

A public relations magazine

広報

たが
か
せ
り

野の花と
風薫る郷から

平成23年

2

February

No.618

園児とのふれあいを
通し保育を学ぶ

1日保育者運動(高森保育園)

成人式 A coming of age ceremony



Congratulation! 高森町成人式

大きく羽ばたけ

2011
1.3

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】
住吉 翼さん（色見・中園）



【交通安全宣言】
牛嶋 大樹さん（高森・森）

成人を祝うこの式典の対象者は78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。藤本正一町長が「豊かな教養と情操を身につけ、心身を錬磨し、若さと行動力のある立派な大人になってください。」と激励。新成人を代表して、住吉翼さんが宣誓しました。

式典後、県の無形民俗文化財指定である「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。毎年各地で問題となる「荒れた成人式」とは無縁で、高森町の新成人たちを送ることができました。

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。

【意見発表】



今村 翔太さん（色見・山鳥）



岩下 聖さん（高森・昭和）



阿南 亜祐実さん（草部・社倉）



後藤 成幸さん（河原・味鳥）



【記念式典】
尾下菅原神社獅子舞



【司会】
足立 瑛也さん（草部・社倉）
古澤 静香さん（高森・旭通）



ちいきほうかつしえん 高森町地域包括支援 センター便り

認知症について考える



高森町の高齢化率（平成22年12月末日現在）

世帯数 2,785				
人口	男	女	計	比率
	3,442	3,726	7,168	
65～74歳	439	539	978	13.64%
75歳以上	529	851	1,380	19.25%
計	968	1,390	2,358	32.89%



●日頃の生活の中で、できるだけ身体を動かしましょう。 ●歩くとき、座るときなど、背筋を伸ばしましょう。

糖尿病と認知症 糖尿病にならないために

最近、糖尿病と認知症発症の関係が明らかになってきました。アルツハイマー病の発症は糖尿病でない人の二倍と推察されています。高齢になると色々な病気になったり、筋力が衰え骨が弱くなって転倒骨折の原因で床につき「寝たきり」状態になったり、認知症になってしまいう危険もあります。

まずはこんなことにならないように、若いうちから正しい食生活と適度な運動を続けることが大切ですが、高齢になってもきちんと栄養面に気をつけた正しい食事をするように心がけたいものです。

糖尿病とはどんな病気？

糖尿病は膵臓（すいぞう）から出ているインスリンというホルモンの分泌量が不足したり、働きが充分でないために、身体のエネルギー源となるブドウ糖をうまく利用（代謝）できなくなる病気です。自覚症状はなく、血糖値（血液中のブドウ糖の量を示す値）が高いままになって病状が進行していくと、口の渇き、多飲、多尿の症状があらわれ、動脈硬化などから網膜症、脳卒中、心臓病、腎臓病などの重大な病気を次々と引き起こすことがあります。

インスリンの量は有限

インスリンは血糖値の量を調節しているので大変重要なホルモンです。正常なインスリンの分泌なしでは身体の細胞は血液中のブドウ糖を利用することが出来ません。

最も重要なことは、この大切なインスリンの量には人それぞれに限りがあるということです。したがって年齢を重ねると個人差もありますが、インスリンの量が不足したり働きが悪くなることもあります。

肥満はインスリンの働きを悪くし無駄づかいさせてしまう

また、肥満は脂肪細胞内に脂肪蓄積量が増加して細胞サイズが大きくなりやすいため、レジスチンなど悪い物質の影響でインスリンの働きが悪くなってしまうのです。

そうなる前、膵臓はインスリンを余計に出して調整しようとしてますますから、結果的に大切なインスリンを「無駄づかい」させてしまいます。

「食」から防ごう糖尿病

まずは肥満や病気になるないように、次の点に気を付けましょう。

- 「腹七分目」で食べ過ぎない。
- 間食、夜食はしない。
- 糖分は控えめに。
- 動物性脂肪を摂りすぎない。
- 高血圧を防ぐためにも塩分は控えめに。
- 飲酒は食べ過ぎや膵臓の働きに影響がありますので、多量の飲酒などには気を付けましょう。
- たばこは血管を収縮させることから高血糖によって傷みややすくなった血管に更にダメージを与えてしまいますのでひかえましょう。

ちいきほうかつしえん 高森町地域包括支援センター

高齢者一人暮らし、二人暮らし、昼間の一人暮らし、認知症などのご相談をお受けします

祝日・年末年始を除く月曜から金曜の午前8時半から午後5時まで

相談無料・秘密厳守 電話 62-1111 内線 123 番

〒869-1602 阿蘇郡高森町大字高森2168（高森町役場・住民福祉課内）

アンケート調査にご協力を
無作為に抽出した65歳以上の方に、日常の生活等についてのアンケートを実施します。詳しいことは本誌10ページの「新着情報」をご覧ください。

高齢者福祉・介護保険についてのおたずねは、介護保険係 62-1111（内線 124）までどうぞ

くまもと電子申請窓口「よろず申請本舗」 「電子申請受付の一時休止」について

くまもと電子申請窓口「よろず申請本舗」は、新システムに移行（リニューアル）することにともない、現在のシステムでの電子申請受付は、平成23年2月28日（月）23時59分で終了します。なお、申請状況の照会は、平成23年3月31日（木）17時まで可能です。

平成23年4月25日（月）の新システム公開まで、電子申請受付を一時休止することとなり、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、電子申請の受付休止期間中も、紙による申請は可能です。

※詳細は「よろず申請本舗」をご覧ください。

よろず申請本舗

検索

<http://www.shinseihonpo.kumamoto-idc.pref.kumamoto.jp/>

■お問い合わせ先 総務課企画係（内線205）

法律問題Q&A — 土地の境界 —

Q 自宅の土地と隣の家の敷地との境界があいまいになっています。どうすればよいですか。

A 「境界」には、登記上の土地の区分である「公法上の境界」（筆界（ひっかい）とも呼ばれます）と、所有権の範囲の区分である「私法上の境界」があります。

公法上の境界の正確な位置がわからなくなっている場合は、法務局に筆界特定の申請をするか、裁判所に境界確定の訴えを提起することが必要です。

私法上の境界については、関係する土地の所有者全員が合意すれば、自由にその位置を決めることができます。私法上の境界と公法上の境界は通常は一致させますが、異なる位置に設定することも可能です。なお、話し合いで新たに私法上の境界を定めることについて合意したときは、全員で「境界確認書」などの書面を作成し、



この際には、専門家に作成してもらった測量図を添付して、現地に境界標を設置します。

私法上の境界があいまいになっている場合に、話し合いで解決することが困難なときは、裁判所の民事調停や民間団体が行うあっせん、仲裁などの手続を利用する方法もあります。それでも解決しないときは、所有権の範囲を確認する訴えを提起し、裁判で争うこととなります。

法テラス高森法律事務所



▼町内からも多数の団体が参加し各地を巡回パトロールしました



年末年始特別警戒活動出発式 大田黒浩一さんが一日署長に

12月21日、高森署で「年末年始特別警戒活動出発式」が行われ、関係者約100人が参加しました。出発式では、タレントの大田黒浩一さんが一日署長として登場。式の後、管内のパトロールに出発し、高森高校などを訪問しました。大田黒さんは生徒たちに冬休み中の交通安全や防犯について、ユーモアを交えながら呼びかけていました。

▼多種多彩な料理が提供され参加者も満足した様子でした



高森町飲食店組合 お客様感謝祭

12月26日、高森町観光交流センターで「お客様感謝祭」が開催されました。これは、高森町飲食店組合が日頃の感謝をこめて開催したものです。加盟しているお店の自慢の料理がバイキング形式で提供され、参加者はおもいおもいの料理を選び楽しんでいました。また、会場では新鮮なマグロのブロックをその場で調理する余興も行われ人気を博していました。

水の森加工部会 すみれ会 鏡もちを寄附されました

12月27日、水の森加工部会 すみれ会が役場と湧水館へ「鏡もち」を寄附されました。水の森加工部会 すみれ会（代表・岩下真知子さん）は南在地区の農家の女性を中心に平成15年から活動しており、地元の食材を利用して和菓子や漬け物などの加工品を製造・販売しています。毎年のご寄付ありがとうございます。



▲写真左は代表の岩下真知子さん

▼写真左／1月21日に行われた表彰式、写真右上／特賞の色見保育園と金賞の高森東保育園、写真右下／銅賞の立正福祉会高森寮



第8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

11月20日から12月31日まで、「高森湧水トンネルクリスマスファンタジー」が開催されました。冬の風物詩となったこのイベントには50基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。表彰式は役場町長室で行われました。コンテストの結果は次のとおりです。

特賞／色見保育園、金賞／高森東保育園、銀賞／グループホームあそ和楽、高森保育園、銅賞／高森幼稚園、立正福祉会高森寮、アイデア賞／熊本県赤十字血液センター、株式会社スバック、高森町社会福祉協議会、泰明電機株式会社、たかもり花高原「やま康」

▼善行表彰を受けられた甲斐さん



善行表彰

甲斐サミ子さん（高森・昭和）

1月20日、甲斐サミ子さんが善行表彰を受けられました。表彰式は、役場町長室で行われ、表彰状と記念品が贈られました。これは、甲斐さんが、永年にわたり地域の美化清掃活動に努めてこられたことに対し、感謝の意を込めて贈られたものです。甲斐さんは、「これからも続けていきたい」と話していました。

高森保育園「一日保育者運動」 園児との楽しいふれあい

1月25日、高森保育園で「一日保育者運動」が実施されました。これは、保育に対する理解を深めてもらおうと毎年行われているものです。小学校、中学校や高校の先生、民生児童委員など6人が参加しました。参加者は各クラスごとにわかれ、園児たちとの楽しいひとときを過ごし、すっかり気に入られた様子でした。



▲参加者は保育に対する理解を一層深めた様子でした

消防
なんでも

南部分署



平成23年春季全国火災 予防運動が行われます

●実施期間 平成23年3月1日(火)～3月7日(月)の7日間です。

統一防火標語

「消したかな あなたを守る 合言葉」

春は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなっています。全国各地で住宅火災が発生し、たくさんの方が亡くなられています。ご家庭での火災予防対策をしっかり行ってください。

●住宅防火6つのポイント



ストーブをつけたまま寝ない



子供には火遊びをさせない



コンロを使用中はその場を離れない



たばこの後始末はしっかりする



火災を小さいうちに消すために住宅用消火器を設置する



逃げ遅れを防ぐための住宅用火災警報器を設置する

お問い合わせ先

阿蘇広域消防本部南部分署

TEL 096-90334

こちら高森警察署です!



サイバー犯罪被害に 遭わないために

「インターネットのルールとマナー」

インターネットの普及に伴って携帯電話やパソコンを使った犯罪は年々増加傾向にあります。

これらの犯罪は自ら注意していれば防ぐことが出来ますので、利用者自身が犯罪被害に遭わないための知識を身に付けることが必要です。

1 子どもを守る

子どもにも身近になったインターネットの世界は、青少年に悪影響を及ぼす情報が氾濫しています。保護者のみなさんは子どもの利用状況を把握し、適切に指導しましょう。

違法・有害情報をシャットアウトするために「フィルタリング」サービスを利用しましょう。「フィルタリング」とは、有害サイトにアクセスできないサービスです。

2 家族みんなで気をつけよう

「架空請求・不当請求」

利用した覚えのない有料サイトからの「架空請求」やクリックしただけで料金を請求される「ワンクリック詐欺」には

●対策 身に覚えのない請求メールは無視しましょう。送信元への返信、問い合わせはしてはいけません。

「フィッシング詐欺」

金融機関等からのサイトメールを装い、偽のホームページに誘い、クレジットカード番号・ID、パスワード等の個人情報を不正に入手するフィッシング詐欺には、

●対策 メールで個人情報を聞かれても安易に回答しない。リンク先を開いたら、表示されるURLアドレスに不審がないか確認する。

あやしい電話番号は、104で確認する。

「オークション詐欺」

「落札し代金を振り込んだが商品が届かない」・「落札後、直接取引を持ちかけられ代金を振り込んだが商品が届かない」・「送られてきた商品が粗悪品だった」等のオークション詐欺には、

●対策 オークション外の直接取引には応じない。決済は、代金着払い等安全性の高い方法を利用する。

「インターネット・ホットラインセンター」

インターネット上の違法・有害情報の通報受付窓口です。通報された情報は一定の基準に従って選別し、違法情報であれば警察庁へ通報し、有害情報と判断したものは、プロバイダや掲示板の管理者へ契約約款に基づく対応を依頼します。

「アクセス(ACCESS)」 <http://www.internet hotline.jp/>

お問い合わせ先

高森警察署 TEL 096-20110

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22年の所得税の確定申告期間は、平成23年2月16日(水)から平成23年3月15日(火)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。

●国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>

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 0967-22-0551

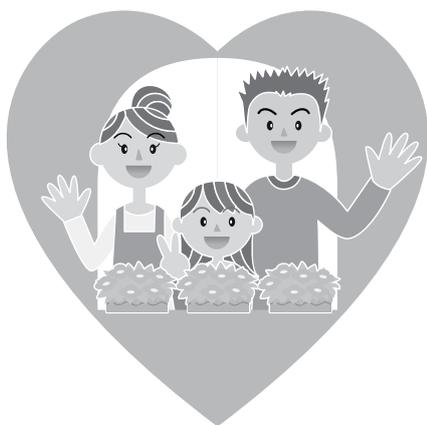
人権

お互いの人権を守るには、まず、家庭内で自分の人権は守られているかどうかを考えてみる大切ではないでしょうか。

たとえば、お母さんの場合、家族の中で尊重される人権は守られているか。

お父さん・おじいさん・おばあさん・お兄さん・お姉さん・弟・妹、そして、自分（ぼく・自分（わたし））の人権はどうか…。

逆に、自分は、家族の一人ひとりの人権を尊重して、家族の人の人権を守っているかどうか、じっくり考えたり話し合ったりしていくことが、地域社会の中での人権尊重につながっていくのではないのでしょうか。



国民年金だより

遺族基礎年金はどのような場合にももらえるの？

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方で日本国内に住所がある 60 歳以上 65 歳未満の方
- 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方

ただし、①②の場合は、死亡月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間（若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む）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（792,100円）に子の加算額（1人目と2人目の子はそれぞれ227,900円、3人目以降は1人につき75,900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。



■お問い合わせ先 住民福祉課住民係 TEL62-1111（内線129）

アンケート調査にご協力を (日常生活圏域ニーズ調査)

高齢者の方が、健康で活力ある生活をおくるには、病気の予防だけでなく、徐々に忍び寄る老化のサインをいち早く発見し、適切な対応を行うことが大切です。

このため、高齢者の方々に必要な支援やサービスのあり方を検討するため、介護予防に関するアンケート調査を実施いたします。

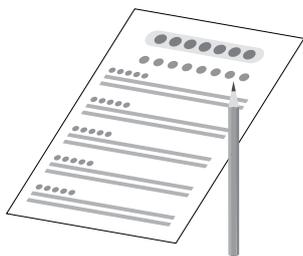
アンケート調査は、無作為に抽出した65才以上の方に郵送でお送りしますので、アンケートのお願いが届いた方は、回答にご協力ください。

○対象者 無作為に抽出した65才以上の方

○実施時期 平成23年2月

■お問い合わせ先

住民福祉課 介護保険係(内線124)



城北地区柔道選手権大会の結果

平成22年10月3日、荒尾市体育センターにおいて、城北地区柔道選手権大会が開催されました。熊本県北部の各郡市の代表が集まり熱戦を繰り広げ、高森少年柔道クラブからも7人の選手が参加しました。その結果は次のとおりです(敬称略)。男子3年生の部・優勝/桐原航太、女子6年生の部・3位/荒牧真歩美



RJKカルデアウインドアンサンブルからのお知らせ みんなで吹奏楽の演奏を 楽しみませんか

RJKカルデアウインドアンサンブルは、高森中学校の卒業生を中心として昨年の9月に結成し、吹奏楽の演奏を通して地域の文化・教育・福祉に貢献できるような活動をしています。そして、吹奏楽から離れてしまった人にとって「里がえり」できるような団体になりたいと思います。お気軽にご参加ください。

- ・一緒に演奏するメンバーを募集しています。高校生以上の方で練習に参加できればどなたでも大歓迎です。
- ・演奏の依頼を募集しています。イベント等の際にはお声掛けください。
- ・お宅に眠っている管楽器があれば、貸していただけませんか。

○練習場所 高森中学校音楽室

※詳細は左記のお問い合わせ先へお気軽にご連絡下さい。

■お問い合わせ先

RJKカルデアウインドアンサンブル
(代表・安井)

E-mail: rjk.takamori@yahoo.co.jp

第5回 火山と環境シンポジウム2012

毎年恒例の火山と環境シンポジウムが開催されます。防災教育やジオパーク普及活動に日々かけまわっている、中川和之先生(時事通信社 防災リスクマネジメントWeb編集長、日本ジオパーク委員会委員)の発表や、小学生の阿蘇研究発表会も行われます。今年もすごい研究成果がもりだくさんです。シンポジウムで阿蘇の魅力をたくさん仕入れましょう。入場料は無料です。

○日時 2月27日(日) 12時30分～16時(12時より受付開始)

○会場 東海大学阿蘇校舎1213教室

○主催 財団法人阿蘇火山博物館久木文化財団

○協力・後援 阿蘇ジオパーク推進協議会・阿蘇市教育委員会・南阿蘇村教育委員会・高森町教育委員会・NPO法人日本火山学会・日本ミュージアムマネージメント学会

■お問い合わせ先

財団法人阿蘇火山博物館久木文化財団
Tel 0997-34-2111

E-mail: info@asomuse.jp

URL: http://www.asomuse.jp

地上デジタル放送について

今までのテレビ放送（地上アナログ放送）は平成23年7月24日に終了します。

地上デジタル放送は地域により今までのアンテナでは受信できないところがあります。

また、非課税世帯においては地上デジタル放送用チューナーの支援が受けられます。

以上のことの相談窓口は下記のとおりです。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

【地上デジタル放送について】

・デジサポ熊本

Tel 096-312-5615

【地上デジタル放送用チューナーの支援について】

・総務省地上デジタルチューナー支援実施センター

Tel 0570-023724

・NHKふれあいセンター

Tel 0570-077077

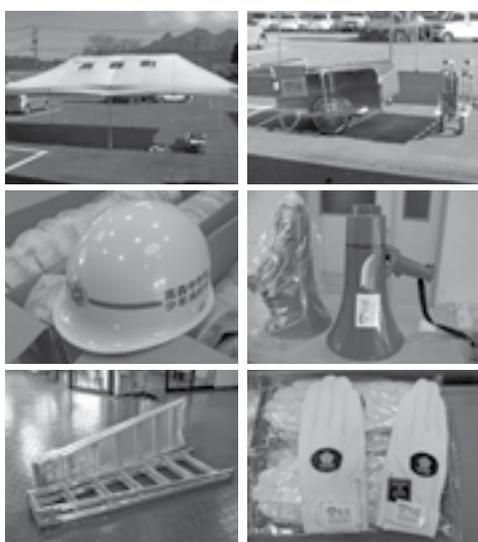


福祉車両助成事業を活用し、福祉車両1台を整備 社会福祉法人 岳寿会



11月3日、日本自転車振興会の平成22年度福祉車両助成事業を活用し、社会福祉法人岳寿会へ福祉車両1台が整備されました。この福祉車両は8人乗りで助手席はリフトアップ式になっており、現在、通所介護に使われています。

安全で災害に強い 地域づくりのために ～宝くじ助成事業～



平成22年度、財団法人日本消防協会の“安全で災害に強い地域づくり推進事業”を受け、高森中学校少年消防クラブに「宝くじ助成事業」として「テント」「ノーパンクリヤカー」「ヘルメット」「メガホン」「脚立」「手袋」を整備しました。この配備により地域防災力の充実を図ります。

なお、この事業は財団法人自治総合センターが災害に強い安全な地域づくりを推進するため、日本消防協会に対して宝くじ普及広報事業費を助成金として交付した財源に基づくものです。

シニアリーダー養成講座の参加者を募集します

ITを利用した高齢者の生きがいづくりや仲間づくり、社会参加を応援するため、その指導者となるシニアITリーダーの養成講座を開催します。

詳しい内容につきましては、熊本県高齢者支援課ホームページをご覧ください。

○開催日 平成23年3月1日（火）、

2日（水）、3日（木）、4日（金）

○場所 びふれす熊日会館7階「イリス」（熊本市上通町2-17）

○受講費用 32,500円

※講座修了者には、（財）熊本さわや

が長寿財団から5,000円の補助が出ます

○ホームページ <http://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/28/>

お問い合わせ先

熊本県高齢者支援課

Tel 096-333-2215

お問い合わせ先

Tel 096-333-2215



第23回熊本県シルバースポーツ交流大会参加者募集

熊本さわやか長寿財団では、高齢者の健康・生きがいづくりを目的に、第23回熊本県シルバースポーツ交流大会を開催します。

スポーツ愛好家の皆様、奮ってご参加ください。

○**競技種目** ラージボール卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、ペタンク、ゴルフ、健康マラソン、弓道、剣道、グラウンド・ゴルフ、なぎなた、太極拳、ソフトバレーボール、サッカー、ダンススポーツ 以上16種目

○**競技会場** 熊本県民総合運動公園 他4会場



○**日程** 平成23年5月9日(月)～22日(日)

※競技種目の詳しい日程は、パンフレットをご覧ください。なお、パンフレットについては、2月中旬に各市町村等に送付いたします。

○**参加資格** 県内在住者で、平成24年4月1日時点で60歳以上の方(昭和27年4月1日以前に生まれの方)

※健康マラソン女子は50歳代の方も参加できます。

○**参加費** 個人競技は1人500円、団体競技は種目により金額が異なります。

○**募集期間** 平成23年2月22日(火)～3月22日(火)

○**申込方法** 各市町村福祉課又は教育委員会においてあるパンフレットにてお申込みください。

■お問い合わせ先

〒860-0842
熊本市南千反畑町3-7
(熊本県総合福祉センター3階)
財団法人 熊本さわやか長寿財団
生きがい推進課
Tel 096-354-3083

自動車事故対策機構からのお知らせ

「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1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ます)

「介護料支給」のご案内

○**対象者** 自動車事故で「脳」「脊髄」「胸腹部臓器」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：自賠償後遺障害等級「1級1号」又は「1級2号」月額58,570円～136,880円、随時要介護の方：自賠償後遺障害等級「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
〒860-0806
熊本市花畑町4-7
朝日新聞第一生命ビルディング
Tel 096-322-1520



モシモシ健康情報

健康問題を24時間、

日替わりでお送りします。

○2月の週間プログラム

月曜日 アレルギー性鼻炎

火曜日 乳幼児のRSウイルス感染症

水曜日 怖い目の成人病・

正常眼圧緑内障について

木曜日 電動歯ブラシについて

金曜日 口の渴きに困ってませんか

土・日曜日 子どもの咳が続く時

TEL 096-3851-3300 ミミツワ



くまもと健康づくり応援店 スタンプリー

○実施期間 1月24日(月) から3月13日(日)まで

○実施店舗 県内164カ所のくまもと健康づくり応援店

○実施内容 ヘルシーメニューなどを提供するくまもと健康づくり応援店のスタンプリーを開催します。

各店舗を回っていただき、スタンプリーを3店舗分集めてご応募いただきます。抽選で豪華賞品が当たります。

■お問い合わせ先

熊本県健康づくり推進課

TEL 096-333-2202

無料登記相談所を 開設します

熊本地方法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法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23年2月17日(木)

午前10時から午後3時まで

※ただし、正午から午後1時まででは除きます。

○場所 阿蘇市役所2階会議室

■お問い合わせ先
熊本地方法務局総務課庶務係
TEL 096-364-2145(代表)

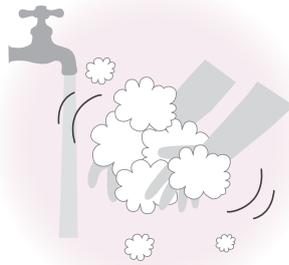


句狂後肥 (阿蘇御神火会)

下手ねエ	棧敷イ欠伸させとらす	岡本	琴司
待った	箱物ン建つる税は無ア	渡辺	雲海
野も山も	いつの間にやらセピア色	松山	キヨ子
酒のせい	平で停年迎えらす	馬原	馬笑
助かります	通学生が譲る席	佐藤	多可雄
待った	新幹線でお伊勢さん	後藤	愛子

歌詠み 如月

助かります	ふた親ともに病み知らず	市原	正成
下手ねエ	ギャラリーの中ヤうち込うで	桐原	白酔
助かります	手招きされた雨宿り	後藤	信子
酒のせい	自転車抱いて 高いびき	藤本	無心
助かります	晩酌も出る 貰い風呂	浦塚	南天



冬は空気が乾燥し、感染症が流行しやすくなる時期です。
今回は冬場に多い感染性胃腸炎の症状や対応などを紹介します。

感染性胃腸炎に 気をつけましょう

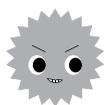
Q 感染性胃腸炎とは？

○細菌やウイルス（ノロウイルス・ロタウイルスなど）が原因で、嘔吐や下痢、腹痛、発熱などを引き起こします。特に冬はウイルス性の胃腸炎が流行します。

○特にロタウイルスは乳幼児に多く、米のとぎ汁の様な白色便が特徴です。

○潜伏期間は数時間～数日で発病しても数日で回復しますが、子どもや高齢者は脱水などを起こし重症化する場合があります。

○『食べ物から人へ』の感染の他に『人から人へ』の感染を起こします。



Q 症状が出た場合に気をつけることは？

○嘔吐や下痢により、体力の消耗や脱水をおこしやすいので、水分や栄養補給をしっかりと行ってください。嘔吐等で水分・栄養補給が難しい場合もあるため、早めに医療機関を受診してください。

○嘔吐物や便の中には大量のウイルスが含まれており、そこから感染が広まります。

○感染者が吐いた場所などは台所用塩素系漂白剤などを100～200倍に薄めた消毒液で消毒してください。（使用する際は漂白剤の注意事項をよく読み、十分に換気を行うようにしてください）

Q 予防方法がありますか？

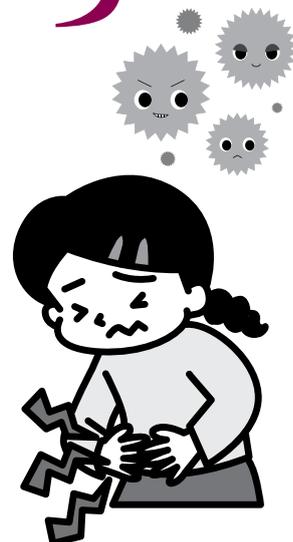
○ウイルス感染ですが、ワクチンはないため、他の感染症同様手洗いによる予防が大切です。

○石鹸はウイルスを死滅させることはできませんが、手指からウイルスをはがれやすくする効果があります。石鹸を使つての手洗いが効果的です。

Q 症状が出なくなったらうつりませんか？

○症状が回復した後も、便などから1週間～1ヶ月程度はウイルスが排出されます。

○ウイルスの感染力は非常に強く、他人へ感染する可能性がありますのでお子さまの便などの取扱いには十分に注意してください。



おくやみ
もうし
あげます

2010年12月受付分(敬称略)

[住所]	[死亡者]	[年齢]	[御遺族]
永野原・岩神	穴見工三子	84	穴見 廣近
色見・西丁	山室 仁人	83	山室 智穂
高森・森	岩下 武尚	99	岩下 克尚
高森・上在	林 成男	85	林 スミエ
上色見・東中原	高倉ツカエ	86	高倉 司人
菅山・戸の下	安在 進	95	安在 健男
草部・木郷	二子石ケサユ	92	二子石文雄
高森・森	ユ-リアスア-	86	前原 澄子
草部・木郷	二子石和富	52	二子石 圓
高森・旭通	荒牧 芳弘	76	荒牧スマコ
高森・上在	栗屋興志雄	85	栗屋フミ子
高森・村山	田上 幸人	77	田上 克子
河原・河原	後藤 徳人	79	後藤 涼子

愛の
ご寄付
CONTRIBUTION

●町社会福祉協議会へ(敬称略)

[香典返し]

高倉 司人	二子石文雄
田上 克子	栗屋フミ子
荒牧スマコ	二子石 圓
後藤 涼子	

●町へ(敬称略)

[一般寄付]

戸高 秋男

●広報寄付料(敬称略)

田上 顕雄	(熊本市花園)
甲斐 做	(茨城県水戸市)
内倉 利治	(愛知県武豊町)

平成22年12月31日現在

まち
の人口



人口	7,168人 (-4)
男性	3,442人 (-7)
女性	3,726人 (+3)
世帯	2,785戸 (+3)

編集後記

An editorial postscript

- ▶まだまだ厳しい寒さが続いておりますが、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。町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。春が来るのが待ち遠しいですね。

高森カレンダー

Fakamori Calendar

2月16日~3月15日

●2月17日(木)

断酒会(高森総合センター)/18:30~19:30

●2月20日(日)

第32回高森町交通安全宣言駅伝大会
(観光交流センター周辺)/8:00~

●2月24日(木)

断酒会(高森総合センター)/18:30~19:30

●2月25日(金)

役場支払日
年金相談(高森総合センター)/10:00~15:00

●3月3日(木)

断酒会(高森総合センター)/18:30~19:30

●3月7日(月)

役場支払日

●3月10日(木)

断酒会(高森総合センター)/18:30~19:30

●3月11日(金)

3か月児健康診断(白水保健センター)/13:00~
パパ&ママセミナー(妊娠編)(高森総合センター)
/19:30~

●3月13日(日)

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)/12:00~15:00

●3月15日(火)

役場支払日

休日在宅医

■2月11日~3月13日分

◎診療は午前9時から午後5時まで

2月11日 南郷谷整形外科医院 TEL 62-3351

2月13日 渡 邊 内 科 TEL 67-1777

2月20日 後 藤 医 院 TEL 67-0019

2月27日 阿 蘇 立 野 病 院 TEL 68-0111

3月6日 藤 本 医 院 TEL 67-0020

3月13日 平 田 医 院 TEL 62-0216

安全で安心できる
地域を支える

高森町消防団



高森町消防出初め式

1月9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「団員一丸となり、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かわ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／3分団（中・矢津田）、第2位／1分団（草部（社倉・大切畑・所尾野）・永野原・下切）、第3位／12分団（尾下）

