

水と緑あふれる 心豊かな 栗の里

やま

広報

April 2014

No.273

4

災害時に備え太陽光蓄電システム設置 P2

お知らせ

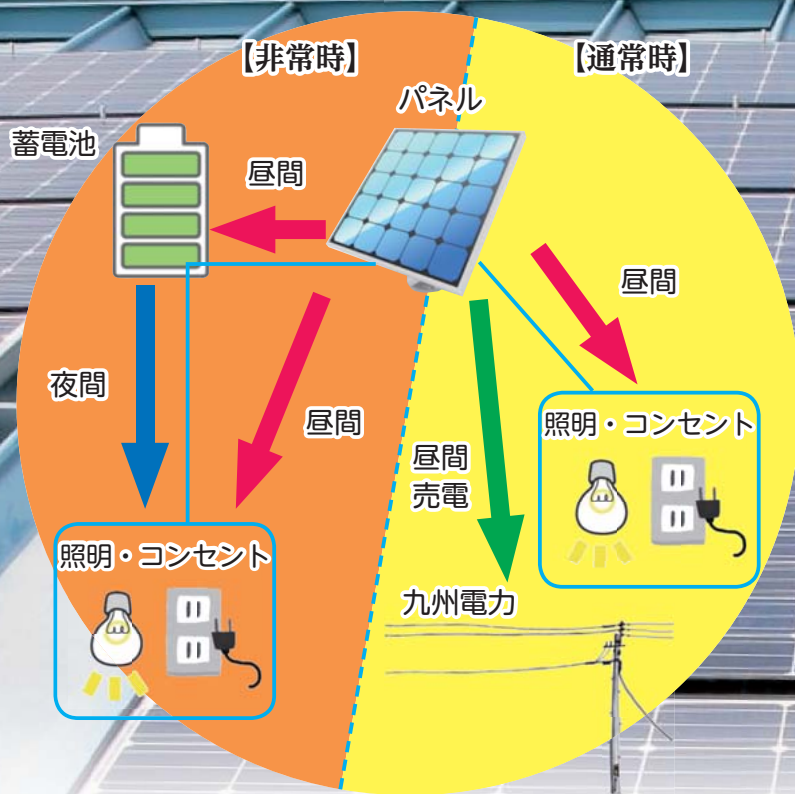
つじ祭り・やまめ釣り大会のお知らせ
各種料金の改定
後期高齢者医療制度保険料率の決定
狂犬病予防注射の巡回 など

シリーズ 食べて元気になる
たっぷり春キヤベツ
春キヤベツ炒め

山王山頂展望台
山王山頂展望台
山王山頂展望台



山王山頂展望台



災害時に備え 太陽光蓄電連携システム設置

《山江村体育館》

近年、太陽光や小水力、風力など再生可能エネルギーの導入を推進する自治体は増えています。環境省から都道府県に配分されたグリーンニューデール基金を活用し、熊本県でも市町村の防災拠点や避難施設への太陽光発電装置や蓄電池の導入に対し支援が行われているところです。

それを受け、本村の大規模避難所として位置づけられている山江村体育館に、有事の際に電気の供給が停止した非常事態に備えて最低限の電力を確保し、避難所の安心・安全な環境を整備するため、「再生可能エネルギー等導入推進事業補助金」を活用した太陽光発電パネル及び蓄電池の設置を行いました。



1 今回設置した設備は

まず太陽光パネルが42枚。リチウムイオン蓄電池機器が3基。発電した電気を蓄電池へ流す際に、電力の調整を行うパワーコンディショナ1を2基。発電時の状況を把握する日射計と気温計がそれぞれ1基と、それらのデータ管理用のパソコンです。

その他にも、データ表示用モニターやそれぞれの機器をつなぐ配線設備、非常時の電源切替用スイッチなどが挙げられます。

2 災害時の発電量は

1枚当たり240Wの発電パネルを42枚取り付けていますので、10kwの発電を想定しています。また、災害時のみでなく、通常時も同様に発電しています。

3 毎日発電される電気の活用は

発電した電力は、通常時、非常時の2通りの用途があります。通常時は、体育館の管理人室、廊下、

トイレ、コンセントの一部の電力に使用されます。残りの電力は、九州電力へ売電されます。非常時の昼間（日照時）は通常時同様の使用に加え、リチウムイオン蓄電池（5kwh×3基）への蓄電に充てられます。夜間（日没後）は発電しないため、昼間に蓄えた電力を一部の照明やコンセントに使うこととなります。

4 蓄電された電気は普段でも使えるか

いつ起きるかわからない災害に備えるための蓄電ですから、通常時は蓄電された電力を使用することはありません。

5 毎日の発電量は確認できるか

太陽光発電パネルおよび蓄電池のほかに、発電計測装置とデータ管理用のパソコンを設置しています。計測装置からの信号が継続的にパソコンに保存される仕組みで、発電量を確認することが出来ます。また、気温計、日射計も設置しており、気温の変化・日射量・発電量をグラフ

で比較して見ることもできます。パソコン上で管理されるこれらの情報は、山江村体育館の玄関に設置した表示用モニターに常時映し出されていますので、誰でもご覧いただけます。

6 売電したお金の使途は

この事業は、県の補助金を用いて実施しているため、売電したお金についても、補助金の決まりごとに沿った利用制限があります。この事業の場合、売電収入は太陽光発電設備の維持管理費用にのみ利用できるとされています。つまり、村の一般会計とは別に基金として積み立て、導入した太陽光設備の修繕や更新の費用に充てなければなりません。

7 設置にかかった費用はどれくらいか

実施設計・施工監理の費用および設置に係る工事費を含めた事業費は2,140万円です。非常に高額な設備ですが、熊本県が行っている「熊本県再生可能エネルギー等導入推進事業補助金」を1,930万円程度申請しています。

で、山江村が単独で支払う事業費は210万円ほどとなる見込みです。この金額は一般家庭が導入する小規模な家庭用太陽光発電システム（発電設備のみ、蓄電設備無し）の費用よりも安く、有事の際に村民の皆さまが避難する施設の設備強化費としては非常に安価であると考えます。

8 体育館の屋根に対して、パネルが少ないのでは

確かに広い屋根の一部にだけ設置しておりますので、「たったこれだけ？」と思われる方もいらっしゃるでしょう。しかし今回の太陽光システムの設置は、災害時の避難所に必要な最低限の電力供給を行うことが目的で、補助金の対象となる発電容量（避難所の規模により変わる）の上限で設置しています。規模が大きくなければなるほど、村が単独で支払う事業費が増えますので、避難所としての最低限の電力供給と経費削減の両面から、最も費用対効果が見込める規模での設備設置を行いました。

当システムに関するご質問等は、総務課企画政策係まで



子ども達へ防災意識の啓発を 女性消防隊広報活動

3月18日（火）、山江保育園で行われた防災訓練日に合わせ、山江村女性消防隊5名が当保育園において、防災啓発の広報活動を行いました。女性消防隊にとって施設での広報活動は今回が初めての取り組みでしたが、子どもたちにわかりやすく伝えるために、紙芝居を使いました。物語の中で災害が発生した際の避難については、2択クイズを出題するなど工夫を凝らした啓発活動を実施しました。



出題される問題に子どもたちが楽しそうに解答する

落語に学ぶ 第6回わいわい公民館

3月18日（火）、第6回わいわい公民館では、熊本市在住の上田博司氏を講師に「落語に学んだ江戸の粋とセンス」という演題で講演を行いました。

わいわい公民館とは、村民の方であればどなたでも参加できる事業です。今回も村内から34名の方が参加されました。

参加された皆さんは、日常では体験できない落語の独特な話術に触れることができ、満足した様子でした。講演の中での「落語のしぐさなどには、マナーや遊び心が表されている」という上田さんの話に、参加された皆さんは感心し、聞き入っていました。

また、講演では落語や小話が披露され、会場は終始笑いに包まれました。



上 / 落語を披露する上田氏

下 / 終始笑顔の参加者



ヨガでリラックス ヨガ講座

3月18日（火）と3月25日（火）、山江村農村環境改善センターでヨガ講座を開催しました。

複雑な社会状況や人間関係、環境問題などで心身の不調を訴える人口が増えている中、健やかな心身で仕事や人とのかかわりを楽しむために自分なりのリラックス法を身に付ける一つの方法として体験講座を設けました。

当講座には、両日併せて25名以上の参加がありました。初心者向けの講座では、ヨガ講師の指導のもとストレッチやリラックス方法を学びました。受講した参加者たちは、心も体も軽くなった様子ですがすがしい表情を浮かべていました。



精神をリラックスするため、ウォーミングアップをする参加者



山江村統計調査員（登録調査員）募集

山江村では、国が実施する統計調査に従事する統計調査員（報酬あり）を随時募集しています。
詳しくは総務課企画政策係（☎23-3111）までお問い合わせください。



調印を行った全市町村長と県トラック協会長

災害時の支援体制の強化を図って 災害発生時物資緊急輸送協定調印式

2月27日（木）、球磨地域振興局において、人吉球磨管内の全市町村及び公益社団法人熊本県トラック協会が球磨地域振興局立会いのもと、災害発生時における物資等の緊急輸送に係る協定を取り交わしました。

この協定は災害時の物資との緊急輸送に関し、市町村が協会に対して協力を求めるときの必要な事項を定め、災害時の支援体制強化を図るものです。



銀賞受賞後のインタビューの様子

山江村が行政の部で銀賞 第11回KABふるさとCM大賞

第11回KABふるさとCM大賞授賞式が3月15日（土）くまもと森都心プラザで行われ、山江村の「全てが魅力 山江村」と題した作品が行政の部で銀賞を受賞しました。

ふるさとCM大賞は、熊本朝日放送株式会社が主催しており、ふるさとの魅力を伝え、地域活性化を図ることを目的として開催され、毎年多くの作品がエントリーされています。銀賞を獲得したCMは、KABにおいて30回放送されます。



上 / 活発な意見交換がなされる交流会

下 / 親睦会でレクリエーションダンスを披露



文化の輪を広げ 平成25年度球磨郡文化協会交流会

毎年度、郡内の文化協会と親睦を図るために行われている球磨郡文化協会交流会が、3月8日（土）、山江温泉センターほたるにて開催されました。

現在人吉球磨管内には山江村をはじめ、多良木町、あさぎり町、錦町、球磨村、相良村、湯前町、人吉市に文化協会があります。今年度は、人吉文化協会が初めて交流会に参加しました。

文化に触れる機会の創造に、各協会が力を入れており、会議では、年間の活動内容の報告のほか、幅広い世代の人たちが文化活動へ参加できるよう工夫を凝らしていきたいなどの意見交換が行われました。

交流会後の親睦会では、日頃の活動紹介として山江村文化協会会員がダンスや読み聞かせなどを披露しました。

消 防 団 員 募 集

地域の安心と安全を守るために、あなたにもできることがあります。

消防団は地域に住む人で構成し「自分たちの村は自分たちで守る」という思いを胸に、団員はそれぞれの仕事をもちながら活動しています。あなたも消防団員として活動しませんか。

問合せ 総務課 ☎(23)3111



地域づくりを応援します

山江村笑顔あふれる地域づくり推進事業

山江村では、山江村に暮らす地域住民の方々が地域の維持・発展に自ら活動し、地域に活力を生みだす取り組みに対し、「笑顔あふれる地域づくり推進事業補助金」による支援を行っています。

平成 26 年度も当事業による地域づくり活動への支援を行います。「新たな事業をしたい」、「地域の伝統を後世に伝えたい」、「地区の課題について研修会を実施したい」など、地域活性化への様々なアイデアを地域が一体となって立案し、元気な地域づくりへチャレンジしてみませんか。

申請期限

平成 26 年 5 月 30 日（金）まで

補助限度額

補助限度額は、1 地区あたり 10 万円＋（各地区の戸数 × 補助額）（平成 26 年 4 月 1 日現在）。
額確定後に各区長へお知らせします。

補助金申請

地区内で協議し、平成 26 年度の地域づくり事業計画を立て、その計画に沿って限度額内での補助金交付申請を区長を通じて提出していただきます。

※ 計画については、地区住民の協議が必要となります。

事業開始

補助金交付決定通知書を交付後、計画に沿って地域づくり事業を開始してください。

実績報告

地域づくり事業終了後は、事業実績報告書を区長より村へ提出してください。活動内容がわかるように、領収書及び写真の添付が必要です。平成 27 年 3 月 31 日までに報告が必要です。

※ 工事等の写真は竣工前後の写真を添付してください。

※ イベント等はその様子の写真を添付してください。

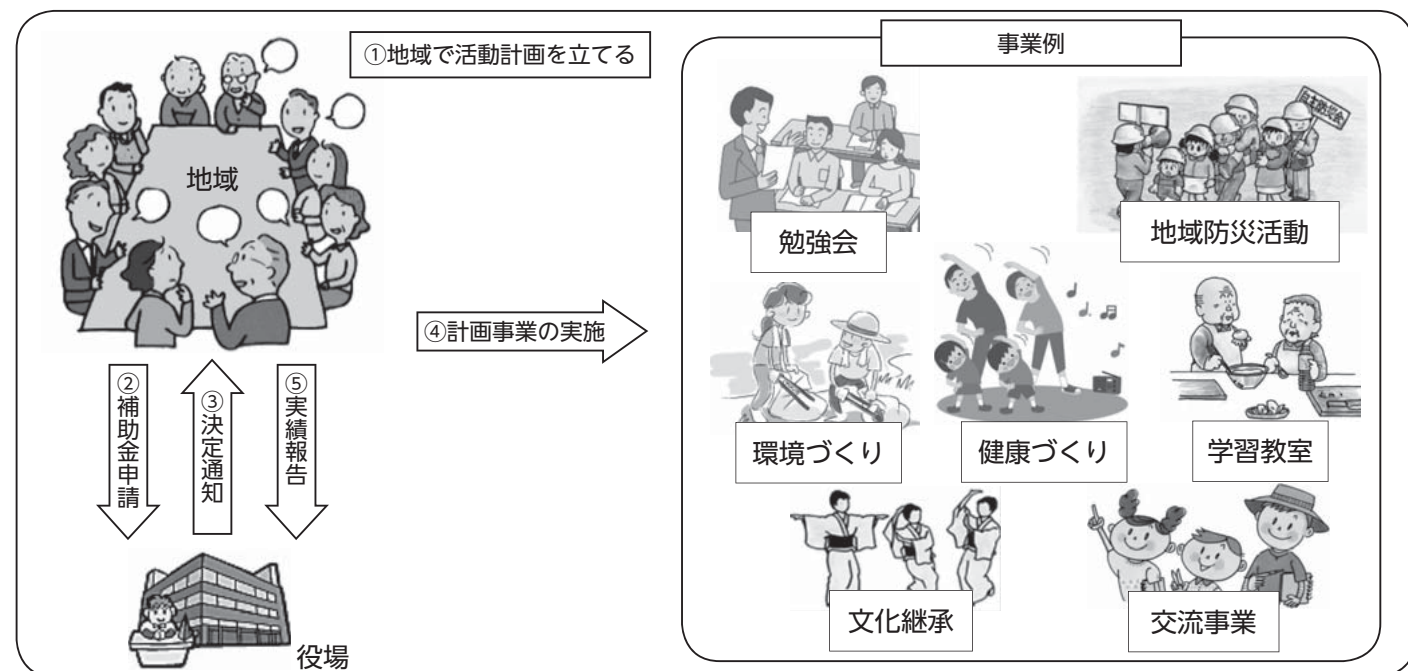
※ イベント等で使用する用具を購入の際は、道具のみの写真および使用時の写真を添付してください。

補助対象外経費

飲食に要する経費、自治体組織や施設の運営に要する経費

問合せ 各区の区長、若しくは山江村役場総務課企画政策係までお問い合わせください。

総務課企画政策係 ☎(23)3111



文化財保存活動しながら、地域の絆を深める

文化財を守り 地域を元気に 大川内観音堂落成式

この度、山田大川内地区で守られてきた観音堂の改修が行われました。これは、築 50 年を経過し、老朽化したことから、地域の浄財により、御堂の立て直しが計画されたものです。3 月 9 日（日）、新観音堂の落成式が行われました。当日は関係者が一同に集う中、改修落度法要が厳修されました。

この御堂に祀られている観音像は、昔から祈願成就や災害等のわざわざい除けにご利益があるとされており、地域住民の手で今日まで守られてきました。この像を大切に思う地域のまとまりや優しさが伝わる落成式でした。



チームワークでボールをカット

初交流試合を開催

わいわいクリスポやまえ少年サッカー

3 月 15 日（土）、わいわいクリスポやまえの少年サッカー教室が活動開始して初めての交流試合が山田小学校グラウンドを会場に開催されました。

子ども達にサッカーの魅力を感じてもらい、また技術向上を目的とした交流試合では、八代市立八千把小学校のサッカーチームを招待し行いました。

試合では、フォーメーションの確認を子ども達なりに考え、試合運びなどをコーチから指示を受けながら、ボールのつなぎ方を学びました。



第 24 回山江村民オープンゴルフ大会開催のお知らせ

山江村体育協会ゴルフ部（部長 森田俊介）主催により、次のとおり計画していますので、皆さん気軽に参加くださいますようお願いいたします。

日 時 5 月 1 7 日（土） 午前 9 時 0 3 分スタート
会 場 熊本クラウンゴルフ倶楽部
募集人数 1 6 組 6 4 名（申し込み順締切）
申込期限 4 月 3 0 日（水）



参 加 費 3, 0 0 0 円
（賞品代 2,000 円、懇親会費 1,000 円）
プレー代 9, 0 0 0 円
（乗用カートセルフ・食事込み）
参加資格 オープン参加
（山江村村内外問わず）
※ 申込み及び問合せ
山江村体育協会事務局 山江村教育委員会
☎（2 3）3 6 0 4



第23回 山江村民オープンゴルフ大会 平成25年11月2日 於:球磨カントリー倶楽部

平成 26 年度狂犬病予防注射の巡回を実施します

平成 18 年に海外で犬に咬まれ、狂犬病ウイルスに感染した日本人 2 名が、帰国後に狂犬病を発症して死亡した例があります。狂犬病は、発症すれば有効な治療法が無く、潜伏期間を経て発症したのち、恐水・恐風・幻覚症状が現れて急速に衰弱し、最後は呼吸困難で 100%死亡する恐ろしい感染症です。

私たちが、動物を安全に飼育できるのは、国内での徹底した狂犬病予防注射の効果によるものです。犬の登録及び予防注射の実施は、狂犬病予防法により飼い主に義務付けられていますので、未登録の犬（生後 90 日以上）は、下記により新規登録をして、獣医師の診察を受け予防注射を受けてください。

- ・当日、体調が悪くないか、病気をしていないかを確認してください。
- ・生ワクチンを注射している場合は、1 ヶ月以上の間隔を空け、不活性化ワクチン及び他のワクチンを注射している場合は、1 週間以上の間隔を空けてください。

○ 新規登録の犬（登録料 3,000 円、注射料金 3,000 円）

○ 既に登録をしている犬（注射料金 3,000 円）

※ 指定場所以外での個別注射は行いませんので、必ず指定場所に連れて来てくださるようお願いします。

避妊及び去勢手術費助成

雌避妊手術 6,000 円 / 雄去勢手術 3,000 円

問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎(24) 1700

4 月 22 日（火）（第 1 日目）〔山田地区〕		4 月 24 日（木）（第 3 日目）〔万江地区〕	
時 間	指定場所	時 間	指定場所
9:00 ～ 9:20	合戦ノ峰橋広場	9:00 ～ 9:10	下ノ段橋
9:30 ～ 9:40	三橋登宅前	9:20 ～ 9:30	万江管理センター
9:50 ～ 10:00	井手ノ口公民館	9:40 ～ 9:50	柳野公民館前
10:10 ～ 10:20	寺山公民館	10:00 ～ 10:10	小森公民館
10:30 ～ 10:40	大王神社前	10:20 ～ 10:30	藤田商店前
10:50 ～ 11:00	山江村役場（マロン号駐車場横）	10:40 ～ 10:50	柚木川内橋前
13:30 ～ 13:40	畜産センター	11:00 ～ 11:10	木のふれあい館
13:50 ～ 14:10	西川内公民館	13:45 ～ 13:50	水無出口
14:20 ～ 14:30	一丸公民館	13:55 ～ 14:00	水無集落
14:40 ～ 14:50	小山田公民館	14:10 ～ 14:15	大川内橋
4 月 23 日（水）（第 2 日目）〔山田地区〕		14:25 ～ 14:30	合子俣
時 間	指定場所	14:40 ～ 14:50	日熊宅前
9:00 ～ 9:10	9 区公民館	15:00 ～ 15:10	尾寄崎キャンプ場
9:20 ～ 9:30	別府公民館	5 月 27 日（火）（予備日）	
9:40 ～ 9:50	原先利且宅前	時 間	指定場所
10:00 ～ 10:10	東浦公民館	9:00 ～ 9:10	木のふれあい館
10:20 ～ 10:30	山江村役場（マロン号駐車場横）	9:20 ～ 9:30	万江管理センター
13:30 ～ 13:40	尾崎公民館	9:50 ～ 10:00	三橋登宅前
13:50 ～ 14:00	湯ノ原バス停	10:10 ～ 10:20	畜産センター
14:10 ～ 14:20	番慶橋前	10:30 ～ 10:40	番慶橋前
14:30 ～ 14:40	下払自治会館	10:50 ～ 11:00	別府公民館
		11:10 ～ 11:20	山江村役場（マロン号駐車場横）

平成 26 年
5 月期分から

上下水道料金を改定します

村民の皆さまの上下水道料金は施設の維持管理費やこれまでの施設整備に要した借入金の返済などに充てていますが、現在、一般会計からの繰入金がないと運営できない状況です。

また、4 月からの消費税の増税に伴い、さらに運営が厳しくなることが予想されることから、2 度にわたり運営協議会が開かれ、水道料金について検討されました。その結果、消費増税に合わせ、平成 26 年 4 月使用分（5 月期分）から上下水道使用料を以下のとおり改定することとなりました。

つきましては、今後も経費節減を進め、経営の健全化に努めてまいりますので、村民の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

■水道使用料

用 途	基本水量	基本料金	超過料金 （1 m ³ 当り）	
			（現行）	（改定後）
一 般 用	10 m ³ まで	1,500 円	100 円	130 円
営 業 用	10 m ³ まで	1,500 円	100 円	130 円
官公署用	10 m ³ まで	1,500 円	100 円	130 円
一時使用	10 m ³ まで	1,500 円	100 円	130 円
メーター器貸与料 月額 1 台あたり 60 円				

■下水道使用料

用 途	基本料金	世帯人員割 （1 人当り）	
		（現行）	（改定後）
一般家庭用	1,530 円	510 円	560 円
業 務 用	3,060 円	310 円	360 円
兼 用	4,590 円	510 円	560 円

例：一般家庭、4 人家族、20 m³使用の場合（1 ヶ月当り）

現行料金		⇒	改定後料金	
水道 基本料金	1,500 円		水道 基本料金	1,500 円
超過料金（100 円 × 10 m ³ ）	1,000 円		超過料金（130 円 × 10 m ³ ）	1,300 円
メーター器貸与料	60 円		メーター器貸与料	60 円
下水道 基本料金	1,530 円		下水道 基本料金	1,530 円
世帯人員割（510 円 × 4 人）	2,040 円		世帯人員割（560 円 × 4 人）	2,240 円
上下水道使用料合計	6,130 円		上下水道使用料合計	6,630 円

上記のケースの場合、月々 500 円の値上げとなります。

問合せ 建設課上下水道係 ☎(23) 6449

平成 26・27 年度 後期高齢者医療制度保険料率が決定しました

後期高齢者医療制度の保険料率は、2 年ごとに見直されています。平成 26 年度及び平成 27 年度保険料率は以下のとおり決定しました。保険料は、平成 24 年度及び 25 年度の保険料と同一です。

平成 26 年度及び平成 27 年度保険料率
均等割額 47,900 円
所得割率 9.26 %
保険料額（年額）＝均等割額（47,900）円＋所得割額 {（総所得金額等－33万円）×（9.26）%}
※ 上限額が年額 55 万円から 57 万円へ変更となりました。

▶ 後期高齢者医療制度の対象となる方

- ① 75 歳以上の方（75 歳の誕生日から自動的に加入）
- ② 65 歳から 74 歳までの方で一定の障がいがある方（市町村に申請し、広域連合の認定を受けた日から加入）

- ※ 一定の障がいがある方とは、身体障害者手帳に記載された障がいの等級が 1 ～ 3 級及び 4 級の一部の方などです。
- ※ 一定の障がいに該当する方の加入（障がいの認定の申請）は任意です。障がいの認定は、いつでも申請することができ、いつでも撤回することができます。
ただし、過去にさかのぼって撤回することはできません。
- ※ 生活保護を受けている方及び外国人で在留期間が 3 か月未満である方などは対象になりません。

▶ 平成 26 年度は保険料軽減対象者が拡大します

所得が低い方や被用者保険加入者（※）に扶養されていた方の保険料は、継続して軽減されます。
（※）被用者保険とは協会けんぽ、健保組合、共済組合などです。

所得が低い方の軽減

◆保険料の均等割額（被保険者全員が等しく負担する保険料）の軽減

世帯（被保険者と世帯主）の総所得金額等が・・・

「基礎控除額（33 万円）」を超えない世帯で、被保険者全員の年金収入の控除額をそれぞれ 80 万円として計算したうえで所得が 0 円となる場合	➡	保険料の均等割額を 9 割軽減
「基礎控除額（33 万円）」を超えない世帯	➡	保険料の均等割額を 8. 5 割軽減
「基礎控除額（33 万円）」＋「24.5 万円 × 世帯の被保険者数」を超えない世帯（拡大）	➡	保険料の均等割額を 5 割軽減
「基礎控除額（33 万円）」＋「45 万円 × 世帯の被保険者数」を超えない世帯（拡大）	➡	保険料の均等割額を 2 割軽減

※ 均等割の軽減判定についての総所得金額等は、公的年金等特別控除後（専従者控除や譲渡所得特別控除の適用前）の金額になります。

◆保険料の所得割額（所得に応じて負担する保険料）の軽減

被保険者の総所得金額等が
「基礎控除（33 万円）」＋ 58 万円を超えない方
保険料の所得割額を 5 割軽減

被用者保険加入者に扶養されていた方の軽減

被用者保険加入者に扶養されていた方も、保険料が軽減されます。
特別措置として、当分の間は保険料の均等割額が 9 割軽減されます（所得割額はかかりません）。

▶ 平成 26 年度後期高齢者医療保険料の納め方について

後期高齢者医療保険料は、特別徴収（年金からの差し引き）又は普通徴収（納付書又は口座振替）により納めることになります。

特別徴収の方	平成 26 年 4 月より年金からの差し引きにより保険料を納めていただきます。
普通徴収の方	平成 26 年 4 月より納付書又は口座振替により保険料を納めていただきます。

また、現在普通徴収の方（年金受給額が年間 18 万円未満の方を除く）で、平成 25 年 4 月 2 日以降に 75 歳の誕生日を迎えられた方は、次のとおり平成 26 年度途中から特別徴収となりますのでご注意ください。

75 歳の誕生日	普通徴収の月	特別徴収の開始月
平成 25 年 4 月 2 日～平成 25 年 10 月 1 日の間	普通徴収はありません	平成 26 年 4 月から
平成 25 年 10 月 2 日～平成 25 年 12 月 1 日の間	平成 26 年 4 ・ 5 月	平成 26 年 6 月から
平成 25 年 12 月 2 日～平成 26 年 2 月 1 日の間	平成 26 年 4 ・ 5 ・ 6 ・ 7 月	平成 26 年 8 月から
平成 26 年 2 月 2 日～平成 26 年 2 月 28 日の間	平成 26 年 4 ・ 5 ・ 6 ・ 7 ・ 8 ・ 9 月	平成 26 年 10 月から
平成 26 年 3 月 1 日～平成 26 年 3 月 31 日の間	平成 26 年 7 ・ 8 ・ 9 月	平成 26 年 10 月から

* 普通徴収の月は、市町村によって異なります。また、平成 25 年 4 月 2 日～ 10 月 1 日の間に 75 歳の誕生日を迎えられた方の特別徴収の開始月は、市町村によって平成 26 年 4 月前に開始される場合もあります。

特別徴収から口座振替へ変更できます

後期高齢者医療保険料を特別徴収（年金からの差し引き）により納めている方は、申し出により、保険料を口座振替での納付へ変更することができます。

問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700



春先にこそ注意しよう！！ 高齢者の「かくれ脱水」

春先から初夏にかけて、お天気も良く、湿度も低い日が続くようになります。気持ちよく、散歩に出かける日も増えますね。ただ、気温は安定せず、前日とは温度差がある日も多く、急に暖くなった日の散歩など注意が必要です。水分の摂取がいつも通りでも、快晴・快適・急激な温度上昇によって気づかず、たくさん汗をかいて水分摂取が不足し、脱水症を引き起こすことがあります。

「かくれ脱水」とは？

脱水症は進行するまで、これといった症状が出にくいのが特徴です。脱水症になりかけているのに、本人や周囲がそれに気がつかないため、有効な対策が取れていない状態を「かくれ脱水」と呼びます。

高齢者は脱水症になりやすい傾向があります。若い頃は病気などで水分を摂ることができないということでもない限り、脱水症になることはあまりありませんが、高齢者の場合は、比較的簡単に脱水症になってしまいます。

脱水状態で起こる症状

体内の水分を失うと様々な症状が出てきます。のどの渇きを感じた時点ですでに体重の 2% の水分が失われていますので、まずは自覚症状のない「かくれ脱水」があることを知ることは大切です。

高齢者のことで困ったことなどありましたら、山江村役場健康福祉課地域包括支援センターにご相談ください

受付 月曜日から金曜日
8時30分～17時15分
連絡先 ☎(23)2232



夜間・休日相談受付

(1) 月曜日から金曜日

午後5時15分から翌朝午前8時30分

(2) 土曜日、日曜日、祝日 終日(24時間)

連絡先 委託施設(山江老人保健施設) ☎(24)9800

※はじめに「地域包括支援センターへの電話です」と伝えてご相談ください。

Health teeth

虫歯のなかったお友達

子どもさんの歯科検診の結果むし歯がなかったお子様です。(要観察歯があったお子様・治療中を除く)歯みがき、仕上げ磨き、おやつ工夫など親子で頑張りました。今回むし歯があったお子さんは早めに治療をしましょう。

●5歳児歯科検診(2月6日)

永田 侑一郎(博弥)第5区 (敬称略)



春眠暁を覚えず

暖かな陽射しに、さわやかな春風が気持ち良いこの季節、ついつい寝坊や居眠りをしてしまいます。今月は、眠気をスッキリさせる簡単な方法をご紹介します。

■目覚めパッチリ ～さわやかに1日のスタートをきりましょう～

光を浴びる

太陽には強い覚醒効果があります。朝、目覚めたらまずカーテンを開け、太陽光を浴びるようにしましょう。

心地よい音楽をかける

目ざまし時計と併用して、起床 30 分前から、ほどほどのボリュームで音楽をセットしておきます。心地よい音の刺激が脳に伝わり、自然な状態で目が覚めやすくなります。

寝たままストレッチ

目が覚めたら、仰向けに寝たまま息を吐き、両足をゆっくりと胸の方に引き寄せます。無理をせずに、気持ち良いと感じるところまでOKです。

介護保険費用額(平成26年1月)

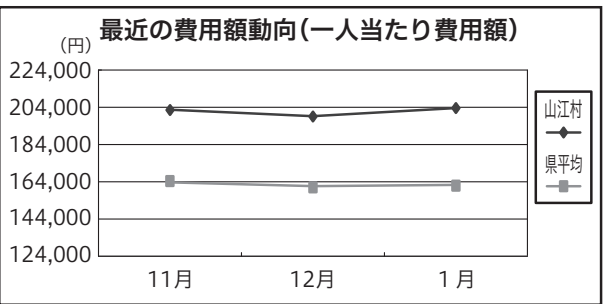


介護保険費用額の県内順位と一人当たりの費用をお知らせします。介護保険サービスにかかる費用額の 21% は第 1 号被保険者(65 歳以上の方)の介護保険料でまかないます。1 日でも長く、自宅で自立した日常生活が営めるよう予防することが大切です。

■県内順位 3 位 / 45 市町村中

■一人当たり費用額 205,046 円

県平均の 1.27 倍(県の平均 161,078 円)



熱めのシャワー

かなり熱いお湯で水流は強めに、そして、テキパキと短時間で終わましょう。体温と血圧を睡眠モードから覚醒モードへと切り替えてくれます。



毎日決まった時間に起床

決まった時間に就寝、起床。これが健康睡眠の基本です。どうしても不規則になりがちな人も、起床時間だけは一定に保つよう努力をしましょう。活動開始のリズムを体に覚えさせることが大切です。

国民健康保険医療額(平成26年1月)

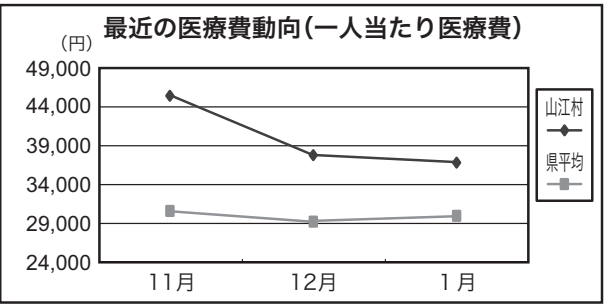
医療費は、国保税から支払われています。医療費が高くなるほど、国保税も高くなります。病の早期発見、早期治療により医療費は抑えることができます。健康に配慮した生活をこころがけましょう。

※数値は一般被保険者のみの医療費から算出されたものです。

■県内順位 5 位 / 45 市町村中

■一人当たり医療費 36,957 円

県平均の 1.26 倍(県の平均 29,364 円)



お知らせ

information

地域福祉権利擁護事業を「活用」ください

認知症・知的障がい・精神障がい等があらわれるために判断能力が不十分であり、日常生活に不安のある方へ、ご地域福祉権利擁護事業の利用をご案内しています。

例えば、「福祉サービス利用希望の相談する人がいない。」「年金や生活保護費などを使い切り、そのために公共料金や家賃が支払えない。」「介護保険や年金などの通知内容や手続きがわからない。」「物忘れで通帳の保管場所がわからなくなってしまう。」「訪問販売の被害に何度もあっており、断りきれず、その支払いにも困っている。」など、困りの方に対して、生活支援員が訪問して相談に応じます。

次の4点について、ご本人との

4月から病児・病後児保育を実施します！

平成26年4月から病気などで保育園や小学校に登園・登校することができないお子様を医療機関で予約するサービスを実施します。
対象児童 保育所に入所中の乳幼児及び小学校3年生までの児童
利用時間 8時15分～17時30分
利用料金 2,000円/日(昼食・おやつは持参)※連日利用の2日目以降は1,000円/日
実施機関 医療法人増田クリニック内『あひるハウス』(人吉市五日町44)

利用方法 利用する前日までに事前登録および予約が必要です。利用する際、準備物がありますので、実施機関にご確認ください。

問合せ 健康福祉課福祉係
☎(23)3978



「契約」により、社会福祉協議会が、責任を持って手続きや支払いの代行などを行います。

- ①福祉サービスを利用したり、やめたりすること
- ②日常的な金銭管理(金融機関での手続き、お金のお届けなど)
- ③大切な書類などのお預かり
- ④定期的な訪問による生活状況の把握

利用料 1回1時間あたり900円(以後、30分毎に450円加算)

問合せ 山江村社会福祉協議会
(域内)☎(24)1508
☎(28)3556

献血のお願い

皆さまの善意に支えられた献血は、重大事故等から何ものにも代えがたい貴重な生命を守るために必要不可欠なものであり、真に「いのち」といのちを結ぶ絆(きずな)」であります。どうぞ皆さまの温かいご理解とご協力をお願いします。

献血は400ccのみの採血となります。

日時 4月21日(月)10時～12時、13時～16時

会場 山江村農村環境改善センター

農業集落排水施設使用料の減免について

現在、農業集落排水に加入されている世帯には、農業集落排水施設使用料が発生しております。

この使用料は、世帯にお住まいの方(住民票がある方)の人数により使用料が決定されていますが、進学や入院など、長期間家に不在となる場合には使用料の減免を受けることができます。

減免を申請する方法につきましては、所定の減免申請書、その他必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

問合せ 建設課上下水道係
☎(23)6449

振り込め詐欺に注意！

最近、人吉市内で警察官と誤解させるような不審電話が多発しています。

犯人は、「あなたの預金通帳が偽装された」と言ってお金の振込を指示しています。

お金の振込を指示するような内容の電話を警察や行政機関から掛けることは絶対にありません。

不審な電話が掛かってきた場合には、安易に相手の質問に答えた

山江子育てサロンのお誘い

春の心地よい風がふき、外での遊びも楽しい季節になりました。新年度も気軽に楽しく集える場となるよう努めていきたいと思います。た～くさんのご参加をお待ちしています。

対象 山江村に住む0歳～就学前までのお子様と保護者

場所 山江村福祉保健センター「健康の駅」

時間 10時00分～11時30分(終了予定)

参加費：無料

※ 申込み不要。

※ 内容は変更になる場合があります。

4月9日(水)
お話し会(おひさまの会)

4月23日(水)
遠足

※ 必要に応じてベビーカー等をご準備ください

問合せ 健康福祉課保健衛生係
☎(24)1700



水道使用者の名義変更をお忘れなく

水道使用者の転出や死亡により、水道使用者が変更となる場合、水道使用者の変更手続きが必要です。手続きがお済みでない場合、前使用者の名義で納付書等が発行されます。名義変更につきましては、建設課に備え付けの水道使用異動届に必要事項を記入の上ご提出ください。

詳細につきましては、建設課上下水道係までお問い合わせください。

問合せ

建設課上下水道係

☎(23)6449

不法投棄は犯罪です。

あなたの行動は誰かが見えています！

法律により以下の罰則が課せられます。

5年以下の懲役又は1,000万円以下の罰金(法25条)

不法投棄を発見し次第、警察署が役場に通報してください。



六沢橋下の不法投棄

人吉警察署 ☎(24)4110

役場 ☎(23)3111

募集

幹部自衛官採用試験

受験資格

①一般・技術

22歳以上26歳未満の者(22歳未満の者は大学卒および見込みを含む)。修士学位取得者は28歳未満

②歯科

20歳以上30歳未満の者(専門大学卒および見込みを含む)

③薬剤

20歳以上28歳未満の者(専門大学卒および見込みを含む)

受付締切 4月26日(土)

試験期日(一次)

・筆記試験 5月11日(日)

・筆記式操縦適性検査 5月12日(月)※飛行要員希望者のみ

試験場所 受付時に連絡

問合せ 自衛隊熊本地方協力本部

人吉地域事務所

☎(22)4704

※県外在住の方で受験を希望される方も受験可能です。

歴史民俗資料館
休館のお知らせ

山江村歴史民俗資料館は展示品整理等を行うため、山江村歴史民俗資料館及び図書室を休館します。よろしくお願いします。

休館期間 4月1日から6月末まで

問合せ 教育委員会 ☎(23)3604

「山江村指定ごみ袋」料金改定

原油の高騰、及び消費税率の引き上げにより、平成26年4月から「山江村指定ごみ袋」の販売価格を下記のとおり改定します。

村民の皆様のご理解をよろしくお願いいたします。

種類	改定前(税込)	改定後(税込)
可燃物、不燃物、資源物(大)	210円	216円
可燃物、不燃物、資源物(中)	157円	162円

熊本丸岡会への参加者募集！

熊本在住の山江村出身者で構成される「熊本丸岡会」が開催されます。多くの方の参加をお待ちしております。

日時 6月8日(日)正午

場所 熊本交通センターホテル

会費 個人負担(男性7,000円、

女性6,000円、夫婦同伴11,000円)

交通手段 山江村役場から会場まではマイクロバスで乗り合わせて行きます。

※参加を希望される方は、4月30日(水)までに産業振興課商工観光係までお申込みください。

問合せ 産業振興課商工観光係

☎(23)3113

小学生・高校生のための夏休み海外派遣 参加者募集

公益財団法人・国際青少年研修協会では、10事業の参加者を募集しています。体験を通してお互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。

内容 ホームステイ・ボランティア・文化交流・学校体験 英語研修・地域見学・野外活動など

派遣先 米国・英国・豪州・カナダ・

サイパン・セブ・フィジー

日程 7月25日(金)～8月17日

(日)の8～18日間

※事業により異なる

対象 小3～高3の方まで

※事業により異なる

説明会 全国14都市、5月下旬

※入場無料・予約不要

参加費 25～65万円

締切 6月2日(月)および9日

(月)

※事業により異なる

問合せ・資料請求 公益財団法人国

際青少年研修協会(東京都品川区

西五反田7-15-4)

☎03(6417)9721

URL <http://www.ksk.or.jp>

グローバルジュニアドリーム事業団員募集

小学校5・6年、中学生の皆さん。くまモン営業部長から青少年大使として任命してもらい、一緒に台湾に行きませんか？

青少年大使として高雄市長表敬、高雄市の子ども達との交流、県産品流通視察などを予定しています。今年の夏、台湾での新しい出会いから得た感動を大使として県民に報告してくれる団員を募集しています。

平成26年度前期「技能検定」国家試験の受付開始

技能検定は、働く方々の有する技能・知識を一定の基準より検定し、国として証明する国家検定制度です。技能に対する社会一般の評価を高め、働く方々の技能と地位の向上を図ることを目的として、職業能力開発促進法に基づいて実施しています。

受付期間 4月7日(月)～4月18

日(金)まで

実施期間 6月4日(水)～9月9

日(火)まで

※3級は8月10日(日)まで

合格発表 10月3日(金)※3級は

8月22日(金)

問合せ 熊本県職業能力開発協会

業務グループ

☎096(285)5818

平成26年度人吉市圏域手話奉仕員養成事業

手話通訳者を養成することで、聴覚障がい者の意思疎通と情報受容の保障を広げ自立と社会参加の支援を担う人材を養成します。

入門過程 4月23日～7月30日(15

回30時間)

基礎課程 9月3日～翌年3月25

日(26回52時間)

講習時間 毎週水 19時～21時

場所 球磨人吉カルチャーパレス

受講資格 高卒以上の学力を有する者

実費 テキスト代その他教材

内容 入門過程(学科講義・手話実

技)、基礎課程(学科講義・手話実

技)、成果測定テスト

問合せ 財団法人熊本県ろう者福

祉協会

☎096(383)5587



ダニ媒介性疾患に注意

～春から秋は、マダニの活動が活発になります～

マダニに咬まれることで病原体に感染し、日本紅斑熱や重症熱性血小板減少症候群(SFTS)などの病気にかかり重症化することがあります。

マダニは比較的大型(吸血前で3～4mm)のダニで、主に森林や草地等の屋外に生息し、日本でも全国的に分布しています。

県内では昨年4件のSFTSの発生がありました。ダニに咬まれて感染するダニ媒介性疾患であり、感染予防対策としては、マダニに咬まれないようにすることが重要です。

外出するときは、以下のダニ予防に努めましょう。

【ダニ媒介性疾患の予防対策】

①マダニに咬まれないようにする。

②森林や草地などマダニが多く生息する場所に入る場合には、長袖、長ズボン、足を完全に覆う靴などを着用し、肌の露出を少なくする。

③屋外活動後はマダニに咬まれていないか確認する。

④吸血中のマダニに気づいた際は、速やかに病院で処置する。

⑤マダニに咬まれた後に発熱等の症状があった場合は、病院へ受診する。

※マダニは、衣類や寝具に発生するヒョウダニなど家庭内に生息するダニと異なります。

平成 26 年度国民年金保険料の改定

15,250 円 (月額)

○保険料免除について

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方)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。免除期間も年金加入期間にカウントされ、より多くの年金を受け取ることができます。

問合せ 健康福祉課 ☎(23)3978

八代年金事務所お客様相談室

☎0965(35)6123

平成 26 年度人吉保健所精神保健相談 (こころの健康相談)

受付時間 14時～15時(要予約/予約は1回2人)

受付曜日 第2木・第4金曜日

年間日程

第2木曜日

担当医 村上良慈医師

場所 人吉保健所

4月10日、5月8日、6月12日、8月14日、
9月11日、10月9日、12月11日
平成27年1月8日、2月12日

場所 多良木町保健センター

7月10日、11月13日、平成27年3月12日

第4金曜日

担当医 村田良介医師

場所 人吉保健所

4月25日、6月27日、7月25日、8月22日、
10月24日、11月28日、12月26日、
平成27年2月27日、3月27日

場所 多良木町保健センター

5月23日、9月26日、平成27年1月23日

問合せ 人吉保健所 ☎(22)3107

ケーブルテレビセンターニュース

☆インターネットサービス☆

- ①ケーブルテレビ加入者はインターネット利用が可能。
- ②インターネット利用料は月額2,500円。
- ③月額100円にて無線LANルーターを貸出し。申込み、お問合せはケーブルテレビセンターまで

☆スペシャル番組☆

放送時間(2時・10時・14時・19時30分)
・山田小学習発表会 ・村内卒業式

★CS放送の番組表は山江村ホームページからご覧ください。また、改善センター入口にCS番組ガイド誌を置いてますので、ご自由にお持ち帰りください。

※やまえCATV情報局は毎週土曜日更新です。(更新状況で放送時間が一部変更する場合があります)

※ご不明な点はケーブルテレビセンターまで
(月～金)の連絡先 ☎(22)8808
(土・日・祝日)の連絡先 ☎(23)3111

平成 26 年度 やまえつつじ祭

5万本のつつじが咲き誇る丸岡公園一帯で、平成26年度やまえつつじ祭を開催します。キャラクターショーや抽選会、やまめのつかみ取り大会などたくさんの催し物をご用意しております。たくさんの方のご来場をお待ちしております。

また、つつじ祭り協賛による四半的大会も開催します。詳しくは、ホームページ等をご覧ください。お楽しみに。

日 時 4月20日(日) 9時～15時
場 所 丸岡公園一帯
問合せ やまえつつじ祭実行委員会
(産業振興課内) ☎(23)3113

【四半的大会】
日時 4月17日(木) 9時30分～
場所 丸岡公園農村広場
(※雨天時、山江村体育館)

マロン号も
やってくる！



第9回やまめ釣り大会 in 尾寄崎

今年も『やまめ釣り大会 in 尾寄崎』を開催します。多数の参加をお待ちしております。

期 日 4月27日(日)
場 所 尾寄崎キャンプ場周辺
参加料 大人2,000円、小学生以下1,000円

日 程 受付 6時00分～ 9時00分
競技 6時30分～ 11時00分
計量、審査 11時00分～ 11時30分
表彰式、抽選会 11時30分～

その他 エサ釣りのみ。釣竿・エサなどは各自準備ください。昼食は別途500円必要となります。

申込期限 4月18日(金)
申込・問合せ やまめ釣り大会 in 尾寄崎実行委員会
(産業振興課内) ☎(23)3113

狙え
尺やまめ!!



くま川鉄道旅客運賃の改定



KUMAGAWA RAIL ROAD



くま川鉄道株式会社は、消費税の引き上げに伴い、平成26年4月1日より下記のとおり運賃改定を実施いたします。主な駅間の運賃は次のとおりです。

普通旅客運賃 (大人)	
①人吉温泉～願城寺	190 円
②人吉温泉～肥後西村	250 円
③人吉温泉～おかどめ	370 円
④人吉温泉～あさぎり	420 円
⑤人吉温泉～多良木	570 円
⑥人吉温泉～湯前	690 円

通勤定期旅客運賃 (1ヶ月)	
①人吉温泉～あさぎり	13,920 円
②人吉温泉～多良木	17,620 円
③人吉温泉～湯前	20,590 円
④あさぎり～湯前	10,870 円

通学定期旅客運賃 (1ヶ月)	
①人吉温泉～肥後西村	5,930 円
②人吉温泉～あさぎり	10,130 円
③肥後西村～多良木	10,130 円
④人吉温泉～多良木	11,050 円
⑤人吉温泉～湯前	11,790 円
⑥願城寺～湯前	11,790 円

問合せ くま川鉄道株式会社
☎(23)5011(平日9時～17時30分)

相 談

じっくり探して就労支援！

県では、仕事探しのカウンセリングから、就職後の支援までを一カ所で提供し、求職者一人ひとりに対応したきめ細やかな支援を行います。気軽に相談ください、お待ちしております。

①キャリアアカウンセリング

内容 キャリアアカウンセラーが、今後の就職活動の進め方について、きめ細かく助言を行います。
時間 (月～金) 9時～18時30分、
(土) 10時～16時30分
☎096(352)0895

②生活相談

内容 保育、公営住宅、健康保険、年金などの生活に関する相談・情報提供を行います。
時間 (月・木) 13時～16時30分
☎096(351)0500

③労働相談

内容 専門の相談員が解雇、労働条件、賃金等に関する職場でのトラブルなどについて中立の立場から助言を行います。
時間 (月～金) 9時～18時30分、
(土) 10時～16時30分
☎096(352)3613

問合せ 熊本県しごと相談・支援センター(熊本市中央区水道町8-16朝日生命熊本ビル1階)*日曜、祝日、年末年始はお休みです。
☎096(351)0500

切り取り

税金及び使用料納期一覧表

平成26年度の税金及び使用料各種の納期一覧表です。税金及び使用料は納期限内に納めましょう。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
村民税			1期		2期			3期		4期		
固定資産税		1期		2期			3期				4期	
軽自動車税	全期											
国民健康保険税	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期		9期	10期	
村営住宅使用料	毎 月											
上下水道使用料	毎 月											
ケーブルテレビ使用料	毎 月											

※ 一覧表は切り取って使用してください。

山江村文化協会 てまり部「なのはな」

てまりの魅力に浸ってみませんか？

皆さん こんにちは。

私たちてまり部は、福岡より講師の先生をお迎えして、毎月第2土曜日 10 時半から資料館研修室で会員 16 名が楽しく活動しています。

昔ながらのてまり「柳川伝承さげもん」。「この子が一生、幸せでありますように」と願いを込めて作られます。色とりどりの糸で作られる模様や色、形のてまりには魅力があります。そのてまりと一針一針と縫い上げた小物が組み合わせあった「さげもん」が、現在、一人、二人と完成しつつあります。

出来上がった時の感動はとても嬉しいです。

この感動の作品を村内に展示し、村の活性に向けてお手伝いできればと、会員みんなでコツコツ

と作品作りに精を出しています。

嬉しいことに新しいメンバーさんが増えていきます。いつでも、私たちの活動を見ていただき、てまりの魅力に浸ってみませんか。



今年、資料館に展示したてまりの作品です。

みんな楽しんでてまり作りに励んでいます。

NPO法人かチャリンクやまえ



景観づくりでみんなが集う場所へ



2月、くまもと緑・景観協働機構の緑花ボランティア助成事業を活用して時代の駅むらやくばの敷地内に、芝桜とクリスマスローズを植栽しました。村内外から訪れる方々の気持ちを和ませる暖かな空間にできればと取り組んだ活動です。

メンバーで協力して植えた花たちがすくすく育つのが楽しみです。年中楽しめると思いますので、皆さんもぜひお立ち寄りください。お待ちしております。



時代の駅むらやくばの玄関を中心に楽しめます



プランターを活用しています

今回は芝桜と1月から3月の間に咲くクリスマスローズを植えました



みんなで協力して植えたので楽しく取り組みました



掲載希望される場合は、総務課企画政策係 広報担当までご連絡ください。☎23-3111

スポーツ活動・文化活動 受講生募集！

4月から新しく習い事を始めませんか。村内のスポーツ活動や文化活動への受講生を募集します。初心者でも楽しく学べます。新しいことを学び、出会いや交流、そして可能性の幅を広げませんか。

申込・問合せ 教育委員会へお電話ください。☎(23)3604

山江村総合型地域スポーツクラブ わいわいクリスポやまえ 活動一覧表

曜 日	サークル名	場 所	時 間
月	少年剣道	山江中武道館	18：30～20：00
火	ジュニアバドミントン	山江中体育館	19：00～21：30
	少年空手	山江中武道館	19：30～21：00
水	ジュニアバドミントン	山江中体育館	19：00～21：30
	少年サッカー（第1・3水曜）	山田小グラウンド	19：00～21：00
木	少年剣道	山江中武道館	18：30～20：00
金	ジュニアバレーボール	山田小体育館	19：00～21：00
	ジュニアバドミントン	山江中体育館	19：00～21：30
	少年空手	山江中武道館	19：30～21：00
土	少年野球	山田小グラウンド	8：30～15：00の間
	少年空手	山江中武道館	19：30～21：00
日	少年野球	山田小グラウンド	8：30～15：00の間
不定日	ノルディックウォーキング	詳細はお問い合わせください。	
	ダーツ	詳細はお問い合わせください。	

会 費		
区 分	年会費	保険料
一般（高校生以上）	3,000 円	1,850 円
ジュニア（中学生以下	2,000 円	800 円
ファミリー（1 家族 2 名以上）	会費の合計額－（1 世帯当たりの加入者数－1）×500 円	
※ 種目により、別途必要経費がかかります。		

山江村文化協会 教室一覧

活動日	教室名	場 所	時 間
月	フラワーアレンジメント（第1月）	歴史民俗資料館研修室	19：30～
	レクリエーションダンス（第2・4月）	農村環境改善センター	20：00～
木	陶芸（第2・4木）	上野工房	9：00～
土	絵手紙（第1土）	歴史民俗資料館研修室	13：30～
	てまり（第2・4土）	歴史民俗資料館研修室	10：00～
不定日	英会話（月1回）	歴史民俗資料館研修室	19：00～21：00
	読み聞かせ（月3回）	詳細はお問い合わせください。	
	日本吟声流 山江詩吟クラブ	詳細はお問い合わせください。	
	三味線	詳細はお問い合わせください。	
	写真（月1回）	詳細はお問い合わせください。	

会 費			
文化協会年会費	200 円	活動費	各種目、活動費が異なります。

学び舎の思い出を胸に

村内小中学校の卒業式

菜の花やサクラなどの春の花が彩る三月弥生のよき日に、村内の小中学校卒業証書授与式が行われました。山田小34名、万江小6名、山江中38名、計78名の児童生徒が、思い出の詰まった学び舎を後にしました。

「弥生」の「弥」は、「いよいよ」「ますます」という意味があります。

従って、三月は植物がますます「生い茂る」という意味があるのです。これからの新たな学校生活が、生い茂り、充実したものになることを願っています。

小学校の卒業式では、中学生になると新しい教科の学習や部活動など大きく環境が変わること、新たな挑戦との出会いは、それを乗り越えようと努力を重ねることで、より多くの事を学び成長することができることを話しました。

中学校の卒業式では、二宮金次郎の言葉「積・小・為・大」、小さなことをコツコツと日々積み重ね努力してこそ、大きな目標が達成できることを話しました。

保護者の皆様、お子様のご卒業、誠



= 万江小学校卒業式の様子 =

におめでとうございます。入学の時に比べ、見違えるようにたくましく成長されたお姿に、お慶びもひとしおのことだと存じます。限りない可能性を秘められたお子様のますますのご成長と学校生活が希望に満ち溢れたものになりますよう心からご祈念いたしております。

山江村長 横谷 巡

Photo shot



今月の1枚 しだれ梅

3月の梅が咲く時期は、村内でも様々な種類の梅を楽しむことができます。番慶の前田さんのお宅には、植栽されてから10年が経つ「しだれ梅」がピンクに色づききれいに咲き誇っていました。車道からも見ることができ、来年の3月も楽しみです。

村内の面白スポットや家族の写真など、あなたの一枚を広報やまえに掲載しませんか。皆さまからのお便りをお待ちしております。

連絡先 総務課企画政策係 ☎23-3111
✉seisaku@vill.yamae.lg.jp

食べる元気になる

材料と数量（4人分）

豚肉／200g 塩／少々 片栗粉／小さじ2 春キャベツ／8枚 人参／1/2本 生椎茸／4枚 たけのこ／100g ピーマン／2ヶ 生姜／1片 油／大さじ1 しょうゆ／大さじ1 片栗粉／大さじ1



たっぷり春キャベツ
春キャベツ炒め

1人当たりエネルギー 198kcal たんぱく質 13.0g 脂質 14.6g 塩分 1.3g

ポイント

春キャベツは胃腸障害の予防や、免疫力アップに大活躍。火の通りは早く、柔らかいので、旬の栄養をたっぷり取りましょう。

作り方

- ①豚肉には塩・片栗粉をよくもみこんでおく。
- ②春キャベツは洗って、食べやすい大きさに切る。人参は薄い短冊切り、生椎茸は石突をとって千切り、筍は斜め切り、ピーマンは縦半分に切り、種をとって千切り、生姜は千切りにしておく。
- ③フライパンに油を熱し、キャベツを炒め一度取り出しておく。
- ④再度フライパンに油を熱し、生姜を炒め、香りが出たら豚肉、人参、椎茸、ピーマンの順に炒め、春キャベツをもどす。
- ⑤全体に火がとおたら、水溶き片栗粉にしょうゆを合わせまわしかけて、よく混ぜるととろみがつく。

レシピ：山江村健康福祉課 管理栄養士 勝原聖美