

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

2020

May

vol.206

05

03 / Topics

「大崎上島町第2次地方人口ビジョン」及び「第2次
まち・ひと・しごと総合戦略」を策定しました
教育長及び教育委員が新たに就任しました

04 / 10月より国勢調査が始まります

06 / まちのできごと

16 / 町からのお知らせ

人口と世帯 (3月末現在)

人口 7,308人 (-56) 【男性：3,622人 (-29) 女性：3,686人 (-27)】

世帯数 4,186世帯 (+4)

()内は前月比

職員配置表

※令和2年4月1日現在

町長 高田 幸典 副町長 望月 邦彦
教育長 西田 光也

本 庁 (東野6625-1 FAX:65-3198)

課名	課長	課長補佐(室長)	係名	係長	係員
総務企画課 ☎ 65-3111 ☎ 65-3112	山本 秀樹		庶務	土井万里子	越智 祐吾 河田 弘文 中田真由 檜濱 陸夫 松橋 翼
			行政	松本 浩二	上杉 吉則 吉田 成希
			財政	村山 吉郎	木本 純平 末廣 大樹
			企画調整	川本 亮之	金出 侑佳 住野 大輔
		課長兼務	教育の島推進室	高本 清一	古坂 圭
住民課 ☎ 65-3113 ☎ 65-3114	柿本 賢士		住民人権対策	木倉江理奈	岡田 愛子 住友 加奈 橋本 彩香 二見 博
				平道 龍二	税務
地域経営課 ☎ 65-3123 ☎ 65-3120	坂田 誠		農林水産	神垣 憲隆	中岡 信 森下 隆典(再任)
			地域振興	三村 竜也	秋山 大地 小川 友也 三村 はるな
			地籍調査	岡田 征幸	長田 勲
建設課 ☎ 65-3124	藤原 通伸		土木耕地	日浦 喜晴	浅岡 祥太 藤村 貴規 森本 真太郎
			管理	今村 武徳	天野 志穂 川上 優 松永 和樹 安保守 岡本 治 小椋 厚志 武田 勝教 森田 和志
会計課 ☎ 65-3129	石田 修次		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	倉岡 由美	菅 英子(再任)
福祉課 (福祉事務所) ☎ 62-0301 ☎ 62-0302	池田 真二		生活福祉	小松 幸	橋高 直大 西中 豊生
			福祉指導	宮地 丈彦	小川 啓三 川上 千枝
			介護保険	和田 一美	菅 文彦(再任) 高原 淳 田原 香利
保健衛生課 ☎ 62-0303 ☎ 62-0330	竹下 良二		保健指導	桧山 浩子	池田 美果 石田 良美 角本 明美 竹野 尚子 檀上 沙梨 近下 侑
			保健事業	吉川 浩美	大川 敏生 角本 奈緒子
			環境衛生	馬場 法澄	石田 航

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	山本 徳枝	文田 和輝 三浦 溪
上下水道課 ☎ 64-3513	河田 昭司		管理	正畠 将平	中根 寛明 宮岡 栄治(再任)
			事業	課長兼務	田中 直弘 長岡 義典

教育委員会 (中野2067-1 FAX:64-3992)

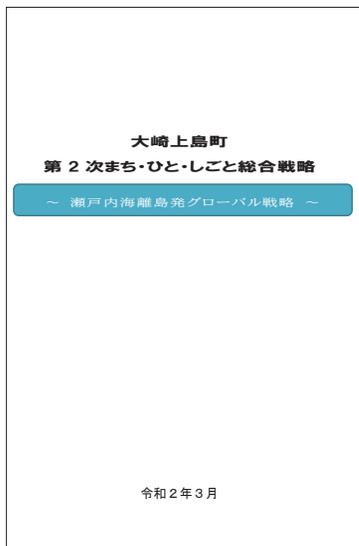
課名	課長	課長補佐	係名	係長	係員
教育課 ☎ 64-2074 ☎ 64-3055	有田 芳徳	秋山 英雄	総務学校教育	閑田 浩平	上田 和彦 永井 優希
	教育指導監 植野洋一郎		社会教育	下川 昇	菅 翔稀 常本 敬三 中島 優輝
	園長 川本 美陽	指導教諭(再任) 桑原千穂子	大崎上島幼稚園		袖山 愛菜 中西 夕貴 成清 茜

派遣職員

広島県後期高齢者医療広域連合 藤堂 恵

01

「大崎上島町第2次地方人口ビジョン」及び「第2次まち・ひと・しごと総合戦略」を策定しました



地方の人口減少抑制（少子高齢化）、東京への一極集中の是正などをめざして、地方創生の取組みが始まり、平成26年11月に「まち・ひと・しごと創生法」が施行され、町では、平成27年10月に「地方人口ビジョン」及び「まち・ひと・しごと総合戦略」を策定し、具体的な施策の実行、また、人口目標を設定して、教育機関の誘致や、定住促進などの取組みを進めてきました。この計画が、令和2年3月末で終了したため、引き続き、地方創生の充実・強化に向けて切れ目のない取組みを行っていく必要があることから、町のめざすべき将来の方向や目標人口を定めた「第2次地方人口ビジョン」及び、町の実情に応じた今後5ヵ年の戦略的施策・目標をまとめた「第2次まち・ひと・しごと総合戦略」について、策定しました。

第2次まち・ひと・しごと総合戦略に基づいて、各種施策を展開し、町の活性化につなげてまいります。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。



左のQRコードを読み取るとアクセスできます

☎総務企画課 企画調整係 ☎65-3112

02

教育長及び教育委員が新たに就任しました

大崎上島町教育委員会では、令和2年3月31日付けで、出口一伸教育長、幸家大教育委員が退任し、令和2年4月1日付けで、西田光也教育長、取釜秀子教育委員、高田康平教育委員が就任しました。今回の異動に伴う教育委員は、次のとおりです。



西田光也 教育長

この度、教育長に就任いたしました西田光也です。これまでの、広島県教育委員会・三原市教育委員会・公立中学校長など、38年間の教職経験を生かし、本町教育の発展に少しでも貢献できればと決意しております。どうぞよろしくお願いいたします。

職名	氏名	任期
教育長	西田光也	自：令和2年4月1日 至：令和3年6月5日
委員 教育長職務代理者	北山博子	自：平成28年7月1日 至：令和2年6月30日
委員	岡本康史	自：平成28年10月1日 至：令和2年9月30日
委員	取釜秀子	自：令和2年4月1日 至：令和6年3月31日
委員	高田康平	自：令和2年4月1日 至：令和4年6月30日

☎教育課 総務学校教育係 ☎64-2074

今年で開始100年!

10月より国勢調査が始まります

今年9月上旬から10月下旬にかけて、国勢調査が実施されます。大正9年の第1回調査から100年を迎える国勢調査。今回は、国勢調査の内容や、なぜ国勢調査が必要なのか、また、調査員の募集についてお知らせします。

閩総務企画課企画調整係 ☎ 65-3112

日本の今を知るための調査

国勢調査は、総務省統計局が日本国内に居住するすべての人・世帯について調査し、人口や世帯の実態を明らかにする、いわば日本という「国の情勢」を調べるための統計調査です。第1回目の調査は、1920(大正9)年に行われ、以来、5年毎、西暦が5の倍数の年に実施されており、各種統計調査の中で最も規模が大きく、重要な調査として位置付けられています。

調査結果は未来のために

国勢調査では、性別、出生年月、就業状態、従業地または通学地、世帯員数、住居の種類、住宅の建て方などについて回答していただきます。

これらの調査結果は、皆さんの生活をより良くするための基礎的な資料としてまとめられます。例えば、衆議院小選挙区の区割りの見直しや国・地方公共団体における政策決定及び事業推進、企業など各種団体における商品・サービスの需要予測、店舗の立地計画、将来人口の予想といった様々な分野で国勢調査の資料が活用されています。このように、調査結果は、公的

機関はもちろんのこと企業や大学などでも広く必要とされ、社会や生活を支える重要な情報基盤となっています。もしも国勢調査がなかったら…。行政や私たちの暮らしに様々な支障をきたすことにもなりかねません。

9月下旬からスタート

国勢調査は、10月1日現在で日本国内に住んでいるすべての人と世帯を対象に調査を行います。調査書類の配布などのため、9月下旬頃には調査員の訪問が

始まります。調査票を受け取り次第、記入の仕方を参考にしながらご記入ください。なお、統計調査は統計法によって厳格な個人情報保護が定められています。調査票の記入内容は、統計の作成・分析以外の目的で使用されることはなく、また、外部に漏れないよう厳重に管理されます。

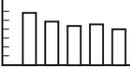
国勢調査は一人一人の生活に関連が深い大切な統計調査です。調査を正確かつ円滑に実施できるように、ご協力をお願いします。

町を經由して行われる

主な統計調査の種類

国や地方公共団体が行う統計調査には、企業活動や就業状況、家計、商工業、農林業など様々な種類があり、毎年いずれかの調査が実施されます。これらの調査も国勢調査の情報をベースに行っています。

調査名	調査対象	周期
学校基本調査	全学校	毎年
工業統計調査	全製造業	毎年
経済センサス活動調査	全事業所	5年
経済センサス基礎調査(乙調査)	国・地方公共団体の事業所	毎年
住宅・土地統計調査	抽出世帯	5年
就業構造基本調査	抽出世帯	5年
全国家計構造調査	抽出世帯	5年
農林業センサス	全農林業経営体	5年



国勢調査 2020

調査にご協力ください

国勢調査調査員を募集します

応募資格

次の要件をすべて満たす人

- ・調査事務を最後までやり遂げていただける20歳以上の方
- ・調査で知り得たことなど、秘密を守っていただける方
- ・税務、警察、選挙に直接関係のない方
- ・暴力団その他の反社会的勢力に該当しない方

統計調査員は、自分の好きな時間にお仕事していただけます



仕事の内容



※任命期間は2カ月間です。

調査員の身分と待遇

- ・非常勤の公務員としての身分を持ちます
- ・調査活動に従事した方には、総務省が定める支給基準に基づき、3~6万円の報酬が支払われます。なお、報酬額は受け持つ世帯数により異なります。
- ※1調査区…約50世帯~60世帯
- ・調査活動中に万が一事故にあった場合、公務災害補償が適用されます。

応募方法

申込締切 6月30日(火)

申込先 総務企画課 企画調整係 ☎65-3112までお問い合わせください。
町のホームページからもお申し込みできます。

※ご応募いただいた全ての人が調査に従事できるとは限りません。



→こちらから
ホームページ
にアクセスで
きます

オンライン回答にご協力ください

2020年国勢調査では、お持ちのスマートフォンやパソコンからオンラインで回答ができます。都合の良い時間帯に回答ができ、回答が必要な調査項目が個別に表示されるため、流れに沿って簡単に回答することができます。また、調査票の回収が不要となるため、調査員の事務負担も軽減することができます。ご自宅にネット環境のある方は、ぜひ、オンラインでの回答にご協力ください。





ベストレシピグランプリ第1位!!

3/5 大崎上島町農業委員会の、
幸家真美委員が、令和元年度
全国農業委員会女性協議会ベス
トレシピグランプリで第1位に入
賞されました。この賞は、レシピ
サイト「クックパッド」内の「全
国農業新聞の献立」で紹介され
ているレシピの中で、アクセス数
の多い方へ送られるものです。
今回、見事に幸家委員の「ダイ
コン菜の彩り菜飯」が、アクセ
ス数第1位を獲得し、グランプリ受
賞となりました。受賞した「ダイ
コン菜の彩り菜飯」のレシピは、
クックパッド公式キッチンで公開
中です。



平和ポスター表彰式と算数セット 贈呈式が開催されました

3/12 毎年大崎上島大崎ライオン
ズクラブは大崎小学校、木
江小学校に対して、平和ポスター
表彰式と算数セット贈呈式を行っ
ていますが、今年は新型コロナウイルス
感染拡大防止を考慮し、合
同で行われました。
すみれ祭りで展示した平和ポス
ターの優秀作品として、大崎小学
校6年森重ひまわりさん、木江小
学校6年長尾友裕さんへの表彰の
あと、新一年生（大崎小学校17人、
木江小学校5人）に算数セットの
贈呈が行われました。



全児童・生徒に手作りマスクをプレゼント ～大崎上島町女性会の皆さん～

4/6 全世界に拡大している新型
コロナウイルス感染症の影
響により市販のマスクが入手困難
となっている中、大崎上島町女性
会の有志メンバーが、町内の幼小
中の全児童・生徒321人分のマ
スクを作成し、女性会から西田教
育長に贈呈され、町内の5幼小中
学校に届けられました。町内3箇
所の作業場に分かれ、急ピッチで
作成されたマスクは、色とりどりで
手作りの温もりを感じられるも
のばかりです。
女性会メンバーは、「春休み明け
の新学期がスタートするまでの
短期間で完成させなければならな
かったので大変な作業でした。で
も、裁縫の得意なメンバーも多く
協力してくれたので、期間内に完
成できました。皆さんの協力に感
謝したい」と話してくれました。



特別表彰受賞!

4/6 この度、木江地区の沖本公
徳さんが、厚生労働大臣特
別表彰を受賞されました。
この特別表彰は、沖本さんが平
成16年からの15年間、郷区の民生
委員児童委員として活動された功
績に対して、厚生労働大臣より表
彰を受けたものです。



横倉 実可子



佐藤 真都



勝瀬 祐介



神田 瞳

地域おこし協力隊員の紹介

4 1 今年度、新たに4名の地域おこし協力隊を迎えました。神田瞳さん、勝瀬祐介さんの2名は、平岡幸人さん（隊員3年目）、船口弘希さん（隊員2年目）とともに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。

また、佐藤真都さん、横倉実可子さんの2名は、岩佐祐一さん（隊員2年目）とともに学習交流センターのハウスマスターとして、寮生の生徒指導などにあたります。

神田 瞳「生徒が自己実現に向かえるような学びの場づくりを目指し、生徒の気持ちに寄り添いながらサポートしていきたいです！」

勝瀬 祐介「島の高校生の「もっと知りたい」「もっと学びたい」を一緒に追いかけられるような存在になりたいです！」

佐藤 真都「新潟県から参りました。瀬戸内海の暮らしを楽しみ、大崎上島に貢献したいと思っています！」

横倉 実可子「東北から来ました！寮での安心安全な環境づくりに努め、寮生と島の皆さんと「楽しさ」をつくっていききたいです！」



菅 翔稀
(教育課)



秋山 大地
(地域経営課)



石田 航
(保健衛生課)



高原 淳
(福祉課)



岡田 愛子
(住民課)



越智 祐吾
(総務企画課)

新規採用職員の紹介

4 1 今年度、新たに6名の職員を採用しました。

越智 祐吾「町民の皆様が安心・安全な日々を送れる町をめざし一生懸命がんばります。よろしくお祈いします！」

岡田 愛子「町民の皆様のお役に立てるように精一杯がんばります。よろしくお祈いします！」

高原 淳「町民の皆様のお役に立てる職員をめざしたいと思います。よろしくお祈い致します！」

石田 航「町民の方にとってより住み心地の良いまちにできるよう努力していきたいと思えます。よろしくお祈い致します！」

秋山 大地「生まれ育った大崎上島町を、これからも過ごしやすい町にしていきたいと思っています。よろしくお祈い致します！」

菅 翔稀「町民の皆様にご頼られる職員になるよう精一杯がんばります。どうぞよろしくお祈い致します！」

ALTの English Lesson

A Flesh Start !!



山城 タラ

Tara, here! I will be moving to Higashino Elementary this spring. I look forward to growing and learning with the students and staff at Higashino.

タラです！この春には東野小学校で教えます。東野小で先生や子供たちと一緒に勉強し成長することを楽しみにしています。よろしくお願いします！



ブライアン・テディ

Hello! My name is Teddy Breihan. I will be teaching at Osaki Elementary School and Osakikamijima Kindergarten. I want to do my best to teach my students English!

こんにちは、僕の名前はブライアン・テディです。大崎小学校と大崎上島幼稚園で教えます。子供たちに英語を教えるのを精一杯がんばりたいです！



パドバノ・ニコラス

I'm Nicholas Padovano. I'll be at Osakikamijima Junior High School. I'll do my best here too!

パドバノ・ニコラスです。大崎上島中学校で教えます。ここでも一生懸命がんばります！よろしく！



ロックウッド・クリストファー

Hi, my name is Christopher Lockwood. I will be teaching at Kinoe Elementary School and Osakikamijima Kindergarten this year. I am looking forward to getting to know the teachers and students there.

こんにちは、僕の名前はロックウッド・クリストファーです。今年度は木江小学校と大崎上島幼稚園で教えます。先生や子供たちと一緒に過ごすことを楽しみにしています。



このコーナーではALTの活動やそれぞれの国の文化等を記事にして紹介しています。そこで、読者の皆様からALTに記事にしてもらいたいことや聞いてみたいことを募集します。応募は教育課（☎64-2074）または、左のQRコードを読み取ってください。

スクリーン レポート

担当 広島商船高等専門学校

●学生が続々表彰！

○流通情報工学科3年烏田幸君が第46回全国高等学校選抜卓球大会シングルス（2部）競技優勝により、広島県体育協会より表彰され、表彰状とメダルを授与されました。

○第19回みんなの新聞コンクール（中国新聞主催）において、広船新聞編集委員会の「広船新聞」が学校新聞部門において入選を果たしました。

○流通情報工学科2年三好陸斗君が独立行政法人情報処理推進機構（IPA）が主催する第15回IPA「ひろげよう情報モラル・セキュリティコンクール」の標語部門において優秀賞を受賞しました。



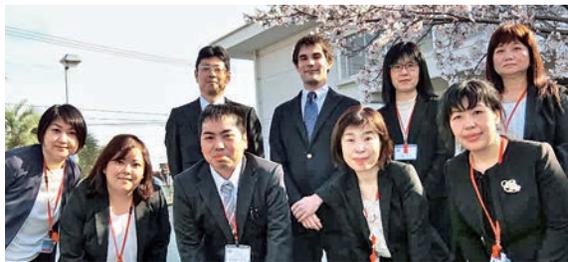
○卒業生が広島大学に編入しました。3月に流通情報工学科を卒業した行武愛望さん（木江区出身）は、4月より広島大学経済学部編入学します。本校では「過疎高齢化の進む地域の新しい交通システムの導入可能性」をテーマに研究し、広島大学では「地方における医療サービス」について研究する予定です。また、他にも多くの大崎上島町出身者が卒業しました。皆さんが本町の発展に寄与してくれることを期待しています。

●学生の発表等について
○第7回基礎論・解析学研究会（2020）において電子制御工学科4年生の3名が、1月12日（日）米子コンベンションセンターで自然科学や工学分野に登場する微分方程式の解の性質（特に振動性）について発表しました。



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



上段左から望月浩和(校長)、ブライアン・ティディ(外国語指導助手)、大政栄子(養護教諭)、渡邊淑子(学習支援教諭)、下段左から友岡未歩(教諭)、日高美穂(スクールサポートスタッフ)、風呂迫直人(主事)、岩本典子(教諭)、早副順子(教諭)

今年度の学校教育目標「大崎小シッ プ 自分を大切に 他人を大切に ふるさとを大切にする大崎っ子の育成」をめざして一丸となってがんばります。よろしくお願いします。

木江小学校



前列左から関藤直子(教頭)、新本友子(学習支援教諭)、竹本敬子(学習支援教諭)、岸中莉梨(教育補助員)、後列左から内藤雅子(教育補助員)、村上昌昭(校務員)、ロックウッド・クリストファー(外国語指導助手)

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」達成に向け、個性を生かしながら、「チーム木江」として力を合わせて頑張ります。

東野小学校



左からヤマシロ・タラ(外国語指導助手)、上田瑠子(主事)、高瀬朋子(栄養教諭)、大鶴翔子(教諭) 目指す子供像「誠実な子」「親切な子」「努力する子」「ふるさとを大切にする子」の育成に向けて、東野小学校職員として「ワンチーム」で頑張ります。

大崎上島中学校



上段左から原清澄(教諭)、高岡翔平(教諭)、パドバノ・ニコラス(外国語指導助手)、下段左より松岡祐太(教諭)、山田絵里(教諭)、花田清美(スクールサポートスタッフ)

4月1日に大崎上島中学校に赴任しました6名です。大崎上島町の魅力を発見しながら子どもたちと共に頑張ってまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

大崎上島幼稚園



左から成清茜(教諭)、袖山愛菜(教諭) 今年度から大崎上島幼稚園で働くことになりました。元気いっぱいの子供たちと楽しく過ごし、子供一人ひとりに寄り添える教員を目指してがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。

☎ 64・2074
園 教育課 総務学校教育係

3月25日(水) 大崎上島中学校・東野小学校・大崎小学校・木江小学校修了式

卒業式

3月19日(木) 東野小学校・大崎小学校・木江小学校

園卒業式

3月18日(水) 大崎上島幼稚園

校卒業式

3月8日(日) 大崎上島中学校

その他

内申について

県費負担教職員の人事の内申について

日程第1 議案第11号

会臨時会議3月18日(水)

第1回大崎上島町教育委員会臨時会議

職について

教育委員会教育委員の辞職について

日程第3 議案第10号

教育委員会教育長の辞職について

日程第2 議案第9号

伴う本町の対応について

日程第1 議案第8号

全国小中高の一斉休校に伴う本町の対応について

会定例会議3月6日(金)

第3回大崎上島町教育委員会定例会議

教育委員の活動報告

【こんにちは、保健師です】
～生きる支援がつながる～
地域づくり会議（報告）

町では、平成31年3月「生きる支援がつながる元気島おおさきかみじま」を基本理念に自殺対策計画を策定しました。町民誰もが自殺に追い込まれることのない地域をめざし、安心して暮らすことができるよう地域全体で取組を推進していきます。昨年度、町内行政区29地区（木江地区11地区、大崎地区10地区、東野地区8地区）で、会議を開催しました。（令和元年度に未実施の区は、今年度実施予定です。）

【会議メンバー】 正副区長、民生児童委員、高齢者巡回相談員、保健衛生課（保健師）、福祉課、社会福祉協議会、地域包括支援センター

【会議の内容】 地区の現状や課題、地域での気づきや見守り体制などを話し合いました。～ひとり一人が出来ること・ひとり一人がゲートキーパー～

【気づき】 ご近所や周囲の人の異変や悩みに、お互いが早めに気づいて、まず声をかけましょう。（最近顔を見ない・元気がない様子・郵便物がたまっている・ライフラインの異変）

【つなぐ】 ひとりで抱え込まず、身近な相談者、知り合い、友人に早めに相談しましょう。どこにつなぐか、相談するか、わからない時は、役場や社会福祉協議会、地域包括支援センターへ連絡しましょう。利用できる制度やサービス、専門機関などを情報提供し、対応します。

【見守る】 いつもどおり接して、気になる事、異変があれば、早めに対応しましょう。

誰でも様々な問題（健康・経済・家庭・勤務・教育・生活）が起こります。相談したり、SOSを発信することが必要な時がありますが、恥ずかしい事ではありません。抱え込まず、早めに相談してください。

☎保健衛生課 保健指導係 保健師
☎62-0330

【県立安芸津病院より】
新型コロナウイルス
感染症対策について

～一人ひとりができる対策～

新年度がスタートしましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルス感染拡大が続く中、私たち一人ひとは、人との接触を通常より8割減らすことが求められています。また、人との距離をお互いに手を伸ばしたら届く距離（少なくとも2メートル）以上に離れ、部屋の換気やマスク着用、手洗いをすることで感染リスクを減らすことができます。

そのような状況の中、政府は病院受診が必要な方の電話による診療、服薬指導の活用を勧めており、当院でも電話による診療を行っていますので、お問い合わせください（病気や症状によって電話診療の可否を判断させていただきます）。

医療機関に行くことが不安な時は、健康維持に必要な薬を自己判断で中止することのないよう、ぜひ、相談されてはいかがでしょうか。また、発熱や体調不良、予約外で受診する場合は、まず電話で病院に事前連絡し受診するようご協力をお願いします。

文：感染管理認定看護師 吉田美香



あいランドと便利

♥ランドは、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。

職員紹介

今年4月1日から、特別養護老人ホーム美浜荘から異動し、第2ふれあい工房「♥ランド」で働くことになりました「進藤雅通」です。♥ランドでは、地域活動支援センターの担当となります。皆さま、どうぞよろしくお願いたします。



お知らせ

新型コロナウイルス流行のため、色々な行事の開催が難しい現状となっております。

5月は、通常でしたら「料理教室」の開催月です。しかし、10人を超える人が飲食を共にすることは難しいと思われます。

誠に残念ながら、3月に引き続き5月の料理教室も中止とさせていただきます。

小規模にてストレス発散できることを、随時考えていこうと思っております。まずは、ご相談ください。

※相談は無料で、秘密は固く守られます。

☎大崎上島町生活サポートセンター

♥ランド ☎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00分



ストップ! そのカキコミ大丈夫?

安易なカキコミそれ、人権侵害かも・・・

岡住民課 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）が急増しています。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。

インターネットを悪用した人権侵害をなくしましょう

インターネットはコミュニケーションの輪を広げる便利な道具です。

ゴールデンウィーク期間中も、新型コロナウイルス感染症対策による外出自粛で、町内の子どもたちも大人の方も、自宅でインターネットを利用する機会が増えていると思います。

インターネットによる、ヘイトスピーチや人権侵害

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ます。

あおり運転殴打事件では、全くの別人の誤った情報を拡散し、他人の人権を侵犯する事件に発展しています。

また、トイレットペーパーやティッシュペーパーの買いだめもインターネットによる誤った情報によるものでした。

今回の新型コロナウイルス感染症の場合にも亡くなられた著名人に関するインターネットの書き込みは、悪質なヘイトスピーチが広がっていると報道されました。

亡くなったことを悲しみ悼むのではなく、怒りに変え、匿名であることを利用して特定の国や人々に対してヘイトスピーチ（憎悪表現）をする行為は許されることではありません。

国連の事務総長も「憎悪が急速に拡散し、人々や団体にレッテルを貼ったり、中傷したりしている」と警鐘を鳴らしています。掲示板やSNSに意見を投稿する場合は、一度立ち止まって情報の真偽の確認と人権意識をもつて、今一度見直す癖をつけるようにしましょう。

モニタリングによる監視をしています

大崎上島町ではインターネット

トの書き込みは、悪質で差別的な書き込みがないか定期的に監視事業を行っています。悪質で差別的な書き込みを発見した場合は、法務局と連携して法律に基づきプロバイダや掲示板の管理運営会社などに書き込みの削除依頼をしています。

インターネットを利用するときには、お互いの顔は見えなくて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、検査機関による発信者の特定は可能です。

法務局による人権相談

法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関する不当な偏見、差別、いじめなどの被害に遭った方からの人権相談を受け付けていますので、

相談内容に応じて次の相談ダイヤルにご連絡ください。

みんなの人権110番

（全国共通人権相談ダイヤル）

☎ 0570・0003・110

平日8時30分から17時15分

子どもの人権110番

☎ 0120・0007・110

平日8時30分から17時15分

外国語人権相談ダイヤル

☎ 0570・090・911

平日9時から17時

インターネット
相談窓口

下の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



#ネロリの花 #つばみ

町びと 文芸集

神峰俳句クラブ

積み上げしままの学書や鳥曇

雪洞や産土神の桜道

まだ硬き風のまじれり初桜

南風俳句会

子らと見る一期一会の春の虹

新しき園児ら迎へ花万葉

医帰りの回り道なる花の土手

梅澤 恵子

平谷 圭子

松岡 時子

中崎 裕子

石本 秋翠

藤原千紗子

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、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



大崎海星高校 魅力化プロジェクト

新学期が
スタートしました！

Facebook 更新中



4月6日(月)に入学式が行われ、新入生25名が大崎海星高校に入学し、新学期がスタートしました。また同日には教育寮「コンパス」の入寮式も行われました。今年度の新入生は9地域から10名が入寮しました。風通しの良い環境で実施された入寮式では、昨年度に入寮した寮生が司会進行を務めてくれました。例年より規模を縮小し実施した式ではありますが、例年と同じくらい希望に満ちた目をする新入生の姿が見られ、これからの学校生活が非常に楽しみです。

公営塾「神峰学舎」も「3つの密（密室・密集・密接）」に配慮しながら通常の授業を再開しています。

最初の1週間は入塾面談期間として、スタッフが塾生全員を対象に面談を行いました。在校生は何気ない雑談から気になる



進路のことややりたいことなど、新入生はどんなことが好きなのか、海星高校や神峰学舎でどんなことがしたいのかをじっくり話すことができました。

4月16日(木)からはふたたび高校が休校になり、塾もオンライン開塾に切り替えて対応していきます。体調に気をつけながら、やりたいことや希望に積極的にチャレンジして、海星高校での新しい1年を一緒に楽しみましょう！

がんばる(元気な)みなさんを

応援し隊

あなたの周りの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！
総務企画課 企画調整係 ☎ 65-3112



その24

広島国際大学の学生の皆さん

広島国際大学の課外活動のひとつとして、約50名の学生が大崎上島町社会福祉協議会の支援を受けながらスタートした、「瀬戸内イキキプロジェクト」が7年目を迎えます。

この活動は健康・医療・福祉の総合大学に通う学生の強みを生かし、町内のふれあいサロンにて高齢者を対象とした健康チェック、認知症・転倒・脱水予防の健康教育や健康レシピの紹介をしています。また、オキウラマルシェにも健康ブースを出店し、性別・年齢を問わず、本町の健康支援と地域活性化を目指した活動をおこなっています。

島の石碑めぐり

No.2

垂水海嘯碑

(写真提供・大崎上島町地域協議会)



垂水集会所のそばにあるこの石碑。度重なる災害に対し、宮本清蔵翁が中心となって災害復旧に尽力したことにより、大正4年に起きた大潮被害を阻止することができたこと、その功績や翁の生い立ちなどが記された感謝の碑である。記述では、1830年豊広新開が改築されるも直後に決壊し、1836年に生野島御留山松を払下げこれを復旧。また、1848年唐樋普請により塩田三浜を構築するも、1861年の高潮により塩田三浜が決壊。そして、1884年には大津波による被害に遭うなど、幾度となく災害に見舞われたとされている。

こちら大崎上島 風待ちの案内所 通信 May, 2020

観光案内所 臨時休業のお知らせ

新型コロナウイルス感染症対策のため、4月11日から5月11日までの間、観光案内所を臨時休業しております。(状況によっては、期間を変更する場合がございます。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。)

なお、臨時休業中のお問い合わせは、下記で対応いたします。

大崎上島町観光協会事務局
営業時間 9:00~17:00
TEL:0846-65-3455
E-mail:info@osakikamijima-kanko.jp



先月に引き続き、中ノ鼻灯台・魚崎灯台に関するエピソードも募集しています!!

お家にいながら季節を楽しむ

ぬり絵コーナー

5月はホイチゴやフキ・みかんの花など...
植物たちが美しい姿を見せてくれる季節です。



こんにちは 認知症地域支援推進員です

認知症を知ろう



ま ち
住み慣れた大崎上島で 自分らしく生きる !!

私の心づもり A あなたの C ところに P ぴたっとよりそう



将来、認知症などの病気で自分の考えをうまく伝えられなくなった時に備えて、前もって受けたい医療に対する希望を医師や家族に伝えておくことは重要なことです。

医療やケアについての希望や思いは、医師（かかりつけ医など）や家族（代理人）にしっかり伝え、話し合ひましょう。話し合ったことを「私の心づもり」に記録として残しておきませんか。希望や思いは時間とともに変化したり、健康状態によっても変わる可能性があります。その都度「私の心づもり」を書き直して構いません。「今」の自分の希望や思いを記しておきませんか。

「人生会議」とは、もしもの時に備えて、あなたが望む医療やケアについての希望を、かかりつけ医や家族と相談・共有しておく取り組みです。※「人生会議」は、厚生労働省が推奨する「ACP」の愛称です。ご希望の方は、福祉課介護保険係、本庁住民課、大崎支所住民課大崎窓口係に置いてあります。ぜひご利用ください。

☎福祉課 介護保険係 ☎62-0301

体験型修学旅行・民泊かわら版

体験型修学旅行の学校アンケートでは、先生からの回答もたくさん寄せられています。今回は先生からのアンケートの一部を紹介します。

☎地域経営課 地域振興係 ☎65・3123

①巡回で生徒の様子を見に行つた時、生徒が受入家庭の方々に怒られている姿を見て、とても安心しました。おかげで2日間、安心して預けることができました。

②これからスタートする体験に期待と不安を抱えた時間だったと思いますが、受入家庭の皆さんの温かい笑顔が生徒の心をほぐして下さったと感じました。ありがとうございました。また、港でのお見送りも嬉しかったことと思います。見えなくなるまで手を振って涙している子もいました。

③体験の種類は様々でしたが、生徒と沢山「対話」をしていたことがとても良かったです。「客ではなく孫が返ってきたと思って接します」という関わり方をしていただいたのが良かったです。

④体験を終えて帰ってきたときの生徒の表情が、みんな素直に優しい表情をしており、充実した体験だったことがわかりまし

た。不登校傾向や特別支援が必要な生徒も、満足して戻ってきており、とても感謝しています。⑤学年では、一生に一度しかできないかもしれないことを最後の修学旅行で経験させたいと思います。今回のプランに決定しました。私たちが思っている以上に生徒達は大切な思い出を作ったようです。私自身も最も思い出に残る修学旅行になりました。次に担任になった時もまたお世話になっていいでしょうか？本当にありがとうございました。



権伝馬を体験

自宅で
できる♪



おすすめ筋トレメニュー

新型コロナウイルス感染症拡大防止による、外出自粛が続いています。毎日のように自宅にいると運動不足になりがちです。そうならないため、自宅でもできる運動不足解消筋トレメニューをご紹介します。

- ゆっくり8秒声に出してカウントしましょう
- 10回で1セット、週に3回以上が目標



◆スクワット 下半身の筋肉をバランスよく鍛える

<足腰が弱い方はイスを使いましょう>



4秒間かけて股関節に意識をかけて腰を落とし、4秒間かけて元に戻す（最大90度までを目指す）。



※内股、ガニ股に注意

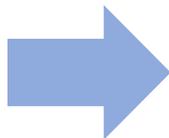


※ひざはつま先より先に出さない

◆ひざ伸ばし 衰えやすい「大腿四頭筋」を鍛える



背筋を伸ばし、イスに浅く座る。
両手でイスの座面前側を軽く押さえる。
両足は肩幅くらいに開く。



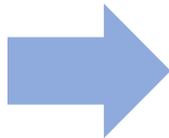
足が床と平行になるように力を入れて
4秒間で上げ、4秒間かけて元に戻す。

左右それぞれ
10回ずつ
繰り返す

◆もも上げ 大腰筋+腹筋を鍛える筋トレ



背筋を伸ばし、イスに浅く座る。
両手でイスの座面前側を軽く押さえる。
両足は肩幅くらいに開く。



ひざに力を入れて4秒間かけて胸に近づけ、
同時に上体をかがめる。4秒間かけて元に戻す。

左右それぞれ
10回ずつ
繰り返す

- 注意 痛みがある場合は、医師に相談しましょう
- 体調が悪い場合は、無理せずしっかり休養を取りましょう

久野譜也「60歳からの筋活」三笠書房より引用

【監修】久野 譜也 筑波大学教授 医学博士、塚尾 晶子 つくばウエルネスリサーチ 保健師 博士(スポーツウエルネス学)

閻福祉課 介護保険係 ☎62-0301



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30日まで

※申請団体の補助申請額が予算を超える場合は、申請が早かった個人又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。

圃地域経営課 地域振興係
☎65・3123

ふるさとづくり事業募集

町内の団体や個人が行うまちづくりの取組みを支援します。

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30日まで

※予算範囲になり次第申し込みを締め切ります。

事業実施期間 採択された日から令和3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。

圃地域経営課 地域振興係
☎65・3123

民間賃貸住宅の建設を支援します

町内に民間賃貸住宅を建設する個人又は法人に、予算の範囲内において助成金の交付を行います。

助成対象者

①町内に民間賃貸住宅を建設し、所有者となる個人又は

法人

②住宅所有者となる個人にあつては、当該賃貸住宅に居しない者

③住宅所有者となる法人にあつては、当該法人の役員などを当該賃貸住宅に入居させない者

助成要件

- ①新築であること
- ②建築基準法第6条第1項に規定する建築確認の申請を要する建築物であること
- ③助成金の交付決定を受けた日から起算して10年を経過する日までの間、賃貸住宅に供すること
- ④ほかの公共事業による助成金などを受けて建設するものでないこと

助成金額 住戸1戸当たりの金額を300万円、ただし先着順で20戸に達し次第締め切ります。

圃建設課 管理係
☎65・3124

自衛官募集

【幹部候補生】
一般受験資格

大卒程度試験 22歳以上26歳未満の者、修士課程修了など

院卒者試験 20歳以上28歳

未満の者、修士課程修了者など

歯科・薬剤師受験資格

専門の大卒(見込含) 20歳以上30歳未満の者

【医科・歯科幹部】

受験資格 医科・歯科医師の免許取得者

【一般曹候補生】

受験資格 18歳以上33歳未満の者

【自衛官候補生】

受験資格 18歳以上33歳未満の者

【技術海上・技術航空幹部】

受験資格 大卒以上の者で、応募資格に定められた学部

医・専攻学科を卒業後、2年以上の業務経験のある者

【技術海曹・技術空曹】

受験資格 20歳以上の者で国家免許資格取得者など

※受付期間や試験日など、詳しくはお問い合わせください。

圃自衛隊広島地方協力本部
尾道出張所
☎0848・22・6942

求人情報

(株)ジュンテンドー、(株)フレスタ、MGCターミナル(株)木江事業所、(株)オオサキ、平田歯科診療所、東邦亜鉛(株)契島製錬所、(株)スリーエス企画、呉信用金庫、医療法人社団田村医院、(株)フルーツセンター文田、(株)第一食品、(株)光装備、社会福祉法人大崎福祉会

※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、役場本庁または各支所の窓口においてあります。また、町ホームページからも検索できます。

圃ハローワーク竹原(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						

開館時間 10時～18時
 ■ 休館日
 ■ 絵本のみかたり
 ※予定が変更になる場合があります

福祉・健康

子育て世帯への臨時特別給付金を支給します

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策を受け、子育て世帯への臨時特別給付金の支給が決定しました。

対象者 令和2年4月分(3月分を含む)の児童手当(本則給付)の受給者

※特例給付の受給者は対象となりません。

対象児童 平成16年4月2日から令和2年3月31日まで

に生まれた子ども

※新高校1年生も対象となります。

給付額 児童1人当たり1万円

給付方法 原則、申請は不要

です。福祉課より支給対象者へ給付金の案内チラシを送付します。

児童手当の振込先(登録口座)に変更がある方、この給付金を希望しない方は届出書を福祉課へご提出ください。

※公務員の方は、申請が必要になります。所属庁より申請書が配布されますので、支給対象者である証明を受け、居住市町へ申請して下さい。

福祉課 福祉指導係

62・0301

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

今まで肺炎球菌の予防接種を一度も受けていない場合、令和3年3月31日まで予防接種が無料で受けられます。

対象者

①次に該当する方

- ・昭和30年度生まれの65歳
- ・昭和25年度生まれの70歳
- ・昭和20年度生まれの75歳
- ・昭和15年度生まれの80歳
- ・昭和10年度生まれの85歳
- ・昭和5年度生まれの90歳
- ・大正14年度生まれの95歳
- ・大正9年度生まれの100歳

②60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓及び呼吸器の機能に自己の周辺の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する者及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者(身体障害者手帳1級レベル)

接種方法

町内で接種する場合

かかりつけ医に予約してください。

町外で接種される場合

役場窓口で「予防接種券」の交付申請をし(要印鑑)、かかりつけ医に予約してください。

保健衛生課 保健指導係

62・0330

風しんの抗体検査のお知らせ

風しんの予防接種は、現在、予防接種法に基づき公的に行われています。しかし、公的な接種をうける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日に生まれた男性の方は、抗体保有率がほかの世代に比べ低くなっています。そのため、この生年月日の方で、今までに風しんの抗体検査をされていない方に、クーポン券を送付します。

対象者の方には、お届けするクーポン券を利用し、抗体検査を受けてください。町内の医療機関、人間ドックや健康診断でも使用できます。

検査の結果、抗体が低い方は予防接種の対象となります。

保健衛生課 保健指導係

62・0330

健康相談について

町では月に1回健康相談を開催していますが、新型コロナ

児童福祉週間について

毎年5月5日の「こどもの日」から11日までの1週間を「児童福祉週間」と定めて、児童福祉の理念の普及・啓発のための各種行事が行われます。次代を担う子どもたちが心身ともに健やかに生まれ育ち、家庭や地域で心豊かに安心・安全・安定して生活の営みができる環境づくりを推進していくことは極めて重大な課題となっています。

今年度児童福祉週間の標語

「やさしさにつつまれそだつ やさしいこころ」

(北澤佳奈さん13歳和歌山県)

保健衛生課 保健指導係

62・0330

精神疾患により緊急に医療を必要とする場合には

【広島県精神科救急情報センター

082-892-3600】

精神疾患により、緊急に医療を必要とする場合に、近くの医療機関の情報や休日・夜間でも受診可能な救急医療施設を紹介。

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。

令和元年11月診療分の削減効果は、

切替えた方の人数

461人

削減された金額

1,257,416円

消費生活
相談

File. 200

令和元年度中の全国特殊詐欺被害額は301億円！

① 防犯機能付き電話機で被害を防ごう！

- ・着信ランプの色で相手を確認
- ・通話内容を自動で録音
- ・あやしい電話を自動判別
- ② どのように取り付ける？

機能をもった電話機に交換す

昨年、特殊詐欺の被害で目立っていたのは、キャッシュカードをだまし取る手口で、県内でも被害の約半数を占めています。この手口の特徴としては、自宅の固定電話に電話がかかり、キャッシュカードの不正利用や交換手続きを名目に、犯人が自宅まで来て、だまし取るものですので、注意しましょう。

5月は消費者月間です
本町では、2ヶ月に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。

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。

竹原警察署大崎上島分庁舎より

詐欺や悪質商法などに注意！



新型コロナウイルス感染症に関して、身に覚えのない現金を要求されたり、不審な電話やメールがあった場合は、一人で判断せず、警察や行政機関窓口へ相談しましょう。

【今後、予想される不審電話やメールなど】

- 「新型コロナウイルスの感染が拡大しているので調査している」と電話があり、症状の有無のほか、年齢・住所・職業・家族構成などを聞いてくるもの
- 助成金の受取りなどを名目としたもの
- 高額でマスクや消毒液などを売りつける訪問販売
- 感染症に効果があるとうたった未承認医薬品の販売



町内の交通事故件数(3月) 物損事故6件 人傷事故0件

竹原警察署 ☎0846-22-0110 大崎上島分庁舎 ☎62-0110

年金
だより

国民年金の加入方法

基本的に日本に住む20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入する義務があります。加入者は、職業などによって次の3つのグループに分かれており、それぞれ加入手続きが異なります。

第1号被保険者

農業者、自営業者、学生、フリーター、無職の方などです。加入手続きは、役場窓口でご自身が行います。

第2号被保険者

会社員や公務員などの厚生年金保険に加入されている方です。加入手続きは、勤務先が行います。

第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されていて、年収130万円未満の20歳以上60歳未満の配偶者の方です。加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。

会社を退職したときは、第1号被保険者への変更手続きが必要となりますので、お早めに加入手続きをお願いします。

三原年金事務所 ☎0848-63-4111

納付のお知らせ

固定資産税 (第1期)
納期限 6月1日(月) 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



2020 5 May



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
					1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 認知症カフェ (オレンジ)13:00~ ※予定が変更になる 場合があります
10	11 	12	13	14	15 	16 絵本の よみかたり (プラザ)10:30~ ※予定が変更になる 場合があります
17	18	19	20 断酒会 (東保)18:30~ ※予定が変更になる 場合があります	21	22 認知症カフェ (オレンジ)9:30~ ※予定が変更になる 場合があります	23
24 31	25	26	27	28	29 こころの健康相 談・酒害相談 (東保)13:30~ ※予定が変更になる 場合があります	30

東保…東野保健福祉センター

オレンジ…オレンジカフェ

プラザ…情報プラザ・エル

予防接種

予防接種の日程は定めていません。
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	日程	病院名
5/3	射場医院 ☎65-3304	5/24	寺元医院 ☎64-2093
5/5	円山医院 ☎64-2062	6/7	ときや内科 ☎63-0001
5/10	田村医院 ☎63-0311		

休日当番薬局

日程	薬局名	日程	薬局名
5/5	セブン薬局大崎店 ☎67-5070	6/7	あゆみ薬局 ☎63-1052
5/10	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
5/3・5・17・24・6/7	馬場病院 ☎0846-22-2071
5/4・6・10・31	安田病院 ☎0846-22-6121

耳鼻咽喉科診療所

日時	場所
5/9・23 (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



広報
大崎上島

発行日 2020年5月11日(金)
発行所 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東野6625-1
☎ 0846-65-3111(代表) / FAX 65-3198
HP <https://www.osakikamijima.hiroshima.jp>



1歳のHappy Birthday

★ 5月生まれのわがやのアイドル

ねえねのことが大好きな旺佑くん。げんきに大きく育ってくれてありがとう！



おうすけ
平岡旺佑ちゃん(白水区)

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・コメント
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15日㊞)



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



図保健衛生課
保健指導係 ☎ 62-0330

～腸内環境を整えて健康維持～

春のサラダ ～レモンヨーグルトドレッシング～

世界で新型コロナウイルス感染症の流行が拡大しています。適度な睡眠とバランスのとれた食事で、免疫力をしっかりと維持することが、感染予防につながります。免疫細胞の約7割は腸内で生きていますとされますので、腸内環境を整えることも効果的です。今回のレシピは、春野菜サラダです。ヨーグルトに含まれる乳酸菌や、春野菜やわかめの食物繊維が、腸内をきれいにしてくれます。春を感じる旬の野菜で彩りきれいに、気分明るく、免疫力アップ！



エネルギー 113 k cal、たん白質 2.8g、食塩相当量 0.6 g、食物繊維 2.0 g

◆材料(4人分)

新じゃがいも…1個
アスパラガス…中4本
塩…ひとつまみ
こしょう…少々
新たまねぎ…1/2個
レタス…2～3葉
カットわかめ(乾)
…小さじ2
ミニトマト…4個

A

ヨーグルト…大さじ3
レモン果汁…大さじ1
オリーブオイル
…小さじ1と1/2
砂糖…小さじ1
塩…ひとつまみ
こしょう…少々

ミックスナッツ…20g

◆作り方

- ① A をよく混ぜて、ヨーグルトドレッシングを作る。
- ②新じゃがいもはよく洗い、皮付きのままひと口大に切って水にさらす。アスパラガスは下側の固い部分をピーラーなどで削ぎ、ひと口大に斜めに切る。新たまねぎは薄くスライスし、水にさらしたら、水気を絞る。レタスはひと口大に

ちぎる。カットわかめは水でもどし、水気をきっておく。ミニトマトは4等分に切る。

- ③新じゃがいもは水から茹でる。茹で上がる1分前にアスパラを加え、ざるにあげ、塩こしょうをふる。
- ④皿に野菜を盛り付け、ヨーグルトドレッシング、砕いたミックスナッツをかける。



4月から広報担当になりました。町民のみなさんに喜んでいただけるような、広報紙作りをしていきたいと思いますので、よろしくお願ひします。表紙に掲載している「こいのぼり」は、広報担当として初めて撮った写真です。写真としてはま

だだですが、自分が撮った写真が広報の表紙を飾るのはとても嬉しい気持ちになります。最後に、この「こいのぼり」の撮影にご協力くださいましたご家族のみなさん、本当にありがとうございます。



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