

五木村広報誌

自然が奏でる子守唄の里

五木
いつき

平成31年
2019.

4月号

むらのできごと

特集

五木中学校・五木東小学校 卒業式

九州チャレンジサイクル ロードレース2019



自然が奏でる子守唄の里

表紙：ゴール!!



五木中学校・五木東小学校 卒業式



卒業

おめでとう!



3月10日に中学校、20日に小学校の卒業式がそれぞれ各学校の体育館にて行われました。今年の卒業生は中学校8名(男子・2名、女子・6名)、小学校5名(男子・1名、女子4名)です。入場する卒業生は、保護者をはじめ在校生、先生、来賓の皆様からの大きな拍手で迎えられました。卒業証書授与では名前を呼ばれると壇上に上がり、1人ずつ校長先生から卒業証書を授与されました。

「門出の詩」で、涙を流し台詞を言えなくなった生徒の代わりに別の生徒が代弁した時、これまでの学校生活で積み上げてきた絆を感じることができ、とても素晴らしい卒業式になったと思います。皆さんのこれからの活躍をお祈りいたします。



九州チャレンジ サイクルロードレース 2019



緊張の一瞬



頭地大橋前



厳しいコースを走りぬぎました



壮絶なレースとなりました



多くの方が参加くださいました



表彰式



NTT西本提供によるライブ映像配信の様子

春の陽気に包まれた絶好のコンディションの中、「九州チャレンジサイクルロードレース2019」が、道の駅子守唄の里五木をスタート・ゴールとする特設コースで開催されました。

7回目となる今回の大会ですが、昨年に続き、2日間(3月16日・17日)にわたり開催され、東北から沖縄まで全国各地からのエントリーがあり、小学生のクラスを含む全18カテゴリーで382名の選手が出走しました。

注目のレースは、10・4 kmを4周と6・9 kmを4周(総距離69・2 km)する男子エリートコース。日ごろ鍛え抜いている選手でも、激しいアップダウンのコースに苦戦しているようでした。

この難コースを制し優勝した重満丈選手(鹿屋体育大学)には、チャンピオンの証である五木マイヨジョーヌシャツや五木温泉「夢唄」の1年間フリーパス券に加え、五木村らしい賞品として、原木の椎茸や、五木産米が贈られました。

また、道の駅周辺では出店もあり、選手や観客でにぎわいを見せていました。当日は、交通規制を実施し、皆さまには大変ご迷惑をおかけしましたが、ご協力ありがとうございました。



くねぶの生産拡大に向けて くねぶ植付講習会



熱心に講習を受ける参加者

3月11日に伝統文化伝承館及び高野のほ場で、くねぶの植付講習会が開催されました。講師として、球磨地域振興局農業普及・振興課の東参事から、参加者へ植え付け方や剪定のやり方など、一つ一つ丁寧に講習していただきました。また、現地実習では、実際に苗木を使って、穴を掘るところから植え付け、うさぎ対策の金網の設置まで、実践的な講習が行われました。質疑応答では、参加者から多数の意見も出され、くねぶの生産促進に向けて、大きな収穫となった一日でした。

くねぶと地域産物を活かした 第4回農林水産加工セミナー



楽しく調理する参加者

2月18日、保健センター調理室にて、農林水産物協議会主催による第4回農林水産加工セミナーが開催されました。今年度最後となる今回は、くねぶピューレを活かしたさまざまな加工試作の実習と今年度のまとめが(有)職彩工房たくみ代表の尾崎正利先生の指導のもと行われました。

当日は、14名の参加があり、講師の熱心な指導を受けながら楽しく調理が行われ、まとめでは、試作品の試食をした後、過去のセミナーを振り返りました。参加者からは、「おいしくできてよかった」「早速家で作ってみたい」「セミナーで学んだことを活かしていきたい」などの意見が寄せられ、好評のセミナーとなりました。

第2回観光地域づくりフォーラム



観光フォーラム

3月9日、あさぎり町須恵文化ホールにおいて、「第2回観光地域づくりフォーラム」が開催され、人吉球磨地域をはじめ県内から観光関係者約300名が出席しました。

日本遺産人吉球磨観光地域づくり協議会(松岡隼人会長・人吉市長)主催で、前回9月に続いて2回目の開催です。

人吉球磨の民間企業等に勤める若手メンバーが主体となって、どうすれば人吉球磨が観光で儲かるか経営目線で、昨年より議論、グループワークを深めてきた中、人吉球磨地域を観光で売り込んでいくための、新たなセーリングメッセージ「風水と祈りの浄化町 人吉・球磨」や統一ロゴマークの発表などが行われました。今後は、これらのメッセージとロゴマークを活用してのPR活動、商品開発など行われることとなります。

発表後は、パネルディスカッションが行われ、小野副知事をコーディネーターに、人吉球磨の観光地域づくりについて、活発な意見が交わされました。

～五木村グリーンツーリズム研究会が受賞!～ 「くまもと里モンプロジェクト顕彰」表彰式



グリーンツーリズム研究会の皆さん

2月19日、熊本市内のホテルにて、「くまもと里モンプロジェクト顕彰」表彰式が行われ、五木村グリーンツーリズム研究会が、「個別活動部門」で表彰を受けました。県内では7地域7団体が表彰され、県南からの唯一の表彰団体となりました。

本顕彰は、県内において、地域ならではの資源を活かして山村活性に取り組んでいる団体を表彰するもので、研究会が取り組んできた、イベント時での鹿力レーの提供、柚子マーマレードづくりなどが、五木村の地域活性化などに大きく貢献しているとして、高く評価されたものです。

今後も他の地域づくり団体の模範となって、大きく活躍されることを期待します。



春季防火パレード



パレードの様子

3月1日に五木村消防団と北分署合同で春季防火パレードが行われました。

これは、春季全国火災予防運動期間中の取り組みの1つとして、火災予防の普及啓発を図るために毎年行われています。

近年、本村では火災事故は起きていませんが、今後も火災の起こらないよう一人ひとりがこころがけ、注意していきましょう。

くねぶの特産化に向けて くねぶPR活動



多くの方にPRできました！

3月16日、17日に開催された九州チャレンジサイクルロードレース会場にて、五木村農林水産物協議会による、くねぶのPR活動が行われました。当日は、くねぶの果汁(原液)と蜂蜜をお湯で割った「ホットくねぶ」の試飲とチラシの配布を行い、くねぶをPRしました。会場に来た方は、くねぶを初めて知ったという方が多く、「濃厚でおいしい」という意見もあり、くねぶの加工品を手取るなど興味を示していました。貴重なPRの場となりました。

くねぶの特産化に向けて、今後も協議会では、PR活動を行っていきます。

東分館料理教室を実施しました



協力して調理しました



みんなで試食しました



完成！

3月13日、保健福祉総合センターにおいて食生活改善推進協議会委員のご指導のもと料理教室を開催しました。

男女併せ11名の参加があり、バッククッキング(水が不足しがちな災害時にも役に立つ調理法:真空調理)も含め、5つの料理を手順ごとに参加者は協力し合って取り組んでいました。

出来上がった料理は、みんなでおいしくいただきました。

(献立:バッククッキング・真空調理)

①白ご飯・ジャガ芋ツナの煮物・蒸パン

(献立:通常調理)

②酢鳥・③簡単春巻き・④春雨入り中華スープ・⑤水菜のサラダ



「平成30年度 五木村教育論文表彰式」 ～更なる学校教育の向上を目指して～



教育論文表彰式

平成30年度五木村教育論文表彰式が3月4日、役場大会議室で行われました。審査の結果、五木東小学校の永岡沙織栄養教諭の論文「望ましい食習慣を身に付けた子どもの育成を目指して～家庭・地域と連携した食育の実践～」が最優秀賞に選ばれました。

今年度の応募数は全部で7点。それぞれ論文の内容や教科は異なりますが、先生方が児童生徒一人ひとりの個性・特徴を尊重し、指導をされている様子が想像される論文でした。

「チーム五木」で 早寝早起き朝ごはん



文部科学大臣表彰(早寝・早起き)

6月の食育月間の取組や毎学期の「早寝早起き朝ごはんカード」の取組、今年度から、保育所、小・中学校だけでなく村民の皆様にも、広く呼びかけをしております「ハッピーファミリーデー」などの取組が認められ、五木東小学校が文部科学大臣表彰を受賞しました。この賞は、子供たちの心と体の成長のための土台となる基本的な生活習慣の確立を目指そうとするものです。

これからも、五木村で育つ子供たちの健やかな成長のために「チーム五木」として頑張ります。

中学生と一緒に郷土料理作り!



熱心に調理しました!

2月14日、五木中学校で郷土料理教室を行いました。今回は中学1年生4名、食改員4名で2班に分かれて調理し、「混ぜごはん、だご汁、なます」を作りました。具だくさんの混ぜごはんやだご汁は食材も多く、切り方も様々で、悪戦苦闘しながらも食改さんに切り方などの手ほどきを受けながら、おいしい料理ができあがりました。

生徒の皆さんからは、「ごぼうのさがきが難しかった」「料理は簡単だと思っていたがおいしい食事を作るのは大変だ感じた」などの感想が聞かれました。郷土料理を食べる機会、また作る機会が減少している現代、このような活動を通し、子どもたちの「食」への関心を高め、郷土の味を伝えていきたいと思います。

◆◆◆ 五木村情報発信!! ◆◆◆

情報発信として、本村の行事等をより多くの方に知っていただくために、SNSを使い、情報発信を行っています。是非、ご覧ください!!
下記のQRよりお入りください。



Instagram



Twitter



Facebook

楽しく笑って脳トレしませんか??

テレビや講演会などで活躍中の川畑智先生を講師に週1回「脳いきいき教室」を開催しています。明るく面白いトークで参加者に大人気の先生です。

教室が始まって今年度で3年目になりますが、ほとんどの参加者が開始前と比べて認知機能が向上、または維持していました。

現在、65歳以上の高齢者の4人に1人が認知症もしくは認知症予備軍といわれています。

予防が肝心。ぜひ、一緒に楽しく頭の体操をしましょう。



日時

毎週水曜日

(5月からを予定しておりますが、詳細については後日ご案内します。)

会場

- ・五木村保健福祉総合センター 2階
- ・宮園交流館 2階 (エレベーターあり)



対象

65歳以上の要介護状態でない方

内容

- ・ニュースの振り返り
- ・カードゲーム
- ・パズル
- ・計算 など

※日によって内容は変わります。



★社協による送迎もしておりますので、興味のある方はぜひ保健福祉課へお気軽にご相談ください。見学も年度途中からの参加も大歓迎です♪



脳いきいき教室やげんぞう会に関するご相談・お問い合わせは「保健福祉課」(電話:37-2214、IP:2214)までお願いします。

体を外で動かしましょう。



お金をかけずに長生き『げんぞう会』 ～日々の健康管理にどんどん活用しましょう～



今年度もげんぞう会を村内8ヶ所で開催します。本来、ジムや運動教室に行くのには参加費が必要です。状態が悪化してしまった際のリハビリや病院受診にも医療費を必要とします。

げんぞう会では、介護予防の体操をするだけでなく、無料で保健師や理学療法士など医療の専門家が相談に乗りながら、健康づくりのお手伝いをしています。それは、村のみなさんが加入している医療保険や介護保険などの負担が増加しないようにするためです。

「年寄りが行くもの…」というのは大間違いです。お金がかからないのに活用しないのはとてももったいない!! みなさんで元気な村づくりにつとめましょう。

日時

地区により曜日や時間が異なりますので、別途ご案内いたします。

会場

- ・頭地:保健福祉総合センター1階
- ・宮園:宮園交流館3階(エレベーターあり)
- ・小鶴:西地区集会室
- ・下梶原:下梶原集会所
- ・瀬目:瀬目集会所
- ・平沢津:平沢津集会室
- ・三浦:三浦地区集会室
- ・平瀬:平瀬集会所

対象

65歳以上の要介護状態でない方

内容

- ・血圧、脈拍、体重測定
- ・からだほぐし体操
- ・レクリエーション
- ・健康相談
- ・筋力トレーニング



★社協による送迎もありますので、送迎をご希望の方は保健福祉課へお気軽にご相談ください。

乳幼児健診のお知らせ

期日▶4月5日(金)

健 診	受付時間(午後)	場所	対象者
乳幼児健診	1:30～2:00	保健センター	3・6・10ヶ月、1歳2ヶ月、 1歳6ヶ月、3・4・5歳児

※対象者が少ないときは健診を中止する場合があります。その際は対象者の方に個別に日程を通知します。



こころの健康相談

熊本県人吉保健所 精神保健相談 専門の医師が相談を受けます。

専門医の受診が難しい方、ぜひ、この機会を利用してみませんか？

相談日 ▶ 平成31年4月11日(木)、26日(金) 午後2時～3時

▶ 場所:人吉保健所(球磨地域振興局2階に移転しました)

完全予約制です。事前に保健所担当まで連絡してください。

お問い合わせ先 ▶ 人吉保健所保健予防課 TEL 22 - 5289



診療所担当医師予定表

4月

※都合により担当医師が変更となる場合もあります。

日	月	火	水	木	金	土
	1 (外科) 下川	2 (外科) 下川	3	4 (総合診療科) 田浦	5 (血液内科) 樫田	6
7	8 (総合診療科) 堤	9 (外科) 下川	10	11 (総合診療科) 田浦	12 (代謝内分泌内科) 大磯	13
14	15 (総合診療科) 堤	16 (外科) 下川	17	18 (総合診療科) 田浦	19 (血液内科) 樫田	20
21	22 (総合診療科) 堤	23 (外科) 下川	24	25 (総合診療科) 田浦	26 (代謝内分泌内科) 大磯	27
28	29 祝日 (昭和の日)	30 祝日 (国民の休日)				

5月

※5月2日は診療業務を行います！

日	月	火	水	木	金	土
			1 祝日 (天皇の即位の日)	2 (総合診療科) 田浦	3 祝日 (憲法記念日)	4 祝日 (みどりの日)
5 祝日 (こどもの日)	6 振替休日	7 (外科) 下川	8	9 (総合診療科) 田浦	10 (代謝内分泌内科) 大磯	11
12	13 (総合診療科) 堤	14 (外科) 下川	15	16 (総合診療科) 田浦	17 (血液内科) 樫田	18
19	20 (総合診療科) 堤	21 (外科) 下川	22	23 (総合診療科) 田浦	24 (代謝内分泌内科) 大磯	25
26	27 (総合診療科) 堤	28 (外科) 下川	29	30 (総合診療科) 田浦	31 (総合診療科) 堤	

人吉医療センター（予約センター）月曜日～金曜日・午前9時～午後5時

【予約時】TEL 22-1900 【救急時】TEL 22-2191

〈診療所を受診される方へ〉

待ち時間を少なくするため、予約受付を行っています。医師は、患者搬送のために救急車に同乗したり、往診の為不在の場合があります。受診される場合は、必ず予約してお越しください。



永田洋介医師が3月で異動され、4月から堤 龍子医師が着任されます。

つつみ りんこ

5月の球磨郡の休日当番医

当番医が変更する場合がありますので、必ず電話で確認して受診してください。

日付	曜日	医療機関	電話番号	小児科医療機関	電話番号
1日	水	犬童内科胃腸科医院	45-1125	増田クリニック小児科	22-3570
		ほづみ皮膚科医院	26-5300		
		球磨村診療所	32-0377		
2日	木	古城クリニック	44-0321	公立多良木病院小児科	42-2560
		田中医院	38-0061		
		球磨村診療所	32-0377		
3日	金	こんどう整形外科	45-6555	たかはし小児科内科医院	24-2222
		深水内科医院	38-3221		
4日	土	そのだ医院	43-2063	やまむら医院	45-0005
		酒瀬川内科	38-0050		
5日	日	宮原医院	42-2082	増田クリニック小児科	22-3570
		高田内科医院	38-3677		
6日	月	渡辺医院	42-2541	堤病院附属九日町診療所 小児科	22-2251
		小川整形外科医院	38-3455		
12日	日	上球磨クリニック	42-5868	人吉医療センター小児科	22-2191
		脳神経外科小林クリニック	38-5670		
19日	日	横山医院	42-2132	たかはし小児科内科医院	24-2222
		緒方医院	35-0131		
26日	日	仁田畑クリニック	42-1123	やまむら医院	45-0005
		たかの眼科	47-2550		

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

4月の人吉市の休日当番医

当番医が変更する場合がありますので、必ず電話で確認して受診してください。



日付	曜日	医療機関	電話番号
7日	日	球磨病院	22-3121
		手塚病院	22-5271
14日	日	しらおく内科クリニック	25-1550
		たけだ眼科クリニック	23-3096
21日	日	田中医院	24-6127
		田中クリニック	22-7222
		増田クリニック小児科	22-3570
28日	日	たかみや医院	24-5611
		辻循環器科・内科	24-8888
		人吉医療センター	22-2191
29日	月	たかはし小児科内科医院	24-2222
		堤病院	22-0200
		外山胃腸科病院	22-3221
30日	火	とやまクリニック胃腸科肛門科	28-3375
		外山内科	22-2003

※ 4月の球磨郡医師会休日当番医については先月の広報を確認してください。

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

SNS等で村の情報を発信しています。

国民健康保険医療費の状況

平成31年
1月診療分

	件数	保険者(五木村)負担額	前月比
入院	9	5,904,790 円	+53.24 %
外来	251	2,200,942 円	-16.71 %
調剤	110	797,212 円	-13.28 %
食事・生活療養費	9	184,692 円	+3.81 %
その他療養費	4	10,206 円	+55.01 %
合計	383	9,097,842 円	-17.49 %



1 月末国保被保険者数	1 人当たり保険者負担額(月額)	前月比
226 人	40,256 円	+20.77 %

今月の医療費は先月に比べ増加しています。特に入院費の増加が大きな要因です。現在、入院費の増減が医療費の増減に直結しているような状態です。長期入院や複数回の手術とならないように早期治療に努めてください。季節の変わり目となっています。体調を崩さないように、健康管理に努めましょう。

はり・きゅう、あんま・マッサージの施術について

健康保険等の保険証を使って、はり・きゅうやあんま・マッサージの施術を受ける場合は、医師の同意が必要です。

○保険証が使える場合

はり・きゅうの施術を受けられる方

- ・主として神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症及び頸椎捻挫後遺症等の慢性的な疾患の治療を受けたとき。

あんま・マッサージの施術を受けられる方

- ・筋麻痺や関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする症例について施術を受けたとき。

治療を受けるとき

- ・保険を使って、治療を受ける場合には、医師の同意書の添付が必要です。
- ・病院や診療所などで、同じ対象疾患の治療を受けている間は、はり・きゅう施術を受けても保険の対象にはなりません。
- ・疲労回復や慰安、疾病予防のためのマッサージなどは保険の対象となりません。

「五木村診療所通院タクシー料金 助成事業」のお知らせ

Itsuki Village News
06

タクシーを利用して診療所へ通院された場合、かかった運賃料金の半額負担で済みます。

タクシー利用券は、診療所の受付窓口で交付します。

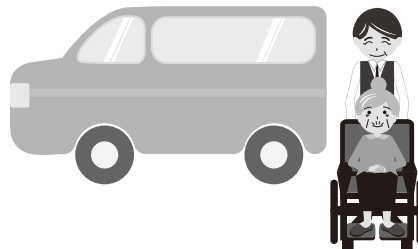
ただし、対象になる方は次のとおりですのでご注意ください。

対象者は、五木村に住所を有し、現に五木村診療所に通院している方であって、次のいずれかに該当する方です。

- (1) 年齢が満65歳以上の方
- (2) 生活保護を受給している世帯の全員
- (3) 障害者手帳1・2級または、療育手帳A1、精神障害者保健福祉手帳1級を所持している重度の障がい者の方
- (4) 村長が特に必要と認める方

※タクシーとは、診療所横にある「つばめタクシー」利用のみ、となっています。

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214



S
N
S
等
で
村
の
情
報
を
発
信
し
て
い
ま
す
。

「五木村福祉タクシー料金助成事業」 のご案内

Itsuki Village News
07

身体障がい者手帳所持1・2級・療育手帳A判定・精神障がい者保健福祉手帳所持者の他、身体障がい者手帳所持者の内、村長が特に必要と認める方がタクシーを利用される場合に利用1回につき500円を上限として助成されます。利用券の枚数は年間20枚です。

注意点

- ・人吉、球磨以外のタクシー会社は利用できません。
- ・他人に譲渡しないでください。
- ・有効期限は1年間です。

申請・お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

後期高齢者医療被保険者の方へお知らせ

後期高齢者医療制度の対象となる方

- ・75歳以上の方（75歳の誕生日から自動的に加入）
 - ・65歳から75歳未満の方で一定の障がいがある方（市（区）町村に申請し、広域連合の認定を受けた日から加入）
- ※一定の障がいがある方とは、身体障害者手帳に記載された障がいの等級が1～3級及び4級の一部、精神障害者手帳に記載された障がいの等級が1～2級、療育手帳に記載された障がいの等級がA判定の方などです。
- ※一定の障がいに該当する方の加入（障がいの認定の申請）は任意です。障がいの認定は、いつでも申請することができ、いつでも撤回することができます。ただし、過去にさかのぼって申請、撤回することはできません。
- ※生活保護を受けている方、及び外国人の方で在留期間が3か月未満である方などは対象になりません。

平成30・31年度の保険料率

- ・保険料は被保険者一人ひとりが納めます。
- ・保険料率は、2年ごとに見直され、熊本県内で均一となります。

保険料額(年額)
※年額62万円が上限です

均等割額
(被保険者1人当たり)
47,900円

所得割額
総所得金額等－33万円(基礎控除)
×所得割率 **9.26%**

平成31年度は保険料の軽減内容が見直されます。

所得が低い方の保険料は継続して軽減されますが、対象者の範囲や軽減割合が見直されます。
被用者保険加入者(※)に扶養されていた方の保険料の軽減は、軽減期間が見直されます。
(※)被用者保険とは協会けんぽ、健保組合、共済組合などです。

所得が低い方の軽減

◆保険料の均等割額の軽減 <5割・2割軽減対象者の拡大と軽減割合の一部が変更に>

世帯(被保険者と世帯主)の総所得金額等の合計額が

「基礎控除額(33万円)」を超えない世帯で、被保険者全員の年金収入の控除額をそれぞれ80万円として計算したうえで所得が0円となる場合

➡保険料の均等割額を **8割軽減**

(変更前) 9割軽減
介護保険料の軽減拡充等に合わせて軽減率が下がります。

「基礎控除額(33万円)」を超えない世帯

➡保険料の均等割額を **8.5割軽減**

「基礎控除額(33万円)」+「28万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯(拡大)

➡保険料の均等割額を **5割軽減**

「基礎控除額(33万円)」+「51万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯(拡大)

➡保険料の均等割額を **2割軽減**

*均等割の軽減判定についての総所得金額等は、専従者控除や譲渡所得特別控除の適用前になります。また、年金所得については15万円を控除した額で判定します。

被用者保険加入者に扶養されていた方の軽減 <軽減期間－制度加入した月から2年間に>

平成30年度
均等割額5割軽減
(所得割額はかかりません)



平成31年度
後期高齢者医療制度に加入した日の属する月から2年を経過する月までの間・・・均等割額5割軽減
2年経過後・・・均等割額軽減なし(所得割額はかかりません)

対象となる方・・・資格を得た日の前日まで、被用者保険加入者に扶養されていた方

平成31年度 後期高齢者医療保険料の納め方について

後期高齢者医療保険料は、**特別徴収**(年金からの差し引き)又は**普通徴収**(納付書又は口座振替)により納めることになります。

特別徴収の方 平成31年4月より年金からの差し引きにより保険料を納めていただきます。

普通徴収の方 平成31年(2019年)7月より納付書又は口座振替により保険料を納めていただきます。

また、現在普通徴収の方(年金受給額が年間18万円未満の方などを除く)で、平成30年4月2日以降に75歳の誕生日を迎えられた方は、次のとおり平成31年度途中から特別徴収となりますのでご注意ください。

75歳の誕生日	普通徴収の月	特別徴収の開始月
平成30年4月 2日～平成30年10月1日の間	普通徴収はありません	平成31年4月から
平成30年10月2日～平成30年12月1日の間	普通徴収はありません	平成31年(2019年) 6月から
平成30年12月2日～平成31年2月 1日の間	平成31年(2019年)7月	平成31年(2019年) 8月から
平成31年2月 2日～平成31年3月31日の間	平成31年(2019年)7・8・9月	平成31年(2019年)10月から

特別徴収から口座振替への変更について

後期高齢者医療保険料を特別徴収(年金からの差し引き)により納めている方は、申し出により、保険料を口座振替での納付へ変更することができます。

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

正しく施術を受けましょう！

Itsuki Village News

09

整骨院・接骨院における柔道整復師による施術は、健康保険等の保険証が使える場合と使えない場合があります。

○保険証が使える場合 ～ケガや原因がはっきりしている痛み～

- 医師や柔道整復師に、骨折・脱臼・打撲及び捻挫等（いわゆる肉ばなれを含む。）と診断または判断され、施術を受けたとき。（骨折及び脱臼については、応急手当する場合を除き、医師の同意が必要です）
- 骨・筋肉・関節のケガや痛みで、その負傷原因がはっきりしているとき。

.....

×保険証が使えない場合 ～病気や原因不明の痛み～

- ◆疲労性・慢性的な要因からくる、単なる肩こりや筋肉疲労
- ◆脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術
- ◆病院や診療所などで、同じ負傷等を治療している場合
- ◆労災保険が適用となる工作中や通勤途上での負傷

健康保険等は治療を目的としたものですので、対象にならない場合もあります。負傷の原因は正確に伝えましょう。

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

医療機関の適正受診についてのお願い

Itsuki Village News

10

現在、休日や夜間における救急医療への受診が増え、緊急性の高い重症の患者さんの治療に支障をきたしています。必要な方が安心して医療が受けられるように、医療機関の受診や薬局でお薬をもらう際には、下記のことに留意しましょう。

- 体調がすぐれない場合は、軽い症状でも昼間の診療時間内に受診しておきましょう。休日や夜間に救急外来を受診することは、重症の患者さんへの対応が遅れてしまう心配があるだけでなく、医師の負担が増え、医療費も割増料金で高くなります。
- かかりつけの医師を持ち、気になることがあったら、早めに相談しましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診することは、医療費を増やすだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響をあたえてしまう心配もあります。今受けている治療に不安などがあるときには、そのことを医師に伝えて相談してみましょう。
- 後発医薬品（ジェネリック医薬品）は、先発医薬品と同等の効能・効果を持ち、費用も安く済みます。ジェネリック医薬品を希望する場合は「ジェネリック医薬品希望カード」を医療機関や薬局に提示し、利用について相談しましょう。
- 薬には副作用があります。複数の薬を使用する場合は、飲み合わせによって副作用が強くなることもありますので気をつけましょう。
- かかりつけ薬局を持ち、お薬手帳を活用して、飲み合わせや余っている薬に関して、医師や薬剤師に相談しましょう。

お問い合わせ先 ▶ 保健福祉課 TEL 37-2214 IP:2214

S
N
S
等
で
村
の
情
報
を
発
信
し
て
い
ま
す
。

八代年金事務所・年金出張相談(4月)

年金相談は予約制となっております。予約なしで来訪されると対応できない場合がありますので、必ず予約をしてください。

場 所	期 日	相談時間
人吉市東西コミュニティセンター	1日(月)・ 8日(月) 15日(月)・22日(月)	午前 9 時～ 午後 5 時
錦町社会福祉協議会(温泉センター)	10日(水)・24日(水)	
多良木町役場	3日(水)・17日(水)	
【問い合わせ先・予約先】 八代年金事務所 お客様相談室 TEL 0965－35－6123 五木村役場 住民税務課 TEL 37－2213		

～年金を受けている方が所在不明に なったときはお届けが必要です～

1ヶ月以上所在不明になったとき

- ◆年金を受けている方の所在が1ヶ月以上明らかでないときは、その世帯の世帯員の方は所在不明についての届出を速やかに行う必要があります。提出先はお近くの年金事務所です。
- ◆お届けいただいた後、受給権者ご本人の健在を確認し、所在が不明な場合は、年金の支払いが一時止まります。
- ◆年金の支払いが止まっている方の所在が明らかになったときは、年金のお受け取りを再開するための手続きが必要になります。お近くの年金事務所までご連絡をお願いします。



平成31年度の
国民年金保険料額は16,410円(月額)です

「元号の改元」詐欺にご注意ください

関東地方で、元号の改元に便乗した新たな詐欺が発生しています。ご注意ください。

手口としては、一般社団法人全国銀行協会を装い、「元号の改元に伴って銀行法が改正されるため、キャッシュカードを不正操作防止用のカードに変更しなければならない」などと記載された封書を送付し、同封の「キャッシュカード変更申込書」に口座番号及び暗証番号を記載させ、キャッシュカードとともに返信用封筒に入れて返送するよう求めるものです。

全国銀行協会がこのような封書を送ることはありません。封書が届いても絶対に返送せずに役場または警察にご相談ください。

区長管轄区域を改正しました

(旧)

●本区長 21 名 副区長 6 名

NO	区長区名	区分
1	野々脇	
2	葛の八重	
3	下谷	
4	頭地	
5	九折瀬	
6	竹の川	
7	入鴨	
8	梶原	梶原
		①小原
9	下梶原	
10	宮園	
11	白水	
12	平野西谷	
13	栗鶴	
14	八重	
15	平沢津	平沢津
		②端海野
16	高野	
17	上平瀬	
18	下平瀬	
19	白岩戸	
20	中村	中村
		③山口
		④内谷日当
21	出ル羽	小鶴
		⑤出ル羽
		⑥内谷日添

(新) 4 月 1 日より

●本区長 20 名 副区長 5 名

NO	区長区名	区分
1	野々脇	
2	葛の八重	
3	下谷	
4	頭地	
5	九折瀬	
6	竹の川	竹の川
		①入鴨
7	梶原	梶原・小原
8	下梶原	
9	宮園	
10	白水	
11	平野西谷	
12	栗鶴	
13	八重	
14	平沢津	平沢津・端海野
15	高野	
16	上平瀬	
17	下平瀬	
18	白岩戸	
19	中村	中村
		②山口
		③内谷日当
20	出ル羽	小鶴
		④出ル羽
		⑤内谷日添



※網が掛かっている部分が変更区域です。

S N S 等で村の情報を発信しています。

お知らせ

第31回熊本県シルバー
作品展作品募集!!

- ・出品部門…日本画、洋画、写真、彫刻、書、工芸
- ・出品資格…2020年4月1日時点で60歳以上である県内アマチュア。
- ・1人1品まで。
- ・出品料…1,000円
- ・テーマ…特に定めない
- ・募集期間…2019年4月1日(月)～6月28日(金)まで
- ・申し込み方法…各市町村福祉課または教育委員会等においてあるパンフレットにてお申し込みください。
- ・各部門の金賞・銀賞作品は2020年11月に岐阜で開催されます、「ねんりんピック岐阜2020」に出品される予定です。
- ・作品展示日時…2019年8月20日(火)～8月25日(日)
- ・熊本県立美術館分館

▼お問い合わせ先

一般財団法人

熊本さわやか長寿財団

☎096-354-3083

ペットも守ろう！
災害対策

災害時にペットを守れるのは飼い主だけです。災害が起きてからではなく、日頃からの心構えや備えをしておきましょう。

むやみにほえない、ケージに入るなどのしつけを日常的にしておく、避難所へ一緒に避難した際、周囲の生活環境への配慮につながります。また、迷子になった時のため、首輪や迷子札を必ず装着し、ノミ・ダニの駆除など健康管理をこまめに行うことも大切です。

▼お問い合わせ先

人吉保健所

☎22-3108

ミツバチに対する農薬
危害防止について

ミツバチは、果樹類やいちご、メロン、すいかなどの園芸作物の花粉交配に不可欠で、農業生産において重要な役割を担っています。

これからカンキツ類の開花

が始まり、ミツバチが蜜や花粉を求めて訪花する時期になります。農薬を散布するときは、次の3点に留意し、ミツバチの死亡事故が発生しないよう十分注意しましょう。

- ① 農薬はラベルでミツバチに影響のある薬剤かどうか確認し、使用上の注意事項に従い適正に使用する。
- ② 近くの養蜂家と巣箱の位置や防除計画などの情報を事前に交換する。
- ③ 防除するときには、ほ場周辺を十分確認し、ミツバチや巣箱に農薬がかからないように注意する。

▼お問い合わせ先

熊本県農業技術課

☎096-333-2381

熊本県畜産課

☎096-333-2401

または球磨地域振興局まで

小学生・高校生のための
の夏休み海外研修交流
事業 参加者募集

公益財団法人・国際少年研修協会では、9コースの参加者を募集しています。

体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。

おひとりでご参加になる方が7割以上、初めて海外に行かれる方が多く、全国から参加するお友達との出会いも楽しみの一つです。仲間作りの指導もございますので、安心してご参加いただけます。

- ・内容…ホームステイ、ボランティア、文化交流、学校体験、英語研修、地域見学、野外活動など
- ・研修先…イギリス、オーストラリア、カナダ、シンガポール、フィジー
- ・日程

7月26日(金)～8月20日(火)

8～18日間

※コースにより異なる

対象…小3～高3まで

※コースにより異なる

説明会…全国10都市、5月

※入場無料・予約不要

参加費…36～65万

・締切

5月24日(金)及び6月7日(金)

※コースにより異なる

▼お問い合わせ先

資料請求

公益財団法人 国際青少年

研修協会

住所…〒141-0031

東京都品川区西五反田

7-15-4

☎03-6417-9721

FAX03-6417-9724

E-MAIL: info@kskk.or.jp

URL: http://kskk.or.jp

バスの現在位置をスマホで確認！

県内のバスの運行情報が、スマホやパソコンから場所・時間を問わず確認できるようになりました。(※高速バスおよび一部コミュニティバスを除く。)

☆ここがポイント！

- ①リアルタイムの接近情報を確認！
- ②乗降指定で運行状況を簡単に検索！
- ③「現在地」検索で近くのバス停を検索！

ネット環境があればどなたでも簡単にご利用できます。詳しくは

バスきたくまさん

検索

体を外で動かしましょう。

パスくまさん

▼お問い合わせ先

産交バス ☎096-325-0100

電鉄バス ☎096-242-4300

熊本バス ☎096-378-3447

都市バス ☎096-312-5077

国税だより

○4月は「未成年者飲酒防止 強調月間」です

未成年者が飲酒をした場合には、脳障害等の「身体的影響」、精神的成長や心理的発達の停止等の「精神的影響」及び非行問題等の「社会的影響」があるといわれています。日本では、「未成年者飲酒禁止法」により、20歳未満の者の飲酒が禁止されています。違反した場合の罰則は、飲酒をした未成年者本人ではなく、親や、未成年者が自ら飲酒することを知りながらお酒を販売・提供した販売業者等に対

して科されます。

社会全体の責務として、未成年者飲酒の未然防止を積極的に図っていく必要があります。国税庁を含む関係省庁は、毎年4月を「未成年者飲酒防止強調月間」として、全国的な啓発活動を行っています。

熊本国税局酒税課

☎096-354-6171

○10月1日から消費税の軽減税率制度が実施されます

本年10月1日から消費税及び地方消費税の税率が8%から10%に引き上げられ、同時に消費税の軽減税率制度が実施されます。

軽減税率の対象品目は、大きく分けて①飲食料品（酒類・外食等を除いたもの）、②週2回以上発行される新聞（定期購読契約に基づくもの）の2つです。

軽減税率制度の実施に伴い、事業者の方は、帳簿や請求書等を税率ごとに区分して作成する必要がありますほか、レジやシステムの導入・改修・入替えが必要になる場合もありますので、早めのご準備をお願いします。

いたします。

軽減税率制度に関する詳しい情報は、国税庁ホームページ（www.nta.go.jp）内の特設サイト「消費税の軽減税率制度」をご覧ください。

また、ご不明な点は、

軽減コールセンター

☎0570-030-456

もしくは最寄りの税務署にお尋ねください。

○記帳の仕方が分からない方へ

税務署では、「記帳の仕方がよく分からない」「記帳の仕方を教わりたい」という方のご要望にお応えするため、民間の指導機関に委託して、無料で記帳指導を行っています。

また、本年10月から消費税率が引き上げられると同時に軽減税率制度が導入され、時期別、取引別の税率により区分経理を行う必要があることから、まずは軽減税率説明会にご参加いただき、ご要望に応じて指導機関をご案内します。記帳指導の希望や指導機関など詳しい内容は、最寄りの税務署にお尋ねください。

○契約書や領収書と印紙税

私たちは、毎日の生活の中でいろいろな文書を作成したり、受け取ったりしています。

これらの文書の中には、印紙税が掛かるものがあります。

印紙税が掛かる文書は、金銭借用証書、不動産売買契約書、工事請負契約書などの契約書のほか、約束手形、領収書、金銭の受取通帳など、20種類に分類されています。

印紙税は、印紙税の掛かる文書を作成した人が、定められた金額の収入印紙をその文書に貼り付け、これに消印をして納める税金です。

文書を作成する場合は、印紙税のパンフレット（税務署窓口に備付け）等を参考に次のことに注意していただき、印紙税が掛かるかどうか、税額がいくらかなどを確認して、間違いのないようにしてください。

①覚書、念書、差入証などは、印紙税法上の契約書になる場合があります。
②申込書、注文書、依頼書などの文書でも印紙税が掛かる場合があります。

③仮契約書、予約契約書及び仮領収書にも印紙税が掛かります。

④レジスターから打ち出されるレシートにも印紙税が掛かります。

印紙税についてお分かりにならないことがありましたら、最寄りの税務署にお尋ねください。

税務署

☎23-2311

※自動音声案内

熊本地震で被災した宗教法人に係る指定寄附(ふ)金制度の期間延長について

平成28年熊本地震で被災した建物などの復旧のために宗教法人が募集する寄附金で、所轄庁の確認を受けたものについては、寄附者が税制上の優遇措置を受けることができます。

この度、本制度の期間が1年延長され、所轄庁の確認期限が今年の12月31日までとなりました。利用を検討される場合はお問い合わせください。

▼お問い合わせ先

県私学振興課

☎096-333-2062

募集

第31回シルバー囲碁・将棋大会参加者募集

- ・参加資格…2020年4月1日時点で60歳以上である県内在住の方
- （昭和35年4月1日以前に生まれた方）でアマチュア
- ・参加費…1,000円
- ・募集定員
- ・囲碁…140人
- ・将棋…70人
- ・開催日時
- 2019年6月15日（土）
- 受付…午前8時30分
- 対局…午前9時30分～
- 午後5時
- ・会場
- 熊本県総合福祉センター
- 5階研修ホール
- 2階第1、2会議室
- 3階第3、4会議室
- 申込方法…各市町村福祉課または教育委員会等においてあるパンフレットにてお申し込みください。
- 申込受付期間…2019年4月1日（月）～4月26日（金）
- 参加費納入方法…参加の決



編集後記

卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます！すでに、新しい環境での生活を楽しみにしている人、逆に新生活が不安な人と心理状態は様々だと思います。楽しい毎日を送れるように、たくさんの友達を作ってください。今後さらなるご活躍をお祈りいたします。

さて、30年間続いた「平成」もいよいよ残り1ヶ月となりました。僕自身、改元が初めての経験なので、平成が終わり、新元号に変わることに多少の違和感と寂しさを感じます。平成は東日本大震災や熊本地震をはじめとする自然災害に見舞われ、多くの方々が、自然の恐ろしさを身をもって体験することがあったと思います。来月から新元号に移り変わるわけですが、大きな災害や事件等が起らず、平穏な日々が続くことを願っております。

（颯樹）

- 定後に主催者から決定通知書を送付しますので、同封の納付書で参加費を納入してください。なお、納付された参加費は原則として返還いたしませんのでご了承ください。
- ・種目
- 【囲碁】
- 上級の部（4段以上）
- 中級の部（3段・2段）
- 初級の部（初段以下）
- 【将棋】
- 上級の部（2段以上）
- 一般の部（初段以下）
- ※ねんりんピック紀の国わかやま2019大会において、囲碁交流大会出場者の男女指定枠が撤廃されたことに伴い、本年度の囲碁競技の種目は男女の区別をなくし

ます。

▼お問い合わせ、お申し込み先

一般財団法人

熊本さわやか長寿財団

〒860-0842

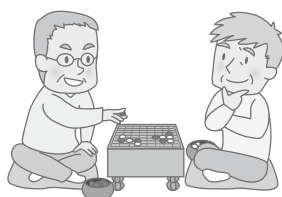
熊本市中央区南千反畑町3

ー7（熊本県総合福祉セン

ター3階）

☎096-354-3083

FAX096-354-3103



4月の行事予定



自然が奏でる子守唄の里 五木村

主な行事等の詳細は五木村ホームページまで！
<http://www.vill.itsuki.lg.jp>

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1 ・保育所進級式	2	3 ・五木村老人クラブ連合会ゲートボール大会	4	5	6
熊本県議会議員選挙期日前投票（3/30～4/6）						
7 ・熊本県議会議員一般選挙	8 ・小中学校始業式、中学校入学式	9 ・小学校入学式、五木分校入学式	10	11 ・し尿汲み取り ・銀杏老人クラブ総会	12	13
14	15 ・白滝老人クラブ総会	16	17	18 ・天狗岩老人クラブ総会	19 ・鶴亀老人クラブ総会 ・森と溪流五木ステイ落成式	20 ・森と溪流五木ステイオープン ・パンジージャンプ再開
21	22	23	24 ・戦没者追悼式	25 ・し尿汲み取り	26 ・区長会	27
28	29 昭和の日	30 国民の休日	5/1 天皇の即位の日	5/2 国民の休日	5/3 憲法記念日	5/4 みどりの日

体を外で動かしましょう。

Topics

村のたっしゃかさん



葛八重^{やまぐち}：山口^{みもと} 見本さん (81 歳)

相良村出身の見本さんは、若いころは県外でとびの仕事に就かれており、結婚を機に五木村に来られました。とび職という仕事柄か、何かと飲酒する機会が多く、その影響で一時期身体を壊してしまったそうです。そこで家族にこれ以上は迷惑をかけられないと一念発起して断酒に取り組む、「飲みたい」という衝動にかられながらも、つらくて苦しい時期を何度も乗り越え、15年前に見事断酒に成功されました。今では笑い話ですが、見本さんが飲んで積み上げた山のようなワンカップの容器は、近所の方には加工食品を入れる容器として重宝されていたそうです。

また、さっ爽とバイクを乗りこなされている見本さんの一番の関心ごとは、日頃から利用している生活道路に「石が落ちていないか」とか「崩れていないか」を見守ることだそうです。

健康の秘訣は、奥様の手作り料理を食べ、趣味の木工細工を楽しみながら、仕事はあせらず、あわてず、ゆっくりとマイペースで進めることだそうです。はにかみながら「今が“一番“幸せな時期ですたい」と、奥様と顔を見合わせる見本さんの顔がとても印象的で、見ている私たちまで心温まる気持ちになりました。

これからも、お二人仲良く元気にお過ごしください。

人の動き (2月末現在)

	転入	転出	出生	死亡
男	2	0	1	0
女	0	0	0	2
計	2	0	1	2
(増減 +1)				
人 口	1,090 人			
世帯数	498 世帯			

2月16日～3月15日 届出分

戸籍の窓口

【ご誕生】

2月27日
ミゾワキ アイト
溝脇 碧絃さん (幸泰・真璃佳)頭地

【おくやみ】

2月24日
堂本 ノリ子さん (77歳)宮園

3月3日
宮崎 ヨシ子さん (94歳)宮園

