



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

7

平成29年
第695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 第5回 泥りんピックほか
- P. 3 南鉄からのお知らせほか
- P. 6 健康／子育て／税ほか
- P. 7-8 ふきのとう



静寂な佇まい 高森財産 はなしのふ

梅雨時期に見られるはなしのふ。近年、乱獲や盗掘により、減少の一途をたどっています。

Public Relations Magazine
TAKAMORI

積極的に泥まみれ!

第5回



5月28日(日)、高SPOのビッグイベント『泥りんピック』が高森湧水トンネル公園近くの田んぼで開催されました。

高SPOヒップホップダンス教室「TAKAXINE」が開会式を盛り上げました。

多くの観客が見守る中始まったミニバレーには、遠くは福岡県など各地から、募集チーム数を越える24チームが参加しました。

南阿蘇4Hクラブが会場を設営し、豊かに水をたたえた田んぼでは、最初はできるだけ汚れないように気を遣っていた参加者も、泥だらけになると大胆になり、ぬかるみに足を取られながらも俊敏なプレーを魅せてくれました。

また、格好にも気合いが入るのか、年々仮装するチームが増えてきました。競技中は、観客席からもたくさん笑顔を歓声があがり、RJKの軽快な演奏とで会場は一体となり、終日大盛り上がるのイベントとなりました。

競技後は食生活改善推進員連絡協議会の用意した豚汁が振る舞われ、疲れた体を回復させました。優勝したチームには、10月に収穫される高SPO米1俵がおくられます。



助っ人アイガモ、いざ出陣!

無農薬の米づくりを目指し、本来、農薬使用で効果が得られる殺虫・除草をアイガモが一手に引き受けます。

佐橋見真一さん(芹口・馬場)の田んぼ

では、無農薬水稲栽培を目的として生後2週間ほどの小ガモを放鳥しました。集団で行動するカモは、初めての田んぼに興味深そうに次々に入っていました。



6月1日(木)

牛乳(ちち)を贈ろう父の日に!

父の日が近づくと、宇藤牧場から大きな瓶を持って宇藤さん親子がやってきます。牧場から町長へ牛乳の贈りものです。たくさんの人に牛乳を飲んでもらうキャンペーンで、宇藤貴夫さん(高森・昭和)と娘の莉々花ちゃんが町長室を訪れました。

いただいた牛乳を一気に飲み干した町長。益々、骨太に!



6月6日(火)

音色で南鉄応援 ~チャリティコンサート~



6月18日(日)

人で賑わうサンロード新市街に、県内5つの高校の吹奏楽部が集い、「高校生もがんばるぞ!熊本地震復興支援2017 南阿蘇鉄道復旧チャリティコンサート」を開きました。演奏中は、学生による募金活動が行われ、イベント後、義援金として南阿蘇鉄道に贈呈されました。

国府高校2年の本多桃さんは、「南阿蘇地域の住民の傷ついた心を支え、より多くの笑顔を取り戻したい」と話しました。

見なっせ

聞きなっせ

こぎゃんとがあったよ!

たかもりタウン TOPICS

トピックス

『ボノロン』の絵本が高森に来た!

6月20日(火)



高森町出身の株式会社セブン銀行の二子石社長が町内の保育園と子育て支援センターなどに絵本を寄贈しました。

色見保育園では、本が届くと先生が早速読み聞かせをしました。オレンジ色の巨人・ボノロンの心温まる話に園児は熱心に耳を傾けていました。「面白かった」「きれいな傘!」と読み終えたあと、感想を口々にいいました。

昔取ったきねづか!七夕飾り

6月23日(金)



高森保育園で毎年恒例のイベント。年長さんがおじいちゃん・おばあちゃんと一緒に七夕飾りを作りました。

孫よりも卓越した技術で、きれいな飾りつけができあがると一緒に笹につけ、交流センターまで持っていきました。七夕飾りを通して交流する孫との大切な時間に終始笑顔のお年寄りでした。

第2回 南阿蘇鉄道再生協議会開催の報告

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6月2日(金)熊本県庁にて開催されました。

第2回目となる今回の会議では、国への要望や検討課題について議論がなされ、国への支援要望として、鉄道の災害復旧費に係る国庫補助率のかさ上げや、自治体負担分の地方財政措置の最小化を求める考えで一致しました。

今回の内容を踏まえ、6月6日(火)に協議会会長 熊本県田嶋副知事、草村大成高森町長、吉良清一南阿蘇村長が国土交通省へ要望書を出され、更なる支援要望を行います。



みんなでオリンピックメダルを作ろう

オリンピック開幕に先駆け、東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会主催で「都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト」がスタートしました。

このプロジェクトは、不用となった携帯電話から抽出される金属で東京2020大会の入賞メダルを製作し、我が国のリサイクルの取組を国際的にアピールするとともに、大会以降も循環型社会に小型家電リサイクル制度が定着するきっかけとなることを目指しています。既に全国約700の自治体に参加表明している本プロジェクトに、高森町も協力していくことを表明しました。

つきましては、町民の皆様のご家庭に使用なくなった携帯電話がありましたら、役場玄関ロビー及び草部



問 高森町役場 生活環境課
☎62-2225

野尻両出張所に設置しています回収ボックスに入れていただきますようお願い致します。(2019年3月31日まで設置しています)。皆の思いがこもった金・銀・銅メダルをアスリート達に届けましょう。詳しくはお問い合わせください。

高森町 吹奏楽／スポーツ活動報告

吹奏楽

5月21日(日)



きれいに晴れ渡った初夏の日に、南阿蘇村にある熊本県野外劇場アスペクタで『阿蘇ロックフェスティバル2017』が開催されました。地震の影響で中止を余儀なくされた去年の公演に出演予定だったアーティストがほぼ揃い、1万人の来場者を魅了しました。

人気アーティストの『レキシ』の後に登場したのは、県代表に選ばれるほどの腕前を誇る高森中・高の吹奏楽部。1万人もの来場者を前に、『銀河鉄道999』など堂々とした演奏を披露し、フェスの発起人・泉谷しげるさんも思わず「お前ら、本当に上手なんだなあ〜」と舌を巻きました。

相撲

6月17日(土)



阿蘇市・古城小学校相撲場で第15回わんぱく相撲全国大会予選阿蘇場所が行われました。阿蘇郡市の13の小学校から44人の児童が参加し、高森町から参加した5人の高森中央小の児童が優秀な成績をおさめました。

- 1年生の部 本田 博道くん 1位 (写真:前列左)
- 〃 三森 悠聖くん 2位 (写真:前列真ん中)
- 〃 荒牧 悠真くん 3位 (写真:前列右)
- 3年生の部 三森 滉大くん 3位 (写真:後列右)
- 6年生の部 三森 大暉くん 2位 (写真:後列左)

剣道

5月14日(日)



第28回神武の里総合武道大会剣道競技の部が行われました。決勝戦、宮崎県1位の妻ヶ丘中学校との試合で、0-0の大將戦となり先に1本取られますが、負けじと取り返します。同時に技を決め、判定で妻ヶ丘中学校に旗があがり惜しくも敗れました。

結果は準優勝でした。

バドミントン

5月14日(日)



『第67回仙酔峡つつじ祭りバドミントン大会』が阿蘇市で行われ、『高SPOバドミントン高森東教室』が素晴らしい成績をおさめました。

- 一般ダブルスAクラスの部 準優勝 白石和馬くん・工藤力哉くん
- 一般女子ダブルスAクラスの部 3位 工藤菜々さん・穴見茉音さん
- 小学5年生以下ダブルスの部 3位 首藤悠月くん・後藤啓佑くん

就職マッチングフェア in 阿蘇

日時：7月29日(土)
午後1時から4時まで

場所：かんぼの宿 阿蘇 会議室
(阿蘇市一の宮町宮地 5936)

対象：就職・転職を考えている人
年齢・経験などは問いません
(参加費無料・履歴書不要・服装自由)

書類選考なしで、企業の担当者と話すことができます。是非ご参加ください。
詳しくは、お問い合わせください。

問 あてるサロン
☎096-312-4610

公共職業訓練受講生募集

熊本県立高等技術専門学校では、公共職業訓練「ITビジネス科」実施に伴い、受講生を募集しています。

入学金および受講料は無料です。テキスト代のみ18,500円ご負担ください。

募集期間：7月26日(水)まで

訓練期間：9月5日(火)から11月30日(木)まで

場所：ワイエスプランパソコンスクール阿蘇校

詳しくは、お問い合わせください。

問 ハローワーク阿蘇
☎0967-32-8609

消防設備士試験案内 (甲種・乙種)

試験日：第1回 9月3日(日)
第2回 9月10日(日)

受付：書面申請7月20日(木)から27日(木)まで
電子申請7月17日(月)から24日(月)まで

詳しくは、お問い合わせください。



問 消防試験研究センター熊本県支部
☎096-364-5005

熊本県司法書士会主催 『震災・登記・法律無料相談会』開催!

司法書士・土地家屋調査士が無料で法律相談に応じます! 秘密は固く守ります。どうぞお気軽にお越しください。(予約不要)

相談内容：相続や遺言、多重債務、成年後見制度、不動産・会社・法人に関する登記など司法書士・土地家屋調査士業務全般に関すること

日時：8月6日(日)
午前10時から午後4時まで

場所：南阿蘇村役場 大会議室

問 ☎096-384-6700 (竹本)

平成29年度 阿蘇広域行政事務組合職員採用試験

1次試験：9月17日(日)

受付期間：7月24日(月)から8月10日(木)まで
(土・日曜日を除く)
午前8時30分から午後5時まで

募集職種：一般事務 2人程度
消防 7人程度

受験資格：平成4年4月2日から12年4月1日までに生まれた方

2次試験は、11月を予定しています。
詳しくは、お問い合わせください。

問 阿蘇広域行政事務組合事務局総務課人事係
☎0967-24-5111

平成29年度 高森町職員採用試験

1次試験：9月17日(日)

受付期間：7月24日(月)から8月10日(木)まで
(土・日曜日を除く)
午前8時30分から午後5時まで

募集職種：一般事務 2人程度

受験資格：昭和62年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた方

2次試験は、10月下旬を予定しています。
詳しくは、お問い合わせください。

問 高森町役場 総務課 総務係
☎0967-62-1111 (内線115)

消防 南部分署

問 ☎(62) 9034 火災・救急119

熱中症に注意しましょう!

これから本格的な夏の暑さがやってきます。夏の暑さにバテ気味となるそんな季節に注意してほしいのが熱中症です。熱中症は屋内外を問わずに高温多湿などが原因となつて起こります。毎年多くの患者が搬送されていますが、そのうちの約半数は高齢者が占めており、最悪死にも至る危険な症状です。そこで次の4つのポイントで熱中症を防ぎましょう。

- ▼熱中症を防ぐポイント
 - *のどが渇かなくてもこまめな水分補給
 - *室温28度を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ▼熱中症の症状
 - *無理をせず、適度に休憩を
 - *日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを
 - *めまい、こむら返り、手足のしびれ
 - *頭痛、吐き気、虚脱感
 - *意識障害、けいれんなど
- ▼熱中症になったときの処置
 - *涼しい場所に避難させる
 - *保冷剤などで身体を冷やす
 - *水分・塩分を補給する(スポーツドリンクがおすすめ)

熱中症の症状が現れたら直ちに救急要請しましょう



全国消防救助技術大会出場!

5月26日(金)に救助技術大会の県大会が行われました。

県大会において、南部分署勤務の宮川将一士長(産山村出身)が「はしご登はん」競技に出場し、全国大会出場を決めました。今年の全国大会は8月23日(水)に宮城県で開催されます。応援よろしくをお願いします。



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)

／単品メニューも17種類あります／

焼肉メニューも居酒屋メニューも両方食べたい! そんな方にもオススメです!!

- ・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)

営業時間 17:30 ~ 23:00 (ご予約にてお昼もお受けいたします)
Tel 旨乃蔵 62-2050 / ブルーグラス 62-3366



地域おこし協力隊・集落支援員の紹介



『農業が盛んで自然が豊かな土地』 そう紹介されたのが高森でした

食材の宝庫・高森。地場産の食材を使うことにこだわって料理を提供している浦津さんと加藤さん。湧水トンネル公園の近くに出来た、Water Forest (ウォーターフォレスト)で働いています。



今までスポットがあたらなかった食材に目をむける

一般家庭の食卓でよく見かけるナスやトマト。浦津さんと加藤さんは、これらの食材を主役にメニューを開発しました。みずみずしいトマトをぎゅっと凝縮し、水を一切使わずに仕上げたカレー。そして、香しさが食欲をそそるヒゴムラサキのポタージュ。

「外から来た人間は高森の住民以上にその良さに気が付きませう」と加藤さんは言います。地域おこし協力隊として町に来て、今では、ほかの飲食



高森町は、まだまだ可能性が眠っている町。浦津さんと加藤さんのアイデアも底をつきません。今後も継続的に町の魅力を見つけていこうと日々、努力しています。町の飲食店関係の方々とはもちろんのこと、住民と協力して高森町の良さを外に発信していきたいと意気込みを話してくれました。

■加藤誠佑さん (右)
■浦津祐也さん (左)
■地域おこし協力隊 Water Forest



青少年の非行防止に取り組ましよう

7月と8月の2ヶ月間は、学校が夏休みに入ることもあり、青少年の生活のリズムが乱れ、非行に陥りやすいとされています。

それぞれの家庭、学校、職場、地域社会の実情に応じた具体的な活動に積極的に参加して、県民一人一人が青少年の非行問題に取り組みましよう。

- 子どもの性被害の防止
- インターネット利用に係る非行及び犯罪被害防止対策の推進
- 有害環境への適切な対応
- 薬物乱用対策の推進
- 不良行為及び初発型(犯罪)などの防止
- 再非行(犯罪)の防止
- いじめ・暴力行為などの問題行動への対応



問 熊本県環境生活部県民生活局
☎096-3333-2294

指定難病医療受給者証更新申請の出張受付

指定難病医療受給者証が更新の時期を迎えました。

日時：8月30日(水)まで
(午前) 午前9時から11時30分まで
(午後) 午後1時から3時まで
場所：南阿蘇村役場新庁舎2階会議室
更新申請時期：有効期限を「ご確認ください」有効期限が9月30日まで

↓7月31日(月)から31日(火)有効期限が12月31日まで

↓8月21日(月)から9月22日(金)詳しくは、お問い合わせください。

※阿蘇保健所は阿蘇地域振興局1階に移転しました。

問 阿蘇地域振興局1階
☎0967-24-9036 (保健予防課)

高森 警察署

問 通報・相談 ☎(62) 0110



高森警察署協議会委員委嘱について

警察署協議会とは

警察署協議会とは、警察署長が警察署の業務運営に住民などの意見を反映させるため、警察署長の詰問に応じ、警察署長に対して意見を述べするための機関で、警察法などにより、各警察署ごとの設置が義務づけられているものです。

協議委員会について

平成29年度第1回協議会を6月2日(金)、高森警察署で開催しました。会長に藤崎英廣さんが選出され、その後、警察署長、副署長等幹部の面々と、意見交換を行いました。今年度は、後2回開催される予定です。

要するに、「南郷谷の住民の代表である各委員さんから、高森警察署の業務、運営の在り方についてご意見をいただいて、警察業務に生かす」というものです。

警察署協議会委員

高森警察署協議会委員は、高森町から2名、南阿蘇村から3名の計5名の委員さんで構成されています。

- 高森町から
- 1 篠田 和行さん
 - 2 山室 智子さん
- 南阿蘇村から
- 3 藤崎 英廣さん
 - 4 井手 一誠さん
 - 5 松岡 るりさん
- に協議委員の委嘱をいたしました。



お食事処旨乃蔵

パート&アルバイト 募集中!

●パート・アルバイト シフト制 土日祝日できる方 また 元気・やる気のある方大歓迎!!
詳しくはお問い合わせください ▶ ☎ 0967-62-3366

お座敷が掘りごたつ式になりました!!!



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

健康

感染症に負けない体づくり

夏に流行しやすい感染症

夏風邪は冬風邪と違い、咳や鼻水などの症状がなかなか治り、ぼつと熱が出ることも多いです。口内炎や下痢、発疹がでることもあります。

例として、子どもに流行しやすい夏風邪について取り上げます。下の表は、主な感染症と症状や対処方法、登園や外出の目安についてまとめています。

これらの症状に早期に気づき対処することも大切ですが、感染症に負けないくらい免疫力のある丈夫な体をつくるのが予防の基本です。

十分な免疫力がついていると、感染しても症状として出現しないことや、軽症で済むことが多いです。

予防法について

予防のしかたは、子どもも大人も同じです。十分な睡眠をとること、バランスの良い食事を心掛け

ること、適度な運動をすること、腸内環境を整えること、手洗いがいえることです。

この時期は睡眠や食事のバランスが乱れやすくなりますが、生活リズムを整える基本は睡眠と食事です。食事では、食物繊維やビタミン・ミネラル類を多く含む野菜や海藻・きのこ類を意識的に取り入れるような工夫をしましょう。

また、糖分の取りすぎには注意しましょう。糖分の1日の目安量は年齢によっても異なり、1〜2歳は5グラム以下、3〜5歳は10グラム以下、6〜8歳は15グラム以下とされています。甘い飲料水での水分補給は避け、なるべく水かお茶を飲むようにしましょう。

普段の生活から家族みんなで、丈夫な体づくりと効果的な手洗いを、感染症を予防しましょう。

健康推進課 健康推進係
☎(62) 1111
(内線 122)

感染症	症状	治療	登校・登園・外出
溶連菌感染症	喉の痛み・発熱・体や手足の細かい発疹	検査で陽性の場合には抗菌剤を10日間使用する	抗菌剤を飲み始めて24時間以上経過していればOK
アデノウイルス感染症(プール熱)	3〜4日の高熱・喉の痛み・目の充血・目やに	熱や喉の痛みを抑える薬が処方される	プール熱は解熱し、目の充血が無くなってから2日間は登園禁止
手足口病	手のひら、足の裏、口の中、膝やお尻周りに発疹が出る。発熱することもある	自然に治る	食事ができ、熱がなければ発疹があっても登園OK
ヘルパンギーナ	1〜2日間の発熱・喉の奥に水泡ができ痛い・小さい子はよだれが多くなる	熱や喉の痛みを抑える薬が処方される	解熱し口の中の痛みがなければ登園OK

子育て支援センター 活動状況報告

☆みんなでお出かけよう!

5月12日(金)

程よく薄曇りの日、本支援センターに集まってゆつくり歩いて保育園に向かいました。園には初めて見る遊具もあり次々と色んな物で遊びました。暫くすると園舎内にも案内してくださり、ボール遊びをしたり、新聞で作ったかぶとをかぶって記念写真を撮ったり、室内を見学したり、また来月も来たいと言って帰りました。

☆電気教室

5月24日(水)

九州電力より来ていただいて、「上手な節電の仕方」を教えてください。いただいた後に、「IHコンロを使った簡単なスイーツの作り方」の講習を受けました。「LEDだと



虫が寄りつかないとは初耳でした。「ジッパー付きビニール袋に材料を次々に入れて混ぜると器具も使わず手も汚さず、美味しいカップケーキが簡単にできて美味しかったです」などの感想が出て、皆さん満足でした。

本支援センターは、月曜日から金曜日の午前10時から午後3時まで開館しています。ボランティアさんも随時募集していますので、興味のある方は、どうぞお立ち寄りください。

毎月、おはなし会・わらべうたの会は、多くの親子さんに喜ばれております。今後も、より多くの方々に参加してもらえよう色々工夫を凝らします。

8月は、これ以外に「ベビーマッサージの会」が予定されています。

子育て支援センター
☎(62) 3311

税務

国税だより

公売に参加したいときは

公売とは、差し押さえた財産を入札等の方法により売却する制度で、原則としてどなたでも参加することができます。

公売は全国の国税局や税務署で行っており、官公庁オークションサイトを利用したインターネット公売も行っています。

なお、公売の日時や公売財産の内容については、公売を実施する国税局や税務署の掲示板に掲示する公売公告に記載されています。公売手続などの詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。国税局又は阿蘇税務署にお尋ねください。



阿蘇税務署
☎0967(22)0551

年金機構の黄色の封筒が届いた方は年金が受け取れます今すぐ予約のお電話を!



0570-05-1165(いい老後)

『データ放送』

をより分りやすくしました! 今後も、様々な情報を、見やすく便利にお伝えしていきます。皆様からの情報もお待ちしております!

たかもりポイントチャンネル事務局 ☎62-2222

TPC たかもりポイントチャンネル番組表

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
24:00	町からのお知らせ
25:00	

※番組内容は予告なしに変更する場合があります



〈第31号〉

ごあいさつ

平成28年度
食生活改善推進協議会

会長 津留 五月 (横町)

平成28年度がスタートしてすぐに、根子岳の天狗岩が崩落するほどの凄まじい熊本地震が起こり、高森町でも不便な生活を余儀なくされました。互いに声をかけ合い、助け合うことで、恐怖、不安感、絶望感や悲しみが和らぎ、当たり前のことと思つて生活してきたことが、こんなにもありがたいことだったのかと胸にしみたのを今でも忘れません。

熊本地震から9ヶ月が経とうとしていた2月にも震度4という余震が起こり、あの時の恐怖が蘇り、改めて、防災意識をもって生活していくこと感じた瞬間でした。食生活改善推進協議会の危機管理対応マニュアルの見直しの必要性を感じています。

さて、四季折々の自然に触れ合うことが出来る、恵まれた環境の中にある高森町は、野菜・果物・肉・川魚など食材が豊富で、酒や味噌・醤油なども生産されること

も豊かな町です。また、花の栽培やネコをイメージした商工会の取り組みなども盛んで、高森町ーC T活用による教育の維持向上に係る子どもたちの未来につながる実証事業など情報機器を活用した取り組みなど、あらゆる場面で郷土の温故知新をコラボして、発信されています。

食生活改善推進協議会の活動は、地元に着したもので、ボランティア精神と責任感と優しさをもち、ヘルスメイト同士が温かな交流を図りながら取り組んできました。企画し実践後、活動の振り返りをし、改善を重ねていくことで、食育に対しても自尊感情や自己効力感を高めることにつながっていくと信じてやって参りました。

私自身、ヘルスメイトのみならずと協同できたことは本当に幸せで有能な時間でした。今の時代だからこそ食生活改善推進協議会の地域密着活動は重要であり、伝承と男女共同参画にのつとつた異年齢交流の大切さも改めて感じました。

今年度途中から私事の都合で活動を休んでしまい、たくさんの方

にご迷惑をおかけしてしまい大変申し訳なく思っております。

ヘルスメイトのみなさんを始め、たくさんの方にご協力いただいた行政、関係者の皆様、本当にお世話になり、ありがとうございます。

食生活改善推進協議会の益々の発展と伝承と地域還元を祈りつつ、ご協力いただいたすべての皆様方に深く感謝申し上げます。長年にわたり、ありがとうございます。

食生活改善推進員 町外研修

竹永節子 (洗川)

研修は上天草に出掛け前日から楽しみにしていました。朝から雨。1日中降って残念でしたが旅館に早めに着きお風呂にゆっくり入り6時から食事で皆様とお話し家の事を忘れ、美味しい食事をさせて頂きました。鯛の姿造りはとても美味しかったです。若女将がカラオケ、踊り、そしてお客様もハワイアンの踊りをして楽しい一夜でした。次の日は、三角西世

界産業遺産を見学。明治の人達は建物や石垣積みを手作業で苦労して作り上げすばらしいと思いました。松合食品(株)見学では、工場の中に入ると味噌・醤油の香りが昔懐かしいあまいにおいが広がっていました。色々と勉強になりました。

ASO高森 ウォーキング大会

岩下二ホ子 (戸狩)

平成28年10月9日、第5回ASO高森ウォーキング大会が行われました。選手は色とりどりの格好でスタートしていきました。

私達食改はおにぎり(700パック)数で(1,400個)くらい作りました。学校給食と食改でご飯を炊きました。何しろ数が多かったので皆で助け合っていました。

会場でゴールした選手に豚汁とおにぎりの接待を行いました。豚汁に今回玉ねぎが入れてあったので「とても甘くて美味しかったですよ」と声をかけて頂き次回ももっと美味しいものを作りたいと思いました。そして高SPO(ネーム入り)の手提げ袋を頂き有り難う御座いました。

横町区老人会と小学生の交流会 横町区サロンに参加して

高月弘美 (横町)

横町自主防災会の子ども見守り活動で老人会と小学生の交流会を、夏休み炎天下のグラウンドで元気に満ちあふれた小学生と、子どもに負けじと日頃の練習に磨きをかけられている元気な老人の皆さま方のグラウンドゴルフの試

合がありました。私達食改の3人と横町福祉協力の方々とお腹を空かせて公民館に帰って来られる皆様の喜ばせようと、子どもさんからの希望で夏野菜カレー、さっぱりサラダ、冷たいヨーグルト、フルーツポンチなど昼食作り。

公民館いっぱいの人数！久しぶりの子どもさんのはちきれんばかりの大きな声!!中には3回のおかわりもいいますか?と・・・楽しく食事をする事の大切さ。私達は地域活動で元気をもらいこれから出来ることを頑張ろうと痛感し、楽しい食事作りでした。

〈参加者〉

- ・津留 五月
- ・菅原 幸子
- ・高月 弘美

サロン事業 ひまわり会に参加して

安方カツエ (中園)

◎麦ごはん
◎鮭とチーズのコロッケ
◎春菊とカッテージのお浸し
◎ふわふわおぼろ卵のすまし汁
きれいにされている施設に材料をもっておじゃまさせてもらいました。会員さんの前で自己紹介をして、今日のメニューと内容について説明をしました。
今回は骨太クッキングがメイン

となっております。作り方は事前に会員さんに伝わっていたように、三角巾とエプロンを持参され、慣れた手つきで調理されていました。とてもおいしく出来ました。フリームチーズやスキムミルクなどは使っていませんが、体のことを考える必要ですね。生き生きとした皆様のお顔がとても印象的でした。



リーダー研修に 参加して

古庄なをみ(旭通)

9月7日、阿蘇保健所で開催された「災害時でも健康食生活の実践を」という研修会に参加しました。高森町でも昨年の熊本地震で4月16日以降1週間ほど、水道・電気のない生活が続きました。2・3ヶ月の長きに渡る避難生活の中でどうバランスのとれた食事ができるか。特に野菜をどう増やして食べるかを考え実習も行いました。調理をする時に重宝するのがポリ袋です。(パックフッキング)の沸騰するお湯(泥水でも可能)の中に10分程度入れるだけでできあがります。例えば切り干し大根の煮物・白菜のクリーム煮。簡単で

美味しく出来上がりました。3月13日に開催した復講でココアケーキ(パックフッキング)をつくりました。とても好評でした。

必要なもの



- カセットコンロ
- ガスボンベ
- 大きめの鍋
- ポリ袋
- 水
- 牛乳パック
- キッチンばさみ
- ナイフ

他にも...あると便利!

ごはん レシピ



<栄養価> 1人分
エネルギー: 277kcal
塩分: 0g

材料 (1人分)

- 米: 1/2 カップ (80g)
- 水: 1/2 カップ (100g)

これが基本!
水を増やせばおかゆも OK

作り方

- ① 米をポリ袋に入れ、少しの水で軽くもみ洗いし、その水を捨てる
- ② ①に分量の水を加え、空気を抜いて口を結ぶ
- ③ 沸騰した鍋に入れて約20分加熱し、火を止め、そのまま10分ほど蒸らす

パックフッキングのメリット

- 食材のもつ本来のうま味が閉じ込められておいしい
- 真空なので熱が伝わりやすく、やわらかく仕上がる
- 加熱ムラが少ない
- 煮崩れしにくい
- 調味料等が少なくても中まで味が浸透するので、減塩効果につながる
- 1人分ずつ袋に入れて調理するので、皿や容器が要らず、後片付けが簡単にできる
- 災害時は飲料水ではない水を鍋にはって作れる
- 一つの鍋で何品も調理ができるので、個人に応じた料理ができる

例えば、ひとつの鍋で...



人権

人権作文紹介

大好きな地元のために

高森高校 中川 風花

私はここ高森町で生まれ育ちました。自然環境が豊かで、地域の人どうしのつながりもしっかりしていて、いつも声をかけてくれる優しい人たちが多くいて、私は高森町が大好きです。だから私はこれからずっと高森町に住んで、将来は町のために貢献できるようにしたいと考えていました。

しかし、私は高森高校を受験することに決めました。その理由の一つは、中学校の吹奏楽部の顧問の先生が引き続き高校でも指導して下さり、メンバーの多くが高森高校を受験することを決めたからです。他の高校で全く知らないメンバーと練習するよりも、中学校から一緒に頑張ってきたメンバーと練習して技術を磨き、もっと良い賞を取りたいと考えたからです。そしてもう一つの理由は、高森高校は地元の高校なので、大好きな地元で生活を続けることができるからです。

中学校では吹奏楽部に入っていました。日々の練習は厳しいものでしたが、だんだんみんなの気持ち一つにまとまって一つの曲ができあがっていくことがとても楽しく感じられました。また町のいろいろな行事にも参加させてもらい、演奏する中で、町の人がとても喜んで下さるのを見て、とてもやりがいを感じ、頑張って続けることができました。3年生の時には部長になり、夏のコンクールでは最優秀賞・小山杯という良い成績を残すことができました。それで私は高校でも吹奏楽を続けていきたいと考えていました。

こうして私は高森高校に入学しました。最初は新しい生活に対する不安もありましたが、先輩たちも優しく、他の中学校から来た人たちともすぐに打ちとけることができました。また小さな学校だからこそ授業も丁寧に教えて下さるので、とても分かりやすく感じました。吹奏楽部も今までのメンバーで中学校と一緒に練習を続けています。8人という少人数ですが、しかも熊本地震によって練習時間も十分とれなかったため、なかなかいい音を出すことができませんでした。他のメンバーともたくさんめめたり、ぶつかり合ったりして、このままでは良い音なんか取れるわけがないと思っていました。しかし、コンクールが近づいてくるにつれて、みんなの気持ちが一つにまとまってきて、本番では金

賞・最優秀賞を受賞し、南九州大会でも金賞を受賞することができました。

入学して初めてわかったことは、高森高校は地元とのつながりが深い学校だということです。学校はボランティア活動などに熱心に取り組んで地元へ貢献しようとしています。特に熊本地震の後、少しでも復興に役立つと生徒会を中心にいろいろな活動をしています。また吹奏楽部が南九州大会に出場した時には地震の後にもかかわらず、地元の方から温かい支援をたくさんいただきました。その分、私たちの演奏で恩返しをしたいと思うと同時に、私自身も様々な活動に参加して、町の人の関わりながら成長していきたいと考えてようになりました。

今、私は将来公務員となって、地元のために働きたいという希望を持っています。地震で傷ついた町が元どおり元気な町になり、住んでいる人みんなが一つにまとまれる町になるようお手伝いすることが、私を育ててくれた大好きな地元に対する恩返しだと思うからです。



町発注工事と業務委託契約状況

平成29年6月1日～平成30年3月28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	健康推進課	6月 1日	子宮頸がん検診業務委託契約	平成29年6月 1日から平成30年3月28日まで	阿蘇温泉病院、熊本セントラル病院	1,114,000円
2	農林政策課	4月28日	阿蘇高森オーガニックアグリセンター 堆肥舎新築工事	平成29年4月28日から平成29年8月25日まで	(有)古寺工務店	15,768,000円



Kusamura Daisei

町長のうごき

5月21日～6月20日

- 59回の公務・会議への参加の一部です。
- 他、22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**11,00,544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
5月23日	5,000円	御祝	平成29年度高森町商工会通常総会	高森町商工会
6月 9日	5,000円	御祝	平成29年度高森町観光協会総会	高森町観光協会
5月21日～6月20日	22,000円	弔慰	窓口香典代	11件

5月22日(月)	5月23日(火)	5月30日(火)	6月2日(金)	6月8日(木)	6月10日(土)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	
阿蘇地域の土砂災害対策の早期実現に関する県知事・県議会議員長要望(熊本市)	高森町商工会通常総会	南阿蘇えほんのくに運営委員会総会	南阿蘇鉄道再生協議会(熊本市)	高森町観光協会総会(南阿蘇村)	阿蘇郡市子育て講演会	阿蘇大橋現場視察説明(南阿蘇村)	高森町防災会議	高森町青少年育成町民会議総会	高森町人権同和教育推進協議会総会

高森町固定資産評価審査委員が再任

5月12日(金)、高森町固定資産評価審査委員として渡辺眞佐末さん(矢津田・赤羽根)が再任され、草村町長から選任書が交付されました。これは、固定資産税の課税対象となる家屋などの評価についての不服を受け付けるもので、3人の委員から構成されています。

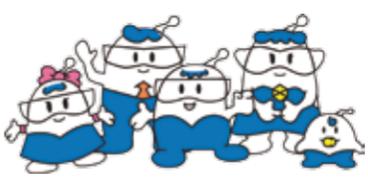


九電ファミリー川柳コンテスト 作品募集

～ 今、深めよう家族の絆(きずな)～

九州電力(株)大津営業所では、震災から1年が経ち「生きること」「家族」の大切さを改めて考え、言葉で表現することで、家族の絆(きずな)を深め、相互の理解や尊重に繋がる機会になることを目的に、「家族」や「絆(きずな)」をテーマにしたユーモア&センス溢れる川柳(五・七・五)を募集しています!

(例) ありがとう
明日はちゃんと
言うからね



問 九州電力(株)大津営業所 ☎ 0120-986-602

■応募資格 九州電力大津営業所管内に在住する方

■募集期間 平成29年7月1日～9月8日 ※当日消印有効

■応募方法

- ①応募部門、②作品、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤ペンネーム(任意)、⑥電話番号、⑦年齢、⑧性別を明記の上、次の方法によりご応募ください。
- 郵送 (応募用紙、ハガキ等)
〒869-1233 菊池郡大津町大津1147番地
九州電力(株)大津営業所
「九電ファミリー川柳コンテスト」事務局
- FAX 096-293-2386
- Eメール s-ozu@kyuden.co.jp

詳しくは、お問い合わせください。



高森の宝・ヒメユリ

南阿蘇ビジターセンター
阿蘇高森自然だより

夏色の草原で朱赤色が眩しいヒメユリは、高森町の町花としてもおなじみ。花粉まで朱に染まる愛らしい野の花です。

阿蘇野草原ではたった1株しかありませんので、大切に育てています。

盗掘や草原の減少などで、絶滅の危機にあり、環境省と県では絶滅危惧Ⅰ類(絶滅の危機に瀕している種)に指定される高森の大切な宝です。

写真提供: 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)

みんな注目 良かこつてならよかかなあ	市原 正成
一目瞭然 出世しそうな面がまえ	大塚ほたる
ぬけさくが 竿忘れとる魚釣り	桐原 白酔
紆余曲折 幾多の難を乗り越えた	倉石 晴代
みんな注目 恩師に詫びつ弔辞読む	後藤 信子
知つてのうえ 知らん振りして聞いてやる	佐藤多可雄
二階から 阿蘇の五岳が良う見ゆる	古木えつほ
紆余曲折 涙のあともある日記	松山キヨ子
ぬけさくが ATMで銭忘れ	三森 茜



おくやみもうしあげます 5月受付分(敬称略)

住所	死亡者	年齢	ご遺族
色見(山鳥)	岩下ヒデ子	88歳	岩下 克己
高森(森)	今村フミ子	92歳	今村 吉晴
高森(旭通)	後藤 英敏	78歳	後藤 スマ
高森(昭和南)	岩本 孝雄	64歳	岩本みつよ
高森(森)	阿部ツユ子	83歳	阿部 恭二
高森(横町)	近藤 伸市	100歳	近藤 伸治

愛の寄付 (順不同・敬称略)
■町社会福祉協議会へ

岩本みつよ	阿部 恭二
今村 吉晴	岩下 克己
荒牧十四郎	

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
7月16日	渡邊総合内科クリニック	☎0967(65)2201
7月17日	南郷谷整形外科医院	☎0967(62)3351
7月23日	藤本医院	☎0967(67)0020
7月30日	平田医院	☎0967(62)0216
8月6日	のむら内科クリニック	☎096(292)2250
8月11日	上村医院	☎0967(35)0336
8月13日	寺崎内科胃腸科クリニック	☎0967(62)0378

平成29年5月31日現在 (対前月末)

まちの人口	人口	増減
人口	6,584人	(△ 1)
男性	3,166人	(△ 1)
女性	3,418人	(± 0)
世帯	2,872世帯	(+ 3)

防災無線の戸別受信機点検します!

町内の各家庭に設置されている戸別受信機は、30年ほど前に生産されたものが多く、老朽化などにより放送が聞きづらい状況が確認されています。不具合がある場合は、総務課総務係までご連絡ください。点検後、必要に応じ戸別受信機の調整や交換を行います。

☎ 総務課総務係 ☎62-1111 内線114, 115

編集後記

湧水トンネルに七夕飾りが取り付けられました。皆さん、どんな願い事をしましたか。先日、野の花の取材に行きました。表紙の『はなしのぶ』はその時撮影したもので、実物を見るのは初めてでしたが、盗掘か、茎が折られているものや、引き抜かれたものなどを見て胸が痛くなりました。はなしのぶは「近い将来における絶滅の危険性が極めて高い種」に分類され、まさに絶滅寸前。こういった絶滅を危惧されている類いの野の花は高森町にいくつありますか、守るべき宝があるのは誇りだと思います。風に揺れている清楚なはなしのぶを見たら、この光景がいつまでも続いていることを願わずにはいられませんでした。(裕)

高森カレンダー 7月16日～8月15日

7月 July

20(木)	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター
22(土)	夏の野の花コンサート	14:00～	高森総合センター
25(火)	5-6ヶ月児健康相談	9:30～	高森総合センター
27(木)	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター
28(金)	年金相談	10:00～	高森総合センター

8月 August

1(火)	すくすくデー	10:00～	子育て支援センター
3(木)	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター
4(金)	第58回高森町優良牛保留奨励品評会	8:00～	熊本県畜産農業協同組合南阿蘇支所家畜市場
6(日)	第33回阿蘇郡市人権同和教育研究大会	9:00～	阿蘇市体育館
10(木)	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター

東京オリンピック・パラリンピックの旗が来る!

7月6日(木)・7日(金)の2日間、高森町役場のロビーに展示されます。是非ご覧ください!東京オリンピック・パラリンピックをみんなで盛り上げましょう!

ヤマメつかみ取り大会

午前と午後 各1回行います。**7月30日(日)**
おひとりさま 1回500円
 取ったヤマメをその場で塩焼きします。奮ってご参加ください。

☎ 政策推進課 商工観光係 ☎0967-62-1111 内線155

SNS情報発信はじめました! from 高森町役場

6月から高森町のイベント情報やお役立ち情報など、週3回を目処にFacebook、Instagram、Twitter、LINEで情報発信します。大勢の方のフォローや『いいね!』をお待ちしています!

Facebook	高森町ページ	検索
Twitter	@takamorimachi	検索
Instagram	@takamorimachi	検索
LINE	@kdf4585d	検索

☎ 政策推進課 政策企画係 ☎62-1111 (内線153)

高森温泉館 営業日カレンダー 2017年

☐…7月 □…8月

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
2	3	4	5 おやすみ	6	7	8
9	10	11	12 おやすみ	13	14	15
16	17	18	19 おやすみ	20	21	22
23	24	25	26 おやすみ	27	28	29
30	31	1	2 おやすみ	3	4	5
6	7	8	9 おやすみ	10	11 山の日	12

【営業時間】 午前10時から午後9時まで