

広 報

こうさ

【表紙】各小・中学校の特別支援教育支援員らが協力

学校生活を待ち望む子どもたちに布マスクを

CONTENTS

- 02・特集 災害に備えて
- 08・こうさの話題 町内各小・中学校で段階的に授業を開始
- 10・町からのお知らせ 第三者の行為によって傷害を受けたら届け出を
- 14・管理栄養士だより 食事や生活リズムを見直して免疫力をつけよう
- 24・Kosa Style 防災士・溜瀨清裕さん（津志田区）

No.611
June 2020

6

今だからこそ

災害に備えて

大切な生命を守るための備えは万全ですか？



▶豪雨により寸断された道路（谷内区）

■避難が必要な状況



大雨・台風



土砂崩れ



地震

■家庭や地域で災害に対する備えを確認

平成28年4月の熊本地震、同6月の1時間当たりの総雨量が150ミリの豪雨災害では、町内でも家屋の倒壊や浸水、土砂災害など多くの被害が発生しました。

これからの季節は、大雨や洪水、土砂災害などに特に注意する必要があります。災害に備えて次の3つの

ポイントを確認しましょう。

- 家族全員で避難場所を確認しよう
- 台風の際には事前に家の周りの確認をしよう

●非常持出品を準備しよう

災害は、いつどこで、どのような形で発生するか予測がつかないものです。日ごろから家庭や地域防災に対する意識を高め、しっかりと準備しておくことが大切な生命を守ることにつながります。

■情報収集のための手段① ～最新の情報をいち早く確認～

●熊本県防災情報メールサービス

県が配信する防災情報サービスです。気象注意報・警報、河川水位情報、避難勧告などをメールでお知らせします。

entry@anshin.pref.kumamoto.jp

に空メールを送信して、事前登録してください。



●熊本県統合型防災情報システム

県内の大雨などの気象情報や土砂災害警戒情報や河川の水位状況などをリアルタイムで確認できます。

▶熊本県統合型防災情報システム

<http://www.bousai.pref.kumamoto.jp>



●大雨警戒（土砂災害）の危険度分布

気象庁ホームページでは、土砂災害発生の危険度の高まりを地図上に表示します。

▶大雨警戒（土砂災害）の危険度分布

<http://www.jma.go.jp/jp/doshamesh/index.html>



■町から発令される避難情報と発令時にとるべき行動

災害発生のおそれがある場合には、避難に関する情報を発令しますので適切な行動をとりましょう

警戒レベル	避難情報	発令時の状況ととるべき行動
警戒レベル 5	(災害発生情報)	<p>すでに災害が発生しており、人的被害の危険性が非常に高まった状況</p> <ul style="list-style-type: none"> 安全な避難が困難な場合があります。 命を守るための最善の行動をとってください。
警戒レベル 4 全員避難	避難勧告 避難指示 (緊急)	<p>災害がいつ発生してもおかしくない非常に危険な状況</p> <ul style="list-style-type: none"> 避難指示が出されるまでに避難を完了させましょう。 道路の冠水や土砂崩れなどにより外出することが困難となっているおそれがあります。命に危険が及ぶような状況では、自宅内のより安全な部屋などに移動してください。
警戒レベル 3 高齢者などは避難	避難準備・ 高齢者等避難開始	<p>大雨や洪水の警報が発表され、河川の急激な水位上昇のおそれがある状況</p> <ul style="list-style-type: none"> いつでも避難ができるよう準備をしましょう。 土砂災害の危険性がある区域の人や避難に時間を要する人（ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児など）は避難を開始しましょう。
警戒レベル 1 または 2	自主避難	<p>大雨や洪水の注意報が発表され、災害に対する注意が高まっている状態</p> <ul style="list-style-type: none"> ハザードマップで災害の危険性のある区域や避難経路を確認して、避難に備えましょう。 状況により危険を感じた場合は友人宅などに自主避難を始めましょう。

■町が発令する避難指示・勧告

台風や大雨などにより災害発生のおそれがある場合には、住民の皆さんを災害から保護し被害の拡大を防止するため、町では避難に関する情報を発令します。

避難区分は、高齢者など避難に時間のかかる方に早めの避難を促す「避難準備・高齢者等避難開始」、通常の避難行動ができる者に避難を促す「避難勧告」、危険が切迫し早急な避難を促す「避難指示（緊急）」の3段階に分類され、さらに自らの判断で自主的に避難をする「自主避難」があります。避難区分については、気象状態や河川の推移などにより判断され、町公式ウェブサイトや防災無線による一斉通報、携帯電話などの「エリアメール」、警鐘およびサイレンの吹鳴などで伝達されます。避難をする場合には、慌てずに回りの状況を見て行動しましょう。

■生命を守るために情報収集を

気象庁が発表する注意情報や警報などは、災害による被害を最小限に抑えるために発表されます。テレビやラジオ、町、消防から発信される情報を常に収集・精査して、デマ情報などに惑わされないよう注意することが重要です。警報や勧告などがなくても、常に身の回りの状況に気を配り、身の危険を感じたときには、明るうちに早めの避難を心掛けましょう。

■情報収集のための手段② ～いざというときは早めの避難を～

●洪水情報の配信エリア拡大

国土交通省では、平成30年5月から国が管理する緑川や白川で、川が氾濫する可能性が高まった時に、対象の地域にいる人に氾濫の危険をお知らせする情報が緊急速報メールを活用し自動で配信されるようになりました。

●甲佐町防災マップ

町では、「甲佐町防災マップ」を整備しました。指定緊急避難場所や土砂災害警戒区域などを確認できます。

▶甲佐町防災マップ

<https://apps01.chklab.com/LG434442/CommonMap/Home/Policy/>



▲甲佐町防災マップ

災害に備えて

非常持ち出し品や避難所を確認しよう

■災害に備えて用意する非常持出品

●いつでも避難できるように準備しておくもの

- | | |
|------|---|
| 食料品 | <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 非常用食品（乾パンや缶詰など長期保存できるもの） |
| 避難用具 | <input type="checkbox"/> 防災ずきんやヘルメット <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
<input type="checkbox"/> 予備電池 <input type="checkbox"/> 笛やブザー <input type="checkbox"/> 携帯電話（充電器含む）
<input type="checkbox"/> 万能ナイフ <input type="checkbox"/> 手袋 |
| 貴重品 | <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 預金通帳・印かん <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 身分証明書 |
| 衛生用具 | <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> アルコール消毒液
<input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 着替え
<input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> 粉ミルク・紙おむつ |
| その他 | <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> カイロ <input type="checkbox"/> 携帯トイレ <input type="checkbox"/> マッチやライター
<input type="checkbox"/> スリッパ <input type="checkbox"/> 食品用ラップフィルム <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 毛布
<input type="checkbox"/> その他自分の生活に欠かせないもの |

●復旧までの3日間をしのぐ備蓄品

- | | |
|-----|--|
| 飲料水 | <input type="checkbox"/> ペットボトル（1人1日3ℓ） <input type="checkbox"/> 貯水した防災タンク |
| 貴重品 | <input type="checkbox"/> 米 <input type="checkbox"/> 缶詰やレトルト食品 <input type="checkbox"/> 梅干しや調味料
<input type="checkbox"/> フリーズドライ食品・チョコレート・あめなど |
| 燃料 | <input type="checkbox"/> 卓上コンロ <input type="checkbox"/> ガスコンロ <input type="checkbox"/> 固形燃料 |
| その他 | <input type="checkbox"/> 生活用水 <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋 <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 調理用具
<input type="checkbox"/> バケツ <input type="checkbox"/> アウトドア用品 <input type="checkbox"/> ポリタンク |

■日ごろから防災意識を持って備えておくことが大切です

平成28年の熊本地震の際には、土砂災害により水道・電気などのライフラインが寸断されるとともに、道路や河川などが土砂災害などにより通行止めとなり流通が途絶え孤立する地域もありました。

大規模な災害時は、長期の停電や断水が発生し、支援物資の到着も遅れてしまう可能性もあるため、各家庭で3日間をしのぐ必要最低限の水や食料などを備えておくことが重要です。避難指示などの発令のため、すぐに自宅に帰れず避難所などでの長期の生活を余儀なくされる場合もあります。防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ普段の生活の中で利用されている食品などを備えるようにしましょう。

食料品などのほかに、着替えや常備薬など生活に必要なものをあらかじめリュックサックに詰めておき、災害が起きたときにいつでも持ち出せるようにしておきましょう。ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

■自主防災組織で高める防災力



▲防災訓練として地域の防災マップを作成する下豊内地域の住民ら

～地域で災害に対する備えを～

自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という共通の目的を持って、地域の人たちが自発的に結成する防災のための組織です。

災害発生時に消防団などが現場に到着するまでの間、地域で協力しながら人命救助や消火活動をし

て、被害を最小限にとどめるために作られています。

この自主防災組織は災害発生時に最も頼りになる地域住民同士の助け合いを組織化したものです。

皆さんの地区でも自主防災組織を設立して、地域の防災力を高めませんか。



くらし安全推進室
佐々木 善平 室長

新型コロナウイルス 予防対策の徹底を

毎年6月の梅雨時期から10月にかけては、台風や集中豪雨などにより、低い土地での浸水や河川の増水、土砂災害が発生しやすい時期です。

昨年の台風15号および19号では、東日本を中心に記録的な大雨となり甚大な被害をもたらしました。

本格的な出水期を迎えるにあたり、新型コロナウイルス感染症などの感染拡大を防止するため、町では十分な換気やスペースの確保、消毒の徹底など避難所の衛生環境の確保に努めてまいります。

皆さんも避難所への密集を避けるため、自宅のより安全な場所への移動や安全な親戚・知人宅・公民館などへの避難も検討していただきますようお願いいたします。

■町内の指定緊急避難場所



詳細はこちらをご確認ください



指定緊急避難場所（所在地）

① 宮内地区社会教育センター (甲佐町小鹿358)	⑥ 甲佐中学校 (甲佐町中横田300)	⑪ 白旗福祉ふれあいセンター (甲佐町白旗216-2)
② 町総合保健福祉センター (甲佐町豊内619) W	⑦ 龍野小学校 (甲佐町上早川1220)	⑫ 上益城農業協同組合本所 (甲佐町白旗543-1)
③ 甲佐小学校 (甲佐町豊内613-1)	⑧ 龍野福祉ふれあいセンター (甲佐町上早川1334)	⑬ 乙女小学校 (甲佐町津志田3073)
④ 町農業研修センター「ろくじ館」 (甲佐町豊内719-2) W	⑨ 町民センター (甲佐町糸田9) W	⑭ 乙女高齢者福祉センター (甲佐町津志田3073)
⑤ 甲佐地区都市防災公園 (甲佐町豊内785)	⑩ 白旗小学校 (甲佐町白旗50)	W …Wi-Fi 設置場所

※ 災害の種類や規模に応じて開設します。町公式ウェブサイトなどで最新の情報をご確認ください。

■避難場所をあらかじめ確認し もしもの時に備えましょう

災害が発生する危険が高まって避難しなければならぬ場合は、最寄りの避難場所に避難します。

熊本地震のように夜間避難をする場合や、勤務先から直接避難する場合も考えられます。あらかじめ避難場所や経路を確認しておき、いざというときにすぐ避難ができる状態を考えておきましょう。

大規模な災害が発生したときに、被害の拡大を最小限にするためには、自分自身の備えや自主防災組織など地域で防災活動に普段から取り組んでおくことが重要です。

災害に備えて今自分たちでできることを考えることが、自分の生命や大切な人の生命を守ることに繋がります。

▼お問い合わせ先

096-234-1167
町くらし安全推進室

■避難所における感染症対策

災害発生時には、断水により手洗いやなどができない可能性もあります。避難所などの密集した環境下での集団生活では、新型コロナウイルス感染症だけでなくノロウイルスなどの感染リスクが高まります。

早めの避難は大切ですが、感染症の拡大防止の観点から、避難所への

～避難所での注意事項の確認を～

密集を避けるため、親戚や知人宅への避難についても事前の検討・相談をお願いします。

また、避難する際は次の対策を心掛けましょう。

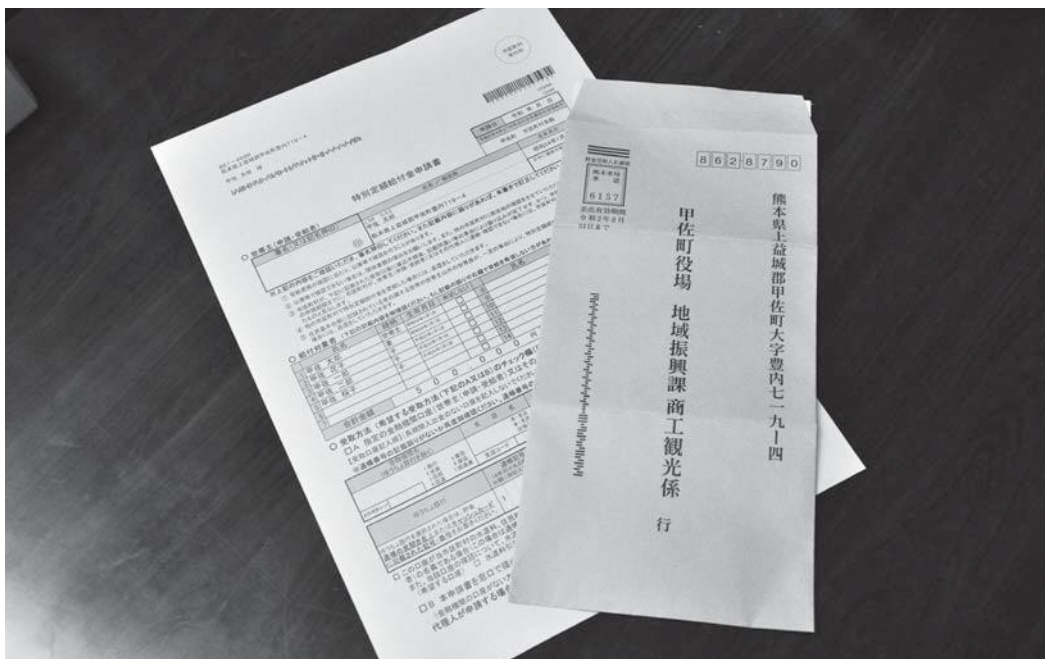
①避難所へ向かう前に自身の体調を把握しましょう。発熱や咳などの症状がある場合は、事前にかかり

つけ医や病院などに相談しましょう。

②マスクの着用や咳エチケット、こまめな手指消毒などの基本的な対策を徹底しましょう。

お1人につき10万円

特別定額給付金の支給を開始しました



▲電話での問い合わせに対応する職員ら



▲申請書の確認などの給付の手続きが進む

新型コロナウイルス感染症 緊急経済対策

4月20日（月）「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」が閣議決定され、国が全国民に一律10万円を支給する「特別定額給付金」が実施されることになりました。

町では、4月30日（木）の国会での補正予算成立を受けて、5月12日（火）に対象となる4321世帯（1万542人）に申請書類の送付を行い、5月18日（月）から申請受付を行っています。

申請には本人確認書類などの添付が必要です

5月22日（金）時点での申請件数は3488件で、全対象の約80・7割にあたります。しかし、その多くに本人確認書類や振込先口座に関する書類の添付漏れなどの不備があり、現在、必要書類の提出をお願いしているところ です。

申請書に不備がある方や申請がまだの方は、8月17日（月）の申請期限までに町地域振興課へご提出ください。

特別定額給付金の支給を開始しました

町では、給付に関する必要事項が確認できた約1600件について、5月29日（金）に給付を行いました。支給完了に関する個別の連絡および対応は行いませんので、申請された口座の通帳を記帳するなどして各自で確認をお願いいたします。

必要書類の添付漏れなど不備があった申請については、該当する書類が提出され、支給要件の確認が完了するまで口座への入金はできません。

申請が完了している方でまだ入金確認できない場合は、6月5日（金）以降に順次給付しますのしばらくお待ちください。

▼お問い合わせ先

町地域振興課
096・234・1154



◀ 風情あるあずま屋でいただくアユ料理を求めて多くの人が来場するやな場

やな場の営業・あゆまつりの開催を中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を最優先

■ 本年のやな場営業とあゆまつりの開催を中止します

例年6月のアユ漁解禁に合わせて営業を開始しておりました「やな場」ですが、来場者の皆さまの安心・安全と新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を最優先に考え、本年の営業をやむなく中止することにいたしました。

また、7月に開催を予定しておりました「あゆまつり」についても、例年、町内外から多くの来場者でにぎわい、密集による感染リスクを避ける事が難しいとの判断から皆さまの健康を守るために、やむなく中止とさせていただきます。

関係者および来場を楽しみにされていた皆さまにおかれましては、深くお詫び申し上げます。

町民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

▼ お問い合わせ先

町地域振興課

☎ 096・234・1154

■ イベントの開催における感染拡大の防止について

5月14日(木)、国は感染の状況などから本県への緊急事態宣言の解除を行いました。これを受けて、県は4月22日から実施していた休業要請を終了。今後は、これまでと同様にマスクの着用やこまめな手洗いなどの基本的な感染症対策を徹底し、「3つの密(密集・密接・密閉)」を避ける生活を実践していくことが求められます。

また、イベントの開催や施設の使用などについても慎重な対応を求められており、町では、感染拡大を防ぐために、利用者の人数制限や手指消毒の徹底などを実施した上で、図書室や町生涯学習センター、熊本甲佐総合運動公園などの町内施設の利用を一部再開しています。施設の詳細については、町公式ウェブサイトをご確認ください。なお、今後の感染状況によっては、再び利用中止となる場合もあります。ご了承ください。



▼分散登校で人数を減らした教室で距離を取りながら授業を受ける甲佐小6年生



同校6年生の児童らは、音楽と算数の授業を受け、休校中、学校が作成した授業動画の内容の復習を行いました。

今年度最初の授業を終えて、吉田与絆くん(大町区)は「みんなと一緒に受ける授業はわかりやすい」と笑顔。大西四葉さん(仁田子区)は「みんなに会える学校再開が楽しみです」と話しました。

学校再開への第1歩

町内各小・中学校で段階的に授業を開始

5月20日(水) 町内の各小
学校で分散登校による授業が
始まるなど、6月からの学校
再開に向けた段階的な取り組
みが始まりました。

5月11日(月) から分散登
校を行う甲佐中学校(永瀬善
久校長)に続く取り組み。

甲佐小学校(武永春美校
長)では、児童を居住地域で
2班に分けて午前・午後の分
散登校を実施。教室では、児
童同士の間隔を空ける事で密
集を避けながら、昨年度未修
学分の補充や新学期の学習内
容の履修、休校中の課題など
に取り組みました。

リモート会議で密集を防ごう

ICTを活用した会議システムの運用を開始

4月22日(水) 町内の各小・中学校と町生涯学習センターをネットワークで結んだりリモート会議が実施されました。

リモートでの会議は、ICT(情報通信技術)を推進するため整備を進めていた町教育委員会が、新型コロナウイルス感染症拡大予防対策の一環として初めて開催。

蔵田勇治教育長や町内各校の校長などが参加し、県教育委員会の取り組みや郡内の各教育委員会の動向などの報告が行われ、今後の学校運営などについて意見が交わされました。



▲各学校の校長らとリモートで会議を行う蔵田教育長(左)



◀布マスクの作製手順を確認する支援員ら

布マスクで学校再開を支援

各小・中学校の特別支援教育支援員らが協力

4月20日(月) 甲佐中学校で
町内各小・中学校の特別支援教
育支援員を対象に、布マスク作
製講習会が行われました。

町教育委員会が、休校が続い
ている町内各小・中学校の特別
支援教育支援員などに協力を依
頼。普段、各学校の授業支援を
行う各支援員が、小学校低学年
用、小学校高学年用、中学生用
の3つのサイズの型紙から布を
切り取り、ミシンで縫い合わせ
て作製しました。

参加者らは、各学校に持ち
帰って作業を進め、全体で約
900枚を作製。出来上がった
布マスクは、各校の登校日に児
童らに配布されました。

青少年の健全な育成を図る

青少年健全育成町民会議理事会

5月19日（火）町生涯学習センターで、甲佐町青少年健全育成町民会議の令和2年度理事会が開催されました。

同会議（奥名克美会長）は、本町の未来を担う青少年の健全な育成を図ることを目的に、昭和60年に発足。キャンプなどの体験活動や教育パトロールなどの青少年育成活動に取り組んでいます。

理事会では、令和元年度事業報告や役員改選、令和2年度の事業計画について意見交換が行われました。



▲理事会で関係者を前にあいさつする奥名会長



▲バケツに分けた稚アユを放流する関係者ら

緑川で大きく育て

稚アユ1万6千匹を放流

4月8日（水）中甲橋グリーンパークで、サントリー九州熊本工場（嘉島町）が緑川に稚アユ1万6千匹を放流しました。同社の環境保全活動の一環として、緑川漁業協同組合（小松野太樹組合長職務代理）の協力の下、2005年から甲佐小児童らと毎年行っていました。新型コロナウイルスの感染拡大により、今年度は社員や組合員、町職員らで実施。体長8〜10センチに成長した稚アユをバケツを使って放流しました。

大下勝巳工場長は「子どもたちがいないのは残念ですが、また一緒に放流できるような活動を続けたいです」と話しました。

協力隊でまちづくりを

地域おこし協力隊に委嘱状を交付



▲甲佐高校内に設置されている同高生を対象とした公営塾「あゆみ学舎」の運営を行う治金さん（左）、越名さん（中）、板敷さん（右）

5月21日（木）甲佐高校に併設された町公営塾「あゆみ学舎」で、同塾の運営を行う甲佐町地域おこし協力隊の3人へ委嘱状が交付されました。

同隊は、地域活性化を目的として、都市住民など地域外の人材を地域の担い手として受け入れ、地域おこしや住民の生活支援などの地域協力活動を行う制度で、平成21年に総務省が創設したものです。

本町では甲佐高校の魅力化事業の一環として同校生徒への教育支援などに取り組む越名智美さん（大分県出身・大町区）、治金わかなさん（京都府出身・大町区）、板敷悦生さん（鹿児島県出身・上豊内区）の3人に加えて、佐藤直樹さん（愛媛県出身・広瀬区）と岡本久子さん（熊本市出身・上豊内区）が地域の農業振興や情報発信など各自の得意分野を活かしながらそれぞれの活動に取り組まれています。

越名さんは「今年度から就任した2人と共に利用者の生徒たちに寄り添った学習支援をしています。甲佐高生と地域のみなさんをつなぐような取り組みができれば」と今後の抱負を話しました。

第三者の行為によって傷害を受けたら届け出を



詳しくは町住民生活課へお問い合わせください

■交通事故などの第三者行為は町へ届け出が必要です

交通事故や飼い犬にかまれるなど、第三者の行為によって疾病や負傷をすることを「第三者行為」といいます。国民健康保険被保険者や後期高齢者医療保険被保険者が第三者行為によって傷害を受けた場合、被害者の過失割合部分を除いて、医療費は加害者が負担することになっています。

その場合、それぞれの健康保険で保険診療は受けられますが、町住民生活課への届け出が必要です。第三者行為による医療費は、国民健康保険および後期高齢者医療保険（保険者）が一時立て替えて支払います。その後、町に届け出をすると、立て替え分を保険者が加害者に代理請求します。

届け出の前に加害者と示談を結ぶとその内容が優先し、国民健康保険および後期高齢者医療保険での保険診療扱いをすることができなくなる場合があります。示談を結ぶ前に、必ず町住民生活課保険係へ届け出てください。

●第三者行為の例

- ・交通事故やけんかによる傷害
- ・車同士の交通事故による同乗者のけが
- ・未成年者などの不法行為による他人への損害
- ・飼い犬かみつぎによる傷害

■交通事故に遭った場合は

交通事故に遭つたら、すみやかに警察に届け「交通事故証明書」を申請しましょう。

●けがをして医療機関などで治療を受けるときは

①第三者行為（交通事故や傷害事故）であることを医療機関などの窓口で申し出ましょう。

②町へ「第三者行為による被害届」などを提出しましょう。

●町への届け出に必要なもの
被保険者証、第三者行為による被害届、交通事故証明書、事故発生状況報告書、念書、誓約書、印かん

町住民生活課 ☎ 096-234-1113（内線 106）

■国民年金保険料免除特例および学生納付特例について

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込み額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除申請および学生納付特例申請が可能となりました。

▼対象

次の①および②に該当する方
①令和2年2月以降新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したこと
②令和2年2月以降の所得等の状況からみて、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除等に該当する水準になる

ことが見込まれること

●免除特例申請

▼対象期間

・令和2年2月分から6月分まで（令和2年7月分以降は再度申請が必要です）

▼準備物

・国民年金保険料免除・納付猶予申請書

・所得の申立書

●学生納付特例申請

▼対象期間

・令和元年度分 令和2年2月分から3月分まで
・令和2年度分 令和2年4月分から令和3年3月分まで

▼準備物

・国民年金保険料学生納付特例申請書
・所得の申立書（申請したい年度分の所得を記入してください）
・学生証のコピー

※申請書は町住民生活課窓口に請求するか日本年金機構ホームページからダウンロードして必要事項を記入してください。

▼提出先
町住民生活課窓口へ提出もしくは熊本東年金事務所へ郵送してください。

▼お問い合わせ先
熊本東年金事務所

☎ 096-367-8144

新型コロナウイルスにより収入が減少した方へ



詳しくは住民生活課へお尋ねください

町住民生活課 ☎ 096-234-1113（内線 104）

新型コロナウイルス感染症

■ コロナ疲れを感じているあなたへ

現在、新型コロナウイルス感染症により、私たちの日常生活に様々な影響が出ています。

今の「非日常」において、ストレスを感じることは特別なことではなく、誰にでも起こる自然な反応です。

● ところとからだのストレス反応

▼ からだの反応

- ・ なんとなくなくだるい
- ・ 眠れない
- ・ 食欲がない
- ・ お腹や頭が痛い

▼ 行動の変化

- ・ 落ち着きがない
- ・ はしゃぎ過ぎる
- ・ 怒りっぽくなる
- ・ お酒の量が増える

▼ 気持ちの変化

- ・ こわい、不安だ
- ・ イライラする
- ・ 落ち込む
- ・ やる気が出ない

▼ 思考の変化

- ・ 集中できない
- ・ 考えがまとまらない
- ・ 忘れっぽくなる
- ・ 自分を責めてしまう

この状態が長期化するとストレ

スが増し、こころの不調を引き起こすことが考えられます。次に示す4つのポイントを踏まえながら過ごしましょう。

■ こころの健康を保つための4つのポイント

① 正確な情報を入手する
インターネット上では誤った情報

報が広がりやすく、不要な心配や警戒を招くことも多々あります。公的機関など発信される正しい情報を得ましょう。

② メディアの見聞きを制限する
新型コロナウイルス感染症の報道を過剰に見聞きすると、不安が高まる可能性があります。適度な距離を置きましょう。

③ ところとからだのストレス反応を認識する
ストレスを認めるだけで苦痛が軽減することもあります。

④ ストレスを軽減するための行動をとる
いつもの生活リズムを保ち、自分らしい生活を心掛けましょう。また、楽しみの時間を設け、こころとからだをリラックスさせるセルフケアを意識的に行いましょう。

▼ 作成協力

熊本こころのケアセンター

熊本県休業要請協力金

■ 熊本県休業要請協力金について

県では、新型コロナウイルスの感染拡大防止を目的として、事業者に対する施設の使用停止の要請および依頼を行ったことに伴い、休業要請などに全面的に協力した中小企業者などに対して、熊本県休業要請協力金を交付します。

● 交付対象事業者

① 熊本県内で休業要請等の対象施設を運営する中小企業者等（個人事業主を含む）であること。

② 休業要請等を実施（4月21日）する以前から、休業要請等の対象施設に関して必要な許認可等

を取得の上、当該施設を運営していること。

③ 休業要請等期間（4月22日から5月6日まで）の全てにわたつ

て休業したこと。ただし、仕入

先等関係者との調整、従業員の配置調整その他正当な理由により同期間の全てにわたつて休業

することが困難であった者については、遅くとも4月25日から休業を開始し、5月6日まで全て休業した場合に限り交付対象とします。

④ 暴力団排除条例（平成22年熊本県条例第52号）に規定する暴力団、暴力団員等または暴力団密

接関係者に該当する中小企業者等ではないこと。

● 交付額

1 事業者当たり一律10万円

● 申請受付期限
6月30日（火）予定

■ 申請手続きなど

申請手続きおよび申請書類などの詳細については、熊本県ホームページ「熊本県休業要請協力金について」をご確認ください。

※申請様式（申請書・誓約書）は、町地域振興課窓口にも設置しております。

▼ お問い合わせ先

県商工政策課休業要請協力金専用相談窓口（コールセンター）

☎ 096-3333-2828

休業要請に協力された事業者のみなさまへ



詳しくは地域振興課へお尋ねください

町福祉課 ☎ 096-234-1114 (内線 144)

町地域振興課 ☎ 096-234-1154 (内線 237)

Library

町生涯学習センター図書室からの6月のおすすめ図書

Library Information

図書室からのお知らせ

■本の入荷について

図書室では、新刊本や話題の本など、新しい本を入荷しています。

本のリクエストについても、図書室カウンターにて受け付けています。皆さんの読みたい本や気になる本などありましたら、お知らせください。

また、お探しの本などがありましたら、お気軽にカウンターにご相談ください。

「命」と向き合う豊かな時間の物語 小川 糸 著 / 『ライオンのおやつ』



ポプラ社

小説

若くして余命を告げられた雫は、残りの日々を瀬戸内の島のホスピスで過ごすことを決めた。穏やかな景色の中、本当に良かったことを考える雫。ホスピスでは毎週日曜日、入居者がリクエストできる「おやつの日」があって…。自分や周りの人々の「命」といかに向き合うか、改めて考えさせられ、温かい読後感に包まれる1冊です

雨の日も楽しくなる絵本

しもかわら ゆみ 作 / 『ぼつぼつぼつだいじょうぶ?』



講談社

児童書

ぼつぼつぼつ、あめがふってきました。ねずみさん、うさぎさん、たぬきさん、きつねさんたちはだいじょうぶ? みんなのお気に入りのかさはなんでしょう? 動物たちを細密なタッチで愛らしく描いた、赤ちゃんから楽しめる絵本です。雨音の表現も豊かで、雨の変化を楽しめる、読み聞かせにおすすめの1冊です。

働きながら東大生になった郵便配達員の半生 小川 和人 著 / 『41歳の東大生』



草思社

一般書

妻子があり、郵便配達員として働きつつ、41歳の時に6年がかりで東京大学に合格した著者。どうやって昼間の仕事を続けながら大学に通い、4年間で卒業することができたのか。前代未聞の「学び直し」に挑んだ中年男性の実話。生涯、学問を学び続けた実父の影響を受けた著者の、「学問」がしたいという情熱が伝わってくる1冊です。

季節ごとに楽しめる素敵な花の折り紙

たかはし なな 著 / 『nanahoshiの花おりがみBOOK』



メイックユニバーサルコンテンツ

教養娯楽

カーネーション、ひまわり、金木犀、クリスマスローズ…。季節ごとにいろんなシーンで楽しめる、色使いの美しい花の折り紙27作品を紹介。カラーの図版と写真で手順を分かりやすく解説しています。和紙や和柄のものなども使い、リース、スワッグ、ガーランド、お正月飾りまで素敵にアレンジ。ぜひ、作ってみてください。

- 図書室の利用や、図書の検索・リクエストなどについてのお問い合わせ先
町生涯学習センター図書室
☎096-234-2447(内線331)

町生涯学習センター図書室のご利用について

■開館時間 午前9時～午後5時 ■休館日 毎週火曜日、年末年始 ■貸出冊数・期間 1人5冊まで、15日間

今回も、図書室職員からおすすめの本です。前回と同じく、甲佐町出身の児童文学者・丘修三さんの作品を紹介させていただきます。

小学館文学賞受賞作「少年の日々」は、連作短編集で、その中の「紅鯉(べんごい)」は小学校高学年の教科書に掲載されていたので、ご存じの方もたくさんいらっしゃると思います。

昭和二十年代、豊かな自然のなかで少年時代を過ごした著者の、ある秋の一日の出来事が臨場感豊か

今月の案内人



松野 歩さん
〔町図書室職員〕

～ My Favorite Story ～ Read This Story! 私のおすすめ図書

『少年の日々』(丘 修三編)

昭和20年代、ゆたかな自然の中で少年は毎日、友だちと遊び動いていた。生き物の命がずっと身近だった戦後の熊本の生活があざやかによみがえる連作短編集4編。

に生き生きと描かれていて、まるでその場にいるようにドキドキハラハラさせられます。

他の3編も、戦後の甲佐の暮らしが鮮やかによみがえってくるようで読み応えがありますが、特におすすめしたいのが、あとがきです。「あのころは命が身近にありました」という豊かな少年時代を懐かしむ文章には、命に対する畏敬の念と、自分を育ててくれた故郷への感謝が

あって、とても魅了されます。たくさんの方に読んでいただきたい、おすすめの1冊です

● あなたの「おすすめ図書」をご紹介しますませんか?

町生涯学習センター図書室
☎096-234-2447(内線331)

Public Hall

町公民館からのお知らせ

▶ 町公民館からのご案内

公民館主催講座のご案内と開催自粛について

町公民館では、健康や歴史、福祉などの諸問題について講師を招いて学ぶ「町民大学」や町内外の歴史的な文化財や史跡を訪ねる「郷土の歴史を訪ねて」などの主催講座の開催にも取り組んでいます。

町では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、公共施設の貸し出しを人数制限や手指消毒の徹底などを条件に再開しています。

町公民館としても主催講座や自主講座の再開に向けて準備を進めているところです。

各講座の活動状況の詳細については、町教育委員会公民館事務局までお尋ねください。

- 公民館講座や町民大学などに関するお申し込み・お問い合わせ先
町教育委員会公民館事務局
☎096-234-2447(内線321)

町公民館自主講座② 「水彩画」

健康で豊かな生き方を応援するため町公民館が実施する「公民館自主講座」についてご紹介します。
手工芸教室「水彩画」講座では、水彩画の初歩から応用までを学ぶことができます。



▲町生涯学習センターで展示された参加者の作品

現在10人が、静物や風景、草花などのテーマをそれぞれのペースで楽しく学んでいます。

▼講師 松井天一さん
(仁田子区)

▼開催場所

松井講師のアトリエ(仁田子)

▼開催日時

・第2・3火曜日 午後1時30分～午後4時
・第1・2・3水曜日 午前9時30分～正午

町公民館自主講座③ 「水墨画」

手工芸教室「水墨画」の講座では、草花や静物、風景などを墨汁での描く方法について学ぶ講座です。

現在7人の参加者が各自お好きなテーマを選んで作品作りに取り組んでいます。初めて参加された方も自分のペースで楽しみながら

参加できます。

出来上がった作品は、町生涯学習センター・ギャラリーモールや町産業文化祭などで展示しますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。



▲甲佐の風景を描いた受講生の水墨画

▼代表 藤本賢治さん
(緑町区)

▼開催場所

町民センター

▼開催日時

第1・3金曜日 午前9時30分～午前11時30分

Human Rights

人権 ～心豊かに暮らすために～

■高齢者の人権について考えましょう

日本の65歳以上の人口は、2018年4月現在では3,538万人、総人口に占める割合も28.0%と、65歳以上の人が4人に1人を超える超高齢社会となっており、2060年には2.5人に1人が65歳以上になると予測されています。高齢化は企業にも大きな影響を与えており、「団塊の世代」が一挙に定年を迎え、長年の経験から培った技能やノウハウが失われてしまわないか、次の世代にどのように伝えていけばよいのか、と

いった課題が持ち上がっています。

■働けるうちは働きたい
内閣府の調査(2014年)によると、高齢になっても自立した生活を保ち、生きがいを持つために働きたいという人が多くいます。経験や知識が豊富で、優れた技術を身につけた高齢者は貴重な労働力です。企業には、年齢にかかわらず誰もが働きやすい職場環境を整備することが、これまで以上に求められます。

■いくつになっても人間らしく生きる

健康で生きがいを持つ高齢者がいる一方で、病気や加齢で心身・判断

力が弱ったり、孤独感や不安を抱えている高齢者もいます。

近年、高齢者の弱みにつけこんだ詐欺事件などが社会問題化し、高齢者への虐待事件も多く発生しています。虐待は、介護をする人の人権意識や介護疲れが大きな原因となっていることから、介護者を取り巻く周囲の人の理解も重要です。

人権啓発冊子「CSRで見えてくる明るい明日」より

- 人権に関するお問い合わせ先
町教育委員会社会教育課
☎096-234-2447(内線324)

食事や生活リズムを見直して 免疫力をつけよう

◆免疫力アップにつながる生活について

新型コロナウイルスに関するニュースが飛び交う中で、免疫力という言葉が注目されています。ウイルスに負けないからだを作る上で重要な免疫力をどのようにすればよいのか食事・生活面からお話させていただきます。

◆まずは手洗い・うがいを徹底しましょう

ウイルスに感染する主な要因としては、感染者の飛沫などを、鼻や口から吸引することや、手などに付着したウイルスを食事の際に体内に取り込んでしまうことで

す。まずは手洗いやうがいなどでウイルスを洗い流し、体内に取り込まないことが重要です。

外から帰ったときや、食事を食べる前、トイレのあとなどに、こまめに手洗い・うがいをして体に付着したウイルスを洗い流しましょう。

◆ウイルスを侵入させないためには粘膜が重要

ウイルスを体内深くに侵入させないこともポイントになります。人間の鼻や口の中は粘膜に覆われており、ウイルスの侵入を防ぐバリアの役割をしています。粘膜が弱っているとウイルスが体内深くに侵入しやすくなります。

◆粘膜を強くする食事とは

体内深くに侵入したウイルスや細菌は、様々な臓器で炎症を引き起こします。小腸には全身の免疫細胞の7割が集中していますが、この免疫細胞が正常に働くには、腸管内の粘膜が正常に保たれた状態にあることが重要です。粘膜を強くすることが、免疫細胞が正常に働き、免疫力を上げることに繋がります。

粘膜の生成にはビタミン、鉄、タンパク質や亜鉛が必要となります。これらの栄養素を毎日の食事にしっかりと取り入れることで強い粘膜を生成することができます。

ビタミンを含むのはニンジンやホウレンソウなどの色の濃い緑黄色野菜と呼ばれる野菜です。また、良質の鉄やタンパク質、亜鉛を豊富に含むのはアサリ、牡蠣などの貝類やカツオなどの赤身の魚、豚

や牛のヒレ肉などです。これらをよく食事に取り入れ、ウイルスを体に侵入させない強い粘膜を作ることがポイントとなります。

1食あたりの量としては、緑黄色野菜は両手に一杯、鉄やたんぱく質を豊富に含む食材に関しては片手一杯が目安となります。

◆重要な役割を果たす腸に目を向けてみましょう

毎日排便があり、下痢などの症状がないことは、免疫において重要な役割を果たす、腸が良い状態に保たれているサインとなります。便が毎日出ないという方は、睡眠などの生活リズムや食事内容が関係している可能性があります。睡眠不足が続くと自律神経のバランスが崩れやすくなり、排便のリズムにも影響します。

また、私たちの体の中には約500種類、100兆個もの腸内細菌があり、相互に働きあつて腸内環境を保っています。

良い腸内環境を保つための食事のポイントとして、有用な腸内細菌を含む納豆やみそを献立に取り入れることや、腸内細菌の餌となる食物繊維を同時にとることが重要になります。

普段の睡眠、食事、生活リズムのすべてが免疫力に繋がっていきますので、ご自身の食事や生活リズムを見直してみましょう。

管理栄養士だより

免疫力

の話

このコーナーでは、町職員である保健師、管理栄養士、社会福祉士などが、健康や福祉、介護などに関する情報をリレー形式でご紹介します。



今月の紹介者は

瀬崎 由佳 管理栄養士

新型コロナウイルスに感染しないためには、ウイルス自体を体内に入れないことが大切です。帰宅時や食事前などの手洗いやうがいを徹底しましょう。また、日々の食事や生活リズムを見直すことで免疫力を高めましょう。

Smile

わが家の“笑顔”をご紹介します



長岡 ^{たくみ} 匠 くん (2歳6カ月)
 父・真一郎 さん 母・明希子 さん
 (浅井区)
 いっぱい食べて遊んで
 大きくなるぞ〜♪

★お子さんの成長の記念として、“笑顔”の写真を『広報こうさ』紙面に飾ってみませんか？写真掲載のお申し込みは、町総合保健福祉センターまで。

●お子さんの“笑顔”の写真掲載に関するお申し込み・お問い合わせ先
 町健康推進課
 (町総合保健福祉センター内)
 ☎096-235-8711

6・7月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+ 4か月児健診

6月18日(木) 午前9時

7月16日(木) 午前9時

+ 7か月児健診

6月18日(木) 午前10時

7月16日(木) 午前10時

+ ピカピカ1歳教室

6月5日(金) 午前9時20分

+ 1歳6か月児健診

6月23日(火) 午後1時

7月14日(火) 午後1時

+ すくすく2歳児子育て相談

6月19日(金) 午前9時20分

+ 3歳児健診

6月23日(火) 午後1時20分

7月14日(火) 午後1時20分

Child-Care

6月の子育て支援カレンダー

○ 甲佐保育園

☎096-234-0186

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 若草保育園

☎096-234-0013

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 竜野保育園

☎096-234-0519

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 乙女保育園

☎096-234-3947

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 緑川保育所

☎096-234-0789

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 甲佐町子育て支援センター

(竜野保育園内) ☎096-234-0305

1日(月) 砂場遊び

3日(水) 新聞紙遊び

5日(金) 牛を見に行こう

8日(月) シール遊び

10日(水) おやつ作り(きな粉棒)

12日(金) 父の日のプレゼント作り

15日(月) レゴブロック遊び

17日(水) 親子で読書

19日(金) ままごと遊び

22日(月) 風船遊び

24日(水) おもちゃ作り

26日(金) 花がみ遊び

29日(月) 七夕飾り作り

育児相談(電話・面接)

月~金曜日 午前9時30分~午後4時

体験保育

月・水・金曜日 午前9時30分~正午

●健康や福祉、介護、健康診断などに関するご相談・お問い合わせ先
 ・町健康推進課
 (町総合保健福祉センター内)
 ☎096-235-8711
 ・町福祉課
 ☎096-234-1114
 ・町住民生活課
 ☎096-234-1113

●行事などに関する詳しい内容は、各園に直接お問い合わせください。

事業継続力強化計画の認定制度が始まっています

■甲佐町進出企業協議会とは

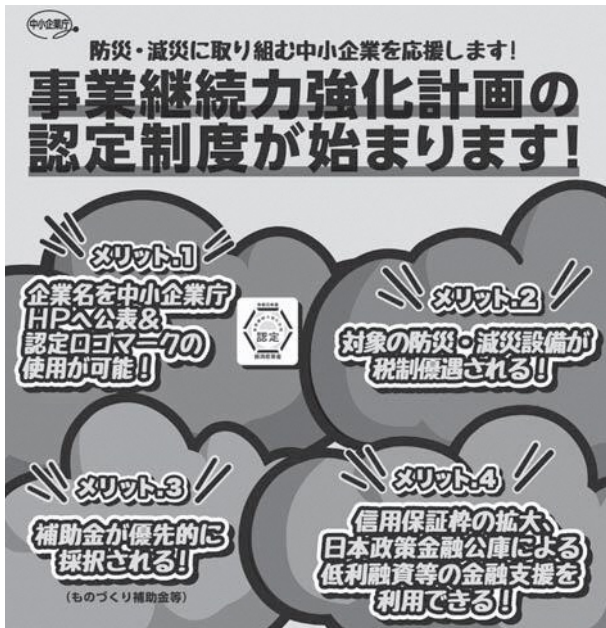
甲佐町進出企業協議会（奥名克美会長）は、甲佐町に進出した企業と町・甲佐町商工会などから構成されており、会員同士の情報交換や情報共有、交流活動を通して連携強化を図り、相互の発展に資することを目的として設立された組織です。

■事業継続力強化計画の認定制度について

経済産業省中小企業庁では、中小企業の自然災害に対する事前対策（防災・減

現在、町内に事務所や工場を有する町外からの進出企業22社と肥後銀行甲佐支店、熊本県立甲佐高等学校の準会員2団体、そして町・甲佐町商工会が一体となつて活動を行っています。

計画には、「安否確認や避難の実施方法など、発災時の初動対応の手順」や「人員確保、建物・設備の保護、資金繰り対策、情報保護に向けた具体的な事前対策」などを記載することとなっており、認定を受けた中小企業は、税制優遇や金融支援、補助金の加算などの支援策が受けられます。なお、令和2年3月24日付で本会会員の株式会社シンザン（山内喜久雄代表取締役社長）が認定を受けています。



▲昨年7月より実施されている事業継続力強化計画の認定制度ではさまざまなメリットがあります

●お問い合わせ先
甲佐町進出企業協議会事務局
(町地域振興課内)
☎096-234-1154 (内線232)

Fitness

新型コロナウイルスに負けない！ 家庭でできる筋トレをご紹介します

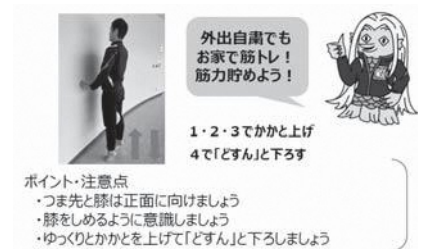
今回ご紹介する運動は、身体のバランス向上が期待できる片足立ち運動と、第2の心臓と呼ばれるふくらはぎを鍛えられるカーフレイズ（かかとの上げ下げ運動）です。

この2つの運動のメリットは、①椅子・手すり・壁などを使うことで、ご自宅でも安全に運動でき、②片足立

ちを行うことで、脚の付け根にある腸腰筋と言われる筋肉を鍛えることができ、歩く際に足を上げやすくなり、転倒予防・身体のバランスが良くなります。また、③カーフレイズを行うことで、ふくらはぎで滞っている血流を促し、疲労回復・老化防止・冷え性改善などの効果が期待できます

甲佐町フィットネスセンターは、6月2日（火）から施設の利用再開を予定しています。マスクの着用などの感染対策を徹底の上、ご利用ください。

カーフレイズ運動



▲家庭でできる運動を通して、毎日の健康を維持しましょう。

今月の講師



那須 賢志さん
(健康運動指導士)

●お問い合わせ先
甲佐町フィットネスセンター
(町総合保健福祉センター内)
☎096-235-8712

Events Calender

甲佐町イベントカレンダー【6月】

日	月	火	水	木	金	土
5/31 【日曜当番医】 小屋迫医院	1	2	3	4 消費生活相談 (老人いこいの家)	5 ピカピカ1歳教室 (町総合保健福祉センター)	6
7 【日曜当番医】 荒瀬病院	8 法律相談 (老人いこいの家) ※電話相談のみ対応	9	10	11 消費生活相談 (老人いこいの家)	12	13
14 マイナンバーカード 交付等休日窓口 (町住民生活課) 【日曜当番医】 谷田病院	15	16	17	18 4か月児健診 7か月児健診 (町総合保健福祉センター) 消費生活相談 (老人いこいの家)	19 すくすく2歳児 子育て相談 (町総合保健福祉センター)	20
21 【日曜当番医】 甲佐眼科クリニック	22	23 マイナンバーカード 交付等夜間窓口 (町住民生活課) 1歳6か月児健診 3歳児健診 (町総合保健福祉センター)	24	25 消費生活相談 (老人いこいの家)	26	27
28 【日曜当番医】 荒瀬病院	29 口座振替日 (町税務課)	30 マイナンバーカード 交付等夜間窓口 (町住民生活課) 納税期限 夜間納税窓口 (町税務課)	7/1	7/2 消費生活相談 (老人いこいの家)	7/3	7/4

※やむを得ず中止・延期になる場合があります。詳細については、町公式ウェブサイトや防災行政無線などをご確認ください。



お問い合わせ先一覧

- 町役場
☎096-234-1111 (代表)
- 町教育委員会
(町生涯学習センター)
☎096-234-2447 (代表)
- 町総合保健福祉センター
☎096-235-8711
- 町水道管理センター
☎096-234-0755
- 町民センター
☎096-234-2459
- 町学校給食センター
☎096-234-0255
- 町老人憩いの家
(社)甲佐町社会福祉協議会
☎096-234-0423
- 御船町甲佐町衛生施設組合
(クリーンセンター)
☎096-282-0688
- 上益城消防署
☎096-282-1955
- 御船警察署
☎096-282-1110
- 上益城広域連合
☎096-237-2891
- 県上益城地域振興局
☎096-282-2111 (代表)
- 県御船保健所
☎096-282-0016
- 県庁
☎096-383-1111 (代表)

町からのお知らせについては、詳しくは町公式サイトをご覧ください。

<https://www.town.kosa/ig.jp/>

① お知らせ

昭和45年ご結婚のご夫婦へ
金婚夫婦表彰のお知らせ

熊本日日新聞社主催で例年執り行われております、金婚夫婦表彰に該当されるご夫婦を受け付けています。各行政区の区長に回覧での調査と取りまとめを依頼しています。

該当するご夫婦は、次の要領でお知らせください。

▼該当するご夫婦

昭和45年1月1日から同年12月31日までの間に結婚され、本年度満50年を迎えられるご夫婦

▼受付期間

6月30日(火)まで

▼連絡方法

回覧用の調査用紙に記入し、区長にご提出いただくか、町総務課までご連絡ください。

▼表彰式典などについて

8月下旬に熊本日日新聞紙上にご夫婦の氏名が掲載されます。

なお、例年9月に開催しております表彰式につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、開催の有無は未定です。詳細は、後日対象者へ別途お知らせします。

▼お問い合わせ先

町総務課
☎096-234-1140
(内線222)

消費者生活相談の
電話相談について

町では、郡内4町と連携しています。この相談室では、訪問販売や契約上のトラブルなどのさまざまな消費者問題に専門の相談員が対応されます。相談は無料で秘密は守られます。

● 新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、当面の間、来所による相談をお控えいただき、電話での相談をご利用くださいますようお願いいたします。

▼開設時間

午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)
※土・日曜日、祝日および年末年始を除きます。

▼開設曜日・会場

● 月曜日
益城町役場(新仮庁舎)別館1階消費生活相談室(益城町木山594番地)
☎096-286-3210

● 火曜日

御船町役場分庁舎2階小会議室(御船町御船995番地1)
☎096-282-1226

● 水曜日

嘉島町役場庁舎内相談室(嘉島町上島530番地)
☎096-237-1112

● 木曜日

甲佐町老人いこいの家ボランティア室(甲佐町岩下24番地)
☎096-234-3223

● 金曜日

山都町役場1階相談室(山都町浜町6番地)
☎0967-72-3133

▼お問い合わせ先

町福祉課
☎096-234-1114
(内線146)

人材データバンクに
登録をお願いします

町教育委員会では、指導者および支援者を発掘し、育成をするために「甲佐町生涯学習人材データバンク」を設置しています。

人材データバンクは、指導者および支援者を把握をすること、指導者の資質向上のための育成支援を行うとともに、さまざまな活動団体へ指導者の紹介ができるようにす

doctor

日曜当番医

月日	当番医	電話番号
6月7日	荒瀬病院	096-234-1161
6月14日	谷田病院	096-235-8111
6月21日	甲佐眼科クリニック	096-235-5600
6月28日	荒瀬病院	096-234-1161

tax

町税などの滞納処分(4月分)

種別	件数・金額など
捜索	0件
差し押さえ件数	0件
公売回数	1件
出品数	1件
滞納処分関連収入	80,770円

古きを訪ねて甲佐町を知る

甲佐町の文化財探訪 ～第81回～

「立神(たてがみ)の阿弥陀如来像(その1)」 赤星 眞照 町文化財保護委員(有安区)

竜野の立神地区について、早川神社の渡邊玄察は【拾集昔語三】で

「立岩森(タテイハモリ) 甲佐川筋此當りに水神頭(スヰジンカシラ)にて侯 前々彼(カノ)大岩下深淵(シンエン)にて侯ひつる由語傳侯 たてがみと云所は立岩になぞらへたてがんと申侯ひつらんと察侯」

と記しています。

また、この立神の公民館に阿弥陀如来像が安置してあります。この阿弥陀如来は、台座20㍍で身長80㍍の大変整った立派な仏様です。厨子(ずし)の間口(まぐち)は40㍍、奥行き40㍍、高さ120㍍となっています。

地域の古老の話では、「銘はわからないが、かなり古い仏像と思われる」とのことでした。

祭日は毎年11月19日で寿専寺(じゅせんじ)の住職を招いて読経(どきょう)をお願いしているそうです。

(つづく)

▶立神公民館に安置されている厨子と阿弥陀如来像



▶朱色の厨子に納められた身長80㍍の阿弥陀如来像



■お問い合わせ先 町教育委員会社会教育課

☎096-234-2447 (内線322)

るものです。また、支援者として登録していただき、放課後の子どもたちの見守りなどで紹介ができるようになります。本町では、小学校の社会体育移行に伴う指導者やボランティア活動をする団体・グループの指導者が不足しています。これらの活動を円滑に実施するためには、指導者お

ひとり親家庭の方の資格取得を支援します

これから働こうとする方の、

▼お問い合わせ先
町教育委員会社会教育課
☎096-234-2447
(内線325)

よび支援者の協力が必要不可欠です。ぜひご登録ください。

▼募集対象者(次のいずれも満たす方)

- ・働く上で必要な資格を習得し就業を支援するため受講者を募集しています。
- ・県内のひとり親家庭のお母さん、お父さん、子どもさんまたは寡婦の方(熊本市在住の方を除きます)
- ・希望する講習会の全日程に出席可能で、技能・資格取得に意欲のある方
- ・Word 3級+Excel 3級検定講座

▼受講期間
10月4日(日)～12月13日(日)(内11月22日を除く)

・毎週日曜日(計10回)
・午前9時～午後4時

▼受講場所
アビリティスクール・マリオネット(熊本市中央区神水2-2-20)

▼申込期間
7月1日(水)～9月23日(水)

●歯科助手+歯科事務スペシャリスト講座

▼受講期間
9月12日(土)～令和3年1月16日(土)(内10月10日、12月26日、1月2日を除く)

・毎週土曜日(計16回)
・午前9時～午後1時

▼受講場所
ニチイ学館熊本(熊本市中央区花畑町1-7MY 熊本ビル4階)

▼申込期間
6月1日(月)～8月31日(月)

▼お問い合わせ先
熊本県母子家庭等就業・自立支援センター

☎096-331-6736

environmental preservation

クリーンセンターへのごみ搬入量(4月分)

種別	搬入量	前月比較	前年比較
可燃ごみ	213,440	△4,670	△24,040
資源ごみ	21,690	△8,510	△4,590
粗大ごみ	5,750	△1,740	△520
合計	240,880	△14,920	△29,150

※単位・t

traffic safety

事件・事故件数

種別	発生件数	
	4月	年累計
人身事故	0	1
物損事故	12	47
盗難など	0	2

4月30日現在

fire prevention

出動火災件数

種別	発生件数	前年比較
家屋	0	(0)
原野	1	(0)
その他	6	(6)
合計件数	7	(7)

5月15日現在(カッコ内は前年比較)

甲佐町総合型地域スポーツクラブ
「I・YOU スポーツ&カルチャークラブ」
6月のアユスポ・カレンダー

今月のお知らせ

町では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、小中学校体育館などの貸出を中止しています。
 各スポーツ活動の実施状況については、町教育委員会までお尋ねください。

●スポンジテニス&
バドミントン

甲佐小体育館
 月曜日(祝日除く) 午後7時30分

●少年柔道スクール

甲佐中武道館「甲心館」
 ・中学生の部
 月・水・木・金・日曜日
 ・小学生の部
 月・水・金曜日
 いずれも午後7時

●卓球

町生涯学習センター・ホール
 水・金曜日(祝日除く) 午後7時

●ノルディックウォーキングスクール

白旗小体育館
 第1・3月曜日 午後7時
 乙女小体育館
 第1・2・3金曜日 午後7時

●トランポリンスクール

特別養護老人ホーム桜の丘
 金曜日 午後5時30分

●サッカースクール

甲佐中グラウンド など
 火・木・金曜日 午後7時
 土・日曜日 不定期

●女子サッカースクール

甲佐中グラウンド など
 水・金曜日 午後7時30分
 土・日曜日 不定期

●ジュニアバスケットスクール

※ 場所・時間ともに不定期の為
 お問い合わせください。

■お問い合わせ先

町教育委員会社会教育課
 ☎096-234-2447(内線325)

①お知らせ

住宅用火災警報器
設置・点検していただけますか

上益城消防組合消防本部では、九州一斉住宅用火災警報器普及啓発キャンペーンを実施中です。

平成23年6月1日から熊本県内すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を検知しなくなる場合がありますので、機器本体を取り替えますよう。
▼設置する場所
 設置が必要な場所は、寝室や寝室が2階にある場合の階段などです。
▼点検方法
 ひもを引っ張ったり、ボタンを長押しすると音声などで

正常に作動するかどうかを知らせてくれます。

▼お問い合わせ先

上益城消防組合予防指導課
 ☎096・282・1863

上益城消防組合旧庁舎跡地を売却します

上益城消防組合では、次のとおり旧庁舎跡地の公募提案型売却を行います。

▼売却物件の概要

- ・所在 上益城郡御船町大字辺田見字馬場
- ・地番 406番地1
- (2114・38平方メートル)
- 406番地2
- (25・03平方メートル)
- 410番地7
- (510・59平方メートル)

▼売却物件の概要

- ・地目 宅地
- ・地籍 (3筆合計) 2650平方メートル
- ・予定価格(売却最低価格) 6651万5000円

▼提案書の受付期限

6月26日(金)

▼お申込み・お問い合わせ先

上益城消防組合総務課
 ☎096・282・1959

無人航空機による農業散布はルールを守りましょう

無人ヘリコプターやマルチローター(ドローン)などの無人航空機による農業散布などを行う場合は、国土交通大臣の許可・承認が必要になります。また、県への散布計画の提出も必要です。

さらに、散布に当たっては、基本ルールを守り、周辺住民やミツバチの巣箱などに農薬が飛散しないよう注意してください。詳しくは、県農業技術課または上益城地域振興局農業普及・振興課までお尋ねください。

▼お問い合わせ先

県農業技術課
 ☎096・3333・2381

Information

「第2期甲佐町こどもゆめプラン」を策定しました

町では、質の高い幼児期の教育・保育の総合的な提供や保育の量的拡大・確保、地域の子ども・子育て支援の充実に向けた取り組みを総合的に推進するため、令和2年度から令和6年度までを計画期間とした「第2期甲佐町こどもゆめプラン」(子ども・子育て支援事業計画・次世代育成支援対策地域行動計画)を策定しました。

この計画では、「元気はつらつ甲佐っ子」を基本理念とし、人権の尊重や地域の人材を活用した子育て家庭への支援を通して、健やかに生れ育つことができる総合的で利用しやすい子育てサービスの充実を目指しており、引き続き子ども・子育て支援施策を進めて参ります。



▲事業計画の内容は各家庭にお送りした概要版をご確認ください

●お問い合わせ先 町住民生活課 ☎096-234-1113

新型コロナウイルスに負けないこころの健康を守ろう

ストレス状態で不安な気持ちが続いても、多くの場合は自然と回復に向かいます。

どうしても気持ちが前に向かない、辛い、不安な気持ちが続くと続いている、どうしたらいいかわからないといったときには、1人で悩まず相談しましょう。

▼お問い合わせ先

県精神保健福祉センター
096・386・1166

ひきこもりや不登校などの悩みをご相談ください

熊本県子ども・若者総合相談センターは、子ども・若者育成支援推進法に基づき、ニート、ひきこもり、不登校などの社会参加や社会的自立に困難を有する子ども・若者などを対象とした総合相談窓口です。

従来の縦割りのな対応でなく、支援機関（医療・就労・生活・学校など）をネットワークでつなぐことにより、皆さまがワンストップで、安心して、ご相談できる場所です。

電話やメールでもご相談を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。料金はかかりません。

▼対象

主に15歳～39歳までの方と

▼お問い合わせ先

熊本県子ども・若者総合相談センター
096・387・7000
kawaka.coon@windoan.jp

令和2年熊本県毒物劇物取扱者試験を実施します

県では、毒物劇物取扱者試験を「令和2年度（2020年度）毒物劇物取扱者試験実施要領」に基づき実施します。

▼日時

8月4日（火）午前10時～正午

▼場所

東海大学付属熊本星翔高等学校

▼試験の種類

- ① 一般毒物劇物取扱者試験
- ② 農薬用品目毒物劇物取扱者試験
- ③ 特定品目毒物劇物取扱者試験

▼受験願書受付期限

6月12日（金）午後5時15分（郵送による場合は消印有効）

▼提出先・お問い合わせ先

県健康福祉部健康局薬務衛生課
096・3333・2242

くらし安全

新型コロナウイルスを口実にした詐欺に注意

県内では、「新型コロナウイルス

イルス」を口実とした「電話で『お金』詐欺」の被害は確認されていますが、今後、息子や孫、警察官、役所などを装った詐欺の電話がかかってくることも予想されます。被害に遭わないために、次のような対策を徹底しましょう。

- ・ 電話で「お金」や「キャッシュカード」の話がでたら詐欺と疑う
 - ・ 現金やキャッシュカードを第三者に渡さない
 - ・ キャッシュカードの暗証番号を他人に教えない
 - ・ 公的機関からの電話は所属や氏名を聞き代表電話に、息子や孫からの電話には元々の電話番号や自宅にかけ直して確認する
- ▼お問い合わせ先
御船地区防犯協会連合会（御船警察署内）
096・282・1110

Event

町生涯学習センター・ギャラリーモール展示のお知らせ ～6月～

●ギャラリーモール展示作品を募集します

町教育委員会では、町生涯学習センター・ギャラリーモールにて展示する作品を募集しています。絵画や写真、手芸作品などの文化活動の成果を発表する場などとして、ぜひご利用ください。

●お問い合わせ先 町教育委員会社会教育課 096-234-2447



◀ 絵画や写真、手芸作品などを展示してみませんか

ご支援ありがとうございます

**ふるさと甲佐
応援寄附金**

ふるさと納税のお礼の品として贈呈している本町の特産品を紹介します。



「ニラのおやき」
こうさんもん No.12

本町特産のニラを使った香ばしい一品
▶ パン工房ふうさん
096-234-2112



「ニラ味ラーメン」
こうさんもん No.13

豚骨スープとニラの風味を味わう一品
▶ 甲佐町青空市場運営委員会
096-234-2828

▶ 町公式ウェブサイト
「ふるさと納税」ページ
<https://www.town.kosa.lg.jp/q/aview/136/233.html>

「ふるさと甲佐応援寄附金」にご協力いただきまして、ありがとうございます。

▶ ご寄付いただいた皆様
お名前 住所
・金澤 憲吾様 東京都
・早野 禎祐様 東京都 ほか

▶ 令和2年度寄附金額合計
763,000円
(4月30日現在)

■お問い合わせ先
町地域振興課
096-234-1154（内線232）



ツバメ

うたごよみ 水無月

〔短歌〕

渡辺幸士選

東京の孫から電話「大丈夫コロナに注意」

と吾を心配

赤星 文子

SFの如き驚異でこの星の人類襲うコロナ

ウイルス

塚原 暁益

のんびりと一日一日を過ごし居てコロナの

恐怖いつ終わるのか

緒方 明美

楽しくりクラブ仲間と肩寄せて古賀先生の

生家で歌う

白梅 武人

つつがなく暮れゆく今日に感謝してコロナ

の終息強く祈れり

内田乃武子

長年の生き甲斐だったサークルを諦めし夫

の余生虚しき

池田キヨ子

柿若葉に春のひかりの差し入れて見れども

飽かぬ緑の色は

吉永由紀子

春めいて桜の話出るなかで多くの話題「コ

ロナの不安」

上村やす美

日毎減る預金と寿命知りつつも明日の夢み

るわたしの矛盾

渡辺 幸士

〔川柳〕

渡辺幸士選

〔新緑〕

新緑とアヤメが共に競い合い

林 雅之

新緑はおれの心を和ませる

日隈 俊郎

新緑の森に余命を暖める

清川みどり

〔どきどき〕

どきどきと子の合格発表日

川村 文子

老いの日々胸の高鳴る事もなし

渡辺 幸士

〔肥後狂句〕

北川直美選

ブツブツ 親の見舞いにまだ行けん

広田みどり

ブツブツ 葉は要らん加齢です

下山 千恵

ブツブツ もう聞き飽きたお父さん

志垣 光

ブツブツ 隣の人と気の合わん

佐藤 葵

ブツブツ 相手居らんで丁度よか

平井やよい

ブツブツ 既製品では入りきらん

長原 産賀

ブツブツ うっ憤ばらしすればいい

佐野 京

ブツブツ 泣いて怒って独り言

光永 六

ブツブツ 神様に愛誓うたて

井元あざみ

ブツブツ 待合室で嫁の愚痴

日高 美里

ブツブツ 小言言わなきゃおさまらん

上田 梅清

ブツブツ 聴かん振りしてうっちゃよう

北川 直美

お問い合わせ先 町教育委員会公民館事務局
096・234・2447 (内線321)

ひとの動き (敬称略)

4月11日(土)～5月10日(日)

birth お誕生おめでとう

住所	氏名	性別	保護者
津志田	渡辺 滉菜	女	光 信
早川	松永 莉杏	女	浩 太
津志田	山崎 璃歩	女	啓 介
芝原	津田 翔空	男	和 哉
横田	井芹 翔	男	舞
糸田	山内 遙華	女	裕 貴

marriage ご結婚おめでとう

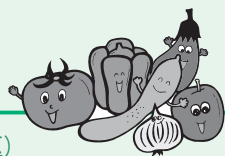
住所	氏名
夫	吉田 作本 恵
妻	有安 大久保有紗

condolence お悔やみ申し上げます

住所	氏名	年齢	世帯主
田口	橋本 エン	90	エン
上早川	田上 達治	81	アツ子
白旗	菊地 栄子	96	栄子
大町	野村 立巳	96	秀明
小鹿	永野多津子	68	貢
吉田	杉本常次郎	89	富美子
中横田	藤本 剛	89	剛
上揚	増田 敏子	85	成敏

こうさの野菜で作ってみよう!

レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん(北原区)



ニラレバ炒め

ご存知ですか？

まだまだ取まらないウイルスに負けないために、私たちが出来るのはちゃんとした栄養を取る事です。栄養の宝庫と言われるレバーは優れた抗酸化作用で、粘膜の新陳代謝や免疫力を高める働きがあります。ウイルスの撃退にも期待できそうですね。

レバー料理にはショウガが欠かせませんが、ショウガには解毒作用があるってご存知ですか？

ショウガには強い殺菌作用があり、ガン細胞の増殖を抑制してくれます。甲佐のニラと一緒に食べて栄養を摂りましょう。



作り方

- ①レバーはボウルに入れ流水で良く洗い、10分程そのまま水につけておきましょう。
- ②ザルにとり、水気を切ります。
- ③ニラは3～4等位に切り揃え、ショウガは摩り下ろし、モヤシは洗います。
- ④ボウルに赤酒としょう油、水気をとったレバーを入れて15分程置き、下味を付けます。
- ⑤余分な汁を切り片栗粉をまぶします。
- ⑥粗みじん切りにしたニンニクをサラダ油で炒めます。香りがしてきたらレバーを1枚づつ焼き上げましょう。
- ⑦レバーに火が通ったらニラとモヤシを加え手早く炒め、塩コショウで整えます。溶き卵を流し入れて蓋をして1分加熱すれば出来上がりです。

材料 (4人分)

レバー	300g
ニラ	2束
ショウガ	親指大2個
モヤシ	1袋
ニンニク	2片
卵	4個
サラダ油	大さじ5
赤酒	小さじ1
しょう油	大さじ1.5
片栗粉	大さじ3
塩コショウ	適量

data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,049	16
女	5,489	▲7
計	10,538	9
世帯数	4,320	21

令和2年4月30日現在

町農業研修センター「ろくじ館」の玄関横ではツバメの夫婦が子育ての真っ最中です。日中、汗ばむ陽気を感じるようになり、季節は春から初夏に移ろうとしています。

これからの時期、気を付けたいといけないのが大雨や台風による自然災害です。今年も雨の季節が近づいています。

今月号の特集では、災害に備えて事前にご家庭で確認していただきたいことなどを紹介しています。今年は、新型コロナウイルス感染症への注意も必要です。避難所への密集を避けるため、知人宅への避難などの検討や準備もお願いします。

全国に発令されていた緊急事態宣言が解除され、学校が再開されますが、当面の間は、このウイルスとうまく付き合っていくことが必要となります。

(と)

編集後記



溜渕 清裕さん
Tamaributi Kiyohiro

たまりぶち きよひろ / 防災士。
平成26年3月に資格取得後、
地域住民や子どもたちへの講
演を通して、地域での備えの
大切さを伝えている。

〔津志田区〕

いざというときに命を守るための の行動を日常から考える

「いざというとき、地域の皆さんの命を守るためには何が必要かを学ばなければという思いから、防災士の資格を取得しました」と話すのは、防災士として地域防災力の向上を担う溜渕清裕さん（津志

田区）。

防災士とは、自分の命は自分で守る「自助」、地域でお互いを助け合う「共助」、自治体などと連携しながら災害に強いまちづくりなどを目指す「協働」を基本理念として

活動し、防災の十分な意識と一定の知識・技能を有することを認証する民間資格。全国19万人以上が地域や職場などさまざまな場所で、防災力を高めるための活動に取り組んでいる。

溜渕さんが防災士になったきっかけは、津志田区の区長に就任したことだという。

「行政区の代表である区長は、災害が起こってしまった

とき地域住民の命と財産を守る為に行動する責任があります。災害発生時に区長としてどんな行動が必要なのか学んでおかなければと思います」と、県が実施する地域防災リーダー養成研修『火の国ぼうさい塾』を受講した。

資格取得後は、日ごろからできる災害への備えやいざというときの行動などについて学びたいという行政区や小学校などからの要望を受けて講演や授業を行うなど、地域の防災力向上に貢献している。

「地域の皆さんや子ども達には、自分の命を守るために行動しようと呼んでいます。私自身、熊本地震を経験したとき、頭でわかっているけど体が動かず、何もできませんでした。日ごろから防災訓練などを通して災害に備えておくことが大切です」

近年、町内にも防災士の資格を持つ人が増えつつあり、防災士同士が連携した活動ができれば、と話す溜渕さんは地域の防災リーダーとして安心安全な暮らしを支えるため模索し続ける。

広報 こうさ

2020年（令和2年）6月号
通巻611号