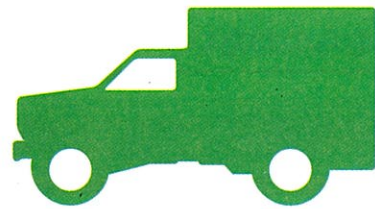


出初式
防災・防火意識新たに





移動販売がやってくる！ ヒゴタイ音頭とともにやってくる！

移動が困難な高齢者の買い物を支援するため、食料品や生活用品を移動販売車で届ける社会実験が、1月8日(水)から2月28日(金)までの期間限定で始まりました。今回の実験は、村民の皆様から交通と買い物に対する危機感が寄せられ、執行部が実験の実施を提案し、議会の協力・助言のもと実現したものです。

移動販売車は、ヒゴタイ音頭を流しながら、月、水～金曜日の週4日間、村内4つのコースを巡回しており、「見守り」対策も兼ねて、高齢者世帯等の直接訪問も行っています。

1月22日、南部地区公民館での移動販売を利用された大庭竹康子さんは「移動販売が始まって良かった。まだ車で買い物には行けるけど、いずれ免許を返納する 때가 きたら、必ず必要になる。」と感激した様子で棚から食パンや卵などを手に取って買い物をされていました。



それ以外の声として、利用された方からは移動販売をきっかけに地域の人々が集まり、地域での交流の場になっているというお話や、今後の村での買い物の課題を解決するために是非協力したいと、移動販売を積極的に利用して下さる若い方々もいらっしゃいます。

今回の移動販売や今後の買い物・交通に対する悩みについて、是非、役場企画振興課まで皆様の声をお知らせください。実験で得られたデータや、皆様から寄せられたご意見・ご要望等をもとに今後の対応を検討し、次の施策につなげていきたいと思ひます。



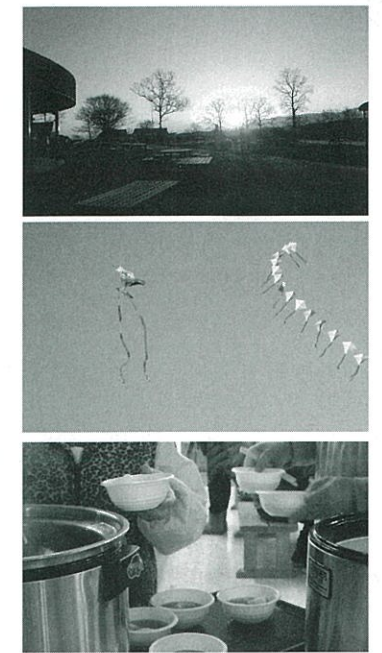
移動販売車の運転手の小川さん



地域おこし協力隊通信 (藤岡)

子年に思いをはせて

村民の皆様、こんにちは。村民の皆様のおかげで、ありがたいことに2度目の御来光を拝むことができました。私が勤務する(株)うぶやまの「うぶやま牧場」では例年、初日の出を見に多数のお客様がお出でになります。牧場内では、振舞いのぜんざいや温かいブラウンスイス牛乳の提供でとても賑わい、お正月ムードに包まれました。令和2年の本年は晴天に恵まれたうえ、牧場で見る日の出はいつも感動を与えてくれます。今年の十二支は「子年」で干支の始まりの年にあたります。干支とは、「干」にあたる十干(じっかん)と、「支」にあたる十二支を組み合わせたものです。今年(か)は十干が庚(かのえ)で十二支が子(ねずみ)なので、干支は庚子(かのえね)となります。庚(かのえ)は物事を継続すべきことと刷新すべきことを見計らうという意味があり、新しい事をスタートするには最適の年です。また、「鼠は大黒天(だいこくてん)の使い」という諺があります。鼠は福の神だという考えで鼠は七福神の一人の大黒天の使者なのです。福を運んでくれる「子」の干支にあやかり、初心に戻り心機一転で物事に取り組んでいきたいと思ひますので、本年もどうぞ宜しくお願いします。



今日の表紙 産山村消防団・少年消防隊出初式

1月11日(土)に新春恒例の出初式が開催されました。少年消防隊19名が参加し、防火・防災への心意気を示しました。通常点検では、各分団、少年消防隊とも見事な規律が披露されました。

短歌

文芸のいずみ

新しい令和を迎え幸せと健康願ひ天あおぎ見る
元気でね遠くに帰る孫がゆうそつとかなずき涙をかくし
ダイに来て手を取る彼のやさしさが今のわたしに良薬となり
遠く住む帰省の末孫にこの年もすこやかなれと我祈るのみ
ゆく年を心おきなく鐘の音に迎ゆる新年に希望を託して
ひたすらに夫を待ちいる夕べにはねぐらに帰る鳥の群飛ぶ
日が暮れて心ウキウキ夫を待つ夕食共に会話はずむを
霧晴れて高くそびえる久住山夕日を反射す峰の白雪
御湯船 関野 侃作
日向 西澤 美幸
山鹿 酒井 耐子
中尾 雪井 早苗

(令和2年1月21日提出)

ご結婚おめでとう
井 健一郎 様
麗 香 様
(御湯船東)

お悔やみ申し上げます
井 ナツヨ 様
一月八日没(小園)
井 万亀郎 様
一月八日没(乙宮)

熊本県子牛市場品種別セリ成績表 熊本県畜産農協阿蘇支所統計による
○市場セリ日:令和2年1月8日(水)~10日(金)

品別	性別	頭数	平均価格	先月比	平均体重	Kg単価	平均日齢
褐	去勢	174	670,248	▲28,363	314	2,131	282
	メス	140	576,023	▲31,971	298	1,932	292
	産山平均						
	毛	去勢	2	547,800	▲132,963	313	1,753
	メス	1	635,800	27,500	344	1,848	318
黒	去勢	456	792,463	▲54,028	308	2,575	287
	メス	370	714,266	▲30,456	280	2,554	292
	産山平均						
	毛	去勢	13	761,454	▲111,763	394	2,586
	メス	14	709,029	▲2,371	276	2,572	293

産山村人口の動き(1月21日現在)

男.....787人
女.....725人
合計.....1,512人
世帯数.....652戸
男 出生 0人 死亡 1人
 転入 2人 転出 0人
女 出生 0人 死亡 1人
 転入 1人 転出 0人



『くまもと農と観光モニターツアー』を開催！【山吹集落】

都市部からの交流人口を増やすことで、少子高齢化や人口減少が著しい本村における持続可能な地域づくりにつなげることを目的として、本村ならではの豊かな食や体験を都市部で生活している方々に提供する日帰りモニターツアーが、令和元年12月17日(火)に、本村の山吹集落(乙宮・小迫・笹鶴)で開催されました。

当日は、福岡方面から応募があった20代から70代までの32名の参加者たちが、大型バスに乗って山吹集落を訪れ、市原村長と山吹協定代表の井友秀氏による歓迎の挨拶を皮切りに、モニターツアーが始まりました。

当日は、あいにくの雨模様でしたが、午前中は地元の散策ガイド(井春夫氏)の案内で、山吹水源や扇棚田の散策を楽しみ、昼食は、山吹集落の皆さんの自慢の一品を結集させた「切り株御膳」を提供しました。お漬物や生こんにゃく、おはぎ、ヤマメの唐揚げ、イノシシのステーキ、扇棚田の米など、山吹集落で採れた食材を使った特製「切り株御膳」は、参加者からも大好評でした。

午後は、2班に分かれ、笹鶴のASOうぶやまキョッフェではクリスマスリースづくり体験(講師:竹本多恵氏)を、乙宮ではしめ縄づくり体験(講師:村地域おこし協力隊堀江宏喜氏)を、それぞれ地元老人会の皆さんや地域住民の指導・協力のもと楽しみました。

終盤は、山吹集落の地域住民とツアー参加者による意見交換会が行われ、参加者からは山吹集落の魅力や他地域に誇れるもの、または、不足していることや改善すべき点など、山吹集落の今後に期待する率直な意見が聞かれました。

山吹集落では初の試みとなった今回の「農と観光の連携モニターツアー」は、地域住民が一体となって参加者をもてなし、地域で稼げる仕組みを作るといふ、新たな目標に向けて動き出す「第一歩」となりました。



山吹自慢の味でおもてなし！特製「切り株御膳」



しめ縄づくりの様子。藁の独特の編み方に参加者は四苦八苦！

12/22(日) 餅つき交流会(南部地区)

南部地区公民館で地域の住民が参加し餅つき交流会が行われました。

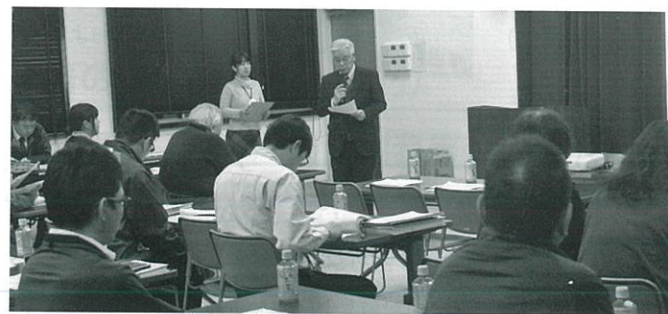
たくさんのお子も参加し、大人と一緒に杵を振りました。つきたてのお餅は、小豆あんを入れたり、きなこをまぶして皆で食べました。

また、餅つきと併せて門松作りも行われ、出来上がった立派な門松一対は、新年への願いを込め公民館入口両脇に飾られました。



うぶやま未来計画づくり

昨年8月より定期的に開催している産山未来会議。少子高齢化や過疎化といった課題を克服し、安心して暮らすことのできる村を目指す計画を作るため、毎月話し合いを重ねています。これまでの会議では課題を整理したり、村の資源や宝について考えたり、事業の優先順位をつけたりと産山村のこれからの方向性を見出す作業を一つ一つ丁寧に行ってきました。12月からは計画づくりも佳境に入り、今後10年の村づくりの方針となる「目標」や20年後の村のあるべき姿を表した「理想(ビジョン)」を決める段階に来ています。これまでの住民アンケートや各団体への聞き取り等で浮き彫りになったのは、しっかりと「稼ぐ」ことができる村になることが、人口減少や担い手不足をはじめとする様々な課題の解決につながっていくということ。そして、そのことが自立した村としての存続を可能とすること。これら骨子への肉付けとすべく、目標や理想を実現するための事業や政策を考え、3月の計画完成を目指します。



2月の産山未来会議の様子



1/12(日) どんどや

1月12日、駐在所の向かいの田んぼにて、毎年恒例の上山鹿東・西、大蘇地区のどんどやが開催されました。

これでもかというほど集められた青竹を、使い古しのホダ木の木組に挿したり立てかけたりして、大きな山を作り、その中に村長が入り、着火しました。

組み上げられた竹は、熱くて近づけないほどの火柱となり、竹の破裂音を響かせながら、青竹はあっという間に燃えて、木組みだけになってしまいました。

その間近所の方々が集まっては、年神様を迎え終えたしめ縄などを火の中にくべ、新年のご挨拶を交わしていました。燃え盛る炎と破裂音に子ども達は喜び、地域の貴重なコミュニケーションの場となっていました。



1/11(土) ~令和2年産山村消防団出初式~

新春恒例の産山村消防団出初式が、多数の御来賓の御臨席を賜り、産山学園グラウンドにおいて開催され、団長以下75名、少年消防隊19名が出席し、防火・防災への心意気を示しました。

出初式は、消防・防災の第一線に立ち活動する消防団員の陣容及び訓練を村民の皆さんに披露し、消防に対する理解と重要性を深め、士気の高揚と団結の強化を図ることを目的として行うもので、市原村長から「地域の安心安全の要としてご尽力頂きますよう切望します。」との挨拶がありました。

通常点検では、各分団、少年消防隊とも見事な規律が披露され、審査の結果、第2分団(分団長 井啓史)が優勝を飾りました。



優勝した第2分団



みなさん、申告が始まりますよ

令和2年度(元分)の住民税申告・所得税確定申告(3月16日期限)・消費税申告(3月31日期限)の申告受付を、2月17日から3月16日までの期間、産山村基幹集落センター2階大会議室(産山村役場横)において実施いたします。

また、不動産等の贈与を受けた場合の贈与税申告も、3月16日までが申告期限となっております。会場の混雑を避けるため、下記日程表のとおり地域を指定して実施いたしますので、お住まいの地域の申告受付日を確認し、申告いただきますようよろしくお願いいたします。

なお、申告期間終了間近となりますと窓口が大変混雑し、長い時間お待ちいただくこととなりますので、早めに申告をお済ませください。

申告等についてご不明な点は、2月20日(木)に行われる、税理士無料相談(同じく産山村基幹集落センター2階)をご利用ください。

※申告にはマイナンバーカードもしくは個人番号の分かる書類を必ず持参してください。

令和2年度(令和元分) 住民税及び国民健康保険税の申告受付 日程表

月	日	曜日	行政区	地区名	時間	場所
2月17日	月	産山区	飛瀬・石尾野・耕院庵 地域		午前の部	基幹集落センター 2階大会議室(産山村役場横)
			日向・迫・南谷・小園 地域		午後の部	
2月18日	火	産山区	御湯船東・御湯船西 地域		午前の部	
			乙宮・小迫・笹鶴 地域		午後の部	
2月19日	水	田尻区	上竹の畑・下竹の畑 地域		午前の部	
			東上田尻・東田尻 地域		午後の部	
2月20日	木	田尻区	中田尻・西田尻 地域		午前の部	
			下田尻・南田尻 地域		午後の部	
			南九州税理士会 無料相談		午前・午後	
2月21日	金	山鹿区	上平川・下平川 地域		午前の部	
			牧野・杖木原 地域		午後の部	
2月25日	火	山鹿区	大蘇・上山鹿東・上山鹿西 地域		午前の部	
			中山鹿・家壁 地域		午後の部	
2月26日	水	大利区	山中・大利日向 地域		午前の部	
			大利北向・原大利 地域		午後の部	
2月27日	木	片俣区	柄杓田・原片俣西・原片俣寺 地域		午前の部	
			谷片俣東・谷片俣西・千部塚 地域		午後の部	
2月28日から 3月16日まで			予備日		午前の部 午後の部	

※受付時間 午前の部 9時から11時まで 午後の部 午後1時から4時まで (12時から1時まで昼食時間です。)

税務署で申告される方(税務署から確定申告の通知を受けている方)

2月17日(月)から 3月16日(月)まで	午前9時から午後4時まで	阿蘇税務署 申告会場
--------------------------	--------------	------------

- 注) 1. 確定申告に必要な印鑑・関係書類をご持参下さい。*(土・日・祭日は除きます)
 2. 消費税申告においても2月17日から3月16日まで同時に申告相談を実施しています。(税務署をご利用下さい)
 3. 譲渡所得(土地の売買による所得)・山林所得・配当所得・株式所得のある方は税務署をご利用下さい。

まずは、お気軽にご相談ください。
 ■問い合わせ先 県労働委員会事務局
 電話096-333-2753

「みなまたあしきた 海老いろ色フェア」開催!!

水保・芦北地域の飲食店14店舗で、足赤海老や石海老などを使用した海老料理を提供するフェアを開催しています。多彩な料理で堪能できる特産品などが抽選で当たるスタンプラリーも行っています。各店自慢の一品を食べ歩いてみるのはいかがでしょう。

■期間: 3月1日(日)まで

■問い合わせ/
 芦北地域振興局
 総務振興課
 TEL0966-82-4445



【楽しく学ぶ 落語で人生 会議とエンディングノート】

人生の最終段階における医療・介護・看取りについて、本人や家族の希望を話しあい、エンディングノートに示しておくことについてのお話です。

気にはなってもなかなか口にしづらいことを、行政書士で社会人落語家の「天神亨きよ美(生島清身)」さんに、軽快な語りで明るく伝えて頂きます。ご家族そろってご参加下さい。

※入場は無料です。
 エンディングノート(講演資料)を参加者に配布します(200部のみ)。

●とき 3月14日(土) 午後2時~午後4時(受付は午後1時~)

●ところ 阿蘇保健福祉センター多目的集会所(内牧 社会福祉協議会大広間)

●対象者 産山村在住の方

■問い合わせ
 阿蘇中部在宅医療サポートセンター事務局
 ☎34・0311

(阿蘇医療センター)

☎34・0716

(阿蘇郡市医師会)



免許証、マイナンバーカード、パスポートなど写真付きの証明書となります。

ガソリンを携行缶で購入される皆様へ

ガソリンの適正な取扱いを確保するため、ガソリンを携行缶で購入される方に、以下の2点を確認していただく必要があります。

消防法で① 本人確認(顔写真の取得)と② 使用目的の確認 を行うとともに、販売記録を作成することが義務付けられています。

本人確認を怠ると、使用目的が不明になると、ガソリンを携行缶で購入することができません。

△ガソリンを取り扱うときの注意事項△

① 携行缶は、ガソリンを貯蔵するための専用容器として製造されたものであり、他の用途で使用してはなりません。

② 携行缶は、ガソリンを貯蔵するための専用容器として製造されたものであり、他の用途で使用してはなりません。

③ 携行缶は、ガソリンを貯蔵するための専用容器として製造されたものであり、他の用途で使用してはなりません。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

詳しくは消防本部予防課までお問い合わせください。☎0967(34)0119

肝炎サロンの開催について

肝臓の病気や治療に関する不安や悩みなど、ゆっくり語り合ってみませんか? 専門医への相談もできます。(参加無料・申し込み不要)

日程・場所

●2月 7日(金) 天草地域健診センター

●2月14日(金) 公立玉名中央病院

●2月18日(火) 熊本大学病院 山崎記念館

●2月26日(水) 熊本労災病院

●3月13日(金) 阿蘇医療センター
 ※各会場午後1時30分開始予定(2時間程度)

■お問い合わせ先
 県健康危機管理課
 ☎096-333-2783

労使紛争の解決に「あっせん」をご利用ください

県労働委員会は、解雇や労働条件の変更など、労働者と事業主との間に起きたトラブルについて、自主解決が難しい場合に、歩み寄りによる解決をお手伝いする「あっせん」を行っています。手続きは簡単で、秘密は厳守され、費用はかかりません。正規社員および非正規社員の方ももちろん、事業主の方も利用できる制度です。

《役場電話番号》

●総務課	25-2211
●企画振興課	25-2211
●健康福祉課	25-2212
●住民課	25-2212
●経済建設課	25-2213
●教育委員会	25-2214

マイナンバーカード発行 申請窓口の開設について

令和2年2月17日(月)から3月16日(月)まで、確定申告受付に合わせて基幹集落センター内にマイナンバーカード発行申請窓口を開設します。確定申告書にマイナンバーの確認が毎年必要であるほか、令和3年3月より健康保険証の機能が新たに加わる予定となっておりますので、この機会にマイナンバーカードの取得をお勧めします。

・場所 基幹集落センター 2階 大会議室内

・時間 2月17日(月)から3月16日(月)までの平日午前9時から午後4時まで

※印鑑(認印可)、本人確認書類(運転免許証など)、通知カード(紛失された方はマイナンバー記載の住民票)の持参をお願いします。

■問い合わせ先: 産山村役場住民課
 TEL: 25-2212

消防署からのお知らせ!!

ガソリン(混合油を含む)を携行缶で購入するときは、本人確認と使用目的の確認が必要になりました。

令和元年7月に発生した京都アニメーションスタジオ爆発火災(放火)を受け、同様の事案を抑止するため、令和2年2月1日から、ガソリンスタンドにおいてガソリンを容器詰め替え販売するときは、顧客の本人確認、使用目的の確認、販売記録を作成することが義務付けられました。

これを受けて、ガソリンを容器で購入するときは、本人確認のできる書類が必要となります。確認できる書類は、運転

入札結果	入札月	工事名	落札者業者名	落札価格(円) (消費税抜き価格)
	12月	山鹿・手野線排水流末処理工事	(資)井建設	1,835,000
	1月	第2期産山村子ども子育て支援事業計画作成委託	(株)高木富士川計画事務所	1,500,000

さ、ひっくりかえそう

～視点を変えると逆境も違って見える～

元日の朝日新聞に掲載された「そごう・西武」の全面広告「さ、ひっくりかえそう」の文章です。

“大逆転は、起こりうる。／わたしは、その言葉を信じない。／どうせ奇跡なんて起こらない。”

広告には自分の倍ほどある力士をひっくり返したところのある炎鵬の写真が添付されているにもかかわらず、正月早々、なんてネガティブな文章なんだと誰もが思ったことでしょう。

“土俵際、もはや絶体絶命”そこまで読んで、その下を見ると次のように書いてありました。

“ここまで読んでくださったあなたへ。文章を下から上へ、一行ずつ読んでみてください。逆転劇が始まります”と。

“土俵際、もはや絶体絶命。／わたしはただ、為す術もなく押し込まれる。／勝ち目のない勝負はあきらめるのが賢明だ。／しかし、そんな考え方は馬鹿げている。”

なんと一転して、ポジティブな内容に変わっていくではありませんか。そう、確かに“大逆転は起こりうる”のだ。目の前がみるみるうちに開けてきたように思いました。

炎鵬は身長168センチ、体重99キログラムという幕内最軽量の小兵力士です。幕内力士の平均体重は164キログラムというから、炎鵬はまさに毎日の取り組みが命懸けです。“勝ち目のない勝負はあきらめるのが賢明だ”。まさにその通りです。死なないまでも大怪我をしても少しもおかしくない。それでも、炎鵬は相手の懐に飛び込んでいくのです。そして、驚いたことに名古屋場所では技能賞も獲得し、幕内に入って3場所連続勝ち越しという大活躍を演じているのです。



大逆転は、起こりうる。
わたしは、その言葉を信じない。
どうせ奇跡なんて起こらない。
それでも人々は無責任に言うだろう。
小さな者でも大きな相手に立ち向かえ。
誰とも違う発想や工夫を駆使して闘え。
今こそ自分を貫くときだ。
しかし、そんな考え方は馬鹿げている。
勝ち目のない勝負はあきらめるのが賢明だ。
わたしはただ、為す術もなく押し込まれる。
土俵際、もはや絶体絶命。
(そごう・西武広告より)

“どうせ奇跡なんて起こらない。／わたしは、その言葉を信じない。／大逆転は起こりうるのだ”小兵力士炎鵬の心の叫びが聞こえてきそうです。どんな絶体絶命の窮地に陥ったとしても、諦めないことです。

さ、ひっくりかえそう。下から上へとひっくり返して読み返したように、逆境も視点を変えれば見えてくるものも違って見えるようになるのだから。

(人権教育指導員 笹原)

夢 創造



産山村子ども議会

12月20日(金)に産山学園9年生が役場議場で「子ども議会」を行いました。これは産山に誇りを持ち、自らの生き方を考える「うぶやま学」(キャリア教育)の総仕上げとして、村執行部を前にして、「こんな産山になって欲しい」と議員提案を行う活動です。9年生は4つの班に分かれてSNSを活用した規格外農産物の販売や冬場の田んぼでのスケートリンク作り、ドローン練習場の整備、学園の部活動にeスポーツ部を創設するなどよく調べ、よく考えられたアイデアが提案されました。それに対して村執行部も真剣に応答していました。傍聴していた村議会議員もうなずく場面も見られました。村長もよく検討して実現可能なものは積極的に進めたいと答えていました。



《子ども議会の様子》

産山村のイメージキャラクター「うぶちゃん」や「うぶやま天文台」、「玉来川の名称を旧名の山鹿川への変更」などもこの取り組みによって生まれたものです。村の将来に対して積極的に考える提案に拍手を送ります。この様子は地元新聞やTVでも報道されました。



《意見を述べる為挙手する生徒》

産山少年消防隊村出初式に参加

1月11日(土)に産山学園5～8年生で結成された産山少年消防隊が産山村消防出初式に参加しました。

年末、年始に消防団員から3回の指導を受けて出初式に臨みました。

当日は、寒風吹く中、先輩の消防団員に続いて、堂々の分列行進を行い、その後、村長や消防団長から通常点検を受けました。「1, 2, 3・・・欠」と元気に点呼の返事をしていました。大人の団員に混じって頑張っている様子が頼もしく感じられました。

40 数年前、先輩の少年消防隊が近くのボヤをバケツリレーで消し止めて消防長官表彰を受けた実績があります。

今年も少年消防隊は不測の事態に備え、冷静な判断と落ち着いた行動ができるように真剣に取り組んでいます。



《通常点検中の少年消防隊》

学園3年生のシイタケ駒うち体験

産山学園3年生が1月18日(土)の祖父母参観授業で、シイタケの駒うち体験をしました。3年生はうぶやま学の中で自然と暮らしのつながりについて学習しています。

初めに生産者の井信雄さんから木を切ってシイタケができるまでの話を聞いた後ドリルで穴をあけてもらったクヌギの原木に駒(シイタケ種菌)をうちました。

当日は北風が吹く寒い日でしたが、児童は、祖父母と一緒に約100本の駒うちをしました。また支援者の井春夫さんから手製のパネルを使った森林の話やクイズを交えながら自然の循環サイクルについての話を聞きました。



《シイタケの駒うち作業》

初詣外出

1月14日~20日に阿蘇神社へ毎年恒例の初詣に行ってきました。今年は暖かい冬だと思っていたら、14日は昼から雪が舞う、ちよつと寒い日でした。それでも皆さん元気にお参りし、今年一年の平穏をお祈りされていました。



みんなまでワイワイお喋りしながら、お茶とお菓子を食べて帰ってきました。



どれが大吉かな~?

気に入ったお守りはあったかな?



野焼きの風景

今年も野焼きのシーズンがやってきます。観光客や野焼きを知らない方々は、炎や煙を見て火災だと思ひ消防署に119番通報されることがよくあります。野焼き・防火線焼き・田畑の焼却等を行う際には、日時、場所、消却目的、焼却物、代表者氏名、電話番号(携帯番号)の連絡を事前に消防署までお願いします。また、焼却を行う際は十分注意して行われま

野焼き到来!

分駐所だより

産山波野分駐所

お問合せ・連絡先
阿蘇広域消防本部
0967-34-0024
産山波野分駐所
24-2766

救急講習受講

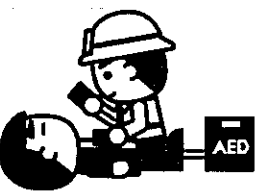
今、目の前で人が倒れていたらあなたはどうしますか? もしそれが大切な人だったらどうしますか?

救急講習は村民の皆さまも申し込みをして頂くだけで受講する事が出来ます。職場仲間、婦人会、ご近所さんや公民館活動としてなど、少数でも構いません。なお、左記載事項以外にも講習の種類は、ありますので、受講してみたいと思ひましたらお気軽にお問い合せください。

■救急講習の種類

- ・応急手当講習(1時間程度)
- ・普通救命講習(3時間)

内容は心肺蘇生法に始まりAEDの取扱い方法、その他応急処置法(火傷、痙攣、骨折、止血など)



【健診結果からメタボについて考えてみましょう】

「メタボ」は良く聞く言葉になってきましたね。メタボとは「メタボリックシンドローム」を略したもので、日本語では内臓脂肪症候群といひます。おへその高さの腹囲が男性85cm・女性90cmで、かつ血圧・血糖・脂質の3つのうち2つ以上が基準値から外れるとメタボと診断されます。メタボは心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病のもととなる動脈硬化を進める要因です。

平成24年度から平成30年度のメタボと診断された割合を比較すると、熊本県では3.2%、阿蘇圏域では3.1%、産山村では0.9%増加していました。メタボと該当される人数の割合は、熊本県全体、阿蘇圏域を含め年々増加していることが分かります。

●メタボ予備群はどのくらい?

「メタボ」と診断されていなくても、「メタボ」になりそうな人たち、つまり予備群はどのくらいいるのでしょうか? 平成24年度から平成30年度のメタボ予備群の割合を比較すると、熊本県では0.2%、阿蘇圏域では0%、産山村では3.5%増加していました。熊本県、阿蘇圏域と比べると産山村はメタボ予備群の増加がとても大きいことが分かります。予備群の人がメタボ該当となれば生活習慣病へと繋がる恐れがあります。

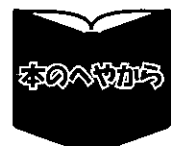
●生活習慣病の恐ろしさは自覚症状がないこと

怪我をしたり病気になったりすると、症状が出現するので治療をすると思ひます。しかし、生活習慣病は分かりやすい症状が出ないため、治療に繋がりにくいのです。生活習慣病は、その名のとおりの日々の生活が影響する病気です。症状が出現した時はすでに手遅れ...な場合もあります。『食べ過ぎたり、飲み過ぎたりはしていませんか?』『仕事以外での運動習慣はありますか?』『禁煙していますか?』元気で楽しく生活していくためにも、ぜひ一度、ご自身の健診結果、生活習慣を見直してみましよう。

●メタボにならないためにはどうする?

産山村での取り組みとして、スロー筋トレを推進しています。スロー筋トレとは、4秒かけてゆっくり立ち上がったり、座ったりをすることで自分の体重で負荷をかけ、筋トレに繋がる運動のことです。自分の体重を負荷にするので、他に器具も不要ですし、かんたんに自宅ですることが出来ます。お知らせ端末に動画もありますので、ぜひトライして下さい。動画再生方法は、折込チラシをご覧ください。

■お問い合わせ先 健康福祉課(25-2212)



ねこづくし

本友の集い 8日(土) 13:30~

気軽に茶飲み話をしましよう

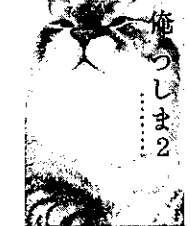
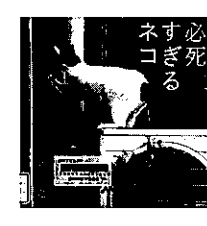
-2月の学校図書室開放日-

8日(土)・22日(土)

10:00~15:00

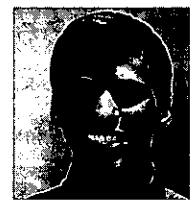
2月22日の「ねこの日」にちなんで「ねこの本」をご紹介します。日本文学界で最も有名なねこは、夏目漱石の最初の小説「吾輩は猫である」の名前のないねこでしょうか。吾輩が犬だったらこのような洒落で風刺にとんだ作品にはならず漱石も後世にこれほど名を残さなかったかもしれません。

「ねこ派」はもちろん「いぬ派」の人にも楽しんでもらえる作品が次々出版されています。しかしねこブームのかけでのらねこが多い現実も不幸なねこが増えないようにする人間のモラルも必要です。



こんにちは! ジェームズです。

ダヴェンポート・ジェームズ



Groundhog Day

アメリカには1886年2月2日から始まったグラウンドホッグデーという祝日があります。グラウンドホッグとは、北アメリカに生息しているネズミに近い動物で、ペンシルベニア州で人気があります。2月2日は2万人近くの人々が、このグラウンドホッグを見るためにペンシルベニアにあるパンクサトニー(Punxsutawney)町に行きます。「パンクサトニーのフィル」という有名なグラウンドホッグがいるからです。



この「パンクサトニーのフィル」は午前7時25分に穴から出てくると言われています。もし穴から出てきたときに自分の影が見えたら(=晴れの日に出てきたなら)、まだ6週間以上、冬が続くと考えるそうです。しかし自分の影が見えなかったら(曇りや雨の日に出てきたら)、早く春が来ると考えるそうです。

この伝統は昔ペンシルベニアのドイツ移民から伝えられました。ペンシルベニア州はドイツから様々な影響を受けています。今年早く春が来るといいですね。

☆「産山村介護家族の会」開催しました！☆

12月9日(月) 高齢者活動支援センターにおいて、「産山村介護家族の会」が開催され、現在自宅で介護を行っている9名の方が参加されました。

会では、認知症についての映像を観ながら、本人の気持ちを理解しどのように対応すれば良いのかを考え、認知症についての理解を深めました。その後、介護者の体験をもとに実際に介護をして、困っていることや知りたいことなどのお話を伺いました。



●実際に介護で困っていること

- 夫が床に倒れた時に、立ち上がらせるのが大変だった。
- ベッドで着替えさせるのに苦労した。
- ポータブルトイレや椅子などの移乗や移動を楽にできるようになりたい。介護するのに腰が痛くなる。
- さっきのことを忘れるから困る。約束ができない。何度も同じことを言うので困惑している。
- デイサービスなどにもっと通って、元気になってもらいたいが、本人はいかないという。

●家族の思い

- いけないと思いつつ、つい怒鳴ったりしてしまう。後から自己嫌悪に陥るのがつらい。悲しくなる。
- 認知症が進み、会話がなくなってきた。さみしい。せっかく一緒にいるのだからいろいろ話したい。
- 家族の顔もわからなくなって「どちらさんですか?」と言われた時はショックだった。
- 汚れたトイレを掃除していて「なんで私がしなくちゃいけないの」と思うことがある。
- 家族も歳を取っていく。見通しが立たない。これからは心配だ。

●知りたいこと

- 介護者も楽になるような介護ケアを学びたい。
- 介護者のストレスに対する心の持ち方や発散方法などを教えてほしい。
- 認知症者に対する対処法を具体的な事例をもとに学びたい。
- なでしこの里の施設での看取りについて、事例をもとに具体的にイメージできるように学びたい。



まずは、介護等で悩みがある方は、ケアマネジャーや地域包括支援センターへご相談ください。個々のケースに合った支援や介護に関する情報の紹介などを行っています。

【今後の介護家族の会では、下記の内容などを行います】

- ① 介護や認知症に関する知識や情報提供
- ② 認知症者の心理理解と介護の仕方
- ③ 同じ体験を持つ方々との交流(自分だけではない体験)
- ④ 困ったことに対する具体的な解決策の提供(個別支援)



令和元年度 第20回 産山村子どもヘルパー活動報告会・感謝状授与式

1月27日(月)、産山学園メディアセンターにおいて、産山村子どもヘルパー活動報告会並びに感謝状授与式を開催しました。

報告会では、各班より活動の様子や活動を通して経験したこと、また感じたことなどを交えながら1年間の活動報告を行いました。

感謝状授与式では、社会福祉協議会会長より今年度でヘルパー活動を終了する7年生全員へ4年間の活動に対して感謝状が授与されました。

今年度も関係者の皆様方のご支援とご協力をいただき「産山村子どもヘルパー事業」を無事終了することができました。ありがとうございました。



産山村子育て用リサイクル品【出品情報】

下記のとおり子育て用リサイクル品を掲載いたします。ご希望の方は社会福祉協議会までご連絡下さい。 ※先着順とさせていただきます。



用品名	洋服(5種類)
キズ等の程度	なし
出品価格	無償
その他の情報	新品になります ※冬物(セーター等)
受付開始日	令和2年2月10日(月)より

お問い合わせ先/産山村社会福祉協議会 ☎0967-23-9300

社協に寄せられた善意の寄付【12月・1月分】

毎月、「福祉のためにぜひ役立ててください。」とたくさんの善意をお寄せ頂いております。その主旨にそうべく「地域福祉発展」のために、有効に活用させていただきます。

【香典返し】

- ・井山カズエ様より(下平川) 故) 忠文様分として
 - ・井文紀様より(乙宮) 故) 万亀郎様分として
- ～心から感謝申し上げます。ありがとうございました。～



社協だより

令和2年
第307号
発行者
産山村
社会福祉協議会
☎23-9300

ふれあいで、育てよう
ふくしの心



村民カレンダー

令和2年2月～令和2年3月

月日	曜	行事予定	ゴミ収集	診療所
2/5	水	大蘇サロン(10:00～) 南部サロン(13:30～)		○
6	木		不燃物	○
7	金		可燃物	○
8	土	図書室一般館開放		
9	日			
10	月		可燃物	○
11	火	建国記念の日		
12	水	農業委員会(予定)	ビン・カン	○
13	木			○
14	金	乙宮サロン(13:30～)	可燃物	○
15	土			
16	日			
17	月	住民税申告・確定申告相談 (～3月16日)	可燃物	○
18	火	中山鹿・家壁サロン(13:30～)		○
19	水			○
20	木	田尻サロン(13:30～)	リサイクル	○

月日	曜	行事予定	ゴミ収集	診療所
21	金		可燃物	○
22	土	図書室一般館開放		
23	日	天皇誕生日		
24	月	村星空観察会(18:00～) 振替休日		
25	火	産山サロン(13:30～)	可燃物	○
26	水		ビン・カン	○
27	木	下田尻サロン(13:30)		○
28	金	健康講座～タバコについて正しく知 りましょう～(17:15～18:30)集落センター	可燃物	○
29	土			
3/1	日	平川サロン(10:00～)		
2	月		可燃物	○
3	火			○
4	水	こころの健康づくり講演会 (10:00～12:00)高齢者活動支援センター		○
5	木	大蘇サロン(10:00～)		○
6	金		可燃物	○
7	土	図書室一般館開放		

◎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下さい。