

阿蘇

広報あそ

Décembre
12
2020 No.191

特集
ずっと元気で



んがつながり 作りだす 新しい阿蘇
～ ONLY ONE の世界へ～

阿蘇市

今月の主な内容・CONTENTS

- 3 特集 ずっと元気で
- 10 市役所からのお知らせ
- 22 阿蘇医療センター通信 Vol.62
- 23 図書館へ行こう！
- 24 人権作文 志賀 葉月さん
- 25 令和2年度 阿蘇市男女共同参画川柳 入選作品
- 26 阿蘇広域行政事務組合 令和元年度決算報告
- 27 年末年始の各種お知らせ
- 28 暮らしの情報
- 31 お慶び ご寄付
- 32 ASO 田園空間博物館 No.87
- 34 まちの話題
- 37 地産地消クッキング 野菜たっぷりカレーライス
フレッシュマン 野田 辰博さん
- 38 12月カレンダー

市役所からのお知らせ (10~19)

職員の給与などを公表します/マイナンバーカードには有効期限があります/放課後児童クラブ入所のご案内/市職員募集/堆肥は適正に散布・処理しましょう/水道管は凍結防止の対策をしましょう/ご自身の固定資産税をしっかりと把握していますか？/市長選挙の立候補予定者説明会を行います/熊本地震による被災代替家屋・償却資産の固定資産税特例措置/災害公営住宅の一般募集を行います/税の申告準備をお願いします/犬の咬みつき事故に注意しましょう

暮らしの情報 (28~30)

消費者ホットライン 188 /スプレー缶は使い切って捨てましょう/スポーツリーダーバンクに登録しませんか？/山火事にご用心/障害者週間/「有斐学舎」入寮生募集/情報モラル啓発ポスター募集/障がいのある人の職業訓練/子育て支援センター情報/心配ごと相談/法律相談/あそ若者しごと相談会/年金出張相談/障がい者相談/認知症カフェ/子育て相談日/熊本地震で被害を受けた皆さまへ所得税の軽減免除等の手続き



特集
ずっと元気で

Photo：昨年のシルバースポーツ大会のようす（一の宮会場）

やってみましょうフレイルチェック

- 6ヶ月間で2~3kg 体重が減った
- 以前に比べて歩く速度が遅くなった
- ウォーキング等の運動を週に1回以上していない
- 5分前のことが思い出せない
- (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする

3項目以上に☑がついたらフレイルかも
1~2項目に☑がついたら要注意

12月に入りいよいよ冬本番。新型コロナウイルスや寒さの影響で外出する機会が減っていませんか。もしかしたら気づかないうちにフレイルになっているかもしれません。フレイルとは、高齢者の心身のはたらきが弱った状態のことを言います。ずっと元気でいるためには早めにフレイル予防に取り組むことが大切です。フレイルについて知り、予防に取り組みましょう。

夢を追いかけて

私には、まだこれという夢はありません。しかし、私は誰かの役に立つ仕事に就きたいと思っています。現在、新型コロナウイルス感染拡大の中で、医療従事者やIT関連の企業で働く人々が活躍しているというニュースを見て、私は憧れを持ちました。自分の頑張りで多くのひとが救われる、笑顔にできる、そういった職業につけるように努力していきたいです。私は今、生徒会長として生徒会活動に力を入れています。生徒会活動を通して、まずは身近な波野中学校の生徒の役に立てるように、任期は残りわずかではありますが、一生懸命頑張りたいです。これからも、元気な学校、みんなが安心して過ごせる学校を目指して頑張っていきます。

志賀 虹太

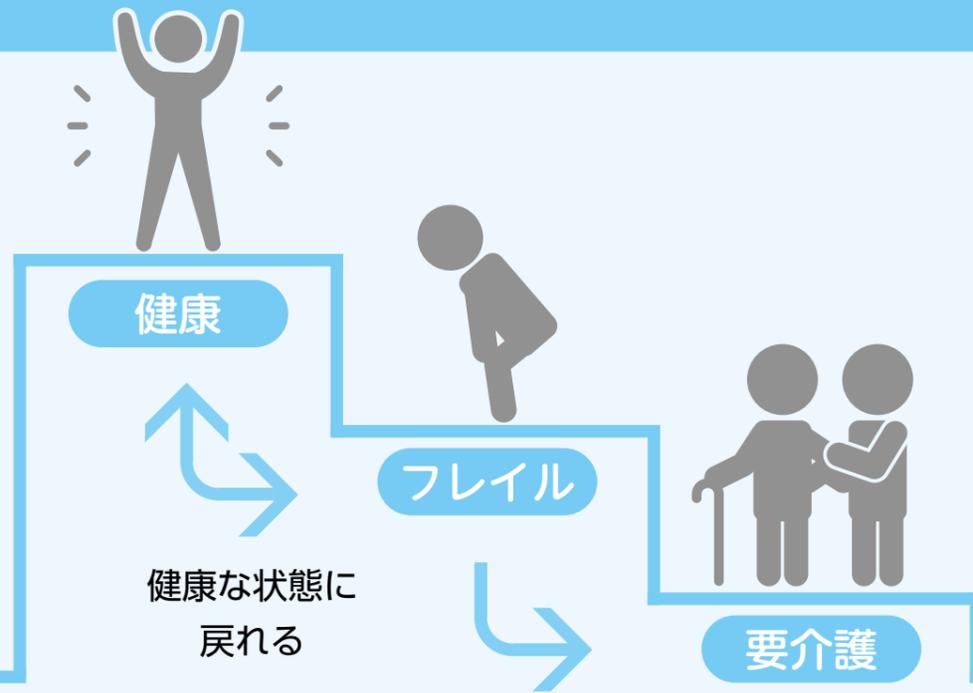
しが こうた/波野中学校・3年

夢を追いかける青少年の声を届けます





はやめにとりくんでね!

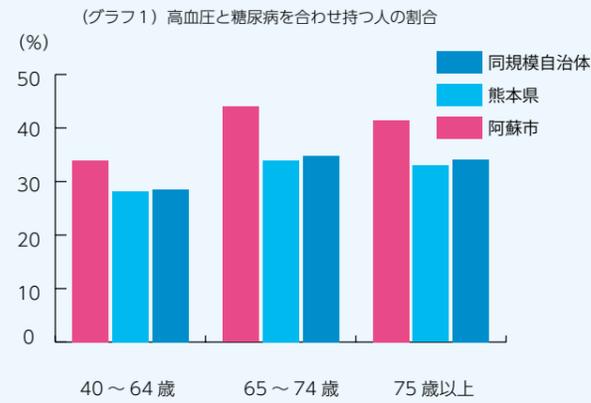
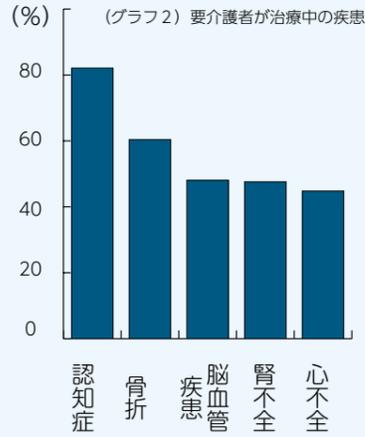


フレイルは要介護状態の一手手前
フレイルという言葉を初めて聞くという人が多いと思います。フレイルは日本語でいうと「虚弱」。年をとって体や心のはたらきが弱くなった状態のことを言います。健康な状態から介護が必要な状態へと移行する中間の段階であり、そのまま放置すると、近いうちに介護が必要な状態になる可能性が高まります。フレイルの段階で適切な取り組みを行えば、健康な状態へと戻ることができます。

フレイルってなに？

フレイルはこうやって進みます

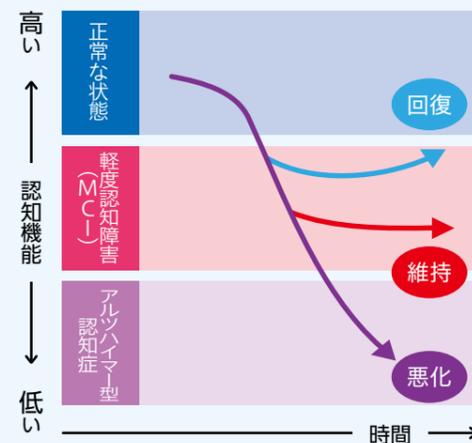
① 持病（生活習慣病など）の重症化
要介護状態の要因として多いものに、認知症、骨折、脳血管疾患（脳梗塞など）、心疾患（心不全や虚血性心疾患）があります（グラフ2）。脳や心臓、腎臓の血管を傷つけてしまったり臓器障害を起こしたり、脳神経細胞が傷ついて認知症となり、要介護状態につながります。そのため、高血圧や糖尿病などの基礎疾患を上手にコントロールしておく必要があります。阿蘇市では、40代からすでに高血圧と糖尿病を併せ持つ人の割合が、県平均や同規模の市町村に比べて多いため（グラフ1）、適切な治療と生活習慣病の改善に取り組んでおかなければ、将来要介護状態の人が増えていくことが予測されます。



② 加齢による衰え
視力、聴力、筋力、食べる力（飲み込む力など）、考える力（認知機能）は、加齢とともに低下していきます。年だから仕方ないと対策を取らずにいると、心身の衰えがより早く進んでいきます。

認知症は予防可能!?

認知症になる前の段階をMCI（軽度認知障害）といいます。この状態を放置せず、食事、運動などの生活習慣を改善することで、認知機能の維持、改善が可能になってきました。



アルツハイマー型認知症の人の脳にはアミロイドβという物質がたくさんたまっていることがわかっています。アミロイドβは神経細胞を守るたんぱく質がゴミになったもの。脳の中で炎症などが起きるとアミロイドβが蓄積し、脳の神経細胞を痛めてしまいます。アミロイドβをためない生活を心がけることが予防につながります。

アミロイドβをためないために

- ・炎症を抑える
(高血圧や糖尿病で血管内皮に炎症をおこさないようにする)
- ・脳の栄養をしっかり取る (詳しくは8ページ)

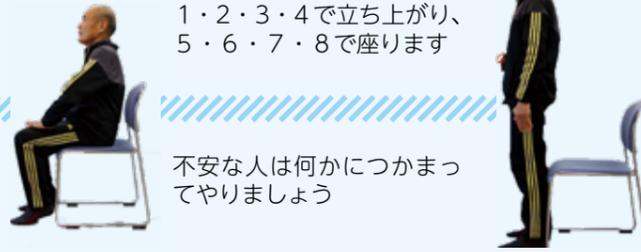
アミロイドβの排出をよくするために

- ・質の良い睡眠をとる
- ・運動をして脳の血流をよくする
- ・血管の動脈硬化を進行させない
- ・高血糖を改善する

スクワット 10回×3セット

脚全体

つま先とひざは正面。ひざをしめるように。(柔らかいものをひざにはさむのがおすすめ)

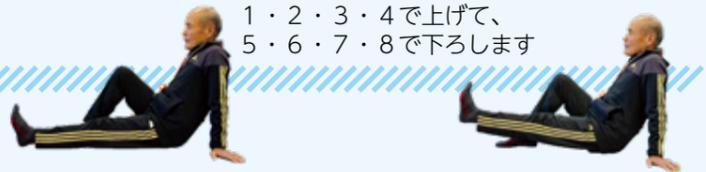


1・2・3・4で立ち上がり、5・6・7・8で座ります

不安な人は何かにつかまってやりましょう

足上げ (地面) 10回×3セット

ももの前側

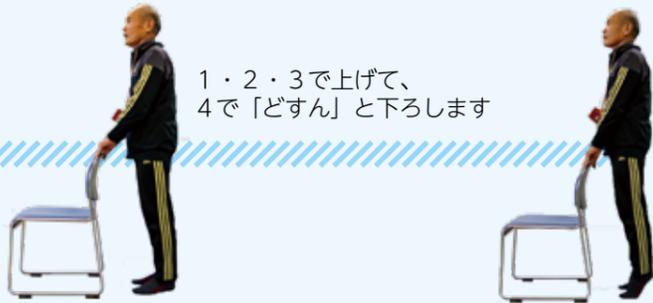


1・2・3・4で上げて、5・6・7・8で下ろします

かかと落とし 10回×3セット

ふくらはぎ

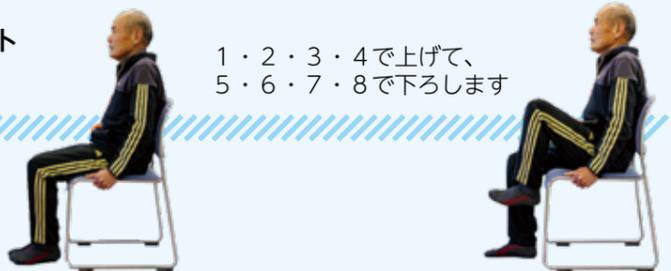
つま先とひざは正面。ひざをしめるように。(柔らかいものをひざにはさむのがおすすめ)



1・2・3で上げて、4で「どすん」と下ろします

足上げ (いす) 10回×3セット

もものつけね



1・2・3・4で上げて、5・6・7・8で下ろします

開眼片足立ち 左右 30～60秒×3セット

バランス力

安全のために支えとなるものそばで行いましょう
危ないと思ったらすぐに足をつきましょう



慣れたら手を離してやってみましょう

- ・無理は絶対にしないこと
- ・筋力トレーニングはゆっくり、数を声に出して数えながら

お知らせ端末での体操動画の再生方法や、一人でできる足腰のトレーニングをご紹介します。

お知らせ端末での体操動画の再生方法や、一人でできる足腰のトレーニングをご紹介します。

高齢でも筋肉は増える

運動をしよう

お知らせ端末でおうち体操

- ①ホームボタンを押して画面上の「あんしんネット」を押します。
- ②画面上の「いきいきシニアライフ」を押します。



- ③好きな体操を選択してボタンを押すと体操の動画が再生されます。
- ④動画を見ながらがんばりましょう。継続は力なりです。



介護予防の場、あります。

岡市地域包括支援センター
☎ 32-5122



波野地区で行われている介護予防サービス

阿蘇市には介護予防の場所として、リハビリの専門家による介護予防サービスマンやサロンの専門家による介護予防サービスマンなどがあります。地域のみなさんにより運営されているサロン活動。介護予防のための体操や会食などが行われており、サロンに通うと将来要介護状態となる可能性が下がるとの研究結果も。もちろん誰でも参加することができます。リハビリの専門家による介護予防サービスは病院や介護施設などで行われており、健康な状態に戻るために介護の専門家が立てた計画に沿ってリハビリの専門家がサービスマンを提供します。介護認定を受ける必要がなく、簡単な条件を満たすことでサービスマンを受けることができます。

数年前に転倒して以来、ずっととひざを痛めており、手すりなしでは段差も降りることができないような状態でした。老人会の旅行やランドゴルフにもいくことができず、いろいろと諦めて気持ちも落ち込んでいました。阿蘇温泉病院での介護予防サービスマンに半年間通いました。専門家の指導の下、体操や機械を使ったトレーニングを続け、目標だったランドゴルフも再開することができました。毎回とても楽しく、体も軽くなったので行ってよかったです。今でも無理はしないように気をつけて続けています。



行ってよかったです

長尾 タミ子さん (内牧5区)

サポーター求む。

介護予防の場をボランティアとして支えるのが介護予防サポーターです。地区のサロンなど介護予防の場で体操の指導や運営の補助などを行っています。現在登録されているのは64人。経験に応じて初級、中級、上級、スペシャルサポーターに分類されており、それぞれ年に数回研修を受け、各所で活躍しています。スペシャルサポーターの光木惟久さん(古神3区)は介護予防サポーターとして12年活動する大ベテラン。「研修やサポーターとしての活動は自分自身の介護予防につながる。そのうえ地域の力にもなれるのはとてもいいこと」とやりがいを感じています。サポーター活動が一番の介護予防かもしれません。皆さまもぜひいかがでしょうか。



光木さん

栄養もだいじ。



活動量の低下、身体機能の低下により気分が落ちこみ、抑うつや認知機能障害のリスクが高まります。

フレイルを予防し、元気な状態を維持するためには栄養が必要です。偏った食事や食事を抜いたりすると栄養が不足します。栄養が不足すると筋肉が落ちて疲れやすくなり、活動量が減少し、身体機能が低下します。それによって食欲が低下し、さらに栄養が不足していきま。栄養の不足は生活習慣病の悪化にもつながります。栄養不足を防ぐには消化・吸収機能を維持することも重要です。その

たんぱく質を多く含む食品



卵



肉



魚

食物繊維を多く含む食品



海藻類



野菜



きのこ

ために、消化酵素・代謝酵素の材料であるたんぱく質を欠かさず摂りましょう。また、食物繊維を摂り腸内細菌(善玉菌)の増殖を助けることも重要です。栄養の中でもたんぱく質は特に意識しましょう。加齢に伴い減少する筋肉を維持するため、多くのたんぱく質が必要です。三食欠かさずに主菜(肉・魚・卵・大豆製品など)を摂りましょう。腎機能障害がある人は医師の指示に従いましょう。

脳細胞に必要な脂質を多く含む魚
さば、いわし、さけ、さんま、さわら、うなぎなど

脳細胞に必要なビタミンを持つ野菜
キャベツ、大根、小松菜、ブロッコリー、白菜、チンゲンサイ、アスパラガス、ほうれん草、カリフラワーなど



やさいとおさかな!

認知症と栄養
アルツハイマー型認知症の原因の一つとされているアミロイドβをできるだけ作らないようにするために体の酸化力を高めることが重要です。酸化作用のあるビタミンA・C・Eや、さらに強力な酸化作用のあるポリフェノールやカロテノイド、イオウ化合物を含む野菜類を1日350グラム、400グラムほど摂りましょう。脂肪に含まれるオメガ3脂肪酸、特にEPAおよびDHAの摂取による認知機能低下や認知症への予防効果も期待されます。

人事行政運営状況 総務課 人事係 ☎22-3111

職員の分限及び懲戒処分・サービスの状況

すべての職員は、「全体の奉仕者」として公共の利益のために勤務し、職務遂行に当たっては全力で奉仕しなければなりません。このサービスの基本原則を忠実に実行するため、職員にはさまざまな義務が課せられています。特に信用失墜行為の禁止、秘密を守る義務、政治的行為の制限や争議行為の禁止規定に違反した場合は懲戒処分の対象となります。

1. 分限処分者数(令和元年度)

処分事由	降任	免職	休職	降級	計
勤務実績が良くない場合	0人	0人	0人	0人	0人
心身の故障の場合(延べ)	0人	0人	2人	0人	2人
職に必要な適正を欠く場合	0人	0人	0人	0人	0人
職制、定数の改廃、予算の減少により廃職、過員を生じた場合	0人	0人	0人	0人	0人
刑事事件に起訴された場合	0人	0人	0人	0人	0人

2. 懲戒処分者数(令和元年度)

処分事由	戒告	減給	停職	免職	計
法令に違反した場合	0人	0人	0人	0人	0人
職務上の義務に違反した場合	0人	0人	0人	0人	0人
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行のあった場合	1人	0人	0人	0人	1人

職員研修の状況

1. 職員研修の状況(令和元年度)

研修名	回数	参加者数
人権同和教育初任者研修	1	11人
法制執務研修	1	3人
新規採用職員・新任課長・新任係長研修	3	29人
一般職員2部研修(10年目)、1部研修(5年目)	1	4人
情報セキュリティ研修	5	89人
人事評価実務研修	1	10人

※主なものを公表しています。

公平委員会に係る業務の状況

1. 勤務条件に関する措置の要求状況(令和元年度)

【継続件数】0件
【措置要求件数】0件

2. 不利益処分に関する不服申立の状況(令和元年度)

【継続件数】0件
【措置要求件数】0件

職員の勤務時間・勤務条件

1. 勤務時間・休憩・休息時間の状況(R2.4.1現在)

1週間の勤務時間	勤務時間の割振り		
	始業	終業	休憩時間
38時間45分	8:30	17:15	60分

休憩時間: 12:00 ~ 13:00
※勤務場所により、上記と異なる勤務形態の場合あり。

2. 一般職の年次有給休暇取得状況(H31.1.1~R1.12.31)

対象職員数	総付与日数	総取得日数	平均取得日数	取得率
264人	9,888日	2,934日	11.1日	29.7%

対象職員数: H31.1.1 ~ R 1.12.31の全期間を市長部の職員として在職した一般職。

3. 休暇制度

区分	内容
年次休暇	1年につき20日間付与(前年に未使用日数がある場合は、最大20日を翌年繰越)
病気休暇	負傷または疾病のため療養を要する場合、必要最小限と認められる休暇を付与
有給休暇	【結婚休暇】結婚する職員に対し最大5日間付与
	【産前・産後休暇】出産予定日の8週間前の日から出産の日まで、及び出産の翌日から8週間を経過するまでの期間付与
	【親族の死亡休暇】親族の続柄及び死亡時の生計関係に応じ、最大7日間付与
	【夏季休暇】7~9月の間において、4日間付与
無給休暇	【子の看護休暇】中学校始期に達するまでの子を養育する職員が子の看護のため勤務しないことが相当と認められる場合で、1年に5日の範囲内で付与
	【介護休暇】配偶者・父母・子、配偶者の父母などで、負傷・疾病または老齢により日常生活を営むのに支障がある者の介護を行う場合、6月を限度として必要な休暇を付与
組合休暇	組合活動に従事する場合に1年に最大20日付与

職員の福祉及び利益の保護の状況

1. 健康診断の状況(令和元年度)

健康診断の種類	受診者数
人間ドック	126人
定期健康診断	270人

2. 公務災害補償制度(令和元年度)

加入団体	災害件数
地方公務員災害補償基金熊本県支部	4件

職員の給与などを公表します

2. 職種別給料月額状況(R2.4.1現在)

職種	月額	平均年齢
一般行政職	326,200円	43.2歳
技能労務職	343,800円	52.8歳

※職種は「地方公務員給与実態調査」に基づくものです。

3. 初任給基準(R2.4.1現在)

一般行政職		技能労務職	
大学卒	高校卒	高校卒	中学卒
182,200円	150,600円	147,900円	139,900円

医療職(医師)		医療職(薬剤師等)	
博士課程終了	大学6卒	大学卒	短大3卒
334,100円	249,800円	188,400円	177,400円

医療職(看護師等)		
短大3卒	短大2卒	准看護師養成所卒
200,700円	192,400円	165,300円

4. 期末・勤勉手当(R2.4.1現在)

	6月期	12月期	計
期末手当	1.300月分	1.300月分	2.60月分
勤勉手当	0.950月分	0.950月分	1.90月分

※職務の級などによる加算措置があります。

5. 主な職員手当の状況(H31.4.1現在)

	内容
扶養手当	【配偶者】月額6,500円 【配偶者以外の扶養親族】1人につき子:月額10,000円 父母等:月額6,500円 ※16歳~22歳の子の場合には、5,000円加算。
住居手当	【借家・借間居住者】月額12,000円を超える家賃を負担している職員に対し、家賃の額に応じ、月額27,000円を上限として支給
通勤手当	【交通機関等利用者】運賃の額に応じ月額55,000円を上限として支給 【自家用車等利用者】通勤距離に応じ、月額15,800円を上限として支給

【管理職手当】課長補佐以上の管理職に対して支給(部長)45,000円(課長・支所長・院長・事務局長)35,000円(審議員)30,000円(課長補佐・次長・室長・所長・園長・事務長・館長・副院長・総看護師長)25,000円(技師長・薬局長・看護師長)15,000円

人事管理・退職管理の取り組み

職員の業務に対する意識や行動の変革を促し、行政サービスの向上を図ることを目的に、平成28年度から『阿蘇市人事評価規程』に基づく人事評価に取り組んでいます。また、『阿蘇市職員の退職管理に関する条例』に基づき、営利企業等に再就職した元職員が、一定期間、現職職員に働きかけをする行為を禁じるとともに、一定の職員は再就職した場合に届出を義務付けています。

職員の任免及び職員数に関する状況

1. 職員の採用・退職の状況(H31.4.1~R2.3.31)

区分	採用	退職
一般行政職	15人	18人
医療職	17人	13人
技能労務職	0人	0人

2. 部門別職員数の状況(R2.4.1現在)

区分	職員数		対前年増減数	
	令和元年度	令和2年度		
一般行政	議会	3人	3人	0人
	総務	67人	69人	2人
	税務	16人	15人	△1人
	民生	66人	66人	0人
	衛生	17人	17人	0人
	農林水産	28人	27人	△1人
	商工	18人	18人	0人
	土木	22人	21人	△1人
	小計	237人	236人	△1人
教育	30人	29人	△1人	
普通会計計	267人	265人	△2人	
公営企業等	水道	11人	10人	△1人
	下水道	5人	4人	△1人
	病院	150人	145人	△5人
	その他	18人	17人	△1人
	小計	184人	176人	△8人
総計	451人	441人	△10人	

※各部門は、「定員管理調査」に基づく区分・職員数です。

職員の給与の状況

1. 一般行政職の級別職員数の状況(R2.4.1現在)

区分	職務分類	職員数	構成比
1級	主事	16人	8.0%
2級	主事	14人	7.0%
3級	係長・主任	85人	42.5%
4級	課長補佐・係長・参事	54人	27.0%
5級	課長・課長補佐	16人	8.0%
6級	課長・参事	9人	4.5%
7級	部長	6人	3.0%
計		200人	100%

※阿蘇市給与条例に基づく給料表の区分による職員数。
※職務分類はそれぞれの級に該当する代表的な職名。
※職員数は「給与実態調査」に基づくものです。

令和3年度 放課後児童クラブ入所のご案内

福祉課 子育て支援係 ☎ 22-3167

放 課後児童クラブは、保護者が放課後家庭にいない小学校児童の遊びや生活の場です。4月から放課後児童クラブの入所を希望する人は、次のとおり申込みをしてください。

期日までに申し込みがない場合や定員を上回る申し込みがあった場合は、入所できないことがありますのでご注意ください。

●阿蘇市放課後児童クラブの設置状況および入所申込

各放課後児童クラブに備え付けの「入所申込書」と必要書類を添付して下記申込先に期日までにお申し込みください。

長期休業期間中のみ利用を希望する人も、この期限内にお申し込みください。

申込期限
1月29日 ☎

校区	クラブ名	ところ	申込先	負担金
一の宮小	一の宮まどか学童クラブ	一の宮小放課後児童クラブ(一の宮中北側)	まどか会 ☎ 080-4311-0990	4,500円
阿蘇小	へきすい元気っ子クラブ	阿蘇小学校体育館2階	やまなみ会 ☎ 35-5211	
阿蘇西小	阿蘇西アイガモ学童クラブ	阿蘇西小学校低学年棟	阿蘇市社会福祉協議会 ☎ 32-1127	
内牧小	うちのまきスマイルキッズクラブ	内牧小学校体育館2階		
波野小	波野ハッピークラブ	波野小学校ホール、図書館	波野学童クラブ親の会 ☎ 090-3070-3531	5,000円

●時 間 月曜～金曜 放課後～午後7時まで
土曜・長期休暇中 午前7時30分～午後7時

※長期休暇中は、負担金が変わります。

年会費やスポーツ安全保険に加入のための保険料も別途必要となります。(金額はクラブにより異なります)

※午後6時以降の利用は延長料金が発生します。



放課後児童クラブ支援員募集

子どもの笑顔が大好きな人、子育て世帯の支援をしたい人、子どもの遊びや生活の支援に資格を生かしたい人など放課後児童クラブで働いてみませんか。興味のある人は福祉課までお問い合わせください。

マイナンバーカードには有効期限があります

市民課 戸籍係 ☎ 22-3135 内牧支所 市民係 ☎ 32-1111 波野支所 市民係 ☎ 24-2001

マイナンバーカードには「マイナンバーカード自体の有効期限」と「電子証明書の有効期限」の2種類の有効期限が記載されています。電子証明書の更新を案内する文書を、有効期限(発行から5回目の誕生日)が到来する前に順次送付しています。電子証明書の更新期限を過ぎると、マイナンバーカードの有効期限内で

あっても電子証明書の利用ができなくなります。電子証明書の有効期限が切れた場合、マイナンバーカードの有効期限内であれば、窓口での電子証明書の更新により利用が可能となります。

※電子証明書の更新も事前予約が必要です。

●マイナンバーカード

用 途: 本人確認の際の身分証明書としての利用や個人番号を証明する場面(就職、住所変更、戸籍届出、出産育児、病気、年金受給、災害等)で利用。

有効期限: 20歳未満の人は発行から5回目の誕生日。20歳以上の人は発行から10回目の誕生日。有効期限の3カ月前から更新手続きを行うことができます。

●電子証明書

用 途: 行政機関による付加サービスや民間部門を含む電子申請・取引等で利用。コンビニエンスストア等での各種証明書の取得やインターネットを利用した確定申告、マイナポイントでも利用。

有効期限: 発行から5回目の誕生日。有効期限の3カ月前から更新手続きを行うことができます。



借金、離婚、相続、遺言、交通事故、刑事・・・など、ひとりで悩まずお気軽にご相談下さい

受付時間: 平日9時～17時15分 TEL: 0967-22-5223 *完全予約制です。

音声でのご連絡が難しい方のみ、FAX0967-22-5224で相談予約受付。お名前、FAX番号を必ずご記入ください。

日程調整につきFAXで返信いたします。なお、相談にはご来所の必要があり、FAXでの相談はできません。

事務所名が変わりました!

- ・当事務所での相談が初めての方は、30分まで無料
 - ・初回30分超または2回目以降は30分3500円
- ※経済的に余裕がない方は、法テラスの無料法律相談制度をご利用になることがあります。お問合せ下さい。

阿蘇法律事務所

阿蘇地域に根ざした法律事務所です。

弁護士 森 あい

〒869-2612 阿蘇市一の宮町宮地2005-8-203 (阿蘇市商工会一の宮支所となり)

広告

水道管は凍結防止の対策をしましょう

水道課 ☎ 22-3196 内牧支所水道分室 ☎ 32-2731 波野支所水道分室 ☎ 24-2001

気 温がマイナス 4℃以下になると水道が凍結し、水道管や蛇口などが破損します。天気予報等で低温注意報が発表されたときは凍結防止の対策をしましょう。

凍結しやすい水道管

- ▷屋外でむき出し ▷風あたりが強い
- ▷北向きで日が当たらない

凍結防止の方法

- ▷市販の水道管用の保温材や、タオル・毛布・発砲スチロールなどで水道管を覆い、濡れないようにビニールテープを巻く。(凍結防止の効果をあげるためには自動ヒーター付保温帯を装着する)



▲水道管保温材



▲凍結防止帯

- ▷蛇口から水を少し出しておく。
- ▷メーターボックスに保温材を入れる。



細かく砕いた発砲スチロールをビニール袋に入れてメーターを覆うように詰める。メーター検針の妨げにならないよう注意。

凍ったときの対処法

気温の上昇によって自然に溶けるのを待つか、凍った部分にタオルや布などで覆って、「ぬるま湯」でゆっくり溶かしてください。お湯が無い場合はドライヤーも有効。
※絶対に熱いお湯をかけないでください。
水道管が破裂する恐れがあります。

水道管が破裂したら

- ①メーターボックスの中の止水栓を閉めて、漏水を止めてください。
- ②最寄りの『阿蘇市水道局指定工事店』に連絡して修理を依頼してください。



※修理費用は工事の内容によって異なります。詳しくは修理を依頼する水道工事店に直接お問い合わせください。



▲指定工事店

長期間留守にされる人、空き家・空き部屋をお持ちの人へ

長期にわたって不在にする場合、阿蘇市水道局に「閉栓(休止)届」を提出し、上記を参考に蛇口の立ち上がりやボイラー等の凍結防止を心がけてください。

凍結による破裂が生じた漏水の場合、長期にわたって誰にも気付かれず水を流す状態になります。水道料金が高額になり修理費もお客様のご負担となりますのでご注意ください。

養護老人ホーム あそ上寿園

アルコール学習会を園で開催しています。毎月第4土曜日14時～15時です。

健康上寿な施設をめざします
心穏やかに暮らせる施設をめざします
地域に根差した開かれた施設をめざします

現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、外部の方の入園はご遠慮頂いております。状況が落ち着きましたら、またお知らせいたしますので、どうぞご来園ください。



〒869-2226 阿蘇市乙姫1600番地1
電話:0967-32-5501

広告

入所ご希望の方は、住所地の市町村へお尋ねください。

令和3年度採用 市職員募集

総務課 人事係 ☎ 22-3111

●募集期間 令和2年12月14日(月)～令和3年1月8日(金) ●試験日 令和3年1月24日(日)

●試験会場 阿蘇市役所 2階会議室

●試験区分・受験資格など

区分	職種 採用予定数	職務の概要など	受験資格
高卒程度	一般事務 (土木系事務職)	市長部局等に勤務し、公共土木全般に係る業務に従事します。	昭和55年4月2日以降に生まれた人で、高等学校以上において土木系の学部、学科を卒業、または令和3年3月末日に卒業見込みの人、もしくは民間企業等での経験によって土木系の専門知識を有する人
	1人程度		
資格免許職	保健師	市長部局等に勤務し、保健師の業務に従事します。	昭和55年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人または令和3年3月末日までに取得する見込みの人
	1人程度		

●申込書の請求方法

直接取りに来る場合	阿蘇市役所2階 総務課人事係 および 各支所総務振興係 に用意しています。 ※12月7日(月)から
郵送で請求する場合	封筒の表に「阿蘇市職員採用試験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(A4サイズが入るもの)を同封の上、「〒869-2695 阿蘇市役所 総務課人事係」に請求してください。
インターネットからダウンロードする場合	阿蘇市のホームページ (http://www.city.aso.kumamoto.jp/) にアクセスして、申込書、面接カードおよび職歴シートをダウンロード(PDF形式)してください。印刷の際はA4サイズの厚紙(官製はがき程度の厚さで白紙)を使用してください。

- ▷受付時間は、午前8時30分～午後5時(ただし、土・日・祝日は除く)
- ▷郵送申し込みは、1月8日(金)までの消印があるものに限り受け付けます。
- ▷上記試験の合格者は、2月中旬に阿蘇市役所で二次試験を行います。

堆肥は適正に散布・処理しましょう

農政課 畜産林業係 ☎ 22-3274

畑や草地などへの堆肥散布は農作物の健全な成育に重要な作業ですが、一方で臭いなどが原因で周辺地域とのトラブルとなることがあります。堆肥を散布する際は、次の事項を守り、周辺の住民への配慮をお願いします。

- 乾燥が十分でない未熟の堆肥は臭いが強いので、散布をしないでください。
- 堆肥は過剰投入にならないように、使う分(適正な施肥量)だけ農地に運搬し、散布しましょう。
- 散布後は長時間放置せず、早めに鋤きこみ等をお願いします。
- やむを得ず仮置きする場合は、臭いや堆肥が流出しないように防水シート等で覆い、風で飛ばされないようにしっかり固定しましょう。



※イメージ

熊本地震による被災代替家屋・償却資産の固定資産税特例措置

税務課 資産税係 ☎ 22-3148

熊 本地震で被災し、家屋や償却資産を新たに取得した場合、下記の要件により固定資産税を減額する特例措置の対象に該当する場合があります。

被災代替家屋・償却資産の特例措置対象要件

●減額適用対象者

- ▶被災資産の所有者(共有者を含む)
- ※「被災家屋の所有者」とは、平成28年4月14日現在の所有者(震災時点で家屋を所有していない場合は対象外)
- ▶被災資産の所有者に相続が生じたときは、その相続人
- ▶代替家屋に被災家屋の所有者と同居する三親等内の親族
- ▶被災資産の所有者に合併が生じたときの合併後に存続する法人または合併により設立された法人等

●被災適用対象資産の要件

- ▶平成28年熊本地震により滅失し、または損壊した資産
- ※家屋は原則として、り災証明書の判定が「半壊」以上であること。または、平成28年度分の固定資産税において、減免が適用される程度(損害割合20%以上)の被害を受けていること。
- ▶取り壊しまたは売却等の処分がなされていること



●代替(適用対象)資産の要件

- ▶被災資産に代わるものとして取得した資産
- ※原則として、種類(用途)または使用目的が同一であるもの。
- ▶被災家屋を改築した場合は、改築後の価格が被災家屋の価格以上となるもの

●取得期限

平成28年4月14日～令和3年3月31日に取得(中古含む)・改築されたもの

●減額対象範囲

代替資産を取得した年の翌年から4年度分に限り、滅失・損壊した資産(家屋は原則として、り災判定が「半壊」以上のもの)の床面積相当分の固定資産税の税額を2分の1に減額します。

ご自身の固定資産をしっかりと把握していますか？

税務課 資産税係 ☎ 22-3148

固 定資産税(土地・家屋・償却資産)は、1月1日現在、所有者として登記(登録)されている人に課税されます。しかし、家屋の滅失(取り壊し)や未登記家屋の所有権移転などの情報は、把握が困難なため、課税誤りや課税漏れとなる可能性があります。

令和2年中に次に該当する事例がありましたら、お手数ですが税務課資産税係にご連絡ください。

- ①家屋の新築、増築、取り壊し
 - ②未登記家屋の売買、贈与などによる所有権移転
 - ③家屋の用途変更(住宅から店舗への変更など)
 - ④土地の利用状況の変更(地目の変更など)
- ※税務課または各支所で発行する『名寄帳証明書』や毎年5月に送付している『固定資産税納税通知書の課税明細書』をご覧ください、ご自身が所有する固定資産のご確認をお願いします。

固定資産税は事業用資産(償却資産)にも課税されます

固定資産税は、土地・家屋のほか、事業で使う資産(償却資産)についても課税されます。令和3年1月1日現在、阿蘇市内に償却資産を所有している人は、地方税法の規定により、その所有状況を申告していただく必要がありますので、期限までに提出をお願いします。※新規に事業を開始された人や、償却資産を所有されていて申告書が届いていない人は、税務課資産税係までご連絡ください。

●提出期限・提出先

【提出期限】令和3年2月1日

【提出先】税務課資産税係または各支所市民係



先端設備等に係る固定資産税の特例措置が拡充されました

先端設備等導入計画の認定を受けて取得した新規設備に対して、新たに課税されることとなった年度から3年度分に限り、固定資産税をゼロにする特例措置に、事業用家屋及び構築物が新たに適用対象資産に追加されました。※取得期間については、法改正により令和5年3月31日まで延長されます。



災害公営住宅の一般募集を行います

住環境課 住宅係 ☎ 22-3169

災 害公営住宅として建設された新小里団地4号棟、小里団地、北古神団地、大道団地について、本年度第2回抽選会から一般募集を開始します。(熊本地震の被災者以外の人の入居も可)

入居を希望する人は「市営住宅入居申込書」を提出してください。抽選会開催の案内通知を送付します。※入居条件等の詳細は、住環境課にご確認ください。



大道団地

市長選挙の立候補予定者説明会を行います

選挙管理委員会事務局 ☎ 22-3239

任期満了に伴う阿蘇市長選挙の立候補予定者説明会を、次のとおり開催します。立候補を予定している人は、必ず出席してください。※マスクの着用や検温など感染症対策を十分に講じたうえで出席ください。

●とき 令和3年1月21日(木) 午前10時

●ところ 市役所北側別館大会議室

※各立候補予定者から5人以内での出席とさせていただきます。



投票箱

犬の咬みつき事故に注意しましょう

市民課 生活衛生係 ☎ 22-3135

阿蘇保健所管内で犬の咬みつき事故が多発しています。犬の口内には多くの細菌が潜んでおり、咬みつき事故により狂犬病や破傷風などの感染症に感染する可能性があります。

飼い犬が人を咬んだ場合は、保健所に届け出る必要があります。飼い主は、必ず犬の登録と狂犬病予防注射を行うとともに、事故発生のないようにしましょう。

狂犬病予防注射を行いましょ

50年以上前から、日本にいる犬からの感染による狂犬病の発生は確認されていませんが、世界各国で流行しており、人の命が奪われるケースが未だにあります。人が狂犬病ウイルスに感染し、発症してしまうとほぼ100%死亡する恐ろしい病気であることから、日本の飼い犬には狂犬病予防注射を年1回接種するよう法律で義務づけられています。



●犬の咬みつき事故が発生したら 届出・連絡先 阿蘇保健所 衛生環境課 ☎ 24-9035

飼い主は…

- ・咬まれてしまった人の治療が優先です。早急に医療機関に連れていき、必ず治療を受けてもらいましょう。
- ・犬の飼い主は、保健所に「事故発生届」を提出しなければなりません。

咬まれた人は…

- ・傷の大小にかかわらず、早急に医療機関で治療を受けましょう。その時犬に咬まれたことを医師に教えてください。
- ・必ず保健所へご連絡ください。

マナーを守って犬を飼いましょ

- ・飼い犬の放し飼いは、犬の苦手な人や子どもにとっては大変な恐怖です。思わぬ事故につながる場合もありますので、放し飼いをせずに必ずつなぎましょう。
- ・犬の散歩には、フンを持ち帰る用具（ビニール袋、金バサミなど）を準備し、犬のフンは必ず持ち帰り、後始末をしましょう。
- ・犬の習性を理解しましょう。人なつこくても、咬みつかないという保証はありません。

※狂犬病予防法により、犬の登録や毎年の狂犬病予防注射を行わないときは20万円以下の罰金に処されます。

- ・迷子札など、飼い主を明示する物を首輪へ装着しましょう。



税の申告準備をお願いします

税務課 市民税係 ☎ 22-3148

感染症感染拡大防止のため、申告会場での混雑・密集を緩和する必要があります。申告に必要な資料の整理、書類作成に早めに取りかかり、正確でスムーズな申告受付ができるようご協力をお願いします。

申告受付の日程・会場は「広報あそ(2月号)」に掲載します。他行事等との重複をできるだけ避け、感染症対策等のため、一の宮会場から申告受付を開始する予定です。一の宮会場は、申告時期が例年より早くなりますので、特に早めの準備をお願いします。

収支内訳書の事前作成が必要です

農業や営業などの事業所得、不動産所得の申告には、収支内訳書が必要です。

過去の申告状況などから必要と思われる人には12月中に関係書類を郵送しますので、事前に作成して申告会場にお越しください。

作成せず来場された場合は受付ができませんのでご注意ください。



●以下の申告は税務署へ

消費税・地方消費税の申告

軽減税率制度の導入に伴い、個人事業者の消費税申告は、昨年度から税務署でのみの受付となりました。取り引きごとの税率による区分経理、帳簿等の整理が必要です。

住宅借入金等特別控除を受けるための初年度の申告

令和2年中に亡くなられた親族の準確定申告

阿蘇税務署 ☎ 22-0551 (音声案内に従って操作してください)

阿蘇で唯一の認定補聴器技能者の店

「聞こえ」「補聴器」に関する様々なお悩みに「認定補聴器技能者」がお応えいたします。

補聴器の効果が見てわかる

「補聴効果測定」実施中!

各種測定を行い、細かな調整をして使用前後の改善度をお客様が確認できます。

聴力の低下によって生じる不都合は、ご自身はもちろんのこと、周囲とのコミュニケーションが取れなくなり、生活に広がり無くなってきます。「自分の聞こえはどれくらいのもの?」「補聴器ってどんなもの?」など思われている方はぜひ一度、「あそしな時計店」にご相談下さい。

めがね・補聴器・時計・宝飾

あそしな時計店

熊本県阿蘇市一の宮町宮地1943-2 TEL 0967-22-3619 携帯 090-4678-2995 訪問対応可

補聴器の購入・買換をお考えの方にお得!
※それまでご使用された補聴器を一律5000円で下取りいたします。
※他社メーカーの補聴器・度音器でも下取りいたします!

無料出張 いたします

中小企業等が所有する事業用固定資産税が軽減されます

☎ 税務課 資産税係 ☎ 22-3148

新型コロナウイルス感染症の影響により、事業収入が減少した中小事業者等に対して、令和3年度課税の1年分に限り、事業用家屋および償却資産にかかる固定資産税の負担を軽減します。

●軽減割合

- 令和2年2月～10月までの任意の3カ月間の事業収入が前年の同期と比べて、
- ・30%以上50%未満減少している人 **2分の1**
 - ・50%以上減少している人 **全額**

●対象の納税義務者

以下のいずれかの条件に該当する法人または個人

- 1 資本金もしくは出資金の額が1億円以下の法人
- 2 資本金もしくは出資金を有しない法人のうち常時使用する従業員数が1,000人以下の法人
- 3 常時使用する従業員数が1,000人以下の個人

●軽減対象となる資産

令和3年1月1日時点で所有している事業用家屋および償却資産が軽減対象となります。

※個人の所有する居住用の家屋は対象外です。事業用と居住用が一体となっている家屋については、事業専用割合に応じた部分が軽減の対象となります。

●提出書類

- 1 特例措置に関する申告書 (事前に認定経営革新等支援機関等*の確認を受けてください)
- 2 特例対象資産一覧
- 3 収入が減少したことを証する書類の写し
- 4 特例対象資産の事業専用割合を示す書類の写し
- 5 特例対象資産に令和2年中に新規取得したものが含まれる場合はそのことがわかる書類

※税務・財務等の専門の知識を有し、一定の実務経験を持つ支援機関など (金融機関、税理士、公認会計士、弁護士、商工会など)

●提出期限

令和3年2月1日(月)まで

※申告書様式や詳細は、阿蘇市ホームページをご覧ください。



阿蘇市 HP

発熱がある人はまずは電話で相談しましょう

☎ 健康増進室(一の宮保健センター) ☎ 22-5088

今年の冬は、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の同時流行の可能性がります。

適切な検査や感染防止のため、発熱などの症状があった場合は、まずはかかりつけ医や最寄

りの医療機関などに電話などでご相談いただきますようお願いいたします。

相談する医療機関に迷うときは、発熱患者専用電話番号(0570-096-567)へお問い合わせください。



発熱など



医療機関へ
事前連絡



受診・検査

ひとり親世帯臨時特別給付金の申請はお済みですか？

☎ 福祉課 子育て支援係 ☎ 22-3167 ひとり親世帯臨時特別給付金コールセンター ☎ 0120-400-903

新型コロナウイルス感染症の影響により、子育てと仕事を一人で担う低所得のひとり親家庭を支援するための、ひとり親世帯臨時特別給付金の申請は令和3年2月26日(金)までです。支給要件を満たす人は、早めに申請してください。

●対象者

- ①公的年金等(遺族年金・障害年金・老齢年金など)を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される人(全額停止が見込まれる人も含む)
- ②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準になっている人
- ③ひとり親世帯臨時特別給付金の基本給付の支給を受けた人のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人の追加給付

※児童扶養手当法に定める「養育者」も対象となります。

●申請方法

(主な提出書類)

- ・申請書
- ・ひとり親世帯であることが分かる書類(戸籍謄本等)
- ・年金額やその他収入額が分かるもの
- ・振込口座のわかるもの など

※申請事由によって必要な書類が異なりますので担当課にお尋ねください。

塗装・防水工事・メンテナンス

株式会社 井上

〒869-2302
熊本県阿蘇市三久保448番地22
web <http://www.aso-inoue.com/>
E-mail info@aso-inoue.com



塗装内容
(屋根・壁・破風板・軒天・デッキ・塀・他)
防水内容
(雨漏れ調査・屋上・ベランダ・コーキング・他)

-お見積・調査 無料-
もしも 0967-32-1501

新着案内

new arrivals

『はじめての着物』

着物のイロハを知って、楽しもう！着物の種類からコーディネート、小物、着付け、帯結び、着物の入手方法までを、マンガや写真で解説。独学でも着物が着られるようになります。

大竹恵理子監修 (朝日新聞出版社)
兎月 メイ漫画



『五色の殺人者』

高齢者介護施設で働くメイはある日、利用者の撲殺死体を発見した。五人の人物を目撃するが、犯人の服の色についての証言は「赤」「緑」「白」「黒」「青」と、なぜかバラバラ。

千田 理緒著 (東京創元社)



『セルフリノベーションの教科書 Premium』

「塗る」「貼る」「つける」「飾る」だけでセルフリノベーションはできる！一戸建て、店舗、賃貸住宅のセルフリノベーションのアイデアを事例とともに紹介する。

坂田 夏水著 (誠文堂新光社)



『アンと愛情』

成人式を迎えるアンちゃん。大人になるには、まだ早い気がするけど、それでも時間は進むし、世の中は待ってくれません。おいしいおやつを食べて、前を向いて…。和菓子のアン続編。

坂木 司著 (光文社)



『ピーターラビットのクリスマス』

ピーターラビットは、クリスマスのある12月が大好き！12月にぴったりの、心あたたまるお話を25日分収録。家族や友だちと楽しむ遊びやレシピも紹介します。

レイチェル・ボーデン文 長友恵子訳 (文化学園文化出版局)



移動図書館

bookmobile

●阿蘇・一の宮地区 (12月4日(金)・1月8日(金))

西役犬原公民館	10:00 ~ 10:10	赤水駅前	11:10 ~ 11:15
竹原公民館	10:15 ~ 10:25	宮本酒店前 (車帰)	11:25 ~ 11:35
坊中公民館前	10:35 ~ 10:45	坂梨公民館	15:15 ~ 15:25

●波野地区

(12月9日(金)・1月13日(金))

波野保健福祉センター
11:00 ~ 11:15

循環器科 (動悸・胸痛・高血圧・糖尿病・コレステロール等) 内科 腎臓内科・人工透析

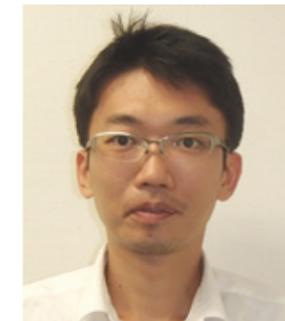
- 来院困難な患者様は訪問診療、訪問看護、訪問リハビリでお支え致します
- 血管年齢・骨年齢等を測定し、健康寿命を延ばす診療をします
- 眠れない・口が乾く・不意に眠くなる等の症状がある方に睡眠時無呼吸症候群の検査及び治療を行っています

医療法人 坂梨ハート会
さかなしハートクリニック 阿蘇市小里249の2 ☎0967-24-6262

広告

新任常勤医師を

紹介します



【氏名】山本 まさひろ 正啓
【役職】医師
【診療専門領域】循環器内科

はじめまして。10月1日に赴任してまいりました循環器内科医師の山本正啓と申します。10月には復旧道路も開通し、どんどん盛り上がりつつあります。こちらの土地で仕事ができることを大変嬉しく思います。私の祖母が阿蘇出身で、小さいころは墓参りに毎年来ていたことを覚えています。鹿児島大学を卒業し、医師として熊本大学病院や福岡徳洲会病院、国立循環器病研究センター等で研修を行ってきました。専門は心不全や心臓超音波ですが、心臓カテーテル検査・治療や、内科・救急疾患全般にも精一杯取り組んでいきたいと思っております。少し寒がりです、長袖を着ていることも多いですが、少しずつこちらの気候にも慣れていきたいと思っております。精一杯頑張らせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

DMAT 活動報告



「令和2年7月豪雨災害」の医療支援のため、阿蘇医療センターDMATチームを7月7日(火)～9日(木)までの3日間、人吉地域へ派遣しました。現地では、人吉医療センター内に設置されている災害拠点本部に入り、1日目は、老健施設の1次サーベイを行い、2・3日目は、人吉地域の病院・老健施設のサーベイ及び避難所スクリーニングを行いました。また、7月14日(火)・15日



(水)の2日間、県庁に設置されている熊本県保健医療調整本部に阿蘇医療センターDMAT業務調整員1名が入り、本部活動を行いました。近年、局地災害も含めた大規模災害は、毎年のように全国で発生しています。当院も今回の経験を活かし、阿蘇医療圏の災害拠点病院としてさらなる災害医療の充実を目指してまいります。

人権作文

家族や身近な人との関係を見つめ直し、
人権や差別について話し合う機会を持ちましょう。

自信を持つために

阿蘇中央高等学校
阿蘇校舎二年 志賀 葉月

私は自分が嫌いだった。「ねえ○○だと思っよね。」私は「うん。」と答えた。別にそうだとはいってないけど相手の意思に同意する。理由は簡単だ。嫌われたくない、ただその気持ち一つで何も言えなくなってしまう。「葉月ちゃんはどっすう。」とよく聞かれる。その時私は聞いてきた相手と同じことを言う。その場の雰囲気に合わせて言う。自分がどう思っているのか、どう考えているのかは言わない。私は決して自分の意見、思いを言いたくないのではない。言いたくても言えないのだ。言って相手を傷つけてしまわないだろうか、もし嫌な思いをさせたら、嫌われたら、こうなってはもう何も言えなくなる。はっきり言って意見を求めて思っていた答えが返ってこなくても、そうそう嫌いになることなんてない。そんなことは分かっているが、頭でどんなに理解しても心が、体が追いついてくれなかった。そのような時、自分を変えるきっかけを担任の先生が与えてくれた。生徒会役員の話である。今までの自分なら、たとえチャンスがあっても目すら向けなかった。でも、その時の私は違った。自分を変えたいという思いが勝った。最初に話を聞かされた時、私は困惑した。生徒会役員とい

うのは人前に出て生徒をまとめることを求められるが、それが私にできるのか。何より私は自立したくなかった。日陰で静かに過ごす、それが一番だと思っていた。でもそれでは駄目だ、今までと同じだ。夢に近づけることができない。そう思い、私は頑張ることを決めた。

「よし頑張っていくぞ！」そう簡単に心を変えられるなら今まで苦労していない。やると決めてもやはり嫌なもの嫌なものだ。だが自分で決めた以上その責任を負う必要がある。私は立会演説会に向けて、自分を変えるために、友達と一緒にお互い意見を言い合いながら準備した。この時友達に言われた言葉が今も心に残っている。「葉月ちゃんは葉月ちゃんらしくいればいいんだよ。誰もそれは否定できないんだから。たまには周りを気にせず自分の道を進んでみたら。でも葉月ちゃんの皆に合わせる協調性は無くしたら駄目だよ。それも葉月ちゃんの魅力なんだからさ。」その時、私は「うん！」と言った。そして「ありがとう。」と。私はこれから先この言葉に幾度となく救われるだろう、そう思った。

そして本番当日、私はあまりの緊張に震えていた。順番が近づくとつれて心臓が痛いくらいに鳴る。鼓動がとももるさい。そして壇上に立った。その時、不思議と音が聞こえなかった。何も聞こえなかった。そして文章を読む。友達と何度も練習し

た時のように、なるべくゆっくり、はつきりと伝わるように。拍手を受け、何と言えればいいのかわからない、それでもとても満ちた感じが心に残っていた。あの日、学校にいる全ての人の前で発表した時、私は自分でも変わったと実感できた。私は今、生徒会役員として自分のやるべきことを考え、あの日からの責任を果たし続けている。私の夢は声優になること。それは感情を素直に表現できなければならぬ。正直まだ自分に自信は持てないし、周りに合わせてしまうこともある。でも、今はまだそれでいいのだと思う。なぜなら、これから先もっと変えていくのだから。

先生からのコメント

志賀さんは高校入学以前から将来の目標をしっかりと持っていた生徒です。今も彼女は自分の内面を表現しようとする姿勢が素晴らしいです。日々努力し続けています。自身で行動できる彼女はこれからも大きく成長し、目標も達成することができると確信しています。

令和2年度

阿蘇市男女共同参画川柳入選作品

阿蘇市に住んでいる人や
通勤・通学している人を対象に、家庭、学校、職場や
地域など身近なところすべて
の人が性別にとらわれず、
自由に個性と能力を發揮
できる男女共同参画社会
の実現を推進するための川
柳を募集しました。



最優秀賞

《小・中学校の部》

父の日に 今年は エプロン プレゼント

阿蘇西小学校6年 濱田 枝央理

《高校・一般の部》

おんぶひも 誰がつけても 愛のひも

阿蘇中央高校3年 大塚 葵

優秀賞

《小・中学校の部》

男女とも 一緒に働き 育児する
内牧小学校6年 村上 萌々果
ママ仕事 パパがシエフでも いいじゃない
内牧小学校5年 大熊 希明
おれがやる そう言われると うれしいな
内牧小学校5年 井手 夏希
ごめんねと そのひとことば なかなか
内牧小学校5年 本田 莉乃
弟と せんとく練習 あわだらけ
内牧小学校5年 今村 駿作

切れてても 人の糸は まだむすべる
波野小学校6年 志賀 巧弥

「人と違う」それも一つの 個性だよ

一の宮中学校2年 鈴木 結和

人柄は あなたをうつす 鏡です

一の宮中学校2年 山口 千歩

主婦と主夫 コウタイゴウタイ すてきな

一の宮中学校2年 古川 朝陽

多様性 認め合うこと まずそれから

一の宮中学校1年 霜上 結衣

《高校・一般の部》

一緒だけん 家事も育児も 楽しかよ
阿蘇中央高校2年 前田 未結
相手の苦勞 理解し合えば 助け愛
阿蘇中央高校2年 小野 颯太
家事・育児 分担せんと 疲れる倍
阿蘇中央高校2年 中嶋 美結
支え合い 家事も介護も 人生も
阿蘇中央高校2年 中尾 爽志
お父さん エプロン姿も 悪くない
阿蘇中央高校1年 松野 真生

私には 私の輝く 色がある
阿蘇中央高校1年 中村 莉玖

それいいね 男女をいたわる ほめ言葉

一般 岩瀬 白糸

「手伝うね」その一言で 円満に

一般 古谷 和之

誰決めた 男と女の 役どころ

一般 前田 尚輝

退職し 主役交代 我が台所

一般 佐藤 忠男

ネットでお申し込み、簡単お申し込み!

けんしんのWebローンサービス

24時間インターネットからローンのお申し込みがご利用いただけます。

- 車、教育、リフォーム等に関する資金
- お使いみちが自由なフリーローン
- 急な出費のためのカードローン etc...

金利引き下げの実施

インターネットからローンをお申し込みいただいた方に限り、

金利0.2%

引き下げいたします!

熊本県信用組合 阿蘇支店 TEL 0967-32-0731 <http://www.kumamotoken.shinkumi.jp>

結婚

(10月31日受付分まで)

夫	妻	(行政区)
三城 将一郎	小山 千晶	(古城6区)
山岡 裕大	松尾 涼	(古城6区)
LAMA	DHAKAL	(内牧1区)
ASHOK	MANDIRA	



Happy Wedding

赤ちゃん

(10月31日受付分まで)

赤ちゃん	誕生日	パパ・ママ (行政区)
大塚 朝日くん	9月29日	幸 洋・麻 希 (古城4区)
坂梨 禅くん	9月30日	友 洋・真理奈 (狩尾3区)
湯治 実紘くん	10月5日	栄太郎・美 里 (赤水)
小代 央翔くん	10月12日	裕 介・ゆかり (西3区)
馬原 悠人くん	10月13日	孝 平・瞳 (古神2区)
松永 和くん	10月18日	拓 巳・仁 美 (狩尾1区)
高本 紗依ちゃん	10月20日	靖 隆・貴 子 (湯浦)
下城 咲ちゃん	10月22日	佑 太・恵 美 (内牧5区)

寄付

阿蘇市社会福祉協議会 (香典返し)

(10月31日受付分まで)

寄付者	続柄	物故者	(行政区)
小鷹 光利	亡母	カイ	(塩塚)
高木 逸美	亡母	シマ子	(古閑)
山部 謙輔	亡妻	ケサ子	(古城6区)
和田 友美	亡夫	徹寛	(成川)
中嶋 ヤエ子	亡夫	正光	(成川)
塚本 真由美	亡父	昭男	(枳)
吉良 チトミ	亡母	文子	(狩尾2区)
宮原 千年	亡夫	敏秀	(中江)

米寿

(昭和7年11月生まれ)

氏名	(行政区)	氏名	(行政区)
大塚 キヨ	(東1区)	和田 シミ子	(本村)
榎本 正二	(古神3区)	帆代 勝	(上役大原)
牛嶋 和江	(西仲町)	佐藤 ユウ子	(西町)
穴井 ヒロミ	(内牧2区)	谷崎 和子	(坊中)
小井手 政雄	(内牧2区)	山口 六助	(赤水)
渡邊 節子	(内牧4区)	富田 盛明	(赤水)
行徳 種人	(内牧5区)	杉島 隆義	(跡ヶ瀬)
山内 サカエ	(成川)	藤井 信保	(小地野)
小野 祐雄	(小野田町)	石部 ノブ子	(立塚)

人の動き

(2020年10月31日時点)

(10/1 ~ 10/31)

人口	(男性)		(女性)		世帯	出生	死亡	転入	転出
	人口	世帯	人口	世帯					
25,543人	12,132人	13,411人	11,487世帯	9人	30人	45人	72人		
前月比	38人減	5人減	33人減	4世帯減					

便利 **訪問美容サービス**

ご高齢の方、その他事情により美容室に行くことが困難な方はお電話ください。出張料金 阿蘇市のみ無料

カット ¥3,000 他パーマ&毛染め ☎ **0967-22-4334**

株式会社 **アステール** 要予約 営業時間 9:00 ~ 17:00

平成28年熊本地震で被害を受けた皆さまへ 所得税の軽減免除等の手続きはお済みですか

平成28年熊本地震で被害を受けた人は、所得税の軽減免除等を受けることができます場合があります。還付を受けるための申告書は5年間提出することが可能です。(平成28年分の還付申告は、令和3年12月末までとなりますのでご注意ください。)

まだ手続きがお済みでない場合のご相談や申告手続は、随時受け付けています。申告相談は事前予約が必要です。電話等による相談日時の予約をお願いします。詳しくは熊本国税局のホームページをご覧ください。



熊本国税局

熊本国税局

検索

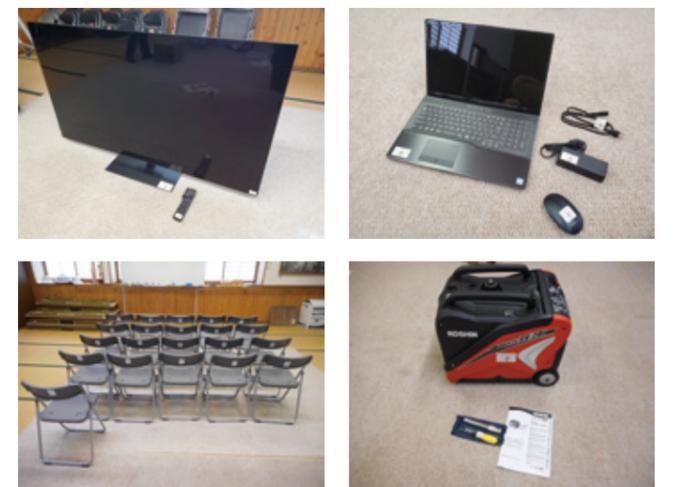
熊本国税局 ☎ 22-0551 (音声案内に従って操作してください)

- ところ 市役所2階会議室 福祉課 ☎ 22-3167
- ところ 認知症カフェ
- ところ 池尻団地みんなの家
- ところ 阿蘇保健福祉センター
- ところ 赤仁田集会所
- ところ 12月11日(金) (いずれも午前10時~正午)
- ところ 12月21日(月) (いずれも午前9時30分~午前11時)
- ところ 12月15日(火) 午前10時~正午
- ところ 子育て相談日
- ところ 12月4日(金)・18日(金) 午前9時~午後2時 ※予約が必要。
- ところ 健康増進室 (一の宮保健センター内) ☎ 22-5088

コミュニティ助成事業で地域活動備品を整備

地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的としたコミュニティ助成事業により、「下西黒川区」にテレビ、ノートパソコン、発電機などが整備されました。

このコミュニティ助成事業は、(一財)自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじ助成金により実施しているもので、今後の下西黒川区の活動による地域活性化がますます期待されます。



ASO 田園空間博物館（道の駅阿蘇） 西小園地区のサテライト紹介 西小園牧野の取り組み

西小園牧野

西小園牧野はおよそ110ヘクタールの原野です。その広大な敷地の中には、草原地帯のほか、森林地帯や遊歩道などがあり、絶景スポットとしても有名な「かぶと岩展望所」や期間限定で一般開放される「すすきの迷路」もこの牧野内にあります。そのため牧野組合の活動は野焼き、輪地切り、輪地焼きのほか、展望所や迷路の管理、さらには花の植え付けなど広範囲に及びます。

組合員の平均年齢は67歳と高齢化が進んでいますが、たくさんの人に展望所や草原で楽しんで欲しいという想いから、精力的な活動を続けています。

毎年夏から秋にかけて一般開放している「すすきの迷路」は、平成22年の開始以来、徐々に知名度が高まり、今では子どもたちの遊び場となるだけでなく、結婚式の前撮り写真地として選ばれるなど、年代を問わず多くの人に親しまれています。

7月になると組合員が集まり、迷路状に路を刈り込みます。最後に「すすきの迷路」と書かれた手作りの看板を設置すると作業完了です。夏の暑い時期での作業ですが、組合員が総出で行ったため短時間で終わることができるところです。



すすきの迷路（手前）とかぶと岩展望所（奥）



熊本地震で被害を受けたかぶと岩展望所



手作りの看板を設置



小島偉邦の句碑

現在多くの観光客が足を運ぶ「かぶと岩展望所」は、昭和63年に実施された「ふるさと創生事業」で整備されました。

阿蘇谷を見渡せる絶景スポットの一つとされ、雲海観賞スポットとしても人気を博しています。

かぶと岩展望所の道路向かいにあるトイレの清掃を担当するのも西小園原野組合。当番の2名が2日に1回点検、清掃を行っています。維持管理の際、苦労するのは水の汲み上げです。1.3キロメートル下から水を汲み上げ、地下を通してトイレまでつなげています。橋が通っている部分は、欄干に沿ってパイプを伸ばしており、冬場に凍りつかないよう熱線をつけて対処しているそうです。平成28年の熊本地震では東屋や展

望所の一部が崩れるなどの被害を受けました。その後、原野組合メンバーが復旧作業を行い、再び立入りができる状態になりました。今年の夏には新しい展望所も完成し、現在では多くの人が写真撮影や絶景の観賞に訪れています。

今年度から道の駅阿蘇などが主催する牧野ガイド事業の受け入れも開始しました。

牧野内には九州自然遊歩道を含む周遊ルートがあり、今後はサイクリングやトレッキングなどを楽しむことができますようになります。小島組合長は、「環境省の力もかりて立派な周遊ルートができています。これからたくさんの方に喜んで頂ける場所を作っていきたい。」と話していました。

私たちASO 田園空間博物館は、設立当初より「阿蘇の魅力」を、そこに住む人々と共に発掘し、この地を訪れる人々にそれを伝えることでこの地の新しい未来を創造していく」という活動を続けてきました。その中で活動の主軸となっていたのが地域資源である「サテライト」です。現在、94のサテライトが登録されており、市民の皆さまと共に将来につなげていくための活動を行っています。

今回は今年7月にサテライト登録された「西小園牧野」と「小島偉邦の句碑」（阿蘇市西小園）について紹介します。

紹介するにあたり、西小園原野組合長の小島良邦さんと西小園区長の川上龍王さんにお話を伺いました。



川上区長（左）と小島組合長（右）

小島偉邦の句碑

西小園地区内にある小島偉邦の屋敷跡に偉邦を称える句碑が建っています。

偉邦は西小園出身の明治生まれの歌人で、俳句雑誌「ホトトギス」にも入選する実力を持っていました。俳人・小説家である高浜虚子ともつながりがあるなど、生前は精力的に活動していたそうです。

句碑は昭和57年に阿蘇郷土の会によって造られました。

サテライト募集中！

「サテライト」とは、市民の皆さまが「地域の宝」として守り続けている自然・景観・風景・歴史・文化のことです。

ASO 田園空間博物館では、サテライトを募集しています。興味のある人はお気軽にお問い合わせください。私たちと一緒に元気な阿蘇を創っていきましょう。

ASO 田園空間博物館
TEL 096-55077

11/8 阿蘇の山を駆け上がる

阿蘇ヒルクライムモニター大会開催



ランニング部門の参加者(左)と自転車部門の参加者(右)

「阿蘇ヒルクライムモニター大会」がランニングと自転車の2部門で行われました。

有志による実行委員会が主催したもので、今後の本格実施に向けて試験的に行われました。市内外から200人を超える人が参加し、阿蘇いこいの村跡地から草千里ヶ浜までの高低差592メートル、距離11.1キロメートルのコースを駆け上がりました。

自転車部門で優勝した熊本市の木村拓哉さんは「景色が美しいコースだった。次があれば絶対に参加したい」と話しました。

10/31 森林の重要性学んで

城山展望所で薪づくりワークショップ



チェーンソーで木を切断する参加者

一の宮町三野の城山展望所で、薪づくりワークショップ「暖談の会」が開催されました。

森林の重要性や持続可能な循環型社会について学んでもらおうとNPO法人九州バイオマスマスフォーラムが主催したもので、市内外から14人が参加。参加者は切り倒したサクラやケヤキなどをプロに教わりながらチェーンソーで切断、時割り機で薪にしていきました。初めて参加した向井幸治さん(古神3区)は「間伐など森林の維持について重要性や課題が理解できた。また参加したい」と話しました。

10/27 緑化推進活動に評価

肥後の水とみどりの愛護賞を受賞



湯浅陸雄会長(中央)と荒上征善さん(右)

内牧新町環境整備隊(湯浅陸雄(内牧1区)会長)が「第34回肥後の水とみどりの愛護賞」を受賞、市長に報告しました。

同賞は、公益財団法人「肥後の水とみどりの愛護基金」などが主催し、水資源保全活動や緑化推進活動に取り組む団体、個人を表彰しています。

同団体は、休耕田への野草の植栽や、空き地の整備などを行っており、8年にわたる活動が評価され、今回の受賞となりました。湯浅会長は「これからは若い世代が活動に参加してくれるとありがたい」と話しました。

10/8 秋の味覚楽しんで

阿蘇ライオンズクラブがサツマイモ寄附



芋掘りをする園児たち

阿蘇ライオンズクラブ(柴田警会長)がアソ上寿園を訪れ、サツマイモ80キログラムを寄附しました。

今回の活動は社会貢献活動の一環として行われ、アソ上寿園の藤本基子施設長は「焼き芋にして昼食で提供しました。利用者の皆さまは喜んで召し上がっていました。次は大学芋にして提供予定です」と感謝しました。

同日には同クラブ主催により熊本YMCA黒川保育園(岡山富士男園長の園児との芋掘りも行われ、150キログラムのサツマイモを収穫しました。

環境問題への関心深めよう

ごみを減らす絵画児童コンクール作品発表

受賞	学校名	氏名
市長賞	一の宮小6年	森永 玲奈
	阿蘇小5年	山口 夕綺
議長賞	一の宮小5年	岩下 千暖
教育長賞	波野小5年	志賀 蓮星
	内牧小6年	大塚 信乃
優秀賞	内牧小6年	河津 咲希
	阿蘇小6年	松永 なぎさ
	波野小6年	後藤 彩心

令和2年度阿蘇市ごみを減らす絵画児童作品コンクールの審査が行われ、小学4年～6年生が応募した307点の中から8作品が入賞しました。

子どもの頃からごみ問題や環境への関心を深め、正しい認識を持ち成長してもらおうと実施しているこのコンクールは、今年で13回目を迎えます。

市長賞をはじめ、各賞を受賞した皆さんには賞状と副賞が贈られます。入賞作品は、12月末まで市役所本庁市民課カウンターに展示されます。



▲市長賞
「マイバックマンを増やそう！」
阿蘇小5年
山口 夕綺さん



▲市長賞
「3Rで地球を守ろう！」
一の宮小6年
森永 玲奈さん



▲議長賞
「食品ロスをへらそう」
一の宮小5年
岩下 千暖さん



▲教育長賞
「ごみをすてれば命をうばう」
波野小5年
志賀 蓮星さん

10/30 少年の健全育成に功績

高宮正行さんが県教育委員会から表彰



県教育委員会から表彰を受けた高宮正行さん(右)

熊本の家庭教育の振興に尽力したとして、高宮正行さん(下西河原)が県教育委員会から表彰を受けました。

高宮さんは30年以上にわたり、青少年の健全な育成に貢献してきました。近年は少年サポーターとして、非行少年やその家族への支援を続けています。その功績が評価され、今回の表彰となりました。

高宮さんは「近年は子どもたちがインターネット上での犯罪に巻き込まれる件数が増えている。その怖さを啓発していきたい」と今後の抱負を話しました。

全国大会出場者と結果

●テコンドー (10.25 / 兵庫県)

第14回全日本テコンドーチーム選手権大会

【ジュニア男子3位・フリースタイルチーム2位】
佐藤 太一(翔陽高校1年/一の宮中出身)

(10.25)

第1回全日本テコンドーチームオンライン選手権大会

【小学生有級女子3位】 志賀 未理(一の宮小6年)
【U50有段男子2位】 佐藤 真一郎

●ソフトボール (3.20 ~ 23 / 栃木県)

第39回全国高等学校女子ソフトボール選抜大会

下村 彩葉(熊本商業高等学校2年/阿蘇中出身)
吉田 和夏菜(熊本商業高等学校1年/阿蘇中出身)

野菜たっぷりカレーライス

器提供:山陶園



材料 (4人分)

- 手羽元…250g ●タマネギ…中1個 ●野菜ジュース…500ml
 - 鶏ガラスープ…100ml ●カレールー…1/2個 (約90g)
 - ニンニク…1片 ●オリーブオイル…適量 ●酒…少々
- トッピング**
- 大根…1/8本 ●ニンジン…1/4本
 - パプリカ…赤半分、黄半分
 - ピーマン…1個 ●小松菜…1/4束

作り方

- 1 オリーブオイルを熱し、スライスしたニンニクを炒める。
酒少々をまぶしておいた手羽元を焦げ目がつくまで炒める。
- 2 別の鍋でみじん切りしたタマネギをあめ色になるまで炒める。
- 3 2に1と野菜ジュースと鶏ガラスープを入れ、沸騰後あくをとりながら約15分煮込む。
- 4 火を止めてカレールーを入れ、時々混ぜながら約15分煮込む。
- 5 トッピングの野菜を薄めに切り、レンジ(600W)で3分加熱しフライパンで焼く。
- 6 ご飯にカレーをかけ、野菜を盛り付ける。

食改胃から一言

野菜たっぷりのカレーです。旬の野菜や地元の野菜など好みのトッピングを見つけてください。

問健康増進室 (一の宮保健センター) ☎ 22-5088



FRESHMAN

阿蘇市で働く元気な若者を紹介! フレッシュマン

たっひろ
野田 辰博さん (24歳) 住所:宮地
阿蘇警察署 内牧交番

- 趣味** プロ野球観戦、ランニング
- 特技** 競歩 **好きな言葉** 原点回帰
- 好きな人のタイプ** 笑顔がすてきでおちゃめで自分の頑張りを認めてくれる人
- 阿蘇の好きなところ** 大自然のミルクロード上から見えるカルデラ
- 仕事の内容** 交番での業務と山岳救助の業務
- 仕事で日頃から心がけていること** 常に笑顔で接すること

職場のPR 阿蘇警察署は今年の8月に黒川地区に移転し、素晴らしい環境で仕事ができます。いっしょに働く警察官も頼りになる人ばかりです。これからも一生懸命治安の維持に尽力したいと思います。

フレッシュマン

阿蘇市で働く元気なフレッシュマンを募集しています! 自薦他薦は問いません。
【対象】①阿蘇市民 ②阿蘇市内で働く人 ③仕事を始めて5年以内 ④おおむね30歳未満の男女
【問い合わせ】政策防災課秘書広報係 ☎ 22-3232 (メール) pr@city.aso.lg.jp

11/13 区長として地域に貢献

佐藤眞佐雄さんに旭日単光章



佐藤眞佐雄さん (中央)

地方自治の発展に多大な貢献をしたとして旭日単光章を受章した佐藤眞佐雄さん(深葉が、市長に受章を報告しました。佐藤さんは平成11年から現在に至るまで行政区長として域内の連絡調整をはじめ、サロン活動や自主防災、災害時の見回りなど多岐にわたり活動し、地域共同活動の振興に多大な貢献をされています。佐藤さんは「区長をやれているのも深葉の皆さんの支えがあつてこそ。若い人たちがしっかりと深葉を盛り上げていけたら」と今後の抱負を語りました。

11/13 市議として多大な功績

井手明廣さんに旭日双光章



井手明廣さん (中央)

地方自治の発展に多大な貢献をしたとして旭日双光章を受章した井手明廣さん(上井手)が、市長に受章を報告しました。井手さんは平成15年に一の宮町議会議員に当選以来、平成31年2月までの間、4期16年余り在职し、副議長等を歴任。議会の円滑な運営をはじめ、九州北部豪雨、熊本地震の復旧復興にも多大な貢献をされました。井手さんは「こうした評価をいただいたのも皆さまのおかげ。今後はより一層阿蘇市に貢献できたらと思う」と今後の抱負を語りました。

11/14 火山知識の普及に寄与

阿蘇火山博物館が気象庁等から表彰



佐藤市長と阿蘇火山博物館関係者の皆さん

阿蘇の火山やカルデラの生い立ちを総合的に学習・見学ができる阿蘇火山博物館(池辺伸一郎館長)は、多年にわたる火山防災やジオパーク活動を通じた火山学の普及啓発に寄与したことが評価され、気象庁と日本火山学会からそれぞれ表彰を受け、市長に報告しました。池辺館長は「博物館の取り組みが評価されたいへんありがたい。今後もさらに努力をしていきたい」と抱負を語りました。同館は、市などが進める文化観光の推進のための中核施設としての役割も期待されています。

11/14 祝来場者 50万人突破

阿蘇山上ビジターセンター



田村さんご家族と運営協議会の皆さん

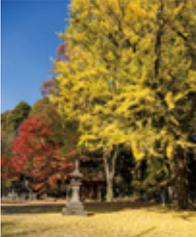
阿蘇山上ビジターセンターの来場者が50万人を突破し、同施設が入る阿蘇火山博物館で記念セレモニーが行われました。同センターは、2019年3月に新設された阿蘇の火山や自然の魅力を総合的に紹介する展示施設です。めでたく50万人目の来場者となったのは、福岡市から訪れた田村さんご家族。同センターの運営協議会会長である市長らから記念品等が渡されました。長男の恭平君は「初めての阿蘇旅行で楽しみにしていた。とてもうれしい」と二重の喜びでした。

12月 CALENDAR

☒= 休日在宅医
診療時間：午前9時～午後5時
相談に関する詳細は29～30頁に掲載

予定は変更になる場合があります。
最新の情報は市ホームページのく
らしのカレンダーをご覧ください。
(こちらのバーコードを参照➡)



日	月	火	水	木	金	土
11/29	11/30	1 1歳6ヶ月児健診 H31.4 生 8:40～ 一の宮保健センター	2	3 心配ごと相談 9:30～12:00 阿蘇保健福祉センター 法律相談 9:30～12:00 阿蘇保健福祉センター	4 子育て相談日 9:00～14:00 一の宮保健センター	5
6 ☒ 古閑医院 ☎ 22-3000	7 年金出張相談 10:00～15:00 一の宮保健センター	8 4ヵ月児健診 R2.7.16-8.15 生 9:00～ 一の宮保健センター もうすぐ1歳健診 R2.1 生 13:15～ 一の宮保健センター 認知症カフェ 10:00～12:00 池尻団地みんなの家	9 あそ若者しごと相談会 10:00～15:30 ハローワーク阿蘇 認知症カフェ 10:00～12:00 阿蘇保健福祉センター	10 	11 認知症カフェ 10:00～12:00 赤仁田集会所	12 
13 ☒ 問端内科 ☎ 32-0102 旬彩家庭料理 レストラン 12:00～ やすらぎ交流館	14 年金出張相談 10:00～15:00 農村環境改善センター	15 7～8ヶ月児健診 R2.4 生 9:00～ 一の宮保健センター 障がい者相談 10:00～12:00 市役所2階会議室	16	17 心配ごと相談 9:30～12:00 阿蘇保健福祉センター 法律相談 9:30～12:00 阿蘇保健福祉センター	18 子育て相談日 9:00～14:00 一の宮保健センター	19 
20 ☒ 小野主生医院 ☎ 32-0039	21 認知症カフェ 9:30～11:00 内牧5区公民館 年金出張相談 10:00～15:00 一の宮保健センター	22 3歳児健診 H29.5 生 13:00～ 一の宮保健センター 献血 阿蘇市役所 9:30～12:00 13:15～16:00	23 あそ若者しごと相談会 10:00～15:30 ハローワーク阿蘇	24	25	26 
27 ☒ 市原胃腸科外科 ☎ 34-1211	28 年金出張相談 10:00～15:00 農村環境改善センター	29	30 	31	1/1 ☒ 阿蘇温泉病院 ☎ 34-1211	1/2 ☒ 大阿蘇病院 ☎ 22-2111

阿蘇保健福祉センター・農村環境改善センターは「内牧」にある施設です。

阿蘇 広報あそ 2020年12月号 No.191

発行／阿蘇市役所 熊本県阿蘇市一の宮町宮地504番地1 TEL0967-22-3232 FAX0967-22-4577
編集／政策防災課秘書広報係 印刷／有限会社イケダ印刷 熊本県阿蘇市内牧531番地6

 阿蘇市ホームページ
<http://www.city.aso.kumamoto.jp/>

 阿蘇市インスタグラム
<https://www.instagram.com/asostagram/>

 阿蘇市フェイスブック
<https://www.facebook.com/asocity/>

 UD
FONT
by MORISAWA