

# ✦ さがら

2009  
3月  
第344号

村長エッセー……………	P 2
トピックス……………	P 4
保健福祉のひろば……………	P 6
元気に育て*相良っ子……………	P 10
お知らせ……………	P 12
議会だより……………	P 18
カレンダー……………	P 19

## シンボル

- 村花／フクジュソウ
- 村木／茶
- 村鳥／セキレイ

発行日／平成21年2月26日

編集・発行／熊本県球磨郡相良村総務課

☎0966-35-0211 FAX0966-35-0011

ホームページURL <http://www.vill.sagara.lg.jp/>





# 村長エッセー

相良村長 徳田正臣

「相良村民は、その日の国会の模様を、あるいは広い世界の主な出来事を、夕食を喰いながら知ることができるが、村議会の模様や、村の事業については、関係者の外は知らないことが多い。」・・・私が村政運営を任されて一年近く、ある意味で一番悩み苦しめられてきたのは、これであるともいえます。そしてまた、自治体すべての課題でもあると思います。上記のことは、今から50年ほど前、広報さがらの前身である「館報さがら第1号」（昭和34年3月）に掲載の記事です。偶然、資料等を見ていて発見した記事ですが、いったい誰が書いたのだろうと気にもなります・・・。

☆

私が村長になるにあたって心がけていることは、いかに情報を村民に伝えるか、つまり情報公開であると考えます。このことは単にパフォーマンス的に言っているのではなく、行政運営をしていく上でいかに的確スピーディーに情報を伝え、村民の協力を得るかがこの厳しい財政難を乗り切ることになると考えるからです。また、このことがまさに民主主義ということでもあります。そもそも村が有しているすべての情報は所有権という面で見ると「役場」が持っているのではなく「村民」が持っているとは私は常々考えております。

☆

村としては私が村長になって以来、可能なかぎり村民のために情報公開をしています。また、予算の執行状況や入札関係等あらゆる場面において、必要以上の申請書や文書の記載なしに容易に情報を公開するようになったことはすでにご存知のことと思います。ただ、村政に大きなマイナスになっているのは、村内において配布されている事実と反する文書の配布やいわゆる「嘘でも言ったもの勝ち」の話です。村民を惑わす情報を流されることは非常に悲しいことです。

☆

暖かく春を感じる日があるかと思えば、一気に冬の寒さに戻ってしまう日もあります。村内のあちこちで春を告げる梅の花が咲いています。自分たちが生きる自分の村です。これからも情報提供に努め、気持ちよく生活できる相良村にしたい、なりたいものです。



# 村民駅伝大会

## 優勝 新村区 3連覇



ゴールする西選手

1月11日、晴天のもと第31回村民駅伝大会が開催されました。

9区間を2周する13.22kmのコースに13チームが出場。

1区は接戦となったものの、2区で新村区が首位にたつと、そのまま首位を保ち3連覇を達成されました。また、惜しくも2位に終わった永江区は、優勝した新村区に30秒差と健闘されました。

成績は次のとおりです。(敬称略)

### 【大会成績】

- 優勝 新村区
- 2位 永江区
- 3位 中央区
- 4位 並木野区
- 5位 上川上区
- 6位 十島区
- 7位 松馬場区
- 8位 上川下区
- 9位 松葉区
- 10位 下四浦区
- 11位 初神区
- 12位 平原区
- 13位 井沢区



3連覇した新村チームのみなさん

### 【区間賞】

- 1区 宮田万莉菜 (上川上)
- 2区 瀬音 舞 (新村)
- 3区 川上 大和 (中央)
- 4区 永田 貢 (永江)  
緒方 修 (並木野)
- 5区 福山 誠司 (永江)
- 6区 上村 善照 (十島)
- 7区 西村 伊織 (十島)
- 8区 宮川 真事 (並木野)
- 9区 杉枝 真二 (十島)

### 【特別賞】

- 永年出場者
  - 女子5回出場  
戸田 美咲 (上川上)  
西本 早希 (十島)
  - 25回出場  
濱崎 明彦 (新村)
- 低年齢者賞  
尾方 海都 (上川上)  
樋口 萌衣 (十島)
- ファミリー賞  
荒川敏士・凌吾・奈菜 (上川上)  
橋本福馬・侑恵・眞佑 (中央)

### ●高年齢者賞

- 男性50歳以上  
濱崎 明彦 (新村)
- 女性40歳以上  
一村多美代 (並木野)

### ●躍進賞

- 永江 7位→2位
- 上川下 11位→8位
- 下四浦 13位→10位
- 初神 15位→11位



スタート！



7区から8区へのたすきリレー

## いざ真剣勝負!! 親子対決 ～新春鏡開き剣道大会～



去る1月10日に、相良少年剣友会新春鏡開き剣道大会が行なわれました。小学校中学校の個人戦の後、今年も目玉は親子剣道大会。参加されたお母さん方はもちろん未経験者。日頃とは形勢逆転し、子どもたちは元気いっぱい立ち向かっていました。竹刀を振るたびに歓声と拍手と笑いいっぱいの大会となりました。

## テレビ取材

1月27日、KAB熊本朝日放送で毎週放送されている「るり色の砂時計」の取材が専徳寺であり、飾られているお雛人形などを撮影されました。この番組は、九州や山口県内に旅をし、その土地の魅力や情報などを取材されるものです。

2月22日に放送され、「人吉球磨は、ひな祭り」の期間中ともあって専徳寺のお雛人形を「テレビを見てきました。」という方もおられました。



## たばこの種まき



1月30日（金）に、JA錦支所相良店裏のビニールハウスにおいて、毎年恒例のたばこの種まきがありました。

この種まきは、熊本県たばこ耕作者組合ひまわり支部が行うもので、さらさらした土と種を混ぜたものをボールに入れ、苗床へ手で均一になるように振り入れ種をまいておられました。

相良村内では31戸の生産者の方がおられ、5,610アールの面積が栽培されています。

# 文化財を守ろう！ 四浦阿蘇神社で防火訓練



四浦の村指定有形文化財・四浦阿蘇神社で、2月1日（日）午前9時から文化財防火デーに伴う防火訓練が行われました。訓練には、神社の氏子、地元住民、村消防団8分団、人吉下球磨消防組合の職員など約80名が参加しました。

訓練では、人吉下球磨消防組合の指導のもと、地元の皆さんが消火器や消火栓のホースの広げ方や連結の方法などを体験されました。

つづいて火災本番を想定した訓練に移り、神社の拝殿前から発煙筒の煙があがると、上木総代による通報訓練からはじまり、住民の方々が協力して消火器での消火と、境内下にある消火栓を使用して放水訓練を実施されました。その後、消防団が防火水槽から境内までホースを連



結し、放水訓練が繰り返されました。

四浦阿蘇神社は、江戸時代の明和6年（1769年）に建築された本殿が、平成16年に村有形文化財に指定されています。

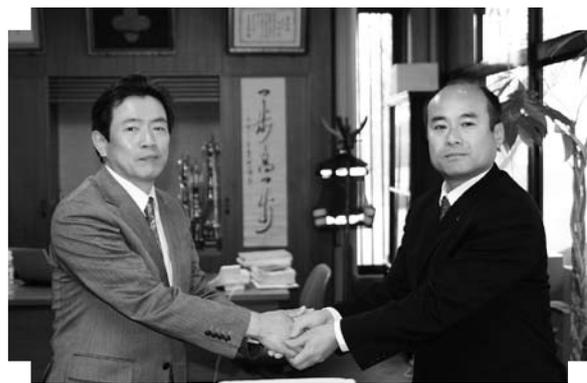
## 郡市対抗熊日駅伝

2月8日（日）に、天草をスタートし熊本市をゴールとする、郡市対抗熊日駅伝大会が開催されました。球磨郡代表として本村からは、杉枝真二さんが出場され、13位から9位に順位をあげられ健闘されました。

また、村内から応援に駆けつけた方もおられ、声援を送られていました。



## 安心安全な生活にむけて



2月9日（月）、相良村における安全で安心な村づくりをより効果的に推進することを目的とし、「安全・安心な相良村の実現に向けた相良村・人吉警察署連絡会議」が設置されました。

犯罪被害者等支援、防犯、交通安全、防災等の各分野において双方に窓口が設置され連携強化されました。

# 保健福祉のひろば

お問い合わせは 保健福祉課（直通）☎35-1032  
国保係一内線25 戸籍係一内線29 保健係一内線26  
福祉係一内線24・28まで

## 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 ○

1日 増田クリニック 22-3570  
8日 たかはし小児科内科医院 24-2222  
15日 公立多良木病院小児科 42-2560  
20日 人吉総合病院小児科 22-2191  
22日 堤病院附属九日町診療所小児科 22-2251  
29日 やまむら医院 45-0005

\*受診される場合は、医療機関へ連絡してください。

## 後期高齢者医療被保険者のみなさんへ

### 平成21年度の保険料のお支払い方法について

後期高齢者医療の保険料は、特別徴収（年金からの差し引き）又は普通徴収（納付書又は口座振替）によりお支払いいただいています。

平成21年度の保険料のお支払い方法については、下記のとおりとなりますのでご確認ください。

#### 特別徴収の方

4月から特別徴収により保険料をお支払いいただきます。

※ 申し出により口座振替へ変更することができます。

#### 普通徴収の方

7月から普通徴収により保険料をお支払いいただきます。

納期は7月～2月の8期です。

また、現在普通徴収の方（年金受給額が年間18万円未満の方を除く）で、平成20年4月2日以降に75歳の誕生日を迎えられた方は、次のとおり平成21年度途中から特別徴収となりますのでご注意ください。

75歳の誕生日	普通徴収の月	特別徴収の開始月
平成20年4月2日～ 平成20年10月1日の間	普通徴収はありません	平成21年4月から（※1）
平成20年10月2日～ 平成21年3月31日の間	平成21年7・8・9月	平成21年10月から

※1 平成21年2月5日までに、特別徴収から口座振替への支払方法変更の申し出を行っている方は、平成21年7月から普通徴収となります。

### 平成20年度中に特別徴収から普通徴収へ変更となった方へ

平成21年度は、7～9月は普通徴収となり、10月以降は特別徴収により保険料をお支払いいただくこととなります。

また10月からの特別徴収については、申し出により、口座振替への支払方法の変更ができます。既に申し出を行っている方は、10月以降は引き続き普通徴収となり、申し出の必要はありません。

保険料の  
納め忘れは  
ありませんか？

◆保険料を滞納したとき・・・ 特別な理由がなく保険料を滞納したときには、通常の保険証より有効期限の短い短期被保険者証が発行されます。また、滞納が1年以上続いた場合には保険証を返還してもらい、資格証明書が交付されます。資格証明書でお医者さんにかかるときには、医療費をいったん全額自己負担していただきますが、あとから役場に申請すると自己負担分を除いた額が特別療養費として支給されます。

# 平成21年1月より75歳誕生月の自己負担限度額が半分にになりました

平成21年1月より、75歳の誕生月に限り、75歳になるまでに加入していた医療保険制度（国民健康保険、社会保険等）と75歳以降の後期高齢者医療制度それぞれの高額療養費の自己負担限度額が2分の1となりました。

※ 誕生日が1日の方は、誕生月に加入している医療保険制度が後期高齢者医療制度のみのため対象とはなりません。

※ 65歳から75歳の間に障害認定により後期高齢者医療に加入された方は対象となりません。

【例】平成21年4月15日で75歳になり、国保（健康保険）から後期高齢者医療制度に加入となる方が1ヶ月入院していた場合。（1ヶ月の自己負担限度額区分が一般の44,400円の場合）

平成20年12月まで		75歳到達			
	4月	15日	5月	6月	
国保（健康保険）	44,400円	44,400円			
後期高齢者医療			44,400円	44,400円	44,400円
自己負担限度額	44,400円	88,800円		44,400円	44,400円

平成21年1月から		75歳到達			
	4月	15日	5月	6月	
国保（健康保険）	44,400円	22,200円			
後期高齢者医療			22,200円	44,400円	44,400円
自己負担限度額	44,400円	44,400円		44,400円	44,400円

※ 75歳になられる方が社会保険等の被保険者本人だった場合、その被扶養者の方は国民健康保険に加入されることになります。その月に限り、その被扶養者の方も高額療養費の限度額が2分の1となります。

## 高額療養費とは・・・

1か月に医療機関の窓口で支払った金額（医療費部分）が自己負担限度額を超えた場合にその超えた部分を支給する制度です。後期高齢者医療制度では一度高額療養費の申請をさせていただくと、翌月以降に高額療養費に該当した場合は登録された口座に自動的にお振込みいたします。

詳しくは、国保係へお問合せください。

## 安心・便利の

## 国民年金保険料はクレジットカードで直接お支払いいただけます

平成20年2月より、クレジットカードによる国民年金保険料の納付が可能になりました。クレジットカード納付は、被保険者ご自身から事前にお申し込みいただき、以後、継続的にクレジットカード会社が社会保険庁に立替納付を行うものです。（金融機関等の窓口においてクレジットカードで直接お支払いできません。）

お支払いいただける保険料は、「前納保険料」（当月保険料分の当月払い〔早割〕は除きます）、「定額保険料」及び「付加保険料+定額保険料」となります。カード会社へのお支払い回数は、1回払いのみとなります。また、クレジットカード支払は、口座振替割引が適用されません。

【問合せ先】国保係

今年も食生活改善推進員の皆さんと一緒に、



各保育園児を対象に

# 親子クッキング教室

を開催しました。



## 献立名

(写真は大人用)

- \*甘塩鮭のちらし寿司
- \*春菊の白和え
- \*バナナの茶巾絞り
- \*きのこ汁

食事バランスガイドで数えると



- 主食…1.5つ分
- 副菜…2.5つ分
- 主菜…2つ分
- 牛乳…0.5つ分
- 果物…1つ分

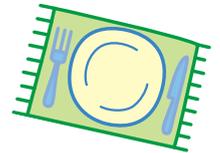
休日は手間をかけて、  
楽しいクッキングに  
挑戦！



今、子供達の生活のリズムが乱れ、夜更かし・朝食抜きなど体の不調を訴える子供達が増え、心と体に影響を与えています。

子供にとって食事の時間は、バランスの良い食べ方や食事のマナーなど好ましい食習慣を身につける良い機会となるでしょう。また、親子で一緒に料理することで料理の楽しみや喜びがわかり、嫌いなものも食べてみようと思う気持ちも高まります。家族で囲む食卓も話題を共有することができ、心も体も元気になれるでしょう。休日は、ゆっくり時間をとりみんなで食事を味わいましょう。

## 楽しく、親子でクッキングに挑戦！！



### 1. 準備をしよう

- ・エプロン・三角布をする
- ・袖口をまくる
- ・手を石鹸でよく洗う



### 2. 料理をする

- ・包丁を持ったらよそ見をせず
- ・食材を押さえる手は<猫の手>
- ・火を使うときは大人の人と一緒に



### 3. 食べるとき

- ・「いただきます」皆で楽しく・背筋を伸ばし、茶碗は持って食べよう
- ・箸は正しく持っているかな？



### 4. あとかたづけ

- ・残さず食べて、「ごちそうさま」も忘れずに
- ・食器洗いも手伝ってもらうと助かるな
- ・ごみの分別でエコも学ぼう



# インフルエンザと新型インフルエンザ

## 【インフルエンザとは？】

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによっておこる病気。のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳といった普通のかぜの症状と似た症状もあるが、38℃以上の急な発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く、更に、気管支炎、肺炎、小児では中耳炎、熱性けいれんなどを併発し、重症化することがあるなど、普通の風邪とは全く違う病気。



## 【新型インフルエンザとは？】

これまで人には感染してこなかったインフルエンザウイルスが、人から人へ容易に感染する力を獲得したインフルエンザ。新型インフルエンザの大流行は、10年から40年の周期で定期的におこっていて、これまでの新型インフルエンザウイルスは全て、鳥インフルエンザウイルスが変化したもの。ここ数年危機感をもって注目されている強毒性のH5N1型鳥インフルエンザウイルスが、さらに変化して、人から人に感染しやすい新型インフルエンザに変わるのではないかと恐れられている。症状としては、まだ未確定だが、炎症は全身に及び多臓器不全や肺炎などの合併症をおこし、重症化する恐れもあるといわれている。

## ★感染経路

### 《飛沫感染》

感染した患者の咳やくしゃみなどで飛び散ったつばと一緒に放出されたウイルスを吸い込んだりして感染する。咳などによって飛沫が飛び散る範囲は、半径1メートル以内といわれており、最も効率よく感染を広げる。

### 《空気感染》

吐き出されたウイルスの微粒子がとても小さな「飛沫核」という状態になると、ホコリとともに数時間も空気中をただようためそれらを吸い込んでも感染する可能性がある。空気が乾燥する冬季などの室内では、この空気感染が起ることが考えられる。

### 《接触感染》

ウイルスが付着した物にさわって、その手で口や鼻、目の周りなどに触れると、感染する可能性がある。付着した表面がかたい物なら1～2日間、衣服や紙、布などのやわらかいものなら8時間くらいは、ウイルスが生き続けると考えられている。

## ★インフルエンザ・新型インフルエンザ日常生活での予防方法及び対策

- ◇栄養と休養を十分にとる。
- ◇人ごみを避ける。
- ◇適度な温度・湿度を保つ。
- ◇外出後の手洗いとうがい・洗顔の励行。
- ◇マスクを着用する。
- ◇咳エチケットを心がける。
- ◇死んだ鳥には触らない。近づかない。
- ◇情報には敏感に（新聞やインターネット、雑誌、テレビ等で、常に新型インフルエンザの情報を確認しておく。）
- ◇もしもの時のために備蓄を（外出が制限されたり、物資が不足する可能性があるため、日ごろから、少なくとも2か月分の日用品や食料品、医薬品を備蓄しておく。）

手洗いは必ず



うがいをしよう



マスクをはめて



## ★新型インフルエンザがもし発生したら

### 国・県・市町村・医療機関

保健所等に発熱相談センターが設置される。

入院勧告措置に基づいて、感染症指定医療機関などで医療が行われる。感染拡大の防止と混乱軽減のため、発熱外来が設置される。

指定の医療機関だけでなく、全ての医療機関において使用可能な病床を動員して対応する。

公的施設などを転用する等、医療機関以外でも医療を提供できるよう体制を確保する。

### 個人・家族

正確な情報を収集し、冷静に対応する。

発熱・咳・全身痛など通常のインフルエンザと思われる症状がある場合、保健所等の発熱相談センターに連絡する。

指定医療機関の「発熱外来」を受診する。

感染拡大を回避するため、不要不急の外出は極力差し控える。

# 元気に育て\*相良っ子

相良村地域学校保健委員会だより 第7号

## 目からウロコのかぜ予防特集!

### その1 ぶくぶく+がらがら!

口の中には、かぜばい菌もウヨウヨ。いきなり、がらがらうがいでは、ばい菌をのどの奥に入れてしまいます!



まずは  
ぶくぶく!  
ペッ!

つぎに  
がらがら…  
ペッ!

### その2 舌みがき!

歯垢(食べかす)や舌苔(舌に付いたコケのようなもの)の中にも、かぜばい菌が…!!

歯みがきの時、  
舌も歯ブラシで  
軽くこすって落  
とすといいよ!



歯ブラシをガー  
ゼでおおうと、  
刺激が少なく  
なって、吐き  
気がおこりにく  
かったよ。

### その3 くしゃみはマスク&ひじ!

くしゃみや咳を手でおおうと、かぜばい菌が、手からいろいろなものに広がります!そこで!ものにふれることの少ない**肘の内側**でおおうといいですよ!



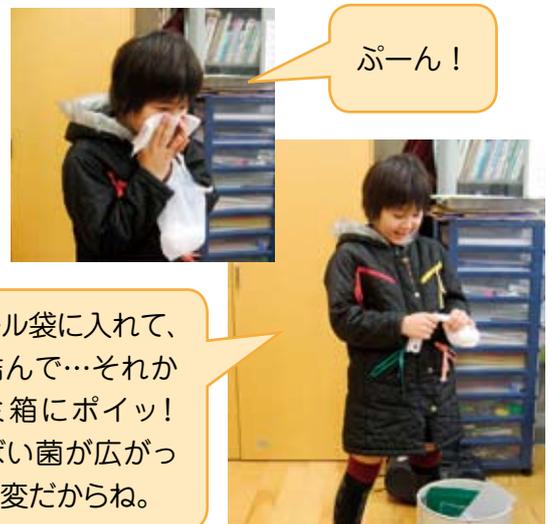
ハ…  
ハ…

ハクション!!

くしゃみ\*新スタイル!

### その4 鼻紙はビニール袋でくちむすび!

鼻水やタンをとったちり紙はどうしていますか? かわくと、そこから、かぜばい菌がフワフワと空気中に、出てきてしまいます。手間はかかりますが、**ビニール袋に入れて、口をしめて捨てましょう!**



ぷーん!

ビニール袋に入れて、  
口を結んで…それから  
ゴミ箱にポイッ!  
かぜばい菌が広がっ  
たら大変だからね。

今回のモデルをつとめてくれたのは、北小学校保健委員会のみなさん…どうも、ありがとう!!

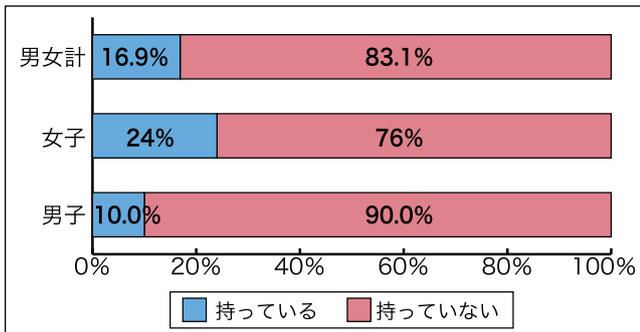


# 携帯電話の正しい利用の仕方知っていますか？

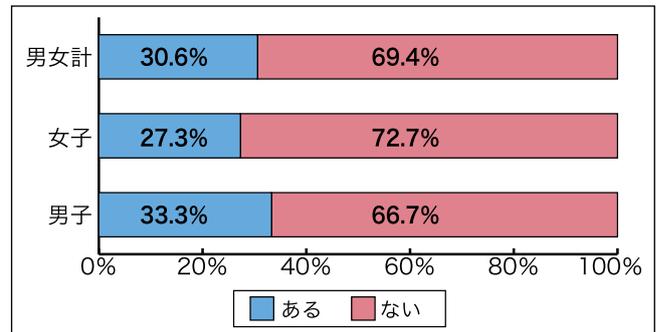
親携帯電話が、本当に必要か。使い方はそれでいいのか。親子で話し合ってみませんか？

## ◆◆◆ 相良村6年生の携帯電話についての実態は？ ◆◆◆

Q, 携帯電話を持っているか？



Q, 自分の携帯電話はなくても、自由に使える携帯電話やインターネットはあるか？



全国的には、小学生の3割が携帯電話を持っているそうですが、本村でもすでに、16.9%の児童（小6）が持っていると言う結果でした。自分の携帯電話以外にも、自由に使えるインターネットや携帯電話があるかと言う質問では、30.6%の児童が「ある」と回答しています。両方合わせると、実に42.4%もの児童が、インターネットにアクセスできる状況にあるようです。携帯電話を購入した理由は親との連絡のためがほとんどですが、友達との電話やメール、ゲーム、インターネットの利用に使っている児童（小6）もみられます。全国的には、携帯電話を購入した子どもたちの約8割以上は親との連絡のために購入してもらっていますが、実際の使い道となると、その5割近くがインターネットにアクセスしているとのデータもあります。インターネットの中には、子どもたちが事件に巻き込まれやすい危険なサイトもあるわけです。実際、毎年多くの子どものたちが事件やトラブルに巻き込まれています。大切な子どもさんが事件等に巻き込まれないようにするためには、安易に買い与えない親の毅然とした態度が一番です。どうしても必要な場合は、危険サイトにアクセスできないようにフィルタリングをかけることも必要でしょう。また、使い方について子どもさんと約束ごとを決めることもとても大切です。親子で携帯電話について必要かどうか話し合われてみてはいかがでしょうか。



昨年12月10日に、相良南小学校におきまして、県立教育センターの山本朋弘指導主事をお招きして、村内小学校6年生の児童を対象に携帯電話についてのお話をさせていただきました。

南小で、携帯電話のことを習いました。あいうえおで習いました。ぼくは、中学生で買ってもらった約束でした。携帯電話は、インターネットやメールのやりとりができます。出会い系サイトに接続して多額のお金を使い、払いきれない場合もあると知りました。今度買ってもらった時は、インターネットの事をよく知ってからしたいです。

相良北小 6年

### 携帯電話を使うときの約束

あいうえお を学習しました。

- 「あ」 あっという間の使いすぎに注意しよう
- 「い」 いやなメールは書かない受け取らない
- 「う」 うつすとき、肖像権に気をつけて
- 「え」 えらぼうね。使ってよいときよいところ
- 「お」 おかしいな？と思ったらすぐ相談

今日の5・6時間目は、携帯電話についての話がありました。携帯電話は持つとどんなふう便利か、どんなふう危険なのかを学びました。私は、携帯電話は、友達や家族の人と気軽に話ができる便利な物だと思っていたけれど、時には危険な道具にもなるのだなああと改めて思いました。

相良南小 6年



# ちゃちゃクラブ

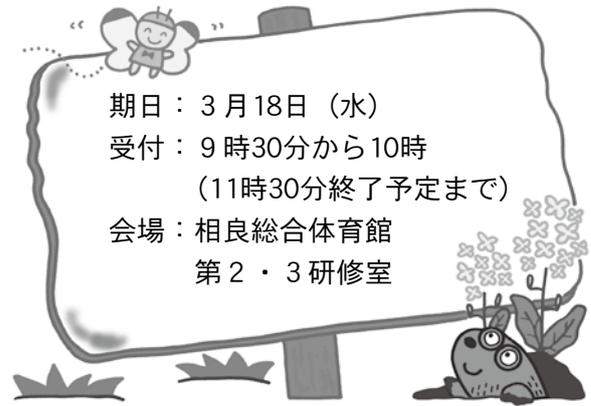
だより

早いですね～今年度最後の月となりました。

大きく成長していくのを見守るのが嬉しい反面、寂しくもなります。

1月はお正月遊びをしました。トランプ、かるた、福笑い、歌、親子体操などを楽しみました。

来年度もたくさんの方の参加をお待ちしています。途中からでもかまいません。ぜひお友達を誘って気軽に参加してください。



期日：3月18日（水）  
受付：9時30分から10時  
（11時30分終了予定まで）  
会場：相良総合体育館  
第2・3研修室

\*準備の都合上、3月10日（火）に締め切ります。

【問合せ先】相良村役場 保健福祉課 福祉係 ☎35-1032

## 第8回 熊本県障がい者スポーツ大会

### 1. 大会期日等（予定）

競技名	開催日	開催場所
卓球（STT含む）	平成21年5月10日（日）	熊本県障害者福祉センター
陸上	平成21年5月17日（日）	熊本県民総合運動公園陸上競技場
アーチェリー		熊本県民総合運動公園アーチェリー場
フライングディスク		熊本県民総合運動公園補助競技場
ボウリング		マスターズボウル熊本
水泳	平成21年5月31日（日）	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21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所得の対象に準ずる障がいのある者

### 3. 参加申込受付期限

平成21年3月10日（火）まで

【問合せ先】相良村役場 保健福祉課 福祉係 ☎35-1032

# 平成21年2月28日（土）～3月8日（日）は 子ども予防接種週間です



4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種をすませ、病気を未然に防ぎましょう。

特に平成21年4月に小学校に入学されるお子さん、現在中学1年生、高校3年生で、平成20年4月以降、**麻しん・風しんの予防接種**をまだ受けていない方は、ぜひこの機会に受けましょう。

何らかの理由で接種できない子どもさんは、ご連絡ください。

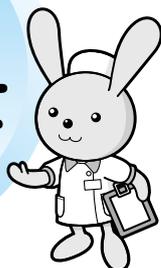
- 予防接種に関する質問は、かかりつけ医にご相談ください。
- 予防接種実施医療機関に事前に予約し受けてください。
- 予防接種週間中の土曜日・日曜日に、予防接種にご協力してくださる医療機関は下記の通りです。



市町村	医療機関名	28日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)	7日 (土)	8日 (日)
人吉市	たかはし小児科内科医院	午前× 午後○	午前× 午後×	○	○	×	○	○	午前× 午後○	午前× 午後○
人吉市	堤病院付属九日町診療所	午前○ 午後×	午前○ 午後○	×	×	×	○	×	午前○ 午後×	午前○ 午後○
人吉市	増田クリニック	午前○ 午後○	午前○ 午後○	○	○	○	○	○	×	×
あさぎり町	やまむら医院	午前○ 午後×	午前× 午後×	×	×	×	×	×	午前○ 午後×	午前× 午後×

【問合せ先】 相良村役場 保健福祉課 保健係 ☎35-1032

## 献血のお知らせ



と き：平成21年3月24日（火）

場所・受付時間：○相良村役場……………10:00～12:30  
○球磨酪農農業協同組合…14:00～16:00

- ※ 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。免許証か保険証をお持ちください。
- ※ 英国に渡航された方はお申し出ください。
- ※ 400mlのみの献血になります。

☆ 皆様の暖かいご理解とご協力をお願いします。 ☆

【問合せ先】 相良村役場 保健福祉課 保健係 ☎35-1032

## 熊本県動物愛護管理ホームページの開設のお知らせ

熊本県では、迷子犬や、譲渡対象犬についての情報提供等を行うため、ホームページを開設しました。アドレスは以下のとおりとなっていますので、犬がいなくなった場合や、犬の譲り受けを希望される方は、是非ご覧ください。

※ホームページアドレス：<http://www.kumamoto-doubutuaigo.jp/>

注1 このホームページは犬の写真など画像を多く含むため、パソコンでの閲覧を想定して作成しています。

注2 携帯電話での閲覧は機種によっては可能ですが、画像を多く含むため、通信料にご注意のうえご覧ください。

※犬やねこを捨てることは**犯罪行為**です。法律により処罰（50万円以下の罰金）されます。

### 【規制区域見直しのお知らせ】

事業者の皆様へお知らせいたします。来年度において騒音・振動・悪臭の規制区域が見直される予定です。ご質問等ございましたら下記までお問い合わせ下さい。

【問合せ先】相良村役場 保健福祉課 保健係 ☎35-1032

## 使い切ったスプレー缶等の処理のお願い



最近、人吉球磨クリーンプラザにおいて、スプレー缶等の処理作業中に引火するといった事故が起きております。カセットコンロのボンベやスプレー缶等は、最後まで使い切った後に、缶に穴を開けてから、ゴミに出すようにしましょう。

【問合せ先】人吉球磨クリーンプラザ ☎22-1414  
相良村役場 保健福祉課 保健係 ☎35-1032

第21回

## 熊本県シルバースポーツ交流大会 参加者募集のお知らせ



熊本さわやか長寿財団では、高齢者の健康・生きがいづくりを目的に第21回熊本県シルバースポーツ交流大会を開催します。

スポーツ愛好家の皆様奮って御参加ください。

**競技種目：**ラージボール卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ベタンク、ゴルフ、健康マラソン、弓道、剣道、グラウンド・ゴルフ、なぎなた、太極拳、ソフトバレーボール、サッカー、ダンススポーツ

**競技会場：**熊本県民総合運動公園 他4会場

**日 程：**平成21年5月9日（土）～23日（土）

**参加資格：**県内在住者で、60歳以上の方（昭和25年4月1日以前に生まれた方）

**参加費：**個人競技は1人500円 団体競技は種目により金額が異なります。

**募集期間：**平成21年2月12日（木）～3月19日（木）

**申込方法：**相良村役場保健福祉課または相良村教育委員会においてありますパンフレットにてお申し込みください。

【問合せ先】財団法人熊本さわやか長寿財団 生きがい推進課 ☎096-354-3083

# 防災意識を高めよう！

平成21年3月1日から7日までの一週間「春期全国火災予防運動」と「全国山火事予防運動」が実施されます。

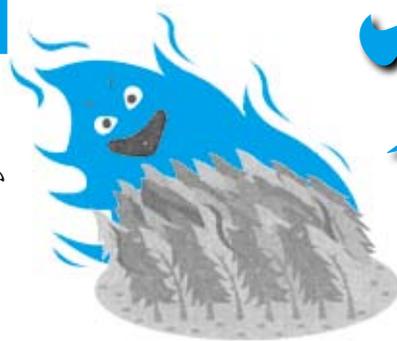
火災による被害を少なくしていくために、家族、地域ぐるみで防火意識を高めるとともに、火災が起きる原因を知り、日頃から注意すること、そして、万一出火したときにどのように行動すべきか覚えておくことが大切です。

## いのちを守る3つの習慣

- ① 寝たばこは、絶対やめる
- ② ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ③ ガスコンロなどのそばから離れるときは、必ず火を消す

## 山火事防止の6つの注意

- ① 枯れ草等のある場所では焚き火をしない
- ② 焚き火等の使用後は完全に消火する
- ③ 強風時及び乾燥時には、焚き火、火入れをしない
- ④ 火入れを行う場合には、許可を必ず受ける
- ⑤ たばこの吸殻は必ず消し、投げ捨てないこと
- ⑥ 火遊びをしないこと



※出かける前や寝る前には、火の元をもう一度点検しましょう！

## 人吉・球磨 地 域 食育推進 フォーラム



人吉・球磨地域では、子ども達の欠食・偏食等家庭における食生活の乱れ、これに伴う生活習慣病の問題が懸念され、健康な食生活を送るための食環境を整備していく必要があります。

そこで、子育て中の保護者や地域の関係者、家庭における食育についての認識を深め、地域全体で連携を図りながら取り組む機運を醸成するとともに、家庭における食育の実践を目指し開催します。

【日時】：平成21年3月8日（日） 午後1時～3時30分

【会場】：あさぎり町深田「せきれい館」

【内容】：講演「食に関すること（講演内容はまだ未定）」

講師「NPO 法人霧島食育研究会代表 千葉しのぶ」

事例報告 「保育園」「学校」「地域」の立場から

# 平成21年度 前期技能検定のお知らせ

技能検定は、働く方々の有する技能を一定の基準で検定し、国として証明する技能の国家検定制度で、技能に対する社会一般の評価を高め、働く人々の技能と地位の向上を図ることを目的として職業能力開発促進法に基づき、実施しており、確かな技能の証として各職場において高く評価されています。

平成21年度前期の技能検定は、下記の日程のとおり実施を予定しています。

## (平成21年度 前期技能検定実施日程)

受験申請受付	平成21年 4月 2日(木)～平成21年4月15日(木)
実技試験	平成21年 6月 8日(月)～平成21年9月13日(日)
学科試験	平成21年 7月26日(日) ※金属処理を除く3級職種のみ 8月23日(日) 8月30日(日) 9月 6日(日)
合格発表	平成21年10月 2日(金) 8月28日(金) 金属処理を除く3級職種のみ

※実施予定職種等の詳細はお問合わせください。

【問合せ先】 熊本県職業能力開発協会 技能検定課 ☎096-384-1711

## 就業支援相談と労働相談窓口のお知らせ

未曾有の経済危機の中、熊本県でも、非正規労働者を中心とした多数の解雇や雇い止めをはじめ、学生への内定取り消しの発生など雇用情勢が悪化し、職を失われた方々のみならず、現在働いている方々においても、将来についての不安が増大しています。

くまもと県民交流館しごと相談支援センターでは、失業した人々などへの就職サポート相談の強化としてキャリアカウンセリングの回数を増やして実施しています。

また、解雇や雇い止め、労働条件の悪化などに関する職場でのトラブルについて、労使双方からの様々な労働相談について、中立の立場から専門の相談員が助言を行います。

就業支援相談	☎096-355-2224	(利用時間) 午前9時～午後7時 土日祝日も受付(休館日は月1日程度)
労働相談	☎096-352-3613	

【問合せ先】 熊本県民交流会館パレア しごと相談・支援センター

ホームページ <http://www.parea.pref.kumamoto.jp/sigotosien/>

## 熊本県から のお知らせ

# 熊本県消費生活センターは 県庁内に移転します。

消費者問題が複雑・悪質化・多様化する中、県庁各課、警察及び関係機関とのより密接な連携が求められており、消費者の皆さまからの相談に迅速かつ適切に対応するなど相談体制の充実強化を目指して、熊本市水道町から県庁内に移転することになりました。

- **移 転 期 日**：平成21年4月1日（水）
- **移 転 場 所**：県庁新館4階 環境生活部食の安全・消費生活課内
- **相談電話番号**：096-383-0999
- **相談時間等**：月曜日～金曜日の午前9時～午後5時  
（土曜・日曜、祝日、休日、年末年始はお休みです。）
- **そ の 他**：3月27日（金）、30日（月）及び31日（火）の3日間は、  
移転作業のため、相談業務を休ませていただきます。  
この間は、相良村役場総務課へご相談ください。  
なお、4月1日から通常どおり相談を受け付けます。

## 手話通訳者養成講座のご案内

この講座は、障害者自立支援法による市町村の必須事業である手話通訳者派遣事業の手話通訳者を養成するものです。

手話通訳者になりたい方は応募してください。

講座の内容は入門課程（15日程）と基礎課程（25日程）がありますが、基礎課程受講者は入門過程を受講された方に限ります。  
なお、基礎課程は9月頃を予定しております。



### ○入門課程

**期 日**：平成21年4月15日～8月5日（毎週水曜日）

**時 間**：午後7時～午後9時まで

**会 場**：人吉カルチャーパレス

**受講資格**：高等学校卒業以上の学力を有し、手話通訳活動を目指す方。

**受 講 料**：無料 但しテキスト料等約6,000円必要

【問合せ先】財団法人 熊本県ろう者福祉協会

担当 松永 ☎096-383-5587

平成21年 第1回 臨時会 (平成21年 1月22日)

付議事件	村道平原十島線改良工事調査特別委員会最終報告
	人吉下球磨消防組合議会議員の選挙について

学校保健委員会だより

『早寝、早起き、朝ごはん』



さて、今回は 朝ごはんがどう吸収されていくかをみてみたいとおもいます。ちょっとばかり、はばかりながら、お父さんが、そしてひょっとしたらお母さんも好きかもしれない、焼酎、アルコールを引き合いに出してみましょう。「なんの関係のあっとや?」と怒られそうですが。

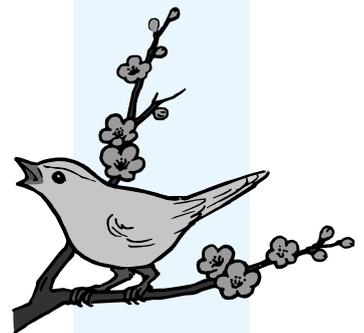
よく「すきっ腹にきゅ一つといっぱいやると、かーっとまわってよかばい。」てなことを言う方がいます。体に良いこととはとても言えませんが、すきっ腹に飲むと胃腸から急にアルコールが吸収されて、まわりがはやいと言うわけです。そこで飲むことをやめれば醒めるのもはやいのです。なにか食べたあとか、なにか食べながら飲むと、アルコールが胃のなかのものと混ざるため その分吸収もおそくなり、ゆっくりほどよく酔って、また醒めるのも遅くなります。体に良い飲み方です。子育てのためのコラムにこんなことを書いて確かにひんしゆくをかうこと請け合いかもしれませんが、じつはこのことは、どんな朝ごはんがよいか?という問題の良いヒントになりそうです。ご飯やパン、麺類やイモ類などのデンプン類は、体のなかで分解されて、最終的には糖となって悩みそや体を動かす燃料となるわけですが、であれば甘いものを食べるのが手っ取り早くて良いのでは、と考えがちです。じつはそのとおりではありますが、これではすきっばらにきゅ一つといっぱいやったのと似た現象がおきます。試験やスポーツの短時間一発勝負には良いかもしれませんが、普段の生活では、お昼までもちません。また急に血糖値が高くなるので、こんなことが習慣化すれば、糖尿病へと向かう一因となりかねません。野菜などに多く含まれる食物繊維はいっしょに食べたほかの養分の吸収を抑えるので、具がたっぷりの味噌汁とご飯、あるいはサラダ大盛りとパンといった朝食では食べたデンプン類は吸収と分解に時間がかかる分からだにやさしくかつ、腹もちがよいというわけです。さあ こんな朝ごはんを食べて今日も一日仕事に 勉強に がんばりましょう。

役場職員人事異動

(平成21年2月1日付け)

( ) は前職

- 木村 美智 保健福祉課長兼四浦出張所長 (税務課主幹兼課税係長)
- 杉野 正一 農業委員会事務局長 (建設課主幹兼上下水道係長)
- 永田 博人 議会事務局長兼監査委員事務局長 (農業委員会事務局長)
- 山田 博彦 建設課主幹兼上下水道係長 (税務課主幹兼徴収係長)
- 坂口 和良 産業振興課長 (産業振興課長兼林務係長)
- 和田 耕 林務係長 (産業振興課参事)
- 上田 真澄 税務課主幹兼課税係長 (税務課主幹)
- 犬童真由美 徴収係長 (税務課参事)
- 山村 芳徳 総務課付 (議会事務局長兼監査委員事務局長)
- 尾方 文代 総務課付 (保健福祉課長兼四浦出張所長)



# 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

☆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	4	5	6	7
●健康ウォーキング大会(受付8:30 川辺構造改善センター)	◆母子健康手帳交付・両親学級(受付9:00~9:20 役場1階保健室)~11:00まで ●総合体育館休館日			●ノーテレビデー ノーゲームデー ◆3歳児健診(H17.5~7月生) ◆社会保険出張相談(受付9:00~11:30, 13:00~14:30) 多良木町役場		
8	9	10	11	12	13	14
●家族団らんの日	●総合体育館休館日			●ノーテレビデー ノーゲームデー	◆6か月児育児学級(H20.7~8月生) 相良村 ◆社会保険出張相談(受付9:00~11:30, 13:00~14:30) 人吉総合病院	
15	16	17	18	19	20	21
	◆母子健康手帳交付・両親学級(受付9:00~9:20 役場1階保健室)~11:00まで ●総合体育館休館日			●ノーテレビデー ノーゲームデー ◆3~4か月児健診・BCG接種(H20.11.6~H20.12.5生) 山江村会場 ◆社会保険出張相談(受付9:00~11:30, 13:00~14:30) 人吉総合病院	春分の日	
22	23	24	25	26	27	28
	●総合体育館休館日			●ノーテレビデー ノーゲームデー ◆1歳6か月児健診(H19.6~8月生)	◆6か月育児学級(H20.3~4月生)	
29	30	31	<p>★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。)</p> 			
	●総合体育館休館日					

## 交通事故 無料相談

専門員の相談員が親身になってご相談に応じます。電話での相談もお受けします。

期日：月曜日～金曜日（祝祭日を除く）

時間：午前9時～正午 午後1時～5時

場所：熊本自動車保険請求相談センター（熊本市辛島町）

※毎月第2・4水曜日の午後1時～4時は弁護士による無料相談会を開催しています。（要予約）

【問合せ先】(社) 日本損害保険協会熊本自動車保険請求相談センター  
☎096-324-8740



## 「人吉球磨は、ひなまつり」



2月1日(日)に、「人吉球磨は、ひなまつり」のオープニングセレモニーが専徳寺で開催されました。今年で12年目を迎えるにあってセレモニーには約400の方が集まり、盛大に行われ、暁保育園の園児のお遊戯も披露されました。

ひなまつり会場は専徳寺をはじめ、人吉クラフトパーク石野公園、九日町・五日町の「人吉おひな通り」など30箇所以上で、3月31日まで展示されます。



専徳寺に展示されているひな人形

### 今回の表紙



オープニングセレモニーで披露された暁保育園の園児によるお遊戯風景。



## 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】総務課企画財政係  
☎35-1030 (直通)

## わがやのいちばん

椎葉 萌夢ちゃん  
(H18. 2月生まれ)  
(松葉)

お父さん 椎葉 百城さん  
お母さん ゆかりさん

これからも萌夢らしく元気で  
すくすく育てね。



## 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)	(寄付者)	(区名)
岩本 孝子	(中央)	松本 春吉	(中央)
森 永幸	(中央)	東 イツ子	(新村)
萩原 トヨ子	(松葉)	加藤 マヤ	(松葉)
村山 文代	(中四浦)		

## 相良村の人口と世帯

(1月末現在)

世帯数	1,692世帯
男性	2,477人 (△5)
女性	2,812人 (△9)
合計	5,289人 (△14)
( )内は、先月末との差	