

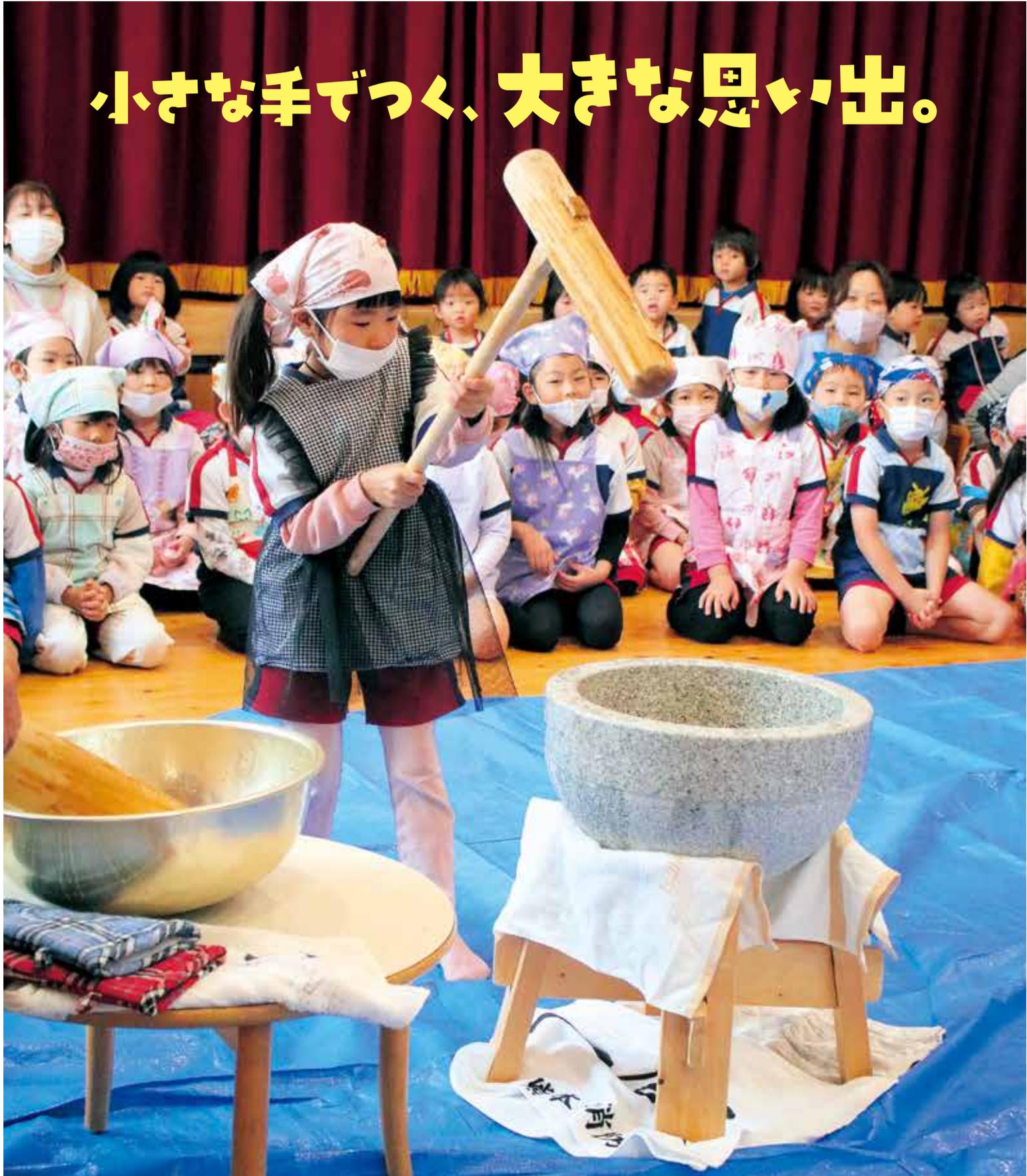
つたわる、つながる情報誌

# 広報 さがら

Mar 2026  
vol.548

3

小さな手でつく、大きな思い出。



## 区長・農業委員等による視察研修を行いました

川辺川の流水型ダム建設計画に関し、相良村主催による地域住民代表である区長・農業委員等を対象に先例地や建設計画地の視察研修を実施しました。

### ① 成瀬ダム及び東成瀬村・ダム大型水理模型視察研修

令和7年9月24日～9月26日に秋田県の東成瀬村に建設されている成瀬ダムの工事の状況を国土交通省担当や建設工事事業者から実際の現場で説明を受け、ダム建設地の東成瀬村においては地域の体制整備状況等について説明を受け意見交換を行いました。また、茨城県つくば市の国立研究開発法人土木研究所では川辺川の流水型ダムの1/30の大型水理模型施設を視察するとともに国土交通省担当から放流設備の構造等について説明を受けました。



① 成瀬ダム工事現場の視察

### ② 阿蘇立野ダム及び南阿蘇村視察研修

令和7年12月18日に熊本県の白川と黒川の合流地点から1kmほど下流の右岸の南阿蘇村と左岸の大津町に令和6年に完成し供用開始した阿蘇立野ダムについて、建設時や管理運用状況等について説明を受け、当日はダム堤体下の通常は一般開放されていない管理用トンネルも視察しました。また、南阿蘇村においては、太田村長にも参加いただき阿蘇立野ダム展望施設として整備された「タテット」の視察や役場担当者からダム建設に伴う地域振興関連事業についての説明や意見交換を行いました。

### ③ 川辺川の流水型ダム建設計画地及び頭地ダム模型視察研修

令和8年1月21日に相良村大字四浦西の建設計画地や五木村の頭地地区に整備されている川辺川の流水型ダムの大型模型実験施設の視察では、洪水時のダム本体上流部の水や土砂の流れや貯留状況について国土交通省担当から説明を受けました。

川辺川の流水型ダム建設に関しては、今後もこのような視察研修や説明会など関係者と連携し、実施していく予定です。



② 阿蘇立野ダム地下管理トンネルの視察



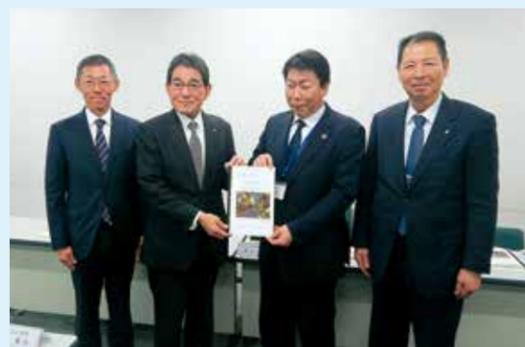
③ 頭地ダム大型模型実験施設による説明

## 早期改良・貫通整備促進を要望

### 令和7年度 県道相良人吉線改良貫通促進期成会要望活動

1月26日(月) 熊本県庁にて、県道相良人吉線改良貫通促進期成会(会長:内山慶治山江村長)による、県道相良人吉線整備に係る要望活動が行われました。相良村からは、吉松村長(同会副会長)、永田博人村議会議員(同会監事)、川邊一徳村議会議員(同会会員)が出席。

本路線は四浦田代地区を起点とし、山江村を通り人吉市を結ぶ重要路線ですが、未改良箇所や、相良村と山江村間には一部未貫通区間があります。令和6年5月1日時点の改良率は51.5%(未貫通区間含む)となっており、引き続き早期改良及び貫通整備促進に向け、県土木部に要望書を提出しました。



熊本県土木部に要望書を提出

## 家庭教育支援優良団体表彰 相良南小学校

令和7年度熊本県家庭教育支援優良団体に相良南小学校が選ばれました。1月22日(木)に熊本県庁で表彰式が行われ、これまでの「家庭の日」あったか家族コンクールへの長年にわたる継続的な取組や、家庭教育の充実に向けた活動が高く評価されました。1月30日(金)に相良南小学校の田口広治校長が吉松啓一村長を表敬訪問し、受賞の報告を行いました。

田口校長からは「子どもたちが素直で明るく育つための土台は家庭にあります。家庭教育支援の取組に、多くのご家庭が前向きに参加してくださっていることを心強く感じています。今後も学校・家庭が一体となって取組んでいきたいです」と述べられました。

今回の受賞は、家庭と学校が一体となって子どもたちの成長を支えてきた成果であり、今後も連携を深めながら、家庭教育のさらなる充実に向けた取組が期待されます。



受賞を報告する田口校長



相良南小学校の児童と家族が制作した作品

## 目次

- 2 家庭教育支援優良団体表彰について
- 3 区長・農業委員等による視察研修を行いました  
県道相良人吉線改良貫通促進期成会  
要望活動
- 4 むらの話題
- 5 100歳お祝い  
相良村立義務教育学校開校準備委員会が  
初会合
- 6 ちゃちゃクラブ  
おしらせ
- 9 行事予定表・小児科在宅当番医・香典返し
- 10 合同特集
- 14 宮崎製茶世界の茶国際コンテスト  
「金賞」受賞  
箱根駅伝出場 永井駿さん

## 今月の表紙



今月の表紙は、なつめ保育園で行われた親子餅つきでの一枚です。「よいしょ〜!」と、元気な掛け声が飛び交う中、園児たちは保護者と一緒に餅つきを楽しみました。

## 今月のちょっとした話題



川辺松馬場地区で黄色のウベを発見しました。紫色でおなじみのウベですが、実は黄色に近い色合いのものもあります。これは品種や生育環境の違いによるものです。いつもとは違う色合いに出会えたら、少し得した気分になるかもしれません。



これからも元気に長生きを 100歳到達お祝い



家族に囲まれて100歳を祝う

大正15年1月19日生まれの溝口キリ子さん(中央)が100歳を迎えられました。

溝口さんは長年にわたり「溝口商店」を営んでこられました。明るく元気な人柄で2人の子どもを育てられ、4人の孫にも恵まれました。賞状と花束、お祝い金を受け取られた溝口さんは両手を合わせて感謝され、家族と一緒に記念撮影をされました。



入所する川辺川園での一枚

大正15年1月10日生まれの高田タミ子さん(中四浦)が100歳を迎えられました。

高田さんは農業に従事されながら3人の子どもを育てられ今では孫、ひ孫もおられます。高田さんの元気の秘けつは“何でも食べて、よく寝て、よくしゃべること”終始笑顔で、「みんなに祝ってもらってうれしいです。ありがとうございました」と話されました。

1/28 (水) 未来のために心を鍛えて 相良中学校 キャリア教育講演会



創作したときの気持ちを交えながら絵の説明をする吉田さん

全校生徒95人と保護者を対象としたキャリア教育講演会が開催され、画家で詩人の吉田紀子さん(人吉市)が「人を生きる」をテーマに講演を行いました。

吉田さんは、中学2年から情緒不安定等で不登校となり、以来40年間引きこもりの生活でしたが作成した絵や詩が評価され、現在脚光を浴びておられます。講演会では吉田さんの絵や詩が展示され、作成時の状況や思いを話され、最後は生徒へエールを送られました。講話を聞いた生徒からは、「吉田さんは、苦しい経験をされたが、そこから素晴らしい作品を作られた。これから生きる私たちも苦しい時もあきらめず、自分を変えるきっかけを探しながら、未来を大切にしたい」との感想が見られました。

1/13 (火) 自分たちで作った復幸米で なつめ保育園 餅つき体験



お父さんの力強い餅つきに歓声上がる場面も

社団法人神戸国際支援機構(岩村義雄会長)の支援を受け、なつめ保育園の園児たちが田植え、収穫した復幸米を使った餅つきが行われ、園児たちは「よいしょ〜!」というかけ声に合わせて杵を力いっぱいふって餅をつきました。餅つき体験の後には園児たちが自分たちでついた餅を丸め、出来立てのお餅に大喜び。また、当日は保護者も参加し、終始笑顔の絶えない賑やかな雰囲気と一緒に餅つきや餅を丸める作業を行いました。

ついた餅は保育園周辺に住む一人暮らしの高齢者世帯にも配布されました。

令和9年4月開校予定 新しい義務教育学校の開校に向けて 相良村立義務教育学校開校準備委員会が初会合

相良村立義務教育学校開校準備委員会の初会合が1月15日(木)、相良村総合体育館研修室で開催されました。初会合では、委嘱状交付後、委員長に土肥洋学校運営協議会長(下四浦)、副委員長に高田大器相良中PTA会長(永江)をそれぞれ選出。教育委員会がこれまでの経緯、今後のスケジュールを説明し、校名の募集、施設一体型校舎の建設予定地の選定について協議しました。

校名の募集については、募集期間を2月2日から2月27日までとし、教育委員会で応募用紙を受け付けています。

校舎の場所に関しては、洪水の危険性がある相良北小学校を除き、相良南小学校と相良中学校の2か所を比較した参考資料を提示。面積や安全性、周辺の道路、通学経路等を共有し、引き続き検討することとしました。



今後の進め方など幅広い内容について協議が行われた



委嘱状交付式の様子

2/1 (日) 文化財を守るために 十島菅原神社で防火訓練



消防職員の指導の下、消火器の使用訓練を行う

柳瀬十島地区にある国指定重要文化財の十島菅原神社で、教育委員会主催の文化財防火デーに伴う防火訓練が行われました。地元住民と村消防団第1分団団員、人吉下球磨消防組合中分署の約50人が参加しました。

訓練は、通報訓練説明、放水銃の使用訓練を実施後、発煙筒を火点に見立て、通報から放水まで通した全体訓練を行いました。その後、人吉下球磨消防組合中分署の指導の下、消火器の使用訓練を行いました。

1/26 (月) 「大豊作を願って」 葉たばこ種まき



丁寧に葉たばこの種まきを行う

錦町のJA中央育苗センターにて、中九州たばこ耕作組合下球磨支部による葉たばこの種まきが行われました。

相良村と山江村、錦町のたばこ生産者約50人が参加。昨年度から「コーティング種子」を用いて効率的な作業ができるようになっており、苗箱2100枚、約48ha分を皆で協力しながら作業し、豊作を願いました。

現在、相良村の生産者は7戸、耕作面積は13.5haで、生育した葉たばこは、5月から7月にかけて収穫を迎えます。

# 相良村子育て応援事業 『ちゃちゃクラブだより』

日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。さて、ちゃちゃクラブでは12月から2月にかけて様々な活動がありました。お散歩・節分アート・カレンダー作りなど、お子さまやママたちの笑顔がたくさん見られ、会話も弾んで楽しんで頂けたように思います♪  
来月も楽しい活動を準備していますので、どうぞ気軽に遊びにきてください♪



## 3月の予定表

- 2日(月) 母子健康手帳交付日 絵本の読み聞かせ(どんぐりの会)
- 9日(月) おたのしみ制作
- 16日(月) 母子健康手帳交付日 親子ふれあい遊び or 春のお散歩
- 23日(月) おたのしみ制作
- 30日(月) ペットボトル家庭菜園にチャレンジ!



今年の干支「午」 足型カレンダー



節分アート



おさんぽ♪



【問い合わせ】 保健福祉課 保健係 ☎ 0966-35-1032



## 年金相談会の開催

3月

完全予約年金相談会を人吉市・球磨郡で毎週2回開催。  
年金の専門家・社会保険労務士があなたの疑問にお答えします。

- 多良木町多目的研修センター (水曜日) 3月4日、18日
- 人吉市役所 (月曜日) 3月2日、9日、16日、23日、30日

●錦町総合福祉センター (水曜日) 3月11日、25日

## 【申込・問合せ】

八代年金事務所予約担当 ☎ 0965-35-6123  
または 保健福祉課 国保係 ☎ 0966-35-1032

## 後期高齢者医療制度の障がい認定について

65歳以上75歳未満で一定の障がいをお持ちの方は申請することで、熊本県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた

- 日から後期高齢者医療制度(医療機関での窓口負担1割)に加入することができず。
- ※一定の障がいとは
  - 1 身体障害者手帳1級・2級・3級をお持ちの方
  - 2 身体障害者手帳4級をお持ちの方で、次のいずれかに該当される方
    - ・音声機能、言語機能の著しい障害
    - ・両下肢のすべての指を欠くもの
    - ・1下肢を下肢の2分の1以上で欠くもの
    - ・1下肢の機能の著しい障害
  - 3 精神障害者保健福祉手帳1級・2級をお持ちの方
  - 4 療育手帳A1・A2をお持ちの方
  - 5 障害基礎年金1級・2級の年金証書をお持ちの方
- 65歳以上75歳未満の方が広域連合の障がい認定を受ける際の手続きについて
- 申請受付は保健福祉課窓口で行います。以下のものをご持参のうえ、手続きをさせていただきます。なお、それまでに加入されていた保険は、脱退の

手続きが必要です。  
○障害の程度が確認できる書類(障害者手帳など)  
○本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)本人と確認できるもの)  
なお、代理申請をされる場合は印鑑、代理の方の本人確認書類も必要となります。  
※障がい認定はご本人の申請により、将来に向かって撤回することができません。この場合、国民健康保険、健康保険組合等に加入することになります。

【問合せ先】  
保健福祉課 国保係  
☎ 0966-35-1032

令和8年度人吉・球磨圏域手話奉仕員養成(研修)講座のご案内  
手話奉仕員養成講座を、次の通り実施します。  
日時：毎週水曜日の19時から21時  
【入門課程】令和8年4月8日から令和8年8月26日まで(全20回)  
【基礎課程】令和8年9月16日から令和9年3月17日まで(全

25回)  
会場：人吉市カルチャーパレス  
受講資格：高等学校卒業以上の方。  
受講料：テキスト代等8,590円予定  
申込方法：令和8年4月8日から4月30日までの間に会場にて申し込んでください。  
【問合せ先】  
保健福祉課福祉係  
☎ 0966-35-1032  
一般財団法人 熊本県ろう者福祉協会  
☎ 096-383-5587

令和8年春季全国火災予防運動実施  
令和8年3月1日から7日までの一週間、全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。  
空気が乾燥し、風が強く火災の起こりやすい季節です。火の取扱いに注意することも、お出かけ前お休みに、もう一度火の元の確認をお願いします。  
また、皆様の尊い生命と財産を火災から守るため、住宅

火災から命を守る10のポイントを意識し生活しましょう。  
【4Uの習慣】  
1 寝たばこは絶対にしない、させない。  
2 ストープの周りに燃えやすいものを置かない。  
3 コンロを使うときは火のそばを離れない。  
4 コンセントはほこりを清掃し、 unnecessary プラグは抜く。  
【6Uの対策】  
1 ストープやコンロ等は安全装置の付いた機器を使用する。  
2 住宅火災報知器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。  
3 部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは防災品を使用する。  
4 消火器を設置し、使い方を確認しておく。  
5 避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。  
6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。  
2025年度全国統一防火標語「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

【問合せ】  
人吉下球磨消防組合中央消防署中分署  
☎ 0966-24-1243

世界自閉症啓発デー  
毎年4月2日は国連が定める「世界自閉症啓発デー」です。日本では、4月2日～8日を「発達障害啓発週間」として、全国各地で発達障がいを知ってもらうための様々な啓発イベントが行われています。  
発達障がい(自閉スペクトラム症、ADHD、限局性学習症など)は、生まれつきの脳機能の障がい、物事の認知の仕方や学び方に違いはありますが、周囲の理解や特性に配慮した支援・環境の工夫で、持っている力を十分に伸ばしていくことができます。  
障がいについて正しく知ってもらうことが、支援の第一歩になります。  
◆自閉症啓発デー2026 in 八代(映画上映イベント)  
知的障害と自閉症をもった妹を撮ったドキュメンタリー映画「ちびる」 監督：赤崎正

和  
日時：令和8年4月2日  
※入場無料/申込不要(当日先着順)  
午前：10時半～12時  
午後：14時～15時半  
会場：八代市立図書館本館2階 大集会室  
定員：30名程度  
◆発達障がい啓発イベント 2026 in 宇城  
日時：令和8年4月5日  
12時～16時 / 4月6日  
10時～16時  
会場：イオンモール宇城  
内容：発達障がいの疑似体験、書籍や支援グッズの展示、パネル展示  
【問合せ先】  
熊本県南部発達障がい者支援センターわると  
☎ 0965-621-8839  
FAX 0965-321-8951  
メール：wa-roots@seiryu-hikawa.com



# 3月の行事予定

変更になる場合もあります。



3月は介護保険料12期の納付月です。納め忘れないよう便利な口座振替のご利用を！

1	日		17	火	
2	月	母子健康手帳交付・ちゃちゃクラブ★	18	水	
3	火		19	木	3～4か月児健診 (R7.11 月生・相良会場)
4	水	2歳児育児学級 (R5.4～6月生)	20	金	
5	木		21	土	
6	金		22	日	
7	土	相良中学校卒業式	23	月	ちゃちゃクラブ・相良南小学校卒業式★
8	日	村健康ウォーキング大会 (四浦コース)	24	火	
9	月	ちゃちゃクラブ★	25	水	1歳児育児学級 (R7.2～3月生)
10	火	7か月児育児学級 (R7.8 月生・相良会場)	26	木	
11	水		27	金	健康運動教室 (総合体育館 14:00～)
12	木		28	土	
13	金	健康運動教室 (総合体育館 14:00～)	29	日	
14	土		30	月	
15	日		31	火	
16	月	母子健康手帳交付・ちゃちゃクラブ★			

★総合体育館休館日

## 小児科休日在宅医 3月

1日 (日)	やまむら小児科・内科	0966-45-0005
8日 (日)	人吉医療センター小児科	0966-22-2191
15日 (日)	公立多良木病院小児科	0966-42-2560
20日 (金)	たかはし小児科内科医院	0966-24-2222
22日 (日)	増田クリニック小児科	0966-22-3570
29日 (日)	やまむら小児科・内科	0966-45-0005

## 相良村の人口と世帯

1月末現在 世帯数: 1,575 (+4)  
 男: 1,873 (+2)  
 女: 2,024 (-3)  
 計: 3,897 (-1)

( ) 内は、先月末との差  
 ※外国人住民を含めた集計です。



スマホで広報誌が読めるアプリ



## 相良村の公式 LINE アカウント

相良村では公式 LINE アカウントを開設し、様々な情報発信をしています。ぜひ登録をお願いします。

フィーチャー・フォン (ガラケー) の場合



PC・スマホの場合



## 相良村 Instagram

さがらムーブ Follow Me!



## 相良村 Facebook

チェックしてみてください!



## 編集後記

先月は、雪が降る日もあり、厳しい寒さを感じる日も多くなりました。私自身もインフルエンザにかかり、体調を崩してしまいました。日頃からの健康管理の大切さを改めて実感しています。寒さが続く体調を崩しやすい季節は、疲れもたまりやすくなります。皆さんも無理せず、手洗いやうがいなどの感染症対策を心がけながら、体調には十分気を付けてお過ごしください。

岡本 空大

## みんなの人権セミナー in くまもと開催

性の多様性や多文化共生社会について考えてみませんか。映画上映会と講演会の二本立てです。

【日時】 3月15日13時～15時30分※12時30分開場  
 【場所】 熊本城ホール シビックホール

### ①今田美桜さん主演映画「カランコエの花」の上映

高校を舞台にして、当事者ではなく周囲の人々の目線から「LGBT」を含む性の多様性を静かに描いた作品です。

### ②パットンマクソンさんによる多文化共生に関する講演会

アメリカ出身のパットンさんと群馬県出身のマクソンさんによる笑いを交えながら、文化や価値観の違いについて理解を深める講演会です。

詳しくはこちら(熊本県ホームページ) <https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/57/255154.html>  
 【申込方法】 オンラインフォーム <https://logoform.jp/U821U>

県人権同和政策課  
 ☎096-333-2269



県ホームページ



申込フォーム

## 第38回熊本県さわやか囲碁・将棋大会参加者募集のお知らせ

高齢者の相互交流と生きがいづくりの推進を目的として、第38回熊本県さわやか囲碁・将棋大会を開催します。

### 【開催日時】

【囲碁の部】 令和8年5月30日 午前9時～午後5時  
 【将棋の部】 令和8年5月31日 午前9時～午後5時

### 【会場】

熊本県総合福祉センター (熊本市中心区南千反畑町3-7)

### 【種目】

【囲碁】 ①男子上級の部 (4段以上) ②男子中級の部 (3段・2段) ③男子初級の部 (初段以下) ④女子の部 (初段以下)  
 【将棋】 ①上級の部 (2段以上) ②一般の部 (初段以下)

※囲碁男子上級の部、囲碁女子の部、将棋上級の部は、令和8年11月開催の「ねんりんピック」の派遣選手選考会2026」の派遣選手選考会を兼ねます。

### 【募集定員】

囲碁140人 将棋70人

【参加資格】 県内在住の60歳以上 (令和9年4月1日時点) のアマチュアの方

【募集期間】 令和8年3月9日から4月17日まで

【参加費】 1,200円※払込取扱票にて事前納入

【申込方法】 各市町村福祉課、公民館等に配架の募集案内リーフレット・申込書にてお申込みください。申込書は、財団ホームページからもダウンロードできます。

### 【問合せ】

〒860-0842 熊本市中心区南千反畑町3-7 一般財団法人熊本さわやか長寿財団  
 ☎096-354-3083  
 FAX 096-354-3103  
<https://www.sawayaka.or.jp/>

## 海上保安庁職員募集案内

1. 海上保安学校学生採用試験 (特別) (2026年10月採用)

令和8年3月2日～3月23日 ※インターネット受付

(2) 試験日  
 ・第1次試験日: 令和8年5月10日  
 ・第2次試験日: 令和8年6月3日～6月24日

・最終合格発表日: 令和8年7月24日

## 2. 海上保安官採用試験 (2027年4月採用)

(1) 受付期間  
 令和8年2月19日～3月23日

※インターネット受付

### (2) 試験日

・第1次試験日: 令和8年5月24日  
 ・第2次試験日: 令和8年7月7日～7月14日

・最終合格発表日: 令和8年8月12日

## 【問合せ】第十管区海上保安本部総務部人事課

☎099-250-9800  
 海上保安庁 採用 検索

## 自衛官募集中

自衛官補などの募集を受け付けております。詳しくは、人吉地域事務所までお問合せ願います。

【問合せ】 自衛隊熊本地方協力本部 人吉地域事務所  
 ☎0966-221-4704

## ワンストップ就労相談窓口・ジョブカフェ (無料)

人吉・球磨地域の人材確保・マッチングのため、ジョブカフェ・球磨フランチは、事業所・求職中の方々の支援をしています。就労に関するどんなことでも、お気軽にご相談ください。

【対象者】 求職、転職希望の方、採用活動中の事業所 どちらでもOK! (年齢制限なし)。  
 (事業所・求職者本人・家族・学校の先生)

【開所時間】 月曜日～金曜日 (10時～17時) 土・日・祝日は休み (予約優先)

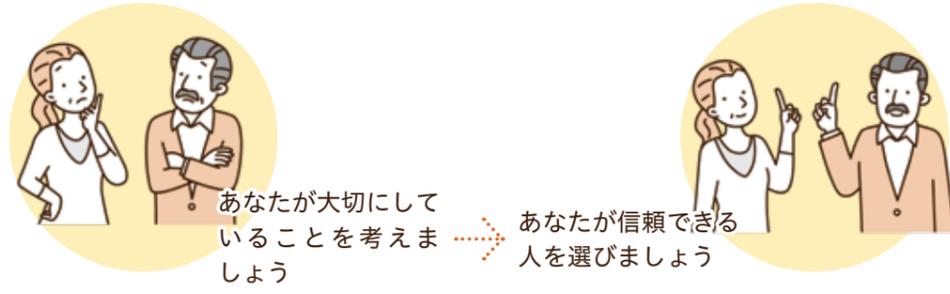
【問合せ】 ジョブカフェ・球磨フランチ (人吉市西間下町86-1 球磨地域振興局3階) 電話番号: 0966-122-0555

# 特集 大切な人と話そう。未来の自分につなげる「人生会議」

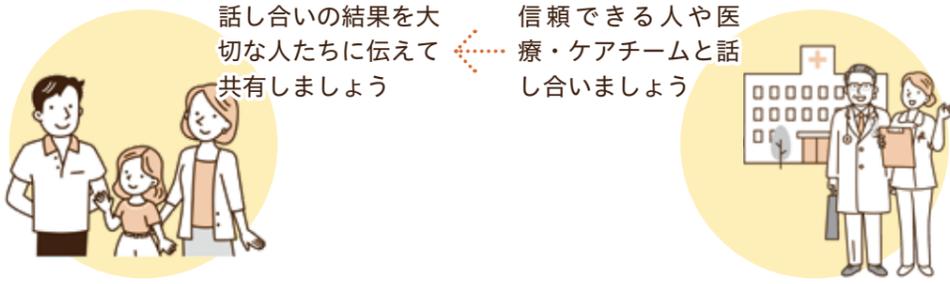


## ACPの進め方

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、周囲の信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有することが重要です。



何度でも繰り返し考え話し合しましょう



厚生労働省の「人生会議学習サイト」では、人生会議を行う上でのポイントや、実際に人生会議で話し合う内容をまとめることができます。



## 【 ACP の勉強会・研修会を取材しました 】

各地域では、ACPに関する勉強会が開催されています。今回、湯前町の健康教室と人吉シニアクラブ女性委員会の研修会を取材しました。会では、自分と大切な人が「もしものための話し合い」をするきっかけをつくる『もしバナカード』を使い、残された人生をテーマに、参加者たちが話し合いました。



湯前町



人吉市

▲カードを使い、自分が大切にしていること、どうケアしてほしいかなどを話し合った

## 参加者の声



ゆきえ  
山本 幸江さん  
(68 = 湯前町)

これまで何度か「もしバナゲーム」を体験しています。話し合う内容はさまざまですが、他の人の意見を聞くと自分の考え方が変わることもあります。ACPの教室に参加して学び、通帳の整理などを始めました。



むつこ  
泉 睦子さん  
(84 = 人吉市)

今回の研修会には、これからの老後の生き方について知りたいと思い参加しました。研修会で学んだことを持ち帰って家族で話し合いたいのです。また、地区の人やグラウンドゴルフの仲間にも広めたいと思います。



とみこ  
園田 富巳子さん  
(66 = 人吉市)

研修会でACPを取り上げて、いろいろな人に知ってほしいと思い企画しました。今回考えた内容は、人生の最後を迎えるにあたりとても大切なことだと思います。もっと多くの人にACPが広まればと願っています。

近年、注目を集めている「終活」。終活とは、残りの人生をより良いものにするために、身の回りの整理や、自分の希望を明確にしておくことです。その中でも、重要なのが「ACP (アドバンス・ケア・プランニング)」。病気やケガで意思表示ができなくなる前に、どんな医療やケアを希望するかをあらかじめ決めておくことが大切です。自分自身の未来を見据え、どんな準備ができるのか考える機会にしませんか？

この特集は人吉市・錦町・多良木町・湯前町・水上村・相良村・五木村・山江村・球磨村・あさぎり町の広報担当者が協力して作りました。

## ACP (人生会議) を知る

大切な医療やケアを自分で選ぶために話し合う「ACP」。今、なぜ必要とされているのでしょうか？

### 望む将来を決めておく

ACP (アドバンス・ケア・プランニング) とは、将来の医療やケアに関する希望を、元気なうちに事前に決めておく進め方のことです。「人生会議」とも呼ばれます。病气や加齢で判断が難しくなる前に、自分の意向を家族や医療者に伝え、共に最適な医療・ケアの選択をすることで、体調の回復や生活の質の向上につながらない無益な医療処置を避け、本人が望む生活を尊重することができるものです。

### 認識が広がる

近年、社会全体でACPの重要性が認識され、各地でその実践が広がっています。高齢化の進展に伴い、終末期医療の意思決定を早い段階で行うことは、本人や家族の安心感を高める上で極めて重要です。ACPは、いざという時に大切な人が迷わず、本

人の意向に沿った対応ができるようにするための準備ともいえます。

また、ACPは一度決めたら終わりではありません。人生の変化や状態の変化に応じて見直すことが大切です。実際に多くの医療機関や福祉施設がACPの実施に力を入れています。地域住民向けの相談会や啓発活動が行われています。これらの活動は、自分の希望をしっかり伝える手助けとなり、医療者や家族との円滑なコミュニケーションを促進します。

地域のサポートも活用しながら、より多くの人が自分の意思を明確にし、家族や医療者とのコミュニケーションを深めながら安心して未来への準備を進めていくことが大切です。



大切な人と話そう。未来の自分につなげる「人生会議」

もしもに備えて考えてみる

病気になったり介護が必要になったりしたとき、これからどのように暮らしたいか、治療やケアについて実際に考えてみましょう。

あなたにとって大切なことは？

- 楽しみがあること
- 身の回りのことが自分でできること
- 先々に起こることを詳しく知ること
- 一日でも長く生きること
- 家族や大切な人との時間を大切にすること

あなたの考えを書いてみましょう！  
生活環境が変わった時や人生の節目  
(誕生日や結婚記念日など)に  
話し合いをして  
見直すことも大切です！



あなたが受ける治療やケアの希望は？

①もしも、病気になったり大きなけがをしたりしたら？

- 一日でも長く生きられるような治療を受け続けたい
- 期間を決めて治療を受けて、それから考えたい
- とにかく病気が治ることを目的とした治療を受けたい
- 死期が早まっても、痛みや苦しみを和らげるための十分な処置や治療を受けたい
- できるだけ自然な形で最期を迎えられるように、必要最小限の治療を受けたい
- 延命は考えず、穏やかに過ごしたい



②もしも、病気や障がいなどで自分で歩けなくなり介助が必要になった時は、どこでどう過ごしたいですか？

- どこで？  病院  施設  自宅  その他 ( )  分からない
- どのように？  家族に協力してもらいたい  食事やトイレなど、最低限自分でできる生活がしたい
- とにかく長生きしたい  家族に迷惑をかけたくない  その他 ( )

③もしも、病状が進み、最期の時が近くなった時に過ごしたい場所はどこですか？

- 病院  施設  自宅  分からない  その他 ( )

【 ACP の勉強会を開催します！ 】

山江村で「ACP セミナー」を開催します。どなたでも参加できます。この機会にぜひ参加してください。参加希望の人は、事前に申し込んでください。

**期日** 5月28日(木)  
**時間** 午後1時30分～  
**場所** 山江村農村環境改善センター2階大会議室  
(山江村大字山田甲 1356 番地1)  
**申込・問合せ** 山江村地域包括支援センター (☎23-2232)

【 ACP の勉強会を開催しませんか？ 】

各市町村では、ACP に関する勉強会に講師を派遣しています。詳しくは各市町村の担当窓口にお問い合わせください。

人吉市高齢者支援課元気・長生き係	☎22-2111 内線1211	相良村保健福祉課福祉係	☎35-1032
錦町保険政策課地域包括支援係	☎38-4020	五木村地域包括支援センター	☎37-2214
多良木町福祉課高齢者支援係	☎42-1255	山江村地域包括支援センター	☎23-2232
湯前町保健福祉課介護保険係	☎43-4112	球磨村地域包括支援センター	☎32-1112
水上村保健福祉課	☎44-0313	あさぎり町地域包括支援センター	☎45-7231

ACP と歩む現場から

「自分らしく生き、自宅で最期を迎える」ことを支える在宅医療。ACP との関わりや現場の工夫を、専門家に聞きました。

医療・介護の連携で支える在宅ケア

在宅医療とは、通院が困難な人が住み慣れた自宅で医療サービスを受けられるよう、医師や看護師などが訪問して診療や治療を行うことです。病院と同じような医療環境を自宅でも実現させたいという強い思いが根底にあります。

ACP の観点から見ると、在宅医療は本人の「最期どこで過ごしたいか」という願いを尊重するための、極めて重要な考え方として位置付けられます。自宅で最期を見送るという選択自体が、ACP が叶っている状態といえるでしょう。かつては自宅のみとりが困難な状況もありましたが、現在は地域の連携や法解釈の改正により、患者さんの ACP を実現するための環境整備が進んでいます。

在宅でみとれる環境へ

人吉球磨地域は、九州の中でも在宅率が低い地域です。

その背景には、病床や介護施設が非常に多いため、最期は施設に入るのが当然という環境が確立されていたことがあります。対照的に、都会では病床不足から在宅みとり率が急増しています。

しかし現在、人吉球磨でも在宅医療の環境が整備されています。訪問看護ステーションやケアマネジャーが増加し、職種間の連携体制が構築されてきました。これにより、以前の「家族に大きな負担がかかる」というイメージは払拭され、同居の高齢者でも在宅でみとれるケースが増えている状況です。また、地域の保健所や介護施設も、重症者の受け入れやみとりに積極的になってきています。

最後まで自宅で過ごしたいという思いに応えるために

在宅医療を進める中で、連携の重要性を痛感した大きな出来事があります。約15年前、自宅で亡くなった患者さ

んに対し、医師の到着が遅れたために警察の検視が入ってしまった事例です。当時の医師法第21条（無診察診療の禁止）の解釈が厳しく、原則として医師が24時間以内に診察していないと、死亡診断が難しくなったためです。この状況を改善するため、国（厚生労働省）が解釈を変更。最終的にかかりつけ医が「病死」または「異状死ではない」と判断した場合に、検案や検視が不要となり、自宅でのみとりが格段にやりやすくなりました。

スマホでつながる医療連携

病院での環境を自宅で実現するためには、職種を超えた即時的な情報共有が欠かせません。その目的で導入しているのが、厚生労働省の認可も降りているスマホを使った医療特化型の情報共有システム。これは患者さんごとに「部屋」を持つ仕組みで、医師、看護師、薬剤師、ケアマネジャー、そしてご家族などが参加しています。このシステムでは、例えば患者さんの急な訴えに対し、看護師が駆けつけてバイタル情報を測定

し、その数値を医師に瞬時に伝えることが可能になりました。結果として、病院と同じように迅速な状況把握と、医師からの指示出しが実現。タイムラグのない対応は、在宅での安心感を生み出しています。私が目指すのは、この強固な連携体制を基盤とし、地域全体での医療機能の役割分担を明確化すること。在宅でみとれる患者さんは在宅で、人吉医療センターは救急対応や先進医療といった本来の役割に集中できるように、全体的な医療構想の流れを整えることにもつながります。



とやまクリニック 副院長  
とやま ゆうじ  
外山 裕二 先生

内科胃腸科・肛門科として開業。がん治療を行い退院した患者さんのがんが再発。患者さんの「自宅のみとってほしい」という要望がきっかけで在宅医療の世界へ。



◀患者さんの自宅を訪問し、世間話を交えながら丁寧に診察する



## 宮崎製茶 世界の茶国際コンテスト「金賞」受賞

フランス・パリに拠点を置く NGO「フランス農産物振興協会 (AVPA)」が主催する茶の品評会、第 8 回「世界の茶」国際コンテスト (AVPA2025) で、相良村の宮崎製茶 (宮崎雄二代表 (朝迫)) が出品した「さがらの月 (Crescent moon of Sagara KIRARI)」が、蒸し製緑茶部門で最高賞に当たる「金賞」を受賞しました。今回は世界 18 カ国から 300 点以上の出品があり、緑茶部門では唯一、宮崎製茶が「金賞」を受賞しました。

昨年 12 月 2 日 (火)、パリの駐フランス・ペルー大使館で行われた授賞式には、妻の三枝さんが出席し、台湾や南フランスなど世界各国の生産者と交流をしました。

宮崎代表は「7 度目の挑戦でようやく金賞を受賞することができた。今回の受賞を励みに、このお茶の魅力を若い世代や海外にも広めていきたい」と話されました。



フランスでの授賞式の様子



受賞をした宮崎さんご夫婦

## 東京箱根間往復大学駅伝競走大会 2 年連続出場



令和 7 年第 101 回箱根駅伝・復路最終 10 区で  
ゴールテープを切る永井さん



令和 8 年第 102 回箱根駅伝・復路 9 区を  
力走する永井さん

立教大学陸上競技部に所属する永井駿さん (平原) が箱根駅伝に 2 年連続で出場されました。令和 7 年 1 月 2 日・3 日に開催された第 101 回箱根駅伝では復路最終の 10 区 (23.0 キロ) を任せられ、チームの一員として箱根路を走り抜きました。続く令和 8 年 1 月 2 日・3 日に開催された第 102 回大会では、9 区 (23.1 キロ) を任せられ、厳しいレース展開の中でも最後まで懸命な走りを見せました。永井さんは、立教大学のユニフォームを身にまとい、大舞台で経験を重ねてきました。その活躍する姿は、村の皆さんにとっても誇りであり、大きな励みとなっています。

永井さんは「怪我などで思うようにいかず、苦しい時期もあったが、箱根駅伝という大舞台に立つことができ、本当に良かった。沿道からの温かい声援や、家族の支えがあったからこそ、ここまで走り続ける事ができた。これまで支えてくれた方々への感謝を胸に、今後は結果で恩返しをしていきたい」と話されました。この経験を糧に、今後もさらなる飛躍が期待されます。大学卒業後の進路として、日本中央競馬会 (JRA) に就職予定です。