



2012
3月
第380号

さがら



シンボル ●村花/フクジュウ
●村木/茶 ●村鳥/セキレイ

発行日/平成24年2月23日 編集・発行/熊本県球磨郡相良村総務課

●0966-35-0211 ●0966-35-0011 ホームページURL <http://www.vill.sagara.lg.jp/>

| | |
|----------|------------|
| 村長エッセー | P 2 |
| むらのわだい | P 3 |
| 保健福祉のひろば | P 7 |
| 合同特集 | P 16 |
| お知らせ | P 18 |
| カレンダ― | P 19 |

平成24年度村県民税(個人住民税)における扶養控除について

平成23年1月から所得税の扶養控除が変更となり、16歳未満(平成8年1月2日以降生まれ)の扶養親族については所得控除の対象ではなくなりました。

それに伴い、平成24年度村県民税課税時においても扶養控除額が変更となりますので村県民税額が増額となる場合があります。

【図1】平成24年度から適用される個人住民税の扶養控除等の変更内容

| | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|---|----------------|----------------|---|
| 住民税の扶養控除の額 | 一般扶養控除 33万円 ↓ 【廃止】 | 上乗せ分 12万円 【廃止】 (特定扶養控除) ↓ 一般扶養控除 33万円 | 特定扶養控除 45万円 | 一般扶養控除 33万円 | (同居加算額) (7万円) ^{※1} 老人扶養控除 38万円 (同居老親等) (45万円) |
| | 年齢 | ~15歳 | 16歳~18歳 | 19歳~22歳 | 23歳~69歳 |
| 区分 | 年少扶養親族 | 控除対象扶養親族 | | | |
| | 扶養親族 (年齢はその年の12月31日現在の年齢) | | | | |
| 【参考】 ^{※2} 所得税の扶養控除額 | 38万円→廃止 | 一般扶養控除 63万円→38万円 | 特定扶養控除 63万円 | 一般扶養控除 38万円 | 老人扶養控除 48万円 (同居老親等) 58万円 |

※1 同居加算額は、老人扶養親族のうち同居老親等について適用。()内の額は加算後の控除額。

※2 所得税については、平成23年分から適用されます。

村県民税の税率は10%となっていますので、中学生までの子どもを扶養している人は、**子ども1人당りにかかる村県民税の増税額は33万円×10%の33,000円**となります。

高校生が1人いる場合では、上乗せの控除額12万円×10%の12,000円が増税となる計算となります。

(非課税限度額の判定には16歳未満の扶養親族の人数を加算して行います。)

【問合せ先】 税務課課税係 ☎35-1031(直通)

村長エッセーについて

今月号の村長エッセーは、選挙期間中のため掲載を控えさせていただきます。



新村区が4連覇達成!

第34回 相良村民駅伝大会



1月15日、第34回村民駅伝大会が開催され、各行政区の選手が村内を走り抜け見事なタスキリレーが繰り広げられました。昨年は路面凍結により中止となったため2年ぶりの開催となった今年は、ふれあいセンター横をスタート、教育委員会前をゴールとする8区間、全長12.14kmの周回コースで行われ、13行政区が出場。

10時に一齐に第1区の選手がスタート。新村区が1位を譲ることなく走り続け、2位の並木野区に1分30秒の差をつけて見事優勝を飾りました。中央区と十島区はゴール前で3位と4位をかけた争いを繰り広げ、わずか1秒の差で十島区が3位入賞を果たしました。

教育委員会横では食生活改善推進員の方々によるぜんざいがふるまわれ、走り終わった選手や応援に来ていた方たちは冷えた体を温めていました。

結果は以下の通りです。



一齐にスタートする1区の選手



タスキをつなぐ下四浦の選手

【総合】

| 順位 | チーム | 総合タイム |
|----|-----|--------|
| 1 | 新村 | 40'44" |
| 2 | 並木野 | 42'20" |
| 3 | 十島 | 42'56" |
| 4 | 中央 | 42'57" |
| 5 | 上川上 | 43'51" |

【区間賞】

| 区間 | 氏名 | チーム | 距離(km) | タイム |
|----|-------|-----|--------|-------|
| 1区 | 西 健太 | 新村 | 1.32 | 3'52" |
| 2区 | 大土手 滉 | 新村 | 1.65 | 5'06" |
| 3区 | 一村多美代 | 並木野 | 1.07 | 3'52" |
| 4区 | 横溝 竜也 | 並木野 | 1.33 | 4'20" |
| 5区 | 大土手 嵩 | 新村 | 1.65 | 5'10" |
| 6区 | 大土手 廉 | 新村 | 1.07 | 3'37" |
| 7区 | 上村 善照 | 十島 | 1.33 | 4'16" |
| 8区 | 杉枝 真二 | 十島 | 2.72 | 8'16" |



中央区と十島区のゴールの瞬間

【特別賞】

| 表彰名 | | 行政区 | 氏名等 |
|-----------------|--------|----------------|--------|
| 永年 出場者 表彰 | 女子5回出場 | 松馬場区 | 大和 千紗 |
| | 10回出場 | 下四浦区 | 平野 淳 |
| | | 並木野区 | 横溝 竜也 |
| | 15回出場 | 十島区 | 杉枝 真二 |
| 20回出場 | 上川上区 | 宮田 真一郎 | |
| | 十島区 | 上村 善照 | |
| 低年齢 者賞 | 男子 | 平原区 | 永井 智久 |
| | 女子 | 下四浦区 | 平野 彩 |
| 高年齢 者賞 | 男性 | 新村区 | 濱崎 明彦 |
| | 女性 | 並木野区 | 一村 多美代 |
| ファミリー賞 | 上川上区 | 宮田 真一郎、万莉奈、龍一郎 | |
| | 松葉区 | 中村 真央、智大、理央 | |
| | 新村区 | 大土手 滉、嵩、廉 | |
| 躍進賞 | 平原区 | 前回15位から本年度7位へ | |
| | 並木野区 | 前回7位から本年度2位へ | |



「打って反省、打たれて感謝」

第3回 相良村武道祭

相良村武道振興会主催の第3回相良村武道祭が2月5日、相良村総合体育館において開催されました。相良村の武道の振興を図ることを目的に始まったもので、10年ぶりの開催となった今年は、剣道・柔道・銃剣道・弓道・空手の5種目が行われました。県内外から約400名の選手が集結し、各競技において終始白熱した試合が繰り広げられました。

午前9時に開会。福田雄二振興会長、徳田村長のあいさつのあと、空手(神武館)の岩下琴美さん(中央区)と加村星磨さん(並木野区)が力強く選手宣誓を行いました。

その後各会場に移動し、試合開始の合図とともにスタート。空手・剣道・柔道においては小・中学生の選手が多く、負けじと歯を食いしばりながら相手に立ちむかう姿に、保護者らからは大きな声援が飛び交っていました。

福田雄二会長(松馬場区)は、「今後も開催し、将来はもっと大きな大会にしていきたい。武道における初期段階・中期段階・目標のうち、この武道祭を中期段階ぐらいに位置付けていただき、より多くの人と対戦できる場を提供していきたい。」と話されました。

剣道



柔道



弓道



空手



銃剣道



地区の五穀豊穡や無病息災を祈願

松馬場地区「もぐらうち」「どんどや」

1月15日、松馬場区の子ども会、消防団、老人会、婦人会主催の「もぐらうち」と「どんどや」が行われ、地区の発展と融和、無病息災を祈願しました。

子どもたちに伝統行事として伝えるために今回初めて開催されたもので、松馬場地区から約50名が参加。

「もぐらうち」では子どもたちが藁のまかれた竹を持って各家の家先や田畑の地面をたたいて回り、五穀豊穡や家内安全を祈りました。

その後行われた「どんどや」では、家庭から持ち寄られた正月の飾りなどを積み上げてやぐらを作り、火がつけられると勢いよく燃え上がりました。どんどやの火にあたり、残り火で鏡餅を焼いて食べるとその1年は健康で過ごすことができるという言い伝えがあり、参加者は体を寄せ合いながら餅を焼いて食べていました。

参加者からは「今日はとても楽しく、今後も恒例行事として続けてもらいたい」という声が聞かれました。子どもからお年寄りまで皆で一緒に楽しむことができ、地区の絆がより一層深まったようです。



種まき作業の様子



種と焼土の混ぜ合わせ作業の様子

葉たばこの種まき

J A相良店敷地内の育苗ハウスで1月27日、熊本県たばこ耕作者組合ひまわり支部の方々による葉たばこの種まきが行われました。

たばこの種は微粒子でそのまま蒔くことができないため、焼土(肥料)とよく混ぜ合わせたあとハウスに敷き詰められた育苗箱に均一になるよう蒔かれました。

種まき後はハウス内の温度調整や水やりなどの栽培管理が行われ、約1週間で発芽。その後20日ほどで葉が4~5枚に育ち、3月中旬頃にはほ場への定植作業が行われます。

支部長の木崎俊充さん(上川下区)は、「収穫量が増えるよう願いを込めて蒔きました」と話されていました。

たばこはナス科のため、ハウス内の空いたスペースではナスも同時に育てられます。

第10回 相良村健康ウォーキング大会

春の心地よい風が吹くこの季節に、自然の中で体を動かし、史跡の散策と、郷土の歴史に触れ、さわやかな汗をかいてみませんか？



○日 時：平成24年3月18日(日) 午前9時開会(小雨決行)
※雨もまた自然です。雨の日は雨を楽しみましょう。

○集合場所：相良村総合体育館(午前8時30分受付開始)

①コース：相良村総合体育館 ⇒ 深水観音 ⇒ 相良橋 ⇒ 棚葉瀬公民館
⇒ 相良大橋 ⇒ 山本神社 ⇒ 相良村総合体育館【約5.5km】
※ウォーキング終了後抽選会を実施します。

②参加資格：村内在住の健康な方(但し、小学生は保護者同伴でお願いします。)

③参加料：無料

④各準備物：水筒、ステッキ(又は杖)、タオル、帽子、歩きやすい靴、雨具等

⑤申込期限：平成24年3月9日(金)まで、電話又はFAX(参加者氏名、住所、年齢、連絡先を明記)で申込みください。
なお、当日の申込みも受け付けます。

⑥主催：相良村体育協会・相良村体育指導委員会

⑦共催：相良村教育委員会・相良村公民館・相良村子ども会連絡協議会

⑧申込み先：相良村教育委員会 社会教育係 富永、黒木、緒方

☎ 35-1039

FAX 35-0689

「告知端末機」の調子はいかがですか？

昨年度整備しました、相良村情報ネットワーク「告知放送システム」の運用から1年が経過しようとしております。

ご家庭に取り付けました「告知端末機」の調子はいかがでしょう？
役場からのお知らせは、聞こえていますでしょうか？

音声がかえらない、電源が入らないなどの症状がありましたら、
役場総務課(☎35-0211)までご連絡ください。

役場からお知らせします。

○月○日に○○が
開催されます！



保健福祉のひろば

お問い合わせは 保健福祉課（直通）☎35-1032
国保係-内線25・35 戸籍係-内線29 福祉係-内線24・28
保健係-内線37・38（ふれあいセンター内）

3月小児科在宅当番医

○ 受診時間 午前9時から午後5時まで ○
4日(日) 増田クリニック 22-3570
11日(日) 人吉総合病院小児科 22-2191
18日(日) たかはし小児科内科医院 24-2222
20日(祝) 堤病院附属九日町診療所小児科 22-2251
25日(日) 公立多良木病院小児科 42-2560
※受診される場合は、医療機関へ連絡してください。

親子で楽しくクッキング

平成24年1月14日(土) 川辺構造改善センターにて、なつめ保育園の年長児とその保護者を対象に親子クッキング教室を実施しました。お母さん方は、トマトライス等を作ったり、管理栄養士から「朝食と食のリズムの話」があり、真剣に聞いておられました。親子クッキングでは、包丁を持った子どもを心配そうに見ている保護者もいらっしゃいましたが、子どもたちは、楽しそうに野菜や果物を切ってヨーグルトサラダやクレープを作っていました。子どもたちからは「楽しかった」という感想が聞かれ、また保護者からは、「今後子どもたちと一緒に料理をする機会を作りたいと思いました」などの感想をいただきました。メニューは、『トマトライス、コンソメスープ、ヨーグルトサラダ、クレープ』でした。



「高血圧教室」を開催しました

平成24年1月28日(土) 川辺構造改善センターにおいて、高血圧教室を実施しました。16名の参加があり、家庭から持ってきてもらったみそ汁の塩分測定を行ったり、みそ汁の飲み比べをしたり、また、「サイエントキラー高血圧の恐怖」のDVDを見たり…とたくさんの体験等をしてもらいました。今回の教室で、自分の生活習慣の見直しにつながればと思います。また、食生活改善推進員が作った食事の試食もありました。メニューは、『ごぼうの混ぜご飯、さばの辛子揚げ、具たくさん中華スープ、小松菜のごま和え』でした。



献血(400ml)のお知らせ

- 期 日 平成24年3月26日(月)
○場 所 相良村役場 球磨酪農農業協同組合
○対象者 男性17歳(女性18歳)~69歳 体重 50kg以上の方
○受付時間 午前10時~12時30分
午後2時~4時



- *輸血用血液の安全性を確保するため、本人確認を行っております。免許証または保険証をご持参ください。なお、献血カードをお持ちの方は、献血カードをご持参ください。
*英国に渡航された方は、当日お申し出ください。
*当日、骨髄ドナー登録も行います。ご希望の方は、受付時にお申し出ください。

~皆様のご協力をお願いします。~

【問合せ先】保健係

健康講演会を開催します

下記のとおり相良村住民を対象に健康講演会を開催します。昨年の講演会では、がん診断の実際や健康寿命を伸ばすための生活アイデアも盛り込まれており、参加者の方々からも好評でした。

今年も「各種健診結果の活用方法が分からない」「特定健診(基本健診)は受けただけで生活習慣病ってどうやって予防するのか」「自分の腎臓の機能はどのくらいなのか」など健診やがん・生活習慣病・慢性腎臓病に興味のある方、たくさんの参加をお待ちしています。

資料等の準備がありますので、希望される方は下記まで申し込んでいただきますようお願い致します。

- 日 時：平成24年3月21日(水) 午後7時から8時30分
- 会場 場：相良村総合体育館 1階研修室
- 講師 師：球磨郡公立多良木病院企業団 総合健診センター「コスモ」
センター長 青木 範充 医師・保健師長 村山 玲子 保健師
- 内容 容：生活習慣病悪化(慢性腎臓病)予防・がん予防のための健診結果活用方法について
- 参加費 費：無料
- 申込み先 先：保健福祉課 国保係・保健係 (☎35-1032)
- 申込み期間 間：平成24年3月14日(水)まで

【問合せ先】国保係・保健係

シベリア強制抑留者の皆様へ特別給付金を支給しています

○請求の受付 平成24年3月31日(土)(消印有効)まで

○対象 平成22年6月16日にご存命で日本国籍を有する方(同日以降に亡くなられた方は相続人)

【問合せ先】平和祈念事業特別基金

☎0570-059-204 (IP電話・PHSからは03-5860-2748へ)

※平日は9:00から18:00まで受け付けています。

(土・日は休みですが、平成24年3月31日(土)は受け付けています。)

相良村子育て応援事業



ちゃちゃクラブ

だより

まだまだ寒い日が続いています。体調管理には注意しましょう。

1月のちゃちゃクラブでは、鬼のお面作りをしました。

さて、3月は読み聞かせを予定しています。

今年度最後の活動となります。ぜひお友達を誘って、気軽においでください。



1月ちゃちゃクラブの様子



日時：3月21日(水)

9:30より受付

場所：相良村ふれあいセンター

※準備の都合上、16日(金)

までお知らせください。

【問合せ先】福祉係 ☎35-1032 担当：中村

高額な外来診療を受ける皆さまへ

平成24年4月1日から

**「認定証」などを提示すれば、
窓口での支払いが一定の金額にとどめられます**



これまでの高額療養費制度の仕組みでは、高額な外来診療を受けたとき、ひと月の窓口負担が自己負担限度額以上になった場合でも、いったんその額をお支払いいただきましたが、平成24年4月1からは、限度額を超える分を窓口で支払う必要はなくなります。

| 高額な外来診療受診者 | 事前の手続き | 病院・薬局などで |
|-----------------------------|--|---------------------------|
| ●70歳未満の方 ●70歳以上の非課税世帯等の方 | 加入する健康保険組合などに「認定証」(限度額適用認定証)の交付を申請してください | 「認定証」を窓口にご提示ください |
| 70歳以上75歳未満で、非課税世帯等ではない方 | 必要ありません | 「高齢受給者証」を窓口にご提示ください |
| 75歳以上で、非課税世帯等ではない方 | 必要ありません | 「後期高齢者医療被保険者証」を窓口にご提示ください |

- 「認定証」を提示しない場合は、従来どおりの手続きになります。
(高額療養費の支給申請をしていただき、支払った窓口負担と限度額の差額が、後日、ご加入の健康保険組合などから支給されます)

事前の申請など、詳細は、加入されている健康保険組合、全国健康保険協会、市町村(国民健康保険、後期高齢者医療制度)、国保組合、共済組合までお問い合わせください。

●管理栄養士
●さんの
●おはなし

野菜の話



3月に入り少しずつ暖かい日差しを感じる日も多くなりました。木々や草花にも芽が吹きスーパ―や八百屋さんには色とりどりの美味しそうなお野菜が出回っています。

春の訪れを感じさせる菜の花やセリ、フキなどは独特の香りや苦味があります。春の野菜はこのような香りや苦味の強い野菜が多いものです。昔から春には『苦い物を食べるとよい』と言います。いわれは春野菜には私達の身体を守ってくれる抗酸化物質ポリフェノールやフラボノイドなどが多く含まれているためなのです。これらの要素は新陳代謝をアップさせ冬の身体を起こしてくれます。季節の変わり目に起こしやすい不調を整えてくれる役割もあります。これから多くなる花粉症のアレルギー症状を緩和したり生活習慣予防など嬉しい効果もありたくさんあります。

健康は毎日の野菜から！おいしくたっぷりいただきましょう！

《菜の花のお浸し》

寒さが和らぎ春が近づいてくると菜の花の季節です！菜の花は花が咲き始める寸前のつぼみを食べる花野菜のひとつで春の代表的な味覚です。

新鮮な菜の花は、鮮やかな緑色、独特のほろ苦さ、ふんわりとしたやわらかさがありその味わいを存分に引き出すにはおひたしがおすすめです。ゆでるだけというシンプルな調理法で春の味をたのしみましょう！

●材料 2人分

- ・菜の花 1束 150g
- ・塩 適量

《調味料》

- ・薄口しょう油 大さじ1
- ・だし 50cc
- ・みりん 小さじ1
- ・かつお節 5g

●作り方

- ①大きめの鍋に湯を沸かし、塩を加えて沸騰したら菜の花を根元から入れます。
一呼吸おいて、葉全体も鍋に入れて1分茹でます。
☆火の通りにくい固い茎からゆでます
 - ②大きめのザルに菜の花を広げて冷まします。
☆手で触れるくらいに冷めたら水気を絞ります。このとき絞りすぎると繊維が壊れてしまうので指の跡がつかないくらいの力加減でしぼります。
☆冷水で冷ますと色味が悪くなって、水っぽくなるので自然に冷まします。
 - ③しぼった菜の花を食べやすい大きさにカットし器に盛り付けて、だし醤油を回しかけ削り節をかけてできあがりです。
- ★お好みでからしを加えてもピリッとして美味！！
★ビタミンCはほうれん草の4倍含まれています！茹ですぎたり水にさらしすぎると流れ出てしまいます。茹で過ぎないように注意しましょう

管理栄養士 松本 あや

熊本県知事選挙のお知らせ

投票日：平成24年3月25日(日)
投票時間：午前7時～午後7時



- 告示日：平成24年3月8日(木)
- 選挙人名簿登録の基準日：平成24年3月7日(水)(ただし年齢については3月25日)
- 選挙人名簿の縦覧期間：平成24年3月8日(木) 午前8時30分から午後5時まで
- 投票ができる方

①村内に住所を有する方又は、引き続き3ヶ月以上県内に住所を有する方

転入された方においては、3ヶ月以上村内に住所を有する方(平成23年12月7日までに転入届をした方)又は、村内から引き続き熊本県内の市町村の他の区域内に住所を移した方で、転出先の選挙人名簿に登録されていない方

②満年齢が20歳以上の方

平成4年3月26日までに生まれた方

以上①②の条件を共に満たしている方で、選挙人名簿に登録されている事が条件です。

●期日前投票(不在者投票)について

投票日に用件(仕事・旅行・出産等)のため投票所に行けない方は、期日前投票(不在者投票)ができます。

●期日前投票(不在者投票)ができる期間及び場所

平成24年3月9日(金)～3月24日(土) 毎日午前8時30分～午後8時まで

場所：相良村役場1階村民ホール ※投票所入場券をお持ちください。

●郵便による投票用紙の請求が出来る期間

告示日の2日前(3月6日)から投票日の4日前(3月21日)まで



【期日前投票制度について】

投票用紙に記入しそのまま投票箱に投函します。

また、告示日の翌日からの投票になりますのでご注意ください。

なお、他市町村や病院、老人ホーム等において行う投票は不在者投票として行われます。

【郵便による不在者投票について】

身体障害者及び戦傷病者の方のほか、介護保険の被保険者証に要介護状態区分が要介護5と記載されている方も相良村選挙管理委員会が発行する郵便投票証明書をお持ちの方は、郵便によって投票する事が出来ます。

また、身体障害者で上肢又は視覚の障害の程度が1級である方を対象に郵便投票にも代理記載制度が設けられています。郵便投票証明書の期限が切れている方、今回新たに申請される方は早目に相良村選挙管理委員会までご連絡ください。

【問合せ先】 相良村選挙管理委員会 ☎35-0211



健康教育講演会を開催しました。

今年度も地域学校保健委員会の事業として、健康教育講演会を実施しました。中学校は10月に、性教育について、小学校は1月に、南小と北小の6年生にメディアをテーマに行いました。そのようすを報告します。

中学校 性教育講演会

○演題 いのちを大切に
○講師 片平起句 先生 熊本市 福田病院 助産師

「いのちを大切に」という演題で、福田病院の助産師(病棟棟長)である片平起句先生の講演を聴きました。「いのち」に携わる職業から見たこと・感じたこと、思春期の心と身体の変化、生命の成り立ち(DVD:受精から出産までの視聴含む)、胎児の成長、性感染症について話されました。その中に、中高生の妊娠について、各々の立場で考える場面がありました。自分たちの問題として、初めに、女子は自分が妊娠したら、男子は相手が妊娠したらどうすると問われました。次に、友だちだったら、相談されたらどう言うかと聞かれました。その場ではなかなか意見が出なかったのですが、感想を読んでみると、「いのち」についてみんな真剣に考えていたことが伺えました。



また、2人の生徒が生徒代表として、実際のあかちゃんと同じ大きさ・重さのあかちゃん人形をずっと抱いたまま、講演を聴きました。終了後の感想で、「抱いていて腕がきつかった。」「重かった。」と述べていました。短い時間抱いているだけでもそうなのに、親(家族も含め)はこれまで、苦とも思わないで一生懸命、大切に見守り育ててくれたんだなあと、みんなは実感できたのではないのでしょうか。



「東日本震災で命のはかなさを感じた人もいるだろう。子育ても大変だ。皆さんは生きているだけで価値がある、生きていることに意味はない、いるだけで幸せを与える存在。自由という素晴らしい存在。今できること、今しかできないことを考え、支え合って人のせいにしない自分だけの人生を送ってほしい。」と結ばれました。生徒の感想です。

- 「私は前まで、妊娠とかきついことばかりあるから、女の子っていやだなあと思っていたけど、その反対に新しい命が産まれる瞬間を体験できるし、とてもうれしい思いができるので、今日の講演をきいて、女の子に生まれてよかったな—と思いました。」(1年女子)
- 「ぼくの親がぼくを生んでくれて、そしてその親がぼくの親を生んでと、たくさんの命はつながっているんだなあと思いました。」(1年男子)
- 「もし自分が今おなかに赤ちゃんがいたとして、出産するかしないか、～中略～結果答えはでませんでした。いのちに関わるというものは、本当によく考えなければならぬなあと思いました。」(2年女子)
- 「僕は、今、思春期の真っ只中です。親がしたことに対して、反抗してしまうときがあります。～中略～お父さん、お母さんが大事に育ててくれたので、『死にたい』や『何で産んだの』など口にしないようにしたいです。」(2年男子)
- 「妹が生まれるときは控え室ですずっと待っていました。生まれた時は、とても嬉しかったです。本当に生まれたときはほっとして心の中でよかった—と思いました。」(3年男子)
- 「『思春期』のことについて話された時。自分にも思いあたるのがいくつかありました。～中略～講演を聞いて『自分だけじゃなかったんだ。』と思うと、すごく気持ちが軽くなりました。」(3年女子)





1月27日に、相良南・北小学校6年生を対象に『ゲーム(楽しい?)、携帯・ネット(便利?)の使い方』をテーマに講演会を開催しました。NPO法人「子どもとメディア」の和田貴美子さんを講師に、ゲームやテレビ、携帯など楽しくて便利なものが人間の心や体に大きな影響を及ぼすということや、子ども達が巻きこまれた事件、今後注意することなどをお話いただきました。子ども達もメディアとの上手なつきあいを学ぶことができました。★講演後の感想です。

私が印象に残ったことは、メールでの気持ちは、1%しか伝わらないことやゲームやケータイをさわっていたら脳が働かないことです。ゲームの時間を決めたり兄がゲームばかりしているところを見たら注意して私も自分の気持ちをコントロールし、ちゃんと人に気持ちを伝えられる人間になりたいと思います。

相良南小6年女子

僕は、ゲームを休日になると何時間もしていてお家の人と話すこともあまりないからゲームは、短時間にしてお家の人ともたくさん話したいと思いました。自分でちゃんとときまりを作って、しっかり自分をコントロールしたいと思いました。

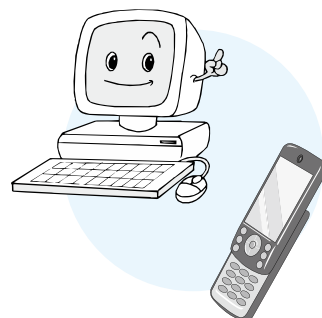
相良北小6年男子

今の私達保護者にとってもとても有意義であり、私達自身が見直す必要のある課題だと思います。子どもだけでなく私達からもう一度見直す事のきっかけを頂きました。あまりにも便利さゆえの弊害です。TVは、消す勇気を持ち、PC・ケータイをだらだら使用せず、時間を決めたり、気分転換に散歩をしたりする+(プラス)1をしたいと決めました。

保護者の方より

自分の体と心を守る6つルール

- ①ケータイ・パソコン(ネット)は、自分のものだと思わない。
- ②約束した目的以外には、使わない。
- ③ケータイ・ネットは、1日1時間以内。夜遅くは、使わない。
- ④メール、サイトをチェックしてもらう。
- ⑤ケータイ・ネットを使った時間分だけ、家族とおしゃべり、外遊び、柔軟体操、漢字練習、音読など「体と心に良いこと」をする。
- ⑥ルールをやぶったら、1時間の使用禁止、2回繰り返したら1ヶ月使用禁止。それでもルールをやぶるなら解約。
※このルールは、家族との話し合いで変更することができます。



ケータイ・ネットを使う7つのチェック

ケータイ・ネットを使っている人・これから使う予定のある人は、この7つのチェックをクリアしましょう!

【自分をコントロールする力】

- ①テレビ、ビデオ、ゲームなどのメディアの時間を自分で制限できる。(1日2時間以内を3ヶ月以上続けられていればクリア!!)

【ケータイ・ネットの必要性】

- ②ケータイ、ネットを使う目的・理由を一覧表にする。(一覧表を元におうちの人と話し合ってみよう。)

【大人の社会で対話する力】

- ③感情的に(怒ったり、不機嫌に)ならず話せていますか?
- ④相手に分かる言葉で話せていますか?
- ⑤おうちの人や先生の話や先生の注意など、自分とちがう意見をちゃんと聞いていますか?

【あなたの「責任」の力】

- ⑥おうちの人や先生に相談できる。(何かに困ったことが起きたとき、すぐに相談できますか?)
- ⑦自分の体と心を守るルールを決める。(ケータイ・ネットの害について、それを避けるためにはどうしたらいいか、よく考え、おうちの人と話し合っってルールを決め守れますか?)



給食室から『こんにちは!』



給食へ「熊本県産焼き海苔」と「人吉産きくらげ」をいただきました!

2月6日(海苔の日)に合わせ、熊本県漁協共同連組合様より、小学生の児童へ「熊本県産焼き海苔」を御提供いただきました。

2月2日には、共栄精密熊本株式会社様より、「人吉産乾燥きくらげ」を2kgも御提供いただきました。

これらは、栄養価の高い「のり」「きくらげ」を、成長期の児童生徒にぜひ食べてもらいたいという願いによるものです。

海苔は、2月9日にセルフおにぎりとして、きくらげは、八宝菜や中華スープなど、数回に分けて使用していく予定です。



♪大きな口をあけて、おいしくいただきました♪



学校保健委員会だより

昨年5月、市房山に初めて登りました。山頂付近はアケボノツツジやヒカゲツツジがちょうど見頃の時期を迎えていました。昼食時間を含めて往復9時間の日程は、これまでも何度か経験したことのある登山でした。しかし、市房山は傾斜が急で途中で挫折しそうになりました。四つん這いにならないと登れないところが何カ所もあり危険な上に疲労が重なり、集中力が続かなくなりました。それでも自分より老齢の方が登っておられる姿を見ると、意地でも山頂まで登りたい気持ちが高まりました。山頂に着いたごほうびは、美しいツツジの群生と360度のパノラマ、それに昼食です。

私の登山、というよりトレッキングは、たいてい一人で行きます。事前に目的の山について下調べを行い、計画を立てます。前日までに体調を整え、用具を準備し、下山後に入る温泉も調べておきます。ここまでが楽しみの半分を占めています。しかし、家族はあまりいい顔をしません。単独行動には危険性が付きまとうからです。最近では携帯電話があるので以前より安全ではありますが、それでもある程度の標高になると通じなくなります。あとは自己責任です。山に登るようになってからこのことを意識するようになりました。

安全に対する自己責任は、私は子どもの頃から

「自己責任」

相良南小学校 尾崎 光正

少しずつ身に付ける必要があると思っています。天草の田舎で育った私は、子どもだけで近くの川で魚を捕まえたり、山で探検ごっこをして遊びました。もちろん一人で行くこともありましたが。危ないところで遊んでいると近所の人から注意されることもありましたが。当然怪我をした経験もありますが、親に叱られた記憶はなく、一緒にいた友達に迷惑をかけたことだけを気にしていました。

私たちは、今の自分の状況が安全なのか危険なのかを自分で判断する能力が必要です。それには、子どもの頃からある程度の小さな失敗の経験を積み重ねることが必要だと思うのです。大切な子どもだからと言って大人が守ってやるだけでは、将来子どもが大人になったときに正しい判断ができずに、重大な事故に遭遇するかもしれません。

相良村には日本一きれいな川辺川があります。国土交通省の水質調査でランキング1位になっているのは全国で13河川ありますが、九州ではただ一つ川辺川だけです。

子どもたちは、日本一の川辺川の水の匂いや冷たさをどれほど感じたことがあるのでしょうか。単に景色の一部にしか映っていないのではないのでしょうか。広報「さがら」の8月号で橋の上から飛び込む高校生の姿を見たとき、何となく微笑ましく感じたのは私だけでしょうか。

第1回くまもと障がい者スポーツ大会について

本年4月1日からの熊本市の政令指定都市移行に伴い、熊本県と熊本市の共催大会として第1回くまもと障がい者スポーツ大会が下記のとおり開催される予定です。

1. 大会期日等(予定)

(1) 平成24年5月20日(日)

- ・陸上……………熊本県民総合運動公園陸上競技場 (KKWING)
- ・アーチェリー……………熊本県民総合運動公園アーチェリー場
- ・卓球 (STT含む) ……熊本県身体障がい者福祉センター体育館
- ・フライングディスク……………熊本県民総合運動公園A多目的グラウンド
- ・ボウリング……………マスターズボウル熊本
- ・水泳……………熊本総合屋内プール (アクアドームくまもと)

2. 参加選手資格

- (1) 県内に住所を有する者又は県内の施設、学校等に在籍している者
- (2) 年齢13歳以上 (平成24年4月1日現在)
- (3) 身体障がいの部…身体障害者手帳所持者
- (4) 知的障がいの部…療育手帳所持者又は取得の対象に準ずる障がいのある者

3. 参加申込書提出期限 平成24年3月下旬

【問合せ先】福祉係 ☎35-1032

愛する人を守る 二つの言葉

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、私たちの想像をはるかに超えた被害をもたらしました。約180万人が暮らす熊本県でも、災害が発生しないという保障はどこにもありません。自分や大切な人の命を守るため、今一度、防災について考えてみましょう。

多くの命を救った奇跡

災害が起きたとき、あなたを助けてくれるのは誰だと思えますか。自衛隊や警察、消防署の人だと思えますか。

東日本大震災の死者・行方不明者は、合わせて約2万人を数えました。そのような大災害の中、多くの子どもたちの命が助かった地域があります。

それは岩手県釜石市。同市は津波による被害を受ける可能性が高いため、防災教育を徹底してきた地域です。その教育を受けた子どもたちは、避難に関して十分な知識を持ち、訓練を積み、助け合う精神を育んでいました。地震が発生すると、釜石市の中学生たちは、津波が発生することを想定し、自分の身を自分で守りながら、小学生と保育園児を連れて避難しました。

が発生した場合には、まず自分の命は自分で守ることが大切なのが分かります。

奇跡から学ぶ自助と共助

津波による釜石市の小中学校が管理する生徒の犠牲者はゼロでした。それは「釜石の奇跡」としてメディアなどで報じられました。しかし、子どもたちは教えられた通りに行動しただけです。彼らに根付いていた自分の命は自分で守る「自助」と地域の人たち同士で守り合う「共助」の精神。「釜石の奇跡」は、奇跡ではなく、当然の結果だったのかもしれない。

あなたを守るのは、あなた自身。そして、大切な人を守るためには、お互いに助け合うことが重要です。

「自助」と「共助」を知ることが、防災の意識を高めることにつながるのです。

熊本市内の広報担当者が一緒に制作した防災特集。地震や風水害などの自然災害は、私たちに突然襲いかかります。家族や恋人、友人を守るために大切なことは「自助」と「共助」でした。二つの言葉は、まず自分が生き延びることと日頃から地域のつながりを大事にすることの大切さを教えてくれました。愛する人を守るために、二つの言葉を忘れないでください。

(参考) 熊本県防災情報ホームページ (写真) 熊本県大水害写真集

梅雨前線豪雨
(平成19年7月)



梅雨前線による豪雨で河川が氾濫した豪雨災害。美里町では道路寸断、土砂崩れで集落が孤立した。

県南集中豪雨
(平成15年7月)



九州の広範囲を襲った集中豪雨。水俣市では大規模な土石流が民家を直撃。19人が犠牲になった。

Special Interview



交流が人を救い、救われる—

東日本大震災復興構想会議議長や防衛大学校長を務め、阪神・淡路大震災を経験した五百旗頭真さん。TKU 報道フォーラムのために来熊した五百旗頭さんに災害において重要なことは何なのかを聞きました。

阪 神・淡路大震災の時、私は兵庫県西宮市の自宅にいました。直下型地震のすさまじい揺れに生きた心地がしませんでした。室内を家具が飛び交うのを感じました。でも、家族全員が無事だと確認できたときは、心からホッとしました。

停電で辺りは真っ暗でした。人は、情報の暗闇の中では、あらゆる妄想をしてしまいます。「これほど揺れるのであれば、日本が沈没してしまっただろうか」とさえ思いました。その後、トランジスタラジオで淡路島が震源であることを知りました。

災害時に情報を得ること、は、安心感を得ることです。情報のありがたみを改めて認識しましたね。

地 域コミュニティで支え合うことも、防災ではとても大事なことです。阪神・淡路大震災の時、救出された人が多い地域には「祭り」がありました。祭りには、住民同士が交流し、お互いに協力し合おうという雰囲気生まれる効果があります。そんな交流のある地域では、誰かが、がれきに埋もれたとしても「あそこには誰かいたはず」と助け合えるのです。こうし

た「共助」を進めるためには、日頃からのコミュニケーションが大切なのです。年に1回でも祭りやスポーツ大会などで交わりのある地域になることが、とても大切だと思います。人を助けるためには、自分の安全を確保することが大切です。自らが災害に対する強さを持てば、人を助けることができるのです。

日本は地震の多い国です。早急に東北を完全に復興させて、次の災害に備えなければなりません。東日本大震災を忘れず、この悲惨をかみしめつつ、必ず来るであろう次の大災害への減災に努めることです。

い お き べ まこと さん 五百旗頭 真

◎ Profile

昭和 18 年兵庫県西宮市生まれ。京都大学法学部卒、同大学大学院修了。神戸大学大学院教授、日本政治学会理事長などを歴任。吉田茂賞、吉野作造賞など受賞多数。現在、防衛省防衛大学校長、東日本大震災復興構想会議議長を務める。68 歳

熊本県は、九州の中央に位置し、自衛隊など防衛拠点が集中しています。熊本県が自らの安全性を高めながら助ける能力を持つことが、日本全体にとっても大変貴重なことだと思います。県民の皆さんも地域のつながりを大事にしながら減災・防災の心を大切にしてほしいと思います。

台風 18 号災害
(平成 11 年 9 月)



県内全土が大きな被害を受けた台風災害。宇城市(旧不知火町)では、高潮で 12 人が犠牲になった。

白川大水害
(昭和 28 年 6 月)

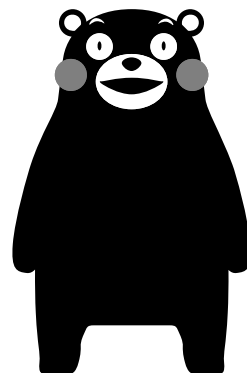


県北中部を中心に発生した集中豪雨。死者・行方不明者は 500 人超、家屋全壊は 1,000 戸を超えた大水害。

熊本県 災害年表

幾度となく自然の猛威にさらされてきた熊本。過去にどのような災害が発生しているのでしょうか。熊本を襲った災害を年表で振り返ります。

ゆるキャラ(R)グランプリ受賞記念 くまモンキャラバン in 人吉・球磨が 実施されます!



2011年末に開催された“ゆるキャラ(R)グランプリ”でのグランプリ受賞のお礼と、九州新幹線開業効果を全県に波及させるため、くまもとサプライズキャラクター「くまモン」が人吉球磨にやってきます!当日は、くまモン体操、くまモン及びゆるキャラとの写真撮影会等楽しいイベントが盛りだくさんです。沢山の方のお越しをお待ちしています。

- 日 時：3月10日(土) 12:30開場 13:00開演 (15:30終了予定)
 - 場 所：人吉スポーツパレス大アリーナ(人吉市下城本町1566-1)
 - 内 容：くまモン体操
くまモン及び各ゆるキャラとの写真撮影会(各自カメラを持参ください)
くまモンのファファ
 - 参加者特典：参加者全員に、くまモンのサンバイザーを進呈予定です。
- ※当日は、体育館シューズをご持参ください。

【問合せ先】 熊本県新幹線元年戦略推進室 ☎096-333-2131

必ずチェック 最低賃金! 使用者も 労働者も

熊本県最低賃金が改定されました。

(1) 地域別最低賃金

| 最低賃金の件名 | 時 間 額 | 効力発生年月日 |
|---------|-------|-------------|
| 熊本県最低賃金 | 647円 | 平成23年10月20日 |

(2) 産業別最低賃金

| 最低賃金の件名 | 日 額 | 時 間 額 | 効力発生年月日 |
|-----------------------------------|--------|-------|-------------|
| 紡績業、ねん糸製造業、織物業、靴下製造業 | 5,176円 | 647円 | 平成12年12月25日 |
| 電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業 | | 704円 | 平成23年12月15日 |
| 自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、船用機関製造業 | | 753円 | |
| 百貨店、総合スーパー | | 698円 | |

詳しいお問い合わせは、熊本労働局労働基準部賃金室(☎096-355-3202)又は最寄りの労働基準監督署にお尋ね下さい。

3月の行事予定

変更になる場合もあります。

◆保健福祉関係 ●教育委員会ほか

3月1日(木)から3月7日(水)は子供予防接種週間です。4月からの入園・入学に備えて必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう。
 ☆毎週木曜日は「ノーテレビデー・ノーゲームデー」テレビやゲームから離れ、生み出された時間を学習や読書、家族団らんなどの時間としましょう。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---------------------|-------------------------------------|---|----------------------------------|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| ★保育料は毎月納期限内に納めましょう！ 保育料の納期は毎月25日です。 (25日が土・日・祝祭日の場合は、翌日になります。) | | | | ◆年金出張相談(要予約) 場所:多良木町役場 ●ノーテレビデー ノーゲームデー | | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| ●相良村長選挙 ●家族だんらんの日 | ◆母子健康手帳交付・両親学級(受付9:00~9:20 ふれあいセンター) ●総合体育館休館日 | | ●収納窓口延長(税務課) 午後7時まで | ●熊本県知事選挙告示日 ◆こころの健康相談(要予約) 場所:多良木町保健センター ●ノーテレビデー ノーゲームデー | | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| ●中学校卒業式 9:30~ | ●総合体育館休館日 | | ●収納窓口延長(税務課) 午後7時まで | ◆3~4か月児健診・BCG接種(H23.11.6~12.5生) ◆年金出張相談(要予約) 場所:人吉カルチャーパレス ●ノーテレビデー ノーゲームデー | ◆こころの健康相談(要予約) 場所:人吉保健所 | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| ●第10回 村民ウォーキング大会 9:00~開会 | ●総合体育館休館日 | ●春分の日 | ◆ちゃちゃクラブ ●収納窓口延長(税務課) 午後7時まで | ◆年金出張相談(要予約) 場所:人吉カルチャーパレス ●ノーテレビデー ノーゲームデー | ●南北小学校卒業式 南小9:30~ 北小10:00~ | |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| ●熊本県知事選挙 | ●総合体育館休館日 | ◆6か月育児学級(H23.7~8月生) | ◆すこやか育児相談 ●収納窓口延長(税務課) 午後7時まで | ●ノーテレビデー ノーゲームデー | | |

インフルエンザはわずかに減少しましたが、警報レベル継続中です

(第6週 2/6~2/12時点)

県全体のインフルエンザの患者報告数は、やや減少し、一定点あたり43.53となりました。しかし、11地域中5地域(菊池、阿蘇、水俣、人吉、有明、宇城)では先週より報告数が増えており、依然として7地域が警報レベル、4地域が注意報レベルにあります。

インフルエンザは、突然の高熱と寒気、頭痛、全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状が特徴です。時には肺炎や脳症などを併発して重症になることもあります。予防には、①流行時には人混みを避ける ②手洗い・うがいを習慣づける ③栄養、休養、睡眠を十分に取る ④部屋の換気と保湿に心がけるなどの対策を行きましょう。

もし、インフルエンザにかかってしまった場合は、学校や職場へは無理して行かず、早めに医療機関を受診し治療を受けましょう。また、周りの人へうつさないために、咳エチケットを心がけ、外出を控えるようにしましょう。一方、第3週(1/16~1/22)以降警報レベルにあった感染性胃腸炎は、終息基準値(12.00)を下回りました。しかし、地域別では未だ警報レベルのところもあります。引き続き手洗いの徹底など予防に努めてください。

Pick Up Topics!



風邪・インフルエンザ・花粉症予防にお茶を



インフルエンザが大流行している中、2月9日にJAくま生産茶業部会相良支部から村内の小・中学校にお茶が贈られました。相良のお茶を使ったインフルエンザの予防を目的に、今年初めて企画されたものです。

今回贈られたお茶は「べにふうき」という高機能性品種の緑茶で、カテキンがとても豊富。風邪・インフルエンザ・花粉症予防などに効果的です。茶を淹れる手間等も考慮され、水に溶かしてすぐ飲むことができ茶殻も出ない、粉末0.5グラムが入った1煎パックにして贈られました。

この日は茶業部会の方が小学校・中学校を訪問され、「風邪・インフルエンザ・花粉症予防などにお役立てください。」と話し、来年3月ごろまで飲めるようにと計1万5千袋のお茶を贈呈。南小学校の児童は、「私たちのためにお茶をくださってありがとうございます。皆さんに感謝して味わって飲みたいと思います。」と笑顔でお礼を伝えていました。



わがやのいちばん

たばた まさなお
田端 正直くん

平成23年9月2日生
(上川上区)

お父さん 忠さん
お母さん 恵美さん

早く大きくなって魚釣りに
行こうね!



** 募集します **

わがやのいちばんでは、子ども(赤ちゃん)の応募をお待ちしています。誕生日の記念などにいかがでしょうか?

【問合せ先】総務課
☎35-0211

今回の表紙



2月5日行われた相良村武道祭の剣道において、相良村の選手が一本をとる瞬間の写真です。素早い動きとともに力強い声が会場に響きわたりました。

相良村の人口と世帯

(1月末現在)

| | |
|-----|--------------|
| 世帯数 | 1,675世帯 (△6) |
| 男 | 2,377人 (△7) |
| 女 | 2,665人 (△8) |
| 計 | 5,042人 (△15) |

() 内は、先月末との差

香典返し (1月分)

相良村社会福祉協議会へ(敬称略)

| (寄付者) | (区名) |
|--------|-------|
| 谷口 玉記 | (下四浦) |
| 岩本 孝子 | (中央) |
| 蓑毛 智香子 | (初神) |
| 高畠 博之 | (平原) |
| 吉田 國一 | (松葉) |
| 吉田 京子 | (朝迫) |
| 松岡 和雄 | (平原) |
| 黒木 俊秀 | (上川下) |
| 山田 トナミ | (井沢) |