

相総第64号の14
令和7年10月23日

区長・班長 様

相良村長 吉松 啓一
(公印省略)

回覧文書の配付について(依頼)

このことについて、回覧文書を下記のとおり送付致しますので、配付いただきますよう宜しくお願いいたします。

なお、次回の配付は、令和7年11月13日(木)に予定しております。

記

番号	件名	配布区分				担当課名
		区長	班長	回覧	全戸	
1	令和7年度果樹剪定補助金申請について			○		農林振興課
2	令和7年度果樹苗購入費補助金申請について			○		農林振興課
3	相良南小学校だより第14号(南小校区のみ)			○		教育委員会
4	『健康運動教室』のご案内			○		保健福祉課
5	お出かけ知事室 ～ともに未来を語る会～				○	企画商工課
6	訪問型サービスC			○		保健福祉課
7	くま鉄 LOVE コン in KUMA			○		企画商工課
8	2025年11月30日は日曜日に乳がん子宮頸がん検査を受けられる日です			○		保健福祉課
9	野焼きは法律で禁止されています			○		保健福祉課
10	令和7年度共同募金・戸別募金募集への協力について(お願い)		○			社会福祉協議会
11	相良村老人クラブ連合会健康づくり事業			○		社会福祉協議会
12	広報さがら11月号				○	企画商工課

お問い合わせ先 相良村役場 総務課行政係
担当: 佐竹、吉野 電話: 35-0211

回 覧										

相農林第 3 4 1 号
令和 7 年 1 0 月 2 3 日

各位

相良村長 吉松 啓一
(公印省略)

令和 7 年度果樹剪定補助金申請について

このことについて、果樹剪定に対する補助を実施しますので、希望される場合は、下記の要領により補助金の申請を行ってください。

ご不明な点等ございましたら、下記までお問い合わせ下さい。

記

1. 補助金の対象

- (1) 令和 7 年度中に、J A 等が行う剪定技術講習を受講した技術者を有する団体等に果樹の剪定を依頼した農家。(後日、現地を確認します。)
- (2) 申請者は相良村に居住する農業者で、出荷又は販売を行っていること。
- (3) 村税等の滞納がない方。

2. 補助金の交付額

補助金は依頼金額の 2 分の 1 を上限とし、予算の範囲内で交付します。
(申請額に応じて変動する場合があります。)

3. 補助金申請の必要書類等

- (1) 申請書 ※役場に準備しておりますので印鑑をお持ちください。
- (2) 剪定にかかる見積書 ※剪定依頼先の見積書を添付してください。
- (3) 剪定地の地番・面積並びに経営面積 (J A との協定書等)
- (4) J A 等が行う剪定技術講習を受講した技術者の受講証等の写し
※剪定者がシルバー人材センター、J A くま栗部会相良支部の場合、写し不要
※今年度の剪定講習会は、1 2 月中に行われる予定です。

4. 申請締切日

令和 7 年 1 2 月 1 5 日 (月)

5. 申請先

相良村役場 農林振興課 農業係

相良村役場 農林振興課 農業係
電話：3 5 - 1 0 3 4 (直通)

回 覧										

相農林第340号
令和7年10月23日

各位

相良村長 吉松 啓一

令和7年度 果樹苗購入費補助金申請について

このことについて、果樹苗購入補助事業を実施しますので、希望される場合は、下記の要領により補助金の申請を行っていただきますよう、お願いいたします。

なお、ご不明な点等ございましたら、下記までお問い合わせください。

記

1. 補助金の対象

- (1) 令和7年度中に購入し、令和8年3月3日（火）までに植え付けする果樹苗木。
（後日、現地を確認します。）
- (2) 申請者は相良村に居住する農業者及び営農集団で、果樹園経営面積が10a以上であること。
- (3) 村税等の滞納がない方。
- (4) 令和7年度の果樹苗木に係る国・県の補助事業を実施しない方。

2. 補助金の交付額

補助金は購入金額（税抜き）の2分の1とし、予算の範囲内で交付します。
（申請額に応じて変動する場合があります。）

3. 補助金申請の必要書類等

- (1) 交付申請書 ※役場に準備しておりますので、印鑑をお持ちください
- (2) 苗木の見積書 ※苗木購入先の見積書を添付してください。
- (3) 植栽地の地番・面積並びに経営面積 ※農協との協定書等

4. 申請締切日

令和7年12月15日（月）

※原則、苗木購入前に申請をお願いします。

5. 申請先

相良村役場 農林振興課 農業係

【問い合わせ】

相良村役場 農林振興課 農業係
担当：一ノ瀬
電話：35－1034（直通）

[illegible]

学校の教育目標：「自他を大切にし、共に伸びる児童の育成 ～元気・笑顔・成長～」

相良村立相良南小学校だより 校訓「やさしく かしく たくましく」



元氣・笑顔・成長！南小



第14号 令和7年10月17日発行 発行者 校長 田口広治

児童数 167
PTA数 122

全校集会 実りの秋にしよう！



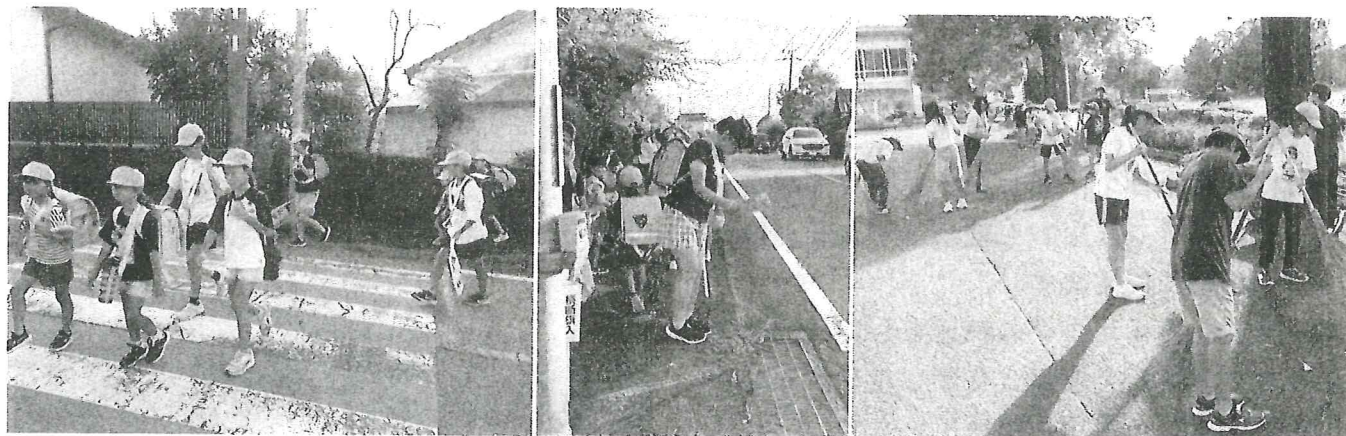
■10月14日(火)の全校集会で、運動会や運動会後の子供たちの様子、今後頑張ってほしいことについて話をしました。

相良南小HP↑

運動会後の子供たちの様子では、大きく3つです。次のような内容です。

1つ目は、登校の様子です。朝から登校指導をしていると、これまで以上に、遠くから大きな声であいさつができる人が増えています。また、止まってもらった車へのお礼のあいさつもできている人が増えています。

2つ目は、朝ボランティアです。外に出てくる人が増えています。様々な学年の人が、運動場や駐車場などで頑張ってくれている姿があります。



3つ目は、「人権の花」運動です。先日のフラワー活動で、花壇の整備などをみんなでやりました。もう少し花が残っていますので、お世話を頑張っていきたいです。

さらに、花だけでなく、友達も大切にしてほしいとの話をしました。「スマイルフラワー」の取組（いいところさがし、ありがとうメッセージ）も、今後行っていきます。笑顔いっぱいの学校にしていきたいです。



■今後頑張ってもらいたいことについては、2つのことを話しました。

1つ目は、「健康を考えた生活」についてです。夏休み前や2学期始業式に、本校は「身長に比べて体重が重い人が多い」「体重が増えすぎないように、食べ物や食べ方を考えよう、運動を続けよう」という話をしていました。

しかし、運動会后、運動場で遊んでいる人はとても少ない状態が続いていました。

そこで、「各学級でどんなことができるかを考えてほしい」と投げかけました。

集会後に、「昼休み、外で遊びます」「他の学年の人と、学年別で一緒に遊びます」など、校長室まで言いに来てくれました。今後、楽しく体を動かす取組を行っていきます。

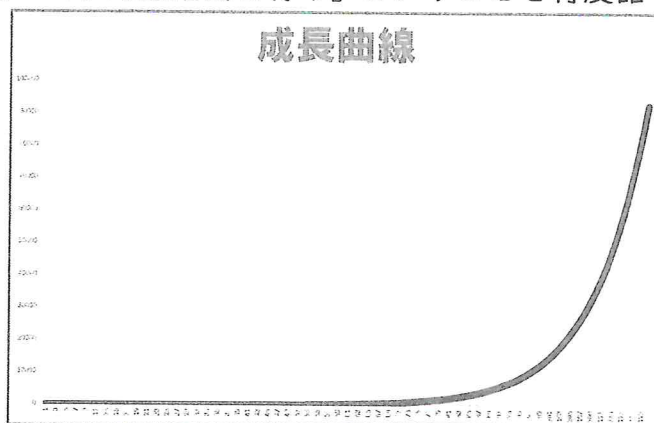
2つ目の話は、「学習」についてです。始業式で話をした「漢字や計算など丁寧に取り組む」「教科書や問題を自分で読む」「自分の考えを持って、対話活動を行う」ということを再度話しました。

また、伸びるためには「ていねいさ」「努力を続ける」ことが大事だという話をしました。

努力を続けても最初は伸びが分かりません。

ずっと変化を感じられないけれど、ある時点で大きく伸びる時期がきます。「100日」や「100回」です。何事も、ていねいに、続けることで、成長してほしいと思います。

ぜひ「実りの秋」にしたいものです。



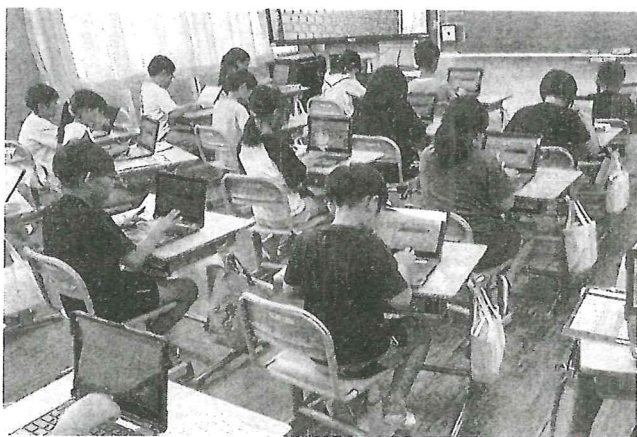
新タブレット 学びに生かします！

■相良村全体で、新しいタブレット端末を導入していただきました。機種だけでなく中に入っているアプリなども変わっており、使い方がかなり変わります。それでも、動作が速くなり、快適に使えます。

早速、タイピングの練習をしたり、自分の考えを入力して友達と交流したりするなど、学年に応じた活用を始めています。

来週からは家庭への持ち帰りを始めます。大切に扱うこと、ルールを守ることを家庭でもお話いただければありがたいです。

子供同士や子供と教師間で、メール等での個人的なやりとりはしないルールがあることもお知りおきください。



【連絡～職員の紹介】

■用務員で勤務されていた福嶋先生が体調面等の理由で退任されました。

新しい用務員として、10月14日（火）から伊津野美桜先生が勤務されています。早速、花壇の世話や環境整備等を頑張ってもらっています。よろしくお願いします。



回 覧										

令和7年10月23日

保 健 係

『健康運動教室』のご案内

「健康運動教室」を下記のとおり開催します。

健康運動指導士による健康維持・体力向上を目的とした内容です。

日頃、運動を継続されている方、運動習慣がなくこれから始めたいと思っている方等、運動に関する専門的なアドバイスも受けられ、とても楽しい教室です。

また、今回は「歯周病のリスク」を簡単に知ることができる歯周病リスク検査を受けることができます。詳しくは下記内容をご確認ください。

記

気軽にご参加
ください！

■日 程：①11月7日（金） ②11月21日（金）

■時 間：午後2時から午後3時30分まで

■場 所：総合体育館 1階研修室

■参加費：無 料

■持ってくるもの：タオル、シューズ（内履き）、飲み物、筆記用具、
運動できる服装でご参加ください。
※ご準備できる方は、ヨガマットもご持参ください。



【1分間で結果が分かる！】歯周病リスク検査を受けてみませんか？

日程：①11月7日（金） ②11月21日（金）

時間：午後1時から午後2時まで

場所：総合体育館 1階研修室

注意事項：検査30分前は飲食禁止

★相良村では、予防・健康づくりを強化し、健康寿命の延伸、口腔の健康の保持・増進を図ることを目的とし、厚生労働省「全世代向けモデル歯科健康診査等推進事業」に参加しています。

※検査キットの本数が限られていますので、無くなり次第終了となります。



検査の詳細は QR コード
からご確認ください。
(村ホームページ)

〈問合せ先〉 相良村役場 保健福祉課 保健係
☎ 35-1032 担当：松岡

令和 7 年度 健康運動教室年間スケジュール

■場所：総合体育館 1 階研修室

■時間：午後 2 時～午後 3 時 30 分まで

4 月	4 日 (金) / 18 日 (金)
5 月	2 日 (金) / 16 日 (金)
6 月	6 日 (金) / 20 日 (金)
7 月	4 日 (金) / 18 日 (金)
8 月	8 日 (金) / 22 日 (金)
9 月	5 日 (金) / 19 日 (金)
10 月	3 日 (金) / 17 日 (金)
11 月	7 日 (金) / 21 日 (金)
12 月	5 日 (金) / 19 日 (金)
1 月	9 日 (金) / 23 日 (金)
2 月	6 日 (金) / 20 日 (金)
3 月	13 日 (金) / 27 日 (金)

■持ってくるもの：タオル・シューズ（内履き）、飲み物

運動できる服装でご参加ください。

※準備できる方は、ヨガマットもご持参ください。

■実施予定日の変更や中止については、回覧・告知放送等で周知いたします。

お出かけ 知事室

～ともに未来を語る会～

相良村開催

8/9（土）大雨のため延期した

お出かけ知事室を開催します！

皆様方から意見をお聴きし、県の政策へのヒントとします。

日 時

11/28(金)

18時～20時

会 場

相良村総合体育館 1 階研修室

(球磨郡相良村深水2493番地1)

詳しくは、県ホームページでご確認ください ➡

＜お問い合わせ先＞ 熊本県広報課

〒862-8570 熊本市中央区水前寺6丁目18-1

電 話：096-333-2026

FAX：096-386-2040

m a i l : kouhou@pref.kumamoto.lg.jp



○今回、新たに参加をご希望の方は、
〈お問い合わせ先〉熊本県広報課まで
ご連絡ください。

○傍聴のお申込みは不要です。居住地は問
いませんので、皆様ぜひお越しください。
(傍聴者の発言はできません)

○小学生以下の参加は、保護者同伴でお
願いします。

○開場は17時30分からです。

【県HP】



回覧									

令和7年10月23日

リハビリ専門職による訪問指導を受けられます！

訪問型サービスC

こんな方におすすめ！

- ・退院後などで一時的に体力の低下を感じている
- ・足腰が弱り、家事や外出などに自信がなくなってきた
- ・元気になって地域での活動に参加したい

■対象者

要支援1・2の認定を受けた方または「基本チェックリスト」該当者

■内容

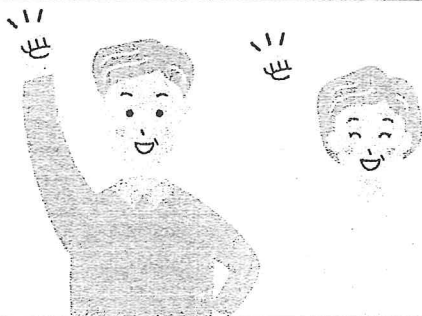
リハビリ専門職がご自宅へ訪問し、運動機能や生活機能の改善に向けて必要な運動指導や、効果的な日常生活動作のアドバイスなどを行います。利用者の機能低下の状況に合わせて集中的に支援し、短期間で状態改善を目指します。

■利用期間・回数

2～3ヶ月の間に12回
(1回 40分程度)

■利用料金

1回 200円



元気になって、
また〇〇したい！
という意欲のある方、
大歓迎！

お問い合わせ先：

相良村役場 保健福祉課 0966-35-1032

相良村包括支援センター 0966-35-1144

くま鉄 LOVEコン in KUMA

2025
12月6日(土)
10時30分～15時30分
雨天決行

くま川鉄道に揺られて
1人で乗って
2人で降りる”恋旅へ！”

球磨郡の9つの町村が、結婚したい人&パートナーを見つけた人たちをサポートする「LOVEくま」主催の婚活イベントを開催します。来年、全線復旧予定のくま川鉄道に乗り、沿線の「幸福スポット」などを訪れながら新しい出会いを探してみませんか？

コーディネーター&MC付で参加者をサポートし、イベントを盛り上げます！

婚活コーディネーター
平田民子さん

ウェディングプランナーとして1000組以上のカップルの結婚をサポートした経験を生かし、婚活支援でも活躍。

MC 櫻山 結さん

熊本県内のテレビ・ラジオなどで活躍中のタレント。婚活イベントのMCも多数手掛け、参加者を後押し！



参加資格 25～45歳の独身男女
(男性/球磨地域在住者限定、女性/人吉・球磨地域在住者およびそれ以外の地域在住者)

参加費用 男女とも4,000円(税込)
※参加費はイベント当日受付時に徴収します
※女性参加者に限り、熊本市内からの送迎を実施します

定員 男女各15人程度

※定員を超えるお申し込みがあった場合は抽選といたします

応募締切 2025年11月7日(金)

当日のスケジュール

10:00～ 受付開始(受付場所/湯前駅 湯～とびあ(音楽室))
10:40～ 自己紹介タイム
11:50頃～ くま川鉄道にて湯前駅～おかどめ幸福駅に移動
12:15頃～ おかどめ幸福駅周辺散策(岡留熊野座神社など)
12:50頃～ くま川鉄道にておかどめ幸福駅～あさぎり駅に移動
13:00頃～ ポッポ一館にて昼食、フリータイム
14:30頃～ くま川鉄道にてあさぎり駅から湯前駅に移動
15:00～ 投票、結果発表

※上記はあくまで予定です。
当日の流れや天候等で時間が前後する場合があります。

主催・
問い合わせ

LOVEくま

(球磨郡結婚対策推進協議会)

☎0966-43-4129/湯前町企画観光課内

※「LOVEくま」は球磨郡結婚対策推進協議会の愛称です



参加希望の方はこちらの申込フォームに必要事項をご記入のうえお申し込みください

下記の町村役場でも問い合わせを受け付けています。

- あさぎり町/0966-49-9211
- 五木村/0966-37-2212
- 球磨村/0966-32-1114
- 相良村/0966-35-1036
- 多良木町/0966-42-1255
- 錦町/0966-38-1112
- 水上村/0966-44-0312
- 山江村/0966-23-3112

回
覧

2025年

11月

30日

は・・・

日

J.M.S

ジャパン・マンモグラフィー・センター

多忙な平日を
お過ごしの方へ

お子様
同伴OKです

女性スタッフ
のみで対応

ただし婦人科Drを除きます

日曜日に 乳がん 子宮頸がん 受けられる日です

検査を

球磨郡公立多良木病院

総合健診センター「コスモ」はJMSプログラム登録医療機関です。

11月30日(日)に乳がん・子宮頸がん検査を受診できます。

●事前予約 必要です

●当日の受付時間

8:30~12:00

13:00~14:00

※子宮頸がん検査は午前中のみです。

●検査コースと費用

※1 マンモ無料クーポン・助成利用可

検査コース名		50歳以上の方	50歳未満の方
①	マンモグラフィーのみ	4,400円	5,500円
②	乳腺・甲状腺超音波のみ	4,180円	
③	①+②両方	7,810円	8,580円
④	子宮頸がん	7,700円	

マンモグラフィー検査は 50歳以上の方 1方向、50歳未満の方 2方向となります。

- その他
 - ・予約期間:10月1日(水)~10月31日(金) ※土日祝日を除く
 - ・※1:市町村によってはマンモ無料クーポンや助成によるレディース検診の受診が可能です。詳しくは各市町村へおたずねください。
 - ・お子様同伴を希望される場合は予約時にお申し出ください。
 - ・当日熱がある場合や体調が悪い場合には受診できない場合があります。

- お願い
 - ・感染予防のためマスクの着用・問診にご協力お願いいたします。
 - ・もし熱がある場合や体調が悪い場合には当センターにご連絡をお願いします。

●お問い合わせはこちらまで

球磨郡公立多良木病院総合健診センター「コスモ」 ☎0966-42-2410

ここには本物の空気がある。

森林セラピーとは、人間はもともと自然環境の中で生活をしていました。現代の人工的な環境での生活は本来の人間の生活とは違い、大変なストレスを与えます。森林セラピーはこのような環境からのストレスを改善するという点からも大きな効果を持っており、人々の心を癒すと言われています。このような心身に癒しを与える「森の力」を享受する方法として、最も効果的なやり方は「五感」を働かせることです。

森の中や周辺で耳や目、鼻、手足、味覚等の五感のアンテナを研ぎ澄ませて、木々の息吹や風のざわめきを感じてください。



そして、この度健診センター「コスモ」ではこの森の癒し効果を持つ「森林セラピー」と「健診」を一体にした「森林セラピー宿泊ドック」を企画しました。内容は、一日目に市房山へ森林セラピーを受けていただき、二日目に人間ドックを受診いただく内容になります。全国的にも珍しい「癒し+健康+人間ドック」を取り込んだものです。



森林セラピー宿泊ドック 75,000円(税込、宿泊(夕食込)、体験付)

1
日
目

・到着予定時間に併せて市房山へ森林セラピーに行きます。
※天候やお体の状態によって、無理なくスタッフが合わせます。
【自由散策コース、適度なウォーキングコースなど】

終了後は、ホテルに移動し、ゆっくりお過ごしいただきます。
自然に囲まれ、綺麗な夜空を見上げてみてはいかがでしょうか。

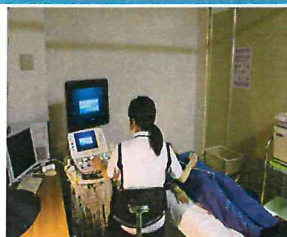


2
日
目

・7:00-15 受付 尿・便提出、更衣

・特定健診、胸部X線、腹部超音波、胃内視鏡、便潜血、血液検査、
肝炎ウイルス検査、大腸内視鏡検査(S状結腸迄)、保健指導

お疲れ様でした。健診終了になります。



【お問い合わせ先】

総合健診センター「コスモ」
内線(125、130、887) 予約担当
球磨郡多良木町大字多良木4210
TEL:0966-42-2410

総合健診センター「コスモ」 宿泊ドックのご案内



この度総合健診センター「コスモ」では新しく宿泊を付けた人間ドック宿泊プランができました。宿泊をしながらゆっくり二日間かけて人間ドックを受けることができます。一日目は午前中には終了しますので、人吉球磨地域の観光や温泉などを楽しんでいただきながら、夜は提携宿泊施設の【ゆのまえ温泉「湯楽里」】にて山間部では珍しい潮湯の温泉とお食事ですっきりお過ごしいただければと思います。一年に一度の体のメンテナンス、ゆっくりと疲れを癒しながら過ごされてみてはいかがでしょうか。

(例)2日人間ドック宿泊 総合・心臓ドックコース

1 日 目	・7:00-15 受付 ・特定健診、胸部X線、腹部超音波、胃内視鏡、便潜血、血液検査、肝炎ウイルス検査、肺機能検査 ・結果説明、保健指導 1日目終了後は、フリータイムになります。 提携宿泊施設ゆのまえ温泉「湯楽里」は15時チェックインになります。	
2 日 目	・9:00-9:30 受付 ・心臓ドック(心臓超音波)など ※予約状況により1日目に行くこともあります。 ※オプションも自由に追加することができます。 お疲れ様でした。健診終了になります。	

※裏面に全コースの詳細を掲載しております。



総合健診センター「コスモ」では健診の質の向上のため、内視鏡検査や胃透視、胸部レントゲン、マンモグラフィーをダブルチェックを行い、またスタッフも技術向上のため資格取得や技術研修による研鑽行っております。

当センターは、健診を通して皆さまの健康づくり、幸せづくりのお手伝いができれば幸いです。

【総合健診センター「コスモ」の主な医療設備】

胸部撮影装置、X線TV装置、乳房X線撮影装置、上部内視鏡、下部内視鏡、骨塩量測定装置(病院併用)、CT装置(病院併用)、心電図、肺機能測定装置、腹部・乳腺超音波装置、頸腔エコー装置、MRI装置(病院併用)、眼底眼圧装置、集検用X線発生装置(デジタル)、集検用心電図装置、ABI



【お問い合わせ先】

総合健診センター「コスモ」
内線(125、127、130)予約担当
球磨郡多良木町大字多良木4210
TEL:0966-42-2410

①2日人間ドック宿泊 総合・心臓ドックコース

79,000円(税込、宿泊2食(夕食、朝食))

特定健診、胸部X線、腹部超音波、胃内視鏡、便潜血、血液検査、肝炎ウイルス検査、肺機能検査、大腸内視鏡検査(S状結腸迄)、心臓ドック(心臓超音波、BNP)、保健指導

②2日人間ドック宿泊 レディース・心臓ドックコース 106,000円(税込、宿泊2食(夕食、朝食))

特定健診、胸部X線、腹部超音波、胃内視鏡、便潜血、血液検査、乳腺超音波、甲状腺超音波、マンモグラフィ、婦人科細胞診検査/HPV検査/膣超音波、肝炎ウイルス検査、甲状腺ホルモン検査、心臓ドック(心臓超音波、BNP)、大腸内視鏡検査(S状結腸迄)、保健指導

③2日人間ドック宿泊 総合・心臓・脳ドックコース 110,000円(税込、宿泊2食(夕食、朝食))

特定健診、腹部超音波、便潜血、胃内視鏡、胸部X線、血液検査、脳ドック(頭部MRI、血圧脈派、頸部血管超音波)、血液検査、心臓ドック(心臓超音波、BNP)、肺機能検査、肝炎ウイルス検査、PSA(男性)骨密度検査(女性)、保健指導

④2日人間ドック宿泊 レディース・心臓・脳ドックコース 125,000円(税込、宿泊2食(夕食、朝食)込)

特定健診、腹部超音波、便潜血、胃内視鏡、胸部X線、脳ドック(頭部MRI、血圧脈派、頸部血管超音波)、血液検査、乳腺超音波、甲状腺超音波、マンモグラフィ2、婦人科細胞診検査/HPV検査/膣超音波、心臓ドック(心臓超音波、BNP)、骨密度検査、肝炎ウイルス検査、甲状腺ホルモン検査、保健指導

⑤森林セラピー宿泊ドック 75,000円(税込、宿泊2食(夕食込)体験付)、1日目体験、2日目健診

特定健診、腹部超音波、胃内視鏡、便潜血、血液検査、肝炎ウイルス検査、大腸内視鏡検査(S状結腸迄)胸部X線、保健指導、森林セラピー(一日目)、宿泊場所は「MIZUKAMISO」になります。【詳細別紙】

※上記コースはセット料金になりますので項目キャンセルされても料金は変わりませんが、オプションを追加することができます。

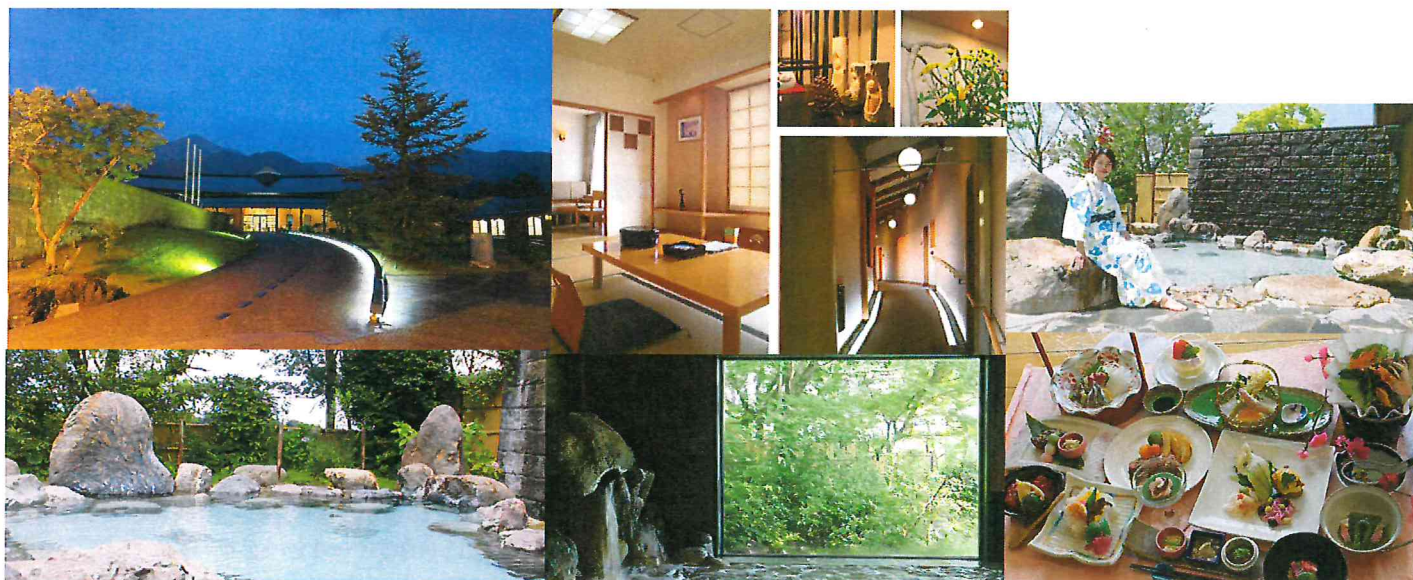
※ご希望の方は人吉近郊まで送迎をさせていただきます。

※お二人でご予約されますと、お部屋同室での「ペアプラン」として総額より割引をさせていただきます。

ご夫婦で、カップルで、お友達同士でもご利用ください。

また人吉球磨に在住の方も、なかなか普段宿泊する機会も少ない地元の施設にゆっくりお泊まりいただき年1回の人間ドックをゆっくり受けられてみてはいかがでしょうか。

どうぞこの機会にご利用いただければと思います。



肺がん検診ガイドラインが新しくなりました！

国立がん研究センターでは、『肺がん検診ガイドライン』2025年版を公表しました。

肺がんによる死亡率が減る科学的な根拠が得られたための指針改定となります。

対策型検診では現在40歳以上の方で重喫煙者については、年1回の胸部X線検査を行い、さらに50歳以上の方には併せて喀痰検査を行ってきましたが、今回の改定では、重喫煙者の方は喀痰検査に代わり**CT検査を推奨**することになりました。

当院では320列の最新CTを導入しております。**この最新CTでは早く精密に撮影できるだけでなく、搭載されているAI技術により、胸部検診CTをなんと胸部レントゲンと同程度の被ばくで撮影できるようになりました。**

たばこを吸われる方、吸われていた方だけでなく、健診を受けられる全ての方へ、肺がんの早期発見のため、安心して年1回の胸部CT検査を受けてみてはいかがでしょうか。



報道関係各位

科学的根拠に基づくわが国の肺がん検診を提言

「有効性評価に基づく肺がん検診ガイドライン」2025 年度版公開

2025 年 4 月 25 日

国立研究開発法人国立がん研究センター

発表のポイント

- 「有効性評価に基づく肺がん検診ガイドライン」2006 年度版公開後、新たな研究の科学的根拠を検証し、わが国で推奨する肺がん検診ガイドラインとして提言をまとめました。
- 低線量 CT 検査の推奨グレードは喫煙状況により異なり、重喫煙者(喫煙指数 600 以上)においては、推奨グレード A で対策型検診及び任意型検診として実施(対象年齢は 50-74 歳、検診間隔は 1 年に 1 回)を推奨します。
- 重喫煙者以外の方に対する低線量 CT 検査は推奨グレード I で、対策型検診として実施しないことを推奨します。任意型検診においては、医療者が利益と不利益に関する適切な情報を提供したうえで、検診受診者個人の判断に委ねます。現在、日本で重喫煙者以外の低線量 CT 検査の死亡率減少効果を評価するための無作為化比較対照試験が進行中のため、注視していく必要があります。
- 喫煙状況や対象年齢を遵守しない場合、低線量 CT 検査の不利益が大きくなります。
- 胸部 X 線検査は喫煙状況にかかわらず推奨グレード A (対象年齢は 40-79 歳、検診間隔は 1 年に 1 回)です。
- 重喫煙者に対する胸部 X 線と喀痰細胞診併用法は推奨グレード D で、対策型検診として実施しないことを勧めます。

これまでの肺がん検診

たばこを吸わない人/時々吸う人

胸部X線検査
(40歳以上、1年に1回)



新しい肺がん検診(案)

たばこを吸わない人/時々吸う人

胸部X線検査
(40-79歳、1年に1回)



たばこをたくさん吸う人/
たくさん吸っていたが止めた人

胸部X線検査
(40-49歳、1年に1回)
胸部X線検査に喀痰細胞診を追加
(50歳以上、1年に1回)



たばこをたくさん吸う人/
たくさん吸っていたが止めた人

胸部X線検査
(40-49歳、75-79歳、1年に1回)
低線量CT検査
(50-74歳、1年に1回)
禁煙指導



ヘリカルCT検査・・・10, 450円

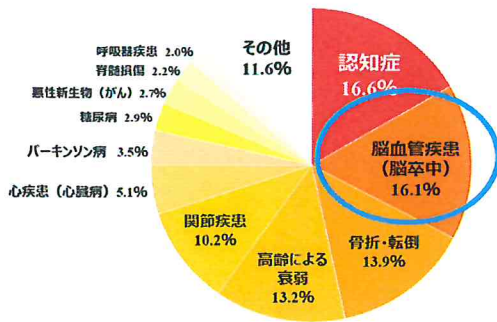
※自治体によっては、町村ドックでの胸部X線検査を**7, 150円にてCT検査に変更**することができます。

またオプション検査でもご利用ください。
ご不明な点のお尋ねやお申込みについては、下記までお尋ねください。

【お問い合わせ先】
総合健診センター「コスモ」
TEL: 0966-42-2410
内線(125, 127, 130)

脳血管疾患は介護の原因にもなります！

介護が必要となった主な原因の構成割合



（出典：「2022（令和4）年国民生活基礎調査の概況」厚生労働省 2023.7.4より作成）

脳卒中は、脳の血管が破れて起こるクモ膜下出血と脳出血、脳の血管が詰まって起こる脳梗塞があり、発症すると重い後遺症が残るなど、命にも関わる重大な病気のため、発病してから治療するよりも予防することが大切になります。

自覚症状のないうちに脳の状態を調べ、生活習慣の改善に努めることで、将来の脳疾患のリスクを軽減することができます。

尚、要介護4～5に認定される原因では、脳血管疾患（脳卒中）が認知症を抜いて1位になっています。

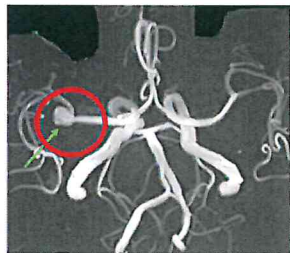
MRI検査とMRA検査

MRI（磁気共鳴画像診断装置）は、「強い磁場」と「電磁波」を利用して体内の状態を画像にします。MRI検査では、脳の断層画像（MRI）や血管像（MRA）を撮影することで脳内異常の早期発見として、脳卒中の原因となる脳動脈瘤や脳梗塞、脳腫瘍、脳血管の狭窄・閉塞を発見できます。

また、MRI検査は放射線被ばくがなく、安心して検査を受けることができます。



脳梗塞とは、脳を栄養する動脈の血行不良により、酸素や栄養を受けている神経細胞が死ぬことでさまざまな症状をきたす病気です。かつて脳卒中の大部分は“脳出血”が占めていましたが、近年は逆転し“脳梗塞”が上回るようになりました。その理由として生活習慣の変化による糖尿病や脂質異常症の増加が考えられます。



脳動脈瘤は、脳の動脈にできる血管のふくらみで、クモ膜下出血の原因になります。破裂する前に見つけ、適切な処置を受けることで、脳卒中の発症や後遺症を未然に防ぐことができます。

平日午後脳ドックのご案内

発症するまでは自覚症状が乏しい脳血管障害ですが、発症前からリスクを抱えているケースも多く、自覚症状がない段階から定期的に脳ドックを受けることによって発症を予防できるケースもあります。今回、総合健診センター「コスモ」では、これまで早朝にしか行っていなかった脳ドックの受診機会を平日午後にも設けることになりました。

受診機会を増やすことで、住民の皆様の脳血管疾患の早期予防に繋がれればと考えております。

脳MRI/MRA検査…月曜日～金曜日 午後3時

料金22,000円⇒20,000円(税込)

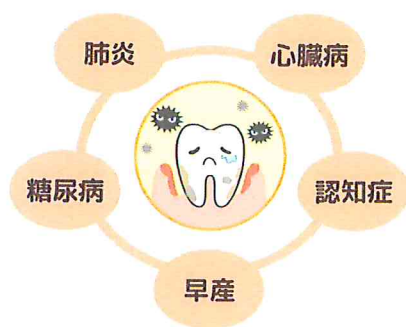
※救急患者の撮影が入った場合には、お待ちいただく場合や後日検査になる場合もありますので、ご了承ください。

【お問い合わせ先】

総合健診センター「コスモ」 TEL:0966-42-2410



歯周病は全身疾患のリスク要因になります



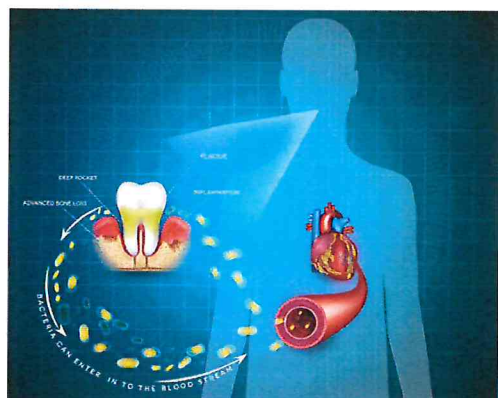
近年の研究で、歯周病が口腔内の健康だけでなく、全身の健康にも深刻な影響を及ぼすことが明らかになっています。

歯周病は主に歯垢に含まれるバイ菌によって引き起こされており、その結果として歯肉に炎症が発生します。尚、この炎症が進んでいくと、左図のような全身的な影響が考えられます。

歯周病と糖尿病、心疾患の関係性

一見無関係に見える糖尿病と歯の疾患ですが、特に歯周病は糖尿病と深い関係性があるとされています。歯周病は進行すると、細菌が歯茎から血流に入ることによって体内の炎症が増し、インスリンの働きが阻害されることで血糖値が上がりやすくなります。

このプロセスは糖尿病の進行を加速させる原因となります。



一方で、糖尿病患者は免疫力が低下しやすく、感染症にかかりやすい傾向があります。そのため、歯周病などの口腔内の感染症は悪化しやすく、治りにくくなるという側面もあり、糖尿病と歯周病が互いに悪循環を引き起こすこととなります。また、重症化した糖尿病では、歯周病菌や炎症性物質が血液中に混入するようになります。それらが血管を硬くしたり、血栓を生じたりすることで、動脈硬化や脳梗塞、心筋梗塞などを引き起こすこととなります。

また、歯周病はこれら以外にも「認知症」「肺炎」「早産」「関節リウマチ」などの様々な全身疾患リスク要因となることが明らかになっています。

歯周病検診のご案内

歯周病の予防と適切な管理は、全身の健康を守るための重要な鍵になります。

日頃から正しい歯磨き習慣を身につけ、定期的な歯科検診を受診することで、歯周病の発症を抑え、全身の健康を維持することに繋がります。

総合健診センター「コスモ」では受診機会を増やすことで、住民の皆様の歯周病疾患の早期予防に繋がっていただくと考えております。

歯周病検診…月曜日・水曜日・金曜日 午後2時～午後4時

料金3,300円(税込)



※病院歯科予約患者様の状況により、お待ちいただく場合もございますので、ご了承ください。

【お問い合わせ先】

総合健診センター「コスモ」 TEL:0966-42-2410



回覧										

令和7年10月23日

野焼きは法律で禁止されています

野焼き（家庭ごみの野外焼却）はなぜいけないの？

一番大きな問題なのは、ダイオキシンの発生です。ダイオキシンは、紙、プラスチック類等塩素が含まれているものを、野焼きなどのように低い温度で燃やし、不完全燃焼したときに大量に発生します。また、煙だけでなく燃やした後の灰にも含まれており、人の健康や自然環境に深刻な影響を及ぼします。

「面倒くさいから」「昔から燃やしていたから」「自分一人くらいならたいした影響はないから」という理由でごみを燃やしていませんか？

燃やしている人は知らん顔をしています、**近隣の住民は悪臭や有害な物質をまき散らされ迷惑されています。実際に毎年、苦情・相談が寄せられています。**

家から出たごみは、必ず指定ごみ袋に入れて地区のごみステーションに出しましょう。

●法律による罰則について

野焼きは、一部の例外を除き「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により禁止されており、違反した場合は、5年以下の拘禁刑もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられることがあります。

また、野焼きを見かけられた場合は、役場保健福祉課（TEL35-1032）までご連絡ください。

（裏面にも記載がありますので、ご確認ください。）



野焼き

● 野外焼却禁止の例外規定について

以下のような場合は、例外として野外焼却（野焼き）が認められています。

ただし、例外にあたる場合でも、苦情があった場合は行政指導等の対象となります。燃やす量や風向き、時間帯を考えて周りに迷惑(煙・臭い)をかけないように必要最小限に行ってください。

野外焼却（野焼き）の例外にあたるもの

- ・ 国または地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却
〔河川敷の草焼き（河川管理者）、道路側の草焼き（道路管理者）〕
- ・ 震災、風水害、火災、凍霜害その他の災害の予防、応急対策または復旧のための必要な廃棄物の焼却
〔災害等の応急対策、火災予防訓練、凍霜害防止のための稲わら焼却〕
- ・ 風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
〔どんど焼き、塔婆の供養焼却など〕
- ・ 農・林・漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却
〔焼き畑、畦の草および下枝の焼却、漁網にかかったごみ焼却 など〕
- ・ たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの
〔落ち葉焚き、たき火、キャンプファイヤーなど〕

● 火の取り扱いは、細心の注意を払いましょう

お問い合わせ

相良村役場保健福祉課 保健係

TEL 35-1032

相共募第8号
令和7年10月22日

各区長・班長 様

熊本県共同募金会相良村分会長 吉松啓一
(公印省略)

令和7年度共同募金・戸別募金募集への協力について（お願い）

共同募金には、日頃よりご理解とご協力を賜り誠に有難うございます。

共同募金会では、テレビ等を通じて広報しているとおり、10月1日から12月末日までを運動期間と定めて、全国一斉に共同募金運動を行ないます。

皆様にはご多忙のところ恐縮ですが、募金募集について、下記の要領で例年どおりのご協力を賜りますよう宜しくお願いいたします。

記

1 募金目安額 1戸当たり500円

2 募金の要領

[班長さんをお願いしたいこと]

- ①各戸訪問し、募金と引き換えにチラシと寄付済証を渡す。
- ②寄附芳名簿に記入する。
- ③募金募集を終えたら、寄附芳名簿と金額を点検した後、区長さんへ届ける。

[区長さんをお願いしたいこと]

- ①区内の募金が届いた都度、寄附芳名簿と金額を確認する。
- ②寄附芳名簿と募金を事務局へ届ける。（都合が悪い場合、連絡いただければ事務局から受領に伺います。）

3 期間の目安 令和7年11月19日（水）

※ 同封した書類等

- ・ ハンドブック……………1部
- ・ 熊本県共同募金会のチラシ（各戸に配布）…戸数分
- ・ 寄付済証（募金と引き換えに相手方へ）……戸数分
- ・ 共同募金寄附芳名簿……………数枚（20戸当り1枚）

※ お手数ですが、質問・苦情等がある場合は事務局までお知らせ下さい。

「共同募金会相良村分会事務局」
相良村社会福祉協議会
TEL35-0093 FAX35-0893

回 覧										

令和7年10月23日

相良村老人クラブ連合会健康づくり事業

準備運動

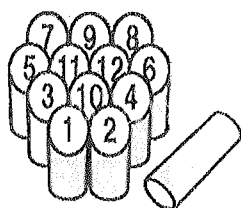


スポーツの前には体をほぐそう

～元気になるストレッチ～

講師 株式会社コクア 健康運動指導士 久米野 竜太 氏

体験コーナー



ニュースポーツって何？

といあえずやってみよう

～輪投げ、モルックに挑戦!!～

日時

令和7年12月3日（水）

午後1：30～午後3：30

場所

相良村総合体育館1階研修室

入場
無料

今話題のニュースポーツを体験してみませんか？今回体験するのは、『公式輪投げ』と『モルック』です。どちらも頭と体の両方を使う競技です。

また、健康運動指導士によるストレッチは普段から取り入れることで元気になること間違いなし!!
興味・関心のある方はどなたでも、ぜひご参加ください！

参加を希望される方は、資料準備等の都合上 11月25日（火）までに
下記問合せ先までお申込みください。

お申込み・お問合せ先

相良村社会福祉協議会 ☎：35-0093