



たかもり



高森町は
「日本で最も美しい村」
連合に加盟しています

11

平成29年
第699号



◀携帯電話・スマートフォンからも
「広報たかもり」をご覧になれます。

- | | |
|------|------------------|
| P. 2 | 子ども議会／地とうきびの掛け干し |
| P. 3 | ウォーキング大会／高SPOだより |
| P. 4 | たかもりタウンピックアップ |
| P. 5 | 運動会・体育祭／南阿蘇鉄道 |



町内に訪れた秋の風景

町長に提案！ 高森町子ども議会



今年の子ども議会には、高森中学校3年生の8人と、高森学園9年生の3人がそれぞれの班でまとめた意見を発表しました。

議員になった子ども達の意見は、国の課題にもなっている少子高齢化・過疎化・地域



1 班



2 班



3 班



議長 住吉 愛香さん

活性化などに焦点をあてたもので、今まで以上に楽しく住めるように、アイデアを出したものでした。

高森中と東学園の生徒が合同で発表した1班は、奥阿蘇キャンプ場にアスレチック施設を作ったり、主幹道路（町道永野原・河原線から林道阿蘇東部線）沿いに休憩所を作ったり、観光地としての整備を提案。生徒はTV会議で打ち合わせをし本番に臨みました。2班は、中学生が英語を使って観光案内をするというインバウンド対策を打ち出すなど新しいアイデアを発表しました。また、3班は移住定住と遊休農地の活用を見事に融合させた提案をしました。

執行部に鋭い質問を投げかけた子ども議員に、田上議長も「答弁がきびしくなってきた」「あと数年で有権者になる。是非これらの提案がどう活かされたか今後も確認してほしい」と講評を述べました。また、子ども議会の議長を務めた住吉愛香さんは、「普段子ども達の生の声を聞いてもらえる機会がない。草村町長をはじめ多くの方にこの声を聞いてもらう機会を設けていただいたことに感謝しています」と述べました。



秋の 草部を彩る 地とうきび

秋色の代表格・オレンジ色が鮮やかな地とうきびの掛け干し。数十年ほど前は、奥阿蘇ではこの季節の風物詩とも言われていたこの掛け干し、今ではほとんど見かけません。地とうきびは、一般的に出回っているとうきびより鮮やかなオレンジ色で、もちもちとした歯ごたえのある味わいが特徴的です。

草部下切地区に住む甲斐好夫さんは、毎年9月頃に畑で獲れたとうきびを自宅の納屋に掛け干します。イノシシ・タヌキ・カラスも狙うなか、今年は約5000本を収穫しました。

甲斐さんは、獲れたとうきびを6本単位の束にして、竹で作った土台に、下からすき間なく掛けていきます。こうして、きれいに作られたとうきびの掛け干しは、11月に自宅の敷地で行われる下切地区収穫祭の目玉として人々の目を惹かせています。

「むかしのとうきびは、赤みが強くてきれいだった」と、甲斐さんは言います。今は、外来種が混ざり、その色味に変化が出てきているそうです。実が揃って赤みが特に美しい10本を翌年分として手元に残します。

掛け干しされたこのとうきびは、冬將軍を迎える12月、粉末状に形を変え、物産館などに出荷されます。



▲良いとうきびを教えてくださいの甲斐さん



ASOたかもり ウォーキング大会

10月8日(日)、青く広がる
秋空のもと、第6回ASOた
かもりウォーキング大会が開
催されました。20キロのコ
ースでは、清栄山のつづら折り
の坂道を登りきると見える絶
景に、参加者は疲れも忘れ記
念撮影をするなど楽しむ様子
がうかがえました。

一方、20キロのコースより
も2時間ほど後にスタートし
た8キロのコースでは、気温
の上昇によりタオルで汗をぬ
ぐう参加者の姿が多く見られ
ました。休憩所の前原集会所
の敷地では、地域の方が振る
舞ったやせうまや里芋に舌鼓
を打ち、疲れをいやしました。
ゴール後、町民体育館の駐
車場で特産品などが当たる抽
選会が行われ、終始楽しいイ
ベントとなりました。

奥阿蘇かし ウォーキング

翌日、9日(月)は、草部
で奥阿蘇かしウォーキング
が行われました。前日に続く
好天で、参加者はコース上に
時折現れるかかしに道案内さ
れ、稲刈りされたばかりの棚
田やコスモスなど秋の風景を
眺めながら12キロの距離を歩
きました。

ゴール地点では、話題の
有名人を模したかかしなど
100体あまりが出迎え、地
域の特産品や食事で楽しむ参
加者の姿が見られました。



★第43回熊日学童オリンピック陸上競技大会

10月14日(土)、県総合運動公園え
がお健康スタジアムで開催されたこ
の大会に、高SPOから20人が出場
し、3種目において6人が表彰台に
上るという快挙を成し遂げました。

【主な記録】

6年 800M 中山 丈(6位入賞)
100M 吉里七海(14位)
5年 100M 下田快斗(13位)
4年 400M 榎木野巧(8位入賞)
100M 小林豪太(9位)
4×100M 6位入賞

荒牧 颯大・小林 豪太
篠田 佳吾・榎木野巧
次は12月に開催予定のRKK学童
駅伝大会に出場し、2年前同様、優
勝を目指します。

★第7回スーパーゼビオカップ U・10

9月に行われた本大会に、計92チ
ームが参戦しました。高SPOは2回
戦から出場し、13対0と快勝。3回
戦も4対1と勝利し準決勝へとコマ
を進めましたが、優勝したチームに
敗れ、決勝進出は惜しくもかなわず。
しかし、着実に強くなっていること
が確認できた大会となりました。
11月に開催される全日本少年サッ
カー大会県予選では更なる活躍が期
待されます。



高SPO事務局
☎62-2991



高SPOはスポーツ振興
くじ(アロー)の助成
を受けた事業です。

※スマホ、携帯からでも閲覧可能です。
WEBページもぜひご覧ください!

<http://www.takaspo.jp/>

聞きなっせ

見なっせ

こざんとながったよ！

たかもりタウン TOPICS トピックス

末永く健康で… 100 歳表彰

菊陽町の老人ホーム「陽かりの郷」で佐藤ふみ子さん（高森・天神）の百寿記念式が行われました。草村町長が出席し、100歳表彰と記念品を贈りました。佐藤さんはご家族と記念写真を撮り笑顔を見せました。おめでとうございます。これからもお元気で過ごしてください。



9月29日(金)

心をひとつに 歌声響く

熊本の復興を願い、認定 NPO 法人ラブ & ハーモニー主催のチャリティーコンサートが町民体育館で開かれました。これは、先日お亡くなりになった作曲家の平尾昌晃さんの意志で開催されたもの。津軽三味線の村上三絃道、演歌歌手の田川裕之さんの演奏で盛り上がりしました。



9月27日(水)

事故0の記録を 伸ばそう！

秋の交通安全運動の出発式が観光交流センターで行われました。高森警察・荒木署長が秋は日没が早いことから夕方の運転時にはハイビームを、歩行時には反射材を活用するよう挨拶しました。交通安全騎馬隊もお目見えし、街頭パトロールが実施されました。



9月21日(木)

第14回 阿蘇アート& クラフトフェア

毎年秋になると阿蘇フォークス쿨で開催されるハンドメイドの祭典。精巧な技術とあたたかみのある工芸品に人々も思わず立ち止まります。会場では、飲食店が出店したほか、心地よい音楽も奏でられ、好天に恵まれた3連休は多くの来場客で賑わいました。



10月7日(土)～9日(月)

安全運転呼びかける 愛の一声運動

高森保育園の年長園児、大野毅士くん(色見・小倉原)と志賀奏介くん(高森・昭和北)が高森町役場に手作りの交通安全メダルを届けてくれました。『交通ルールを守る』『お酒を飲んで運転しない』と書かれた安全を意識したメダルをドライバーに渡し注意喚起を促します。



10月5日(木)

伝統の獅子舞奉納 尾下菅原神社

県の無形文化財に指定されている尾下菅原神社の獅子舞が今年も秋季大祭で奉納されました。数百年以上もの歴史を持つこの獅子舞は子ども達のうちわ踊りと、勢いづく獅子の舞が特徴です。この獅子舞を撮影しに、毎年カメラを携えた見物客が訪れます。



10月3日(火)

寒くてもへっちゃら こども相撲 草部吉見神社

肌寒い1日となったこの日、草部吉見神社で秋季大祭が執り行われました。神事からはじまり、笛や太鼓で舞う神楽が奉納されました。学校が終わる時間になると、子ども達が神社に集まり、こども相撲が奉納されました。日暮れの境内に元気な声が響きわたりました。



10月17日(火)

冷雨でも心はあたたか 絵本の旅

ブルービーフェスタが阿蘇フォークス쿨で開催されました。読み聞かせや演奏会、マルシェなど盛り沢山のイベント。午後はえほん列車が高森駅を出発。雨降りでも車窓からの景色は霧がかっていましたが、子連れの参加者は車内で絵本やじゃんけん大会を楽しみました。



10月15日(日)

若さ・健康の秘訣！ 演芸大会

『創造と連携の輪を広げ、心豊かな21世紀』をスローガンに第47回高森町老人クラブ演芸大会が高森総合センターで開催されました。11あるクラブから選りすぐりの歌や演舞が披露されました。馴染みの歌に手を叩き口ずさむなど大勢の来場者で会場は熱気に包まれました。



10月12日(木)



高森高校



高森中央小学校



高森保育園



高森幼稚園



町立保育園

運動会・体育祭

夏の終わりに町内の学校や施設で運動会・体育祭が開催されました。

- 9/3 (日)
高森高校

3年生。仲良しクラス全員が涙した思い出の体育祭となりました
- 9/9 (土)
高森中央小学校

「ひとりひとりが主役」本番に向けて練習に励みました
- 9/16 (土)
町立保育園

かわいらしい園児の登場に会場からはため息がもれました
- 9/23 (土)
高森幼稚園

オープニングセレモニーの愛らしく素晴らしい演奏
- 9/30 (土)
高森保育園

どの競技もはじける笑顔で臨みました

時刻表						
問 南阿蘇鉄道高森駅 ㊦ 6 2 - 0 0 5 8						
土日祝日	上り … 高森 ↓ 中松		普通 B2 ※ よせがきトレイン	トロッコ B9004 ゆうすげ 2 号	普通 臨 B8006 よせがきトレイン	トロッコ B9008 ゆうすげ 6 号
		高 森	10 : 00	11 : 30	13 : 15	14 : 30
		見 晴 台	10 : 02	11 : 34	13 : 19	14 : 34
		南阿蘇白川水源	10 : 06	11 : 39	13 : 24	14 : 39
		阿 蘇 白 川	10 : 08	11 : 42	13 : 27	14 : 42
		中 松	10 : 13	11 : 51	13 : 36	14 : 51
		土日祝日	下り … 中松 ↓ 高森		普通 B3 ※ よせがきトレイン	トロッコ B9005 ゆうすげ 3 号
中 松	10 : 20			12 : 00	13 : 45	15 : 00
阿 蘇 白 川	10 : 26			12 : 10	13 : 55	15 : 10
南阿蘇白川水源	10 : 28			12 : 13	13 : 58	15 : 13
見 晴 台	10 : 32			12 : 18	14 : 03	15 : 18
高 森	10 : 36			12 : 25	14 : 10	15 : 25
平日	上り … 高森 ↓ 中松			普通列車		
			B2	B8004※よせがきトレイン		B8008
		高 森	10 : 00	11 : 30		14 : 30
		見 晴 台	10 : 02	11 : 34		14 : 34
		南阿蘇白川水源	10 : 06	11 : 39		14 : 39
		阿 蘇 白 川	10 : 08	11 : 42		14 : 42
		中 松	10 : 13	11 : 49		14 : 49
平日	下り … 中松 ↓ 高森	普通列車				
			B3	B8005※よせがきトレイン		B8009
		中 松	10 : 20	12 : 00		15 : 00
		阿 蘇 白 川	10 : 26	12 : 10		15 : 10
		南阿蘇白川水源	10 : 28	12 : 13		15 : 13
		見 晴 台	10 : 32	12 : 18		15 : 18
		高 森	10 : 36	12 : 23		15 : 23

トロッコ列車運転日						
11月						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

…定期運転日(土休日1日2往復運転)

…定期運行日以外も最低片道25,000円~往復30,000円臨時運転できます。お気軽に高森駅までお問い合わせください。

11/30(木)までです!
お急ぎください!

『南阿蘇鉄道再生協議会』

南阿蘇鉄道の全線復旧に向け、県と地元自治体、同社で構成される南阿蘇鉄道再生協議会が9月28日(木)、県庁で開催されました。

第3回目となる今回の会議では、国への要望について議論がなされ、今年6月に要望した鉄道の災害復旧費に係る国庫補助率のかさ上げ、自治体負担分の最小化について引き続き支援を求め、新たな項目として復旧に係る必要な予算の確保などを追加して、要望を行いました。

今回の内容を踏まえ、10月2日(月)に協議会会長の田嶋副知事、草村町長、吉良清一南阿蘇村長が国土交通省へ要望書を提出し、更なる支援要望を行いました。

活動を行うことで一致しました。

糖尿病 熊友(ゆうゆう)パス

このパスは患者さん本人に携行してもらう糖尿病治療のためのカルテのようなものです。糖尿病連携手帳と自己管理チェック表、ビニールカバーがセットになっています。糖尿病に関する病状や検査結果、指導内容などについて経過を記録することができます。かかりつけの医療機関や町の保健師・栄養士が発行しているのでお気軽にお問い合わせください。

問 健康推進課
☎62-1111 (内線 124)

林業退職金共済制度

林業の仕事をしていたことがありませんか。林退共制度に加入していたが、退職金をまだ受け取っていない方を探しています。是非、ご相談ください。

問 独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
☎03-6731-2887

ひとりで悩まないで… 女性の人権



夫・パートナーからの暴力、ストーカーなどの女性の人権問題を解決するため、「女性の人権ホットライン」強化週間が実施されます。

11月13日(月)から17日(金)まで
午前8時30分から午後7時まで

11月18日(土)から19日(日)まで
午前10時から午後5時まで

人権擁護委員または法務局職員が対応します。

☎0570-070-810

人権擁護委員の ご紹介



平成29年10月1日付けで法務大臣より佐藤謙二さん(高森・旭通)と後藤政藤さん(永野原・大仲野)が人権擁護委員として委嘱を受けました。人権擁護委員は1期3年とし、人権が侵害されないように監視し、人権侵害された人がいれば相談相手となり救済を模索し、正しい人権の考え方を広めたり、自由人権思想の普及活動を行います。

町では他に、岩下暢彦さん(色見・井上)、鶴林かず子さん(尾下・大畑)が人権擁護委員を務めています。



▲後藤 政藤さん



▲佐藤 謙二さん



福祉
『国民年金保険料の
『後納制度』について』
過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することができ『後納制度』が平成30年9月までの期間限定で実施されています。
後納することで、将来受ける年金額を増やすことができます。
また、年金の受給資格必要期間が10年以上に短縮されたため、後納することで受給資格を得られる場合があります。
後納制度を利用するには申し込みが必要になります。
年金加入者ダイヤル
【0570-003-004】
または熊本東年金事務所
【096-367-2503】
までお問い合わせください。

消防 南部分署

問 ☎(62) 9034 火災・救急119

10月の定期異動に伴い、南部分署及び野尻草部分駐所の職員の異動がありました。新しい勤務体制については次のとおりです。

分署長 嶋田 登志也

小隊長	消防1課	消防2課	消防3課
川崎 直幸	坂田 尚一	本田 雅祐	
1分隊長	飯法師 正巳	芹口 正典	松崎 建二
機関員	甲斐 洋次	吉野 健太	丸山 貴之
隊員	中尾 聡志	牧田 皓大	藤本 裕太
救急隊員	宮川 将一	宇都宮 亮	古閑 健晃
機関員	阿南 賢	木山 貴文	桑野 駿作
隊員	重石 兼吾	住吉 真	吉野 朝仁

分駐所長 遠山 浩一郎

分隊長	消防1係	消防2係	消防3係
遠山 浩一郎	草野 猛	木村 彰宏	
機関員	松村 康孝	佐藤 慧史	中山 大輔
隊員	興梠 守	藤本 貴大	片山 賢一

色つき…異動した職員

『放火』

家の周りに
燃えやすい物を
置かない。

『タバコ』

寝たばこをしない。

『コンロ』

調理場から
離れる時は
必ず火を消す。



『火の用心 ことばを形に 習慣に』

平成29年度 全国統一防火標語

焼肉 旨乃蔵

・人気の食べ放題・飲み放題 120分
お1人様 3,000円(税別)
・食べ放題90分
お1人様 1,500円(税別)

忘年会ご予約承り中!!

焼肉盛り合わせ

焼肉6種盛 2,000円(税別)

焼肉8種盛 2,500円(税別)

ホルモン4種盛 1,200円(税別)

／単品メニューも17種類あります／

営業時間 17:30～23:00

(ご予約にてお昼もお受けいたします)

旨乃蔵 62-2050 / ブルーグラス 62-3366



阿蘇広域行政事務組合
非常勤職員 募集案内

勤 務 先：特別養護老人ホーム
阿蘇みやま荘
職 種：介護職（嘱託職員）
人 数：3名程度
募集期間：定員に達するまで
勤務条件：任用期間は採用日から年度
末(3月31日)までとします。
(更新あり)
社会保険制度あり。
有給休暇は一定の勤務期間
終了後対応します。
勤務時間に関してはご相談の上。
応募方法：電話連絡後、履歴書を持参、
または郵送してください。
高齢者介護に意欲のある方、お待
ちしております。資格の有無、実務
経験は問いません。
ご不明な点は、お気軽にお問い合わせ
ください。

☎特別養護老人ホーム阿蘇みやま荘
☎0967-34-0848

一人ひとりが「主役」になる場所がある

平成29年度 特別職国家公務員(生徒)募集

募集種目：高等工科学校生徒

	募集人員	資 格	受付期間 (締切日必着)	試験期日	試 験	待遇・その他
推 薦	約60名	中卒(見込含) 17歳未満の者 (※推薦につ いては中学 校長等の推 薦が別途必 要です)。	12月1日 (金)まで	1月6日(土)から8日 (月)までの指定する 1日(試験地:神奈川県)	□述試験・ 筆 記 試 験 (作文含)・ 身体検査	生徒手当 100,000円/月額
一 般	約260名		1月9日 (火)まで	一次:1月20日(土) (試験地:阿蘇市・阿蘇 地域振興局) 二次:2月1日(木)から 4日(日)までの指定す る1日(試験地は合格者 にのみ通知)	国社数理英 (択一式)・ 作文 □述試験・ 身 体 検 査	期末手当 2回/6・12月 週休2日制・祝 日・年末年始休暇 など

ご不明な点はお問い合わせください。 ☎ 自衛隊阿蘇地域事務所 ☎0967-22-4575

	歳入決算額	歳出決算額	差引額
特別養護老人ホーム 阿蘇みやま荘特別会計	3億1,365万8千円	2億9,765万7千円	1,600万1千円
養護老人ホーム 湯の里荘特別会計	1億9,194万6千円	1億9,029万5千円	165万1千円
阿蘇ふるさと市町村圏 特別会計	1,843万5千円	1,838万円	5万5千円
合計	5億2,403万9千円	5億633万2千円	1,770万7千円

阿蘇広域行政事務組合平成28年度決算報告
平成29年第4回阿蘇広域
行政事務組合議会定例会が
開催され、平成28年度決算
が承認されました。
★当組合のホームページ
(http://www.aso.ne.jp/
'koki')でも確認でき
ます。

☎阿蘇広域行政事務組合
☎0967(24)5111

歳出総額 33億2,170万1千円	
議 会 費	1,162万円
総 務 費	1億5,810万円
衛 生 費	12億6,897万6千円
消 防 費	11億7,767万5千円
災害復旧費	1億950万5千円
公 債 費	5億9,582万5千円

分担金及び負担金	28億3,449万5千円
使用料及び手数料	1億5,161万5千円
国庫支出金	4,844万5千円
財産収入	9万8千円
寄附金	50万円
繰入金	1,885万7千円
繰越金	9,275万6千円
諸収入	2億6,125万3千円
組合債	7,230万円

歳入総額 34億8,031万9千円	
阿 蘇 市	12億6,445万円
南小国町	2億3,283万3千円
小 国 町	3億6,389万3千円
産 山 村	7,574万8千円
高 森 町	2億9,611万1千円
南阿蘇村	5億4,753万2千円
西 原 村	5,392万8千円

☎阿蘇広域行政事務組合
☎0967(24)5111

議 会 費	1,162万円
総 務 費	1億5,810万円
衛 生 費	12億6,897万6千円
消 防 費	11億7,767万5千円
災害復旧費	1億950万5千円
公 債 費	5億9,582万5千円

分担金及び負担金	28億3,449万5千円
使用料及び手数料	1億5,161万5千円
国庫支出金	4,844万5千円
財産収入	9万8千円
寄附金	50万円
繰入金	1,885万7千円
繰越金	9,275万6千円
諸収入	2億6,125万3千円
組合債	7,230万円

阿 蘇 市	12億6,445万円
南小国町	2億3,283万3千円
小 国 町	3億6,389万3千円
産 山 村	7,574万8千円
高 森 町	2億9,611万1千円
南阿蘇村	5億4,753万2千円
西 原 村	5,392万8千円

☎阿蘇広域行政事務組合
☎0967(24)5111

議 会 費	1,162万円
総 務 費	1億5,810万円
衛 生 費	12億6,897万6千円
消 防 費	11億7,767万5千円
災害復旧費	1億950万5千円
公 債 費	5億9,582万5千円

分担金及び負担金	28億3,449万5千円
使用料及び手数料	1億5,161万5千円
国庫支出金	4,844万5千円
財産収入	9万8千円
寄附金	50万円
繰入金	1,885万7千円
繰越金	9,275万6千円
諸収入	2億6,125万3千円
組合債	7,230万円

阿 蘇 市	12億6,445万円
南小国町	2億3,283万3千円
小 国 町	3億6,389万3千円
産 山 村	7,574万8千円
高 森 町	2億9,611万1千円
南阿蘇村	5億4,753万2千円
西 原 村	5,392万8千円

高森 警察署
☎通報・相談 ☎(62)0110



11月25日から12月1日は
「犯罪被害者週間」です！

☎096(384)1254
または #8103

犯罪被害者等が置かれてい
る状況、被害者等の名誉又は
生活の平穩への配慮の重要性
等について国民の理解を深め
るための啓発事業を集中的に
実施する週間です。

犯罪被害者支援・犯罪被害給
付制度に関する相談窓口
☎096(381)0110
(内線2193)2195
平日午前8時30分から
午後5時15分まで

警察における被害者支援
制度と各種相談窓口

ひとりでも悩まず、
一緒に考えましょう！

本人の意思に反する性的な
行為(性暴力)にあった多く
の方々は、「誰にも相談でき
ない、どこに相談していいか
分からない」など、ひとりで
悩んで苦しんでいます。

性暴力被害者のための
サポートセンター

県警では、犯罪にあった
方々に

ゆあさいどくまもとでは、
専門の女性相談員が対応にあ
たり、被害者の方の要望にあ
わせて付添い支援、心理相談、
法律相談など必要な支援を行
います。

警察安全相談室
(警察の総合相談窓口)
☎096(383)0110
または #9110

性暴力被害者のための
サポートセンター
☎096(386)5555
(年末年始を除く24時間対応)
support@yourside-
kumamoto.jp

ファミリー
居酒屋

旨乃蔵

営業時間
☀ランチタイム ☾居酒屋タイム
11:00~15:00 17:30~23:00
定休日 第1・3水曜日
☎0967-62-2050 / 62-3366
／忘年会ご予約承り中!!／

10月より鍋が
はじまりました!!



旨乃蔵の温かいお鍋はいかがですか？

- ・ ゆうちゃんもつ鍋(牛モツ、ハチノス、キャベツ、ニラ、こんにやく、ㄨ用麵) 2人前 各 2500円
- ・ しゃぶしゃぶ(牛肉、豚肉、白菜、ネギ、えのき、人参、豆腐、ㄨ用麵) 2人前 1500円
- ・ すき焼き(牛肉、白菜、ネギ、えのき、しらたき、豆腐、玉子、ㄨ用麵) 2人前 3000円
- ・ 湧水豆腐の湯豆腐鍋
- ・ 博多水炊き(鶏切身肉、鶏ぶつ切り肉、キャベツ、ネギ、水菜、人参、えのき、葛きり、豆腐、ㄨ用ごはん or 麵) 2人前

2種類の鍋が楽しめる、よくばり鍋も仲間入り！

健康

シリーズ 血管を守って健やかな生活を送る

腎臓について考える

『血管を守ってすこやかな生活を送る』シリーズで3回にわたり血管を傷める(動脈硬化)原因について考えてきました。

『動脈硬化』と聞くと、『脳』や『心臓』の血管を心配しがちですが、近年この2大臓器に並び、生死だけでなく生活の質にも大きな影響を与える『腎臓』が注目されています。

腎臓の働きとは...

腎臓はそらまめのような形をした握りこぶし大の臓器で、腰の辺りに左右1個ずつあります。腎臓の働きと聞いて何を思い浮かべますか？

『おしっこを作る』『体の老廃物を外に出してくれる』などでしょうか？正解です。

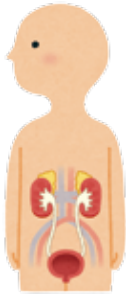
しかし、腎臓はこれ以外にもさまざまな役割を持っています。

○血圧の調整を行う。

○酸素や栄養を運ぶ赤血球を作る指令を出す。

○カルシウムを吸収するのに不可欠なビタミンDを作り出す。

○体液量や電解質の量を調整している。



腎臓はナイーブ？

腎臓は先ほど述べたとおり体の血液を濾過して尿を作り老廃物を体の外に出します。

1分でおおよそ1リットルの血液を処理しており、必要な電解質や水分を再吸収しながら1日で1〜1.5リットルの尿を作ります。この働きをしてくれる腎臓の器官は『ネフロン』と呼ばれており、ひとつの腎臓に100万個ずつあると言われています。このネフロンの血管は、シヤープペンシルの芯の、100分の1程度(0.005mm)の細いのです。

血管の壁は薄く、血液をろ過しますが、それゆえ高血圧や高血糖などの影響を受けやすいです。

自分の腎臓を守る

腎臓の働きは住民健診で確認することが出来ます。それが『eGFR』です。これは腎臓の働きを数値化したものです。この数値が30を下回ると人工透析を検討する必要があるといわれています。また『eGFR』に尿蛋白や微量アルブミンの検査を組み合わせると、より正確な腎臓の状態がわかります。

腎臓は一度傷ついてしまうと脳や心臓と同じように再生することができません。手遅れになる前に、まずは住民健診を受診して体の状態を確認する習慣をつけてみましょう。夏に実施した住民健診を受けられなかった方は11月19日(日)に高森総合センターで追加健診を実施しますので、ぜひ受診してください。



健康推進課 健康推進係 内線 122

子育て子

子育て支援センター 活動状況報告

☆リズムにのって遊ぼう！の会

9月5日(火)

楽しい音楽に合わせてマラカスやカスタネット、箱太鼓、パチカ等の打楽器の音を出して楽しんだり、段ボール箱や缶などもたたいて音を出したりして身体全体で楽しみました。ペットボトルマラカスも作りました。

「マスキングテープとキラキラのビーズを見て、子どもが『かわいい』と言って喜んでいたので、家でも作ってみようと思います。ペットボトルの蓋も可愛いテープで巻くと見た目も良いし安全で参考になりました」などの感想を頂きました。

☆7・8・9月生まれ誕生会

9月22日(金)

今年度2回目の誕生会を開きました。今回は、誕生に関する絵本「たまごのえほん」プレゼントはなあに？や「ママだいすき」やママに向けての詩「Today今日」を読み聞かせました。いつものよ

うにハッピーバースデーの歌を一人一人に歌ってカードをプレゼントして、スイートポテトでお祝いしました。

「今回はお祝いする側で参加させて貰いましたが、皆で歌を歌ったり美味しいお菓子を食べたり、子どもも楽しそうにしています。スイートポテトは家でも作ってみようと思います」「お母さん向けに読んで頂いた『Today』がとても良かったです。寝る前に毎晩読みたいです」などの感想を頂きました。

おはなし会・わらべうたの会も予定通り実施し、沢山の親子に楽しんでもらいました。まだ参加したことのない方は、一度足を運んでみませんか。就園前の親子だけでなく、一般の方もオプザーバーとして参加できます。

12月は、定例のおはなし会・わらべうたの会以外に、「ベビーマッサージの会」や「フットケアの会」「お正月飾りを作ろうの会」、「10・11・12月生まれの誕生会」などを予定しています。

子育て支援センター

☎(62) 3311



「週間情報」と「町からのお知らせ」の内容はdボタン(データ放送)でTPCのアイコンを選ぶと詳細が出てきます。毎週土曜日更新です。ご確認ください。

問 たかもりポイントチャンネル事務局 ☎62-2222



6:00	町からのお知らせ
7:00	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
9:00	協育TV(学校からのお知らせ)
9:20	警察・消防からのお知らせ
9:40	高森TV 回覧板
9:50	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
11:50	TPC 速報
12:00	町からのお知らせ
13:00	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
15:00	協育TV(学校からのお知らせ)
15:20	警察・消防からのお知らせ
15:40	高森TV 回覧板
15:50	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
17:50	TPC 速報
18:00	町からのお知らせ
19:00	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
21:00	協育TV(学校からのお知らせ)
21:20	警察・消防からのお知らせ
21:40	高森TV 回覧板
21:50	なんさま体操 企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
0:00	町からのお知らせ
1:00	企画番組・イベント情報 サイエンス番組等 ※番組内容は週ごとに変わります
4:00	

※番組内容は予告なしに変更する場合があります

税務 税

国税だより 面接相談日のおしらせ (要事前予約)

- 所得税
- 個人事業者の消費税
- 贈与税
- 譲渡所得
- 法人税
- 消費税
- 源泉所得税
- 印紙税などの諸税

12月21日(木) 12月22日(水) 12月29日(水) 12月30日(水)

問 阿蘇税務署 ☎0967(22) 0551 ※自動音声案内に従って「2」を選択してください。



町発注工事と業務委託契約状況 平成29年8月14日～平成29年11月1日 ※ 入札(随意契約を含む)を行ったすべてを記載しています。(10万円以上)

番号	担当課	入札日 / 契約日	工事（業務委託）名	工 期	契約相手	請負代金
1	建設課	8月14日	町営住宅外壁塗装工事（下町団地）	平成29年8月15日から平成29年11月1日まで	高倉塗装	5,734,800円



Kusamura Daisei

町長のうごき

9月21日～10月20日

- 72 回の公務・会議への参加の一部です。
- 他、31 回の準公務・政治活動への参加を行いました。

町長交際費

(お悔やみ含む)

29 年度の交際費の予算は1年間で 120 万円です。
残りの額は **61 4, 9 0 4 円**です。

※交際費での支出は「公的な行事」のみです。
※「公的な行事」の後の 2 次会、その他の会費、経費は全て自己負担となっています。

日時	金額	分類	主な内容	備 考
10月1日	5,000円	御祝	第27回ふれあいフェスタ	障害者支援施設高森寮
10月3日	5,000円	御神酒代	尾下菅原神社 秋季大祭	尾下菅原神社 氏子総代会
9月21日～10月20日	10,000円	弔慰	窓口香典代	5 件

10月14日(土)	10月11日(水)	10月8日(日)	10月7日(土)	10月6日(金)	10月5日(木)	10月1日(日)	9月30日(土)	9月28日(木)	9月23日(土)	9月22日(金)	9月21日(木)
高森町少年剣道招待練成大会	熊門会総会での講演(熊本市)	ASOたかもりウォーキング大会	レイルフェスタ九州 ～南鉄復興イベント～	阿蘇郡市身障者スポーツ大会(阿蘇市)	第1回熊本県火山防災協議会(阿蘇市)	第27回「ふれあいフェスタ」 第1回みなみあそちくさんまつり	高森保育園・第48回運動会	阿蘇倫理法人会モーニングセミナーでの講演(阿蘇市)	高森幼稚園運動会	平成29年度熊本・阿蘇幹線道路整備促進期成会通常総会(菊地市)	秋の交通安全運動出発式 第17回高森町老人クラブ健康づくりスポーツ大会

第5回 ASO動物愛護まつり

ペットのしつけ方教室、災害時のペットの対応など動物に関するイベントが開催されます。

日時：11月25日(土)
午後1時から3時まで

場所：旧阿蘇保健所(阿蘇プラザホテルそば)
またフォトコンテストと長寿犬猫表彰の申込も募集中です。(イベント当日に揭示・表彰あり)

いずれも申込は11月17日(金)まで。

町役場に申込用紙がありますので、奮ってご応募ください。

問 高森町役場 生活環境課
☎ 6212225

『フォトサークル根子岳』 作品展開催

のしらせ



花田さえ子さん(色見・小倉原)撮影

期間：12月4日(月)まで
午前9時から
午後5時まで
(水曜日は休館です)

場所：南阿蘇ビジターセンター
自然豊かな高森町内を題材にした作品展。見違えるほど美しい世界がそこには広がっています。たくさんの方のお越しをお待ちしております。

問 フォトサークル根子岳 代表 内田 ☎ 090-7298-3187

南阿蘇バスツアー

※無料送迎バス有り

11月26日(日) 13:00～20:25(12:40受付)
南阿蘇村「そば道場」集合

阿蘇地域内で知り合いたい。異性のお友達をつくりたい。そんなあなたに贈る、出会いワクワク・南阿蘇バスツアー。



そば打ち体験 日本一の秘湯 駅舎カフェタイム 星空観賞タイム

参加者募集中

参加条件：阿蘇郡市在住または在勤の20代～40代までの独身の方
募集定員：男女各20名
※応募者多数の場合は参加者抽選
参加費用：男性7,000円 女性5,000円
※昼夜飲食代・バス代・体験料含む
応募締切：11月10日(金)

【問い合わせ/お申込み】
阿蘇青年会議所 事務局
TEL：0967-24-6117
または 携帯：090-2717-4478(田尻)
FAX：0967-24-6118
Mail：minamiasofureainoen@gmail.com





星空ディナーパーティー

参加申込みはこちら

阿蘇高森 自然だより

南阿蘇ビジターセンター

野草園内の木々も、日ごとに色づいています。皆さんがよく知っているモミジの仲間をはじめ、さまざまな木の葉が紅葉します。

紅(あか)や黄色が織りなす美しい世界は、私たちの心まで色づけて晴れやかです。特にイロハモミジは、上の葉から下へとしだいに紅くなっていき、秋の深まりとともに散歩をする足音までも楽しませてくれます。



深まる紅葉

横田整一郎様撮影(阿蘇地区パークボランティア)

歌詠み 肥後狂句

(阿蘇御神火会)

しゃくの種	世襲議員とチルドレン	市原 正成
時代の流れ	修繕せんですぐ買わす	大塚ほたる
ピンとくる	赤面さした塩梅アが	桐原 白酔
嘘八百	彼の話はでかすぎる	倉石 晴代
ピンとくる	子供の傍じゃ話されん	後藤 信子
しゃくの種	ブルーベリーは鳥の餌	佐藤多可雄
時代の流れ	昭和の味はどこへやら	香 猿
嘘八百	涙流して聞きよらす	古木えつほ
時代の流れ	通夜も葬儀もパック詰め	松山キヨ子
ピンとくる	あの日あの時授かった	三森 茜



おくやみもうしあげます 9月受付分(敬称略)

住 所	死亡者	年 齢	ご遺族
草 部 (灰 原)	佐藤 盛江	79歳	佐藤 文雄
矢津田 (柳 谷)	本田トキ子	89歳	本田 寛治
草 部 (木 郷)	栗焼アツ子	86歳	栗焼 幸雄

愛

（順不同・敬称略）

町社会福祉協議会へ

松本 帝子 二子石文雄

荒牧 久利 佐藤 文雄

休日在宅医

診療は午前9時から午後5時まで

月日	病・医院名	電話番号
11月19日	寺崎内科胃腸科クリニック	☎0967 (62) 0378
11月23日	馬原内科医院	☎0967 (62) 0646
11月26日	渡邊内科	☎0967 (67) 1777
12月 3日	渡邊総合内科クリニック	☎0967 (65) 2201
12月10日	南郷谷整形外科医院	☎0967 (62) 3351

まちの人口

人口／6,566人 (△10)

男性／3,174人 (△ 2)

女性／3,392人 (△ 8)

世帯／2,885世帯 (△ 1)

献血にご協力ありがとうございました

10月25日(水) 高森町役場正面玄関で行われた献血は、総勢38名にご協力いただきました。

次回は、平成30年3月15日(木)の予定です。

午前の部… 9:45～11:30まで

午後の部…12:45～16:00まで

高森町役場 正面玄関にて行います。

健康推進課 ☎62-1111 内線124

編集後記

草部吉見神社の秋季大祭の取材中、もう何十年と熊本市から神楽を見に来てくださっている方とお話をしました。以前は高森町内を走る町民バスに週3回くらいのペースで乗りに来ていらしたつやったとか。草部の人の良さや神楽もさることながら、町民バスの良さも色々教えていただきました。車を持っているとバスに乗る機会がぐんと減りますが、「少し高い位置から見る景色がまた良い」と聞いて、乗ってみたくなりました。町民バスは全部で6路線。長いコースだと、駅から乗車し、ぐるっと回って約2時間くらいかけてまた駅に戻ってくるようです。

山は季節によって変容するので、四季を通じて楽しめそうです。高森町の小旅行、近く行こうと思います。(一緒にいかがですか。)

(裕)

高森カレンダー 11月16日～12月15日

11月	November
16 ㊟	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
16 ㊟	1歳半児健康診査 13:00～ 高森総合センター
16 ㊟	フッ素塗布 13:30～ 高森総合センター
19 ㊟	住民健診追加健診 7:30～ 高森総合センター
24 ㊟	年金相談(要事前予約) 10:00～ 高森総合センター
28 ㊟	5-6ヶ月児健康相談 9:30～ 高森総合センター
30 ㊟	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター

12月	December
1 ㊟～31 ㊟	クリスマスファンタジー 9:00～ 高森町湧水トンネル公園
5 ㊟	9-10ヶ月児健康相談 9:30～ 高森総合センター
7 ㊟	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
14 ㊟	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター

クリスマスファンタジー 12月1日～

12月1日(金)から31日(日)まで

午前9時から午後5時まで

クリスマスツリーコンテスト

12月23日(土)・24日(日)

午前9時から午後6時まで(両日も1時間延長)

場所: 高森町湧水トンネル公園

☎政策推進課商工観光係 ☎62-1111 内線155

高森温泉館 営業日カレンダー 2017年	日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
5	☎	6 ☎	7 ☎	8 おやすみ ☎	9 ☎	10 ☎	11 ☎
12	☎	13 ☎	14 ☎	15 おやすみ ☎	16 ☎	17 ☎	18 ☎
19	☎	20 ☎	21 ☎	22 おやすみ ☎	23 勤労感謝の日 ☎	24 ☎	25 ☎
26	☎	27 ☎	28 ☎	29 おやすみ ☎	30 ☎	1 ☎	2 ☎
3	☎	4 ☎	5 ☎	6 おやすみ ☎	7 ☎	8 ☎	9 ☎

【営業時間】 午前10時から午後9時まで