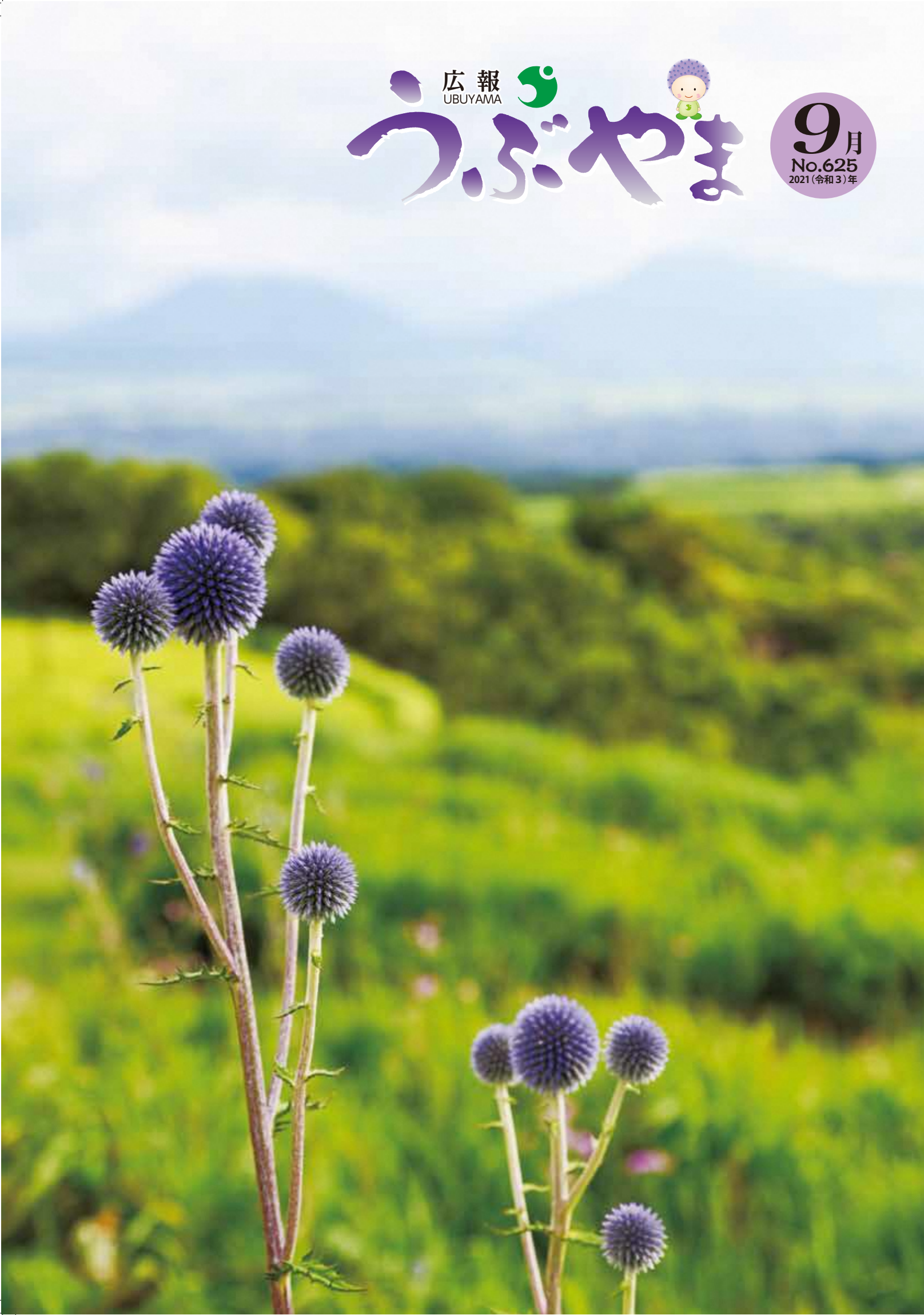




村民カレンダー

令和3年9月～令和3年10月

月日	曜	行 事 予 定	ゴミ収集日	診療所	月日	曜	行 事 予 定	ゴミ収集日	診療所
9/6	月		可燃物	○	22	水			○
7	火	第63回熊日金婚夫婦表彰		○	23	木	秋分の日		
8	水			○	24	金	ふるさと総合健診結果説明会 基幹集落センター(予定)	可燃物	○
9	木	乙宮サロン 13:30～(予定)		○	25	土	図書室開放日		
10	金		可燃物	○	26	日			
11	土	図書室開放日			27	月		可燃物	○
12	日				28	火	産山サロン 13:30～(予定)	ビン・カン	○
13	月	農業委員会(予定)	可燃物	○	29	水			○
14	火	中山鹿・家壁サロン 13:30～(予定)	ビン・カン	○	30	木	下田尻サロン 13:30～(予定)		○
15	水		リサイクル	○	10/1	金	平川サロン 10:00～(予定)	可燃物	○
16	木	田尻サロン 13:30～(予定)		○	2	土			
17	金		可燃物	○	3	日			
18	土				4	月		可燃物	○
19	日				5	火			○
20	月	敬老の日			6	水			○
21	火	竹の畑サロン 13:30～(予定) 秋の全国交通安全運動(～30日)	可燃物	○	7	木		不燃物	○

◎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。



7/30
金

お楽しみ夏祭り会



うぶやま保育園にて「お楽しみ夏祭り会」が開催されました。
最初にさくら組による開会の言葉の後、保育士によるアトラクションが行われました。その後、園児たちは班に分かれて様々なブースを回りました。各ブースは保護者会による手作り、ボウリングや玉入れ、スイカ割りなど6つのブースが用意され、園児たちはさくら組をリーダーとした班に分かれ各ブースを順番に回っていました。
最後に、クラスごとに御神輿を担ぎ、盆踊りを踊って会は閉会しました。参加した園児たちはみな笑顔で盛り上がり、盛会に終わることが出来ました。



8/8
日

・

8/15
日

産山クラブ優勝!



8月8日(日)と8月15日(日)の2日間にわたり、「の宮総合グラウンド」において第66回熊本県秋季選手権阿蘇郡市予選大会が行われ、産山クラブが参加しました。産山クラブは村民24名で構成されている草野球チームで、8月8日の準決勝では球遊會(阿蘇市)に5対3で勝ち、8月15日の決勝ではチーム愛球(阿蘇市)を接戦の末、9対8で勝ち見事優勝を果たしました。

うぶやま版 こどもあるあるマンガ



今はちょっと時間があったら
スマホで動画を見たりゲームをしたり出来て便利だね。
ムカシはスマホとかなかったから、
暇なときは何にもすることがなくてぼーっとしたりしてたんだよ。
そんなときに、虹を見つけたりしたんだよ。



ヤギのように食べること？



最近は何が読めればわかるらしい。



やろうって言い始めたのきみじゃん？w



尊敬しかない。

産山村放課後児童クラブ支援員
おおたにまさえ

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

インボイス制度説明会の開催について 令和3年9月15日～12月15日

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス(適格請求書)制度が導入されます。阿蘇税務署では、インボイス制度の内容や必要な手続について、下記の日程で説明会を開催いたします。説明会は事前予約が必要で、各日程とも定員は10名となっております。詳しい内容につきましては、阿蘇税務署までお問い合わせください。

日 時	場 所	予約締切	連 絡 先
9月15日	阿蘇税務署 1階会議室	9月14日	個人課税部門 0967-22-0553
10月20日		10月19日	法人課税部門 0967-22-0554
11月17日		11月16日	個人課税部門 0967-22-0553
12月15日		12月14日	法人課税部門 0967-22-0554

■お問い合わせ先 阿蘇税務署 電話:0967-22-0551(自動音声案内で3を選択)

登記相談所開設(事前予約制)

熊本地方務局職員による土地・建物等の売買・贈与・相続等の登記に関する無料の登記相談所が下記のとおり開設されます。お気軽に御相談ください(要予約)。

記

- 日 時 令和3年10月21日(木)
午前10時30分から午後3時まで(正午から午後1時までを除く。)
事前予約制:開設日前日までに御連絡ください。
- 場 所 阿蘇市役所北側別館全員協議会室
- 予約先 熊本地方務局阿蘇大津支局
電話番号 096-293-2272
音声案内②を押し、阿蘇市相談予約とお申出ください。
- その他 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となる場合があります。
熊本地方務局では、電話又は窓口での登記手続案内(いずれも事前予約制)を行っておりますので、御利用ください。
また、登記申請書の様式について、法務局ホームページで案内しています。

令和3年度産山村 敬老会の開催中止について

令和3年9月15日(水)に山鹿体育館において開催を予定していました「令和3年度産山村敬老会」は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止いたします。

■お問い合わせ先 健康福祉課
電話:25-2212

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月22日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/22(水)～10/22(金)

公益財団法人熊本県市町村振興協会

くらしの情報

令和3年阿蘇長寿犬猫表彰及び動物フォトコンテストを実施します

- 目的：動物愛護事業の一環として、地域住民における動物愛護の精神及び動物の適切な飼養の啓発を図る

- 開催日時（表彰式）：9月24日（金）
14:00～16:00

- 開催場所：阿蘇地域振興局 大会議室

- 主催：阿蘇地域動物愛護推進協議会

- 内容：下記のとおり、事前申込、応募が必要（審査後、結果については、該当者に個別に連絡し、表彰式への出欠を確認）

【長寿犬猫表彰】

申込期間：9月1日（水）～9月15日（水）
申込用紙：産山村役場及び阿蘇保健所にて配布
申込要件（表彰要件）：
＜犬の場合＞
※産山村に登録があり、狂犬病予防注射済の犬
※15歳以上

＜猫の場合＞

※3種混合ワクチン接種を行っている猫
※15歳以上

【フォトコンテスト】

応募期間：9月1日（水）～9月15日（水）
応募用紙：産山村役場及び阿蘇保健所にて配布
応募について：動物と人が仲良く写っている写真を
応募先に持参または郵送
応募写真サイズ：A4サイズ
申込・応募先：阿蘇地域動物愛護推進協議会
事務局（阿蘇保健所衛生環境課内）
住 所：〒869-2612
阿蘇市一の宮町宮地2402

■お問い合わせ先 住民課

電話：0967-25-2212
阿蘇保健所衛生環境課
電話：0967-24-9035

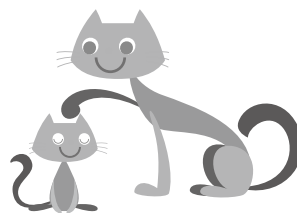
阿蘇地域飼い猫避妊手術費助成について

飼い猫の避妊・去勢手術に対する助成事業を行います。内容は下記のとおりです。

- 受付期間：9月1日（水）から9月30日（木）まで
※土日祝を除く 9時～17時
- 対象：阿蘇地域にお住まいの方で猫を飼育しており、阿蘇地域の開業動物病院で避妊・去勢手術をお考えの方
- 助成額：雌1万円／頭、雄5千円／頭（上限頭数あり）
- 手術上限頭数：雌30頭、雄20頭
- 申請書配布場所：産山村役場住民課及び阿蘇保健所衛生環境課
- 提出先：産山村役場住民課環境衛生係

～注意事項～

- ・助成の対象となるのは一世帯2頭までです。
- ・申込の際には本人確認書類をご持参ください。
- ・阿蘇郡市全域を対象としており、申込多数の場合は抽選となります。
- ・抽選結果は受付期間終了後30日以内に文書にて通知します。
- ・決定通知が届いた後に手術の予約を申し込んでください。



■お問い合わせ先 住民課 電話：0967-25-2212
阿蘇保健所衛生環境課 電話：0967-24-9035

(公財)阿蘇地域振興デザインセンター事務局長募集

- 業務内容:阿蘇地域振興デザインセンターの事務局長として、公益事業の実務にあたる。
 - 応募資格:高卒以上・要普通自動車免許
 - 給与:月額38万円(程度)
 - 待遇等:当財団の「職員就業規則による」
 - 応募方法:下記書類郵送 ①履歴書(形式は任意・写真貼付)
②職歴書(形式は任意)実施してきた地域づくり、観光振興等についての職歴
③小論文 テーマが有ります。
- 詳しくは、阿蘇地域振興デザインセンター・電話 0967-22-4801
HP:<http://www.asodc.or.jp> インフォメーションに掲載
- 応募締切:令和3年10月15日
 - 雇用期間:3年(次期事務局長募集へエントリー可)

住宅金融支援機構からのお知らせ

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)」の借入申込の受付期間を1年間延長しました。お申込みをご検討の方は、お早めにご相談ください。

[延長前]

[延長後]

令和3年3月31日 → 令和4年3月31日

■お問い合わせ先

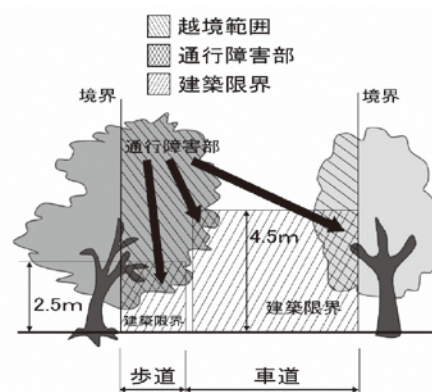
住宅金融支援機構 お客さまコールセンター 0120-086-353(通話無料)
受付時間9時~17時(祝日・年末年始除く)

道路に張り出している木の伐採にご協力ください!!

道路や歩道への枝の張り出しや倒木により歩行者や自動車等に損害が発生した場合、樹木所有者の管理責任を問われることがあります。

道路沿いで樹木を所有されている方は点検を実施していただき、危険な場合は伐採する等の措置を講じていただきますようお願いいたします。

■お問い合わせ先 県道路保全課
電話:096-333-2495



土砂災害の不安を解消しませんか

土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)からの移転を検討中の方、土砂災害危険住宅移転促進事業を御活用ください。最大300万円補助します!

- 補助対象者
レッドゾーン指定前から現在まで継続してお住まいの方(賃貸住宅は対象外)
- 交付要件
安全な地域(レッドゾーン・イエローゾーン外)へ移転 お住まいの住宅除却
- 補助内容
住宅建設購入費、賃貸住宅費(1年間)、住宅除却費等

■お問い合わせ先 経済建設課 建設係 電話:0967-25-2213

うぶ☆チャンネル

地域の力で育む学力！夢塾R3夏、全集中！

学園生の長期休業期間中の学習をサポートする村教育委員会主催の取組である夢塾(地域未来塾)が、夏休み初日からスタートしました。夢塾は、前期生が午前(10～12時)、後期生が午後(13～15時)とに分かれて行われます。講師は、教育委員会の笹原指導主事と有住指導主事です。基本、お二人の講師を中心に、手伝えるスタッフが支援に入る形で進められています。スタッフは、児童クラブの先生方や教育委員会の森本さん、産山村出身の大学生ボランティア、星山教育長先生、そして学園の先生方です。

子供たちは、やる気満々で、夏休みの宿題や自主学習、受験勉強に励んでいます。「はい、教えてください!」の声が次々と聞かれ、うれしい悲鳴を上げる講師陣です。前面のホワイトボードには、「全集中!」と書かれています。夢塾は、コロナ対策に努めながら、「全集中!」を合い言葉に進められています。講師・スタッフの皆様、大変お世話になります。



感動をありがとう！～熊本県中体連軟式野球大会～

「これまで応援していただき、本当にありがとうございました!」

キャプテン宮川君の号令とともに、産山学園野球部員は大きな声で、応援団に感謝の言葉を届けました。部員や保護者の方の目には涙がにじんでいました。

7月24日(土)、嘉島総合運動公園において、県中体連軟式野球大会の1回戦が行われました。相手は強豪校、熊本市代表の帯山中学校。産山学園野球部は、阿蘇郡市の代表校として最後まであきらめずに声を出し、粘りの野球を見せましたが、5対0での敗戦となりました。ゲームセットのコールの後、熱闘を見せてくれた両チームに大きな拍手が送られました。

9年生の5人は、応援団に感謝の言葉を伝えるとともに、7・8年生に「阿蘇郡市中体連大会2連覇」の夢を託しました。野球部の皆さん、ここまで多くの試合で感動や元気を与えてくれて本当にありがとうございました!



私たち一人一人の課題として ～オリンピックと人権～

今年の夏も、新型コロナウイルスの感染拡大や長雨による災害危機の中で、「自他の命を守る」行動が求められる気の抜けない日々が続きました。そのような中、開催された東京オリンピック・パラリンピックは、多くの感動のドラマとともに、様々な人権課題について考える契機を私たちに与えてくれました。

1908年にIOCにより制定された「オリンピック憲章」の根本原則には、「人権の尊重」が謳われています。

オリンピックの根本原則第6項

6. このオリンピック憲章の定める権利および自由は人種、肌の色、性別、性的指向、言語、宗教、政治的またはその他の意見、国あるいは社会のルーツ、財産、出自やその他の身分などの理由による、いかなる種類の差別も受けることなく、確実に享受されなければならない。

人が平和に生きるには、人権が満たされていなければなりません。平和をめざすオリンピックの根幹に人権が位置づけられているのです。しかし、オリンピックはこれまで多くの人権問題を抱えてきました。

第一に「女性の参加」と「性的少数者」の問題があげられます。1896年の第1回アテネ大会では、「古代オリンピック」が女人禁制であったことや、女性の権利が十分に保障されていない時代であったため、女性の参加が認められたのは、第2回パリ大会からで、時代とともにその競技数も増えていきました。

ところが、1964年の東京大会で、“男性のような”体格をした女子選手が陸上競技でメダルを獲得したことで、性別を疑う議論が起こり、1968年のメキシコ大会から、女性だ

け性別検査が始まりました。これが女性の人権侵害にあたりと多くの抗議がなされますが、1999年に中止されるまで30年以上、女性のみ検査が続きました。

また、2014年のソチ冬季大会では、開催国のロシアにおける性的少数者に対する差別が問題となり、IOCは、2014年末にオリンピックの根本原則を改訂し、第6項に“性的指向による差別禁止”を加えました。

人種差別問題では、アパルトヘイト（有色人種の隔離政策）を行っていた南アフリカ共和国は、東京大会以降、参加が認められず、1971年にはオリンピックから追放され、復帰したのは、1991年にアパルトヘイトを撤廃した翌年のバルセロナ大会からでした。

障害者の参加については、1960年のローマ大会開催後に、初めてパラリンピックが開催され、車いす選手による8競技が行われました。車いす選手以外の障害者選手がパラリンピックに参加するようになったのは、1964年の東京大会からです。

「多様性と調和」と「未来への継承」がコンセプトとして打ち出された東京大会でしたが、日本における人権感覚が問われる出来事も多くありました。▶女性蔑視発言 ▶女性タレントの容姿を侮辱した件 ▶過去のいじめを武勇伝のように語っていた件 ▶コントの中での不適切なネタ ▶SNSを通じた金メダリストへの誹謗中傷・・・これらは、他人ごとではなく、私たち一人一人の課題です。

この機会に、日頃の生活の中での自分の在り方を振り返り、差別のない未来につなげていきたいものです。（人権教育指導主事 有住）





9月は健康増進普及月間です！

■お問い合わせ先
健康福祉課 電話：25-2212

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、外出を自粛されている方が多いと思います。自宅で過ごす時間が長くなると活動量が低下しますので、家の中でも出来る運動（ラジオ体操、スクワットなど）をして身体を動かしましょう。

また、バランスのよい食事也很重要となります。主食（炭水化物）主菜（タンパク質）副菜（ビタミン、ミネラル、食物繊維）を基本に、様々な食品を組み合わせる必要があります。加工食品を使用する場合は、塩分や脂肪分のとりすぎにならないように、栄養成分表示を確認しましょう。

健診結果の配布及び説明会

★8月29日、30日に受診された方
（ふるさと総合健診を受診された方）
9月24日（金）
産山村基幹集落センター

★8月31日、9月1日に受診された方
（複合健診を受診された方）
10月8日（金）～10月9日（土）
産山村基幹集落センター

*感染対策のため時間は個別に通知いたします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本年度も下記の対策を実施させていただきます。ご理解、ご協力をお願いいたします。

・当日、朝の体調をご確認ください。

風邪、吐き気、下痢などの症状があり体調がよくない場合は、ご来場をお控えください。別日に個別でご説明いたします。

・受付時間内にご来場ください。

密を避けるため会場へ入場できる人数を制限します。引換券を郵送いたしますので、日程受付時間をご確認ください。

・手指のアルコール消毒、マスクの着用をお願いします。

会場入り口で検温、手指のアルコール消毒、マスクの着用等を確認させていただきます。



ステイホームのお供に

マスクの着用と手指の消毒の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

ー9月の学校図書室開放日ー

11日（土）・25日（土）
10:00～15:00
長時間の滞在はご遠慮ください。

8月は異常な長雨と新型コロナウイルスの爆発的な感染拡大により、気の滅入る夏になってしまいました。デルタ株への警戒はとけず、気軽に外出することもままならない状況が続いています。

ステイホームで過ごす時間を、読書にあててみるのはいかがでしょうか。何を読んでいいか迷う時は、映画の原作本がおすすめです。映像化される作品とあって、読んでも臨場感があり、ぐいぐいと引き込まれていきます。本の世界に浸るひとは現実から解放されます。気分転換にぜひご利用ください。



こんにちは！ クーリーです



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

皆さん、安全で楽しい夏休みを過ごされましたか？コロナウイルスの規制が再び強化されたのは確かに残念ですが、それでも子どもたちには自由な時間を楽しんでもらいたいと思います。

私は夏を楽しむために沖縄に旅行に行くなど、様々な計画を立てていましたが、コロナウイルスのためにすべて中止になってしまい、とても残念です。暑い日もありましたが、産山村は他の地域よりも少し涼しいようで、個人的にはまだ暑い気候を楽しんでいます。

ゴールドコーストでは冬ですが、日中は25度を超えることもあるそうです。ゴールドコーストの冬は、産山の冬に比べると確かに寂しいですね。7月に1日だけ宮崎のビーチに行ったのですが、山の木から南国のヤシの木へと環境が変化していく様子がとても魅力的でした。それに加えて、栽培されている作物の種類が砂糖と小麦に変わっていることにも気づき、オーストラリアを思い出しました。少しだけ旅行気分を味わえてとてもよかったです。

それでは、また来月お会いしましょう。

ジェームズより



福祉サービス
センター

「ほっと館」です

産山村大利657-2

電話:0967-25-2233 Fax:0967-25-2281

今年は夏になっても雨が多く、外に出る機会も少なかったですが、ほっと館では少しでも夏を感じられるよう、工夫してレクリエーションを行っています。



金魚すくいゲーム

スイカ割りゲーム



テーブル
カーリング



村民の方から頂いた花の球根を、ほっと館の周りに利用者の皆さんと植えました。花が咲くのが楽しみです。

植樹祭



分駐所だより

産山波野分駐所

9月9日は救急の日！

厚生労働省と総務省消防庁は、救急業務及び救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に、毎年9月9日を「救急の日」、救急の日を含む週間（日曜日から土曜日）を「救急医療週間」と定めています。

・応急手当の普及啓発活動について

救急車の平均到着時間が約11分の当管内では、より救命率を向上させるためには現場に居合わせた人々（バイスタンダー）の応急手当が必要不可欠であることから、応急手当の普及啓発活動の環として、上級救命講習（8時間・普通救命講習（3時間）、救命入門コース（90分）など、AED（自動体外式除細動器）の取り扱いを含む講習会を随時開催しております。

現在は（8月31日時点）新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、職員による指導を中止しています。

※指導再開の基準は熊本県

リスクレベル3（警報）に

引き下げられた時点

※指導中止の基準は熊本県リスクレベル4（特別警報）に引き上げられた時点



お問合せ・連絡先

阿蘇広域消防本部

☎0967・34・0024

油断大敵！熱中症！

新型コロナウイルス感染症がまだまだ猛威を奮っている今日、皆さんは確実な感染予防対策を行っていますか？外出しないことが一番ですが、そういうわけにはいきませんよね。外出時は、あらゆるところにウイルスが潜んでいる事を想定しながら行動してください。職種によっては多くの方々と接する機会がある方もいらっしゃると思います。気を付けるのはもちろんですが、精神的なストレスをため込まないようにしっかりと息抜きしてくださいね！

さて本題ですが、感染予防としてほとんどの方がされているマスク。熱がこもるので熱中症の危険性が高くなると言われています。なにかに没頭していたりすると水分補給や体温管理を疎かにしてしまいがちです。また気温も例年より高くなっています。今から涼しくなっていくと思いますが日中はまだまだ暑さが続きます。十分に気を付けましょう！

心がけるのは・・・

1. こまめな水分補給
2. こまめな休憩
3. 室内、屋外での体温管理
4. 帽子、日傘などの直射日光防止対策

地域おこし協力隊通信

(星山 泰和)

産山村の皆様、こんにちは。気が付けば産山村に移住し2年近くになりました。

この2年を振り返ると・・・ヒゴタイ公園キャンプ村を中心に水害や色々な事があり、あっという間に時間が過ぎてしまいました。活動としてはツイッターを中心としたSNSでの発信、椎茸の栽培、水害後は上流から流れてきた流木を皆で引き上げスウェーデントーチとして販売、イベントではテントメーカーのテントサイル様にご協力頂きハンモックテントの展示、近年増えつつある女性キャンパーさんにも満足して頂けるコンテンツとしてテントサウナを輸入し、お客様に体験して頂き貴重なご意見を伺いました。

テントサウナについては法律問題もあり思うようにPR出来ていませんが、今後阿蘇周辺にはこのようなアクティビティに特化したキャンプ場が次々と出来るようです。

協力隊として残り1年。定住に向け先は見えませんが産山村を訪れてくれる場所作りを目指し更に頑張りたいと思います。

赤ちゃんこんにちは

・西田 芽生ちゃん
母 父 直人様
奈巳様 (原大利)



お悔やみ
申し上げます

・古閑 義生 様
八月四日没 (御湯船西)

(令和3年8月19日提出)

散文詩

文芸のいずみ

いなか暮らし 四季おりおりいい湯だあ コミュニティバス

こけないで こけちやいかん やさきにずっとこけた

コロナ大雨 グランドゴルフ コロコロ大ぶとり

山鹿井 絹子

短歌

雨上り草取したら又雨に猫とカラスは吾の見張り役

朝まだき夫と草取りひと息す太陽上り汗の吹き出る

日向 西澤 美幸

旅の友買った風鈴永平寺級友の面影修学旅行

母の字で元氣頃書いたメモ日記返し読みして我が宝物

山鹿 酒井 耐子

ちらちらと白萩の花散りゆくを照らす今宵の月十三夜

「ホトクリ」と亡母に教わり草の名を今だ忘れず草取る我は

天仰ぎふり向かないで後にはもう何もない今が幸せ

中田尻 雪井 早苗

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3年8月11日(水)~13日(金)

色	市場平均	性別	頭数	平均価格	先月比	平均体重	Kg単価	平均日齢
		去勢	183	687,025	▲48,191	333	2,066	287
褐毛	県市場平均	メス	134	587,663	▲16,400	313	1,877	296
		去勢	6	687,500	▲113,850	303	2,269	279
黒毛	産山牛平均	メス	3	718,667	131,267	342	2,101	294
		去勢	537	803,965	45,728	324	2,479	289
黒毛	県市場平均	メス	412	684,552	11,096	292	2,345	294
		去勢	20	835,725	61,494	332	2,514	289
黒毛	産山牛平均	メス	11	697,700	25	294	2,372	300

産山村人口の動き(8月19日現在)

男.....738人
女.....686人
合計.....1,424人
世帯数.....622戸
※以下は令和3年7月20日~8月19日
男 出生 0人 死亡 1人
転入 2人 転出 1人
女 出生 1人 死亡 0人
転入 1人 転出 1人

新型コロナウイルス感染症に係る生活福祉資金特例貸付について

新型コロナウイルス感染症発生の影響による休業や失業等で、一時的に収入が減少した世帯を対象として、生活福祉資金（特例貸付）の緊急小口資金、総合支援資金【初回】、総合支援資金【再貸付】の受付期間が延長されたことに伴い、申込み受付を令和3年11月末まで実施しています。

なお、詳細につきましては、熊本県社会福祉協議会のホームページをご覧ください、ご不明な点などございましたら下記連絡先までお問い合わせ下さい。

■お問い合わせ先 産山村社会福祉協議会 電話：23-9300

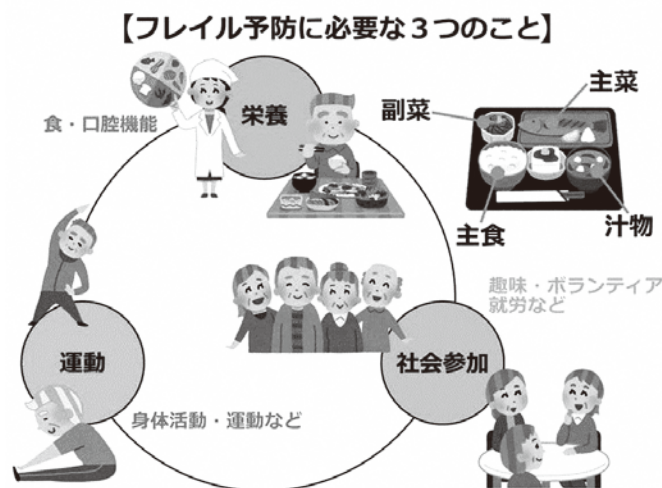
コロナに負けない！～フレイルにならないためには!?～

新型コロナウイルス感染症の影響により、外出自粛や三密を控えた生活が長期化しています。村でも、介護予防教室の「かがやき教室」や集いの場でもある「ゴールドクラブ」、「サロン活動」も自粛しているところです。

新型コロナ感染症予防のため、外出を控えることにより日中の活動量の低下や人との交流が減り、フレイル（虚弱）になることが懸念されています。フレイル予防には、「運動」、「栄養」、「社会参加」の3つの柱が必要です。

フレイルに早期に気づき予防することで健康な状態に改善することができますので、一度チェックしてみてください。

→<次ページ参照>



社会福祉協議会では、阿蘇温泉病院リハビリセンターの理学療法士である林寿恵氏と連携し、テレビ電話（お知らせ端末）を活用したオンラインによる介護予防支援を行っています。対象者の生活する上での困りごとや心配事などを家族等と確認し、自宅でも簡単にできる体操・筋トレや手遊びなどの認知機能低下を予防する運動を実施しています。

フレイルチェックで該当した方など心配な方は、お気軽にご相談ください。

運動器具（ステッパー：足踏み運動、フィットネスバイク：ペダリング運動）も貸し出していますので、連絡をお待ちしています。



自宅でできる運動を実践中!



ステッパー



フィットネスバイク



社協だより

令和3年
第326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

介護予防・改善に役立てよう!

チェック表

フレイル度（虚弱度）



設問を読んで、当てはまる方にチェックをしてください。
「はい」と「いいえ」の位置が入れ替わっている項目があるので注意してください。

		A	B
栄 養	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、健康に気をつけた食事を心がけている	☐ はい	☐ いいえ
	野菜料理と主菜（肉か魚）を両方とも、毎日2回以上は食べている	☐ はい	☐ いいえ
オーラルフレイル（口腔）	「さきいか」「たくあん」くらいの硬さの食品を、普通に噛み切れる	☐ はい	☐ いいえ
	お茶や汁物でむせることがある	☐ いいえ	☐ はい
運 動	1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している	☐ はい	☐ いいえ
	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している	☐ はい	☐ いいえ
	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速いと思う	☐ はい	☐ いいえ
社会参加（社会性・心）	昨年と比べて外出の回数が減った	☐ いいえ	☐ はい
	1日に1回以上は、だれかと一緒に食事をしている	☐ はい	☐ いいえ
	自分が活気にあふれていると思う	☐ はい	☐ いいえ
	何よりもまず、もの忘れが気になる	☐ いいえ	☐ はい

Bの欄についてのチェックの数を数えてください。いくつありましたか？

出典：1) 東京大学高齢社会総合研究機構
飯島勝矢「フレイル予防ハンドブック」より引用
2) 「東大が調べてわかった衰えない人の生活習慣」
著者 飯島勝矢

- Bの欄についてのチェックが6つ以上は要注意、フレイルのリスクが高くなっています。さらにBの欄のチェックが一つ増えるごとに、フレイルのリスクが2倍ずつ増えると言われています。
- Bの欄のほとんどにチェックがつく場合は、1～2年後にはフレイルから要介護になる可能性が高いです。

全国老人クラブ連合会 フレイル予防啓発パンフレットより一部抜粋

社協に寄せられた善意の寄付【7・8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。その主旨に沿うように地域福祉の発展のために、有効に活用させて頂いております。

【香典返し】

- ・ 田畑 郁代様より（山鹿） 故）久行様分として
- ・ 古閑 一成様より（御湯船西） 故）義生様分として

～心から感謝申し上げます。 ありがとうございました。～

