



広報

きび
ちゅうおう



2008. 3

vol.41

☆成人式



特集

成人式

新成人の門出祝福

きび
広報
ちゅうおう

もくじ

- ② 特集「成人式」
- ④ まちの話題
- ⑥ 大好き吉備中央町
すぐすくのびのび子どもたち
- ⑧ インタビュー～人☆キラリ～
- ⑩ 健康一口メモ
- ⑫ 役場からのお知らせ
- ⑯ お知らせ —インフォメーション—
- ㉑ みんなのページ
- ㉒ フォトトピックス



成人式会場の様子

「成人の日」14日を前に1月13日、吉備高原都市きびプラザで成人式が行われました。今年の成人対象者は151名で、その内116名が出席し、地域の新時代を担う新成人の門出を祝福しました。

重森町長から「自己中心的な考えが広まり、人々の心の環境問題への悪化を招いている。『忍耐は苦い、しかしその実は甘い。』じつと我慢し努力するといい結果が出ると、心にとめ頑張つて頂きたい」など思想家ルソーの言葉を贈り祝福しました。続いて河本県議会副議長、草地町議会副議長からお祝いの言葉が添えられました。また、新成人を代表して高見章一郎さんが記念品を受け取り、藤田和也さん、工藤由恵さん、河内健

太さん、樺山真由美さんが「私たちには今まで、様々な場面で周囲の方々にたくさんのことをお教えられ、助けられながら成長してきた事に感謝しています。様々な情報が飛び交う中、本質を見極める力を養い、21世紀を支える社会の一員として共に考え行動しなければならない。社会状況の変化が激しく先が見えない昨今でしかその実は甘い。」じつと我慢し努力するといい結果が出ると、心にとめ頑張つて頂きたいなど思想家ルソーの言葉を贈り祝福しました。続いて河本県議会副議長、草地町議会副議長からお祝いの言葉が添えられました。また、新成人を代表して高見

章一郎さんが記念品を受け取り、藤田和也さん、工藤由恵さん、河内健一郎さんが記念撮影を受けました。式典に続いて、記念撮影と新成人でつくる検討委員が企画した懇親会が

開催されました。会場には、中学生時代の久しぶりの再会にお互いの近況を報告したり、思い出話に花を咲かせて旧交を温めています。また、思考をこらしたゲームを楽しみ祝賀パーティーを盛り上げました。

私たちの郷土が大きく発展し多くの方に愛されるよう努力します。吉備中央町民として胸を張り毎日を充実したものにしていきます。」と、力強くお礼の言葉を述べました。式



新成人 お礼のことば



記念品目録贈呈



町長祝辞

成人式アンケート結果 (抜粋)

問 もしもあなたが町長になつたらどんなことをしたいですか?

- ・駅を作つて、電車を通す。
- ・福祉施設の充実。
- ・自然を大切にし、守る。

問 町長にお願いしたいことを書いてください。

- ・公共交通機関をもっと発展させて欲しい。
- ・元気のある町、楽しい町に。
- ・自然を大切にして守つて欲しい。

問 最後に、成人になって(成人式について)感じたことを自由にお書きください。

- ・まだ成人という実感がない。
- ・大人になったんだなと思う。
- ・責任を持たなければならぬと思う。
- ・自立しなくてはいけない。

わることが出来たことに感謝しています。一生に一度の「成人式」を心に残るものにしようと検討委員で企画しました。今、式を終えあらためて成人の仲間入りをしたことを実感しています。

成人式の検討委員として携わることが出来たことに感謝しています。

す。当日は、不安もありました
が、皆話をしたりゲームを楽し
んだりと無事に懇親会が終
ることが出来よかつたと思います。
成人になつた事で様々な責任
が増えていくので、自覺を持つた
行動をしたい。

最後になりましたが、これま
で私を育ててくれた家族や友達、
環境に感謝し、この先もこの気
持ちを忘れることなく人として
大きく成長していきたいと思
います。



黒瀬 年将

新成人 成人検討委員を代表してメッセージ



吉備高原新春マラソン大会

第26回吉備高原新春マラソン大会(吉川地域づくりの会主催)が1月1日、吉川公民館一帯で開かれました。寒風の中、子どもからお年寄りまで町内外のランニング愛好者ら100人が参加しました。

選手たちは、ファミリーコース2kmと3km、5kmコースを沿道に集まった家族等の声援を受けゴールを目指し元気よく走り抜けました。また、吉川女性の会の方々により、甘酒がふるまわれ好評でした。

大和小学校体育館とお別れ

大和小学校の新体育館の完成を前に、現在使用している体育館が取り壊されるため1月17日、体育館とのお別れ式が行われました。

式では、大内校長が「昭和41年に建設され、今まで入学式や学習発表会、授業などで使ってきました体育館です。いろんな思い出を胸に体育館に感謝しあ別れしましょう」と挨拶がありました。児童から「剣道やユニホックで体育館を使い、今までありがとう。」など感謝を述べ、全員で校歌を元気いっぱい歌い、親しんだ体育館にお別れをしました。体育館の壁や床にも思い出や感謝が描かれていました。



食は健康の原点

豊野公民館で1月18日、大下朋子氏(順正短期大学講師)を講師に「『食』と健康」と題し講演を行いました。最近、食育が問われ改めて「食」を考えられています。大下氏は「食は健康の原点、コンビニやファーストフード、サプリに頼らず、手作りの味で食を囲もう。健全な食は、生活習慣から作られる」など話され、参加者約40人は熱心に聞いていました。



横山文子さんは「日常的な動作を改めて考えることが出来ました」と話してくれました。



地域の安全に尽力 ～消防団出初式～

口マン高原かよう総合会館で平成20年吉備中央町消防団出初式が厳粛、盛大に行われました。町内9分団の団員416名が出席し、一年の平穡を祈るとともに、相互の連携と防災の徹底を誓いました。重森町長、伊達議長、岡山市藤原消防局長、亀山消防団長が「地域に密着し、住民の安心・安全を守る効率的で効果的な消防体制を目指そう」などと呼びかけました。また、長年の活動や日頃の功労者15人の個人と2団体に表彰状や感謝状が贈されました。

消防団員は地域において消防防災のリーダーとして、昼夜を問わず、地域に密着し住民の財産と生命を守るという重要な役割を担われています。



タイムカプセル掘り起こし

円城小学校卒業時、成人を機に掘り起そうと約束し2000年に本宮山山頂に埋めたタイムカプセルを1月12日、掘り起きました。土の中からステンレス製の箱が姿を表すと歓声がわき起きました。将来の自分に向けた手紙や家族からの手紙、写真や野球ボールを手に8年前の記憶をたどっていました。岩木雅弘さんは「今は亡き祖父母からの幼少の思い出や将来を楽しみにしているなどの内容に、熱いものが込上げて来ました」と話してくれました。



じねんじょ 自然薯栽培研修会



よりよい自然薯を生産しようと、新山自然薯生産組合の主催による自然薯栽培研修会が、1月22日、農業振興センターで行われ、約30名の方が参加されました。当日は、新たに作付けをはじめようと思われている方も多く参加され、組合員の実体験に基づいた栽培方法や課題などの事例発表に熱心に耳を傾けていました。

ケーブルテレビ設備賃貸契約が交わされる

現在、ケーブルテレビ施設工事が加茂川エリア、吉備高原都市で行われています。1月25日に町長室で、この4月から運用開始の地域情報通信基盤設備の賃貸に関する契約が町と株式会社吉備ケーブルテレビで正式に締結されました。この調印は、町が所有する地域情報通信基盤設備ケーブルテレビを運営する(株)吉備ケーブルテレビに賃貸借するものです。いよいよ開局により、各家庭や事業所において高速インターネットサービスと行政情報や身近な話題、ニュースなど地域に密着した映像をお届け出来ます。



安心安全「おはよう～おかえり」運動



安心安全まちづくりを目指して1月22日、円城小学校で朝の登校時に校門付近でいさつ運動を行いました。地域のボランティア、円城駐在所管内安全パトロール隊やPTAなど30名が参加し、「おはよう～」とお互いに元気な声で挨拶を交わしました。地域のみんなで声掛けを行い、安心安全で過ごそうという運動です。その後、体育館で防犯教室が行われ、児童たちは、岡山県警察少年サポートセンター難波補導官より不審者の対応の仕方を教わりました。

企業運営に関する意見交換会

町内の誘致企業、商工会と町議会、行政による意見交換会を1月18日、きびプラザ会議室で行いました。これは、企業運営にあたっての課題や町づくりへのご提言をいただくために開催したもので、当日は、誘致企業等15社にご出席を頂き、会社の概要説明に加え、今抱えている雇用の問題やインフラの整備をして欲しいなど様々なご意見をいただきました。



今後は、主に誘致企業を対象とした就職相談会や企業ガイドの作成を計画しています。



みんなが輝く幼稚園 —あたたかくたくましく—

吉備高原幼稚園

園児数 24名

<自分らしさを發揮しながら、気づき認め合う幼児の姿をめざして>

吉備高原幼稚園では、開放的な園舎内外の環境を生かした教育をめざしています。そして、幼児の心に寄り添い、一人一人のよさを伸ばし豊かな感性を育てていきたいと願っています。幼児は、周りの人々や物事に自らかかわり、あたたかく・たくましく生きていこうとする力を育てています。これからも保護者・地域の皆様のお力をいただきながら、遊びを通して学び合う喜びを味わっていきます。

••••• 遊ぶの大好き •••••



レストラン ごっこ

7月。幼稚園で育てた夏野菜を使って、ままごと遊び。「ごちそう作ったよ。もも組レストランへ食べにきてね～！！」



お楽しみ会

今年は、子年。1月のお楽しみゲーム会では、「ネコとネズミ」の追いかけっこ遊びを楽しみました。ネコ役「捕まる」と、ネズミになるぞ。逃げろ～！！」



カメ君の冬眠

今年の12月は、暖かかったのですが、地域の方からいただいた稻わらを見つけた園児たちは、カメの池を早速冬眠用に大変身させました。「これで、もう寒くないからね、カメ君たち！！」



雪だ～!!

1月。今年初めての積雪に園児は大喜びでした。「冷たい～。でも、楽しい～！！」「もっと大きくなれ！！」

••••• 地域の皆さんとの交流会を通して •••••



高校生との 交流会

高校生との交流会では、おにいさんやおねえさんは誉め上手！いっぱい遊んでもらえて、大喜び！！



出張発表会

吉備高原の老人福祉施設へ出張発表会に伺い、園で行った生活発表会の演目を披露させていただきました。たくさんの拍手をいただき大喜びでした。

びの園児は、発表終了後観ていただいた皆さんと握手を交わし合い、「来年もまた来ます。待っててね～！！」とお別れしました。

10月「サツマイモ掘り」



園児と小学生と地域の老人会の皆さんとの交流活動です。互いの紹介をして…。その後は、一緒にサツマイモ掘りです。「あった～！」「固くて掘れな

いよ～。」「待っててよ。掘りやすくしてあげるからね。」交流活動で、心があたたかくながるひとときです。



12月 「お花を植えて」

吉備の里の皆さんとの交流活動です。丹誠込めて育てられた花苗の植え方を教えていただきました。

「幼稚園が、きれいになった～！！」と、二コニコ笑顔でした。

吉備高原小学校

考えて行動する児童の育成

児童数 96名

・ねばり強く考える子 ・人や自然を大切に考える子 ・健康・安全を進んで考える子

今年度は、指導の重点に「自己肯定感の向上」「基礎学力の定着」「学ぶ楽しさの実感」などの5つを掲げ、児童と教職員とともに達成に向けて日々の教育活動に取り組んでいます。その一端を紹介します。

また、今年度は吉備高原小学校開校10年目の節目の年。児童会と6年生が中心となって、10歳のお祝いの記念児童集会を3月に行うことについています。



朝 の学習では、漢字・計算・音読など基礎学力の定着を目指します。



氣 持ちを一つにして取り組んだ組体操。難しい技もはっかり決まりました。



開 校以来続く夢まつり。ゴーストハウスには今年も長蛇の列ができました。



外 国の文化（ハロウイン）に触れました。児童も教職員も、思い思いの仮装をして。



学 習発表会の締めくくりは、児童全員による合奏と合唱。全校児童の心が一つになった瞬間でした。



老 人福祉施設や病院のクリスマス会に参加しました。喜んでいただく喜びを感じました。



「い つもおいしい給食をありがとうございました。感謝の気持ちを手紙で伝えました。

ユニークな造りの校舎として建築関係者の关心を呼び、現在も年間300人程度見学者が訪れる。

今後の主な行事
2月21日 持久走大会

人



キラリ

「全国小学生クロスカントリーリレー大会岡山県予選会で

優勝・全国大会出場（吉備高原マラソン愛好会）」

松原浩一郎さん（上野）

「スポーツの基本は、練習と食事と早寝早起き」

吉備高原マラソン愛好会が、平成19年度全国小学生クロスカントリーリレー（駅伝）岡山県予選会に出場してみごと優勝に輝きました。3月に大阪の万博記念公園で開催される全国大会（（財）日本陸上競技連盟主催）に出席されます。この大会は、5・6年生の男女各3名が、一人1.5キロコースを交互にたすきをつなぎ、タイムを競うものです。

この会の発足について「吉備高原車イスふれあいロードレースを盛会にするため、ひとりでも多くの子どもたちが選手として参加することを目的に、平成13年当時、吉備高原小学校の教諭であった丸池さんが組織されたものです。わたしも子どもと一緒に入会して大会に参加しました」と話されました。その後、平成16年の丸池教諭の転勤により松原さんが引き継ぐことになり、県のトップレベルを目指す指導方針にかえ、それまで週一回大会コースを走るだけの練習だったものを本格的なメニューを立て毎日練習に励み、県内外の

大会で優秀な成績をおさめるチームになりました。

「マラソンは単純で苦しいスポーツです。毎日ただ漠然と走っているだけではいやになるので、タイムという客観的な目標を設定すると自分のレベルがわかり、練習の動機付けになります。モチベーションを下げないようにするのが私の役割。それに練習と同じくらい大切なことはバランスの良い食事と早寝早起きの習慣です。これは保護者の協力が必要で、生活のリズムが正しいと成績も伸び基礎体力の向上により子どもの潜在能力が引き出せます。」と熱心な指導者観を覗かせ話をされました。目標は「低学年を含めてメンバー全員に全国大会の感動を味わってもらいたい。だから県大会連覇を目指します。」と熱意を話されました。

小学生アスリートたちの憧れの全国大会、50チームが参加し熱戦が繰り広げられることが多いと思います。子どもたちの健やかな成長とチャレンジスピリットを応援しています。



岡山県「明るい家庭づくり」作文(平成19年度)

今回は優秀賞に輝きました、山崎蓮君の「ぼくのパパは二ねんせい」を紹介します。



「ぼくのパパは二ねんせい」
吉備中央町立津賀小学校 1年
やまさき れんくん

パパは、ぼくがようちえんのねんちゅうのときから、ぼくのパパになった。だから、ぼくにとつてパパは、「二ねんせいだ。みんなとなんだかちがうし、ぼくはまだれくさい。きっと、パパもれくさいのだろうけれど、ぼくといつもいつしょにいてくれる。

けんかはたくさんしてしまう。もし
かしたら、おともだちよりけんかをして
いるのかもしない。でも、おこられ
ても、なかされても、いつもパパはぼくの
ことをおもってくれている。そんなこと
をいつはくれないけれど、ぼくにはわ
かる。まいにちいつしょにねるとき、だ
きしめてくれる。ときどきくるしくな
るけれど、なんだかうれしい。ママがだ
ぱまつてね。

きしめてくれるのとちょっとちがう。
そんなパパもおにになるときがある。
ぼくとからてのれんしゅうをしている
ときは、いつものパパじゃない。たくさん
おこられてしまうし、めはおにだ。だ
けど、ぼくがからてのしあいでじゅん
けつしょうへすすめたとき、パパはない
ていた。ぼくは、かつたことがどうして
いけないのかわからなかつた。

「パパ、どうしてないているの。」
ときいても、パパはこたえてくれない。で
もすぐににっこりわらってくれた。ぼく
もいつしょにわらつた。なんだかとても
からだがあつくなつて、パパをずっとみ
いた。こんなきもちとからだは、はじめ
てだ。ぼくにとつてパパはたいようみたい
にみえた。

「パパ、どうしてないているの。」
ときいても、パパはこたえてくれない。で
もすぐににっこりわらってくれた。ぼく
もいつしょにわらつた。なんだかとても
からだがあつくなつて、パパをずっとみ
いた。こんなきもちとからだは、はじめ
てだ。ぼくにとつてパパはたいようみたい
にみえた。

『ねんきん特別便』が送付されています！

社会保険庁では、年金記録が統合できていないと思われる現役加入者・年金受給者の方に、『ねんきん特別便』をお届けしています。

基礎年金番号に統合されていない約5,000万件の記録の中から、記録が年金に結びつくと思われる方には、昨年12月から今年の3月までにお送りし、それ以外の年金受給者・現役加入者の方には、4月以降順次、加入履歴をお届けできるよう準備を進めています。

ご自分の年金記録を確認いただき、以下の手続きをお願いします。



『ねんきん特別便』は皆様のご住所に直接郵送しますので、住所を変更された場合や結婚等で名字が変わっている方は速やかな手続きが必要です。

国民年金加入者（第1号被保険者）の方は市町村役場で、厚生年金加入者とその被扶養配偶者の方については勤務先を通じて、年金受給者の方はお近くの社会保険事務所で変更手続きをお願いします。

【お問い合わせ先】「ねんきん特別便専用ダイヤル」☎0570-058-555 (IP電話・PHSからは☎03-6700-1144)

お願い

※すべての年金受給者及び現役加入者の方々に、今年の秋までに順次送付してまいります。ご家族や年齢の近い方であっても、同時期に届くとは限りませんのでご了承ください。
【毎週月曜日（月曜日が休日の場合は火曜日）は19:00まで相談を受付けています】

— 老いゆく眼とともに生きる：加齢性黄斑変性 — ～動脈硬化は血管だけではありません～



吉備中央町下加茂川診療所
眼科 熊瀬 医師

「それは何の目薬?」、「わしも白内障じゃ」、「うちの婆さんは緑内障じゃ」のような会話に心当たりがありませんか?年をとると会話の中に病気のお話が増えるそうです。今日は、一度症状がでると白内障、緑内障よりも進行の早い加齢性の病気について紹介します。

みなさんの中にはお孫さんがいらっしゃる方も多いと思います。写真①と違って、みなさんのお孫さんの多くは日本人だと思いますが、どこの国でも、祖父母が孫の成長をやさしく見守っているものです。写真①には2人の子供が写っています。しかし、ある日突然、写真②のように顔が見えなくなったらびっくりすることでしょう。や

さしいおじいちゃん、おばあちゃんの目に何が起きたのでしょうか?最近このような眼の症状が日本人にも大変増えてきています。孫の顔を見ようと思ったら顔が見えない、この症状を“missing faces”^{ミッシングフェイス}と呼んだりします。

このような症状を引き起こす眼の病気に加齢性黄斑変性という病気があります。動脈硬化という言葉はよく耳にしますが、この加齢性黄斑変性は血管外の動脈硬化であると最近では考えられています。心血管疾患の既往歴、症状は加齢性黄斑症(加齢性黄斑変性の早期)の危険因子です。また心血管疾患と加齢性黄斑症は共通する危険因子(年齢:特に75歳以上、喫煙、高血圧)があります。

動脈硬化的ように加齢性黄斑変性でも血液の成分が病巣部にたまって“悪さ”をします。加齢性黄斑変性ではドルーゼンが早期には“悪さ”をします。写真③の沈着物がドルーゼンです。ドルーゼンは何も加齢性黄斑変性におかされた眼にだけあるものではありません。加齢性黄斑変性のない正常な老いゆく眼(60歳以上)にも見られます。ドルーゼンには良性のものと悪性のものがあります。悪性のドルーゼンという“時限爆弾”は“破裂”すると加齢性黄斑変性を引き起こします。このように書くと、自分の眼に“時限爆弾”があるのかないのか?“破裂”まで秒読みなのか?“時限爆弾”をなんとか止められないか?疑問がわいてくると思います。写真①のように目が見えない、見たいところが見えないことはどれほど不自由なことでしょう。早期発見、予防・治療のためにもドルーゼンの有無を含めて眼底検査をおすすめします。

多くの目の病気は視力低下を引き起こします。どんな病気もどんなに優れた治療より早期発見・予防が大切なように加齢性黄斑変性も例外ではありません。気楽に視力測定にぜひ眼科受診してみてください。

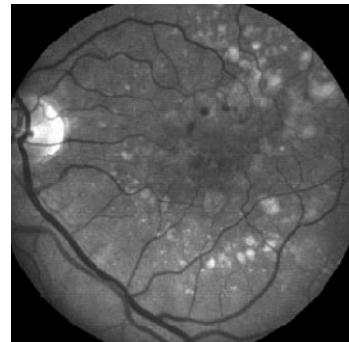
写真①



写真②



写真③



このコーナーは、毎月町内の医師から、健康へのアドバイスをしていただきます。

保健福祉シリーズ 22

認知症を理解するために その5

さりげない手助け・見守りが高齢者と家族を支えます。

10月から認知症を理解するためにシリーズでお知らせしてきましたが、理解していただけたでしょうか? 認知症は誰もが当事者になるおそれのある病気です。認知症になっても、自分のペースで自分らしく暮らすことができる。そんな町であつたらいいと思いませんか。

そんな町にするためには、地域のみなさんの理解がかかせません。みなさんの理解と支えがあれば、認知症などの病気や障害がある人も介護する家族も、安心して、自分らしい暮らしを続けることができます。必要なのは専門的な知識や技術ではなく、さりげない手助けや見守り、声かけなど、あなたのちょっとした勇気や気配りがこの町を安心で安全な町にかえていく原動力になります。

認知症などで、悪質な訪問販売員に騙されて高額な商品を買わされてしまうようなケースが後を絶ちません。そんな時、成年後見という制度があります。これは、判断能力の不十分な方や日常生活に不安のある方を支援し、権利を擁護するために用意されているものです。

成年後見制度の詳しいお問い合わせは…

吉備中央町地域包括支援センター ☎0866-54-1320
他にも…

- 財団法人リーガル・エイド岡山
岡山高齢者・障害者支援センター
- 成年後見センターリーガル・サポートおかやま
- 岡山県高齢者サービス相談センター

☎086-223-7899
☎086-226-0470
☎086-224-2525

近隣の人と日常生活に
あいさつを交わそう。



困っている様子の人を
見かけたら声をかけよう。



ゆっくりペースにあわせる
心のゆとりを持とう。



お気軽に
ご相談ください

などがあります。

吉備中央町の文化財巡りシリーズ

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。
町民のみな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ていきます。

今回は天然記念物編第11弾です

天然記念物とは、学術上価値の高い動物・植物・地質鉱物、およびそれらの存在する地域で、
その保護・保存を指定しているものをいいます。



★吉川八幡宮社叢

所在地 吉川

樹齢300年前後のヒノキ、カシ、シイの木等が林立し、
吉川八幡宮神域の森厳さを保っており、特にカシ、シイ
の木の照葉樹林は今では珍しく原生林の趣を止めている。



★総社の社叢

所在地 加茂市場

スギ、ヒノキ、イチヨウ等15本の巨樹が社叢をつくっている。い
ずれも推定樹齢500年と称され、樹高47mに及ぶ巨木もある。

③月の 相談 行政・人権・福祉相談

行政・人権・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〉 3月21日（金）午前10時～午後3時
〈場所〉 豊野公民館

相談 「人権相談」・「福祉相談」

〈日時〉 3月21日（金）午前10時～午後3時
〈場所〉 井原コミュニティセンター

●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

次のとおり年金相談会を開催いたします。
当日は、厚生年金・国民年金における請求手続きや年金の加入期間等について、岡山社会保険事務局高梁事務所の職員がお答えいたします。

なお、時間等の都合により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下記のお問い合わせ先まで電話予約をしてください。

【日 時】 2月27日（水）・3月6日（木）
午前10時～午後3時

【会 場】 加茂川庁舎 3F 会議室

【日 時】 3月26日（水）
午前10時～午後3時

【会 場】 賀陽庁舎 1F 相談室

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

または、社会保険高梁事務所
☎0866-21-0572

小・中学校保護者の皆様へのお知らせ

就学援助事業について

就学援助とは小・中学校の児童生徒で、経済的な理由により就学困難な保護者に対し援助を行い、義務教育を円滑に実施する事業です。

援助する種類は、学用品費等、修学旅行費、学校給食費などの一部です。

対象となる方は、町内の小・中学校に在学する児童生徒の保護者で次に該当される方です。（所得により制限があります。）

- 生活保護法に規定する保護の対象となつておられる方（教育扶助を受けていない方）
- 生活保護に準ずる程度に困窮していると認められる方
- その他特別の事情により生活が困窮していると認められる方

お問い合わせ先

在学の学校または教育委員会

☎0866-56-9191

農業短期体験研修事業の参加者の募集について

平成20年度においてピオーネの作業体験研修事業を行います。
募集対象者は、定年帰農者、新規就農予定者で10名程度予定しています。
研修事業内容は、町内のピオーネほ場において年4回（20日）程度作業体験を実施します。

参加費は無料です。

申込みについては、3月末日までに賀陽庁舎（農林課）・加茂川庁舎（農林建設課）まで連絡をお願いします。

これからピオーネ栽培をやろうという意欲のある方、是非お待ちしています。

お問い合わせ先

農林課（賀陽庁舎）☎0866-54-1318 農林建設課（加茂川庁舎）☎0867-34-1118



犬の登録及び狂犬病予防注射について

生後91日以上の全ての犬(室内犬も含む)は狂犬病予防法により、**犬の登録及び狂犬病予防注射が義務づけられています。**

必ず登録(生涯1回のみ)と予防注射(毎年1回)を受けてください。



1. 集合注射を受ける場合

町では毎年春に集合注射を実施しています。

※日程表は広報紙4月号でお知らせしますので、注射会場と時間をご確認ください。登録をされている飼い主の方へは、文書でご案内します。

- ・日程表の会場であれば、どの会場でも受けられます。
- ・当日、犬の体調がすぐれない場合は接種せず、臨時日又は動物病院で受けてください。
- ・料金：**新規登録の犬(1頭あたり)5,800円**(登録料3,000円+注射料2,800円)

登録済の犬(1頭あたり)2,800円(注射料2,800円)

《注射料(2,800円)の内訳……獣医の注射料2,250円、注射済証交付手数料550円》

○おつりのいらないようにご協力をお願いします。

○必ず犬を抑止できる方が、連れて来てください。

○飼い主のマナーとして、扇の後始末をする道具を必ずお持ちください。

2. 動物病院等で受ける場合(注射後に役場で手続きが必要です。)

集合注射を受けられない場合は、動物病院等で予防注射を受けてください。

新規登録の犬：注射済証、手数料(3,550円)を持参し、住民課又は支所で手続きをお願いします。

登録済の犬：はがき、注射済証、手数料(550円)を持参し、住民課又は支所で手続きをお願いします。

※上記の手数料は注射料金ではありません。注射料金は動物病院等に別払いとなります。

町内の動物病院

大月昭一家畜医院（北）	☎0866-55-5013
河内みのり動物病院（吉川）	☎0866-56-6655
河内保雄動物病院（吉川）	☎0866-56-7025
沼本輝孝動物病院（下土井）	☎0867-35-0056

【次のような場合も届け出が必要となります】

- 1) 犬が死亡したとき……登録を抹消する必要があります。住民課に届け出てください。
- 2) 犬を譲渡(譲受)したとき……新しい飼主の住む市町村の窓口に届け出てください。
- 3) 転居したとき……転居先の市町村の窓口に届け出てください。

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

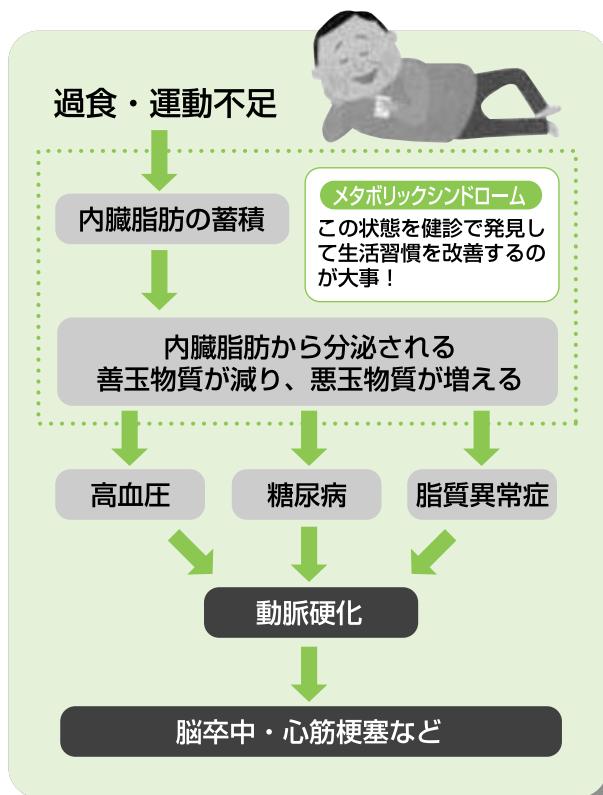
平成20年度から 特定健診・特定保健指導の制度がはじまります

近年、高血圧や脂質異常症、糖尿病など、生活習慣病が増え続けています。しかも、内臓脂肪型肥満があると、血圧や中性脂肪、血糖などが高くなりやすく、またこれらは軽症でも、もち合わせることで動脈硬化が進みやすいことがわかつてきました。

そこで生活習慣病を未然に防ぐために、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防・改善の考え方を取り入れた「特定健康診査・特定保健指導」の実施が医療保険者に義務づけられ、平成20年度からはじめます。医療保険に入っている40歳～74歳の人すべての方が対象となります。

「特定健診」では、メタボリックシンドロームの予備群・該当者を抽出し、「特定保健指導」ではメタボ対策のために自ら健康管理ができるよう支援が行われます。また、健診データは医療保険者が管理するので、過去のデータも踏まえ保健指導を行うことも可能になります。

これからは健診と保健指導を合わせて取り組むことで生涯を通じた健康管理が実現できるようになります。



◎対象は？

医療保険に入っている40～74歳すべての人が対象です。

◎実施主体は？

医療保険者（市区町村国民健康保険、健康保険組合、政府管掌健康保険、共済組合、国民健康保険組合など）

◎健診内容は？

基本的健診項目：身体計測（腹囲測定含む）・血圧・脂質・血糖・尿検査。

詳細な健診項目：貧血検査・心電図・眼底検査（医師の判断による選択）

◎費用は？

各医療保険で異なります。詳しくは、各医療保険者からの「特定健診受診のお知らせ」などで確認してください。

◎健診日・受診場所は？

対象者に「特定健診受診券」や「特定健診受診のお知らせ」が医療保険者から届きます。記載されている健診日と場所を確認しましょう。

これまで町では、老人保健法に基づき実施していた基本健康診査（40歳以上対象）が、平成20年度からは特定健康診査・特定保健指導に変わります。新体制では医療保険者が実施主体となりますので、町では国民健康保険加入者に対して実施します。特定健診については、公民館などで行う集団健診と医療機関で行う個別健診のいずれかで受診していただくよう準備をすすめています。詳しい日程については、追ってお知らせします。

尚、がん検診については、これまで通り医療保険に関係なく町で実施する検診が受診できます。

年に1回は健診を受診し、生活習慣病予防に努めましょう。

詳しくは、愛育委員さんより配布しております特定健診・特定保健指導についてのリーフレット及びちらしを合わせてご覧ください。

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

障害者手帳で路線バス運賃割引(予定)

写真付の精神障害者保健福祉手帳で、路線バスの運賃が割引される予定です。運賃割引を受ける場合は、本人確認のため、写真が貼付された手帳が必要ですので、早めに、写真付手帳への切り替えを行ってください。

- 割引運用開始予定日：平成20年4月1日（火）～
- 内 容：写真付精神障害者保健福祉手帳で半額になります。
バスカードにも適用。定期券3割引。
- 適用範囲：下記のバス事業者の一般路線バスの県内区間
- 実施予定バス事業者：中鉄バス、宇野自動車、両備ホールディングス、備北バス、井笠鉄道、岡山電気軌道、下津井電鉄、中国ジェイアールバス
- お問い合わせ先：
福 祐 課（賀陽庁舎）☎0866-54-1317
総務民生課（加茂川庁舎）☎0867-34-1117

豊岡川上流 ゴルフ場使用農薬調査

平成19年11月12日、豊岡川上流においてゴルフ場使用農薬調査を実施しました。

採水は、ゴルフ場のすぐ下流にあたる恩木ダム上流部で行い、ゴルフ場で使用が計画されている殺虫剤5品目、殺菌剤6品目、除草剤5品目計16品目についてその成分の濃度測定を行いましたが、いずれも検出されません（測定限界未満）でした。

きび中央119

吉備中央町消防団 北消防署吉備中央出張所
消防訓練のお知らせ

平成20年3月4日（火）午後2時から、吉備中央町上野1883-5「特別養護老人ホーム・きびハイツ」を対象に消防訓練を計画しています。

当日は、吉備中央町消防団と、岡山市消防局から消防車や消防ヘリコプター「ももたろう」が参加して放水訓練や救助訓練を実施します。

消防車のサイレンやヘリコプターの飛ぶ音がしますが、火災ではありませんので、地元の皆様よろしくお願ひします。

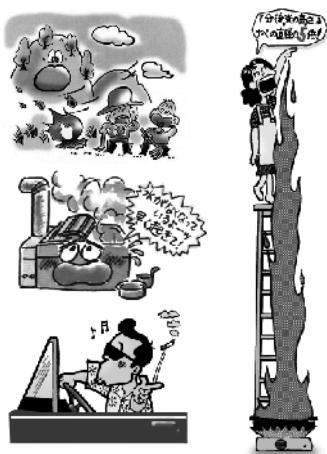
きび中央119 吉備中央町消防団 北消防署吉備中央出張所

春の火災予防運動 3月1日(土)~3月7日(金)

3月1日から3月7日は全国一斉に「春の火災予防運動」が実施されます。この時季は空気が乾燥し、火災の起こりやすい状態になります。火の取り扱いに注意しましょう。

「火の用心」7つのポイント

- 家のまわりに燃えやすいものを置かない
- 「寝たばこ」や「たばこの投げ捨て」はしない
- てんぷらを揚げるときは、その場を離れない
- 風の強いときは、たき火をしない
- 子供には、マッチやライターで遊ばせない
- 電気器具は正しく使い、たご足配線はしない
- ストーブには、燃えやすいものを近づけない



平成19年の火災・救急の概要

火 災

種 別	件 数
建 物	4
林 野	6
その他	6

平成19年1月1日から平成19年12月31日の間、吉備中央町では16件の火災があり、負傷者が3名、損害は約1400万円でした。

原 因	件 数
たき火	7
風呂かまど	2
たばこ	2
枯れ草焼き	1
花 火	1
不 明	3

火災の内訳は建物火災が4件、林野火災と他の火災が各6件で、出火原因の12件が人の不注意で発生しています。

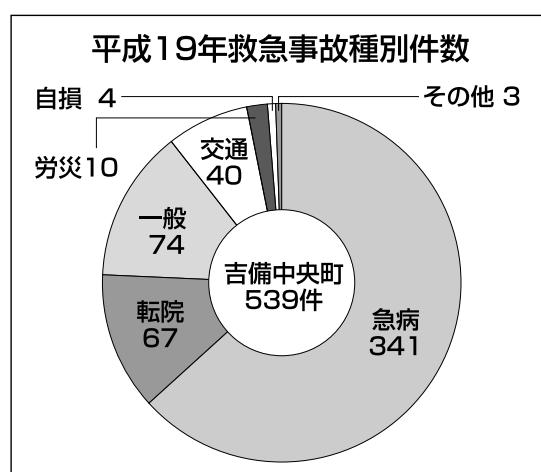
また、たき火による火災が7件で、これからの時季は特に注意が必要です。

救 急

平成19年中(1月1日~12月31日)吉備中央町で発生した救急は539件で、平成18年に比較し49件の増加でした。

出動の内訳は、急病が最も多く、一般負傷、転院、交通事故が続き搬送者の約60%が高齢者でした。

また、救急の到着時刻は1件あたり平均で12.9分かかりました。



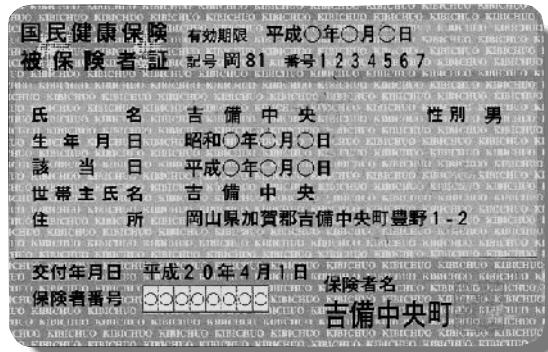
国民健康保険被保険者証 国民健康保険高齢受給者証(70歳～74歳) 老人保健医療受給者証(75歳以上)をお持ちの皆様へ

【国民健康保険被保険者証(カード型)の送付】

現在交付しています国民健康保険被保険者証は、有効期限が平成20年3月31日までとなっています。現在、世帯に1枚の被保険者証を交付していますが、平成20年4月1日からは新たに1人1枚のカードサイズの被保険者証を交付します。

【有効期限】平成21年9月30日まで

- ・退職者医療制度該当者は、平成20年4月1日から退職者医療制度が廃止(65歳～74歳該当)されますので、65歳の誕生日の属する月の月末を有効期限とします。再度一般の被保険者証を交付します。
- ・4月以降75歳の誕生日を迎える方は、誕生日の前日を有効期限とします。(後期高齢者医療制度へ)



【国民健康保険高齢受給者証の送付】

国民健康保険高齢受給者証については、退職者医療制度の廃止に伴い、現在退職者医療該当の受給者証をお持ちの方については4月から新しい受給者証に更新されます。また、平成20年4月から平成21年3月までの1年間窓口負担が1割に据え置かれますので、現在1割負担の方についても4月から新しい受給者証に更新されます。

【有効期限】平成20年7月31日まで

- ・4月以降75歳の誕生日を迎える方は、誕生日の前日を有効期限とします。(後期高齢者医療制度へ)

【後期高齢者医療被保険者証の送付】

老人保健制度は平成20年3月31日で廃止され、現在加入している国民健康保険や会社の健康保険などからはずれ新しい後期高齢者医療制度で医療を受けます。平成20年4月1日からは新たに1人に1枚後期高齢者医療の被保険者証を交付します。

【有効期限】平成21年7月31日まで

上記被保険証等については、3月末までには新しい被保険者証・受給者証を送付します。

自己負担割合

国保・老人医療の自己負担割合

○平成20年3月まで

～3歳未	3歳～69歳	70歳～74歳 (国保高齢受給者)	75歳以上(老人医療) (一定の障害がある方は65歳から)
2割	3割	1割・3割(現役並所得者)	1割・3割

国保・後期高齢者医療の自己負担割合

○平成20年4月から

～義務教育 就学前	就学後 ～69歳	70歳～74歳 (国保高齢受給者)	75歳以上(後期高齢者医療) (一定の障害がある方は65歳から)
2割	3割	1割・3割(現役並所得者)	1割・3割(現役並所得者)

※70歳～74歳までの高齢受給者該当者で1割負担の方は、平成21年4月から2割負担となります。3割負担の方は変わりません。

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

お知らせ

INFORMATION

標語募集 テーマ：健康づくり

岡山県国保連合会では、健康づくりに関する標語を募集しています。
日頃健康について感じていることを標語にしてみませんか。たくさんのご応募をお待ちしています。

応募要領

- ①標語 ②郵便番号 〒700-8568
③住所 ④氏名 岡山市桑田町17-5
⑤年齢 ⑥電話番号 岡山県国保連合会
保健推進課広報係

宛先

締切

平成20年4月4日(金)
必着

*なお応募は一人3点までとさせていただきます。また標語に使われた漢字にはふりがなをふってください。

最優秀作品は『ポスター』に、優秀作品は『こくほ岡山』に掲載します。また、作品採用の方には記念品をお送りいたします。

*応募に際し、いただいた個人情報は、当企画の目的にのみ使用し、他の目的には使用しません。

無料調停相談会の開設について

右記のとおり、無料調停相談会を開催します。土地、建物、交通事故、金銭貸借、離婚、相続等の問題でお困りの方は、御遠慮なく、お気軽に御相談ください。

裁判所の調停委員が、御相談をお受けします。予約等は不要です。

なお、秘密は厳守します。

平成19年度後期無料調停相談会

日 時 平成20年3月6日(木)

午前10時～午後3時

場 所 高梁市 高梁簡易裁判所

担当委員 金岡 誠・鈴本勝志

「表示登記の日」無料相談会

日 付 平成20年4月1日(火)

時間・場所 岡山会場 岡山県土地家屋調査士会館 2階 9:30～16:30

御津会場 御津文化センター 10:00～15:00

高梁会場 高梁市役所 別館第5会議室 10:00～15:00

相談内容 土地家屋調査士 表示の登記(建物新築・増築・減失・土地分筆・地目変更等)
境界確認・境界杭の設置等

司 法 書 土 権利の登記(売買・相続・贈与・抵当権等・供託等)

非常勤職員募集

国立吉備青少年自然の家では、平成20年4月1日付け採用の非常勤職員を募集します。

採用職種 一般事務補佐

資格等

①高等学校卒業程度以上の学力を有する者

募集人員 2名

②土曜日、日曜日、祝祭日にも勤務可能な者

勤務時間 ① 8時30分～17時30分
②10時30分～17時30分

応募方法

履歴書を持参又は郵送

週所定労働日数 ①4日
②5日

応募期限

平成20年3月10日(月)必着

休 日 ①週休3日
②週休2日

採用試験

試験日時等は、応募者に別途連絡します。

応募及び
お問い合わせ先

〒716-1241 加賀郡吉備中央町吉川4393-82

国立吉備青少年自然の家 総務係

☎0866-56-7233

重森三玲顕彰記念講演会

吉備中央町吉川出身で、昭和を代表する造園学者として独特的な日本庭園を創作。日本の伝統美である茶道・華道の奥義を極め、造園学者として日本庭園界に多大なる功績を残された、郷土の偉人重森三玲氏を顕彰することを目的に記念講演会を開催します。

日時 平成20年3月30日(日) **顕彰記念式次第**

午前9:00～9:30 受付

場所 吉備中央町吉川3930-8
吉川公民館

重森三玲顕彰記念式	午前 9:30～10:20
重森三玲顕彰記念講演	午前10:30～12:00
ふる里と重森三玲をしのぶトーク	午後 1:00～ 2:30
野立てお茶席(ご自由に)	午前11:00～午後3:00
テント村(バザー)	午前11:00～午後2:00

お問い合わせ先 [主催] 重森三玲顕彰記念実行委員会(吉川地域づくりの会) ☎0866-56-7020

瀬戸大橋開通
20周年記念

瀬戸大橋スカイツアーパー 参加者大募集!!

海面から175mの塔頂より眺める瀬戸内海の雄大なパノラマ風景!

瀬戸大橋主塔の大空のツアーで、高度な技術と塔頂での爽やかな春風を体験してみませんか?

とき 平成20年4月26日(土)・27日(日)
5月10日(土)・11日(日)

内容 北備讃瀬戸大橋の塔頂(海面より175mの高さ)を体験!
<所要時間1時間30分程度>

対象 ・新小学4年生以上
・自己責任で2km歩行。高さ2mのはしごの昇降及び高さ20mの階段の昇降ができる方。
・高所恐怖症でない方。

定員 600人(1日150人)

(注)上記の条件は、応募の際にご自分で判断していただきますが、主催者側で安全上問題があると判断した場合には、当日参加をご遠慮いただく場合があります。

集合場所 瀬戸中央自動車道与島PA(与島プラザ)

参加費 お一人様500円

(但し、与島PAまでの往復の通行料金は別途必要です。)

応募方法 往復ハガキ又はインターネットにて…
①参加希望日(実施日のうちいずれか希望する1日を記載願います。)
②参加希望者全員の氏名(1組5名様まで応募可)
③年齢(参加者全員※新小学4年生以上)
④代表者の住所と電話番号・携帯電話番号を記入のうえ、ご応募ください。

応募先 ☎701-0304
岡山県都窪郡早島町早島2985
本州四国連絡高速道路(株)岡山管理センター
「瀬戸大橋スカイツアーパー」宛にお願いします。
<http://www.jb-honshi.co.jp/seto-ohashi/>

締め切り 平成20年3月17日(月)

【お問い合わせ先】 本四高速 岡山管理センター ☎086-483-1100

■瀬戸大橋開通20周年記念事業岡山県実行委員会 事務局 岡山県監理課 ☎086-226-7459

■瀬戸大橋開通20周年記念事業香川県実行委員会 事務局 香川県交通政策課 ☎087-832-3134

性と生を考える講演会

参加費無料

10代の性行動について一緒に考えてみませんか

10代の性行動の現状を通して性感染症の予防等、性に関する正しい知識を持つことの重要性を学び、親子が性について語り合い、性と生を大切にすることを考えるきっかけづくりのための講演会です。

日時 平成20年3月8日(土) 13:30～15:00

会場 岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター)
(岡山市中山下1-8-45 NTTクレド岡山ビル17階)

定員 80人(先着順)

講師 須藤 なほみさん(虎の門病院 産婦人科医師)

■申込期間 平成20年3月5日(水)まで

■申込方法

電話、ファクシミリ、ハガキ、Eメールで

①氏名 ②電話番号

③須藤なほみさん講演会希望とお知らせください。

※個人情報は当該事業のみに使用します。

■申込先 岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター)

〒700-0821 岡山市中山下1-8-45 NTTクレド岡山ビル17階

☎086-235-3307(火～土:9:00～20:00、日祝:9:30～17:00)

✉086-235-3306 ※休館日 月曜日 Eメール:danjo@pref.okayama.lg.jp

主催 岡山県男女共同参画推進センター(ウィズセンター) 後援 岡山県教育委員会

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。



千田 恵叶ちゃん(吉川)



海土部 瑞衣ちゃん(下土井)

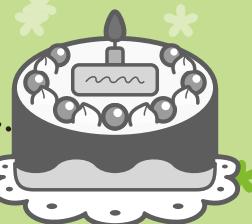


日名 逞ちゃん(円城)



大數 雅也ちゃん(竹部)

おめでとう
満1歳



放送川柳コーナー

平成20年1月秀句 題「福」

■ジユニアの部

黒瀬 嘉子 選 (投句者102名)

【佳作】 幸福は努力をするところのものだ

福の神幸せいつもありがとう

幸福はいつも笑顔でおれること

福袋夢がいっぱいいつまつてる

初もうで幸福祈り手を合わせ

【三光】 幸福は待つものじゃないかみとれ

幸福な暮らしの今がありがたい

天正月春を呼ぶ花福寿草

【一般の部】 杉山 静 選 (投句者32名)

百歳ばんざい笑顔はまさに福の神

嫁からの心のこもる福袋

肅肅と初日いとしく祈る福

四季に花咲かせて福を呼び寄せる

福相になつたな父も老いたかな

【佳吟】 百歳ばんざい笑顔はまさに福の神

嫁からの心のこもる福袋

肅肅と初日いとしく祈る福

四季に花咲かせて福を呼び寄せる

福相になつたな父も老いたかな

植本壯一郎	沼本 虹	小倉 弘輝	大月 花音
河内 真紀	水舟 彩子	松田 みな美	佑実
富田 永子	清原 定女	赤木 富子	河舟 里恵
宮脇 和恵	和枝 和恵	河田 和枝	小林 千代野
中尾 黒瀬 嘉子	里恵	中尾 黒瀬 嘉子	中山 文惠

◆あらくさ短歌会へのご参加をお待ちしています。

毎月第三木曜日に総合福祉センターへ五首までを持参。
合評・互選などを行っています。

霜白き窓の向うに鶴の声汝が鳴く声に冬は深みぬ
初詣われに一つの願いごと声には出さず拍手をうつ
前向きに生きて一善忘れずに健康守り八十の路ゆく
男孫より思いもかけぬお年玉込み上げし涙袖にかくしぬ
被爆され六十余年闘病の友逝きませり佳き歌残し
五年間学業終えて帰る孫桜のつぼみふくらむを待つ
幾年の年の初めに祈りおる家族の無事と戦なき世を
小春日に切干し大根乾かせる姑のなす様受け継ぎており
温かい七草粥の香に酔いて齡ひとつ増し干支も新たに
空に咲く星の夢でも見てゐしか今朝のダム湖に鴨八羽とぶ

※3月の課題は「頭」、4月の課題は「来る」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)

高見 譲(和田) 坂元 敏枝(上加茂) 池本 和男(栗井谷) 石井富士男(尾原)
山本 克己(円城) 片山 孝重(千葉市) 佐藤 進(上田東)

金一封(出生祝い)

浅田 康正(円城)



愛の力はどんな魔法よりステキ ～魔法をすぐたマジョリン～

口マン高原かよう総合会館で1月29日、劇団四季の魔法をすぐれたマジョリンが行われました。魔法使いのマジョリンは、人間の感謝と愛と思いやりのあたたかい心の素晴らしさなどを伝えてくれました。皆で歌い、笑い感動し、ファミリーミュージカルの楽しいひとときを過ごしました。



かようマラソン大会

第30回かようマラソン大会(町体育協会主催)が1月27日開催されました。好天に恵まれ、JA上竹支店前選果場をスタートに子どもからお年寄りまで町内外のランニング愛好者ら118人が参加しました。



選手たちは、上竹地区内農道コースを沿道の声援に後押しされながら2・3・6キロの各コースで息をきらしながら健脚を競い元気よく走り抜けました。また、婦人会・吉川女性の会の方々により甘酒がふるまわれ好評でした。

2Kmヨース

男子	1位	山上	洋治
	2位	平松	由樹
	3位	田村	智則
女子	1位	貝貫	史乃
	2位	清山未菜	実
	3位	小野あかね	

3Kmコース

男子	1位	富山	直樹
	2位	小橋	隆
	3位	榎村	達哉
女子	1位	清山	真理菜
	2位	木村	桃
	3位	神子	瑞貴

6Kmヨース

男子	1 2 3	位 位 位	久野村 安井 難波	憲史 徳光 彰洋
女子	1 2 3	位 位 位	秋山 石綾 原部	伴子 弘子

特別賞 最年長者賞

男子 70歳 石田 吉弘

女子 58歳 小松原恒美

や学生の方、自分の夢に向かい、どんな境遇にあってもへこまずになんでも面白がれると、難関を乗り切れ明るい未来を築くことが出来ると思ってます。いつも、ポジティブにしなやかに考え自分の人生を切り開いてください。

編集後記

הנִזְקָנָה

お便りは1戸頭に同封いたします。
はがきをぜひ利用ください。
(年3回発行します)



辻田 彩花 さん(吉川)

空手の寒稽古

玉野市の渋川海岸で1月13日に、鍊心館岡山地区本部が行う新春恒例の県下合同寒稽古に加茂川支部が参加しました。最年少の3歳から45歳までの会員約40人が、砂浜をランニングしたり、太鼓の合図に合わせ、空手の基本稽古を行いました。真冬にしては、穏やかなお天気に恵まれましたが寒稽古の参加者らは、肌を刺すような冷たい海に膝までつかり、元気に日頃の鍛錬の成果を披露していました。



郵便番号 〒719-1112
お名前 姓 名 性別 年齢 TEL 広報紙掲載の場合 本名・匿名・ペターナム（ ）

お便りお待ち
していきます。

フォトピック





ふるさと
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★

食育の推進は、

- ①家庭 ②学校 ③地域 ④農林生産者等 みんなで取り組みましょう。

③地域における食育推進のポイント

伝統行事

「とんど焼き」1年の無病息災を祈って各地域で行われました。



(保育園写真提供)



地域の老人クラブのみなさんと「1年間元気で過ごせますように」と願ってみんなでお餅を焼いて食べました。



料理名

ロールキャベツ

(4人分) エネルギー:251kcal

たんぱく質:18.2g

カルシウム:120mg

カリウム:726mg

塩分:0.7g

今月は
豊岡支部栄養委員

おすすめ

材 料

作り方

キャベツ 1個

①キャベツは芯の周りに包丁を入れてくり抜く。丸ごと1個キャベツが入るくらいの大きな鍋にたっぷりの湯を沸かし芯を下にして入れる。裏返しへがれて透き通ってきた葉を次々とザルに上げて冷ます。

玉ねぎ 中1/2個

②玉ねぎをみじん切りにする。パン粉は牛乳に浸す。

パン粉 大さじ4

③ボールに合びき肉を入れて粘りが出るまで練る。塩小さじ2/3、こしょう少々を入れてよく練り、②を加えて混ぜ8等分にして軽くまとめる。

牛乳 大さじ4

④キャベツの芯の厚い部分を包丁でそぎ大きな葉1枚の上に小さな葉1~

合びき肉 300g

2枚をのせ③のタネをのせる。葉の片側を内側にたたんで巻き、もう一方をたたんで巻く。巻き終わりを爪楊枝でとめる。

固形スープの素 1個

⑤鍋に④の巻き終わりを下にして並べ、隙間に残ったキャベツの葉を詰める。水カップ5と固形スープの素を碎いて入れ、蓋をして中火にかける。煮立ったら弱火にし30分間煮る。

パセリ 少々

⑥塩・こしょう各少々で味を調整して爪楊枝をはずして器に汁ごと盛り、パセリを散らす。

塩・こしょう 少々



◇ 今月の旬の野菜 ◇

キャベツ

…ビタミンCが豊富に含まれています。
緑の多い部分が一番ビタミンCが多く、次に芯の部分に多く含まれています。
※ 芯も上手に使いましょう。

<効果>

・胃・十二指腸潰瘍、痛風予防に効果があると言われています。

人口のうき

平成20年2月1日現在 () は前月との増減

人 口	13,842人(△ 99)	男	6,691人(△71)
世 帯	5,372戸(△103)	女	7,151人(△28)

町の面積

268.73km²

火災・救急
テレホンガイド

●火 灾 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。

2008.3月号 KIBICHUO 24