

生き活きと輝き、誇れる町の今を伝える【広報ゆのまえ】

yunomae

07

2017.JUL
Vol.433

新緑の水鏡――。

夜を彩る無数の光
湯前の今

各競技で熱戦
郡民体育祭速報第1弾

事前の備えが大切です
水害に備える

文化のタカラ。
里宮神社

復興支援で御船町へ
西浩二さん

特集1 今、利用者増えてます。

そうだ、プール行かん？

特集2 管理栄養士の仕事に密着！

なりたい未来へ！～食の応援団～

7月の主な行事 ※各イベントのお問い合わせは湯前町役場まで

- 1日(土)、2日(日) 郡民体育祭(アーチェリーなど15種目)
6日(木) シニア向けタブレット講座
16日(日) 郡民体育祭(水泳)
22日(土)、23日(日) 県中体連大会
23日(日) B&G ペットボトル浮きギネスチャレンジ
26日(水) 特別支援連携協議会研修会
27日(木) 小学生向けプログラミング教室

広報ゆのまえ 2017 Vol.433 07

CONTENTS

- 04 特集1 そうだ、プール行かん？
08 ホット・ルポ 郡民体育祭速報第1弾
10 特集2 になりたい未来へ！～食の応援団～
12 マンスリートピックス 交通指導員の椎葉時吉さんに永年表彰
湯前小イモ植え
防災・水防会議
生協くまもとと生活応援包括協定締結
ICT利活用推進協議会総会
青少年健全育成町民会議
14 湯前のよかごと発見！& 今月のゆのまえがお
15 Attention！ 水害に備える
16 文化のタカラ、兒玉さん国保委員勇退
17 読書のススメ、エコログ
18 青年団だより、戸籍の窓、保健師だより、編集後記
20 ズーム・アップ 任期付職員として西浩二さんが御船町へ

人の動き (H29.5.31)

- ・ 人口 4041人
- 〔 男性 1880人
- 女性 2161人
- ・ 世帯 1628戸

湯前町広報誌 [Yunomae]

広報ゆのまえは毎月1回発行しています。
広報誌は湯前町のホームページでも見ることが出来ます。ぜひ、町と人の“生き活きと輝く今”をパソコンやスマートフォンでもお楽しみください。
<http://www.town.yunomae.lg.jp/>

〔発行〕湯前町役場総務課総務係
〒868-0621 熊本県球磨郡湯前町1989-1
TEL 0966-43-4111 FAX 0966-43-3013
kouhou@yunomae.kumamoto.jp

湯前の今／

夏夜にきらめくホタルノヒカリ

気温30度を越し始め、本格的な夏が訪れようとしている6月上旬。きれいな川に生息する「ホタル」。毎年仁原川にも無数のホタルがいる。ホタルは月とともに夜を幻想的に照らしてくれた。

特集1 今、利用者増えています。

プー そうだ、行かん?

高い気温に流れる汗。
もうすぐやってくる本格的な夏。
川や海。冷たい食べ物。
多くの人が「涼」を求めて動きまわります。
そんな今、利用者が増えているのが私たちの町の「プール」。
今回はB&G海洋センターのプールについてみていきましょう。

利用者数全国5位

体育館やグラウンド、ウオーキングロード、新しいトレーニングルームなどを備え、住民の健康づくりに使われているB&G海洋センター。中でも昨年多くの人が訪れたのが「プール」。1万1495人が利用し、12年ぶりに1万人を超えました。「温水なしプール」として全国480カ所の海洋センターの中で5位になり、ことし5月23日に鹿児島県南さつま市で開かれた南九

州ブロックB&G地域海洋センター連絡協議会の総会で表彰を受けました。

センターは7年連続特A

昭和57年に建てられた海洋センターは、その3年後に財団法人から町へと無償譲渡されました。利用者数や活動の実績から全国の施設の模範となる最高評価「特A」を平成22年から連続で受けています。プールは毎年6月から9月にオープン。一般の利用だけ

プールの開館時間

- 7～8月、9月(祝・休日)
- 【朝】午前10時～正午
- 【昼】午後1時～午後5時
- 【夜】午後6時～午後9時
- ※7月16日は郡民体育祭で閉館
- 9月(平日)
- 【昼】午後1時～午後5時
- 【夜】午後6時～午後9時
- ※夏休み期間は月曜(休館日)も【昼】は開館
- ※中学生以下の夜利用は保護者同伴

利用料金

- 【朝・昼】高校生以上100円 中学生以下50円
- 【夜】高校生以上210円 中学生以下100円

H28年度 B&G海洋センタープールの利用者数

月	人数	時間帯	人数
6月	1,006人	朝	2,419人
7月	4,568人	昼	7,204人
8月	5,355人	夜	1,872人
9月	566人	計	11,495人

プールはセンターと同時に建設。当時はビニールの上屋根付きプールでしたが、平成7年に改修され、外観やプール、更衣室、シャワールームなど各施設が新しくなり、現在のものになりました。小プールの水深が0.3m、大プールの水深が1.2m。深が1.1m、1.2m。大プールは6レーンあり、1、4レーンはフリー、5・6レーンは長い距離を泳ぐ人のためのコースにしてあり、レベルに合わせて使えます。

レベルに合わせたコースづくり

でなく、夏休み期間中の団体利用や、健康づくりのための水中運動教室の開催で、利用者数が増加。平成23年にも年間8300人が利用し、九州で1番になっています。長年、郡民体育祭の会場としても使われていて、7月16日に開催される大会に向けて、現在、本町や水上村の選手たちが練習を重ねています。

利用者の声



くろぎ ともまさ
黒木 聡真くん
(湯前小6年=上里3)

小学1年生のころから遊びに来ています。夏休みは1日に2回行くこともあります。プール内で鬼ごっこや友達と泳いでレーをするのが楽しいです。学校のプールの授業の遠泳で、合図があるまでずっと泳ぐことができるようになりました。



上球磨消防署
郷 涼太さん
(24=上里1)

5歳から水泳をはじめました。郡体の練習や、訓練で週1～2回ほどプールを利用しています。競技として続けていたことで強豪の選手と競い合えたり、周りの署員に泳ぎ方を教えたりできるようになりました。消防救助技術大会でことしも全国に行けるように訓練に励みます。

1 水鉄砲をかまえ、小プールで遊ぶ子ども
2 一度水につかるとテンションも上がる。笑顔でプールを楽しむ
3 全国大会を目指しフィンを使った救助の訓練をする郷さん





健診センターコスモ
コンディショニングトレーナー
ひらい けいこ
平井 景子さん

「行こう」と思うきっかけをつくり、自分のペースで長く続けること

近年、高齢の人ほど健康意識が高く、子育て世代や若者になるほど体力が落ちている傾向があります。水中運動は自分で負荷を変えられるので、実はアスリート向けの激しい運動もできるのです。20歳～40歳代の人

も、どんどん参加してほしいですね。水の動きがある中で、体幹を意識し、良い姿勢で筋肉をつけることでより効果が表れます。まずは、だれかと話しに行くなど仲間づくりを目的に行ってみてください。最初から頑張りすぎると長続きしません。自分のペースで楽しみながら運動を続けていくことが大切です。

小学生が自己レスキューを学習 水辺の安全教室



現在、湯前小4～6年生10人がB&G海洋クラブに加入し、水辺の楽しさと自分の命を守る方法を学んでいます。カヌーなどの水にかかわるレクリエーションを中心に月2回ほど活動。プールでは水難時に身近な「浮き輪」として使うことができるペットボトルでの浮き方など自己レスキューの方法を学習。2年前には「1分間のペットボトル浮き」による世界記録挑戦も行われるなど、子どもたちが楽しく水辺の安全を学ぶ場にもなっています。



海洋クラブ
しいば ゆうしん
椎葉 悠慎くん
(湯前小6年=田上)

4年生のときにカヌー大会で1位になれたことがうれしかったです。水辺の安全教室では、浮くコツやペットボトルを使った浮き方を教わったり、おぼれている人を岸まで連れて泳ぐ練習をしたりしました。自分や他人の命を救う方法を学ぶことができて良かったです。

目的に合わせた教室を開催 水中運動教室



本町でも各種水中教室を開催。さわやかクラブ「だんだん」では水中ウオーキングなどの軽い運動や水泳教室を週1回開催。B&G主催のベースアップ教室ではジャンプ、キック、パンチなど瞬発的な動きを取り入れたアクアビクスを中心にウオーキングやビート板を使ったエクササイズスイムなどを週1回、約1時間行っています。保健福祉課では足づくりを目的にした教室も開催されるなど、さまざまな人が自分に合った運動をしています。



さわやかクラブ
「だんだん」
あらか りはち
荒木 利八さん
(69=野中田3)

小学生から70歳代までが参加し、子どもたちは水泳教室、大人たちはおしゃべりしながら水中での運動を楽しんでいます。「授業中も速く泳げるようになった」「ひざや腰の痛みが和らいだ」と効果を実感する人も多です。ことしも多くの人が参加してくれたらうれしいです。

泳ぐだけじゃない、プールの魅力

大人から子どもまでたくさんの方が泳いでいるプール。私たちのプールの魅力は「楽しく泳げる」ことだけではなくありません。一人一人目的に合った使い方ができることも大きな魅力です。

負担は軽く、エネルギー消費

「やせたい」「体を鍛えたい」「健康でいたい」。しかし運動する習慣は身につけにくいもの。周りを気にすることなく、体力に自信がない人でもできるのが「水中運動」です。

水中運動は水が持つ性質を活かして、体を動かす健康法。水の浮力でひざや腰を痛めにくく、水圧や水の抵抗があるため、エネルギーをたくさん消費できます。ウオーキングをすると、陸上よりも楽に感じながら、約2倍のカロリーを消費。陸上の運動ではなかなかとれないお腹周りや

二の腕など気になる部分を引き締めるのにも効果的です。ダイエットやトレーニング

だけではありません。プールに入ると血流が良くなり、足のむくみや疲れがとれます。水中では自然と腹式呼吸になるので、自律神経の働きが整い、ストレスの解消や血糖値・血圧の低下、よく眠れるようになったなど、内面にも効果が表れます。顔をつけなくても良いので、水泳が苦手な人でも気軽に始めることができます。

楽しむだけでなく、たくさん良いことがあるプールの夏、プールへ足を運んで、あなたなりの使い方を発見してみてくださいませんか？



水中運動を体験する「ゆのまえらじお」メンバー

毎週月曜日午後9時から隔週でインターネットラジオ放送している「ゆのまえらじお」。6月5日の放送はプールから生配信。ベルト状のラインの上を歩く「スラックライン」に挑戦。揺れに対応してバランスをとることで体幹を強化。ウオーキング、小走り、カニ歩き、もも上げなど4～5種類のウオーキングもみずからの体で体感した。



あなたもプールと一緒に体を動かしませんか!?

◆B&G湯前海洋クラブ

- ・・・カヌー・ヨットなど水辺の楽しさと自分の命を守る学習
- 日時 6月～11月 月2回ほど
- 対象 湯前小4年生～6年生
- 入会費 1000円

◆B&Gベースアップ教室

- ・・・アクアビクスやエクササイズスイムなど
- 日時 7月～9月 第1～第3木曜日 午後7時～午後8時
- 対象 20歳～60歳の男女で、いつもより多めに運動したい、健康的な体づくりをしたい人
- 定員 30人
- 参加費 1回 500円

◆さわやかクラブ「だんだん」

- ・・・ウオーキングなどの軽運動・水泳教室
- 日時 7月～9月 毎週金曜 午後7時30分～午後8時45分
- 参加費 会員は無料、会員外は300円 ※どなたでも参加できます

ペットボトル浮きギネス記録チャレンジ& SUP(スタンドアップパドルボート)体験会

- 内容 ペットボトル浮き…プールでペットボトルを使って1分間浮く SUP…サーフボードの上に立ち、水面をパドルで漕ぐ体験
- 日時 7月23日(日) ペットボトル浮き 午後1時～ SUP体験 午後2時20分～午後3時
- 対象 小学3年生以上 ■申込期限 7月19日(水)まで
- ※同日、体育館でトランポリンやスラックラインの体験会も開きます

くわしくはB&G海洋センターまでお問い合わせください。 Tel.0966-43-4555

第67回球磨郡民体育祭速報第1弾 各種目で熱戦展開 陸上男子は3位

第67回球磨郡民体育祭は5月16日のゲートボール競技で幕を開けました。7月16日まで球磨郡9町村が24種目で熱戦を繰り広げます。

5月28日に多良木町の多目的総合グラウンドで開かれた陸上競技は、瀬上駿選手(22歳)が走り高跳び(29歳以下)で170センチを記録し、4年連続の1位を獲得するなど、各選手が奮闘。男子は昨年引



1 170センチをクリアし、4連覇を達成した瀬上駿選手 2 砲丸投げ2位の村山大輔選手 3 一般男子個人戦を制した荒木・谷口ペア (写真は荒木選手)



き続き3位となりました。ソフトテニス個人戦・一般男子では荒木龍二(43歳)野中田3・谷口仁(24歳)上里3)ペアが優勝。グラウンドゴルフでは男子が優勝、女子が3位。軟式野球はAチームが決勝戦で錦町Bと対戦し、11対3で敗れ、準優勝となりました。6月18日までの各種目の結果は次のとおり。

【競技結果】※個人は入賞関係のみ
〈ゲートボール〉

- ▼男子
- ① 球磨村
- ② 山江村
- ③ 相良村
- ④ 湯前町
- ▼女子
- ① 水上村
- ② あさぎり町
- ③ 球磨村
- ⑤ 湯前町



- 〈グラウンドゴルフ〉
- ▼団体・男子
- ① 湯前町
- ② 多良木町
- ③ 球磨村
- ▼団体・女子
- ① 多良木町
- ② あさぎり町
- ③ 湯前町
- ▼個人・女子
- ③ 高木 己枝子

- ② 荒木 龍二
- ③ 福屋 博樹
- 走高跳 (29歳以下)
- ① 瀬上 駿
- ③ 橋本 康平
- 走高跳 (40歳～49歳)
- ③ 赤池 昌信
- 走幅跳 (30歳～39歳)
- ② 滝上 紘史
- 砲丸投 (30歳～39歳)
- ② 村山 大輔

- 〈ソフトテニス〉
- ▼個人・一般男子
- ① 荒木龍二・谷口仁ペア

- 砲丸投 (40歳～49歳)
- ③ 椎葉 弘樹
- 円盤投 (50歳～59歳)
- ③ 高木 堅介
- 4×100メートルリレー (29歳以下)

- 〈陸上〉
- ▼団体
- 男子総合 3位
- ▼男子
- 100メートル (29歳以下)
- ③ 東 雄峰
- 100メートル (30歳～39歳)
- ③ 滝上 紘史
- 400メートル (29歳以下)
- ③ 工藤 正明
- 1500メートル (40歳～49歳)

- ① 湯前町
- 4×100メートルリレー (30歳～49歳)
- ③ 湯前町
- 4×100メートルリレー (50歳以上)
- ▼女子
- 100メートル (35歳以上)
- ③ 椎葉 加奈



1回戦、会心のレフトオーバーを放つ椎葉恭介選手



100メートルで3位につけた東雄峰選手

特集② 管理栄養士の仕事に密着!

なりたい未来へ! ～食の応援団～

生活や心理、健康状態をよく映し出すといわれる「食事」。人の体にとって、なくてはならないものですが、そのバランスをくずすと体に悪い影響を与えてしまいます。私たちの健康を食から支えようと昨年7月から本町の管理栄養士として田中朋子さん(52=上里3)が勤務し、町内を駆け回っています。食の現状と管理栄養士の仕事について密着しました。



1 予防接種の待ち時間で、母親に不足しがちな鉄分を取る方法を教える田中さん 2 毎月2回、男性料理教室で料理のコツを参加者に教えている



金色の会
ちゅうらい みつお
中礼 光男さん
(77=野中田3)

料理に興味があり、生涯学習や、この教室に参加しています。てさばきや味付けなどを学び、妻がいなくなると自分で料理するようにしています。参加者同士での会話も楽しいです。おいしく、きれいな料理を作れるように楽しみながらやっていきたいですね。



予防接種をしにきた
こうのせ なおみ
神瀬 尚美さん(32=野中田2)
かんな 遥奈ちゃん(8カ月)

食事を作るときは娘たちのアレルギーや栄養のバランスに気をつけるようにしています。離乳食教室や乳幼児健診の資料や、インターネット、本などをよく見ていました。専門的な人が近くにいると困ったときにいろんな情報がすぐ聞けるので助かります。

なくてはならない 「栄養と食」の専門家

「栄養と食」のプロ。管理栄養士は保健・医療、福祉、教育、スポーツなどさまざまな現場で食事の管理や栄養のアドバイスをしています。

田中さんは、26年間人吉市の病院に勤め、昨年からは本町の管理栄養士になりました。「病院では医師の指示をもとに患者へ指導していましたが、町では自分から情報を発信していかなければなりません。普段の会話で町民の皆さんと情報を交わし、地区の集会上などで話をさせてもらっています」と話す田中さん。現在、離乳食教室や男性料理教室(金色の会)、地区の健康教室、保健指導などで食のアドバイスをし、子どもから大人まで町民の健康を支えています。

偏る食とメタボの増加

栄養が不足した第二次世界大戦後から経済が成長し、食事も変化しました。欧米型の

食事で脂肪やアルコールの量が増え、パソコンの操作などを動かさず、ストレスが増えやすくなったことで、高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病になる人が増えました。

厚生労働省は生活習慣病を起しやすいうち臓脂肪の肥満を「メタボリックシンドローム」としました。昨年、本町の特定健診の受診者(40歳~74歳)の中で、メタボと診断された人は14.7%、予備群が13.8%。健診を受けていない人を合わせ、町内にも当てはまる人がたくさんいます。メタボは心臓病や脳卒中につながる危険もあります。主な原因は「食べすぎ」と「運動不足」。積み重ねてきた生活習慣を少しずつ変えなければなりません。

地域に「顔の見える」存在

健康や病気の回復のために、どのような食生活をすればよいか知っておくことが大

切ですが、中々行動に移せないのが現状。住民が気軽に食事生活や栄養について支援や相談を受けられるように、地域に「顔の見える」管理栄養士の存在が強く求められるようになっていきます。

「症状が重くなる前」に

本町では、糖尿病が重症化するリスクの高い人に管理栄養士や保健師がつき、自宅への訪問や保健センターでの面談、電話やメールなどの相談に応じています。相談を受ける田中さんは「食事、運動、アルコール量など生活の様子を聞きかせてもらいますが、まずは自分をよく知ってもらうことを心がけています。押しつけではなく、自分で気づき、自分で変わるためのお手伝いをしています」と話します。相談では今、体がどんな状態か、進行するとどんな病気になるか、一人一人の特徴をみて改善のためにアドバイス。かかりつけ医と連携して、回復まで時間がかかって

完治しにくい人の病気が重くなることも防ぎます。

「訪問後に食事の内容、味付け、運動などの記録を毎日つけている人もいます。考えて食べると意識が変わります。最初は携帯電話で写真を撮るだけでも良いです」。

一つ一つの悩みに寄り添う

予防接種を受けた後、様子を見るために30分待合室に待機する赤ちゃんや母親たち。田中さんはその待ち時間で、貧血になりがちな妊娠中や授乳中に必要な鉄分についてクイズを出しながら分かりやすく説明しました。「親は子どもに意識がいきがちなので、自分の体も大切にいうことを伝えました。指導ではなく、悩んでいる人の話を良く聞きながら、その人が少しでも健康になるように活動していきたいです」。

町の管理栄養士はあなたの「なりたい未来」を応援しています。

栄養や食事でお悩んでいる人はぜひ相談を!

今後もいろんな情報を皆さんに発信していきます。栄養や食事療法などで悩みがある人は気軽に管理栄養士へ相談してください!

興味のある65歳以上の男性はぜひ参加してください!

- 会名 金色の会(男性料理教室)
- 日にち 毎月第2、第4金曜日 午前10時~正午
- 場所 保健センター



皆様のご連絡をお待ちしています!

保健センター Tel.0966-43-4111

健診を受診している本町のメタボ該当者数(人)

	被保険者	健診受診者	受診率	うちメタボ	メタボの割合
40歳代	103人	39人	37.9%	5人	12.8%
50歳代	184人	62人	33.7%	10人	16.1%
60歳代	474人	240人	50.6%	39人	16.3%
70~74歳	240人	129人	53.8%	15人	11.6%
総数	1,001人	470人	47.0%	69人	14.7%

メタボと非メタボの人数(健診を受診した40~74歳)

	人数	割合
非メタボ	336人	71.5%
予備軍	65人	13.8%
該当者	69人	14.7%
合計	470人	100.0%

受診率が47%と低く、40・50歳代は40%を切っている。受診をしていない人を含めれば、まだまだ「メタボ」に当てはまる人は増える

5月26日(金)

熊本県交通安全功労者表彰式が5月26日に熊本市のホテルサで開かれ、交通指導員会長の椎葉時吉さん(68上里3)が熊本県知事から永年表彰を受けました。地域の交通安全の確保に貢献した個人や団体を表彰するもので、熊本県が主催。椎葉さんは昭和48年4月から44年間、交通指導員として朝夕の街頭指導や住民への交通安全の指導などに努めています。多良木地区交通安全協会副会長としても活動し、平成27年には全国交通安全協会から緑十字銀賞も受賞。平成11年に功労者一般表彰を受け、その表彰から15年以上活動を続けてとして、今回、永年表彰が贈られました。椎葉さんは「この表彰を一つの通過点にして、今後も地域の交通安全を推進できるように頑張りたい」と話していました。

交通指導員44年、椎葉時吉さんに交通安全功労者永年表彰



44年間の活動で永年表彰を受けた椎葉さん

5月30日(火)

湯前小学校児童と老人クラブ連合会のイモ植えが5月30日に湯前小学校近くの畑で行われ、児童64人と会員12人が協力してサツマイモの苗を植えました。児童と会員が交流する機会をつくろうと毎年開催され、30日には1・2年生がイモ植えを体験。会員が一人一人自己紹介し、1・2年生も大きな声であいさつしました。事前に湯前町農業公社の社員がボランティアとして七つのうねを立て、マルチをかぶせるなどして協力。児童は会員に植え方を教わりながら、一人3本ずつ苗を植えていきました。「今日は私たちのためにイモ植えを手伝ってくれてありがとうございました」と言葉と歌をプレゼント。児童と会員は収穫した作物を使って、料理でも交流する予定です。

児童と老人クラブが交流
湯前小1、2年生イモ植え



会員に教わりながらイモを植える児童

6月1日(木)

平成29年度湯前町防災・水防会議(鶴田正己会長)が6月1日、湯前町保健センターで開かれ、24機関の代表41人が防災計画の変更や災害時の体制について確認しました。会議は梅雨入り前に毎年開かれ、多良木警察署、上球磨消防署、自衛隊、熊本地方気象台などの関係機関や、町消防団、地域婦人会、区長会などの地元団体が参加。会長の鶴田町長は「近年は『これまでにな』や『始まって以来の』という大雨が降っている。いざというときのために、それぞれの役割を明確にしながら、しつかり対応できるように組み立てをしていきたい」とあいさつ。荒木龍二消防団主任が昨年の熊本地震をふまえた防災計画の追加・修正を説明し、各機関からは災害時の体制についての説明や確認が行われました。

各団体が体制を確認
防災・水防会議



防災計画や災害時の体制を確認する関係者ら

6月2日(金)

本町と「生活協同組合くまもと」(吉永章理事長)は6月2日に湯前町役場で、「生活応援包括連携に関する協定」を結び、住民の見守りや災害時の生活物資の提供などで連携を強化しました。県内で宅配サービスを展開する同組合に町の27・4割にあたる445世帯が加入しています。今後、配送車が町内を回るとき、住民の異変や道路の異常などを見つけ次第町へ報告。災害時には、本町からの要請を受けて、食料品や日用品などの物資を提供します。調印式には関係者11人が出席し、鶴田町長と吉永理事長が協定書に調印しました。吉永理事長は「だれもが安心して暮らせる地域を目指す中で締結させていただいた。地域のために頑張りたい」とあいさつしました。

見守りや災害時の連携強化
生協くまもとと生活応援包括協定



協定書に調印した鶴田町長(左)と吉永理事長

6月9日(金)

湯前町ICT(情報通信技術)利活用推進協議会総会(鶴田正己会長)が6月9日、湯前町役場で開かれ、関係者24人が出席し、今後の計画などを話し合いました。同会はICTを活用したまちづくりをすすめようと平成25年度に設立。町関係者や商工会、区長会、民生児童委員など12人が会員となり、ICTの専門家らとともに、学校教育や高齢者福祉などにICTを使った取り組みを広げています。総会では事業計画や予算案などが審議され、本年度は月1回ほど、それぞれの取り組みについて話し合いの場が設けられるほか、タブレットを使った小・中学校の漫画教室、高齢者向けのタブレット教室や相談会、子ども向けのプログラミング教室なども開かれる予定です。

情報技術をまちづくりへ
ICT利活用推進協議会総会



ICTとまちづくりをつなげる関係者ら

6月19日(月)

青少年育成町民会議(鶴田正己会長)の総会が6月19日に、農村環境改善センター中会議室で開かれ、会員40人が、事業計画や予算案などを審議し、子どもの防犯について研修を受けました。同会議は町に住む子どもの健全な育成を目的に開催し、町・学校関係者や町民の代表者でつづられています。会長の鶴田町長は「子どもたちが活躍しながら成長できるように、共通認識をもって見守っていただきたい」とあいさつ。犯罪や非行を防ぐための「社会を明るくする運動」の説明や多良木警察署生活安全課の田中将樹さんから「振り込め詐欺の防止について」の講演があり、「子どもを騙し、詐欺の道具として利用されることも増えているので注意が必要」と説明を受けていました。

子ども見守りに共通認識
青少年健全育成町民会議



ことしの事業計画や予算を審議する会員ら

ATTENTION! ～水害に備える～

7月上旬は大雨が降りやすい時期です
事前に備えて、早めに避難しましょう

気象庁は6月6日に南九州の梅雨入りを発表しました。7月中旬まで、まとまった雨が降り続きます。近年、7月上旬に大雨が降る傾向があり、注意が必要です。

私たちの住む町にも土砂災害に警戒しなければならない地域があります。テレビ、ラジオのほか、インターネットなどで気象庁や熊本県が発表する気象情報を確認したり、警報などを知らせるメールサービスを使ったりして、情報を手に入れ、早めの避難をしましょう。

各世帯に配られている防災マップには、町内の避難所の一覧、いざというときの連絡先など災害時に役立つ情報が載っています。防災マップは湯前町役場総務課にも置いてあります。



町から配られている
防災マップやハンドブックを
見直しておきましょう

■熊本県防災情報システム

気象、雨量、土砂災害の危険度、河川水位などの情報を見ることができます。
<http://www.bousai.pref.kumamoto.jp>



■気象庁

雨雲の動きや気象情報を見ることができます。
<http://www.jma.go.jp/jp/radame/>



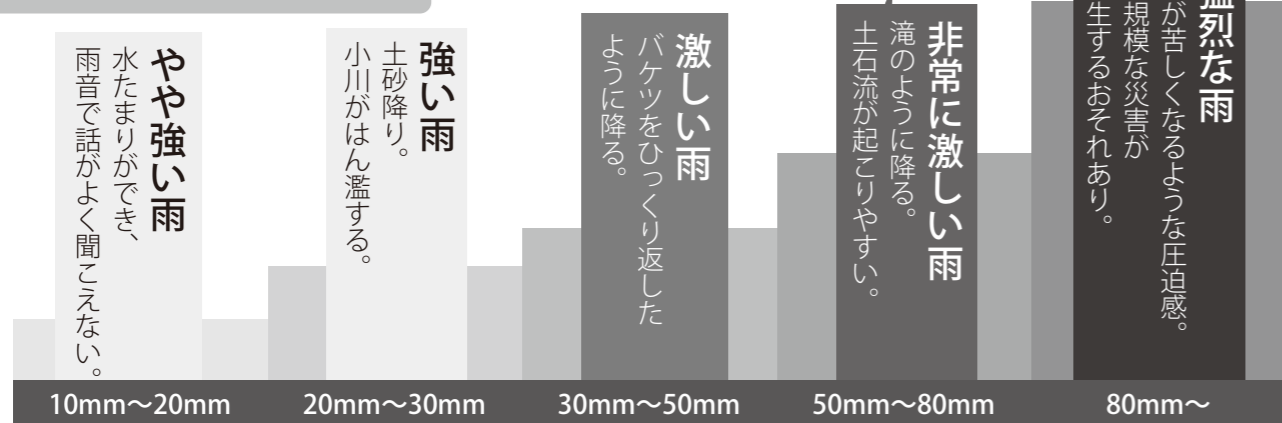
■熊本県防災情報メールサービス

登録すると土砂災害警戒、地震、河川水位などの情報をメールでお知らせしてくれます。
<http://www.anshin.pref.kumamoto.jp/>



雨の降り方

■雨の強さ（1時間の雨量）



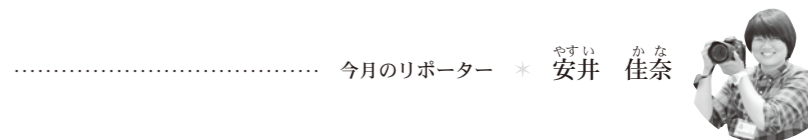
土砂災害への備え

- ①がけから離れた部屋や2階で過ごしましょう
- ②土砂災害の危険度情報をインターネットで確認しましょう
- ③町が作っているハザードマップを確認し、自分の家が土砂災害の危険力所にあるか確認しましょう
- ④避難場所や避難経路を確認しましょう
- ⑤明るいうちに親せき・友人宅、避難所などの安全な場所に避難しましょう



湯前の よか*とこ 発見!

～地域おこし協力隊です～



今月のリポーター * やすい かな 安井 佳奈



1「クリーム色のふわふわ」。まだ夏なのに、秋が楽しみになるクリの花 2町中に咲く青や紫のアジサイが季節を伝えてくれます

ハッピーバースデー梅～雨～♪

ことしもこの季節がやってきました。1年ぶりの梅雨。梅雨入りしてからしばらく晴れが続いて梅雨を感じさせない天気。「このまま夏が来てくれたらなあ～」と思っていましたが、町内はすっかり梅雨の景色でした。

日中の暑さ、水が張られた田んぼ、夜に聞こえる生き物の鳴き声……。少しずつ夏が近づいていました。今回は色で分かる梅雨の訪れをご紹介します。5月までは色あざやかなツツジが咲いていましたが、6月に入ってから、アジサイや花菖蒲が咲き始め、青や紫の花が季節を感じさせてくれました。

聞いた話では、秋の味覚の「クリ」も梅雨入り前に花を咲かせるとのこと。クリの花が落ちるころに梅雨入りすることから「墮栗花・栗花落」と呼ばれたそうです。町内のあちこちで花を咲かせているクリの木。秋になるとイガイガに包まれたクリが地面に落ちているのをよく見かけますが、梅雨入りの時期にクリの花が咲くとは知りませんでした。あのイガイガとは違ってふわふわの細長いクリーム色のお花。「秋にはたくさんのクリが実るのかな～？」と夏を目前にして、秋が楽しみになりました。花や生き物など、自然が季節を教えてくれる環境がある湯前。たまにはゆっくり歩いて、町のあちこちで見られる季節のお知らせを見つけてみてはいかがでしょうか？

★ 今月の ゆのまえがお ♪ 姉川 快船さん (71=上里3)、美恵子さん (65) ★



湯前で生活をエンジョイする
快船さんと美恵子さん

【ひとこと】

「定年退職後、神奈川県から引っ越してきました。都会と違ってよく管理された自然や守られてきた文化財があり、心豊かに暮らすことができます。受け入れてくれた皆さんの人柄も魅力です」



ゆのまえ情報は「ゆのまえかじり」へアクセス!

<https://www.yunomae-kaziri.com/>

(ゆのまえかじり と検索してもアクセスできます)

「笑顔がすてき」「何かPRしたい」などたくさんの人を待っています!
(総務課 地域おこし協力隊まで TEL 0966-43-4111)

お手入れバッチリ!

協力隊のゆのまえ暮らし (ゆる～く近況報告)



水中掃除機を初体験!
すみずみまでキレイにしました

5月からB&G海洋センターのお仕事をする事になり、先日プールの掃除を体験させていただきました!掃除といっても、ブラシでゴシゴシこするだけではありません。1年分のゴミやホコリを取ったり、ひび割れているところを直したりと、お手入れするところがたくさん。「本当に6月からプールに入れるのだろうか・・・」と思っていましたが、シルバー人材センターの協力もあり、ことしもピッカピカのプールがオープンしました!泳ぐ・歩く・遊ぶなどプールですからこそおもしろいことがたくさんあります!皆さん、ことしの夏もぜひ利用してくださいね!(安井)

青春、ファンタジー要素を織り込んだ旅の夜の怪談



私たち6人は、京都で学生時代を過ごした仲間だった。10年前、鞍馬の火祭りを訪れた私たちの前から、長谷川さんは突然姿を消した。10年ぶりに鞍馬に集まったのは、おそらく皆、もう一度彼女に会いたかったからだ。夜が更ける中、それぞれが旅先で出会った不思議な体験を語り出す。

夜行
森見 登美彦 (著) 小学館

芸人、芥川賞作家 又吉直樹 初の新書



芸人で、芥川賞作家の又吉直樹が、少年期からこれまで読んできた数々の小説を通して、「なぜ本を読むのか」「文学の何がおもしろいのか」「人間とは何か」を考える。芥川賞受賞作『火花』の創作秘話も初公開。「負のキャラクター」を演じ続けていた少年が、文学に出会い、助けられ、さまざまな夜を乗り越え生きてきたかをかえりみる。

夜を乗り越える
又吉 直樹 (著) 小学館



中央公民館図書室

読書のススメ

○平日 8:30~17:00
○土日・祭日 9:30~17:00
※貸出期間は2週間で、一人5冊まで。

【お問い合わせ】教育委員会
Tel.0966-43-2050

子ども大人も考えながら楽しめる



こいぬのうんこ→こどもうんこ→こうちょうのうんこ…エンドレスにつづく、うんこしりとり。さあ、みんなでやってみよう!

うんこしりとり
tupera tupera (著) 白泉社

今日から変わる一生使える50の指針

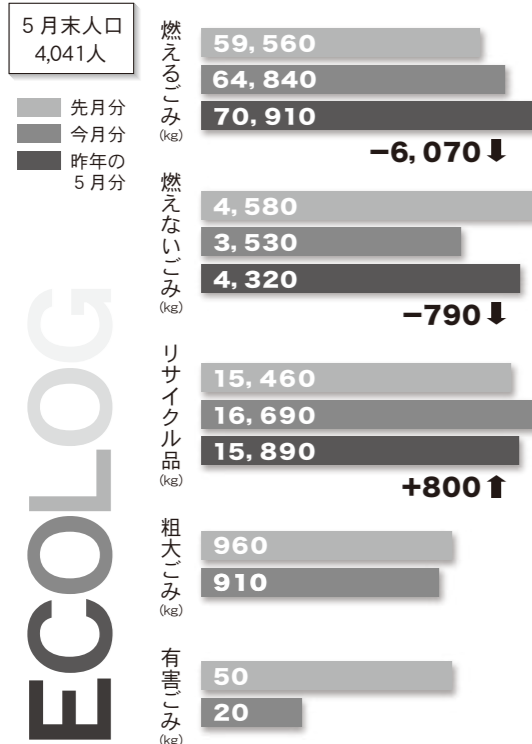


ベテランも新人も、今日から仕事への取り組み方や考え方がすぐに変わる。30代でライフネット生命保険の副社長になり、ダボス会議の「ヤング・グローバル・リーダーズ2010」に選出された著者が初めて語る、仕事の原理原則とその具体的方法。

入社1年目の教科書
岩瀬 大輔 (著) ダイヤモンド社

6月のごみ情報

家電のエネルギーや電力消費量で「省エネ」



【エアコン】

選ぶときに「APF (通年エネルギー消費効率)」を比べます。APFの値が大きいほど省エネ能力が高くなります。
※平成18年度までは、COP (エネルギー消費効率)。COPも値が大きい方が省エネできます

【テレビ】

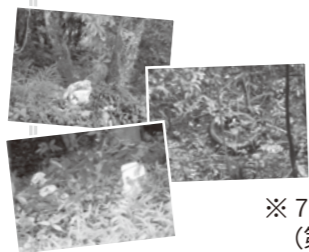
「年間消費電力量」で比べます。待機時の消費電力が小さく、明るさセンサー付きだと無駄な電力が省けます。

【照明器具】

「エネルギー消費効率」が高いほど良いです。エネルギー消費効率は、1%でどれだけ明るいかを表しています。調光、リモコン、センサーなどの機能があると、さらに省エネです。

リサイクルのマナーを守って出してください

☆6月7日に不法投棄対策合同調査を行い、職員二人で横谷、牧良橋、馬返し付近のパトロールをしました。



横谷トンネル手前の広場に、ペットボトルや空き缶がたくさんありました。ポイ捨ては絶対にしないでください。ごみは、必ず持ち帰り、分別して出しましょう。

※7月の不燃物収集は5日と19日です (第1・3水曜日)

7月17日(月)祭日は、ハッピーマンデーでいつもどおり収集します。

文化のタカラ

～日本で最も豊かな隠れ里の歴史～

Vol.4 市房山神宮里宮神社

市房山をご神体とし、9世紀はじめに建てられたと伝えられる市房山神宮。その下宮として建つ市房山神宮里宮神社は、市房山神宮を管理していた普門寺を起源にする神社です。

普門寺は1506年に水上村の岩野に建てられましたが、1582年に当時、住職だった盛譽が無実の罪を着せられたうえ、寺は焼かれてしまいました (猫寺騒動)。

江戸時代、湯前城跡に神社が再建され、歴代の藩主から領民までが市房山へ参拝する「お獄さん参り」でにぎわいをみせましたが、1883年に主な施設が火災で焼けてしまいました。

現在の建物は1934年に地元の寄付や村費で再建されたものですが、今も町の神様として、台地の上から私たちを静かに見守っています。



ことし4月に日本遺産に追加認定された里宮神社

☎ 教育委員会 Tel.0966-43-2050

Commendation

国保委員、22年 児玉さんに表彰状



表彰状を受け取った児玉さん

国民健康保険運営協議会 (椎葉時吉会長=9人) の委員を22年間務めた児玉泰治さん (80=植木) が6月1日に永年勤続功労者として町から表彰されました。

同会は国民健康保険の運営方針などについて審議する町の付属機関。本町の国民健康保険の加入者や保険医・薬剤師、住民の代表など9人でつくり、任期は2年。児玉さんは本町の保険医を代表する委員として平成7年6月に同委員として任命され、ことし5月31日まで活動。同協議会に大きく貢献しました。

表彰式は6月1日に湯前町役場で開かれ、鶴田正巳町長が児玉さんに表彰状を手渡しました。

保健師だより

あなたの腎臓、 元気ですか？

～慢性腎臓病（CKD）が増えています～

慢性腎臓病（CKD）

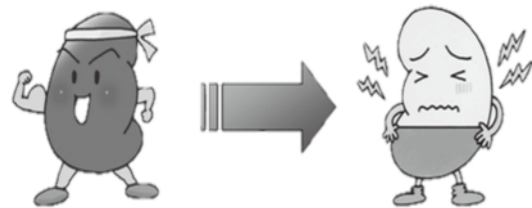
腎臓の働きが徐々に落ちていくような、いろんな腎臓病の総称で、日本では約1330万人がCKDだといわれています（成人の約8人に1人）。

CKDは、透析直前まで自覚症状がありません

CKDの進行には生活習慣病が強く関係しています。治療せずに放置すると、人工透析が必要になる末期腎不全になることもあります。早くから治療を受けたり、生活習慣の改善で発症や進行を減らすことができます。特に透析の60%は高血圧、糖尿病、脂質異常症などが原因です。これらの生活習慣病の重症化を防げば透析の半数以上は減らすことができます。



腎臓が元気かどうかは、健診で確認できます



腎臓の働きが弱くなり慢性腎不全になると、もとの元気な腎臓になるのは難しくなります。最低でも年に1回は特定健診を受けて「尿タンパク」と「腎機能（eGFR）」を確認することが大切です。

特定健診は生活習慣病（糖尿病など）になりやすい体質か知り、発症を未然に防げたり、病気が重くならないようにできたりします。

40歳以上になったら毎年、特定健診の受診を！

特定健診は、加入している医療保険ごとに行われます。本町の特定健診は湯前町国民健康保険に加入している人が対象です（ほかのがん検診などはどなたでも受診できます）。しかし、受診率は近年、50%にも達していません。これは、人口規模が似ている他の市町村と比べても低い受診率です。病気を防ぐためにぜひ受診してください。5月の集団健診を受診した人は結果表が届きますので、内容を良く見てください。

保健師や管理栄養士があなたの健康寿命を伸ばすお手伝いをしています。保健指導や健康教室にもぜひ参加してください！



〈保健センター 文責 野々原〉

編集後記

editorial note



【今月の表紙】

春が過ぎ、新緑の季節。幸野溝になみなみと水が流れ、田んぼ一面に水が張られます。この季節だけ、現れるのが「田んぼの水鏡」。空のきれいな青と雲の白さを反射させ、さわやかな田園風景をつくっていました。

（監）

▼2年ぶりにホテルを撮影しましたが、条件がそろわず。低い気温、強い風に明るい月明り…。なかなか思うようには撮れませんでした。目の前を飛ぶホテルの光に癒されました。

▼久しぶりに訪れた海洋センタープール。私が小学生のころにリニューアルしたプールがそのまま残っていて、毎日のように通っていたことを思い出しました。健康、大会、レジャー。いろんな人が自分の目的をもってプールに来ています。取材をしながら「ちよっとやってみたいな…」と水中運動の絶大な効果に興味を持ちました。

▼「カタカタ」。自宅の古い倉庫で何やら物音。正体はネズミ。夜になると人前でもおこまいたし。数匹いそうなので、粘着性の「ネズミ捕り」をかけるも大きな獲物はかかりません（小さい獲物はかかります）。駆除するのに良い方法を知っている人はぜひ（監）まで。

—湯前町青年団だより—

団長 坂口 真紀子
2017 VOL.14

がまだすっ!



青年団の話題

5・6月のわだいを
紹介します

5月 資金作りのご協力、 ありがとうございました！

資金作りで町内のお宅を訪問させていただきました。ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

5/4 新入団員歓迎会

新しい仲間を迎えて青年団室でバーベキューをしました！

6月～



文化祭練習始まりました

9月2・3日にあさぎり町須恵文化ホールで開催される球青協文化祭に向けての練習が始まりました。この日は、演劇の打ち合わせ。みんなで案を出し合いました。

青年団情報

NEW INFORMATION
YUNOMAE SEINENDAN

4月から仲間が増えました！ よろしくお祈りします！

- ・ 瀧上 亮（植木）
- ・ 足立 好（上里2）
- ・ 山崎 莉奈（上里2）
- ・ 大林 達明（野中田2）
- ・ 吉野 百華（中里2）
- ・ 森川 未月（下村）

青年団オリジナルTシャツ完成！



ことしの青年団オリジナルTシャツが完成しました！色は黄色！背中には「yunomaetown seinendan」（湯前町青年団）の文字とポーズをとった団員のシルエットがプリントされています。

8月5日(土)、6日(日) 球青協キャンプ

戸籍の窓

ご結婚おめでとう

- 栗林 桂一（阿蘇市）
- 左座 由理（野中田2）
- 境 裕貴（浅鹿野）
- 田山 萌（宇土市）
- 吉田 克（田上）
- 伊勢 美由希（田上）

たんじょうおめでとう（つぐこえ）

- 井手 華輝 雄一（植木）
- 那須 陽太 透（浜川）
- 恒松 虹音 孝平（浅鹿野）

ご冥福をお祈りします

- 白川 一郎（上村）
- 西 悦夫（古城）
- 岩野 雪美（田上）
- 蓑田 慶一（下村）
- 椎葉 フミエ（中里2）
- 東 利明（野中田2）
- 森 一男（古城）
- 溝辺 安好（浅鹿野）

香典返し

- 鍋田 九吾（上里1）
- 白川 静子（上村）
- 西 真由美（古城）
- 平川 勝子（田上）
- 岩野 宗光（田上）

平成29年5月1日～平成29年5月31日

町民代表として復旧に貢献したい。



ZoomUp

—湯前町の動きに迫る—

御船町で熊本地震の復旧を支援 任期付職員の西浩二さんを派遣

熊本地震で被災した地域で勤務する任期付職員の辞令交付式が6月6日に湯前町役場で開かれ、西浩二さん（56 馬場出身）が本町の職員として御船町に派遣された。

震度7を2回計測した前例のない大地震は県央を中心に大きな被害をもたらし、その復旧に多くの時間と人手が必要となっている。熊本県と県町村会からの要望を受けて、本町と水上村から共同で職員を一人派遣することが決まり、西さんが採用となった。

西さんは熊本県人吉土木事務所などで経験を積み、地元の建設業者で県や旧営林署が発注した大きな仕事を担当。1級土木施工管理技士などの資格も持つ「現場のプロ」だ。6月12日から平成30年3月31日まで御船町役場で道路復旧のために勤務する。

職員に見守られる中、鶴田正己町長から辞令を受け取った西さん。「30数年現場にいた経験を生かして、町民の代表として恥じないように頑張りたい」と強く意気込みを語った。

Profile：にし こうじ

球磨工業高校卒業後、熊本県産業開発青年隊訓練所指導員、熊本県人吉土木事務所工務課河川係を経験し、地元建設業者に勤務。6月6日付けで湯前町任期付職員として採用され、平成30年3月31日まで御船町で熊本地震の復旧のために勤務。



活き活きと輝き、誇れるまちゆのまえ

広報ゆのまえ7月号

TEL 0966-43-4111 FAX 0966-43-3013
URL <http://www.town.yunomae.lg.jp/>



※ご意見投稿はこちらから

