

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

2021
Feb.

02

vol.215

02 / マイナンバーカードを作りませんか

03 / 電話予約による住民票などの
時間外交付について

04 / 所得税と住民税の申告が始まります！

06 / まちのできごと

15 / 町からのお知らせ

人口と世帯 (12月末現在)

人口 7,332人(-25)【男性：3,645人(-14) 女性：3,687人(-11)】

世帯数 4,246世帯(-9)

()内は前月比

マイナンバーカードを作りませんか

マイナンバーカード未取得者へQRコード付き交付申請書が再送付されます

国では、オンラインで確実な本人確認ができ、デジタル社会に不可欠なマイナンバーカードについて、令和4年3月までにほぼ全国民にいき渡るよう普及策を講じることとなっています。

そのため、カードをお持ちでない方に改めてQRコード付きの申請書が送付されることとなりました。

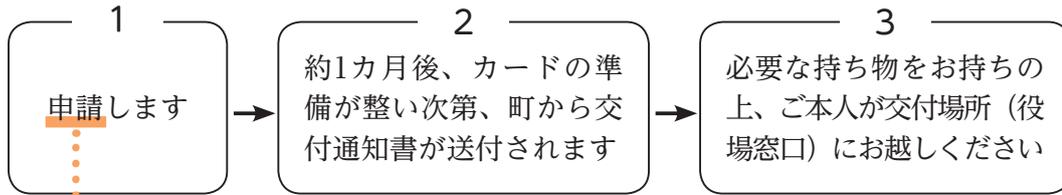
これを機に、マイナンバーカードを作ってみませんか。

ただし、次に該当する方には送付されません。

① 令和2年10月31日時点で75歳以上の方

② 乳児・国外転入者など、令和2年中に出生、転入などにより、QRコード付き申請書が添付された「個人番号通知書」または「通知カード」が送付された方

カード交付までの流れ



申請方法

郵送

- ① 交付申請書に必要事項を記入
- ② 証明写真を用意（6カ月以内に撮影したもの）
- ③ 申請書に証明写真を貼り付けて郵送し、完了

スマホ

- ① スマートフォンで顔写真を撮影
- ② 交付申請書のQRコードを読み取る
- ③ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ④ 申請者用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して完了

パソコン

- ① カメラで顔写真を撮影
- ② 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ③ 申請者用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して完了

証明写真機

- ① タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択
- ② 撮影用の料金を投入して、交付申請書のQRコードをバーコードリーダーにかざす
- ③ 画面の案内にしたがって、顔写真を撮影して送信し、完了

顔写真は

- ・ 縦4.5cm × 横3.5cm
- ・ 直近6カ月以内に撮影
- ・ 無帽、正面、無背景のもの

実際のサイズ



こんな時に使えます

- ・ 本人確認の際の公的な身分証明書になります。
- ・ マイナンバーが必要な各種申請時に、カード1枚で番号確認と本人確認ができます。

- ・ 令和3年3月（予定）から被保険者証の代わりに一部の医療機関・薬局で使用できます。※使用できる医療機関・薬局は限られます。
- ・ 令和3年3月までにマイナンバーカードを申請するとマイナポイントの取得ができます。
- ※マイナポイントを受け取るためには、マイナンバーカードを取得し、マイナポイントの予約・申し込みが必要です。

その他、将来的にカード利活用シーンの拡大がされる予定です。

マイナンバーカードの安全性

- ・ 顔写真付きのカードのため、なりすましはできません。
- ・ マイナンバーカードのICチップにはプライバシー性の高い個人情報が入っていません。
- ・ 個人認証機能は、パスワードがないと使えません。
- ・ 不正に読み出そうとするとICチップが壊れます。

・ 紛失、盗難の場合は24時間365日体制で一時利用停止が可能です。マイナンバーに関するお尋ねは、マイナンバー総合フリーダイヤルへ

☎ 0120・95・0178

電話予約による住民票などの 時間外交付について



本庁住民課において、電話予約による住民票などの時間外交付を行っています。
通常の開庁時間に役場に来られない方は、ぜひご利用ください。

予約について

予約時間 平日開庁日 8時30分から17時まで
(土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始を除く)

予約先 住民課 住民人権対策係 ☎ 65-3113

受取について

受取時間 平日予約日 17時15分から19時まで
(土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始を除く)

受取場所 本庁住民課 (※大崎・木江支所では行いません)

必要書類等

1. 来庁者の本人確認書類
運転免許証・マイナンバーカード・旅券・保険証・学生証・その他官公署が
発行した写真付きの免許証など
2. 印鑑
3. 手数料
300円 (お釣りの無いようご注意ください)
4. 印鑑登録証 (印鑑登録証明書の交付を予約した方のみ)



印鑑登録証

時間外交付できるもの	手数料	注意事項
住民票の写しの交付 (広域交付を除く)	300円	請求できるのは、本人または同じ世帯の人 です ※上記以外の方が請求する場合は、委任状 が必要です
住民票記載事項証明書の交付	300円	
印鑑証明書の交付	300円	代理人が申請される場合は、印鑑登録証を 預ってきてください (委任状は必要なし)

お問い合わせ先 住民課 住民人権対策係 ☎ 65-3113

所得税と住民税の申告が始まります！

受付時間 9時～11時30分、13時～15時30分

月	日	曜日	受付会場	対象地区
2	16	火	東野文化センター	外表・鮎崎
	17	水	東野文化センター	垂水
	18	木	東野文化センター	古江・盛谷
	19	金	東野文化センター	白水・小原・上組・下組
	20	土	東野文化センター	全地区
	22	月	東野文化センター	矢弓・大田・脇之浦・生野島・契島
	24	水	大崎上島開発総合センター	山尻・東原下・原下
	25	木	大崎上島開発総合センター	本郷・片浜
	26	金	大崎上島開発総合センター	大西
3	1	月	大崎上島開発総合センター	向山・長島
	2	火	大崎上島開発総合センター	原田・瀬井
	3	水	大崎上島開発総合センター (税務署受付)	全地区
	4	木	大崎上島開発総合センター	大申・瀬井
	5	金	木江公民館	向浜・本浜・岡部
	8	月	木江公民館	上の谷・中浜・木越・三里浜
	9	火	木江公民館	岩白・宇浜・郷
	10	水	木江公民館	天満・野賀
	11	木	木江公民館	全地区
	12	金	東野文化センター	全地区
	15	月	東野文化センター	全地区

▼所得税と住民税の申告相談受付期間は、2月16日(火)から3月15日(月)までです。
住民課税務係窓口と各支所住民課窓口では申告相談の受け付けを行いませんので、表中の会場です。申告時間をご確認のうえ、申告をしてください。ただし、非課税収入(遺族年金・障害年金など)や無収入の方は、各窓

口で申告を受け付けます。(国民健康保険と後期高齢者医療保険の保険料等の軽減措置は、被保険者と世帯主の合計所得で判定をするため、被保険者と世帯主は無収入でも申告が必要です。また、所得証明書の発行が必要な方も申告が必要です)
▼3月3日(水)は、竹原税務署員

による確定申告相談を行いますのでご利用ください。
譲渡所得(土地・建物・株など)や特殊な控除(住宅借入金等特別控除・雑損控除など)がある方、事業所得で収支内訳書が完成していない方、税務署から案内があった方、贈与税の申告は、この日にお越しください。
☎ 住民課税務係 ☎ 65・3114

※混雑緩和のため地区ごとに日程を割当てていますが、ご都合の悪い方は、表中の別会場です。なお、3月16日(火)以降は、役場では所得税に関する申告相談の受け付けはできませんので、竹原税務署で申告をしてください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためのご協力をお願いします

所得税と住民税（町・県民税）の申告受付は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため3密（密集・密閉・密接）を避ける対策を実施します。

多くの方が集まる状況を避けるため、なるべくご自宅のパソコンやスマートフォンを使った電子申告（e-TAX）や郵送での申告にご協力をお願いします。

会場で申告を希望する方へのお願い

検温のお願い

受付会場に入場する前に検温をお願いします。
37.5度以上の熱がある方は、当日の受付はお断りさせていただきます。（事前にご自宅で検温していただき、体調不良などの症状がある場合は、来場をご遠慮ください）

来場は少人数で

混雑緩和のため、できるかぎり申告される方のみの来場をお願いします。

マスク着用のお願い

受付会場に入場する際は、手の消毒とマスクの着用をお願いします。マスクを着用されない場合、受付会場への入場をお断りさせていただきます。

提出書類は自宅で作成を

会場での滞在時間短縮のため、作成に時間のかかる事業所得（営業・農業・不動産）の収支内訳書や医療費控除の明細書については、あらかじめ自宅で作成してから来場するようお願いいたします。

令和2年分確定申告について竹原税務署からのお知らせ

申告と納税の期限

所得税・贈与税 3月15日(月)まで
消費税（個人事業者） 3月31日(水)まで

密を避ける

スマートフォン・パソコンから e-Tax で送信することで、自宅で申告手続きが完了します。

※申告書の作成手順は国税庁の動画サイトでご案内しています。確定申告に関する疑問は、AIチャットボットの「ふたば」にご相談ください。詳しくは、国税庁のホームページをご覧ください。



税務職員 ふたば

竹原税務署（会場）で申告をされる方へのお願い

密を作らない

確定申告会場の混雑緩和のため、会場への入場には「**入場整理券**」が必要です。

※「入場整理券」の配布状況に応じて、後日の来署をお願いすることがあります。

入場整理券

- ① 入場整理券は、会場で当日配布します。
- ② LINE から、**事前発行**もできます。
※国税庁 LINE 公式アカウントを友だち追加してください。



友だち追加は
こちらから！





谷口天夢さんの作品

ポイ捨てを
許す自分も よこれてる

(望月真大さんの作品)

あいさつと

笑顔でストレス 撃退だ

(吉光絢菜さんの作品)



みんなでリズム遊び 楽しかったよ

11 25 町大崎女性会の皆さんが、毎年行っているボランティア事業の一貫として、認定子ども園ひかり園に訪れ、ひまわり組の園児たちとリズム遊びを行いました。

園児たちは、女性会の方が演奏するピアノに合わせて「歩く」「走る」「ジャンプ」などの要素を取り入れた体を使ったゲームや、園児たちから大人気の「鬼滅の刃」の歌を唄うなど、全身で音楽を楽しんでいました。最後に、園児たちから女性会の皆さんへ感謝の言葉が送られました。

環境・健康の大切さ 作品に込めて

県内の小・中学生を対象に行われる「令和2年度環境と健康のポスター・標語コンクール」において（広島県環境保健協会主催）、本町から次の3名が受賞しました。

【健康ポスター中学校の部】

優秀賞 谷口天夢さん

(大崎上島中学校1年)

【環境標語小学校低学年の部】

奨励賞 望月真大さん

(大崎小学校3年)

【健康標語中学校の部】

優秀賞 吉光絢菜さん

(広島叡智学園中学校2年)

令和元年度8020達成者の皆さん

地区名	達成者
原田	射場 敏子さん
	久方 正さん
向山	越戸 三郎さん
大西	田葉 行宏さん
本郷	藤原 碩さん
片浜	中田 昭吾さん
	山口 勲さん
山尻	道先 春彦さん
上の谷	蒔田 義夫さん
明石	魚本 古宇さん
	久保田 五十鈴さん
	廣瀬 民子さん
元町	須賀 肇さん
鮎崎	杉本 泰子さん
盛谷	高橋 ヤエ子さん
古江	西浦 義秋さん



令和元年度8020運動達成者表彰

12 22 新型コロナウイルス感染症拡大の影響により延期となっていた、令和元年度8020表彰式が開催されました。対象者（昭和14年4月1日～翌年3月31日生まれの方）119名のうち、16名が*8020運動を達成し、表彰式に出席された方々には、町長から表彰状が手渡されました。

*8020運動は「80歳で20本以上の自分の歯を残し、年をとっても自分の歯で満足のいく生活を送ろう」という生活の質の向上をめざした、健康づくり運動のことです。

「島スクール」開催レポート

みなさん、こんにちは！ 2020年8月からスタートし、大崎上島町開発総合センターなどで毎月開催している「島スクール」について、事務局スタッフが紹介します。

島スクールとは？

本プログラムは、株式会社 WE（東京都千代田区、代表取締役 戸田裕昭）による教育プログラムです。総務省地域力創造アドバイザーや上智大学非常勤講師も務める戸田さんが主講師となり、受講生の「やりたいこと」を見出し、実現に向けたステップを描く力をつける内容です。受講生は21名で小学生から50代までと年齢層は幅広いですが、「『やりたいこと』を見つけない」「目標に向かって一歩踏み出したい」「いろんな人と出会いたい」「町を活性化させたい」といった思いを持つメンバーが集まっており、毎回行われるディスカッションやワークなどは歳の差を超えてお互いに学び合う場となっています。



コロナ禍のため講師陣は東京からのオンライン参加ですが、毎月のプログラムでは対話を重視しており、テーマに基づく受講生同士のディスカッションや、講師陣とじっくり話す時間も設けられています。講師陣は、大企業における新規事業創出のプロやベンチャー起業への投資に詳しい方など、様々なジャンルの専門家で構成されており、受講生の「やりたいこと」やプロジェクトに合わせて、具体的なアドバイスをもらうことができます。

さらに、受講生の希望に沿って開催されるスピンオフ企画も充実。ディスカッションで生まれた問いから、「幸せとは？」をテーマにしたオンライン対話企画や、高校生が首都圏の大学に通う大学生と交流する「大学生と話そう」などが実施されました。

このようなプログラムを経て、受講生は自分の「やりたいこと」の成功ストーリーを組み立て、自分の考えを言語化できるようになり、具体的なプロジェクトが次々に生み出されています。

受講生からは、「『やりたいこと』はあったけれど、それをどうやって進めたらよいかわからなかったが、講師からアドバイスを受けて、具体的な進め方を考えることができている」「参加しているメンバーの年齢層が幅広く、いろんな年代の話が聞けて刺激になる」「ここでプロジェクトを一緒に進めていく仲間ができた」といった声が出ています。

ここまで読んでくれた皆さんは、島スクールに少し興味を湧いてきたのではないのでしょうか。2月13日(土)14時～15時に開催される島スクールは、特別公開講座として受講生以外の方も参加できるようになっていますので、参加ご希望の方は総務企画課 教育の島推進室までご連絡ください。次回は受講生のプロジェクトについてご紹介します。



☎総務企画課 教育の島推進室 ☎65-3112



ロックウッド
・クリストファー

ALTの English Lesson Elementary School Differences

When I am working at school, there are many things that make me nostalgic for my own time in elementary school. I went to school at “Grundschule Mainz-Laubenheim,” in Germany. Some things that I remember that are similar to elementary school here are playground activities, like dodgeball or swinging on the iron bars, and school activities, like practicing for class music recitals. There are also many things that are different in German school compared to Japan. For example, in German school (and America), most children bring their own lunch from home. While children in Germany are taught to be tidy, there is no special cleaning time. Schools normally only run until 12 or 1pm as well. Despite the differences, I am glad that quality education from a young age is important in both countries!

学校で働いていると、自分の小学校時代を懐かしく思うことがたくさんあります。私はドイツの「マインツ・ラウベンハイム小学校」という学校に通いました。日本の小学校と似ていることの中で覚えている事は、ドッジボールや鉄棒などの遊び場の活動や、クラスの音楽発表会の練習などの学習の活動です。ドイツの小学校は日本とは違うところも結構あります。たとえば、ドイツの学校（アメリカもそうですが）では、ほとんどの子供が家から自分の昼食を持てきます。ドイツの子供たちは整理整頓するように教えられていますが、特別な掃除の時間はありません。学校は12時か1時までしかないのが普通です。違いはありますが、小さい頃からの質の高い教育が両国で大切にされていることを嬉しく思います！



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 に記事にしてほし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

大崎海星高等学校

●大崎上島学

3年生最終発表会

昨年12月9日(水)、3年生による大崎上島学の最終発表会が行われました。

「課題解決プロジェクト」として、4月から生徒は自らが感じる身近な課題に取り組んできました。自ら計画し、自ら実行して問題を解決していくという、これから社会に出て必要となる力を身に付けました。

●高校生デザイン

プロジェクト

毎年関わらせていただいている「高校生デザインプロジェクト」。1月12日(火)で今年度のプロジェクトが終了しました。

1年生2名の生徒が参加し、12月から短期集中で頑張ってくれました。「木江の街歩きマップ」を作成しましたので、完成を楽しみにお待ちください！

ともに笑顔を

大崎上島中学校

今年度は新型コロナウイルス感染症のために楽しみにしていた様々な行事がなくなり、中学校生活最後の年である3年生の無念さは筆舌に尽くしがたいものがありました。

先の見通せない今の状況、つつい下を向いてしま

うこともあります、そんな時だからこそ「とも（友）に笑顔を送って、とも（共）に笑顔でいこうよ」というメッセージを3年生の生徒会と仲間たちが考えてくれました。

PTAからも、「今年度ほとんど活動できていないので、みんなのために何かできないものだろうか」という提案が持ち上がっていたため、生徒と保護者と教職員の共同制作を作って町の皆さんにも見てもらおうと言葉選びや図案を考え、みんなで作品を仕上げました。体育館の南側に掲示して町の皆さんにもご覧いただきました。



教育委員の活動報告

第12回大崎上島町教育委員会
定例会議

令和2年12月22日(火)

日程第1 報告第13号

令和2年第4回大崎上島町

議会定例会議について

日程第2 議案第32号

令和3年度幼稚園・認定こ

ども園の入園申込みについ

て

その他

懸案事項

・今後の新型コロナウイルス

感染症対策について

・海と島の歴史資料館指定管

理者募集要項概要について

・小学校修学旅行の報告につ

いて

活動予定

・第1回定例会議

1月25日(月)15時～

・学校訪問

1月29日(金)大崎上島幼稚園

2月5日(金)大崎上島中学校

2月10日(水)東野小学校

2月16日(火)大崎小学校

2月25日(木)木江小学校

☎ 64・2074
園教育課 総務学校教育係

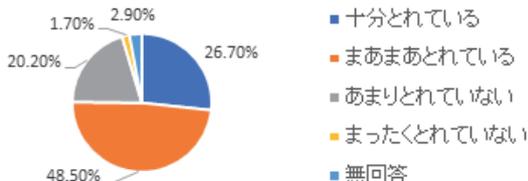
【こんにちは、保健師です】

いい睡眠をとるために

このコロナ禍で、みなさん睡眠や休養は十分にとれているでしょうか。

下記のグラフは、令和2年9月～10月に実施した大崎上島町の健康づくり指針「大崎上島町健康増進計画」の基礎資料として活用するため、町民（無作為）の方に実施した健康に関する意識調査の休養・こころの健康に関するアンケート結果（一部）です。

ここ1か月間、睡眠で休養がとれていますか？



結果をみると、「まあまあとれている」が最も多いですが、「あまりとれていない」が全体で20.2%あります。年代別で見ると「あまりとれていない」が、40代では34.2%、50代では29.9%と他の年代より多い結果でした。また、40代と50代では、眠れない時に利用するものとして睡眠薬以外、アルコールの割合が多くみられています。ここ1カ月のストレスやイライラを感じたかの問いには、20代～50代で「たくさんある」が30%を超えて多い結果でした。

ぐっすり眠るために、やってみましょう

- ・同じ時間に起きて朝日を浴びる。
- ・朝食を食べる。(体内時計がリセットされます)
- ・体を動かす。(心地よい疲れが眠りを誘います)
- ・どうしても眠い時は10分程度の昼寝をする。
- ・夜は、入浴でリラックスし、光の刺激を減らす。
- ・眠りを浅くし睡眠の質を下げってしまうため、眠るためのアルコールはNGです。

岡保健衛生課 保健指導係 保健師 ☎62-0330

【県立安芸津病院より】

薬との過ごし方

皆さんはどのくらいお薬と過ごしてきましたか？最近新しくもらった薬、気づけば長い付き合いになっている薬、しんどい時だけ飲む薬など、薬と長く付き合えば管理も大変になります。今回は薬の管理方法を改めて確認しましょう。

薬を飲む理由としては大きく2つに分けることができます。1つ目は「今起きている症状を抑える」。例えば痛みでつらい時、咳が続くなど今起きている体の不調を改善するためです。2つ目は「悪化しないように予防する」。例えば血圧や血糖値が上がリ、将来合併症などを引き起こさないためです。この場合、症状が現れていないことが多く、1つ目と比べると薬を飲むことが疎かになりがちです。

薬を飲み忘れると、飲む薬が増える、薬が自宅にたくさん余る、昔の薬を誤って飲んでしまう、といったことが起こります。そこで大切になるのが薬の管理方法です。

薬の飲み忘れを防ぐ方法として、薬を飲むタイミングごとに1つの袋にまとめる「一包化」や、薬を曜日ごとに管理していく「お薬カレンダー」があります。また、お薬手帳は現在服用している薬が分かる大切なツールです。薬を整理する際にも用いることができますので、きちんと管理することをお勧めします。

「薬をきちんと飲みましょう」とよく言われますが、長く付き合うと飲み忘れも多々あります。しかし、薬をきちんと飲むことは副作用などのリスクを減らすためにも大切なことなので、薬の管理など気になることがあれば、薬剤師に相談して薬との過ごし方を快適にしていきたいと思います。

文：薬剤科 長尾 宣宏

あいランド便り

あいランドは、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えています。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。



あいサポート運動とは

誰もが、様々な障がいの特性や障がいのある方が困っていること、障がいのある方への必要な配慮などを理解して、障がいのある方に対してちょっとした手助けや配慮などを実践することで、障がいのある方が暮らしやすい社会をみなさんと一緒につくっていくことを目的とした運動で、平成21年11月に鳥取県で始

まりました。

まず知ることから始めましょう。それが共に暮らすことへの第一歩になるのです。

【基本的な考え方】

1. 障がいへの理解とあいサポート運動の推進
2. 障がい者差別の解消
3. 障がいの特性に応じたコミュニケーション手段の充実と情報アクセシビリティの保障
4. 災害時における障がい者支援
5. 障がい者の自立と社会参加の推進

*2月の「休日くらぶ」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とします。

岡大崎上島町生活サポートセンター

あいランド ☎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



国際女性デー

住民課 住民人権対策係 ☎ 65-3113

ご存じですか「国際女性デー」

3月8日は「国際女性デー」です。諸説ありますが、20世紀初頭のアメリカで、女性労働者が参政権を求め起こしたデモをきっかけに、女性の権利を求める声が世界中に広がりました。

そして、徐々に女性にも権利が認められるようになった1975年、国連は「女性の権利と国際平和を祝う日」国際女性デー」として3月8日を初めて祝い、1977年の国連総会で、正式に3月8日を女性の権利と国際平和を祝う「国際女性デー」と決めました。

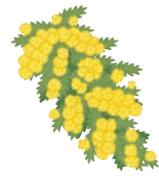
世界各国の国際女性デー

世界各国では、次のように知られています。

アフガニスタンやカンボジアなどは、この日を祝日に定めています。アメリカでは、3月を「女性史月間」と定め、その年のテーマに沿った展示などが行なわれます。イタリアでは、この日は「女性の日」とされ、男性が日頃の感謝を込めて女性（母親や妻、会社の同僚など）にミモザの花を贈る習慣があることから「ミモザの日」としても親しまれています。

ちなみに、ミモザの花は黄色

いので、イエローが「国際女性デー」のシンボルカラーとして認知されています。



日本の状況

日本でも最近では3月8日にイベントが開催され、新聞や雑誌などでも特集が組まれるなど、ようやく認知度が高まってきました。「国際女性デー」に社員全員がシンボルカラーのイエローを身に着けたり、女性を中心としたプロジェクトを立ち上げたりの取り組みも始まっています。政府も2016年より女性活躍を実現するための施策を行い、女性の社会参画を進めています。

しかし、各国における男女格差を測るジェンダー・ギャップ指数(GGI)ランキングでは、153カ国中121位(世界経済フォーラム)、主要7カ国(G7)で最下位。SDGs達成ランキング(国連持続可能な開発ソリューション・ネットワーク)では、166カ国中17位。まだまだ男女共同参画が進んでいない社会であるといえます。

個性を輝かして生きることのできる社会へ

2020年12月25日、政府は「第5次男女共同参画基本計画」すべての女性が輝く令和の社会へ」を閣議決定しました。これにより、女性のエンパワーメントに必要な制度やジェンダー平等などへの取り組みが加速されるのが期待されます。

町としても今後、研修などを開催し、男女共同参画を進めてまいります。すべての人が性別に関係なく、人権が保障され、自らの個性を輝かして生きることのできる社会をともに考え、作っていきましょう。

令和3年度 「男女共同参画週間」6月23日～29日

キャッチフレーズ募集

【募集テーマ】

「いま」を生きるみなさん。

自分を好きになって 自分を信じて 創り上げた自由な発想が受け入れられる社会 みんなで築いていく 男女共同参画社会とは?!

みなさんが進んでいく社会への願い・想いのこもったキャッチフレーズを募集!

- ユース世代(15～20歳)のみならず、これからの時代を創り上げていくのはみなさんです。
- 自分の信念に従い、いろいろな生き方、自由な考え方をすることで、無限大の未来を創造してください!

みなさんの創り上げる未来をイメージしたキャッチフレーズをご応募ください。

応募要項

応募資格 ユース世代(15～20歳) 2021年4月29日～2021年6月18日(土)に生かされた社会を応募ください。ただし応募内容は応募要項の範囲内となります。

応募期間 2021年7月12日(火)～2021年7月26日(金)

応募方法 内閣府男女共同参画局ホームページのキャッチフレーズ募集ページから、応募フォームに必要事項を入力の上、ご応募ください。

募集はホームページから検索ください。 <https://www.gender.go.jp/public/week/week.html>

応募方法 内閣府の応募フォームには応募要項に基づき決定いたします。

男女共同参画週間応援サポーター

令和3年度 最優秀作品

令和3年度 最優秀作品
「わたし、あなたと私の人生、私がつくる」
「男女共同参画(参)」
「平等な社会、素晴らしい未来を創り出す」
「語り出す、性別の壁を乗り越えて、今」
https://www.gender.go.jp/public/week/kako/week_kako.html

●最優秀作品は、令和3年度男女共同参画週間ポスターをはじめ、様々な機会に使用します。
●最優秀作品、優秀作品は、男女共同参画週間中に展示いたします。
●選定については、2021年8月(予定)にホームページ等で発表いたします。

問合せ先 内閣府男女共同参画局総務課 男女共同参画週間キャッチフレーズ募集係
TEL 03-5253-2111(代表) E-mail: gequality-kouhou@cao.go.jp

令和3年度の「男女共同参画週間」のキャッチフレーズを募集しています。募集期間は、2月26日(金)までです。応募対象は、ユース世代(15～20歳)です。

詳細は、内閣府男女共同参画局サイトを御覧ください。

URL (<https://www.gender.go.jp/public/week/week.html>)

みんなのひろば

Kamijimagram



#元旦 #初日の出
#素敵な1年になりますように

町びと文芸集



神峰俳句クラブ

風花やむかし港に大漁旗

梅澤 恵子

小面おもとのけはひうつろふ春燈

平谷 圭子

鬼やらひ見えぬコロナに豆をうつ

山本 一子

南風俳句会

みそかそば思はず夫婦手を合はせ

山本 輝明

ブルーベリー枝整へて春隣

横本三四郎

日溜りの空地啄ばむ寒雀

植田とも子

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

みりよくゆうびん局が 広島大学で出張授業！

Facebook 更新中



昨年12月23日(水)に、みりよくゆうびん局の生徒が広島大学教育学部の講義で出張授業を行いました！

この出張授業は毎年実施させていたでいており、今年で5回目になります。

大崎上島町と大崎海星高校の紹介、その後、大学生と「高校生と大学生」双方にメリットのある企画」を考えるワークを行いました。参加した生徒に感想を聞くと、「とても楽しかったです。資料を提示できるようにするのが大事だと感じました」と、次の機会を意識した振り返りをしていました。また、大学生の意見に驚かされることも多く、生徒にとっても刺激のある1日になったようです！

参加した大学生からは「いつもの講義とは違う雰囲気です」



「革新的な活動をしている高校の内実を聞いて、今まで考えていたことが具体的・立体的になった」「場慣れしている姿、プレゼン力が純粹にすごいなと思った」といった感想があり、大学生にとっても実りのある時間になったようです。

みりよくゆうびん局のみならず、お疲れ様でした。そして、授業に参加した大学生のみなさん、出張授業にご協力いただきありがとうございます！

がんばるみなさんを

応援し隊

あなたの周りのがんばっている人や団体を教えてください！
図総務企画課 企画調整係 ☎65-3112



その27 大崎上島クラシックバレエ教室

大崎上島クラシックバレエ教室は2010年に開講され、現在は2歳から60代までの23名がバレエを楽しんでおり、昨年の12月には発表会も行われました。

同教室は毎週金曜日に大崎上島開発総合センターでレッスンを行っており、キッズクラス（16時）、小学生クラス（17時15分）のほか、大人初心者向けの教室（要相談）も行っています。見学、体験レッスンも行っていますので、興味のある方は教育課社会教育係までご連絡ください。

島の石碑めぐり

No.10 明石岡部・矢弓磯河原の道標

(写真提供・大崎上島町地域協議会)



矢弓磯河原の道標 明石岡部の道標

明石岡部の道標は、オノ峠を下り、岡部への入口から5軒目と6軒目の民家に挟まれた所に建立されています。同道標には大正5年建立であることや「はらだみち」「はま」という文字が刻字されていますが、施主は刻まれていません。

矢弓磯河原の道標は、商船高専寮東磯河原入口に建立されています。表には天台宗高僧智證大師御自作薬師尊御安座、横には是より長福寺十五町、裏には大正12年建立と施主である大阪の方の名前が刻まれています。

このほかにも大崎郷土資料館の庭には、大田・脇の浦から木江への道標が保管されています。

こちら 大崎上島 風待ちの案内所 通信 February, 2021

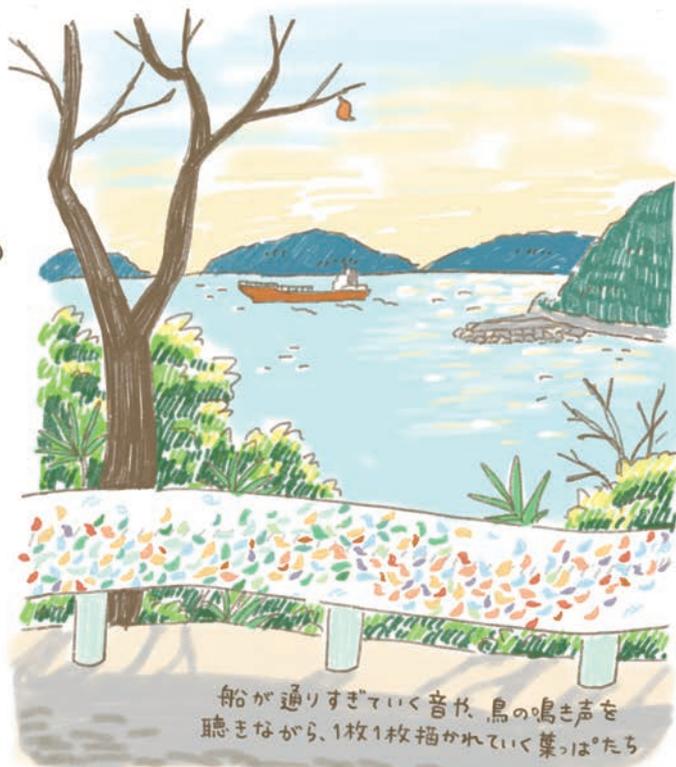


大崎上島町観光協会では、中ノ鼻灯台の立つ岬を「青と白の岬」と名付けて、マップづくりに、灯台の壁の中に入れる「灯台でひとやすみ」などのプロジェクトを進めてきました。

そして今進行中なのが、ガードレールペイントです！灯台へと続く道のガードレールに、アートが得意な観光案内所スタッフが去年からコツコツと絵を描き続けています。

風に吹かれた葉っぱと一緒に坂道を登っていくような感覚や、ガードレールの向こうに見える海とのコントラストを味わえる、アートなスポットになりそうです。

引き続き、少しずつ変化していく青と白の岬をお楽しみに！！



船が通りすぎていく音が、鳥の鳴き声を聴きながら、1枚1枚描かれていく葉っぱたち

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

～こんにちは 認知症地域支援推進員です～

認知症を知らう

笑いの効果

大阪府立健康科学センターが行った笑いの頻度と1年後の認知機能との関連の調査では、「ほぼ毎日笑う人」と「ほとんど笑わない人」では、1年後の認知機能の低下が、「ほとんど笑わない人」は、「ほぼ毎日笑う人」に比べて、3.6倍以上大きいという調査結果が出ています。

笑うと脳が活性化されるのです。

まさに「笑う門には 福来たる」です。

新型コロナウイルス感染予防のため何かと自粛が続き、人と話をしたり、笑う機会が少なくなっています。声を出して笑わなくても、鏡に向かって微笑んだり、作り笑いをするだけでも効果があると言われています。「目は口程に物を言う」ということわざもあります。外出先で出会った時、マスクの中から微笑んでみてはいかがでしょうか。



閩福祉課 介護保険係 ☎62-0301

瀬戸内グローバルアカデミー

～英語での授業が始まる～



瀬戸内グローバルアカデミーでは、1月4日(月)から2学期の授業が始まりました。1月はアメリカのワシントンDCからzoomで生配信の授業です。担当の丸本美加先生は米国認定NPOアドバイザー、英国グローバルNGO、HelpAge International 理事で、多くの国連関連の国際会議をいろんな国で主催する経験を持っている方です。この授業は全て英語で行われています。授業内容は、「国連のSDGsとは何か」という事から始まり、まだ目標数値に達しない事柄、国別を分析し、どうすれば地球規模で達成できるのかを考える授業です。

ところで、皆さんは「SDGs」という言葉をご存じですか？ Sustainable Development Goalsの略で、日本語に訳すと「持続可能な開発目標」です。これは2015年に国連サミットで「より良い世界」を作るために採択され、2030年を達成目標として世界各国が目標値を達成しようと努力しているものです。

SDGsは国がトップダウンで実施するものではなく、民間、NPO、市民が地道に努力することで達成できる事柄です。例えば、地球の貧困をなくす、自然環境を守る、子どもの死亡率、妊婦の死亡率を下げる、差別、自殺撲滅など17のゴールから派生する140のターゲットの中にあります。これらは民間、コミュニティと行政が一体となって解決努力をしなければなりません。

私たちにとっては、英語での授業はとても難しいですが、中身の濃さに満足しています。



閩瀬戸内グローバルアカデミー ☎63-1755 web : <https://sga.aust.jp>

イベント

すみれ祭り 中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、2月20日(土)・21日(日)に開催を予定していましたがすみれ祭りは中止となりました。

圃地域経営課 地域振興係

☎ 65・3123

募集

駐車料金の一部を 助成します

対象者

- ① 町内に住所を有し、町税の滞納がない
 - ② 定期乗船券を購入し、町外に通勤・通学している
 - ③ 継続して6カ月以上にわたり町からの定期航路の寄港地周辺にある有料駐車場の賃貸契約を結んでいる
- 助成金の額
1カ月あたりの駐車料金の半額(1,000円未満切捨て。ただし、1カ月あたりの上限は2,000円)

申請方法

地域経営課または各支所窓

口係に、次の書類などを持参の上、申請してください。

- ① 大崎上島町外駐車場利用者助成金交付申請書(申請窓口にて用意しています)
- ② 定期乗船券の写し
- ③ 駐車場賃貸借契約書の写し
- ④ 駐車場利用料金領収書の写し
- ⑤ 雇用証明書または在学証明書
- ⑥ 町税の滞納がないことを証明する書類(住民課税務係または各支所窓口係で取得してください。なお、手数料300円がかかります)

⑦ 認印

申請期限及び支払時期

分類	対象月	申請期限	支払時期
下半期分	10月から翌年3月分 ※領収書の領収日が3月末日までのもの	令和3年 3月1日～ 3月末日まで ※期限厳守	令和3年 4月末頃
1年間分	4月から翌年3月分 ※領収書の領収日が3月末日までのもの		

その他

① 支払決定後または助成金支払後においても、申請に不

正が発見された場合には、決定を取り消し、支払われた助成金の返還を求めます。

- ② 毎年4月1日から翌年3月31日までを事業年度としています。3月分までの駐車料金でも、申請書の申請日及び領収書の領収日が4月1日以降のものについては、本事業の支給対象外となります。翌年度分として支給することもできません。

圃地域経営課 地域振興係

☎ 65・3123

令和3年度奨学金

● 申請は3月19日(金)まで

高等学校・高等専門学校・短期大学・大学に進学(在学中を含む)を希望し、経済的な理由により修学が困難な人(ただし、本人または保護者が町内に住所を有する)に対して、奨学金貸付事業を行っています。

貸付金額

- 高校(高等専門学校を含む) 月額2万円
- 大学(短期大学・各種学校を含む) 月額4万5千円または6万円(選択制)

貸付期間

正規の修学期間
償還方法 半年賦均等償還

無利子

受付期間 2月22日(月)～3月19日(金)

申込方法 必ず奨学金を受ける本人が、教育課総務学校教育係へ持参して申請してください。申請用紙は、教育課(大崎支所2階)、本庁住民課、木江窓口係にあります。

圃教育課 総務学校教育係

☎ 64・2074

広島広域都市圏ふるさと の魅力発見バスツ アー「絶景露天風呂と たけはら町並み散策」

内容 きのえ温泉ホテル清風館(昼食・入浴)、たけはら町並み保存地区(自由散策)
日時 3月14日(日)9時～17時
集合・解散場所 広島駅新幹線口
参加費 1人7,000円
募集人員 20人(最少催行人数15人)
※定員に達し次第募集終了
申込・問合せ先 広交観光(株)
(9時30分～18時)

☎ 082・238・4930

その他

・バスガイドは乗車しません(添乗員は同行)。
・大型バスを定員の1/2程

相談

鳥しよ部 一斉法律相談会

司法書士による無料法律相談を開催します。お気軽にお越しください。

日時 3月7日(日)10時～16時

予約不要(予約者優先)

相談時間 1組1時間

相談料 無料

相談内容 相続のことや遺言

のこと、空家のこと、借金

の悩み、不動産・会社の

登記、交通事故、夫婦・親

子関係など

場所 大崎上島開発総合セン

ター

※新型コロナウイルス感染症拡大影響により中止となる場合があります。

予約・圃日本司法書士会連合

会 中国ブロック 事務局

☎ 082・221・5345

ハローワーク窓口開設

竹原ハローワークの臨時窓口を開設します。
 日時 3月4日(木)10時～12時
 場所 東野保健福祉センター
 内容 職業紹介、職業相談、各種制度の説明

※できるだけ事前予約をお願いします。

☎ 竹原ハローワーク

☎ 0846・22・8609

☎ 地域経営課 地域振興係

☎ 65・3123



水道管・水道メータの凍結について

気温が低くなると、水道管が凍結する場合があります。

凍結を防ぐためには、屋外の水道管は保温チューブなどの保温材を巻き付けることで、直接冷気を受けなくなります。また、水道メータも凍結の恐れがあります。メータボックスの保温には、保温材の入ったビニール袋をメータの上に置く効果的です。

水道管が凍って水が出ない場合は、自然に溶けるのを待つ、もしくは凍結した部分にタオルを被せてぬるま湯をかけてください(熱湯をかける

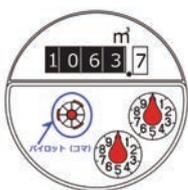
と管や蛇口を痛める原因になります)。水道管が破裂した場合は、メータボックス内の元栓を閉め、町の指定給水装置工事業者(町ホームページに掲載)に修理を依頼してください。

☎ 町上下水道課 管理係
64・3513

漏水の確認について

宅内の水道管から水が漏れていても気がつかないまま、使用水量が多くなっている場合があります。日頃から定期的に、水漏れはないか次の方法で確認してください。

- ①家の蛇口を全て閉める。(水槽や池の水管理にはご注意ください)
- ②水道メータボックスおよびメータの蓋を開ける。
- ③水道メータ内の「パイロット(コマ)」(左図)が回転していないか確認する。



いる可能性があるので、町の指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。
 ※漏水による水道料金や修理

その他

家畜(動物)を飼養する方へ

毎年2月1日時点の飼育している家畜の頭羽数、衛生管理状況について、所轄する畜産事務所への報告が義務づけられています。

家畜伝染病予防法の改正のため、令和3年定期報告の様式が変更しました。
【毎年4月15日までに報告】
 牛、水牛、鹿、馬、めん羊、山羊、豚(ミニブタ、マイクロブタ含む)、いのしし

【毎年6月15日までに報告】
 鶏、あひる(アイガモ含む)、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥

※定期報告書の新様式は、広島県のホームページにも掲載しています。

広島県ホームページ下のQRコードを読み取るとアクセスできます

☎ 082・423・2441
 広島県西部畜産事務所

大崎上島町議会議員一般選挙の立候補予定者説明会について

令和3年3月31日任期満了の大崎上島町議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を次のとおり開催します。
 日時 3月2日(火) 13時30分
 場所 役場本庁2階大会議室
 大崎上島町選挙管理委員会事務局
 ☎ 65・3111

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 970円
 金属製品製造業 923円
 はん用機械器具など製造業 935円
 電子部品など製造業 897円

自動車・同附属品製造業 915円
 船舶など製造業 957円
 各種商品小売業 878円

※本年度は金額改正なし
 自動車小売業 913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貸金室(☎082・221・9244)までお問い合わせください。

☎ 082・221・9244

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						

開館時間 10時～18時
 ≪休館日≫

求人情報

(株)オオサキ、(株)森重建設、(株)ツルハグループドラッグ&ファーマシー西日本、(有)朝日事業所、東邦亜鉛(株)契島精錬所、拓興業(株)、(株)広島銀行、福山メンテナンス(株)

※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てあります。また、**町ホームページからも検索できます。**
 町ホームページからも検索できます。
 ☎ 0846・22・8609

みなさまの県民税で 大崎上島町の森が支えられています。

大崎上島町の森づくり

手入れが必要な森林を間伐・整備することで、森林としての機能回復や景観整備を行ってきました。

住民団体による森づくり活動や植樹、防災対策の森林整備も支援しています。



ウッドチップの活用



森林・林業体験活動支援事業



里山林整備事業による森林整備

ひろしまの森づくり県民税とは

01 手入れが必要な森を整備

- 人工林対策
- 人工林の間伐
- 被害木の片づけなど
- 里山林対策
- 里山林の除間伐
- 森林活動の支援など

02 森づくりに参加

- 地域住民のみなさまが、森づくり活動に参加できる機会の向上

03 ひろしま産の木材を利用

- 住宅への県産間伐材の利用促進など

豊かな森林を県民全体で守り育てるため、県民や企業のみなさまに広くご負担をお願いし、人工林対策や里山づくりなど「ひろしまの森づくり事業」を展開しています。

ひろしまの森づくり県民税 納める額 個人 年額 **500円** 法人 **5%** 均等割額相当額

詳しくはWEBへ www.moridukuri.net 

お問い合わせ先 建設課 土木耕地係

TEL 0846-65-3124

こころのライン相談 @広島県

無料 匿名可 予約不要

令和2年 令和3年
5月1日・3月31日
午後5時～午後9時
火・木・日 曜日に限ります

LINE 

国民健康保険加入の皆様へ

下記のように生活が変わるとき、国民健康保険証の手続きが必要な場合があります。☎保健衛生課 保健事業係 ☎62-0303

こんなとき (例)	どうする	届出に必要なもの
学校の近くに住民票を異動して、住民票を異動する。保険は国保のまま。	学生用保険証該当届を提出。	現在使用中の国民健康保険証、印鑑、在学証明書
学校の近くに住民票を異動して、学生でなくなったので町に戻ってくる。保険は国保のまま。	学生用保険証非該当届を提出。	現在使用中の国民健康保険証、印鑑 学生でなくなった日付が確認できる書類 (卒業証明書など)
学校の近くに住民票を異動して、学生でなくなった。保険は国保のまままで町外に住む。	学生用保険証非該当届を提出。住所地の国民健康保険に加入する手続きが必要。	
学校の近くに住民票を異動してあるが、学生でなくなった。保険は社会保険などに変更になる。	学生用保険証非該当届を提出。町の国民健康保険を抜ける手続きが必要。	現在使用している国民健康保険証、印鑑、新しい社会保険被保険者証

福祉・健康

納付のお知らせ

固定資産税 (第4期)
国民健康保険税 (第8期)
後期高齢者医療保険料 (第8期)
介護保険料 (第8期)

納期限は3月1日 (月) です

納期限までに納付確認できない場合は、督促状を送ります。納期限を必ず守りましょう。

閏住民課 税務係 ☎65-3114

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2年8月診療分の削減効果は、

切替えた方の人数	458人
削減された金額	1,532,786円

消費生活
相談

File.209

ストーブやヒーターでの
やけどに注意!

【事例】
・自宅で遊んでいる際に石油ストーブを触ってしまい、両方の手のひらをやけどした。
・ヒーターに右手を突っ込んでしまい、手をやけどした。

【ひとこと助言】
・子どもは好奇心が旺盛なため、熱いかどうかよく分からないまま、ストーブやヒーターの表面を触ったり、温風の吹き出し口に手を入れたりしてしまうことがあります。普段から安全柵で囲むなど、子どもが触れられないような環境づくりをしましょう。

☎ 65・3123
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965

☎ 65・3123
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965

☎ 65・3123
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965
☎ 0846・22・6965

・子どもは大人より皮膚が薄いため、短時間で深いやけどになりやすく、注意が必要です。やけどを負った場合は、すぐに流水で冷却しましょう。水ぶくれがあればつぶさないようにして医療機関を受診しましょう。

竹原警察署大崎上島分庁舎より

ニセ警察官からの協力依頼にご注意



広島市内で警察官をかたった犯人が、被害者に「うそ」の捜査協力の依頼を行い、300万円をだまし取る被害が発生しました。

★だまされないために★

- ◎ 警察では犯人を捕まえるため、「だまされたふり」をお願いすることがありますが、本物の現金の用意をお願いすることはありません。
- ◎ お金やキャッシュカードを預けて欲しいなどの電話がかかってきたら、すぐに切り、大崎上島分庁舎に通報してください。



町内の交通事故件数(12月) 物損事故7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

2月の予定について

- 令和2年10月1日から12月31日までの間に初めて保険料の納付があった人へ「令和2年分の社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発送されます。確定申告の際に必要となりますので大切に保管してください。
- 日本年金機構から源泉徴収額に変更があった方へ年金振込通知書が発送されます。お手元に届きましたらご確認をお願いします。
- 日本年金機構から令和3年分扶養親族等申告書の未提出者に対して、再勧奨として扶養親族等申告書が発送されます。必要事項を記入し日本年金機構へ提出して下さい。

年金手続き書類への押印が原則廃止されました

令和2年12月25日から、年金手続きの申請・届け出用紙への押印が原則廃止となりました。ただし、金融機関へ提出する口座振替納付申出書や扶養親族等申告書などは、引き続き押印が必要です。

☎住民課 住民人権対策係 ☎65-3113



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
	1	2	3	4 漁師の鮮魚市	5	6
7	8	9	10	11 建国記念日 漁師の鮮魚市	12 育児相談 (大開)10:00～	13 認知症カフェ (オレンジ)13:00～
14	15	16 2/16(火) 年金相談(東保)10:00～ ※要予約(2/15(月)締切) 申込先:三原年金事務所 ☎0848-63-4111	17 健康相談☆ (漁村)13:00～ 断酒会 (東保)18:30～	18 漁師の鮮魚市 1歳6カ月児 健康診査(東保) ※個別案内	19	20
21	22 助産師個別相談会 (母包) 10:00～15:00 ※要予約	23 天皇誕生日	24 のびのび相談会 (母包) 10:00～15:30 ※要予約	25 漁師の鮮魚市 こころの健康相談 ・お酒のお悩み相談 (酒害相談員・要予約) (木支)13:30～	26 認知症カフェ (オレンジ)9:30～ 認知症個別相談会 (東保)13:45～ ※要予約	27
28	1	2	3	4 漁師の鮮魚市 乳幼児相談 (大開) ※個別案内	5 乳幼児相談 (東保) ※個別案内	6

大開…大崎上島開発総合センター オレンジ…オレンジハウス 漁村…沖浦漁村センター 東保…東野保健福祉センター
木支…大崎上島町役場木江支所 母包…母子健康包括支援センター・相談室 ☆わくわく元気ポイント対象事業
漁師の鮮魚市は中野一番街前で8:00～10:00まで開催(鮮魚市にご来場の際にはマスク着用にご協力ください)

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	電話番号
2/7	寺元医院	☎64-2093
2/14	ときや内科	☎63-0001
2/23	射場医院	☎65-3304
3/7	円山医院	☎64-2062

休日当番薬局

日程	薬局名	電話番号
2/14	あゆみ薬局	☎63-1052
3/7	セブン薬局大崎店	☎67-5070

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
2/7・21・23・3/7	馬場病院 ☎0846-22-2071
2/11・14・28	安田病院 ☎0846-22-6121

耳鼻咽喉科診療所

日時	場所
2/13・27 (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



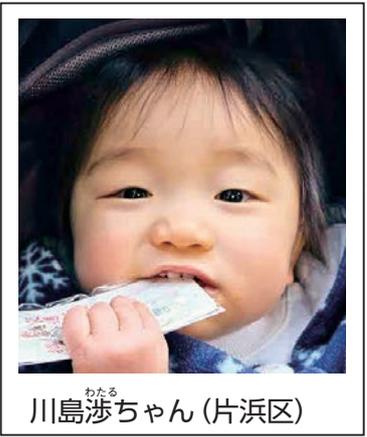
1歳のHappy Birthday

2月生まれのわがやのアイドル

生まれて初めての誕生日、おめでとう！パパもママもとても嬉しいよ。これからもスクスク育ってね。



工藤^{えいじ}榮士ちゃん(向山区)



川島^{わたる}渉ちゃん(片浜区)

お誕生日おめでとう！お兄ちゃんもお姉ちゃんも涉のことが可愛くて仕方ありません！

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・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。(3月12日㊄)

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



～からだの内からポカポカに～

【 ブロッコリーとえびの味噌グラタン 】

2月3日の立春を迎え、暦のうえではもう春の始まりだそうです。そうは言っても、あたたかな春の日差しを感じられるのはもう少し先になりそうですね。今回のレシピは、まだまだ冷え込む今の時期にぴったりなグラタンです。味付けを洋風にしたり、具材を変えたりと、いろいろとアレンジが楽しめますよ。ほかほかグラタンでほっとあたたまり、元気に春を待ちましょう。



保健衛生課
保健指導係 ☎ 62-0330



エネルギー203 kcal、たんぱく質15g、脂質9.2g、食塩相当量0.8g

◆材料(4人分)

- | | | |
|------------------|---|-----------------|
| ブロッコリー…1株 (200g) | A | 小麦粉…大さじ2 |
| むきえび…120g | | 牛乳…2カップ (400cc) |
| 酒…大さじ1 | | みそ…大さじ1/2 |
| 玉ねぎ…1/2個 (100g) | | チーズ…40g |
| しめじ…1/2パック (50g) | | |
| バター…10g | | |

◆作り方

- ①ブロッコリーは小房に分け、茎も食べやすい大きさに切り、下茹でしておく。玉ねぎはうす切りに、しめじはバラバラにほぐしておく。むきえびは背ワタをとり、酒をふっておき、キッチンペーパーで水気をふきとる。
- ②フライパンに分量の半分のバターを溶かし、えびを焼く。両面に焼き色がついたら取り出す。
- ③残りのバターで玉ねぎとしめじを炒める。
- ④玉ねぎがしんなりしてきたら、よく混ぜ合わせておいたAを加える。ヘラで混ぜながら、とろみが出てふつふつとしてくるまで加熱し、えびとブロッコリーも加えて混ぜ合わせる。
- ⑤耐熱皿に④を入れ、チーズをのせてトースターでこんがり焼く。



新年を迎え、1月に引き続き、2月もさらに寒さが厳しくなってきましたね。
2月といえば節分ですが、皆さんは恵方巻きは食べられましたでしょうか。恵方巻きは願い事を

しながら黙々と食べますが、わたしは新型コロナウイルスの影響が終息し、いつもどおりの生活が早く戻ってくることを願って挑戦しました。



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

