

広報
野の花と
風薫る郷から

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

8

平成28年
第684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 高森町、復興へ急速発進！
- p. 4 みんなで作る七夕飾り
- P. 5 湧水トンネル『納涼七夕まつり』
- P.7-8 高森町食改会報 『ふきのとう』



支え合おう、 ひとりじゃないから

立上がりが大事。高森町、復興へ急速発進！

若さ溢れる復興支援 「東北×東京×熊本」

7月16日(土)・17日(日)、「チャリティー・リレーマラソン東京2016」に高森中学校・高森東中学校の生徒13名で参加しました。

このチャリティー・リレーマラソンは公益財団法人日本フィランソロピー協会の主催で、東日本大震災をきっかけに、復興を願う東北と東京の中学生で2013年にスタートしました。県内でも比較的被害が少なく、柔軟に動くことができる高森町の中学生が復興の担い手として熊本県代表となりました。

今年は、次代を担う東北と熊本、東京の中学生がひとつになり、自分たちで、ふるさとは被災地の現状と課題を考え、共に復興を願い、募金活動やボランティア活動に取り組みます。

「僕は、熊本県の阿蘇から来ました。復興のために募金をお願いします！」

初日は、高森中・高森東中と東北の中学校6校、東京の中学校10校、計130名がひとつとなり東京都内で協働募金活動を行いました



た。高森の生徒は、「募金活動は初めてで、最初は戸惑いましたが、どうしたら思いが伝わり、協力してくれるかを考え、工夫し、みんなが知恵を出し合いました。」

「外国の方が協力してくれて、言葉が通じなくても『思い』は伝わるんだ、と思った。」「小さな子どもが募金してくれて嬉しかった。」と感想を述べました。

17日は日比谷国際ビルから築地本願寺までの32キロをリレーマラソンでたすきを繋ぎ、途中、協賛企業や協力してくれた中学校で募金を受け取りながら、皇居の外周路、国会議事堂、銀座、浅草、両国を走り抜けました。完走後、汗いっばいの生徒の表情は最高の笑顔で、「楽しいです。」「最高!」「友達ができました。」と満足そうに話していました。

東北の中学生は青色、熊本は黄色、そして、東京は赤色のTシャツを着て参加。これらの色は、『三原色』と呼ばれ、混ざり具合によっては、どんな色にもなります。この2日間の交流を通して、高森の中学生は、さまざまな色を作

り出し、見せてくれました。臆することなく、他校の生徒と積極的にふれ合い、プレゼンテーションでは堂々とした態度で、主体性を持ち、意見を述べていました。

今回学んだこと・得たことは、高森に持ち帰り、クラスメイトと共有し、今後、寄付金をどのように活用するか検討することになります。

そして、11月には今回の東北・熊本の参加校の代表者が仙台に集まり、検討した寄付金の活用方法を発表します。

高森の魅力アピール

東京にある、熊本のアンテナショップ『銀座熊本館』では、7月12日(火)から18日(月)までの1週間『高森町フェア』を開催。高森が誇る地元の特産品の数々が、入り口正面のブースでお客さまをお迎え。



期間中、テレビで紹介されたナス『ひごむらさき』は売れ行きが好調で、最終日を待たずに完売となりました。

また、ギフトにもなるコンパクトな米袋の草部のお米『百年の恵』も、人気を集めていました。

南阿蘇鉄道に希望の光を

7月17日(日)、南阿蘇鉄道・高森駅前広場で『南阿蘇鉄道復旧・復興支援コンサートin高森』が開催されました。RJKカルテラウインドアンサンブルによる軽快なサウンドと気持ちのこもったボーカル、そして、はなしのぶコーラスの心に染みる素晴らしいハーモニーで、観客に南阿蘇鉄道の再始動に馳せる思いを伝え、募金の協力を呼びかけました。



明日に架ける阿蘇大橋

7月上旬、国土交通省から、国の直轄事業として阿蘇大橋の再建計画について発表がありました。地震で崩落した阿蘇大橋よりも下流側の位置から325号線に架けられる予定で大幅な時間短縮が期待され、完成が待ち望まれます。



高SPO事務局 62-2991



※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/

平成27年度 高SPO事業実績報告

平成24年3月27日に設立した、高森町総合型地域スポーツクラブ「高SPO」は会員の皆様のおかげで設立5年目を迎えました。日頃のご理解・ご協力、本当にありがとうございます。

6月20日(月)に高森町総合センターで高SPO総会を行い、次の通り、昨年度の事業実績報告を致しました。

- 会員数の増減 (前年度比) 266人↓286人 (20人増)
- 高SPO各種教室及びイベント参加者数(延べ人数) (前年度比) 8,411人↓1万529人 (2,188人増)
- 主だった開催イベント
 - ・ 第3回泥りんピック2015
 - ・ 当初チーム数は16チームでしたが、参加者申込が多かったため、20チームに増やしました。
 - ・ 第4回 ASOたかもりウォーキング大会
 - ・ 850名の参加者が集まり、町内の素晴らしい景色の中を歩き、地元特産品が当たるお楽しみ抽選会を実施しました。



● 今後の高SPOイベント予定

- 8月 牛深茂串子ども会との交流
- 10月 第5回ASOたかもりウォーキング大会

他にも、楽しいイベントを開催しますので、ぜひご参加ください。

子育て

子育て支援センター 活動状況報告



☆保育園で遊ぼう！

(6月10日)

月に1回、1時間だけ園庭を一般開放している高森保育園に、希望者みなでお邪魔しました。砂場や三輪車、木のお家など保育園ならではの遊具で時間が経つのも忘れて遊びました。

☆おはなし会

(6月15日)

今月は、季節柄、『雨』や『虹』に関する絵本を選びました。歌入り絵本もあり楽しい時間を過ごしました。子どもたちに大人気の絵本、『だるまさんが』をペープサート(※)を使って話したり、親子で歌い、体を動かすなどして遊びました。

※ペープサート・・・絵を描いた紙に持ち手をつけたもの

☆4・5・6月生まれの誕生会 (6月21日)

この時期体調を崩す方が多いのですが、この日は、たくさんのお友達が集まり賑やかにしました。

手遊びの後、誕生日にふさわしい詩『ぬくもりのきおく』を朗読。また、絵本の読み聞かせのほか、ひとりひとりにお祝いの歌とカードを渡し、職員の手作りした『おまじ』と『カボチャ』を使った軽食を、みんなで頂き、お祝いしました。

☆わらわらうたの会

(6月27日)

今月も、たくさんの方々がうたを歌い、ボール・お手玉・大布などを使った遊びを、親子で繰返し何度もすることで覚え、楽しく遊ぶことができました。日本に代々受け継がれたわらわらうたを、家でも楽しむことで、親子の絆もさらに強く結ばれることにつながります。

9月には、『おはなし会』『わらわらうたの会』の他に『ベビーマッサージの会』『7・8・9月生まれの誕生会』などを企画しています。

子育て支援センター
☎(62) 3311

●●● 臨時給付金の申請を忘れずに ●●●

消費税率引き上げによる負担を緩和するため、支給されます。

町は、平成28年1月1日時点で住民登録が本町にある方を対象に申請書等を個別に送付します。指定された期日までに住民福祉課の窓口へ申請をお願いします。

●●●●● 臨時福祉給付金 ●●●●●

※申請書発送は、8月下旬頃となります。

【対象者】

平成28年度住民税が課税されていない方

★ただし、課税されている方の扶養親族や生活保護受給者は除きます。

【支給額】

1人につき3,000円



●●●●● 障害・遺族年金受給者向け給付金 ●●●●●

障害・遺族年金受給者向け給付金は、所得の少ない年金受給者を支援するために実施するものです。

【対象者】

上記の平成28年度臨時福祉給付金の支給対象者で5月分の障害基礎年金、遺族基礎年金等を受給されている方

★ただし、高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)の受給者は除きます。

【支給額】

1人につき30,000円



振り込め詐欺や個人情報の詐欺にご注意を！！

ATMの操作や手数料等の振り込みを求めることはありません。不審に思ったら役場や警察にご連絡ください。

住民福祉課 福祉係 ☎ 62-1111 内線 132



福祉

年金だより

納付猶予制度の50歳未満への拡大について

7月1日から、30歳未満を対象とした若年者納付猶予制度の対象年齢が拡大され、50歳未満を対象とした納付猶予制度となります。ただし、6月以前の期間は、引き続き30歳未満であった期間が納付猶予制度の対象となります。所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、納付猶予制度の他にも、免除

住民福祉課 福祉係 ☎(62) 1111 内線 132

年金相談は完全予約制です
毎月第4金曜日 10時~15時
高森総合センター
熊本東年金事務所 ☎096-367-2503

税務

国税だより

(熊本地震で被害を受けた方へ)

この度の地震では、被害を受けた方に心からお見舞い申し上げます。

国税庁では、熊本県内に納税地のある方について、別途国税庁告示で定める期日までに、地震が発生した平成28年4月14日以後に到来する国税に関する申告、申請、請求、届出およびその他の書類の提出、並びに納付等の期限を延長しております。

なお、申告・納付等の期限をいつまで延長するかについては、今後、被災者の状況に十分配慮して検討していきます。

詳しくは熊本国税局のホームページをご覧ください。最寄りの税務署にお尋ねください。

ホームページ
<http://www.nta.go.jp/kumamoto>
(または、『熊本国税局』を検索)



シリーズ防災

今回は台風に関する用語の説明と、日頃からの備えと直前の対策について掲載します。質問や要望がございましたら、気軽に問い合わせください。高森町役場 総務課 防災官 吉田 ☎62-1111 内線114

5. 台風

ア 台風の強さの階級分け

階級	最大瞬間風速	強度の目安
強い	33 m/s 以上	風に向かって歩けない
	44 m/s 未満	風で車が流される
非常に強い	44 m/s 以上	しっかり構えていないと転倒する
	54 m/s 未満	車の運転を続けるのは困難
猛烈な	54 m/s 以上	立ってられない(屋外行動は危険) 車の運転を続けるのは危険な状態

イ 台風の大きさの階級分け

階級	風速15m/s以上の半径
大型(大きい)	500km以上~800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

①強さ・大きさ

台風の強さと大きさは比例せず、小型でも最大風速が大きいものもあります。

②台風と風

ア 平均風速：10分間の風速の平均を基準に算定します。

イ 瞬間最大風速：平均風速の1.5倍から3倍にもなります。

例) 風速20m/sの台風が最接近した場合の瞬間最大風速は30m/sから60m/sにもなります。

③台風への備え

ア 日頃からの準備

- ・食糧・飲料水等の備蓄
- ・懐中電灯・ラジオ・非常持出袋等の準備
- ・避難場所・避難経路の確認

イ 台風が近づいてきたら

- ・ガラス窓の補強(シートの貼付が良い。応急対応ならばガムテープで可。)
- ・風で飛ばしやすいものの片付け



阿蘇中央高等学校柔道場で、阿蘇郡市少年柔道大会(兼 城北地区柔道選手権大会)が行われました。本町からは高森中央小学校の4人の選手が参加し、優秀な結果を残しました。

- 小学2年男子の部 優勝 三森滉大(高森・上在)
3位 吉田舟汰(高森・旭通)
- 小学5年男子の部 優勝 三森大暉(高森・上在)



6月26日(日)

『獲ったどー!』なるか?!



7月9日(土)

久しぶりに太陽が顔を出したこの日、七夕まつり開催中の湧水トンネル前でヤマメのつかみどりイベントが開催されました。少し冷たい水の中、子ども達ははしゃぎ声をあげながら、逃げ惑うヤマメを追いかけました。獲ったヤマメは塩焼きにして、みんな美味しく食べていました。

高森少年柔道クラブが大健闘

相馬市から学ぶ

2011年3月に起きた東日本大震災で地震に伴う津波により甚大な被害を受けた福島県相馬市から立谷市長が来町し、高森総合センターで講演会が開かれました。自身の経験に基づいた防災や復旧・復興について、今回の熊本地震の対応に役立てて欲しいという立谷市長。

大規模な災害後、自治体として、どうすべきか、どういう問題点があったのか、住民のために取り組む課題のヒントを頂きました。



6月23日(木)

見なっせ

聞きなっせ

こげなこつがあったよ!

たかもりタウン TOPICS

トピックス

みんなで作る七夕飾り ~なかなか会えない間柄~

『おもちゃがほしい』と書かれた微笑ましい短冊と、熟練した技術がうかがえる細工を施した七夕飾りが、大きな竹を彩っています。高森保育園では、年長組とその祖父母とが協力して竹飾りをしました。(写真右)



6月24日(金)

草部放課後子ども教室では、同地区南部の7名のお年寄りを招き、子ども達と七夕飾りをしました。(写真左)『小さい子と触れ合えるこの時間が貴重』という声が印象的でした。



7月6日(水)

自衛官募集

一人ひとりが「主役」になる 場所がある

●募集および受付期間

①自衛官候補生 男子：常時受付

②自衛官候補生 女子

③一般曹候補生

④航空学生：7月1日(金)から
9月8日(木)まで

⑤防医大(看護学科)：9月5日(月)から
9月30日(金)まで

●応募資格

- ①から③：18歳以上から27歳未満
 - ④及び⑤：高卒(見込み含)21歳未満
- 詳しいことは、お問い合わせください。

問 自衛隊熊本地方協力本部

阿蘇地域事務所 TEL：0967-22-4575

「溺れる」事故は、生命を脅かす可能性が高いことから、十分な注意が必要です。
★事故を未然に防ぐため、次の点に注意して、楽しい夏を過ごしましょう。

- ①小さい子どもと一緒に水遊びをする際は、子どもから目を離さず、保護者や大人が必ず付き添って遊びましょう。
- ②子どもが泳いでいる時は、監視員がいる場合でも、油断することなく目を離さないようにしましょう。



- ③飲酒後や体調不良時には遊泳は行わず、もし、遊泳しようとしている人がいたら、周りにいる人は止めましょう。
- ④海や河川では気象状況に注意を払い、荒天時や天候不良が予測される場合は、遊泳やレジャーを中止しましょう。
- ⑤海や河川ではライフジャケットを着用するなど、事故の未然防止に努めましょう。

水の事故を防ごう!

火災・救急・救助は119

問 (62) 9034

消防 南部分署



熊本地震復興支援イベント

RISE UP AGAIN
KUMAMOTO
3M DISASTER
RECOVERY

我々は必ず復興する!

熊本地震復興支援イベント

RISE UP AGAIN KUMAMOTO
3M DISASTER RECOVERY

2016.10.8 SAT & 9 SUN
at ASPECTA

facebook.com/riseup.kumamoto

人 Man 物 Material 金 Money
人が集い
物が動き
復興資金が生まれる

3MでDISASTER(災害)RECOVERY(復興)する被災された方々と熊本・阿蘇に「エンターティメントの力」で「元気」と「勇気」の復興を

RISE UP AGAIN KUMAMOTO 実行委員会

本部/熊本県阿蘇郡南阿蘇村久石4-1-9 TEL 0967-67-1161 FAX 0967-67-1197
代表 高辻満男
Mail: info@aspecta-aso.net

広告

復興の纏まとい 百花繚乱



7月2日(土)から10日(日)まで復興イベントとして、七夕飾りが湧水トンネルを賑わせました。

モダンな天の川が流れる空間に今年は約40基の飾りが『復興』の熱い願いを掲げながらも涼しげに、その吹流しの裾をなびかせていました。

より多くの人に来てもらうため、期間中は入場料が無料となっていたこのイベント。

7月11日(月)からは、通常通り300円の入場料が必要ですが、七夕の飾りは8月31日(水)まで楽しめます。

まだまだ暑い夏、天然の涼を求め、湧水トンネルに行かれてはいかがでしょうか。






**心の輪を広げる体験作文
障害者週間のポスター
募集!**

障がいのある人への、理解を広げるため、作文及びポスターを募集します。

■対象
作文：小学生以上
ポスター：小学生及び中学生

■募集期間
9月8日(木)まで
募集案内など詳細は、ホームページに掲載しています。

問 熊本県健康福祉部
障がい者支援課
☎ 096-333-2235



警察官B・警察事務

熊本県警察では、これからの『熊本』を背負い、県民の安全・安心を担う人材を募集しています。

採用予定数は、各警察署、警察本部などの警察施設で配布している受験案内・受験申込書又は熊本県警察ホームページで確認してください。

(下表注記)

- ※1 インターネットによる受付は、8月23日(火)までとなっております。
- ※2 学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業又は平成29年3月末までに卒業見込みの方(人事委員会が同等の資格があると認める方を含む)は受験できません。

試験区分	警察官B (男性・女性)			警察事務		
	受付期間	8月8日(月)~26日(金)※1			8月8日(月)~26日(金)※1	
第一次試験	試験日	10月16日(日)			9月25日(日)	
	試験内容	教養・作文			教養・適性	
	合格発表	10月下旬			10月上旬	
第二次試験	試験日	適性	体力	面接	適性・作文	面接
		11月12日(土)	11月13日(日)	11月中旬以降	10月22日(土)	10月下旬
	合格発表	12月上旬			11月上旬	
受験資格	18歳から27歳の方※2			18歳から21歳の方※2		

高森 警察署

問 通報・相談 ☎ (62) 0110

警察職員採用試験日程

警察官B・警察事務





開催概要

タイトル 「RISE UP AGAIN KUMAMOTO」 3M DISASTER RECOVERY

日時 2016年10月8日(土) 9日(日)

各日とも会場 開場 9:00 開演 10:00 終演 18:20 (予定)
熊本県野外劇場 ASPECTA mal info@aspecta-aso.net

出演者 応募により各日10組のエンターテインメント団体(個人) 各自50分
復興応援チケット ¥8500(税込)を(株)ローソンHMVエンターテイメントにて全国一斉発売します。
7月29日発売予定。浄財であるこの義捐金は熊本県を通じ、主に崩落した大動脈である阿蘇大橋及び、俵山トンネルの一日も早い復旧を願ってこれを支援し、阿蘇地域内の観光・商工・農業・及び生活を取り戻す事を支援目的とします。その詳細・結果等はHP上にて報告します。

※阿蘇地域(阿蘇市・南阿蘇町・高森町) 限定チケット発売予定。 熊本県屋外音楽劇場 ASPECTAへ8月10日以降お問合せください。

住民健診について

健康講座

受けて安心 住民健診

6月20日から高森町の住民健診が始まりました。健診は自分では気づかない体の状態を知ることができ、良い機会です。

健診結果で、『要注意』や『経過観察』と、診断を受けた場合は特に体調にその症状がなくても放置せず、生活の改善を図ることが大切です。

今回はこれまでの高森町の住民健診結果から、健康の実態と個人の健康課題について考えていきたいと思

とにかく多い糖尿病予備軍

図1は、住民健診で正常値(上限)を超えている人の割合をグラフ化したもので、高森町と全国を比較したものです。

特に注目してもらいたいのが、『HbA1c』(エイチビーエーワンシー)とその隣の糖代謝を示す『血糖』のグラフ。『HbA1c』とは血糖値の過去1ヶ月から2ヶ月の平均値を表しており、高森町ではこの糖代謝の項目に異常がある人が特に多い、ということがグラフから見てわかります。

また、図2の平成26年度と平成27年度の比較では、基準値から外れている人の割合が多くなっています。では、糖代謝の異常が続く場合、どのような影響があるのでしょうか。

有名どころでは、下肢の切断や失明が挙げられます。その他、心臓発作や脳卒中になる危険性が2倍から4倍ほど高くなると言われています。

また、脳への影響も深刻で、認知症にかかるリスクが普通の人の2倍高くなり、脳卒中を起こしている場合ではアルツハイマー型認知症になる確率が約20倍も高くなるというデータがあります。

実際、高森町では介護保険利用者の病気で一番多いのが認知症であり、高血糖の影響がでていると考えられます。

本当に怖い血管障害!

その他にも、血圧やLDL(悪玉)コレステロールの数値が悪い人も増えています。これら高血圧・高血糖・脂質異常は血管を傷める原因であり、『血管の傷み』血管障害』は脳卒中・心臓病・腎臓病・認知症の原因になるとして今医療の現場で注目されています。

私たちがこれらの病気にならないようにしていくには自覚症状がないうちから

検査結果に応じて『血管の傷み』を最小限に抑える取り組みが重要です。特に高森町の場合は既に『血管が傷んでいる』状態にいる人も多いため、個人個人で自分の状態に沿った取り組みを始める必要があります。

そこで、これからの健康講座では各種健診結果と血管の関係性や、健診結果を正常値にしていきたいために気をつけるべき生活習慣についてシリーズでお伝えしていきます。

次回は『血管内皮障害』についてお届けします。

図1:平成27年度住民健診の有所見者の比較(全国・高森町)

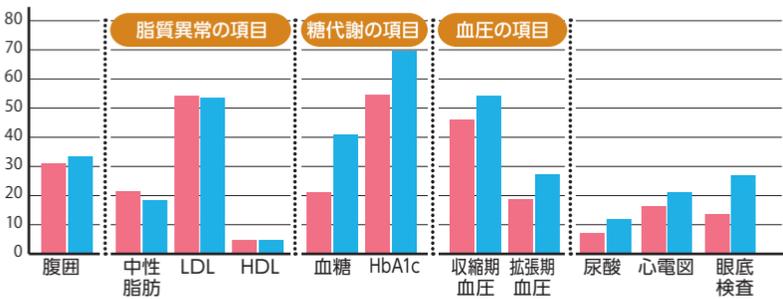


図2:高森町の状況比較



人権

人権問題「児童虐待」⑧

児童虐待をなくすために何ができるのか、前号で私たちと保護者ができることを挙げましたが、他にも重要な役割を担う方がいます。

学校の先生にできること

日常的に子どもたちと接している先生達は、虐待を受けている子どもが近くにもいるかもしれないという危機感を持ち、子どもが発するSOSを見逃さないようにすることが大切です。

病院の先生にできること

病院の先生にも、学校の先生と同様に虐待を受けている子どもと出会う可能性があるため、常に意識して診察に当たる必要があります。

次に挙げる項目は、学校の先生と病院の先生、それぞれに共通する対応となります。

- ▼虐待を受けた子どもがい た場合の対応方針を決め、必要な体制作りを進める
- ▼日頃から関係機関との連携を深めておく
- ▼子どもたちが自分自身をかけがえのない存在であると意識できるように、誰もが生まれながらに持っている人権を大人が教えてあげることが大切です。
- また、自分の人権が侵害された時には、周囲に助けを求めてよいと伝えることも重要です。

健康推進課

62

1111

内線123

住民福祉課

人権同和啓発係

62 1111 1 内線131

その他

●個人の部

種目	個人名	(成績)
剣道(男子1年)	藤堂 文太・高森中	(第3位)
剣道(男子2年)	荒木 礁・高森中	(第1位)
	福本 海・高森中	(第2位)
	水野 大輝・高森中	(第3位)
	井上 陽向・高森中	(第4位)
剣道(代表)	板井 俊将・高森中	(第1位)
	工藤 宙尊・高森中	(第2位)
	竹内 壮輝・高森中	(第3位)
	胤末 香心・高森中	(第4位)
柔道(男子50kg)	上村 将文・高森中	(第3位)
柔道(男子60kg)	田上 知歩・高森中	(第1位)
柔道(男子66kg)	花田 恵汰・高森中	(第2位)
柔道(男子81kg)	中川 勇斗・高森中	(第2位)
バドミントン(男子シングルス)	白石 和馬・高森東中	(第1位)
	児玉 裕大・高森東中	(第2位)
バドミントン(男子ダブルス)	鶴林 海翔/工藤 力哉	(第2位)
	高森東中	(第2位)
	岡本 裕斗/野尻 敦哉	(第3位)
	高森東中	(第3位)
空手道	福田 祐也・高森中	(ベスト4)

阿蘇郡市中学校総合体育大会 夏季大会成績

6月25日(土)から27日(月)、そして7月2日(土)の4日間、阿蘇郡市中学総合体育大会・夏季大会が行われ、高森町の生徒がそれぞれの種目において優秀な成績をおさめました。

●団体の部

(色つき:県大会出場)

種目(男女)	学校名	(入賞成績)
ソフトボール(女子)	阿蘇中・高森中合同チーム	(第1位)
サッカー(男子)	高森中・南阿蘇中合同チーム	(第3位)
バスケットボール(男子)	小国中・高森中合同チーム	(第3位)
バスケットボール(女子)	小国中・高森中合同チーム	(第1位)
剣道(男子)	高森中	(第1位)
柔道(男子)	高森中	(第2位)
バドミントン(男子)	高森東中	(第2位)
バドミントン(女子)	高森中	(第3位)



〈第30号〉
会長 五月
津留 横町
(高森)

ごあいさつ

会長 津留 五月

やわらかな陽ざしと若葉のみどり、そして優しい風が気持ち良い季節。当たり前に過ぎようとしていた大自然の恵みに包まれた生活。

それが、熊本地震で一変。大地が激しく揺さぶられてからは、不安と緊張の日々が続いていきます。被災された方、悲しい思いをされている方に、心よりお見舞い申し上げます。

『食改』として、災害支援の在り方や、危機管理体制の環境整備充実も再検討を迫られています。

昭和58年に「食生活改善推進員連絡協議会」が発足してから33年が経ちました。ヘルスマイトの地道な歩みの中で「私たちの健康は私たちの手で」という基本理念を合言葉に結成時から活動してきました。これも発足からの歴代会長の思いを受け継ぎヘルスマイトの、個々の優れた才能の結集と尽力の賜と感じています。健康は幸せの源であり、自分自身が意識して育てるものであり、日々の努力なしでは得られません。

食改でも、豊かな食の町「高森」を知ってもらうためにも、新たな発信力を駆使して広報活動を期待しています。

員の積極的な協働により個々の経験・知識・技術・伝承など、時代に即した食習慣や情報共有がより良い変化をもたらしています。

「TUNAGU(繋ぐ)パートナーシップ事業」研修会(毎月)の講話と男女合同の料理教室」等、様々な行事の中で、たくさんの方に郷土料理を味わっていただきました。

また、高森町健康づくり推進協議会と共同で、「高齢者への料理提供」等、町主催の行事にも積極的に賛同し、活動を展開してまいりました。

町外研修では、「伊藤出右衛門邸」見学や学習により研鑽を積んだヘルスマイトが、知識・技術・情報を会員間で共有し、「お隣さんからお向かいさんへ」と地域へ還元していく活動も行ってまいりました。

高森町は、食材宝庫です。4月14日に発生した熊本地震と余震の影響で道路が寸断されてしまいましたが、町長

が高森町までの交通手段をいち早く、ブログで示していただいたおかげで、安否確認もスムーズになったと町外在住の方から聞きました。

熊本県健康づくり推進課では、「おやつ」で育む食育実践講座(くまモンおやつプロジェクト)を推進しており、食改でも取り組む方向です。県全体の直面する課題として、ヘルスマイトの減少があります。高森町食改でも、ボランティア精神と共に、老若男女の自己実現の場の提供、知識技術の共有と交流、食の伝承活動を地道に展開していきます。

食改はヘルスマイトの爽やかな明るさ、斬新な知識、そして経験豊富な方々の知恵や技術に支えられ、郷土の食材を活かした地産地消を意識し、大自然の中で育つ高森町の子どもの命を支援し、大人の健康促進を願い、様々な行事に参加してきました。

ヘルスマイトの会員は、自分を大切に思うように、周りの人たちも大切にすることを、周囲の人たちも大切にすることを、志を高く持ち、奉仕の心で、志を高く持ち、「和」と「笑顔」と「共生」で1年間、活動してきました。

これからの食改へのご協力とご支援、ご鞭撻をよろしくお願い致します。

今まで一緒に活動して下さった全ての方のご尽力と真心に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

復講

森永 ふき子 (高森・村山)

村山の金曜会は、公民館に地区の婦人が自主的に集い、午前10時から12時まで雑談などで、気ままに過ごします。お互いのことをよく知っている気のおけない仲間であり、高齢でも自分で通える元気な方が多いようです。

4月8日(金)は、高森町役場から保健師に出席してもらい、血圧測定後、「これから気をつけて生活すること」について、お話がありました。

その後、食改員が研修会で調理実習した献立で昼食を作りました。このような機会は久しぶりなので、16人全員、喜んで頂きました。

高森町村山地区は、阿蘇山の麓、南郷谷の東部に位置し、晴れた日は東の峰より昇る朝日を拝し、西の山を茜色に染めて、ゆっくり沈む夕日は幻想的な景色です。遥か外輪山を眺めれば、遠くに山々が幾重にも重なり、開けた大草原に放たれた赤牛が群れをなして、草を食み、ゆったりとした木立や雑木の森には、清浄



な空気が漂い、爽やかな気分が感じられます。

太古の昔より、大地に降り注いだ雨は、岩清水となってコンコンと湧き出て、生活水や飲料水となり、人々の暮らしに潤いを与え続けています。

天を仰げば、澄みきった青空が果てしなく広がりに、夜になると満点の星が輝き、月も微笑んでいるようです。

この会に集っているのは、長年この地に住み昔から伝わっている野菜の他にツルノコイモや阿蘇高菜などの伝統作物も受け継ぎ育て、収穫したものでも自ら調理し食す生活を営んで来た人がほとんどです。近くの畑地から採れたばかりの新鮮な作物は何より元気の源になっているのでは無いでしょうか。

大阿蘇環境センター 未来館見学及び講演会

岩下 ケイ子 (高森・旭通)

阿蘇都市のリーダー研修会が11月11日(水)に開催されました。阿蘇地域の「健康課題と食育を支える環境づくり」と題し、熊本県立大学総合管理学部教授、明石光生氏の講話があり、人口減少に伴い、食文化の変化、阿蘇地域での糖尿病患者や予備軍が増加して食生活や運動習慣が進んでいないこと、阿蘇特有の保存食である漬物の塩分、そして、エネルギー過食を考える必要がある等の話がありました。杖立温泉館「よろずや」のシェフから「ブルーサークルメニュー開発」として、安心して外食を楽しめるヘルシー食の秘話がありました。

栄養のバランスカロリー計算、見た目、食器運び・そして、増加している糖尿病食の専門家からの認証を得るまでのご苦労を伺うことができた。この研修会に参加して食の大切さを実感いたしました。

ウォーター フォレスト

WATER FOREST

地元・高森産の野菜をふんだんに使ったカジュアルイタリアン

五感をくすぐる おしゃれな空間

湧水トンネル近くに、カフェ・レストランがオープン!

- 平日
 - 11:30~15:00 (ランチタイム14:30 OS)
 - 17:00~21:00 (前日までのご予約が必要です)
- 土・日・祝
 - 11:00~15:00 (ランチタイム14:30 OS)
 - 15:00~17:00 (カフェタイム)
 - 17:00~19:00 (ディナータイム)
- 定休日 不定休

お問い合わせ ☎0967-62-2300 (WaterForest)

わくわく土曜教室

古庄 なをみ (高森・旭通)

教育委員会が主催する、わくわく土曜教室が10月3日、高森総合センター調理室で開催されました。今回は郷土料理づくりということで1年生から3年生までの小学校低学年の児童32人が参加しました。献立は、高菜おにぎり、のっぺ汁・いきなり団子。へ



ルスメイトのメンバー10人でお手伝いしました。私はいきなり団子づくりのお手伝い。子ども達の胸ほどある調理台に向かって説明を聞く子ども達は、まさしく、わくわくとした様子で聞き入っていました。

子ども達からは、「お家でも、お母さんと一緒に作ってみたい」「楽しかった」と、感想がありました。私達ヘルスメイトが子ども達から元気をいただいた有意義な日となりました。私も2人の孫と郷土料理のお話をして、いつか一緒に作ってみようと思いました。

まず、さつま芋を1センチの厚さに切り、小豆あんを人数分まるめ、サツマイモの大きさに合わせて皮をちぎり、薄くのばしました。そして、あんこを乗せたさつま芋を皮で包む作業を子ども達は楽しそうにしていました。その後、グループになって、それぞれ作った料理をみんなでおいしくいただきました。



男の料理教室に参加して

岡本 和太郎 (中・今村)

青少年時代は母親に、そして結婚してからは妻に、食事に関して全的に頼ってきた私。自分で作れるものといえば、カレーライスぐらい。ところが孫の誕生にあたり、妻が、千葉県にいる娘のところへ3ヶ月ほど手伝いに行くことになり、初めて私は長期自炊の必要性に迫られました。その事情を、以前食改員だった高スポの方に話してみたところ、「男の料理教室」が高森総合センターで行われていることを教えてもらい、

早速、健康推進課に電話して、中途編入で参加致しました。教室に参加すると、参加者は、元々料理がお好きなのか、年季が入っているせいなのか、レシピを見て手際良く、料理を作り始め、その姿に大変驚きました。ほとんど何も出来ない私は、当初食器洗いと見学ばかりでした。自炊生活が始まってからは、大根と人参と白菜を使った料理から作り、今では和風焼きそばが得意です。まだまだ時間がかかるの

で、教室ではレシピの中でも、自分に出来そうな料理をひとつだけ選び、挑戦しています。先輩諸氏や補助のヘルスメイトの方々の料理手順を見て、ゆっくり一品ずつ覚えるようにしています。また、健康面を考え、出来るだけ沢山の種類の野菜を摂るように心がけています。食事や料理にほとんど無関心だった私ですが、少しずつ成長していますので、料理に関する無い男性も試しに参加されたいかがですか。

牛乳を使った料理講習会

森 富士江 (河原・黒石)

日頃私達は、牛乳を「飲むもの」だと思っています。毎年牛乳を使った料理をしています。今回、牛乳に備わっている、感染防御機能、免疫系の調整機能、カルシウム吸収促進機能、血圧調整機能、整腸機能、鎮静作用、コレステロール調整機能、を勉強して、生活の質を向上させるために必要であることがわかり、調理実習を行いました。献立は、黒い冷やし担々麺・チキンのクリームコロッケ・ヨーグルトかるかんの三品。担々麺では、牛乳を主に黒練りごま、中華スープ、調味料を入れて、たれを作り、麺にかけました。見た目が黒いので「美味しいのかな？」と思いましたが、さっぱりしていて美味しく食べることが出来ました。他の二品も美味しく完食。

牛乳を使った料理を一人でも多くの人に伝えていけたらと思っています。

湧水トンネルプロジェクト マツピングに参加して

大和 静子 (高森・森)

高森の自然を活かし観光の目玉として作られた、湧水トンネルの幻想的な音と映像の世界が広がる空間、『高森・水辺のジャンボリー』が開催されました。

た町内外の皆さんにふるまいました。大好評で、瞬間に二百食が完売。全員に行き渡らなかつたのは残念でしたが、大勢の方々に感謝の言葉を頂き、会員一同、疲れもふつとび、笑顔が溢れて楽しい一日になりました。

私達、食生活改善推進委員の全会員で、『地産地消』の取組みとして地元の食材を使って豚汁を作り、ご来場頂いた。

食事改善協議会の研修旅行に参加して

伊藤 久喜 (色見・戸狩)

バラの開花がニュースになるベストシーズンのこの時期に、食改グループの年に一度の研修旅行に参加しました。NHKの「花子とアン」で話題になった、福岡県飯塚市の「伊藤伝右衛門邸」を見学し、明治・大正・昭和の激動の日本を駆け抜けた石炭王の人生を垣間見、更に柳原白蓮の痕跡にも触れる事が出来ました。

は、役員の周到な計画のおかげで次年度の協議会の活動への英気を養った一日となりました。



◀(キリトリ)✂

◀(キリトリ)✂

本券をお持ちいただいてランチを召し上がった方に

お一人様 ジェラート1個 プレゼント

※9/30(金)まで(グループ利用可)



お問い合わせ

☎0967-62-2300

WaterForest (高森町高森 1043-1)

お得なクーポン



町発注工事と業務委託契約状況 4月1日～7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)

Table with 7 columns: 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. Lists 18 items of work and contracts.

町長のうごき 6月21日～7月20日



Kusamura Daisei

町長のうごき

- 52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

交際費の予算は1年間で96万円です。残りの額は868,080円です。

Table with 5 columns: 日付, 金額, 分類, 主な内容, 備考. Lists 3 items of expenses.

※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。

お悔やみ

予算(交際費の内の弔費分)は1年間で24万円です。残りの額は168,000円です。

Table with 5 columns: 金額, 分類, 主な内容, 備考. Lists 1 item of condolence.

- 7月19日(火) 肥薩オレンジ鉄道来町
7月15日(金) 道路復旧調整会議視察対応
7月14日(木) 国交副大臣視察対応(南阿蘇鉄道・道路)
7月13日(水) 阿蘇デザインセンター理事会
7月11日(月) 南阿蘇ビジターセンター運営協議会総会
7月8日(金) 熊本・阿蘇周辺地域道路復旧調整会議
7月6日(水) 認定農業者の会総会
7月5日(火) 国道325号線構造に関する技術検討会
7月2日(土) 国土交通省熊本事務所
6月30日(木) 阿蘇DC中期計画策定業務2次審査
6月29日(水) 南阿蘇鉄道総会
6月23日(木) 福島県相馬市長来庁(防災・復興講演会)
6月22日(水) 高森町観光協会総会(南阿蘇休暇村)

みんなの掲示板

「みどり香るまちづくり」企画コンテスト参加者募集中

- 応募要件: かおりの樹木・宿根草等草花を原則として30本以上用いて、街区や近郊地区等で「みどり香るまちづくり」を演出する企画を募集します。
●募集期間: 平成28年10月7日まで(当日消印有効)
詳しくは、環境省ホームページまで。

「job navi 2016 学生等就職面接会」開催します!

大学(院)・短期大学・高等専門学校・専修学校を来春卒業予定の就職未内定者などを対象に県内に就業場所を有する企業80社以上が参加予定!
日時: 9月6日(火) 12時~16時 受付11時30分~
9月7日(水) 11時~15時 受付10時30分~
場所: 熊本市流通情報会館 熊本県労働局職業安定部 ☎096-211-1707

歌詠み

肥後狂句(阿蘇御神火会)

- とてもとても 半壊なんてもんじやない 大塚ほたる
とてもとても イミテーションで堪えとけ 桐原 白酔
ところであなた カッコ良いけど後ろ前 倉石 晴代
頭ごなし 才能の芽はつん撈る 後藤 信子
頭ごなし 自信の無さは棚に上げ 佐藤多可雄
頭ごなし 耐えにや続かん宮仕え 長尾 慶恩
すつきり 打ち切りました腐れ縁 古木えつほ
すつきり 止めて良かった酒・煙草 松山キヨ子
すつきり ごみ一掃して別の家 三森あかね

俳句(葉の花句会)

- 瓦礫山 一息入るる 夏帽子 桐原 寿子
古都の木に 泰山木の 花一輪 林 久恵
仏飯の おさがりで肥え 金魚かな 山村ふみ子
初夏の風 受けて退院 三月振り 古庄 泰子
三度四度 余震続き 明け易し 平田ルリ子
大梅雨に めだかは底に 身を潜め 岩下 雅子
アマリリス 我がものの顔の 花一輪 馬原 要子
青田風 来年家が 建つという 青木千賀子
心地よき 子どもの寝息 蚊帳ゆるる 井上 真希

平成29年歌会始のお題

宮内庁は、来年の歌会始のお題を「野」とする募集要領を発表しました。応募は未発表の自作で1人1首。「野」の文字が入っていれば良く、熟語でもかまいません。締め切りは9月30日(金)(当日消印有効)。あて先は「〒100-8111 宮内庁」で、封筒に「詠進歌」と書き添えてください。詳細は、宮内庁ホームページをご覧ください。



おくやみもうしあげます 6月受付分(敬称略)

住所	死亡者	年齢	ご遺族
高森(下町)	佐藤 光男	74歳	佐藤 典子
高森(昭和)	山室ヨシ子	93歳	山室 守雄
色見(西丁)	山室 智穂	76歳	山室 健一
高森(冬野)	岩下 満	89歳	岩下 光代
高森(天神)	住吉ヒデ子	91歳	住吉 昇
津留(平)	野尻 典歳	87歳	野尻美恵子
河原(味鳥)	吉良山美智子	61歳	吉良山賢吾
高森(上在)	村山トモ子	92歳	村山 義則

高森カレンダー

8月16日～9月15日

8月 August	
18(木)	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
19(金)～20(土)	風鎮祭 後日決定 町内一円
23(火)	7～8ヶ月児健康相談 9:30～ 高森総合センター
25(木)	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
25(木)	1歳6ヶ月児健康診断・フッ素塗布 13:00～ 高森総合センター
31(水)	3歳6ヶ月児健康相談 13:00～ 高森総合センター

9月 September	
1(木)	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
6(火)	3～4ヶ月児健康診断 13:00～ 高森総合センター
8(木)	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター
14(水)	金婚式・ダイヤモンド婚 9:00～ 南阿蘇国民休暇村
15(木)	移動子育てひろば 10:00～ 草部総合センター

愛のご寄付

(順不同・敬称略)

町社会福祉協議会へ

山室 健一	額田ムツ子	松尾 治実
野尻美恵子	岩下 英治	住吉 昇
甲斐 敏史	古庄智美子	

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
8月21日	藤本医院	☎ 0967 (67) 0020
8月28日	南郷谷整形外科医院	☎ 0967 (62) 3351
9月 4日	平田医院	☎ 0967 (62) 0216
9月11日	のむら内科クリニック	☎ 096 (292) 2250

(避難指示等が発令された場合は休診します)

平成28年6月30日現在

(対前月末)

まちの人口	人口	変動
人口	6,725人	(+5)
男性	3,230人	(△13)
女性	3,495人	(△8)
世帯	2,821世帯	(+5)



お詫び

広報6月号の次の記事について、誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

《8ページ「愛のご寄付」》

誤：藤本若太郎さん → 正：藤本芳太郎さん
大変申し訳ございませんでした。

編集後記

じんわりと暑くなり、蝉の声が耳慣れてきたら、「夏到来！」ということなので、祭りの始まりです。

小さい頃は出店やお囃子に、ただ心躍らせていただけでしたが、古来から受け継いできたその伝統芸能や風習を守っていくことの大切さが今となってはわかります。人々の生活形態が変わってきて、近隣のお付き合いも希薄になってきた昨今ですが、こういったお祭りなどのイベントで地域が一体となって取り組むことで、また絆が生まれて、助け合い、暮らしの質がより豊かになればいいな、と思います。

東京で目にした、被災地の人々の為に協力し合う中学生も、熊本のアンテナショップ、「銀座熊本館」で沢山お買い物してください。ひとりじやなく、支え合って生きていくんだ、と改めて気付かされました。多謝。

イベント情報! 第8回 大谷川サマーフェスタ

熊本地震復興支援 + 祝 KGFF20周年

開催日：8月6日(土)・8月7日(日)
場所：高森町津留・朋遊館(ほうゆうかん)
高森町高森・観光交流センター



熊本ゲームフィッシングフェデレーション(KGFF)が20周年を迎え、復興支援も兼ね、サマーフェスタを開催します。フライ・フィッシング教室から、そうめん流し、チャリティーオークションなど内容も盛りだくさんのイベント。川遊び(保護者同伴)も楽しめます。是非、参加ください。申込み・問合せは下記まで。

問 KGFF事務局 ☎ 090-2506-2800 (大塚)

ASO BIKE HEAVEN

第23回 『阿蘇バイクヘヴン』

熊本地震復興イベントinアスペクタ



8月11日(木)から14日(日)まで開催!

毎年この時期になると全国から集うバイカー達。23年目となる今年は「熊本地震復興イベント」と銘打って、高森町からも出店します。期間中は、大勢のバイクが、ここ緑深い高森町を走り抜けるでしょう。温泉、食事、お土産など阿蘇の見どころを満喫すること、そして交通安全と地域との交流を目的に、南阿蘇村野外劇場アスペクタを拠点に開催されるこのイベント。バイク乗りの方は、是非参加してみたいかがでしょうか。詳しくは、下記までお問い合わせください。

問 事務局STRONG BOSS SALOON ☎ 0967 (62) 8058

広報

たかもり

8

平成28年8月1日発行

発行/高森町

編集/たかもりポイントチャンネル事務局

〒869-1602 熊本県阿蘇郡高森町大字高森2168番地

TEL 0967-62-1111 FAX 0967-62-1174

http://www.town.takamori.kumamoto.jp/

印刷/株式会社 有明印刷

携帯電話・スマートフォンからのHPアクセスはこちら▶

