

広報くまむら

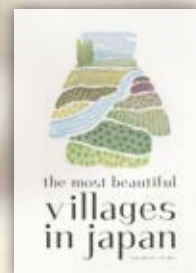
12



フォトリポート

エメラルドグリーンウォーク 2019

防災教育の日



球磨村は
「日本で最も美しい村」連合
に加盟しています



令和2年
1月16日 木

時間 18:00~19:30
(17:30開場)

定員 130名

会場 石の交流館やまなみ
(一勝地温泉かわせみ横)

主催 球磨村、CeMI、
八代河川国道事務所、
川辺川ダム砂防事務所

話題提供

- 球磨村防災管理官 **中渡 徹**
「球磨村防災の特色」
- 吐合・中屋地区
自主防災組織会長 **吐合 征勝**
「この集落から一人の逃げ遅れを出さないために」
- 国土交通省
八代河川国道事務所長 **安原 達**
「球磨地方の災害と予防」
- 東邦大学理学部非常勤講師
(元気象庁予報課長) **村中 明**
「気象と防災」

パネルディスカッション

「球磨村における防災のこれから」

- 球磨村長 **柳詰 正治**
- 東邦大学理学部非常勤講師
(元気象庁予報課長) **村中 明**
- NPO法人環境防災
総合政策研究機構 **大石 温子**
- 国土交通省
八代河川国道事務所長 **安原 達**
- コーディネーター
東京大学大学院情報学環総合
防災情報研究センター客員教授 **松尾 一郎** (敬称略)

わたしの夢 ぼくの夢

My dream

人の役に立てる仕事



一勝地小6年 おおいわ ゆうと **大岩 優斗 君**

ぼくの夢は、人の役に立てる仕事につくことです。理由は2つあります。まず、1つ目は、以前消防士の方が危険な場所で火を消しているところをテレビで見て、熱い炎の中なのに一生懸命火を消すためにがんばられていた姿が心に残ったからです。2つ目は、警察官の方が事故の処理をしていたところを実際に見たことがあるからです。とても大きな事故の中、みんなが安全に通れるように仕事をされているところが心に残りました。

自分の将来の夢のために、これからも相手の気持ちを考えて行動し、人の役に立てることを進んでしていきたいと思っています。

12月号 Contents

球磨村村民防災会議シンポジウム 2020	03	健幸家族	13
エメラルドグリーンウォーク 2019 /	04	球磨村の美しい 79 集落 / 防災管理官コラム	14
スローフードふえあ		包括だより	15
防災教育の日	05	未来の力 淋颯大君	16
くまむらライフ里山の暮らし	06-07	陽だまり	17
情報の窓口	08-09	1 月行事予定・相談・乳幼児健診・休日在宅当	18
役場への道路を交通規制します /	10	番医	
税を考える週間		球磨村公民館図書室 / 文芸の広場 / 村人探訪	19
納税は安心確実な口座振替を	11	必勝!! 合格祈願ノ旅 合格勝ち取りツアー	20
コミュニティ・スクール	12	※球磨村青年団! / 地域おこし協力隊は休載	

広報くまむら

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。穏やかに、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



神瀬保育園の餅つき会が12月14日、神瀬多目的集会施設で行われました。園児は保護者や地域の人と一緒に臼に入ったもち米を杵を使ってつきました。ついた餅はあんこ餅などにして振る舞われ、園児たちはおいしそうに頬張っていました。



秋の球磨川とおもてなし
 エメラルドグリーンウォーク2019は11月23日、球磨村総合運動公園から一勝地温泉かわせみまでのショートコースと松本集落までのロングコースに116人が参加しました。参加者はエメラルドグリーンに輝く秋の球磨川と紅葉を満喫しました。鵜口観音堂や一勝地駅、柴立姫神社では、地域の人の温かいおもてなしがあり、にぎわいました。鵜口班はことしから特製のおでんも追加しました。人吉市から初参加の白石さんは「球磨川の景観を満喫しました。おもてなしも素晴らしい」と話しました。

1 朝霧がかかるなかスタートする参加者 2 那良口休憩ポイントの小川豊喜さん
 3 自分のペースで球磨川の自然を満喫しながら歩きました 4 鵜口観音堂でおもてなしした皆さん 5 休憩ポイントではたくさんのおもてなしがありました 6 柴立姫神社でおもてなしした皆さん 7 一勝地駅でおもてなしした皆さん



スローフード
 ふえあ

里山の料理を堪能

エメラルドグリーンウォーク2019と同日開催となった「スローフードふえあ」が石の交流館やまなみで開催され、参加者は田舎料理を楽しみました。

（一社）くまむら山村活性化協会（代表理事柳詰村長）が主催し、高沢校区活性化実行委員会女性部、田舎の体験交流館さんがうら、農産加工グループあじさいなどが協力し、参加者約50人に地元の食材を生かした料理を提供しました。バイキング形式の会場では、やまめのカツサンド、煮しめ、つぼん汁などの料理を手に取り、田舎の味を堪能しました。八代市の鬼木さん夫妻は「おもてなしの料理すべておいしかった。さしみこんにゃくが特においしかった」と話しました。



防災教育の日



1 警戒レベルに応じた避難などの説明 2 防災ヘリびばりの説明を聞く参加者 3 各小学校で放水体験 4 トリアージ終了に伴い負傷者を輸送 5 災害派遣医療チームによる応急手当 6 煙体験をする児童 7 陸上自衛隊の輸送により避難する住民 8 防災ヘリから負傷者を運ぶ熊本県消防航空隊など 9 はしご車に校舎の2階から乗る児童

参加した地域住民の声

黄檗班長
 清藤猪喜男さん

陸上自衛隊の輸送により避難しました。2歳の子どもの訓練に参加してくれて、班内の防災意識の向上につながったと思います。

田代班長
 田代正司さん

防災教育の日にあわせて防災リュックと名札を揃えました。名札には住民の意見を反映し連絡先のほか、血液型も記入しています。

消防第4分団
 林俊二さん

負傷者役を体験しました。あつては困りますが、もしもの時に備えての訓練です。皆さんも、もしもの時の備えをしましょう。

命を助ける様子を見学
 12月1日、村内の小中学校で「防災教育の日」に基づく防災学習が初めて行われました。「防災教育の日」は昨年の防災教育チャレンジプランを活用した防災訓練や学習を踏まえ、児童生徒に定期的な学びの場を提供するため12月第1日曜日を「防災教育の日」として設定しました。

球磨中学校では、中渡徹防災管理官が、村の豪雨災害や熊本地震の様子を写真で振り返り、警戒レベルに応じた行動などを説明しました。訓練は村内で震度6弱の地震が発生し土砂崩れなどにより連絡が取れない集落があり、「明日大雨警報の可能性が高まった」という想定で行われました。関係機関として県防災消防航空隊、消防署、消防団、災害医療チーム（DMAT）、陸上自衛隊、警察などが協力しました。参加者は、消防団による防災ヘリの誘導、DMATによるトリアージ（応急手当）、トリアージ終了に伴う救急搬送などを研修しました。また陸上自衛隊と消防団が協力した避難誘導訓練では、土砂災害区域内の集落から、2歳の子どものお年寄りまでが参加しました。

村代表が球磨路を駆け抜ける
第 67 回球磨一周市町村対抗熊日駅伝大会



最後まで一生懸命走った選手たち

第 67 回球磨一周市町村対抗熊日駅伝大会が 12 月 15 日、人吉城跡ふるさと歴史の広場前をスタート・ゴールとする全 8 区間 52.68 ㎞のコースで行われ、各市町村から 22 チームが参加しました。

球磨村は平均年齢 20.5 歳の若いチームで挑みましたが、目標の一桁順位には届きませんでした。しかし選手たちは最後まで粘り強く走りました。

球磨村順位 10 位 選手 1 区地下翔太 2 区淋陽樹 3 区地下瀬奈 4 区小川晃聖 5 区浦野祐磨 6 区松舟海 7 区野々原佑也 8 区佐々木瑠希 (敬称略)

ことしの防災活動を振り返る
村民防災会議第 8 回ブロック会議



中渡防災管理官の振り返り (第 3 ブロック)

村民防災会議第 8 回ブロック会議が 12 月 16 日から 20 日にかけて村内 5 ブロックで開催され、区長と班長、老人会長、民生委員、教育機関などが参加し、ことしの防災活動を振り返りました。第 3 ブロック (一勝地周辺) の地区の発表では、「ことしは高齢者を中心とした消火器、消火栓訓練を実施できた」、「各家庭で備蓄するようになった」などが挙がり、今後行いたいことは「危険箇所の把握」、「避難用リュックの整備」などが挙がりました。参加者は「他の地区の活動を聞いてよかった」と話しました。

自己ベストを目指して
第 10 回村内小学校持久走大会



保護者などが見守るなか元気にスタート

第 10 回村内小学校持久走大会が 12 月 11 日、球磨村総合運動公園で開催され、保護者などが見守るなか全員が完走することができました。当日に向けて、走り方などを学ぶため地下翔太さんを講師に招くなど練習を重ねてきました。一勝地小の柿原和明校長は「持久走は体と心を鍛えることができます。今日はみんな一生懸命走っていました。自信を持って今後の生活に生かしてください」と講評しました。6 年生男子で 1 位の串山侑吏君は「最後の持久走大会で 1 位をとれて嬉しい。練習してよかった」と笑顔で話しました。

良質な栗栽培の指導へ
くり技術指導員認定証伝達式



認定証を受け取った椎屋さん (左)

球磨村くり技術指導員認定証伝達式が 12 月 12 日、役場村長室で行われました。

くり技術指導員は、村果樹研究会から推薦された椎屋智司さんが、養成研修を受講し指導員としての知識や技能などを習得し認定されました。今後は派遣依頼を受け、栗のせん定など、栽培全般の指導に取り組めます。

指導員となった椎屋さんは「まずは自分の園でせん定技術を磨き、派遣依頼者から喜ばれるような指導員になりたいです」と話しました。

自分の夢に挑戦してほしい
くまもと教育の日 in くまむら



寺本さんが「世界は何力国ありますか」と質問

くまもとの教育の日 in くまむらが 11 月 28 日、球磨中学校で開催され、小中学校の児童生徒、保護者、地域の人々が参加しました。第 2 部の講演会では、熊本出身で FREE SCHOOL 代表の寺本真将さんを講師に迎え、「ストリートチルドレンに学ぶ生き方」と題した講演がありました。寺本さん自身が世界中の子どもたちを見てきたことに触れ、「学校へ行くことは当たり前と思っているかもしれませんが、世界には学校に行きたくても行けない子どもたちがいる。自分の夢に挑戦してほしい」と呼び掛けました。

PTA 新聞が全国の企画賞に入選
第 41 回全国小中学校 PTA 広報紙コンクール



柳詰村長に喜びの報告をしました

11 月 28 日、渡小学校 PTA が作成した平成 30 年度 PTA 新聞「風」が第 41 回全国小中学校 PTA 広報紙コンクールで企画賞を受賞したことを柳詰村長に報告しました。

渡小学校広報委員の松野翔吾さんは「全国 4,865 校が応募したコンクールの中で企画賞という具体的に中身を評価していただき苦労が報われた気持ちです。PTA 新聞は学校の活動を伝えるとともに親の学びにつながるツールだと思い、毎号自分達が学びたいテーマを掘り下げ特集を組みました」と話しました。

学習の成果を披露
村内小学校学習発表会



ステージで堂々と発表しました

村内小学校の学習発表会が 11 月 24 日に開催され、学年ごとに発表したり合唱したりして日頃の学習の成果を保護者や地域の人に披露しました。

各小学校 5 年生が水俣病について発表。実際に水俣市に行き、聞いたことや体験したことを発表しました。

一勝地小 6 年生は修学旅行で行った長崎県での体験を発表し、戦争を二度としない、被爆者をこれ以上増やさないという言葉が印象に残ったと話しました。平和な未来を作るため相手の気持ちを考えた行動をしていくと堂々と発表しました。

草木染絞りで国展入選
草木染絞り展示会



一つ一つ丁寧に仕上げた染め物を展示

11 月 24 日と 25 日に山口森義さん宅で草木染絞り展示会が開催され、独特の色に染まった染め物を観に村内外から多く人が訪れました。

展示会は妻山口良子さんの妹である野田孝子さんが第 93 回国展入選したことの報告も兼ねて実家に展示したものです。野田さんは「最初は祖母が染め物をやっていたところを見て興味を持ちました。自然の草や木を利用し色の配色を決めて世界で 1 点の染め物を作ります。着物などは半年ほどの時間がかかります。皆さんにも染め物の世界を感じていただければ」と話しました。

情報の窓口

戸籍の窓

11月届け出分（敬称略）

▼ご結婚おめでとう

氏名	地区
もり じゅんどう 森 純道	柳詰
おおいわ ゆか 大岩 由佳	福岡市

▼お悔やみ申し上げます

氏名	地区	年齢
やまぐち ひろし 山口 博史	山口	47歳
なかむら みのぶ 中村 稔	友尻	103歳
なす ちさと 那須 チサト	山口	98歳

▼香典返し（社会福祉協議会）

今村	大八様	（故）	エミコ様
いづち けい 井口 祐二様	（故）	アイエ様	
よこい ちり 横井 チリ様	（故）	徳行様	
やまぐち もりよし 山口 森義様	（故）	博史様	
ちげ せいご 地下 禮子様	（故）	敬士様	
なかむら みのぶ 中村 ユリ様	（故）	稔様	
たかはし まさ 高橋 真紀様	（故）	佳士様	
なす せいや 那須 誠也様	（故）	チサト様	

【一般寄付】

熊建労球磨村分会

人口・世帯の動き （12月1日現在）

	人 口	前月比
世帯数(戸)	1,453	—
人 口(人)	3,601	-7
男 性(人)	1,705	-3
女 性(人)	1,896	-4
高齢化率(%)		44.7

お知らせ

つくってみよう！

マイナンバーカード

マイナンバーカードは令和3年3月から健康保険証利用が始まり、令和2年度には買い物に使えるポイント（マイナポイント）が予定されています。休日受け付けを行いますのでご利用ください。

休日受付日

①12月28日(土) ②令和2年1月26日(日)
受付時間 午前9時～午後4時30分
必要なもの カード交付 交付通知書、本人確認書類（運転免許証か健康保険証、年金手帳、年金証明書、医療受給者証などのうち2点）

カード交付申請支援

本人確認書類（交付と同じ）通知カードに同封された申請書をお持ちの場合はその申請書問い合わせ

住民福祉課住民係 ☎(32)1112

いきいき元氣栄養教室

高齢者の食生活を支援するため、いきいき元氣栄養教室を開催します。

実施日 令和2年1月20日(月)

時間 午前10時～午後2時

場所 神瀬福祉センターたかおと

内容 栄養のバランスを考えた食事づくり、約1時間の軽い運動

参加費 500円

持参物 エプロン・タオル・飲み物

申込締切 令和2年1月14日(火)

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お尋ねください。

この機会にあためて、きれいな政

治

家

の

寄

付

禁

止

の

対

象

例

落

成

式

・

開

店

祝

な

ど

の

花

輪

・

葬

儀

の

花

輪

・

供

花

・

病

気

見

舞

い

な

ど

の

多

い

シ

ー

ズ

ン

ド

ン

ズ

ン

ド

ン

相談



いきこもりの相談窓口

悩みや気になること話しませんか。

相談窓口

①熊本県いきこもり地域センター（ゆるここ）（熊本県中央区）

開設日 月曜・火曜・木曜

午前9時～正午／午後1時～午後3時

②役場住民福祉課福祉係

開設日 月曜～金曜（祝日除く）

午前8時30分～午後5時

相談窓口・問い合わせ

熊本県いきこもり地域支援センター（ゆるここ）☎096(386)1177

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

球磨村プレミアム付商品券の 申請期限を延長します。

申請期限 令和2年2月7日(金)

使用可能店舗（12月25日現在）

・愛甲商店・木屋商店・久米鮮魚店・大岩石油ガス店・一勝地温泉かわせみ・球磨村森林組合（球泉洞、球泉洞SS）・日當産業・ソソギ電工・髪のアトリエあきよし・大岩モーターサイクル・坂口林業・インドウ電工・Misumi石水サービスショップ・昭和建設株式会社・さつき食堂・一勝地タクシー・くま村湯の駅・田頭製材所・球磨村社会福祉協議会・球磨川歯科医院

※申請が可能と思われる人に事前に申請書を送付しています。球磨村商工会が行っている「とくする商品券」ではありませんのでご注意ください。使用可能店舗に追加があった場合は村公式ウェブサイト随時更新します。



問い合わせ 企画振興課山村振興係 ☎(32)1114



球磨村奨学金募集

能力があるにもかかわらず、経済的理由により修学が困難な人に学資を貸与します。

資格 本村に3年以上在住する人の子で、高等学校やこれと同等以上の学校に在学し、学業成績が優秀で素行などに問題のない人であり、学資の支払いが困難であると認められる人

申請方法 在学者と入学予定者ともに現在在学している学校長の推薦が必要

平成28年熊本地震では19万8千棟を超える建築物に被害が生じました。いつ起こるか分からない大地震に備えた住宅の耐震化の必要性について講師が分かりやすく説明します。（入場無料）

期日 令和2年1月25日(土)
午後1時～午後4時

場所 宇土市民会館
（宇土市新小路町123）

講師 井戸田 秀樹氏

演題 2016熊本地震に学ぶ木造住宅の巨大地震対策

※申込書類を県建築課のホームページと役場建設課窓口で配布しています。

問い合わせ 県建築課安全推進班
☎096(333)2535

油の流失を防ぎましょう

事業者や農家の貯油タンクから油が流出する事故が発生しています。その原因の多くは管理不備や操作ミスといった人的ミスです。油が河川などに流出すると、上水道や地下水、農業、漁業などに大きな影響を及ぼします。

河川などへ流出した油の回収は多くの労力と費用が必要となり、これにかかる費用は原因者が負担することになります。貯油タンクを使用する際は必ず点検や管理の徹底をお願いします。

油を流失させた場合などはすぐに人吉下球磨消防組合が役場健康衛生課まで連絡してください。また流失元の確認や流失防止対策、油の回収などの応急処置を実施し被害拡大防止に努めてください。

問い合わせ

健康衛生課生活環境係 ☎(32)1139
人吉下球磨消防組合 ☎(22)5241

民生委員児童委員はあなたの身近な相談役です

民生委員児童委員は、地域の様々な相談を受け、役場と連携し福祉の増進に努めます。生活で困ったことなどは地区の民生委員児童委員に話しましょう。12月1日付けで異動がありました。

民生委員児童委員 西和弘 委員(新)
担当地区 水篠・糸原・立野・境目
主任児童委員 高永くみ 委員(新)
退任 糸原絹子 委員
※その他の地区委員は留任です。

問い合わせ 住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

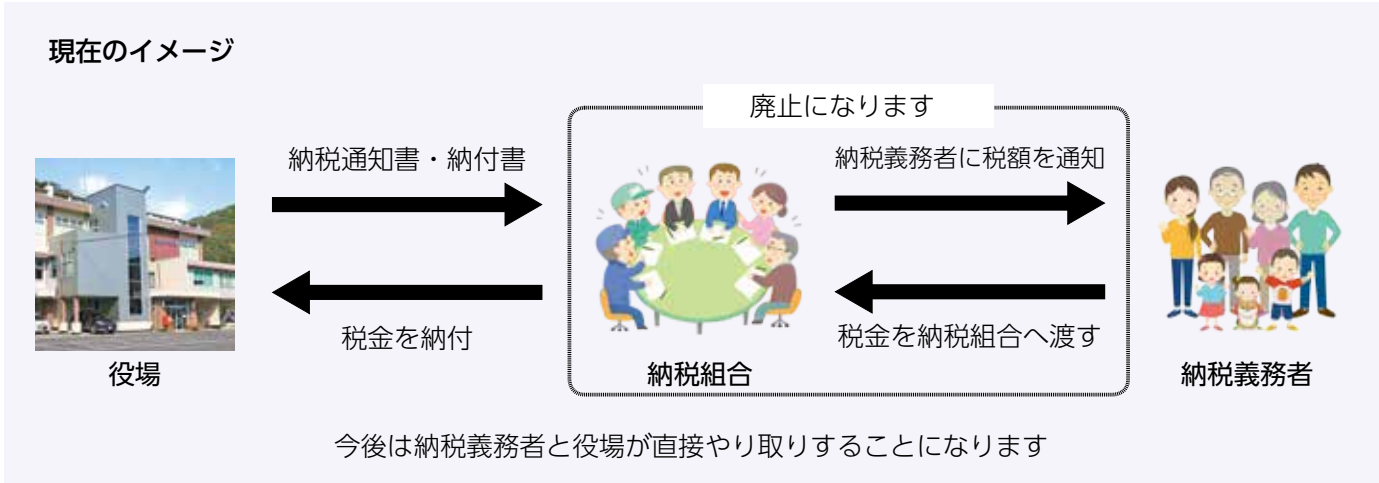
住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

住民福祉課福祉係 ☎(32)1112

納税は安心確実な口座振替を

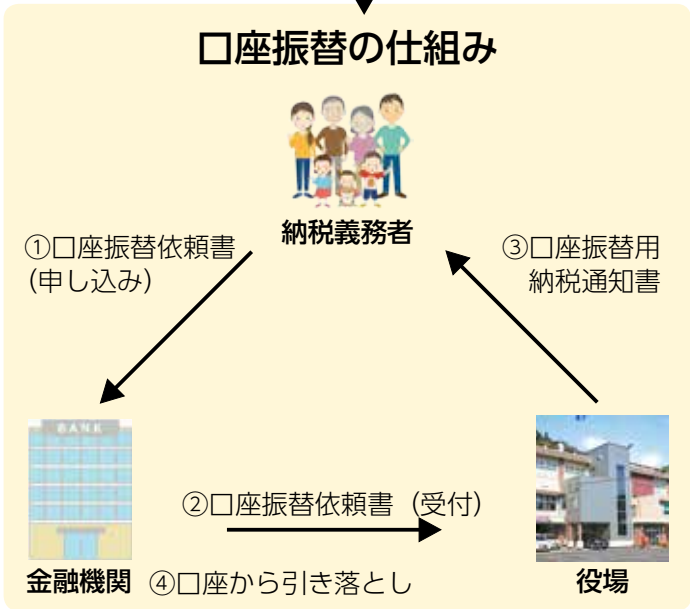
令和2年3月末に納税組合が解散します

村では、納税組合を設置し、村税、国民健康保険税、介護保険料と後期高齢者医療保険料の納付の促進をしてきましたが、納税組合をととした納税通知書と納付書の配布ができなくなり、令和2年4月から納税義務者に直接郵送することになります。納税は納め忘れがなく、安心確実な口座振替をお勧めします。



納付方法は2つです

- 1 指定の金融機関か役場窓口で納付書による納付
- 2 口座振替による納付



問い合わせ 税務課 ☎(32) 1113

●口座振替を取り扱う金融機関

- ・球磨地域農業協同組合 (JA)
 - ・ゆうちょ銀行
 - ・肥後銀行
- ※今後取り扱い金融機関を増やす予定です。

●口座振替を申込むには

口座振替申込書を納税組合長をとおして組合員に配布します。令和2年4月納期分に間に合わせるためには、令和2年3月10日まで直接金融機関へ申し込んでください。

書き方が分からない

金融機関に行けない

口座振替申し出や納税全般に関することは税務課へ問い合わせください。また詐欺にあわないよう役場以外の電話番号は注意してください。

役場への道路を交通規制します

村道田頭線の法面对策工事のため、交通規制を行います。
場所 大字渡丙字丸尾地内
規制内容 終日全面通行止め (歩道は通行可能です)
規制期間 令和2年1月10日(金)～令和2年3月19日(木)
※コミュニティバス神瀬線は規制期間中球磨村役場バス停、田頭バス停には停車しません。
問い合わせ 建設課工務係 ☎(32) 1116
昭和建設株式会社 ☎(22) 2266



税を考える週間

11月11日～17日は全国一斉の「税を考える週間」でした。村内の小学校から税に関する習字、中学校から標語と作文の応募がありました。審査の結果、村長賞2点、人吉間税会会長賞2点、優秀賞5点が選出され、村長賞には、一勝地小2年の谷口恭也君と球磨中1年竹上希海さんの作品が選ばれました。

人吉間税会会長賞

納税は未来へ役立つみんなの貯金

球磨中3年 上 部 權斗君

村長賞

こしくん

一勝地小2年 谷口恭也君

優秀賞

ぜい

一勝地小1年 岩本理菜さん

きぜい

一勝地小3年 岩本一真君

電告子

渡小4年 松野真与さん

納振替

渡小5年 青山仁紀君

納務税

渡小6年 境目凜さん

国保通信

健幸家族

冬こそ

水分補給

唐突ですが、最近水分補給していますか？夏場は熱中症対策などで水分を補給していたのが、涼しくなると、あの熱心さはどこに行ってしまったのでしょうか？

人間の体の約60％は水分です。毎日食べ物や飲み物などから2〜2.5リットルの水分を摂取し、尿や便、汗などと同じくらいの量の水分を体から排出しています。これは季節が変わってもあまり変化がありません。熱中症の危険は去りましたが、水分補給の重要性は夏場と変わりません。

風邪対策に水分補給

寒くなると風邪を引いている人をよく見かけるようになります。風邪対策の王道であるうがい、手洗いに加えて「水分補給」も大事な予防策のひとつです。

風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。反対に湿度50％以上になると活動が急激に低下します。水分補給は喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。

風邪を引いてしまったら発熱や食欲低下、下痢、嘔吐などの症状により体からの水分排出が多くなりますので、普段以上に水分を補給するようにしましょう。

脳卒中、心筋梗塞予防にも

冬場には脳卒中や心筋梗塞の発症が増えます。これは寒くなつて血圧が上昇すること、一因ではありますが、水分補給も大いに関わっています。

寒くなつて汗をかかなくなり、のどの乾きを自覚しにくくなる冬場は水分摂取が少なくなり、血液の粘度が上がるといわれます。「ドロドロ」の状態となります。ドロドロ血液によって血管が詰まりやすくなり、結果として脳卒中や心筋梗塞を引き起こす可能性が高くなります。脳卒中、心筋梗塞予防のためにも、冬場も水分補給です。

忘・新年会でも忘れずに

この時期、忘年会や新年会など飲酒の機会が多くなります。お酒を飲むと喉が渇くことは多くの方が経験されていると思いますが、アルコールには利尿作用があるため、飲酒が過ぎると体は脱水状態となります。アルコールを飲んだら意識的に水分を補給して、脱水状態を防ぎましょう。

また日本酒造組合中央会では、悪酔いをしないとして飲酒の合間に水分を取る「和らぎ水」を勧めています。一年の疲れをお酒で流しても、水分補給を忘れないようお願いします。

腎臓病など、水分制限が必要な人は主治医にご相談ください。

お急ぎください

特定健診は受診されましたか

健診終了期限 令和2年 1月31日(金)

特定健診とは、日本人の死亡原因約6割を占める生活習慣病の予防のために、40歳から74歳までの人を対象にメタボリックシンドロームに着目した健診です。球磨村国民健康保険被保険者の皆さんは費用の補助が受けられる場合がありますのでお得に健診ができます。

検診車で受診をお忘れの人や今後病院での受診を予定の人は、お早めに役場健康衛生課までご連絡ください。

問い合わせ 健康衛生課保健予防係 ☎(32)1139

くまむら健康づくり標語コンテスト入賞作品紹介

一般の部 優秀賞

まず一歩 毎日歩く 万歩計

(野々原) 松尾勢治様

歩くことにより、自分の健康状態を把握することになります。毎日歩くことを目標としています。中々実行できません。一歩一歩努力して健康維持に努めています。

作品に込められた想い

地域とともにある学校づくり

コミュニティ・スクール

村内の小中学校では、地域と学校が連携・協働して地域と共にある学校づくりを目指すコミュニティ・スクールとして、さまざまな活動に取り組むことで「地域」も「学校」も元気になることを目指しています。

一勝地小学校の取り組み

子ども救命士学習

地域の声

学習をとおりて幼年期から心肺蘇生法を学ぶことで、いざという時に命を守る適切な行動ができる大人に成長してもらいたいと願っています。ことしで7回目になります。今後も続けていきます。(人吉下球磨消防組合西分署 養田尊士さん)

棚田米稲刈り

地域の声

3年前からお手伝いしています。この取り組みは、おにぎりを届けることから始めました。子どもたちには、米作りを体験することで食のありがたさを感じる大人に成長してほしいと願っています。(J A女性部 北村千春さん、木崎美和子さん)

住吉神社秋の例大祭

地域の声

住吉神社は、球磨川の航行や交通安全の神様として地域に親しまれてきました。昔は、奉納試合として、ソフトボールや柔剣道大会などがあり、にぎわっていました。この伝統行事を後世に伝えていきたいと思っています。(住吉神社会計係 小橋口 博子さん)

老人会と協力したクリーン作戦

地域の声

子どもたちと一緒に活動できて楽しかったです。老人会では、子どもたちと触れ合うことで、元気もらっているという声がたくさん聞かれました。これからも子どもたちのためにできることをやっていきたいです。(渡西鶴亀会 中園忍さん)

村内小中学校 1月の主な行事予定	
期 日	内 容
8日(水)	3学期始業式 (各小中学校)
23日(木)	小中連携事業 (小中学校)
30日(木)	小中連携事業 (小中学校)

※村内小中学校の主な行事をお知らせします。期日・内容などは、都合により変更になる場合があります。お問い合わせは各学校へお願いします。

問い合わせ 教育委員会学校教育係 ☎(32)1117

地域学校協働本部を立ち上げました

渡多目的集会施設で11月26日、地域学校協働本部立ち上げ式を行いました。学校と地域の結びつきをさらに強め、コミュニティスクールと両輪となって、子どもの学びと育ちを応援し、地域には生きがいづくりを感じることができるよう、双方向に効果のある取り組みを行います。

くまもと
メディカルネットワーク

くまもとメディカルネットワークは、県内の病院や薬局、地域包括支援センターなどで、患者の情報を共有するためのシステムです。

●共有される情報

- 病歴
- 受診歴
- 入院歴
- 薬の処方歴
- 各検査結果
- 介護保険情報など

＊機関によって共有される情報は制限されています。

●利用するメリット

- かかりつけ以外の病院を受診する場合でも、
- 本人の状態を正確に把握できる
- 同じ検査を受けなくて済む
- 薬の重複が防げるなど

また、災害時にカルテが消失した場合や、本人が意識を失い意思の確認ができない場合にも、病歴などを把握することができ、迅速な治療につながります。

●利用するには

- ①参加同意書を提出します。（同意書は、医療機関や球磨村地域包括支援センターにあります）
- ②提出先の職員が、熊本県医

介護保険の現状を知っていただくため、村で介護サービスにかかった費用を掲載します。

11月 4,998万403円

（熊本県国民健康保険団体連合会業務統計表より）

参考 平成30年11月

5,204万9,460円



患者が持つ参加者カード

師会に同意書を送付します。

- ③熊本県医師会の職員が、利用者の情報を入力します。
- ④情報共有が開始します。

＊情報を見られるのは患者さんが許可した機関のみで、外部に情報が漏れることはありません。

●現在の状況

ネットワークを利用している機関…481カ所（うち、人吉球磨圏域は73カ所）

参加者数…2万4927人

ふれあいサロン

鏡山長寿会



水篠班、糸原班、立野班、境目班のサロンです。今日は歌を手話でうたいました。炭坑節をアレンジした「立野いいとこ」や「ももたろう」などを皆で歌いながら、手慣れた手つきで手話をしました。途中ボランティアの人も歌に合わせて踊りだし、参加者とボランティアの人一緒になってサロンを楽しみました。

サロンに参加してます



（左から）立野絹江さん、井口スズコさん、井口テル子さん

皆さんと触れ合って話すことが楽しいし、ボランティアの方が作る料理もとても美味しいです。

健康教室出前講座

中園班



寒くなり家から出るのがおっくうな時期になりましたが、元気に健康教室です。今日は8人で言葉探しゲームから。途中で混乱して諦めそうになりますが、考えることが頭の体操になりますので最後まで頑張ります。肩甲骨の柔軟性を確かめるため、手と肘を合わせてそのまま上にあがるかなど、みんなと確認しました。少しでも長い間自分の力で生活するために元気なうちから介護予防です。



手と肘をあわせて上にあがりますか

中園班は平成30年度に介護予防拠点施設整備で公民館を改装し、さらに介護予防に力を入れています。



日本で最も美しい村連合

球磨村の美しい79集落

第4回
たぶのき
多武除

球磨村には79の集落があります。先人たちが残した大切な文化や集落のさまざまなお祭り、昔話や言い伝えなどを紹介します。第4回は多武除集落です。多武除班長の多武徳芳さんに取材しました。

多武除集落は9世帯18人が住みます。役場から車で約20分八代方面に走った国道219号線沿いに集落があります。多武除という地名の由来は定かではありませんが班長曰く、クスノキ科「タブ」の木に由来があるといひます。タブの木の枝葉は乾燥させて製粉し、線香などノリ材に使用できます。タブの木が多かったのかもしれない。

○神瀬小学校多武除分校

分校ができる前は、葦北郡吉尾村字海路にある海路尋常小学校に通っていました。球磨川の増水時は渡舟が不可能になるため大正4年4月に分校が新設。昭和31年に廃校となりました。

○観音さん祭り（7月19日）

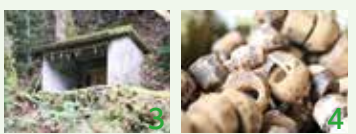
多武除集落にある「多武除観音堂」さんでお坊さんと呼び交通安全、五穀豊穰などを祈ります。桐でつくられた約8寸大念珠を囲み、南無阿弥陀仏と唱えながら大念珠を回します。顔の高さまで上げて回す時もあります。

○山の神祭り（11月28日）

荒神様は女性の神様で女人禁制の言い伝えがあり、男性のみで神事や清掃を行っています。当日は米を持ち寄りハガマで炊いた米をお供えします。余ったものはおにぎりにして配ります。



1 球磨川河川敷に多武除分校の跡が見えます 2 多武除観音堂 3 山の神は観音堂の後に鎮座 4 桐製の念珠



● 日本で最も美しい村 九州ブロック通信 ●

農地と水を守るグリーンベルト設置推進運動

沖縄県多良間村グリーンベルト設置推進活動として、多良間小学校4年生、農家など約50人が参加し、ベチパー1,200体を土保利地区の水兼農道沿いに植栽をしました。村の農地は表土が全体的に薄く、ほ場整備事業においても表土40㌦で整備されており、表土の確保に苦慮しています。このため、畑地からの表土流出防止対策として、各ほ場におけるグリーンベルト設置が効果的です。継続的な推進活動を実施していき、限りある資源を大切に作る取り組みとして続けていく予定です。



防災管理官コラム

ことしの防災対応を振り返る

ことしを代表する災害として、全国的には、台風19号とその後の大雨による災害があげられます。東日本では死者・行方不明101人（11月25日現在）、住宅の全半壊2万1142棟（同）、堤防決壊7県の71河川で140カ所、土砂災害667件など、非常に大きな被害をもたらしました。

自然災害に対するハード事業での対応には限界があります。そのため自主防災活動による住民自らの安全確保の重要性を再認識しました。

本村の場合、梅雨前線に伴う大雨と台風などをつうじて甚大な被害は発生しませんでした。したが、気象データなどを分析してみれば、甚大な被害が起きていても不思議ではなかったことがわかります。

6月30日から7月4日の大雨では特に夜のはじめ頃から夜遅くにかけて1時間雨量80ミリの猛烈な雨が降るとの気象予報を受けて、7月3日午後3時に避難勧告を発令しまし

た。その後夕方から予報に反して梅雨前線が鹿児島県まで南下したため、本村に大きな被害はありませんでした。7月13日の午後7時20分に土砂災害警戒情報が発令され、午後7時30分に避難勧告を発令しました。午後5時から午後8時の3時間雨量は110ミリでした。この日の気象予報は梅雨前線は熊本平野に停滞するとなっていました。予報に反して県南まで南下したため、急遽の対応となりました。

熊本地方気象台の防災気象予報官は、「雨雲は1000キロメートルにわたる」との見解で、コンピュータ技術が発達した現代でも、気象予報は難しいことを知りました。さらに、アメダス一勝地観測所の6月から8月の3カ月雨量を、過去3年にわたり比較すると、ことしは雨が多かったことが分かります。これらのことから、ことし、本村で被害が無かったことは、幸運だったと言えます。

問い合わせ 中渡防災管理官 ☎（32）1111

陽だまり

陽だまりサロン.....

おもちゃ作り・ソー

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の皆さんで楽しく過ごしていますのでお気軽にご参加ください。お待ちしております！（初めて参加する人は電話でご連絡ください）

おもちゃ作り・ソーイング



3歳6カ月児健診



好奇心旺盛の元気な男の子です。妹の面倒もよく見てくれます。

「子どもノート」を使用し子どもの成長について勉強会をしました。また子どもの発達についてのお話しも聞きました。



赤ちゃんへの感染を予防するには、まず、周りの大人が感染して家に持ち込まないことが第一です。手洗い・うがいの励行とマスクの着用を心掛けて、感染症を予防しましょう！！

8 (水)	陽だまりサロン
15 (水)	陽だまりサロン
18 (土)	持久走大会（渡）（こ）
23 (木)	3カ月児、6カ月児健診
24 (金)	陽だまりサロン
25 (土)	りんごの木サークル 育児講座（神）
29 (水)	陽だまりサロン

※村内保育園行事予定の一部も掲載しています。都合により変更する場合があります。ご了承ください。

(渡) 渡保育園
(こ) こがね保育園
(神) 神瀬保育園

目指すは日本一のダンス大会
スーパークイズファイナリスト

未来の力
The power of the future

同チームの銀本真白さん（左）（錦町）と一緒に

同チームのくわもまじる鍛本真白さん（左）（錦町）と一緒に



1 練習は鏡を見ながら行います 2 ALL JAPAN CHALLENGE CUP 九州最終予選 準優勝の充実した表情 3 ALL JAPAN CHALLENGE CUP FINAL の舞台に立つ PLAYKIDZ

12 歲 山口班



ができるようになった」と明るく話します。

颯大君が行う「ポッピングアニメーション」という種類は、ロボットのような動きをしたり、人間ではないような不思議な動きをしたりして全身で表現するダンスです。所属するチーム「PLAYKIDZ」は、ポッピングアニメーションを行うチームとして平成29年に結成し、現在は2人で呼吸を合わせます。

12月14日愛知県中部国際空港で開催された ALL JAPAN CHALLENGE CUP FINAL

は、全国から予選を勝ち抜いた全28チームが集結しました。惜しくも入賞には届きませんでした。大会で自分たちのダンスを堂々と表現しました。「大会はとても楽しかった」と充実した表情を浮かべた颯大君。

今後の目標は、日本で一番のダンスの大会「スーパークイズのファイナリストになること」と前を向きます。大きな舞台での経験を糧に、さらに高みを目指し今日も自分を磨き続けます。

博多コレクション（ダンス＆ファッションショー）ゲスト出演（福岡市）、プレジールダンスコンテスト優勝（八代市）、出水ダンスコンテスト優勝（鹿児島県出水市）、Soulm8 TOP OF THE DANCE コンテスト3位（福岡県福岡市）、ALL JAPAN CHALLENGE CUP 九州最終予選準優勝（福岡県朝倉市）、ALL JAPAN CHALLENGE CUP FINAL 出場（愛知県中部国際空港）

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

受付日 月曜～金曜（祝日を除く） **受付時間** 午前8時30分～午後5時

おすすめ



天才を殺す凡人

北野唯我／著

誰かが新しいことにチャレンジするときに、邪魔をしたりを引く張る人や物に対して猛烈な怒りを感じたり、国籍や職業、生まれなど「その人のせいではない理由」だけで足を引っ張られていることが山ほどあります。すべてのプロセスにいる、今挑戦しようとしている人に読んでもらいたい本です。



へんてこりんな宇宙図鑑

岩谷圭介／著

この本で、今まで思っていた宇宙に対する印象が変わるかも？

「え〜マジで！」と驚くことがあったり、「なんておバカ」と笑ってしまったり、「宇宙やばい！」と気が遠くなるかもしれません。小学校の子どもさんから読めるように、分かりやすく文章とイラストで読みやすくなっています。

文芸の広場

【俳句】
Sと 紅葉あでやか 一勝寺
卓せまし どんとまん中 おでん鍋

【短歌】
友人ら 大坂間駅で 下車をして
清正公岩に 登りて集い
一勝寺 鐘付き堂で 徐夜の鐘
地域に響き 新年迎え
秋深し 落葉にうもれ 校庭の
二宮尊徳 読書もできずに
カサカサと 落葉ふむ音 こちよく
犬もうれしや 早足になり
恙なく 令和元年 師走です
来る新年の 平和祈らむ
狂句の師 突然の訃報 驚きぬ
最期の別れに 息子が出席す

【川柳】
72歳 喜怒哀楽の 日々生きて
宝くじ つい欲が出て 一枚増し
子の年に チュウチュウ走る 運動会
今度こそを 何回言ったか ダイエット
同級会 染毛・入歯を 若くみせ
亡夫がわり 電気毛布は 温ったかい
ウオキング 接待の芋 食べながら
供え餅 カラスの分も 増してつく

【肥後狂句】
老夫婦 「オイ」と「あれ」だけで通じる
何んか有る 鴉と鶯が騒いどる
穏やかに 堪忍袋を締めとけ
山の神 鶴の一声夫黙る
うすぬくさ 老人会で出来た仲
夢のよう お城の勇姿見えて来た
秋の夜長 そろっと戸棚開けよらす
秘策あり 俺に任せろ選挙長
上手ねえ 口八丁に手八丁

板 壽

平井静代

板 壽

鳥飼可津子

平井静代

板 壽

高橋カヅ子

鳥飼竜胆^{りんとく}

日當山岳

村人探訪



高沢校区活性化実行委員会
女性部

高澤 アイ子さん

田舎の郷土料理でおもてなししますが、みんなの協力にとっても感謝しています。観光のイベントでは地元の食材を生かした料理を提供します。特に煮しめや酢の物が人気で、おいしいと言ってもらえたときは嬉しいですし、やりがいを感じます。今後も関係機関と連携し、みんなと協力しておもてなししていきます。

編集後記

12月はあうという間に過ぎ去りそうです。4月に広報担当になり毎月の締切に追われる毎日となりましたが、皆様のご協力のおかげで何とかやっています。まだ撮影技術も未熟で大変申し訳ないと思う毎日ですが、取材にご協力いただきありがとうございます。広報紙に載る人は一生に一度の人でもあります。その一度の機会の撮影をさせていただくという心掛けを持って取材に臨みたいと思います。皆さん良いお年をお迎えください。(野々原)

1 月 行事予定

1 水	元旦
2 木	
3 金	
4 土	球磨村成人式 午前 10 時～（石の交流館やまなみ）
5 日	球磨村消防団出初式 午前 10 時～（球磨村総合運動公園）
6 月	
7 火	
8 水	
9 木	こども歯科健診・フッ素湿布 午後指定時間（渡多目的集会施設）
10 金	区長文書
11 土	
12 日	
13 月	
14 火	
15 水	
16 木	球磨村村民防災会議シンポジウム 2020 午後 6 時～（石の交流館やまなみ）
17 金	
18 土	
19 日	必勝!! 合格祈願ノ旅合格勝ち取りツアー 午前 8 時 45 分～（一勝地駅）
20 月	いきいき元気栄養教室 午前 10 時～（神瀬福祉センターたかおと）
21 火	
22 水	
23 木	3 カ月児、6 カ月児健診 午後 1 時～（渡多目的集会施設）
24 金	
25 土	
26 日	
27 月	区長文書（広報くまむら発行）
28 火	
29 水	
30 木	
31 金	

相談・乳幼児健診・休日在宅当番医

こころの相談

問い合わせ ①人吉保健所保健予防課 ☎(22)3107

②住民福祉課地域包括支援係 ☎(32)1112

相談受	場所	日 程	相談時間
①医師	人吉保健所	9 日(木)	午後 2 時～
	多良木町役場隣	24 日(金)	午後 3 時 (要予約)
②保健師	役場など	20 日(月)	午後 1 時 30 分～ 午後 4 時 (要予約)

年金相談会

問い合わせ 八代年金事務所 ☎0965(35)6123

場 所	日 程
人吉市東西コミュニティセンター	6 日(月)・20 日(月)・27 日(月)
錦町社会福祉協議会（温泉センター）	15 日(水)・29 日(水)
多良木町役場（町民相談室）	8 日(水)・22 日(水)

予約受付時間 午前9時～午後5時（3日前までに要予約）

乳幼児健診

問い合わせ 健康衛生課保健予防係 ☎(32) 1139

●3カ月児、6カ月児健診

健 診	対象者（平成 31 年・令和元年）	日 程	場 所
3 月力児	8 月 22 日～ 10 月 23 日生まれ	23 日(木)	渡多目的 集会施設
6 月力児	4 月 1 日～ 5 月 31 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

●こども歯科健診・フッ素塗布

健 診	対象者	日 程	場 所
1 歳	H30.11.1 ～ H31.2.28 生まれ	9 日(休)	渡多目的 集会施設
2 歳	H29.6.1 ～ H29.9.30 生まれ		
3 歳	H29.2.1 ～ H29.5.31 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 **持参物** 母子健康手帳、問診票、フェイスタオル

休日在宅当番医

※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医療機関にご確認ください。

1日(水)	願成寺こんどう医院	☎(22)4700
	小林脳神経外科	☎(24)8331
	たかはし小児科内科医院	☎(24)2222
2日(木)	球磨病院	☎(22)3121
	人吉記念病院 (旧手塚病院)	☎(22)5271
3日(金)	やまむら小児科・内科	☎(45)0005
	しらおく内科クリニック	☎(25)1550
	たけだ眼科クリニック	☎(23)3096
5日(日)	公立多良木病院小児科	☎(42)2560
	田中医院	☎(24)6127
	田中クリニック	☎(22)7222
12日(日)	人吉医療センター小児科	☎(22)2191
	辻循環器科内科	☎(24)8888
	外山胃腸病院	☎(22)3221
13日(月)	増田クリニック小児科	☎(22)3570
	堤病院	☎(22)0200
	たかみや医院	☎(24)5611
19日(日)	たかはし小児科内科医院	☎(24)2222
	外山内科	☎(22)2003
	とやまクリニック胃腸科・肛門科	☎(28)3375
26日(日)	やまむら小児科・内科	☎(45)0005
	ひとよし内科	☎(24)1211
	豊永耳鼻咽喉科医院	☎(22)2031
	増田クリニック小児科	☎(22)3570

必勝!! 合格祈願の旅

勝ち取りツアー

令和2年

1月19日

一勝懸命応援すっばい!



一勝地で願掛け! 案内人がご利益スポットをご案内します。
お破い&座禅で受験対策もバッチリ!

行程

- 8:30~ 一勝地駅(集合・受付)
 - 8:45~ 開会(がんばろうコール)
セキソの地蔵
 - 9:00~ 一勝地阿蘇神社(必勝祈願)
 - 10:00~ 一勝茶屋(勝万プレゼント)
 - 10:30~ 御飯屋跡~一勝寺
 - 11:00~ 一勝寺(座禅体験)
 - 12:00~ 一勝地駅(閉会・解散)
- ※外を歩きます。暖かい服装でお越しください。

参加料 500円

参加特典

- ①一勝地駅入場券 ②勝万
- ③一勝地温泉かわせみ入浴券
- ④バッジ&マグネット

締め切り

令和2年1月16日(木)

申込方法

電話・FAX・メールにて
(氏名・連絡先を添えて)申込

申込先

球磨村観光協会事務局(球磨村役場企画振興課内)
TEL:0966-32-1114(直通)
FAX:0966-32-1230
Mail:kankou@kuma.kumamoto.jp

