



ファームステイ
受け入れ
の
ススメ

ファームステイ 受け入れ の ススメ

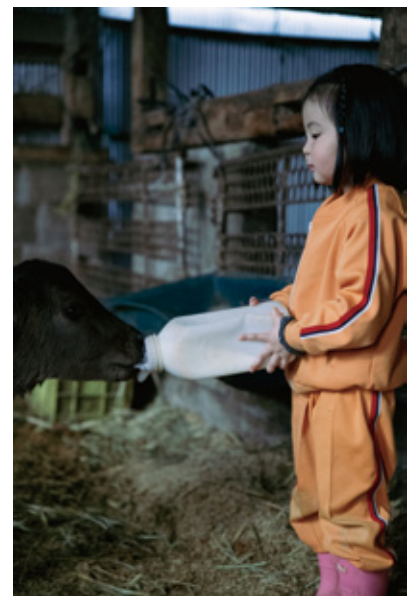
阿蘇ファームステイについて紹介します。

今月の主な内容・CONTENTS

- 02 ファームステイ受け入れのススメ
- 06 熊本県知事選挙
あれこれ決められなくなる前に
- 08 成年後見制度
- 09 **20歳**になったら国民年金
- 10 くまのインフォメーション
- 13 お慶び ご寄付
- 14 人権作文
- 15 阿蘇医療セシタ=通信 #97
- 16 まちのわだい
- 18 図書館へ行こう!
- 19 地産地消 Cooking!
- 19 おたより
- 32 3月カレンダー

Cover Story

表紙のはなし



子牛にミルクを与える古木裕子さん親子。古木さん宅ではファームステイを積極的に受け入れています。

台湾の高校生、

阿蘇を

満喫。

「あのギザギザした山が根子岳、その横のいちばん高い山が高岳だよ」。12月上旬、夕暮れが迫る箱石峠で、畜産農家の古木裕子さんが阿蘇五岳について説明していました。

説明を受けていたのは、台湾から阿蘇を訪れていた高校生2人。阿蘇での農村生活を体験する「阿蘇ファームステイ」で古木さん宅に宿泊して

いました。子牛へのミルクやり体験を終え、阿蘇の壮大な景観を見るために箱石峠を訪れた古木さんたち。高校生の2人は「山がきれいで空気が

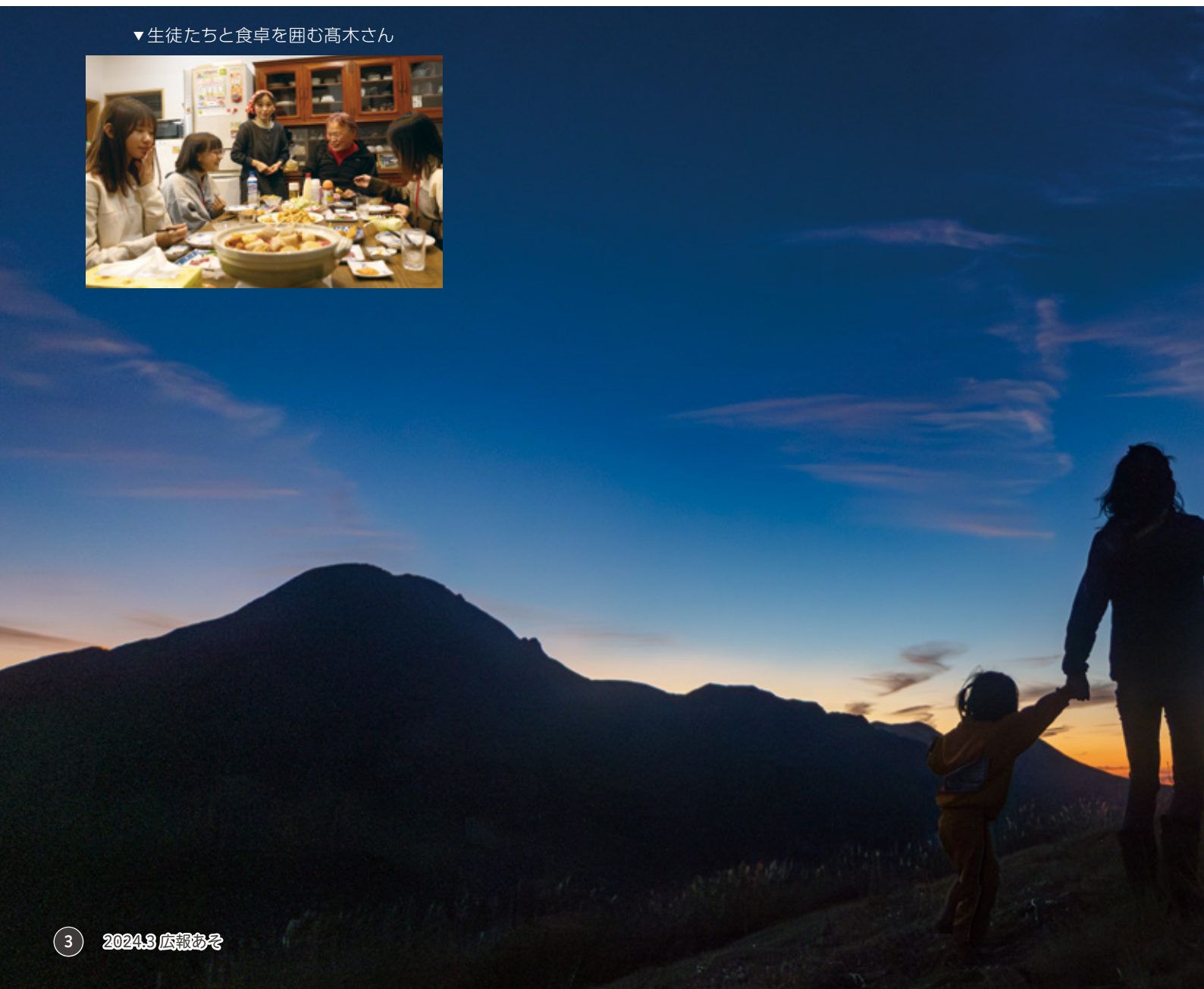


▲子牛にミルクを与える生徒

おいしい」と感動したようでした。

同日午後7時すぎ、一の宮町坂梨の高木正明さん宅を訪れると、同じく台湾からの高校生4人と高木さん夫婦が食卓を囲んでいました。「おいしいよ」と正明さんに勧められ、ゆっくりと箸を進める生徒。おいしいと笑顔を見せた生徒に対し、口に合わなかったのか顔をしかめる生徒も。対照的な表情を見て正明さんは笑みを浮かべました。「ことばでのコミュニケーションが難しくても分かり合うことはできる」と話した正明さん。食卓は笑顔に包まれていました。

▼生徒たちと食卓を囲む高木さん





阿蘇での暮らしが生きる力を育む

▲サツマイモ収穫体験をする生徒たち

阿蘇ファームステイでは、都市に住む小学生から大学生などが教育旅行の一環として阿蘇地域の家庭に宿泊し、地域ならではの体験や食事を楽しみます。最近では、台湾など海外の学生も多く利用しています。

見知らぬ土地で宿泊し、農作業体験や食事の準備などを地域の人たちと共に行うことは貴重な体験です。ファームステイを経験した東京都の中学生は「何事も挑戦しようと思えるようになりました」と感想を残しました。ファームステイにより都市ではできない経験をすることで、生徒の自立心が育まれたことが伺えます。

阿蘇では恵まれた大自然に根差した人々の暮らしがあり、農業をはじめとする生命の営みがあります。子どもたちに「生きる力を育む」機会を提供する絶好な場所といえ

ます。

新型コロナウイルスの影響で減少していたファームステイの受入人数は回復傾向にあります。訪日外国人の増加もあり、国内外からの受入人数がこれから増えることが予想されます。

地元の人との温かい交流や阿蘇の大自然の中での体験が、こどもたちにとってかけがえない思い出になるはずです。皆さんも阿蘇ファームステイの受入れをしてみませんか。

**受入れや謝礼金についての
お問い合わせはこちら**

☎ 阿蘇地域農泊推進協議会
(事務局) 阿蘇グリーンストック
☎ 32-3500

受入れの流れ

(例：1泊2食1体験)

1日目

- 16:00 集合場所で入村式
生徒たちと対面
- 16:30 各家庭へ車で移動
- 17:00 家庭での自己紹介
お風呂(自宅のお風呂や温泉など)
食事づくり(バーベキューなど)
団らん・就寝

2日目

- 6:00 起床、早朝散歩
- 7:00 朝食
- 8:00 家業体験(簡単な農作業など)
- 10:00 着替え、出発準備
- 10:30 退村会場へ車で送迎
- 11:00 退村式・見送り

※スケジュールは団体によって異なります

Q&A

Q 生徒が病気になったり事故に遭ったら
どうすればいいの？

A まずは、事務局の担当者に連絡をください。
(緊急の場合は119番へ通報)

生徒の病気や事故などについては、事務局と学校・旅行会社で責任をもって対応します。事務局の担当者が、夜中でも対応できるように待機しています。

Q 生徒のアレルギーが心配です

A 生徒からアレルギーなども書かれた「自己紹介カード」が届きます。対応の方法など事務局が事前に確認し、お知らせします。

Q 受入家庭は農家だけですか？

A 農家でなくても受け入れることができます。
阿蘇ファームステイは、農業体験ではなく農村でのくらしを体験することなので、農家でなくても問題ありません。

INTERVIEW

娘に多くの人と出会ってほしい

家にいながらも、多くの人と出会うことが娘の成長に繋がると思い、ファームステイを受け入れることにしました。

受け入れてみると、見知らぬ人との生活を通して開放的なコミュニケーション能力が身についていると感じています。出会いと別れを経験することで、人や時間を大切にできるようにもなると思いますが、さらに、阿蘇の魅力を客観的に見ることで、郷土愛を育み、ふるさとへの誇りを持つことにも繋がると期待しています。

ファームステイを受け入れるという行動を起こさなかったら出会わなかったであろう人々と生活を共にすることで、いろいろな考え方に触れることができ、娘だけではなく私も多くの刺激や気づきをもたらしています。

農村民泊が終わり生徒とお別れするときは、笑顔で「また会おう」と言っています。

ファームステイを通じて多くの人に阿蘇の魅力を知ってもらい、地域がさらに盛り上がることを願っています。



ふるきひろこ
古木 裕子 さん親子
(古閑区)

熊本県知事選挙

投票日 **3月24日** ① 午前**7時**～午後**6時**

※ 荻の草、舞谷、深葉地区は午後4時まで

1

**選挙当日に投票所に行けない人は
期日前投票をご利用ください**

期日前投票の際は入場券を必ずご持参ください。
あらかじめ、入場券裏面の「期日前投票宣誓書」に
記入しておく、受付がはやく済みます。

期日前投票所	投票期間
阿蘇市役所	3月 8日(金)～23日(土)
内牧支所	3月 16日(土)～23日(土)
波野支所	3月 16日(土)～23日(土)

時間はいつでも午前8時30分～午後8時

※ 入場券は3月7日(木)ごろ各家庭に配達予定です。

▶ 入場券裏面の宣誓書への記入方法

今回の選挙から、
理由の選択は不要
になりました。

氏名、生年月日、
住所を記入してく
ださい。宣誓年月
日は期日前投票に
行く日です。

選挙当日に投票所へ行けない人は、期日前投票をご利用ください。

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 8日(金)から 3月 23日(土)まで	午前8時00分 から 午後6時00分 まで
内牧支所 波野支所	3月 16日(土)から 3月 23日(土)まで	午後8時00分 まで

**期日前投票をされる際に、以下の宣誓書をおらかじめ
記入していただきます。受付が早く済みます。
※選挙当日に投票される方は記入しないでください。**

期日前投票宣誓書

私は、令和6年3月24日執行熊本県知事選挙の当日、下記いずれかの期日前投票の事由
に該当する見込みです。

- 仕事、学業、地域行事、冠婚葬祭その他の用事に従事
- 商業又は事故のため、投票所のある区域の外に出出・旅行・滞在
- 病気、出産、介護、学業、身体障害等のため歩行が困難又は投票用紙等に投票
- 交通手段の欠陥に遭ったこと、滞在
- 住所移動のため、本投票所に出向しない
- 天災又は急変等により投票所に行くことが困難

上記は、真実であることを誓います。
令和6年3月__日

氏名	生年 月日	大正 昭和 年月日
選挙人名簿に登録 されている住所	阿蘇市	

次の欄に記入しないでください

代理・点字	1 心の障碍	氏名	人
	2 その他の事由	姓	姓
投票所	投票所	投票所	投票所

阿蘇市選挙管理委員会 022-4239 (電話)

不在者投票もできます

決められた手続きが必要です。希望する場合は早めにお尋ねください。

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	阿蘇市の選挙人名簿に登録されている人が、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。 ※ 郵便などでのやり取りが必要です。
指定病院などで 行う不在者投票	不在者投票ができる施設として、都道府県から指定を受けた施設（病院や老人ホームなど）に入院（入所）中の人は、その施設で不在者投票ができます。 ※ 入院（入所）施設に申し出てください。
郵便等による 不在者投票	身体障害者手帳、戦傷病者手帳をお持ちで一定の要件に該当する人や介護保険被保険者証の要介護状態区分が「要介護5」の人で、郵便投票証明書の交付を受けている人は、自宅で投票ができます。 ※ 郵便投票証明書の交付には、阿蘇市選挙管理委員会への申請手続きが必要です。
その他	期日前投票期間中に18歳になる人は、誕生日の前々日まで不在者投票ができます。 誕生日の前日からは、期日前投票ができます。

2

投票日の投票所一覧

投票区	地区・行政区名	投票所
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	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	坂梨地区	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	旧内牧小学校深葉分校
11	内牧2区、成川、折戸、宇土、浜川	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	赤水公民館
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	道尻、下役犬原、上役犬原	コミュニティセンター
18	山田地区（茗ヶ原を除く）	山田体育館（旧山田小学校体育館）
波野地区		
19	檜木野、赤仁田、山崎、仁田水、中江、滝水	波野支所
20	小園、小地野、笹倉	やすらぎ交流館
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

※ 投票所が変更となっています

3


選挙公報の配布方法

- 郵便局から郵便局に登録のある世帯へ配達（3月中旬ごろ）
- 市ホームページに掲載（県ホームページへのリンク）
- 本庁、各支所などの公共施設と市内コンビニへ備付

4

投票の方法

- 期日前・不在者投票 **記名式**（投票用紙に候補者の氏名を記入）
- 当日投票 **記号式**（投票用紙の候補者欄にスタンプで「○」を押印）



あれこれ決められなくなる前に

成年後見制度

成年後見制度は、認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で、不動産や預貯金などの財産管理や福祉サービスの利用、施設への入所に関する契約などができない場合に、本人の権利を守るための制度です。

● 成年後見制度には、法定後見制度と任意後見制度があります

法定後見制度はさらに3つの類型に分かれており、本人の判断能力に応じて家庭裁判所が決定します。類型によって後見人などの援助の範囲が変わります。

法定後見制度

類型	判断能力	援助者
後見	判断能力が欠けているのが通常の状態	成年後見人
保佐	判断能力が著しく不十分	保佐人
補助	判断能力が不十分	補助人

任意後見制度

判断能力が低下したときに備えて、財産の管理や福祉サービスの利用契約など、自ら選んだ任意後見人に、支援してもらいたい内容をあらかじめ契約（任意後見契約）で決めておく制度です。

● こんな悩みありませんか？

ひとり暮らしの親の認知症が進行しており、

今後の生活が心配。

障がいのある子どもの将来の生活が心配。

最近、物忘れがひどく、財産の管理や契約関係が心配。

成年後見制度について詳しく知りたい。

● まずは相談してください

市では、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でない人が、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、成年後見制度の相談や利用支援のほか、同制度の普及・啓発活動などに取り組んでいます。

☎ ほけん課 22-3145
☎ 福祉課 22-3167




詳しくは市ホームページ



20歳になったら

国民年金

☎ ほけん課 ☎ 22-3145

 国民年金は、老後の暮らしをはじめ、病気や事故で障がいを負ったとき、家族の働き手が亡くなったときにみんなで暮らしを支え合うしくみです。

20歳以上60歳未満の全ての人が加入し保険料を納めることが義務付けられています。20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金保険料の支払い

令和5年度の国民年金の保険料は月額16,520円です。

- ※ 保険料をまとめて前払いすると、割引が適用されます。
- ※ 納付書(コンビニでも可)・口座振替・クレジットカードでの支払い方法が選べます。

▶ 学生納付特例制度

学生は本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予されます。学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(就業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する人が特例の対象です。

▶ 納付猶予制度

学生ではない50歳未満の人で、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に保険料が猶予されます。

ポイント

👉 将来の大きな支えに

国が責任をもって運営するため、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

👉 老後のためだけのものではありません

国民年金は、老後に受け取ることができる老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障がいが残ったときに受け取ることができます。

遺族年金は、年金加入者が死亡した場合、その年金加入者により生計を維持していた遺族が受け取ることができます。

いろいろな情報をお届け。

くろかわの インフォ メーション

生ごみ処理機などの購入費の 一部を助成します

家庭から出る生ごみは、約80%が水分と言われています。

未来館で処理する可燃性の固形燃料（RDF）を作るには、ごみを乾燥する必要があります。多くの燃料を要します。ごみの重量が増えることで、その処理費用はさらにかさみます。

市では、電気式の生ごみ処理機や畑などに設置して使用するコンポスター購入費用を助成していますので、ぜひご活用ください。

※ 予算の範囲内で定数に達した時点で終了

生ごみ処理機（電気式）

助成額…購入費用の 1/2 以内（上限 30,000 円）

※ 購入した後の申請は、助成の対象になりません。

必ず購入する前に市民課または各支所に申請してください。見積書、カタログなどが必要です。受付開始日は4月1日（月）です。

生ごみ処理容器（コンポスター）

助成額…商品額 5,500 円のうち 3,500 円

個人負担は 2,000 円となります。

（引き渡し時に窓口で支払い）

※ 市民課・各支所でお渡しします。

販売開始日は4月1日（月）です。

☎ 市民課 生活衛生係

☎ 22-3135



生ごみ処理容器のイメージ▶



新型コロナワクチンの 無料接種が終了します

新 型コロナワクチンの無料接種は3月30日で終了します。接種を希望する人は、お早めにコロナワクチン予約センターに電話するかインターネットで予約をしてください。予約の際にはあらかじめ接種券を準備してください。

予約先 コロナワクチン予約センター

☎ 096-352-8000

（令和6年3月29日午後5時30分に受付終了）

12歳以上の人は
ネットでも受け付けています。

予約はこちらから▶



☎ 新型コロナワクチン接種対策班

☎ 22-5670

当院は、前立腺や膀胱に関する病気、お困りの方が多い頻尿・尿漏れ・腎臓結石など、泌尿器科・腎臓内科をメインとした診療を行っております。

安心してご来院いただけるよう男性・女性の待合室を分けております



泌尿器科・腎臓内科・美容皮膚科・婦人科

くろかわクリニック

KUROKAWA CLINIC



院長：黒川 慎一郎

〒869-1102

菊陽町大字原水2912番地1

096-288-6185

広告

手話奉仕員養成(研修)講座 受講生募集

聴 覚障がい者の社会参加と自立の促進に必要なコミュニケーション支援を行う「手話奉仕員」を養成する講座受講者を募集します。

講座内容と日程

▷ 入門課程 (20 回)

4 月 5 日 (金)~8 月 23 日 (金)

▷ 基礎課程 (25 回) 入門課程履修者

9 月 20 日 (金)~令和 7 年 3 月 21 日 (金)

※いずれも毎週金曜日、午後 7 時~午後 9 時

ところ 南阿蘇村役場大会議室

受講料 無料 (テキスト料は 9 千円程度)

申込み 直接、会場でテキスト料を添えてお申し込みください。

☎ (財)熊本県ろう者福祉協会

☎ 096-383-5587



井戸水などを飲用する人へ きちんと衛生管理ができていますか？

飲 用井戸水などを飲用する場合、適正な衛生管理が必要です。

飲用井戸(小規模水道)の衛生、安全確保は、設置者自ら実施する必要があります。次のような点に気をつけて、適正な管理に努めてください。

井戸を衛生的に管理してください。

▷ 井戸やその周辺は、みだりに人や動物が入らないようにしましょう。

▷ 井戸やその設備(ふた、ポンプ、水槽など)、その周辺の点検や清掃を定期的に行い、清潔保持に努めましょう。

水質検査を実施してください。

▷ 安全確保のために、定期的(年 1 回以上)に水質検査を受けましょう。

▷ 飲用するときは、水の色、濁りや味、においなどに注意しましょう。異常があれば、飲用を中止し、必要な水質検査を行い、安全を確認しましょう。

▷ 新しく井戸を設置し飲料水として利用する場合、飲料水としての水質基準項目について水質検査を行い、基準に適合することを確認してから飲用しましょう。

☎ 住環境課 都市・環境係 ☎ 22-3169

事業主の皆さまへ 障がい者の法定雇用率が 引き上げられます

令 和 6 年 4 月から法定雇用率が段階的に引き上げられ、従業員を 40 人以上雇用している事業主は 1 人以上の雇用義務が生じます。障がい者の募集、雇用管理などについてはハローワーク阿蘇までご相談ください。

☎ ハローワーク阿蘇

☎ 22-8609

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。

事務所名が変わりました！

・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)

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 3月13日(水)

波野保健福祉センター 3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

心配ごと相談 ※要予約

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 3月7日(木)・4月4日(木)

就業改善センター 3月21日(木)

(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

子育て相談 ※要予約

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 3月1日(金)・15日(金)・4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

ジョブカフェ阿蘇ランチ ※要予約

無料の就労相談所。どなたでも利用できます。

とき 毎週火・木 午前10時～午後5時

ところ 阿蘇地域振興局

☎ ジョブカフェ阿蘇ランチ

☎ 22-8178

年金出張相談 ※要予約

年金請求の手続きや受給している年金などについて相談できます。

一の宮保健センター 3月4日(月)・18日(月)

4月1日(月)

農村環境改善センター 3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

法律相談 ※要予約

【民事・家事・刑事など】

とき 3月7日(木)・4月4日(木)

午後1時～4時

ところ 阿蘇保健福祉センター

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

熊本高齢者無料職業紹介所 ※要予約


60歳以上の求職者と共に、これまでの知識、経験、資格などを生かせる再就職先を探します。

とき 毎週月・水・金 午前10時～午後4時

ところ 阿蘇地域振興局

☎ 阿蘇相談所 ☎ 22-4511





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

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



熊本県弁護士会所属

弁護士 吉田孝充
弁護士 松岡智之
弁護士 高瀬真哉
弁護士 笠賢太郎

弁護士法人ひのくに
阿蘇市内牧963-11 (パチンコプロス駐車場内)

お悩みの際には
TEL 0967-32-3363

広告

赤ちゃん

1月31日受付分まで

結婚

1月31日受付分まで

赤ちゃん	パパ・ママ (行政区)	赤ちゃん	パパ・ママ (行政区)	夫	妻 (行政区)
やまもと こはく 山本 琥白	ともひろ 智大・くるみ (北2区)	もりした いちか 森下 依愛	ゆうき えりか 祐樹・絵利加 (宇土)	さいとう たろう 齊藤 太郎	もりもと えりか 森本 絵梨佳 (東2区)
いまむら こうが 今村 凰雅	たくや すずか 卓也・涼夏 (古神1区)	みやおかこうたろう 宮岡 宏太郎	ひろき まい 宏樹・真衣 (東黒川)	つかもと たいよう 塚元 太陽	わたなべ さや 渡邊 彩矢 (古神3区)
やまおか てるよし 山岡 煌和	とよのり 豊忠・さとみ (古城6区)			むらかみ けいたろう 村上 慶太郎	まつだ さえ 松田 彩恵 (枳)

寄付

阿蘇市社会福祉協議会(香典返し)

1月31日受付分まで

寄付者	続柄	物故者	行政区	寄付者	続柄	物故者	行政区	寄付者	続柄	物故者	行政区
たの ちよこ 田野 チヨ子 夫	かつき 勝喜		(町1区)	いしやま わかこ 石山 若子 夫	ゆきとし 幸利		(西仲町)	のぐち としひろ 野口 敏浩 母	かずこ 和子		(南黒川)
えとう もりゆき 江藤 守之 母	マサエ		(町2区)	わたなべ ふさし 渡邊 房士 母	カヲル		(豆 札)	もり よしとし 森 義利 母	さきこ 咲子		(南黒川)
いえいり としお 家入 敏夫 母	エイ子		(東2区)	うえの ハツ子 上野 ハツ子 夫	せつお 節雄		(古城1区)	みやざきたけし 宮崎 猛 母	タチ子		(上西黒川)
いまむら ハル子 今村 ハル子 夫	よしてる 義照		(西2区)	さとう みちこ 佐藤 美智子 夫	ひろゆき 博幸		(西下原)	むらかみ ユキエ 村上 ユキエ 夫	てるお 照雄		(赤 水)
さとう ウタ子 佐藤 ウタ子 夫	こういち 孝一		(分1区)	おの よしこ 小野 良子 父	やまなか てるよし 山中 輝義		(宇 土)	わたなべしゅく 渡邊 祝 夫	つよし 強		(赤仁田)
こばやし ひでもり 小林 秀森 妻	えいこ 英子		(分3区)	にしむら ちかのり 西村 親則 父	かずみ 一三		(竹 原)	いわした てつろう 岩下 哲郎 母	サイ		(坂の上)
ふるき きみお 古木 公夫 父	だいき 大喜		(古 閑)	たかつ くにこ 高津 邦子 夫	みつき 光喜		(坊 中)				

米寿

昭和11年2月生

氏名 (行政区)	氏名 (行政区)	氏名 (行政区)	氏名 (行政区)
きよはら アヤコ (東2区)	さえき みわこ (内牧5区)	みやもと いさむ (上役犬原)	ゆき ケサヨ (永 草)
やまうち まさみ (東3区)	やまうち しずや (成 川)	かえつ キヌエ (竹 原)	ながお ほなこ (枳)
ふなもと さちよ (古神2区)	おしま ちえこ (湯 浦)	ふじた よしみつ (東黒川)	きくち くにお (赤 水)
いえいり アヤ子 (分2区)	さかなし まさし (今 町)	きもと よしと (乙 姫)	むらかみ てつお (赤 水)
すぎもと ミスエ (西井手)	ふじばやし ゆうじろう (今 町)	きら しまこ (乙 姫)	ながとみ しゅうじろう (狩 尾 1 区)
はなどう サツ子 (内牧2区)	わだ せい子 (小野田町)	やまもと ワサ子 (乙 姫)	くさお みよこ (狩 尾 2 区)
		つだ ジツ子 (永 草)	いちばら けきはる (遊 雀)



人の動き

(1月31日時点)

(1/1~31)

	人口	(男性)	(女性)	世帯
人数・世帯数	24,465人	11,564人	12,901人	11,684世帯
前月比	61人減	18人減	43人減	10世帯減

出生	死亡	転入	転出
8人	48人	73人	99人

「社会福祉科に来て」

阿蘇中央高等学校 阿蘇清峰校舎 2年

まつだ なお
松田 凪央

私は今、阿蘇中央高校の社会福祉科で福祉のことについて学んでいます。私が社会福祉科に入学した理由は、親が看護師をしているため、自分も福祉や医療について学んでみようかな、というなんとなくの気持ちでした。「保育士になろうかな」という思いもありましたが、正直自分が将来何をしたいのかが定まっていませんでした。

社会福祉科に入学してみても、思っていたよりも福祉を学ぶことにやりがいを感じました。入学前は、福祉は『高齢者』というイメージが強くありましたが、他にも障がいのある方や子ども福祉など様々な分野があることを知りました。社会福祉科での学びを通して、将来は誰かの役に立てる仕事をしたいと強く思うようになりました。さらにその思いが強くなった理由は介護実習での体験です。

介護実習に行く前は、高齢者の方と関わったことがなかったため、どのような関わりをしようのか全く分かりませんでした。授業で高齢者の方とのコミュニケーションについて学んでいたものの、いざその時になると、自分が話しかけることで、利用者様が邪魔に感じるのではないかと考えてしまっていました。しかし、勇気を振り絞って話しかけてみると、笑顔でお話を返していただきました。その後、様々な利用者様と関わる中で、描いた絵をプレゼントしてくださる方や、私の名札を何回も見たり紙に書いてりして名前を覚えてくださる方、遠くから「なおちゃん。」と笑顔で手を振ってくださる方など、勇気を振り絞ったことでも嬉しい気持ちになりました。また、利用者様から頼っていただいたり、感謝の言葉をいただいたりした時は、「実習生の私を信頼してくださっている」と胸が熱くなりました。

将来、高校を卒業後、すぐに介護職として現場で働きたい気持ちと、さらに専門的な知識や技術を習得してから現場に出たいという気持ちがあります。どちらにしても、『誰かの幸せのお手伝いがしたい』という気持ちに、変わりはありません。これからも社会福祉科で

の日々の学びと、残り一回の介護実習など様々な経験をもとに考えていきたいと思っています。



先生からのコメント

社会福祉科に入学して、少しずつ日々の授業や介護実習を通して福祉の魅力に気づいてくれてとても嬉しく思います。介護実習では、不安と緊張に押しつぶされそうになりながらも勇気ある一歩を踏み出したことで様々な素敵な経験に出会うことができましたね。凪央さんの「だからのためにになりたい」という強い気持ちをこれからも大切に育み、成長していく姿に期待をしています。

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

能登半島半島地震 DMAT 活動報告

1月20日(土)~1月27日(土)までの期間、能登半島地震の医療支援のため、阿蘇医療センターDMATチーム(医師1名、看護師2名、業務調整員2名)5名で、石川県能登地方に派遣されました。

派遣先として石川県穴水町保健医療福祉調整本部に所属し、穴水総合病院の病院支援をメインで行い、病院当直や救急患者の病院搬送、医療物資の運搬や施設の電話調査などの支援を行いました。派遣時期は地震発災後から3週間程度経過しており、医療ニーズとしても急性期から亜急性期、慢性期に至る過程での任務でした。

熊本地震とは違い、発災後3週間経過していてもインフラの整備が完全でなく、上下水道が復旧していませんでした。飲料水はもとよりトイレなど衛生面に關わるところでも注意が必要な状態で、施設や避難所であらゆる感染症が起こり、対応に苦慮されているようでした。

今後も日本各地で大規模災害が発生する可能性があります。より適切な対応が求められる時代となっています。今回の経験を生かし、阿蘇医療圏の災害拠点病院としてさらなる医療福祉の充実を図っていきます。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

阿蘇医療センター 整形外科 坂本 圭



▲阿蘇医療センター DMAT 出発式



▲搬送されてきた患者への対応



▲物資の積み込み

塗装・防水工事・メンテナンス

 株式会社 井上

〒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



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 —

もしもし 0967-32-1501

草原守り 35 年



▲竹原会長(中央)と宿利副会長

県内で社会奉仕や環境美化に取り組む人たちを熊日新聞社が表彰する熊日緑のリボン賞を「阿蘇の自然を愛護する会」が受賞しました。2月6日に会長の竹原憲朗さんと副会長の宿利タヅ子さんが市長へ受賞を報告しました。

阿蘇郡市の住民らでつくる同会は1988年発足。市内の草原の環境保全や希少植物の盗掘を防ぐためのパトロールなどを35年以上にわたり継続しています。

先進的な養豚に評価



▲大和建一さん(左)ととよ子さん(中央)

公益社団法人大日本農会が農業上の功績があった人を表彰する農事功績者表彰で、緑白綬有功章を受けた大和建一さんと大和とよ子さんが市長に受章を報告しました。

2人は経営するやまとんファームで、特定の病気を持たないSPF豚を県内で先駆けて導入。専用農場や浄化設備を整備し、SPF認定農場となりました。直営店では豚肉の加工品も販売。さまざまな功績が認められ、受章となりました。

国際コンテストで金賞



▲蔵原政和代表取締役

1月19日、国際食品コンテストで金賞を受賞した株式会社阿蘇クラファームの蔵原政和代表取締役が市長に受賞を報告しました。コンテストはDLG(ドイツ農業協会)が主催する世界最大級のもので、昨年10月に審査が行われました。

同社は低添加、無添加のハムやソーセージなど加工品を生産しており、「プレスハム」「ベーコン」「無添加ベーコン」の3品が金賞を初めて受賞しました。

絵本で学ぶ森のこと



2月9日、森林環境の重要性を伝える絵本「森のおくりもの」が小国町森林組合から市教育委員会へ贈られました。絵本は、同組合による森林環境教育の一環としてスウェーデン出身で小国町在住の絵本作家ワル・マックスさんが制作。市内の各小学校に1冊ずつ贈られるほか、一の宮・阿蘇両図書館で貸出もしています。

◀小国町森林組合の北里^{ひでとし}栄敏組合長

皮膚科

診療を再開しました

診療日 **月曜** **水曜** **金曜**

※祝日の場合は振替診療を行います。

気になる
診療日程はコチラ



医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院

【☎0967-32-0881】

広告

宝くじ助成事業で 移動図書館車を整備



(一財)自治総合センターは、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、共生の地域づくりをするコミュニティ助成事業を実施しています。

このコミュニティ助成事業を活用して、たくさんの本を載せて市内を巡回する移動図書館車が新しくなりました。4月からは新しい移動図書館車「あそ号」が市民の皆さまに本との出会いをお届けします。

保育園で人権教室



▲園児たちに紙芝居を読み聞かせる人権擁護委員ら

1月23日、阿蘇大津人権擁護委員協議会が坂梨保育園で園児らを対象とした人権教室を初めて開催しました。友達の良い気持ちを考えられるようになることや、思いやりの心を育み、いじめを生まない環境をつくることを目的として協議会が計画しました。

学習会ではいじめをテーマとした動画が上映されたほか、委員による紙芝居の読み聞かせもありました。紙芝居は多様性をテーマとしたもので、園児らは集中したようすで話を聞いていました。

協議会の佐藤和夫会長は「他の園でも開催したい」と話しました。

全国大会出場者

自転車

第23回ツール・ド・おおすみ サイクリング大会

【Bコース 優勝】
竹本 友哉
(阿蘇中央高2年)



▲プレゼンをする生徒

SDGs を伝えよう

2月4日、阿蘇草原保全活動センターで、市内の小中学生が身近な「持続可能な開発目標(SDGs)」について考えたことを発表するコンテストが開かれました。取材や発表にはICT(情報通信)技術を活用。工夫を凝らした手作りのスライドで示しながら来場者に伝えました。

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

当院は、生活習慣病はもちろん、心不全・狭心症・心筋梗塞・心臓弁膜症・不整脈などの心臓病や血管の病気など幅広く診療しております。また全身循環を考慮した身体に優しい人工透析も行っております。

なんでも相談できるかかりつけ医として、
お一人お一人に適した医療をご提供します。
何か気になる症状があるときにはいつでも
ご相談ください。



医療法人 坂梨ハート会

さかなしハートクリニック

阿蘇市小里249番地2
☎0967-24-6262
✉sakanashiheart@icloud.com



広告



新着案内

『やっとわかった！「年金+給与」の賢いもらい方』

太田 哲二 著 (中央経済社)

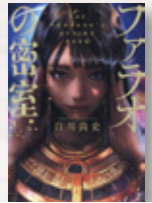
「年金+給与」の落とし穴、「48万円の壁」ど住民税非課税限度額の壁」の2つを賢く突破するために、年金と給与の関係をわかりやすく解説します。



『ファラオの密室』

白川 尚史 著 (宝島社)

古代エジプト。ミイラにされた神官のセティは、心臓に欠けがあるため冥界の審判を受けることができない。欠けた心臓を取り戻すために、自分が死んだ事件の捜査を進めるが…。



『うつわの教科書』

うつわの教科書 監修 (ナツメ社)

うつわを楽しむための基本から、組み合わせのアイデアまで、イラストや写真とともに丁寧に解説。とっておきの一品で日々の食卓を彩りましょう。



『シャーロック・ホームズの凱旋』

森見 登美彦 著 (中央公論新社)

舞台はヴィクトリア朝京都。洛中洛外に名を轟かせた名探偵ホームズが…まさかの大スランプ!? ホームズたちはこの摩訶不思議な大迷宮(スランプ)を抜け出せるか-。



『釣り人クイズ大百科』

つり人社書籍編集部 著 (つり人社)

「釣りのマナーやルール、安全・危険」「釣具・エサ・技術・釣り場」「魚に関するあれこれ」など、釣りに役立つ3択式のクイズを150問収録する。



『学校の怪談 5分間の恐怖行事編 恐怖の修学旅行』

中村 まさみ 作 (金の星社)

怪談好きが集まるSNSのグループ、“ゴーストコンテンツ”。ここには、学校の怪談が多く集まる…。修学旅行にまつわる怪談全10話を収録する。



移動図書館

阿蘇・一の宮地区

(3月1日 金・4月5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

波野地区

(3月6日 火・4月10日 火)

波野保健福祉センター

11:20 ~ 11:30

国内唯一の眼鏡の国家資格 1級眼鏡作製技能者

阿蘇唯一の認定補聴器技能者

ご存知ですか? 難聴が認知症の原因に!?

難聴が認知症の原因に!? 音は脳で聞いています。

補聴器を使うことで脳に音が届きます!

難聴が認知症の原因に!? 音は脳で聞いています。

補聴器は脳を守るための補聴器

補聴器の使用は脳の活動を活発に促します。補聴器を使用していない難聴者は、使用している難聴者と比較して、「物忘れがひどくなる」などの認知症へのリスク度が高くなると報告されています。

補聴器を放置した場合の認知症リスク

標準的な聴覚	2倍	3倍	5倍
軽度の難聴	中度の難聴	重度の難聴	難聴

補聴器を放置した場合の認知症リスク

補聴器の使用は脳の活動を活発に促します。補聴器を使用していない難聴者は、使用している難聴者と比較して、「物忘れがひどくなる」などの認知症へのリスク度が高くなると報告されています。

参考文献: Compared with normal hearing, increased risk of dementia. Lin et al(2011)

めがね・補聴器・時計・宝飾

あそしな時計店

金過去最高値更新中!

※海外製品等一部お預かりになる場合もあります。※身分証明書(免許証・健康保健証)をお持ちください

熊本県阿蘇市一の宮町宮地1943-2

TEL 0967-22-3619 携帯 09046782995

訪問対応可 無料出張 いたします

広告

やわらかキャベツの 肉みそかけ

器提供：阿蘇 如月窯

材料 (4人分)

豚ひき肉 200g	ニンジン 50g
春キャベツ 500g	長ネギ 1本
ショウガ 1かけ	油
みそ 大さじ4… A	砂糖 大さじ3… A
みりん 大さじ1… A	だし汁 大さじ1… A
酒 大さじ2… A	

作り方

- 1 キャベツは葉元の芯は縦に薄切りにし、葉は細切りにする。ニンジンは皮をむいて細切りにする。長ネギはみじん切りにし、ショウガは皮をむいてみじん切りにする。
- 2 キャベツとニンジンを冷水につけ、しゃきっとさらして水気を切り器に盛っておく。
- 3 ボウルに**A**を入れて混ぜておく。
- 4 フライパンに油大さじ1を中火で熱し、長ネギ・ショウガを入れて炒めひき肉を加えて炒め合わせる。ひき肉がバラバラになったら**3**を加え、中火で混ぜながら3~4分煮る。キャベツとニンジンにかける。



食改胃から一言

キャベツとニンジンを細切りにして冷水につけることでしゃきっとし、ひき肉とみその組み合わせでより美味しく仕上がります。

おたより

皆さまからのご意見・感想を募集しています。疑問に思っていることや読みたい記事、みんなに見てほしいすてきな写真など「おたより」フォームから投稿してください。

※投稿の内容や紙面の都合により掲載できない場合もあります。



「おたより」
フォーム

編集後記

表紙のデザインを少し変更してみました。左上のロゴは少しやわらかい雰囲気になるようにしています。お気づきになりましたか？締切当日の午前中に変更したのでまだまだ改善すべき点が多くあると思いますので、ご意見をいただけますと幸いです。誌面のデザインや内容は今後も見直しを続けていきます。「もっとこうしてほしい」「こんな記事はどうか」などご意見をお待ちしています。

一新築住宅・注文住宅・建て替え・リフォーム・リノベーション・土地探しのお手伝い

ASO HAPPY LIFE

阿蘇の厳しい自然環境でも冬暖かく、夏涼しいシガホームの家づくり
快適さへの根拠(エビデンス)と住み続けて分かる、変わらない快適な家

 SHIGA HOME

□シガホームは、「健康寿命をのばす家® ファースの家®」を推奨しております！

(有)南部志賀工務店(シガホーム) 〒869-2222 熊本県阿蘇市西町86-1 TEL:0120-931-403

広告

3月 CALENDAR

在 = 休日在宅医
 診療時間：午前9時～午後5時
 保険証・お薬手帳をご持参ください。
 相談に関する詳細は12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
2/25	2/26	2/27	2/28	2/29	1 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	2
3 在 大阿蘇病院 ☎ 22-2111	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 R5.7生 9:00~ 一の宮保健センター	6	7 心配ごと相談 10:00~12:00 法律相談 13:00~16:00 阿蘇保健福祉センター	8	9
10 在 古閑医院 ☎ 22-3000 マイナンバーカード 休日窓口 (完全予約制) 9:00~12:00	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 R5.10.16 -11.15生 9:00~ もうすぐ1歳健診 R5.4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 マイナンバーカード 時間外窓口 (完全予約制) 17:15~19:00	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 在 小野主生医院 ☎ 32-0039	18 年金出張相談 10:00~15:00 一の宮保健センター	19 3歳児健診 R2.7.21-8.15生 13:00~ 一の宮保健センター	20 在 阿蘇温泉病院 ☎ 32-0881	21 心配ごと相談 10:00~12:00 就業改善センター	22	23
24 在 市原胃腸科 外科 ☎ 34-1211	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ヵ月児健診 健診未受診者 8:40~ 3歳児健診 R2.8.16-8.31生 8:40~ 一の宮保健センター	27	28	29	30
31 在 一の宮整形外科 ☎ 22-3911	4/1 年金出張相談 10:00~15:00 一の宮保健センター	4/2	4/3	4/4 心配ごと相談 10:00~12:00 法律相談 13:00~16:00 阿蘇保健福祉センター	4/5 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	4/6

阿蘇 広報あそ 2024年3月号 No.230

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Instagram
<https://www.instagram.com/asostagram/>

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

