

広報西原 6

2021
No.253

水と村

全力青春！
未来を拓く若い力

特集

集落再生事業竣工記念

あの日から



F O C U S

集落の復興と未来

坂田 哲也 さん

ななの家
大切畑



あの日から

「やっとここまで来たかという感じです」。熊本地震の翌年から大切畑集落の区長のバトンを受け継いだ坂田哲也さんは、感慨深く集落を見つめながら取材に応じてくださった。熊本地震を経験した人にしかわからない「恐怖」はなかなか拭えるものではなく、被災直後、集落の話し合いで「集団移転」という言葉も出た。しかし、坂田さんは1軒でも多く大切畑に残ってほしいという気持ちが強かった。何とか集落に残って再建してくれる方法を模索した。自身の自宅は半壊したが、再建方針はすぐに決まっていた。「修理してここに住む」家族からは反対の言葉もあったが、1人になってもここに残ると誓っていた。それくらい大切畑に思い入れがあり、集落を何とか存続させていかなければならないと思った。



▲当時を振り返る坂田さん

集落としての、再建方針を決める必要があった。坂田さんはそのまめ役として指揮を執ったが、意見は割れた。この先の災害の心配、お金の問題、家族の意見、問題が山積みだったが、当時を振り返り坂田さんは言う。「ほとんどの人が家を失った。どん底まで落ちたからこれからは上がつていくしかないと思った」。何十回、何百回もの話し合いを経て、集落の再生計画をまとめた。集落の再生に防災面の強化は不可欠。福岡西方沖地震で被害を受けた女界島を視察した際に、斜面に段々と並ぶ家を見て、大切畑と近いものを感じた。この視察からヒントを得て、集落内の道路を拡張する必要があると感じた。熊本地震当時も、擁壁の倒壊によって、道路が塞がれ、避難路の確保や支援の手が届きにくかったという問題点があった。そしてもう一つ、集落を再生するにあたって大事にしていた考え方が、復興のその先をことを考えること。高齢化が進む集落にとって、将来的に移住者の取り込みを推進する必要があると思ったからだ。先を見据えた復興を行うため、空き地となっている土地への水道管の敷設などを推進するなど、集落の未来を見据えた復興を推し進めた。

未来ある復興

復興という恩返し

「復旧」としての一つの区切りを迎えた大切畑。現在は集落を残していくための取り組みを行っている。大切畑の生活スタイルに合った移住者を取り込む為、集落を紹介するリーフレットを作成するなど、移住した後も集落に溶け込みやすい環境づくりに気を付けているという。取材中、お世話になった方々への感謝の言葉を何度も口にされた坂田さん。ボランティアの方々や、同じ被災地としてアドバイスをもらった新潟県山古志村の方とは今でも連絡を取り合っている。大切畑の発展は、そうした人たちへの一番の恩返しになると感じた。



▲復興への横断幕を掲げる大切畑住民の皆さん (H28)



熊本地震被害概要	
■ 人的被害	
死者	5名
関連死	4名
■ 建物被害	
・全壊	512棟
・大規模半壊	201棟
・半壊	664棟

悲劇の熊本地震から今年で5年を迎えた。西原村の景色が一変したあの日から今日まで、村一丸となって生活再建に取り組んできた。そして、今年の4月18日、西原村における熊本地震からの復興事業の大きな柱であった集落再生事業が竣工した。集落は新しく生まれ変わり、新しいスタートを切った。西原村の完全復旧まで残り僅か。これからは、「復旧」から「復興」へと段階が変わっていく時期に来ている。そんな中、地震前からの課題であった、「高齢化」や「人口減少」という問題を抱えている集落もある。熊本地震で得た教訓はこれからの集落存続にどのような影響を与えるのか。震災から5年の節目を迎え、改めて熊本地震を振り返っていただく機会を設けるとともに、集落はどのように再生し、どのようにして今の若い世代へと受け継いでいき、残していくのかを考えるきっかけにしたい。

Focus

集落を離れていても できることがある

山口誠一さん



▲当時を振り返る平島さん

仮設住宅に暮らす平島睦子さん。小森仮設団地の自治会長として、様々な取り組みを行ってきた。日中、高齢者や障がいを持っている方が集まれる場所を作ろうと、集会所はできるだけ毎日開放。定期的にお茶会等のイベントを開催するなど、団地内の福祉活動を精力的に行なった。この活動のきっかけは、地震後に連絡を取るようになった東日本大震災を経験した方から「高齢者が仮設住宅に引きこもりがちになる」という経験談を聞いた事だった。

視点

熊本地震がなければ気づけなかったこと。

熊本地震で受けた被害は甚大なものだったが、反対に得たものも多くある。千年に1度と言われる震災を乗り越えた経験は、確実に刻み込まれ、受け継がれていくのだと感じるとともに、更に素晴らしい村になることを確信した。



▲令和元年の小森仮設団地復興祭の様子

自身も障がいを持っているが、だからこそ見えるものがあるし、気づけることがあると平島さんは言う。いまだに仮設住宅での暮らしは慣れないが、当たり前と思っていたことが、当たり前ではないと熊本地震で気づかされた。熊本地震がなかったら気づけなかった事、出会えなかった人がたくさんいる。地震から時間が経つにつれて、そのことをひしひしと感じている。

今後地元である布田地区に住宅を再建する予定だが、熊本地震で得た経験を集落に戻しても活かしていきたいと考えている。

熊本地震で受けた被害は甚大なものだったが、反対に得たものも多くある。千年に1度と言われる震災を乗り越えた経験は、確実に刻み込まれ、受け継がれていくのだと感じるとともに、更に素晴らしい村になることを確信した。

決断

「正直な気持ちは大切畑に再建しなかった」と語る山口さんは、施工管理の仕事をしている。発災当時は復興工事の増加によって仕事が忙しかった。家族は避難所で暮らす中、山口さんはなんとか残った農機具小屋に寝泊まりすることが多く、自宅の再建について家族と話すことがあまりなかった。

原動力

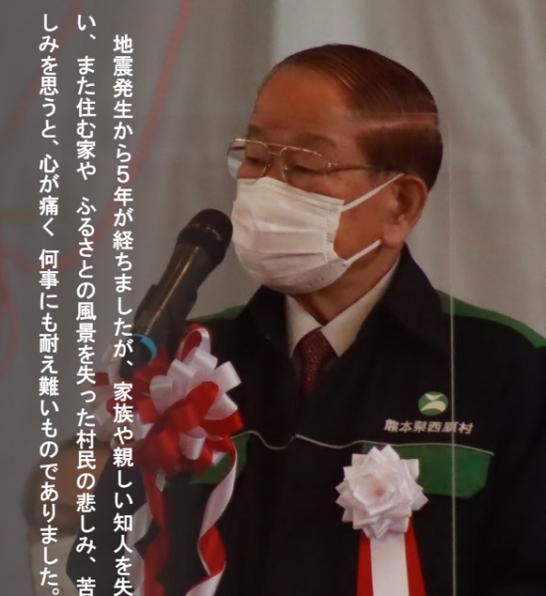
そんな中で、家族の住宅再建の総意は「大切畑を離れて再建する」という事で固まっていた。自分の気持ちも伝えたが、2人の娘や家族のことを優先した。



▲大切畑集落の区役に参加する山口さん

結びつきが強い大切畑だからできたことだと思うし、その集落の良さを再認識できた」と山口さんは語る。こうした魅力を次世代に残していきたいという思いが、山口さんを動かす原動力なのだろう。

一日でも早く村民の方々に安定した暮らしを提供したいとの思いを、住民や事業者の皆様がくみ取られ、御協力いただき、そして実を結び、このように素晴らしい集落再生事業が完成しました。被災した人だけにしかわからない悲しみ、苦しみ、痛みを耐え、宅地の擁壁ができ、利便性の良い道路ができ、集会所ができ、想像以上の集落の姿に感動と同時に、感慨深い思いであります。集落再生事業に携わって頂いたすべての皆様に、深く感謝とお礼を申し上げます。



私たちは、西原村の未来の村づくり、西原村のあるべき姿を求め、復旧復興に向け邁進してまいりました。今振り返り、竣工した集落をみますと、当時の被災状況から、よくぞここまで復旧できたことと感慨深く、感無量の思いであります。

西原村長 日置和彦

西原村長 日置和彦

避難指示で必ず避難

避難勧告は廃止です

避難って具体的にどうすればいいの？

避難所に行くことだけが避難ではありません。
状況に合わせた行動が必要です。

避難とは

避難のポイントを整理

指定された避難所への立ち退き避難

指定避難所への避難については、いつも持参するもののほかに、新型コロナウイルス感染防止のため、マスクや消毒液、体温計などを持参してください。

安全な親戚・知人宅への立ち退き避難

何らかの理由によって指定避難所への避難が困難である場合などは、親戚や知人宅への避難も方法の一つです。

普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。

また、防災マップで危険がないかも合わせてチェックしてください。

屋内安全確保

洪水想定区域や土砂災害の危険がない場所にある自宅で、当分の食料や水・生活用品が確保できている場合は、むやみに外出せず、屋内で安全を確保してください。

避難に関する注意

▶豪雨時の屋外への移動は車も含め危険です。やむを得ず車中泊する際は、浸水しないよう周囲の状況等を十分に確認してください。

▶ご自宅や通勤、通学路、避難所までの避難路について、防災マップで危険がないかを事前に確認しておきましょう。

日本では毎年のように、大雨や台風などによる洪水や土砂災害、高潮などが発生し、多くの被害がでています。

災害発生危険度を直感的に理解し、的確に避難行動ができるようにするため、避難に関する情報や防災気象情報等の防災情報を5段階の「警戒レベル」を用いて伝えることとしています。

令和3年5月20日より、避難情報が見直され、これまで発令されていた「避難勧告」が廃止されました。これにより、レベル4「避難指示」の発令により、必ず避難を行ってください。

- ※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
- ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。
- ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル	新たな避難情報等
5	緊急安全確保※1 災害発生又は切迫
<警戒レベル4までに必ず避難>	
4	避難指示※2 災害のおそれ高い
3	高齢者等避難※3 災害のおそれあり
2	大雨・洪水・高潮注意報（気象庁） 気象状況悪化
1	早期注意情報（気象庁） 今後気象状況悪化のおそれ

NEW! 西原村総合防災マップ

村民の皆様へわかりやすく防災情報をお伝えするために、西原村総合防災マップを作成しました（令和3年3月時点）。この防災マップは災害に必要な情報や行動マニュアルをまとめ、熊本地震以降に作成された新たな地図を基に、土砂災害警戒区域や浸水想定区域等の危険箇所や避難所、公民館の位置情報等を掲載しております。

ご家族で災害対策について話し合いをしていただく際や、自主防災組織などの活用の際にご活用いただき、平時からの心の準備と物の備えに対し万全を期し、いざという時の迅速な対応にお役立ていただきますようよろしくお願いいたします。

防災マップ<冊子版>

5月に各家庭1部ずつ配布しております。

防災マップ<WEB版>

西原村ホームページからご覧いただけます。ホームページトップ画面の「西原村防災マップ」のバナーからご覧ください。



6月～8月の季節予報（九州北部地方）

■低い（少ない） ■ 平年並 ■ 高い（多い）

	6月～8月			
	低い	平年並	高い	
気温	6月～8月	20	40	40
	6月	20	40	40
	7月	30	30	40
	8月	30	30	40
降水量	6月～8月	20	40	40
	6月	20	40	40
	7月	30	40	30
	8月	30	30	40

【今年の夏の様相】

天候について、6月、7月については、平年に比べ、やや曇りの日や雨の日が多い予想です。8月に入ると平年と同様に晴れる日が多くなる見込みです。

梅雨時期の降水量については、平年並みか高い確率が合わせて70%～80%となっており、大雨による被害に注意が必要です。

気象庁や役場の発信する情報を随時確認いただきますようお願いいたします。

消防署からののお知らせ

身近なバッテリーが火災の原因に

火災発生の例（熊本市消防局管内）

CASE 1

健康増進のため、万歩計を貸し出していた事業所で、電池の消耗防止のためボタン電池（リチウムイオン電池）を万歩計から抜き取り、約100個を紙袋に入れて保管していたところ、通電して発火。

【原因】ボタン電池に絶縁処理をせず、無造作に紙袋に大量に入れ、重なりあったことが原因。

CASE 2

自作のラジコン飛行機を飛ばして遊んでいて、操作を誤り墜落。機体内部のバッテリーが衝撃で破損し発火。広範囲に広がる原野火災となった。

【原因】自作のため機体内部の部品配列や固定が脆弱で、衝撃に耐えられなかったことが原因。

西原村での災害等発生状況

火災	1件（2件）
警戒	3件（6件）
救急	20件（85件）
救助	0件（0件）

※（）内は累計件数

バッテリーによる火災の増加

モバイルバッテリーが普及していくにつれて、リチウムイオン電池関連の火災が増えてきています。

リチウムイオン電池とは私たちが日常的に使っているスマートフォンやパソコン、電動工具などに使われている電池のことです。

これまで実際にバッテリーが発火し、火災の原因になったものを挙げると、モバイルバッテリー、コードレス掃除機、ノートパソコン、携帯電話機、LEDライト、電動工具、電動アシスト自転車、携帯ゲーム機などがあり、私たちの身近にあり、日常的に使用しているものであるということがわかります。



▲バッテリーに衝撃を与えると激しく発火（実験）

バッテリー火災を防止

バッテリー火災を防ぐために、以下のことについて気を付けてください。

1. 正規品の充電器・バッテリーを使用する
2. 衝撃を与えない
3. 充電時間を守る
4. 損傷を防ぐ
5. 正しく処分する



▲劣化して膨らんだバッテリー。大変危険なため、衝撃を与えずに処分を

もし出火したら？

バッテリー自体は激しく発火しますが、燃え続けることはありません。燃え移りが火災の原因となっていますので、大量の水や砂をかける、消火器を使用するなどして落ち着いて初期消火をしましょう。

にしたら健康だより

今が旬！王様の野菜 「モロヘイヤ」



みなさん「モロヘイヤ」という野菜を聞いたことはありませんか？モロヘイヤは「王様の野菜」とも言われ、まさに王様が独り占めしたくなるくらいの高栄養価を誇る緑黄色野菜です。夏の時期が旬であり、冬の時期になると流通がほぼなくなることからこれからの暑い季節にしか食べる事ができない野菜です。このモロヘイヤにはどんな栄養が含まれているのでしょうか？

体の酸化を防ぐ ビタミンE

◇**ビタミンA（βカロテン）**
↓脂溶性（脂に溶けるタイプ）のビタミンのため、脂肪やたんぱく質とくっついて肝臓に蓄えられます。それが必要に応じて血液中に送り出され、全身の各細胞に運ばれ、細胞を作り直したり、守る役割を担っています。細胞の入れ替わりに欠かせないビタミンのため、肝臓に貯めることができます。

◇**ビタミンE**
ビタミンAと同じく脂溶性のビタミンで、細胞の膜に存在し、細胞膜の働きを良い状態に保つために働きます。

◇**ビタミンC**
コラーゲン合成の時に必要なビタミンです。細胞と細胞をくっつけて丈夫にします。血管にある内皮細胞同士も接着させる働きがあるため、ビタミンCがきちんとあると血管の壁が丈夫になります、またビタミンEの再生にも関わっています。

さらに、これら3つのビタミンに共通している働きが「抗酸化作用」です。私たちの体は酸素を利用してエネルギーを作り出していますが、酸素を利用すると同時に「活性酸素」というものが常に体内で生じています。この活性酸素は体内で酸化する力が強いため増えすぎると、鉄がサビるように自分の身体の細胞をサビさせて（傷つけて）しまいます。ビタミンA・ビタミンE・ビタミンCは、細胞をサビさせないために働いてくれる代表的な抗酸化ビタミンであり、通称「ビタミンACE（エース）」とも呼ばれます。そして、ビタミンAの働きをビタミンEが守り、ビタミンEの働きをビタミンCが守るといって、いわば、これら3つのビタミンは三重のバリアとして細胞がサビつかないように守ってくれているのです。



①モロヘイヤは葉っぱをちぎりと、食べやすい長さに切る。湯で時間は20秒。



②粗熱が取れたら水気を絞り、深めのお皿やタッパーに入れて、合わせたAを入れ、冷蔵庫で20～30分置き、鰹節を散らす。

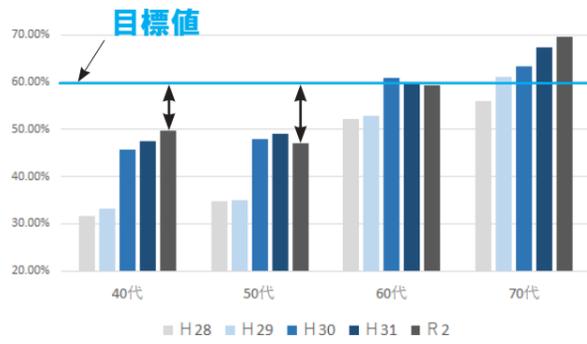
モロヘイヤ	1束
かつお節	少々
【A】	
だし汁	100ml
薄口醤油	小さじ2
みりん	小さじ2

モロヘイヤのおひたし (2人分)

活性酸素は、年齢とともに増えると言われており、他にもストレスや激しい運動、多量飲酒、紫外線なども増える原因です。細胞をサビさせない（傷つけない）ためには、活性酸素を抑える抗酸化作用のある「ビタミンACE」を摂ることがとても大切になります。他にもモロヘイヤには体を丈夫にするために必要な栄養素が豊富に含まれています。モロヘイヤをあまり食べない方、全く食べたことがない方もぜひこの夏はモロヘイヤを食べてみてください！

自分の健康、 何で判断していますか？

《西原村国保特定健診の受診率推移》



特定健診は、初期では自覚症状がほとんどない、生活習慣病の兆候がないかを知る健診です。「血管の傷み」が起きていても、「痛み」を感じることはできません。「自覚症状をあてにしていけない」ということです。加入している健康保険から受診券が発行されますので、ぜひ受けましょう！

西原村国保では、震災後に受診率が低下したため、家庭訪問や通知、電話による受診勧奨を強化してきました。多くの方の行動力によって令和2年度の受診率は、目標の60%に到達しました。しかし、年代別に見ると、特に40・50才代の方が低い状況です。

40・50才代は、平均寿命から考えると今後30〜40年以上の人生があります。長年の積み重ねで徐々に変化するいく血管の傷みをよりの確に予測するには、毎年の健診記録が有効な指標となります。

また、生活習慣病に大きく影響のある「食事」は、摂り方も価値観も多様化していますが、自己管理には、実践の動機づけとなる身体知識と解決に向けた選択力を身に付けることが大切です。健診後には結果が何を意味するのか、予防のための具体策について知ることができます。学習で、防ぐことができる病気があります！ぜひ、年に一度、特定健診を受けましょう！

【西原村住民健診】

- ▶日程：令和3年6月24日～7月1日
 - ▶会場：構造改善センター
- ※事前申込みが必要です。詳細は個別通知をご覧ください。

■ワンポイントこくほ

特定健診を受信しましょう！
特定健診は毎年1回、40歳から74歳までの方を対象に行われます。
健診は、毎年受診することで体の変化に気づき、早期発見・早期治療を実践できる基礎となるものです。自分自身の体を知ることが、健康づくりの第一歩です。健康であり続けるために、特定健診を受診して健康寿命を延ばしましょう。
特定健診に関する詳細は、お手元に届きます受診券をご確認ください。

《令和3年4月末現在》

国保加入世帯数 994 世帯
被保険者数 1,719 人

4月支払（2月診療分）

療養給付費（医療費）
45,962,574 円

国保通信

新型コロナワクチン接種情報

COVID-19

今後の優先順位

- ① 基礎疾患をお持ちの方
 - ② 60～64歳の方
 - ③ それ以外の方
- ※新型コロナワクチンの対象は16歳以上の方です。

現在、65歳以上の高齢者の方へワクチン接種を5月中旬より開始しています。今後は、「高齢者以外で基礎疾患をお持ちの方」が対象となります。
(ワクチン接種については、本誌4月号および5月号、西原村ホームページにも記載しております。ご参照ください。)

該当する基礎疾患

1. 慢性の呼吸器の病気
2. 慢性の心臓病（高血圧を含む）
3. 慢性の腎臓病
4. 慢性の肝臓病（肝硬変など）
5. インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病又はほかの病気を併発している糖尿病
6. 血液の病気（ただし鉄欠乏症貧血は除く）
7. 免疫の機能が低下する病気（治療中の悪性腫瘍を含む）
8. ステロイドなど免疫が低下させる治療を受けている
9. 免疫の以上に伴う神経疾患、神経筋疾患
10. 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体機能が衰えた状態（呼吸障害など）
11. 染色体異常
12. 重度心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態）
13. 睡眠時無呼吸症候群
14. 重度の精神疾患（精神疾患のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持又は、療育手帳を所持している、または自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する方）
15. 基準（BMI30以上）を満たす肥満の方
※ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

接種を受けるには

申請方法

基礎疾患に該当される方で接種をご希望の方は、窓口での申請が必要です。保健衛生課まで来庁ください。
※申請受付開始 6月15日（火）から

予約方法

集団での接種をご希望の方：西原村コールセンターの予約が必要です。
かかりつけ医療機関での個別接種をご希望の方：医療機関所在地（大津町及び菊陽町、益城町などは各自自治体のコールセンター）での予約が必要です。各自自治体のホームページをご覧ください。

注意事項

○**基礎疾患をお持ちの場合、副反応のリスクが高くなる可能性があります。かかりつけ医に、集団でのワクチン接種が可能か、医療機関での個別接種がよいか、一度相談されご判断されることをお勧めします。**

○予約、相談コールセンターは、「22.5秒ごとにおおよそ10円」お金がかかります。この料金案内のアナウンスの後の音声から料金が発生いたしますので、混雑している場合は、間隔をあけてお掛け直しいただくことをお勧めします。

メカニズムと対策

なぜ熱中症は起こるのか？

人間は体を動かすと体内で熱が作られます。平常時においては、汗をかきそれを蒸発させることによって体温を下げ、適正に調節するようにできています。

しかし、何らかの原因によって体の熱が外へ逃げにくい状況が続くと、体に熱がこもり、熱中症となります。

体から熱が逃げにくい状況

1. 気温が高い

真夏日や猛暑日などの気温が高い場合、外気で体の温度を下げるできないため。

2. 湿度が高い

前述したとおり、湿度が高いと汗が蒸発しにくくなり、体に熱がこもりやすくなります。

3. 水分補給が不十分

大量に汗をかいた時や、長時間水分補給を行わない場合などには、体内の水分量が不足し、熱中症となります。

4. 塩分の不足

汗は体内の水分だけでなく塩分やミネラルなども一緒に排出します。そこに水分補給だけ行くと、血中の塩分濃度が低くなり、様々な症状が現れます。

熱中症対策

暑さを避ける対策

まずは暑さを避けることが必要です。気温が高い日や蒸し暑い日などは、室内ではクーラーなどで涼を確保し、外出する際は日傘や帽子などで直射日光を避けるなどしましょう。

暑さを避けよう



水分補給はのどが渇く前に

水分補給はのどが渇いてからでは遅いです。また、一度に大量の水分をとるとうまく吸収できないため、こまめに摂取し、塩分補給も忘れずに行いましょう。



体を慣れさせておきましょう

適度な運動をすることも、熱中症を防ぐことに繋がります。日ごろから無理のない程度で運動を行ってください。

また、体調不良も熱中症を引き起こす原因となりますので、良い生活習慣をしっかりと保ち、健康維持に努めてください。

毎日チェック！暑さ指数

熱中症の予防に役立つため、気温が35度以上になることが予想される場合、気象庁が「高温注意情報」を発表することがあります。テレビやラジオの天気予報や気象庁のウェブサイトを確認することができます。

暑さ指数が高い場合や、高温注意情報が出ている場合は、その日の運動や作業量を減らしたり、いつも以上に水分補給と休憩時間を増やすなど、事前の熱中症対策を行ってください。

暑さ指数	注意事項
危険	全ての生活活動で起こる危険性 特別の場合以外は運動を中止する
嚴重警戒	全ての生活活動で起こる危険性 外出時は炎天下を避け、室内では温度の上昇に注意
警戒	中等度以上の生活活動で起こる危険性 運動や激しい運動をする際は定期的に休憩を取り入れる
注意	強い生活活動で起こる危険性 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の間には水分・塩分を補給する
ほぼ安全	通常は熱中症の危険は少ない

熱中症予防の落とし穴



雨だからって油断してませんか？ 気温と一緒に“湿度”も確認！



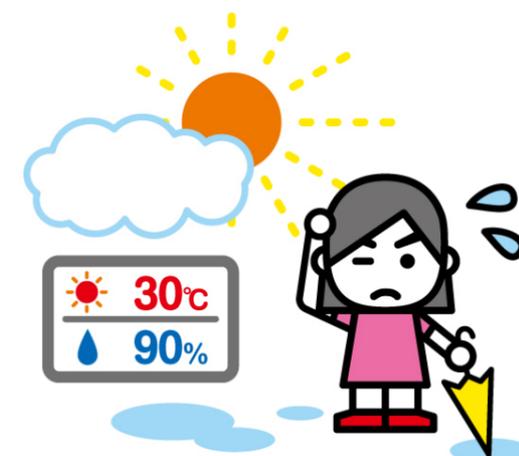
太陽が出ていない曇りや雨の日でも、熱中症になるリスクはゼロではありません。

梅雨時期で気温がそこまで高くない6月でも、昨年度は全国で6300人以上の方が熱中症により救急搬送されています。

体の体温を調整するために出る汗は、外気に蒸発することで体の熱を逃がしますが、湿度が高いと、汗が蒸発せず、体の体温を下げるができなくなってしまい、熱中症につながる場合があります。

コロナ禍もあり、今年の梅雨時期は室内で過ごすことが多くなるかと思いますが、室温と同時に湿度にも気を付け、エアコンの設定を「ドライ設定」にしたり、衣類にも気を配るなどの対策をお願いします。

湿度が高いときは注意



熱中症発症の約半数が高齢者 周りの人の一言で熱中症を防ぐ

平成26年から令和元年まで、熱中症により救急搬送された方を年齢別にみると、65歳以上の高齢者が49.4%と最も多く、高齢者が熱中症になりやすい事がわかります（消防庁調べ）。この原因としては、老化により暑さを感じ取りにくくなっていることに加えて、のどの渇きを感じにくいことや、発汗能力の低下によるものとされています。

家族や周りの方が積極的に水分補給や休憩の声掛けを行い、熱中症を予防しましょう。

のどがかわいてなくても



水分補給を！



住宅金融支援機構からのお知らせ

平成28年熊本地震で被災した住宅を復旧するための「災害復興住宅融資（建設資金、購入資金、補修資金）」の借入申込の受付期間を1年間延長しました。お申込みをご検討の方は、お早めにご相談ください。

【延長前】 令和3年3月31日

【延長後】 令和4年3月31日

▶お問合せ先

住宅金融支援機構 お客様コールセンター
☎ 0120-086-353（通話無料）

▶受付時間 9時～17時（祝日・年末年始除く）

【お問合せ】 住宅金融支援機構
☎ 0120-086-353



春の安全作業に心がけましょう！

春の農繁期となり、農業機械を使用する機会が増えてきたのではないのでしょうか。

県内では、農作業中の死亡事故が発生しています。農作業中の死亡事故は、トラクターや耕うん機などの横転・転落によるものが非常に多く、特に疲れの出始める昼前や夕方に多く発生しています。また、高齢の方に、被害者が多くなっています。

農業機械を使用する際には、次の点に注意し、事故を防止しましょう。

- トラクターへ安全フレーム、安全キャブを装着しましょう。
- 道路走行をする前には、必ずブレーキを連結しましょう。
- 機械・施設の日常点検をしましょう。
- 刈払機使用時は保護メガネなどの保護具を着用しましょう。
- 高所作業・幅員の狭い農道や作業路における転落事故に気を付けましょう。
- 農耕者の道路走行時は前照点灯し、車体には夜光反射材を装着しましょう。
- 労働災害保険、任意保険などへ加入しましょう。
- 安全運転操作と周囲の安全確認を徹底しましょう。

事故の防止には、ゆとりをもって、安全な農作業を心がけることが大切です。

作業中は家族や仲間と定期的に連絡を取り合うとともに、休憩をしっかりと取るなど、みんなで農作業安全に取り組みましょう。

【お問合せ】 西原村役場産業課 ☎ 096-279-4396



金婚夫婦表彰式のご案内

令和3年度金婚夫婦表彰式の開催を9月に予定しています。今回、表彰の対象となるのは、**昭和46年（1月1日～12月31日）に結婚されたご夫婦**です。

該当されるご夫婦は、7月9日（金）までに、以下の①から③について役場住民福祉課福祉係の窓口かお電話にて申し込みください。

1. 申込方法

以下の事項について、ご連絡ください。

- ① ご夫婦の氏名及び年齢
- ② 結婚年月日 ③ 現在の住所

2. 対象者

昭和46年1月1日～12月31日にご結婚されたご夫婦

3. 申込期限

令和3年7月9日（金）まで

4. 紙面掲載

熊日新聞特集に対象者を掲載

5. 表彰式

令和3年9月7日に予定

【お問合せ】 西原村役場住民福祉課 ☎ 096-279-3113



失語症者向け 意思疎通支援者養成講習会

熊本県が実施するこの講習会は、失語症者が地域の一員として安心して暮らすことができるように、失語症の症状や対応方法を理解し、会話や日常生活での外出の際に、意思疎通の支援を行える人材を養成するものです。6月から受講者の募集を開始します。

【お問合せ】 熊本県障がい者支援課
☎ 096-333-2235



飼い主のいない猫との向き合い方

飼い主のいない猫に対して間違った世話をすると、近隣の生活環境が悪化し、猫にとっても不幸な結果を招きかねません。

避妊去勢を徹底するとともに、餌を与える場合、置きエサは絶対にやめましょう。

また、県では、飼い主のいない猫に対する避妊去勢手術費の補助を行っています。詳細については、下記までお問い合わせください。

【お問合せ】 阿蘇地域振興局衛生環境課（保健所内）
☎ 0967-24-9035



無許可・無免許での罫の使用は違法です

鳥獣の保護及び管理並びに狩猟の適正化に関する法律（鳥獣保護法）により、箱罫などの使用は県が実施する狩猟試験に合格し、免許の交付を受け、さらに市町村の有害鳥獣捕獲許可を受けなければ、たとえ自衛のために自分の敷地内で使用する場合でも、違法行為となります。

無免許での罫の使用は非常に危険ですので、絶対にやめてください。

違法となる行為の例

- 無許可、無免許者による罫の設置、使用
 - 対象鳥獣以外の捕獲
（有害鳥獣捕獲は村から特別な許可を得て罫を使用しております。）
- ※狩猟免許の取得を希望される方は、下の狩猟免許試験初心者講習会・狩猟免許試験の日程をご参考ください。

狩猟免許取得に伴う箱罫の貸与制度について

西原村鳥獣被害防止対策協議会では、主に新規に狩猟免許を取得し対象鳥獣の捕獲に参加する方を対象に箱罫の貸し付けを行っています。希望される方は役場産業課経済係にご相談ください。なお、**箱罫の貸し付けは免許取得の翌年度以降**となりますのでご了承ください。

【お問合せ】 西原村役場産業課 ☎ 096-279-4396

令和3年度講習会・免許試験日程

今年度の狩猟免許（国家試験）試験合格を目的とした予備講習が下記の会場にてそれぞれ行われ、また、狩猟免許試験についても下記のとおり実施されます。詳細については、それぞれの問い合わせ先までお願いします。

狩猟免許初心者講習会

講習会	●わな猟のみ 知識講習 技能講習	●網罫：第二種狩猟 ●わな猟の重複者 知識講習：技能講習 ●第一種銃罫：知識講習	●第一種狩猟 技能講習	会場
第1回	6月11日（金）	6月12日（土）	6月25日（金）	熊本テルサ
第2回	7月6日（火）		7月30日（金）	大阿蘇環境センター「未来館」
第3回	7月12日（月）	7月13日（火）	7月29日（木）	中小企業大学校人吉校
第4回	8月10日（火）		8月20日（金）	天草建設会館
第5回	11月22日（月）	11月23日（火）	12月3日（金）	熊本市流通情報会館
第6回	1月11日（火）	1月12日（水）	1月21日（金）	熊本市流通情報会館

【お問合せ】 熊本県猟友会 ☎ 096-365-6661

狩猟免許試験期日

狩猟免許試験	日付	試験手続き締め切り日	会場
第1回	6月26日（土） 6月27日（日）	6月10日（木）	宇城総合庁舎 大会議室
第2回	7月17日（土） 7月18日（日）	7月1日（木）	阿蘇総合庁舎 大会議室
第3回	7月31日（土）	7月15日（木）	中小企業大学校人吉校 大教室
第4回	8月21日（土）	8月5日（金）	天草総合庁舎 大会議室
第5回	12月5日（日）	11月19日（金）	県庁本館 地下大会議室
第6回	1月23日（日）	1月7日（金）	県庁本館 地下大会議室

【お問合せ】 熊本県阿蘇地域振興局 林務課 ☎ 0967-22-2312



障がいのある方の職業訓練生募集

障がいのある方を対象とした職業訓練生の募集（受講料無料）。

【身につくパソコン基礎科】

▶**受講対象** 身体（上肢、内部）、精神、発達、難病、高次脳（知的は要相談）

▶**定員** 8名

▶**内容** パソコン基本操作とワード、エクセルパワーポイントの基礎技術を身に付け、資格取得と就職を目指します。

▶**募集期間** 令和3年6月7日から令和3年7月30日まで

▶**訓練期間** 令和3年9月1日から令和3年11月30日まで（3か月）

▶**経費** テキスト代 6,600円程度

▶**訓練場所** 株式会社インターネット
熊本市中央区九品寺2丁目1-24

▶**お問合せ先** お近くのハローワーク又は、熊本県立高等技術専門学校
TEL：096-297-9915

【パソコンスキル習得科】

▶**受講対象** 身体（視覚、聴覚、上肢、下肢、内部）、知的、精神、発達、難病、高次脳

▶**定員** 8名

▶**内容** 就職に必要なパソコン（ワード、エクセル他）の技術全般、事務職の知的全般を習得します。

▶**募集期間** 令和3年5月10日から令和3年6月30日まで

▶**訓練期間** 令和3年8月3日から令和3年10月29日（3か月）

▶**経費** テキスト代 9,020円程度

▶**訓練場所** 有限会社システムランド（熊本市中央区紺屋今町1-5ビルディング辛島公園システムランド熊本校）

▶**お問合せ** お近くのハローワーク又は熊本県立高等技術専門学校
TEL：096-297-9915

6月は「食育月間」です

熊本県では、「第3次熊本県健康食生活・食育推進計画～くまもと食で育む命・絆・夢プラン～」に基づき、食育の取組を推進しています。

この機会に、食を楽しむことの大切さ、食の持つ多様な役割など、家族や身近な人と大事な「食」について話し合ってみましょう。

▶**お問合せ** 熊本県健康づくり推進課
TEL：096-333-2252

保健師資格をお持ちの方へ

熊本県では、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、保健所等での健康観察等の短期支援を行っていただける保健師を募集しています。

ご協力いただける方は潜在保健師等人材バンク「とどけるん」への登録を行いますので、熊本県ナースセンターへご連絡ください。

▶**お問合せ** 熊本県ナースセンター
TEL:096-365-7660



ドローンによる農業散布について

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

さらに、散布にあたっては、基本ルールを守り、周辺住民やミツバチの巣箱などに農業が飛散しないように注意してください。

詳しくは、熊本県農業技術課（TEL 096-333-2381）又は最寄りの各広域本部（地域振興局）農業普及・振興課までお尋ねください。

▶**お問合せ** 熊本県農業技術課
TEL：096-333-2381

ジョブカフェのご案内

ジョブカフェ・上益城ブランチは就職を希望される方のお仕事探しをお手伝いしています。就職を希望される方であればどなたでも無料でご利用いただけます。

▶**内容** キャリアコンサルティング（面接・電話・オンライン）、職業適性検査（キャリア・インサイト等）、応募書類作成のアドバイス、採用面接の練習や面接対策。

▶**開催日** 月曜日～金曜日（土日祝日、年末年始は休み）

▶**お申込み方法** 予約制で10時から17時の間で受け付けています。
TEL：096-282-1013

▶**場所** 上益城郡御船町辺田見 396-1（上益城地域振興局2階）

Infomation +

交通遺児育英会の奨学金制度

交通遺児育英会奨学金制度は、保護者が交通事故で死亡・重度後遺障害となった家族のお子様を対象で、高校生以上の生徒・学生に貸与します。奨学金は無利息で、返還は最長20年です。入学前の予約申請制度もありますので、対象となられる学生の方はぜひご利用ください。

▶**対象者** 保護者が交通事故で死亡・重度後遺障害となった家庭のお子様

▶**奨学金** 月額2万円～10万円（大学などは一部給付あり）

▶**入学一時金** 20万円～80万円（1年次1回限り・全額貸与）

▶**返還** 最長20年

▶**その他** 「外国語学研修」「奨学生の集い」（育英会が費用負担）等の高校生向け制度や、「学生寮」「家賃補助」など大学生・専修生向け制度有

▶**奨学金制度の詳細・お申込み**
公益財団法人 交通遺児育英会

〒102-0093 東京都千代田区平河町2-6-1
平河町ビル3F

TEL：03-3556-0773（直通）、0120-521286
受付時間：9時00～17時30（土、日、祝祭日、会の休業日を除く）

ホームページ：https://www.kotsuiji.com

再就職や転職を目指す方へ

求職者支援制度とは、月10万円の給付金を受けながら、無料の職業訓練を受講できる制度です。新型コロナウイルスの影響で休業を余儀なくされている方やシフトが減少した方が、働きながら訓練を受講しやすくするため、収入要件と出席要件に特例措置が設けられています。（令和3年9月30日まで）。

詳しくは熊本県労働局のホームページをご覧ください。

▶**熊本県労働局ホームページ**

https://jsite.mhlw.go.jp/kumamoto-roudoukyoku/home.html

▶**お問合せ** ハローワーク上益城

TEL：096-282-0077



ハッキングは「ウソ」です

熊本県内において、

○スマートフォンをハッキングした

○データをすべて閲覧できる

○裸の動画を記録している

○動画を拡散されたくなければビットコインを送金しろなどと、うその内容で脅迫するメールが多く送られています。被害にあわないために、身に覚えのない請求には応じず、家族や警察にご相談ください。

【お問合せ】 大津警察署生活安全課 096-294-0110



軟式野球連盟新規加盟チーム募集

本連盟は、アマチュアスポーツとして軟式野球を普及し、その健全な発展を図るとともに会員相互のコミュニケーションを図ることを目的として活動しています。

▶**新規チーム募集**

令和3年度は夏季大会・秋季大会・春季大会を計画しており、新規参加チームを募集します。

▶**募集期間・条件**

募集は随時行っています。条件等の詳細は事務局まで問い合わせください。

【お問合せ】 西原村軟式野球連盟事務局（役場内）
☎ 096-279-3111（内線131） 担当：村上



生涯学習講座追加募集について

令和3年度の生涯学習講座について、以下の2つが追加となりました。受講を希望される方は、6月25日（金）までに教育委員会までご連絡ください。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、講座を休講・中止する場合がありますのでご理解とご協力をお願いいたします。

茶道教室

開催：第2・4水曜日

時間：13時00分～17:00分の間で1時間程度

場所：山河の館 2階 和室

教材費等：茶葉代・菓子代 750円/回

手話サークル

開催：毎週火曜日

時間：19時30分～

場所：のぎく荘



【お問合せ】 西原村教育委員会 ☎ 096-279-4424



総務省

きこえない人ときこえる人を「電話」でつなぐ



「電話リレーサービス」は、聴覚や発話に困難がある方ときこえる方を、通訳オペレータが手話・文字と音声とを通訳することにより、24時間365日、電話で双方向につながるサービスです。

令和3年7月1日からサービス提供予定です。聴覚や発話に困難がある方は、日本財団電話リレーサービスのホームページから利用登録を行ってください。利用登録は6月上旬開始予定です。



電話リレーサービスを使ってみよう！

（一財）日本財団電話リレーサービス

TEL 03-6275-0910 受付時間／9:00～18:00
(年末年始除く)

HP https://nftrs.or.jp/

交付金、負担金について知りたい！

（一社）電気通信事業者協会

TEL 03-6302-8391 受付時間／9:00～17:00
(土・日・祝休日・年末年始除く)

HP https://www.tca.or.jp/telephonerelay_service_support/

交付金、負担金について知りたい！

総務省（電気通信消費者相談センター）

TEL 03-5253-5900 受付時間／平日9:30～12:00
13:30～17:00



▲西原村学童野球クラブの選手たち

2 大会で阿蘇郡予選制す 西原村学童野球クラブ

4月3日から開催されたスポーツ少年団軟式野球大会、4月17日から開催された高円宮軟式野球大会の阿蘇郡市予選において、西原村学童野球クラブが優勝を飾り、両大会ともに県大会出場を決めました。

新型コロナウイルス感染症対策により、練習が制限される時期もありましたが、子ども達は元気いっぱいのプレーを見せ、決勝戦でも大差で勝利し力強さと勝負強さを見せてくれました。

子ども達は、5月と6月にそれぞれ熊本市で開催される県大会へ阿蘇郡代表として出場します。県大会での活躍を期待しています。

本クラブは小学1～6年生まで17名で活動中。興味がある方は是非見学にお越し下さい。



▲力強くガッツポーズする選手

より良い行政づくりに貢献 行政相談員に感謝状贈呈



令和3年3月31日をもって行政相談員を退任されました片山明人さん（下小森）に対して総務大臣からの感謝状が4月23日に役場2階応接室で贈呈されました。片山さんは、行政相談員として6年間という多年にわたり地域住民からの苦情・相談の窓口としてご尽力いただきました。たいへんお世話になりました。

みんなで作る交通安全 村内保小中学校・保育園で交通安全教室



新学期にあわせて、村内の小中学校及び保育園にて交通安全協会主催による交通安全教室が開かれました。

子どもたちは、協会や西原駐在所の講話を聞いた後、横断歩道の安全な渡り方などを習いました。

村民の皆さんも、交通ルールをしっかりと守って子どもたちの見本となるようお願いします。

▲表彰を受けた片山さん

▶交通ルールを勉強する園児

輝く青春を仲間とともに 第61回西原中学校体育祭

5月15日、第61回の西原中学校体育祭が開催されましたが、あいにくの雨模様となったため、競技途中で中断となり、5月19日に再び開催されました。

今年の大会スローガンは「全力全進～輝く青春を仲間とともに～」。生徒たちはこのスローガンの通り、3年生や体育委員、応援団を中心に全力でグラウンドを駆け抜けました。

体育祭一番の見せ所となった応援団演武では、青団、黄団ともに日々の練習の成果を十分に発揮した熱い演武を披露し、会場を盛り上げました。

今年の体育祭は黄団が接戦を制し優勝となりました。

今大会は、例年より早く梅雨に入ったこともあり、天気の関係でスケジュール調整が難しく、体育大会への気持ちを保つことは簡単ではなかったと思いますが、生徒の皆さんは一人一人の役割を全うし、みんなで作り上げている姿がとても印象的でした。



▲迫力ある演武を見せる生徒たち（黄団）



▲リレー競技の様子

野生鳥獣環境の保護に貢献 鳥獣保護管理での感謝状贈呈



野生鳥獣を適切に保護・管理するために熊本県が行っている鳥獣保護管理事業において、本村の岡村盛幸さん（小野）が、昨年度までの活動が評価され、熊本県から感謝状が送られました。

岡村さんは、野生鳥獣に関する環境保護や違法な狩猟の取り締まりのための見回りなどを精力的に活動されました。この度はおめでとうございます。

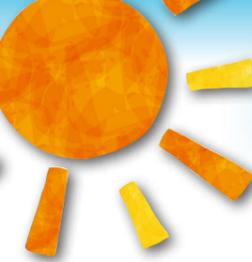
▶表彰を受けた岡村さん

三百年の歴史を紡ぐ 宮山神社修復事業が竣工



5月3日、西原村指定有形文化財の宮山神社の修復事業が完了し、竣工記念祭が執り行われました。

宮山神社には、享保20年（1735年）建立の棟札が残されており、当時の建築様式を知るうえでも非常に貴重な建造物です。これまで守ってこられた文化財をこれまで同様に将来まで大切に守っていただきますようご協力お願い致します。



地域みんなで取り組む介護予防活動



高遊スーパーサロン

測定後でも「たいぎゃよか体操」は欠かせません。
効果を実感することが、継続の秘訣のようです。

スーパーサロン開催地区では半年に1度の体力測定が行われています。コロナ禍で活動自粛が続いていましたが、自宅での体操や自分が出来る事を積極的に取組まれている声を聞き測定の結果がとても楽しみです。

皆さんの前向きな姿勢が必ず結果として表れることでしょう。



5m歩行
(歩行能力の目安)



握力測定
(全身の筋力の目安)



片脚立位
(バランス感覚の目安)

4月25日から熊本県警戒リスクレベルが「4」から「5」(厳戒警報)に引き上げられたことに伴いしばらくの間、地域活動の自粛をお願いしております。外出の機会を失ったことで高齢者の方々の孤独や活動量の低下が懸念されますが、外出しにくい今の状況こそ、ちょっとした挨拶や見守り声かけに更なる強化をお願いいたします。

地域包括支援センターは

高齢者のよろず相談窓口

です
専門職がひとりひとりのご相談に応じ、様々な面から支援します。

相談内容などのプライバシーは守られます。お気軽にご相談ください。

電話：096-279-4111

住所：西原村小森 3259

(山河の館前)

介護のこと

介護保険サービスを利用したい

- ・利用できるサービスのご説明に伺います。
- ・必要な手続きをお手伝いします。

家族に介護が必要になった

- ・ご本人の状態や生活の様子を伺いながら、必要なサービスを考えます。

権利を守ること

財産管理や今後が心配

- ・成年後見制度など、財産や権利を守る制度やサービスを紹介します。

変な契約をしてしまった

- ・一緒に解決できる方法はないか、警察や消費者センターなどと連携します。

健康のこと

今の健康を維持したい

- ・地域の通いの場の紹介や自宅でする体操や健康講話を行います。

もの忘れが始まってきた

- ・受診や認知症に関する支援を一緒に考えていきます。

暮らしやすい地域づくり

地域の皆さまと協力体制を作ります

- ・地域で支え合って暮らすための支援を関係者と協議します。

地域での出前講座を行います

- ・健康講話、認知症サポーター養成講座など、高齢者の皆様にお話しします。

交通安全協会活動報告

安全安心
にしはら

新入学生にお祝い品を贈呈

大津地区交通安全協会西原支部では、村内の小中学校の新1年生に対して入学お祝いを贈りました。

お祝いの品は、小学生には黄色の傘とくまモン文房具セット、中学生には消せる蛍光ペン3色(赤、青、黄)セットで、指導員の方と女性の会の方が、新入生の交通安全を願いながら一つ一つ心を込めて交通安全のチラシを入れています。

交通安全協会はみんなが安心して通学できるようこれからも頑張ります。新入生の皆さんも車に気を付けて元気に学校へ行ってください。



街頭キャンペーン実施

交通安全協会西原支部、女性の会及び大津警察署では、4月10日「交通事故死ゼロを目指す日」にあわせ、小森交差点において悲惨な交通事故をなくそうと街頭キャンペーンに取り組みました。当日は土曜日で車の通行量も多く、多くのドライバーに交通安全を訴えることができました。

村民の皆さんも、悲惨な交通事故に遭わない、そして起こさないよう交通ルールを守り、安全運転を心がけてください。



交通安全はみんなの願い。交通安全協会は、皆様の協会費で運営されています。

月間レポート

今年の交通事故発生状況(令和3年4月末現在)

		4月中	本年累計
発生件数	大津署管内	13 (+1)	67 (+6)
	西原村内	0 (-1)	1 (-1)
死者数	大津署管内	1 (+1)	1 (±0)
	西原村内	0 (±0)	0 (±0)
傷者数	大津署管内	17 (±0)	86 (+3)
	西原村内	0 (-1)	1 (-1)

※ ()内は前年同期比

今年の刑法犯認知件数(令和3年4月末現在)

	4月中	5月中
大津署管内	24 (+1)	85 (-2)
うち西原村	0 (±0)	4 (+4)
主な発生犯罪	4月中の刑法犯発生なし	

※ ()内は前年同期比

6

2021
June

- 西原村役場
- ◆山河の館
- 構造改善センター
- ▲西原中学校
- ▷山西小学校
- ◁河原小学校

- にしはら保育園
- 阿蘇こうのとり保育園

水と緑とひかりの村



日	月	火	水	木	金	土
		1 ●幼年消防クラブ結成式 空き缶・空きビン	2 ■うさぎ学級 雑誌・チラシ	3 プラ容器・包装	4 燃えるゴミ	5
	6	7 燃えるゴミ	令和3年 第2回定例会 6/8～6/11 (予定)			12
13	14 燃えるゴミ	8 ・EM菌投入日 空き缶・空きビン	9 不燃物	10 消費生活相談日 新聞 ■5才児健診 ■農業委員会総会 プラ容器・包装	11 燃えるゴミ	19
20 	21 燃えるゴミ	15 牛乳パック	16 ペットボトル	17 プラ容器・包装	18 燃えるゴミ	26
27	28	29 燃えるゴミ	30 消費生活相談日	1 プラ容器・包装	住民健診 6/24～7/1 	

私が働いている会社では、ニンジンとキャベツを生産しています。そこでの私の仕事は栽培と収穫です。日本に来て栽培の仕方だけを学んでいるわけではありません。私は、積極的に日本人の働き方や文化にも関心をもって学んでいます。例えば、ボランテニアです。このボランテニアを通して新しい友達もできました。また、社長の家族のおかげで、日本のきれいな場所にも連れて行ってもらいました。春には桜のお祭りとか、秋には紅葉、そして冬にはスキー場にも連れて行ってもらいました。大変嬉しかったです。そこで見た日本人の姿には驚きました。買い物順番を守るとか、公共の場所（バスや電車の中）では老人や妊婦さんや子どもたちに席を譲るとか、道路ではごみを見かけないとか、横断歩道で歩行者や自転車がいる時には、車はゆっくり移動したり、止まったりします。車が曲がる時には、警察も居ないのに丁寧に、丁寧に運転します。日本人がこのように安全な文明社会を築いていることは本当に驚きですし、勉強になります。（次回は日本食について）

西原村のみなさん
コンニチハ
「日本で勉強しています」

