

広報

おおさき
かみじま

みんなで作るまちの情報紙

大崎上島

©sakikamijima

2019
May 05
vol.194

02 / 新町長に聞く！

05 / 広島県立広島叡智学園開校

08 / まちのできごと

3月30日(土)に矢弓区にある花壇の中で琴の演奏会が開かれました。色とりどりの花と琴の音色の美しさに春の訪れを感じると同時に、時となりました。



人口と世帯 (3月末現在)

人 □ 7,382人 (△72) 【男性：3,633人 (△32) 女性：3,749人 (△40)】

世帯数 4,150世帯

() 内は前月比

大崎上島町長
選挙を終えて

新町長に聞く！



この度の町長選挙は4人が立候補する激しい選挙戦でしたが、引き続き町政を担わせていただくことになりました。責任の重さを改めて認識するとともに、町民の幸せのために全力を尽くしてまいります。

2期8年を振り返りますと、広島県立広島観智学園誘致の実現、大崎クルージュエン株式会社による実証試験の開始、造船をはじめとする地域の事業所の頑張りにより町の活性化が図られました。また、町民の皆様の様々な活動がマスコミに取り上げられるなど、町の知名度も上がっ

てきたと感じています。

これからの4年、この流れを変えることなく、加速していかなければなりません。

町を取り巻く課題はたくさんありますが、選挙戦を通じて訴えさせていただいた「ひかり輝く大崎上島町の実現」をめざした4つの重点施策「健康で生き生きと暮らせる町」、「活力ある地場産業の育成」、「教育の島構想の推進」、「安心・安全に暮らせる町」を着実に推進してまいります。

また、昨年末から行政懇談会を開催させていただきました。

大崎上島町長選挙が、4月21日(日)に町内16カ所の投票所で行われました。開票の結果、高田幸典町長の3期目の当選が決定。これからのまちづくり向けの想いをお聞きしました。

町民の皆様の声の声を伺うとも有意義な機会となりました。今後も、皆様との対話を重ねながら、それぞれの地域の課題解決に全力をあげるとともに、皆様の活動を支援してまいります。

結びになりますが、町づくりの推進に当たり、私自身しっかりとリーダーシップを発揮し、活力ある町づくり、住みよい町づくりの実現に取り組んでまいります。

引き続き、町民の皆様のご指導・鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

大崎上島町長

高田幸典

投票結果

当日有権者数 6,343人 投票者総数 4,668票 投票率 73.6%

候補者得票数

立候補者	得票数	立候補者	得票数
 高田 幸典	2,195	赤松よしお	920
谷川 正芳	1,479	田房 富男	46



ひかり輝く町の実現に向けて

次のような施策に取り組みます！

健康で生き生きと暮らせる町

- ・高齢者の生きがいづくり推進
各地域で行われているサロンや百歳体操の活発化を支援します。
- ・生活習慣病予防対策推進、特定検診・がん検診の受診率向上
食生活の改善推進や検診の受診率向上などに取り組みます。
- ・介護・福祉・医療の連携強化
いつまでも住み慣れた地域で過ごせるために、地域包括ケアを推進します。
- ・認知症対策推進
認知症地域専門員の配置や高齢者を対象に予防トレーニングを行います。
- ・子育て支援
子育て家庭を支える、切れ目のない支援を行います。



活力ある地場産業の育成

- ・農業、漁業の基盤整備推進
生産性の向上を図るために基盤となる土地や水利条件などを整備します。
- ・新規就業者（農業・漁業含む）の確保・定着支援
新規就業者を募集し、町内外からの参入と就業後の定着を図ります。
- ・サテライトオフィスを活用した企業誘致推進
本町への企業進出を検討している事業所へサテライトオフィスを提供します。
- ・新規起業支援
新たに町内で起業される方を対象とした支援を行います。



教育の島構想の推進

- ・就学前教育・義務教育の充実
各教育機関と子どもに必要な支援を検討し、実現に向け、連携を強化します。
- ・大崎海星高等学校の魅力化支援
公営塾の運営など、学校の魅力を高めるための取り組みを支援します。
- ・広島商船高等専門学校との連携強化並びに支援
広島商船と連携し、離島地域の活性化の研究と社会貢献活動を行います。
- ・新たな教育機関の誘致
- ・生涯学習の推進
一人一人が豊かな人生を送るために、生涯学習の機会を提供します。



安心・安全に暮らせる町

- ・災害に強いまちづくり
ハザードマップの見直しなど、災害への備えを強化します。
- ・イノシシ対策の強化
被害を及ぼしている有害鳥獣の個体数の削減に向けて対策を強化します。
- ・老朽危険建物対策強化
放置空き家など近隣に被害を与える恐れがある建物の対策を強化します。



職員配置表

※平成31年4月22日現在

町長 高田 幸典 副町長 亀山 英治
教育長 出口 一伸

本 庁 (東野6625-1 FAX:65-3198)

課名	課長	課長補佐	係名	係長	係員
総務企画課 ☎ 65-3111 ☎ 65-3112	望月 邦彦	教育の島推進 室長 金村 智一	庶務	有田 芳徳	河田 弘文 松橋 翼 中坂 優花 土井 万里子 檜濱 睦夫 二見 博
			行政	山本 秀樹	松本 浩二
			財政	村山 吉郎	末廣 大樹 木本 純平
			企画調整	川本 亮之	上田 和彦 金出 侑佳
			教育の島推進室	室長兼務	三村 竜也 古坂 圭
住民課 ☎ 65-3113 ☎ 65-3114	石本五十鈴	秋山 英雄	住民人権対策	柿本 賢士	木倉 江理奈 住友 加奈 橋本 彩香
			税務	平道 龍二	松浦 みつみ 川口 啓 立田 清治 水橋 梨沙
地域経営課 ☎ 65-3123 ☎ 65-3120	坂田 誠		農林水産	神垣 憲隆	森下 隆典(再任) 中岡 信
			地域振興	竹下 良二	小川 友也 三村 はるな
			地籍調査	岡田 征幸	中根 寛明
建設課 ☎ 65-3124	藤原 通伸		土木耕地	日浦 喜晴	長田 勲 森本 真太郎 藤村 貴規
			管理	今村 武徳	天野 志穂 川上 優 吉田 成希 武田 勝教 小椋 厚志 森田 和志 安保守 岡本 治
会計課 ☎ 65-3129	森下 哲成		会計	課長兼務	岡田 貴美
議会事務局 ☎ 65-3130	川野 義彦		庶務	亀井 成美	

木江支所 (木江4968 FAX:62-0304)

課名	課長	課長補佐	係名	係長	係員
住民課 ☎ 62-0300			木江窓口	山本 徳枝	御堂 溪
福祉課 (福祉事務所) ☎ 62-0301 ☎ 62-0302	池田 真二		生活福祉	宮地 丈彦	橘高 直大 西中 豊生
			福祉指導	小松 幸	小川 啓三 川上 千枝
			介護保険	和田 一美	菅 文彦(再任) 田原 香利 角本 奈緒子
保健衛生課 ☎ 62-0303 ☎ 62-0330	水下 泉		保健指導	桧山 浩子	石田 良美 池田 美果 竹野 尚子 角本 明美 近下 侑 檀上 沙梨
			保健事業	倉岡 由美	吉川 浩美 大川 敏生
			環境衛生	馬場 法澄	高本 清一

大崎支所 (中野2067-1 FAX:64-3514)

課名	課長	課長補佐	係名	係長	係員
住民課 ☎ 64-3510			大崎窓口	菅 英子	上杉 吉則 中田 真由
上下水道課 ☎ 64-3513	河田 昭司		管理	正畠 将平	宮岡 栄治(再任) 松永 和樹
			事業	課長兼務	浅岡 祥太 長岡 義典

教育委員会 (中野2067-1 FAX:64-3992)

課名	課長	課長補佐	係名	係長	係員
教育課 ☎ 64-2074 ☎ 64-3055	石田 修次 教育指導監 望月 浩和		総務学校教育	閑田 浩平	文田 和輝 永井 優希
			社会教育	下川 昇	常本 敬三 田中 直弘 本田 優輝
	園長 川本 美陽	教頭(再任) 桑原千穂子	大崎上島幼稚園		中西 夕貴

派遣職員

広島県後期高齢者医療広域連合

藤堂 恵

広島県地域政策局市町行財政課 住野 大輔

広島叡智学園 開校!

4月6日(土)、待ち望んでいた広島県立広島叡智学園の開校を迎え、第一期生となる中学1年生40人が入学しました。開校式と入学式が行われ、期待に胸を膨らませた生徒たちは、学校生活・寮生活の新たなスタートを切りました。

食堂棟で行われた開校式・入学式には、湯崎英彦県知事をはじめとした関係者や保護者約270人が出席しました。開校式では、平川理恵県教育長が「大崎上島町の豊かな自然に囲まれた学び舎で社会全体をキャンパスとして、様々なことに主体的にチャレンジしてください」と新入生にあいさつを述べ、その後、大崎海星高等学校の和太鼓部が演

奏を披露し、開校を祝福しました。続いて開かれた入学式

では、岡田彩花さんと板垣潤さんが新入生を代表して登壇。

林史校長の前に「一生懸命勉学に励み、第一期生としての誇りも高く名に恥じぬよう責任と自覚を持って実りある中学校生活を送ります」と宣誓し、また、英語の勉強に力を入れたい、と意欲も示しました。

式典終了後には、2クラスに分かれてホームルームと入寮式が行われました。最初

は緊張した様子の生徒たちも、寮のルームメイトとの自己紹介では「下の名前と呼んでいいよ」とすぐに打ち解けた様子。親元を離れる不安やこれからの学校生活への希望を抱きながら、一日を終えました。



朝市を開催するなど、地域住民も開校の祝福モードを盛り上げた



名称 広島県立広島叡智学園 中学校・高等学校
HIROSHIMA GLOBAL ACADEMY
開校時期 平成31年4月1日
設置形態 併設型中高一貫教育校
課程・学科 全日制課程普通科
学校規模 中学部：1学年40人、
高等部：1学年60人（うち外国人留学生20人）
設置場所 大崎上島町大串3137-2



2つの教育の特色

生徒たちはどんな授業を受けるのでしょうか？
広島叡智学園ならではの学習について紹介します。

教育活動の核は 課題を解決する力の育成

叡智学園では、「未来創造科」という課題解決型の学習プログラムが組まれています。未来創造科では、様々な課題に対して、議論やフィールドワークを重ね、地域の人たちと協働して解決策を導き、実際にプロジェクトとして実行する一連の過程を学びます。将来、環境やエネルギー、貧困など、世の中が抱える様々な課題を、国籍や文化の違いを超えた仲間たちと解決していくための力をこの「未来創造科」で養っていきます。

中学1年生の段階では、地域を中心としたフィールドワークを行い、「幸せ」について探究していきます。その後、視点を地域から広島、広島から世界へと移しながら「調査・行動・振り返り」を繰り返すことで課題意識を育み、最終的には個人プロジェクトに取り組み予定です。

実践的な英語力の育成も

一般の中高6年間で学ぶ英語の学習時間は約800時間といわれていますが、叡智学園では、高校1年生の冬までの4年間で約5,000時間を英語の学習時間として確保しています。中学校段階では、外国人教員と楽しみながら英語を学び、英語でコミュニ

ケーションができる力を育みます。高校段階からは、様々な国の留学生と共に学校生活を送るため、英語で会話をする機会が自然と増えます。また、教科の授業も国語以外は英語で行うようになるため、海外の大学に進学しても通用できる英語力が身につきます。



大学の准教授や大学院の留学生など、外部の外国人講師を招いた英語の授業の様子。この授業の中で、学校のプロモーションビデオを作成するなどグループワークを行った。



新入生インタビュー

学校生活どうですか？

小学生のときとは全く違う授業内容なので、毎日新鮮に感じます。また、教室は解放感があってクラスも少人数なので、皆の意見を共有しやすく、勉強しやすい環境です。ここでの6年間は、英語の勉強はもちろんですが、寮生活を通して、相手への思いやりやチームワークの築き方も学びたいです。



岡田彩花さん



板垣潤さん

そのほかの特色

1 学年の3分の1が留学生(高校から)

世界中から集まる留学生と共に学び、多様な価値観や視点、アイデンティティ(個性)を養います。



2 国際バカロレアプログラム導入

国際バカロレアは独自に認可した小・中・高等学校のみに提供できるもので、国内には38校の認定校があります。認定校の生徒たちは、国際バカロレアが課す試験に合格すると、世界100カ国以上、2万校以上の大学で入学資格や受験資格として認められます。叡智学園でもこのプログラムの導入を検討しています。

生徒たちの学校生活を支えています

ハウスマスター

ハウスマスターは、寮の管理や放課後の学習指導など、生活面と学習面の両方をサポートしています。広島叡智学園の生徒たちが安心して暮らすことができ、この町が第二の故郷に思えるような環境づくりをしていきたいです。また、寮生活を通して生徒たちの自活力が身につくよう、支援してまいります。



左から
日高 未穂さん
日高 俊英さん
川口 耕史さん

教職員

生徒たちは、様々な学習プログラムを受け、探究的な学びを展開しています。現在では、各教科の授業も本格的に始まり、課題をする時間などは自分たちでマネジメントしながら過ごしています。これからは、本校の一期生として、リーダーのモデルになれるような学年になって欲しいと思っています。また、私たちも真のリーダーとはどのような者なのか、生徒たちと一緒に考えていきたいです。

学年主任
加美田祐也さん



給食調理員

調理員は、毎日3食、生徒たちに「美味しい」と思ってもらえるように、栄養バランスと味付けにこだわって作っています。美味しく楽しい食事は、健康な身体と豊かな心を育みます。勉強はもちろんですが、「食」を通して、感謝の気持ちやマナー、仲間と食べる楽しさを感じ、「食」の大切さも学んで欲しいと思います。



調理員
前田 衆水さん

事務職員

学校事務は、施設管理や備品・教材の購入といった総務的な仕事や、経理に関連する仕事、窓口での受付などの全般的な業務を担っています。広島叡智学園は、豊かな自然に囲まれ、地域の方々も暖かく、とても環境に恵まれた学校だと感じています。これから、地域に根付き、愛され、信頼される学校になって欲しいと思います。

事務部長
島崎 努さん



自分の人生を自分で切り開き、よりよい世界を築けられる人に――

広島叡智学園の教育目標

広島叡智学園では、社会の持続的な平和と発展に向け、地域や世界の「よりよい未来」を創造できるリーダーを育成することを目標としています。そのために、様々な教育活動を通して、特に「未来創造科」の学習の中で、様々な人と関わり、社会的スキルを身につけて欲しいと考えています。生徒たちは早速、地域の方々と交流の中で、この町の温かさを感じたようです。地域の方々からのお声かけが、子どもたちの大きな力となっています。社会全体を学び舎として、今後、学校外との連携が広がっていくことを期待しています。

寮生活でも絆を結んで

生徒たちは親元を離れ、寮で集団生活をしています。寮生活の中では、様々なトラブルが起きたり、不便を感じたりすることがあるかもしれませんが、暮らしの中で生じた課題に対しても、生徒たちが主体的に考え、解決に向かって一丸となるチームを築き、本音で話し合える仲間になって欲しいと思います。

広島叡智学園の子どもたちには、「こういうことをやって世の中を良くしていきたい」と、目的意識を持って夢や将来像を描き、人生を切り開いていけるように育って欲しいと思っています。そのために、全力で生徒たちをサポートしていきます。



広島県立広島叡智学園
中学校・高等学校
林 史 校長



月亭方正さん

笑福亭笑利さん

落語に出会って

3/31 大崎上島町民講演会として、月亭方正さんによる講演会・落語会が開催されました。前半では、月亭方正さんがお笑い芸人になったきっかけや、10年前に落語家に転身した理由など自身の半生を語り、「落語と出会い、生き甲斐を見つけた。感謝の気持ちでいっぱい」と感慨深く話しました。後半では、笑福亭笑利さんによる落語の説明や紙切り芸が披露され、その後月亭方正さんが登壇。長編の人情噺「子別れ」を披露し、会場を大いに沸かせ、大盛況のうちに幕を閉じました。



最期に望む医療、共有を

3/24 「在宅ケア・在宅等の看取りを考えるシンポジウム」が東野保健福祉センターで開催されました。看取り介護について考える機会として、病院から老人保健施設を経由して大崎荘に入所し、最期を迎えた方の実例を基に、ご家族や大崎荘のスタッフが当時の様子を語りました。また、将来、自分のことを決められなくなったときに備え、自身がどんな医療やケアを望むのかを家族や医師と話し合い、「私の心づもり」として文書に残すことの大切さも伝えました。



2



1

大崎上島幼稚園 開園

4/10 木江幼稚園と大崎幼稚園の統合により、大崎上島幼稚園が開園し、3歳児5人、4歳児6人、5歳児9人の計20人が入園しました。開園式・入園式では、高田町長らが出席し、祝福。式典中、緊張した面持ちを見せていた園児たちも、園歌披露では、元気いっぱいになり、会場はほのぼのとした雰囲気になりました。最後は、「皆さんの心には小さな翼があります。心の優しい素敵な人になれるよう、少しずつその翼を広げていってください」と川本美陽園長の式辞で締めくくられました。



3

- ①新たに入園する園児たち
- ②園名の書かれたプレートの授与
- ③園歌は教育委員の北山博子さんが作詞・作曲



「子どもは島のたから」算数セット贈呈



3/18 毎年大崎上島大崎ライオンズクラブより大崎小学校、木江小学校の新1年生に算数セットを贈呈しています。
 今年は水橋会長より大崎小学校底押校長に22セット、木江小学校梅田校長に4セットの算数セットを贈呈しました。



書は景色を楽しんで

3/29 3月31日(日)までの3日間、大崎上島開発総合センターで松垣伸子書展が開催されました(大崎上島町文化協会主催、大崎書道教室協力)。
 展示作品25点はすべて、母・松田弘江さんの短歌を書いたもの。町内外から訪れた人々は、書の美しさに感嘆の声を上げていました。30日に行われたトークショーでは、同じ歌も書き続けるほどに新たな気づきがある、書は読めなくても墨の濃淡や余白の景色を楽しめばよい、などのお話が続いて、1点ずつ作品の解説が行われました。



新規採用職員の紹介

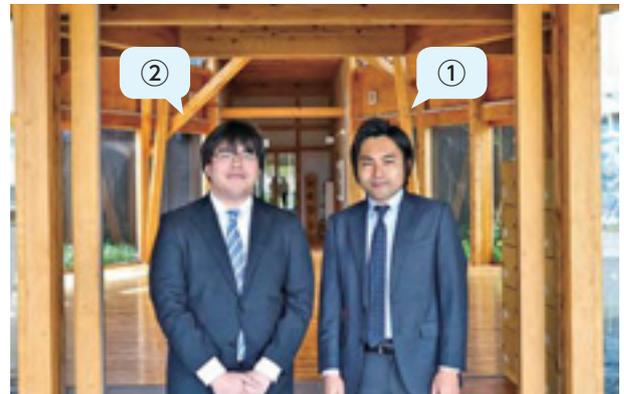
4/1 今年度、新たに4名の職員を採用しました。

①大川 敏生「町民の方が住みやすいと感じるようなまちづくりをしていきます。よろしくお願ひします」

②木本 純平「町のお役に立てるよう一生懸命がんばります。よろしくお願ひします」

③檀上 沙梨「町民の皆様の豊かな食生活や健康づくりをサポートできるよう、精一杯がんばります。よろしくお願ひします」

④本田 優輝「町民の皆様にお役にたてるよう精一杯努力します。どうぞよろしくお願ひします」



地域おこし協力隊員の紹介

4/1 今年度、新たに2名の地域おこし協力隊員を迎えました。船口さんは、大崎海星高校内にある町公営塾(神峰学舎)での生徒指導など、高校魅力化に向けた活動を行います。高見さんは、学習交流センターでハウスマスターとして勤務します。

①高見 潤「寮での共同生活は多くの学びがあると思うので、一生懸命そのサポートをしたいです」

②船口 弘希「生徒たちが安心して将来に向かって進んでいけるよう、精一杯取り組んでいきます」

ALTのEnglish Lesson

新年度を迎えて

It's the start of a new school year and I'm ready to start fresh!! This year will be my 5th year at Osaki Elementary School. I will also be teaching at Osakikamijima Kindergarten once a week. I'm super excited to see what this year will bring!!

新年度が始まってフレッシュなスタートを期待しています！今年度は大崎小学校の5年目になります。そして、大崎上島幼稚園にも週1回教えに行きます。今年度は何が起こるかすごく楽しみにしています！よろしくお願いします！



タラ・ヤマシロ

Hello again! This will be my 3rd year here and I will continue teaching English at Kinoe Elementary School and I will be going to Osakikamijima Kindergarten. I'm looking forward to talking with everyone this year!

こんにちは！今年で3年目になります。今年度も木江小学校で英語を教え、大崎上島幼稚園にも教えに行きます。皆さんと話をすることを楽しみにしています！



ニコラス・パダノ

Hello, I am an ALT at Higashino Elementary School and Runbini Kindergarten. I am very excited and happy to be starting a new school year. I look forward to the rest of my time in Japan and I will do my best at work!

こんにちは、私は東野小学校とルンビニ幼稚園で英語指導助手をしています。新しい年度が始まって、とても嬉しくて、わくわくしています。日本で残りの時間を楽しみながら、仕事をがんばります！



ハサン・ムハマンド

Hi. I teach at Osakikamijima Junior High School. Recently, new students have begun attending our school. They seem nervous, but also very nice. I am excited to get to know them and have conversations with them.

こんにちは。私は大崎上島中学校で英語を教えています。最近、新しい生徒が入学してきました。生徒たちは緊張しているように見えるけど、やさしそうな生徒たちです。彼達と会話をして、仲良くなることをとても楽しみにしています。



テディ・ブライアン



●平成31年度入学式を
挙行
柔らかな日差しの中、商船学科42名、電子制御工学科43名、流通情報工学科43名、編入学生1名、専攻科産業システム工学専攻6名が入学しました。
辻校長の「国際社会で活躍できる財産としての人財になることをめざしてください」という式辞と、白濱学生会長の「楽しく充実した学校生活を一緒に送りましょう」という歓迎の挨拶があり、続いて流通情報工学科梨和日向さんが新入生総代として「学則を守り、学生としての本分を尽くして、社会に有為な人物となるよう努力することを誓います」と宣誓しました。



※写真提供…
卓球レポート／バタフライ

●第46回全国高校選抜卓球大会シングルス優勝
平成31年3月に北九州市で開催された第46回全国高等学校選抜卓球大会において、本校流通情報工学科2年（現流通情報工学科3年）の烏田幸君がシングルス（2部）競技で優勝しました。尾三地区予選、県予選を勝ち上がり出場した本大会では、全国48名の出場選手の中で見事栄冠に輝きました。

スクリーンレポート

担当 広島商船高等専門学校

教職員紹介 この春赴任された教職員を紹介します

大崎小学校



左から 佐藤かおり（教育補助員）、沖永貞浩（教諭）、松林泰弘（教諭）、加藤千香恵（教頭）

大崎上島を愛し、大崎上島の将来を担うたくましく生きぬく子供の育成を目指して、「チーム大崎小」として全力で教育活動を進めて参ります。今後ともご支援・ご協力をお願いします。

東野小学校



左から 竹本敬子（学習支援教諭）、平田修（校長）、坪岡彩夏（養護教諭）、底押悦子（教諭）

学校教育目標「自分を大切に 他人を大切にふるさとを大切に作る東野っ子の育成」に向けて「チーム東野」の一員となって一生懸命に頑張ります。

木江小学校



左から 竹安幸代（主事）、立田佳代（教諭）、大田真依子（教諭）、成清茜（学習支援教諭）、高橋勝海（教諭）

学校教育目標「自ら学び 心豊かで たくましく生きぬく子ども」の達成に向けて、「チーム木江」としてそれぞれの個性を生かしながら、力を合わせて頑張ります。

大崎上島幼稚園



左から 橋本悠里（保育指導員）、中本絵美（教諭）、川本美陽（園長）、桑原千穂子（教頭）、中西夕貴（教諭）、内藤雅子（教育補助員）

大崎上島を愛し、園教育目標「心豊かに、のびのびとたくましく生きる子供」の育成をめざし、笑顔あふれる園づくりに職員一丸となって頑張ります。地域の皆様のご支援よろしく申し上げます。

大崎上島中学校



教諭 円光 育美

長く海外通勤（島外の学校に勤務していた）をしていましたが、地元に戻ってくることができました。新たな気持ちで頑張りますので、どうぞよろしくお願いします。

教育委員の活動報告

第3回臨時会議 3月15日(金)

日程第1 議案第8号

県費負担教職員の人事の内申について

第4回定例会議 3月29日(金)

日程第1 報告第2号

教育委員会の所管に属する公の施設の指定管理の指定及び指定告示について

日程第2 議案第9号

語学指導等を行う外国青年招致事業によらない外国語指導助手任用規則の制定について

日程第3 議案第10号

大崎上島町立幼稚園園長の服務規則の廃止について

日程第4 議案第11号

大崎上島町教育委員会事務嘱託員設置規程の一部改正について

日程第5 議案第12号

学校給食における食物アレルギー対応マニュアルについて

日程第6 議案第13号

職員の自家用車の公用使用に関する協定書について

その他

4月6日(土) 広島叡智学園開校式

・入学式

4月9日(火) 大崎上島中学校・町立小学校入学式

4月10日(水) 大崎上島幼稚園開園式・入学式

4月25日(木) 第4回定例会議

【 こんにちは、保健師です 】

貧血予防はうつ予防？

貧血は、血液中の赤血球やその中に含まれるヘモグロビンが減少し、体が酸素不足になった結果、動悸や息切れ、倦怠感、頭痛、爪の異常など様々な症状が起こるものです。最近では、貧血がある女性は、貧血がない女性と比べて、産後うつ病を発症するリスクが約6割も増えるという調査結果が出るなど、ほかの病気への影響について明らかになってきています。これは、貧血になると、全身の倦怠感や疲れがとれにくくなり、気力が低下するためとされています。貧血にならないようにすることが、うつ予防に繋がるといえるかもしれません。貧血は女性に多いといわれますが、男性の貧血も要注意。男性が貧血になる場合、胃・十二指腸潰瘍や胃がん、大腸ポリープ、大腸がんなどの可能性が高く、それらによって体内で出血が起こると貧血を引き起こすことがあります。

貧血予防を生活に取り入れていきましょう！

1 健診で血液検査を受けて健康チェック

2 普段の食生活改善

①鉄の推奨摂取量

成人男性：7.5mg 成人女性：10.5mg

②食事摂取の工夫

- ・鉄分含有量の多い食材を摂る
貝類、豆類、ココア、ほうれん草、小松菜、ひじき、プルーン、レーズン、肉類、魚類などは、タンパク質やビタミンCと一緒に摂ると鉄吸収が高まるので、組み合わせを工夫しましょう。
- ・鉄入り補助食品を活用する！
- ・いろいろな食品をバランスよく食べる！
ビタミンB2、B6、B12、葉酸、ビタミンCなども造血や鉄の吸収にかかせません。

【 県立安芸津病院より 】

誤嚥ってなに？

誤嚥とは、食物や唾液などが、なんらかの理由で、誤って空気の通り道（喉頭と気管）に入ってしまう状態をいいます。怖いのは、この誤嚥をきっかけに細菌が繁殖し、誤嚥性肺炎を発症することです。

誤嚥を起こす原因は、脳血管や神経筋の病気や薬剤の影響など様々で、これらを防ぐことは困難です。しかし、誤嚥による細菌の繁殖量を減らすことと誤嚥に負けない身体を作ることができます。

誤嚥による細菌の繁殖量を減らすには、積極的に「口腔ケア」を行うことが大切です。細菌は寝ている間に増えます。そして、睡眠中は起きているときにくらべて誤嚥をしやすくなります。寝る前に口腔ケアを行い、できるだけ口の中の細菌数を減らすことと、起きたときに口腔ケアを行い、増えた細菌数を減らすことが大切です。そして、効果的な口腔ケアを行うためにも、かかりつけ歯科医を持ち、自分に合った口腔ケアの方法を知ることが大切です。

また、誤嚥に負けない身体を作るためには、十分な栄養量のたんぱく質がきちんととれるよう注意しながら食事をとることが大切です。積極的な運動が難しい場合でも、外出など活動を増やしていくと誤嚥に負けない身体になります。

自分に合った口腔ケアと、少しだけたんぱく質を意識した食事、運動で元気に過ごしましょう。

文：摂食・嚥下障害看護認定看護師 井納加奈子

あい **らんど** 便利

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。

料理教室

自立生活へ向けてのお手伝いとして・余暇の充実として料理教室を開催しています。5月は第2日曜日に開催します。

日時 5月12日(日) 10時～13時

場所 サポートおおさき 第二ふれあい工房

会費 500円

タブレット体験会

対象 知的障がいのある方

日時 6月12日(水)13時～

申込締切 6月5日(水)

タブレット講習会

対象 視覚障がいのある方

日時 7月1日(月)・8日(月)・22日(月)・29日(月)
13時～

申込締切 6月24日(月)

*専門の講師による体験・講習会です。

詳細のお問い合わせ・申し込みは **ら**んどまで。

圃大崎上島町生活サポートセンター

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



インターネットを悪用した
人権侵害をなくしましょう

圖住民課 住民人権対策係 ☎ 65-3113

インターネットには、掲示板やSNSなどコミュニケーションの輪を広げる便利な機能がありますが、その利用が進む一方で、他人の人権を侵害する事件（人権侵犯事件）が増えています。安易な書き込みで人を傷つけないために、インターネット上で起こり得る人権侵害について理解を深め、ルールやモラルを守って利用することが大切です。

個人情報を流したり、**誹謗中傷**や**うわさを広めたりする**ことは、**人権侵害に繋がります**

インターネットでは、簡単に自分の名前や顔を知られることなく発言することができ、匿名性を悪用した人権侵害が発生しています。最近では、いじめなどの問題をきっかけにインターネット上はその事件の関係者とされる人たちに、ひどい言葉を流した書き込みや不確かな情報に基づく無責任な書き込みがされたり、誤った情報に基づいて全く関係のない人たちを誹謗中傷（根拠のない嫌がらせや悪口）する書き込みがされたりしています。

インターネットでは、一度掲示板などに書き込みを行うとその内容がすぐに広まってしまいます。また、その書き込みをネット上から完全に消すことは容易ではありません。誹謗中傷や他人に知られたくない事実、

個人情報などが不特定多数の人々の目にさらされ、そのような情報を書き込まれた人の尊厳を傷つけ、社会的評価を低下させてしまうなど、被害の回復が困難なほど重大な損害を与える危険があります。また、このような人権侵害は、名誉棄損の罪に問われることもあります。

近年特に問題となっている児童ポルノは、それ自体、子どもの人権擁護上許されるものではありませんが、その画像が一度インターネット上に流出すれば、画像のコピーが転々と流通して回収が極めて困難となり、被害を受けた児童は将来にわたって永く苦しむことになるなど、重大な人権侵害となります。

ルールやモラルを守り、相手の人権を尊重しましょう

インターネットを利用するときは、お互いの顔は見えなくても

もつながった先にいるのは、心をもつ生身の人間であることを忘れずにコミュニケーションをとりましょう。発信者が特定できないから何を書いてもかまわないと思うのは間違いで、検索機関による発信者の特定は可能です。匿名の書き込みであっても、責任が生じるということも覚えておきましょう。

インターネット上で人権を侵害されたとき

インターネット上に自分の名誉を棄損したり、プライバシーを侵害したりする情報が掲載されても、発信者が誰か分からないことも多く、被害に遭われた方が直接被害を回復するのは困難です。そこで、被害に遭われた方は、プロバイダやサーバの管理運営者などに対し、発信者情報の開示請求や、人権侵害情報の削除などを依頼することができます。

法務局が削除要請をする場合

被害に遭われた方が自ら削除を求めることが困難な場合は、最寄りの法務局へご相談ください。法務局では、まず、人権侵害情報の削除依頼の方法について

て助言を行うなど、相談者ご自身が回復を図るための手助けをします。

また、相談者からの削除依頼にプロバイダなどが応じない場合などには、法務局が削除の要請を行います。法務局からの削除要請は、インターネット上の情報について法務局が調査を行い、名誉毀損やプライバシー侵害などの人権侵害に該当すると認められる場合に行います。

人権相談はこちらから

みんなの人権 110 番
0570-003-110

インターネット相談窓口

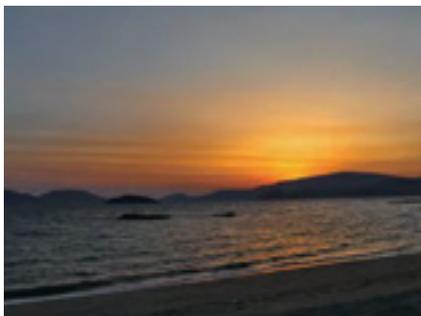


QRコード
を読み取る
とアクセス
できます



みんなのひろば

Kamijimagram



#大串海岸 #日の入り #美しいグラデ

町ひと文芸集

神峰俳句クラブ

うららかや流るるかなの書道展

強東風や砂の埋めゆく貝の殻

染め上げて「木の精」といふさくら色

山本 輝明
岡本 花江
平谷 圭子

南風俳句会

初雲雀声に光を鏤めて

雲一朶ひこばえ戦ぐ楓の風

嫁せし子の住まふ備中鳥曇り

芝山 吉宣
戀田 和夫
横本三四郎

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、総務企画課 企画調整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 総務企画課 企画調整係
FAX：65-3198 Mail：kikaku01@town.osakikamijima.lg.jp



投稿
大募集

大崎海星高校 魅力化 プロジェクト

新しい1年が始まりました！

Facebook 更新中



皆さん、こんにちは！大崎海星高校魅力化プロジェクトです。

長かった平成の時代が終わり、令和という新しい時代が始まりましたね。

大崎海星高校でも、多くの新入生を迎えた新たな1年がスタートをきっています。今回は、初々しさあふれる新入生の様子をご紹介します。

平成31年4月8日(月)、広島県立大崎海星高等学校の入学式が行われました。今年度の新入生は36名、一礼をして体育館に入場する姿からは、緊張が感じられました。

入学式のあとは、第2回教養寮「コンパス」の入寮式が行われました。今年度は7地域から10名が入寮しました。

新入生の保護者の方をはじめ、島親さん、高校の先生方などを含めて70名を超える参加があり、今回は寮生が司会を行いました。その後、保護者の方を交えて新入寮生と島親さんの自己紹介タイム、在寮生は島親さんとのミニゲームがあり、それぞれ楽しそうに交流している姿が印象的でした。新入生を迎えて、実りある高校生活が送れるようサポートしていきたいと気持ちを新たにしました。



町の懐かし 写真館

film.13
古江港

(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。園総務企画課 企画調整係 ☎65・3112



古江港は、①山の谷間で海岸が深く湾入している②平地と水に恵まれている③航路に近く、あまり遠浅でない④船の出入りや荷役の便がよい、といった特徴があります。そのため、昔から港として開けており、「古い入り江」として人々に親しまれてきました。また、古江港は、東野地区の海運業発祥の地だったと推測されており、その賑わいの名残として、今でも八幡神社や住吉神社が鎮座しています。明治から大正にかけては、2軒の呉服店や鍛冶屋、船渠を有する幾田造船所を中心に商業地として賑わいをみせていました。

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！園総務企画課 企画調整係 ☎65-3112

その13 みやま愛桜会



宮山中公園は、約1000本のソメイヨシノが群生する町内屈指の桜の名所です。この公園を管理する本会は、毎年10人のメンバーで草刈りや施肥、ごみ拾い、トイレ掃除などを行い、美しい桜の景観を守っています。活動の何よりの楽しみは、桜を見に来る人たちの「桜、綺麗だね」の声や夜桜の下でのお花見。これからも宮山中公園の桜を守り続けます。

こちら 大崎上島 風待ちの案内所 通信 May.2019



お出掛けが楽しい季節がやって来ました!! 観光案内所でも、町を飛び出してイベントへ出店することが増えてきました。町内の生産者さんの商品や作家さんの作品のPRはもちろんです。お客様や他の出店者さんとお話することも楽しみのひとつ。「大崎上島町に友だちがいるのよ」という話で盛り上がり、「今度温泉に泊まりに行きます!」という方に観光案内をしたり。そうした話の中から次のイベントへのつながりが生まれることもあります。これからも「旅する観光案内所」として各地へ出掛け、新しいつながりを作っていきたいと思ひます。

尾道 学校まるごとマルシェ



江田島 出張No.89



乗広島 セントルマルシェ



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



募集

花づくり活動支援事業者募集

公道の緑地帯などにおける住民の自主的な花づくり活動を支援します。

対象 管理者が承諾した地域の広場、集会施設、主要道路付近など、公共性の高い場所への花づくりで、花の耕作面積は、プランターで合計10個以上、花壇では合計10㎡以上であること。

補助対象経費

①花づくり活動に必要な花苗代、肥料代、材料代及び消耗品費など

②花づくり活動を行うために必要な会議などにかかる会場の借上げ料

申請上限額 10万円

申請期限 9月27日まで

※申請団体の補助申請額が予算（今年度は40万円）を超える場合、申請が早かった個人または団体を優先します。要綱や申請書は、地域経営課にあります。詳しくはお問い合わせください。

☎ 地域経営課 地域振興係
65・3123

ふるさとづくり事業募集

町内の団体やグループ（個人含）が行うまちづくりの取り組みを支援します。

対象事業

- ①生涯学習や人材育成のための研修会開催や参加
- ②生活文化・福祉向上を目的とする事業
- ③他の地域との交流推進を目的とした事業

申込期限 9月27日まで

※予算範囲になり次第申し込みを終了する。

事業実施期間

採択された日から令和2年3月末日まで

※補助金額は、補助対象経費の10分の8以内（限度額50万円）。ただし、視察研修や派遣旅費については2分の1以内。限度額有。（今年度予算70万円）

☎ 地域経営課 地域振興係
65・3123

障がい者委託訓練生募集

対象者 重度の障害のある方

コース WEB製作在宅ワークコース

定員 10名
委託先 (株)NTTデータ だい



暮らし

竹原税務署からのお知らせ

消費税の軽減税率制度説明会 令和元年（2019年）10月1日から、消費税及び地方消費税の税率が引き上げられ、軽減税率制度が実施されることに伴い、次のとおり事業者を対象とした説明会を開催します。参加をご希望の方は、事前にご連絡ください。

日時 6月10日(月)～14日(金)

15時30分～17時

会場 竹原税務署

連絡先

☎ 0846・22・0517

（調査部門直通）

また、軽減税率制度に関する情報は、国税庁のホームページに掲載していますので、参考にしてください。

国税に関する相談について

関係書類を確認する必要があるなど、個別事例の相談については、スムーズな対応ができるよう、事前に相談予約の上、お越しください。

☎ 竹原税務署

☎ 0846・22・0485

※音声案内に従って「2」を押してください。

求人情報

主な求人事業所

荒木製罐(有)、医療法人社団 ひがしの会、東邦亜鉛(株) 島製錬所、(株)オオサキ、呉信用金庫、平田歯科診療所、ヤマト運輸(株)竹原センター、(有)菅鉄工所、(株)惣明製作、上島下島自動車整備協業組合、(株)第一食品

※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。**

☎ ハローワーク竹原（広島西

条公共職業安定所竹原出張所）

☎ 0846・22・8609

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	1

開館時間 10時～18時
● 休館日
● 絵本のよみかたり

特定健診を受けましょう

特定健診は、生活習慣病予備群であるメタボリックシンドローム該当者や予備群を見つけるための健診です。高血圧や糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がないまま進行していきます。生活習慣病が重症化した場合、高額な医療費がかかる上、日常生活も

制限されてしまいます。

そうならないためにも、年に一度は健診を受け、自分の健康状態を知るとともに生活改善や健康について考える良い機会にしてください。

春の集団健診日程

月	日	曜日	会場	受付時間
5月	21日	火	木江保健福祉センター	9時30分～10時 ※大腸がんの当日受付はありません。 ※21・24・29日は乳がん、子宮頸がん検診は実施していません。
	22日	水		
	23日	木	大崎上島開発総合センター	
	24日	金		
	27日	月		
	28日	火	東野保健福祉センター	
29日	水			

申込みをされていない方も当日受付で受診できます。

対象者

40歳～74歳で町国保加入者、被用者保険の家族持ってくるもの

健康保険証、受診券(国保の方は5月上旬発送予定)(被用者保険の家族の方は、健診当日までに受診券を取得してください。)

※受診の際は、食事をしないでお越しください。

※勤め先で健診を受けた国保加入者の方は、健診結果を役場へ提出することで、特定健診を受診したこととなります。受診率向上のため、ご協力ください。

☎保健衛生課 保健事業係 ☎62-0303

全力工事中! 広島叡智学園建設工事進捗状況

(4月20日時点)

2期建築工事も3カ月が経ちました。学園内では、フレッシュな中学生が学校生活を送っている姿が見受けられます。建築現場としては、南北工区とも杭打設工事を終え、現在は基礎工事に進んでいます。引き続き、現場周辺の皆様にはご迷惑をおかけしないよう、安全第一で工事を進めていきます。



【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)】
錦・平原・境谷JV 角保☎64-4540(現場事務所)

工業統計調査の実施

- ・2019年工業統計調査は、従業者4人以上の全ての製造事業所を対象に、6月1日時点で実施します。
- ・工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにすることを目的とする政府の重要な調査で、統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。
- ・調査の結果は中小企業施策

- や地域振興など、国及び地域行政施策のための基礎資料として活用されます。
 - ・調査票の内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)には使用しません。
 - ・調査の趣旨・必要性をご理解いただき、ご回答をよろしくお願いします。
- ☎ 総務企画課 企画調整係
65・3112

納付のお知らせ

固定資産税(第1期)

納期限は5月31日(金)です

納期限までに納付確認できない場合は、督促状を発送します。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。

11月診療分の削減効果は、
切替えた方の人数 499人
削減された金額 1,299,624円

消費生活相談

File.188

消費生活相談窓口を知っていますか

消費生活相談窓口のご案内
本町では、2カ月に1回、専門の相談員による消費生活相談窓口を開設しています。また、竹原市においても相談窓口が開設されており、本町にお住まいの方も利用できます（月曜日から金曜日まで相談可能）。なお、相談は無料です。

相談するときには、どのようなトラブルにあり、どうしたいのかなどの希望を相談員に伝え、契約書や申込書類があれば準備していただくと相

談がスムーズにできます。一人で悩まず消費生活相談員による「消費生活相談」をご利用ください。

5月は消費者月間です
近年では地域・家庭のつながりが弱まるなか、消費者トラブルも多様化・深刻化しています。消費者が消費者被害・事故に合わないよう、自ら進んで知識を習得し、情報を収集することが不可欠です。

竹原警察署大崎上島分庁舎より

改元詐欺にご注意



5月1日より元号が平成から令和に変わりました。改元に便乗して、「元号が変わるのでキャッシュカードを変更する必要がある」などといった内容の電話をかけたり、封書を送りつけたりしてキャッシュカードをだましとろうとするなどの詐欺事件が、各地で相次いでいます。キャッシュカードは改元されてもそのまま使用できます。改元詐欺の被害にあわないよう、このような電話や封書が来た場合、すぐに相談してください。



町内の交通事故件数(3月) 物損事故7件 人傷事故0件
 岡竹原警察署 ☎0846-22-0110 大崎上島分庁舎 ☎62-0110

年金
だより国民年金保険料は
納付期限までに納めましょう

2019年4月分から2020年3月分までの国民年金保険料は、月額16,410円です。保険料は、日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネットなどを利用した納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

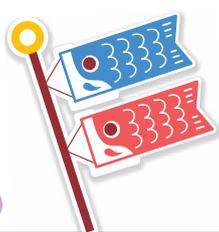
日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話・書面・訪問により早期に納めていただくよう案内を行っています。

国民年金保険料を未納のまま放置すると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある方^{*}の財産を差し押さえる場合がありますので、早めの納付をお願いします。

所得が少ないなどの理由で保険料の納付が困難な場合は、国民年金保険料が免除・猶予される制度がありますので、三原年金事務所または住民課にご相談ください。

※納付義務のある方…被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者及び世帯主のこと。

岡三原年金事務所 ☎0848-63-4111(代)
 住民課 住民人権対策係 ☎65-3113
 大崎窓口係 ☎64-3510
 木江窓口係 ☎62-0300



2019 5 May



体験型修学旅行

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
			1 即位の日	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日 南の里朝市
5 こどもの日 	6 振替休日	7	8	9 	10 ころの健康相談 (東保)13:30~ 消費生活相談 (東保)10:00~	11 南の里朝市 認知症カフェ (オレンジ)13:00~ 大阪市立
12 玉出中学校	13 健康相談 (明石)13:30~	14 食育講座 (木保)10:30~	15 育児相談 (東保)10:00~ 断酒会 (東保)18:30~ 尼崎市立大庄北中学校	16	17 家族の会 たんぽぽ (開総)13:30~	18 南の里朝市 絵本のよみかたり (プラザ)10:30~
19	20	21 	22 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (木保)	23 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (大総)	24 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (大総) 認知症カフェ (オレンジ)9:30~ 大阪市立築港中学校	25 南の里朝市 大阪市立
26 木江地区町民運動会 矢田南中学校	27 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (大総)	28 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (東保)	29 ※春の集団健(検)診 (当日受付)9:30~10:00 (東保)	30 	31 狭山市立狭山中学校	1 南の里朝市

東保…東野保健福祉センター オレンジ…オレンジハウス 明石…明石会館 木保…木江保健福祉センター
 開総…大崎上島開発総合センター プラザ…情報プラザ・エル ※わくわく元気ポイント付与対象事業
 南の里朝市は沖浦観光物産館で 9:00 から開催

予防接種

今年度から、予防接種の日程を定めません。
必ず医療機関に予約をしてください。

休日当番医

日程	病院名
5/19	円山医院 ☎64-2062
6/ 2	田村医院 ☎63-0311

休日当番薬局

日程	薬局名
5/19	セブン薬局大崎店 ☎67-5070
6/ 2	パール薬局明石店 ☎67-4020

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 ☎0846-22-7157

外科

日程	場所
5/12・26	馬場病院 ☎0846-22-2071
5/19・6/2・9	安田病院 ☎0846-22-6121

耳鼻咽喉科診療所

日時	場所
5/11・25 ※6月は第2土曜日の診療を第1土曜日(1日)に変更します。 (受付)13時~17時 診療開始 14時~	東野保健福祉センター内 ☎67-3311



今治～木江・大三島・岡村航路
新造船「みしま」就航

今治と大三島（宗方）、大崎上島（木江）、岡村島を結ぶフェリーみしまの新造船が完成し、4月21日(日)に竣工式が今治市で開催されました。先代のフェリーみしまは1991年に竣工し、長年にわたり、多くの船客を乗せて四国への海路を結んでいました。新しくなった「みしま」は、最大速度11.67ノット、航海速度11.0ノットで航行。引き続きご利用ください。

お写真
募集中

集まれ！わがやのアイドルへご応募ください

7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。(6月14日㊄)

☎総務企画課 企画調整係 ☎ 65-3112 Mail : kikaku01@town.osakikamijima.lg.jp



保健衛生課
保健指導係 ☎ 62-0330

いつものゆで卵にひと工夫

卵の春巻き

風薫るさわやかな若葉の季節となり、ほかほか陽気に誘われてお花見に行ったり、潮干狩りを楽しんだりとお出かけする機会も多くなりそうです。今回はお出かけメニューの1品にも役立てそうな料理の紹介です。動物性たん白質源で値段も安く、手に入りやすい食材として親しまれている卵を利用し、手軽に作れ、彩りがよく、幅広い年代層の方に喜ばれる仕上がりになっています。野菜入りソースとの相性もバッチリです。



エネルギー 265kcal たん白質 19.7g
塩分 1.1 g

◆材料(4人分)

- | | |
|--------------|---------------|
| 卵…4個 | 揚げ油…適量 |
| パセリ…2g | トマトケチャップ…大さじ2 |
| ムキエビ+酒…40g + | ピーマン…8g |
| 小さじ1 | * 玉ねぎ…20g |
| 塩…0.4g (少々) | カレー粉…少々 |
| こしょう…少々 | レタス…4枚 |
| マヨネーズ…大さじ1 | プチトマト…4個 |
| チーズ…40g | レモン…1/2個 |
| 春巻きの皮…6枚 | |

◆作り方

- ①卵は固ゆでし、殻をむいて粗みじん切りにする。パセリも水気を切り、みじん切りにする。ムキエビは酒を少々ふり、から炒りし、粗みじん切りする。
 - ②①に塩、こしょうをふり、マヨネーズで和える。
 - ③春巻きの皮を広げて②の生地をのせ、棒状に切ったチーズをまん中におき、巻く。巻き終わりに水溶きの小麦粉をつけて止める。
 - ④高温の油でカラリときつね色に揚げる。
- *ソースの作り方
玉ねぎ、ピーマンはみじん切りにし、トマトケチャップ、カレー粉と混ぜ合わせる。
- ⑤お皿に④の春巻きを半分に切り、付け合せの野菜、くし型に切ったレモン、ソースを添える。



昨年「平成最後」を冠した言葉がよく見聞きしましたが、いざ本当に平成が終わると、どことなく寂しい気持ちを抱きました。平成は「内外、天地ともに平和が達成される」との意味ですが、令和時代を迎えても、この平和が続いてほしいと願います。

発行日 2019年5月10日(金)
発行 大崎上島町
編集 総務企画課 企画調整係

〒725-0231 広島県豊田郡大崎上島町栗野6225-1
☎ 0846-65-3111(代表) / FAX 65-3198
HP <http://www.osakikamijima.hiroshima.jp>



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