

阿蘇

広報あそ

February
2
2023 No.217



伝統料理の
いいところ

- 03 伝統料理のいいところ
- 08 二十歳を祝う集い
- 11 税の申告受付 始まります
- 14 HOT TOPICS
- 18 くらしのインフォメーション
- 23 お慶び ご寄付
- 24 阿蘇医療センター通信 #86
- 25 人権作文
- 26 ASO 田園空間博物館通信 No.98
- 28 まちのわだい
- 30 図書館へ行こう!
- 31 地産地消 Cooking!
- 31 おたより
- 32 2月カレンダー



寒さが厳しい2月。だご汁がおいしい季節でもあります。今月の巻頭ではだご汁をはじめとする伝統料理に関する記事を掲載しています。だご汁も家庭や地域でその作り方はさまざま。写真のだご汁には、かまぼこやしいたけ、大根などたくさんの具が入っていました。

夢を追いかけて

夢を追いかける青少年の声を届けます

私は、幼い頃に波野の伝統芸能である神楽に出会いました。それ以後、大好きになり、小学校と中学校で練習を続けてきました。現在は、「神楽男子」の最年少メンバーとして幅広く活動しています。私は、中学校卒業後も続けていきたいと考えています。また、私は自動車や機械など、工業系の職種に興味があります。そのため、将来は阿蘇市内の工業系の企業に就職し、ふるさと阿蘇で働きながら、神楽の魅力をたくさんの人に伝えていきたいです。

碓井 秀典

うすい ひでのり
波野中学校・3年



伝統料理の いいところ



世界中で人気のハンバーガー

「ハンバーガーの方がおいしいし、伝統的な料理の何がいいの？」

もしかしたら、そんなことを思う人もいるかもしれません。

確かに、ハンバーガーは世界中で食べられている人気の食べ物です。

近くのハンバーガーチェーンでも

注文を待つ車の列をよく見かけます。

しかし、伝統的な料理にも

ハンバーガーにも負けない「いいところ」があります。

おいしい伝統料理

だご汁を作る杏野さんと「ばあば」



だご汁への思いが生んだ 具だくさんの新聞

「だご汁はあまり好きではなかったんです。でもおばあちゃんのだご汁を食べたらすごくおいしいって」。洲崎杏野さん(上役大原)の母、幸美さんはこう話します。杏野さんは阿蘇小の6年生。市教育委員会主催の新聞コンクールでだご汁についての新聞「だご汁物語」が、手書き部門最優秀賞に選ばれました。紙面には「ばあばはだご汁名人」「だご汁食べ歩き」などだご汁に関する記事が並びます。製作期間の夏休みだけでもだご汁を10杯以上は食べたという杏野さん。手書きで一文字ずつ丁寧に綴られた記事からはだご汁への愛が伝わってきます。

大変だったのは「だご汁食べ歩き」の取材と話す杏野さん。市内の郷土料理店でだご汁を食べて回りまわした。「人気店には開店前から並ばないといけませんでした」。市内の郷土料理店で見られる行列は、杏野さんだけでなく多くの人がだご汁の味に引きつけられてきたことの証しといえます。長年受け継がれてきたそのおいしさが伝統料理の持つ重要な価値です。

新聞コンクールとは

市教育委員会が市内の小中学生を対象に新聞を募集した。昨年に続いて2回目。272件の応募から手書き部門で阿蘇小6年の洲崎杏野さん「だご汁物語」、パソコン部門で阿蘇小3年の柳井加奈子さん「自然環境新聞」が最優秀賞に選ばれた。

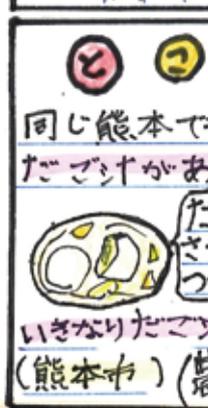
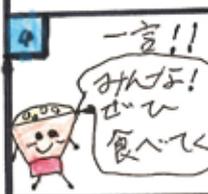
蘇巾新聞「コンクール衣早



だご汁物語

阿蘇小学校
6年 杏葉
洲崎 R4.夏休み号

だご汁君の成長



だご汁は、いろいろな人の思いが詰まった宝物のたご汁です。

受けつがれる味



(ばあばといてこ私)

夏休み、ばあばにだご汁の作り方を教えてもらいました。私は野菜を切ったり、だごをこねたりしました。だごのかたさを調節するのが、

ばあばはだご汁作り名人

おいしく作るコツだそうです。また、ばあばのだご汁は、具がきんでほしかったけれど、かきいて、とてもおいしかったです。ばあばはばあばのお母さんから作り方を教わったそうです。このだご汁がえんな昔から受けつがれていると思うと、なんだか心がほかほかになりました。

完成!



だご汁の味、感動! 母のおばあちゃんに似てました。だごのかたさ、おかしかったです。

① 野菜の皮をむく、野菜を切る。

② 小麦粉に水をまぜて、こねる。耳たぶくらいのやわらかさにする。

③ いりこでだしをとって①をいれこむ。
④ みそをといてだごを煮込んで入れていこむ。



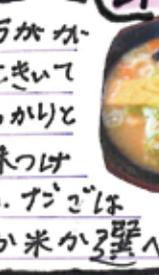
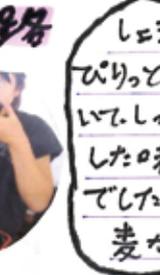
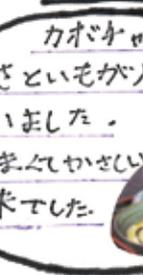
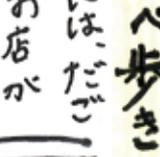
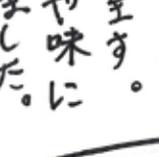
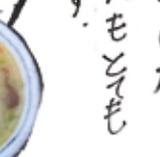
同じ熊本でも、地方によって、いろいろなだご汁があります。

編集後記
私は、だご汁をおばあさんと作ったり、だご汁のことを調べたりして、だご汁のことが今までよりも好きになりました。昔から受けつがれている料理なので、私も将来伝えていきたいです。

いもがらやなすが入っていました。いもがらやなすの食感。だご汁は、かためです。

カボチャや、さといもが入っていました。あま〜やさしい味でした。

だご汁食べ歩き in 阿蘇
阿蘇市内には、だご汁の美味しいお店がたくさんあります。それぞれ、具や味に個性がありました。どこのだご汁もとてもおいしかったです。



ない伝統料理



伝統料理に未来へのヒント

12月末、波野・小地野地区の加藤きよみさん宅を訪れると、軒先に乾燥した白い物体が干されています。細長い見た目はまるで蛇の抜け殻のよう。その正体は乾燥した大根。阿蘇で見られる切り干し大根の一種で、波野地区では「蛇腹切り」などと呼ばれています。

蛇腹切りは少し乾燥させた大根に、輪切り状の切り目を、切り離さないよう下側を少し残して入れていきます。大根を裏返し、また同様に切り目を入れていき、十分乾燥させると完成です。調理するときは水で戻し、煮物などに使います。ざくざく



干した大根を確認する加藤さん

くとしたポリリウムのある食感が特徴的です。

加藤さんは「細く長く切ることで中まで乾燥して長持ちする。冬の大事な保存食です」と話します。厳しい寒さで食料も少なくなる阿蘇を生き抜くための先人たちの知恵といえるでしょう。

先人たちの知恵はこれからの時代だからこそ必要とされるのかもしれない。伝統料理は、食材の調達や保存方法などさまざまな制約の中で、食を最大限に楽しもうとしてきた先人が残してくれた財産でもあります。持続可能な社会への転換が叫ばれる現代だからこそ、あるものを最大限に生かして食を楽しむという



蛇腹切りした大根は独特の食感

おいしいだけじゃ



◀ そばを食べる音和ちゃん

参加者にそばの作り方を教える
食生活改善推進員 ▶

伝統料理に共通する考え方が大事になるはず。伝統料理の価値はそれからの時代を生き抜くヒントが詰まっています。

料理をつなぐ人とつながる

「力が入りすぎているのかなあ」。大きなそば用包丁で麺を切り分け

ながら嘆く参加者。「初めてだけんだから前たい」。隣で食生活改善推進員が励まします。この日は子育て支援センターの参加者を対象にしたそば打ち教室。波野地区を代表する伝統料理です。

波野地区の食生活改善推進員は、先輩として参加者を指導します。「リズムよく切っていくといいよ」。笑い声も響く楽しい雰囲気の中、そば打ちは無事終了。



三國さん(左)に白菜の漬け方を教える
眞島さん(右)

参加者に話を聞くと「いっしょにできて楽しかった」と満足げ。「また来たいです」。お土産の手打ちそばを手に家路に着きました。

内牧5区の三國そえ子さん宅では白菜の漬物教室が開かれていました。三國さんに白菜の漬け方を教えていたのは近くに住む眞島和代さん。眞島さんにとって地区の民生委員を務めている三國さんは「見守ってくれる頼もしい存在」。一方で、料理に関しては眞島さんが先輩。昔ながらの料理を三國さんが教わっているそうです。三國さんは「親子のように怒られながら教わっています。楽しいです」と話します。

料理を通して二人の関係は次第に

深まっていきました。今では、1日顔を合わさないだけで「1日見らんかったけれど、どうしてた？」と眞島さんに心配されるそう。「どちらが民生委員か分かりませんね」。三國さんは楽しげに笑いました。

料理をつなぐという行為がそれ自体が人と人とのつながりを生み、より深くしていく。そば打ち教室のようすや三國さんたちの関係からは、伝統料理の持つもう一つの価値が見えてきます。インターネットでレシピを簡単に検索できる時代でも、人から人へと直接伝えること自体が持つ価値は変わりません。

未来につなぐ

古神3区の磯貝愛里さんは、そば打ち教室の翌日、手打ちのそばを長女の音和ちゃんに食べさせていました。味に満足したのか笑顔を見せる音和ちゃん。将来大きくなったらこの味を受け継ぎ、また誰かに伝えていくこともあるかもしれません。みんなで食卓を囲むことは伝統料理を継承していくための第1歩です。1人で食べるハンバーガーもおいしいのは確かですが、誰かと楽しく食卓を囲むのもいいものです。



二十歳を祝う集い

1月9日、阿蘇体育館で阿蘇市二十歳を祝う集いが開催されました。

たかひ わかな
高日 稚菜 さん

海上保安官として海の安全を守っている高日さん。目標は「人を助けることができる海上保安官になりたい」。



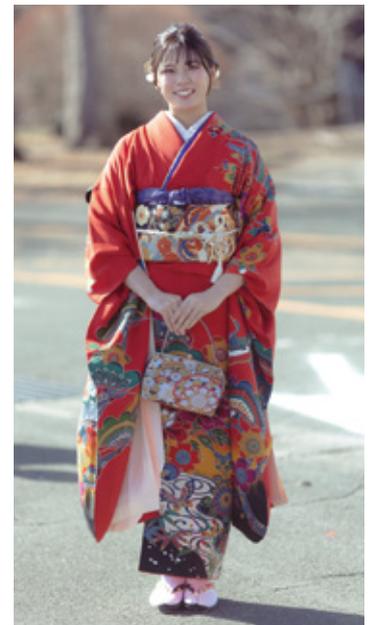
たかみや れお
高宮 玲央 さん

東京の大学で歴史を学ぶ高宮さん。明治時代に活躍した小説家・坪内逍遙つぼうちしやうようが好きとのこと。その頃の学生をイメージした装いで式典へ。



もりもと まなか
森本 麻奈加 さん

劇場やさまざまなメディアで活躍する096k 熊本歌劇団に所属。今年の抱負を聞くと「もっと熊本の人に知ってもらえるようがんばりたい」



▼ 晴れの日旧友との会話も弾む。



▲ 20年間を支えてきてくれた保護者も駆けつけた。
二十歳の門出を記録する。



たしろ わかな
田代 和叶 さん
「阿蘇の大好きな
友達と成人式をで
きてうれしいです」



やまさき じゅり
山崎 珠里 さん
「阿蘇の山や自
然、田んぼが好き
です」



いまいり あきの
家入 麻乃 さん
「阿蘇に貢献して
いきたいです」



くらはら いうと
蔵原 一翔 さん
阿蘇広域消防本
部で働く蔵原さん。
職場では期待の
ホープとされている
そうです。
「トップになります」



いわした しりゅう
岩下 侍龍 さん
「20歳を迎えた皆
さまと会場の準備
をしてくれたさま
に、小さな声で言
います。
ブラボー!!」



とみた だいと
富田 大翔 さん
美容師を目指す
富田さん。「老
若男女みんなに
寄り添える美容
師になりたい」



▼市長は歌でエールを送った。



▲誓いのことばを述べる井彩夏^{いあやか}さん。



かわづ まさむね
河津 賢宗 さん
東京の大学で水泳部に所属する河津さん。今年
の目標は「水泳部が全国大会でシードに入ること」



しいば ねね
椎葉 音々 さん
美容専門学校に通う椎葉さん。今年
の目標は「就職したい」



ほんだ ゆう
本田 優 さん
ホテルに勤務する本田さん。「男らしいかっこいい大人になりたい」

おおつか あおい
大塚 葵 さん
看護学校に通っている大塚さん。「自宅での療養をお手伝いする在宅看護師になりたい」



せがわ ひびき
瀬川 響 さん
専門学校に通っている瀬川さん。「作業療法士になって病院で働きたい」



こめだ しょうの
米田 翔乃 さん
きらきらの髪飾りが印象的な米田さん。「落ち着いた大人になりたい」



おがた しょうた
緒方 翔大 さん
専門学校に通う緒方さん。トリマーか動物看護師になりたいそうです。



さわたり やすひろ
佐渡 靖博 さん
阿蘇市消防団第2分団2部1班所属の佐渡さん。「消防団員として阿蘇に尽くしたい。頼られる大人になりたい」



いちばら あのん
市原 愛音 さん
大学生の市原さん。阿蘇の好きなところは「食べ物おいしいところ」

税の申告受付

始まります

2月16日(木)～3月15日(水)

開場:午前8時30分

受付:午前9時～午後4時

コロナ対策

- 各会場で非接触による体温測定を行います。熱がある場合は当日の入場をお断りしますので、事前にご家庭で検温を行って来場ください。
- (目安として、37℃以上の場合)はご来場をお控えください。
- 会場内ではマスクの着用と手指の消毒をお願いします。
- 会場内の待機スペースは高齢者などの利用を優先します。呼び出しブザーで順にお呼びします。指定の待機場所や会場敷地内での待機をお願いします。

☎ 税務課
☎ 22-3148

まずは所得税（国税）の確定申告が必要か確認

所得税の確定申告が必要な人

- ① 自営業者等で令和4年中の所得金額の合計が、控除合計額を超える(所得税を納める必要がある)人
- ② 公的年金収入金額が400万円を超える人
- ③ 公的年金収入金額が400万円以下であるが、公的年金以外の所得が20万円を超える人
- ④ 年末調整をした給与収入があり、それ以外の所得が20万円を超える人
- ⑤ 給与支払を2ヶ所以上から受けている人で、年末調整をしていない給与の収入金額と給与所得※以外の所得の合計額が20万円を超える人 ※収入と所得は意味が異なります
- ⑥ 源泉徴収や予定納税で納めた所得税が納め過ぎになっていて還付申告をする人
- ⑦ ①～⑥にはあてはまらないが、各種控除を追加して、すでに納めた所得税の還付申告を行う人

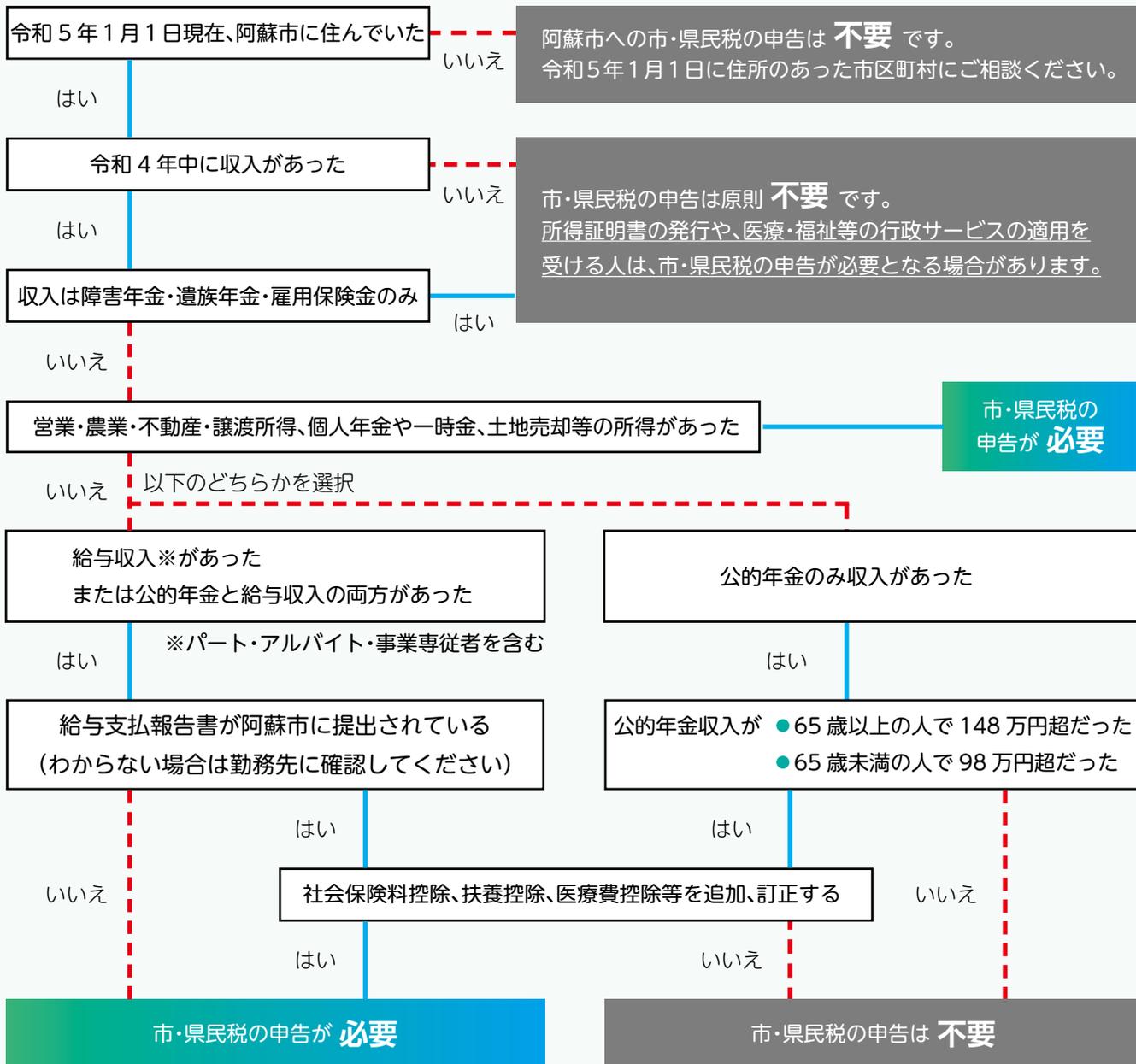
①～⑦のどれかにあてはまる場合は、税務署か市役所の申告会場で所得税の確定申告を行う必要があります。
確定申告を行った場合は市・県民税の申告も併せて行ったことになります。

※住宅ローン関係控除の初年申告や消費税の確定申告を行う人は、市役所会場での受付ができません。
税務署で申告してください。

市・県民税（住民税）の申告が必要か確認

3 ページ①～⑦のどれにもあてはまらない場合は、市・県民税(住民税)の申告が必要か確認しましょう。

はい ———— いいえ - - - -



CHECK! 譲渡所得・贈与税の申告をする人へ

譲渡所得・贈与税についての阿蘇税務署への申告相談(事前相談を含む)は可能な限り次の日程でお願いします。

2月…1日(水)、2日(木)、3日(金)、15日(水)、17日(金)、21日(火)、22日(水)

3月…1日(水)、2日(木)、13日(月)、14日(火)、15日(水)

阿蘇税務署 ☎ 22-0551

3

申告会場に持参するものを確認

- ① マイナンバーカードまたは身分証明書（運転免許証など）
- ② 所得を証明する書類
 - ・源泉徴収票（給与、公的年金など）
 - ・土地、建物、山林などの資産を譲渡（公共事業等の取用を含む）した場合は、契約書や証明書などの関係書類
 - ・個人年金や生命保険などの満期・解約時の受取金や一時金の額が記載された書類
 - ・事業所得や不動産所得の「収支内訳書」※、収支の確認ができる帳簿・通帳・領収書など

CHECK!

前年に事業所得等（農業、営業、不動産）があった人には
 事前に収支内訳書作成の説明資料をお送りしていますので、申告前に作成して会場におこしください。
 作成せずに来場された場合は受付ができません。

- ③ 所得控除額を証明する書類
 - ・社会保険料（国民年金や農業者年金保険料の支払いがある場合）の領収書など
 - ・生命保険料、介護医療保険料、個人年金保険料、地震保険料などの控除証明書
 - ・医療費控除の明細書または医療費の領収書、「医療費のお知らせ（要件を満たすもの）」
 - ・雑損控除の関係書類（熊本地震に係る損失額の計算書、前年の確定申告書の控えなど）

4

申告日程を確認

会場	月 日	対象となる行政区
【一の宮会場】 市役所本庁 北側別館大会議室	2月16日 困	町1区 古城5の2区 古城6区 舞谷 上役犬原 蔵原
	2月17日 金	町2区 北1区 北2区 分2区 古城7区 道尻 竹原
	2月20日 月	分1区 塩塚 西仲町 桜町 福原 荻の草 下役犬原 西町
	2月21日 火	下町 馬場 豆札 原口 東黒川 坊中
	2月22日 水	東1区 西1区 西3区 福岡 上町 古城5の1区 中原 片隅
	2月24日 金	西2区 古神1区 分3区 神石 東仲町 古城1区 下西河原
	2月27日 月	東2区 東3区 古神2区 古城2区 古城3の1区 上井手 上西河原 西下原
	2月28日 火	古神3区 古閑 古城3の2区 古城4区 下井手 西井手 上東下原 下東下原
【波野会場】 波野支所 会議室	3月1日 水	小園 笹倉 大道 立塚 横堀 遊雀 仁田水 滝水
	3月2日 木	檜木野 赤仁田 小地野 坂の上 中道 山崎 中江
【阿蘇会場】 農村環境改善センター 農事研修室	3月3日 金	深葉 折戸 浜川 小池 今町 永草
	3月6日 月	南宮原 乙姫
	3月7日 火	内牧2区 小里 本村 茗ヶ原 元黒川 黒川千丁
	3月8日 水	内牧3区 西小園 原の口 下の原 新村 上西黒川 下西黒川
	3月9日 木	内牧4区 湯浦 山田 小倉 跡ヶ瀬 的石
	3月10日 金	内牧5区 西小倉 南黒川 狩尾1区 狩尾2区
	3月13日 月	内牧1区 宇土 黒流町 小野田町 北黒川 狩尾3区
	3月14日 火	西湯浦 鷺の石 赤水
3月15日 水	成川 枳 車帰	

日程表・準備物・注意事項などの詳細は、税務課・支所窓口に掲え置きのリフレットにも記載していますのでご利用ください。

もっと

べんりに! マイナンバーカード

☎ 市民課 戸籍係 ☎ 22-3135

1 3月1日(水)から
コンビニ交付サービスがお得に

3月1日(水)からコンビニで交付する各種証明書の手数料が、今までよりもお得になります。ますます便利になるコンビニ交付サービスをぜひご利用ください。

▶ 利用方法

コンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機の画面で「行政サービス」を選んでください。

▶ 利用できる人

マイナンバーカードをお持ちで阿蘇市に住民登録または本籍がある人

※ 利用者用電子証明書(数字4桁の暗証番号)が必要です。

▶ 証明書の種類と手数料

対象となる証明書	請求できる範囲	手数料	利用時間
住民票の写し	本人または同一世帯の人 (マイナンバー、住民票コードは記載できません)	300円/1通 (2月28日まで)	毎日 午前6時30分 ～ 午後11時 (年未年始を除く)
住民票記載事項証明書		▽	
印鑑登録証明書	本人のみ	150円/1通 (3月1日から)	
所得証明書*	本人のみ		
課税台帳記載事項証明書*	(1月1日時点で 住民登録がある人に限る)		
戸籍証明書(戸籍謄本・抄本)	本人または同一戸籍の人	450円/1通	平日 午前8時30分 ～ 午後5時15分
戸籍の附票の写し		300円/1通	

※ 最新年度分のみ。所得証明書、課税台帳記載事項証明書については**税務課(☎ 22-3148)**へお問い合わせください。

メンテナンスに伴う利用停止

システムメンテナンスのため、次の日程でコンビニ交付サービスが利用できなくなります。

▶ **とき** 2月28日(火) 終日



▶ コンビニ交付サービスのメリット

いつでも 早朝や夜間、土日祝日(年未年始を除く)でも、証明書を取得できます*。

どこでも 市役所まで行かなくても、全国のコンビニなどで取得できます。

かんたん 申請書を書かずに、マルチコピー機の簡単な操作で取得できます。

おとくに 窓口で取得するよりも、手数料がお得になります。← **NEW!**

* 「戸籍証明書(戸籍謄本・抄本)」と「戸籍の附票の写し」は平日の8:30～17:15のみ

2 市役所の窓口では「らくらく窓口証明書交付サービス」

3 転出届のオンライン提出が可能に

2月6日(月)から、転出届についてマイナポータルを通じたオンラインでの届出が可能になりました。このサービスを利用する人は、転出届出の際、窓口での手続きが原則不要となります。

電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちで、日本国内に引越しをする人が利用できます。ご自身単身での引越しの他、ご自身と同一世帯員、ご自身以外の世帯員の引越しでも利用可能です。

※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。



詳しくはこちら



手続きはこちら
2月6日(月)から

市民課、税務課、各支所の窓口では、コンビニ交付サービスと同じ操作で証明書を取得できる「らくらく窓口証明書交付サービス」が利用できます。

機械の操作に不慣れな人でも、職員がサポートしながら、コンビニ交付サービスの使い方を体験できます。詳細は各窓口の職員にお尋ねください。

※手数料は、窓口で取得する場合と同じ金額です。



マイナンバーカードはお持ちですか

市民課、各支所の窓口でカードの申請をサポートします。写真も無料で撮影します。

マイナンバーカード休日・時間外窓口

カードを早く受け取れるよう、休日・時間外窓口を開設しています。受け取りには予約が必要です。

📍 とき

2月12日(日)・26日(日) 午前9時～正午
1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水) 午後8時まで

※3月以降の日程はお問合せください。

☎ 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

マイナポイントも

市役所本庁・各支所に「マイナポイント休日・時間外支援窓口」を設置しています。

📍 とき

2月12日(日)・26日(日) 午前9時～正午
1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水) 午後8時まで

※波野支所は予約が必要です。

📍 必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・カードの 利用者証明用の暗証番号(数字4桁)
- ・カードと紐づけする口座がわかるもの(通帳など)
- ・キャッシュレス決済サービス

☎ まちづくり課 22-3318
内牧支所 32-1111
波野支所 24-2001

20歳になったら国民年金

☎ 22-3145 国保・年金係 課 ほけん

ポイント

➤ 将来の大きな支えに

国が責任をもって運営するため、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

➤ 老後のためだけのものではありません

国民年金は、老後に受け取ることができる老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障がいが残ったときに受け取ることができます。

遺族年金は、年金加入者が死亡した場合、その年金加入者により生計を維持していた遺族が受け取ることができます。

国民年金は、老後の暮らしをはじめ、病気や事故で障がいを負ったとき、家族の働き手が亡くなったときにみんなで暮らして支え合うしくみです。20歳以上60歳未満の全ての人加入し保険料を納めることが義務付けられます。20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金保険料の支払い

令和4年度の国民年金の保険料は月額16,590円です。

※ 保険料をまとめて前払いすると、割引が適用されます。

納付書(コンビニでも可)・口座振替・クレジットカードでの支払い方法が選べます。

▶ 学生納付特例制度

学生は本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予されます。学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(就業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する人が特例の対象です。

▶ 納付猶予制度

学生ではない50歳未満の人で、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に保険料が猶予されます。

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れることがあります。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

8020 達成おめでとうございます

☎ 健康増進課 母子保健係 ☎ 22-5088



と口の健康習慣事業の一環として行われた、高齢者の良い歯のコンクールにおいて、今年度8020を達成した35人が阿蘇郡市歯科医師会から表彰を受けました。

8020とは80歳になっても自分の歯を20本以上保っていることです。通常大人の歯は親知らずを除いて28本あります。そのうち20本以上自分の歯があればほとんどの食べ物を噛み砕くことができ、おいしく食べられるとされています。

氏名	行政区
坂梨 多恵子	北2区
小林 明美	古神1区
平山 眞喜子	古神2区
釣井 賢	分1区
釣井 敏子	分1区
西村 ヒサ子	分1区
佐藤 和男	桜町
武田 イチヨ	古城5の2区
堀 テルミ	古城7区

氏名	行政区
松田 ルリ子	下西河原
石井 たかお	内牧1区
益富 武志	内牧2区
村上 道治	内牧2区
濱 咲子	内牧4区
下城 信行	西湯浦
亀井 幸子	本村
佐藤 清子	西町
津留 フヨ子	西町

氏名	行政区
佐藤 トメコ	竹原
蔵原 フジ	蔵原
市原 純一	坊中
呂本 エツ子	南黒川
永野 ツヨ子	南黒川
嶋村 征司	北黒川
塚本 光	乙姫
市原 美江子	乙姫
橋本 恵美	永草

氏名	行政区
古島 幸子	永草
本田 睦子	赤水
河本 花子	赤水
山内 恵子	狩尾3区
赤迫 美智代	赤仁田
岩下 平助	遊雀
山口 ユキ子	遊雀
岩下 和海	中江

※ 敬称略

体の健康はお口の健康から

自分の歯を少しでも長持ちさせるために、大人はもちろん、歯が生え始める乳幼児期から正しいお口の手入れの習慣を身につけましょう。

歯の本数が減ったとしても入れ歯を入れたり、残った歯を大切に保ってけば食事でも進み元気に過ごすことができます。毎日の食事を味わっておいしく食べることは心と体の健康を保つための第1歩です。

お口の健康を守るために

- ♡ よくかんで食べる
- ♡ おやつは決まった時間に決まった量を食べる
- ♡ おやつを選ぶときは糖分が多いお菓子や飲み物なるべく控える
- ♡ 毎食後に丁寧に歯磨きをする
- ♡ 半年に1回を目安に定期的に歯科健診や歯石除去などを受ける



正しいお口の手入れの習慣を！



くまもと障がい者スポーツ大会 参加者募集

全 国障がい者スポーツ大会の予選会を兼ねた本大会の参加者を募集しています。

とき・競技種目 (日程変更の可能性あり)

4月23日(日)

水泳・フライングディスク

5月21日(日)

陸上・ボウリング・卓球・ポッチャ

参加資格

年齢 13 歳以上 (令和5年4月1日現在) で県内在住または県内の施設・学校などに在籍していて次のいずれかに該当する人

- ▷ 身体障害者手帳の交付を受けた人
- ▷ 療育手帳の交付を受けた人またはそれに準ずる障がいのある人
- ▷ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた人またはそれに準ずる障がいのある人 (卓球競技のみ参加可能)

申込締切 3月6日(月)

主催 熊本県・熊本市

申し込み・問い合わせ

〒 福祉課 総合福祉係 ☎ 22-3167

いろいろな情報をお届け。

くまもとの インフォ メーション



手話奉仕員養成(研修) 講座 受講者募集

聴 覚障がい者の社会参加と自立の促進に必要なコミュニケーション支援を行う「手話奉仕員」を養成する講座受講者を募集します。

講座内容と日程

▷ 入門課程 (17回)

4月7日(金)~8月4日(金)

▷ 基礎課程 (28回) 入門課程履修者

9月1日(金)~令和6年3月29日(金)

※ いずれも毎週金曜日、午後7時~午後9時

ところ 阿蘇市農村環境改善センター

受講料 無料 (テキスト料は8千円程度)

申込み 直接、会場でテキスト料を添えてお申し込みください。

〒 (財) 熊本県ろう者福祉協会

☎ 096-383-5587

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

幅広く取り扱っております お気軽にご相談下さい

完全予約制

相談料 / 30分 5500円

受付 / 9:00~17:30 (土日祝休)

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



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



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

阿蘇神社楼門工事現場 素屋根内見学会

倒壊した国指定重要文化財阿蘇神社楼門の組立が進み、素屋根内で全容が見えるようになりました。これまでの復旧支援へのお礼として楼門組立工事現場を特別公開します。入場は無料です。

とき 3月5日(日)～12日(日)

午前9時30分～午後4時30分

見学内容 素屋根内

- 1階は見学自由
- 2階以上は現地
受付・ガイドつき



阿蘇神社 ☎ 22-0064

農業委員・農地利用最適化推進委員募集

農業委員・農地利用最適化推進委員の任期満了に伴い、新たに委員を募集します。

【農業委員】 募集人数 19人

農業に関する識見を有し、農地利用の最適化推進など職務を適切に行うことができる人

【農地利用最適化推進委員】 募集人数 21人

農地利用の最適化推進に熱意と識見を有する人

募集期間 4月3日(月)～4月28日(金)必着

任期 3年(令和5年7月20日～令和8年7月19日)

応募方法 必要書類を事務局へ郵送または持参

※両委員とも破産からの復権や禁錮刑(執行猶予含む)が終わっていない人は応募できません。

※提出された書類をもとに、選考します。

※必要書類についてはお問い合わせください。

阿蘇農業委員会事務局 ☎ 22-3254

税金は納期限までに納付を

納期限までに税金が完納されないときは、納期限の翌日から完納の日までの日数に応じ、下記に示す期間ごとの率の延滞金が加算されます。

無駄な負担を増やさないよう市税などは納期限内に納付してください。納期限内に納付できない場合は税務課までご相談ください。

延滞金の割合

▷納期限の翌日から1カ月以内 **2.4%**

▷納期限の翌日から1カ月経過後 **8.7%**

市税の納付は口座振替が便利です

納期限日に、金融機関の口座から自動的に振替されるので、市役所や金融機関などに行く手間が省けます。

口座振替にできる税

個人市県民税(普通徴収) 固定資産税
軽自動車税 国民健康保険税

取扱金融機関

肥後銀行 熊本銀行 熊本県信用組合
JA阿蘇 ゆうちょ銀行・郵便局

振替の開始

金融機関に提出された月の翌月以降の納期分から

手続の方法

市内の金融機関に「阿蘇市市税等口座振替依頼書※」が備えつけてありますので納税通知書、預貯金通帳、通帳届出印を持参の上、必要事項を記入・捺印し、金融機関に提出してください。

※市外の金融機関には備えつけてありませんのでご連絡ください。依頼書をお送りします。

阿蘇市税務課 収税係 ☎ 22-3148

見え方・聞こえに関するお悩みがありましたら、お気軽にご相談ください。ご家族からのご相談も大歓迎です。



国内唯一の眼鏡の国家資格
1級眼鏡作製技能士

阿蘇唯一の
認定補聴器技能者

- すべての人に適切な眼鏡・補聴器提供を目指し、豊富な知識、優れた技術でメガネ・補聴器を作製いたします♪
- 自分自身の生活環境やご予算に合わせてメガネ・補聴器が選べます♪
- 補聴器の無料試聴や無料貸し出しも実施中♪



めがね・補聴器・時計・宝飾
あそしな時計店

金・プラチナ・貴金属
使わなくなった、金フレーム・アクセサリで

メガネ・補聴器
がお求め頂けます。

熊本県阿蘇市一の宮町宮地1943-2

TEL FAX **0967-22-3619**

携帯電話 **090-4678-2995**

広告

廃棄物の不法焼却は法律で禁止されています

☎ 市民課 生活衛生係 ☎ 22-3135

廃棄物(ごみ)の不法焼却は法律で禁止されています。

違反者は5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはこの両方が科せられます。さらに法人には両罰規定(違反した従業員とともに法人も罰する規定)で3億円以下の罰金が科せられます。

* 家庭用の焼却炉のほとんどは、基準を満たしていませんので、使用できません。

不法焼却はなぜ禁止

通常の焼却は、燃焼温度が低いため燃やすものによってはダイオキシン類などの有害化学物質が発生し、人体や自然環境に深刻な影響を与えてしまいます。その他、火災を引き起こす危険性も考えられます。

また、例外規定であっても周辺の生活環境への配慮が必要であり、悪臭や煙害により近隣の住民から苦情などがある場合は、軽微な焼却とは認められていません。

焚き火など軽微なものでも周辺への配慮が必要です▶

不法焼却禁止の例外規定

以下のような場合は、例外として焼却が認められています。ただし、燃やす量や風向き、時間帯を考えて周りに迷惑(煙・臭い)を掛けないように必要最小限に行ってください。

- ▶ 風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な焼却(どんど焼きなど)
- ▶ 農業・林業または漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却(焼き畑、畔の草および下枝の焼却など)
- ▶ 日常生活を営む上で通常行われる焼却であって軽微なもの(キャンプファイヤー、暖をとるための焚き火など)



阿蘇ファームステイ受入家庭募集

市や関係団体で構成された阿蘇地域農泊推進協議会では、修学旅行で阿蘇を訪れる小中高生などを対象にファームステイ(宿泊体験)を提供しており、現在、一緒に活動する受入家庭を募集中です。

子どもたちと行う体験内容は、季節ごとの農作業や郷土食づくり、地域の散策などさまざまです。興味のある人はお気軽にお問合わせください。



☎ (公財)阿蘇グリーンストック ☎ 32-3500

養護老人ホーム あそ上寿園

養護老人ホームとは？

現在置かれている環境では生活が難しく、経済的に困窮している65歳以上の高齢者が市町村長の措置によって入所できる施設です。



お酒の悩みごと、福祉の困りごとなどありませんか。お悩みや不安など、お電話等で承っております。お気軽にご相談ください。

入所ご希望の方は住所地の市町村へお尋ねください。

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

広告

「熊本いのちの電話」 相談員養成講座募集

悩める人に寄り添う電話相談。あなたの優しさをボランティアに活かしませんか。

講座期間 令和5年5月～令和6年3月

時間 毎週火曜日 午後6時30分～午後8時30分

ところ 熊本 YMCA 本館
(熊本市中央区段山本町4-1)

年齢 20歳～70歳

費用 22,000円(学割あり)

申込 & 問合せ先

☎ 熊本いのちの電話事務局

☎ 096-354-4343

(平日午前10時～午後5時)



「熊本いのちの電話」 オンライン講演会

自殺を考えてしまうほど追い詰められた時、人はどんな気持ちになるのでしょうか。自分自身のため、周りの人々のため、学びを深めてみませんか。要予約、参加費無料。

演題 「自殺に傾くひとへの理解」

講師 札幌医科大学医学部
神経精神医学講座主任教授 河西千秋氏

ところ 熊本市民会館シアーズホーム夢ホール
大会議室 または オンライン (ZOOM)

参加者 会場 100人 オンライン 400人 (先着)

申込み QRコード・ホームページ・事務局へ電話

申込期間 3月23日(木)まで

☎ 熊本いのちの電話事務局

☎ 096-354-4343

(平日午前10時～午後5時)



申込みはこちら

阿蘇市教育支援センター「ほっとスクールASO」

市では、さまざまな理由で登校できない小中学生を対象に相談活動や支援を行う教育支援センター「ほっとスクールASO」を旧中通小学校に設置しています。

どんなところ？

学校に思うようにいけない小・中学生が一時的に通所する施設です。同じような悩みをもつ仲間との交流も。いろいろな活動を通して不安を軽くし、一人一人の自立に向けて支援していきます。



教育相談

保護者を対象とした相談活動を行っています。1人で悩まず早めにご相談ください。

とき 毎週火曜日
午後1時～午後3時

☎ 市教育委員会 ☎ 22-3229
ほっとスクールASO ☎ 22-1955



大阿蘇病院 介護医療院

介護医療院とは、医療と介護が必要な高齢者のために作られた、新しいタイプの長期療養・生活施設です。

- 医療**・・・医師・看護師が健康管理を行い安らかな生活を目指します。
- 介護**・・・利用者の自立支援を考え利用者に応じた介護を行います。
- 生活**・・・明るく家庭的でプライバシーを重視した環境を提供します。

2022年
8月1日
OPEN



法律相談 ※要予約

【民事・家事・刑事など】

とき 2月2日(木)・3月2日(木) 午後1時～午後4時

【消費問題・不動産・土地・建物など】

とき 2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

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

年金出張相談 ※要予約

年金請求の手続きや受給している年金などについて相談できます。

一の宮保健センター 2月 6日(月)・20日(月)

農村環境改善センター 2月13日(月)・27日(月)

(いずれも午前10時～午後3時)

☎ 熊本東年金事務所 ☎ 096-367-2503

心配ごと相談 ※要予約

日常生活の悩み、心配ごとに関する相談。

とき 2月2日(木)・16日(木)・3月2日(木)

ところ 阿蘇保健福祉センター

(いずれも午前10時～正午)

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

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をサポート。

とき 2月8日(水)・22日(水) 午前10時～午後3時

ところ ハローワーク阿蘇

☎ たまな若者サポートステーション

☎ 0968-74-0007

あそカフェ

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 2月 8日(水)

波野保健福祉センター 2月10日(金)

(いずれも午前10時～正午)

☎ 阿蘇市地域包括支援センター ☎ 32-5122

子育て相談 ※要予約

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 2月3日(金)・17日(金)・3月3日(金)

午前9時～午後2時

ところ 一の宮保健センター

☎ 健康増進課 ☎ 22-5088

障がい者相談 ※要予約

障がい者の就業や生活に関する相談。

とき 2月21日(火) 午前10時～正午

ところ 市役所北側別館議員控室

☎ 福祉課 総合福祉係 ☎ 22-3167



塗装・防水工事・メンテナンス

井上 株式会社

〒869-2302

熊本県阿蘇市三久保448番地22

web <https://www.aso-inoue.com/>

E-mail info@aso-inoue.com



塗装内容

(屋根・壁・破風板・軒天・塀・建具・他)

防水内容

(雨漏れ調査・屋上・ベランダ・コーキング・他)

— まずは、お見積を —

もしも 0967-32-1501

広告

お慶び ご寄付

米寿

(昭和 10 年 1 月生まれ)

氏名	(行政区)	氏名	(行政区)
宮崎 成子	(古神3区)	吉良 サエ子	(坊中)
坂梨 スヰエ	(古城1区)	中村 美智代	(坊中)
坂梨 ミヨ子	(古城1区)	黒川 菊代	(南黒川)
渡邊 スミ子	(古城2区)	松本 克巳	(乙姫)
安田 一美	(内牧1区)	橋本 君子	(永草)
中嶋 ヤエ子	(成川)	奥田 光子	(赤水)
小島 良邦	(西小園)	梅井 悦子	(赤水)
井 利子	(原の口)	中村 ヨシ子	(車帰)
廣石 ノシ子	(山田)	釣井 キメ	(赤仁田)
家入 頼子	(西町)	飛田 祖久美	(赤仁田)
渡邊 静雄	(西町)		

寄付

(12月31日受付分まで)

阿蘇市社会福祉協議会(香典返し)

寄付者	続柄	物故者	(行政区)
和田 つよ子	亡夫	七男	(北2区)
伊藤 京子	亡義母	ミヨカ	(塩塚)
甲斐 義則	亡父	進	(古城2区)
井野 孝義	亡妻	マチ子	(古城3の1区)
高橋 睦男	亡母	スヨ子	(古城5の2区)
森 千春	亡義姉	美枝子	(内牧1区)
高宮 サヨ	亡夫	今朝秀	(黒流町)
小野 秀信	亡母	ヒサ子	(小野田町)
板井 勝美	亡父	新作	(元黒川)
古吉 テイ子	亡夫	秀敏	(黒川千丁)
城 一郎	亡伯母	チヨノ	(小地野)
高日 るみ子	亡夫	徳光	(坂の上)

赤ちゃん

(12月31日受付分まで)

赤ちゃん	誕生日	パパ・ママ	(行政区)
北迫 蒼ちゃん	11月27日	新太郎・麗	(東2区)
若宮 壮助ちゃん	11月27日	弘明・亜由美	(宇土)
古木 景翔ちゃん	11月28日	孝徳・千富美	(分2区)
林 秀光ちゃん	11月30日	貴峰・友喜	(西3区)
西名 瑛斗ちゃん	12月10日	純一・瑛美	(宇土)
田口 結誠ちゃん	12月11日	仁士・結以	(北1区)
後藤 陽乃ちゃん	12月17日	翼・麻美	(古城4区)
柴田 六花ちゃん	12月18日	裕介・愛	(成川)
坂井 栗ちゃん	12月20日	勇太・美咲	(古神3区)

結婚

(12月31日受付分まで)

夫	妻	(行政区)
栃原 慎二	岩下 宏美	(内牧1区)
渋谷 匠	上野 有佳里	(元黒川)

1月号寄付欄に名前の誤りがありました。
訂正してお詫びいたします。

正 筑紫 一雄 正 西村 岩實
誤 筑紫 一雄 誤 西村 岩實



人の動き

(12月31日時点)

	人口	(男性)	(女性)	世帯
人数・世帯数	24,751人	11,695人	13,056人	11,553世帯
前月比	47人減	17人減	30人減	25世帯減

(12/1 ~ 12/31)

出生	死亡	転入	転出
14人	42人	53人	67人

内科 循環器科 腎臓内科 人工透析 在宅支援診療所

会長 坂梨俊彦 院長 後藤昌希 の新体制となりました。

循環器内科専門医 二人による 心臓リハビリテーション

及び心機能を中心にすえた 人工透析 に力を入れてまいります。



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番地2

☎0967-24-6262

広告

病院機能評価認定が更新されました

当 院は、安全・安心、信頼と納得の得られる質の高い医療サービスの効率的な提供に病院全体で取り組んでいます。

その活動の状況・特徴について、第三者による評価（日本医療機能評価機構）による審査を受け、このたび基準を達成しているとして、認定が更新されました。

【審査日】 令和4年9月14日・15日

【認定期間】 令和5年1月4日
～令和10年1月3日

【認定区分】 主たる機能：一般病院1
機能種別版評価項目 3rdG : Ver.2.0



病院機能評価とは

全国の病院を対象に、組織全体の運営管理および提供される医療について、公益財団法人日本医療機能評価機構が中立的・科学的・専門的な見地から評価を行うものです。

評価の対象領域は

国民が安全で安心な医療が受けられるよう、4つの評価対象領域を用いて、病院組織全体の運営管理および提供される医療について評価されます。

- 1 領域「患者中心の医療の推進」
- 2 領域「良質な医療の実践 1」
- 3 領域「良質な医療の実践 2」
- 4 領域「理念達成に向けた組織運営」

院長報告

令和4年9月14日・15日に、日本医療機能評価機構の認定更新に係る機能評価を受審しました。その結果、令和5年1月4日に認定証の交付を受けました。平成30年1月の認定に次いで2回目、認定期間は令和10年1月3日までとなります。

前回は熊本地震直後の受審準備でしたが、今回は新型コロナウイルス感染症対応と並行して令和4

年5月から準備作業となりました。コロナ禍で職員にも陽性者が確認される中、入退院管理・救急外来・ワクチン接種などの業務が逼迫した状況で準備に追われるなど、職員に負担を強いることもありましたが、医療の質を確保する上で必須の課題として取り組んでもらいました。

今回の受審では、医療の質、医療安全、感染制御、チーム医療など、

多くの項目で機能の充実が図られていると認定され、中でも特徴的取組事項の「災害時対応」に関しては高い評価を受けました。

政策医療を担う地域の拠点病院として、医療の質と機能を更に向上市させるため、今後も継続的な改善活動に取り組み、患者さんに満足いただける病院づくりを目指してまいります。

「ちやわんあらいをしたよ」

阿蘇小学校 1年
小野 佑晟ゆうせい

あのね、このまえひとり
でさらあらいをしました。は
じめました。パパとママ
は、だいたいのおしごとにい
きました。だから、ママのい
もうとのななちゃんがきて
くれました。

ママがつくってくれたこ
はんを、ななちゃんとたべま
した。おいしくて、いっぱい
たべました。たべおわって、
ふたりでかたづけをしま
した。ぼくがあらって、なな
ちゃんがふくことにしまし
た。せんざいをスポンジにつ
けて、さらをこすりました。
あわがでてきました。おみず
でながしたら、きれいになり
ました。さわったら、つるつ
るでした。そしてかわかすい
れものにいれました。

おしごとがおわったので、
ねました。
つぎのひのあさ、おきたら
パパとママがかえってきて
いました。ななちゃんは、マ
マとこうたいしてかえって
いました。

ぼくがあらったさらをみ
て、ママは、
「すいご。」
と、いいました。パパも、
「ゆうせいがんばっている
から、きょうは、パパもてっ
だよ。」

と、いいました。うれしくて、
またちやわんをあらおうと
おもいました。はじめてして
みたけど、うまくできまし
た。だからじぶんでもできる
んだとおもいました。
いつもは、パパだけだいいこ
うにいくけど、ママもいった
のでちよっとさみしかった
けど、ほめてもらってうれし
かったです。
そして、みんなであさごは
んをたべました。



先生からのコメント

一年生では、毎日「おうち
でがんばるカード」を記入し
て、毎日の準備チェックや家
でのお手伝いなどをしていま
す。その中では、いろいろな
お手伝いの話題が出てきま
す。みんなでそんなことを思
い出しながらくらしを綴って
みました。

なかでも、とてもうれしそ
うに伝えてくれたのがゆうせ
いさんでした。一人で茶碗洗
いできたこと、そしてそれ
をお父さんお母さんにほめら
れたことで、次もまたしよう
とはりきっていました。

毎朝、登校班の集合場所へ
の見送りや、家に伺ったとき
に夜勤明けにもかかわらず、
快く対応してくださる姿に、
ゆうせいさんを取り巻くご家
族の絆の深さを垣間見てきま
した。ゆうせいさんも、家の
人がお仕事をがんばられる姿
をしっかりと見ていて、ちゃん
と留守番ができていることに
も感心させられました。

書いた綴りは、学級で紹介
していきます。ゆうせいさん
がうれしそうにがんばる様子
が、学級の仲間にも伝わって
いくのが楽しみです。

令和3年度 阿蘇市人権作文集「かけはし」より ※学年は令和3年度時点。

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に
仲人にご相談下さい

☎096-327-9541 結婚相談所ムスベル

ASO 田園空間博物館（道の駅阿蘇）

ごくらくぜんじ 極楽禅寺

私

たちASO田園空間博物館は、設立当初から「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と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るのが地域資源である「サテライト」です。「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。現在、98のサテライトが登録されており、市民の皆さまとともに将来につないでいくための活動を行っています。

今回は、かつて阿蘇家の女性の菩提寺だったという極楽禅寺さんです。副住職の林貴峰さん夫妻に話を聞きました。極楽禅寺は曹洞宗のお寺で、阿蘇神社は七つのお寺で守られていましたが、明治の廃仏毀釈令はいぶつぎよくなどを経て、現在は裏鬼門に当たる極楽禅寺のみが残っています。

曹洞宗として350年近い歴史を

持つこのお寺も、阿蘇神社と同様に平成28年の熊本地震では大変な被害を受けました。不思議なことに、この地域で大きな被害があったのは、地域の心よりどころであった阿蘇神社と極楽禅寺のみ。民家などはほとんど被害がなく、地域の人は「神様仏様のおかげ」と言っています。

震災から6年の時を経て、令和4年4月にすべての修復を終えた極楽禅寺。身近なお寺であるようにとさまざまに取り組みをしています。

まずは鐘撞ぎ。余韻が残る鐘の音を聞くといういろいろなことを思い出し、不思議な気持ちになりました。毎日夕方5時ですが、それ以外の時間でも希望すれば体験可能とのこと。

禅寺といえは思い浮かぶのは坐禅ざぜんでしょうか。40分間、坐蒲ざぶと呼ばれるものに足を組んで座り、無の心で一点を見つめます。目は閉じず



副住職の林貴峰さん



寺の境内



茶道も体験できる



座禅のようす

極楽禅寺

住所 阿蘇市一の宮町宮地3032

電話 22-0743

開けたまま、視点を動かさないとのこと。坐禅は広々と美しい本堂で。畳敷きで冬でも安心です。写経だけでなく写仏も体験できます。時間は約1時間ほど。心穏やかに集中できます。

その他、茶道(表千家)にお華(池坊)など日本文化の体験もできます。広々としたお寺の本堂でゆっくりと心と身体をほぐしながら、

日常や子育てのことなど、おしゃべりするだけでいい気分転換になりそうです。本来お寺とはそのように、人々が気軽に立ち寄り、心を落ち着ける場所であったのだと気づかされます。

たくさんの人との交流を楽しみにされている極楽禅寺。こころは、阿蘇の「極楽禅寺」で新しい体験と出会いを経験してみませんか？

サテライト募集中!

ASO田園空間博物館では、サテライトを募集しています。興味のある団体・地域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
☎(05)5077

NEWS

JAF主催の「JAF会員が選ぶイチオシ道の駅ブランドランプリ2022」で、道の駅阿蘇が「特産品部門」「グルメ部門」「九州沖縄第2位」「県別総合投票数」熊本県1位に選ばれました。

令和4年10月1日から11月20日の期間中、九州・沖縄のJAF会員優待契約のある道の駅103駅の中から、JAF会員が投票しました。道の駅阿蘇の熊本県1位は7年連続。

山本章夫理事長は「景観の良さや新鮮な野菜、阿蘇ならではのお弁当などが評価につながり、大変うれしい」と話しました。



左から2人目が山本理事長

子ども食堂 市内でも



▲くまモンも登場 (c)2010 熊本県くまモン 令和4年12月10日撮影

子どもに食事を提供する子ども食堂が市内でも広がっています。昨年12月10日には、農村環境改善センターで阿蘇燦・すまいる食堂が開催されました。寡婦やひとり親世帯の支援のため阿蘇壱番屋と阿蘇市母子寡婦福祉連合会が共催。日田市の人気店のカレーや、野菜、米などを45人に無償で提供しました。くまモンも登場し、参加した小学1年生は「楽しかった」と笑顔を見せました。

1月11日には、社会福祉法人まどか会が子ども食堂を開催。同法人は昨年9月、宮地保育園に隣接する民



▲手作りの弁当を受け取る子ども

家を改修してチルドレンセンターを開設し、毎月2回、子供たちに約90食分の弁当や食材を無償で提供しています。この日は、企業などから提供を受けた食材や、同法人が購入した食材をボランティアが調理。事前に申し込んだ子どもたちに手渡しました。

三村理事長は「貧困対策のためだけの場所ではなく、地域をつなぐ居場所にしていきたい。みんなで集まって宿題をしたり、ごはんを食べたりできる場所になれば」と今後の抱負を話しました。

薬物乱用防止に貢献



▲釣井賢さん

薬物乱用防止に功労があったとして厚生労働省から感謝状を受けた釣井^{まさる}賢さん(分1区)が、1月12日、市長に受賞を報告しました。

釣井さんは現在まで30年以上にわたり、阿蘇地区の薬物乱用防止指導員として街頭や学校での啓発活動に取り組んできました。

長年にわたり教育に従事



▲表彰状を受け取る阿南前教育長

阿南誠一郎前市教育長が瑞宝双光章を受章し、12月15日、市長に報告しました。

阿南さんは阿蘇郡内の小学校や県教育委員会での勤務を経て平成24年に市教育長に就任。令和3年に退任するまで、小中学校の統廃合など教育行政に尽力しました。

地方自治の発展に功績



▲故高宮今朝秀さんのご家族

故高宮今朝秀さんが旭日単光章を受章し、12月15日、市役所で伝達式が行われました。

高宮さんは平成14年から平成27年までの3期12年にわたり旧阿蘇町議会議員として、合併後は阿蘇市議会議員として活躍。地方自治の発展への貢献が認められました。

夜空に浮かぶランタン



▲ 空に浮かぶランタン

12月10日～11日、光と音楽、グルメのイベント「阿蘇カルチャーナイト in 内牧温泉」が阿蘇中央公園で初めて開催。電灯入りのランタンが夜空に浮かべられました。公園内はライトアップされ、音楽とともに華やかな空間が創り出されました。会場にはキッチンカーも出店。2日間で1,500人が来場し、冬の阿蘇を楽しみました。

貫通石と難関突破だ



▲ 貫通石のお守りを手にする波野中の生徒

昨年9月に貫通した国道57号滝室坂トンネル避難坑(4,898メートル)の貫通石を入れたお守りが、受験を控えた中学3年生を支えます。貫通石に「意志石」を貫く「難関突破」への思いが込められています。波野中、一の宮中、阿蘇中をそれぞれトンネル工事を担当する業者が訪れ、生徒に直接お守りを手渡しました。

阿蘇中3年生の石部結愛さんは「将来は人とかかわる仕事がしたい。お守りをポケットにいれてがんばりたい」と話しました。

全国大会出場者と結果

ラグビー

第102回全国高等学校 ラグビーフットボール大会

遠藤 廉士

(熊本工業高3年 / 阿蘇中出身)

工藤 雅也

(熊本工業高1年 / 阿蘇中出身)

駅伝

女子第34回全国高等学校 駅伝競走大会

古木 愛莉

(ルーテル学院高2年 / 一の宮中出身)

男子第73回全国高等学校 駅伝競走大会

坂田 創史

(出水中央高2年 / 阿蘇中出身)

井島 真遥

(熊本工業高3年 / 阿蘇中出身)

校外でボランティア



▲ 募金を呼びかける生徒たち

12月19日・20日の2日間、市内の商業施設で阿蘇中学校環境ボランティア委員会、教職員、学校運営協議会委員らが「赤い羽根共同募金活動」を実施しました。

地域貢献活動の一環として生徒が発案。集まった43,320円は赤い羽根共同募金会に贈られました。

1月号「まちのわだい」に誤りがありました。訂正してお詫びします。

正 安部 武夫
誤 阿部 武夫

正 石井 高雄
誤 石井 高尾



新着案内

『イノチノウチガワ』

アリー・ファン・ト・リート 写真 ヤン・パウル・スクッテン 文 野坂 悦子 訳
 葉袋 洋子 訳 今泉 忠明 監修 (実業之日本社)
 X線写真で生き物にせまる科学とアートの融合。軽快な文章とともに、おとなも子どもも生き物の「中」を一緒に覗いてみませんか。



『江戸一新』

門井 慶喜 著 (中央公論新社)
 江戸が燃え尽きた「明暦の大火」。この大惨事に立ち上がった老中・松平伊豆守信綱は、町奴・花川戸の長兵衛を「斥候」として使いながら、「江戸一新」に乗り出し…。



『世界一簡単なしないレシピ』

ひろち 著 (KADOKAWA)
 包丁を使わない、火を使わない、洗い物が少ない！お店の味のような本格ごはんが、“しなない”の工夫で楽しく簡単においしく作れるレシピを紹介する。



『もしも彼女が関ヶ原を戦ったら』

眞邊 明人 著 (サンマーク出版)
 10万部突破のベストセラービジネス小説の第2弾。経営不振に陥った名門ゲーム企業の命運を握る極秘プロジェクトは、メタバース空間で行う関ヶ原の戦いだった。



『かいけつゾロリ きょうりゅうママをすくえ！』

原 ゆたか さく・え (ポプラ社)
 きょうりゅうをつかまえようとするモジャラの船が現れた！モジャラをあきらめさせるため、ゾロリが思いついた計画とは…。



『魔女のなみだのクッキー』

草野 あきこ 作 ひがし ちから 絵 (PHP 研究所)
 魔女から、食べると不幸な気持ちになる「なみだのクッキー」をもらったリコは、さみしい自分の気持ちを伝えるため、おばあちゃんに渡そうと店へ行き…。



移動図書館

阿蘇・一の宮地区

(2月3日 金・3月3日 金)

西役犬原公民館 10:00～10:10
 ▼
 竹原公民館 10:15～10:30
 ▼
 坊中公民館前 10:40～10:55

赤水駅前 11:15～11:25
 ▼
 宮本酒店前 (車帰) 11:35～11:45
 ▼
 坂梨公民館 15:15～15:25

波野地区

(2月8日 金・3月8日 金)

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。

あなたの健康が 大好きです



医療法人社団 坂梨会 介護老人保健施設 愛・ライフ内牧 ☎ 0967-32-5511

広告

ホウレンソウの みぞれ和え

器提供：阿蘇如月窯

材料 (4人分)

ホウレンソウ 2束	ニンジン 1/3本
ダイコン 1/2本	リンゴ 1/8個
ちりめん 20g	砂糖 大さじ1と1/2
塩 小さじ2/3	酢 大さじ4
だし汁 大さじ1	

作り方

- 1 ホウレンソウは、塩を入れたお湯でゆで、3cm位に切る。
- 2 ニンジンも千切りにして湯通し、ちりめんも湯通しする。
- 3 ダイコンはおろして軽くしぼり、調味料を混ぜる。
- 4 リンゴは芯を取り縦半分にして薄切り(2ミリ位)にする。
- 5 ボウルにホウレンソウ、ニンジン、ちりめん、りんごを入れ③で和える。



食改冒から一言



旬を迎え甘味が増した冬野菜をたっぷり使った料理です。

ホウレンソウなどの青菜は、酢に長くつけると変色します。食卓に出す直前に調味料と和えることで、きれいなホウレンソウの緑を楽しめます。

☎ 健康増進課 ☎ 22-5088

おたより

実家のある阿蘇からは離れて暮らしていますが、阿蘇に帰りたいと毎日思うほど阿蘇が大好きです^^

(玉名市・れあちゃんママさん)

▶れあちゃんママさんおたより第一号ありがとうございます。阿蘇のことが大好きとのことで、とてもうれしくなるおたよりでした。

いつか阿蘇に帰って来られる日が来るといいですね。

皆さまからのご意見・感想を募集しています。疑問に思っていることや読みたい記事、取り上げてほしい人、みんなに見てほしい素敵な写真など、なんでも構いません。

「おたより」フォームから投稿できます。

*投稿の内容や紙面の都合により掲載できない場合もあります。



「おたより」
フォーム

編集後記

「広報誌は緩急がだいじ」と聞いたので、今月から緩めの編集後記を書いてみます👉もちろん誌面は「全力の急」でがんばります。「編集後記とはいえ緩すぎる👎」と思ったら、上記のおたよりフォームで教えてください👉あまりに緩いのはさすがに上司が許してくれないとは思いますが👎

2月 CALENDAR

在 = 休日在宅医
 診療時間：午前9時～午後5時
 保険証・お薬手帳をご持参ください。
 相談に関する詳細は22ページに掲載

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QRコードを参照➡)



日	月	火	水	木	金	土
1/29	1/30	1/31	1 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 17:15~20:00	2 心配ごと相談 10:00~12:00 法律相談 13:00~16:00 阿蘇保健福祉センター	3 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	4
5 在 坂梨ハート クリニック ☎ 24-6262	6 年金出張相談 10:00~15:00 一の宮保健センター	7 7~8ヶ月児健診 R4.6生 9:00~ 一の宮保健センター	8 あそカフェ 10:00~12:00 阿蘇保健福祉センター あそ若者しごと相談会 10:00~15:00 ハローワーク阿蘇 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 17:15~20:00	9	10 あそカフェ 10:00~12:00 波野保健福祉センター	11 在 たくもと小児科 クリニック ☎ 34-2202
12 在 栗林内科医院 ☎ 24-1024 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 9:00~12:00	13 年金出張相談 10:00~15:00 農村環境改善センター	14 4ヵ月児健診 R4.9.16-10.15生 9:00~ もうすぐ1歳健診 R4.3生 13:10~ 一の宮保健センター	15 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 17:15~20:00	16 法律相談 9:30~12:00 心配ごと相談 10:00~12:00 阿蘇保健福祉センター 住民税・国保税申告受付(一の宮地区) 北側別館大会議室	17 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	18
19 在 眼科 古嶋医院 ☎ 34-0008	20 年金出張相談 10:00~15:00 一の宮保健センター	21 障がい者相談 10:00~12:00 北側別館議員控室 3歳児健診 R1.6.1-R1.8.15生 13:00~ 一の宮保健センター	22 あそ若者しごと相談会 10:00~15:00 ハローワーク阿蘇 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 17:15~20:00	23 在 家入整形外科 ☎ 32-0048	24 住民税・国保税 申告受付 (一の宮地区) 北側別館大会議室	25
26 在 古閑医院 ☎ 22-3000 マイナンバーカード 休日・時間外窓口 9:00~12:00	27 年金出張相談 10:00~15:00 農村環境改善センター	28 1歳6ヶ月児健診 R3.6.21-7.5生 8:40~ 一の宮保健センター	3/1	3/2 心配ごと相談 10:00~12:00 法律相談 13:00~16:00 阿蘇保健福祉センター	3/3 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター 住民税・国保税 申告受付 (阿蘇地区) 農村環境改善 センター農事研修室	3/4
	住民税・国保税申告受付(一の宮地区) 市役所北側別館大会議室		住民税・国保税申告受付(波野地区) 波野支所会議室			

阿蘇 広報あそ 2023年2月号 No.217

発行 / 阿蘇市役所 熊本県阿蘇市一の宮町宮地504番地1 TEL0967-22-3111 FAX0967-22-4577
 編集 / 総務課秘書広報係 印刷 / 株式会社つるばやし印刷 熊本県阿蘇市一の宮町宮地527番地2

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

阿蘇市Instagram
<https://www.instagram.com/asostagram/>

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

