

広 報

# こうさ



【表紙】 コロナ禍で再スタートを切った子ども食堂

## 手作り弁当がつなぐ地域の笑顔

### CONTENTS

- 02・特集 第48回甲佐中学校体育大会
- 04・こうさの話題 子ども食堂が半年ぶりに再開
- 06・町からのお知らせ 高齢者の予防接種費用を助成します
- 10・保健師だより フレイルを予防して元気に過ごしましょう
- 20・Kosa Style 甲佐町地域おこし協力隊・板敷悦生さん（上豊内区）

No.616

November 2020

# 11

# 特別な時間を 仲間と共に――



1



2

## 第48回 甲佐中学校 体育大会



3

### ■特別で最高の4時間

9月26日(土) 甲佐中学校で第48回体育大会が開催され、生徒たちが「輝け闘魂く魅せつけろ、我らの勇姿く」の大会テーマのもと、青春の汗を流しました。

新型コロナウイルスの影響で5月から延期となり、練習時間も限られる中、プログラムを縮小。午前中のみ開催となりましたが、生徒たちは応援合戦やリレー、縄とびなどすべての競技を全力で楽しみました。

女子生徒全員で作り上げた「よさこいソーラン」では、甲佐高校の法被に身を包んだ3年生を中心に華やかな舞を披露。男子生徒全員で取り組んだ「民謡ソーラン節」は力強い演舞で観客を魅了しました。例年と異なる試行錯誤の末に仲間と過ごした時間は、生徒たちにとって最高のひとときだったに違いありません。



4

2



1\_ 健闘をたたえて全校生徒で校歌斉唱 2\_ 団長が仲間を引っ張る応援合戦 3\_ 演技を前に仲間と成功を誓う 4\_ 緑が鮮やかな甲佐高校の法被に袖とおして「よさこいソーラン」の華やかな演舞を披露 5\_ 仲間のがんばりに笑顔がはじける応援席 6、9、11\_ 全員リレーでつなぐバトンとみんなの想い 7\_ 出番を終えてほっと一息 8\_ 各団の心意気を描いたシンボルタワー 10\_ 息を合わせて一緒にジャンプ 12\_ 仲間へ届ける熱いエール 13\_ 男子全員で取り組んだ「民謡ソーラン節」の力強い演舞で観客を魅了





▼地域のボランティアから手作りのお弁当を受け取る家族連れ



## 手作り弁当で繋がる地域

子ども食堂が半年ぶりに再開

10月13日（火）子育て支援住宅「ヴェルデ甲佐」で、子ども食堂「甲佐食堂おかれり」が約半年ぶりに開催され、手作り弁当が地域の子どもたちなどに手渡されました。

同食堂は、地域のボランティア約10人が食材や活動費の寄付を基に、昨年12月から毎月1回程度実施。子どもは無料、高校生以上も300円で利用できます。

新型コロナウイルスの影響で中止を余儀なくされていましたが、ビュッフェ形式の運営から弁当の配布に変更するなどの感染防止対策を行いながら活動を再開。

ボランティアが手作りした弁当100食分が振る舞われ、地域の子どもたちや保護者らが笑顔で受け取りました。

ボランティア代表の宮崎眞樹子さんは「地域交流の場ができればとの思いで、この取り組みをはじめました。無事に再開できてよかったです」と笑顔で話しました。

## 地域の交通安全を見守る

秋の全国交通安全運動

9月21日（月）から9月30日（水）までの10日間、秋の全国交通安全運動が行われ、甲佐町交通安全協会の交通指導員10人が町内各地の交差点で交通指導を行い、登校する児童らが安全に交差点を通行できるよう交通整理や声掛けを実施しました。

甲佐中学校入口の交差点に立った交通指導員の田上義隆さん（中横田区）は、「子どもたちの元気なあいさつが気持ちいいですね。地域の安全のためにできる限り続けていきたいです」と話しました。



▲登校する児童たちの安全を見守る田上義隆さん（中央）



▲祝状を伝達された富田さん（中央）

## 100歳おめでとございます

令和2年度100歳到達者に祝状などを贈呈

9月24日（木）令和2年度100歳到達者（大正9年4月1日〜大正10年3月31日生まれ）に祝状などが贈られました。

今年度の到達者は、丸本榮子さん（西寒野区）、内田ハツエさん（中横田区）、柿本マツコさん（浅井区）、富田タカエさん（上早川三区）、北野シエ子さん（船津区）、片岡為雄さん（麻生原区）、布田弘さん（上田口区）、緒方春さん（糸田区）、生駒トヨさん（芝原区）の9人。奥名町長が各到達者を訪問し、内閣総理大臣からの祝状と記念品を伝達。町と甲佐町社会福祉協議会も祝い金を贈りました。

## 災害から命を守る

### 陸上自衛隊第42即応機動連隊が表敬訪問

10月14日（水）陸上自衛隊北熊本駐屯地（熊本市北区）に駐屯する第42即応機動連隊の祝昌行中隊長が奥名克美町長を表敬訪問しました。

同隊は平成30年に改編されたもので、災害時には要請に応じて、本町を含む県内9市15町3村の支援などを行います。

今年7月に県南を襲った豪雨の際、熊本県知事からの災害派遣要請に応じて早急な初動対応を実施した同隊は、芦北町で被災住民の救助や支援を行いました。



▲奥名町長を表敬訪問した祝昌行中隊長（右）



▲販売実習に取り組む甲佐高校の生徒ら（右）

## 地域の協力で体験学習の機会を

### 甲佐高生徒が販売実習

9月30日（水）甲佐町農業研修センターろくじ館で、県立甲佐高等学校ビジネス情報科の2年生が販売実習を行いました。例年、緑川スポーツフェスタや甲佐町観光物産展などで販売実習を行っている同校が、今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で実習機会が失われた生徒らの学習機会を作るために地域の協力を得て実施。同校生徒らが、地域企業と協力しながら作ったあられなどの販売を行いました。参加した松岡真香さんは「次も来てもらえるよう笑顔で心掛けたいです」と語りました。次の販売は11月11日（水）。

## 地域の安心安全な暮らしを支える

### 全国防犯協会連合会防犯功労者表彰



▲江藤真吾御船警察署長から防犯功労者表彰を伝達された本田和登さん（中央）と井芹雅洋さん（右）

9月30日（水）御船警察署で全国防犯協会連合会防犯功労者表彰の伝達が行われ、本田和登さん（中横田区）に防犯栄誉銀章が、井芹雅洋さん（東寒野区）に防犯栄誉銅章がそれぞれ伝達されました。

同表彰は、全国防犯協会連合会が実施し、多年にわたり地域安全活動に尽力し安全で安心なまちづくりに特に顕著な功労があったと認められた者に授与するもの。

本田和登さんは、35年に渡って青色回転灯装着車両での地域の防犯活動や、竹細工作製活動を通じた地域住民との交流などの取り組みが、少年の非行防止などに影響を与えていることなどが評価されました。

また、井芹雅洋さんは平成12年に少年補導員として活動して以来、20年以上に渡って地域安全や少年の健全育成に尽力。平成28年からは御船地区警察ボランティア連絡協議会会長として、同会4支部を牽引するなどの功労が認められ、今回の表彰となりました。

インフルエンザ予防接種

高齢者の予防接種費用を助成します



詳しくは町健康推進課へお尋ねください

■インフルエンザワクチン定期予防接種のお知らせ

インフルエンザの流行は、例年1月上旬～3月上旬が中心です。ワクチン接種の有効性を高めるためには、流行前の10月～12月中旬までに予防接種を行うことが大切です。

町では、高齢者のインフルエンザワクチン予防接種を次のとおり実施します。

定期接種を希望される方は、町内の接種実施医療機関へ直接予約をしてください。

▼接種対象者

本町に住民票を有する次の方（本人が接種を希望される場合または本人の接種希望が確認できる場合）

① 予防接種時に満65歳以上の方

② 満60歳から65歳未満の方で心臓・腎臓・呼吸器の機能およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害を有する「身体障害者手帳1級」相当の方（詳しくは、かかりつけ医師にご相談ください）

▼接種期限

12月28日（月）

▼接種回数

1人につき1回

▼接種料金

町内の接種実施医療機関 1800円  
町外の契約医療機関 2000円

※町外の医療機関で接種する場合は、町総合保健福祉センターでの事前手続きが必要です。

▼町内の接種実施医療機関

・荒瀬病院 096・234・1161

・谷田病院

096・234・1248

・小屋迫医院

096・234・0165

・桃崎整形外科

096・235・8111

▼お問い合わせ先

町健康推進課

096・235・8711

後期高齢者医療

■後期高齢者歯科口腔健診は12月末まで受診できます

口の中の健康を保たないと飲み込む機能が低下し、糖尿病や心臓病などの全身の病気にかかりやすくなります。

むせたり、のどにつかえたりすることが原因で、口内の細菌が肺に入ってしまう、肺炎を引き起こすこともあります。

この歯科口腔健康診査は、口腔機能を診る健診で、受診することでお口の中の健康状態をチェックすることができます。総入れ歯の方でも受診は必要です。

後期高齢者医療の被保険者は、毎年度1回400円で受診することができ、ぜひ歯と口の健康状態をチェックしてみましょう。

う。

▼対象者

本町在住の後期高齢者医療の被保険者の方が対象となります。ただし、次のいずれかに該当する方は、歯科健診の対象外となります。

・特別養護老人ホームなどの施設に入所している方

・長期間（6カ月以上）病院に入院されている方

▼実施期間

12月31日（木）まで

▼自己負担

400円

▼受診方法

① 町と契約している歯科医院に予約します。

② 被保険者証、受診券（7月に被保険者証と一緒に送付）、自己負担金400円を準備の上、受診してください。

▼検査項目

・問診 歯や口の状態で気になることなど

・歯周検査 歯・歯ぐきの状態や入れ歯、かみ合わせなどを検査

・口腔検査 口の衛生状態や粘膜の異常、乾燥などを検査

・結果説明 健診結果をもとに説明、指導を受けられます。

歯科口腔健診を受診して歯と口の健康をチェック



詳しくは町住民生活課へお尋ねください

町健康推進課（町総合保健福祉センター） ☎ 096-235-8711

町住民生活課 ☎ 096-234-1113（内線 107）

国民年金

社会保険料控除を受けるには控除証明書が必要



詳しくは町住民生活課へお尋ねください

■納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となり、その年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

社会保険料控除の対象となるのは、2020年1月から12月までに納付した保険料の全額で、過去の年度分や追納分も含まれます。また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族の負担すべき保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

■社会保険料控除証明書は確定申告に必要です

2020年中に納付した保険料について社会保険料控除を受ける

ためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

2020年1月1日から9月30日までの間に保険料を納付された方には、11月中に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送られますので、申告書提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。

2020年10月1日から12月31日までの間に、今年初めて保険料を納付された方に対しては、控除証明書が翌年の2月上旬に送付されます。

控除証明書についてのご照会には、控除証明書のがきに表示されている日本年金機構の電話番号にお問い合わせください。

■保険料は期限内に納付を

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようきちんと納めましょう。

▼お問い合わせ先

熊本東年金事務所  
096-367-2503

町住民生活課 ☎ 096-234-1113(内線 104)

国民健康保険

国民健康保険被保険者が高額な医療費を支払ったときは、「高額療養費制度」を活用することで、支払った医療費の一部払い戻しを受けられる場合があります。

■高額療養費制度とは

高額療養費制度とは、同一月(1日から月末まで)に掛かった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定の金額(自己負担限度額)を超えた分が後で払い戻される制度です。払い戻しを受けるためには申請が必要です。

※入院時の差額ベッド代や食事代、保険外診療は対象外です。

▼高額療養費の申請に必要なもの

- ・国民健康保険高額療養費支給申請書
- ・請書
- ・医療機関などで発行された医療

医療費が高額だったときは高額療養費制度を活用しましょう



詳しくは町住民生活課へお尋ねください

費の領収証や支払証明書など

- ・印かん
- ・世帯主名義の預金口座番号などが分かるもの
- ・世帯主のマイナンバー(個人番号)が分かるもの

■自己負担限度額とは

自己負担限度額は、同じ世帯内の国保被保険者や世帯主などの年齢および所得状況などにより設定されています。同じ月内に同じ医療機関に支払った一部負担金が限度額を超えたときは、限度額超過分を町へ申請することで受け取ることができます。

自己負担限度額の詳細については、町住民生活課係までお尋ねください。

■医療費が高額なときは「限度額適用認定証」を利用しましょう

医療費が高額になる場合には、町が発行する「限度額適用認定証」や「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関に提示すると、窓口での支払いが自己負担限度額まで済みます。

国民健康保険税を滞納していると認定証を交付できない場合がありますので、ご注意ください。

町住民生活課 ☎ 096-234-1113(内線 106)

# Library

町生涯学習センター図書室からの11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。

● 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)

### 「半沢直樹」シリーズ6年ぶりの新作 池井戸 潤 著 / 『半沢直樹 アルルカンと道化師』



講談社

小説

東京中央銀行大阪西支店の融資課長・半沢直樹のもとに、大手IT企業が美術系出版社を買収したいという案件が持ち込まれる。強引な買収工作に抵抗する半沢は、背後にひそむ秘密に気付く。有名な絵画に隠された「謎」を解き、たどり着いた驚愕の真実とは…。シリーズの原点とも言える新作。胸が熱くなる1冊です。

### 家族みんなで楽しめる、笑いあり涙ありの絵本 シゲタ サヤカ 作・絵 / 『たべものやさしりとりたいかいがいさいします』



白泉社

児童書

商店街で「しりとりに大会」が開催されることになりました。おすし屋さんにパン屋さん、ケーキ屋さん、ラーメン屋さん、八百屋さん…。食べ物たちみんなの名前でしりとりをながーく続ける大会です。最初は「あ」がつく食べ物からはじめます。さあ、食べ物たちが優勝目指して大奮闘！ 笑いあり、涙ありで心も満腹になる絵本です。

### 令和2年熊本豪雨の貴重な記録 『令和2年熊本豪雨 大水害の記録』

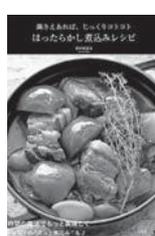


熊本日日新聞社

一般書

7月4日からの豪雨による水害の状況をまとめた特別報道写真集。県南部・北部の被害を中心に、復旧や支援、避難所の様子など、熊本日日新聞に掲載された写真100点を収録しています。水害発生当時の報道紙面や6日間のドキュメント、豪雨をもたらした雨雲の動きなども収録し、大水害の状況を後世に伝える貴重な記録です。

### コトコトじっくり煮込むだけ！ 新田 亜素美 著 / 『ほったらかし煮込みレシピ』



大和書房

教養娯楽

調味料を材料にまわらせて、あとはコトコトじっくり煮込むだけ。とことんほったらかしにこだわった美味しい煮込み料理を紹介しています。5分以下のさっと煮込みや、缶詰を使ったお手軽な煮込み料理も収録。冬の定番の煮込み料理を、美味しくおしゃれて簡単なレシピで、レパートリーを増やしてみたいかがでしょう。

#### 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

**私** がおすすめする本は、山口恵以子さんの「あしたの朝子」です。

この物語は、昭和30年代を大らかに力強く生き抜いた女性のお話です。朝子は、館山市で「しろやま旅館」を営む家の娘で、裕福な少女時代を過ごしていました。やがて声優をめざし東京へ出ます。しかし夢半ばで、朝子は地元でしりあった勝也と

#### 今月の案内人



宮本 明美さん  
(中早川区)

再会し結婚。理髪店の工場を経営する勝也と昭和の高度経済成長期を面白おかしく、時には大ゲンカも

Read This Story!

### ～ My Favorite Story ～ 私のおすすめ図書

『あしたの朝子』(山口 恵以子著)

激動の昭和30年代を生き抜いた、波乱万丈の人生！ 舅との確執、夫の不倫、愛人との闘い、工員の心中騒動、などの難題を乗り越えて、たくましく生きていく。

しながら、工場を繁栄させるため懸命にたくましく生きた朝子。無口で職人気質の舅・弥次郎との様々な出来事も面白く描かれています。

銭湯や、洗濯板を使った洗濯、初めてテレビが来た日の喜び、東京オリンピックなど、何となく私も体験したような気分を味わうことができました。

昭和生まれの方も平成生まれの方も、朝子を通して昭和27年



から平成25年の様々な時間と出会いを、この本で楽しんでください。おすすめの本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

#### ▶町公民館主催講座のご案内

#### ステップアップ講座「ストレッチヨガ体験」を実施します

全身をゆっくり動かしてみましょ。ヨガマットをお持ちでない方は事前にご相談ください。

#### ●開催日時

11月12日(木)  
午前10時～午前11時30分

#### ●会場

町生涯学習センター・ホール

#### ●講師

福井果林さん(下横田区)

#### ●参加費

無料

#### ●定員

15人程度



- 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)



スポーツ・健康「社交ダンス」講座では、ダンスの基本から応用までを学びます。現在、参加者9人が、ブルースやワルツ、ジルバ、ルンバ、タンゴなどさまざまなテンポのダンスについて



▲昨年の産業文化祭でダンスを披露する参加者

中国古来の武術を源とした誰にでもできる健康法として普及しており、深い呼吸に合わせてゆっくり動くことを基本とします。この

#### 「健康太極拳」

スポーツ・健康「健康太極拳」講座では、技を競わない気功健康法としての太極拳を学んでいます。

#### 町公民館自主講座⑬

午後9時50分

#### ▼開催日時

毎週木曜日 午後8時～午後9時50分

#### ▼会場

町生涯学習センター・ホール

#### ▼代表

栗山真治さん(御船町)

ご夫婦と一緒に参加されてみてはいかがでしょうか。

て楽しく学んでいます。

御船町)

▼講師 堀田貞子さん(緑町区)

▼開催場所 町生涯学習センター・ホール

▼開催日時 第週火曜日 午後2時～午後4時



▲深い呼吸に合わせた動作で健康維持に取り組む参加者

ゆっくりとした動作が、心身をリラックスさせ、健康の維持・回復につながります。ご年配や女性の参加者も多く、運動が苦手な方も無理なく続けられますよ。

## Human Rights

### 人権 ～心豊かに暮らすために～

#### ■「熊本県部落差別の解消の推進に関する条例」について

熊本県は、平成7年に「熊本県部落差別事象の発生防止及び調査の規制に関する条例」を定め、結婚や就職に際しての部落差別の発生を防止する取り組みを行ってきました。近年では、情報化の進展に伴い、部落差別を取り巻く状況も変化しています。平成28年には、部落差別解消推進法も制定されましたが、部落差別はなくなっておりません。

これらのことから、部落差別の解消を推進し、部落差別のない社会を

実現するために、これまでの条例の全部を改正し、「熊本県部落差別の解消の推進に関する条例」を制定しました。

#### 【主な改正点】

- 部落差別の解消の推進に向けた基本理念を新たに定めました(第2条)

全ての県民は、等しく基本的人権を享有するかけがえない個人として尊重されるものであるとの理念を明記し、部落差別の解消の推進に関する施策は、この理念にのっとり、部落差別のない社会を実現することを旨として行わなければならないと

しました。

- 県の責務を明らかにし、具体的な施策を定めました(第3条～第5条)

県は国及び市町村との連携を図りつつ、地域の実情に応じた施策を講ずる責務を有すると定め、部落差別に関する相談体制の充実や、部落差別の解消の推進に必要な教育・啓発を行うことなど、具体的な施策を明記しました。

#### ●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)



# フレイルを予防して 元気に過ごしましょう

## ❖「フレイル」とは

フレイルとは、2014年、日本老年医学会が「Frailty（虚弱）」の日本語訳として提唱した概念です。健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のことを指します。

加齢にともなう体のはたらきや心のはたらき、社会とのつながりが弱くなった状態を放置すると、要介護状態になる可能性があります。早めに気づき、適切な取り組みを行うことが必要となります。

## ❖健康診断で心身の状態を確認

まずは、自分の状態を確認する

必要があります。方法として、健康診断がありますが、心のはたらきや社会とのつながり等については検査結果には表れません。

そのため、今年度から75歳以上を対象とした後期高齢者健診において、心のはたらきや社会とのつながりについての質問項目が追加されました。

心身の健康状態や食習慣、口腔機能・体重変化・認知機能・喫煙・社会参加・社会的支援等の状況を尋ねる15項目です。この回答結果から、自分の状態について確認することができます。

## ❖フレイル状態になる前に

フレイルは、日常生活に支障が

出たり、認知症になったり、転んで骨折をするというような状況になることです。その前段階として「サルコペニア」という筋肉が減って筋力が低下したり、歩行速度がゆっくりになってしまったりする状態があります。

「サルコペニア」には、生活習慣病が悪化しそこに加齢の影響が加わって起こっていくものや、生活習慣病や加齢が進む中で不活発になってしまうもの、運動不足で筋肉が落ち歩行速度がゆっくりになるもの、低栄養などが原因となるケースもあります。

このようなサルコペニア状態をそのままにしているとフレイル状態となり要介護状態につながる可能性がありますが高くなっていきます。

## ❖フレイル予防の3ポイント

フレイルを予防するために気を付けたいポイントが3つあります。

1つ目は「栄養」です。食事は活力の源です。バランスのとれた食事を3食しっかりと取りましょう。また、しっかり噛めるようお口の健康（口腔ケア）も大切です。日頃からのケアに加え、定期的な歯科健診を受けましょう。

2つ目は「身体活動」です。ウォーキングやストレッチなどを行うことは筋肉の発達だけでなく食欲や心の健康にも影響します。いつもより10分長く体を動かすことを意識して生活してみましよう。

身体活動を行うためには、高血圧や糖尿病といった生活習慣病のコントロールが大切です。これらが重症化するとこれまでできていた家事などの活動もしくなくなり、さらなる運動不足につながります。

3つ目は、「社会参加」です。趣味やボランティアなどを持ち、積極的に外出することも大切です。社会活動への参加は、フレイル予防に有効です。自分にあつた活動を見つけて参加してみましよう。

## ❖フレイルを予防して元気に 過ごしましょう

年のせいとあきらめていた体や心の衰えは、予防できます。やりたいことや好きなことを続けていくために、フレイル予防の3つのポイント「栄養」「身体活動」「社会参加」を毎日の生活に取り入れてみましょう。

## の話 保健師だより

### 衰え

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  
木村 真澄 保健師

いつまでも元気で生き生きとした暮らしを送るためには、要介護状態に陥らないよう介護予防に取り組むことが大切です。要介護状態へのサインとなるフレイルの予防に気を配り、食事や日々の活動の改善に取り組みましょう。

## Smile

わが家の“笑顔”をご紹介します



はると  
小島 悠仁 くん(1歳5カ月)

父・秀平 さん 母・美沙紀 さん  
(下横田区)

お散歩大好きです

ひなた  
梅本 陽向 くん(2歳8カ月)

父・裕也 さん 母・晴美 さん  
(和田内区)

元気いっぱいの  
ひょうきん者です



★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

## 11・12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

11月19日(木) 午前9時

12月17日(木) 午前9時

### + 7か月児健診

11月19日(木) 午前10時

12月17日(木) 午前10時

### + ピカピカ1歳教室

12月4日(金) 午前9時20分

### + 1歳6か月児健診

11月10日(火) 午後0時50分

### + すくすく2歳児子育て相談

12月18日(金) 午前9時20分

### + 3歳児健診

11月10日(火) 午後1時25分

## Child-Care

### 11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

2日(月) お散歩

4日(水) おりがみ遊び

6日(金) 風船遊び

9日(月) ままごと遊び

11日(水) ふれあい遊び(シャワシャワお風呂)

13日(金) むりえ遊び

16日(月) 新聞紙キッチン

18日(水) テグで遊ぼう

20日(金) 砂場遊び

25日(水) シャボン玉遊び

27日(金) 製作

30日(月) 人形遊び

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。

## Town Development

甲佐町まちづくり協議会

商店街の路地裏に新たに誕生した古民家施設でのひとときを楽しむ

■甲佐の魅力を発信する拠点がついにオープン

古民家交流拠点施設（旧西村民俗資料館）は、築140年の古民家を地域住民や町外からの参加者と共に改修して再生させた施設です。甲佐の新たな観光資源となるこの施設が10月3日（土）オープンしました。

1棟貸しスタイルの宿泊施設「宿屋 Kugurido」、1時間単位でワークショップ



▲その日の朝採れ野菜を使ったイタリアンランチは前菜・自家製パン・パスタ・デザート・ドリンクのセットが楽しめる

イタリアンレストランでは、オープン初日から多くのご予約をいただいております。町内外からの来訪者を、地域の食材を使った料理でおもてなししています。古民家でのひとときをさらに楽しんでいただくために、現在の夜のコース料理の試作を重ねています。どんな料理が出来るのか、皆さんお楽しみに。

■地域の食材を生かした料理でおもてなし

などにご利用できる和室の多目的交流スペース、甲佐の食材を楽しめるイタリアンレストラン「trattoria San Vito（トラットリア サンヴィート）」からなるこの複合施設は、甲佐に息づく古民家での暮らしに触れることができる場所です。

### 甲佐の恵みを味わう古民家レストラン

古民家レストランで味わう、甲佐の秋の恵みはいかがでしょうか。新鮮な野菜が並ぶ地域の直売所から仕入れた食材を使った一皿をご賞味ください。席数に限りがありますので、お越しの際はご予約をお願いします。



（一社）パレット 脇坂 真規子さん

### ●お問い合わせ先

- ・町地域振興課  
☎096-234-1154（内線232）
- ・宿屋 kugurido、多目的交流スペース  
☎080-8450-3578
- ・イタリアンレストラン trattoria San Vito  
☎070-4006-2917

## Fitness

甲佐町フィットネスセンター

### 椅子を使っていつでもお腹や太ももをトレーニング

皆さんは、身体の筋肉で特に年齢と共に衰えやすいのが、お腹と太ももだということをご存じでしょうか。今回は、お腹・太ももを同時に鍛えることができるトレーニング

#### 今月の講師



右田 訓文さん  
（健康運動実践指導者）

「レッグエクステンション」を紹介させていただきます。このトレーニングは、ご家庭にある椅子を使った足の

の曲げ伸ばし運動です。

- ①まずは椅子に座り、座面の端を両手でしっかりと握り、両膝をそろえ、太ももを少し浮かせてください。
  - ②次に、両手で体のバランスをとりながらゆっくりと足を伸ばしましょう。これを繰り返します。
- ポイントは、背筋をのばしたまま行うことですが、つらい場合は背もたれに寄りかかりましょう。腰が痛い方などは、片足ずつ伸ばす動作を行うことで、負担を減らすことができますよ。ぜひ、実践してみてください。

#### レッグエクステンション



▲背筋を伸ばして膝・足をしっかり伸ばしましょう

### ●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【11月】

日	月	火	水	木	金	土
1 【日曜当番医】 荒瀬病院	2 法律相談 (老人いこいの家) ※電話相談のみ対応	3 甲佐町功労者表彰式 (町総務課)	4	5 消費生活相談 (老人いこいの家)	6	7 非常呼集訓練 (町総務課)
8 マイナンバーカード 交付等休日窓口 (町住民生活課) 防火啓発パレード (町総務課) 【日曜当番医】 谷田病院	9 秋の全国火災 予防運動 (~11/15) (町総務課)	10 1歳6か月児健診 3歳児健診 (町総合保健福祉センター)	11	12 消費生活相談 (老人いこいの家)	13	14
15 【日曜当番医】 桃崎整形外科	16	17	18	19 4か月児健診 7か月児健診 (町総合保健福祉センター) マイナンバーカード 交付等休日窓口 (町住民生活課) 消費生活相談 (老人いこいの家)	20	21
22 【日曜当番医】 荒瀬病院	23	24	25	26 消費生活相談 (老人いこいの家)	27	28
29 【日曜当番医】 谷田病院	30 口座振替日 納期限 夜間窓口 (町税務課) マイナンバーカード 交付等休日窓口 (町住民生活課)	12/1	12/2	12/3 消費生活相談 (老人いこいの家)	12/4	12/5

※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。

## 今月のお知らせ

# 11

November 2020

## Monthly Information

### 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。

URL <https://www.town.kosa/lg.jp/>

## お知らせ

### 成人用肺炎球菌ワクチン 定期予防接種のお知らせ

町では、高齢者の肺炎球菌ワクチン予防接種を次のとおり実施します。接種を希望される方は、町内の接種実施医療機関へ直接ご予約ください。

#### ▼接種対象者

- 過去に同じワクチンの接種履歴がなく、本町に住民票を有する次の対象年齢の方
- ・65歳(昭和30年4月2日)～昭和31年4月1日生まれの方
- ・70歳(昭和25年4月2日)～昭和26年4月1日生まれの方
- ・75歳(昭和20年4月2日)～昭和21年4月1日生まれの方
- ・80歳(昭和15年4月2日)～昭和16年4月1日生まれの方
- ・85歳(昭和10年4月2日)～昭和11年4月1日生まれの方
- ・90歳(昭和5年4月2日)～昭和6年4月1日生まれの方

- 和6年4月1日生まれの方
- ・95歳(大正14年4月2日)～大正15年4月1日生まれの方
- ・100歳(大正9年4月2日)～大正10年4月1日生まれの方

#### ▼接種期限

令和3年3月31日(水)

#### ▼接種回数

1人につき1回

#### ▼接種料金

町内の接種実施医療機関  
4080円

#### ▼町外の契約医療機関

4280円

#### ▼町内の接種実施医療機関

- ・荒瀬病院  
☎096・234・1161
- ・谷田病院  
☎096・234・1248
- ・小屋迫医院  
☎096・234・0165
- ・桃崎整形外科  
☎096・235・8111

※町外の医療機関で接種する場合は、事前手続きが必要

ですので、町総合保健福祉センターへお越しください。

#### ▼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

### 令和3年度保育所入所の 申し込みを受け付けます

令和3年4月から令和4年3月の間に保育所へ入所を希望する人は、申し込みが必要となります。

希望者が多い場合は、希望する保育所に入所できないことがあります。

#### ▼申込受付期間

11月30日(月)～12月4日(金) 午前9時～午後4時30分

※受付時に面談を実施します。窓口の混雑を避けるため事前予約制とします。また、申込書は必ず記入の上お持ちください。

▼面談の事前予約受付  
11月13日(金) 午前9時～午後5時

※土・日曜日および祝日を除く

午後5時

※町民生生活課子ども支援係  
☎096・234・1113

へお電話ください。

#### ▼入所基準

本町に在住で、次のいずれかに該当すること

- ・就労または就労予定
- ・妊娠、出産
- ・保護者の疾病、障がい
- ・同居または、長期入院などしている親族の介護・看護
- ・災害復旧作業に従事
- ・就学(職業訓練校などの就業訓練を含みます)

#### ▼申込書の請求先

● 町民生生活課

● 各保育所

・甲佐保育園  
☎096・234・0186

・若草保育園  
☎096・234・0013

・竜野保育園  
☎096・234・0519

doctor

### 日曜当番医

月日	当番医	電話番号
11月1日	荒瀬病院	096-234-1161
11月8日	谷田病院	096-234-1248
11月15日	桃崎整形外科	096-235-8111
11月22日	荒瀬病院	096-234-1161
11月29日	谷田病院	096-234-1248

tax

### 町税などの滞納処分(9月分)

種別	件数・金額など
捜索	0件
差し押さえ件数	2件
公売回数	1件
出品数	3件
滞納処分関連収入	191,331円

古きを訪ねて甲佐町を知る

## 甲佐町の文化財探訪 ～第86回～

「甲佐町の石橋(眼鏡橋)その3」北里 義友 町文化財保護委員(津志田区)

今回で甲佐町の石橋・眼鏡橋の紹介も最後となります。

### 【大祇橋】(だいきばし)

西寒野区に所在し、大祇神社前を流れる宮園川に架かります。架橋(かきょう)時期は不明です。路面と上流側はコンクリートで覆われており、下流側から石造りのアーチが確認できます。



大祇橋

### 【やなの樋門】

上豊内区に所在し、文化14年(1817年)から天保3年(1832年)頃に架橋。緑川から「やな場」へ引き込まれる水路に架かり、町道(上豊内大町線)として現在も利用されています。石橋は「やな場」

側から確認できます。平成14年に町の文化財に指定されました。



やなの樋門

### 【トロッコ林道鉄橋】

甲佐の石橋番外編。広瀬区に所在します。大正3年(1914年)から昭和2年(1927年)に架橋。

旧熊本営林局貯木場(現役場周辺)から旧砥用町内大臣の角上間を結ぶ内大臣森林鉄道(トロッコ道)で、木材を運搬。内大臣橋の完成により、昭和39年(1964年)に廃止となりました。



トロッコ林道鉄橋

■お問い合わせ先 町教育委員会社会教育課

☎096-234-2447 (内線322)

・乙女保育園  
☎096-234-3947  
・緑川保育所  
☎096-234-0789  
※町公式ウェブサイトからも、申込書をダウンロードすることができます。  
▼申請・お問い合わせ先  
町住民生活課  
☎096-234-1113

**令和3年 甲佐町 成人式のご案内**  
町では、新成人の皆さんの新たな門出を祝福して「甲佐町成人式」を開催します。ぜひご参加ください。  
▼日時  
令和3年1月10日(日) 午前10時～

▼会場  
町生涯学習センター・ホール(予定)  
▼対象  
平成12年4月2日～13年4月1日生まれの方で、現在甲佐町に在住している方または甲佐中学校を卒業された方  
▼開催のご案内  
対象者には11月上旬に開催

☎096-333-2154

### ▼お問い合わせ先

熊本労働局雇用環境・均等

新型コロナウイルス感染症に関する母性健康管理措置についてもお尋ねいただけます。詳細はお尋ねください。

◆お問い合わせ先  
新型コロナウイルス感染症に関する母性健康管理措置についてもお尋ねいただけます。詳細はお尋ねください。

environmental preservation			
クリーンセンターへのごみ搬入量 (9月分)			
種別	搬入量	前月比較	前年比較
可燃ごみ	199,270	3,160	▲600
資源ごみ	19,370	▲9,420	▲1,170
粗大ごみ	6,450	▲1,210	1,130
合計	225,090	▲7,470	▲640

※単位：kg

traffic safety		
事件・事故件数		
種別	発生件数	
	8月	年累計
人身事故	0	5
物損事故	11	110
盗難など	0	6

9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	1	(0)
原野	1	(1)
その他	6	(5)
合計件数	8	(6)

10月15日現在 (カッコ内は前年比較)

お知らせ

農業者年金に  
加入しませんか

農業者年金は、農業に従事する方がご加入いただける年金制度です。

自ら積み立てた保険料とその運用益により将来受け取る年金額が決まる「積立方式（確定拠出型）」の年金で、保険料は自由に選べ、いつでも見直しできます。また、支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となります。

農業者老齢年金は、原則65歳から生涯受け取ることができま

す。農業者年金で生活の安定を  
考えませんか。

▼対象者

20～59歳の国民年金第1号被保険者（国民年金保険料納

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」  
11月のアユスポ・カレンダー



少年柔道スクール

野々口琉人さん（芝原区）  
柔道がんばってます！

●スポンジテニス教室 &  
バドミントン教室  
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

●卓球教室  
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  
甲佐町役場周辺  
第1・2・3月曜日 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

●放課後自習室  
デイサービスセンター「しゃらの樹」など  
月～金曜日 午後4時30分

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

付免除者を除く）で、年間60日以上農業に従事している方※配偶者や後継者など家族農業従事者の方も加入できます。

▼保険料の国庫補助

認定農業者で青色申告をしている方やその方と家族経営の方など一定の要件を満たす方は、保険料の支援が受けられます。

要件などの詳細は、お尋ねください。

▼お問い合わせ先

町農政課

☎096-234-1176  
(内線153)

児童虐待は社会全体で  
解決すべき問題です

11月は、児童虐待防止推進  
月間です。

児童虐待には、身体的虐待  
(なぐる、蹴る、激しく揺さ

ぶるなど)、性的虐待(子どもへの性的行為など)、ネグレクト(乳幼児を残して外出する、食事を与えないなど)、心理的虐待(無視や兄弟間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるうなど)があります。

赤ちゃんが、泣き止まない  
と、いらいらしてしまふことは誰にでも起こり得ます。しかし、泣き止まないからといって激しく揺さぶられると、頭(脳や網膜)に損傷を受け、重い障害が残ったり、命を落とすこともあります。

どうしても泣きやまない時は、赤ちゃんを安全な場所に寝かせ、その場を少しの間でも離れ、まず自分をリラクセスさせましょう。

虐待を受けたと思われる子どもがいたり、ご自身が出産  
や子育てに悩んだりしたら、  
児童相談所や町の窓口へ連

絡・相談ください。

▼お問い合わせ先

町住民生活課

☎096-234-1113  
(内線109)

町健康推進課(町総合保健  
福祉センター内)

☎096-235-8711

県中央児童相談所

☎096-381-4451  
・児童相談所全国共通3桁ダイヤル

☎189(いちばやく)

さまざまな文化・芸術  
教室を動画配信

県では、新しい生活様式のなかで、県民の皆さんに芸術・文化に関心をもっていた  
だくことを目的に、「アート  
ラーニングin新しい生活様  
式」支援事業を実施します。

本事業は、文化芸術団体・  
個人の皆さんに企画して  
いただいた実演(レッスン)の模

令和2年度甲佐町駅伝大会を中止します

新型コロナウイルス感染症の拡大により、11月22日(日)に開催を予定していた令和2年度甲佐町駅伝大会および地区対抗体力づくり駅伝大会を中止します。ご理解とご協力をお願いいたします。



▲昨年の駅伝大会で駆け出す  
各チームの第一走者たち

●お問い合わせ先 町教育委員会社会教育課 ☎096-234-2447

Information

様を、YouTubeチャンネル等を通じて配信します。文化・芸術の秋に、ご自宅

で習い事を始めてみませんか。詳しくは「アーティストニング」で検索してみましょう。

▼お問い合わせ先

県文化企画・世界遺産推進課  
096-3333-2154

**必ずチェック  
熊本県最低賃金**

最低賃金制度は、働くすべての人に賃金の最低額を保証する制度です。

熊本県の最低賃金が10月1日から改定されました。

▼熊本県最低賃金  
時間額793円

※この最低賃金は、県内すべての事業所、労働者に適用されます。

▼お問い合わせ先

熊本労働局労働基準部賃金室  
096-3555-3202

**募集**

**熊本で就職するあなたの奨学金返還をサポート**

県では、若者の県内就職と定着、県内企業などの将来の中核を担う人材確保のため、県と県内企業などが協力して県内に就職する若者の奨学金返還や赴任費用等（引越時代や交通費など）を支援しています。

県では、令和4年度就職者を対象に、制度に参加する県内企業（参加企業）や制度の利用を希望する若者（登録者）を募集しています。

詳しくは、就職・奨学金返還等支援情報サイト「くま活サポート」をご確認ください。

▼お問い合わせ先

県企画課  
096-3333-2018

**15〜49歳の就職準備支援を行っています**

くまもと若者サポートステーションでは、15〜49歳までの方を対象に就労準備支援を行っています。

国家キャリアコンサルタントによる就労支援や専門講師による就労に役立つさまざまな講座などを無料で受講できます。

お気軽にご相談ください。

▼お問い合わせ先  
くまもと若者サポートステーション（熊本市東区栄町2-15）  
096-365-0117

**くらし安全**

**子どもの前でのDVは児童虐待です**

DV（配偶者からの暴力）

には、身体的暴力・精神的暴力・性的暴力・経済的暴力などが挙げられます。

また、子どもの前で暴力を振るったり、暴言を吐いたりすることは、子どもに対する心理的虐待になります。

DV防止法における配偶者とは、「内縁関係」や「生活の本拠を共にする交際相手（同棲相手）」も含まれます。

DVは、一度収まったと思っても、繰り返し起こる可能性が非常に高いものです。

自分だけが我慢すれば…などどひとり悩まずに、熊本県女性相談センター（096-381-7110）や警察安全相談室（☎#9110）へご相談ください。

▼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 ～11月～**

●文化協会作品展「文化展」

- ▶期間 9月14日（月）～11月24日（火）
- ▶主催 甲佐町文化協会
- ▶展示 甲墨会、緑石書道会、桑玉書道会などの会員作品を展示



作品展鑑賞を通して文化の秋をお楽しみください

●お問い合わせ先 町教育委員会社会教育課 096-234-2447

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。



「井戸江峡万十」  
こうさんもん No.7

白あんと梅の甘露煮が入った万頭  
▶（資）池田製菓舗  
096-284-0118



「マシュマロ」  
こうさんもん No.8

混ぜ込まれたカスターがアクセント  
▶（資）池田製菓舗  
096-234-0118

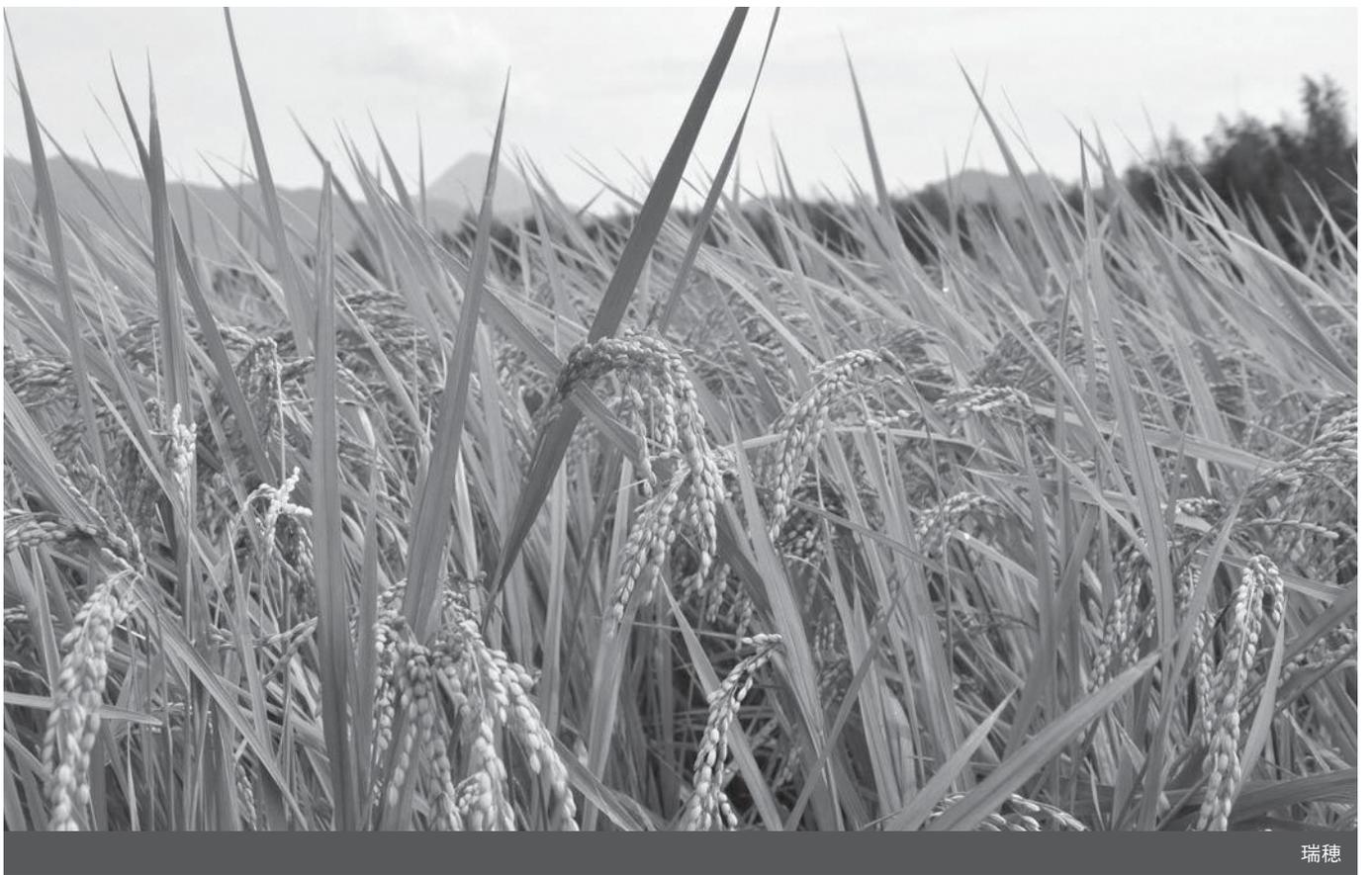
▶町公式ウェブサイト  
「ふるさと納税」ページ  
<https://www.town.kosa.lg.jp/q/aview/136/233.html>

「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
- ・高田 育典様 兵庫県
  - ・米村 祐一様 神奈川県
  - ・高橋 久人様 千葉県
- ほか

▶令和2年度寄附金額合計  
18,847,000円  
(9月30日現在)

■お問い合わせ先  
町地域振興課  
096-234-1154（内線232）



瑞穂

うたごよみ 霜月

「短歌」

渡辺幸士選

人の世を共に歩いてもう八十路誰もが迎る  
人生峠 白梅 武人

頂きし友の句集は枕辺に吾も作るぞ闘志を  
燃やす 塚原 暁益

郷土から新大関が誕生し夢と希望を皆に与  
えし 緒方 明美

朝ごとに伸びのび育つ秋野菜やさしき色に  
ひと日始まる 吉永由紀子

遅咲きの小さき朝顔濃紫秋の終わりに懸  
命に咲く 池田キヨ子

孫からの手紙が届くじいちゃんが見守って  
いる元気でいてね 赤星 文子

裏庭に久々行けば朝顔のピンクの花が未だ  
見えて居り 上村やす美

久々に受話器の向こう姉の声「入院した」  
と寂しく告げる 内田乃武子

連れの無き気楽な旅で居酒屋に地酒気儘に  
楽しみて居り 渡辺 幸士

「川柳」

渡辺幸士選

「なかなか」

なかなかこの世を渡る難しさ 日隈 俊郎  
なかなか言葉通りに進めない 清川みどり

「笑顔」

あったかい笑顔写真の隅に居る 川村 文子  
衣替えマネキン笑顔忘れない 渡辺 幸士

「肥後狂句」

北川直美選

トントン 今朝のおつゆは何かしら 広田みどり  
トントン 回覧板なそのまんま 下山 千恵  
トントン 犬小屋ちゃんと出来上り 志垣 光  
トントン 思うようにはならなかった 佐藤 葵  
トントン 孫の拳が丁度良か 平井やよい  
トントン 孫が狙いは使い銭 長原 産賀  
トントン 鼻緒がきついあばの下駄 佐野 京  
トントン 社長が何んの用だろか 光永 六  
トントン やたらと多か棚の釘 井元あさみ  
トントン 気持静めてノックする 日高 美里  
トントン こんな夜ふけに誰だろか 上田 梅清  
トントン 仲人が胸なでおろし 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)

9月11日(金)~10月10日(土)

## birth お誕生おめでとう

住所 氏名 性別 保護者  
麻生原 久米 梨月 女 修 永

## marriage ご結婚おめでとう

住所 氏名  
夫 豊内 栄角 良真  
妻 嘉島町 新屋敷友美  
夫 熊本市 松島 佑樹  
妻 仁田子 福岡 梓

## condolence お悔やみ申し上げます

住所 氏名 年齢 世帯主  
府 領 塚本 壽子 71 澄 男  
糸 田 緒方 絹子 94 重 則  
東 寒野 稲葉多美子 76 早 苗  
中 山 柳井富與美 71 森 次  
吉 田 上村 芳子 85 洋 一  
仁 田子 緒方 幸雄 80 眞由美  
豊 内 清村 昌子 94 しのぶ  
早 川 富田 清 96 冴 子  
上 揚 増田富美子 102 征一郎  
中 山 益田 朝枝 95 朝 枝  
早 川 塚本 政秋 87 京 子  
田 口 山形 敬子 87 敬 子  
安 平 志免 敏明 93 チヨシ  
府 領 沼田富士彦 67 峰 子

## data 甲佐町の人口・世帯数

項目	数	増減
男	5,000	▲12
女	5,463	▲16
計	10,463	▲28
世帯数	4,344	▲5

令和2年9月30日現在

# 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)



## 手作り柚子胡椒

### ご存じですか？

秋も深まり、1日の寒暖差が大きな季節になりました。体を温めてくれる鍋料理は、これからの時期にぴったりですね。肉や魚とたっぷりの野菜と一緒に食べられるので、インフルエンザなどの感染症を防ぐために必要な正しい食生活を送る上でも役立つメニューです。

鍋料理といえば柚子胡椒は欠かせません。豊富に含まれるカプサイシンは代謝を良くし、身体を温める効果があります。血行が良くなるので、冷え性や肩こり、しもやけなどの症状の改善につながります。

また、柚子胡椒には、若返りビタミンとも呼ばれるビタミンEもたっぷり含まれています。ただし、塩分も多いので取り過ぎには注意してくださいね。



### 作り方

- ①乾燥トウガラシはヘタと種を取り除き、15分ほどぬるま湯に浸けて戻しましょう。
- ②ザルに上げて水を切り、ペーパータオルなどで水気を拭きとり、みじん切りにします。
- ③よく水洗いした柚子の皮をすりおろします。皮の白い部分は苦みが強いので、注意しましょう。
- ④刻んだトウガラシを入れ、すり鉢でペースト状になるまで擦ります。その後、すりおろした柚子の皮を加え、混ぜ合わせましょう。
- ⑤混ぜ合わせた柚子胡椒の10~12%の重さの塩を準備し、全体を混ぜ合わせます。
- ⑥最後に、柚子の搾り汁を加えて完成です。(冷蔵保存1年)

### 材 料(小瓶1個分)

柚子 ..... 6個  
乾燥トウガラシ ..... 18個  
(または生トウガラシ ..... 50g<sup>2)</sup>)  
柚子の搾り汁 ..... 少々  
塩 ..... 適量

安津橋一帯では、秋晴れの下のサッカーやテニスを楽しむ子どもたちを見かけます。今月号では、そんなスポーツの秋に開催された甲佐中学校の体育大会についてお伝えしています。

新型コロナウイルスの影響で初夏の開催が延期となり、練習時間の確保も難しい中、先生や生徒たちが試行錯誤しながらたどり着いたのは、去年までは当たり前だった「特別な時間」でした。わが子の勇姿を見守った保護者の皆さんもほっとされたのではないのでしょうか。

運動場の片隅には、そんな生徒たちを見守る甲佐高校生たちや地域おこし協力隊の板敷さんの姿も。法被が繋いだ縁がきっかけで、コロナ禍でがんばる中学生を取材することにしたんだとか。高校生記者が見た甲佐中生徒の姿は近日発行の「甲佐高だより」をご覧ください。(と)

編集後記



板敷 悦生さん  
Itashiki Yoshiki

〔上豊内区〕

いたしき よしき / 甲佐町地域おこし協力隊。越名さんや治金さんと共に町公営塾「あゆみ学舎」で講師を務める。国語や英語、小論文などを担当。鹿児島県出身。

## 「ナナメの関係」を通して 甲佐高生の自己実現を手助け

「生徒のみんなとは、教師と生徒という『タテの関係』でもなく、クラスメイトのよいうな『ヨコの関係』でもない、少し歳の近い先輩・後輩のよいうな『ナナメの関係』を築いていければと考えています」

と話すのは、甲佐町地域おこし協力隊の一員として県立甲佐高校に併設された町公営塾「あゆみ学舎」の運営に取り組む板敷悦生さん(上豊内区)。同塾は、同校の魅力化事業の一環として、生徒1人ひと

りの夢を実現するために平成29年に町教育委員会が開塾したものの。

今年4月に本町に移住した板敷さんは、同隊の越名智美さん(大町区)や治金わかかなさん(大町区)と共に、生徒ごとの学習状況や進路に合わせて学習を支援。教科の指導だけでなく、社会で必要なスキルの習得もサポートしており、地域の協力を得ながらコ

ミュニケーション能力や問題解決力を高め、自己実現の手助けにも取り組む。

教員志望だった板敷さんが地域おこし協力隊を目指したきっかけは、大学在学中に高校生向けキャリア学習プログラムにボランティアスタッフとして携わったことだと言っ

「対話を通して高校生の悩みや夢を引き出し、自身の経験などを伝えながら、生徒が将来を見据えた目標設定のサポートをするボランティア活動に取り組み中で、先生よりも近い立ち位置から生徒たちと関わりたいと考えるようになりました。公営塾なら思い描いていた取り組みができるのではと感じ、思い切って志望しました」

「甲佐高生には、自身の世界を広げ、やりたいことを見つける力を身に付けてほしいです。そのきっかけを見つめるために、地域の皆さんとも『ナナメの関係』を築いてもらえるような活動に取り組みしていきたいですね」と話す板敷さんは、生徒たちに優しく寄り添う。