

No.108

広報西原

THE NISHIHARA VILLAGE PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

<http://www.vill.nishihara.kumamoto.jp/>

こうほうにしはら

師走



ばあちゃん、
私まで飛んで
いかんよね??

風船が飛んで
いかんごつ
くびつとこつ
かね。

2008

12

December



ONE SHOT

秋のスポーツフェスティバルの新種目に大玉転がしがありました。予想以上にスピードが出るようで、大玉から置いていかれる選手も続出でした。

竹

今月の広報西原

ふるさと納税制度のご案内	…3
むらのわだい News & Topics	…4
滝地区収穫祭、ジュニアオリンピック陸上競技大会 交通安全高齢者自転車大会、村おこしオープンゴルフ大会 秋季軟式野球大会、秋のスポーツフェスティバル 秋季全国火災予防作品展表彰、県下小学生剣道大会 九州ふるさとの森づくり、食品衛生協会一斉指導 西原村人権フェスティバル	
九州地区公民館研究大会レポート	…7
長期使用製品安全点検・表示制度	…8
西原村農業委員が決まりました	…9
こんにちは住民課です	…10
おひさま通信	…11
シリーズ防災 (No.38 火災予防)	
ホッとNEWS	…12
いのちの教育	…13
今月の情報【12月号】	…14
社協便り	…16

村の人口 平成20年10月末現在

世帯数	2,271世帯	+4
男	3,344人	+6
女	3,476人	+1
計	6,820人	+7

うごき
の
村

お誕生おめでとございます。平成20年11月17日現在

出生児名	性別	生年月日	保護者	地区名
あきよし 秋吉 柚羽美	女	H20.10.11	秋吉 康太郎	前 鶴
いわさき 岩寄 陽真	男	H20.10.19	岩寄 辰夫	高遊東
さねだ 實田 聡志	男	H20.10.23	實田 昭宣	高遊中
よしもと 吉本 琉成	男	H20.11.4	吉本 聡	小 森
ふるた 古田 華凜	女	H20.11.5	古田 秀彰	高遊西
ふるた 古田 華音	女			
ひろおか 廣岡 真奈	女	H20.11.7	廣岡 大門	小 野

お悔やみ申し上げます。平成20年11月17日現在

故人名 (年齢)	遺族氏名	地区名
東田 嘉時 (99)	東田 岩男	北向・新屋敷
上野 福巳 (83)	上野 善延	宮 山
緒方 タマ (93)	緒方 功	田 中
岩木 等 (86)	岩木マコト	日 向
笹本 久子 (79)	笹本 吉政	門 出
坂本 近利 (61)	坂本 英子	大切畑

むらの月曆

西原村の今月の行事は、下記のようになっています。

日	曜日	行事/暦	備考
12 月			
1	月		燃
2	火	平成21年度保育所入所申込者面接	缶
3	水		新
4	木		
5	金	人権週間 12月4日~10日	燃
6	土	山西フェスタ(山西小)	
7	日		
8	月	母子手帳発行 pm	燃
9	火	第4回西原村議会 定例会中旬予定	粗・ガ
10	水		白
11	木		
12	金		燃
13	土	にしはら保育園発表会	
14	日	EM配布日	
15	月		燃
16	火		缶
17	水		ペ
18	木	ひよこ学級 am (改善センター)	
19	金		燃
20	土		
21	日	年末年始の交通事故防止運動 12月21日~1月3日	燃
22	月	母子手帳発行 pm	
23	火	天皇誕生日	
24	水	小中学校終業式	缶
25	木	5歳児健診(改善センター)	
26	金	役場仕事納め	燃
27	土	消防団年末警戒 EM配布日	
28	日	年末警戒巡視日	
29	月		燃
30	火	益城クリーンセンター個人搬入(9:00~11:00)	
31	水		
1 月			
1	木		元旦
2	金		
3	土		
4	日		
5	月	役場仕事始め	燃
6	火		缶
7	水		雑
8	木	小中学校始業式	
9	金	1月11日 消防団出初式 西原村成人式	燃
10	土		

ごみは、燃：燃えるごみ/粗：粗大ごみ/缶：空き缶、空きビン/ガ：ガラス、せともの
雑：雑誌、チラシ/新：新聞紙、ダンボール/ペ：ペットボトル/白：牛乳パック、白色トレイ

地方税法等が一部改正されたことにより、「ふるさと」に貢献したい、「ふるさと」を応援したいという納税者の思いを活かすことができるようになりました。西原村では、このふるさと納税制度を活用した「ふるさと寄附金」を募集しています。

村民の皆さまにはふるさと寄附金について、同窓会に出席される際や帰郷された方々などへ広くPRしていただきますようよろしくお願いいたします。

ふるさと納税制度とは？

「ふるさと納税」とは、皆さまからの「ふるさとを応援したい」という寄附金です。ふるさとを離れて他地域にお住まいの皆さまが、“生まれ育った故郷”“大切な方がお住まいの地”“ゆかりのある地”“思い出の地”へ寄附金の形で応援していただけますと、住民税や所得税が軽減される制度です。

ふるさと寄附金の使われ方

皆さまからいただいた「西原村ふるさと寄附金」は、次の目的のために大切に使われます。

西原村の地域振興のため

村では平成15年度から各集落へ「地域づくり補助金」として年間500万円を交付しています。この補助金は使い方を集落で考えていただき、「地域集落活動」「保健・福祉」「地域の産業振興」「環境保全」「地域コミュニティづくり」など様々な用途に利用されています。

例えば、どんどやの復活、地域の夏祭り、世代間交流のスポーツ大会、集落広報誌の発行、防犯灯やごみステーション設置などがあります。

また、ご寄附いただきました方のご趣旨に沿った目的のために利用させていただくこともできます。

ふるさと納税制度による税金の軽減

地方公共団体へ5,000円を超える寄附をされた場合に、＜寄附金の額－5,000円＞が、所得税と居住地の住民税から控除されます。

※控除対象となるのは5,000円を越える部分で、個人住民税所得割額の1割が上限となります。税額控除に関する詳細については、役場税務課までお問い合わせください。

西原村役場税務課 ☎096 - 279 - 4395

ふるさと寄附金の納付手続き

西原村ふるさと寄附金を希望される方は、次の手続きによりお申し込み下さい。

①西原村寄附金納付申込書を提出してください。

提出方法は、郵送、FAX、Eメール、窓口持参のいずれかの方法があります。申込書は、西原村ホームページからダウンロードできます。

※申込書がダウンロードできない場合や、申込書の郵送を希望される方はご連絡下さい。

②申込書を受け付けたのち、村から納付案内・納付書等を送付します。

③送付された振込用紙により、お近くのゆうちょ銀行、郵便局でお振り込み下さい。振り込み手数料は無料です。

④村から寄附金の受領を証明する書類を送付します。

※入金確認後に村からご寄附いただいた方へ、寄附金の受領を証明する書類等を郵送します。当村からの寄附金の受領を証明する書類は、確定申告の際に必要となりますので大切に保管してください。

ご注意！村から寄付を強要するものではありません。

寄附をかたった不当な請求や詐欺行為等には、十分にご注意下さい。

【問合せ先】〒861-2492 熊本県阿蘇郡西原村大字小森3259

西原村役場総務課 企画係 ☎096 - 279 - 3111 Fax096 - 279 - 3506

E-mail : furusatonouzei@vill.nishihara.kumamoto.jp

滝地区収穫祭

心ゆくまで秋を満喫

▶ 稲刈りに汗を流す参加者



10月19日に滝地区主催の収穫祭が滝交流農園で開催され、村外から親子連れなど約80人の参加がありました。この日は清々しい晴天に恵まれ、参加者たちはカマを使いながら手で稲を刈り取ってコンバインへ運び、収穫作業に汗を流しました。

さらに隣の畑では袋に詰めて持ち帰ることができるカライモ掘りが行われ、イモ掘りの傍ら土遊びをしたりバッタや蛙を追いかけたりする子どもたちの姿もありました。作業後は参加者と地元住民との交流を深めるバーベキュー昼食会があり、滝地区でとれた新米のおにぎりなどがふるまわれ、収穫の秋を満喫している様子でした。

10月24日から26日にかけて、中学生アスリートの祭典である第39回ジュニアオリンピック陸上競技大会が神奈川県横浜市の日産スタジアムで開催されました。この大会に、熊本県予選を突破した西原中学校1年生の満崎千里さんが走幅跳びに、3年生の藤本優未さんが100mハードルの種目に出場しました。

そして、両選手は全国トップクラスの選手が集う大舞台でも気負うことなく自分の力を発揮し、満崎さんは自己ベスト更新となる記録（5メートル27）で優勝、藤本さんは熊本県中学新記録（14秒84）を樹立して準決勝進出を果たしました。

ジュニアオリンピック陸上競技大会 満崎千里さんが優勝

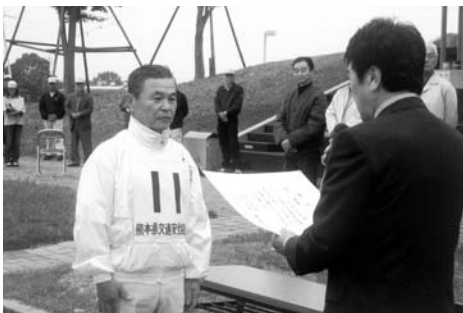


◀ 表彰台に登る満崎さん
(右から2番目)

交通安全高齢者自転車大会

矢島支部長が見事優勝

▶ 表彰される矢島支部長



10月26日、熊本県運転免許センターで交通安全高齢者自転車熊本県阿蘇ブロック大会が開催されました。大津地区・小国地区・阿蘇地区・阿蘇南部地区および熊本県交通安全協会の主催で開催された大会では、高齢者を対象とした正しい自転車の乗り方を競う安全走行テストや技能走行テストなどの競技が実施され、西原村からは3人の方が出場されました。

そして、大津地区交通安全協会西原支部長を務める矢島國秋さんが、個人の部で見事優勝して表彰を受けられました。おめでとうございます。

10月28日、西原村商工会と西原村主催による毎年恒例の村おこしオープンゴルフ大会が開催されました。今年で第24回を迎え、会場となった阿蘇グリーンヒルカントリークラブには約160人の参加者が集まり、村内事業所の協力のもと商工会が中心となってプレーヤーをあたたくもてなしました。秋晴れが広がり、参加者たちは村の特産品が盛りだくさんの賞品を目指してゴルフを楽しんでいました。

また、村の社会福祉に役立ててもらうためにショートホールでチャリティ募金活動も行われ、寄せられた募金約9万3千円が西原村社会福祉協議会へ全額寄付されました。

村おこしオープンゴルフ大会 西原村で爽やかにプレー



◀ 募金に協力する参加者

秋季軟式野球大会 ドリームリターンズが連覇

▶ 連覇を果たしたドリームリターンズ



軟式野球連盟主催の会長旗争奪秋季軟式野球大会が、10月20日から村民グラウンドで開催されました。リーグトーナメント方式で行われた今大会には10チームの参加があり、連日熱戦が繰り広げられました。その中でも「西原天龍」と「ドリームリターンズ」が安定した強さで勝ち上がり、夏季大会と同じ組み合わせで決勝戦を迎えました。

前回敗れた雪辱を期する「西原天龍」でしたが、初回に満塁ホームランなどで5点を先制されると、そのまま「ドリームリターンズ」が7対4で逃げ切り、夏・秋連覇で優勝を勝ち取りました。

秋のスポーツフェスティバル 今年は布田囃託が総台優勝

10月26日、村民グラウンドで秋のスポーツフェスティバルが開催されました。第2回を迎えたこの大会は、村民同士の親睦と融和を深めることを目的とし、囃託対抗の団体競技を中心に「綱引き」「長縄跳び」「囃託対抗リレー」などが行われました。

また、「長縄跳び」や個人種目の「60m走」「100m走」では、それぞれ記録を出して記録保持者を決定。長縄跳びでは回数は減ったものの谷囃託が39回跳び、昨年度に続き記録保持者となりました。



▲力を合わせて綱引き



▲足並み揃えてムカデ競走

大会結果		長縄跳び	谷囃託 39回	※敬称略
優勝	布田囃託	60m走	小学生 海津みなみ(化粧塚)	10秒75
2位	小森西囃託		一般 園田勇樹(星田)	7秒82
3位	上あげ囃託	100m走	小学生 山本大貴(大切畑)	16秒04
			一般 手嶋達也(新所)	13秒31

▶ ポスター3年生の部で表彰される児童たち



秋季全国火災予防運動に伴う作品展 防火ポスターの部で2人が金賞

平成20年度秋季全国火災予防運動に伴い、高遊原南消防組合管内の小学生を対象とした防火ポスター・習字・硬筆展が開催され、11月6日にその表彰式が行われました。村内の小学校からも応募があり、たくさんの作品が入賞しました。金賞の作品は、裏表紙のスポットライトのコーナーで紹介しています。

ポスター	金賞	しんかわふみや(河小1) 佐藤愛(山小3)
	銀賞	かわもとあいと(河小1) ほりたちなつ(河小1) 岩木克己(河小2) 坂田ふきの(山小3) 長尾和洋(山小4) 今村ひな(山小4) 馬場貴章(河小5) 吉川響(河小5)
	銅賞	やまのりさ(河小1) あおきなな(河小1) 小城太一(河小2) 伊東真(河小3) 坂本裕磨(河小3) 武藤葉月(河小3) 新川悠香(河小4) 瓜山愛那(河小4) 仲村恭子(河小4) 小川智也(河小5) 伊東剛(河小5) 田中祥太(河小5)
習字	銀賞	佐藤優(山小6)
	銅賞	さかもとたいら(山小1) 加藤あかね(山小3) 藤森真奈(河小4) 加藤草月(山小5)
硬筆	銀賞	東菜々子(山小4)
	銅賞	大村まりな(山小4) 松本阿子(山小5)

※敬称略

県下小学生剣道大会 山西小学校チームが3位

▶ 3位入賞した選手たち



11月1日、菊池市総合体育館で第43回県下小学生剣道大会が開催され、県内の小学生が参加して各試合場で熱戦が繰り広げられました。当村からは剣心館の山西小学校チームが出場し、予選リーグを全勝で突破。準々決勝では強豪泗水に2-0で勝利し、準決勝では西合志南との対戦で2-2の末、代表戦となり緊張感あふれる攻防の中、残念ながら胴の一本負けを喫しましたが、3位入賞を果たしました。

少年剣道教室では、「剣道は剣の理法の修練による人間形成の道である」といった剣道の理念にのっとり日々の稽古に励んでおり、目標に向かうための努力、きついことに立ち向かう強さ、仲間を思う心が徐々に身についてきているようです。

宮山の日本製紙伐採跡地で11月1日、九州電力株式会社熊本支店主催による水源かん養の森林を育成するための植樹祭が開催されました。これは、同社の創立50周年を記念して2001年度から九州各地で始まった、10年間で100万本を植樹する「九州ふるさとの森づくり」の一環として行われたものです。

前日の雨により大変足場の悪い中でしたが、社員やその家族ら約200人と山西小学校緑の少年団の児童たちの手により、クヌギやシラカシ、ミズナラといった苗木4,000本が約1.22haの土地に植えられました。

九州ふるさとの森づくり 広葉樹4,000本を植樹



◀ 植樹に汗を流す山西小緑の少年団

食品衛生協会一斉指導 食の安全を守りましょう

▶ 店舗を巡回する指導員



11月7日、阿蘇郡食品衛生協会西原支会による一斉衛生指導が、村内会員の各店・事業所を対象として実施されました。これは、食品による危害の防止と自主管理の徹底を図りながら食品の安全性を確保することを目的に、毎年自主的に行われているものです。

当日は県から食品衛生監視員を迎えて、西原地区食品衛生指導員が各店舗を巡回し、営業許可書の掲示や食品の管理状況をチェックしました。さらに、手洗い設備や店内の整理整頓といった日常の衛生管理の徹底についても指導があり、責任者は真剣な様子で聞き入っていました。

11月15日に西原中学校体育館で、西原村人権フェスティバルが開催されました。初めに西原中3年生21人が脚本から演出、音響、照明といった全てを手がけた劇「田舎へ帰ろう」がステージ発表されました。

そして、「人権教育の今昔～解放されてありのままの自分で生きよう～」の演題で、元河原小学校長の中川秀喜氏による講演があり、本当の自分が受け入れられたときに心の解放につながることに、身近で起きているあらゆる差別を他人にせず正しく理解する大切さなどがわかりやすく語られました。併せてミニディスカッションも行われ、人権について見つめ直す良い機会となりました。

西原村人権フェスティバル 自分の心を解放しよう



◀ 西原中3年生による劇

8月28日・29日に九州地区公民館研究大会が宮崎市で開催され、社会教育委員の岩岡さん、教育委員会の泉田事務局長と共に出席しました。

1日目は7分科会に分かれ、各々のテーマにそって発表が行われ、私たちは第7分科会 自治公民館活動（農村・山村・漁村型）に参加しました。

福岡県小郡市 松崎区公民館前館長 磯部富士夫氏が、既存組織との連携による公民館活動について～魅力ある公民館づくりとは～というテーマで体験発表されました。

松崎区は人口1042人、世帯数379、高齢化率30パーセントを超え、1人・2人暮らしの世帯が多いということでした。そのような状況の中、区内のいろいろな組織（松友会・育成会・スポーツ振興会・子ども会・老人クラブなど）と連携し、区民が楽しみながら人の役に立つことを心がけ、園児・小中高の生徒さんたちにもいろいろな行事に協力してもらい地域住民との交流を活性化されているそうです。

また、宮崎県五ヶ瀬町 夕日の里づくり推進会議 会長 後藤福光氏が、グリーンツーリズム（GT）による地域の自立と再生～五ヶ瀬町桑野内地区の取り組み～というテーマで発表され、何も無いこの山間の町に何か誇れるものはないかとみんなで考え、山の

間に沈んでいく美しい夕日をシンボルにして夕日の里推進会議を発足させ、アイデアと心のおもてなしで地域の活性化を展開してきたことなどを発表されました。そして、事業の一つにふるさと体験交流事業を行い、福岡方面からの民泊などを受け入れ、第二のふるさとができたと言ってもらっているとのことでした。

地元住民と都市在住の人との交流により自分たちが気付かなかった地域のすばらしさを発見でき、自信と誇りを取り戻す機会となったそうです。2日目の全体会では、東国原知事が笑いを交え地方自治の在り方など講演され大会を閉会しました。

西原村では分譲住宅などが増え、人口も増加しています。既存住民と転居してこられた方々が公民館活動を通して地区全体、村全体で協力しあい、人と人とのつながりを大事にコミュニティを構築することが、住みよい西原村をつくるのではないのでしょうか。



平成21年 西原村成人式

西原村では、平成21年成人式を次の日程で開催します。



期日 1月11日（日）

午後2時～式典開式

場所 西原村構造改善センター

※最近転入された方などで、成人式の案内が届いていない方がおられましたら、恐れ入りますが、教育委員会まで連絡いただきますようお願いいたします。

【問合せ先】西原村教育委員会

☎279 - 4424

熊本県(地域別) 最低賃金の改正

熊本県最低賃金が10月17日より改正になりました。新しい最低賃金額は、

時間額 628円

です。この最低賃金は、産業別最低賃金が適用されない県内すべての労働者（臨時・パートタイム労働者、アルバイトなどを含みます。）に適用されます。

なお、派遣労働者については、派遣先の事業場に適用されている最低賃金が適用になります。

【問合せ先】熊本労働局

労働基準部賃金室

☎096 - 355 - 3202

陸上自衛隊 生徒募集

応募資格

中学卒業（見込み含む）～17歳未満

一次試験

日にち 1月10日（土）

場所 阿蘇地域振興局

内容 筆記試験

二次試験

日にち 1月24日（土）

場所 健軍駐屯地

内容 口述試験・身体検査・適性試験

受験申込受付期限

1月8日（木）

【問合せ先】熊本地方協力本部

阿蘇地域事務所

☎0967 - 22 - 4575

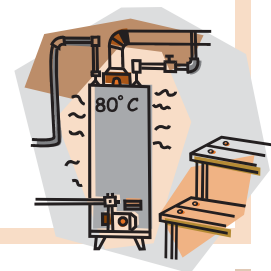
「消費生活用製品安全法」及び「電気用品安全法の技術基準省令」の改正にともない、平成21年4月1日より、長期間使用する製品の部品の品質や性能などの悪化にともなう、事故等の発生防止のための制度として、【長期使用製品安全点検制度】・【長期使用製品安全表示制度】が施行されます。

【長期使用製品安全点検制度って何？】

この制度は、長期間使用することで、部品等の品質や性能などが悪くなることにより安全上支障が生じ、特に重大な危害をおよぼす恐れが多い製品について、製造メーカーなどに所有者登録をして、点検時期を知らせ、点検を促すことで事故を防止するための制度です。

<この制度の対象製品>

- 屋内式ガス瞬間湯沸器(都市・LPガス用)
- 屋内式ガスバーナー付ふろがま(都市・LPガス用)
- 石油給湯機
- 石油ふろがま
- 密閉燃焼(F F)式石油温風暖房機
- ビルトイン式電気食器洗機
- 浴室用電気乾燥機



<主な制度の流れ>

- ①購入⇒対象製品を購入時に、販売者から点検制度についての説明を受けます。
 - ②所有者登録⇒所有者票に記入し、返送します。(所有者登録)
 - ③点検通知⇒点検時期がきたら点検のお知らせの通知が来ます。
 - ④点検依頼⇒販売者に点検を依頼します。(※点検には料金がかかります。料金等は、販売者に事前に確認してください。)
 - ⑤点検を受けます。
- (注) 賃貸住宅・アパートなどで製品を家主が設置・所有している場合は、家主が所有者登録する必要があります。

【長期使用製品安全表示制度って何？】

この制度は、点検を実施するほどではないものの、長期にわたり使用されるため、消費者等に長期使用時の注意喚起を促す表示を、製造または輸入を行っている事業者が義務づける制度です。

<この制度の対象製品>

- 扇風機 ●エアコン ●換気扇
- 洗濯機 ●ブラウン管テレビ

<表示のイメージ図>



【製造年】20××年
 【設計上の標準使用期間】▲▲年
 設計上の標準使用期間を超えて使用されますと、経年劣化による発火・けが等の事故に至る恐れがあります。

【問合せ先】九州経済産業局 産業部消費経済課 製品安全室 ☎092-482-5523
 経済産業省 商務流通グループ 製品安全課 ☎03-3501-4707

製造事業所の皆様へ

経済産業省では、工業統計調査を平成20年12月31日現在で実施します。工業統計調査は、製造業を営む事業所を対象として、その活動実態を明らかにすることを目的として調査します。

調査結果は、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資料として利用されるとともに、企業、大学などでの研究資料、小・中・高等学校

～工業統計調査にご協力ください～

の教材など、広く利用されているところです。

皆様から御提出していただく調査票については、統計法に基づき調査内容の秘密は厳守されますので、正確な御記入をお願いします。

<http://www.meti.go.jp/statistics/>
 経済産業省 熊本県 西原村

会 長：山田 政晴 委員
 会長職務代理者：上野 善延 委員

地区名	氏 名	選挙・推薦
鳥 子	藤田 保生	選挙
小森東	山田 和敏	選挙
小森西	山下 茂則	選挙
宮 山	上野 善延	選挙
布 田	加藤 博敏	選挙
高 遊	中西 義信	選挙
谷	堀田 清治	選挙
上あげ	坂本 幹雄	選挙
下あげ	秋吉 喜一	選挙
村全域	山田 政晴	議会推薦
村全域	中野 敏嗣	議会推薦
村全域	阪本 留美子	議会推薦
村全域	永田 絹子	議会推薦
村全域	内田 稔	J A 推薦
村全域	片山 勝潔	農業共済推薦
村全域	志内 力	土地改良区推薦

任期は平成23年10月17日まで

このほど、任期満了に伴う西原村農業委員の改選が行われ、公選委員（選挙による選出委員）9名、各種団体推薦委員7名（議会推薦4名、阿蘇農業協同組合推薦1名、熊本県農業共済組合推薦1名、土地改良区推薦1名）の合計16名が新たに委員として決定しました。

委員の担当地区は次のとおりです。農地の売買・貸し借り・農地転用、および農地のトラブルに関するご相談がありましたら担当地区の委員にお気軽にお尋ねください。

☎279-4396
 【問合せ先】農業委員会事務局



農業委員が決まりました

男女共同参画社会はみんなが住みやすい社会です！

平成19年度に実施された阿蘇地域アンケート調査の結果概略をシリーズでお知らせします。

このほど阿蘇地域振興局と阿蘇地域7市町村は、阿蘇地域の男女共同参画に関する意識・実態調査を行いました。その調査結果と、そこからみる阿蘇地域における男女共同参画に関する意識や実態の特徴、さらにそれらを踏まえたうえでの今後のあるべき施策の方向性について紹介していきます。

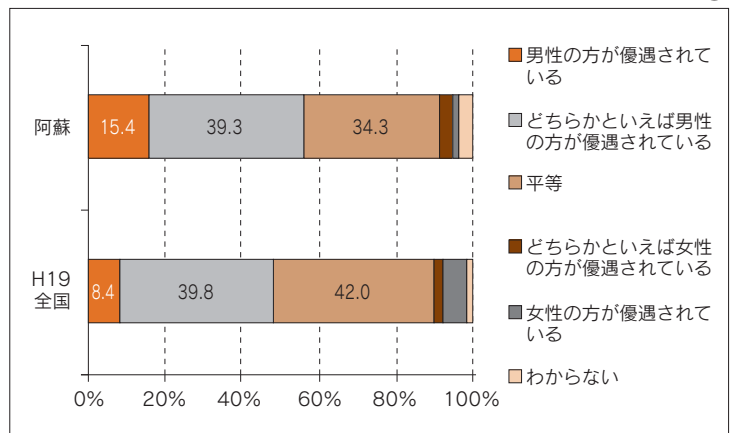
調査は、阿蘇地域7市町村を調査区域とし、各市町村の20歳以上の合計1,700人を無作為抽出して行ったものです。

●他地域との比較からみた阿蘇地域の特徴 男女の地位に関する意識について

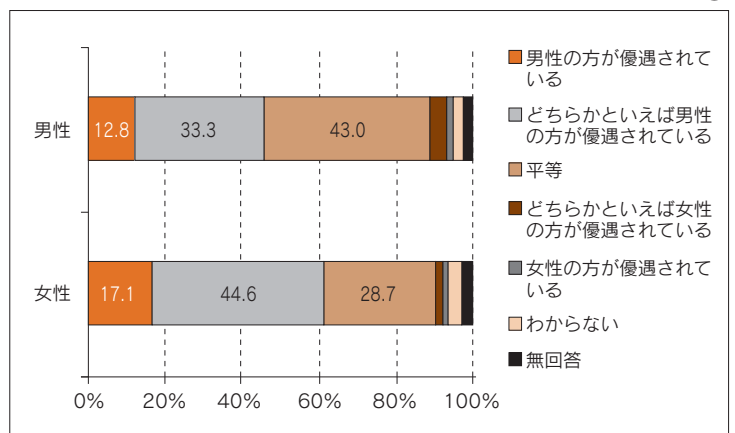
①家庭生活において、男女の地位は平等になっていると思うかについて聞いたところ、男性の方が優遇されていると思う人は、半分以上を占め、「男性の方が優遇されている」、「どちらかといえば男性の方が優遇されている」という者の合計は54.7%で、全国の48.2%を6.5ポイント上回っている。

②女性の方が「男性の方が優遇されている」と感じている割合が多い。性別に見ると、「男性の方が優遇されている」、「どちらかといえば男性の方が優遇されている」という者の合計は女性が61.7%で男性の46.1%より15.6ポイント高くなっている。

グラフ①



グラフ②



「男女共同参画に関する阿蘇地域アンケート調査報告書」

新型インフルエンザの警告

現在問題になっている鳥インフルエンザは、鳥がかかるとインフルエンザのことで、人への感染はごくまれにしか起こりませんが、とても変化しやすいウイルスなので、人間界に多大なダメージを引き起こす新型ウイルスに変わる可能性があることが警告されています。

また、毒性の強い鳥インフルエンザウイルスの感染者が少しずつ増加しています。そして数例、人から人への感染も報告されています。

指摘されている危険性…

- * 新型インフルエンザは通常インフルエンザよりも重篤な症状で死亡率も高くなると予測されています。
- * 人間は誰も新型インフルエンザに免疫（抵抗力）を持たないため、地球規模で大流行する恐れがあります。
- * 電車やバス、飛行機などの交通機関の発達により、瞬時に世界中に拡大する恐れがあります。

……家庭でできる新型インフルエンザ対策……

■マスク・手洗い・うがい予防の基本

感染者の咳やくしゃみなどの飛沫に含まれるウイルスを鼻や口から吸い込むことや、電車のつり革やドアの取っ手などに付着したウイルスにさわった手で口や目の粘膜に触れることで、インフルエンザに感染します。

感染を防ぐためにマスクの着用と外出後の手洗いとうがいを徹底しましょう。人ごみへの外出を控えることも大切です。

■備蓄しておきましょう

厚生労働省では、新型インフルエンザ流行期間を8週間と想定した場合に、目安として家庭で1人あたり20～25枚程度のマスクの備蓄が必要としています。

また、新型インフルエンザが大流行すると、物資の流通が停滞し生活必需品が不足したり、感染予防のために外出も控えたりしなければならなくなるので、2週間程度の生活ができるように食料や水、日用品の備蓄をしておきましょう。

- 食料（長期保存ができるもの）
- 水
- 医薬品
- インフルエンザ対策用品（マスク、水枕、ゴム手袋）
- 災害時の備蓄品と同様にあると便利なもの（ビニール袋、懐中電灯、電池、トイレトペーパー、ティッシュペーパーなど）



年末年始の交通事故防止運動 12月21日～1月3日

何かと慌しい年末年始は、交通事故が多発する傾向にあります。また、飲酒の機会も多くなる季節です。交通規則を守り、交通安全を心がけて事故防止に努めましょう。

高齢者の交通事故防止、全席シートベルト着用と「ひのくにピカピカ運動」の推進

- 高齢者を見かけたらその行動に十分注意し、速度を落とすなど思いやりのある運転をしましょう。
- 高齢運転者標識（通称：紅葉マーク）を付けた自動車に対して、幅寄せやあおり運転、急な進路変更などはやめましょう。
- 夕暮れ時は、早めの点灯を心がけましょう。「ひのくにピカピカ運動」。
- 高齢者でシルバーカーを利用される方は多いです。低車体、なので、移動中は見にくいため十分注意しましょう（村内に50台ほどあります）。
- 全席のシートベルト、またチャイルドシートの着用を徹底しましょう。

飲酒・暴走運転など、悪質・危険な運転行為の追放

- 社会の一員としての自覚および責任を持ち、絶対に飲酒運転はやめましょう。
- いわゆる「二日酔い」やアルコールが身体に残った状態での運転はやめましょう（時間を逆算してアルコールが残らないようにしましょう）。
- お酒を飲んだときは、タクシーや代行運転を利用しましょう。
- 爆音・暴走運転など悪質、危険運転は絶対にやめましょう。
- 自動車運転中の携帯電話（通話・メール）の使用は違反です。絶対にやめましょう。

おひさま通信

12月、今年最後の月になりました。クリスマスにお正月とうきょうきすることばかりで、楽しいエピソードが生まれそうですね。寒さに負けない子どもたちは、元気いっぱいです！その反面、カゼをひくと咳や鼻水が出たり、油断するとすぐに体調を崩します。また、インフルエンザが流行しやすい時期ですので、健康管理に十分注意してあげましょう。

○10月の活動「みんなでいも掘り」

育児教室と子育て支援の合同活動で、毎年恒例のいも掘りへ出かけました。実りの秋、収穫の喜びと共に、土の感触が楽しめました。スコップや手で一生懸命に土を掘って、「いもが取れたよ！」と嬉しそうな子どもたちの表情がとてもかわいらしかったです。



○講習会

先日、かすべるの人形劇「一寸法師」の観劇をしました。たくさんの参加者があり、親子でお話のおもしろさが味わえ、人形や鬼の動きを楽しんでまた一つ良い機会となりました。なお、毎月講習会を行っていますのでぜひご参加ください。

※にしはら保育園では一時保育を行っていますので、ご利用の際は気軽にご相談下さい。

にしはら保育園子育て支援センター

備えあれば…

災いを防ぐ！

自分自身の防災力を高めましょう。

No 38【火災予防】

火災発生！

あなたはどうする!?

■火気を取り扱う機会が多い季節だからこそ…

先月号で、家の周りに燃えやすいものを置かないことをお知らせしました。そのほか、子どもだけでの火気の手扱いやストーブでの衣類の乾燥などにはご注意ください。

しかし、もし火事が起きてしまったら！

消防署119番または役場279-3111に通報

○大事にしたくないと通報を躊躇しないこと。

○大声で「火事」を周知。

○小火でも通報。119番

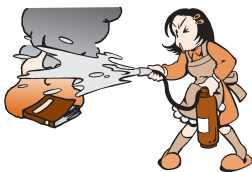
○初期消火にあたる。5分以内

○早めの避難。人命第一

「逃げるとき」

服装にこだわらない。貴重品に執着しない。煙を避け、火の中は足元に注意し一気に走りぬける。

【問合せ先】役場総務課 防災係 ☎279-3111



中小企業の皆さんへ

中小・小規模企業を 全力をあげて応援します！

資金繰り支援に万全を期します！

●緊急保証の対象業種を618業種に拡大しました。

・緊急保証制度は信用保証協会の100%保証です。責任共有制度の適用はありません。

・対象業種の方は一般保証8千万円に加えて、別枠で8千万円（担保がある方は一般保証2億円に加えて別枠で2億円）までの保証を利用できます。

※対象業種については、ホームページでご確認ください。
<http://www.chusho.meti.go.jp>

●セーフティネット貸付は業種を問わず利用可能です。

・全業種の方が4億8千万円（中小企業の方）、4.8千万円（小規模企業の方）まで利用できます。

・特に業況の厳しい方に対する金利の引き下げも行う予定です。

・特別貸付は、(株)日本政策金融公庫や沖縄振興開発金融公庫に加え、(株)商工組合中央金庫でも行う予定です。

【問合せ先】九州経済産業局 産業部中小企業課
☎092-482-5448

みのだ そうたつ
蓑田 宗達くん



裕介さん・美樹さん (布田)
 早くお兄ちゃんと遊びたいです。

おかの ゆうき
岡野 祐暉くん



将孝さん・穂波さん (緑ヶ丘)
 ともき兄ちゃん、僕と仲良く遊んでね!

しもだ りお
下田 莉緒ちゃん



健一朗さん・枝美さん (小野)
 ようだい兄ちゃんがだ〜いすき!

ひがし ゆうせい
東 祐聖くん



依利奈さん (出ノ口)
 じいじ大好き。でもママが一番好き。



みこみてー! 未来のじいじはスーパー・ヒーローたち!

7月31日に行われた、お誕生学級にお邪魔して、写真を撮らせて頂きました。むぞらしかですね!

ジェイソンの西原日記

Hello everyone,

Winter seems to be almost here and the morning air has become crisp and cold. In Canada there is already lots of snow in many places and temperatures range from -15 degrees Celsius in the northern regions of Canada to around 0 degrees Celsius in warmer southern regions.



ALT ジェイ ペナー

Many students will begin studying for exams soon because in the middle of December high school and university students write big tests before the Christmas holidays.

Many people will start decorating their houses with Christmas ornaments, lights and many people have a Christmas tree in the main living room. They also start baking Christmas sweets; cookies, cakes and chocolate brownies. Jay Penner

みなさん、こんにちは。冬が近づき、朝の空気が冷たく感じますね。カナダでは、多くの場所ですでに雪が降り、気温もカナダ北部ではマイナス15度、比較的暖かい南部でも0度くらいです。

多くの学生が、クリスマス休暇前の12月中旬に高校・大学で行われる期末試験を抱え、それに向け勉強を始めます。

そして、多くの人がこの時期から家々をクリスマス装飾やライトで飾り始め、家のリビングルームにはクリスマスツリーを飾ります。また、クッキー・ケーキそしてチョコレートブラウニーといったクリスマスのお菓子を焼き始めます。ジェイ ペナー

西原村の皆さん、いかがお過ごしですか?こちらは10月最後の日曜日にサマータイムが終了し、グリニッジ標準時に戻り、日本との時差も9時間となりました。いよいよ冬本番です。

先月、ロンドンからバスで1時間ほどのところにあるグリニッジ天文台を訪れ、その役割、なぜここが経度0線となったかということを知ることができました。それは街を見渡せる美しい丘にありました。

建物上部には大きな赤い玉が串刺しのようにあり、毎日12時55分になると玉が「串」部分の中程まで上がり、12時58分に頂点に達し、13時ちょうどにストンと下まで下がります。この装置は1833年にテムズ河を渡る船や街中の人々に時間を知らせるために設置されました。

最近は今まで訪れたかった場所、気になっていたレストランやカフェに行き、再度美術館を訪れ、ロンドンを少しでも多く見ておこうとよく出かけています。というのも、とうとう帰国が決まったからです。

約2年半のロンドンでの生活は全て私の財産となり次へのステップアップになるはず。このコーナーを通して情報を人に伝える面白さも味わうことができました。長い間読んで頂いた皆さん、本当にありがとうございました。来年、西原でお会いしましょう。



▲グリニッジ天文台

河上 聖子

No.27

ホッと通信 from コーポレート

いのちの教育

～「寝た子を起こすな」という考え方の誤り～

そっとしておけば、同和問題は自然に解消していくものでしょうか。
現実には、今なお差別意識が残っていることに目を向けなければなりません。

同和問題について、「そっとしておけば、自然になるのではないか?」「知らない人にまで教えなくてもいいのではないか。」「教えるから、かえって差別が広がるのではないか。」といった考えを持つ人がいます。いわゆる「寝た子を起こすな」という考え方ですが、本当にそっとしておけば同和問題は自然に解消していくものでしょうか。現実には、今なお差別意識が残っていることに目を向けなければなりません。

明治4年の「解放令」から130年以上、昭和22年の日本国憲法の制定から半世紀以上もたった現在でも、部落差別が起きているのは、私たち一人ひと

りが、差別が不合理であることを学び、差別をなくす態度を身につけられなかったことが大きな要因となっているのです。

先入観や予断・偏見は心の中に深く潜在しており、いったん自分の身近なところで結婚などの利害関係が生じると、差別となってあらわれます。同和問題に対する正しい理解がないと、何かの機会に事実に基づかない他人の噂をそのまま信じて予断や偏見が形成されることになり、結果的に差別する人間を温存したり、新たに差別する人間を生んだりすることになります。

「寝た子を起こすな」という考え方は、人権意識を眠らせ差

別を温存し、次の世代に残してしまうことになり、同和問題の解決には結びつかないのです。

私たち一人ひとりが、同和問題について正しい理解と認識をもち、自分自身の問題として差別をなくしていくことが、大切なのではないのでしょうか。



熊本県人権センター
☎096-384-5822

熊本県人権啓発資料
「スマイルハーモニー」より

村長交際費公開

村長交際費は、村を代表する者として村長が外部との交際上、必要な経費として認められているものです。なお、各月毎の交際費については西原村ホームページに掲載しています。また、これらの交際費の詳細が知りたいときは情報公開の請求ができます。

平成20年 9月16日～10月31日 村長交際費一覧表

項目	件数	金額	支出内容
弔費	3件	39,000円	各種委員等に関する香典
会費	1件	10,000円	崇城大学教授文化勲章授章を祝う会
祝費	1件	10,000円	高遊原南消防組合管内球技大会
計	5件	59,000円	

西原村ホームページ <http://www.vill.nishihara.kumamoto.jp/>
【問合せ先】役場総務課総務係 ☎279-3111

**「個人事業者の方へ」
消費税の届出書の提出は
お済みですか？**

現在、消費税の免税事業者の方で、平成19年分の所得税の確定申告等において、消費税の課税売上高が1千万円を超えた方は、平成21年分は消費税の課税事業者となります。

この場合、「消費税課税事業者届出書」を速やかに納税地の所轄税務署長に提出することが必要となります。

また、平成21年分が課税事業者となる方で、新たに簡易課税制度の適用を受けようとする方（平成19年分の消費税課税売上高が5千万円以下の方に限られます。）は、「消費税簡易課税制度選択届出書」を平成20年中（12月31日まで）に納税地の所轄税務署長に提出することが必要となります。

なお、簡易課税制度の適用を受けた方は、事業を廃止した場合を除き、2年間以上継続した後でなければ、この適用をやめることはできません。

参考 災害その他やむを得ない理由が生じたことにより、被害を受けた課税事業者の方が、その被害

により簡易課税制度の適用を変更する必要が生じた場合で、税務署長の承認を受けたときは、（2年間の継続適用の規定にかかわらず）簡易課税制度の選択をやめる（または選択する）ことができることとなっております。

消費税の届出等についてお分かりにならない点や詳しくお知りになりたいことがありましたら、税務署にお尋ねください。

**【問合せ先】
阿蘇税務署**

☎0967-22-0551

人権メッセージを募集中！

熊本県・熊本県人権啓発推進協議会では、「命の大切さ」「人権について感じたこと」など、人権に関するメッセージや標語等を募集しています。（50字以内。形式は自由）

募集期間 1月13日（火）まで

（当日消印有効）

応募作品の利用等 20作品を選定し、人権啓発活動に活用。選定作品応募者には図書カード・記念品を贈呈。（著作権は県に帰属）

【問合せ先】

熊本県人権センター

☎096-3333-2299

Information

多重債務返済でお困りの方へ

（財）日本クレジットカウンセリング協会では、法律・家計相談会を次のとおり開催します。

日時 12月16日（火）

場所 くまもと県民交流館パレア

予約受付期間 12月8日（月）～

11日（木）

電話番号 ☎0120-666-528

※先着24名

【問合せ先】（財）日本クレジットカウンセリング協会

☎03-3226-0140

平成20年度後期ビジネス・キャリア検定試験のお知らせ

ビジネス・パーソンの職務を広く網羅した唯一の公的資格試験で、試験は1・2・3級のレベルに体系化され、実務に即した専門的知識・能力を客観的に評価します。受験制限はありません。

受験申請受付期間 12月15日

（月）～1月19日（月）

試験実施日 3月1日（日）

試験単位 労務管理、財務管理、企業法務、総務、経営戦略等

【問合せ先】

熊本県職業能力開発協会

☎096-384-1711

パソコン技術講習会Excel（表計算3級）受講者募集

県では、就職を希望する方を対象に、就職に必要な技術の習得を目的とした講習会をくまもと県民交流館パレアにて実施します。

受講資格 次の①から⑥を全て満たす方

- ①就職を希望し、受講終了後すぐに仕事に就きたい方
- ②雇用保険受給の対象外である
- ③全日程出席できる
- ④熊本県内在住
- ⑤現在学生ではない
- ⑥過去に同一内容の当センター講習会を受講していない方

日時 2月5日～3月11日（月）

金の23日間）午前10時～午後4時

※表計算ソフト「Excel」の習得。表計算3級の検定試験を実施。

受講料 無料（教材費・検定料1万2千円程度必要）

定員 20人（選考にて受講者決定）

申込日時 12月16・17日（火・水）

の午前10時から午後3時の間に、くまもと県民交流館パレアにご来場ください。

【問合せ先】

パレアごと相談・支援センター

☎096-3355-4309

石綿による健康被害の救済に関する法律の改正

石綿（アスベスト）健康被害者のご遺族の皆さまへ、「特別遺族給付金」に関する大切なお知らせです。石綿による健康被害に関する法律が改正され、平成20年12月1日から施行されます。

特別遺族給付金の請求期限

平成24年3月27日までに延長されました。

特別遺族給付金の支給対象

平成18年3月26日までに亡くなった労働者のご遺族の方へと拡大されました。

【問合せ先】

熊本労働局労働基準部

☎096-355-3183

平成20年度「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」について

平成18年6月に法律が施行され、毎年12月10日～16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」とされました。政府認定拉致被害者である本県出身の松木薫さんや多くの被害者・家族の方々の苦しみは今も続いています。

本県では、県民の皆様はこの問題についての関心と認識を深めて

いただくため、同週間を中心に写真パネル展や講演会など様々な啓発事業を行う予定です。

【問合せ先】

熊本県国際課

☎096-333-2157

労働安全衛生法に基づく免許試験のご案内

平成20年度労働安全衛生法に基づく免許試験が、崇城大学において次のとおり実施されます。

試験日 2月8日（日）

受験申請受付期間

12月8日（月）～12日（金）

試験の種類 第一種・第二種衛生管理者、二級ボイラー技士

【問合せ先】

九州安全衛生技術センター

☎0942-43-3381

役場各課・係 直通ダイヤル

〈総務課〉

総務・財政係（代表） 279-3111

企画振興・情報政策係 279-3112

〈教育委員会〉 279-4424

〈議会事務局〉 279-4364

〈収入役室〉 279-4394

〈税務課〉 279-4395

〈産業課〉

経済係（農業委員会） 279-4396

土木建築係 279-3114

地籍調査係 279-4417

〈住民課〉

住民・環境衛生係 279-3113

健康福祉係 279-4397

国保係 279-4389

〈にしはら保育園〉 279-2054

※土日、祝祭日は

279-3111へお願いします。

熊本県小児救急電話相談事業

熊本県では、子どもの急な病気に対する保護者の不安を解消するため、県下全域を対象として、夜間における小児救急に関する相談を受け付けています。

受付 毎日午後7時～午前0時

相談員 看護師または必要に応じて小児科医が対応

電話番号 ☎#8000番

ダイヤル回線、IP電話、光電話からは、☎096-364-9999

急な病気に関する応急処置や受信可能な医療機関についての情報を提供していますので、ご利用ください。

【問合せ先】

熊本県健康福祉部医療政策総室

☎096-333-2204

平成20年度調理師業務従事者届の提出について

就業している調理師は、法に基づき2年ごとに就業地等に関する届出が必要です。

対象 平成20年12月31日現在、調理師免許を有し県内で調理業務に従事している方

届出用紙の設置場所 県庁健康づくり推進課、各保健所、熊本市各保健福祉センター（中央を除く）

提出期限 1月15日（木）

提出先

・就業地が熊本市の場合：県庁健康づくり推進課

・就業地が熊本市外の場合：就業地を所管する保健所

【問合せ先】

熊本県健康づくり推進課

☎096-333-2208

自由と放任

子育てが大きな社会問題になってきている。「枕元に札束を積んでも子どもは育たない。子育てには手間ひまがかかる。自由に育てていると言いつつながら、放任して基本的な生活習慣さえ躰ができていない。」と講演で聞いたことがある。子育てから逃げたら、一時の過ちが一生の過ちになる。

「みんなで子育て支援」

小鬼

社協だより

熊本県阿蘇郡西原村大字小森572

☎279-4141

279-4140 相談専用

279-4388FAX

“住み慣れた地域で暮らすこと”

西原村社会福祉協議会では、平成13年度より役場の協力を得て、年に一度村外の施設で生活されている方を対象に「ふるさと見学会」を実施しています。

今年（10月30日・31日）で8回目を迎える恒例の行事となり、毎年、多くの方々のご協力やお出迎えの中で、ふるさと帰りが実現できることに、西原村の地域のすばらしさや大切さを改めて感じます。

※詳しくは、別紙「社協だより号外」ふるさと見学会特集号をご覧ください。



葛目サロン



お決まりの場所で丸一日を過ごされる葛目サロン。農繁期も過ぎて一段落「何もかせはでけんばってん、行ったり来たりはしよりました」と明るく話される。話題は豊富でこの日は、畑を荒らすイノシシの話。イノシシは「鍋かまもたんでとせするけんたいしたもんたい」。すばらしい話術にひたすら感心、時間も忘れてしまいそうでした。

サロン活動報告

畑サロン



風当サロン

熊本のシンボル「熊本城築城400年」一目見ようと出掛けてきました。「本丸御殿大広間」はすばらしいもので“やってきたぞ〜”と思わず力が入る瞬間でもありました。

ハプニングはあったものの、久々に行ってよかった〜と心からそう思えた一日でした。

初めての外泊旅行で萩の里に行ってきました。ゆっくり温泉、のんびりとした時間を過ごし、おいしい食事に舌鼓。満足満足。益々、生活に張りが出てきたようです。

もちろん、機関銃のごとく会話が飛び交ったこと間違いなし！！



いきいきサロン及びやまびこネットワーク意見交換会開催

11月10日（月）より民生委員さん区単位でサロン及びやまびこネットワークの意見交換会を行いました。

地区の関係者の方々と民生委員さんが意見の交換をされるのは久々のことであり、地区の課題が色々な角度から出て、とっても意義のある交換会でした。今後は皆さんから頂戴した貴重なご意見をもとに共に活動できればと思っています。

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寄附をいただきました。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。

集 落 名	故 人 氏 名	遺 族 氏 名
高遊中	前田 寛	坂井ひとみ
門 出	笹本 久子	笹本 吉政
宮 山	上野 福巳	上野 善延

一般寄付

集 落 名	氏 名	金 額
西原村商工会 (第24回にしはらムラおこしオープンゴルフ大会)		93,397円



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した。ありがとうございます。〔敬称略させていただきます、掲載については承諾を得ています〕

赤い羽根共同募金 「西原村老人会表彰される」

去る11月7日東京日比谷公会堂にて「全国福祉大会」が開催されました。



西原村老人会は、この中で中央共同募金会会長表彰を受け井野久喜会長が代表して出席されました。これは、多年にわたり社会福祉の発展に功労のあった方々等を表彰し一層の活躍を期待すると共に、社会福祉の更なる充実をめざす機会として開催されました。

赤い羽根街頭募金

ふれあいまつりにおいて、街頭募金のお願いを致しました。綿菓子や風船を活用しての募金活動で、住民の皆さんの意識高揚を図ることができました。当日は、11,430円の募金が集まりました。ご協力いただいた皆さん本当にありがとうございました。



健康づくり推進スポーツ大会(10/29)

11月29日、老人クラブ連合会主催による西原村老人健康づくり推進スポーツ大会が村民グラウンドで開催されました。

この大会は、健康保持の促進と老人クラブ相互の交流・親睦を図ることを目的として毎年開かれており、今年約340名の参加がありました。和やかな雰囲気の中、高齢者の方々ははつらつとした競技と笑い声や笑顔の絶えない一日となりました。



西原村身障者福祉協会より

11月4日、37名で西原村にある救護施設「真和館」を訪問いたしました。

施設長の藤本様から施設内の説明を受け見学をさせていただきました。



福祉センターのぎく荘・年末年始営業のお知らせ

期 日	一般浴場	通所介護(デイサービス)	訪問介護(ホームヘルプ)
12月29日(月)	平常通り	平常通り	ケアプランに応じて 平常通り
12月30日(火)			
12月31日(水)	休 み	平常通り	
1月 1日(木)			
1月 2日(金)			
1月 3日(土)	平常通り	平常通り	



先日行われたふれあいまつりで、おばあちゃんがお孫さんに風船を結んであげていました。2人の会話が聞こえそうなほのぼのとした雰囲気思わずカメラを向けてしまいました。

にしはら

歴史探求

第72話

「布田観音堂の宝経印塔」



宝経印塔とは、石塔の内部に『宝経印陀羅尼（お経）』を納めたことから宝経印塔と呼ばれるようになった石塔です。中国の北宋時代（900年代）に造られるようになったといわれています。

国内では、鎌倉時代から江戸時代にかけて、日本各地に供養塔や墓碑塔として建てられました。

西原村には、あまり残存していません。写真の宝経印塔は、16世紀後半（戦国時代）頃に造られたと思われる。この塔がある布田観音堂には、同時代のもので考えられる板碑や五輪塔があり、布田地区の戦国時代の貴重な文化遺産といえます。

教育委員会 小谷

作っちゃおう、食べちゃおう！ かみかみサラダ

山西小学校 11月7日給食



11月8日は「いい歯の日」です。11月の給食には歯にいい食材を使った献立や、かみごたえのある食材を組み合わせた献立を多く入れています。丈夫な歯を作るためには、よくかんで食べることが大切です。①かたいものを食べる②歯を作るカルシウムの入ったものを食べる③食材を組み合わせるかみごたえを増やすなどの方法があります。日頃から、軟らかいものでもよくかんで食べる習慣をつけておきましょう。

材料
(大人4人分)

キャベツ 300g / きゅうり 1本 / レタス 80g / りんご 1/2個 / ちりめん 10g / カシュナッツ 30g
ドレッシング【砂糖 小さじ1 / サラダ油 大さじ2 / 酢 大さじ2 / 白ワイン 小さじ1 / 塩 小さじ2 / こしょう 少々】

栄養価
(大人1人分)

エネルギー 46kcal
たんぱく質 1.1g
カルシウム 25mg
ビタミンC 12mg
食物繊維 0.8g

つくり方

- ① キャベツ、レタスは洗って1.5cmくらいの角切り、きゅうりは厚めのいちょう切り、りんごは8等分にして薄く切る。
- ② キャベツはさつとゆでて、水にとり、水気をふく。
- ③ ちりめんは熱湯をかけておく。
- ④ カッコの調味料を混ぜ合わせて、ドレッシングを作る。
- ⑤ 材料を合わせ、食べる直前に④をかけてできあがり。

平成20年

12

No.464

この印刷物は再生紙を利用してあります。

平成20年度秋季全国火災予防運動に伴う作品展 ポスターの部で金賞

高遊原南消防組合管内の小学生を対象とした、防火ポスター・習字・硬筆展で金賞を受賞した作品を紹介いたします。これから火災の発生しやすい季節を迎えます。火の取り扱いに注意しましょう。なお、入賞作品は各小学校で巡回展示されたのち、12月17日から19日にかけて役場ロビーで展示されます。ぜひご覧下さい。(敬称略、関連記事今月号5ページ)



河原小1年
しんかわふみや

Spot Light
スポットライト



山西小3年 佐藤 愛

【発行】西原村【編集】役場総務課
〒801-2492 熊本県阿蘇郡西原村大字小森32500
TEL 096-279-1111 / FAX 096-279-3500
http://www.vil.nishihara.kumamoto.jp/
※携帯電話からのアクセスは右記のアドレスの後
に「-modeの場合」/「ez-webの場合」/「Yahoo!ケータイの場合」/「iPa」

【印刷】(株) キャップ