



きび
広報
ちゅうおう



2008. 7

vol.45

★吉備の里ふるさとまつり



特集 山が荒れている。

行政と民間(企業)が協働して行う森づくり



あるお年寄りがこう言われた
あるようです。

昔、私が小学校の6年生まで我が家は五右衛門風呂でした。父親が作った木のさなを足でそつと沈めて風呂の縁に体があると熱い思いをすることがあります。こわごわと入ったものです。当然山からの雑木の切り出し、薪割りは学校が休みの日には当たり前のように手伝わされました。初めはチーンソーの音が大きく、大人はよくあんな危険な道具を使うものだなあと尊敬的

眼差しで見たものです。

しかし、中学生になり風呂がボイラーワードに変わると必然的に山に行く機会はなくなりあれから約30年が経ち、父親と焚き物を取りに入った山の入口は草で覆われ、山は木やその枝で前に進めないような状況です。猪の作物被害も人が山に入らなくなり管理しなくなつたために、ほ場と猪の住みか(山)との境が近くなつたことが原因であるとの見解もあるようです。



きび
広報
ちゅうおう

もくじ

- ② 特集 「山が荒れている」
- ④ まちの話題
- ⑥ インタビュー～人キラリ～
- ⑧ 農林業シリーズ
- ⑩ 役場からのお知らせ
- ⑯ お知らせ —インフォメーション—
- ⑰ みんなのページ
- ㉚ フォトトピックス

そうです。「山は手をかけねば、かけただけ応えてくれる。山はかわいい。」

確かに昔の山はよく管理され、今よりずっと綺麗だったと思います。クワガタ虫を捕りに行くにも、

今日はどここの山に行つてみようかと友達と悩んだものです。ところが、今はクワガタ虫を捕りに行ける山(人間が入れる山)が少なくなつたと思います。これは冒頭に

あるように我々の生活様式の激変により山の必要性が薄れたことと、高齢化の影響も少なからずあるのではないでしようか。

山は木材の生産をはじめ、水



協定書調印式

長は「企業が行う社会貢献の一環として、地球環境への取組をしたい。社員一人一人が森林の重要性を理解し岡山県の森が元気になつてほしい」と語られました。

重森町長は「諸般の事情で山の手入れが出来ていらないのが現状。この事業に我が町を選んで頂き非常に嬉しく思います。社員、家族の方が安全に活動してもらえるよう地元としてサポートして行きたい」と述べ、握手を交わしました。

今後の具体的な予定は、初年

となります。

度は植栽・森林整備・キノコ植菌等を予定しており、2年目以降は自然観察会などもメニューに盛り

込まれ社員や家族の環境意識の啓発も行われる予定で、更には小学生の教材としての活用も視野に入れており、この事業を通じて地域との交流も計画の中でも視

えられているようです。

地球温暖化問題をはじめ環境に関する問題は、我々の想像を超えたスピードで深刻さを増しています。行政としても国や

県の制度を活用して、地域の方いろいろな取組をしていますが、

高齢化により人の力を確保する

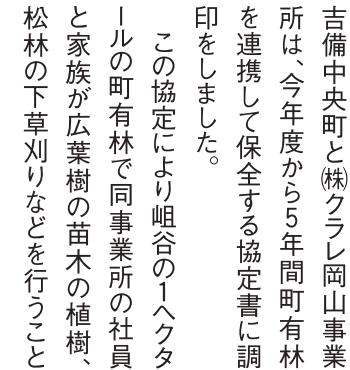
ことが非常に難しくなっています。

山に入山しなくなつた事で、自分の持ち山の境もわからないという人も増え、余計に山への愛着も薄れ荒廃が進み悪循環に陥っています。

こういった状況下で、このよう

な民間(企業)の力を活用した事業を積極的に取り組むことにより、山の荒廃防止や農作物被害防止ができる、更には環境問題の解消の礎となるのではないか。緑豊かな吉備中央町のこの自然を後世に綺麗な状態で残すこととも、今を生きる私達の役目であろうと思われます。

そのためには我々も山へまず足を運び、山を見つめ直すことが重要で、そうすることにより新たな山の利活用が発見出来るのではないかでしようか。



印をしました。

この協定により畠谷の1ヘクタールの町有林で同事業所の社員と家族が広葉樹の苗木の植樹、松林の下草刈りなどをを行うこと





山菜祭り開催

4月27日に道の駅かようで毎年恒例の春イベント山菜祭りが開催されました。

当日は山菜おこわ・山菜の天ぷら・鯖寿司・地鶏の串焼き・餅つきの実演販売があり、猪鍋の無料サービスも行われました。また天候もよく約3,000人の来場者が訪れました。



老人クラブと園児による花祭り開催

5月8日に吉川保育園児と吉川老人クラブによる花祭りが神護寺において行われました。当日は園児25名と老人クラブ10名が、お花をお供えしあつて、釈迦様に甘茶をかけて「良い子になれますように。」と手をあわせました。北野恵祥ご住職から園児に花祭りの説明があり甘茶の接待を受けました。園児は皆「おいしい。」「おかわり。」などと元気な声が上がっていました。老人クラブのメンバーもかわいい園児の姿に目を細めていました。その後座禅をくみ最後は園児がお釈迦様の唄をうたって園児と老人が交流をしました。



おめでとうございます。小学生学年別柔道大会 岡山県予選会優勝！ 全国大会出場決定!!



吉備高原都市小学校5年生、山崎壱盛君が5月11日に岡山武道館で行われた第五回全国小学生学年別柔道大会岡山県予選会において5年生45kg超級において見事優勝し、8月24日に静岡県で行われる全国大会へ出場することが決まりました。全国大会では47都道府県から48名が参加し日本一を目指して競技を行います。

山崎君は1年生から総社柔道教室へ週2~3日練習に通い、技を磨いてきました。全国大会での活躍を期待しています。



おめでとうございます。 瀬戸大橋開通20周年記念事業 「美術・文芸作品」募集で受賞

瀬戸大橋開通20周年を祝い、多くの人々に瀬戸大橋の魅力を改めて実感して頂くとともに、橋に対する親しみと愛着を深めることを目的に美術・文芸作品の募集がありました。

俳句の部において、下竹荘小学校5年生の難波唯菜さんが瀬戸大橋開通20周年記念事業岡山県実行委員会会長賞、同校同学年の藤井俊成君が瀬戸大橋開通20周年記念賞を受賞されました。



花いっぱい運動実施

吉備中央町観光協会がふるさと農道沿いで行っている花いっぱい運動で、4月25日に会員を中心としたボランティア40名が参加して、町の花ツツジ約180本の苗木を植樹し、また既に植樹してある花に追肥を行いました。



おめでとうございます 防犯功労者表彰受賞

5月21日に岡山プラザホテルで岡山県下の防犯功労者及び団体表彰があり、上竹の大月洋志さんが功労者15名の1人として(社)岡山県防犯協会並びに岡山県警察本部から表彰されました。

大月さんは平成9年から地域安全推進員をされており、現在は市町村合併により岡山北警察署管内地域安全推進協議会・吉備中央ブロック(津賀地区・円城地区・長田地区・豊野地区・湯山地区・西地区・吉備高原地区計7班)豊野地区班長をされています。

活動は、児童生徒の登下校や夏祭りなど地域の行事等にあわせパトロール等を隨時行っておられ、「こういった活動は、一過性の活動ではなく継続性のある活動でなければならない。そのためには、気負うことなく無理をせずコツコツと続けてきました。」と語っておられました。

スプリングコンサート開催

5月11日にロマン高原かよう総合会館において、スプリングコンサートが開催されました。ピアノ指導をしている大木民子さんらのグループが主催して例年行うもので、当日は普段の練習の成果を約40名の生徒が発表しました。曲目は「なかよしカッコウ」「小鳥の結婚式」など、それぞれ普段練習した曲を子供達が真剣に演奏しました。会場では保護者が子供達の演奏に聞き入っていました。



吉備中央町地域づくり団体連絡協議会総会開催

5月25日、吉備中央町内で町づくりに取り組む26団体のメンバーおよそ40人が出席し、吉備中央町地域づくり団体連絡協議会総会が開催されました。

鶴旨会長から「地域の活性化に向かって互いに知恵を出し合い日々研鑽努力ていきましょう。」とあいさつがあり、新年度の予算や事業計画等について審議されました。

総会終了後、活動状況事例発表が行われ、上田西「百姓王国」と小森美しい村づくり推進協会の代表者が、それぞれの活動内容の報告をしました。この日出席した人々は、今後の地域活性化に活かそうと熱心に耳を傾けていました。



サイクル・マナーアップ作戦の実施について

5月の「自転車月間」に併せて、今年度下加茂地区がサイクルマナーアップ運動のモデル地区に指定されていることもあり、5月2日(金)岡山北警察署・交通警察協助員・行政による街頭指導が行われました。

当日は、自転車にリフレクターや反射材をつけたり、防犯面からの二重ロックや防犯ネットの必要性の指導が行われました。



植林を実施

特集でお伝えした企業との協働の森づくりの協定書にもとづき町有林に植樹が行われました。重森町長と(株)クラレ岡山事業所の大崎所長とが赤松を記念植樹した後、(株)クラレ岡山事業所の社員とその家族、関係者約50名が参加して、かしの木・コナラの苗木約260本を植樹しました。

人



キラリ

「農業で生き生き輝く人生」

小林

豊さん(上田西)
静代さんご夫妻

「ブルーベリー栽培・加工品による 新たな農業への挑戦」



ブルーベリー入りのお餅
杵つきブルーベリー豆餅



吉備中央町の基幹産業と言えば農業ですが、近年農業を取り巻く環境は厳しさを増して、決して明るいと言える産業でないのが現状ではないでしょうか。

そのような中、今月は上田西で新たな農業の取り組みに意欲的に挑戦されているご夫婦を紹介します。

小林豊、静代ご夫妻は建設業を営みながら、農業において様々な角度から実践・挑戦をされています。

主な栽培品目は、米4ha・ピオーネ10a・ブルーベリー20a(溶液栽培)・自然薯1,500本・ごぼう10aを栽培している他、それらの栽培したものを加工したお餅や、かき揚げ餅、ポン菓子等の製造販売なども手がけられています。

ブルーベリーは露地栽培ではなく、苗をフレコンバツクに植え、溶液添加を機械管理する施設栽培に挑戦されています。この栽培方法は露地栽培に比べ苗木の生育が早く、実が早く収穫される利点があり、昨年は観光農園としても大勢の来客があつたそうです。

奥さんは加工品の生産にも積極的に取り組んでおり、ブルーベリー豆餅、健康野菜明日葉やくるみ、チーズなどを使った様々なお餅を研究開発し商品化して販売されています。

販売においても工夫をされていて、インターネットでの販売で全国の個人、企業へ向け販路の確保にも努めています。

更にはパッケージにも気を使われており、消費者への安心安全の観点から、自分達の顔写真を入れて改良を図るなどの工夫もされています。

農作業も家族協定を結ばれて、それぞれの役割分担を明確にしていて、新しい感覚で農業に取り組んでおられます。

今後の展望としては、「ブルーベリーとピオーネは栽培面積を拡大して、観光農園に力を入れたい。」又「加工品の充実を図り、付加価値の高い商品販売により収益を高めたい。」とご夫婦共に希望を語られています。

今までの農業は生産者、集荷流通組織、加工業者、販売者と農業は分業化されていましたが、食の安心安全、地産地消、消費者の一貫化等により生産から加工そして販売まで一環した経営が求められています。小林さんご夫妻は、まさにこのモデルとなる農業に取り組まれているのではないかでしょうか。

ご夫妻に今回お話をうかがって一番に感じたことは、お二人共とにかく元気いっぱいで下手に若い者よりもはるかにパワフルで、生き生きとされていった点が印象的でした。タイトルの「人キラリ」のとおりキラキラと輝いておられました。

これからも「元気で農業にチャレンジ精神をもつて取り組まれることと思います。

安全安心な農産物 づくりの取り組み

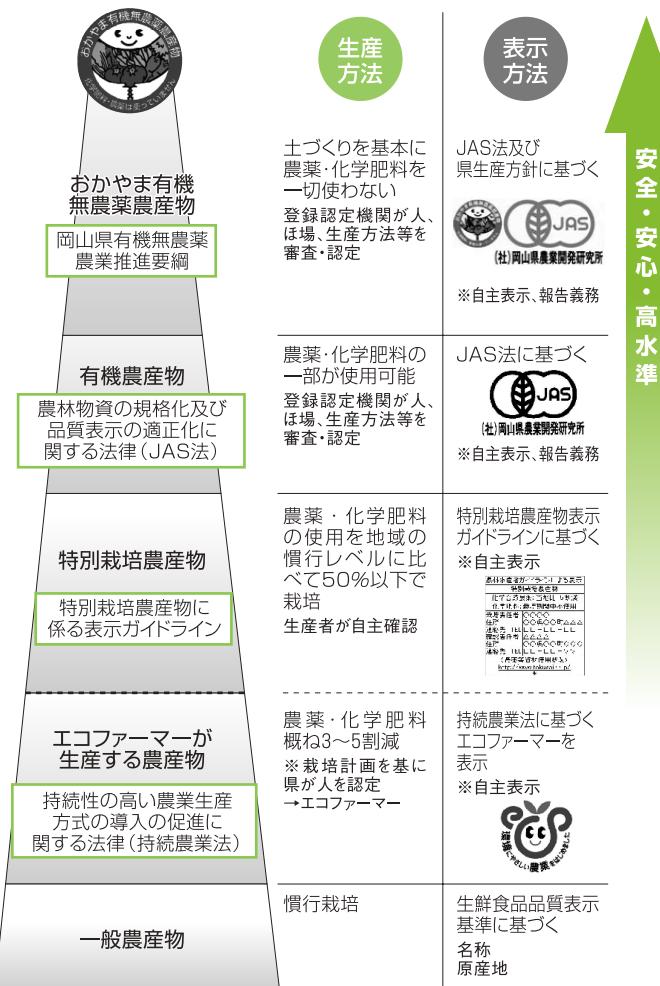
日本の有機農業は、化学肥料・農薬の使用過多による環境や人体への影響が懸念されはじめた昭和55年頃に広まり、平成2年頃からは有機農産物市場が拡大し、有機農産物が付加価値として認められるようになりました。

その後、平成4年、平成8年に有機農産物の栽培・表示ガイドラインが国によって定められ、平成11年にはJAS法改正に伴う「有機JAS制度」で「有機」の表示が規制されることとなりました。

岡山県では全国に先駆け、県独自の認証制度である「おかやま有機無農薬農産物」認証制度を昭和63年に導入しました。

また、平成13年度からの有機JA S制度の開始を受け、JAS規格に適合したもので、さらに化学肥料・農薬を使用せずに生産したもののみ「おかやま有機無農薬農産物」認定が受けられることになりました。

環境保全型農業と生産物表示の関係



かよう”あいがも”会の取り組み

平成9年に発足し、平成14年度に有機JAS及びおかやま有機無農薬農産物の認証を取得しました。

あいがも農法による米（コシヒカリ）の有機無農薬栽培に取り組んでいます。

また、平成20年5月には右の写真のように吉備中央町立吉川保育園の園児によるあいがもの放鳥が行われました。

吉川保育園の園児によるあいがもの放鳥の様子



保健福祉シリーズ 26

地域包括支援センターをご存じですか

地域包括支援センターは、高齢者の方が自立した生活が送れるように支援したり、生活・介護・健康などの相談に応じる総合的な相談窓口です。

「近所の一人暮らしの方が心配なんじゃけど」、「母親が、元気がなく調子がわるそうなので、ヘルパーさんを頼むにはどうしたらいいでしょうか?」、「配食サービスを利用したいんだけど」など、ご本人、ご家族の方や、近所の方からのいろいろな相談をお受けします。

身近な相談窓口として、気軽にご相談ください。

介護サービス・権利擁護・高齢者虐待・認知症などの
高齢者福祉に関するご相談は

吉備中央町地域包括支援センター

☎ 0866-54-1320

(〒716-1192 吉備中央町豊野1-2)

★吉備中央町の文化財巡回シリーズ★

知っていますか?私たちの町には素晴らしい文化財が数多くあります。
町民の皆さんに知っていただくため、数回に分けてシリーズで紹介をします。

今回は石造美術編第1弾です



★清水寺
平清盛供養塔
県指定

所在地 湯山

花こう岩製、鎌倉末期の建造、各側面3区に区画した和様の須弥壇風塔身、壺形。総高2.604m



★總社石燈籠
県指定

所在地 加茂市場

花こう岩製、風化のため銘は判読し難いが弘安4年(1281)の銘が刻まれていたらしく笠部の突起その他に鎌倉期の特徴がうかがわれ、県下最古の八角石燈である。総高2.24m

7月の 相談 行政・福祉相談

行政・福祉相談(心配ごと相談)を次の2会場で行います。相談は無料で秘密は固く守りますので、安心してお気軽にご相談ください。

お問い合わせ先 ●住民課(賀陽庁舎) ☎0866-54-1316
●総務民生課(加茂川庁舎) ☎0867-34-1116

相談 「行政相談・福祉相談」

〈日時〉7月18日(金) 午前10時～午後3時
〈場所〉吉川公民館

相談 「行政相談・福祉相談」

〈日時〉7月18日(金) 午前10時～午後3時
〈場所〉ハートオブおかやま会館

●社会福祉協議会 しらさぎ事業所 ☎0866-54-1818
やすらぎ事業所 ☎0867-34-1522

年金相談会

とき 平成20年7月3日(木) 午前10時～午後3時

ところ 吉備中央町役場 加茂川庁舎2F会議室

内容 厚生年金・国民年金における年金請求手続等について社会保険事務所の職員がお答えします。

※予約受付について

受付人数に限りがありますので、相談を希望される方は早めに次のお問い合わせ先まで電話予約をしてください。

お問い合わせ先

総務民生課(加茂川庁舎) ☎0867-34-1116 住民課(賀陽庁舎) ☎0866-54-1316

ハートオブおかやま会館(加茂川庁舎前)で 高速インターネット 無料体験ができます

4月から町内全域で加入いただけるようになったケーブルインターネットの無料体験コーナーが、ハートオブおかやま会館内に設置されました。

ケーブルインターネットは、電話線などを使わず、ケーブルテレビの引込線で高速インターネット通信を行うサービスです。

このサービスは、センター施設からの伝送距離による速度低下がなく、町内の何処でも高速インターネットをご利用いただけます。ぜひスピードと安定度を体験してみてください。

※ケーブルインターネットのみに加入することもできます。



<体験いただける時間>

午前8時30分～午後5時(土曜、日曜及び祝祭日を除く。)

<体験接続プラン>

スーパープラン 下り最大25Mbps、上り最大1Mbps(ベストエフォート)

<お問い合わせ先>

(株)吉備ケーブルテレビ ☎0866-21-0123 ☎0120-370-155

又は企画課情報政策班(賀陽庁舎内) ☎0866-54-1314

介護保険事業計画策定委員会の委員を募集します

平成21年度から23年度までの老人保健福祉計画及び介護保険事業計画の策定にあたり、住民の立場からのご意見をいただくために、計画策定委員会の委員を募集します。

応募資格

- ・町内に住所があり、平成20年4月1日現在で40歳以上の方
- ・公平に審議ができ、昼間の会議に出席できる方
- ・他の各種委員会等の委員を兼ねていない方

募集人数

2人

委員の任期

平成21年3月末まで

委員報酬

町の規定によりお支払します。

応募方法

申込書（任意様式）に住所・氏名・生年月日・職業・電話番号・応募理由（200字～400字程度）をご記入のうえ、郵送もしくはFAX、持参のいずれかの方法により提出してください。

・福祉課（賀陽庁舎）〒716-1192 吉備中央町豊野1-2

☎0866-54-1317 FAX0866-54-1306

選考方法

書類選考とし、選考結果は応募者全員に通知します。

募集期限

7月10日（木）必着（郵送の場合は当日消印有効）

医療費公費負担制度について

この制度は、医療機関等で診療を受けたとき、医療費の自己負担分が助成されるもので、町への申請により受給資格証を交付しています。制度の対象者で申請をされていない方は手続きをしてください。

岡山県老人医療費公費負担制度

昭和16年9月30日以前生まれのひとり暮らし老人

昭和16年9月30日以前生まれの寝たきり老人（後期高齢者医療制度該当者を除く）

昭和13年9月30日以前生まれの低所得世帯老人（市町村民税均等割課税以下）

◆70歳未満の方が対象となります。

岡山県心身障害者医療費公費負担制度

身体障害者手帳1・2級所持者

療育手帳Aの所持者

身体障害者手帳3級所持者で、かつ療育手帳B（中度）の所持者

◆65歳以上で新たに該当した場合は対象となりません。（所得により該当しない場合があります。）

岡山県乳幼児医療費公費負担制度

就学前の乳幼児

岡山県ひとり親家庭等医療費公費負担制度

ひとり親（父子・母子）家庭の親及び児童

父母のいない児童

父母のいない児童を養育している配偶者のない者

◆対象者に所得税が課税されていない場合該当します。

- お問い合わせ先 保 健 課（賀陽庁舎）☎0866-54-1326
- 福 社 課（賀陽庁舎）☎0866-54-1317
- 総務民生課（加茂川庁舎）☎0867-34-1117

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)が始まりました

新たな医療制度として75歳（一定の障害がある人は65歳）以上を対象とした「長寿医療制度（後期高齢者医療制度）」が平成20年4月から始まりました。

「保険料について」

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の保険料は、原則として年金から徴収（特別徴収）されます。ただし、年金の年額が18万円未満の方、介護保険料との合計額が年金受給額の1／2を超える方は、納入通知書や口座振替（普通徴収）で納めていただきます。

年間の保険料額については、7月中旬に被保険者全員へ送付する保険料額のお知らせをご覧ください。

国民健康保険や国民健康保険組合の被保険者であった方

4月から年金より徴収されている保険料は、平成18年中の所得による暫定額になります。平成19年中の所得による保険料は7月に確定します。確定した保険料から暫定額で仮徴収した保険料を差し引き、10月以降に年金から徴収する保険料が決定します。

会社の健康保険などの被保険者であった方

会社の健康保険などの被保険者であった方は、7月および9月については納入通知書や口座振替で納めていただき、10月以降に年金から徴収します。

会社の健康保険などの被扶養者であった方

加入日から2年間は、保険料の均等割額が半額に減額され、所得割額はかかりません。ただし、平成20年度は、4月から9月までは保険料はかかりず、10月から3月までは均等割額が9割軽減され、年金から徴収します。

「被保険者証の更新について」

平成20年度の住民税課税所得等により、医療費の自己負担割合の見直しを行います。現在お手元にある被保険者証の有効期限は平成21年7月31日までとなっていますが、被保険者証の自己負担割合が変更となる方には、7月31日までに新しい被保険者証を送付します。送付のあった方は、8月1日以降今までの被保険者証は使用できませんので、保健課・総務民生課または各支所へお返し下さい。

なお、自己負担割合の変更がない方については、被保険者証は送付されませんので、現在お手元にある被保険者証を引き続き平成21年7月31日まで使用してください。

「限度額適用・標準負担額減額認定の申請について」

平成20年度の住民税非課税世帯に属する被保険者の方は、限度額適用・標準負担額減額認定を申請することによって、入院時の医療機関での自己負担限度額や食事代などを減額することができます。現在お手元にある認定証の有効期限は平成20年7月31日までとなっていますので、引き続き認定証の交付を希望される方、および新たに認定証の交付を希望される方は、保健課・総務民生課または各支所で申請をしてください。

【お問い合わせ先】

保健課（賀陽庁舎）☎0866-54-1326

総務民生課（加茂川庁舎）☎0867-34-1117

岡山県後期高齢者医療広域連合 ☎086-245-0090

国民健康保険高齢受給者証の更新 限度額適用認定証・標準負担額減額認定証の更新について

【国民健康保険高齢受給者証の更新について】

対象年齢：70歳以上74歳までの方

現在交付しています「国民健康保険高齢受給者証」は、有効期限が7月31日までとなっています。更新にあたり、平成20年度の住民税課税所得等により医療費の自己負担割合の見直しを行い、新しい受給者証を対象者全員の方に7月31日までに送付します。役場への手続き等は不要です。自己負担割合は、経過措置により1割負担となります。（現役並み所得のある方は3割負担となります。）

ただし、平成21年4月1日からは2割負担となります。（現役並み所得のある方は変更ありません。）

【国民健康保険限度額適用認定証・標準負担額減額認定証の更新について】

申請できる方：国民健康保険へ加入されている方で74歳までの方

現在、申請により交付しています「国民健康保険限度額認定証・標準負担額減額認定証」は、有効期限が7月31日までとなっております。更新にあたり、平成20年度住民税課税状況・国民健康保険税納付状況等により負担限度額等の見直しを行い、申請に基づき新しい認定証を送付します。

現在、認定証をお持ちの方へは、6月下旬に更新申請のお知らせをしますので、必要事項をご記入の上、下記場所まで申請書をご提出ください。

あらかじめ申請書を提出された方には、7月31日までに新しい認定証を送付いたします。

また、現在ご入院されている方、今後ご入院される予定のある方等につきましては、随時申請を受け付けておりますので下記場所までご相談ください。

● 「限度額適用認定証」とは？

入院時の医療費について自己負担限度額までの支払いになります。

● 「標準負担額減額認定証」とは？

入院時の食事代が減額されます。（住民税非課税世帯のみ）

* 8月1日以降に医療機関で受診される場合は、保険証と一緒に、新しい受給者証・認定証を医療機関窓口へ提示してください。旧受給者証は8月1日以降早めに下記場所までご返却ください。

[申請書提出先・証の返却先]

保健課（賀陽庁舎）・総務民生課（加茂川庁舎）・吉備高原総合調整事務所・各支所

【お問い合わせ先】

保健課（賀陽庁舎）☎0866-54-1326
総務民生課（加茂川庁舎）☎0867-34-1117

地域活動支援事業補助金制度制定

住民が主体となって行う、新たな地域づくり事業に対して補助金を交付し、まちの活性化を図ることを目的に「吉備中央町協働でひらく新たなまちづくり補助金交付規則」を制定しました。概要は次のとおりです。

地域づくり事業を行い、補助金の交付を希望される団体の方は、協働推進課までお尋ねください。

「協働でひらく新たなまちづくり実践事業補助金」概要

	内 容
1. 補助対象活動	<p>【一般事業】 住み良いまちづくりを目指すために、町民が自主的に行う公共性、公益性のある独創的、先駆的、実験的な新たに始める活動事業で、他の模範となり、地域及び町の活性化に特に友好であると認められるもの。また、同一事業については3年間を交付限度とします。ただし、1申請団体につき1事業を限定とし、補助金の交付決定を受けた年度内に完了することが確実な事業であること。</p> <p>※補助対象とならない事業 ①他の補助金や交付金等の交付対象となっている事業 ②事業を行う構成員の生計を維持するための事業 ③事業効果が特定の個人又は団体のみに帰属する事業 ④個人給付等の補助的な事業 ⑤既存の定例的な活動 ⑥その他補助することが適当でないと認められる事業</p>
2. 事業主体（団体）の要件	<p>(1) 町の振興施策に行政と協働し、共に町づくりを行うことができる団体 (2) 10名以上で構成された団体</p>
3. 補助対象経費	<p>補助対象となる事業費は、事業を行うために直接必要な経費とします。</p> <p>※補助対象とならない経費 ①団体（事業主体）の継続的な運営に係る経費 ②施設等の維持管理に係る経費 ③飲食費 ④構成員に支払う経費（報償費・賃金等） ⑤その他、補助対象として適当でないと認められる経費</p>
4. 補助金の額	<p>補助対象事業費の合計額から事業で得た収入金等を差し引いた額（以下「補助対象額」という）を基準とし、事業年数に応じ、次に定める額とします。ただし、補助金額は15万円を限度とします。</p> <p>①事業1年目の場合、補助対象額の70パーセント以内 ②同一事業2年目の場合、補助対象額の50パーセント以内 ③同一事業3年目の場合、補助対象額の30パーセント以内</p>

お問い合わせ先 協働推進課（ロマン高原かよう総合会館）☎0866-54-1301

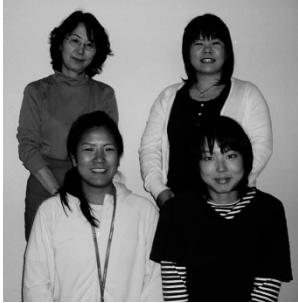
お知らせ

INFORMATION

ここにちは！“児童デイサービスこのは”です

4月より障害児等交流室「さんてらす」（吉備の里体育センター内）で児童デイサービスこのはを開設しています。

児童デイサービスこのはでは、発達が気になる就学前のお子さんを対象に日常生活における基本的動作の習得、集団生活への適応等ができるよう一人ひとりの子どもたちに応じた療育指導を行っています。



「子どもたちや保護者の方たちとのコミュニケーションを大切にし、子ども一人ひとりの状態や発達に合わせて柔軟な対応を心がけています。子どもたちは、人との関わりやさまざまな経験によってどんどん成長していきます。その成長を支援させていただく仲間のひとりにいれていただければと思っています。“このは”的名前には、いろいろな色や形の木の葉があるように子どもたち一人ひとりのすばらしい個性を伸ばしながら自然豊かな吉備中央町でのびのびと成長していってほしいとの願いを込めています。」と、NPO法人color（カラー）理事長の行藤路代さんが語られました。



いつ利用できる？

毎週火曜日

午前の部 9:00～12:00

午後の部 13:00～16:00



利用方法は？

事前に役場への申請が必要です。



利用料金は？

●障害者自立支援法に基づき、告示額の1割負担 1回754円（平成20年4月現在）

●活動に係る材料費など



どんなことをするの？



おべんきょう



あつまり



プレイルーム



おべんきょう（個別療育）

子どもさんの力に応じた、課題の習得
集中して取り組む力、
わからないことを尋ねる力を身につける
ことができるよう支援します。



あつまり（小集団療育）

日常生活に必要なスキル
お友達を意識して活動する力、順番を待つ力等を身につける
ことができるよう支援します。



プレイルーム

遊びを通してお友達との関わり方、遊びのルールを理解できる
よう支援します。

サービス内容のご質問、利用及び見学希望等がございましたら
お気軽にお問い合わせください。

NPO法人 color（カラー）
福祉課（賀陽庁舎）
総務民生課（加茂川庁舎）

☎0866-22-3611
☎0866-54-1317
☎0867-34-1117



吉備中央町の民話の絵本ができました。

民話には、私たちの祖先の人たちの夢や願い、喜びや悲しみの心がこめられています。昨年3月に「吉備中央町の民話（1）」が発刊されました。将来を担う子どもたちに、より触れていただけるようにと、その中から二話を絵本にすることができました。吉備中央町のお話を子どもとふれあいながら読んでいただき語り継いでいくことで、郷土を愛し、郷土を思う心が育まれていくことを願っています。

なお、この絵本は町内各教育関係機関及び各医療機関・福祉施設等に配付しています。

お問い合わせ先 協働推進課（ロマン高原かよう総合会館）☎0866-54-1301



☆吉備中央町観光協会が風呂敷を作成しました。

昭和を代表する造園学者で郷土の誇りである重森三玲の友琳の庭。これを切り絵でデザインした風呂敷ができました。

日本人独特の美意識と、歴史の中で培われた知恵に支えられて、風呂敷は日本人の贈答習慣に欠かせないものとして受け継がれてきました。

語りきれない心を柔らかな布地に包みこみ、いろいろな結び方の想いの丈を託して、そして解かれる瞬間の美のいさぎよさ。人が出逢い、想いが生まれ、そして一枚の布が心を包んで、さまざまな人生のドラマを演出していく風呂敷です。

ぜひこの機会にご友人や知人の方へのお土産として、また、冠婚葬祭用等としてもご利用になれますのでよろしくお願ひします。

- 1) 価 格：1枚 1,500円（税込）
- 2) サイズ：90cm（縦）×90cm（横）大風呂敷
- 3) 素 材：木綿
- 4) 販売所：
 - ①道の駅かよう「高原マーケット」
吉備中央町北1977-1
 - ②吉備中央町協働推進課
「ロマン高原かよう総合会館」
吉備中央町豊野1-2
- 5) お問い合わせ先：吉備中央町観光協会「町協働推進課内」
☎0866-54-1301 FAX0866-54-1311



ハンセン病に関する「夏休み親と子のシンポジウム」(岡山会場)開催

ハンセン病患者等に対する偏見・差別の解消を目指すためには、人格が形成される小・中学生の時期にハンセン病を正しく理解することが効果的であることから、「医学から見たハンセン病」、「歴史から学ぶハンセン病」、「ハンセン病患者・回復者の人権」等について、親子で共に考える「夏休み親と子のシンポジウム」を開催します。

名 称	ハンセン病に関する「夏休み親と子のシンポジウム」(岡山会場)
開 催 日	平成20年7月27日(日) 13:30~16:30
開 催 場 所	さん太ホール(山陽新聞社本社ビル1階)
内 容	<ul style="list-style-type: none">●シンポジウム●基調講演 ハンセン病に関する基調講演・パネルディスカッション●ファミリーコンサート 人権イメージキャラクターソング「世界をしあわせに」を中心としたコンサート●ハンセン病に関する啓発ビデオ 「未来への虹 ーぼくのおじさんは、ハンセン病ー」上映
主 催	法務省、全国人権擁護委員連合会、岡山地方法務局、岡山県人権擁護委員連合会
後 援	文部科学省、厚生労働省
お問い合わせ先	岡山地方法務局人権擁護課 ☎086-224-5761

国際化推進協会からのお知らせ 「救援金」のご協力をお願いします。

2008年5月12日、中国四川省で発生した大地震は、甚大な被害をもたらしました。
吉備中央町国際化推進協会では、被災された方を支援するため、救援金の募集を実施しています。
ご協力をよろしくお願いいたします。

【募金箱設置ヶ所】

- 賀陽庁舎(住民課前)
- 加茂川庁舎(総務民生課)
- ロマン高原かよう総合会館(協働推進課)
- 吉備高原総合調整事務所

【受付期間】2008年10月31日まで

【お問い合わせ先】

吉備中央町国際化推進協会事務局(協働推進課内)
☎0866-54-1301

税務職員募集

国税庁では、税務職員を募集しています。採用試験の募集要項は次のとおりです。
税のプロフェッショナルを目指して、ぜひ受験してください。

- 受験資格 昭和62年4月2日～平成3年4月1日生まれの者
- 試験の程度 高校卒業程度
- 受験申込期間 平成20年6月24日(火)～7月1日(火)
※申込書の提出はできるだけ郵送(配達記録郵便)にしてください。
(7月1日(火)までの通信日付印有効)
- 受験申込先 受験しようとする第1次試験地を担当する人事院各地方事務局
※採用を希望する地域の試験を全国どこの試験地でも受験することができます。
- 第1次試験
 - 試験日／平成20年9月7日(日)
 - 試験地／人事院中国事務局が担当する試験地は、鳥取市・松江市・岡山市・広島市・福山市・山口市
 - 試験種目／教養試験・適性試験・作文試験
- 第1次試験合格発表 平成20年10月9日(木)
- 第2次試験
 - 試験日／平成20年10月16日(木)～10月23日(木)の間で指定する日
 - 試験地／第1次試験合格通知書により試験場を指定(試験日及び集合時刻も記載)
 - 試験種目／人物試験・身体検査
- 最終合格発表日 平成20年11月13日(木)
- 受験申込書及びパンフレットの請求、お問い合わせ先
広島国税局総務部人事第二課試験研修係
(〒730-8521 広島市中区上八丁堀6-30 ☎082-221-9211 内線3743)
又はお近くの税務署総務課へ
- ホームページアドレス
 - 国税庁 <http://www.nta.go.jp>
 - 広島国税局 <http://www.nta.go.jp/hiroshima>

7月は「社会を明るくする運動」強調月間です。

第55回(社会を明るくする運動) 岡山県推進標語 【気付いてね 助け求める 小さな声】

この運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更正について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動で、法務省が主唱するものです。そのために諸種の活動が計画されています。

その一環として、小・中学生対象の作文コンテストが実施されます。次代を担う児童、生徒が日常生活の中で、日ごろ考えていることや体験したこと作文に書くことを通じて、本運動に対する関心と理解を深めてもらうことを目的としています。

皆様の本運動へのご理解とご協力をお願いします。

吉備中央町
吉備中央町保護司会



防衛省からのお知らせ

防衛省では、平成20年度、下記の各種種目を募集しております。

★航空学生：海・空自衛隊のパイロット（幹部）になるコースです。

★一般曹候補生：2年9ヶ月経過以降選考により、3曹（小部隊の指揮官）になるコースです。

受験資格：航空学生 高卒、18歳以上21歳未満 一般曹候補生、18歳以上27歳未満

受付期間：8月1日（金）～9月10日（水）

試験：航空学生 9月23日（火） 一般曹候補生 9月20日（土）

一次合格：航空学生 10月9日（木） 一般曹候補生 10月 3日（金）

最終合格：航空学生 21年1月23日（金） 一般曹候補生 11月12日（水）

★2等陸・海・空士（男子・女子）

受験資格：2等陸・海・空士（男・女）は、18歳以上27歳未満

受付期間：2士男子 9月12日（金）まで 2士女子 8月1日（金）～9月10日（水）

試験：2士男子 9月25日～28日の間、2日間を指定 2士女子 9月28日・29日

合格発表：2士男子 試験日より、おおむね1ヵ月程度 2士女子 11月14日（金）

※自衛官採用説明会

日時・会場 8月3日（日）

ロマン高原かよう総合会館 三世代交流室 10:00～11:00
加茂川庁舎2F 会議室 13:00～14:00

※なお、ご不明な点、又は詳しい資料等をご希望の方は下記までお問い合わせください。

自衛隊高梁地域事務所 ☎0866-22-2314まで
<http://www.mod.go.jp/pco/okayama/>

川柳募集

岡山県国民健康保険団体連合会では、

『健康川柳カレンダー』の川柳を募集しています。

健康について感じたことを川柳に詠んでみませんか。

応募者全員にカレンダーを、採用の方には記念品をお送りします。

募集要領 ①川柳 ②郵便番号 ③住所
④氏名 ⑤年齢 ⑥職業
⑦電話番号

※なお、応募は一人三句までとさせていただきます。
また、川柳に使われた漢字にはふりがなをふってご応募ください。

宛先 ☎700-8568
岡山市桑田町17-5
岡山県国民健康保険団体連合会
保健事業課事業係 宛

締切 9月30日

「おかやま桃太郎まつり納涼花火大会」に
県庁へ身体障害者の方を招待

県では、八月二日（土）に岡山市内で開催される「おかやま桃太郎まつり納涼花火大会」に、県庁舎へ車いす使用の身体障害者の方を三十五人（付き添いは二人まで）招待します。申し込みは所定の応募用紙、ハガキ又はメールで。締切は七月十一日（金）午後5時まで（必着）。応募者多数の場合は抽選。申込・お問い合わせは県庁障害福祉課（☎0866-22-2314）まで。

放送大学で学んでみませんか？

放送大学はテレビ等の放送で授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で、様々な年代や職業の人達が学んでいます。

大学や大学院の授業科目を1科目から気軽に学べるチャンスです！

この機会にあなたも放送大学で学んでみませんか？！

★放送大学の教養学部と大学院の特長の一部をご紹介します。

～教養学部のご紹介～

- ①入学試験はありません。
- ②15歳以上ならば誰でも選科履修生・科目履修生として入学でき、約300科目の中から好きな科目を1科目からでも学べます。
- ③18歳以上で大学入学資格をお持ちの方は、誰でも全科履修生として入学でき、卒業すると学士（教養）の学位を取得できます。
- ④「放送大学エキスパート」では、「心理学基礎プラン」「健康福祉指導プラン」「福祉コーディネータプラン」など全22プランを実施。ひとつの分野を体系的に学ぶことができ、認証条件を満たされた方には「認証状」が交付されます。

学生の種類	入学金	授業料
科目履修生（6ヶ月在学し、希望する科目を履修）	6,000円	1科目（2単位） 11,000円（テキスト代含む）
選科履修生（1年間 在学し、希望する科目を履修）	8,000円	
全科履修生（4年以上在学し、卒業を目指す）	22,000円	

～大学院のご紹介～

- ①18歳以上ならば誰でも修士選科生・修士科目生として入学でき、約70科目の中から好きな科目を1科目から学べます。

学生の種類	入学金	授業料
修士科目生（6ヶ月在学し、希望する科目を履修）	12,000円	1科目（2単位） 22,000円（テキスト代含む）
修士選科生（1年間 在学し、希望する科目を履修）	16,000円	

★只今平成20年度第2学期学生を募集しています。詳しい資料を無料進呈いたしますので、お気軽にお問い合わせください。

★出願期間：平成20年6月15日～平成20年8月31日（本部へ必着）

【資料請求・お問い合わせ先】

〒700-0082 岡山市津島中3-1-1 岡山大学内 放送大学 岡山学習センター

☎086-254-9240 ☎086-254-9286

E-mail:okayama-sc@u-air.jp

みんなのページ

みなさんからのおたより・イラスト・写真をお待ちしています。



★平成19年7月15日生まれ

菅野 楓ちゃん(上竹)



★平成19年7月3日生まれ

易 咲太郎ちゃん(吉川)



★平成19年7月19日生まれ

宮本 晃希ちゃん(尾原)



★平成19年7月11日生まれ

沼本 晃祈ちゃん(吉川)

おめでとう
満1歳



放送川柳コーナー

平成20年5月秀句 題「大」

平成19年度 年間賞
(杉山 静 選)

■ジユニアの部

【優秀句】朝日あびおはようからの始まりだ

【佳作】応援が心の闘志呼びさます

【一般の部】友達が心のかぎを開かせる

【佳作】残り日を見つめて悔いのない歩幅

【優秀句】福の神無欲な老母の背に宿る

【優秀句】天地の恵み集めて盛る夕餉

【最優秀句】母の日も母の姿は割烹着

【ジユニアの部 黒瀬 嘉子 選 (投句者96名)】

河田 黒瀬かず子	山岡 森山ほのか	石田 山岡かず子	宮本 中西
河本 山本	平宮 赤木	小倉 嘉英三子	眞菜
土居 山崎しげる	尾井 仁木	伊賀 優里香	央美衣
富田 河本豊子	鶴鳴 奈悠	佐織 和恵	
永子 河本敬子	清山 真吾	和枝 小林千代野	
照代 河中恵美子	真理菜		
田中 土居	奈悠		
豊子 敬子	佐織		
永子 照代	和枝		

【佳作】大空を元気に泳げこいのぼり
【佳作】ばくらの未来大志をだいてはばたこう
【一般の部】大空へ明日の一歩をふみだそう
【優秀句】将来に大きな夢をふくらませ
【優秀句】大空に輝く未来が待っている

【佳作】正直を歩んだ大地をふんで歩きだす
【佳作】ばくらの未来大志をだいてはばたこう
【一般の部】大空へ明日の一歩をふみだそう
【優秀句】将来に大きな夢をふくらませ
【優秀句】大空に輝く未来が待っている

【佳作】天地人正直を歩んだ大地を確かめる
【佳作】悠久の大地不屈の種を蒔く
【一般の部】大黒柱一家支える父の背な
【優秀句】将来自大望を抱き始発の駅に立ち
【優秀句】偏差値の中で大きな夢を追う

【佳作】天地人正直を歩んだ大地を確かめる
【佳作】悠久の大地不屈の種を蒔く
【一般の部】大黒柱一家支える父の背な
【優秀句】将来自大望を抱き始発の駅に立ち
【優秀句】偏差値の中で大きな夢を追う

【三光】夢決まり大地をふんで歩きだす
【三光】大いなる夢を抱いてはばたこう
【天地人】明日に向け大きな歩を歩いてく
【天地人】大空へ明日の一歩をふみだそう
【天地人】大空に輝く未来が待っている

【三光】夢決まり大地をふんで歩きだす
【三光】大いなる夢を抱いてはばたこう
【天地人】明日に向け大きな歩を歩いてく
【天地人】大空へ明日の一歩をふみだそう
【天地人】大空に輝く未来が待っている

【天地人】正直を歩んだ大地を確かめる
【天地人】悠久の大地不屈の種を蒔く
【天地人】大黒柱一家支える父の背な
【天地人】将来自大望を抱き始発の駅に立ち
【天地人】偏差値の中で大きな夢を追う

【天地人】正直を歩んだ大地を確かめる
【天地人】悠久の大地不屈の種を蒔く
【天地人】大黒柱一家支える父の背な
【天地人】将来自大望を抱き始発の駅に立ち
【天地人】偏差値の中で大きな夢を追う

河田 黒瀬かず子	山岡 森山ほのか	石田 山岡かず子	宮本 中西
河本 山本	平宮 赤木	小倉 嘉英三子	眞菜
土居 山崎しげる	尾井 仁木	伊賀 優里香	央美衣
富田 河本豊子	鶴鳴 奈悠	佐織 和恵	
永子 河本敬子	清山 真吾	和枝 小林千代野	
照代 河中恵美子	真理菜		
田中 土居	奈悠		
豊子 敬子	佐織		
永子 照代	和枝		

◆7月の課題は「旅」、8月の課題は「草」です。

投句の方法…はがきに二句以内・氏名(本名)を書いて

下加茂 加茂川公民館 放送川柳係までお送りください。

投句締め切り日…毎月15日必着

町内に在住の方はどなたでも応募できます。

ご寄付に感謝します 育英資金へ(敬称略)

金一封(香典返し)

小倉 英人(案田)

花木龍之介(上田東)

沼本 宣甫(円城)

畠

俊平(加茂市場)



第1回 ちびっ子チャレンジ教室 「プレゼントを作ろう」

今年も「ちびっ子チャレンジ教室」が始まりました。第1回目は5月11日、31名の子どもたちが参加し、日頃お世話になっている人たちに感謝の気持ちを込めて携帯用ストラップとカーネーションを作りました。

細かい作業が続くので、子どもたちは四苦八苦しながらも1時間半後には、かわいいストラップ3個とカーネーションを完成させました。

「ちびっ子チャレンジ教室」は自然について学んだり、昔のおもちゃを作ったり手品遊びをしたりするなど年8回開催されます。今年は62名の児童が参加申し込みをしています。



ビーズの小さな穴に糸や金具を通します。



「おはながみ」でカーネーション作り



★平成19年7月24日生まれ

片山ひまりちゃん(豊岡上)



★平成19年7月27日生まれ

新谷 晃ちゃん(竹莊)

宝くじ文化公演 桂三枝「独演会」

開催日時：平成20年7月24日(木)

開場18：30 開演19：00

場 所：ロマン高原かよう総合会館

入場券：全席指定

一般 2,000円(当日2,500円)
高校生以下 1,500円(当日2,000円)

好評発売中!!

※宝くじの助成により、
特別料金となっています。



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に
貢献されています。

ロマン高原かよう総合会館に直接電話で(☎0866-54-1301)

お申し込みいただければ、加茂川庁舎・吉備高原総合調整事務所・

役場各支所・出張所、かもがわ総合福祉センターで受け取りが

できますので、ご利用ください。

キッズルームを開設いたします。

本公司をご鑑賞の間、1歳から6歳までのお子様を託児室において経験豊富なスタッフがお預かりいたします。ご利用料金は1人500円で、公演日1週間前までにご予約ください。定員になり次第、締め切らせていただきます。

主催：吉備中央町・吉備中央町教育委員会・岡山県・(財)自治総合センター

夏休みこども映画会 ウォルト・ディズニー映画 「ライアンを探せ！」

入場
無料



ニューヨーク動物園の人気者ライアンを探して、ハラハラどきどきの大冒険がはじまります。さあ、あなたもこの愉快な仲間たちと一緒にライアンを探して下さい。

とき：8月23日(土)
午後2時30分開場
午後3時上映

ところ：ロマン高原かよう総合会館／
レインボーホール

かと思いました。
今日は、人ギラリのコーナーで観
光農園等に力を入れておられる小
林ご夫妻をご紹介しましたが、吉備
中央町でも農業と観光の連携をは
かりゴールデンウイークに人をもつ
と集められれば喜ばれるのではないか
と思いました。

疑問に思いました。
は毎年混み合った交通渋滞、テマ
パーク等の映像が流れますが、これ
は日本だけの現象なのか？海外でも
同じような光景なのだろうか？ふと
尋ねました。

編集後記

お便りは5月号に同封した
(年3回発行します)

郵便番号	71611192
吉備中央町 協働推進課公聴広報班 行 (広報さしうううう編集室)	
(送り人)
住所
氏名
年齢
性別
TEL
広報紙購読の場合 本名、匿名、ペンネーム()	

お便りお待ち
しています。



吉備中央町観光協会 総会開催

平成20年度吉備中央町観光協会総会が5月21日に下竹莊公民館で開催されました。総会では、平成19年度の事業並びに決算報告があり、続いて平成20年度の事業計画及び予算承認がなされました。

当観光協会では、今年度も引き続き『めざせ!観光客100万人』の目標を打ち立て、会員さんからは、「目標を達成するためにも、多くの歴史・文化を生かした“観光資源の掘り起こし”等を観光協会のみならず、地域ぐるみの協力のもとで進めていくことが必要。」など活発な意見が交わされました。



フリスビー世界大会出場

吉備中央町北の出身で現在名古屋市立の養護学校で高校生を教えながら、社会人チームでフリスビー競技を続けられている堀井大輝さんが8月2日～9日にカナダバンクーバーで開催される世界大会へ出場されることになりました。

堀井さんは少年時代・中学・高校と野球をしていましたが、日本福祉大学に入学後サークル活動でフリスビーと出会い、卒業後も大学OBでつくっている「エイティーズ」という社会人チームに所属し活動を続けられていました。

現在の所属チームが全国大会で活躍できるようになり、その結果世界大会強化委員の目に留まり、日本代表のセレクションを受け見事合格されたそうです。
世界大会での堀井さんの活躍を期待したいと思います。



(中央) 堀井大輝さん



交通安全を体験

4月29日、豊野小学校グランドにおいて交通安全体験車おかやまふれ愛号によるドライビングシミュレータ、視野の診断、運転・歩行能力診断、命を守ろうシートベルト効果体験等を豊野老人クラブ員、地域高齢者が受講されました。指導者からは、視野、視力、反射神経を自覚すること。高齢運転者標識(もみじマーク)について等説明がありその後一人一人体験車で横転時におけるシートベルトの効果等を体験しました。

これは平成20年4月より岡山北警察署から豊野地区が防犯、交通のモデル地域に指定を受たことにより実施されました。





たんぼの真ん中に鳥の巣が…

吉備中央町上竹の鎌崎治巳さんの田んぼに4月20日頃に渡り鳥(けり)が巣をつくり、取材当日には親鳥が卵を温めていました。鎌崎さんは田植えも、その部分だけ残して行ったそうです。

けりは渡り鳥で、通常県南の平野部で田んぼの畑にこの時期巣をつくります。専門家の話では吉備中央町辺りで、しかも田んぼの真ん中に巣をするのは珍しいとのことです。

その後の取材で5月19日には、かわいい雛が元気にたんぼを歩きまわり、親鳥に寄り添う姿を写真に納めることができました。鎌崎さんは家族・近所の方と雛の成長を暖かく見守っておられました。

第55回岡山県消防操法訓練大会

5月18日、岡山市瀬戸町肩脊にある岡山県消防学校で第55回岡山県消防操法訓練大会が開催され、小型ポンプ操法の部に県下より26団体が出場し吉備中央町から御北分団が町を代表して出場しました。



第9回吉備高原「森の市」杯 ふれあいグラウンド・ゴルフ大会開催

5月18日恒例の吉備高原「森の市」杯ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が吉備中央公園及び吉備高原グラウンド・ゴルフ場で、県下(備前地区を中心に・隣接市町)から約470名(吉備中央町より約140名)が参加して行われました。

当日は教育長、観光協会長、グラウンド・ゴルフ協会長の始球式の後、白熱した競技が行われました。高齢者の健康増進に一役かっているこの競技は町内の協会加入者だけで400名弱、競技人口は約500名と言われています。



22世紀の理想郷 吉備中央町
ともに挑戦 ともに感動 ともに笑顔 自然と夢のあるビッグハートタウン

地産地消で食育
(毎月19日は食育の日)

★毎月、食育推進として旬の野菜を取り入れた料理の紹介をします★



Q. 朝ごはんを抜いたらダイエットできる??

朝食を抜くと空腹のあまり1食に食べる量が多くなってしまい、通常より血液中のブドウ糖濃度が上がる原因につながります。その結果、血液の中で多くなりすぎたブドウ糖は使われず、脂肪になって体の中に蓄積され、肥満になりやすいと言われています。

結論:
抜いたら逆に太る原因に!!



料理名 夏野菜の和風カレー (4人分)

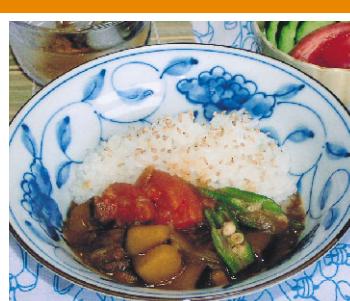
(1人分) エネルギー:732kcal たんぱく質:16.5g カルシウム:104mg 塩分:1.6g

今月は
長田支部栄養委員

おすすめ

材 料

	作り方
ご飯(1人分) 200g	①かぼちゃは一口大に切り、水に放つ。玉ねぎは乱切り、にんじんはいちょう切りにする。
牛肉(薄切り) 200g	②オクラは塩でもんでさっとゆで、食べやすい大きさに切る。
かぼちゃ(中) 1/4個	③トマトは湯むきにして、2個は手で荒くつぶす。1個は8等分する。
玉ねぎ 1個	④鍋に油を熱し、牛肉を炒め、玉ねぎ、にんじん、水気を切ったかぼちゃを加え更に炒める。
にんじん(中) 1本	⑤④にだし汁と荒くつぶしたトマトを加えて、野菜が柔らかくなるまで煮る。
オクラ 6本	⑥⑤にカレールウを入れ、更に煮込み、カレー粉、しょうゆで好みの味にする。最後に残りのトマトとオクラを入れてさっと煮る。
トマト 3個	⑦器にご飯を盛り、白ごまを振り、カレーをかける。
カレールウ(市販品) ... 2人分	
カレー粉 適量	
だし汁 4と1/2カップ	
しょうゆ 適量	
白ごま 適量	



◇トマトの栄養◇

- ・ビタミンA、C→ 胃の粘膜を保護してくれる作用
- ・カリウム→ 体内のナトリウムを排泄し血圧を下げる作用
- ・リコピン→ 老化予防、抗がん作用

(注意) 塩分量の多いトマトジュースは、逆に塩分の取りすぎになりますのでお気をつけください。

◇オクラの栄養◇

- ・ムチン(ネバネバの成分)
→ コレステロールの吸収を抑える、胃壁を保護
- ・ペクチン→ 血糖値の上昇を抑える、整腸作用

(注意) 熟を加えると栄養価が減るので、生で食べるか茹で時間は短めにすると無駄なく食べられます。

人口のうき

平成20年6月1日現在 ()は前月との増減

人 口	13,845人 (△14)	男	6,704人 (△ 4)
世 蒂	5,493戸 (△ 4)	女	7,141人 (△10)

町の面積

268.73km²

火災・救急 **テレホンガイド**

●火 災 情 報 ☎ 086-226-0119 (現在の火災情報)

●岡山市内救急病院案内 ☎ 086-231-0119 (岡山市消防局の職員から管内の休日・夜間の救急病院案内・診察情報)

【編集発行】

吉備中央町協働推進課 〒716-1192 岡山県加賀郡吉備中央町豊野1-2
ホームページ <http://www.town.kibichuo.lg.jp/> ☎ 0866-54-1301 FAX 0866-54-1311
E-mail kyoudou@town.kibichuo.lg.jp

この広報紙は自然保护のため再生紙を使用しています。