

A public relations magazine

広報

野の花と  
風薫る郷から

# たなか七り

平成25年

8

August

No.648

## 水の恵みに親しむ

第18回 高森湧水トンネル公園 七夕まつり

# 基本条例の制定について

制定されました。

調査研究の結果を踏まえ取りまとめたもので、「観光立町」に関する長期的な方を実現するための「町づくり」において重要な条例です。

推進計画」を策定することとしています。

討を行っており、本年度中に策定する予定です。

ページに掲載しております。

■お問い合わせ先 政策推進課 商工観光係 TEL (62) 1111 (内線 155)

## 第2章 基本的施策

### 第1節 競争力の高い選ばれる観光地の形成

#### 選ばれる観光地の形成【第8条】

重点的施策

- 魅力ある食文化の形成
- 湧水、景観及び史跡を活用した観光拠点の整備
- 観光旅行者との交流及び地域特産物の販売のための施設整備

#### 新たな観光旅行の分野の開拓【第9条】

- 自然体験活動、農林水産業に関する体験活動等を目的とする観光旅行 等

#### 景観の保全【第10条】

- 屋外広告物に関する制限 等

### 第2節 観光事業の競争力の強化と人材の育成

#### 観光事業者等による取組みの促進【第11条】

- 観光事業者等の連携の推進
- 観光事業者等による組織作り
- 当該組織の効果的な運営 等

#### 接遇の向上【第12条】

- 接遇に関する教育の機会の提供
- 観光資源の紹介の強化 等

#### 人材の育成【第13条】

- 観光に関する事業に従事する者等関係者の知識及び能力の向上 等

### 第3節 観光旅行の促進のための環境の整備

#### 広報宣伝活動【第14条】

- 情報通信技術を活用した広報宣伝活動 等

#### 国際観光の振興【第15条】

- 海外観光事業者等への情報提供
- 外国語での観光案内設備の整備 等

#### 利便性の増進【第16条】

- 高齢者など特に配慮を要する観光旅行者が円滑に利用できる旅行関連施設及び公共施設の整備 等

#### 観光旅行の安全の確保【第17条】

- 災害等の発生状況に関する情報提供 等

#### 町民の理解を深めるための措置【第18条】

- 町民に対する広報、情報提供 等

## 第3章 高森町観光立町推進会議【第19条～23条】

- 町長の諮問の応じ、観光立町の実現に関する重要事項について調査審議
- 観光立町の実現に関する重要事項に関し、町長に意見を述べる

## 第4章 雑則【第24条】

## 附則

具体化

# 高森町観光立町推進

6月に開催された町議会定例会において、「高森町観光立町推進基本条例」がこの条例は、昨年一年間、町と財団法人地方自治研究機構とで実施した共同向性を示す基本となる考え方や施策が含まれており、町長が進める「観光立町今後、この条例を基に、観光立町実現のための施策を具体化した「観光立町この「観光立町推進計画」については、ワーキンググループを立ち上げて検条例の概要については下記のイメージ図のとおりです。なお、条文はホーム

## 前文

- ・本町は景観、歴史、食など多くの観光資源に恵まれており、観光による地域活性化が期待される。
- ・一方で、町内への観光旅行者数は伸び悩んでいる。
- ・状況を打開するためには、「選択と集中」による効果的な施策の実施と、町民一体となった観光振興の取組みが必要。
- ・子どもたちが住み続けることができる豊かで活力ある高森町を目指し、この条例を制定する。

## 第1章 総則

### 目的【第1条】

観光立町に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、子どもたちが住み続けることができる豊かで活力ある高森町の実現に寄与する。

### 基本理念【第2条】

- 観光立町の実現に効果的な施策を選択し、資源を集中的に投入する
- 資源の保全などの取組みと併せて、観光立町が持続可能なものとなるよう配慮する
- 産業の分野を超えて町民が一体となって楽しみながらまちづくりを進める

#### 町の責務【第3条】

- 町は、施策を総合的に策定、実施
- 国及び他の地方公共団体との連携協力を努める

#### 町民の役割【第4条】

町民は、町が実施する施策に協力するよう努める

#### 財政上の措置

##### 【第5条】

町は、必要な財政上の措置を講ずる

#### 年次報告

##### 【第6条】

町長は、観光立町に関する施策の実施状況について毎年、議会に報告

### 観光立町推進計画【第7条】

- 一定期間の観光立町の実現に関する
  - (1) 基本的な方針
  - (2) 目標
  - (3) 具体策 を定める
- 計画を定めるときは高森町観光立町推進会議の意見を聴く
- 毎年、計画の実施状況について推進会議に報告

施策の

意見聴取

状況報告

# 特別警報が始まります。

特別警報が発表されるまで（大雨の場合のイメージ）

## 気象台が発表する気象情報

大雨に関する気象情報  
警報・注意報に先立ち発表

## 大雨注意報

警報になる可能性がある場合はその旨記述

## 大雨警報（土砂災害）

大雨の期間、予想雨量、警戒を要する事項などを示す

## 大雨警報（浸水害）

## 土砂災害警戒情報

土砂災害の危険度が、さらに高まった場合に発表

大雨がさらに降り続き、  
重大な災害が起こる危険性が非常に高まる

## 大雨特別警報

あらかじめ、取るべき行動を考えておきましょう。

ただちに  
命を守る行動を！

特別警報は行政機関や様々なメディアを通じて伝えられます。情報収集に努めてください。



テレビ



ラジオ



インターネット



## 特別警報の伝達の流れ

気象庁

自治体

報道機関

住民

■お問い合わせ先 総務課 総務係 TEL(62)1111(内線114)

**警報の発表基準をはるかに超える現象に対して、特別警報を  
発表します。**

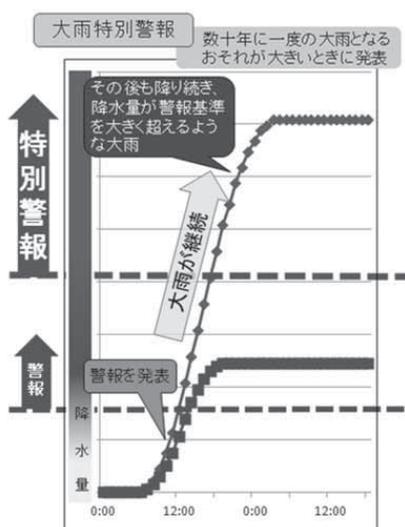
特別警報は、「東日本大震災」における津波や、「平成 23 年台風第 12 号」による豪雨、「伊勢湾台風」による高潮のような、**警報の発表基準をはるかに超える異常な現象**が予想され、重大な災害が起こるおそれ著しく大きい場合に発表されます。

警報の発表基準をはるかに超える現象に対して、甚大な災害が発生する危険性を十分に伝えることができない。



「特別警報」を新設し、災害発生の危険性を分かりやすく伝える。

特別警報のイメージ



特別警報に相当する大雨の例



平成 23 年  
台風第 12 号



平成 24 年 7 月  
九州北部豪雨

※特別警報の発表基準は自治体と調整した上で決定します。決まり次第、気象庁ホームページ、広報紙等でお知らせします。

**特別警報が発表されたら、身を守るために最善を尽くしてください。**

- 経験したことのないような激しい豪雨や暴風など異常な気象現象が起きそうな状況です。ただちに命を守る行動をとってください。
- 周囲の状況や市町村から発表される避難勧告等の情報に留意し、ただちに避難所へ避難するか、すでに外出することが危険な状態のときは、無理をせず家の中のより安全な場所にとどまってください。
- この数十年間災害の経験がない地域でも、災害の可能性が高まっています。油断しないでください。



# 高森町 地域包括支援センター 便り

## 認知症を正しく理解しましょう！

認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態（およそ6ヶ月以上継続）を指します。

認知症を引き起こす疾患は数多くあり、その症状もさまざまですが、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患（アルツハイマー病、前頭・側頭型認知症、レビー小体病等）」と、脳の疾患により神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その結果、神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまったりする「血管性認知症」に大別することができます。

## 家族が認知症と診断されたら…

認知症は、高齢者の10人に1人が発症すると推計されており、誰もが発症する可能性のある身近な病気です、特別な病気ではありません。

しかし、家族の中に認知症の症状が見られるような人がいても、家族としては認知症と診断されるまで認める気持ちにはならないことでしょう。

また、認知症と診断されてもすぐに受け入れることは簡単でないと思いますが、今後どのような症状がでてくるのか、その時にどう対応したらいいかを知ることが、認知症の人が穏やかに日々を過ごすために重

要なことであり、介護者の負担軽減にもつながります。

介護する家族は、近所の人や親類が理解してくれないことや、将来への不安、介護サービス等の利用にともなう経済的負担、趣味の時間が持てないという不満等、大きなストレスを抱えていると思います。

そこで、高森町では「認知症の人の家族の集い」を定期的に開催しております。

認知症のさまざまな症状からの行動に困惑したり、対応に悩んでいたりしていませんか？

一人で悩まずに、同じ介護をしている仲間と語り合いませんか？

## 認知症の人の家族の集い

● 日 時：8月22日（木）

午後1時30分～午後3時30分

● 場 所：高森町芙蓉館

（高森町社会福祉協議会）

● 対象者：認知症の人を介護している人、認知症と診断された人の家族など

● 内 容：認知症の人と家族の会相談員による相談及び事例紹介、意見交換等

● 予約の必要はありません。直接会場にお越しください。

## 介護保険・被保険者説明会について

高森町では、満65歳を迎え、介護保険の第1号被保険者となった人を対象に、3カ月毎に「介護保険被保険者説明会」を開催しています。

説明会では、介護保険制度や介護保険料などの説明や、血圧測定や血糖値測定などによる健康教室、認知症についての講話などを行っています。

本年度も次の日程で開催予定です。対象者にはご案内しますので、是非ご参加ください。

## 65歳到達説明会の開催日程

● 7月～9月生まれの方

8月28日（水）（予定）

● 10月～12月生まれの方

11月開催

● 1月～3月生まれの方

2月開催



## 高森町地域包括センター

高齢者一人暮らし、二人暮らし、昼間の一人暮らし、認知症などの相談を受け付けています。

■受付日時 祝祭日・年末年始を除く  
月曜～金曜 午前9時～午後5時

電話 (62) 1111 (内線125)

## 高森町の高齢化率（平成25年6月末日現在）

世帯数 2,833世帯				
人 □	男性	女性	計	比 率
	3,347人	3,692人	7,039人	
65～74歳	440人	511人	951人	13.5%
75歳以上	560人	918人	1,478人	21.0%
計	1,000人	1,429人	2,429人	34.5%

高齢者福祉・介護保険については、介護保険係(62)1111(内線127、128)までお気軽におたずねください

# 熱中症を防ぐために

## ～住民の皆さまに取り組んでいただきたいこと～

熱中症の発生は7～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めてください。

- 熱中症は、適切な予防をすれば防ぐことができます。
- 熱中症になった場合も、適切な応急処置により救命することができます。
- 一人ひとりが、熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけあって、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

### 熱中症とは……

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わさることにより、熱中症の発生が高まります。
- 屋外活動に限らず、就寝中など室内で熱中症を発症し、救急搬送されたり、不幸にも亡くなられた事例が報告されています。

急に暑くなった日は特に注意！

室内にいるときも注意が必要！

### 熱中症の予防法

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

#### 水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給  
※高齢者、障害児・障害者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を。

#### 体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定  
(特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども)
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

#### 熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保  
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)
- こまめな室温確認、WBGT値(\*)の測定

#### 外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

無理をしてエアコンを使わないと体調を崩すことがあります！

※ WBGT 値：気温、湿度、輻射熱から算出される暑さ指数で、熱中症予防のために運動や作業の強度に応じた基準値が定められています。

### 熱中症になった時の処置は…

1. 涼しい場所へ避難させる
2. 衣服を脱がせ、身体を冷やす
3. 水分・塩分を補給する

自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう！



## ☆高 SPO ホームページが立ち上がりました☆

高 SPO のホームページができました！日々の活動やイベントなどの情報を中心に更新していきます。チェックしてみてください。

<http://www.takaspo.jp/> にレッツアクセス！！

## ☆高 SPO でイベントに参加しました☆

6月22日（土）、県民総合運動公園スポーツ広場でキッズ・ジュニアサッカー大会チャンピオンリーグにキッズ・ジュニアサッカー教室から5チーム参加しました。

たくさんの方々に協力をいただき、ありがとうございました。



◎阿蘇地域が世界農業遺産に登録されたことを記念して

8月25日、夏休み最後の日曜日にキッズ・ジュニア

サッカー大会を月廻り公園で開催します！

詳しくは、上記ホームページから「参加チーム募集」をご覧ください。

## ☆教室紹介☆

今回、紹介する教室は ソフトボール教室 です！



毎週水曜日の19:00から、町民グラウンドで行われています。小学3年生以上が対象で、ソフトボールの魅力を感じ、楽しみながら活動しています。

興味がある方は見学や体験だけでも、ぜひお越しください！みんなでソフトボールを楽しみましょう！

お問い合わせは、高 SPO 事務局 (62) 2991 までご連絡ください。

第35回「全日本中学生水の作文コンクール」  
熊本県最優秀賞「水の作文大賞」受賞作品

「人と自然と水の関係」

高森東中学校 三年 芹口 美那さん



8月1日～7日  
の「水の週間」に  
あわせ、「第35回全  
日本中学生水の作  
文コンクール」が

開催されました。厳正な審査の結果、高森  
東中学校三年の芹口美那さん（大字芹口）  
が、熊本県の地方審査で最優秀賞の「水の  
作文大賞」を受賞し、7月28日に授賞式が  
行われました。

「ゲコツ、ゲコツ」

と蛙が鳴いています。田植えの季節  
になると蛙がでてきて大合唱をはじ  
めます。その声を聞くと、もうすぐ  
梅雨になってあつという間に夏にな  
るんだらうなと思います。

私の住んでいる地区は周りを豊か  
な自然に囲まれています。私は棚田  
のある所を散歩していました。棚田  
には水が張ってありました。ちよう  
ど夕方で棚田に夕焼けが映ってお  
り、周り一帯がオレンジ色のような、

赤色のような色に優しく包みこま  
れました。棚田は空を映しだす鏡のよ  
うだなと思いました。夏になると棚  
田は鮮やかな緑色をした苗に埋めつ  
くされます。その上を吹く風は涼し  
く、気持ちがいいです。すがすがし  
い気持ちになります。秋は、黄金に  
輝く棚田が見られます。黄金色の棚  
田の上を赤とんぼが飛びます。私の  
住む地区のお米はとてもおいしいで  
す。こんな体験ができるのも、きれ  
いな水があるからだと思います。

この水は、自然の力だけで私たち  
の地区に与えられているのではあり  
ません。私たちの地区には「白水  
路」というものがあります。昔、こ  
の地区は畑作地帯で、水田が少なく  
貧しい農家が多かったそうです。そ  
のため「後藤廣太」さんという人が  
水路を作られたと聞きました。私た  
ちの先祖は、自然に手を加え調和し  
ながら、里山の自然を守ってきました。

二〇一二年、七月十二日に九州北  
部豪雨が阿蘇を襲いました。阿蘇市  
内にある私の母の実家も被害にあ  
いました。十二日の朝、祖母から電話  
がありました。母と父と私で祖母達  
に会いにいきました。避難所にはた  
くさんの人がいました。みんな驚き  
をかくせない様子でした。テレビの  
ニュースを見ると「経験したこと  
のない大雨」と表示されていました。  
二、三日たつて現場が落ち着いたの  
を確認し、実家に行ってみました。

いつも遊びに来ていた家はそこには  
ありませんでした。裏山から大きな  
石や杉の原木が流されてきました。  
冷蔵庫やテレビなど、見慣れたもの  
が土砂に埋まっていました。思い出  
の写真などもそこにあありません。私  
はショックで言葉になりませんでした。  
た。目の前にある光景が信じられま  
せんでした。危険なので近くに寄れ  
ませんでしたが。私は、水の怖さをあ  
らためて知りました。

根の張りが弱い杉を急斜地に植林  
した事により、長時間続いた雨の水  
分を保持できずに土砂崩れが起きた  
のではと言われています。祖母の家  
の跡にも大量の杉と土砂が流れてき  
ていました。また、地球温暖化の影  
響で海水が温められた大量の水蒸気

をふくむ「湿舌」という現象が起こ  
り、阿蘇地方に大量の雨雲が長時間  
にわたり流れ込み続け、水害になっ  
たという報道があったのを覚えてい  
ます。祖母も一晩中、大量の雨が降  
り続いていたと話していました。避  
難する時も道路が川のようにだつた  
し、稲光で明るかったと言っていま  
した。水は私たちの生活に恵みだけ  
でなく、大きな災いをもたらすもの  
であることに気付かされました。

水は、私たちの生活に必要なもの  
です。きれいな水を作るには自然  
が大切です。その自然を守るために  
は、人が守る必要があります。けれ  
ど、手を加えすぎてもいけません。  
逆に、手を加えすぎないのもいけま  
せん。自然と人間との「調和」が大  
切だと思います。私の住んでいる所  
は、その調和のとれたすばらしい里  
山です。でも、母のふるさとと同じ  
ようなきれいな水が流れ、ホタルの  
飛び交うすばらしい里山でした。で  
も少しのバランスがこわれ、大きな  
災害をもたらしました。私たち人間  
は、自然を大切にし、自然の balan  
s を保つていくことを忘れないよう  
にしなければなりません。身近なと  
ころから、また地球規模で、そのこ  
とを考えていきたいと思えます。

# 伝えたい、伝統芸能の心

高森町伝統芸能連絡協議会会長 本田 研一

今、発掘作業がおこなわれています。

それは弥生時代中期から後期にかけての遺跡。およそ二千年前から千八百年前にかけて栄えた、集落跡です。発掘される一つ一つの遺物には、南北九州の特徴的な造りといえるものが見受けられ、それは交流によってなしたものであるばかりか、朝鮮半島の影響下にあった、鉄製のものまで発見されています。

ここは幅・津留遺跡。毎年八千件にのぼる日本国内の発掘調査のなかで、文化庁編集による「発掘された日本列島2013新発見考古速報」に紹介されており、国が認めた重要な遺跡であります。

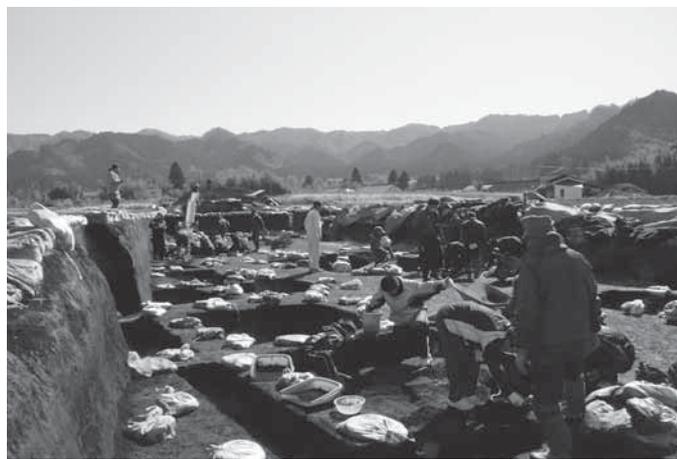
幅・津留遺跡の地理的概況等を説明しますと、それは南阿蘇村を經由して延びる、道路工事に伴う事前調査によって発見されました。ちなみに、「幅」とは南阿蘇村の小字名です。

幅・津留遺跡の近くを沿うように流れる冬野川は、やがて段下に位置する南阿蘇村の市下神社横へ流れます。その市下神社の門柱から眺めると、真正面に幅・津留遺跡が見えます。この門柱から直線上に、遺跡が存在します。

東西に発掘調査が進む中、すでに西部の南阿蘇村側は終了し、舗装された道路が走っています。今は高森町側、津留地区が発掘されています。

この発掘現場からは、根子岳、阿蘇の山々、そして立野まで四方を見渡す事ができ、要塞として重要な位置にあったことを、伺い知ることができます。

しかし東西に分けた発掘過程で、西側のムラは環濠を備え、外部からは容易には侵入できないようになっていました。一方、東のムラには区画溝があり、いつでも入っていきける浅いものでした。東のムラが形成さ



▲発掘作業が進む幅・津留遺跡（高森・津留）

れたときには激しい戦いはなかったのかもしれない。

出土遺物から東・西のムラで使用していた道具が異なっていたことがわかりました。西のムラでは磨きあげた矢尻など石の道具が中心で、東のムラでは鉄の道具が中心でした。このことから、西のムラから東のムラへと移り住んだと考えられます。ここまではつきりと道具の変遷がわかる遺跡は大変珍しいそうです。

東のムラ、すなわち津留地区の特徴として、鉄製の道具が多く発見さ

れています。石器が多く使用されていた西のムラに比べると、外部からの文化的な進入あるいは交流がより進歩し、朝鮮半島との直接的な交流があったのかもしれない。

もっと大規模な鉄を作る作業場でも見つければと、思っています

幅・津留遺跡の特徴は、九州の中央部、阿蘇カルデラ内にある弥生時代中期から後期の大集落です。カルデラ内の南の平野部では最も高い東端にあり、周囲に点在する弥生集落を一望できます。

幅・津留遺跡は、弥生中期から後期にかけて発展してきました。その後の古墳時代につくられた墓地在、高森中央小学校で発見され、現在含蔵寺に太刀等が保管されています。このように、本町には幅・津留遺跡から発したであろう、多くの遺産がのこっています。

やがて道路となるであろう、この貴重な遺産を後世に残すには、どうしたらいいのでしょうか。

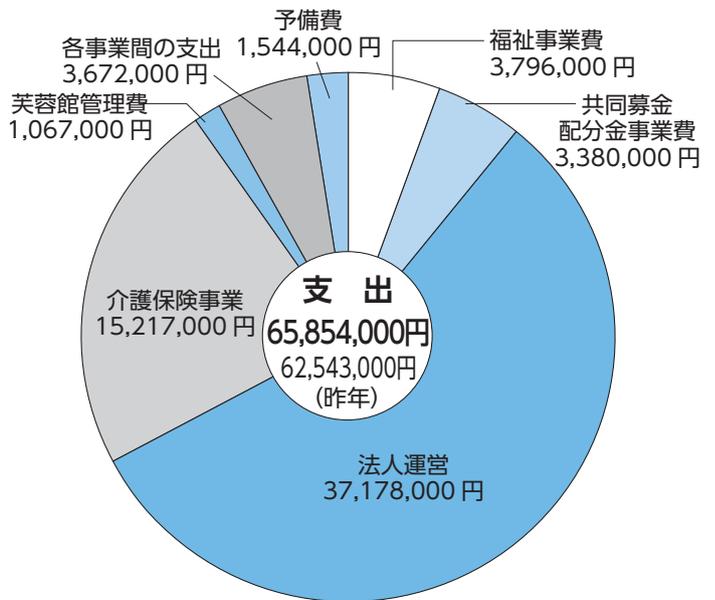
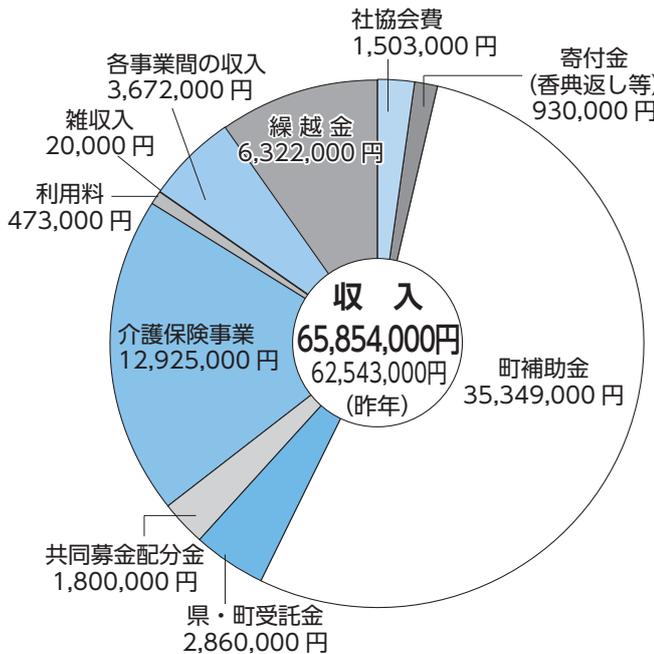
（参考）文化庁編・「発掘された日本列島2013新発見考古速報」



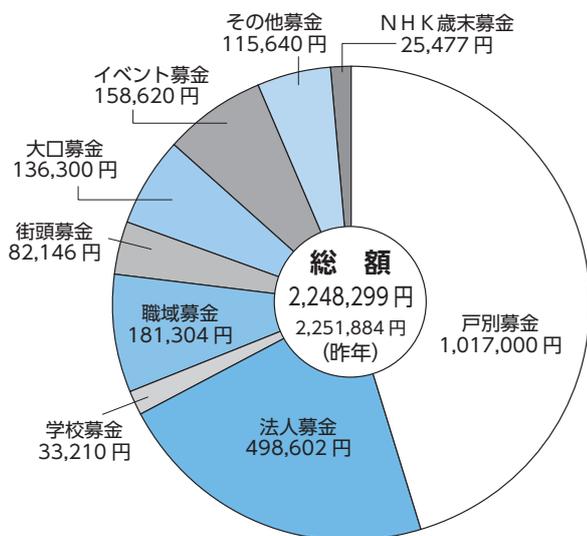
# たかもり社協だより

社協は、町民の皆さまからの『寄付・社協会費・赤い羽根共同募金』で支えられています。

## 平成25年度 高森町社会福祉協議会 収支予算書



## 赤い羽根共同募金 ありがとうございました。



## 高森町社会福祉協議会事業計画基本方針

社会福祉協議会は、『あたたかく心ふれあう、ハートある地域づくりをめざして』を基本目標として、地域の安心・安全な町づくりを進めます。

少子高齢化の進行と単身世帯の増加する中、住民間の『共助』機能が低下し、地域課題が多様化しています。

このような状況の中、誰もが安心して暮らすことのできる町づくりのためには、小地域を基盤とした近隣の見守り・助け合い活動や福祉ニーズの発見・把握・災害時の対応(防災)など小地域活動がますます重要性を増しています。

社会福祉協議会では、福祉を取り巻く環境の変化によって生じてくる地域課題の解決にむけて、地域福祉の進行役として中核的な役割を果たすために、住民、駐在員・民生委員児童委員、行政や関係機関、ボランティア団体、社会福祉施設などと協働・連携を強め、地域住民と共に様々な事業を通じて、地域福祉の推進を組織的に進めていきます。

# 法律問題

## — 相続（遺言その2） —

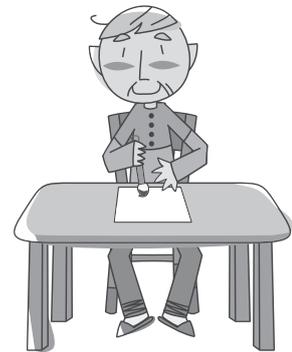
Q Aさん（70歳、男性）「将来に備えて遺言を作っておこうと考えているのですが、どのようにして遺言を作ればいいのでしょうか？（7月号の続きです）」

遺言の種類には、7月号で紹介した自筆証書遺言（日付や氏名などをすべて遺言者自身で記載し、署名の下に捺印して作成する遺言）の他、公正証書による遺言（以下「公正証書遺言」といいます。）があります。

公正証書遺言とは、遺言者が遺言の内容を公証人に口述し、公証人がこれを筆記し作成する遺言です。公正証書遺言には以下のような利点があります。

1. 遺言者自身、文字を書くことが困難な場合でも遺言書の作成が可能。
2. 作成過程に法律の専門家である公証人が関与しますので、遺言者が自ら作成する自筆証書遺言に比べ、方式や内容の不備がなく遺言が無効となる危険が避けられる。
3. 一部の相続人による偽造・改ざんのおそれがない。
4. 自筆証書遺言の場合には必要とされる、家庭裁判所での手続が不要。

ただし、公正証書遺言の場合、その作成には一定の手数料が必要となることと、公証人の関与や2名の証人の立会いといった厳格な手続きが必須であることには、注意が必要です。



法テラス高森法律事務所

## 阿蘇世界文化遺産リレーコラム ～守っていききたいわがまちの景観と人々～

コラム第11回

「きよらかな水の恵みと井手のある景観」

担当：南小国町

南小国町は九州の最大河川、筑後川の最源流域です。南小国町の原野や山林に降った雨が地下水となり、豊富な湧水が川となって、南小国町の田畑を潤しています。

南小国町で欠かせない水利システムが「井手」です。上流の河川から取水し、山並みや道路に沿って水路が美しい水を集落内の田んぼへと運びます。田畑への配水だけでなく、洗い場や炊事場、中には芋車を設置するなど様々な用途に用いられ、井手の仕組みを整えた先人の技術と労力によって南小国町の生業が支えられています。各集落では井手に水神様をお祀りし、地域の人々みんなで定期的に清掃するなど、今も生活の一部として大切に受け継がれています。

### 「世界遺産こぼれ話」 Vol.3 ー世界文化遺産を構成する資産についてー

去る7月10日に、世界文化遺産を目指す「阿蘇」の構成資産である「豊後街道」が国史跡に指定されました。

世界文化遺産の話題でよく耳にする「構成資産」。これは世界文化遺産を構成する資産のことで、その世界文化遺産の価値を証明する重要な役割を果たします。世界文化遺産は、国から史跡・重要文化財・天然記念物・名勝等に指定された、いくつかの構成資産で成り立ちます。

今回の指定は、今年3月に阿蘇市、南阿蘇村の「米塚」及び「草千里ヶ浜」が国名勝及び天然記念物に重複指定されたことも併せて、「阿蘇」の世界文化遺産への取り組みが実を結んだものです。

今回は、「豊後街道」の概要・指定地域等について取り上げます。



◆ 次回のコラムは、小国町が担当します。



# 町長のうごき

(6月21日~7月20日)

- 62回の公務・会議への参加の一部です。
- 他、57回の準公務・政治活動への参加を行いました。

- 6月21日(金) 高森町文化協会総会
- 6月22日(土) 在熊阿蘇高森会(熊本市)
- 6月23日(日) はなしのぶコンサート
- 6月27日(木) 阿蘇ジオパーク推進協議会総会(阿蘇市)
- 7月1日(月) 高森町虐待防止対策協議会
- 7月4日(木) ~6日(土) 東京都出張(国土交通省)
- 7月7日(日) 太田国土交通大臣視察同行(阿蘇市)
- 7月11日(木) 大阿蘇絵画展総会
- 7月17日(水) 観光立町推進会議
- 7月18日(木) 南阿蘇観光協会連絡協議会総会(南阿蘇村)

## 町長交際費

(平成25年度 6月21日~7月20日)

交際費の予算は1年間で100万円です。  
現在の残りの額は86万5,800円です。

日時	金額	分類	主な内容	備考
6月21日	4,200円	土産品代	町長を表敬訪問した韓国九州縦断ツアー代表者への土産代	(株)善良な旅行
7月11日	11,000円	協賛金	風鎮祭チビっ子スケッチ協賛金 風鎮祭造り物特別賞	風鎮祭実行委員会

- ※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

(平成25年度 6月21日~7月20日)

予算は1年間で24万円です。(交際費の内の弔費分です)  
現在の残りの額は19万6,000円です。

金額	分類	主な内容	備考
8,000円	弔費	香典代	——

## 世界農業遺産学習会

### 「生きている遺産」を 次の世代へ

6月28日、高森総合センターで「世界農業遺産学習会」が行われました。



▲谷川副支部長からあいさつがありました

これは、JA阿蘇青壮年部高森支部が「世界農業遺産の意義と活用方法」について、地域の理解を深めることを目的に開催されたものです。

阿蘇地域世界農業遺産推進協議会より、「世界農業遺産は次世代に継承すべきシステムの認定であり、『生きている遺産』といえる」とあいさつ。阿蘇地域の認定までの歩みが紹介されました。

また、世界農業遺産の活用について、「阿蘇で行われている農業が『世界のモデル』であると誇りを持ち、観光客や消費者に対し世界農業遺産のすばらしさを伝えてもらいたい」と訴えました。

## 社会を明るくする運動強化月間 非行や犯罪のない社会へ

7月は「社会を明るくする運動強化月間」。“犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ”をテーマに全国的な運動が展開されています。

7月2日には、阿蘇保護司会南部分会と高森町更正保護女性会が高森町役場を訪れ、啓発キャンペーンを行いました。



▲役場をはじめ、町内各所で明るい社会づくりを訴えました

## 高森湧水トンネル公園 セタまつりをPR ロアッソ熊本の試合を町が応援



▲短冊に願いを託し、笹に飾り付けていました

6月29日、うまかな・よかなスタジアム（熊本市）で「ロアッソ熊本対ヴィッセル神戸戦」が行われ、高森町は会場に笹とセタ飾りを設置し、観戦者にチラシと願い事を書く短冊を配るなど、セタまつりのPR活動を行いました。



▲高森町のマスコット「風まる（=写真中央）」もデビュー

## 全国高校総体(インターハイ)に出場!!

7月31日から行われた全国高校総体(インターハイ)に、高森町出身の選手が出場しました。

### ソフトボール女子 文徳高校

- 3年 仁田水世央さん(高森・旭通)
- 1年 後藤 悠里さん(上色見・前原)
- 1年 住吉 菜奈さん(高森・下町)

### ボート男子 熊本学園大学

- 2年 松木 健汰郎君(高森・昭和)

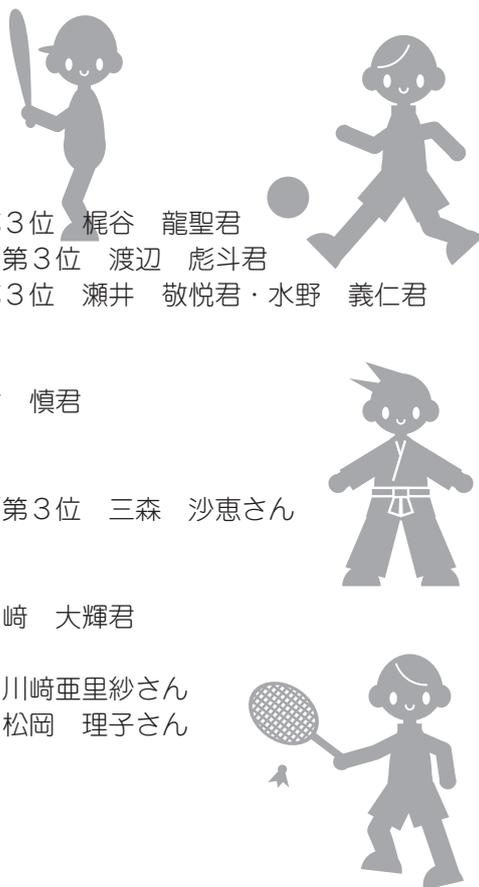


仁田水 世央さん

## 阿蘇郡市中体連大会の結果

### <高森中学校>

ソフトボール(団体女子)	準優勝	
サッカー(団体男子)	第3位	
バスケットボール(団体女子)	第3位	
剣道(団体男子)	優勝	
(個人1年男子)	準優勝	矢田 真輝君/第3位 梶谷 龍聖君
(個人2年男子)	優勝	杉田 龍太郎君/第3位 渡辺 彪斗君
(個人代表男子)	優勝	梶谷 彪雅君/第3位 瀬井 敬悦君・水野 義仁君
柔道(団体男子)	準優勝	
(個人男子55kg)	準優勝	荒牧 優斗君
(個人男子66kg)	第3位	山室 航君・山村 慎君
(個人男子90kg)	準優勝	桐原 航太君
(団体女子)	優勝	
(個人女子52kg)	準優勝	荒牧真歩美さん/第3位 三森 沙恵さん
(個人女子63kg)	優勝	荒牧 美咲さん
バドミントン		
(男子ダブルス)	第3位	永田 青鳥君・川崎 大輝君
(団体女子)	優勝	
(女子ダブルス)	優勝	堀田沙弥佳さん・川崎亜里紗さん
空手道(男子代表組手)	第3位	工藤 瑞希さん・松岡 理子さん
(男子個人形)	第3位	吉永 和総君
	準優勝	荒牧 心優君



### <高森東中学校>

バドミントン(団体男子)	優勝	
(男子ダブルス)	優勝	下田 佑一君・西田 匠吾君
	準優勝	馬場 航希君・下田 孝則君

## 第67回 阿蘇郡市民体育祭の結果

<優勝>陸上総合、陸上男子、陸上女子、ソフトボール男子、弓道個人(田上真一さん)

<準優勝>ソフトテニス、バスケットボール男子、剣道団体、弓道団体、バドミントン男子、バドミントン女子、ゲートボール男子、グラウンドゴルフ団体男子、グラウンドゴルフ個人男子(渡邊幸也さん)、グラウンドゴルフ団体女子

<第3位>ソフトボール女子、剣道個人(岩下聖さん)、サッカー、クレール射撃団体、ゲートボール女子、グラウンドゴルフ個人女子(岩下郁代さん)



▲見事優勝した高森町ソフトボールチーム

## 高森少年柔道クラブ

### 阿蘇郡市の大会で活躍

6月29日、阿蘇中央高校体育館で「阿蘇郡市少年柔道大会兼城北柔道選手権阿蘇郡市予選大会」が開かれました。高森柔道少年クラブでは、以下の選手が優秀な成績を収め、表彰されました。おめでとうございます。

- 小学3年男子の部（準優勝）中川 翁良君  
（3位）中川 祐良君
- 小学5年男子の部（準優勝）田上 知歩君



▲左から、中川祐良君、田上知歩君、中川翁良君

高森少年柔道クラブでは、年長園児から小学6年生までのクラブ員を募集しています。

基本となる礼儀の習得や心身の健全な育成を目的に、毎週月・火・木・金曜日の午後6時30分から高森中学校の柔道場で練習しています。お気軽に見学に来てください。

詳しいお問い合わせは高森町役場建設課、荒牧まで。(Tel (62) 1111)



### 第18回高森湧水トンネル公園納涼七夕まつり 気温17度の別世界を楽しむ

7月4日から7日まで高森湧水トンネル公園で開催され、4日間で約1万人の観光客が訪れました。

トンネル内に飾られた62基の巨大な七夕飾りを審査するコンテストやヤマメのつかみ取り大会が行われ、来場者は願い事を書いた短冊を笹につけ、トンネル公園を散策していました。

### 将来の女性リーダーを育成する弁論大会

#### おやまひかり 小山比佳莉さんが九州大会へ

国際ソロプチミスト2013年ガールズカンファレンス  
女性と女兒の教育とリーダーシップ」～私たちが描く  
熊本市内4クラブ合同/ SI熊本・SI熊本-すみれ・SI熊本-さくら・SI熊本-



▲「私の将来の夢」をスピーチする小山さん

6月15日、くまもと県交流館パレアで「2013年熊本市内合同ガールズカンファレンス」が開かれ、国府高校2年の小山比佳莉さん（高森・下町）が出演し、見事九州大会へ出場が決まりました。

この大会は、将来の女性リーダーを育成するため、熊本市内の国際ソロプチミスト4団体が開催し、21名が出演。小山さんは、将来の夢について「グローバルに活躍するという夢を夢で終わらせるのではなく、今できることを考えて毎日を過ごしたい」とスピーチしました。

その後グループ討論が行われ、審査の結果、小山さんら4人が熊本県の代表に選ばれました。おめでとうございます。



▲「おてももの結婚行進曲」に出演した皆さん

## ASOで歌おうかい!

### 阿蘇の復興を願う歌声

6月30日、休暇村南阿蘇で「ASOで歌おうかい!」が開催されました。

これは、昨年7月の豪雨災害からの復興を願い阿蘇を元気にしようと企画されたものです。創作オペレッタ「おてももの結婚行進曲」や、熊本市や阿蘇の各地域で活動する合唱団のコーラスが披露され、参加者は盛りだくさんの内容に満足しているようでした。

## 高森ふるさと学

高森ふるさと学は「高森町に誇りを持ち、自己の生き方を考え、表現する力の育成」を目標にした、小・中学校で行われる総合学習のことです。

### 高森中央小学校 3年生

#### みさを大豆植えを体験



7月1日、高森中央小学校の3年生42人が「みさを大豆」の植え付けを行いました。

これは、4Hクラブの協力のもと、児童の食育推進と耕作放棄地解消を目的に行われたものです。今後は、大豆の芽や花の観察を行った後、12月ごろに収穫し、豆腐や納豆づくりを行う予定です。

参加した子どもは、「一生懸命植えたので、大切に育てたい」と話していました。

### 高森高校野球部 全校応援

#### 球児の活躍を全力で応援

7月11日、全国高校野球選手権熊本大会に出場した高森高校野球部を応援しようと、高森高校の全校生徒81人や地域住民らが藤崎台県営野球場へ集まりました。

また、応援を盛り上げようとRJKカルデアウインドアンサンブルのメンバーなど8人が参加。各選手に用意した曲を演奏すると、応援席から力強いかけ声が送られました。



▲熱戦を繰り広げる選手へさかんに声援を送りました



▲打席に立つ選手を応援する高森高校の生徒

# 消防 なんでも 南部分署



## 新型はしご車お目見え!

火災などで、ビルの高層階に取り残された人の救出や高所からの放水活動を容易にするため、このほど中部消防署(阿蘇市)に新型の「屈折はしご消防自動車」が配備(更新)されました。別名を「スカイアームシグマ式はしご車」という屈折式のはしご車です。

### 特徴

この消防車は、まっすぐ伸びる直進型のはしご車とは違い、名前の通りはしごの部分がシグマ(Σ)型に屈折していますので、電線や看板などの障害物をまたいで接近することが可能で、最大二十五メートルまで伸ばすことが出来ます。また、マイナス(地面より低く)伸梯ができるので、河川などの低所にも活用できます。

### 阿蘇を守る

消防自動車は、活躍する場面(災害)がないことが一番ですが、万が一に備えて、消防隊員は車両や器具の取扱いに完熟するよう日々訓練を重ねています。



お問い合わせ先

阿蘇広域消防本部南部分署 TEL(62)90034

# こちら 高森警察署 です!



## 平成25年度警察職員採用試験について

○県民の生命・財産を守り、これからの熊本を背負う人材を募集しています!

職種	受付期間	採用予定数	第一次試験	第二次試験	受験資格
警察官B(男性・女性)	8月12日(月) ～8月30日(金)	64人程度 (男性56人、女性8人)	試験日 10月20日(日) 試験内容 教養試験・作文 試験地 熊本市 合格発表 10月下旬	体力試験 11月16日(土) 面接試験 11月23日(土) 試験日 11月26日(火) 試験地 熊本市 合格発表 12月上旬	●18～27歳の人(昭和61年4月2日～平成8年4月1日生) ●ただし、学校教育法による大学(短大を除く)を卒業又は平成26年3月末までに卒業見込みの人は受験できません。
警察事務	8月12日(月) ～8月30日(金)	3人程度	試験日 9月29日(日) 試験内容 教養試験・適正試験 試験地 熊本市 合格発表 10月上旬	作文試験 10月26日(土) 面接試験 11月2日(土) 試験日 11月3日(日) 試験地 熊本市 合格発表 11月中旬	●18～21歳の人(平成4年4月2日～平成8年4月1日生) ●ただし、学校教育法による大学(短大を除く)を卒業又は平成26年3月末までに卒業見込みの人は受験できません。

試験案内、受験申込書については、高森警察署で配布しています。

お問い合わせ先

高森警察署 TEL(62)0110

# 知っておきたい 税情報



## ○ダイレクト納付利用のお勧め

「ダイレクト納付」とは、事前に税務署に届出を行うことで、e-Taxを利用して電子申告等又は納付情報登録依頼をした後に、簡単な操作で届出をした預貯金口座から即時又は指定した期日に納付することが出来る電子納税のことです。納税のために金融機関や税務署の窓口に向く必要がなく、インターネットバンキングの契約も不要ですので、是非ご利用ください。

詳しくは、e-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)をご覧ください。

※熊本国税局管内(熊本県、大分県、宮崎県及び鹿児島県)に本支店がある金融機関のうち、平成25年4月現在でダイレクト納付が利用可能となっているのは次のとおりです。

銀行	管内に本店がある銀行	肥後、熊本
右記以外の銀行		
熊本市	熊本市	熊本、熊本第一、熊本中央、天草
大分県	大分、大分みらい	
宮崎県	宮崎、延岡、高鍋、都城	
鹿児島県	鹿児島、鹿児島相互、奄美大島	

## ○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。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上に掲示する公売公告に記載しています。また、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)でも情報を提供しています。

公売手続などの詳細は、国税局や最寄りの税務署にお問い合わせください。

熊本国税局徴収課(電話096(354)6171)

お問い合わせ先

熊本国税局 TEL096(354)6171  
阿蘇税務署 TEL0967(22)0551

# 人権

仕事も家事も、女性が全部  
やらなきやだめですか？

~~男〓仕事、女〓家事~~

男性も女性も、その個性と能力に適したライフスタイルを選ぶことができるはず。しかし、「家事は女性の役割」というこれまでの価値観から抜けきれず、「職場では仕事、家庭では家事」の両方をこなす女性が

多いのが現状です。家事をする男性が増えてはいますが、女性に言われて手伝うだけだったり、「ミミ出」などの簡単な家事で済ませるケースが目立ちます。家庭生活においては、男性も、育児や教育などで共に責任を担っていかねばなりません。

女性の人権を考えるとき、これまで当たり前と思っていた価値観に目を向ける必要があります。それは、生活の中での意識を変えていくことでもあるのです。



国民年金だより

## 遺族基礎年金

遺族基礎年金は、次のいずれかの方が亡くなられたときに、その方によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます。

- ① 国民年金の被保険者
- ② 国民年金の被保険者であった人で、国内に住所がある60歳以上65歳未満の人
- ③ 老齢基礎年金の受給権者、または受給資格期間を満たしている人

ただし、①②の場合は、死亡月の前々月までの被保険者のうち、保険料納付済期間と免除期間（若年者納付猶予期間・学生納付特例を含む）を合わせた期間が3分の2以上必要となります。（平成28年3月31日以前に死亡された場合は、死亡月の前々月までの直

近の1年間に保険料の未納がなければよいことになっています）

遺族基礎年金の額は、「子のある妻」が受ける場合、基本額（786,500円）に子の加算額（1人目と2人目の子はそれぞれ226,300円、3人目以降は1人につき75,400円）を加えた額です。

※「子」とは、18歳到達年度の末日までの子、もしくは20歳未満で1級・2級の障害の状態にある子をいいます。

●これからの年金相談（毎月第4金曜日）

8月23日（金） 9月27日（金）

※事前に予約が必要です

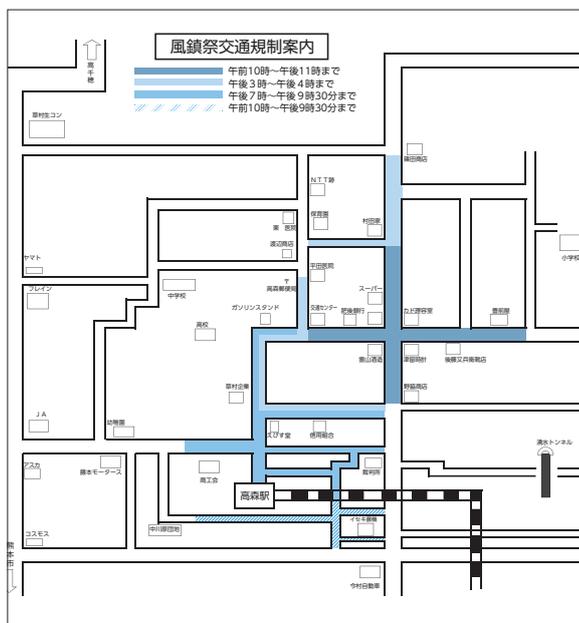
■お問い合わせ先 住民福祉課福祉係 Tel. (62) 1111 (内線132)

## 風鎮祭開催に伴う交通規制について

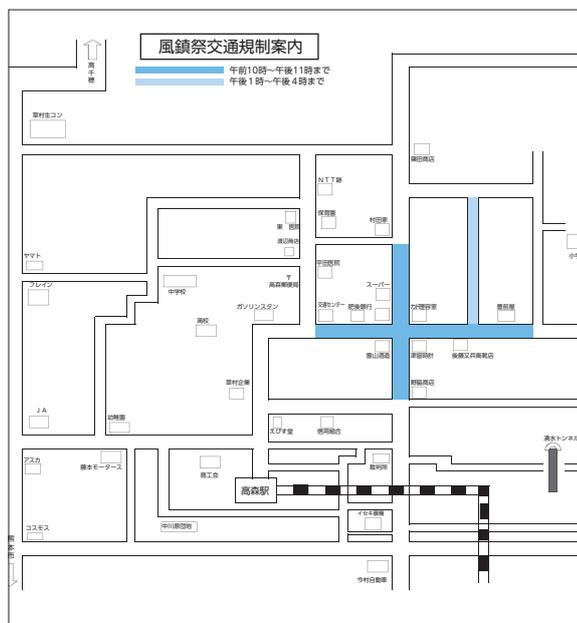
8月17日(土)と18日(日)の両日、中心市街地一帯で「風鎮祭」が開催されます。これに伴い下記のとおり交通

規制が実施されます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

### ■ 17日(土)の交通規制



### ■ 18日(日)の交通規制



## 平成25年度 自衛官募集

自衛隊では、平成25年度の自衛官候補生等を下記のとおり募集しています。

### ■ お問い合わせ先

自衛隊熊本地方協力本部

阿蘇地域事務所

TEL 0967 (22) 4575

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験種目等	試験場所
自衛官候補生 (男子)		年間を通じて 行っています	9月16日(月)	筆記試験 適性検査	阿蘇地域振興局
			9月18日(水)～ 23日(月) 9月26日(木)～ 30日(月) (うち指定する1日)	口述試験 身体検査	北熊本駐屯地
自衛官候補生 (女子)	18歳以上 ～ 27歳未満	8月1日(木) ～ 9月6日(金)	9月16日(月)	筆記試験 適正検査	阿蘇地域振興局
			9月24日(火) ～25日(水) (うち指定する1日)	口述試験 身体検査	北熊本駐屯地
一般曹候補生		8月1日(木) ～ 9月6日(金)	1次 9月16日(月)	筆記試験 適性検査	阿蘇地域振興局
			2次 10月8日(火) 10月11日(金) (うち指定する1日)	口述試験 身体検査	健軍駐屯地
航空学生	高卒(見込含) 21歳未満		1次 9月21日(土)	筆記試験 適性検査	熊本県青年会館

## 障害者就業・生活支援センター 「がまだす」障がい者巡回相談

障がいのある方や家族・関係機関の人たちに対し、就業に関する相談を行います。また、障がいのある人を雇用している事業所の支援相談も行います。

■対象者 障がいのある人やその家族・関係機関、障がいのある人を雇用する事業所

### ■相談内容

- ①就業及びそれに伴う生活支援
- ②事業所に対する支援制度など

■相談日 8月26日(月)

■相談時間 午前10時から正午まで

■相談場所 高森総合センター2階中会議室

### ■お問い合わせ先

熊本県障害者就業・生活支援センター

「がまだす」

Tel 0968 (25) 1889

## 住宅・土地のトラブルに関する 無料相談会

熊本県青年司法書士会と熊本県青年土地家屋調査士会では、不動産登記に関する無料相談会「不動産トラブル110番」を開催します。会場での面談に加え、電話相談も随時行います。お気軽にご相談ください。

■日時 8月24日(土) 午前10時～午後4時

### ■場所

○熊本県司法書士会館

(熊本市中心区大江4丁目4の34)

○熊本県婦人会館 3階集会場

(熊本市中心区水道町14の21)

■電話相談 096(364)0800

■相談例 土地境界、建物未登記、敷地に通じる道路、相続登記の問題など

### ■お問い合わせ先

熊本県青年司法書士会(司法書士 川口)

Tel 0965(62)1770

## 生活保護に関する無料相談会

経済的な事情によりお困りの人へ、「全国一斉生活保護110番」を開催します。

■日時 9月8日(日) 午前10時～午後4時

■場所 熊本県司法書士会館 2階

(熊本市中心区水道町14の21)

■電話相談(フリーダイヤル)

0120(052)088

■相談例 生活保護の申請方法、生活費が足りず借金している、など

### ■お問い合わせ先

熊本県司法書士会(司法書士 松江)

Tel 096(363)6555

濡れたままの手で電気器具に  
さわることをしていませんか？



## 濡れた手は危険

手や足が濡れていると、100ボルトの電気でも感電死することがあります。電気器具や電気配線にさわるときは、手足をよく拭いてからにしてください。



財団法人九州電気保安協会

### 第3回Aso動物まつり 長寿動物が表彰されます

動物愛護週間（9月20日～26日）に伴い、犬のしつけ教室、犬や猫の里親探し等を行います。

どなたでも参加できます。ペット（犬・猫）に興味のある人は是非ご参加ください。なお、会場の都合上、ペットの同伴はできません。

●日時 9月22日（日）10時～12時

●場所 はな阿蘇美（阿蘇市小里781）  
(<http://hanasobi.info/>)

●参加費 無料

また、以下の要件を満たす長寿動物は表彰されますので、8月30日（金）まで役場農林政策課へお申し込みください。

●長寿動物 表彰要件

・高森町役場に登録され、15歳以上  
（平成10年9月21日以前生まれ）の犬  
・動物病院でワクチンを接種した、15歳以上の猫

■お問い合わせ先

阿蘇保健所 衛生環境課

TEL0967(32)05335

### 引揚者からお預かりした 通貨等の返還について



■返還する通貨等

○ 終戦後、外地から引き上げてきた人々が、上陸地の税関・海運局に預けた通貨・証券など

○ 外地の集結地において、総領事館、日本人自治会などに預けた通貨・証券のうち、その後日本に返還されたもの

お預かりした通貨等の半数以上は返還の申し出がなく、現在も税関に保管されたままになっています。

これらの返還は、本人に限らず家族の人も請求することができます。心当たりのある人は、お気軽に税関にお問い合わせください。

■お問い合わせ先

長崎税関業務部 税関相談官

(フリーダイヤル) 0120(8228)680

### 地下水を採取する場合は 県への届出・申請が必要です

「熊本県地下水保全条例」では、地域共有の貴重な資源である地下水を保全するため、地下水採取を行う人に必要な手続を定めています。

家庭や職場で利用している井戸で、手続を行っていないものがあれば、速やかに届出または申請を行ってください。

未届けや未許可で地下水を採取した場合は、罰則が適用されることがあります。

■規制の対象要件（高森町全域）

揚水機の水の吐出口断面積が、  
(1) 50<sup>2</sup>cm<sup>2</sup>（直径約8cm）超～125<sup>2</sup>cm<sup>2</sup>（直径約12.8cm）の場合、県への届出が必要です。

(2) 125<sup>2</sup>cm<sup>2</sup>超の場合、県の許可が必要です。ただし、地下水を田畑等のかんがいに使用する場合は、届出が必要となります。

■お問い合わせ先

熊本県 環境立県推進課

TEL096(333)2272

## 情報公開・個人情報保護 総合案内所

国の行政機関や独立行政法人などの  
情報公開制度や個人情報保護制度につ  
いて、案内や情報提供を行っています。

### ■場所

総務省 熊本行政評価事務所内  
熊本市中央区二の丸1の2  
熊本合同庁舎一号館 5階

### ■開設時間

午前8時30分～午後5時15分

### ■お問い合わせ先

同案内所 096 (212) 9377

## 自動車事故による被害者・家族 を支援します

### ■交通遺児等育成資金の貸し付け

#### ○対象者

自動車事故により死亡または重度の  
後遺障害が残った人のお子様（0歳～中  
学校卒業まで）で、その保護者の生活状  
況が一定要件を満たす人

#### ○貸付金額・期間

【一時金】15万5千円 【月額】2万円

（貸付決定の月から中学卒業の月まで）

【小・中学校入学時の支度金】4万4千円

#### ○利子

無利子

### ○返還方法

一括返還または20年以内の均等割賦  
（月賦・半年賦・年賦）のいずれかを選択。

### ■介護料の支給

#### ○対象者

自動車事故により脳、脊髄または胸腹部  
臓器に重度の後遺障害を持ち、「常時」ま  
たは「随時」の介護が必要となった人

#### ○支給金額

その月の介護に要した費用に応じて、  
受給資格ごとに定めた範囲内の金額

### ■お問い合わせ先

自動車事故対策機構 熊本支所  
TEL 096 (322) 5229

## 肥後狂句

（阿蘇御神火会 六月会）

ウフフ あら私よりもっとウフフ  
我が庭に 今年も咲いた花しのぶ  
我が庭に 播かん菜種の花盛かり  
我が庭に のどかに響く鹿威し  
どろん 子はゆりかごにうっちゃよかれ  
ウフフ 一緒に寝とる犬と猫  
ウフフ 教えてやらん母の味  
怪しい いつもと違う帰り道  
トンネル抜けて 世界遺産の阿蘇ですよ  
怪しい 空家で変な声んする  
我が庭に 草と一日たわむるる

市原 正成  
大塚ほたる  
岡本 琴司  
桐原 白酔  
後藤 愛子  
後藤 信子  
佐藤多可雄  
箸本きみ子  
藤本 無心  
松山キヨ子  
森川そよ子

## 歌詠み

## 俳

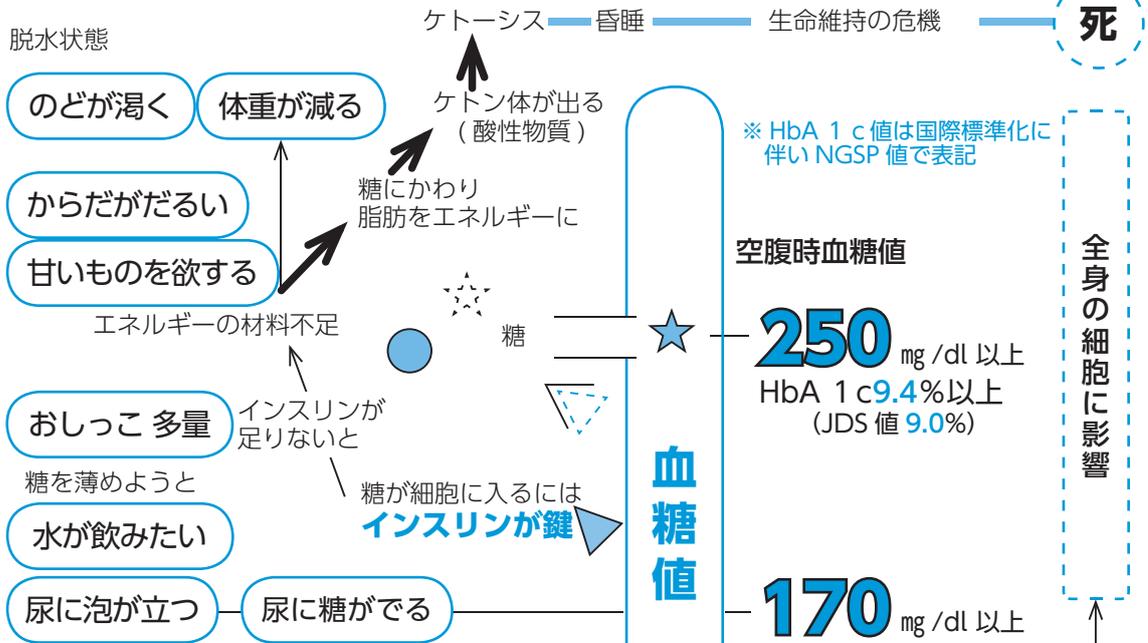
## 句

（高森菜の花句会）

分身の杖をかたえに梅雨ごもり 桐原 寿子  
新幹線老の望みの初夏の旅 林 久恵  
池の面の輪で知る程の梅雨の雨 山村ふみ子  
あじさいは葉っぱ広げて雨をうけ 古庄 泰子  
梅雨寒し事の次第はなりゆきに 平田ルリ子  
野茨や臉の裏の通学路 岩下 雅子  
花の色日毎彩なす四葩かな 馬原 要子  
明るさを少し隠して夏至の雨 青木千賀子

## 「症状がないから大丈夫!!」 と思っていないですか？

### ① 住民の方々が思う 糖尿病の症状は？



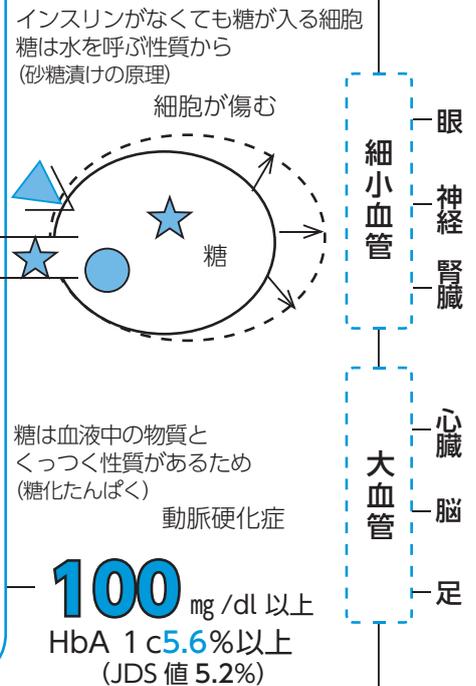
### ② つぎの症状は 糖尿病の症状だと思いますか？

- ・物が見えづらい
- ・ぼんやり見える
- ・胃の調子が悪い
- ・下痢と便秘をくり返す
- ・冷える、ほてる、異常に汗をかく
- ・疲れていないのに足がつる
- ・手足のしびれ
- ・足の感覚の違和感
- ・手足がむくむ
- ・尿に蛋白が出る
- ・胸痛
- ・ろれつが回らない、めまい
- ・物忘れ

これらの症状は、見逃されることが多く

糖尿病の方の **3人に1人**は  
自分が **糖尿病だと気づいていない** と言われています

その間に何が起きているのでしょうか



保健師コラムも第3弾!! 順調に健康づくりに励んでいる課長。

糖尿病の検査結果の推移を見てみました。糖尿病の診断・治療の基準として、HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) があります。HbA1cとは、赤血球の成分(血色素)のたんぱく質と糖がくっついた状態で、過去1~2ヶ月間の平均血糖値です。**(厚生労働省の定める正常値は5.5%以下(NGSP値))**

なので、食生活習慣を変えてから、検査結果に反映されるまで、1~2ヶ月かかります。4月から食事や間食に気をつけて、ちょうど2ヶ月で成果が出ていますね。これからも、HbA1c6.2%以下(優)を目指して頑張ってください(^-^)

## 糖尿病の検査値を記録してみましょう

※ HbA1c値は国際標準化に伴いNGSP値で表記

		HbA1c (%)	H25・3・24	H25・4・24	H25・6・5	
糖尿病診療ガイドラインにおける治療目標	不可 	NGSP値				 <b>死</b>  <b>とても危険!</b> ~HbA1c9.4 (JDS値9.0) %以上の人~ JDCS2004より ・腎症の発症率がHbA1c7.4 (JDS値7.0) %未満の4.2倍 ・網膜症の発症が10年以内に60%おこる 重度な血糖コントロールが必要です! 医師に相談しましょう。
		(JDS値)				
		9.4% (9%)				
		9.2 (8.8)				
		9.0 (8.6)				
		8.8 (8.4)				
		8.6 (8.2)				
		8.4 (8%)				
		8.3 (7.9)				
		8.2 (7.8)				
	8.1 (7.7)					
	8.0 (7.6)					
	7.9 (7.5)					
	7.8 (7.4)					
	7.7 (7.3)					
	7.6 (7.2)					
	7.5 (7.1)					
	7.4 (7.0)					
	7.3 (6.9)					
	7.2 (6.8)		7.1			
7.1 (6.7)						
7.0 (6.6)						
6.9% (6.5%)						
6.8 (6.4)						
6.7 (6.3)						
6.6 (6.2)						
6.5 (6.1)						
6.4 (6.0)						
6.3 (5.9)						
6.2% (5.8)						
6.1 (5.7)						
6.0 (5.6)						
5.9 (5.5)						
5.8 (5.4)						
5.7 (5.3)						
5.6 (5.2)						
					HbA1c7.4 (JDS値7.0) %以上から特に <b>3大合併症の危険!</b> 糖尿病性網膜症 糖尿病性腎症 糖尿病性神経障害の 合併症の危険がでてくる HbA1c6.9 (JDS値6.5) %以上から合併症の危険がでてきます。	
					<b>大血管障害の危険!</b> 動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞、閉塞性動脈硬化症の危険	

ちなみに……

住民のみなさんはどうでしょうか。

糖尿病の症状に気がつかずに、過ごしている方もいませんか (>\_<)

糖尿病に気づかない間に、大血管障害(心臓、脳へのダメージ)から、小血管障害(眼や腎臓など細い血管へのダメージ)へと進み、全身の細胞に影響を及ぼします。

糖尿病の3大合併症といわれる、網膜症(眼が見えない)、腎症(透析が必要)、神経障害(手足の切断)になってしまわないように、年に1回は健診を受けて、自分の身体の状態を把握しましょう。

7月の住民健診は終わりましたが、10月にも追加の住民健診があります。

自分の健康は自分で守る。そのための学習を保健師・栄養士がお手伝いします。

9月は健診結果説明会があります。検査データから自分の身体の状態を考えてみませんか?



# 住民健診結果から自分の体の状態を確認しましょう

住民健診は自覚症状では気づきにくい高血糖・高血圧・高脂血症など血管を傷める状態を早期に発見し、脳卒中・心筋梗塞・腎不全などの大きな病気にならないよう適切な治療や生活習慣の改善につなげるための検査です。

しかし『健診は受けたが健診結果の見方がわからない』『なぜ基準値を超えたのかわからない』『基準値を超えると体にどう悪いのかわからない』ということはないでしょうか？

高森町では住民健診結果説明会を開催し結果をお返ししています。

## ★住民健診結果説明会では

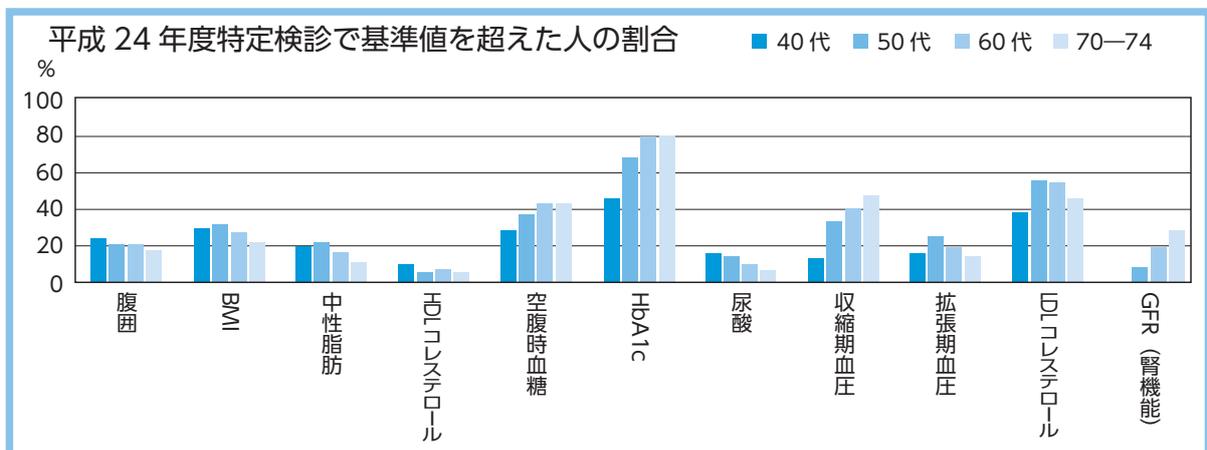
保健師や栄養士が

- 健診結果の見方
- 過去数回を含めた健診結果から現在の体の状態
- 検査結果と生活習慣の関係

などについてご説明します。

## ★大切な血管と脳・心臓・腎臓を守りましょう

多くの方が健診結果が基準値より少し高かったという経験があるのではないのでしょうか？高森町でも、特にHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー：過去1～2ヶ月の平均血糖値）やLDL（悪玉）コレステロールなどで健診を受けた人の半数が基準値を超えている結果になりました。



これらの項目は、毎日の食事（食べすぎ・偏食等）や運動不足などの生活習慣の積み重ねにより引き起こされる変化です。放置しておくと、やがて血管を傷めて脳卒中や心筋梗塞などの大きな病気を引き起こします。

しかし、自分ひとりで『今自分の体がどうなっているのか』『今後どのように体に影響してくるのか』『改善するためにはどうすればいいのか』を考えるのは難しいものです。ぜひこの機会に住民健診結果説明会を受けて、自分の体と生活について保健師や栄養士と一緒に考えていきましょう。

住民健診結果説明会は9月8日（日）から9月14日（土）の期間で実施します。

説明会会場等は、住民健診受診時に配布した紙をご覧ください。

# 高森カレンダー

8月16日  
～9月15日

● 8月17日(土)～18日(日)

・風鎮祭(高森中心市街地一帯)

● 8月22日(木)

・3歳児健診(高森総合センター)／13時30分～

● 8月23日(金)

・年金相談(高森総合センター)／10時～15時

● 8月26日(月)

・役場支払日

● 8月29日(木)

・1歳6カ月児健診・フツ素塗布

(高森総合センター)／13時30分～

● 9月3日(火)

・4カ月児健診

(南阿蘇村・白水保健センター)／13時30分～

● 9月4日(水)

・プレママ料理教室(高森総合センター)／10時～

● 9月5日(木)

・役場支払日

・子どもの為の歯科健診

(高森総合センター)／13時

## 休日在宅医

■ 8月18日～9月15日分

◎ 診療は午前9時から午後5時まで

8月18日 南郷谷整形外科医院 Tel (62) 3351

8月25日 渡邊内科 Tel (67) 1777

9月1日 後藤医院 Tel (67) 0019

9月8日 阿蘇立野病院 Tel (68) 0111

9月15日 阿蘇立野病院 Tel (68) 0111

おくやみ  
もうしあげ  
ます

2013年6月受付分(敬称略)

【住所】	【死亡者】	【年齢】	【御遺族】
高森・上町	藤野 嘉三	99	藤野 芳太郎
高森・昭和	今村 千之	99	今村 フ子
河原・上玉来	吉良山ヨシ子	82	吉良山友二
高森・上町	桐原 正光	86	桐原カズ工
下切・所尾野	佐藤 秀生	82	佐藤 吉夫
矢津田・高尾野	井上 光昌	89	井上 毅

## まちの人口

平成25年6月30日現在

人口／7,039人(△19)

男性／3,347人(△10)

女性／3,692人(△9)

世帯／2,833世帯(△1)

## 愛のご寄付

● 町社会福祉協議会へ(順不同、敬称略)

【香典返し】

井上 毅 今村 フ子 本田 省三  
吉良山友二 高崎 堅誌

【一般寄付】

戸高 秋男 総務課職員一同

● 広報寄付(順不同、敬称略)

内倉 利治(愛知県武豊町)

## 編集後記

▼今号ではスポーツ大会の結果を多く紹介しましたが、スポーツに限らず目の前の課題を真剣に取り組む姿はさすがらしいものです▼梅雨が例年より早く明け、いよいよ夏本番となりました。充実した夏を過ごすためにも、熱中症をはじめ、健康に十分気をつけてください。

# 風鎮祭

8月17日(土)・18日(日)

## 「牛深ハイヤ踊り」の参加決定！

今回、スペシャルゲストとして、遠くは天草市役所から本場の「牛深ハイヤ」が披露されます！17日の夜6時の総踊りと夜7時、18日午前10時の3回、総勢40人のハイヤ踊りの迫力は必見です！



阿蘇高森の伝統ある夏の風物詩、「風鎮祭」。今年もメイン会場の「四つ角舞台」や観光交流センターステージを中心に、高森商店街一帯でさまざまなイベントが目白押しです。趣向を凝らした造り物が街中を回る「山引き」や五町向上会による「にわかコンクール」などが、高森の夏を彩ります。皆さんの越しをお待ちしています。



## 主なプログラム

### ・8月17日(土)

午前10時～ 「子ども手踊り」  
午後3時30分～ 「熊本県警音楽隊パレード」  
午後5時～ 「開会式」  
午後6時～ 「風鎮祭総踊り&牛深ハイヤ」  
午後7時～ 「牛深ハイヤ」  
「にわか移動舞台」  
午後8時30分～ 「花火大会」

### ・8月18日(日)

午前8時～ 「五穀豊穰祈願祭」  
午前10時～ 「五町向上会競演」  
「牛深ハイヤ」  
午前11時～ 「高森幼稚園子供御輿」  
午後1時30分～ 「造りもん大集合」  
午後3時30分～ 「山の引立て」  
午後6時～ 「節刀渡し」  
午後9時～ 「にわかコンクール」

お問い合わせ先  
風鎮祭実行委員会  
TEL (62) 0274