



産山

- 広報 -

広報産山

発行日/令和4年7月5日
 〒869-2703 熊本県阿蘇郡産山村山鹿 488-3
 発行・編集/産山村役場
 ☎ 0967-25-2211 / FAX 0967-25-2864

7 令和4年
 No.635

7月 村民カレンダー

《診療所》
 診療時間：平日（土・日・祝日を除く）
 9:00～16:00

日	月	火	水	木	金	土
7/3	4 可燃物	5	6	7 ☒ 竹の畑 13:30～(予定) 可燃物	8 可燃物	9
10	11 可燃物	12 ☒ 中山鹿・家壁 13:30～(予定) ビン・カン	13	14 ☒ 乙宮 13:30～(予定)	15 可燃物	16 学園図書館 開放日 10:00～15:00
17	18	19 学園サロン 基幹集落センター 14:00～15:50 (予定) 可燃物	20 リサイクル	21 ☒ 田尻 13:30～(予定) 可燃物	22 可燃物	23 学園図書館 開放日 10:00～15:00
24	25	26 ☒ 産山 13:30～(予定) ビン・カン	27	28 ☒ 下田尻 13:30～(予定)	29 可燃物	30
31	8/1 ☒ 平川 10:00～(予定) 可燃物	2	3	4 ☒ 乙宮 13:30～(予定) 不燃物	5 可燃物	6

◎上記の行事は予定ですので、詳細については役場担当課までお尋ねください。☒ サロン

文芸のいずみ


目覚めると 名も知らぬ鳥
 さえずりて 田植の終り
 夫のんびりと

五月晴れ 野あざみ咲きて
 見とれると たくましき花
 頭のさがる
 日向 西澤 美幸

この年も 忘れず咲いた
 バラの花 亡き義母偲び
 香りやさしく

初夏の風 若葉のみどり
 心持良く ふるさとの山
 青くそびえて

手術より なすすべなしと
 告げられて 畑に一人
 草取りて居る
 田尻 雪井 早苗



産山村職員採用試験

小さな村だけど、可能性は無限大。

1次試験 9/18(日)
 2次試験 11月上旬予定
 募集期間 7/25(月)～8/12(金)
 ※土日祝を除く※郵送は8/12(金)消印有効

先輩職員の声

入庁1年目から責任ある仕事を任せてもらえるので大変だけれどやりがいを感じられる!!

仕事の幅が広い分、自分自身の知識や経験の幅も広げることができる!!

経験豊富な上司や先輩から受ける刺激が仕事のモチベーションにつながっている!!

試験概要

試験区分/一般事務(高卒程度)
 受験資格/平成4年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方
 採用予定/1名程度
 試験地/産山村基幹集落センター
 ※試験案内及び申込書は役場総務課に用意しています。
 産山村ホームページでダウンロードすることもできます。
 問 産山村役場総務課 ☎25・2211

他にもあります! 公務員採用試験



阿蘇広域行政事務組合職員

□受付期間 7/19(火)～8/5(金)
 □試験日 第1次試験 8/20(土) 第2次試験 9月
 □試験地 大阿蘇環境センター未来館
 □採用予定人数 一般事務 1名 介護士支援員 2名
 問 阿蘇広域行政事務組合 ☎0967-24-5111

入国警備官

□受付期間 7/19(火)～7/28(木)※インターネット受付
 □試験日 1次試験 9/25(日)
 問 福岡出入国在留管理局 ☎092-717-5420

海上保安官

□受付期間 7/19(火)～7/28(木)※インターネット受付
 □試験日 1次試験 9/25(日) 2次試験 10/18(火)～10/27(木)
 問 熊本海上保安部管理課 ☎0964-52-3103

My Dream ～私の夢～ 埜口 蒼真 (12)

自分で捌いた魚で料理を作りたい

ぼくの夢は自分でさばいた魚を食べてもらい、みんなを笑顔にすることです。
 きっかけは、ぼくが小さい時に漁師さんが自分でとった魚をさばくテレビを見たことです。とてもかっこよくて、ぼくも魚をさばいて料理をしてみたいと思うようになりました。
 最近、買ってきた刺身を切って、お皿に盛りつけて練習をしています。また、今は魚より肉の方がたくさん食べられていて聞きました。ぼくは肉も好きですが、魚も好きなので、「みんなにおいしいのに、あまり食べられないなんてもったいない」と思います。
 だから、魚の良さをみんなに知ってもらうために、魚のことをたくさん勉強します。そして、自分でさばいた魚を使った料理で、みんなが元気になれるように頑張りたいです。



Contents ～今月号の掲載項目～

- 3 職員採用試験
- 4 村のわだい
- 6 暮らしの情報
- 11 人権啓発
- 12 分駐所だより・本の部屋から
- 13 こんにちは保健師です
- 14 社協だより・ほっと館・健康小話
- 16 協力隊通信・ALT・子どもあるある
- 18 カレンダー・文芸のいずみ

表紙の一言

今回は産山学園5年生の「田植え体験学習」の様子を表紙にしました。泥だらけになりながらも熱心に田植えを行う子どもたちの様子が印象的でした。詳細は5ページに掲載しています。



人口の動き

(令和4年6月14日現在)

男性……739人 女性……681人
 合計…1,420人 世帯数…634世帯

◇赤ちゃんこんにちは◇

西村 優里 ちゃん (西田尻)
 大悟 様・陽子 様



村の情報をリアルタイムでお届けします!!



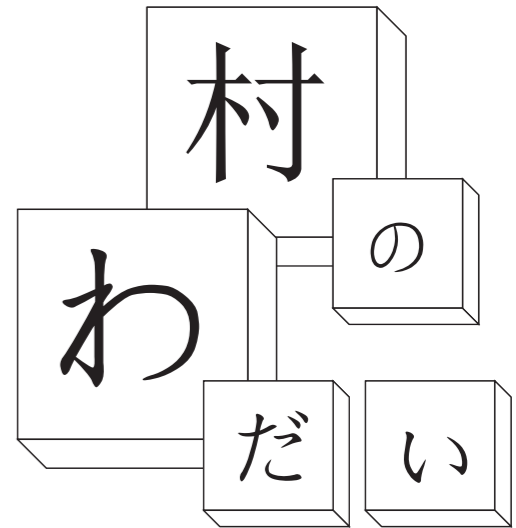
村公式 Instagram



村公式 Facebook



村公式 Twitter



産山村の草原風景が評価される

「未来に残したい草原の里100選」に選定

5月30日(月)、美しい日本の草原風景を顕彰する「未来に残したい草原の里100選」の選定地域が発表され、産山村がその1つとして選定されました。全国に残る草原とその地域に光を当て、人と自然の関わりの中で培われてきた知識や技術、地域の思いを共有し、次

世代へ受け継ぐことを目的として、全国草原の里市町村連絡協議会が初めて主催した事業で、全国で34地域が選定されています。本村の住民協力による野焼きの継続、草原資源の活用や保全活動、牛道(うしみち)等の特徴的な景観などが選定の決め手となりました。今

回の選定をきっかけに、これまで以上に地域の皆さんの手で守ってきた草原の価値を発信していきたいと思えます。



今年はやります「ヒゴタイ祭」
3年ぶりの開催が決定

ヒゴタイ祭り実行委員会において、8月6日(土)午後6時から「ヒゴタイ祭2022」を開催することが決定しました。新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年から中止が続いており、3年ぶりの開催となります。ヒゴタイ祭は、バザー出展、豪華商品が当たる抽選会、祭の締めには盛大な花火が打ち上がります。なお、感染防止対策を行ったうえで開催しますが、今後の新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止などの措置が取られる可能性がございますので、ご了承ください。



身体を動かして、健康増進を図る

県障がい者ゴルフ大会開催

5月27日(金)、熊本

県民総合運動公園スポーツ広場にて、第18回熊本県障がい者ゴルフ大会が開催されました。本大会は地域の障がい者の交流を図り、自己向上、社会活動への参加を推進することを目的として開催されています。

大会当日は、本村からの4名を含め県内より約200名の選手が参加され、お互いに声をかけ合いながらグラウンド・ゴルフを楽しまれました。また、晴天で暑い中でしたが、こまめに水分補給等の体調管理をされ、久しぶりに体を動かす良い

機会となりました。

今後も健康増進を図りながら各種行事等に参加していく予定です。大会に参加された皆さま、大変お疲れ様でした。



うぶやま学を通じて様々な感情を育む

学園生が田植えと茶摘みを体験

産山学園では、地域と連携し体験を通して様々な学びを得る「うぶやま学」という地域学習に取り組んでいます。その一環として、5月23日(月)に学園5年生が「田植え体験学習」に、5月27日(金)には学園1〜4年生が「茶摘み体験学習」に参加しました。

田植え体験では、学校応援隊である池部奨さんから田植えの方法、米として食べられるようになるまでの過程について説明を受けた後、子どもたちは泥だらけになりながらも熱心に、そして丁寧に苗を植えていきました。

茶摘み体験では、学園

の先生からおいしい茶葉の見分け方などの説明を受けた後、子どもたちはおいしい茶葉をたくさん取ろうと真剣に葉っぱの感触を確かめながら、袋いっぱい茶葉を摘んでいきました。

学習を通して農業を理解し、先人たちの苦労や食の大切さを知り、子どもたちに「産山に誇りを持ち自己の生き方を考える」きっかけを与えてくれる貴重な体験となったことでしょう。



子ども・若者総合相談センター出張相談会

これからの将来が不安、人間関係で悩んでいる、学校に行けない・行きたくない、学校を辞めてしまった、働く気が起きないなど、さまざまな悩みや心配事についてご相談ください。本人はもちろん、家族、関係者の方でも大丈夫です。一人で抱え込まず、気軽ににご相談ください。 ※参加希望の方は、一度左記までお問い合わせください。

■相談日時

7月6日(水) 10時30分から15時30分まで ※15時までにご来場ください。

■会場

阿蘇市農村環境改善センター

■対象

主に15歳から39歳までの方と そのご家族、友人、知人など

■料金 無料

熊本県子ども・若者総合相談センター

☎096・387・7000

年金出張相談を開設します

年金の種類により熊本東年金事務所での手続きが必要となりますが、出張相談で可能となる手続きもあります。お待ちいただく場合などがありますので、事前予約をお勧めしています。詳しくは、左記連絡先までお問い合わせください。

■熊本東年金事務所

☎096・367・2503

Table with columns: 開設場所, 時間帯, 7月, 8月, 9月. Rows include 阿蘇市, 高森町, 小国町.

帯当たり10万円の現金を給付します。 ※既に本給付金を支給されている世帯は対象になりません。

■対象

①令和3年度住民税非課税世帯

基準日(令和3年12月10日)

に産山村に住民票があり、世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税である世帯

②令和4年度住民税非課税世帯

基準日(令和4年6月1日)

に産山村に住民票があり、世帯全員の令和4年度分の住民税均等割が非課税であり、①の給付金を支給されていない世帯

③家計急変世帯

令和4年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、①もしくは②の世帯と同様の事情にあると認められる世帯

※住民税均等割が課税されている方の扶養親族等のみで構成される世帯は、対象外となります。

■支給方法および支給時期

村から対象世帯宛てに「確認書」を発送します(7月上旬を目安に順次発送予定)ので、届き次第、振込口座等を確認して「確認書」を役場に提出してください。(家計急変世帯は申請書の提出が必要です)

住民課 ☎25・2212

内閣府コールセンター ☎0120・526・145

マイナンバーカードの手続きについて

7月26日(火)はシステムのメンテナンス作業によりマイナンバーカードに関する手続きが出来ません。マイナンバーカードの受け取りや、電子証明書の更新などの手続きがある際には26日(火)以外での来庁をお願いいたします。マイナンバーカード申請の手続きなどは可能ですので、不明な点は左記までお問い合わせください。

■住民課

☎25・2212

マイナンバーPRキャラクター マイナちゃん



8月から新しい国民健康保険証を使用しましょう

現在お持ちの保険証の有効期限は、令和4年7月31日までとなっています。8月から使用する新しい保険証を7月中旬に簡易書留で発送しますので、8月1日からは新しい保険証をご使用ください。

また、令和3年度およびそれ以前の保険税を滞納されている方は、早期の納付をお願いします。 限度額適用・標準負担額減額認定証は、毎年8月に切り替えが必要のため、該当される方は申請をお願いします。

住民課 ☎25・2212

住民税非課税世帯に10万円を給付します

「令和4年度に新たに非課税世帯となった世帯」及び「新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯」に対し、1世帯当たり10万円の現金を給付します。

インボイス制度 登録申請受付中

令和5年10月1日からインボイス制度が始まります。インボイスを交付する事業者となるには事前に登録申請が必要です。 不明な点や制度に関するご相談は左記コールセンターにて受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

国税庁専用ダイヤル(無料) ☎0120・205・553

受付時間 9時~17時

ペットのための 災害時への備え

災害時にペットを守るには飼い主だけでなく、日頃から備えをしておきましょう。日常的に「むやみに吠えない」「ケージに入る」等のしつけをしておく、避難所へ避難した際、周囲の生活環境への配慮に繋がります。

■阿蘇保健所

☎0967・24・9035

サマージャンボ7億円 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて) サマージャンボミニ3千万円 (1等3千万円) 7月5日(火)2種類同時発売! 各1枚 300円 発売期間 7/5(火)~8/5(金) 公益財団法人熊本県市町村振興協会

消防車売ります 消防本部の消防ポンプ自動車を「一般競争入札」で売却します。 入札日 8月16日 物件の詳細は阿蘇広域行政事務組合消防本部ホームページにてご確認ください。 ランドクルーザー70消防車 阿蘇広域行政事務組合消防本部 ☎0967-34-0215

熊本県子牛市場品種別セリ成績表 市場セリ日:令和4年6月8日(水)~10日(金) ※熊本県畜産農協阿蘇支所統計による. Table with columns: 毛色, 性別, 頭数, 平均価格, 先月比, 平均体重, kg単価, 平均日齢.

「ひとりで悩まず相談を」 あなたの街の相談パートナー・・・人権擁護委員

6月1日は、「人権擁護委員の日」でした。産山村では、この日に合わせて、人権擁護委員による特設人権相談会が開催されました。産山村の人権擁護委員、吉野文夫さん(産山区)と中村祐介さん(田尻区)のお二人に、活動等についてお話を伺いました。



吉野文夫さん 中村祐介さん
＜人権擁護委員とはどんな仕事ですか？＞

法務大臣から委嘱された民間ボランティアで、人権に関わる相談パートナーです。私たちは、熊本地方方法務局阿蘇大津支局に所属し、阿蘇大津地域の方々の人権を守るためのお手伝いをしています。

＜どんな活動をしているのですか？＞

法務局と連携し、人権相談や人権被害者の救済、人権の大切さを知ってもらうための啓発活動などを行っています。活動を充実させるため研修や会議にも参加します。

＜人権相談について教えてください＞

様々な人権に関する相談に応じて、法務局などの関係機関につなぎながら問題解決のお手伝いをしています。相談は無料で、秘密は守られますので、気軽に相談してください。

＜子どもも相談できますか？＞

子どもたちの相談については、各学校に「子どもの人権 SOS ミニレター」の用紙を配布し、届いた手紙の相談に返事を書いています。子どもたちの心に寄り添い、必要な場合は、関係機関につなぎ、解決の手伝いをすることもあります。

＜どんな啓発活動をされていますか？＞

阿蘇・大津管内の住民に対して、人権の大切さを伝える活動をしています。また、人権尊重の重要性を理解し、豊かな人権感覚を身につけられるよう、全国中学生人権作文コンクールの作品募集を行い、人権啓発につなげています。

＜「特設人権相談」の時以外は、相談できないのですか？＞

次の産山村での特設人権相談は、12月1日を予定しています。それ以外に、毎週3回(月・水・金)阿蘇大津支局で常設の人権相談を行っています。連絡いただければ、いつでも、どこでも(ご自宅でも)相談に応じます。

みんなの人権 110 番

☎0570-003-110



＜村民の皆さんへ＞

現代社会は、人権問題も多種多様になっています。一人で抱え込んでしまうと心身のダメージは大きいです。様々な社会的要因により自分の人権が侵害されていると感じたら、是非ご相談ください。話すことで少し心が楽になるかもしれません。人権の大切さを伝えながら、皆さんの人権を守るために役に立てればと思います。

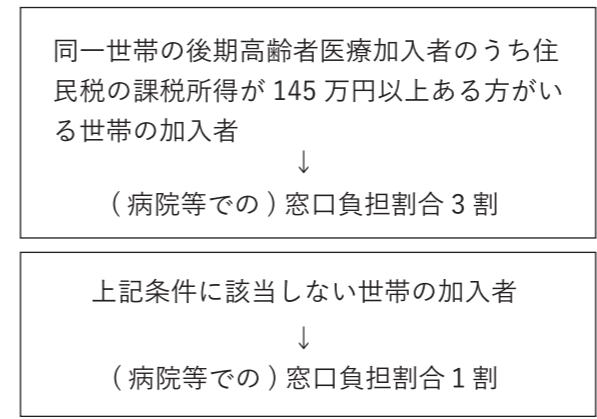
お話を伺い、一人で悩まずに誰かに相談することで、問題の解決の第一歩になる。そして、周囲の人を「一人にしない」心豊かな生き方をすることで、人権が守られる、笑顔あふれる産山村を保っていかれると思いました。(人権教育指導主事 有住)

後期高齢者医療 被保険者証について

令和4年10月1日から後期高齢者医療保険の病院等での窓口負担割合の見直しが行われ、2割負担の制度が新設されることに伴い、令和4年度は保険証を2回交付します。

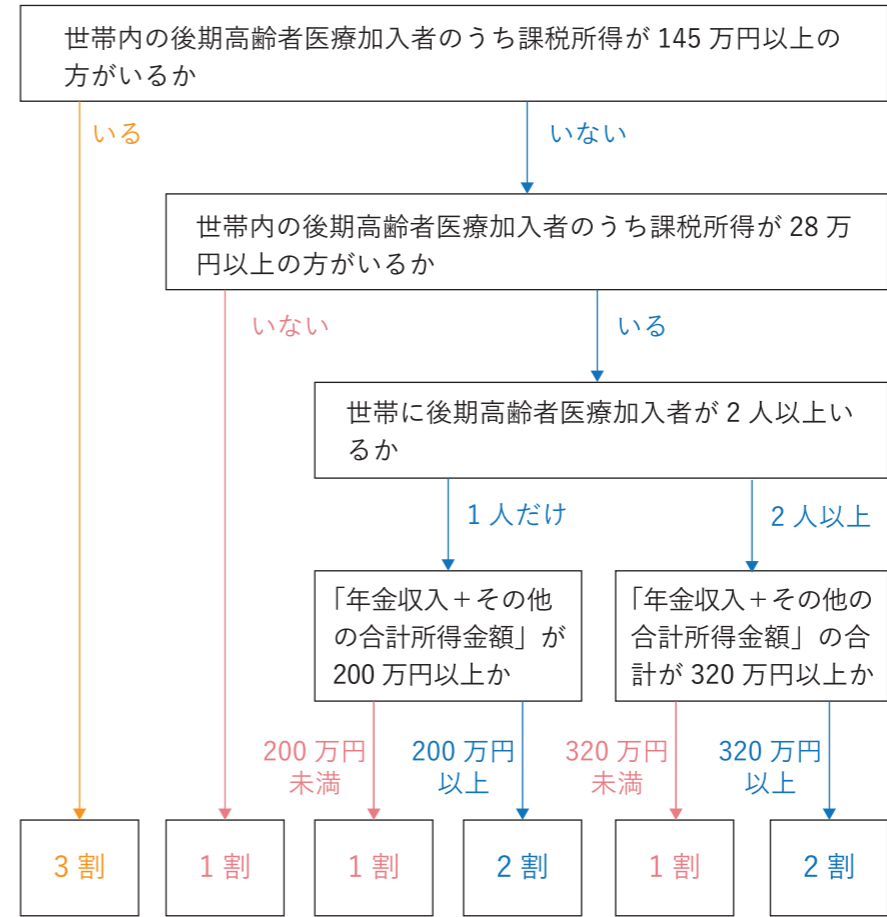
■1回目

1回目の新しい保険証(オレンジ色)は7月中旬に簡易書留等で郵送します。有効期間は「令和4年8月1日から令和4年9月30日まで」となっています。



■2回目

2回目の新しい保険証(薄青色)は9月中旬に簡易書留等で郵送します。有効期限は「令和4年10月1日から令和5年7月31日まで」となっています。令和4年10月1日からの病院等での窓口負担割合は左記の表のとおり判定されます。



※1 詳しくは7月上旬にリーフレットを送付予定です。併せてそちらもご確認ください。
※2 新しい保険証の裏面に臓器提供の意思表示欄があります。臓器提供の意思表示をする場合はボールペンで記入してください。

問 住民課 ☎25-2212

私が地域活性化起業人です 谷内 誠

60(1985)年大学卒業後銀行勤務を経て産経新聞に転職しました。政治部、経済部、横浜他の地方支局、夕刊フジ報道部など編集畑を中心に記者生活35年。昨年定年となり現在は嘱託で、引き続き勤務しています。地域活性化起業人として、これまでの経験を生かし、村の知名度アップ、産業振興につながるお手伝いをしていきます。まだまだ、産山のことも九州のことも分かりませんが、皆さまの郷土愛を応援できようがんばります。よろしくお願ひします。



合併処理浄化槽への転換には補助金が使えます

生活排水による公共用水域（水路や河川など）の水質汚濁の防止や公衆衛生の確保の観点から、合併処理浄化槽への転換に対して補助を行っています。

くみ取り便所や単独浄化槽の方は、合併処理浄化槽への転換をお願いします。合併処理浄化槽の更新については補助対象外となります。また、新築については対象となる場合とまらない場合がありますのでご相談ください。

浄化槽の補助金は予算が決められていますので、今年度または来年度実施予定のある方は早めにお知らせください。

■補助額

5人槽	356千円
6〜7人槽	428千円
8〜10人槽	620千円

問 住民課 ☎25・2212

家庭用生ごみ処理機の補助を行っています

村内の家庭から排出されるごみの減量化や堆肥としての資源化を図ることを目的に、家庭用生ごみ処理機の補助を行っています。

村ではごみの減量化を推進しています。あなたもチャレンジしてみませんか。

■メリット

- ・ごみの減量化とごみ出しの負担の軽減
- ・生ごみのニオイがなくなり、キッチンが清潔・衛生的
- ・有機肥料素材としてリサイクル
- ・ごみの集積所の衛生面と自治体のごみ処理量の削減へ貢献

■補助額 上限2万円

問 住民課 ☎25・2212

「ふるさとの川をきれいにしたい」を応援します！

県が管理する河川において、美化活動を行うボランティア団体等を募集しています。

希望に応じて、軍手やごみ袋等の支給、傷害保険の加入、ごみの運搬・処分などの支援が受けられます。きれいな川を保つために、皆さんのご協力をお願いします。

検索

くまもとマイ・リバー・サポート

問 阿蘇地域振興局

土木部維持管理調整課

☎0967・22・1118

住宅金融支援機構からのお知らせ

お知らせ

住宅金融支援機構では、平成28年熊本地震で被災した住宅を復旧するための「災害復興住宅融資（建設資金、購入資金、補修資金）」の借入申込の受付を継続しています。お申し込みをご検討の方は、お早めにご相談ください。

■申込受付期間

令和5年4月30日

問 住宅金融支援機構

お客さまコールセンター

0120・086・353

ミツバチに対する農薬危害防止について

ミツバチは採蜜はもとより果樹類やいちご、メロン、すいか等の園芸作物の花粉交配には不可欠で、農業生産において重要な役割を担っています。これから早期水稲は出穂・開花期を迎えます。この時期の農薬散布にあたっては、次の3点に留意し、ミツバチに被害が生じないように十分注意しましょう。

■注意

- ・農薬ラベルの使用上の注意事項をよく確認し、ミツバチに影響のある薬剤を使用する場合は特に注意する。
- ・近くの養蜂家と巣箱の位置や防除計画など事前に情報交換する。
- ・防除時は、水田の周辺を十分確認し、ミツバチや巣箱に農薬がかからないよう注意する。

問 熊本県農業技術課

☎096・333・2381

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」および 「後期高齢者医療限度額適用認定証」の更新の手続き等のお知らせ

■現在「限度額適用・標準負担額減額認定証」（黄色）・「限度額適用認定証」（桃色）をお持ちの方
令和4年7月31日で有効期限が切れますので、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」（薄青色）または
「限度額適用認定証」（桃色）を7月中に郵送します。8月1日からご使用ください。

■新しく申請が必要な方

所得区分が低所得者Ⅰ・Ⅱの方および現役並み所得者Ⅰ・Ⅱの方で、「限度額適用・標準負担額減額認定証」（以下「減額証」という）または「限度額適用認定証」（以下「限度証」という）をお持ちでない方は、外来および入院で受診される際に利用できますので、市町村の担当窓口申請してください。

【申請に必要なもの】

後期高齢者医療被保険者証、本人確認書類

■入院・外来時の自己負担限度額および入院時の食事代

負担割合	負担区分	自己負担限度額		入院時の食事代 (1食当たり)	「減額証」 「限度証」 発行の有無
		外来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)		
3割	現役並み所得者Ⅲ (住民税課税所得 690万円以上の方)	252,600円 + (総医療費-842,000円) × 1% <4回目以降140,100円> (※1)		460円 指定難病患者の方などは260円の場合もあります	発行なし 申請不要
	現役並み所得者Ⅱ (住民税課税所得 380万円以上の方)	167,400円 + (総医療費-558,000円) × 1% <4回目以降93,000円> (※1)			発行あり 申請が必要
	現役並み所得者Ⅰ (住民税課税所得 145万円以上の方)	80,100円 + (総医療費-267,000円) × 1% <4回目以降44,400円> (※1)			発行あり 申請が必要
2割	一般Ⅱ (令和4年10月から)	18,000円 (年間上限14.4万円) または [6,000円 + (医療費 -30,000円 × 10%) の低い方 を適用	57,600円 <4回目以降44,400円> (※1)		発行なし 申請不要
	一般Ⅰ	18,000円 (年間上限14.4万円)			
1割	低所得者Ⅱ (※2)	8,000円	24,600円	過去12か月で90日までの 入院 210円 過去12か月で91日目から 入院 160円	発行あり 申請が必要
	低所得者Ⅰ (※3)	8,000円	15,000円	100円	発行あり 申請が必要

◎ 入院時の食事代について、療養病床に入院する場合は金額が異なりますので、入院時に医療機関にお尋ねください。

(※1) 過去12か月以内に外来+入院の限度額を超えた月が4回以上あった場合、< >内の金額となります。

(※2) 低所得者Ⅱとは、世帯の全員が住民税非課税の方（低所得者Ⅰ以外の方）。

(※3) 低所得者Ⅰとは、世帯の全員が住民税非課税かつ、世帯全員の所得が0円の方。

（年金の所得控除額を80万円、給与所得がある場合は給与所得金額から10万円を控除して計算）。

【お問い合わせ先】

役場 住民課 電話番号 25-2212

熱中症に注意！

近年の猛暑により熱中症で搬送される方が年々増加傾向にあります。そのため、熱中症への予防・対策グッズを簡単に紹介します。

■ 予防するために：

- ・ 水分補給をこまめに行うと共に、塩分も適度に補給する。
- ・ 室内の気温、湿度を最適に保つ。
- ・ 給水、速乾性のある衣服を着る。
- ・ 作業をする時などは休憩をこまめにとる。
- ・ バランスの良い食事と、睡眠を十分にとる。

■ 熱中症対策グッズ

- ・ 経口補水液
- ・ 塩分タブレット、塩飴
- ・ 冷感タオル
- ・ 冷感寝具
- ・ 日傘
- ・ 携帯用扇風機
- ・ 帽子



水の事故に注意！

梅雨が終わり暑くなると、水浴やプールなどで水に接する機会が増えていきます。水の事故には十分に注意しましょう。

■ 予防するために：

- ・ 子どもだけでは行かない。
- ・ 子どもから目を離さない。
- ・ 天候は必ず確認する。
- ・ 危険だと思ふところには近寄らない。

■ 事故に遭遇したら：

- ・ 1人で助けようとせず、付近の人に助けを求めろ。
- ・ ペットボトルやロープ、長い棒を使って助ける。

熱中症、水の事故についての予防点を押さえ、安全で楽しい夏を過ごしていきましょう!!



新しい出会いを：

先月に引き続き、新しい本が入っています。

注目は、この夏話題の映画の原作本です。中でも『破戒』は百年以上前に書かれ、かの夏目漱石が「後世に伝えるべき名篇」と評した作品です。映画化をきっかけに、新たに手にとる人が増える嬉しいです。私も〇十年ぶりに再読しようと思っています。他にも、ベテラン・若手の人気作家が新境地を拓く意欲作や、忙しい時に好きなページだけを楽しめる本なども揃えています。雨宿りや暑さをしのぎに、どうぞ気軽にお立ち寄りください。



7月の
学園図書館開放日
16日(土) 23日(土)
10:00～15:00

マスクの着用と入口での検温・手指の消毒にご協力をお願いします。発熱や咳など体調のすぐれない方はご遠慮ください。

今月の開放日は第3・第4土曜日に変更しています。ご注意ください。また、今月は県立図書館配本を入れ替えます。ご利用中の熊本県立図書館のバーコードの本の返却をお願いします。

こんにちは保健師です

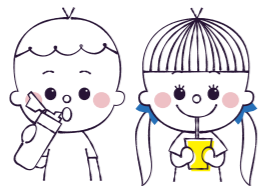
お問い合わせ先：健康福祉課 ☎25-2212

新型コロナウイルス感染症対策をしながら熱中症予防をしよう！

現在も実施している感染対策（身体的距離の確保・マスクの着用・手洗い）や3密（密集・密接・密閉）を避けるなどの対策を取り入れ、今年度も下記のような熱中症予防を実施していく必要があります。

こまめな水分補給

こまめな水分補給が熱中症予防には重要です。マスクを着用していると、喉の渇きを感じにくいと予想されます。1日あたり1.2リットルを目安に水分摂取をしましょう。多くの汗をかいたときは塩分も補給しましょう。



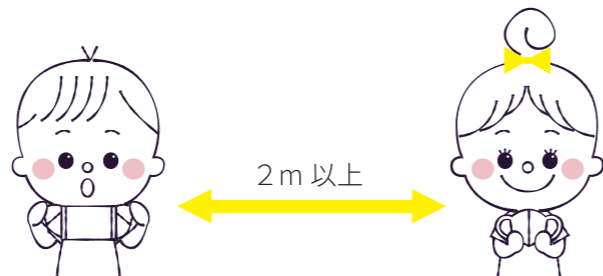
暑い場所を避けよう

感染症予防として換気を実施しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調節しましょう。また、暑い日や暑い時間帯に無理をしないようにしましょう。



人との間隔をあけてマスクをはずす

マスクを着用して活動すると、心拍数、呼吸数、体感温度の上昇から身体に負担がかかると考えられます。屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合はマスクを外しましょう。マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲との距離十分にとったうえで、適宜マスクを外して休憩しましょう。



注意事項

- 1 1日だけの開催になるかも？
ふるさと総合健診は申込人数によっては規模を縮小して、1日だけの開催へ変更する場合があります。
- 2 開催の中止があるかも？
新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、開催日程の変更・中止する場合があります。

住民健診の日程および内容

ふるさと総合健診

8月28日(日)・8月29日(月)
(特定健康診査、各種がん検診をすべて受診)

複合健診

8月30日(火)・8月31日(水)
(ご希望の健診を選んで受診)

年に一度は健診を受け、自分の健康状態をチェックしましょう。

産山村地域応援隊からの
お知らせ

産山村地域応援隊を
募集しています

今年も草刈りの季節がやってきました。産山村地域応援隊（産山村シルバー人材センター）では村内の独居・高齢者世帯向けに様々なサービスを提供しています。



※作業料金は実際の現場を確認してからの見積もりとなります。
【注意点】

○産山村地域応援隊は収益を目的とはしていません。

○お手軽にお電話などでご依頼が可能です。

○仕事は応援隊員が責任をもって完成いたします。

○業務内容によってはお受けできない作業もあります。

○代金は作業完了後のお支払いで結構です。

あなたの特技を是非とも村のために生かしてみませんか？

【条件】

○おおむね60歳以上の方なら男女関係なくどなたでも登録可能です。

○あなたの空いた時間のみの作業で結構です。

○業務内容は除草作業から屋内軽作業など様々です。

問 産山村社会福祉協議会

☎0967・23・9300

ゴールドクラブのために学園生が頑張りました！

産山学園生が子どもヘルパー事業で制作した「ゴールドクラブ活動への参加案内のためのメッセージ」をお知らせ端末にて放送し、公民館や診療所などには「手作りのポスター」を掲示しています。

また、制作した健康体操動画も実際に体験して、メンバーの方々は楽しんで元気に活動されています。これからも子どもヘルパー事業を通じて一緒に体験・交流を深めていきます。



産山学園サロンを開催します

産山学園とリモートで繋いだ「産山学園サロン（子どもヘルパー活動）」を開催します。学園生が子どもヘルパー講義のテーマである「認知症予防体操」や「ユニバーサルデザイン」、「コミュニケーション」について発表や実演を行います。年齢を問わずどなたでも参加できますので、皆さまのご参加をお待ちしています。



サロンの魅力

- ・認知症を防ぐ
- ・子どもと交流できる
- ・介護予防ができる
- ・体調管理ができる
- ・幸福感が上昇する

サロンの概要

日時／7月19日（火）
14：00～15：50
場所／基幹集落センター
参加費／無料
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催を見合わせる場合があります。

福祉サービスセンター「ほっと館」です

お問い合わせ先：ほっと館 ☎25-2233

九州では梅雨の長雨がが続いています。水害や農作物の生育など心配ごともありますが、雨が降らなければ水不足で困ることもあります。今はじっと梅雨明けを待ちましょう！

ほっと館でも室内の活動を中心に過ごしています。

6月の壁画作成



サイコロでオセロゲーム



橋落としゲーム



健康小話

産山村診療所看護師 西村美奈

意外と知らない!? 骨粗しょう症の予防法

骨粗しょう症とは、骨量の減少や骨質の劣化により、骨の強度が弱くなって骨折しやすくなる病気です。

一度骨粗しょう症になると、骨量を増やすことは難しくなります。検診等での早期発見とともに、骨量維持を意識した生活をしてみてはいかがでしょうか？

【予防法1】

カルシウムを多く摂る
骨粗しょう症を予防するには、1日800mg程度のカルシウムが必要です。

〈カルシウムが豊富な食品〉
牛乳、チーズ、大豆、ヨーグルト、豆腐、ワカサギ、納豆、ゴマ、小松菜、チンゲン菜、春菊など



【予防法2】

適度な運動をする
カルシウムを摂るだけでは骨量は増えません。併せて、体を動かして骨に刺激を与えることが重要です。毎日6000歩〜7000歩程度を目安に歩きましょう。

【予防法3】

適度な日光浴でビタミンDを生成する
ビタミンDにはカルシウムの吸収率を高める働きがあり、食事から摂る以外に、太陽光（紫外線）に当たることで作ることができます。日焼けしない程度に戸外を歩き、適度な日光浴をすると効果的です。

※窓越しの日光浴では効果は少ないようですので、ご注意ください。

TOPIC ▶ 地域おこし協力隊通信

産山村に潤いが生まれるよう

ふるさと納税を頑張っていきたい

はじめまして、地域おこし協力隊の飯田と申します。佐賀からやってまいりました。産山村には、大カルデラに草原が広がる景色に癒しを求めてバイクでミルクロードを走りに来ていました。景観を望む高台で飲むコーヒーは格別です。

そんな産山村にご縁があつて2月に地域おこし協力隊に採用いただきました。現在は「一般社団法人 うぶやま未来ラボ」でふるさと納税の仕事を担当しています。4月から準備にかかり、やっと法人として仕事ができる環境ができてきました。

訪れながら、公開をはじめたところですが、ふるさと納税が増えることで、産山村に潤いが生まれるよう頑張っていきたいと考えております。

まだまだ知らないことばかりで「返礼品絶賛募集 中！」です。「こんな商品があるよ」とか「こんな事は返礼品にならないかい？」とか気軽に声をかけたいだけだと嬉しく思います。どうかみなさん、よろしくお願いたします。

(飯田 政樹)

TOPIC ▶ こんにちは、クーリーです

いよいよ夏がやってきましたね。暑い日が続いていますがお元気ですか？

学園の体育大会も無事に終わることができて、本当に良かったです。子どもたちはランニングやパフォーマンスで、大活躍でした。

近々、日本では選挙がある

そうですが、オーストラリアでも連邦選挙があり、新しい首相が誕生しました。みんなが投票し、みんなのためにベストを尽くしてくれる良い代表が誕生することを願っています。

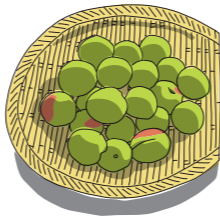
5月の最後の週末、私はオオサンショウウオの生息地である鳥取県へボランティアに行きました。人為的な問題でオオサンショウウオが大変なことになっているので、それを救おうとしている自然保護団体を手伝いに行ったのです。この活動はイギリス人が中心となって行っていますが、日本

人にとって大切な生き物が日本人によって粗末に扱われているのはとても悲しいことです。

2つの大きな問題は、水にたくさんの化学物質が含まれていることと、大きなコンクリートの堰が作られて川を塞いでしまっていることで、サンショウウオが繁殖できないことです。私が行った活動が少しでも役に立ち、鳥取で頑張っている人たちがサンショウウオの保護に成功することを願っています。自然環境を守るためにがんばりましょう。では、健康に気をつけて、よい夏をお過ごしください。



産山学園 外国語指導助手 (ALT) ジェームズ・クーリー (オーストラリア クイーンズランド州出身)



Vol.26

うぶやま版
こどももあるある
マンガ



「せんせい、ニコがざらざらしてかゆいです。」
「きのうばあばとおでかけしてメモ帳買ってもらったの。見て。」
「ニコ触ってみて、ほら、ちょっとふくれてるでしょ。」
「消しゴムがありません。」 「宿題が破れましたー。」
はいはいはいはい。ひとりずつ言ってくださーい ((+_+))



ウルトラマン級。



ぼくもおお。ならじゃんけんね。



国会答弁か。



メッシュのぼうしからみこばえ。

産山村放課後児童クラブ支援員
おたにまさえ