



## 新着案内

new arrivals

### 『マンガと図解でよくわかる つみたて NISA & iDeCo & ふるさと納税』

賢いお金の増やし方のツボとコツは？さまざまな制度の仕組みと活用法をマンガを交えて紹介する。

酒井富士子 著 (インプレス)



### 『闇祓』

クラスになじめない転校生・要に親切に接する委員長・濤。そんな彼女にヤバい行動を繰り返す要。恐怖を覚えた濤は憧れの先輩・神原に助けを求めるが…。

辻村深月 著 (KADOKAWA)



### 『夜が明ける』

どれだけ傷ついても、夜が深くて、必ず明日はやってくる。思春期から33歳になるまでの男同士の友情と成長、そして変わりゆく日々を生きる奇跡を描く。再生と救済の物語。

西加奈子 著 (新潮社)



### 『老けない美容、老ける美容』

ヘア、スキンケア、メイク…。美容家・神崎恵が導き出した「美しく年齢を重ねるテクニック」をあますところなく公開。更年期、白髪・薄毛といった「老けシグナル対策」も紹介する。

神崎恵 著 (講談社)



### 『ようかいとりものちょう乙⑭』

「地獄」と化した冥界に挑む、いなりのコン七たち。敵は異様な不気味な冥獣群。さらに、牛頭と馬頭、冥界最強二人組もあらわれて…。苛烈熾烈な決戦の結末は！？

大崎悌造 作 ありがひとし 画 (岩崎書店)



### 『くぬぎのもりのどきどきはっぴょうかい』

くぬぎの校長先生が「自分の好きなものや得意なことを、みんなの前で発表しましょう」と言いました。それを聞いたためだちがりのぐるりんは…。クラスのみんなどは何を発表するのかな？

ふくざわゆみこ作 (アリス館)



## 移動図書館

book mobile

### ●阿蘇・一の宮地区 (12月3日☉・1月7日☉)

|         |               |            |               |
|---------|---------------|------------|---------------|
| 西役犬原公民館 | 10:00 ~ 10:10 | 赤水駅前       | 11:15 ~ 11:25 |
| ▼       |               | ▼          |               |
| 竹原公民館   | 10:15 ~ 10:30 | 宮本酒店前 (車帰) | 11:35 ~ 11:45 |
| ▼       |               | ▼          |               |
| 坊中公民館前  | 10:40 ~ 10:55 | 坂梨公民館      | 15:15 ~ 15:25 |

### ●波野地区

(12月8日☉・1月12日☉)

波野保健福祉センター  
11:20 ~ 11:30

※天候や道路状況により巡回を中止する場合がありますのでご了承ください。

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](mailto: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

広告



阿蘇医療センター

〒869-2225 阿蘇市黒川 1266  
☎ 34-0311 / ③ 34-2273

地域医療!

阿蘇医療センター通信

Aso Medical Center

#72

# 心不全チームの取り組みを紹介します



**心不全**とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪化して生命を縮める病気です。全国的に人口の高齢化、生活習慣病の増加、急性心筋梗塞に対する急性期の治療成績の向上などにより、心不全の患者が年々増加しています。

阿蘇医療圏でも当院に心不全で入院する患者は多く、その死亡率は約 10%。再入院率は約 30%と非常に高く、治療に難渋する疾患であります。さらに心不全での再入院の回数が増えるほど、死亡率が高くなるという特徴があります。

そこで、阿蘇医療圏での心不全の再入院および心不全死を減らすために、院内に他職種で治療介入を行う心不全チームを立ち上げました。そして、この領域で先進的な取り組みを行い、成果を上げている大阪心不全地域連携の会が作成しているハートノートを用いた①患者教育の標準化②心不全評価方法の標準化③診療情報の標準化一のシステムを、2021年9月に阿蘇医療圏に導入しました。

このシステムで近隣の医療機関の先生との連携をさらに強化し、阿蘇医療圏での心不全の再入院および心不全死を減らしたいと考えています。

令和四年 新春 限定300食

寅年おせち

3~4人前 18,000円

ご予約方法: 2021年12月23日まで  
お電話、フロント等で当院にご予約ください。  
数量限定販売につきお早めにご予約ください。

お渡し日: 2021年12月31日  
10:00~17:00

色々あった2021年の年忘れ! 笑って過ごせる2022年を祈る新年!

忘・新年会プラン

販売期間: 2021年12月1日(水)~2022年1月31日(月)  
(2021年12月30日~2022年1月2日は除く)

お1人様 4,000円  
(食事・入浴・宴会場利用税込)

飲み放題(2時間) 2,200円

※瓶ビール、日本酒、焼酎、酎ハイ、ノンアルコールビール、ソフトドリンク  
※4名さまから承ります。※飲酒運転はお止めください。

お友達登録募集中!



LINE公式アカウント

かんぽの宿 阿蘇

阿蘇市一の宮町宮地5936  
☎0967-22-1122

広告

# くらしの情報

「お知らせ」「募集」「講座」「催し」「相談」など、暮らしに役立つ情報をお届けします。

阿蘇市役所 ☎(22)3111  
内牧支所 ☎(32)1111  
波野支所 ☎(24)2001

## お知らせ

### 子ども食堂を応援します

県では「熊本県子ども食堂等応援事業」を実施しています。子ども食堂の開設や運営について熊本県子ども食堂コーディネーターがサポートします。「相談支援」「広報活動」「アドバイザー派遣」「講習会の開催」「支援者とのマッチング」などの支援を希望する人、支援内容の詳細を知りたい人はお気軽に連絡ください。子ども食堂を応援したい人の申し出もお受けしています。

☎096(331)6735  
熊本市ひとり親家庭福祉協議会  
☎096(333)2235  
実行委員会

### 12月3日(金)～9日(木)は「障害者週間」です

12月3日(金)から9日(木)は「障害者週間」です。障がい者の福祉について理解を深め、障がいのある人が社会を構成する一員として、社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加する意欲を高めることを目的に定められたものです。

### ふれあいハートウィーク 地域イベント

障がい者への理解促進を目的として、県内14カ所で福祉事業所などの体験、販売、展示、見学、相談会などのイベントが開催されます。

とき 12月16日(木)まで

☎096(333)2235

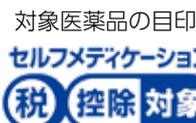
詳しくはこちら



詳しくはこちら



### セルフメディケーション 税制の期間延長



セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)は、健康の保持増進および疾病の予防への取り組み

として、一定の取り組み(特定健康診査、がん検診、予防接種など)を行う個人が、スイッチOTC医薬品を購入した際に、その費用について所得控除を受けられるものです。その適用期間が令和8年12月31日まで延長されました。

取り組みに関する書類(領収書または結果通知やインフルエンザ予防接種済証)の確定申告書への添付は不要です。税務署からの求めがあった場合は提出する必要があるため、5年間は保管してください。医薬品購入に関しては明細を添付する必要があります。手続きや対象医薬品等の詳細は、厚生労働省ホームページでご確認ください。

※従来の医療費控除と同時に適用することはできません。

☎096(22)3145

### 災害復興住宅融資の申込みはお済みですか?

平成28年熊本地震で被災した住宅を復旧するための「災害復興住宅融資(建設資金、購入資金、補修資金)」の借入申込の受付期間は令和4年5月31日まで。申込みを検討している人は、お早めに相談してください。

☎0120(086)353  
受付時間午前9時～午後5時(祝日・年末年始除く)

### 子どもの教育資金を「国の教育ローン」がサポートします

高校、大学などへの入学時・在学中に必要な費用を対象とした公的な融資制度。子ども1人につき350万円以内を固定金利(9月1日現在年1.66%)で利用でき、在学期間中は利息のみの返済とすることができます。



国の教育ローン HP

## 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

サービス付高齢者向け住宅 阿蘇山荘 併設



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

※新型コロナウイルス感染症の影響により、予定が変更となる場合があります。

# 催し

## 阿蘇市女性団体連絡協議会主催セミナー

阿蘇市女性団体連絡協議会では男女共同参画社会実現のため、数少ない女流邦楽囃子方演奏家の中村花誠さんをお招きして講演会を開催します。

日本の伝統芸能を考えるいい機会です。予約不要で参加費無料です。ぜひお越しください。

**演題** 「里に立つ子どもたち」

**講師** (一社)舞踊団「花童」理事長 中村花誠氏

**とき** 12月19日(日)

受付 12時30分

開会 午後1時

**ところ** 国立阿蘇青少年の家 講堂

講堂

阿蘇市女性団体連絡協議会  
人権啓発課

☎ (22) 3206



▶中村花誠氏

## 第81回科学展 オンライン開催

県内児童生徒が夏休みの自由研究やクラスで取り組んだ科学研究物の中から選出された約120点をホームページにて公開しています。詳しくは「熊本科学展」で検索。

☎ 0968(44)6613

## 募集

### 放送大学4月入学生募集

学力試験はなく、書類による選考のみで入学できます。テレビによる授業だけでなく、インターネットで好きなときに受講することもできます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。卒業すると学士の学位を取得できます。

#### 出願期間

▽第1回 2月28日(月)まで

▽第2回 3月1日(火)～

3月15日(火)

阿蘇放送大学熊本学習センター

☎ 096(341)0860

## 情報モラル・セキユリティ作品募集

阿蘇テレワークセンターでは阿蘇市内在住の児童・生徒とその保護者、先生を対象に情報モラル・セキユリティの大切さをテーマにした標語を募集します。学校や家でタブレットを使うときに気をつけること、ルール、マナーを標語で表現してください。

入賞者は賞品として阿蘇の特産物がもらえます。

**募集作品** 標語

**作品テーマ** 情報モラル  
セキユリティ

#### 応募資格

▽小中学生部門

阿蘇市内在住の児童・生徒

▽保護者・先生部門

右記児童・生徒の保護者

阿蘇市内小中学校在籍の先生

#### 募集期間

12月1日(水)～1月10日(月)

**応募方法** QRコード参照

阿蘇(一財)阿蘇テレワークセンター

☎ (23) 6009



応募方法はこちら

## 政治家の寄附は禁止されています

## 有権者が求めることも禁止されています

阿蘇 選挙管理委員会事務局 ☎ (22) 3239

これからの時期はお歳暮など贈り物をする機会が多くなります。政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。寄附禁止のルールを守って明るい選挙を実現しましょう。

寄附は…

**受け取らない**

※ここでの寄附とは「財産上の利益となるものを与えるまたは与える約束をすること」です。選挙に関する、関しないを問わず、選挙区内への人や団体への寄附は全て禁止されています。

政治家は、選挙区内の人に、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状(欠礼状も含みます)、寒中見舞い状、暑中見舞い状その他これらに類する挨拶状を出すことができません。

**贈らない**

**求めない**

### 首都圏の県出身学生寮 「有斐学舎」入寮生募集

首都圏の大学に通う熊本県出身大学生のための寮「有斐学舎」が令和4年度入寮生を募集します。詳しくは「有斐学舎」で検索。

#### 所在地

埼玉県志木市柏町6・27・14

対象 令和4年4月から首都圏

の4年制大学に進学する熊本県

出身の男子・女子学生

募集 男子10人程度 女子9人

#### 寮費

▽2人部屋 1万8千円/月

▽1人部屋 2万4千円/月

電気料金・食費は実費。

入舎料 7万円

保証金 3万円(退舎時に返還)

#### 応募期限

▽第1回 1月20日(木)

▽第2回 3月10日(木)

▽第3回 3月25日(金)

※第1回および第2回面接で募集人員に達した場合、第3回面接は中止になる場合があります。

#### 応募書類配布場所

熊本県県政情報文書課

☎096・333・2061

☎(公財)肥後奨学会有斐学舎

☎048(473)7591

### 障がいのある人の 職業訓練

熊本県立高等技術専門学校では障がいのある人を対象とした職業訓練を行っており、受講生を募集しています。

対象 障がい(身体、知的、精神、発達、難病、高次脳機能障がい)のある人

訓練期間 3カ月

#### 訓練期間

ところ 県内の各委託事業所

訓練科 パソコン操作や経理

の知識などを習得するコースなど17訓練科

受講料 無料(別途教材代など)

☎096(297)9915

☎096(297)9915

### 相談

#### あそ若者しごと相談会

就労について悩んでいる若者たちが就労に向えるようサポートします。

とき 12月8日(水)

午前10時～午後3時

ところ ハローワーク阿蘇

☎0968・74・0007

サポーターステーション

☎0968・74・0007

## 県有地売却の一般競争入札を実施します

☎096(333)2088

### 1 阿蘇警察署職員住宅(横田)

所在地 一の宮町宮地字横田2020番3ほか

地積など 744.81㎡ (公簿および実測)  
宅地 (建物付き)

最低売却価格 8,568,000円

#### 入札参加申込期日

令和4年1月12日(水) 午後5時まで

入札日時 令和4年2月2日(水) 午前10時30分

入札場所 熊本県庁本館9階903会議室

### 2 旧阿蘇警察署

所在地 一の宮町宮地字東油町4523番2

地積など 5055.13㎡ (公簿および実測)  
宅地 (庁舎付き)

最低売却価格 18,307,000円

#### 入札参加申込期日

令和4年1月12日(水) 午後5時まで

入札日時 令和4年2月2日(水) 午後1時30分

入札場所 熊本県庁本館9階  
903会議室

詳しくはこちら (県HP)





## 看護師・准看護師 介護福祉士・介護職

を募集します

医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院

ご興味のある方は、お気軽にお電話下さい! 0967-32-0881(採用担当)



送迎  
ドライバーも  
募集して  
います

広告

WELCOME



**年金出張相談**  
年金請求の手続きや受給している年金についてなど、年金事務所による相談。  
※要予約。

【一の宮保健センター】  
とき 12月6日(月)・20日(月)

【農村環境改善センター】  
とき 12月13日(月)・27日(月)

(いずれも午前10時～午後3時)  
阿蘇本東年金事務所  
☎096(367)2503

**認知症カフェ**  
認知症の人や家族、地域住民が気軽に集い相談や悩みを語り合う憩いの場。

【阿蘇保健福祉センター】  
とき 12月8日(水)

【波野保健福祉センター】  
とき 12月10日(金)

(いずれも午前10時～正午)  
※飲食物の提供は行いません。  
阿蘇地域包括支援センター  
☎32・5122

**心配ごと相談**

日常生活の悩み、心配ごとに関する相談。

※要予約。

とき 12月2日(木)・16日(木)  
午前9時30分～正午

ところ

阿蘇保健福祉センター

阿蘇地域包括支援センター

☎32・5122

**法律相談**

【民事・家事・刑事など】

とき 12月2日(木)

午後1時～午後4時

【消費・不動産・土地・建物など】

とき 12月16日(木)

午前9時30分～正午

ところ 阿蘇保健福祉センター

※要予約。

阿蘇地域包括支援センター

☎(32)5122

**障がい者相談**

障がい者の就業や生活に関する相談。

とき 12月14日(火)

午前10時～正午

ところ

市役所2階会議室

阿蘇福祉課 ☎(22)3167

**Event 阿蘇キャンドルナイト 2021 in 乙姫**



復興と発展の想いを込め、冬の澄んだ空気の中で彩り鮮やかなキャンドルを灯します。グランピングエリアや参加型の展示など、幻想的な夜の空間を体感できます。

ホームページ



期間 12月 毎週金・土・日 (12月30日は除く)

時間 午後6時～午後9時  
(受付午後5時30分～午後8時30分)

場所 コスギリゾート阿蘇ハイランド

料金 500円 (阿蘇郡市民以外は1,000円)  
高校生無料 (阿蘇郡市民以外は500円)  
中学生以下無料  
※確認のため身分証明書を持参ください。

阿蘇キャンドルナイト実行委員会 ☎050(3698)0967

個人の方へ 遺言・遺産相続・借金・離婚・成年後見・交通事故など

企業の方へ 企業法務・労働問題・紛争トラブル・商標・著作権など



熊本県弁護士会所属

弁護士 吉田孝充  
弁護士 松岡智之  
弁護士 高瀬真哉  
弁護士 笠賢太郎

完全予約制  
相談料 / 30分 5500円  
受付 / 9:00~17:30 (土日祝休)

幅広く取り扱っております お気軽にご相談下さい

法テラスもご利用いただけます  
熊本・荒尾事務所もございます

**弁護士法人ひのくに**  
阿蘇市内牧963-11 (パチンコプロス駐車場内)

お悩みの際には  
**TEL 0967-32-3363**

広告

# 年末年始の各種お知らせ

市役所・各支所・市の関係施設は、12月29日(水)～1月3日(月)まで休みです。  
※一部の施設では休みが異なります。

## ごみ収集

12月30日(木)～1月3日(月)までのごみ収集はお休みです。  
※土、日曜の収集は行いません。  
岡市民課 生活衛生係  
☎(22)3135

## ごみの直接持ち込み

年末は、ごみの直接持ち込みが多くなり、施設内が混雑しますので、事故やトラブルなどには十分ご注意ください。持ち込みの際にもごみの分別、指定ごみ袋の使用をお願いします。  
12月28日(火)・29日(水)  
通常どおり

午前8時30分～午後4時30分  
12月30日(木)  
午前8時30分～午前11時30分  
12月31日(金)～1月3日(月)  
休み

1月4日(火)～ 通常どおり  
岡大阿蘇環境センター未来館  
☎24・5353

## 証明書コンビニ交付

マイナンバーカードを利用して各種証明書を発行するコンビニ交付は以下の期間の取り扱いを休止します。  
休止期間  
12月29日(水)～1月3日(月)  
発行可能な証明書の種類

▽住民票の写し・住民票記載事項証明書  
▽印鑑登録証明書  
▽所得証明書  
▽戸籍台帳記載事項証明書  
▽戸籍証明書  
(全部・個人事項証明書)

▽戸籍の附票の写し  
※戸籍関係の証明書は平日午前8時30分～午後5時15分のみ  
岡市民課 戸籍係  
☎(22)3135

岡税務課 市民税係  
☎(22)3148

## 公共施設の営業

### 夢の湯

12月30日(木)まで……………通常営業  
12月31日(金)～1月2日(日)  
午後0時～午後8時  
※午後7時で受付終了  
1月3日(月)……………通常営業  
1月4日(火)……………休み  
岡夢の湯 ☎(35)5777



### アゼリア21

☎(22)5311

12月29日(水)～1月3日(月)  
午前10時～午後9時  
温泉のみ営業  
(受付は午後8時20分まで)  
1月4日(火)から……………通常営業  
(プールは休止中)

1月1日(土)……………休み  
1月2日(日)……………正 午  
1月3日(月)から……………通常営業  
岡一の宮温泉センター  
☎(22)4083



### 阿蘇保健福祉センター

☎(32)1127

12月28日(火)～1月4日(火)……………休み  
岡阿蘇保健福祉センター

ファミリーパークあそ☆ビバ  
12月29日(水)～31日(金)……………休園  
1月1日(土)～3日(月)……………開園  
午前10時～午後3時  
(荒天により休園の場合あり)  
岡あそ☆ビバ  
☎(32)5011

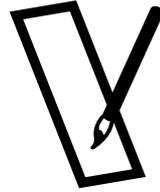


※その他の公共施設については直接お問い合わせください。

# 令和3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では  
 べての人が性別にとらわれ  
 ず、自由に個性と能力を発  
 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。



応募句数(高校・一般の  
 部 308句、小・中学校  
 の部 756句)の中から、  
 各部より最優秀賞1点、優  
 秀賞10点を男女共同参画審  
 議会で選定しました。

### 最優秀賞

《小・中学校の部》

「キララしさ」「自分らしさ」を大切に

一の宮中学校2年 市原 琴心

《高校・一般の部》

やっとくばい 声かけあつて 家事分担

一般 志賀 文美

### 優秀賞

《小・中学校の部》

「ありがとう」心に花咲く 合言葉

阿蘇小学校6年 杉谷 愛羅

話はずむ 洗濯たたむ 父とぼく

内牧小学校6年 浅久野 ひなた

さしのべる 言わず差し出る 優しい手

内牧小学校6年 佐伯 香音

その言葉 男女差別に なってない?

一の宮中学校1年 小代 葵

認め合い それは繋がる 第一歩

一の宮中学校1年 山田 はる

思いやり 優しい言葉 救うよね

一の宮中学校1年 楢木野 めい

あたりまえ そう思わずに ありがとう

阿蘇中学校3年 後藤 愛規

コロナでも がんばる母と 父の顔

阿蘇中学校1年 村上 萌々果

すれちがう ダンプの運転 長いかみ

阿蘇中学校1年 河野 凛

分担で 笑顔が増える 家事・育児

波野中学校2年 岩下 美月羽

《高校・一般の部》

家事をする 夫も輝く 新時代

阿蘇中央高校2年 山口 剛拓

家・学校 地域で広げる 助け愛

阿蘇中央高校1年 甲斐 真優

政治でも 女性活躍 新たな未来

阿蘇中央高校1年 田上 椎菜

支え合う 一人一人の 思いやり

阿蘇中央高校1年 後藤 希羽

母休む 家事のきつさ 家族知る

阿蘇中央高校1年 西村 有生

家事育児 夫婦協力 愛深く

阿蘇中央高校1年 建岡 陽佑

認識を 変えて幸せ 友と我

一般 橋本 信子

我が息子 料理上手は 父譲り

一般 松崎 佳美

妻子寝て 夜中にこっそり 皿洗い

一般 坂本 健志朗

ゴミ出すね いつもありがとう こちらこそ

一般 西村 英隆

# 子育てinfo

## 令和4年度 放課後児童クラブ入所のご案内

圃福祉課 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生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、次のとおり申込をしてください。

期日までに申込がない場合や定員を上回る申込があった場合は、入所できないことがあります。

### ●阿蘇市放課後児童クラブの設置状況・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、この期限内にお申込みください。



| 校区   | クラブ名            | ところ          | 申込先                           | 負担金     | 時間  |
|------|-----------------|--------------|-------------------------------|---------|---|
| 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 | まどか会<br>☎ 080-3711-0990       | 4,500 円 | <b>月～金</b><br>放課後～午後7時<br><b>土</b><br>午前7時30分～午後7時※<br>※一の宮まどか学童クラブのみ午後6時まで<br><b>長期休暇中</b><br>午前7時30分～午後7時 |
| 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<br>☎ 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<br>☎ 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<br>☎ 090-3070-3531 | 5,000 円 |   |

※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。

# 出産後の育児・家事をお手伝いします

## 阿蘇市産後ケア・家事支援事業

- ✓ 出産後、自宅に戻っても手伝ってくれる人がいなくて不安
- ✓ 赤ちゃんのお世話に仕方や生活リズムがわからない
- ✓ お産後、育児の疲れから体調を壊しそうで心配 など

**出**産後、育児の支援が必要な人を対象に、産後ケア事業・産後家事支援事業を実施します。阿蘇市に住所を有する産後1年未満の産婦さんと赤ちゃんで、産後の体調不良や産後の疲れ、子育てに不安がある人が利用できます。

### 助産師さんの訪問

県助産師会所属の助産師が自宅などに伺い、育児や授乳への直接的な指導・沐浴・乳房ケア、育児相談などを行います。

**利用料金**  
初回 600円  
2回目 850円

**利用時間**  
1回あたり2時間以内

**利用回数**  
10回まで

### 宿泊ケア

阿蘇市と契約した熊本県内の産科医療機関(9か所)に宿泊して、育児不安の軽減と母体の回復を行います。

**利用料金**  
1回(1泊2日) 7,000円

**利用回数**  
5回(5泊)まで

### 家事サポ

阿蘇市内の介護保険訪問介護事業所のホームヘルパーが自宅等で、食事の準備・洗濯・掃除・買物・授乳の援助・沐浴の介助等の支援を行います。

**利用料金**  
1時間あたり 225円

**利用時間**  
1回あたり2時間以内

**利用回数**  
1か月につき20回まで

所得や家族構成により利用料金の減免があります。

利用には事前の申込みが必要です。ご不明の点はお尋ねください。

サービスについて、詳しくは市のホームページをご覧ください。



市ホームページ

問い合わせ・申し込み ほけん課 健康増進室 ☎ (22) 5088

## 子育て相談日

**保**健師・管理栄養士・臨床心理士などがお子さんの成長に合わせたアドバイスを行います。

**とき** 12月3日(金)・17日(金) 午前9時～午後2時

**ところ** 一の宮保健センター

☎健康増進室 ☎ (22) 5088

## 一時預り託児所「だっこ」

**社**会福祉法人治誠会が運営する「だっこ」では乳幼児の一時預りを無償で行っています。「いつも見てくれるおばあちゃん、おじいちゃんが用事でいない」「久しぶりに友人と映画でも見にいきたい」などのニーズを支援します。気軽にご相談ください。

☎特別養護老人ホームあそん里 ☎ (22) 1511

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。

# 人権作文

ありがとう＝恩返し

阿蘇中央高等学校阿蘇校舎

二年 宮村 健太<sup>けんた</sup>

私は家族の中で一番愛されていると高  
校生になって感じます。

私の家族構成は、母と長男の兄、次男の私の3人です。私が小学校4年生の頃に私の父は亡くなり、そこから母が兄と私の世話をしてくれました。女手一つでこんな男二人を育ててくれた私の母はとてもすごいです。逆に父は個人的に私は嫌いでした。でも、父が亡くなってからいろんなことを感じました。父が私たちをどう思うかで育ててくれたのかを亡くなってから、重く感じました。あれだけ嫌いだっただが今では父親としても男としても尊敬しています。今私は高校生で、とても苦労していることがあります。人とあまりコミュニケーションがとれないことです。私の父はガツガツ前にて話すような人だったので、前はうるさいなと感じていたけど、今ではとてもうらやましいです。自分もそういう能力を受け取れたかったです。だから、人と話をするのも、この人とはうまく話が合う、この人と

はどうも合わない、うまくこの人と話したいけど空回りしたりします。でも私は将来理学療法士になりたいので、何が何でもコミュニケーション能力を身に付けたいです。

私は今寮生活をしています。なぜかという、私は剣道をしていて、強くなりた、日本一になりたいという思いで学校を選びました。私の地元の高校も強いけど、家から通えるし、たった一度きりの自分の人生を楽な道にするのではなく、きびしくて、自分のために人生にした。いから寮生活を選びました。今では2年生になりました。入寮したての頃はとても大変で、ストレスがたまって病気がかかったりすることがあったけど、少しずつ慣れていきました。家にいた時は洗濯をしたり、食事を作るのは親で、それがあったりまえと思っていました。今では何て馬鹿な思い込みだと感じているし、母親に申し訳ないと思っています。「あれ買って、これ買って。」とだだをこねていた自分をしかってやりたいくらいです。そのくらい親には感謝しています。だから帰省したときは家族の食事をほとんど私が作っています。それで親が「おいしい。」と言ってくれることが何よりうれしいです。

す。少しは恩返しできているかと思うけど、これからも親のありがたみを忘れな  
いで生活していこうと思います。

## 先生からのコメント

時に悩み、つまずきながらも自分の掲げた目標に向かって成長していく健太君の姿に、私も身も努力しなければと胸を打たれます。この作文を読んで初めて、寡黙に物事に取り組む健太君の胸の内にある両親への思いを知ることができました。これからも多くの困難が待ち構えていることでしょう。それを乗り越え、成長していけるよう私も応援していきたいと思えます。

11月号に掲載の作文について、作者の学年と名前に誤りがありました。訂正してお詫びします。

**正** 阿蘇中学校 一年

山本 愛花<sup>まなか</sup>

**誤** 阿蘇中学校 三年

山本 愛花<sup>あいか</sup>

氏名は敬称を省略しています。各情報は希望者のみ掲載しています。

## 結 婚

(10月31日受付分まで)

夫 ・ 妻 (行政区)  
 藤本 智也 ・ 鶴嶋 愛性 (東2区)

# 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)  |
|----------|--------|---------|--------|
| 北迫 紬ちゃん  | 10月1日  | 新太郎・麗   | (東2区)  |
| 石垣 羽菜ちゃん | 10月1日  | 圭 佑・小百合 | (赤水)   |
| 吉良 梨花ちゃん | 10月5日  | 頌 ・ 璃   | (宇土)   |
| 佐藤 陽太くん  | 10月12日 | 秀 作・小百合 | (宇土)   |
| 有馬 心菜ちゃん | 10月15日 | 正 治・加奈美 | (小里)   |
| 川原 遼大くん  | 10月20日 | 圭 輔・真 己 | (東2区)  |
| 園田 蒼空くん  | 10月20日 | 琢 真・愛 香 | (狩尾2区) |
| 田中 晴翔くん  | 10月24日 | 直 也・千 佳 | (浜川)   |

## 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)  |
|--------|-----|-----|--------|
| 菅 信幸   | 亡母  | ふみ子 | (古城7区) |
| 青木 幸徳  | 亡父  | 照幸  | (内牧1区) |
| 嶋津 宗則  | 亡母  | シズ子 | (南宮原)  |
| 佐伯 豊子  | 亡長女 | 美和  | (西小園)  |
| 木村 ハツ子 | 亡夫  | 信幸  | (東黒川)  |
| 石田 静一  | 亡母  | 文子  | (赤水)   |

## 米 寿

(昭和8年11月生まれ)

| 氏名     | (行政区)  | 氏名     | (行政区)  |
|--------|--------|--------|--------|
| 渡邊 弘子  | (東2区)  | 和田 スエ子 | (内牧2区) |
| 和田 輝子  | (東3区)  | 大津 喜代子 | (小里)   |
| 森 シズ子  | (東3区)  | 廣石 周子  | (山田)   |
| 山部 スエ子 | (塩塚)   | 高宮 ソイ  | (黒流町)  |
| 三井 トモ子 | (内牧1区) | 櫻井 芙美子 | (坊中)   |
| 下川 美彌子 | (内牧2区) | 園田 恵美子 | (乙姫)   |
| 山本 凱子  | (内牧2区) | 野添 耕一  | (黒川千丁) |



## 人の動き

(2021年10月31日時点)

(10/1 ~ 10/31)

|        | 人口      | (男性)    | (女性)    | 世帯       |
|--------|---------|---------|---------|----------|
| 人数・世帯数 | 25,269人 | 11,985人 | 13,284人 | 11,583世帯 |
| 前月比    | 28人 減   | 11人 減   | 17人 減   | 7世帯 減    |

| 出生  | 死亡  | 転入  | 転出  |
|-----|-----|-----|-----|
| 13人 | 31人 | 35人 | 41人 |