

九州山江村の挑戦 人が元気、自然が元気、地域が元気

やまえ

広報

11

November 2014
No.280



「まるおか号」ダイヤ改正・停留所の新設 P2
子どもの歯と口の健康づくり P4

お知らせ

役場新体制スタート

健診予備日のお知らせ

第32回やまえ産業振興まつり

やまえの教育NOW

シリーズ 食べて元気になる
サクサクっと食感

レソヨシのはさみ焼き

表紙写真 山田小5年生が作った稲とカカシ

◆まるおか号 運賃表 (新) (子ども及び障がい者：半額 ※10円未満の端数は切り上げ)

| 山田線 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---------------------|--------------------------------|----------------|-------|------------------|-----|------------|--------------|-----|-----|------|-----|------|-----|-----|
| 550 | 450 | 400 | 400 | 400 | 450 | 350 | 350 | 400 | 400 | 300 | 250 | 200 | 150 | 萩内畑 | |
| 500 | 400 | 350 | 350 | 350 | 400 | 300 | 300 | 350 | 350 | 250 | 200 | 150 | 大川内 | | |
| 450 | 350 | 300 | 300 | 300 | 350 | 250 | 250 | 300 | 300 | 200 | 150 | 尾崎高 | | 合子俣 | |
| 400 | 300 | 250 | 250 | 250 | 300 | 200 | 200 | 250 | 250 | 150 | 椎谷 | | 山口出口 | 150 | |
| 400 | 250 | 200 | 200 | 200 | 250 | 150 | 150 | 200 | 200 | 湯の原 | | 大川内 | 山口出口 | 200 | |
| 450 | 350 | 300 | 300 | 300 | 350 | 250 | 200 | 150 | 大平 | | 水無出口 | 150 | 150 | 200 | |
| 400 | 300 | 250 | 250 | 250 | 300 | 200 | 150 | 下払 | | 白岳 | 150 | 150 | 200 | 250 | |
| 350 | 250 | 200 | 200 | 200 | 250 | 150 | 岩ヶ野番慶 | | 沢水 | 150 | 150 | 200 | 250 | 300 | |
| 300 | 200 | 150 | 150 | 150 | 200 | 一丸 | | 尾崎崎尾崎キャンプ場鳥屋 | 150 | 200 | 200 | 250 | 300 | 350 | |
| 400 | 250 | 200 | 200 | 150 | 養原、別府新層下、新層上北永シ切 | | 屋形木のふれあい館前 | 200 | 200 | 250 | 300 | 350 | 400 | 450 | |
| 350 | 200 | 150 | 150 | 小山田東浦 | | 日当 | 200 | 350 | 350 | 400 | 450 | 450 | 500 | 550 | |
| 300 | 150 | 150 | 西川内麻野、内角古敷、下城子 | | 袖木川内葛 | 200 | 150 | 250 | 250 | 300 | 350 | 400 | 450 | 500 | |
| 300 | 150 | 味園、大王神社手石方、寺山役場・健康の駅時代の駅むらやぐは前 | | 足算瀬 | 150 | 200 | 150 | 300 | 300 | 350 | 400 | 400 | 500 | 500 | |
| 250 | 井出の口、堂園長ヶ峰、下長ヶ峰合戦の峰 | | 淡山島手 | 150 | 150 | 200 | 250 | 200 | 350 | 350 | 400 | 450 | 450 | 500 | |
| 人吉市内 | | 笠野小森 | 150 | 150 | 200 | 300 | 250 | 400 | 400 | 450 | 450 | 500 | 550 | 600 | |
| | 柳野園 | 150 | 150 | 200 | 250 | 350 | 300 | 450 | 450 | 500 | 500 | 550 | 600 | 600 | |
| | 城内、下の段井手の口温泉ほたる | 150 | 200 | 200 | 250 | 300 | 400 | 350 | 450 | 450 | 500 | 550 | 600 | 650 | |
| 人吉市内 | 300 | 350 | 400 | 400 | 450 | 500 | 600 | 550 | 650 | 650 | 700 | 750 | 750 | 800 | 850 |

万江線

| 役場経由万江線 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------------------|--|-----------------|-----|------|------|-----|-------|-----|------------|--------------|-----|-----|------|-----|------|-----|
| 900 | 750 | 700 | 650 | 600 | 600 | 550 | 500 | 500 | 550 | 450 | 350 | 300 | 250 | 200 | 200 | 150 | 合子俣 |
| 900 | 750 | 700 | 650 | 600 | 550 | 500 | 500 | 450 | 500 | 400 | 300 | 250 | 200 | 200 | 150 | 山口出口 | |
| 850 | 700 | 650 | 600 | 550 | 500 | 450 | 400 | 400 | 450 | 350 | 250 | 200 | 150 | 150 | 大川内 | | |
| 800 | 650 | 600 | 550 | 500 | 450 | 450 | 400 | 350 | 450 | 300 | 200 | 150 | 150 | 水無出口 | | | |
| 750 | 600 | 550 | 500 | 500 | 450 | 400 | 350 | 300 | 400 | 250 | 200 | 150 | 白岳 | | | | |
| 700 | 550 | 500 | 450 | 450 | 400 | 350 | 300 | 250 | 350 | 200 | 150 | 沢水 | | | | | |
| 700 | 550 | 500 | 450 | 450 | 400 | 350 | 300 | 250 | 350 | 200 | 尾崎崎尾崎キャンプ場鳥屋 | | | | | | |
| 600 | 450 | 400 | 350 | 300 | 250 | 200 | 150 | 150 | 200 | 屋形木のふれあい館前 | | | | | | | |
| 650 | 500 | 450 | 400 | 350 | 300 | 250 | 200 | 200 | 日当 | | | | | | | | |
| 550 | 400 | 350 | 300 | 250 | 200 | 150 | 150 | 袖木川内葛 | | | | | | | | | |
| 500 | 350 | 300 | 250 | 200 | 150 | 150 | 足算瀬 | | | | | | | | | | |
| 450 | 300 | 250 | 200 | 150 | 150 | 淡山島手 | | | | | | | | | | | |
| 450 | 300 | 250 | 200 | 150 | 笠野小森 | | | | | | | | | | | | |
| 400 | 250 | 200 | 150 | 柳野園 | | | | | | | | | | | | | |
| 350 | 200 | 150 | 城内、下の段井手の口温泉ほたる | | | | | | | | | | | | | | |
| 300 | 150 | 古敷、西川内麻野、内角味園、下城子大王神社時代の駅むらやぐは前役場・健康の駅手石方、寺山 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 250 | 井出の口、堂園長ヶ峰、下長ヶ峰合戦の峰 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 人吉市内 | | | | | | | | | | | | | | | | | |



「フッ化物洗口」でさらに丈夫な歯を！

子どもたちのむし歯状況

山江村の子どもたちのむし歯の本数は、歯磨きや食事指導等で以前に比べると減少傾向にあります。しかし、平成24年度の調査において、12歳児の一人平均むし歯本数は、3.86本、熊本県内ワースト1位という結果でした。

むし歯予防対策

本村では、むし歯予防対策の一環として、希望する児童・生徒に対し村内小中学校でフッ化物洗口に取り組むこととなり、週1回各学校において、フッ化物洗口を利用したうがいを行っています。

山田小学校は9月12日から、万江小学校は10月14日からフッ化物洗口が始まりました。山江中学校は11月より開始予定です。

フッ化物洗口とは

うがい液としてフッ化物洗口液を利用し、液に含まれるフッ素の働きでむし歯を効果的に予防するものです。フッ素は、自然の中にある元素のひとつです。フッ化物は、むし歯になりかかった歯の表面を修

復し、原因菌を抑制する効果もあります。特にうがいができるようになる4歳頃から永久歯がほぼ生えそろう14歳頃までの期間に実施することがむし歯予防に最も高い効果があります。

子どもの歯と口の健康づくりは、生涯にわたる健康づくり

むし歯が悪化すると歯周病になる可能性が高くなります。歯周病は、心臓・循環器疾患や糖尿病といった生活習慣病などに大きく影響を及ぼすとも言われています。歯周病は、成人のみでなく、子どももかかる病気です。そのため、子どもの歯と口の健康づくりは、生涯にわたる健康づくりの基本とも言えます。

これまでの歯磨きや食事指導等に加え、フッ化物洗口を利用することで、さらに効果的に子どもたちのむし歯予防を行っていきます。



万江小学校



- ①音楽に合わせて3・4年生一緒にうがい開始
- ②保健の先生が準備してくれたフッ化物洗口液を順番に受け取る児童たち
- ③初めてのフッ化物洗口液の味に少し違和感を感じる表情の児童

山田小学校



- ④保健室に準備された「クチュクチュセット」
- ⑤担任の先生からフッ化物洗口液を受け取る児童
- ⑥皆で一斉にうがい開始
- ⑦うがいの後は各自でコップを洗います



10月1日より役場新体制スタート 新たに**企画調整課**を設置

本村の総合的村づくりを行う部署として、10月1日より企画調整課が新設されました。

- (企画調整課の主な業務)
- ・村づくりの計画や企画に関すること
 - ・商工、観光、ツーリズム、物産振興に関すること
 - ・ケーブルテレビ事業及び情報化計画に関すること

9月30日までの「課」設置状況

| 議会事務局 | 農業委員会 | 教育委員会 | 会計室 | 建設課 | 健康福祉課 | 税務課 | 産業振興課 | 総務課 | 課 |
|-------|-------|--|-----|--|---|--|--|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> ・学校教育係 ・社会教育係 | | <ul style="list-style-type: none"> ・建設係 ・上下水道係 | <ul style="list-style-type: none"> ・戸籍係 ・保健衛生係 ・福祉係 ・地域包括支援センター | <ul style="list-style-type: none"> ・税務係 ・地籍係 | <ul style="list-style-type: none"> ・農政係 ・林政係 ・商工観光係 | <ul style="list-style-type: none"> ・行財政係 ・庶務係 ・企画政策係 ・ケーブルテレビセンター係 | 係 |



10月1日からの「課」設置状況

| 議会事務局 | 農業委員会 | 教育委員会 | 会計室 | 建設課 | 健康福祉課 | 税務課 | 産業振興課 | (新)企画調整課 | 総務課 | 課 |
|-------|-------|--|-----|--|---|--|--|--|---|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> ・学校教育係 ・社会教育係 | | <ul style="list-style-type: none"> ・建設係 ・上下水道係 | <ul style="list-style-type: none"> ・戸籍係 ・保健衛生係 ・福祉係 ・地域包括支援センター | <ul style="list-style-type: none"> ・税務係 ・地籍係 | <ul style="list-style-type: none"> ・農政係 ・林政係 | <ul style="list-style-type: none"> ・企画調整係 ・商工観光係 ・情報通信係 | <ul style="list-style-type: none"> ・行財政係 ・庶務係 | 係 |

お知らせ…「やまえ温泉センターほたる」補修工事のため一時閉館します

やまえ温泉センターほたるでは、温泉整備の点検・補修をおこなうため11月4日(火)より一時閉館します。開館時期については、補修工事の進捗状況をみながら改めてお知らせします。ご利用をいただいております皆さまには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。



人吉市・中球磨・山江村が集結 くま中央森林組合が発足

10月1日に人吉市、中球磨、山江村の3森林組合が合併し、くま中央森林組合が発足しました。

事業の拡大や後継者育成などを目的に、昨年12月から対等合併へ向けて協議を進め、9月22日付けで県知事の合併許可を受けました。

本所は旧人吉市森林組合、支所は旧中球磨と旧山江村の2森林組合となります。



地元産木材に新名称を刻んだ看板がお披露目されました

ようこそ山江村へ！ 「ほたるの荘」入居者歓迎会

9月27日(土)、万江川木のふれあい館で「ほたるの荘」の入居者歓迎会を行いました。

今回新たに入居された福岡県出身の科木(ななめき)四夫さんご夫婦。内山村長をはじめ地元の方約30名で迎えました。7月より利用を開始され、地元のイベントや消防団詰所にも顔を出されるなど、すでに参加者と顔馴染みの様子。

「趣味の竹細工を活かしたり、イベントに参加しながら山江村を少しでも元気にしたい。」と話されていました。



左側奥に座る科木さんご夫婦
15区長(横谷さん)のご発声で歓迎の乾杯！

固定資産評価審査委員会委員 2人教育委員 1人 辞令交付式

役場大会議室において10月2日(木)、辞令交付式が行われ、山江村固定資産評価審査委員会委員に西川正晴さん(一丸)、内川初子さん(屋形)。教育委員に横山理恵さん(手石方)が就任されました。

山江村固定資産評価審査委員会委員は、建物の課税額等に対して異議申立てがあった場合に審査を行ってまいります。

山江村教育委員は、毎月1回の定例会で学校や社会教育に関することについて協議を行い、学校行事等に参加されます。

固定資産評価委員

任期:平成26年10月1日～平成29年9月30日



西川正晴さん(一丸)



内川初子さん(屋形)

教育委員

任期:平成26年10月1日～平成30年9月30日



横山理恵さん(手石方)



394人のご長寿の皆さまへ 敬老祝金の支給

9月29日(月)、9月30日(火)にかけて敬老祝金の支給を行いました。

この敬老祝金は、9月1日を基準日として満80歳以上で、本村に1年以上居住されている方を対象に1人5,000円が支給されます。今回の対象者は、394人。担当職員が各地区の集会施設を回り、祝金の支給を行いました。

対象者の方からは、「ありがとう」や「長生きして良かったです。」という言葉が聞かれました。



自然休養村管理センターにて(万江地区)

天草市苓北町の小学生が山江遊びを体験 子ども農山漁村交流による地域活性化モデル事業

苓北町富岡小学校の児童32人らが10月6日(月)から1泊2日の日程で山江村に訪れ、宿泊体験を行いました。

この宿泊体験は、グリーンツーリズムなどを通して、本村でしか体験できない活動を参加者に提供し、本村の魅力を参加者に知ってもらうことで地域活性化に繋げていく事業です。

児童たちは竹箸作り、ヤマメの掴み取り、豆腐作り体験等を行いました。夜は尾寄崎キャンプ場で宿泊。季節の変わり目と、標高が高いため寒い夜を過ごした様ですが、2日間の体験を終えた児童たちは笑顔で帰っていきました。



指導を受けながら、たかんぼ飯の用意をする児童たち

「かച്ചりの日」記念すべき50回目の開催 NPO地域づくりフォーラム

NPO法人かച്ചリンクやまえでは、毎月1回「かച്ചりの日」として、様々なイベントを企画されてきました。

10月15日(水)に行われた「かച്ചりの日」では、活動を開始して50回目となる記念の日。この日は、山江村商工会の藤川経営指導員を招いて、「山江村の宝物をどう生かすか」のテーマで講演が行われました。講演の中では、商工会の活動内容から、資源・商品・サービスの分析手法、商品売る時には、売って自分がどうなりたいかという将来像のイメージを持つことの必要性について話をされました。

講演後は懇親会が開かれ、参加者の皆さんは和気あいあいと親睦を深められました。



藤川経営指導員の話に熱心に聞く参加者たち

慢性腎臓病(CKD)を知っていますか

～ 成人の約8人に1人がCKD患者と推測されています ～

腎臓は、そらまめのような形をした握りこぶしくらいの大きさの臓器で、腰のあたりに左右対称に2個あります。腎臓は体を正常な状態に保つ働きをもち、老廃物を体から出す、血圧を調整するなどの働きをしています。

慢性腎臓病(CKD)って？

慢性腎臓病(CKD)とは、「腎障害」か「腎機能低下」のいずれか、または両方が一定期間以上続く状態のことです。日本のCKD患者数は現在1,330万人といわれています。生活習慣病(高血圧、糖尿病など)やメタボリックシンドロームとの関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気です。

CKDの初期症状

慢性腎臓病(CKD)は初期には自覚症状がほとんどありません。それが慢性腎臓病(CKD)の怖いところです。腎臓は一度悪くなってしまうと、もとに戻ることができません。放置しておくと末期腎不全に陥り、人工透析が必要になってしまいます。

CKDが進行するにつれ現れる症状

慢性腎臓病(CKD)が進行すると、夜間尿、むくみ、貧血、倦怠感、息切れなどの症状が現れてきます。

CKDの検査(血液検査と尿検査で発見することができます)

CKDの多くは自覚症状がほとんどないため、早期発見のためには定期的に健康診断等で血液検査(クレアチニン)や尿検査(尿たんぱく)をうけることがとても重要です。

※11月26日(水)に集団健診(健診予備日)がありますので、健康診断を受けていない方は是非受けましょう。

予防・早期発見のために

CKDの発症には、塩分やたんぱく質、アルコールの過剰摂取や運動不足などの生活習慣が深く関わっています。生活習慣の改善が大切です。

Health teeth



虫歯のなかったお友達

幼児歯科検診の結果むし歯がなかった(要観察歯があったお子様・治療中・治療済みを除く)お子様です。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。

●5歳児歯科検診
(平成26年9月4日)

藤本 旺樹(泰範) 第4区
村内 彩乃(金四郎) 第8区

●2歳児歯科検診
(平成26年9月11日)

椎屋 絢(亘) 第9区
宮田 航平(将臣) 第9区

椎葉 琴陽(政博) 第10区
和泉幸司朗(匡俊) 第13区
守屋 樹希(幸徳) 第13区
上村 采璃(裕太) 第14区

(敬称略・行政区順) 今回むし歯があったお子様は早めに治療をしましょう。



認知症 予防

認知症は脳の障害による病気で、誰もがかかる可能性があります。しかし、生活習慣の改善によってある程度予防は可能であり、症状を軽症に抑えられる場合もあります。

手軽に認知症を予防する方法を毎月お伝えしていきます。

体編 2

朝はやまえ健康体操、ラジオ体操で心身を目覚めさせよう

日常的な運動習慣に毎朝やまえ健康体操、ラジオ体操を加えてみましょう。さわやかに一日がスタートでき、生活にリズムが生まれます。体がしゃきっと目覚めて食欲も増進します。

やまえ健康体操、ラジオ体操

- ①動作は大きくキビキビと。
- ②リズムにあわせて。
- ③最後に大きく息を吐いて、ゆったり深呼吸。



山江村地域包括支援センター

困ったり、悩んだときは一人で悩まずご相談ください。

☎(23)2232

担当:角畑・守永・蕨野・迫田



犬のしつけ教室

犬のしつけ教室が開催されます。犬のことを理解し、きちんとしつけすることで、飼い主とペットの良い関係を築くことができます。犬を飼っている方、参加してみませんか。

日時 11月30日(日) 午前10:00~正午

場所 人吉市中川原公園

講師 人吉警察犬訓練所長 開田 宏氏

- 内容
- ①「犬のしつけ方」講演
 - ②個別指導
(相談がある方)



申込み・問合せ
健康福祉課保健衛生係
☎(24)1700

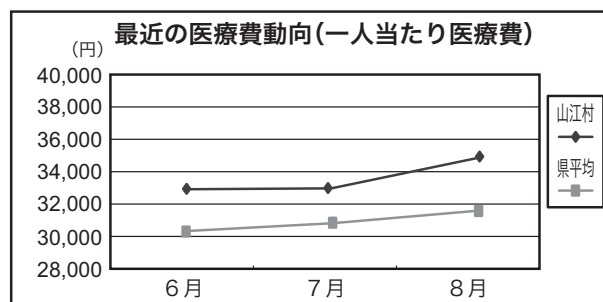
国民健康保険医療費 (平成26年8月)

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。病気の早期発見、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 10位 / 45市町村中
(上位になるほど医療費が高い)

■ 一人当たり医療費 34,772円
県平均の1.10倍 (県の平均31,702円)





お知らせ

消火器の廃棄方法をご存知ですか

消火器の処分は(一社)日本消防器工業会が地域の販売代理店等と協力して行っています。詳しくはお近くの窓口へお問い合わせください。
負担金 リサイクルシール代及び運送・保管費用は個人負担となります。
問合せ

■人吉球磨地域のリサイクル申込み窓口(10月1日現在)

- ①(有)人吉防災
人吉市瓦屋町1639番地1
☎(24)0119
- ②人吉消火器設備
人吉市田町35番地
☎(22)5647
- ③(株)グリーンクロス人吉営業所
あさぎり町免田西3045番地5

☎(45)6868
 ④YAMATOシステム
 相良村大字深水2103番地
 ☎(35)0905

※最新の窓口情報は
<http://www.ferc.jp/accept/>
 で検索できます。

■お近くに窓口が無い場合は郵送でも回収できます
 郵送の場合は、必ず事前に電話又はインターネットで申込みが必要です。
申込先 ゆうパック専用コールセンター
 ☎(0120)822-306
 HP <http://www.ferecycle.jp>



山江子育てサロンのお誘い

秋も少しずつ深まりをみせてきましたね(*^。^*)
 11月も下記のように計画しました。沢山の方のご参加をお待ちしています。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

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00分～午前11時30分(終了予定)
参加費: 無料
 ※申し込みは必要ありません。また内容は変更になる場合があります。

11月12日(水)
 アロマ教室
 素敵な香りで癒されましょう

☎(24)1700

記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されています

平成26年1月から、記帳・帳簿等の保存制度の対象となる方が拡大されています。

事業所得、不動産所得又は山林所得が生じる業務を行う全ての方は(所得税の申告が必要ない方も含む)、売上げなどの収入金額、仕入れや経費に関する金額等を帳簿に記載し、その帳簿や取引に係る請求書・領収書などの書類を保存してください。

制度の詳細については、国税庁ホームページ(www.nta.go.jp)「個

人で事業を行っている方の帳簿の記載・記録の保存について」をご覧ください。

また、税務署が実施する「記帳説明会」については、人吉税務署の所得税担当までお問い合わせください。

問合せ 人吉税務署
 ☎(23)2311
 ※自動音声案内の後、「2」を選択してください。

「児童虐待防止推進月間」

11月は「児童虐待防止推進月間」です。あなたの連絡・相談で子どもを守ることができ、子育てに悩む保

護者の支援にも繋がります。

①虐待を受けたと思われる子どもがいたら。

②ご自身が出産や子育てに悩んだら。

③子育てに悩む親がいたら。
児童相談所や役場相談窓口にご連絡ください。

問合せ 児童相談所全国共通ダイヤル
☎(0570)064-0000

健康福祉課福祉係
☎(23)3978

毒キノコに注意

昨年、熊本県において毒キノコを食したことによる食中毒の死亡事故が、発生しています。これから、きのこ・山菜等の採集時期となることから、次の点に注意をお願いします。

- ①毒キノコと食用キノコの識別は、素人が判断しない。
- ②食用と識別できないキノコは、触らない、採取しない。また、絶対に食べない。
- ③キノコ等を食べて体調が悪くなったら、すぐに医療機関を受診する。

私たちの生活に必要な「税」について考えてみませんか

11月11日(火)～11月17日(月)の1週間は「税を考える週間」です。

これは、国民生活に深い関わりを持つ「税」について、その必要性や役割を分かりやすく説明することにより、「税」に対する理解をより深めていただくために設けています。

山江村においては、村内小学生の「税」に関する作品の展示を行います。是非、お越しください。

日程 11月15日(土)、16日(日)
場所 山江村体育館

消防署からのお願い

11月9日(日)～11月15日(土)は、秋の全国火災予防運動です。それに伴い、消防署からのお願いです。

■住宅用火災警報器の設置

住宅用火災警報器の設置については、義務化されています。取付け及び1年に1回の点検をお願いします。また、併せて防災機器(安全装置付き暖房器具や住宅用消火器など)の設置が消火・避難に効果的です。

■不審火(放火)に注意

全国的に不審火や放火に関する火災が後を絶ちません。人吉下球磨管内でも不審火による火災が多く発生しています。建物周囲に燃えやすい物は置かないようにしましょう。進入されそうな場所は、必ず施錠しましょう。

「いい歯の日」無料歯科健診・相談を受けてみませんか

球磨郡歯科医師会の各歯科医院にて、「いい歯の日」無料歯科健診、相談会が行われます。詳しくは、各歯科医院にお問い合わせください。

日時 11月8日(土)～11月15日(土)
各歯科医院診療時間内
場所 球磨郡歯科医師会各診療所
内容 無料歯科健診、相談会
ブラッシング指導
フッ化物塗布

※来院された方には粗品の進呈があります。但し、治療は有料ですのでご了承ください。

年金出張相談会をご利用ください

八代年金事務所の出張相談会が人吉・球磨地域で毎週3回開催されます。年金についてお困りのことや、年金の請求など分からないことがありましたら、ご利用ください。

■開催場所・日程・時間

人吉市役所
11月7日(金)・10日(月)・14日(金)・17日(月)・21日(金)・28日(金)

■多良木町役場

11月12日(水)・26日(水)

■錦町役場

11月5日(水)・19日(水)

時間 午前10時～午後3時
※完全予約制です
問合せ・予約申込み
健康福祉課福祉係
☎(23)3978

八代年金事務所
☎(0965)35-6123

開催

男性のための料理教室開催

山江村社会福祉協議会では、男性向け料理教室を開催しています。健康は、「食」が基本。生活習慣病予防や、一人暮らしになった時、災害が起きた時、家事のサポートのためなど、少しでも料理ができれば役に立つ時がきつとくるはずですよ。

この教室では、「簡単!」「家にある食材で!」をモットーに調理法も工夫されています。男性ならどなたでも参加できます。

■山田地区

日程 11月10日(月)、2月6日(金)
場所 農村環境改善センター

■万江地区

日程・場所
11月7日(金)・自然休養村管理センター
2月4日(水)・万江コミュニティセンター



募集

人吉准看護学院 生徒募集

人吉准看護学院では、准看護師免許取得をご希望の学生・社会人の方を募集します。

募集人員 40人

受験資格 中学校卒業(卒業見込み)以上

願書受付 11月17日(月)～11月28日(金)

試験日 12月7日(日)

試験時間 午前9時～

試験科目

(一般常識程度)国語・算数

・作文・面接

問合せ 人吉准看護学院

人吉市南泉田町72・2

☎(22)2962

自衛官募集

自衛官候補生(男子)の第2次募集を行います。

応募資格 平成27年4月1日現在

で18歳から26歳までの男子

志願票受付 11月10日(月)～11月

27日(木)

試験日 12月7日(日)又は8日

(月)

試験会場 陸上自衛隊健康駐屯地

試験種目 学科試験、口述試験、身体検査

問合せ

自衛隊熊本地方協力本部

募集課

☎(096)366・1272

自然石(巨石)の提供者募集

国土交通省八代河川国道事務所では、球磨川及びその周辺で確保できる巨石(2トン程度以上)の提供者並びに量を把握している方の情報提供者を探しています。

目的 球磨川下流域の自然再生の一環として、瀬・淵が連続する流れを再生し、アユ等の魚類が多く生息する豊かな環境を目指して、河床デザインを進めてきました。現在は、遙拝堰直下において加藤清正由来の八の字堰の形状を巨石を用いて、石組の工事を実施する予定。

募集要件

■応募できる方

アユ等の魚類の好む自然素材の巨石を所有している方

■提供の要件

①巨石が2トン以上程度又は、1,000m程度提供が可能なおと。

②巨石保管場所から遙拝堰までの距離が80km未満であること。

③巨石保管場所に大型トラックの進入、運搬ができること。

応募期間 10月31日(金)まで

※応募用紙は、企画調整課に置いてあります。

問合せ 国土交通省 九州地方整備局

八代河川国道事務所

(担当 河川環境課 工藤・村岡)

☎(0965)327134

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です。
- ②インターネット利用料は月額 2,500 円です。
- ③月額100円にて無線LAN ルーターを貸出します。

☆スペシャル番組☆

- 放送時間 (2時・10時・14時・19時30分)
- ・万江小学校・万江保育園運動会
 - ・山江保育園運動会

☆CS 放送の番組表☆

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ありますので、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を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

献血のお願い

皆さまの善意に支えられた献血は、重大事故等から貴重な生命を守るために必要不可欠なものです。

「いのちといのちを結ぶ絆(きずな)」である献血に、皆さまの暖かいご理解とご協力をお願いします。

移動採血車による献血の日程は、下記のとおりです。

※献血は400ccのみの採血となります。

日時 11月27日(木)
・午前9時～11時30分
・午後0時30分～4時

会場 山江村農村環境改善センター

問合せ 健康福祉課保健衛生係
☎(24)1700



第32回やまえ産業振興まつり

日時 11月11日(火)～16日(日)
場所 お祭り広場(役場前)・山江村体育館
内容 祭メイン11月16日(日)
・芸能ショー(松原のぶえさん、いろは座出演)
・各種団体バザー出店
お誘いあわせの上、ぜひご来場ください。

★農林産物の募集

ご家庭の自慢の逸品、産業振興まつりに相応しい野菜や果物、特産物など多くの出品をお待ちしています。

出品物受付

日時 11月14日(金) 午前8時30分～正午
場所 山江村体育館

★抽選券について

昨年まで、福引大会は村民のみの対象としておりましたが、今年は一般の方も事前購入できるように計画しています。詳しくは後日、回覧・ケーブルテレビ・ホームページ等でお知らせします。

問合せ やまえ産業振興まつり実行委員会事務局
(産業振興課農政係)
☎(23)3113

健診予備日のお知らせ

10月に実施した複合健診(集団健診)を受診されていない方を対象に、健診予備日を設けています。

ぜひ、この機会に受診され、ご自身の健康管理に努めましょう。

日時 11月26日(水)
午前8時～午前9時30分
場所 福祉保健センター「健康の駅」

健診項目
・特定健診
・後期高齢者健診
・リフレッシュ健診
・各種がん検診

(肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、前立腺がん、腹部超音波、肝炎ウイルス検査)

*子宮がん検診、骨粗しょう症検診については健診予備日にはありません。ご了承ください。

*申込みされていない方でも健診を受診することができます。健康福祉課へお問い合わせください。

問合せ 健康福祉課保健衛生係
☎(24)1700



山江村地域学校保健委員会主催 健康教育講演会

本委員会では、「かけがえのない命を大切に育てる子どもの育成」をテーマに、村内の保育園・小学校・中学校と連携し取り組みを行っています。その一貫として、トークライブを企画しました。お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

日時 11月21日(金)
午後7時～午後9時
場所 山江村農村環境改善センター
内容 すてきなトークライブ
演題 「いのちと夢のトークライブ」
講師 シンガーソングライター
弓削田 健介さん

参加料 無料



クリスマスに向けて素敵な出会いを見つけませんか? クリスマスパーティー開催

日時 12月6日(土)
午後6時～
場所 あさぎり町「ポッポ一館」
参加費 2,500円(男性)
1,500円(女性)
申込締切 11月21日(金)
募集人員 全体で男女各45人
※山江村では、男性5人、女性5人を募集します。
お一人でも、お友達とでも参加OKです。

申込先・問合せ

・あさぎり町婚活事務局
(あさぎり町役場商工観光課内)
☎(49)9211
・山江村役場
企画調整課
企画調整係
☎(23)3112



やまへの教育 NOW

平成27年度から小学校で使用する教科書が決まりました

球磨地区教科用図書採択協議会において、平成27年度から小学校で使用される教科書が選定され、採択されました。

平成27年度から平成30年度までの4年間、人吉球磨地区の小学校で使用される教科書は次のとおりです。

| 教科名 | 教科用図書名 | 発行社名 |
|-----|--------------|------|
| 国語 | 国語 | 光村図書 |
| 書写 | 新編 新しい書写 | 東京書籍 |
| 社会 | 新編 新しい社会 | 東京書籍 |
| 地図 | 楽しく学ぶ小学生の地図帳 | 帝国書院 |
| 算数 | わくわく算数 | 啓林館 |
| 理科 | わくわく理科 | 啓林館 |
| 生活 | わくわく せいかつ | 啓林館 |
| 音楽 | 音楽のおくりもの | 教育出版 |
| 図工 | 図画工作 | 開隆堂 |
| 家庭 | 新編 新しい家庭 | 東京書籍 |
| 保険 | 新・みんなの保健 | 学研 |

※えほんの森の隣の図書室で見本を閲覧することができます。

えほんの森 図書室だより



新しい本が80冊ほど増えました。

『マッサン語録』

～ニッカ創業者・竹鶴政孝と妻リタの生きた道～
・NHK朝ドラの主人公夫婦の話です。朝ドラ理解には最高の本です。

『ムーミンと森のピクニック』

・今年は「ムーミンの日」百周年だそうです。永遠の愛読絵本：ムーミンを読んでみませんか。

◎まだまだたくさんあります！

※お願い

使用しない薪をお持ちの方は、薪のご提供をお願いします。えほんの森には、暖炉が備えつけてあり、寒くなる冬に向けて、利用を考えています。使用しない薪をお持ちの方はご提供をお願いします。

(問合せ) 教育委員会 ☎(23)3604

「教育の情報化」 研究発表会

山江村では、村内学校で日常的なICT活用を推進しています。その研究成果の一端を10月31日(金)に村内3校で発表します。

村民の方の参観大歓迎です。ぜひ、学校にお出かけください。



○午前の部 (各学校にて授業が行われます)

午前9時20分～ 受付

○午後の部 (山江中学校体育館)

午後2時～ 全体会

(問合せ) 教育委員会 ☎(23)3604

クリシーのつぶやき



私はアメリカ以外の国に住むのは初めてです。アメリカと日本は似ているところもあるけれど、時々、文化の違いに困惑することがあります。

私はカリフォルニア州ルーミス町で生まれ育ちました。似ているところは、住んでいる人たちがお互いをよく知っているところです。ショッピングで会ったりするとよくお喋りします。よく知っていて仲がいいのはとてもよく似ています。

初めて覚えた日本語は「ありがとうございました」でした。後から意味を聞いたら、とてもいい日本語だったのでとても嬉しいです。

子どもたちが喋った英語で笑ってしまったのは(ごめんなさい<m(_)m>)「My name is ○○」が「マヨネーズ」に聞こえてしまうのです。発音はとっても大切です。



私のニックネームは「クリシー」です。やまえに暮らして気づいたこと、楽しいことをつぶやき (tweets) していきます。



むらの動き

ご結婚おめでとう

松本 成二 (下 払) 森口由美子 (福岡市)
 福山 喜一 (合戦峰) 平田 美加 (相良村)
 中村 瑞樹 (長ヶ峰) 瀬口 真純 (人吉市)
 橋本 将平 (淡 島) 福嶋 綾音 (玉名市)

あかちゃんごたんじょう

杉松 勇午 (将太・要) (西川内) (9/5)
 山下 隼生 (亮・菜穂) (下城子) (9/18)

おくやみ申し上げます

阿南 スエヲ (義則) (新層) (9/19)
 宮田 要 (れい子) (西川内) (9/22)

香典返し

蔦山 美由記 馬水 敏治

人口と世帯 -population-

9月30日現在 (前月比)

人口 3,712人 (-9)
 男 1,755人 (-6)
 女 1,957人 (-3)
 世帯 1,244世帯 (-3)

主な電話番号 -telephone-

総務課 23-3111※
 企画調整課 23-3112※
 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

● ※ 印は域内電話と共通番号になります。

つぶやき

今年子どもが生まれました。どんなに仕事で疲れて帰っても、子どもの顔を見ると不思議と疲れが吹き飛びます。

日々成長していく姿を見るのが楽しみで、自分の親もこうやって見守ってくれていたのかなあとと思うと、改めて親の温かさやありがたさを感じました。

家族も責任も増え大変なこともあります。充実した日々を過ごしています。

(K・K)

Q問題

アイロンとアイロン台の出し方は？

答えは下。

(単位:kg,%)

| 年度 | | 26 | 25 | 26 | 25 | 26 | 25 |
|-------|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 月 | | 7月 | | 8月 | | 9月 | |
| 一般廃棄物 | 可燃物 | 47,230 | 50,660 | 60,290 | 58,680 | 51,220 | 48,950 |
| | 不燃物 | 2,030 | 2,810 | 3,550 | 4,040 | 2,380 | 2,570 |
| | 粗大物 | 350 | 270 | 820 | 540 | 30 | 90 |
| | 有害物 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 計 | 49,610 | 53,740 | 64,660 | 63,260 | 53,630 | 51,610 |
| | 前月比 | 97.5 | | 130.3 | | 82.9 | |
| | 前年比 | 92.3 | | 102.2 | | 103.9 | |
| 資源物 | 資源物 | 8,060 | 9,680 | 9,810 | 9,440 | 8,060 | 6,910 |
| | 前月比 | 111.0 | | 121.7 | | 82.1 | |
| | 前年比 | 83.3 | | 103.9 | | 116.6 | |

※搬入量については、村の収集のほか、事業所及び一般家庭からの直接搬入分も含まれます。

※分別収集されたペットボトルは、社会福祉法人水俣市社会福祉事業団で適正に処理されています。

ごみを出す時は・・・

- ごみ袋には必ず氏名を記入してください。
- 正しい分別でごみの減量を心がけましょう。
- 可燃ごみの袋は、中のごみが飛散しないように、持ち手部分もしっかりと結びましょう。

アイロンとアイロン台の出し方は？

環境いろはカルタ

風呂のお湯
洗濯・掃除に
再利用



文：人吉球磨環境協議会
 絵：球磨工業高校美術部

これから日増しに寒くなっていきますが、温かいお風呂は、一日の疲れを癒してくれます。入浴には、温熱作用・水圧作用・浮力作用の3つの効果があるといわれています。体を温めることで血行を良くして疲労回復やコリを和らげたり、水圧によって手足にたまった血液を心臓に押し戻したり、浮力によって体重を支えている筋肉や関節を休ませることができます。

このように、体に良いお風呂。標準的な浴槽サイズで200リットルの水が入ります。毎日それをただ捨てるのはとてももったいないことです。

お風呂の残り湯は、洗濯や掃除、花壇の水やり等にも利用できます。限りある水資源を有効に利用しましょう。

風呂水の再利用で、水道代を抑え家計にも優しい生活を心がけましょう。



山江の栗を追いかけて

皆さんは「栗」にどんな栄養が含まれているかご存知ですか。蒸かした栗、お菓子になった甘い栗。おやつとしてのイメージが強い栗ですが、身体により成分が沢山詰まっています。そこで、栗に含まれる主な栄養成分とその効果についてご紹介します。

栗に含まれる主な栄養成分と効果

●ビタミンB群

- ビタミンB₁
疲労回復効果があります!
- ビタミンB₂
細胞の成長促進と老化防止に効果があります!
- ビタミンB₆など
代謝で活躍すると評判で、アミノ酸の合成に必要です!

●ビタミンC

- 美容に効き、風邪予防にもなります!
- ※ビタミンCは熱を通すと失われることが多いのですが、栗にはでんぷん質も多く含まれ、そのデンプン質にビタミンCが包まれているため、ビタミンCが壊れにくくなっています。

●ポリフェノール

栗の渋皮には、ポリフェノールの一種である成分が含まれているので、抗酸化作用があります!

●カリウム・葉酸

カリウムは高血圧に、葉酸は貧血予防に効果があります!

●亜鉛

亜鉛が不足すると、味覚障がい、肌荒れ、抜け毛の原因になることも。

●食物繊維

食物繊維も豊富なので、便秘の改善にも効果があります!

参考:HP「栗の栄養成分が生む効能とは?真実の栗パワー」

美味しいだけじゃなくとよ!美容や健康にも効果のある「山江の栗」!

Photo shot



今月の1枚

もうじき紅葉シーズン

紅葉は、山の木々(落葉樹)が冬に備え、落葉する前に紅や黄色に葉の色を変える状態のことです。写真が小さいので分かりづらいかもかもしれませんが、万江地区の山林では、山の色が少しずつ彩りを見せ始めました。11月になると気温も下がり、さらに色を深めていきます。鮮やかな紅葉を見れる季節がすぐそこまでやってきました。

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 企画調整課企画調整係
☎23-3112

✉kikakucyousei@vill.yamae.lg.jp

材料と数量 2人分

- れんこん/100g
- 片栗粉/大さじ1
- サラダ油/大さじ1
- ポン酢/大さじ2
- 大根おろし/100g
- 豚ひき肉/100g
- れんこんすりおろし/60g
- しょうゆ/小さじ1/2
- 塩/小さじ1/5
- こしょう/少々
- 生姜/小さじ1
- 片栗粉/小さじ1/2
- ゆず/1/2ケ

食べて元気になる

サクサクっと食感

レンコンのはさみ焼き



1人分当たりエネルギー 254kcal
たんぱく質 11.7g 脂質 13.6g 塩分 1.8g

ポイント

厚みがあるときは十文字に切って食べましょう。
大根おろしであっさり。

作り方

- ①レンコンは皮をむいて6~7mm厚さに6枚切り、水にさらす。
- ②ボウルにAを入れてよく混ぜ合わせ、3等分する。
- ③①の水気をふきとり、片面に片栗粉を付ける。
- ④3を2枚1組にし、片栗粉のついた面に2をはさみ、軽くおさえる。
- ⑤フライパンに薄くサラダ油を敷き、4を両面よく焼き上げ、器に盛って大根おろしとゆずを添え、ポン酢をかける。

レシピ: 山江村健康福祉課 管理栄養士 勝原聖美