

大崎上島

@sakikamijima

2021

Oct.

Vol.223

10



令和3年10月からごみの分別（出し方） が一部変更になります

- 04 / 9月定例会で補正予算が可決されました
電気自動車を活用した公用車シェアリング事業が開始しました
- 05 / まちのできごと
- 13 / 町からのお知らせ

人口と世帯（8月末現在）

人口 7,226人（-21）【男性：3,576人（-14）女性：3,650人（-7）】
世帯数 4,225世帯（-11）
（ ）内は前月比

令和3年10月からごみの分別（出し方）が一部変更になります

令和3年10月から、東広島市、竹原市、大崎上島町の「ごみ」を広域的に処理するための最新の施設「広島中央エコパーク」が稼働します。

新施設では、廃棄物を高温で溶融処理するシャフト式ガス化溶融炉を採用し、これまで埋め立て処理をしていたガラスや陶磁器など、すべてのごみを溶融し、その熱を利用した高効率発電を行います。また、溶融するため灰は発生せず、代わりにスラグとメタルが回収され、すべて再資源化が可能となることから、最終処分量ゼロを実現することができます。

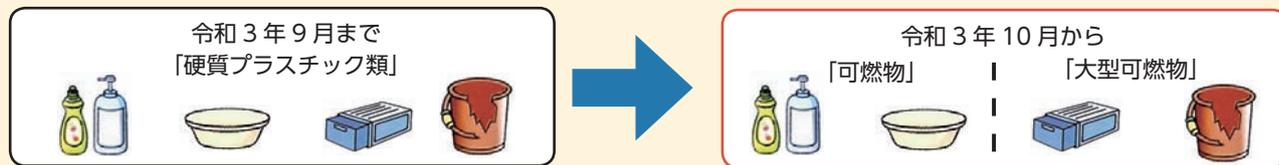
すべてのごみ焼却は東広島市に建設された新施設で行うことになり、大崎上島環境センターは中継施設となります。

これに伴い、大崎上島町のごみの分別が一部変更になります。

主な変更

★ すべてのプラスチック（ペットボトルを除く）を焼却処理します。

資源ごみから「硬質プラスチック」の分類がなくなり、指定袋に入るサイズのプラスチックごみは、すべて「可燃物」となります。（指定袋に入らないサイズのは新分類「大型可燃物」）

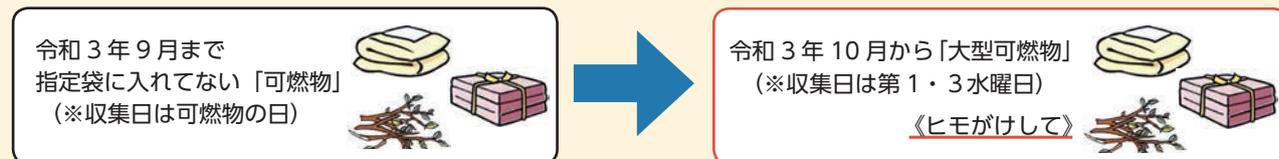


★ 新たに「大型可燃物」が分類されます。

大型可燃物として扱うもの

- ・可燃物となるプラスチックごみのうち、指定袋に入らないサイズのもの。
（衣装ケース・コンテナ・ポリタンク・バケツ・家庭用発泡スチロール など）
- ・可燃物のうち、指定袋に入らないサイズのもの。
（ふとん・じゅうたん・マットレス・剪定枝 など）

※ これらのものは、収集日を可燃物の日としていましたが、第1・3水曜日となります。
粗大ごみと同様に、ごみステーション横に出してください。



その他の分別変更（一例）

「可燃物」となるもの（指定袋に入れてください）

〔時計・懐中電灯・針金ハンガー・電卓・電気コード・マウス・キーボード・金属を含む小型台所用品〕
〔小型の金属製品（おおむね手のひらサイズのもの） など〕

（注）電池入りのものは、電池をはずし有害ごみへ

「取り扱えないもの」から「粗大ごみ」となるもの

〔スプリング入りベッド用マット・スプリング入りソファ など〕

※ 分別の詳細は、ごみ分別ガイド「50音別ごみの分別一覧表」により確認してください。

注意とお願い

- ・可燃物は、必ず町指定のごみ袋を使用してください。
- ・町指定のごみ袋以外の袋や、正しく分別されていないごみは収集されません。
- ・刃物類は安全に包み、刃物などと表示して、缶類の不燃物缶に入れてください。
- ・スプレー缶、カセットボンベなどは、必ず中身を使い切り、穴をあけてください。
- ・ごみを出すときはマナーを守り、指定収集日当日の朝8時までに出してください。
- ・わからないことがありましたら、まずはお問い合わせください。（[圃保健衛生課](#) ☎ 62-0303）

令和3年
10月1日からの

家庭ごみの正しい出し方

※ごみを出すときはマナーを守り、指定収集日当日、朝8時までに出してください。

大崎上島町 曜日別地域ごみ収集表

	月	火	水(全域)	木	金
可燃物 (燃やせるごみ)	木江・東野	大崎	★ 第1・3水曜日 (第5水曜日がある場合は、収集します。) ・資源ごみ(紙類・ペットボトル) ・大型可燃物	木江・東野	大崎
不燃物 (燃やせないごみ)	木江・東野 (ビン・陶器類)	大崎 (ビン・陶器類)	★ 第2・4水曜日 ・粗大ごみ ★ 第4水曜日 ・有害ごみ	木江・東野 (缶類・刃物類)	大崎 (缶類・刃物類)

※ペットボトルは、毎週水曜日に収集します。

ごみ分別一覧表

可燃物 (燃やせるごみ) 週2回		※指定袋に入る大きさのプラスチック類は可燃物です 1. 町指定ごみ袋を使用してください。 2. 町指定ごみ袋以外の袋や正しく分別されていないごみは収集できません。
不燃物 (燃やせないごみ) 週2回		1. ビン・陶器類及び缶類・刃物類は、収集日当日に不燃物缶へそのまま入れてください。 2. ビンのキャップは必ずとってください。 3. スプレー缶、カセットボンベ等は必ず中身を使い切り、穴をあけてください。 ※新聞紙等をつみ「刃物」と表示
粗大ごみ 月2回 第2・4水曜日		大型可燃物 指定袋に入らないサイズの可燃ごみ 剪定枝(ヒモがけ)、布団・マットレス(ヒモがけ)、プランタ、衣装ケース、コンテナ、バケツ
大型可燃物 月2回 第1・3水曜日 (第5水曜日がある場合は、収集します)		
資源ごみ 月2回 第1・3水曜日 (第5水曜日がある場合は、収集します) ペットボトルは毎週水曜日	[ペットボトル] 1. ペットボトルはキャップ、ラベルを取り、中を洗ってつぶしてから収集日に黄色のコンテナにそのまま入れてください。	[紙類] 1. 新聞・ちらし・雑誌はヒモがけにして出してください。 2. ダンボールは折りたんでヒモがけにして出してください。
有害ごみ 月1回 第4水曜日	[乾電池] [蛍光灯] 1. 蛍光灯はケースに入れてそのまま出してください。 2. 乾電池は専用廃棄箱に入れてください。	

※下記の絵は取り扱いえないものの一部を掲載しています。判断に困ったときはお問い合わせください。

取り扱えないもの	
	[家電リサイクル製品]
	[PCRリサイクル製品]

※取り扱えないものについては、許可業者に依頼(有料)してください。

※お問い合わせは ○大崎上島町 保健衛生課 ☎ 62-0303

※持ち込みの問い合わせは ○大崎上島環境センター ☎ 64-3800

9月定例議会で補正予算が可決されました

9月7日(火)から開催された定例会で、令和3年度大崎上島町一般会計補正予算(1億5,926万円増額)が可決され、今年度一般会計予算総額は80億3,113万円となりました。補正予算の主な事業は次のとおりです。

柿の浦貯水池安全対策工事(予算額:3,755万円)

柿の浦貯水池より下流の石積水路は、崩落して土砂などが流れる恐れがあるため、コンクリート水路工事を行います。

産後ケア母子宿泊型支援事業(予算額:22万円)

広島県助産師会と連携し、産後も安心して子育てできるよう、宿泊型の支援施設で、心身のケアや育児サポートなどのサービスを受けられるようになります。

対象:産後1年以内の母子

利用期間:最大1週間



健康管理システムがん検診等システム改修費(予算額:473万円)



健(検)診結果の利活用に向け、令和4年度から国が統一的に実施することから、それに伴う、町システムの改修を行います。今後、個人の健(検)診結果が全国どこでも共有され、確認できるようになります。

電気自動車を活用した 公用車シェアリング事業が開始しました

大崎上島町と広島トヨペット(株)が、官民連携事業として、超小型BEV(電気自動車)「C+pod(シーポッド)」を活用した公用車のシェアリング事業を開始しました。この事業は、BEVの利用による環境負荷の軽減と、離島に適した超小型BEVの普及促進を図るとともに、公用車の管理経費削減という自治体側のメリット創出を実現させていくものです。

本町は、2050年までに脱炭素社会を実現させるため、令和3年3月25日に「ゼロカーボンシティ」を宣言し、具体的な取組を進めていく中で、公用車としてBEVの導入を検討し、併せて、観光客や島外から来られる方が、島内を自由に移動できる交通手段の確保についても、脱炭素を視野に入れ検討してきました。そこで、今回、町内外においてメリットのある形を検討した結果、平日は公用車、休日はカーシェア利用という本モデルを実施することになりました。

取組内容

本事業は、新たにトヨタ自動車(株)の会員制カーシェアリングサービス「トヨタシェア」を活用し、同サービスに導入されるC+pod1台を、平日は、本町が公用車専用としてレンタルし、休日は、シェアリングカーとしてトヨタシェア会員が利用するという、公用車とシェアリングカーの併用モデルに取り組みます。C+podを活用した公用車とシェアリングカーの併用モデルについては、全国で初めて(※実証実験を除く)の取組となります。また、広島県内でのC+pod導入についても初めてとなります。

超小型BEV発着拠点:役場本庁駐車場

公用車としての利用開始日:10月1日(金)

トヨタシェアとしての開始日:10月2日(土)

車両概要

車体名:「C+pod」

最高時速:60km/h

一充電走行距離:150km

充電時間:200V/16A 約5時間

100V/6A 約16時間



企画課 企画調整係 ☎ 65-3112

100歳おめでとうございます!

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| にしかわ
西川 ハルエさん (大西) | かんしゃ かおる
閑社 香さん (古江) |
| いば
射場 則子さん (鮎崎) | はとう
羽藤 サキノさん (岩白) |
| しょうばたけ
正島 クニ子さん (片浜) | もちづき
望月 ヤスエさん (矢弓) |
| ふじおか みゆき
藤岡 幸さん (大串) | はまだ
濱田 トヨコさん (郷) |
| はまなか しゅんじ
濱中 春二さん (瀬井) | みずい
水井 トミ子さん (東原下) |
| おきはら
沖原 ハツコさん (原下) | いけうち みちこ
池内 道子さん (本郷) |
| きたむら みえ
北村 美枝子さん (小原) | こうはた ふかみ
高畑 不可已さん (向山) |
| ひやま
檜山 イツヨさん (向山) | |

敬老の日記念行事として、今年度中に100歳を迎えられる15名の方に、内閣総理大臣からの祝状と記念品が贈呈されました。

これからもお体に気をつけて、健やかに過ごしてください。



白水区備品



木越区備品

コミュニティ助成事業で備品整備

一般財団法人自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などに対して助成を行い、地域コミュニティ活動の充実を図ることにより、住民福祉の向上に寄与するための事業を行っています。

令和3年度は、白水区と木越区がこの宝くじの助成金を活用し、集会所や行事の際に必要な備品を整備しました。

新しくなった備品を活用することで、今後のコミュニティ活動が一層活発になることが期待されます。



なかすみ ゆうこ
中済 祐子

商工会青年部による面接練習を行いました

この取り組みは、商工会と同校が締結した包括連携協定の中の「町づくり・人づくり事業」の一環で行われ、生徒達に商工会青年部による事業主目線の面接練習を受けてもらうことで、緊張感のある、より本番に近い面接を体験してもらうことが目的です。

面接を受けた生徒達からは、「普段の口癖が出ないように気を付けたが、緊張のあまり出てしまった」「長所や短所など自分を見つめなおすきっかけになった」「実際に働いている方の面接は緊張感があっけすく為になった」など、生徒達は緊張感の中で、多くのヒントを得ることができ、とても貴重な体験ができたようでした。

地域おこし協力隊員の紹介

9 1 新たに1名の地域おこし協力隊を迎えました。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。

中済 祐子 「ハウスマスターに就任いたしました中済です。寮生一人ひとりがその子らしく自分の道を歩いていく力を身に付けられるよう、サポートしていきたいです。どうぞよろしく願いいたします」



文・訳 パドパノ・ニコラス

ALTの English Lesson

American Accents!

As an English speaker, I often get asked if I understand other English speakers from other parts of America. And the answer is yes. America only has one dialect but it has many accents. So if you learn American English, you can use it anywhere in America and most English speaking countries. There are about 7 major accents in America. You can look at the map to see the areas of different accents. If you watch American TV or movies, then you have heard some of these accents. The general American accent is a combination of western and midland. This is what you mainly hear when you watch American shows. I grew up in Texas so I use a little of the southern accent. But I lived in a big city so my accent sounds more like a general American accent to other English speakers. So if you are studying English, don't worry about not being understood! There are no dialects to worry about!

私は英語を話す人として、アメリカの他の地域の他の英語を話す人を理解しているかどうか尋ねられることがよくあります。そして答えはイエスです。アメリカの方言は1つだけですが、アクセントはたくさんあります。したがって、アメリカ英語を学べば、アメリカ国内はもちろん、ほとんどの英語圏の国で使用できます。アメリカには約7つの主要なアクセントがあります。地図を見れば、それぞれのアクセントのある地域を確認できます。アメリカのテレビや映画を見たことがあれば、これらのアクセントのいくつかを聞いたことがあるでしょう。一般的なアメリカのアクセントは、西部と中部の組み合わせです。これは、アメリカの番組を見るときに主に聞くものです。私はテキサスで育ったので、南部のアクセントを少し使用します。しかし、私は大都市に住んでいたため、私のアクセントは他の英語を話す人にとっては一般的なアメリカのアクセントのように聞こえます。ですから、英語を勉強しているのなら、理解されないことを心配しないでください！方言の心配はありません！



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の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

大崎海星高等学校

●うまいもん甲子園

全国大会出場

高校生が地元食材を生かした料理をアピールし、全国ナンバーワンを競う「ご当地！絶品うまいもん甲子園」に、本校生徒が考案した「うまみ★海星パーラー」で出場しました。本校は中四国地区64校の中から代表6校に選抜され、9月8日(水)にはさらに中四国地区代表として2校が選ばれました。

新型コロナウイルスの影響で、異例のリモート方式となり、PR動画を作成し、調理法と食材を送り、調理してもらったの審査となりました。本校YouTubeチャンネルにその動画がアップされていますので、是非ご覧ください。

全国大会は11月27日(土)東京で行われる予定です。応援よろしくお願いします。



●卒業生と語る会

9月3日(金)「卒業生と語る会」が行われました。

4年制大学に進学した卒業生から就職した卒業生まで、合計7名の先輩に「高校生にやってあげばよかったこと」や進路についての話など、それぞれの経験に基づいた様々な話を聞くことができました。在学中に仲の良かった先輩の話や実際に社会に出ている先輩のアドバイスはやはり説得力があるようで、生徒たちは熱心に耳を傾けていました。

2学期が始まり、どの学年も進路について考えることが多くなる時期にこの会を開催することができ、生徒たちの意識も少し変わったように見えます。



☆地域と共に学校を創る☆

草取り朝会



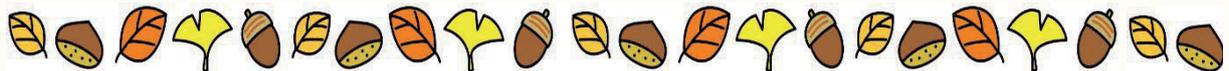
大崎小学校では、週に1回草取り朝会を設定し、全校児童と職員で草取りをしています。今年度から保護者の方々にも可能であれば児童と一緒に草取りをして下さるようお願いしています。毎回、何人かが児童と草取りをして下さっています。学校通信で予定をお知らせしたところ、それを見て下さった地域の方にもご協力いただけることとなりました。また、校内の花壇の草取りや植木の剪定など、地域の有志の方々にもご協力をいただきました。本校は敷地が広く運動場や中庭など草が生える場所が多く、児童が毎週がんばってもなかなか取り切れない状況です。そのため、保護者、地域の方々にご協力いただけることをたいへん有難く思っています。



読み語り朝会



読書活動についても、地域の方々にご協力いただいています。「ひまわりの会」の方々には毎月2回、「すずらんの会」の方々には毎月1回、絵本の読み語りをしていただいています。児童はその時間をたいへん楽しみにしています。8月6日は広島市に原子爆弾が投下された日です。その日は、平和の大切さを考えさせるため、「すずらんの会」の方々が平和に関する書籍の読み語りをして下さいました。心のこもった朗読を児童は真剣なまなざしで聞いていました。



それぞれの学級では、総合的な学習の時間、社会科、生活科などの学習で地域に出向き見学をさせていただくなど、貴重な体験をつんでいます。感染症の蔓延で社会全体が不安定な状況であるからこそ、地域の方々の温かさを感じます。今後とも本校の教育活動にご理解とご協力をよろしくお願い致します。



教育委員の活動報告

第8回定例会議8月27日(金)

【議事】

日程第1 議案第14号

町議会9月定例会に提案する補正予算について

日程第2 議案第15号

令和4年度使用特別支援学級用教科書の採択について

日程第3 議案第16号

社会教育委員、公民館運営審議会委員、大崎上島文化センター運営審議会委員の委嘱について

【その他】

懸案事項

- ・ 新型コロナウイルス感染症対策について
- ・ 小学校修学旅行について
- ・ パラリンピック採火式について

園教育課 総務学校教育係

☎ 64・2074



【 こんにちは、保健師です 】

100円で大腸がん検診を受けよう！

大腸がん検診は、大崎上島町に住所がある40歳以上の方ならどなたでも受けることができます。

最寄りの役場窓口で簡単な申込書と同意書を書き、100円を支払うと、1週間以内に問診票と検便容器が保健衛生課から郵便で届きます。後は、2日間便を採り、問診票に必要事項を書いて、希望する町内の医療機関に提出するだけです。

大腸がんは、年々増加傾向にあり、罹患率が女性では乳がんが続いて第2位、男性は前立腺がん、胃がんが続いて第3位となっています。(2018年統計)

死亡率においては、女性は第1位、男性は肺がんが続いて第2位となっています。

早く見つければ、助かることができる命を落とすことがないように、まだ今年大腸がん検診を受けていない方は、今から100円を持って大腸がん検診の申し込みに行きましょう！



申込方法

- ①最寄りの役場窓口（住民課・住民課大崎窓口係、保健衛生課）で簡単な申請書と同意書を書く。
- ②100円を支払う。（町民税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料）
- ③後日、保健衛生課から問診票と検便容器が届く。
- ④検便容器の説明に従い検便を2日間採る。
- ⑤問診票に必要事項を記入し、④とともに町内の医療機関に提出する。

〒保健衛生課 保健指導係 ☎62-0330

【 県立安芸津病院より 】

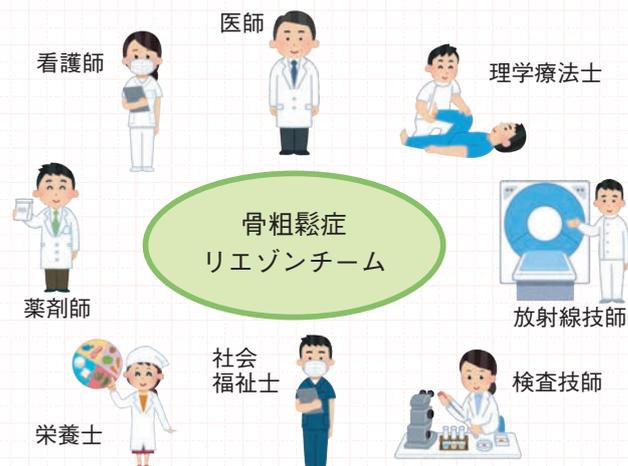
4月に骨粗鬆症リエゾンチームが誕生しました！

こんにちは、骨粗鬆症リエゾンチームです！

私たちは、地域の皆様の骨と健康の維持を目的とした多職種連携チームです。メンバーは、整形外科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、社会福祉士、臨床検査技師、放射線技師、理学療法士です。互いに持てる知識を集結させ活動を開始しました。

主な活動内容は、骨折の1次予防として、週1回の骨粗鬆症外来の運営、2次予防として、背骨の骨折や、足の付け根の骨折で入院された患者さまへのアプローチです。骨折して初めて骨粗鬆症であることが分かった患者さま、これまで治療していたが、しばらくお休みしていた患者さまに、栄養指導、服薬指導、転倒予防に役立つ運動指導や、注射療法の提案などを行っています。

県立安芸津病院を受診される全ての患者さまが、これからも“生き活きと、自立した生活”が送れるよう支援していきますので、よろしくお願いします。



文：骨粗鬆症リエゾンチーム

あいランドと便利

♥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。

休日クラブ ～秋を見つけに～

新型コロナウイルス感染症が流行して1年半あまり。毎日ウツウツと生活しているのではないのでしょうか？今月は休日クラブの月となっております。

- *日時：10月24日(日) 13時～15時
- *集合場所：サポートおおさき 第2ふれあい工房
- *会費：100円
- *事前申し込みが必要です。

心をつなぐサポートファイルひろしま 結愛～yui～

障がいのある人は、成長していく過程で、福祉、医療、教育など様々な分野の機関や専門家などの支援を受けています。このサポートファイルは、子どもの生育歴など詳細かつ正確な情報を記録する県内共通の様式であり、支援者が変わっても一貫性のある支援を可能にするためのツールとして誕生しました。障がいのある人の成長過程、支援内容など、過去から現在にかけての本人に関する情報の整理が可能となり、詳細かつ正確な情報が伝わります。

興味のある方は、役場福祉課または♥らんどまでご連絡下さい。

〒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



インターネットの普及により、私たちの生活は非常に便利で豊かなものになりました。情報の共有、発信が気軽にできるようになったため、身近な人から世界中のあらゆる人まで簡単につながることもできます。その便利さから、今やなくてはならないインターネットですが、その反面、誰かを傷ついたりトラブルに巻き込まれやすくなりまりました。今回はインターネットと人権について考えてみましょう。

傷つけてしまうことも容易に

インターネットを悪用した問題の一つとして、他人への誹謗中傷があります。ネット上で情報を発信する際、自身の素性を明かさず匿名で書き込むことができます。本来は肩書に縛られることなく、誰でも自由な発言ができることで有意義な議論が行えるのが匿名性の利点です。

しかし、その性質を悪用し、他人を攻撃し追いつめる事例が多発しています。匿名という安心感から、自身の発言への責任感が薄れてしまい、普段より他人を傷つけることに抵抗を感じにくくなっているのかもしれない。昨年には不特定多数からの誹謗中傷に耐え兼ね、当時20代の女性が自殺に追い込まれる痛ましい事件が世間の注目を集めました。この事件を受け、今年4月にはネット上で誹謗中傷した人を特定しやすくする「プ

ロバイダ責任制限法」が改正され、発信者情報の開示にかかる時間が短縮されました。ただ、この法改正は誹謗中傷を直接防ぐものではありません。

法律の整備も大切なことです。一人ひとりがモラルを守ることが何より大切です。本人からすれば軽い気持ちの発言でも、人の命を奪いかねないという教訓を、私たちは忘れてはいけません。

※プロバイダ責任制限法

ネット上で権利侵害が発生した際、発信者にサービスを提供しているプロバイダなどの事業者の責任を制限し、被害を受けたい側が発信者情報の開示を請求する権利について定めた法律



町の取組

町でもインターネットでの人権侵害を防ぐため、職員によるネット掲示板等の巡回に取り組みんでいます。悪質な書き込みや差別的な表現に対して、発見次第法務局へ報告し削除要請を出しています。

しかし、一度ネットに書き込んでしまえば瞬く間に拡散し、ネット内から完全に削除することは困難です。プライバシーの侵害や名誉棄損といった法律に違反していると判断された場合、被害者の希望があれば発信者の特定が可能です。画面の向こうにはいつだって人がいることを忘れてはいけません。安易に人を傷つけるような書き込みはせず、責任ある行動をとりますように。

一人で悩まないで

もしもネット上で自分の悪口や写真が無断で掲載されていたらどうすればよいのでしょうか。削除の要請にも手順があるため、適切な対処法について考えましょう。

法務局・地方法務局には相談窓口が設置されており、削除依頼の方法の助言を行っています。被害者自身での問題の解決が

難しい場合は、プロバイダへの削除要請も行っていきます。相談する際に準備するものは次の通りです。

- ・サイトのURLやアドレスの控え
- ・該当する画面や動画の保存（カメラでの撮影も可）
- ・具体的な被害のメモ

犯罪に巻き込まれそうな場合は、迷わず警察に相談しましょう。自分自身を守るためにも、一人で悩まずに専門機関を頼ってください。

最初に述べたように、インターネットの普及は私たちの生活を非常に便利で豊かにしてくれました。さまざまなことが手軽にできるようになったからこそ、使い方を誤れば簡単に被害者にも加害者にもなりえます。デマを流して混乱を招いたり、考え方を誘導して攻撃の対象にすることを目的とした投稿があることも事実です。その中で、自分が何を信じるか、どう思うのかを慎重に考えなくてはなりません。

自分を、そして相手を傷つけることのないようしっかり考え、正しくインターネットを活用しましょう。

みんなのひろば

Kamijimagram



月下美人は、サボテン科クジャクサボテン属の着生サボテンの一種で、この写真は原田地区の民家にて花が咲いている様子です。

月下美人は夜、それも1晩しか咲かないのが特徴で、夜に咲いて翌朝にはしぼみ、その後、2度と開くことはありません。夕方から咲き始め、満開になるのは22時頃で、その後2~3時間が最も見頃です。



#月下美人 #花言葉 #艶やかな美人

町ひと文芸集



神峰俳句クラブ

ひまわりに話しかけつつ種を採る
こぼろぎの声を消したる夜の雨
ためらひなき赤の絶唱曼珠沙華

梅澤 恵子
山本 輝明
平谷 圭子

南風俳句会

潮流の折り合ふ水面涼新た
桔梗咲き明智家紋に夢紡ぐ
隣家の灯点きて鳴き継ぐ虫ひとつ

植田とも子
中崎 裕子
芝山 吉宣

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、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 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

「海星バーガー」復刻！ 地域の味を全国大会で アピールへ

Facebook 更新中



3年生の総合的な探究の時間「大崎上島学川」では、生徒がそれぞれの興味関心に沿ったプロジェクトを進めています。今回は、3年生の女子生徒4人が進めている「放課後高校生カフェ」をご紹介します。

このプロジェクトは、「学校の中に気軽に生徒同士が交流できる場所をつくりたい」という思いから、2016年に本校の生徒が考案した「海星バーガー」を復刻し、生徒同士の交流活性化をめざしました。

プロジェクト当日は、海星バーガーが復活することもあり、たくさんさんの生徒が訪れていました。大崎上島特産の文田シイタケのカツをはさんだボリューム満点のバーガーに、「おいしかった！」「また食べたい！」と絶賛の声があがっていました。

そして、この海星バーガーは「第10回ご当地！絶品うまいもん甲子園」にも出品しました。



このレシピがどのように先輩から受け継がれてきたか、レシピをどのようにアレンジしたかなど、自分たちの想いを審査員に語り、見事11月27日(土)に行われる決勝大会への進出が決定しました！

決勝進出は中四国地方で2校、広島県内では本校が唯一の出場となります。

大崎上島の地域の味を全国へ！応援のほどよろしくお願いします。

「第29回景観づくり大賞」の 景観写真を募集します

広島県の優れた景観、お気に入りの景観を写真に収めて、応募してください。

応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、写真（Lサイズ）を添付のうえ、広島県景観会議事務局まで郵送してください。応募用紙は広島県景観会議のホームページからダウンロードできます。府中市都市デザイン課・府中市生涯学習センター・上下歴史文化資料館でも配布しています。

応募期間

10月1日(金)から令和4年1月14日(金)

※当日必着

応募・問合せ先

広島県景観会議事務局

(府中市都市デザイン課内)

〒726-8601 府中市市府川町 315

☎ 0847-43-7159

No.18

島の石碑めぐり

沖浦芋頌徳碑

(写真提供：大崎上島町地域協議会)



沖浦芋頌徳碑

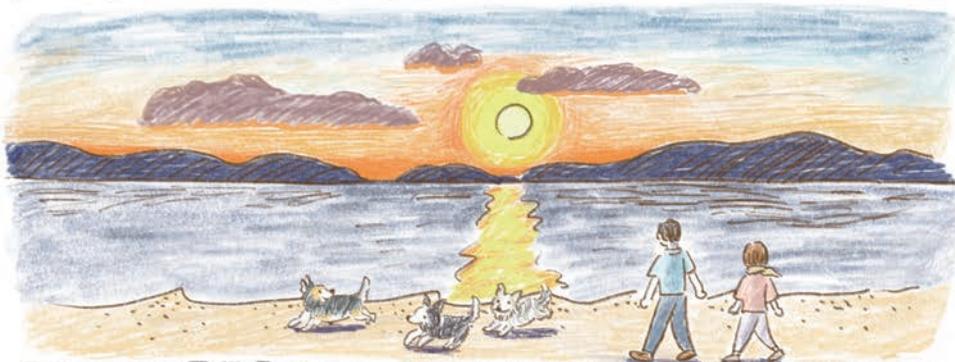
沖浦恵美須神社境内には、甘藷(かんしょ)と秋黍(あききび)を、文政元(1818)年に宇和島から持ち帰り広めた本和二郎翁と、山登助七翁の頌徳碑があります。

さつま芋が我が国に伝来したのは、慶長・元和年間(1596年～1624年)頃で、ルソン島から薩摩坊津説と中国福建省から琉球に伝わった説があります。正徳元(1711)年には、大三島の下見(あさみ)吉十郎翁が薩摩伊集院から種芋を苦心の末持ち帰り、竹原の村上休廣翁と共に飢饉から多くの住民を救いました。

こちら 大崎上島 風待ちの案内所通信 October, 2021

移住の決め手

先日、とある移住者の方から、「大崎上島町に住もうと思った決め手は、大抵の夕日なんです。」というお話をお聞きしました。雲の間からもれる光、海面に道のように映る夕日、少しずつ変わっていく空と海の色を眺めて、「他に何もいらないなあ...」と思ったそうです。日によって変わる自然の表情、水平線ではなく、向こうの島々に沈んでいく夕日。確かにそれは、この町らしいかけがえのない景色だなあと思いました。町内には農業をしたくてやって来た人、漁師になるために来た人、地域おこし協力隊など、様々な形で移住して来た人がいます。なぜ大崎上島町に移住したのか? を聞くことで、町の魅力を再発見できるのではないかと思います。



中ノ鼻灯台



一般公開

が行われます!!

10/31(日) ※雨天中止

時間 10:00~15:00

場所 豊田郡大崎上島町沖浦
字矢筒17-3

今年も様々な企画を考えています。
お楽しみに!!

※マスク着用や手指の消毒等感染対策にご協力ください。

※新型コロナウイルスの状況によって、中止となる場合があります。

お問い合わせ

呉海上保安部交通課
0823-22-0999



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

♡ 認知症を知ろう ♡

腹式呼吸のすすめ



① 吐く

② 吸う

呼吸法には、肋骨を広げたり閉じたりする「胸式呼吸」と、腹を出したり引っ込めたりすることにより横隔膜を上下させる「腹式呼吸」があります。一般的に、女性には胸式呼吸が多く、男性には腹式呼吸が多いと言われています。

腹式呼吸の方が、胸式呼吸より精神安定、血圧上昇抑制、脳の活性化などに効果が高く、脳波がリラックスした状態になります。脳の状態を良好に保つことは、認知症の予防につながると考えられています。

腹式呼吸では、吐くことを先におこないます。特にゆっくり吐くことが重要視されます。「吐くときは口から、吸うときは鼻で。吐いてから吸う」という習慣を身につけましょう。

背筋を伸ばして、清秋の風をお腹いっぱい吸い込んでみてはいかがでしょうか！

☎福祉課 介護保険係 ☎62-0301

瀬戸内グローバルアカデミー ～ アメリカからの便り ～

8月末に大崎上島町の瀬戸内グローバルアカデミーを卒業し、アメリカのアトランティック大学（COA）に編入した川本宙さん、新谷希維さんから便りが届きました。便りによると、2人は新入生キャンプに参加し、また、9月10日より授業が始まり、頑張っているようです。

川本宙さん

新入生キャンプ、最高でした！約1週間、テントに泊まり、自炊し、毎日シーカヤックで島々を巡りました。野生のアザラシが魚を獲っているところを目撃したり、夜には満点の星空、そして海ではプランクトンがパドルを漕ぐたびに光っていました。凄く美しく、素晴らしい経験でした。

新谷希維さん

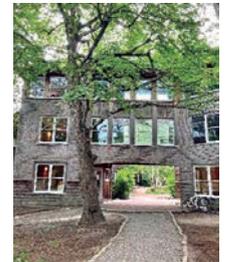
新入生キャンプはCOAから車で4時間ほど離れたバクスターズパークに行ってきました。ハイキングをしたり、カヌーを漕いだり、1週間大自然を駆け回りました。自然の中での生活は私にとって、挑戦の毎日でした。野生のフクロウにご飯を狙われたり、寝ているとネズミの鳴き声に起こされたり、思わぬ出来事の連続です。多国籍の人との日々、カルチャーショックを受けることも多々ありますが、本当に楽しいです。



COAの本部棟



COAの学生寮



COAの波止場



新入生キャンプ

☎瀬戸内グローバルアカデミー ☎0846-63-1755

web : <https://sga.aust.jp>



募集

2021消防・防災
フェア及び消防写真
大会のお知らせ

毎年11月3日に開催している消防・防災フェアを、今年も昨年に引き続き「2021デジタル消防・防災フェア」としてウェブ上で開催します。

また、同時開催していた消防写真大会についても、インターネットで画像を見て描く「デジタル写真大会」のみの実施となります。昨年よりも多くの車両の画像を用意していますので、ぜひチャレンジしてみてください。

【デジタル消防写真大会】

消防車の画像を東広島市ホームページに掲載します。ホームページに掲載して、気に入った画像を見つけて、絵を描いてください。作品は審査の上、ウェブ上で展示します。また、各賞には副賞も準備しておりますので、奮ってご参加ください。

消防車画像の掲載期間

10月23日(土)から11月3日(水) 祝まで

作品提出期間

10月23日(土)から11月7日(日) 8時30分から17時 申込方法

必要事項を記入した申込用紙(消防署・各分署で配布。東広島市ホームページからダウンロード可)と作品を、消防署、各分署、予防課へ持参または予防課へ郵送(郵送料は自己負担)

※画用紙は、消防署・各分署・消防局予防課で配布。または、白色の4つ切り画用紙をご自分で準備してください。

作品の返却について
提出していただいた作品は、ウェブ上で展示し、併せて返却します。展示期間や返却方法は、東広島市ホームページをご覧ください。予防課までお問い合わせください。

東広島市消防局 予防課
082・422・6341

自衛官募集

自衛官や防衛大学校などの学生を募集しています。詳細はホームページをご確認ください。

QRコードを読み取るとアクセスできます



尾道出張所
0848・22・6942

イベント

生協ひろしま創立50
周年記念被爆ピアノ
コンサート

次のとおり、被爆ピアノコンサートを開催しますので、お越しください。

日時 令和4年1月30日(日)

13時30分から15時
(開場は13時から)

会場 大崎上島文化センター

ホール神峰

定員 164名(全席指定)

入場料 無料

申込方法

・生協ひろしまホームページ
11月1日(月)から11月26日(金)までの申込み。チケットは郵送でお届け(12月13日(月)から12月17日(金))。

QRコードを読み取るとアクセスできます



・生協ひろしま宅配カタログ
12月1回「Hart Wash」(カタログ配布11月15日(月)から11月19日(金))での申込み。チケットは生協の宅配商品と一緒にお届け(12月13日(月)から12月17日(金))。

※申込多数の場合は抽選し、申込者全員にお知らせします。基本プログラム
被爆者からのメッセージ、被爆ピアノ管理所有者・調律師 矢川光則さんのお話、被爆ピアノコンサートなど
生協ひろしま 問い合わせセンター
0120・500・935

広島中央
エコパークについて

東広島市、竹原市及び大崎上島町で構成される広島中央環境衛生組合による、新しい廃棄物処理施設「広島中央エコパーク」が10月1日(金)に供用開始されました。

本施設は、同一敷地内に、ごみを処理する「高効率ごみ発電施設」と、し尿・浄化槽汚泥を処理する「汚泥再生処理施設センター」を併設した施設です。

【オープニング
イベントの開催】

日時 10月24日(日)10時~16時
会場 広島中央エコパーク
(東広島市西条町上三永 10759・2)

内容 施設内見学・展示・スタンプリー・くるまdeフリマなどを開催します。当日は、ひがしひろしま

環境フェアと同時開催し、東広島市役所本館と広島中央エコパークを結ぶ運行バスがあります。

※雨天決行(くるまdeフリマのみ雨天中止)

【施設見学について】

本施設では、イベント当日以外にも施設見学を行います。詳細はホームページをご覧ください。

QRコードを読み取るとアクセスできます



東広島中央環境衛生組合
082・426・0916

講習・講演会

インボイス制度説明会
について

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式として、適格請求書等保存方式(インボイス制度)が導入されます。インボイスを発行できる「適格請求書発行事業者」となるための登録申請手続は、令和3年10月から受付が開始されます。

「制度について知りたい」という方は、説明会(無料)に是非ご参加ください。

説明会は事前予約制です。参加ご希望の方は、税務署の総合窓口又は電話により、事前の予約をお願いします。

開催日 10月22日(金)
11月24日(水)
12月17日(金)

開催時間 10時から11時(60分)
定員 各20名
※定員に達した場合は参加できません。

開催場所 竹原税務署 1階会議室
(竹原市中央3丁目2番12号)

感染症などの状況又はその他の事情により、延期もしくは中止となる場合があります。なお、延期などの場合はご予約時にいただいた連絡先へ電話により連絡させていただきます。

〒0846-220517
(ダイヤルイン)



相談

無料法律相談会

広島弁護士会呉地区会主催で、無料法律相談会を開催します。

離婚、親子関係、相続、借

金、労働関係、刑事事件など、相談内容は何でも構いません。相談には、申し込みが必要ですので、総務課にお申し込みください。

なお、11月にも同様の法律相談会の実施を予定しています。

日時 10月18日(月)13時～16時
相談時間

1件あたり30分程度
6件まで(申込順)

会場 東野保健福祉センター 相談室

相談料 無料
申込期間

10月4日(月)～15日(金)
8時30分から17時まで

〒0846-3111
総務課 庶務係



福祉・健康

令和3年度あいサポートアート展の開催のお知らせ

今年で10年目!『令和3年度あいサポートアート展』は生きる力。を主催します。

障がいのある方が製作された芸術作品の展覧会です。輝く感性と創造のエネルギーの込められた作品は、見る人に

夢や元気、生きる力を与えてくれます。

今年も、ウェブによる展覧会を開催します。是非、ウェブサイトを会場でご覧ください。

開催期間 11月1日(月)から令和4年1月31日(月)

〒0846-0301
総務課 福祉指導係

臓器移植普及推進月間

今年度も10月を臓器移植普及推進月間として、臓器移植に対する県民の関心や理解を深めるため、広く県民に対して、普及啓発を行います。皆さんもこの機会に、是非周りの大切な方と意思表示について話し合ってみませんか?



〒0846-0330
保健衛生課 保健指導係

薬物乱用防止について

麻薬・覚せい剤・大麻・危険ドラッグなどの乱用は、乱

用者自身の心身を蝕むばかりでなく、各種の犯罪・事件・事故を引き起こし、社会にも大きな不安を与えています。

特に最近では、大麻の広がりや心配されています。大麻事犯においては、他の規制薬物に比べて若者の比率が高くなっており、覚せい剤などへ嗜好が進むことが懸念されています。

また、危険ドラッグは、スマートフォンなどの普及により、未成年者でも手に入れやすい環境にあり、憂慮すべき状況です。

薬物乱用を防止するために、その乱用による恐ろしさを一人ひとりが正しく認識し、「近づけない」ことが大切です。

みなで、薬物の乱用を根絶しましょう!

〒0846-0303
保健衛生課 環境衛生係

その他

森林の土地所有者制度について

森林の土地の所有者の把握を進める目的で、森林の土地所有者制度を実施しています。個人、法人にかかわらず、売

求人情報

(株)アイヴィジット、広島商船高等専門学校、岡本建設(株)フルーツセンター文田、社会福祉法人ひがしの会、広島県教育委員会、社会福祉法人大崎上島町社会福祉協議会、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てあります。また、**ホームページからも検索できます。**
〒0846-2218609
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
※新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては休館する場合があります。

買契約のほか、相続、贈与、法人の合併などにより、森林の土地を新たに取得した場合、事後の届出が必要であることが法律で義務付けられています。新たに森林の土地の所有者となった方は、森林の土地の所有者届出書を90日以内に役場まで提出してください。

届出事項 森林の土地の所有者届出書に、次に掲げる書類を添付してください。

①土地の権利を取得したことがわかる書類の写し（登記完了証）

②土地の位置を示す図面（土地台帳附属地図）

森林の土地の所有者届出書の様式は、建設課または各支所住民課窓口係に備え付けています。

圃建設課 管理係
☎65・3124

森林の木の伐採届について

地域の森林を守るため、森林の木を伐採するときは、伐採届が必要で、森林法に基づく適正な伐採が行われるため、伐採地を起因とする災害を未然に防ぐため、また、無断伐採を防止するため、地域森林計画*対象森林内の木を伐採するときには、伐採する木の種類や規模に応じて県または市町へ伐採届などを提出することが義務付けられています。

※地域森林計画とは、各都道府県が、地域の特性に応じた森林整備、保全の目標等を5年ごとに10年を1期として立てる計画です。

届出事項

①保安林以外の森林の場合

届出種別	届出書類	備考
伐採の90~30日前	伐採届	
伐採完了後30日以内	状況報告	森林以外へ転用する場合
造林完了後30日以内	状況報告	森林以外へ転用する場合を除く

②1haを超える開発行為

届出種別	届出書類
事前	許可申請
開発完了後	工事完了届

各種様式は、建設課または各支所住民課窓口係に備え付けています。

圃建設課 管理係
☎65・3124

浄化槽はきちんと使ってきれいな水に

10月1日の「浄化槽の日」にちなみ、県と県内各市町では、10月を「浄化槽月間」と定めています。浄化槽を適正に維持管理し、みんなで水環境を守りましょう。

浄化槽を使用・管理している方には、維持管理の3つの義務があります。

保守点検（年3回以上）
浄化槽の点検、調整・修理、消毒剤の補充などを行う。（県で登録された保守点検業者へ依頼）

清掃（年1回以上）
浄化槽内に生じた汚泥などの引き抜きや、機器類の洗浄などを行い、浄化槽からの汚泥の流出や、悪臭の発生などを防止する。（町で許可を受けた清掃業者に依頼）

法定検査（毎年1回）
浄化槽の機能診断のことで、保守点検や清掃が適正に行われ、浄化槽の機能が正常に保たれているかを確認する検査。

外観検査・水質検査・書類検査により、不備がある場合には改善を促す。（知事が指定した次の検査

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3年4月診療分の削減効果は、

切替えた方的人数	466人
削減された金額	1,704,026円

機関が行う）
・公益社団法人広島県環境保全センター
・公益社団法人広島県浄化槽協会
圃保健衛生課 環境衛生係
☎62・0303

納付のお知らせ

- 町県民税（第3期）
- 国民健康保険税（第4期）
- 後期高齢者医療保険料（第4期）
- 介護保険料（第4期）

納期限は11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。圃税務課 税務係 ☎65-3114



こころのライン相談 @広島県

4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 QRコード

消費生活
相談

File.217

食品の加熱しすぎや
庫内の汚れに気を付けて

【事例】
焼き芋を作ろうとサツマイモを皿に載せ、ラップをかけないまま700W、7分間の設定で加熱したところ、5分ほどたった時に突然発火し、庫内から煙が出てきた。

【アドバイス】

- ・食品が少量の場合や、根菜類などの水分が少なめの食品では、思ったより短時間で加熱が進み、食品の発煙、発火が起きることがあります。取り扱い説明書をよく読み、わからない場合には自動での加熱を避け、短時間少しずつ様子を見ながら加熱しましょう。
- ・電子レンジの庫内に食品カスが附着していたり、汚れが蓄積していたりすると、それが原因となり、突然、発煙、発火することがあります。日ごろからこまめに手入れを行い、汚れはその都度ふき取ることが大切です。
- ・発煙、発火したときは、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう。

竹原警察署大崎上島分庁舎より

高齢者の運転免許更新について



70歳以上で運転免許をお持ちの方が、運転免許の更新を行う際は、事前に認知機能検査及び高齢者講習を自動車学校などで受けておく必要があります。

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、認知機能検査及び高齢者講習の予約が取りにくい状況が続いています。

運転免許更新時（有効期限の満了時点）で70歳以上の方には、事前に連絡書が届きます。

連絡書がお手元に届いたら、早めに自動車学校などに予約の電話をしてください。

※予約は大変混み合っており、数カ月先まで埋まっていることもあります。



町内の交通事故件数(8月) 物損事故8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

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに発送されますので、お手元に届きましたら大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

	発送時期	対象者
①	令和3年10月下旬から11月上旬にかけて順次発送	令和3年1月1日から令和3年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方
②	令和4年2月上旬	令和3年10月1日から令和3年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方（①の対象者は除きます）

詳しくは10月上旬、日本年金機構ホームページに掲載されるのでご覧ください。
また、10月下旬頃、同ホームページにお客様からの照会に対してチャット形式で自動的に応答するチャットボット（控除証明書相談チャット）が開設される予定です。ぜひご利用ください。



☎ねんきん加入者ダイヤル
☎0570-003-004



2021 10 October



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #ffe6e6;"> 新型コロナウイルス感染拡大の状況により、行事内容が変更になる可能性があります。 </div>						2
3 	4	5	6	7 漁師の鮮魚市 フッ素塗布 (東保)13:00～	8 	9 認知症カフェ (オレンジ)13:00～
10	11	12 	13	14 漁師の鮮魚市 3歳児健康診査 (東保)個別案内	15	16
17	18 	19	20 断酒会 (東保)18:30～	21 漁師の鮮魚市 秋の集団健(検)診☆ (大開)8:00～ こころの健康相談 (東保)13:30～	22 認知症カフェ (オレンジ)9:30～ 秋の集団健(検)診☆ (東保)8:00～	23
24 31	25	26	27 	28 漁師の鮮魚市 1歳6カ月児 健康診査 (東保)個別案内	29	30 11月4日(木) 3歳児健康診査 (東保)個別案内

東保…東野保健福祉センター 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
 漁師の鮮魚市は中野一番街前で7日は7:30から、14日以降は8:00から開催(売切れ次第終了します)
 (鮮魚市にご来場の際にはマスク着用にご協力ください)

☆わくわく元気ポイント対象事業

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	日程	病院名
10/3	田村医院 ☎63-0311	10/31	ときや内科 ☎63-0001
10/17	寺元医院 ☎64-2093	11/7	射場医院 ☎65-3304

休日当番薬局

日程	薬局名	日程	薬局名
10/3	パール薬局明石店 ☎67-4020	10/31	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 ☎0846-22-7157

外科

日程	場所
10/3・17・11/3	馬場病院 ☎0846-22-2071
10/10・24・31	安田病院 ☎0846-22-6121

耳鼻咽喉科診療所

日時	場所
10/9・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



1歳のHappy Birthday

★ 10月生まれのわがやのアイドル



ふうか
畝本風花ちゃん (向山区)



ほのみ
杉田穂実ちゃん (向山区)

ふうちゃんの笑顔
が大好きだよ！元
気に大きくなって
ね♪

穂実ちゃんお誕生
日おめでとう！こ
れからもいっぱい
笑っていっぱい食
べて、元気にすく
すく育ってね♡

集まれ！わがやのアイドルへご応募ください

12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。(11月12日㊄)

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

食欲の秋を楽しみながら健康維持

れんこんの和風ハンバーグ

涼しい日が増えてきました。秋を感じますね。「実りの秋」の言葉どおり、秋はさまざまな食材が収穫の時期を迎えます。旬のものは安くて栄養価も高いので、積極的に日々の料理に取り入れたいですね。

今回は秋の食材のれんこんを使った和風ハンバーグです。とりひき肉と豆腐を使ったメニューで、ステイホームや食欲の秋に体重増加が心配な方にもおすすめです、れんこんのシャキシャキとした食感も楽しめる1品です。



エネルギー 176kcal、たんぱく質 12.4g、脂質 9.0g
食塩相当量 0.9g

◆材料(4人分)

- | | |
|--------------------|----------|
| とりひき肉…200g | ごま油…小さじ1 |
| 木綿豆腐…150g | 大根おろし…適宜 |
| れんこん…1/2節(100g) | ポン酢…大さじ2 |
| 長ねぎ…1/2本(50g) | |
| 乾燥ひじき…大さじ1(2g) | |
| しょうがすりおろし…小さじ1(5g) | |
| 片栗粉…大さじ1 | |
| 塩…小さじ1/5 | |
| こしょう…少々 | |

◆作り方

- ①れんこんと長ねぎは5mm角くらいのみじん切りにする。乾燥ひじきは水でもどしておく。
- ②ボウルにAを入れ、よく混ぜる。まとまりが出てきたら好みの大きさに丸く成形する。
- ③フライパンにごま油を熱し、②を並べて焼く。
- ④焼き色がついてきたら、ひっくり返し、蓋をして弱火で5分ほど焼く。
- ⑤焼きあがったら器に盛りつけ、大根おろしをのせてポン酢をかけ、お好みでねぎやかいわれ大根など散らす。

残暑だった夏も終わり、過ごしやすくなってきました。遅くまで明るかった空は夕方には暗くなり始め、季節の移り変わりを感じます。

今月号の表紙は、9月20日が敬老の日であったことから、町社会福祉協議会が行っている「ふれあいサービ

ス事業」にお伺いし、撮影させて頂いたものです。当日は、健康増進プログラムとして、体操やしりとり計算、シャッフルゴルフなどを行い、参加された皆さんが笑顔で楽しんでる様子に、見ているこちらにも元気を貰えました。撮影にご協力頂いた皆さん、ありがとうございました。

編集後記

発行日 2021年10月1日(金)
発行 大崎上島町
編集 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 <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