

水と緑あふれる 心豊かな 栗の里

やまえ

広報

August 2013

No.265

8

お知らせ

やまえ水源の森づくり活動 参加者大募集！

施設健診が始まります

シリーズ 食べて元気になる

夏野菜で夏バテ防止

夏野菜サラダ

表紙写真

地域と一緒に七夕を作成＝山江保育園＝

第 63 回球磨郡民体育祭
代表選手たちの活躍にエール



7月21日（日）に開催された陸上競技で全日程を終了した第63回球磨郡民体育祭に、山江村からは、15種目27チームが参加し熱戦を繰り広げました。今年の郡民体育祭の主な成績を掲載します。

選手の皆さん、大変お疲れ様でした。

なお、第68回熊本県民体育祭が9月14日（土）、15日（日）に天草地域で開催されます。詳細については県民体育祭出場者が決定した後に掲載いたします。

- 各種目入賞は次のとおりです。
- 5/22（水）ゲートボール男子 団体3位
6/10（月）グラウンドゴルフ女子 団体2位
 - 6/29（土）ゴルフ男子55才以上 2位
7/6（土）クレイ射撃 団体2位、個人1位（横山守）
 - 7/7（日）バスケットボール 3位
■四半的弓道 団体3位
■ソフトボール女子 3位
■ボウリング 団体3位
■卓球 団体3位／個人一般3位（宮原徹）／個人40代2位（山口明）：3位 田山浩一／個人60代1位（西政明）
■バドミントン 団体女子2位／個人男子40才以上1位（横山浩之（山江）・大無田浩司（球磨）ペア）／個人女子29才以下3位（村坂亜利紗（山江）・藤野可鈴（山江）ペア）／個人女子40才以上1位（森下真由美（あさぎり）・前田由美（山江）ペア）
 - 7/14（日）ソフトボール男子 3位
水泳個人 男子35才以上25m平泳ぎ2位（中竹浩介）、男子35才以上50m平泳ぎ2位（中竹浩介）
 - 7/21（日）陸上競技 一般男子29歳以下200m2位（宮田裕史）／一般男子50～59歳1500m3位（片岡良）／一般男子60～69歳100m3位（川保）／一般2000m1位（川保）／一般女子34歳以下砲丸投げ2位（メリッサ・バルセロフ）

—笑顔あふれる村づくりをめざして—

平成 25 年度

村政懇談会を開催します

山江村では、村民の皆さまの声を広く村政に反映させるため、平成 25 年度村政懇談会を7月から9月にかけて開催します。

村政懇談会には、山江村より各地区へ下記の日程でお伺いいたします。

この機会に、多くのご意見をお聞かせください。みなさまのご参加お待ちしております。

地区	開催日	開催場所	開催時刻
第16区	7月29日（月）	大川内公民館	午後7時30分
第15区	8月 5日（月）	屋形多目的集会施設	
第14区	8月 6日（火）	万江コミュニティセンター	
第13区	8月 7日（水）	万江コミュニティセンター	
第12区	8月 9日（金）	尾崎公民館	
第11区	8月19日（月）	下払自治会館	
第10区	8月20日（火）	東浦公民館	
第 9区	8月21日（水）	第9区公民館	
第 8区	8月26日（月）	小山田公民館	
第 7区	8月27日（火）	一丸公民館	
第 6区	8月28日（水）	天神堂	
第 5区	8月29日（木）	西川内公民館	
第 4区	8月30日（金）	第4区自治会館	
第 3区	9月 2日（月）	井出口公民館	
第 2区	9月 3日（火）	秋丸地区農業構造改善センター	
第 1区	9月 4日（水）	合戦峰公民館	



開放を記念して分館活動 ふれあいパークみのばる一般開放

今年2月に整備後、グラウンドに敷かれた芝生が根付くまで使用が控えられていましたが、芝生も成長し、使用可能となったことから、「ふれあいパークみのばる」が一般開放されました。開放記念として7月14日(日)には第9区の、1分館1スポーツでグラウンドゴルフが開催されました。

地域の念願であった一般開放で、これから先、地域の子もたちやたくさんの方の憩いの場として幅広く活用されることが期待されます。



身を守る訓練を 山江保育園防犯・避難訓練

7月18日(木)、山江保育園において、不審者が園内に侵入してきたことを想定した避難訓練が行われました。

侵入してきた不審者を刺激しないよう職員が慎重に対応する中、連携を図りながら、園児の人数確認や安全確保をすることや不審者を取り押さえる方法など、山江駐在所の遠藤駐在官からの指導を受けました。

山江保育園は、「今後も、様々な場面を想定した訓練を重ねていきたい。」と話されていました。



心を豊かに 人権活動で「花いっぱい運動」

万江小学校で「花いっぱい運動」を行いました。これは、花を育てることでやさしい心を育ててもらう運動で、今年で2年目となります。7月18日(木)に開催した終了式では、やまぐちマタニティ師長の山口律子助産師に来ていただき、「命の大切さについて～赤ちゃん誕生の幸せと、命の大切さについて知ろう～」という演題で講話をしていただきました。男女の体の違い、赤ちゃんが産まれてくるときの赤ちゃんとお母さんの体の動き、生まれた赤ちゃんとその家族の映像に、子どもたちは真剣に見入っていました。赤ちゃんの誕生を通して、「みんなはたくさんの人に囲まれて生きている、命を大切にしてほしい」と伝えられました。

講演後は、終了式に来場いただいた地域の方に、子どもたちが育てた花の苗を配付しました。子どもたちは終業式の日花の苗を持ち帰り地域に配る予定です。



上 / 地域の方に花の苗を手渡ししている様子。

左 / 講話で児童たちに赤ちゃんが大きくなる様子を説明している場面。

税徴収率の向上を図る 併任徴収辞令交付式

市町村の税の徴収強化を目的として、人吉市・相良村・五木村・山江村・球磨村の1市4村及び熊本県が自治体の垣根を越えて税の徴収を行うこととなり、7月1日、山江村役場にて併任徴収の辞令交付式が行われました。横谷村長より関係職員に辞令が手渡され、「大変ですが連携を密にし協力して地域のため頑張ってください。」と激励されました。徴収活動は7月から開始され、税収の向上等が期待されます。



前田 裕久雄 氏の功績を称え 防犯功労者表彰受賞

6月19日(水)、人吉警察署にて開催された人吉地区防犯協会連合会評議員会の折、防犯功労者として、前田裕久雄氏(岩ヶ野)が表彰を受けました。

防犯功労者表彰は、多年にわたり防犯活動に尽力し犯罪の防止に多大の功労があったと認められる団体や個人に対して行われるものです。

前田氏は、6年にわたり、毎朝、通学路や学校周辺で児童の登校の安全を見守る活動のほか、各種イベント時の見回り補導や山江村生活安全推進協議会長も務められ、地域の防犯に努めていただいています。これからも前田氏の更なる活躍を期待します。



「事故はあってはならないもの。犯罪と事故を未然に防ぐには、安全について、家庭で話し合うことが一番。」と言葉をいただきました。

「ほたるの荘」に新入居者 山江グリーンツーリズム研究会による歓迎会

7月より多目的交流施設「ほたるの荘」に新しく宮野慎也さんが入居されました。宮野さんは福岡県出身で学生時代も都会で生活されてましたが、転勤で人吉に赴任された際に山江村の自然豊かな魅力に惹かれ、山江村で過ごせる場を探されていたそうです。

7月6日(土)には、山江グリーンツーリズム研究会の皆さんが宮野さんの入居を歓迎し、ピザ作りに招待されました。ピザ生地発酵の間に自己紹介。緊張もほぐれ会話も弾みました。レンガで作った手作りの石窯から煙があがり、準備万端。トマトやピーマン、ベーコンなど好きな具材をトッピングし、5分から10分かけて焼き上げました。焼き立てピザと研究会の皆さんの手作り料理で交流を深められました。



ご家庭の防災無線の電源は常に入っている状態にしておきましょう。



山江中学校ソフトボール部

山江中ソフトボール部が出場した郡市中体連は、決勝戦で球磨中学校と対戦して勝利し、連覇を成し遂げました。

山江中ソフトボール部は、昨秋の県新人戦決勝で敗れて以来、球磨中を「宿敵」として、互いに切磋琢磨してきました。中体連の2週間前に行われた郡市選手権大会では、6－2と圧倒して山江中が勝利していましたが、中体連決勝は、「打倒山江中」を掲げる球磨中に先行され、1回を終わって山江0－1球磨となり、苦しい立ち上がりとなりました。3回裏、山江中の攻撃は相手のエラーに乗じて連打し、そつなく3得点。3－1となり、山江中に流れが傾きました。しかし、4回表、球磨中に長打を許し2得点。3－3の同点。5回6回7回では双方の気迫のこもったピッチングに両者とも無得点で、同点のまま、延長戦に入りました。延長戦は、無死2塁から始まるタイブレーカーでした。

8回表、球磨中は先頭バッターがホームランして2点を奪取し、流れは完全に球磨中へと思われましたが、山江中もあきらめず食い下がり、8回裏、無死2・3塁からエラーの間に1点。続いて内野ゴロで本塁を突いて同点。なおも一死1・2塁。一打逆転サヨナラのチャンス。互いにこれ以上ないという緊張感。祈る観客、ベンチ。ピッチャーもバッターも大きく深呼吸。

そうして球磨中ピッチャーの投げた渾身の一球を、バッターはレフトの頭上を遙かに超す大飛球に打ち返しました。2塁ランナーが帰還し、ゲームセット。こうして球磨中との決勝戦は、延長8回逆転サヨナラ勝ちという劇的な幕引きとなりました。

7月末に菊池市で行われる県中体連大会では、県中体連の優勝旗を山江に持って帰って来べく頑張ります。皆様のご声援よろしくお願いいたします。

山江中学校 バドミントン部

球磨人吉バドミントン大会が、6月29日（土）人吉一中体育館で行われました。

参加チームは、山江中と相良中の2校と少ない選手人数でしたが、競技はどの試合もレベルの高い試合となり「一本集中」を合い言葉に、山江中バドミントン部の選手が活躍しました。

7月27日（土）・28日（日）に開催される県中体連バドミントン大会（益城総合体育館）に、山江中バドミントン部から7名が参加出場します。応援よろしくお願いします。

結果 男子 ダブルス 優勝 (山江) 村田・廣田 2－1 (相良) 平川・堤
シングルス 窪田優勝 (山江) 窪田 2－1 (山江) 平野
女子 ダブルス 優勝 (山江) 横山・新山 2－0 (相良) 平川・堤 (デモンストレーション認証試合)
シングルス 吉村2位 (山江) 吉村 0－2 (相良) 桑原

山江中学校卓球部

3年の福山裕教選手は6月30日（日）に行われた卓球の郡市中体連において個人戦で準優勝し、7月28日（日）に合志市総合体育館で行われる熊本県中体連大会に出場します。

福山選手は郡市中体連大会の前日の練習で肉離れをおこしており、当日はテーピングをして出場しました。エントリーされたトーナメントのブロックは非常にきつく、他校のエースや有力選手ばかりが名を連ねていました。楽な試合は一つもなく、苦戦しながらも準々決勝までたどりつきました。準々決勝では前回大会準優勝で第2シードの多良木中の一番手カットマンと対戦し、0－2とリードされ、絶体絶命の状況でしたが、ここから福山選手の持ち味である「ねばり」を発揮し、逆転して3－2でこの試合を取り準決勝進出。そこでも勝ち上がり、決勝の相手は第1シードの錦中。いままでの勢いそのままに素晴らしい試合を展開し、2－1と追い詰めました。一球一球に息詰まる展開で、両校の応援も白熱しました。最後は2ゲーム連取され惜しくも逆転されましたが、両者全力を尽くした清々しい試合でした。





高齢者のお口の健康 □にまつわるトラブル

歯は生涯を通じてのパートナー。高齢者がいつまでも「いきいき」と暮らしていくためには、心身のおとろえを予防することが大切です。よくかむことで脳の血流が増え、脳神経細胞の働きが活発になりますので、認知症予防にもつながるなど、想像以上によい影響を及ぼします。高齢者が一生おいしく、楽しく、安全な食生活を送るために口腔ケアは介護予防の第一歩です。全3回で高齢者のお口の健康についてお伝えしておりますが、第2回目の今月号は、お口にまつわるトラブルについてです。

高齢になると、歯や歯肉のトラブルばかりでなく、嚥下機能の低下や唾液の減少など、お口のはたらきにもトラブルが起こります。高齢者のお口のトラブルから、誤嚥性肺炎や口腔乾燥症（ドライマウス）にかかりやすくなるので、十分に気をつけましょう。

誤嚥性肺炎

口やのどの構造をみると咽頭のところで、食道と気道が交差しています。そのため、嚥下機能が低下すると、食べ物や唾液があやまって気管へ入りがちです。

このとき口の中の細菌が肺の中に入りこみ、肺が炎症をおこすことを誤嚥性肺炎といいます。

高齢者の場合、誤嚥性肺炎が命取りになったり、寝たきりの原因になるため、注意が必要です。



口腔乾燥症（ドライマウス）

高齢になると、ストレスや薬剤の影響、かむ力の低下などが原因で唾液の分泌量が減るため、口の中が乾燥する人が多く、口やのどが渇く、食事がとりにくい、発音がしにくいなどの症状のある方が多くなります。

口の中の乾燥がひどく、痛みなどの症状がある場合は、ほかの病気も考えられますので、早めに医師や歯科医師に相談しましょう。

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。
☎23-2232

＜予防のポイント＞

- ① 口を清潔に保つ
→口の手入れを丁寧にするなど
- ② 飲み込む力を保つ
→口の体操「ぱ・た・か・ら」を言うなど
- ③ 体の抵抗力をつける
→しっかり栄養をとり適度な運動をするなど



施設健診が始まります

(特定健診・後期高齢者健診)

8月より、人吉市内の医療機関で受けることができる施設健診を行います。申込者へは、7月末に問診票を配布します。医療機関を確認のうえ、健診を受けて下さい。

1. 健診対象者・個人負担金

健診種別	対象者	個人負担金	
		70歳未満	70歳以上
特定健診	国民健康保険に加入している40～74歳	1,000円	800円
後期高齢者健診	75歳以上		800円

2. 実施機関 8月1日～12月28日まで（但し、日曜・祝日・当該病医院の休診日を除く）

3. 実施医療機関 人吉市内の医療機関（健診を受けることができる医療機関の一覧は問診票に同封していますので必ず確認してください。）

4. 受診方法 医療機関へ予約をし、村から配付された問診票を持参のうえ健診を受けてください。

5. その他 婦人検診は9月より行います。申込みをされている方へは、8月に問診票を配付します。

※今からでも施設健診・婦人検診の申し込みができます。

希望される方は、健康福祉課保健衛生係へお問い合わせください。☎24-1700





今月のテーマ
平成25年度がん検診推進事業
検診無料クーポン券のお知らせ

がんは、熊本県では国より1年早い昭和55年から、死亡原因の第1位を占めています。山江村の検診においても、例年、数名の方にがんが発見されています。

今年度も、「女性特有のがん検診」と「大腸がん検診」を対象者に無料で実施いたします。

「女性特有のがん検診」
対象者へ、7月末に通知と併せて検診無料クーポン券、検診手帳を配付しています。

「大腸がん検診」
発送時期が遅れますが、準備が整い次第、対象者へ、通知と併せて検診無料クーポン券、検診手帳、検便キットを配付いたします。

無料クーポン券は、村が行う検診でのみ使用いただけます。職場でのがん検診や個人で受診される人間ドック等では使用できませんので、ご注意ください。



平成25年度 無料検診対象者及び項目				
年度末年齢	生年月日	女性特有がん検診（女）		大腸がん検診（男女）
		子宮がん検診（子宮頸がん）	乳がん検診（マンモグラフィのみ）	大腸がん検診（検便2日法）
21	平成 4年4月2日～平成 5年4月1日	○		
26	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日	○		
31	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日	○		
36	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日	○		
41	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日	○	○	○
46	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日		○	○
51	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日		○	○
56	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日		○	○
61	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日		○	○

- 子宮頸がんは若い世代に増加中！
- 乳がんは40歳から罹患する方が増加！
- 大腸がんは日本人に著しく増加傾向！

☆ぜひ、この機会に検診をうけましょう☆
問合せ
健康福祉課 保健衛生課 ☎24-1700

Health teeth



虫歯のなかったお友達 ～5歳児歯科検診(6月14日)～

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様です。（治療中の人を除く）
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。

井福 千尋(秀 行) 第1区	立山 彩月(武 史) 第3区	中村 愛佳(潤) 第9区
告本 弦汰(陽 章) 第2区	馬場 俊輔(和 典) 第8区	平橋 柊彩(典 幸) 第9区
山田 史姫(信 二) 第2区	白川 心陽(晃) 第9区	松岡 芭南(紘 生) 第13区
今回、虫歯があったお子さんは早めに治療をしましょう。		吉田 和心(和 彦) 第13区

『くまもと夏のライトダウン』は、ライトアップに馴れ

くまもと夏のライトダウン

問合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

申請方法 所定の減免申請書に必要書類を添えて役場建設課までご提出ください。

間合せ 建設課上下水道係
☎23-6449

お知らせ

information

農業集落排水施設使用料の減免

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、進学や入院入所など、長期間家に不在となる場合は使用料の減免を受けることができます。

コイヘルペスウイルス病の拡大を防止しましょう

現在、県下の河川において、コイヘルペスウイルス病の感染が依然確認されています。コイヘルペスウイルス病は、コイ特有の病気であり、死亡率が非常に高く、感染力も強い病気です。発病すると行動が緩慢となったり、餌を食べなくなるといった症状が現れます。感染したコイとの接触や水を通じて他のコイに感染します。コイ以外の魚や人への感染はなく、感染したコイを食べても人体に影響はありませんが、拡大を防止するため、県内の河川や湖沼等で採捕したコイを他

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する活動です。地球温暖化防止活動のため、各家庭でもライトダウン（消灯）へご協力をお願いします。

ライトダウンの日時
8月7日（水）「立秋」
8月23日（金）「処暑」
9月7日（土）「白露」

この日以外にも昼夜を問わず実施可能な日がありましたら、積極的な取組をお願いします。

村民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

の河川や湖沼等に放流することは禁止されています。採捕されたコイの取り扱いには十分御注意ください。

問合せ 熊本県内水面漁場管理委員会事務局
☎096-333-2456

国民年金保険料の免除

国民年金第1号の被保険者は、毎月の保険料を納付していた必要があります。しかし、所得が少ないなど、保険料を納付することが難しい場合は、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」をご利用ください。免除期間も年金加入期間に算入されます。

また、障害年金や遺族年金も受給できます。平成24年度の免除申請の手続きがお済でない方は、印鑑を持参の上、健康福祉課窓口までお越しください。

免除種類 前年の所得に応じて全額免除・4分の3免除・4分の2免除・4分の1免除、若年者納付猶予、学生納付特例

承認期間 学生納付特例（4月～翌年3月）、その他免除制度（7月～翌年6月）

※1年毎の申請が必要
問合せ 健康福祉課福祉係
☎23-33978

社協会費・日赤社費の実績報告 (平成 25 年 6 月 28 日現在)

社協会費

455,500 円

日赤社資

425,600 円

皆様の温かいご協力により、多くの社協会費、日赤社資をいただくことができました。

ご協力いただきました地域の皆様、誠にありがとうございました。

社協会費、日赤社資ともに村内や色々な地域で、福祉を支える活動の資源として活用させていただいております。

皆様一人一人の気持ちが地域を支える原動力です。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

山江子育てサロンのお誘い

海水浴や川遊び、夏祭りなど楽しいイベントも盛りだくさんの季節ですね。

さて8月も下記の通り計画しました。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：午前10時～午前11時30分（終了予定）

8月7日(水)、28日(水)

身体測定、水あそび

持参物

バスタオル、水着

お持ちでない方はなくても大丈夫です。

問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎24-1700

ダニ媒介性疾患に注意

マダニに咬まれると病原体に感染し、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。7月1日現在、県内では2件のSFTSの患者が確認されています。SFTSは、2011年に初めて特定された新しいウイルスに感染することで起こる病気です。

マダニは春から秋にかけて活発に活動します。これから、屋外で活動する機会も多くなります。森林や草地などマダニが多く生息する場所では、十分な対策をとりましょう。

【ダニ媒介性疾患の予防対策】

- ・今回確認されたSFTSはダニ媒介性疾患の1つです。
- ・ダニ媒介性疾患の感染予防対策としては、ダニに咬まれないようにすることが重要であり、以下の点に注意してください。

- ①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。
- ②屋外活動後はマダニに咬まれていないか確認する。
- ③吸血中のマダニに気がついた際は、速やかに病院で処置する。

④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。

【日本でよく見られるマダニの種類】



※その他ヤマトマダニ、タネガタマダニなど

国民健康保険医療費と介護保険費用額 (平成 25 年 3 月)

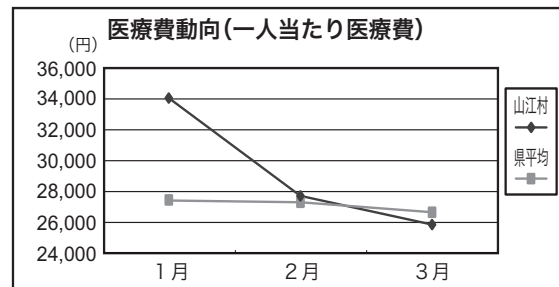


山江村における国民健康保険医療費及び介護保険費用額の県内順位と一人当たりの費用をお知らせします。県内順位は、上位になるほど医療費が高いことを意味します。毎月の数値は国保連合会で精査され、少し遅れて発表されます。

国民健康保険の医療費

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。

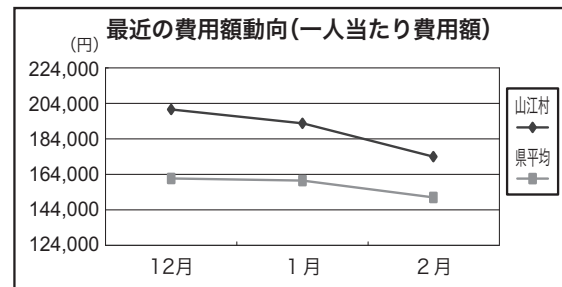
県内順位 29 位 / 45 市町村中
一人当たり医療費 25,862 円
県平均の 0.97 倍 (県の平均 26,662 円)



介護保険の費用額

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 5 位 / 45 市町村中
一人当たり費用額 173,755 円
県平均の 1.15 倍 (県の平均 150,866 円)



平成25年8月30日から『特別警報』の発表を開始します

気象庁では、大雨・暴風・高潮や地震、津波などにより重大な災害の起こるおそれがある時に、警報を発表して警戒を呼びかけています。より甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害による危険性が高まった際には、特別な警戒を呼びかけるため、新たに「特別警報」を発表します。

特別警報の対象とする現象は「東日本大震災」や、我が国の観測史上最高の潮位を記録し、犠牲者5,000人以上を出した「伊勢湾台風」、九州北部に甚大な被害をもたらし、死者・行方不明者合わせて32名を出した「平成24年7月九州北部豪雨」等が該当します。

特別警報が発表された場合、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告などに留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。

また、大雨などの被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>

問合せ 熊本地方気象台防災業務課 ☎096-324-3283

山江村ケーブルテレビインターネットサービス

利用開始日 申込後約1週間

アクセス回線 NTT西日本Bフレッツ・ビジネスタイプ

プロバイダー 山江村ケーブルテレビインターネット

通信速度（最高） 最大100Mbps（ベストエフォート）

プロバイダー契約 不要

ひかり電話 利用不可

ウィルス対策 利用者で実施

初期工事費 無料

利用料金（税別）

■2,500円／月（一般）

■4,000円／月（事業者）

現在利用されているインターネットサービスから山江村ケーブルテレビインターネットサービスを利用される際の諸経費（解約手数料、工事費）については、個人負担となります。また、ウィルス対策については、ご利用者自身で対応いただきます。

問合せ ケーブルテレビセンター ☎22-8808

ご存知ですか？

産地がわかる！米トレサビリティ制度

《米穀事業者の皆さまへ》

◆お米や米加工品の流通には、取引記録の作成・保存と産地情報の伝達が法律で義務付けられています。

◆一般消費者にお米や米加工品を販売・提供する場合には、産地情報の伝達を行うことが法律で義務付けられています。

《消費者の皆さまへ》

◇外食店や小売店等において、メニューや店内掲示、商品の容器や包装を見ていただくと、原料米の産地がわかります。

制度に関するお問い合わせはこちらまで。

九州農政局 八代地域センター ☎0965-62-8204

九州電力からのお知らせ

8月は「電気使用安全月間」です。夏休み期間中は、次のことに気を付けてください。

- ① 電柱・鉄塔に登らないでください。
- ② 切れた電線には絶対に触れないでください。
- ③ 発電所・変電所に入らないでください。

釣り糸などが、電線に引っかけた場合や、切れて垂れ下がった電線を見つけた場合は、絶対近づかず、九州電力にお電話ください。

問合せ 九州電力株式会社 ☎0120-9861608

募集

やまえ水源の森づくり活動参加者 大募集！

8月3日（土）午前9時から丸岡村有林において、やまえ水源の森づくり下刈り活動を行います。山江村の水源・森を守る活動に参加してみませんか！高校生以上ならどなたでも参加できます。

問合せ・参加申込 万江川水源の森づくり推進協議会事務局（産業振興課林） ☎096-211-1703

平成25年『住宅・土地統計調査』が実施されます

10月1日を基準日として住宅・土地統計調査が実施されます。この調査は、「統計法」に基づいた基幹統計調査で、国や地方公共団体における住生活に関する様々な施策のための基礎資料を得ることを目的とします。対象となった世帯には、調査員が調査票を持って伺いますので、調査票への記入をお願いいたします。

なお、調査内容は統計を作成するためのみに使用し、その他の目的には一切使用しません。

【注意】政府の統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。不審に思われた場合には、「調査員証」の提示を求めるか、役場総務課にお問合せください。※調査員には「調査員証」が交付されます。

問合せ 総務課企画政策係 ☎23-3111



政府統計

政保

☎23-3113

jobnavi 2013 学生等就職面接会

新卒者等就職支援と県内企業の若年労働力確保を目的に、県内企業との合同面接会を、熊本労働局、県下各ハローワーク、くまもと新卒応援ハローワーク、熊本県、熊本市、（公財）熊本県雇用環境整備協会、熊本新卒者就職応援本部の共同主催により開催いたします。

期日 9月25日（水）

時間 12時45分～16時（求人者受付12時～、求職者受付12時30分～15時30分）

場所 グランメッセ熊本

参加企業 50社（予定）

※要事前申込

申込先 管轄の各ハローワーク

申込期限 8月9日（金）

参加対象者 大学（院）・短大・高等専門学校・専修学校を来春卒業予定の就職未内定の方及び卒業後概ね3年以内の方

※事前申込不要

問合せ 熊本労働局職業安定部職業安定課 ☎096-211-1703

放送大学10月生募集のお知らせ

放送大学では、平成25年度第2学期（10月入学）の学生を募集しています。

放送大学は、テレビやインターネットを通して授業を行う通信制の大学です。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は8月31日まで。資料を無料で差し上げられます。お気軽に放送大学熊本学習センターまでご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けております。

問合せ 放送大学熊本学習センター ☎096-341-0860



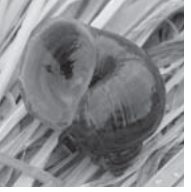
農家の方へ ジャンボタニシが発生しています

～早めの防除で被害の拡大を防ぎましょう！～

近年、村内の一部の水田にジャンボタニシ（スクミリンゴガイ）の繁殖が確認されており、山江村でも駆除・防除対策を行っていますが、時期や発生状況等により、完全駆除が困難となっております。発生水田のジャンボタニシ駆除と隣接水田への侵入防止や村内全域への拡大を未然に防ぐには、各水田農家の早急な対応が必要です。ジャンボタニシ発生の確認をされた場合は、役場産業振興課までご連絡をお願いします。また、発生している水田については次の点に注意し対策をお願いします。

- ① 侵入・拡大防止のため、水口及び落口にネット（網）等を設置。
- ② 機具等からの付着による侵入も考えられるため、耕うんや田植え等で使用した農機具については、移動の際にロータリやタイヤに付いた泥を必ず落としてください。
- ③ 発見した場合は素手で直接接触らず（特に卵の汁は炎症を起こしやすい）タニシは潰して、卵は水に落としてください。

問合せ 産業振興課農政係 ☎23-3113



成貝（大きさ約3cm）の状態のタニシは水面でも生息します。駆除方法は、一つずつ取り除くほか方法がない状況です。



ジャンボタニシの卵（鮮やかなピンク色）は、水稻やカヤの茎に産卵されます。水中では孵化できない特性を持ち、水面に落とすなどの対処ができます。

平成25年度山江村職員採用試験の案内

職務内容 長部局又は教育委員会等に勤務し、一般事務に従事する。

職種・採用予定数 一般事務（高卒程度）2名程度

受験資格 昭和58年4月2日から平成8年4月1日生まれの者。（この他にも、資格要件あり。）

受験申込の受付期間

7月29日（月）～8月16日（金）。（土日を除く）8時30分～17時

申込手続 持参または郵送、インターネットによる電子申請も可。

■持参の場合

総務課備え付けの申込用紙に記入し、持参すること。

■郵送の場合

返信用封筒（宛先記入し、80円切手を貼付したもの）を同封のうえ、簡易書留で封筒表に「山江村職員採用試験申込」と朱書きし送付すること。

■電子申請の場合

役場ホームページを参照すること。

申込先 山江村役場総務課

〒868-8502 球磨郡山江村大字山田甲1356-1

試験期日

① 第一次試験 9月22日（日）

② 第二次試験 第二次試験合格者に別途通知します。

試験会場

① 第一次試験 人吉高等学校

② 第二次試験 山江村役場

試験の方法

① 第一次試験 教養試験・適正検査・作文試験

② 第二次試験 人物試験（面接）

詳しくは、役場総務課へお問い合わせください。

問合せ 総務課財政係

☎23-33111

平成25年度人吉下球磨消防組合職員の採用試験

職種 一般職員（消防）

受験資格 高卒（見込）又はこれと同等以上の学歴を有し、平成元年4月2日から平成8年4月1日まで生まれの者など。

申込方法

消防本部総務課に備え付けの「採用試験申込書・受験票」に必要事項を記入し持参又は郵送してください。

郵送の場合

簡易書留で、A4サイズの封筒の表左隅に「採用試験申込書」と朱書きし送付。

申込書請求

郵送での請求は、A4サイズの封筒に送

付先住所・氏名を記入し、140円切手を貼って同封し、受験職種及び請求部数記入のうえ請求してください。なお、請求部数によって切手代が異なりますので、ご注意ください。

・1～3部（140円）

・4～5部（160円）

・6～8部（200円）

・9～11部（240円）

※インターネットダウンロード可

受付期間 7月29日（月）から8月16日（金）

持参の場合 平日8時30分から17時15分まで

郵送の場合 8月16日（金）まで消印有効

1次試験 9月22日（日）筆記試験（会場／人吉高等学校）

体力検査（会場／人吉下球磨消防組合消防本部）

15時から17時頃

問合せ・申込 人吉下球磨消防組合消防本部総務課

〒868-0083 人吉市下林町1番地

☎22-15241

人吉球磨広域行政組合職員採用試験

職種 一般事務（高卒程度）採用予定数 2人程度

受験資格 昭和52年4月2日～平成8年4月1日生まれの者

第1次試験 9月22日（日）8時30分から

試験会場 人吉高等学校

受付期間 7月29日（月）～8月16日（金）。（土日除く）8時30分～17時

※郵送の場合、8月16日（金）消印有効

※申込用紙や受験手続・試験内容など詳しくはお問い合わせください。

申込・問合せ 人吉球磨広域行政組合総務課

☎23-33080

地域雇用創出助成金をご活用ください

県内企業の新たな事業展開等の取組みに対し、労働力の確保支援や地域雇用機会の創出を図る助成金です。

交付要件

1 対象者

① 県認定のリーディング育成企業、サブ・リーディング育成企業

② 南地域（球磨地域含む）において新事業展開や新分野進出等を行う方

③ 障がい者を新たに雇用する方

④ 県内に事業所があること

⑤ 雇用保険法に基づく雇

用保険加入者
4 新規雇用者として認定する要件

① 平成24年10月1日から平成25年9月30日まで

に雇用された方

② 県内に住所を有する方

③ 常用雇用（期間の定めのない雇用）で、雇用条件等が当該事業者の正規労働者と同等である方

④ 常用雇用を開始してから6か月を超えて継続雇用された方

交付額（雇用人数／交付額）

・2～3人／50万円

・4～6人／75万円

・7～10人／100万円

・10人超／150万円

※常用雇用が6か月継続を確認して交付します。

※1事業者あたり150万円が限度です。

※退職者補充や退職後の同一者の再雇用は対象外です。

※国・県が設けている類似助成金等との併給はできません。

申請受付 10月15日まで

問合せ 熊本県商工観光労働部商工労働局労働雇用課総務労働企画班

☎096-33312339



★出場チーム★

Boo Stars
ボンネッツ
スクランブル
セブンスターズ

北永会
ワイルドボワーズ
め組



会 場 月 日	山田小学校		万江小学校	
	第1試合	第2試合	第1試合	第2試合
7月23日（火）	スクランブル - 北永会	BooStars - ワイルドボワーズ	ボンネッツ - め組	
7月26日（金）	BooStars - め組		ボンネッツ - スクランブル	ワイルドボワーズ - セブンスターズ
7月30日（火）	北永会 - BooStars	め組 - セブンスターズ	ワイルドボワーズ - ボンネッツ	
8月2日（金）	ワイルドボワーズ - 北永会		BooStars - セブンスターズ	め組 - スクランブル
8月6日（火）	セブンスターズ - スクランブル		ワイルドボワーズ - め組	ボンネッツ - 北永会
8月9日（金）	め組 - 北永会		セブンスターズ - ボンネッツ	BooStars - スクランブル
8月20日（火）	北永会 - セブンスターズ	スクランブル - ワイルドボワーズ	ボンネッツ - BooStars	

※天候により日程変更する場合があります。
第1試合目 夜7時30分開始 / 第2試合目 第1試合目終了後

「確かな未来」が会社を変える。

中退共 で退職金。

「中退共」は中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

① 国の制度だから安全・安心！
さらに掛金の一部を国が助成します。

② 社外積立でラクラク管理！
管理や運用の手間がかかりません。

③ 掛金は全額非課税でオトク！
節税に加え、手数料もかかりません。

● パートタイマーさんまで加入いただけます。

詳しくは
ホームページをご覧ください

中退共 **検索**

<http://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

第24回 やまえ夏まつり

とき

平成25年 8月10日(土)
※雨天の場合は、8月11日(日)に順延

ところ

山江村役場前広場
主催：やまえ夏まつり実行委員会

お楽しみ
抽選券販売

限定600枚
『山江温泉ほたる入浴券付』
1枚400円(お一人様3枚まで)
★事前販売
7月23日(火)～8月8日(木)
※休館日を除きます。
山江温泉ほたる・物産館ゆっくり
山田店にて400枚を販売致します。
★当日販売…8月10日(土)
販売は午後5時30分から。
[売切れ次第終了させて頂きます]
※抽選券の投函は、
8月10日(土)午後7時まで
のみとさせて頂きます。

抽選会賞品
多数ご用意!

★特賞(1本)
DVDレコーダー
★1等(5本)
・空気清浄機 ・ホットプレート
・水冷式扇風機
・体重計

いろは座



お楽しみ
イベントが
いっぱい!
芸能ショー

新鮮組

バルーン
パフォーマンス
PiPi

プログラム

17時30分	お楽しみ抽選券販売
18時20分	開場及びオープニングセレモニー
18時30分	芸能ショー『PiPi』バルーンパフォーマンス
19時00分	お楽しみ抽選会
19時30分	芸能ショー『いろは座 新鮮組』
20時30分	花火大会
21時00分	フィナーレ

《出店のご案内》

- 焼きそば ●お茶 ●ジュース ●焼き鳥 ●カキ氷 ●ゲームコーナー
- 味噌豚串焼き ●ヤマメの塩焼き ●ヤマメの甘露煮 ●おにぎり
- 栗まんじゅう ●とりももから揚げ ●うどん ●万十 ●赤飯 ●漬物
- 野菜 ●わた菓子 ●うめサワー ●ももコンポート ●あげ万十
- ミネラルウォーター ●なかやの饅頭



山江村地域づくり協力隊 『万江川塾』開塾!

平成24年1月に、村内13の地域づくり団体が一堂に会して発足した「山江村地域づくり協力隊」は、協力隊が目指すべき方向など、幾度と議論を重ねてきました。いくつもの課題がある中、今回は、美しい万江川の再生に向けて何ができるかを考えていく『万江川塾』を開塾しました。

平成25年6月27日に開催した第1回万江川塾では、ほかの地域で取り組まれている川再生活動を知ることから始めました。

「水」は命を育み、生活を豊かにする大切なものです。万江川塾では、私たち大人が子どもの頃に体験した素晴らしい感動を、現代の子どもたちにも味わわせてあげたい。これからの子どもたちに何が残せるのか、何を教えられるのか、自然豊かな清流万江川の保護活動と合わせながら、子どもたちが勉強だけでなく、生きる力を身に付けることができる活動や、子どもだけでなく多くの人が地域を見つめ直すきっかけづくりになればと

思っています。
万江川塾は誰でも参加できます。多くの皆さまのご参加をお待ちしています。来てくださーい。



第2回万江川塾 平成25年8月17日(土)開催!

地元の子どもたちを中心とした、清流万江川に触れる体験塾です。実際に万江川に行き、川に生息する生き物の観察や、調査、遊びなどを計画しています。村内小学校にも通知しています。60人限定ですでお早めに申込みください。

山江村文化協会 フラワーアレンジメント教室 綺麗!可愛い!楽しい!セラピー効果もバッチリです。



毎月第1月曜日の午後7時30分から資料館研修室で、花の香りに包まれながら、フラワーアレンジメントを楽しんでいます。

お正月や桃の節句、クリスマスなどのイベントに合わせたフラワーアレンジを生花や造花、プリザーブドフラワー(特殊加工のドライフラワー)を使って作っています。材料は同じでも出来た作品はそれぞれ個性



が溢れ、キラリ輝いて、世界にたった一つだけのオリジナル作品です。お花のある生活は、色や香りによるセラピー効果もあり心が癒されます。私たちと一緒にフラワーアレンジメントをやりませんか。興味のある方は、山江村教育委員会(☎23-3604)にご連絡ください。

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

8月号
(6月30日現在)

人口と世帯

-population-

6月末現在(前月比)

人口	3,746人	(-2)
男	1,760人	(+1)
女	1,986人	(-3)
世帯	1,243世帯	(-2)

主な電話番号

-telephone-

総務課	23-3111
産業振興課	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
建設課	23-6449
教育委員会	23-3604
会計室	23-3293
議会事務局	23-3401
農業委員会事務局	23-3113
ケーブルテレビセンター	22-8808
歴史民俗資料館	23-3665
FAX(代表)	24-5669

つぶやき

毎日、山江の子どもたちとあいさつを交わしています。子どもたちの挨拶は、声も大きくて気持ちがよく、挨拶された側は元気をもらいます。朝から気持ち良い挨拶をすると、その日の仕事もうまいいき、帰宅時に「さよなら」と挨拶をすると、その日が充実したものに感じます。

明るく元気な挨拶はみんなを元気にし、地域も明るくする魅力的な魔法ですね。(M・Y)

おどんが英会話

メリッサ先生の
ワンポイントレッスン!
～今回は～
『バーベキュー』にまつわる
会話です

さあ夏の季節になりました!
夏休みや暑い気候を楽しんで!!
水をたくさん飲むなど、体調管理もしてくださいね。

: Let's do a **BBQ** today.
レッツドゥー ア ビービーキュー トゥーデイ

: Ok! What do you want to barbecue?
オーケ ウァット ドゥー ユー ウォント ツー バービッキュー

: How about an American style BBQ?
ハウ アバウト アンアメリカン スタイル ビービーキュー

: What's that?
ウァッツ ザット

: Oh, they barbecue hot dogs,
オー ゼイ バービッキュー ホットドッグズ

: Sounds delicious!
サウンズ デリリッシュ

今日はバーベキューをしましょう。

おっけー!どんなバーベキューしたいの?

アメリカンスタイルのBBQはどう?

何それ?

ああ、アメリカでは、ホットドッグやハンバーガー、ステーキを焼のよ。

おいしいそう!

英語では、「BBQ」と「barbecue」それぞれの単語に違う意味があります。「BBQ」は名詞で、「barbecue」は動詞です。例えば、「you can go to a BBQ and barbecue food.」。ここでは、「あなたはバーベキュー(B B Q)に行って、食べ物を丸焼き(barbecue)できるよ」となります。

メリッサ先生

See you next time!

環境いろはカルタ

よく考えて
捨てる前に もう一度

文：人吉球磨環境協議会
絵：球磨工業高校美術部

捕獲された犬は、保健所で、炭酸ガスにより意識を失い苦しまず安楽死させられると思われがちですが、実際はボタン一つの機械的な作業で行われ、恐怖と混乱、絶望の中死んでゆくのです。酸素欠乏にも強い子犬・子猫は、規定の噴射時間を超えても死ねないことがあり、その場合は生きながらに焼かれてしまいます。何の罪の無い犬猫が、この様な目に遭わなければならないのか…。そもその原因は“動物を捨てる人間”一人ひとりの無責任さにあります。殺処分という現状を早急に改善するためには、飼い主のモラルの向上は勿論、保健所と行政、そして私たちが一丸となって、社会全体でこの問題に取り組んでいかなければなりません。

図書室だより book

この本オススメ!

ずかん プランクトン
日本プランクトン学会 監修

どこかユーモラスで幻想的なプランクトンたち。小さな世界に思いを馳せてみるのもいいかも。

一生の図鑑
Gakken

たくさんの動植物の一生をご覧ください。子どもの頃のわくわくした気持ちを思い出します。

今月は熊本市立図書館の本を紹介します。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

開館時間：平日 9時～17時
土日 10時～12時
13時～15時
休館日：祝日、年末年始(12月28日～1月4日)
電話番号：山江村教育委員会 ☎23-3604
場所：山江村教育委員会奥

人権の窓 高齢者の人権

2015(平成27)年には国民の約4人に1人が65歳以上という、極めて高齢化の進んだ社会の到来が見込まれています。因みに熊本県の高齢化率は、平成22年時点で26%です。高齢者の人権問題は、いつかかならず直面する問題です。ここで、高齢者が遭遇する様々な人権問題について一問一答形式で考えてみましょう。

高齢者の人権一問一答

問1. 高齢者とはどのような方をさしますか?
答1. 満65歳以上の方です。年齢に伴い体力等が低下します。退職した方や、働いたり地域活動等に参加する方など、ライフスタイルや価値観も様々です。

問2. 高齢者の人権問題にはどんなものがありますか?
答2. ①『虐待』→加齢に伴い介護が必要となる方に対する様々な虐待が問題となっています。

②『犯罪被害・消費者被害』→高齢者の不安(経済的・身体的・孤独)に付け込んだ犯罪が増えています。

③『認知症に対する誤った理解や偏見』→認知症は脳の病気が原因ですが何もわからなくなるわけではなく、不安や苦しみをを感じる本人が安心して生活できる支援が求められています。

問3. 私たちにできることは?

答3. 高齢者の意欲や力を尊重すること。高齢者に対する決めつけた考え方や接し方をせず、介護を受ける人と、介護する人のくらしや人権を守るため、社会全体で介護を担う意識を持ちましょう。

誰もが最後まで人としての尊厳を全うしたいと願っています。高齢者一人ひとりの生き方や考え方が尊重される家庭、地域、職場等を増やしていきましょう。

エコ得情報局 エコやごみに関する情報コーナー

『地球温暖化防止県内統一行動6項目』をチェック! いくつできていますか?

ノーマイカー通勤・
エコドライブ
急発進を1回やめると
CO₂排出削減量 39g

マイバッグ利用
(レジ袋削減)
レジ袋をもらわないと、
1枚でCO₂排出削減量 60g

省エネ家電・
製品の購入
54Wの白熱電球3個を同程度の明るさのLED電球に取り替え、1日3時間点灯すると
年間CO₂排出削減量約 53kg

テレビを見る
時間を減らす
番組を選んで、1日1時間テレビを見る時間を減らす。※42型液晶テレビの場合、年間CO₂排出削減量約 16kg

地球にやさしい
冷暖房温度の設定
冷房設定を27℃→28℃にすると、年間CO₂排出削減量約 12kg。暖房温度21℃→20℃にすると、年間CO₂排出削減量約 19kg。

地産地消
食卓の外国産の食べ物の2割を地元産に変えると年間CO₂排出削減量約 26kg

1年間に家庭から排出される一人あたりのCO₂は5,060kg(2011年)です。

19 広報やまえ 平成25年8月号(第265号)

平成25年8月号(第265号) 広報やまえ 18

野生鳥獣害対策に本腰で

（増えるサル・シカなどの農作物被害）

今年度、栗など果樹総合振興助成事業がスタートしました。中山間地域に増大するサル・シカ及びイノシシによる農作物被害の拡大は困ったものです。

農家にとっては、その対策に悪戦苦闘されています。稲や栗などの栽培地は、ほとんどが電柵やトタン、ネットを張りめぐらしてありますが、最近の野生鳥獣は電柵を倒したり、ネットを破るなどをして農地に侵入し、作物を食い荒らすことが増えてきました。

サルには、防護柵は無効であり、もっぱら鉄砲猟をされる駆除隊員の方に頼るしかない状況です。

シカ・イノシシたちに関しては、栗園で新植苗の葉やミミズ、昆虫類を食べ、田畑の畔でポンポン草や葛の根を食べるため、畔は掘り繰り返されて崩れ、小石などが掘り出されることで畦を払う草刈り機の刃の損傷が激しく、時には小石が人体に当たり、危険であります。また、近年、猟師の高齢化と減少が著しく進んでいることも農作物被害の拡大の一つの要因でしょう。

こんな状況が今後続くならば、近い将来、小さな集落では人が住み難くなるのでは・・・農家の方や一部の狩猟者だけでは、増え続ける野生鳥獣害を減少させることは困難であり、本腰で被害拡大防止と軽減策を図る時が来ているようです。

山江村長 横谷 巡



＝里山に姿を見せる野生鳥獣＝

Photo shot 今月の1枚



山江で緑のカーテン

今年は、山江村でも緑のカーテンコンテストを開催しています。村内各地で、緑のカーテンをされているところをよく見かけます。涼しげな緑のカーテンで真夏の日差しよけ。ご自宅で緑のカーテンをされていていらっしゃいましたら、ぜひ、コンテストに応募してください。お待ちしております。

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

材料と数量（4人分）

ナス／1/2本 キュウリ／1本 ミョウガ／1本 ゴーヤ／1/2本 塩／大さじ1 トマト／1ヶ 枝豆／100g 塩／小さじ2 パプリカ(黄)／1/2ヶ
<ドレッシング>梅干し／2ヶ 薄口醤油／小さじ1 マヨネーズ／大さじ2 プレーンヨーグルト／大さじ2 塩コショウ／少々

夏野菜を元気にする



1人当たりエネルギー 64kcal たんぱく質 1.2g 塩分 1.4g

夏野菜で夏バテ防止！
夏野菜サラダ

ポイント

夏野菜をふんだんに！ひんやり冷やすとさらに美味しい。

作り方

- ①枝豆は水で洗い、塩もみをして、たっぷりの熱湯で茹で、さやから出しておく。
- ②ナスはヘタをとり、縦縞に皮をむき、1cm幅のいちょう切りにする。キュウリは両端を切り、1.5cm幅の半月切りにする。ミョウガは縦半分に切り、斜め薄切りにする。ゴーヤは縦半分に切って、中綿を丁寧にとり、薄切りにする。トマトはヘタをくりぬき縦半分に切り種を取って、他の野菜に合わせて切る。パプリカは約3cmの千切りにする。
- ③ビニール袋にナス・キュウリ・ミョウガ・ゴーヤ・塩を入れ、空気を入れて袋の口を持ち、塩を全体にからめるように袋を振り、空気を抜いて4～5分おき、しんなりしたら、袋ごと軽くもみ、水洗いして水気を絞る。
- ④ドレッシングの梅干しは種を取り包丁で軽くたたき、他の材料と混ぜ合わせ、③とトマト・パプリカを和えて、器に盛り、枝豆を散らす。

レシピ：山江村健康福祉課 管理栄養士 勝原聖美