

広報
おおさき
かみじま

みんなでつくるまちの情報紙

大崎上島

@sakikamijima

2018 July 07
vol.184

02 / 平成 29 年度ふるさと納税実績報告

04 / まちのできごと

12 / 保険税、保険料に関するお知らせ



人口と世帯（5月末現在）

人 □ 7,646人（△17）【男性：3,773人（△11）女性：3,873人（△6）】

世帯数 4,290世帯

（ ）内は前月比

平成29年度

ふるさと納税実績報告

平成29年度（平成29年4月1日から平成30年3月31日まで）の寄附の状況やその使いみちなどについて報告します。

町では、「ふるさと納税制度」がスタートした平成20年から「大崎上島町ふるさとづくり基金条例」に基づき、いただいた寄附金を、まちづくりに活用しています。

平成29年度もたくさんの方々から寄附金とともに応援メッセージをいただきました。皆さんの想いに応えられるよう努めてまいりますので、引き続き大崎上島町へのご支援・ご協力をよろしく願います。

なお、総務省の通知により、平成29年4月から町内在住者への返礼品については、送付することができなくなりましたのでご了承ください。

1. 平成29年度寄附額 15,841,000円

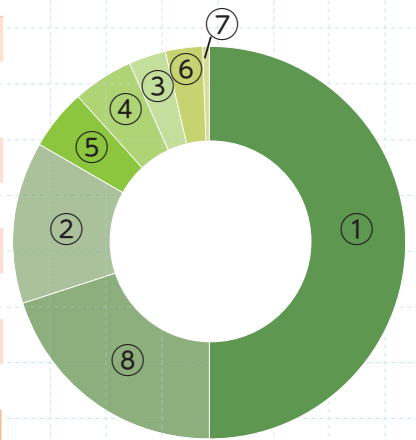
寄附者数と金額の推移

平成29年度	274件	15,841,000円
平成28年度	93件	12,990,000円
平成27年度	45件	8,259,000円
平成26年度	59件	2,952,000円
平成25年度	37件	1,004,000円

2. 寄附者意向別件数

寄附者が選択する寄附金の使い道

①町長におまかせ	101件	7,943,000円
②元気に住みたい気持ちを実現するまちへ	36件	2,100,000円
③地域を愛する人を育てるまちへ	20件	521,000円
④美しく住みよい環境で暮せるまちへ	23件	775,000円
⑤大崎上島流の元気産業を育てるまちへ	30件	800,000円
⑥明日を担う人づくりと交流のまちへ	19件	482,000円
⑦理解と協働でつくられるまちへ	3件	50,000円
⑧AUSTへの支援	43件	3,170,000円
合 計	274件	15,841,000円



それぞれの使い道の内容

- ①生活基盤の充実、産業振興、交流促進、教育・文化など
- ②健康づくりや地域医療、高齢者対策、次世代育成、子育て支援、障がい者自立支援、地域福祉、生活困窮者支援など
- ③生涯教育、幼児教育、学校教育など
- ④道路・交通、快適な居住環境、暮らしの安全、環境衛生、情報通信など
- ⑤農林水産業、工業、新エネルギー、大崎上島流産業の育成、雇用の創出、就業環境の整備など
- ⑥定住促進、人を尊ぶ地域づくり、コミュニティ活動、人づくりと交流活動など
- ⑦住民参加と情報公開、広報・情報提供・広聴活動、行財政運営、広域行政など
- ⑧アトランティック大学と共同で21・22世紀型大学の誘致など

ご寄附は、
ふるさとぷらすから



◀ 29年度から、インターネット受付を開始しました



3. 活用事例

皆さんからいただいた寄附金の活用事例を一部紹介します。

- ▶大崎上島中学校クラブ
活動費
部活動に係る費用の支援



- ▶道路維持管理
通行車両や歩行者の安全のため、草木の伐採などを実施



- ▶観光振興費
町の観光振興に係る諸費用に使用



- ▶PR 広報活動
町の広報活動に係る諸費用に使用



- ▶保健事業、高齢者福祉事業
町民の健康を維持するための各種事業の実施



- ▶大学誘致団体支援
教育の島の推進に向け、AUST への支援を実施



ご寄附くださった皆さん、ありがとうございました

※平成 29 年度の寄附者で公表に同意された方のみ掲載（敬称略）

北海道
藤原 貴幸

宮城県
小野ゆき子

茨城県
鈴木 昇
曾田 吉司

埼玉県
青木 俊朗
鈴木 真成
永井 穰

東京都
大瀬 博
土屋 由里
原 秀一
筒井 伸子
和田真知子

加藤 栄二
安田 裕明
樋口 絢子
木下 雅裕
有馬 充美
横山 響子
鈴木 洋樹
笹木 俊介
安福 祥三
佐藤 綾子
梅沢 尚隆
平田 充昭
中野 賢
中野 陽子
藤原 善晴
依藤 伸弥
松島 康浩
丸山 愛
春川 智

千葉県
森本 之仁
國廣 孝徳
松本みさき
青木 尚彦
相川 敬
伊藤 享洋
松崎 伸也

神奈川県
田丸 幹雄
小野 真路
加藤 博明
松永 直子
松本 光希
河淵 啓良
飯田 修一

愛知県
内海 清光

三重県
平山 克哉

京都府
畠中 貴弘
吉田 泰輔

大阪府
水橋 健二
巽三 三男
三村佳代子
丸嵯 秀人
寺川 智子
服部 高治
前川 友明
森 振一郎
伊藤 眞弓
高橋 康二
野上 敏弘
江崎 秀治

兵庫県
末永 航
坂田 穰
長尾ひろみ
末延 芳正
藤崎 宣友
木本 浩一
井内 龍吾
上田理恵子
羽毛田 勉
江花 淳
山水 義則

広島県
日高 久子
平野 誠治
笹村 和博
浜中 和子
三上 嘉彦
久保井邦宏
奥本 松樹

川本 達志
望月 年治
岡本 悦生
高木 栄次
岡野 友貴
市川 和雄
青木 透
松原 広次
津組正二郎
廣島 里恵
杉原 正夫
望月 豊博
西岡 隆
藤井 真澄

福岡県
古賀 茂
平山 透
岩本 福子
古賀 秀策



皆の力をひとつに

5/27 木江地区の町民体育大会が木江小学校のグラウンドで開催されました。綱引きや玉入れ、リレーなど計14種目を5チームが競技。がんばる選手たちの姿に、応援にも力が入りました。

接戦を制したのは、昨年に引き続き、天満・野賀チーム。そのほかの結果は次のとおりです。

優勝 天満・野賀チーム
準優勝 岩白・宇浜・郷チーム
3位 木越・三里浜チーム
職場団体リレー優勝
Rattle boeuf



きれいにみがいて虫歯ゼロ

6/4 6月4日(月)から10日(日)の「歯と口の健康週間」に合わせて、町内の各幼稚園で歯科健康教室が行われました。

歯科衛生士による、むし歯予防のお話や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」と喜んでいました。

また、保護者の方には、みがき残しの多い箇所の確認や、みがき方を指導。みなさん、熱心に取り組んでおり、仕上げみがきの方法や大切さについて理解を深めることができました。



きれいな景色で気分リフレッシュ

6/3 毎年恒例の神峰山ウォークに、今年も町内外からたくさんの方が集いました。今回はいつもと趣向を変え、山登りの前に藤原農園でいちご狩りを体験。甘く熟したいちごをお腹いっぱい食べた後、神峰山の頂をめざしました。

山頂では、達成感とともに景色を堪能しながら昼食をとり、下山後は清風館の温泉でさっぱりリフレッシュ。町外から参加された方々は「綺麗な景色に心が洗われました」と満足した様子で帰られました。



教育長再任

6/5 町は、6月5日(火)付けで任期満了となった教育長の出口一伸氏を再任しました。任期は3年間です。

「このたび3期目を務めさせていただくことになり、あらためて職責の重大さを痛感し、身の引き締まる思いであります。今後教育に係る様々な課題に真摯に取り組む、町民の皆様のご期待に添うべく、微力ではありますが努力して参る所存ですので、どうぞ教育行政に一層のご理解とご鞭撻をたまわりますようお願いいたします」



みんなでワイワイ交流会

5/27 大崎上島町学習交流センターで、第1回島親交流会が行われました。

当日は、センターを利用して海星高校の生徒がバーベキューを用意。保護者や島親の皆さんに焼き方を教えてもらいながら、日頃の感謝をこめて振る舞いました。その後は、和気あいあいとした雰囲気の中でペタンクを楽しみ、交流を深めました。今後も様々な催しを行う予定です。

島親とは：町外から来た生徒の暮らしを支える方のこと



いざという時に備えて

6/17 大崎上島町消防団中級幹部訓練が盛谷へリポートで行われました。

訓練では、部隊訓練のほか、より実践的な中継送水訓練も実施し、消防団幹部としての自覚と指導能力の向上を図りました。

※中継送水訓練とは：水利から火点まで距離がある場合や高低差がある場合、複数の消防ポンプを中継して送水を可能とする訓練。各ポンプ間の微妙な圧力の調整や団員個々の連携が必要な高度な送水訓練です。



今月の表紙 赤ちゃんとふれあい

6/20 大崎上島中学校の3年生は、命の尊さや子育ての大切さを総合的な学習の時間の中で学んでいます。この日は、乳幼児健康診断に来た赤ちゃんや保護者の方に協力をいただき、実際に赤ちゃんといふれあう体験をしました。赤ちゃんの服の着脱や抱っこの仕方を事前に練習してはいたものの、泣き、動き回る赤ちゃんに戸惑う姿も。保護者の方から子育ての体験談を聞いたり、離乳食の試食をしたり、特別な経験ができた1日となりました。



文・訳 パドバノ・ニコラス

ALTの English Lesson

Mongolia

During Golden Week, I went on a trip to Mongolia! I only knew about Mongolia from history textbooks, so I was excited to see the country for the first time!

Mongolia has a population of about two-million. And more than half of their population lives in their capital city Ulaanbaatar. So the city is really crowded! If you want to leave the city, there are only two paved highways you can take. Outside of the city, the people live as nomads in homes called 'gers'. The country is beautiful with lots of big hills. And there are animals everywhere.



ゴールデンウィーク中、モンゴル旅行に行ってきました。私は歴史教科書からモンゴルについて知っていただけなので、初めて見る国にワクワクしました。

モンゴルの人口は約200万人です。人口の半分以上が首都ウランバートルに住んでいます。だから街は本当に混雑していました。あなたが街を出るとき、舗装された高速道路は2つしかありません。街の外では、人々は "ゲール" と呼ばれる家庭の遊牧民として住んでいます。多くの大きな丘があり美しい国です。そしてどこにでも動物がいます。

スクリーン レポート

担当

三原特別支援学校大崎分教室

●第18回運動会を実施

4月に新入生2人を迎え、生徒5人となった分教室。6月2日(土)に行われた第18回運動会には、町長をはじめ地域の方々にたくさん参加していただきました。たいへんありがとうございました。チーム旗やポスターの製作、案内状作りや案内状配り、競技の練習など、この日までに5人が協力して準備してきました。当日は休む暇もなく、準備・召集・アナウンス、それに選手として走り回っていた生徒たち。適度な緊張感をもちながらも、自分の力を十分に発揮することができ、充実した1日となりました。



●月1カフェでおもてなし

高等部では、作業学習で学んだ知識や技能を活かし、地域貢献活動の一つとして、月に1度校内(大崎小敷地内)でカフェをオープンしています。地域の皆様とつながる場をめざして「縁(ゆかり) カフェ」と生徒が命名しました。授業で学んだ食品加工技術を活かし、町の特産品を使ったクッキーやマドレーヌを製作しています(「コーヒ」は、くぐり門珈琲の上島ブレンド豆を使用)。来店くださった方々に喜んでいただこうと笑顔を絶やさず接客サービスに取り組んでいます。次回は7月18日(水)10時30分から11時20分の時間にオープンしますので、皆さんぜひお越しください。



大崎上島中学校

「挑動 ～さらなる高みへ共に～」

大崎上島中学校、平成 30 年度生徒会のスローガンは『挑動～さらなる高みへ共に～』です。
全校生徒に公募し、その中の言葉にインスピレーションを受けて生徒会で決定しました。
生徒総会で発表されたこのスローガンにはこんな思いが込められています。

様々な活動、行事に挑戦し続けること。諦めない、挑戦する、相手を思いやる等、ひとり一人が心を動かすこと。そして、104 人の心が一つになり、さらなる高みへ進むことをめざしています。仲間と共に、時には良きライバルとして皆で頑張っていきましょう！



大崎上島中学校には写真のような日常があります。整然と並べられた自転車。先に来た者が端からきちんと並べることで、次に来る人に思いをかけている実事です。当たり前と思われるかもしれませんが、靴箱もこの通り、ひとり一人かかとを揃えて入れています。ほんのわずかな心がけが、人のことも自分のことも大切に、何事にもあきらめずに挑戦していくことにつながると思います。

104 人みんなが輝けるよう、生徒が主体的に考え、様々な実践を積み重ねていく様子を楽しみにしててください。



教育委員の活動報告

【第5回定例会議】

5月30日(水)

日程第1報告第7号 大崎上島町

教育委員会教育長の任命について

日程第2報告第8号 全国町村教

育長会について

日程第3報告第9号 町議会5月

臨時会で承認した補正予算につ

いて

日程第4報告第10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

委員名簿について

日程第5議案第12号 町議会6月

定例会に提案する補正予算案等

について

日程第6議案第13号 学校給食運

営委員会委員について

日程第7議案第14号 大崎上島町

教科書用図書採択事務に 関す

る規約の改正について

日程第8議案第15号 平成31年度

使用教科用図書採択に係る選定

委員について

日程第9議案第16号 平成31年度

使用教科用図書採択に係る調査

委員について

心の教室相談開設日

日時 7月9日(月)・23日(月)・8月

6日(月) 12時～17時

場所 大崎上島文化センター楽屋

【こんにちは、保健師です】

口から食べる幸せ

「口から食べる」ことは元気な人にとっては、当たり前のことですね。しかし高齢化によって口から食べることが難しい高齢者が増えている現実もあります。

口から食べるということは「よく噛む(咀嚼^{そしゃく})」こと「しっかり飲み込む(嚥下^{えんげ})」ことが必要です。歯や入れ歯の不具合なら自分で気づき、治療できますが、飲み込む(嚥下)ことの不具合はなかなか気づけません。「水やお茶でムセることがある」「硬いものが食べづらい」「食べこぼしが増えた」など些細な変化が、飲み込みが悪くなる前兆と考えられます。これらの根本的な原因は主に筋肉の衰えで起こる場合が多いと考えられています。

筋肉量が減少したり、筋力が低下したり、身体を動かす機能が低下することを「サルコペニア」と呼びます。また、筋肉の衰えにより、「ムセが増えた」「硬いものが食べにくい」などの小さなきっかけは、気分の落ち込みを招き、精神的・社会的にも弱っていくことがあり、これを「フレイル」といいます。フレイルの初期段階は口に関するトラブルを持っている場合が多いので、「オーラル(口腔)フレイル」とよばれています。

サルコペニアは避けることはできません。特に口の衰えを予防するためには、日頃から口を動かすことが大切です。会話をする、笑う、カラオケを楽しむ、よく噛んで食事をするなど、意識してみましょう。そして、歯ブラシや義歯、口の中を清潔に保ち、歯科医院で定期的に健診をするなどして、口の中を健康で清潔な状態に維持できるようにしましょう。

岡保健衛生課 保健指導係 ☎62-0330

【県立安芸津病院より】

骨の強度を高めるコラーゲン

2回に分けて、「骨」についてお話させていただきます。

骨粗しょう症の人は、国内に1,280万人いると推計されています。高齢社会をむかえ、今後も急増することが見込まれることから、骨の健康はすべての人にとって、重要なテーマとなっています。

骨粗しょう症の予防には、カルシウムを多く取って骨量(骨密度)を増やすことが大切だということは、よく知られています。もちろん間違いではありませんが、近年、骨量が平均より多いのに大腿部骨折などを起こす人が目立ってきています。その原因について、最近の研究から、人によって「骨質」に違いがあることがわかってきました。

骨量と骨質…この2つは、どう違うのでしょうか。骨の成分といえば、カルシウムを連想しますが、それだけでなく、コラーゲンというタンパク質との組み合わせによってできています。コラーゲンは美容に関係ある物質として知られていますが、実は骨の強度を支える重要な物質でもあるのです。骨の構造を建物に例えると、カルシウムはコンクリートに当たり、コラーゲンは鉄筋に当たります。コンクリートの量だけを増やしても、丈夫になりません。鉄筋で強化することで、はじめて頑丈になります。同じように、骨を強くするにはカルシウムで骨量を増やすだけでなく、コラーゲンで骨質を高めることが必要なのです。つまり、「骨量(骨密度) + 骨質 = 骨の強さ」ということになります。

次回は、骨を強くするための食事についてお話させていただきます。

(文：放射線科 診療放射線技師 櫻山秀男)

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ています。この島で自分らしく、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 ご案内

自立生活へ向けてのお手伝いとして・余暇の充実として、料理教室を開催しています。

暑さを乗り切る為に涼しく、食欲が増すメニューを考えています。一緒に作ってみませんか？

日時 7月29日(日) 10時～13時

場所 サポートおおさき 第二ふれあい工房

会費 500円



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



「社会を明るくする運動」
とは？

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、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動で、今年で第68回目を迎えます。

地域のチカラが犯罪や非行を
防ぐ

テレビや新聞では、毎日のようにさまざまな事件（犯罪）が報道されています。安全で安心な暮らしは、すべての人の望みです。それを脅かす犯罪や非行をなくすために、取り締まりを強化して、罪を犯した人を処罰することは必要なことです。しかし、立ち直ろうと決意し

7月1日から31日は、社会を明るくする運動の強調月間で、この1カ月間は、全国的に運動が展開されます。今月は、強調月間に合わせて、社会を明るくする運動についてご紹介します。



7月は「社会を明るくする運動」強調月間・再犯防止啓発月間です。

た人を社会で受け入れていくことや、犯罪や非行をする人を生み出さない家庭や地域をつくることも大切なことなのです。

更生保護という取り組み

犯罪や非行をした人の立ち直りを社会の中で見守り、地域のチカラで支えていく、それが「更生保護」という取り組みです。

更生保護は、法務大臣から委嘱された保護司や、更生保護女性会、協力雇用主などの民間ボランティアによって支えられています。

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。彼らの立ち直りのために、皆様の温かいご理解とご支援をお願いします。



昨年度の啓発活動の様子

「内閣総理大臣メッセージ」を伝達

6月14日(木)に、「社会を明るくする運動」の推進に関する内閣総理大臣からのメッセージが、町長から竹原・大崎上島地区保護司会の八崎則男会長に伝達されました。



みんなのひろば

町の皆さんと一緒に作る広報紙をめざすために、読者投稿コーナーを作りました。投稿は、はがきや郵便、メール、FAX、HP などからお寄せください（宛先などは下記に記載）。各コーナーへのお便りはもちろん、「こんなコーナーあったら面白い」「こんなことを載せて欲しい」などのご意見や広報紙に関するご感想もお待ちしておりますので、お気軽にご投稿ください。たくさんのお声をお待ちしております。

Kamijimagram

「カミジマグラム」は、町の皆さんのいろいろな写真を掲載するコーナーです。日々の出来事から地域やサークル、教室での活動写真、自然や風景、動物の写真などジャンル問わず様々な写真を募集します。写真と一緒に一言コメントを添えてお寄せください（撮影した場所やその時の気持ちなど）。



今年も庭に綺麗な紫陽花が咲きました（ペンネーム：あじさいさん）

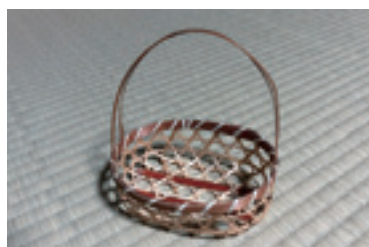


気持ちよさそうに日向ぼっこ（ペンネーム：町民Yさん）

私のちょっといいハナシ

竹原市との小京都繋がりであることから興味を持ち、6月中旬に山陰の小京都と呼ばれる島根県津和野町に観光に行ってきた。津和野も竹原と同じく路面に石畳が敷かれていて、古くて趣のある建物が並び、蒸気機関車の汽笛が聞こえ、水路には大きな鯉が泳いでいました。遠い昔にタイムスリップしたような気分になりながら、山陰の小京都を満喫することができました。（ペンネーム：旅人さん）

絵画や絵手紙、切り絵、水墨画、写真、立体作品などなんでもご応募ください。



（ペンネーム：一般主婦さん）

みんなの
ギャラリー

作品名

【竹かご】

みんなの
ギャラリー

町びと文芸集

神峰俳句クラブ

托卵を終へし安堵や不知帰

川崎 雅子

夏大根夫の好みの一夜漬

平谷 圭子

酸っぱきのおやつだった日夏蜜柑

咲田 由枝

南風俳句会

葉桜の雨に重たき招魂祭

横本三四郎

前島の低き稜線月おぼろ

植田とも子

藤棚の花の暖簾や友に会ふ

中崎 裕子

大崎美浜荘俳句クラブ

今月号はお休みします

東野公民館俳句会

過疎の島ぱつりと庭に鯉のぼり

谷本 圭子

風光るテニスコートや子らの声

松岡 時子

釣舟の降ろす錨や花とべら

山本 輝明

投稿
大募集

みんなのひろばでは、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）、電話番号をご記入の上、住民課住民・人権広報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 住民課 住民・人権広報係
FAX：65-3198 Mail：jumin03@town.osakikamijima.lg.jp

投稿フォーム
に繋がります



町の懐かし 写真館

film.3

第六幾田丸

(写真提供：大崎上島町地域協議会)

昔の町の風景や行事の写真などを集めています。皆さんからの情報をお待ちしています。町住民課 住民・人権広報係 ☎ 65・3113



この船は、かつて東野古江區にあった幾田造船所で、大正時代に建造された木造客船「第六幾田丸」です。
写真では、船を満艦飾（船のお祝い事などにおいて、航海信号旗などをマストに飾りつけること）にして、和服姿の人たちが上甲板に並んでいます。全員がカメラの方を見ていることから、これは進水式での記念写真かもしれません。
この「第六幾田丸」は、大正5年に尾道と大崎下島の御手洗間に就航し、途中、大崎上島の各港に立ち寄った巡航船でした。

がんばるみなさんを

応援し隊

あなたの周りにいるがんばっている人や活動している団体を教えてください！町住民課 住民・人権広報係 ☎ 65-3113

豊田東野ジュニア バレーボールクラブ



豊田東野ジュニアバレーボールクラブは、週に3回の練習と様々な大会に出場しながら、16名の団員が楽しく活動しています。バレーだけでなく、地域活動も行っており、清掃活動は恒例行事。この日、5月19日(土)には、お世話になっている地域の方々へ感謝の気持ちをこめて、大崎・東野両地区の通学路を清掃しました。
クラブでは、メンバーを募集。月曜日は東野小、水・金曜日は大崎小学校の体育館で練習しています。興味のある方は、ぜひのぞいてみてください。

こちら大崎上島 風待ちの案内所 通信 July.2018

観光案内所の 日常

夏が近づき、権伝馬競漕や花火大会に関するお問い合わせをいただくことが多くなりました。瀬戸内海の町で過ごす初めての夏に心をゆくゆくさせながら過ごしています。

さて、今回は観光案内所での日常について少しご紹介したいと思います。名前の通り、観光に訪れた方へのご案内やお土産の販売を行うのはもちろんなのですが、町民の方がコミュニティスペースとして使ってくださる事も実は多いんです!! コーヒーを飲みながらお喋りをしたり、編み物やギターの練習

をしたり... 時にはスタッフのかわりに観光案内をしてくださることも。そうして地域の方と直接つながることが、この島らしい観光の1つなのかもしれません。その日その時しかない出会いを見つけに、風待ちの案内所へお立ち寄りください!!

地域の方から
×ダカエビをいただき、
ミニミニオトフが
できました!!



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

青い封筒に入れて
お送りします

7月中旬にお知らせします。

平成 30 年度の保険税・保険料の年間額は、平成 29 年中の所得額の確定後に算定し、7 月中旬に決定通知書をお届けします。岡住民課 税務係 ☎ 65-3114

国民健康保険税の お知らせ

・決定通知書は世帯主に
送付します

国民健康保険税は世帯ごとに
納付します。世帯主が国民健康
保険の加入者でない場合でも、
世帯内に国民健康保険の加入者
がいれば、納税義務者は世帯主
になります。

・保険税の決まり方

国民健康保険税額は左記の表
の「区分」ごとに

① 加入者の平成 29 年中の所得を
もとにした所得割

② 平成 30 年度の固定資産税額を
もとにした資産割

③ 加入者ごとに計算する均等割
④ 加入世帯ごとに計算する平等
割の合計で算定します。

※今年度の税率については広報
4 月号または町ホームページを
ご覧ください。

今年度の保険税の賦課限度額は
下記のとおりです

区 分	保 険 税 賦課限度額
医療給付費分	58 万円
後期高齢者支援分	19 万円
介護納付金分	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。

・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
所得の基準が拡充されました。

軽減率	平成 30 年度 所得基準額
7 割	変更なし
5 割	基礎控除額 (33 万円) + 27.5 万円×(被保険者数) 以下
2 割	基礎控除額 (33 万円) + 50 万円×(被保険者数) 以下

※被保険者数には、同じ世帯の
中で、国民健康保険から後期高
齢者医療に移行し、被保険者と
なった方を含みます。

保険証の切り替え手続き、
忘れていませんか

職場の健康保険に加入・脱退
したときは、国民健康保険の資
格喪失・取得の手続きが必要で
す（14 日以内）。

ご自身が加入している保険制
度を把握し、切り替えが必要と
なった場合は、速やかに手続き
しましょう。

後期高齢者医療制度と 保険料について

後期高齢者医療制度には、
75 歳以上の方（75 歳の誕生日
から被保険者となります）。

・65 歳から 74 歳までの方で、広
域連合に一定程度の障がい
があると認定された方。

のどちらかに当てはまる方が加
入します。

保険料は、被保険者ごとに決
定し、一人一人に決定通知書
を送付します。また、被保険者本
人が納入義務者となります。

年度途中で 75 歳になる方の国
保税は、誕生月の前月分まで計
算します。また、後期高齢者医
療保険料は、誕生月当月分から
計算しますので、重複納付には
なりません。

・保険料の軽減について

所得割額の軽減に係る特例措
置は、昨年度で終了しました。

また、健保組合などの被扶養
者であった方の軽減について、
所得割額の負担はなく、均等割
額は 5 割軽減（8・5 割・9 割
軽減に該当しない場合）となり
ます。

そのほか、詳しくは広報 4 月
号または保険料通知に同封する
パンフレットをご覧ください。

保険税・保険料の 納付方法

◆普通徴収（納付書払い
または口座振替）

納期は 7 月～翌年 2 月まで
の毎月末（月末が休日の場合、
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、納期などを確
認のうえ、納付書裏面に記載
してある金融機関などで納付
してください。

・口座振替による納付も
可能です

口座振替を利用すれば、納
期限をうっかり忘れての延滞
金や督促手数料が発生するこ
とがなく、また、現金を持ち
歩く必要ありません。

口座振替をご希望の方は、
ご希望の金融機関窓口で手続
きしてください（国民健康保
険税を口座振替で納付してい
た方でも、後期高齢者医療保
険料の口座振替には新たに手
続きが必要です。ご注意ください）。

平成 30 年度

国民健康保険

後期高齢者医療 介護保険

の保険税・保険料を

後期高齢者医療
保険料の決まり方

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{年間保険料} \\ \text{(上限 62 万円)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{45,500 円} \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|} \hline \text{均等割} \\ \text{加入者全員が} \\ \text{等しく負担する額} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{(総所得金額等* - 33万円) \times 8.76\%} \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割} \\ \text{所得に応じて} \\ \text{負担する額} \\ \hline \end{array}$$

◆均等割 45,500 円

【2割軽減の場合】 36,400円 (33万円 + 27.5万円 × 被保険者数以下)

【5割軽減の場合】 22,750円 (33万円 + 27.5万円 × 被保険者数以下)

【8.5割軽減の場合】 6,825円 (33万円以下で9割軽減に該当しない場合)

【9割軽減の場合】 4,550円 (前年所得が33万円以下で世帯内の被保険者の所得が0円の場合)

※ () 内は世帯主及び世帯内被保険者の前年所得の合計

◆所得割

※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控除前の額のこと。退職所得以外の分離課税所得（土地・建物や株式等の譲渡所得（特別控除後））なども含まれる。

後期高齢者医療被保険者
証（保険証）の
更新について

すでに被保険者となっている皆さんがをお持ちの保険証（紫色）の有効期間は7月31日までです。新しい保険証（水色）は7月末頃送付されます。三つ折りされた厚紙が届きますので、保険証部分を切り取って使用してください（一人につき1枚）。

Q 何か手続きは必要ですか？

A 手続きは不要です。対象の方には自動的に保険証が郵送されます。

Q 新しい保険証は、どこから送られてきますか？

A 広島県後期高齢者医療広域連合から送られます。

Q 古い保険証はどうしたら良いですか？

A ご自分で処分するか、本庁住民課・大崎支所窓口係・木江支所保健衛生課に返却してください。

※保険証が届かない場合は、再発行の手続きをしますので、広島県後期高齢者医療広域連合（☎082・502・3010）または保健衛生課（☎62・0303）までご連絡ください。

◆特別徴収

（公的年金からの天引き）
一定の条件を満たす公的年金を受給している方は、原則、特別徴収になります。
※国民健康保険と後期高齢者医療制度で特別徴収の該当となった方でも、届出により口座振替に変更できます。

保険税・保険料は医療費の大切な財源です。
納期までに必ず納めましょう。



※保険税・保険料を納めずにいると、有効期間の短い保険証が交付されます。納付が難しい場合は、住民課税務係にご相談ください。

介護保険料について

介護保険は、介護の負担を社会全体で支えあう制度です。介護保険料は、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など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

40歳から64歳までの方の納付方法

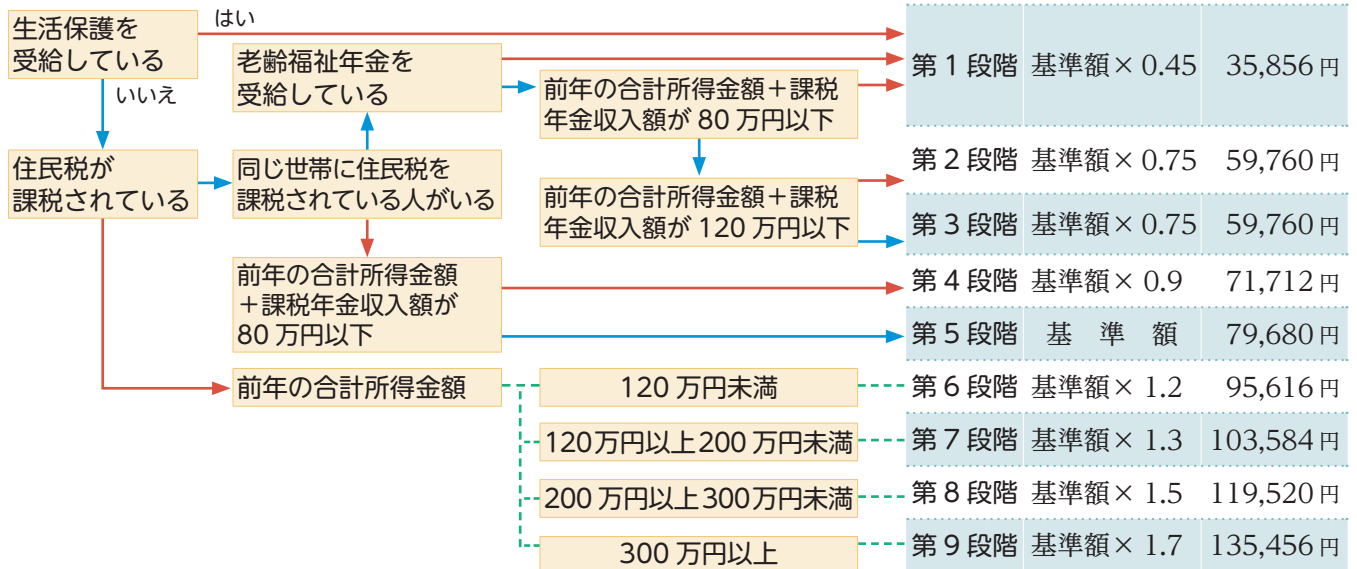
加入している医療保険（健康保険・共済組合・国保）の保険料・保険税に、介護保険分を合算して計算した額を納めます。詳細は、加入している医療保険者へ問い合わせてください。

65歳以上の方の納付方法

普通徴収
65歳になったばかりの方や町に引っ越しして来たばかりの方など。

特別徴収
年間18万円以上の公的年金を受給している方。

あなたの介護保険料を確認しましょう はい → いいえ →



神峰学舎通信

大崎海星高校文化祭を終えて

皆さんこんにちは！大崎上島町公営塾「神峰学舎」です。

今回は、6月16日（土）17日（日）の2日間にわたって開催された大崎海星高校文化祭の様子をお届けします。

6月初旬、文化祭に向けた準備が始まると、神峰学舎に通う生徒たちから「合唱練習してきたよ」「英語スピーチの準備をしてくなくちゃ」といった声が聞こえてくるようになりました。準備に追われながらも、それぞれの生徒が工夫をしながら学習時間の確保に努めていました。

迎えた文化祭当日は天候にも恵まれ、会場は多くの来場者で賑わいました。「輝志海星～青春は今しかない～」というテーマを体現するように、生き生きと躍動する生徒たちの姿が印象的でした。

さて、文化祭が終わるとあっという間に期末考査がやってきます。中間考査の反省を活かしながら、勉強モードに気持ちを切り替えて臨んで欲しいと思います。気持ち良く夏休みを迎えられるよう、神峰学舎では引き続き生徒一人一人をサポートしていきます。



大崎上島町公営塾
神峰学舎



Facebook 更新中

広報紙に収まりきれない最新情報を Facebook にてお届けしています。アカウントをお持ちの方は、「大崎上島町公営塾『神峰学舎』」と検索し、「いいね！」を押していただくと、リアルタイムで情報を入手することができます。ぜひご覧ください！

QRコードを読み取ると、すぐにご覧いただけます



公衆無線 LAN (Free Wi-Fi) の提供開始について

図総務企画課 庶務係 ☎ 65-3111

町の公共施設や玄関口となる港待合所で、公衆無線 LAN (Wi-Fi) サービスの提供を開始しました。

公衆無線 LAN は、スマートフォンやタブレット、無線 LAN 付きのパソコンであれば、誰でも自由に無料でインターネット接続ができるサービスです。観光情報などの収集や大規模災害時の代替回線として便利な公衆無線 LAN をご利用ください。



▶ 公衆無線 LAN (Free Wi-Fi) が使える場所

- ・役場本庁、大崎支所、木江支所
- ・大崎上島開発総合センター
- ・鯉崎港待合所
- ・東野保健福祉センター
- ・沖浦観光物産館
- ・天満（木江）港待合所
- ・大崎上島町観光案内所
- ・白水港待合所
- ・大西港待合所
- ・大崎上島文化センター
- ・垂水港待合所

▶ サービス提供時間

各施設の利用時間内

▶ 利用方法

各施設に掲示してある利用案内または、町ホームページをご覧ください。



詳しい利用方法は
こちらからご覧いただけます

募集

町職員採用試験の実施について

職種・採用予定人員

一般事務職 4名

栄養士 1名

技術職（土木技師） 1名

受験資格

一般事務職…平成3年4月2

日から平成13年4月1日生

まれの者。

栄養士…昭和59年4月2日か

ら平成13年4月1日生まれ

で、管理栄養士資格を有す

るまたは、平成31年3月末

までに取得見込みの者。

技術職（土木技師）…昭和59

年4月2日から平成13年4

月1日生まれで、高等学校

の土木系学科卒業程度の能

力を有する（平成31年3月末

までに取得見込みを含む）

と認められる者。

申込締切 8月14日（火）まで

※当日消印有効

第1次試験 9月16日（日）

試験会場

【一般事務職・栄養士】

広島工業大学専門学校

【技術職（土木技師）】

大崎上島町役場本庁

申込書及び受験案内請求先

大崎上島町東野6625・1

総務企画課 庶務係
☎ 65・3111

町のホームページから、電子
申請もできます。

海上保安学校学生 採用試験について

受験資格

①平成30年4月1日において

高等学校または中等教育学

校を卒業した翌日から起算

して5年を経過していない

者及び平成31年3月末まで

に高等学校または中等教育

学校を卒業する見込みの者

②人事院が①に掲げる者と同

等の資格があると認める者

受付期間

インターネット

7月17日（火）から26日（木）まで

郵送または持参

7月17日（火）から19日（木）まで

※試験日程など、詳細は海上

保安庁ホームページをご覧

ください。

図第六管区海上保安本部

☎ 082・251・5111

自衛官の募集について

【航空学生】

受験資格

海…18歳以上23歳未満

空…18歳以上21歳未満

受付期間 9月7日（金）まで

【一般曹候補生】

受験資格 18歳以上27歳未満

受付期間 9月7日（金）まで

【自衛官候補生】

平月2入隊

受験資格 18歳以上27歳未満

受付期間 7月20日（金）まで

※試験日程など、詳細はホー

ムページをご覧ください。

合先までご連絡ください。

図自衛隊広島地方協力本部

尾道出張所

☎ 0848・22・6942

ひらめき☆ときめき サイエンス受講者募集

振動の不思議を学ぼう！例え

ば同じ地震でも建物によつて

揺れ方が違うのはなぜ？

科学の興味深さやおもしろ

さを楽しみ学びましょう。

対象 中学生

日時 8月11日（土）10時～

場所 広島商船高等専門学校

本館1階多目的教室

申込締切 7月31日（火）

申込方法 商船のホームペー

ジからダウンロードできる

チラシに必要事項に記入し、

FAX番号67・3009へ

お送りください。

広島広域都市圏ふるさと魅力発見ツアー

江田島と宮島を貸切高速船で巡るツアーを実施します。

日時 8月26日(日)

8時30分～16時30分

集合・解散 広島(宇品)港

旅行代金 9,800円

募集人数 30人(申込多数の場合抽選)

内容は抽選

内容 海上自衛隊第1術科学

校(見学、海軍カレーの昼食)、仁王門跡(要害山)・

富くじ場跡・厳島古寺参道

(山辺の古径)・町家通り・

大鳥居・厳島神社(厳島随

筆家・船附洋子氏の解説付

きの街歩き)、表参道商店

街(自由散策)

申込 往復はがき(一枚に5人

まで)に、参加者全員の住所・

氏名・年齢・電話番号と「ふ

るさとの魅力発見ツアー参加

希望」と記入し、7月31日(火

(消印有効)までに、問い合

せ先へ。広域都市圏のホーム

ページからも申込みできます。

〒730・8586

広島市役所広域都市圏推進課内

広島広域都市圏協議会

☎082・504・2017

旅行実施 フジトラベルサービ

ストムズ緑井店

相談

人権相談・登記相談

開設日

人権や登記に関するお悩みを法務局職員や人権擁護員がお受けします。

日時 7月11日(水)

人権相談 10時～12時

登記相談 13時～15時

場所 東野保健福祉センター

住民課 住民・人権広報係

☎65・3113

認知症に関する個別相談会

対象者

自身や家族が「もしかして認知症?」と不安をお持ちの方で、専門医の受診をしていない方

日時 7月13日(金)

13時30分～15時

場所 東野保健福祉センター

相談担当医 竹原病院

院長 長岡 幾雄氏

締切 7月6日(金)

申込 福祉課 介護保険係

☎62・0301

※今回予約申し込みができなかった場合、次回開催の相談会で優先して案内しますので、お問い合わせください。

講習・講演会

県立安芸津病院医療公開講座

日時

7月21日(土) 14時～

場所 大崎上島文化センター

ホール 神峰

演題 「誤嚥ってなに? 長くおいしく食べられるコツとは」

「健康長寿を目指して」

「運動器領域における当院の取り組み」

取組み」

図 保健衛生課 保健指導係

☎65・0303

大崎上島「山の日」神峰山フォーラム2018

日時 8月11日(土)10時～15時

場所 大崎上島開発総合センター 大会議室

第一部

・山を奏でるコンサート

・大崎上島神峰山物語シリーズ「紙芝居と大尉」朗読会

・作家・穂高健一氏による基調講演

・穂高健一氏、広島商船高専、大崎海星高校学生の有志によるフォーラム対談

第二部

・神峰山に登り、お地蔵さんの清掃

主催 大崎上島町地域協議会

福祉・健康

国民健康保険被保険証の更新について

現在使用している国民健康

保険被保険者証は、7月31日に有効期限を迎えます。期限までに新しい保険証を送りますので、届き次第記載内容を確認してください。

保険証が届かない場合や記載内容に誤りがあった場合は、保健衛生課までご連絡ください。

また、古い被保険者証は破棄するか、本庁または各支所窓口へお返しください。

更新にあたってのお願い

・新しい保険証は、住民登録されている住所に送ります。

現在の住まいと異なる場合、住所変更をしてください。

・職場の健康保険に加入した方や被扶養者になった方で、国民健康保険の資格喪失が未届けの方は、印鑑・新たに加入した健康保険証・国民健康保険被保険者証を持参し、本庁または各支所窓口で手続きしてください。

・国民健康保険税の未納がある、通常の被保険者証を交付できない場合があります。

図 保健衛生課 保健事業係

☎62・0303

求人情報

主な求人事業所

(有)吉岡鉄工所、(株)竹内工業、医療法人社団 ひがしの会、セブン薬局 大崎店、拓興業(株)、(株)広島銀行、契島運輸(株)、(有)飛躍興業、中野建設(株)、(株)ジュンテンドー、栄食メディアックス(株)、ユーレストジャパン(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、役場本庁または大崎・木江支所の窓口においてあります。また、町ホームページの求人情報からも検索できます。

図 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

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	8/1	2	3	4

開館時間
10時～18時

休館日
● 絵本のよみかたり

国民健康保険 各種認定証について

現在お持ちの「限度額適用認定証」・「限度額適用標準負担減額認定証」・「特定疾病療養受給者証」は、7月31日に有効期限を迎えます。

引き続き必要な方は、8月1日以降に再度申請してください。これらは、申請された日の属する月の初日からの適用となります。

限度額適用認定証とは

被保険者証と一緒に医療機関の窓口で提示することで、医療機関に支払う自己負担額が一定の額【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を交付できない場合があります）

70～74歳の国保加入者は、被保険者証兼高齢受給者証を提示すれば、限度額適用認定証がなくても自動的に自己負担限度額で済みます。住民税非課税世帯の方は、限度額適用認定証を提示すると、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。
※平成30年8月の制度改正により「現役並み」所得区分（3割負担）の方も、限度額適用

認定証の交付対象になります。国保健康生課 保健事業係

☎ 62・0303

「70歳以上の皆様へ」

～平成30年8月から高額療養費の上限額が変わります～

全ての方が安心して医療を受けられる社会を維持するため、高齢者と若者の間での世帯間の公平が図られるよう、

負担能力に応じたご負担をいただく必要があります。

そのため、平成30年8月から、70歳以上の皆さまの高額療養費の上限が左記の表のようになります。

※所得区分が、「現役並み所得者」「Ⅰ」「Ⅱ」の人は「限度額適用認定証」が必要になります。

国保健康生課 保健事業係

☎ 62・0303

	所得区分	外来（個人単位）	外来＋入院（世帯単位）
現役並み	Ⅲ（課税所得690万円以上）	252,600円＋（医療費－842,000円）×1% 【高額療養費支給4回目以降：140,100円】	
	Ⅱ（課税所得380万円以上）	167,400円＋（医療費－558,000円）×1% 【高額療養費支給4回目以降：93,000円】	
	Ⅰ（課税所得145万円以上）	80,100円＋（医療費－267,000円）×1% 【高額療養費支給4回目以降：44,400円】	
一般	課税所得145万円未満等	18,000円 【年間上限144,000円】	57,600円 【高額療養費支給4回目以降：44,400円】
住民税非課税	Ⅱ 住民税非課税世帯	8,000円	24,600円
	Ⅰ 住民税非課税世帯（年金収入80万円以下など）		15,000円

！その他

資料館の無料開放

海の月間にあたり、海と島の歴史資料館（大望月邸）とふれあい郷土資料館を無料開放します。

期間 7月16日（月）から
7月31日（火）まで
時間 9時～17時

税の納付は、ダイレクト納付が便利です

事前に税務署に届出をしておけば、e・Tax（国税電子申告・納税システム）を利用して電子申告をした後に、届け出をした預貯金口座から即時または指定した期日に納付できる方法をダイレクト納付といいます。

①ダイレクト納付のメリット
①自宅やオフィスなどから納付できる
②インターネットバンキングの契約が不要
③期日を指定して納付できる
④税理士が納税者に代わって納付手続きを行える

※詳しくは、イータックスで検索してください。

納付のお知らせ

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7月31日（火）です

納期限までに納付確認できない場合は、督促状を送送します。
納期限を必ず守りましょう。国保健康生課 税務係 ☎65-3114

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、
切替えた方的人数 460人
削減された金額 1,173,253円

消費生活
相談

File.178

夏のやけど 思いがけない場所に注意！

・強い日差しで熱せられた公園遊具などの金属部分、アスファルトなど、夏は思いがけない場所にやけどの危険が潜んでいます。

【アドバイス】

【事例】
①日差しで滑り台が熱くなっている、おしりをやけどした。（1歳女児）
②炎天下に駐車してあった車のチャイルドシートの金具が熱くなっている、やけどしそうになった。（2歳男児）

・子どもは、大人に比べ皮膚が薄いことや体が小さく体表面積が少ないことなどから、重症になる傾向があります。高温になるものが周囲にないか確認しましょう。子どもの成長に応じて、子どもが自分でやけどを防げるよう、説明していくことも大切です。



竹原警察署大崎上島分庁舎より

警察官採用試験について



試験対象

平成31年4月採用予定の警察官（男女）

受付期間

6月29日（金）～ 8月28日（火）まで

受験対象

平成31年4月採用予定者を対象とした試験です。平成31年3月末までに大学、高校を卒業見込みの方、既に卒業されている方や社会人経験をお持ちの方など、皆さんのチャレンジを待っています。

※対象年齢が採用時 32 歳までに拡大されました。

詳細事項

詳しい申込方法や受験資格、試験日程などについては、大崎上島分庁舎または広島県人事委員会のホームページでご確認ください。

5月の交通事故件数 物損事故11件 人傷事故2件

〒730-0846 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を増額するために、免除等の承認を受けた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、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。

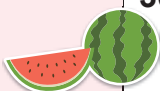
- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

詳しくは、ねんきん加入者ダイヤルまたは三原年金事務所へお問い合わせください。

☎ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004
三原年金事務所 ☎0848-63-4111（代）

2018 7 July



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1	2	3	4	5	6 消費生活相談 (本庁)10:00～	7 南の里朝市
8 消防団基礎 教育訓練 (大崎小) 8:00～	9	10	11 ゲートキーパー 研修会①(勤労) (東保)13:30～ 食育講座 (東保)10:30～	12 フッ素塗布 (東保)13:10～	13	14 南の里朝市 認知症カフェ (オレンジ)13:00～
15	16 海の日	17	18 ゲートキーパー 研修会②(勤労) (東保)13:30～ 育児相談 (東保)10:00～ 断酒会 (東保)18:30～	19 行政相談 (開総)10:00～	20 行政相談 (本庁)10:00～	21 南の里朝市 県立安芸津病院 医療公開講座 (神峰)14:00～ 絵本の よみかたり (プラザ)10:30～
22	23 家族の会たんぽぽ (開総)13:30～	24 健康相談 (開総)13:30～ 14:30	25	26	27 認知症カフェ (オレンジ)9:30～	28 木江十七夜祭 南の里朝市
29 	30	31	8/1	2	3	4 南の里朝市

本庁…役場本庁

東保…東野保健福祉センター

プラザ…情報プラザ・エル

大崎小…大崎小学校グラウンド

オレンジ…オレンジハウス

南の里朝市は沖浦観光物産館で 9:00 から開催

開総…大崎上島開発総合センター

神峰…大崎上島文化センターホール神峰

予防接種	
日程	種類
7/2～7 7/30～8/4	四種混合1期・三種混合2期 (二種混合)
7/23～28	麻疹風疹1・2期

休日当番医	
日程	病院名
7/15	寺元医院 ☎ 64-2093
7/22	ときや内科 ☎ 63-0001
8/5	射場医院 ☎ 65-3304

休日当番薬局	
日程	薬局名
7/22	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
7/8・15・22	馬場病院 ☎ 0846-22-2071
7/16・29・8/5	安田病院 ☎ 0846-22-6121

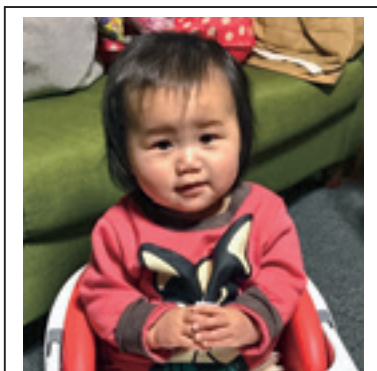
耳鼻咽喉科診療所	
日時(毎月第2・4土曜)	場所
7/14・28 (受付)13時～17時 診療開始14時～	東野保健福祉センター内 ☎ 67-3311



広報
大崎上島

1歳のHappy Birthday

7月生まれのわがやのアイドル



オガワ美麗ちゃん (外表区)



平田 心波ちゃん (矢弓区)

集まれ！わがやのアイドルへご応募ください

9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・電話番号を明記し、
下記問い合わせ先または各支所窓口係まで。(8月6日(月)まで)

問住民課 住民・人権広報係 ☎ 65-3113 Mail: jumin03@town.osakamijima.lg.jp



▲こちらからも
応募できます



食欲アップ

ポークの香味野菜だれ

暑さで食欲もあまりない時は香味野菜をうまく取り入れた献立にすることで食欲増進の効果がります。しょうが、みょうが、ねぎ、大葉(青しそ)などの香味野菜はさわやかな香りやすっきりとした辛味で夏の食卓には欠かせない存在です。



◆材料(4人分)

豚もも薄切り肉…200g
しょうが汁・酒…各小さじ1
片栗粉…小さじ2
玉ねぎ…中1/2個
きゅうり…中1/2本
トマト…中1個
みょうが…1個
レタス…2枚

<香味だれ>
しょうが…8g
ねぎ…10g
にんにく…4g
濃口しょうゆ…小さじ4
みりん…小さじ2
レモン(酢)…小さじ2
出し汁(鰹節)…小さじ2
砂糖…小さじ1

A

エネルギー 134kcal たん白質 11.6g 食塩相当量 0.9g 干しわかめ…2g

◆作り方

- ①豚もも肉はひと口大に切ってしょうが汁と酒に漬けておく。
- ②玉ねぎとみょうがは薄切り、きゅうりはせん切り、トマトはくし切りにし、レタスはひと口大にちぎる。
- ③干しわかめは水で戻し、ひと口大に切り熱湯をかける。
- ④香味だれを作る。しょうがはみじん切り、ねぎは小口切り、にんにくはすりおろし、Aを加えて香味だれを作る。
- ⑤①の豚肉の水気を切り、片栗粉をまぶしゆでる。
- ⑥お皿に玉ねぎ、きゅうり、トマト、レタス、わかめを飾り、上に⑤をのせる。その上にみょうがを散らし、食べる直前に④をかける。

問保健衛生課 保健指導係 ☎ 62-0330

編集後記

初めて取材した思春期ふれあい体験。赤ちゃんをあやしたり手際よく服を脱ぎ着させている中学生に、ずっと感心していました。ただただ赤ちゃんの泣くパワーに圧倒されていた私…。また、離乳

食のお話しなど、とても勉強になったとともに、母校にもこんな授業があれば良かったのにな、と羨ましくも思いました。



マチイロ
まちを歩きに
なるアプリ

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

発行日 2018年7月6日(金)
発行 大崎上島町
編集 住民課 住民・人権広報係
〒7725-0231 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.osakamijima.hiroshima.jp>

