

# 熱戦は田んぼの中で!



見てごしない、桜と螢の舞う町 南部町...

広報

# なんぶ

2015

9

No.132

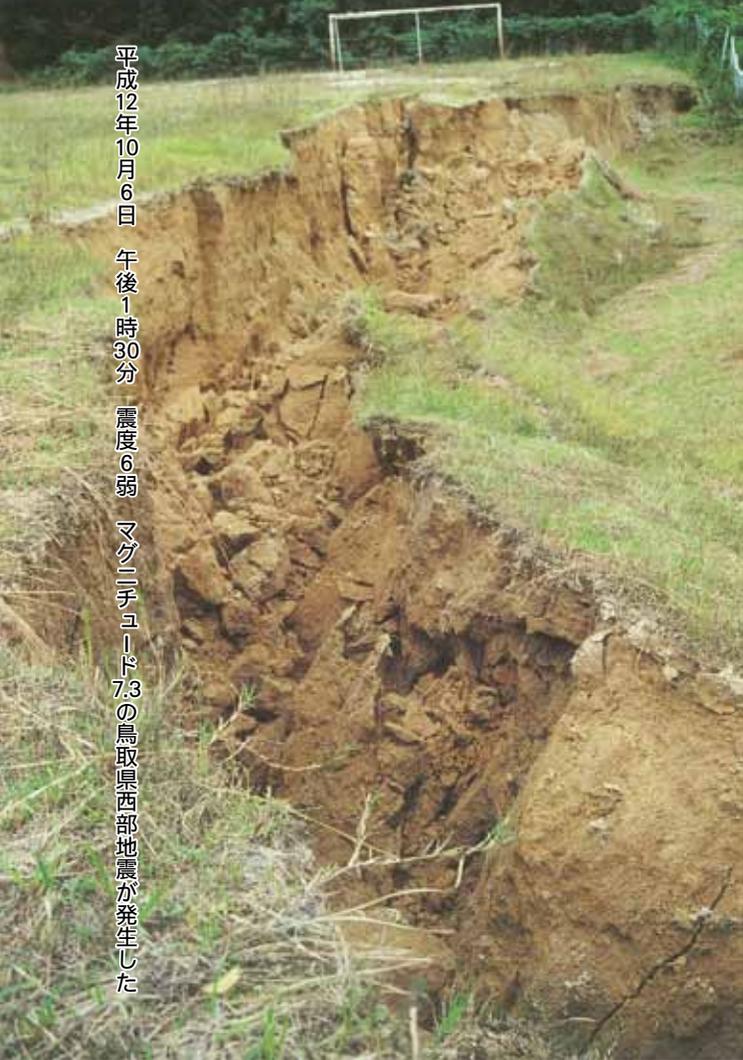
南さいはく地区内の田んぼで、なんぶどろんこまつりが行われました。(14ページに関連記事)

## 今月の主な内容

- 特集/9月は防災月間です
- マイナンバーってなんだあか? (第1回)
- まちの保健室始まりました! (すこやかだより)

ほか

平成12年10月6日 午後1時30分 震度6弱 マグニチュード7.3の鳥取県西部地震が発生した



## 特集

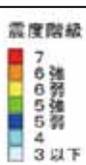
# 9月は防災月間です

### 地震に対する備えを

地震はいつ発生するか分かりませんが、南海トラフ地震は、30年以内に発生する可能性が70%、また南部町への影響は震度5弱とも言われています。

この地震は、南海トラフ及びその周辺の地域における地殻の境界を震源とする大規模な地震をいい、この中には南海地震や東南海地震、東海地震などが含まれます。それぞれの地震が単独で発生する場合もあれば、複数の地震が同時または時間差で発生する場合があります。

### 南海トラフの巨大地震(震度予測)



鳥取県の最大震度は5強または5弱と予想されています



出展：南海トラフの巨大地震被害想定第一次報告資料より（H24. 8. 29公表）

### 地震発生後の行動

『今、地震が発生した』と考えてください。時間とともに、どのように行動したらよいか確認しましょう。

### 地震発生

落ちていて自分の身を守ってください。

● 丈夫なテーブルや机の下に身を隠し、頭を保護してください。

● 素早く火を消してください。（危険が伴うので無理はしない）

● 脱出口を確保してください。

### 発生から1〜2分経過

揺れが収まったら家族の安全を確認してください。

● 火元を確認してください。（火がでたら落ち着いて初期消火をしてください。）

● 家族に声を掛け、無事を確認してください。



地震発生

1〜2分経過



## 自分の身を守る

### 地震への備え

防災の基本は「自分の身は自分で守る」ことです。

平常時、非常用持出袋を準備したり、避難場所、経路、被災時の連絡方法を家族で確認しておきましょう。

また「最初の揺れから身を守るにはどうしたらよいか」ということを、自分の家で大地震が起こる様子を想像し、家具の配置や転倒防止、家具の補強などについて考えてみましょう。

## 家具類の固定が大切

大きな被害をもたらした、平成7年の「阪神・淡路大震災」の死者6434人のうち、4831人が「住宅・家具類の倒壊による圧迫死」でした。地震災害において、住宅や家具類の倒壊が最も危険であると言われています。

家族が悲惨な地震の犠牲にならないよう、日頃から家具類の倒壊を防ぐ対策を行いましょ。



その他、連結できる家具は背合わせなどで連結し倒れにくくするなどの対策を行いましょ。

## 災害時には 防災行政無線でお知らせします

防災行政無線による災害時のお知らせは、次のようになっています。災害の種類や状況に応じて放送される内容を知り、普段から災害時にとるべき行動について考えておきましょう。

### ■ Jアラート(全国瞬時警報システム)

南部町の防災行政無線は「Jアラート(全国瞬時警報システム)」と連携した自動放送です。Jアラートとは、緊急情報を人工衛星を経由して受信し、防災行政無線で自動放送するシステムで、放送文は合成音声により読み上げられます。現在Jアラートを通じて放送される緊急放送は以下の通りです。

- ①\*緊急地震速報
- ②特別警報(数十年に一度の大雨、暴風、暴風雪、大雪が予想される場合等)
- ③国民保護情報(ゲリラ攻撃、航空事故等)

#### ※緊急地震速報

「緊急地震速報」は、震源に近い観測点で地震を検知し、直ちに震源や地震の規模(マグニチュード)や各地の震度などを推定し、大きな揺れが迫っていることを知らせる情報です。町では気象庁の発表する「緊急地震速報」を活用して、西部エリアで震度4以上の揺れが予想される場合、防災行政無線を通じて地震の強い揺れが到達することをお知らせします。

1～2分経過



### 発生から3～5分経過

みんなの無事を確認、火災発生を防いでください。

● 隣近所に声を掛け、けが人、行方不明者の確認、救出・援護に協力してください。

● 近所で火が出ていたら、大声で知らせて初期消火をしてください。

● 余震に注意して、安全第一で行動してください。

● ラジオなどで情報を確認してください。

● 周囲に危険が迫っている場合は、速やかに避難してください。

3～5分経過



### 数時間後

● 壊れた家には入らない。  
● 家で生活できなければ避難所へ。

【防災に関する問い合わせ先】

総務課(法勝寺庁舎内)

☎66・3112

シリーズ

# マイナンバーって なんだあか？



(第1回)

平成27年10月から始まるマイナンバー制度（社会保障・税番号制度）の概要やスケジュール等について、シリーズで紹介します。

## マイナンバーとは？

- 住民票を有するすべての方に割り当てられる、一人ひとり異なる12桁の番号です。
- 住所や氏名等が変わっても、マイナンバーは変更されません。

## マイナンバー制度のメリット

- 各種申請に必要な書類の省略など、行政手続きが簡素化されます。
- 国や地方公共団体などで情報の連携が進み、行政事務がスムーズに対応できるようになります。
- 行政サービスの受給状況を把握しやすくなり、きめ細やかな支援ができます。
- また、不当に負担を免れることや不正受給を防止します。

## 10月から一人ひとりにお届けします

平成27年10月から、皆さんの住所地にマイナンバーが記載された「通知カード」が送付されます。

住民登録と実際の住所が異なる方は、通知カードが届かない場合がありますので、早急に住民票の異動の届出を行ってください。

※通知カードは転送不要の簡易書留で送られて来ます。郵便局に転居・転送届を出されている方には配達されませんので、ご注意ください。

## マイナンバー制度は 安心・安全の仕組みです

### ▼制度面

● 法律に規定があるものを除き、マイナンバー等の利用・収集は禁止されています。

● マイナンバーを収集する際には本人確認が義務付けられています。

● 第三者機関がマイナンバーが適切に管理されているか監視・監督します。

● 法律に違反した場合、従来に比べ罰則を強化しています。

### ▼システム面

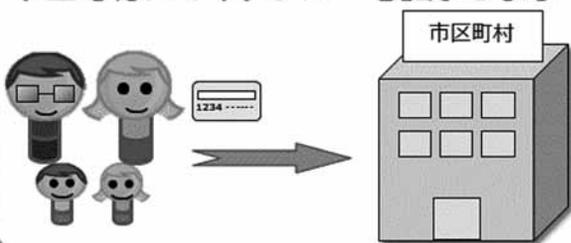
● 個人情報は今までどおり分散して管理します。特定の機関が一括所有することはありません。

● 情報にアクセスできる人は制限・管理されています。

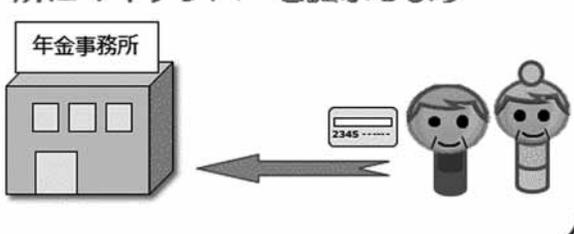
● 行政機関間の通信は暗号化されます。

## マイナンバーの利用場面（一例）

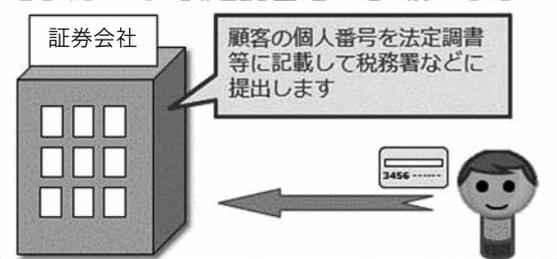
毎年6月の児童手当の現況届の際に  
市区町村にマイナンバーを提示します



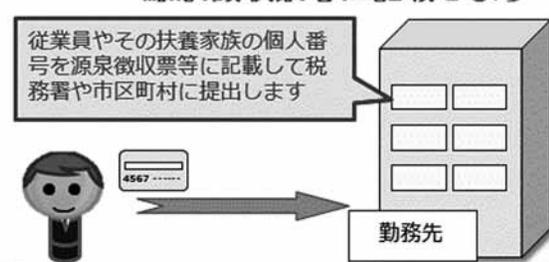
厚生年金の裁定請求の際に年金事務所  
にマイナンバーを提示します



証券会社や保険会社等にマイナンバー  
を提示し、法定調書等に記載します



勤務先にマイナンバーを提示し、  
源泉徴収票等に記載します



## やむを得ない理由により、住所地で通知カードの送付を受けることができない場合

次に該当する方は、住所地で「通知カード」を受け取ることができない場合がありますので、確実に受け取り頂くための手続きが必要となります。

### こんな方は住所の登録を！

- 東日本大震災により被災し、住所以外の場所へ避難している方
- DV等の被害者で、住所地以外の場所へ移動している方
- 医療機関・施設等への長期の入院・入所が見込まれ、かつ、住所地に誰も居住していない方
- 右記以外の方で、やむを得ない理由により住所地で通知カードの送付を受けることができない方

これらに該当する方は、現在お住まいの場所（住所）に通知カードを送付するための住所の登録が必要となります。住所の登録手続きは次の通りです。

### 登録方法（住所地で受け取れない場合）

- ① お近くの市町村で「通知カードの送付先に係る居所情報登録申請書」を受け取り、氏名、居所、やむを得ない理由などの情報を記入してください。（申請書は、個人番号カード総合サイトからもダウンロードできます。）
- ② 次の書類を揃えて、9月25日までの間に、住民票のある市区町村に持参または郵送（必着）してください。
  - 申請書
  - 申請者の本人確認書類（運転免許証等）の写し
  - 居所に居住することを証する書類（公共料金の領収書等）の写し
  - 代理人の代理権を証明する書類（委任状等）（代理人が窓口で申請する場合）
  - 代理人の本人確認書類（代理人が窓口で申請する場合）

- ③ 申請が認められた方は、登録された住所に通知カードが送付されます。

【担当課】 町民生活課（法勝寺庁舎内）

☎ 6613114

## マイナンバー制度に関するお問い合わせ

マイナンバーに関する最新情報を提供しています。

マイナンバーについてご不明な点、さらに詳しい情報を知りたい方は、下記へお問い合わせください。

※ナビダイヤルは通話料がかかります。

【国のマイナンバーコールセンター】

**☎0570(20)0178**（全国共通ナビダイヤル）

《開設時間》 平日 午前9時30分～午後5時30分（土日祝・年末年始を除く）

【IP電話等、上記ダイヤルにつながらない場合】

**☎050(3816)9405**

【英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語対応】

**☎0570(20)0291**

【マイナンバー制度に関するホームページ（内閣官房）】

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

【マイナンバー公式ツイッター】

[https://twitter.com/MyNumber\\_PR](https://twitter.com/MyNumber_PR)

【ご注意ください】

※マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘および個人情報の取得にご注意ください。

※役場や行政機関等から、電話等で個人情報を尋ねることはありません。

次回は10月以降に送付される「通知カード」と、申請された方に平成28年1月から順次交付される「個人番号カード」の詳細についてお知らせします。

# 子どもたちの声が響きわたる町 ～未来へつながる～ 子育てサポートプロジェクト

## 第11回 パパスクール

昨年度から、少子化対策・子育て支援事業として本格的にスタートした『～未来へつながる～子育てサポートプロジェクト』に関連する事業をシリーズでご紹介していきます。第11回目今回は、『パパスクール』についての情報をお届けします。



### 全国で話題のパパスクールが南部町で開校しました

南部町では、平成27年2月に未就学のお子さんをもつ保護者を対象に「男性の育児に対するアンケート」を行いました。お父さん自身が学びたいこと、お父さんに学んでほしいことを調査した結果を踏まえ、今年度から年4回、パパスクールを開校しています。

7月12日に行った第1回目は、お父さん16名、お母さん12名、お子さん18名の計46名が参加しました。

パパスクールの委託先であるファザーリング・ジャパン関西の理事で、大阪教育大学准教授の小崎恭弘さんに『パパの子育て、本当に響く叱り方ほめ方』についてお話をさせていただきました。

#### ①「叱る」と「怒る」の違いとは…

「叱る」とは、親の思いを伝える一つの方法とメッセージ。

相手（子ども）が危険やトラブルを回避するためにする行動や思い。

「怒る」とは、怒りや悲しみを相手にぶつけること。

#### ②こんな叱り方をしてみよう

- ▶ 「今、ここで」おきていることだけを叱る。×前にも言ったでしょ！
- ▶ シンプルかつ具体的に叱る。子どもの人格を否定しない。×ダメな子だ！
- ▶ 良い方法を伝え、次の行動へつなげる。○こうしたほうがよかったね。



パパスクールの様子(7月12日)

### パパの通信簿？！

お父さんはどのくらい育児ができますか？

お父さんは自分自身を、お母さんはお父さんがどのくらいできるか、「パパの通信簿」をつけてみましょう。

#### やってみよう！ パパの通信簿

- 子どもの好きな遊びを知っている
- 子どもが泣いた時や機嫌の悪い時に笑顔にできる
- 子どもの好き嫌いを知っている
- 子どものご飯を作ることができる
- 子ども服のサイズを知っている
- 子どもの仲のよい友達を知っている
- かかりつけ医を知っている

- ◎ 「ばっちりできる」      △ 「ちょっと不安」
- 「だいたいできる」      × 「できない」

(第1回パパスクール「パパの通信簿」より)

### 第2回目からの参加もできます！

パパスクールのコンセプトは、『パパの子育て・遊びを学ぼう！仲間を作ろう！』です。第2回目以降からのご参加も可能ですので、ぜひお越しください。

■場所/すみれこども園ゆうぎ室

■時間/午前10時～12時(9時30分から受付)

【第2回】9月20日(日)

■テーマ/パパと遊ぼう～絵本と工作～

お父さんならではの絵本の読み聞かせの仕方やダンボール迷路を作ります。

【第3回】10月24日(土)

■テーマ/子どもの発達とケガや病気の対処法

【第4回】11月22日(日)

■テーマ/子育て世帯のマナー&ライフプラン

(講座終了後に修了式を行います)

次回は『子育ては親育ち！成長と学びのプログラム』をお伝えします。

【少子化対策・子育て支援に関する問い合わせ先】健康福祉課 少子化対策・子育て支援室 ☎66-5524



愛称『まち保』

# まちの保健室

## 始まりました!

**自分だけで悩まず  
保健師に話してみられませんか?**

まちの保健室とは「だれでもが気軽に立ち寄って心と体の相談ができるところ、癒しの場」のことです。

お住まいの地区で、子育ての悩みやこころの悩み、物忘れや認知症の方の介護の相談など、いろいろな相談を受けし、こころと体の健康づくりのお手伝いができればと思います。学校の保健室のように、気軽に立ち寄りください。



■対象

子どもから高齢者まで（気になることがある方はどなたでも）

■地域振興協議会毎に月1回

健康相談／午前9時30分～11時30分

▼オリジナルメニュー

午前10時～11時30分

※10時までにお越しください

■会場は振興協議会毎に設置

■内容

▼保健師による健康相談

（プライバシー保護のため個室で行っています）

▼血圧測定、血液サラサラチェック、

認知症タッチパネル体験

▼自動血圧計と血管年齢が分かる血液サラサラ度チェッカー、物忘れの傾向が分かる認知症タッチパネルを設置していますので、気軽に利用してください。

※料金は無料、予約はいりません。

### 各地区でオリジナルメニューを行います

健康相談だけでなく、健康についての情報の提供や健康づくりの場として活用していただけるメニューを計画しています。

▼ロモチックと運動指導（スポネットなんぶ）

▼脳トレゲーム（スポネットなんぶ）

▼若返りリトミック（国立音楽院）

▼笑いヨガ（渡辺友子先生）

▼セラバンドを使った運動指導（西伯病院理学療法士）

▼なるほどゼミナール（西伯病院院長）

▼心の健康（西伯病院臨床心理士）

▼認知症について（西伯病院臨床心理士）

▼はつらつ運動教室体験（伯耆の国）

▼食生活の話（管理栄養士）

### 東西町

### オリジナルメニューの様子

「筋力をつけて若返り！」

（スポネットなんぶ）



みなさん楽しそうに体を動かしておられました。

### 今後のまちの保健室 開催日程

- 天津地区 第2火曜日
- 賀野地区 第4木曜日
- 手間地区 第4金曜日
- 東西町地区 第4火曜日

（9月は第5火曜日）

※詳しくは、全戸配布のチラシをご覧ください。

【今後の予定】

- 上長田・東長田地区（10月から）  
第2金曜日
- 法勝寺地区（10月から）  
第3金曜日
- 大国地区 10月開催予定

みなさんとお会いできるのを楽しみにしています。ぜひお出かけください！

9月10日～16日は自殺予防週間

## みなさん、眠れていますか？

WHO(世界保健機関)では、毎年9月10日を「世界自殺予防デー」としています。

また国では、毎年9月10日から16日を「自殺予防週間」と設定し、自殺予防対策、啓発活動を行っています。

### 自殺する人の数はどれくらい？

全国的な自殺者の数は14年連続で3万人を超えていましたが、ここ2年で徐々に減少傾向にあります。

しかし、鳥取県の働き世代の死因に注目してみると20～39歳においては第1位、40～49歳では第2位となっており、増加傾向にあります。南部町においても、自殺者の数は依然として減少していません。

### 自殺と「うつ」には関係があるの？

自殺の原因は様々ですが、その背景には「うつ」が潜んでいることが多いと言われています。

「うつ」とは、一言で言うと心が疲れてエネルギーが低下している状態で、誰もが陥ることのある身近な症状です。



スーミンとは、鳥取県の睡眠キャンペーンイメージキャラクターです



自殺者の3割が「うつ」が原因で亡くなっておられることが分かっています。

「うつ」の主な症状として、不眠があります。つまり、よい睡眠をとることとは「うつ」予防に繋がります。このような状況の下、政府・県では、「不眠→うつ病→自殺」の悪循環を断つため「睡眠キャンペーン」を実施しています。

南部町でも自殺予防の一環として、町内の小中学校単位で「いのちの大切さ」を伝えたり、いきいきサロンなどに出向き、「うつ予防」の話、ご当地スーミンの普及にも取り組みます。

### なぜ「睡眠」が大切なのか？

眠れない日々が続くと…

- ① 身体の疲労が溜まり、生活習慣病が悪化します。
- ② ころの回復ができず、思考力や集中力が落ちてきたり、ものごとをうまく考えられなくなります。
- ③ うつ病などのきっかけになることがあります。
- ④ うつ病などになっていく可能性があるあります。

### 眠れないってどういうこと？

不眠にも様々な症状があります。

- 布団に入ってもなかなか寝付けない。
  - 夜中に一度目が覚めるとしばらく眠れない。
  - 朝早く目が覚めて疲れがとれない。
  - 日中も眠気が強く、生活や仕事に支障がある。
- 眠れない日が2週間以上続くようなら、一人で悩まず、相談・受診してみましょう。

### よい睡眠をとるための5カ条

- ① 寝る前にはリラックス。眠たくなってから布団に入りましょう。眠りにつく1～2時間前は、ぬるめのお湯での入浴や軽いストレッチなどをして過ごしましょう。
- ② 眠る前にスマホや携帯電話を操作するのは控えましょう。なかなか眠れない時にはついスマホを操作してしまいがちです。しかし、スマホの光は脳に光の刺激を与えてしまうため、寝付きにくい原因になります。
- ③ 一人で悩むと寝付けません。いびきも要注意。不眠が続けば相談してみましょう。途切れ途切れになるようないびきは、もしかしたら睡眠時無呼吸症候群のサインかもしれません。その場合、自分で気づいていなくても呼吸が止まるたびに、実は覚醒してしまっています。そのため、朝起きた時に疲れがとれていなかったり、日中に強い眠気が現れるなど、日常生活に支障が出る場合があります。

④なるべく同じ時間に目を覚まし、日の光を浴びましょう。

心地よく眠りにつくためには、朝きちんと起きる習慣をつけることがとても大切になります。また、日の光を浴びると体内時計がリセットされて、夜の寝つきが良くなります。

⑤適度な運動、バランスのとれた食事、規則正しい生活が、よい睡眠を作ります。

朝食はしっかりととり、日中は散歩など積極的に体を動かすことは、気持ちよく眠るための大切な要素です。

### まずは相談してみましよう！

今年度から「まちの保健室」を始めました。随時相談を受け付けておりますので、ぜひおいでください。

また、下記に相談先を記載しますので、参考にしてください。

※鳥取県では平成25年より「自殺」を「自死」と表現しております。



### ここらの相談窓口(曜日・時間)

●西部総合事務所福祉保健局

(月)～(金) 曜日・8時30分～17時15分

☎3119310

●鳥取県立精神保健福祉センター

(月)～(金) 曜日・8時30分～17時15分

☎0857213031

●鳥取いのちの電話

(毎日・12時～21時)

☎0857214343

●自殺予防いのちの電話

(毎月10日・8時～翌日8時)

☎0120738556

●南部町役場 健康福祉課

(月)～(金) 曜日・8時30分～17時15分

☎665524

●西伯病院地域医療室

(月)～(金) 曜日・8時30分～17時15分

☎6615269

## 元気サポート

【問い合わせ先】健康福祉課 ☎66-5524

### 集団健診

検診別内容▶セット健(検)診

【日時▶9月15日(火) 受付時間▶8:00～10:00

対象地区▶天萬・西原・諸木・宮前一

場所▶総合福祉センターいこい荘

【日時▶9月16日(水) 受付時間▶8:00～10:00

対象地区▶三崎・寺内・宮前二・円山・福里

場所▶総合福祉センターいこい荘

【日時▶9月29日(火) 受付時間▶8:00～10:00

対象地区▶天津

場所▶ふるさと交流センター

### 認知症の方の家族のつどい

内容▶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

日時▶9月18日(金)

時間▶10:00～12:00

場所▶健康管理センターすこやか

参加費▶100円(茶代)

### すこやか乳幼児相談

日時▶9月9日(水)・10月7日(水)

受付時間▶9:00～10:00

対象▶町内にお住まいの乳幼児

場所▶のびのび

### 乳児健診〔3歳児健診〕

対象▶H24.4月・5月・6月生

実施日▶9月4日(金)

受付時間▶12:45～13:15

場所▶健康管理センターすこやか

### 乳児健診〔4・7・10・12ヶ月児健診〕

対象▶4・7・10・12ヶ月

実施日▶9月30日(水)

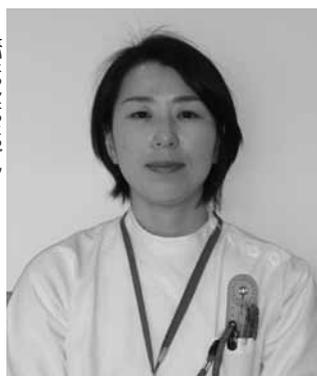
受付時間▶13:00～13:30

場所▶健康管理センター

すこやか



# 廃用症候群とリハビリテーション



リハビリテーション部  
室長 梅林 みか

廃用症候群はいようしこうぐんという言葉を目にしたことがありますが？普段はあまり聞き慣れない言葉ではないでしょうか。  
では、廃用症候群とは一体どのような状態なのでしょうか。

## 廃用症候群は二次障害の総称

廃用症候群は、身体の活動低下によって起こる身体機能および精神機能の二次障害を総称した用語です。  
1940年以前は病気やケガが治癒するまでは絶対臥床がしやう（安静にして寝ているという状態）という考えが基本でした。1940年以降になると、早期から離床りしやう（ベッドから起き上がること）することの重要性が報告されるようになりました。

また、1960年代以降になり、宇宙医学に関する研究成果が報告されるようになったことは、安静臥床の弊害を実証するきっかけになりました。

## 廃用症候群による障害

- 筋力低下・関節拘縮
- 起立性低血圧・運動耐容能低下
- 便秘・栄養障害
- 認知機能低下・うつ状態
- 褥瘡じよくそう

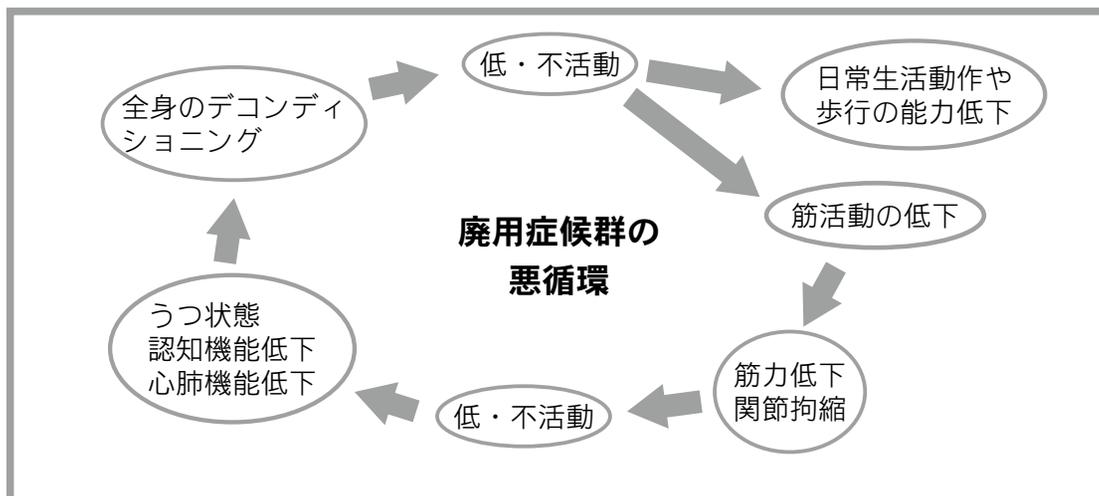
廃用症候群を引き起こす原因としては、臥床、低活動、骨折のギプス固定などによる無動・不動などがあります。また入院期間中だけでなく、在宅や施設における活動性の低下も廃用症候群の原因となります。  
廃用症候群は、活動量の低下が筋力低下や関節拘縮（関節が硬くなること）を生じ、さらに活動量が低下することで栄養障害やうつ状態を引き起こすという悪循環へ陥ることにより、歩行や日常生活動作の能力低下という結

果をもたらします。  
つまり、廃用症候群は身体機能だけでなく、精神機能なども含む障害の総称なのです。

## 廃用症候群は予防可能

廃用症候群は予防することが可能です。1日臥床することで筋力は1〜1.5%低下するといわれ、早期にリハビリテーションを開始することの重要性が報告されています。つまり私たちがとても何気ない1日が、臥床している方にとっては廃用症候群を進行させる大きな1日なのです。

当院でも主治医の判断で、入院後や手術後できる限り早期にリハビリテーションを開始しています。悪循環を断ち切って、日常生活動作や歩行の能力低下にならないよう努めています。



## ～ようこそ、ニコラス・マイケル・ライリ先生！！～ 新しいALT（外国語指導助手）を紹介します

2学期からカーナー先生に代わって、法勝寺中学校と西伯小学校でお世話になるALT（外国語指導助手）のニコラス・マイケル・ライリ先生です。学校や地域で見かけたら気軽に声をかけてください。



こんにちは、はじめまして！私の名前はニコラス・マイケル・ライリ、22歳です。ニックと呼んでください！アメリカのケンタッキー州から来ました。

子どもの頃の夢は、小説家になることでした。今でも読書が好きです。

音楽も大好きで、ギターを弾きながら作曲をしたり、トランペットを吹いたりします。歌を歌うことも得意なので、みなさんと一緒に演奏したり歌ったりできたら嬉しいです。

昨年6月、日本に短期留学をしました。日本人の礼儀正しさや文化に惹かれ、日本が大好きになりました。大学では、アジアの研究をしていましたので、日本のお寺や神社にも大変興味があります。ぜひ、京都の三十三間堂に行ってみたいです。他にもお勧めの場所があったら教えてくださいね。

日本食は、どれも美味しいですが、中でも大トロの刺身が大好きです！本当に美味しいです！でも納豆は少し苦手ですが、食べられるようになりたいと思います。みなさんに会えるのを楽しみにしています。よろしくお祈りします。

### 南部町から全国へ、 南部町の児童・生徒が活躍中！

#### ■全国高等学校総合体育大会出場

●水泳 友定菜々さん（米子北高等学校2年）

●バレーボール 野口陽香さん

（米子北斗高等学校2年）

#### ■全国中学校体育大会出場

●柔道 新井匠さん（南部中学校2年）

#### ■第46回日本少年野球選手権全国大会

●硬式野球（大山サクラボーイズ）

●遠藤聖也さん（法勝寺中学校3年）

●亀尾真吾さん（同2年）

#### ■第58回小学校・中学校全国空手道

選手権大会

●形・組手 岡田七海さん（会見小学校6年）

●同 岡田愛海さん（同3年）

このほか、中国大会・中四国大会等へも多数の選手が出場しています。南部町体育協会では、応援・激励のための看板を設置しています。全国大会への出場情報、各種大会で入賞などの情報をお寄せください。

#### 【問い合わせ先】

教育委員会事務局 ☎64-3782



### 今月の おせの背中

夏休みに入った小中学校を訪れると、そこには真剣に夏休みの課題に向かう子どもたちの姿がありました。

西伯小学校では「なんぶっ子夏休み塾」と題して、4、6年生の児童が学習していました。それを指導しておられるのは、学校の先生だけではなく、地域の大人の方。学習内容だけではなく「下敷きをきちんとさめましょう」「鉛筆の持ち方は……」「目が近いなあ」と、学びの基本を指導される声も聞こえていました。



指導者として高校生サークルWith you翼のメンバーの姿もありました。高校生も小学生から見ると立派なおせですね

7月10日～8月9日は

部落解放月間

## 同和問題を正しく知ろう

今から50年前、当時の佐藤栄作内閣総理大臣に「同和对策審議会答申」が出され、同和問題の解決は国民の課題として、早期解決をめざしてきました。

鳥取県では、7月10日～8月9日を「部落解放月間」として、県民の一人ひとりに同和問題が正しく理解されるように啓発活動が行われています。南部町でも月間中に、人権擁護委員、同和事業推進協議会、行政等が町内3カ所で街頭啓発活動を行いました。



- ▼7月28日 朝 丸合西伯店前交差点
- ▼7月29日 朝 鳥取西部農協会見支所前
- ▼8月5日 夕方 丸合西伯店前

第2回南部町

「気づく・知る・感じる人権のつどい」開催

## 差別の現実から深く学ぶ

武器をもたずに人間の尊厳を守る闘い

第2回南部町「気づく・知る・感じる人権のつどい」は、小学生から83歳まで、町内の各地域から33名がつどい、バスツアーで岡山市人権啓発センターと「洪染一揆資料館」に出かけました。

### 参加者の感想から抜粋

- ▼今、学校で歴史の勉強をしているので一揆のことが少しわかった。(小学生)
- ▼被差別部落の中に、人間のたくましさを感じた。(40歳代)
- ▼理不尽なお触れに対し、理論的な歎願書を作成してすごいのと思う。(50歳代)



洪染一揆資料館には「お触書」や「歎願書」の資料がしっかり残されている

- ▼身分の低い人は、金銭的にも文化的にも学問的にも低い人たちだと思っていたが、賢い指導者がいて団結力や情報網にすぐれていたことが印象に残った。(60歳代)
- ▼自分たちは同和教育を受けていない時代なので、正しい見方で勉強できよかった。(60歳代)

### 【洪染一揆】

1855（安政2）年、岡山藩では相次ぐ自然災害による凶作のため、年貢の未納が増加し、財政危機となった。藩はこれを克服するために儉約のお触れ書き「御儉約御触書」を出した。その最後の5カ条が被差別部落（以下「部落」という。）の人々を対象にした「別段御触書」5カ条であった。内容は「着物の類は無紋・洪染・藍染に限る」こと。履物の下駄や百姓に出会った時の行動にまで、厳しい制限をするものだった。

藩内の53カ所から集まった部落の人々は何度も会合を開き、歎願書を作成した。翌年6月に1,500人が八日市河原に集結。一揆勢は武器をもたずに2日間かけて交渉し、歎願書の差し出しに成功した。封建制度の時代にあつて、人間の尊厳を守り抜く素晴らしい闘いだった。

## 第3回南部町「気づく・知る・感じる」人権のつどい



- 日 時／9月25日（金）午後7時30分～
- 会 場／富有まんてんホール（天萬庁舎3階）
- 内 容／一人芝居「君をいじめから守る」
- 出 演／福永宅司さん（福岡市在住）



≪紹介≫元小学校教諭。22年間同和教育に深く関わってきた経験を生かして、現在こどもの学び館代表取締役・人権問題の講演家・一人芝居演者として全国で活躍中。いじめ、仲間、命、自尊感情について演じ、椅子ひとつだけの舞台から映像が見えてくる感覚に。申し込み不要です。みなさんお越しください。

本を通して君を知る!!

# ビブリオバトル

南部町の中学生  
鳥取県図書館大会で熱演!!



大舞台上で熱く本を語る中学生

「ビブリオバトル」とは、「人を通して本を知る 本を通して人を知る」をキャッチフレーズに、全国で盛んに行われているコミュニケーションゲームで「知的書評合戦」とも呼ばれています。バトラーといわれる発表者と観覧者であるギャラリーが本の紹介を通して交流する活動です。小学生から大人まで幅広い年代でできますが、南部町では数年前から中学生が中心となって取り組み、好評を博しています。

7月27日（月）に米子市で行われた鳥取県図書館大会では、県内外から集まった図書館関係者約130人を前に、法勝寺中・南部中の生徒6人がバトラーとして、おすすめの本を堂々と紹介しました。

このビブリオバトルは、今年11月に開催予定の「南部町読書まつり」でも中学生が行う予定です。どうぞ、お楽しみに！

## いくつになっても楽しもう！図書館

町立図書館では幅広い年代の方に図書館を利用いただけるような取り組みをしています。昨年度からは、各地域の「いきいきサロン」へ音読教室やおはなし会の出前（昔話の語り、わらべうた、絵本など）を始めました。



いきいきサロンで昔話を語っている様子

大勢で声を出す音読教室ではときどきアドリブが入ったり、なつかしいお手玉あそびで思わぬハプニングが起こったりして盛り上がっています。

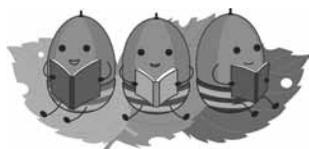
今年度からは大人のための読書案内「つるかめつうしん」を発行して、いろいろな分野の本を紹介しています。大活字本や朗読CDなど、図書館で楽しみを見つけてみませんか？



読書案内「つるかめつうしん」  
大人の方ならどなたでも！

### 9月のおはなし会

- 日にち／9月27日（日）
- 時間／午前10時30分～
- 場所／天萬図書館 おはなしの部屋
- 内容／あきのおはなし



### 9月の行政書士無料相談会

- 日にち／9月16日（水）
- 時間／午前10時～午後1時
- 場所／法勝寺図書館2階 読書室
- 相談内容／相続・遺言・クーリングオフなど
- ※予約不要 ※秘密厳守
- 主催／鳥取県行政書士会
- 共催／南部町立図書館

## 田んぼっておもしろい！

第1回なんぶどろんこまつり開催

8月9日、田んぼを「遊びの場」「学びの場」「世代間交流の場」として活用し、体力とコミュニケーション能力の向上を目指して、第1回なんぶどろんこまつりが開催されました。当日は5種目に約60名の参加がありました。

どろんこフラッグスでは頭から田んぼに飛び込む姿に観客からは大きな歓声が沸き、どろんこドッジボール大人の部では、本気で泥んこになってプレーするお父さんお母さんの姿に、子どもたちも本気になって応援していました。初めての試みでしたが、会場となった南さいはく地区内の田んぼには終始にぎやかな声が響き、ここ数年使われていなかった田んぼも嬉しそうでした。



楽しい夏の思い出ができました

## 浴衣姿も鮮やかに

だれんも踊らいや『盆踊り大会』



お隣りに合わせて踊る参加者

8月8日に総合福祉センターいこい荘で「だれんも踊らいや盆踊り大会」が開催されました。オープニングは親子による“ドジョウ掬い”で和やかにスタート。また小松谷盆踊り保存会による、揃いの浴衣と笠で優雅に「小松谷盆踊り(鳥取県指定無形民俗文化財)」と「ぼんば踊り」の模範演技が行われました。保存会による踊りのレッスン後、2回の総踊りが盛大に行われ、初めての方も見よう見まねで楽しく踊り、夏の夕暮れを楽しく過ごされたようでした。

東西町

こちら地域振興協議会

天津

### 東西町青少年育成会

#### 「夏休み夜間パトロール」実施

昭和61年から続いている夜間パトロールを、今年も7月22日～8月26日までの間、青少年育成会が中学生の保護者と協力して実施しました。

以前は盗難された自転車等が、墓地に隠してあったこともありました。

担当の委員と保護者3～4名のグループで、午後10時過ぎから約40分程かけて、空き家、コンビニ、コミュニティセンター、公園墓地等、地区内を隅々まで廻ります。

最近では、青少年がコンビニ等でたむろする姿や、夜間徘徊、盗難物の置き去りの報告はありません。



墓地も異常な～し～

### ソフトボール大会開催

7月5日、梅雨の合間の晴天に恵まれたこの日、ふるさと交流センターと大園運動公園の2会場で、第37回天津地区ソフトボール大会が開催されました。

全部で8チームの参加があり、熱戦が繰り広げられました。

結果は、猛打者揃いの坂根チームが他チームを全く寄せ付けず勝ち進み、決勝戦では昨年の覇者柏尾チームを破り、栄冠を奪還しました。

#### ◀ナイスバッティング～！



優勝を勝ち取った坂根チーム

地域とともに育む  
教育を目指して

### 南部中学校【学校教育目標】

人権尊重の精神と確かな学力を有し、明朗快活で心身ともに健康な生徒を育成する

「学び合い、語り合い、つながり合い」～自ら、仲間と、勇気を持って～

南部中学校では、生徒たちが互いの汗を感じながら勇気づけ合い、自信を持って学習や学校行事に取り組めるようにし、縦割り活動を取り入れた「学び合い」や生徒同士の「語り合い」を重視して、学年や学級を越えた仲間づくりや学力向上を図っています。また「いつでも、どこでも、だれにでも」あいさつ・返事ができる生徒を育てます。そして、地域や社会に目を向けて、仲間と共に進路を切り拓く生徒を育てたいと考えています。

地域から信頼され期待される学校となるよう、生徒とともに職員も学び続けていきたいと思いますので、御理解と御支援をいただきますようお願いいたします。以下、生徒の活動の中から二つ紹介します。

#### チャレンジタイム ～異学年での学び合い～

学年を越え3グループに分かれて行います。5月の土曜開校日では、数学の問題に取り組みました。



自分でできることからやる  
わからないところを教え合う

#### ふれあいデー ～地域の方とのふれあいを 通して学ぶ～

部活動ごとに地域に出かけて行う活動で、受け入れ先は、コミュニティ・スクールが連絡調整しています。



市山老人会のみなさんと  
グランドゴルフ(卓球部・剣道部)



金田いきいきサロンのみなさんと  
苔玉づくり(バレー部)

### 夏と秋の間のこと

野々上ゆき

#### 地域おこし協力隊の つぶやき

残暑がまだまだ厳しいですが、花火大会も終わり秋の気配もチラホラと…。こんにちは！野々上です。

皆さん、花火のゴミを見た事はありますか？先日の花火大会が終わった翌朝、私は花火のゴミとはどんなもの？と興味津々で、実行委員会の皆さんが行っているゴミ拾いに参加しました。花回廊園内を歩いていると、花火の勢いも物語る茶色の厚紙が至るところに落ちていました。それを一つ一つ拾って行く。この様に毎年陰で活動して下さっている方があってこそその、花火の輝きでもあるのだと、つくづく感じました。

そして、秋と言えばお月見ですね。観光協会では季節を感じられるイベントを考へており、現在中秋の名月を感じられるものを計画中…。決まり次第、皆さまにホームペーじなどを通じてお伝えしたいと思っておりますので、ぜひ遊びに来てください。

そんな夏と秋の間の季節が過ぎて行きます。



せみの大合唱の中を走っています。道沿いには緑の柿が。秋は間近ですね。

## 不法投棄をしない、させない、ゆるさない!

町内にて、道路沿いや空き地または山林や河川に使用しなくなった家電製品や家庭から出たゴミ(弁当がら、ペットボトル、空き缶、衣類など)を捨てる行為が見受けられます。不法投棄は、美しい自然や地域の景観を壊すだけでなく、犯罪行為です。違反をした場合、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下(法人の場合は3億円以下)の罰金、またはその両方が科せられます。

町では県と連携し、不法投棄の多い場所の巡回や把握を行い、防止に努めています。また不法投棄は、一度捨てられた場所や管理が行き届かない場所に繰り返し行われる傾向があります。山林、空き地、駐車場などを所有されている方は、日頃からごみを捨てられないように、ロープを張る、看板を取り付ける、草刈りや定期的な見回り等の対策をお願いします。

不法投棄について一人ひとりが「不法投棄をしない、させない、ゆるさない」という思いで、不法投棄の発見や監視にご協力いただきますようお願いいたします。



不法投棄の現場を見つけた方は下記までご連絡ください

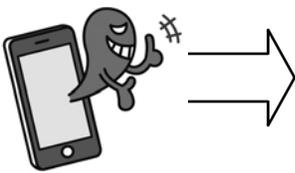
【連絡先】町民生活課 (法勝寺庁舎内) ☎ 6 6 - 3 1 1 6

(天萬庁舎内) ☎ 6 4 - 3 7 8 1

## 南部町消費生活相談窓口です 「プリペイドカードを買ってきて」は詐欺です

### 【事例①】

先日、突然携帯電話に「アダルトサイト料金未納」というメールが届いた。驚いて電話をしたら弁護士と称する人が出て、30万円を請求された。指示されるままコンビニへ行き、店頭で販売されていたプリペイドカードを約30万円分買い、携帯電話でその写真を撮ってメールで送った。しかしその後も「示談金が必要だ」と次々と支払いを求められ、裁判になったら困ると思ってその度にあちこちのコンビニでプリペイドカードを買って、その写真を撮ってメールで送った。だまされたと気づいたので、返金してほしい。(60代男性)



プリペイドカードには、カードが手元になくても、カードに記載された番号等をインターネット上で入力して使用できるものがあります。このため、カードに記載された番号等を相手に伝えることは、購入した価値を相手に全て渡したことと同じで、返金は大変困難です。

### アドバイス

- 覚えのない請求等に簡単に返信したり連絡したりしない
- 他人から言われてプリペイドカードを購入したり、カード番号等を伝えたりしない
- プリペイドカード番号等を伝えてトラブルとなった場合には、早急にプリペイドカードの発行会社に連絡する
- 不安に思ったりトラブルにあった場合は、すぐに最寄りの消費生活相談窓口や警察に相談する

### 【お知らせ】

消費生活ミニセミナー「知っていますか? 暮らしの危険」を開催します。相談員の実経験もまじえてお話しします。ご参加お待ちしております。

■日時 / 9月8日(火) 14:00~14:50

■会場 / 南部町天萬庁舎2階

毎月第2火曜日に専門相談員が役場相談窓口に来室します。面談または電話で相談をお受けします。

■相談時間 / 午前9時~12時 ■場所 / 南部町消費生活相談窓口(天萬庁舎1階 町民生活課内)

☎ 6 4 - 3 7 8 1

## 新しい人権擁護委員を 紹介します



永江博志さん

南部町の人権擁護委員として、永江博志さん（宮前一）が法務大臣より委嘱を受けました。任期は平成27年7月1日から平成30年6月30日です。よろしくお願ひします。

前任の岡田好弘さんには3年間お世話になりました。ありがとうございました。

## 新しい児童館長を 紹介します



杉本正春さん

南部町の児童館長として、杉本正春さん（鴨部）が平成27年8月1日に就任されました。

遊びや生活の援助や、地域における子育て支援に力を注いでいただきます。よろしくお願ひします。前任の長東博信さんにはお世話になりました。ありがとうございました。



## スマート国勢調査！ 平成27年国勢調査が始まります



インターネットでの回答をお願いします

- 今回の調査からインターネットでの回答が可能になりました。パソコンやスマートフォンから簡単に回答できます！9月20日までにインターネットでご回答ください。

- 今回の調査では、先にインターネットでの回答を受け付け、インターネットで回答のなかった世帯に、紙の調査票を配布します。

※なお、インターネットで回答いただいた世帯には紙の調査票に記入する必要はありませんので、調査員の訪問はございません。

南部町では、9月10日（木）から調査員が各世帯を訪問し、インターネットで調査に回答するための「ID・パスワード」を配布します。

■紙の調査票の配布に先行して、インターネット回答期間があります。

9/10～9/20 インターネット回答期間

パソコンやスマートフォンから回答できます。

インターネットでの回答が無い場合

9/26～9/30 調査票配布

調査員が訪問し、紙の調査票を配布します。

10/1～10/7 提出期間

紙の調査票は、調査員に手渡すか、郵送で提出をお願いします。

回答完了

〈国勢調査コールセンター〉

※IP電話の場合



0570-07-2015

03-4330-2015

■設置期間／平成27年8月24日から10月31日まで

■受付時間／午前8時～午後9時（土・日・祝日にもご利用になれます）

※おかけ間違いのないようご注意ください。※ナビダイヤルの通話料金は、一般の固定電話の場合、全国一律で市内通話料金でご利用いただけます。携帯電話・PHSの場合は、それぞれ所定の通話料金となります。※IP電話用電話番号の通話料金は、所定の通話料金となります。

【問い合わせ先】企画政策課 ☎66-3113

総務省・鳥取県・南部町

## ご存知ですか？障害基礎年金

国民年金の加入中等に、初診日がある病気やケガなどで障がいの状態になったときに支給されます。

### ■障害基礎年金を受ける条件

- ①障がいの原因となった病気・けがについて初診日において、国民年金の被保険者である。
- ②その病気・けがの初診日から1年6ヶ月を経過した日、またはその期間内にその傷病が治った日において、障害等級の1級または2級に該当すること。（ケースにより異なりますので個別にご相談ください）
- ③初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と免除期間を合わせた期間が3分の2以上であること。
- ④初診日の前々月までの直近の1年間に保険料の未納がないこと。

※20歳前に初診日のある病気やケガによって障がいの状態になった方は、障害等級の1級または2級に該当すれば20歳から（障害認定日が20歳以後の場合は、障害認定日から）受給できます。ただし、この場合本人に一定額以上の所得や他年金の受給がある場合、支給が制限されます。

【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（天萬庁舎内） ☎64-3781

募 集

平成27年度市民後見人養成講座  
受講者募集

- 認知症や精神・知的障がいなどにより判断能力が十分でない人の権利を守る「成年後見制度」において、身近な立場で財産管理や契約手続きなどを支援する「市民後見人」を養成するため、「市民後見人養成講座」を開催します。
- 日程／10月24日(土) から12月まで 基礎講座4回・実務研修2回(予定)
- 時間／午前10時～午後5時
- 場所／米子市役所または米子市福祉保健総合センターふれあいの里
- 参加費／無料
- 対象者／
  - ・25歳以上で、全ての課程を受講することができる方
  - ・社会貢献に対する意欲と熱意があり、市民後見人として活動する意思のある方
- 定員／20名(定員になり次第締切)
- 申込期間／9月1日(火)～30日(水)
- 【申込・問い合わせ先】  
西部後見サポートセンターうえるかむ(米子市ふれあいの里2階)  
☎2115092

相 談

司法書士による無料法律相談会

- 日時／9月27日(日)・10月24日(日) 午前10時～正午
- 場所／米子コンベンションセンター3階 第1会議室
- 内容／相続・遺言、不動産の贈与・売買、借金・多重債務問題等
- 【問い合わせ先】  
鳥取県司法書士会  
☎08571247024

法務局休日相談所開設

- 日時／10月4日(日) 午前10時～午後3時
- 場所／鳥取地方法務局米子支所(米子市旗ヶ崎二丁目10番12号)
- 相談員／法務局職員、公証人他
- 内容／遺言、相続、登記、戸籍、国籍、供託、人権及び心配ごとなど
- その他／相談無料・秘密厳守、事前予約優先
- 【問い合わせ先】  
鳥取地方法務局米子支局  
☎2216161

無料調停相談会

- 日時／10月9日(金) 午前10時～午後3時
- 場所／米子市文化ホール(米子市末広町293番地)
- 内容／お金や土地・建物のトラブルなどの民事上の争いごと、夫婦間の問題等、調停委員が調停手続の利用に関する相談に応じます。
- 主催／公益財団法人日本調停協会連合会、米子地区調停協会
- 【問い合わせ先】  
鳥取地方裁判所米子支部庶務課  
☎2212205



- ♥日 程…9月27日(日) 9時30分～15時
- ♥開催地…集合場所／南部町役場法勝寺庁舎駐車場  
開催場所／緑水園周辺とバーベキュー場
- ♥参加費…男性／3,500円・女性／2,000円
- ♥募 集…男性／20～50歳の独身者  
※南部町在住者、定住希望者に限る  
女性／20～45歳の独身者(男女各15名)
- ♥内 容…南部町を知って食べて恋するラリー。緑水湖周辺をウォーキング。チェックポイントでは南部町関連クイズに答える。その後はバーベキューにて男女で楽しく交流して頂きます。
- ♥申込締切…男性／9月17日(木)・女性／9月20日(日)
- ♥申込方法…イベント名・氏名・年齢・性別・住所・TEL・メールアドレスを、メールにてご連絡下さい。

【メールアドレス】info@koi-circle.jp

【問い合わせ先】NPO法人むすび(代表：宮本)

☎090-9502-1651

【担当課】企画政策課 ☎66-3113(担当：亀尾・末次)

南部町恋さ～くるのホームページ

南部町にて恋の交流を深める『南部町恋さ～くる』の登録者も募集中。イベント案内もこちらでチェック!



南部町恋さ～くる 検索 http://koi-circle.jp/

## ひとの動き

7月16日～8月15日届出分 (敬称略)

### お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
◎荊尾 明彩 <sup>めいさ</sup>	(雅之・麻美)	福成
◎福間 暉 <sup>ひかる</sup>	(敬二・由美)	天萬
◎布野 瑛太 <sup>えいた</sup>	(浩二郎・章子)	阿賀
◎白根ゆずは	(英・裕子)	鴨部

### ご冥福を祈ります

氏名	年齢	住所
●赤井 雅徳	81歳	井上
●伊築 末男	63歳	大木屋
●種 久子	87歳	阿賀
●石井恵美子	79歳	法勝寺
●青山きよ子	95歳	道河内
●勝部 和子	93歳	福成
●新井 武	70歳	宮前
●戸田 富夫	85歳	池野
●後藤 路久	81歳	原

※届け出時に広報への掲載を同意された方のみ載せています

### わたしたちの町 7月31日現在

	人口	前月比
男	5,336人	-17人
女	5,950人	-5人
計	11,286人	-22人
世帯数	3,891世帯	-4世帯

### 9月の税金・使用料

- ・国民健康保険税
- ・公営住宅家賃
- ・後期高齢者医療保険料
- ・学校給食費
- ・水道使用料
- ・保育料

納付期限 **9月30日(水)**

税金・使用料のお支払いは「便利・安心・確実な」口座振替をぜひご利用ください

### 子育て支援行事 (9月11日～10月10日)

- ◎妊婦さんとねんねの赤ちゃんの日  
日時▶毎週月曜日 10:00～12:00  
場所▶すみれこども園
- ◎救命救急講習会 (事前予約要)  
日時▶9月15日 (火) 10:00～11:00  
場所▶のびのび
- ◎離乳食講習会<sup>Ⓟ</sup> (事前予約要)  
日時▶9月16日 (水) 9:45～11:15  
場所▶すみれこども園
- ◎園開放日  
日時▶9月17日 (木) 9:30～11:00  
場所▶すみれこども園  
日時▶9月18日 (金) 9:30～11:00  
場所▶さくら保育園
- ◎にじいろポケット<sup>Ⓟ</sup>  
内容▶工作遊び  
日時▶9月18日 (金) 10:00～  
場所▶すこやか
- ◎かきっこクラブ<sup>Ⓟ</sup>  
内容▶絵本の読み聞かせ  
日時▶9月18日 (金) 10:00～  
場所▶天萬図書館
- ◎パパスクール<sup>Ⓟ</sup> (事前予約要)  
内容▶パパと遊ぼう～絵本と工作  
日時▶9月20日 (日) 10:00～12:00  
場所▶すみれこども園  
※みんな集まれ! あそぼう広場と共催です
- ◎あいあい行事<sup>Ⓟ</sup>  
内容▶おはなしを楽しもう  
日時▶9月24日 (木) 9:30～11:00  
場所▶いこい荘

(<sup>Ⓟ</sup>: 南部町子育て応援ポイント事業)

### 子育てに関することはお気軽にご相談ください

- ★健康管理センターすこやか ☎66 - 5524
- ★子育て総合支援センターのびのび ☎66 - 4403
- ★すみれこども園 子育て交流室 あいあい ☎66 - 3208
- ★つくし保育園 ふれあい広場 ひなたぼっこ ☎66 - 2143
- ★教育委員会事務局 ☎64 - 3782

【問い合わせ先】健康福祉課 ☎66-5524

### オータムジャンボ宝くじ

今年は1等・前後賞合わせて **5億円!**

【発売期間】 9月28日(月)～10月16日(金)

# 広報なんぶ CALENDER



9月11日～10月10日

9/11 金	
12 土	+
13 日	●製本講座④(法) 10:00～12:00 +
14 月	本
15 火	◆ノーマディアデー
16 水	●行政書士無料相談会(法) 10:00～13:00 ●なんでも相談(し) 9:00～11:30
17 木	●手話講座④P(法) 19:00～20:00 本
18 金	●手話講座④P(天) 19:00～20:00
19 土	+
20 日	◆かぞくの日 ●動物愛護週間(～26日まで) +
21 月	祝敬老の日 本+
22 火	祝国民の休日 本+
23 水	祝秋分の日 本+
24 木	●点字教室⑥P(法) 10:00～12:00 本
25 金	●気づく・知る・感じる人権のつどい(富) 19:30～
26 土	●土曜開校 + (スクールバスのみ運行)

27 日	●恋のウォーキングラリー(緑水湖周辺) 9:30～15:00 ●図書館のおはなし会P(天) 10:30～ +
28 月	本
29 火	
30 水	●なんでも相談(し) 9:00～11:30 (整理日) 本
10/1 木	◆ノーマディアデー ●教育月間(～11月30日まで) ●町体トレセン利用調整会議(天萬庁舎) 19:00～ 本
2 金	
3 土	+
4 日	+
5 月	本
6 火	
7 水	●なんでも相談(し) 9:00～11:30 ●人権・行政相談(し) 9:00～11:30
8 木	本
9 金	
10 土	+

+ 西伯病院休診日    本 ふれあいバス運休日  
 本 町立図書館休館日    本 総合福祉センターしあわせ休館日

## なんぶSANチャンネル 今日のオススメ番組

今年も体育祭&運動会シーズン到来!暑い中、応援合戦やリレーの練習に力が入る子どもたち。今回は、9月に行われる中学校体育祭、小学校運動会の様子を10月5日より時間を拡大して一挙放送!力のこもった熱戦をどうぞご覧ください。

### 【9・10月の主な番組予定】

- 9月 7日～ コミュニティ・スクールだより(会見小)
  - 14日～ 南部町議会9月定例会
  - 20日～ 図書館をもっと知ろう
  - 28日～ ふるさと昔話(力持ちのおさんじさん)
  - 10月 5日～ 法勝寺中・南部中体育祭・西伯小運動会
- 他にも様々な番組を放送します。



今年とはどんな戦いが待っているのかな?

(法)・・・法勝寺図書館  
 (天)・・・天萬図書館  
 (富)・・・富有まんてんホール  
 (し)・・・総合福祉センターしあわせ  
 (い)・・・総合福祉センターいこい荘

# 学校給食をご家庭で 梨カレー

カレーは給食でも人気の献立です。ピリッとしたカレーに梨を入れることで、フルーティーな味と香りが楽しめます。完熟した梨で作った梨ジャムを入れてもおいしいです。南部町特産の秋の味覚を料理にもとり入れてみましょう。



## 材料（4人分）

1食分当たりエネルギー165kcal・塩分1.6g

- 豚肉もも…………… 80g
- たまねぎ…………… 180g
- にんじん…………… 50g
- じゃがいも…………… 200g
- 梨…………… 60g
- 枝豆むき身…………… 20g
- にんにく…………… 1.5g
- しょうが…………… 1g
- カレー粉…………… 小さじ1/2
- 塩・こしょう…………… 少々
- カレールー…………… 50g
- サラダ油…………… 少々

## 作り方

- ① たまねぎは大きめのくし形切り、豚肉、じゃがいも、にんじんは一口大、梨は粗みじんに切る。
  - ② 枝豆はゆでてむき身にする。
  - ③ にんにく、しょうがはみじん切りにする。
  - ④ 鍋にサラダ油を入れ、③を入れて香りを引き立たせ、豚肉、たまねぎを入れて炒める。たまねぎに火がとおったら、塩、こしょう、カレー粉を振り入れ、じゃがいも、にんじん、梨を入れて炒め合わせ、水を加えて煮込む。
  - ⑤ 具が柔らかくなったら、あくをとり、カレールーを溶かし、弱火で煮込み、仕上げに②を入れる。
- ※梨は、いちょう切りでも、すりおろしても使えます。

【給食献立例】発芽玄米ごはん・梨カレー・オムレツ・カラフルサラダ

【協力】食生活改善推進協議会  
会見・西伯学校給食センター

## 夜空に大輪の花咲く！ 第14回なんぶ町民花火大会



8月16日にとっとり花回廊で、なんぶ町民花火大会が盛大に開催されました。当日は絶好の花火大会日和となり、約4,300人の来場者からは、次々と打ちあがる迫力満点の花火に、大歓声が上がりました。

## ご寄付ありがとうございました

なんぶ町民花火大会では、町民の皆さまをはじめ、たくさんの企業・団体からも寄付やボランティアスタッフとして多大なるご協力をいただいています。今年もたくさんのご支援ありがとうございました。



(左から)坂本町長、梅原花火大会実行委員長、別所南部町建設業協会会長、橋本昭栄会事務局長



## 「独学」のよき

総務・学校教育課長 清水 達人

花などに興味のなかった私が独学で生け花を始めたきっかけは、担任していた教室にちよっとした潤いが欲しかったからです。殺風景だったので…。

始めは麦とチューリップを適当に剣山に刺しただけのもの。出来上がった作品を眺めてみると、「ここをもっと低くしたらどうだろう」とか「右に寄せると感じが変わるぞ」など、空間をイメージした景色が見えてきました。

## 「なんだか楽しい！」

生け花の魅力って、かつこよく言えば、花という色も形も違う媒体をもとに、

調和による美を意識しながら空間を創造し、組み立てていく楽しさですかね。基礎をしっかりと習うことも大切ですが、独学で『とにかくやってみる』と、概念にとらわれない発想が生まれ、自己満足の世界に浸ることができるようになります。



秋を感じて～南京ハゼと小菊～

## ヒメガマ

## ■古事記に登場

「因幡の白兔」のお話しをご存知の方は、この形にピンときませんか？大國主命が、海岸で出会った皮を剥がれたうさぎを治療する時に、蒲の穂を敷いてその上に寝かせて、水で清め傷を癒したという物語。実は、蒲には本当に薬効成分があり、生薬名は「蒲黄(ほうおう)」と呼ば



朝金にて

撮影：桐原真希

れています。花粉に含まれるイソラムネチンなどの成分が、止血や痔、尿道炎に効果があるとされています。その蒲の仲間の一つが、このヒメガマです。古事記の蒲が、どの種類かは特定できませんが、もし海岸寄りを好む種が分かれれば、使われた蒲が何蒲かのヒントになるかもしれませんね。

## ■ガマ三兄弟？

蒲には、ガマ、コガマ、ヒメガマの3種が知られています。葉の幅が、1センチ以下の細さだったらコガマ、1〜2センチだとガマです。最も分かりやすいのはヒメガマ。理由は、ソーセージのような雌花群と、その上に付いている雄花群が離れていて軸が見えるという特徴があるからです。水路の改修や、湿地帯の乾燥化などで、町内でも蒲の自生地はかなり局所的です。新宮谷川河口、御内谷、鍋倉、鴨部、境、馬場、カントリーパーク駐車場そばなど、今のところ確認できた場所は10ヶ所程で

す。いつか、蒲マップを作って記録を整理したいところです。

## ■もこもこ蒲の穂遊び

熟した蒲の穂は、表面を少しむしって刺激を与えると、ムクムクモコモコと無数の小さな種が綿のように盛り上がって、風に乗って飛んでいきます。崩して遊ぶだけでも、その不思議な感触と、陽を浴びて輝きながら秋の空に舞っていく美しさは、季節限定の里山遊びならではです。人にかからないように、風向きに気をつけながら、広い場所では飛ばすのがお勧めです。さらには、まだ細い未熟なヒメガマの穂を布用糊スプレーで固めたものが、1本50円程で販売され、ネイチャークラフト素材や生け花にも使われています。古来より日本の風景の中であられる蒲の穂が、どうかこの町にいつまでもありますように。

自然観察指導員

桐原真希

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

## 「藍・愛・ふれあい～布の手あそび～浅田重子遺作展」 9月2日(水)～9月28日(月)

浅田重子さんは大変前向きな方でした。病气入院してから本格的にパッチワークを開始し、「夢を描く時間を十分に与えられた」として、天井を見ながらタペストリーの構想を練り、体調の良いときに精力的に作品作りを行いました。

この度は没後10周年の節目に当たり、約40点を展示いたします。また、3月に実施したオーストラリアでの展示報告も兼ねています。どうぞお出かけください。

