

く奥阿蘇・高森で暮らすく

たかもりのこもりかた



お問い合わせ
高森町役場 政策推進課 まちづくり係
tel : 0967-62-1111
高森町 HP : <http://www.town.takamori.kumamoto.jp/>

人と自然が
対話する
まち

もくじ

12~13ページ

1年を通して

四季の変化が大
きい高森町で
年間を通してど
んな生活が営ま
れているのか、
また季節ごとの
旬な食べ物やイ
ベントなどをこ
紹介します。

8~9ページ

文化と暮らし

田舎やヒコムラ
サキなどの食べ
物、根子岳や田
園風景、神社や
お寺など、町民
の暮らしに密接
に関わりのある
ものについてこ
紹介します。

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

14~15ページ

その他の情報

高森町までのア
クセス情報や、
子育て支援の情
報など、移住を
お考えの際に参
考にしていただ
きたいその他の
情報を掲載して
います。

10~11ページ

町での暮らし

高森町にお住ま
いの方から
町での暮らしの
実情や、移住し
たときに困った
こと、文化の違
いなどをお聞き
します。

4~7ページ

各地区のご紹介

高森町には高森
・色見・野尻・
草部と、文化の
違う4つの地区
があります。そ
れぞれの特徴や
暮らしの違いに
ついてご紹介し
ます。

阿蘇郡高森町

人口：6,491人 (H30.4)
世帯数：2,878世帯 (H30.4)
面積：175.06 km²
気温：最低気温 -6.6℃
最高気温 31.8℃
平均気温 13.0℃
降水量：1,989mm (年間)

※参考…気象庁統計資料 (2014)



阿蘇の雄大な景観を作り上げて
いるのは、世界最大級のカル
デラである外輪山と、山々
が寄り添ったシルエットが美
しい阿蘇五岳。その阿蘇五岳
のひとつ「根子岳」と外輪山
の南側の間にある高森町は、
南阿蘇の中でも特に奥座敷と
いわれる、静かで自然の安ら
ぎあふれる地域です。

ここでは、野焼きによって連
綿と受け継がれてきた草原
や、農林畜産業による田園風
景など、人と自然が関わり
あって作り上げられた風景を
見ることが出来ます。

「人と自然が調和するまち」
高森町へようこそ。



② 上色見地区の収穫祭

毎年11月ごろに、作物が無事に収穫されたことを祝う収穫祭と、地元特産の「つるのと手」を使った芋煮会が行われます。地区内外の子どもたちや近隣の移住者も集まり、音楽の演奏なども賑やかに行われます。



⑤ カフェやペンション

色見地区には移住者が管マカフェやペンションが多くあり、地元住民と移住者のコミュニケーションの場としても機能しています。



⑦ 高森駅からの風景

町の中心部に位置する高森駅からの風景です。高い建物がないので、中心部のどこからでも阿蘇五岳や根子岳を眺めることができます。



④ 上色見熊野座神社と穿戸岩

こんもりとした大杉の山の中を220余りの石段が通しであり、両脇には約100基もの石灯籠が神殿まで続いています。神殿の後方には穿戸岩があり、世尊産命から追われた鬼八法師が壊ったとされる風穴があります。



⑧ 高森商店街

地元の商店街沿いには、味噌醤油と日本酒の蔵元があり、まちの歴史を感じることができます。周辺には神社も多く、散歩にもおすすめです。



③ 高森の千木板

九十九曲りとよばれるグネグネとした道沿いには、約7,000本もの桜の水が植えられており、開花の季節にはたくさんの写真家や観光客が訪れます。





2 大谷川
祖母山の麓から流れる川で、釣りや水遊びが楽しめます。保護活動も行われていて、草刈りや清掃、雛魚の放流など地元住民との密接な関わりをもっています。



1 屋下菅原神社秋の大祭
伝統文化として有名な獅子舞は350年の歴史を持っており、県の重要無形文化財に指定されています。唐うちわを持った子どもたちが勇壮なりズムに乗って舞い踊る姿は見応えがあります。



高ホホのこもりカタログ



私たちが日常的に体験しているものの中から、皆さまにお伝えしたい町の文化・歴史や食べ物などを取り揃えました。有名なものもそうでないものもありますが、どれも私たちの暮らしに溶け込んだ、町民にとって不可欠なものであるという意味では、一級品です。興味をお持ちになられたら、ぜひ一度お越しになって下さい。

景色を眺めよう

高森町の象徴である根子岳や阿蘇五岳はもちろん、放牧や棚田などの田園風景は、町に住む人々と自然との関わりを感じさせてくれます。



根子岳



あか牛の放牧

列車に乗ろう

南阿蘇鉄道のトロッコ列車。高森・南阿蘇一帯の風を受けながら、ゆったりと流れる時間を感じることが出来ます。



南阿蘇鉄道のトロッコ列車

温泉に浸かろう

根子岳や阿蘇五岳を眺めながら入る温泉はとてちりフレッシュできます。常連さんとのコミュニケーションも楽しいです。



高森温泉館

月廻り温泉



散歩に行こう

意外と知られていないのが、朝や日暮れの時間の風景です。朝霧や「天使の梯子」など、気象条件によって様々な風景と出会えますので、お時間がある時は少し外を散歩してみたいいかがでしょうか？



自然のながで遊ぼう

町の貴重な水源地である湖水トンネルや、各所にある桜の名所、林道など、休いつばいに自然を体験して楽しめる場所がたくさんあります。四季の移ろいを感しながら自然と密な関わりを持つことで、その雄大さや大切さに気付くことができます。



休暇村南阿蘇



湖水トンネル

祭りに参加しよう

肥後の三馬鹿騒ぎと呼ばれる風鎮祭を始め、季節ごとに様々な祭りが行われます。高森の人情や風情を感じ、参加されてみてはいかがでしょうか？



風鎮祭

神社や寺を巡ろう

高森町には多くの神社やお寺があり、今も季節や集落ごとに祭りが行われるなど、町民との関わりも残っています。寺社だけでなく、地名などにも神話の足跡を見ることが出来るのが、面白いところです。



上色見籠野神社

地元のを食べよう

その土地を知るには、まず食から。高冷地を生かして作られた野菜や、あか牛、伝統料理の田菜や日本酒と、たくさんのおいしいものがありますので、ぜひお越しになって、ご賞味ください。



みごむらさき



田菜

知っておくと役に立つ？ ～高森町の豆知識&心構え～

特に都会から移住を検討されている方にとっては、高森町の人々の文化や暮らしぶりは、今まで住んでいた場所のものとは大きく違うでしょう。下記に挙げたのはとりとめのないような話題ですが、知っておくと何かの役に立つかも知れません。

運転中でも、こあいさつ

都会よりも車の通行量の少ない高森町では、しばしば運転中のすれ違いざまに知り合いに会うことがありません。そんなときは、ぜひあいさつを交わしてあげましょう。また、町内は車通りの少ない道も多くありますが、そんな道でもスピードの出し過ぎには要注意。クルマの音が多いです。



冬の寒さは想像以上!

高森町の冬はヒタも寒く、冬の気温は頻りに氷点下になり、時にはマイナス10℃を下回ることも。水道管も凍って破裂してしまうので、特に寒い日には蛇口を少ししむっておくのが常識です。町内でも標高の高い色見など一部の地区では、ジャンプが凍るとの噂もあるほど。実際に移住された方でも、こんなに寒いとは思わなかった、とおっしゃる方もいますので、寒いのが苦手な方は一度冬の寒さを体験していただいた方がいいかもしれません。

名字より名前を覚えよう

特に集落の方に住むと、同じ名字の方がとても多いです。例えば、後藤さんはどちらですか?と聞いたら、この後藤さんね!と返ってくるでしょう。地域に早く馴染むためにも、近所へのお名前はその名前ではなく、名前を覚えておきましょう。

あなたは町の有名人

高森町は、人口も千5百人弱の小さな町です。そのため、あなたが引越してきたことごと、皆さんの町の方々が知っています。それが、あなたです。それは、あなたの有名人。あなたが知らず知らずのうちに、突然あいつとされることもあるかもしれません。でも、それはいいことです。みんながあなたのことを知って、仲良くしてくれるチャンス。笑顔でコミュニケーションをとってみましょう。

高森の方言

- ① よだきい
意味: つかれた
例: みんなよだきい(みんな大変だから)
- ② ぼくけい
意味: 怒られるよ
例: 寄り道しよるとぼくけい(寄り道していると怒られるよ!)
- ③ うらんころん
意味: うらんころん
例: うらんころん(うちがうらんころんころん)
- ④ あたたち
意味: あなたたち
例: あたたち(あなたたちは何をしているの?)

町での暮らしってどんなもの？ ～移住者の方々のお話～

実際に高森町に移住され、暮らしている方々にそのきっかけ、町の魅力や住んでみた印象をお聞きしました。高森町民の暮らしぶりを、どうぞご覧ください。



森さんご夫婦
移住年 2012年
福岡県
以前のお住まい

移住されたきっかけは？
元々阿蘇が好きで、高森にもよくバスで遊びに来ていました。その延長で、阿蘇に住んでみたくなりました。

高森町の魅力は？
毎日自然に癒されています。イノシシやシカが家の近くをうろついているのにはびっくりしました。
また一方で、都会のように色んなものがないので不便かもしれませんが、地元の人にもここには何にもないのに、なんで来たの?と聞かれることがあります。逆に選択肢が少ないほうが暮らしやすいと思います。

移住を検討される方へのメッセージ
歳をとってからだと、自給自足など色んなことをするのにも体力がもたなかったりするの。思い立ったら早い時期から、短期間でも住んでみることをお勧めします。

古屋さんご夫婦
移住年 2012年
熊本県
以前のお住まい

移住されたきっかけは？
20代から高森が好きでした。他の阿蘇の地域と違って、高森はほっとする空気が良いと思いました。

高森町の魅力は？
薪の調理や草刈りなど、やること自体は都会よりも多くて体力的には結構つらいのですが、ストレスにはなりませんし、空気が違うこともあって健康になりやすかったです。移住前よりかなり風邪を引きにくくなりました。また、地元の方々がフレンドリーで、全く言葉のない方から軽トラで通りすがりに大根をいただいたこともあります(笑)

移住を検討される方へのメッセージ
高森町は、山奥にあるイメージですが、通えば通うほど魅力あふれる地域です。最初は気軽に遊びに行くところから始めてほしいと思います。



吉岡さんご家族
移住年 2011年
宇土市
以前のお住まい

移住されたきっかけは？
大きな犬を飼っているので、広い土地で育てたかったというのが大きなきっかけです。

移住前の生活から変わったことは？
移住前に比べて、外の地域に遊びに行くことが少なくなり、また、地元の人は田舎で何にもないとも言われますが、四季の変化が豊かで、木のおいしさを意識したり、五感をフルに使って生活するのがとても楽しいです。また、長靴にTシャツで外出できるようになるくらい、着飾ることがなく生活できるのがいいですね。

移住を検討される方へのメッセージ
人との間わりは都会よりも多いので、田舎で静かな暮らしをしたいという人は大変かもしれませんが、それはいいです。そうやって生活を楽しめる方に向いていると思います。

谷澤さんご家族
移住年 2012年
東京都
以前のお住まい

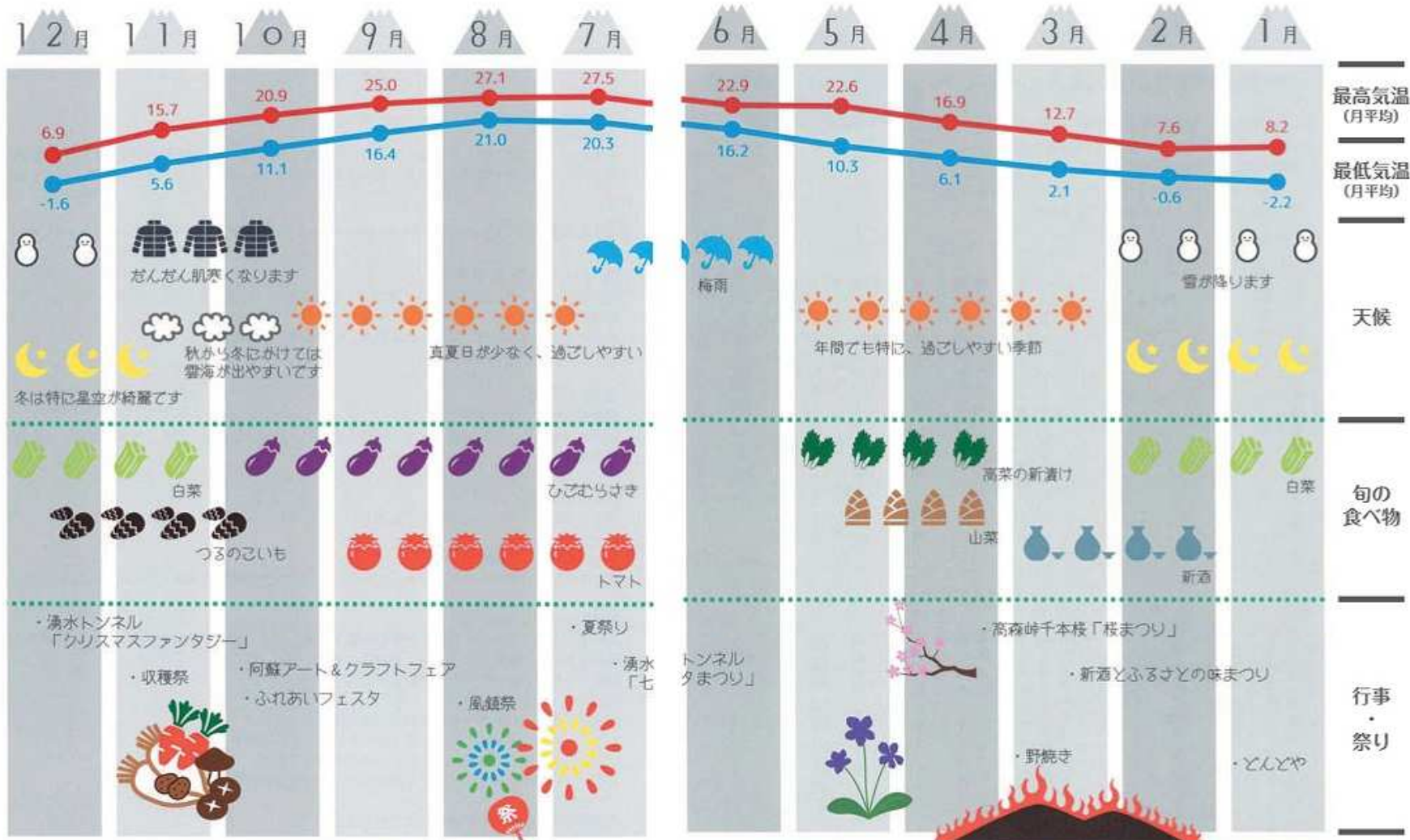
移住されたきっかけは？
震災を機に、暮らしと仕事を振り取り、子どもをゆつくり育てられる環境を考えて、知り合いの高森への移住を決めました。

移住した印象は？
車中心の生活で、移住する前よりも移動距離は長くなっていましたが、季節の移り変わりを感じたり、毎日キレイだと思える風景があるので、ストレスは感じません。集落の中に住んでいるので、近所付き合いも多いですが、とても優しくしていただいています。

移住を検討される方へのメッセージ
高森町は、中心部にはお店が揃っていますが、普通に生活するには困ります。一方で、山の中で自給自足の生活もできます。色んなパターンでの生活を調整して、自分で暮らし方を調整しながら楽しめると思います。



1年を通して〜高森町の四季〜



季節によって様々な表情を見ることが出来る根子岳や豊かな自然。時期によって味わえる文化や食べ物も違います。手前味噌ではありますが、その本当の魅力は、住んでこそ初めて分かるという過言ではありません。ここでは、そんな変化に富む高森町の四季について、少しですがご紹介いたします。



刈子小橋

秋
収穫祭などの地域内のものから、町外向けの大きなものまで催し物が多く開催される季節です。食べ物もおいしい季節ですが、暑が短い分早く、体調管理には注意が必要です。



稲刈り後の田んぼと根子岳

夏
県内の他地域に比べ気温が低く、8月でも30℃を越える日はほとんどないため冷房無しでも快適に過ごすことができます。また、高冷地で育った夏野菜が美味しい季節です。



旧高森小学校前の向日葵



真の大地



春
草花が芽吹き、冬眠していた動物たちが山から降りてくるなど、動植物にとってのも特に過ごしやすい気候です。サクラやスミレなどをテーマにしたイベントが行われ、タラの芽などの山菜も多く採れます。

冬
雪が積もるほど、寒さの厳しい地域です。1月には「どんどや」という無病息災や五穀豊穡を祈る行事が行われます。



町内の医療施設

内科

平田医院 高森町高森1613-6
馬原内科医院 高森町高森1678
渡邊総合内科クリニック 高森町高森2022-3

外科

南郷谷整形外科医院 高森町高森2186-1

歯科

片山歯科医院 高森町高森993-5
みもり歯科医院 高森町高森1973-3

町内の教育施設

幼稚園／保育園

認定こども園高森幼稚園
高森保育園
高森東保育園
色見保育園

小学校

高森東学園義務教育学校（前期）
高森中央小学校

中学校

高森東学園義務教育学校（後期）
高森中学校

高校

熊本県立高森高等学校

インターネット環境

高森町では、「町内全戸に行政情報などを提供すること」を目的とした光ファイバー網を整備しております。このことにより、町内全域における通信環境が飛躍的に改善され、提供される行政サービスの内容も大きく変わっています。

ICT教育の推進

町内全ての小中学校に電子黒板とデジタル教科書を整備。生徒一人一人がタブレットPCを活用し、日常的にICTを活用した教育を行っています。
また、町内全戸に敷設されている光ファイバー網を活用し、遠隔授業にも取り組んでいます。こうした取り組みは地域情報化の優れた取り組みとして、国等からも高く評価されています。

子育て環境

赤ちゃんが生まれたら

出産祝金：第1子 50,000円 第2子 100,000円 第3子以降 200,000円

保健師による赤ちゃん訪問：生後1ヶ月～2ヶ月

乳幼児健診：身体測定、問診、内科健診、歯科検診、保健指導、栄養指導など

子育て支援

医療費助成

社会保険各法による被保険者もしくは被扶養者で、通院、または入院による医療を受ける乳幼児から町内在住の高校生までの医療費を助成します。

ブックスタート

NPOブックスタートの活動の一環として、「絵本」と「赤ちゃん絵本を楽しむ体験」をプレゼントします。

ランドセル等の無料贈呈

新1年生全員に町からランドセル、または、学用品や学校用消耗品購入のための商品券(5万円分)を贈呈します。

高森町子育て支援センター

親同士の友達づくりや子育ての食育の相談、講習会など、子育て情報の提供やストレス解消を保育士や小学校教諭の資格を持った経験豊かなスタッフが対応します。

開設日：毎週 月～金曜日

開設時間：午前10時～午後3時

対象者：町内在住の就学前の乳幼児とその保護者・妊婦

町内に里帰りしている就学前の乳幼児とその保護者・妊婦

近隣町村の就学前の乳幼児とその保護者・妊婦

お問い合わせ先：高森町子育て支援センター TEL.0967-62-3311

認定こども園高森幼稚園でも子育て応援！

認定こども園高森幼稚園では未就園児とその保護者等の集いとして、子育て仲間クラブ(どんぐりクラブ)を立ち上げ、座談会や親子体操等を開催しています。

開催日：毎月2回 ※行事等により不確定のため、直接お問い合わせいただけますようお願いいたします。

開催時間：午前10時～午前11時45分

参加費：無料 非会員制(町外の方でもOK)で、参加可能な時にお集まりいただくスタイルになっています。

お問い合わせ先：認定こども園高森幼稚園 TEL.0967-62-0094

交通の情報

車でお越しの方

熊本市方面から

熊本市内から国道57号線を阿蘇方面へ、立野交差点を右(村道橋の木・立野線)へ、橋の木交差点を右(国道325号線)へ。

福岡方面から

九州自動車道熊本インターを下りて、阿蘇方面(国道57号線)へ、立野交差点を右(村道橋の木・立野線)へ、橋の木交差点を右(国道325号線)へ。

大分方面から

大分市内から国道57号線を熊本方面へ、下野交差点を左(県道298号)へ、1つ目の信号を右(県道149号)へ、長瀬パークゴルフ場付近交差点を右(県道299号)へ、橋の木交差点を左(国道325号線)へ。

鹿児島方面から

九州自動車道益城熊本空港インターを下りて、熊本空港南阿蘇方面(県道36号)へ、熊本空港手前を右(県道206号)へ。

飛行機でお越しの方



鉄道とバスでお越しの方

