

広報  
おおさき  
かみじま

みんなでつくるまちの情報紙

# 大崎上島

©sakikamijima

2019  
Jan. 01  
vol.190

02 / 新春を迎えて

03 / 特集：野良猫からの問題提起

06 / 申告準備はお早めに



人口と世帯（11月末現在）

人口 7,547人（△26）【男性：3,728人（△12）女性：3,819人（△14）】  
世帯数 4,245世帯

（ ）内は前月比



# あけましておめでとうございます

## 新春を迎えて

新年明けましておめでとうございます。  
います。

町民の皆様には輝かしい新春をお迎えのことと心からお喜びを申し上げます。

今年は、平成最後の年であるとともに、新しい元号が始まる年です。私たちの生活は、何も変わりませんが、時代の流れの節目と捉え、気持ちを新たにしてスタートの年としたいと思います。

さて、本年は広島県立広島叡智学園が4月に開校します。どのような生徒が入学してくるのか、どのような学校なのか、多くの方が注目されていると思います。地域と学校の交流が活発に行われ、町の活性化につながる学校となることを期待しています。町民の皆様

も暖かく見守っていただければ、と念願しています。

大崎上島町は、現在、高齢化率が約48%で二人に一人が65歳以上と高齢化の町となっています。人生100年の時代がくるといわれており、老後の人生は長くなってきました。この長い人生を健康で過ごすことが大きな課題です。

町では、この度、健康ポイント事業を始めることとしました。

この事業は、皆さんが百歳体操やサロン、グラウンドゴルフなどの健康に資する事業や各種検診並びに健康に関する講演会などへ参加した場合ポイントが付与され、ポイントに応じておと姫カードが貰える事業です。詳細は後日お知



らせします。多くの方に、この事業に参加していただき、健康で生き生きと有意義な人生を送っていただければ幸いです。私事ですが、朝と就寝前に合計40分ほどストレッチと軽い筋トレを行っています。健康あつての人生です。皆さん、この事業に参加してください。今年1年がすばらしい年となりますよう、お祈り申し上げます。

(大崎上島町長 高田幸典)

特集

# 野良猫からの問題提起

“かわいいから、つい” 野良でかわいいそうだから”

“お腹がすいているだろうから”

そう思つて野良猫に餌を与えていませんか？その行為の根底は、優しさなのかもしれませんが、餌やりをきっかけに野良猫が増え、トラブルが発生するケースが少なくありません。野良猫たちにとって何が本当に良いのか。考えたことはありますか？

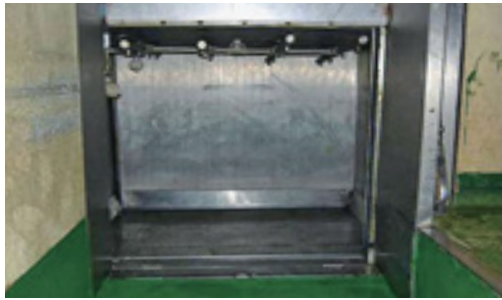
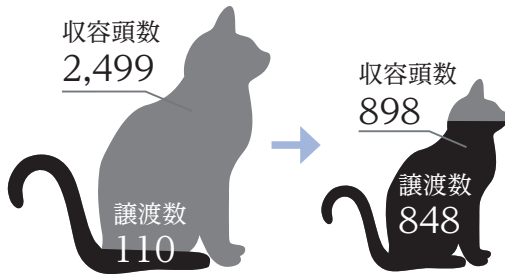




## 県動物愛護センター猫収容数・譲渡数

平成 25 年度

平成 29 年度



平成 28 年から機械による殺処分は行われていない。これからも稼働させないためには。

## 野良猫の餌やり ココが問題！

野良猫に  
餌をあげると…

野良猫が増加する

栄養が付いた野良猫は、通常よりも発情回数が多くなり、一度にたくさんの子猫を産みます。また、餌を求めて、他の地域から野良猫が移ってくることもあります。



生活環境が悪化

鳴き声やふん尿など、野良猫による被害だけでなく、放置された餌がゴミになり、不衛生になるおそれがあります。

野良猫自身も被害に

野良猫が増えると、縄張り争いなどのケンカによる負傷、感染症や交通事故が起こる確率が高くなります。

**収容される野良猫たちの現状**  
昨年度、広島県動物愛護センターに引き取られた猫のうち、約8割が野良猫で、そのほとんどが子猫でした。不妊手術を受けていない野良猫がたくさんの子猫を産み、そして産まれて間もない子猫たちは動物愛護センターに持ち込まれます。

かつて広島県の犬猫殺処分数は全国ワースト1でした。これまで数多くの命が奪われてきましたが、現在は、県動物愛護センターの殺処分の対象となる犬猫たちは動物愛護団体に譲渡されているため、殺処分機による処分は行われていません。しかし、愛護団体が保護できる頭数

にも限度があります。いつか限界を迎えたとき、殺処分機が稼働する可能性もあるのです。今の状況を維持するためには、収容される野良猫の頭数を減らすことが大切です。

**減らない野良猫たち**  
なぜ野良猫はなかなか減らないのでしょうか。様々な要因が考えられますが、猫の生態的特徴によるものが大きいとされています。猫は生まれた翌年には繁殖できるようになり、計算上では、1頭のメス猫から2年で80頭に増えるとされるほど繁殖効率が高い動物です。人間の介入がない限り、減ることはありません。

**捕まえられる理由**  
しかし、「野良猫に悩まされている。捕まえて欲しい」という要望には応えることができません。野良猫の場合は、「狂犬病予防法」に基づいて行政職員が捕まえることができますが、野良猫は法的根拠がありません。また、猫は「動物の愛護及び管理に関する法律」により、みだりに殺したり傷つけたりすることは禁じられています。行政職員は、基本的に野良猫を捕まえることができないのです。

では、野良猫たちを減らすためには、どのような対策を行えばいいのでしょうか？

**町内でも、野良猫が引き起こす様々な問題に悩まされている地域があります。**  
ある地域では、空き家にたくさん野良猫が住み着いてしまい、周囲の生活環境に影響を与えています。その地域の方々にお話を聞くと、

- ・玄関先や庭にふんをされる
- ・夜中、猫の鳴き声がうるさくて眠れない
- ・車に傷をつけられた
- ・野良猫が家に入ってきて困った
- ・だれかが置いて行った餌が不衛生
- ・猫が苦手で、生活が困る

など様々な被害を受けています。無責任に餌を与え続けた結果、野良猫が増え、多くの地域住民が困っています。しかし、野良猫を減らすためには長い時間が必要となります。家の周りからすぐに野良猫を追ひ払うためには、猫よけグッズで対策をするほかありません。





知っていますか？

## 地域猫活動



不妊去勢手術を受けた野良猫は目印として耳先をカットする。

これまで野良猫によるトラブルは、餌を与えないよう注意し敷地内へ侵入させないように自衛で忌避対策を行うなど、地域から排除することを前提としていました。しかし、これでは根本的な解決には至りません。そこで、新たな対策として注目されているのが、地域猫活動です。

数も減らしていこう、という取り組みです。最初に地域猫活動を行ったのは、横浜市のある地域でした。当時は、野良猫問題による住民間でのトラブルや苦情が絶えなかったといえます。そこで、猫を守りたい住民と猫による迷惑をなくしたい住民の双方が納得できる解決策として、地域猫活動のガイドラインが策定されました。現在、地域猫活動は、国も推進しており、人と猫が共生していくための有効な手段だと考えられています。

## 地域猫活動の流れ

### 活動グループ結成

地域猫活動に賛同した地域住民でグループを作る。必要に応じ、地域住民に活動内容を説明したり、回覧板で周知する。

### ルール作り

餌を与える場所や与える人、猫のトイレの設置場所や清掃などの管理をする人を決める。

### 実態の把握

餌を食べにくる猫の頭数とその猫に所有者がいないことを確認し、その猫たちを地域猫とする。

### 毎日の飼育管理

ルールに基づき、給餌や糞尿の処理、適宜清掃などを行う。

### 不妊去勢手術の実施

不妊去勢手術を実施し、地域猫として管理する。

飼い主の方は…

## 責任を持って正しい飼育を

飼い猫が野良化するケースもあります



### 不妊去勢手術をしましょう

猫は交尾をするとほぼ 100% 妊娠し、たくさん子を産みます。飼い猫が出産した場合、責任を持てますか？また、手術することで、発情期の大きな鳴き声や尿の臭いが軽減され、性格が穏やかになるといわれています。

### 屋内で飼育しましょう。

放し飼いにより、近隣住民がふん尿などの被害を受けるなど、トラブルになることがあります。また、感染症にかかるリスクや交通事故に合う危険性もあります。

### 首輪をつけて飼育しましょう。

室内飼いでも、何かのタイミングで猫が脱走し、迷子になるかもしれません。身元が分かるよう、首輪をすることも大切です。

動物愛護センターに引き取られた猫のうち、約 8 割が野良猫ということは、残りは飼い主自身が動物愛護センターに持ちこんでいるということ。アレルギーの発症や引っ越し、思わぬ子猫の出産など飼育が困難になる事情は様々にありますが、飼育放棄をしていい理由にはなりません。一度飼うと決めたら、愛情と責任を持って終生飼養しましょう。どうしても飼えなくなった場合、譲渡先を探すのが飼い主の責任です。

※終生飼養…命を終えるまで飼育すること

昨年度、全国では 3 万 4 千頭の猫が殺処分されました。殺処分の頭数は年々減ってはいるものの、まだまだ多くの命が失われています。不幸な野良猫たちを少しでも減らすためには、人と野良猫が共生できる環境をつくるのが大切です。また、猫を飼っている人・飼いたいと思っている人は、絶対に飼育放棄をしないよう、責任を持って終生飼養しましょう。

図保健衛生課 環境衛生係  
62・0303

野良猫からの  
問題提起  
完





# 申告準備はお早めに

平成30年分所得税の確定申告と平成31年度分住民税（町県民税）の申告の相談・受付は、2月18日（月）から3月15日（金）までです。この日程以外の日には申告を希望する方は、竹原税務署で申告をしてください。

町内の申告会場などの詳しい内容については、2月号でお知らせします。☎住民課税務係 65-3114

## 申告に必要なもの

1

### 本人確認書類

マイナンバーカード（顔写真・ICチップ付き）

※マイナンバーカードを持っていない方は個人番号確認書類と身元確認書類をお持ちください。

どれか1つ

### 個人番号確認書類

・マイナンバー通知カード  
・マイナンバーが記載された住民票の写しまたは住民票記載事項証明書など

どれか1つ

### 身元確認書類

・運転免許証 ・パスポート  
・公的医療保険の被保険者証  
・在留カード  
・身体障害者手帳など

2

### 印鑑

3

### 収入金額が分かる書類

源泉徴収票（給与・報酬・年金・恩給など）、生命保険等満期支払通知書、個人年金などの支払通知書など

4

申告者本人の預貯金通帳  
所得税の還付申告に必要になります。

5

### 控除を受けるための書類

生命保険、地震保険、損害保険（長期）、社会保険料等の控除証明書、国民年金保険料控除証明書、身体障害者手帳など、障害者控除対象者認定書、医療費の明細書など

※申告会場では、職員による医療費の明細書の作成は行いません。事前に作成してお越しください。

## 税務署による 申告相談

譲渡所得（土地・建物・株など）や特殊な控除（雑損控除、住宅借入金等特別控除など）のある方、または事業所得で収支内訳書が完成していない方、贈与税の申告については、税務署職員による申告相談をご利用ください。

日時 2月26日（火）・27日（水）

9時～15時30分

場所 東野文化センター  
大ホール（本庁2階）

## 平成31年度（平成30年分） 配偶者控除・配偶者特別控除の 改正について

税制改正により、配偶者控除及び配偶者特別控除が見直されました。平成30年1月以降の所得に適用され、平成30年分所得税及び平成31年度分町県民税から反映されます。

下かつ、配偶者の合計所得金額が38万円を超えて85万円以下の場合、従来の配偶者控除と同額の所得控除が受けられるようになりました。

配偶者控除について  
納税義務者（扶養者）に所得制限が設けられ、合計所得金額が900万円を超えると控除額が減少し、1,000万円を超える場合は適用ができません。

対象となる配偶者の合計所得金額が123万円まで拡大され、それに合わせて控除額が変更されました。また、納税義務者（扶養者）に所得制限が設けられ、合計所得金額が900万円を超えると控除額が減少し、1,000万円を超える場合は適用ができません。



竹原税務署より

## 確定申告のお知らせ

### 自身で作成する場合

国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」をご利用ください。e-Tax 送信または紙に出力して郵送などで提出できます。なお、申告書の住所欄は、必ず番地まで入力・記載してください。

### 電話で相談する場合

確定申告テレフォンセンターをご利用ください。

期間 1月10日(木)～3月15日(金) (土・日・祝日除く)

時間 8時30分～17時

☎ 0846-22-0485 (税務署の代表番号)

※音声案内に従い「0番」を選択。

### 税務署の確定申告会場で相談する場合

期間 2月18日(月)～3月15日(金) (土・日除く)

時間 8時30分～16時

## 平成30年7月豪雨の被害を受けられた方へ

平成30年7月豪雨により住宅や家財などに被害を受けられた方は、雑損控除をはじめとした所得税及び復興特別所得税の軽減などの措置を受けられる場合があります。

雑損控除などの相談には時間を要する場合があります。ご相談いただき、「災害による損失額」を計算することをお勧めします。

相談を希望される方は、事前に相談日時を電話予約のうえ、お越しください。

事前予約先 竹原税務署 調査部門

☎ 0846-22-0516

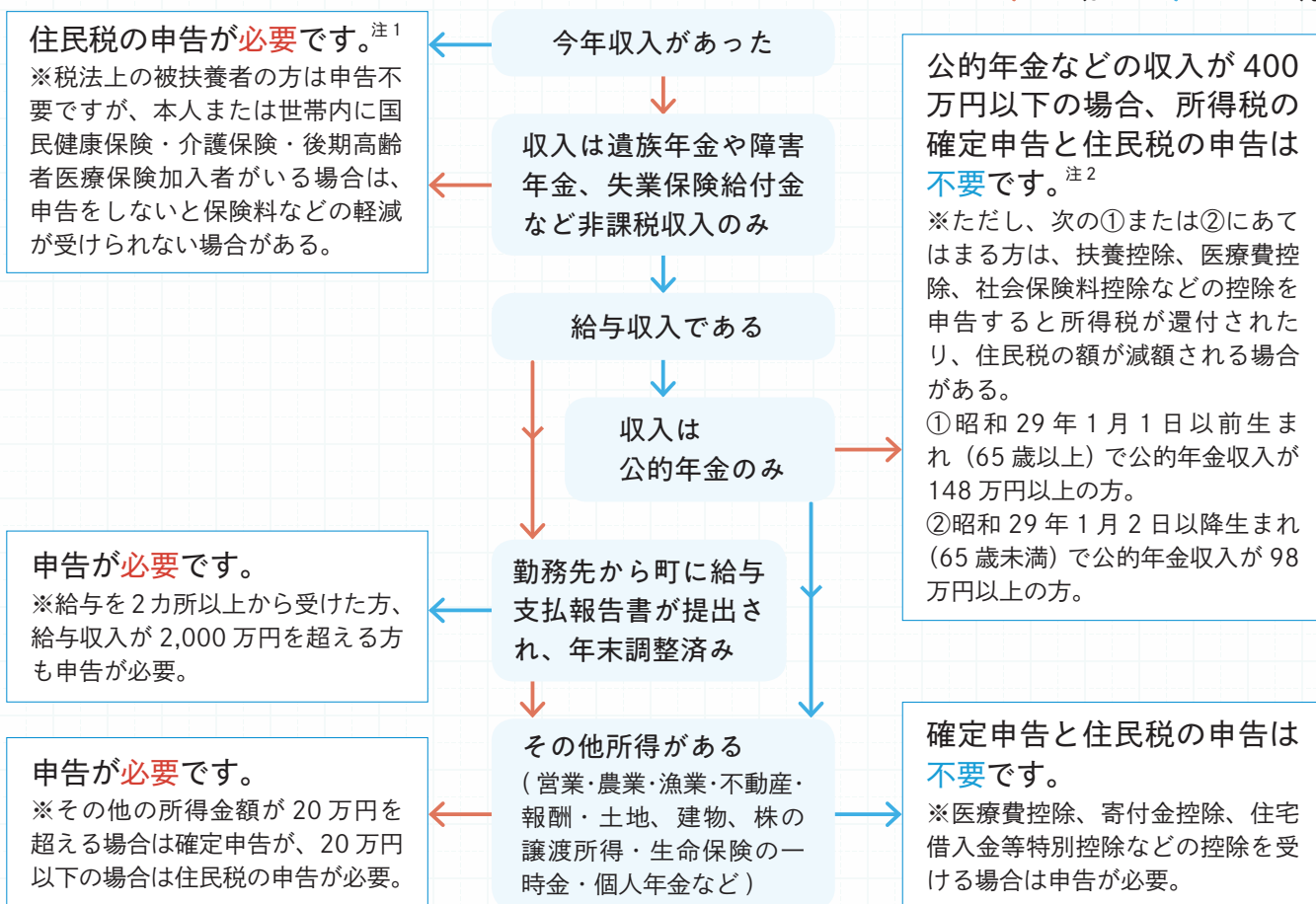
受付時間 8時30分～17時

(土・日・祝日除く)

## 申告確認フローチャート

申告の必要があるかどうか迷ったら、お試しください。

← はい ← いいえ



注1) 収入がない方は、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料及び介護保険料の算定のため、収入がない旨の申告が必要。また、税法上の被扶養者も、所得証明などの証明書が必要な方は申告が必要。

注2) 公的年金の収入金額が400万円以下で、全て源泉徴収の対象となる場合、確定申告は不要。

所得税の還付を受ける場合や住民税の控除を受けるためには申告が必要。

その他不明な点は、住民課税務係へ。(☎ 65-3114)



## 商人体験で町の魅力をPR

10/25

大崎上島中学校の2年生が修学旅行で東京都へ行き、武蔵野市で商人体験を行いました。特産品の販売とともに、町の魅力も宣伝し、たくさんの人に町について知ってもらおうことができました。

アンケートでいただいた感想

・みなさんが大きな声で、ハキハキと自信を持って、自分たちの住んでいる土地の特産物を売っている姿にとても感動しました。私も田舎で育ちましたが大人になったとき、自分たちの住んでいる環境がどれほどすばらしいか感じるようになると思います。幸せのおすそわけありがとうございます。

・生徒のみなさんの対応、とてもすばらしかったです。気持ちよく買い物できました。ありがとうございます。大崎上島、すばらしいところですね。いつか行ってみたいと思います。みなさんが作ったチラシ、とてもすてきでした。

・接客は大きな声でとてもよかったです。大崎上島について知らなかったの、パンフレットをいただいで読ませていただきました。いりこ味噌・醤油・ジャムなど知る機会になりましたので、とてもよい取り組みだと思います。



## 卓球を通して生き活きと

11/17

わいわいスポーツクラブ主催のふれあい卓球教室が西野屋内運動場で開催され、町内の卓球愛好者33名が参加しました。今回は、町外から児玉牧恵さんを招待し、準備運動や基本練習の方法を教わりました。児玉さんが卓球を始めたのは61歳のとき。現在では様々な大会に出場しています。上達の秘訣をお聞きすると、「もっと上達したいという想いが活力になる」と話していました。はつらつとした児玉さんに、参加者が元気をもらった教室となりました。



## 国民体育大会 出場決定

11/20

第74回国民体育大会ゴルフウインド・ゴルフ競技の広島県男女別予選大会がシーパーク大串で行われました。県内各地域から21チーム126名の選手が出場。全24ホールをプレーし、見事男子・女子どちらの部門も大崎上島町のチームが1位となりました。

両チームは、9月14日(土)・15日(日)に茨城県神栖市で開催されるいきいき茨城ゆめ国体にグラウンド・ゴルフ競技の広島県代表として出場します。





## 歯を大切に 標語入選

**11** **8** 歯と口の健康週間にあたり開催された、歯科保健に関する県の標語コンテストで、大崎上島中学校1年生の八崎匠さんと2年生の越智明日香さんの作品が入選し、広島県教育委員会と広島県歯科医師会より表彰されました。また、学校歯科保健優良学校として大崎小学校も表彰を受けました。

標語作品

八崎匠さん作品  
「歯みがきでつかめ未来の健康を」

越智明日香さん作品  
「これからは私は私の歯で生きたい」



## 違いを認め、共に生きる

**12** **8** 町主催の人権文化コンサートが大崎上島文化センター・ホール神峰で開催されました。講師は、歌手など全国でマルチに活躍する玉城ちはるさん。ホストマザーとして、アジア圏の留学生と共に暮らす中で感じたことなど自身の体験を話され、「共生」や「いのち」について考える一日となりました。

また、中学生人権作文コンテストの東広島竹原地区大会で奨励賞を受賞した友松さんによる表彰式と朗読会も合わせて行われました。(原文13ページに掲載)



## ビーチボールバレーで交流深める

**12** **16** 木江地区交通安全協会主催の木江地区交通安全ビーチボールバレー大会が開催されました。本大会は、歳末交通安全運動の一環のイベントとして、交通安全に対する意識向上と地域住民の交流のため、毎年開催されています。

今年は、26チームが参加。大崎小学校と大崎上島中学校の体育館で試合が行われました。どのチームも接戦で、見ごたえのある試合展開が繰り広げられ、今年はチーム「Beers B」が初優勝を収めました。



## クイズを解きながらゴールへ進め

**11** **24** 町子ども会育成連合会主催のふれあいウォークラリーが開催され、24チーム114名が参加しました。参加者は、分かれ道のみが描かれたコース図を手がかりに各所に設置された問題を解きながら進み、問題の正解数と時間得点の合計得点で競い合いました。普段歩かない道や初めて歩く道もあり、新しい発見ができるのもウォークラリーの魅力。ゴール後は、うどんとおにぎりを食べてお腹一杯になりました。

## ALTの English Lesson

## Happy New Year from Us!!

My New Year's Resolution is to stop saying negative words like "impossible", "it's such a bother", and "no way". It's not good for your health to be negative! So I want to stay positive to accomplish a lot this year!

For my New Year's Resolution, I'm going to try to stay more organized. My apartment has been messy for the past year and I want to make and keep it presentable for when guests come over.

My goals for this year are to make the most of my time in Japan by improving my Japanese speaking ability, and to study in order to prepare myself for college when I return to America.

This year, I want to be more physically active. I want to do things like jogging and weightlifting more often.

私の新年の抱負は「無理」や「めんどくさい」や「やだ」などのネガティブ（否定的）な言葉を使わないことです。ネガティブな気分は健康にはダメですよ！だから、ポジティブ（楽観的）になってたくさんのことを果たしたいと思います！（ヤマシロ・タラ 大崎小）



私の新年の抱負は、きちんと整理することです。私のアパートはこの1年間にめちゃめちゃになってしまったので、綺麗にして友だちがいつでも来られるようにしたいと思います。（パドバノ・ニコラス 木江小）



私の目標は日本にいたる間に日本語の会話力をよくすること、アメリカに帰ったら大学院の準備のために勉強することです。（ハサン・ムハモンド 東野小）



今年は積極的に体を動かしたいです。がんばって、ジョギングやウエイトリフティングをしたいと思います。（ブライアン・ティディ 大崎上島中学校）



●北広島町に行ってきました  
9月29日(土)に町の姉妹町である北広島町大朝へ行きました。昨年度のすみれ祭でご縁ができたJA広島北部大朝支店から、生徒の作った陶芸製品の苔ポット50個の注文をいただきました。生徒は1学期から準備を始め、陶芸家の森川さんにご指導を受けながら製作を進めてきました。「町の交流活動にも貢献したい」という思いから、できあがった苔ポットは生徒たちが直接届けに行き、とても貴重な体験となりました。



●第10回さざなみ祭  
12月1日(土)に「さざなみ祭(学習発表会)」を開発総合センターで行いました。高田町長をはじめ、ご来賓・地域の方々・保護者の皆様約40名にご参加いただき、生徒の学習成果を披露しました。中1・中3・高1は今年度実施した宿泊学習や日頃の学習の様子などを、高3は高等部での3年間を振り返り、成長した姿を発表しました。最後に、生徒発案のファッションショーを行い、中3生徒が製作した服や高3生徒がデザインしたオリジナルTシャツを披露するなど、一人一人の個性がきらりと輝く発表に参加者から多くの拍手をいただきました。

## スクリーン レポート

担当

三原特別支援学校大崎分教室



# 学びや育ちをつなぐ幼小連携！

## 3年保育(年少・年中・年長) 木江幼稚園

木江幼稚園は、隣接している木江小学校と定期的に幼小連携を行っています。小学校生活への滑らかな接続のため、園児と児童の交流の場を設けたり、小学校の教師との意見交換や合同行事、教育研究会の参加など連携を図るようにしています。

園児は小学生とかかわることで、遊びの中で人間関係を学んだり、心を育んだりしながら生活や学習の基礎を作っています。楽しさや喜び、経験を共有することで、お互いに学び合いができています。

### 全校遊び



幼稚園は、小学生に優しくしてもらい喜びから、感謝の気持ちが芽生える。遊びを知り、進め方を学ぶことができる。

小学生は、幼稚園ができる遊びを考えて、ルールを分りやすく説明しようとする。

### 鉄棒大会・縄跳び大会見学

幼稚園は、小学生のすご技を見て、真似てやってみようとする。

小学生は、幼稚園の応援で、挑戦する意欲が高まる。



### ランチルームでの昼食

幼稚園は、給食の場を共有することで、学校という環境に慣れる。全体の雰囲気を見て気づき感じ、食事のマナーも身につけている。

小学生は園児の名前を覚え、優しくかかわろうとする。



### 1年生との交流 おもちゃをつくつてあそぼう！

幼稚園は、遊びや学びのモデルとなる小学生の話を興味深く聞く。振り返りで、すごいと思ったことや気づきや感想が言える。

小学生は、意欲的に事前学習を進めている。

園児にわかるように伝えようとする。

### 幼小合同運動会・発表会・持久走大会



幼稚園は、小学生が学びのモデルとなり、憧れの気持ちをもつ。テーマを一つにして、みんなと過ごす楽しさやがんばりを味わう経験となる。

小学生は、園児のことを考え目線を合わせて踊ったり、応援したりする。

交流の後に自信がついてくる。

### 教育委員の活動報告

第11回定例会議11月26日(月)

日程第1 報告第23号

女性教育委員グループ第2回研修会について

日程第2 議案第23号

町議会12月定例会に提案する予算案等について

日程第3 議案第24号

町議会12月定例会に提案する条例改正について

日程第4 議案第25号

平成30年大崎上島町教育支援について

日程第5 議案第26号

備品購入に係る変更契約について

その他(懸案事項)

大崎上島町立幼稚園の統合について

### 教育相談開設日

気軽に子供たちや保護者の悩みを相談できる相談室を開設します。ぜひ、ご利用ください。

日時 1月7日(月)・21日(月)・28日(月) 10時～15時

場所 大崎上島文化センター楽屋

園教育課 総務学校教育係

☎ 64・2074

【 こんにちは、保健師です 】

お酒と暮らし

お酒は、日常的にあって飲酒する人もしない人も身近に関わる状況にあります。飲酒のメリット、デメリットは、次のようなことなどが挙げられます。

| 飲むメリット          | 飲むデメリット           |
|-----------------|-------------------|
| 嫌なことを一時的に忘れられる  | 罪悪感がある            |
| 飲む前の期待感、味わい     | 気が短くなる            |
| 鎧を脱いで楽になる感じ     | お金がかかる            |
| 気持ちがよくなる（リラックス） | 人生や健康に影響を及ぼすリスク   |
| 話せるようになる        | 記憶がなくなる           |
| 寝れたら気分がいい       | ふらつき              |
| 飲まないメリット        | 飲まないデメリット         |
| 翌朝の爽快感がある       | 気晴らしの手段を1つ失う      |
| 夜の時間が有効に使える     | 自分に向き合わないといけない    |
| 体の問題が出ない        | 退屈                |
| ご飯が食べられる        | 気分がソワソワする         |
| 身体の動きが全然違う      | 日頃気にならない細かい点が目につく |

一見関係のないような「問題」もアルコールと関係し、アルコール関連の問題は、健康・経済・勤務・家庭・生活問題などに関わり、多岐にわたります。

- ・飲酒運転 ・アルコール依存症 ・20歳未満の飲酒
- ・多量飲酒 ・暴力・DV・虐待
- ・健康障害（がん、認知症も関連）

家族や親せき、友人などのお酒の飲み方で、気になることや心配なことがあれば、ご相談ください。

岡保健衛生課 保健師 ☎62-0330

岡広島県断酒会連合会（酒害相談）☎090-4802-1865

【 県立安芸津病院より 】

知れば怖くない糖尿病

現在、日本の糖尿病患者数は年々増加し予備軍も合わせると約2,000万人といわれています。糖尿病は自覚症状が現れにくく、様々な合併症が起こる病気です。

～あなたは次の項目がいくつ当てはまりますか？～

- ☐ 血糖が高いと言われたことがある
- ☐ 肥満気味である
- ☐ 高血圧と言われて薬を飲んでいる
- ☐ 糖尿病の親、兄弟・姉妹がいる
- ☐ 40歳以上である ☐ 外食が多い
- ☐ 野菜をあまり食べない ☐ あまり運動をしない
- ☐ 車に乗る機会が多い
- ☐ 妊娠時に尿から糖がでた

いくつチェックはありましたか？気になった方は、一度検査を受けられることをお勧めします。日頃から正しく糖尿病を知り、自己チェックや定期的に健診を受けることで、予防や早期発見ができます。もし糖尿病と診断されても生活習慣を整え、治療すれば「一病息災」というわけです。

「世界糖尿病デー」をご存知ですか？国際連合総会で毎年11月14日と定められています。世界各地で糖尿病の予防、治療、療養について伝える活動が行われています。活動のシンボルマークであるブルーサークルは、“どこまでも広がる青空の下、糖尿病の脅威に対して全世界が手に手を携えて闘うこと”を表現しています。「世界糖尿病デー」では認知向上のために、全国各地でブルーライトアップが実施されており、県内でも、アーバンビュースタンドタワー、尾道浄土寺、芦田川大橋、三次ワイナリーなどで啓発活動が行われました。

文：内科外来看護師 広島県糖尿病療養指導士 平川美枝子



♥Iらんどは、町の委託障害者相談支援事業所です。障がいのある方・障がいのために生活のしづらさを抱えている方・そのご家族や地域の方からの相談に応じています。この島で自分らしく、自立した生活を送るためのお手伝いをしています。

あけましておめでとうございます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

「ふれあい工房」の名前は町内に浸透していますが、「Iらんど」の名前はまだ浸透していない様子です。今年も少しでも皆さんに名前を知っていただけるよう、精一杯取り組んでいきたいと思っています。

●料理教室

1月は、恒例の鍋料理です。お店の店頭には新しいの鍋つゆが並んでいます。今回は、どんな鍋にすることやら…お楽しみあれ。

日時 1月31日(日) 10時～13時

場所 第二ふれあい工房 参加費 500円

●セミナー

3月10日に、広島県障害者相談支援事業連絡協議会主催のセミナー「障害のある人の生き様を明かしていくこと（仮）」が、広島市で開催されます。講師は寺尾文尚氏。「障害者の文化芸術活動の現状と取り組み」と題したシンポジウムも行います。興味のある方は、お問い合わせください。

岡大崎上島町生活サポートセンター

♥Iらんど ☎64-4416 Fax：67-5118

E-mail：hureai-iland@osakifukushikai.jp

相談時間 月～金曜日 8時30分～17時





## 奨励賞受賞作品

園住民課 住民・人権広報係 ☎ 65-3113

## 「気づかぬうちに」

大崎上島中学校1年生 友松千尋

昔から、高齢者や障害者、外国人などの人権に関する問題がたくさん起きています。もちろん今も世界中に、人権問題で悩み、苦しんでいる人はたくさんいます。私と同じ中学生でも、いじめという一方的な差別を受けている人もいます。

私はもちろん、差別には反対です。差別をする人の気持ちに分かりません。だから、少なくとも私は差別などしない。そう思っていました。けれど、やってしまったのです。

それは学校の道徳の授業でのことでした。人間のことをまったく知らない宇宙人に、人間とはどんな生き物かを教えてあげるといふ授業でした。宇宙人は人間と犬を間違えるほど何もわからないようでした。「人間とはどんな生き物か」という簡単なような難しいような質問に私は悩みました。そして、人間の見た目について考えることにしました。すると一番に頭に浮かんだのは「二足歩行」でした。二本の足で歩く。二本の脚がある。という意味です。次にグループ

で考えを伝えあいました。すると、グループの全員が「二足歩行」を挙げました。やっぱりそうだよね、と私は思いました。人間は二足歩行だから問題ありません。また、このほかにも『しゃべる』とか「髪の毛がある」という意見も出ました。そしてこの後、クラス全体で意見を出し合い、そこでもやはり二足歩行という意見が出ました。と、このようにしてみんなの意見をまとめていき、このまま授業が終わるのだと思っていました。しかし、意見がすべて出たあと、先生が言いました。

「人ってみんながみんな二足歩行ですか？」

私は考えました。するとどんどん浮かんできます。生まれつき足が無い人。事故で足を無くした人。車椅子で生活する人…。

先生は続けて言いました。

「これも差別じゃないん？」

ここで私は、この授業の主旨を理解しました。

私は絶対に差別なんてひどいことはしない。

そう思っていたのに気付かぬうちにやっていたのです。よく考えると、『人間には髪の毛がある』

というのは私の固定概念で、実際には髪の毛を短くしていたり、

病気で髪の毛がない人もいます。『しゃべる』というのと同じで、生まれつきしゃべれない人もいます。この人たちも同じ人間なのに…。もしこの人たちが授業に参加して、私達の話し合いを聞いていたらどう思うでしょうか。きつと傷ついているはずですよ。私は本当に申し訳ないことをしてしまいました。そんなつもりは全くなかったけれど、これも立派な差別です。

私はこの経験から、自分で自覚がないうちに人を差別し、傷つけるような発言をしていることが分かりました。自覚がないというのはとても怖いことです。私はなぜ自覚なしに人を差別する

ような発言をしてしまったのか…。思いついたのは障害者のことが頭にないということでした。世界には障害者がたくさんいます。しかし、私は今までテレビ以外で障害者を見たことはあまりありませんでした。このことから障害者のことを常に考えることができず、気づかぬうちに差別の発言をしてしまったのだと思います。

今回の経験から障害者のために私たちが健常者ができることについて私は次のように考えます。まず、健常者は障害者のこと

をよく知る必要があると思います。どんな障害があるのか、それによって生活にどのような影響があるのかなど、障害者のつらさを一人一人が理解できれば、障害者への差別は少しでも減るはずですよ。

次に健常者が自分の健康な体に感謝することが大切だと思います。生まれつき障害を持っていない人もたくさんいる中で、こうして健康な体で生まれてくることができたことが決して当たり前ではなく、有難いことだということを知り、その体を自ら傷つけないで大切にすること。これも私たちができることの一つです。

このようなことを一人一人が実行することで、いつか障害者が今よりももっと住みやすい世界になると信じています。そしてこれからは、ここに書いたことに責任をもって生活していこうと思います。



# みんなのひろば

Kamijimagram



# 吾輩は島の猫である # 名前はソラ  
# 日向文学堂

## 町びと文芸集

### 神峰俳句クラブ

猪狩りの姿の見えて島日和

一病も余生の友や冬牡丹

着ぶくれて昭和の本をくくりけり

### 南風俳句会

潮騒に木洩れ日揺るる冬構へ

数へ日や闇の底より風のこゑ

山茶花や塀越しに散る島の路地

### 東野公民館俳句会

夕暮れとなりし畑の秋桜

島々の海おだやかやはぜ紅葉

夕映えや桜紅葉のダムに散る

川崎 雅子

梅澤 恵子

馬越 幸江

中崎 裕子

石本 秋翠

藤原千紗子

藤原 千晶

新保 和子

山本 輝明

## 投稿大募集

皆さんからの投稿を募集しています。

【応募方法】住所、氏名（ペンネーム）、連絡先を記入し、住民課住民・人権広報係または各支所窓口係までお持ちいただくか、郵便、FAX、メールなどでお送りください。

郵便：〒725-0231 大崎上島町東野 6625-1 住民課 住民・人権広報係

FAX：65-3198 Mail：jumin03@town.osakikamijima.lg.jp



あけましておめでとうござ  
います。1年の幕開けととも  
に「今年こそは〇〇〇に挑戦  
するぞ!」と決意を新たにし  
ている方も多いのではないで  
しょうか。

神峰学舎では、生徒の「やっ  
てみたい」という想いを可視  
化し、実現に向けてサポート  
するための「やりたいこと掲  
示板」を設置しています。

「洋書を読みたい」「百人一  
首がしたい」「勉強合宿がし  
たい」など多様なアイディア  
を出して仲間を募り、集まっ  
たメンバーで実現に向けて動  
いていきます。

これまで実際に「普段使っ  
ている学校をもっと綺麗にし  
たい」「みんなで料理がした  
い」といったアイディアがカ  
タチになりました。

まずは、身近な「やりたい



こと」をカタチにするための  
プロセスを考え、周囲の人々  
と協働することで、より大き  
なことに挑戦する力を身につ  
けて欲しいと思います。

本年も、公営塾「神峰学舎」  
をどうぞよろしく願いた  
します。



「やってみたい!」  
をカタチにする力

Facebook 更新中





## 町の懐かし 写真館

## film.9 フェリー 第二さんよう

(写真提供：大崎上島町地域協議会)

昔の町の風景や行事の写真などを集めていきます。皆さんからの情報をお待ちしています。園住民課 住民・人権広報係 ☎ 65・3113



大崎上島のフェリーの就航は、昭和40年、白水・竹原間が始まりました。この頃から島内でも自動車が増え、普及しはじめ、現在の大崎上島の海上交通は、フェリーが主役となっています。

写真は昭和40年代中ごろ、竹原・木江經由大長間を約2時間かけて運航していた「フェリー・第二さんよう」で、竹原港沖で撮影されたものです。初期のフェリーは車両甲板の後部に客室があるのが特徴で、大きさは今のフェリーと比べると、ずいぶん小さく、搭載できる車両も少なかったようです。

## がんばるみなさんを 応援し隊

あなたの周りにいるがんばっている人や活動している団体を教えてください！園住民課 住民・人権広報係 ☎ 65-3113

## 大崎上島空手道クラブ

もの9



昭和56年頃に発足した大崎上島空手道クラブは、伝統的な技術に基づき稽古や試合を行う伝統派空手で、四大流派の一つ全日本空手道連盟糸東会に在籍しています。14名の小学生と幼稚園児が所属し、糸東会の様々な大会に出場しています。先日福山市で行われた広島県競技大会では、川本瑚々花さんが幼稚園男女の部で、川本蓮珠さんが小学5・6年生女子の部で形試合と組手試合の両方で優勝するなど、優秀な成績を収めました。

現在メンバー募集中。月・木曜日の18時30分から大崎武道館で練習しています。

# こちら大崎上島 風待ちの案内所 通信 January. 2019

## 新年あけましておめでとうございます!!

2019年、観光案内所がオープンして4年目を迎える年がやってきました。観光案内所といえば観光客の方に情報を提供する場所、というイメージが強いと思いますが、大崎上島町観光案内所は少し違います。コーヒーを飲んでおしゃべりしたり、コンサートやワークショップが開かれたり、仕事の打ち合わせをする人がいたり...ここが「どんな場所なのか?という問いには、きっと訪れる人の数だけ答えがあります。旅人でも地域の方でも、ここで思い思いに過ごすことで新しいつながりやキッカケが生まれていく。その度に観光案内所も形や姿を少しずつ変えて進んでいくのだ」と思います。

これからどんな事が生まれていくのか、ここでお伝えしていけたらと思います。

今年も大崎上島町観光案内所をどうぞよろしくお願いいたします!!



1F部分をイベントやカフェスペースとして使えるようにお片付けしています!!

観光案内所へのお問い合わせ TEL:0846-65-3455 MAIL:info@osakikamijima-kanko.jp

## 募集

広島広域都市圏  
広島ドラゴンフライズ  
共同応援

広島広域都市圏内の住民から参加者を募り、広島ドラゴンフライズの共同応援を行います。

日時 2月24日(日)13時30分  
対戦相手 山形ワイヴァンズ  
会場 広島サンプラザホール

※現地集合

募集人数 100人(申込多数の場合抽選)

参加費 大人 1,600円  
高校生以下 1,300円  
申込み・問い合わせ先

往復はがき(1枚に5人まで)に、参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号と「ドラゴンフライズ共同応援希望」の旨を記入し、1月18日(金)(※消印有効)までに、事務局へ。広域都市圏ホームページからも申し込みできます。

※小学生以下は、大人の同伴が必要。

〒730・8586(住所不要) 広島市役所広域都市圏推進課 広島広域都市圏協議会

☎082・504・2017

産業文化祭すみれ祭り  
出店者募集

日時 2月16日(土)・17日(日)  
10時～15時

場所 大崎小学校グラウンド  
・体育館・武道館・大崎上島文化センター

締切 1月15日(火)

参加希望の方は、地域経営課へお問い合わせください。

☎65・3123

## 保護者のための就活セミナー参加者募集

最近の雇用情勢や就職活動全般についてのセミナーが開催されます。

対象 大学生、短大生、専門学校生、高校生などの保護者

日時 2月16日(土)  
10時～11時30分

会場 呉市広市民センター

申込 5階大会議室  
ホームページのメールフォームよりお申し込みください。

締切 2月8日(金)

☎0823・25・3308

呉市雇用促進協議会

## 講習・講演会

## 種防火管理再講習

日時 2月14日(木)9時～12時

場所 東広島市消防局  
定員 80人(先着順)

料金 2,000円  
(テキスト代)

持参物 筆記用具  
締切 2月1日(金)

※受講申請書でお申し込みください。受講申請書は消防署・分署で配布しています。

東広島市のホームページからダウンロードできます。

☎082・422・6341

## 相談

## 人権相談・登記相談

人権や登記に関するお悩み相談を人権擁護委員と法務局職員がお受けします。

日時 1月9日(水)

人権相談 10時～12時  
13時～15時

登記相談 13時～15時

場所 大崎上島文化センター  
楽屋

※予約は不要です。

☎65・3113

## 消費生活相談

消費生活相談窓口を開設します。商品やサービスの契約などに関するトラブルに困りではありませんか?この機会にご相談ください。

日時 1月11日(金)  
10時～15時

場所 東野保健福祉センター  
☎65・3123

地域経営課 地域振興係

## その他

## 大崎上島町立

## 大崎上島幼稚園説明会

平成31年4月1日に開園する大崎上島幼稚園入園説明会を開催しますので、入園を希望される保護者の方は、ご出席ください。

日時 1月9日(水)  
19時～20時

場所 東野文化センター  
2階大ホール

☎64・2110

木江幼稚園

☎63・0304

## 求人情報

主な求人事業所

小池造船海運(株)、(株)スリーエス企画、医療法人社団ひがしの会、(株)惣明製作、(株)ツルハグループドラッグ&ファーマシー西日本、中野建設(株)、(有)管鉄工所、拓興業(株)、(株)広島銀行、(株)第一食品、アイ・シー・ティ(株)

横浜事務所、(有)栄山建設  
※広報紙発行日までに募集が終了している場合があります。  
町内求人票、ハローワーク竹原発行の求人情報誌は、役場本庁または大崎・木江支所の窓口においてあります。また、**町ホームページの求人情報からも検索できます。**

☎0846・22・8609

条公共職業安定所竹原出張所

## 情報プラザ・エル休館日

| 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 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |

開館時間  
10時～18時  
休館日  
● 絵本のよみかたり



## ルンビニ幼稚園閉園について

ルンビニ幼稚園は、閉園することを前提として、平成31年度より段階的に園児の募集を停止することとしました。

ルンビニ幼稚園は、昭和22年に開園以来、71年の長きにわたって地域の幼児教育に注力してまいりましたが、園児の減少のほか、様々な事情や影響を受け、今後の維持・運営は困難との結論に達しました。在園児、卒園児、保護者の皆様をはじめ関係者の皆様には、何卒ご賢察のうえ、ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

今後は、現在園に通っている在園中の園児が卒園するまで、園として責任を持って保育指導に最善を尽くしてまいりたいと思っています。

ただし、募集の状況によって今後の運営が困難と判断した場合は閉園が早まる可能性がありますので、募集申請の際には第二志望までご記載ください。

☎ 65・3940  
園ルンビニ幼稚園

## 県の最低賃金額改定

製鉄業など7業種の特定最低賃金が改定されました。

|                                                                   |      |
|-------------------------------------------------------------------|------|
| 製鉄業など                                                             | 946円 |
| 金属製品製造業                                                           | 902円 |
| はん用機械器具など製造業                                                      | 912円 |
| 電子部品など製造業                                                         | 873円 |
| 自動車・同附属品製造業                                                       | 892円 |
| 船舶など製造業                                                           | 934円 |
| 各種商品小売業                                                           | 838円 |
| 自動車小売業                                                            | 890円 |
| 特定（産業別）最低賃金が適用される業種の詳細は、広島労働局労働基準部賃金室（☎082・221・9244）までお問い合わせください。 |      |

## 来日する補助犬使用者への対応

海外から補助犬を伴って来日する方の中には、日本に滞在する間、できるだけ安心して過ごせるよう、日本の補助犬認定団体が「期間限定証明書」を発行しています。証明書のある方は、日本の補助犬（盲導犬、介助犬、聴導犬）同様、施設などへの同伴を拒まないなどご協力ください。

## 全力工事中！ 広島叡智学園建設工事進捗状況（12月19日時点）

大崎上島町の皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。冬も本番ですが、寒さに負けず、グラウンド・建設工事をがんばって

います。特にグラウンドの方は、瞬間に様変わりし、完成の形が見えてきました。校舎も足場の撤去がされているものもあり、外観がよく見えてきています。

グラウンド



校舎建設



【グラウンド（土木工事）に関する問い合わせ先（受注者代表窓口）】

受注者（代表窓口）：中野建設（株）有田 ☎0846-64-3013（本社代表）

【校舎建築（建築工事）に関する問い合わせ先（受注者代表窓口）】

受注者（代表窓口）：平原建設（株）中本 ☎0846-64-2465（現場事務所）

### 納付のお知らせ

町県民税（第4期）  
国民健康保険税（第7期）  
後期高齢者医療保険料（第7期）  
介護保険料（第7期）

納期限は1月31日（木）です

納期限までに納付確認できない場合は、督促状を送じます。

納期限を必ず守りましょう。☎住民課 税務係 ☎65-3114

### ジェネリック医薬品による医療費削減効果について

国民健康保険では、ジェネリック医薬品（後発医薬品）に切替えた場合のお薬代の自己負担の軽減額に関するお知らせを送付しています。

7月分の削減効果は、

|          |            |
|----------|------------|
| 切替えた方的人数 | 508人       |
| 削減された金額  | 1,371,527円 |

消費生活  
相談

File.184

ショッピングカート  
からの転落に注意

## 【事例】

ショッピングセンターの  
カートに乗っていたところ、転  
落し後頭部を打撲した。すぐに  
泣き、意識もあったが、吐き気  
が続いたため受診しCT検査を  
受けたところ、後頭部に急性硬  
膜外血腫があり、別の病院へ救  
急搬送となった。(1歳代男児)

・スーパーマーケットなどにあ  
るショッピングカートから子  
どもが転落する事故が起きて  
います。特に1歳から3歳児  
の事故が全体の7割以上を占

め、頭部の損傷が目立ち、中  
には重症事例も見られます。  
・子どもをショッピングカート  
の幼児用座席に乗せていると  
きは、目を離さず、子どもが  
立ち上がらないように注意し  
ましょう。

・ショッピングカート置き場や  
本体の注意  
表示など、  
よく確認し  
ましょう。



まだまだ 竹原警察署大崎上島分庁舎より

## 詐欺のハガキ、メールが届いています



『消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ』  
『有料サイトの未納料金が発生しています。』  
このような内容のハガキやメールは詐欺です。  
もし、相手に連絡してしまうと…  
「訴訟の取り下げ費用が必要」「支払わないと裁判  
になる」「コンビニで支払って」「あとで返金する」  
などと言われ、電子マネーや収納代行で支払いを  
要求されます。  
被害にあわないため、次のことに気をつけましょう。

- ・記載された電話番号には、絶対に連絡しないで  
ください。
- ・一人で決めずに、必ず誰かに相談しましょう。



町内の交通事故件数(11月) 物損事故8件 人傷事故1件

岡竹原警察署 ☎0846-22-0110 大崎上島分庁舎 ☎62-0110

## 年金

## だより

新成人の皆さんへ

## 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いて  
いる世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は、20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられています。

20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう！

## ◆将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

## ◆老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故  
で障がいが残ったときに受け取れます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維  
持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

## ◆「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予され  
る制度です。対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、  
専修学校及び各種学校(修業年限が1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

## ◆「納付猶予制度」

学生でない50歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予さ  
れる制度です。

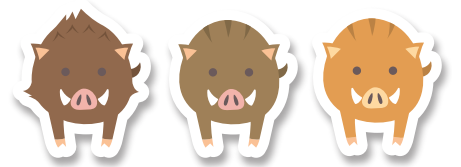
※平成28年6月以前の期間は、30歳未満であった期間が対象となります。

岡三原年金事務所 ☎0848-63-4111 (代)

住民課 住民・人権広報係 ☎65-3113、大崎窓口係 ☎64-3510、木江窓口係 ☎62-0300



# 2019 1 January



| 日 Sunday              | 月 Monday                         | 火 Tuesday                | 水 Wednesday                                   | 木 Thursday                | 金 Friday                    | 土 Saturday                            |
|-----------------------|----------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
|                       |                                  | 1 元日                     | 2                                             | 3<br>成人式<br>(神峰)10:00~    | 4                           | 5<br>                                 |
| 6<br>出初式<br>(大小)9:00~ | 7<br>こころの健康<br>相談<br>(木支)13:30~  | 8                        | 9<br>人権相談<br>(楽屋)10:00~<br>登記相談<br>(楽屋)13:00~ | 10<br>フッ素塗布<br>(東保)13:10~ | 11<br>消費生活相談<br>(東保)10:00~  | 12<br>南の里朝市<br>認知症カフェ<br>(オレンジ)13:00~ |
| 13<br>                | 14 成人の日                          | 15                       | 16<br>断酒会<br>(東保)18:30~                       | 17                        | 18<br>                      | 19<br>南の里朝市                           |
| 20                    | 21<br>家族の会<br>たんぽぽ<br>(開総)13:30~ | 22<br>健康相談<br>(木館)13:30~ | 23<br>食育講座<br>(東保)10:30~                      | 24                        | 25<br>認知症カフェ<br>(オレンジ)9:30~ | 26<br>南の里朝市                           |
| 27<br>                | 28<br>                           | 29                       | 30                                            | 31<br>                    | 1                           | 2<br>南の里朝市                            |

神峰…大崎上島文化センターホール神峰  
東保…東野保健福祉センター  
プラザ…情報プラザ・エル

大小…大崎小学校 木支…木江支所  
オレンジ…オレンジハウス  
木館…木江会館

楽屋…大崎上島文化センター楽屋  
開総…大崎上島開発総合センター  
南の里朝市は沖浦観光物産館で 9:00 から開催

## 予防接種

| 日程        | 種類                          |
|-----------|-----------------------------|
| 1/15 ~ 19 | 四種混合 1 期<br>三種混合 2 期 (二種混合) |
| 1/21 ~ 26 | 麻疹風疹 1・2 期                  |

## 休日当番医

| 日程   | 病院名            |
|------|----------------|
| 1/6  | 寺元医院 ☎64-2093  |
| 1/14 | ときや内科 ☎63-0001 |
| 1/27 | 射場医院 ☎65-3304  |

## 休日当番薬局

| 日程   | 薬局名            |
|------|----------------|
| 1/14 | あゆみ薬局 ☎63-1052 |

## 竹原市休日当番医

### 内科

| 日程      | 場所                         |
|---------|----------------------------|
| 毎週日曜・祝日 | 竹原市休日診療所<br>☎ 0846-22-7157 |

### 外科

| 日程          | 場所                 |
|-------------|--------------------|
| 1/6・20・27   | 馬場病院 ☎0846-22-2071 |
| 1/13・14・2/3 | 安田病院 ☎0846-22-6121 |

## 耳鼻咽喉科診療所

| 日時                                  | 場所                       |
|-------------------------------------|--------------------------|
| 1/12・26<br>(受付)13時~17時<br>診療開始 14時~ | 東野保健福祉センター内<br>☎ 67-3311 |



広報  
大崎上島

# 1歳のHappy Birthday

## 1月生まれのわがやのアイドル



橋津 優香ちゃん(中浜区)

### 集まれ！わがやのアイドルへご応募ください

3月に1歳の誕生日を迎えるお子さんの写真をお寄せください。  
氏名(ふりがな)・生年月日・住所(地区名)・保護者名・電話番号を明記し、  
下記問い合わせ先または各支所窓口係まで。(2月15日㍻)

☎ 65-3113 Mail: jumin02@town.osakamijima.lg.jp



▲11月のわがやのアイドルへ  
応募はこちら



図保健衛生課

保健指導係 ☎ 62-0330

アツアツ、トロトロで大満足

## きのこ肉団子とチンゲン菜の 春雨クリーム煮

年末年始は、ごちそうを食べる機会が増える楽しい時期。同時に  
体重増加も気になる！外食やごちそうが続くと野菜が不足し、油の取り  
過ぎになりがちです。今回は、体を温め、代謝をよくしてくれるしょうが、  
食物繊維やビタミンを多く含むでいるきのこや野菜をたっぷり使った  
クリーム煮です。とろみがついて冷めにくく、身体が温まる一品です。



エネルギー214kcal たん白質14.2g  
食塩相当量1g

### ◆材料(4人分)

|            |           |           |
|------------|-----------|-----------|
| 鶏ひき肉…240g  | サラダ油…小さじ1 | 濃口醤油…大さじ1 |
| えのきだけ…80g  | チンゲン菜…80g | 牛乳…1カップ   |
| ねぎ…8g      | 白菜…160g   | 片栗粉…小さじ2  |
| 卵…1/3個     | 人参…40g    | 水…小さじ4    |
| しょうが汁…5g   | 春雨…20g    |           |
| A 塩…小さじ1/6 | B 水…大さじ8  |           |
| こしょう…少々    | 酒…大さじ1    |           |
| 片栗粉…大さじ1   |           |           |

### ◆作り方

- ①ねぎは粗みじん切り、えのきだけは石づきを取り、5mm幅に切る。
- ②ボウルに鶏ひき肉とAと①を加えて粘り気が出るまでよく混ぜ、団子を作る。
- ③人参は短冊切り、白菜とチンゲン菜は葉と軸に分けて3cmほどのそぎ切りにする。春雨は水に戻し、5cmほどの長さに切る。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、②を両面焼き、人参も加えて炒める。
- ⑤④にBと白菜とチンゲン菜の軸、春雨を加え、蓋をして少し煮る。少ししんなりしたら葉先と牛乳を加えて弱火で約5分煮て、水溶性片栗粉をまわし入れる。

編集後記

あけましておめでとうございます。皆さん、どんなお正月をお過ごしになられたでしょうか？私は家に籠って食べてばかり、寝てばかりのお正月でした…。が、ちゃんと新年の目標も立てていました！

お正月のお休み気分も切り替えて、目標に向かって猪突猛進の年にしていきたいです。今年も広報大崎上島をよろしくお祈りします。



スマホやタブレットに無料アプリ「マチイロ」をインストールすることで、いつでもどこでも広報紙を読むことができます。ぜひ、ご利用ください。



ios



android

Free

発行日 2019年1月4日(金)  
発行 大崎上島町  
編集 住民課 住民・人権広報係

〒725-0231 広島県豊田郡大崎上島町東野6625-1  
☎ 0846-65-3111(代表) / FAX 65-3198  
HP <http://www.osakamijima.hiroshima.jp>

