

大報

# なごみ

7



## 特集

あつい夏がやってくる!

## 和水町古墳祭

- ◆選挙
- ◆国民年金
- ◆医療
- ◆町の話
- ◆町の話スペシャル  
和水町民体育祭「第35回三加和大会」開催
- ◆お知らせ

# 古墳祭



大黒 摩季



川嶋 あい



根本 要  
(from STARDUST REVUE)

3,000発の  
花火もあるよ!!

## 古墳祭ライブ in なごみ

会場／肥後民家村

とき／平成19年8月1日(水)

18:00開場 19:00開演

出演者／大黒摩季

川嶋あい

根本 要

(from STARDUST REVUE)

前売券

大人(高校生以上) : 4,000円

子ども(小・中学生) : 2,000円

当日券

5,000円

3,000円

和水の夜を盛り上げて  
くれること間違いなし!  
ただ今チケット  
好評発売中!

毎年恒例の「和水町古墳祭」が8月1日(水)、2日(木)の両日、肥後民家村一帯で開催されます。古墳祭1日目は、「古墳祭ライブ」や3000発の花火大会を中心に色々なイベントが開催されます。2日目は、1日目とかわって「卑弥呼の舞」や「時間のともしび」、「松明行列」と幻想的な世界に包まれます。『熊本三大火祭り』の名にふさわしく、あつい夏になること間違いなし。みなさんも、家族・友人とぜひ遊びに来てください。

8/2  
木

●炎の宴……………17：00～21：00  
(ファイヤースピリチュアルアート)

## 江田船山古墳

●古墳祭神事……………17：00～17：50  
●時間(とき)のともしび…18：00～23：00

## 江田川水辺

●卑弥呼迎え火……………19：35  
●卑弥呼登場……………19：45  
●水辺の竹あかり…19：20～22：00

## 江田川水辺～石舞台

●神火送り……………19：10～19：25  
●松明行列出発……………20：00

## 石舞台

●みかわ太鼓……………17：50  
●創作ダンス……………18：20  
●卑弥呼登場……………19：00  
●浦安の舞  
●奉納の舞  
●神楽……………19：30  
●古墳踊り……………20：00  
●炎の詩……………20：10  
●松明行列入場……………20：30  
●卑弥呼入場……………20：40  
●卑弥呼の歌  
●卑弥呼の舞  
●卑弥呼のことば  
●ムリテのおたけび  
●松明行列退場……………20：53

第23代  
卑弥呼



黒原 薫さん (大田黒)

楽しいイベント盛りだくさん!

## フレンドパーク

8/1 水

昼の部 ①古代歴史体験ツアー……………10:00～12:30  
②地震車試乗体験……………14:00～17:00

夜の部 ①慶徳二郎・江津湖きよしライブ&トークショー…21:30～22:10  
②ドキドキ風船×クイズ……………22:15～22:45  
③会場宝探しゲーム……………22:45～23:00

8/2 木

昼の部 ①古代歴史体験ツアー……………13:00～16:00  
②自衛隊車両試乗体験&展示会……………10:00～17:00

夜の部 ①ハニカミカラオケ大会……………21:00～21:50  
②危機一髪! 借り物競争……………21:50～22:20  
③負けたら坊主……………22:20～22:50



問い合わせ先

和水町役場経済課 TEL.0968-86-3111

# Election

INFORMATION

参議院議員  
通常選挙



# 選挙

本庁 選挙管理委員会事務局 内線202  
総合支所 選挙管理委員会事務局 内線711

## 第21回参議院議員通常選挙

〜託します 私未来 この一票〜

投票日 7月29日(日)  
期日前投票 7月28日(土)まで

第21回参議院議員通常選挙が7月29日(日)に行われます。投票は熊本県選挙区選出議員選挙と比例代表選出議員選挙の2種類あります。

### 【選挙区】

黄色の用紙に候補者の氏名を記入

### 【比例区】

白色の用紙に候補者の氏名または政党名を記入

### ○本町で投票できる人

昭和62年7月30日までに生まれた日本国民で次の要件を満たす人です。

#### 【本町にお住まいの人】

本町に住民登録をしてから7月11日までに3ヵ月以上が経過する人

#### 【本町から転出している人】

他の市区町村の選挙人名簿

簿に登録されておらず、投票しようとする日において、本町を転出後まだ4ヵ月が経過せず本町の選挙人名簿に登録が残っている人

### ○期日前投票制度

投票日に仕事や行事、レジャーなどで直接投票所に行けない人は、期日前投票または不在者投票ができます。

#### 期日前投票所

- ・役場本庁1階ロビー
- ・役場三加和総合支所第1会議室

#### 期日前投票の期間

7月13日(金)～7月28日(土)

#### 投票時間

午前8時30分～午後8時まで

#### 投票の仕方

受付で「宣誓書」を書いて提出し、交付された投票用紙に記載した後、投票用

紙を直接投票箱に入れてください。

都道府県選挙管理委員会指定の病院や老人ホーム等での投票は、従来の不在者投票のとおりです。

### ○投票所入場券

入場券は郵便(ハガキ)でお届けします。スムーズに投票いただくため、投票の際は送付された入場券をご持参ください。(入場券をお持ちでない場合は、少しお待ちいただく場合があります)

## 投票所変更のお知らせ

### 第3投票所が変更になります

投票区	投票所	行政区
3	本村区公民館	久米野、岩尻、志口永、古閑、本村、前野、榎原、焼米、大屋

※その他の投票所については変更ありません。

**Q** 出張などにより、本町の投票所(または期日前投票所)での投票ができない方は?

**A** 最寄りの市区町村選挙管理委員会の不在者投票記載所で不在者投票をすることができます。

### 《手続》

① 不在者投票用紙等請求書(兼宣誓書)に必要事項を記入の上、本町選挙管理委員会へお送りください。用紙は、本町選挙管理委員会にも用意していますが、最寄りの市区町村選挙管理委員会へ備え付けのものでかまいません。

② 本町選挙管理委員会へ請求書が届きましたら、直ちに投票用紙等をあなたの滞在地等へ郵送します。

③ 投票用紙等が届きましたら、最寄りの市区町村選挙管理委員会へ直接、出向き投票用紙に記載します。(前もって記載したり、送付された「不在者投票証明書」をご自分で開封したりすると投票ができなくなりますので、ご注意ください)

④ 記載されたあなたの投票用紙は、最寄りの市区町村選挙管理委員会から本町へ送付されます。

※滞在地等での不在者投票は郵送などの時間がかかりますので、手続は余裕を持って行いましょう。

保険料の追納について  
お知らせです

# 国民年金



本 庁 税務住民課国保年金係 内線514  
総合支所 税務住民課住民係 内線751

RELIEF

# Pension

## 保険料の追納ができます

国民年金保険料の免除や若年者納付猶予、学生納付特例を受けた期間は、**10年前までさかのぼって**保険料を納めること（追納）ができます。

保険料の免除等を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなるため、年金額を満額に近づけるためにも生活に余裕ができたときは納めるようにしましょう。

なお、保険料の免除等を受けた年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乘せされます。平成19年度に追納する場合の金額は次のとおりです。

承認を受けた 月の年度	追 納 額 （1ヵ月分） ※加算額を含まない			
	全額免除	半額免除	4分の1免除	4分の3免除
平成9年度	16,550円			
平成10年度	16,310円			
平成11年度	15,680円			
平成12年度	15,070円			
平成13年度	14,500円			
平成14年度	13,940円	6,970円		
平成15年度	13,730円	6,860円		
平成16年度	13,540円	6,770円		
平成17年度	13,580円	6,790円		
平成18年度	13,860円	6,930円	3,470円	10,400円

【注】追納は保険料の免除を受けた期間の古い月から納めることになっています。ただし、保険料の免除と学生納付特例を受けた期間の両方がある場合は、どちらを先に納めるか選択することができます。

### 年金相談所開設について

平成19年7月18日(水)

8月15日(水)

9月19日(水)

ところ：南関町公民館（TEL 0968-53-0007）

と き：午前10：00～午後3：00



★熊本社会保険事務局玉名事務所の職員がご相談をお受けします。

\*あなたのもらえる年金額がその場でわかります!!

\*年金全般で、日頃から気になっていること、聞いてみたいことを何でもご相談ください  
(厚生年金の方も受け付けます)。

\*年金手帳をご持参ください。



## 高齢者の転倒について ～転ばぬ先の筋トレ～

「あいたゝ、しもたゝ」と転んだ経験をされた高齢者の方は多いと思われれます。転んでも打撲程度ですめばよいのですが、高齢になると骨折の可能性が十分あります。しかも、高齢者の骨折は、寝たきりや認知症につながるなど重大な問題を引き起こします。

また、一度転倒すると、「また転ぶのではないか?」と不安や自信をなくしたり、動くのがおっくうになることも多いのです。高齢者の転倒による骨折を防ぐ手段として、転倒予防はとても大切と言えます。

### 転倒の原因

・ 加齢による筋力・バランス能力の低下  
・ 反応時間の低下

・ 環境的要因(段差など)  
・ 睡眠剤の副作用(夜間や早朝トイレ移動中にふらつきから転倒)

### 転倒しやすい場所とは?

- ① 敷居などの段差
- ② 滑りやすい床
- ③ 足元の電気コードやこたつふとんなど

転倒の多くは、屋内で起きています。これらの場所は十分に注意をし、家族の心配りも必要です。

また、要支援・要介護認定の方は介護保険で、手すり設置、段差解消などの住宅改修補助がありますので、担当の介護支援専門員にご相談下さい。

### 転ばぬ先の筋トレ

転倒原因の筋力低下は、トレーニングにより防ぐことができます。筋力トレーニングにより足の上がりがよくなり、足の支持性やバランス能力の向上にもつながります。転ばぬ先の杖と云う言葉がありますが、転ばぬための筋トレと違ってぜひ行って下さい。

両方の足、それぞれ10回程度が理想的です。無理せず痛みがない程度に出来れば毎日行うよう心がけましょう。

## 【筋トレの紹介】

③



裸足になり足の指でタオルをたぐり寄せます。

②



つま先を自分の方へ向け、膝を伸ばします。その足を外に広げて閉じて足をおろします。つま先が真上を向いたまま広げて閉じる様にして下さい。

①



手すりなどを支えにし、足を広げてゆっくり下ろします。この時つま先が前方を向いたまま広げて下さい。

# 第63回 熊本県民体育祭 玉名大会



# 募集!!

平成20年9月20日(土)、21日(日)に開催される『第63回熊本県民体育祭玉名大会』のスローガン・シンボルマーク・ポスターを募集します。

玉名市・玉名郡共同開催として行われる玉名県体にふさわしく、明るい“たまな”をイメージした作品をお待ちしております。

- 応募締切** 平成19年7月31日(火)まで必着のこと
- 応募対象者** 玉名郡市内の住民、または郡市内に通勤通学している人
- 応募方法** (1)応募用紙は自由。ただし、作品は未発表のものに限ります。  
(2)各作品には①住所、②氏名、③年齢、④電話番号、⑤所属(学校など)、⑥作品の簡単な説明を明記してください。

**表彰(賞品)** 最優秀賞 各部門1点 賞状及び賞品30,000円  
優秀賞 各部門5点 賞状及び賞品10,000円

**応募先** 〒865-0023 玉名市大倉1144番地  
(玉名市総合体育館)  
玉名県民体育祭事務局  
☎0968・71・0155  
または、和水町教育委員会社会体育係まで  
☎0968・86・4440 (町民体育館)  
☎0968・42・4660 (スカイドーム2000)

## 和水町水援隊だより

水援隊 平 晋一郎

昔から人間は、生きていくためには水が必要なため、川の近くに住んでいるものです。さて、私達の町は菊池川が流れ、その支流が樹枝状に分岐しており、町全体が水に恵まれています。

以前は、大きな川やその支流は、生活用水や農業用水だけでなく、水産資源の生産地としても重要な役割を持ち、娯楽や子ども遊び場所としても欠かせないものでした。ところが、現在は農薬や河川工事などにより、川で魚があまり獲れず、川魚漁では生計が立たなくなりました。魚の数・種類も減ったおかげで、みんなが川を大切にしなくなり、その結果、川が汚くなって子ども達が川で遊ばなくなりました。私たち水援隊にとってこんな淋しいことはありません。私たちはできる限り、町外の河川を見てまわるようにしています。

昨秋、北九州の「紫江's」(しこうず)という水族館を見学に行きました。北九州市から小倉湾へ流れ込む紫川の下流の岸辺にあって、たくさんの種類の淡水魚の生態を観察することができるよう工夫してありました。水族館の地下室では、実際の川の流れの様子がガラス越しに観察でき、水中を泳いでいる魚の生態を

観ることができました。

また、ここでは水質検査もでき、水質の透明度は都会の中を流れた川水にしては非常に良好で、流域の人達の努力に大変感心しました。現在、菊池川で確認されている魚の種類は白石堰上で約三十種と山鹿大橋堰や和仁川とあまり変わりません。昔から親しみ深い、コイ、フナ、ドジョウ、ナマズ、メダカ、ヨツメ、ギギ、ヨシノボリ等がすぐ頭に思い浮かびますが、最後の四種は絶滅危惧種に指定されております。菊池川流域でも極端に数が減っています。戦前よく食用としていたナガフチドッコという魚が、もはや絶滅したのではないかと心配しておりますが、白石堰の下で生息を確認することができ、少し安心しました。



水援隊活動(子どもと一緒に)

# まちの話題

## ① 災害に備えて

### 和水町消防規律及び防災訓練大会

6月3日(日)、和水町消防規律及び防災訓練大会が和水町多目的広場で行われました。

この大会は、和水町住民の生命・財産



▲AEDの操作訓練の様子

を守る消防団員の消防・防災力や技術の向上を目的として、和水町として初めての全体訓練であり、徳永消防団長以下305名が参加しました。

有明消防署員の指導で、消防団員としての基本動作を行う規律訓練、災害時に必要なポンプ操作等の訓練、和水町で昨年度導入した心肺停止からの蘇生率を高めるAED(自動体外式除細動器)の操作方法の3つの内容を訓練しました。

特に経験の浅い団員らは、先輩団員にも指導を受け、真剣に訓練に取り組んでいました。

徳永消防団長以下消防団員は、この訓練大会をとおして益々の団結と技術の向上が図られました。

これから災害の多い時期になります。住民のみなさん。避難場所の確認や家庭内の点検をして災害に備えて下さい。



## ② ちびっこ探検隊参上!!

### 菊水東小学校職場訪問

6月5日(火)菊水東小学校2年生による職場訪問がありました。

これは、生活科の授業の一環で、子どもたちが行きたい職場を実際に訪れ、もっと自分の町のことに詳しくなろうという目的で行われました。

当日は、2年生10名が『スパー探検隊』ウ



▲議員席に興味津々

キウキいろいろな探検隊の2隊に別れて、和水町役場本庁舎内を元気に探検しました。なかでも、議場を探検した時は、みんな大喜び。まるで議員になったつもりで議員席に座っていました。

30分ほど探検した後、次の探検地に向けて旅立ちました。



▲我らちびっこ探検隊だ!



▲大きく育ってね

### ④大きく育ってね

から芋の苗植えin春富保育園

6月14日(木)、春富保育園で、地元老人会のおじいちゃん・おばあちゃんと一緒にから芋の苗を植えました。

園児たちは、ふだん、砂場などでろんこになって遊んでいても、から芋の苗を植えるのは初めての子どもも多く、おじいちゃん・おばあちゃんに教わりながら大きく育ってねと一本一本丁寧に植えていました。

当日は、保育園の裏の畑に150本程の苗を植えました。秋には、大きく実ったから芋をほり、老人会のおじいちゃん・おばあちゃんたちと一緒に収穫祭を楽しみます。



▲出席された4名の新規認定農業者のみなさん【左より 北原康弘さん(山十町) 今村哲也さん(東吉地) 濱武映次さん(西吉地) 荒木春雄さん(山十町)】

### ③目指せ!! 農業経営のスペシャリスト

農業経営改善計画認定書交付式・新規就農者激励会

5月31日(木)、「農業経営改善計画認定書交付式・新規就農者激励会」が行われました。

当日は、井上副町長から農業経営改善計画認定書が新規就農者6名に交付されました。今回の新規認定農業者は、イチゴや水稲、タバコ等の経営をされています。自己紹介の後、それぞれ農業に対する抱負や参加者同士の意見交換を行いました。今後、和水町の農業を支える担い手として、6名の皆様の益々のご活躍を期待しております。



▲きれいに磨けているかなあ?



▲人形劇の様子

### ⑤むし歯ゼロを目指して!!

むし歯予防教室

6月6日(水)、菊水ひまわり園で、むし歯予防月間にちなみ『むし歯予防教室』が行われました。

当日は、菊水ひまわり園の園児や未就園の幼児・保護者が参加。歯科医師の加藤輝子氏らによる歯磨き講習会や歯の質を強くするフッ化物塗布が行われました。

他に、パネルシアターや歯科衛生士さんたちによる楽しい人形劇などがありました。人形劇では、子どもたちに歯磨きの大切さ、むし歯の恐ろしさなどを分かりやすく教えていました。



▲まだまだ若いもんには負けんバイ！



▲竹下裕太郎君  
(第3分団)が元気に選手宣誓



▲仲良くフォークダンス  
みなさん一緒に踊りましょう♪



▲お父さん・お母さんと仲良くダンス！  
手を広げて一緒に、やあ～

まちの話題  
スペシャル

みんなの笑顔がはじけた！！

和水町民体育祭『第35回三加和大会』開催

5月27日(日)、毎年恒例の和水町民体育祭『第35回三加和大会』が和水町三加和グラウンドで開催されました。

当日は、絶好の体育祭日和に恵まれ、各分館の選手や子どもたちは各種目で熱い戦いを繰り広げました。



▲いちについて、ヨーイ、ドン  
お父さん・お母さん見ててね



▲さあ、気合を入れて引っ張るわよ  
男性だけには任せてられないわ



▲「ひだり・みぎ！ ひだり・みぎ！」  
笑顔が絶えません

まちの話題  
スペシャル



▲さあ行け～ それ行けえー 追い越せ～  
応援も気合が入ってます



▲俺が一番だ～  
みんな気合入ってます



▲気合入れて引っ張らんかい!!  
俺たちが先陣一番乗りだ



▲見事にジャンプ! 大縄跳び  
絶対引っかからないわよ!



▲背中と背中、心  
と心をあわせて



▲カゴが高くないですか!?  
なかなか玉が届きません...



▲元気に入場行進  
おそろいのTシャツ似合ってます!



▲男の意地ばみせるバイ!

- 和歌山県役場  
☎0968・86・3111
- 和歌山県役場三和総合支所  
☎0968・34・3111
- 和歌山県教育委員会  
☎0968・86・3131

- 和歌山県立病院  
☎0968・86・3105
- 特別養護老人ホーム「きくすい荘」  
☎0968・86・2177

INFORMATION



# お知らせ



## 試験

### 熊本県介護支援専門員 実務研修受講試験

●(社)福 熊本県社会福祉協議会  
介護支援専門員実務研修受講試験は、熊本県知事の指定を受け次のとおり行います。

#### とき

10月28日(日)  
午前10時～

#### ところ

- ▼熊本学園大学
- ▼崇城大学
- ▼熊本大学

※会場を受験者が指定することはできません。

### 受験資格

原則、保健・医療・福祉の分野で通算5年(一部10年)以上の実務経験を有する方

### 試験案内の配布

#### ▼配布場所

県、各市町村の社会福祉協議会もしくは熊本県高齢者支援総室

#### ▼配布期間

7月20日(金)まで

#### 受付期間

7月9日(月)～7月20日(金)

#### 受験手数料

8,800円

#### 申し込み・問い合わせ先

社会福祉法人熊本県社会福祉協議会 福祉人材・研修センター  
〒860・0842

熊本市南千反畑町3・7

熊本県総合福祉センター  
☎096・322・8077

### 平成19年度消防設備士試験

#### ●(財)消防試験研究センター

平成19年度消防設備士試験を次のとおり行います。

#### 試験の種類及び期日

- ▼甲種特類…9月2日(日)
- ▼甲種特類を除く甲種及び乙種全類…9月9日(日)

### ところ

熊本市

#### 受付期間

8月3日(金)～8月9日(木)

#### 資料請求先

(財)消防試験センター熊本県支部又は最寄りの消防署(本署)

#### 申し込み・問い合わせ先

(財)消防試験センター熊本県支部  
☎096・364・5005

## 募集

### 男女共同参画に取り組んでいる事業者を募集

#### ●熊本県

男女ともに働きやすい職場づくりに取り組んでいる事業者を知事が表彰します。表彰された事業者の取り組みは県広報誌等で県民に紹介し、他の事業者への波及を図ります。

#### 募集資格

女性の登用、育児休業制度の導入、セクハラ防止等に積極的に取り組んでいる事業者

#### 募集期間

9月10日(月)まで

#### 申し込み・問い合わせ先

熊本県男女共同参画・PS推進課  
☎096・333・2287

### くまもと食育イメージ キャラクター募集

#### ●熊本県

食の大切さを実感し、適切な食生活を推進するために、子どもから大人まで、食育の取り組みがイメージできる親しみやすいイメージキャラクターを募集します。

#### 作品

15cmの枠の中にデザイン(余白に作品の説明を記入)

#### 募集期間

7月20日(金)まで

#### 表彰

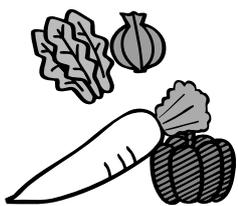
- ▼最優秀賞(1作品)  
3万円相当の記念品
- ▼優秀賞(2作品)  
1万円相当の記念品

#### 申し込み・問い合わせ先

〒862・8570  
熊本県食の安全・消費生活課  
☎096・333・2289

#### 電子メール

syoku-19@pref.kumamoto.lg.jp



# 計量器の定期検査について

取引や証明に使用する計量器は法律により2年に1回の定期検査を受けるように義務付けられています。つきましては、下記の日程で検査を行いますので、該当する計量器をお持ちの方は受検されますようお願いいたします。



## □ 日時・場所

検査日	検査受付時間	検査場所
8月6日(月)	10:00~15:00	和水町三加和総合支所(庁舎南側車庫)
8月7日(火)	10:00~15:00	旧JAたまな菊水総合支所(米倉庫)

(12時から13時まででは除きます)

## □ 持参物

計量器(質量計等)、手数料(1台あたり500円~2200円)

## □ 検査対象計量器

- ・商店等で商店の売買に使用するはかり
- ・病院、薬局等で使用している調剤用のはかり
- ・学校、病院、保育園等で使用している体重測定用のはかり
- ・農協、漁協等流通物資の集荷、出荷等に使用するはかり
- ・宅配など運送業者等が貨物の運賃算出用に使用するはかり
- ・農業、漁業等の生産者が生産物等の売買に使用するはかり

## □ 問い合わせ先

本庁 経済課商工係 内線553  
支所 経済課商工観光係 内線731  
(社)熊本県計量協会 ☎096-367-7816  
熊本県産業技術センター計量検定部 ☎096-369-2151



## 名城所在地知事シンポジウム これからの分権と自治を語る

●熊本県

平成19年7月12日(木)、13日(金)に全国知事会議が熊本市で開催されますが、それに先立ち、『名城所在地知事シンポジウム』(これからの分権と自治を語る)を開催します。

とき 7月11日(水)午後1時~  
ところ 熊本市ホテルキャッスル

## 内容

基調講演に松下電器産業副会長の松下正幸氏、パネリストとして、カッションのパネリストとして、名城所在地の4人の知事にお越しいただきます。参加は無料です。

## 申し込み・問い合わせ先

熊本県総合政策局企画課  
☎096-3333-2032

## 『戦没者遺児による慰霊 友好親善事業』の参加者 募集について

●(財)日本遺族会

(財)日本遺族会では、『戦没者遺児による慰霊友好親善事業』の参加者を募集しています。

この事業は、先の大戦で父を亡くした戦没者の遺児を対象として、父の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。

## 費用

賛助金として10万円(但し、沖縄は5万円)

## 実施地域

- ①旧満州
- ②西部ニューギニア
- ③旧ソ連
- ④中国
- ⑤マリアナ諸島
- ⑥ボルネオ・マレー半島
- ⑦フィリピン
- ⑧トラック諸島
- ⑨パラオ諸島
- ⑩ソロモン諸島
- ⑪東部ニューギニア
- ⑫ミャンマー
- ⑬沖縄
- ⑭台湾・バシール
- ⑮マーシャル・ギルバート諸島

## 申し込み・問い合わせ先

(財)熊本県遺族連合会事務局  
☎096-3533-6925

## さわやか知恵袋講座

●(財)熊本さわやか長寿財団

「さわやか知恵袋」に登録をされている高齢者の方々などが講師となり、長年培ってきた伝承遊びや趣味で会得した技術を伝承します。

受講者は受講後、高齢者ボランティアとして、子供たちをはじめ地域の方々との交流に携わっていたり、高齢者の活動の輪を広げることを目的としています。

また、新しい趣味や特技にとお考えの方も大歓迎です。

## 受講資格

県内在住60歳以上の方

(平成19年4月1日現在)

## ところ

熊本県総合福祉センター

## 参加費

500円(別途、材料費負担をお願いする場合があります)

## 講座内容

南京玉すだれ、お手玉、読み聞かせボランティア、折り紙、マジック、竹細工・玩具づくり、紙細工・玩具作りなど

## 申し込み方法

往復ハガキもしくは、ホームページ上の申し込みフォームに



## INFORMATION

記入項目を記入のうえ申し込み  
▼記入項目…住所、氏名、生年月日、電話番号、受講希望講座  
**募集期間**  
7月31日(火)まで(当日消印有効)  
※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。なお、定員に満たない場合は、定員に達するまで受付しますのでお問合せください。

### 申し込み・問い合わせ先

(財)熊本さわやか長寿財団  
〒869・0842 熊本市南千反畑町3・7(県総合福祉センター13階)  
☎096・354・3083  
ホームページ  
<http://www.sawayaka.or.jp>

## くらし

### 所得税の予定納税

#### (第1期分)について

##### ●玉名税務署

平成19年分の所得税の予定納税第1期分の納期限は、7月31日(火)となっています。

予定納税が必要な方には、税務署から6月中旬に、『予定納税の通知書』をお送りしていますから、通知書に記載された第1

期分の金額を納期限内に納付してください。

なお、この予定納税は、前年分の所得税額を基に計算してありますが、事業所を廃業したり災害で財産に損害を受けたりしたため、本年分の納税額が前年分より減少すると見込まれる方は、7月17日(火)までに、予定納税の減額の承認の申請をすることができます。

予定納税や減額承認申請のことでお分かりにならないことがありましたら、最寄りの税務署や税務相談室にお気軽にお尋ねください。

### 問い合わせ先

玉名税務署個人課税部門  
☎0968・72・2127

### 「地域創業助成金」について

#### ●(社)熊本県高齢・障害者

##### 雇用支援協会

地域創業助成金は、地域貢献事業を行う法人の設立又は個人事業を開業し、65歳未満の非自発的離職者等を1人以上含む2人以上の常用労働者及び短時間労働者を雇用した場合に、新規創業に係る経費及び労働者の雇入れについて支援する助成金で

## 古墳踊りの踊り手募集 及び 浴衣の寄付について



毎年8月2日夜、古墳祭のなかで町地域婦人会の方々に古墳踊りを踊っていただいておりますが、今年は一般の方からも踊り手を募集します。

練習は、7月7、14、21日(土)午後8時から町中央公民館で行います(28日のみ18:30~民家村にて)。興味のある方はぜひご参加ください。

また、家庭で不用となった古墳祭の浴衣がありましたら、本庁経済課までご寄付いただきますようお願いいたします。

なお、新しく浴衣を作りたいと希望される方は菊水町商工会にお尋ねください。

### 問合せ先

本庁 経済課観光係 内線553

す。

和水町では、全国的に対象となる「サービス10分野」のほか、平成19年4月1日からは、食品製造業、飲食料品小売業と一般飲食店を「地域重点分野」として設定されました。

「地域創業助成金」に関するお問い合わせについては、お気軽にご相談ください。

### 問い合わせ先

(社)熊本県高齢・障害者雇用支援協会

熊本市水道町8・6 朝日生命ビル3F

☎096・355・1002

### 熊本県高齢者無料職業紹介

#### ●熊本さわやか長寿財団

豊富な経験と能力を、新しい仕事でいかしてみませんか？

高齢者無料職業紹介所は、専門の相談員が高齢者のための職

## INFORMATION

講座名	日	時間	準備するもの	募集人員	募集締切日
ハギレ布で つくる帽子	11日(水)	午前9:30 ～午後3:00	90cmから110cm幅×35cm丈の1枚布(表布用と裏布用2種類)・布の色と合わせたミシン糸・裁縫道具・材料費(接着芯と紐代)200円・弁当※布がない場合は古着を裁断した布を無料で準備しております。 ●講師名 土山千代子 氏	10名	9日(月)
玉子パックの 花器づくり	23日(月)	午前10:00 ～午後12:00	玉子パック(一つの花器につき2パック使用します。作成したい花器の数×2パックを御用意下さい。) ・ホットキス・はさみ ●講師名 吉川カシコ 氏	12名	18日(水)
夏休み子どもリサイクル体験講座 牛乳パックでつくるたのしい迷路	27日(金)	午後1:30 ～午後3:30	はさみ・開いていない1ℓ牛乳パック(3～4個)・セロテープ・ビー玉(1個) ●講師名 糸永千代美 氏	16名	25日(水)

※11日の帽子の講座に関しては、同講座を初めて受講される方を優先的に受付とさせていただきます。  
※受付は先着順となりますので、定員になり次第、募集締切日以前でも締切とさせていただきます。

業相談や職業紹介をするところ  
です。概ね65歳以上の方に、本人  
の希望と能力に応じた仕事を紹  
介しています。  
充実した生活と社会参加のた  
めにも、積極的にご利用くださ  
い。

**相談窓口**  
▼玉名相談所  
☎0968・72・3240  
▼鹿本相談所  
☎0968・43・6542

**企業での職場のセクシャル  
ハラメント防止対策が義  
務化されました**  
●熊本県労働局

平成19年4月1日から、職場  
におけるセクシャルハラメント  
ト防止対策について必要な措置  
を講ずることが事業主の義務と  
なり、その対象者を男女労働者  
としています。

労働者からのセクシャルハラ  
メントの相談は年々増加傾向  
にあり、「会社には相談しづらい」  
「相談したが充分に対応してく  
れない」等の相談があります。

職場で起きると、被害を受け  
た労働者の意欲を低下させ、職  
場環境を悪化させることになり

ます。また、企業にとって生産性  
の低下、イメージの低下等見逃  
せない問題です。

■事業主のみなさん、セクシャ  
ルハラメントの防止対策は充  
分ですか？  
■男女労働者のみなさん、セク  
シャルハラメントをうけてい  
ませんか？

熊本労働局雇用均等室では、  
専門の相談員が事業主や男女労  
働者からの相談を受けていま  
す。

月曜日～金曜日(祝日除く)  
午前8時30分～午後5時15分  
※第2・第4木曜日は専門の相  
談員が相談を受けます。

**相談・問い合わせ先**  
熊本県労働局雇用均等室  
☎096・353・3865

**小型ガス瞬間湯沸かし器  
を使用されている皆様へ**  
●経済産業省

小型ガス瞬間湯沸かし器を、換気  
扇を回さず使用していたため、  
一酸化炭素中毒による死亡事故  
が発生しています。小型ガス瞬  
間湯沸かし器を使用するときは、必  
ず換気扇を回しましょう。  
物が燃えるには、新鮮な空気

が必要です。十分な換気をしな  
ければ、空気が不足し、一酸化炭  
素が発生します。閉め切った4  
畳半で小型ガス瞬間湯沸かし器を燃  
焼すると、約20分で致死量の一  
酸化炭素が部屋に充満すること  
もあります。

一酸化炭素は無色無臭です。  
頭痛や吐き気で異変に気づいた  
時には、手足がしびれて動けず、  
手遅れになって死に至る場合も  
あります。必ず換気をしてくだ  
さい。経済産業省からのお願  
い  
です。

**問い合わせ先**  
熊本県危機管理・防災消防総室  
☎096・333・2117

**農薬容器回収のお知らせ**  
●玉名農業協同組合

使用済み農薬空容器の焼却・  
廃棄は法律で禁止されてお  
ります。JAたまなでは、次のとおり  
回収を行います。

**と き**  
7月18日(水)  
午前9時～午後4時まで

**と ころ**  
▼JAたまな菊水供給センター  
▼JAたまな三加和供給センター  
※決められた洗浄・回収方法で



## INFORMATION

出してください。

### 問い合わせ先

菊水供給センター  
☎ 0968・71・8600

三加和供給センター  
☎ 0968・34・2866

## 相談

### 成人健康相談(7月)

#### ●健康福祉課

健診結果や健康に関するいろいろな相談をお受けします。相

談のある方は健康手帳をご持参

ください。

### とき・うらら

▼7月4日(水)  
午前10時～午前11時30分  
あばかん家

▼7月19日(木)  
午前9時～午前11時30分  
役場本庁町民相談室

▼7月20日(金)  
午前10時～午前11時30分  
あばかん家

### 問い合わせ先

本庁 健康福祉課保健予防係

内線 531

支所 健康福祉課健康支援係

内線 763

### 有明圏域相談支援事業

#### ～巡回相談のご案内～

#### ●健康福祉課

身体・知的・精神などに障がいのある方や、その家族が抱える様々な悩みや困りごとについて、有明圏域相談支援事業の一環として、巡回による定期相談を3障がい(身体・知的・精神)合同で開催します。

「相談したいけど、遠くてなかなか相談に行けない」等の理由により相談できなかった方は、是非ご利用ください。

### とき

7月11日(水)

午後1時～午後3時まで

### ところ

和木町保健センター(三加和総合支所隣)

### 申し込み・問い合わせ先

本庁 健康福祉課障害福祉係  
内線 537

支所 健康福祉課地域福祉係  
内線 761

## 献血

### 「愛の血液助け合い運動」

#### ●税務住民課

熊本県では、7月と8月を「愛の血液助け合い運動」期間として、広く県民の皆さんに献血の呼びかけを行っています。夏場は長期の休みや暑さにより、献血者が減少することが心配されます。特に若い人達にお願いします。あなたの元気をだれかの元気に、献血にご協力ください。

### 問い合わせ先

本庁 税務住民課生活環境係

内線 511

支所 税務住民課生活環境係

内線 753



### 訂正とお詫び

広報なごみ5月号の6ページ南会場での質問・意見で、「焼米入り口に設置されているアダルトビデオ販売機を撤去してほしい。」という意見は、正しくは東会場での意見でした。訂正してお詫び致します。

## 金婚・ダイヤモンド婚 プラチナ婚をお迎えの ご夫婦のみなさまへ



毎年9月に金婚(結婚50年)、ダイヤモンド婚(結婚60年)、プラチナ婚(結婚70年)のご夫婦を和木町から表彰しています。該当されるご夫婦は各区の区長までご連絡をお願いします。

### 1 対象ご夫婦

#### ★プラチナ婚(結婚70年)

(昭和12年1月1日～昭和12年12月31日の間に結婚)

#### ★ダイヤモンド婚(結婚60年)

(昭和22年1月1日～昭和22年12月31日の間に結婚)

#### ★金婚(結婚50年)

(昭和32年1月1日～昭和32年12月31日の間に結婚)

※入籍日、又はご夫婦として生活を始められた年でも表彰の対象といたします。

### 2 締め切り日

平成19年7月18日(火)

各行政区の区長さんまで。

### 3 その他

①個人情報についての取扱いは、金婚等表彰式並びに広報以外利用いたしません。

②本年も本人の申請に基づき対象者の把握を行いますので、対象者の方は区長さんへ申し出をお願いします。

### 問い合わせ先

本庁 健康福祉課障害福祉係 内線 538

支所 健康福祉課地域福祉係 内線 761

## INFORMATION

# 日曜在宅医

【南関町・和水町日曜在宅医】

7月1日(日)	田辺外内クリニック	☎53-8211 南関町上坂下
7月8日(日)	田尻医院	☎53-0016 南関町関町
7月15日(日)	和水クリニック	☎86-6001 和水町原口
7月16日(月)	森の里クリニック	☎34-2800 和水町大田黒
7月22日(日)	さかき診療所	☎53-1125 南関町上長田
7月29日(日)	山崎医院	☎34-2868 和水町板楠

【和水町立病院日曜宿直医】

☎86-3105

7月1日(日)	日直:外科	宿直:外科
7月8日(日)	日直:内科	宿直:内科
7月15日(日)	日直:内科	宿直:内科
7月16日(祝)	日直:外科	宿直:外科
7月22日(日)	日直:内科	宿直:内科
7月29日(日)	日直:外科	宿直:内科

※町立病院の日直医・宿直医は変更になる場合があります。医師にかかる前には、必ず事前に問い合わせをして、担当医師の確認をさせていただきます。

## 老人健康相談

平成19年度 老人健康相談日程

月	日	曜日	地区名	
			午前9:30~	午後1:30~
7月	4日	(水)	江 栗	本 村
	11日	(水)	長小田	立 石
	18日	(水)	鶯 原	大江田
	25日	(水)	皆行原	白 石
	31日	(火)	榎原 (10:00~)	

今年度も、各老人会で健康相談を実施します。

今年の内容は、「しっかり食べて体力づくり」です。

7月の予定は上記のとおりです。

場所は、各地区の公民館で行います。健康手帳を持っておいください。

### 問い合わせ先

和水町役場 健康福祉課  
地域包括支援センター係

☎0968・86・3111 (内線534/535)



## INFORMATION

### 菊水俳句会

腹充ちてやがて静かや燕の子  
宮中康雄

夕間に更に匂ひて花みかん  
坂口公子

闇深きほどに螢の灯りかな  
宮中みすえ

アマリリス赤一輪や草の中  
中山ミサト

戯れて葉より落ちけり燕の子  
豊後 等

あの子の爺は達者か鯉のぼり  
新 誠一

春草を刈りて清しや土手の面  
住子 耿介

海原を呑み込むばかり鯉幟  
恭子

子と孫の柱の疵や柏餅

揚げひばり故郷に残し入院す

### かなしき原句会

## BOOK

三加和公民館図書室だより

母子保健推進会議のあとに、みんな  
で寄りました。

会議の中で出た意見の中から一部紹介  
します。

「三加和公民館の図書室は2階にある  
ので、めだたないし、ちょっと不便です」  
「1階に広くて、使いやすい図書室にし  
てもらえると嬉しいですね！」



母子保健推進員のみなさんと萌ちゃん



### 病気になるない生き方2

著:新谷弘実/サンマーク出版

世界で初めて、開腹手術することなく大腸内視鏡によるポリープ切除を成功させた、米国ナンバーワンの胃腸内視鏡外科医。人間の体は本来、病気になるようにできていない。その本来の力をうまく発揮できるように、食生活など実践法を紹介。



### 気分はもう、裁判長

著:北村ロ/理論社

著者は、登場する人々の人間模様をたんたん、しかし共感を持って語る文体に定評がある。この本も裁判所の中の様子を、6つの法廷に分け、いろいろな事件や裁判の様子を事細かに描いている。いかにも自分が、傍聴席に座って傍聴しているかのような気分にしてくれる。



### 姉ちゃんの詩集

著:サマー/講談社

お姉さんがひそかにつづり書きしていた詩です。思春期の女の子の奔放さが人をどきどきさせ、同時に、描かれる情景のあたたかさが癒しをもたらすという、新鮮な魅力にみちあふれています。あなたも、ぜひ手にとってみてください。



### にゃーご

著:宮西達也/鈴木出版

さんびるのねずみのまえにとつぜんあらわれた、おおきなねこ。にゃーご!...とこころが、ねずみたちは「いっしょに、ももをとりにいかない?」と、ねこをさそって...

ねずみとねこの、こころあたまをおはなします。



### どんどこももんちゃん

とよたかずひこ/童心社

著者は、現在東京都在住。二人の娘の子育てを通して絵本創作をはじめた。どんどこどんどこももんちゃんがいそいでいます。やまのうえでくまさんがとおせんぼしてもももんちゃんはいそいでいます。さあ、いっしょにもんちゃんはどこにいくのでしょうか。



### こいぬのうんち

文:クボ・ジョンセン、  
絵:ジョン・スガク/平凡社

こいぬのうんちは、石垣のすみっこにありました。小鳥に「きつたねえ...」と言われ、かなしくて泣いていました。ある日タンポポに出会い「わたしが、きれいななをさかせることができるのはあなたのおかげよ」と言われ、うれしくてうれしくて... こいぬのうんちのおはなしです。

図書室の利用時間 午前9時~午後10時までとなっています。本の貸し出し期間は2週間までです。

## INFORMATION



## INFORMATION

### ▼ プチ・エンジェル

と き いずれも午前10時～

ところ あおば保育園

七夕飾り作り 7月3日(火)

親子英語遊び 7月10日(火)

大きくなったかなあ～(身体測定) 7月17日(火)

親子水遊び 7月24日(火)

親子水遊び 7月31日(火)

ちょっと一言

7月21日(土)は園行事の夏祭りが午後6時からあります。どうぞ遊びに来てください。

申し込み問い合わせ先

あおば保育園内 和水町子育て支援センター  
櫻井まで ☎0968・34・2009

### ▼ しいのみ会

と き いずれも午前10時～

ところ 春富保育園

七夕会、大きくなーれ(身体測定・育児相談)

7月6日(金)

救急法・救護法 7月13日(金)

香り袋作り 7月20日(金)

うちわ製作 7月27日(金)

夕方6時より保育園の夏祭り参加 7月28日(土)

ちょっと一言

20日から保育園のプールで水遊びをします。パンツ・タオルを持って来て下さい。

申し込み問い合わせ先

春富保育園内 和水町子育て支援センター  
古郷まで ☎0968・34・2074

### ▼ にこにこクラブ

自然の川で水遊びを楽しもう！

と き 7月27日(金) 午前10時～

ところ 山鹿市鍋田水辺公園(雨天時:中央公民館)

内容

今回は、自然の川で水遊びを楽しみましょう。幼児が遊べるように川を公園化してあります。夏休み中です。小学生のお兄ちゃん、お姉ちゃんも一緒に遊びに来ませんか。お母さんも一緒に楽しみましょう。

持ってくるもの 着替えの服・水筒など

申し込み問い合わせ先

本庁 健康福祉課保健予防係  
保健師 佐藤まで 内線532

### ▼ わいわいくらぶ

と き いずれも午前10時～

ところ 保健センター

七夕祭り 7月4日(水)

盆提灯作り 7月11日(水)

おしゃべり会、身体測定 7月18日(水)

リトミック 7月25日(水)

リズムに合わせて親子で楽しく体を動かします。運動しやすい服装でおいでください。

ちょっと一言

うっとりしい梅雨のこの時期、子ども達は外遊びができずエネルギーをもて余しがちです。わいわいくらぶに来て広い部屋で思いきり体を動かして遊びませんか？お待ちしております。妊婦さんも大歓迎です。

園庭を月曜から金曜まで開放します。時間は午前10時～午後3時まで、一日遊んでいかれる方は昼食持参でおいでください。また、来られる時は電話でお知らせください。

申し込み問い合わせ先

神尾保育園内 和水町子育て支援センター  
渡辺まで ☎0968・34・2636

### ▼ ピノッキオ

と き いずれも午前9時30分～

ところ きくすいひまわり園

七夕会・身体測定 7月4日(水)

七夕のお話を聞いたり、お歌をうたって空へお願いごとを届けましょう。

誕生会 7月11日(水)

当日は、誕生会メニューのランチをご用意しますので、6日(金)までにお申し込みください。

人形劇 7月18日(水)

かわいいお人形さんがたくさん出てくる楽しいお話会です。

キーホルダー作り 7月25日(水)

熱を加えて簡単にできるキーホルダーを作ります。

申し込み問い合わせ先

菊水ひまわり園内 和水町子育て支援センター  
亀丸まで ☎0968・86・5655

## INFORMATION

## 表紙の紹介



6月6日(水)、菊水中央小学校でプール開きが行われました。

当日は、全校生徒約140名が参加しました。校長先生のお話や安全祈願、準備体操をし、シャワーを浴びて早速プールに入りました。

やや肌寒く感じられましたが、この日を待ちわびていた児童たちは、寒さをものともせず、1年ぶりのプールを満喫していました。

これから夏休みが終わる8月下旬まで、児童たちは水泳の上達を目指しながら、夏を楽しみます。

## 編集後記

すっかり暑くなりクーラー無しの生活では耐えられない時期になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？先日、衣替えの為に張り切って大掃除しようと思い、部屋を片付けてみたら、全然着なくなった洋服やいらぬ物が次から次へと。出たごみは、全部でな・なんと！！ゴミ袋4つ(汗)。それに片付けている最中に、よくこんな服を買ったなあと自分のセンスを疑うようなものまで出てきて(苦笑)。あのころは若かったなあ、と物思いにふける今日この頃です。

(ポン酢)

今年の古墳祭ライブは本誌でも紹介したとおり、大黒摩季と川嶋あい、根本要(スターダストレビュー)の3組。今年のゲストは豪華だなあと感じます。なぜかという、なんとといっても大黒摩季！地蔵がまだ若かりし青春時代、大黒摩季と共に駆け抜け、大人への階段を登ったといつていいほど影響をうけました。しかも、当時の大黒摩季は“テレビにはまったく出演しない”“コンサートをしない”とカリスマ的な存在。その人が目の前で唄い、その会場が和水町となるとは…シンジラレナーイ！の一言です。また、今をときめく川嶋あいや、おなじみの根本要ということで、今年の古墳祭非常に楽しみだなあ。

(地蔵)



# おおきく なあれ

7月

平成19年度【7月～8月分】

保健センター  
健康管理センター  
和水町中央公民館



### 問い合わせ先

本庁 健康福祉課保健予防係  
支所 健康福祉課健康支援係

内線/531 担当 佐藤  
内線/762 担当 大山

### 母子健康手帳交付

\*受付時間 午前9:00～11:30

持参するもの 印鑑

7月6日(金) 役場本庁健康福祉課

7月13日(金) 保健センター

7月20日(金) 中央公民館

7月27日(金) 保健センター

8月3日(金) 役場本庁健康福祉課

8月10日(金) 保健センター

8月17日(金) 役場本庁健康福祉課

8月24日(金) 保健センター

\*交付日は金曜日のみです。上記日程は、菊水地区・三加和地区に関係なく、どちらでも交付可能です。但し、どうしても都合のつかない方は「健康福祉課」保健師にご相談ください。

(母子健康手帳交付時に母子健康手帳の使い方などについて説明します)

### 母親学級

・7月20日(金) 午前9:30～11:30  
中央公民館

\*内容: 妊娠期の歯科保健について

\*担当: 歯科衛生士・保健師

\*持参品: 母子健康手帳

・8月10日(金) 午前9:30～11:30  
保健センター

\*内容: 妊娠期の栄養について

\*担当: 栄養士・保健師

\*持参品: 母子健康手帳、エプロン

### 2ヶ月児健康相談

・受付時間 午前10:00

保健センター

7月3日(火)

\*対象者: 平成19年4月生

8月7日(火)

\*対象者: 平成19年5月生

### 4ヶ月児健診

\*受付時間 午後1:00

健康管理センター

7月19日(木)

\*対象者: 平成19年3月生

8月23日(木)

\*対象者: 平成19年4月生

### 7ヶ月児健診

・受付時間 午後1:00

健康管理センター

7月5日(木)

\*対象者: 平成18年12月生

8月9日(木)

\*対象者: 平成19年1月生

### 1才児健康相談

\*受付時間 午後1:30

保健センター

7月17日(火)

\*対象者: 平成18年6月生～平成18年7月生

### 1才6ヶ月児健診

\*受付時間 午後1:00

健康管理センター

7月12日(木)

\*対象者: 平成17年11月生～平成17年12月生

### 2才児健診

\*受付時間 午後1:30

保健センター

8月14日(火)

\*対象者: 平成17年4月生～平成17年6月生

### 3才児健診

\*受付時間 午後1:00

健康管理センター

8月16日(木)

\*対象者: 平成16年1月生～平成16年2月生

### BCG予防接種

\*受付時間 午後1時30分～午後2時30分

健康管理センター(接種時間 午後2時～3時)

8月30日(木)

\*対象者: 平成19年3月1日生～平成19年5月29日生  
(満3ヶ月以上6ヶ月未満の未接種者)

### ポリオ予防接種

\*受付時間 午後1時30分～午後2時30分

健康管理センター

(接種時間 午後2時～3時)

7月26日(木)

\*対象者: 満3ヶ月以上の未接種者

★不明な点は保健師へお問い合わせください。

# すくすく日記



鴨川 <sup>なな</sup> 奈々ちゃん

平成13年7月10日生 (電門)

パパ 司 さん  
ママ 敬子 さん

お手伝いの好きな奈々ちゃん。いつも色々手伝ってくれて、お父さん・お母さんは大変助かっています。ありがとう！これからも元気にスルスク大きくなってネ。

古田 <sup>とらじ</sup> 虎次くん

平成18年8月23日生まれ (大田黒)

パパ 圭 さん  
ママ まどか さん

我が家のチャームキング王子虎次です。元気にたくましく育ててくださいね♪



高木 <sup>ももえ</sup> 百萌ちゃん

平成17年8月3日 (電門)

パパ 洋喜 さん  
ママ 清美 さん

3人兄妹末っ子のももちゃん。1番下だけど、お兄ちゃん達の後ろについて行って何でもマネするももちゃんです。これからもみんなに優しくかわいい笑顔を見せてくれる子でいてね☆



大塚 <sup>しおり</sup> 詩織ちゃん

平成18年7月21日生 (中吉地)

パパ 寛治 さん  
ママ 明美 さん

はじめまして、しおりです。歩けるようになったら、お兄ちゃんと一緒に散歩に行きたいなあ。その時はもう少しゆっくり歩いてね☆



## 今月のお手軽逸品 7月

### うなぎちらし



#### 栄養素

うなぎは夏バテ解消に効果的で、視力を増進させるといわれています。ビタミン類も豊富に含まれており、DHA・EPAも多く、血液凝固防止と脳や心筋梗塞予防の効果があります。



食生活改善推進員  
満永 昭子 (鶯原)

#### ひとくちメモ

うなぎはピーマンやブロッコリー、ごぼうなどのビタミンCや食物繊維を多く含む野菜をプラスすれば、栄養満点のおかずになります。

#### 【材料(4人分)】

- 米……………3合
- うなぎ(蒲焼) ……1尾
- いりごま……………大さじ3
- きゅうり……………1本
- 卵……………1個
- 塩……………少々
- みりん……………小さじ2
- サラダ油……………少々
- みょうが……………少々
- 青じそ……………1束
- 合わせ酢
  - ・酢……………大さじ4
  - ・砂糖……………大さじ2
  - ・塩……………小さじ1/2

#### 【作り方】

- ①ご飯は昆布と酒を入れて固めに炊いておく。
- ②酢・砂糖・塩を鍋に入れ、ひと煮たちさせて合わせ酢を作っておく。
- ③うなぎの蒲焼は7mm幅に切り、きゅうりは小口切りにして、塩をしておく。
- ④卵は塩とみりんを入れていり卵を作る。
- ⑤みょうが・青じそは縦半分に切り、せん切りにする。
- ⑥ご飯が炊きあがったら昆布を取り除き、すし桶にとり、合わせ酢を混ぜ合わせ、すし飯をつくり、いりごまを混ぜる。
- ⑦すし飯にうなぎの半分分量・いり卵・水気を切ったきゅうりを混ぜる。
- ⑧⑦をお皿に盛り、残りのうなぎの半分分量と青じそ・みょうがをのせて盛りつける。

#### 国民健康保険税(第1期)

#### 今月の納税は?

納期限日: **7月31日**  
忘れずに納めましょう!

## 人の動き

平成19年5月末日現在

		(前月比)
世帯数	3,966世帯	( 2)
総人口	12,114人	(- 35)
男	5,696人	(- 17)
女	6,418人	(- 18)

「すくすく日記」大募集!! 写真に一言コメントを添えて役場企画室へお持ちください。

