



主な記事

- ・P02～特集 ようこそ吉備中央町へ
～歓迎 中国淮安市淮安区友好訪問団～
- ・P04～まちの話題
- ・P07～役場からのお知らせ
- ・P18～インフォメーション など

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

今月の旬の野菜
キャベツ

大和栄養委員からのおすすめ野菜料理
料理名 **キャベツたっぷり中華丼 (2~3人分)**

材 料	作り方
キャベツ…………… 100g	①豚肉は3センチ幅に切る。かまぼこは食べやすい大きさに切る。
豚肉…………… 70g	②人参は短冊切り、玉ねぎとピーマンは1センチ幅に切る。キャベツは2センチ幅くらいのざく切りにする。
人参…………… 50g	③フライパンにごま油を熱し、豚肉を炒める。
ムキエビ…………… 50g	④エビ、かまぼこ、野菜を加えてさらに炒める。
玉ねぎ…………… 30g	⑤水を加え、調味料を加える。水溶き片栗粉でとろみをつけて出来上がり。
かまぼこ…………… 30g	
ピーマン…………… 1個	
ごま油…………… 大さじ1	
水…………… 160cc~200cc	
中華スープの素…………… 大さじ1	
醤油…………… 大さじ1.5	
料理酒…………… 大さじ1	
塩…………… 小さじ半分	
片栗粉…………… 大さじ1	
ご飯…………… 適量	



エネルギー：419kcal たんぱく質：10.7g カルシウム：30mg 食塩：1.9g

栄養委員さんからのワンポイントアドバイス

*冷蔵庫の中にあるもの何でも使えますので、冷蔵庫の整理にもなりますよ。

★キャベツの栄養

淡色野菜の中でも、もっとも栄養価が高い野菜のひとつです。中でも、胃粘膜の修復を促す作用があるので潰瘍などに効果的であるうえ、脂肪肝などの肝機能障害の改善にも役立つと言われています。



愛育委員会 活動報告 (豊野支部)

豊野支部は、7月14日(土)に行われた吉備高原賀陽荘納涼祭に参加しました。屋台での販売、入所者介助、子ども遊び体験コーナーなどのお手伝いをしました。

入所者の方は家族や地域の方、ボランティアなど大勢が参加される中で、とても楽しそうに過ごされていました。

笑顔が溢れ、笑い声がいっぱい響いた夏の日の夕べのひとつときを、賀陽荘の方や地域の方といっしょに過ごすことができ、少しばかりでしたが愛育委員としてお手伝いができて良かったと感じた納涼祭でした。



人口のうごき

平成24年9月1日現在

人 口 12,965人 (△29) 男 6,222人 (△11)
世 帯 5,598戸 (△ 8) 女 6,743人 (△18)

町の面積

268.73km²

火災・救急 ●火災情報 ☎086-226-0119 (現在の火災情報)
テレホンガイド ●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)



ようこそ吉備中央町へ

歓迎 中国淮安市淮安区友好訪問団

吉備中央町と友好を深めている中華人民共和国江蘇省淮安市淮安区の友好訪問団（引率者3名、中学生8名）が8月10日に来町されました。一行は12日までの3日間、町内の家庭にホームステイしながら日本の生活を体験したり、町内の中学生などと交流を深めたりしました。1995年に覚書、1999年に友好提携協定を結んで以降、学生を含めた訪問団の来町は今年で7回目となります。今月号は、滞在期間中の様子を紹介します。

大和中学校で交流会／8月10日

大和中学校の体育館で生徒の前に、訪問団の生徒がカンプーの型を披露した後、みんなでバドミントンをしました。



吉備中央町国際化推進協会の おもてなし／8月10日

ロマン高原かよう総合会館で行われた同協会のおもてなしでは、浴衣を着ていただき、松山踊りを踊ったり、うちわを作製したりして、日本の伝統文化に触れていただきました。



ホストファミリーとの交流／ 8月10日～12日

訪問団の学生のホームステイ先として今回は、上田西の沼本清志さん、上野の森山育治さん、上竹の早川順治さん、吉川の手銭克巳さんが、受け入れてくださいました。2泊3日の短い期間でしたが、ホストファミリーと英語やジェスチャーなどでコミュニケーションを取りながら、交流を深めました。



故岡崎嘉平太氏 ゆかりの地を訪問／8月11日

友好訪問の礎となった、故岡崎嘉平太氏の墓参りをしたり、記念館で岡崎氏の日中友好に生涯を尽くした功績や人柄を学んだりしました。



【淮安区との交流】互いの信頼と友情を深め、日中国交回復と友好に生涯を尽くした岡崎嘉平太氏（1897年～1989年）と周恩来総理（1898年～1976年）のふるさとのある旧賀陽町と中国江蘇省淮安市（現淮安區）は、二人の遺志を受け継ぎ、1993年に互いに表敬訪問を行い、意向書を交換しました。その後、1995年に覚書、1999年に友好提携協定を締結し、友好と親善を深めてきました。吉備中央町誕生後も悠久の友好関係を継承すべく、2005年に協定確認書を交わしました。交流を始めてから、中高生訪問団の相互派遣を行っており、本年度までの訪中は8回、来町は7回を数えます。

今回の来町は、台風の影響で日程変更を余儀なくされるスケジュールとなりましたが、多くの方々に支えられ、心に残る友好交流を行うことができました。今後、ますます交流の輪が広がり、さらなる日中の友好に繋がることを期待します。



自己ベストに挑戦!

7月31日、真夏の日差しの中で、吉備中央町小学校水泳記録会が円城小学校で開催されました。記録会には町内9小学校から5、6年生の児童約180名が参加し、各学年の男女別に自由形、平泳ぎ、自由形リレーなどの6種目で競い合いました。児童たちは、同級生や保護者からの声援を受けながら、この日のために頑張った練習の成果を発揮しようと一生懸命泳いでいました。

なお、主な種目の一位は次のとおりです。(敬称略、かつこ内は学校、(新)は新記録)

〔50m自由形〕	
5年生女子	野瀬 桃佳 (上竹荘) 44'2" (新)
5年生男子	香川 景津 (吉川) 44'6"
6年生女子	相田 しずく (豊野) 38'0"
6年生男子	難波 生嗣 (大和) 37'7"
〔50m平泳ぎ〕	
5年生女子	山本 朱音 (吉川) 1'00'0"
5年生男子	前田 拓海 (円城) 1'06'0"
6年生女子	高谷 未菜 (豊野) 51'8" (新)
6年生男子	山本 聖那 (豊野) 57'0"
〔100m自由形〕	
5年生女子	山本 真帆 (豊野) 1'52'2"
5年生男子	香川 景津 (吉川) 1'50'9" (新)
6年生女子	三村 愛奈 (豊野) 1'34'8"
6年生男子	難波 生嗣 (大和) 1'31'2"
〔100m平泳ぎ〕	
5年生女子	禰元 梨花 (吉川) 2'03'1" (新)
6年生女子	高谷 未菜 (豊野) 1'55'6" (新)
6年生男子	小谷 晃司 (円城) 1'50'4" (新)

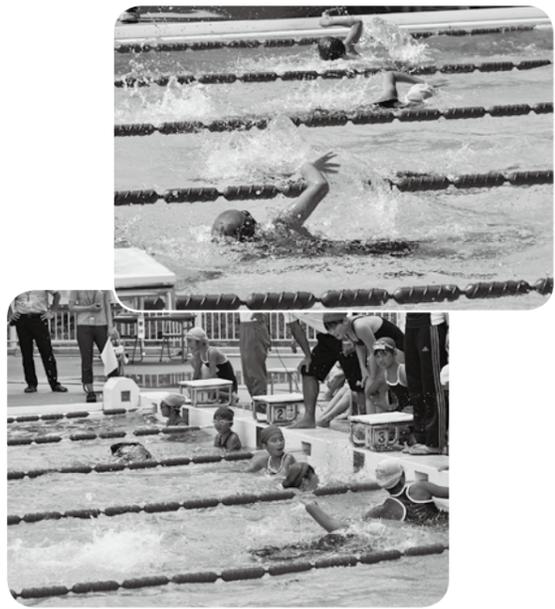
備前地区FOS少年団連盟 野外交歓大会に参加

備前地区FOS少年団連盟では2年に一度、地区内の交流を行っています。今年度は吉備中央町FOS少年団連盟が中心となり、国立吉備青少年自然の家で8月4日から5日にかけて行われました。この大会には備前地区の団員・リーダー合わせて109名が参加し、吉備中央町からも22名が参加しました。

大会中は、友情 (Friendship) 秩序 (Order) 奉仕 (Service) の精神を養うべく野外交歓活動を中心に交歓し、友情を深めながら野外交歓活動を中心として、キャンプファイヤーやアスレチックをしたりしました。参加者からは、他市町の友達がたくさんで楽しく過ごせたので、また参加したいとの声が多聞されました。



〔200mリレー〕	
女子	豊野 A 3'04"4
メンバー	相田 しずく・三村 愛奈・小室 明華
男子	大和 2'58"2
メンバー	難波 生嗣・抜水 凌・野山 脩叶・川建 辰樹



念仏踊で地区の安全と 五穀豊穡を祈願

町指定重要無形民俗文化財の「年末の念仏踊」が神瀬の年末地区で8月16日の夜行われました。この念仏踊は、数百年の伝統があり、地区の安全や五穀豊穡を願って、ひたすら念仏を唱えながら歩き続ける素朴なお祭りとして承継されています。

この日は、はじめに地元住民など約20名が地区の観音堂に集まって読経。その後、紙笠をかぶって先端を細かく裂いた竹を棒と擦り合わせて音を出しながら、「ナムアマダンブ、ナムアマダンブ」と念仏を唱えながら太鼓の周囲を歩き続ける踊りを奉納しました。

参加した杉山五郎さんは「いつから始まったかは定かではないが、この祭りを行わなかった年に地域に疫病が流行したと言われている。現在では3軒になってしまったが、これからは頑張りたい」と話されました。



健診の大切さと 医療費の現状を説明

保健課では、特定健康診査受診者等を対象に健診結果説明会を8月1日から町内8カ所で行いました。今回は、健診の必要性や生活習慣の大切さなどを寸劇で示し、国民健康保険の現状とジェネリック医薬品の利用促進について図表を使って分かりやすく説明しました。

来場者の皆さんは「パンフレットの説明だけでなく、健診の大切さが理解できた」「ジェネリック医薬品の処方をお医者さんに相談しよう」と話されていました。その後、運動指導や健診結果についての個別指導を行い、生活習慣改善に向けてのポイントを学んでいただきました。



満百歳おめでと〜ごいびます 夫婦合わせて203歳〜

8月12日に満百歳の誕生日を迎えられた森利枝さん(上竹)に8月17日、およろこび状や記念品、祝金などが、県、町、社会福祉協議会から贈られました。利枝さんは上房郡有漢村(現在の高梁市有漢町)でお生まれになり、昭和9年8月にご結婚、4人の子どもさんを育てられました。夫の一男さんは今年3月に103歳を迎えられており、現在、ご夫婦揃って百歳を超えられているのは、町内では森さん夫妻のみで、重森町長は「今まで多くの方をお祝いしましたが、ご夫婦揃っての百歳超えは記憶にない」と話していました。

利枝さんは、ゆっくりではあります、身の回りのことは自分でできており、普段はぬり絵をしたり、習字をしたりして過ごされているそうです。

長男の茂己さんは、ご両親が揃って百歳を超えられたことについて、「気分を楽に過ごしてきたことが長寿の秘訣だったのでは」とうれしそうに話されていました。これからはどうぞお元気で、益々のご長寿をお祈りいたします。



宇甘溪で夕涼み!



8月17日、宇甘溪自然公園広場で夏休み恒例の第25回宇甘溪夏祭りが、宇甘溪をきれいにする会(代表 草刈義弘さん)主催により開催されました。

会場内では、当会のメンバーや商工会による鮎の塩焼きや焼きそば、焼き鳥などの模擬店が並び、家族連れなどでにぎわいました。また、特設ステージでは、バンド演奏やカラオケなどが披露され会場を盛り上げました。祭りの締めくくりでは抽選会が行われ、来場者は夏の夜のひとときを楽しみました。

第2回吉備中央町マラソンソフトボール大会



8月19日、かよう総合スポーツ公園野球場において、吉備中央町体育協会主催による第2回吉備中央町マラソンソフトボール大会が行われました。

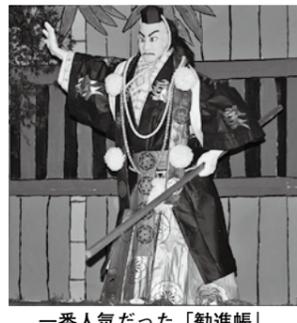
当日は、約60人の選手が集まり、2チームに分かれて4時間のナイトゲームを行いました。参加した皆さんは和気あいあいと試合を楽しんでいました。

なお、結果は次のとおりです。

チーム名	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回
ピオオーネ	4	4	7	4	0	2	0	0	1	1
ブルーベリー	0	1	0	0	0	5	0	0	0	0

	11回	12回	13回	14回	15回	16回	17回	18回	19回	20回	21回	合計
1	1	5	2	0	0	0	0	0	4	11	1	47
2	2	0	0	5	0	0	1	2	3	1	3	23

夏の風物詩川合神社夏祭りのだし



一番人気だった「勸進帳」



川合神社(湯山)の夏祭りが8月26日に行われ、大勢の参拝客が奉納された「だし」を見物したり撮影したりして楽しめました。「だし」は疾病の退散や五穀豊穰などを祈願するため、神社の氏子や地域の団体が、わらで作った人形に紙の衣装をつけて奉納するもので、岡山県の重要無形民俗文化財にも指定されています。今年はおんがえしや平清盛の伝説を題材にした「清盛音戸の日招き」など8基が奉納されました。

また、参拝客による投票も行われ、氏子グループの「川合神社だし保存会」が奉納した、山伏姿の弁慶が関所を通る様子を歌舞伎にした「勸進帳」が一番人気となりました。

役場からのお知らせ

お気軽にご相談ください

10月の行政・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堅く守られますので、安心してお気軽にご相談ください。

日時	10月22日(月) 午前9時~正午	
会場	下竹荘公民館	かもがわ総合福祉センター
相談	行政相談 人権相談 福祉相談	行政相談 福祉相談

【お問い合わせ先】
住民課 戸籍住民班 ☎0866-54-1316
社会福祉協議会
しらすぎ事業所 ☎0866-54-1818
やすらぎ事業所 ☎0867-34-1522

年金相談会

日時 平成24年10月4日(木)
午前10時~午後3時
会場 賀陽庁舎 相談室
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日本年金機構高梁年金事務所の職

消費生活相談会

消費生活に関するさまざまな相談を消費生活相談員がお受けします。

「困ったな」と思ったら一人で悩まず、まずは相談を!!

- ・訪問販売やクーリング・オフ
- ・携帯電話やインターネットによる不当請求
- ・はがきによる架空請求
- ・サラ金の多重債務の相談について
- ・その他、消費生活相談に限りません。

※秘密は堅く守られますので、お気軽にお越しください。相談を希望される方は、お早めに次のお問い合わせ先まで電話でお申し込みください。(当日受付可)

日	時	会場
10月2日(火)	午前10時~午後3時	賀陽庁舎 相談室
10月16日(火)	午前10時~午後3時	加茂川庁舎 相談室

ご相談ください

障害者虐待防止センター

設置のお知らせ

10月1日から、障害者虐待防止法が施行されます。

法律では、障害者虐待とは、①身体的虐待②性的虐待③心理的虐待④放棄・放任⑤経済的虐待のいずれかに該当する行為とされています。

そして、何人も障害のある人に対し、虐待をしてはならないこと、家庭、障

【お問い合わせ先】住民課 戸籍住民班
☎0866-54-1316

デマンドタクシーをご利用ください

巡回バスをご利用の皆さんへ

加茂川エリアで運行中の巡回バスは9月30日をもって運行を廃止します。10月1日からは現在試験運行しております事前予約制のデマンドタクシー(乗合タクシー)がこれに代わって皆さんの足となります。永く愛される交通機関となるよう頑張りますので、ご利用ください。

デマンドタクシーの利用について

運行日 月曜日~金曜日(土・日・祝は運休)
1日3便(朝・午前・午後)
目的地 円城・下加茂・吉備高原都市周辺等
利用料金 1回300円(小学生以下150円)
お申し込み 前日までに加茂川タクシー(☎0867-34-1000)へ予約

【お問い合わせ先】
総務課 行政班 ☎0866-54-1313

【相談窓口】
福祉課 障害福祉班
☎0866-54-1317

障害者福祉施設、職場において、虐待を見つけた人は、市町村等に通報の義務があることが定められています。

虐待は、早期発見、早期通報、そして相談いただくことが、その深刻化を防ぐことにつながります。

障害のある人への理解を深め、障害のある人が地域の中で尊厳をもって暮らせる社会を実現しましょう。

障害のある人への虐待を発見したり、相談がある方は次の相談窓口までご連絡ください。

吉備中央町『指定ごみ袋販売取扱店』一覧表

No.	店舗名	所在地(販売所)	No.	店舗名	所在地(販売所)
1	(株)コメリ ハードアンドグリーン加茂川店	上加茂103	32	(有)カヨーメカニカル	竹荘1629
2	(株)JA岡山Aコープ加茂川店	下加茂19-1	33	(有)賀陽ランドリー	竹荘789-4
3	(株)ローソン吉備中央町店	下加茂104-1	34	(有)小林豊稔堂	竹荘494-1
4	杉の子薬局	下加茂1103-9	35	(有)宮井金物建材店	竹荘751-3
5	津賀郵便局	下加茂41-1	36	(有)横田美業	竹荘1639-7
6	(有)いろは屋	下加茂27	37	理容 トミタ	竹荘778-7
7	(有)フクニシ	下加茂13-2	38	石田(日)商店	豊野241-1
8	津賀婦人会	津賀地区	39	(有)吉岡モータース	豊野2-3
9	道の駅かもがわ円城	上田西2323-4	40	富田農機商会	黒土776-1
10	伊賀文化堂	円城778-5	41	酒井衣料品店	田土3109-24
11	円城郵便局	円城770	42	JAびほく賀陽総合センター	田土3932
12	円城婦人会	円城地区	43	村尾建設(株)	田土2905
13	下土井郵便局	下土井120-5	44	(株)川口屋	湯山5-4
14	長田婦人会	長田地区	45	ファッションプラザこばやし	湯山924
15	城本商店	豊岡下1534	46	レックスストアー ハリタ	湯山902-1
16	豊岡簡易郵便局	豊岡下276-1	47	(株)沼本組	吉川3937
17	豊岡婦人会	豊岡地区	48	きびプラザ・パーティズ	吉川4860-6
18	黒瀬商店	尾原570	49	神原美容室	吉川3937-20
19	新山郵便局	尾原620	50	JAびほく 吉備高原ライブプラザ	吉川4469-8
20	(株)コメリ ハードアンドグリーン賀陽店	上竹742-2	51	山崎屋	吉川4033-1
21	キョーエイ賀陽店	上竹711	52	(有)田中産業	吉川144
22	JAびほく賀陽営農センター	上竹2645-5	53	大槻興業(株)	北2716-1
23	電化ショップ ハタケヤマ	上竹2084-5	54	高原マーケットかよう	北1977-1
24	ファミリーショップなかの	上竹1740	55	土岩商店	北414-12
25	(有)吉備高原運輸	上竹4104-3	56	(株)三穂の郷 ミホプラザ	岨谷1399-7
26	(有)シバムラ	上竹2065-2	57	伊達商店	宮地3259-13
27	(株)大塚呉服店	竹荘750	58	小倉商店	西2209-2
28	コンビニYショップ竹荘店	竹荘711-1	59	(株)スギモト	西340-1
29	たかやストアー	竹荘728-1	60	JAびほく 大和店舗	西360-1
30	富田精肉店	竹荘781	61	(有)宮崎商会	西574-1
31	(有)石田商店	竹荘779-1	62	リカー&フード かわかみ	西362-1

※平成24年8月31日現在の販売取り扱い店です。

家庭ごみは

※賀陽地域は、10月1日から

『指定ごみ袋』で出しましょう!

『指定ごみ袋』の販売について

指定ごみ袋は、役場住民課、加茂川総合事務所、各支所、出張所及び、この指定ごみ袋販売取扱マークのある販売取扱店(商店等)で販売しています。

※販売取扱店は、次頁の吉備中央町『指定ごみ袋販売取扱店』一覧表をご覧ください。



※このマークが目印です。

分別収集の区分	指定ごみ袋の対象区分
可燃ごみ	指定ごみ袋の対象
不燃ごみ	
資源ごみ	現行どおり
粗大ごみ	

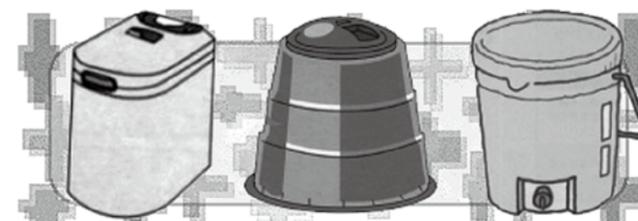
種類(可燃ごみ・不燃ごみ共通)	価格(10枚セット)
45リットル袋	200円(税込)

ごみ減量化・資源化の支援制度について

「生ごみ」は、家庭の燃やせるごみ(可燃ごみ)の多くを占めています。水切りをしっかりと行えば、量も重さも減らすことができます。また、各家庭で、「生ごみ」をリサイクルすることで、燃やせるごみの大幅な減量につながるとともに、資源の再利用が推進されます。町では一般家庭から排出される生ごみのリサイクル(たい肥化)の推進を図るため、町民の皆さまが家庭用生ごみ処理容器(機器)を設置する場合に購入費の一部を補助しています。ぜひご利用ください。

生ごみ処理容器(機器)設置事業補助金

コンポスト容器(購入費の1/2(上限10,000円)一家庭2容器まで)、電気式生ごみ処理機(購入費の1/2(上限30,000円)一家庭1容器まで)の補助制度。



皆さまの
ご理解とご協力を
お願いいたします!



※申請手続きは、処理容器を購入後、領収書、印鑑、振込先口座番号の分かるものを用意して、役場住民課、加茂川総合事務所、各支所、出張所までお願いします。

◆加茂川地域の従来の「指定ごみ袋」は、お手持ちの袋が無くなるまで、ご利用いただけます。

【お問い合わせ先】 住民課 生活環境班 ☎0866-54-1316

平成24年度ヘルスアップ教室

生活習慣の改善・健康維持のため、ぜひ、ご利用ください。

開催日	内容(テーマ)	講師
10月18日(木)	糖尿病予防	塚本内科医院 塚本 眞言先生
11月22日(木)	高血圧・脳卒中予防	ルミエール病院 守本 研二先生
12月11日(火)	心のリラクゼーション	国保連合会 内藤 充子先生
1月22日(火)	ヘルシー調理実習	町管理栄養士

- ◆時間 9:15 ~ 9:30 受付
9:30 ~ 10:45 病態別の講話 外部講師
10:50 ~ 11:50 運動実技 毎回実施
- ◆会場 吉備中央町農業振興センター 視聴覚室・調理室
- ◆対象 町内在住の方どなたでも参加可能
- ◆スタッフ 外部講師(医師、健康運動指導士等)、町管理栄養士、保健師
- ◆お申し込み 10月16日(火)までに電話にて保健課までご連絡ください



【お申し込み・お問い合わせ先】 保健課 地域保健班 ☎0866-54-1326

町民健康公開講座 《脳卒中のことがよくわかるお話》

入場無料

- 日時 平成24年11月10日(土) 14時~16時
- 場所 吉備中央町農業振興センター 視聴覚室(2階)
- プログラム
 - 司会：老人保健施設吉備高原ルミエール 施設長 守本研二先生
 - 13:30~ 受付開始
 - 14:00~15:00
 - 【講演1】「脳梗塞にならないために」
 - 独立行政法人国立病院機構岡山医療センター 神経内科 医長 真邊泰宏 先生
 - 15:00~16:00
 - 【講演2】「手術で治る認知症-高齢者と脳外科の病気-」
 - 独立行政法人国立病院機構岡山医療センター 脳神経外科 医長 難波洋一郎 先生

※講演終了後、参加者からのご質問にお答えいたします。

※お申し込み：10月31日(水)までに電話にて保健課までご連絡ください。(定員：150人)

主催：田辺三菱製薬株式会社 後援：御津医師会・高梁医師会・吉備中央町

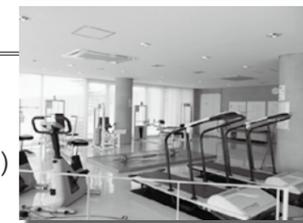
【お申し込み・お問い合わせ先】 保健課 地域保健班 ☎0866-54-1326

トレーニングルーム体験会



町内にトレーニングマシンが使える施設があることをご存じですか？
「施設を利用したことがないので体験してみたい」「トレーニングマシンを使ってみたいけど、使い方が分からない…」「一人で行くのは不安…」
という方はぜひこの機会にトレーニングルームの利用体験をしてみませんか？

会場	体験日	時間
かもがわ総合スポーツ公園	9月26日(水)	19:00~21:00
	10月4日(木)	13:30~15:30
	10月13日(土)	10:00~12:00
ロマン高原かよう総合会館	9月28日(金)	13:30~15:30
	9月29日(土)	10:00~12:00
	10月3日(水)	19:00~21:00



- 対象 40歳~74歳
- 参加費 無料
- お申し込み 参加希望日までに電話にて保健課までご連絡ください。
- 定員 体験日毎15名(定員になり次第締め切りとさせていただきます)
- 持ち物 トレーニングシューズ、水分補給用の飲み物、タオル

《お申し込み・お問い合わせ先》 保健課 地域保健班 ☎0866-54-1326

運動習慣を身につけたい方、体を動かしてリフレッシュしたい方にお勧め！

いきいき元気塾

「最近運動不足…」「お腹周りをなんとかしたい!」「肩こりが気になる」そんなあなたに朗報です☆
マシンを使った運動の他に自宅でできる簡単な運動や個別の悩みにもお応えします!



- 期間 平成24年10月~平成25年2月(2会場で5回ずつ 組み合わせは自由)
- 対象 40歳~74歳
- 参加費 無料
- お申し込み 10月5日(金)までに電話にて保健課までご連絡ください。
- 定員 開催日毎15名(定員になり次第締め切りとさせていただきます)
- 持ち物 トレーニングシューズ、タオル、水分補給用の飲み物、運動のできる服装でお越しください。
- 実施者 O S Kスポーツクラブ 健康運動指導士

◆日時および会場◆

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
ロマン高原かよう総合会館 19:00~20:30	10月17日(水)	11月21日(水)	12月5日(水)	1月16日(水)	2月13日(水)
かもがわ総合スポーツ公園 13:30~15:00	10月18日(木)	11月22日(木)	12月6日(木)	1月17日(木)	2月14日(木)

◆実施内容◆

	実施内容
1回目	オリエンテーション、ストレッチ、マシンの使い方説明、体力測定
2回目	ストレッチ、マシンの使い方確認、自宅でできる運動紹介、ボールを使った運動
3回目	ストレッチ、マシン運動、自宅でできる運動紹介、タオルを使った運動
4回目	ストレッチ、マシン運動、自宅でできる運動紹介、椅子を使った運動
5回目	ストレッチ、マシン運動、自宅でできる運動紹介、体力測定

みんなで楽しく体を動かして、いきいき元気な“健康”生活を送りましょう!



《お申し込み・お問い合わせ先》 保健課 地域保健班 ☎0866-54-1326

吉備中央町地域包括支援センターより

平成24年度 家族介護者リフレッシュ事業のご案内

同じ介護をしている人同士、悩み事を話し合ったり情報交換したりしながら気分転換を図れたらと思いつきました。ぜひ、皆さんご参加ください。

日時 平成24年11月13日(火)

内容 町内の介護施設見学および交流会

対象者 吉備中央町に住所を有し、要介護1(9月1日現在)

以上の方を在宅で介護しているご家族

参加費 1,000円

※定員になり次第締め切らせていただきますので、あらかじめご了承ください。

参加定員 50名(先着順)

日程の概要

◆1号車(加茂川地域の方)

9:20 井原出張所
↓
9:30 細田公会堂
↓
9:40 かもがわ総合福祉センター
↓
9:50 役場加茂川庁舎
↓
10:00 吉備プラザ中鉄バス停

10:20~11:15(見学)
吉備高原ルミエール病院
老人保健施設ルミエール

◆2号車(賀陽地域の方)

9:20 下竹荘公民館
↓
9:30 ロマン高原かよう総合会館
↓
9:40 上竹荘公民館
↓
9:50 賀陽インターバスターミナル
↓
10:00 吉川公民館

10:15~11:00(見学)
特別養護老人ホームかもがわ荘
さとの家かもがわ

12:00~14:30

高梁国際ホテル
所在地: 高梁市正宗町 2033 ☎0866-21-0080

※申込締切…参加を希望されます方は、10月25日(木)までに参加申込書を提出してください。参加申込書は地域包括支援センター、加茂川総合事務所、各支所にありますのでご利用ください。

※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
までお願いします。



高齢者へのインフルエンザ予防接種が始まります

今年も10月1日から、高齢者を対象としたインフルエンザ予防接種助成事業を、下記のとおり行います。

①接種期間

平成24年10月1日(月)~平成25年1月31日(木)

※ワクチンが十分な効果を維持する期間は接種後約2週間後から約5ヵ月間とされています。

②対象者

吉備中央町に住所を有する、接種日に満65歳以上の方と、満60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(概ね身体障害者手帳1級をお持ちの方)が対象です。

③自己負担金

対象者で生活保護世帯の方 **無料**(事前に助成券を配布します。)

対象者で上記以外の方 **1,600円**

※年度1回の接種のみ助成いたします。

④接種場所

吉備中央町と委託契約を結んだ町内の医療機関(下表)および県内医療機関(相互乗り入れ参加医療機関のみ)

⑤町内の一般来院受入医療機関

H24.9月現在(掲載:五十音順)

医療機関名	所在地	電話番号
加茂川診療所	吉備中央町下加茂1103-8	0867-34-1661
賀陽クリニック	吉備中央町湯山1003-1	0866-54-1519
木戸医院	吉備中央町上竹584-3	0866-54-1221
吉備高原ルミエール病院	吉備中央町宮地3336-15	0866-55-5331
吉備中央町新山診療所	吉備中央町尾原508	0867-35-9977
塚本内科医院	吉備中央町円城855	0867-34-0037
ももたろう吉備高原クリニック	吉備中央町吉川7531	0866-56-6311

⑥手続き、持参品

接種を希望される方は医療機関に予約をして、接種を受けてください。

予診票は、各医療機関に置いています。

住所、年齢の確認のできる健康保険者証等をご持参ください。

⑦ワクチン接種に当たっての効果とリスクについて

ワクチン接種は多くの方々に重症化予防というメリットをもたらしますが、接種後、はれたり、熱が出るなどの症状が出るケースもあり、まれではありますが、重い症状を引き起こす可能性もあります。この点をご理解いただいたうえで、個人の判断により接種を受けてください。

※今年度は、64歳以下の方への助成は行っておりませんが、インフルエンザへの予防対策とまん延防止の観点から64歳以下の方も予防接種を受けることをお勧めいたします。

【お問い合わせ先】 保健課 地域保健班 ☎0866-54-1326

これからの時期かかりやすい皮膚の病気、「**皮脂欠乏症**」について
下加茂診療所皮膚科の吉富恵美先生からお話を聞きました。



吉富 恵美 先生

皮脂欠乏症ってどんな病気？

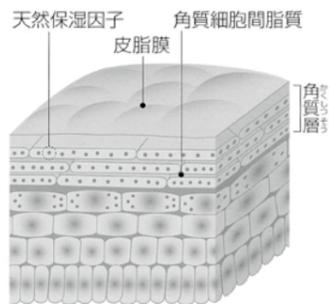
秋から冬にかけてよくみられる代表的な皮膚疾患が、皮脂欠乏症です。皮膚の表面の角質という場所の脂が減少することにより、皮膚の水分が減少し乾燥を生じてしまいます。

皮膚のうるおいは**皮脂（※1）・角質細胞間脂質（※2）・天然保湿因子（※3）**という3つの成分によって保たれています。

- （※1）**皮脂**：皮膚から分泌される脂で汗などと混ざって皮膚の表面を覆い、水分の蒸発を抑えます。
- （※2）**角質細胞間脂質**：皮膚の角質細胞同士をくっつけて水分を挟み込み逃がさないようにします。セラミドと言われる物質がこれにあてはまります。
- （※3）**天然保湿因子**：角質層にあるアミノ酸などが水分をつかんで保持します。

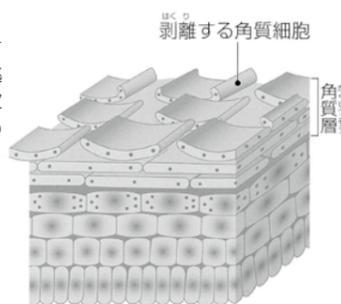
健康皮膚

角質細胞と角質細胞の間に角質細胞間脂質がぎっしりとつまっていて、すき間がありません。皮脂膜も保たれ、天然保湿因子も十分に存在しています。



乾燥皮膚

角質細胞がはがれてすき間ができ、水分が逃げやすい状態です。皮脂膜や天然保湿因子も減少しています。



加齢でこれらの物質が減ってきます。そうすると皮膚がひどく乾燥し、いわゆる敏感肌になり、かゆみを生じ、かくとさらに角質を損傷し乾燥がひどくなり、それにとどまらず皮膚の炎症がおこり湿疹となってしまいます。

これが、秋から冬のかゆみの原因となるのです。もちろん、外気や室内の乾燥、体の洗いすぎという生活習慣も原因となります。

皮脂欠乏症になったらどうしたらいいの？防ぐにはどうしたらいいの？

どうしても加齢で皮膚が乾燥してしまうため、外から保湿剤を塗ってうるおいを与えてあげなければいけません。

保湿剤はワセリンや、尿素剤・ヘパリン類似物質・セラミドなどを含んだ外用剤が適しています。少しぬるめのお湯にしっかりと浸かって水分を肌に十分含ませ、入浴直後に外用するのが効果的とされています。外用するときもゴシゴシと擦って塗るのではなく、手のひらで優しく塗ってください。

また、皮膚から脂をとってしまわない工夫も必要です。熱いお湯に入らない・長湯をしすぎない・ゴシゴシと硬いタオルで体を洗わないようにしましょう。

お部屋を加湿したり、肌に優しい木綿の下着を着たりするなども有効です。しかし、かゆみがひどくなった場合には治療が必要ですので、病院で受診してみてください。



皮脂欠乏症になった足

吉備中央町下加茂診療所皮膚科 吉備中央町下加茂1051-3
毎週水曜日 受診時間午前9時～正午まで ☎0867-34-1414

国民健康保険がよく分かるQ&A

（国民皆保険）

Q. 必ず健康保険に加入しなければなりませんか？

A. 他の健康保険に入っている方と、生活保護を受けている方等を除き、すべての方が居住する市区町村の国民健康保険に加入することになっています。これを国民皆保険制度と言います。

（退職したとき、職場の健康保険をやめたとき）

Q. 勤め先を退職した後、健康保険はどうしたらいいですか？

A. 直ちに①から③いずれかの健康保険に加入してください。

- ①家族の職場の健康保険の被扶養者になる。（保険料負担なし）
- ②今まで加入していた職場の健康保険の任意継続。（保険料あり）
- ③国民健康保険に加入する。（保険料あり、年金受給者は加入期間を示す裁定通知書を持参）雇用条件の変更等により、職場の健康保険をやめたときも同様です。

（高額療養費）

Q. 入院が決まり、医療費が心配です。何か補助はありませんか？

A. 「高額療養費」の制度があります。70歳未満の方は、事前に申請して交付される「限度額適用認定証」を医療機関に提示することで、一定額以内での窓口支払いで済みます。また、70歳以上の方は、「高齢受給者証」の提示で、一定額以内での窓口支払いで済みますが、住民税非課税世帯の方は、事前に限度額適用の認定申請をすれば、さらに低い額の支払いで済むことになります。なお、「限度額適用認定証」を医療機関に提示しなかったときは、医療機関に支払い後、高額療養費の申請をすることにより、一定額以上にかかった分の医療費の払い戻しを受けることができます。（対象の方へは、受診された月以降約3ヶ月後に申請書を送付します）

※住民税非課税世帯の方は、入院時の食事代が減額になる制度や病気の種類によっては一定額以上の自己負担がかからなくなる場合もあります。詳しくは、各医療機関等にご相談ください。

（高齢受給者証）

Q. 70歳になると、お医者さんにかかるときの負担が低くなると聞きましたが本当ですか？

A. 国保の加入者が70歳になると「高齢受給者証」が発行され、1割負担（現役並みの所得者の方は3割負担）になります。事前の申請手続きは不要で、対象の方には町から「高齢受給者証」を送付しています。医療機関にかかるときは、保険証と一緒に「高齢受給者証」を提示してください。

（就職したとき）

Q. 就職して勤め先の保険に加入したときは？

A. これまで吉備中央町の国民健康保険に加入していた方は、直ちに脱退の届出をしてください。

[手続きに必要なもの]

- ・国民健康保険証（被保険者全員の分）
- ・勤め先の保険証（被保険者全員の分）または健康保険資格取得証明書
- ・20歳以上60歳未満の方は年金手帳

（保険証をなくしたとき）

Q. 国保の保険証をなくしてしまいました。どうすればいいですか？

A. 国保の保険証や高齢受給者証をなくしてしまったときは、申請により再交付を受けることができます。

- ①役場窓口に来られる方の本人確認ができるもの（運転免許証など）
- ②住民基本台帳で同居の確認ができる方以外が再交付申請するときは、保険証は郵送となります。

【お問い合わせ先】 保健課 医療保険班 ☎0866-54-1326

「加賀中学校」に決まりました

平成26年度に開校する新設中学校の校名が「吉備中央町立加賀中学校」に決まりました。

6月18日から7月19日までの期間において校名募集を行ったところ、町内外の皆さまから412件（有効校名数212校名）という大変多くの応募をいただきました。応募いただいた中から数点に候補を絞り、新設中学校開校推進委員会で検討し、また、議会においても意見をいただきました。その後、新設中学校開校準備委員会で、慎重に審議をした結果、最終候補案として「加賀中学校」を選定し、重森町長へ伺いを提出しました。それを受け、重森町長も「それぞれの会での結果を尊重する」とされ、「加賀中学校」と決定いたしました。

多数のご応募ありがとうございました。



日本年金機構からのお知らせ

後納制度（国民年金保険料の納期限の延長）がはじまります

国民年金制度は、20歳から60歳に到達するまでの40年間、国民年金保険料を納めていただくことで満額の老齢基礎年金を受給することができます。

しかしながら、保険料を納められなかった期間がある場合や資格取得などの届出忘れにより国民年金の資格期間がない場合には、将来の年金受給額が少なくなったり、年金そのものが受給できなくなったりしてしまふことがあります。

このような事態を避けるために、昨年、法律が改正され、平成24年10月1日から、国民年金保険料を納めることのできる期間が、「過去2年」から「過去10年」に延長となる後納制度が始まります。

具体的には、平成14年10月分以降の納められなかった保険料を納めることができるようになります。（注）ただし、すでに老齢基礎年金の受給権をお持ちの方は、納めることができませんので、ご注意ください。

なお、後納保険料を納付するためには事前にお申し込みいただき審査させていただくことになります。審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合があります。

また、平成24年8月10日に「年金機能強化法」が成立し、平成27年10月からは、年金の受給資格期間が、これまでの25年（300月）から10年（120月）に短縮されることが予定されています。

これまで受給資格を満たさなかった方が年金を受給できる場合や、後納制度を利用することで受給できるようになる場合があります。

詳しくは、下記「国民年金保険料専用ダイヤル」または高梁年金事務所へお問い合わせください。

（注）後納保険料を納付できる期間は、平成24年10月1日から平成27年9月30日までの3年間です。



国民年金保険料専用ダイヤル 0570-011-050
日本年金機構 高梁年金事務所 0866-21-0572

公民館からののお知らせ

津賀公民館
☎0867-3411807

◎フラワーアレンジメント教室
「リースをつくろう！」

■日時／10月27日(土)
13時30分～15時
■場所／ハートオブおかやま会館
2階会議室
■受講料（材料代）／
1,000円（中学生以上）
500円（小学生）
■持参品／はさみ
■申込締切／10月17日(水)

御北公民館
☎0867-3510550

◎かもがわ公民館まつり
津賀・円城・御北公民館 合同開催

■日時／11月3日(土)
11月4日(日) 10時～16時
8時30分～15時
■場所／長田ふれあいセンター
■内容／
11月3日(土)
◇作品展示
11月4日(日)

豊野公民館
☎0866-5410194

◎秋の草木展

山野草展を新たに草木展として開催いたします。皆さまのお越しをお待ちしております。
■日時／10月6日(土)
8時30分～17時
10月7日(日)
8時30分～16時
■場所／豊野公民館 大会議室

下竹荘公民館
☎0866-5410970

◎下竹地区文化祭

■日時／11月4日(日)
8時30分～15時
■場所／下竹荘公民館
※1戸に1点以上の出品をお願いします。

◇作品展示、栄養改善体験コーナー、お弁当販売、ステージ発表、コーラス他
※特別公演 糸あやつり人形劇 団「つきみ草」

NHK BSプレミアム につぼん縦断 こころ旅「2012 秋の旅」

思い出の場所&エピソードを大募集!

俳優の火野 正平（ひの しょうへい）さんが平成24年9月、和歌山をスタートし沖縄へ向けて自転車で旅をします。番組では視聴者の方からのお手紙で旅のルートを決するため、「こころの風景」にまつわるエピソードを大募集しています。（お手紙の紙数は便せん2枚程度でお願い致します）

【チャンネル】NHK BSプレミアム
【放送予定】平成24年9月24日(月)～平成25年2月3日(日)
【放送時間】月曜日～金曜日 7:45～8:00
土曜日・日曜日 11:00～11:59
【岡山県の放送予定】11月5日(月)～11日(日)

こころ旅



【応募方法】
番組ホームページから…
<http://www.nhk.or.jp/kokorotabi/>へアクセス！
ファックスから…03-3465-1327へ送信！
お便り…〒150-8001 NHK「こころ旅」係へ送付！

【応募内容】
次の内容を明記の上、ご応募ください。
①住所 ②お名前 ③電話番号
④性別 ⑤年齢
⑥思い出の場所 ⑦場所にまつわるエピソード

【番組・応募に関するお問い合わせは…】NHKふれあいセンターまでお願い致します。
☎0570-066-066(ナビダイヤル) ナビダイヤルがご利用になれない場合は050-3786-5000まで



お知らせ

「法の日」週間行事にしよう

10月1日の「法の日」は、国を挙げて法の尊重、基本的人権の擁護、社会秩序の確立の精神を高めるための日として制定されました。

「法の日」の趣旨を広く理解していただくために、10月1日から同月7日までの1週間を「法の日」週間として、次の行事を行いますので、ご利用ください。

■無料法律・人権相談所の開設

土地、家屋、交通事故、金銭の貸借、離婚、相続、人権、子供の非行・人権、登記などの法律問題でお困りの方は、お気軽にご利用ください。（事前申込み不要）

- 【開催日】平成24年10月4日(木)
- 【受付時間】9時30分から11時30分まで
- 【場所】岡山市北区南方1-8-29 岡山弁護士会館2階
- 【担当】岡山弁護士会、

岡山地方方法務局 ※当日、駐車場の混雑が見込まれるので、できる限り公共交通機関のご利用をお願いします。

■裁判員裁判用 법정および検察庁舎の見学等

(1) 裁判員裁判用 법정の見学、裁判の傍聴

裁判員裁判用 법정の見学は、随時、受け付けております。事前に人数や時間についてご相談ください。

なお、公開の 법정における裁判は自由に傍聴できません。ただし、傍聴席には限りがありますので、団体での傍聴を希望される場合は事前にご相談ください。

(2) 検察庁庁舎の見学

検察庁庁舎の見学については、随時、受け付けております。希望される場合は事前にお申し込みください。

【お申し込み・お問い合わせ先】

- (1) 無料法律・人権相談所の開設について
 - (2) 裁判員裁判用 법정の見学、裁判の傍聴について
 - (3) 検察庁庁舎の見学について
- 岡山地方検察庁企画調査課 ☎086122415867

切れた電線に近づかないで

切れた電線や垂れ下がった電線は、感電の恐れがあり大変危険です。絶対に、近づいたり、触れたりせず、すぐに中国電力へご連絡ください。

「法の日」相談所開設

10月1日は「法の日」です。次のとおり、無料相談所を開設しますので、お気軽にお越しください。

- 【日時】10月1日(月) 10時～16時
- 【会場】吉備中央町豊野17
- 【日時】10月1日(月) 10時～15時
- 【会場】吉備中央町豊野センター 1階
- 【日時】10月1日(月) 10時～15時
- 【会場】吉備中央町下加茂1073-1
- 【日時】10月1日(月) 10時～15時
- 【会場】ハートオブおかやま会館 1階

難病患者さんと家族の方へ

難病の治療を受けられている患者さんとその家族を対象に、医療福祉相談会を次の日程で開催します。

- 【日時】10月10日(水)13時30分～15時30分
- 【受付時間】13時～15時
- 【場所】吉備中央町豊野1-2
- 【お問い合わせ先】岡山県備前保健所保健課 ☎086127213934



岡山県内の12町村が参加して、各地の伝統文化、物産を一堂に集めたイベントを開催します。郷土の自慢、魅力を発信しますので、ぜひご来場ください。

- ◆日時 平成24年10月13日(日)・14日(日) 10:00～15:00
- ◆場所 岡山後楽園北側園路および西外園の芝生広場
- ◆主催 岡山県町村会

◆内容

- ・岡山後楽園北側園路（岡山後楽園旬彩市場）において各町村の特産品の販売
- ・西外園の芝生広場に各町村ブースを設置し、観光・イベント情報、特産品の案内、空家情報、体験型情報（い草手織り、かみすき）を発信
- ・西外園の芝生広場ステージで各町村伝統芸能等アトラクションを開催

【お問い合わせ先】岡山県町村会 ☎086-245-4833

○販売する物産品

和気町	物品名
和気町	すももワイン、いちじくワイン、すもも・りんご・いちじく・白桃・ピオーネの各種ジャム、清酒、和気清麻呂・備前閑谷菓子類（ようかん等）
早島町	花ござ、上敷き、い草製品
里庄町	まこもたけ、素麺、うどん、スープ、洋菓子
矢掛町	せんべい、ゆべし、麩、醤油、ジャンボニンニク(町ブランド)ハッカ茶、ハッカサイダー など 備中神楽面(手彫り)
新庄村	各種餅商品、大福類、おかき、ようかん、味噌、ジャム、宿場の団子
鏡野町	鏡野町の秋野菜、ひらめ(あまご)加工品、葉わさび漬、姫とうがらし(辛美人シリーズ)、蜂蜜製品等の特産品
勝央町	黒豆加工品 他
奈義町	菜の花米、米粉パン、米粉シフォンケーキ、そば焼酎、そば粉
西栗倉村	漬物、梅干し、ゆず味噌、餅、木工品 等
久米南町	ゆずマドレーヌ、ゆずみそ、ゆずポン、ゆずしいたけ、ぶどう、ぎんなん、枝豆、棚田の米、棚田の赤米、棚田の黒米、炭、切り花(菊)等
吉備中央町	ジャム、せんべい、桃太郎ぶどう、とうもろこし 等

○販売する飲食品名

和気町	物品名
和気町	ラーメン
矢掛町	テンペコロケ、フレッシュジュース
新庄村	杵つき餅、新庄ひめっ子雑煮(実演販売)
鏡野町	かがみの田舎カレー
奈義町	黒豚の串焼き、黒豚メンチカツ、里芋の唐揚げ、生乳ソフトクリーム
西栗倉村	あわくらDe愛バーガー
久米南町	野菜、鶏肉の炭火焼き
美咲町	たまごかけごはん
吉備中央町	13日…自然薯入りお好み焼き、焼き餅、とうもろこし、14日…ブルーベリーたい焼き

○参加マスコットキャラクター(ゆるキャラ)

里庄町	里ちゃん
新庄村	ひめっ子
鏡野町	みずりん
勝央町	きんとくん
奈義町	さと丸くん(本名:横仙里丸)
久米南町	カッピー

【連絡先】中国電力株式会社 岡山カスタマーセンター ☎012014131823

オータムジャンボ宝くじ

2012年 市町村振興宝くじ

1等・前後賞合わせて **3億9千万円** 9/24日 発売

2等 1000万円 / 3等 100万円

販売期間 9/24日～10/12日

抽選日 10/19日

この宝くじの収益金は市町村の高齢化・少子化対策等、地域住民の福祉向上のために使われます。

お問い合わせ先 / みずほ銀行岡山支店 086-224-0281

戦後、外地から引き揚げてこられた方やその家族の皆さんへ

税関では、お預かりしている次の通貨および証券等をお返ししています。○終戦後、外地から引き揚げてこられた方々が、上陸地の税関、海運局に預けられた通貨および紙幣。○外地の集結地において、総領事館等に預けられた証券のうち、日本に送還されたもの。返還の申し出は、本人だけでなく、家族の方々でも結構です。おじいちゃんやおばあちゃんから聞いたことがある。

第27回岡山地区矯正展

という覚えのある方は、水島税関支署 総務課 ☎086144813375へ お問い合わせください。

地域の皆さんに岡山刑務所と受刑者の社会復帰に対する理解を深めていただくため、施設の紹介や刑務所作業製品の展示即売、ちびっ子向けのイベント等を行います。

- 【日時】10月27日(土)9時30分～16時、10月28日(日)9時30分～15時
- 【場所】岡山刑務所 岡山市北区牟佐7-6-5
- 【内容】矯正広報コーナー、展示即売コーナー、所内見学、イベントコーナーなど
- 【お問い合わせ先】岡山刑務所 ☎086122912534



無料調停相談会の開設について

次のとおり、無料調停相談会を開催します。土地、建物、交通事故、金銭貸借等の問題でお困りの方は、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。

- 【日時】10月12日(金)10時～15時
- 【場所】高梁市片原町1番地 (日新高校南)

高梁簡易裁判所

第8回 岡山県の“ど真ん中”吉備中央町!! わっしょい和んさか 吉備高原フェスタ

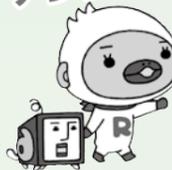
RSKラジオまつりだよ! 全員集合!

アナウンサー・パーソナリティ

◆日時 平成24年10月14日(日) 10:00~16:00
◆場所 吉備高原都市センター区 さんさん広場周辺 特設会場
岡山県加賀郡吉備中央町吉川4860-6



アレスけも



吉備中央町に大集合!!

会場MAP

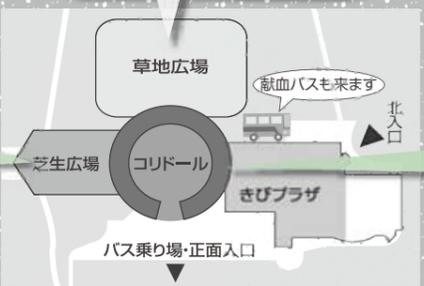
和んさか
ふるさと市

ふるさとの
うまいもの
大集合!!

- とれたて高原野菜
- ピオーネ
- キムチ
- しし汁
- さば寿司
- 山菜おこわ
- 友好市町村特産品

わっしょいランド

わっしょいランドは子どもたちの解放区。
おもちゃ縁日 **アレスけパン**
今年も登場(限定)
吉備中央町のうまいもの料理教室
アレスけグッズショップ
※内容は変更になる場合もありますのでご了承下さい。



わっしょい和んさか広場

メインステージに楽しい
プログラムが盛りだくさん!

和んさかステージ

地元郷土芸能、アレスとれっち
アナウンサー全員集合ステージほか。

わっしょいスタジオ
からの生放送

10月14日(日)
10:00~11:00

わっしょい和んさか 吉備高原フェスタ
スペシャル

【お問い合わせ先】 わっしょい和んさか吉備高原フェスタ運営委員会(協働推進課内) ☎0866-54-1301

図書館だより 10月

出会うの扉

かがわ図書館 ☎0867-34-1115
☎0867-34-0401
ロマン高原かよう図書館 ☎0866-54-1331
☎0866-54-1311

- 図書のインターネット予約・公民館等への配送をしています -

10月の休館日
1日 8日 15日 21日 22日 29日

読みた〜い本

<一般書>

『おやじダイエット部の
奇跡』
桐山秀樹 / 著 マガジンハウス



「一人では達成できない…」と、団結した「おやじ」たちがダイエットに挑戦。不規則な食事、運動不足、肥満、ストレス、やけ食いという「死への悪循環」からの脱却を目指す。だが、実行したのは「美味しいものをたくさん、楽しく満腹に食べる」ことだった。ただ一つ条件は「糖質の制限」。「やる時はやる男たち」のドキュメンタリー。
(かがわ図書館)

<児童>

『ココロ屋』
梨屋アリエ / 作 菅野由貴子 / 絵
文研出版



けんかをして、先生に「ココロを入れかえなさい」としかられてしまった。本当にそうできたら、誰からも好かれるようなココロと入れかえるのになあ……。そこへあらわれたふしぎなお店「ココロ屋」。ここではやさしいココロにすなおなココロ、どんなココロとだって入れかえられる。これでみんなの人気者になれるかな?
(ロマン高原かよう図書館)

岡山県立図書館見学ツアー

岡山県立図書館は、来館者・貸出冊数共に全国1位!
実は購入冊数も1位!! (日本図書館協会2010年度集計)
そんなスゴイ図書館を、一度見に行きませんか。

- ★日 時：平成24年11月20日(火)
- ★予定行程：
●12:00 ロマン高原かよう図書館発
- 12:20 かがわ図書館
- 13:30~15:30 県立図書館施設見学
館内自由行動
- 16:30 かがわ図書館着
- 16:50 ロマン高原かよう図書館着
- ★参加費：無料
- ★募集：30名まで
- ★申込締切：10月31日(水)

申込者には、
後日詳細を通知します。



10月27日~11月9日は
全国読書週間

「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」と終戦の2年後、昭和22年から始まりました。日本の未来創造の夢を、読書に託したのですね。

秋は
読書の季節

《おはなしのへや》

- ★おいでおいで (乳幼児対象)
毎月第2・第4木曜日
11日(木) 午前10時30分~45分
かがわ図書館
- 25日(木) 午前10時30分~45分
ロマン高原かよう図書館
- ★わくわく (幼児・小学生対象)
毎月第3土曜日
20日(土) 午後2時~午後2時40分
ロマン高原かよう図書館

レインボーさんによる
見せ語りと、かんたんな工作です。

<新着図書紹介>

館名の「か」は、かがわ図書館 「ロ」は、ロマン高原かよう図書館です。

絵本	著者・出版社	館	実用書	著者・出版社	館
うみのいきものかくれんぼ	いしかわこうじ/ポプラ社	か	ためない暮らし	有元葉子/大和書房	か
あさになったので まどをあけますよ	荒井 良二/偕成社	か	人間と放射線 医療用X線から原発まで	ジョン・W・ゴフマン/明石書店	か
しげちゃん	長谷川義史/金の星社	ロ	すべては今日から	児玉 清/新潮社	ロ
桐壺「源氏物語」より	畠中光享/京の絵本刊行会	ロ	置かれた場所で咲きなさい	渡辺和子/幻冬舎	ロ
児童書	著者・出版社	館	文学・小説	著者・出版社	館
中をそうぞうしてみよ	佐藤雅彦/福音館書店	か	ケルベロスの肖像	海堂 尊/宝島社	か
パンダのボンボン サイクリング・ドーナツ	野中 柊/理論社	か	王様ゲーム 滅亡6.08	金沢伸明/双葉社	か
図書館ラクダがやってくる	マーグリート・ルアーズ/さえり書房	ロ	鍵のない夢を見る	辻村深月/文藝春秋	ロ
ルルとララのしらたまデザート	あんびるやすこ/岩崎書店	ロ	おおかみこどもの雨と雪	細田 守/メディアワークス	ロ

馬と触れあう貴重な体験

8月21日、教育委員会のちびっ子チャレンジ教室と津賀公民館の体験クラブに参加している町内小学校の児童が岡山乗馬倶楽部（上田西）で馬と触れ合いながら、馬の生活や習性などを学びました。

この教室は毎年参加者が多く、3回目となる今年は75名が参加しました。はじめに同倶楽部の内東さんがクイズを交えながら、馬の習性や接し方などについて説明。その後、3グループに分かれて乗馬、ブラシかけ、馬房掃除をそれぞれ体験しました。

初めて馬に乗った大地葵くん（吉備高原小4年）は「高くてちょっと怖かったけど、楽しかった」と感想を話してくれました。



夏祭りで絆深める

円城夏ものがたり実行委員会（円城公民館）主催によるイベント「2012 円城夏ものがたり」が8月25日、道の駅かもがわ円城で開催され、地域の家族連れなどでにぎわいました。会場内では、円城yプロジェクトや円城ふるさと村、上田西住民会など地域の団体が、キムチラーメン、焼きそば、かき氷などの模擬店を出店。今年から参加した円城幼稚園・小学校の射的ブースでは子どもたちの歓声が響いていました。

また、特設ステージでは大正琴やオカリナの演奏、コーラスが披露され、最後は、盆踊りやビンゴゲームも行われ、会場は熱気に包まれていました。実行委員長の水美恵子さん（円城）は「今後も子どもからお年寄りまでが楽しめる、地域の交流の場となるような祭りにしていきたい」と話されました。



鬼伝祭で踊りや花火を満喫

8月25日、吉備高原都市さんさん広場で夏休み最後のイベント「吉備高原鬼伝祭」（吉備高原鬼伝祭実施委員会主催）が開催されました。

鬼の伝説にちなんだこの祭りは今年で21回目。吉川八幡宮文化財保存会による子供祭り囃子、加茂川中学校の吹奏楽、加茂大祭保存会の棒使いや獅子舞、うらじゃ連のパレードなど多彩なステージイベントのほか、食の市、フリーマーケットが行われました。

辺りが暗くなると、鬼火の点火式とともに、会場に並べられた1,500個の絵柄燈籠に明かりが灯され、幻想的な風景が会場を包みこみました。フィナーレでは、約500発の仕掛け花火や打ち上げ花火が夜空を彩り、来場者から大きな歓声と拍手が起こりました。



イベント情報

疾走! 快走! 熱走!

日本陸上競技連盟公認コース 第25回岡山吉備高原車いす

ふれあいロードレース

●日時：平成24年10月7日（日）
10時スタート **雨天決行**

●開催場所：吉備中央町吉川7511
吉備高原医療
リハビリテーションセンター付近

●日程：選手受付・健康診断 8:00~9:30
出発式 9:35~
競技開始 10:00~
表彰式 13:30~
お楽しみ抽選会 14:00~
関連イベント/ふれあい広場 10:00~14:00
(地元の各種団体などによる模擬店等)



皆さん 沿道での応援を
よろしくお願いします。

交通規制の

お知らせ

9:30~13:40

「岡山吉備高原車いすふれあいロードレース」は、緑あふれる吉備高原で、障害のある人もない人も、同じフィールドで共に参加し、競いふれあうロードレースを開催することによって、お互いの理解を深め交流を促すとともに、競技力向上と、健康や体力づくりを目的として行われています。
なにかとご不便をおかけすることがあるとは存じますが、大会の主旨をご理解いただきまして、一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

【大会・交通規制に関するお問い合わせ先】

大会事務局 ☎0866-56-8119
岡山北警察署 ☎0867-24-0110



車いすふれあいロードレース開催のため、上記の時間、
の道路（ロードレースコース）と、
Xの箇所からロードレースのコース方向への
道路が通行禁止となりますので、ご協力をお願いします。

【編集後記】
10月は毎週日曜日に町内でさまざまなイベント、祭りが行われます。今年7日に「岡山吉備高原車いすふれあいロードレース」、14日に「わっしょい和んさか吉備高原フェスタ」、21日に「加茂大祭」、28日に「吉川八幡宮当番祭」とめぐる予定です。
特に「わっしょい和んさか吉備高原フェスタ」は町の大きなイベントになります。町内の各種団体の皆さんが、腕によりをかけて、おいしい食べものをたくさん用意されていますので、食欲の秋を満喫しに、ぜひご来場ください。
広報の取材も毎週になります。職場のみならず協力しながら、少しでもいい写真が撮れるよう、頑張りたいと思います。 難波

【今月号の表紙】
今月の表紙は吉備高原鬼伝祭の絵柄燈籠と打ち上げ花火の様子です。
花火がたくさん打ち上げられる夏休み最後のイベントということもあり、家族連れでにぎわっていました。
花火の前に会場内で撮影場所を確保しようとしたところ、すでにほとんど場所が埋まっていた状態!? なんとか場所を確保しましたが、近すぎてカメラが上がってみると、近すぎてカメラが撮れない! あわててカメラを三脚から地面に置き直して撮影、今回はあせりながら、ドタバタした撮影となりました。 石井