務所へご相談ください。

#### 免除・納付猶予

対象 免除 前年の所得が一定額以下の人  
納付猶予 20歳以上50歳未満

#### 学生納付猶予

対象 20歳以上の学生

#### 退職(失業)特例免除

対象 申請年度または前年度に退職(失業)した人

☎ ほけん課 国保・年金係  
☎ 22-3145  
熊本東年金事務所  
☎ 096-367-8144



詳しくは  
日本年金機構の  
ホームページへ

### 令和5年度採用 市職員募集

募集期間 7月25日(月)～8月12日(金)

試験日 9月18日(日)

試験会場 阿蘇中央高校阿蘇校舎

※ 採用職種・採用予定数・受験資格などの詳細は、7月上旬ころに市ホームページや広報あそ8月号でお知らせします。

☎ 総務課 人事係 ☎ 22-3111



### 令和5年度採用 自衛官募集

一般曹候補生 採用試験

▷ 資格 18歳～32歳

▷ 受付期間 7月1日(金)～9月10日(月)

自衛官候補生 採用試験

▷ 資格 18歳～32歳

▷ 受付期間 年間を通じて実施

(新卒高校生は9月から受験可)

☎ 自衛隊熊本地方協力本部  
阿蘇地域事務所  
☎ 22-4575



現在募集中の  
種目はこちら

写真：陸上自衛隊ホームページから引用



### 令和4年度採用 阿蘇広域行政事務組合職員募集

募集期間 7月19日(火)～8月5日(金)

試験日 8月20日(土)

採用日 10月1日(土)

試験会場 大阿蘇環境センター未来館

職種

▷ 一般事務(高卒程度・1人程度採用)  
昭和62年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人が対象。

▷ 介護士・支援員(高卒程度・2人程度採用)  
昭和47年4月2日以降に生まれた人で、介護福祉士の資格がある人または介護福祉士の受験資格(実技試験免除)がある人が対象。

※ 合格者は9月に2次試験を実施します。

☎ 阿蘇広域行政事務組合  
事務局 総務課 人事係  
☎ 24-5111



詳しくはこちら

### 海上保安官募集

海上保安学校学生 採用試験(令和5年4月入学)

▷ 受付期間 7月19日(火)～7月28日(木)

▷ 試験日

第1次 9月25日(日)

第2次 10月18日(火)～10月27日(木)

最終合格発表 11月22日(水)(航空過程を除く)

第3次 12月3日(土)～12月13日(木)(航空過程)

最終合格発表 令和5年1月19日(木)(航空過程)

☎ 熊本海上保安部 管理課  
☎ 0964-52-3103



詳しくはこちら



阿蘇で唯一の認定補聴器技能者による  
「補聴器教室」  
聞こえない不安を聞こえる安心に…  
「聞こえ」「補聴器」に関する様々なお悩みに  
「認定補聴器技能者」がお応えいたします。  
お持ちの補聴器使えていますか?  
メーカー専門員がお伺いします!  
納得いく補聴器選びをお手伝い!  
聞こえのサポートはおまかせ!  
※事前予約が必要です。  
7月30日(土)  
ご来店が困難な方  
ご自宅訪問承ります  
他店購入補聴器もOK!  
お持ちの補聴器を診断します!

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  
無料出張いたします。

### 二十歳を祝う集い 実行委員募集

二十歳を祝う集いを思い出に残るものにしませんか。「令和5年二十歳を祝う集い」の実行委員を募集しています。

#### 対象者

市に住所がある人・市内の中学校を卒業した人で以下の期間に生まれた人

・平成14年4月2日～平成16年4月1日

(本年度と来年度の集いの参加者の中から募集)

定員 18人

(申し込み多数の場合は抽選)

締切 7月11日(月)

申込 電話またはEメール

市ホームページ

☎ 教育課 社会教育係

☎ 22-3229

✉ kyouiku@city.aso.lg.jp



### 政治家の寄附などは禁止です

政治家が選挙区内の人にお金や物を送ることは公職選挙法で禁止されています。有権者が求めることも禁止されています。

寄附とは「財産上の利益となるものを与えるまたは与える約束をすること」です。選挙区内への人や団体への寄附は全て禁止されています。

#### 政治家の挨拶状も禁止されています

選挙区内の人に、答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞い状、年賀状(欠礼状も含みます)、寒中見舞い状などの挨拶状を出すことはできません。

☎ 選挙管理委員会事務局 ☎ 22-3239

### 人づくり・地域づくり活動を支援します

助成金を希望する個人や団体は、7月末までにまちづくり課へ相談してください。

#### 事業の種類

- ▶ 人づくり事業(国内外での調査研究活動)
- ▶ 環境づくり事業(自然環境保全活動など)
- ▶ 地域づくり事業(特産品の開発など)
- ▶ 文化づくり事業(郷土文化の保全活動など)

☎ まちづくり課 地域振興係 ☎ 22-3318



市ホームページ

### あなたの相談相手 人権擁護委員

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱された民間のボランティアです。

いじめやプライバシーの侵害など、さまざまな人権に関するお悩みは近くの委員にご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

#### 阿蘇市人権擁護委員

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 佐藤 和夫 (竹原)  | 坂梨 征子 (桜町)    |
| 園田 みよ (西下原) | 岩永 昭次 (榑3の1区) |
| 岩下 俊自 (榑木野) | 川島 まゆみ ( 枳 )  |
| 河津 伸哉 (小池)  | 榑木野 公亮 (西1区)  |
| 堀川 淳 (内敷5区) |               |

☎ 熊本地方法務局 阿蘇大津支局

☎ 096-293-2272

### ポイ捨てをやめましょう

タバコの吸い殻やペットボトルなどのポイ捨ては、環境を損ねるだけでなく、海洋汚染の原因とも言われています。漂流ごみや漂着ごみ、山火事などの火災、野生動物を傷つけるなど、他の社会問題の原因ともなっています。阿蘇の豊かな自然を未来に残すためにも、ごみは正しく処理しましょう。

☎ 市民課 生活衛生係 ☎ 22-3135



PHOTO: ホタル

### 7月は社会を明るくする運動強調月間

今年で72回目を迎えるこの運動の目標は次の2つです。

- ▶ 犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと
  - ▶ 犯罪や非行をした人たちが再び犯罪や非行をしないように、その立ち直りを支えること
- 犯罪や非行のない安全で安心な暮らしをかなえるため自分には何ができるのかを、みなさんと考えてみませんか。

☎ 事務局 阿蘇地区保護司会 中部分会

☎ 34-1001 (平日 午前10時～午後4時)



### マイナンバーカード休日・時間外窓口

カードの申請や受け取り、電子証明書の更新などができます。受け取りと更新は予約が必要です(波野支所は申請も予約が必要)。

申請書がない人は、窓口で再発行しますので、運転免許証などをお持ちください。

申請に必要な顔写真も無料で撮影してオンライン申請ができます。ぜひご利用ください。

※ 8月以降の日程は市ホームページへ。

とき 7月13日(水) 午後7時まで  
24日(日) 午前9時～正午

☎ 市民課 戸籍係 ☎ 22-3135

☎ 内牧支所 市民係 ☎ 32-1111

☎ 波野支所 市民係 ☎ 24-2001



8月以降の日程はこちら

### 公用車売ります

申込期間 7月20日(水)～8月8日(月)(平日のみ)

入札 8月16日(火) 午前10時～

ところ 阿蘇広域行政事務組合 消防本部 多目的ホール

※ 物件の見学希望者は事前に連絡してください。

☎ 阿蘇広域行政事務組合 消防本部 総務課 総務係

☎ 34-0215



阿蘇広域行政事務  
組合消防本部  
ホームページ



トヨタ ランドクルーザー70

車検なし 平成16年1月登録

4.16L軽油 走行 27,529 km

内科 循環器科 腎臓内科 人工透析 在宅療養支援診療所 心臓リハビリテーション

## 毎週火曜日『夕方外来』を実施しております

仕事終わりの社会人の方、夕方空き時間がある方は是非 毎週火曜日 午後5時～午後7時 予約不要の『夕方外来』をご活用下さい。(予約も可能) (最終受付 午後6時30分)



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2  
☎ 24-6262



広告

児童1人あたり5万円



## 子育て世帯生活支援特別給付金

阿蘇福祉課 子育て支援係 ☎ 22-3167

低所得の子育て世帯に対し、生活支援として児童1人あたり一律5万円を支給します。



### ひとり親世帯

以下のいずれかに当てはまる人が対象です。

- ① 4月分の児童扶養手当の受給者（6月に支給済み）  
※申請不要
  - ② 公的年金などの受給者で、4月分の児童扶養手当の支給が全額停止される人（全額停止が見込まれる人）  
※申請必要
  - ③ 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当の受給者と同じ水準になっている人  
※申請必要
- ※ 児童扶養手当法に定める「養育者」の人も対象。

### POINT!

- ▷ 給付金は、ひとり親世帯分、ひとり親世帯以外分の両方の要件を満たす場合でも、原則、どちらか一つしか受給できません。
- ▷ 支給にあたっては、申請が不要な場合と必要な場合があります。

### ひとり親世帯以外

3月末時点で18歳未満の児童（障害児は20歳未満）を養育する主たる生計維持者のうち、以下のいずれかに当てはまる人が対象です（令和5年2月末までに生まれた新生児も対象）。

- ① 4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者で令和4年度住民税（均等割）が非課税の人（6月に支給済み）  
※申請不要
- ② ①以外の令和4年度住民税（均等割）が非課税の人  
※申請必要
- ③ 令和4年1月1日以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、住民税非課税相当の収入となった人  
※申請必要



ひとり親世帯



ひとり親世帯以外

詳しくは市ホームページをご覧ください。

## 子どもと一緒に学ぶ 救急救命講習

**とき** 7月14日(木) 午前10時～午後0時30分  
(午前9時30分から受付)

**ところ** 阿蘇保健福祉センター(内牧)

**定員** 先着50人

**参加費** 無料

**申込期限** 7月12日(火)

**内容** 心肺蘇生法やAEDの使い方、乳幼児期に多い事故やそれに対する予防法・対処法

**申込・問合せ**

☎ 阿蘇市ファミリー・サポート・センター  
(阿蘇市社会福祉協議会内)

☎ 32-1127

## くましのインフォメーション

### 子育て相談

**保** 健師・管理栄養士・臨床心理士などがお子さんの成長に合わせたアドバイスを行います。

**とき** 7月15日(金)・8月5日(金) 午前9時～午後2時

**ところ** 一の宮保健センター

☎ 健康増進課  
☎ 22-5088

### 心配ごと相談

**日** 常生活の悩み、心配ごとに関する相談。

**阿蘇保健福祉センター** 7月7日(木)

**就業改善センター** 7月21日(木)

(いずれも午前10時～正午) ※要予約

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

### 法律相談

**【民事・家事・刑事など】**

**とき** 7月7日(木) 午後1時～午後4時

**ところ** 阿蘇保健福祉センター

※要予約

☎ 阿蘇市地域包括支援センター  
☎ 32-5122

### 熊本県子ども・若者総合相談センター 出張相談会 in 阿蘇

**子** ども・若者の悩み、心配ごとに関する相談。

**とき** 7月6日(水) 午前10時30分～午後3時30分

**ところ** 農村環境改善センター

☎ 熊本県子ども・若者総合相談センター  
☎ 096-387-7000

### あそカフェ

**認** 知症の人や家族、地域住民が気軽に集い相談や悩みを語り合う憩いの場。

**阿蘇保健福祉センター** 7月13日(水)

**波野保健福祉センター** 7月15日(金)

(いずれも午前10時～正午)

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

### あそ若者しごと相談会

**就** 労について悩んでいる若者たちをサポート。

**とき** 7月13日(水)・27日(水)

午前10時～午後3時

**ところ** ハローワーク阿蘇

☎ たまな若者サポートステーション  
☎ 0968-74-0007

### 年金出張相談

**年** 金請求の手続きや受給している年金についてなど、年金事務所による相談。 ※要予約

**一の宮保健センター** 7月4日(月)・8月1日(月)

**農村環境改善センター** 7月11日(月)・25日(月)

(いずれも午前10時～午後3時)

☎ 熊本東年金事務所 ☎ 096-367-2503



塗装・防水工事・メンテナンス

**井上** 株式会社

〒869-2302  
熊本県阿蘇市三久保448番地22  
web <https://www.aso-inoue.com/>  
E-mail [info@aso-inoue.com](mailto:info@aso-inoue.com)



**塗装内容**  
(屋根・壁・破風板・軒天・塀・建具・他)

**防水内容**  
(雨漏れ調査・屋上・ベランダ・コーキング・他)

— まずは、お見積を —  
**もしも 0967-32-1501**

広告



図書館ホームページ

新着案内

『ゆかしたのワニ』

ねじめ 正一 文 コマツ シンヤ 絵 (福音館書店)  
 僕の家床下にはワニがいる。僕は夜になると大きな歯ブラシやバケツを持って、ワニの歯磨きをしに降りてゆく…。ちょっとスリリングで不思議な世界を描いた絵本。



『誰かがこの町で』

佐野 広実 著 (講談社)  
 郊外の瀟洒な住宅街で、19年前に起きた一家失踪。謎の解明の前に立ちはだかったのは、村度、同調圧力、自己保身、理由のわからない排除。そして事件は連鎖し…。



『池上彰の世界の見方 東欧・旧ソ連の国々』

池上 彰 著 (小学館)  
 周囲の国々を衛星国としたソ連のトラウマとは? ロシアの脅威に身構えるバルト三国の悩みとは? 旧ソ連の国々や東欧諸国を徹底解説する。



『はじめてのドライフード』

CAMMOC 著 (山と溪谷社)  
 ざるに並べて干してしまえばうまみがギュッと詰まったドライフードに早変わり! 野菜からきのこ、果物、豆・肉・魚まで、ドライフードの作り方を紹介します。



『一生使えるWebライティングの教室』

片桐 光知子 著 (マイナビ出版)  
 Webライティングの前段階にあたるWeb上の調査・分析から、それらに裏付けられた企画立案、記事構成の作成、ライティング、リライトまでを解説する。



お知らせ

あなたのPOP(※店頭での広告)を図書館に置いてみませんか?  
 本への思いがあふれたPOPを募集します。

応募対象: 阿蘇市民

募集期間: 9月1日(木)~10月7日(金)

詳細は、阿蘇市立図書館ホームページをご覧ください。



移動図書館

阿蘇・一の宮地区 (7月1日(金)・8月5日(金))

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

波野地区 (7月6日(日)・8月10日(日))

波野保健福祉センター	11:20 ~ 11:30
------------	---------------

※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。

お慶び ご寄付

氏名は敬称を省略しています。各情報は希望者のみ掲載しています。

結婚 (5月31日受付分まで)

夫	・	妻	(行政区)
村上 健生	・	碓 由貴	(下役犬原)

米寿 (昭和9年6月生まれ)

氏名 (行政区)	氏名 (行政区)
市原 昌明 (分1区)	前田 定助 (内牧5区)
宮田 悦子 (分2区)	岩下 末美 (折戸)
島田 芳夫 (桜町)	山本 京子 (乙姫)
古閑 昭藏 (古城4区)	

寄付 (5月31日受付分まで)

阿蘇市社会福祉協議会(香典返し)

寄付者	続柄	物故者	(行政区)	寄付者	続柄	物故者	(行政区)
山口 貴公士	亡母	ツヤ子	(北2区)	猪島 敏治	亡母	トミエ	(今町)
坂梨 英次	亡母	アサカ	(古城1区)	萩原 照善	亡兄	照道	(上役犬原)
井手 アツエ	亡夫	登志成	(上井手)	池田 美津代	亡父	野田 義秋	(枳)
下村 一寛	亡父	義 緑	(内牧5区)	中尾 好輝	亡母	タビ子	(車帰)
小野 律幸	亡母	カタ	(小里)	前田 正信	亡母	ノリ子	(狩尾1区)
小山 敏行	亡妻	ツタ子	(宇土)	早瀬 孝子	亡母	スヨ	(狩尾2区)
坂田 一雄	亡叔母	アサ子	(浜川)	佐藤 チズ子	亡夫	政信	(小園)
成田 ヤ江子	亡夫	安人	(小倉)				

人の動き

(2022年5月31日時点)

	人口	(男性)	(女性)	世帯
人数・世帯数	24,917人	11,793人	13,124人	11,556世帯
前月比	21人増	10人増	11人増	39世帯増

(5/1 ~ 5/31)

出生	死亡	転入	転出
9人	36人	130人	84人

令和4年度介護職員初任者研修

受講生募集

申込期間: 2022年6月1日~7月29日9:00~17:00(日曜を除く)  
 研修期間: 2022年7月29日~11月25日の月曜・水曜・金曜日18:00~21:00  
 受講料: 55,000円(税込、教材・テキスト代込み)

お問い合わせ: 0967-32-5511 【介護老人保健施設 愛・ライフ内牧】 主催: 医療法人社団坂梨会

衛生環境を整える **DUSKIN** 床下調査・見積り無料 5年間の保証付き

**最大 40%off!!**

初夏の特別料金キャンペーン!!  
 受付期間 6/1 ~ 7/31

建物の広さが分かればお電話やメールで目安の金額をお伝えすることができます!

見積りを依頼するともれなく人気の台所用スポンジ1個プレゼント!

詳しくはホームページをご確認ください!(http://d-suizenji.com/lp/lp-shiroari.html)

TEL 平日 0800-100-6400 土日祝 070-9003-3817

ダスキン ターミニックス熊本水前寺店

令和4年度介護職員初任者研修

**受講生募集**

申込期間: 2022年6月1日~7月29日9:00~17:00(日曜を除く)  
 研修期間: 2022年7月29日~11月25日の月曜・水曜・金曜日18:00~21:00  
 受講料: 55,000円(税込、教材・テキスト代込み)

お問い合わせ: 0967-32-5511 【介護老人保健施設 愛・ライフ内牧】 主催: 医療法人社団坂梨会

# 人権作文

## 「運動会のたいこをがんばったこと」

一の宮小学校 6年  
岩下 やまと 大和

ぼくは、運動会で応援リーダーになりました。演舞のときはたいこをたたきます。  
家に帰って、ぼくは「たいこの係になったよ。」  
「うー、お父さんとお母さんが」と言うと、お父さんとお母さんが「それなら練習がんばらなりたい。」  
と言いました。それから、学校でも家でもたいこの練習をしました。  
運動会の前日、ぼくは、家でたいこの練習をしていました。お姉ちゃんが、三・三・七拍子のところを聞いてくれました。バケツをひっくり返して、タブレットの動画を見ながら練習しました。

「一回最初から通してみて。」  
お母さんが帰ってきました。お母さんが、「一回最初から通してみてもいいよ。」  
とお母さんが言いました。三十分

分くらい練習して、あとは帰って練習することにしました。  
学校の駐車場を帰っているとき、佐伯先生と渡辺先生に会いました。佐伯先生が、「練習していたんですか。」  
とお母さんに言いました。お母さんが、「明日が心配で、緊張しないように練習してきました。」  
と言いました。

「そのバチはもしかして自前のバチですか。」  
と佐伯先生が聞いていました。  
「二本目なんです。最初のは折れちゃって。一本、五百円です。」  
とお母さんが笑いながら言いました。  
先生が、「すごい。夜も毎日お庭で頑張っていたんでしょう。さきと君が、夜、たいこの音が聞こえてくるって話していましたよ。」  
と言いました。お母さんが、「近所迷惑だったかもしれないね。」  
と笑って言いました。

「これなら、みんなからほめられるばい。」  
「今までやったかいがあったね。」  
とお父さんとお母さんが言いました。  
運動会の日になりました。演舞のリハーサルの時に苦手なところが失敗しているの、絶対に失敗したくないと思いました。  
自分の番になりました。胸がドキドキしました。  
（失敗したくないな）と思いながら、運動場の前の方に歩いていきました。  
はるちゃんとみうちちゃんもぼくといっしょに行きました。  
二人は、運動会が近づいてからいっしょに練習してくれました。三・三・七拍子のところを横で言ってくれたりリズムの楽ふを書いてくれたりしました。リズムの楽ふは、家でもそれを見て練習できたのでとても助かりました。本番も、二人が近くにくれたので、安心でした。  
いよいよ始まりました。得意なところが終わりました。いよいよ苦手なところになりました。昨日、お母さんがアドバイスを

してくれたところを思い出しながら挑みました。最後までまがえずに成功しました。とてもうれしかったです。  
家に帰ってから、お母さんに「ありがとう。」  
と言いました。お母さんは、「とてもうまかったよ。」  
と言いました。うれしかったです。

### 先生からのコメント

誰に対しても優しく気遣いができ、下級生からもらったお礼の言葉も、自分のことをよく困っている人のことを考え行動し、すごいなと思うこともよくあります。苦手なことにも真面目に根気強く取り組む姿は、六年一組のみんなも学ぶことが多いです。運動会のたいこの練習をとおして、家族が大和さんのことをどれだけ大切に思っているのがわかりました。また、その思いを受けて成長する大和さんのたくましさ、そして、いっしょにがんばる友達の存在がこの作文から伝わってきます。私たちも自分の家族や身近な友達のことをしっかり考える、そのような取り組みに繋がってほしいと思います。

# 第10回 大阿蘇元気ウォーク 2022

## 1st ANNIVERSARY



参加申込み受付中!

様々な景品が当たるお楽しみ抽選会あり!

## 歩いて体感! 阿蘇の風と大自然

2022.9.3(土) → 4(日)  
イベント会場: 阿蘇神社 東側中央駐車場 (阿蘇市)

The 10th ASO ENERGETIC WALK 2022  
大会コース 20km · 10km · 5km

事前申込み締切 2022年8月10日(水)まで  
お申し込み先(申込専用) 0570-039-846  
お問い合わせ先(申込不可) 0120-711-951  
主催: 阿蘇市健康づくりの郷推進委員会 阿蘇市 ☎0967-22-3174  
主管: 大阿蘇元気ウォーク実行委員会  
※平日 10:00 ~ 17:30 / 土日祝日を除く



※新型コロナウイルス感染症の状況により大会内容が変更または中止となる場合があります。中止となった場合、参加記念品は送付しますが、参加費の払い戻しはできません。  
※今大会は新型コロナウイルス感染症対策として、当日申込での参加はできません。

## キャベドン

器提供：工房 ゆう



### 材料 (4人分)

キャベツ 400g	豚肉 340g	タマネギ 280g
ニンジン 80g	卵 4個	米 3カップ
トマト 2個	小ネギ 適量	油 少々

### 漬け込み用たれ

砂糖 大さじ 2/3 強 醤油 大さじ 1と1/2  
みりん 大さじ 2/3 強 酒 大さじ 1と1/2

### かけ汁

砂糖 大さじ 3 強 醤油 95cc みりん 大さじ 3 強  
酒 95cc ニンニク 2片(すりおろす)

### 作り方

- 漬け込み用たれを作り、豚肉を漬けておく。
- 温泉卵を作る（沸騰したお湯に卵を入れ蓋をして10分置く）。
- キャベツは千切りにする。タマネギは薄くスライスし、塩もみをして水で洗い流す。ニンジンは細切りにしてお湯に通す。
- かけ汁の調味料を合わせて沸騰させる。
- フライパンに油をひいて豚肉を焼く。
- どんぶりにご飯と③を盛り付け、かけ汁をかける。  
トマト、小ネギ、温泉卵を乗せて完成。

### 食改冒から一言

生のキャベツを100g食べるのは大変ですが、ごはんに乗せてかけ汁をかけることでかさが減ります。野菜たっぷりですが、ペロリと食べられますよ。

健康増進課  
☎ 22-5088

## 宝くじ助成事業で 地域活動備品を整備



地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的としたコミュニティ助成事業により、「永草区」「折戸区」にエアコン、冷蔵庫、LED照明器具などが宝くじ助成金により整備されました。

このコミュニティ助成事業は、(一財)自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているもので、今後の永草公民館、折戸コミュニティセンターを拠点とした地域の益々の活性化が期待されます。

## 長年の献身に感謝



▲ 菊池登喜代さん

市は「はな阿蘇美」のバラ園を長年管理してきた菊池登喜代さん(小倉)に感謝状を贈呈しました。

菊池さんは平成12年4月から令和4年3月まで22年間にわたり、750種、4,500株におよぶバラの栽培・管理を行ってきました。平成27年には施設への来場者数が43万人を超えるなど阿蘇観光の魅力向上にも大きく貢献しました。

菊池さんは「バラで少しでも人を笑顔にできたかなと思います」と振り返りました。

## 区長としての活躍に栄誉



▲ 阿南米夫さん

地方自治の発展に多大な功績があったとして旭日単光章を受章した阿南米夫さん(滝水)への叙勲伝達式が、5月24日に市役所で行われました。

阿南さんは平成14年4月から現在に至るまで滝水区の行政区長として地域内の連絡調整など多岐にわたる活動を続けています。

阿南さんは「これも区民の皆さまのおかげです」と謝意を述べました。

## 「草原の里100選」に選定



▲ 草原の風景

美しい草原の風景を残す地域を選ぶ「未来に残したい草原の里100選」に、阿蘇市の草原が選ばれました。全国草原の里市町村連絡協議会が主催。全国から34カ所が選ばれました。

今後100選をまとめた草原名鑑が作成され、保全活動に生かされます。

## 花の日に感謝を

6月1日、キリスト教の行事である花の日に合わせて、熊本YMCA赤水保育園の年長児10人が市職員に花束を贈りました。

## まちの わだい

### 災害に備えて協定締結



▲ オムロン阿蘇株式会社の山中社長

5月26日、市とオムロン阿蘇株式会社は「災害時における一時避難所としての使用に関する協定」を締結しました。大規模災害の発生時、市の要請に基づき、同社の駐車場を一時的な車中避難場所として利用できるほか、携帯端末などの充電のための電力などが提供されるようになります。

### 危険な業務に長年従事



▲ 野尻徹さん

危険性の高い業務に従事し、国家に対する功労があったとして瑞宝双光章を受章した野尻徹さん(桜町)が、市長に受章を報告しました。

桜町出身の野尻さんは警視庁で42年間勤務。主に刑事としてさまざまな難事件の解決に貢献してきました。

野尻さんは「今後は阿蘇に恩返ししていきたい」と抱負を語りました。

### 非常食災害時に役立てて



▲ 加藤支店長

5月24日、損害保険ジャパン株式会社熊本支店が市に非常食100食分を寄贈しました。

同社は市、熊本トヨタ自動車株式会社と「持続可能なまちづくりに関する三者包括連携協定」を締結し、将来にわたり安全で安心なまちづくりの実現に向けた取り組みを進めています。加藤和文支店長は「非常時には改めて必要なものを支援していきたい。阿蘇市の持続的発展に貢献できたら」と話しました。

### 水道週間に美化活動



▲ 清掃作業中の水道工事業者

6月1日から7日までの「水道週間」に合わせ、阿蘇市管工事協同組合(森和己代表理事)の10社10人が国道212号沿線の清掃作業を行いました。

「水道週間」は、水道に対する理解を深めることを目的に、全国でさまざまな活動が行われています。

同組合では、「水道週間」をPRしながら環境美化活動の一環として、ごみ拾いをしました。



# 7月 CALENDAR

 = 休日在宅医  
診療時間：午前9時～午後5時  
相談に関する詳細は20頁に掲載

予定は変更になる場合があります。  
最新の情報は市ホームページのくらしのカレンダーをご覧ください。  
(こちらのQRコードを参照➡)



日	月	火	水	木	金	土
6/26	6/27	6/28	6/29	6/30	1 子育て相談日 9:00～14:00 一の宮保健センター	2
3 たくもと小児科 クリニック ☎ 34-2202	4 年金出張相談 10:00～15:00 一の宮保健センター	5 7～8ヶ月児健診 R3.11生 9:00～ 一の宮保健センター	6 熊本県子ども・若 者総合相談セン ター出張相談会 10:30～15:30 農村環境改善センター	7 心配ごと相談 10:00～12:00 阿蘇保健福祉セン ター 法律相談 13:00～16:00 阿蘇保健福祉セン ター	8	9
10 栗林内科医院 ☎ 24-1024	11 年金出張相談 10:00～15:00 農村環境改善センター	12 4ヵ月児健診 R4.2.16-3.15生 9:00～ もうすぐ1歳健診 R3.8生 13:10～ 一の宮保健センター	13 あそカフェ 10:00～12:00 阿蘇保健福祉 センター あそ若者しごと 相談会 10:00～15:00 ハローワーク阿蘇	14	15 子育て相談日 9:00～14:00 一の宮保健センター あそカフェ 10:00～12:00 波野保健福祉 センター	16
17 眼科古嶋医院 ☎ 34-0008	18 家入整形外科 ☎ 32-0048	19 3歳児健診 H30.9.27-10.31生 13:00～ 一の宮保健センター	20	21 心配ごと相談 10:00～12:00 就業改善センター	22	23
24 古閑医院 ☎ 22-3000	25 年金出張相談 10:00～15:00 農村環境改善センター	26 1歳6ヶ月児健診 R2.11.1-12.10生 8:40～ 一の宮保健センター	27 あそ若者しごと 相談会 10:00～15:00 ハローワーク阿蘇	28	29	30
31 阿蘇温泉病院 ☎ 32-0881	8/1 年金出張相談 10:00～15:00 一の宮保健センター	8/2 7～8ヶ月児健診 R3.12生 9:00～ 一の宮保健センター	8/3	8/4 心配ごと相談 10:00～12:00 阿蘇保健福祉セン ター 法律相談 13:00～16:00 阿蘇保健福祉セン ター	8/5 子育て相談日 9:00～14:00 一の宮保健センター	8/6

阿蘇保健福祉センター・農村環境改善センターは「内牧」にある施設です。

## 阿蘇 広報あそ 2022年7月号 No.210

発行／阿蘇市役所 熊本県阿蘇市一の宮町宮地504番地1 TEL0967-22-3111 FAX0967-22-4577  
編集／総務課秘書広報係 印刷／株式会社つるばやし印刷 熊本県阿蘇市一の宮町宮地527番地2

 阿蘇市ホームページ  
<http://www.city.aso.kumamoto.jp/>

 阿蘇市インスタグラム  
<https://www.instagram.com/asostagram/>

 阿蘇市フェイスブック  
<https://www.facebook.com/asocity/>

  
UD  
FONT  
by MORISAWA