

水と緑あふれる 心豊かな 栗の里

# やまえ

広報

July 2014

No.276

7



チャレンジデー2014 P2  
第3回山江村消防ポンプ操法大会 P3

お知らせ

国民健康保険証・後期高齢者医療保険証の更新手続き  
第56回金婚夫婦表彰該当者の受付  
山江村歴史民俗資料館図書館リノベーションイベント

シリーズ 食べて元気になる

七夕に願いをこめて

七夕きらきらそうめん

表紙写真 子育てサロンでの七夕飾り

# 第3回山江村消防ポンプ操法大会



消防団員の消防ポンプ操作技術の向上及び消防活動の充実を図るため、「第3回山江村消防ポンプ操法大会」を6月1日（日）、役場前広場を会場に開催しました。

大会には全8分団中、6分団が出場し、標的を倒すまでのタイムと規律面での得点を競いました。

各分団の出場選手は、緊張した面持ちで開始を待っていたものの、開始と同時に、会場を圧倒する掛け声、機敏な動作、スピードを披露。1チームの競技が終了する度、拍手が送られていました。

**大会結果**

1位 第4分団  
2位 第2分団  
3位 第5分団

優勝した第4分団は、6月22日（日）、水上村で開催された「第29回球磨郡消防ポンプ操法大会」に出場。当日は強い雨に見舞われましたが、球磨郡内の各代表9消防団は渾身の力を込めた競技を披露し、第4分団は、小型ポンプ操法の部で、第5位の成績でした。



白熱した競技を見せてくれた各分団（右下）本大会で優勝し、「第29回球磨郡消防ポンプ操法大会」に山江村代表として出場した第4分団

# 2年目の挑戦 山江村 VS 沖縄県東村



5月28日（水）に実施されたチャレンジデー2014  
多くの村民の皆さんが、スポーツに参加していただきました



- ①中央グラウンドで実施されたグラウンドゴルフ
- ②体力測定に参加された皆さん
- ③昼と夜に実施されたヨガ講座
- ④山江保育園児の体操の様子
- ⑤負けてしまったため、沖縄県東村の村旗を役場に掲げました

**チャレンジデーとは**  
5月の最終水曜日に人口がほぼ同じ自治体同士で、午前0時から午後9時までの間に、何らかの運動やスポーツをした住民の「参加率（％）」を競うイベントです。

**対戦相手は沖縄県東村**  
対戦相手は「沖縄県の東村」人口1,897人。  
当日は村内の保育園、小中学校、事業所、個人で運動をされた方など多くの参加をいただき、山江村の参加率は、32.0％（参加者は1,197人）。沖縄県の東村は44.8％の参加率と、残念ながら勝つことはできませんでした。

**スポーツ交流の推進**  
昨年に比べ参加者数は圧倒的に増え、チャレンジデーを通してスポーツ交流や、村民が一致団結する機会ができました。参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

**来年度に向けて**  
来年度も実施する予定です。健康増進にもなるこのイベント、皆さんのさらなるご参加を期待しています。



## チームワークの良さで優勝 第41回球磨人吉教職員バレーボール大会

第41回球磨人吉教職員バレーボール大会が5月31日(土)に開催されました。

小学校の部は、多良木小学校体育館を会場に山田・万江小学校職員チームが出場し、中学校の部は、あさぎり町高山体育館を会場に山江中学校職員チームが出場しました。両チームとも競技と応援でチームワークの良さと、粘り強さを発揮し優勝。山江中学校においては、二連覇という快挙を成し遂げました。

中村校長(山江中)は、「連覇は厳しい戦いでしたが、選手、応援一体となって、優勝することができました。関係者の方々に感謝いたします。三連覇へ向けて、体力づくりにも励んでいきます。」と来年度への意気込みを語ってくれました。



ダブル優勝を飾った山田・万江小学校職員チーム(上段)と山江中学校職員チーム(下段)

## 明るい社会づくり運動 山田小学校に図書の一寄贈

6月3日(火)、明るい社会づくり運動人吉・球磨協議会より山田小学校の児童たちに図書18冊が寄贈されました。

明るい社会づくり運動では、奉仕の精神でよりよい地域に繋がるようにとの願いから、毎年活動をされています。

今年も、子どもたちの読書活動に役立ててもらうため、人吉球磨区域の小学校へ図書を寄贈されており、去年は万江小学校へも寄贈されています。



## ふるさとでの思いで話に花を咲かせ 第41回熊本丸岡会

6月8日(日)、熊本交通センターホテルにおいて、「第41回熊本丸岡会」が開催されました。遠くは、千葉県からの出席もあり、約60名の出席でした。横谷会長より「山江村の活躍している姿がテレビ等で報道されることを嬉しく思います。ふるさとを想う気持ちは会員一同強いものがあり、今後も山江村の振興発展に頑張ってください。」と挨拶されました。

山江村の近況報告も上映され、懇親会では、ふるさとの話に花を咲かせ、盛大に終了しました。



## 山江村に住民が増えました！ ふるさと山江村定住奨励記念品贈呈

役場村長室において5月20日(火)、ふるさと山江村定住奨励記念品贈呈式を行いました。

この制度は、定住奨励を目的としており、本村に居住用住宅を建設または購入し、村外から村内に転入された方に対して、歓迎の意を表し記念品を贈呈しています。

今回、2組のご家族に記念品の贈呈を行いました。穴見さんご家族は昨年7月に蓑原地区に、桑原さんご家族は昨年11月に同じく蓑原地区に家を構えられ、山江村民となりました。



穴見さん



桑原さん

## ゲートボール大会男子入賞で幸先よく 第64回球磨郡民体育祭の幕開け

第64回球磨郡民体育祭が5月22日(木)、ゲートボール大会を皮切りに始まりました。ゲートボール大会は、免田総合体育センターグラウンドで行われ、男子第3位入賞、女子は5位の結果でした。

続いて6月8日(日)には、あさぎり町森園カントリーパークにてグラウンドゴルフ大会が開催され、男子第4位、女子第8位の結果となり健闘されました。



左：賞状と一緒にゲートボール大会男子出場者  
右：グラウンドゴルフ大会の様子



## 村内初受賞 熊本県地域婦人会連絡協議会より表彰

藤田あや子さん(淡島地区)が、長年にわたる婦人会活動の功績が認められ、5月24日(土)、熊本県地域婦人会連絡協議会会長より表彰を受けられました。それに伴い、5月29日(木)、豊永紀子婦人会長らと役場に来庁され、受賞の報告をされました。

にこやかな笑顔が印象的な藤田さん。これからも婦人会活動でのご活躍を祈念しています。



右から横谷村長、藤田さん、豊永婦人会長

## 繁殖を祈って やまめの稚魚、清流万江川に放流

5月29日(木)、やまめの稚魚が8,400匹ほど清流万江川に放流されました。稚魚は山江村ヤマメ生産組合で養殖され、万江川の数か所の浅瀬に放つと、体長約7cmの小さい体で上流を目指して元気に泳いでいきました。横谷組合長は、「立派に成長し、繁殖に貢献してほしい。」と話されました。



やまめ放流の様子

### 山江村文化協会 パッチワーク 布遊びの会へご招待

今年で10年目を迎えるパッチワーク部は、11名の会員で毎月第1・第3月曜日、午後1時30分から午後3時30分まで、農村環境改善センターにて活動を行っています。

作品は、布選びの楽しさと色彩との融合や季節感を表現し、用途に合わせたバッグ類(ポストンバッグから小物入れまで)、加えて想いを伝える大・小のタペストリー等無限に広がります。

とても小さな布端から大きな作品へと繋がる創意。バランスを考え悩むこともあります。出来上がった喜びも味わえます。仲間の作品を観ることにより刺激を受け参考にもなり、指先と頭を使って多種、多様な作品を作っています。

皆様のご参加をお待ちしています。

問合せ 山江村教育委員会 ☎(23)3604



①笑顔が素敵な会員の皆さんとご自慢の作品  
②③④布選びから裁縫まで思いを込めて

### ご存知ですか。地域農業の発展のための「人・農地プラン」

山江村では、人・農地プランの原案を平成25年3月に作成しており、平成26年度に第1回目のプラン見直しを行います。

#### 「人・農地プラン」って何？

持続的で力強い農業の実現のためには、基幹的農業従事者と農地集積の阻害要因の解消が必要です。この、人と農地の問題を解決するための未来設計図として、「人・農地プラン」を作成し、次の事項を決定しています。

- 今後、中心となる経営体(個人、法人、集落営農)はどこか
- 中心となる経営体へどうやって農地を集積するか
- 中心となる経営体とそれ以外の農業者(兼業農家、自給的農家)を含めた地域農業のあり方(生産品目、経営の複合化、6次産業化)をどうするか

#### 人・農地プラン作成のメリット

このプランは、営農の実態に合わせた地域における話し合いや、認定農業者、法人、集落営農等担い手などの経営体の意向を確認して作成していきます。プランの作成後も必要に応じて見直しができます。

このプランを作成すると、次の措置を受けられます。(人・農地プラン作成が要件となっている事業のみ)

- ①青年就農給付金(経営開始型)
  - ・原則45歳未満で独立・自営就農する方に年間150万円を最長5年間支援
- ②農地集積協力金
  - ・中心となる経営体に農地を提供する方を支援
- ③スーパーL資金の金利負担軽減措置
  - ・認定農業者が借り入れるときに、当初5年間を実質無利子化

問合せ 産業振興課農政係 ☎(23)3113

### 平成26年9月から小中学校での フッ化物洗口が始まります

山江村では、平成26年9月から村内小・中学校の希望される児童・生徒に対して、フッ化物洗口を実施する予定です。

これは、週1回、各学校において、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。現在、フッ素を利用したむし歯予防対策として、1歳6カ月、2歳、3歳、5歳児歯科検診でフッ化物塗布を行っています。

今後、村内の児童・生徒の保護者に対し説明会を開催する予定です。日程等については、改めて連絡しますので、その際は是非ご参加ください。

問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700  
山江村教育委員会 ☎(23)3604

### 経済センサス-基礎調査&商業統計調査 を実施します

平成26年7月1日を基準日として、平成26年経済センサス-基礎調査及び商業統計調査が行われます。

全国すべての事業所及び企業が調査の対象となりますので、調査票に漏れなく記入してください。

- 調査票は調査員が配布回収します。
- 7月1日以降に回答をお願いします。
- 統計法に基づく調査で、調査票に記入して提出する義務があります。
- 調査に関するすべての情報は保護されます。

問合せ 総務課企画政策係 ☎(23)3111

### 今夏における節電へのご協力をお願い

夏は多くの電力が使われる時期で、厳しい需給状況となります。健康や生産・経済活動に支障がない範囲で節電にご協力をお願いします。 問合せ 九州電力人吉営業所 ☎0120(986)608

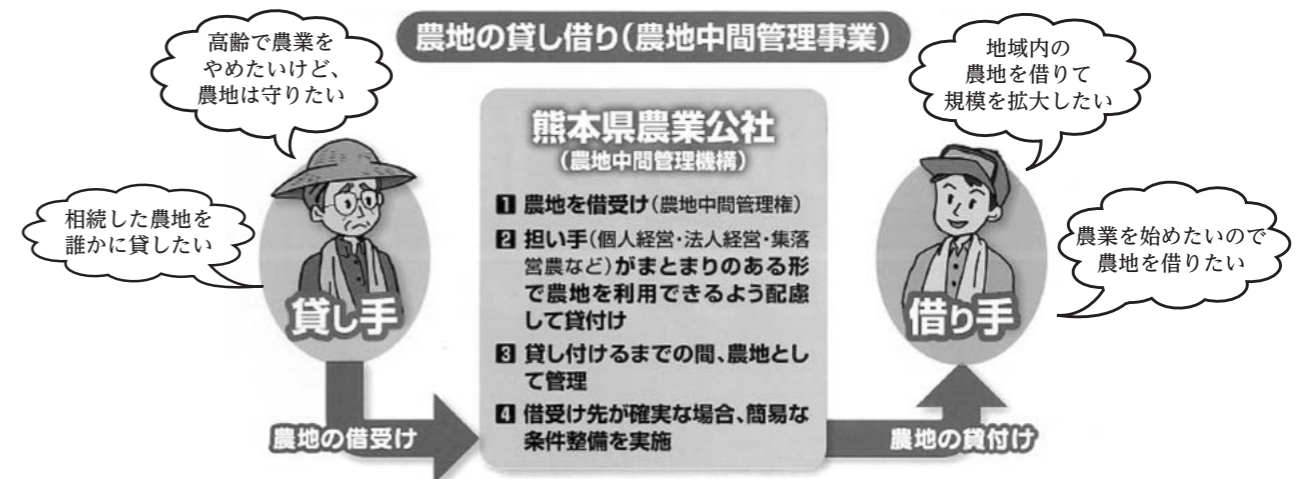
### 農地中間管理機構が農地の借り受けを希望する方を募集しています

今年度から新たに県農業公社が「農地中間管理機構」として活動を開始しました。この機構は、農業経営を縮小される方や相続した農地の借り手を探している方などから農地を借り受け、地域の担い手農家などに貸し出しを行います。『良い農地があれば借りたい。』という方は是非応募してください。

機構から農地を借り受けるためには、機構の「借受け希望者の募集」にあらかじめ応募する必要があります。(第2回の募集期間は9月1日~9月30日、次回は1月)

募集内容・方法 県農業公社ホームページ又は、各市町村窓口・JA窓口のパンフレットをご覧ください。

問合せ 熊本県農業公社 ☎096(213)1234



悩んだら  
まず相談



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。

心編  
2

おしゃれを楽しもう

毎日同じ服装では気分もマンネリになり、ふけこむ原因にもなります。年齢・性別を問わず、ファッションやお化粧品など、おしゃれを心がけるとうきうきするものです。その日の気分に合わせて服の色やデザインを変えてみましょう。月に1回、理髪店や美容院に出かけるのも気分転換になります。

出かける前に鏡でチェック

- ①まず笑顔をつくろう
- ②髪の流れを直す
- ③その日の気分に合った服装を



健康福祉課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・藤野・迫田



国民健康保険健診を受けよう！



見逃さない！からだの危険信号

年に一度「特定健診」でからだのメンテナンス

特定健診は、国民健康保険に加入されている40歳から75歳に達する方が対象です。

特定健診申込者（5月末時点）

申込者 518人  
 対象者 842人  
 申込率 61.52%

- 役場での集団健診は10月23日(木)から10月26日(日)に実施します。
- 施設健診(病院での健診)は7月1日(火)から12月27日(土)までです。
- 今からでも集団健診、施設健診、婦人健診の申込ができます。

※ 職場での健診は検査項目が少ないため、特定健診を受けていただくことで、より詳細な検査を受けることができます。

特定健診を受けて、病気の早期発見、早期治療、重症化の予防をしましょう！！ 問合せ ☎(24)1700

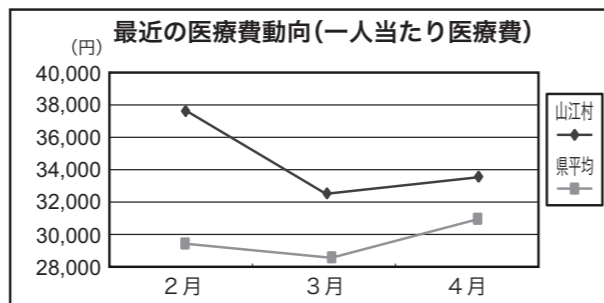
国民健康保険医療額 (平成26年4月)

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 10位 / 45市町村中
- 一人当たり医療費 33,477円

県平均の1.08倍 (県の平均30,902円)



こんにちは保健師です！



熱中症を予防しましょう！～予防は梅雨の時期から～

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、体温の調節ができなくなるにより、頭痛、めまい、吐き気、倦怠感、筋肉痛、大量の発汗などの症状が現れます。重症になると意識障がいや死亡する危険があります。

熱中症予防のポイント

①水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給しましょう。汗には塩分が含まれています。大量の汗をかいたら水分とともに塩分も取りましょう。ビールなどアルコール飲料は、体内の水分を出してしまうため、水分の補給にならず、逆に危険です。寝る前も忘れずに水分補給をしましょう。

②暑くなる日は要注意

梅雨の合間に突然暑くなった日や、梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。夏の猛暑日も注意が必要です。

③エアコンなどを上手に使いましょう

高齢者や持病がある方は、暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。節電中でも高温・多湿の日は、決して無理な節電はせずにエアコンや扇風機を使いましょう。部屋の温度は28℃以下に、湿度は70%以下にしましょう。周りの方も、高齢者のいる部屋の温度に気を付けてください。

④「おかしい!？」と思ったら病院へ

「おかしい」とと思ったら、涼しいところに避難し、医療機関を受診しましょう。

⑤涼しい服装を心がけましょう

外出時は帽子や日傘を使い、暑さを避けましょう。また、風通しのよい汗の乾きやすい綿などの素材を使った服を選びましょう。

Health teeth



虫歯のなかったお友達

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様は早めに治療をしましょう。

●3歳児健診(平成26年5月9日)

- 宮原 詩寧(秀樹) 第1区
- 吉田 桃李(武) 第1区
- 湯下 琉星(小百合) 第2区
- 谷川 那月(正晃) 第3区

(敬称略)

- 石川 桜雅(裕子) 第4区
- 和泉そよか(匡俊) 第13区
- 坂本 優羽(謙太郎) 第13区
- 山下 晃希(忍) 第14区



### お知らせ

#### 排水設備工事はお済みですか

処理区域内で、排水設備を個人宅に新設又は改造する方に、工事に要する資金に対して、村が融資の斡旋及び利子の補給を行っています。農業集落排水に接続しますと、農業用水・生活環境・川などをきれいに保つことができます。

**資金名** 農業集落排水設備資金  
**融資元** JA  
**融資限度額** 70万円  
**償還期間** 60カ月以内  
**問合せ** 建設課上下水道係  
 ☎(23)3978

#### コイヘルペスウイルス病のまん延防止にご協力ください

コイヘルペスウイルス病は、発症するとコイの死亡率が非常に高い病気です。

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が、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。

近年、発生数は減少してきていますが、昨年度も県内で発生が確認されており、今後の水温上昇期に向け、引き続き警戒が必要です。コイヘルペスウイルス病のまん延防止のため、コイの放流については、控えて頂きますよう、ご協力をお願いします。

衰弱または死んでいるコイを見られましたら、産業振興課商工観光係までご連絡ください。

**問合せ** 産業振興課商工観光係  
 ☎(23)3113

#### 里親制度説明会の開催

児童虐待や経済的な理由などにより、家庭で生活することができない子どもたちを保護者に代わって育てる方を「里親」といいます。県では、新たに里親になっていただけの方を募集しています。『里親制度説明会』を開催しますので、里親に興味のある方、里親を希望される方は、

#### 消防整備士試験が実施されます

平成26年度第1回・第2回消防設備士試験が実施されます。

**願書受付**  
 ①書面申請 7月22日(火)～31日(木)  
 ②電子申請 7月19日(土)～28日(月)

#### 試験日

第1回 9月7日(日)  
 第2回 9月14日(日)

#### 会場

熊本市  
 問合せ (一財)消防試験研究センター  
 熊本県支部  
 ☎096(364)5005

### 相談会

#### 「年金出張相談会」の開催

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。

**場所・日程**  
 人吉市役所  
 7月4日・7日・11日・14日・18日・25日・28日

### 募集

#### 森林自然観察・体験教室

自然の魅力を理解してもらうことを目的に、森林自然観察・体験教室が開催されます。

**日時** 7月20日(日)午前10時～午後2時(小雨決行)

#### 場所

水上村市房山キャンプ場  
 内容 キャンプ場から4合目の市房神社まで登りながら、市房山の歴史、森林生態系及び鳥獣被害について学びます。

**募集定員** 40名  
**参加費** 500円  
**申し込み及び問合せ** 熊本県森林保全課(担当 大野)  
 ☎096(333)2450

#### 多良木町役場

7月9日・23日

#### 錦町役場

7月2日・16日・30日

**時間** 午前10時～午後3時

※完全予約制となります。

**問合せ** 健康福祉課福祉係

八代年金事務所  
 ☎(23)3978

☎0965(35)6123

### 山江子育てサロンのお誘い

いよいよ本格的な夏がやってきますね～。7月もたくさんのご参加をお待ちしています。一緒に楽しい時間をすごしましょう(#^\_^#)

**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  
 ※申込み不要。  
 ※内容は変更になる場合があります。

**7月9日(水)**  
 わいわいカフェ

**7月23日(水)**  
 水あそび 沐浴

**問合せ** 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700

### 「国民年金保険料免除・納付猶予制度」をご利用下さい

国民年金第1号被保険者の方で、所得が低いなどの理由により毎月の保険料の納付が難しい場合

免除制度の承認期間は7月～翌年6月となっております。1年毎の申請が必要となります。平成26年度の免除申請の更新手続きは、7月1日からとなりますので、手続きの際は、印鑑を持参の上、健康福祉課窓口までお越しください。

**問合せ** 健康福祉課福祉係  
 ☎(23)3978

### 【社協だより】 社協会費・日赤社費の実績報告

社協会費	日赤社費
436,500円	418,600円

(平成26年6月20日現在)

皆様の温かいご協力により、多くの社協会費、日赤社費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、日赤社費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。

### 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)  
 ・山田小・万江小童話発表会

☆CS番組表☆  
 改善センター入口にCS番組ガイド誌を置いていますので、ご自由にお持ち帰りください。また、山江村ホームページからもご覧いただけます。

※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

「民謡全国選手権大会」の参加者を募集します

人吉球磨地域には、多くの民謡があり、この民謡を継承・普及させ、文化の向上を図るため「第2回球磨の民謡全国選手権大会」及び「第18回球磨川舟唄全国大会」が人吉市カルチャーパレスで開催されます。

■球磨の民謡全国選手権大会  
日時 9月6日(土)

演奏曲目 人吉球磨地域で唄われている民謡の中から1曲 (2分以内)

■球磨川舟唄全国大会  
日時 9月7日(日)

演奏曲目 球磨川舟唄 (ワンコーラス)

部門 ①少年少女の部(中学生以下)  
②青年の部(16歳以上49歳以下)  
③壮年の部(50歳以上64歳以下)  
④実年の部(65歳以上69歳以下)  
⑤老年の部(70歳以上74歳以下)  
⑥寿年の部(75歳以上)

出場料 1大会2千円。2大会出場3千円。(中学生以下は、1大会千円。2大会出場2千円。)

申し込み及び問合せ 「球磨の民謡全国選手権大会」実行委員会事務局

☎(23)3080

## 第56回金婚夫婦表彰該当者の受付について

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。対象となられるご夫婦の方は、役場に申し出をお願いします。電話での受付も行っていきます。

対象者 昭和39年に結婚され満50年に達せられた夫婦の方々  
 申出期限 平成26年7月18日(金)まで  
 申し込み 健康福祉課福祉係 ☎(23)3978  
 表彰式 9月10日(水)予定



※ご不明な点は、健康福祉課福祉係へご連絡ください。

### 【こんな場合は該当するか】

- ①昭和39年以前に結婚したが、今まで届出をしていなかった → 該当
- ②結婚式は昭和39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

## 臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金申請期間について

臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金の申請期間は、下記のとおりです。必ず申請期間内に申請をお願いします。

申請期間 6月16日(月)～9月16日(火) ※土・日・祝日を除きます。  
(時間：午前8時30分～午後5時15分)

申請先 「臨時福祉給付金」窓口(担当:総務課)  
 「子育て世帯臨時特例給付金」窓口(担当:健康福祉課)  
 ※平成26年1月1日時点で住民票が山江村にある方が対象です。

提出書類 ①申請書(※郵送又は窓口で対象者へお渡ししています。)  
 ②本人確認書類  
 住民基本台帳カード、運転免許証、旅券等の写し  
 ③指定した口座が確認できる書類(申請者本人の名義のもの)  
 金融機関名、口座番号、口座名義人(カナ)がわかる通帳やキャッシュカードの写し  
 ※「子育て世帯臨時特例給付金」の申請で、児童手当の受取口座を指定する場合は、これらの確認書類は不要です。

問合せ 臨時福祉給付金 総務課 ☎(23)3111  
 子育て世帯臨時特例給付金 健康福祉課 ☎(23)3978

## 国民健康保険証・後期高齢者医療保険証の更新手続きを行います

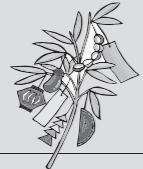
現在、お持ちの保険証の有効期限は7月31日です。保険証の切り替え手続きを行いますので、下記の日程表をご確認の上、お近くの更新会場へお越しください。  
 当日、ご都合がつかない方又は会場へ来ることが困難な方は、事前に連絡をお願いします。役場に受け取りに来られる方は、7月28日(月)以降にお越しください。

- 持参品 (1)印鑑  
 (2)現在お持ちの保険証  
 (3)限度額適用・標準負担額減額認定証(お持ちの方のみ)

問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700

### 更新手続き日程表

時間	日程・場所	7月23日(水)	7月24日(木)	7月25日(金)
		場 所	場 所	場 所
9:00～9:20		合戦峰公民館	小山田公民館	下の段公民館
9:30～9:50		秋丸地区 農業構造改善センター	別府公民館	万江 コミュニティセンター
10:00～10:20		井出の口公民館	第9区公民館	自然休養村 管理センター
10:30～10:50		4区自治会館	新層公民館	—
15:00～15:20		西川内公民館	東浦公民館	淡島公民館
15:30～15:50		天満天神堂	岩ヶ野公民館	屋形多目的集会施設
16:00～16:20		一丸公民館	下払自治会館	—
16:10～16:30		—	—	大川内公民館
16:30～16:50		—	尾崎公民館	—



むらの動き

あかちゃんごたんじょう

勝山 想大 (晃嗣・綾香) (合戦峰) (5/13)

おくやみ申し上げます

横山ハナエ (守) (横手) (5/30)

香典返し

久保田 守

物品寄附

西 英宣

人口と世帯 -population-

5月31日現在 (前月比)

人口 3,734人 (+1)  
男 1,769人 (+2)  
女 1,965人 (-1)  
世帯 1,246世帯 (+1)

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 23-3112 (域) 22-8808
歴史民俗資料館 55-0086 (域) 23-3665
FAX (代表) 24-5669

- ※ 印は域内電話と共通番号になります。
● (域) は域内電話専用番号です。

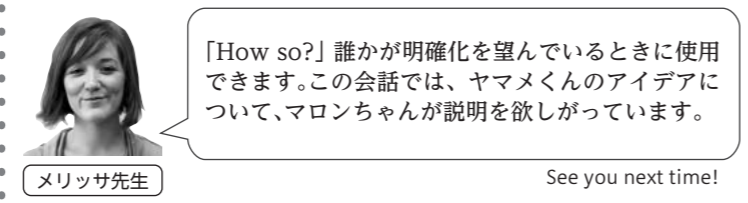
つぶやき

5月28日山江村でチャレンジデーが開催されました。私も体力測定に参加したのですが、実年齢よりも体力年齢が10歳も上という結果でした。ショックを受けると同時に改めて健康のためにも日々の運動に取り組んでいかなければと感じた日でした。実年齢よりも若くいるためにも精神・体力ともに日々精進していきたいと思います。(S・M)

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~ 『七夕の歴史』にまつわる会話です

- What are you doing? 何してるの?
I'm putting my wish in a balloon. 風船に私の短冊を入れているんだよ。
Why? 何で?
My wish will come true faster. 私の願いが速く叶うように。
How so? 説明して。どうしてか説明できる?
Because then Orihime and Hiko can read it! だって織姫と彦星が読むことができるから!



山歩き オゾンとすっかり仲良しに



文:人吉球磨環境協議会 絵:球磨工業高校美術部

オゾンと聞けば、皆さんも真っ先にオゾン層を思い浮かべるとおもう。オゾン層は地球の成層圏10~50km付近にあり、太陽からの紫外線を吸収し、地球を守る膜の役目をしています。また、オゾンは酸化作用が強く、脱臭、除菌、漂白などの効果があり、様々な分野で活用されています。オゾンは毒性が強いことで知られていますが、オゾン療法というものもあるので、体内に取り込まれたオゾンは血液の浄化や細胞の活性化などに役立つと言われています。オゾンは、地球上に自然に存在していますが、森林の方がオゾンの発生率が高いとされており、オゾンの量の多い山を歩くことは、私たちの身体にとっても良い効果をもたらしてくれるようです。

山江村歴史民俗資料館図書室

リノベーション イベント ~ renovation event ~

山江村歴史民俗資料館図書室は、絵本に特化した親子のふれあいの場としてリニューアルオープンします。リニューアルオープン初日は、楽しいイベントがありますので、皆様のご来場をお待ちしています。



日時 7月5日(土)午後1時30分から
イベント内容
・図書室の愛称発表 (最優秀1点、優秀2点、佳作2点)賞品有
・絵本の読み聞かせ
おはなしグループ「おひさま」読み聞かせ200回記念 (手あそび、大型絵本、パネルシアター、英語のお部屋、紙芝居)
問合せ 山江村教育委員会 ☎(23)3604
※リノベーション…事業革新・建物に新しい価値を与えるもの

人権の窓

「NPO法人CAPユニット」という団体があります。「CAP」とは、「子どもへの暴力をふせぐ方法」という意味を持ち、この団体は、暴力を許さない社会を目指し活動をしています。今回は、「CAPユニット」が発信する子どもたちへのメッセージを紹介します。

子どものあなたへ

あなたは世界中で、たった一人の大切な、あなたです。あなたの中には、たくさんの力があります。いやなことや悲しいことを、のりこえていく力が、おともだちの助けになってあげる力があることを知ってください。悲しいとき、困ったことがあったとき、だれか、あなたの力になってくれる人をさがしてください。あなたのまわりで、あなたのそうだんにのってかれて、助けてくれる大人を、どうかさがしてください。私たちは、あなたを応援しています。



エコ得情報局 エコやごみに関する情報コーナー

Q問題

待機電力消費量が最も多い家電は何でしょう?

答えは右下。

Table with columns: 年度, 月, 一般廃棄物 (可燃物, 不燃物, 粗大物, 有害物, 計), 前月比, 前年比, 資源物 (資源物, 前月比, 前年比). Includes a note about data source and collection methods.

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。
○可燃ごみの袋は、持ち手部分もしっかり結びましょう。
○生ごみは、水気をしっかり切って出すようにしましょう。



# 男性料理教室

山江村社会福祉協議会主催で、男性向け料理教室が今年度4回計画されています。

第1回の男性料理教室は、万江地区で6月18日(水)、山田地区で6月20日(金)に開催されました。

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。



第1回実施メニュー  
焼肉のたれ炒飯、肉じゃが  
そうめんサラダ、ヨーグルト和え



## 開催日

	万江地区 (自然休養村管理センター)	山田地区 (農村環境改善センター)
第2回	9月5日(金)	9月8日(月)
第3回	11月7日(金)	11月10日(月)
第4回	2月4日(水) 会場 万江コミュニティセンター	2月6日(金)

時間 午前9時30分～午後1時30分

参加申込み・問合せ

山江村社会福祉協議会 ☎(24)1508

## Photo shot



### 今月の1枚 玉ねぎの収穫

北海道以外の地域では、秋に種をまいて翌年の春から初夏にかけて収穫する玉ねぎがほとんどです。収穫のピークである6月を迎え、村内でも玉ねぎの収穫が見られました。

写真は、松本聖司さん(万江城内)の田んぼでの玉ねぎ収穫の様子です。

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

### 材料と数量(4人分)

- キラキラつゆ
- だし(または水) / 1カップ
- 粉寒天 / 1g めんつゆ(2倍濃縮) / 1カップ 梅干し(ペースト状) / 1ヶ分
- そうめん / 4束 オクラ / 4本 ミントマト / 8ヶ 卵 / 1ヶ きゅうり / 1本 みょうが / 1ヶ 青しそ / 8枚

1人当たりエネルギー 219kcal たんぱく質 7.2g 脂質 1.7g 塩分 2.1g

### ポイント

具は他に、茹でたエビ、カニかま、ツナ、枝豆、人参等  
お好みで楽しみましょう。

### 作り方

- ①だしに粉寒天を入れて混ぜ、火にかけて沸騰させ、弱火で2分ほど混ぜながら火を通し、めんつゆとたたいた梅干しを加えて混ぜて火を止め、冷やし固める。
- ②オクラは少々塩をかけ手のひらで転がし、織毛をとって熱湯でさっと茹でて水にとり、ヘタを落として5~6mmの輪切りとする。ミントマトはヘタをとって、半分に切る。卵は溶きほぐし薄焼き卵をつくって、千切り、または星形で切り抜く。きゅうり、みょうが、青しそは千切りにしておく。
- ③茹でたそうめんを器に盛り、キラキラつゆをスプーンでくずしながらのせ、その上に具をのせる。

## 食べ元気になる



七夕に願いをこめて  
七夕めいけんそうめん

レシピ: 山江村健康福祉課 管理栄養士 勝原聖美