nagomi お知らせ news

## 自分の身体のこと

知ってみませんか?#2

間 住民環境課 国保年金係 ☎0968・86・5727

## 「自分の血圧」を知っている「





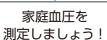


家庭血圧

上の血圧135mmHg以上

下の血圧**85**mmHg以上

診察室血圧は、 140/90mmHg以上



いいえ

家庭血圧は、1日2回 座って1~2分安静に してから測定



朝)トイレを済ま せ、朝食の前 夜)寝る前

朝・晩7日間測定し、 平均値があなたの家庭血圧



(いいえ)

## 高血圧が続く場合は

### 生活習慣病の 改善や治療が

必要です。

かかりつけ医に 相談しましょう。



## 正常血圧を保ちましょう。

正常血圧とは

## 家庭血圧

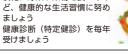
上の血圧115mmHg未満

下の血圧**75**mmHg未満

診察室血圧は、120/80mmHg 未満 正常血圧と高血圧との間の方は、 高血圧予備軍

・減塩、禁煙、飲酒、運動の習 慣化、野菜や果物を食べるな

ど、健康的な生活習慣に努め ましょう





## 日頃から家庭で血圧を測り 自分の血管を守りましょう!

高血圧は自覚症状が ほぼありません

血管が次第に硬くなる 動脈硬化が進み、ある日突然・

脳卒中や心筋梗塞

血圧計の貸出や、血圧手帳の配布を無料で行っています。 ご希望の方は、お問い合わせください。

## 全国大会に出場された 皆さんを紹介します

和水町から熊本県代表として全国大会に出場されま した。

代表選手としてすばらしい試合をされました!

8月開催大会について

○古郷 光流さん 15歳 (大田黒)

【大会名】第55回全国中学校サッカー大会

【期 日】8月18日~8月23日 【所 属】ルーテル学院中学校



▲背番号6番が古郷さん

9月開催大会について ○真崎 健伸さん 17歳 (久米野)

【大会名】第78回国民スポーツ大会

水泳競技(200m背泳ぎ) 【期 日】9月14日~9月16日

【所 属】マリーン鹿本

【結果】6位入賞

## 職員の人事異動がありました

(令和6年10月1日付)

係長以上の役付職員を対象に掲載しています。

氏 名	配属先	職名
池田 共美	住民環境課	課長補佐兼 国保年金係長

### 新規採用職員(カムバック・公務員経験者)

比 名	配属先	職 名	
松本 幸子	総務課	参事	
米島 由合	地域振興課	参事	
服部三起子	住民環境課	主事	



▲新規採用職員

### nagomi お知らせ

## ワイヤーメッシュ柵・電気柵の設置費用の一部を助成します

news

圖 農林振興課 林務耕地係 ☎0968・34・3111

### 【有害鳥獣電気防護柵セット、防護柵(フェンス)補助】 ※町単独事業

電気柵等の設置により、イノシシ等有害鳥獣の農地への侵入を防ぎ、農作物の被害軽減を図る。

### ▶事業要件:

- ・町内に住所を有する農業者
- ・国庫事業・町事業を行っていない農地又は、導入後対応年数が過ぎており、対応が必要な農地を対象 とする。

▶申請期間:随時(町予算の範囲内)

▶補助内容:町内に住所を有する農業者に対し、事業費の30%以内(上限30万円/戸)

### 【令和7年度鳥獣被害防止総合対策事業】 ※国庫事業

ワイヤーメッシュ柵等の設置により、イノシシ等有害鳥獣の農地への侵入を防ぎ、農作物の被害軽減を図る。

#### ▶事業要件:

- ・受益者3人以上
- ・耐用年数の期間(例:ワイヤーメッシュ柵:14年)、農地・柵の維持管理が行えること
- ・導入により費用対効果が一定以上見込まれる事業
- ・国庫事業・町事業を行っていない農地又は、導入後対応年数が過ぎており、対応が必要な農地を対象 とする。

### ▶要望調査期間:

- ・11月20日尿 午後5時まで
- ※検討される際は早めにご相談ください。

### 管理のポイント

- ・定期的な見守りを行い、破損個所はすぐ補修しましょう
- ・電気柵は、24時間365日通電しましょう
- ・草刈りを徹底し、柵周辺に1mの緩衝帯を設けましょう

# nagomi

#### 荒れた竹林の整備にかかる費用を一部助成します お知らせ

news

間 農林振興課 林務耕地係 ☎0968・34・3111

### 【荒廃竹林整備事業助成金】

手入れがされず荒れた竹林は、土砂災害発生の危険度が高くなるだけでなく、イノシシなどの野生鳥獣 の隠れ場所、餌場となってしまいます。和水町では、荒廃竹林拡大防止のため、竹林整備にかかる費用を 一部助成します。

事業区分	事業内容	助成金の額
竹林の皆伐	対象地の竹を全て伐採	1,000㎡当り10万円
竹林の間伐	定量間伐:対象地の竹を適正本数(約250本/1,000㎡を目安)まで伐採 列状間伐:対象地の竹を半分の本数まで伐採	1,000㎡当り5万円
侵入竹除伐	人工林に侵入した竹の伐採	1,000㎡当り5万円

※対象地は、概ね100㎡以上の荒廃竹林です。

荒廃竹林とは、立竹本数が1,000㎡当り概ね400 本以上ある竹林のことをいいます。

また、過去3年間において、国・県・町の補助金 等の交付を受けていない荒廃竹林が対象となります。 ※事業実施後は、継続的に管理をお願いします。





13 広報なごみ 2024 November | 広報なごみ | 2024 November | 12