

A public relations magazine

広報

野の花と
風薫る郷から

にわか

平成25年

2

February

No.642



町内の子どもたちに野球教室開催

中日ドラゴンズ・荒木雅博選手が来町

ご成人 おめでとう ございます



2013
1.3

Congratulations!
高森町成人式

1月3日、高森総合センターで高森町成人式が開かれました。



二十歳の誓い



【成人者代表宣誓】
福富 世那さん（高森・村山）



【交通安全宣言】
東 可南子さん（高森・昭和）

【意見発表】



本田 陽亮さん
（中・祭場）



後藤 美沙希さん
（上色見・洗川）



佐藤 雄二さん
（草部・灰原）



谷川 あずみさん
（高森・旭通）

成人を祝うこの式典の対象者は89人。仕事を頑張っている人、県外に進学した人、結婚している人などさまざまな人が出席し、旧友や恩師との再会を喜びました。

式典では、スーツや振り袖に身を包んだ新成人たちが集まり、新たな門出を祝いました。草村大成町長が「みなさんは、今日スタートラインに立ったばかり。背伸びせずにじっくりと将来のことを考えてほしい。なすべきことをなすべきときにやることが大事。」と激励。新成人を代表して、福富世那さんが宣誓しました。

式典後、尾下菅原神社獅子舞の披露や、記念行事として成人者意見発表が行われ、各地区の代表4名が両親への感謝の気持ちやそれぞれの目標を語りました。

多くの来賓からの祝福と励ましの言葉にあふれた成人式。成人を迎えた幸せをしっかりとかみしめ、輝かしい将来に大きく飛躍してください。



2月18日(月) から申告が始まります !!!

申告は、自主申告が基本です。

収支の把握は自分しか分かりません。再度収入等をご確認いただき、会場へお越し下さい。

※申告相談は必ず指定会場で行って下さい。税務課窓口では受け付けておりません。

● 1日早めの申告

- ・ 主な収入が給与、年金であり、申告をされる予定の方は、この機会をご利用下さい。
- ・ 日時 2月15日(金) 受付時間 午前10時～11時半、午後1時半～3時半
- ・ 場所 高森総合センター(大会議室)

● 申告が必要な人(平成25年1月1日現在、高森町に住所のある方)

A 給与所得者で下記に該当する方

- ・ 年末調整が終わっていない方
- ・ 給与所得以外に収入がある方

B 年金所得者で下記に該当する方

- ・ 生命保険料控除・医療費控除・社会保険料控除等の所得控除を受ける方
- ・ 年金所得以外に収入がある方

C 遺族年金や障害年金等を受給している方

D 営業・農業・その他事業・不動産等の所得がある方

- ・ 赤字などで確定申告の必要のない方でも、町県民税の申告は必要です。



● 申告受付会場で相談ができない申告(税務署へ)

- ・ 雑損控除を受ける方
- ・ 相続、贈与税の申告をする方
- ・ 青色申告者の方
- ・ 消費税の申告をする方

● 2月25日(月)～2月27日(水)は税理士無料相談日

- ・ 消費税、相続・贈与税、雑損控除を受けようとする方は、出来るだけこの期間に申告相談をされて下さい。

● 申告に必要なもの

- ・ 印鑑
- ・ 源泉徴収票
- ・ 出荷、販売証明書(農業・営業・不動産収入がある場合)
- ・ 生命保険・地震保険・介護保険料・国民年金等の支払証明書

● お問い合わせ先 高森町役場税務課税務係(内線165・166)

◆ 平成25年度（平成24年分所得）申告受付会場 ◆

曜日	月	火	水	木	金
日にち	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日
会場	高森総合センター				
受付時間 9～11時	河原1・2	中・矢津田・ 尾下2	下町 (1～8組)	旭通 (1～8組)	上町・昭和 (1～8組)
受付時間 13～15時	横町	天神	下町 (9～23組)	旭通 (9～24組)	昭和 (9～31組)
日にち	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	3月1日
会場	高森総合センター			朋遊館	
	税 理 士				
受付時間 9～11時	冬野・津留	森	相談日	尾下1・野尻2	津留1・2
受付時間 13～15時	上在	村山		野尻1	河原1・2 尾下2 相談日
日にち	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
会場	草部総合センター				高森総合 センター
受付時間 9～11時	草部 (社倉以外)	芹口	永野原	中・矢津田 相談日	相談日
受付時間 13～15時	草部(社倉)	下切・芹口	菅山	相談日	
日にち	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
会場	高森総合センター				
受付時間 9～11時	山鳥	井上	小倉原	中原・前原	相談日
受付時間 13～15時	戸狩	中園	西丁	洗川・大村	税務署送付 準備

税 務 署 か ら の お 知 ら せ

確定申告のご案内

平成24年分の所得税、個人事業者の消費税・地方消費税及び贈与税の受付期間は、次の表のとおりとなっています。

確定申告は、納税者自身が所得金額や税額を正しく計算して納税する申告納税制度を採っていますので、申告と納税は、期限内にお済ませください。確定申告書の提出は、郵送等でもできます。

申告期限が間近になりますと、申告会場は大変混雑し、長時間かかる場合もありますので、お早めに申告をお済ませください。

税目	受付期間
所得税	平成25年2月18日（月）～平成25年3月15日（金）
消費税及び地方消費税	平成25年1月4日（金）～平成25年4月1日（月）
贈与税	平成25年2月1日（金）～平成25年3月15日（金）

（注）所得税の還付申告については、1月4日（金）から受付が始まっています。

e-Taxを利用しましょう

「国税電子申告・納税システム（e-Tax）」では、自宅やオフィス、税理士事務所などからインターネットを利用して、国税に関する各種手続（①所得税、法人税、消費税、酒税及び印紙税の申告、②全ての国税の納税、③納税証明書の交付請求及び法定調書の提出などの申請・届出等）ができます。

また、平成24年分以降の贈与税の申告等については、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」からe-Taxを利用して送信できます。

e-Taxを利用するには



○電子証明書等の準備

※電子証明書は、住民基本台帳カードに格納されていますので市役所等の窓口で、住民基本カードを入手し公的個人認証サービスに基づく電子証明書の発行を受けてください。

また、別途住民基本台帳カードに適合したICカードリーダーが必要です。

○利用者識別番号等の取得

※e-Taxホームページからオンラインで開始届出書を提出すれば、即時に発行（通知）されます。

○e-Taxソフト等から電子証明書等を登録（初期登録）

※e-Taxソフトをインストールし、利用者ファイルの作成、納税用確認番号の登録、電子証明書の登録等が必要です。

なお、e-Taxソフトは、e-Taxホームページから無償でダウンロードできます。

★詳しくはe-Taxホームページをご覧ください。

その手で守れる 笑顔があります

厳罰化されたものの、依然として後を絶たない飲酒運転。なぜ、危険だと分かっている飲酒運転をしてしまうのでしょうか。いま一度、飲酒運転について考えてみましょう。

後を絶たない飲酒運転

平成18年、福岡市で幼児3人が死亡する飲酒運転事故が発生しました。この悲惨な事故は社会問題となり、翌年には法律が改正され飲酒運転に対する罰則が強化されました。しかし飲酒運転による事故や検挙は後を絶ちません。

熊本県警によると、県内の飲酒運転による交通事故は平成19年に大幅に減少したものの、その後はほぼ横ばいとなっています（図1）。飲酒運転は依然としてなくなっておりません。

その主な要因には、自分が事故を起こすはずがないという「ひとごと感覚」、少ししか飲んでいないからという「自覚の欠如」、飲んで数時間たったから大丈夫という「アルコールが及ぼす影響に対する理解不足」の3つが挙げられます。飲酒運転をなくすためにはこれらの意識を変えていく必要があります。

最近では、翌朝の二日酔い運転による検挙も増えています。

す。「一度寝たから大丈夫」は、本当は大丈夫ではないのです。

自覚と周囲のフォローが鍵

飲酒運転で検挙された人の中には、事故の悲惨さや処分 の重さなどを分かっているが、らハンドルを握ってしまった という人もいます。誰にでも「つい……」ということが起こり得るのです。その結果、社会的信用、仕事、家族の絆 などたくさんものを失います。失ったものを取り戻すためには多くの努力と長い時間が必要です。いま一度、一人一人が当たり前のことを強く自覚することが求められます。

全くお酒を飲まない人でも無関係ではありません。家庭や職場、仲間同士で声を掛け合ってください。お酒の席で飲酒運転への注意を呼び掛けたりハンドルキーパーを決めたりと、できることは身近にあります。あなたの一言が、その飲酒運転を止める鍵になるかもしれません。

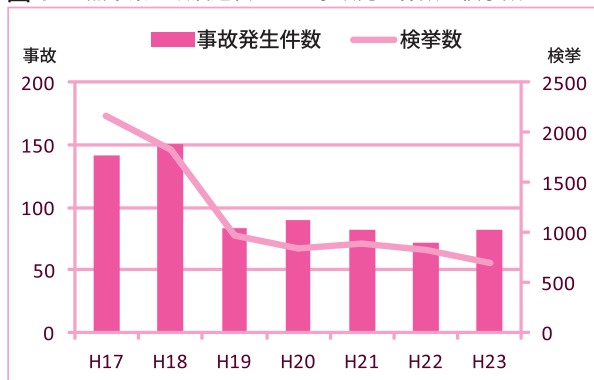
Interview

お酒を飲むと情報処理能力、注意力、判断力が低下します。この状態で運転すると、運転に必要な「反応」「操作」「発見」などの要素が欠落してしまい、大きな事故につながるようになります。死亡事故率は飲酒なしの場合と比べて8.7倍です。お酒に強い人も弱い人も関係なく、このようなリスクがあることを知ってください。



熊本県警察本部交通企画課
おだまさよし
小田真功 警部

図1 熊本県の飲酒運転による事故発生件数・検挙数



その先にある悲しみに 気付いてほしい――

タレントとして活躍しているうんば中尾さんは、飲酒運転事故を起こした体験を人に伝え、その危険性を知らせるために講演活動を行っています。飲酒運転が自分や周りの人に与えた影響と、防止策について話を聞きました。

私は平成17年に飲酒運転で事故を起こしてしまいました。前日は午後10時頃までテレビ番組の打ち合わせを兼ねてお酒を飲みました。タクシーで帰宅して寝た後、午前3時に起きて「もう大丈夫だろう」と思い、食材

ため飲酒チェックを受け、測定の結果酒気帯び運転で検挙されました。

事故後、私はお世話になつていた企業や放送局からの信用、キャリア、収入など多くのものを失いました。家族にもつらい思いをさせてしまいました。家や車にいたずらをされ、精神的に不安定になった時期もあります。だからこそ今は、一人でも多くの人に飲酒運転の危険性やその先にある悲しみに気付いてもらおうと講演活動を行っています。

を買いに市場へ車で向かいました。その途中、信号待ちで停車していた車に追突してしまったのです。実況見分の最中、私からお酒のにおいがした

飲酒運転を減らすには、自分が酔っていることを知りながら運転する人、お酒が抜けたと思い込んで運転する人にしっかりと自覚してもらうことが重要です。そのためには、当事者だけでなく周りの人も一緒に取り組んでいく必要があります。お酒を飲むときには職場に車を置いてみんなでタクシーで帰る、お酒が残っていないか家族に息をチェックしてもらうなどいろいろな取り組みができると思います。

お酒がなくならない限り飲酒運転を根絶することは難しいかもしれません。しかし、そのせいで人の夢や人生が奪われることは決してあつてはなりません。飲酒運転は家族、職場、友人同士など社会全体の問題として本気で取り組んでいくことが大事です。飲酒運転を減らすために一人一人がルールを守り、飲酒運転をしない、させない、許さない環境を熊本県からつくっていきましょう。

笑顔を守るために

「飲酒運転はしてはいけないうー」。みんなが知っている当たり前のことです。しかし、アルコールはその当たり前のことも分からなくしてしまうことがあります。

想像してみてください。もし自分が飲酒運転事故を起こしてしまったら……。もし大切な人が飲酒運転事故に巻き込まれたら……。

笑顔を守るための鍵は、自覚と助け合いです。その鍵は私たち熊本県民一人一人が握っています。

熊本県から飲酒運転をなくし、大切な人の「笑顔」を守っていきましょう。



Special Interview

うんば中尾さん

◎ Profile うんば・なかお

昭和40年熊本県生まれ。有限会社赤坂を立ち上げ、イベントの企画・運営を手掛けながら、自らもテレビ番組制作などで培ったノウハウを生かしキャスター、リポーター、イベント司会、講演活動などを行う。



『学校の教育活動に関する意識調査の結果及び考察』

高森中学校区コミュニティ・スクール推進委員会

コミュニティ・スクールは、地域とともにある学校づくりを目指し、保護者や地域の代表者（学校運営協議会委員）が学校から提示された学校運営方針を承認したり、教育活動の評価をしたりする仕組みのことで、地域の皆さんと一緒に地元の学校をよりよくしていこうというものです。



高森中学校公開日（H24/12/2）
PTA教育講演会（コミュニティ・スクール）

意識調査 平成24年11月

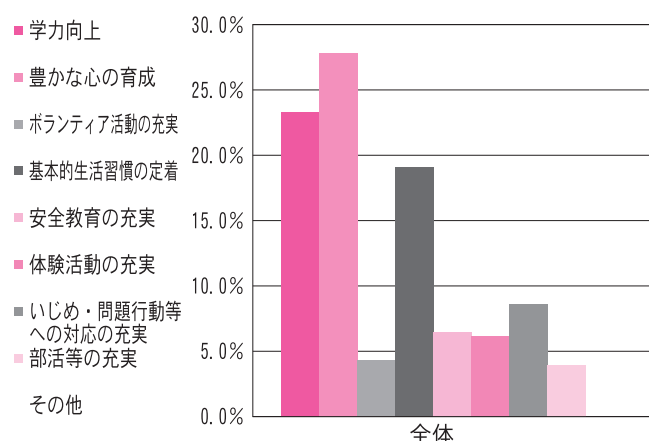
保護者・地域の学校に対する要望を集約し、地域とともにある学校づくりに的確に反映させるために意識調査を実施しました。意識調査対象者は、高森中学校区内の小・中学校保護者や地域の方々でした。11月に協力を依頼し、集計・分析を行いました。

（12月31日現在高森中校区）人口/5,486人、世帯/2,167戸

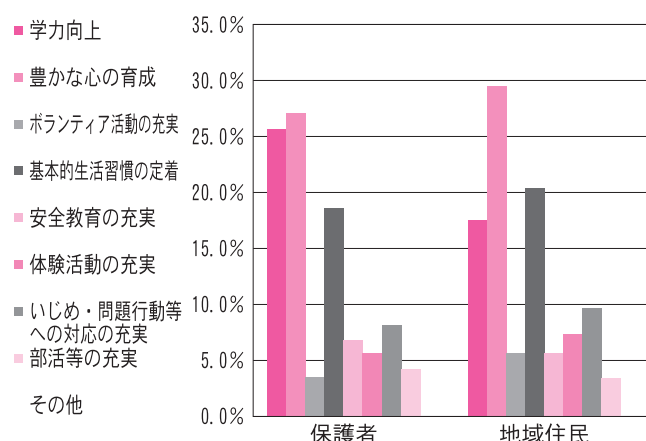
保護者			地域住民	合計
幼稚園・保育園	高森中央小	高森中	高森中学校校区	
50	92	72	88	302

意識調査の内容は、学力向上、豊かな心の育成、ボランティア活動の充実、基本的生活習慣の定着、安全教育の充実、体験活動の充実、いじめ・問題行動等への対応の充実、部活動等の充実、その他の9項目の中から学校で重点的に取り組んでほしい項目を2つを選ぶというものです。

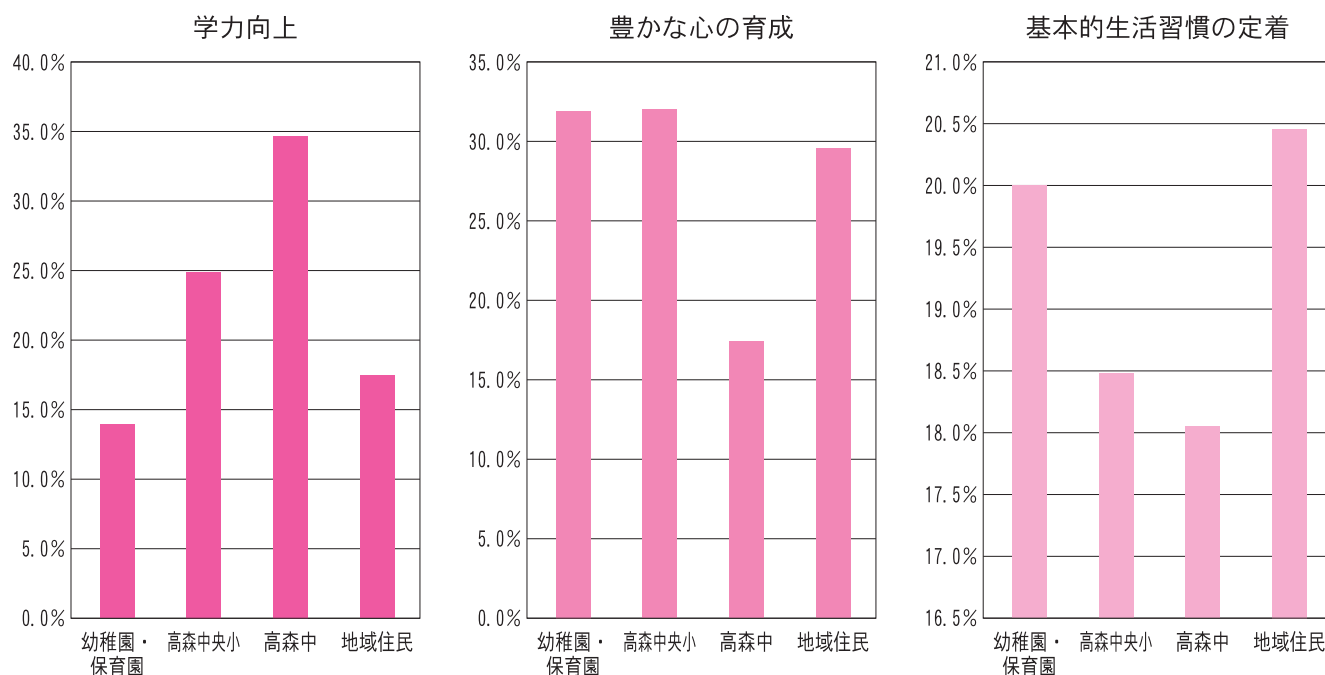
意識調査の結果（全体）



意識調査の結果（保護者、地域住民）



意識調査の結果（項目別）



意識調査の結果の概要

- 全体の結果は1位「豊かな心の育成」、2位「学力向上」、3位「基本的生活習慣の定着」でした。保護者や地域の方々ともに、調査対象別に見ても同じような結果となりました。
- 地域住民の方々では1位が「豊かな心の育成」、2位が「基本的生活習慣の定着」でした。
- 幼稚園や保育園の保護者では、「豊かな心の育成」や「基本的生活習慣の定着」の割合が多いですが、小学校・中学校と年齢が上がるにつれて「学力向上」の割合が増えています。

意識調査の考察

- 全体の結果は1位が「豊かな心の育成」でした。少子高齢化や核家族化等、現代の状況を考えると、社会生活を過ごす上で思いやりや誰とでも協力して仲良くすること等、道徳的心情を育むことが期待されていると言えます。
- 地域住民の方々と保護者の方々は年齢層が違っており、そのことが教育に対するニーズやイメージの違いになっていると考えられます。
- 幼稚園や保育園の保護者では、生きる力の基礎・基本である早寝・早起き・朝ごはん等「基本的生活習慣の定着」や「豊かな心の育成」の割合が多いです。一方、小学校・中学校と年齢が上がるにつれて「学力向上」の割合が増えています。特に、自己実現を図るための大きな要素の一つとして、中学校の「学力向上」の割合は高いです。

保護者や地域の皆様、アンケートの御協力ありがとうございました！

- アンケートの結果をコミュニティ・スクールの目標作りや具体的な活動に役立てていきます。

教育委員会からのお知らせ

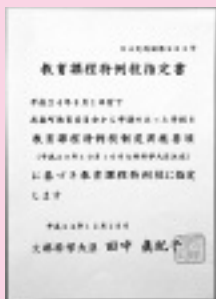
高森町教育委員に 後藤 福一さん



12月定例議会において、宇藤信喜前教育委員の任期満了にともない、高森町教育委員に後藤福一さん(上色見・前原)が選任されました。なお、委員の任期は4年です。そのほかの高森町教育委員は次の方々です。

- ・ 平田ルリ子教育委員長、草村伸夫教育委員長職務代理者、二子石敬喜教育委員、佐藤増夫教育長

教育課程特例校とは…



通常は、学習指導要領の基準により教育課程を編成します。具体的に小学校の外国語活動は5、6年生で行います。しかし、教育課程特例校の指定を受け

ることで、学習指導要領の基準を超えた小学校1年生から外国語活動を行うことが可能になります。

平成25年4月から

小学1年生より 英語教育がスタート



▲写真は高森中央小学校5年生の英語の授業風景

高森町では高森町新教育プランに基づき、文部科学省に教育課程特例校の申請を行い、文部科学大臣より教育課程特例校の指定を受けました。これにより平成25年4月から特色ある教育課程として小学校1年生から英語教育が始まります。

また、同時に小中9年間を通じてふるさと教育を推進するため「高森ふるさと学」を導入します。

熊本県内で初の相互協定 大規模災害発生時の施設の使用に関する相互協定調印式

高森町と高森署が災害時の協定を締結

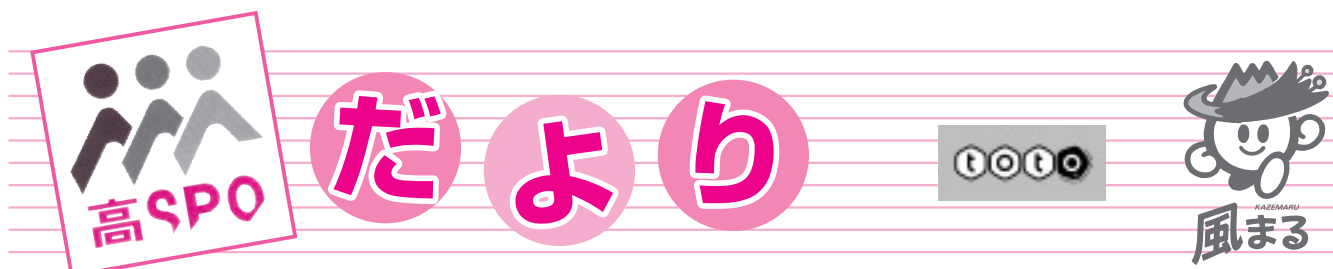


▲調印後に握手を交わす、草村町長（左）と田中署長（右）

1月11日、高森町と高森署は災害時に被災した際、住民の生命、身体及び財産の保護、公共の福祉の確保等を迅速に行うために、互いの施設を臨時利用できる協定の調印を執り行いました。

これは、多くの公共施設が被災した東日本大震災や、昨年の7月12日に発生した「九州北部豪雨災害」の教訓から今回の協定調印となりました。被災時に警察又は役場機能が喪失した場合、双方の臨時移転可能な代替施設の確保のため、高森署は「高

森総合センター大会議室」を使用、町は「高森署内会議室」を使用することで合意。役場庁舎と高森署の間の距離は約2キロメートルで、どちらの施設も耐震基準を満たしています。自治体機能が警察署内に入ることは全国でも非常に少なく、熊本県内では初めての相互協定の締結となります。草村町長は「町と警察が一丸となって動くための第一歩が実現できた」と話していました。



☆ 児童サッカー体験教室が行われました ☆



12月20日（木）、熊本県サッカー協会より指導者を招いて、小学3年生以下を対象としたサッカー体験教室が行われました。25名の子どもたちが参加し、サッカーの基本的な動きの指導を受け、ドリブルやゲームなどを楽しみました。

お問い合わせは、高SPO事務局 62-2991までご連絡ください。

高森町で利用できるようになります！ (熊本県内で2自治体のみ参加)



平成25年4月から正式スタート！

高森町では、RKK（熊本放送）が提供する「データ放送を活用した住民情報サービス（通称：デタポン）」に参加します。

RKKを視聴中にリモコンの「データ放送ボタン（dボタン）」を押すと、高森町が発信する様々な情報（防災情報・イベント情報・生活情報【おくやみ】等）をご覧ください。



※イメージです。



※イメージです。

※平成25年3月から試験放送を予定しています。

※テレビに郵便番号を設定する必要があります。

※データ放送に対応していないテレビではご覧になれません。

お問い合わせ先 高森町役場 総務課 総務係（内線115）

法律問題

— 携帯電話のトラブルにご注意 —

ここ数年、性別、年齢を問わず、「携帯サイトに高額なポイント代金を支払ってしまった」（サクラサイト詐欺）という相談が急増しています。

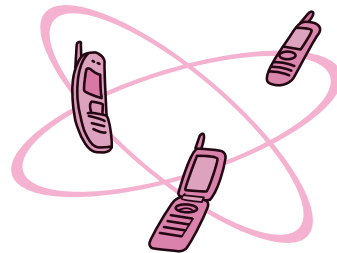
サクラサイトとは、サイト業者に雇われた“サクラ”が異性、芸能人、社長、弁護士、占い師などのキャラクターになりすまして、消費者のさまざまな気持ちを利用してサイトに誘導し、メール交換等の有料サービスを利用させ、その度に支払いを続けさせるサイトをいいます。具体的な手口としては、「相談相手になってくれればお金をあげる」、「私の遺産を受け取って下さい」などの誘い文句で、消費者をサイトへ誘導し、やりとりをするためのポイントの購入をせまります。

従来は、突然届く迷惑メールや懸賞・占いなどのサイトに登録した際に届くメールを利用して消費者を有料サイトに誘導していました。ただ最近では、スマートフォン

の普及に伴い、利用者が増加しているコミュニケーションアプリの機能を利用したサイトへの誘導も報告されています。

被害に遭わないために！

- ①知らない人から届くメッセージには返信しない。
- ②画面の表示や利用規約を十分に確認する。
- ③知らない人とやりとりする場合には、可能な限りやりとりを保存しておく。



おかしいと思った場合には、お金を払う前にまず、お住まいの自治体の消費生活センター等や専門家にご相談下さい。

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 ～わがまち自慢の世界遺産～

阿蘇世界文化遺産リレーコラム第5回は、産山村から「扇田」と「池山水源」についてのご紹介です。

コラム第5回

「扇田」と「池山水源」

担当：産山村

○扇田

扇田は、山あいの浸食された土地を開墾したもので、扇状にひろがる地形を活かして等高線状に作られており、現在は全国棚田百選・うまい米作り百選に選ばれています。水田への用水は、1,300m上流の熊本県名水百選の山吹水源から飲料水としても利用できる清流を直接導水しています。

この扇田と原生林に囲まれた山吹水源や野の花（ヒゴタイ、ユウスゲなど）は、自然派カメラマンに賞賛されています。



○池山水源

全国名水百選に選定されている池山水源は、恒温13.5℃、毎分30tという豊富な湧水を誇っています。一帯は、樹齢200年以上といわれる巨木群に囲まれ、湧水は玉来川となり大野川へ合流し、遠く別府湾へと注いでおり、熊本のおいしい水の代表です。

産山村で最も多くの観光客が訪れる観光スポットでもあり、県内外の方々から毎日水汲みに訪れて頂いています。

また、地元ガイドによる池山水源を活用した地域散策や観光振興の取り組みも活発に行われています。

◆次回は、高森町の「わがまち自慢の世界遺産」についてご紹介します！

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

もう三十年は過ぎようとしている、初めての海外公演。それは、ちょうど二月でした。

高森風鎮太鼓保存会が、町役場青年職員が中心となり継承されていたこの太鼓を引き継ぎ、まだ形ができていない頃、海外公演の話をもっていきました。

場所は台湾台北市の野外音楽堂。決定事項を先に伝え、不安よぎるなかでの参加要請を行いました。まだはじめて間もない頃、しかし実績と海外公演が今後生きてくるのだと強くお願いしました。快諾を得ました。

この催しの参加団体は二団体、もう一団体は天草本渡市の太鼓団体でした。まだ三十代の現天草市長の安田氏が、メンバーに加わっていました。

この太鼓公演を実現させるために、約三年の時間を費やしました。本町商工会の女子職員を同行しての、宣伝活

動をやりました。台湾政府の高官訪問時に、台北市立公園野外音楽堂での公演が決定しました。

話をもっていき、開催まで三ヶ月位の時間しかなく、大急ぎで準備にかかりました。太鼓練習場所は当時の母子福祉センターでした。夜の七時過ぎからの練習も、公演開催日が近づくと毎



▲台北市にて

日となりました。主催する私達も、海外公演等を手がけるのは初めてであり、近づくにつれ不安が増してきました。

当時阿蘇青年会議所で活動していた私は、この事業を会議所主催とし、その後多くの団体の海外公演を企画しました。台北での開催後、台中・台南・高雄・上海・南京・北京・ソウル等でのこの事業を展開してきました。

この経験が、高森風鎮太鼓保存会の、アメリカモンタナ州での公演成功の一因となった事でしょう。

ほとんどのメンバーが、台湾訪問は初めてでした。日本が一番寒い二月、それでも肌寒いくらいの天候で、陽が差せば半そでシャツで過ごせる、そんなおだやかな気候でした。

三泊四日で訪問した私達は、中日に公演予定を入れていました。観光など公演が終わるまでは落ち着かない、皆そんな様子でした。初日の夕食会は、静かに終わりました。

公演当日を迎えました。落ち着かなく開場三時間前には、台北野外音楽堂へ行きました。

収容人数一千人規模、ギリシャ式神

殿を思わせるその造りに接した時、メンバーはむしろ落ち着きを取り戻し準備に入りました。

どれくらいの来場者で開催できるのか、台北市側をお願いしただけで、それは不安でした。開演一時間前には満席になりました。それは驚きでした。現地の外務省関係者、そして友人が全島のマスコミを活用し、開催を告知してくれました。

リズムカルな天草本渡の太鼓と、落ち着いた太鼓さばきの高森風鎮太鼓。その違いが双方に喝采を、贈りました。公演が終わると舞台上に観客が駆け上り、奏者にサインをねだりあまりの多さに悲鳴をあげる。その姿今でも忘れることは出来ません。

台湾中部、ここから四時間はかかるでしょう、少数民族出身の女性が尋ねてきました。子供の頃に聞いた日本の太鼓が見たくやってきました。「ありがたい」忘れぬ一言です。

太鼓は、国を越えて互いに感動をもたらしました。

ご隠居・伊能忠敬

第10回

郷土史研究会会員

二子石 三喜男

(草部出身 熊本市在住)

消えゆく忠敬の高森での足跡

前号のつづき



▲高森高校の公開授業で、高森測量のことが書かれた国宝の忠敬日記を3年生に説明する筆者

忠敬が苦闘を重ねながら実測測量を行って作製した日本列島の地図や全国の街道筋の測量記録、地形などを書き込んだ絵図、さらに、17年間にわたる測量の全行程について51冊にまとめられた測量日記などは、現在千葉県香取市の伊能忠敬記念館に保存されており、平成20年に国はこの日記を含む2,345点の関係資料を国宝に指定しました。このたび私が伊能忠敬の高森測量のことを町の広報誌に掲載できたのは、実はこの日記に高森での測量のことが記されていたからでした。この史実を知って以来私は県や大学の図書館などに通って様々な関係資料の読み込みや蒐集を進め、さらに、測量が行われた草部、高森、色見、旧蘇陽、県境を越えた高千穂などに度々足を運んで、忠敬が200年前に測量した昔の道筋などの現地確認を行い、この地区での合計4日間の測量について、その詳しい内容を多くの

町民の皆様にお伝えしようと走り回ってきました。

しかし、先の12月号に書いたように、草部側から川走川へ下る道は大きな落石で人が通れなくなり、高森峠の昔の道筋はいたるところが明治期の県道建設時に寸断されたため、その後藪となって消えかかり、高森町内で忠敬の宿舎だった萬屋や隊員の宿舎の佐竹家並びに忠敬の健康状態を見守る為に付き添った古沢医師のご子孫の所在確認なども正確にできず、さらに、色見で宿泊した荒牧家と後藤家のご子孫の方々の所在なども町内を何度も隈無く歩き回り、多くの方々のご協力もいただきながらいろいろと調べましたが、忠敬生誕の地とは違って、高森では測量隊の動向を伝える史料が発見できず、忠敬の高森測量に関しては、残念ながら日記に書かれている以上のことはまだ十分には解明できていないのが現状です。高森にとっては歴史的な遺産とも思える200年前の忠敬の高森測量の道筋は、次々と新しい道ができたこともあっていたる所で人通りが全く絶えるなどして昔の道筋を確認できないところが多く、また宿泊した宿などについても関連資料による確認が出来ずにいます。例えば、高森から色見へ測量を行った道は11月号の実測経路図で示したように、現在の上町から高森郵便局と高森中学校の横を通り、第二高根切橋を渡り、高森高校野球グラウンド横を通して国道325号を踏切り、森林組合の横を抜け色見に一直線に向かう、むかし杉馬場往還と呼ばれた道だったことがやっと分かりましたが、この道は途中で採石場があって最近まで利用されていた道だったものの、現在は途中で行き止まりになっており、高森線が開通した当時は停車場（高森駅）への道として、戦時中には出征兵士を見送りに行った道として色見と高森の中心部とをつなぐ大変重要な往還だった事を知る人は、町うちにも色見地区にもだんだんと少なくなってきています。忠敬の測量に関しては、全国各地でその仕事ぶりや業績を顕彰し、詳しく記録に残しているところもたくさんありますが、高森ではこのように忠敬の高森測量に関する記録や足跡を標した往還の道筋などが失われたり次第に消え去りつつありとても残念でなりません。

私はこれまで10回にわたり高森を含む日本列島のいたる所の測量を行った「ご隠居伊能忠敬」の仕事ぶり等について、この広報誌をとおして町民の皆様にお伝えしてきましたが、昨年秋の高森高校文化祭での公開授業においても、3年生の皆さんに、忠敬の高森測量のことや、忠敬が農民や商人の若いころから「将来に対する計画や目標を明確に立て、それを必ず実現するという生き方」を強い意志（will）として持続していたことが、結果的に日本列島を歩き通しての測量と正確な地図の完成という大偉業の達成につながっていることを伝えさせていただきました。小・中学校の授業でも測量家伊能忠敬については学習しますが、武家中心社会の江戸時代にあって、一介の町人ながら列島の地図づくりに多大な貢献を果たしている忠敬が、苦難を踏破しつつ高森地域の測量も行ってたという郷土の歴史を、若い高校生の皆さんに是非記憶していて欲しいと願う教壇に立ったところです。

3月号につづく

▼絵本館「木いちご」を運営する後藤良子さん



緑の リボン賞

第106回熊日緑のリボン賞

後藤良子さん（高森・旭通）が「緑のリボン賞」受賞

1月12日、熊日本社で「熊日緑のリボン賞」の贈呈式が行われ、後藤良子さんが表彰を受けました。この賞は、「社会を明るくする運動」を受け創設された賞で、地域で奉仕活動を地道に続け、社会貢献してきた人たちをたたえるものです。今回6団体・5個人が表彰され、贈呈式では、表彰状と記念品が贈られました。後藤さんは、私財を投じ自宅敷地に、絵本館「木いちご」を開館し、絵本の貸出や読み聞かせなどに力を入れています。後藤さんは「絵本を通して、親子が言葉を共有してほしい」と話していました。

▼出発式で宣誓を行う高森町青パト隊員



年末年始の特別警戒

交通事故防止運動出発式

12月20日、高森署で年末年始特別警戒・交通事故防止運動出発式が行われました。防犯団体や交通安全協会、町関係者など約100名が参加。1月3日までの期間中、青パト隊などで巡回。出発式では、高森町の青パト隊の隊員が宣誓し、年末年始の警戒の強化をはかりました。

民生委員児童委員

一人暮らしのお年寄り宅へ弁当を配付

12月18日、1人暮らしお年寄り宅へ手作りのお弁当を配付しました。各委員が材料を持ち寄って、弁当を作りました。夕方になり、担当地区ごとに弁当を手渡して配付しました。喜んでいただけるか心配していましたが、配付後、喜びの電話やお手紙、民生委員児童委員への励ましの言葉をいただき、委員一同安心した様子でした。



▲民生委員児童委員のみなさん、おつかれさまでした

▼参加した子どもたちは、荒木選手から受けたアドバイスに真剣に耳を傾けていました



中日ドラゴンズ・荒木雅博選手来町 町内の小・中学生に野球教室を開催

1月16日、高森中央小学校グラウンドでプロ野球中日ドラゴンズの荒木雅博選手（熊本工業高校出身）による野球教室が開催されました。これは、荒木選手の母親で荒木良子さん（旧姓岩下）が本町出身で、荒木選手が「高森町の子どもたちに野球を教えたい」とのことから実現しました。教室には、少年野球クラブ「高森ドンキーズ」と高森中央小学校ソフトボール部・高森中学校野球部の子どもたちが参加。バッティングや守備などわかりやすい指導を受けました。バッティングの指導を受けた高森ドンキーズ主将の工藤慎太郎君（高森中央小5年）は「荒木選手に自分のフォームを見られて緊張しましたが、ほめられたので嬉しかった。」と話していました。

荒木選手はこの日、高森中央小学校の全校児童を対象とした講演会で「スポーツの基本は走ること。また、ご飯をたくさん食べること。」などと子どもたちにメッセージを送ってくれました。

▼感謝状を受け取った荒牧邦彦さん



人権擁護委員表彰 荒牧邦彦さんが法務大臣から感謝状

1月21日、荒牧邦彦さん（上色見・東中原）が法務大臣から感謝状の表彰を受けました。これは、荒牧さんが多年にわたり人権擁護委員として活躍され、人権の擁護と人権思想の普及高揚に尽力されてきたことが認められ表彰されたものです。おめでとうございます。

起雲山 含蔵寺^{たくはつ} 38年ぶりに托鉢復活

12月25日、起雲山 含蔵寺が38年ぶりに子どもたちと「托鉢」を行いました。厳しい寒さの中、本田幸則住職、裕樹副住職、小学生5名、高森高校陸上部6名が街中を練り歩き、募金を呼びかけました。これは、歳末助け合い運動の一環として行われたもので、募金は高森町社会福祉協議会に寄付されました。



▲厳しい寒さの中でしたが元気いっぱい募金を呼びかけました



▼表彰式のあと、受賞者全員で記念撮影



第10回高森湧水トンネルクリスマスツリーコンテスト 今年のクリスマスツリーも力作揃い

12月1日から12月31日の間、開催された「クリスマスファンタジー」。冬の風物詩となったこのイベントには多くのツリーが出展され、訪れる人々の目を楽しませていました。結果は次のとおりです。大賞／色見保育園、金賞／グループホームあそ和楽、銀賞／川上若もん会、銅賞／特別養護老人ホーム 梅香苑、アイデア賞／高森町観光協会1、阿蘇温泉病院 くるみ幼稚園、みどり福祉会 高森保育園、仲良し親子2、高森町社会福祉協議会、【エコ部門】 金賞／青山製作所 熊本工場、銀賞／仲良し親子3、銅賞／阿蘇立野病院

▼色見地区で行われたどんどやのようす



町内各地で「どんどや」 無病息災と五穀豊穡を願う

1月は、町内各地で「どんどや」が開催されました。1月14日に行われた、色見地区のどんどやでは、たくさんの人たちが集まり、今年1年の無病息災や五穀豊穡を願いました。各家庭から、芋や鏡餅を持ち寄って「どんどや」の火で焼き、おいしそうに食べていました。

JAフレッシュミズがボランティア活動 グループホーム和楽を慰問

12月14日、JAのフレッシュミズのメンバーが慰問活動を行いました。昨夏にクールネックを贈呈したのがきっかけで、現在月1回の慰問活動を行っています。今回の慰問はメンバー5人で行いました。内容は、軽く体を動かすお米体操やクリスマスツリー作りをお年寄りと一緒に行いました。



▲お年寄りと一緒にクリスマスツリーを作りました



町長のうごき

(12月22日～1月21日)

- 48回の公務・会議への参加の一部です。
- 他、45回の準公務・政治活動への参加を行いました。

- 12月22日(土) 緊急経済対策予算に関する要望(熊本市)
- 12月25日(火) 駐在嘱託員会議、緊急経済対策打ち合せ
- 12月26日(水) 阿蘇広域行政事務組合議会(阿蘇市)
- 12月28日(金) 平成24年仕事納め式、高森町消防団年末警戒(町内各地)
- 1月 3日(木) 平成25年高森町成人式
- 1月 4日(金) 平成25年仕事始め式
- 1月 7日(月) 熊日・RKK 新春交礼会(熊本市)
- 1月10日(木) 部落開放同盟県新春旗開き(熊本市)
- 1月11日(金) 大規模災害発生時における施設の使用に関する相互協定調印式
トップセミナー国会議員意見交換会(熊本市)
- 1月13日(日) 平成25年高森町消防団出初式(高森中央小学校グラウンド)
新年賀詞交歓会(阿蘇市)
- 1月16日(水) 高森町議会第1回臨時会
- 1月17日(木) 民生委員定例会
- 1月19日(土) 緊急経済対策に関する会議
- 1月21日(月) 第10回高森湧水トンネルクリスマスファンタジー表彰式

町長交際費

(平成24年度 12月21日～1月14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48万9,200円です。

日時	金額	分類	主な内容	備考
12月21日	5,000円	祝費	津留・南在水利組合総会	津留公民館
1月 6日	3,000円	祝費	尾下どんどや同好会	旧尾下小学校グラウンド
1月 7日	10,000円	祝費	熊日・RKK新春交礼会	ホテル日航熊本
1月14日	3,000円	祝費	河原地区どんどや	河原区民グラウンド

※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24年度 12月13日～1月14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12万円です。

金額	分類	主な内容	備考
10,000円	弔費	香典代	—

消防
なんでも

南部分署



遭難事故が多発しています

冬の寒さもピークに達してきました。この年末年始、全国各地の山々で遭難事故が続出しました。阿蘇でも中岳周辺に登山したと思われる男性が行方不明となり、大規模な捜索にも残念ながら（1月15日現在）発見に至っておりません。



登山ブームの昨今、壮大な景観や野の花を求めて山に足を運ぶ方々を多く見かけます。しかし、大自然を相手に油断は禁物です。低山でも道迷いや滑落などの遭難事故は多発しています。

この時期は特に防寒対策や、携帯電話などの通信機器、地図、行動食などの十分な装備と、ルートや気象などしっかりとった情報を持って入山し、気持ちいい安全登山を楽しんでください。

これらの予防を行なってインフルエンザにかからないようにしましょう。

■お問い合わせ先

阿蘇広域消防本部南部分署

TEL 621-90034

こちら

高森警察署



振り込め詐欺等特殊詐欺被害が大幅増

振り込め詐欺等特殊詐欺は過去のものではありません

1 熊本市内の被害状況
県内の振り込め詐欺の被害は昨年、認知件数が45件（前年比+26件）、被害金額が約1億円（前年比+約7,000万円）と大幅に増加しました。

また、振り込め詐欺以外の特殊詐欺（未公開株売買、交際取もの）の認知件数が44件（前年比+24件）、被害金額が約4億1,000万円（前年比+約2億7,000万円）と大幅に増加しました。

2 被害に遭わないためには

「だましのフレーズを知ろう」
「風邪をひいた、携帯電話番号が変わった」（オレオレ詐欺）
「キャッシュカードの手続きのため、カード預かります」（警察官騙り）
「絶対もうかる。後で数倍で買い取る。」などの儲け話（類似詐欺）

○ 在宅中でも留守番電話にしよう

直接犯人からの電話に應對しないことで、落ち着いた対応が出来ます。

○ NTT電話帳（ハローページ）から名前の削除を検討しよう

警察官をかたるオレオレ詐欺の被害者のほとんどは、電話帳に名前を載せている女性で、名前がカタカナ混じりや旧字体で高齢者をイメージさせる人達です。

○ 送金する時は、必ず誰かに相談しよう

ひとたび振り込んでしまえば、取り返すことは出来ません。お金の振り込み等の電話やハガキについて、絶対一人で判断してはいけません。必ず、家族や警察に相談してください。

注意！「脱衣場ねらい」

高森警察管内では毎年この時期、温泉施設の脱衣場で脱いだ衣服などから金品を盗み出す「脱衣場ねらい」の被害が多発します。高森警察管内の平成24年中の「脱衣場ねらい」の被害認知件数は5件（前年比マイナス8件）ですが、このうち4件は1〜2月に集中しています。盗まれてから後悔しても遅すぎます。たとえ面倒でも貴重品はコインロッカーに入れるなどして、被害に遭わないようにしましょう。

■お問い合わせ先

高森警察署

TEL 621-0110

知って
おきたい

税情報



確定申告は正しくお早めに

確定申告の時期が近づいてきました。

平成24年分の所得税の確定申告期間は、平成25年2月18日（月）から平成25年3月15日（金）までとなっています。

所得税は、納税者自身が所得金額や税額を正しく計算して納税する申告納税制度を採っていますので、申告と納税は、期限内にお済ませください。確定申告書の提出は、郵送等でもできます。

申告期限が間近になりますと、申告会場は大変混雑し、長時間かかる場合もありますので、お早めに申告をお済ませください。

なお、国税庁ホームページ（<http://www.nta.go.jp>）の「確定申告書等作成コーナー」で簡単に申告書等の作成ができますので、是非ご利用ください。

詳しいことは、阿蘇税務署にお尋ねください。



■お問い合わせ先

阿蘇税務署

TEL 0967-221-0501

人権課題について学ぼう 同和問題 ②

もし、あなたが、自分の生まれたところや住んでいる（住んでいた）ところを理由に差別を受けたらどう思いますか？

Q. どんな取り組みが行われていますか？

A. 行政の取り組み

同和問題の解決を図るため、国は、昭和44年以来33年間、特別措置法による施策を中心に、生活環境の改善、社会福祉の増進、産業の振興、職業の安定、教育の充実、人権擁護活動の強化などの施策に取り組んできました。その結果、物的面では大きく改善されたことから、既存の一般対策で対応することになりました。しかし、心理的差別など残された課題もあります。

平成12（2000）年には「人権教育及び人権啓発の推進に関する法律」が施行されました。この法律に基づき策定された「人権教育・啓発に関する基本計画」の中では、同和問題を重要な人権課題の一つとして取り上げ、人権教育・啓発の視点から様々な啓発活動を推進しています。

また、熊本県は、平成7（1995）年に、「熊本県部落差別事象の発生の防止及び調査の規制に関する条例」を制定し、結婚や就職に際して、部落差別につながるような身元調査を行うことを規制しています。

同和問題は行政の重要課題であり、これからも粘り強く解決に向けた取り組みを推進していかなければなりません。

○熊本県人権情報誌「コッコロ通信」から

国民年金だより

国民年金後納保険料納付書の使用期限にご注意ください

過去10年間に納め忘れた国民年金保険料については、平成24年10月から後納制度を利用して納付することが可能となりましたが、後納制度の申込みをされ、平成15年4月分以降（平成14年10月から平成15年3月までの保険料は、平成25年4月以降は納付できません。）の後納保険料のお支払いが済んでいない方は、お手元の納付書の納付期限が平成25年3月31日になっていますのでご注意ください。

なお、平成15年4月以降の後納保険料を平成25年4月1日以降に納付される場合は、使用期限が平成26年3月末までの納付書が必要となりますので、下記国民年金保険料専用ダイヤルまたはお近くの年金事務所までお問い合わせください。



お問い合わせは、『国民年金保険料専用ダイヤル』へ

Tel 0570-011-050

■お問い合わせ先 住民福祉課住民係 Tel 62-1111（内線134）

新着情報

高森町役場 Tel 62-11111 / 草部出張所 Tel 64-0211 / 野尻出張所 Tel 65-0211

新規就農者支援情報 青年就農給付金事業

○準備型：農業技術及び経営ノウハウの習得のための研修に専念する就農希望者を支援。
※対象者 都道府県が認めた研修機関、先進農家、先進農業法人で研修を受ける就農希望者。(就農予定時の年齢が45歳未満)

○経営開始型：経営リスクを負っている新規就農者の経営が軌道に乗るまでの間を支援。
※対象者 農業経営開始後5年以内の者(就農時の年齢が45歳未満)。

※対象者には右記事項以外にも要件があり、それぞれ個別に検討致します。

※詳細については左記にお問い合わせ下さい。

○参考資料 農林水産省 HP掲載

http://www.maff.go.jp/j/new_farmer/synou/roudou.html

■お問い合わせ先

農林政策課 農林振興係(内線415)

派遣労働者セミナー開催のご案内

熊本労働局・ハローワークでは、派遣労働者やこれから派遣労働という働き方をお考えの皆様を対象として、労働者派遣法及び労働基準法等の労働関係法令や労働者派遣制度を理解していただくための説明会と、派遣労働に関する相談や正社員への就職等、個別相談に応じる相談会を内容とするセミナーを左記により開催いたします。

○開催日時・場所

①平成25年2月8日(金曜日)

午後1時30分～午後4時

ハローワーク菊池



(菊池市限府771-1)

Tel 0968-24-8609

②平成25年2月12日(火曜日)

午後1時30分～午後4時

ハローワーク八代

(八代市清水町1-34)

Tel 0965-31-8609

③平成25年2月15日(金曜日)

午後1時30分～午後4時

ハローワーク熊本

(熊本市中央区大江6-1-38)

Tel 096-371-8609

○説明会

・労働者派遣法と労働者派遣のしくみについて

・労働基準関係法令のポイント

○相談会

・労働者派遣に関すること

・正社員への就職等の相談

○定員 30名

■参加申込み先

熊本労働局職業安定部

需給調整事業室

Tel 096-211-1731

九州北部豪雨災害への義援金・ 見舞金をいただいた方々

あたたかいご支援ありがとうございました。
(順不同・敬称略・1月15日現在)

- ・南阿蘇えほんのくに
- ・高森町駐在嘱託員



無料登記相談所開設します

熊本地方事務局による無料の登記相談所が開設されます。

当日は、土地・建物等の売買・贈与・相続等の登記に関する相談について熊本地方事務局職員が対応しますので、お気軽にご相談下さい。

○日時 平成25年2月21日(第3木曜日) 午前10時30分から午後3時まで

※ただし正午から午後1時までを除きます。

○場所 阿蘇市役所2階会議室

お問い合わせ先

熊本地方事務局総務課庶務係

TEL 096・364・2145 (代表)



第53回熊日書道展 代宮司幽峰氏が熊本市賞受賞



▲熊本日日新聞 平成24年12月12日付

代宮司幽峰さん(本名・代宮司佐富美さん(高森・下町))が、第53回熊日書道展・少字数の部へ作品「鷺」を出品し、見事「熊本市賞」を受賞されました。同展は、書家の研鑽の場として開催されており、今回5部門計417点(少字数66点)出品の中から選ばれました。表彰式は、昨年の12月23日に熊日本社で行われました。おめでとうございます。

高森町食生活改善推進員連絡協議会 町へ電波時計を寄贈



12月5日、高森町食生活改善推進員連絡協議会30周年記念大会が高森総合センターで開催され、講演や活動報告などの発表がありました。



1月18日には、津留五月会長ほか役員が役場を訪れ、記念品(電波時計)を町へ寄贈されました。寄贈された電波時計は、現在、役場庁舎1階の町民相談室に設置されています。

新着情報

高森町役場 Tel 62-1111 / 草部出張所 Tel 64-0211 / 野尻出張所 Tel 65-0211

「交通遺児等育成資金の貸付」のご案内

○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方のお子様（0歳～中学校を卒業まで）を対象とし、その保護者の生活状況が、一定の要件（住民税の非課税等）に合致する方。

○貸付金額（貸付対象者一人に対して）

貸付と同時に一時金 : 15万5千円
貸付期間中 月額 : 2万円
小・中学校入学時に

入学支度金 : 4万4千円

○貸付期間 貸付決定の月から中学卒業の月まで

○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）による返還方法を選択。（高校・大学に進学した場合、在学期間は返還猶予できる）

■お問い合わせ先

自動車事故対策機構熊本支所局
熊本市中央区花畑町4-7
Tel 096-3222-5226

「介護料支給」のご案内

○対象者 自動車事故で「脳」、「脊髄」、「胸部臓器」を損傷し、重度の後遺障害を持ち、「常時」又は「随時」の介護が必要となった方。

○支給額

常時要介護の方 : 自賠責後遺障害等級「1級1号」又は「1級2号」
月額 : 58,570円

随時要介護の方 : 自賠責後遺障害等級「2級1号」又は「2級2号」
月額 : 29,290円

54,000円

■お問い合わせ先

自動車事故対策機構熊本支所局
熊本市中央区花畑町4-7
Tel 096-3222-5226

若い方のお仕事探しを お手伝いします

熊本県では、平成22年度から阿蘇地域振興局総務振興課内に「ジョブカフェ・阿蘇ブラチ」を開設しております。
就職に関するご相談について、お気軽にご利用ください。

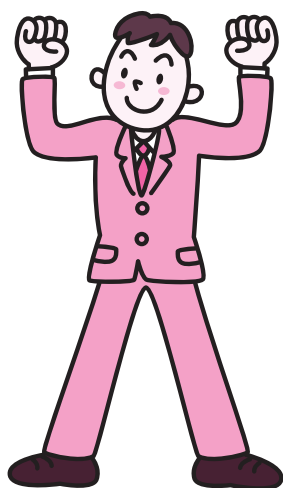
○利用できる方 おおむね35歳未満の方又は保護者の方、学校の進路指導担当の先生方

○お手伝いの内容 就職に関する相談、出張相談、求人に関する情報提供・求人の開拓、職業適性診断

○相談時間 平日10時～17時
（土・日・祝祭日は休み）

■お問い合わせ先

ジョブカフェ・阿蘇ブラチ
Tel 0967-22-8178



熊本県小児救急電話相談

夜間、お子様の急病やケガで心配なとき
小児救急電話相談を実施しています。熊本県



では、子どもの急な病気やケガに対する保護者の不安を解消するため、県下全域を対象として、夜間における小児救急の相談を受け付けています。

受付は、毎日、午後7時から午前0時まで、看護師又は必要に応じて小児科医が相談に応じます。

電話番号は、「#(シャープ)8000番」(ただし、ダイヤル回線、IP電話、光電話からは、096-364-9999)です。

急な病気やケガに関する応急処置や受診可能な医療機関についての情報を提供していますので、ご利用ください。

広報郵送料のご協力を お願いします

本誌は毎月3、200部を印刷し、町内配布とともに高森出身の皆さまにもお送りして「ふるさとの便り」としてご愛読いただいています。

本誌はメール便の場合、1ヶ月に80円かかります。(広報誌代は別)

引き続き、現金(小為替など)や、90円以下の少額切手で1年分程度のご寄付を毎年お願いします。

■お問い合わせ先

政策推進課 政策企画係 内線153

肥後狂句

(阿蘇御神火会)

俺ならば オバマに代り銃規制
知恵の無さ 六時過ぎたら半額よ
せからしか 原稿取りが泊り込み
知恵の無さ 撒き餌せんけんつつこくる
知恵の無さ 男下駄でんおきなはり
結局金 薄給見捨て玉の興
癖 苦労話にすぐ泣かす
結局金 貴男だけよと言うたくせ
どうしたの 妙にすつきり片づいて
結局金 無料につられ飛びついた
知恵の無さ つかまる詐欺は詐欺で無ア

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
藤本 無心
松山キヨ子
森川そよ子
渡辺 雲海

歌詠み

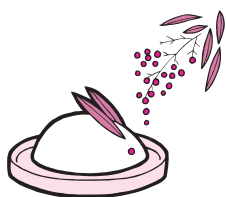
如月

初空に災害の山白く光り
歳月がすたとんと止る枯木立
大阿蘇よ四方に輝け初光り
百八ッ聞きつ夢路となりにつけり

瀬田 博
後藤 法龍
本田 訓子
森 政隆

俳句

(河原すすきの句会)



食事で免疫力を

高めましよう！

～一年の中でも冬が最も免疫力が低下する季節～

忙しく働いていた時は多少無理

をしても体調も悪くなかったのに

休日になると風邪を引いてしまっ

た…というような経験をしたこと

はありませんか？ これは、忙し

い時と休日では身体の免疫力に差

が生じるからです。

免疫力を高める食材を摂取し、

風邪やがん他の病気にも負けない

元気な身体を作りましよう。

・免疫力とは…病原菌などから身

体を守るシステムです。もし、

免疫力がなければ私達は健康に

生活することはできません。

☆なぜ、冬になると免疫力が低下

してしまうのでしょうか？

・粘膜（のどや鼻などの内面をお

おった上皮）は、乾燥に弱く、

冬に分泌が低下するからです。

低下すると、粘液が少なくなり

病原菌の侵入を防ぐことができ

なくなってしまうます。

免疫力を高める注目すべき食材は…ショウガです。

ショウガ は万能薬

ショウガに含まれてい

る「ジンゲロール」とい

う辛味成分の効果や効能

などが明らかになってい

ます。ジンゲロールを摂

取すると、体の免疫機構

が活性化されて、免疫力

が高まります。
弱点は…高熱に弱く、
酸化されやすい。

免疫力を最大に高める方法は…

・吸収を助けるため、すりおろし

やみじん切りが良い。

・すりおろしは、ショウガ汁も

しっかり使い切る。

・食べる直前に調理する（酸化防

止）

・高温での調理は避ける。

・生で薬味として使う方法やぬる

めの汁物に溶かす方法が最

高！
・低温も苦手なので、冷蔵庫では

なく新聞紙などに包み日陰常

～カンタンおやつレシピ～

ショウガの蒸しパンの作り方

材料（10個分）

- ・薄力粉 …………… 80g ①
- ・ベーキングパウダー …………… 小さじ2
- ・おろしショウガ …………… 20g

作り方

- ①薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるっておく。
- ②ボウルに①とショウガを混ぜ合わせ、①を加え混ぜ、カップに入れる。
- ③蒸気の上上がった蒸し器で15分蒸す。

高森カレンダー

2月16日
～3月15日

●2月22日(金)

年金相談(高森総合センター2階・中会議室)
／10時～15時

●2月25日(月)

役場支払日

●2月27日(水)

介護保険資格取得者説明会(高森総合センター)
／13時～15時

●3月5日(火)

役場支払日

●3月8日(金)

3か月健診・BCG予防接種
(南阿蘇村白水保健センター)／13時30分～

●3月10日(日)

第25回新酒とふるさとの味まつりラストイベント
(観光交流センター一帯)／11時～14時30分

●3月14日(木)

1歳半健診・フッ素塗布(高森総合センター)
／13時30分～

●3月15日(金)

パパママセミナー(妊娠編)(高森総合センター)
／19時～
役場支払日

休日在宅医

■2月10日～3月10日分

◎診療は午前9時から午後5時まで

2月10日 後 藤 医 院 TEL67-0019

2月11日 藤 本 医 院 TEL67-0020

2月17日 阿 蘇 立 野 病 院 TEL68-0111

2月24日 平 田 医 院 TEL62-0216

3月 3日 のむら内科クリニック TEL096-292-2250

3月10日 阿 蘇 立 野 病 院 TEL68-0111

おくやみ
もうしあ
げます

2012年12月受付分(敬称略)

住 所	死亡者	年 齢	御遺族
津 留・上津留	野尻アキエ	94	野尻 道明
河 原・市野尾	白石 エル	86	白石 年男
高 森・横 町	後藤 武義	96	辛木 タヨ
野 尻・井 上	瀬井モモコ	90	瀬井 美雄
尾 下・片 山	瀬井 隆一	88	瀬井 弘幸
高 森・津 留	後藤 善延	87	後藤 善孝
高 森・横 町	内田 フミ	94	内田建二郎

まちの人口

平成24年12月31日現在

人口／7,128人(+ 6)

男性／3,392人(+ 5)

女性／3,736人(+ 1)

世帯／2,847戸(± 0)

愛の ご寄付

●町社会福祉協議会へ(敬称略)

[香典返し]

内田建二郎 後藤 善孝

●広報寄付料(敬称略)

矢津田千代次(上色見・西中原)

貝田 正(色見・山鳥)

林 輝美(高森・横町)

田上 一生(福岡県・北九州市)



編集後記

▼まだまだ厳しい寒さが続いています。この季節は、特にインフルエンザには注意したいものです。県内でも流行の兆しがありますので体調管理には十分お気をつけください。
▼暦の上ではすでに立春です。早く春が来てほしいですね。

安全で安心できる地域を支える

高森町消防団



平成25年高森町消防出初め式

1月13日、新年恒例の「高森町消防出初め式」が高森中央小学校グラウンドで開催されました。式では、消防活動に功績のあった方々に表彰状や感謝状が贈呈された後、吉良嘉人団長が「7・12九州北部豪雨災害の経験を踏まえて、地域住民の協力を得ながら予防消防の徹底に努め、火災ゼロを実現したい」と訓示。消防団員は防災への意気込みを新たにしました。通常点検では、全13分団と高森中学校少年消防隊が日ごろの訓練の成果を披露。また、高森幼稚園幼年消防クラブの可愛いらしい防火演技も披露され、会場から温かい拍手が送られていました。通常点検の審査結果は次のとおりです。第1位／1分団（草部（社倉）・永野原・下切）、第2位／3分団（中・矢津田）、第3位／8分団（上色見・色見（小倉原））

