

たかもり

野の花と
風薫る郷から

Takamori Town
Public Relations

No.537

平成16年5月5日
2004.May

5

ライトアップでより美しく。
高森峠九十九曲がり自然公園(千本桜)の夜桜

訓練の成果を披露

消防団操法大会



4月17日(土)、高森中央小学校グラウンドで消防団操法大会が盛大に開催されました。各分団は日頃の訓練成果を見事に披露、関係者から大きな拍手が送られていました。

郡大会出場選手紹介

第5分団

指揮者	篠田 善和
1番員	桐原 誠
2番員	後藤 成人
3番員	白石 耕次

ポンプ車の部

第1分団

指揮者	阿南 一也
1番員	大村 浩士
2番員	伊藤 靖
3番員	甲斐 泉龍
4番員	阿南 光政

Space of introduction

わが家の

アトル



緒方 ゆうちゃん
悠ちゃん
2歳



すべり台遊びが大好きです。新幹線に乗って楽しかったよ!!

父 緒方 健造さん
母 ゆきさん
(色見・中園)

わが町の

よが男

田上 博隆さん

高森・村山 25歳

- お仕事
4月から玉名郡の横島小学校で先生をしています。
- 趣味
スポーツ。スポーツ観戦。映画鑑賞。
- 一番やりたいこと
夢を持った子どもたちを育てたい。
- 理想のタイプ
子どもが好きな人。気を使わなくていい人。



編集後記 An editorial postscript

4月に入り役場にも3人の新職員が入りました。希望と不安を抱えながらも一生懸命な姿を見ると、自分が採用された時のことを思い出し、初心に戻ることは大事なことでと改めて感じました。

今回「高齢者介護の現場」取材しました。今後ますます進む高齢化社会に向け、私たちが普段から「互いに助け合う心」を持つことが必要ではないでしょうか。そして地域全体で「安心して暮らせるまちづくり」を進めましょう。



風まる
高森町マスコット

高森町の人口の動き
世帯数/2,654戸(-8)
男:3,641人(-30) / 女:3,973人(-27)
総数/7,614人(-57)
(平成16年3月31日現在)

No.537 平成16年5月5日発行

発行/高森町役場 編集/企画財政課
〒869-1602 熊本県阿蘇郡高森町大字高森2168番地
TEL0967-62-1111 FAX0967-62-1174
印刷/(株)熊本新生社印刷

R100 古紙配合率100%再生紙を使用しています
森林資源保護・自然保護のため、本誌は再生紙を使用しています。

Takamori Calendar

たかもりカレンダー

■ 5月9日～6月12日

美…芙蓉館 朋…朋遊館 温…高森温泉館
 上…上町集会所 基…基幹集落センター 白…白水保健センター
 林…林業総合センター 休…休暇村南阿蘇

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
5/9	10	11 心配ごと相談/美 13:00～15:00	12	13 万年青会/上 10:00～ 友遊クラブ/美 13:30～	14 6か月児相談/林 9:30～ 3か月児健診/林 13:30～	15
16	17 役場支払日	18	19 高森温泉館休館日 /温	20 心配ごと相談/朋 10:00～12:00 友遊クラブ/美 13:30～	21 心配ごと相談/基 10:00～12:00	22
23 オールドカーinた かもり/休 10:00～15:00	24	25 役場支払日	26 機能訓練あゆみ会 /温 13:30～	27 友遊クラブ/美 13:30～	28 年金相談/林 10:00～15:00	29
30	31	6/1	2 1才6か月児検診 /林 13:30～ 献血/林 9:30～	3 友遊クラブ/美 13:30～	4	5 阿蘇カルデラ スーパーマラソン 大会
6	7 役場支払日	8 心配ごと相談/美 13:00～15:00 よい歯の教室/林 13:30～	9 マタニティ料理教 室/白 11:00～	10 万年青会/上 10:00～ 友遊クラブ/美 13:30～	11	12

おくやみもうしあげます

2004年3月受付分(敬称略)

【住所】	【死亡者】	【年齢】	【御遺族】
高森・冬野	岩下 政志	83	岩下 石男
永野原・幸子	矢津田 昇	68	矢津田 好子
草部・灰原	幸野ユキエ	94	幸野 敏文

お詫びと訂正

広報たかもり4月号の『手をつなごう会』の中で、平盛恵美子さんと記載しましたが、平盛美恵子さんの誤りでした。お詫びして訂正します。

ありがとうございました(敬称略)

- 町社会福祉協議会へ
 <香典返し> 矢津田好子 幸野 敏文
 榎木野菊夫 佐伯 隆昌
 牛嶋 光子 吉良 嘉人
- <一般寄付> 阿南サツ子
 高森保育園保護者会
- 町体育協会基金へ
 <香典返し> 吉良 嘉人
- 広報送料寄付
 田上 顕雄(熊本市花園)
 白石 君子(奈良県奈良市)
 山口己和子(山梨県甲府市)
 島田 信行(岐阜県可児市)



当たりの前のこと「助け合う心」

高齢者介護の現場から



高森町ミニバレー協会から

高森町ミニバレー協会では、左記のとおり年間活動計画を立てました。たくさんの方の参加をお待ちしています。

- 5月14日(金) 高森中央小学校 19時集合
- 6月18日(金) 高森中央小学校 19時集合
- 7月25日(日) 高森中央小学校 9時30分集合
- 8月22日(日) 高森中央小学校 18時集合
- 9月26日(日) 高森中央小学校 9時30分集合
- 10月19日(火) 高森中央小学校 9時30分集合

「風鎮総踊り」の中で、「山引音頭」の振付を今年から変更し、より一層祭りを盛り上げたいと考えています。「山引音頭」を新しく振付したい方、興味のある方はどなたでも結構ですので、どしどしご応募ください。お待ちしております。

○締切日 5月31日(月)

■お問い合わせ先
風鎮祭実行委員会第2部会
会長 岩下昭久
TEL 6211111 (内線170)



ビーチボールバレーをしませんか？

ビーチボール(夏に海で使うようなビニールボール)を使ったバレーボールをしています。一緒に楽しく運動しませんか。直接、体育館までお越しください。

なお、年齢、性別は問いません。ただし、子どものみの参加はご遠慮ください。

○日時・場所
毎週土曜日及び第2・4日曜日

色見生涯学習センター 19時集合

11月21日(日) 高森中央小学校 9時30分集合

12月12日(日) 高森中央小学校 9時30分集合

平成17年1月16日(日) 高森中央小学校 9時30分集合

平成17年2月13日(日) 高森中央小学校 9時30分集合

■お問い合わせ先
野尻和美 TEL 621016
中村静子 TEL 620173

ソフトボール協会から

町ソフトボール協会では、平成16年度の登録チームを募集します。

○参加資格
高森町内に住所を有する職場や地域でのチーム等

○登録料
チーム登録料：5,000円
個人登録料：人数×1,000円
スポーツ保険料：人数×1,500円 (加入者は不要)

※登録料は、年4回開催予定の大会運営費に充てられます。

○登録受付 5月28日(金)まで

■お問い合わせ先
ソフトボール協会事務局(役場内)
TEL 6211111 (石田昌司・芹口孝直)

午後2時～午後4時
高森中央小学校体育館
毎週水曜日
午前10時～正午
色見生涯学習センター

※学校の行事等により変更になる場合があります。

○準備するもの
50円(1人1回)、体育館シューズ

■お問い合わせ先
今村博文・榎木野泰志・島田信子・住吉美智子・寺崎理恵・宇藤麗子

生きる気持ちを支えるために…

高 森町の65歳以上の老年人口の割合は30・1%と、昭和60年と比較すると2倍になっています。

一方で、一世帯あたりの人員は年々減り続け、現在2・8人ととも「多い」数字ではありません。また、核家族化の進展等もあり、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯が増加している状況です。

多 くの人が、将来自分が病気等で身体が不自由になることに、また痴呆などで介護が必要になることに不安を持っています。

そうした中、生きる気持ちを支え、人生を楽しく過ごせるよう日々の生活を補助する「高齢者介護」が重視されています。一昔前は高齢者介護というと、なんとなく暗い部分を感じることもありましたが、今は介護する側もされる側も、特に意識することなく普通に対応するようになりました。

ホームヘルプなどの在宅サービスにしても、デイサービスやショートステイなどの通所サービスにしても、なんらかの高齢者介護サービスを受けることは、もはや「当たり前」の時代になっています。



休日在宅医 診療は午前9時から午後5時まで

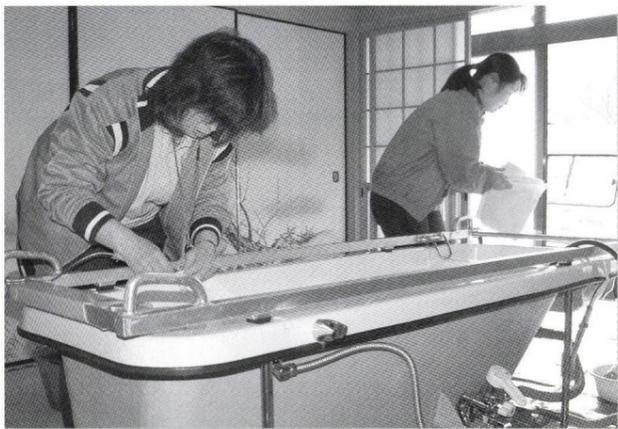
- 5月16日 渡辺内科 TEL 67-1777
- 5月23日 後藤医院 TEL 67-0019
- 5月30日 立野病院 TEL 68-0111
- 6月6日 藤本医院 TEL 67-0020
- 6月13日 平田医院 TEL 62-0216
- 6月20日 馬原内科医院 TEL 62-0646
- 6月27日 中村医院 TEL 67-2333

24時間電話を通して健康をお届けします。

◎5月のテーマ



- 月曜日 うおの目
- 火曜日 甲状腺機能低下症
- 水曜日 妊娠と痔
- 木曜日 中学生の矯正治療
- 金曜日 ものもらい(目イボ)
- 土曜日・日曜日 性教育シリーズ②



す。お電話での相談を承っておりますので、お気軽にご相談ください。

■お問い合わせ先

住宅金融公庫南九州支店

TEL 0963872000

(平日及び第1・第3日曜日 午前9時～午後5時)

2004年くまもと陶磁器展

6月4日(金)～6日(日)の3日間上益城郡益城町にある熊本産業展示場「グランメッセ熊本」で、「2004年くまもと陶磁器展」が開催されます。

第5回を迎えた今回は、県内から84の窯元が出展します。

和をイメージしたテーブルコーディネートや毎回好評の器を楽しむ飲食コーナー、創作花器をテーマとしたデザインコンペなど、今年も楽しい企画がいっぱいです。

県下最大のやきものの祭典「くまもと陶磁器展」で、お気に入りを見つけませんか。

なお、本町から次の窯元さんが出展されますので、お知らせいたします。

工房 薫野倶楽部 能美周治さん

■お問い合わせ先
グランメッセ熊本

TEL 0962868000

その「当たり前」のサービスを支える人たちを追いかけました。その誰もが「当たり前」のことを「ごく自然に」行っていました。一緒に働く仲間との何気ない会話を交わしながら、また、時には大きな笑い声をあげながら。それでいて、まったく無駄のない、また、注意すべきところは慎重に、実にメリハリのある作業をされていました。

「本 当に手際が良くて助かっています。『これをやって欲しい』なんて言わなくても、ヘルパーさんがなんでもわかっているの」。利用者は感謝します。

「利用者の笑顔や感謝に触れたときの感激は大きいですから、とてもやりがいのある仕事です」。ヘルパーさんが話されました。

特別なことはしていない。高齢者介護の現場は、たくさんの「助け合う」心で成り立っていました。



事業所・企業統計調査、商業統計調査及びサービス業基本調査

6月1日現在で、事業所・企業統計調査、商業統計調査及びサービス業基本調査の3つの調査が全国一斉に同時実施されます。

この調査は、総務省と経済産業省が実施するもので、3つの調査が1枚の調査票で行われます。調査の対象は、全国すべての民営の事業所です。調査の結果は地域開発計画や都市計画などの基礎資料や、国や都道府県・市町村における商業の育成、サービス産業の振興等に係る諸施策の企画・立案の基礎資料になります。5月下旬に調査員が調査票の記入のお願いに各事業所を訪問いたしますので、皆様のご協力をお願いします。

高森高校図書館の地域開放

高森高校では、地域の方々に図書館を開放しています。貸出もできますので、お気軽にお立ち寄りください。

○開館日

月曜日～金曜日(祝祭日を除く)

※学校行事などの関係上、閉館する場合もあります。

※夏期・冬期休暇中の開館日については、生徒へ配布する行事予定表

や図書館前の掲示板にてお知らせします。都合により、予定外に閉館する場合もありますので、来館される前に電話等にてご確認ください。

○開館時間 午前9時～午後5時

○貸出期間・冊数

2週間以内で、1人5冊まで(雑誌は貸出不可)

○その他

(1)保険証や免許証など身分を証明するものをご持参ください。

(2)電話による本についてのお問い合わせ(本の有無や相談、リクエスト)には詳細をお伝えできないため、回答していません。本の紹介などもしていますので、来館されて遠慮なくご質問ください。

■お問い合わせ先

熊本県立高森高等学校図書館

TEL 620185 (昇田)



催されます。

本町では、ソフトボール男子とテニス男子・女子が行われ、当日は約500名の選手、役員が来町されます。皆様のご声援をよろしく願います。

○会場

ソフトボール男子

山村広場/高森高校野球場/高森中学校グラウンド

テニス男子・女子

町民体育館/休暇村南阿蘇テニスコート

■お問い合わせ先

第59回熊本県民体育祭阿蘇郡実行委員会事務局

TEL 0967223805

愛の献血

移動献血車がやってきます。あなたの善意をお寄せください。

○日時 6月2日(水)

9時30分～11時30分

12時30分～16時

○場所 林業総合センター



第59回 熊本県民体育祭

9月18日(土)と19日(日)の両日、阿蘇郡において熊本県民体育祭が開

風鎮祭「風鎮総踊り」の振付募集

例年8月17日～18日に開催されます風鎮祭の一環として実施していま

全国一斉「人権擁護委員の日」特設相談所開設

6月1日は「人権擁護委員の日」です。この日は人権擁護委員法が施行された日であり、委員の自己研鑽と人権擁護委員制度の周知徹底及び人権思想の普及高揚を目的として、全国人権擁護委員連合会が制定しました。この日を中心に、全国各地さまざまな啓発行事が予定されており、その一環として6月1日に阿蘇地域3カ所において特設人権相談所を開設いたします。

- 日時 6月1日(火) 午前10時～午後3時
- 場所 芙蓉館2階会議室
- 担当者 人権擁護委員6名

(高森町、蘇陽町、長陽村、久木野村、白水村、西原村) ※秘密は厳守します。 ※同日、北部については小国町隣保館(パラスルセンター)で、中部地区については一の宮町保健センター1・2階で、それぞれ特設相談所を開設しています。

行政相談

○行政相談所 5月17日から5月23日までは「春の行政相談週間」です。

行政相談所が開設され、行政に対する苦情や相談に公正な第三者の立場から広く皆さんの相談に応じます。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

- 日時 5月20日(木) 午後1時～午後4時
- 場所 芙蓉館相談室
- 相談員 本田幸則さん
- 行政相談シンボルマーク 国民に親しみをもって行政相談を利用してもらえるよう、行政相談シンボルマークを作成しました。向かい合う2つの顔が「行政相談」の親しみやすさを表現し、また、2つの顔が1つの笑顔に見えることで相談ごとが解決した喜びを表現しています。



○行政相談受付電話番号(行政苦情110番)の全国同一化 行政苦情110番は、これまで都道府県ごとに異なっていました。4月からは、全国どこからでも同一の電話番号でかけられるよ

みんなで守ろう、電波のルール!

6月1日から10日までは電波利用保護週間です。総務省九州総合通信局では、期間中電波を正しく利用していただくための広報活動及び不法無線局の取締りを強化しています。ルールを守らない不法な無線局によって、警察・消防・防災行政無線等の重要無線通信に対する混信・妨害をはじめ、テレビやラジオ、コン

住宅金融公庫が個人向け融資の受付を開始しました

○申込受付期間 平成16年4月21日(水)から平成17年3月31日(木)まで
○融資(基準) 金利 2.6%(平成16年4月1日現在) 平日のご相談に加え、毎月第1、第3日曜日に相談会を実施していま

介護保険を利用するには

介護保険サービスを利用するまでの手順

1 申請 ○介護が必要となったら、まず、要介護認定の申請が必要です。

介護保険サービスを利用するには、介護や日常生活に支援が必要な状態であることなどについて認定(要介護認定)を受けることが必要です。要介護認定を受けるためには役場保健福祉課に申請します。

2 審査判定 ○どのくらいの介護が必要か審査します。

介護認定審査会 コンピューターによる判定結果や主治医の意見書などをもとに介護認定審査会で①介護や日常生活に支援が必要かどうか②どのくらいの介護を必要とするか(要介護度)が決められます。

3 調査 ○介護が必要な状態か調査します。

認定調査 調査員が自宅等を訪問し、介護を必要とする方の心身の状態などを調査します。主治医意見書 主治医が病気の状態などをまとめた医学的な見地からの意見書

4 認定 ○認定を行いその結果を通知します。

必要な介護の度合いに応じて下のような区分に分けられます。

要介護状態区分	状態例	サービス支給限度額(月額)
要支援	・基本的な日常生活は送れるが、歩行、立ち上がりなどが不安定で、入浴などに一部介助が必要	61,500円
要介護1	・排泄、入浴、洗顔、つめ切り、衣服の着脱などに一部介助が必要 ・立ち上がりが不安定	165,800円
要介護2	・排泄、入浴、洗顔、つめ切り、衣服の着脱などに一部介助または全介助が必要 ・自分では歩けない	194,800円
要介護3	・排泄、入浴についての全介助のほか、洗顔、つめ切り、衣服の着脱などに全介助が必要 ・自分で立ち上がりや歩行ができない	267,500円
要介護4	・排泄、入浴、洗顔、つめ切り、衣服の着脱などのほか、日常生活について全面的な介助が必要	306,000円
要介護5	・生活全般にわたって全面的な介助が必要	358,300円

サービス計画の作成

○利用者の希望や状態に応じたサービス計画を作成します。

介護支援専門員(ケアマネージャー)に相談すると自分の希望や心身の状態、家族の状況にあった総合的な介護サービス計画(ケアプラン)を作成してもらうことができます。ケアプランの作成は義務ではありませんが、作成しない場合は、サービス利用に当たって、いったん費用の全額を支払うこととなります。

サービスの利用

○利用者負担は費用の1割です

介護保険のサービスを利用する際には、サービス提供機関に費用の1割を支払うこととなります。施設でのサービスを利用する場合の食事等も負担することとなります。

※1割の利用者負担額が著しく高額になった場合には、申請により町から上限額を超えた部分について支給を受けることができます。

豊かさゆとりを実感できるまちづくり

平成16年度当初予算の概要

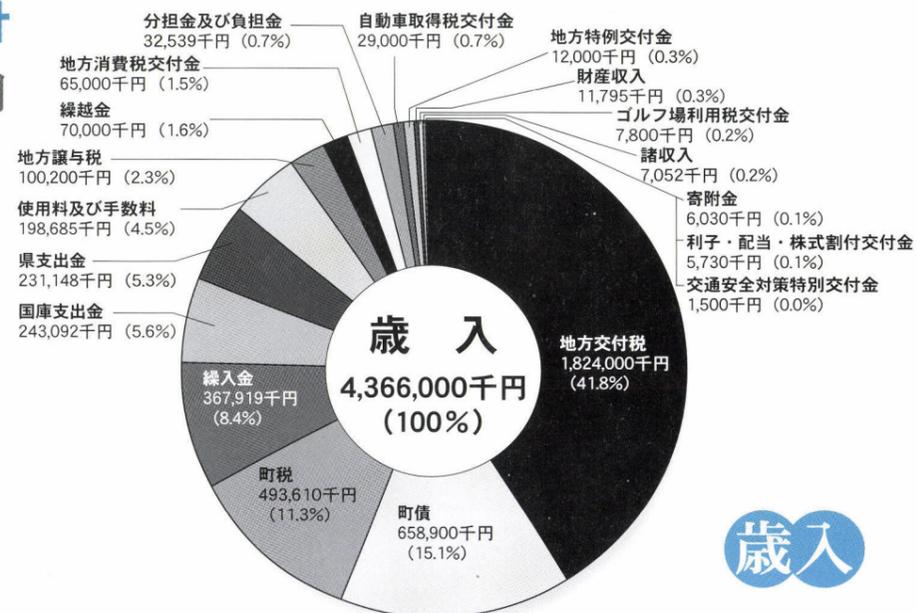
3月定例議会において、平成16年度予算案が可決され、一般会計総額は43億6,600万円、対前年度比2.0%減となっております。
長引く景気低迷による厳しい財政事情の中、「豊かさゆとりを実感できるまちづくり」を目指し、効率的な予算執行を推進します。

単位：千円

会計別	本年度予算	前年度予算	増減
一般会計	4,366,000	4,453,727	△87,727 (△2.0%)
鉄道経営対策事業基金特別会計	849	73	776 (1,063.0%)
農業用水供給事業特別会計	15,036	15,251	△215 (△1.4%)
国民健康保険特別会計	863,541	827,257	36,284 (4.4%)
簡易水道事業特別会計	155,148	123,750	31,398 (25.4%)
老人保健特別会計	1,148,667	1,141,100	7,567 (0.7%)
介護保険特別会計	621,366	536,181	85,185 (15.9%)

※前年度予算は骨格予算のため、第1号補正後の数値

平成16年度一般会計 43億6,600万円



歳入面では、町税、使用料、手数料等の自主財源の確保並びに町債及び基金の有効活用に心がけ、歳出面では、補助金・助成金、研修旅費、食糧費、既存事業について従来にも増して徹底した見直しを行いました。中でも町総合計画に基づいた主要な施策、少子・高齢化対策等「限られた財源の中での事業量確保」を行い、重点的・効率的な配分を行い、質的にも充実した予算となるよう編成しました。

県からの お知らせ

平成16年度 熊本県保育士試験

熊本県では、保育士の資格取得のための試験を次により実施します。

- 試験日程 筆記 8月4日(水) 8月5日(木) 実技 10月16日(土)
- 受験申込受付期間 6月3日(木)～6月16日(水)
- 受験申込用紙の主な配付場所 県庁新館1階情報プラザ 各地域振興局福祉課 役場保健福祉課
- お問い合わせ先 熊本県子ども家庭福祉課 TEL 096-383-1111 (内線7125)

平成16年度 調理師試験の実施

- 試験日 8月16日(月)
- 会場 熊本県立大学
- 受験資格 中学校卒業程度で、飲食店や給食施設等で2年以上の調理実務経験

- 願書受付 6月7日(月)～6月11日(金)
- 願書配付 各保健所
- 提出先 熊本市外の県内居住者↓県保健所 熊本市居住者↓熊本市保健所
- お問い合わせ先 熊本県健康づくり推進課 TEL 096-383-1111 (内線7074・7075)

自動車税

◎自動車税の納付は5月末までに自動車税の納税通知書を5月初めにお送りしています。納期限の5月31日(月)までに、最寄りの金融機関や各地域振興局税務課、熊本県税事務所、自動車税事務所にて納めていただきますようお願いいたします。

◎環境への配慮から自動車税が増減されます。環境への配慮から、排気ガスや燃費性能が優れた環境負荷の小さい自動車(新車)は自動車税が軽減され、一定年数を経過した環境負荷の大きい自動車は自動車税が加算されます。

自動車税・自動車取得税の減免

身体障害者等が所有されている自動車については、その障害の程度・使用の目的等によって、自動車税・自動車取得税が減免されることがあります。減免の申請には期限があり、4月1日現在で自動車をお持ちの方は6月30日が申請期限です。また、4月1日以降に自動車を登録された方は、登録された日の翌日から30日以内が申請期限となっておりますのでご注意ください。

■お問い合わせ先 熊本県阿蘇地域振興局税務課 TEL 0967-22-1111 (内線324)

電話加入権の公売

熊本県阿蘇地域振興局税務課では、次のとおり電話加入権の公売を実施します。正規の手続費用と比べると、安価で購入でき、どなたでも参加できます。電話加入権の取得をお考えの方は、公売についてお知りになりたい方は、お気軽にお問い合わせください。なお、事情により公売を中止する場合があります。

- 公売日 平成16年5月20日(木)
- 入札開始 午後1時30分から
- 場 所 熊本県阿蘇地域振興局 1階中会議室
- 準備するもの 現金(3万円以内) 印かん(個人の場合、認印で可) 筆記用具
- 当日の手続き 公売物件を落札された場合、当日売却代金を納付いただき、売却決定通知書をお渡しいします。
- お問い合わせ先 熊本県阿蘇地域振興局税務課 TEL 0967-22-1111 (内線322)

「舞のはる」。その言葉に、土地の人々は、ひとときは愛着をもって、あるときそれは、誇らしげにも聞こえます。「まいのほる・舞の原」は、鍋の平キャンプ場あたりを指しているのかとおもわれますが、概ね、前原地区を総じて「まいのほる」と表現します。

じつに、40数年ぶりに、この地区に伝わる獅子舞が復活しました。青く澄み渡った根子岳を背に、白地に赤のたすき。勢子達のいでたちは、日本人の美意識と、色彩感覚を彷彿させるにあまりある風景でした。美への原風景は、私達の心の琴線を揺り動かす、素朴なその動作の舞に、前原仁田神社獅子舞を懐かしむと思わしめる、忘れかけた心の風景を、みる事が出来ます。

落が形成されるなかで、その同族的村落の地理的中心位置が、「中原」であり、「原」とは、人々の居住空間として、その原の前に、地形的あるいは、自然現象的表現を用いてきました。

地名は、私達の生い立ちに深く関わってきました。「日の尾峠」を越えて、阿蘇家の人々は、洗川・妙見社水源へ向かいました。南北阿蘇を結ぶ「日の尾峠」は、かつては重要な峠でありました。国鉄高森線が開通するまでは、一の宮町にある郡役所を往来する人々で、賑わっていました。

その峠には、阿蘇の大噴火を避けて、住居を移動した人達の小集落が、明治期までありました。

千数百年の命脈をほこる阿蘇家は、世襲であります。大宮司への継承儀式に、「衣そそぎの神事」があります。その神事は、上色見洗川の、妙

見社水源で、執り行われてきました。

阿蘇家と大宮司。千数百年の時空をこえて、今も尚絶えることなき神事。洗川へ向かう阿蘇家の人々を、「舞のはる」で、獅子を舞い迎えます。壮大な古代絵巻にみる宴は、夜を徹して繰り広げられたことでしょう。

前原仁田神社獅子舞には、一の宮町・阿蘇町に継承されている「虎舞」「牛舞」の特徴を多く見ることが出来ます。又、上色見熊野座神社御輿唄は、阿蘇家の農耕祭事に於ける御輿唄と、共通するものがあります。

色見地区は、阿蘇家に於ける大宮司継承儀式、「衣そそぎの神事」と、深く関わってきました。今も残る字名として「色見」「洗川」「掛干」「迎原」他等は、大宮司就任衣装の、染色工程を表現したものであります。

獅子舞とは「ライオンダンス」であります。私達日本人が、明確に「獅子」を「ライオン」だと認識したのは、近年であります。想像上の動物「獅子」は、「しし」と



高森峠千本桜「桜まつり」より「前原仁田神社獅子舞」

読んで、漢字では「鹿」と書く地方が沢山あります。今でも生活の中で「しし」は、猪であります。勇猛果敢であり、自然との、なりわいの中での存在動物を、「しし」だとして敬い表現する動作が、伝統芸能には沢山登場してまいります。

遠くオリエントに源を発する獅子舞。シルクロードを経て、或いは海の道を経て私達に伝えられたであろう獅子舞。気高く、風の立つライオンでありたいと、混迷するこの時代を生きる私達に、獅子は語りかけています。

借入金(町債)の状況

学校建設や道路整備、公営住宅整備に要する資金に町債を充てています。平成15年度末の町債の元金残高見込額は下表のとおりです。

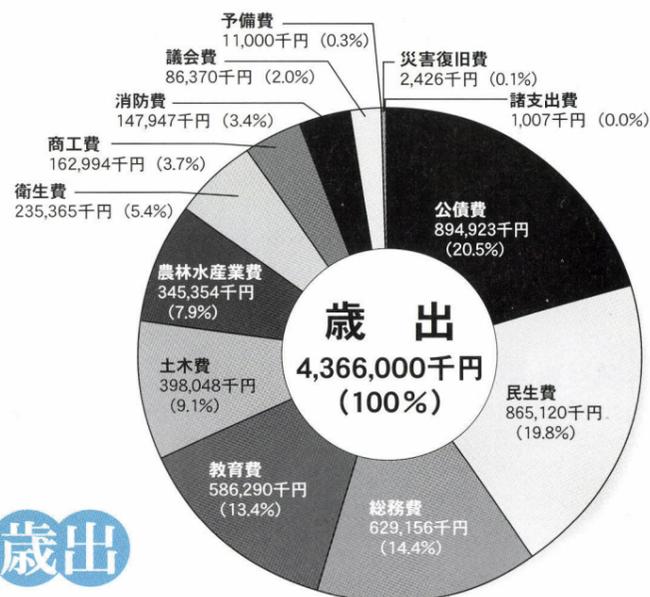
年度	金額(千円)
平成14年度末残高	6,502,223
平成15年度借入額	696,400
平成15年度中償還額	650,241
平成15年度末現在高	6,548,382

注：平成15年度決算見込みであり、今後決算整理により変動することがあります。

積立金の状況 (前年度末現在高)

積立金の状況は、下表のとおりです。財政調整基金は、単年度の財源では対応できない大きな事業を行うときや、災害の発生、町財政を取り巻く経済情勢の大きな変動等に備えて積み立てています。

区分	金額(千円)
財政調整基金	594,933
減債基金	1,976
その他特定目的基金	1,475,986
簡易水道事業基金	628,060
国民健康保険特別会計基金	156,887
高額療養費貸付基金	4,159
合計	2,862,001



平成16年度の主要な事業

- 中心市街地活性化拠点施設整備事業 3,000万円



中心市街地活性化拠点施設

- 横町・湧水館線道路整備事業 3,000万円
- 社倉・水迫線道路整備事業 8,000万円
- 天神・前原線道路整備事業 2,000万円
- 色見環状線道路整備事業 1,800万円
- 中川原線道路整備事業 1,100万円
- 下町・昭和2号線道路整備事業 2,000万円
- 下町住宅建設事業 5,565万円
- 高森中学校プール建設事業 1億4,150万円
- 高森中学校プール上屋建設事業 7,350万円



高森中学校プール

- 【公債費】町の借金(町債)を返済する経費です。
- 【民生費】町民の皆さんの福祉向上のために使われる経費です。
- 【総務費】町の行政、財産、選挙、企画、税の徴収、窓口業務などの経費です。
- 【教育費】学校教育や生涯学習などに使われる経費です。
- 【土木費】道路や橋、河川、公営住宅などの整備に使われる経費です。
- 【農林水産業費】農林業の振興のために使われる経費です。
- 【衛生費】町民の皆さんが健康にして衛生的な生活環境を保持するために使われる経費です。
- 【商工費】商工、観光の振興に使われる経費です。
- 【消防費】消防組合への負担金や消防団活動、防火水槽などの整備に使われる経費です。
- 【議会費】議会運営のための経費です。

小中学校の新しい先生紹介



掲載は順不同です。上から下に見てください。学校ごとに色分けしています。

- ① 職名
- ② 前任校名
- ③ 趣味・特技など
- ④ 自己紹介・抱負・あいさつ

た だ く ま た も つ
多田 隈保

① 教頭
② 満願寺小学校
③ 旅行(電車)、温泉めぐり

高森東
小学校

④ 前任校の満願寺小学校では、統合事業に携わり、充実した2年間を送りました。本校も同様に来年度統合ということで、経験を生かし微力ながら、子どもたちの成長と幸福を願って、精一杯努力していきます。

い わ ひ ら ひ ろ あ き
岩村 宏明

① 教諭
② 託麻東小学校
③ 釣り、スキー

高森東
小学校

④ 熊本市の学校より、自然豊かなこの高森の地に赴任し、予想以上の自然の雄大さと地域の方々の暖かさに感激しています。自然に学び、地域に学び、子どもに学ぶ、をモットーに、子どもたちの成長のお手伝いをしていきたいと思っています。

い の う え
井上 みどり

① 教諭
② 中松小学校
③ 押し花、土いじり、卓球

高森中央
小学校

④ 一心行の大桜から、次は千本校のきれいな地に転勤し、33名の元気いっぱい4年生に出会い、充実した毎日です。子どもたちの輝く瞳とパワーに負けないように頑張りたいと思っています。

き た は ら み つ ひ ろ
北原 光弘

① 校長
② 大道小学校
③ バードウォッチング、自然観察

高森中央
小学校

④ 素晴らしい自然と人情にあふれる高森町に赴任でき、大変うれしく思っています。早く地域の方々とともに親しみたいと思います。

な が の ゆ う き
永野 祐樹

① 講師
② なし
③ スポーツ、旅行

高森東
小学校

④ 今年の3月に大学を卒業し、初めて教壇に立つことになりました。子どもたちと毎日を過ごしていくなかで、ともに学び、成長していけたらと思います。若さという武器を生かして、一生懸命頑張ります。

み や は ら と し こ
宮原 登志子

① 主任学業
② 阿蘇中学校
③ 読書

高森中央
小学校

④ 高森町に戻り、心新たに頑張っていきます。目標は「子どもたちが心待ちにしてくれる安全でおいしく楽しい給食」です。

た の う え と し あ き
田上 利昭

① 教頭
② 南小国中学校
③ ジョギング

高森中央
小学校

④ 高森町出身ですが、本町勤務は初めてになりますので、多少緊張しています。児童・保護者・地域の方々の実態に応じ、これまでの経験を生かしながら、充実した学校生活を送りたいと思います。

も り あ す か
森 朝日香

① 養護助教諭
② 満願寺小学校
③ ドライブ

草部南部
小学校

④ 食べ歩きが大好きです。高森町にもたくさんお店があるので、早く覚えたいと思います。お薦めのお店があったら教えてください。笑顔いっぱい頑張っていきます。

す わ た か ひ で
諏訪 孝英

① 教頭
② 大津小学校
③ 観劇、日曜大工

草部南部
小学校

④ 校区を回って見て、大自然に囲まれた草部南部小学校がとても好きになりました。趣味として劇を見るのもやるのも大好きですので、35名の元気な子どもたちと一緒にやれたらいいなと思っています。

お ば ら ひ さ ゆ き
小原 久幸

① 教諭
② 菅尾小学校
③ バスケ、読書、洗車

高森中央
小学校

④ 子どもたちはもちろん、地域の方々とも、一日も早く顔見知りになれるよう、フレッシュな気持ちで頑張ります。

国民年金だより

◆学生納付特例制度の受付が始まりました

●「学生納付特例制度」って？
この制度は「申請をし承認されることにより、20歳以上の学生については、国民年金の保険料納付が卒業まで猶予される」というものです。(ただし、毎年度申請が必要です)

現在の日本では、20歳以上のすべての人が、国民年金に加入することになっています。学生も例外ではありません。しかし、学生は一般的に収入が少なく、保険料を自分で納めることは困難です。経済的負担を考慮し、学生向けの特例制度が設けられています。

●誰でも申請できるの？
「学生納付特例」を受けるには、「学生本人の前年の所得が68万円(扶養親族等のいない場合、給与収入で133万円)以下である」ことが条件です。

しかし、「学生納付特例」を受けた期間は、将来老齢基礎年金を受けるための資格期間には含まれますが、受け取る年金額の計算には算入されません。

10年以内ならば、追納することができますので、卒業後追納するようにしましょう。年金額を満額へ近づけることができます。

●万一のときには…
「学生納付特例」を受けている人は、在学中の万一の事故や病気で障害が残ってしまった場合、障害基礎年金を受給することができます。「学生納付特例」の申請をせず、保険料を未納にした場合は、障害基礎年金を受けることはできません。

■お問い合わせ先 住生活課国民年金係
TEL 62-1111 (内線 132)

文芸

POETRY PAGE

肥後狂句 皐月 (阿蘇御神火会)

あきらめて 指吸わぶつて眠る孫
申し分なし 新人王も狙わしゅう
気は持ちよう 下馬評に意地見せてやれ
自転車で ちよつと見に行く母の顔
草萌えて 農機の整備はじめらす
又逢う日まで うんと充電しときます
あきらめて 納戸の隅で泣き寝入り
申し分なし 米も野菜も無農薬
草萌えて 体の疼き聞くごたる
自転車で 小回りの利く月忌詣り
あきらめて 今晩もやけ酒かいた
申し分なし 繕い物も上手アもん

田上黙光子
渡辺 雲海
岡本 琴司
後藤 愛子
佐橋見乱坊
松野 笑声
後藤 信子
馬原 馬笑
堀田 蘇仙
上井加根女
佐伯 文を
桐原 白酔

俳句 (野尻あけび句会)

草萌えて 小鳥の声も弾んどる
又逢う日まで イラクの土にならんごつ
自転車で 戦友の墓尋ねさす
草萌えて 足の捗る遍路笠
最後に両膝ついて草を取る
いつのまに花は葉となり春は逝く
ものゝ芽に心くばりて草取りぬ
昼餼にも別れを惜しむ花吹雪
花満ちてナースの声の響きけり
廃校跡幾千知るや山桜

佐藤 重信
松山キヨ子
林 不忘
浦塚 南天
甲斐 康利
甲斐しず子
甲斐しず枝
熊谷 つ子
野尻 里女
野尻 美穂

知っておきたい 税情報



消費税が変わりました

消費税法の一部が改正され、本年4月1日から適用されることとなりました。
改正及び新たに適用される主なものは次のとおりです。

- ①総額表示の義務付け
 - ②事業者免税点の引下げ(現行3千万円→1千万円)
 - ③簡易課税制度の適用上限の引下げ(現行2億円→5千万円)
 - ④については、課税事業者が消費者に対して、値札やチラシあるいはカタログなどによって、商品やサービス等の価格をあらかじめ表示する場合には、消費税額(地方消費税額を含む)を含めた支払総額の表示を行うことを義務付けたもので、本年4月1日から適用されています。
 - ⑤及び⑥については、本年4月1日以降開始する課税期間から適用されることとなります。したがって、個人事業者は平成17年分から、事業年度が1年である法人については平成17年3月末決算分から適用されます。
- 税について、お分かりにならないことがありましたら、阿蘇税務署や税務相談室にお尋ねください。
阿蘇税務署 TEL 0967220551
税務相談室 TEL 0967220559

こちら 高森警察署です



平成16年度警察職員採用 試験のお知らせ

職 種	警察官 A		警察官 B		警察行政	警察事務
	男性・女性・武道指導	男性・女性・武道指導	男性・女性・武道指導	男性・女性・武道指導		
受験申込書の配付開始日	4/28(水)から配付開始		7/1(木)から配付開始		4/28(水)から配付開始	7/1(木)から配付開始
受付期間	5/17(月)～5/28(金)		8/16(月)～8/27(金)		5/17(月)～5/28(金)	8/16(月)～8/27(金)
試験日	7/11(日)		10/10(日)		6/27(日)	9/26(日)
試験地	熊本・東京		熊本・八代・本渡		熊本・東京	熊本・八代・本渡
受験資格	S47.4.2以降に生まれた方で4年制大学卒業又は見込みの方 武道指導については、上記に加え柔道又は剣道の3段以上の段位を取得している方		S52.4.2～S62.4.1生で警察官Aの学歴要件以外の方 武道指導については、上記に加え柔道又は剣道の2段以上の段位を取得している方		以下①②のいずれかの要件を満たす方 ①S50.4.2～S58.4.1生の方 ②S58.4.2以降に生まれた方で4年制大学卒業又は見込みの方(性別不問)	S58.4.2～S62.4.1生の方ただし、4年制大学卒業又は見込みの方は受験できません。(性別不問)
問い合わせ先	熊本県警察本部警務課採用係 熊本県人事委員会事務局 高森警察署 総務課		TEL 096-381-0110 (内線 2643) TEL 096-383-1111 (内線 6834) TEL 62-0110 (内線 211/212)			

消防なんでも 南部分署



もしもママシにかまれたら

- ◎もしも、ママシにかまれた場合
- ☆ママシから離れる。
- ☆かまれた人を安静にする。
- ☆石けんと水でかまれたところをやさしく洗う。
- ☆吸引器があれば吸引する。
- ☆直ちに医療機関を探す。(もつとも大切です)
- ☆自分たちで搬送できないときは救急車を呼びましょう。(119番です)
- ◎かまれた場合の症状
- ☆かまれたところに強烈な痛みがあります。
- ☆2つの小さな穴状の傷ができます。(1つの場合もあります)
- ☆5分以内に腫れが出現します。
- ☆6～10時間で皮膚の色が変化してきます。
- ☆ひどい場合、吐き気や嘔吐、発汗があります。
- ※注意事項
- ★口で吸い取らない。
- ★切開はしない。
- ★冷やしたり、氷を当てるのは毒蛇には効かないといわれています。
- 南部管内ママシ血清所有医療機関
- 立野病院(長陽村) ○後藤医院(長陽村)
- 蘇陽病院(蘇陽町) ○中村医院(久木野村)
- ※高森町役場にも血清を備え付けており、町内の各医院で注射を受けることができます。
- 阿蘇広域消防本部南部分署 TEL 62・9034
火事・救急・救助は119番

役場の 新しい 職員紹介



せりぐち たかなお
芹口 孝直
S51.7.15 生
(色見・小倉原)
趣味・特技は
テニス、
ドライブ
税務課
固定資産税係
まだわからないことばかりですが、いろいろな方に助けられながら毎日を送っています。住民の皆さんのため一生懸命に頑張りますので、よろしくお願いします。



まはら こうへい
馬原 孝平
S54.4.10 生
(高森・上町)
趣味・特技は
映画鑑賞、
フットサル
保健福祉課
保健推進係
いろいろと至らない点もあるかと思いますが、一日も早く皆さんのお役に立てる人間になれるよう、一生懸命頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いします。



たかき ひしか
高木 尚佳
S51.10.22 生
(高森・昭和)
趣味・特技は
ドライブ、
バスケットボール
保健福祉課
保健推進係
まだわからないことばかりで、周りの方に教えてもらいながら仕事をしています。保健師として、住民の皆さんのお役に立てるよう一生懸命頑張りますので、よろしくお願いします。

まるやま まゆみ
丸山 真有美
① 養護助教諭
② なし
③ 音楽鑑賞
高森 中学校

④ 昨年より、産・育休に入られた道脇先生に代わって、高森中学校の生徒の健康をサポートさせていただいています。実は今年で2年目になります。今年も笑顔で頑張りたいと思います。

よしおか みちお
吉岡 道男
① 校長
② 長陽中学校
③ スポーツ、
花を育てること
高森 中学校

④ 高森町への勤務は3校目、しかし高森中学校への勤務は初めてです。高森中学校 185名の全校生徒の幸せを願って先生方とともに全力で頑張っていきます。生徒たちに確かな存在感があり、花のある潤いのある学校を目指します。

こが いずみ
古賀 いずみ
① 講師
② なし
③ のんびり
過ごすこと
草部 中学校

④ 今年、北海道の大学を卒業し、地元である熊本県に戻ってきました。草部中学校で理科を受け持ちます。毎日精一杯頑張ります。

とたか かつとし
斗高 克敏
① 教諭
② 阿蘇北中学校
③ ドライブ
高森 中学校

④ 南阿蘇の自然豊かな高森に赴任できたことを大変喜んでます。出身は蘇陽町です。私の好きな言葉の1つに「夢実現」という言葉があります。子どもたちとともに、大きな「夢」実現へ向けて頑張りたいと思います。

うりうだ みえ
瓜生田 美恵
① 養護助教諭
② 星和小学校
③ ソフトテニス
草部 中学校

④ 1年ぶりに高森町に帰ってきました。草部中学校にとって大切な1年間、勤めることができ、うれしく思っています。阿蘇町からの通勤で不安もありますが、頑張りたいと思っています。

いみなほ
井 美奈帆
① 教諭
② 一の宮中学校
③ ショッピング、
テニス
高森 中学校

④ 教科は英語を教えています。素直で元気な子どもが多く、おいしい食べ物もたくさんあると聞いています。慣れない峠越えで疲れた表情をしているときもあるかと思いますが、気軽に声をかけてください。

みやた まき
宮田 麻希
① 講師
② なし
③ バドミントン
高森東 中学校

④ 今年の3月に日本女子体育大学を卒業し、保健体育の講師として高森東中学校に赴任することになりました。期待と不安でいっぱいですが、一生懸命頑張っていきたいと思っています。

まえかわ まさひろ
前川 正裕
① 事務主任
② 上野小学校
③ 特にありません
高森 中学校

④ 御船町の自宅から片道 50 km 強の道のりを約 1 時間かけて通勤しています。清水峠からの眺めが好きで、清和村から峠を越えて高森町によく遊びに来ていました。長距離通勤は大変ですが、頑張りたいと思っています。

人権



《人権を理解するために しなければならないことは》

まず「自分自身の人権は何か」を知ることです。
自分自身の人権が分からなければ、他人に加えられた、差別の痛みは分かりません。また、差別に対する本当の怒りと共感が生まれません。そのために、かつて、自分自身に加えられた次のようなことをもう一度思い出してみましよう。

- ・いじめられたこと
- ・仲間はずれにされたこと
- ・プライドを傷つけられたこと
- ・△△のくせに、と言われたこと
- ・容姿のことを言われたこと

このように例を少しだけあげましたが、これらはみんな差別なのです。人権の大切さを認識し、自分の人権の大切さを思えば、他の人の人権の大切さも分かるはず。そうすれば、差別の痛みも分かってくると思います。

同和問題をはじめとするさまざまな差別も正しく知れば、差別意識が誤った知識や古い考えにもとづく不合理なものであることが分かります。

わたしたちの社会は、すべての人が大切にされる社会でなければなりません。あなたのその一歩が求められています。

人権啓発 標語紹介

- ◎ごめんねと 勇気を出して 仲直り
高森中央小学校 榎木野 友 哉
- ◎一人でね 考えこまず いっしょにね
高森中央小学校 後 藤 文 香
- ◎けんかをして も やっぱり 友だちでいたい
高森中央小学校 後 藤 早 稀
- ◎差別すると自分もいやな気持ちになる
仲良くすれば心もすっきりするだろう
高森中央小学校 後 藤 葵
- ◎やめようよ 人にいじわる ぜったいに
高森中央小学校 住 吉 光 樹

（第6回高森町人権啓発フェスティバル啓発標語の中から）

知ってますか？ 私たち頑張ってます！

高森町シルバー人材センター 会員募集

高森町シルバー人材センター（宇藤良夫会長）では、60歳以上の健康で働く意欲がある会員を募集しています。

○シルバー人材センターとは

公益的、公共的な団体で、自主的な会員組織です。会員は自分たちで役員を選び、組織や事業の運営に参画します。

○申込方法

シルバー人材センターの趣旨に賛同して入会説明を受け、入会申込書を提出する。（理事会の承認要）

○主な仕事

- ・湧水トンネル入園料の収納事務
 - ・高森駅清掃
 - ・草刈
 - ・草取り
 - ・その他の事業
- （皆さんから大変喜ばれています）

■お問い合わせ先：

高森町シルバー人材センター事務局（芙蓉館内）
TEL 62-2158



【上段左から】岩下忠春(河原1)、白石福男(河原2)、古庄謙一(菅山)、河崎啓藏(横町)、佐藤次信(草部)、荒牧真昭(旭通)、榎木野孝一(中原)、岩下敬公(色見2)、後藤美行(尾下2)、田上更生(尾下1)

【中段左から】塚本保雄(下町)、山室昭一(色見1)、渡邊成實(上在)、井上敬雄(矢津田)、勝木英雄(小倉原)、佐藤文利(前原)、今村和雄(昭和)、後藤政藤(永野原)、溜瀨靖人(上町)、工藤明善(下切)

【下段左から】瀬井公正(野尻2)、津留潮(津留)、佐藤文男(冬野)、本田貴一郎(村山)、後藤恵男(洗川・大村)、後藤満(天神)、城井行光(野尻1)、下田巖(森)、後藤進昭(芹口)、石原一二(津留1)、興梶武春(津留2)、二子石幸治(中)

【敬称略】
田上安盛(村山)、津留寅一(昭和)、宮内威真(横町)、勝木忠雄(小倉原)、本田孝顕(色見1)、岩下仁士(色見2)、甲斐農武忠(草部)、草村利民(芹口)、穴見毅(永野原)、古賀光雄(中)、本田英明(矢津田)、甲斐康利(津留1)、瀬井政人(津留2)、戸高秋男(尾下1)、瀬井幸次(尾下2)、後藤昭敏(河原1)、白石吉勝(河原2)

今回勇退された方々は次のとおりです。大変お世話になりました。

す。

また、地区のまとめ役としても活躍されていますので、住民のみなさま方のご理解とご協力をよろしく願います。

2年間
お世話になります

新しい 駐在嘱託員さんです

社倉蔵地線竣工

大字野尻の蔵地から草部北部を経由して南部の社倉を結ぶ基幹道路「社倉・蔵地線」が、4月9日供用開始されました。これにより、草部北部地区だけでなく、野尻・津留地区からも、物産館や草部出張所、また高森方面への交通体系が格段に改善され、地域住民の皆さんの産業振興、生活基盤の安定に大きく期待できるものと考えられます。



携帯電話施設整備工事完了

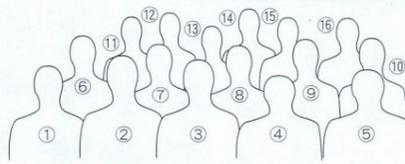
大字野尻の蔵地に整備していた移动通信(携帯電話)用鉄塔施設が完成し、3月31日から通信が開始されました。これにより、大字津留・大字野尻・大字尾下地域のうち、地形の関係上電波障害のある一部の地域を除いて不通地域の解消が図られることになり、今後情報通信環境が飛躍的に改善されるものと考えられます。





新しい農業委員さんです

①谷川洋(高森)、②二子石文雄(草部)、③小倉貴好(津留)、④佐藤幸雄(高森)、⑤甲斐富士郎(永野原・下切)、⑥瀬井義勝(野尻)、⑦下田暎雄(河原)、⑧本田健一(中・矢津田)、⑨富永刀男(芹口・菅山)、⑩本川一徳(色見)、⑪田上求(高森)、⑫甲斐廣國(議会推薦)、⑬野尻進(尾下)、⑭草村征憲(農協推薦)、⑮荒牧弘幸(上色見)、⑯後藤英範(議会推薦)



【敬称略】
田上克博(高森)、住吉國源(色見)、
榎木野孝一(上色見)、工藤祝男(芹
口・菅山)、本田信夫(中・矢津
田)、栗焼章聖(野尻)、甲斐誠也
(尾下)、吉良山慶巳(河原)、三
森義高(議会推薦)、荒牧幸代(議
会推薦)、二子石多恵(議会推薦)

なお、今回勇退された方々は次
のとおりです。今後とも町農業発
展のためご協力をお願いします。
大変お世話になりました。

農業委員の仕事は、公正
な立場で農地の売買や賃貸
借の設定をはじめ転用の許
可、農地の斡旋、農地の紛
争防止、和解仲介、標準小
作料の決定等や農業者年金
の相談・加入増進、認定農
業者等農業担い手の育成業
務など、町の農業施策の中
心的役割を担うものです。
町の農業振興面で大いに
活躍をされています。どうぞ
よろしく願います。

一般切花部会長賞を受賞

幸野 亨治さん(草部・灰原)



熊本県社会福祉功労者表彰

福永 紘喜さん(高森・下町)



平成15年度全国花き品
評会で、本町の幸野亨治
さんが一般切花部会長賞
(銀賞)を受賞されました。
トルコギキョウのセレモ
ニーブルーフラッシュという
品種で入賞した幸野さんは
「中山間地に加え昨年は長
雨や冷夏という厳しい条件
の中賞を取ることができて
とてもうれしい。農業を取り
巻く環境は大変厳しいが、
やりがいのある百笑を目指
して頑張りたい」と話して
いました。

社会福祉の向上に熱心に
取り組んでいる方々に授与
される熊本県社会福祉功労
者表彰を、本町の福永紘喜
さんが受賞されました。
福永さんは、敬老会に毎
年ボランティアとして協力
され、参加者一人ひとりに
記念写真を贈られていま
す。また、本町と白水村の
金婚夫婦表彰式では、夫婦
一組ずつを撮影し無料で贈
呈。お年寄りたちから大変
喜ばれています。

健康講座

Health Theme
健康日本21

保健師からあなたへの



栄養士の
いただきます～す

食生活を見直そう!

健康な食生活の基本は、バランスよく栄養素をとることです。そのためには肉、魚、野菜、穀類、豆類などいろいろなものを食べましょう。丼物や一品料理ではカロリーは満たされていても、体に必要な栄養素が欠けてしまいます。このような食生活を続けていると脂肪や塩分の摂り過ぎとなり、生活習慣病を招いてしまいます。

献立のコツ

- ・和食、洋食、中華とメニューに変化をつける。
- ・主菜を考えて、副菜や汁ものを合わせる。

ひじきご飯



□材料(4人分)
ご飯600g、ひじき大
さじ2、ちりめんじゃ
こ大さじ2、にんじん
40g、サラダ油小さ
じ2、だし汁1カップ、
みりん小さじ2、濃口
しょうゆ大さじ2

□作り方

- ①ひじきは水で戻し水気をきる。ちりめんじゃこは熱湯をかけて塩抜きする。にんじんは皮をむいて3センチのせん切りにする。
- ②鍋にサラダ油を熱し、①を炒め、だし汁、みりん、濃口しょうゆを加え汁気がなくなるまで煮る。
- ③熱いご飯に②をさっくり混ぜ、器に盛りつける。

◆健診を活かしましょう
初期の生活習慣病は自覚症状がなく、健診を受けてはじめて気づくことがあります。生活習慣病の中でも特に、糖尿病・循環器疾患を防ぐ

健診を積極的に活用して、健康で明るく生活
し、たとえ障害があつ
たとしても、目標を
持ち自分らしさを大
切にしなが、自分
の人生をつくりあげ
ていく健康づくり
取り組みましょう。



◆健診を活かしましょう
そこで、健康日本21では「すべての国民が健やか
で心豊かに生活できる活力ある社会」の実現を目
指し、
①早世(早死)の予防
②健康寿命の延伸
③医療費の軽減
を目標に掲げています。
そして、このことを展開するために、食生活や運
動習慣と深く関わりのある生活習慣病を予防する
ことが重要課題となっています。

11月……腹部超音波検診
を実施してしました。
今年から、複数の健診を受けやすくするため
に、7～8月に基本健診、胸部検診、がん検診(肺・
胃・大腸・乳・子宮)、超音波検診をまとめて受
診できるようにしました。また、血管を傷つ
ける原因の一つである尿酸値の検査も新たに加
わりました。

WHO(世界保健機構)により、2003年度平
均寿命・健康寿命が報告されました。
平均寿命 男78・4歳 女85・3歳
健康寿命 男72・3歳 女77・7歳
日本は世界有数の長寿国となっています。しか
し、平均寿命と健康寿命の年齢差が示すように、6
～8年は生活習慣病やこれに伴う痴呆や寝たきり
などの要介護状態になってしまう人が増加してい
ます。

◆健診体制が変わります
昨年まで、
5月……乳・子宮がん検診
7～8月……基本健診、胸部検診、胃・大腸がん
検診
11月……腹部超音波検診
を実施してしました。

ことが脳血管疾患(脳梗塞・脳出血)、心筋梗塞、
腎不全など生命や生活に影響を及ぼす重篤な病
気の発症を防ぐこととなります。
健診結果を見ると、肥満・高血糖・高血圧・
高脂血症といった所見から進行状況を予測する
ことができます。さらに注目されている尿酸値
からは痛風という病気が診断されます。これら
はすべて血管を傷つけ動脈硬化を引き起こして
くるのです。いかに早期に発見し対応していく
か、そのヒントが健診結果にあります。

■みなさんのまわりの身近な話題やできごとなどをお寄せください。企画財政課企画係

TEL 62-1111

FAX 62-1174



4/3 桜まつり

今年も高森峠九十九曲がり自然公園（千本桜）で桜まつりが開催され、近県からのバスツアーや家族連れなど大勢の花見客で賑わいました。お花見広場では、前原仁田神社の獅子舞や阿蘇琴友会高森教室の皆さんの大正琴が披露され、訪れた観光客を楽しませていました。

4/5 4/6 4/7 春の乗馬スクール

ブルーグラスでは、2泊3日の日程で春の乗馬スクールが行われました。これは馬とのふれあいを目的に、毎年春と夏に行われているもので、乗馬だけでなく、厩舎の掃除など馬の世話も体験しました。参加した子どもたちは「馬に乗ることができて、とても気持ちよかったです。また参加したい」と好評でした。



4/10 自衛隊父兄会 ミニバレーボール大会

高森中学校体育館で開催された自衛隊父兄会阿蘇地区女性部ふれあいミニバレーボール大会には、阿蘇郡内から22チームが参加。本町からも3チームが参加し、他町村の父兄会と親睦を深めていました。



4/11 すみれフェスタ 2004

4月4日から11日まで休暇村南阿蘇を会場に、すみれフェスタ2004が開催されました。最終日には、「すみれに捧げるコンサート」も開かれ、はなしのぶコーラスの皆さんや後藤亮子さん（高森・横町）の歌声に、集まった聴衆はうっとり。大きな拍手が沸き起こっていました。



4/5 高森保育園 からくり時計設置

高森保育園では55周年を記念して、園のシンボルになる「からくり時計」が設置されました。これは玉野勢三さんが彫刻したもので、音楽に合わせて子どもたちが歌って踊る大変かわいらしい時計です。音楽は9時、12時、17時に流れます。

4/9 草部南部小学校 最後の入学式

草部南部小学校では、来年4月の学校統合を前に最後の入学式が行われました。先生や保護者、上級生が見守る中、会場に入場する新1年生2人は少し緊張気味。しかし、席に着き担任の先生から名前を呼ばれると元気な声で返事をしていました。草部南部小学校では最後の1年となりますが、みんなで盛り上げて有終の美を飾ってください。



3/27 トロッコ列車出発式

春の観光シーズンを迎え、南阿蘇鉄道のトロッコ列車が運行を開始し、高森駅で出発式が行われました。高森幼稚園児らによるくす玉割りの後、田上愛佳ちゃんと、阿蘇お猿の里・猿まわし劇場の村崎新八さんと猿の勘平が出発を合図。約60人の乗客を乗せ、ゆっくりと走り出しました。

4/6 町立保育園合同入園式

町立保育園合同の入園式が林業総合センターで行われ、今年は6名の新入園児が入園しました。これは園児数減少に伴い、昨年から実施しているもので、お父さんやお母さんと一緒に入場する新入園児を、在園児等が拍手で歓迎していました。

