

広報
UBUYAMA

うぶやま



実りを体感!



産山小・中学生の茶摘み体験

7月
No.551
2015(平成27年)



阿蘇カルデラマラソン 今年も頑張りました！

今年で第25回となる『阿蘇カルデラスマラソン』が6月6日（土）に開催され、1,800人を超えるランナーが健脚を競いました。

村内の沿道でも村民の方々が手を振って応援する姿が多く見られ、ランナーからも「産山が一番きつい！でも、皆さんからの声援がすごく励みになります！」と感謝の言葉が聞かれました。

また、今年も田尻では西田尻レディースの“かかし応援団”的ユニークな応援が大好評で、福岡から参加したランナーは「これがあるから、産山のこの“かかし”まではたどり着きたかった」と嬉しそうに話していました。



かかし応援団

いざと言うときの救命器具～AED操作説明会開催～



6月9日（火）から10日（水）にかけて、新しくAED（心臓救命装置）を設置した場所において操作説明会を開催しました。

突然の心停止を起こして倒れた人にAEDを使うことで、器具が自動的に心臓の状態を解析し、必要と判断した場合にショックを与え、正規の心臓の動きを取り戻します。

各地区参加者は、いざと言う時に備え、心臓マッサージの方法や救急車への連絡、機器操作等について、真剣に訓練を行っていました。

地区	設置場所	
産山	御湯船温泉館	日向第1分団消防詰所(新)
田尻	竹の畠公民館(新)	花の温泉館(新) 福祉施設なでしこの里
山鹿	産山村役場	JA産山支所 産山小・中学校
南部	南部公民館(新)	福祉施設ほっと館 片俣公民館(新)

「力モさんがんばってね！」



6月12日（金）、うぶやま保育園の年中さん6人が酒井忠晃さんの田んぼにアイガモの子どもを放す手伝いをしました。

子ども達はアイガモの抱き方を教わり、3枚の田に約30羽のアイガモを放しました。アイガモが虫や雑草を食べるため農薬が要らないという説明もしっかり聞いていました。子ども達の間では「可愛い」「怖い」という言葉が飛び交っていましたが、終始笑顔でアイガモと接していました。

田植えにチャレンジ！

5月28日（木）、産山小学校の5年生11名が田植え体験を行いました。プール横の井弘見さんの田んぼを借り、すべて手植えしました。初めて体験する子どももあり、「学校応援隊」のなかの「暮らし隊」の皆さんも、苗の植え方や精米までの流れを説明しました。子ども達は、地域の方の指導に対して元気に返事をし、にぎやかな体験活動となりました。

今年は、雑草対策として新聞紙を敷いた上に苗を植えるという手法を試みました。植物の成長には「光・水・空気」が必要ですが、そのうち光を新聞紙により遮断するというものです。その試みの効果が楽しみです。

秋には子どもたちの手によって収穫が行われます。



新聞紙を敷き詰めての田植え

「いのち」を守る行動を！



予防的避難場所	地区名	施設名
産山地区	日向消防詰所	
田尻地区	田尻地区公民館	
山鹿地区	山鹿地区公民館	
南部地区	南部地区公民館	

※上記以外の場所に避難した場合は、役場までご一報ください。

6月5日（金）、基幹集落センターにおいて「防災会議」が開催されました。当日は、区長・消防団・自衛隊・警察・広域消防などの関係機関が出席し、本村の防災対策について協議しました。特に大雨や台風の際に、テレビ、防災行政無線やお知らせ端末等で放送される気象情報・土砂災害警戒情報等に注意をしていただき、夜中に豪雨などが予想される場合において、明るいうちから早めに予防的避難をし、「いのち」を守る行動をとることなどを呼びかけました。

また、8月30日（日）には熊本県・阿蘇地域総合防災訓練が開催されます。

今後も引き続き、地域住民の方々が安心して暮らせるよう、村内の関係機関と連携を図りながら、有事に備えた防災体制の確立を目指していきます。

平成27年度父兄会阿蘇地区女性部ふれあいミニバレー大会優勝！

6月14日（日）午前9時から南小国町市原小学校体育館において、自衛隊父兄会阿蘇地区協議会主催の第20回ミニバレー大会が開催されました。

当日は、阿蘇管内から27チーム（総勢約120名）の参加があり、白熱した試合が展開されました。試合はブロック別による総当戦で行われ、村父兄会の応援を受けた産山村女性部チームが昨年準優勝の雪辱を果たし、見事優勝しました。





保小中一貫教育を推進するために本村の小中学校では特別な教育課程を編成しています。とりわけ「うぶやま学」については、地域との連携や地域の人材の活用を通して、郷土を知るとともに郷土を愛し、自己の生き方を考える学習に取り組んでいます。その一端を紹介します。

〈ジュニアヘルパー研修会〉

5月25日(月)にジュニアヘルパー学習の一環として阿蘇市から講師をお迎えして、小4年生～中7年生を対象に「認知症センター研修会」が開催されました。

テキストを読んだり、DVDを視聴したり、児童を高齢者にみたてた具体的な動作を取り入れて講話していましたので大変分かりやすかったです。最後に修了証とその証としてのオレンジリングをいただき全員で記念写真を撮りました。この研修はこれからのヘルパー事業に活かされると思います。



〈具体的な研修の様子〉



〈DVDやテキストを使っての研修〉



〈研修終了後の記念写真〉

〈茶摘み〉

5月26日(火)に山鹿区の筑紫良子さん方の茶畠で小中学校4～8年生による茶摘みが行われました。これは教育委員会が行っている学校支援地域本部事業の一環で学校応援隊の協力を得て実施されました。学校応援隊のお世話で暮らし隊の方々の協力を得て農業体験学習として企画されました。暮らし隊のメンバー(ボランティア)の手ほどきを受けて、慣れない手つきでしたが小中学生が爽やかな汗を流しました。摘んだ茶葉は宮地の製茶工場まで運び計量の結果、37.8Kgありました。このお茶は授業等でお世話になった地域の方々を招待する「ありがとう給食」や冬期の「お茶うがい」に使われます。



〈ボランティアの説明を聞く〉



〈ボランティアと一緒に挑戦中〉



〈慣れた手つきの中学生〉

このように産山の子ども達は発達段階に応じて地域を理解する「うぶやま学」を学習しています。そして小4～中9年生の6年間の「うぶやま学」の集大成として、中9年生で「子ども議会」に「産山の未来」という課題を提案することになります。

福祉サービスセンター 「ほっと館」です



産山村大利657-2
tel 0967-25-2233
fax 0967-25-2281

写真館 趣味活動



ほっと館では趣味活動を多く取り入れています。目的としては脳の活性化(認知症予防)や生きがい作りです。6月はわら草履作り、花植え・菜園、焼き物(お皿や湯飲み)、手芸等行いました。わら草履は手先の器用な男性陣が作られ、できた草履は館内に飾っています。焼き物は乙宮の佐藤さんを講師に招き、一人一作品をつくりました。焼きあがるのが楽しみです。

介護予防:自宅の外でましょう!

みなさん毎日どれくらい歩かれていますか。歩くことは介護予防の第一歩です。ほっと館のご利用者で万歩計をつけている方に、どれぐらい歩いているのか聞いてみました。すると一日自宅から出なかった場合は300歩程度、近所に散歩に出たり自宅の庭に出たりすると2000歩から3000歩ぐらいになるそうです。外に出ることがいかに介護予防になるかが分かると思います。ほっと館のご利用者の中には押し車を押して散歩に出る方が多くおられます。なるべく多く歩くには外に出ていくことがとても重要です。右の写真は歩行訓練を兼ねた外出行事(池山水源、棚田)です。



熱中症になってしまったら

- 涼しい室内、または風通しのよい日陰に移す。
- 衣服を緩め、足を高くして寝かせる。
- 冷タオルなどで体を冷やす。
- 水やスポーツ飲料などで水分補給する。
- 呼びかけても反応が鈍い場合は119番通報する。

予防のポイント

- 塩分、水分をこまめにとる。
- 扇風機やエアコンを使い、室温を適度に下げる。
- 衣服は通気性の良いものを着用する。
- 帽子をかぶつたり、日傘をさすことでも直射日光をなるべくよける。
- 冷却シートやスカーフ、氷枕など冷却グッズを利用する。

熱中症について

事故・怪我に注意!

もうすぐ各学校は夏休みに入ります。夏になると、花火・プールや海水浴などの機会も増えるのではないか?この季節に多い熱中症、水に関する事故には十分に注意しましょう。

分駐所だより

産山波野分駐所

●お問い合わせ・連絡先●
阿蘇広域消防本部
0967-34-0024
産山波野分駐所24-2766

溺れていいる人を見つけたら

自分ひとりで助けに行こうとしない。周りの人へ知らせ119番に通報する。浮き輪やロープなどを投げて陸から救助するようにする。

水に関する事故について

予防について

- あらかじめ危険なところを確認しない。
- 天候が悪い時や川が増水しているときは近づかない。
- ひとりでまたは子供だけで川や海に行かない。
- 健康状態や体調に留意して無理な遊び方はしない。
- 無理して泳ごうとせず、仰向けになり浮いて救助を待つ。

本のへやから

話題の人

一7月の図書室開放日一
第2・4土曜日
11日(土)12:00~15:00
25日(土)10:00~15:00

この欄でもたびたび紹介している県立図書館から借り受けている配本図書が入れ替わりました。絵本50冊、児童書50冊、文芸書100冊、料理・手芸・健康・雑学等の本が10冊あります。現在、図書室にも一般の方向けに1000冊以上常備しております。配本図書は10月までの期間限定の借受けなので、ぜひお早めにご利用ください。なお7月11日は学校行事の都合上、昼からの開館となっています。ご了承の上、お間違えのないようよろしくお願いします。

本を囲んで、本に囲まれて 本友(ほんとも)の集い
7月11日(土)13:30~ 産山小中学校図書室
本が好きな人もそうでない人もどなたでも参加できます。本を囲んでざくばらんにおしゃべりして交流する場です。なんの準備も要りません。どうぞお気軽にご参加下さい。
お問い合わせ先 産山村教育委員会 25-2214

人権啓発広報(7月) ～心豊かに生きるために～

一人の百歩より百人の一步で ～産山村人権同和教育推進協議会総会・研修会より～

6月19日(金)、平成27年度産山村人権同和教育推進協議会の総会・研修会が産山村基幹集落センターで開催されました。

総会では行政部会、社会教育部会、就学前学校教育部会における昨年度の事業報告、本年度の事業計画について提案があり、原案どおり承認されました。本年度の事業計画の中で村民全体の方々に関係が深いと思われる内容は次のとおりです。

- 1 人権相談-- 6月2日、12月9日
- 2 産山村人権集会・・・12月12日
内容は、①小中学校及び一般の発表
②講演
③人権メッセージ等の作品展示 など
- 3 毎月人権啓発記事を「うぶやま広報」へ掲載
- 4 人権メッセージの募集 8月~10月
- 5 人権作文集「うぶやま」の発刊
- 6 第31回阿蘇郡市人権同和教育研究大会・・・8月2日 於 南阿蘇村



総会終了後、菊池市教育委員会の地域人権教育指導員である宮川伊十先生をお迎えして人権研修会が開催されました。演題は「人権尊重の視点に立った学校・地域づくりのために」でした。長い教職生活の中で培ってこられた深い洞察力と判断力、そして何よりも先生の優しいお人柄で、人権教育の視点に立った学校教育の在り方や地域の在り方についてお話をいただきました。

「部落差別をはじめ様々な人権侵害は冰山の一角であること」、「人が作った差別や偏見は人の手で解消できる」、「一人の百歩より百人の一步」の思いを持って、私たちの周りにある様々な人権課題を解決していくことが大切であること」、「そのためには人権が尊重される学校づくり、地域づくりを通して、郷土に誇りを持ち、郷土を愛することも達を育てる」と、また「子ども達の夢の実現に向けて学校・地域が一体となって支援していくことだ」と力強い言葉をいただきました。まさに産山村の保・小・中学校の教育理念「産山で教育を受けて良かったと実感できる教育の創造」に他なりません。



～チキンゲン菜を使ったレシピ～

～チレゲン菜を使ったレシピ～

チンゲン菜部会の皆さんのが考案された「チンゲン菜」を使ったレシピを毎月ご紹介します!

ぜひ村民の皆様もこのレシピを参考に、チンゲン菜料理を作られてはいかがですか？



※チンゲン菜＆もやしの水切り
をしっかりすると日持ちもよ
く美味しく仕上がりります！



熊本県子牛市場品種別セリ成績表(平成27年6月)

熊本県畜産農協阿蘇支所統計による

褐毛

○市場セリ日:平成27年6月10日(水)～12日(金)

高 岡		頭 数	平均価格	先月比	平均体重	Kg単価	平均日齢
性 別							
県市場平均	去勢	96	570,735	6,336	310	1,841	275
	メス	90	512,172	3,147	293	1,751	289
産山牛平均	去勢	3	593,640	19,946	319	1,861	292
	メス	3	490,680	73,567	276	1,778	293

黑毛

	性 別	頭 数	平均価格	先月比	平均体重	Kg単価	平均日齢
県市場平均	去勢	411	680,434	▲15,614	304	2,236	284
	メス	283	602,941	▲30,816	279	2,160	291
産山牛平均	去勢	16	680,130	▲23,742	297	2,292	283
	メス	2	617,760	▲1,296	285	2,168	301

玄報うぶやま 平成27年7月号

六月三十日、高木医院が閉院になりました。高木医院は、お父様が大正五年に開院されたそうです。先生御自身は、阿蘇中央病院に勤務された後、昭和二十七年に帰任され、六十三年間産山の医療に従事して来られました。

私の父もちょうど高木先生と同年代でした。昔の医者はお産や盲腸の手術、骨折など何でも診なければいけません。道路も整備されなく、重症患者さんは戸板で運ばれて来ていたそうです。今のように大きな病院に紹介するすべもなく、何でも治療したとおっしゃつていました。大変なご苦労があつたことと 思います。



高木先生
お疲れ様でした

戦後、日本は世界一の医療体制を実現しましたが、その影には高木先生のような献身的な開業医の働きがあつたのだと思います。最近は、「赤ひげ」とか「医は仁術」という言葉が消え、「神の手」という高度な医療技術をもつた医師がもてはやされています。私は、やはり地道に地域医療を支えて来られた高木先生のような医者にあこがれるし、素晴らしい名医だと尊敬しています。

一方で、『これからは私一人』という不安があります。昔と今では、医療環境も異なります。それに、高木先生のように、いつも穏やかで冷静な対応は、私にはできません。役場や村民の方々の理解とサポートをお願いしたいところです。

高木先生、長い間本当にご苦労様でした。これからも、村民の心の支えとして、健康老人の見本として、いつまでも元気でいて下さ
い。



産山村診療所
林田来介先生

こんにちは! ロストンです。

※この広報原稿はロストン先生が日本語で書いています。
村内で会った時は、気軽に話して下さい。



Roston Willis
(ロストン ウィリス)

こんにちは皆さん。もう梅雨になりました。でも、すぐに天気は良くなるので、我慢できます。

最近、私の健康について考えていました。私は体重と血圧があまり良くないので、ダイエットをすればいいと思いました。一ヶ月ほど前からダイエットを始めています。タンパク質をいっぱい食べますが、炭水化物が食べられません。お米やパン、ラーメンなどが全部食べられなくなつたのは辛かったです。段々と慣れてきました。いつも自炊なので、美味しいものを作っています。

運動も増やしました。毎日、腕立てと懸垂をたくさんしています。その上毎週30キロ以上走っています。腕立てと懸垂が大好きなので、楽しくやっています。私はランニングがあまり好きではありません。子供の頃からとても苦手でした。しかし、9月のゆふいんマラソンで走るために頑張っています。10キロを走る予定です。トレーニングをしている私を見かけた時は、ぜひ、応援をよろしくお願いします。

健診で守ろう 家族の笑顔の輪

平成27年度の住民健診を8月21日から24日の期間に実施します。希望調査の提出がまだお済みでない方、項目を追加・変更したい方は住民課までご連絡ください。

健診（検診）を申し込まれた方には、8月上旬に案内通知を郵送またはヒゴタイ推進員を通してお届けします。

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は自分で気づかないうちに進行します。

産山村では働き盛りの40代・50代の受診率が低い状況です。「体力があるから」、「自分は大丈夫」と放置していませんか？年に1回、「特定健診」を受診して血液や血管のダメージ状態を確認しましょう。必要な方には、特定保健指導で生活習慣の改善をサポートします。

●男性が利用できる健診（検診）項目

年齢	受けることができる項目
30代	基本健診
40歳から	特定健診
74歳まで	各種がん検診 ※ 肝炎ウイルス検査 前立腺がん検査 (50歳から)
75歳以上	基本健診 各種がん検診 ※ 前立腺がん検査

※各種がん検診（肺がん、大腸がん、胃がん、乳がん、子宮頸がん、腹部超音波）

●女性が利用できる健診（検診）項目

年齢	受けることができる項目
20代	子宮頸がん検診
30代	基本健診 子宮頸がん検診
40歳から	特定健診 各種がん検診 ※ 肝炎ウイルス検査
74歳まで	骨粗しょう症検査 (70歳まで)
75歳以上	基本健診 各種がん検診 ※

お問合せ：住民課 25-2212

訓練会場 平成27年7月21日～ 平成27年9月1日～ 平成27年11月30日

訓練期間 平成27年8月6日

募集期間 熊本県立高等技術専門校

住所：阿蘇市内牧257

お問い合わせ及びお申込み先 ハローワーク阿蘇

電話番号 0967-228609

【在宅パソコン技能習得科】受講対象障がい・身体障がいのうち上下肢障がい・内部障がい、精神障がい、難病定員…7名 内容…eラーニング（インターネットを利用した自宅での訓練）によりマイクロソフトオフィス（ワード・エクセル）の技術習得。

月に1回スクーリングを行います。

（受講登録が必要）

申込先…求職者→対象者の住所を管轄するハローワーク

（受講生募集案内をホームページに掲載しています。「熊本県立高等技術専門校」で検索してください。）

公共職業訓練の受講生募集

障がいのある方を対象とした職業訓練生の募集（無料）

くらしの情報 7月

訪問看護について

産山村診療所では、平成26年度より訪問看護に取り組み始め、平成27年度より本格的に実施しています。訪問看護とは、病気や障がいのある人が自宅でその人らしく過ごせるように看護師等がご自宅を訪問し、安心して生活が継続できるよう支援するサービスです。主治医の指示のもと、床ずれや胃瘻（ろう）・気管切開部の消毒等も行います。寝たきりの方や末期がん等で自宅での療養を希望される方、退院を勧められているが退院後の生活が心配な方も、お気軽にご相談ください。病状によって、介護保険が適用される場合と、医療保険が適用される場合があります。利用を希望される場合には、診療所か担当のケアマネジャーにご相談ください。

診療所窓口：25-2011

担当看護師：西村 美奈

訪問看護の概要

具体的なサービス提供内容

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| (1)症状・障がいの観察 | (7)療養生活や介護方法の指導 |
| (2)清拭・洗髪・入浴介助による清潔の保持 | (8)カテーテル等の管理 |
| (3)食事及び排泄等日常生活の世話 | (9)栄養アセスメントと栄養管理 |
| (4)床ずれの予防・処置 | (10)リハビリテーション |
| (5)ターミナルケア（終末期看護） | (11)人工肛門の管理・処置 |
| (6)認知症患者の看護 | (12)その他医師の指示による医療処置 |

介護保険でサービスを利用した場合の利用者負担額

サービス提供時間	看護師	准看護師
30分未満	392円	345円
30分以上 1時間未満	567円	510円
1時間以上 1時間30分未満	835円	752円

（平成27年4月1日時点）

医療保険でサービスを利用した場合の1回あたりの基本利用料

	週3回まで	週4回以上
1割 負担	看護師 560円	660円
	准看護師 510円	610円
2割 負担	看護師 1,110円	1,310円
	准看護師 1,010円	1,210円
3割 負担	看護師 1,670円	1,970円
	准看護師 1,520円	1,820円

阿蘇警察署協議会からのお知らせ



阿蘇警察署では6月2日、新たに阿蘇警察署協議会委員に就任された5名の方に委嘱状の伝達を行いました。これまでも委員の方々から多くの意見を出され、警察運営に反映させてきました。公務員が委嘱するものです。

警察行政や運営の在り方にご意見ご要望がある方は、身近な委員にお知らせ下さい。阿蘇警察署では、ご意見ご要望をもとに明確な警察運営を図ることを目的に熊本県公務員会が委嘱するものです。

○阿蘇警察署協議会委員

写真右から
玉飼 博之（阿蘇市内牧）
森本由美子（産山村田尻）
森下 幸美（阿蘇市一の宮町宮地）
山内ユリ子（阿蘇市内牧）
後藤 吉信（阿蘇市波野滝水）

【農地を『貸したい方』を募集しています!】

農地中間管理機構

(熊本県農業公社)では、農業経営を縮小される方などから農地を借り受け、

担当手農家などに貸し出しを行っております。

『地域の担い手農家に農地を貸したい』、『良い農地があれば借りたい』という方は、市町村やJAの担当窓口、熊本県農業公社にご相談ください。

問い合わせ先

熊本県農業公社

電話 096-213-1234

(ホームページ)

熊本県農業公社で検索してください。



あなたも学校応援隊! ~支援者を募集しています~

子どもは地域にとって大切な存在です。

産山村では、地域全体で子ども達を育てる「学校支援地域本部事業」に取り組んでいます。この事業では地域の方が先生となり、「学校応援隊」として学校の授業や放課後などの活動の中で、学習や体験などの支援活動を行っています。

この取組では、地域の連帯感を図るとともに、学校と地域が持つ教育機能を補い合って、子ども達に「生きる力」を育んでいくことを目指しております。子どもも学校も地域もみんなが笑顔になれるそんな「協育」を行っています。

「小・中学校では今どんなことを学んでいるのかな?」「子ども達に関わりたいけどどうすればいいのかな?」と思っているみなさん、ぜひ教育委員会まで一度お問い合わせください。

産山村教育委員会 担当:瀧谷 TEL 25-2214



茶摘み支援の様子

「生きる力」とは、確かな学力、豊かな人間性、健康・体力の知・徳・体をバランスよく育てることです。

熊本県水とみどりの森づくり税

平成27年度から第3期(5年間)がスタートします!

熊本県では、平成17年度から「熊本県水とみどりの森づくり税」(年間個人500円、法人千円~4万円)を活用し、水を蓄え、災害を防止するなどの森林の公益的機能の向上を図り、森林を元気な姿にするための取組を展開しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

熊本県水とみどりの森づくり税 検索
お問い合わせ先
熊本県農林水産政策課
TEL.096-333-2422



阿蘇若者就職無料相談会

就職・再就職についてのお困り事、お悩み等、お気軽にご相談ください。守秘義務厳守します。まずはお電話でお問い合わせください。

日 時 7月13日(月)・27日(月)

8月3日(月)・17日(月)・24日(月)・31日(月)

10:00~16:00

開催場所 ハローワーク阿蘇1階 相談ブース

対象者 概ね15歳~39歳の若者とその家族

内 容 キャリアカウンセリング(仕事や就職に関する事全般)、応募書類の書き方、面接の受け方などお子さんの就職に関するご相談

問い合わせ・お申し込み先

たまな若者サポートステーション(玉名市中48-4) TEL:0968-74-0007
HP: http://tamanasapo.jpn.org/

節電へのご協力のお願い

TEL 所	0	1	2	0	·	9	8	6	·	5	0	5
重 点 的 に お 願 い し ま す。	13時~17時(特に16時台)	時 間 帯	13時~17時(特に16時台)	月 14日(金)を除く	月 30日(水)の平日	月 14日(金)を除く	月 13日(木)					
	は			は			は		は		は	
	は			は			は		は		は	
	は			は			は		は		は	

皆様の生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲で可能な限り、節電にご協力をお願いいたします。

食育推進協議会の活動紹介

産山村食育推進協議会では、今年度、毎月19日(食育の日)に研修会を行っています。

5月は飲み物に含まれている砂糖について学びました。清涼飲料水のなかに、かなりの量の砂糖が含まれていることをご存じですか?缶やペットボトルに表示されている「栄養成分表示」をご覧ください。炭水化物の量が砂糖に相当する量を計算する目安になります。

例えば、炭酸飲料では、100mlあたり炭水化物が11.3gと表示されています。1缶が350mlなので、砂糖に相当する量は、11.3g×350/100ml=39.6gと計算できます。かなりの砂糖が含まれていることがわかりました。

これから迎える暑い夏、イオン飲料や冷たいジュースを飲む機会も増えますが、飲みすぎないように注意が必要です。

6月は持ち寄り野菜でクッキングを行いました。熊本県民の野菜摂取量は、全国で男性29位、女性28位で野菜不足が心配な状況です。生活習慣病の予防に不可欠なビタミン、ミネラル、食物繊維を補給できる野菜の摂取が増えるように、自宅にある野菜ができるアイデア料理を考えました。今回は、キャベツ、玉ねぎ、にら、なす、青シソ、生姜などを用いて8品を作りました。

アイデア料理の話し合いに30分、8品の作成に30分未満と短時間でも野菜たっぷりのメニューを作ることができました。今回はその中で好評だった2品のメニューをご紹介します。家庭にある野菜でアレンジできるので、ぜひ、今日の献立に野菜を1皿追加してみてください。他のメニューも、役場に展示予定です。



《和風コールスロー(隠し味は生姜です)》

材 料: 家にある野菜

(今回はキャベツ、人参、紫玉ねぎ、生姜を使用)

作り方: 野菜を細かく刻み、塩もみする。

オリーブオイル(小1)と酢(小2)で混ぜせる。

ポイント: 生姜の量はお好みで調整。体が温まる1品です。



《サンチュで海苔巻き(隠し味は焼海苔です)》

材 料: サンチュ(又は葉物の野菜でOK)、ゴマ、醤油

作り方: 野菜を茹でてから、しづり水気をとる。食べやすい大きさに切り、ゴマと合える。一口サイズに切った焼海苔で野菜を巻いたら完成。(お好みでショウガをつけてどうぞ)

ポイント: 海苔の風味が、苦みのある野菜と相性良く食べられます。いろんな野菜を海苔で巻いて食べても美味しいです。



●村民カレンダー

月日	曜	行事予定	ゴミ収集日	診療所	歯科診療所
7/6	月	お湯船温泉館休館(約3週間) 田尻サロン(13:30~) 山鹿サロン(9:30~)	可燃物	○	
7	火	中山鹿・家壁サロン(13:30~)		○	
8	水			○	
9	木			○○	
10	金	産山村コミュニティバス運行開始	可燃物	○	
11	土	図書室開放日(12:00~15:00)			
12	日	阿蘇郡市民体育祭(陸上競技)			
13	月		可燃物	○○	
14	火		ビン・カン	○	
15	水	中田尻サロン(13:00~) 星空観察会		○	
16	木	南田尻サロン(13:30~) 南部サロン(13:30~)	リサイクル	○○	
17	金		可燃物	○	
18	土	うぶやま保育園夕涼み会			
19	日	阿蘇郡市民体育祭(陸上・クレー射撃) ヒゴタイ交流生・随行団出発			
20	月	海の日			
21	火	小中学校夏季休業日(~8月25日) 乙宮サロン(13:30~)	可燃物	○	

◎上記の行事はあくまでも予定ですので、詳細については役場(担当課)までお尋ね下さい。

編集後記

雨の日が続き、産山村にまだ夏は来ないようですね。例年この時期に螢が現れるようですが、今年は長雨で螢を見ることは難しそうです。一方、村内できれいな紫陽花(あじさい)が見られるようになりました。カラフルな紫陽花は見ていて飽きませんね。

季節の変わり目は気温差が激しいので、体調管理にはお気を付けください。



平成27年7月～8月

月日	曜	行事予定	ゴミ収集日	診療所	歯科診療所
22	水			○	
23	木			○○	
24	金		可燃物	○	
25	土	熊本県中学校総合体育大会(阿蘇) 図書室開放日(10:00~15:00)			
26	日	熊本県中学校総合体育大会(阿蘇)			
27	月	阿蘇郡市学童水泳記録会 もうすぐ1歳児健診 (14:00~15:00診療所)	可燃物	○○	
28	火	産山サロン(13:30~)	ビン・カン	○	
29	水			○	
30	木	小学校集団宿泊教室		○○	
31	金	小学校集団宿泊教室	可燃物	○	
8/1	土	ヒゴタイ祭2015 平川サロン(10:00~)			
2	日				
3	月		可燃物	○○	
4	火			○	
5	水	海山交流(ヒゴタイキャンプ場)		○	
6	木	海山交流(ヒゴタイキャンプ場)	可燃物	○○	

赤ちゃんこんにちは

井 苍史朗くん (乙宮)
父 星二様
母 春香様



お悔やみ申し上げます

- 井 達也様 5月31日没 (上山鹿西)
- 岩本 スミ様 6月2日没 (山鹿)
- 井 ナスエ様 6月2日没 (中山鹿)
- 小野 豊様 6月13日没 (上竹の畑)
- 酒井 徹男様 6月28日没 (上竹の畑)

■産山村人口の動き(6月30日現在)

男845人		
女757人		
合計1,602人		
世帯数625戸		
男 出生	1人	死亡	3人
転入	1名	転出	1名
女 出生	0人	死亡	2名
転入	1名	転出	0名



トマトの酸味が出ていて、とてもおいしかったです。家でも作ってみてください。

レポーター/8年生
岩下 麗鈴さん

学校給食 検査



産山給食センター
栄養教諭
上月 直美

レシピ No.15 ☆ハヤシライス

材料	分量	作り方 (4人分)
牛肉(小間切れ)	200g	①鍋に油を熱し、にんにくを入れて香りを出し、玉ねぎを入れてしっかりと炒める。
玉ねぎ(5mmスライス)	②牛丼に加えて色が変わまるまで炒める。	
にんじん(いんじん)	50g	③にんじん、マッシュルームも加えて軽く炒める。
マッシュルーム (スライス)	40g	④水を入れて沸騰させあくをとり、調味料・香辛料を入れて火が通るまで煮込む。
グリンピース	15g	⑤ブラウンルーを入れとろみがつくまでしばらく煮込む。
粉チーズ	1片	⑥粉チーズを加える。
にんにく(みじん切り)	5g(なくてもOK)	⑦グリンピースを入れて仕上げる。
フルーツチャツネ	50g	<ルー作り>
薄力粉	50g	フライパンにバターをとかし、薄力粉を少しずつ加えて弱火で炒める。途中で中火にして茶色のブラウンルーになるまでじっくり炒める。
バター	50g	
ケチャップ	65g	
トマトピューレ	65g	
ナツメグ	少々	
赤ワイン	大さじ1	
塩	小さじ1	
こしょう	少々	
ウスターーソース	大さじ2	
コンソメ	1個	
水	500cc	
炒め油	適量	
ご飯	5皿分	

給食では、ブラウンルーを手作りしています。市販のルーを使うより手間はかかりますが、その分コクのあるおいしいハヤシライスができます(*^▽^*)



▶平成27年度 第1回産山村子どもヘルパー活動◀

6月20日（土）、第1回産山村子どもヘルパー活動を実施しました。今回の活動では、独居世帯3軒、高齢者二人世帯1軒への訪問と小中学校体育館での交流会活動を行いました。

訪問先での活動では、希望に応じ窓拭きや掃除、草取り等のお手伝いをしました。お手伝い終了後はおじいちゃん、おばあちゃんといろいろなお話をしてもんやかな時間を過ごし楽しい交流となりました。

体育館での活動では、タブレットを使った脳トレやけん玉・オセロ・卓球等を通して楽しく交流をすることが出来ました。ご協力をいただきました皆様、本当にありがとうございました。



活動の様子



活動の様子

村内の独居世帯・高齢者二人世帯の皆さん、草取りや掃除で困っている方がございましたら、一度この活動を利用してみてはいかがでしょうか。ご遠慮なく社会福祉協議会（☎23-9300）までご連絡下さい。

今年度の子どもヘルパー活動予定日は下記のとおりです！

記

- | | | |
|---|----------------|----------|
| ① | 平成27年 7月 6日（月） | 15時15分頃～ |
| ② | 平成27年 9月 7日（月） | ク |
| ③ | 平成27年10月19日（月） | ク |
| ④ | 平成27年11月16日（月） | ク |
| ⑤ | 平成27年12月 7日（月） | ク |

社協に寄せられた善意の寄付【6月分】

毎月、「福祉のためにぜひ役立てて下さい。」とたくさんの善意をお寄せ頂いております。その主旨にそくべく“地域福祉発展”的に、有効に活用させて頂きます。

【香典返し】

- ・井 絹子様より（上山鹿西） 故 達也様分として
- ・井 昭生様より（中山鹿） 故 ナスエ様分として
- ・岩本 清美様より（山鹿） 故 スミ様分として

【お見舞返し】

- ・進 八重子様より（千部塚） ご本人様分として

【一般寄付】

- ・アジアンプロレスリング 代表 畠中 浩旭 様
～心から感謝申し上げます。 ありがとうございました。～



「平成27年 鹿児島県屋久島町口永良部島 新島噴火災害義援金」の募集について

5月29日、54年ぶりに新岳から噴火し、噴煙が火口から1万メートルの高さまで達し、屋久島町は、島全域の住民に島外への避難指示を出しました。全島民は、今も島に帰る見込みもたたず、島外避難が継続している状況です。



日本赤十字社では、被災された方々を支援するため、義援金の受付をすることとなりましたので、皆様のご理解とご協力をお願い致します。

集まりました義援金は、日本赤十字社熊本県支部を通じ、鹿児島県に設置される災害義援金配分委員会を通じて全額被災者の皆様へ配分されます。

産山村においては、日本赤十字社熊本県支部産山村分区（産山村社会福祉協議会）が主導し、産山村役場窓口及び産山村社会福祉協議会において義援金箱を設置していますので、多くの方のご支援ご協力をお願い致します。



社協だより

平成27年
第254号
発行者
産山村
社会福祉協議会
☎23-9300

平成27年度 第12回熊本県障がい者グラウンド・ゴルフ大会

6月13日（土）、熊本県農業公園カントリーパークにおいて、熊本県身体障害者福祉団体連合会主催の「熊本県障がい者グラウンド・ゴルフ大会」が開催されました。当日は、県内より65チーム、約400名の選手が参加され、本村からは6名が出場されました。惜しくも入賞は逃しましたが、日頃の練習の成果を発揮されていました。大会に出場された皆様、大変お疲れ様でした。



開会式の様子



大会の様子

ふれあいで、育てよう
ふくしの心

チャリティープロレスin産山

6月2日(火)、山鹿地区公民館で『チャリティープロレスin産山』が行われました。アジアンプロレスリング主催によるチャリティープロレスは3年ぶりです。開場前には、レスラーが車椅子のお客さんを車椅子ごと抱えて2階の会場まで運ぶ姿がありました。

試合中は客席から子どもの大きな声援があがり、またハイタッチや握手など村民とのふれあいの場面もあり、観客とプロレスラーとの掛け合いで会場は笑いに包まれました。

終盤には客席で乱闘が始まり、また観客をレフリーとして参加させ、そのレフリーがプロレスラーに技をかけるという展開に歓声が沸きました。

今大会も売り上げの一部は産山村社会福祉協議会に寄付されます。



間近での戦いに興奮!



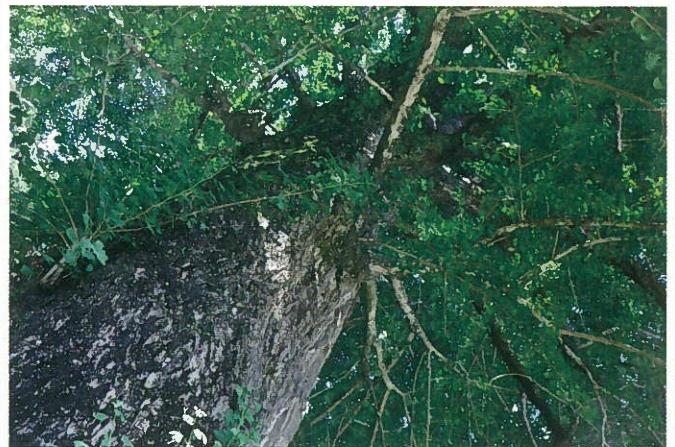
村民レフリーが技をかける!?

産山安跡めぐり
No.4

嵯峨神社

銀杏 獅子舞

産山村大字産山にある嵯峨神社には、樹齢400年を超える大きな銀杏の木があります。この銀杏は高さ30m、幹囲は5.3mほどあり、天然記念物に指定されています。



また、毎年9月9日に秋の大祭が開かれ、嵯峨神社に獅子舞が奉納されます。戦争を挟んだ長い期間、人手不足のために中断されていたこともありました。しかし、村民の努力により昭和45年に復活、現在も続いている。

嵯峨神社の獅子舞は無形文化財に認定されています。