

水と緑と光の村

広報にしはら

NISHIHARA VILLAGE PUBLIC RELATIONS MAGAZINE



2020 February

2

No.231

祝成人おめでとうございます



令和二年
二月
三十一日
成人式
出席者
総数
三三三
人
出席者
総数
三三三
人
出席者
総数
三三三
人

特集

◆令和元年度西原村成人式

◆確定申告が始まります

令和2年1月12日、元号が「令和」に変わり初めてとなる西原村成人式が、構造改善センターで行われ、64名の新成人が出席しました。

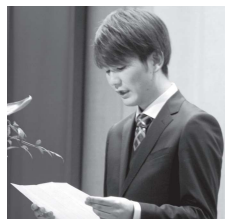
式開始前には、新成人が西原村で過ごした小・中学生時代の映像が上映され、思い出話に花を咲かせている様子でした。

式では、日置村長、来賓の方からのお祝いの言葉や、新成人のためにかけつけてくれた恩師の先生からの言葉に、耳を傾けていました。

成人者誓いの言葉では、成人者を代表して坂本裕磨さんが「令和の世を担う頼もしい人材になれるよう、努力を怠らず、私たちの手で素晴らしい未来を作り上げていきます」と力強く挨拶されました。



令和の西原村を担う 西原村成人式



成人者代表誓いの言葉

坂本 裕磨さん



本日、この生まれ育った西原村で成人式を迎えられることを大変喜ばしく思います。

この20年間を振り返ってみると、どの場面でも私たちが温かく見守り、育ててくださった、たくさんの方々の方が脳裏に浮かびました。私たちをここまで立派に育ててくださったすべての方々に心から感謝しています。

高校2年生になったばかりの春。大きな揺れが西原村を襲いました。熊本地震です。誰もが予想しなかった大災害でした。

生まれ育った故郷がたった数日で変わり果てた姿になり、今まで通りの生活を送ることもできなくなりました。

全く先の見えない生活に、不安や焦りでいっぱいでした。しかし、みんなで協力し、自分のできることを精いっぱいこなし、困難に立ち向かうとする家族や、地域の方々の方に力もらいました。

今まで支えてもらった分、今度は私たちが故郷西原村に元気を、勇気を与える番です。

恩返しと感謝の意味を込めて、西原村の復興に貢献し、西原村を愛し続けることをここに誓います。

平成の時代が終わり、新たな令和の時代が始まりました。令和の世を担う頼もしい人材になれるよう、努力を怠らず、私たちの手で素晴らしい未来を作り上げていきます。

※一部省略

むらのうごき

※令和元年12月末日現在
()は前月比

人口 / 6,764人 (+ 4)
 男性 / 3,323人 (+ 3)
 女性 / 3,441人 (+ 1)
 世帯数 / 2,669世帯 (+ 9)
 高齢化率^(注1) / 30.2% (+0.1%)

(注1)65歳以上の人が人口に占める割合



◆令和2年1月29日現在(順不同)

お誕生おめでとうございます

氏名	生年月日	保護者名	地区名
やまもと せな 山本 芹菜ちゃん	R1.12.12	心 太さん	宮山
あかほし ことね 赤星 琴音ちゃん	R1.12.28	晴 也さん	高遊中
ほらだ まさき 原田 真魁くん	R2.1.3	泰 介さん	高遊西
なべくら しゆ 鍋倉 志結ちゃん	R2.1.5	義 盛さん	布田
たかはし そうじろう 高橋 蒼士朗くん	R2.1.7	明 さん	風当
うえだ りんせ 上田 涼世くん	R2.1.12	峻 寛さん	土林

◆令和2年1月29日現在(順不同)

お悔やみ申し上げます(敬称は略させていただきます)

故人名	年齢	遺族氏名	地区名
津曲 茂子	64	津曲 伸一	高遊中
牧野 フジノ	101	牧野 晶子	宮山
田屋 正俊	94	田屋 英治	下布田
緒方 不二男	99	緒方 都子	上鳥子
松本 將士	84	高鍋 悦子	名ヶ迫
荒木 功	65	荒木 敦子	小森

むらの月暦

2

日	曜日	行事/暦	家庭ごみ収集
1	土	冬あかり	
2	日	冬あかり	
3	月		燃
4	火		缶
5	水	消費生活相談窓口開設日	雑
6	木		プ
7	金		燃
8	土		
9	日		
10	月	阿蘇税務署開設税理士会による確定申告無料相談会	燃
11	火	建国記念の日	不
12	水	消費生活相談窓口開設日 阿蘇税務署開節税理士会による確定申告無料相談会	新
13	木	阿蘇税務署開設税理士会による確定申告無料相談会	プ
14	金		燃
15	土		
16	日	村内一周ウォーキング 南九州税理士会による確定申告無料相談会	
17	月		燃
18	火		缶
19	水	消費生活相談窓口開設日	ペ
20	木		プ
21	金		燃
22	土		
23	日	のぎく祭り 天皇誕生日	燃
24	月	振替休日	白
25	火		ダ
26	水	消費生活相談窓口開設日	プ
27	木	寿生大学	燃
28	金		
29	土		
3/1	日		
2	月		
3	火		
4	水	消費生活相談窓口開設日	
5	木		

確定申告期間
2月17日(月)
～
3月16日(月)
※詳しくは
4ページを
ご覧ください

燃: 燃えるごみ(毎週 月・金) 粗: 粗大ごみ
 缶: 空き缶、空きビン 不: 燃えないごみ(第2火曜日)
 新: 新聞紙 雑: 雑誌、チラシ
 ダ: ダンボール ペ: ペットボトル
 プ: プラ容器、包装 白: 牛乳パック

【お詫びと訂正】

2020年広報にしはら1月号にて掲載しておりました「阿蘇郡市町村対抗駅伝大会」の記事(7ページ)の中で、出場選手について下記の通り間違いがありましたので、訂正しお詫び申し上げます。

【誤】 3区: 内田 杏樹 【正】 3区: 内田 大樹

確定申告がはじまります

令和元年分の所得税・贈与税の確定申告と納税、および住民税の申告が始まります。

本村では、申告時の混雑を避けるため、地区ごとに日割りをさせていただいております。

指定日以外に受付をされる場合、その日の指定日の方が優先となりますので、あらかじめご了承ください。

また、都合により指定日に申告出来ない方は、3月16日(月)までに必ず申告していただきますようお願いいたします。

※申告には所得の内容がわかる方がお越しく下さい。

確定申告が必要な方で、期限までに申告をされなかったり、申告期限を過ぎてから申告したりすると、加算税や延滞税を納めなければならないこととなります。

また、申告されなかった方は、令和元年分の所得関係の税務証明の交付ができない上、国民健康保険税の減額制度等も受けられませんのでご注意ください。

■所得税の確定申告をしなければならぬ方

①公的年金の収入額が400万円を超え、その他の所得が20万円を超える方。

②サラリーマンで、給与の年収が2千

万円を超える方、給与所得や退職所得以外の各種所得金額の合計額が20万円を超える方。

③2ヶ所以上から給与を受けている方で、年末調整をしていない方。

※住民税は所得の多少にかかわらず申告する必要があります。

税務署における令和元年分の贈与税の相談および申告の受付は、土日祝日を除く令和2年2月3日(月)から同年3月16日(月)までです。

個人事業者の方の消費税および地方消費税の申告と納付の期限は、令和2年3月31日(火)までです。

なお、令和元年分の消費税申告については、税率改正、軽減税率導入に伴い、直接阿蘇税務署での申告対応となります。

■雑損控除の繰り越しについて

昨年、熊本地震による雑損控除を受けられた方で、平成30年分の所得金額から控除しきれなかった金額(翌年以後に繰り越される雑損失額)がある方は、所得税又は住民税の申告をすることによって令和元年分の所得金額から控除することができます。申告の際は繰越し額が分かる昨年の申告書の控えをご持参ください。

なお、初めて雑損控除を受けられ

る方は、税理士無料相談会をご覧ください。

■医療費控除には「医療費控除の明細書」が必要

平成29年分の申告から、「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となり、「医療費控除の明細書」に医療費の領収書の内容を記入することで、領収書の提出(提示)が不要になりました。

また、領収書に代わり医療保険者から交付される「医療費通知(医療費のお知らせ)」も認められるようになりました。但し、この医療費通知(医療費のお知らせ)は、医療費控除の明細書に添付が必要です。

「医療費の明細書」を提出した場合、当該領収書は5年間保存する必要があります。

なお、経過措置として、令和元年分までの申告については、従来と同じく領収書の添付(提示)をして控除を受けることができます。申告の際は予め準備をお願いします。

■所得税の確定申告は自分で作成してお早めに

申告期限は3月16日(月)までですが、期限間近になりますと税務署の窓口は大変混雑し、長時間お待ちいただくことにもなりかねません。確定申告書は、昨年一年間の所得額

と税額を正しく計算して記載し、早めに申告と納税を行いましょ。確定申告書の提出は郵送やインターネットを利用してe-TAXで行うこともできます。

また、事業所得、不動産所得または山林所得のある白色申告者の方は、確定申告に「収支内訳書」を添付することが義務付けられていますのでご注意ください。

◇所得税の申告が済まれた方、および収入が給与のみで昨年末に年末調整がお済の方は、住民税の申告は不要です。但し、雑損控除の繰り越し等受けられる方は、申告が必要

◇社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入に伴い、確定申告書等にはマイナンバー(個人番号)の記載が必要です。個人番号を記載した確定申告書等を税務署へ提出する際には、申告されるご本人の本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。

◇国税庁のホームページに、税の申告等について詳しく掲載されています。また、e-TAXを利用した申告や申告書作成もできますのでご利用ください。

※e-TAXのご利用には、マイナンバーカード(個人番号カード)または住基カード(電子証明書の有効期間が残っている場合)の交付を受けていること等が必要です。詳しくは、国税庁ホームページでご確認ください。

▼<https://www.nta.go.jp/>
又は **国税局** 検索

■確定申告相談期間：令和2年2月17日(月)～3月16日(月)まで

■消費税申告相談期間：令和2年2月17日(月)～3月31日(火)まで

令和2年 確定申告地区日程表

会場：西原村役場 2階 大会議室

期 日	午前 (受付:午前8時30分~11時)	午後 (受付:午後1時~4時)
2月17日 (月)	年金のみ	年金のみ
2月18日 (火)	日向・緑ヶ丘	医王寺・小野
2月19日 (水)	八景台・馬場・小園	葛目・古閑・上鳥子
2月20日 (木)	万徳・山西団地	万徳・西原・西原ニュータウン
2月21日 (金)	コモンビレッジ・西原台	河原団地・龍神の郷・緑ヶ丘南
2月25日 (火)	秋田・土林	猿帰・灰床・小森の里
2月26日 (水)	高遊(東・西)・地区未加入	高遊(中)・地区未加入
2月27日 (木)	袴野・美晴台	前鶴・瓜生迫
2月28日 (金)	地区指定なし (税理士無料相談)	地区指定なし (税理士無料相談)
3月 2日 (月)	出の口 (中組)	出の口 (上・小牧組)
3月 3日 (火)	風当・畑 (税理士無料相談)	桑鶴・大切畑 (税理士無料相談)
3月 4日 (水)	新所・星ヶ丘	門出・名ヶ迫
3月 5日 (木)	下布田	上布田
3月 6日 (金)	地区指定なし (税理士無料相談)	地区指定なし (税理士無料相談)
3月 9日 (月)	北向・新屋敷	多々良・大峯・玉の迫
3月10日 (火)	宮山 (中・宮の山組)	宮山 (東・西組)
3月11日 (水)	星田・滝・化粧塚	田中・下古閑
3月12日 (木)	下小森 (宮の上・中村・上馬場組)	下小森 (高瀬・小東・西の前組)
3月13日 (金)	地区指定なし	地区指定なし
3月16日 (月)	地区指定なし	

※小森仮設団地にお住まいの方は、元の行政区指定日にお越しください。

※3月16日(月)の受付は午前中で終了しますのでご注意ください。

※地区割当日に申告に来れない方は、別の日に申告することも出来ませんが、当日割当地区の方が優先となります。また、申告終盤になると大変混雑することが予想され、待ち時間が長くなる可能性がありますのでご了承ください。

※2月28日(金)、3月3日(火)、3月6日(金)は、申告会場内にて、税理士による無料相談を行いますので、新規の雑損控除・住宅取得等特別控除・譲渡・株式・FX取引等投資関係の申告がある方につきましては、この日に申告されることをお勧めします。当日は地区割とは別に、税理士相談希望者受付順で案内します。

※本年度の消費税申告は、税率改正と、軽減税率制度の導入に伴い、税務署での申告対応となります。

■税務署が開設する税理士会による確定申告無料相談会

熊本地震により住宅や家財等に被害を受けた方の雑損控除計算書作成会、及び住宅借入金等特別控除申告書作成会が下記日程にて開催されます。

日時：2月10日(月)、2月12日(水)、2月13日(木) 受付：午前9~11時、午後1~4時
場所：西原村役場 2階 大会議室

■南九州税理士会による「熊本地震による被災者向け無料税務相談会」

熊本地震により被災された方々の税務申告に関する相談をはじめ、雑損控除計算書作成会が下記日程にて開催されます。是非ご利用ください。

日時：2月16日(日) 受付：午前10時~午後4時
場所：山河の館 2階 大研修室 (役場西隣り)

■税務署対応申告相談

◆阿蘇税務署 会議室 (阿蘇市一の宮町宮地1944)

申告期間:2月17日(月)~3月16日(月) 消費税は3月31日(火)まで 土・日・振休除く 午前9時~午後4時

◆熊本城ホール1階展示ホール ※サクラマチクマモト内 (熊本中央区桜町3-40)

申告期間:2月17日(月)~3月16日(月) 土・日除く 午前9時~午後4時

※熊本地震に関する事前相談会:2月12日(水)~14日(金)

※休日対応:2月24日(月・振休)、3月1日(日)

(詳しくは本誌1月号10ページをご覧ください。)

確定申告準備物チェックリスト（一例）

【共通】

- 印鑑（認印で可）
- マイナンバー（個人番号）確認書類
例1… マイナンバーカード（個人番号カード）
例2… 個人番号記載の通知カード と 運転免許証又は健康保険の保険者証等
- 電子申告・納税等に係る利用者識別番号等の通知書
※ 昨年税務署へ「電子納税・納税等開始届出書」を提出されている方
- 生命保険・個人年金・地震保険・長期損害保険の控除証明書（農協・郵便局・民間保険会社など）
- 農業者年金掛金証明書
- 還付申告の方は、申告者名義の預貯金通帳（口座が分かるもの）

【給与所得者の方】

- 源泉徴収票（原本）
（日稼ぎの方及び中途退職者の方は事業所より源泉徴収票をもらってきてください）

【年金受給者の方】

- 公的年金等の源泉徴収票（原本）

【事業所得者の方】

- 収支計算書
- 収入及び経費の伝票
- 通帳・出荷証明書など
（収入支出の明細がはっきりとしたもの、免税肉用牛については売却証明書の添付が必要）

【生命保険などで満期受取金があった方】

- 受領金額、支払金額が分かる書類

【昨年農機具などを購入された方】

- 契約書など購入金額、下取り金額が分かる書類
- 農機具等の購入に関し補助金等の交付を受けている場合は、その補助金等の額が分かる書類

【社会保険料の控除を受けられる方（任意継続社会保険加入者など）】

- 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書や昨年中に払い込まれた領収書

【医療費控除を受けられる方】

- 医療費控除の明細書、又はセルフメディケーション税制の明細書
- 医療保険者から交付される「医療費通知（医療費のお知らせ）」、医療費等の領収書
- 高額医療、受取共済金又は保険金などの書類
- セルフメディケーション税制を選択する場合、予防接種の領収書・又は定期健康診断の結果通知表（写し）等

【熊本地震により雑損控除を受けられる方】

- 昨年の申告書の控え（雑損控除の繰り越しがある場合）
- 平成30年分の申告書（損失申告用） 第四表（控）、雑損控除額の計算書（損失額の計算書）（控）
本誌1月号をご覧ください。

【初めて住宅借入金などの特別控除を受けられる方】

- 借入金の年末残高証明（金融機関発行）
- 売買契約書又は工事請負契約書（収入印紙が貼ってあるもの）
- 土地・家屋登記簿謄本
- 源泉徴収票（原本）

【お問い合わせ先】 役場税務課 ☎096-279-4395（直通） 阿蘇税務署 ☎0967-22-0551 ※自動音声「2」

寛仁親王妃信子殿下が 山西団地を視察

12月12日、寛仁親王妃信子殿下が熊本県の復興状況視察の一つとして、本村の山西団地を視察されました。

集会所にて入居者との話し合いの時間も設けられ、村長から復旧状況についての説明があり、山西団地の区長や住民からは山西団地での暮らしや地震当時の状況についての話がありました。

殿下は頷きながら聞かれると、「地震後こうしたコミュニケーションができていることにとっても安心しました。これからもっと素晴らしい地区になることを祈っています。」とお言葉をかけられました。



日本善行会表彰



青少年の健全育成や交通安全、社会福祉、環境美化などのボランティアの方々によって行われている善行活動について、表彰を行い明るく住みよい社会環境づくりを目指す一般社団法人日本善行会が、11月30日に東京都の明治神宮において秋季表彰式を開催され、西原村在住の中島春次さん(士林)が受賞されました。

中島さんは村の交通安全のため、交差点での街頭指導など積極的に活動をされています。

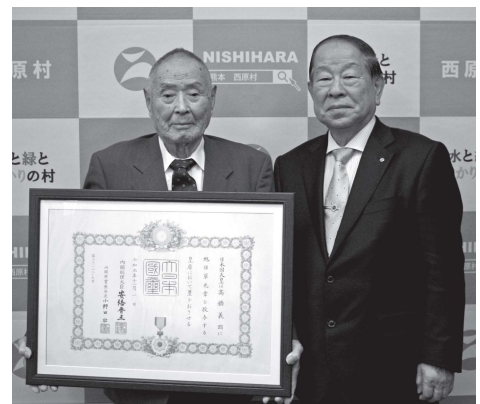
この度は誠にありがとうございます。

元西原村議会議員 高橋 義明氏 「旭日単光章」(高齢者叙勲)受章

西原村議会議員として多年にわたり活躍された、高橋義明さん(風当)が「旭日単光章」(高齢者叙勲)を受章され、1月16日、西原村役場において日置村長よりその勲章と勲記が伝達されました。

高橋さんは、村議会議員として昭和47年9月から昭和63年9月まで、4期16年の永きにわたり在職され、議会常任委員会委員長等をして、卓越した見識を発揮され村民の信頼と付託に応えながら、地方自治の発展と推進に貢献をいただきました。その功績が認められ、88歳となられたことを機に今回の受章となりました。

日置村長から「受章おめでとうございます。村議会議員在職中、村の発展にご貢献いただいた。御礼申し上げます。私たちも復興に精進してまいります。」と挨拶があり、高橋さんから「今回の受章に感謝しています。今後も西原村の復興に協力していきたい。」と御礼の言葉がありました。



西原村消防団 出初式

令和2年の新春を飾る、西原村消防団出初式が1月12日に村民グラウンドで行われました。小城団長以下192名の団員が出席し、坂本哲志衆議院議員、河津修司熊本県議会議員など多数の来賓の出席のもと盛大に行われました。

毎年恒例となっている、にしはら保育園幼年消防クラブの通常点検演技では、園児たちが元気よく防火の誓いを宣誓してくれました。

その後、各分団による通常点検・各種表彰が行われ、最後に分列行進で出初式を締めくくりました。

○各種表彰は次の通りです。
※()内の数字は分団名



【退職団員の部】

◆消防庁長官表彰

《1号銀杯(在職期間25年以上)》

藤川 尊士(2) 古閑 秀信(6)

《2号銀杯(在職期間15年以上)》

大田 幸治(2) 黒木 豊和(2)

山形 広喜(4) 秋吉 和裕(5)

【現団員の部】

◆消防庁長官表彰

《永年勤続功労章(団員歴25年以上)》

片島 雄一(6)

◆日本消防協会長表彰

《精績章(団員歴20年以上)・団長及び副団長》

高本 孝嗣(副団長)

◆熊本県知事表彰

《永年勤続功労賞(団員歴25年以上)》

日置 一誠(1) 廣瀬 浩一(3)

山内 憲幸(3) 島野 哲郎(5)

◆熊本県消防協会長表彰

《功績章(団員歴20年以上)》

高木 慎一(1) 曾我裕一郎(1)

坂田 智治(2) 村木 健一(4)

坂本 順一(5) 山下 浩司(5)

米田 清隆(6)

《勤績章(団員歴15年以上)》

新川 隆幸(1) 藤田 誠(1)

渡辺 明彦(2) 山本 彰訓(2)

古田 秀彰(4) 渡邊隆由貴(5)

今村 和幸(6)

◆消防協会阿蘇郡支部長表彰

《団員歴25年以上・消防主任5年以上》

山口 誠一(2) 緒方 幸司(6)

中村 隆(7) 倉田 英之(8)

◆村長表彰 分団推薦

田上 貴浩(1) 平岡 英人(2)

奥野 寛紀(2) 吉岡 潤(2)

坂本 紀行(3) 森下 裕文(4)

米田 雄希(5) 秋吉 岳(7)

高橋 大輝(8)

《10年表彰》

武田 力也(1) 南利 圭介(2)

渡邊 義之(2) 東 勇希(2)

鈴木 洋一(2) 坂本 直人(3)

坂本 健策(3) 緒方 柔剛(4)

首藤 匡志(4) 村上 宝(4)

下茂 敦司(4) 浦田 純弥(5)

山下 武浩(8) 村上 康成(8)

中村 克己(8)

《5年表彰》

新川 稔(2) 吉川 達郎(2)

竹下 正人(3) 中西 勇輝(4)

橋田 将武(4) 山下 達広(4)

村上 祐紀(5) 吉田 茂雄(5)

米田 雄希(5) 永野 太一(7)

濱田 翔一(8)



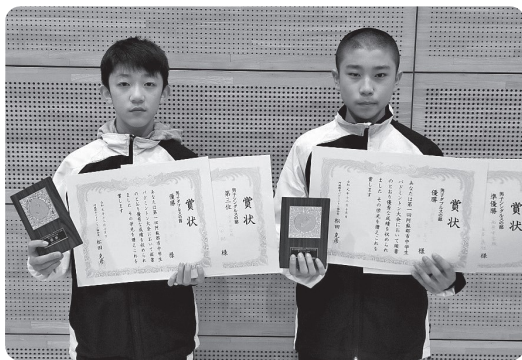
第1回 阿蘇郡市中学生バドミントン大会

阪本・山田ペア優勝（ダブルス）

最近、世界大会等で日本人選手が活躍し、バドミントン競技が注目を集めてきている中、12月15日（日）、阿蘇郡市バドミントン協会主催（阿蘇郡市中体連バドミントン競技部協力）による「第1回 阿蘇郡市中学生バドミントン大会」が南阿蘇中学校第1体育館及び第2体育館で開催されました。

阿蘇郡市内の中学生が参加して行われるバドミントン競技としては初めての大会（中体連を除く）で、男女合わせて77名が日頃の練習の成果を競い合いました。

本村から、男女4選手（阿蘇西原ジュニア所属）が出場し、男子ダブルスの部で阪本真伍・山田樹ペアが優勝、シングルの部で阪本真伍選手が準優勝、山田樹選手が3位という輝かしい成績を収め、第1回大会で初代ダブルス王者の栄冠を手にしました。



（写真 左/山田 樹 選手 右/阪本 真伍 選手）

女子団体の部で優勝! 高森少年剣道招待錬成大会

令和元年12月7日、高森中学校体育館で開催された高森町少年剣道錬成大会において、当村剣心館が小学女子団体の部（3人制）で見事優勝を果たしました。準決勝では1対1の代表戦を制すと勢いに乗り、決勝では4年生の岡本ひかるさんが大活躍。自分より格上の選手に気迫で勝利し、優勝旗を手にしました。

出場選手は次のとおり

- 海津 めぐみ 選手（山西小6年）
- 丹波 実侑 選手（山西小6年）
- 岡本 ひかる 選手（山西小4年）



12月25日、にしはら保育園にてクリスマス会が行われ、サンタさんがプレゼントを届けにやってきました。子どもたちは練習していた歌やダンスをサンタさんへプレゼント。サンタさんへの質問コーナーもあり、「どこから来たんですか?」「好きな食べ物は何ですか?」と次々と質問を投げかけ、興味津々の様子でした。

プレゼントをもらった園児たちはうれしそうなお顔を浮かべ、思い出に残るクリスマスとなりました。

にしはら保育園に
サンタさんがやってきました!

申告に関する大切なお知らせ

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の算定および低所得者(世帯)における軽減判定のための所得申告

各保険料(税)では、前年の収入に基づいて算定及び軽減判定等をおこなうため、加入者およびその世帯の世帯主の方(介護保険については課税非課税区分の確認が必要なため世帯全員)は、収入のあるなしにかかわらず申告をする必要があります。(所得税や村県民税が非課税の場合、遺族年金・障害者年金のみ受給している方、所得が無い方も所得無し(ゼロ円)の申告が必要です。)

未申告のままですと収入における所得額が不明のため、所得に応じた算定ができず、また一定所得以下の世帯を対象にした保険料(税)の低所得者(世帯)に対する減額制度が受けられないなどの不都合が生じる場合があります。毎年確定申告期間(2月17日～3月16日)に、申告会場にて受付しておりますので、必ず所得の申告をお願いします。また、確定申告期間以外の時期でも申告ができる場合がありますので、税務課へご相談下さい。(住民税申告のみ)

なお、高額療養費の支給申請や、入院時食事療養費の減額認定、介護サービス負担額等も所得により限度額が判定され、未申告の場合は一定以上の所得者と同様の認定となります。よって収入の多少にかかわらず所得の申告をお願いいたします。

※ただし公的年金受給者や、勤務先より給与支払報告書が村に提出され、それ以外に収入が無い方は、あらためて申告をする必要はありません。

《国保税例》収入がない方で一人世帯の場合、所得無しの申告をされると7割の軽減が適用され、年税額が24,700円になりますが、申告をされないと軽減が適用されないため年税額が82,900円になります。(介護保険該当の場合)

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険・国民年金の保険料(税)は申告において所得控除の対象になります

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険および国民年金の各保険料(税)は、支払った全額が年末調整・確定申告の際に社会保険料として所得控除の対象になります。平成31年1月から令和元年12月までに納めた保険料(税)を領収書や口座振替納付されている通帳、公的年金源泉徴収票などで確認のうえ、確定申告の際に忘れずに所得控除額として申告してください。

なお、過年度未納分を納付されました方も控除の対象となります。すでに年末調整をされている方でも、各保険料(税)を控除として提出されていない場合は、確定申告により控除が受けられます。

※年金天引き納付(特別徴収)をされている方について

通常は、ご自分の保険料(税)のほかに、生計を共にする配偶者や、親族の保険料(税)を支払った場合にも控除対象となりますが、年金からの天引き納付の方においての社会保険料控除は、天引き納付された方自身についてのみ社会保険料控除が適用されます。これにより家族の所得申告の社会保険料控除として控除することはできませんのでご注意ください。

○役場以外にて確定申告・住民税申告をされる方につきましては、公的年金源泉徴収票の添付(年金天引き納付の方は、源泉徴収票に納付額が記載されております)、もしくは上記各保険料(税)の納付証明書を役場各担当課窓口にて申請され、その証明書を申告書に添付してください。

○国民年金保険料の納付の詳細については、年金事務所へお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

申告・社会保険料控除について
国民健康保険税について
後期高齢者保険料について
介護保険料について
国民年金保険料について

役場 税務課 住民税係
役場 税務課 国保税係
役場 保健衛生課 保険係
役場 保健衛生課 保険係
熊本東年金事務所

☎ 279-4395
☎ 279-4395
☎ 279-4389
☎ 279-4389
☎ 096-367-8144



小型特殊自動車をお持ちの方は 軽自動車税の申告が必要です

道路運送車両法施行規則第2条別表第1で定められている小型特殊自動車で、「農耕作業用」と「その他のもの」に分類されます。

小型特殊自動車を所有している方は、公道走行の有無を問わず、所有していれば課税の対象になりますので、申告をして、ナンバープレートの交付を受けてください。

● 小型特殊自動車とは・・・？

(1) 農耕作業用のものとは

農耕トラクタ、農業用薬剤散布車、刈取脱穀作業車（コンバイン）、田植機及び国土交通大臣の指定する農業用作業自動車です。

上記のうち、乗用装置のあるもので、最高速度によって、小型・大型特殊自動車に分類されます。



車両区分	申告区分
乗用装置のないもの	固定資産税「償却資産」の申告
乗用装置のあるもの 最高速度 時速35km未満	小型特殊自動車 軽自動車税の申告が必要です。
乗用装置のあるもの 最高速度 時速35km以上	大型特殊自動車 (固定資産税「償却資産」の申告)

(2) その他のものとは

ショベル・ローダ、タイヤ・ローラ、ロード・ローラ、グレーダ、ロード・スタビライザ、スクレーパ、ロータリ除雪自動車、アスファルト・フィニッシャ、タイヤ・ドーザ、モータ・スイーパー、ダンパ、ホイール・ハンマ、ホイール・ブレイカ、フォーク・リフト、フォーク・ローダ、ホイール・クレーン、ストラドル・キャリア、ターレット式構内運搬自動車、自動車の車台が屈折して操向する構造の自動車、国土交通大臣の指定する構造のカタピラを有する自動車及び国土交通大臣の指定する特殊な構造を有する自動車（林内作業車、原野作業車、ホイール・キャリア、草刈作業車など）

上記のうち、大きさと最高速度によって、小型・大型特殊自動車に分類されます。



大きさ	要件判定	申告区分
車両の長さ 4.7m以下 車両の幅 1.7m以下 車両の高さ 2.8m以下 最高速度 時速15km以下	すべての要件が範囲内	小型特殊自動車 軽自動車税の申告
	要件を1つでも超える	大型特殊自動車 償却資産の申告

軽自動車税は、毎年4月1日時点の所有者に課税され、年税額は農耕作業用が2,400円、その他は5,900円です。

※小型特殊自動車に該当する資産を償却資産で申告している場合、償却資産の修正申告（減少）と軽自動車税の申告が必要です。

安全・安心 にしはら

●令和元年の刑法犯認知件数(12月末現在)

	本年累計	12月中	前年同期比
大津署	292	12	-39
うち西原村	4	0	-9
主な発生犯罪	西原村では、令和元年12月中、刑法犯の発生はなかった。		

●令和元年の交通事故発生状況(12月末現在)

	大津署管内			うち西原村		
	本年累計	12月中	前年同期比	本年累計	12月中	前年同期比
発生件数	235	30	-57	6	0	-5
死者数	3	0	-1	0	0	0
傷者数	308	38	-69	10	0	-8

令和元年12/1施行 道路交通法改正により

罰則強化

運転中のスマホ使用

反則金が6000円から18000円に引き上げです!!!

警察庁・都道府県警察

「電話で『お金』詐欺」に注意!

熊本県警では、令和2年1月から「振り込め詐欺」を「電話で『お金』詐欺」という名称にします。

オレオレ詐欺や架空料金請求詐欺などが後を絶ちません。

被害に遭わないよう、「電話」で「お金」の話が出たら詐欺と疑って、家族や警察に相談してください。



STOP! 「電話で『お金』詐欺」

大津警察署 生活安全課

大津警察署 ☎096-294-0110

予防接種の受け忘れはないですか

令和元年度の対象の方でまだ予防接種が済んでない方は、令和2年3月31日までが期限になります。期限が過ぎると任意接種になりますので、全額自己負担です。

① MR(麻しん、風しん) II期	就学前1年間(年長児)
② 二種混合(ジフテリア、破傷風)	小学校6年生
③ 高齢者用肺炎球菌	令和元年度に65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100歳及び100歳以上になる人で、過去に未接種の方。

* 対象者には平成31年4月に個別通知をしています。

①、②は問診票と母子手帳を持参して医療機関で接種してください。

③は、対象者には案内用のがきを郵送しております。

不明な点は役場 保健衛生課にお問い合わせください。 ☎096-279-4397

福祉タクシー料金助成事業

西原村では高齢者、障がい者のかたにタクシー料金助成事業を実施しております。

村内のタクシーに乗車した場合に、乗車した1回につき福祉タクシー利用券を使い500円を助成します。

対象者は、村内に住所を有し、かつ、在宅で生活しているかたで下記に該当する方です。

ただし、自分で車の運転をされている方は、対象外です。
(運転免許を持っておられても、車の運転をされていない方は対象となります。)



■対象者は次の表のとおりです。

1	身体障害者手帳1級又は2級の交付を受けているかた
2	療育手帳の交付を受けているかた
3	西原村重度心身障害者医療費助成を受けているかた
4	精神障害者保健福祉手帳の交付を受けているかた
5	75歳以上の高齢者

※対象者が助成を受けるときは、福祉タクシー料金助成事業利用券交付申請書により役場住民福祉課に申請をしてください。

福祉タクシー利用券は4月申請された場合に60枚交付され、1枚で500円の助成額になります。
(1回の乗車料金が1,000円以上の場合、一度に2枚までご利用可能です。)

フッ化物洗口支援員募集について

むし歯予防、歯の健康を目的にフッ化物洗口が村内保育園と小中学校で実施されています。

下記のとおりフッ化物洗口支援員を募集しますので、ご協力できる方は下記にご連絡をよろしくお願ひします。

(場所) 山西小学校

(時間) 火曜日と木曜日 午前7時30分から1時間弱 (8回/月)

(時給) 850円

(内容) フッ化液を紙コップに分注して、児童に手渡し1分間フッ化洗口を安全に行えるように見守る。



【お問い合わせ】 保健衛生課 保健師 ☎ 096-279-4397

第32回 熊本県シルバースポーツ交流大会

熊本ねんりんピック2020

参加者募集のお知らせ

熊本さわやか長寿財団では、高齢者の健康・生きがいづくりを目的に、第32回熊本県シルバースポーツ交流大会(熊本ねんりんピック2020)を開催します。

スポーツ愛好家の皆様、奮ってご参加ください。

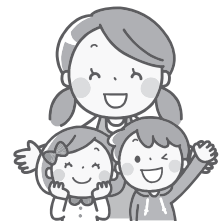
※第33回全国健康福祉祭ぎふ大会(ねんりんピック岐阜2020)への派遣選手は、本大会の成績等も参考のうえ選考されます。

- * **競技種目** ラージボール卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、ペタンク、ゴルフ、健康マラソン、弓道、剣道、グラウンド・ゴルフ、太極拳、ソフトバレーボール、サッカー、ダンススポーツ、バウンドテニス、スポーツウエルネス吹矢以上17種目
- * **競技会場** 熊本県民総合運動公園 他
- * **日程** 令和2年5月8日(金)～ 令和2年5月24日(日)<予定>
※競技種目の詳しい日程は、パンフレットをご覧ください。なお、パンフレットについては、2月中旬～下旬に各市町村等に送付します。
- * **参加資格** 県内在住者で、令和3年4月1日時点で60歳以上の方
※ただし、健康マラソン女子については、50歳代の方のオープン参加を認めます。
- * **参加費** 個人競技は1人1000円 (団体競技は種目により金額が異なります)
- * **募集期間** 令和2年3月2日(月)～令和2年3月31日(火)
- * **申込方法** 各市町村福祉課又は教育委員会等に置いてあるパンフレットにてお申込みください。
- * **お問い合わせ先** 一般財団法人 熊本さわやか長寿財団 生きがい推進グループ
TEL 096-354-3083 FAX 096-354-3103

にしはら保育園保育士(臨時・非常勤)の募集について

西原村立にしはら保育園では、令和元年度臨時・非常勤保育士を募集しています。
詳細につきましては、にしはら保育園までお尋ねください。

1. 募集職種：保育士 2名
2. 雇用期間：採用の日より令和2年3月31日まで(契約更新の可能性有り)
3. 応募資格：保育士免許取得者または看護師免許取得者も可(1名)
4. 応募方法：市販の履歴書(自筆、写真添付)に必要事項を記載し、保育園までご提出下さい。
履歴書の返却は致しません。
5. 選考方法：面接による
6. 応募期間：随時、受け付けます。(面接は日程調整、場所：にしはら保育園)



【お問い合わせ】 にしはら保育園 ☎ 096-279-2054 〒861-2402 西原村大字小森 575-1

健康管理のよみもの
～インスリンの学習～

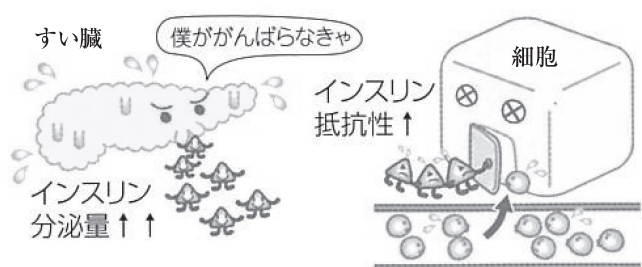
②インスリン抵抗性から分泌低下への過程

私たちは食事をすることで血糖値を上昇させ、その血糖を細胞に取り込むことで体を動かすことができます。取り込みに欠かせないホルモンがすい臓のβ細胞から分泌される「インスリン」です。正常のインスリン分泌では、適度な分泌量と素早い反応により、糖は順調に各細胞に入るので、食後2～3時間すると血糖値は100mg/dl以下へと下がります。ご自身の身体内部で正常に糖を細胞に取り込めているかを確認するのが、特定健診の「空腹時血糖」の項目です。今年のご自身の数値はいくつでしょう？空腹時血糖が100を超え始めると、それは、食後の血糖上昇への反応(=インスリンの分泌)が遅れるようになったことが考えられます。また、100を超えて、年々と高くなってきている場合は、分泌の遅れに加え、インスリンの効きも徐々に悪くなっている可能性があります。この効きが悪い状態を「**インスリン抵抗性**」と呼びます。

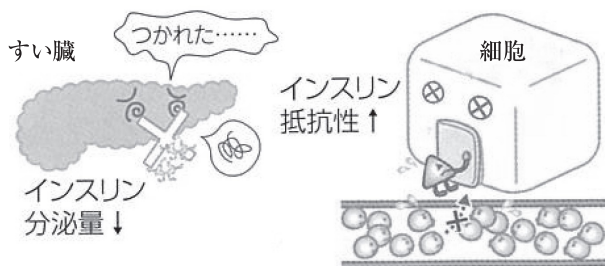
糖の取り込み力が落ちたことを知ったすい臓は、「もっとたくさんインスリンを出せ!」とβ細胞に指令を出します。効きが悪いのなら、量でカバーしようと働くのです。β細胞が元気なうちは、羽振りよくインスリンを分泌し、「高インスリン状態」となります。

しかし、そもそもアジア人は残念ながらインスリン分泌力が小さい人種で、いつまでも大判

代償性のインスリン分泌亢進



代償機構の破綻



振る舞いはできません。

分泌遅延→インスリン抵抗性による高インスリン状態から、分泌低下→終には枯渇へと十数年の過程を経て移行します。生まれつき持っているインスリン分泌力に個人差があるものの身体のメカニズムは共通です。空腹時血糖が100を超えている方は今、自分がどの段階にいるのか気になりませんか？今後の経年的な変化に

注意し、無意識に身体内部で繰り返されるインスリンの頑張りを意識しましょう。

また、インスリン分泌の変化に早い段階で気づくことができると、頑張るすい臓に休息を与えることで分泌力を回復させることができます。(検査値がどのように変化しているかが重要ですので、毎年の特健診の記録が役に立ちます。)

自分の今のインスリン分泌力に応じた生活は、大切な健康管理です。特に忘年会や新年会シーズン、食べ過ぎ飲みすぎ

ですい臓を頑張らせてしまったかもしれないという方は、少し休ませてあげる方法を考えましょう。ぜひご相談ください。

ぜひご自身の特定健診結果を改めて見直してください。毎年の健診結果が何を示すのか、そして、すい臓を休ませる方法を学習することは、すでに糖尿病の診断を受けている人のみならず、すべての人にとって、予防と重症化の予防につながります。

空腹時血糖	判定区分
～99	正常型
100～109	正常高値
110～125	境界型
126～	糖尿病型

【お問い合わせ】保健衛生課 保健師 ☎096-279-4397

必ずチェック最低賃金! 使用者も、労働者も

熊本県最低賃金が改定されました。また、特定(産業別)最低賃金についても令和元年12月15日より適用されています。

【特定(産業別)最低賃金(時間額)】

業種	最低賃金
電子部品・デバイス・電子回路・電気機械器具、 情報通信機械器具製造業	832円
自動車・同附属品製造業、船舶製造・修理業、 船舶用機関製造業	884円
百貨店、総合スーパー	792円

詳しいお問い合わせは、

熊本県労働局労働基準部賃金室(096-355-3202) 又は最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

令和元年10月1日より
熊本県の
最低賃金は **790円** (時間額)

年齢に関係なく、パートや学生アルバイトなどを含め、すべての労働者に適用されます。

特定(産業別)最低賃金(時間額) 令和元年12月15日より

- 電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業: **832円**
- 自動車・同附属品製造業、船舶製造、修理業、船舶用機関製造業: **884円**
- 百貨店、総合スーパー: **792円**

最低賃金の引き上げに向けた支援をご存じですか?

ファーストステップ相談 熊本県労働局労働基準部賃金室 TEL: 0120-946-834
労働改善助成金 熊本労働局 雇用環境・均等室 TEL: 096-352-3885

最低賃金に関するお問い合わせ

熊本労働局労働基準部賃金室 TEL: 096-355-3202 FAX: 096-353-8621

厚生労働省

最低賃金に関する情報サイト: <https://pc.saitoichingin.info/>

西原村プレミアム付商品券の 購入期限、使用期限にご注意ください!

プレミアム付商品券が購入できるのは **2月28日(金)まで**となっています。

また、商品券を使用できるのは **3月15日(日)まで**です。

購入した商品券は必ず使い切りましょう(余った商品券の換金はできません)。

買い残し、使い忘れがないようにご注意ください。



【お問い合わせ先】 西原村役場 企画商工課 ☎ 096-279-3112

国保通信

〈令和元年12月末現在〉国保加入世帯数:969世帯 被保険者数:1,707人
◎12月支払(10月診療分) 療養給付費(一般+退職)……45,374,910円

■ワンポイントこくほ

特定健診について

健診を受け、健康に関心を持つことにより、自覚症状のないうちから体の悲鳴(生活習慣病予備軍)に耳を傾けることができ、食事療法や運動療法で健康寿命を延ばすことができます!

生活習慣病が重症化すると、高額な医療費がかかったり、長期治療が必要になることとなります。

40歳~74歳の国民健康保険加入者へ

令和2年度の特定健診に向けて、3月に対象者に意向調査と申込書を配布します! 意向調査への返信をお願いします。

なお、昨年までとは異なりますのでご注意ください。

特定健診を受診されたことがない方も、健康寿命を延ばすため、これを機会に年に1回は特定健診を受けましょう!

保健衛生課 保険係 ☎096-279-4389

マイナンバーカードの取得はお早めに!

本年9月から期間限定で、キャッシュレス決済などによる買い物やチャージに対し、**25%分(上限5000円)**のポイントがもらえる「マイナポイント」が始まります。

マイナポイントを利用するためには、

- マイナンバーカードの取得
- マイキーIDの設定

が必要となります。

どちらも役場住民福祉課にて申請することができますが、ポイントの申請時期が近づくと、マイナンバーカードの交付申請が混み合い、申請から交付まで時間がかかる場合がありますのでお早めに申請ください。

詳しくは下記お問い合わせ先までご連絡ください。

マイナポイント [検索](#)

マイナンバーカードの申請はお早めに!

STEP1: マイナンバーカードを申請
STEP2: マイキーIDの設定
STEP3: マイナポイントの申込み (2020年7月~)

キャッシュレスでチャージまたは買い物をする (2020年9月~) **マイナポイント 25% もらえる!**

キャッシュレスで2万円のチャージまたは買い物をする **1人あたり5,000円分のマイナポイントがもらえる**

たとえば4人家族なら... 5,000ポイント + 5,000ポイント + 5,000ポイント + 5,000ポイント = **共20,000円分のマイナポイント!**

マイナポイントの利用イメージ

- ① 利用先を選択して、マイナポイントを申込み
- ② チャージなどに対して、マイナポイントが付与される
- ③ 買い物

マイナポイント申込みページにログインし、利用するキャッシュレス決済サービスを選択し、申込み

キャッシュレス決済サービスにチャージなどをすることで、マイナポイントがもらえる

マイナポイント分も利用して買い物

※買い物にはマイナンバーカードは使いません

※マイナポイントは選択したキャッシュレス決済サービスのポイントとしていつもの買い物で使えます

※マイナポイントは選択したキャッシュレス決済サービスによって利用イメージは異なります

※予算残りの後の領収書で成立することが前提

- 【お問い合わせ先】 ● マイナポイントに関するお問い合わせ： ☎096-279-3112 (役場企画商工課)
● マイナンバーカードに関するお問い合わせ： ☎096-279-3113 (役場住民福祉課)

令和元年度西原村集落再生むらづくり

むらづくり講演会

×むらづくり活動報告会

~これからの西原村地域づくりにむけて~

令和2年

日程: **3/13(金) 19:00~**

場所: 西原村生涯学習センター 山河の館
熊本県阿蘇郡西原村大字小森3256

予約: 事前申込不要、参加費無料

定員: 70名

プログラム:

- 19:00 開会
- 19:05 第1部 むらづくり講演会
- 20:00 第2部 復興事業報告
- 20:20 第3部 むらづくり活動報告会
- 21:00 閉会

【お問い合わせ先】 西原村役場 復興建設課 ☎ 096-279-4417

2月16日(日)は「熊本城マラソン2020」が開催されます! 交通規制とノーマイカーデーへのご理解・ご協力をお願いします。

2月16日(日)、熊本市内において、「熊本城マラソン2020」(第9回大会)が開催されます。大会当日は、長時間にわたり大規模な交通規制が実施されますので、マラソンコース沿線以外の通行可能な道路においても、大幅な渋滞が予想されます。

大変ご迷惑をおかけしますが、県内外から多くのランナーが参加される「熊本城マラソン2020」の開催に、温かいご理解とご協力をお願いします。

また、特に熊本市内へお出かけの際には、マイカーの使用をひかえ、公共交通機関のご利用をお願いします。2月16日(日)は、ノーマイカーデーにご協力ください。

交通規制についての詳細は、「熊本城マラソンホームページ」をご確認ください。

[\(http://kumamotojo-marathon.jp/\)](http://kumamotojo-marathon.jp/)

※郵便物や宅配便などが遅れて届くことも予想されます。

熊本城マラソン実行委員会事務局 ☎096-328-2373

在宅医療・介護に関する講演会を開催します。

【題 名】 「終活セミナー 身近な医療と介護に関する講演会」

【概 要】 医療や介護の助けが必要になっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるように、自分らしく生きるために、をテーマに講演会を開催します。ぜひ、ご家族・ご友人お誘いあわせの上ご参加ください。お待ちしております。

【行事日程】 令和2年(2020年)2月15日
14:00～16:00(開場13:00)

【場 所】 大津町文化ホール
(大津町生涯学習センター内)

【講 師】 特定医療法人萬生会
看護局長 開田 ひとみ氏

【対 象 者】 どなたでも

【費 用】 無料

(お申込み・お問い合わせ)

資料の準備をしますので、参加ご希望の方は下記連絡先に電話もしくはFAXにてお申込みください。



●菊池保健所 総務企画課 TEL: 0968-25-4156 FAX: 0968-25-3438

高齢者の知識や経験を活かす

西原村シルバー人材センター

あなたの、豊かな知識と経験を地域の
ために、活かして働いて見ませんか !!

シルバーセンターの仕組み



設置根拠: 高齢者等の雇用の安定等に関する法律

会員になるには……

- ☆西原村にお住まいの方
- ☆概ね60歳以上の方
- ☆シルバー人材センターの主旨に賛同していただいた方
- ☆入会説明を受け、入会申込書を提出の方
- ☆定められた年会費を納入していただける方
- 平均年齢72歳 約80名の方が会員登録されています。

主な仕事

御利用の際は、センター迄、お問い合わせ下さい

事務分野

簡易事務
補助事務

一般分野

農業支援
除草・草刈り
樹木消毒

独自事業

〈にしはら生きがい館〉

弁当・手作り蒟蒻
万十・味噌・柚子胡椒
(西原村農産物加工品)



サービス分野

室内清掃
家具移動

管理分野

施設管理
公園委託管理

折衝・外交分野

検針
集金業務

専門分野

植木剪定
照明器具交換
木工事

お問い合わせ・申込先

阿蘇郡西原村小森3201-41構造改善センター内
一般社団法人 西原村シルバー人材センター

☎ 096-279-3890

(受付: 月～金曜日 8:30～17:00)



消防団の出初式

皆さんあけましておめでとうございます

今年はオリンピックが開催される年でもあり、日本中が何か期待感を持っているような、そんな感じがしています。そんなわくわくしそうな年ですが、今年も相変わらず西原村に自分が住んで、体験した事、魅力や気づきを色々はこちらで書かせてもらいたいと思います。よろしくお願いします。



さて、今回の話題は新年早々に行われた消防団出初式の話をしてください。参加された皆様、お疲れ様でした。毎年あの寒い中、約3時間立ちっぱなしで式に臨むのは中々精神が鍛えられますよね。あの式で消防団の皆さんが今年一年改めて一致団結するきっかけになっていると思います。あまりに緊張したせいか、私は終わって帰ったらトイレで寝落ちしてしまい、昼からの予定に遅刻しそうでした。そんな出初式に各消防団員が乗り込むのが各班に配備されている積載車です。その積載車の整備に団員が何時間もかかって掃除したり整備したりしているのを皆さんご存知でしょうか？

塗装が剥げかかっているところは塗りなおしたり、ホースの先端についているノズルをここまで綺麗にするのかというくらいに磨き上げます。自分の顔が映るくらい。それを諸先輩方に評価してもらったら「まだまだ足らん」と言われるので再度磨きに磨いて、新品より綺麗なんじゃないか？と思うくらい磨いてました。

そう、出初式は団員の訓練だけでなく、積載車を綺麗に整備しているかの審査が行われます。これほど気合を入れて臨んだ出初式。積載車も審査の対象となっているので、はたして我が第2分団5班の結果は……

結果も大切ですが、そこまでの過程がとても大事という事。地域も一緒かなと。手をかければかけるほど愛着がわき、結果が不満足だったからこそ「またやるぞ!!」と、試行錯誤しながらやる。地域活動を継続するという事は情熱を注げる何かが大切ですね。今回の消防団による積載車の整備に関わって大事な事を気づかされたような気がします。

そんな大事な事を気づかされる出初式。見たことないって方は是非是非是非一度見てみてくださいね!

Emily's Blog

エミリーのブログ vol.5



Hello everyone! I hope everyone has been able to stay healthy throughout the winter!

One of the things I miss about winter back home in Colorado is the snow. A big part of my childhood growing up was playing in the snow, making snowmen, having snowball fights, and driving to the nearby Rocky Mountains to go skiing! There's nothing like waking up in the morning to see several inches of powder waiting to be played in. It still feels strange to live in a part of the world where this isn't a part of everyday life in the wintertime but I'm sure I'll get used to it soon.

The nice thing about living here where it doesn't snow is that I'll never have to worry about shoveling my way out of my apartment!

みなさん、こんにちは!冬の間、みなさんが健康でいられるようにと願っています。

冬の故郷コロラドで、私が恋しいのは雪です。私が子どもの時はよく、雪だるまを作ったり雪合戦をしたりして遊び、近くのロッキー山脈までドライブしてスキーをしていました。朝起きて数インチの雪が遊んでくれるのを待っているかのような景色は、たまらなく最高です。これまでのコロラドでの日常的な冬の生活とは違った世界に住むと、ちょっと不思議に感じますが、すぐに慣れると思います。

雪が降らない西原村に住む利点は、アパートの出入口を除く雪する心配がないということです!

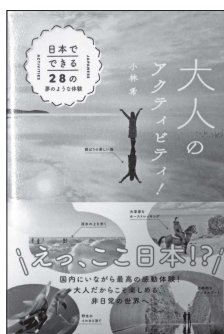
図書館からのお知らせ

立春とは名ばかりで、まだまだ寒い日が続いております。体調管理が難しい季節です。風邪などひかぬようしっかりと栄養、休養をとってください。また、図書館では「おすすめ本」のコーナーを設けています。ぜひ他の方の意見を参考に本を選んでみてはいかがでしょうか。

新着図書・おすすめ図書のご紹介



不死鳥少年
石田 衣良(著)【毎日新聞出版】
父の国の大空襲から母を守り、炎の夜を生き延びろ!<アンダイング=不死身>とあだ名をつけられた日系2世の少年、時田武14歳。母・君代と家族を率いて、炎そのものとなった街を駆け抜け。デビュー作「池袋ウエストゲートパーク」以来、少年少女のリアルを見つめてきた著者による新境地。



大人のアクティビティ
小林 希(著)
旅作家の著者がこれまでに体験してきた日本各地でできる夢のようなアクティビティを一挙ご紹介!子供だけじゃない、大人も楽しめる庄巻のスポットを厳選、オホーツク海から流れてきた庄巻の流氷。1日数時間しか現れない幻の島。広大な雪原を駆ける犬ぞり。約2カ月で姿を消す幻の氷の村。黄色い菜の花に包まれる。グルメ列車。まだ知らない日本の姿を探しに、冒険へ出ませんか?

「ちゃんとしなきゃ」をやめたら二度と散らからない部屋になりました



見えないうちでも整理整頓術編 なぎまゆ(著)
もしかしたらあなたの部屋は隠れ肥満型かも!?元方付けられない人だった著者がおくる、整理整頓術第2弾!
クローゼットや食器棚をはじめ、収納場所を上手に利用できていますか?少しでもドキッとしたり、あなたの部屋は「隠れ肥満型」かもしれません!今作では全巻よりも少し視点を移し、後に散らかってしまう要素になりかねない隠れた部分の整理整頓術を解説。全巻と合わせて読めば、二度と散らからない部屋にまた一歩近づくこと間違いなし。



ぱんだんす やまぐちりりこ(文) すがわら けいこ(絵)
「ぱんだのだんす ぱんだんす おしりふりふり ぱんだんす」思わず、踊りだしたくなる絵本。「ぶるん ぶるん ぶるん」「どすん ぼわん どて べたん」「ぐるぐるぐるぐるーん」など、楽しい言葉がいっぱい!
パンダが子供と一緒に踊ったり、回ったりします。絵を見て、一緒に踊りだしたくなる絵本です。すがわらけいこさんのちょっととほけたパンダが秀逸です。

お問い合わせ・リクエストは 図書館カウンター
または 右記にてお待ちしております。

西原村生涯学習センター 図書館
〒861-2402 西原村大字小森3256 ☎ 096-279-4425

西原地域包括支援センターからのお知らせ

地域みんなで取り組む介護予防

万徳スーパーサロン



本格的な日本舞踊等が惜しみなく披露されていてこの日はクリスマス忘年会。

94歳同級生コンビ(大塚美代子様、山下キミコ様)の参加もあり良い雰囲気で行われていました。

出のロスーパーサロン



年内行事は一通り終了し今年最後の茶話会。何でもないことで大笑いしながら一年の締めくくりと思いきやこの後は「納骨堂の清掃にいくばい」とサーッと片付け一斉に出掛けて行かれました。

宮山スーパーサロン



ボールを使い「あなたがたどこさ」を行うも、ボールの廻りが早く最終的には1ケも持たずに終了してしまう人や3つも4つ持っている人さまざま。歌いながらボールを回す二重課題への挑戦でした。

士林スーパーサロン



1日遅れのクリスマス会はプレゼントが楽しみの一つ。年齢が高い方からあみだクジで商品ゲットです。「大きい物もあれば小さい物も。しかし中身は百均です」と役員さんの一言に思わず笑みがこぼれました。

風当スーパーサロン



超難しいことわざと頭の体操の後は甘さ控え目の美味しいぜんざいと手作りたくあんで酷使した脳に栄養を与えました。この調子で来年も頑張るぞ～!

高遊スーパーサロン



お口の体操では「上を向いて歩こう」を全員で合唱、後出しジャンケンも見事にクリアー、全てに完璧。その後はお楽しみのお茶会! テーブルは男性陣がテキパキとセッティングしてくださいました。

役場各課・係 直通ダイヤル

総務課	279-3111
企画商工課	279-3112
教育委員会	279-4424
議会事務局	279-4364
会計課	279-4394
税務課	279-4395
産業課	
経済係《農業委員会》	279-4396
地籍調査係	279-4417
復興建設課	
土木係	279-3114
復興計画係	279-4417
水道係	279-4398
住民福祉課	279-3113
保健衛生課	279-4397
保険係	279-4389
にしはら保育園	279-2054

土日、祝日は 279-3111 へお願いします

村の機関

- 構造改善センター 279-3890
- 社会福祉協議会 (のぎく荘) 279-4141
- にしはら地域包括支援センター 279-4111
- 生涯学習センター (山河の館) 279-4425
- 地域支え合いセンター 273-8383

肝炎サロンの開催について

肝臓の病気や治療に関する不安や悩みなど、ゆくり語り合ってみませんか？専門医への相談もできます。(参加無料・申し込み不要)

■日程・場所

- 2月7日(金) 天草地域健診センター
 - 2月14日(金) 公立玉名中央病院
 - 2月18日(火) 熊本大学病院 山崎記念館
 - 2月26日(水) 熊本労災病院
 - 3月13日(金) 阿蘇医療センター
- ※各会場午後1時30分開始予定(2時間程度)
- お問い合わせ先／県健康危機管理課
TEL(096)333-2783



労使紛争の解決に

「あっせん」をご利用ください

県労働委員会は、解雇や労働条件の変更など、労働者と事業主との間に起きたトラブルについて、自主解決が難しい場合に、歩み寄りによる解決をお手伝いする「あっせん」を行っています。手続きは簡単で、秘密は厳守され、費用はかかりません。正規社員および非正規社員の方ももちろん、事業主の方も利用できる制度です。

「話し合いが進まない」「早く解決したい」そんな悩みをお持ちの労働者・事業主の方は、ぜひお気軽にご相談ください。

■お問い合わせ先／県労働委員会事務局
TEL(096)333-2753



「みなまたあしきた海老いろ色フェア」開催!!

水俣・芦北地域の飲食店14店舗で、足赤海老や石海老などを使用した海老料理を提供するフェアを開催しています。多彩な料理で堪能できる特産品などが抽選で当たるスタンラリーも行っていきます。各店自慢の一品を食べ歩いてみるのはいかがでしょう。



■期間…3月1日(日)まで
■お問い合わせ先／芦北地域振興局総務振興課
TEL(0966)82-4445

熊本大学病院第2回市民公開講座
『大規模噴火に備える』

熊本大学病院災害医療教育研究センターでは、火山災害に対する過去の噴火を教訓にした取組みや火山に関する知識、火山災害時の医療救護活動について、講演会を開催します。

■講師…京都大学名誉教授 山恒臣先生、国土交通省 齊藤啓嗣 火山防災対策分析官、鹿児島市立病院 吉原秀明 救命救急センター長

■日時…令和2年2月15日(土)
午後1時30分～4時30分

■場所…TKP熊本カンファレンスセンター
(熊本市中央区花畑町4-7)

■費用…無料 *事前申し込みが必要。先着80名
■申し込み／朝日新聞第1生命ビル9F)

熊本大学病院災害医療教育研究センター
TEL(096)333-7214、7215



みんなで楽しく手話入門講座

初めての方も大歓迎！一緒に学びましょう！

- 1. 目的 聴覚障害者の主な伝達手段である手話を学ぶことにより、聴覚障害者の理解と日常生活支援につながるボランティアの発掘、育成を目的とします。
- 2. 主催 社会福祉法人 西原村社会福祉協議会
- 3. 期 日 令和2年3月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
午後7時から9時まで(毎週火曜日の、4回コース)
- 4. 場 所 西原村地域福祉センターのぎく荘 会議室
- 5. 受講者 村内の方で手話を学びたい方なら誰でも受講できます。
※出来る限り毎週受講できる方とします。(10名程度)
※入門講座ですので初めての方でもお気軽にご参加ください！
- 6. 受講料 無料
- 7. 講師 熊本県ろう者福祉協会
- 8. 申し込み締切日 令和2年2月21日(金)まで
- 9. 申込先 社会福祉法人 西原村社会福祉協議会 〒861-2402 西原村大字小森572番地
Tel.279-4141 Fax279-4388(EX-ル nisihara-nogiku.4141@wonder.ocn.ne.jp)
右記の申込必要内容を、電話又はFAX、Eメールでご連絡ください。◎《住所・氏名・電話番号》
- 10. その他 中学生以下は保護者の承諾が必要です。
※講座終了後も、手話サークルの仲間と定期交流学習会にも参加できます。



灰床サロン



寒い季節になると始まる恒例の「焚火サロン」今年も開催されていました。この季節は用事がなければ毎日のように集まっては、焚火を囲んでいろんな話で盛り上がります。

布田サロン



今回は、忘年会ということで、地域のお世話役さんによる健康ダンスの披露やボランティア講師による健康教室などで大変盛り上がりました。

山西団地サロン



毎週水曜日の午後から茶話会を開かれています。近隣の方々とも徐々に顔なじみになられて、毎回、和やかな雰囲気楽しい時間を過ごされています。

世代を超えた交流ができています！

子ども合同サロン 袴野地区



今回は、地域の子ども達と一緒に、餅つきとだんご汁作りを行いました。子ども達にとっては貴重な体験で、みなさんが先生となって美味しいお餅とだんご汁が出来上がりました。

ふれあいいいきいきサロン活動報告

お礼

香典返し 次の方々より故人のご供養のため社会福祉協議会に多額のご寄付をいただきました。故人のご冥福をお祈りしますと共に心からお悔やみ申し上げます。(敬称略)

嘱託名	故人氏名	遺族氏名
宮山	坂本 千加枝	坂本 隆生
鳥子	坂梨 恵美子	坂梨 豊
宮山	牧野 フジノ	牧野 晶子
高遊	加藤 サカエ	加藤 修
布田	田屋 正俊	田屋 英治

ニコニコ献金・一般寄付

(敬称略)

嘱託名	氏名	備考
小森西	中村 俊行	一般寄付

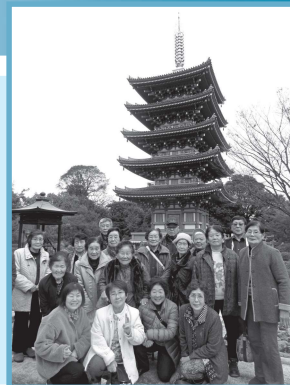
この尊い浄財は、ご寄附いただきました各位の趣意に添うべく、社会福祉のために有効に使用させていただきます。ありがとうございます。

尚、個人情報保護の観点から個人寄付金額の公表は控えていただきます。〔1月16日受付分まで掲載〕

最近の身体障害者福祉協会活動

◆会員研修

作業療法士による「日頃の生活の中で役立つリハビリについて」講話を受けられました。会員の皆さんも、改めて日頃から無理のないリハビリ(運動)を継続していくことの必要性を感じられたようです。昼食時には、おしゃべりも弾み、お互い困ったことを共有し合う有意義な場になったのではないのでしょうか。



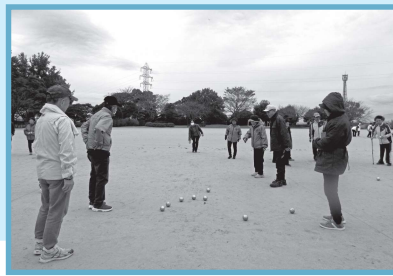
◆阿蘇郡市体育大会

43回目となる今回の体育大会は小国町で開催されました。個人競技・団体競技それぞれに楽しく、そして一生懸命、1つ1つの競技に臨まれていました。手足を動かすリハビリにもなり、心身共にリフレッシュできたようです。

次年度は西原村で開催予定の体育大会！一人でも多くの会員の方々に参加していただきたいですね！

◆くまもと障がい者ペタンク大会

「西原村Cチーム」見事に優勝しました！これを機に、気軽にできるスポーツの一つとして、ペタンク競技を一人でも多くの会員の方々に覚えてもらい、活動の場を広げていただきたいと思います。



◆阿蘇郡グラウンドゴルフ交流会

南阿蘇村の休暇村で行われたグラウンドゴルフ交流会！皆さん、競技が始まると真剣な表情で1球1球を打たれてました。また、グループ分けも他町村のいろんな人と一緒になってコミュニケーションも図れ、グラウンドゴルフを通して楽しい交流会ができたようです。

第24回 のぎくまつり が開催されます！

日時 令和2年2月23日(日) 午前9時30分～午後1時

場所 地域福祉センターのぎく荘まつり会場

◎今年も、多くのボランティアの皆様の支えにより盛沢山の内容で開催する予定です。どうぞ皆さんお誘い合わせのうえご来場ください。★詳しくは、別途配布のチラシをご覧ください。

自分の村を
よくする
しくみ

赤い羽根共同募金



赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました。

皆様のご理解のおかげで **3,974,782円** のご協力をいただきました。

※敬称略・順不同にて掲載させていただいております。

西原村老人クラブ連合会 (5千円以上の方々) **1,264,359円** (単位老人クラブ会員様898名他)

日置リツ子 5,000円	中村 久子 6,000円	山下芙蓉子 20,000円	戸田 輝久 6,091円
日置 利則 5,000円	内田 一臣 7,136円	国武 仁 5,000円	山野 一信 5,400円
藤本 一雄 10,000円	矢野セイ子 5,000円	山下 清二 5,000円	中村 正澄 5,000円
菅我 勝徳 5,000円	山本 政行 5,000円	村上 精一 5,000円	福永 士朗 5,000円
東 美智吉 6,000円	古閑 康博 5,000円	池田 芳子 5,000円	中村 兼光 5,000円
福島 好信 6,000円	小城 学 5,000円	堀田 芳治 10,000円	西村 成美 5,000円
坂本 洋子 5,000円	馬場 梅香 5,000円	堀田美津代 10,000円	上村 保盛 5,000円
広瀬 義照 6,000円	小城サナエ 5,000円	永野 知覚 11,000円	上村 紘一 5,500円
水上 尚三 10,000円	岩木 司 10,000円	永野 正二 12,009円	泉田 洋一 10,000円
海東 磨 5,000円	久野イツ子 10,000円	西岡 哲也 15,000円	中村 牧子 5,000円
秦 忠義 20,000円	林田 節男 7,200円	泉田 元宏 10,000円	
古澤 正光 5,000円	柿田 弘己 5,000円		
高本 宏三 5,000円	林田 光信 11,000円		
松岡 春雄 5,000円	草野 義信 10,130円		
村上 哲夫 5,000円	武石八重喜 5,000円		
久保田博美 10,000円	上野 光雄 5,000円		
谷口サワ子 5,000円	首藤 福丸 5,000円		
竹下 昌史 5,000円	今村 和己 23,000円		
坂本 隆生 5,000円	片山 勝代 5,000円		
秋吉 隆 5,000円	花元つぼみ 5,000円		
馬場 尚美 5,000円	堀田 繁子 5,000円		
緒方 義秋 12,200円	土肥ムツ子 5,000円		
河上 高 5,000円	前鶴 義博 10,000円		



戸別募金 **876,450円** (1,717件) (区長様を通じて各世帯にお願いする募金)

法人募金 **1,102,000円** (110件) (村内各企業様・納入業者様を対象とした募金)

社会福祉法人 致知会 真和館 45,000円	阿蘇大阿蘇清掃社 10,000円	ボディショップ・オガタ 5,000円
肥後木村組株式会社西原益城生コン研究所西原工場 30,000円	阿味の山一 10,000円	日本ガスケミ(株) 5,000円
永広医院 30,000円	阿坂本商店 10,000円	西原カーテック 5,000円
阿山下工務店 20,000円	けやき工房 10,000円	四季即餐喰 5,000円
阿坂本技建 20,000円	阿上田建設 10,000円	志内商店 5,000円
阿久保田芝産業 20,000円	村上建設(株) 10,000円	三陽開発(株)肥後サンパレーカントリークラブ 5,000円
阿吉岡板金工業 20,000円	阿内田陸運 10,000円	桑田歯科医院 5,000円
阿のら内科クリニック 20,000円	阿南利クレーン 10,000円	阿フレッシュダイレクト 5,000円
セブイレブン 阿蘇西原店 20,000円	阿山田牧場 10,000円	阿三和 5,000円
阿九電工 大津営業所 20,000円	阿まつもと 10,000円	アヴァンセ・シム 5,000円
JA阿蘇西原中央支所 20,000円	阿西原シロアリ技研 10,000円	阿藤田工作所 5,000円
阿ライフプランニング 20,000円	ラピス 10,000円	阿三省管工 5,000円
阿広瀬 20,000円	阿廣瀬製作所 10,000円	阿泉技研 5,000円
阿藤川建設(株) 20,000円	阿三井ハイテック 阿蘇事業所 10,000円	阿西本真生堂 西原店 5,000円
阿山交流館 阿の里 20,000円	阿セイブ 10,000円	阿クリスタル光学 5,000円
阿西原村シルバー人材センター 20,000円	阿後藤商店 10,000円	阿共和 熊本工場 5,000円
阿阿蘇ミルク牧場 20,000円	阿西原建設工業 10,000円	阿インターナショナルケミカル 5,000円
阿(株)西原エコ・グリーン 10,000円	阿大電工 10,000円	阿堀場エステック阿蘇事業所 5,000円
阿(株)東光物産 10,000円	阿笑家 10,000円	阿Mグループ 5,000円
阿(株)宇都宮建設 10,000円	阿(株)松岡工務店 10,000円	阿西原カントリー-阿蘇グリーンヒルカントリークラブ 5,000円
阿(株)フルゲン 10,000円	阿NPO法人 たんぼぼハウス 10,000円	阿清光園芸 熊本支店 5,000円
阿社会福祉法人 成仁会 みどりの館 10,000円	阿赤尾歯科クリニック 10,000円	阿(株)田代食品 5,000円
阿西原村商工会 10,000円	阿(株)高橋工業 10,000円	阿日置工業(株) 5,000円
阿にしはら葬祭 10,000円	阿(株)加藤ファーム 10,000円	阿(株)岩本屋産業 5,000円
阿西阿蘇酪農業協同組合 10,000円	阿(株)家畜改良事業団熊本種雄牛センター 10,000円	阿(株)東光石油 西原給油所 5,000円
阿ナカヤマ精密(株)熊本工場 10,000円	阿(株)松川生コン販売 10,000円	阿首藤自動車钣金塗装 5,000円
阿高橋工務店 10,000円	阿(株)L5Design 10,000円	阿松本電気工業 5,000円
阿貴田自動車 10,000円	阿(株)月岡樹芸園 10,000円	阿内田ライスセンター 5,000円
阿(株)生科研 10,000円	阿(株)ジェイウインド 10,000円	阿句膳茶屋 実の花 5,000円
阿桂商店 10,000円	阿高橋工業建築(株) 10,000円	阿匿名希望企業 4,000円
阿阿蘇森林組合西原支所 10,000円	阿(株)堀田建設 10,000円	阿マルキン食品(株)阿蘇工場 3,000円
阿JU熊本 10,000円	阿グランドチャンピオンゴルフクラブ 10,000円	阿坂金製菓(株)熊本工場 3,000円
阿(株)ケイシン工業 10,000円	阿中鶴建築(株) 10,000円	阿くまもと長寿苑そよ風 3,000円
阿(株)九州原皮商会 10,000円	阿テクノデザイン(株) 7,000円	阿(株)チッキョー熊本事業所 3,000円
阿(株)外輪山バーベキュー 10,000円	阿(株)ココローチキン 5,000円	阿(株)下村組 3,000円
阿(株)カーライフジャパン 10,000円	阿(株)サンレイメディカル 5,000円	阿四ツ目 1,000円
阿(株)小栗商店 10,000円	阿ローソン阿蘇高遊原店 5,000円	

イベント募金 98,550円 (3件) (イベント等でご協力頂く募金)
 のぎくまつり西原中学生徒会募金 22,939円 〓 ふれあいまつり 33,111円
 第3回フラバレーボール大会 42,500円 〓

個人大口募金 67,441円 (6件) (五千円以上ご協力頂いた個人募金)
 匿名希望 6,995円 〓 溝口 ハル工 10,000円
 匿名希望 20,000円 〓 藤森 徳次 10,446円
 秋吉 誠二 10,000円 〓 池田 芳子 10,000円

職域募金 132,727円 (6件) (従業員や職員を対象とした募金)
 西原村民生児童委員一同 15,000円 〓 西原村議会互助会 10,000円
 ㈱三井ハイテック阿蘇事業所職員一同 3,383円 〓 西原村社会福祉協議会理事、監事一同 90,000円
 西原村身体障害者福祉協会 7,144円 〓 西原村社会福祉協議会評議員有志 7,200円

協力店募金 19,808円 (13件)
 (店舗等に募金箱の設置をお願いする募金)

坂本商店 318円
 ミルクの里 182円
 萌の里 7,982円
 阿蘇グリーンヒルカントリークラブ 1,418円
 四季即警喰 892円
 西本真生堂 358円
 シルバー人材センター 119円
 西原郵便局 214円
 JA阿蘇西原中央支所 5円
 阿蘇ミルク牧場 6,334円
 グランドチャレオゴルフクラブ 172円
 笑家 1,115円
 たんぼぼハウス 699円

自動販売機売上募金 68,637円 (2件)
 西原村役場(体育館前) 31,439円 〓 西原村社会福祉協議会 37,198円

今年度ご協力いただいた募金は次年度西原村社会福祉協議会に配分され各事業に使われます。

学校募金 24,980円 (3件)
 (児童生徒を対象とした福祉教育を目的とした募金)
 西原中学校 7,135円
 山西小学校 15,010円
 河原小学校 2,835円

一般募金 25,356円 (6件)
 (個人大口以外のご協力頂く募金)
 今村サエ子 4,910円
 匿名希望 2,000円
 縫製ボランティア「わくわく」 10,000円
 利子 1円
 阿蘇こうのとり保育園平成30年度卒園児 3,572円
 のぎく荘募金箱 4,873円

物品募金 294,474円 (11件)

(共同募金オリジナルポロシャツ販売募金)
 オリジナルポロシャツ売上募金 137,500円
 (職員を対象に図書・クオカードを利用した募金)
 にしはら保育園職員一同 7,050円
 西原村役場職員一同 44,224円
 西原中学校職員一同 7,500円
 河原小学校職員一同 7,000円
 山西小学校職員一同 16,000円
 西原村商工会職員一同 1,410円
 こうのとり保育園職員一同 7,520円
 西原村地域支え合いセンター職員一同 1,880円
 西原駐在所 470円
 西原村社会福祉協議会職員一同 63,920円

★ 赤い羽根共同募金配分金(助成金)の流れ ★

平成30年度募金総額 **3,815,773円**

令和元年度配分金 **3,465,773円**

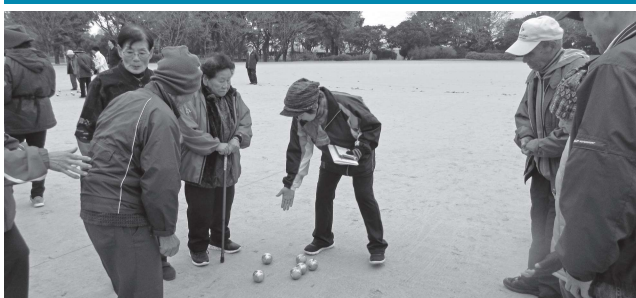
西原村社会福祉協議会では配分金で以下のような活動を行っています。

高齢者福祉活動費 582,000円



90歳以上お祝い訪問・ダイヤモンド婚・金婚式・伝承遊び交流会
 福祉球技大会・老人クラブ活動・シルバーヘルパー活動 など

障がい児・者福祉活動費 502,000円



県・郡スポーツ大会・親睦会・球技大会・りんどうの会・手話講座
 たんぼぼハウス活動支援 など

児童・青少年福祉活動費 653,000円



小中学校ボランティア協力校助成・ボランティアスクール・ボランティア体験
 学習・やまびこふれあいだより・小学校卒業記念・一人親世帯支援 など

住民全般福祉活動費 1,728,773円



シニアカレッジ支援・のぎく荘だより・ボランティア活動保険・福祉
 協力員支援・地域活動拠点整備支援・フラバレーボール大会 など

作っちゃう食べちゃう 高菜としらすのスパゲティ



材料	分量(1人分)
・スパゲッティ	30g
・しらす干し	1.5g
・ベーコン	10g
・にんにく	少々
・たまねぎ	30g
・人参	10g
・たかな漬	15g
・ぶなしめじ	10g
・サラダ油	小さじ1/2
・料理酒	小さじ1/2
・うすくちしょうゆ	小さじ1/3
・食塩	小さじ1/2
・こしょう	少々

- ### レシピ
- ① にんにくみじん切り、玉ねぎスライス、人参細切り、しめじは食べやすい長さに切る。
 - ② フライパンを熱し、油を入れてベーコンを炒める。
 - ③ にんにく、人参、たまねぎを加え炒める。
 - ④ しめじとしらすを加え炒める。
 - ⑤ 高菜・調味料を加え味付けをする。
 - ⑥ パスタ麺を茹でる。
 - ⑦ パスタの具と麺を混ぜ合わせる



- ### ポイント
- 高菜は阿蘇の特産物です。冬が旬の野菜です。
 - 高菜にはお腹の調子を整える食物繊維やお肌の調子をよくするビタミンCが入っています。
 - しらすには骨を丈夫にするカルシウムが入っています。普段なかなか小魚類をとることができないのでパスタなどに入れて食べてみてください。
 - パスタは、いろいろな食材を取り入れやすいのです。ご自身の好みのパスタを作ってみてください。

スポットライト

人権啓発標語コンテスト

毎年12月に西原村人権フェスティバルを開催しておりましたが、本年度に置きましてはインフルエンザが流行し、更なる蔓延を防止するために中止となりました。人権フェスティバルで表彰する予定でした、令和元年度小学生人権啓発標語コンテストの結果をお知らせいたします。多数の応募の中から、次の標語が選ばれました。



▲最優秀賞を受賞された山崎 璃湖さん

◎最優秀賞

『ちょっと待って 傷つけてるかも その言葉』

山西小学校 6年 山崎 璃湖 さん

◎優秀賞

『青い空 外でなかよく おにごっこ』

河原小学校 3年 堀田 倅路 さん

『いじめかな 今すぐとめよう 勇気をもって』

山西小学校 4年 久保田 護 さん

『見て見ぬふりは絶対だめ 傍観者にはならないで』

西原中学校 1年 山並 優人 さん

『「大丈夫」 その一言で 自分もあの子も温かい』

西原中学校 3年 北村 玲華 さん

表紙の写真



今月号の表紙は西原村成人式の集合写真です。新成人の皆さんは、友人との久しぶりの再会を喜んでいる様子でした。西原村の未来を担う世代として大人の仲間入りになられた皆さん、ますますのご活躍を祈念いたします。この度は誠にありがとうございます。

水と緑と光の村
広報にしはら 2020.2
Vol.237

広報西原 検索