

## 6月は食育月間

6月は食育月間。そして毎月19日は食育の日です。保育園や学校では子どもたちが食について学んでいます。では、大人はどうでしょう？6ページにチェック表を掲載しました。この機会に、日々の食事を見直してみましよう。



## Contents 主な内容

3～6P …山都の食育のススメ  
12～13P …まちの話題  
14P …人と農地プラン

17P ……すくすく育て  
20P ……山都ころっけ本舗



# 5月1日 オープン!!

## 山都ころっけ本舗

### 山都ころっけをいつでも

一昨年から町内の飲食店で取り組んできた「山都ころっけ」。山都町の農産品がたっぷり詰まった手作りのころっけは、地元熊本のカートチーム「ロアッソ」のホームゲームでの販売やイベントなどでの出店を重ねて、その名が広く知られるようになりました。

「いつ来ても山都ころっけが買えないという方もいました。」  
「いつ来ても山都ころっけが買えるところはないか？」  
そんな観光客からの要望を受け、7つの飲食店が一斉発起。「山都ころっけ本舗」という合同会社を設立しました。販売店開店を目指して、資金を出し合い、県や町の助成を受けながら、ついにこの日の開店を迎えました。会社設立からオープンまでわずか3ヶ月。その間、施設整備を行いながら、新メニューの開発も行ってきました。

山都町下市、キッチン華のとなりオープンした山都ころっけ本舗のみなさん。(後列中央が代表の中原さん) 年中無休、午前10時から午後6時までおいしいころっけが買えます。晩ご飯のおかずはいかがですか？  
(電話72-0356)



オープンと同時にたくさんのお客さんが来店されました。

求めています。店内のショーケースには、新商品を含む20種類のころっけが並び、来店者は「どれにしようか」と目移りしながらころっけを選んでいました。5月3日から6日のゴールデンウィーク中には、町外からの観光客が多く来店し、ころっけの製造が追いつかないほどの盛況ぶりでした。合名会社「山都ころっけ本舗」の代表を務める中原秀人さんは、「地産地消で、地元のおいしい農産物を利用して、この日のために研究を重ねてきたおいしいころっけ。食と観光を結びつけなければ必ず町の活性化につながる。」と揚げたてのころっけに熱い期待を寄せていました。

# 防災の要に 新戦力入団

山都町消防団新入団員辞令交付式



新入団員辞令交付式



小型可搬ポンプの操作説明会

山都町消防団の新入団員辞令交付式が、4月22日に千寿苑で行われました。今年27人が入団。式では、第3分団の倉岡嵩さんが、新入団員を代表して辞令交付を受けました。

辞令交付の後は、すぐに講習会です。会場を中央体育館に移し、山都消防署員の指導で、小型可搬ポンプの操作や、規律訓練を受けました。

この日は、部長以上の幹部約40人が、3時間にわたり救命救急講習を受講しています。

今年度、山都町消防団は山口高則団長以下734人の団員で、地域防災の要として活動します。

## 町長室から

甲斐利幸

五月晴れに勢いよく鯉のぼりが泳いでいるのを見ると、本当にほっとします。少子化が著しく、日本の人口も減少カーブを描き始め、国の勢いまでも、減少傾向にあるような錯覚にとらわれます。経済景況はなかなか回復の兆しが見えず、雇用環境も改善されません。東日本大震災のがれき処理も、一年あまりを経てもおお、めども立っていません。原子力発電所は全国54基全て停止して、夏のピーク時の電力需要を賄いきれない事態も懸念されています。都市の傲慢な驕りに対する竹箆返しのように思えます。

東日本大震災による総資産の減少は、国の屋台骨を傾けるほどの損失です。

しかし、こうした現象によって、人の価値観にゆるやかな変化が見られます。田舎志向、農業再認識、絆の確認、ライフスタイルの見直しなど

山都町の素晴らしい魅力に気づき、自分自身を磨き上げる努力をしたいものです。

今年10月に山都町で全国棚田サミットが開催されます。地方の、田舎の魅力を都市住民に理解してもらおうためのイベントでもあります。また、棚田の持つ農業景観を、今後必要とする。国の農政の中で、条件不利地域について社会政策としての拡充を期待した宣言を取りまとめたいと考えています。

棚田サミットには、全国からたくさんの方が山都町を訪れてくれます。ゴミの落ちているきれいな山都町として参加者を受け入れたいのです。車窓からのゴミのポイ捨ては絶対にやめてください。ポイ捨てせずに、ゴミは決まった方法で、決まった曜日に出してください。通勤途中、道ばたに目立つゴミを拾うにつけ、残念に思います。

# 山都の食育のススメ



人間の健康維持に「食」は欠かせません。

健康な体で毎日元気に生きていくために最も大切なことは食べること。しかし、何をどう食べるか、正しい知識と判断が必要です。食育とは子どもたちに「生きる力」を伝えるための国民運動です。「食育」について理解して、家庭で取り組んでいくための一歩を踏み出しましょう。

## 1 食育とは?

食育という言葉は、「体育」、「知育」、「才育」、「徳育」とともに「五育」の一つとして、明治時代から使われていました。

そして現在、食生活をめぐるさまざまな問題が発生する中、「食育」が注目されています。

平成17年6月に「食育基本法」が成立し、食育を国民運動として総合的、計画的に推進されるようになりました。平成18年には「食育推進基本計画」が決定され、その中で毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」とすることが定められています。

食育基本法で、「食育」とは①生きる上での基本であり、知育、徳育および体育の基礎となるべきもので、②さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることと述べられています。

## 食育はだれのため

「幼児期の食事経験が、その人の一生の食事の行動パターンに影響を与える」といわれることから、食育の主役は子どもたちです。「食」は、子どもたちの心身の成長と人格の形成に大きな影響を与えます。しかし、子どもたちだけに知識を詰め込んで意味はありません。

「食育」は、生涯を通じた取り組みであり、子どもと大人が一緒に食育を実践することが大切です。そのためには、大人がライフスタイルを変えることも必要。山都町全体で子どもの食生活を豊かなものにするために、まず大人が食生活の現状をしっかりと受け止めて実行へ繋ぎましょう！自分の普段の生活から子どもたちに何を伝えるかを考えましょう。

## 山都町の食生活を取り巻く現状

\*肥満傾向の割合 (平成23年度)

| 小学生  | 中学生  | 20~69歳男性 | 40~69歳女性 |
|------|------|----------|----------|
| 8.5% | 9.3% | 24.0%    | 20.6%    |

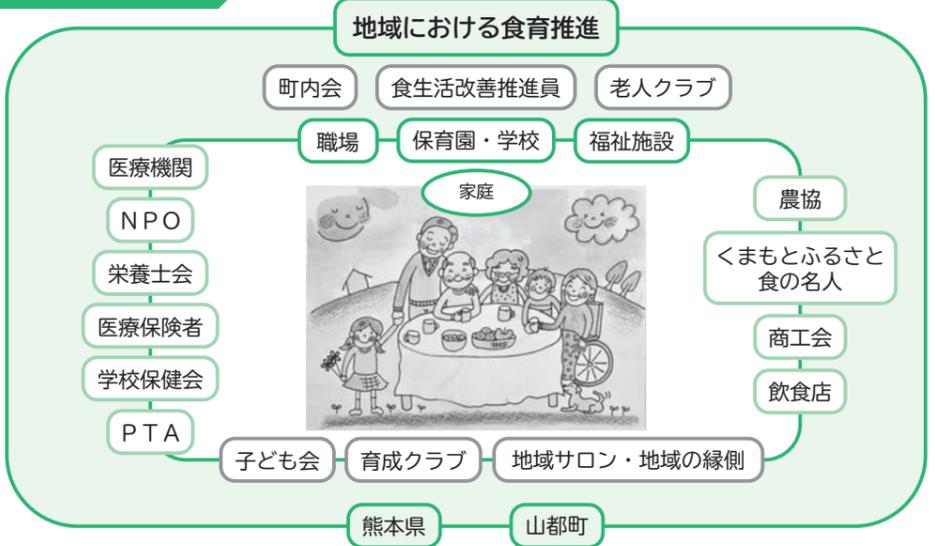
\*朝食摂取状況

| 3歳児   | 小学5年生 | 20~69歳男性 | 20~69歳女性 |
|-------|-------|----------|----------|
| 92.2% | 93.5% | 81.8%    | 90.0%    |

\*虫歯の保有率

| 1.6ヶ月児 | 2歳児   | 3歳児   | 4歳児   |
|--------|-------|-------|-------|
| 9.7%   | 14.0% | 43.3% | 66.1% |

## 食育推進体制のイメージ図

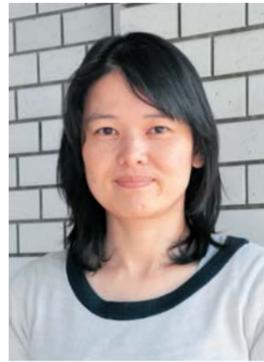


## 2 小学校と食育

町内の小中学校に配置される学校栄養職員は、学校の食育の中心として、子どもたちが毎日食べる給食の献立や食材の仕入れを、調理師と協力して行っています。今回、矢部小学校栄養職員の橋本理恵さんに矢部小学校での食育についてお話しを伺いました。

### ―矢部小での取り組みは―

地元産の食材を使うようにしています。毎月19日の食育の日には「ふるさとくま(熊さん(産)デー)」と題し、山都町をはじめ、県内各地の郷土料理を給食で子どもたちに食べてもらっています。矢部地区の給食の野菜は、平成16年から、山都町有機農業協議会から安心・安全でしかもおいしい野菜の提供を受けています。1月の給食週間には、毎年、同協議会の生産者のみなさんを招いて、一緒に給食を食べています。さらに学年毎に米やジャガイモを栽培するなど、生産と食べるこ



矢部小学校栄養職員  
橋本 理恵 栄養士

とが繋がっていることを知ってもらうため、いろんな機会に教えています。矢部小では生産者の協力が大きいです。

### ―小学校の食育で大切なことは―

小学校・中学校の時期が、将来の食習慣が形成されるとても大事な時期だと言われています。子どもたちには、体や健康のための食事の重要性や、食品を選択する能力をつけること。さらに「命をいただいている」という感謝の心を身につけることが大切だと思います。

### ―家庭で心がけてほしいことは―

昨年、遠足での弁当づくりを子どもたちに手伝うように各家庭へ依頼して、多くの家庭で協力いただきました。このように家庭でも食への意識を持ってもらいたいと思います。学校でも「早寝早起き朝ごはん」の運動を実践しています。忙しい朝でも必ず朝ごはんは食べさせてあげてほしい。そして、子どもたちに料理や片付けなど、食に関する体験の機会を積極的に与えてほしいと思います。

### ―今後の目標は―

小学校以外の、他の機関と連携をより深めて、いろいろなこと、いろいろな体験を通して子どもたちに食の大切さを教えていきたいです。

## 3 保育園と食育

町内の保育園では、園内の菜園や地域の方々の協力を受けて、野菜作りなどを行っています。食べ物をつくる過程を知って、食べ物を大切に作る気持ちを身につけるため、工夫を重ねています。

その中で、4月24日、食育の取り組みの一環でみそづくりを行いました。明光保育園にお邪魔しました。

今回のみそづくりには、地元下矢部東部地区で、みそづくりを指導する川上光喜さんと、下矢部東部地区のJA上益城女性部のみなさんが全面協力。子どもたちに手作りの味と文化を伝える活動、題して「みそ活」。

園児たちは、大豆をすり鉢ですりつぶす作業や、米麴をほぐす作業、さらに、米麴と大豆を混ぜたものを団子状にする作業を行いました。すべての作業を、手の触覚や、嗅覚、視覚など五感すべてで体験していました。園児たちが名付けたこの「明光げんきみそ」。半年後にできあがったみその味を、園児たちがどのように味わうか楽しみです。



## 4 さまざまな食育

### 食生活改善推進員の活動

食生活改善推進員は「私達の健康は私達の手で」をスローガンに生涯における健康づくり活動を、食を通して地域において推進しているボランティア団体です。

今年度は、「働き盛り期の食生活」推進を中心に地域に出向いて糖尿病予防を中心に健康教室を開催していく予定です。



夏休み子どもクッキング

### 古希セミナー(70歳の方を対象に実施)

高齢受給者証交付対象者医療制度説明会の際に、保健師、栄養士が糖尿病予防対策の話しをしています。糖尿病は、その予備軍を含めると全体の7割を超えています。その予防には食生活が重要であることをしっかり理解してもらいます。

ご飯、パン、麺類と饅頭、果物では血糖値の上がり方、インスリンの使われる量がちがいます。いずれも食べる量が大事です。特に、甘いおやつや果物は空腹時に食べるのを避け、食事の後に食べましょう。これは、子ども達も一緒です。保育園や学校から帰って気軽に甘いものを与えると血糖値も急激に上がるので、夕食時にご飯が進まない、好きなものだけ食べるなどの悪影響になることがあります。夕食までのつなぎなら、おにぎりや牛乳・乳製品がお勧めです。



食事バランスガイドを使ったの説明



①1月27日、全国学校給食週間にあわせて、有機農業協議会のみなさんといっしょに給食を食べました。子どもたちのおいしい給食には、生産者の協力が欠かせません。(矢部小提供)

①生産者の協力のもと、地元産有機野菜を取り入れた矢部小の給食。その取り組みが認められ、3月、農林水産省が主催する「第4回地産地消給食メニューコンテスト」で九州農政局長賞を受賞しました。写真は受賞メニューの郷山ビビンバ、おしよせ、わかめスープ、みかん。(矢部小提供)



5 「食育」を始めよう

このように、保育園、小中学校をはじめ、いろんなところで食育は行われています。しかし、食育推進の中心は家庭。学校や保育園で「食」の体験をしても、家庭で何もしなければ意味がありません。

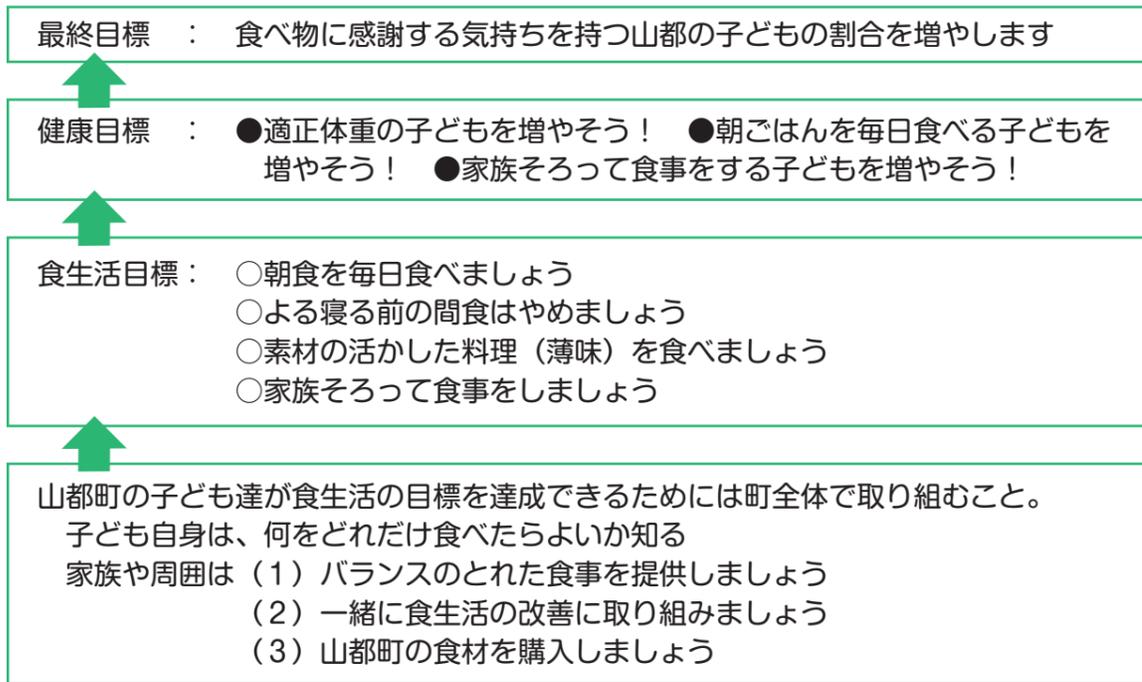
「家庭で食卓を囲み、楽しく食事をすると」ということが食育の基本となっているのです。毎食はできなくても週に1回でも2回でも食卓を囲み、食事の準備や後片付けを一緒にする。「食」が家族のコミュニケーションの中心にあることで、家族のきずなはより強くなるのです。

まずは「いただきます」から

矢部小学校での取材の中で、生産者の方から「いただきますとは（動植物の）命をいただいているということですよ」という言葉が児童へ伝えられていました。家族で食卓を囲むこと、「いただきます」のあいさつをすることは決して難しいことではなく、昔は当たり前のことでした。しかし、今では、「食育」として取り組むべきこととなっています。

食の体験を通して子どもたちの心は豊かに成長していきます。その姿を間近で見ると私たち大人も食育の大切さに気づき、感動し、一緒に学びましょう。

むぞろしか子ども・子育て期の食生活の定着に向けて



(平成23年度くまもと 食で育む命・絆・夢プラン参考)

**あなたの栄養バランスをチェック** (チェック項目に当てはまる数が多いほど栄養バランスが整っています)

- ご飯やパンは量を決め、おかわりはしない
- 芋、かぼちゃ・レンコンなど、糖質の多い野菜を食べ過ぎたらご飯を控える
- 果物は量を考えて食べる
- 魚料理を週4回以上食べている
- 卵は毎日1個は食べる
- 大豆製品(豆腐、納豆、煮豆など)をほぼ毎日とっている
- 揚げ物や目に見える脂、マヨネーズ等は控える
- 野菜を多く使った料理を1日2食以上食べている
- 海草、きのこ類は1日1回以上食べている

(日本赤十字社熊本健康管理センター資料提供)

自然の中で豊かな子育てのみんなもたち その29

矢部郷自然観察会 代表 藤吉 勇治

「新種の昆虫発見！」これは、アマゾン密林などでの話ではない。この山都町での話なのだ。山都町教育委員会は、平成19年から九州大学に委託して、通潤用水の生物調査を継続しており、今年の3月に調査結果がまとめられた。この報告書の中に、新種(未記載種)の昆虫の報告があったのだ。発見された昆虫は、ドロマシの仲間らしい。

矢部郷自然観察会は、平成21年、山都町教育委員会の協力を得て、通潤用水(下井手)に生息するシビンタ(タナゴの仲間のアブラボテ)の観察会を実施した。シビンタは準絶滅危惧種に指定(環境省)されている淡水魚で、山都町のような標高の高い地域に生息している例は、全国的に極めて稀なこととして注目されている。

今回の九州大学の報告書には「通潤用水に限らず、山都町内には多様な生態系を伴うエリアが数多く存在する可能性がある」と推察する。とある。矢部郷自然観察会では、今年の夏頃に、通潤用水での生きもの観察会を再度実施するため現在準備を進めている。ふるさとの自然を知る機会として、ぜひ山都町の子どもたちに参加してほしいと願っている。期日が決定したら、町内の小・中学校に案内のちらしを配布する予定である。



平成21年・通潤用水での「シビンタ観察会」

YOU&YOU通信 Vol.60

☆結婚相談員です☆

今年度の結婚相談員です。昨年度に引き続き6人の相談員体制です。結婚相談員の仕事は、地域の独身者の把握を行い、独身者へのYOU&YOUの紹介や登録希望者を募り、事務局との橋渡しの存在として大きな役割を担っています。今年度は、相談員の方々の協力を得ながら、山都町内での交流会を計画しています。この機会に一緒に参加してみませんか。

お近くの相談員にお気軽にご相談ください。

- ☆矢部地区 成瀬 智壽 (下名連石) ☎76-0134
- 松本 友幸 (城平) ☎72-0001
- ☆清和地区 梶原 きみ代 (貫原) ☎82-2490
- 荒木 博道 (須原) ☎82-2682
- \*蘇陽地区 栗屋 誉男 (神ノ前) ☎83-0691
- 興梠 桃子 (今) ☎83-0524

☆4月の交流会☆

春の陽気を感じながら、4月22日(日)に山都町内で交流会を実施しました。

女性の参加者は、出会いを本気で求めている方々ばかり。山都町内での交流会は毎回好評です。

今回は、男女合わせて8人の参加があり、町内散策とイチゴ狩りを行

い、マイナスイオンたっぷりの空気をすいながら充実した1日を過ごしていただきました。

YOU&YOUカップル誕生



兼瀬 潤さん・由美さん夫妻

YOU&YOU23組目の夫婦となる、兼瀬潤さん・由美さんご夫婦(清和地区)の結婚披露宴が4月1日(日)に執り行われました。お二人を祝福するために、親族やご友人たちによる余興が行われ、会場全体が祝福ムードに包まれました。

お二人はとっても調和のとれたご夫婦だと感じます。

末永い幸せを心から願っています。

●問い合わせ先

YOU&YOU事務局 (役場 総務課) 成瀬・吉田

【専用電話】090-9565-9589

【専用アドレスPC】marriage.support@town.kumamoto-yamatol.jp

【専用アドレス携帯】you\_and\_you@docomo.ne.jp

# 特集

知って得する  
健康講座

## 第43集 タバコの害～肺がん～

山都町立蘇陽病院 院長 水本 誠一

### はじめに

5月も半ばを過ぎ、若葉がまぶしいさわやかな季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

さて日本でも「健康増進法」が施行され、駅や病院などの公共施設をはじめ交通機関やレストランなどが全面的に禁煙となり、愛煙家にとってはずいぶん肩身の狭い世の中になってきま

した。「タバコを吸っても迷惑をかけないなら個人の自由だ」といわれる方もいらっしゃるかもしれませんが、本当にそれでいいのか、今年は「タバコの害」について連続で解説させていただきたいと思います。

### タバコの煙の成分と受動喫煙

タバコに火をつけたとたん約200種類の有害物質、約50種類の発がん物質が発生します。なかでも「ニコチン」、「一酸化炭素」、「タール」の3種類が有名ですが、「ちょっと一服」しただけで、これらの物質が体内に入り、さまざまな悪影響を及ぼすのです。

タバコの煙には主流煙と副流煙があり、主流煙は喫煙者が吸う煙で、副流煙は喫煙者が手に持ったり灰皿に置いたりしているタバコから出る煙をいいます。実はこの副流煙のほうがずっと有害なのです(表1)。つまり「喫煙者よりもそばで煙を吸っ

ている非喫煙者の方が害が大きい」とはっきりしているのです。

#### 主流煙と比べた副流煙中の有害物質

|           |       |
|-----------|-------|
| ニコチン      | 2.8倍  |
| タール       | 3.4倍  |
| 一酸化炭素(CO) | 4.7倍  |
| ベンツピレン    | 3.4倍  |
| アンモニア     | 46.3倍 |

表1

### タバコと肺がん

写真2のように、健康な肺はピンク色の美しいスポンジ状の構造で、その中を無数に枝分かれする「気管」や「血管」が貫いています。左右の肺の間にあるのが「心臓」です。心臓はやや左寄りに位置しています。タバコを吸う人の肺(写真3)は、言葉にならないくらい真っ黒ですね。このように喫煙者の肺には、タールやス、発がん物質でできた炭粉が沈着する

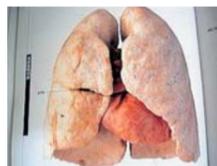


写真2: 健康な肺

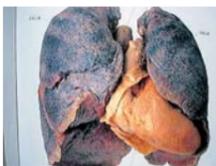


写真3: 喫煙者の肺

のです。1

日に20本のタバコを吸えば、1年間で、コーヒーカップ一杯分、約150mlのタールが肺にたまり



写真4: 肺がんのCT像

ます。さて、肺に発がん物質がそれだけたると、当然肺がんになりやすいことは想像に難くないと思いますが、喫煙者は吸わない人に比べて男性で4.5倍、女性で4.1倍の倍率で肺がんになりやすいとされています。肺がんは写真4のように大きくなっても症状が出にくいし、治る確率も低いのが特徴です。

### 喫煙指数

タバコはどれくらい吸うと肺がんになりやすいのでしょうか。当然、吸いはじめてからの年数が長いほど、また、一日に吸う本数が多いほど、肺がんになりやすいということになります。ここで計算式をお示します。喫煙指数(発がんの時期の目安になる指標) = 吸いはじめてからの年数 × 一日に吸う本数

たとえば1日20本吸われる場合、30年間の喫煙歴だと20 × 30で600となりますね。

この喫煙指数が400を超えると危険、800だとかなり危険、1200をこえる人では、吸わない人に比べて6.4倍肺がんになりやすくきわめて危険とされています。

### おわりに

さあ、いかがでしたか。タバコを吸われる方は喫煙指数を自分でも試みに計算してみてください。もし危険度が高い方でも、今からでもタバコをやめれば発がんの危険率はずっと下がっていくとされていますので、ぜひ禁煙に挑戦してください。

写真2、3) 出典サイト: それでもあなたは吸いますか・・・?

衝撃の写真館…

写真4) 出典サイト: 肺がん検診助成ネット

# 蘇陽病院だより



## ～蘇陽病院基本理念～

「へき地医療拠点病院として、患者様に信頼される良質な医療を提供し、地域住民に親しまれる病院を目指します。」

# 特集 家庭でできる リハビリ

## 腰痛 その1 (原因)

山都町立蘇陽病院 リハビリテーション科 浅田 克彦

皆様の中にも、腰痛についてお困りの方は多いと思います。腰痛はなぜ起こるのでしょうか？

実はこの腰痛、レントゲンなどでも原因がはっきりしないものもあり、現代医学でもわかっていない部分も多いのです。

この腰痛について、3回に分けてその原因、家庭でできる腰痛予防、日常生活の注意点などについてお話しします。



### 腰痛はなぜ起こる？

腰痛は主に、骨格が原因で起こるもの、筋肉が原因で起こるもの、内臓が原因で起こるものの3つに分けられます。

- ①骨格からくる腰痛……骨や関節、クッション材の役割を果たす椎間板の変形などの異常が原因で起こるものです。変形性脊椎症・腰椎椎間板ヘルニア・腰椎すべり症などがあります。
- ②筋肉からくる腰痛……悪い姿勢や重い物を持った後など、筋肉の酷使や過度の緊張で起こるものです。腰痛症などがこれにあたり、レントゲンでも異常が認められません。
- ③内臓の病気からくる腰痛……安静にしても痛みがある、血尿や腹痛がある、といったよう

な症状が見られるときには、内臓疾患が原因である場合があります。

じっとしていても痛い、痛みが持続し、だんだん強くなるといったような時にはすぐに医師の診断を受けるようにしましょう。

これらの原因のほか、血行障害からくる腰痛、精神的なストレスが原因で起こる腰痛もあります。

腰痛の原因はさまざまであり、痛みの種類もいろいろです。腰痛になった場合には医師による検査・治療を受け、その後は日常生活において再発防止に努めることが重要でしょう。

※次回は、家庭で行う腰痛予防です。

## 新蘇陽病院ここまでできました



3階躯体立上り配筋状況

現在、3階の床まで完成しました。これから上棟に向けて柱・床の鉄筋・型枠の作業になります。

(平成24年4月30日撮影)



1階内部状況

特集  
通潤橋を  
学ぼう！

今年山都町で「棚田サミット」が10月に開催予定で、ますます注目がされる通潤橋。郷土の歴史を語る上でも重要であり、現在も白糸地区へ水を送り続ける生活を支える橋でもあります。本館の郷土史コーナーには、「橋」に関する書籍を集めたコーナーがあり、所蔵する本の冊数は日本有数です。町外からもその歴史にふれようと、本に関して多くのお問い合わせがあります。また、町内の子ども達も通潤橋について深く学んでいます。蘇陽小5年の鍋島優菜さんは、昨年、授業・現地見学・トムソーヤくらぶ出前授業で通潤橋について学び、そのことを作文にまとめました。優菜さんは通潤橋にどのような思いを抱いたのでしょうか。通潤橋の本当の役目について気づいた、優菜さんの作文を紹介します。

「通潤橋の学習をして」

蘇陽小学校 鍋島 優菜



私は、社会科の学習で、山都町の宝一つ見つけました。それは、通潤橋です。通潤橋に行ったり通潤橋史料館、円形分水の見学をしました。トムソーヤくらぶの通潤物語のワークシヨップにも参加しました。「虹の花咲く通潤橋」という本も読みました。私は、初めて通潤橋に登りました。あまりにも高くて、足下がぶるぶるふるえました。通潤橋の下にいる人たちが米粒に見えました。通潤橋に立つと、石の管が三本、はつきりと見えました。私は、それを見たとき、水を白糸台地に流していることが分かり感動しました。石と石をくっつけるために一つの石に七十回以上もたたきこんでいたんだと思うと気が遠くなりました。たくさん石が重なってあったからです。たくさん知恵が重なって水道管ができたことがわかりました。通潤橋の左側には、じょうぶな水だめがありました。六キロメートルもはなれた円形分水から、白糸台地をうるおすためにひかれてきた水です。通潤橋をわたろうとすると、急な下り坂になっていました。「こちら側が高くなっているのは、水だめからいきおいよく水を向こう側の白糸台地に流すためです。」と、先生が言われました。昔の人はすごい知恵をもっているなと思いました。水がふき上がってくるところには、古い家があつて、しっくりの作り方とかが書いてありました。「今日は放水ないのかな。」と思っていると、先生が「放水は、通潤橋の水管につまった葉っぱや草をきれいにするためにするんですよ。」と教えてくれました。私は、そのとき初めて通潤橋が放水を楽しむための橋ではないことに気づきました。自分がまちがっていたことをはずかしいなと、思いました。私は、このことを聞いて、もっともっと観光客の人に伝えたいと思うようになりました。私は、山都町の子どもだから、そのことをつたえるべきに気があります。二十年後、三十年後は私たちの手で通潤橋を守り続けなければならぬからです。しつこい他にも、通潤橋が完成するまでは、失敗の連続でした。でも、みんなで支え合つてのりこえてきたことが分りました。「あきらめたらいかん。」私が、通潤橋の学習をして、布田保之助や白糸台地の人たちから、学んだ心です。昔から、どっしりと立ち続けている通潤橋は、昔の人たちの知恵と力が重なつてできあがつた橋で、白糸台地の人たちの命を支えた橋なのです。観光のための橋ではないのです。あきらめたらいかん心を大切にしたいです。

図書館情報

—読書とは未来の自分に種をまくことです—

●お問い合わせ  
・本館 73-1616 ・清和 82-3033 ・蘇陽 73-2755  
●休館日：本館・蘇陽（月曜日・祝日・GW・お盆・年末年始）  
清和（GW・お盆・年末年始）



「うまいぞ!シカ肉  
捕獲・解体・調理・販売まで」  
まつい けんいち ふじき のりひこ  
松井 賢一 藤木 徳彦  
農文協  
分類 648

農作物を荒らし、近年その数が山都町でも増え続けている「シカ」。地域資源として有効活用できないか、地域で取り組みが始まっています。やっかいものを有効資源へ!

6月のおすすめ図書

「新装版 園芸家の一年」



カレル・チャペック  
中央公論社  
分類 989

チェコで最も著名な作家であり、SF文学において「ロボット」という言葉を生み出したことで知られる著者。趣味の園芸の世界にどっぷりとハマった、悲喜こもごものエッセイです。新緑の季節におすすめの一冊です。

わくわく号 6月の運行予定



| 蘇陽地区     |                          |          |
|----------|--------------------------|----------|
| 月日       | 巡回場所・時間                  |          |
| 6月6日(水)  | 大野地区(西部交流センター)午前10:30~   |          |
| 6月7日(木)  | 東竹原地区(老人いこいの家前)          | 午前11:00~ |
| 6月8日(金)  | 二瀬本地区(コミュニティーセンター)       | 午前11:30~ |
| 清和地区     |                          |          |
| 月日       | 巡回場所・時間                  |          |
| 6月12日(火) | (午前)清和小・清和中 (午後)清和総合支所   |          |
| 6月13日(水) | (午前)花高原・井無田公民館 (午後)支援ハウス |          |

※天候や道路状況により予定が変更になる場合があります。あらかじめご了承下さい。  
※本をたくさん借りられる方はマイバッグの持参にご協力下さい。  
巡回場所での滞在時間は約30分です。

河野美代子氏  
講演会開催のお知らせ



産婦人科医、河野美代子氏の講演会が矢部高校で行われます。河野さんは、現場で多くの子ども達の「性」の問題と直面し、「さらば、悲しみの性」など中高生の「性」に関する著書を多く執筆しています。

子どもや孫の「性」の問題に、私たちはどのように向き合えば良いのでしょうか。一般の方も参加できますので、ぜひご来場ください。

場所:矢部高校  
日時:6月14日(木)午後1時45分から(午後1時開場)

ミニミニお楽しみ会で  
子ども達は大喜び!

4月22日、図書館ホールでミニミニお楽しみ会が行われました。てあそび・てぶくろ人形のおはなし・大型絵本のよみかたりなどに子ども達は大喜び。お話に聞き入っていました。そして、きり紙あそびで作った可愛い飾りと、楽しい思い出をお土産に持って帰りました。



# まちの話題

## バスセンター完成記念式典

4月28日、ふれあいバスセンターの落成式があり、甲斐町長などがテープカットを行いました。テープカットのあと、山都ふれあいバスが希望者30人に乗せて出発、町内を一周しました。落成式のあとには、バスセンター向かいの旧ニュー格蘭ド前で、浜町商店街の青年部が企画したオープン記念イベントが開かれました。明光太鼓や猿まわしなどのステージイベントや、ラーメン流しなど楽しい催しがあり、バスセンター完成を商店街の活性化につなげようという想いがあふれる一日となりました。ふれあいバスセンターは、山都ふれあいバスや熊本バスの発着場として、熊本バスの浜町営業所跡に、総工費約7千万円をかけた建築されました。今後、場内の舗装や車庫建築を行い、11月に完全オープンする予定です。



## 茶の豊作を祈願

山都の特産品であるお茶の、今年の豊作を祈願する献茶祭が、5月1日、小一領神社で行われ、茶生産者や町やJA上益城の関係者が出席しました。神事を終えたあと、主催者を代表して山都町茶振興会の藤原徳門会長が「八十八夜を迎えてこれから本格的な茶の生産を迎える。4月はあたたかくて、適度に雨も降ったので今年も良質の茶葉が収穫できそうです。事故やケガに気をつけて、いいお茶を作って、品評会での好成绩を残したい。」とあいさつしました。



## 青葉の瀬で川開き

五月晴れとなった今年のゴールデンウィーク。5月4日、青葉の瀬川開きが行われました。朝9時から釣り大会や、カヌー無料体験などが行われ、参加者は新緑眩しい青葉の瀬の清流を楽しみました。釣り大会には、家族連れや宿泊客などが参加しました。午後にはヤマメなどのつかみ取り大会も行われ、子どもたちが水しぶきと歓声をあげながら魚を追いかけてました。また、旧小峰小学校ではグラウンドゴルフ大会が開催され、地域の方々の交流も行われていました。



## 浜美荘にプロの歌声響く

5月10日、浜美荘を歌手の水上純さんが訪問。入所者とその家族約70人に素晴らしい歌声を届けました。お姉さんが馬見原在住ということが縁で、昨年が続いて浜美荘を訪れた水上純さん。4曲を披露したあと、入所者と一緒に4曲のカラオケを楽しみました。この日は、馬見原女性の会のみなさんも一緒に浜美荘を訪れ、すばらしい唄や踊りを披露しました。最後に、施設を代表して藤川多美施設長から、水上さんに感謝状が贈られました。



## フォトクラブ矢部写真展

5月のギャラリー「喫茶ルポンの展示は、フォトクラブ矢部(尾上利弘代表)の作品展でした。通潤橋や目丸山の樹水などの風景、保育園児の表情など、クラブメンバー16人が撮りためた、さまざまな作品約50点がルポン店内に並びました。なかには、カラスがウサギを捕獲する決定的瞬間の写真もありました。フォトクラブ矢部では、毎年、ギャラリー「喫茶ルポ」で作品展を開催していて、町内の素晴らしい景色やイベントを、写真という形で観光客にPRしています。



## 来年もいっしょに花見を

5月2日、馬見原東部老人クラブ(古川俊次会長)の恒例の花見が開催されました。会場となったのは、宮崎県との県境に近い岩野尾地区の八重桜の木の下。テーブルには各家庭自慢の手作り料理などが並びます。参加したみなさんは、例年より遅めの満開を迎えた八重桜を見上げ、来年も同じようにみんなでこの桜を見ようと約束しながら、楽しくお酒を酌み交わしていました。



## 高畑年祢神社田植え祭り

田植え作業の無事と五穀豊穡を祈願する、高畑年祢神社の田植え祭りが、5月3日に行われ、氏子による神楽や踊りの奉納がありました。この田植え祭りに、十数年ぶりに、子どもたちの踊りが帰ってきました。神社では、少子高齢化のなか、古くからの伝統をどうにか後世に残していきたいという思いから、地元東竹原地区の小学生に舞い手を依頼したところ、11人が参加。この日のために練習を重ねた11人は、田植えを表現した踊りを無事に披露し、おいしいお米ができることを願っていました。



# 保健センターだより Vol.11

## あなたの健康守ります

生活習慣病は自覚症状が出にくく、症状が出た時はすでに手遅れということも少なくありません。健診結果はあなたの体を見つめ直す良い機会です。自覚症状だけで判断せず、健診を受けましょう。健診の結果や検査結果をもとに保健師・栄養士が相談や保健指導・家庭訪問をします。ご自分の検査の結果などで気になる点はお気軽にご相談ください。



清和保健センター 保健師



矢部保健センター 保健師・栄養士



蘇陽総合支所 保健師



## 山都警察署・署協議会だより

山都警察署 TEL72-0110

熊本県警のホームページ  
http://www.police.pref.kumamoto.jp/  
管内の犯罪・交通事故の発生状況、  
県警からのお知らせ等が掲載中です。

### ストッフ・サ振り込め詐欺

平成23年中の全国の振り込め詐欺(注)の被害総額はなんと約120億円。熊本県内では約2600万円の被害が発生しています。

山都警察署管内でも平成16年以降26件発生(今月末現在)しています。今後振り込め詐欺の被害が発生しないように、4月13日(金)に防犯ボランティア団体「ドロボーキラーズ隊(田辺成一隊長)」協力の下、町内の銀行と郵便局で「振り込め詐欺被害防止キャンペーン」を行いました。

「その振り込み大丈夫？」不審な電話や葉書が届いたときは、必ず家族や警察に相談しましょう。



(注)振り込め詐欺とは、オレオレ詐欺、架空請求詐欺、融資保証金詐欺、還付金等詐欺の総称を言います。

### 山都警察署協議会 5人のメンバーを紹介します。



下田美鈴会長



藤本賞美委員



渡辺大祐委員



糸永哲夫委員



深瀬俊一委員

警察署協議会は、警察署長が警察の業務運営に町民の皆さんの意見を反映するため、警察署長の諮問に応じ、意見を述べるための機関で、法律により各警察署に設置することが義務付けられています。

山都警察署協議会の5人の委員は、警察署の管轄区域内の幅広い意見・要望の集約が図られるように、様々な地域、分野、年齢層から熊本県公安委員会が委嘱しているものです。山都町の安全安心のために、警察活動を理解する活動、地域住民の意見を把握する活動等に取り組んでいます。

5人の委員の方に御気軽に警察業務に関する御意見・ご要望をお寄せください。

#### 犯罪・交通事故発生状況

|        |            |
|--------|------------|
| 事件・事故  | 24年(1~4月末) |
| 刑法犯    | 17件(12件)   |
| 人身交通事故 | 9件(17件)    |

※( )内は昨年同時期の発生件数

### 平成23年度交通安全標語コンクール 入選作品 (山都地区交通安全協会主催)

あめのみち かさであそぶの あぶないよ (矢部小2年 山下歩夢)  
だるうより かもしれないを 心がけ (潤徳小6年 北野留唯) (学校名・学年は当時)

# 集落・地域の 人と農地の問題について考えませんか？

高齢化や後継者不足、耕作放棄地の増加など、地域や集落が抱える「人と農地の問題」によって、5年後、10年後の展望が描けない地域が増えています。

皆さんの話し合いにより集落や地域の中心となる経営体や生産基盤の農地を将来どのようにしていくかプランをつくり、実行していくことによって「人と農地の問題」を解決しましょう。

プランを作成すると新規就農者や、農地の集積などについての支援を受けることができます。

#### 「人・農地プラン」の作成

「人・農地プラン」は人と農地の問題を解決するための「未来の設計図」です。

24年度から25年度にかけて、自治振興区ごとに、次のような内容について話し合い、今後の地域の在り方について、将来のプランを定めるものです。

#### ○「人」について

- ・今後の中心となる経営体(個人・法人・集落営農)はどこか
- ・後継者対策や新規就農者の受け入れについて

#### ○「農地」について

- ・中心となる経営体にどうやって農地を集めるか
- ・地域内にある耕作放棄地の対策など

#### ○今後の在り方について

- ・中心となる経営体とそれ以外の農業者(兼業農家・自給的農家)を含めた地域農業の在り方(生産品目、経営の複合化、6次産業化など)

#### 「人・農地プラン」は、随時見直すことができます。

最初から、完全なプランを作成する必要はありません。必要な部分から始めて、順次拡大していくことができます。

◎新規就農者が新たに出てきたとき

◎集落営農・法人を立ち上げ、中心となる経営体となるとき

◎引退を決意して農地集積協力をもらおうとするとき  
こんなときは、プランの見直しを行えば、メリットを受けることができます。

#### 「人・農地プラン」にはメリットがあります。

##### ・青年就農給付金(経営開始型)

農業を始めて間もない方に給付金を給付します。

給付額：150万円/年(最長5年間)

※農業を始めてから経営が安定するまでの方で、次の要件を全て満たす方

- ①原則45歳未満で独立・自営就農される方
- ②就農後の所得が250万円未満の方  
親元就農の方でも次の場合は給付対象となります。  
・親の経営から新たに部門を独立する場合  
・親元に就農してから5年以内に経営を継承する場合

※青年就農給付金(準備型)はプランに関係なく給付します。給付額150万円/年(最長2年間)

##### ・農地集積協力金

農地集積の支援として、中心となる経営体に農地を提供する方に対し、要件を満たせば協力金ができます。

(1)農地の出し手(利用権設定または農作業委託)に対する支援

- ①経営転換協力金・・・リタイヤする農業者や農地の相続人などが、「人・農地プラン」の中心経営体に農地を集積する場合

| 貸付を行う面積       | 交付単価   |
|---------------|--------|
| 0.5ha以下       | 30万円/戸 |
| 0.5ha超2.0ha以下 | 50万円/戸 |
| 2.0ha超        | 70万円/戸 |

②分散錯圃解消協力金・・・隣接する農地の所有者などが、農地を貸し出す場合【5千円/10a】

(2)農地の受け手に対する支援  
農地利用集積円滑化事業により、面的集積して経営規模を拡大する農家【2万円/10a】  
※交付対象者は、戸別所得補償制度の加入者であることなど条件があります。

##### ・スーパーL資金の当初5年間無利子化(認定農業者)

問い合わせ先 役場 農林振興課 農政係 (72-1136)

# すくすく育て

## 乳幼児検診

平成24年4月20日=千寿苑  
平成24年4月27日=蘇陽保健センター



### 1歳児健診



### 4ヶ月健診



### 7ヶ月健診



# 笑顔広がる親子ふれあいあそび

## ～魔法のハンカチあそび～

上益城地区の公立保育園で組織する上益城地区支部保育部会では、保護者と共に子どもたちの健やかな成長を支えようと、毎年子育て講演会を開催しています。

今回は、ふれあいあそびインストラクターとして活躍中の、高附恵子さんを迎え、親子の楽しい時間を計画しています。参加は無料です。ぜひお越しください。

日時 6月9日(土) 午後2時～  
場所 矢部保健福祉センター千寿苑  
講師 高附 恵子 氏  
演題 「笑顔広がる親子ふれあいあそび」

託児所も準備します。(生後10ヶ月以上のお子様に限ります。)  
当日は、動きやすい服装で、大きめのハンカチをご準備ください。

申し込み・問い合わせは町内の各公立保育園まで



## 税務職員採用試験受験者募集

- 受験資格 平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方
- 試験の程度 高校卒業程度
- 申込方法及び申込受付期間
  - インターネットによる申込み(原則)  
人事院ホームページ上の申込専用アドレス (<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)  
申込受付期間は、平成24年6月26日(火)から7月5日(木)まで(受信有効)
  - 郵送又は持参による申込み(※インターネットによる申込みができない場合に限る)  
申込用紙は、人事院九州事務局、熊本国税局及び最寄りの税務署に備え付けています。  
申込受付期間は、平成24年7月2日(月)から7月10日(火)まで
- 第一次試験 平成24年9月9日(日)
- 問い合わせ先
  - 人事院九州事務局(電話092-431-7733)
  - 熊本国税局人事第二課試験研修係(電話096-354-6171)
  - 熊本東税務署(電話096-369-5566)※自動音声案内

山都町観光案内所

ギャラリー喫茶  
ルポン ☎72-1054

～6月ギャラリーのご案内～

「いきいき大学趣味園芸科  
和紙ちぎり絵展」  
6月1日(金)～6月30日(土)

和紙ちぎり絵は、伝統の手漉き和紙を素材に、指でちぎって貼ります。四季の花々、風景などを制作した作品展です。

## 調理師試験

- 試験期日 8月31日(金)
- 試験会場 東海大学 熊本校舎
- 受験資格 中学校卒業程度で、飲食店や給食施設などで2年以上の調理業務従事経験のある方
- 願書配布 5月中旬から各保健所、県庁健康づくり推進課などで配付
- 願書受付 6月18日(月)から6月22日(金)まで
- 提出先 熊本市居住者→熊本市保健所、熊本市外の県内居住者→県保健所
- 問い合わせ先 御船保健所 ☎096-282-0016  
県庁 健康づくり推進課 ☎096-333-2252

# わたしたちの人権

87

だれもが人間として生きていくうえで侵すことのできない当然の権利これが「人権」です

## 人権擁護委員制度 をご存じですか？

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。全国人権擁護委員連合会では、6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心として皆さんと共に一層の人権尊重思想の啓発に努めることを申し合わせています。

## 人権擁護委員とは？

地域の皆さんの身近な相談相手として、人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済をします。また、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。



「だいじょうぶ 相談してください その悩み」

町内でも、特設人権相談会場が開設されます。法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談を伺います。相談は無料で秘密は堅く守られますので、お気軽にご相談ください。



## 特別人権相談会

6月1日(金)  
午前10時～午後3時

◎矢部会場(山都町中央公民館)  
人権擁護委員  
中村コノエさん  
山本幹江さん  
赤星光洋さん  
片山節子さん

◎清和会場(清和総合支所)  
人権擁護委員  
緒方郁生さん  
黒木博子さん

◎蘇陽会場(蘇陽総合支所)  
人権擁護委員  
菅原健二さん  
町義弘さん

## サインをしよう！今、勇気をもって 子どもの人権110番

●児童・生徒のみなさんへ  
学校で友達から「いじめ」を受けて学校に行きたくない、でも先生や親には言えない・・・、誰に相談していいかわからない・・・もし、そんな悩みを抱えているなら、一人で悩まずに、お電話ください。法務局・地方自治体の職員、または人権擁護委員(子どもの人権専門委員)が、お話を聞いて、どうしたらいいか一緒に考えます。相談は無料、相談内容の秘密は守られます。



●保護者の方へ  
「いじめ」や体罰、不登校や親による虐待といった、子どもをめぐる人権問題は周囲の目につきにくいところ

で生じていることが多く、また被害者である子ども自身も、その被害を外部に訴えるだけの力が未完成であったり、身近に適切に相談できる大人がいなかったりする場合が少なくありません。「子どもの人権110番」はこのような子どもの発する信号をいち早くキャッチし、その解決に導くための相談を受け付ける専用電話相談窓口です。相談は、全国の法務局・地方自治体において、人権擁護事務担当職員及び人権擁護委員(子どもの人権専門委員)がお受けします。相談は無料、相談内容の秘密は守られます。

●電話番号  
0120-007-110  
(全国共通・無料)  
●受付時間  
平日午前8時30分  
～午後5時15分

## 季節のうた

▼馬見原酔山会  
空泳ぐ鯉も見えざり過疎の街  
朧月触れなば雨になりさうな  
神々の化したる木々や春の山

▼やまなみの会  
大釜に若布を茹く湯のたぎる  
訓練日晴れて又降る春の雨  
この日和所狭しと若布干す  
受話器置く音確かめてやわら置く聞きとき事の山ほどあるに

▼通潤句会  
花疲れだらりと木偶の手足かな  
金の成る木が売られをり万愚節

▼清和短歌会  
よいしょよいしょ何度言ったか筒は石もちあげて見事に伸びる  
福岡の風を纏いてバス停のギャルは颯爽と人ごみへ消ゆ  
兼瀬 哲治  
春雨けむる山肌の巨木に群れる白鳥に似たり辛夷の花  
小崎 孝行

今村 芳子  
赤澤富美子  
岩崎 延枝  
飯屋セチ子  
山下 弘子  
木下スエオ  
西田えい子  
菊池 幸子

岩永 博  
大西久美子  
岩永 周子

6月の当番医  
6月 3日 高田整形外科 (電話 72-1007)  
6月 10日 坂本クリニック (電話 72-0210)  
6月 17日 伴 病院 (電話 72-0029)  
6月 24日 野田 医院 (電話 72-0307)

## 山都町の人口

(平成24年4月30日現在)

|    |         |       |
|----|---------|-------|
| 男  | 8,467人  | (-27) |
| 女  | 9,046人  | (-23) |
| 計  | 17,513人 | (-50) |
| 世帯 | 6,723戸  | (-2)  |

※( )は前月比  
※最高齢は106歳〔女性1人〕  
※1月1日～4月30日の出生届数  
28人(うち4月は7人)  
※1月1日～4月30日の死亡届数  
118人(うち4月は25人)

## ～光化学スモッグメールに登録を～

毎年、5月から9月までの日射しの強い日は、光化学スモッグが発生しやすい時期です。熊本県では、大気汚染監視に関して、情報提供を行っています。ぜひご利用ください。

光化学スモッグ注意報の情報を携帯メールに一斉配信します。

### 登録の仕方

次の①～④の手順に従って登録してください

- ①メールアドレスsky@123123.tvに、配信を希望する携帯電話を使って空メールを送信してください。※注意 携帯の設定によってはメールが拒否されますので、上記アドレスのメールが受信できるよう携帯を事前設定(ドメイン指定)しておく必要があります。
- ②数分後自動的にメールが返信されますので、文末のURLをクリックしてください。
- ③登録画面が表示されますので、必要事項を選択し、登録ボタンを選択してください。
- ④これで登録完了です。配信メールが来るたびに登録削除・内容変更できます。

## 編集後記

「フードインク」という映画をご存じですか？アメリカの工業化した食料生産現場のドキュメンタリー作品です。ぜひ家族全員で見てください。食べ物の選び方が変わると思います。 F

## 書道

江柳影寒新雨地塞  
鴻聲急欲霜天

和光教室書道部の山本淳子さん(米生) 作