

大崎上島

広報 osakikamijima

No.163
2016
平成 28

10

サ、カ、タ、ヨ、タ、コ、シ、ヲ、シ、ム、コ、ウ、?



主な内容

p.2~7 特集：魚を食べよう

p.8~9 島のニュース

p.10 古社八幡神社秋季大祭

特集

魚を食べよう!

10月は魚食普及月間です。

昔から日本人の食を支えてきた魚介類。しかし、食の多様化・簡易化が進む現代では、調理が面倒、骨があって食べにくい、後処理が大変といったイメージなどから、魚介類の消費量が減少しています。魚は他の食品よりも優れた栄養素を持ち、健康面からも注目されています。魚食普及月間にあわせ、身近な自然の恵みについて、あらためて注目してみましょう。

どうやって魚を獲っているの？

ごち網漁



©広島県・tss プロダクション



©広島県・tss プロダクション

袋状になった網の両端にひき網を結んだ漁具を使います。片方の網の先端に樽をつけて投入し、網を入れながら、円を描くように樽の場所まで戻ります。



©広島県・tss プロダクション

ローラーで網を引き上げると魚が網の中に。潮流や魚の習性を利用した漁法です。

刺し網漁



©広島県・tss プロダクション



網の上に浮きを、下におもりをつけ、魚の通過する場所を遮るように、海底に対して垂直に網を張ります。



すると、写真のように網目に魚がひっかかります。網に刺さる様子から「刺し網」と名づけられました。

2016年10月号

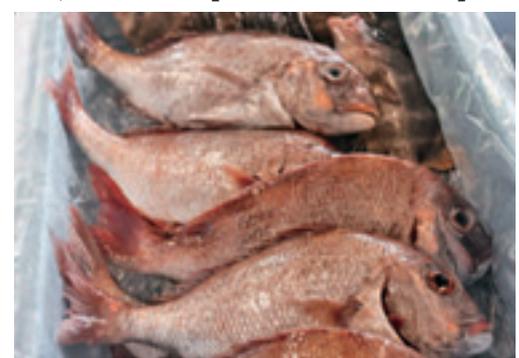
Contents・目次

- 魚を食べよう……………2～7
- 島のニュース……………8～9
- 古社八幡神社秋季大祭……………10
- きょういく大崎上島……………11
- ハイスクールレポート……………12
- 英語にチャレンジ……………13
- ヘルシー愛ランド（健康）……………14～15
- 人権の視点……………16
- 消費生活情報……………17
- お知らせのページ……………18～20
- 行事カレンダー……………21
- まちのわんぱくちゃん……………22

■まちの人口と世帯数
 (2016年8月末現在)
 人口 7,926人
 男 3,866人
 女 4,060人
 世帯数 4,348世帯

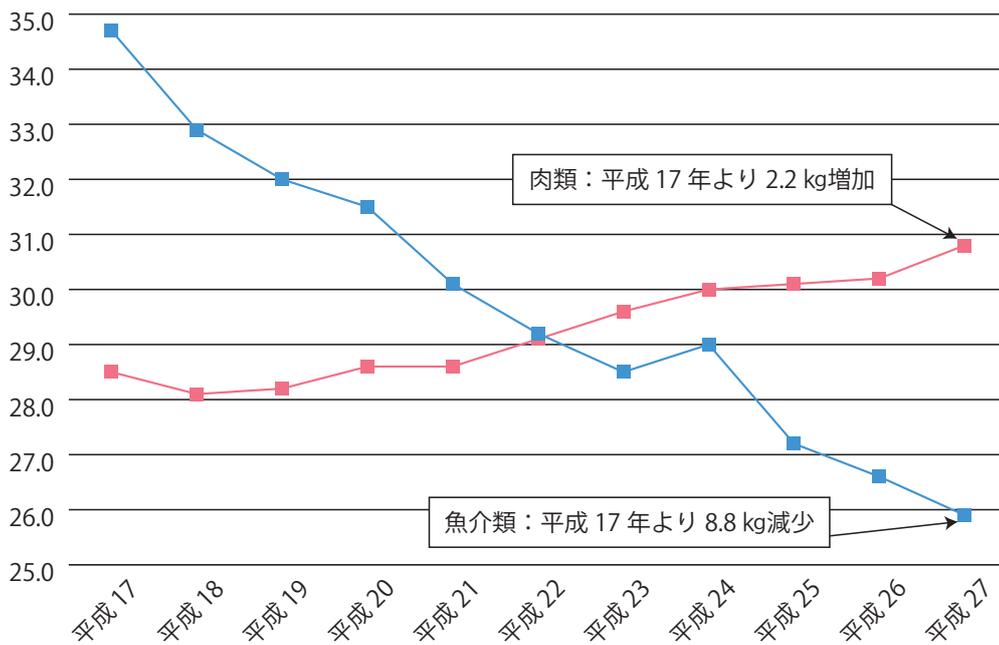


■今月の表紙【さかなの問いかけ】



今月の特集は魚食がテーマ。平成22年から肉の消費量が魚の消費量を上回りました(P.3図より)。今一度魚食に注目してみましょう。

魚介類、肉類の1人当たり年間消費量 (kg/人)



参考資料：食糧需給表（農林水産省）



えびこぎ網漁



船から網を海底に下ろします。張竿とよばれる漁具で網口を広げ、網が海底に着いたらロープを一定の長さにし、潮流と同じ方向に網をひきます。



1時間ほどひいて、網をあげます。網の中にはたくさんのエビが。



移動販売車等で町内を巡回して販売されます。



漁港にある生簀に入れます。注文を受けた漁師さんが生簀の魚を網ですくい、新鮮なままお客様の元へ届けます。



町内の小売店で販売されます。

その後魚はどこのへ行く？





魚は栄養の宝箱!

頭、目：ビタミンA、B、
DHAやEPAなど

皮：ビタミンA、B、コラーゲン、
DHA、EPAなど

内臓：ビタミンA、D、
カルシウムなど

ヒレ：コラーゲン

身：高タンパク質低カロリー
ビタミンA・B・E・Dやタウリン、
鉄分、DHA、EPAなど



骨：カルシウム

日本の食卓を彩ってきた魚介類。しかし、食の欧米化が進み、年々肉類の消費量が増え、魚離れがすすんでいます。魚食は動脈硬化や脳梗塞、虚血性心臓疾患といった循環器疾患の予防に役立つといわれています。魚介類の持つ栄養素を見直し、お肉とお魚、バランスよく食べるようにしましょう。



魚の栄養素にはこんな効果が!

DHA (ドコサヘキサエン酸)	<ul style="list-style-type: none"> ・脳の発達促進 ・記憶力、判断力の向上 ・血流の改善による生活習慣病の予防 ・精神疲労の回復 ・視力の回復 	マグロ ブリ サバ サンマ等
EPA (エイコサペンタエン酸)	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の予防、改善 ・中性脂肪の減少 ・花粉やアトピー等アレルギー症状の改善 ・高血圧の予防、改善 ・ガンの予防 	マイワシ マグロ サバ マダイ等
タウリン	<ul style="list-style-type: none"> ・肝機能の向上 ・コレステロールの低下 ・むくみ予防 ・便秘予防 ・高血圧の予防 	タコ イカ 貝类等
カルシウム	<ul style="list-style-type: none"> ・骨粗しょう症の予防 ・高血圧の予防 ・精神疲労の回復 ・生理機能の調整 	さくらえび イワシ シシャモ 煮干し等
アスタキサンチン	<ul style="list-style-type: none"> ・眼精疲労の回復 ・動脈硬化の予防 ・生活習慣病予防 ・美容効果 ・高血圧の予防 ・筋肉疲労の軽減 ・肥満予防 	サケ マダイ キンメダイ 甲殻类等

※魚の種類によって含まれる栄養素が違います。いろんな種類の魚を食べましょう。

食べよう！魚 広げよう！地産地消

この島で捕れた魚を、
食べよう！



「島の魚を食べてほしい」
島の漁師たちはそんな想いを持っています。しかし、町には魚屋が無いため、ほとんどの漁師が個人で販売しています。一方で、たくさんの方の消費者が

「島の魚を食べたい」
と思っています。そんな声に応えようと、地元の人を売買できる場が徐々に増えてきました。

●漁師まつり

平成26年から始まった大崎内浦漁協主催の漁師まつり。お客さんからは「どんどんやって欲しい」、「定期的に開催して欲しい」といった嬉しい声が届いているようです。鮮魚だけでなく、鯛めし等も販売しています。

●南の里朝市

平成26年から大崎上島町集落支援員による南の里朝市がスタート。大崎上島漁協の組合員の方も出店しており、新鮮な海産物を購入できます。

どちらも水揚げされたばかりの鮮度抜群な魚を購入できる貴重な場。開催の度にたくさんのお客さんでにぎわいます。



漁師まつり：朝8時から内浦漁協前で開催。
次回は10月30日(日)開催予定。
※日程変更する場合があります。



南の里朝市：毎週土曜日朝8時から沖浦物産館で開催中。

焼きあじの南蛮風味 (材料：4人分)



あじ中4匹
塩小さじ1/5
小麦粉小さじ4
しょうがひとかけ
玉ねぎ中1/2個

ピーマン中1個
パプリカ黄大1/4個
パプリカ赤大1/4個
しめじ1/2袋
ゴマ油小さじ4
淡口しょうゆ小さじ2
酢小さじ4
みりん大さじ1
出し汁小さじ2強
赤唐辛子1本
青じそ適量
レモン適量

- ①あじは3枚におろし(切り身でも可)、水気をふきとって小麦粉を薄くまぶす。
- ②しょうが、ピーマン、パプリカはせん切り、玉ねぎは薄切りに。しめじは石づきを取って小房に分ける。
- ③Aを混ぜ合わせ漬け汁を作る。その中に種を取って小口切りにした赤唐辛子を加える。
- ④ゴマ油の半量で②をさっと炒め、③の漬け汁につける。
- ⑤残りのゴマ油で①のあじを焼く。器にレモンの薄切り、青じそとっしょに盛り付け、④の野菜を漬け汁ごとかける。

ぎざみ味噌 (材料：4人分)



ぎざみ大2匹
人参中2/3本
れんこん中1/3節
ごぼう中1/3本
ニラ1/2束
サラダ油小さじ2
だし汁大さじ4
砂糖小さじ4
酒小さじ4
みりん小さじ4
味噌大さじ2

①ぎざみは鱗と腹わたを取り、グリルで焼く。
②人参、れんこん、ごぼうは細かく切り、さっとゆでる。ニラは1cmくらいの長さに切る。
③フライパンにサラダ油を熱し、にらを除いた野菜を炒める。
④③の中に①のぎざみの身をほぐして入れ、Aを加え煮る。最後にニラを入れて火を止める。

※ギザミに限らず、グチ(シログチ)、タチウオ等様々な魚で作ることができます。



旬はいつ？ 大崎上島の魚たち

島の周りにいる魚の種類とその旬がいつなのか
みてみましょう ※ () 内は標準和名



【メバル】**春**

「鮓崎」という地名があるほど大崎上島では身近な魚。メバルはアカメバル、クロメバル、シロメバルに分けられますが、総称としてメバルとよばれています。



【ホゴ (カサゴ)】**初夏~冬**

江戸時代には端午の節句に飾られる縁起の良い魚でした。身は引き締まって程よく脂が乗り、煮つけや鍋、唐揚げ、塩焼きなどどれも絶品です。



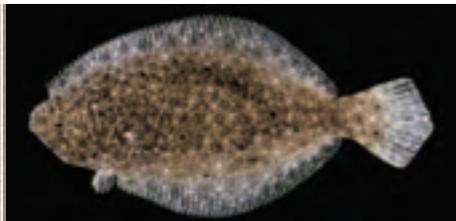
【マダイ】**春**

縁起のいい魚としてしられ、一年を通して食べられます。買う時は体の表面が鮮やかな赤で青色斑紋がはっきりし、身にハリのあるものを選びましょう。



【マアジ】**夏**

とってもポピュラーな魚で全国各地にマアジを使った郷土料理があります。目が黒く澄み、体の表面が輝き、ハリのあるものが新鮮です。



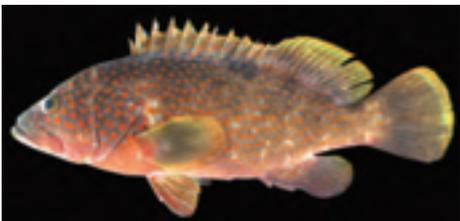
【ヒラメ】**冬**

「左ヒラメに右カレイ」といわれますが、両者の決定的な違いは口元。ヒラメは小魚を食べるため歯は鋭く尖り、口は大きく裂け、こわ〜い顔をしています。



【メイタガレイ】**夏**

ヒラメによく似ていますが、主に小動物を食べるため口は小さく歯は鋭くありません。回転寿司で提供されるエンガワは、ほとんどがカレイのものです。



【アコウ (キジハタ)】**夏**

高級魚として扱われるとても美味しい魚。刺身で食べても美味しいですが、火を通すと身の弾力が増して食感が変わり、煮付けや鍋にしても抜群です。



【オコゼ (オニオコゼ)】**夏**

こちらも高級魚としてしられる魚。見た目は怖いですが、とても良いダシがとれます。ただし、背ビレの棘には毒があるので要注意！



【タチウオ】**夏~秋**

体の表面を覆うグアニンという物質は、かつてアイシャドウやマニキュアなどの化粧品の材料として使われていました。骨離れがよく、どんな料理にも向きます。



【ウマヅラハギ】**初夏**

馬のように長い顔をもつことから名づけられました。透明感があり、しっかりとした身は高タンパクなうえ、とってもヘルシーです。肝は冬に食べると絶品。



【ギザミ (キュウセン)】**夏**

オスとメスで体色が違う魚。青っぽいのがオス、赤っぽいのがメスです。住む場所で味が変わるといわれており、関東では食用にされません。



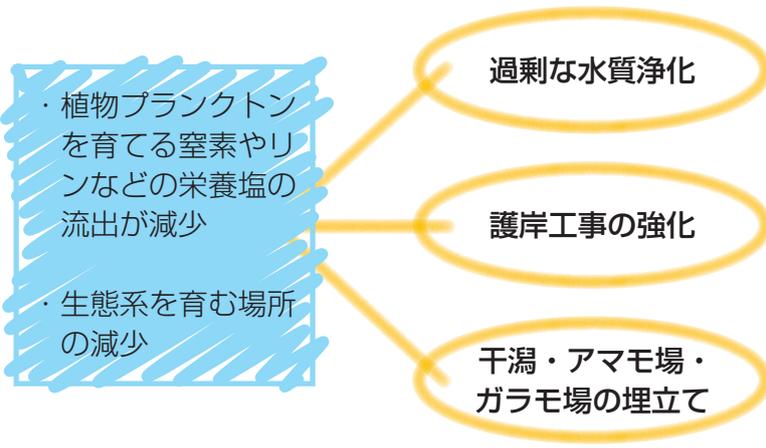
【ドウマル (クラカケトラギス)】**秋**

頭から尾まで鞍を乗せたような模様が特徴。上品な味で天ぷら、焼き物などで食べると美味しく、練製品の原料としてもよく使われます。

いつまでも 食べられるように...

魚が減っている!?

今、瀬戸内海全域で魚の漁獲量が減少しています。なぜ、魚が減ってきているのか、次のようなことが考えられます。



その他にも、海水温の上昇など様々な環境の変化が原因とされています。

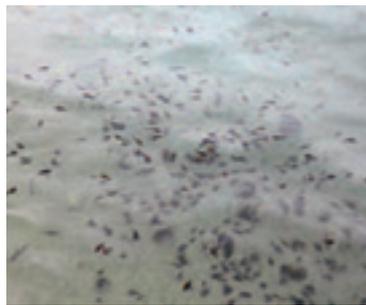
魚を増やす取り組み

町内の漁業協同組合では放流した稚魚を成長させて獲る栽培漁業を行っています。

資源の持続的な利用のため、獲るだけでなく、育てる漁業にも積極的に取り組んでいます。小さな魚は釣り上げても逃がすようにしましょう。



大崎上島漁協では音を鳴らして集めた魚に餌を与える、音響給餌ブイを使用しています。



メバル、マダイ、ヒラメ、オニオコゼ、カサゴ、キジハタ等の種苗放流を行い、港内で餌を与えています。

資源の保存にご協力を！



左の図①～④の海域は漁業権が設定されています。この海域で、漁業者以外の方が下記の魚介類等を獲ることは禁止されています。

美味しい魚介類を将来にわたって食べられるように、ルールを守りましょう。



カキ



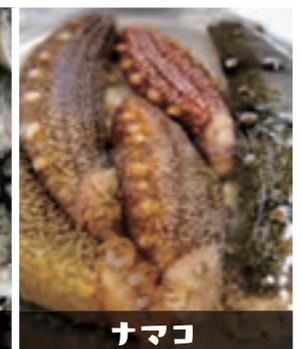
サザエ



アワビ



アサリ



ナマコ

100歳のお祝いと敬老会

今年度は5名の方が100歳を迎えられます。高田幸典町長から内閣総理大臣の祝状と銀杯が渡されました（大串区の澤田タミさんは、町外入院中でお渡しできませんでした）。



橋本 松盛さん（上の谷区）



安田 スワさん（片浜区）

今年度100歳を迎えられる皆様
おめでとうございます



藤原 美砂子さん（郷区）



村上 リキエさん（向山区）



感謝の気持ちを踊りに込めて



手前で踊るのはルンビニ幼稚園の園児たち。頑張る姿に笑顔がこぼれる

9月19日(月)、町内の各会場で敬老会が開催されました。今年度の敬老会対象者（75歳以上）は約3,000人で、この日は約380人が出席。式典では高田町長をはじめとした多くの方から祝辞をいただきました。式典後のアトラクションでは、地元の幼稚園児や小学生たちが踊りや太鼓を披露。「おじいちゃんおばあちゃん、いつまでも元気でいてくださいね」と呼び掛け、会場を盛り上げました。

青空の下で



外で聴くよみかたりは気持ちがいいね



8月21日(日)、情報プラザ・エル前の広場で、「あおぞら図書館 える・フェス！」が開催されました。普段室内で行っている「絵本の読みかたり」などを青空いっぱいの下で行いました。絵本とふれあうことは、子どもたちの心や行動を豊かにし、創造性のある大人に成長していくといわれています。この日は、読みかたりのほか、音楽に乗せてリズムよく歌ったりと楽しい時間を過ごしました。

白熱の離島甲子園

8月22日(月)～26日(金)、第9回国離島交流中学生野球大会(通称離島甲子園)が島根県隠岐の島町で開催され、全国の離島から23チームが出場しました。大崎上島中学校野球部は惜しくも一回戦で敗退しましたが、試合をとおして多くのことを学びました。来年は石垣島で開催される予定です。



屋久島選抜チームと対戦。この経験が大きな一歩に

朝から元気に！

7月21日(水)～8月31日(水)の間、各地区でラジオ体操が実施されました。毎朝体を動かすことで、1日のスタートを気持ちよくきることができました。今年は50人が皆勤でした。



地域の人たちと一緒に体操

ゴルフ大会

第41回広島県民体育大会予選兼第20回町民体育大会(10周年記念大会)が9月11日(日)に安芸カントリークラブで開催され、209名が出場しました。大会結果は次のとおりです。(敬称略)

- | | | | |
|--------|------|------|------|
| 優勝 | 谷川 勤 | グロス | 95 |
| ハンディ | 25.2 | ネット | 69.8 |
| 準優勝 | 林 雄輝 | | |
| 3位 | 上田清弘 | | |
| ベストグロス | 宮本 正 | | 73 |
| 赤田誠治 | 73 | 岡村盛司 | 73 |



優勝した谷川 勤さん 73

学びの糧に

9月1日(木)、大崎上島大崎ライオンズクラブから、大崎上島中学校2年生へ寄附金が贈呈されました。この寄附金は毎年修学旅行で行っている東京都武蔵野市での商人体験の支援のために贈られました。大崎上島中学校2年生は、この体験を通して接遇やマナー、町の特産品等について学びます。同クラブの尾尻康二会長は「町の特産品を紹介し、販売することはいい体験になり、成長できると思います。頑張ってください」と激励しました。



中学校の体育館で贈呈

たくさんの仕事を学びました

9月5日(月)～9日(金)の5日間、大崎上島中学校の生徒2年生が町内の事業所で職場体験を行いました。次の文章は役場で職場体験を行った生徒の感想です。

「私は、今回役場でたくさんの事を学ぶことが出来てとても嬉しく思っています。どの課の方々もとても優しく、一つ一つの事を分かりやすく丁寧に説明してくださいました。税務係等では難しい用語や文章などがたくさん出てきましたが、それも分かりやすく説明してくださり本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

この5日間でたくさんの難しさ・辛さ・楽しさなどを味わったと思います。そして、向上心も芽生えたのではないかと思います。充実した職場体験となりました。本当にありがとうございました」



町の人に広報の取材中

古社八幡神社秋季大祭

～古式にのっとり厳かに挙行～

1週間前には汐汲み式が

9月10日(土)には祭りの始まりとして、盛谷集会所(本当屋)でメ下し式という儀式が行われ、その後海岸で汐汲み式が行われました。



本当屋近くの海岸では儀式の後、宮司さん・本当屋主・新当屋主により、海の汐が汲まれました。



汐汲み式で汲まれた汐は本当屋で保管され、秋季大祭の当日、神社の参道にまかれていきます。



東野地区の古社八幡神社の秋季大祭が9月18日(日)に挙行されました。この祭礼は本来旧暦の8月14日と15日の2日間行われてきましたが、最近では9月の第3日曜日に1日だけ行われています。

今年の担当区(当屋区)は盛谷区。その中で女の子のいる家を本当屋として、宮司さんを中心にさまざまな儀式が古式にのっとり行われ、地域の伝統文化が受け継がれています。

また、独特の姿をした奴の所作と口上も祭りを盛り上げました。



当日は雨の中みこしが巡行



権伝馬行事も町指定無形民俗文化財

町指定文化財の
古社八幡神社秋季大祭

大崎上島町では、町指定文化財として、重要文化財・有形民俗文化財・無形民俗文化財・史跡・天然記念物など108件が登録されています。

これらの指定文化財のうち儀式や祭礼行事など、形のない無形民俗文化財として、古社八幡神社秋祭り行事が登録されています。町指定無形民俗文化財としては、この他に住吉祭権伝馬行事、大西の神明祭が登録されており、いずれも大崎上島独特の伝統行事で、今に引き継がれています。

学校経営目標 明るく 楽しく 朗らかな 学校づくり

学校教育目標 自分を大切に 他人を大切に ふるさとを大切にする東野っ子の育成

～自分が好き 友だちが好き 学校が好き ふるさが好き～

6年生「大崎上島学」島の伝統文化 櫂伝馬体験！

東野小学校6年生は島の伝統文化について学習をしています。まず、7月7日(木)、長谷川南城先生に櫂伝馬の魅力についてお話を聞かせていただきました。そして、8月3日(水)、大崎上島町地域協議会や地域の皆様のご支援のもと、島内3小学校の6年生と大崎上島中学校1年生で櫂伝馬体験学習を行いました。



櫂伝馬体験活動後の感想

私は、櫂伝馬に乗ったことはありましたが、それほどたくさんの経験もなく、ばくぜんと「櫂伝馬はあるものだ…」という思いでした。しかし、今回長谷川先生や榎本先生、藤原先生の話がうかがって、櫂伝馬は島の宝であり、たくさんの人がそれを残そうと熱い心をもって、活動していることが分かりました。その熱い心はどこから来るのか、今回みんなで櫂伝馬体験をして少し分かったような気がしました。みんなの漕ぐ櫂が合った時に櫂伝馬が海の上を滑るように進むのがとても気持ちよく、きれいなこと、競漕している時に、みんなで「よいさ」の声を合わせて、しんどさを共有して最後まで漕ぎ切った満足感、漕ぐ人だけではなくお世話をする人、地域の人との心をつなぐ行事であることなどが分かりました。

私は実際に漕いでみて、櫂伝馬は本当に島の宝物だと思いました。櫂伝馬だけではなく秋祭りや太鼓など様々な伝統行事は同じ役割を果たしていると思います。自分も守っていくために何ができるかを考えて行動していきたいと思いました。

【東野小学校6年生児童感想】



地域とともに学校を創る



教育委員の活動報告

8月30日【第8回定例会議】

1 議事

● 日程第1 報告第17号

中国五稜町村教育長研究大会について

● 日程第2 報告第18号

給食メニューコンテストについて

● 日程第3 議案第17号

町議会9月定例会に提案する

予算案等について

● 日程第4 議案第18号

平成28年度就学指導委員会委員について

2 その他

9月28日(水)

第9回定例会議

10月5日(水)

木江幼稚園 公開研究会

10月7日(金)

東野小学校 公開研究会

10月21日(金)

大崎小学校 公開研究会

10月21日(金)

広島県公民館大会(尾道市民センターむかいしま)

10月22日(土)

五ヶ瀬町立学校オープンスクール(宮崎県西臼杵郡五ヶ瀬町)

【心の教室相談開設日】

日時 10月3日(月)、17日(月)、31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/>

全国高専体育大会に参加

8月中旬に東海北陸地区で第51回全国高等専門学校体育大会が開催されました。

本校からは7月に行われた中国地区大会を勝ち抜いた陸上・卓球・剣道・水泳の4競技に出場しました。

各競技においては、これまで培ってきた日頃の練習成果を存分に発揮し、団体の部では卓球男子優勝、個人の部では卓球女子シングルス準優勝、陸上競技女子やり投げ決勝3位の成績を納めました。



平成28年度大学COC事業シンポジウム2016を開催

9月3日(土)、本校の「地(知)の拠点大学による地方創生推進事業(COC)」の一環として、視聴覚教室でシンポジウムを行い、約100名の参加がありました。

本校一般教科朝倉教授・小河教授の2名が教育分野への取組みや今後の課題等について発表しました。

また地域おこし協力隊で公営塾「神峰学舎」の永幡氏・佐々木氏の両名から大崎上島町での教育支援活動の報告がありました。

参加者からは「大崎上島町での教育の現状への理解を深めることができた」「大崎上島には地元の人でさえ忘れていた文化があることを知り非常に興味深かった」との感想がありました。



広大オープンキャンパスに参加



8月19日(金) 1年次の『総合的な学習』の一環として、広島大学オープンキャンパスに参加しました。生徒は自分が希望した学部・学科のオープンキャンパスに参加し、将来の学業や職業への関心を高めました。

参加した生徒は「キャンパスの広さに驚いた」、「卒業後の進路を考えるいいきっかけになった」と話していました。

第1回大崎海星高等学校同窓会総会に参加

9月11日(日) 清風館において開催された第1回大崎海星高等学校同窓会総会に本校和太鼓部が参加し、オープニングアクトとして演奏しました。また、同会に本校教職員も参加させていただき、同窓生や来賓の方々と交流を深め、100名近い方々の前で本校の取組について説明をする時間を頂きました。地域と協働し生徒を育てていく本校にとって大変有意義な機会となりました。



部活動報告(運動部)

女子バレーボール部が広島商船高等専門学校のバレー部と合同チームを結成し、8月20日(土): 県知事杯(vs 文教女子高校)、27日(土): 尾三選手権大会(vs 尾道東高校)に参加しました。どちらも初戦で敗退しましたが、尾道東高校からセットを奪うなど健闘しました。ソフトテニス部は9月4日(日)に尾三地区新人選手権大会に参加し、2年生の岡本さん・久保岡さんペアが2回戦で敗退しました。同日、全国高校サッカー選手権大会広島県予選に臨んだサッカー部は、油木高校に敗れ、一回戦で敗退。9月3日(土)、4日(日)に行われた尾三地区新人戦に3名が出場した陸上競技部では、2年生の山根さんが400mで決勝に進出しました。



情報プラザ・エル

新刊本

- ☆四百三十円の神様
- ☆QJKJQ
- ☆ホームズ四世
- ☆柳屋商店開店中
- ☆巡礼日記-亡き妻と歩いた600キロ-
- ☆あなたの体は9割が細菌
- ☆蜜と唾
- ☆罪の声
- ☆あしたの君へ

絵本の読み語り

- ひまわり会
- 絵本のよみかたり
- 10/23(日) 10:30~
- 絵本
- 「たぬきのおつきみ」
- 紙芝居
- 「じゃがいもへんしーん！」

休館日

日	月	火	水	木	金	土
10/2	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	11/1	2	3	4	5

開館時間 10:00 ~ 18:00

英会話しませんか？

文・訳：山城 タラ

This summer, one of my best friends since elementary school came to visit me in Japan from Colorado! It was not only her first trip to Japan but also her first trip outside of America. It was also the first time we were meeting in 3 years! She enjoyed seeing the beautiful sights of Japan but one of her best memories was going to English conversation class in Osaki. We talked about all of the things we have done since she arrived as well as all the Japanese she has learned in one week. She also enjoyed listening to everyone's stories. She was happy to meet so many kind people on Osakikamijima. She was also happy to meet some students. She said she likes Osakikamijima and she hopes to come back again soon!



この夏休みに私の小学時代の親友が米コロラド州から日本に遊びに来ました！彼女にとって初めての日本だっただけでなく、海外旅行も初めてでした。そして、3年ぶりに会いました！最高でした。日本のきれいな景色を楽しんだけど、彼女にとって一番いい思い出は大崎の英会話教室でした。日本の一週間の旅行、日本語勉強などの話をしました。みなさんの話を聞くのも楽しみました。彼女は「大崎上島は親切な人が多くて、会えて、話ができてうれしかったです。かわいい生徒に会えてよかったです。大崎上島が好き、また絶対に遊びに来ます！」と言いました。



英会話教室は第1と第3月曜日の15時30分から17時までです。興味のある方、ぜひ一緒に英会話を楽しみませんか！

友だちと一緒に英会話教室
(前列左：タラさん)

■国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金額を満額に近付けるために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合は、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていないと追納することができません。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

追納のお申し込みを希望される方や追納に関するご相談については、三原年金事務所までお問い合わせください。

問【三原年金事務所】 ☎0848-63-4111(代)



県立安芸津病院より

☎0846(45)0055

かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を持つとう!!

薬剤科 池田恵美子

かかりつけ薬局とは？

どこの薬局を利用するかは、患者さんの自由ですが、いつも利用する薬局が決まっているとすれば、その薬局のことを「かかりつけ薬局」といいます。

「かかりつけ薬局」を持つことで次のようなメリットがあります。

- 過去に渡した薬や相談内容など（薬歴）を記録し、体調や体質を理解したうえで調剤します
- 薬の重複や飲み合わせをチェックし、副作用などを未然に防止します
- 病院・診療所の医師（歯科医師）の発行する処方内容を知ることができます
- 服薬指導をいつでも受けられます
- 市販薬の相談や副作用情報なども含め、健康に関する情報が受けられます

多数の病院、医院を受診していても、いつもの薬局で薬を受け取ることができます。また、顔なじみの薬剤師は、説明を受けやすく、質問もしやすいです。なんでも相談出来る「かかりつけ薬局」を持ちましょう。

こんなことがあったら、お近くの薬局（かかりつけ薬局）にご相談ください。



あいらんど便り

あいらんどは、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。障がいのある方や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。

～ピアサロン交流会～

11月20日(日)、大崎上島町において「ピアサロン交流会」が開催されます。

1年に1度、広島県内を持ち回りとして開催されている企画で、県内の身体・知的・精神障がいのある方々に参加を呼び掛けています。今年交流会の内容は、ゲーム・ピアトークなどが企画されています。

日時 11月20日(日) 10:30～15:30
場所 大崎上島開発総合センター
参加費 1,000円（お弁当代・お土産品代）
飲み物は、各自持って来て下さい。
申込締切 10月20日(木)

【ピアトークとは？】

障がいのある人同士、悩みやその人なりの考えを語り合う場です。日頃「どうせ話しても分かってもらえない」と思っている人。胸の中の想いを誰かに話したいと思っている人。参加してみてください。※動きやすい服装でお願いします。

皆さまのお申し込みをお待ちしております。



（昨年三原市三景園で行われた時の写真です。）

連絡先

大崎上島町生活サポートセンター あいらんど

☎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

～レモンの風味がきいたさっぱりした仕上がり～

広島県教育委員会では「ひろしま給食100万食プロジェクト」を進めています。これは栄養バランスがよい、「広島」らしい、おいしい、3拍子がそろった学校給食メニューを家庭や地域でも作っていただき、みんなが食べることで「食」に関する理解や意識を高めて、健康な生活を送ることをめざして行われています。今年度のキャッチコピーは「つくってみんさい 食べてみんない 栄養満点ひろしま給食」と題し「ひろしま給食メニュー」を公募し、応募総数3,022作品の中から5作品が決まりました。その中の優秀レシピ賞「ひろしまんぷく！シャキシャキサラダ」を子ども料理教室で実際に子どもたちと一緒に作ってみました。子どもたちの反応は「じゃが芋や人参をせん切りに切るのが難しかったけど名前のとおりシャキシャキとしておいしかった。おうちでも作ってみたい」、保護者の反応は「広島菜漬けやちりめんがアクセントになり、普段作ることのない料理でとても参考になった」等みんな楽しくクッキングが出来ました。「ひろしま食育ウィーク」(10/19「ひろしま食育の日」を含む週)から大崎上島町の学校給食でも登場するメニューです。ぜひ、子どもたちと一緒に家庭でも作ってみてはいかがでしょうか。

ひろしまんぷくシャキシャキサラダ

エネルギー	82kcal
たん白質	2.2g
塩分	0.6g



◎材料 (4人分)

じゃが芋 1個、人参 1/4本、広島菜漬け 40g、ちりめんじゃこ 12g、酒 小さじ1
くレモネーズソース
マヨネーズ 大さじ2、レモン汁 小さじ1

◎作り方

- ①じゃが芋、人参を太めのせん切りにする。
- ②広島菜漬けを5mmの長さに切る。
- ③人参とじゃが芋をゆで、冷ます(じゃが芋のシャキシャキ感が残るくらいに)。
- ④広島菜漬けとちりめんじゃこは酒をふってから炒り、冷ます。
- ⑤マヨネーズとレモン汁を合わせてレモネーズソースを作り③、④にあえる。

こんにちは、保健師です

【妊婦・乳幼児健診をきちんと受けましょう】

母子健康手帳を受け取って、説明の一番最初に聞く言葉が「健診」ですよね。母体の健康を守るだけでなく、子どもの健康、発育、発達などを診ますので、きちんと受けましょう。

①妊婦健診

妊娠届をもらってから赤ちゃんを産むまでに受ける健診です。14回受診します。(内訳は妊娠27週(妊娠7か月)まで4週に1回、妊娠28～35週(8・9か月)では2週に1回、妊娠36週以降(10か月)以降は1週間に1回です。)

※町での問題は、貧血の妊婦が多いことです。動悸や息切れ、立ちくらみをおこしたり、出産時の出血が止まりにくくなったりするので注意が必要です。

②乳児健診

赤ちゃんが生まれてから1歳になるまでに受ける健診です。身長、体重、頭囲、胸囲を計測し、大きくなっているか、目安となる時期までに「首がすわっているか」「寝返りができるか」「一人でお座りができるか」などの発達チェックを行います。

※「湿疹」がある子供が多いです。程度がひどければ皮膚科への受診をお勧めします。

③1歳6か月児健診

体の大きさの計測、小児科医の診察のほか、運動機能、ことばの理解、離乳食の完了や卒乳のことなどをお尋ねします。

※町で年4回実施しています。平成27年度の受診率は81.5%と県内で最低です。「集団の場に入っているから」ではなくきちんと健診を受けましょう。

④3歳児健診

体の大きさの計測、小児科医の診察のほか、アンケートによる目と耳の検査、色や数、絵の理解、前や上などの抽象的な理解のほか、社会のルールの理解や生活の基礎ができているかお尋ねします。

※町で年4回実施しています。平成27年度の受診率は74.4%で県内で最低です。目と耳の検査ができるのは3歳児健診だけです。この機会を利用してください。

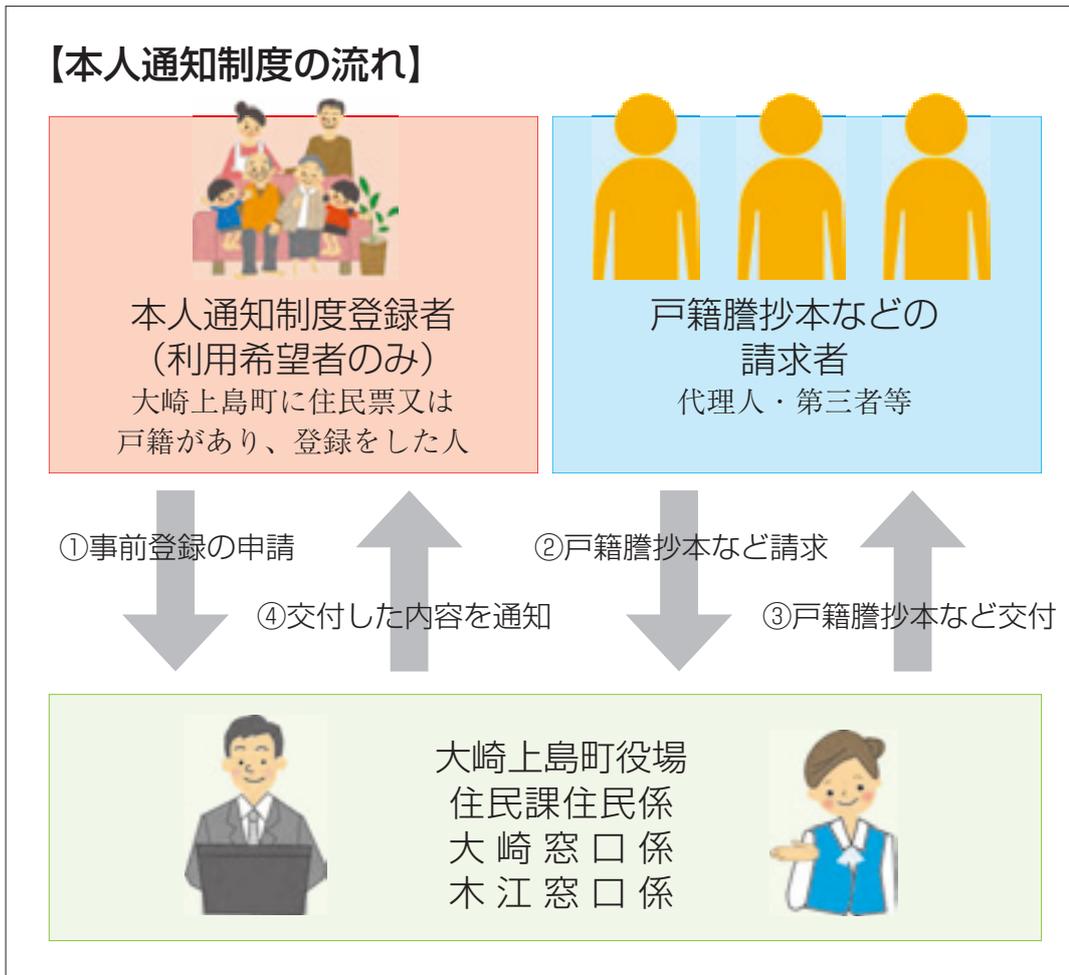
お気軽にご相談ください。

問保健衛生課 保健指導係 ☎62-0330

あなたの『個人情報』が狙われている？

登録型本人通知制度に登録しませんか！

岡住民課 住民係 ☎65-3113



■本町では、住民票の写しや戸籍謄抄本などの不正取得の早期発見、不正請求の抑止に効果があるとされる「事前登録型本人通知制度」を平成22年4月1日から実施しています。

■この制度は、本町に本籍または住民登録がある人が、事前に登録しておくことで、その人の戸籍謄抄本などを代理人や業者、弁護士などの第三者に交付した場合に、交付した内容を登録者本人にお知らせするものです。多くの人が登録することで、不正な取得や身元調査などの抑止力になります。

登録できる人

- ・本町の住民基本台帳又は戸籍の附票に記載されている人（住民基本台帳又は戸籍の附票から除かれた人を含む）
- ・本町の戸籍に記載されている人（戸籍から除かれた人を含む）

登録手続き

- ・この制度に登録を希望する方は、本人確認書類（運転免許証・個人番号カード等）を持参のうえ、次の窓口で登録の手続きをしてください。
- ・本庁住民課住民係
- ・各支所窓口係

通知内容

- ・交付年月日
- ・交付した証明書の種別及び通数
- ・交付請求者の種別（代理人・第三者等）

※交付請求者の氏名、住所等を通知することはできません。

通知対象となる証明書

- ・住民票の写し（除票を含む）
- ・住民票記載事項証明書
- ・戸籍謄本及び戸籍抄本（除籍を含む）
- ・戸籍の附票（除附票を含む）
- ・戸籍記載事項証明書

突然の警告表示はセキュリティソフトの広告かもしれません!!

【相談内容】

検索サイトを見ていたときに、画面の右側にピカピカと光る警告のようなものが表示された。そこには、「パソコンにエラーがあるので、無料ソフトをダウンロードするように」と記されていたのでダウンロードすると、次に「修復には有料で登録する必要がある」という画面が出た。すぐに画面を閉じたが、パソコンを立ち上げるたびに警告画面が表示される。

(60歳代 男性)



【アドバイス】

- ・パソコン操作中に突然現れる警告表示は、本当の危険やエラー等を知らせるものだけとは限らず、消費者の不安をあおりソフトの購入手続きに誘導する「広告」の可能性があります。信頼できる表示かどうかわからない場合には、クリックしないようにしましょう。
- ・広告などの警告表示が出る原因の一つとして、パソコンのOS（基本ソフト）やアプリケーションが最新の状態でない場合に、ウェブサイトを開覧した際などに、意図せず警告を表示させるプログラムなどが埋め込まれることが考えられます。常に最新の状態に保ちましょう。

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）

地域振興係 ☎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

平成28年全国地域安全運動の実施について



～防犯のこと もっとしっかり かんがえよう!～

～高齢者の交通事故防止について～

★運動期間 10月11日(火)～10月20日(木)

★減らそう犯罪の日 10月11日(火)

広島県では、平成15年から「減らそう犯罪」ひろしま安全なまちづくり推進条例により、全国地域安全運動の初日である、10月11日を「減らそう犯罪の日」と定め、犯罪の防止や犯罪が起こりにくいまちづくりについての知識の普及などの活動を実施しています。

★運動重点

1 子どもと女性の犯罪被害防止

- ・暗い夜道の一人歩きをする際は、携帯電話の操作などに気を取られることなく、後方に不審な人物がいないか注意して歩きましょう。
- ・お子さんには、「いかのおすし」（知らない人にはついていかない）（知らない人の車にはのらない）（何かあったらおおごえをだす）（何かあったらすぐに逃げる）（何かあったらしらせる）を守るよう教えましょう。

2 特殊詐欺被害防止

- ・「現金を送れ」「ATMで還付金が受け取れる」などの電話は全て詐欺の電話です！

7月末現在、県内の交通事故死亡者数の半数以上（50人中28人）を65歳以上の高齢者が占めており、道路横断中の事故や車両単独事故による交通死亡事故が多発しています。

高齢者の交通事故を防ぐためにも、

●反射材用品等の活用

夕暮れや夜間の外出の際には、明るい服装を心がけ、反射材用品等を活用し、ドライバーにアピールしましょう。

●道路を横断するとき

信号機がある場所や横断歩道を利用し、しっかりと左右を確認してから横断しましょう。

●シートベルトを正しく着用する

シートベルトを着用しないと「車外に放出されるなど自分自身への大きな被害」「他の同乗者へ衝突して危害を与える危険性」があります。万が一の交通事故被害を軽減するためにも、シートベルトは全席正しく着用しましょう。

ひろしま空の日2016 ふれあい秋まつり

今年もふれあい秋まつりが開催されます。

日時 10月16日(日) 10時～15時
場所 広島空港ターミナルビル及び周辺施設

内容 ・スタンプラリー大会
受付は10時からで定員2,000人(受付先着順)。
・空港で働く車展示会
・麻薬探知犬デモンストレーション
・管制塔見学(事前申込有)
・フライトシミュレーター体験
・海上保安庁航空基地見学会
・航空会子ども制服着せ替えコーナー
・飲食、物産バザーなど

☎0848-67-6011
FAX 0848-64-7101

☎0848-67-6011
FAX 0848-64-7101

男性のヘルシークッキング講座

食事づくりの基本をテーマにクッキング講座を開催します。

日時 11月10日(木)

9時30分～13時

場所 木江保健福祉センター

対象 60歳代・70歳代の男性

募集人員 20名(定員になり次第締め切り)

参加費 200円(食材料一部負担含む)

☎080-5753-4483

申込方法 10月31日(月)までに大崎

上島町食生活改善推進員協議会
支部長へご連絡ください。

木江支部長(福本…☎62-0316)
大崎支部長(三村…☎64-4277)

東野支部長(閑…☎65-3419)
☎大崎上島町食生活改善推進員協議会

ピアノミニコンサート開催

幼稚園児から77歳までの町内外の方々が演奏します。ピアノのみならず、歌や他楽器とのコラボも町民とスタインウェイピアノが主役のコンサートに、ぜひお越しください。

ゲスト 山崎有紀子、望月友利栄
アンサンブルレジーロ

開催日 10月30日(日)

開場 12時(開演12時30分)

場所 大崎上島文化センター

ホール神峰

☎ピアノミニコンサート実行委員会(円山)

☎64-2062

オキウラマルシェ出店者募集

フリーマーケットや農作物、加工品、雑貨等の出店者を募集します。

日時 11月13日(日) 10時～14時

場所 沖浦漁港観光物産館横広場

申込締切 10月20日(水)

☎080-5753-4483

☎080-5753-4483

ひろしま農業経営者学校 受講生募集!

広島県では、農業者の経営スキルの向上を目的に「ひろしま農業経営者学校」を開催しています。専門的な知識を学び、農業経営のステップアップを目指しませんか。

時間 各コースとも9時～16時
場所 東広島会場：広島県農業技術センター(東広島市八本松町原6869)
北広島会場：北広島町役場
(北広島町有田1234)

受講料 経営開始コース、経営改善コース…1経営体あたり2万円(ただし、経営開始コースで

経営開始後1年未満の個人は5千円)

課題解決コース…1経営体あたり1万円

※詳細は広島県庁HP「ひろしま農業経営者学校」で検索

☎082-578-8511

(広島県が㈱インテリジェンスに委託して行っています)

消防・防災フェア

消防車の写生、救助訓練体験、はしご車体験搭乗、気象台の防災講話、AED取扱い体験、防火服を着て記念撮影など多数体験できます。※昨年同様、消防写生大会を同時開催します

日時 11月6日(日) 10時～15時

場所 東広島市消防局

持込 絵の具など絵が描けるもの、画板、レジャーシート、タオル(放水体験・降雨体験)

※画用紙は当日配布

☎082-422-6341

☎082-422-6341

☎082-422-6341

コース名	対象	会場	開講日
経営開始コース	経営開始前又は経営開始後1年未満の方	東広島	11月14日(月)、22日(火)、29日(火)、12月6日(火)、13日(火)、20日(火) (全6回)
経営改善コース	経営開始後1年以上で課題発見に取り組む方	北広島	12月12日(月)、19日(月)、1月10日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火) (全6回)
		東広島	12月22日(木)、1月12日(木)、19日(木)、26日(木)、2月2日(木)、9日(木) (全6回)
課題解決コース	経営開始後1年以上で課題解決に取り組む方	東広島	2月7日(火)、13日(月)、21日(火) (全3回)

上下水道料金種別のお知らせ

大崎上高町の家庭用上下水道料金の種別は、次の表のとおりです。料金種別の変更は、役場窓口への届出用紙の提出が必要です。また、対象から外れる場合も申請してください。

水道*	種別	基本料金(毎月)	超過料金(1㎡につき)
	水道	一般料金	10㎡まで1,620円
一人暮らし老人料金 (町内在住の、65歳以上の一人暮らし世帯)		4㎡まで518.4円	5~10㎡ 183.6円 11㎡以上205.2円
下水	種別	基本料金(毎月)	人数加算
	一般料金	1世帯2,700円	世帯員2人目より、 1人あたり432円加算 (一般料金は、3歳以下免除)
	高齢者家庭料金 (町内在住の、全世帯員が70歳以上の世帯)	1世帯2,160円	

※水道料金は、基本料金とは別に、口径に応じたメーター使用料がかかります。

10月17日(月)~23日(日)は 行政相談週間

皆さんは、毎日の暮らしの中で、行政に関して「どうしたらよいのかわからない」「こうしてもらいたい」といったことを感じたことはありませんか。総務省の「行政相談」は、そのような苦情や意見・要望を解決するとともに、これを基に行政運営の改善につなげていく活動です。

大崎上高町においては、総務大臣から委嘱を受けた3人の行政相談委員が、次の日程で相談を受け付けています。相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

- 日時・場所**
- (1) 10月12日(水) 10~15時
役場木江支所 2階第1会議室
 - (2) 10月13日(木) 10~15時
役場本庁 2階会議室
 - (3) 10月14日(金) 10~15時
大崎上高開発総合センター研修室1

担当する行政相談委員(総務大臣委嘱)

蒔田弘委員、中石絹代委員、濱本隆委員

中国四国管区行政評価局でも、苦情や意見・要望を受け付けています。

【行政苦情110番】

☎0570-090110

※PHSや一部IP電話等について

では、ご利用できない場合があります。その場合は、082-222-1100におかけください。

※ご相談のお電話は、相談内容の正確な把握のため、録音させていただきます。

☎総務企画課 庶務係

☎65-3111

浄化槽はきちんと使って きれいな水に10月は 「浄化槽月間」です

10月1日は「浄化槽の日」です。この日にちなみ、広島県と県内の各市町では、10月を「浄化槽月間」と定めています。

浄化槽は、微生物の働きによって汚水を浄化しています。正しく使用しないと悪臭を放ち、環境汚染の原因にもなります。日ごろから正しく使用し、定期的に保守点検・清掃を行い、年1回の法定検査を必ず行いましょう。浄化槽を使用・管理している方には、法律(浄化槽法)で定められている次の3つの義務があります。

▼保守点検(保守点検業者へ依頼)
浄化槽の機能点検・調整、装置の修理、薬剤の補充などを行います。

▼清掃(清掃業者へ依頼)

浄化槽の内部に生じたスカム(汚泥)などを、定期的に抜き取り、

浄化槽からの汚泥の流出や、悪臭の発生などを防止します。

▼法定検査(指定検査機関へ依頼)

放流水質が基準を満たしているかを中心に、外観検査・書類審査を行い、不備がある場合は、原因を追究し、改善を促します。

法定検査は、広島県が指定した次の検査機関が行います。

・公益社団法人 広島県環境保全センター

☎082-849-6411

・公益社団法人 広島県浄化槽維持管理協会

☎082-546-2168

☎保健衛生課 環境衛生係

☎62-0303

電子メール・FAXによる 119番通報について

聴覚や言語機能に障がいのある方を対象に、電子メール・ファクスでの119番通報を受け付けています。利用するには、利用申込書による事前登録が必要です。利用申込書は、消防署にあります。また、東広島市のホームページからもダウンロード可能です。

※119番通報の際は、なるべく正確な住所や目標物、現在の状態などをお知らせください。

☎東広島市消防局指令課

☎082-422-0119

FAX 082-423-8243

求人情報コーナー

主な求人事業所 (株)ウエノ、医療
 法人社団 ひがしの会、(株)オオ
 サキ、社会福祉法人 大崎上島
 町社会福祉協議会、拓興業(株)、
 (有)金谷工業、(有)吉岡鉄工所、(有)
 トヨタマリンなど

※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。
 〇八四六―二二―八六〇九
 共職業安定所竹原(広島西条公
 園ハローワーク竹原)

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。

4月分の削減効果は、
 切替えた方の人数 433人
 削減された金額 1,042,803円
 保健衛生課 保健指導係 ☎62-0303

特定健診を受けましょう!

特定健診は、生活習慣病予備群
 であるメタボリックシンドローム
 該当者や予備群を見つけるための
 健診です。

高血圧や糖尿病などの生活習慣
 病は自覚症状がないまま進行して
 いきます。生活習慣病が重症化し
 た場合、高額な医療費がかかる上、
 日常生活も制限されてしまいます。
 そうならないためにも、年に一
 度は健診を受け、自分の健康状態
 を知るとともに生活改善や健康に
 ついて考える良い機会にしてくだ
 さい。

秋の集団健診を次の日程で実施します
 対象者 40歳〜74歳で町国保加入
 者、被用者保険の家族の方

※申込みをされていない方も当日
 受付で受診ができますのでご利
 用ください。
 持つてくるもの
 ・健康保険証 ・受診券

※被用者保険の家族の方は、健診
 当日までに受診券を取得してお
 いてください。

注意事項 受診の際は、食事をし
 ないでお越しください。
 ※国民健康保険加入者の方で、勤
 め先で健康診査を受けた方は、
 健診結果を役場へご提出いただ
 くことで、特定健診を受診され
 たこととなります。受診率向上
 のために、ご協力ください。

秋の集団健診日程

月日	10月24日	10月25日
会場	大崎上島開発 総合センター	東野保健福祉 センター
受付時間	9時30分~11時	

保健衛生課 保健指導係
 ☎62-0303

住宅を新築・改築される
 方に補助します

町では、地域経済の活性化及び
 町民の住環境の向上のために、自
 己の居住する住宅の新築・改築の
 工事をする方に助成金を交付して
 います。工事費が30万円以上のも
 のに対し、工事費の10分の1、最
 大30万円を助成します。

《助成対象者》

- ・大崎上島町に住居登録を有する者
- ・助成対象工事の完了までに住民
 登録を有することができる者
- ・町税等の滞納がない者

《助成対象住宅》

- ・助成対象者が所有する住宅
- ・所有者が改築することに承諾し
 ている住宅

- ・自己の居住用に供している又は
 供する予定の町内にある住宅
- 《助成対象工事》
- ・建築基準法に違反しないこと
- ・町内の業者が施工する工事であ
 ること
- ・助成対象工事費(税込)が30万
 円以上であること
- ・助成金の交付決定後に着手する
 こと
- ・平成28年3月末日までに工事を
 完了し、実績報告書の提出がさ
 れること
- ・他の補助金制度を受けていない
 工事であること

※別途相談の上、審査により可能
 《助成金額》

- ・工事費用の10分の1に相当する
 額以内かつ、30万円を限度とする。
- ※助成対象者が居住する住宅本体
 部分に係る工事に限ります
- ※外構工事や家具・家電製品等は
 対象になりません
- ※助成金の申請は1人につき1住
 宅限りです
- ※施工業者が助成対象者の代理で
 申請等行う場合は委任状を提出
 してください

※助成対象者と住宅の所有者が異
 なる場合は、所有者の同意書を
 提出してください

建設課 土木耕地係
 ☎65-13124

月	日	曜	行 事 ・ 場 所 ・ 時 間	予防接種	
10	7	金	健康相談：木江会館 (受付) 13:10～13:30	10月3日(月)～10月31日(月) 日本脳炎1期・2期	
	8	土	「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8:00～ 認知症カフェ：オレンジハウス 13:00～15:00		
	9	日	恵美須神社秋祭り：沖浦 町民体育大会（大崎・東野）		
	14	金	こころの健康相談：木江支所 13:30～16:00		
	15	土	「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8:00～		
	19	水	育児相談：東野保健福祉センター (受付) 10:00～11:00 断酒会：東野保健福祉センター 18:30～20:00		
	21	金	部落解放・人権政策の確立を求め大崎上島集会：大崎上島開発総合センター 18:30～ 認知症カフェ：オレンジハウス 9:30～11:30		10月3日(月)～10月8日(土) 四種混合1期 三種混合2期
	22	土	「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8:00～		
	23	日	日吉神社秋季大祭：原田 絵本のよみかたり：情報プラザ・エル 10:30～		10月17日(月)～10月22日(土) 麻しん風しん1期・2期
	24	月	秋の健（検）診：大崎上島開発総合センター (受付) 8:00～10:00		
	25	火	秋の健（検）診：東野保健福祉センター (受付) 8:00～10:00		
	29	土	「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8:00～		
11	1	火	食育講座：木江保健福祉センター 10:00～11:30		
	4	金	こころの健康相談：大崎上島開発総合センター 13:30～16:00		
	5	土	「南の里」朝市：沖浦観光物産館 8:00～		
	6	日			

休日当番医	10/2 (日) ときや内科 ☎63-0001	耳鼻咽喉科診療所	10月の診療日 8日(土)・29日(土) ※今月は、第4土曜日を第5土曜日に変更させていただきます。	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
	10/10 (祝・月) 射場医院 ☎65-3304		受付時間 13:00～17:00		外科 日曜・祝日 9:00～18:00 10/10・16・30 馬場病院 ☎0846-22-2071
	10/23 (日) 円山医院 ☎64-2062		診療開始 14:00～ ☎67-3311		10/2・9・23・11/3 安田病院 ☎0846-22-6121
	11/3 (祝・木) 田村医院 ☎63-0311				(注) 事前にお電話を!!

10月の納付は…

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、10月31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。

☎住民課 税務係 (本庁) ☎65-3114

年金相談のご案内

日 時	10月20日(木) 10:00～15:30 (完全予約制) ※2日前までに本人が電話で要予約
場 所	東野保健福祉センター 保健指導室
相談内容	年金受給に関すること等年金制度一般 (社会保険労務士が担当します。)
申込締切	10月18日(火)

問・申 三原年金事務所
☎0848-63-4111(代)
(音声番号1を選択し次に2)

10月生まれの わんぱくちゃん 1歳のHappy Birthday



まえもと じゆん
前本 純ちゃん(向山区)



たなか つぼみ
田岡 芽実ちゃん(大西区)



生まれ!わんぱくちゃん

12月に1歳の誕生日を迎える、町内にお住まいのお子さんの写真をお寄せください。宛先は、住民課人権・広報統計係または各支所窓口係。氏名(ふりがな)・生年月日・住所(地区名)・保護者名・電話番号を明記してください。期限は、11月7日(月)。

✉ jumj03@town.osakikamijima.hiroshima.jp

町住民課 人権・広報統計係 ☎ 65-13114

季語に親しむ

神峰俳句クラブ

秋風や瀬戸に向き合ふ句碑の翳

秋暑し十指を入れて髪に風

ひと刷毛の雲染め残す花野かな

川崎 雅子

松岡 時子

馬越 幸江

南風俳句会

河童忌や川の流れの細くして

一服のほうじ茶香る溽暑かな

昼深し風鈴の詩夢ごこち

横本三四郎

植田とも子

中崎 裕子

木江神潮俳句会

野仏に紅の帽子や小菽咲く

水べよりはじまる日暮れ秋の瀬戸

母の忌来る浮かびて消えて虫の夜

小川 知女

山本 京子

小池 華子

大崎美浜荘俳句クラブ

盆の朝電話の声に癒さるる

登園の車のラジオ処暑と言ふ

さざ波や小舟と揺るる秋かもめ

望月 清子

河下キクエ

岡田 昭美

東野公民館俳句会

秋風や潮の匂ひを運びたる

連に翹ふるわすや赤とんぼ

内海へつづく浦道萩の花

谷本 佳子

藤原千紗子

梅澤 恵子

編集後記

朝と夜の澄んだ空気を吸い込むと、秋が深まってきたと実感します。涼しくなってきたので、暑くてさぼりがちになっていたウォーキングを再開しました。歩いているといろんなところで秋をみつけられます。季節の変わり目を感じるのは好きですが、日中と朝晩に気温差があり、体調管理が大変です。これからもっと冷え込みが強くなりますが、体調に気をつけてお過ごしください。



発行日 2016年10月7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>