

阿蘇

広報あそ

October
10

2024 No.237

第12回 大阿蘇元気ウォーク 2024





第12回 大阿蘇元気ウォーク 2024

阿蘇市内を歩くイベント「大阿蘇元気ウォーク2024」が9月7日と8日に開催されました。市内外から2日間で合計1,901人が参加し、秋空の阿蘇路を楽しみました。

① 秋晴れの下、水を掛け合うこどもたち。 ② コース上の休憩所ではキュウリやトマトも振る舞われた。キュウリを食べるこども。 ③ 中通古墳群を歩く。 ④ 「えいえいおー」。出発前に気合を入れる。 ⑤ ⑥ ⑦ 主催者が準備した水のほかにも、コース上には湧き水が点在。熱中症対策も万全。 ⑧ 田園風景を歩く。 ⑨ ゴールした参加者にはかき氷が振る舞われた。 ⑩ ごみを拾い集める参加者も。





10月から始まります

新型コロナウイルス感染症 予防接種

健康増進課 ☎ 22-5088

新 型コロナウイルス感染症は令和6年4月から予防接種に自己負担が必要なB類疾病に位置づけられました。令和6年度からはインフルエンザ予防接種同様に秋冬の定期接種で実施されます。

持参品

保険証
母子健康手帳（18歳以下）
問診票（各医療機関にあり）

接種期間

10月1日
▼
令和7年3月末まで

必ず確認

- ☞ 主な副反応として、接種後に注射した部分の痛み、疲労、頭痛、筋肉や関節の痛み、寒気、下痢、発熱などがみられ、まれに重篤な症状を引き起こす場合があります。
- ☞ その他の予防接種との接種間隔に制限はありません。

分類	対象者(阿蘇市に住民票がある人)	接種回数	自己負担額 ※
定期接種	65歳以上の人 60~65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活を極度に制限される人、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な人(身体障害者障害程度等級1級相当)	1回	2,100円/回 接種代金 15,300円のうち国・市が 13,200円を助成。 生活保護受給者 無料
任意接種	12 ~ 65歳未満で上記に当てはまらない人	1回	12,500円/回 接種代金 15,300円のうち市が 2,800円を助成。

※ 領収書などによる費用の払い戻しはできません。

接種できる医療機関(要予約)

阿蘇やまなみ病院 ☎ 22-0525	小野主生医院 ☎ 32-0039	波野診療所 ☎ 24-2203
一の宮整形外科 ☎ 22-3911	間端内科 ☎ 32-0102	上村医院 ☎ 35-0336
大阿蘇病院 ☎ 22-2111	協胃腸科 ☎ 32-2500	阿蘇立野病院 ※ ☎ 68-0111
古閑医院 ☎ 22-3000	坂梨ハートクリニック ☎ 24-6262	※ 市外局番 0967 が必要
松見内科クリニック ☎ 22-0260	阿蘇医療センター ☎ 34-0311	
阿蘇温泉病院 ☎ 32-0881	市原胃腸科外科 ☎ 34-1211	

定期接種の人で上記医療機関以外で接種を希望する場合は、事前に健康増進課までお問い合わせください。

流行に備えましょう

インフルエンザ

予防接種

健康増進課 ☎ 22-5088

季 節性インフルエンザは、毎年初冬から春先に流行します。予防接種で感染を防ぐことはできませんが、発症や重症化を防止する有効な手段のひとつです。

持参品

保険証
母子健康手帳（18歳以下）
問診票（各医療機関にあり）

接種期間

10月1日 ▶ 12月末

必ず確認

- ☞ 接種後は、接種部位が腫れたり、熱が出るなどの症状が出ることや、まれに重篤な症状を引き起こす場合があります。
- ☞ その他の予防接種との接種間隔に制限はありません。

分類	対象者(阿蘇市に住民票がある人)	接種回数	自己負担額
定期接種	65歳以上の人 60~65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活を極度に制限される人、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な人(身体障害者障害程度等級1級相当)	1回	1,200円/回 接種代金4,070円のうち市が2,870円を助成。 領収書などによる費用の払い戻しはできません。
任意接種	3~65歳未満で上記に当てはまらない人	希望に応じて1~2回※	生活保護受給者 無料

※2回接種する場合は、3~13歳未満は2~4週間、13~65歳未満は1~4週間の間隔をあげましょう。
13歳以上の人は、医師が必要と認める場合を除き原則1回の接種です。

接種できる医療機関(要予約)

阿蘇やまなみ病院 ☎ 22-0525	小野主生医院 ☎ 32-0039	たくもと小児科クリニック ☎ 34-2202
一の宮整形外科 ☎ 22-3911	問端内科 ☎ 32-0102	波野診療所 ☎ 24-2203
大阿蘇病院 ☎ 22-2111	脇胃腸科 ☎ 32-2500	上村医院 ☎ 35-0336
古閑医院 ☎ 22-3000	坂梨ハートクリニック ☎ 24-6262	阿蘇立野病院※ ☎ 68-0111
松見内科クリニック ☎ 22-0260	阿蘇医療センター ☎ 34-0311	
阿蘇温泉病院 ☎ 32-0881	市原胃腸科外科 ☎ 34-1211	

※市外局番0967が必要

定期接種の人で上記医療機関以外で接種を希望する場合は、事前に健康増進課までお問い合わせください。

10月20日(日)に市内各地を巡回します

狂犬病予防注射



狂犬病予防注射の巡回接種を次の日程で行います。今年度、注射を受けていない生後91日以上の犬は必ず受けてください。未登録の犬は接種会場で登録できます。この機会に登録してください。

日時		場所	料金(1頭あたり)	
10/20 日	9:00 ~ 9:10	市役所波野支所	登録(生涯に1回) ▷ 新規登録料 3,000円	予防接種(年1回) ▷ 注射代 2,800円 ▷ 注射済票代 500円
	9:20 ~ 9:30	すずらん公園休憩所		
	9:50 ~ 10:05	坂梨公民館	【未登録の犬の注射】 ①登録料+②注射代+③注射済票代 = 6,300円	
	10:15 ~ 10:25	就業改善センター		
	10:40 ~ 10:50	古城公民館		
	11:00 ~ 11:10	中通公民館	【登録済の犬の注射】 ②注射代+③注射済票代 = 3,300円	
	11:20 ~ 11:30	山田公民館		
	12:40 ~ 12:55	市役所内牧支所	 狂犬病は、ほぼすべての哺乳類に感染する病気であり、国内での発症や蔓延を防止するため、法律で義務付けられている注射です。違反した場合は、20万円以下の罰金が課せられます。	
	13:05 ~ 13:15	狩尾2区公民館		
	13:25 ~ 13:35	大阿蘇環境センター未来館		
	13:50 ~ 14:00	子育て支援センター駐車場		
	14:15 ~ 14:30	眼科古嶋医院東側駐車場		
	14:40 ~ 14:50	市コミュニティセンター(役犬原)		
	15:00 ~ 15:15	市役所本庁		

必ず予防注射をしましょう

- 最寄りの接種場所以外でも予防注射を受ける事ができます。
- 今年度すでに接種している場合は、今回の接種対象になりません。
- 犬の死亡、譲渡などにより登録犬を飼育しなくなった場合は、市民課までご連絡ください。
- 巡回日に接種できない場合は、動物病院や獣医師に直接依頼し、必ず接種を受けてください。(診察代などは、各動物病院でご確認ください)
- 飼い主の責任で犬を制御してください。制御できない場合は、会場での接種をお断りする場合があります。
- 阿蘇市ではマイクロチップ情報の登録とは別に、狂犬病予防のための犬の登録がこれまでどおり必要です。



☎ 市民課 生活衛生係 ☎ 22-3135



LINE



阿蘇温泉病院
はじめました
ID「@644wqdey」

阿蘇温泉病院の診療日程やお知らせや
イベント情報、休診の案内など最新情報
をお届けします！



広告

今年度
最後の
健診

秋の住民健診が始まります

☎ 健康増進課 ☎ 22-5088

年に1回、健診を受けて自分の体や生活習慣を見直すきっかけとしましょう。お得に健診が受けられるこの機会にぜひご受診ください。

健診日	健診実施場所
10月15日(火)	阿蘇体育館
16日(水)・17日(木)	一の宮体育館
18日(金)	波野保健福祉センター
19日(土)	中通体育館
11月4日(月)	一の宮保健センター
5日(火)～7日(木)	阿蘇体育館
8日(金)	赤水公民館



行政区ごとに健診日・場所・受付時間を設定しています。

詳しくは市ホームページ

必ず確認

- ▶ 初めて健診を希望する人や、お手元に健診セット(問診票など)が届いていない人は、健康増進課までご連絡ください。
- ▶ 今年度20～49歳になる女性(S50.4.2～H17.4.1生)は、指定医療機関で子宮頸がん検診が受けられます。希望する人は事前に健康増進課に申し込んでください。
- ▶ 今年度すでに受けた健診項目は受けることができません。

これだけの負担で健診できます

健診名 (健診項目・内容)	対象者	自己負担額	実際にかかる健診料金	
30歳代健康診査 診察、血液・尿検査、心電図など	阿蘇市国保加入者で今年度30歳～39歳になる人 ※妊娠している人は受診できません。	500円	9,350円	
特定健康診査 診察、血液・尿検査、心電図など	阿蘇市国保加入者で今年度40歳～74歳になる人 ※妊娠している人は受診できません。	500円	9,350円	
後期高齢者健康診査 診察、血液・尿検査など	後期高齢者医療加入の人 ※医師の判断で心電図も実施	800円	10,285円	
大腸がん検診 2日分の便検査	40歳以上の人 ※事前に検便容器が必要です。	300円	1,870円	
肝炎ウイルス検診 これまでに受診した人は対象外です	40歳以上の人(今年度41歳・46歳・51歳・56歳・61歳・66歳・71歳になる人は無料)	400円	2,530円	
前立腺がん検診 採血	50歳以上の男性	300円	1,760円	
腹部超音波検診 上腹部の検査	30歳以上の人 ※妊娠している人は受診できません。	600円	3,740円	
肺がん検診 レントゲン・結核検査	40歳以上の人 ※妊娠している人は受診できません。	300円	2,200円	
胃がん検診 バリウム検査	40歳以上の人 ※妊娠している人は受診できません。	700円	5,500円	
乳がん検診 40歳以上の人 どちらかを選択	乳房超音波検査	30歳以上の女性	400円	3,300円
	乳房レントゲン検査 マンモグラフィ	40歳以上の女性 ※妊娠している人は受診できません。 S58.4.2～S59.4.1生まれの人は無料	800円	5,500円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性(H15.4.2～H16.4.1生まれの人は無料)	600円	5,170円	

がんになっても 自分らしく生きるために

がんは、日本人の2人に1人が生涯で経験するといわれている身近な病気です。
がんと向き合いながらも、自分らしさを大切にできる環境を整えるための取り組みが広がっています。

がん相談支援センターへご相談ください

阿蘇医療センターに設置されているがんに関する相談窓口です。がん相談の研修を受けた医療ソーシャルワーカーや看護師などがさまざまな不安や悩みについてお話を伺い、「その人らしい生活や治療の選択」ができるようにお手伝いをします。

- ・ **面談日** 月曜日～金曜日(祝日を除く)
- ・ **時間** 午後2時～午後4時30分
- ・ **ところ** 阿蘇医療センター 1階内視鏡室横相談室
- ・ **問合せ** ☎ 34-0311

阿蘇医療センターは 熊本県がん診療連携拠点病院です

がん診療連携拠点病院は、どこに住んでいても質の高いがん医療が受けられるように、がん診療の拠点として指定されている病院です。阿蘇医療センターでは抗がん剤治療が受けられるほか、がん相談支援センターの設置、多職種による緩和ケアチームの活動などを行っています。

がんサロン「笑がお」を開設しています

がん患者の人や家族を対象としたサロンです。阿蘇医療センターの専門職によるミニ講座のほか、茶話会も開催しています。 ところ：阿蘇医療センター1階講堂

- 10月9日(水)** 午後2時～午後3時 ミニ講座:「お薬との付き合い方」 + 茶話会
- 12月11日(水)** 午後2時～午後3時 ミニ講座:「筋肉と運動について」 + 茶話会
- 2月12日(水)** 午後2時～午後3時 ミニ講座:「がん治療中の食事の工夫」 + 茶話会



左：がん化学療法看護認定看護師
右：がん専門相談員

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

阿蘇市がん患者アピアランスケア推進事業

がん治療をしている人の治療と社会生活の両立、療養生活の質の向上を図るために、ウィッグ（医療用かつら）などの購入費用の一部を助成します。



市ホームページ

アピアランスケアとは？

がんやがんの治療による外見の変化に対し、“その人らしい”生活を過ごせるよう心身の健康をサポートするためのケアです。

助成対象者

次の項目のすべてに当てはまる人が対象です。

- ・阿蘇市民
- ・がんと診断され、がん治療などに起因する脱毛により補整具を購入した人
- ※ 令和6年4月1日以降に購入したものに限りです。
- ・過去に同種の助成を受けていない人
- ・市税などの滞納がない人

申請方法

必要書類をもって健康増進課窓口へお越しください。

助成対象となる補整具

- ・ウィッグ（かつら）
- ※医療用、医療用以外を問わない
- ・装着用ネット
- ・毛付き帽子

助成金

助成対象経費の **2分の1** の額
上限 **20,000円** (1,000円未満切捨て)

申請期限

対象となる補整具を購入した翌日から1年以内

必要書類

- ① 申請書（健康増進課窓口または市ホームページからダウンロードできます）
- ② 申請者の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）
- ③ **がんの治療を受けたことまたは受けていることが確認できる書類**（診断書、お薬手帳、治療説明書、治療計画書、診療明細書など）
- ④ **補整具を購入したときの領収書とその明細書**（宛名、購入日、購入金額、購入名目、金額の内訳と領収書発行者の名称の記載があるもの）
- ⑤ **振込口座番号が確認できるもの**（通帳・キャッシュカード）
- ⑥ 申請者の印鑑

阿蘇唯一の認定補聴器技能者
国内唯一の眼鏡の国家資格
1級眼鏡作製技能士
メガネ・補聴器でお困りの方へ
「ご自宅・入居施設・企業様などへ」出張訪問致します
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 携帯電話 09046782995 訪問対応可
補聴器を使うことで脳に音を届けましょう！
音は脳で聞いています。
補聴器の使用は脳の活動を活発に促します。補聴器を使用していない難聴者は、使用している難聴者と比較して、「物忘れがひどくなる」などの認知症へのリスク度が高くなると報告されています。
参考文献：Compared with normal hearing, increased risk of dementia* Lin et al.(2011)
ご存知ですか？
難聴が認知症の原因に！
難聴を放置した場合の認知症リスク
標準的な聴覚 軽度の難聴 中度の難聴 重度の難聴
2倍 3倍 5倍
正常な聞こえの脳 難聴の脳
音の刺激で活性化している状態 音の刺激が少ない状態
*認知症のリスクは軽減されます。無料出張サービスあり

より便利に

企画財政課 企画調整係

☎ 22-3204

そもそも乗合タクシーって何？

- ・「公共交通機関がない地域」と「公共施設や商店街、医療機関のあるまちなか」（宮地・内牧・坊中）を結ぶ公共交通機関です。
- ・運行日や運行時間が決まっており、利用する際は事前に予約が必要です。
- ・利用者が乗り合っていくことになり、料金も定額で安心して利用できます。

利用方法

予約の電話をする



お知らせ端末でも簡単にできます

- 予約の電話では、
- 住所 ● 名前
 - 乗車日 ● 乗車時間
 - 行き先 ● 乗車場所などを伝えます。

乗車場所で待つ



運行時間前に、予約時に伝えた乗車場所でお待ちください。

タクシーに乗る



- 乗車したら、
- ① 名前、行き先を伝えます。
 - ② 料金を払います（前払い）
 - ③ 最後に降りる人は、タクシーメーターの料金を確認し、書類にサインします。

波野地域、坂梨・分地域で

乗合タクシーの運行が始まります

10月から路線バス「うぶやま環状線」が廃止されることに伴い、波野地域と宮地地域、坂梨・分（わかれ）地域と宮地地域を結ぶ公共交通として予約制乗合タクシーを導入・拡充します。ご利用の際は、運行曜日・運行時間・予約の方法などを利用ガイドでご確認ください。

※ 祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は運行しません。大雨、台風、大雪等で自然災害が見込まれる場合は、運行しない場合があります。

予約時間	運行時間		料金	予約電話番号
	地域発	街中発		
1-2便 前日17:00まで 3-4便 運行2時間前まで	1便 7:50頃 2便 9:00頃 3便 13:30頃 4便 16:30頃	1便 7:40頃 2便 12:40頃 3便 17:50頃	150円～300円	090-8764-5151
1便 前日17:00まで 2-3便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 13:30頃 3便 16:30頃	1便 12:40頃 2便 17:50頃	150円～250円	090-8764-5151
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 12:40頃	1便 12:00頃 2便 15:00頃	800円	090-8764-5151
1-2便 前日17:00まで 3-4便 運行2時間前まで	1便 8:30頃 2便 9:30頃 3便 13:00頃 4便 17:00頃	1便 8:00頃 2便 11:30頃 3便 12:50頃 4便 16:00頃	200円～350円	090-8764-5151
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 13:00頃	1便 11:30頃 2便 15:30頃	200円～500円	090-8764-5151
1-2便 前日17:00まで 3-4便 運行2時間前まで	1便 7:30頃 2便 8:30頃 3便 13:30頃 4便 17:30頃	1便 7:00頃 2便 8:00頃 3便 13:00頃 4便 17:00頃	600円～750円	090-8764-5151
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 12:00頃	1便 11:00頃 2便 15:00頃	200円～250円	090-4350-7826
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 13:00頃	1便 11:00頃 2便 15:30頃	350円～450円	080-6477-8064
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 8:15頃 2便 12:00頃	1便 11:40頃 2便 15:00頃	800円	080-6477-8064
1-2便 前日17:00まで 3-4便 運行2時間前まで	1便 8:00頃 2便 10:00頃 3便 13:15頃 4便 16:00頃	1便 11:00頃 2便 12:15頃 3便 14:00頃 4便 16:30頃	150円～450円	090-4350-7826
1-2便 前日17:00まで	1便 8:30頃 2便 11:00頃	1便 12:00頃 2便 15:30頃	600円	090-6477-8064
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 13:00頃	1便 11:30頃 2便 15:30頃	200円～600円	090-6477-8064
1便 前日17:00まで 2便 運行2時間前まで	1便 9:00頃 2便 13:00頃	1便 13:30頃 2便 15:00頃	400円～450円	下記記載※

乗合タクシー一覽 (令和6年10月1日から)

地区	地域	行先	行政区	運行日						
				月	火	水	木	金	土	日
一の宮地区 波野地区 (6 路線)	古城地域	宮地	古城1区、古城2区、古城3の1区、古城3の2区、古城4区、古城5の1区、古城5の2区、古城6区、古城7区、片隅	○	○	○	○	○	○	
	中通地域	宮地	原口、上井手、下井手、中原、西井手、上西河原、下西河原、東下原、西下原		○			○		
	荻の草地域	宮地	荻の草、舞谷	○		○		○		
	坂梨・分地域	宮地	古閑、神石、福岡、上町、東仲町、西仲町、下町、桜町、福原、馬場、豆札、分1区、分2区、分3区	○	○	○	○	○	○	○
	古神地域	宮地	古神1区、古神3区		○		○			
	波野地域	宮地	檜木野、赤仁田、小園、小地野、笹倉、坂の上、大道、立塚、横堀、遊雀、中道、山崎、仁田水、中江、滝水	○	○	○	○	○	○	○
阿蘇地区 (6 路線)	鍋釣線地域	内牧	南宮原、湯浦 西湯浦、西小園	○	○	○	○	○		
	永草地域	内牧	永草、枳	○		○		○		
	深葉地域	内牧	深葉		○		○			
	赤水方面	内牧	赤水、車帰、的石、跡ヶ瀬、狩尾2区、狩尾3区、折戸、内牧5区の一部	○	○	○	○	○	○	○
	茗ヶ原地域	内牧	茗ヶ原	○				○		
	永水方面	坊中	永草、枳、赤水、車帰、上西黒川、下西黒川、乙姫		○		○			
一の宮地区 阿蘇地区	原の口・鷺の石地域	宮地 内牧	原の口、鷺の石			○		○		

※ 原の口・鷺の石地域 予約電話番号 ■ 4・5・10・11

いろいろな情報をお届け。

くましの インフォ メーション



参加無料

クリエイターキャリア形成セミナー

市の誘致企業による Web デザイン、グラフィックデザイン、CG・映像クリエイターの仕事に関するキャリア形成セミナーが開催されます。

コロナ禍を経て働き方が多様化した現代、デジタル・クリエイティブの仕事はその働き方の選択肢の豊富さから、非常に注目されている業界です。当日は制作物の実例も紹介しながら、業界のことや、就職するための方法なども紹介します。

とき 10月26日(土)
午後1時30分～午後2時30分

ところ ASO&Co.(阿蘇市内牧290-2)

申込み メールで事前に申し込みが必要です。
✉ kumamoto@dhw.co.jp

☎ まちづくり課 ☎ 22-3318

自死遺族交流会(かたらんね)開催

大切な人を自死で亡くした人たちの交流会です。
申込は不要です。

とき 10月19日(土)
午前9時30分～午前11時30分

ところ ウェルパルクまもと 3階 すこやかホール

対象 自死遺族の人のみ

☎ 県精神保健福祉センター
☎ 096-386-1166

令和6年度採用 阿蘇広域行政事務組合職員募集

募集期間 10月21日(月)～11月8日(金)

試験日 11月23日(土)

試験区分

▷ 一般事務(高卒程度・1人程度採用)

平成11年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた人が対象

▷ 介護士・支援員(高卒程度・2人程度採用)

昭和49年4月2日以降に生まれた人で、介護福祉士の資格または介護福祉士の受験資格を有する人が対象

▷ 看護師(資格免許職・1人程度採用)

昭和49年4月2日以降に生まれた人で、看護師または准看護師の資格を有する人が対象

* 詳細は、阿蘇広域行政事務組合ホームページ(10月上旬)でお知らせします。

☎ 阿蘇広域行政事務組合
事務局 総務課 人事係
☎ 24-5111



詳しくはこちら

第6回地域セミナー オンライン (Zoom)

「アルコール依存症を理解する・支える」
～在宅支援の現場から～

令和6年11月30日(土) 10:00～12:00 (入室9:45)

講演: まつお不動産株式会社 代表取締役 松尾 実様
講演: 特定非営利活動法人 ブルー・スカイ 理事長 榮 時弘様

孤立しがちなアルコール依存症者の在宅(アパート)生活を支え続けておられる熊本と鹿児島のお2人に、それぞれの先駆的な取り組みの状況を、在宅支援の現場からお話しいたします。

ID : 839 7662 9803
パスコード : 12345

右のQRコードから入れます



参加費無料です。
どなたでもどうぞ

主催: 社会福祉法人致知会
養護老人ホームあそ上寿園

問合せ先: 〒869-2226 阿蘇市乙姫1600番地1
TEL 0967-32-5501

広告



福の神大黒天さん出土30周年感謝祭

福の神大黒天さんが平成7年に出土して30年を迎えるのに合わせ、感謝祭を開催します。参加は無料で定員は50人程度です。

福の神大黒天さんとは？

内牧温泉の近くに鎮座する福の神大黒天さんは約350年前に作られました。昔の宝くじを手にしており、今でも訪れた人々に笑顔を届けています。

福の神大黒天さん出土30周年感謝祭

- とき** 11月17日(日) 午前9時～正午
- ところ** 内牧1区公民館
- 日程**
- 午前 9時 受付
 - 午前 9時40分 福の神大黒天さん参拝
 - 午前10時30分 湯浅陸雄さん講話
 - 午前11時 大道芸ショー

☎ 寺本 ☎ 090-7458-4880

市立小中学校スクールバス等運行管理業務 公募型プロポーザルを実施します

阿蘇市立小中学校スクールバス等運行管理業務について、公募型プロポーザル方式による提案を募集します。募集内容は市ホームページに掲載しています。詳しくは教育課学務係までお問い合わせください。

☎ 教育課 学務係 ☎ 22-3229



市ホームページ



10月は里親月間 里親制度を知っていますか？

里親制度は、子どもの幸せや
社会の未来に大きく関わる重要な制度です

それぞれの事情で親と離れて暮らす子どもたち。日本には約4万2千人、熊本には約650人います。そうした子どもを自分の家庭に迎え入れ、さまざまなサポートを受けながら養育するのが「里親制度」です。この制度は、ボランティアではなく一定期間子どもを養育する児童福祉法に位置付けられた公的なものです。

熊本県の里親委託率は、数字が出されている全国の70ある自治体の中で67番目の低さです。理由の一つは里親が不足しているからです。

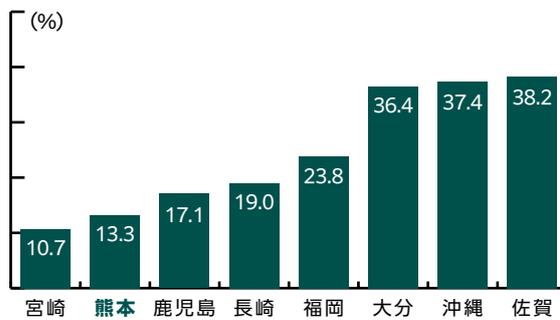
里親制度の社会的認知度は低く、多くの人に制度のことを知ってもらう必要があります。この機会に「里親制度」について詳しく聞いてみませんか？

☎ 慈愛園乳児ホーム養育家庭支援センター-きらきら ☎ 096-383-8100



慈愛園乳児ホーム

九州各県の里親等委託率(令和3年度末)



資料：令和3年度福祉行政報告例

阿蘇市戦没者追悼式

先の大戦の戦没者の御霊へ追悼の誠を捧げるとともに、恒久平和の誓いを次の世代へと継承するため、阿蘇市戦没者追悼式を執り行います。ご参列の際は献花を一輪ご持参ください。

とき 10月24日(木) 午前10時開式

ところ 阿蘇体育館

☎ 福祉課 ☎ 22-3167

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 10月7日(月)・21日(月)

農村環境改善センター 10月28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

債務整理相談会

債務整理後の生活やこれからの債務整理についての電話無料相談所。

とき 10月12日(土) 午前11時～午後2時

相談電話番号 096-364-0800 (当日のみの番号)

☎ 司法書士 鶴田政輝 ☎ 096-247-6571

法律相談 ※要予約

【民事・家事・刑事など】

とき 10月3日(木)・11月7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 10月17日(木) 午前9時30分～正午

ところ いずれも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

無料登記相談所 ※要予約

熊本地方務局職員による土地・建物等の売買・贈与・相続などの登記に関する無料の登記相談所。

とき 10月21日(月) 午前10時30分～午後3時
(正午～午後1時を除く)

ところ 阿蘇市役所2階会議室

予約先・問合せ 熊本地方務局 阿蘇大津支局
☎ 096-293-2272

(音声案内②を押し、阿蘇市相談予約とお申出ください)

*熊本地方務局阿蘇大津支局では、電話・ウェブによる不動産登記に関する手続案内(要:事前予約)を実施しています。詳しくは同支局へお電話ください。

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 10月4日(金)・18日(金)・11月1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

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 10月3日(木)・10月17日(木)・11月7日(木)
午前10時～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

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 10月9日(水)

波野保健福祉センター 10月11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

ジョブカフェ阿蘇ランチ ※要予約

無料の就労相談所。どなたでも利用できます。

とき 平日 午前10時～午後5時

ところ 阿蘇地域振興局

☎ ジョブカフェ阿蘇ランチ

☎ 22-8178



お慶び ご寄付

米寿

昭和11年9月生

氏名 (行政区)

くどう つねと
工藤 常人 (北1区)

くぼ ぜんいち
久保 善一 (西2区)

いとう こういちろう
伊藤 弘一郎 (古神2区)

かわばた ただよし
川端 忠義 (古神3区)

いちほら えつ
市原 恵津 (分2区)

よしだ こういち
吉田 興一 (下町)

のなか けさつぐ
野中 今朝次 (内牧3区)

かい こうこ
甲斐 公子 (小里)

まつもと かずこ
松本 和子 (西湯浦)

いわした スエオ
岩下 スエオ (折戸)

かわづ スズ子
河津 スズ子 (南黒川)

とよだ もとむ
豊田 求 (枳)

おぎもと みえこ
小座本 美江子 (赤水)

いわせ ぜんき
岩瀬 善喜 (横堀)

寄付

8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

ほんだ ほなみ 叔母 迫ミよ子(町2区)

やまぐち みつる 夫 澄雄 (町2区)

あらかい かずこ 夫 重信 (北1区)

うえの たくみ 父 吉浩 (古城1区)

わだ ふさ子 夫 基 (古城5の2区)

いの けさほる 父 壽雄 (古城6区)

たん けいすけ 母 サワ子 (西下原)

ふるしま テイ子 夫 秀人 (内牧1区)

ほんだ みほ 母 美志子 (内牧5区)

いわした エイ子 夫 義春 (上役犬原)

やまうち かつえ 夫 丸雄 (坊中)

もり カツヨ 夫 眞佐雄 (南黒川)

くらはら ルミ子 夫 順三 (上西黒川)

いわした ゆきもと 母 テル子 (坂の上)

結婚

8月31日受付分まで

夫 妻 (行政区)

かわかみ ともひろ 妻 坂本 南 (北2区)

たけはら ともひと 妻 波留 青依 (桜町)

かい しげる 妻 筑紫 景子 (西町)

みのもと たくし 妻 石本 愛佳 (下西黒川)

しばきた こうた 妻 松岡 吹雪 (乙姫)

赤ちゃん

8月31日受付分まで

赤ちゃん パパ・ママ (行政区)

い おと は けんしろう ももか (東3区)

井 陽音晴 健士郎・李花

きむら すず たくろう あやか (西仲町)

木村 鈴 拓郎・彩香

GUPTA あんじゅ ANJU (小里)

あーゆしゅ さるべしゅ SARVESH KUMARI

なかむら くるみ こうじ まみ (西小園)

中村 くるみ 光志・真実

はたなか ゆい ゆうき せいか (道尻)

富中 柚衣 裕樹・聖佳

さとう まな ともかず みさ (蔵原)

佐藤 真菜 友和・美沙

わたなべ つむぎ こういちろう りり (蔵原)

渡辺 紬希 浩一郎・瑠理

わたなべ ほとわ たくみ えみり (坊中)

渡邊 蛭都和 卓実・映美里

人の動き

(8月31日時点)

	人口	(男性)	(女性)	世帯
人数・世帯数	24,215人	11,460人	12,755人	11,745世帯
前月比	25人減	17人減	8人減	4世帯増

出生	死亡	転入	転出
10人	34人	59人	46人

(8/1~31)

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

お悩みの際には

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)

TEL 0967-32-3363

金婚夫婦表彰式

9月7日、結婚50年を祝う第66回熊日金婚夫婦表彰と阿蘇市金婚夫婦表彰式が開催されました。昭和49年に結婚した74組の夫婦に熊日新聞社と阿蘇市から表彰状と記念品が贈られました。



金婚夫婦氏名	行政区
田島 今朝信・ひさみ	(北2区)
森永 照正・洋子	(北2区)
佐藤 敬治・のび代	(北2区)
望月 清治・君代	(北2区)
井 重徳・せい子	(東3区)
甲斐 信夫・千美江	(西1区)
塚本 幸吉・洋子	(西2区)
田中 正成・たつ子	(古神3区)
畠山 誠太郎・澄子	(古神3区)
村山 捷彦・八重子	(分1区)
下村 和男・きよみ	(分1区)
高木 九州男・日出子	(古閑)
高木 正明・祐子	(古閑)
江藤 義幸・富美子	(古城1区)
後藤 幸男・とも子	(古城5の1区)
井野 今朝治・ひで子	(古城6区)
武下 博幸・イツ子	(東下原)
岩本 秀美・てい子	(西下原)
内田 孝昭・イス子	(内牧1区)
森 勇三・博子	(内牧1区)
宮崎 光吉・まさ子	(内牧1区)
杉島 末光・由貴子	(内牧2区)
佐渡 文明・いつ子	(内牧2区)
福岡 浩司・夏美	(内牧5区)
平野 諭・美智子	(内牧5区)

金婚夫婦氏名	行政区
山内 勝次・れい子	(南宮原)
大塚 幸矢・房子	(湯浦)
山口 正義・千賀子	(西湯浦)
緒方 光夫・洋子	(折戸)
渡邊 千秋・絹子	(宇土)
小井手 信夫・せい子	(小倉)
森本 榮二・みどり	(西小倉)
山本 眞一・みさ子	(西小倉)
村上 賢護・やす子	(小池)
橋本 繁輝・智津代	(黒流町)
坂梨 富男・美佐子	(今町)
大和 建一・とよ子	(今町)
佐藤 敬助・茂美	(下の原)
北里 五男・かすみ	(下の原)
嶋野 武輝・妙子	(小野田町)
蔵本 悦治・照子	(下役大原)
蔵本 哲治・けみ子	(下役大原)
森下 英徳・さなえ	(上役大原)
山口 征也・イセミ	(上役大原)
西村 晴男・富美枝	(竹原)
荒木 武幸・とき子	(竹原)
荒木 友治・豊子	(竹原)
竹原 長利・美信	(竹原)
松本 成一・マスミ	(蔵原)
大塚 進・アツ子	(蔵原)

金婚夫婦氏名	行政区
小野 孝行・和代	(蔵原)
中島 幹男・慶子	(坊中)
佐藤 敏次・ひさ子	(坊中)
池田 正二・豊子	(南黒川)
山口 幸二・美枝子	(南黒川)
宇野 良二・純子	(元黒川)
児玉 正孝・みどり	(元黒川)
志賀 今朝男・絹代	(乙姫)
清田 一也・美津代	(黒川丁)
島 勝文・則子	(枳)
山崎 量二・則子	(赤水)
坂田 富一・明美	(赤水)
草尾 正行・幸子	(狩尾2区)
草尾 安幸・順子	(狩尾2区)
草尾 幸隆・早百合	(狩尾2区)
佐藤 健二・今朝美	(狩尾2区)
下村 善計・松子	(狩尾2区)
中川 須雄・陽子	(狩尾2区)
江入 敏雄・つゆ子	(跡ヶ瀬)
家入 昭二・雅代	(的石)
釣井 静喜・けい子	(赤仁田)
阿南 忠治・せい子	(笹倉)
市原 憲昭・かずよ	(坂の上)
藤井 文人・鈴子	(中江)

— 新築・注文住宅・建て替え・リフォーム・リノベーション・土地探しのお手伝い —



SHIGA HOME

ASO HAPPY LIFE

医療とは違った視点で『住まいから考える健康住宅』
住む人が快適で、健康に暮らせる家づくりで街づくりを！



SHIGAHOME_ASO

インスタ更新中!

(有)南部志賀工務店(シガホーム) 〒869-2222 熊本県阿蘇市西町86-1 TEL:0120-931-403

広告

「五人家族の命」

一の宮中学校 1年

つるだ ちれん
鶴田 千連

僕には、今までで一番悲しい出来事が、今でも心の中に残っています。それは、僕が四年生の時に、いつも元気いっぱいだったお母さんが、突然心臓の病気で倒れて、令和三年一月十七日に天国に行ってしまったことです。

僕の家族は、いつもにぎやかで、とても楽しい家族でした。でも、僕はいつもお母さんとけんかをしていました。その時には怒って、よく「死ね」と言っていました。

だから、そのせいで本当に天国に行ってしまった、とずっと思っていました。今は、その言葉を軽く言ったことを、とても後悔しています。それから、言葉の重みを感じて、話すこともできないと思いが、

ら過ごしていました。そんな時、お父さんは何も言わずに、遊びに連れて行って、少しそのことを忘れることができず、少しそのことを忘れることができませんでした。それから学校でカウンセリングを受けました。それまでは、僕が「死ね」と言ったから、お母さんが天国に行ったと思っていました。僕が、なぜお母さんが病気で亡くなったのか、などを色々教えてもらえて、本当にホッとして、少し気持ちが楽になりました。でも、しばらくすると、やっぱりいつも心のどこかにそのことが浮かんできて、悲しくなってきました。少しずつ気持ちの整理ができ、六年生の二学期の頃には落ち着いてきました。

お母さんが天国に行ってから、今は、僕とお父さんとお兄ちゃんと弟の、男だけの四人家族です。それぞれに係があり、僕は料理係です。小さいころから、お父さんとお母さんに、たくさん料理を教えてもらっていました。だから、今はいろいろな料理を作れるようになりました。お父さんが、仕事をしながら家事をしてくれているので、僕が手伝うことで楽になってくれるからだと

と思ひ、頑張っています。今は僕が作った料理を、家族が「おいしい」と言ってくれるようになりました。今でも、いろいろな料理をお父さんが教えてくれています。だから、毎朝朝ご飯を作っています。

僕の将来の夢は、料理人になってみんなが笑顔になる料理を作ることです。たくさん料理を覚えて、いろいろな人たちを笑顔にして、いつかお母さんにも届いたらいいなと思っています。

これからも、けんかをしていた時に「死ね」とお母さんに言っていた言葉の重みを感じながら、そして「ごめん」と言えない思いを、心にしっかりと残しながら、生きていこうと思っています。

中学生になってからは、よく作文を書く機会があります。その時には、いつもお母さんに言っていたまっただいごい言葉が頭に浮かびます。だからこそ僕の悲しい出来事を伝えていきたいと思っています。何気ない一言が、つらい言葉になるってことを。

今、僕が生きているのはお母さんが見守っていてくれるからだと思ひます。だからこそお母さんの代わりに頑張って生きて、いつか胸を張って、「あの時はごめんね」と言いたいです。

先生からのコメント

千連さんは、いつも周囲の人達を明るい気持ちにさせるクラスのムードメーカーで、スポーツが大好きな元気者です。しかし、クラスミーティングを経て、自分の暮らしなどについて仲間打ち明けたあとに書いたこの作文は、千連さんのお母さんに対する思いや後悔していることなどが沢山詰まっており、普段見せない二面を垣間見ることが出来ます。家庭では毎日料理を作り、家族の「おいしい」という言葉にやりがいを感じているというエピソードから、食事を通して家族と繋がっていることが分かります。お母さんのことをきつかけに言葉の重みを感じた千連さんは、学校でも友達の手を傷つけるような言葉に対して注意したり、言葉一つを大切にしたりしている様子が伝わります。これからも料理人になりたいという将来の夢を叶えるために全力でサポートしていきます。

美容皮膚科

専用電話 096-288-6196

看護師カウンセリング無料

「お肌に関するご相談お聞かせください！」

ほくろ・イボ・シミ
美容点滴・医療脱毛

泌尿器科・腎臓内科

前立腺肥大

膀胱炎

前立腺癌

腎臓結石

尿漏

頻尿

血尿

性感染症

ED

薄毛

泌尿器科・腎臓内科・美容皮膚科・婦人科

くろかわクリニック

KUROKAWA CLINIC

当院HP ⇒ www.kurokawa-clinic.com

〒869-1102 菊陽町大字原水2912番地1

096-288-6185

宝くじ助成事業で 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、「枳区」「赤水区」にテレビ、エアコン、冷蔵庫、空気清浄機、音響機器などが宝くじ助成金により整備されました。

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、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているもので、今後「枳区」「赤水区」のますますの地域活性化が期待されます。

雄大な景色に歓声

波野保育園の園児たちがそば畑へ



◀◀ そば畑と園児たち

波野保育園の園児12人が9月13日、波野のそば畑を訪れました。園児たちは秋晴れの下で風に揺れる白いそばの花に「きれい」と歓声を挙げていました。広さ4ヘクタールほどのそば畑には700万本のそばの花が咲くとされており、多くの人が見物に訪れています。

県消防操法大会に出場 9分団5部と第12分団1部



▲ 第9分団5部



▲ 第12分団1部

8月25日、熊本県消防操法大会が八代市で開催されました。本市の予選を勝ち抜いた小型ポンプ車の部に第9分団5部(乙姫・下西黒川・黒川千丁)、ポンプ車の部に第12分団1部(内牧2区・内牧3区・内牧4区・小里)が出場しました。

内科 循環器科 腎臓内科 人工透析 在宅療養支援診療所 心臓リハビリテーション

看護師募集!

外来、病棟、訪問業務があり、希望の部署で勤務可能。

患者様のこころ(ハート)に寄り添うクリニックをモットーに共に働いて頂けるスタッフを募集しています。地域に密着したクリニックで熱意のある院長とともに一緒に働きましょう。

まずはご連絡下さい。

理事長・院長 後藤昌希



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

✉sakanashiheart.corporation@gmail.com



広告

テコンドーで活躍

全国大会入賞者が市長を訪問



▲ 賞状を手に笑顔の選手たち（詳細は下欄）

7月に埼玉県で開催された第17回全日本ジュニアテコンドー選手権大会で好成績を残した選手たちが9月4日、市長を訪問しました。キョルギ小学6年男子-33キログ級で優勝した阿蘇小6年の福島虎さんは「これからも挑戦者の気持ちを忘れずにがんばりたい。将来はオリンピックに出場して金メダルをとりたい」と抱負を語りました。

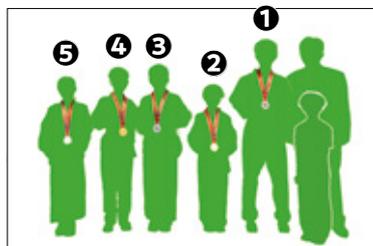
相撲で活躍

全国大会入賞者が市長を訪問



▲ 橋本さん（右）と森さん（左）

9月12日、相撲の全国大会で活躍した阿蘇中3年の橋本義成さんと阿蘇小4年の森元人さんが市長を訪問しました。橋本さんは8月に富山県で開催された全国中学校体育大会・相撲で準優勝、森さんは東京都で開催されたわんぱく相撲全国大会で4年生の部3位に輝きました。森さんは「来年は3位以上の結果を残したい」と話しました。



全国大会出場者と結果

テコンドー

第17回全日本ジュニアテコンドー選手権大会

※ プムセ…型、キョルギ…組手

【キョルギ小学6年男子-33kg級 1位】

④ 福島 虎 （阿蘇小6年）

【キョルギ小学3.4年女子-28kg級 2位】

⑤ 吉田 光里 （阿蘇西小4年）

【プムセ高校生男子有段の部 2位】

① 佐藤 響 （翔陽高2年 ※）

【キョルギ小学3.4年男子-24kg級 1位】

② 福島 輪 （阿蘇小3年）

【キョルギ小学5年男子+41kg級 2位】

③ 中川 優唯斗 （内牧小5年）

※ 一の宮中出身

ソフトボール

第24回全日本中学生女子ソフトボール大会

① 上野 葵衣 （阿蘇中3年）

② 松野 莉奈 （阿蘇中3年）

③ 岩下 明央 （阿蘇中3年）

④ 藤井 萌奈美 （阿蘇中3年）

⑤ 藤川 心彩 （阿蘇中2年）

⑥ 渡邊 陽菜玲 （阿蘇中1年）

⑦ 渡邊 桃花 （阿蘇中1年）

⑧ 友田 瑠美 （一の宮中3年）

⑨ 藤原 美桜 （一の宮中1年）

⑩ 高宮 侑奈 （波野中3年）

水泳

第78回国民スポーツ大会

【少年女子 A 50m 自由形】 【少年女子 A 100m 自由形】

① 中村 つばさ （九州学院高校2年/阿蘇中出身）



新着案内

『ころは今日も旅をする』

五木 寛之 著 (新潮社)

豊かな記憶の海へ、そしてまだ見ぬ明日へ、足腰は弱っても、ころは旅に遊ぶ。90歳を越えた作家・五木寛之が、時代や加齢に微笑んで応じる、一読痛快、五木流抱腹人生論。



『名探偵の有害性』

桜庭 一樹 著 (東京創元社)

かつて、名探偵の時代があった。令和の世になって突如、名探偵の弾劾が始まった。名探偵の助手だった鳴宮夕暮は、かつての名探偵・風とともに、過去の推理を検証する旅に出る。



『私はヤギになりたい』

内澤 旬子 著 (山と溪谷社)

万華鏡のように繁る植物をかき分け、今日もヤギとともに美味しい草を追う。酷暑と虫との格闘、迫る体力の限界。マイペースなヤギたちとの幸福な日々を綴るイラストルポ。



『本好きの下剋上 ハンネローレの貴族院5年生1』

香月 美夜 著 (TO ブックス)

「女神の化身」の親友であり、ちょっと気弱で間の悪いハンネローレが、婚約者を決めるために奔走する、時空を越えた恋愛バトルファンタジー。



『天国か？地獄か？』

粟生 こずえ 著 esk イラスト (ポプラ社)

お金がない。うなぎ屋さんでバイトする？それとも、ティッシュ配りのバイトをする？キミの選んだ結末は、天国か地獄か!? ひとつのお話で、正反対なふたつの結末が味わえる！



移動図書館

阿蘇・一の宮地区 (10月4日(金)・11月1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 (10月9日(日)・11月6日(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こともあります

おはなし会

おはなしボランティア『おはなしアップル』のおはなし会を開催します。参加は無料です。ぜひ、ご参加ください。

とき 10月26日(土) 午前10時30分

ところ 阿蘇図書館

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 <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

器提供：工房 花

材料 (5~6 皿分)

おから …… 200g	玉ねぎ …… 70g	人参 …… 50g
ごぼう …… 30g	蓮根 …… 30g	里芋 …… 50g
ちくわ …… 2本	コーン …… 30g	こねぎ …… 10g
塩 …… 適量	らっきょう酢 …… 25~40cc	水 …… 200cc
油 …… 大匙1		

玉ねぎ、人参は阿蘇市産を使用しました。

※市内の道の駅で購入。

作り方

- 1 玉ねぎ、人参、蓮根を幅3mmくらいの薄さに切る。ごぼうはささがきに切る。ちくわは半分に切り薄切りにする。こねぎは小口切りにする。
- 2 生の里芋を使う場合は皮をむき、たっぷりのお湯でゆでた後、小さめに切っておく。
- 3 フライパンに油を熱し、蓮根、人参、玉ねぎ、ごぼうの順で炒め、火が通ったら、ちくわ、里芋を入れ塩で調味する。
- 4 コーン、おから、水を入れ、野菜に火が通ったのを確認し、らっきょう酢を入れる。
- 5 味が全体に馴染んだら、こねぎを散らして完成。

WebTV アソ
動画

食改胃から一言

らっきょう酢を使うことで味付けが簡単になります。酢を使うので傷みにくくなり、常備菜にはもってこいです!餃子の皮に包んで揚げ焼きにすると、お弁当のおかずなどにも最適です!

夢を追いかけて

私は、将来、キャビンアテンダントになりたいです。理由の1つ目は沢山の場所を見て、色々な国の人と話したいからです。2つ目はお母さんや亡くなった祖父母が旅行が好きなので、今までお世話になった分、いろんな所へ飛行機で連れて行ってあげたいからです。そのために今頑張っていることは英語です。英検4級を10月に受験し、これからも上の級を目指して、英語が得意になりたいです。そして世界中の人を喜ばせたいです。

高江 咲良

たかえ さくら
阿蘇小学校・6年

夢を追いかける青少年の声を届けます



10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16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
9/29	9/30	1	2	3 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	4 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	5
6 在 阿蘇温泉病院 ☎ 32-0881 マイナンバーカード 休日窓口 (完全予約制) 9:00~12:00	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 R6.5.16-6.15生 9:00~ 7~8ヶ月児健診 R6.2生 9:00~ もうすぐ1歳健診 R5.11生 13:10~ 一の宮保健センター	9 あそカフェ 10:00~12:00 阿蘇保健福祉センター マイナンバーカード 時間外窓口 (完全予約制) 17:15~19:00	10	11 あそカフェ 10:00~12:00 波野保健福祉センター	12
13 在 たくもと 小児科クリニック ☎ 34-2202	14 在 市原胃腸科 外科 ☎ 34-1211	15 障がい者相談 10:00~12:00 市役所 2階会議室 3歳児健診 R3.1.21-3.10生 13:00~ 一の宮保健センター	16	17 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	18 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	19
20 在 一の宮整形 外科 ☎ 22-3911	21 年金出張相談 10:00~15:00 一の宮保健センター	22	23	24	25	26
27 在 松見内科 クリニック ☎ 22-0260	28 年金出張相談 10:00~15:00 農村環境改善センター	29	30	31	11/1 子育て相談日 9:00~14:00 一の宮保健センター	11/2
11/3 在 脇胃腸科 ☎ 32-2500	11/4 在 坂梨ハート クリニック ☎ 24-6262	11/5 7~8ヶ月児健診 R6.3生 9:00~ 一の宮保健センター	11/6	11/7 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	11/8	11/9

阿蘇 広報あそ 2024年10月号 No.237

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/>

