

みはら

No.506

平成16年10月1日発行

雄途三原・
恵みの大地と生命輝く
やさしいまち

民俗芸能を受継ぐ子どもたち

秋祭りに奉納されるなら踊

午後からは、奉納相撲として三原郡
少年相撲府中大会が行なわれます。

九月四日 府中八幡神社（小榎列）



まちのうごき

(平成16年9月1日現在)

| | |
|-----|---------------|
| 世帯数 | 5, 187戸(+9) |
| 人口 | 16, 601人(-11) |
| 男 | 8, 012人(-8) |
| 女 | 8, 589人(-3) |
| 転入 | 33人 |
| 出生 | 13人 |
| 転出 | 42人 |
| 死亡 | 15人 |

()内は対前月比

今月の主な内容

- ・防災訓練……………2～5
- ・表彰……………6
- ・農業まつり……………7
- ・敬老会……………8
- ・健康福祉……………9
- ・八木小学校……………10
- ・合併交流……………11
- ・情報ガイド……………12
- ・人権同和アンケート……………13
- ・中央公民館……………14
- ・ふるさとの昔話……………15
- ・さんさんネット子育て……………16
- ・図書館・資料館……………17
- ・募集・お知らせ……………18
- ・保健師ノート……………20

(ホームページ) <http://www.town.mihara.hyogo.jp/>

災害に備えて 三原町防災訓練

九月十二日午前八時、南海トラフを震源域とするマグニチュード八・四の巨大地震(南海地震)の発生を想定した三原町防災訓練が行われました。区長会、婦人会、老人会、交通安全協会をはじめ、消防、警察、自衛隊、県などの関係機関からおおよそ千人が参加しました。

健康広場会場

住民の避難行動として、家庭から集落の公会堂に集合、車に乗合わせ健康広場に集合しました。体育館内の会場では、防災機材の展示や心肺蘇生法の講習が行われ熱心に聞き入っていました。駐車場では、地震体験車による阪神淡路大震災のゆれを体験しました。

災害対策本部設置

八時五十分に農業共済会館にて、災害対策本部会議を開催。中田勝久災害対策本部長、陸上自衛隊姫路駐屯地の幹部職員、真野和典三原町消防団長、役場幹部職員ら二十二人が出席し、被害情報報告されました。堤防の決壊や多数の倒壊家屋からの負傷者救出について消防団の活動を要請しました。

河川公園会場

健康広場から大型バスで移動した住民らは三原郡生活文化会館三階の避難所に集合。その後、訓練会場へ移動し、バケツリレーによる初期消火訓練に参加しました。また、救護所では、負傷者への応急手当の訓練にも参加いただきました。

倒壊家屋からの負傷者救出救助訓練、大型ヘリコプターも出動した負傷者搬送訓練、消防団による中継送水訓練や水防工法、高所からの救出訓練、民間機関参加によるライフラインの復旧・初期対応訓練など多くの関係機関が連携した大規模な訓練を行いました。

今年は、台風の接近や地震などが相次ぎました。こうした自然災害や大規模な火災などにどう対処すれば良いのでしょうか。今回の訓練を教訓として、一人ひとりが防災の重要性を理解し、日頃から万が一に備え、被害が出ないよう又、被害が最小限止めることよう心がけましょう。



避難所への移動



消火器の使用講習

町民の負託に応える 政治倫理条例策定

三原町長 中田勝久

十月一日は「法の日」であり、国をあげて法を尊重し、法によって個人の基本的な権利を守り、社会秩序を確立し、日本の民主主義をはじめ、世界の平和を維持しようとする昭和三十五年閣議で正式決定されたのです。

さて、最近公務員のモラルが取り立たされております。私をはじめ執行者自らが姿勢を正し、律することが求められています。そこで、本町も九月の議会定例会において「三原町政治倫理条例」を提案し可決いただきました。ポイントのみ報告致します。

目的 第一条 この条例は、町政が町民の厳粛な信託によるものであることを認識し、負託に応えるため、町議会議員及び町長、助役、収入役の政治倫理に関する規律の基本となる事項を定めることにより、良心に従い誠実かつ公正にその職務を行うべきことを促し、もって清浄で民主的な町政の発展に寄与することを目的とする。

議員及び町長等の責務 第二条

議員及び町長等は、町民全体の代表者として、町政に携わる機能と責務を深く自覚し、地方自治の本旨に従って、その使命の達成に努めなければならない。

防災訓練アンケート結果

今回の防災訓練に参加したみなさんに、避難場所で訓練や防災意識についてのアンケート調査を行いました。その概要をお知らせします。ご協力ありがとうございました。(回答数156)

・南海地震を知っていますか

はい 70% いいえ30%

・避難所を知っていますか 未記入 2%

はい 56% いいえ42%

・今回の訓練で気付いたことは

(記述式 回答数46)

- ・良かった、大事なことだと思う、役立った また参加したい 怖さがわかった……………20人
- ・避難場所がわかった、1階にすべき……………3人
- ・食事は重要……………3人
- ・スケジュールどおり、のんびりイベント的である、課題がある……8人
- ・地区での訓練、身近な訓練、勉強が必要では……………5人
- ・地震時の対処法を知りたい、パニックになる、非常放送が聞えない…3人
- ・その他……………4人

※アンケートの集計では、南海地震の発生を7割の方が認識している一方、その避難場所を知らない方も4割を超えていました。訓練の感想では、回答者のほぼ半数の方が訓練の重要性に理解をいただきました。一方、地域などで小規模の訓練が必要との指摘をいただきました。さらに、避難所の場所や地震の予備知識、災害発生時の周知方法などの課題を残しました。

今回の訓練では、地域での防災訓練開催の呼び水となり、多くの方が訓練に参加するきっかけになったと思われます。非常時の対応や備えなどを次ページに掲載しています。参考にしてください。



炊き出し(中央公民館)



災害対策本部会議



防災器具の説明



健康広場

心肺蘇生法の講習

ヘリによる救助



中継ポンプ送水



土のう積み

政治倫理基準 第三条 議員及び町長等は、次に掲げる政治倫理基準を遵守しなければならない。

① 町が行う許可、認可又は請負、その他契約に関し、特定の企業、団体等に有利な取り計いをしない。

② 政治活動に関し、企業、団体等から政治的又は道義的批判を受けるおそれのある寄付等を受けない。

③ つねに、町民全体の利益のみを指針として行動するものとし、その地位を利用して、金品を授受しない。

④ 町民全体の代表者として、その品位と名誉を害す一切の行為を慎み、職務に関し不正の疑惑を持たれる行為をしない。

町工事等に関する遵守事項 第四条

議員及び町長等が役員をなす法人等が請負をすること等の禁止を定めた地方自治法第九二条の二、第一四二条、一六六条、及び一六八条の規定の趣旨を尊重し、議員及び町長等が役員と同程度の執行力と責任を有する法人等は、町工事等の請負を辞退しなければならない。

以下第五条、第十五条までは、審査会の設置、町民の調査請求権、資産報告書の提出、虚偽報告等の公表、収賄罪等宣告後における釈明、収賄罪確立後の措置等を定めております。更に条例施行規則も別途策定、承認可決されました。

今後は尚一層、住民の信頼を深め、住民福祉の向上に努めるものです。

家庭で い組みよう

要性

関係機関は総力をあげて防災活動による災害は、火災をはじめ、水道水や電力供給の停止など、多種多動では、十分に対処できないこと

日頃の備えや、いざというときのですが、それに加えて、地域ぐるを果たします。それぞれの家庭が域の混乱は一層ひどくなります。に協力し合い、地域全体の安全を組織はそのような地域の防災活動を。自主防災組織の活動へ積極的に作っていきましょう。



常持出品は
定期的に点検を！

いざというときに支障のうに、食品類の賞味持出品の不備的に点検しましょう。

その他

生活用水（風呂や洗濯機に備蓄。幼児に注意して）、毛布・寝袋、洗面用具、ドライシャンプー、なべ、やかん、防災タンク（ポリ容器）、バケツ、各種アウトドア用品など。

燃料

卓上コンロ、ガスボンベ、固形燃料。



風水害対策

わが家の風水害対策

台風や大雨、強風。あなたの家の風水害対策は万全ですか。家の中や周囲をしっかりとチェックしてみましょう。

家の中と外の風水害対策

●屋根

瓦のひび・ずれなどはないか。トタンのめくれ・はがれはないか。

●雨どい・雨戸

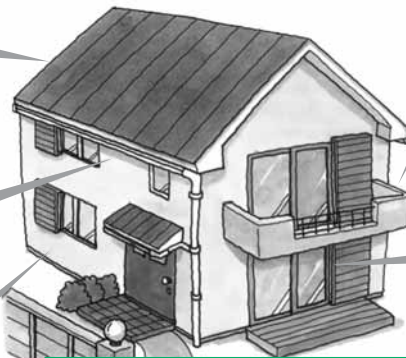
雨どいに落ち葉や土砂が詰まっていないか。継ぎ目はずれや塗装のはがれ、腐りはないか。雨戸にガタツキやゆるみはないか。

●外壁

モルタルの壁に亀裂はないか。板壁に腐りや浮きはないか。プロパンガスのボンベは固定されているか。

●ブロック塀

ひび割れや破損箇所はないか。



●ベランダ

鉢植えや物干し竿など飛散の危険が高いものは室内へ。

●窓ガラス

ひび割れ、窓枠のガタツキはないか。また強風による飛来物などに備えて、外側から板でふさぐなどの処置を。

◆室内では

- 停電に備えて懐中電灯や携帯ラジオの準備を。
- 避難に備え貴重品や非常持出品の準備を。
- 台風情報を注意深く聞く。
- むやみに外出しない。

●飲料水を確保しておく（断水などの恐れが）。

- 浸水の恐れがある場合、家財道具や寝具などの生活用品を高い場所へ移動。
- 病人や乳幼児、障害者などを安全な場所へ。

洪水のときはこうして避難

① はき物

はだし・長靴は禁物。ひもで締められる運動靴がよい。



② ロープでつながって

はぐれないようお互いの体をロープで結んで避難しよう。とくに子供から目を離さないように。



③ 歩ける深さ

歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cm。水深が腰までであるようなら無理は禁物。高所で救援を待とう。



④ 足元に注意

水面下にはどんな危険が潜んでいるのかわからない。長い棒を杖がわりにして安全を確認しながら歩くこと。



⑤ 子供やお年寄り を安全に

お年寄りや病人などは背負う。幼児は浮き袋、乳児はベビーバスを利用して安全を確保する。



非常持出品を準備しよう

いざという時、すぐ持ち出せるよう日ごろから準備・点検しておきましょう。

一次持出品 (例)

一次持出品は、地震が発生して避難するとき、まず最初に持ち出すべきものです。



携帯ラジオ

予備電池は多めに用意。



懐中電灯

できれば1人に1つ。予備電池も忘れずに。



貴重品

現金（10円硬貨があると公衆電話の利用に便利）、預貯金通帳、印鑑、免許証、権利証書など。

救急医療品

絆創膏、傷薬、包帯、かぜ薬、胃腸薬、鎮痛剤など。



その他

衣類、タオル、生理用品、粉ミルク、紙おむつ、ウェットティッシュ、合羽、ヘルメット、ライター、ラップフィルター（止血や汚れた食器にかぶせてつかう）など。

非常食

カンパン、缶詰など火を通さなくても食べられるもの。ミネラルウォーター。缶切り、栓抜き、紙皿、紙コップ、水筒など。



地震だ！そのときあなたは…

地震発生！時間経過別行動マニュアル……………

- まず、身を守る
机の下などへ
- すばやく火の始末
ガスの元栓、コンセント
- 非常脱出口の確保
ドア、窓を開ける

- 火元を確認
火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはく
家の中はガラスの破片が散乱。
- 避難するときは、
屋根がわら・ブロック塀・自動販売機に注意
- 津波、山・がけくずれなどの危険が予想される地域はすぐ避難

- 出火防止・初期消火
- 漏電・ガスもれに注意
ガスの元栓・電気のブレーカーを切る
- 隣近所に声をかけよう
- 消火器を使う
- バケツリレーだ
風呂の水はため置きする

- 隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないか
- けが人はいないか
- 大声で知らせる
- 救出・救護を
- 防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように
- 避難時には車は絶対に使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する

- 水、食糧はたくわえているもので
まかなう
3日間の飲料水と食糧の備蓄をしておく
- 災害情報・被害情報の収集
- 無理はやめよう
- 助け合いの心が大切
- こわれた家に入らない

時間の流れ

地震発生

最初の大きな揺れは約1分間



1~2分

揺れがおさまったら



3分

みんなの無事を確認
火災の発生を防ぐ



5分

ラジオなどで正しい情報を



10分

協力して消火活動、救出・救護活動を

数時間

3日

地域で防災に取

自主防災組織の必

大地震が起こった場合、防災に取り組みます。しかし、地震路の寸断、建物などの破壊、断様にわたり、関係機関のみの活が考えられます。

そこで、それぞれの家庭での心がまえが必要になってくるのみの防災活動もまた重要な役割バラバラに活動しては、地

域に住むみなさんがお互い守る必要があります。自主防災を効果的に行なうための組織でに参加し、「災害に強い地域」を



徳長集落での防災訓練

非常定期

避難所一覧表

| 番号 | 避難所名 | 所在地 | 電話番号 |
|----|---------|--------------|---------|
| ① | 榎列小学校 | 榎列大榎列1426-1 | 42-2049 |
| ② | 榎列公民館 | 榎列下幡多802 | 42-2393 |
| ③ | 八木小学校 | 八木天野大久保590-1 | 42-0128 |
| ④ | 八木地区公民館 | 八木笑原鳥井348-2 | 42-5956 |
| ⑤ | 三原中学校 | 市十一ヶ所14-12 | 42-1239 |
| ⑥ | 健康広場 | 市青木198-5 | 42-5630 |
| ⑦ | 市小学校 | 市市345-1 | 42-0114 |
| ⑧ | 中央公民館 | 市三条880 | 42-0538 |
| ⑨ | 神代小学校 | 神代富田3 | 42-0037 |
| ⑩ | 神代地区公民館 | 神代富田1-4 | 42-5958 |
| ⑪ | 志知小学校 | 志知佐尾9-1 | 42-3109 |
| ⑫ | 倭文集会所 | 倭文流17 | 42-2007 |

二次持出品(例)

二次持出し品は、災害復旧までの数日間(最低3日分)を生活できるように準備しておくものです。



飲料水

飲料水は1人1日3リットルを目安に。ペットボトルや缶入りのミネラルウォーター。また、防災タンクにためておく。



食品

米(缶詰やレトルト、アルファ米も便利)、缶詰やレトルトのおかず、ドライフーズ、チョコレート、アメなどの菓子類、梅干し、調味料など。

受賞おめでとう！

西田俊一さんに 兵庫国道事務所長 感謝状



八月の道路ふれあい月間にあたり、道路愛護等に関して永年にわたり取り組み、貢献された西田俊一さんに兵庫国道事務所

所長から感謝状が贈られました。

西田さんは、退職後の平成十年から病気のリハビリテーションとして散歩を始めました。何人々の役に立つことをと、歩道のごみ拾いを思いつき、同時に始めました。今では、三条集落内を横断する国道全線の歩道を歩き、吸殻や空缶などを拾い集められています。

西田さんからは、「六年間毎日続けてきました、今後もライフワークとして続けます」と意欲を語ってくれました。

藤本裕子さんと 真野寛子さんに こづのとり賞



藤本さん



真野さん

淡路男女共同参画推進フォーラム二〇〇四が九月十七日、三原郡生活文化会館で開催されその席上、藤本裕子さん（八木）真野寛子さん（市）が兵庫県こづのとり賞を受賞しました。

藤本さんは、平成八年から町の交通安全協会会員として地域住民に対する交通安全意識の高揚に取り組みられています。現在は、三原交通安全協会婦人部長として、町内の小中学校や保育

所に出向き、交通安全教育活動に取り組みられています。

真野さんは、昭和五十八年から三原町いずみ会会員として料理講習会を通じた地域での食生活改善の実践活動に取り組みられています。平成十二年からは副会長として朗読サービスマンや独居老人への給食サービスマンに取り組み、一昨年から百円塾の講師として子どもたちとも関わりを深めています。

正井良徳さん・仲野壽志さん 人権擁護委員に就任

身近な地域社会で、人権が侵害されないように見守り、人権擁護活動を行っているのが人権擁護委員です。正井さんと仲野さんは、三原町議会の同意を得て町長が人権擁護委員に推薦、法務大臣から委嘱を受けました。平成十六年十月一日に就任され、任期は三年間。

毎日の暮らしの中で起こる様々な人権侵害（家庭内や近隣とのもめごと、学校や職場内のいじめなど）についての相談に応じます。相談は無料。また、相談内容についての秘密は厳守されます。平成四年から四期十二年務められた多田剛史さんと増田和馬さんは、九月三十日で退任されました。長期間ありがとうございました。

水道開閉栓の受付サービスマンが充実 10月から休日でも受付開始

水道課
☎42-7572

水道を使用開始または中止する場合、お客様から届出をさせていただく必要がありますが、十月二日からは、土日祝日などの届出も受付し、開閉栓作業を行ないます。

【三原町水道開閉栓業務代行業者】
☎42-5348 三原町市青木交差点北西百五十m

届出は、「三原町水道開閉栓業務代行業者 開閉サービスマン」のお客様窓口又は電話でお申し込みください。

【受付時間】
午前八時三十分～午後五時まで

なお、使用中止の場合で、料金の現場精算をご希望のお客様については、平日のみの手続きとさせていただきますので、水道課で手続きを行ってください。詳しくは、事前

※作業は日没までとなります。
※事故防止のため開栓時には立会いをお願いします。
【開閉栓代行費】
1栓につき、二千元



仲野壽志さん
(複列) 61歳

平成15年4月から三原町社会教育委員
趣味・特技：絵画、版画



正井良徳さん
(神代) 64歳

平成15年4月から人形浄瑠璃資料館長
趣味・特技：囲碁・つり・木偶づくり

消費者と生産者の交流 三原町農業まつり

地元特産の牛乳や淡路牛をPRする第十三回三原町農業まつりが九月十九日、淡路島牧場で開催され、畜産関係者や島内外からの家族連れなど二千人で賑わいました。

農業功労者表彰や畜産共進会をはじめ、牛乳の消費拡大キャンペーン、野菜苗の配布、米粉パン販売など多彩なイベントが繰り広げられ、淡路牛のバーベキュー試食コーナーには長蛇の列ができ、多くの観光客が休日を楽しみました。

功労者表彰式の後、来賓の中田勝久町長から「食に



乳牛の審査

畜産共進会

第四十九回の三原町畜産共進会の乳牛の部には町内の酪農家から厳選されたホルスタイン種三十九頭が出品され、体格や乳器などの審査を受けました。また和牛の部には、黒毛和種の代表四十四頭が集合し、肉付きや発育状態が細かく審査されました。入賞者は次のとおり。敬称略、生産者(名号)

【和牛の部】

名誉賞・未經産の部 吉田政光(つるよし)▽同・経産の部

入谷英雄(ゆみこ)▽優秀賞一席壇の区/宮本忠行(きくみ)▽同・第一区 中田智之(おのみぞ)▽同・第二区 椿原安雄(みつこ)▽同第三区 秦英喜(ゆきこ)

【乳牛の部】

名誉賞・未經産の部 池田善昭(スーリンストーム・リナ・ドリム)▽同・経産の部 出口順也(ハーバランド・アルマーニ・レオ)▽優秀賞一席第一部/出口順也(ブライトリング・エリカ)▽同・第二部 島田一郎(ウイローバイ・チャンピオン・トニー)▽同・第三部 堀部浩二(ホーリービー・ルンロン・ダーラム・リー)▽同・四部 池田善昭(同名誉賞)▽同・五部 堀部悌一(ホーリービー・ダダン・コップ)▽同・六部 出口順也(同名誉賞)

農業功労者表彰



細川俊輔さん
(八木)

三毛作体系を中心とした営農方式を早くから取り入れ、玉葱、レタス、白菜、キャベツを中心とした複合経営を営み、高品質の野菜を生産。知識と経験を生かし農業振興の地域リーダーとしても貢献されています。



仲野和男さん
(志知)

専業農家として、レタス栽培と繁殖和牛の複合経営を営み、高品質の堆肥投入による土づくりに取り組まれています。志知地区のレタス部会役員を歴任し、現在では減農薬栽培も意欲的に実践されています。



原口輝夫さん
(市)

長年にわたり酪農に携わり、早くから乳質改善に取り組み堅実な酪農を営まれています。地域の酪農振興に多大な貢献をされています。



安田正一さん
(神代)

野菜栽培と酪農の複合経営に取り組み、乳牛共進会では常時入賞する高品質の乳牛を飼育しています。集落の区長などを歴任され、地域のリーダーとしても活躍されています。



椿原安雄さん
(神代)

農業と繁殖和牛との複合経営に早くから取り組み、和牛改良や多頭飼育などにも力を入られています。兵庫県共進会でも上位入賞の成績を残し、地域の繁殖和牛振興に貢献されています。



出口 平さん
(八木)

昭和三十年ごろから乳牛と和牛の複合経営に取り組み、助々に和牛の割合を高めて多頭飼育に成功されています。近年には地区の和牛研究会会長を歴任、地域の畜産振興に貢献されています。



牛乳の試飲

みんなで支える明るく豊かな長寿社会 敬老会を開催

永年にわたり、町の進展に貢献されたお年寄りに感謝し長寿を祝い、合わせてますます健康で長生きしてもらおうと九月二十日、第三十九回三原町敬老会が健康広場体育館で盛大に催されました。

敬老会には、三原町内の七十歳以上の高齢者をご招待し、七百九十一人が参加しました。

式典では、中田勝久町長から、「高齢者の多くのみなさんが生きがいを感じ、達者で楽しく暮せる福祉施策が重要となっています。さんゆく館では新しい泉源の掘削を開始しました。住み慣れたふるさとで、長生きしてよかったことを実感していただける施設も整ってきています」と式辞を述べました。

続いて九十歳以上の長寿者二百十一人を代表し、北條信一さん(市)に長寿祝の記念品が贈られました。また、今年九十九歳を迎えられた真野とめさん(市)と河野こまのさん(市)にも白寿をお祝いし記念品が贈られました。

続いて行われたアトラクションでは、カラオケや舞踊、詩吟、だんじり唄などが多彩に繰り広げられ、楽しい一日となりました。



白寿表彰の真野さん



北條さんに高齢者表彰



祝第39回三原町敬老会

志知高校によるだんじり唄



元気な河野さんに白寿表彰

お忘れなく

国民健康保険税
(第4期分)

※納期限は11月1日(月)です。

三原町在宅介護支援センター 介護教室

◇とき/10月23日(出)14時～15時30分◇ところ/三原町民会館◇対象者/三原町在住の方で現在介護をされている方、今後介護される方、介護教室の内容に興味のある方◇講演/服薬のポイント…ヘルシーピット 岡本由利子薬剤師◇申込・問合せ/三原町在宅介護支援センター ☎43-3803 (担当:勝矢)

明るい選挙推進 習字・ポスター作品

町内小中学校の児童生徒から応募のあった習字738作品、ポスター177作品の中から優秀作品が選ばれました。



三原中1年 中田貴大君



最優秀作品

まちのEース

国体出場選手を激励

八月三十一日、第五十九回国民体育大会夏期大会に出場が決まった中田百香さん(倭文・洲本高校2年)を役場に招き、中田勝久町長から社会体育選手奨励金を手渡し激励しました。

中田さんは、九月十日から埼玉県で開催された同大会ボート競技・少年女子舵手付きクォドルプルの種目に県選抜選手として出場しました。兵庫県チームは、予選を勝ち抜き九位になりました。



中田町長から激励を受ける中田さん

三原町健康チェックの日

10月9日(土) 10時～16時
三原町民会館(役場庁舎横)

健康福祉課
☎42-7570

体力測定や骨量測定などでご自分の健康度をチェックしてみませんか？どなたでもお気軽にご参加いただけます。参加無料！（先着200名に粗品進呈）

○健康チェックコーナー

【体力測定】

体力年齢を知りましょう！身長、体重、握力や肺活量などを測って、筋力、持久力、柔軟性などの運動機能レベルをチェックします。簡単な動作でOKです。

【骨量測定】

骨の健康の重要性を認識し、骨の状態をチェックします。超音波による測定で、簡単、スピーディーです。

【体内成分測定】

人の体を構成する水・たんぱく質・脂肪・骨のバランスが崩れると肥満、

浮腫等から慢性疾患へ移行することがあります。正常に保たれているか簡単な測定でチェックし、慢性疾患を予防しましょう。

【脳の健康年齢測定】

年齢とともに身体機能や体力は衰え、知的能力も低下するものです。ゲーム感覚で簡単に脳の健康年齢を測ります。

○リラクゼーションコーナー

香りのマッサージ体験コーナー

やさしい香りにつつまれて肩こり、首のこりを解消します。椅子に座った状態で肩、首、頭など主に上体部をマッサージ。指圧ではなく、もみほぐすので痛くありません。リラックスしてマッサージを体験してください。

○健康相談コーナー

健康に関することなら何でもお気軽にご相談ください。保健師がやさしくアドバイスします。

○きらら作業所のバザー

(13時30分まで)

メンバーによる手づくりクッキーや飲みものを販売します。

健康は失ったときに初めてその大切さに気づかされる。水や空気と同じくらいに私たちの基本となるものだ。健康ブームといわれているが、まさしく一人ひとりが健康管理をしていく、自分の健康は自分が守る、つくる、育てることが必要となっているのではないが。健康な高齢社会こそ私たちの目標である。

兵庫県知事 井戸敏三
(ひょうごさわやが通信9月1日号)



体力測定の結果説明



骨量測定

薬と健康の週間

10月17日(日)～10月23日(土)
くすりを正しく使いましょう。

- 説明書を必ず読みましょう。
- 用法・用量を守りましょう。
- 薬についての相談は専門家に（自己判断はやめましょう）

くすりについての相談は最寄りの薬局・薬店へ

10月・11月は 徴収対策特別月間

税務課
☎42-0321

日本国憲法では、「国民は法律の定めるところにより納税の義務を負う」と規定されています。納税の義務は私たちの社会での大原則です。私たちが、私たちの日常生活に身近な関わりをもつ都道府県や市区町村の福祉や環境整備などに、使用されています。お支払いいただいた税金は、住みよい豊かな街づくりのための資金となるものです。

納税を拒否するとなると、私たちの快適な社会生活が成り立たず、税負担の公平性からみても「納税している人と、していない人とは不公平感が生じる」とこととなり、滞納を放置することはできません。

三原町では、十月及び十一月を「徴収対策特別月間」と定め兵庫県との合同で、滞納者に対し強力な徴収対策を実施します。

(1)滞納世帯を戸別訪問 (2)不動産、電話債権、預貯金、給与等の差押 (3)滞納者に対する納税相談実施

再三にわたる納税呼びかけに応じない【滞納者】には、毅然とした態度で臨み、滞納を無くし、公平な税制を保ちます。滞納している人は、早めに納めてください。

国民年金

知ったく情報

「年金加入記録のお知らせ」について

住民生活課
☎42-0322

「年金加入記録のお知らせ」は、年金受給が近づいた五十八歳になられた方で国民年金・厚生年金保険・船員保険に一定の期間以上加入された方に対して、年金加入記録をお知らせし、事前に確認していただくことにより将来の年金の請求手続きを円滑にするものです。

【対象者】五十八歳になられた方で、次のいずれの条件を満たす方

- ・国民年金及び厚生年金保険（船員保険を含む）の被保険者

者または被保険者であった方は、社会保険業務センターで管理している国民年金・厚生年金保険（船員保険を含む）及び共済組合等にかかる年金加入記録で老齢基礎年金の受給資格を満たしている方

※このお知らせは平成十六年三月からの実施ですので、それ以前に五十八歳になられた方には送付されていません。

【送付時期】五十八歳の到達月の翌月に社会保険業務センターから送付しています。

八木小学校の大規模改造工事が完成

耐震補強工事と大規模改造工事によって震災にも対応でき、地域との交流にも使用できる校舎が完成し九月五日、児童二百一十人と来賓や関係者二百一十人が出席して体育館で完成を祝いました。



大規模構造工事が完了した八木小学校



全校生が完成を喜びました。



木のぬくもりがある廊下

昭和五十六年に建築され、十三年を経過した管理教室棟は、長年の風雨などで小規模なひび割れや雨漏り、床の痛みなどがありました。これらの補修に併せ、阪神淡路大震災クラスの地震にも対応できる校舎とするため、二つの事業として国からの補助を受け工事を行いました。

同校は、災害時には避難所としての利用や通常時にも利用できる地域交流の場としてボランティア室や交流ラウンジを整備。県指定無形民俗文化財の久保踊に取り組むための資料などを展示する郷土資料室も新設しました。廊下や教室の壁や床面には、木材を使用し、ぬくもりが感じられるよう配慮しました。安全面では、建物の壁面積を増やし地震に対する耐震性能を向上させ、学校生活面では、不審者等の浸入対策として二台の屋外カメラや四箇所の非常ベルを設置。障害のある方にも利用いただける、車椅子対応のエレベーター、建物内部の段差を無くしたバリアフリー構造などを採用しています。

改造工事は五月下旬から始ま

り、七月下旬からの夏休み中は急ピッチで工事を進め、九月一日の始業式には見違える校舎が完成しました。完成式では、井高敏和校長から「新しい学習環境で学べることを感謝して、みなさんの故郷として誇れるまちをつくってください。授業に支障のない限り地域社会で利用できる学校として、みんなで大切に使いましょう」とあいさつが述べられました。児童会長の川崎明美さんも「木において気持が休まりました。校舎を大切にしながら、いろんなことに精一杯取り組んでいきたい」とお礼。

その後のアトラクションでは、同小学校郷土クラブの児童三十七人が大久保踊を披露し、完成を祝いました。

八木小学校 管理教室棟工事

| | |
|-----------|------------------------|
| 鉄筋コンクリート造 | 3階建 |
| 延べ床面積 | 2 2 6 0 m ² |
| 工事額 | 2 億 6 2 5 0 万円 |
| 設計管理 | 8 0 4 万円 |
| 耐震診断・評価業務 | 4 6 2 万円 |
| 計 | 2 億 7 5 1 6 万円 |

三原郡4町社協が 合併調印

三原郡四町の社会福祉協議会の合併契約調印式が九月三日、緑町保健福祉センターで行われ、来賓と四町の関係者ら五十人が出席しました。
平成十七年一月十一日の南あわじ市誕生と同時に社会福祉法人南あわじ市社会福祉協議会が発足します。

調印式には、四町の社協の代表者と社協合併協議会委員ら関係者約五十人が出席。四町の代表者と立会人が合併協定書と合併契約書に署名、押印を済ませました。

平成十五年三月に合併準備会



調印後握手を交す四町社協の代表者ら

を設置、同年八月に四町社協合併協議会を発足させ連絡会や実務者検討会、行政連絡調整会など合わせて百回以上協議を重ねて二十の合併協定項目に合意し、この日を迎えました。

調印の後、主催者を代表して

三原町社会福祉協議会児島茂男理事長から「すべての住民が共に生き、学び、誰もが福祉活動に参加するま

ちを目指したい。事業の効率化を図り、当事者・利用者のニーズに即したサービスの向上を図り、新たな社協づくりに邁進します」と抱負を述べました。
協定内容では、合併期日、名称のほか、緑町に本部事務所を置き、現在の各町社協事務局を支部として残すことなどが確認されました。

南あわじ市誕生まであと102日

合併交流コーナー 四町のすがたに迫る

テーマ『まちの踊り』

●緑町

五尺踊り

五尺踊りは、淡路島最大の百姓一揆である「天明の繩騒動」で極刑に処せられた宮村才蔵らの霊を慰めるために始められたといわれ、毎年、才蔵の命日である三月二十三日には大宮寺裏山の「天明志士記念碑」前で奉納されます。また、この踊りの伝承に力を注ぐ五尺踊保存会や広田小学校郷土芸能部によってさまざまな行事で披露されています。



4・29グリーンフェアで披露された五尺踊り

●西淡町

町民をつく西淡音頭

町制十周年にあたる昭和四十二年、ふるさとソング「西淡音頭」が作られました。この音頭は町の背景をつまぐ歌い、リズム感も優れていることから、ふ

るさとまつりや文化芸能祭、小学校の運動会などで踊り親しまれています。合併後もこの踊りを通じて、西淡町の名が受け継がれていくことでしょう。



町民から親しまれている西淡音頭

●三原町

大久保踊

江戸末期、生活の窮状を代官所へ訴えて出て、かえって反逆の罪を受け処刑された、百姓宮村才蔵の霊を慰めるため村人が行っていたものを、佐尾寺(八木大久保)の住職教雲上人が振付指導した踊りと伝わっています。

昭和三十一年、大久保踊保存会を設立して保存伝承に取り組み、昭和四十六年には重要無形民俗文化財の指定を受けました。現在では八木小学校のクラブ活



運動会で披露される大久保踊(道具踊の髭奴(毛槍))

動や高校の体育祭でも踊られ、町民に親しまれています。

●南淡町

室町時代から伝わる阿万風流踊り

亀岡八幡宮に伝わる「阿万風流踊り」は、五穀豊穡と郷土繁栄祈願のため室町時代から始まったといわれています。千ばつに遭遇したとき、願いが叶えば神前にこの踊りを踊ることを告げ、願解きとして踊ったそうです。現在は、毎年九月十五日に奉納されています。声明がかつたゆるやかなテンポの歌から古雅な感じを受けます。



阿万風流踊り(文化庁選択文化財)

お誕生 おめでとう

8月20日～9月19日届出分(敬称略)

| 赤ちゃん(性別) | 保護者 | 地区 | 誕生日 |
|----------|-----|------|-------|
| 福島 優翔(男) | 卓 | 地頭方 | 8月15日 |
| 寺岡さくら(女) | 佳史 | 小井 | 8月17日 |
| 原坂 昇真(男) | 浩司 | 地頭方 | 8月20日 |
| 島田 和明(男) | 利一 | 浦壁 | 8月20日 |
| 秦 綾佑(男) | 充治 | 下幡多 | 8月22日 |
| 田中 美佑(女) | 豪 | 難波 | 8月25日 |
| 田村 逸人(男) | 和義 | 地頭方 | 9月1日 |
| 山田 耕大(男) | 哲也 | 十一ヶ所 | 9月9日 |
| 榎本怜央菜(女) | 健治 | 小榎列 | 9月9日 |

| | | | |
|----------|----|-----|-------|
| 阿萬田 薫(男) | 80 | 上幡多 | 8月24日 |
| 野口あさの(女) | 91 | 善光寺 | 8月31日 |
| 正井 充子(女) | 83 | 國街 | 9月2日 |
| 武田幸次郎(男) | 82 | 養宜中 | 9月2日 |
| 中野 伸治(男) | 72 | 地頭方 | 9月3日 |
| 岸 正萬(男) | 82 | 中島 | 9月5日 |
| 久田 岸男(男) | 93 | 國街 | 9月5日 |
| 堀淵ときみ(女) | 50 | 喜来 | 9月6日 |
| 杉浦 正一(男) | 81 | 徳長 | 9月8日 |
| 山口 英一(男) | 84 | 市 | 9月8日 |
| 竹本 裕(男) | 82 | 下幡多 | 9月8日 |
| 榎本 成伸(男) | 80 | 浦壁 | 9月11日 |
| 前川 雅子(女) | 88 | 徳野 | 9月11日 |
| 増田みちる(女) | 87 | 入田 | 9月16日 |
| 山田はつる(女) | 81 | 山所 | 9月16日 |
| 岡本 功一(男) | 64 | 市 | 9月18日 |
| 正木 美香(女) | 33 | 円行寺 | 9月18日 |

ご冥福をお祈りします

8月20日～9月19日届出分(敬称略)

| 氏名(性別) | 年齢 | 地区 | 死亡日 |
|----------|----|-----|-------|
| 岸 かづる(女) | 80 | 中島 | 8月20日 |
| 富田 豊(男) | 81 | 大榎列 | 8月21日 |

行政相談所の開設

総務省では、行政相談制度に関する国民の理解と認識を深め、同制度の利用を促進するよう努めており、毎年度「行政相談週間」を設け、全国一斉に各種相談活動を実施しています。

本年度は、10月18日から24日までの一週間に「行政相談週間」と定め、三原町においてもこの週間に合わせて、行政相談委員による行政相談所を開設します。相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご利用ください。

相談あれこれ(相談無料)

| 相談名 | とき・ところ | 内容など |
|--|--|---|
| 法律相談 ☎42-0323 企画室 | 12日(火)13:00～16:00 町民会館 小会議室 | 町顧問弁護士 (当日受付 先着15名程度) |
| 行政相談 ☎42-0323 企画室 | 19日(火)10:00～15:00 町民会館 小会議室 | 行政相談委員 服部長介さん(当日受付) |
| 心配ごと相談 ☎42-4966 社会福祉協議会 | 12日(火) 13:00～15:00 社会福祉協議会 | 老人の悩みや生活困窮 など福祉に関すること |
| 法律・登記相談 ☎0799-62-5829 濱口事務所 | 19日(火) 10:00～12:00 (毎月第3火曜日) 洲本総合庁舎 | 兵庫県司法書士会 淡路支部 の司法書士による相談 |
| 多重債務者相談 ☎22-9584 壽園事務所 | 25日(月) 10:00～12:00 (毎月第4月曜日) 洲本総合庁舎 | |
| 高齢者相談 ☎0120-36-7830 淡路県民局企画調整部調整課 | 15日(金) 9:30～16:30 洲本総合庁舎 8日(金) 13:00～15:00 22日(金) 13:00～15:00 洲本総合庁舎 | 年金 保険 事前に 電話予約必要 法律 専門相談員による |
| 交通事故相談 ☎0120-36-7830 淡路県民局企画調整部調整課 | 14日(木) 10:30～16:00 津名町役場 21日(木) 10:30～16:00 洲本総合庁舎 | 0799-62-0001 津名町役場町長公室 0120-36-7830 淡路県民局 事前に電話予約 必要 専門相談員によ る |
| パソコンでの法律相談 ☎0120-36-7830 | 毎週木曜日13:00～15:00 洲本総合庁舎 | 県庁との専用回線を活用し パソコン画面を介して弁護 士による相談(電話予約必要) |
| 年金相談 ☎078-912-4916 明石社会保険事務所 | 15日(金) 9:00～15:00 (毎月第3金曜日) 洲本市民会館 | 明石社会保険事務所による 国民年金相談(当日受付) |
| こころのケア相談 ☎52-0099 三原健康福祉事務所 | 6日(水) 14:00～16:00 毎月第1水曜日 三原健康福祉事務所 | 精神科医による個別相談等 (電話予約必要) |
| 特設人権相談 ☎42-0322 住民生活課 | 7日(木)13:00～16:00 市地区公民館 | 人権相談員 正井良徳さん・仲野壽志さん |
| 法の日相談会 ☎42-0320 総務課 | 7日(木)13:00～16:00 町民会館 | 行政書士会、司法書士会、土地 家屋調査会による相談 |

情報ガイド

相談とお知らせ

10月

次の方から預託がありました。
 ◎高見元彦さん(西川)は、亡
 ◎父豊彦さんの香典の一部を。
 ◎山崎 孝さん(福永)は、亡
 母花子さんの香典の一部を。
 ◎榎本嘉秀さん(浦壁)は、亡
 父成伸さんの香典の一部を。
 ◎杉浦雅仁さん(徳長)は、亡
 父正一さんの香典の一部を。

善意預託

◎志知地区婦人会
は志知地区文化祭
ふれあいバザーの
売上金を
ありがとうございました。
(三原町
社会福祉協議会)

古紙回収

10月2日(土) 榎列・倭文地区

10月16日(土) 八木地区

連絡ください！ 家庭の粗大ゴミ収集 に伺います。

▽申込み方法…各地区収集月の前月
1日～20日までの間に住民生活課へ
申込み。その時にゴミの内容を教え
てください。

▽注意すること…①燃えるものと燃
えないものとに分けて2トントラッ
クが通れる道まで出す。②収集費用
は無料。処理費(10kg当り160円)
のみ負担。③収集日は後日連絡。

申込対象

八木地区(11月収集)

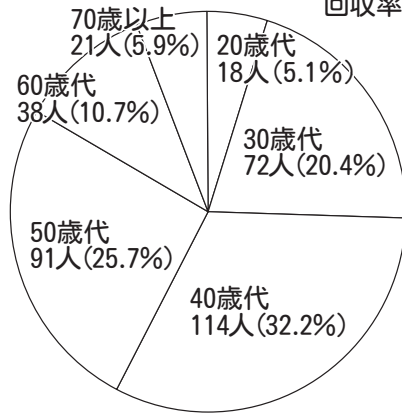
○申込み・問合せ/住民生活課
☎42-0322

差別や偏見のない明るい住みよい町づくりを目指し 人権・同和アンケートの結果をお知らせします

地区別学習会（志知地区公民館）



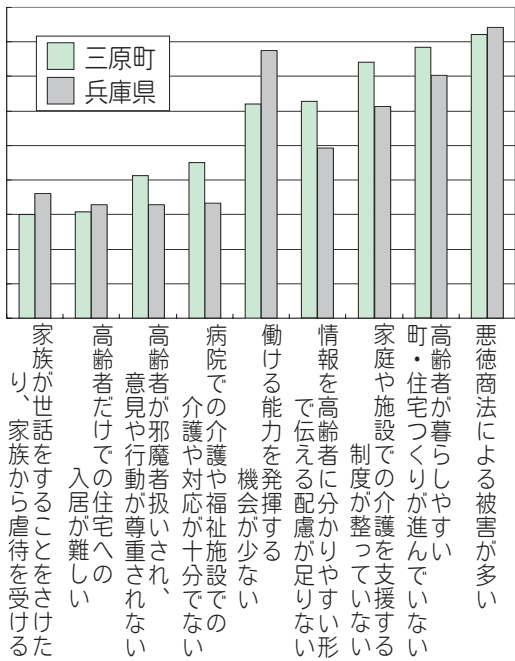
年齢構成



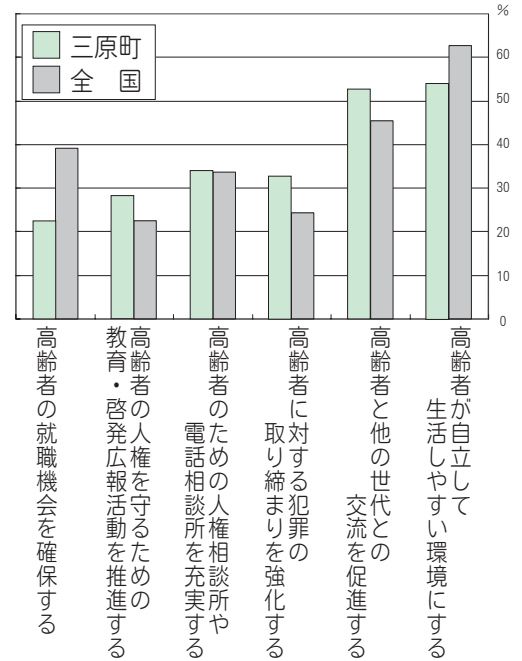
配布数 471
回収数 354
回収率 75%

三原町人権・同和教育協議会（三同教）主催による、身近な家庭での人権課題についての学習会が七月末から各地区で開催され、多くの方が人権意識を高めました。講演会の会場では、高齢者などの人権についてのアンケート用紙を配布し、意識調査も行いました。ご協力ありがとうございました。その結果の概要をお知らせします。

高齢者の人権上特に問題があると 思われるのは（3つまで選択）



高齢者の人権を守るために 必要なことは（複数回答可）



三同協では、長年にわたり人権教育に積極的に取り組んできましたが、私たちのまわりには、今もなお多くの人権問題が存在します。同和問題に対する正しい理解と認識の不足。さらに、「男女共「同参画社会」の実現、

児童虐待など子どもの人権をめぐる問題、高齢者の人間としての尊厳が否定されるケース、インターネット等による人権侵害やプライバシーの侵害など多くの課題に直面しています。これらの多くの人権課題に対し、

地区別学習会の実施や人権に関する標語・ポスターの募集、人権カレンダーの作成、人権コンサートや講演会の開催など多くの活動を通じて、心理的差別的完全払拭に向け、粘り強く活動を続けます。

- ・近年社会問題化している「悪徳商法による被害が多い」が県と町いずれも同様に最高位を占めている。
- ・「高齢者が暮らしやすい」・「家庭や施設での介護」・「情報を高齢者に分かりやすい」が、いずれも、県より高い数値となっているのが三原町の特色といえよう。
- ・県で第2位を占めた「働ける能力を發揮」は、三原町では大きく減少し、第5位となっている。これは、三原町では兼業農家が多く、若者は外へ出て働き、農業は留守をあづかる高齢者の肩にかかっているため、こういう結果になっていると推察できる。
- ・「病院での看護や福祉施設」・「高齢者が邪魔者扱いされ」・「高齢者の人権がおりやかされている現状を知ることができる」。

- ・「高齢者が自立して」では、高齢者の豊かな経験や知識が十分に尊重され、活用されるような環境づくりが大切であると考えている人が多い。
- ・「高齢者との世代」では全国との格差が大きい。高齢者の孤独感や孤立感解消と、豊かな人生経験を活かしそれぞれの家庭や地域社会で高齢者との日常的な交流の促進を望んでいることが伺える。
- ・「高齢者に対する犯罪」では都市化する犯罪の危険にさらされている弱者への被害を防止し、最小限にしようとする表れとも言えよう。
- ・「高齢者の就業機会を確保する」では、全国と三原町に大きな違いがある。高齢者が現役の働き手として活躍している三原町の農業の実態から、このような結果になったのではなからうか。

三原三芸

町維俳研究会

ユ ナ夏ユ あついあつい
カ 休 ヲ ヲ ヲ ヲ ヲ ヲ
ウ タ み ウ ヲ ヲ ヲ ヲ ヲ ヲ

夢のアテネで 嬉し君が代
ナースの笑顔 苦悶日々 助けられ
祖母まで水着孫と海
夕陽が映える 雲海の里
産地直送 無駄が省かれ
夕立ち浴びて嬉し草花
和やか沸かせ 互選して 楽し句座
朝一競つ蝉しぐれ
海辺彩る人の群れ
財布空でも 睡まじく生き
浴衣下駄履き 団扇絵になり
窓に涼呼ぶ 南部鉄
盛夏を稼ぐビヤホール
盛夏を稼ぐビヤホール
窓に涼呼ぶ 南部鉄
団扇絵になり
財布空でも 睡まじく生き
浴衣下駄履き 団扇絵になり

笹に短冊 無理なお願い
輸血へ太い 腕の友情
盛夏を稼ぐビヤホール
窓に涼呼ぶ 南部鉄
団扇絵になり
財布空でも 睡まじく生き
浴衣下駄履き 団扇絵になり

神代 安田羽山
榎列 池添酔心
榎列 平一星
八木 武田佳香
榎文 居内明春
市 的場青蓮
榎文 矢野美仙
神代 入谷晋泉
倭文 矢野朝華
市 木下雅松
榎列 細川白峰
市 楓一風
八木 富永晋州
榎列 宮崎翠園
榎列 古川地耕
豊田一松



下水道写真展(トンボの写真)
10月21日まで

淡路ネイチャーフォトクラブ撮影

【かずら編み】
とき/11月13日(出)13時30分〜か
ずら採り・20日(出)13時30分〜作
品つくり◇内容/葛から箆やリ
スなどを自分の好みの作品が出

中央公民館 展示・セミナー

申込み・問合せ
☎42-0538
月曜日休館

働く婦人の家 通信

講座生募集
【ふるさと探訪】
とき/11月6日(出)13時〜◇内容
/史跡名所を巡り古代の文化に
耳を傾けよう。町内の古代文化
に詳しい講師と一緒に秋の野山
に出て、ふるさとの文化に触れ
てみませんか◇講師/素川恒雄
氏◇講座費/200円

働く婦人の家 通信
☎43-2326

●三原大学ゆづるは学園10月の日程

| 講座名 | 開講日(曜日) | 時間 | 場所 |
|------------|------------------------------|--------|--------|
| 1 編物 | 14(木)・21(木) | 19:30~ | 中央公民館 |
| 2 生け花を楽しむ会 | 16(土) | 13:30~ | 〃 |
| ③英会話 | 12(火)・19(火) | 19:30~ | 〃 |
| ④園芸 | 13(水) | 13:30~ | 〃 |
| ⑤おどり | 12(火)・26(火)市公民館 30(土)中央公民館 | 12:00~ | 〃 |
| ⑥着付け | 6(木)3年生以上・20(木)2年生以下・31(日)全員 | 19:30~ | 中央公民館 |
| 7 コーラス | 7(木)・21(木) | 20:00~ | 〃 |
| ⑧お茶を楽しむ会 | 23(土)・30(土) | 13:30~ | 市地区公民館 |
| 9 七宝焼 | 16(土) | 14:00~ | 中央公民館 |
| 10 社交ダンス | 5(火)・19(火) | 10:30~ | 健康広場 |
| 11 写真 | 14(木) | 19:30~ | 中央公民館 |
| ⑫三味線 | 6(水)・13(水)・20(水) | 19:30~ | 〃 |
| 13 手芸 | 2(土) | 13:30~ | 〃 |
| ⑭書道 | 10(日) | 13:30~ | 〃 |
| ⑮水墨画 | 9(土)中央公民館・16(土)市公民館 | 13:30~ | 〃 |
| ⑯大正琴 | 5(火)・19(火)13:30~・26(火)10:00~ | 中央公民館 | 〃 |
| 17 だんじり唄 | 12(火)・26(火) | 13:30~ | 〃 |
| 18 邦楽合奏 | 27(水) | 19:30~ | 〃 |
| 19 道を楽しむ会 | 5(火) 武田先生 | 14:00~ | 〃 |
| 20 民謡 | 6(水)・20(水) | 13:30~ | 〃 |
| 21 料理 | 23(土) | 13:30~ | 〃 |

☆スポーツコース

卓球・バドミントン 5(火)・12(火)・26(火) 20:00~ 健康広場

●中央公民館自主講座日程

| | | | |
|----------------|------------|--------|-------|
| ①菊づくり | 13(水) | 15:30~ | 中央公民館 |
| 2 押花 | 8(金) | 13:30~ | 〃 |
| ③陶芸 | 24(日) | 13:30~ | 〃 |
| 4 源氏物語 | 9(土) | 14:00~ | 〃 |
| ⑤ラッピング | 7(木)・21(木) | 20:00~ | 〃 |
| ⑥盆栽 | 3(日) | 19:00~ | 〃 |
| 7 カントリークラフト(初) | 20(水) | 13:30~ | 〃 |
| 8 カントリークラフト(経) | 20(水) | 19:30~ | 〃 |
| 9 パソコン応用 | 7(木) | 19:30~ | 〃 |

○は、開催日時に変更がある講座です。ご注意ください。

来あがります◇講師/神田文字
氏・杉田健司氏◇講座費/200円
《各講座共通》◇開催場所/働
く婦人の家(三原町健康広場内)
◇申込み/10月29日までに社会
教育課☎42-6136へ

講座開催案内
【ッキング教室 第2回】
とき/10月13日(水)11時〜13時30
分◇内容/四季を彩るおかず
【リサイクル布遊び 第5回】
とき/10月8日・22日・29日(金)
19時30分〜21時30分◇内容/ス
ラッシュキルトのフォーマルパツ
ク、クリスマスツリー

【生活美人 第2回】
とき/10月14日19時30分〜21時
30分◇内容/生活に心の潤いを

サンプールの休館のおしらせ

10月3日(日)、サンプールでは、サンピック水泳大会及びスクール記録会のため、休館します。ご了承をお願いいたします。

地区公民館行事

地区公民館の講演会・イベントを紹介します。該当地区以外の方もお気軽にご参加ください。参加費無料、当日受付。

★八木地区公民館 なりあい塾
◇とき/10月16日(土)20時
◇内容/講演会「地域経済はど
うあるべきか」三昭フーズ社長
藤江昭治氏

第16回三原町スポーツの祭典

10月10日(日) 8:30~グラウンドゴルフ大会
雨天時17日 13:00~開会式
健康広場 町内最大のスポーツイベントが開催されます。ご参加、応援をお願いします。

平成16年度ふれあい講座(第2回)

とき/10月17日(日)
開場/午後1時30分
開演/午後2時
チェリッシュオンステージ

花ひろく三原文化

中央公民館 ☎42-0538

第28回三原町文化展・文化芸能祭を開催します。文化芸能祭は郷土の文化芸能に親しみ、ふれあいがら文化芸能を披露し、鑑賞していただく場です。文化展では、小中学校の絵画・習字・工作等の作品、一般公募、三原大学講座生、文化サークルの方々による作品が展示されます。

◎文化芸能祭

前夜祭

中央公民館大ホール
11月2日(火)19時～

◎文化芸能祭

中央公民館大ホール
11月3日(水)9時～

郷土芸能、文化芸能などが多彩に繰り広げられます。ゲスト/林田麻友子(歌手)
三原町表彰

◎文化展

中央公民館他
11月1日～3日

三原大学講座生作品、

文化サークル作品、一般公募作品の展示

※一般作品の申し込みは、10月10日(日)まで。

ふるさとの味コーナー
11月3日

人形浄瑠璃資料館
小中学校児童生徒徒絵画・習字・家庭・技術

作品展示/11月1日～17日

図書館ロビー
盆裁展/11月1日～3日

市区公民館
お茶席コーナー/11月3日

中央公民館前駐車場
菊花展・菊人形/10月31日～11月11日

舞踏団の ホストファミリー募集

文化芸能祭の前夜祭(11月2日)では、平成13年度と同じく、台湾蘭陽舞踏団による華麗で愛らしい踊りを予定しています。公演を主催する三原町と西淡町では、舞踏団の少女たち19人を受け入れ、主に宿泊のお世話をするホストファミリーを募集します。世界各地で活躍する外国の少女たちと交流し、国際感覚を深めてみませんか。ご協力をお願いします。

これを機会として、台湾のことを学ぶサークルもできています。ぜひご参加を。
◇日程/11月1日(月)～11月4日(木)3泊4日◇受入人数/受入家庭毎に2人程度◇問合せ/三原町中央公民館☎42-0538

ふるさとの昔話 ⑬

ふるさと八木より

槍石の由来

遠い昔のお話。鎌倉時代(一九二〇～一三三三)のことです。平貞国の末孫にあたる小栗という武士が福良に住んでいました。豪胆な人で、武芸にすぐれ、とりわけ槍の達人でした。

ある晩、この武士が福良街道(今の国道二十八号線)を西の方、円行寺の川の岸辺に向って歩いていました。昔は街道脇でも人家が少なく、夜ともなれば人家からうす暗い明かりがわずかに漏れてくる程で、暗い夜道を通る人は殆どありませんでした。彼は武芸者ですから、夜道でも猫の目のように見通しがきくような修練を積んでいたのでしょう。右肩に槍を担いで、てくてくと歩いていました。

ところが、ちょうど今の立石あたりに差しかけた時、前の方から提灯をさげて歩いてくる人がありました。近づいて来て提灯の明かりでわかったのです。槍石の明かりでした。

切れ長の美しい眼で、目尻が少し上がり気味で、やや陰のある顔ですが、色白く鼻筋が通って口元がしまり、高貴な感じさえ与えるなかなかの美人です。思わず立ち止まって、その顔をじっと見つめていると、女は

恥ずかしそうにうつむいて、その武士の袖をとり、寄り添うようにして彼と同じ方向に歩き出します。

いくら武骨な武芸者でも、美女に袖をとられ、提灯で暗い夜道を照らしてくれるのですから、悪い気は致しません。多少浮き浮きした気分でも、しばらくは歩きました。

歩きながら、「この女、どこまで同道してくるのだろうか」「それとも、どこかへ案内するつもりだろうか」などいろいろ考えました。

「もしも、一夜の宿など誘われれば、いかが致そう?」「なに、馬鹿なことを考えよって」と苦笑しながら、その美女の横顔に目をやりました。

ところが、なんとあまりにも思いもよらぬことがおこったので「ぎょっ」としました。

女の口は耳の根元まで裂けて、牙のように尖った歯がいくつも並んでいます。頭髪の中には白い角のようなものが見え、いつの間にか美女が鬼女に変身しているのです。

「こやつ、妖怪!退治してくれよう!」呻くような声を出しながら、担いでいた槍を両手に持ちかえました。さすがは、武芸者。鬼女のようなものに槍の穂先を使えば、槍が汚れるとも思ったのでしよう。槍の石突(穂の反対の柄の先に着いている金具)で仕留めようとしまし

た。

鬼女は、とっさに持っていた提灯を放り投げ逃げ出します。地面で燃え上がる提灯の明かりで、鬼女を追いかけ、槍をしごいてその背中を目がけて「えいっ」とばかり突きだしました。手ごたえがあったかと思いましたが、なにか、「かちん」と固い物に突き当たったような音がするので不思議に思っ近づいて調べてみると、それは鬼女でなくて、真っ直ぐ立った大きな石でした。

「さては、取り逃がしたか。いや、確かに仕留めたはずだが!」武士はつぶやきました。鬼女は、その石を楯にして姿をくらましたのか、それとも、死んで石に化身してしまったのか、しばらく魂がぬけたようにぼんやり石のそばに立っていました。

土地の人びとはこの石を「槍石」と呼び、この村をこの石にちなんで「立石村」と名づけたということです。今も立石の国道脇に立つ槍石には、槍の傷跡がはっきりと残っています。



立石交差点近くに立つ槍石



CNA通信
ケーブルネットワーク淡路
☎43-2345

**☆伝送路の
修繕工事について**

八月から九月にかけて淡路島を襲った台風被害により、広範囲な停電事故や伝送路設備の切断事故等が相次ぎました。ご不便をおかけした皆様に、お詫び申し上げます。

一部の伝送路施設については、部材交換が必要な箇所があるため、修繕工事が必要となります。工事の方法は、増幅器の点検修理・ケーブルの張替え等です。数分から数十分の停波をお願いする場合があります。なお、この工事は、関係する地域の皆様のご利用が集中する時間帯を避け、事前に3チャンネル及び告知放送にてお知らせをしております。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いいたします。

☆『今日の料理』と『趣味の園芸』を放送！

十月の午後八時台は、『今日の料理』（午後八時から三十分間）と『趣味の園芸』（午後八

時三十分から三十分間）を週替わりで放送します。

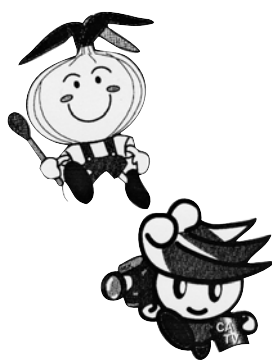
『今日の料理』はクッキングの楽しさを、『趣味の園芸』は植物を育てる楽しさを学ぶ番組です。放送予定は、十月一日（金）から二十八日（木）までの午後八時から三十分間です。

**☆誕生月のお子さんの
写真を募集します。**

お子様写真を紹介するコーナー『さんさんキッズ』。今月は十一月生まれ（平成十三年）の十五年の十一月生まれのお子さんの写真を募集します。締切りは十月二十日（水）です。

くわしくは、3チャンネルのさんさんキッズ案内をご覧ください。また、ご応募いただいた写真の返却はできませんので、予めご了承ください。

さんさんネットの
電話番号は
43-2345
です。



10月の活動案内

| 名称 | 活動内容案内 | 日時 | 場所 | 用意する物 | 備考 |
|---|--|---|--|---|--------------------|
| なかよし広場 | 自由あそび | 5日・12日・19日・26日(火) 10時～12時 | 働く婦人の家2階 軽運動場 | 汗拭き お茶 | |
| 交流活動 八木保育所との交流 | お芋競争 八木公民館集合 9時45分集合 時間厳守 | 14日(木) 10時～ 11時30分 | 八木保育所 園庭 | 汗拭き お茶 帽子 | 申し込み 8日 25組 |
| わくわく活動 | ちびっこ フェスティバル 一宮町文化会館 現地集合 | 15日(金) 10時～15時 | 淡路文化 会館 | 参加費 ¥100 弁当 お茶 帽子 | 申し込み 5日 5日 |
| 家族の ふれあい体験 パート3 お話と子どもの 成長記録講習会 | No.1ビデオ/ 写真の写し方 講座 No.2父親の子 育て講演 小崎恭弘先生 | 16日(土) 13時30分～ 15時 時間厳守 | 西淡町 町民 センター 集会室 | | 申し込み 12日 6日 |
| 交流活動 | 商工会ふれあい カーニバル・フ リーマーケット | 24日(日) 10時～15時 | 健康広場 駐車場 | | 申し込み 5日 27アス |
| わくわく活動 親子バス遠足 | 親子で お出かけ!! | 29日(金) 8時50分～ 16時 健康広場 駐車場 8時50分集合 | 徳島県立 あすたむ らんど | 大人 ¥1800 子ども ¥700 水筒・弁 当・敷物 親が必要と 思うもの | 申し込み 12日 25組 |
| 自主活動 | アップル ネバーランド ラビぞう たんぼぼクラブ | 8・22日午後～ 1日・19日 20日・27日 8日・22日 | ※時間を確かめてお越し下さい。 ※申し込みが終わった後欠席する場合は必ずご連絡下さい。 | | |



子育て学習センター
☎42-7703

実りの秋です。好き嫌いなく旬のものを食べて風邪をひかない元気な身体を作りましょう。今月は、お話と子どもの成長

記録講習会を予定しています。お父さんの出番ですよ。お父さんの立場からの子育ての話と、子どもを上手に撮影するための初級技術講習会です。西淡町民センターで開催します。角度の違う関わりは、子どもの視野を広げます。お母さんや祖父母の方の参加もお待ちしております。



親子プール遊び体験 9月9日

新着図書のお知らせ

三原町図書館 ☎42-5130
9:30~19:00
(日・祝祭日は17:00まで)

時代を変えた女たち

堂門 冬二／著 (潮出版社)



彼女たちは、平和を願い、強く生きた！小野小町、紫式部、静御前、春日局ほか16人の強き女性を紹介する。

経済がよくわかるコンビニ大図鑑

PHP研究所／編 (PHP研究所)



コンビニには全部で何種類の商品がある？商品を運ぶトラックは1日に何台やってくる？コンビニ徹底解剖！

それからどうなる 我が老後

佐藤 愛子／著 (文芸春秋)

キライなものは嫌い、筋が通らぬことは許せない。齢八十、気概と気合で日々を過ごす著者の過激で愉快的なエッセイ。



さよならの日までに

宮川 ひろ／作 (ポプラ社)

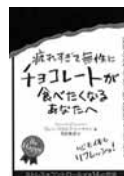
3年1組の友也が急に転校することになりました。クラスみんなは、さよならの日に向けて、思い出をいっぱい作ることを決めました。



疲れすぎて無性にチョコレートが食べたくなるあなたへ

カレン・スカルフ・リーナメン／著 (中経出版)

不安なときや憂うつなときに「チョコレートがわたしを呼んでいる」と感じたことはありませんか？ストレスをコントロールする方法を紹介。



ライオンのしごと

あべ 弘士／絵 (偕成社)



草原で裁判がはじまります。訴えられたのはライオンのお母さん。ヌーの子は、ライオンにお母さんが殺され、食べられたといいました。ライオンに罪はあるのでしょうか？

一般書

「男を口説ける男」が女にモテる……中谷彰宏
ヴェネツィアの恋文…アンドレア・ディ・ロピラント
バグダッド・バーニング……リバーベンド
出したらしまえない人へ……荒井有里
暮らしを楽しむリサイクル雑貨…日本ヴォーグ社
熱帯……佐藤哲也
男の始末……藤堂志津子

児童書

親子で学ぶ経済ってなに？…ニコラウス・ピーパー
こんなにかわいい！熱帯魚の飼ひ方・育て方…勝田正志
アツというまにさかあがりできたよ…下山真二
きょうのおやつはおぼけケーキ♪…むらいかよ
真夜中の飛行……リタ・マーフィー
カバくんのおしり……ディディエ・レヴィ
がっこうでトイレにいけるかな？…村上八千世

10月図書館カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| ③ | ④ | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| ⑩ | 11 | ⑫ | 13 | 14 | 15 | 16 |
| ⑰ | ⑱ | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| ⑳ | ㉑ | 26 | 27 | 28 | ㉒ | 30 |
| ㉓ | | | | | | |

●はお休み ○はおはなし会(ご2:00~)

お知らせ

☆そのほかの新刊は、図書館カウンター前の利用者端末パソコンで、ご覧になれます。
☆図書館では、町外(淡路島内在住者、三原町内在勤在学者)の方にも貸出しています。
☆利用者登録をされている方で、住所・勤務先等に変更のある場合は、届け出をしてください。



10月の展示

資料館だより

三原町淡路人形浄瑠璃資料館

10時~17時
(月曜・祝日の翌日・年末年始休館)

大展示室

「淡路人形浄瑠璃名場面」

次の外題の人形を展示しています。

☆いちのたにふたばぐんきにだんめなか すまのうらくみうち 四体
☆一谷嫩軍記二段目中 須磨浦組討の段 四体

☆傾城阿波鳴門 順礼歌の段 二体(仮設野掛け舞台)

特別展示室

「淡路人形頭作品展」

十一月三日(水)まで

三原コミュニティ・カレッジ「木偶づくり講座」
生二十一名の作品三十九点を展示しています。

第二展示室

「淡路人形絵画展」

十月二十四日(日)まで

淡路人形写真生会の作品を中心に、一般及び高校生二十六名の絵画三十七点を展示しています。



初菊と信夫



須磨浦組討の段 平敦盛

知らせ

「あわじオープンガーデン」参加ガーテナー募集

オープンガーデンは、自宅の庭を一般に開放し、花壇や鉢植えの花木を楽しんでもらうもので、来春の参加者を募集します。

◇開催日時／5月21・22日10時～16時◇募集対象／ガーデニングに興味のある方◇募集数／60軒程度◇募集期間／10月1日～11月30日◇申込方法／住所、氏名、連絡先、庭の特徴を記入し、郵送、ファクス、メールであわじオープンガーデン事務局〒656-0474三原町市630-28090-8984-7024(賀集)ファクス42-6457メール:kashu@silver.ocn.ne.jp

老人大学うすしお学園公開講演

◇とき／10月13日(水)13時30分◇ところ／三原町中央公民館大ホール◇講師／阪神淡路大震災記念協会理事長(前兵庫県知事)貝原俊民氏◇演題／美しい兵庫を目指して◇入場無料、当日受付◇問合せ／三原郡町村会☎42-0056

「走る県民教室」募集

兵庫県では、県内の施設等の見学を通じて、県政についての理解を深めていただくことを目的に「走る県民教室」を実施し、バス借上げ費用の一部を負担しています。

【利用できる団体】自治会、高齢者、女性、青少年等の地域団体等(20名以上)。ただし、宗教、政治、営利目的の団体、地方公共団体や企業、学校は除く。

【利用条件】①県の施設を2ヶ所以上、又は県と市町の施設をそれぞれ1ヶ所以上見学すること。1施設あたりの見学所要時間は、概ね40分以上。②貸切バス(マイクロバスも可)を使用すること。レンタカーは除く。③県内1日、または1泊2日(島外宿泊)コースであること。(県外に出る場合は、対象外)複数台数の利用も可能。

【負担額】バス借上げ費用(税抜)の1/2を負担。1日コースは1台につき5万円、1泊2日コースは1台につき10万円限度。

【申込期間】11月29日～12月10日(見学日17年1月1日～3月31日)

【申込方法】バス会社と打合せ後、申込団体代表者等が「走る県民教室参加申込書」にバス会社等発行の見積書と行程表を添付し下記へ申し込み。申込み多数の場合は抽選。電話での申込は不可。

【受付・問合せ】淡路県民局企画調整部調整課☎26-2009

平成17年成人式 三原町出身の方は出席できます

◇とき／平成17年1月3日(月)13時～受付◇ところ／三原町中央公民館◇内容／式典・記念写真・思い出のビデオ上映◇学業、就職などのため三原町から住所を移している方は、下記へご連絡ください。案内状を送付いたします。◇問合せ／教育委員会社会教育課☎42-6136

兵庫県最低賃金

平成16年9月30日から時間額676円
この最低賃金は、兵庫県内で雇用される、パート、アルバイト等を含めたすべての労働者に適用されます。ただし、業種によっては『産業別最低賃金』が適用されますのでご注意ください。問合せ／兵庫労働局基準部賃金課☎078-367-9154

三原町商工ふれあいカーニバル 10月24日(日)AM9:00～ 健康広場

change change change 懸賞くじ 10月1日からスタート
三原町内のふれあいカーニバル協賛事業所でお買物やサービスを受けカーニバル当日に来ると豪華景品が当たるかも!!

三原町 等身大紙相撲大会

賞金総額30万円
みんなで楽しく商売してみませんか?
フリーマーケット

※問合せ…三原町商工会青年部☎42-4721

第15回 四実業団連盟(中部・北陸・関西・中国)合同

淡路島女子駅伝競走大会

11月3日(祝)

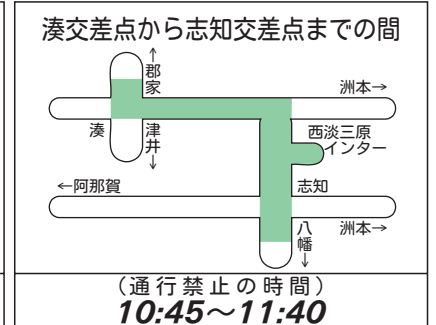
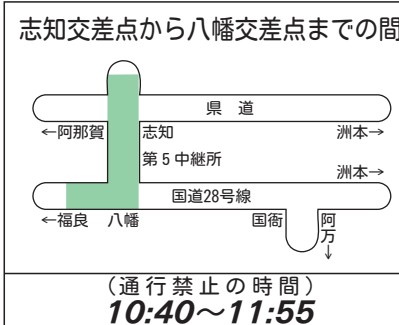
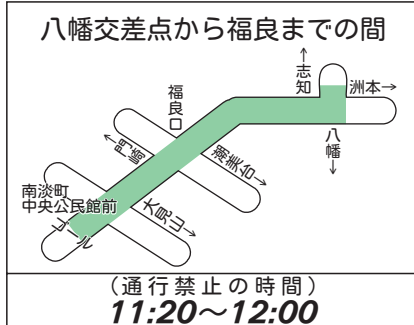
実行委員会☎24-4770

津名町から南淡町までの6区間 42.195キロメートル

午前9時30分しづかホールスタート!

三原町志知小学校前通過予定は午前11時25分～11時40分の間。沿道で選手にご声援ください!

交通規制にご協力



通行禁止の時間は、駅伝競走の進行によって変わることがあります。交通整理の警察官の指示に従ってください。

大切な契約書や遺言書などは公正証書に

10月1日～7日は公正週間

重要な取引をしたり遺言を残したりするときは、トラブル防止のため公正証書の作成をお勧めします。公正証書に関するお問い合わせは、洲本公正役場 ☎24-3454、法務局洲本支局 ☎22-0497へ、相談は無料です。

募集・お

休日診療 今月の当番医

| 診療日 | 昼間9時～16時30分 | 夜間19時～22時30分 |
|--------|-------------|--------------|
| 10月3日 | 赤池賢次郎 医師 | 日笠 久美 医師 |
| 10月10日 | 村野 謙一 医師 | 橋田 友孝 医師 |
| 10月11日 | 大鐘 稔彦 医師 | 馬部 樹也 医師 |
| 10月17日 | 大森 弘之 医師 | 福田 郁夫 医師 |
| 10月24日 | 穀内 勇夫 医師 | 福原 正博 医師 |
| 10月31日 | 後藤 幸 医師 | 渡辺 優 医師 |

※休日診療所の受付時間は、昼間が午前9時から11時30分・午後1時から4時30分まで、夜間が午後7時から午後10時30分までとなっています。

◇連絡先 三原郡休日診療所 ☎53-1536

時間外診療病院の案内

| 当番日 | 病院名 | 住所 | 電話番号 |
|------|----------|-----------|---------|
| 月 | 平成病院 | 三原町八木養宜中 | 42-5335 |
| 火 | 平成病院 | 三原町八木養宜中 | 42-5335 |
| | 八木病院 | 三原町八木天野寺内 | 42-6188 |
| 水 | 中林病院 | 三原町神代国衙 | 42-6200 |
| | 南淡路病院 | 南淡町賀集福井 | 53-1553 |
| 木 | 翠鳳第一病院 | 緑町広田広田 | 45-0099 |
| 金 | 中林病院 | 三原町神代国衙 | 42-6200 |
| 土 | 翠鳳第一病院 | 緑町広田広田 | 45-0099 |
| 日(祝) | 三原郡休日診療所 | 南淡町賀集八幡 | 53-1536 |

※診療時間帯は、平日は午後6時から午後11時まで、土曜日は午後1時から午後11時まで。(ただし、三原郡休日診療所で診療が行われている休日等は除きます。)

広報キーワードクイズ 災害に備え 三原町〇〇訓練を実施

☆解き方/〇のところに文字を入れてください。☆応募方法/(1)キーワード(2)住所・氏名(3)記事への感想や意見、役場の仕事に関すること、ひとりごと、イラストなどお書き下さい。☆送り先/〒656-0492三原町役場広報みはらクイズ係▽ファックス ☎42-6007▽電子メール mihara@town.mihara.hyogo.jp ☆締切/10月15日(金)消印有効☆プレゼント/正解者の中から抽選で10名に賞品を進呈☆当選者の発表/賞品の発送に代えます。

環境にやさしい買物運動キャンペーン中

環境にやさしい買物運動推進委員会及び兵庫県が、店舗や自治体などと連携して「環境にやさしい買物キャンペーン」を展開します。みなさんもこの機会に「環境に配慮した買物」をしましょう。期間/10月1日～31日

環境にやさしい買物とは…

①必要性を考えて購入しましょう②環境負担の小さい商品を選びましょう③買物袋を持参しましょう④環境にやさしい商品の販売に熱心なお店で買きましょう⑤過大・過剰包装は断りましょう◇問合せは兵庫県環境政策課 ☎078-362-3156

平成16年11月1日より家畜ふん尿の適正な処理が義務付けられます

11月1日から、「家畜排せつ物の管理の適正化及び利用の促進に関する法律」いわゆる「家畜排せつ物法」が本格施行されます。堆肥舎などのふん尿処理施設を設置し、ふん尿の野積みや素掘りなどを解消することとなっています。

管理基準が適用される家畜飼養規模は①牛:10頭以上(6ヶ月齢以上) 繁殖牛経営は育成のみ適用②豚:100頭以上(6ヶ月齢以上)

兵庫県特定不妊治療費助成のお知らせ

兵庫県では、体外受精及び顕微受精を指定医療機関でうけられた夫婦に対し、治療費を助成します。

◇対象/平成16年4月1日以降に治療を始めた方◇申請期間/治療を終了した日から3ヶ月以内に申請。ただし、6月末までに治療を終了した方は10月末まで申請可能◇問合せ/三原健康福祉事務所健康課 ☎52-0099

肥料の硝安は危険物です

白菜栽培等で使用される硝酸アンモニア(硝安)は消防法上危険物に該当します。

本年4月北朝鮮竜川駅での列車爆発事故の際列車に積載されていたのが硝安です。硝安はそれ自体は燃えませんが、使用・保管方法を誤ると火災・爆発を引き起こす危険性がありますので、使用・保管される場合には、袋等に記載されている注意事項を必ず遵守し事故のないようにしましょう!!また、200キログラム以上を保管される場合には、火災予防条例の規制を受け、消防署に届出が必要となります。こんな場合には消防署にご相談ください。

問合せ/淡路広域消防本部予防課 ☎24-2410

緑条例の区域等を見直します!

淡路県民局では、適正な土地利用の誘導と淡路らしい風景や緑の保全と創造のために「緑豊かな地域環境の形成に関する条例(緑条例)」に基づく環境形成区域などの見直しを進めてきましたが、この度、見直しの素案がまとまりましたので、その内容について、県民の皆さんからご意見を募集します。◆概要はホームページからもご覧頂けます。http://web.pref.hyogo.jp/awaji/◆区域区分図の閲覧場所/淡路県民局県土整備部まちづくり課・三原町企画室◆ご意見の提出方法=期間/10月18日(月)～11月8日(月)・提出先/淡路県民局まちづくり課 郵送:〒656-0021洲本市塩屋2-4-5 FAX:0799-24-4513 E-mail:awajikd@pref.hyogo.jp・提出様式は自由ですが、意見と併せて、住所と氏名を記入してください。

今月の保健師ノート

前田志緒理
保健師

お問合せ・申込／三原町保健センター
☎42-7579

健診結果を生かして生活改善！ ～病態別教室の案内～

8月の町ぐるみ住民健診では、多くの方が受診されました。結果はいかがでしたか？

健診結果は皆さん自身の健康の履歴書です。「太ってきた」「血圧が高め」「血糖値が気になる」など自分のウイークポイントを見つけたら、さっそく生活改善に取り組みましょう。

生活習慣病は、ある日突然病気になるというものではありません。日々の生活習慣の繰り返しが病気になりやすい原因を作っていくのです。そして、本人に全く自覚症状がないまま進行し、気がついたらいつの間にか重症！ということが多いのです。

健診で異常を指摘された人はもちろん、今回の基準値内だった人も安心はできません。高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病は早め早めの対応がカギを握っています。自分の状態にあわせた対策をとることが大切です。健診結果は病気の早期発見治療に加え、病気になりにくいからだづくりにも生かすことが大切です。

三原町保健センターでは、医師による病態説明・健診結果の見方についての病態別教室を行いますのでぜひご参加ください。

| 病態別教室 | 時間 | テーマ |
|-----------|--------|--------|
| 10月8日(金) | 14:00～ | 生活習慣肥満 |
| 10月14日(木) | 14:00～ | 高脂血症 |
| 10月15日(金) | 14:00～ | 肝機能障害 |
| 10月21日(木) | 14:00～ | 高血糖 |

高齢者に対するインフルエンザ 予防接種の実施について

満65歳以上の方を対象にインフルエンザ予防接種を実施します。

インフルエンザは、流行すると普通のかぜにくらべて気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのが特徴です。予防には、流行前の10～12月に予防接種をうけることです。接種希望の方は、下記によりお申し込み下さい。

- 対象者／三原町民で満65歳以上の方（S14.12.31生迄）
- 個人負担金／1,000円（接種時に医療機関にて支払）
- 接種期間／12月末日まで（年末は特にご注意ください）
- 接種場所／三原郡及び洲本市内のインフルエンザ個別接種受託医療機関（要予約）
- 申込方法／11月30日(火)までに健康保険証を持参して保健センターへ申し込み下さい。窓口にて、助成券（接種券）をお渡しします。

【申込・お問合せ先】三原町保健センター ☎42-7579

栄養と料理のコーナー



食生活改善教室 歯周病を予防しましょう

よく噛んでビタミンC・カルシウムをしっかり摂りましょう

写真：豚肉とキャベツの炒め物
根菜のサラダ・グレープフルーツのおろし和え

豚肉とキャベツの炒め物 [2人分]

豚肉……………100g
酒……………小さじ2
塩……………少々
キャベツ……………140g
ピーマン……………2個
人参……………20g
トウバンジャン……………適量
ごま油……………小さじ1
味噌……………小さじ2
砂糖……………小さじ2
しょうゆ……………小さじ1
酒……………小さじ2
片栗粉……………小さじ1

- ①豚肉は4～5cmに切り、酒と塩をふり、よく混ぜる。
- ②キャベツは5cm角、ピーマンは4つ切りにする。
- ③ボウルに調味料を合わせる。
- ④フライパンにごま油を熱し、トウバンジャンを入れて豚肉を加える。豚肉が白っぽくなってきたらキャベツとピーマンを加え炒める。調味料を加えて、手早く炒める。

1人分のエネルギー 194kcal・カルシウム37mg
ビタミンC50mg・塩分1.8g

10月保健センター行事予定

| 日 | 時間 | 内容 |
|-------|--------|--------------------|
| 1(金) | 9:00～ | 町ぐるみ健診結果相談 |
| 4(月) | 9:00～ | 健康相談 |
| | 13:30～ | 転ばぬ教室 |
| | 13:30～ | リハビリ教室 |
| 5(火) | 10:00～ | 乳幼児栄養教室 |
| | 13:00～ | 1歳6ヵ月児健診 |
| 6(水) | 9:00～ | 町ぐるみ健診結果相談 |
| 7(木) | 9:00～ | 町ぐるみ健診結果相談 |
| | 14:15～ | 体ほぐし体操教室 |
| 8(金) | 9:00～ | 町ぐるみ健診結果相談 |
| | 14:00～ | 病態別教室（生活習慣肥満） |
| 13(水) | 13:15～ | 予防接種 二種混合(榎列小・市小) |
| 14(木) | 14:00～ | 病態別教室（高脂血症） |
| | 14:00～ | さんゆ〜館健康相談 |
| 15(金) | 14:00～ | 病態別教室（肝機能障害） |
| 18(月) | 9:00～ | 健康相談 |
| | 14:00～ | お達者教室 |
| 19(火) | 10:00～ | 食生活改善教室 |
| | 13:00～ | 4ヵ月児健診 |
| | 13:00～ | 10ヵ月児健診 |
| 20(水) | 13:00～ | つよい歯だいすき健診 |
| 21(木) | 14:00～ | 病態別教室（高血糖） |
| | 14:15～ | 体ほぐし体操教室 |
| 22(金) | 13:15～ | 予防接種 二種混合(八木小・神代小) |
| 28(木) | 13:15～ | 予防接種 二種混合(志知小) |
| | 14:00～ | さんゆ〜館健康相談 |