

# 大崎上島

広報 osakikamijima

No.160  
2016  
平成 28

7

限界を超えろ

(6/12 大崎上島 HAPPY トライアスロン)



主な内容

p.2~5 特集：大崎上島のごみについて

p.6~7 島のニュース

p.16~18 保険税・保険料について



## Contents・目次

環境を考える

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 一大崎上島のごみについて……              | 2～5   |
| 島のニュース……                    | 6～7   |
| 大崎上島町第Ⅱ期健康増進計画・食育推進計画について…… | 8     |
| きょういく大崎上島……                 | 9     |
| ハイスクールリポート……                | 10    |
| 英語にチャレンジ……                  | 11    |
| ヘルシー愛ランド（健康）……              | 12～13 |
| 人権の視点……                     | 14    |
| 消費生活情報……                    | 15    |
| 保険税・保険料について……               | 16～18 |
| お知らせのページ……                  | 19～20 |
| 行事カレンダー……                   | 21    |
| まちのわんぱくちゃん……                | 22    |

### ごみについて、考えてみませんか？

平成27年度の大崎上島町のごみ総排出量は2,976トンでした。1人あたりに換算すると、1日940gのごみを排出していることになります。また、ごみ処理にかかる年間約1億円の費用は私たちの税金が使われています。ごみ問題は、私たちの生活の中で一番身近な問題。ごみを出すということについてあらためて考えてみませんか。

1トン=1,000kg =軽自動車1台分



- 【ごみを出すときのポイント】
- 大崎上島町では、ごみ分別ガイドを発行していますが、ごみを処理しやすくするため、次のことに気をつけましょう。
- 【もえるごみ】
    - ・ スポンジ系のマット布団は3等分にしよう
    - ・ 剪定くずや木材等は、長さ50cm、太さ5cm以下にしよう
    - ・ 布団類は1日5枚程度にしよう
  - 【もえないごみ】
    - ・ スプレー缶は必ず使い切って、穴を開けて出そう
  - 【資源ごみ】
    - ・ ペットボトル等、リサイクルできるものは軽くゆすいでラベルとキャップを外そう。新聞やチラシ、本・雑誌、ダンボール、紙パックなどはもえるごみと一緒に出さないようにしよう

### ■まちの人口と世帯数

(2016年5月末現在)

人口 7,967人  
 男 3,884人  
 女 4,083人  
 世帯数 4,374世帯



### ■今月の表紙【泳いで、漕いで、走って】



6月12日(日)に大串海水浴場周辺で第1回目となるトライアスロン大会が開催されました。悪天候の中走り続ける選手たちに心打たれ、観客の応援にも熱が入りました（詳細は7ページ）。



運ばれたごみは、ごみピットとよばれる場所に集められ、燃焼効率を高めるためにクレーンで絶えずかき混ぜられます。

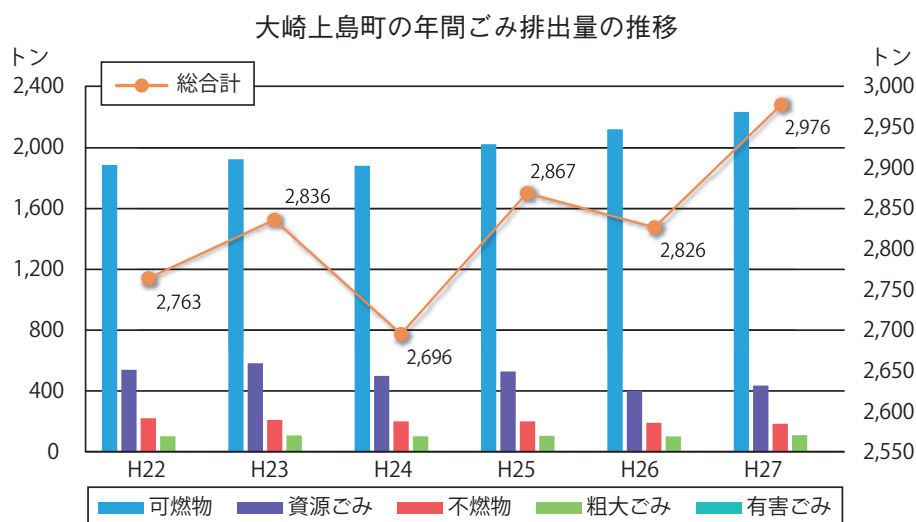


ごみ収集車が大崎上島環境センターに到着。まずは、ごみの重さを測ります。

▼もえるごみはどこへ  
 私たちが出したもえるごみはどのように処分されるのでしょうか。



未だ大量生産・大量消費・大量廃棄の続く社会。これからは、限りある資源を大切にしなければなりません。その一歩は、一人ひとりのごみの減量から始まります。



グラフをみると、ごみの総排出量は増えたり減ったりを繰り返していますが、近年は増加傾向にあります。（※大型工事に伴う一時的な人口増が影響しています）

## ◎減量のポイント

- ・ もえるごみの中身を見てみると、紙類が約半分を占めています。これらを分別して資源ごみとして出すことで、リサイクルすることができます。
- ・ 生ごみの7～8割は水が含まれています。しっかり水切りするだけで、減量でき、臭いを抑えることもできます。

## REUSE (再使用)

使い終わっても捨てずに再び使うこと。オークションやフリーマーケットに出品するなど、ごみを出さないようにしましょう。

## REFUSE (やめる・断る)

レジ袋やスーパーで貰える割り箸など、不要なもの、余計なものは断りましょう。

## RECYCLE (再利用)

ペットボトルのラベルとキャップを外すなど、ごみをきちんと分別することで、リサイクルしやすくなります。

## REDUCE (減らす)

買い物袋を持参する、過剰な包装は断る、詰替え商品を買う、といった、ごみになるようなものを減らすようにしましょう。

【取組もう4R!】  
日本のごみ排出量が多い原因の一つとして考えられるのは商品の売り方。日本は商品一つ一つが丁寧に包装されています。また、エコバッグが普及しつつありますが、レジ袋の利用枚数は1人年間200枚以上といわれています。今の暮らしを見つめ直してみると、無駄なごみを出していませんか。まずは次の4Rから始めてみましょう。

日本は1、162もの焼却施設を持つ（平成26年度調べ）、世界一のごみ焼却施設保有国です。焼却施設では、焼却のための燃料は使わない、ダイオキシン等を出さない、といった様々な工夫がされています。

灰や固形化した煙は、1日1回搬出され、一旦保管場所に溜められます。その後、もえないごみと一緒に最終処分場で適正処分されます。

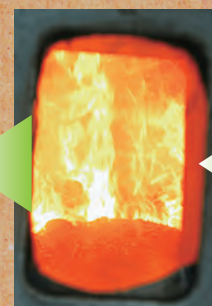


焼却時に発生する煙はバグフィルターに通し、細かいごみを集め、薬剤処理して固めます。

100kgのごみを燃やすと約10kgの灰がでます。



ごみを燃やして出た灰は水を使って飛び散らないよう処理され、灰バンカとよばれる場所で溜めておきます。



約850～950℃の熱で数時間かけて完全に燃やします。

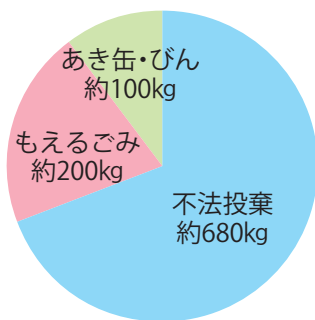


# 投棄ごみを考える

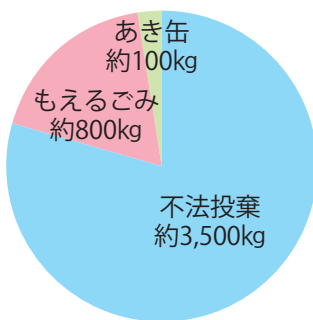
大崎上島町に、不法投棄やポイ捨てされたごみであふれている場所があることをご存知ですか？

町の豊かな自然と景観を損なわないためにも、不法投棄をさせない環境づくりが大切です。

大崎上島町公衆衛生推進協議会（以下、公衛協）は、不法投棄撤去作業やパトロール、アドプト事業（定期的な清掃活動や草刈りをするなど）などを行っています。公衛協の活動を追ってみると、想像以上にたくさんのごみが不法に捨てられていることがわかりました。



H25年王子の滝周辺



H21年木江ターミナル周辺

※上記は一例であり、他の場所にもたくさんのごみが捨てられていました。

## 不法投棄されていたもの

- ・車
- ・タイヤ
- ・テレビ
- ・家具
- ・農薬袋 など...
- ・自転車
- ・レール
- ・冷蔵庫
- ・便器
- ・バイク
- ・エンジン
- ・消防ホース
- ・農薬ビン



車が3台不法投棄されていた！（木江）



たくさんのごみが（大串さくら道下）



身長以上ある草を刈ってみると...



はしごを降りた先には...

大崎上島町公衆衛生推進協議会は、地域における住みよい環境づくりや健康づくり活動を率先して取り組む組織で、現在54名の会員で構成されています。環境づくり活動では、不法投棄撤去作業のほか、散乱ごみ追放キャンペーンや港でのアイドリイングストップ運動、小・中学校への出前講座などを行っています。

大がかりな作業となる不法投棄撤去作業は、学生や事業所、地域住民など、多くの方々の協力をいただきながら活動しています。私たちが初めて撤去作業を行った木江ターミナルの周辺は、7年間の活動の末、投棄ごみはなくなり、きれいになりました。しかし、1箇所をきれいにするのに7年もかかるのです。一度きれいにしてもすぐにごみを捨てられてしまう現状に立ち向かい、地域の環境をよりよくするため、これからも活動を続けます。そして、今までも投棄していた人たちがごみを捨てないような心になるのを願っています。



大崎上島町  
公衆衛生推進協議会会長  
梅澤 恵子さん

## 不法投棄は犯罪です！

不法投棄をすると5年以下の懲役または、1000万円以下の罰金（法人は3億円以下の罰金）に処せられます（両方科せられる場合もあり）。不法投棄を見かけた方は、110番または役場保健衛生課（☎6210303）までご連絡ください。ただし、私道や私有地に捨てられている場合、町は撤去することができません。不法投棄をなくすためには、「不法投棄をさせない・許さない」という一人ひとりの気持ちと協力が必要です。

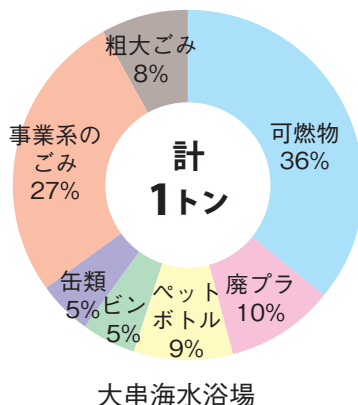
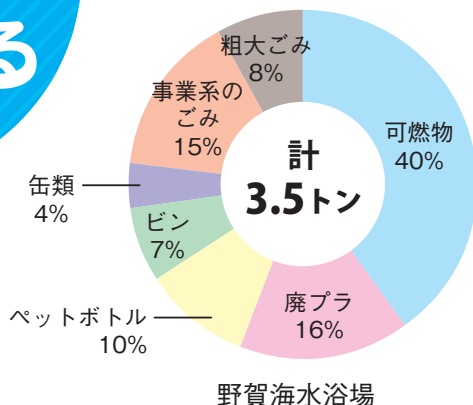


↑→未だ投棄の続く場所も



# 海ごみを考える

平成14年から集めたごみの量



瀬戸内海は閉鎖性水域とよばれる、水の流出入の少ない海で、外国からごみが流れて来ることはほとんどありません。瀬戸内海で見られるごみの多くが国内から出たごみです。大崎上島町にも、多くのごみが流れ着きます。



パイプやブイ、これら以外のごみのほとんどが、私たちの生活の中から出ています。

上記のグラフは平成14年から平成27年までに集めたごみの総計です（流木は除く）。大串海水浴場には事業系のごみが多くみられましたが、これは、近辺にカキ養殖場があることが原因だと考えられます。（事業系ごみ…カキ養殖用パイプ、発泡スチロール製のブイなど）一方、全体の7〜8割は私たちが普段の生活から出しているごみです。ビンやガラス、釣具は海水浴で訪れた人にケガをさせてしまう恐れもあります。絶対に捨ててはなりません。

広島商船高等専門学校の学生によるボランティア（海友会）とNPO法人かみじまの風が年に4回（内1回が大串、3回が野賀）、町内の海水浴場の清掃を行っています。

## 海ごみの問題点

海に捨てられたごみは、次のような問題を抱えています。

- ・特定の地域に、繰り返し漂着してしまう。
- ・塩分や汚れが付着し、リサイクルができない。
- ・人が入り込めない場所に漂着し、堆積してしまう。
- ・生き物がごみを誤飲・誤食してしまう。
- ・ごみが海底に沈むと、海の環境を悪化させてしまう など。

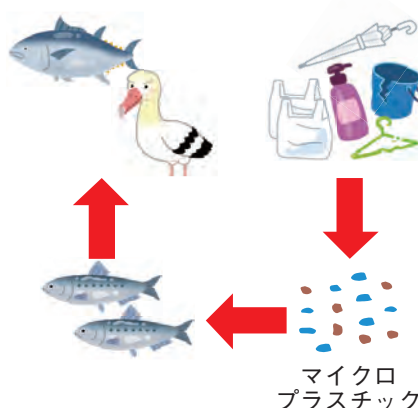
※大量にある海のごみを減らすためには、根気よく清掃活動が続けていくことや河川からごみを流入させないこと、そして何よりも、一人ひとりがポイ捨てをしないことが大切です。



## マイクロプラスチックって何？

紫外線や波の影響で5mm以下に砕かれたプラスチックをマイクロプラスチックといい、近年、国際的な問題となっています。今年富山で行われた、先進7カ国環境相会合（G7）でも、マイクロプラスチックに対する話し合いがされました。また、諸外国では化粧品や歯磨き粉に使われるマイクロビーズの使用禁止にする取組みも進んでいます。

環境省による調査では、大崎上島町を含む瀬戸内海北部で密度0.42個/mのマイクロプラスチックが確認されています。動物プランクトンや小魚が、マイクロプラスチックをエサと間違えて食べてしまうこともわかっており、プラスチックに吸着した有害物質が食物連鎖に入ることが危惧されています。安全な食のためにも、ごみの削減を心がけましょう。





## 商工会女性部 幸家真美さん 最優秀賞受賞！

5月27日(金)、ブランドプリンスホテル広島で、第19回商工会女性部主張発表広島県大会が開催されました。本町の商工会女性部員幸家真美さんが中央地域協議会代表として出場し、見事最優秀賞を受賞。9月に愛媛県で開催される中国四国大会に広島県代表としての出場が決まりました。

幸家さんは体験型修学旅行「民泊事業」における、商工会女性部の取組みを発表。「受け入れ家庭が不足していると聞き、女性部でもお手伝いをしたい、という想いが湧きました」と話す幸家さん。研修会に参加したり、修学旅行生を受け入れた方の体験談などを聞いたこと、そして、幸家さん自身が民泊の受け入れを決めるまでの迷いや葛藤、その後の気持ちの変化を発表し、会場から大きな拍手を受けました。



商工会女性部員の幸家真美さん

## 20歳になった自分へ

10歳になる小学校4年生は、2分の1成人式となる節目の年です。6月5日(日)、大崎小学校4年生のPTC行事で、児童と保護者が20歳になった10年後の自分、10年後の子どものに向けて手紙を書き、大崎郵便局にある、今は使われていない明治期の丸ポストに投函しました。この手紙は10年後の成人式に郵便局の方によって届けられます。

大崎郵便局の小林弘志局長は「大崎上島未来ポストプロジェクト」として今後この取組みを、町内の他の小学校にも広めていき、成人式で10歳の自分の手紙を読み返し、その思いをより確かにして成人としての第一歩を踏み出してもらいたいと話していました。



自分への手紙を未来に送りました



## 歯と口の健康

6月4日(土)から6月10日(金)の「歯と口の健康週間」に合わせ、町内の各幼稚園(ルンビニ幼稚園・大崎幼稚園・木江幼稚園)で、歯科健康教室が実施されました。

歯科衛生士さんによる、むし歯予防のお話や歯垢染色(赤染め)、歯みがき指導が行われ、園児たちは「歯がつるつるになった」と話していました。保護者にも、みがき残しで赤く染まった箇所や指導の様子を参観していただき、仕上げみがきの方法や大切さについても理解が深まりました。



きれいにみがけるかな？

## おおあさチャレンジデー杯グラウンドゴルフ大会

5月25日(水)、おおあさチャレンジデー杯グラウンドゴルフ大会が、北広島町大朝のみはらし公園とクローバードームで開催されました。大会(午前の部)には、大崎上島町の2チームを含む7チームが参加し、1ラウンド8ホールの4ラウンドで試合を行いました。勾配の激しい芝生の難しいコースにみなさん苦勞していましたが、気持ちよくプレーしていました。大崎上島ブルーベリーが3位、大崎上島オレンジシックスが6位という成績を残し、スポーツを通じて交流を深めました。



参加者のみなさん





過酷なスポーツ。ゴールの喜びもひとしお

この日は250名を超える屈強な鉄人たちが集結。スイム1.5km・バイク40km・ラン10km、合計51.5kmの距離を、泳ぎ、走り抜けました。目標タイムを目指す選手や完走を目指す選手など、一人ひとりが様々な想いを持って挑みました。

6月12日(日)、大串海水浴場周辺で第1回大崎上島HAPPYトライアスロンが開催されました。トライアスロンは、水泳(スイム)・自転車ロードレース(バイク)・長距離走(ラン)の3種目を行うスポーツです。近年、幅広い世代からの人気が高まりつつあり、国内の競技人口は30万人ほどといわれています。

## 鉄人たちが駆け抜ける



男子の部 優勝 タルミB  
女子の部 優勝 垂水D  
ペアの部 優勝 めばるペア

5月29日(日)、第41回東野親善ソフトバレーボール大会が行われました。結果は次のとおりです

## ソフトバレーボール大会開催



表彰式の様子

6月1日(水)、東広島芸術文化ホールくららで、平成28年度広島県社会教育委員研修会が行われました。多年にわたり、社会教育の振興に大きく貢献したとして、大崎上島町社会教育委員の小川誠さんと円山忠信さんが、表彰されました。

## 広島県社会教育委員連絡協議会表彰

## サマースクール開催！

7月8日(金)から7月17日(日)までの10日間、サマースクールを大崎上島で開催します。

これは、アショカ認定大学の1つである米アトランティック大学のサテライトキャンパスを島につくるという目標を達成するための第一歩であり、アトランティック大学の教育手法、またその効果を実証するサマースクールです。参加者はアメリカの大学から16名(各大学長推薦)、日本の大学から8名の計24名です。

アトランティック大学はアメリカのメイン州の東にあり、大崎上島とほぼ同じ面積、同じ人口を有するグレート・デザート・アイランド島にある学生330人の小さな4年制大学です。世界には37校のアショカ認定大学がありますが、東アジアにはまだ認定校がありません。アトランティック大学大崎上島キャンパスが実現すれば、東アジア初のアショカ認定大学となります。大学の認定を行っているアショカ財団は、社会システムを変えてゆく人をアショカ・フェローとして認定しています。その中には、ノーベル平和賞受賞者などがおり、今回は、低所得者が先進国並みの眼科治療手術(白内障)を受けられるシステムを作ったデビッド・グリーン氏(アメリカ)が来られます。

7月9日(土)夕方4時から、瀬戸内海「教育の島」教育講演会を行います。現在、文部科学大臣補佐官の鈴木寛氏による『ソーシャルイノベーション人材の育成と地方創生』についての講演を予定しています。その他、アトランティック大学の紹介等も行いますので、ぜひお問い合わせの上、ご来場ください。



教育講演会で講演予定の鈴木 寛氏

2016教育講演会  
**瀬戸内海『教育の島』**  
**7/9(土) 開演16:00/ 開場15:30**  
大崎上島文化センター ホール神峰

「ソーシャルイノベーション人材の育成と地方創生」

文部科学大臣補佐官  
東京大学・慶應義塾大学教授 鈴木 寛

お問い合わせ窓口  
一般財団法人東アジア初のアショカU発足・設立を支援する会  
TEL: 0846-65-3370  
E-Mail: aust.osaki@gmail.com

※詳細はチラシをご覧ください



## いきいき暮らし、つながる元気島おおさき

町では、平成27年度に大崎上島町健康増進計画策定推進委員会を設置し、住民意識調査結果や町民参画の健康づくり座談会の意見等を基に、本計画を策定しました。

計画期間は、平成28年度から平成37年度までの10年間です。

### 取組み方針

#### ■ 方針1 ライフステージに応じた望ましい生活習慣の確立支援

住民一人ひとりの健康保持・増進には、幼児期から学童期、思春期、青年期、高齢期の継続・連携した取組みが必要であり、ライフステージに応じた望ましい生活習慣の確立を支援し、生活習慣病の予防にもつなげていきます。

#### ■ 方針2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

生活習慣病のリスクを早く見つけてもらうためには、まず健（検）診を受けてもらうことが第一です。生活習慣病の改善に関する知識の普及と受診勧奨、かかりつけ医の定着を図り、疾病の早期発見、早期治療の実現につなげます。

#### ■ 方針3 健康を支え守るための環境づくりの推進

住民が健康づくりを実践でき、継続して取り組めるようにするためには、地域資源を有効に活用し、地域の状況や具体的な課題等を共に考えて行動できるよう、健康づくりと地域づくり、つながりづくりも深め、環境づくりを進めます。

#### ■ 方針4 地域特性と多様なつながりを活かした食育の推進

地産地消、食文化の継承、町の特産品づくり等を含め、「食」を通じて、住民、地域、関係機関・組織、職域が相互に連携し、つなげていくことで広がっていく取組みを展開していきます。

### 具体的な取組み

- 1 主要な生活習慣病予防と食育の推進
- 2 健康分野別健康づくり
  - (1)栄養・食生活・食育 (2)身体活動・運動
  - (3)休養・こころの健康 (4)飲酒 (5)たばこ
  - (6)歯・口腔の健康
- 3 地域で健康を支え守るための環境づくり

ご意見・ご感想、  
アイデア等お寄せください。



### 目標

健康寿命の延伸・生活の質の向上を図る

町民、家庭、学校、職域、地域、各関係機関、行政が一体となって、健康づくりの展開と健康づくり環境の向上を図るため、具体的な取組みを地域ぐるみで進めていきます。



健康増進計画策定推進委員会の様子

**健康寿命：健康上の問題で日常生活に制限されることなく生活できる期間**

※詳細は、6月に各戸配布した、本計画（概要版）をご覧ください。



## 「自ら 学ぶ」 気づき・考え・実行する木江っ子

木江小学校では、昨年度に引き続き学校教育目標に「自ら 学ぶ」を掲げ、「気づき 考え 実行する木江っ子」の育成を目指し、教育活動を進めています。また、本校は、保護者・地域の皆様が子どもたちに温かく接して下さり、子どもたちが地域の中で健やかに育っています。

### 広島版「学びの変革」アクション・プラン推進に向けて

今年度、本校は、「学びの変革」実践指定校に指定されており、広島版「学びの変革」アクション・プランを推進していく役割を担っています。

5月20日(金)に第1回校内授業研究を行いました。講師に比治山大学の山田恵次先生をお迎えし、5・6年生が算数科の授業を行いました。

複式学級の長所を生かすとともに子どもたちの主体的な学びを育むことを目標にしています。本校の5・6年生は、学習リーダーが育ってきており、自分達で授業を進めることができます。教師は、児童の学習を見守りながら、必要に応じて直接指導に入っていきます。今年度は、特に子どもたちの表現力を育てるとともに学習場面での学び合いができるように力をつけていきます。



### 地域との絆を感じた運動会

天候が心配されましたが、5月29日(日)に雲の合間を縫って木江幼稚園・木江小学校の合同運動会を行いました。来賓の皆様をはじめ、保護者、地域の皆様に多数ご来校いただきました。子どもたちは、皆様から温かい声援を受け、一所懸命に走ったり、演技したりすることができました。閉会式の子どもたちは、大変満足した表情でした。



終了後の片付けは、雨が落ち始めていましたが、保護者や地域の方だけでなく、中学生も率先して手伝ってくれました。

このように温かい雰囲気で開催できたことに感謝するとともに学校と地域の絆を強く感じました。

### 一輪車で体幹を鍛える

本校の児童は、授業中の姿勢が崩れやすい傾向にあります。その原因の一つに体幹の弱さがあります。今年度から児童の体幹を鍛える目的で一輪車検定を取り入れました。この取組を始めて、児童が一輪車を練習する姿をよく見かけるようになりました。身体の奥にある体幹を鍛えることで、姿勢だけでなく、身体の全ての動きがよくなると言われています。

体幹を鍛えるトレーニングは他にも多くありますが、遊びの中で自然に鍛えられる一輪車に継続して取り組んでいきたいと思っています。



#### 教育委員の活動報告

#### 【第5回定例会議】

5月25日(水)

#### 1. 議事

● 日程第1 報告第8号

全国町村教育長会について

● 日程第2 議案第14号

町議会6月定例会に提案する

予算案等について

● 日程第3 議案第15号

学校給食運営委員会委員について

#### 2. その他

6月28日(火) 9時30分～

木江小学校学校訪問

(給食試食)

13時30分～ 総合教育会議・

6月定例会議

#### 心の教室相談開設日

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

日時 7月11日(月)、25日(月)

12時～17時

場所 大崎上島文化センター楽屋



<http://www.hiroshima-cmt.ac.jp/>

<http://www.osakikaisei-h.hiroshima-c.ed.jp/>

## 選挙法改正に伴う講習会を開催

5月10日(火)、選挙権年齢の「18歳以上」への引き下げに伴い、大崎上島町職員、職員OBを講師に招き、講話と模擬投票を行いました。この講習会は選挙法改正後初めて行われる国政選挙において、一部が有権者となる3年生を対象に行い、政治や社会に関心を持つことの大切さを伝えました。



## 障がい児との交流活動「ウサギ島クルージング」

5月29日(日)、障がい児との交流活動で大久野島へ行きました。あいにく小雨交じりの天候でしたが、持参したニンジンやキャベツにウサギが寄ってきます。参加した障がい児や保護者、交流活動を行った学生もウサギに癒され、和やかな活動ができました。



## みはま祭に参加

6月4日(土)、社会貢献活動の一環で特別養護老人ホーム大崎美浜荘が主催した「みはま祭」に学生9名が参加しました。

学生の役割はデイサービス利用者の移動補助や食事の支援です。参加した学生からは「協力するだけでなく自分たちも楽しめる内容だった」、「高齢者支援は初めてだったが、この島を支えてきた人たちを支援することができて、地域活性化の一步を感じた」などの感想が聞かれ、充実した活動となりました。



## 「旅する権伝馬」に参加

6月11日(土)、12日(日)の2日間、木江港を出発し原爆ドーム、厳島神社と2つの世界遺産を権伝馬で巡る「旅する権伝馬」に、大崎海星高校から一艘船を出し、本校生徒21名が参加しました。日曜日はあいにくの雨でしたが、生徒は全員で力を合わせてよく頑張りました。原爆ドームと厳島神社では雨天にも関わらず、多くの皆さんに出迎えていただきました。本校が「旅する権伝馬」に参加するのは初めてですが、「旅する権伝馬実行委員会」の方々をはじめ、地域の方々のご支援とご声援のおかげで無事に90kmの旅を終えることができ、生徒たちにとって、とても貴重な経験となりました。ありがとうございました。



## 高校生デザインプロジェクトが始動

昨年度、大崎上島町役場から依頼を受け、大崎海星高校の生徒が缶マグネットやクリアファイルなどの定住・移住促進キャンペーングッズをデザインしました。高校生が考えたグッズは大好評で、缶マグネットが品切れになってしまったそうです。そこで今年度、品切れとなった缶マグネットのデザインを新たに考えるプロジェクトが始動しました。



続報は追ってお伝えします。ご期待ください。

## 花いっぱい運動を行いました

6月7日(火)に大崎海星高校玄関前で「花いっぱい運動」を行いました。「花いっぱい運動」では生徒、保護者、教職員が一緒になって花壇を作ります。今年度は生徒玄関前のプランターにサルビア、ペゴニア、日々草を植えました。とてもきれいになりましたので、大崎海星高校にお越しの際はぜひご覧ください。



### 情報プラザ・エル

#### 新刊本

☆炎と苗木  
☆虹のふもと  
☆罪の終わり  
☆ポイズンダー・ホーリーマザー  
☆決戦！川中島  
☆掟上今日子の婚姻届  
☆いのち買ってくれ  
☆江戸へおかえりなさいませ  
☆アンと青春

田中 慎弥  
堂場 瞬一  
東山 彰良  
湊 かなえ  
沖方 丁/他  
西尾 維新  
好村 兼一  
杉浦日向子  
坂木 司

#### 絵本の読み語り

つくしの会  
絵本のよみかたり  
7/16(土) 10:30~  
絵本  
「おぼえなかったかも」他

#### 休館日

休

| 日    | 月   | 火  | 水  | 木  | 金   | 土  |
|------|-----|----|----|----|-----|----|
| 6/26 | 27  | 28 | 29 | 30 | 7/1 | 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   | 8/1 | 2  | 3  | 4  | 5   | 6  |

開館時間 10:00 ~ 18:00



# おいしい～ハワイめぐり：カルア・ピッグとラウラウ！

文・訳：山城 タラ

A proper Hawaiian meal would not be complete without kalua pig and laulau. These are the two main meat dishes. Kalua pig is a traditional dish of pork that is slow roasted in an underground oven called an “imu” in Hawaiian. The meat becomes tender and has a delicious smoky and salty flavor. Lau Lau is another traditional Hawaiian meat dish. It is usually made with pork wrapped in layers of taro leaves and steamed in an imu for many hours. The meat becomes soft and tender while the leaves turn into a cooked spinach-like texture. Fish, chicken, and beef can also be found in laulau. Both kalua pig and laulau are often enjoyed with rice or another traditional Hawaiian dish called “poi”, a pudding-like paste made from taro. These dishes may take a long time to cook but the wait is worth it.



カルア・ピッグ (左下)、ラウラウ (右上)、  
ごはん と マカロニサラダ

ハワイの食事にはカルア・ピッグやラウラウがなければ完成しません。この二つの食べ物はお肉料理です。カルア・ピッグとは伝統的な豚料理でイムという地面を掘ったオーブンで長い時間、豚の全体を焼いた食べ物です。味付けは塩のみで、豚肉はスモークされて、とても柔らかくなっておいしいです。ラウラウも伝統的な肉料理です。タロイモの葉っぱに豚肉を包んで長い時間、イムで焼きます。タロイモの葉っぱはゆでたほうれんそうみたいになります。豚肉だけでなく、魚、鶏肉、牛肉もラウラウに入れています。カルア・ピッグもラウラウもごはんやタロイモから作っているペースト状のポイというハワイの伝統的な食べ物と一緒に食べたら最高の味です。この食べ物は作る時間がかかるけど、待つだけの価値があります。

## ■知って得する付加保険料

付加年金で、将来受取る年金額を増やせることをご存知ですか？

付加保険料を納めると、老齢基礎年金に上乗せされる形で付加年金が支給されます。

付加保険料は、保険料を免除されている人（一部免除を含む）は申込みできません。

定額保険料（平成28年度 1万6260円）の納付を行った月のみ納付できます。

付加保険料の申込みは、申出書を提出した月からの加入になります。

第3号被保険者（会社員の扶養になっている配偶者）及び国民年金基金加入者は、申込みできません。支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象になります。

付加保険料 月額400円

付加年金（年間受取額）の計算方法  $200円 \times \text{付加保険料納付月数}$

申込みに必要なもの 年金手帳（基礎年金番号が分かるもの）、印鑑（認印）

### 【付加保険料納付額と付加年金受取額】

| 納付期間 | 付加保険料納付額 | 付加年金受取額（1年間） | 付加年金受取額（2年間） |
|------|----------|--------------|--------------|
| 1年間  | 4,800円   | 2,400円       | 4,800円       |
| 5年間  | 24,000円  | 12,000円      | 24,000円      |
| 10年間 | 48,000円  | 24,000円      | 48,000円      |
| 15年間 | 72,000円  | 36,000円      | 72,000円      |
| 20年間 | 96,000円  | 48,000円      | 96,000円      |

※2年間で納付額と受取額が同じになり、3年目以降はお得です。

詳しくは、三原年金事務所または役場住民課にお問い合わせください。

問・申【三原年金事務所】 ☎0848-63-4111(代)

【役場住民課】 本 庁 ☎65-3113

大崎支所 ☎64-3510

木江支所 ☎62-0300





県立安芸津病院より

☎0846(45)0055

## 変形性股関節症について

リハビリテーション科  
理学療法士 井原 寿江

変形性股関節症は、主に加齢や先天性・後天性の疾病や外傷などにより股関節の関節軟骨が擦り減り、徐々に骨が変形して痛みや運動障害を招く病気です。

### ●症状

動作開始時の脚のつけ根の痛みや靴下の着脱がしにくくなったり、足の爪が切れない、和式のトイレの使用が難しい、階段の上り降りがつらいなど日常生活に支障が出ます。

また、脚長差や筋力低下から脚を引きずって歩くようになります。

### ●治療方法

保存療法（温熱・薬物・運動療法）と手術療法の2通りがあります。

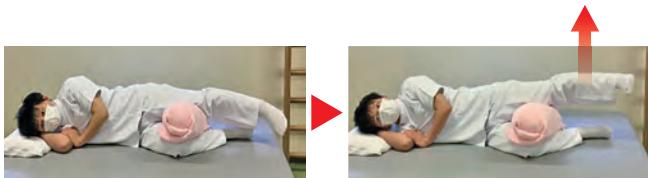
### ●運動療法

運動療法は股関節の負担を和らげ、痛みの軽減や進行を抑制する効果があり、股関節周囲の筋力を鍛えることが重要です。

### ●方法

今回は中殿筋（歩く際に股関節を安定させる）の筋力トレーニングをご紹介します。

- ・横向きになり、下側の膝を少し曲げて足にクッションを挟みます。上側の脚を伸ばしたまま床に平行になるように上げて5秒間保持し、これを10回繰り返します。



無理をせず、痛みのない範囲で行ってください。痛みの強い場合は医師と相談して行ってください。

### ★ワンポイント・アドバイス★

生活習慣の中で股関節の負担を軽くするために杖を使う、体重の増加に注意する、靴のかかたが弾力性のあるものを選ぶことが効果的です。

— ヘルシー愛ランド —  
**HEALTHY ISLAND**



あい 1 らんと 便り

1 らんどは、大崎上島町の委託を受けた障がい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、又は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

1 らんどは、余暇の充実として、料理教室を開催しています。7月は、冷たい麺を使った料理です。もちろん、スイーツ付き!写真は、5月の料理教室のものです。

日時 7月31日(日) 10:00~13:00

場所 サポートおおさき 第二ふれあい工房

会費 500円



### パソコン講習会

6月の毎月曜日、県の委託事業として「情報シンフォニー」によるパソコン講習会が開催されました。



### 「地域活動支援センター 1 らんど」報告

4月からサポートおおさき内に開所中の地域活動支援センター1 らんど。日中、将棋を指しに来られたり、休日カラオケに来られたり、仕事帰りにパソコンを習いに来られたり……と、個人に応じた通い方をされています。ぜひ一度お越しください。(日・水・祭日がお休みです。)

### 連絡先

大崎上島町生活サポートセンター 1 らんど

☎0846-64-4416

(転送することもあります)  
そのままお待ちください)

Fax 0846-67-5118

E-mail hureai-iland@osakifukushikai.jp

相談時間 月~金曜日 8:30~17:00

※相談は無料で、秘密は固く守られます。







## 管理栄養士のヘルシークッキング

### ～旬の夏野菜のパワーをいただこう～

活性酸素の害からからだを守るためには、活性酸素を分解する抗酸化ビタミンなどをこまめに摂ることが効果的です。抗酸化ビタミン類は果物や緑黄色野菜、淡色野菜にバランスよく含まれています。中でもトマトには赤い色素成分であるリコピンが含まれ、β-カロテンの2倍の抗酸化作用があります。水に溶けにくいいため、調理による損失が少なく、加熱調理すると、吸収率がアップし、かさを減らすことでたくさん摂ることが出来ます。

今回はそんな夏野菜をたっぷり使い、野菜の旨味を凝縮した1品です。温かくても冷やしてもおいしくいただけます。パスタにからめたり、牛乳を加え、ミキサーにかけてポタージュにしたりとバリエーションが楽しめます。

#### ラタトゥイユ

|       |         |
|-------|---------|
| エネルギー | 126kcal |
| たん白質  | 9.4g    |
| 脂質    | 8.7g    |
| 塩分    | 1g      |



#### ◎材料（4人分）

ナス2本、ピーマン2個、カボチャ200g、ズッキーニ1本、セロリ1本、トマト大2個、玉ねぎ大1/2個、ニンニク1かけ、オリーブ油小さじ4、**Aローリエ1枚、塩小さじ2/3、こしょう少々、白ワイン大さじ4**

#### ◎作り方

- ①ナスは2cmの厚さに、ズッキーニは1cmの厚さに輪切りにする。
- ②ピーマンは種を取り、縦4つに切る。
- ③カボチャは1cmの厚さにくし型に切る。
- ④セロリは筋を取り、長さ3cm、幅1cmに切る。
- ⑤トマトは湯むきし、くし型に切る。
- ⑥玉ねぎは粗いみじん切り、ニンニクはうす切りにする。
- ⑦鍋にオリーブ油を熱し、⑥の野菜を炒め、香りがでたら①～⑤の野菜をさっと炒める。**A**を加え、蓋をして弱火で約20分、蒸し煮にする。

#### ポイント

梅雨明け直後の時期に発生しやすくなる、熱中症と冷房病。熱中症の予防はこまめに水分補給をすること。暑さで消化器が弱っている時は、0.1～0.2%程度の食塩水(1ℓの水に1～2gの食塩)に砂糖大さじ2～4杯を混ぜると、水分の吸収が良くなります。ビタミンとミネラルの多い野菜や果物をとることも大切です。冷房病には、冷えた体を芯から温めてくれる食事が有効です。暑さで食欲がないからといって、冷たい物ばかりは禁物です。

## こんにちは、保健師です

### 本当はこわい脂肪肝

「脂肪肝」という病気を知っていますか？栄養の代謝・貯蔵・解毒・タンパクの合成など、人が生きていくうえで欠かせない様々な役割を担う臓器である肝臓に、中性脂肪が蓄積し、肝細胞の30%以上が脂肪化している状態を「脂肪肝」といいます。その中でも非アルコール性脂肪肝炎(NASH ナッシュ)は、肝炎→肝硬変→肝がんへと進行していく病気として問題となっています。

#### ●脂肪肝の種類

大きく3つに分けられます。

①**アルコール性脂肪肝**…お酒の飲み過ぎが要因

②**非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)**…

お酒以外の様々な要因

・単純性脂肪肝…脂肪肝のみ

・非アルコール性脂肪性肝炎(NASH ナッシュ)  
…脂肪肝+肝炎

③**低栄養性脂肪肝**…極端な食事制限や無理なダイエットが原因

#### ●脂肪肝のなかでも NASH が問題となっている理由は？

進行性の病気だからです。進行の速度は早くて、NASHになると発症後5年～10年で5～20%の確率で肝硬変に変わり、肝臓がんになる場合もあります。また、単純性脂肪肝と診断されていても、その10%にNASHがあるとされています。

#### ●脂肪肝の診断・治療法は？

脂肪肝があるかないかは超音波やCTで診断しますが、NASHかどうかは肝臓の組織をとる検査(肝生検)をしないとわかりません。血液検査も診断の参考になります。関心のある方は医療機関にご相談ください。

治療はまず、体重を減らすことが必須です。体重が減っていけば肝臓についた脂肪も分解し、排泄され、脂肪肝から卒業できます。そのためには、低カロリー食事や、適切な運動、節酒が重要です。



お気軽にご相談ください。

☎保健衛生課 保健師 ☎62-0330





## ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～ 7月“社会を明るくする運動”強調月間です

### 「おかえり。」に込められた思い

おかえり。

犯罪や非行をした人は、反省と償いを経てやがて社会へ戻ってきます。

彼らの立ち直しには、本人の努力はもちろんですが、まわりの人や社会の支えが欠かせません。

住まいがあれば、明日を信じられる。

仕事があれば、自分を信じられる。

まっすぐに受け入れることで、繰りかえされるあやまちを減らすことができる。

つまづいても、やり直せる社会へ。

「おかえり。」という言葉には、更生保護の原点にある思いが込められています。

(引用：日本更生保護協会)

社会を明るくする運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で66回目を迎えます。

この立ち直りを支えているのが「保護司」で、大崎上島町では法務大臣から委嘱された6名の方が、犯罪予防活動などに取り組んでいます。また、女性の立場から青少年の非行防止などの活動を展開している14名の「更生保護女性会」の方がいます。

昨今失われつつある社会の連帯感を回復し、犯罪を誘発させない社会環境を築くとともに、犯罪・非行に陥った人たちの更生に対し、皆様の温かいご理解とご支援をお願いします。

### 「内閣総理大臣メッセージ」を伝達

6月8日(水)、安倍晋三内閣総理大臣からの“社会を明るくする運動”の推進にあたってのお願いが記されたメッセージが、高田町長から竹原・大崎上島地区保護司会長八崎則男さんに伝達されました。



## 失明の恐れも！カラーコンタクトの使用は慎重に！！

### 【相談内容】

中学3年生の娘が量販店でカラーコンタクトレンズをファッション用に買い、寝るとき以外はずっと装着していたようだ。両目に痛みを感じ目が開けられなくなったと言うので眼科に連れて行ったら、医師に「角膜に傷がついている。失明の可能性もあるので大きな病院を紹介する」と言われた。

(中学生＜女性＞の父親からの相談)

### 【アドバイス】

- ・国民生活センターのテストで、カラーコンタクトレンズには、レンズの品質が原因で透明なコンタクトレンズよりも眼障害を起こしやすいものがあることが分かりました。
- ・カラーコンタクトレンズを使用する場合には、リスクを十分に理解した上で、必ず眼科を受診し眼科医の処方に従ったレンズを選択するようにしましょう。
- ・目に異常を感じた場合には、直ちに使用をやめ、眼科を受診することが重要です。異常がなくても、3か月に1回は定期検査を受けましょう。
- ・レンズの装着時間や使用期限を守り、繰り返し装着できるレンズの場合は、レンズケアを正しく行うことも大切です。



竹原市役所 1 階消費生活相談室

☎0846-22-6965

月～金曜日 10:00～12:00

13:00～16:00

**消費生活  
相談窓口**

大崎上島町役場 地域経営課 (本庁)

☎65-3123

奇数月の第1金曜日 10:00～12:00

13:00～15:00

竹原警察署大崎上島分庁舎からのお知らせ



**広島県夏の交通安全運動が実施されます！  
～7月11日(月)から7月20日(水)までの10日間～**

#### ★運動の重点

- ①高齢者の交通事故防止
- ②飲酒運転の根絶
- ③自転車安全利用の推進

#### ★注意事項

- ・夕暮れ時や夜間等外出する際は、白や黄色などの明るい色の服を着て、反射材用品を活用しましょう。
- ・ドライバーの方は早めにライトを点灯し、上向きライトをこまめに切り替えて運転しましょう。
- ・飲酒運転は運転手に身体的(視野が狭くなる等)、精神的(理性が失われる等)影響を与え、交通事故を起こす可能性が著しく高くなりますので、絶対にやめましょう！！
- ・自転車を利用する際には、原則車道の左側を通行し、歩道を走行する際には歩行者優先で、車道寄りを徐行して通行しましょう。

### 「現金送れ」はすべて詐欺！！

今般、他県において、被害額が5億円を超える、高額の特種詐欺被害が発生しました。

犯人は、被害者に電話で「名義貸しは犯罪になる」などと伝えたのち、「お金は私どもで預かります」などと言って、現金を宅配便で送るよう指示し、お金を騙し取っています。

「現金を送れ」という文言のある電話は絶対に詐欺の電話です！！

このような電話があれば、すぐに警察へ相談してください！！



問竹原警察署 ☎0846-22-0110

大崎上島分庁舎 ☎0846-62-0110





# 保険税・保険料の 決定通知書などを7月中旬に送付します。

問住民課 税務係 ☎65-3114

★平成28年度の保険税・保険料の年間決定額は、平成27年中の所得額が確定後に算定し、被保険者の皆さんには7月中旬に決定通知書をお届けします。

表①

| 区 分            | 平成27年度<br>まで |   | 平成28年度<br>以降 |
|----------------|--------------|---|--------------|
| 医療給付費分         | 52万円         | ⇒ | 54万円         |
| 後期高齢者<br>支 援 分 | 17万円         | ⇒ | 19万円         |
| 介護納付金分         | 16万円         | ⇒ | 16万円         |

※介護納付金分は40歳以上65歳未満(介護保険第2号被保険者)の方のみ対象です。

られました。

## 【保険税の賦課限度額について】

保険税の賦課限度額が引き上げ

ください。

平成28年度より税率等が変更にな

りました。詳しくは、広報4月

号または町ホームページをご覧く

ださい。

④ 加入世帯ごとに計算する平等割

の合計で算定します。

③ 加入者ごとに計算する均等割

② 固定資産税額をもとにした資産割

① 加入者の前年中の所得をもとに

した所得割

国民健康保険税額は表①の区分

## 【保険税の決め方】

納税義務者は世帯主になります。

に国民健康保険の加入者がいれば、

の加入者でない場合でも、世帯内

の加入者が国民健康保険に納

付します。世帯主が国民健康保険

国民健康保険税は世帯ごとに納

## 【決定通知書は世帯主の方に 送付します】

## 国民健康保険税のお知らせ

表②

| 基準額  | 平成27年度まで                          | 平成28年度以降                            |
|------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 7割軽減 | 基礎控除額 (33万円)以下                    | 変更なし                                |
| 5割軽減 | 基礎控除額 (33万円) +<br>26万円×(被保険者数) 以下 | 基礎控除額 (33万円) +<br>26.5万円×(被保険者数) 以下 |
| 2割軽減 | 基礎控除額 (33万円) +<br>47万円×(被保険者数) 以下 | 基礎控除額 (33万円) +<br>48万円×(被保険者数) 以下   |

※被保険者数には、同じ世帯の中で  
国民健康保険の被保険者から後期  
高齢者医療の被保険者に移行した  
方を含みます。

【軽減判定所得基準額について】  
上記③と④における軽減判定所  
得基準が拡充されました。

## 【保険証の切り替えを 忘れていませんか】

職場の健康保険に加入や脱退を  
したときは、14日以内に保険証の  
切り替えの手続きが必要です。

加入の届出が遅れると、国民健康  
保険の加入資格を得た月までさか  
のぼって保険税を納めなければな  
りません。また、脱退の届出が遅れ  
ると、保険税を二重に納付すること  
があります。自分の加入している保  
険制度をしっかりと把握して、忘れ  
ずに手続きしておきましょう。

## 後期高齢者医療制度の 保険料について

## 【加入するのは】

75歳以上の方 (75歳の誕生日か  
らで、加入手続きは必要ありま  
せん)。65歳から74歳までの方で、  
広域連合に一定程度の障がいがあ  
ると申請を認められた方

## 【決定通知書は被保険者 一人ひとりに送付します】

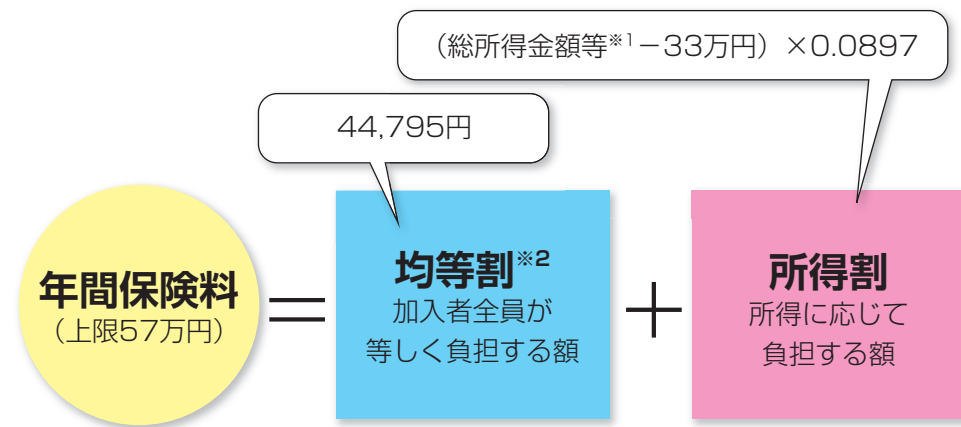
後期高齢者医療制度では、保険  
料は被保険者一人ひとり決定しま  
す。決定通知書も一人ひとりに送  
付され、被保険者本人が納入義務  
者となります。

## 【国保税との重複納付には なりません】

年度途中で75歳になる方の国保

税は、誕生日前月までの分で計算しています。後期高齢者医療保険料は誕生日からの分を計算してお知らせするので、重複納付にはなりません。特別な事情などで重複納付があった場合には、役場から返金のお知らせをします。

## 【保険料の決め方】



納期は7月～翌年2月までの毎月末（月末が休日の場合は、翌月初め）で、1年間分を8回に分けて納付します。納付書払いの場合は、納期等をご確認のうえ、納付書裏面に記載の金融機関等の窓口で納付してください。また、口座振替を利用すると、うっかり納期限を忘れて延滞金や督促手数料がかかることもなく、現金を持ち歩く必要もありません。口座振替の手続きは、預（貯）金通帳と届け出の印鑑をお持ちのうえ、口座振替を希望される金融機関に、直接お申し込みください。

●普通徴収（納付書払い又は口座振替）の場合

※1総所得金額等とは「年金収入」「公的年金控除等」、「給与収入」「給与所得控除」、「事業収入」「必要経費」等で社会保険料控除等の各種所得控除前の金額です。また、退職所得以外の分離課税の所得金額（土地・建物や株式等の譲渡所得などで特別控除後の額）も、総所得金額等に含まれます。※2均等割については、平成28年度より軽減判定基準が拡充されており、詳しくは広報4月号または保険料通知に同封されているパンフレットをご覧ください。

## 【保険税・保険料の納付方法】

※国民健康保険税を口座振替で納付していた方でも、後期高齢者医療制度に移行した場合、新たに手続きが必要です。それぞれに制度が異なるため、制度ごとに口座振替の手続きが必要となりますのでご注意ください。

●特別徴収（公的年金からの天引き）による納付について  
一定の条件を満たす公的年金を受給している方は原則、納付方法が特別徴収（年金天引き）になります。

なお、国民健康保険と後期高齢者医療制度で特別徴収該当者となった方については、特別徴収か口座振替かを選択できます。

## ●後期高齢者医療被保険者証の更新について

問保健衛生課 ☎62-0303

現在加入者の皆さんがお持ちの後期高齢者医療被保険者証は、7月31日で有効期限が切れるため、新しい被保険者証を7月末頃に送付します。被保険者証は、一人に1枚ずつ交付されます。

- Q何か手続きは必要ですか？
- A手続きは不要です。対象者には自動的に保険証が郵送されます。
- Q新しい保険証はいつ頃届くのでしょうか？
- A7月20日頃から31日までの間にお届けする予定です。
- Q新しい保険証は、どこから送られてくるのですか？
- A広島県後期高齢者医療広域連合から送られます。届いた封筒の中に、三つ折りにされた厚紙が入っているので、それを切り取ると新しい保険証になります。
- Q古い保険証と新しい保険証の見分けはつきますか？
- A新しい保険証は橙色、古い保険証は水色ですので、見分けはつきます。
- Q有効期限切れの古い保険証はどうしたら良いですか？
- Aご家庭で小さく裁断して処分するか、役場保健衛生課または本庁住民課・大崎支所窓口係に返却してください。ただし、保険証のケースは廃棄せず引き続き使用してください。
- Q保険証が届きませんか？
- A申し訳ありませんが、広島県後期高齢者医療広域連合（☎082-502-3010）または役場保健衛生課（☎62-0303）までお電話ください。すぐに手配して再発行分を送付します。



介護保険は、老後生活の不安要因となっている介護を社会全体で支えあう制度です。

大崎上島町で必要な介護保険サービスにかかる費用と、65歳以上の人数などから「基準額」を算出し、本人と世帯の課税状況等に応じて段階的に決まります。

### 【介護保険に加入するのは】

(第1号被保険者) 65歳以上の方

(第2号被保険者) 40歳から64歳までの医療保険制度に加入している方

### 【65歳以上の方の納付方法】

●普通徴収…納付書か口座振替の方法で納付します。65歳になったばかりの方や大崎上島町に引っ越しして来たばかりの方などは、最初は普通徴収となります。

●特別徴収…公的年金から天引きする方法で納付します。年間18万円以上の公的年金を受給している方は、原則、特別徴収となります。

### 【40歳から64歳までの方の納付方法】

加入している医療保険（健康保険・共済組合・国保）の保険料・保険税に、介護保険分を合算して計算した額を納めます。

詳細は、加入している医療保険者へ問い合わせてください。

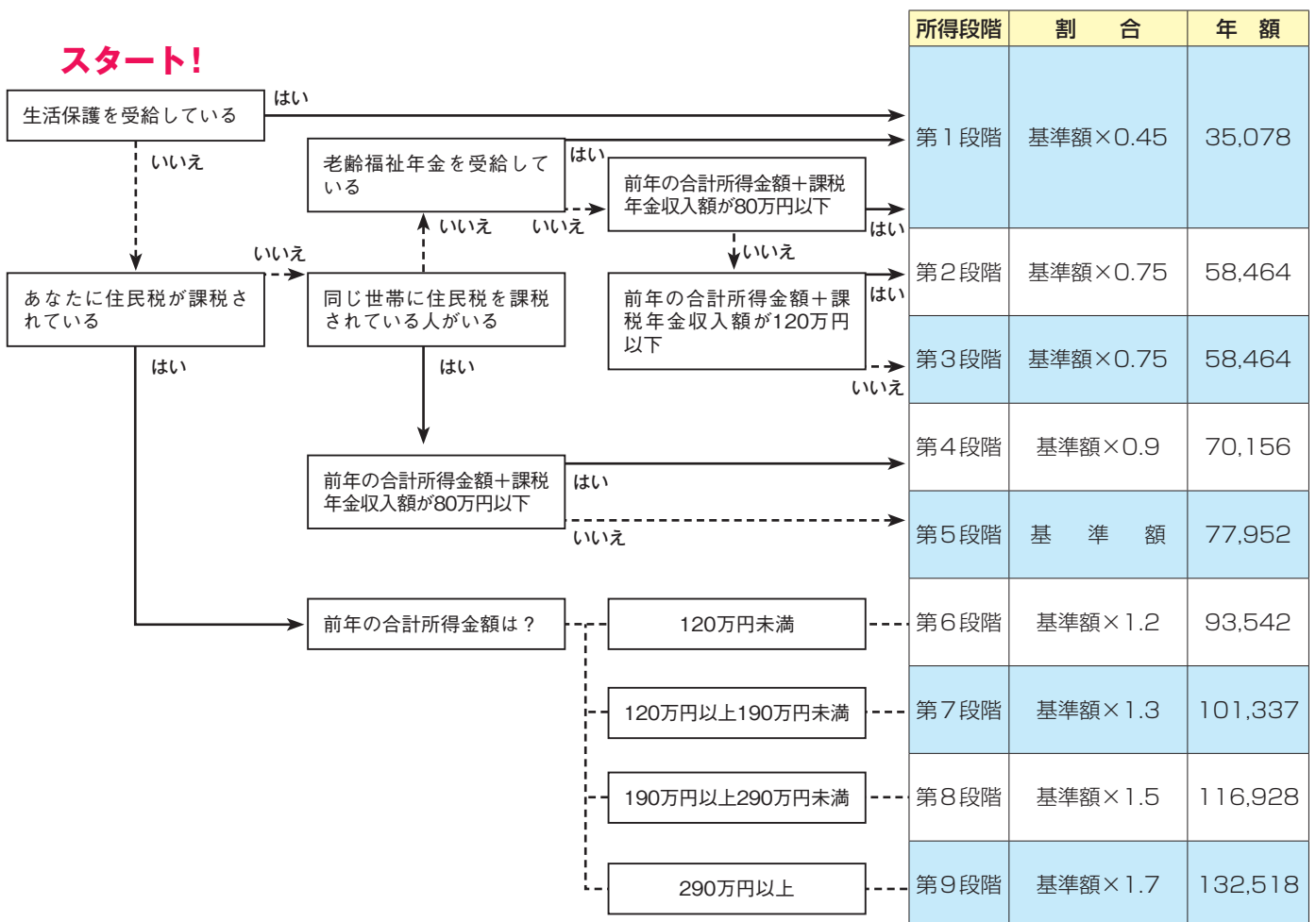
# 介護保険料のお知らせ

問住民課

税務係

☎ 65-3114

## あなたの介護保険料を確認しましょう



## 子ども神楽を開催します

日時 8月7日(日) 13時開場、13時30分開演(予定)

場所 大崎上島文化センター

ホール神峰

主催 大崎上島町子ども会育成連

合会

出演者 一の宮大歳神社 本郷子

ども神楽団

入場料 無料

チケット配布開始 7月11日(月)

申込先 本庁住民課、木江窓口係、教育課社会教育係

問 教育課 社会教育係

☎ 64-3055

## グラウンドゴルフ交歓大会を開催します

健康で明るい地域社会作りに貢献するとともに、生涯スポーツとしてのグラウンドゴルフの普及発展のため、大会を開催します。

日時 7月13日(水)

受付 8時50分

場所 シーパーク大串

参加資格 平成28年度広島県グラウンドゴルフ協会会員

参加費 1,000円

募集人数 384名

問・申 グラウンドゴルフ交歓大会事務局

☎ 0846-64-2503

## 大崎上島町職員採用試験の実施について

平成28年度大崎上島町職員の採用試験を実施します。

職種 一般事務職

採用予定人員 3名程度

受験資格 平成元年4月2日～平成11年4月1日生

申込期間 7月1日(金)～8月15日(月)当日消印有効

第1次試験 9月18日(日)

試験会場 広島工業大学専門学校(広島市西区福島町2-1-1)

受験申込書及び受験案内請求先 大崎上島町役場総務企画課

(大崎上島町東野6625-1)

☎ 0846-65-3111

※町のホームページから、電子申請もできます。

## 自衛官・各種学生募集

自衛隊広島地方協力本部では、自衛官・各種学生を募集しています。試験の日程等は次のとおりです。

### ◆自衛官候補生(男子)

資格 平成28年8月1日現在18歳以上27歳未満の者(高校生除く)

試験 7月24日または25日

※受付締切7月21日(締切日必着)

### ◆自衛官候補生(男子)

資格 平成29年4月1日現在18歳以上27歳未満の者(高校生含む)

試験 ①または②のうち、指定する1日

る1日

① 8月28日～29日(高校生以外)

② 9月19日～21日、9月26日～28日

※受付締切9月8日(締切日必着)

### ◆自衛官候補生(女子)

資格 平成29年4月1日現在18歳以上27歳未満の者(高校生含む)

試験 9月23日または24日

※受付締切9月8日(締切日必着)

### ◆航空学生

資格 平成29年4月1日現在18歳以上21歳未満の者(高校生含む)

1次試験 9月22日

※受付締切9月8日(締切日必着)

### ◆一般曹候補生

資格 平成29年4月1日現在18歳以上21歳未満の者(高校生含む)

1次試験 9月17日

※受付締切9月8日(締切日必着)

※募集案内や資料請求など、自衛隊広島地方協力本部ホームページからもご覧になれます。

<http://www.mod.go.jp/pc/hiroshima>

問 自衛隊広島地方協力本部尾道出張所

☎ 0848-22-6942

役場総務企画課

☎ 65-3111



## 空き家バンク登録物件を募集します！

大崎上島町では、町内の空き家の有効利用と定住促進による地域の活性化を図るために空き家情報バンク制度を実施しています。町内にある賃貸、売買を希望する物件の情報を町外の移住希望者の方へ紹介する制度です。

登録方法は、「空き家バンク登録申請書」を提出していただくと、町職員が調査に訪問して、間取りや写真を撮り、資料を作成し、町のホームページに公開します。移住希望者に紹介する場合は、町の職員が同行します。賃貸、売買の話がまとまれば、仲介業者に契約を依頼します(仲介手数料は法に定められている率です)。

空き家はあるが、家具などがそのままになっている場合、借りる方に家賃や売買価格を軽減することとで処分してもらうこともできます。お気軽にご相談ください。

「空き家バンク登録申請書」は町ホームページからダウンロードしていただくか、役場地域経営課にあります。また、希望される場合は郵送します。

### 問 地域経営課

☎ 65-3123





## 求人情報コーナー

主な求人事業所 医療法人社団

ひがしの会、東邦亜鉛(株)契島製  
錬所、(株)三原スーパ、拓興業  
(株)、(株)ジュンテンドー、(株)松浦  
造船所、惣明製作(株)、(有)ウエノ  
など

※広報紙発行日に、すでに募集が  
終了している場合もあります。  
町内求人票、ハローワーク竹原  
発行のたけのこ求人情報誌は、役  
場本庁・大崎支所・木江支所の窓  
口に置いてあります。

大崎上島町ホームページの求人  
情報から検索することもできます。  
☎ハローワーク竹原(広島西条公  
共職業安定所竹原出張所)  
☎0846-2218609

## 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。

1月分の削減効果は、  
切替えた方の人数 402人  
削減された金額 870,511円  
☎保健衛生課保健指導係 ☎62-0303

## 放送大学10月生募集の お知らせ

放送大学では平成28年度第2学  
期(10月入学)の学生を募集します。

放送大学はテレビ、ラジオ、イ  
ンターネットを通して学ぶ通信制  
の大学です。心理学・福祉・経済・  
歴史・文学・自然科学など、幅広  
い分野を学べます。出願期間は6  
月15日(水)～9月20日(火)まで。資料  
を無料で差し上げています。

☎放送大学広島学習センター  
☎082-24714030

## 国民健康保険「高齢受給 者証」の更新について

現在、70歳から74歳の国民健康  
保険加入者に交付している「高齢  
受給者証」は、7月31日に有効期  
限が切れるため、新しい「高齢受  
給者証」(オレンジ色)を7月下  
旬に郵送交付します。「高齢受給  
者証」は、自己負担割合(1割、  
2割、3割のいずれか)を示すも  
のですから、医療機関などで受診  
するときは、保険証といっしょ  
に窓口提示してください。

自己負担割合は、毎年8月1日  
を基準日として、前年の住民税課  
税所得を基礎に再判定します。負  
担割合の変更の有無にかかわらず、  
すべての対象者に交付しますので、  
有効期限切れとなった「高齢受給

者証」は、役場本庁または各支所  
に返却するか、ご自分で小さく裁  
断して処分してください。

☎保健衛生課 保健指導係  
☎62-0303

## 国民健康保険限度額認定証・ 標準負担減額認定証・特定疾 病療養受給者証について

現在、限度額適用認定証・標準  
負担減額認定証・特定疾病療養受  
給者証をお持ちの方は、有効期限  
が、平成28年7月31日となってい  
ます。引き続き必要な方は、再度  
申請してください。これらの証は、  
申請された日の属する月の初日か  
らの適用となります。

限度額認定証とは

70歳未満の国民健康保険加入者  
は、被保険者証と一緒に医療機関  
の窓口提示することにより、医  
療機関に支払う自己負担額(保険  
診療外の費用や食事代を除く)が  
一定の額【自己負担限度額】まで  
となります。(保険税に滞納があ  
ると認定証の交付ができない場合  
があります。)70～74歳の国民健  
康保険の加入者は、被保険者証と  
高齢受給者証を提示すれば、限度  
額認定証がなくても医療費の窓口  
負担が自動的に【自己負担限度  
額】で済みますが、住民税非課税  
世帯の方は、限度額適用認定証の  
交付を受け、医療機関に提示する

と、さらにそれ以下の自己負担限  
度額までの支払いで済みます。

☎保健衛生課 保健指導係  
☎62-0303

## 7月は海の月間です

海で安全に楽しく遊ぶために、  
次のことに気を付けましょう。

- ・こどもだけで海にいかない
- ・泳ぐ前に準備運動をしよう
- ・天気が悪いときは泳がない
- ・無理をしないで遠くまで行かない
- ・「立ち入り禁止」となっている  
場所での釣りはやめよう
- ・防波堤や護岸等でも救命胴衣を  
着用しよう
- ・海で遊ぶときは複数名で行動す  
るようにしよう
- ・急な天気の変化に注意しよう
- ・子ども連れで遊ぶときは子ども  
の監視を忘れずに!

大切な命!自分を守る

## 「3つの基本」

- ・ライフジャケットの着用
  - ・携帯電話等、連絡手段の確保
  - ・海の緊急電話「118番」
- 海で楽しく遊んだあとは、ごみ  
を持ち帰りましょう。

## 資料館を無料開放します

海の月間にあたって、海と島の歴史  
資料館(大望月邸)を無料開放します。  
期間 7月19日(火)～30日(土)

| 月 | 日  | 曜 | 行 事 ・ 場 所                                                 | 予防接種                                    |
|---|----|---|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 7 | 1  | 金 |                                                           | 7月4日(月)～<br>7月9日(土)<br>四種混合1期<br>三種混合2期 |
|   | 2  | 土 | 「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8：00～                                     |                                         |
|   | 7  | 木 | フッ素塗布：東野保健福祉センター (受付) 13：10～13：30                         |                                         |
|   | 9  | 土 | 「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8：00～                                     |                                         |
|   | 11 | 月 | 家族の集い：大崎上島町開発総合センター 13：30～15：00                           |                                         |
|   | 13 | 水 | 登記相談所・人権相談所開設日：東野保健福祉センター 10：00～12：00<br>13：00～15：00      |                                         |
|   | 14 | 木 | こころの健康相談：木江支所 (受付) 13：30～14：30                            |                                         |
|   | 16 | 土 | 絵本のよみかたり：情報プラザ・エル 10：30～                                  |                                         |
|   |    |   | 「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8：00～                                     |                                         |
|   | 20 | 水 | 食育講座：東野保健福祉センター 10：00～11：30<br>断酒会：東野保健福祉センター 18：30～20：00 |                                         |
|   | 23 | 土 | 第23回県立安芸津病院医療公開講座：ホール神峰 14：00～16：30                       |                                         |
|   |    |   | 「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8：00～                                     |                                         |
|   | 25 | 月 | 育児相談：大崎上島町開発総合センター (受付) 10：00～11：30                       |                                         |
|   | 30 | 土 | きのえ十七夜祭                                                   |                                         |
|   |    |   | 「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8：00～                                     |                                         |
| 8 | 1  | 月 |                                                           | 8月1日(月)～<br>8月6日(土)<br>四種混合1期<br>三種混合2期 |
|   | 2  | 火 | 1歳6か月児3歳児健診：大崎上島町開発総合センター (受付) 13：00～13：15                |                                         |
|   | 7  | 日 | 生活習慣病予防講演会：東野保健福祉センター 13：30～15：00                         |                                         |

**休日当番医**

**7/10(日)**  
射場医院 ☎65-3304

**7/18(祝・月)**  
円山医院 ☎64-2062

**7/31(日)**  
田村医院 ☎63-0311

**耳鼻咽喉科診療所**

**7月の診療日**  
**9日(土)・23日(土)**

**受付時間**  
13：00～17：00

**診療開始**  
14：00～

**場所**  
東野保健福祉センター内  
☎67-3311

**竹原市休日当番医**

**内科 日曜・祝日 9：00～16：00**  
竹原市休日診療所 ☎0846-22-7157

**外科 日曜・祝日 9：00～18：00**  
**7/10・24・31**  
馬場病院 ☎0846-22-2071

**7/3・17・18・8/7**  
安田病院 ☎0846-22-6121

**(注) 事前にお電話を!!**

## 7月の納付は…

**固定資産税(第2期)**  
**国民健康保険税(第1期)**  
**後期高齢者医療保険料(第1期)**  
**介護保険料(第1期)**

**納期限は、8月1日(月)です。**

**納期限を必ず守りましょう!**

口座振替をご利用の方は、残高の確認をお願いします。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。

岡住民課 税務係(本庁) ☎65-3114

**でっかく当たる!**

今年のサマージャンボ宝くじは、  
**1等・前後賞合わせて7億円**

**1等：5億円、前後賞：各1億円**

たくさん当たる! サマージャンボミニ  
7,000万は、サマージャンボ宝くじと同時に発売。

**1等：7,000万円**

発売期間 7月6日(水)～29日(金)

発売金額 1枚300円

この宝くじの収益金は市町の明るく住みよい  
まちづくりに使われます。お近くの宝くじ売り  
場でぜひお買い求めください。

岡公益財団法人広島県市町村振興協会

☎082-223-6545





## 7月生まれの わんぱくちゃん 1歳のHappy Birthday



もりもと りお  
森本 梨央ちゃん(垂水区)



まつもと りおん  
松本 史恩ちゃん(盛谷区)



おち ゆいお  
越智 結愛ちゃん(向山区)



おだ ゆあちゃん(向山区)



もりした れいか  
森下 莉夏ちゃん(原下区)

## 季語に親しむ

### 神峰俳句クラブ

小判草風の誘ひにまだのらず

石人は反乱の将南吹く

白南風や海図貼りをく釣の宿

### 南風俳句会

暮れ残る杉の梢やほととぎす

磴踏むや社鎮もる青葉闇

里海を曳船航くや明易し

### 木江神潮俳句会

麦秋の魚をおろす水の音

船笛の思ひ思ひに梅雨の霧

### 大崎美浜荘俳句クラブ

潮騒に和して香れる花蜜柑

夫逝きて七回忌なり五月晴

延々とつづく行列牡丹寺

### 東野公民館俳句会

手まり花顔寄せあひて雨の中

はろばろと花の曳き売り濃紫陽花

花みかん島の路地裏風の道

松岡 時子

馬越 幸江

岡本 花江

戀田 和夫

横本三四郎

植田とも子

山本 京子

藤原 幸子

安本美保子

中坂サチエ

中保 藤枝

末田 明子

藤原千紗子

梅澤 恵子

## 編集後記

特集の作成にあたって、諸外国のごみ減量対策について調べてみました。使い捨て製品に高額な課税がされていたり、飲料や洗剤が量り売りされていたり…。消費者、企業、行政が一体となって取り組んでいると感じました。今回はごみについて着目しましたが、生活の中で当たり前のように行っていることに目を向け、いろいろと調べてみると新しい発見があつて面白いです。



発行日 2016年7月1日(金)

発行・編集 大崎上島町住民課 人権・広報統計係  
〒725-0231 広島県豊田郡大崎上島町東野6625-1  
☎0846-65-3111(代)  
HP アドレス <http://www.town.osakikamijima.hiroshima.jp>