

広報

急流と鍾乳洞の里「球磨村」

Kuma Village Public Relations

くまむら

12

2014.12 No.265

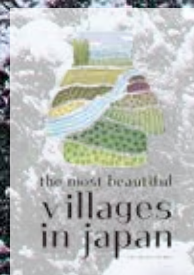
Smile 蓑田 功暉 さん

第8回九州カワセミ会総会



熊本県市町村広報担当者による合同特集

“笑顔”の魔法



合格目指して頑張ろう！ 合格勝ち取りツアー



「頑張ろう！」と声をそろえて一勝地駅をスタート

球磨村一勝地では、11月1日（いい日）から3月5日（みな合格）まで「必勝合格祈願の旅」を実施しています。この期間は、受験生や勝利を祈願する皆さんに、各ご利益所で必勝を応援する「おもてなし」を行います。12月7日には、球磨村3年生などが参加して「合格勝ち取りツアー」が開催されました。参加者は、一勝地駅をスタートして、一勝地阿蘇神社での必勝合格のお祓いや、一勝地温泉かわせみ、一勝茶屋を訪れるなど、各ご利益所を散策して、合格祈願をしました。

12月号の目次 - CONTENTS -

Smile ～笑顔で輝く球磨人～	3	平成 27 年 1 月 1 日から高額療養制度が変わります	13
熊本市町村広報担当者による合同特集	4	2015 年農林業センサスにご協力ください	
“笑顔”の魔法		情報の窓口	14
Kuma Village Topics	6	第 6 回いきいき元気栄養教室／耐震対策講演会／ご存知ですか？米トレザーピリティ法／2015 年版村民手帳を販売しています／こころの悩み相談／こころの健康相談／行政相談／かわせみ物産館に農林産物を出荷しませんか	
かわいい園児たちが役場を訪問／チャリティーコンサートのお礼／エメラルドグリーンウォーク／熊建労球磨村分会の皆さんから寄付／「税を考える週間」表彰／いきいき元気栄養教室／第 1 回家庭介護者教室／村内小学校持久走大会		陽だまり	15
第 8 回九州カワセミ会総会	8	球磨村青年団／球磨太郎レシピ	16
水道管を寒さから守りましょう！	9	1 月の各種日程	17
成人用肺炎球菌の予防接種はお済みですか？	10	本のある暮らし／みんなの広場／戸籍の窓	18
浄化槽を設置している皆さんへのお願い		1 月 EVENT CALENDER／編集後記／人口・世帯の動き	19
犬を飼う場合は登録義務があります	11	2 月やまびこ運行表&ふれあいサロン日程表	20
球磨村奨学金を貸与します			
パスポート（旅券）の申請と交付	12		
20 歳になったら国民年金			

広報くまむら 12月号

急流と鍾乳洞の里「球磨村」

球磨村は熊本県の南部にあります。九州最大の鍾乳洞「球泉洞」や村の中央を球磨川が流れ、眼下に雄大なパノラマが広がる自然豊かな遊びの宝庫です。おだやかに、緩やかに、人と自然が調和した悠久のロマンが、今も受け継がれています。



今月の表紙

久しぶりに球磨村は積雪し、山間部では、30センチ近く降り積もったところもありました。この雪で、日本ノ棚田百選「松谷棚田」も雪化粧して、普段見せることのない姿を現しました。



みのだのりあき
簗田 功暉さん (部)

Smile

～笑顔で輝く球磨人～

これからも守り続けていく。
それが、名誉駅長としての使命。

vol.15

JR 発足を翌年に控えた昭和 61 年、白石駅は無人員駅となった。国鉄（日本国有鉄道）に 41 年間勤務した簗田功暉さん（86）は、白石駅や渡駅、人吉駅で多くの乗客を見守ってきた。簗田さんは現在、白石駅の名誉駅長を務める。「白石駅は乗客が少なくなりました。だけど、この駅を守る事が私の仕事」。簗田さんは時折、愛着ある駅を訪れて、駅舎の清掃をしている。「昔は駅下に球磨川下りの着船場がありました。15 隻ほどまとめて来るときもあって、そんな時は大忙しでした」と静かに振り返る。清掃をしていて列車が来ると「異常なし」「安全運転を」「おつかれさまです」の意味を込め、温かな笑顔で運転士に右手を挙げる簗田さん。

「さみしくなった駅だけど、利用者がいる限り守り続けていきたい。白石駅には、SL ひとよしも停まるので、観光客の皆さんからも、きれいな駅だと思ってもらえるようにしたい」と。簗田さんにとって、長年連れ添ってきた白石駅は、かけがえのない家族の一員なのかもしれない。

『Smile ～笑顔で輝く球磨人～』を募集しています

一生懸命何かに挑戦している人、頑張っている人、楽しんでる人など、日々笑顔で輝いている球磨人を募集しています。自薦・他薦は問いませんので、応募する場合は、総務企画課企画広報係までお問い合わせください。たくさんの球磨人の『笑顔』をお待ちしています。

問い合わせ 総務企画課企画広報係 ☎(32)1138



interview

チャーリー永谷さん (78)

◎ Profile (チャーリー ながたに)

熊本市在住の歌手でカントリーミュージックの第一人者。1989年から南阿蘇村の巨大野外ステージ「アスペクタ」で、国内最大のカントリーミュージックの祭典「カントリーゴールド」を主催。

20歳の誕生日に仲間が演奏してくれたカントリーミュージックがきっかけでした。演奏を聞いた瞬間、私は大きな衝撃を受けました。「この音楽がしたい」。その思いだけで大学を辞め、カントリー歌手の道を選びました。

参加者には「カントリーゴールド」は、年に1度遠く離れた家族が集まる日になっている」と言ってくれる人もいます。北海道から車でイベントに参加してくれる人もいます。たくさんの人にイベントの継続を願ってもらっていることがありがたいですね。

私は、私が元気でないければなりません。待っていてくれるファンのためにも、病気や怪我をしないと思う気持ちが私の元気の秘訣です。

私の生きがい

元氣は音楽と人から

—ファンに聞く— 私の『生きがい』

カントリーミュージックが大好きです。カントリーミュージックでは、知らない人でもすぐ友だちになれます。音楽を通して、人と関わることができるので、健康でいられるのだと思います。



こうち のぶゆき 河内 信行さん (71)

音楽を聞き、踊ることが私の生きがいです。老人ホームなどで踊りを披露しています。皆さんが喜んでくれることがうれしいです。何でもいいので、年をとっても趣味を持つことは大切です。



かわしま としのり 川嶋 捷功さん (74)

あなたの魔法は誰を笑顔にしますか？



いつまでも元気でいるために自分の能力を高めたい。だれかに喜んでほしい。つながりを作りたい。どんな目的からも生きがいを見つけることができます。新しく生きがいを見つけるだけでなく、自分の知識や技術を地域や人に伝えることも生きがいです。

大切なのは一生懸命になること。生きがいを持つことであなたはもっと輝きます。あなたの「いきいき」は家族や地域の人にも伝わり、みんなを「いきいき」させます。生きがいはみんなを笑顔にする魔法です。

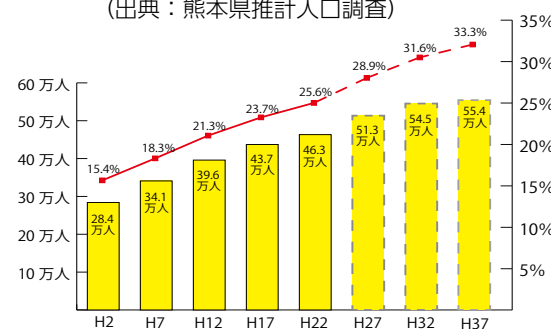
熊本市町村広報担当者による合同特集

“笑顔”の魔法

「退職して良かったと思えたのは1カ月だけ」。こんな声を聞いたことはありませんか。長年続けて来た仕事を引退したあと、日常に物足りなさを感じる人も少なくありません。老後の暮らしを充実させるために自分の『生きがい』について考えてみませんか。



●熊本市内の65歳以上の人口と割合
(出典：熊本市推計人口調査)



進む県内の高齢化
熊本市の高齢化率は27・2割(平成25年度調べ)。全国平均の24割を超えています。県の平均寿命と100歳以上の人の割合はどちらも全国10位内。まさに熊本は長寿の県です。

高齢者の孤独死や介護負担の増加は私たちにとても深刻な問題です。高齢社会を支える人への環境づくりも大切ですが、高齢者自身が元気に暮らすことも必要です。高齢者が元気に暮らすために必要なこと、それは「生きがい」です。

熊本学園大学 社会福祉学部
和田 要 学部長 (62)



健康寿命を延ばす
「生きがい」

日本では、医療や食べ物が充実してきたことで平均寿命が延び、高齢化が進んでいます。熊本県も同じ状況です。

高齢化社会を乗り切るためには、平均寿命だけでなく、高齢者が元気に日常生活を送れる健康寿命を延ばすことが大切です。「生きがい」には健康寿命を延ばす効果があります。

高齢者が健康に暮らすことで、本人の認知症や要介護状態になることを未然に防ぐことはもちろん、介護をする人の負担も減らすことができます。

認知症への理解を深める 第1回家庭介護者教室



認知症について学ぶ参加者の皆さん

第1回家庭介護者教室は12月9日、小規模多機能ホームほほえみの一法師豊さんを講師に迎え、高齢者福祉センターせせらぎで開催されました。

講演は「介護への心構え～認知症の正しい理解と接し方」という演題で行われ、高齢化や介護の現状、認知症についての説明、認知症ケアの具体例の紹介、家族にできる支援の仕方などの話がありました。意見交換会では、参加者の皆さんから特別養護老人ホームへの入所の仕方や金額に関する質問がありました。

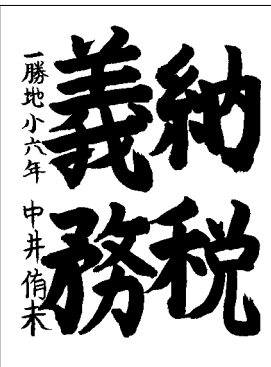
球磨村長賞に中井侑未さん 「税を考える週間」表彰

11月11日から17日は、全国一斉の「税を考える週間」でした。これにちなんで募集された税の習字では、一勝地小6年の中井侑未さんが球磨村長賞を受賞し、12月2日に柳詰村長から表彰状が手渡されました。

ことは、村内小学校から101点の出品がありました。子どもたちの作品は、10月25日、26日に開催された、ふれあいまつり「くまむら」の会場でも展示され、たくさんのお客さんが足を止めて観賞していました。



村長賞の中井さん



景色を楽しみながらウォーキング エメラルドグリーンウォーク



雄大な自然を眺めながら歩く参加者

球磨川沿いの雄大な自然を眺めながら歩く「エメラルドグリーンウォーク」が11月23日、村内外から110人が参加して行われました。

村では、ことし9月に国道219号の愛称を「エメラルドグリーン街道」と決定。この愛称にちなんで開催されたウォーキングは、くま川下り渡発船場から球泉洞までの14kmのコースで行われ、参加者の皆さんは景色を楽しみながら歩きました。鵜飼地区や林地区では、地域住民の皆さんから、お茶や漬物などのおもてなしもありました。

園児たちから心温まるプレゼント かわいい園児たちが役場を訪問

勤労感謝の日にあわせて、渡保育園とこがね保育園の園児が、役場を訪問しました。子どもたちからは、村長に野菜や手作りカレンダーのプレゼントがありました。



渡保育園



こがね保育園

それぞれの目標に向かって快走 村内小学校持久走大会



勢いよくスタートする子どもたち

村内小学校持久走大会は12月12日、球磨村総合運動公園で行われました。

子どもたちは、この日までに体育の授業や部活動を通して一生懸命練習を積み重ねてきました。1～2年生は1.0km、3～4年生は1.5km、5～6年生は2.0kmを走りました。

沿道には、保護者や地域の皆さんが応援に駆け付けて、子どもたちに声援を送りました。子どもたちは、少しでも自己ベストに近づけるように最後まで走り抜きました。

試食会に高齢者の皆さんをご招待 いきいき元気栄養教室

地域の高齢者の食生活を支援するための取り組みとして12月8日、いきいき元気栄養教室が神瀬福祉センターたかおとで開催されました。栄養教室では、ふれあいサロンボランティアの皆さんなどが、クリスマスにちなんだメニューを調理。色とりどりの野菜をふんだんに使ったミートローフや、ナスのスープ、カロリーと甘さを抑えたロールケーキなどを作りました。試食会には、地域の高齢者の皆さんを招待し、参加者の皆さんで会話をしながら料理を味わいました。



参加者の皆さんでおいしくいただきました

温かい善意を地域福祉のために 熊建労球磨村分会の皆さんから寄付



左から水篠さん、田頭さん、立野さん

熊建労球磨村分会の立野勉さん、田頭一博さん、水篠勝廣さんが12月2日役場を訪れ、10月25日、26日のふれあいまつり「くまむら」で実施した包丁研ぎサービスの際に、住民の皆さんからいただいた募金を、寄付金として社会福祉協議会に贈呈しました。球磨村分会の皆さんは「地域福祉のために活用してください」と柳詰村長に寄付金を手渡しました。球磨村分会の皆さんからは、毎年寄付をいただいています。いただいた寄付金は、大切に使用させていただきます。

たくさんの義援金が集まりました チャリティーコンサートのお礼

人吉球磨音楽ボランティア仲間の会の代表で、一勝地小教頭の稲田成二先生が11月21日に役場を訪れ、11月16日の「東日本大震災・広島大雨災害応援チャリティーコンサート・イン・くまむら」で、来場した皆さんから集まった義援金83,937円を柳詰村長に手渡しました。この義援金は、社会福祉協議会を通じて被災地に寄付されます。稲田先生は「皆さんから心温まる義援金をいただきました。心から感謝を申し上げます。本当にありがとうございました」とお礼を述べました。



人吉球磨音楽ボランティア仲間の会代表の稲田先生㊦

水道管を寒さから守りましょう！

冷え込みが厳しい季節になりました。屋外に露出している水道管が凍ってしまい、破損する恐れがあります。特に12月から2月にかけては、宅地内での破損や漏水などが多く確認されています。宅地内の水道管チェックに心掛けましょう。

家庭での凍結防止策

◆水道管を凍結から守る

露出している水道管は、保温材を巻くなどして、寒気にさらさないようにしましょう。また、水道メーターの凍結を防ぐため、ボックスの中に保温材やビニール袋に詰めた布きれなどを入れて保温に心掛けましょう。



凍結した時の解氷方法

◆解氷時の注意点

直火による解氷は、火災の危険がありますので避けてください。凍結部分に熱湯を直接かけると、器具類を破損させるので注意しましょう。

◆ぬるま湯による解氷方法

凍結部分を布などで覆い、ぬるま湯をかけてください。解氷後、凍結破損していないか確認しましょう。



水道管が破損したら？

◆まずは止水栓を閉める

水道管が破損したら、大量の水が漏れる恐れがありますので、修理を依頼される前に止水栓を閉めてください。(止水栓はメーターボックス内にあります。)

◆次に、修理を依頼する

球磨村指定給水装置工事事業者へ修理を依頼してください(工事業者が分からない場合は、役場健康衛生課に連絡してください)。



漏水の確認方法

- ①宅地内の全ての蛇口を閉めてください。
- ②水道メーターのパイロット (写真中の囲み部分)を確認してください。
- ③パイロットが回転してなければ、漏水はありません。回転している場合は、メーターから蛇口までの間で漏水していますので、球磨村指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。



問い合わせ 健康衛生課生活環境係 ☎ (32)1139



九州地区の球磨村応援団として古里を盛り上げます

第8回九州カワセミ会総会は11月15日、福岡市博多区のホテルクリオコート博多で開催されました。九州カワセミ会は、福岡県を中心とする九州地区の球磨村応援団として、平成19年11月に発足しました。今回は初出席の3人を含む15人が出席し、球磨村からも柳詰村長をはじめ4人が出席しました。総会では、馬場鉄朗会長が「総会への参加者が、他の地域のカワセミ会に比べて少ない現状です。今後もし引き続き、会員拡大に努めていきますので、皆様のご協力をよろしくお願いします」とあいさつ。総会後の懇親会では、近況報告を含めた自己紹介などを行い、参加者の皆さん同士親睦を深めました。懇親会中には、球磨村の特産物が当たる抽選会や物産品の販売も行われ、古里の味を求めてとても賑わいました。参加者の皆さんは、笑顔の絶えない、古里の話題の尽きないひとときを楽しんでいました。



「カワセミ会」会員を募集しています

村では、今年11年目となる「東京カワセミ会」、9年目の「関西カワセミ会」、8年目の「九州カワセミ会」、6年目の「東海カワセミ会」のそれぞれの会員の拡大を図り、都市部へのふるさと情報の発信に努めています。会員拡大のため、各地域に在住の親族や友人などいらっしゃいましたら、総務企画課企画広報係までお知らせください。お知らせいただいた情報は厳重に管理し、目的以外には使用しません。

問い合わせ 総務企画課企画広報係 ☎ (32)1138

犬を飼う場合は登録義務があります

生後 90 日以上の犬の所有者には、犬の登録が義務付けられています。また、生後 91 日以上の犬には狂犬病予防注射を年 1 回受けさせることが義務付けられています。

●犬の登録・死亡届・変更届

届出事項	届出の場所	届出に必要なもの	備考
登録	健康衛生課	登録費用：3,000 円	生後 90 日以上
死亡		印鑑、鑑札	犬が死亡したとき
変更		印鑑	所有者や住所の変更
村外に転出する場合は、転出先の市町村に届出が必要です。			

犬を飼う際は、マナーを守って飼うようにしましょう。マナーを守らなければ、近隣住民とのトラブルのもとになります。また、動物が近寄ってくるだけで怖い思いをする人もいます。次の事項を守り、快適な生活環境づくりを心掛けましょう。

①犬の住宅敷地内での飼養、散歩の際は必ずリードをつないでください。

※放し飼いは絶対にしないでください。

玄関周辺につなぐと、訪問者へ飛びかかったり、咬みついたりすることがあります。咬傷事故が発生した場合は、すぐに人吉保健所へ届出をしてください。

②飼っている全ての犬に首輪を付け、首輪に連絡先を記入し、飼い主が分かるようにしてください。

③公共施設（道路敷・河川敷・堤防など）や農地などの他人の土地にしたふんは必ず飼い主が後片付けをしてください。

問い合わせ 健康衛生課生活環境係 ☎ (32)1139

球磨村奨学金を貸与します

村では、能力があるにも関わらず、経済的な理由により修学困難な人に対して、学資を貸与します。

○資格

本村に 3 年以上在住する人の子で、高等学校または、これと同等以上の学校に在学し、学業成績優秀操行善良であり、学資の支弁が困難であると認められる人。

なお、申請に当たっては、在学者と入学予定者ともに、現に在学している学校長推薦が必要です。志願者は、推薦書に在学校長の推薦を受け、連帯保証人と連

※散歩の際は、ふんを片付ける道具を必ず持参してください。他人が踏み付けて不快な思いをしたり、悪臭の原因になったりします。

④適切な給餌・運動をさせ、ストレスを与えないようにしましょう。

※犬もストレスで病気になったり、無駄吠えの原因になったりします。

⑤犬を飼ったら、最後まで責任を持って飼ってください。

※飼い主の都合で飼えなくなったということがないようにしてください。頭数を増やしたくない場合は、避妊・去勢手術をお勧めします。なお、登録している犬には、避妊・去勢手術の助成制度がありますので、健康衛生課生活環境係までお問い合わせください。

署して教育委員会に提出してください。奨学生は、奨学生選考委員会の選考を経て教育委員会が決定します。

○人数 5 人以内

○貸与額（月額）

大学（これに準ずる者を含む）：3 万円

高等学校（これに準ずる者を含む）：1 万 5,000 円

○申込締切 4 月 10 日（金）

問い合わせ 教育委員会 ☎ (32)1117

成人用肺炎球菌の予防接種はお済みですか？

肺炎は日本人の死因第 3 位です。特に高齢者の死亡率が高くなっています。肺炎球菌ワクチンは肺炎の全てを予防できるワクチンではなく、重症化防止などの効果が期待できます。今年度の対象の人は、平成 27 年 4 月になると全額自己負担になりますので、早めに予防接種を受けましょう。

1. 対象者：球磨村に住所があり、過去に肺炎球菌のワクチン接種を受けていない人で、次に該当する人

①年齢対象者（9 月に個別に通知しています。）

65 歳・70 歳・75 歳・80 歳・85 歳・90 歳・95 歳・100 歳・101 歳以上の人

②身体状態対象者（健康衛生課までお問い合わせください。）

60 歳以上 65 歳未満の人で、心臓、腎臓または呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害がある人

2. 申込から予防接種までの流れ

①年齢対象者は、予防接種申込書に必要事項を記入し、健康衛生課まで提出してください。身体状態対象者は、まず、健康衛生課までお問い合わせください。

②予診票が届いたら、指定医療機関に予約を入れ、予防接種を受けます。

3. 接種期限 3 月 31 日（火）

※申込期限：2 月 27 日（金）

4. 自己負担 2,700 円（医療機関で支払う金額）

大人の風しん抗体検査、風しんの予防接種も実施しています

平成 25 年に流行した風しんは、妊娠初期に感染すると、心奇形や難聴などの障がいのある赤ちゃんが生まれることがあります（先天性風しん症候群）。その対策として、今年度に限り、「風しんの抗体検査」と「風しんの予防接種」の助成を実施しています。詳しくは、健康衛生課までお問い合わせください。

対象者：妊娠を望んでいる女性やその配偶者など

問い合わせ 健康衛生課保健予防係 ☎ (32)1139

浄化槽を設置している皆さんへのお願い

最近、よく浄化槽について次のような苦情が寄せられます。

「浄化槽からの臭いがひどい」「浄化槽のプロウの音がうるさい」

「浄化槽のまわりにハエや蚊が多く飛び回っている」「放流先の側溝の水がにおう」

浄化槽を設置している人は、法によって法定検査・点検・清掃を受けなければいけません。これらを受けていない場合は、浄化槽から悪臭や異常音などが発生し、近隣住民とのトラブルになりますので、早急に手続きをお願いします。また、点検などを受けてずに浄化槽が故障した場合、**新しい浄化槽設置に対しての補助金は対象外**となる場合があります。

なお、法定検査と点検・清掃はそれぞれ指定業者が異なりますので、次の業者に連絡していただき、設置者と業者による契約手続きをお願いします。

○法定検査

公益社団法人 熊本県浄化槽協会

☎ 096（284）3355

○点検・清掃

人吉衛生設備管理有限会社

☎ (22) 5200

問い合わせ 健康衛生課生活環境係 ☎ (32)1139

国民健康保険に加入している皆さんへ

平成27年1月1日から高額療養制度が変わります

70歳未満の自己負担限度額が、それぞれの所得に応じた負担となるように、平成27年1月診療分からの限度額区分が3区分から5区分に細分化されます。なお、70歳～74歳までの所得区分と限度額は、これまでどおり変更ありません。

■平成26年12月まで

所得区分	所得要件	自己負担限度額 (3回目まで)	4回目以降 ※1	限度額認定証 等の記号
上位所得者	600万円超	150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%	83,400円	A
一般	600万円以下	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円	B
住民税非課税世帯		35,400円	24,600円	C



■平成27年1月から

所得区分	所得要件	自己負担限度額 (3回目まで)	4回目以降 ※1	限度額認定証 等の記号
上位所得者	901万円超	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1%	140,100円	ア
	600万円超 901万円以下	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1%	93,000円	イ
一般	210万円超 600万円以下	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,000円	ウ
	210万円以下	57,600円		エ
住民税非課税世帯		35,400円	24,600円	オ

(※1) 過去12カ月以内に同じ世帯での高額療養費支給が4回以上あった場合は、4回目以降の限度額になります。

◇入院など、医療費が高額になると思われる場合は、事前に役場窓口に来ていただき、限度額認定証の交付申請手続きをお願いします。

問い合わせ 健康衛生課保険医療係 ☎(32)1139

2015年農林業センサスにご協力ください

平成27年2月1日現在で、全国一斉に“農林業の国勢調査”といわれる「2015年農林業センサス」が実施されます。この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。平成27年1月下旬から農林業を営んでいる世帯を調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。

問い合わせ 熊本県企画振興部交通政策・情報局統計調査課 ☎096(383)1111(内線3606)
総務企画課企画広報係 ☎(32)1138

パスポート（旅券）の申請と交付

パスポート申請は、住民登録地での申請となっています。本村に住民登録している人は、住民福祉課窓口での申請になります。

申請受付時間 午前9時～午後4時30分

※申請書の審査に時間を要しますので、時間に余裕をもってご来庁ください。申請から交付まで、2週間程度期間が必要になりますので、お早めに申請ください。

申請時に必要な書類

- ①一般旅券発給申請書（本村窓口にあります。）
- ②戸籍抄本または謄本（本村に本籍がある人は、本村窓口で取得できます。）
- ③パスポート用の写真（縦45mm・横35mm）
- ④本人確認のための書類（運転免許証など）
- ⑤前回発給を受けた旅券（該当者のみ）



交付時に必要な手数料

一般旅券		収入印紙 (郵便局で販売)	県収入証紙 (役場窓口で販売)	合計
10年旅券		14,000円	2,000円	16,000円
5年旅券	12歳以上	9,000円	2,000円	11,000円
	12歳未満	4,000円	2,000円	6,000円

問い合わせ 住民福祉課住民係 ☎(32)1112

20歳になったら国民年金

国民年金は、老後やいざという時の生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた制度です。

○国民年金のポイント

①将来の大きな支えになります。

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。国が責任を持って運営するため、安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

②老後のためだけのものではありません。

国民年金には、老齢年金のほか病気やけがで障害が残った場合に受け取れる障害年金や、加入者が亡くなった場合にその配偶者や子が受け取れる遺族年金があります。

○20歳になる人の国民年金加入手続方法

①「国民年金被保険者資格取得届」と「国民年金加入対象者調査票」を提出ください。

問い合わせ 八代年金事務所 ☎0965(35)6123 / 住民福祉課住民係 ☎(32)1112

20歳になったら、日本年金機構から用紙が届きますので、必要事項を記入し年金事務所か役場住民福祉課に提出してください。また、保険料の若年者納付猶予や学生納付特例の申請を同時に行うができます。

②「年金手帳」が届きます。

基礎年金番号の確認と年金の加入状況を記録するためのものです。大切に保管ください。

③「国民年金保険料納付書」が届きます。

保険料は、毎月、金融機関やコンビニで納めるほか、口座振替やクレジットカード納付も可能です。

※20歳になる前から厚生年金や共済年金に加入している人には、年金手帳や納付書の発送はされません。

陽だまり

「銀杏の葉って雪みたい…」

保育園の隣の大きな銀杏の木は、11月中ごろから少しずつ黄色く色付いて、黄葉を楽しませてくれます。風が吹くと、くるくる回りながら落ちて、桜吹雪の銀杏バージョンです。一面がじゅうたんを敷いたようになります。掃いても次々と落ちてくる銀杏の葉。木の上を眺めると、「これ、全部が落ちるのかぁ…黄色くてきれいだし、掃くのを辞めようかな」とつい思ってしまいます。雪の降ることが少ない神瀬では、子どもたちにとっては、この銀杏の葉が雪代わり。銀杏の葉を手いっぱいを持ち、上に投げて落ちてくる葉を見て大喜びです。つむじ風が吹いてくと、「キャーキャー」と興奮します。銀杏の実をつまんで「くさい」。慌てて保育士が「手の皮がむけるけん、



球磨村地域子育てセンター「陽だまり」
〒869-6401 球磨村大字渡乙 763 (渡保育園内)
TEL: (33) 0125 FAX: (33) 0173
ホームページ: <http://www.kmbb.jp/watari/>

神瀬保育園

触らんで」。そんなやりとりをしながら遊びました。拾ってきた銀杏の葉は製作に使います。先月は川から取ってきた数珠玉を干してお手玉にしました。子どもたちが自然物に触れて「美しい」と感動する優しい心を育むことができる環境に感謝です。子どものころは天真爛漫に自然を楽しむ時期であって欲しいです。

皆さんがこの記事を読まれるころは、本当の白い雪が舞い、銀世界が広がっているかもしれませんね。



3カ月児・6カ月児健診

みんな元気にすくすく育っています



陽だまりサロン

《手作りおもちゃ作り》



仲良しこよし



《手型、足型で色紙作り》



愛情いっぱい
の成長記録

《11月ママ誕生会》



1歳になりました



誕生会のメニュー

《保育園についての話》



「陽だまり」1月行事予定

10日(土) りんごの木サークル
定例会・新年会
14日(水) 陽だまりサロン
20日(火) 陽だまりサロン
ママ誕生会
28日(水) 陽だまりサロン

陽だまりサロンでは、毎回、育児講座やフリートークなど、球磨村で子育て中の親子やマタニティーの皆さんで楽しく過ごしています。上記の日程をご覧の上、どうぞお気軽にご参加ください。お待ちしています！（初めて参加する人は電話でご連絡ください）

お知らせ

第6回いきいき元気 栄養教室

神瀬福祉センターたかおとで、高齢者の食生活を支援する取り組みとして、栄養に関する講話と調理実習を開催します。栄養バランスを考えたメニューをみんなで楽しく作ります。高齢者の食生活について一緒に考える時間も予定していますのでご参加ください。

期日 1月26日(月)
時間 午前10時～
場所 神瀬福祉センターたかおと
持参物 エプロン、タオル、飲み物
申込締切 1月21日(水)
申込先・問い合わせ 住民福祉課福祉係
☎(32)1112
※ふれあいサロンスタッフにもお尋ねください。

耐震対策講演会

県では、生命・財産を守るために住宅などの耐震対策に関する講演会を開催します。

期日 1月24日(土)
時間 午後2時～午後4時30分

場所 熊本県庁本館地下大会
議室
参加費 無料
申込先・問い合わせ 熊本県庁建築課
☎096(333)2535

ご存知ですか？ 米トレーサビリティ法

《米穀事業者の皆さんへ》
米や米加工品の流通には、取引記録の作成・保存と産地情報の伝達が法律で義務付けられています。消費者に米や米加工品を販売・提供する場合にも産地情報の伝達を行うことが法律で義務付けられています。

《消費者の皆さんへ》
外食店や小売店などで、メニューや店内掲示、商品の容器や包装を見てもらうと、原料の産地が分かります。
問い合わせ 九州農政局八代地域センター
☎0965(62)8204

2015年版村民手帳 を販売しています

2015年版村民手帳を役場総務企画課で販売しています。この機会にぜひお買い求めください。
価格 1冊…500円
問い合わせ 総務企画課企画広報係
☎(32)1138

相談

心の悩み相談

臨床心理士が、さまざまな心の悩みの相談に応じます。
*臨床心理士とは人間の「こころ」の問題に対応する「心の専門家」です。
期日 1月15日(木)
時間 午後1時30分～午後4時30分
場所 役場または自宅など、ご希望に応じます。
※相談は予約制です。まずは、電話で住民福祉課福祉係までお申し込みください。

相談内容 出産の不安・子どもの発達の心配、子育ての悩み・子ども

の不登校・介護疲れ・借金問題・家庭(家族)の心配ごと・ギャンブルやアルコール、買い物にのめり込んでやめられない・職場・学校の対人関係の悩み・憂鬱な気分が続く・眠れない・家庭内暴力(妻、夫、恋人、子ども)など

申込先・問い合わせ 住民福祉課福祉係
☎(32)1112

心の健康相談

受付時間 午後2時～午後3時(要予約)
※1回につき2人まで
1月の日程
①1月8日(木) 担当医・村上良慈 医師
場所・人吉保健所
②1月23日(金) 担当医・村田良介 医師
場所・多良木町保健センター
問い合わせ 人吉保健所保健予防課
☎(22)3107

行政相談

行政相談は、皆さんの行政に対する苦情や疑問を相談していただくためのものです。

秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

期日 1月26日(月)
時間 午前10時～正午
場所 球磨村コミュニティセンター
清流館 第1会議室(役場隣)
対応者 岡本青治 委員
問い合わせ 総務企画課総務係
☎(32)1111

募集

かわせみ物産館に農林 産物を出荷しませんか

かわせみ物産館では、月に数回、県内のゆめタウンや熊本県庁などで販売(外販)を行っています。農林産物を生産している人は出荷してみませんか。

物産館へ持ち込む日程や集荷量の調整が必要ですので、出荷希望の人は、事前に連絡をお願いします。
1月の日程
【熊本県庁】
7日(水)・8日(木)
問い合わせ 一勝地温泉かわせみ物産館
☎(32)0540

1月の各種日程

休日在宅医当番

1日(木)	古城クリニック(水上村)	☎(44)0321	4日(日)	やまむら医院(あさぎり町)	☎(45)0005
	田中医院(錦町)	☎(38)0061	11日(日)	横山医院(多良木町)	☎(42)2132
	公立多良木病院小児科(多良木町)	☎(42)2560		小川整形外科医院(錦町)	☎(38)3455
2日(金)	そのだ医院(湯前町)	☎(43)2063		人吉医療センター小児科(人吉市)	☎(22)2191
	深水内科医院(錦町)	☎(38)3221	12日(月)	仁田畑クリニック(多良木町)	☎(42)1123
	緒方医院(相良村)	☎(35)0131		脳神経外科小林クリニック(錦町)	☎(38)5670
3日(土)	増田クリニック小児科(人吉市)	☎(22)3570		増田クリニック小児科(人吉市)	☎(22)3570
	宮原医院(多良木町)	☎(42)2082	18日(日)	井口医院(多良木町)	☎(42)5570
	酒瀬川内科(錦町)	☎(38)0050		たかの眼科(あさぎり町)	☎(47)2550
	緒方医院(相良村)	☎(35)0131		たかはし小児科内科医院(人吉市)	☎(24)2222
4日(日)	たかはし小児科内科医院(人吉市)	☎(24)2222	25日(日)	東病院(あさぎり町)	☎(45)5711
	渡辺医院(多良木町)	☎(42)2541		増田耳鼻咽喉科クリニック(あさぎり町)	☎(45)8001
	ほづみ皮膚科医院(錦町)	☎(26)5300		やまむら医院(あさぎり町)	☎(45)0005

※都合により変更になる場合がありますので、受診する人は事前に当番医療機関にご確認ください。

乳幼児健診日程

◆3カ月児、6カ月児健診

健 診	対象者	日 程	場 所
3カ月	平成26年8月14日～平成26年10月15日生まれ	15日(木)	渡地区多目的集会施設
6カ月	平成26年5月1日～平成26年6月30日生まれ		

受付時間 午後1時～午後1時15分 **内容** 小児科健診、身体計測、子育て・栄養相談

持ってくるもの 母子健康手帳、問診票、バスタオル、お出かけセット(ミルクやオムツ、着替えなど)

◆子ども歯科健診・フッ素塗布

健 診	対象者	日 程	場 所
1歳	平成25年11月1日～平成26年2月28日生まれ	29日(木)	渡地区多目的集会施設
2歳	平成24年6月1日～平成24年9月30日生まれ		

受付時間 午後指定時間 **内容** 歯科健診、個別相談、希望者にはフッ素塗布

持ってくるもの 母子健康手帳、問診票、フェイスタオル ※上記対象以外の人もお呼びすることがあります。

問い合わせ 健康衛生課保健予防係 ☎(32)1139

年金相談会日程

八代年金事務所における年金相談会が次のとおり開設されます。お気軽にご相談ください。

場 所	日 程
人吉市(人吉市消費生活センター)	5日(月)、9日(金)、16日(金)、19日(月)、23日(金)、26日(月)、30日(金)
錦町(温泉センター)	7日(水)、21日(水)
多良木町(多目的研修センター1階小会議室)	14日(水)、28日(水)

予約受付時間 午前9時～午後5時

※3日前までに予約が必要ですので、年金手帳を準備の上、八代年金事務所までご連絡ください。なお、予約は先着順となりますので、相談者が多い場合はご希望に添えない場合もあります。

問い合わせ 八代年金事務所 ☎0965(35)6123／住民福祉課住民係 ☎(32)1112

球磨村青年団 ～A young man's power～

生活予防習慣病出前講座

熊本県栄養士会の田中朋子管理栄養士を講師に迎えて12月2日、生活習慣病出前講座が球磨郡青年会館で開催されました。出前講座では、飲み会でのお酒との向き合い方や体の健康チェックなどを学びました。

講演では、アルコールとつまみとの相性について教えていただきました。中でも、枝豆が一番相性が良いということでした。皆さんも飲み会などお酒を飲む際には、油物を控えたものを食べるように心掛けてください。健康チェックでは血圧から血糖値、BMIなどを調べ、男性団員に問題点が多く見られました。これを機に普段からの食生活に気を付けていかなければと思います。皆さんも一度自分の食生活を見直してみてはいかがでしょうか。



ことし一年を振り返って

ことしもいろんな人たちと出会い、たくさんのご支援をいただきました。一致団結し頑張った体育祭や文化祭、全国大会、地域の皆さんと楽しみながら活動に参加した保育園の祭りや運動会。思い返すと思い出がいっぱいで、あっという間の一年でした。今年度は残り3カ月あまりですが、まだまだ青年団の行事は残っています。残りの行事に向けて淋茜団長のもと、全員で助け合い、協力し合いながら頑張っていきたいと思います。

球磨太郎 レシピ

旬の食材を食べよう

チーズケーキ



材料(8人分)

クリームチーズ (200g)、生クリーム※デザートホイップでも可(200ml)、卵(2個)、砂糖(80～90g)、小麦粉(大さじ3：27g)、レモン汁※無くても可(大さじ1：15cc)

作り方

①材料はすべてミキサーに入れ、よく混ぜ合わせる。
②①を炊飯器に入れて、スイッチを入れ、「ピー」と鳴ったら、5～10分待ち、もう一度スイッチを入れる。もう一度「ピー」と鳴ったら、出来上がり！
☆よく冷めてから取り出します。冷蔵庫で冷やして食べてもおいしいです。

栄養価(1人当たり)

エネルギー：258kcal たんぱく質：5.3g 脂質：18.0g 塩分：0.4g

1日350g 野菜を食べましょう！(目安は両手3杯分)

おすすめの野菜は**緑黄色野菜**の葉物です。

野菜の仕事とは…

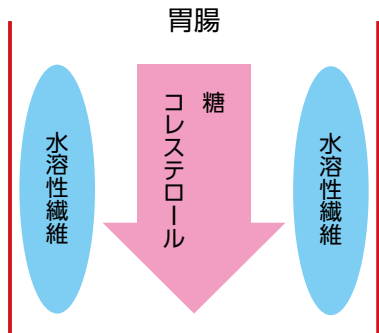
①ビタミン

細胞が傷んで修理するときはビタミンA・葉酸・ビタミンCが必要です。

①食物繊維

【特徴】

★糖やコレステロールは水溶性繊維に吸着されます。そのため、野菜から食べると糖やコレステロールが吸収されにくくなります。



健康衛生課 栄養士 富永 明希江

1月 EVENT CALENDER

日	月	火	水	木	金	土
				1 元旦	2	3
4 球磨村成人式 (10:00～やまなみ)	5 球磨村消防団出初式 (10:00～ 運公)	6	7	8	9	10
11	12 成人の日	13 区長文書	14	15 こころの悩み相談 (13:30 ～ 16:30 清流館) 3カ月児、6カ月児 健診 (13:00～ 渡多)	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26 区長文書 (広報くまむら発行) 行政相談 (10:00 ～ 12:00 清流館)	27	28	29 子ども歯科健診・ フッ素塗布 (午後指定時間～ 渡多)	30	31

各施設の略称

清流館：球磨村コミュニティセンター清流館 渡多：渡地区多目的集会施設 神多：神瀬地区多目的集会施設 せせらぎ：高齢者生活福祉センターせせらぎ
 たかおと：神瀬福祉センターたかおと やまなみ：石の交流館やまなみ かわせみ：一勝地温泉かわせみ 運公：球磨村総合運動公園
 さんがうら：田舎の体験交流館さんがうら 渡保：渡保育園 こがね：こがね保育園 神保：神瀬保育園 渡小：渡小学校 一小：一勝地小学校 球中：球磨中学校

本のある暮らし

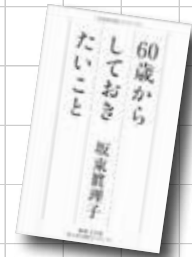
球磨村公民館図書室では、1回につき1人2冊まで1週間レンタルができますのでぜひご利用ください。

受付日 月～金(祝日を除く) 受付時間 午前8時30分～午後5時
 問い合わせ 教育委員会 ☎(32)1117



シルバー川柳
全国有料老人ホーム協会 著者

「LED 使い切るまで無い寿命」
 「恋かなと思っていたら不整脈」
 「万歩計半分以上探しもの」 など
 「シルバー川柳」は、シニア世代を中心とした、まさに人生の達人たちによる川柳傑作選。



60歳からしておきたいこと
坂東眞理子 著

団塊の世代に向けた「老前整理」と「旅立ち支度」の指南書。国民的ベストセラー『女性の品格』『親の品格』の著者・坂東眞理子が自身の体験を通じて書き下ろした今からできる身近な老活と終活。



殉愛
百田尚樹 著

2014年1月3日、一人の歌手が食道がんで亡くなった。「関西の視聴率王」やしきたかじん。ペールに包まれた2年間の闘病生活には、その看病に人生の全てを捧げた、かけがえのない女性がいた。この物語は、愛を知らなかった男が、本当の愛を知る物語である。誰も知らなかった、やしきたかじん、最後の741日。

みんなの広場

※原稿は、毎月10日までに総務企画課へ提出してください。

肥後狂句

・水の泡 脱法ハーブ吸うたけん
 ・遠からず 猪鹿猿の里になる
 ・ニツ返事 戸口出たなら忘れとる
 ・さて一服 末の子ももう社会人
 ・年中無休 それでもやっとな食ゆるしこ
 ・俺は男だ 力仕事は媽がする
 ・私も好かん もう戦争は懲り懲りよ
 ・有頂天 婚活したら超美人

日當 山岳

鳥飼 竜胆

上村 義喜

カヅ子

継

蔀 フクエ

短歌

・秋さやか 皇帝ダリヤ 花ひらき
 ・高き青空に ゆらりかがやく
 ・いただきし 名物芋の 紅はるか
 ・湯気ごと供う 先祖の前に
 ・成道会 寄りどころとし 本堂の
 ・菩提寺門徒は 大きな家族
 ・逝きし娘の 二十五回忌 過ぎたれど
 ・虚しき想い 今も変らじ
 ・亡娘の遺影と 朝な夕なの 語らいは
 ・ひ孫の事が 多くなりけり

犬童 幸子

山本 露子

可津子

戸籍の窓

11月届け出分(敬称略)

お誕生おめでとう

(氏名) (保護者) (地区)

新堀 美空 剛 山口

ご結婚おめでとう

(氏名) (地区)

西 優範

浦口 千里

川口 光国

横田 江里

相良村

錦町

山口

岡

岡チヨカ(89)

蔵谷 鐵男(70)

松野 ハル子(90)

那須 タツ子(88)

蔀 ミサヲ(85)

瀬田 定昭(68)

鶴口 直行(88)

宮園

鶴口

人口・世帯の動き (平成26年12月1日現在)

人口		前月比
世帯数(戸)	1,569	2
人口(人)	4,113	-1
男性(人)	1,952	-2
女性(人)	2,161	1

▼先日、積雪した日、せっかくの機会なので、雪景色の撮影に大久保地区や茂田地区、岳本地区などに行ってみました。到着すると一面雪景色。深いところでは30センチ近く積もっていて、長靴を履いていった意味がなくなるくらいでした。何だか久々にわくわく感を覚えた一日だったように思います▼もうすぐ2014年も終了しますね。広報くまむらの一年を振り返ると、なかなかやりたいことをやれない一年だったかなと思います。少しでも皆さんに楽しんで読んでもらえるように1月号からまた頑張ります。

編集後記

2月 やまびこ号運行表&ふれあいサロン日程表

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
やまびこ号		遠原・俣口(9:00) 毎床・茂田(9:15)		松舟・田代(9:00) 友尻・宮園・体育館前・ 柳詰(9:30)	
ふれあいサロン		ミドリ会(渡多目的) 毎床寿クラブ (せせらぎ)	渡ニコニコ会 (渡多目的) むつみ会(せせらぎ)	鏡山長寿会(立野分館) 神瀬上区寿会・下区老人 クラブ(たかおと)	内布福寿会(内布分館) 清水川クラブ (高沢集会所)
	9	10	11	12	13
やまびこ号	渡駅前・一王子・レスト ラン石水・地下(9:00)	内布(9:00) 小川・茶屋・舟戸・椎屋 (9:10)		岡・浦野・板崎・田頭 (9:00) 馬場・中園(9:40)	大槻・横井(9:00) 高沢・蔵谷・沢見・坂口 (9:20)
ふれあいサロン		大無田・松谷 (大無田林業センター) 親和会・庄本老人会 (せせらぎ)		鶴口熊太郎会 (鶴口公民館) 住吉川内クラブ (たかおと)	那良川老人会 (那良口公民館) 岳本鶴亀会(岳本公民館)
	16	17	18	19	20
やまびこ号	鶴口・千津・大無田・大 久保(9:00) 松谷・那良・那良(9:15)	川島・楳木・多武除・上部・ 伊高瀬・飯瀬(9:00) 大岩・日当・永椎・四蔵・ 松野・上原・木屋角(9:15) 神一・神二・堤岩戸・和田・ 部(9:25)			向淋・小谷・松本・大瀬 (9:00) 告・大坂間・淋・池下 (9:20)
ふれあいサロン		ミドリ会(渡多目的) 毎床寿クラブ (毎床公民館)	渡ニコニコ会 (渡多目的) むつみ会(せせらぎ)	鏡山長寿会(立野分館) 神瀬上区寿会・下区老人 クラブ(たかおと)	内布福寿会(内布分館) 清水川クラブ (高沢集会所)
	23	24	25	26	27
やまびこ号	黒白・岳本・中渡・日隠 (9:00) 黄檗・中津・吐合・中屋・ 野々原・橋詰(9:15)			境目・立野・糸原・水篠 (9:00)	
ふれあいサロン		大無田・松谷 (大無田林業センター) 親和会・庄本老人会 (せせらぎ)	大槻地区 (大槻キャンプ場) 渡西鶴亀会(せせらぎ)	鶴口熊太郎会 (鶴口公民館) 住吉川内クラブ (たかおと)	那良川老人会 (那良口公民館) 岳本鶴亀会(岳本公民館)