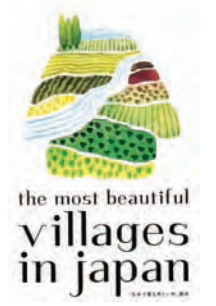




たかもり



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 27 年度
第 6 7 1 号



◀ 携帯電話からも「広報たかもり」を
ご覧になれます。

- P.4 軌陸車導入で安全運行
- P.4 応援ソングを選手に捧ぐ
- P.5-6 町食改『ふきのとう』
- P.10 【高尾野部落】道標を製作

高森の大自然 自分流ランニングで満喫

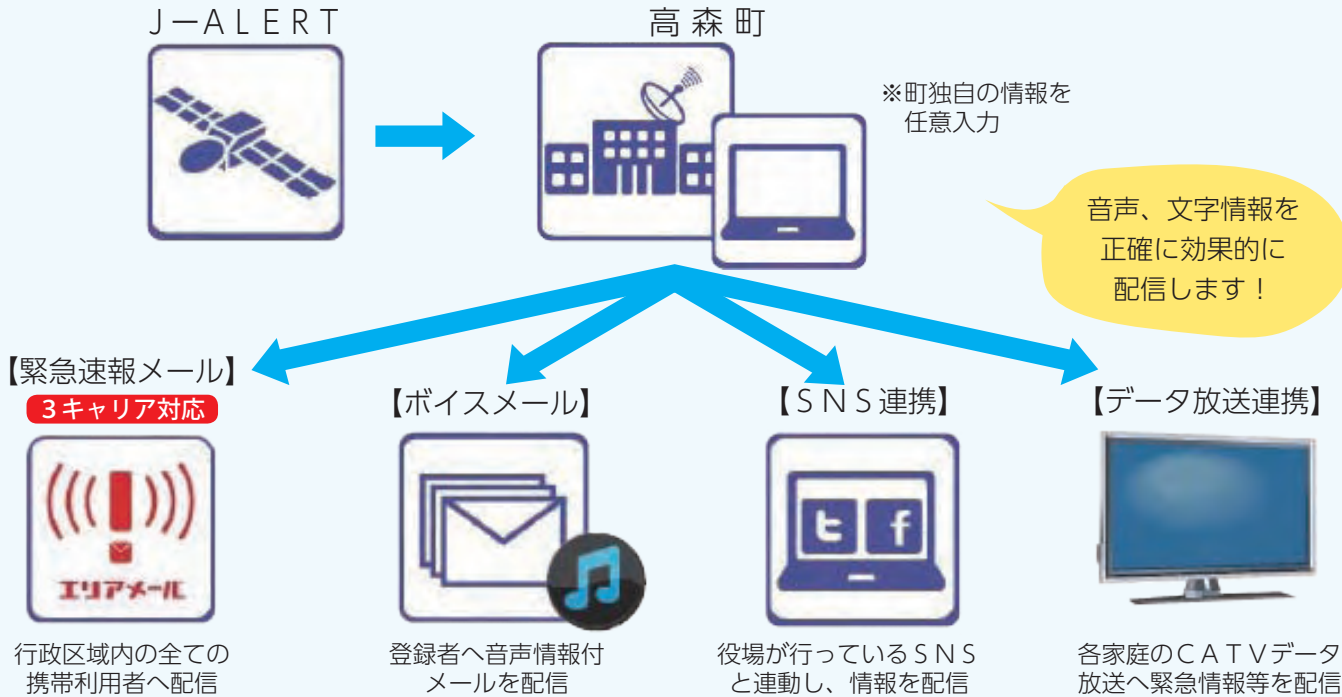


ピックアップニュース

Pickup
NEWS

高森町情報基盤整備事業を行う、たかもり光ネットワーク(株)では、町内にあらゆる防災情報を多重的に伝達できる「総合防災情報配信システム」の実証実験を行います(5年間)。
九州北部豪雨災害や阿蘇中岳の噴火など、防災意識が高まる中、当システムによって、より効果的に情報を取得できるようになります。

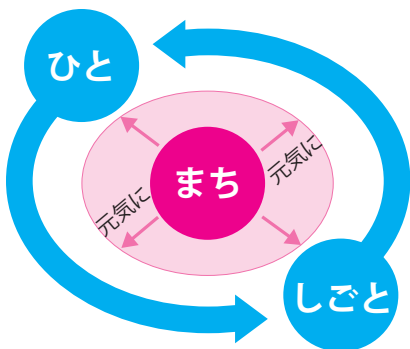
緊急情報を一斉配信！



設備概要

高森町役場に総合防災サーバーを設置し、全世帯に整備した光ファイバー網(有線)、既存の携帯電話網(無線)、避難所・公共施設を対象に実証実験で設置するフリースポットwifi20ヶ所(無線)にて町全域に防災情報を配信できる設備を構築。また、主要箇所にはスマートTV(11カ所)、プロジェクタ(4ヶ所)を設置。

地方創生



今回の事業は、「まち・ひと・しごと」の好循環の確立を行っていく「地方創生」に資する事業にもなります。これまでも、高齢者みまもりサービスの実現や、たかもりポイントチャンネルの放送などが行われました。

そして今回、特に注視されてきた防災面にて、「総合防災情報配信システム」の実証実験を最重要モデルと位置づけた取り組みが行われます。これにより、システム仕様、利用方法、ニーズ等を収集し、他自治体で利用できるモデルが確立され、安心・安全なまちづくりが大きく前進することとなります。

- メールサービスは、事前に登録が必要です。
- メール配信サービスの登録・変更は、こちらに空メールを送信してください。
▶ bousai-info@bousai.town.kumamoto-takamori.lg.jp
※右のQRコードでも登録できます。
※本システムからの返信メールの案内にしたがって登録してください。
※迷惑メール防止対策の設定をされている方は、メール受信が可能なように設定を行ってください。
- 登録料、情報料は無料ですが、通信料がご利用者の負担になります。
- 登録後の設定変更も、ご利用者が自由に変更可能です。
- このメールは高森町役場に直接届けられ、他用することはありません。



▲ QRコード

あなたの携帯に配信

メールサービスでは、防災・緊急情報のほか、防犯情報や火災・流行性疾病・断水・交通情報など、安心・安全なまちづくりのうえで欠かせない重要な行政情報について、すぐにメールで配信します。

町外にいる場合でも受信できるように、避難などの判断材料として有効ですので、是非多くの皆さまの登録をお願いします。



高SPOで サッカーを学ぶ

5月12日(火)、2015年度の「アッソ熊本サッカースクール」が開校しました。今年は高SPO会員の子どもたち約60名が入学しています。

本年度より、県教育委員会の方針に沿って、高森中央小学校の4年生から6年生までのサッカー部活動は学校体育から社会体育になりました。高SPOが実施主体となっております。

時間 毎週火・木曜日の午後4時半～、金曜日の午後6時～

※低学年はこれまで同様週に2回行っています。

会場 高森中央小学校グラウンド、高森町民グラウンド

★参加者は随時募集中です。詳細は教育委員会までご連絡ください。



農業体験教室①

5月24日(日)、高森湧水トンネル公園西側駐車場横の水田で、第3回農業体験教室を開催しました。このイベントは年に3回、農業を通じて多くの人に高森町の良さを体験してもらうことを目的として開催しています。

1回目は田植え体験教室。町内をはじめ、町外からも参加者がありました。高森保育園の園児も参加し、さわやかな五月晴れの下、高森の時間を満喫していました。

次回は8月に【野菜収穫】を行います。途中参加も可能ですので、ぜひご参加ください！



問 高SPO事務局
☎62-2991



高SPOはスポーツ振興くじ(トット)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/>

子育て

すくすくデー

子育て支援センター 活動状況報告



5月1日、今年度も毎月1日（休日の場合は次の開館日）に、「身長体重測定」と「保健師による育児相談」を行っています。日頃気にかかっていることやちょっとした疑問などをすっきりさせに來られますか？

簡単フッキング★

《おやつ編》

5月19日、開設後初めてのクッキング教室を開きました。メニューは離乳食が終了したくらいの子どもが食べられるおやつ「スマイルソフトボーロ」「豆乳おから餅」。お母さんだけでなく、参加した子どもも、卵を溶いたり生地を丸めたりしました。電子レンジで2・3分加熱するだけで出来上がる簡単メニューでしたので、直ぐに取り分けて楽しくおやつタイム！

「おいしい！」とスマイルでいっぱいになりました。た。



問 高森町子育て支援センター
(62) 3311

【子育て家庭支援】 子育て世帯へ プレミアム付き商品券を割引販売

小学校就学前の子どものいる世帯あたり2,000円分（1口分のみ）を通常販売価格から割引します。

～ 商品券を使って、子育てを楽しもう！ ～

子育てサービスを 利用したり

※ 認定こども園高森幼稚園の利用者負担、高森保育園の延長保育での利用に限る

体操服購入費、給食費、 送迎費などの実費として 利用したり

※ 町内公立私立保育園幼稚園での利用に限る

子育てグッズ（おむつ、ミルク、ベビーカー、チャイルドシート、読み聞かせ絵本、服、靴、おもちゃ、医薬品（子ども対象）、おやつなど）を購入したり

※ 町内公立私立保育園幼稚園での利用に限る

家族団らん（肥後っ子の日（毎月15日）に家族で食事など）を楽しんだり

※ 町内店舗の利用に限る

● 対象の世帯には、引換券とともにご案内の通知を郵送しています。

● プレミアム商品券は、高森町商工会で発行（販売）されています。



問 住民福祉課 福祉係 ☎ 62-1111
内線132・133

不審な電話等にご注意ください！

個人情報流出の報道発表を悪用し、年金機構の職員等をかたって口座番号等の個人情報を不正に聞き出したり、「年金番号の変更には手数料がかかる」などの新たな振り込み詐欺行為が発生する恐れがあります。

本件に関し、年金機構から電話やメールでご連絡をしたり、金銭を求めることは絶対にありません！

不審な電話やメール、
訪問があった場合は・・・



- ▶ できるだけ1人で対応せず、相手の名前や所属、用件を聞いて、メモを控えて家族等に相談してください。
- ▶ 怪しいと感じたら、口座番号等の個人情報を話したり、現金を支払ったり、振り込みをせずに専用電話窓口（下記）までご連絡をお願いします。全国の年金事務所でもお問い合わせに対応します。

問 専用電話窓口 ☎ 0120-818-211

問 住民福祉課 福祉係
(62) 1111 内線132

老齢基礎年金は、原則として65歳から受給できますが、希望して60歳から65歳になるまでの間に受給すること、繰上げ受給といいますが、繰上げ受給を請求すること、繰上げ受給の請求をした時に応じて年金が減額され、その減額率は一生変わります。また、請求すると遺族厚生（遺族共済）年金と一緒に受ける事ができないことや、繰上げ請求を取り消す事ができないなど注意が必要です。

繰上げ受給とは逆に66歳以降から受け取ることを繰下げ受給といいます。こちらは請求した時に応じて増額され、その増額率は一生変わりません。

こちらも、他の年金を受ける権利がある場合は、繰下げ請求ができなかったり、70歳到達月を過ぎて請求しても増額率が増えないなどの注意が必要です。



福祉



国民年金だより（老齢基礎年金）

税務

国税だより（一般取引資料せんの提出）

税務署では、適正公平な課税のため、法人や個人の事業者の皆様へ「売上、仕入、費用及びリベート等」に関する資料（一般取引資料せん）の提出をお願いします。

「一般取引資料せん」がお手元に届いた際は、提出にご協力をお願いします。なお、「一般取引資料せん」は、資料せんの用紙に代えて、エクセル形式で作成し、光ディスク等により提出することが出来ます。

ご不明な点は、熊本国税局ホームページ（<http://www.nta.go.jp/kumamoto>）【熊本国税局】検索をご覧ください。最寄りの税務署へお尋ねください。

問 阿蘇税務署 ☎ 0967 (22) 0551

【長崎税関】「密輸に関する情報」提供のお願い

皆様からの「密輸に関する情報」の提供を常時お願いしており、密輸摘発の貴重な手掛かりとなっています。「不審な話」や「うわさ」を耳にされましたら、税関へ報願います。

問 税関ホームページ <http://www.customs.go.jp/nagasaki/>
密輸フリーダイヤル ☎ 0120-461-961

「熊本県水とみどりの森づくり税」 平成27年度から第3期（5年間）がスタート！

県では、平成17年度から「熊本県水とみどりの森づくり税」（年間個人500円、法人千円～4万円）を活用し、水を蓄え、災害を防止するなどの森林の公益的機能の向上を図り、森林を元気にするための取組を展開しています。ご理解とご協力をお願いします。

あなたの
500円が
森を作っ
ているモン♪



© 2010 熊本県 くまモン

問 県農林水産政策課 ☎ 096-333-2422



6月2日(火)

軌陸車導入 で安全運行

火山灰が集中的に降灰した南阿蘇地域。南阿蘇鉄道(株)では列車の安全運行のため、始発列車前に除去作業を行いました。しかし、噴火活動の長期化と広範囲の降灰では対応に限界があります。国・自治体が支援して、線路や道路も走行可能な「軌陸車」を導入。設置された回転ブラシや高圧洗浄機で更なる安全運行に努められます。

高森中央小学校5年生39名が、もち米の田植え体験を行いました。
これは、JA阿蘇青壮年部高森支部が、食育の一環として毎年協力しているもので、今年で8回目になります。秋に収穫した後、餅つきが行われる予定です。子どもたちは、慣れない田んぼに足を取られながらも、一生懸命に取り組んでいました。

田植えを体験 学ぶ子どもたち

5月22日(金)



見なっせ

聞きなっせ

こげなこつのあったよ!

農業経営・生活の改善貢献に



5月28日(木)

蒲島県知事から吉良山友二さん・美津子さん夫妻(河原・上玉来)へ、指導農業士任期満了に伴う感謝状が贈られました。
指導農業士とは、新規作物や新技術の導入等で、成果の実証や地域内の波及、農業経営及び農村生活の改善等に関して実践的指導を行うものです。吉良山夫妻は、平成22年度から26年度までの5年間活動されてきました。

たかもりタウン TOPICS

トピックス

本町からも2名が出場したカルデラスーパーマラソン。全国のアスリートたちが阿蘇を駆け抜けました。本町を通る100kmコースは南阿蘇村から阿蘇市まで続きます。本町の難所は「清栄山」です。今年も高森中学校吹奏楽部OBの生演奏や地域スタッフ等のおもてなしで応援していました。



6月6日(土)

応援 ソングを 選手に 捧ぐ

父への感謝は「牛乳」で

6月19日(金)



お父さんたちのイベント「父の日(6月21日)」。日頃の感謝の気持ちを伝える大切な日です。今年も、宇藤牧場から牛乳の消費拡大を兼ねて、町へ牛乳が贈られました。
宇藤貴夫さんと莉々花ちゃん親子が来庁し、草村町長へ手渡し。試飲した町長は、その味を絶賛。皆さんも来年は牛乳をプレゼントしてみませんか。

健康

県民介護講座の案内

県介護実習・普及センター ☎096(354)3091 では、一般県民の方を対象に年間を通して実施している介護講座の受講生を募集します。講座内容や申込書は、ホームページに掲載しています。

募集期間
5月1日(金)から
各講座2週間前まで

ホームページ

「熊本県介護実習・普及センター」
(http://www.sawayaka.or.jp)



後期高齢者医療の被保険者へ

後期高齢者被保険者証(保険証)更新

現在お持ちの保険証(水色)の有効期限は、平成27年7月31日までとなっています。新しい保険証(黄色)は、7月中旬に郵送しますので、8月1日からは新しい保険証(黄色)をお使いください。

同一世帯の後期高齢者医療被保険者のうち、市町村民税の課税所得が145万円以上ある人がいる世帯の被保険者の一部負担金の割合

3割
該当しない場合は、1割

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新手続き

現在、認定証(水色)をお持ちのひと、7月31日で有効期限が切れますので、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証(黄色)」を7月中旬に郵送します。8月1日からご使用ください。

新しく申請が必要な人

③・④の人で、「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちでない人は、外来および入院で受診される際に、この認定証が必要となります。市町村の担当窓口に申請してください。

【申請に必要なもの】

- 後期高齢者医療被保険者証
- 印かん

▼ 入院・外来時の自己負担限度額および入院時の食事代 ▼

所得区分	外来(1人)	外来+入院(1世帯)	入院時の食事代(1食当たり)
① 現役並み所得者	44,400 円	80,100 円 + (総医療費 - 267,000 円) × 1% 加算 4 回目以降 44,400 円	260 円
② 一般	12,000 円	44,400 円	260 円
③ 世帯全員が住民税非課税の人(④以外)	8,000 円	24,600 円	過去 12 か月で 90 日まで 210 円、 以降 160 円
④ 世帯全員が住民税非課税で、各所得が必要経費・控除を差し引いて 0 円となる人(年金控除額は 80 万円で計算)	8,000 円	15,000 円	100 円

阿蘇郡市町村食生活改善推進員
リーダー研修会

森 富士江（河原）

平成26年10月22日、高森町の休暇村南阿蘇で1泊2日のリーダー研修会が開催されました。

草村大成町長のご挨拶を頂きました。また、高森の食改さんも地元とあって全員参加致しました。

今回のテーマ「高血圧」について、阿蘇立野病院の栄養士さんの講話があり、「高血圧は目に見えない生活習慣病」と言われました。講話の内容としては、血圧と塩の関係をとり上げて話されました。塩分を取ることによって、血液の中の塩分濃度が高くなり、水分を取る事により血容量が増して血圧が高くなるそうです。

この事から減塩が必要で、実際に味噌汁の味が濃いときは水を足すのでなく、「野菜」を入れ薄くするのも1つの工夫だと思います。ラーメンの汁は残すなど、今すぐ出来る減塩方法を話されました。

私は毎日の食生活の中で取り入れていきたいと思いました。研修中で出された夕食・朝食は、ブルーサークルの「糖尿病の方でも食べられる」食事で、合計600キロカロリーの減塩食でした。

私達からすると何か味に物足りなさを感じました。最後に自分だけでなく、家族やお隣さん・お向かいさん、地域の方にも減塩を呼びかけていきたいと思っています。

世界ジオパーク
審査

男の料理教室生
山本 悟



阿蘇地域振興局デザインセンターから、世界ジオパーク認定審査に来られるため、郷土料理を振る舞ってほしいとの依頼があり、審査員へ食生活改善推進員と男の料理教室生の有志で昼食の「おもてなし」をする事になった。

メニューは、おにぎり・やせうま・お煮メ・郷土料理・ソーメン流しに決まり、前日の8月1日準備にかかる。空港近くの竹林で、まっすぐに

小中学校教職員研究発表会に
参加して

大和 静子（南在）



熊本県内外の先生方が参加されて行われる研究発表会に、教育委員会からの依頼を受けて、豚汁を作りました。

でんでん祭りに参加して

荒牧 すぎ代（上色見）

おでん・田楽・山女など、高森の特産物をまじえた、第2回でんでん祭りに、私たち食生活改善推進員からも参加させていただきました。

色見地方の特産「つるの子芋」を使い、ひき肉や野菜をまぜあわせた物を白菜で包んで、コンソメ味に仕上げました。

普段ありがちなおでんの素や、和風だしを使った物と違い、コンソメ風味がつるの子芋とマッチしてとても美味しく仕上がりました。

会場のお客様の評判も上々で、「おいしかった」という感想をいただきました。ひとくちに「おでん」といっても味も材料もさまざまです。家庭においても、今までのおでんのスタイルにとらわれず、自由な発想やアイデアで、新しい「マイおでん」を作りあげるとおもしろいのではないかと思います。

募集・試験案内等の情報をお知らせします

件名	内容	申込締切日	お問合せ・申し込み
不動産トラブル110番（無料相談会）	7月11日10時～16時 / 電話相談 ☎096-372-5031 会場 ①くまもと県民交流会館バレーA10階 ②熊本県土地家屋調査士会館 ③やつしろハーモニーホール3階		土地家屋調査士 嶋崎 恵一（☎096-288-3347） 司法書士 湯田 裕憲（☎096-342-6450）
阿蘇若者就職無料相談会 ※概ね15歳～39歳の若者とその家族	7月（13日・27日）、8月（3日・17日・24日・31日） 10時～16時 / ハローワーク阿蘇1階		たまな若者サポートステーション（☎0968-74-0007）
24時間 借金・生活保護110番（相談会）	7月24日16時～25日16時 会場 熊本県司法書士会館 電話相談 ☎096-364-0800		司法書士 竹本 直史（☎096-384-6700）
放送大学学生募集 平成27年度第2学期（平成27年10月入学）	資料は無料で配布します。 右記までご連絡ください。	【第1回】～8月31日 【第2回】～9月20日	放送大学熊本学習センター（☎096-341-0860）
県民体育祭阿蘇大会スローガン・シンボルマーク募集	詳細は右記までご連絡ください。	～7月31日	準備委員会事務局（阿蘇地域振興局）（☎0967-22-3805）
くまもと健康づくり応援店募集	詳細は右記までご連絡ください。	～10月30日	県保健所又は県庁健康づくり推進課（☎096-333-2252）

「色見サロンとの会食会」

安方 かつえ (色見)



チキンをつけこむと、口当たりが良くまろやかな一品となりました。つけ合わせに、トマトとホウレン草をそえました。

高森町在宅老人福祉「色見サロン」の20名程の方々と、色見総合センターで食事を作って、みんなで食べました。主食であるごはんは、麦ごはんにしました。チキン南蛮は、玉ねぎをみじん切りにし、人参、りんごをすりおろして合わせ酢で合わせ、揚げたての

クス粉を混ぜ合わせ、型に流し入れて飾り用に甘納豆をのせました。グリーン色のきれいな、これまた栄養豊富な一品となりました。

最後にサロン代表の勝木様より、お礼の言葉をいただきました。「今日はありがとうございまして。こんなに薄味で美味しく食べられる事に気が付きまして。どうしても家では濃い味になりがちです。これからは気を付けたいと思います。」と言われました。私たちも大変うれしく思いました。



男の料理教室に参加して

男の料理教室生 志田 博之

風光明媚な高森町色見に惚れて、移住してから15年が過ぎました。移住を決意したのは、妻が癌に発症して「余命3年と診断された」ためです。余生をゆっくりと静かに2人で過ごしたいと思いました。しかし、家を建て始めてから4ヶ月後に妻は亡くなりました。酒が好きでカラオケが好きで、職場の「宴会部長」といわれていた妻。私は妻の死後、元職場のOB会にも出

菜は「コープの宅配」に頼っていますが、「調理方法」を読みながら作っており「進歩」しました。時には「教室で以前作ったレシピ」を取り出して自分で作っています。

これは「大進歩」です。また、そのことよりうれしく思っているのは、妻が亡くなってから、ほとんど他人と交際を絶っていた私が、教室に入ってから高森町の古くからの住民の人々、



新しく色見地区に移住した人々と知り合いになれた事です。今後とも宜しくお願いたします。

秋の味まつりに参加して

菅原 幸子 (横町)

平成26年11月16日、観光協会主催の「秋の味まつり」に、ヘルスメイトでおにぎりと豚汁300食の接待を致しました。

前日から準備（食材の切り込み）をし、当日は早朝より皆さん集合して、工程の説明を受けて作業にうつりました。食材は出来るだけ地元のものを使っています。

11時には会場に搬入し、来場された方においしい豚汁を振る舞いました。皆さんから「美味しかったです。」の言葉をいただきました。皆さんから「美味しかったです。」の言葉をいただきました。皆さんから「美味しかったです。」の言葉をいただきました。

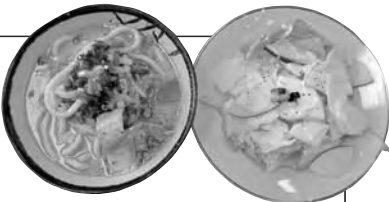
お天気も良く観光客の出足も良かったです。

食改に入会して3年です。若いヘルスメイトの人達と交流ができ、本当に楽しい時間を過ごしています。町の発展のために少しでも協力し合っていきたいと思っています。

本当に楽しい秋の味まつりの一日でした。

男の料理教室 献立表

(牛乳飲用消費拡大事業)



献立名	材料名	4人分	作り方
みそミルク豚キムチうどん	牛乳	300ml	① 白菜の芯を細切りにし、豚バラとぶなしめじ、人参をごま油で炒める。 ② ①に白菜の葉を入れ、みそを入れてさらに炒める。 ③ ②に水を入れ、温めた牛乳を加える。 ④ ③にキムチの素を入れ、薄口しょうゆで味を調える。 ⑤ ④にうどんを入れ、少し煮る。 ⑥ 器に盛りつけ、刻んだねぎとキムチをお好みでのせる。 牛乳の臭みを消すために、みそを使用し、牛乳によってスープにまろやかさが出ます。
	ぶなしめじ	1袋	
	豚バラ	300g	
	白菜	1/4 個	
	人参	1/2 個	
	ごま油	小さじ1	
	みそ	大さじ4	
	水	700ml	
	薄口しょうゆ	大さじ2	
	キムチの素	大さじ2	
	キムチ・ねぎ	適量	
	うどん	4人分	

会長あいさつ

私たちヘルスメイトは「私たちの健康は、私たちの手で」というスローガンを掲げ、ボランティア精神で「お隣さんからお向かいさん」へと草の根活動を広げております。

文科省・農水省・厚労省では「食生活指針」が策定されています。バランスの良い食事は健康の源です。安全のためには、食材の選び方や組み合わせも不可欠です。

県の食改本部から「ヘルスメイトが繋ぐパートナーシップ事業」・「親子で育む食育実践講座」・「生涯骨太クッキング」は継続実施するようになっています。学校教育でも「食育」を推進していくサポートが食改に求められています。特に放課後児童クラブへの活動は力を入れていかねばならない事業となっています。ヘルスメイトは研修会参加や復講など、自分の時間を地域社会の為に使い、善意の心で取り組む共助を実践しています。町では、安全で心のこもった野菜・食肉・酒・みそ醤油などが生産されています。ヘルスメイトでも地産地消を念頭に調理実習に取り組んでいます。町のイベントにも、依頼があれば参加して人的交流で情報交換をし、連携と「和心」をもって食文化の啓発に取り組んでまいります。

今年度もヘルスメイトの皆さんのご協力ご尽力を宜しくお願いたします。

津留 五月

健康講座 最近では、室内や夜間でも発症する!?

熱中症、応急処置と予防

熱中症は、屋外での作業やスポーツをする人に起こる症状と思われがちですが、最近では、室内や夜間、安静時にも発症することが多くなっているそうです。

特に65歳以上の高齢者は屋内で、しかも半数以上が自宅（居室）で熱中症にかかっていることがわかっています。

いち早く発見！

「熱中症のサイン」

熱中症が重症になるのを防ぐには、早期発見が大切。自分自身も、まわりの人も次のような熱中症のサインを見逃さないようにしましょう。

意識障害がある（名前を呼んでも答えない、言動がおかしい、意識がない）けいれんしている、まっすぐ歩けない
頭がガンガンする、吐き気がする、体がだるい、嘔吐する
めまい、筋肉のこむら返り、手や口のしびれ、脈が速い

重症 ↑ 軽 ↓

適切な応急処置

熱中症のサインがあれば、決して放置せずに適切な対応をすると同時に、かかりつけの医師に相談するか、救急車を呼びましょう。

- まず水分・塩分の補給。
※冷たいイオン飲料やナトリウムを含んだスポーツ飲料、または食塩水（コップ1杯あたり1つまみの塩の量）を飲ませる。意識障害があるときに水分を飲ませるのは、誤嚥の原因になるので避けましょう。
- 涼しいところで足を高くして休ませる。
- 体温を下げるため、太い血管のある首、わきの下、足の付け根を冷やす。
- 意識障害がある場合は、すぐに救急隊を呼ぶ。

健康推進課 健康推進係
☎ (62) 1111 内線125

こうして防ごう熱中症

① 水分・塩分の補給
のどの渇きを感じたときは既に体内の水分は不足状態。渇きを感じなくても、こまめに水分を取るようにしましょう。

② 服装
日差しをさえぎり、汗を逃がしやすい服装にしましょう。帽子や日傘、綿や麻など自然素材の服がオススメです。

③ 部屋の温度調節

直射日光を防いで風通しを良くし、部屋の温度は28度を目安にしましょう。

④ 日頃の健康管理

本格的に暑くなる前に積極的に外出したり、運動をして暑さに慣れておくことで、熱中症に負けない体をつくりましょう。睡眠不足や二日酔い、風邪気味などの体調不良は熱中症になりやすいので特に注意が必要です。

施術費 助成

あんま・はり・きゅう

町が指定した施術所での場合に限り、料金の一部を助成します。

対象者 国民健康保険被保険者及び後期高齢者医療被保険者（ただし、同一世帯員に町税等の未納がない人）

助成額 施術1回につき1,000円分の施設利用者証を交付
※交付は1世帯当たり年度（4月1日～3月31日）12枚、1回の申請につき6枚を限度とします。

申請時必要な物 ● 国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証
● 印かん（認印）

健康推進課国民健康保険係 ☎ 内線 127・128

人 権

障がい者の人権
心のバリアフリー、
めざしましょう

どんな支援を
したらいいの？

障がいのある人がそばに

いると、どう接したらいい

か、わからないかもしれま

せん。そんなときは、「お

手伝いしましょうか」と声

をかけるのが、支援の第一

歩です。相手の意思表示を

受けて、手助けが出来ます。

障がいのある人は、いろ

いろな場面でバリア（障

壁）を感じます。たとえば

車イスを利用する人にとっ

ては、建物やエレベーター

の不備、歩道と道路の段差

などがあげられます。

最近では、障がいのある

人を含むすべての人々に

まして。

まずは、相手の立場にな

って接することから始め

ましょう。

住民福祉課 人権同和啓発係
☎ (62) 1111 内線131

「あなたのひとこと」 人権メッセージ募集

県では、人権を身近な問題として考えていただくため実施しています。優秀作品には表彰を行うとともに、1万円程度の賞品を贈呈しています。優秀作品は今後の啓発活動に活用させていただきます。

- 募集内容：人権啓発に関することば、メッセージ（50字以内）
- 募集期間：～9月11日（金）必着
- 募集方法：郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢を明記のうえ下記までお送りください。

熊本県人権センター 人権メッセージ募集係
〒862-8570 ☎ 096-333-2299

高森 警察署

問 通報・相談 ☎ (62) 0110

夏季の水難事故防止



夏季は海水浴・水遊びや魚釣りなど活動的な季節である反面、水難事故の危険性が高い時期です。

十分注意してください！

■ 子どもだけの水遊びはさせない。

■ 子どもから目を離さない。

■ 飲酒しての遊泳は絶対に行わない。

■ 適度に休憩をとり、無理な水難ス

ケジュールを避ける。

■ 浮き輪やロープ等の

救命用具を準備して

おく。

■ 釣りは、高波と足場

に十分注意し、救命

胴衣をつける。

■ 河川での水遊び中に天候や水量の

変化に気が付いたら、すぐに川か

ら上がる。



警察官B・警察事務職員

募集！（高校卒業程度）

● 願書配布 6月中旬

● 文書による受付期間

8月10日（月）～8月28日（金）

★受験資格など詳しいことは、警察署で配布している受験案内・受験申込書または県警察ホームページで確認してください。

社会福祉法人 岳寿会

『地域のために、地域に必要とされる法人を目指して』

岳寿会では、生活困難者レスキュー事業・福祉有償運送・福祉避難所への登録・地域の福祉人材育成事業等、様々な地域貢献事業に取り組んでおります。高齢者の介護の仕方、在宅生活の継続等に関するお困り事には秘密厳守にてご相談に応じます。また働きやすい職場、働き続けられる職場づくりを目指し子育て中の職員のサポートを行っております。

ひめゆり 住み慣れた町で暮らす安心感
ともに喜び、ともにわかし合う『心が寄り添うケア』を理念に、利用者様の自立をサポートする地域密着型の施設です。

事業所	営業日等	その他
地域密着型特別養護老人ホームひめゆり	年中無休	高森町住民の方で、要介護3以上の方が入居できます。
ひめゆりショートステイ	年中無休	要支援、要介護の方の短期間の入所を受け入れます。ご家族様の休息、外出等の際にもご利用いただけます。
ひめゆりデイサービスセンター	年中無休 8:00～18:00	要支援、要介護の方にリハビリ、入浴、食事等の日帰りサービスを提供します。

生計困難者に対する利用者負担軽減制度の取組事業所です
毎月、こども勉強会とヨガ教室を開催しておりますので、ぜひご参加ください！
職員一同お待ちしております ☺

【お問合せ先】 ☎ 62-1001 <下町>

梅香苑

心身の状況に応じた総合サポート

入所・通所・相談と、利用者様それぞれの状態に応じた日常生活の総合サポートに努めています。

事業所	営業日等	その他
特別養護老人ホーム梅香苑	年中無休	居住地を問わず、要介護3以上の方が入所できます。
梅香苑ショートステイ	年中無休	多床室（相部屋）ですので、利用料が低めに設定されています。
梅香苑デイサービスセンター	月～土 8:30～18:00	理学療法士を配置しており、個別の専門的なリハビリを受けることができます。
梅香苑在宅介護支援センター	月～土 8:30～17:30	要介護者の方が住み慣れた地域での生活を継続できるよう、情報提供を行うとともに、各種関係機関と連携し、介護者を含めた支援を行っています。

生計困難者に対する利用者負担軽減制度の取組事業所です
【お問合せ先】 ☎ 62-3111 ☎ 62-0915（支援センター） <村山>

広告

その他

林業労働災害防止
キャンペーン実施

林業の労働安全や労働災害のない明るい職場作りを目的に実施しています。昨年は林業の労働災害が42件発生し、そのうち3件が死亡災害でした。労働災害は家族や職場の人にとって

とても非常に悲しいことです。労働災害を起こさないためにも、作業者ひとりひとりが安全な作業を心がけましょう。また、夏場では熱中症や蜂刺され、マダニに咬まれることで感染する疾患にも注意が必要です。安全と健康のため、十分な対策を行ってください。

- ▼熱中症の予防
- ・適度な運動・適切な食事、十分な睡眠と暑さに負けない体づくり
 - ・こまめな水分補給と適度な塩分摂取
 - ・直射日光を避ける（日よけ布の使用）
 - ・日陰を利用して適度な休憩をとる
- ▼ハチに刺されないためには
- ・白色系の作業着と蜂防護手袋、防蜂網を着用
 - ・整髪料や香水の使用を控える
 - ・蜂の巣に近づいたり刺激したりしない
- ▼マダニに咬まれないためには
- ・肌の露出を避け、袖締り・裾締りの良いものを着用する
 - ・DEETを含む防虫スプレーを使用

問 阿蘇地域振興局林務課 ☎(22) 1117

町地域包括支援
センターだより



高齢者の皆さんの安心・安全な生活を支援することを目的に、介護予防や相談などを専門的に取扱う事業所です。役場（健康推進課内）に設置しています。

支援①▼自立して生活できるよう介護予防を推進します。

②▼適切なサービスを提供できるように支援します。

③▼高齢者の権利を擁護し、尊厳のある暮らしを守ります。

④▼その他さまざまな相談に応じます。

認知症サポーター養成講座実施のお知らせ

地域や団体等で随時講座を実施していますので、介護予防について知りたい、地域に貢献したいなどの希望者はご連絡ください。

問 健康推進課 介護保険係 ☎(62) 1111 内線126

6月1日付け 新規採用職員3名を加え、新体制でスタート！

町職員人事異動（職員紹介）

7月1日から課名変更
財産管理課
生活環境課

課局長級	
財産管理課長	安藤 吉孝（農林政策課課長補佐兼有機農業推進係長）
監査委員事務局局長	安方 合（財産管理課長）
農林政策課審議員兼農地係長	古澤 要介（監査委員事務局局長）
課長補佐級	
総務課課長補佐兼総務防災係長	後藤 一寛（総務課課長補佐）
総務課課長補佐兼行政係長兼財政係長	岩下 徹（総務課財政係長）
健康推進課課長補佐兼国民健康保険係長	丸山 雄平（住民福祉課課長補佐兼人権同和啓発係長）
税務課課長補佐兼地籍調査係長	野尻 光也（建設課水道係長）
係長級	
総務課地域振興係長（草部出張所）	村嶋 立章（建設課住宅係長）
総務課総合調整係長	緒方 久哉（政策推進課企画政策係長）
財産管理課施設管理係長	津留 大輔（農林政策課農地係長）
政策推進課企画観光係長	馬原 孝平（総務課付（熊本県庁出向））
たかもりポイントチャンネル事務局情報管理係長	芹口 孝直（住民福祉課住民係長）
住民福祉課人権同和啓発係長	高崎 康誌（健康推進課介護保険係長）
住民福祉課住民係長	石田 昌司（健康推進課国民健康保険係長）
健康推進課介護保険係長	二子石 誠（総務課総務係長）
農林政策課有機農業推進係長	甲斐 武敏（財産管理課施設管理係長）
建設課住宅係長	野尻 典男（税務課地籍調査係長）
建設課水道係長	今村 親助（総務課地域振興係長）
係（参事・主査・主事）	
総務課行政係	久保田一也（総務課付（後期高齢者医療広域連合出向））
総務課行政係	今村 翔太（総務課地域振興係（野尻出張所））
総務課防災係	鷲尾 慎一（総務課総務係）
総務課財政係	代宮司 猛（教育委員会事務局学校教育係）
財産管理課財産管理係	津留 一勝（総務課総務係）
財産管理課施設管理係	荒牧 栄名（住民福祉課福祉係）
政策推進課企画観光係	山田 耕生（政策推進課企画政策係）
政策推進課企画観光係	入江 辰哉（総務課付（農林水産省出向））
住民福祉課福祉係	矢野友里絵（総務課付（新規採用））
税務課税務係	本田 忍（総務課地域振興係（草部出張所））
農林政策課農林振興係	村山 広樹（政策推進課まちづくり係）
建設課土木係	井芹 英憲（総務課付（新規採用））
会計課会計係	山本 泰斗（たかもりポイントチャンネル事務局情報管理係）
教育委員会事務局学校教育係	本田人史希（総務課付（新規採用））
総務課地域振興係（草部出張所）	甲斐 末久（再任用）

高森町新採用職員

と し き 人史希（主事）

新人職員の本田です。仕事に一生懸命励み、町のことを知っていきたく思います。



ほんだ 本田（高森町）

や の ゆ り え 矢野有里絵（主事）

高森町の更なる発展のために、先輩方に習いながら、全力で仕事を頑張っていきたいです。



やの 矢野（大津町）

い せ り ひで の り 井芹英憲（主事）

将来を担う子どもたちに「誇れる高森町」の実現のために一生懸命頑張りますのでよろしくお願い致します。



いせり 井芹（山都町）

消防

南部分署

☎(62) 9034

熱中症に
注意しましょう



暑さにバテ気味になっていませんか？そんな季節に注意してほしいのが熱中症です。毎年、多数の患者が搬送されますが、その内の約半数は高齢者が占めています。熱中症は屋内外を問わず、高温多湿が原因となって起こります。最悪、死に至る危険な症状です。

熱中症を防ぐポイント①屋内外問わず作業、運動を行う場合は適度な水分・塩分を補給する。②暑さを感じなくても無理な節電はせず扇風機やエアコンを使って温度調整をする。③疲労がたまっている時は、無理をしない。④通気性や吸湿性の良い服を着る。

熱中症になったときの処置▼涼しい場所に避難させる▼衣服を脱がし、身体を冷やす▼水分、塩分を補給（自力で飲めない、意識がない場合は直ちに救急要請）

暑さの感じ方は人によって違います。特に高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しているため、熱中症にかかりやすくなっています。喉が乾かなくても早めの水分補給をするなど、温度調整を行いましょう。周りの人達で予防を呼びかけ、防ぎましょう。



広告

高森寮

障害のあるご家族の生活や、今後のことについてお尋ねがありましたら、役場福祉係までご相談ください。

障がい者支援施設 高森寮

高森町色見822
TEL 0967-62-1780

町発注工事と業務委託契約状況

4月1日(一部)

※ 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 又は契約日	工事(業務委託)名	工 期	契約相手	請負代金
1	教育委員会	4月1日	校務支援システム(ゆうnet)サーバ利用契約	4月1日～平成28年3月31日	イクストライド(株)	648,000円
2	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森町町民体育館)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	298,080円
3	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森中央小学校協同調理場)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	492,480円
4	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森東中学校校舎)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	159,840円
5	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森中学校)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	324,000円
6	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森東中学校給食センター)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	220,320円
7	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森中央小学校校舎)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	292,032円
8	教育委員会	4月1日	浄化槽維持管理(高森東小学校)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	211,680円
9	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(草部生涯学習センター)	4月1日～平成28年3月31日	(株)イーエスピー	194,400円
10	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(湧水トンネル西側トイレ)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	142,560円
11	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(湧水トンネル南側トイレ)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	216,000円
12	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(湧水公園駐車場トイレ)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	236,088円
13	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(高森駅)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	324,000円
14	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(高森千本桜)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	112,320円
15	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(高森温泉館)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	846,720円
16	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(上色見総合センター)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	236,520円
17	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(色見総合センター)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	236,520円
18	財産管理課	4月1日	浄化槽維持管理(草部総合センター)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	148,176円
19	税務課	4月1日	固定資産管理システム運用支援保守業務	4月1日～平成28年3月31日	(株)九州不動産鑑定所	579,960円
20	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(横町A団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	596,160円
21	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(旭A団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	596,160円
22	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(町園団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	163,296円
23	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(街中A P)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	111,456円
24	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(下町A団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	388,800円
25	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(下町B団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	388,800円
26	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(駅前団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	150,336円
27	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(下町団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	388,800円
28	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(須坂B団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	209,520円
29	建設課	4月1日	浄化槽維持管理(須坂団地)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	544,320円
30	住民福祉課	4月1日	浄化槽維持管理(上在老人憩いの家)	4月1日～平成28年3月31日	(有)大阿蘇清掃社	123,120円



Kusamura Daisei

5月21日～6月20日

町長のうごき

- 56回の公務・会議への参加の一部です。
- 他、47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100万円です。
残りの額は **928,436円** です。

日付	金額	分類	主な内容	備考
6月9日	3,000円	御樽	平成27年度風鎮太鼓保存会総会	風鎮太鼓保存会
6月10日	5,000円	御樽	平成27年度高森町観光協会総会	高森町観光協会

※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 **194,000円** です。

金額	分類	主な内容	備考
22,000円	弔費	香典代	11件

5月22日(金)	阿蘇南郷檜ブランド化推進協議会 理事会／阿蘇広域事務組合正副管 理者会議(阿蘇市)
5月26日(火)	国道57号線期成会理事会・総会／ 中九州高規格期成会理事会・総会 (大津町)
5月28日(木)	全国治水砂防協会総会(東京都)
6月2日(火)	南阿蘇鉄道軌陸車納車式
6月3日(水)	高SPO総会
6月4日(木)	阿蘇地域主要事業説明会
6月6日(土)	阿蘇スーパーカーデラマソン
6月8日(月)	青少年育成町民会議総会／町人権 同和教育推進協議会総会
6月9日(火)	県野菜振興協合理事会役員会(熊本市)
6月15日(月)	町体育協会総会
6月17日(水)	自衛隊県防衛協会総会(熊本市)
6月19日(金)	町老連ゲートボール大会／阿蘇食 品衛生協会高森支会総会

みんなの掲示板

歌詠み

肥後狂句(阿蘇御神火会)



詳しくは	吾がこっだけは知らっさん	市原 正成
詳しくは	隠し味まで言い当てた	大塚ほたる
すみません	こんなに震えとりますが	桐原 白酔
冷や汗	隣の客はわが嫁ご	久保 静子
男は損	孫は祖母にイなついとる	倉石 晴代
すみません	脈に刺さらん注射針	後藤 信子
今度から	焼酎瓶に目盛りつけ	佐藤多可雄
男は損	レディースデイの多かつ	古木えつほ
男は損	悪い所は皆俺似	松山キヨ子

第十回特別弔慰金の支給

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法」による弔慰金の受給権を取得した方

① 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

② 戦没者等の子

③ 戦没者等の▼父母▼孫▼祖父▼兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

④ 以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)

請求期間

平成30年4月2日まで

住民福祉課福祉係

☎(62) 1111 内線132

節電のお願い

7/1～9/30

生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲で、可能な限りの節電をお願いします。

9時～20時 ※特に13時～17時(ピークは16時台)

九州電力

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)	本川サツエ	92歳	本川 一徳
下 切 (下 切)	甲斐ミナル	96歳	甲斐 盛幸
色 見 (小倉原)	村上 エミ	80歳	村上 公夫
高 森 (上 在)	中川ユリ子	81歳	中川 栄治
河 原 (河 原)	後藤 慧	89歳	後藤 孝市
高 森 (旭 通)	秋山喜恵子	74歳	秋山 勝男
高 森 (下 町)	榎木野 博	78歳	榎木野ナツミ
高 森 (昭 和)	後藤ナツエ	75歳	後藤 季良

愛

の
ご
寄
付

(敬称略・順不同)

町社会福祉協議会へ

27会

香典返し

住吉フキ子
本川 誠
村上 公夫

山室ミサ子
本川 一徳

興呂木正人
甲斐 盛幸

広報寄付

岩下 正男 (埼玉県三郷市)

高森カレンダー

7月16日～8月15日

7月	July		
16 ㊦	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター
17 ㊤	パパママセミナー妊娠編	19:00～	高森総合センター 和室
23 ㊦	移動子育てひろば	10:00～	朋遊館
24 ㊤	年金相談	10:00～	高森総合センター 中会議室
26 ㊦	ヤマメのつかみ取り大会	10:00～	高森湧水トンネル公園

8月	August		
2 ㊦	健診結果説明会 (高森)	9:00～	高森総合センター
3 ㊦		9:00～	
4 ㊦	健診結果説明会 (自然学校)	9:30～	高森自然学校
	健診結果説明会 (朋遊館)	13:30～	朋遊館
6 ㊦	移動子育てひろば	10:00～	草部総合センター
	3歳6か月児健康診査	13:00～	高森総合センター 和室
11 ㊦	7～8か月児健康相談	9:30～	高森総合センター 和室

休日在宅医

診療は午前9時から午後5時まで



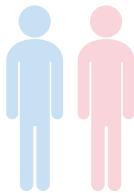
月日	病・医院名	電話番号
7月19日	藤本医院	☎0967 (67) 0020
7月20日	平田医院	☎0967 (62) 0216
7月26日	のむら内科クリニック	☎096 (292) 2250
8月 2日	阿蘇立野病院	☎0967 (68) 0111
8月 9日	寺崎内科胃腸科クリニック	☎0967 (62) 0378

平成 27 年 5 月 31 日現在

(対前月末)

まちの
人口

人口 / 6,865人 (△5)
男性 / 3,273人 (△3)
女性 / 3,592人 (△2)
世帯 / 2,883世帯 (+8)



高森町消防団 渡邊博実新団長のあいさつ

5月1日(金)、高森総合センターで行われた辞令交付式にて、吉良嘉人さんの後任として渡邊博実さんが団長に就任しました。



団員各位が、日頃から機械等の点検を行い、有事の際に速やかに消火活動ができるよう徹底したいと思います。また、町民の方々に安心感を与え、信頼される消防団でありたいと思います。

高森町消防団団長 渡邊博実

【高尾野部落】道標(道案内表示板)を製作

3月、黒岩峠(清栄山)から高尾野部落までに、手作りの道標が設置されました。

このあたりでは、「高森殿の杉」や「大イチョウ」などの観光スポットに来町者が増えている一方、道に迷って周囲に道を尋ねる人が多くいました。高尾野部落では会合の結果、道標を設置することに決め、部落内で杉の木を用いて4つの道標を製作。近くを通られる際は、“どっしり”と構える道標を、皆さんも見つけてみませんか？



編集後記

6月は、梅雨時期ともなり、雨の日が長く続きました。やはり、家のドアを開ける機会が減ってしまいました。皆さんはどんな風に雨の日を過ごされたのかお聞きしたいです。さて、今月号は高森町の食改が毎年発行する「ふきのとう」を誌面に取り入れました。皆さんも町内のイベント等でオレンジのエプロンを来た女性たちを見かけられた事があるかと思います。そんな会員の活動を知ってもらえたらと思います。

広報

た か も り

7

平成 27 年 7 月 6 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

携帯電話からのHPアクセスはこちら▶

