

広報 みふね

PUBLIC RELATIONS MIFUNE TOWN

2013

8

No.549

毎月1回15日発行

吉無田で目覚める「海王」

Proud!
Japan

東日本大震災の復興を支援しよう





【御船町恐竜博物館新館】

旧恐竜博物館は、建物の空間的な制約があり、利用者の期待とニーズに十分に應えることが難しい状況だった。そこで、新しい恐竜博物館の在り方を検討し、構想・計画を策定。新館は鉄骨2階建て、延べ1,974平方メートルで、約550平方メートルの常設展示室は、現在の博物館の展示スペース213平方メートルの2倍の以上の面積になる。常設展示室の一部は吹き抜けで、1階には多目的に使用できる交流ギャラリーがあり、2階に化石のクリーニング室や収蔵庫などを設ける。総事業費は8億5,080万円。

【御船町恐竜博物館】

昭和54年8月、日本で初めてとなる肉食恐竜の歯の化石（長さ約7センチ）が滝尾上梅木地区で発見され、「ミフネリウ」と呼ばれている。また、吉無田の化石ひろばでも日本で初めてとなる「スッポンモドキ」の化石など多くの貴重な化石が見つかった。発見された化石の展示や学術研究を目的に平成10年4月に旧武道館を改装して開館。国内では福井県立恐竜博物館と同じ恐竜専門の博物館。平成24年7月には、世界的に有名なアメリカモンタナ州立大学附属ロッキー博物館と姉妹館提携を結んでいる。



恐竜博物館

15年目で

来館者45万人突破

7月13日、恐竜博物館の来館者が45万人を突破し、記念セレモニーが恐竜博物館前で行われました。45万人目となったのは、熊本市南区の田迎小学校1年生の野口真之介君で、記念セレモニーでは山本孝二町長と増永信介館長とくす玉を割り、45万人目の認定証と生涯無料で博物館に入館できる「生涯永年パスポート」や恐竜博物館グッズと水前寺菜「御船川」など町の特産品の詰め合わせが手渡されました。

野口君が博物館に来たのは4回目で、この日行われていた「恐竜キーホルダーづくり」に参加するため来館していました。恐竜は小さいころから大好きで、恐竜の図鑑やDVDをいっぱい持っているという野口君「ティラノサウルスがかっこいいから大好き。帽子などの恐竜博物館グッズをもらえてうれしい」と照れくさそうに話していました。



45万人目の来館者となった、野口真之介君（中央）

新しい恐竜博物館

5つの魅力

- 1・コンパクトで体感重視の展示空間
常設展示は「御船層群」・「恐竜」・「生命史と地球環境」の各テーマで構成され、感動から共感、さらに探究へと導く仕掛けがたくさんあります。そして「博物館は単なる展示施設ではない」というメッセージを実感できるバックヤードへの誘い。見るだけでなく、楽しみながら体験できる空間がそこに広がります。
- 2・身近に感じる博物館
博物館の活動を全て見るができます。

3・体験と交流の場

楽しく体験。化石の魅力を満喫できる体験交流室や町民交流スペースもあります。

4・情報発信の拠点

特別展やイベントを開催し、町の魅力を発信するスペースがあります。

5・御船町の広告塔

外観は、大きなガラス窓で内部の雰囲気伝わってきます。

新館見取り図



城山公園側から見たイメージ



上空から見たイメージ

平成26年4月恐竜博物館は新しく生まれ変わります。



御船中側から見たイメージ

第41回 があーっぱ祭り 学童ポスター

があーっぱ祭りは、祭りの周知と活性化を図るため、町内小学5・6年生を対象に毎年行われています。今年も297作品の中から、関係者の選考により30作品が選ばれました。選ばれた入賞作品と入賞者は、次のとおりです。

祭り振興会長賞



うえむら けんじ
上村 優奈 (御船小5年) ★役場1階ロビー

町議会議長賞



ほんだ かずき
本田 和輝 (滝尾小6年) ★役場1階ロビー

商工会長賞



ほり そうすけ
堀 聡佑 (木倉小6年) ★役場1階ロビー

肥後銀行 御船支店長賞



ふじわら れおん
藤原 怜音 (御船小6年) ★肥後銀行御船支店

熊本第一信用金庫 御船支店長賞

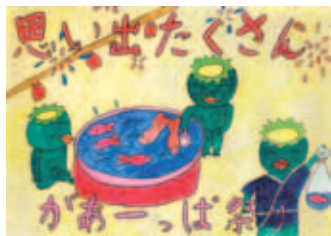


つるの さくや
鶴野 朔也 (七滝中央小6年) ★熊本第一信用金庫御船支店

優良賞



はた だ
畑田 優菜 (滝尾小6年) ★役場1階ロビー



ひがし みく
東 美空 (七滝中央小6年) ★肥後銀行御船支店



よしだ てっぺい
吉田 徹平 (木倉小5年) ★熊本第一信用金庫御船支店

入選



わたなべ そういちろう
渡邊早一郎 (御船小5年)
★熊本第一信用金庫御船支店



しまの まき
島野 舞姫 (御船小6年)
★肥後銀行御船支店



ひらた みずほ
平田 瑞葉 (御船小6年)
★役場1階ロビー



ほんだ さやか
本田 爽夏 (御船小6年)
★熊本第一信用金庫御船支店



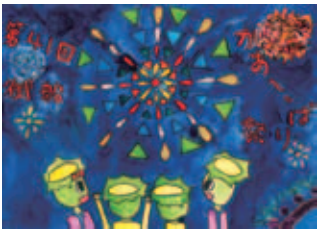
くどう こころ
工藤 真心 (御船小5年)
★役場1階ロビー



ふくもと たくま
福本 拓馬 (御船小5年)
★熊本第一信用金庫御船支店



こばやし りょうが
小林 遼雅 (御船小5年)
★肥後銀行御船支店



きし かなこ
岸 可奈子 (御船小5年)
★役場1階ロビー



ざいつ えいしょう
財津 英彰 (滝尾小6年)
★肥後銀行御船支店



ほんだ ゆうき
本田 裕貴 (滝尾小6年)
★役場1階ロビー



しらうめ みく
白梅 未久 (木倉小5年)
★熊本第一信用金庫御船支店



かわち
河地ひなり (木倉小5年)
★肥後銀行御船支店



なかむら
中村くるみ (高木小5年)
★熊本第一信用金庫御船支店



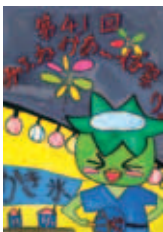
かわち たいと
河地 泰斗 (七滝中央小6年)
★肥後銀行御船支店



たかはし あすか
高橋明日香 (七滝中央小6年)
★役場1階ロビー



いずみ ほのか
泉 穂乃香 (小坂小6年)
★熊本第一信用金庫御船支店



はぎざか るな
萩坂 瑠奈 (高木小5年)
★肥後銀行御船支店



うえの たいが
上野 大河 (高木小5年)
★役場1階ロビー



ふじき みゆ
藤木 みゆ (御船小5年)
★役場1階ロビー



ふくだ あやり
福田 綺梨 (高木小5年)
★熊本第一信用金庫御船支店



しみず ゆうき
清水 夕貴 (木倉小6年)
★肥後銀行御船支店



ながもと ななと
永本 七聖 (滝尾小5年)
★役場1階ロビー

入賞作品は8月23日迄まで、
★役場1階ロビー
★肥後銀行御船支店
★熊本第一信用金庫御船支店
に展示してあります。

★印は作品の展示会場
になります

小学6年生～高校1年生の女子の保護者の皆様へ

子宮頸がんワクチン予防ワクチンの接種は、有効性とリスクを理解した上で受けてください。

問 健康いきいき推進課 ☎282-1602

I. 子宮頸がんは、乳がんに次いで、若い女性に2番目に多いがんです。

子宮頸がんの原因はヒトパピローマウイルスの感染で起こるがんです。主に性行為によって感染します。女性の100人に1人が生涯のいずれかの時点で、子宮頸がんにかかると言われています。

II. 子宮頸がんの約半分は、ワクチンによって予防できることが期待されています。

子宮頸がんの全体の50～70%の原因とされる2種類(16型・18型)のヒトパピローマウイルスに予防効果があります。

III. まれに重い副反応もあります。

まれに、報告される重い副反応としては、呼吸困難、じんましん等を症状とする重いアレルギー、両手・足の力の入りにくさ、頭痛、嘔吐、意識の低下、紫斑、鼻出血、口腔粘膜の出血等が報告されており調査中です。

IV. 接種後30分程度は、接種した医療機関で様子を見るようにしてください。

☆ワクチン接種をした方も、20歳になったら必ず、2年に1度の子宮頸がん検診を受けましょう。

厚生労働省ホームページで、子宮頸がん予防ワクチンに関する情報をご案内しています。
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou28/>

平成24年度開示請求実績

区分		情報公開	個人情報
開示請求		4件	0件
実施機関	町長	3件	0件
	議会	0件	0件
	教育委員会	1件	0件
	選挙管理委員会	0件	0件
	監査委員	0件	0件
	農業委員会	0件	0件
	固定資産評価審査委員会	0件	0件
決定内容	全部開示	1件	0件
	部分開示	3件	0件
	不開示	0件	0件
	不存在	0件	0件
	在否拒否	0件	0件
	取り下げ	0件	0件
不服申立		0件	0件

町では、町民の知る権利を尊重した町政運営の公開を図り、町政への積極的な参加を促進するため、情報公開を推進しています。情報公開は、町が保有している情報▽公文書▽図画▽写真▽電磁的記録▽などの閲覧や写しを請求できる制度です。また、個人の権利利益を保護する

ため、個人情報保護にも努めています。個人情報保護は、町が保有する個人情報の開示、訂正や中止を求める権利で、自分の情報を知りたい場合に開示を求めることができる制度です。平成24年度は町に対して、情報公開と個人情報の開示請求実績は次のようになっています。

開示

平成24年度開示請求の実績公表
情報公開は町民の知る権利

問

総務課管理係 ☎282-11111

第23回参議院議員通常選挙投開票結果

問 選挙管理委員会(総務課総務係内) ☎282-1111

7月21日に行われた、第23回参議院議員通常選挙の御船町の結果をお知らせします。

投票率は選挙区56.15%、比例区56.14%でした。

□候補者別の得票数(選挙区)

候補者氏名(届出政党)	得票数
守田 たかし (幸福実現党)	145
松野 信夫 (民主党)	2,337
馬場 せいし (自由民主党)	5,052
山本 のぶひろ (日本共産党)	490

□政党別の得票数(比例代表)

政党等の名称	得票数
みんなの党	384
民主党	1,316
新党大地	40
社会民主党	128
生活の党	71
みどりの風	17
自由民主党	3,450
日本共産党	352
公明党	1,469
緑の党グリーンズジャパン	37
日本維新の会	679
幸福実現党	51

※案分による小数点以下の得票数は省略。

※候補者個人への得票数は政党等の得票数に合算。



～開票作業全国1位への挑戦～

昨年12月16日に執行された、第46回衆議院議員総選挙で早稲田大学マニフェスト研究所が調査した、開票事務での1人1分当たりの処理票数が、全国で2番になりました。今回の選挙では、全国1位を目指し、職員が開票作業に挑みました。町では平成20年から「コンマ1秒の改革」として、開票事務の時間短縮に取り組んでいます。

郡内の給食センターを視察しました

問 教育委員会 学校教育課 ☎282-0888

7月17日、益城町立学校給食センターと甲佐町給食センターの視察研修が行われました。視察は、給食センター建設にあたり「にょい」や「騒音」を心配する声があり、実際に給食センターがどのような施設なのかを体感してもらうため、教育委員会が企画しました。視察に参加した10人は、建設されて33年の益城町の給食センターや5年目になる甲佐町の給食センターで「にょい」や「騒音」などを体感しました。



～参加者の声～

給食センターを視察して想像とは違い、にょい・騒音などほとんど感じることはなく、特に甲佐町の給食センターではドライ式になっていることや、アレルギー食を作るとき専用の部屋があり衛生面で安心できることが多かった。その衛生面を町内で統一できることは素晴らしいことだと感じた。御船町の給食センターでは子どもや保護者が見学できるような場所もぜひ造ってほしい。

世界水泳に負けない戦い！ ～御船町学童水泳記録会～

7月23日、平成25年度御船町学童水泳記録会が御船小学校プールで行われ、町内の5・6年生が真夏の太陽の下、自らの記録に挑戦しました。各種目の1位と、新記録者は次のとおりです。

【個人記録】

5年 男子 25m 自由形	栗永 玲児さん	17.9秒
5年 女子 25m 自由形	村田 綾香さん	18.9秒
6年 男子 25m 自由形	伊勢 一喜さん	17.0秒
6年 女子 25m 自由形	江原 奈穂さん	16.8秒
5年 男子 25m 平泳ぎ	河地 航陽さん	29.6秒
5年 女子 25m 平泳ぎ	河地ひなりさん	27.7秒
6年 男子 25m 平泳ぎ	倉田 脩平さん	29.0秒
6年 女子 25m 平泳ぎ	川端 陽菜さん	27.2秒
5年 男子 50m 自由形	栗永 玲児さん	39.3秒
5年 女子 50m 自由形	井上 愛美さん	38.6秒
6年 男子 50m 自由形	伊勢 一喜さん	37.4秒
6年 女子 50m 自由形	南部 真歩さん	37.7秒
5年 男子 50m 平泳ぎ	池田 智哉さん	62.1秒
5年 女子 50m 平泳ぎ	井上 愛美さん	49.5秒 (新)
6年 男子 50m 平泳ぎ	本田 和輝さん	58.8秒
6年 女子 50m 平泳ぎ	江原 奈穂さん	48.0秒 (新)



【リレー記録】 100mリレー

5年男子	木倉	82.4秒
5年女子	小坂	81.3秒
代表男子	御船	80.4秒
代表女子	小坂	72.1秒 (新)

林田能寛林で汗を流す

7月28日、「林田能寛林」のつる切りや除伐、下草刈りなどが行われました。御船ライオンズクラブと町の呼びかけで集まった約50人が、刈払機と鎌を持ち、約2時間の作業を行い汗を流しました。町有地「林田能寛林」は、郷土先哲の一人「林田能寛」のひ孫で、御船町で初めて名誉町民となった吉田節さんの寄付で、水源かん養保安と自然保護林を目的に、吉無田国有林に隣接する山都町の土地を購入し植林されており、毎年つる切りや除伐、下草刈りが行われています。



楽しかった！子育て遊園地とコンサート

7月28日、町子育て連絡協議会（柴田恒美会長）主催による「子育て遊園地」と、カルチャーセンター自主文化事業「いちごクラブキッズコンサート」が合同で開催され、たくさんの親子連れで賑わいました。ホールでは、平成音楽大学出身のいちごクラブの3人による楽しいコンサートと、館内では、食育や環境にちなんだ遊びのコーナーなどが設けられ、親子で楽しい時間を満喫していました。また、今年も婦人会の協力で災害時に備えての非常食づくりも行われ、参加者たちは興味深く体験していました。



コントラバスの裏側は震えていたよ



音楽室やロビーなどで生の演奏を間近に聴き、音楽や楽器にまつわる話などを演奏家から直接聴く機会をつくることによって、クラシック音楽のファンを増やしていこうという県立劇場の演奏家派遣アウトリーチ事業が町内小学校で行われました。7月11日はコントラバス奏者の亀子政孝さんが滝尾小学校（河原邦博校長、90人）の音楽室で、5・6年生34人を前に演奏。亀子さんがコントラバスで、團伊玖磨の「ぞう」やバッハの「G線上のアリア」を演奏しました。演奏後、児童たちはコントラバスの音がどのように出ているのか裏側を興味津々に触っていました。

到着ロビーに恐竜ねぶた現る



7月18日、阿蘇くまもと空港到着ロビーに現れた恐竜ねぶた。3年前に恐竜の郷みふねプロジェクト（竹田津純代表）により制作され、普段はカルチャーセンターに設置してあります。今年は「夏休み限定」で阿蘇くまもと空港に出張し、空港に来た帰省客や観光客を出迎えます。同プロジェクトとドリームパッションが共催し、来年4月にオープンする新恐竜博物館のPRや、町の観光チラシやパンフレットなどが用意してあります。恐竜ねぶたは8月31日まで展示予定です。

上益城の暑い夏 ～第63回上益城郡民体育祭～



7月7日から18競技、23種目で熱戦が繰り広げられた、第63回上益城郡民体育祭に、町代表として18種目に240人が出場しました。7月14日には嘉島町町民体育館で総合開会式が行われました。御船町は7種目で優勝し、総合成績は3位でした。「野球は2アウトから」。嘉島町総合運動公園野球場で行われた軟式野球では、0対1で追い込まれた7回2アウト満塁、9番米納青史選手（辺田見）の走者一掃のタイムリー2ベースヒットで逆転し、3対1で12年ぶりの優勝旗を手にしました。

【優勝種目】

- ・軟式野球
- ・ソフトテニス
- ・卓球
- ・バレーボール（女子）
- ・バスケットボール（男子）
- ・バスケットボール（女子）
- ・グラウンドゴルフ（女子）

【総合順位】

- 優勝 益城町（64.5点）
- 2位 山都町（53.0点）
- 3位 御船町（47.5点）
- 4位 甲佐町（43.5点）
- 5位 嘉島町（23.5点）

英語劇本番に向けて練習中！

町内の小・中学生が英語に親しみつつ、劇の練習をとおり、子ども同士のふれあいを深める機会と場を提供することを目的に、毎年行われている英語劇。20回目の今年は「ジャックと豆の木」を町内の小・中学生が演じます。今年の英語劇には43人が応募し、6月から毎週水曜日にカルチャーセンターで練習を行っています。練習は町ALTのエリック先生と、ボランティアの御船高校生18人、平成音楽大学生2人の協力により行われています。



期日 8月31日(土)
開場 17時30分
開演 18時
場所 町カルチャーセンター

入場無料

問い合わせ 町カルチャーセンター
☎282-0888

スタンプを集めながらフネッピーを探せ！

8月3日、東海大学「熊本地域プロデュースプロジェクト」と町が共催し、恐竜博物館や本町通りの商店街などを回ってスタンプを集める「第1回御船わくわくスタンプラリー〜フネッピーを探せ!!〜」が行われ、町内の小・中学生や御船高校生ボランティアが参加しました。参加者は約1時間半かけて、町内の16カ所のスタンプ設置地点を巡りながらスタンプを集め、スペシャルスタンプを持つ「フネッピー」を探して歩きました。子どもたちは、フネッピーを見つけると「フネッピーがいたー!」と笑顔で近寄り、スタンプを押してもらっていました。



自主防災組織を「にわか劇」で演じる



7月24日、毎月行われている囃子員定例会議で、自主防災組織をテーマにした「にわか劇」が披露されました。披露したのは、健康増進計画プラン21策定推進委員会の地域包括ケア部会の会員11人で、自主防災組織について親しみやすい啓発活動をしように、今年2月から練習を重ね、今回のお披露目となりました。町の自主防災組織の組織率は9割で、今後も、災害などに備えて全囃子区自主防災組織の設置を目指しています。

地域の歴史を見て学び・子どもたちに伝える

七滝中央小学校(木屋秀章校長、75人)で、同小学校の先生たちが、吉無田水源や江戸時代に造られた元禄・嘉永井手について校内研修を行いました。研修は地元の歴史に詳しい田中外至さん(上野)の説明を聞いた後、実際に現地に移動し、九十九トンネルや元禄井手・嘉永井手の合流点などを見て回りました。研修は毎年夏休みに行われており、昨年は郷土先哲の一人「宮部鼎蔵」の研修が行われ、元禄・嘉永井手の研修は2年に1回行われています。同小は、地域の教育力を生かし、地域に開かれた学校づくりを目指す、コミュニティースクールの指定を受けています。



吉無田の大自然の中で

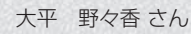
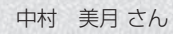
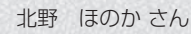
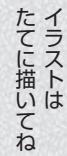


8月4日、吉無田「第12回ふれあい夏祭り」が、吉無田高原緑の村グラウンドで行われました。祭りは田代東部公民館活性化委員会(吉澤勝美会長)の主催で毎年、吉無田高原緑の村グラウンドで行われています。16時過ぎに七滝中央小学校の新風太鼓「響」の演奏で開会した祭りでは、御船ひょっとこ愛笑会によるひょっとこ踊りや、音楽デュオ「ビエント」によるゆうすげコンサートなどさまざまなステージが披露されました。祭りの終盤、薄暗くなった吉無田高



原一帯に竹たいまつ火が灯され、幻想的な光を放ちました。また、今年も吉無田高原に現れた、恐竜の郷みふねプロジェクト(竹田津純代表)が制作した恐竜ねぶた。今回で3体目となる作品は、同プロジェクトメンバー10人が4カ月かけて制作しました。首長竜をイメージして作製されており、ねぶたの名前は「海王」。観客の前で明かりが点灯され、息が吹き込まれた美しい姿を現しました。最後は吉無田高原に花火が打ち上げられ、観客を魅了しました。

※匿名希望の場合は、氏名の横にその旨を明記してください。ペンネームでもかまいません。

A black and white portrait of a middle-aged man with dark, slightly wavy hair, smiling gently. He is wearing a white polo shirt. The background is a soft-focus landscape with hills. The portrait is set within a circular frame.

まちへのラブレター 

(滝尾・Mさん)

(廣報係)

(御船・Kさん)

(広報係)

ひ
と
ひ
ね
り

平野 文子

藤本 京子

正宗タツ子

山本志満子

市川 結子

甲斐レイ子

金森英子

御船春菊句会 水野つとむ選

過疎の村郭公ききつつ眠りけり
かっこう

坂田志美子

坂田志美子

赤星 和子

赤星 和子

常石 和子

緒方宣子

守田 律子

丹生則子

天狗会

增永笑和

鳥井 蘭

江藤 お竜

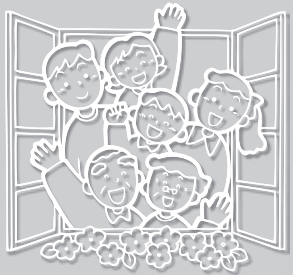
吉田 楽園

河地 ゆき

林田実花

内村 孝子

松岡
文江



生活便利帳	
▶役場（時間外・休日の直通）	☎ 282-1111
▶教育委員会 （カルチャーセンター）	☎ 282-1111
▶スポーツセンター	☎ 282-4111
▶恐竜博物館	☎ 282-4051
▶天君ダム	☎ 284-2057
▶御船町甲佐町衛生施設組合 （ゴミ焼却場）	☎ 282-0688
▶吉無田高原「緑の村」	☎ 285-2210
▶養護老人ホーム「オアシス」	☎ 282-0459
▶浄水センター	☎ 282-7066
▶御船地区衛生施設組合 （し尿処理場）	☎ 282-2970
▶社会福祉協議会	☎ 282-0785
▶上益城消防署	☎ 282-1955
▶御船警察署	☎ 282-1110
▶上益城地域振興局	☎ 282-2111
▶御船保健所	☎ 282-0016
▶御船町地域包括支援センター	☎ 282-2911
▶眺世庵	☎ 282-0806

お知らせ

家屋の固定資産税について

次のような場合は適切な課税を行うため、税務課課税係まで連絡をお願いします。

- ▼家屋を新築・増築・リフォームした住宅や店舗、納屋、車庫などの家屋を新増築した場合は、新増築した翌年度から固定資産税が課税されます。
- 家屋に対する固定資産税の基礎となる評価額を算出するために、新増築した家屋の調査を税務課職員が行い、評価額を算出します。調査は、日程を調整しお伺いします。
- ▼家屋を取り壊した
12月31日までに家屋の一部や全部を取り壊した場合は、翌年度から固定資産税が課税されなくなりますが、家屋を取り壊したことによって、土地の税額が変わることがあります。
- ※法務局（登記所）で取壊しの登記手続きをした場合は、法務局から通知

敬老会費用の一部を助成します

- があるため連絡の必要はありません。
- ▼耐震改修・バリアフリー改修・省エネ改修を行った。
- ▼建物の用途変更や土地の利用状況を変更した。
- ▼問い合わせ 町税務課課税係
☎ 282-1114

8月23日は献血に行こう

7月と8月は「愛の血液助け合い運動」期間です。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

配されています。ぜひ献血へのご協力をお願いします。

- ▼期日 8月23日（金）
- ▼献血種類 400ml 献血
- ▼献血できる人
17歳（女性は18歳）～69歳の人で体重50kg以上の人。
※65歳以上の人は、60～64歳の間に献血された人に限ります。
- ※献血カードをお持ちの人は、持参してください。献血カードをお持ちでない方は、受付時に本人確認のため、免許証、保険証などを持参してください。

▼献血時間・会場

- ▽9時30分～12時
町役場1階ロビー
- ▽13時30分～16時
ホームワイド御船店駐車場



けんけつちゃん

- ▼問い合わせ
保健センター ☎ 282-1602

お金の悩み無料相談会

借金問題の相談を、相談員や弁護士、司法書士が行います。借金問題は専門家に相談することが解決への早道です。事業者向けの相談や臨床心理士によるこころの健康相談も行います。

- ※相談時間1人70分
- ▼期日 9月13日（金）
- ▼受付時間 12時30分～15時30分
- ▼会場 崇城大学市民ホール
- ▼予約・問い合わせ
県消費生活センター
☎ 383-0999

感染症が流行しています

県内では、次の感染症が流行しています。感染症の予防を行いましょう。

- ▼腸管出血性大腸菌感染症（O157など）
- ▼咽頭結膜熱（プール熱）
- ▼手足口病
- ▼ヘルパンギーナ

【感染症を予防するポイント】
いずれの病気にも共通する予防策は何と言っても手洗い、うがいです。食

事の前や外出先から帰った時、便やその他の排泄物を扱った後など、日頃から習慣づけておくことが大切です。詳しくは県ホームページでご確認ください。

▼県ホームページ

「夏場に流行しやすい感染症の予防策」
<http://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/32/summer-attention-infection.html>

▼問い合わせ

保健センター ☎ 282-1602

無料登記相談所を開設します

熊本地方法務局では、登記相談所を開設します。相談は無料ですので気軽にご相談ください。

- ▼日時 9月12日（金） 10時～16時
※12時～13時は除く
- ▼場所 役場1階第一会議室
- ▼内容 土地や建物に関する売買、贈与や相続などの登記相談
- ▼問い合わせ
熊本地方法務局総務課庶務係
☎ 364-2145

法律相談を無料で行います

町社会福祉協議会では、困り事や悩み事の法律相談を無料で行います。相談員は、弁護士、人権擁護委員、行政相談委員が話を伺います。相談は予約制ではありませんので、来庁順に受け付けます。

▼日時 9月18日（金） 10時～14時

不動産トラブル110番

不動産登記に関する問題は、司法書士および土地家屋調査士が協力しなければ解決できない問題もあります。そこで、司法書士と土地家屋調査士が合同で面談と電話による無料相談を行います。

▼問い合わせ

町社会福祉協議会
☎ 282-0785

▼場所 町社会福祉協議会「ひばり荘」
▼内容 ▼民事／金銭の貸し借り、売買、交通事故、給料、土地、建物、登記など▼家事／離婚、養育費、成年後見、相続、遺産など

- ▼問い合わせ
町社会福祉協議会
☎ 282-0785

▼日時 8月24日（土） 10時～16時
▼会場 県婦人会館3階
（熊本市中央区水道町14番21号）
県司法書士会館

▼相談電話番号 ☎ 364-0800
▼問い合わせ
司法書士・川口
☎ 0965-621770
土地家屋調査士・宮本
☎ 346-3927

募集

「家庭の日」推進メッセージを募集

町教育委員会と町青少年健全育成町民会議では温かく明るい家庭づくりを

ふらばるボールバレー参加者募集

呼びかける「家庭の日」推進メッセージ作品を募集中です。入賞作品は町カルチャーセンターで展示を行い、入賞者には賞状及び図書券を贈呈します。

- ▼応募資格
町内に通学している小学校・中学校・高等学校の児童・生徒
町内在住または町内に勤務する人
- ▼応募内容（作品は一人一点まで）
▽絵画の部（小・中学生対象）
八つ切り画用紙（38cm×27cm）縦横自由
▽標語の部 字数は15字前後
▽作文の部
400字詰め原稿用紙4枚以内
- ▼応募期限 10月16日（土）
- ▼提出・問い合わせ
町教育委員会社会教育係
☎ 282-0888

直径35センチの変形ボールを使い、ワンバウンドさせてからレシーブが始まるユニークなバレーボール「ワンバウンドふらばるボールバレー」。町スポーツ推進委員協議会でワンバウンドふらばるボールバレー大会を開催します。この機会に職場や仲間たちと楽しくスポーツで汗を流してみませんか。

- ▼日時 9月23日（日） 9時～
- ▼会場 スポーツセンターアリーナ
- ▼チーム編成 1チーム5人以上
- ▼参加料 1人200円（保険料込み）

町民ゴルフ大会参加者募集

町ゴルフ協会（本田進会長）で、町民ゴルフ大会を開催します。

- ▼日時 9月14日（土） 8時スタート
- ▼会場 チサシカントリークラブ御船
- ▼参加資格
▽町内に住んでいる人
▽町内に勤務している人
▽御船町出身者
- ▼申込期限 8月31日（土）
- ▼申込・問い合わせ
町ゴルフ協会の地区役員
または本田まで
☎ 282-2739

陶芸で新恐竜をつくらう!!

LEPドリームパッションでは、陶芸で恐竜を作る陶芸教室を行います。創造力を発揮し、陶芸で新種の恐竜を誕生させてみませんか？完成した作品は町カルチャーセンターで展示を予定しています。

- ▼対象 小学生（先着30人）
- ※小学3年生以下は保護者同伴
- ※申込みが10人に満たない場合は中止します
- ▼期日 9月8日（日）
- ▼時間 9時30分～12時（受付9時～）
- ▼申込期限 9月5日（金）

募集項目		資格	受付期間	試験期日
防衛大学校 学生	推薦	高卒（見込含）21歳未満 で学校長が推薦する者	9月5日㊦ ～9日㊧	9月28日㊦ 29日㊧
	総合選抜	高卒（見込含）21歳未満 （自衛官は23歳未満）		9月28日㊦
	一般 （前期）			11月9日㊦ 10日㊧
防衛医科大学校医学科学生		高卒（見込含）21歳未満	9月5日㊦ ～30日㊧	11月2日㊦ 3日㊧
防衛医科大学校看護学科学生 （自衛官コース）				10月19日㊦

【問い合わせ】 宇城募集案内所 ☎0964-23-2047

防衛大学・防衛医科大学校生募集

次の学生を募集します。詳しくは宇城募集案内所までお問い合わせください。

- ▼会場 町カルチャーセンター会議室
- ▼参加料 2,000円
- ▼準備物 竹串、粘土ペラ、つまようじ、スプーン、汚れても良い服装、エプロンなど
- ▼講師 御船薫（津金 日人詩）
- ▼申込・問い合わせ先
LLPドリームパッション
☎・FAX 282-3955

ゲートボール大会

▼ベスト電器杯

- （7月16日／町ゲートボール場）
- ①下高野2（木村定徳・中村友幸・福永和任・霍田啓臣・南部治男）
- ②上高野 ③水中会

その他

- ▼参加費 9万円（集合場所までの往復交通費は含まれていません）
- ▼問い合わせ 日本遺族会事務局
☎03-3261-5521
- ▼申し込み 熊本県遺族連合会
☎352-6925

慰霊友好親善事業の参加者募集

日本遺族会は、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。本事業は、先の大戦で父などを亡くした戦没者遺児を対象に、戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼や地域住民と友好親善を図ることが目的です。旧戦域は、中国、ミャンマー、ソロモン諸島、フィリピンなど17の地域です。地域によって、募集人数や申込締め切りが違いますので、詳しい内容は電話でお尋ねください。

▼参加資格 戦没者の遺児

- （実施地域が対象）
- ▼参加費 9万円（集合場所までの往復交通費は含まれていません）
- ▼問い合わせ 日本遺族会事務局
☎03-3261-5521

グラウンドゴルフ大会

▼町グラウンドゴルフ協会第3回大会
（7月21日／吉無田緑の村グラウンド）

- （赤コート）
- ①吉村重美 ②堀川親則
- ③吉永国光
- （青コート）
- ①森川龍三 ②西村孝光
- ③飯星宗生
- （黄コート）
- ①中川敬信 ②宮部隆佐
- ③赤星辰喜

善意の輪

寄付

▼社会福祉協議会へ

【香典返し】

- （芳名）
- （住所）
- （故人）
- 齊藤 政治様（木倉） 恵美子様
- 志賀リユ子様（木倉） 妙子様
- 赤星 弓子様（辺田見） 和行様
- 松下 一義様（上野） 義人様
- 浅井 幸成様（田代） 寿典様
- 増田 早苗様（滝尾） 義幸様
- 住田 信子様（木倉） 萬年様
- 永田 敬子様（御船） 義幸様
- 山川 長行様（滝川） 義幸様

【一般寄付】

Jアラートの試験が9月12日(木)に変更になりました

Jアラートは、弾道ミサイル情報、津波情報、緊急地震速報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、国から送信し、町の防災行政無線などを自動起動し、国から住民まで緊急情報を瞬時に伝達するシステムです。今回行うJアラートのメール試験日は、**町内にある全ての携帯電話に試験メールが届きます。**

◆期日 **9月12日(木)** ◆時間 **11時・15時**（2回実施）

【1回目のメール：11時】

- ◎**題名**【訓練】国民保護関連情報弾道ミサイル攻撃に係る警報（1回目）
- ◎**本文**【訓練】こちらは、防災御船町です。ミサイル発射情報。当地域に航空攻撃の可能性があります。屋内に避難し、テレビ・ラジオをつけてください。※これは訓練です。実際にミサイル発射情報が発表された場合にも緊急速報メールにてお知らせします※※15：00頃にもう一度訓練メールを配信します。（御船町）

【2回目のメール：15時】

- ◎**題名**【訓練】国民保護関連情報弾道ミサイル攻撃に係る警報（2回目）
- ◎**本文**【訓練】こちらは、防災御船町です。ミサイル発射情報。当地域に航空攻撃の可能性があります。屋内に避難し、テレビ・ラジオをつけてください。※これは訓練です。実際にミサイル発射情報が発表された場合にも緊急速報メールにてお知らせします※※訓練メールを終了します。（御船町）

問い合わせ先 町総務課地域・防災係 ☎282-1111

安心 安全の窓

無料オンラインゲームの

トラブル

相談事例

無料オンラインゲームで何度か有料アイテムを購入して遊んでいたが、後日高額な請求書が届いた。

アドバイス

国民生活センターによると携帯やパソコンを合わせたオンラインゲームの苦情クレーム相談は年々増えており、平成23年度は688件になっています。多くの無料ゲームには有料サービスが設定されていますが「数百円ならいいや」と次々にアイテムなどを購入すると、思わぬ高額な出費になってしまいます。現金で払うわけではないため、金銭感覚がつかみにくく、いつの間にか払えない金額になってしまうのです。有料サービスを使う前に、いったん頭を冷やして考えてみましょう。

上益城4町で広域連携消費生活相談窓口を開設中

御船町	嘉島町	甲佐町	山都町
相談日：毎週火曜日 時 間：9時～16時 （12時～13時は除く） 場 所：役場2階	相談日：毎週水曜日 時 間：9時～16時 （12時～13時は除く） 場 所：嘉島町役場	相談日：毎週木曜日 時 間：9時～16時 （12時～13時は除く） 場 所：甲佐町老人いこいの家	相談日：毎週金曜日 時 間：9時～16時 （12時～13時は除く） 場 所：矢部保健福祉センター千寿苑
－ 問い合わせ － 役場総務課地域・防災係 消費生活相談窓口 ☎282-1111(内線213)	－ 問い合わせ － 嘉島町役場総務課 消費生活相談窓口 ☎237-1112(直通)	－ 問い合わせ － 甲佐町役場福祉課 消費生活相談窓口 ☎234-1114(直通)	－ 問い合わせ － 山都町役場健康福祉課 消費生活相談窓口 ☎0967-72-1229(直通)

最近、日本各地の「ジオパーク」の話題がテレビや新聞などで取りあげられるようになってきました。ジオパークは、地球科学的に重要な場所、そこに点在する地質遺産に親しむことができるように、地元自治体を中心となって整備を進めている公園です。認定機関によって審査・認定される仕組みで、「ユネスコ」がそれを支援しています。

ジオパークでは教育や観光に地質遺産を活用することが重視されていて、この点が保護・保全を最優先している「世界遺産」とは少し異なっているところ。県内では阿蘇と天草（御所浦）が日本ジオパークに認定されていて、現在、世界ジオパークへの登録を目指して準備が進められています。



「御船町の多様な地質」



御船町側から見ると美しい形をしている飯田山。上益城郡から宇城にかけて広く分布する白亜紀層「御船層群」の分布の中心地。国内では大変めずらしい白亜紀の陸成層からなり、恐竜化石の宝庫でもある。御船側から見えるこの美しい形には内部の地質構造が少なからず関係している。

な地質が見られる場所があります。ふつつジオサイトには「露頭」と呼ばれる岩石や地層が露出した場所が指定されています。しかし、それだけではなく、文化的な遺産も指定されていて、案内板や観察ルート、サイトを案内するガイド体制が整備されています。

御船町はジオパークではありませんが、多様な地質遺産に恵まれています。例えば、天君タムの恐竜化石産地や、白亜紀の大規模火山活動の痕跡が残る白岩の大露頭などがそうです。また石橋や井手など、人々が地域の地質を生活に利用してきた例も数多く存在します。このような御船町の地質遺産を身近に感じていただくために、次号から、御船町とその周辺にある地球科学的に見て重要な場所や資料を紹介していきます。

（文・写真／恐竜博物館・池上直樹）

子育て日記



長女・瑞^{みづき}月ちゃん（4歳）
 二女・結^{ゆい}泉ちゃん（1歳）

二人の姫は私の元気の源

わがままだけどすごく妹想いで優しい長女、瑞月と気が強いけれど、いつもニコニコ笑顔の二女、結泉の二人の姫がわが家にいます。瑞月は毎日保育園に行くと妹の結泉を抱っこして先生の所まで連れて行ってくれます。結泉は姉の瑞月が泣いているとガーゼを持ってきて瑞月の涙をふいてくれたりとお姉ちゃん大好きです。夕方、保育園から帰ってきたら二人でキャッキャッ言って遊んでいると思ったら、今度はケンカをしたりと毎日忙しいながらも楽しい時間を過ごしています。毎日へとへとになりながら子育てをしていますが、二人が同じ方向を向いて寝ているのを見たり、楽しそうに遊んでいるのを見ると頑張らなければならない日々です。

（文・写真／柄本美紀お母さん・滝川）

Book

おすすめ 今月の本

野心のすすめ

林 真理子 著

「有名になりたい」「作家になりたい」「結婚したい」「子どもがほしい」——無理と言われた願望をすべて叶えてきた人気作家による「夢を実現させるヒント」。



母性

湊 かなえ 著

持つものと持たないもの。欲するものと欲さないもの。二種類の女性、母と娘。高台にある美しい家。暗闇の中で求めている無償の愛、温もり。記録と記憶、探索の物語。



新刊書情報

7月は64冊の本が入りました

- 一般書（49冊）
 - 小説／火群のごとく（あさのあつこ 著）
 - エッセイ／犬心（伊藤比呂美 著）
 - 小説／赤く微笑む春（ヨハン・テオリン 著）
- 児童書（15冊）
 - 絵本／くつくつあるけ（林 明子 著）
 - 絵本／じったんばあたん（ながさわまさこ 著）
 - よみもの／パパとあそぼう（きむらゆういち 著）



ピオポのバスりょうこう

中川 洋典 著

高い山にかこまれた村に暮らすピオポがお父さんのかわりにはじめてバスに乗ってひとり街に出かけ闊達な女の子ナボーラに出会い、ひとまわり成長して帰ってくるお話。

成人は体重の60%程度が水分でできています。子どもは成人よりその割合が多くなります。脱水を起こすと、体温調節をする汗が出なくなり、体温が上がり、倦怠感などがでてきます。さらに脱水が進むと老廃物が溜まり、血圧の流れが悪くなり全身の機能が障害を起こします。暑い夏場は十分な水分をとりましょう。

Q 1日どれくらいの水分をとればよいの？

1日の水分の排泄量（汗や尿、便）を考えると、飲み物で1.5～2.0ℓの水分をとる必要があります。
※季節や活動量により量も変わります。
※持病がある方は水分量の制限がある方がいます。主治医にご相談下さい。

Q 効果的な水分のとり方は？

一気にたくさんの量を飲むと水分の処理をするために体に負担がきます。効果的に水分を体に補給するには『こまめな水分補給』が大切です。1回あたり150～250mℓの量を1日に6～8回に分けて飲むと効果的です。

水分の取り方の例

朝起きた時、朝食時、午前～正午にかけて、昼食時、午後から夕方にかけて、夕食時、入浴前、入浴後、寝る前など



効果的な水分のとりかた

健康へのヒント



お出かけ情報

恐竜キーホルダーをつくってみよう

開催日 9月14日(日)
 時 間 10時～12時
 場 所 カルチャーセンター
 内 容 恐竜の絵が描かれたプラバンに色を塗ったり、お絵描きをして、オリジナル恐竜キーホルダーをつくりま

対象者 誰でも可。100人
 参加料 無料(入館料必要)
 問い合わせ 恐竜博物館 ☎282-4051

御船に眠る化石たち

開催日 9月15日(月)
 時 間 9時～12時
 場 所 化石ひろば、カルチャーセンター
 内 容 地層の観察や化石採集をと

対象者 小学生以上。40人
 参加料 無料(保険料必要・要予約)
 問い合わせ 恐竜博物館 ☎282-4051

恐竜消しゴムをつくってみよう

開催日 9月28日(日)
 時 間 10時～12時
 場 所 博物館
 内 容 消しゴム粘土を自由に使って、自分だけの恐竜消しゴムをつくりま

対象者 誰でも可。100人
 参加料 無料(入館料必要)
 問い合わせ 恐竜博物館 ☎282-4051

あんしん納税

固定資産税	3期
国民健康保険税	4期
介護保険料	4期
後期高齢者保険料	3期
納 期 日	9月30日(月)
口座振替日	9月27日(金)

休日当番医

1日(日)	田上皮ふ科クリニック	☎281-1112
1日(日)	古閑整形外科胃腸科医院	☎284-2010
8日(日)	山地外科胃腸科医院	☎237-0003
15日(日)	笹原外科胃腸科医院	☎282-0070
16日(月)	のぐち皮ふ科医院	☎237-4112
22日(日)	榊田外科医院	☎282-6363
23日(月)	藤岡医院	☎282-0405
29日(日)	熊本回生会病院	☎237-1133

※当番医療機関は予告なく変更になることがあります。受診前には必ず電話または、都医師会ホームページでご確認ください！
 ※受診する際は必ず保険証をお持ちください！

くらしの保健

9月
長月

保健カレンダー

■予防接種

予防接種名	日程	対象者	受付時間
3種混合	10日(火)	生後3カ月～90カ月未満	13時～13時45分
B C G	24日(火)	生後3カ月～1歳未満	

■乳幼児健診

健診名	日程	対象者	受付時間
4カ月児健診	4日(水)	H25.4～5月生	9時～
7カ月児健診	4日(水)	H25.1月生	10時～
1歳6カ月児健診	4日(水)	H24.1月～2月生	13時～13時10分

■教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
フツ化物塗布	4日(水)	1歳～4歳	14時30分～15時30分
もぐもぐ教室 (離乳食教室)	11日(水) ※要予約	8月に4カ月健診受診者	10時～
10カ月児教室	18日(水)	H24.11月生	9時30分～
妊婦・育児相談	18日(水)	妊婦・産婦・乳幼児	13時30分～14時30分
健康相談	常時	どなたでも可	8時30分～17時15分

■母子健康手帳の交付は、毎週月曜日の13時30分～16時30分です。
 ※9月の第1月曜日は、6日(金)に行います。(要予約)
 ※会場は、すべて保健センターとなります。
 ☎保健センター(健康推進係) ☎282-1602

元気クラブカレンダー

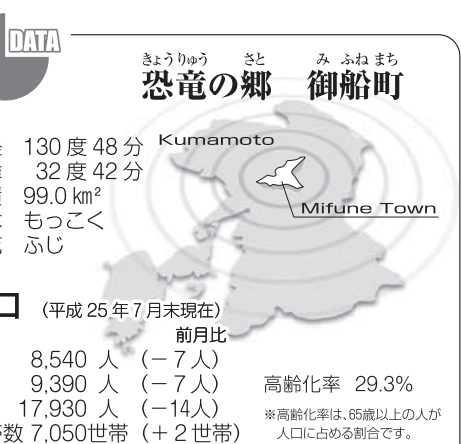
3日(火)	【御船、辺田見、滝川】
17日(火)	場所：御船町憩いの家／時間：10時～12時
10日(火)	【滝尾】
24日(火)	場所：滝尾公民館／時間：10時～12時
9日(月)	【水越】
	場所：水越公民館／時間：10時～12時
12日(木)	【木倉】
26日(木)	場所：木倉公民館／時間：10時～12時
2日(月)	【高木】
30日(月)	場所：下高野公民館／時間：10時～12時
13日(金)	【小坂、陣、豊秋】
27日(金)	場所：陣多目的集会所／時間：10時～12時
5日(木)	【七滝】
19日(木)	場所：七滝公民館／時間：10時～12時
6日(金)	【上野】
20日(金)	場所：上野公民館／時間：10時～12時
11日(水)	【田代東部】
25日(水)	場所：田代東部公民館／時間：10時～12時
4日(水)	【田代西部】
18日(水)	場所：北田代公民館／時間：13時30分～15時30分

※地域ごとに、開催日などを掲載しています。
 ☎町社会福祉協議会 ☎282-0785

×(キリン)線

むすばれ

氏名(旧姓)	婚姻日	住所
牛嶋 竜志 (松田)えり子 大道 晴久 (岡崎)美知代	7月22日 7月28日	高木 熊本市 熊本市 熊本市 熊本市 辺田見



うぶごえ

氏名	保護者	住所
西井 丈琉 高宮 蓮 清村 銀二郎	章 浩 匡 裕 徹	辺田見 陣 七滝

町に届出のあった希望者のみを掲載

人のくらし

おくやみ

氏名(年齢)	死亡日	住所
松下 義人(92歳) 増田 壽典(64歳) 山田 芳生(54歳) 福嶋 照恭(69歳) 浅井 定(76歳) 住田 萬年(84歳) 永田 義幸(70歳) 荒木シズ子(94歳)	7月4日 7月8日 7月9日 7月9日 7月12日 7月16日 7月23日 7月28日	上野 滝尾 水越 滝 田代 木倉 御船 代

こちら 町長室

町長日誌

マウンテンバイク・スキルパーク(専用遊び場)の完成
 (九州アイランドにおけるMTBスポーツ文化中心を目指して)

吉無田高原・緑の村にマウンテンバイク・スキルパーク(専用遊び場)が完成しました。8月下旬から使用が可能です！
 設計は、日本を代表する選手の柳原氏が手掛けられ、初心者から楽しむことができます。また冬場も使えるオールシーズンスポーツです。
 「熊本市近郊にあるMTBイベント会場」から、「東アジアや西日本に開かれた九州アイランドにおけるMTBスポーツ文化の中心点」という位置づけになっており、今後の展開が楽しみです。



コースの最終チェック中！

7月の主なうごき

1日	朝礼。非常勤職員辞令交付。課長会議。陳情受入れ。神流町議会視察研修。	18日	御船町甲佐町衛生施設組合会議。緑川改修期成会役員会。緑川改修期成会定期総会。国土交通省意見交換会。
2日	御船町甲佐町衛生施設組合指名審査会。建設課関係現地調査。上益城食品衛生協会御船支部総会。課長会議。	19日	熊本県国民健康保険団体連合会通常総会打合せ。
3日	上益城消防署打合せ。	20日	高木保育園親子ふれあい祭り。学校給食献立研究会。熊本県国民健康保険団体連合会通常総会。
4日	九州中央自動車道建設促進沿線議会協議会総会及び総決起大会。(延岡市)	22日	町保護司会社会を明るくする運動啓発パレード出発式。第2回熊本中央広域事務協議会協議会。
5日	北向公民館改修落成式。	23日	課長会議。緊急経済対策本部会。現地調査。囃託員定例会。
7日	第63回社会を明るくする運動啓発パレード出発式。議会全員協議会。農業振興課関係現地調査。七滝土地改良区理事会。	24日	天君ダム管理者会議。ローカルマニフェスト推進地方議員連盟視察。県道横野矢部線改良促進期成会。サントリー九州工場竣工10周年感謝の会。
8日	熊本県農業改良普及事業協議会総会。課長会議。観光交流推進課関係現地調査。上益城地域振興局主要事業等説明会。上益城郡町村長会監査及び総会。管内町長と上益城地域振興局幹部及び上益城教育事務所長との意見交換会。課長会議。7月議会。	25日	福岡県糟屋郡宇美町議会行政視察。民生委員・児童委員推薦会。希望ヶ丘病院夏祭り。
9日	育苗部会感謝状伝達式。御船町役場職員組合定期総会。	26日	上益城郡消防大会(通常点検)。町立若葉保育園夏まつり。
10日	恐竜博物館来館45万人目セレモニー。第63回上益城郡民体育祭。九州中央自動車道建設促進協議会総会。(延岡市)	27日	能寛林育樹事業。緑川改修期成会第1回要望会。(東京)九州治水期成同盟連合会第1回要望会。(東京)
11日		28日	熊本県後期高齢者医療広域連合議会全員協議会。第1回熊本県後期高齢者医療広域連合臨時会。
12日		29日	
13日		30日	
14日		31日	
16日			
17日			



魔法の言葉は「ぶー」

高木保育園（小田芳子園長、64人）の年長児16人が、高木小学校（小林不佐子校長、96人）のプールで水泳教室を行いました。プール教室は3回目、園児と小学校の先生の交流、園児に園とは違う大きなプールの体験を目的に行われており、保育園と小学校の先生3人により行われました。保育園と比べると広くて深いプールに緊張しながら入った園児たちも、「ぶー」と魔法の言葉と言いながら顔をプールにつけると、次第にプールになれてきて、楽しくプール中に散らばったボールを集めて遊びました。

旬の野菜

レシピ

副菜

ピーマンとナスの ピーナッツ和え



夏野菜は全般に体を冷やす作用がありますが、特にナスの効果は強く、夏バテや体のほてりが強い時に食べると効果的です。スポンジ状の果肉は油と相性がよく、揚げ物にすると、植物油に含まれるリノール酸やビタミンEの摂取に役立ちます。ダイエットをしている場合は、油で表面を焼き付ける程度か、蒸す、焼きナスにするなどの調理法をお勧めします。

また、ピーマンには、体の中で重要な働きをしているビタミンが大変多く含まれ、夏バテを防ぎ、疲労回復に効果を発揮します。これはピーマンに含まれるビタミンAやCが、細胞の働きを活性化してくれるからです。

夏かぜの予防にも、ピーマンを常食していれば完璧でしょう。夏野菜を効率よく摂取して、暑い夏を乗り切りましょう！

材料（4人分）

ナス	200g
ピーマン	80g
パプリカ（赤）	80g
ピーナッツ	8g
マーガリン（サラダ油）	16g
しょうゆ	大さじ1.5
塩	0.4g
酢	小さじ1
みりん	小さじ2

栄養価（1人当たり）

エネルギー	70kcal
タンパク質	1.8g
脂質	4.3g
炭水化物	6.3g
カルシウム	14mg
鉄	0.4mg
塩分	1.1g

作り方（所要時間約25分）

- ①ナスは、縦二つ割りにして、乱切りし、2～3分水につけアクを抜く。
- ②ピーマンとパプリカは、ヘタと種を除いて縦六つに切る。
- ③ピーナッツは、細かく刻む。
- ④鍋に、マーガリンを熱し、①～②を順に炒め、調味料で味を調える。
- ⑤皿に色よく盛ってから、刻んだピーナッツを振りかける。
※好みでニンニク、赤唐辛子などを入れると、また一味違います。

※レシピ提供は、町食生活改善推進員協議会「さわやか会の阪本ミスエさん」です。さわやか会は、住民の栄養と食生活を改善し、食育を推進することを目標に活動しています。

▼夏本番、暑い日が続いています。日本各地では川や海の事故、豪雨での災害等も起きています。夏の天候は変わりやすいので、十分注意されてください。▼吉無田高原で開催されている地域のお祭りに行ってきました。高原に灯される竹たいたまつの火と恐竜ねぶたの灯りが幻想的でした。地域の皆さんの力を感じました。御船の良いところ、またひとつつけた気分です。⑩

▼郡民体育祭が終わり、また一日取材で日焼けした私を見てみんなが「海に行ったの？」「いえ郡体焼けです」でしたがあーっぱ祭り、日焼けするかな…今度は「祭り焼けです」▼があーっぱ祭り、精霊流し、地蔵祭り、イベントが盛りだくさんの8月。8月はわが家にとってもイベントが盛りだくさん。3世代のわが家には11人中6人が8月生まれ。しかも日程が固定されている精霊流しは長女、地蔵祭りは私の誕生日なので、毎年お祭りでお祝い

編集後記



広報 **みふね** No.549

携帯サイトはこちらから→

発行／御船町役場 編集／総務課 〒861-3296 熊本県上益城郡御船町大字御船995-1
TEL.(096)282-1111(代) FAX.(096)282-2803 ホームページ <http://www.town.mifune.kumamoto.jp/>
印刷／ホープ印刷株式会社

