

広報

みふね

PUBLIC RELATIONS MIFUNE TOWN

2014

8

No.561

毎月1回15日発行

繰り広げられた熱戦。

上益城郡民体育祭



●まちづくりカフェ



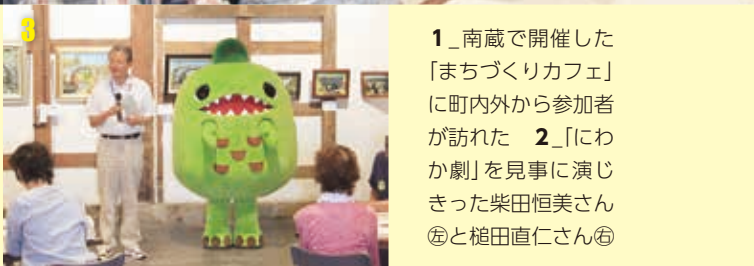
4・5_ギャラリーの活用に意見とアイデアを出し合う参加者たち。20歳代から90歳代までの幅広い年齢層が熱心に話し合った



6_テーブルごとに意見発表する参加者。この班では、七五三、成人式、結婚式、金婚式の節目を飾るイベント利用の提案が出された



3_イベントを盛り上げるために登場した御船町PRキャラクター「ふねまる」。愛くるしい仕草で会場の雰囲気を楽しませていた



1_南蔵で開催した「まちづくりカフェ」に町内外から参加者が訪れた 2_「にわか劇」を見事に演じきった柴田恒美さん⑤と植田直仁さん⑥



ギャラリー活用から探る「まちづくり」の方向性。

御

船町みんなで作る町の基本条例素案検討委員会（中村幸雄委員長）は7月28日、「まちづくりカフェ」と銘打った意見交換を街なかギャラリーで開催しました。

この催しは、「まちづくりのルール」といわれる自治基本条例の素案づくりを目指す同委員会が一般住民の意見を幅広く取り入れることを目的とした初の試みです。

まちづくりカフェでは、自治基本条例を参加者に分かりやすく伝えるために、町民の検討委員が脚本と主演を務め「にわか劇」を上演。ユーモラスたっぷりに熱演して会場の笑いを誘いながら、中村幸雄委員長が条例づくりの背景や必要性を説明しました。

メインの意見交換では、まちづくりのひとつとして「街なかギャラリーの活用方法」をテーマに、参加した約50人が各テーブルで話し合いました。意見発表では、▼ジャズコンサート▼ファッションショー▼〇〇名人の知恵教室▼竹灯ろう祭り▼野菜市・マルシェ▼合コン・婚活パーティー▼結婚式▼マーマー・蚤の市▼和風カフェ▼白壁の写真展▼浜田知明・井手宣道の作品展などの利活用方法が提案。常設イベントでの固定客の取り込みや季節を絞ったイベント開催を望む声が多く挙がりました。

検討委員会では、住民や団体、議会との意見交換を図りながら、「御船町のルール」自治基本条例の素案づくりを進めていきます。

アイデア実現への優先順位 町民と行政のルールづくり



高橋 寛敦 商工観光推進係長

今回、数多くの意見や提案をいただきました。参加者からのアイデアは、優先順位をつけて実行可能なものから取り組んでいきたいと考えています。

しかし、すべてのアイデアを町だけで取り組んでいくことは難しいことも事実です。そこで、▼町民の皆さんが取り組めること▼町と一緒に取り組むこと一を整理して、取り組みやすいルールを作っていけたらと思います。

町民と行政が互いに情報を共有し合い協力することが「御船町みんなで作る町の基本条例」に結びついていくと思います。

Interview



村田 勇太さん（辺田見・18歳）

知人に誘われて参加した。ギャラリーは予想以上にきれいで、近代的な建物より好印象。婚活や食事、コンサート、竹の水あかりイベントに活用できたら面白い。大学で建築を学んでいるので、その知識を生かして町に貢献したい。



深町 小春さん（滝川・28歳）

まちづくりの基本は人と人とのつながりだと思う。ギャラリーは和風な建物なので、伝統工芸品を展示すると面白い。今回のカフェで、幅広い年代の人と交流ができた。まちづくり参加への第一歩が踏み出せたと思う。

●問い合わせ ▼自治基本条例／役場秘書係 ☎282-1392

●街なかギャラリー

1802年建築の大規模型町家で、熊本市内でも最も古い建造物のひとつと言われる。かつて御船町の本町通りは、「酒造りのまち」として栄え、白壁土蔵造りの酒蔵や商家が立ち並び風情ある場所として親しまれてきた。昔の風景が消えていくなか、往時の面影と記憶を残す建物として、

「街なかギャラリー」は補修と復元を行い、平成26年4月20日に生まれ変わった。街なかギャラリー内部は、▼主屋▼北蔵▼南蔵▼離れ一の4棟に分かれる。主屋は、個展や文化交流の場として、北蔵は絵画や写真の展示、南蔵はミニコンサートやワークショップなどに利用できる多機能施設である。

Gallery



主屋

南蔵

●問い合わせ ▼街なかギャラリー／役場商工観光推進係 ☎282-1226

第42回御船があーっぱ祭り学童ポスター

第42回御船があーっぱ祭り学童ポスターの入賞作品が決定しました。ポスターは町内の小学5・6年生を対象に、応募総数286点の中から32人が入賞しました。入賞作品は、町内3カ所で8月22日迄まで展示してあります。

(数字は展示会場)

【優良賞】

本田 拓史	くん (御船小6年)	①
福田 有紗	さん (御船小5年)	②
半田 誠	くん (御船小5年)	③
春本 虎成	くん (御船小5年)	①
吉本 賢一郎	くん (木倉小6年)	②
米村 崇礼	くん (木倉小6年)	③
坂本 優	さん (小坂小5年)	①
片岡 泰雅	くん (小坂小5年)	②

【入選】

増永 光	くん (御船小6年)	③
鶴野 結衣	さん (御船小6年)	①
藤木 みゆ	さん (御船小6年)	②
増永 陽向	くん (御船小6年)	③
野間 旭媛	さん (御船小6年)	①
山之内里絵	さん (御船小5年)	②
古閑勇一郎	くん (御船小5年)	③
永本 康城	くん (御船小5年)	①
柏木日和理	さん (木倉小6年)	②
宮川妃奈乃	さん (木倉小5年)	③
甲斐 智蓮	さん (木倉小5年)	①
吉田 拓未	くん (木倉小5年)	②
福嶋厚志郎	くん (小坂小6年)	③
松本 莉実	さん (小坂小5年)	①
高田 優希	くん (小坂小5年)	②
村上 奏人	くん (小坂小5年)	③
佐藤 由奈	さん (高木小5年)	①
福嶋 時順	さん (高木小5年)	②
内山 菜月	さん (滝尾小6年)	③
藤川優里歩	さん (滝尾小6年)	①
佐藤 拓海	くん (滝尾小5年)	②
赤山 忍乃	さん (七滝中央小6年)	③
中川友貴美	さん (七滝中央小6年)	①
松永はづき	さん (七滝中央小5年)	②

【祭り振興会長賞】



まつもと 松本 幸晟くん 木倉小5年 ①

【商工会長賞】



のぞき 野崎こころさん 御船小5年 ①

【町議会賞】



まつした 松本 渚さん 御船小5年 ①

【肥後銀行御船支店長賞】



まえだ 梨音さん 御船小5年 ②

【熊本第一信用金庫御船支店長賞】



みやもと 宮本 輪湖さん 御船小5年 ③

【作品展示会場】

- ①・役場 1 階ロビー
- ②・肥後銀行御船支店
- ③・熊本第一信用金庫御船支店



熊本市内5店舗で販売されている
じっちゃんばっちゃんの無印野菜



毎月1回開催されている野菜づくり講習会



収穫したきゅうりを運ぶ鶴野さん



毎日の楽しみは 野菜づくり

「毎日の野菜づくりが楽しい」と笑顔で話す鶴野さん(田代)。鶴野さんの1日は、朝の野菜の収穫から始まりま
す。収穫した野菜は、公民館
田代西部分館活動の「じっ
ちゃんばっちゃんの無印野
菜」として、熊本市内5店舗
で販売されています。この取
り組みは「山間地域の人口が
減ってきているなか、なにか
地域活性化につながる取り組
みができないか」と、永野宏
明牧ノ原区長と高松清介公民
館田代西部分館長が発案し、
野菜づくり講習会を企画しま
した。講習会は、昨年4月か
ら毎月1回、古荘俊夫町営農
指導員が行っています。講習
を受けて、よりおいしくでき
た野菜を余らせるのはもった
いないと、今年6月からは販
売を始め、きゅうりやピーマ
ンなど10種類以上の野菜を販
売しています。



たかまつ せいすけ
高松 清介
田代西部分館長

野菜づくりを 生きがいに

「じっちゃんばっちゃんの無印野菜をはじめて本当によかったです」と話す高松田代西部分館長。「じっちゃんばっちゃんの無印野菜」は、公民館田代西部分館の活動で取り組まれています。北田地域のほとんどの家庭が野菜をつ
くっているの、野菜づくりなら地域みんなで取り組めると考えました。「今は7人が参加していますが、もっと参加者を増やし、地域のみんなで楽しんで取り組みたいです。そして、野菜づくりは、体を動かすので運動にもなり、健康にもいいと思います。今後は、野菜づくりを通して、高齢化する山間地域の活性化につながるってほしいです。今では、毎日の野菜づくりが生きがいです」と笑顔で話しました。

じっちゃん ばっちゃんの無印野菜



情報公開の実施状況を公開します

☎総務課管理係 ☎282-1111

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・図面・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25年度（平成25年4月1日から平成26年3月31日まで）の、各実施機関への情報公開と個人情報の開示請求件数を公表します。

◆開示請求

実施機関	情報公開	個人情報
町 長	3件	3件
教育委員会	2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
議 会	0件	0件

◆決定内容

全部開示	5件	0件
部分開示	0件	1件
不開示	0件	0件
不存在	0件	2件
存否拒否	0件	0件
取り下げ	0件	0件

◆不服申立

不服申立	0件	0件
------	----	----

家屋を新築・増築した場合は届出が必要です

☎税務課課税係 ☎282-1114

【家屋を新築・増築したときは調査を行います】

家屋（車庫や物置など小さい家屋を含む）を新築または、増築すると固定資産税が課税されます。

家屋の固定資産税額を算出するためには、実際に家屋の内外（間取りや屋根、外壁、内装など）を調査する必要があります。

重要な調査ですので、皆様のご協力をお願いします。

【家屋の取壊しをしたときは届出が必要です】

家屋の全部または、一部を取り壊した場合は、家屋を管理している家屋台帳を変更する必要がありますので、面積の大小にかかわらず「家屋滅失届」を提出してください。

なお、固定資産税は1月1日の状況を基準に課税します。1月2日以降に家屋を取り壊した場合でも、その年の固定資産税は課税されます。

【登記は法務局で】

登記の手続きは、法務局での申請になります。家を取り壊した場合は、滅失登記を法務局で行ってください。

【未登記家屋の所有権が移転したときも届け出を】

未登記家屋を売買または、相続などをした場合には、「未登記建物の所有者変更届」を必要書類とともに役場税務課まで提出してください。

登記のある家屋と未登記の家屋が混在している場合、提出を忘れられる人が多いため、ご注意ください。

◆必要書類

売買や贈与の場合

- ①譲渡証明書や売買契約書などの写し
- ②新・旧の所有者両者の実印を押印した、未登記建物の所有者変更届
- ③新・旧の所有者両者の印鑑登録証明

相続の場合

- ①相続人すべての続柄がわかる戸籍謄本
- ②相続人全員の同意書
- ③新所有者の実印を押印した未登記建物の所有者変更届
- ④相続人（新所有者）の印鑑登録証明

軽自動車の税が改正されます

☎税務課税務係 ☎282-1114

地方税法改正により、平成27年4月1日から軽自動車税の税額が次のとおり改正されます。

【原動機付自転車および二輪車など】

車 種 区 分		現 行	改正後
原動機付自転車	総排気量50cc以下	1,000円	2,000円
	2輪のもので、総排気量50ccを超え90cc以下	1,200円	2,000円
	2輪のもので、総排気量90ccを超え125cc以下	1,600円	2,400円
	3輪以上のもので総排気量20ccを超え50cc以下	2,500円	3,700円
軽二輪	2輪のもので、総排気量125ccを超え250cc以下のもの（側車付のものを含む）	2,400円	3,600円
小型二輪	2輪の小型自動車で総排気量250ccを超えるもの（側車付のものを含む）	4,000円	6,000円
小型特殊自動車	農耕作業用のもの（トラクター、コンバイン等）	1,600円	2,400円
	その他のもの	4,700円	5,900円

【三輪および四輪以上の軽自動車】

車 種 区 分				平成27年 3月31日以前取得	平成27年 4月1日以後取得	13年超
軽自動車	3輪のもので総排気量660cc以下のもの			3,100円	3,900円	4,600円
	4輪以上のもので 総排気量660cc以下の もの	乗 用	自家用	7,200円	10,800円	12,900円
			営業用	5,500円	6,900円	8,200円
		貨物用	自家用	4,000円	5,000円	6,000円
			営業用	3,000円	3,800円	4,500円

平成27年3月31日までに取得したものは「平成27年3月31日以前取得」、平成27年4月1日以後に新車新規登録（※）のものは「平成27年4月1日以後取得」、新車新規登録から13年を超えるものは「**13年超**」となります。

※新車新規登録とは…軽自動車検査協会に初めて登録された車両

愛の血液助け合い運動

☎健康いきいき推進課健康推進係 ☎282-1602

【400ml献血】

期日	受付場所	受付時間
8月26日☎	役場 1階ロビー	9時30分～12時
	ホームワイド御船店 駐車場	13時45分～16時

※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人は、受付時に本人確認を行いますので、免許証、保険証などを持参してください。

上益城郡民体育祭

7月6日、12日、13日、20日の4日間、第64回上益城郡民体育祭が開催されました。18競技、23種目で熱戦が繰り広げられ、町の代表として、14競技、18種目に220人が出場しました。結果は次のとおり

【総 合】

1位・益城町、2位・御船町、3位・甲佐町、4位・山都町、5位・嘉島町

【種目別】

- 1位(7種目) 野球、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、ゲートボール女子、グラウンドゴルフ男子
- 2位(5種目) 水泳、ソフトボール男子、ソフトテニス、ゲートボール男子、グラウンドゴルフ女子
- 3位(5種目) 陸場競技、バドミントン、バレーボール男子、剣道、弓道
- 4位(1種目) 空手道
- 不参加(5種目) ソフトボール女子、柔道、銃剣道、相撲、サッカー



1_ 6連覇したバスケットボール男子 2_ 5連覇したバレーボール女子(スパイクを打つ小永由依選手) 3_ バレーボール男子(スパイクを決める野口拓朗選手) 4_ 弓道 5_ 優勝したゲートボール女子 6_ 陸上競技男子40歳～49歳砲丸投で1位の牧鶴満徳選手 7_ ソフトテニス 8_ 剣道 9_ 2連覇した軟式野球(逆転ホームランを打つ伊藤一明選手) 10_ 2連覇の卓球競技(梅本玲二選手)



AEDを使い訓練を行う消防団員

緊急時に備え夏季訓練

7月13日、町消防団(石坂浩秋団長、390人)の平成26年度夏季訓練が行われ、副班長以上の団員約80人が参加しました。訓練では普通救命講習や規律訓練、災害に関するシミュレーションを実施。団員は応急処置技能を維持するため、数年に一度、必ず普通救命講習を受講するよう努めています。講習では上益城消防署職員による、心肺蘇生法や簡易応急手当、AEDを使った実施訓練を行い、緊急時の対応を再確認しました。

宮部鼎蔵シンポジウム

7月6日、郷土先哲のひとり「宮部鼎蔵」の没後150年記念シンポジウムが、町カルチャーセンターで開催されました。宮部鼎蔵没後150年記念事業実行委員会(山本孝二会長)主催。午前中は、宮部兄弟顕彰会(河部二男会長)主催の顕彰供養祭が、鼎春園(上野)で予定されていましたが、雨天のため七滝中央小学校体育館での開催となり、地域住民など約100人が参加しました。午後からカルチャーセンターホールで開催されたシンポジウムでは、木村幸比古(きむらさちひこ)霊山歴史館(京都府)副館長による講演が行われたあと、「明治維新と宮部兄弟」のテーマで5人のパネラーによる、パネルディスカッションが行われました。会場を埋め尽くした参加者たちは、宮部鼎蔵、春蔵2人の兄弟が生きた幕末の時代を感じていました。



1_ 講演とコーディネーターを務めた霊山歴史館副館長の木村幸比古さん(パネルディスカッションのパネラー) 2_ 吉田松陰顕彰会代表の山本貞寿さん 3_ 一般財団法人養生会理事長の小笠原豊さん 4_ 宮部兄弟顕彰会副会長の田中外至さん 5_ 高杉晋作の語り人の亀田真砂子さん 6_ 不知火龍馬会代表の野口修一さん



上益城郡操法大会

7月6日、嘉島町役場駐車場で平成26年度上益城郡消防大会が開催されました。今年は2年に1度の小型ポンプ操法競技が行われ、各町代表11チームが規律やホースの延長、水出しまでのタイムを競いました。町代表として、第4分団第3班(七滝)と第9分団第2班(陣)が出場。優勝は逃しましたが、9分団2班の志田磨柱(したきよまさ)団員が2番員の優秀選手に選ばれました。

【結果】 嘉島町消防団第1分団第2部(1位)
第4分団第3班(4位)
第9分団第2班(9位)



4分団3班の操法競技

ゆう・ゆうで交流

7月25日、町子育てふれあい館内のつどいの広場ゆう・ゆうで認知症の家族を介護している人同士の交流を目的とした「認知症の方を介護する家族のつどい」が行われました。今回は初の試みとして、ゆう・ゆうに遊びに来ている子育て世代の家族と一緒に交流を行いました。ゆう・ゆうを運営している、子育て談話室の柴田恒美さんは「家族も高齢になると介護が難しくなってくる。若い世代は核家族が増えている。お互いが触れ合うことで刺激になり、元気をもらうことができると思うので、今後も交流していきたい」と話しました。



ゆう・ゆう内で脳トレを行う参加者

ふねまると一緒に電車に乗ったよ

7月25日、ふねまると一緒にラッピング電車に乗り、熊本市交通局から熊本駅までを往復する夏休み特別イベント『ふねまると一緒に恐竜電車でGO!』が開催されました。イベントには親子19組が参加し、ふねまると一緒に約1時間の電車の旅を楽しみました。電車内で開催されたクイズ大会では、親子で仲良く答えを考える姿が見られ、大会で1位になった平川廉くんは「今日は、初めて恐竜電車に乗った。そして、ふねまると一緒に電車に乗られて楽しかった。また電車に乗りたい」と話しました。



ふねまると一緒に電車の旅を楽しむ親子

手作りの陶器が完成

7月27日、公民館御船分館で御船校区婦人会（竹田津和子会長、80人）の会員10人が、手作り陶器の茶碗で抹茶を楽しみました。陶器作りは、4月の総会時に同校区内にある御船窯で行いました。会員たちは、自分が作った茶碗や皿などの陶器を見つけると、うれしそうに見つめていました。竹田津会長は「会員数が年々減ってきている。婦人会活動を楽しんでもらおうと陶器づくりを計画した。今後も会員の親睦を深めながら会員を増やしていきたい」と話しました。



自分の陶器を探す会員たち

みんなで楽しく食を学ぼう

町保健センターで、さわやか会主催の夏休み子どもクッキング教室が開かれ、小学生23人が参加しました。4回の教室では、食に関するミニ講座のあと、推進員の指導を受けながら調理実習が行われました。3年生から毎年教室に参加している、木倉小6年の河地ひなりさんと白梅末久さんは「最初は料理を覚えようと思って参加しました。みんなと仲良くなり、一緒に料理をするのはとても楽しいです」と話しました。



白玉団子のすまし汁、うまくなかったかな？

レジ袋の預り金を小学校へ

7月11日、株式会社黒潮市場から七滝中央小学校（木屋秀章校長、82人）へレジ袋の預り金が寄附されました。同小では毎月、アルミ缶を回収し、回収した益金で全校生徒に学期ごとに歯ブラシを購入する取り組みを行っています。木屋校長は「児童たちは、捨てればごみ。分ければ資源ということ、アルミ缶が歯ブラシに代わることを通して学習している。頂いた寄附は、エコステーションの改修など児童たちにわかるようなことに使用したい」と話しました。黒潮市場は、11年前からマイバッグ運動を推進し、レジ袋の代金を預り金として小学校へ寄附を行っています。



黒潮市場中村御船店長(左)と木屋校長(右)



役場玄関前で行われた出発式

社会を明るくする運動

7月23日、町保護司会（^{あきづきせいや}明月聖矢会長）が「第64回社会を明るくする運動」の啓発パレードを行いました。同運動は、犯罪や非行の防止、罪を犯した人の更生への理解、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な取り組みです。役場正面玄関前で明月会長より挨拶が行われたあと、保護司9人が車に乗り町内を巡回しました。7月8日には、上益城地区保護司会による御船警察署管内の啓発パレードも行われています。

みどりの里幼年消防クラブが結成

上益城消防署会議室で7月23日、こども園みどりの里幼年消防クラブ（北森光代園長、160人）の結成式が行われました。同クラブは、年長児32人で結成されています。式では参加した年長児全員で「防火の誓い」を大きな声で誓いました。式終了後、園児たちは普段見ることがない、消防車や救急車の中の見学や、子ども用の消防服を着て楽しんでいました。隊長の山下大夢くんは「はずかしいけど、練習をがんばって、大きな声で号令を出したい」と話しました。



子ども用の消防服を着て敬礼する園児たち

石橋に思いを馳せて

7月15日から31日まで、御船街なかギャラリーで石橋油彩画展が開催されました。石で造った橋の魅力を実写に近い形で再現するため、調査・資料集めに4年、作画に7年の歳月をかけて入念に描かれた県内372基の石橋。今回の画展では緑川水系の石橋28点が展示され、町内外から約400人が画展に訪れました。作者の^{ひときでん}桑田一男さんは「来場者に感動してもらえて、画展を開いてよかった。御船街なかギャラリーの空間は雰囲気がよく、展示をするのにとてもよい場所。これからもみなさんに活用してもらいたい」と話しました。



絵画を眺める来場者

このコーナーでは、皆さんからのお便りをお待ちしています。
どんなことでもかまいません。どしどしお送りください。広報クイズの答えもお忘れなく。

《あて先》〒861-3296 御船町役場「おたより」係 ※住所を書かなくても届きます。

《Eメールアドレス》 kanri@town.mifune.lg.jp

※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。



イラストは
たてに描いてね



鶴野 結衣 さん



鶴野 翔太 さん

まちへのラブレター

道

路は広くきれいに整備されましたが中央分離帯や歩行者道路境界等の雑草が生い茂ると景観を損ねることになります。また、ふれあい広場の芝生の中にも雑草が多く目立つようになっています。町全体で清掃ボランティアに取り組んでみては？
(豊秋・Oさん)

たしかに道路やふれあい広場に雑草が目立ってきています。

特にふれあい広場は、芝や樹木の成長を助けるために肥料を使っていることもあり、雑草の成長も早いようです。今後も、景観を損なわないよう定期的な草刈りや清掃を行っていきます。

また、すでにボランティアで道路や公園の草刈りなどをされている団体もありますので、その輪を広げていけたらと考えています。(都市計画係)

私

の住んでいる近所に猫が何匹か以前よりいます。野良猫なのか、飼い猫なのか分らないのですが、子猫も増えて、玄関に堂々と寝そべっていたり、庭は猫のフンだらけで困っています。うっかり玄関を開けていると入ってこようとしてしまいます。(辺田見Fさん)

猫は1年に2〜3回出産をし、増えていきます。

野良猫などにえさを与えてしまうと、その地域に猫が居着き、そのまま増えてしまいます。飼い猫であれば、役場からも飼い主へお話しに伺いますが、野良猫につきましては、町から猫用の捕獲器を貸し出しておりますので、必要の際はお申し込みください。

今後も、猫についての注意喚起を促していきます。(健康推進係)

先生の青春昔話

町内に勤務する先生に、子どもの頃の思い出を話してもらうコーナーです。

地域の行事でハッスル！

私の実家の裏山に、八幡宮があります。秋には例大祭、冬には寒詣(かんもうで)の行事が行われています。私は年長の頃から、ほぼ毎回、中学卒業まで参加していました。

秋祭りでは神輿行列用の衣装に心躍らせる「目立ちたがり屋」の私でした。寒詣では、皆勤賞のぜんざい目当てに、眠い目をこすりながら、早朝詣でに通いました。

今、思うと懐かしい行事ですが、地域の行事に積極的に参加していたな、と感じます。行事に関わる人のおもいに触れたり、地域の歴史に触れたり、ふるさとを大切に思ったり、よい経験でした。

子ども達にも、地域の行事にどんどん参加してほしいと思います。そして、御船を好きになってほしいですね。



高木小学校 平川 聖介 教諭
(天草市河浦町出身)

文芸

ひとひねり

短歌

竿五本洗濯物を干し終えてほっと一息子らとの暮し

藤本 京子

草切れを啜ゆる仕草も一様に春の燕が巣作り始む

正宗タツ子

このようなことがあるとはボール玉位の電が降りしとニュースに

山本志満子

身の丈に生きよと亡父が言いしこと茄子の花の咲けば思えり

市川 結子

田植え待つ畦の刈り草燃え立ちて峽の棚田は煙に被わる

甲斐レイ子

刈り後に並み伏せらるる麦桿に水無月の雨容赦もあらず

金森 英子

ホトトギス三声鳴いては飛んでゆく拓卵、子育て命をかけて

北村ヤヨイ

芳香に引き寄せられて蜂の群藤の古木の白き花房

平野 文子

俳句

御船春菊句会 水野つとむ選

滝しぶき光が遊び風遊ぶ

さとうともこ

滝浴びて心の乾き失せにけり

緒方 栞

つぎつぎと降り来る竹の落葉かな
眠りつ、団扇動いてをりにけり
吊しあるてる坊主梅雨の宿
みどり児に風やはらかき白団扇
滝しぶき浴びて心身清めらる

坂田志美子
渡辺ケイ子
丹生 則子
緒方 宣子
守田 律子

肥後狂句

天狗会

話に夢中 料理も減らんクラス会
ちよつと短かめ 時間ぎりぎり済む祝辞
非常事態 逆さ吊りして鮎吐かせ
話に夢中 バスは幾つもはってかせ
意外や意外 よか大学に行つとらす
地域版 田舎料理で村おこし

増永 笑和
河地 ゆき
林田 実花
藤本 好水
川部 呉穂
吉田 楽園

一般投稿

茅の輪くぐり左に右にまた左

藤原 若葉

低頭の髪に御被の小幣かな

常石 山紫

孫よりて初月給で六ヶ年の感謝の気持ピアマグカップ

宮村エツ子

朝ツ五時バイクの音で目を覚ます新聞少年ご苦労さんと

松岡 文江

Happy Birthday



やましたしゅうま
山下周真くん(3歳)
辺田見(平成23年8月12日)

いつまでも明るい笑顔でまわりみんなを元気にしてください。
(直樹お父さん 小代里お母さん)



こめだ きさき
米田絆咲ちゃん(2歳)
高木(平成24年8月3日)

お兄ちゃん達に負けない位やんちゃなきーちゃん。誕生日おめでとう♡
(宗一郎お父さん 加菜重お母さん)



ほり ゆいり
堀唯里ちゃん(1歳)
御船(平成25年8月1日)

ニコニコ笑顔が大好きだよ。これからもいにとねえねと仲良くしてね。
(哲郎お父さん ひとみお母さん)



さわむらみつき
澤村瑞樹くん(1歳)
木倉(平成25年8月7日)

いたずら大好き♡元気いっぱい！
(直樹お父さん さおりお母さん)



かきもとあおい
柿本蒼空くん(1歳)
高木(平成25年8月11日)

いつも笑顔で癒してくれます♡皆に愛される子になるといい♡おめでとう☆
(晋宏お父さん 由梨お母さん)



いまのたいち
今野太智くん(1歳)
陣(平成25年8月19日)

甘えん坊で、食いしん坊！太智スマイルに家族みんな癒されています♡
(裕樹お父さん 文愛お母さん)



ほんだもなか
本田杏花ちゃん(1歳)
高木(平成25年8月23日)

あんよが上手なももちゃん。かりんお姉ちゃんとずっと仲良くしてネ♡”
(大介お父さん 真理子お母さん)



まぶち
真淵ゆうなちゃん(1歳)
滝川(平成25年8月26日)

1歳おめでとう☆マンマ大好きゆうなちゃん！たくさん食べて元気いっぱい育ててね♡
(信也お父さん 佳代お母さん)

来月号は、9月にお誕生日を迎える満1歳から満3歳までの“みふねのアイドル”を先着10人で募集します。掲載希望の人は、8月29日迄までに役場2階総務課広報窓口で直接お申し込みください。(電話予約は不可)

Quiz 広報クイズ

問題をよく読んで、3つの答えの中から正しいものを選び、ハガキに書いて送ってください。正解者の中から抽選で10人に図書カードをプレゼントします。

問題

問①上益城郡民体育祭で優勝したバスケットボール男子。今回の優勝で何連覇になるでしょう？

- A - 4連覇
- B - 5連覇
- C - 6連覇

(ヒント・9ページ)

●応募方法

ハガキに答え(例、①-A)とあなたの住所、氏名、年齢を書いて、〒861-3296 御船町役場「広報クイズ」係まで郵送してください。(コメントやイラストもお待ちしております)

●締め切り

平成26年8月29日迄 (当日消印有効)

●7月号の正解

①-C

●7月号の当選者

応募総数27通で全問正解者は26通でした。抽選の結果、次の10人に図書カードをお送りします。(敬称略)

緒方 翔洸(高木) / 佐藤将太郎(滝尾)
鶴野 翔太(滝川) / 大鶴恵美子(木倉)
小川 修一(豊秋) / 本田かつ枝(滝尾)
齊藤 直子(陣) / 迫口セイ子(高木)
宮村エツ子(田代) / 水野よし子(高木)



わたくしにとっての日本一

連載 75

つちだ なおひと
槌田直仁さん
(陣・38歳)

自治基本策定委員として、まちづくりカフェで肥後にわかを演じる槌田さん(写真右上)

学校・家庭・地域の輪

小坂小学校のPTA会長になって今年で2年目になります。会長になって感じることは、保護者間のコミュニケーション不足です。たとえば保護者同士で「顔を知らない」や「話したことがない」などといったことを聞きます。保護者同士のコミュニケーションを深めることで、学校外でも気軽に挨拶ができるようになり、地域が一体となって子どもたちを見守っていけると思います。私はPTA会長として、学校・家庭・地域がより一体となるような環境づくりを目指し、頑張りたいと思います。

また、自治基本条例策定委員として素案作りに携わっています。自分の提案が条例になる作業に携われるのはいい機会だと思いましたが、私は、若い人たちの意見を取り入れながら、子どもでも理解でき、子どもたちの意見が反映されるような、ルールになればと思っています。

ぎょうざ エリック先生

Q1. 勤務を終えてみて、今の感想をお願いします。

日本に来たことは今までの私の人生の中で一番良い経験です。学校で英語を教えるのがとても楽しかったです。御船町の子どもたちと仲良くなれて本当に嬉しかったです。私はたくさんの新しいことを学びました。

Q2. 4年間で印象に残っている出来事がありますか？

御船町に住んでいる人々が印象に残っています。毎日町民の皆さんの優しさを感じました。御船町はすてきな場所だと思います。その優しさを忘れません。

Q3. アメリカに帰ったら最初に何がしたいですか？

お父さんお母さんと一緒に大きいステーキを食べたいです。

Q4. 4年間で大変だったことは何ですか？

日本の文化を理解することが時々大変でした。

4年間の勤務を終え、エリック・ローズ先生がアメリカへ帰国します。



Q5. 町内の子どもたちに一言お願いします。

Thank you for playing with me!
私と遊んでくれてありがとうございました。
Please come and stay at my house in Montana!
モンタナ州で私の家にホームステイしに来てね！



English-Japanese

エリック先生の英会話 最終回

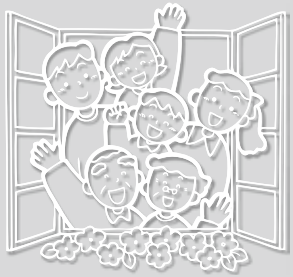
Farewell

This is my last column in the Mifune newspaper. For 4 years I have enjoyed writing articles about American culture and my experiences. It has been my pleasure to teach English to the town's children. Many people have helped me, thank you very much. I am very grateful. Mifune will always be my second hometown. Even though I am going back to Montana, I will leave some of heart here. I treasure everyone in Mifune!

送別

(和訳例)

これは私の最後の広報みふねのコラムです。4年間、アメリカの文化や私の思いについて作文を書くことを楽しみました。町の子どもたちに英語を教えることは私の喜びでした。たくさんの人々が私を助けて下さいました。どうもありがとうございました。本当に感謝しています。御船町はいつまでも私の第二の故郷です。モンタナ州へ帰るけれど、私の心はここに残ります。御船町の皆さんは私の宝物です。



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)	☎282-0888
▶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
▶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

ホームスタートビジター養成講座

ホームスタートとは、未就学児がいる家庭に、研修を受けたボランティアが2時間程度、定期的に訪問する「家庭訪問型の子育て支援」です。訪問では、話をしたり、育児や家事を一緒にしたりします。

今回、ボランティアとして活動する、ホームビジターを募集します。

町内在住で子育て経験のある方ならだれでも参加できます。一緒に子育て支援をしてみませんか？

▼日程

9月3日(木)・10日(木)・19日(金)・24日(金)
10月3日(金)・8日(木)・17日(金)・22日(金)
※託児の必要な場合はご相談下さい。

▼場所

嘉島町民会館

問・申し込み先

ホームスタートみふね
☎080-1179515826

9月11日は警察相談の日です

全国の警察組織では、県民から警察に寄せられる相談に真摯かつ的確に対応するため「警察相談の日」を設定し、相談の利用促進に努めています。

▼県警察相談窓口

▽振り込め詐欺の相談
☎381-2567

▽少年に関する悩み事などの相談
(肥後つ子テレホン)
☎384-4976

▽悪質商法・廃棄物に関する情報・相談
(悪質商法110番)
☎385-1110

▽性犯罪被害者の悩み・相談
(レイイス110番)
☎0120-834381

☎384-1254(携帯電話の方)

▼警察以外の相談機関

▽県消費生活センター

商品・サービス等、消費生活全般に関する苦情や問い合わせ
☎383-0999

無料法律相談

町社会福祉協議会では、毎月第3水曜日に、困り事や悩み事、法律相談を無料で行っています。相談は、弁護士や人権擁護委員、行政相談委員が対応します。相談は予約制ではありませんが、先着8人まで受け付けます。

▼日時

8月20日(木) 10時～14時

▼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▽登記ーなど
【家事】
▽離婚▽養育費▽成年後見
▽相続▽遺産ーなど

問

町社会福祉協議会
☎282-0785

募集

男女共同参画「川柳」を募集

「男女共同参画」を題材にした川柳を募集します。普段の生活の中で「男だから」「女だから」などと言われる感じる疑問や、男女が対等なパートナーとして互いに思いやる心など川柳で表現してみませんか。応募作品は10月4日(土)に嘉島町で開催される『男女共同参画を考えよう！第3回上益城大会inかしま』にて作品を展示し、優秀作品は表彰します。

▼募集期間 9月5日(金)まで

▼応募方法 はがき・封書・FAXまたはEメールで、次の事項を記入の上ご応募ください。

①川柳作品(ひとり二句まで)

②住所

③電話番号

④氏名(ふりがな)

⑤年齢

⑥性別

※川柳は、未発表で自作のものに限ります。

※応募作品は返却しません。

▼賞及び記念品

最優秀作品3点 賞状および記念品

問・応募先

御船町役場総務課総務係
〒861-3296
上益城郡御船町大字御船995番地1
☎282-1111
FAX 282-2803
E-mail somu@townmifune.jp

「家庭の日」推進メッセージ作品を募集

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、入賞者には賞状およ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

結核・複十字シール運動

複十字シール募金

「結核は昔の病気」と思っていませんか？

日本の結核患者数は、緩やかに減少してきてはいるものの、毎年2万人を超える人が発症しています。罹患率は欧米先進国に比べるとまだまだ高く、世界の中では依然「中まん延国」とされています。

発症者の約7割は60歳以上の高齢者ですが、小児、若年者の発病も起こっています。

結核を知ることが予防への第1歩です。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や職場への感染の拡大を防ぐためにも重要です。

対象者へ結核検診のお知らせを送ります

今年度も各地区を巡回する結核検診を行います。

◆対象者：65歳以上の人

※今年度の住民検診で肺がん検診を受けた人(予定)を除く

◆期 間：9月17日(木)～24日(木)

◆費 用：無料

◆場 所：対象者へ通知します。

複十字シール運動は、結核予防を目的に世界の各国で行われています。

募金をしていただいた人に複十字シールを差し上げます。シールを使うことで、結核予防思想の普及の一翼を担っていただくというものです。

シール募金での公益は、結核の予防教育や早期発見のための活動に使われます。

町でも「健康を守る婦人の会(増田幸子会長)」を中心に、各組織を通じて募金活動や啓発活動、ボランティア活動に協力をいただいています。

地域で、この複十字シール運動への参加の呼びかけがありましたらご協力をお願いします。



健康いきいき推進課健康推進係 ☎282-1602

夏場に流行しやすい感染症に注意

気温がますます高くなるこれからの時期、夏場に流行する感染に気を付け

(月曜～金曜 9時～17時)
▽熊本県女性相談センター

配偶者などからの暴力(DV)や離婚問題、家庭不和／妊娠、出産、不妊、思春期の性について／売春の強要ーなど
☎381-4454

(月曜～金曜 8時30分～17時15分)
▽法テラス熊本

法的トラブルの相談(無料相談は収入が一定額以下であることが条件)
☎050-338315522

(月曜～金曜 9時～17時)

緊急の事件・事故以外の相談については#9110または383-9110を利用し、緊急の場合以外は、110番通報しないようにしましょう。

問 御船警察署

☎282-1110

無料登記相談を行います(予約制)

熊本地方方法務局では、土地や建物などの売買・贈与・相続などの登記に関する無料相談を行っています。お気軽にご相談ください。

▼期 日 9月11日(木)

(奇数月の第2木曜日)

▼時間 10時～16時(12時～13時は除く)

▼場所 町役場2階相談室

問・予約先

熊本地方方法務局不動産登記部門
☎364-2145

(音声案内で②→①→②を押し「御船相談予約」と申し出ください)

Manifesto 2014

マニフェスト意見交換会

町長が町民と交わした
5つの宣言
いよいよ採点へ！

①回目▶8月12日(金) 宣言1「健康いきいき御船町」

②回目▶8月22日(金)▶9月9日(日) 宣言2「地域のことは地域で決める御船町」

③回目▶8月26日(日) 宣言3「地域ブランドの確立と地域ビジネスで経済的に豊かになる御船町」

④回目▶9月4日(日) 宣言4「みんなで育む、笑顔と自然が響きあうロハス（健康・環境）なまち御船町」

⑤回目▶9月11日(日) 宣言5「我がまちの子どもたちをみんなで育む御船町」

●時間 18時30分開場 19時開会
●場所 役場3階大会議室
●対象 誰でも参加自由です。参加希望の宣言を電話でお申し込みください。
●申し込み・問い合わせ 役場総務課秘書係 ☎282-1392

延期

第42回みふねがあーっぱ祭り 納涼花火大会は8月22日(金)に延期されました。

当日は、20時から打ち上げます。
※当日は、交通規制が行われますが、詳しくは回覧でご確認ください。



町民ゴルフ大会参加者募集

町ゴルフ協会（本田進会長）主催の町民ゴルフ大会を開催します。

▼日時 9月11日(日)

▼会場 チサソカントリークラブ

▼参加資格 ▼町内居住者▼町内勤務

▼応募内容（作品は1人1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1日(日)

▼提出先 町教育委員会社会教育係
☎282-0888

ふらばるボールバレー参加者募集

変形ボールを使用して、ワンバウンドさせてからレシーブす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」の大会を開催します。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

▼参加資格 1チーム5人以上（小学4年生以上）

▼参加料 1人 200円（保険料込）

▼申込期限 9月10日(日)

▼申込 申込 スポーツセンター
☎282-4111

防衛医科大学校学生・防衛医科大学校生募集

平成26年度防衛医科大学校学生および防衛医科大学校生を募集します。詳しくは、宇城募集案内所までお問い合わせください。

募集項目	資格	受付期間	試験期日
防衛大学校学生	推薦	9月5日(金)～9日(日)	9月27日(土) 28日(日)
	総合選抜		9月27日(土)
	一般(前期)	高卒(見込含)21歳未満(自衛官は23歳未満)	11月8日(土) 9日(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(金)～30日(日)	11月1日(土) 2日(日)
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官コース)			10月18日(土)

※「航空学生」「一般曹候補生」「自衛官候補生」も受付中です(9月9日(日)まで)

宇城募集案内所 ☎0964-2312047

慰霊者遺児による慰霊友好親善事業

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。

この事業は、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象に、戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼や住民と友好親善をはかることが目的です。旧戦域は、中国、ミャンマー、ソロモン諸島などの地域です。旧戦域によって、募集人数や申込締め切り日などが違いますので、詳しい内容は日本遺族会事務局までお問い合わせください。

▼参加費 9万円

▼申し込み先 熊本県遺族連合会
☎352-6925

日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521

その他

ゲートボール大会

▼町協会第4回大会 (7月16日(日)／町ゲートボール場)
①下高野2 (木村定徳・中西勲・福永 抗・南部治男・田中勉)
②水中会 ③水越A

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27日(日)／吉無田緑の村グラウンド) (赤コート)

住宅型有料老人ホーム「ふるさと」

個室入居料

家賃	管理費	光熱費	合計
33,000円	26,000円	6,000円	65,000円

※敷金：66,000円（家賃2か月分）
※他に介護保険（在宅サービス）をご利用の方は1割相当必要です。
※お食事を頼まれる方は、1,350円／日
※夏期（6月～9月）冬期（11月～2月）光熱費3,000円加算されます。

経営主体：有限会社ホンダ介護サービスセンター
関連事業所：ホンダ介護サービスセンター居宅介護支援事業所
デイサービスセンター柊（ひいらぎ） 通所介護事業所
所在地：熊本県上益城郡御船町御船820（九州電力跡）
お問合せ／担当：本多 ☎096-282-2781

各居室にトイレが設置されており、手すり等の取り付けも可能。四季折々の野菜を栽培し、皆様の食事に提供されます。

善意の輪

▼社会福祉協議会へ（香典返し）

（芳名） （住所） （故人）

阿部 功龍 様（七滝） 信孝 様
吉村 重美 様（滝尾） ツイ子 様
藤本 幸廣 様（木倉） 君子 様
椿 文子 様（上野） 和矩 様
本田 安洋 様（豊秋） ヒサエ 様
伊藤 正己 様（木倉） マス子 様
永戸 美臣 様（滝川） 千里 様
藤井 繁治 様（滝川） 明子 様
宮本 敬士 様（小坂） 敬子 様

【一般寄付】 山川 長行 様（滝川）

がーっぱ祭り 協賛・協力企業について

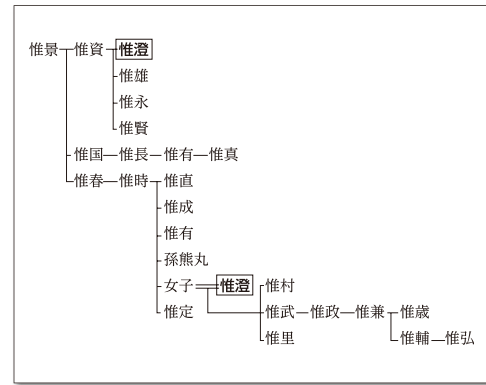
第42回御船があーっぱ祭りの協賛・協力企業の追加がありましたので、お知らせします。

●大久保耳鼻咽喉科医院
●黒田製茶工場

町 観光交流推進課商工観光推進係 ☎282-1226



第9回 軍忠状に見る御船



南北朝期の阿蘇家

前回出てきた軍忠状には、御船に関する記述があるものがあります。
興国6（1345）年11月の恵良惟澄軍忠状写（阿蘇文書／大日古13・1）には、去月十六日、凶徒（※）筑後三郎寄来味木庄御船城之間、官軍等出向、太刀打合戦」とあり、筑後三郎という者が味木庄御船城に攻め寄せ、官軍が出動し、戦闘となったとあります。
凶徒とは、本来殺人・謀反などの悪行を働く者を指しますが、この軍忠状が書かれた南北朝時代は、朝廷が南北朝に分かれて争っている最中であり、敵対する勢力にある者は賊軍、与する者は官軍と見なされます。文書を書いた人間がどちらの側に属しているかによって、相手方は朝廷に背く者として賊や凶徒といった書かれ方をします。また、南北朝時代は朝廷内だけではなく、幕府・地方でも様々な力関係が働き内紛が相次いでおり、親子・兄弟で争うという非常に複雑な時代で

もあります。
恵良（阿蘇 惟澄は、南朝方について活躍した人物です。当時阿蘇家は北朝方と南朝と分かれて争っており、ちょうどこの軍忠状が書かれた時期には北朝方の大友・小式氏の攻撃を受けています。恐らく御船城に攻めてきた筑後三郎なる人は、北朝方で大友ないしは小式氏の配下ではないかと思われます。
この頃から御船は、阿蘇家の影響下にありながらも、拠点争いの重要な地点の一つとして考えられていたことが推察されます。また、恵良惟澄と菊池武光が南朝の後醍醐天皇から派遣された懐良（かねなが／かねよし）親王を迎え、隈府城へ入るまでに御船を通しており、水越にその痕跡が多く残っていることもあり、御船城で懐良親王を迎えたのは恵良惟澄だったのではないのでしょうか。水越に残る将軍関連の話は次の機会です。
（御船町文化財保護委員 橋口剛士）

子育て日記



長男・衣 織く ん（8歳）
二男・昂 く ん（5歳）
長女・美 玲ちゃん（10カ月）

『笑顔をありがとう』

我が家には頑固だけど優しい心を持つ長男、情熱的で甘えん坊の二男、日々成長し好奇心旺盛な長女の3人の子どもたちがいます。兄弟で仲良く遊んでいたかと思うとケンカしていた男友達のような生活に、かわいい妹が誕生して、お兄ちゃんたちの思いやりの気持ちがぐんと強まりました。

そんな子どもたちの遊ぶ姿は、仕事でのストレスや疲れを吹き飛ばしてくれます。子どもたち一人一人性格は違いますが、怒った顔や笑顔すべてが私の元気の源です。これからも、私を沢山怒らせたり、笑顔にしたりしてくれることでしょう。そんな3人が仲良く助け合って育つよう、笑顔を絶やさず支えていきたいと思います。みんな笑顔をありがとう！
（文・写真／谷頭麻利お母さん・小坂）

工夫次第でこんなにカロリーが減ります！

お酒編

○ビール	350ml	⇒	低カロリービール	350ml	マイナス約50kcal
○ビール	350ml	⇒	ノンアルコールビール	350ml	マイナス約80kcal
○ビール	350ml	⇒	ゼロカロリービール	350ml	マイナス約100kcal
○焼酎	ロック 60ml	⇒	水割り（酒2：水3）	180ml	マイナス約30kcal

減量シミュレーション（体重60kgの場合）

350mlのビールを2本飲んでいたうち、1本をゼロカロリービールに替えた場合
1日あたり マイナス約100kcal
1ヶ月で マイナス約3,000kcal
体重に換算すると…1ヶ月で500g減 ⇒ **6ヶ月で3kg減！**
緩やかな体重減少は、リバウンドが少なく効果的です！



おつまみ編

おつまみを工夫すると、塩分やエネルギーの摂りすぎを抑えるだけでなく、良質なタンパク質や食物繊維が補給できます。
○鶏のから揚げ ⇒ 塩味の焼き鳥やねぎま
○アジフライ ⇒ アジのたたき
○ほうれん草とベーコンの炒め物 ⇒ ほうれん草のごまあえ
○揚げ出し豆腐 ⇒ 冷奴

生活習慣病が心配だから
お酒を控えたいけれど、つい飲んでしまう
お酒が好きな人にとっては、簡単なようで難しいのが休肝日を設けることです。しかし、お酒の飲み方やおつまみを工夫することで、摂取カロリーが減り体重が減少します。
その結果、内臓脂肪が減り、糖尿病、高血圧、高コレステロール血症などの生活習慣病が改善していきます。



健康へのイベント

Library Information

町立図書館 カルチャーセンター1F
☎ 282-0888 休館日／毎週月曜日

初恋料理教室

藤野 恵美 著

京都の路地にたたずむ古びた町屋長屋。どこか謎めいた小石原愛子先生が営む「男子限定」の料理教室では、今日もさまざまなドラマが起こる——。滋味たっぷりのやさしい物語。



キル・リスト

フレデリック・フォーサイス 著

ホワイトハウスに存在する、超危険人物の名前のみが記された極秘名簿<キル・リスト>。新たにリストに加わった狂信的イスラム原理主義者<説教師>の抹殺のため、<追跡者>の暗躍が始まる——。



新刊書情報

7月は80冊の本が入りました

- 一般書（62冊）
 - 小説／街場の共同体論（内田 樹 著）
 - 言語／『驚くべき日本語』（ロジャー・バルバース 著）
 - 小説／日本一の女（斉木 香津 著）
- 児童書（18冊）
 - 絵本／かぜのでんわ（いもようこ 著）
 - 図鑑／信じられない現実の大図鑑（ドーリング・キンダースリー 著）
 - 紙芝居／もりのおつきみ（千世 蘭子 著）

ぼうし ころころ

山脇 恭 作

風で飛ばされた、ぞうくんのぼうしを探します。いったいどこにあるのかな？さあ、いっしょに ぞうくんのぼうし、さがしてあげてね。友だちとのふれあいの大切さをやさしく伝える、楽しいしかけ絵本。



お出かけ情報

御船に眠る化石たち

日時 9月14日(日) 9時～12時
内容 地層の観察や化石採集をとおして、御船の地層や化石について学びます。
対象者 小学生以上(先着40人)
参加料 無料
(別途入館料及び保険料必要・要予約)

恐竜コースターをつくってみよう

日時 9月13日(土) 10時～12時
内容 ステンシルを使って自分だけの恐竜コースターを作ります。
対象者 誰でも可(先着100人)
参加料 材料費100円(別途入館料必要)

恐竜消しゴムをつくってみよう

日時 9月27日(土) 10時～12時
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す。
対象者 誰でも可(先着100人)※当日受付のみ
参加料 材料費100円(別途入館料必要)

全ての会場は恐竜博物館2階体験交流室
(申込みは、1階受付カウンターにて)
☎ 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(日)
口座振替日 9月29日(土)

休日当番医

7日(日)	笹原外科胃腸科医院	内・消・外・骨・整	☎282-0070
7日(日)	古閑整形外科胃腸科医院	内・外・整	☎284-2010
14日(日)	のぐち皮ふ科医院	皮	☎237-4112
15日(月)	榊田外科医院	外	☎282-6363
21日(日)	泰泉堂牟田医院	内・小	☎282-0216
23日(火)	西村病院	内・胃	☎237-1551
28日(日)	熊本回生会病院	整	☎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。受診時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！

保健カレンダー

乳幼児健診

健診名	日程	対象者	受付時間
4カ月児健診	3日(水)	H26.4～5月生	10時～
7カ月児健診	3日(水)	H26.1月生	9時～
1歳6ヶ月児健診	3日(水)	H25.1～2月生	13時～13時10分

教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
フッ化物塗布	3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(木) ※要予約	8月の4カ月健診受診者	10時～
10カ月児教室	17日(水)	H25.11月生	9時30分～
妊婦・育児相談	18日(木) ※要予約	妊婦・産婦・乳幼児	9時30分～11時30分
母子健康手帳交付	毎週月曜日 ※要予約	妊婦	13時30分～16時30分
健康相談	常時	どなたでも可	8時30分～17時15分

※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

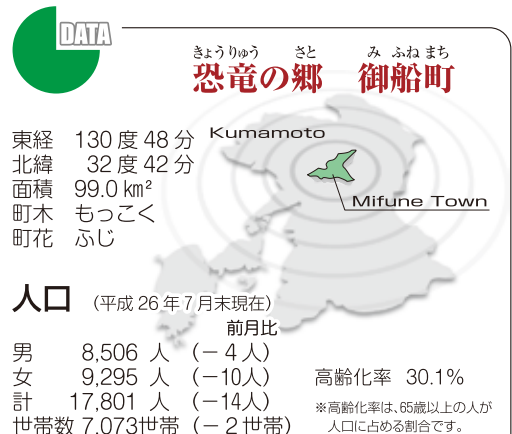
元気クラブカレンダー

2日(火) 16日(火)	【御船、辺田見、滝川】 場所：御船町憩いの家／時間：10時～12時
9日(火) 30日(火)	【滝尾】 場所：滝尾公民館／時間：10時～12時
8日(月) 22日(月)	【水越】 場所：水越公民館／時間：10時～12時
11日(木) 25日(木)	【木倉】 場所：木倉公民館／時間：10時～12時
1日(月) 29日(月)	【高木】 場所：下高野公民館／時間：10時～12時
12日(金) 26日(金)	【小坂、陣、豊秋】 場所：陣多目的集会所／時間：10時～12時
4日(木) 18日(木)	【七滝】 場所：七滝公民館／時間：10時～12時
5日(金) 19日(金)	【上野】 場所：上野公民館／時間：10時～12時
10日(水) 24日(水)	【田代東部】 場所：田代東部公民館／時間：10時～12時
3日(水) 17日(水)	【田代西部】 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

むすばれ

氏名 (旧姓)	婚姻日	住所
(演) 柴尾 翔 愛美	7 20	豊 熊 秋 本 市
(奥村) 眞柴 務 真寿美	7 8	七 滝 滝 尾
(宮本) 渡辺 幸治 ふみよ	7 6	熊 御 本 船 市
(吉田) 池川 雅俊 佳寿美	7 4	山 都 都 町 陣



こちら

町長室

町長日誌

ふねまるのサプライズプレゼント

7月30日に七滝中央小学校で開催された「夏休み献立研究調理研修会」に参加しました。
町内の小学校6校と御船中学校の給食員が調理した『御船川チャンプル』『トロトロスープ』『ふねまるボール』などを試食しました。
御船川(水前寺菜)を使ったメニューは大変おいしく感激しました。これからも子どもたちのために、愛情いっぱい給食をお願いします。
また、最後に給食員からサプライズプレゼントとして、手作りの「ふねまる」をいただきました。「ふねまる」は町長秘書室でお出迎えしています。



給食員から手作りの「ふねまる」をプレゼント

うぶごえ

氏名	保護者	住所
杉谷 昊真 真	英 俊	高 木 木 倉
坂下 勇斗 と	秀 一	滝 川
松村 舞優 ゆ	秀 幸	七 滝 滝 倉
松本 風紗 さ	新 司	木 上 倉 野
島田 佳歩 は	和 昌	上 七 野 滝
宮川 侑己 き	登 嗣	豊 秋
平野 心愛 あ	順 也	
嶋村 瑛心 と	紀 孝	

おくやみ

氏名	年齢	死亡日	住所
菱田 妙子 (83歳)	7 28	7 26	辺 田 見 川
藤井 明子 (89歳)	7 23	7 23	小 木 坂 倉
宮本 敬子 (88歳)	7 9	7 8	豊 上 秋 野
伊藤 マス子 (73歳)	7 6	7 6	木 倉
本田 ヒサエ (100歳)	7 30	7 30	
椿 和矩 (88歳)	7 30	7 30	
藤本 君子 (89歳)	7 30	7 30	

7月の主なうごき

1日	朝礼。課長会議。地域包括兼介護運営協議会。水道会計事業決算審意見書受け取り。	17日	御船町甲佐町衛生施設組合視察研修。(北九州市)
3日	門川町議会総務常任委員会視察研修受け入れ。	18日	ローカルマニフェスト推進大会2014in武雄。
4日	上益城地域振興局主要事業等説明会。上益城郡町長会。	19日	吉無田水源神社直会。
5日	長岡京副市長との昼食会。宮部鼎蔵顕彰供養祭懇親会。	20日	課長会議。後期高齢者医療広域連合全員協議会および臨時議会。
6日	上益城郡操法大会。宮部鼎蔵没後150年記念シンポジウム。	21日	後期高齢者医療広域連動臨時議会。社会を明るくする運動啓発パレード出発式。があーっぱ祭り全体会議。指定管理者会議。緑川流域会議。木材利用会議。緑川改修期成会役員会及び総会。
7日	課長会議。財政ヒアリング。上益城地区国民健康保険連絡協議会総会。	22日	国土交通省との意見交換会。
8日	社会を明るくする運動啓発パレード出発式。	23日	陳情受入れ。職員権研修。嘱託員会定例会。
9日	上益城地域「ふるさと農地未来づくり運動」推進本部会議。上益城地域振興協議会総会。	24日	地籍調査委嘱状交付式。ラッピング電車イベント。農業委員委嘱状交付式。財政ヒアリング。希望ヶ丘病院夏祭り。
11日	課長会議。スポーツセンター指定管理者答申。御船町役場職員組合定期大会。七滝土地改良区理事会。一ノ瀬優希ゴルフコンペ。	25日	高木保育園夏祭り。
12日	第64回上益城郡民体育祭。	26日	町PTA連絡協議会ビーチバレーボール大会。
13日	課長会議。非常勤職員辞令交付。火葬場検討委員会。九州中央自動車道建設促進協議会総会。	27日	清掃作業。課長会議。議会運営協議会。熊本サントリー一会。
14日	九州中央自動車道建設促進協議会総決起大会。(高千穂)	28日	課長会議。現地調査。献立研究会。老人クラブ会長会議。正副団長分団長会議。
15日	課長会議。7月議会。精霊流し保存会総会。小坂ジュニアソフトボールクラブ助成金交付式。	29日	吉無田地区土地利用について(上田代区)
16日		30日	
		31日	



7月1日～7月31日届出分(敬称略)

町に届出のあった希望者のみを掲載

のへんじ



エリック先生による最後の練習

「黒ひげ海賊」に挑戦

今年で21回目となる町子ども英語劇場の練習が、毎週水曜日に行われています。今年の劇は「黒ひげ海賊」。町内の小中学生57人が演じます。今回初めて参加した吉住大和君(高木小3年)は「劇は緊張すると思うけど、英語の練習は面白いです。本番まで休まずがんばります」と抱負を話しました。

第21回御船町子ども英語劇場「黒ひげ海賊」

期 日 8月23日(日)
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

旬の野菜

レシピ

副菜

ゆで豚とトマトの中華風和え物



「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれているほど、トマトにはさまざまな効能があります。その中でも高血圧の予防と治療としてトマトなど、野菜に多く含まれるカリウムがあげられます。カリウムは体内のナトリウムを排泄してくれるので、血圧を下げる効果があります。ただし、トマトジュースなどで塩分の高めものを選ぶと逆に高血圧を悪化させることになりかねないので、トマトジュースは塩の入っていないものや、塩分控えめのものを選ぶようにしましょう。他にもトマトにはリコピンやルチンが含まれています。このリコピンは老化の原因と言われている活性酸素を退治してくれる物質で、熱にも強く、ジュースやソースにすると体内への吸収がアップします。リコピンは抗ガン作用があるということで話題にもなりました。ルチンという物質は血圧を下げる作用があるので、高血圧の方にオススメです。

材料(4人分)

豚もも肉(しゃぶしゃぶ用)	280g
トマト	200g
きゅうり	80g
きくらげ	適宜
生姜	少々
A 長ネギ	20g
ニンニク	少々
赤唐辛子(小口切り)	少々
醤油	大さじ1と1/3
B 砂糖	小さじ1と1/3
酢	大さじ2
だし汁	大さじ1と1/3

栄養価(1人当たり)

エネルギー	122kcal
タンパク質	16.4g
脂質	3.8g
炭水化物	6.3g
カルシウム	19mg
鉄	1.3mg
塩分	1.0g

作り方(所要時間約15分)

- ①鍋に生姜、長ネギの青い部分を入れて湯を沸かし、豚肉を1枚ずつ広げて入れる。肉の色が変わったら、冷水に取り水気を切って食べやすい大きさに切る。
- ②トマトは、くし形に切り、キュウリは縦半分に切って斜めに切る。
- ③きくらげは、水に戻して、さっとゆで、1口大に切る。
- ④Aをそれぞれみじん切りにして、赤唐辛子、Bと混ぜ合わせて①～③を和える。

※レシピ提供は、町食生活改善推進員協議会「さわやか会」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。

編集後記

▼8月になり、夏の甲子園がスタート。一生懸命に白球を追いかける、高校球児たちの熱い夏が繰り広げられます。テレビの前から離れられない日々が続きます。▼地元の小中学生たちも頑張っています。全国大会に出場していた小坂ジュニアソフトボールクラブがベスト8まで勝ち進みました。近々、野球とソフトの大会があるので怪我しないように頑張りたいです。▼8月に入り台風の影響で祭りが中止になっています。私は雨男なので、8月後半の取材の日に雨が降らないことを願っています。▼

▼台風が次々に接近しています。今年は台風の影響で祭りが中止になってしまいました。祭りの取材を頑張ろうと意気込んでいたのですが、天候はどうしようもありませんね。恵みの雨を降らせ、同時に災害をもたらす台風。ニュースでも各地の被害の状況が映し出されており、万全の対策が必要だと強く感じます。⑦



広報 **みふね** No.561

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

