

九州山江村の挑戦 人が元気、自然が元気、地域が元気

# 広報 やまえ

2

February  
2017

No.307

山江村成人式 P2  
山江村消防出初式 P4  
新春駅伝大会 P5

お知らせ  
申告のご案内

シリーズ 食べて元気になる  
もちもちサクサク  
れんこんもちのみぞれあんかけ

表紙写真：1月6日の山江村消防出初式で、総合の部、通帯点検の部、放水競技の部すべてで優勝を果たした第1分団



晴れ着姿に身をつつみ  
新たな一歩を踏み出す

## 山江村成人式

Coming of celebration

新成人の門出を祝う山江村成人式が  
1月4日に役場大会議室で開催され、  
新成人48人のうち39人が集まりました。  
会場には、家族、小・中学校時代の恩師  
もお祝いに駆けつけ、新成人の晴れ着姿  
と成長に感動と喜びを浮かべました。

新成人の中川桜子さんと萩原  
桃香さんの司会で始まった式典  
では、一人ひとりの名前が呼ばれ、  
新成人の紹介から始まりました。  
続いて、内山村長、藤本教育長、  
秋丸議長からお祝いの言葉が送ら  
れました。新成人への記念品贈呈  
では、中山翔太さんが代表として  
記念品の「成人記念ラベル付焼酎  
とフラワーアレンジメント」を  
受け取りました。

恒例の1分間スピーチでは、  
「学校の先生になりたい」「将来は  
山江村に帰ってきたい」「両親に  
恩返しをしたい」など現在の状況  
や将来の夢、家族への感謝の言葉  
が聞かれました。恩師スピーチで  
は、元山江中の新木大輔先生、  
谷口亮一郎先生、元山田小の手石  
方敬先生、酒井克己先生、元万江  
小の緒方研治先生がエールを送  
りました。黒木聡さんの交通安全  
宣言のあと、新成人代表謝辞で  
上村愛実さんが「私たちは成人と  
しての自覚を新たにし、大人社会  
の一員としてベストを尽くす所存  
です」と決意の言葉を述べました。  
式典終了後、参加者は写真撮影  
を行い再会を喜びあっていました。





- ① 仲間のスピーチに笑い声と笑顔が溢れます
- ②③④⑤ 緊張しながら新成人1分間スピーチ
- ⑥ ヘアスタイルもきまっています
- ⑦ 恩師の先生方も来てくれ、懐かしい思い出や、人生のアドバイスを話してくれました
- ⑧ 艶やかな着物姿で1枚
- ⑨ 新木先生を囲んで、記念撮影
- ⑩ 撮影を楽しむ素敵な笑顔の2人
- ⑪ 笑顔で写真撮影を楽しむ新成人



# 山江村消防出初式



1月6日、新春を飾る恒例の消防出初式を中央グラウンドにおいて開催しました。

当日は、朝から小雨が降るものの、集結した消防団員は物ともせず、気合十分の中、団長以下151人の団員による分列行進で幕を開けました。次第に雨も上がり、開会式の後、各分団及び女性消防隊による通常点検が行われ、指

揮者の号令のもと、団員の規律、服装について審査が行われました。その後、アトラクションとして、ラッパ隊による「蛍の光」の吹奏と章鹿倉保育園及び山江保育園の幼年消防クラブによる通常点検が披露され、「絶対に火遊びはしません」と、子どもたちの元気いっぱいでの防火の誓いが会場に響き渡りました。

午後からは会場を古賀橋の河川敷に移し、高さ約20メートルの標的を落とすまでのタイムを競う放水競技を行いました。

各分団、タイムを短縮するため様々な工夫を凝らし競技に挑みましたが、一発勝負というところもあり、好タイムを記録する分団もあれば、思い通りの記録が出ない分団もありました。各分団、人員に差があるものの、正々堂々と競技する姿は観客に感動を与え、住民の暮らしを守るための消防団として、消防力を披露することができた。消防出初式となりました。



## ■大会成績

### 総合の部

優勝 第1分団、第2位 第4分団、第3位 第7分団

### 通常点検の部

優勝 第1分団、第2位 第5分団、第3位 第4分団

### 放水競技の部

優勝 第1分団、第2位 第7分団、第3位 第4分団

## ■村長表彰

### 優良消防団員表彰(勤続年数10年)

第2分団 吉村良次・山口勝也・上村良大

第3分団 東俊介・一瀬慎裕 第4分団 稲田優

第5分団 有瀬慎也・守永寛・岩本順司・簗田竜也

第8分団 黒木不可止

### 退団消防分団長表彰

元第3分団長 草場浩介

## ■県知事表彰

### 永年勤続功労章(勤続年数25年)

第1分団 迫田教文 第6分団 西村智

第8分団 今村栄昭

## ■消防庁長官表彰

### 退職報償者

(1号銀杯)元第1分団 山口明

(2号銀杯)元第3分団 草場浩介

元第4分団 谷口京広・緒方道隆

## ■熊本県消防協会長表彰

### 功績章(勤続年数20年)(H29年3月31日付)

第2分団 川村文男・稲留豊史

第4分団 中村和則 第7分団 橋本誉

### 勤績章(勤続年数15年)(H29年3月31日付)

第1分団 秋丸大輔・福山修二・川口伸也・

迫田真二 第2分団 横谷憲俊・三宅祐二

第3分団 尾方義和 第4分団 松本聖司

第7分団 吉永秀照

# 山江村新春駅伝大会

山江村・山江村教育委員会

## 新春駅伝大会



第45回山江村新春駅伝大会を1月15日、山江温泉「はたる」前スタート・ゴールとする万江コースで開催しました。昨年度優勝の第9区佐々木渉選手の力強い選手宣誓のあと、午前10時、内山村長の号砲を合図に、17チームが一斉にスタート。選手たちの力走に沿道からは温かい声援が送られました。

大会は序盤から先頭が目まぐるしく入れ替わる混戦となりましたが、後半で9区Aが怒涛の追走で先頭を捉え、首位に躍り出た後は追隨を許すことなく大会を制し、見事2連覇を達成しました。今回はオープンチームとして山江中・万江小学校の先生チームと村内の社会人野球チームの山江マールンズが参加し、大会をさらに盛り上げられました。

大会は序盤から先頭が目まぐるしく入れ替わる混戦となりましたが、後半で9区Aが怒涛の追走で先頭を捉え、首位に躍り出た後は追隨を許すことなく大会を制し、見事2連覇を達成しました。今回はオープンチームとして山江中・万江小学校の先生チームと村内の社会人野球チームの山江マールンズが参加し、大会をさらに盛り上げられました。

### ■区間賞

- |     |      |       |
|-----|------|-------|
| 1区間 | 第7区  | 石山博貴  |
| 2区間 | 第9区B | 原先瑠樹  |
| 3区間 | 第9区B | 川辺千聖  |
| 4区間 | 第3区  | 前田優   |
| 5区間 | 第3区  | 森口凌太郎 |
| 6区間 | 第9区A | 中村直詩  |
| 7区間 | 第15区 | 横山茂生  |
| 8区間 | 第14区 | 入口昌史  |
| 9区間 | 第9区A | 村田奨真  |

### ■総合順位

- |     |      |     |      |
|-----|------|-----|------|
| 優勝  | 第9区A | 2位  | 第2区  |
| 3位  | 第3区  | 4位  | 第7区  |
| 5位  | 第15区 | 6位  | 第11区 |
| 7位  | 第1区  | 8位  | 第4区  |
| 9位  | 第9区B | 10位 | 第13区 |
| 11位 | 第5区  | 12位 | 第6区  |
| 13位 | 第8区  | 14位 | 第14区 |
| 15位 | 第10区 |     |      |

### ■躍進賞 第1区(12位→7位)

### ■ファミリー賞

- |      |               |      |            |
|------|---------------|------|------------|
| 第2区  | 藤本一彦・翔栄・崇矢    | 第3区  | 前田優・海皇・将慶  |
| 第4区  | 東公一郎・紗優華・亜優華  | 第5区  | 蔵野雅博・沙紀・貴也 |
| 第9区  | 村田瑠聖・奨真・煌畝    | 第11区 | 岩本和弘・柚穂・花蓮 |
| 第15区 | 吉永衣舞姫・真聖斗・楓心麗 |      |            |

### ■特別賞 山江中・万江小合同チーム 山江マールンズ



# 自分たちにもできる支援 認知症サポーター養成講座

子どもたちに認知症のことを学んでもらおうと1月19日、万江小5・6年生を対象に認知症サポーター養成講座を開催しました。講座では、脳の仕組み・働き、認知症の症状、周りにいる人の接し方によって症状が変わるということを伝え、自分にもできる対応について児童たちに考えてもらいました。児童からは、「困っている人がいたら、自分から助けてあげることが大切だと分った」「家におばあちゃんとおじいちゃんがいるので、やさしく声をかけていきたい」「やさしく接したい」などと発表がありました。

講座終了後には、認知症サポーターの証となるオレンジリングを児童に配りました。



講座では、みんな真剣に話を聞いてくれました



認知症サポーターの仲間入り



## 消火栓用消防資機材の軽量化を進めます！

村外に通勤する消防団員が増加しているため、日中に火災が発生した場合でも、誰もが初期消火を行えるよう消防資機材の軽量化を進めています。

この度、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業の採択を受け、14箇所分の消火栓資機材を購入しました。

今後、各地区や地元消防団と協議しながら、現在、消火栓に格納している消防用ホースと筒先を今回の宝くじの助成金で整備した資機材に入れ替えを行う予定です。

試していただくことも可能ですので、ご要望やご不明な点などございましたら、役場総務課までお問い合わせください。 **問合せ** 総務課行財政係 ☎(23)3111



軽量化された資機材のため、使いやすくなっています



(上)新しく購入した消防用ホースの筒先  
(下)旧消防用ホースの筒先

球磨・人吉地区  
県立高等学校

# 4校合同説明会

【日時】平成29年 **3月19日(日)**  
**13:00~16:30**

【場所】人吉市カルチャーパレス(小ホール)  
人吉市下城本町1578-1 TEL:0966-24-3311

球磨・人吉地区の県立高等学校4校の特色ある教育活動を紹介し、これから高校進学を迎える中学生や保護者等が進路について考える上で必要な情報を提供するとともに、地域住民の皆様にも学校について知ってもらうことで地域に開かれた学校づくりを推進します。



- ・各高等学校からの説明及び生徒体験発表等
- ・各高等学校(ブース)による相談窓口
- ・各高等学校のパネル等の展示(授業・学校行事・部活動等の様子)



人吉高校



球磨工業高校



南稜高校



球磨中央高校

中学生や保護者、地域の皆様など、  
興味のある方はどなたでもOKです!

**ご来場お待ちしております!**

## 平成29年度 山江村奨学生の募集について

山江村では、高校生及び大学生等で勉強に意欲的で優秀な学生の中で、経済的理由により修学が困難な学生に対し、奨学資金の貸し付けを行っています。

**貸付対象者** 本村に生活根拠のある高等学校生徒、大学生、各種研修生。

**貸付金額** (1)高校生 月額1万円以内  
(2)大学生 月額3万円以内  
(3)各種研修生 月額3万円以内

**貸付条件** (1)利子 無利子  
(2)貸付期間 修学期間(修学中の場合は、残修学期間)  
(3)返済期間 修学終了後、貸付修学期間の倍数年以内(最高8年以内)

**貸付方法** 年2回(前期:5月、後期:10月に貸し付け)

※前期:4月~9月分、後期:10月~翌年3月分

**申込方法** 教育委員会備え付けの申込用紙に記入の上、必要書類を添付して提出してください。

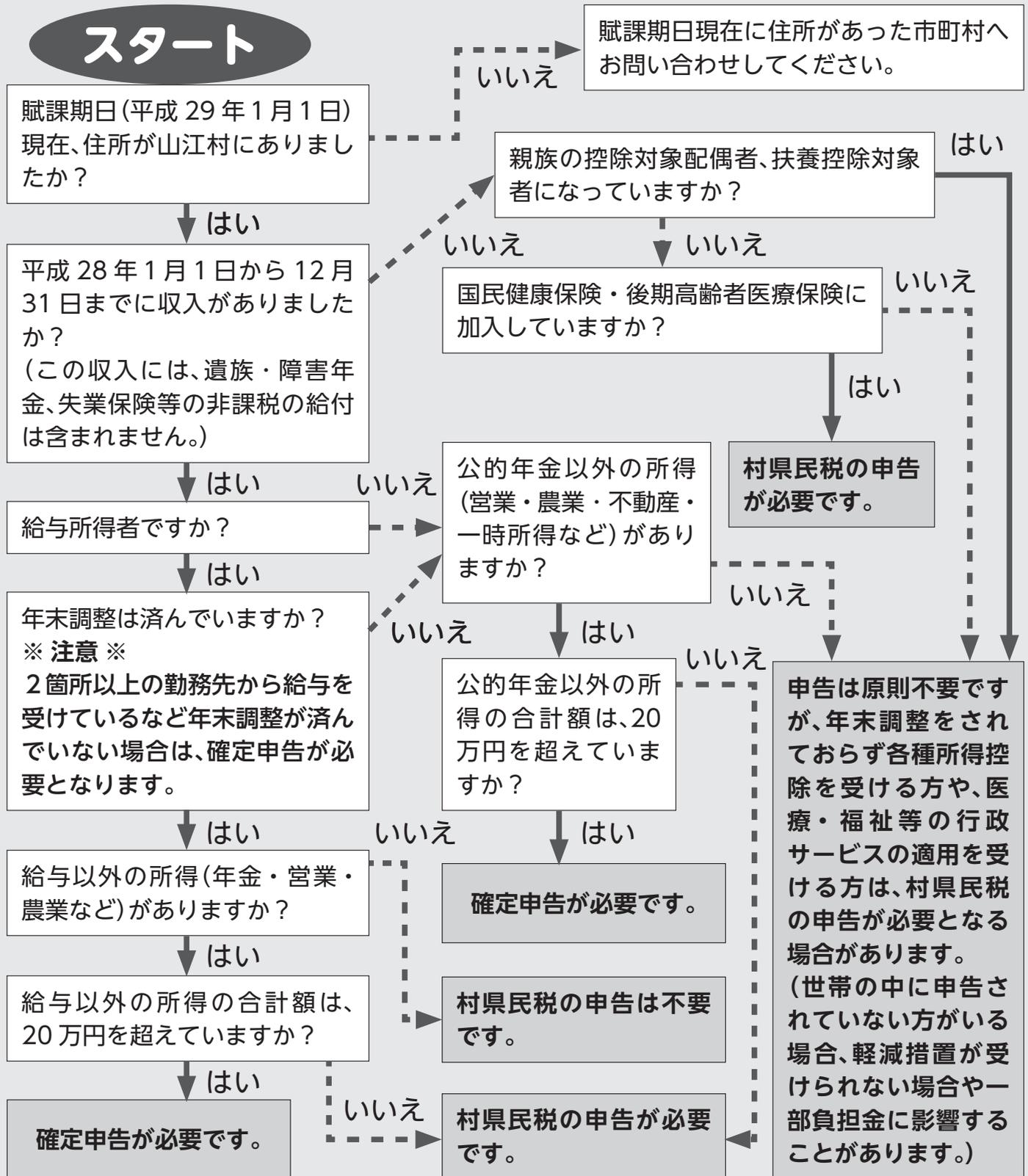
**申込期限** 2月1日(水)~3月31日(金)(期限厳守)

**問合せ** 山江村教育委員会 ☎(23)3604

# 私は確定申告が必要？

自分が確定申告する必要があるかどうか調べてみましょう。次の問いに「はい」か「いいえ」で答えていってください。それではスタート！

## スタート



※注意※このフローチャートは、一般的な例を示してあります。村県民税の申告が不要でも、源泉徴収税額によっては、確定申告をしなければならない場合もあります。

# 平成29年(平成28年分)住民税等申告のご案内

平成28年分の所得税(国税)の確定申告に併せて、住民税(村県民税)、国民健康保険税、介護保険料の申告相談を下記の日程で行います。申告が必要な方は、申告期間内に指定の期日及び会場で申告をお願いします。

※申告をされないと国民健康保険税の軽減が受けられる世帯でも、軽減の対象となりません。  
 ※住宅取得控除及び医療費控除の適用を受けるためには、確定申告が必要です。

## 申告日程表

期日(曜日)	行政区	申告受付時間	申告会場
2月16日(木)	1区	午前9時～午後4時	山江村役場 大会議室
2月17日(金)	2区		
2月20日(月)	3区		
2月21日(火)	4区		
2月22日(水)	5区		
2月23日(木)	6区		
2月24日(金)	7区		
2月27日(月)	8区		
2月28日(火)	9区		
3月1日(水)	10区		
3月2日(木)	11区		万江コミュニティセンター
3月3日(金)	12区		
3月6日(月)	有資格者		
3月7日(火)	13区		
3月8日(水)	14区		屋形多目的集会施設
3月9日(木)	15区		
3月10日(金)	16区	大川内公民館	
3月13日(月)、3月14日(火)			
3月15日(水)			

## ご存知ですか

ネットで申告

# e-Tax

e-Taxは、インターネットで国税に関する申告や納税、申請・届出などの手続きができるシステムです。e-Taxを利用する際は、あらかじめ開始届出書を提出し、利用者識別番号などの取得が必要です(オンラインで取得できます)。

確定申告書等作成コーナーで作成した申告書等のデータは、e-Taxを利用して自宅から税務署に送信でき、印刷した申告書は税務署に郵送等でも提出できます。

詳しくは、専用のホームページ  
<http://www.nta.go.jp/>又は  
 「e-Tax」で検索してご覧ください。

## 申告を行うときの主な準備

- 「マイナンバーカード」、又は「番号確認書類+身元確認書類」  
 ※番号確認書類とは、通知カードなどのことです。  
 ※身元確認書類とは、免許証やパスポート、公的医療保険の被保険者証などのことです。
- 印鑑(認印)  
 ※シャチハタは使用不可です。
- 申告者本人名義の金融機関口座が分かるもの  
 ※確定申告で、所得税の還付金が発生した時に使用します。  
 還付金の受取り方法は、原則、本人名義の口座への振込みとなります。
- 平成28年中(平成28年1月～12月)の収入金額や経費が分かるもの  
 ※事前準備として、農業や営業など収入内容に応じてそれぞれの収支項目ごとにまとめ、合計していただきますようお願いいたします。  
 (例:帳簿、決算書など)
- 平成28年分の源泉徴収票や各種控除に必要な領収書や証明書など(原本)  
 ※各種控除とは、健康保険や年金保険料などの社会保険料控除、生命保険料や地震保険料の控除、医療費控除などのことをいいます。

★申告の内容によっては、上記以外のものが必要となる場合もあります。

## 国税便り

### 申告相談会場等のご案内

税務署が開設する申告相談会場及び税理士会による確定申告無料相談会場は、次のとおりです。なお、申告書は会場内で作成・提出することもできますが、国税庁ホームページで作成し、e-Taxによる送信又は印刷して郵送等より提出することができますので、是非、ご利用ください。

#### 【税務署が開設する申告相談会場】

開設場所 人吉税務署(人吉市寺町20-1)

開設期間 2月16日(木)～3月15日(水)(ただし、土、日を除く。)

受付時間 午前9時～午後4時

※駐車場には限りがありますので、予めご了承ください。

※申告期限間際になりますと申告会場が混み合うことが予想されますので、早めの申告にご協力をお願いします。

### 平成28年分の確定申告書等には個人番号の記載が必要です

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入に伴い、平成28年分の確定申告書等にはマイナンバー(個人番号)の記載が必要となりました。

なお、マイナンバー(個人番号)を記載した確定申告書等を税務署へ提出する際には、申告されるご本人の本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。

#### 《本人確認を行うときに使用する書類の例》

例1:マイナンバーカード(個人番号カード)の表面及び裏面の写し【番号確認及び身元確認書類】

例2:通知カードの写し【番号確認書類】+運転免許証又は公的医療保険の被保険者証の写し【身元確認書類】など

詳しくは熊本国税局のホームページ([www.nta.go.jp/kumamoto](http://www.nta.go.jp/kumamoto)又は 熊本国税局 検索)をご覧ください。

### 公的年金収入のある方の確定申告について

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税及び復興特別所得税について確定申告をする必要はありません。

ただし、この場合であっても、

- ① 所得税及び復興特別所得税の還付を受けるためには、確定申告書を提出する必要があります。
- ② 住民税の申告が必要な場合があります(山江村役場税務課にお尋ねください)。

詳しくは、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/>)をご覧ください。

問合せ 人吉税務署 ☎ (23) 2311※ 自動音声案内

HITUYOSHI KUMA

HINABAR 2017 BARWALK

HITUYOSHI KUMA  
バルウォーク  
人吉球磨  
BAR WALK  
ひなバル

# 人吉球磨 ひなバル

がんばる!  
ほおバル!  
人吉球磨!

Bar Walk  
人吉球磨で  
バルウォーク!

街なかバル(2日間)

人吉市の中心市街地で  
バルウォーク開催!

F. Week(8日間)

人吉球磨エリアの各市町村で  
バルが楽しめる!

2017年 2月17日(金) & 18日(土)

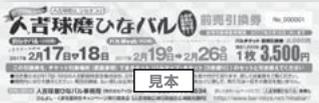
2017年 2月19日(日) → 2月26日(日)

\*食べて!呑んで!人吉球磨を盛り上げよう!\*

参加  
47  
店舗

発売中!

街なかバル、  
バルWeekで使える  
共通チケットの  
前売引換券



## 前売引換券 1枚 3,500円

限定  
1,500  
枚

2月17日以降の本チケット  
購入は1冊4,000円となります。

↑この引換券を、チケット引換場所(下記参照)で本チケット(バルマップ・チケット[5枚綴り])のセットと引き換えてください



### 人吉球磨ひなバルとは

5枚綴りのチケットを  
持って、お店をまわる  
バルイベントです  
2月14日以降、本チケット引き換え  
取り扱い施設や、2月17日・18日・  
19日のイベント会場などで  
前売引換券を本チケットに  
交換し、お店をまわります。



2/17(金)・18(土) 街なかバル【人吉市中心市街地】

バルチケット1枚でバルメニューのサービス  
【1ドリンク&1ピンチョス(おつまみ)】

2/19(日)→26(日) バルWeek【人吉球磨エリア】

バルチケット1枚で お店オリジナルのバルメニュー

※街なかバル参加店舗の多くは、継続してバルメニューを提供いたします。

### オープニングイベント・ 抽選会も開催!

- 引換 販売のみ ※前売引換券をお持ちの方、  
本チケット購入の方はチャンス!
- 人吉駅前特設会場 (イベント時間)  
2月17日 17:30~19:00  
2月18日 15:00~20:00  
2月19日 11:00~12:00
  - あさぎり駅ポッポー館前広場

### 販売所

前売 前売引換券の購入ができます 引換 前売引換券から本チケットへの引き換えができます 販売 本チケットの購入ができます  
※取り扱い日時等が店舗により異なる場合がある為、詳しくは各お店へお問い合わせください。ホームページでも情報を掲載しております。

- 前売 引換 販売
- 人吉温泉観光協会  
【人吉鉄道ミュージアム  
MOZOCA(もぞか)ステーション868】  
時間 9:00~17:00
  - 芳野旅館 電話/0966-22-2244
  - 丸恵本館 電話/0966-22-2291
  - ホテル朝陽館 電話/0966-22-2217
  - 人吉旅館 電話/0966-22-3141
  - 清流山水花 あゆの里 電話/0966-22-2171
  - ビジネスホテル あおやぎ 電話/0966-23-4141
  - 前売 販売のみ
  - 人吉球磨ひなバル 各参加店舗  
参加店舗について、詳しくはHPをご覧ください
  - 旅館 翠嵐楼 電話/0966-23-2361
  - 湯前町観光物産協会「湯〜とびあ」 電話/0966-43-4143

ホームページで前売引換券の購入ができます!

www.bar-miya.net/hinabar/

コンビニで  
簡単お支払い!

人吉球磨ひなバル 検索

facebook 最新情報はこちら! f 人吉球磨ひなバル

https://www.facebook.com/barwalkhk/



お問い合わせ

## 人吉球磨ひなバル事務局

【株式会社アイロード内】 TEL/080-1774-5534

ひとよし・くま旬夏秋冬キャンペーン実行委員会【人吉球磨広域行政組合広域観光課内】

協力 人吉温泉観光協会、人吉温泉旅館組合、ひとくまねっと、バルウォーク宮崎実行委員会



※掲載内容は2017年1月18日現在のものです。



# 花粉症

—セルフケアのポイントは「花粉の除去と回避」です—

花粉症は、もともと体にとって無害な花粉を体が外敵とみなし、免疫機能が誤作動してしまった結果、花粉症特有の不快感が現れてきます。花粉症の症状を和らげたり、今後の発症を防ぐためには、なるべく花粉を浴びないことが大切です。



## 《花粉症対策》

### ① 完全防備で外出を

花粉症で症状が出やすい鼻や目をマスクや眼鏡でガードしましょう。髪についた花粉が鼻や目に入ることもあるので、帽子をかぶり、長い髪はまとめるようにしましょう。

### ② 玄関でシャットアウト

外から帰ったら、室内へ入る前に、洋服にブラシをかけ、髪についた花粉を払いましょう。すぐに着替えるのも有効です。表面に花粉がつきにくいツルツルした素材や、目の詰まった素材の上着を選びましょう。

### ③ まずは、手洗いうがいを

手洗いうがいで皮膚や粘膜に付いた花粉を洗い流しましょう。帰宅後すぐに入浴し、洗顔を行うのも花粉を落とすために有効です。

### ④ 窓やドアは開けっ放しにしない

換気をする時は、花粉の飛散量が多い昼間は避けましょう。

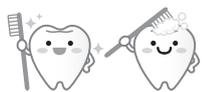
### ⑤ 掃除はこまめに

花粉はわずかな隙間からも室内へ侵入してくるため、こまめな掃除が欠かせませんが、花粉は掃除機をかけると舞い上がり、除去しにくくなるため、ぬれ雑巾での拭き掃除がおすすめです。

### ⑥ 洗濯物を外に干さない

洗濯物や布団を外に干すと、大量に花粉がついてしまいます。外に干す場合には、花粉量が多い正午から午後3時頃の時間帯を避け、よくはたいてから取り込むようにしましょう。

Health teeth



## むし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。

### ●2歳児歯科健診(平成28年12月8日)

秋山 珠那(茜)	第1区	横谷 虹香(健太)	第1区
勝山 想大(晃嗣)	第1区	上村 優月(朋之)	第6区
今村 旭杜(禎志)	第6区	橋本 果怜(誉)	第14区
加賀 彩雅(徹)	第1区	吉田 姫和(和彦)	第13区
田代 煌凜(誠志)	第9区		



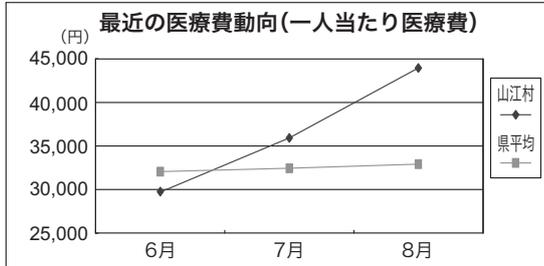
今回むし歯があったお子様は早めに治療をしましょう。

28年  
8月

## 国民健康保険医療費

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 3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 43,948円
- 県平均の1.34倍 (県の平均32,918円)

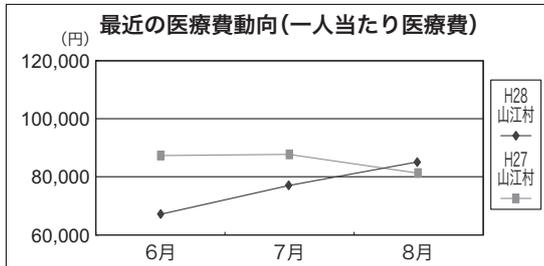


28年  
8月

## 後期高齢者医療保険医療費

後期高齢者医療保険における1人当たりの医療費をお知らせします。後期高齢者医療制度では、医療費総額(窓口負担額を除く)の1割相当を保険料から賄うため、医療費が増えたと後期高齢者医療保険料も高くなります。健康に配慮した生活を心がけるとともに、年に1回は健診の受診をお願いします。

- 一人当たり医療費 85,010円
- 前年度同月の1.05倍 (前年度同月の平均81,272円)

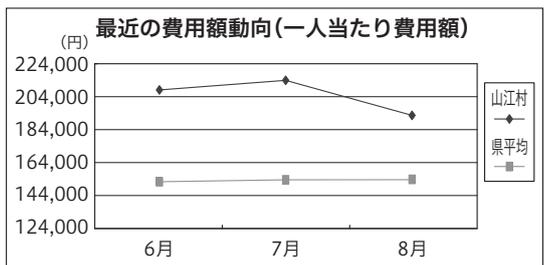


28年  
8月

## 介護保険費用額

介護保険費用額の県内順位と1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22%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 2位 / 45市町村中
- 一人当たり費用額 195,435円
- 県平均の1.27倍 (県の平均153,719円)



## 地域包括支援センターだより

### ● 認知症予防にコグニサイズ ●

コグニサイズとは、「体の運動」と「脳の活動」を同時に行うことです。目的は認知機能の維持・向上を図り、認知症の発症を遅らせる、または防ぐことです。特別な道具がなくてもできて、適切な負荷を体と脳にかけるといことが大切です。

具体的には、「ウォーキング(体の運動)」+「しりとり(脳の運動)」や「踏み台運動(体の運動)」+「引き算(脳の運動)」などです。



～コグニサイズはたまに間違えるくらいが丁度よい難しさです～

#### ◆効果的コグニサイズ5か条

- 1 「ややきつい」と感じる運動を行う
- 2 慣れてきたら次の課題にうつる
- 3 複数の種目を組み合わせて行う
- 4 少しの時間でも毎日行う
- 5 継続することが大事

#### ◆安全に行うための5か条

- 1 無理をしないで徐々に行う
- 2 ストレッチ(準備運動)をしてから行う
- 3 水分を補給する
- 4 転倒に気をつける
- 5 息をとめない

高齢者のことで困ったときは  
地域包括支援センター

(役場健康福祉課内)にご相談ください

- 高齢者の「介護の相談」・「物忘れ相談」・「虐待の相談」・「その他何でも」気軽にご相談ください。
- 毎月第1水曜日は「物忘れ相談日」です。認知症疾患医療センターから健康の駅にいられて相談に応じます。2月は1日(水)です。地域包括支援センターへの電話予約が必要です。

<健康福祉課・地域包括支援センター>

☎(23)2232

<夜間及び休日>

☎(24)9800

(夜間及び休日は山江老人保健施設に委託してあります。初めに「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。)



### 農業委員会の体制が変わります

農業委員会等に関する法律の改正により、農業委員はこれまでの選挙制から推薦・応募による市町村長の任命制になりました。また、農地等の利用最適化(担い手への農地の集積や遊休農地の発生防止・解消等)を進めるため、新たに現場活動を積極的に行う農地利用最適化推進委員を農業委員会が委嘱することになりました。

山江村では、今年7月より新たな農業委員会体制となります。詳細については、追ってお知らせします。

問合せ 山江村農業委員会  
☎(23)31113

### 農業者年金の特長やメリット

■少子高齢化に強い積立方式  
農業者年金は、「積立方式・確定拠出型」の年金です。

### 「積立方式・確定拠出型」

保険料を支払っている方の数や年金を受給している方の数などのように変化しても、その影響を受けない財政的に安定した制度。そのため、少子高齢時代でも安心できる制度です。

また、農業者年金基金から毎年6月末に、各加入者の積立額と運用益のお知らせを行い、ホームページで全体の運用状況(確定値)を公表しています。

### ■安全面に配慮した運用

農業者年金の加入者の資産運用は、比較的风险の小さい国内債券を中心に、国内株式や外国株式などを組み合わせて運用しています。また受給者の方々の年金資産は、年金の確実な支払いのため国債のみで運用しています。

### ■保険料補助や税制の優遇措置

認定農業者で青色申告者など一定の要件を満たせば国からの補助を受けることができます。また、お支払いいただいた保険料の全額が社会保険料控除の対象となります。

問合せ ●山江村農業委員会

☎(23)31113  
●JA山江店

☎(23)2304

## 心配ごと・無料法律相談会のお知らせ

この相談会は月1回開催しており、弁護士や司法書士が相談を受けます。また、臨床心理士による「こころの健康相談」もあります。

人吉球磨地域にお住まいの方はどなたでも参加できますので、お気軽にご相談ください。

ご相談をされる際は、下記の問合せ先にご予約をお願いします。予約をしていなくても相談はできますが、予約をされた方が優先されます。

日時 2月16日(木)午後1時~午後4時  
場所 水上村保健センター  
相談内容 借金や相続、土地家屋問題などの日常生活に関わる心配ごと  
相談料 無料  
問合せ 水上村消費者行政相談窓口  
☎(44)0311

## 2 子育てサロンのお誘い

まだまだ寒い日が続いています。今月も下記のように計画しました。たくさんの方の参加をお待ちしています。お気軽にお出かけください (#^\_^#)

対象 0歳~就学前までのお子様と保護者及び妊産婦の方  
場所 山江村福祉保健センター「健康の駅」  
時間 午前10時~11時30分(終了予定)  
参加費 村内(無料) 村外(1戸100円)  
※申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。



1日(水) 節分用お面作り  
8日(水) メッセージカード作り  
15日(水) わくわくタイム

22日(水)  
おはなし会



問合せ 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700

相談

年金相談所開設のお知らせ

八代年金事務所では、出張相談会を人吉市・球磨郡で毎週3回開催しています。

開催場所・日程・時間

■人吉市東西コミュニティセンター  
 ・毎週月曜日 午前9時～午後5時  
 ・毎週金曜日 午前9時40分～午後4時20分

■錦町社会福祉協議会(温泉センター)  
 ・3月まで毎月第1、第3、第5水曜日

■多良木町役場

・3月まで毎月第2、第4水曜日  
 ※錦町及び多良木町は、全て午前9時～午後5時の開催。

注意事項

- ・相談日程については、祝祭日を除きます。
- ・完全予約制です。3日前までに電話での予約をお願いします。
- ・予約状況によってはご希望の日程での対応が困難な場合があります。

合もありますので、ご了承ください。

予約申込み・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

肝炎サロンの開催

肝炎患者様やそのご家族など、肝炎に関心のある方のための情報交換会が開催されます。

日程・場所

- 2月27日(月) 山鹿市民医療センター 医療研修センター
  - 2月28日(火) 熊本大学医学部付属病院 山崎記念館
  - 3月3日(金) 天草地域健康センター 2回会議室
  - 3月7日(火) 阿蘇医療センター 講堂
  - 3月9日(木) 熊本労災病院 中央診療棟5階会議室
- 時間 午後1時30分～午後4時  
 詳細は、熊本県ホームページで確認できます。
- 問合せ 熊本県健康危機管理課 ☎0963(33)2738

特定感染症検査事業

人吉保健所では、毎週火曜にHIV検査を実施します。エイズはHIVというウイルスに感染して起こる病気です。HIVに感染すると、免疫力が低下し、様々な感染症や悪性の腫瘍などが現れます。感染していても早期に発見し治療を始めることで、発病を予防したり、遅らせることができます。また、大切な人へ感染を広げないためにも、一度検査を受けてみませんか？

日時

	1/31 (火)	2/7 (火)	2/14 (火)	2/21 (火)	2/28 (火)
午前検査 (9時～12時)	○	○	○	○	○
夜間検査 (17時～19時)				○	

**検査内容** HIV検査、性感染症(梅毒・性器クラミジア)、肝炎検査(B型・C型)  
**検査場所** 人吉保健所(人吉市寺町12-1)  
**連絡先** 人吉保健所保健予防課  
 ☎●(22)3107 ●(22)5289

検査は匿名・無料!!採血で検査します。  
 事前予約が必要です。

一社協だより

共同募金実績中間報告 (1月20日現在)

10月1日より、皆様にご協力いただいた赤い羽根共同募金実績の中間報告をします。

(募金累計額)

戸別募金	462,340円
職域募金	58,103円
企業募金	5,000円
街頭募金	6,051円
学校募金	18,841円
イベント募金	28,079円
その他の募金	15,511円
歳末たすけあい募金	323,800円

計 917,725円

皆さまのご協力に厚くお礼申し上げます。  
 なお、お寄せいただいた募金は、熊本県共同募金会へ送金いたしました。



## 休日在宅医当番表(平成29年2月)

### 【人吉市医師会】

月	日	休日在宅医		電話番号	小児科医		電話番号
2月	5	堤病院	人吉市下林町	(22)0200	公立多良木病院小児科	多良木町	(42)2560
		しらく内科クリニック	人吉市中青井町	(25)1550			
	11	掛井眼科医院	人吉市駒井田町	(22)3383	増田クリニック小児科	人吉市五日町	(22)3570
		とやまクリニック胃腸科・肛門科	人吉市宝来町	(28)3375			
	12	外山内科	人吉市二日町	(22)2003	人吉医療センター小児科	人吉市老神町	(22)2191
		みなみ眼科	人吉市下城本町	(22)6820			
	19	辻循環器科内科	人吉市駒井田町	(24)8888	やまむら医院	あさぎり町	(45)0005
		河野産婦人科	人吉市上薩摩瀬町	(24)3838			
	26	ひとよし内科	人吉市七地町	(24)1211	たかはし小児科内科医院	人吉市相良町	(24)2222
		吉村皮ふ科医院	人吉市鬼木町	(22)7555			

### 【球磨郡医師会】

月	日	上球磨	中球磨	其他地区	小児科医(球磨人吉)		電話番号
2月	5	犬童耳鼻咽喉科	岩井クリニック		公立多良木病院小児科	多良木町	(42)2560
	11	犬童内科胃腸科医院	権頭医院		増田クリニック小児科	人吉市五日町	(22)3570
	12	こんどう整形外科	高田内科医院		人吉医療センター小児科	人吉市老神町	(22)2191
	19	古城クリニック	田中医院		やまむら医院	あさぎり町	(45)0005
	26	そのだ医院	深水内科医院		たかはし小児科内科医院	人吉市相良町	(24)2222

※受診時間 午前9時から午後5時まで

※変更になる場合がありますので、受診される方は医療機関へ確認をお願いします。

【救急病院】 ●球磨病院 人吉市上青井町 ☎(23)3121 ●外山胃腸病院 人吉市南泉田町 ☎(22)3221

■問合せ 人吉市医師会 ☎(22)3065 球磨郡医師会 ☎(42)4797 健康福祉課保健衛生係 ☎(24)1700

## 有害鳥獣に負けない農業を目指して

— Series —

### 第6回 正しく学ぼう！電気柵！！

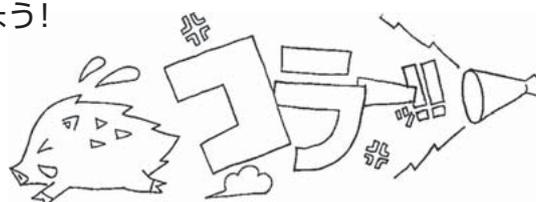


#### ○地域で追い払いを行う！

電気柵の正しい管理・活用を行うことに加えて、野生の動物を見つけたら追い払いを行うことも重要です。

見かけても追い払わず放置すると、野生の動物は人に対して慣れ、警戒心を持たずに何度も田畑等におりてくるようになります。

そうならないためにも、「大きな声を出す」など安全かつ簡単なことで良いので、地域の皆さんで追い払い活動を行いましょう！



## 主な番組 スケジュール

- 5.00 CATV情報局 前々週号  
45 やくばだより
- 6.00 CATV情報局 最新号  
30 やまえ健康体操  
35 やくばだより  
50 やまえ写真館  
55 やまえTODAY
- 7.00 CATV情報局 最新号  
45 やくばだより
- 8.00 CATV情報局 最新号  
30 やまえ健康体操  
45 やくばだより
- 9.00 CATV情報局 前週号  
40 やまえ健康体操  
50 やまえ写真館  
55 やまえTODAY
- 10.00 スペシャル番組
- 11.15 他町村ケーブルテレビ番組  
45 やくばだより
- 12.00 CATV情報局 最新号  
35 山江村の風景
- 13.00 CATV情報局 前週号  
40 やまえ健康体操  
45 やくばだより
- 14.00 スペシャル番組
- 15.30 他町村ケーブルテレビ番組  
45 やくばだより
- 16.00 CATV情報局 前々週号  
45 やくばだより
- 17.00 他町村ケーブルテレビ番組  
30 やまえ健康体操  
35 山江村の風景
- 18.00 CATV情報局 最新号  
50 やまえ写真館  
55 やまえTODAY
- 19.00 CATV情報局 最新号  
30 スペシャル番組
- 20.50 やまえ写真館  
55 やまえTODAY
- 21.00 CATV情報局 最新号  
30 山江村の風景  
50 やまえ写真館  
55 やまえTODAY
- 22.00 スペシャル番組(リクエスト)
- 0.00 CATV情報局 最新号  
45 やくばだより
- 1.00 CATV情報局 前週号  
45 やくばだより
- 2.00 スペシャル番組
- 4.45 やくばだより

※更新状況で放送内容を一部変更する場合があります。

ふるさと山江村の  
今をお届け!!

# まるん チャンネル

山江村ケーブルテレビセンター

自主放送番組 **10ch** はこちら!

## 新番組! 消費者びっ栗相談百科

振り込め詐欺や多重債務問題など身近な問題や悩みに、司法書士や弁護士の先生が「お答えします」となりパパッと解決します。  
生活に役立つ情報番組です。



放送時間	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
	0:40	1:40	5:40	7:30	11:40	13:35	15:35	18:45	23:45

## 山江村CATV情報局

地域の行事や活動、祭りや季節の話題など山江村で行われた一週間の出来事を中心にお伝えします。

毎週土曜日 更新!



## やまえTODAY

山江村の今日の出来事を5分にまとめて放送。



## やくばだより

山江村役場から重要な申請などのお知らせを放送します。



## スペシャル番組

山江村内で行われた様々な行事を、ほぼノーカットで放送。

### 番組内容

- 山江村成人式
- 山江村消防出初式



その他にも沢山の番組がありますので是非ご覧ください!

地域の出来事や活動の情報はこちらまで!

山江村ケーブルテレビセンター ☎ (0966)22-8808

## 万江小「人権の花運動」

5月26日より始まった万江小の「人権の花運動」が、11月29日に終了式を迎えました。5月の花の伝達式でもらった花の種を子どもたちが大切に育て、綺麗な花を咲かせることが出来ました。その後、種の収穫をし、観察日記を作成。花をとおして子ども達は、命の大切さを学びました。

終了式では、人権TV「命をいただくシゴト」の鑑賞と児童の人権発表、その後、運動場で「人権の種」を付けた風船を、一斉に飛ばしました。空高く上がった風船は、遠くは宮崎県にまで降り立ったという嬉しい連絡を受けました。



## 山田小「人権集会」

12月15日に山田小で「人権集会」が行われました。各学年で考えた人権発表、「いじめは、しません」「いじめられてる人に声をかける」などを宣言し、低学年から高学年まで、真剣に人権について考える時間がもてました。

その後、人権講演「命のおもさを考える！」の演題で、山江村教育委員会の田辺人権教育指導員による講演がありました。

人吉球磨人権擁護協議会主催の「人吉球磨人権川柳コンテスト」が昨年12月に行われ、村内学校の受賞作品を紹介します。

【佳作】 山田小なかよし委員会  
(代表6年 深水 虎空くん)

まもろうよ みんなのけんり みんなのこころ

【入選】 万江小 4年 林 明日香さん  
ありがとう みんなのきょう力 いじめなし

## やまえの文化財 ⑬

### 諏訪神社

山田下城子の道から外れた竹藪の中に、ひっそりと佇んだ鳥居が見えます。その鳥居を潜ると目の前には本殿へと続く参道が伸び、その両脇には天まで届きそうな杉の樹が鬱蒼と立ち尽くしています。

祭神は健御名方命(タケミナカタノミコト)で、御神体とされるのは神鏡である。

文明6年(1474)の創立で、明治元年(1868)に諏訪社から諏訪神社へと改称されました。なので、参道入口に佇む鳥居の額名は「諏訪社」となっています。

また寛延4年(1751)に神主の緒方主水によって書かれた「諏訪大明神棟札」は村指定の有形文化財になっています。現在、山江村歴史民俗資料館で保管されており、いつでも見学をすることができます。

この時期、朝方など霧が立ち籠る中で訪れてみると、まるでジブリの世界に迷い込んだような神秘的な体験ができるかもしれません。



### — ご案内 —

3月5日(日)まで、山江村歴史民俗資料館にて企画展「日本遺産 山田大王神社展」を開催しています。山田大王神社を中心に相良氏と平河氏の関係を、この企画展を通して皆様にご紹介できればと思います。ご来館をお待ちしております。

## むらの動き (12/1 ~ 12/31 受付分)

ご結婚おめでとう

谷川 徹廣(第9区) 齊藤 愛(菊池市)

あかちゃんごたんじょう

川口 琥太郎 (伸也・亜由美) (12/6)

浦崎 恋華 (博信・世利子) (12/10)

岩本 菜奈 (順司・美里) (12/20)

おくやみ申し上げます

嶽本 義則 (尚) (第11区) (12/7)

西川 實 (博一) (第5区) (12/19)

香典返し

内田 文子 上村 正義 嶽本 尚

西川 博一

## 人口と世帯 -Population-

12月31日現在 (前月比)

人口 3,600人 (-4)

男 1,705人 (-3)

女 1,895人 (-1)

世帯 1,223世帯 (-1)

## 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

地域づくり研究所 23-3114

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

2017年になってから早くも一か月が経とうとしています。年末年始の忙しさが少しは落ち着いてきたのではないのでしょうか。

私は、そろそろ年末年始の暴飲暴食のツケを払わないといけないなと感じている今日この頃です。今年も1年間、怪我や病気がなく過ごせたらいいですね。(H・Y)



## エコやごみに関する情報コーナー

質問

野焼きを行ってもいいの？

※「野焼き」とは、畑や空き地などの屋外で焼却する行為のこと

答えは下。

(単位:kg,%)

	年度	28		27		28		27	
		10月		11月		12月			
一般廃棄物	可燃物	50,620	49,890	49,010	52,730	55,650	55,230		
	不燃物	2,800	4,510	2,560	3,550	4,390	4,820		
	粗大物	230	260	230	630	1,260	570		
	有害物	0	0	0	0	0	0		
	計	53,650	54,660	51,910	56,910	61,300	60,620		
	前月比	97.8	—	96.7	—	118.0	—		
前年比	98.1	—	91.2	—	101.1	—			
資源物	資源物	6,250	7,350	7,480	6,120	8,850	10,730		
	前月比	96.5	—	119.6	—	118.3	—		
	前年比	85.0	—	122.2	—	82.4	—		

※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。
- 指定された収集日に出しましょう。収集日の前日または収集日の午前8時までに出してください。

答え： 野焼きは一部の例外を除いて禁止されています。現在、野焼きによる「煙や臭いで困っている」という苦情が増えてきました。

例外として認められるものは

1. どんど焼きなど風俗習慣などの必要な焼却
2. 稲わら、果樹の伐採した枝の焼却、土手焼きなど、農林業等を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却などです。

みなさまのご理解・ご協力をお願いします。



車使わず  
歩いて行こう



ついつい、直ぐそこまで行くのにも車を使いがちです。車を走らせれば、目的地まで速くて楽に到達することができます。

しかし、車を走らせれば地球温暖化の一番の原因である二酸化炭素を排出します。

一方で、「歩く」という運動は、自分のペースで呼吸しながら、体全体の筋力や神経を使った「有酸素運動」で、体内の脂肪を燃やすのに効果があります。

地球温暖化防止や化石燃料使用量の削減など地球にも優しく、自分にもそして家計にも喜ばれる「歩く」を心がけてみてはいかがでしょうか。

燃やすのは、化石燃料よりも、体脂肪。

文：人吉球磨環境協議会  
絵：球磨工業高校美術部

## ベナン・サケテから青年海外協力隊の活動を紹介します



トウモロコシの収穫

青年海外協力隊員の松本麻衣子(山田秋丸地区)です。私は現在、西アフリカ・ベナン共和国の南東部に位置するサケテ市に住んでいます。昨年11月〜平成30年10月まで派遣予定です。

サケテは自然豊かで、トウモロコシ、キャッサバ、パームヤシの生産が盛ん。歩いていくと直ぐ視界に入ってくるくらい至る畑で栽培されています。他にもトマト、落花生、タロイモ、唐辛子、パイアヤ、マンゴーなど豊富な熱帯作物が栽培されています。

私の職場はサケテ農村開発支所という、サケテ市内の農水畜産に関する方針・政策の執りまとめ、農家に対する栽培・経営指導等を行っています(日本の農業改良普及センターのようなところ)。私も職場の人と一緒に農家を訪問したり、畑を巡っています。こちらに来て3ヶ月ほどなので、生活に慣れることを目標に今まで過ごしてきました。当初は現地の人にヨボ(肌が黒い人以外の総称)としてく言われ、からかわれ、外に出ることが嫌でしたが、今では知り合いもでき、挨拶を交わすようになったり、ようやく私がこ



現地の人達と松本さん(上段中央)

に住んでいることを認知されるようになってきたように感じます。

当地は12〜3月頃までは乾季で雨が降らず農閑期なので、別の仕事をしている農家も多くいます。毎日様々な畑を観察し、季節とともに変わる作物の状態、農家の活動スタイルを知りサケテの農業について学びながら、自分のこれまでの経験・知識をここのサケテで生かし、日々楽しく過ごしています。

※今後も松本さんの活動報告を定期的に掲載します

### 今月の1枚



#### この冬初めての雪

1月23日、この冬初めての雪が降り、家の屋根や山では雪化粧が見られました。写真は万江水無地区で、道路にも薄ら雪が積もっています。昨年ほどの大雪になると生活に支障をきたし歓迎できませんが、雪が降ると冬らしい景色となり、情緒感が漂いますね。

冬には冬の楽しみを見つけるのもいいですね。

村内の面白スポットや家族の写真など、あなた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



## 食べて 元気になる



#### 材料と数量 4人分

<れんこんもち>  
れんこん/2ケ(450g) 片栗粉/小さじ2  
薄口しょうゆ/小さじ1 塩/少々

<みぞれあん>  
大根/200g 出し汁/1・1/4カップ  
薄口しょうゆ/25ml みりん/25ml

青ねぎ/2本 おろし生姜/20g  
揚げ油/適量

#### <ポイント>

・れんこんもちを揚げるときの油の温度は低すぎると崩れ、高すぎると表面だけ焦げるので気を付ける。

#### <作り方>

- ① レンコン50gは5mm角に刻み、400gはすりおろして軽く水けを絞る。みぞれあん用の大根はすりおろし、水けをきっておく。
- ② ボウルにれんこん餅の材料を入れよく混ぜ、8等分にして楕円形に形を整え、170℃の油で揚げる。
- ③ 鍋にみぞれあんのだし汁・薄口しょうゆ・みりんを入れて火にかけ、沸騰したら水溶き片栗粉を加えてとろみをつけて大根おろしを加えひと煮立ちさせる。
- ④ 器に揚げたれんこんもちを盛り、みぞれあんをかけ、青ねぎ・おろし生姜をあしらう。

もっちりサクサク  
れんこんもちのみぞれあんかけ



1人分栄養量  
エネルギー: 198kcal  
たんぱく質: 2.9g 脂質: 2.1g

レシピ: 健康福祉課 管理栄養士 勝原聖美