



見てごしない、桜と堂の舞う町 南部町

広報

# なんぶ

2019

11

No.182

## 【今月の表紙】

南部町在住の亀尾栄司さんと、若年性認知症の妻・通子さん。米子市で認知症カフェを運営しています。カフェでは認知症当事者の方や、支援者の方が集まります。栄司さんの淹れるコーヒーを飲みながら、会話が弾みます。

## 特集

# 認知症とともに生きる

### 【今月の主な内容】

- 平成30年度決算を報告します
- まちの話題

法勝寺温泉が湧きました/いきいき100歳体操交流大会を開催/  
ハンリム大学生インターンシップ受け入れ/小学校給食交流会/防  
災講習会を開催/農地パトロール出発式



広報なんぶの最新号や  
バックナンバーは  
南部町ホームページで！

# 認知症と

# とともに生きる

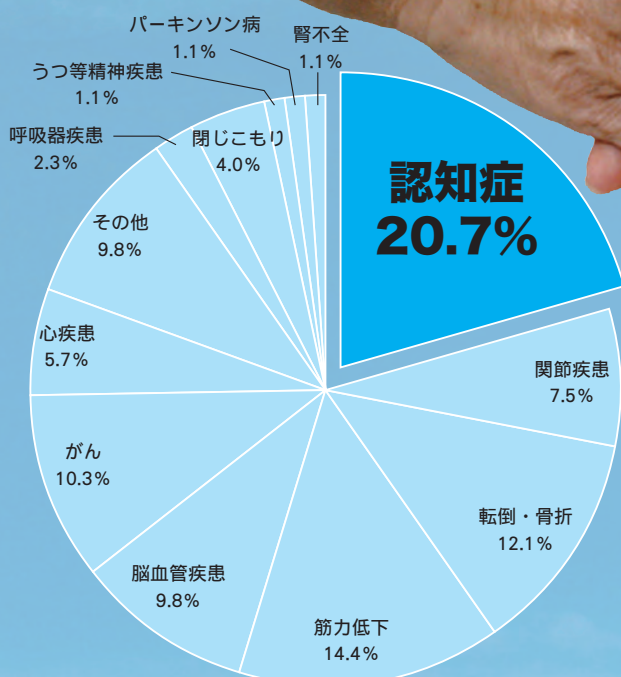
誰もが一度は耳にしたことがある病気、“認知症”。

2012年には462万人だった認知症高齢者。高齢化が進む日本では、認知症の方はだんだんと増えており、2025年には700万人に増えると予想されています。一方で、「自分は認知症にはならない」と思っている方もいるのではないでしょうか。

認知症は誰にでもなる可能性があります。

大切なのは、認知症を知ること。そして認知症になっても誰もが安心して暮らせる地域をつくること。

まずは、認知症を自分ごととして考えてみませんか。



介護保険新規申請者の状況(平成30年度)

南部町の介護保険新規利用の原因は、男女共に“認知症”が一番多く、全体の5分の1を占めています。

認知症は、平成24年から7年連続で一番多い原因となっています。

「あれ、なんか変だな？」  
と思ったら、まずはチェック！

認知症は、早期発見・支援が大切です。チェックして気になることがあれば、早めに受診・相談しましょう。

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- 以前はあった関心や興味が失われた
- だらしくなくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れた所で道に迷った
- 財布などを盗まれたというささいなことでも怒りっぽくなった
- 蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった
- 複雑なテレビドラマが理解できない
- 夜中に急に起きだして騒いだ

※このチェックシートはあくまで目安です。認知症の診断をするものではありません。

(出典：国立長寿医療センター)



若年性認知症当事者家族である、亀尾栄司さん（71歳）・通子さん（70歳）ご夫婦。毎週火曜日に米子市のわだや小路でオレンジカフェを開いています。「ごはんおいしいね」「この歌歌えるかな？」周囲の声掛けに、通子さんは笑顔で答えます。

「通子さんの笑顔が見れるのが救い」と語る、栄司さんにお話を伺いました。

場わだや小路（米子市糺町1丁目10）

☎認知症の人と家族の会鳥取県支部 ☎37-6611

## 最初は半信半疑だった

「今思えば、妻のためには悪いことをしていた。」そう話すのは、若年性認知症の妻・通子さんを介護する、亀尾栄司さん。通子さんに認知症が疑われたのは、58歳の頃。しかし夫婦2人暮らしで生活に支障はなく、半信半疑だったといえます。

状況が大きく変わったのは、栄司さんが定年を迎える頃。福岡で暮らしていた2人は、平成24年に栄司さんの地元である南部町へUターンしました。

この引っ越しが一つのきっかけとなったのか、通子さんの症状が変化。これまで出来ていた食事の準備などが出来なくなっていたと言います。通子さんの実家がある宮崎県へ車で向かう時には、「どこへ連れていかれるのか」と不安が募り、高速道路で車から降りようとしたこともあったそうです。栄司さんは、「苦しかった」と当時を振り返ります。

## “家族の会”との出会い

2人にとって、大きな変化となったのは、“認知症の人と家族の会”との出会い。講演を聞きに行ったことをきっかけに、通子さんの症状を相談したり、

訪問してもらったりしました。その後、

若年性認知症のつどい「にっこりの会」に参加。その日から通子さんにも会に馴染んで、居心地良く過ごすことが出来ました。これをきっかけに、“家族の会”との関りが生まれ、栄司さんの気持ちも少しずつ変わり始めました。

「当時は知識がなかったが、家族の会で教わったりして、今は出来るだけ穏やかに過ごすことを望んでいます」と語ります。

## 交流が生む、心の安らぎ

「オレンジカフェをやってみないか。」家族の会からの誘いに、最初は不安があったという栄司さん。支援者のサポートを受け、週に1回オープンしています。認知症の当事者が運営に携わる、数少ない認知症カフェです。

「悩みを抱える家族の方は、いつでもカフェに来て、和んでほしい。認知症の本人にとっても、自然に過ごせたり、家族と離れて過ごせる場。家族にとっても心の安らぎになります。家族が苦しむ時期は必ずあるけど、認知症のことを知って、家族の会や周りを頼ってもらえたら。」カフェには、亀尾さん夫妻の思いが詰まっています。

# 認知症を理解する

認知症の方が地域で暮らすために、

認知症について理解することが大切です。

認知症とはどんな病気なのか、高田先生に伺いました。

## 認知症とは、脳の機能が失われる病気

大人になるにつれて発達する、脳の機能。認知症は、いったん獲得された脳の機能が、慢性的に徐々に失われていく病気です。記憶、言葉、計画して何かに取り組む力などが失われ、生活に支障が起きている状態をいいます。



西伯病院

高田照男 院長

## 記憶を失うだけじゃない

認知症というと記憶が失われるイメージが強いですが、初期の段階では、ちよつとした失敗が多くなった、身だしなみに気を使わなくなった、怒りっぽく感情のコントロールが出来ないなど、様々なことが起こります。

認知症には、気づきにくいという特徴があります。「この漢字はどうだったかな」「新しいことが覚えにくいな」そんな経験は誰にでもあるでしょう。「一年を取ったな」と考えてしまいますが、実はそれが認知症の初期症状かもしれません。誰にでもなる可能性があり、年齢を重ねるほどに可能性が高くなることを知ってください。

## 予防するには

認知症の原因となる病気は、脳血管性認知症、レビー小体型認知症など、数十種類あると言われています。最も多いのが、アルツハイマー型認知症。脳が少しずつ萎縮していき、認知機能が低下していく病気です。原因物質として考えられているのが、アミロイドβタンパクとタウタンパク。これらが蓄積していくことが、脳細胞へダメージを与えると考えられています。

この物質を排出するのは、血管の動

きです。そのため、動脈硬化や糖尿病になっていると、認知症になりやすくなります。また、寝ている間に体外に排出されるため、睡眠も重要です。認知症の予防には、生活習慣の見直しが大切です。

## 共に生きるために

まずは認知症という病気を理解することが大切です。知識の習得はもちろん、認知症の方と実際に関わって、触れ合うことが一番です。周りが認知症を理解して、サポートすることが出来たら、認知症の方もこれまで通り生活が続けられるでしょう。私は、認知症の方の生活を守っていくこと、この先の人生をどう幸せに過ごしてもらおうかを大切に考え、接しています。

## 認知症は他人事ではない

認知症にマイナスイメージを持つ方もありますが、「自分も長生きすればなる、自分の病気だ」と捉えてください。協力し、本人の希望に沿って社会参加できる社会となることを願います。

町民の方とは、長寿になっても健康を保つために、一緒に取り組みたいと考えています。

— 西伯病院は、認知症疾患医療センターに指定されています。認知症医療の拠点としての取組や、地域で暮らすために大切なことを伺いました。



西伯病院認知症疾患医療センター  
吉川敦 主幹精神保健福祉士

認知症の診断を受けると、これまでの生活が出来なくなるといふ不安から、生活が狭まってしまふように感じます。認知症とうまく付き合ひ、地域とのつながりを続けながら生活ができるよう、町の保健師と情報交換をしながら一緒に生活支援を検討しています。

認知症は、適切な治療をすれば症状が改善することもあります。見逃さないように、早期受診が大切です。ですが、病院に相談しにくかったり、症状に気が付けないという方もいらつしやいます。日頃から、かかりつけ医に相談しやすい関係を作っておきましょう。

周囲の人々からの声かけにより地域からの孤立を予防していくことも大切です。

# 支援のかたち 「米やカフェ」

☎ 66-5524

毎月第3火曜日の午前9時30分からえん処米やで開催。参加費100円で、どなたでも参加できます。毎月、季節の暮らし体験イベントが行われます。

米やカフェの特徴は、南部町の素材を使った季節の暮らし体験。参加者は昔の思い出話をしたり、それぞれの家庭のやり方を若い世代に受け継ぐ機会にもなっています。

わたしたちの町にも、認知症カフェがあります。平成30年4月にスタートした「米やカフェ」。介護に関わる方はじめ、どなたでも自由に参加できます。

米やカフェはボランティア6名が参加する米やカフェ倶楽部が運営しています。赤ちゃんから高齢者まで、町内はもちろん町外の方も、毎回15名程度の方が集まって、交流しています。

10月のイベントは、干し柿づくり体験。「昔は家族みんなで作っていた」「カラスに食べられたことがある」と思い出を語りながら作りました。「家ではない体験をして、いろいろな世代と話せて楽しい」と、地域の方にとつとつどの場となっています。

ボランティアとして参加する亀尾克榮さんは、「米やカフェを広げて、認知症の周知に少しでもお手伝いができたら。自分も他人事ではないと思っています。」と話されました。



# 支援のかたち 「認知症の人と家族の会」

☎ 37-6611

「認知症の方と家族のつどい」では家族が日頃の思いを話し合います。毎月第3金曜日の午前10時から、健康管理センターすこやかで開催。参加費100円。



「認知症の人と家族の会」は、認知症の方や家族のための組織で、鳥取県にも支部があります。鳥取県支部代表の吉野立さんに伺いました。

家族の会は、認知症の人を介護している家族が、互いに支えあうための会で、認知症になっても住み慣れた地域で暮らすことを目指して活動しています。電話による相談の受付や、県内全市町村での「家族のつどい」の実施、広報誌の発行などを行っています。

## ひとりで、家族で、 抱え込まないで

認知症の方を介護する家族にとって大切なのは、「家族だけで頑張るのではなく、本人も家族も声を上げる勇気を持つこと」だと、吉野代表は語ります。まずは、地域包括支援センターや、家族の会に相談をしてみてください。認知症のことを知るだけでも、ゆとりにつながります。

## 住み慣れた地域で 暮らすため

「ゴミの日だよ、一緒に出しに行こう。」地域の方のちょっとしたおせっかいや声掛けで、認知症の方が自宅で安心して暮らし続けることができます。例えば自治会活動でも、認知症だからと断るのではなく、出来ることを一緒にしながら見守りましょう。



認知症の人と家族の会鳥取県支部  
吉野立 代表

# 決算を報告します

●問い合わせ先 総務課 ☎66 - 4803

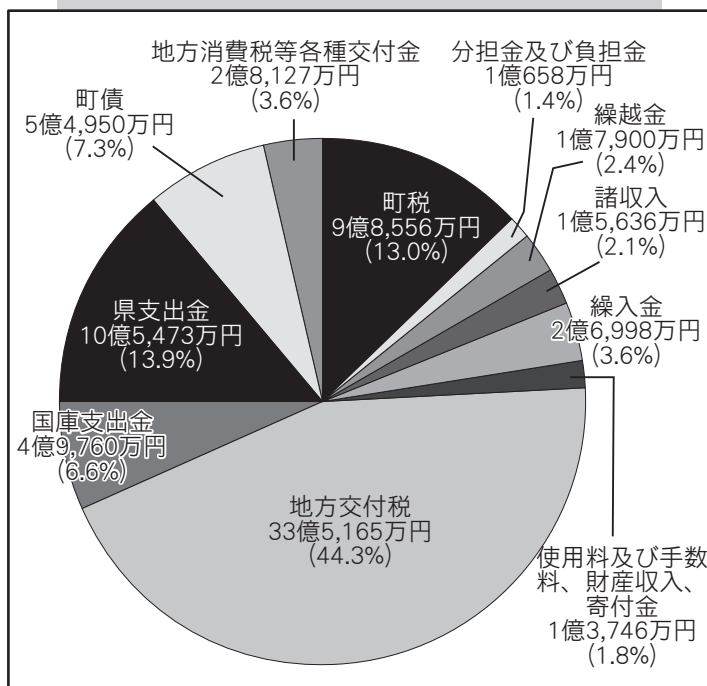


## 一般会計決算

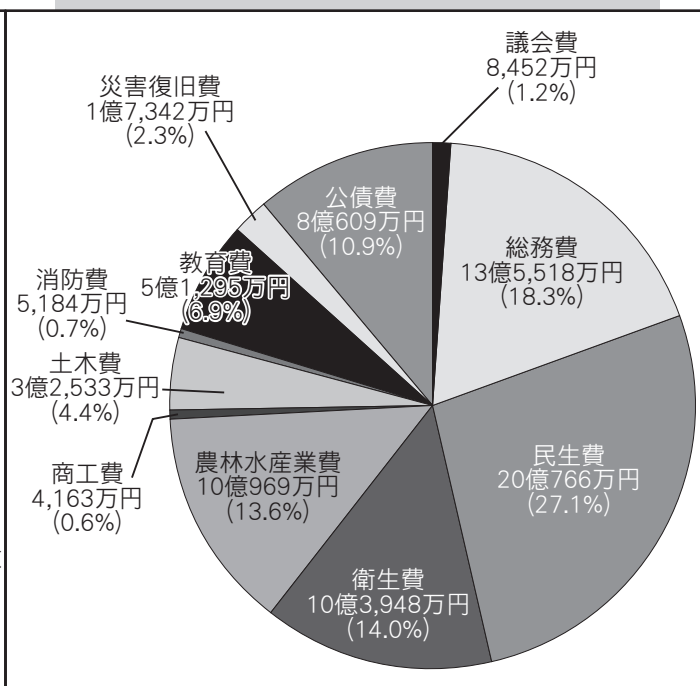
一般会計の歳入決算総額は75億6,970万（対前年度比6.1%の増）、歳出決算総額は74億779万円（対前年度比6.5%の増）で、形式収支は、1億6,191万円となりました。

この形式収支から令和元年度に引き続いて実施する事業の費用として必要な5,268万円を引いた実質収支は、1億923万円の黒字となりました。

### 歳入 75億6,970万円



### 歳出 74億779万円



### こんな事業を行いました（主なもの）

- 総務費 地域振興や一般事務経費
  - ▽ サテライト拠点施設整備事業（手間地区） 3,778万円
- 民生費 各種福祉事業を行う経費
  - ▽ 小規模保育園整備事業 990万円
- 衛生費 健康管理やごみ処理経費
  - ▽ がん征圧事業 4,239万円
- 農林水産業費 農林業の振興経費
  - ▽ 農地耕作条件改善事業 2,596万円
- 土木費 道路や公園、住宅等の整備経費
  - ▽ 町道新設改良事業 7,956万円
- 消防費 消防設備や活動経費
  - ▽ 防火水槽新設事業 790万円
- 教育費 学校教育などにかかる経費
  - ▽ 小中学校教育振興事業 3,179万円
- 災害復旧費 台風等の災害復旧経費
  - ▽ 災害復旧事業 1億7,342万円

### 基金をこんな事業に活用しました

- 公共施設等整備基金
  - ▽ 子どもの広場整備事業 547万円
  - ▽ 東西町スポーツ広場管理事業 227万円
- 地域振興基金
  - ▽ JOCA連携事業 1,237万円
- さくら基金
  - ▽ コミュニティバス運行事業（車両購入） 661万円
  - ▽ 歯科保健事業（診療車購入補助） 353万円
  - ▽ 高校生サークル国際交流事業 167万円

## 基金の残高 (H31.3.31現在)

平成30年度に積立てを2,785万円、取崩しを2億2,837万円行いました。平成30年度末時点で、基金の合計は34億3,362万円となっています。

財政調整基金	8億2,099万円
減債基金	12億4,702万円
その他特定目的基金	13億6,561万円
合計	34億3,362万円



公共施設等整備基金	2億8,535万円
あいのわ銀行基金	2,834万円
災害対策基金	305万円
地域振興基金	9億4,362万円
さくら基金	1億525万円

※さくら基金はみなさまからのふるさと寄付を財源として積立てています

## 特別会計決算

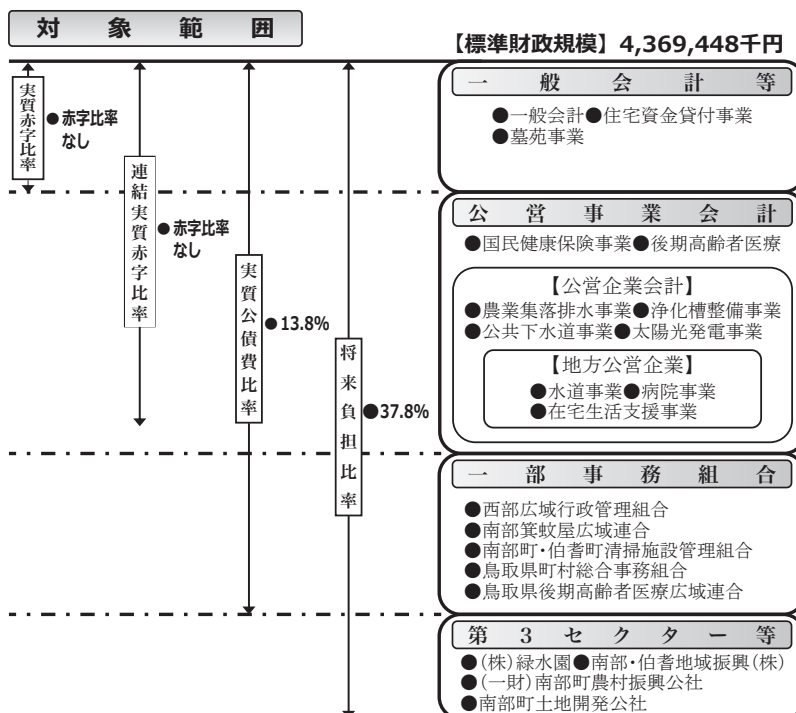
特定の事業を行うために、一般会計と分けて設置される特別会計には、国民健康保険、後期高齢者医療などがあり、他に企業会計として、水道事業会計・病院事業会計があります。

特別会計名	歳入	歳出	差引
国民健康保険事業	13億5,293万円	13億3,979万円	1,314万円
後期高齢者医療	1億4,235万円	1億3,972万円	263万円
墓苑事業	251万円	251万円	0万円
住宅資金貸付事業	531万円	114万円	417万円
農業集落排水事業	2億4,324万円	2億4,323万円	1万円
浄化槽整備事業	5,154万円	4,988万円	166万円
公共下水道事業	1億9,598万円	1億9,596万円	2万円
太陽光発電事業	2億1,345万円	2億1,342万円	3万円

## 財政健全化判断比率

自治体が財政破たんすることを未然に防ぎ、破たんしそうな自治体の財政を早期改善するため、財政状況を4つの指標として数値化しています。南部町では、4つの指標全て国の基準値を下回りました。

健全化判断項目	南部町	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	-	15.00%	20.00%
連結実質赤字比率	-	20.00%	30.00%
実質公債費比率	13.8%	25.0%	35.0%
将来負担比率	37.8%	350.0%	-



## 法勝寺温泉が湧きました

温泉を活用した地域活性化に期待

旧法勝寺高校跡地では、温泉掘削ボーリングが実施されていました。途中経過として、広報なんぶ8月号の「町長室から」において、地下1200mの「地温」が約45℃であったことをお伝えしました。この度、温泉のくみ上げを行い分析を行った結果、地表での温度は30.1℃、泉質は「ナトリウム・炭酸水素塩・硫酸塩温泉」であることが分かりました。これは、美肌や殺菌効果、湯冷めしにくいなどの効果がある源泉です。

この温泉掘削は、生涯活躍のまちづくりの拠点を作るために、青年海外協力協会と町が連携して実施してきました。この拠点では、障がいの有無や世代の幅を超えて、誰にとっても心地よい居場所となることを目指して作られる予定です、その主軸には「障がい福祉」を掲げています。

JOCA南部の亀山所長は、「皆さんの足元地中深くで日の目を浴びることを待ち望んでいた温泉です。是非、愛でてってください」と語りました。今後は、この交流拠点施設の整備に向けた事業が進められる予定です。

町としても、法勝寺温泉が地域に愛される場所となるよう、交流拠点の整備に向けてJOCA南部と連携し取り組みます。



法勝寺児童館ひまわり学級の児童と就労継続支援A型事業所の利用者の方で源泉を見学

### <法勝寺温泉>

地下1200mの地温：約45℃  
 地表での温泉の温度：30.1℃  
 泉質：ナトリウム・炭酸水素塩  
 ・硫酸塩温泉  
 効能：きりきず、末梢循環障害、  
 冷え性、皮膚乾燥症、うつ状態



## 続けよう100歳体操つながろう南部町

いきいき100歳体操交流大会を開催

10月3日（木）、南部町いきいき100歳体操交流大会が開催され、町内で100歳体操に取り組む約200名が集まりました。

100歳体操は、重りを使った体操で、認知症予防・筋力アップといった介護予防や、仲間づくりを目的として全国に広がっており、南部町でも37か所で取り組まれています。

交流大会では陶山町長が講演を行い、「一度しかない自分の人生をいきいきと過ごし、隣近所で声を掛け合ってお互いに助け合う社会をつくりたい」と語り、100歳体操への引き続きの参加を呼びかけました。

また、当日は参加者全員で町民歌体操や100歳体操を行ったほか、高姫区・落合区・円山だんだんの体験発表や、健康長寿賞・皆勤賞の表彰がありました。

参加者が語る100歳体操の魅力は、人と会えるし体も動かせること。体操を1年半続けた方は、家でもテレビを見ながら取り組んだ結果、転びそうになったときでも踏ん張ることができたと効果を実感されていました。

町では今後も活動を広めて、健康寿命の延伸に取り組みます。



全員で100歳体操



円山だんだんの体験発表



## 子どもたちの声を届ける 小学校給食交流会



会話が弾みます

町内の3小学校で、町長や議員らと児童たちが一緒に給食を食べながら交流する、給食交流会が開催されました。

これは、今年2月に開催された南部町青年議会において、「町長と小中学生や高校生が話す機会を設けてほしい」という提案を受けて実現したものです。

10月4日に会見小学校で行われ、6年1組の児童たちと交流しました。交流した児童は、「楽しく話が出来て良かった。これからもおいしい給食や食材をお願いします。」と感想を述べました。

## ハンリム大学生インターンシップ受け入れ 1年間よろしくお祈いします



イ・ソラさんに辞令交付

この夏、韓国ハンリム大学と町はインターンシップ協定を結び、9月から学生の受入を開始しました。インターンシップとは学生が企業などで就業経験を積むことです。海外インターンシップは、学生にとっては海外を知り仕事を知るチャンスで、受入れ側には国際的視野に立った取組が期待でき、企業PRにもつながるチャンスです。

南部町での就業内容は外国の若者の視点で町の魅力を情報発信し、外国人観光客誘致などを町と協働して進めていくことです。この初めての取組に参加してくれたのはイ・ソラさんです。温かく見守っていただきますようお願いいたします。

## 遊休農地防止・解消に向けて 農地パトロール出発式



出発式で機運を盛り上げます

農地パトロールは、農地法により義務付けられている遊休農地に関する措置として実施するもので、利用状況調査と指導を行っています。南部町では毎年、農業関係組織の連携を深め、機運を盛り上げるため出発式を行っています。今年は8月28日（水）に富有まんてんホールにて、約45名の方の出席のもと出発式を行いました。

今後は10月末にかけて、7つの班に分かれて農地管理・状況も含め状況調査を行い、11月以降は遊休農地の所有者、耕作者に対し、今後の農地の利用等を伺っていきます。この調査結果は、今後の遊休農地解消や遊休化を防ぐ取り組みの重要な資料となります。

## 聞いてみよう地域の安心・安全 防災講習会を開催



防災講習会の様子

あいみ手間山地域振興協議会では、地域住民の防災意識向上を目的として、「防災講習会」を9月14日（土）に開催しました。当日は約80名が参加し、西部広域消防南部出張所から救急時の119番通報要領の説明や、役場防災担当から南部町の災害環境・ハザードマップの説明、米子県土整備局から防災情報の入手要領等について講演を行いました。

この防災講習会は、地域住民から多様化する災害への備えと対応を重視する声が多く上がったことから、住民主導で計画された初めての試みです。講習会を契機に安心・安全な町づくりのため、自主防災組織など地域活動の活性化が進むことが期待されます。

## 外来診療担当一覧表

令和元年10月1日現在

診療時間	午前	8時30分～12時00分
	午後	13時30分～17時00分
受付時間	午前	7時30分～11時00分 (初診の方)
		7時30分～11時30分 (再診の方)
	午後	13時00分～16時00分
休診日	土、日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日) 尚、急患の方はお電話にてお問い合わせください	

南部町国民健康保険 <b>西伯病院</b> 〒683-0323 鳥取県西伯郡南部町倭397 TEL 0859-66-2211(代) FAX 0859-66-4012 <a href="http://www.saihaku-hospital.com/">http://www.saihaku-hospital.com/</a>
--

診療科		時間	月	火	水	木	金
内科	1 診	午前	田村 矩章	陶山 和子	田村 矩章	陶山 和子	陶山 和子
	2 診	午前	宇田川 晃秀	田村 啓達	野坂 薫子	田村 啓達	中本 成紀*
	3 診 (初診)	午前	田村 啓達		陶山 和子	宇田川 晃秀	野坂 薫子
	3 診	午前		民本 泰浩*			
	4 診	午前	野坂 薫子	宇田川 晃秀			宇田川 晃秀
	6 診	午前					
	7 診	午前				李 瑛*	
	★リウマチ・膠原病★	午後		民本 泰浩*			
	★呼吸器★						中本 成紀*
	★循環器★	午前	柳原 清孝*				
	★肝臓病★	午前				岡野 淳一*	
	★糖尿病・内分泌★	午前				末田 光*	
	★脳神経内科★	午後		大学医師*			
	★禁煙外来★	14:00					中本 成紀*
	★ドック・検診★	午前	田村 矩章	田村 矩章	田村 矩章	田村 矩章	田村 矩章
	胃内視鏡透視	午前	陶山 和子	田村 矩章	宇田川 晃秀	野坂 薫子	田村 啓達
大腸ファイバー	午後	陶山 和子 田村 啓達	宇田川 晃秀 野坂 薫子	陶山 和子 田村 啓達	救急：宇田川 晃秀	宇田川 晃秀 野坂 薫子	
外科	1 診 (再診)	午前	村田 裕彦	堅野 国幸	村田 裕彦	堅野 国幸	村田、堅野
	2 診 (初診)	午前	堅野 国幸	村田 裕彦	堅野 国幸	村田 裕彦	村田、堅野
	化学療法	午後		村田、堅野			村田、堅野
整形外科 (予約制ではありません)	午前	泉 敏弘	泉 敏弘	泉 敏弘	泉 敏弘	泉 敏弘	
婦人科	午前	大学医師*	6月から2月までは毎週。その他の月は第1・3・5週月曜日のみ。				
小児科	午前	片山 章	片山 章	片山 章	片山 章	片山 章	
	午後	原田 友一郎	原田 友一郎	原田 友一郎	原田 友一郎	原田 友一郎	
心臓検査(エコー)、ワクチン接種は予約制。BCG接種は毎週火曜・水曜13時～15時まで。							
精神科	1 診 (再診)	午前	長淵 忠文	北村 夏子	鎌田 修 非常勤医師	高田 照男	三浦 明彦
	★2 診 (初診)★	午前	高田 照男 三浦 明彦	非常勤医師	三浦 明彦	非常勤医師	長淵 忠文 北村 夏子
	★もの忘れ外来★	午後			長淵・三浦・高田 非常勤医師		
耳鼻咽喉科	午前			大学医師*			
★歯科★	午前 午後	倉立 至	倉立 至	倉立 至	倉立 至	倉立 至 大月 一真*(第2週)	

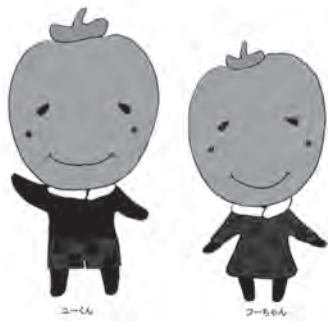
★は予約制の診療となります。受診(受検)を希望される場合は事前にお電話にてお申込みください。

※ 午前中は外来が混み合います。予約の確認や変更など、お急ぎでないご用件のお電話は午後2時から5時にお願いたします。

※ 診療担当医が都合により変更や休診となる場合がありますのでご了承ください。

※ 患者様の状態により診察順番が前後する場合がありますのでご了承ください。

※ 表中の※印は、鳥取大学附属病院等からの派遣医師です。



# 第34回南部町 富有の里まつり

今年も11月の1か月間、南部町富有の里まつりが開催されます。

人と人との交流や、町特産の富有柿をPRするため、町内のさまざまな団体が心のこもったイベントを開催します。

10日(日)

## 第39回 JA会見まつり

- ◆会場 / JA鳥取西部会見支所 駐車場
- ◆時間 / 午前9時30分～午後3時
- ◆内容 / ひまわり・さくら保育園児と女性会南部によるまいちょ音頭、芸能集団「和楽衣箱」ショー等開催。各種イベントや特売コーナー盛りだくさんでおもてなしします。
- ◆担当 / JA鳥取西部会見支所 ☎64-2311

8日(金)～10日(日)

## 生涯学習作品展

- ◆会場 / 南部町農業者トレーニングセンター
- ◆時間 / 午前9時～午後6時  
※10日は午後4時まで
- ◆内容 / 公民館活動の作品展示とあわせ、体験コーナー・喫茶などご用意してお待ちしています。※日曜日は読書まつり同時開催
- ◆担当 / 南部町教育委員会・南部町公民館 ☎64-3782

23日  
(土・祝)

## 第3回 富有の里ウォーク

- ◆会場 / 集合：とっとり花回廊 ゴール：天萬庁舎  
※ゴール後順次スタート地点までバス移送
- ◆時間 / 受付開始：午前8時30分 開会式：午前9時
- ◆内容 / 約10キロのコースです。参加料500円が必要、中学生以下無料です。事前申込で特典あり、締切は11月15日(金)まで。
- ◆担当(申込先) / スポnetなんぶ ☎66-5400

23日  
(土・祝)

## 商工会まつり

- ◆会場 / 天萬庁舎駐車場  
(柿の種吹きとばし大会会場周辺)
- ◆時間 / 午前10時～午後3時
- ◆内容 / 会員や女性部による飲食コーナー、地域振興協議会による特産品販売などにぎやかに皆さまをお出迎えします♪
- ◆担当 / 南部町商工会 ☎66-2035

23日  
(土・祝)

## 第31回全国柿の種吹きとばし大会

令和初の勝者はだれ？今年も来場者も参加できる抽選会あります！  
大会を一緒に盛り上げてくれるボランティアも募集中です。(もちろん競技にも参加OK！)  
詳しくは下記までお問い合わせください。

- ◆会場 / 南部町農業者トレーニングセンター
- ◆時間 / 受付：午前10時～開会：正午
- ◆内容 / 優勝賞品ハワイ旅行目指して柿の種を吹きとばす大会。富有柿の試食・販売コーナーもあります。
- ◆担当 / 全国柿の種吹きとばし大会事務局(企画政策課内) ☎66-3113

【問い合わせ先】 南部町富有の里まつり実行委員会事務局 (企画政策課内) ☎66 - 3113

LINE公式アカウントあります！

受付で登録画面を見せると、商工会まつりで使えるチケットがもらえます。



# 11月は「児童虐待防止推進月間」です ～189（いちはやく） ちいさな命に 待ったなし～

児童虐待は深刻な社会問題で、その相談件数は増加の一途をたどっています。児童虐待を防ぐためには、地域のみなさんの理解と協力が必要です。

子どもたちや子育てに悩む保護者のSOSをキャッチしたら、すぐにお電話ください。連絡は、匿名でも可能です。

## 児童虐待とは…？

- 身体的虐待** なく、け、たた、おぼ  
殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、家の外にしめだす など
- 性的虐待** 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
- ネグレクト** 乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、ひどく不潔なままにする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない、他の人が子どもに暴力を振るうことなどを放置する など
- 心理的虐待** 言葉で脅かす、無視する、きょうだい間で差別的な扱いをする、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など

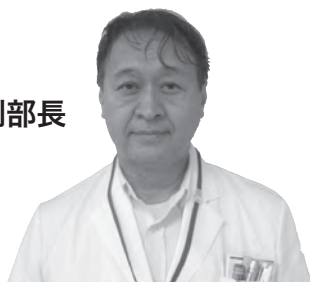


連絡は匿名で行うことも可能です。  
連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。  
お住まいの地域の児童相談所につながります。  
※一部のIP電話からはつながりません。 ※令和元年12月より通話料が無料化されます。

## 西伯病院からのお知らせ

### 【着任の挨拶】

**原田 友一郎** 小児科副部長



この10月から西伯病院に勤務することになりました。

西伯病院は平成2年の4月から1年間お世話になりました。当時はまだ古い病院でしたが、新築されたこの病院を初めて拝見しましたが、とてもきれいで、心落ち着く印象でとても素敵ですね。今まさに少子高齢化の時代ですが、将来ある子どもたちが健やかに育ち、健康を維持・増進して行くために、精一杯、貢献していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

### 【西伯病院健康講座】

- 日時 11月12日（火）  
午後1時30分～午後2時30分
- 場所 西伯病院地域交流ホール
- 講師 潮 寿之 精神保健福祉士
- 題名 認知症の理解と接し方について



#### 《講師より》

認知症への対応に戸惑い、悩みながらお世話されている方も、認知症を正しく理解することで、ちょっとした配慮や工夫ができるようになります。介護ストレスが少しでも軽減されるよう、認知症についてご説明いたします。お気軽にご参加ください。

**（問い合わせ先）西伯病院 66-2211**

「次世代にたくす平和への想い」～第3回ミカエル・セミナー



9月25日プラザ西伯で90名が参加

今回は、安来市加納美術館名誉館長の加納佳代子さんに「平和と人権」をテーマにご講演頂きました。

日本軍は戦争で多くのフィリピン人の命を奪い、キリノ大統領は日本兵に妻と3人の子どもを殺されました。永遠の平和を求めている佳代子さんの父加納莞菴さんは、終戦後フィリピンに拘束されていた日本人戦犯全員の罷免を求めてキリノ大統領に歎願書を送り続けました。そして、莞菴さんの「平和への願い」が届き、キリノ大統領は「目には目を」では平和はこない。二度と戦争をしない平和な世界を次の世代にたくすために「許し難きを許す」ことを決断しました。

～参加者の感想～（抜粋） 感想用紙回収 79名

- フィリピンとこのようなことがあったこと、今の関係をきづくために日本人の一人が何年もかけてつくしたことを初めて知った。知らなかったことに恥ずかしいと思うほど、知らなくてはいけないことだと感じた。(20代)
- 平和は自分たちの手でと熱く語られ感動しました。(30代)
- 今回は戦争を題材とした人権の話を知ることが出来ました。人権を無視した戦争時代が終わってから、日本人とフィリピン人との間で様々なやりとりがあり、人権の芽がめばえたことを知りました。罪を憎んで人を憎まずという思いが平和につながっていると思いました。(40代)
- 裁くのではなく赦すということ今の自分の大きな課題です。来てよかったです。(50代)
- 平和の大切さ、私たちの責任をととも考えさせられました。素晴らしいお話でした。(60代)
- 戦後75年に向い改めて平和という言葉が孫にまでわかればいいと思いました。(70代)

## 11月10日（日）は、南部町図書館まつり！



今年も図書館まつりを開催します！

楽しい企画をご用意しておりますので、ご友人やご家族の方とお誘いあわせの上、お越しください。

【会場】 農業者トレーニングセンター

10時～18時

『絵本でつながる！ブッほん本』  
みんなのオススメ絵本を紹介！

10時～12時

工作コーナー①  
『折り紙で作る傘飾り』  
すてきな傘飾りをつくろう♪

13時～15時

工作コーナー②  
『ミラクルこま』  
ふしぎな模様が浮かび上がる…！？

【会場】 天萬庁舎ロビー  
10時～

『古本市』  
保存期間を過ぎた雑誌や本などを  
無料でお持ち帰りいただけます。

13時～15時

『ビブリオバトル！』  
持ち時間5分でオススメ本の魅力を伝えます。  
読みたくなること間違いナシ！



葉の会さんによる  
ブックカフェ♪  
コーヒー＆お菓子  
1杯100円

### \*図書館おはなし会\*

日時 11月24日（日）10時30分から  
場所 天萬図書館 おはなしのへや  
司書による絵本のよみきかせ、手あそびや  
わらべうた等。ぜひお出掛けください。

### \* . ありがとうございます . \*

「喫茶KoKoチャリティーバザー会」様より、図書カード  
のご寄付をいただきました。子どもたちのために絵本を  
購入させていただきます。ありがとうございました。

今日から使える！

# 防災まめ知識

第7回～防災行政無線個別受信機について～  
いざ という時のために！

9月9日、台風15号が関東地方を直撃しました。千葉県内で発生した停電や断水の復旧には2週間以上費やしましたが、住民の方は情報入手に苦勞されていたようです。

南部町では、各戸に防災行政無線個別受信機を設置しています。停電時の情報入手ツールとして、重要なものです。第7回は、防災行政無線の災害時の使用について考えてみましょう。

## ～停電が発生したら～

- 停電が発生すると、個別受信機は自動的に内蔵電池に切り替わります。

「ピッ・ピッ・ピッ」とお知らせ音が鳴り、ACランプが消え、ライト及び乾電池ランプが点灯します。

## ～停電に備えて～

- 個別受信機の乾電池は、単一・単二・単三のいずれかの電池を2本使用します。目安として単一で約72時間使用できますが、それよりも早く消耗することも想定し、乾電池の予備を準備しましょう。
- 停電の時は、スマートフォンの充電もできなくなります。情報入手できるツールとして、防災行政無線個別受信機や携帯ラジオが使用できます。
- いざという時に備えて、防災行政無線個別受信機の取扱説明書を確認ください。



12月号は、  
「停電・断水への備え」  
です。

## 消費相談窓口です

## 貴金属の強引な買取業者注意！

### 事例

「不要になった洋服や靴があれば買い取る」と電話があり、自宅へ来てもらったが、古着などには目もくれず「ネックレスなどの貴金属はないか」としつこく聞かれた。

### アドバイス

古着などの不用品を買い取ると言われて勧誘されますが、実際には、貴金属の買取が目的のケースが多く見受けられます。訪問してきた業者に強い口調で貴金属の売却を迫られたり、勝手に家に上がりこまれたというトラブルも発生しています。

- ひとりで対応しない
- 望まない売却はきっぱり断る
- 身の危険を感じたらすぐに警察へ連絡

【相談場所】南部町役場天萬庁舎1階町民生活課

毎月1回、消費生活専門の相談員が南部町窓口に来室します。来室日はお問合せください。

【問い合わせ先】町民生活課 ☎64-3781

## 地域おこし協力隊

### 上田隊員のつげやきー!

#### 梨の選果を体験しました



上田隊員

こんにちは！農業部門(果樹担当)地域おこし協力隊の上田伸幸です。梨の出来や品質を勉強するため、8月下旬から3週間、米子選果場にて梨選果を体験しました。これまで見たことのなかった品種に触れることができ、実際に味見したり、その梨の特徴などを教えて頂き、非常に勉強になりました。

また、選果場の直売所が連日大入りでびっくりしました！進物だけでなく、規格外の梨を目当てに来ている方が行列を作っていました。県外から買いに来ている方もたくさんいて、鳥取県の梨のすごさを実感しました。勉強になった一方で、夏場に連日立ちっぱなしで冷房のない中で行う作業は、想像以上に大変でした。この体験を通じて、南部町の梨にいつそ愛着が生まれました。大阪の友達にもどんどん南部町の梨をPRしていきたいです！



NPO法人

なんぶ里山デザイン機構

Nanbu-Satoyama Design Association

【問い合わせ先】 ☎21 - 1595

【米やに関する問い合わせ先】

直通電話：090-9068-8543 (岩崎)

## 米やサンデーマーケット

毎月第4日曜日に開催しています。米やサンデーマーケット。地元の方は勿論のこと、鳥取県西部からもたくさんのお客様が来場され賑わいのあるイベントになっています。

このマーケットの特徴は毎回、同じお店が並ばずバラエティーに富んだお店が集まる点です。

ガラス細工や装飾小物など、プロのお店もあれば、地域の方が趣味で作られた作品やフリーマーケットなど身近な品を販売される方もおられます。また、飲食ブースでは店舗を持たない、イベント出店専門のお店が出店されることもあり、貴重な機会となっています。昼食時間帯は中庭をカフェスペースとして開放しており、ご家族で楽しく過ごしていただけます。えん処米やでは、出店者を随時募集しています。お問い合わせ、お待ちしております。



## 農業者年金に加入しませんか？

農業者年金は、農業者の方々の老後生活の安定を図ることを目的とした農業者のための年金です。国民年金（基礎年金）に上乗せした任意加入の公的な年金制度です。

### 【特徴】

- ①終身年金…年金は生涯支給され、仮に80歳より前に亡くなった場合ご遺族に一時金が支給されます。（一定の所得の確保）
- ②積立方式…自ら納めた保険料と運用益を積み立てて将来の年金として受け取ります。（少子高齢化に強い）
- ③政策支援…条件により、国から補助を受けられます。
- ④保険料は全額社会保険料控除の対象となります。（節税になる）

### 【加入資格】

- ①20歳以上60歳未満の方
- ②年間60日以上農業に従事される方。
- ③国民年金第1号被保険者の方

### 【問い合わせ先】

農業委員会事務局 ☎64 - 3792

## 年末調整説明会・消費税の軽減税率制度等説明会の開催

源泉徴収義務者の方を対象とした「年末調整説明会」及び「消費税の軽減税率制度等説明会」が開催されます。

開催日	開催時間	開催場所	対象者
11月 19日(火)	午後1時半 から4時半	境港市文化 ホール	境港市の方
11月 20日(水) 21日(木)	両日とも 午後1時半 から4時半	米子市文化 ホール	米子市・西 伯郡・日野 郡の方

### 【問い合わせ先】

米子税務署 ☎32 - 4121 税務課 ☎66 - 4802

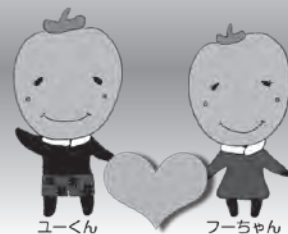
## 指名手配被疑者の検挙にご協力を！

指名手配被疑者の発見に向けた捜査活動には、国民の皆さんのご協力が是非とも必要です。

指名手配被疑者によく似た人を見かけたといった情報など、どんなわずかなことでも結構ですので、警察に通報していただくようお願いします。

【問い合わせ先】 米子警察署 ☎33 - 0110

## くらしの情報



### お誕生おめでとう

(氏名)	(保護者)	(住所)
和田 <sup>ももか</sup> 萌百花	(恵一・史織)	阿賀
梶原 <sup>いつき</sup> 唯月	(康介・陽子)	西町
牧野 <sup>なつは</sup> 夏葉	(亮・麻美)	馬佐良
茅野 <sup>ゆづき</sup> 悠月	(真伍・優花)	阿賀

### ご冥福をお祈りします

(氏名)	(年齢)	(住所)
持田 溢子	(91歳)	掛相
井田 保雄	(88歳)	朝金
岡田 利次	(84歳)	高姫
橘 茂喜	(86歳)	法勝寺
門脇多美子	(78歳)	法勝寺
岡田 武幸	(94歳)	市山
大塚泰次郎	(92歳)	清水川
中前 茂子	(83歳)	宮前
藤澤美由紀	(85歳)	中
遠藤 武義	(91歳)	上中谷

9月16日～10月15日届出分・敬称略  
※掲載は希望者のみです。

### 9月30日現在の人口

男	5,142人	(－4人)
女	5,660人	(±0人)
計	10,802人	(－4人)
世帯数	3,917世帯	(+5世帯)

( ) 内は前月との比較

### 〈11月〉納税・使用料のお知らせ

- ・国民健康保険税
- ・後期高齢者医療保険料
- ・水道使用料
- ・給食費
- ・公営住宅使用料
- ・保育料
- ・放課後児童クラブ

【納付期限：12月2日(月)】



## 住民票とマイナンバーカードに旧姓（旧氏）が併記できます！

### ◆旧姓として併記できるもの

戸籍謄本等に記載されている過去の氏より、住民票に旧姓（旧氏）を1つ選んで併記することができるようになります。住民票に旧姓を記載した場合は、マイナンバーカード又は通知カードに旧姓を併記する必要があります。

※旧姓は1人につき1つまで併記できます。

### ◆旧姓併記していると各種証明に使えます。

生命保険等の契約、銀行口座等が旧姓のまま引き続き使用でき、就職・転職時などの場面でも旧姓で本人確認ができます。

### ◆申請方法（旧姓併記を希望される場合は、申請が必要となります。）

①旧姓が記載された戸籍謄本等をご準備ください。

#### 戸籍の入手方法

本籍地の市区町村に請求

※遠方の場合は郵送で取り寄せることができます。

②下記の【申請に必要なもの】をご持参のうえ、町民生活課へお越しください。

#### 【申請に必要なもの】

- ・戸籍謄本等（旧姓が記載されているもの）
- ・マイナンバーカード（通知カード）
- ・印鑑
- ・本人確認できるもの（運転免許証など）



【問い合わせ先】 町民生活課（法勝寺庁舎） ☎66 - 3114 （天萬庁舎） ☎64 - 3781

## インフルエンザ予防接種について

中学生以下の方と65歳以上の方には、町で予防接種の助成をしています。

### 〈中学生以下の方〉

インフルエンザ予防接種の助成券を9月末に郵送しております。

■接種期間：10月1日～2月29日

■助成回数：13歳未満の方は2回  
13歳以上の方は1回

■助成金額：1回につき1,000円  
（生活保護を受給されている方は無料）

■助成方法が一部変更になりました。

《町内医療機関で接種する場合》

- ・従来の申請手続きは不要です。助成券を医療機関に提示し、支払いの際、助成額を差し引いた料金をお支払いください。

《町外医療機関で接種する場合》

- ・接種後に、従来どおりの申請手続きが必要です。
- ・令和2年3月31日までに、健康福祉課へ次のものをお持ちください。

▼母子健康手帳か接種済証など、ワクチンを接種したことがわかるもの（接種時のワクチン番号シールが貼られたもの）／領収書／認印／振込口座のわかるもの（保護者）

### 〈65歳以上の方〉

インフルエンザ予防接種の受診券を10月末に郵送しております。

■接種期間：11月1日～1月31日

■接種費用：自己負担金1,000円

（生活保護を受給されている方及び非課税世帯の方は無料）

※11月1日以降に65歳になられる方は、誕生日より前の接種は任意接種となり全額自己負担になります。ご注意ください。



【問い合わせ先】 健康福祉課 ☎66 - 5524

**西伯みのりの素  
(コンポスト) 販売**

下水道汚泥を有機肥料に製品化した「西伯みのりの素」を販売します。

■金額 1袋 (15kg) 200円 (税込)

※お一人様 5袋まで

■販売期間 12月25日まで

■販売数量 80袋

※なくなり次第終了します

**【問い合わせ先】**

建設課上下水道室

☎66-4807

**11月はねんきん月間  
11月30日は年金の日****◆年金月間と年金の日の趣旨は？**

年金月間が設定された理由は、普段の生活では実感しない公的年金制度を身近に感じて、公的年金制度に対して理解を深めていただくことを目的としています。

また、年金の日は、ご本人様がねんきんネット等を活用して、ご自身の年金記録を確認、年金の受給額の見込額を年金記録から様々なパターンを試算し、ご本人様の将来設計に思いめぐらしていただくことを目的として設定されました。

ねんきんネットについては、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、日本年金機構米子年金事務所にお問い合わせください。

この機会に、公的年金制度の意義やしきみについて理解を深めていただきますようお願いいたします。

**【問い合わせ先】**

日本年金機構米子年金事務所

☎34-6111

町民生活課

法勝寺庁舎 ☎66-3114

天萬庁舎 ☎64-3781

**マイナンバーカードの  
写真を撮影します**

町民生活課では、マイナンバーカードの申請サポートとして、申請に必要な顔写真を無料で撮影します。

撮影した写真を使用し、その場で申請ができます。

ご希望の方は、事前に町民生活課にご連絡をお願いします。

**【問い合わせ先】町民生活課**

法勝寺庁舎 ☎66-3114

天萬庁舎 ☎64-3781

**国税に関する相談は  
お電話で****①米子税務署に電話**

(☎32-4121 (代表))

**②音声案内に従って用件の番号を選択**

◆消費税軽減税率制度に関する相談

…「3」

◆国税に関する一般的な相談

…「1」

◆申告や面接による個別の相談

…「2」

**③「2」を選択した場合は事前に**

相談日時等を予約

◆月曜日：

相続税・贈与税・譲渡所得

◆火曜日：申告所得税（譲渡所得を

除く）・消費税（個人）

◆水曜日：法人税・消費税（法人）・

源泉所得税

◆木曜日：印紙税・諸税

**【問い合わせ先】**

米子税務署 ☎32-4121

税務課 ☎66-4802

**ID・パスワード取得で、  
スマホからe-Tax確定申告**

～e-Taxなら混雑する申告会場に並ばなくて済みます！～

専用のIDとパスワードがあれば、マイナンバーカードやICカードリーダーがなくても、スマホやパソコンからe-Tax確定申告が可能です。IDとパスワードは、本人確認をして税務署で発行します。本人確認ができる書類を持って、お早めに米子税務署にお出かけください。

以下の日程で、町内で取得手続きが出来ます。

《確定申告用ID・パスワード

出張発行日時》

■日時 11月22日

午前9時～午後4時

■場所 法勝寺庁舎2階庁議室

天萬庁舎2階会議室

■持参するもの

運転免許証などの本人確認書類

※上記日程に来場できない方は、事前に南部町役場 税務課にご相談ください。

※1月以降、税務署は大変混雑しますので年内にお手続きください。

※このIDパスワード方式はマイナンバーカードが普及するまでの一時的な措置です。

<スマホ版>

国税庁 確定申告書等作成

コーナー詳細はこちらから

ご覧ください

**【問い合わせ先】**

米子税務署 ☎32-4121

税務課 ☎66-4802



**カウンセラーによる  
「心の相談会」**

日頃、気になっている悩みや、困りごとなど産業カウンセラーがお話をお聴きします。同日に「ひきこもりからの回復」のDVDを上映します。

■日時 11月23日(土)

■内容・時間

①「こころの相談会」

午前9時30分～午後4時

対談面談(一人1時間まで、秘密厳守)

②DVD上映「ひきこもりからの回復」

午前9時40分～11時40分

午後1時15分～2時45分

■場所

米子コンベンションセンター

■料金 無料

■その他 相談会のみ予約が必要

【問い合わせ先】

ライフサポートセンターとっとり

☎0120-82-5858



**就職氷河期世代等対象  
ハローワーク米子**

正社員就職に向けたセミナーを開催します。

■日時 11月22日(金)

午後1時30分～4時

■場所 ポリテクセンター鳥取

■内容 訓練制度、コース説明、受講生を採用した企業の担当者による受講生への期待や採用後の育成方針等の説明があります。希望により企業、訓練実施機関、ハローワーク等との個別相談ができます。

■対象 正社員就職を希望する、概ね55歳までの方又は家族等の支援者。

【申込・問い合わせ先】

ハローワーク米子

☎33-3911



**ふれあいコンサート  
in米子**

航空自衛隊西部航空音楽隊によるコンサートを開催します。

■日時 11月17日(日)

午後2時～4時

■場所 米子市公会堂

■入場料 無料(整理券が必要)

■整理券取扱場所

自衛隊米子地域事務所、米子市公会堂、米子市文化ホール、西部地区各市町村役場、自衛隊基地・駐屯地等

【問い合わせ先】

自衛隊米子地域事務所

☎33-2440



**講演会「恐竜の研究者は  
こんなことを考えている」**

■日時 12月7日(土)

午後4時～5時30分

■場所 富有まんてんホール

■講師 岡山理科大学 石垣忍教授

(恐竜・古生物学コース)

■内容 恐竜の発掘や生態の話、現場での国際交流の話について

■講師略歴 現在の筑波大学を卒業後、青年海外協力隊地質学の隊員としてモロッコへ赴任。2014年に岡山理科大学で日本初となる恐竜学を掲げたコースを開設し、2015年から岡山理科大学で教授に就任。岡山理科大学一モンゴル共同調査隊の日本側代表を務め、2016年9月には共同調査隊がゴビ砂漠南東部で世界最大級の恐竜の足跡化石を発掘。

【問い合わせ先】

JOCA南部 ☎36-8010



世界最大級の草食恐竜の足跡化石と石垣教授



**拉致問題を考える講演  
会とコンサートの集い**

北朝鮮の拉致問題は、人権侵害です。これを強く非難するとともに、拉致被害者全員の帰国を実現するよう求め、人権侵害問題について関心と理解を深める集いです。

■日時 12月15日(日)

午後1時30分～4時25分

■場所 鳥取市民会館

■内容

〈講演〉「拉致問題と人権」

～夢と絆を奪われて～

蓮池薫氏(新潟産業大学准教授)

〈メッセージ〉

「拉致被害者家族の思い」松本孟氏

〈コンサート〉

演奏: ブルー・マーティン・ジャズ・オーケストラ(鳥取県立岩美高等学校)

合唱: 鳥取男声合唱団

【問い合わせ先】

鳥取県人権擁護委員連合会事務局

☎0857-24-5678



**鳥取県最低賃金が改正  
されました**

鳥取県最低賃金は、業種や規模及び雇用形態や呼称にかかわらず、県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。

鳥取県最低賃金	発効年月日
時間額 790円	10月5日

※最低賃金には、次の賃金は含まれません。

- ①精皆勤手当、通勤手当、家族手当
- ②臨時に支払われる賃金
- ③1か月を超える期間ごとに支払われる賃金
- ④時間外労働、休日労働及び深夜労働の割増賃金

【問い合わせ先】

鳥取労働局労働基準部賃金室

☎0857-29-1705

# まちの行事

11月11日～12月10日

☎健康管理センターすこやか ☎66 - 5524

	場所	日時	内容
認知症の方の家族のつどい	健康管理センターすこやか	11月15日(金)10:00～12:00 ※参加費100円(茶代)	認知症の方を介護している家族が 日頃の思いを話し合う場
米やカフェ	えん処米や	11月19日(火)9:30～11:30 ※参加費100円(茶代) + 別途 イベント材料費100円予定	介護にかかわる方々のほか、どなた でも参加できる「認知症カフェ」

## ◆相談

	場所	日時	内容・問い合わせ先
人権相談・行政相談	交流会館	11月11日(月) 13:30～16:00	人権相談：人権・社会教育課 ☎64 - 3782 行政相談：総務課 ☎66 - 3112
心の健康相談会	健康管理センターすこやか	11月19日(火) 午後から※要予約	臨床心理士があなたのお悩みを伺います。 健康福祉課 ☎66 - 5524
消費生活相談	天萬庁舎 1階	11月19日(火) 13:00～16:00	訪問販売、インターネットなどのトラブル 町民生活課 ☎64 - 3781
行政書士無料相談会	法勝寺図書館 2階	11月20日(水) 10:00～13:00	相続・遺言・成年後見等 法勝寺図書館 ☎66 - 4463
多重債務・法律相談会	米子コンベンションセンター 5階第5会議室	11月21日(木) 13:30～16:00	多重債務やヤミ金融等 【事前予約先】西部消費生活相談室 ☎34 - 2648 《受付時間》8:30～17:00
司法書士による 無料法律相談会	米子コンベンションセンター 第1会議室	11月22日(金) 18:00～20:00	相続・遺言・不動産の贈与・売買など ☎鳥取県司法書士会 ☎0857 - 24 - 7024
人権相談・行政相談	総合福祉センターしあわせ	12月4日(水) 9:00～11:30	行政相談：総務課 ☎66 - 3112
	交流会館	12月10日(火) 13:30～16:00	人権相談：人権・社会教育課 ☎64 - 3782
消費生活相談	天萬庁舎 1階	12月10日(火) 9:30～12:00	訪問販売、インターネットなどのトラブル 町民生活課 ☎64 - 3781

## ◆イベントなど

	場所	日時	問い合わせ先
第4回ミカエルセミナー	富有まんてんホール	11月15日(金) 19:30～21:00	人権・社会教育課 ☎64 - 3782
土曜開校(中学校のみ)	町内中学校	11月16日(土)	各中学校にお問い合わせください。
点字サークル	天萬図書館	11月19日(火) 9:30～11:30	天萬図書館 ☎64 - 3791
手話講座	法勝寺図書館	11月21日(木) 19:00～20:00	法勝寺図書館 ☎66 - 4463
おはなし会	天萬図書館	11月24日(日) 10:30～11:00	天萬図書館 ☎64 - 3791
ぬいぐるみのおとまり会	天萬図書館	12月7日(土) 13:00～18:00	天萬図書館 ☎64 - 3791
みんな集まれ! あそぼう広場	南部町民体育館	12月8日(日) 9:00～11:00	人権・社会教育課 ☎64 - 3782

毎月1日・15日は「ノーマディアデー」 毎月第3日曜日は「かぞくの日」

◆図書館休館日 11月11日・18日・23日(勤労感謝の日)・25日・27日(整理日)・12月2日・9日

# 100歳 おめでとうございます

敬老の日に合わせて、今年度町内で100歳を迎えられる方に、内閣総理大臣から祝状や銀杯、町から記念品が贈られました。



←「毎日の日課は家の前の坂道を歩くこと。好き嫌いなくなんでも食べます。」と元気にお話しされる塚田さん。

「デイサービスに行った→り、相撲を見るのが楽しみです。」と笑顔でお話しされる濱本さん。



←帰省された料理人の息子さんは「自分の料理をふるまいたい」と100歳を迎えられた上甲さんをお祝いされていました。



## 【今年度100歳を迎えられる方】 (9月15日時点)

上甲 コトエさん(円山) 塚田 賤枝さん(金山)  
 濱本 公子さん(法勝寺) 梅田 正さん(天萬)  
 亀谷 邦子さん(鍋倉)

## 町長室から

No.30

### 西伯病院が名指しされた地域医療構想とは

「町長、西伯病院を無くしたらいけんぞ！」お邪魔した地区運動会、敬老会や諸々の会合等で多くの町民の方から応援の言葉を頂きました。平井伸治鳥取県知事に国への要望事項をお伝えした際には「今年の冬が山場です。共にがんばりましょう。」と力強く言って頂きました。南部町にとって西伯病院は医療・福祉の拠点です。全力で取組んでまいります。

「地域医療構想」は団塊世代が後期高齢者(75歳)を迎える2025年(令和7年)に向けて、病院の機能やベッド数を将来必要量に転換するための構想です。特に課題となるのは、世界的に見て日本の医療は入院日数が長いことが挙げられており、全国で5万ベッド削減が目標になっています。また、がん・心疾患・脳卒中・救急などを標榜する高度急性期や急性期病院が多く、逆に今後必要となる回復期や慢性期を担う病院が不足しているといわれています。ですから「地域医療構想」自体は、超高齢社会の医療ニーズに合わせることであり否定するものではありません。

しかし、この度の厚生労働省報道は、地方の小規模な公立病院・公的病院を狙い撃ちしたものでした。全国画一的指標で424病院を名指しし再編統合を求めるといふ、地域実態を無視したまさに暴挙であるといえます。地域住民の命と健康を守るといふ西伯病院の使命は、人口減少と高齢化が進むなかでこれまで以上に重要になっています。どうぞ町民の皆様のご理解とご支援をお願いいたします。

南部町長 陶山清孝

減塩で元気・長生き・南部っ子!!

# まいがな! 減塩レシピ

今月のメニュー

## きのこのそばろ汁

一人分 エネルギー 71 kcal 食塩相当量 0.8g



ピリリと辛い豆板醬がアクセントとなり、豚ミンチと合わせるとコクがです。

### 材料 (2人分)

・しいたけ	20g	・煮干し	2g
・ぶなしめじ	20g	・豆板醬	0.3g (お好み)
・えのきたけ	20g	・酒	小さじ1/2
・切り干し大根	6g	・味噌	小さじ2
・ねぎ	10g	・ごま油	少量
・豚ミンチ	30g		

### 作り方

- ① 水200ccに煮干しを入れてだしをとる。
- ② しいたけ、えのきたけ、ぶなしめじは食べやすい大きさに切る。切り干し大根は水で戻して、2cmの長さに切る。ねぎは小口切りにする。
- ③ 鍋に豚ミンチ、豆板醬、酒を入れて炒める。
- ④ ②のきのこ類、切り干し大根を加えて更に炒める。
- ⑤ ④の炒まったところに①のだしを入れて煮る。煮えたら味噌を加え、最後にねぎを散らし、ごま油を香り付けに加える。

# センブリ



大木屋

撮影：桐原真希

## ■どれだけ苦いのか

2012年10月14日、大木屋の棚田を歩いていたら最初にセンブリの花を見つけました。南部町で何回も人生初の生き物との遭遇があり、どのシーズンも取材でもワクワク感が絶えません。なぜセンブリというのか、姿が連想しにくい名に首をかしげる方も多いのではと思います。昔の道具とは違いますがイメーシとしては、乾燥させたセンブリをティーパックに入れてお湯を注ぎ振り出すという作業を干回繰り返し返しても苦さが残るとのこと。

こと。それが由来となり「千回振る」がセンブリとなったと言われています。その苦さを一度試してみたいのですが、野生種はそうあちこちにある訳でもなく、採集には町内の個体群にも配慮が必要なレベルだと思われます。また乾燥センブリを許可なく販売すると通称薬機法に違反となりますので直売所などでうっかり陳列しないようご注意ください。

## ■生薬名は「当薬」

ネット上や薬局では医薬品としてセンブリのお茶や粉末などが販売され、主に長野県と高知県で栽培されているそうです。薬効成分はスウェルチアマリンという、これまた覚えにくそうな名称の物質が胆汁、唾液、唾液などの分泌を促し食欲不振や消化不良、胃もたれなどに効果があるとされています。室町時代より利用された記録もあり、「当薬(とうやく)」の名で呼ばれることもあります。

## ■2度目は浅井で

人生2度目のセンブリは、2016年11月11日の浅井の谷を歩いている時でした。初めて見たものよりも、色が濃く見えたので、もしや別の種類かと疑ってみました。やはりただのセンブリでした。お仲間には、ムラサキセンブリ、イヌセンブリ、ヒメセンブリなどがあり、葉が少しだけ大きいヒロハセンブリという変種もあるとのこと。ヒメは鳥取では分布していないので、他の3種類はもしかしたら南部町にもあるかもしれない、そんな目で秋の花を探してみようと思います。

自然観察指導員

桐原真希



浅井に咲いていたセンブリ  
花の大きさは約1.5センチ

祐生出会いの館【緑水湖畔】 ■休館日：毎週火曜日(火曜日祝日は翌日) ■問い合わせ先：☎66-4755

## 3施設合同ハートホットアート展

令和元年11月2日(土)～令和2年2月11日(火)

絵本作家の玉井詞(たまいつかさ)氏がもみの木園のアート活動とかかわるようになって30年になります。個人の特性を組み合わせた芸術作品を制作しています。

このたびは、南部町内のえがお、祥福園との三施設合同作品展としました。深まりゆく秋の芸術鑑賞にお出かけください。お待ちしております。

