

Takamori

広報たかもり

野の花と風薫る郷から

8

vol.792



Public Relations Magazine TAKAMORI

- P. 2 熊本県高森町生活支援米
- P. 3 高森高校マンガ学科
- P. 4 たかもりタウン TOPICS



高森町は「日本で最も美しい村」
連合に加盟しています



the most beautiful
villages
in japan

熊本県高森町生活支援米

高森町ではこの度、コメ不足による価格高騰・在庫不足が続いていることから、町内のコメ販売事業者からの要望をふまえ、特に影響を受ける子ども食堂や子育て世帯(18歳以下の子どもがいる世帯)や高齢者単身世帯(65歳以上)に対して、独自に確保した備蓄米(令和6年度産)を提供します。



7月1日、生活支援米の贈呈式が行われました。

贈呈式では、町内の子ども食堂代表者や、子育て世帯代表の方、高齢者代表の方などが草村町長から米を受け取りました。



おやつを作ろう! & おやつの大事さ

管理栄養士や保健師より、おやつの大事さや砂糖についての講話の後に、参加者のお母さんたちは楽しそうに話しながら調理し、みんなで美味しく試食しました。

5月23日
(金)

参加者の声

子どもの身体に砂糖が取り込まれたときの影響の大きさについて分かりやすかったです。低年齢の時期に知っておくと、成長した時にも考えることができると思いました。



子どもがしっかり食べてくれて良かったです。また参加したいです。



調理やおやつについて大切な話を聞いて良かったです。



問 子育て支援センター ☎0967-62-3311

阿蘇ゴルフ練習場 気分爽快!! 打ちっぱなし練習場が新登場!!

RENEWAL OPEN!!

広告

営業時間 10:00-21:00

TEL 0967-34-2340

住所 〒869-2225 熊本県阿蘇市黒川150

8月より年中無休
※年末年始を除く

高森高校マンガ学科

まんが甲子園 草村町長表敬訪問

8月2日(土)・3日(日)の2日間にわたり、高知市で開催される通称『まんが甲子園』の本選に出場する県立高森高校マンガ部の生徒らが7月10日(木)、草村町長を表敬訪問しました。マンガ部の氏福深有紀さんが「悔いのないよう頑張りたい」と意気込みを語り、草村町長が「町として誇りに思う。プレッシャーを感じず楽しんで来てください」と激励しました。



高校野球 ポスターコンクール表彰式

6月11日(水)、7月5日(土)に開幕する夏の高校野球熊本大会をPRするポスターコンクールの表彰式がありました。高森高校マンガ学科の1年生を対象に募集したもので、最優秀賞には田村心美さんが選ばれました。田村さんは、野球経験のある友人たちの話を聞いて「迫力を出したいのでバットにボールがミートする瞬間を描いた」と話していました。



広告募集! 「広報たかもり」でアピールしませんか?

広報たかもりでは、町の財源確保と地域振興の目的により広告枠を設けています。令和7年度、広報紙に掲載する広告を募集します。

フルカラーで掲載可能!

リーズナブルな価格設定!

広告サイズ		金額
1 枠	縦60mm×横115mm(1段2分の1)	5,000円
2 枠	縦60mm×横240mm(1段)	10,000円

毎月、1事業者につき最大4枠まで。(最長6ヶ月掲載可能) 受付順となります。申込は、お早めに！ 詳細・申込については、下記までお問い合わせください。

こぎやんとがあったよ！

見なっせ

聞きなっせ

たかもりタウン TOPICS

トピックス

News

みなみあそ野の花コンサート

6月15日(日)にみなみあそ野の花コンサートが休暇村南阿蘇のテラスハウスで開催されました。高SPO高森吹奏楽団や南阿蘇中学校吹奏楽部、尚絅中学校・尚絅高校ギターマンドリン部などの演奏で会場はおおいに盛り上がりしました。



納涼七夕まつり

7月3日(木)～7日(月)に高森湧水トンネルで納涼七夕まつりが行われました。

6日(日)にはヤマメのつかみ取りなどのイベントも行われ、多くの子供たちも参加しました。来場者は、短冊に願い事を書いたり、七夕飾りを見るなどして楽しんでいる様子が見られ、今年の七夕まつりも大盛況のうちに幕を閉じました。



JA阿蘇南トマト部会から トマト贈呈

JA阿蘇南トマト部会では長年、阿蘇南部および蘇陽地区の一部保育園にトマトを贈呈しています。

※写真はトマトを受け取った高森幼稚園児の様子です。



公衆電話会訪問

公益財団法人日本公衆電話会熊本県支部の村上正誠支部長が、古庄教育長を訪問され、小学生向け「交通安全や防犯対策」の情報などが掲載された「こども手帳」を寄贈されました。村上支部長は「携帯電話の普及により公衆電話の設置は減少している。災害などの非常時には重要な連絡手段となるので、災害時には家族と連絡をとる手段として活用される「災害用伝言ダイヤル(171)」の使用法の指導もお願いします」と話されました。





介護認定結果から見た 高森町の健康問題について～認知症編～

健康推進課 国民健康保険係 ☎0967-62-2910



前回7月号で新しく介護認定を受けた方の原因となった病気を確認しましたが、その中で今回は令和元年以降1位となっている認知症についてお話ししていきたいと思います。

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
第1位	認知症	認知症	認知症	認知症	認知症
第2位	骨折	骨折	骨折	筋骨格疾患	筋骨格疾患
第3位	悪性新生物	悪性新生物	悪性新生物	骨折	脳血管疾患

そもそも認知症とは『正常に発達した脳の機能が何らかの原因によって認知機能が持続的に低下し、日常生活に支障をきたした状態』と定義づけられています。つまり『脳に生じた病変(病気)等によって生活が難しくなるほどわかる力(認知力)が低下した状態』です。そしてこの状態を引き起こす原因となる病気はおよそ70～100種類あると言われています。今回は特に患者数が多い病気や早期発見についてご紹介します。

○認知症を引き起こす2大疾患

認知症の原因となる病気は70～100種類程度あると言われていますが、特に多いと言われているのが『アルツハイマー型認知症』と『脳血管性認知症』です。

☆アルツハイマー型認知症(変性疾患)

約50～60%の方が該当。年々認知症全体に占める割合は増加傾向にあります。この病気はβアミロイドという異常蛋白質が脳に溜まり徐々に脳細胞を破壊することで引き起こされます。初期から物忘れがあり、取り繕いや物盗られ訴えなどの症状が見られます。

☆脳血管性認知症(脳血管性疾患)

約15%程度の方が該当。脳梗塞や脳出血により血液や酸素が届かず脳細胞が死滅することで引き起こされます。この認知症は脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患が起きた部位や範囲によって症状に違いがあります。また脳血管疾患を繰り返すことで悪化していきます。認知症の中では特に予防が可能な認知症になります。

○早期発見が重要なポイント

認知症の原因となる病気は70～100種類ほどありますが、その中には治療が可能な病気もあります。ただし長期間放置してしまうと治療をしても回復することが難しくなります。またアルツハイマー型認知症においては治療薬が開発されていますが、利用できるのは初期の時期に限られています。いずれにしても早期発見・早期治療がその後の状況に大きく影響するため重要です。しかし初期のうちに症状だけで病気の種類を判断することはとても難しく、専門医療機関を受診し適切な検査を受けて判断をしていく必要があります。

○認知症を予防していくためには

認知症は完全に予防することはできませんが、発症する可能性を少しでも下げるために下記の対策が有効とされています。

①生活習慣の改善

アルツハイマー型認知症・脳血管性認知症ともに高血圧症・糖尿病などがあると発症する可能性が格段に上がります。そのためこれらの病気を適切にコントロールすることが発症する可能性を下げる、発症する時期を遅くするために重要とされています。

②頭・体をしっかりと動かし刺激を与える

脳や身体を使わない状況は『廃用』と呼ばれており、身体状況や脳機能を著しく低下させる原因と言われています。特に脳を活性化するためには『楽しい・心地よい』という刺激を受けること、人とコミュニケーションをとること、役割・日課を持つことが重要とされています。

認知症の予防には『特別な何かをする』のではなく『日ごろの習慣の積み重ね』が大切です。
まずは自分ができることを見つけて日ごろの生活に取り込んでいくことから始めてみましょう。



スポーツボディ教室参加者を募集します!!!

運動不足を解消したい！自分に合った運動方法が知りたい！など運動で健康づくりをしたいという方を対象に運動教室を開催します。

- 【対象者】 ○町の住民健診での保健指導対象者のうち参加を希望される方
○本年度住民健診結果より、腹囲(男性85cm以上、女性90cm以上)またはBMI25以上に該当され、参加を希望される方
○その他 運動教室に対する参加意欲があり、参加を希望する方(社保含む)
- 【内容】 運動指導士による講話と運動の実技(筋トレ・有酸素運動など)
- 【日程】 初回 9月19日(金)開始 毎週金曜日、週1回11月までの約3か月を予定
- 【時間】 午後6時30分～8時
- 【場所】 色見総合センター
- 【申込期限】 9月5日(金)
- 【定員】 20名程度
- 【申込方法】 健康推進課へ電話(☎0967-62-2910)または申し込みフォームより申し込みください。

参加費
無料



申し込みフォームは
こちら

後期高齢者医療加入者のみなさまへ

「窓口負担割合が2割となる方の負担を抑える配慮措置」の期間終了のお知らせ

令和4年10月1日から後期高齢者医療保険の病院等での窓口負担割合が見直されたことにより2割負担となった方について、外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を1か月3千円までに抑える(入院の医療費は対象外)配慮措置の期間(制度改正施行後3年間)が「令和7年9月30日(火)」で終了となります。

ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

☎ 熊本県後期高齢者医療広域連合給付課 ☎ 096-288-6050

発達障がい等の子どもを育てる
保護者の皆さまへ

ペアレントトレーニングのご案内

ペアレントトレーニングは発達が気になる子どもと親が家庭で一緒に楽しく過ごす方法(関わり方や褒め方)について学ぶ連続講座です。講義だけでなく、実際にご家庭で実施しながら学べる講座となっています。

- 【講座内容】 全6回の連続講座。
「褒める関わり」「子供に伝わりやすい伝え方」など
 - 【日時】 令和8年1月～3月
 - 【場所】 児童発達支援センターきらり(阿蘇市内牧182-1)
 - 【対象者】 発達障がい(ASD、ADHD、SLD等)の診断を受けた、またはその傾向がある3歳から小学2年生くらいの子どもの持つ親
 - 【受講料】 無料(初回のみテキスト代550円必要。毎回お菓子代として300円を徴収します。)
- 詳しい日程、お申込み等については下記にお問い合わせください。

こんなお悩みありませんか？

何度叱っても
同じことを繰り返す

子どもが言うことを
聞いてくれない

褒め方が
分からない



☎ 児童発達支援センターきらり ☎ 0967-32-5155

地域おこし協力隊です! vol.3

高森町で活動している地域おこし協力隊のみなさんの活動を紹介するコーナーです。
第3回目は、永原さんと後藤さんにお話を伺いました。

①高森町の地域おこし協力隊に応募した理由・きっかけ

「エンタメの力を地域に活かしたい!」という思いからです。
エンターテインメントは、人の心を豊かにし、前を向くきっかけをくれます。そんなエンタメの素晴らしさや価値を認め、地域づくりに活かそうとしている高森町の姿に惹かれ、「ここでなら、私も誰かの力になれるかもしれない」と感じ、地域おこし協力隊に応募しました。





永原 もも

趣味
カラオケ
好きな食べ物
煮込まれた野菜

②主な活動

「高森のうたのおねえさん♪」として町内の保育園や公民館での演奏、イベントでのステージ出演や司会などを行っています。また、高森町のローカルテレビTPCの新番組「ももいろたかもり」も担当中です! 高森町の魅力や楽しい情報を、歌や企画を交えて発信しています。

③町民の皆さんへひとこと

高森町の皆さん、いつもあたたかく迎えてくださって、本当にありがとうございます。
これからも音楽やエンタメを通して少しでも毎日が楽しくなるお手伝いができたら嬉しいです。
「なんだか元気が出たな」「笑顔になれたな」そんな風に思ってもらえる瞬間をお届けできるよう、これからもがんばります! どうぞよろしくお願いします!

活動実績

- 公民館や保育園での演奏
- コンサートやオープニングセレモニーでの司会

①高森町の地域おこし協力隊に応募した理由・きっかけ

高森の町並みと自然のつくる風景に惹かれて熊本市から来ました。



後藤 真実

趣味
ツーリング先で美味しいものを食べる
好きな食べ物
あか牛、お米

②主な活動

高森観光推進機構にて観光案内、デザイン制作

③町民の皆さんへひとこと

高森町民の皆さん、とてもあたたかくて大好きです。
これからもよろしくお願いします!

活動実績

- おもむきワークショップ開催(高森駅交流施設)
- 高森町×漫画家キーホルダー ガチャガチャ販売(高森駅交流施設)

8月は
24日(日)に
開催!!

にゃんてっマルシェ

at 高森駅 みんなの広場

グルメ、クラフト小物、キッチンカーなどの出店

主催 高森観光推進機構 ☎ 0967-62-2300

れいざん
×
Nantetsu cafe

TAKAMORIバル in August ~SAKE GARDEN~

今月だけのスペシャルサマーナイト!

2025 8/8 FRI
17:00~21:00

高森駅交流施設 芝生広場

スポーツ活動報告

郡市中体連総合体育大会 結果

【高森中学校】

● 剣 道

【男子】

- ・団体戦 優 勝 ※県中体連出場
- ・個人戦 優 勝：西村 壮亮(第3学年)
準優勝：今村 豪優(第3学年)
第3位：有川 虎太郎(第3学年)
第3位：安方 柳史郎(第2学年)



【女子】

- ・団体戦 優 勝 ※県中体連出場
- ・個人戦 優 勝：礒辺 彩月(第2学年)
第3位：東山 心乃(第3学年)
第3位：内田 柚希(第1学年)

※「ベスト4」は県大会出場

※「3位決定戦」は行われたが、第4位対象者の賞状には「第3位」表記



● バドミントン

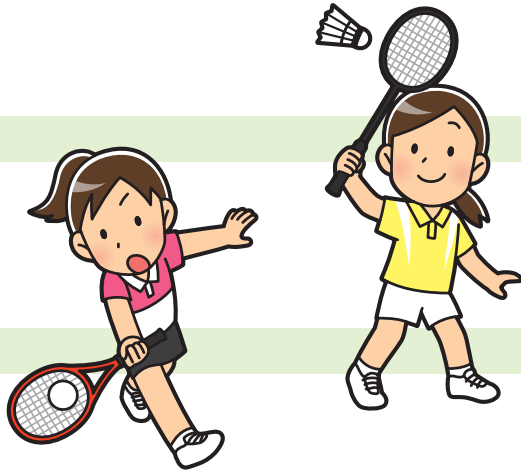
【女子】

- ・団体戦：第3位

● ソフトテニス

【女子】

- ・団体戦：第3位



【高森東学園】

● バドミントン

【女子】

- ・シングルス 第2位：矢津田 愛綾 ※県中体連出場
第3位：児玉 彩愛



年金だより



産前産後期間の届出をすると…

4 か月分(およそ6万8千円)の国民年金保険料の納付が免除され
納付したもののとして年金額に反映されます！

対象となる方

- 平成31年2月1日以降に出産された国民年金第1号被保険者(自営業・学生・無職等)の方
- 出産予定日の6か月前から届出ができます。出産後の届出はいつでも可能です。

納付が免除される期間

- 出産予定月または出産予定月の前月から4か月分の国民年金保険料が納付されたことになります(将来の年金受給額は減りません)

電子申請で手続きの場合

- マイナポータルから、スマホで24時間365日、簡単に申請できます。

届書(紙)による手続きの場合

- 高森町役場で手続きが可能です

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kokuminnenkin.html>



給食レシピ

高森東学園義務教育学校
給食共同調理場

ピーマンのじゃこ炒め



夏が旬の「ピーマン」を使ったメニューです。給食では「ピーマンが甘くておいしい!」と子どもたちにも人気でした。

ピーマンは炒めることで苦味がやわらぎ、ちりめんじゃこの旨味加わって、さらにおいしく仕上がります。お弁当のおかずにもおすすめの一品ですよ。

時間がある時は、ピーマンをさっとゆでて冷水にとってから調理すると、彩りがよくなりますよ。
ご家庭でもぜひ作ってみてください♪
高森町教育委員会事務局 管理栄養士
永野 育奈



今月の給食レシピはQRコードを読み取るとスマホやタブレットで簡単にご覧いただけます。ぜひご活用ください♪



栄養価(1人当たり)

エネルギー	20kcal	ビタミンA	22ugRE
たんぱく質	1.5g	(レチノール活性当量)	
脂質	0.9g	ビタミンB1	0.01mg
カルシウム	25mg	ビタミンB2	0.02mg
食物繊維	1.0g	ビタミンC	36mg
		塩分量	0.2g

材料(4人分)

赤ピーマン	130 g	ごま油	少々
パプリカ(赤)	15 g	ごま	こさじ1
パプリカ(黄)	15 g	塩	少々
ちりめんじゃこ	15 g	こしょう	少々

作り方

- 1 ピーマン・パプリカを洗って、へたと種をとり、細切りにする。
(ピーマンは繊維に逆らって横切りにすると、やわらかく仕上がリ、食べやすくなりますよ)
- 2 熱したフライパンにごま油を入れ、ちりめんじゃこの焦げ付きに注意しながら、香ばしく炒める。
- 3 その後、ピーマンを炒める。
- 4 ピーマンに火が通ったら、塩・こしょうを加え、最後にごまをいれたら、完成です。

高森東学園の給食では、地元高森町で採れた新鮮なピーマンを使用しています！



↑ 阿南時治さんの農園で採れたピーマン



↑ 肉厚でとてもおいしいピーマンです

道路に関するご意見をお聞かせください！

熊本都市圏の新たな3つの高規格道路「10分・20分構想※」の計画検討にあたり、地域の皆さまが日常的に感じている「道路交通の課題」等についてご意見をお聞かせください。

※熊本市中心部から高速道路インターチェンジまでを約10分、阿蘇くまもと空港までを約20分で結ぶ構想

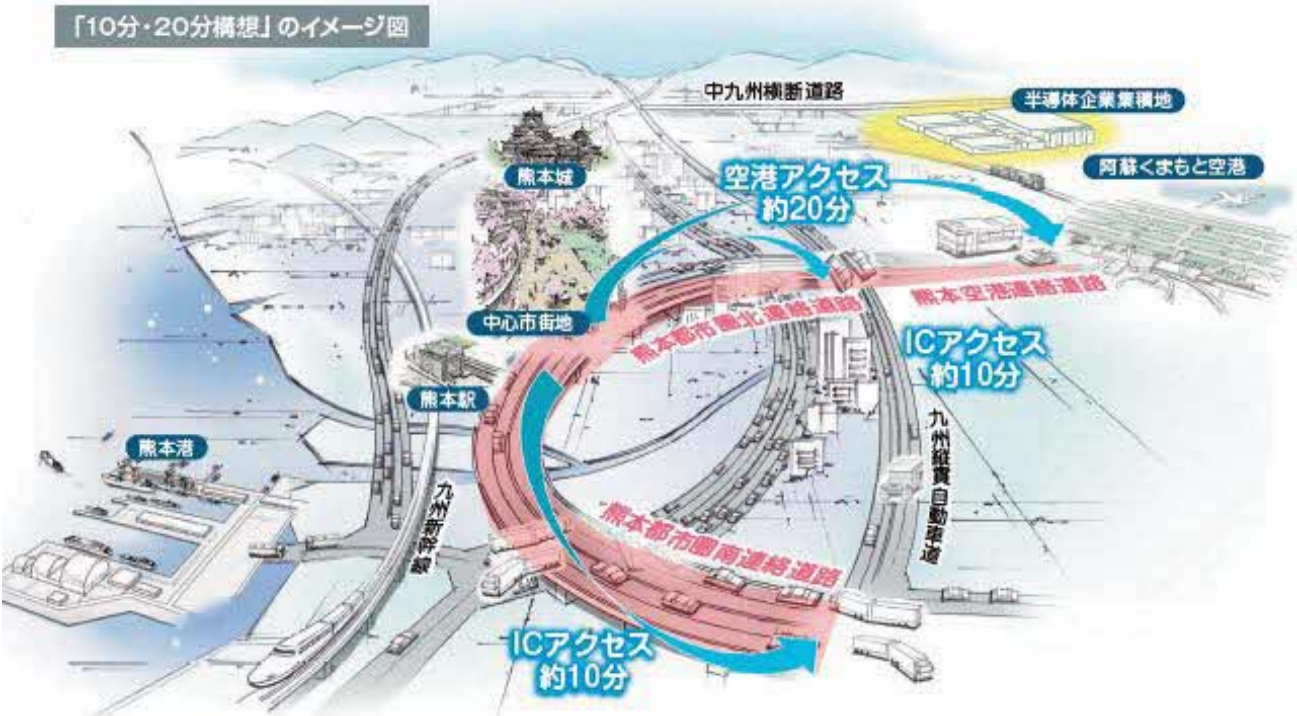
【回答方法】

下記QRコードを読み取り、回答ください。

◆その他、対面アンケート実施状況や現在の取組みなどについても下記QRコードから確認可能です。



<https://kumamototoshiken.com/ko/welcome.html>



問 熊本県道路整備課 ☎096-333-2497
熊本市道路計画課 ☎096-328-2484

トマトキバガの誘殺数急増に伴う注意喚起について

4月から5月にかけて、県内の野外フェロモントラップにおけるトマトキバガの誘殺数が急増しています。誘殺数の急増に伴い、熊本県病害虫防除所から注意報が発令されました。トマトキバガはナス科の植物を食害するため、日頃から注意深く葉や果実を観察し、登録薬剤を散布するなど防除の徹底に努めましょう。

もしかしたらと思ったら、お近くの農業普及・振興課やJAまでご連絡ください。
詳しい情報は右のQRコードから➡



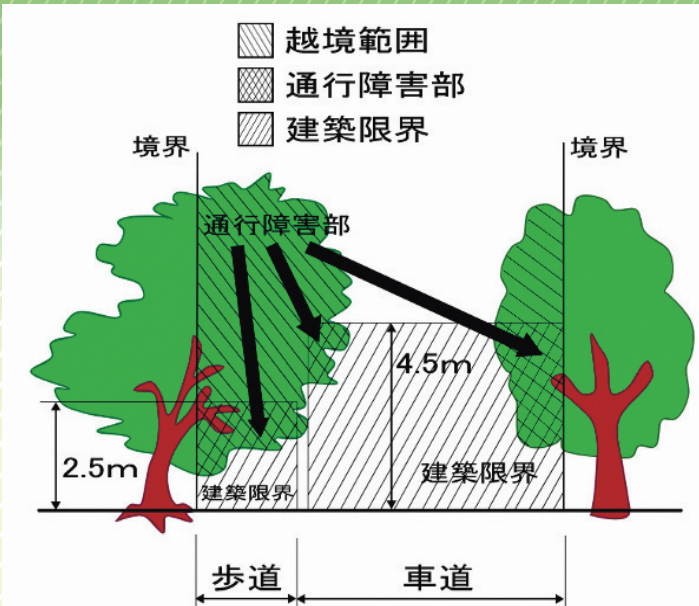
問 熊本県農業技術課 ☎096-333-2381
熊本県北広域本部 阿蘇地域振興局 農業普及・振興課 ☎0967-22-1115



道路に張り出している木の伐採にご協力を!!

道路や歩道への枝の張り出しや倒木により歩行者や自動車等に損害が発生した場合、**樹木所有者の管理責任を問われることがあります。**
このため、道路沿いで樹木を所有されている方は点検を実施していただき、危険な場合は伐採する等の措置を講じていただきますようお願いいたします。

問 県道路保全課 ☎096-333-2495



高森町では 新婚世帯の住居費・引越費用を支援します。

住居費と引越費用を合わせた額が対象で、29歳以下の夫婦は上限60万円、39歳以下の夫婦は上限30万円(1世帯あたり)を補助します。



対象となる世帯

- 令和7年1月1日から令和8年3月末までに婚姻届を受理された本補助金の交付を受けていない夫婦
- 夫婦の所得合計額が500万円未満の世帯
- 申請日において、共に39歳以下の夫婦
- 町税等の滞納がないこと

等の複数の要件がありますので、詳細については下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

問 住民福祉課 子ども未来係 ☎0967-62-2911

障がいのある方を対象とした 職業訓練生の募集

受講料
無料

障がいのある方が居住する地域で多様な職業訓練を行い、就職の促進または雇用の継続に資するため、本校では障がいのある方を対象とした職業訓練(障がい者委託訓練)を行っており、受講生を募集しています。

DXスキル習得科(人吉校)

受講対象 身体(視覚・上肢・下肢・内部)、精神、発達、高次脳

定員 8名

内容 ワープロや表計算の資格取得、生成AIの活用法、職業人として必要なビジネススキルを習得し、就職を目指します。
※eラーニングでの訓練です。

募集期間 7月14日(月)から8月29日(金)まで

訓練期間 10月1日(水)から12月25日(木)まで(3か月間)

経費 テキスト代 8,580円(税込)程度

訓練場所 自宅(委託先：有限会社システムランド)

受講生募集案内をホームページに掲載しています

熊本県立高等技術専門学校 [検索](#)



問 お近くのハローワーク
または熊本県高等技術専門学校
☎096-377-8300

公的機関や大手企業等を名乗る 電話にご注意ください!

公的機関や大手企業等を名乗る不審な電話に関する相談が寄せられています。「2時間後に電話が使えなくなる」等の不審な電話があった場合は、相手が自分の個人情報を知っていたとしても驚かず、不明点は、公的機関や企業等の連絡先を調べて問い合わせましょう。日頃から知らない電話番号や非通知の電話には注意しましょう。



お困りの際は、右記までご相談ください。

問 高森町消費生活相談室 ☎0967-62-1111
熊本県消費生活センター ☎096-383-0999

令和7年度高森町職員採用試験のお知らせ

■試験区分等

区 分	職 種	採用予定数	受験資格
高等学校 卒業程度	一般事務	3名程度	平成8年4月2日から平成20年4月1日までに生まれたもの
	一般事務 (身体・精神障 がい者対象)	1名程度	身体障害者手帳または精神障害者福祉 保健手帳の交付を受け、活字印刷文に よる出題、並びに口頭による面接試験 に対応できるもの。

■受付期間

7月28日(月)～8月15日(金)まで
受付時間は午前8時30分から午後5時まで
郵送の場合は、8月15日(金)までの消印のあるものに限り受け付ける。

■一次試験

9月21日(日)午前8時30分 熊本県立阿蘇中央高等学校(阿蘇校舎)

■申込方法

高森町発行の申込用紙に必要事項を記入して、
下記の申込先に郵送または持参すること。
身体・精神障がい者対象の試験を受験する場合は、
身体障害者手帳または精神障害者福祉保健
手帳の写し1部を申込用紙と併せて提出すること。

■申込先

高森町総務課
熊本県阿蘇郡高森町大字高森2168番地
(〒869-1602)

※詳しくは、高森町公式ホームページに試験の実施要領
を掲載してあります。

阿蘇広域行政事務組合職員採用試験案内

■第1次試験日

令和7年9月21日(日)

■受付期間

令和7年7月28日(月)から8月15日(金)まで
(土、日、祝日を除く)
受付時間は、午前8時30分から午後5時まで

■試験区分等

区 分	職 種	採用予定数	職務内容	受験資格
高等学校 卒業程度	消防	5人程度	消防部局に勤務 し、消防業務に従 事します。	平成12年4月2日から 平成20年4月1日ま でに生まれた人

※ 詳細は、阿蘇広域行政事務組合ホームページでお知らせします。

☎ 阿蘇広域行政事務組合事務局 総務課人事係 ☎ 0967-24-5111

調理員募集

高森町では、令和5年4月から町営学生寮を運営しており、現在学生に食事を提供する調理員を募集しています。

●業務内容

- ・栄養士の献立に基づいた調理、配膳の補助
- ・食器洗浄、厨房清掃等

●就業場所

- ・高森町大字高森2213番地8

●労働時間

- ・応相談
- ・午前5時30分～午後7時30分の間の6時間程度
(フルタイムも可)

●賃金、手当

- ・時給 1,000円～、通勤手当月額 上限10,000円

●その他)

- ・社員登用もあり
 - ・高森町が運営を委託する食事提供事業者からの雇用となります。
- ※以前お問い合わせいただいた方についても、再度お申込みをお願いいたします。

☎ 高森町教育委員会事務局 高森高校マンガ学科推進室
☎ 0967-62-0227

お金の悩み無料相談会

多重債務等でお悩みの方のための無料相談会を開催いたします。消費生活相談員、弁護士、司法書士など専門家に相談することが問題解決への近道です。秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

当日は、事業者向けの相談や臨床心理士によるこころの健康相談もお受けいたします。

●日時・場所

日 時	場 所
9月14日(日) 受付時間 午後0時30分～3時30分 相談時間 午後1時～4時40分	合志市総合センターヴィーブル1階 合志市役所こども部内 相談室 (合志市福原2922番地)

●主催等

主催 熊本県多重債務者対策協議会
共催 熊本県、県内市町村、九州財務局、熊本
県弁護士会、熊本県司法書士会、グリー
ンコープ生活協同組合くまもと、NPO
法人 熊本フレ・サラ被害をなくす会

予約・詳細については下記のお問い合わせ先ま
でご連絡ください。

☎ 熊本県消費生活センター
☎ 096-383-0999



災害への備えは大丈夫ですか？

☎0967-62-0110
通報・相談110

近年、全国的に豪雨や台風による大規模災害が相次いで発生しています。これまで災害による被害が少なかった地域でも、予想以上の降雨や地震等により災害が発生する可能性が考えられることから、常日頃から、食料、生活用品等の準備や避難要領を確認するなど、起こりうる災害に備えることが大切です。

1 予防的避難の重要性

台風や大雨は、地震と違い、事前にある程度危険性を予測することが可能です。「このくらいなら大丈夫だろう」と過信することなく、最新の気象情報を参考に、危険が迫る前の明るい時間帯に予防的避難を心掛けましょう。

2 正しい防災情報の入手

災害から身を守るためには、最新かつ正確な防災情報を入手することが重要です。インターネットは情報を入手するのに有効な手段ですが、偽・誤情報が含まれる可能性があることを認識し、安易に信じて行動せず、自治体のホームページ等で正確な情報を入手しましょう。また、安易に偽・誤情報を投稿・拡散しないようにしましょう。

3 予想される風水害

降った雨が大量に土壌に含まれると土砂崩れや土石流が発生

する可能性があります。急傾斜地は特に土砂崩れ等が発生する危険性が高くなります。

4 危険な行為

雨風が強いときに、『田畑の様子を見に行く』『屋根等の高所で作業をする』などの行為は大変危険です。絶対にやめましょう!!

5 備蓄食料等の準備 ～無駄にならない日常備蓄～

日頃利用している食料品や生活必需品を少し多めに購入しておく「日常備蓄」ならば比較的簡単で無駄にならない備蓄ができます。ライフスタイルにあわせて家庭で必要なものを準備しておきましょう。

水難事故に遭わないために

- 子供だけの水遊びはさせないようにしましょう。
- 子供から目を離さないようにしましょう。
- 飲酒しての遊泳は絶対に行わないようにしましょう。
- 浮き輪やロープ等の救命用具を準備しておきましょう。
- 釣りは、高波と足場に十分注意し、救命胴衣を着けましょう。
- 河川での水遊び中に天候や水量の変化に気が付いたら、すぐに川から上がりましょう。



なんでも南部分署

☎0967-62-9034 火災・救急119

河川やプール等での水の事故を防止しよう！

夏は河川でバーベキューをしたり、プール等に出かけたりする機会が増えて楽しい季節ですが、おぼれて救急搬送される事故も、この時期に多くなります。

河川やプール等でおぼれる事故は、生命を脅かす事故となる可能性が高いことから、十分な注意が必要です。

河川やプール等で水の事故を防ぐために

- ・小さい子供と一緒に水遊びする際は、子供から目を離さず、保護者や大人が必ず付き添って遊びましょう。
- ・飲酒後や体調不良の時は遊泳を行わず、そのような人が遊泳しようとしている時は、遊泳をやめさせましょう。
- ・海や河川では、気象状況に注意を払い、荒天時や天候不良が予想される場合は、遊泳や川岸等でのレジャーを中止しましょう。
- ・海や河川では、ライフジャケットを着るなど、事故の未然防止に努めましょう。

【溺れてしまった人の基本動作】

- 1 背浮きで呼吸を確保
- 2 身近な浮遊体で、浮き時間を伸ばす

【発見者・救助者の基本動作】

- 1 ペットボトルや靴、鞆等、浮力のある物を相手に投げる
- 2 「子どもを見守る人」「通報する人」に分かれ消防119番に通報
- 3 溺れてしまった人に声がけを忘れない

【溺れてしまったときにやってはいけないこと】

- 1 水面から顔を出し、息を吸おうと試みる
- 2 手を挙げて助けを試みる

この二つをやってはいけない理由が、体が水面に対して垂直になり、水面下に沈みやすくなるためです。冷静な判断が難しくなる上、体が沈むことで水を吸い込んでしまい呼吸困難となります。着衣のまま水難事故に遭遇するケースが多く、靴や洋服を身に着けた状態で泳ぐことは至難の業です。

そんな緊急時に思い出してほしいのが

おぼれた時の合言葉
『浮いて待て!!』

これらのことを覚えて、もしものことの出来事に対応できるようにしていきましょう！





南阿蘇ビジターセンター 阿蘇野草園だより



●ホオジロ

野草園でシジュウガラの上に、よく見られる代表的な留鳥です。文字どおり、頬の黒色に白のワンポイントがあることから、頬白と名付けられました。ちなみに頬が赤い頬赤という鳥もいます。ほぼスズメと同じ大きさで、一年間通して、林間、牧草地等で鳴き声を聞くことができます。

鳴き声はきれいで、いろんな風に聞こえることでも知られています。「一筆啓上仕り候」が、昔から代表的な鳴き声例で、他にも「源平つつじ白つつじ」、おもしろい例として「札幌ラーメン味噌ラーメン」や「ちんちろ弁慶皿持って来い」とも聞こえるそうです。

姿を見かけ、鳴き声を聞いてどのように聞こえるのか、観察するのもおもしろいですよ。



【写真提供】増田 泰夫さん(阿蘇地区パークボランティア)

問 南阿蘇ビジターセンター ☎0967-62-0911

人にやさしいまちの実現に向けて ～互いの人権を尊重し、支え合うことから～



◆「終戦から80年」が意味するもの

8月に入り、今年もまた15日の終戦記念日を迎えます。特に今回は、戦後80年の節目の年でもあります。つまり、70歳代までの方々は、誰もがあの太平洋戦争を経験していない世代となったわけです。しかし逆に言えば、祖父母や親から、これまでいろいろな機会に戦争の悲惨さを伝え聞いてこられた世代であるとも言えます。

私も子どもの頃、夏になるとよく祖母や母親から戦争の話が聞かされていました。「空襲の時に敵機が飛来して、機関銃でダダダダーッと地上の人ばなぎ倒すように機銃掃射してきた時は、たいざやあ怖かったばい。」と語る祖母の体験談には、さすがに身が引き締まるほどの恐怖感を感じたことを覚えています。また、母から聞いた話では、戦争が激しくなると食料が不足していたため、運動場をみんなで耕し、からいも(サツマイモ)を作っていたこと、女学校時代、下関市へ連れて行かれ、軍需工場みんなで働いていたことなどの内容が特に印象に残っています。当時の私はそれほど深く受け止めることなく、子ども心に「勉強せんでいいから、よかろう」と思ったことさえありました。しかし大人



になって考えてみると、母は、激戦が続く太平洋戦争の末期に、労働力不足を補うための「学徒勤労動員」と称して生産現場の第一線に立たされ、その中で、お国の勝利を信じてやりたいことを我慢しながら青春時代を送っていたことを理解できました。

◆ 戦争の記憶を風化させないために

戦争を体験した方々の想いはとても貴重である反面、苦しく悲しい記憶の積み重ねでもあります。多くの人が亡くなり、言葉では言い尽くせない悲惨さを体験されています。もし、体験談を語っていただける方が近くにおられるとしたら、戦争を知らない私たちの世代は、その方たちにしっかり寄り添い、その想いを正面から受け止めていくことが大切でしょう。そして、貴重な生の証言から得られた惨禍の記憶を受け継ぎ、更に「戦争を知らない」次の世代にバトンを渡していくことが求められます。

戦争は、最大の人権侵害であり、ひとたび戦争が起きれば、これを終わらせるのは容易ではありません。私たちは、改めて不戦の誓いをもち、二度と戦争を起こさない決意を共有し、争いのない平和な社会を築いていくことを目指していきたいものです。

問 教育委員会 地域人権教育指導員
☎0967-62-0227

 Kusamura Daisei		6月16日～7月15日	
6月16日	熊本県土地改良事業団体連合会臨時支部協議会 (阿蘇市：阿蘇土地改良区事務所) 令和7年度熊本県野菜振興協会第1回理事会 (熊本市：熊本県経済農業協同組合)	6月25日	6月定例駐在嘱託員会議 令和7年度高森町青少年育成町民会議総会 令和7年度高森町人権同和教育推進協議会総会
6月19日	阿蘇市町村会総会 (阿蘇市：熊本県阿蘇総合庁舎大会議室) 阿蘇広域行政事務組合正副管理者会議 阿蘇郡市社会協議福祉会総会	6月27日	県庁阿蘇会総会(熊本市：水前寺共済会館)
6月20日	熊本市町村職員共済組合第166回組合会 (熊本市：熊本市町村自治会館)	6月30日	南阿蘇鉄道取締役会及び南阿蘇鉄道機構理事会
6月24日	高森町社会福祉協議会理事会	7月4日	関西経済同友会グローバル適塾研修
		7月8日	令和7年度阿蘇世界文化遺産登録推進協議会 (阿蘇市：阿蘇草原保全センター)
		7月9日	令和7年度阿蘇ジオパーク推進協議会定例総会 (阿蘇市：阿蘇市農村環境改善センター)

町発注工事と業務委託契約状況

令和7年5月21日～6月20日分
※10万円以上で契約を行ったすべてを記載しています。(一部随意契約を除く)

番号	担当課	契約日	工事（業務委託）名	工 期	契約相手	請負代金
1	政 策 推 進 課	令和7年5月29日	国勢調査区要図・調査員用地図作成業務委託	令和 7年 5月29日から 令和 7年 8月22日まで	(株)ゼンリン	341,000円
2	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	色見生涯学習センター屋根シート防水工事	令和 7年 6月10日から 令和 7年 7月31日まで	(株)高倉	2,211,000円
3	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	色見生涯学習センター照明LED化整備工事	令和 7年 6月10日から 令和 7年 8月31日まで	(資)帯屋電機商会	7,370,000円
4	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	高森自然学校照明LED化整備工事	令和 7年 6月10日から 令和 7年 8月31日まで	(有)嶋田電設	8,525,000円
5	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	河原生涯学習センター照明LED化整備工事	令和 7年 6月10日から 令和 7年 8月31日まで	(有)平田電工	7,854,000円
6	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	口座システム及び収納システム改修業務(納付書の改修)委託	令和 7年 6月10日から 令和 7年 6月30日まで	(株)RKKCS	254,100円
7	生 活 環 境 課	令和7年6月10日	高森町簡易水道事業 消費税及び地方消費税申告等支援業務委託(令和6年度分)	令和 7年 6月10日から 令和 8年 3月31日まで	税理士法人 三和会計事務所	374,000円
8	建 設 課	令和7年6月11日	高森町道路台帳修正業務委託	令和 7年 6月11日から 令和 7年 8月29日まで	(有)甲斐測量設計	1,573,000円
9	建 設 課	令和7年6月11日	高森町管内橋梁定期点検業務委託	令和 7年 6月11日から 令和 8年 3月20日まで	(株)建設プロジェクトセンター	16,885,000円
10	建 設 課	令和7年6月12日	高森駅周辺無電柱化事業現場管理業務委託	令和 7年 6月12日から 令和 8年 3月20日まで	(株)水野建設コンサル タント	5,335,000円
11	建 設 課	令和7年6月12日	高森駅周辺無電柱化工事建物事前調査業務委託	令和 7年 6月12日から 令和 7年 9月30日まで	(株)水野建設コンサル タント	5,005,000円
12	建 設 課	令和7年6月17日	高森町管内町道路面清掃作業業務委託	令和 7年 6月17日から 令和 8年 3月31日まで	(有)谷川建設	1,223,200円
13	生 活 環 境 課	令和7年6月20日	町営住宅外壁塗装工事設計業務委託	令和 7年 6月20日から 令和 7年 7月30日まで	大和設計(株)	1,221,000円

風鎮祭

【日程】8月22日(金)・23日(土)

【場所】高森町交流センター周辺

花火大会 8月22日(金)
午後8時～





おくやみもうしあげます

6月受付分(敬称略)

住 所	死亡者	年 齢	ご遺族
高 森(旭 通)	田上ケイ子	86歳	田上 浩
高 森(昭和北)	住吉 誠雄	72歳	住吉いつ代
高 森(昭和南)	松木 泰司	65歳	松木 和美
高 森(昭和北)	安方 文子	63歳	安方 光也
芹 口(芹 口)	川部 孝子	69歳	川部 喜一

町社会福祉協議会へご寄附いただきました。

今村多喜子様 瀬田 博・明子様 安方 光也様 松木 和美様
岩下 頼夫様 工藤 明善様 川部 喜一様 (順不同)

高森カレンダー

8月16日～9月15日

8月	August		
22日金	年金相談	10:00～15:00	高森総合センター2階 中会議室
9月	September		
9日火	5～6ヶ月児健康相談	9:30～	高森総合センター 和室
10日水	無料就職相談会	10:00～12:00	高森町役場2階 第1・2委員会室

令和7年6月30日現在 (対前月末)

まちの人口

人口／5,793人 (+20)
男性／2,828人 (+13)
女性／2,965人 (+7)
世帯／2,958世帯 (+17)

電話で「お金」??

そう詐欺たい!!

高森地区防犯協会連合会・高森警察署・熊本県立高森高等学校マンガ学科

休日在宅医

診療は午前9時から午後5時まで

月日	病・医院名	電話番号
8月10日	渡邊総合内科クリニック	☎0967(65)2201
11日	いしだクリニック	☎096(279)2500
17日	阿蘇立野病院	☎0967(68)0111
24日	寺崎内科胃腸科クリニック	☎0967(62)0378
31日	藤本医院	☎0967(67)0020
9月 7日	俵山クリニック	☎096(292)2250

町民バスお盆ダイヤ

8月13日(水)～8月15日(金)

上色見熊野座神社線のみ土日ダイヤ
その他は全て平常運行です

