水と緑あふれる 心豊かな 栗の里

やまえ 広報

山江の夏はもうそこに

今月のトピックス

東浦臼太鼓保存会に助成金決定

山江村の国民健康保険は危機的状況です！

お便りコーナー　～わいわいクリスポやまえ～

July 2012
7月号
NO.252

東浦臼太鼓保存会に助成金決定

5/24(木)

平成24年度「地域の伝統文化」助成金

熊本県重要無形文化財に指定されている「東浦臼太鼓踊り」の保存会が、明治安田クオリティオブライフ文化財団が実施する「地域の伝統文化助成」を受けることとなり、目録贈呈式が行われました。

この助成は、地域の民俗芸能や民俗技術などの伝統文化の継承、後継者の育成支援などを目的としたもので、今年度は194件の応募の中、54件が選ばれました。熊本県下では唯一、東浦臼太鼓踊り保存会が助成対象となっています。

式には、保存会の上村倉人会長、桐木正成副会長、頭の吉村哲男さんと、来賓として横谷村長、大平教育長らが出席し、山本一輝明治安田生命熊本支社長から上村会長に目録が手渡されました。

助成金額は55万円で、道具の整備費に充てられます。

ふるさとを想い賑わう交流会

5/27(日)

平成24年度熊本丸岡会開催

熊本在住の山江村出身者で構成される「熊本丸岡会」が熊本市の交通センターホテルで開催され、約40名(山江村から9名)の参加がありました。

はじめに、熊本丸岡会会長の横谷修氏が「会員同士の交流と親睦を図り、丸岡会と山江村を盛り上げていきましょう。」と挨拶。その後、山江村の近況をDVDで紹介し、横谷村長、松本村議会議長、日熊商工会長、前熊本丸岡会会長の田村多利氏が祝辞を述べられました。

懇親会に参加された方達は、ふるさとである山江村への想いや懐かしい思い出を語り合いながら、楽しいひとときを過ごされました。

また、会場内では山江村の特産品の販売も行われ、ふるさとの味をお土産にと、多くの方で賑わい山江村一色の一日となりました。

都市部の子どもへ達農業に触れる機会を

5/26(土)

田植え交流会

やまえ温泉ほたる前のほ場にてJA及び水光社主催の田植え交流会が開催されました。この交流会は球磨管内の市町村で水光社の組合員(主に熊本市内)を対象に実施されているもので、今年は山江村万江の松本農園(耕作者 松本聖司氏)が会場となりました。16家族49名が参加し、JAくま職員・青壮年部山江支部の指導の下、約2反のほ場に苗が植えられました。田植え終了後は温泉ほたるにて交流会が行われ、山の幸がふんだんに使われたバイキングに参加者は舌鼓を打っていました。

今回のほ場は耕作者の松本さんが管理を行い、10月に収穫体験が実施される予定です。

グラウンドゴルフ大会開催

6/9(土)

第62回球磨郡民体育祭

あさぎり町森園カントリパークにて、グラウンドゴルフ大会が開催されました。山江村からは男女各1チームが出場し、女子は、昨年に続く連覇、男子は入賞を目指し競技されましたが、惜しくも入賞とはなりませんでした。個人賞として内川幸人さん(合戦峰)が16ホールを回り34打で個人第3位というすばらしい成績でした。郡民体育祭は、7月22日まで開催されます。皆様の応援をよろしくお願いいたします。

熊本県防災情報メールサービス

あなたのケータイへ安心を届けます

受信を希望する市町村を選ぶだけの簡単登録！
『大雨警報』、『洪水警報』、『暴風警報』、『土砂災害警戒情報』など防災に関するお知らせが受取れます。

- 事前の登録が必要です。
- 初めての方は“かんたん設定”がオススメです。
- まずは、次のアドレスへアクセスし順序に沿って登録。「http://www.anshin.pref.kumamoto.jp/」
- 登録料・情報料は無料です。
- 気象情報なので、夜間などにもメールが届きます。
- 迷惑メール設定をされている方は受信できるよう設定を行ってください。

登録用ホームページ
2次元バーコード

国指定重要文化財

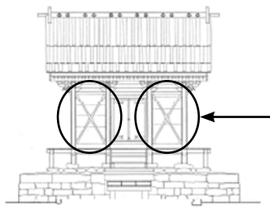
山田大王神社

山江村には、国や県、村の指定を受けている文化財が66を数え、指定を受けてない文化財も入れると、文化財を多く有する村として、人吉球磨でも上位に位置します。

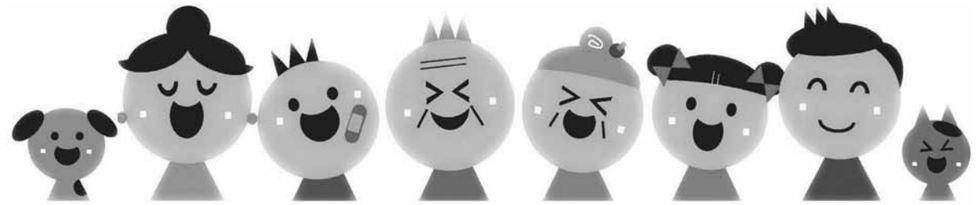
そんな山江村にある山田大王神社は、山江村役場から徒歩数分のところにあり、時代を感じさせる茅葺屋根の建物です。平成2年9月11日には山田大王神社の本殿、拝殿及び神供所が国の重要文化財として指定されました。

山田大王神社の歴史は古く、非業の最後を遂げた人物や敗者を怨霊神としてあがめ祀っているところといわれ、山田大王神社の本殿は九州にある神社の内でも珍しく、郡内でも唯一の朱色した丹土塗りの建造物です。

また、本殿正面の壁板には襷(たすき)が施されていますが、これは怨霊を閉じ込め封印しているとされています。なぜ、このような怨霊封印などの模様が施されているのかは、長い歴史になりますのでまたの機会に掲載するとして、この先人達が残してくれた貴重な文化遺産を現在では、山田地区の氏神として守られており、例大祭や球磨神楽の継承など地域で大切に守られている神社です。



山江村の国民健康保険は危機的状況です！



健康を支える国保

国保はみんなの支え合い

国保（国民健康保険）は、私たちが病気やケガをしたときに安心して病院で受診できるように、普段からお金（国保税）を出し合って、その治療費の一部に充てる「助け合い」の制度です。

急速な高齢化等により、医療費は老人医療を中心に毎年増加する一方、経済の低迷や就業構造の変動といった社会情勢の変化に伴い、国保税の収入が伸びないなど、厳しい財政状況を強いられています。

このような中、安心して医療を受けるためには、村民の皆さんのご理解とご協力が必要です。

国保の現状

日頃から健康に対する認識が甘く健診受診率が低いため、病気の早期発見・早期治療に繋がらず、重病になってから治療を受けるため医療費が高騰しています。これまで国保会計の貯金である「国保基金」から取り崩しを行い、国保会計の歳入不足分を補ってきました。

しかし、この基金も平成23年度でなくなり、今後は大変厳しい財政運営を強いられます。

医療費が増えると国保税も増える？

国保税は、私たちが病院などで受診したときの医療費に充てられます。

つまり、医療費が増えると、その医療費を補うために国保税を値上げしなければなりません。

病気の早期発見・早期治療のために定期的に健康診断を受け、また、日頃から適度な運動を行い健康づくりに励み、医療費の節約に心がけましょう。

問合せ先
健康福祉課　保健衛生係
☎24-1700

山江村の医療費の推移

	H20	H21	H22	H23
医療費	3億7,600万円	3億9,600万円	3億7,300万円	4億3,200万円
被保険者数	1,230人	1,160人	1,158人	1,139人
一人当たり医療費	305,978円	341,269円	322,268円	379,050円
熊本平均	303,070円	313,463円	326,426円	—
全国平均	281,761円	289,885円	299,333円	—
特定健診受診率	52.7%	54.0%	52.6%	—

特定健診の受診率が低いことが、医療費の増加と関係があるようです。

ご存知ですか

生活習慣病を未然に防ぐ方法を！

特定健診を受けて病気の早期発見、早期治療に心がけましょう！

特定健診とは

特定健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診で、山江村では次の項目を実施します。

■基本的な項目
- ○質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- ○身体計測（身長、体重、ＢＭＩ、腹囲）
- ○血圧測定
- ○理学的検査（身体診察）
- ○検尿（尿糖、尿蛋白、尿潜血）
- ○血液検査
  - ・脂質検査（中性脂肪、ＨＤＬコレステロール、ＬＤＬコレステロール）
  - ・血糖検査（空腹時血糖、HbA1c）
  - ・肝機能検査（GOT, GPT, γ―GTP）
  - ・貧血検査（赤血球、血色素量、ﾍﾏﾄｸﾘｯﾄ値）
- ○心電図

■詳細な健診の項目
（※ 一定の基準のもと、医師が必要と認めた場合に実施）
- ○眼底検査

どういう人が対象なの？

40歳から74歳までの国民健康保険加入者です。

元気なのに受診するの？

人は、いつ重病にかかり、その治療のために多大な時間と費用を費やすか分かりません。その予防のため健診を受け、病気の早期発見・早期治療に繋げることで、永い人生を楽しく過ごすことができます。

受診する暇がないのですが…

確かに仕事等で忙しいとは思いますが、自分の体は本人だけの体ではなく、家族の体だと思って受診し、病気の早期発見、早期治療に繋げましょう。

今からでも申込みできるの？

申し込んでいない方も今からでも申込み可能です。申し込み方法は、役場健康福祉課までお越しいただくか、電話でも結構です。

健診料はいくら？

40歳から69歳までの方は1,000円、70歳から74歳までの方は800円です。

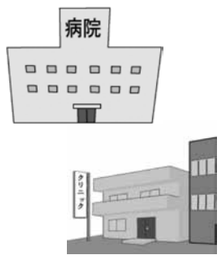
医療費の節約と国保税が上がらなくするためには

1 必ず毎年健康診断を受ける

2 適度な運動

3 バランスの良い食事を心がける

4 重複受診はやめる



狩猟免許に係るお知らせ

今年度の狩猟免許試験並びに狩猟免許更新に伴う適性検査及び講習が下記のとおり開催されます。

１．狩猟免許試験予備講習会

講習会	知識（全種目） 技能（網、わな、第二種のみ）	技能　第一種のみ	会　場
第１回	６月２８日（木）	７月　６日（金）	人吉カルチャーパレス
第２回	７月１０日（火）	７月１９日（木）	御船町カルチャーセンター
第３回	７月２４日（火）	８月　２日（木）	ＪＡ菊池
第４回	８月　９日（木）	８月２３日（木）	天草建設会館
第５回	１２月予定	未定	未定

＜講習会のお問い合わせ＞熊本県猟友会　☎ 096-371-6641

２．狩猟免許試験（新規取得）

狩猟免許試験	実　施　日	会　場	試験手続き締切日
第１回	７月　７日（土）	県南（球磨総合庁舎）	６月２７日（水）
第２回	７月２１日（土）	県央（県庁大会議室）	７月１１日（水）
第３回	８月　５日（日）	県北（鹿本総合庁舎）	７月２６日（木）
第４回	８月２６日（日）	天草（天草総合庁舎）	８月１６日（木）
第５回	１２月１５日（土）	県央（県庁大会議室）	１２月　５日（水）

＜試験のお問い合わせ＞球磨地域振興局森林保全課　☎ 24-4190

３．狩猟免許更新講習及び適性検査（免許更新）

講習及び適性検査	実　施　日	会　場
第１回	７月１４日（土）	球磨総合庁舎大会議室
第２回	７月２８日（土）	多良木町多目的研修センター
第３回	８月　４日（土）	五木村役場大会議室
第４回	８月　８日（水）	球磨総合庁舎大会議室
第５回	８月１８日（土）	球磨総合庁舎大会議室

＜更新のお問い合わせ＞球磨地域振興局森林保全課　☎ 24-4190

国民年金保険料の免除について

国民年金の第１号被保険者（農林漁業・商業などの自営業者、学生、日本在住の外国人など保険料を個人で納めている人）でどうしても納付が困難なときは、申請により保険料納付が免除される場合があります。免除には、前年の所得によって全額免除、４分の３免除、半額免除、４分の１免除の４種類および若年者納付猶予、学生納付特例があります。免除期間の保険料は 10 年以内であればさかのぼって納めることができ（追納）、将来、満額の年金（より多くの年金）を受け取ることができます。

また、保険料の免除や猶予を受けず保険料が未納の状態で、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

（※ 学生納付特例の承認期間が４月～翌年３月、その他の免除制度の承認期間が７月～翌年６月までとなっておりますので１年毎の申請が必要となります。）詳細は健康福祉課福祉係までお問い合わせください。

健康福祉課福祉係　☎２３－３９７８

国保事業の看護師さんのご紹介

山江村では医療費適正化のため、病気の早期発見・早期治療を目的とした特定健診を強く進めています。平成 24 年度は、受診率 65%という目標を設定しています。今回、特定健診未受診者を中心とした戸別訪問による受診勧奨を目的とし、非常勤職員を任用しましたのでご紹介いたします。

看護師（非常勤職員）
平野美保さん
６月１日より任用

今後、特定健診に関することで家庭訪問をします。顔見知りになって気軽に声をかけてください。また、お体について不安や心配ごとがありましたらご相談ください。

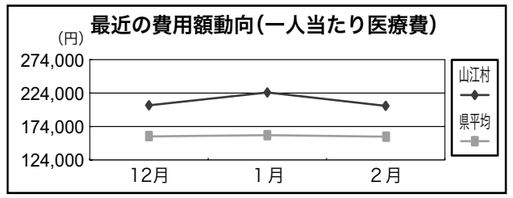
介護保険 2月 費用額　介護費用額を知ろう

※毎月の費用は国保連合会で精査され、少し遅れて発表されます。

山江村

■県内順位（上位になるほど費用額が高い）
３位／４５市町村中

■１人当たり費用額　２０４，８４９円
(県平均158,793円の1.29倍)



いつまでも元気で過ごすために、楽しく運動することは介護予防になります。しかし、日中は暑さが厳しく熱中症になる危険があります。のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をして予防をしましょう。また、枕元に飲み物を置いておくなどしてすぐに水分補給ができるようにして下さいね。

健康福祉課福祉係　☎２３－３９７８

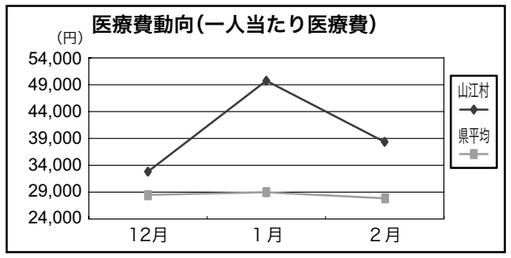
国民健康保険 2月 医療費　国保医療費を知ろう

※この医療費は国保連合会で精査され、少し遅れて発表されます。

山江村

■県内順位（上位になるほど医療費が高い）
２位／４５市町村中

■１人当たり医療費　３８，３１６円
(県平均27,781円の1.38倍)



※数値は一般被保険者のみの医療費から算出

医療費は、国保税から支払われています。医療費が高くなるほど、国保税も高くなります。
病の早期発見、早期治療は医療費を抑えることができます。健康に配慮した生活をこころがけましょう。

熱中症に注意しましょう

今年も気温の上昇とともに熱中症患者の増加が懸念されています。さらに、今年も電力供給不足に備えた節電対策が求められており、今まで以上に熱中症の予防に留意する必要があります。

★熱中症とは★

高温、多湿、風が弱いなどの環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節がうまくできなくなり、死に至る危険もあります。また屋外で活動しているときだけでなく、就寝中など室内で熱中症を発症することもあります。

★症状★

頭痛、めまい、吐き気、倦怠感、筋肉痛や大量の発汗などの症状が現れ、重症になると意識障害や死亡することもあります。

★こんな日は特に注意！★

気温が高い・湿度が高い・風が弱い日　　日差しが強い・照り返しが強い日　　急に暑くなった日

梅雨の合間に突然暑くなった日や、梅雨明けの蒸し暑い日など暑さにまだ不慣れな時期は特に注意してください。

★熱中症予防のチェックポイント★

1．こまめに水分や塩分を補給しましょう

のどが渇かなくても水分補給を心がけましょう。汗をかいて失われた塩分を補給するために、スポーツドリンクを飲む、冷水と梅干、塩飴を一緒にとることなどが効果的です。

2．エアコンなどを上手に使いましょう

エアコンや扇風機などを使って、室温が上がりすぎるのを防ぎましょう。節電も大切ですが、熱中症は命にかかわります。部屋の温度は 28℃以下に、湿度は 70%以下にしましょう。

3．体調の変化に気をつけましょう

体調の変化に注意し、暑さを我慢したり無理に出かけたりしないようにしましょう。十分な休息をとりましょう。また食欲がないときは、好きな物、食べやすいものを何か口にしましょう。

4．涼しい服装を心がけましょう

外出時は帽子や日傘を使ったりして暑さを避けましょう。また風通しのよい、汗の乾きやすい麻や綿などの素材の服を選びましょう。

★熱中症が疑われるときは★

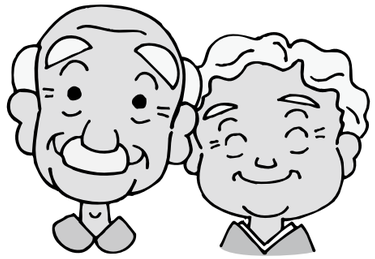
・風通しが良く涼しい場所で休ませる。
・吐き気がなければスポーツ飲料などで水分・塩分を補給する。
・体温が高い時は、濡れタオルを当てて扇ぐなどして身体を冷やす。
・以上の処置で改善しない時は、医療機関を受診させる。

★高齢者の方は特に注意が必要です★

熱中症患者の約半数は 65 歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しています。のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしたり、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って、温度調整をするよう心がけましょう。

節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください。気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用するようにしましょう。

笑顔の効果



忙しい時や疲れた時には、どうしても表情がつくりにくくなり、無表情になります。

しかし、そんな時は、気分転換に笑顔。笑顔は本当に健康を増進する効果があるのです。

◎効果その１　ストレス解消

ストレス社会のなかで、現代人のアキレス腱ともいえる自律神経。その一つ、副交感神経を笑顔は活発にしてくれます。それは体にとって呼吸や脈拍・血圧などを緩やかにする効果となり、とてもリラックス出来る状態になります。ちなみに、一人が笑顔になると周囲に笑顔が波及することがありますが、協調性を大切にするという人間の習性です。ということは、一人の笑顔は皆のストレスを解消し、リラックスできるわけです。

◎効果その２　食欲増進

笑顔になると、胃腸の働きが向上します。楽しい語らいのなか、笑顔で食事をすれば、胃もたれや消化不良も防げるので一石二鳥。

◎効果その３　免疫力アップ

笑えるのは人間の特権であるとも言われますが、笑顔はＮＫ（ナチュラルキラー）細胞という免疫力を高める細胞の働きを高めて体を守ってくれます。病は気から、ではないですが健康な時はもちろん、病気になったときにも、楽しいことを考えたり、お笑い番組などで笑顔になるのも効果があります。

◎効果その４　美肌効果

やってみるとわかるのですが、笑顔の時は顔の筋肉全体が動きます。口だけで笑っている人はいないでしょう。無表情や怒りっぽい顔では、加齢に伴ってシワが増えるだけ。長生きを目指すだけでなく、若々しく長生きするために、笑いましょう。

このように体の健康だけでなく、社会生活にも笑顔は欠かせない潤滑油です。作り笑いでも筋肉は動きますが、でもやはり心から笑顔でいることが重要です。こんな時代だからこそ、笑顔の有効活用を考えていきましょう。

高齢者のことで困ったり、悩んだりしたときは一人で悩まずご相談ください。

健康福祉課地域包括支援センター　☎２３－２２３２

担当：角畑（かくはた）・蕨野・迫田

お客さまへ

今夏における節電へのご協力のお願い

日頃より節電にご協力いただき、誠にありがとうございます。

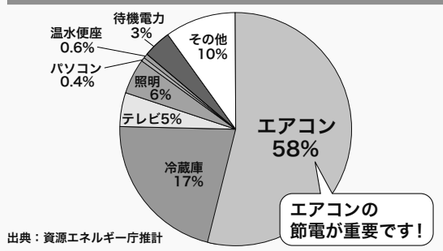
当社は、現在、原子力発電所の運転停止に伴い、電力供給力確保のため最大限の努力を行っているところですが、今夏は、昨年より皆さまにご協力いただきました節電の効果を見込んだとしても、供給力が不足し、電力需給はきわめて厳しい状況となることが予想されます。このため、お客さまには、大変なご不便とご迷惑をお掛けし、誠に申し訳ございませんが、今夏におきましても、以下の内容のとおり、節電へのご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

【節電へのご協力のお願い内容】

- **7月2日（月）から9月7日（金）の平日**（8月13日から15日を除く）の**9時から20時について、「昨夏並みまたはそれ以上」**の可能な範囲での節電をお願いいたします。
- このうち**13時から17時（ピーク時間帯）については、「昨夏からさらに3%程度以上（昨夏の節電実績7%程度を含めると、一昨年からは10%程度以上）」**の節電にご協力をお願いいたします。
- また、上記期間・時間帯以外につきましても、お客さまの生活に支障のない範囲での節電に、引き続きご協力をお願いいたします。

九州電力株式会社

ご家庭における夏の昼間（14時頃）の電気機器の使われ方（在宅世帯の例）



出典：資源エネルギー庁推計

■ご家庭には、他にも消費電力が大きい電気製品があります。

平日の日中（13時から17時）を避けて使用いただく、あるいは使用する時間帯が重ならないように工夫していただくなど、ご協力をお願いいたします。

・アイロン　・電気ポット　・電子レンジ　・ホットプレート　・ドライヤー　・洗濯乾燥機
・トースター　・IHクッキングヒーター　・食器洗い機　・浴室乾燥機　・掃除機

! エアコンの控え過ぎによる体調不良に気をつけて無理のない範囲で節電をお願いいたします。屋内でも熱中症などにかかることがありますので、普段から、室温管理や水分補給に留意いただき、熱中症などには十分にご注意ください。特に、ご高齢者、乳幼児、体調・体力に不安のある方は、十分にお気をつけください。

! 節電を意識するあまり、衛生面、安全面及び防犯面で不適切なものとならないようご注意ください。

次のような節電の取り組みがおすすめです【お願いしたい事例】		節電効果 削減率	チェック
エアコン	○室温28℃を心がける ※設定温度を2℃上げた場合	10%	□
エアコン	○「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和らげる ※エアコンの節電になります	10%	□
エアコン	○無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する ※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは、電力の増加になる場合があるので、ご注意ください	50%	□
冷蔵庫	○冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品をつめこまない ※食品の傷みにご注意ください	2%	□
照明	○日中は不要な照明を消す	5%	□
テレビ	○省エネモードに設定するとともに、画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す ※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合	2%	□
ジャー炊飯器	○早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存する	2%	□
待機電力	○リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る ○長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く	2%	□
削減率の合計が10%以上となるよう節電にご協力をお願いいたします。	☑の合計	%	≧10%

●効果の記載値は、在宅家庭の昼間ピーク時の消費電力（14時：約1,200W）に対する削減率の目安です（資源エネルギー庁推計）。
●上記のお願いしたい事例と節電効果については、経済産業省「夏季の節電メニュー（ご家庭の皆様）」から抜粋しています。

「くまもとライトダウン」を実施します

この取組みは、ライトアップに馴れた日常生活の中で、電気を消すことでいかに照明を使用しているかを実感し、地球温暖化問題について考えていただくことを目的としています。

今年の夏は、全国的にも電力不足が見込まれることもあり、ライトダウン（消灯）の日を設けて、各自省エネ、エコについて考えて見ましょう。各家庭におかれましてもライトダウン（消灯）へご協力お願いします。

ライトダウンの日時

6月21日（木）「夏至」
7月　7日（土）「七夕」
7月22日（日）「大暑」
8月　7日（火）「立秋」
8月23日（木）「処暑」
9月　7日（金）「白露」
9月22日（土）「秋分」

午後8時から10時までの
2時間

上記の期日以外にも昼夜を問わず実施可能な日には積極的な取組みをお願いします。

村民の皆さまのご理解とご協力をお願いします

お便りコーナー

皆さんこんにちは。わいわいクリスポやまえです。

約100名の会員がいるわいわいクリスポやまえでは、6月にクラブ内の種目別指導者を対象に、テーピング法を学ぶ指導者研修会を実施しました。誰もが楽しく気軽にスポーツでいい汗を流すためには、指導者の技術力向上も大切ですが、ケガなどの際に適切な応急処置することも重要だと考えています。

これからも多くの方から愛されるクラブ作りを目標に、イベント開催を通じた体験活動も行っていきますのでぜひご参加ください。

指導者研修会の様子

各種目紹介

□ジュニア種目
・少年野球
・ジュニアバドミントン
・少年空手道塾
・ジュニアバレーボール
・少年剣道

□共通種目
・合気道
・ダーツ
・チャレンジスポーツ
・母子健康体操

おしらせ 水泳教室

と　き　8月1日(水)、2日(木)
　　10：00～12：00
ところ　山田小学校プール
参加者　村内小学生
参加費　無料
準備物　水着、水泳帽、飲み物、命札
申込締切　7月20日(金)まで
申　込　各学校担任の先生まで提出して下さい。
内　容　泳ぎ方を習得して水難事故防止するための基本技術を学べます。上級者コースもあります。

山江村歴史民俗資料館便り

特別展 やまえの学校展 ―今昔ものがたり―

期日　7月24日(火)～9月2日(日)
場所　山江村歴史民俗資料館　多目的ホール

昭和８年頃の城内尋常高等小学校

夏至も過ぎて夏本番となってきましたが、資料館では、夏休みに特別展「やまえの学校展―今昔ものがたり―」を開催します。

山江村で小学校・中学校時代を過ごした方なら懐かしく感じるものを展示いたします。当時の思い出に馳せていただける特別展へぜひお越しください。

※写真展示のほか、昔使用されていた教員用のコンパス
分度器・三角定規・そろばんなどの展示も行う予定です。

山江村歴史民俗資料館
開館時間　朝９時～夕方５時
休 館 日　毎週月曜日・祝日
電話番号　２３-３６６５

図書室だより

この本オススメ！

※今月は青少年健全育成月間にちなんで、青少年にお勧めしたい本を紹介します。

『蹴りたい背中』
綿矢　りさ　著

『インストール』で文藝賞を受賞した綿矢りさの受賞後第一作。前作同様、思春期の女の子が日常の中で感受する「世界」への違和感を、主人公の内面に沿った一人称の視点で描き出した高校生小説。高校生活の空気感や、ハツ・にな川・絹代の三人のやりとりなど、なつかしいような気持にさせてくれます。

『未来のおとなへ語る　わたしが仕事について語るなら』
ワダ　エミ　著

『HERO』や『LOVERS』等の衣装を手がけた、ワダエミさんが仕事について語った著書です。海外でも活躍するワダさんの視点を感じることができます。

また他にも、死・正義・冒険・国家・家族について書かれた〈未来のおとなへ語る〉シリーズもおすすめです。

みなさまのご来室をおまちしております。

毎週月曜日はハートブックデー
心広がる読書の日
ひとときを、読書で過ごしましょう

山江村歴史民俗資料館図書室（場所：山江村教育委員会の奥）　平日月曜ー金曜／朝９時ー夕方５時開館

環境いろはカルタ

ん～んと
真剣に考え実行しよう
エコ活動

文：人吉球磨環境協議会
絵：球磨工業高校美術部

7月からレジ袋が有料となります。レジ袋を製造、廃棄するにも石油が使われています。ごみ減量、地球温暖化防止のためにもマイバッグを持ちましょう。また、買い物は、奥さんにばかり任せないで、なるべく夫婦一緒に行きましょう。

歯科検診で虫歯のなかったお友達

子どもさんの歯科検診の結果治療しなければならない虫歯がなかったお子さんです。（治療中の人を除く）歯みがき、仕上げ磨き、おやつの工夫など親子で頑張りました。

3歳児健診（平成24年5月11日）

赤坂　帝光	（祐輔）	4区
岩本　大輝	（正弘）	11区
上村　穂華	（享史）	8区
浦川　太陽	（歩）	1区
尾方美和子	（義和）	11区
樫山　嘉七	（順治）	4区
桐木　愛月	（康弘）	10区
白石多葉沙	（結加里）	7区
谷川　聖	（正晃）	3区
平川　彩夏	（勝）	13区
平田　優貴	（貴志）	9区

（敬称略・五十音順）

今回、虫歯があったお子さんは早めに治療をしましょう。

おどんが英会話 ～メリッサ先生のワンポイントレッスン～

Yamame（やまめ）と

Chestnut（栗）の

アメリカでは４月が雨の多い月で“April Showers”と言われています。まるで毎日シャワーを浴びているように感じることからつけられた呼び名でしょうね。

今回は、雨にまつわる会話です

メリッサ先生

ワット　アー　ユー　ドゥーイング　ヤ　マ　メ　クン
: What are you doing Yamame-kun?
（ヤマメくん何してるの？）

ディス　イヤー　ゼ　ア　イズント　マッチ　レイン　ソー　アイムドゥーイング　アレイン　ダンス
: This year there isn't much rain; so I'm doing a rain dance.
（今年は雨があまり降らないから、レインダンスをしているんだ。）

レイン　ダンス
: Rain dance?
（レインダンス？）

イェー　ザ　インディアンズドゥー　ア　レイン　ダンス　トゥーアスク　ザ　ゴッズ　フォー　レイン
: Yeah, the Indians do a rain dance to ask the Gods for rain.
（うん、ネイティブアメリカンの人達が雨を降らせるのに神様に祈り踊るんだ）

オーケィ　バット　ワイ　ドゥー　ユー　ワント　レイン
: Ok, but why do you want rain?
（なるほどね、でも何で雨を降らせたいの？）

ビコーズ　ウェン　イットレインズ　ザ　クマガワ　リヴァー　ゲッツ　ベリィ　ディープ
: Because when it rains the Kumagawa River gets very deep.
（雨が降れば、球磨川の水が深くなるよね。ラフティングにはうってつけだよ。）

イッツ　グレイトフォー　ラフティング
It's great for rafting.

グレィト　アイディア　レッツ　ダンス　トゥゲザー
: Great idea! Let's dance together!
（素晴らしい考えね！一緒に踊るわ！）

今回のワンポイント！は、セミコロン（；）です。この記号は２つの言葉をつなげるために使用するものです。

いかがでしたか？来月もお楽しみに！

人権の窓

多様な見方を考えよう
―ポリティカル・コレクトネス―

人権に関する言葉として、「ポリティカル・コレクトネス」というものがあります。この言葉は、アメリカ合衆国で始まったもので「用語における差別・偏見を取り除くために政治的な観点から見て正しい用語を使う」という言い回しのことです。

実例として北アメリカでは、クリスマスを祝う挨拶「メリークリスマス」が「ハッピーホリデーズ」という表現に言い換えられることもあります。多民族国家であるアメリカにはさまざまな宗教の人がいますが、クリスマスはキリスト教のお祭りなので他宗教の人に配慮してそのような言い方に変えています。また、ポリティカル・コレクトネスは差別是正全体を指すこともあります。この考え方により、法律が改正され日本でも保母が保育士と呼ばれるようになりました。以前は、男性の保育業務従事者であっても職業は「保母」となっていました。

今日ポリティカル・コレクトネスが度を越えていると批判されることもありますし、名称を変えるのでなく実態に則した変化が必要という考え方もあります。

しかし相手の立場を考えて配慮するということは、多様性を受け入れるうえでは大切であり人権の尊重につながることと言えるでしょう。

ふるさと山江村定住奨励をご存知ですか

村外から山江村へ転入された人へ歓迎の意を込め、村より記念品として「山江温泉ほたる温泉入浴券一年分」若しくは、「ほたる米引換券一年分」のいずれかを贈呈しております。

対象者 村内に住宅を建築または購入し、転入してこられた人で、村内に永住する意思のある人

申請期限 対象となった日から一年以内

問合せ 総務課企画政策係 ☎23－3111

農業集落排水施設の使用方法にご協力ください

農業集落排水施設は村内に5施設があり、各家庭から処理場まで中継ポンプで排水を送水していますが、最近、ガーゼ、下着、オムツ、石などの異物のつまりにより、ポンプの故障が発生しております。

排水される際、誤って異物を混入して流されますと、排水管のつまりやポンプの故障の原因となります。

施設の円滑な稼動を行うため、次の6項目についてご協力ください。

①てんぷら油など料理の後の油類は流さないでください。

②台所のごみは流さないでください。

③トイレットペーパー以外のものはトイレに流さないでください。

④洗剤は無リン洗剤かクレンザーを使ってください。

⑤ディスポーザー（食品くず処理機）は使用しないでください。

⑥雨水が流れ込まないようにしてください。

以上、使用される皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

若い方のお仕事探しをお手伝いします！

球磨地域振興局内に「ジョブカフェ・球磨ブランチ」を設置しております。就職に関する相談など気軽にご利用ください。

対象者 概ね35歳未満の人又は保護者

相談時間 月曜～金曜（土日祝、年末年始は休み）10時～17時（木曜は16時まで）予約制

問合せ ジョブカフェ・球磨ブランチ ☎22－0555

介護支援専門員実務研修受講試験のご案内

山江村社会福祉協議会にて介護支援専門員実務研修受講試験案内の配付をしております。受験希望の方は期日までにお越しください。

配付期限 7月20日（金）

受験申込 7月2日（月）～7月20日（金）

試験日 10月28日(日)10時

試験場所 熊本学園大学、熊本大学

※試験会場は、受験者が指定することはできません。

受験資格 原則として、保健、医療、福祉の分野で通算5年（一部10年）以上の実務経験を有する人

問合せ 山江村社会福祉協議会 ☎28－3556

域内電話☎24－1508

ダビング受け付けています

まろんチャンネル（山江村自主放送）で放送した映像を、DVDに保存したいというご要望にお応えして、ダビング（DVDビデオ形式）を受け付けます。

ダビング手数料（DVD1枚ごと）は次のとおりです。

○5分まで　800円

○30分まで　2，000円

○1時間まで　2，500円

※DVDはケーブルテレビで用意いたします。

詳しくはご相談ください。

▼ケーブルテレビセンター ☎22－8808

番組へのご意見やご要望、取材依頼などを随時お受けしています。

ロアッソ熊本ホームゲームに無料招待します！（先着100名）

試合日 8月26日（日）「ロアッソ熊本」VS「カターレ富山」

17時 一般入場開始（予定）

19時 キックオフ

会場 熊本県民総合運動公園陸上競技場（KKWING）B席

数に限りがありますのでご希望があればお早めに総務課へ申し込みください。（※小学生未満はチケットなしで入場できます。）

問合せ 総務課企画政策係 ☎23－3111

求む!!自衛官

問合せ　総務課行財政係 ☎23-3111

種別		対象者	受付	試験日（※は一次試験の日程）
防衛大学校	推薦（高等学校長の推薦等が別途必要）	高卒（見込含）～21歳未満の人	9月3日(月)～5日(水)	9月29日(土)・30日(日)
	総合選抜			※9月29日(土)
	一般前期		9月3日(月)～10月1日(月)	※11月10日(土)・11日(日)
	一般後期		25年1月23日(水)～2月1日(金)	※25年3月2日(土)
看護学生		高卒（見込含）～24歳未満の人	9月3日(月)～10月1日(月)	※10月20日(土)
航空学生		高卒（見込含）～21歳未満の人	8月1日(水)～9月7日(金)	※9月22日(土)
一般曹候補生		18歳～27歳未満の人(中卒可)		※9月17日(月)
自衛官候補生	男子	18歳～27歳未満の人(中卒可)	年間を通じて受付(常時受付)	※9月17日(月)
	女子		8月1日(水)～9月7日(金)	※9月25日(火)・26日(水)

第54回金婚夫婦表彰該当者を受付けています

本年も熊本日日新聞社による金婚夫婦表彰が行われます。下記のご夫婦様が対象となっておられますので役場にて申し出をお願いいたします。電話でも受付けいたします。

対　象　者　　昭和37年に結婚され満50年に達せられた夫婦の方々

申出期限　　7月20日（金）まで

申　込　先　　健康福祉課福祉係（担当：蕨野）　☎23－3978

表　　彰　　9月11日（火）

※ご不明な点は健康福祉課福祉係までお問い合わせください。

事例

①昭和37年以前に結婚したが今まで届出してなかった　→　該当

②結婚式は昭和37年に挙げたが入籍は翌年以降にずれ込んだ。→　第三者の証明があれば該当

③入籍後、一度離婚し再び入籍した　→　通算で50年になれば該当

④表彰は受けたいが、新聞には載りたくない　→　名前の掲載が前提になるので基本的には不可

広報 やまえ
●発行日／平成24年6月22日発行
●発行所／山江村総務課企画政策係
〒868-8502 熊本県球磨郡山江村大字山田甲1356-1
TEL 0966-23-3111 FAX 0966-24-5669
●ホームページ http://www.vill.yamae.lg.jp/
●Eメール seisaku@vill.yamae.lg.jp
●印刷／(株)協和印刷

そよ風メッセージ 村長コラム

介護予防・健康づくりを地域が自ら考える
～身近な公民館の介護予防拠点づくり～

我が国の高齢化は急速に進んでおり、本村においても4人に一人以上が65歳以上とほかの地域と同じく高齢化をたどっています。

このため、生涯を通して住み慣れた地域で自分らしく生きたい。その願いをかなえる重要な鍵が介護予防の充実として捉え、村では、熊本県の介護基盤緊急整備特別対策事業補助金の交付を受け、全16行政区に地域に応じた公民館の整備と介護予防の事業計画を募りました。

1行政区あたり200万円を上限に、公民館を介護予防の拠点に活用することを目的としてバリアフリー化の計画をお願いしました。

早速、区長さんを中心に地域住民の皆さんで地域課題や介護予防を話し合っていただき、全16行政区からすぐ申請が寄せられ、住民の皆さまの地域を良くしたいとの強い思いを感じたところです。各区公民館では、トイレの改修や階段、敷居などの段差の解消、手すりとスロープの設置、食生活改善や料理教室に向けた調理場の改修、エアコンの設置など様々な改修工事を行っていただき、全て完了いたしました。

改修を終えた各公民館では、筋力トレーニング、栄養・料理教室、世代間交流、レクリエーション、講座講演会などの介護予防・健康づくりが始まっています。

この公民館の整備により、地域の皆さんの団欒（だんらん）の拠り所として、また地域づくり・健康づくりの拠点として大いに活用されることを期待しているところです。

山江村長　横谷　巡

改修した公民館での料理教室の様子

人口と世帯
平成24年5月31日現在

		( )前号との比
人　口	3,742人	(－ 3)
男	1,764人	(± 0)
女	1,978人	(－ 3)
世帯数	1,242戸	(－ 1)

山江村役場各課直通電話番号表
各課への直通電話がございます。
域内無料電話も同じ番号です。

総務課	23-3111
産業振興課	23-3113
農業委員会事務局	23-3113
税務課	23-5692
健康福祉課(福祉・戸籍)	23-3978
健康福祉課(保健衛生)	24-1700
地域包括支援センター	23-2232
会計室	23-3293
建設課	23-6449
議会事務局	23-3401
教育委員会	23-3604
歴史資料館	23-3665
ケーブルテレビセンター	22-8808

FAX(0966)-24-5669［総務課］

食べて元気になる
水分の多い夏野菜で熱中症予防
トマトときゅうりのパクパクサラダ

材料と数量（3人分）

トマト／1ヶ　きゅうり／1本
<ドレッシング>
ねぎ／1/2本　すりごま／大さじ2
めんつゆ（2倍の濃縮）／大さじ2
ごま油／大さじ1　砂糖／ひとつまみ

エネルギー 101kcal　たんぱく質 2.3g　塩分 0.6g

ポイント

めんつゆは塩分濃度がそれぞれなので、必ず味を見ましょう。他にレモン汁や青じそなどを加えるとあっさりと美味しい、夏を感じます。

作り方

①トマトときゅうりはお好みの大きさに切る。きゅうりは棒などでたたいてから切ると味がなじみやすい。これに塩を軽く振って2～3分おき、水分を出しておく。
②ねぎはみじん切りにして水にさらし、辛味を抜いておく。それにドレッシングの材料をまぜる。
③①のトマトときゅうりをドレッシングで混ぜて出来上がり。

つぶやき

ジリジリと焼け付くような日差しとアスファルトからの熱で体の水分が全て奪われてしまうこの季節に気を付けたいのが「水分補給」。外で活動する時だけではなく、屋内でもこまめな補給を心がけることが大切です。スポーツドリンクが一番望ましいのですが、麦茶や水などに少し塩を混ぜて飲むだけでも体に吸収されやすくなるのでおススメです。汗をかいたらしっかりと水分補給をして、夏を楽しく健康に過ごしたいですね。（N・R）