



広報

# たかもり

風

# 8

No.408

平成5年8月5日発行

発行/高森町役場 ■編集/総務課 〒869-16・熊本県阿蘇郡高森町大字高森2168番地 ☎09676-2-1111・FAX2-1174



### ▲レントゲン・成人病健診

- 一 水と緑と土のにおい  
つばいの住みよい町に  
します。
- 二 伝統を重んじ、文化の  
薫る潤いのある町にし  
ます。
- 三 老人を大切にし、子供  
の夢を育て幸せな町に  
します。
- 四 勤労を尊び、産業を振  
興し活力ある町にし  
ます。
- 五 スポーツに親しみ、心  
身をきたえ健全な町に  
します。

### 高森町民憲章

#### 人口の動き

(7月1日現在)

世帯数	2,531 (-1)
男	3,928 (-8)
女	4,265 (-6)
総数	8,193 (-14)

### おめでたおくやみ

(1993.6月受付分)

#### 赤ちゃん たんじょう



井 拓磨ちゃん (高森)5・27生	正 成さんの長男 美和子
立山宗一郎ちゃん (高森)5・28生	広 滋さんの長男 明美
野尻 佑也ちゃん (高森)6・4生	光 也さんの長男 洋子
住吉奈津美ちゃん (色見)6・3生	安 晴さんの長女 節美
相馬 真悟ちゃん (高森)6・4生	康 広さんの長男 美根子
二子石裕祐ちゃん (高森)6・7生	忠 三さんの長男 美千代
佐藤 綾ちゃん (高森)6・7生	安 志さんの長女 ゆり
竹上賢士郎ちゃん (高森)6・9生	準 二さんの長男 まゆみ
山村 舜ちゃん (高森)6・18生	修 司さんの長男 みつ代

#### すえながく おしあわせに

(敬称略)



(岩下 清雄 色見・山鳥 6・2 山本 恵美 阿蘇町 村上安寿雄 高森・昭和 6・9 福嶋 誠子 下益城郡・中央町 濱田 靖夫 菅山・栃原 6・23 緒方 和代 色見・中園 今村 大心 高森・津留 6・28 田上 唱子 高森・上通 田上 幸二 高森・旭 6・29 早瀬さおり 阿蘇町
--

#### おくやみ

(敬称略)



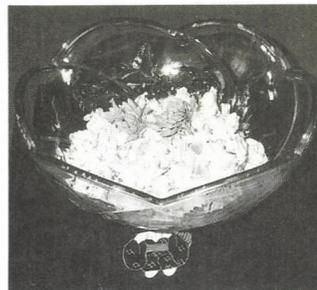
(住所)	(遺族)	(死亡者)	(年齢)
高森	津留スエミ	津留 久	71
高森	野田 平吉	野田 安	65
色見	村上アイ子	村上 光	72
野尻	工藤イトエ	工藤 基一	77
芹口	芹口 秀吉	芹口 學	84
高森	村嶋イキ子	村嶋 泰尚	80
高森	原 章造	原 キセ	93

### 善意の灯

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〉津留スエミ、野田平吉、  
 村上孝年、工藤イトエ、芹口秀吉、村  
 嶋イキ子、原章造、瀬井武重、後藤金  
 次  
 〈病氣見舞返礼〉阿南藤四郎

## アイディア クッキング

(チーズ入り五目白あえ)



材料 (4人分)

牛乳	100cc
酢	10cc
豆腐	50g
すりごま	5g
砂糖	6g
白みそ	7g
れんこん、コンニャク	各30g
(乾)しいたけ	2g
人参	10g
薄口醤油	6cc
春菊	5g

### 作り方

- ①牛乳を鍋に入れて煮立ちさせ、酢を入れ、火を止めて固まったたん白質を布でこし、水分を絞る(カッタージチーズ)
- ②豆腐の水気を絞り、①とともにすり鉢ですり合わせ、すりごま、砂糖、白みそを加え、なめらかにすり合わせる。
- ③野菜は、うす切りにして下ゆでし、だし汁に薄口醤油、砂糖少々で下煮する。
- ④③の汁を切り、ゆでて2cmぐらいに切った春菊とともに②である。

### 講評

カッターチーズの手づくりに加えて、伝統的白あえ又、あえ物の具にも工夫がなされ、郷土料理の工夫とも合わせ、牛乳料理の良い一品です。味もよく付いています。

### 編集後記

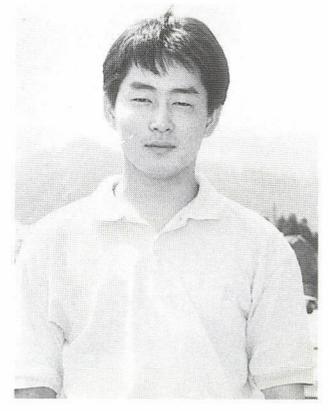
▽訂正 7月号14ページ、グラウンド・ゴルフ結果女子の部②宇藤トヨ子さんは有働豊子さん。赤ちゃん誕生で芹口勇喜ちゃんは民雄さん、直美さんの長男でした。おわびして訂正します。

7月号から二つの連載を始めました。一つは、農地の権利を説明した「農業委員会だより」。それに、健康づくり推進大会に出品された料理の中から、アイディアクッキングコーナーで紹介します。▼いよいよ暑い夏がやって来ました。水のこいしい季節です。有限の資源である水を大切にしたいものです。

燃える  
**若きやもん**

高森・昭和

甲斐 紀比呂 さん(19)



☆ 仕事は楽しいですか

修理から販売まで、覚えることが多く大変です。でも、いろんな人と出会えて、楽しくやっています。

☆今、いちばんやりたいことは

友達にレーシングカートに誘われているので、是非やってみたい。

☆どんな町になってほしいですか

若い人たちがもっと多く残り、若者の多い町になってほしい。

**プロフィール**

- 勤務先：自営業（デンキのカイ）
- 趣味：ドライブ
- 血液型：おっとりな性格のA型

お知らせ

暮らし  
**紅葉おろしの手順**

てんぷらや鍋ものの薬味として、欠かせないのが紅葉おろしです。大根の風味と唐辛子の辛味の調和がとれ、見た目にもきれいです。地方によっては、紅おろし、赤おろしなどとも呼ばれています。

唐辛子が万遍なく混じり合った紅葉おろしを作るのは、簡単なようで意外とむずかしいもの。「大根をおろして、それに市販の一味唐辛子を混ぜれば簡単に作れる」という方もいるでしょうが、これでは紅葉おろし独特の辛味や風味

**唐辛子が大根に差し込む**

ができません。そこで上手におろす方法の一つ。大根にハシの先を使って穴を開け、そこに種を取った赤唐辛子（タカノツメ）を差し込み、一緒にオロシガネで擦りおろすのです。こうす

ると、唐辛子が万遍なく混じり合った紅葉おろしができます。紅葉おろしを作るのにむずかしい点は、擦っている途中で差し込んだ唐辛子が抜け落ちたり、ちぎれたりして失敗

すること。上手におろすコツは、大根を傾けないで真っすぐに立て、ゆっくりおろすことです。乾いている唐辛子を使うと、途中でちぎれやすいものです。ぬるま湯に五分ほど浸してから、大根の穴に差

し込んでおろすと、比較的上手にできます。もう一つの方法は、包丁で切れ目を入れた大根や、輪切りにし、さらに縦に二つ切りました大根の間に、唐辛子を入れる方法です。そこに、水で



戻して種を取り出した唐辛子を、大根にはさみます。二つに切った大根は、輪ゴムで縛り固定しておろします。この場合、大根を手で強く握っておろしてください。こうすれば、唐辛子が大根から抜け落ちるのを防ぐことができます。きれいな紅葉おろしを作るための、ちょっとしたコツです。

今月の表紙



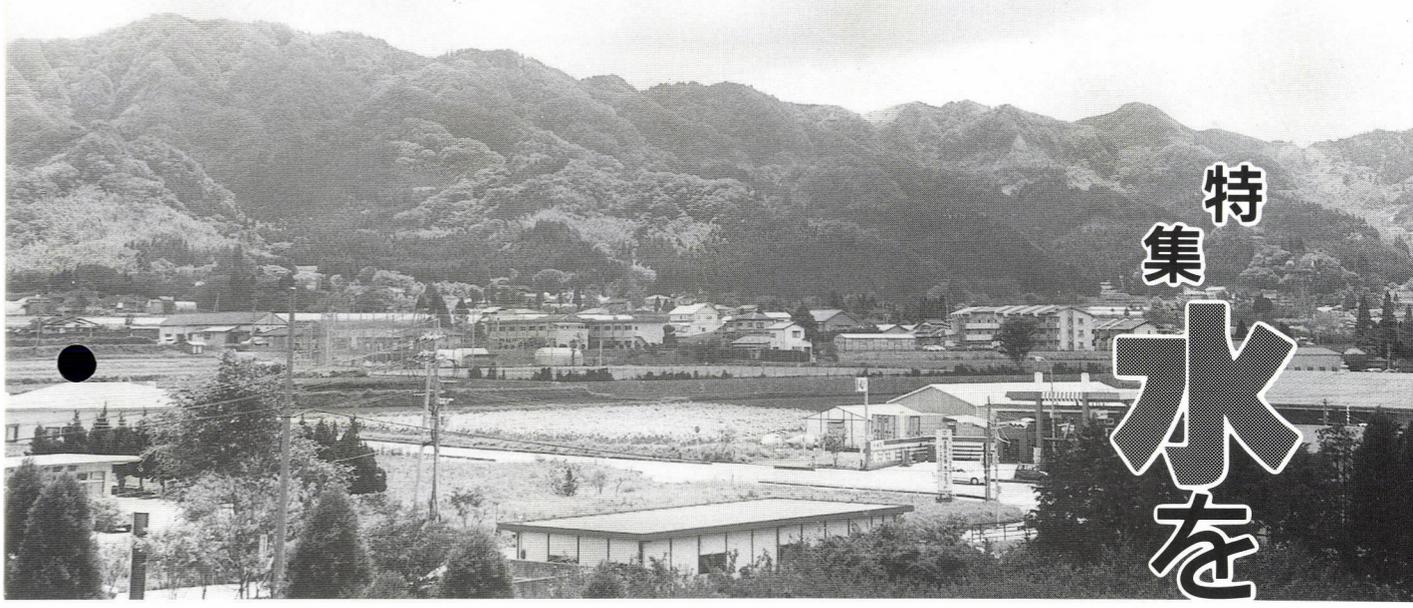
七月十六日から町内十六の会場で、レントゲンと成人病健康診査が始まりました。家族そろって健康な毎日を送るには、日頃からの健康管理が必要です。今年も各会場には、多くの方々が健診に訪れていました。

**休日在宅医**  
診療は午前9時から午後5時まで

- 8月15日 藤本 医院 電話 70020
  - 8月22日 平田 医院 電話 20216
  - 8月29日 馬原内科医院 電話 20646
  - 9月5日 東 医院 電話 20309
- ※都合により変更になる場合がありますので、テレホンサービスでお確かめください。(2) 2222

第6回

ぶんすいれい  
**全国分水嶺(界)サミット**



特集  
**水を考える**

■テーマ 『水源地域の役割・下流地域の役割』

- 基調講演 講師 評論家・立正大学短期大学部教授 富山和子氏
- コーディネーター 熊本近代文学館長 光岡明氏
- パネラー 宮崎県諸塚村長 甲斐重勝氏
- 環境コーディネーター 中村幸子氏
- 水源地域 熊本 市

9月9日(木)、10日(金)には、全国分水嶺(界)サミットを高森中学校体育館で開催します。この機会に、水源地域の役割や水について考えてみたいと思います。そこで、今回は「水」について特集しました。



きれいな水が流れる木郷湧水

うつつとうしい梅雨も終わり、いよいよ夏本番。水遊びや飲料水にと、一年を通して一番水を使う季節です。あまり身近すぎて、日ごろあまり気にとめることのない水。私たちは水のありがたさをつい忘れがちです。

相談  
年金

専門の相談員による年金相談所が開かれます。  
国民年金、厚生年金、社会保険について相談を受けます。  
お気軽においでください。  
■とき／8月25日(水) 午前10時から午後3時  
■ところ／林業総合センター相談室

募集  
消防職員

阿蘇広域行政事務組合では、平成5年度職員採用試験を次の要領で行います。  
■とき／9月19日(日)  
■ところ／熊本県立阿蘇高等学校  
■受験資格／昭和46年4月2日から昭和51年4月1日まで生まれた男性  
■採用予定職種及び人員／消防吏員 5名  
■受付期間／7月26日(月)から8月13日(金)まで  
地方公務員法第16条に該当する者は、受験できません。  
受験内容及び申込書は、阿蘇広域行政事務組合事務局及び

高森町中原墓園使用の  
受付けをしています

町では、この度完成した高森町中原墓園の使用申し込みを受付けています。ご希望の方は、町役場管財係へ墓地使用許可申請書(管財係備え付け)を提出してください。

1. 墓地の位置  
阿蘇郡高森町大字高森字中原1521番地
2. 区画数  
68区画
3. 墓地使用料  
225,000円
4. 墓地使用者の資格  
イ. 本町に居住し、かつ祖先の祭礼をつかさどるべき者。  
ロ. 高森町墓地条例及び高森町墓地条例施行規則を遵守できる者。
5. 申し込み期限(第1次)  
平成5年8月20日  
詳しいことについては、町役場管財係(②1111 内116)にお尋ねください。

募集  
職業能力開発  
受講生

ポリテクセンター熊本(熊本職業能力開発促進センター)では、現在失業中の方(雇用保険受給資格者等)で、再就職に向けて新しい技術を身につけて生活の安定を図ろうとする人達のために、平成5年10期生を次の要領で募集しています。  
■募集科目及び定員  
●NC機械科 15名  
●建築設備科 15名  
●電気設備科 15名

募集  
警察官

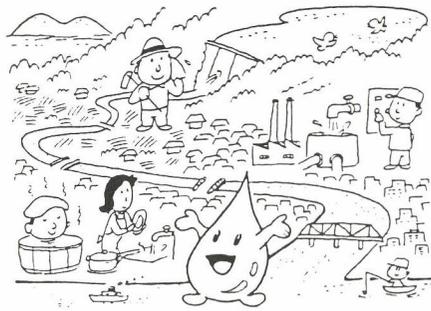
熊本県では、次の要領で警察官を募集します。  
■職種及び採用人員／警察官(15人程度)・婦人警察官(5人程度)・警察事務(15人程度)  
■試験日／警察官・婦人警察官は10月10日(日)、警察事務は9月26日(日)  
①受講料・入学金は不要です。  
②修了者は、各種の資格が取得できます。  
③訓練修了後は、当センター及びハローワークで就職の斡旋をします。  
詳しいことは、最寄りのハローワークまたは、ポリテクセンター熊本(☎0966・242・0391)へお問い合わせ下さい。

お知らせ  
特別給付金

特別給付金の最終償還を終えた戦没者等の妻及び父母等に改めて特別給付金が支給されます。  
○第十四回特別給付金「い号」国債を受けられた戦没者等の妻に、額面百八十万円の特別給付金。  
○第十四回特別給付金「い号」国債を受けられた戦没者の父母等に、額面九十万円の特別給付金。  
請求手続など詳しいことは、町役場町民福祉課へお尋ね下さい。



一滴の水が大切です



水の日(8月1日)  
水の週間(8月1~7日)  
考えよう、  
水のあした

私たちの生活に  
欠かせない「水」

私たちが生活していく上で一日として水なしでは暮らせません。  
飲料水や毎日の炊事、洗濯、掃除、入浴などの生活用水、また水田や畑などで利用する農業用水、機械や製品を洗ったり、温めたり、冷やしたりなどさまざまな目的で使われる工業用水、さらに水力発電など、その用途は多方面にわたっています。

水は、私たちの生活を守り、快適にし、発展させていく上で、絶対に欠かせないものです。  
生活用水は大きく分けて、家庭用水と都市活動用水に分けられます。家庭用水は飲用・炊事・洗濯・掃除・入浴・水洗トイレなど一般家庭で使用される水です。  
都市活動用水は、レストラン・ホテル・デパート・病院

使用量増える生活用水

生活用水は大きく分けて、家庭用水と都市活動用水に分けられます。家庭用水は飲用・炊事・洗濯・掃除・入浴・水洗トイレなど一般家庭で使用される水です。  
都市活動用水は、レストラン・ホテル・デパート・病院

・事務所などで使用される水で、この他に公衆トイレや噴水、消火用水などの公共用水も含まれます。  
一九九二年における生活用水の一人当たり一日平均の使用量は三百二十五リットルでした。これは一九七〇年の二百二十四リットルに比べて、約一・五倍の増加となっています。

増加の理由としては、水洗トイレや冷暖房機器の普及などによる生活水準の向上、超高層ビルや都市ホテルの増加などによる都市への人口の集中と高密度化(ちなみに霞ヶ関ビル一つで年間三十五万立方メートルの水を使用します)、さらに余暇活動の活発化にもなると水辺公園やプールなど施設が増えたことなどが上げられます。

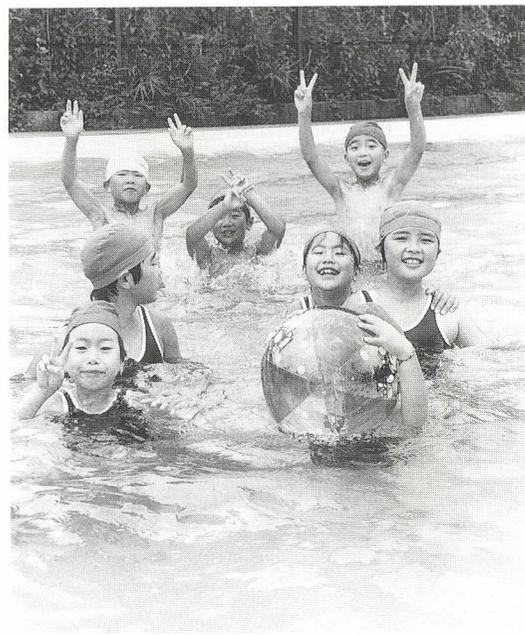
このように私たちの暮らし方と、必要な生活用水量とは大変密接な関係があります。

有限の資源「水」

私たちが普段使っている水は、その形や位置を変えて移動を繰り返している循環水です。海や陸から蒸発して雲となった水は、雨や雪となって地表に降り、湖沼や川の水となり、やがて再び海へ戻ります。(図1・参照)

また、陸地に降ったものの一部は蒸発して大気中に戻り、地下にしみ込んだものは地下水となります。本町で今年二月に掘り当てた温泉も地下水の一つです。

このように、地球は太陽エネルギーによる「巨大な蒸留水製造器」とも言えます。  
こうした水の循環は大昔から変わることなく繰り返されている地球の営みであり、自然が私たちに今後もずっと与えてくれる無限の恩恵です。しかし無限ではあっても、いくら使っても尽きないほど多いということではありません。私たちが利用できる水は思いのほかに少なく、限りある資源なのです。私たちは、この限りある資源である「水」を、今後ますます上手に使うことを考えたいものです。



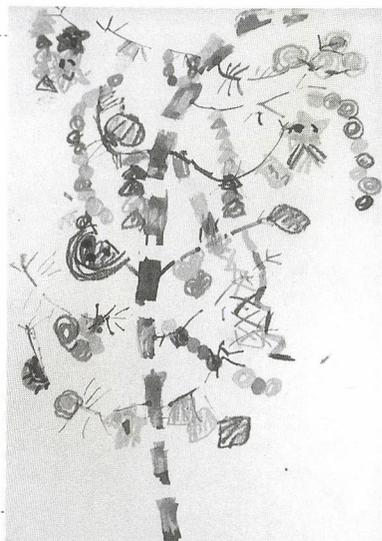
プールにも水道の水が使われています



題「たなばた」

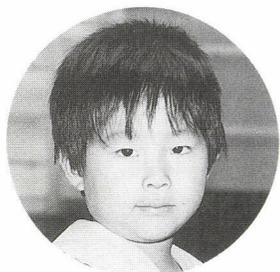
年長組

ほんだ わかな ちゃん



担任の岩下能子先生から…丸つなぎや二角つなぎ、お星さまなど、いろいろな夢のある七夕かざりが大変上手に描けました。

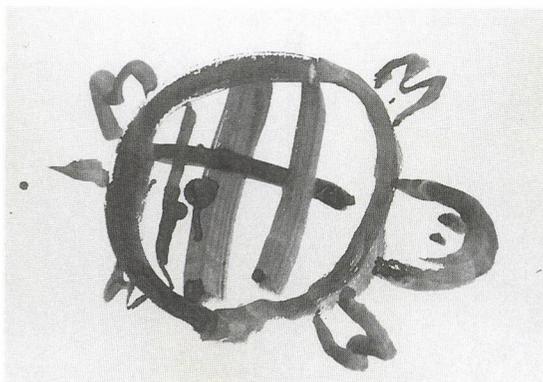
高森幼稚園



題「かめ」

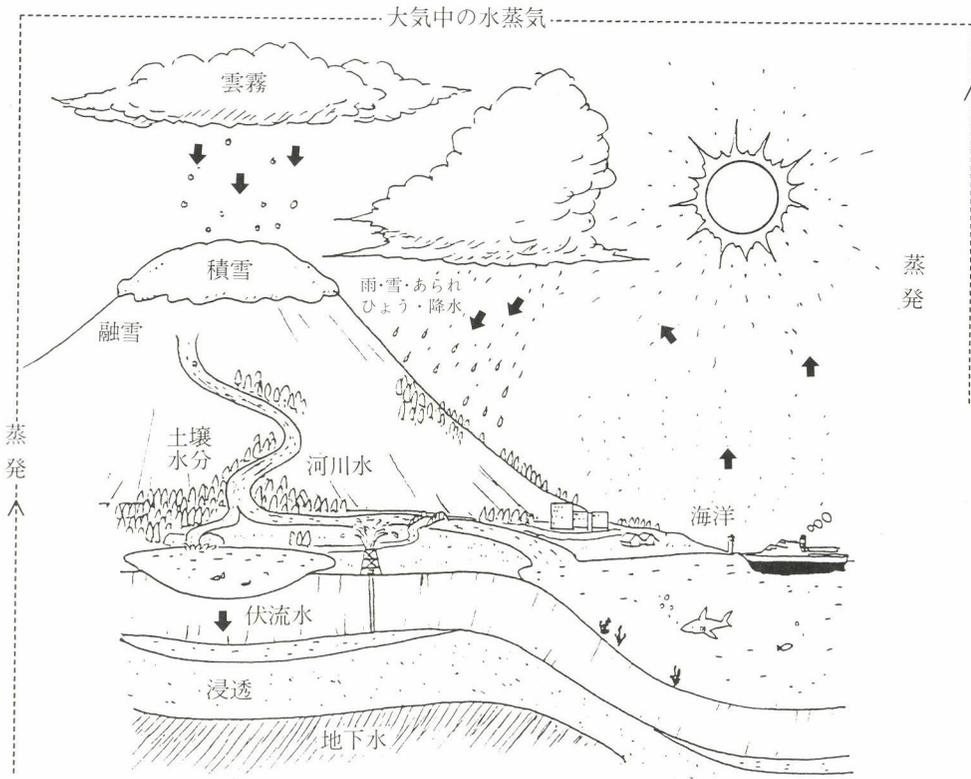
年長組

さるわたり ゆうや くん



担任の馬崎美和先生から…クラスで飼っている「かめ」がモデルです。絵の具を使って、とても楽しそうに書いていました。元気な「かめ」の姿がよく表現されています。

図1



水の循環

水を上手に使う

では、水を上手に使うには

どうすればいいのでしょうか。一人ひとりのちよつとした工夫ができます。要はこまめに水道の蛇口を閉める習慣を身

○歯を磨くとき、水を出しっ

放しでは一分間に六リットルも水を使います。コップ三杯で充分歯磨はできます。

工夫すれば百リットルでできます。水の無駄使いをしない。それが一番大切なことです。(F H J「生活と水」より一部抜粋)

## 一人ひとりの心がけで きれいな「水」を

### 分水嶺(界)サミット

#### 開催に向けて

私たちの住んでいるこの町は、水の源である水源地域に所在しています。水源地域が果たしている役割は、水の出发点としての地下水浸透・土砂流出防止・豪雨時の水害防止・大気浄化機能など、人間生活に対して大きな影響を与えてきました。

このようなことから、水源地域をどのように守り将来に残すかを考える、第六回全国分水嶺(界)サミットが本町で催されます。

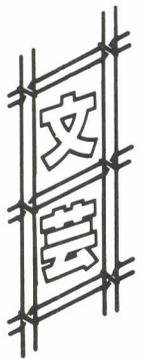
分水嶺(界)とは、水の分かれ道であり水の出发点でも

あります。分水嶺(界)は、日本列島を縦断して北海道から沖縄まで五百の市町村にまたがっており、本町では阿蘇外輪山の高森峠から大戸の口峠が該当します(図2・参照)

地域振興を検討しようと結成された「分水嶺(界)サミット」。しかし、水源地域は生活に不可欠な飲料水ばかりでなく、工業用水や農業用水などの源流部分でもあります。

宮崎県椎葉村で開かれた第三回サミットでは、「下流地域にきれいな水を流そう」というテーマで、水源地域の自己責任の再確認がされました。

そこで今回のサミットでは、下流地域の市町村にも参加を呼びかけ、「水源地域の役割・下流地域の役割」とテーマを



### 肥後狂句

(阿蘇御神火会)

うっ沈み 世界が集うラムサール  
うっ沈み もうマスコミも追いかけん  
うっ沈み 書きよりの無ア処方箋  
うっ沈み 水の都は水の中  
うっ沈み 妙に火照った最合傘  
うっ沈み 地元の票で追いつかん  
お願い 不渡り出しきらん暖簾  
土砂ぶり 借った蛇の目は骨ばかり  
媽曰く どっちが空気でっしゅうか

堀田 蘇仙  
馬原 馬笑  
田上黙公子  
林 不忘  
林田 一声  
岡本 琴司  
浦塚 南天  
熊川 豊泉  
岩下 哀草

### 俳句

(河原すすきの句会)

網戸にて生れたばかりの白き蟬  
ひと時の読書の窓に青葉風  
雛立ちて温もり消えし果箱かな  
束の間の梅雨の時間に傘の花  
雨蛙合唱につれ暮進む  
とりどりに庭を彩るホウセンカ  
軒の雛自然を教へ巣立ち行く  
紫陽花の滴重たく垂れて居り  
梅雨永し三度書替ゆ予定表

後藤 チエ  
後藤 法龍  
本田 訓子  
森 政隆  
森 正六  
阿部タツエ  
本田 初雄  
後藤やよい  
後藤あらし

# みんなの

## ひろば

人権作文「地鳴」から

### お母さんのしごと



高森小学校3年 工藤ひろ子さん

わたしのお母さんは、ほいくえんの先生です。一番小さい子どもたちの先生です。だから、だっこしたりおんぶしたりするので、いつもかたがこわっています。

そんな時、わたしがかたをたたいてあげます。お母さんは、「ありがとう」って言います。

お母さんのすこいところは、赤ちゃんがないたら、すぐになくのをやめさせることです。「よしよし」と言っていたこ

### 「差別」のことを学習して



草部北部小学校6年 興相綾寿華さん

私は、社会の学習で「身分制度」を知りました。そして思ったことは『ひどいことだ』ということでした。なぜかという、支配者は低い身分の人々をわざとつくって、その人々につらい思いをさせたからです。そんなことをされた人々の気持ちをなんと思っているのでしょうか。みんなから、低

わたしは、お母さんからは、だっこされたり、おんぶされたりしたことはありません。おばあちゃんから、されたそうです。

わたしは、お母さんはわかく見えると思います。とても41さいとは思えません。わたしはお母さんのことを、とてもそんけいしています。お母さんのクラスの赤ちゃんたちは、お母さんが先生で、とてもよるこんでいると思います。そして、お母さんも、赤ちゃんたちが、どんどん大きくなっていくのが、たのしみなんだらうなと思います。

私は落書きをした人に言いたいです。「書かれた人は、そのことばが一生心にのこると思います。そして、それをわすれないまま考え続けるのです。とっても、とってもひどくつらいことです」(もし今、私の身のまわりでそんなことがあり、私一人だけが見たとしたら)ということを考えてみました。

何ができるか考えてみました。弱い自分もあります。でも、私は名前が落書きされた人をよんで勇気を持ってもらいたいと思います。そして、その場で「一人ひとりが良くしていけば、こんなことはなくなると思います」と言います。それで書いた人もそうではない人も大切なことが何なのかをわかればいいと思います。歴史の中でもきびしい支配の世の中から一歩、一歩ほんとはわずかな歩みをくり返しながら人々は力をふやしていきました。弱い立場に立たなければ、応えんして支えなければならぬと思います。

私は、このような方法が解決の一歩になると思います。

### 川を汚す生活排水

掲げ、下流域と共に水資源の保護や重要性について、話し合いが行われます。

普段私たちは、水道の蛇口をひねればいつでも大量の水を自由に使えることに、何の疑いも抱いていません。そうした安心感があるからこそ、私たちは健全な日常生活を送れるのですが、反面、水に対する感謝の気持ちを希薄にし、水のムダ使いをまねく要因ともなっています。

現在、河川や湖沼の有機物による汚れの60〜70%は、各家庭から出される生活排水によるものだといわれています。それもトイレの排水などより、台所から出る雑排水(調理クズや料理の食べ残し、食器洗いの洗剤液など)が大きな汚染源になっており、家庭からの排水の約50%を占めています。

食べ残しを捨てたり、食器を洗ったり、洗濯をしたり、「これくらいなら」とか「自分一人くらい」とか深く考えもせず毎日水に流しているものが、



分水嶺(界)分布図

### 水道アラカルト 水道の水はなぜカルキ臭いのか

私たちが毎日のんでいる水。何か臭いと思ったことはありませんか。これは、水道水の中に混ざっている塩素の臭いです。いわゆるカルキ臭です。

水道水は、飲料として最低必要条件である「水の安全性」を第一に確保しなければなりません。人間が一生涯飲み続けても健康に害のない安全な水を供給することが、水道法という法律によって定められています。

現在の水道法では、家庭の蛇口から出る時点で、必ず0.1ppm以上の塩素が入っていないことになっていません。本町でも配水地で0.1ppmの塩素をいれています。

このように、安全性を最優先すれば、薬剤の殺菌処理によって残る多少の臭気や水のまずさはやむをえないことにもなります。

実は河川や湖沼や海をいちばん汚しているのです。

### 家庭でできる

#### 生活排水の工夫

きれいな水を保つかどうかは、私たちの健康に直接かわってきます。そこで私たち一人ひとりの心掛けによって、家庭から出る生活排水をできるだけきれいにするには、どうすれば良いのでしょうか。私たちが家庭でできる工夫を挙げてみましょう。

- 米のとき汁は、庭にまいたり植物にやったりしましょう。
- 野菜くずや残飯などは、三

角コーナーを設置してそれにとめます。また、流しのセスターバスケットに使い古しのストッキングをつけておくと、市販の網をつけて固形物をブロックします。まとまった調理くずは、ゴミにして出すか、庭に埋めて土に戻します。

○食事の後片付けをする時は、汚れをキッチンペーパーや新聞紙で拭き取って、お湯で洗うとほとんど洗剤を使わずに済みます。

○油はできるだけ使い切るようにし、やむおえず捨てる場合は古新聞や布に吸い込ませてゴミとして出すか焼却する。生活排水として流さないようにしましょう。

#### 洗濯・風呂

○水を無駄使いたくないよう洗濯には風呂の残り湯を利用します。残りの湯の水温は、汚れが落ちやすい二十五度から三十度です。洗濯だけでなく、掃除や洗車、散水にも使えます。

○洗剤は、石鹼などリンを含まないものを適量に使用しましょう。

豊かな、そしてきれいな水を未来のためにも私たちは残していかなければなりません。私たちの流す生活排水が河川や地下水を汚染しないように一人ひとりが心がけ、子供たち、そして次の世代も飲み続けていかなければならない水を、大切にしたいものです。

# 初盆を迎える御家庭

祖先の霊を供養するお盆。本町でも八月十三日の夕方から「お盆」に入ります。本町で今年初盆を迎える御家庭は次の百十四戸です。お参りされる方の利便を考慮して地域別にまとめてみました。記載順は、ご遺族のお名前、続柄、お亡くなりになられた方となっています。

## 高森地区

【村山】  
 山田 正満 父 山田 正一  
 梅村 正信 父 梅村 市郎  
 大石 次郎 義母 宇藤アサエ  
 甲斐けさみ 夫 甲斐 國昭  
 荒牧カエコ 親族 荒牧ケサト  
 坂本 敏明 母 坂本ミツエ  
 徳丸 末美 義姉 徳丸ハルミ  
 村山 清二 祖母 村山 ヨシ  
 戸高 勇 妻 戸高フミ子  
 田上 靖雄 父 田上 利晴  
 田上 靖雄 母 田上イツエ  
 工藤九州男 義母 工藤フジエ  
 村嶋イキ子 夫 村嶋 泰尚  
 後藤 進 義母 後藤 キミ

【天 神】  
 三森 義高 義母 三森 ミエ  
 永松 昌利 叔母 永松ミツ子  
 前田 勝昭 義母 前田ノブ子  
 田邊 郁雄 母 田邊ミツコ  
 藤本 恭子 母 寺脇 レイ  
 野田 平吉 妻 野田 安  
 白石ハル子 夫 白石 正

【旭 通】  
 大塚 光生 妻 大塚 春子  
 佐伯 秀康 母 佐伯 ヨシ  
 渡邊美喜子 夫 渡邊 豊明  
 塚野 史子 母 友岡 ミヤ  
 甲斐キヌエ 夫 甲斐 六男  
 後藤 英保 次女 後藤 未来

【下 町】  
 甲斐 節男 父 甲斐 覚  
 馬原 廣雄 長男 馬原 文生  
 森 ツル子 姉 林田アキ子  
 西依 博 父 西依 一馬  
 財津シゲ子 夫 財津 亮輔  
 塚本 文喜 義母の 塚本カネヲ

【横 町】  
 嶋田ハル子 夫 嶋田 勇  
 片山 三郎 姉 片山 玉子  
 渡邊 恭郎 父 渡邊 廣次  
 本田 キク 養父 本田 秀行  
 田上 親幸 妻 田上 良子  
 津留スエミ 夫 津留 久  
 麻生 武男 妻 麻生フジエ

【冬 野】  
 後藤今朝博 母 後藤 リエ  
 相馬 俊行 叔母 相馬シズカ  
 相馬 敏行 叔母 相馬シズカ

【草 部】  
 岡本 房雄 二男 岡本 鷹寛  
 中村 艶子 夫 中村四喜男

【色見地区】  
 北嶋 雪子 夫 北嶋 朝春  
 森田 修 親族 安部 馨  
 津留サヨ子 夫 津留 寅義  
 津留 洋 父 津留 厚  
 津留 文雄 母 津留ミサヲ  
 津留ツヤエ 夫 津留 義綱  
 島田 守 父 島田 基弘

【上 色 見】  
 後藤 イツ 義母 後藤アキエ  
 後藤 イキ 夫 後藤 元久  
 徳丸ケイ子 夫 徳丸 誠壽  
 勝木 昭信 父 勝木 一友  
 植木野タカ子 夫 植木野 圪  
 後藤 金次 父 後藤 金男  
 岩下マツミ 夫 岩下 暎盛  
 岩下 マヨ 義母 岩下ヨモエ  
 佐藤ステラ 夫 佐藤 弘國  
 住吉 米子 夫 住吉 暎直  
 村上 峯光 妻 村上マサエ

【矢津田】  
 本田 一郎 妻 本田ソヨ子  
 井上 勝 妻 井上シズヲ  
 安藤 秀一 長女 安藤 茜  
 井上スヤ子 夫 井上 徳長

【津 留】  
 甲斐 孝幸 親族 二子石森男  
 馬原 清二 父 馬原 一  
 元村 幸敏 妻 元村 松美

## 草部子ども会が

### 通学路の清掃作業

ボランティア活動の一環として道路の清掃奉仕作業が七月十日、草部南部小学校周辺で行われました。

草部子ども会育成会が、子供たちが毎日通学に利用している道路の草刈り奉仕として毎年行っているもので、今年も親子五十六人が参加しました。

午前八時に集合した会員は、吉見神社周辺と道路に分かれて作業を開始。神社の階段、通学道路約二キロを三時間にわたって草刈りや清掃作業に汗を流しました。



道路を清掃する子ども会会員



優勝の柔道チーム（後）と次代を担う子供たち

## どこまで続く連勝

### 柔道、郡体七連覇を達成

第四十八回阿蘇郡民体育祭が七月一日（陸上は八月一日）、阿蘇町を中心に行われました。

本町からも十三の競技に約百七十四人が参加、各種目で熱戦を繰り広げました。

この結果、昨年優勝のバドミントン、は、決勝で惜しくも久木野村に破れ優勝を逃したものの、圧倒的強さを誇る柔道がみごと七連覇を飾るなど、各種目で活躍しました。

優勝した柔道チームは、九月十八日（土）十九日（日）宇城地区で開かれる県民体育大会に阿蘇郡代表として出場します。チームの健闘を祈りたいと思います。

大会結果は次のとおり。  
【団体】▽一位 柔道 ▽二位 男子バスケットボール、バドミントン ▽三位 女子バレーボール、女子バスケットボール、弓道

## 楽しみながらマナーの勉強

### 東中学校でバイキング給食

バイキング料理による学校給食が七月七日、高森東中学校で行われました。自分の好きな食べ物を選んで食べるバイキング料理。同校では正しい栄養指導をしながら、バイキング料理のマナーを生徒に身につけさせようと、三年前から学校給食にバイキング料理を取り入れています。

今年と同校共同調理場が給食を配送している河原、野尻小学校からも児童が初めて参加して、バイキング給食を

体験しました。

体育館に備えられたテーブルには、朝早くから準備した料理がずらりと並べられ、まず、栄養士の甲斐朝子先生から料理の栄養分やバイキング給食のマナーについて説明を受けた児童・生徒は、それぞれ好きな料理を選んで満足そうに食べていました。小学校の児童も「いつもの給食よりおいしい」と言いながら、初めて体験するバイキング給食を楽しんでいました。



東中で行われたバイキング給食



# 西国阿蘇三十三カ所 観音霊場めぐり



堂山寺に安置されている仏像

ありました。やはり朱塗りですが、一メートルもある不動明王です。これからすれば、この不動明王と調和する観音さんがいらしたのでしよう。残念なこと

ですが、長い長い時の流れの中には幾多の曲折もあり、そんなとき私たちの前から消えてしまったのでしよう。さて、今度はここから数百メートル離れたところにある三番通泉寺へと向かいます。この付近の地名である松の木、その公民館から北へ二百メートルほど行ったところにあります。途中から、人ひとりが通れる道をのぼりつめ、拝殿の扉をあけるほどみ堂には光が差し込み、その光に浮かび上がったのは息をのむほどの大きさがある千手観音立像。その高さは二メートルほどあり、上半身や背中から伸びた手など金色の光を放っていました。以前にも説明しましたように、この千手観音さんは千の目と千の手であらゆる人たちの願いを聞いてくれるという仏さんです。やさしいお顔と何本もの手で、私たちの願いを必死に聞いていらつしやいます。

ところで脇侍をみてみますと、今までとちよつと違いますが、不動明王がいるべき場所には、邪鬼を踏みつけた四天

梅雨の中のある晴れた日、観音さんに出かけてみました。二十八番正偏寺から国道まで出て、そこから北へ百五十メートルほど入ったところの佐藤敏雄さん宅の敷地内に二十九番堂山寺がありました。高くそびえるイチヨウの木や大きなウメの木にはさまざまにみ堂をのぞいてみました。中央に本尊らしい高さ一メートルもない立像があつて、両脇に木造で朱塗りの小さい仏像があります。よくよく見

## 金色の光を放つ千手観音 その高さ二メートルの観音像

てみますと、その本尊らしき仏像はどうも観音さんではなさそうです。

右手の部分がなくなっていたりして、判断は出来ませんが何かの如来さんのような感じがします。

脇侍も調べましたが、毘沙門天らしいものと馬頭観音さんらしいものが彫つてあります。彫り方や色つけの具合などからも本尊とは不一致の点多すぎますので、これからしても脇侍の観音さんではなさそうです。み堂内にはもう一つ仏像が

ありますが、長い長い時の流れの中には幾多の曲折もあり、そんなとき私たちの前から消えてしまったのでしよう。さて、今度はここから数百メートル離れたところにある三番通泉寺へと向かいます。この付近の地名である松の木、その公民館から北へ二百メートルほど行ったところにあります。途中から、人ひとりが通れる道をのぼりつめ、拝殿の扉をあけるほどみ堂には光が差し込み、その光に浮かび上がったのは息をのむほどの大きさがある千手観音立像。その高さは二メートルほどあり、上半身や背中から伸びた手など金色の光を放っていました。以前にも説明しましたように、この千手観音さんは千の目と千の手であらゆる人たちの願いを聞いてくれるという仏さんです。やさしいお顔と何本もの手で、私たちの願いを必死に聞いていらつしやいます。

王のひとつ増長天らしい仏さんが立っています。また、毘沙門天の場所にはやはり四天王のひとつで、剣を持った特国天らしい仏さんが立っています。毘沙門天も四天王のひとつで、多聞天が名前を変えていただけですから、こうしてみますとこの脇侍は四天王として作られたのではないかと想像されます。その昔、残る広目天と一緒に作られ、この千手観音を守るために脇侍の定説とは違つても、増長天と特国天が安置されたのかも知れません。千羽鶴がさげられ、きれいに整頓されたみ堂で合掌を済ませ、そつと扉を閉めました。



金色の光を放つ2メートルの千手観音像

睡眠1時間当たり10秒以上の無呼吸状態が5回以上ある

## 眠りが浅いため昼間に異常な眠気が襲う

高血圧などの合併症を起こしやすい



睡眠時無呼吸症候群とは、文字通り「寝ている間に呼吸が止まる」病気のことです。とはいえ、寝ている間ずっと呼吸が止まっているわけではありません。睡眠中にときどき無呼吸状態になるのです。この病気は、まだあまり知られていませんが、ほつつておくと血管中の赤血球が増え、多血症（赤血球増多症）になり、脳梗塞や心不全などになると指摘されています。

睡眠時無呼吸症候群とは「一晩に七時間の睡眠中、十秒以上の無呼吸状態が三十回以上ある」ことをいいます。これはアメリカのギレミノーという医師が、一九七〇年の初めにつけた定義ですが、いまは「睡眠一時間当たり、十秒以上の無呼吸状態が五回以上ある」という定義を使う医師が多くなっています。なんと、十二分に一回以上も十秒以上の無呼吸状態があるの

### 激しいびきをかく人は まず疑ってみよう

睡眠時無呼吸症候群の最大の特徴は、いびきです。軽いいびきではありません。毎日続く激しい（ほかの人が眠れないような）いびきのことをいいます。こういう人は、まず疑ってみましょう。さらに太っている人は、この病気になる可能性が高くなります。また、睡眠時無呼吸症候群は、眠りの質（深さや長さ）と大きく関係します。ふつうの睡眠なら、約一時間半の周期で眠りが

### 患者は多い 年をとった人ほど

睡眠時無呼吸症候群は、年をとった人ほど患者は多いのです。約八対一の比率で、男性が圧倒的に多いのも特徴です。女性の患者は、閉経後に増えています。この病気にかかると、次のような合併症を起こしやすいといわれています。

- 三つある  
呼吸を止める原因
- 睡眠時無呼吸症候群には、次の三つのタイプがあります。
- ①閉塞型：鼻やのどの空気の通り道がふさがつて、無呼吸状態になる。下あごが小さくて後退しているうえに、首が太い人がなりやすい。こういう人は咽頭（空気の通り道）がふさがれやすいのです。
  - ②中枢型：脳の呼吸調節をつかさどる中枢から、呼吸の指令がこないために無呼吸状態になる。なぜ指令がこないのか、原因がまだ分からない。
  - ③混合型：はじめは中枢型なのだが、のちに閉塞型に変わるものをいいます。

- ①高血圧：原因の分からない高血圧患者の三〇％は、睡眠時無呼吸症候群といわれている。
  - ②肺の高血圧：肺の動脈の血圧が上がつて、心不全の原因になりやすい
- このほか、不整脈や脳血管障害、精神的障害の原因になりやすいといわれています。

