



September 2020

9

No.186

～こどもたちに夢と未来をつなぐまち～

# 広報 ふるさと香美

HOME KAMI Public Relations

## 【今月の表紙】

記録的猛暑が続いた8月、  
村岡区の山田溪谷で行われ  
たシャワークライミングで、  
水の冷たさを肌で感じ、は  
しゃぐ子どもたち。

## 特集

### 健康で過ごせるまち

国立長寿医療研究センターと  
共同調査研究を実施

校名は香住第一中学校

- P 5 まちからのお知らせ
- P 9 連載 香美町ならではの教育の挑戦  
ほか
- P 12 フォトニュース
- P 14 けいじぼん・カレンダー
- P 18 介護保険のおはなし
- P 20 ランチボックス

# 健康で過ごせるまち 誰もがいくつになっても

## 国立長寿医療研究センターと共同調査研究を実施

新型コロナウイルス感染症が流行する中、体を動かすことや人と会話する機会が少なくなっている人も多いのではないのでしょうか。このことが高齢者に与える健康への影響が大きく懸念されています。

本町では誰もがいくつになっても健康で過ごせるまちを目指して、介護予防の取り組みに役立てるために、平成25年から国立長寿医療研究センターなどと共同で、町内の高齢者を対象にした調査・研究を実施しています。

今回は、昨年8月に行った「かむ力（飲み込む力なども含む）」と「円背（猫背）」に注目した調査分析の結果や、かむ力を維持するために日常で簡単にできる体操などを紹介します。

### 調査概要

身長、体重、血圧、握力、円背の程度、下腿の太さ、歩く速さ、骨密度、体組成、舌の機能、かみ砕く機能、飲み込む機能、口腔機能、認知機能を確認し、それらの結果が健康に与える影響について考察しました。

### ●調査期間

令和元年8月27日～29日

※町内で調査を実施

### ●調査対象

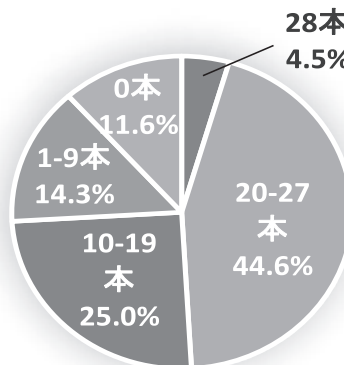
応募のあった町内在住の65歳以上（平成31年4月1日時点）の112人

### かむ力と円背について

調査の結果、自分の歯が20本以上ある人の割合は49.1%でした。これは、国が行った「2016年歯科疾患実態調査」による75～85歳未満で20本以上自分の歯を持つ人の平均割合51.2%と比べても大きな差はなく、対象者全体で見ると歯の維持率は平均程度であったといえます（図1）。しかし、要介護認定者のみに限ると、29.0%となり、歯の維持率は低い結果となりました。

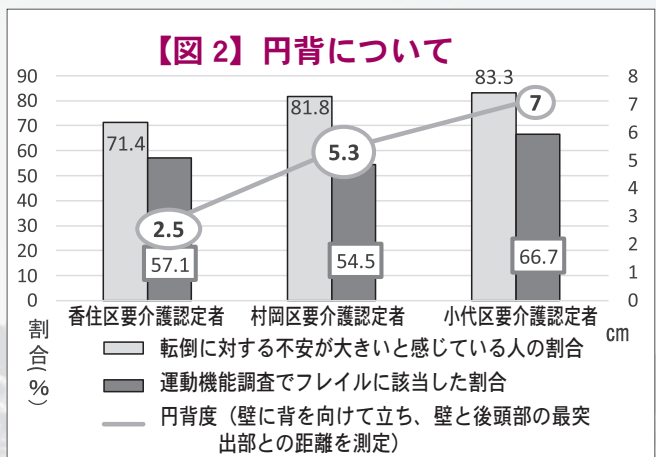
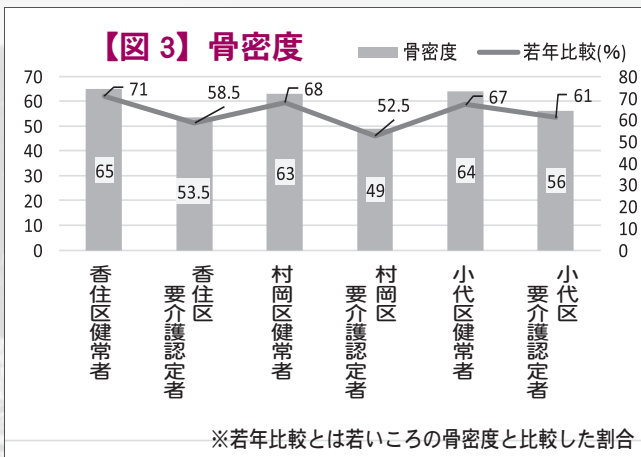
また、要介護認定を受けていない人には円背の人はほとんどいませんでした。

【図1】歯の残本数は？



本町の本対象集団は…  
20本以上：49.1%  
全国平均は…  
20本以上：51.2%

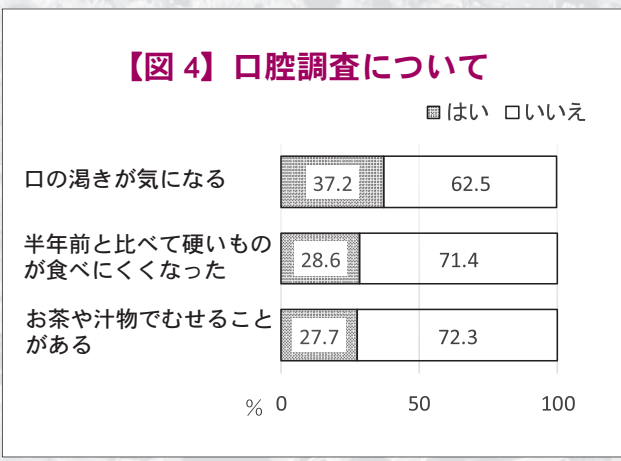
だが、要介護認定者においては半数以上が円背でした。運動機能調査ではフレイル（要介護一歩手前の虚弱な状態）に該当した人の割合が半数以上を占めました。要介護認定者と円背の程度（背中の曲がり具合）に相対的な関係は見られませんでした（図2）。しかし、円背の程度が高い区ほど、転倒に関する不安を感じている人の割合が多かったことから（図2）、日常生活において、円背は健康に対する不安を高める可能性が考えられます。



一方、口腔の調査では「口の渇きが気になる」が4割弱、「半年前と比べて固いものが食べにくくなった」「お茶や汁物でむせることがある」がそれぞれ3割弱を占めました(図4)。

かみ砕く機能は要介護認定を受けていない人と要介護認定者いづれも健康な高齢者の基準範囲でした。

しかし、飲み込む機能調査では、健康な高齢者は30秒間に3回以上、唾液を飲み込むことが可能とされています。



骨密度測定の結果も円背の程度と同様に要介護認定者の方が要介護認定を受けていない人よりも数値が低かったことから(図3)、骨密度が下がることに伴って円背となっている可能性があります。

### かむ力を維持

やってみよう!

## ♪パタカラ体操♪

「パ・パ・パ」「タ・タ・タ」  
「カ・カ・カ」「ラ・ラ・ラ」  
「パ・タ・カ・ラ」

を繰り返し発音しましょう。発音はできるだけ、大きくはっきりと行いましょう。

今回の調査結果から歯の維持率の低い人や円背の人が要介護認定者になりやすい可能性があることが分かってきました。

このことから、かむ力を保つこと、円背予防として筋力向上を図ることが健康寿命を伸ばすことにつながると思います。円背は腰痛の原因になるほか、バランス力の低下や転倒の増加など健康への影響を及ぼすと考えられます。良い姿勢を保つために、筋力や体の

### まとめ

#### 健康を維持するために

が、今回の調査で、要介護認定者はそれができず、飲み込む力が低下していると思われる人が半数以上いました。

柔軟性を維持できるよう、いきいき体操やラジオ体操をすることがおすすです。かむ力を保つには、自分の歯の数の維持、歯を失った人は自分に合った入れ歯などを使い、口腔を清潔に保つことが大切です。

また、口腔機能の維持は食べる能力だけではなく、家族や友人と話すことなど生活の質の維持に密接に関連しています。口腔体操などで口を意識的に動かし、かむ力が低下したときは食事の柔らかさを変えるなどの工夫をしましょう。そして、たんぱく質をしっかり取り、筋力や免疫力の維持に努めましょう。

調査にご協力いただいた皆さん、誠にありがとうございました。

# 校名は

# 「香住第一中学校」

香住第一中学校校歌

香住一中文芸部詩

今井広史 補訂

永井幸次 作曲

一 ところく海にまむかえば

いのちは若くふるいたち

理想は汐とあふれきて

新しき世をいま誓う

香住 香住 香住第一中

強く明るくわれらは生きん

二 矢谷の空に舞いあそぶ

平和の鳩を仰ぎつつ

光は招く学び舎に

文化の窓をいま開く

香住 香住 香住第一中

直く正しくわれらは生きん

三 緑は繞る山河に

芸術のわざを偲びつつ

自然のめぐみ人の和に

花さく郷をいま築く

香住 香住 香住第一中

心ゆたかにわれらは生きん



7月20日に開催された総合教育会議で、中学校統合について協議した結果、次の4つが決まりました。

### ①統合後の校名

香住第一中学校

### ②統合後の校歌

香住第一中学校のものを引き継ぐ

### ③統合後の校章

香住第一中学校のものを引き継ぐ

### ④統合後の通学方法

現在の香住第二中学校区は訓谷および無南垣地区はJR、その他の地区はスクールバス。

現在の香住第一中学校区は、現行のとおり。

## 町教委が検討委員会を設置

2月21日に開催された総合教育会議で、香住第二中学校を香住第一中学校に統合することに決まったことを受け、町教育委員会は香美町香住区中学校統合検討委員会を設置しました。

検討委員会は、香住区の各地区区長会長、小中学校PTA会長および中学校長の16人で組織され、長井地区区長会長の山本勝己氏を委員長に選出しました。会議は5月下旬から7月中旬までに3回開かれ、事務局案をもとに、統合後の校名、校歌、校章および通学方法について審議しました。

## 検討委員会は事務局案を採用 町教委に報告

検討委員会は、統合後の校名、校章、校歌について協議しました。委員からは変更を望む声があるという意見が出た一方、「校名に第一中学校の名称を残すことで、第二中学校が存在したことが語り継がれる」といった事務局案の提案理由に納得する意見が大半を占めたことから、これを承認することが確認されました。

また、統合後の通学方法についても、香住区の通学基準を考慮した事務局案どおりとすることが確認されました。検討委員会は結果をまとめた報告書を町教育委員会に提出しました。

## 総合教育会議で決定

検討委員会の報告書を踏まえ、総合教育会議が7月20日に開催され、報告内容について協議しました。

検討委員のほとんどが事務局案に賛同していることや、二中学校区が一刻も早い統合を望んでいることなどの理由から、統合後の校名、校歌、校章および通学方法については同検討委員会の報告どおりとすることを全会一致で決定しました。

## 今後の予定

今後、検討委員会では、体操服などの生徒の持ち物、両校生徒の交流など統合に向けた課題について話し合っていきます。

## ●処理区別下水道接続率 (R2年3月末現在)

地域・処理区	接続率	供用開始年月
<b>町全域</b>	<b>81.1%</b>	
<b>香住区</b>	<b>76.2%</b>	
香住	66.8%	H18.5 (一部 H16.3)
奥佐津	89.0%	H14.8 (一部 H13.4)
相谷	94.9%	H13.4
安木	93.0%	H11.1
佐津	97.9%	H9.3
柴山	79.5%	H15.3 (一部 H13.4)
長井北	95.5%	H9.3
長井南	94.3%	H10.3
余部	95.3%	H11.4
鎧	98.8%	H12.4
御崎	87.0%	H13.4
<b>村岡区</b>	<b>90.8%</b>	
村岡	92.9%	H12.12 (一部 H9.3)
兎塚	85.9%	H16.12 (一部 H14.3)
射添	89.7%	H17.12 (一部 H10.11)
大笹	98.1%	H16.12 (一部 H2.1)
山田	92.6%	H15.8 (一部 H14.10)
境	80.0%	H16.3
作山	93.3%	H17.1
<b>小代区</b>	<b>86.1%</b>	
小代北	87.1%	H15.3 (一部 H14.3)
小代南	86.3%	H14.6 (一部 H14.4)
神場	37.9%	H14.4

※接続率は、各処理区の人口に対する下水道接続人口の割合  
 ※カッコ内は当該処理区内で供用開始した最も早い区域の年月



## 下水道への 早期接続を

●問い合わせ先  
役場上下水道課

町内ではほとんどの地域で下水道の整備が完了しています。供用が始まっている地域の皆さんは早期に下水道へ接続してください。なお、工場の汚水を下水道へ流す際には事前の届出や、工場排水の水質改善のために新たに排水設備の設置が必要になる場合がありますので、ご相談ください。

### ●下水道に接続するとき

宅地内に排水管や汚水ますを設置する工事や、トイレ・台所・風呂・洗面所などの排水器具の接続工事を排水設備工事といえます。排水設備工事は、町の指定工事店でないとは実施できません。直接指定工事店にお申し込みください。詳しくは、町HPをご覧ください。

## 雨水貯留 浸透施設設置 補助制度

●問い合わせ先  
役場上下水道課

下水道の集合処理区域の住宅を対象に、地下水のかん養や水資源の有効活用を目的とした施設の設置に対して、次のような補助制度があります。



### ●雨水貯留施設 (浄化槽の転用)

下水道接続で不要になった浄化槽を転用し、庭の花や家庭菜園への水やりなどに利用できるよう、雨水をためる貯留槽に改造する場合、その費用の一部を補助します。

●補助金額：改造工事費の3分の2 (上限10万円)

### ●雨水貯留施設 (雨水タンク)

屋根に降った雨水をタンク (補助対象は容量200ℓ以上) にためて、庭の花や家庭菜園の水やりなどに利用できるようにします。

●補助金額：購入費および設置工事費の3分の2 (上限5万円)

### ●雨水浸透施設

コンクリート舗装した敷地でも、屋根や敷地内に降った雨水を地下に浸透させることができます。

●補助金額：購入費および設置工事費の3分の2 (上限5万円)

### 1カ月に1回程度を目安に「クリーンます」の掃除を

下水道に接続済みの皆さんは、自宅の屋外排水路に設置してあるクリーンますを、こまめに掃除しましょう (1カ月に1回程度を目安)。

クリーンますの掃除を怠ると、宅内の排水口から悪臭がしたり、油脂分などの固着によって排水が逆流し、宅内の排水口からあふれ出たりすることがあります。



町では、バス交通体系の再編・検討を進めてきました。昨年度実施しましたアンケート結果から、バスを必要とする皆さんの通院・通学・買物利用に配慮した形での運行再編として、香住区と村岡区の一部路線の運行体系見直しを行います。あわせて、運賃体系の見直し、運賃助成を10月1日から実施します。



## 町内バス交通が 10月から 変わります

●問い合わせ先  
役場企画課

### 運行変更（主なもの）

村岡～射添～香住・・・村岡区境で運行を分割しますが、乗換時間数分で村岡香住間を行き来できる便数を増やします。また、香住区守柄、間室、油良を通るバスを新設します。

奥佐津、余部地区・・・電話予約による運行に変更し、地区内乗降場所を増やします。

香住市街地・・・巡回バス運行経路・便数を拡充します。

※詳しくは、9月下旬に地区ごとに配布するリーフレットをご覧ください。  
なお、小代区の運行再編につきましては、準備が整い次第お知らせします。

### 香住区内路線は1乗車200円以内に

香住区内路線の運賃を1乗車150円もしくは200円に変更します。

例 香住駅 → 一日市 150円  
香住病院 → 佐津駅 200円

（こども運賃はそれぞれ1乗車50円、100円とします。）



### 村岡区・小代区内路線は高齢者や障害者の運賃を軽減

65歳以上・障害のある人など※乗車証提示により次の負担額となります。（乗車証交付は町への申請が必要です。）

町内のみ利用 支払う額を1乗車上限200円とします。  
町外への利用 支払う額を1乗車上限500円とします。

### 高校生の通学定期代を助成

高校生（通学定期）※利用期間終了後に定期券を添えて町への申請が必要

町内高校通学生の保護者 1カ月15,000円を超える額を助成

例 秋岡⇄福西（村岡高校最寄りバス停）

【1カ月】24,000円－15,000円（個人負担額）＝9,000円（町助成額）  
【3カ月】68,400円－45,000円（個人負担額）＝23,400円（町助成額）  
【6カ月】129,600円－90,000円（個人負担額）＝39,600円（町助成額）

町外高校通学生の保護者 1カ月25,000円を超える額を助成

例 秋岡⇄ペア前（八鹿高校最寄りバス停）

【1カ月】32,040円－25,000円（個人負担額）＝7,040円（町助成額）  
【3カ月】91,310円－75,000円（個人負担額）＝16,310円（町助成額）  
【6カ月】173,020円－150,000円（個人負担額）＝23,020円（町助成額）

※片道定期券の場合は上記金額のおよそ半額となります。



## 子育て世帯への 臨時特別給付金 申請期限は 10月16日(金)

●問い合わせ先  
役場福祉課

「子育て世帯への臨時特別給付金」の手続きはお済みですか。公務員の児童手当受給者は申請が必要です。  
申請期限は10月16日（消印有効）までとなっておりますので、給付を希望される人は、忘れずに申請手続きを行ってください。（※公務員以外の児童手当受給者は、6月29日に支給済みです。）

- 対象者
- 令和2年3月31日時点で本町に在住し、4月分の児童手当を受給している人
  - 令和2年2月29日時点で本町に在住し、3月に中学校を卒業した子どもがいる人（平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた子ども）

※いずれも所得制限を超えている受給者が対象の特例給付を除きます。

●給付金額

対象児童1人につき 1万円

●申請手続き（公務員の人）

勤務先での受給証明と住民票のある市町村への申請が必要です。（所属庁を通じて案内があります。）

※基準日（令和2年3月31日。ただし、3月に中学校を卒業した児童については同年2月29日）時点で住所を有していた市町村に対して申請を行う必要があります。基準日前後に転居した場合は、次のとおりです。

- ・転出予定日が基準日以前（例 3月31日転出予定日）：転出先の市町村で申請
- ・転出予定日が基準日以後（例 4月1日転出予定日）：転出前の市町村で申請

①提出書類

申請書（勤務先で証明済のもの）  
指定口座の通帳などの写し

②提出先

郵送：役場福祉課  
窓口：役場福祉課または各地域局

※新型コロナウイルス感染症防止のため、郵送による提出にご協力をお願いします。

## 国保加入者の 人間ドック 受診費用助成

●問い合わせ先  
役場健康課

町では、疾病の早期発見・早期治療を目的に、町ぐるみ総合健診を実施しています。

今年度から、町ぐるみ総合健診が受診できない人のために、人間ドックの受診費用の一部を助成します。

人間ドックを受診した人は、受診後に申請をしてください。



●助成の対象者

- 次のいずれにも該当する人
- ・国民健康保険に加入している40〜74歳の人（受診当日）
- ・令和2年度に町の健診（町ぐるみ総合健診および八鹿病院での施設健診）を受診していない人

●助成内容

- ・2万円を上限に、人間ドックの受診費用を助成します。
- ・4月1日以降に受診された健診が対象です。

●申請に必要なもの

- ・領収書
- ・健診結果表
- ・印鑑
- ・受診者の口座の情報がわかるもの

●問い合わせ（申し込み）先  
役場健康課または各地域局



# インフルエンザの 予防接種は お早めに

●問い合わせ先  
役場健康課

季節性インフルエンザは、毎年12月ごろから翌年3月ごろにかけて流行します。予防接種の効果が出るまでに2週間程度かかりますので、流行前（12月中旬まで）の接種を心掛けましょう。

また、今年度は助成の対象者を拡大しました。**高齢者に加え、生後6カ月から18歳までの人なども助成の対象になりますので、多くの皆さんが予防接種を受けていただきますようお願いいたします。**

## 高齢者のための 定期予防接種の助成

### ●助成対象者

町内に住所のある予防接種希望者で、次の①、②のいずれかに該当する人

- ①接種時に65歳以上の人
- ②接種時の満年齢が60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸機能に障害のある人、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のある人

### ●助成対象となる接種期間

10月1日(木)～令和3年1月31日(日)

※医療機関によって接種期間が異なりますので、接種を希望する医療機関にお問い合わせください。

### ●自己負担額

1500円

※助成回数は1人1回（2回目接種は全額自己負担）

### ●接種時に必要なもの

・住所や年齢が確認できる書類（医療保険証など）

### ・自己負担額

※生活保護世帯の助成対象者は接種時に医療機関窓口で接種券（役場から送付）を提出してください。

## 接種方法など

町内の接種協力医療機関は左表のとおりです。希望する医療機関を各自で直接予約し、接種を受けてください。

※町外の接種協力医療機関（豊岡市と新温泉町の医療機関の一部）でも事前手続きをすることなく、接種を受けることができます。医療機関名などは役場健康課にお問い合わせください。なお、医療機関に予約を行う際に「香美町民」であることを必ずお伝えください。

※接種協力医療機関以外で接種を希望する人は、必ず事前に役場健康課または各地域局にご連絡ください。手続を行わずに接種した場合は全額自己負担となります場合があります。

(表) 町内の接種協力医療機関

医療機関名	電話番号
山本クリニック	39・1525
公立香住病院	36・1166
佐津診療所	38・0459
村瀬医院	94・0003
公立村岡病院	94・0111
兎塚診療所	96・0012
川会診療所	95・0024
小代診療所	97・2023

※市外局番はすべて0796

## 今年度助成対象者を 拡大します

### ●助成対象者

町内に住所のある予防接種希望者で次の人

- ・65歳未満で障害者手帳をお持ちの人（上記の助成対象者となる場合を除く。）
- ・特定疾患医療受給者証をお持ちの人
- ・生後6カ月から18歳までの人

### ●接種助成金額

2000円

※助成回数は13歳までが1人2回までで、14歳からは1人1回

### ●接種期間・助成方法など

詳細については次月号でお知らせします。



# 香美町 ならではの 教育の挑戦

●問い合わせ先 香住区中央公民館

香住区の各地区公民館活動

## 地域の価値を学ぶ「ふるさとおもしろ塾」

町教育委員会では、「ふるさとを愛し、ふるさとに誇りを持ち、ふるさとを心の糧としてたくましく生きる心豊かな人材育成」を達成するために「ふるさと教育」を推進していますが、これには、地域の住民と子どもたちが深く関わり、そこにある歴史や文化、伝統など、ふるさとを学ぶことが大切です。

各地区公民館では、この目標に向かってさまざまな取り組みを行っています。今回は、小学生を対象に特に力を入れている「ふるさとおもしろ塾」について紹介します。



▲かすみっ子フォーラムでカヤック体験をする様子（香住地区公民館主催）

### ふるさとおもしろ塾とは？

ふるさとの自然や歴史を学ぶことを目的として、「ふるさとのしり博士」などから地域に根付く伝統的技術や知恵を学んだり、豊かな自然の中で体験活動を行ったりして、地域に誇りを持ってもらう活動で、年2回行っています。

#### ■豊かな食材・自然を活用した企画

本町には、先人たちが代々引き継いでくれた資源が数多くあります。中でも「豊かな自然」と、そこで育まれた「食材」は宝物といえます。しかしながら、この土地に暮らしていると、それらはごく普通のものであり、珍しく、貴重なものであることに気づきにくいのが現状です。

塾では子どもたちに、こういった資源の価値に気づいてもらうため、香住海岸の奇岩や絶景をめぐるカヤック体験や、日本海や矢田川に生息している生物の観察、魚（干物）の実食、スキー教室など、本町ならではの体験会を開催しています。



▲矢田川いきもの観察会の様子（長井地区公民館主催）

#### ■伝統・文化を体験する企画

ひと昔前までは、どの家庭でも当たり前に行われていた正月行事である「しめ縄作り」と「餅つき」。近年では、本町でもなかなか見られなくなりました。また、核家族化の進行により、伝統・文化に詳しいおじいちゃんやおばあちゃんと話す機会も減ってきています。

各地区公民館では、毎年冬に「しめ縄作り」や「餅つき」教室を開催し、伝統・文化を体験したり、地域住民と子どもたちのコミュニケーションの場となったりと、地域の魅力を伝える機会となっています。

このように、各地区公民館では、子どもたちが地域に誇りを持ち、ふるさとを思う心の醸成に貢献できるよう趣向を凝らした企画を行っています。

各地区にお住いの皆さん、ぜひ参加してみてくださいね。



9月20日～26日は  
**動物愛護月間です**

「動物を飼うことは動物の命を預かること」。飼い主は、動物が健康で快適に暮らせるとともに、近隣や地域に迷惑をかけないようにする責任があります。

人と動物が共生する社会の実現には、飼い主のモラルとマナーが重要です。



●守ってほしい5カ条

①動物の習性などを正しく理解し、最後まで責任を持って飼いましょう。

飼う前から正しい飼い方などの知識の習得に努めるようにしてください。本当に終生飼育できるか、よく考えてから飼いましょう。

②人に危害を加えたり、近隣に迷惑をかけないようにしましょう。

糞尿や羽毛などで近隣の生活環境を悪化させたり、

公共の場所を汚したりしないようにしましょう。また、種類に応じてしつけや訓練をして、人に危害を加えたり、鳴き声などで近隣に迷惑をかけることがないようにしましょう。

③むやみに繁殖させないようにしましょう

動物にかけられる時間、空間、お金には限りがあります。きちんと管理できる数を超えないようにしましょう。

生まれる命に責任が持てないのであれば、不妊去勢手術などを行いましょう。

④動物による感染症の知識を持ちましょう

動物と人の双方に感染する病気（人と動物の共通感染症）について、正しい知識を持ち、自分や他の人への感染を防ぎましょう。

⑤盗難や迷子を防ぐため、所有者を明らかにしましょう

飼っている動物が自分のものであることを示すため、マイクロチップ、名札、脚環などを付けましょう。

●野良猫へのエサやりは止めてください

野放図なエサやりは、糞尿などによる環境悪化などで、ご近所トラブルにつながりかねません。かわいそうと思っても、エサを与えるだけでは、猫と人が共生する社会につながりません。



**消費生活相談**

**コロナに便乗した悪質勧誘  
～持続化給付金が受け取れる？～**

相談は  
こちらへ...

役場消費生活センター（町民課内）  
TEL 0796・36・1941（直通）  
たじま消費者ホットライン  
TEL 0796・23・1999  
※相談無料で秘密は厳守!!

【事例】

SNS で知り合った友人から「事業者向け持続化給付金 100 万円」を大学生でも受け取ることができるという話を聞いた。

大学名やアルバイト先などを伝えたところ、自分がバイト先の事業者になり給付申請するように記載する書類が届いた。詐欺ではないか。

＜ひとことアドバイス＞

- ◆持続化給付金は、新型コロナウイルス感染症で特に大きな影響を受けている事業者を対象にした給付金です。
- ◆持続化給付金制度を悪用し、受給資格のない学生や無職の人をターゲットに、もうけ話を持ちかける悪質勧誘が発生しています。
- ◆受給資格のない者が自身を偽って申請をすることは犯罪行為となる詐欺罪にあたり、消費者自身が罪に問われます。絶対にやめましょう。
- ◆友人や知人から SNS などを通じて誘いを受けても、きっぱり断りましょう。
- ◆新型コロナウイルスに関連したさまざまな給付金や補助制度がありますが、対象や要件などはしっかり確認し、安易に個人情報を変えないようにしましょう。

こんにちは。香美町地域おこし協力隊の谷野博です。「木の駅プロジェクト」森のステーション美方実行委員会の事務局を担当しています。

木の駅プロジェクトとは美方郡内の森林所有者や在住者を対象に、山の整備のために切られた木（間伐材や林地残材）を木の駅に出荷してもらい、その対価として出荷者は美方郡内の登録商店で利用できる地域通貨（グリーンチケット）を受け取ることができるとのことです。軽トラ一杯（350キ<sub>ロ</sub>想定）の木で、2500円分のグリーンチケットを発行しています。

今年度はすでに310トンを超える木（220万円相当）が出荷されていて、山の整備と地域経済の活性化に役立っていることをうれしく思います。

先日、村岡高校が総合的な学習の時



▲高校生に木の駅プロジェクトの概要を説明する谷野隊員（左）

間を使って木質バイオマスセンター（村岡区長板）を見学に来た際には、北但西部森林組合も協力して、木の駅プロジェクトの概要を説明しました。参加した生徒が、森をもっと身近に感じ、考えてもらおうきっかけになれば良いなと思っています。

森のステーション美方実行委員会は、出荷者の募集も随時行っています。木の駅プロジェクトのことを聞いてみたいという人がいらっしやいましたら説明させていただきまますので、ご連絡をお待ちしています。

●問い合わせ先  
TEL 0796・95・1147  
北但西部森林組合木質バイオマスセンター内

# 防災の部屋

●問い合わせ先 役場防災安全課

## フェニックス共済をご利用ください

今後、30年以内の発生確率が最大80%といわれる南海トラフ巨大地震が発生した場合、県内では全半壊21.5万棟の被害が発生することが想定されています。また、近年の大型台風の直撃のほか、豪雨による災害も多く報道されています。

自然災害で被災した住まいの建築、購入、補修に備える兵庫県住宅再建共済制度フェニックス共済は、県が条例に基づき実施する安全・安心な制度であり、年額5,000円の負担で最大600万円の給付が得られる場合があります。

対象者は、県内に住宅を所有している人であればどなたでも加入でき、分譲マンションに居住している人や賃貸住宅を所有している人、法人も対象です。

さらに、一部損壊特約や家財再建共済、複数年一括払いなどの制度もあります。

●問い合わせ先  
公益財団法人兵庫県住宅再建共済基金  
TEL 078・362・9400

「兵庫の安心」をかたち  
兵庫県住宅再建共済制度 フェニックス共済

自然災害から守りたい「住まい」と「くらし」

★兵庫県が実施する共助のしくみ！

加入戸数 167,993戸 (9.5%) <small>平成30年7月末現在</small>	給付金総額 6億1,985万円 <small>平成30年7月末現在</small>
--	---

※給付金総額は、災害発生時の被害状況により変動する可能性があります。

今後、もしも！！

- 南海トラフ地震が発生したら
  - ▶30年以内の発生確率 最大80%！
  - ▶県内の被害想定 全半壊21.5万棟！
- 活断層地震が発生したら
  - ▶予測できない「活断層帯」「上更新断層帯」など
- 大型台風が直撃したら
- 豪雨による災害が発生したら

今、「備え」をかたち！フェニックス共済

住宅再建共済制度 掛金 年額5,000円	小さな負担で、 再建の大きな力になります
-------------------------	-------------------------

- 建築・購入した場合▶最大600万円給付！
- 補修した場合▶最大200万円給付！

※フェニックス共済は、兵庫県・市民局・県民センター・市役所・町役所・郵便局（ゆうちょ銀行）にありませぬ。

※クレジットカードでのお支払いの方は、インターネットからの加入が便利です！

お問い合わせ  
公益財団法人 兵庫県住宅再建共済基金  
TEL: 078-362-9400 (平日9:00~17:00)  
FAX: 078-362-4082  
E-mail: jutsukuyusaisaiki@pref.hyogo.jp

▲フェニックス共済のチラシ

## 優しい歌声とギターの色でリラックス ～癒しの森のコンサート～

7月15日、但馬高原植物園で癒しの森のコンサートが開催され、シンガーソングライターの北小路直也さんが、アコースティックギターの弾き語りを披露しました。

屋外で予定されていたコンサートは、あいにくの天候のため、屋内での実施となりましたが、ギターの色と優しいハイトーンボイス、窓越しに見える美しい自然が、約40分の心地よい癒しの空間をつくりました。

北小路さんのファンで三重県から訪れた塔ノ上真吾さんは「雨が降っている情景が歌詞とマッチするところがあり、とてもよかった」と語ってくれました。



▲窓越しに自然が望めるホールで演奏する北小路さん

## 高校生がふるさとの将来を考える ～村岡高校「地域探求講演会」～

7月29日、村岡高校で地域探求講演会が開催されました。浜上町長が講師として「今後も、ふるさとのことを想いながら自分を磨いてもらいたい」と44人の生徒を激励しました。

その後高校生は、コロナから観光産業が立ち直る方法と少子高齢化と人口減少に打ち勝つための手だてについて、班に分かれて討論。「SNSを活用したPR」「公共交通の見直し」「ふるさと教育や山村留学の充実」などの意見を町長に提案しました。

3年生の西谷奈純さんは「今後は都市との差別化が重要なポイントになる。ふるさと教育や空き家の活用をしていることをアピールすることが大切だと学べました」と語りました。



▲町長に提案する政策を生徒たちは班で話し合っ決めてました

## 但州丸、実習を終え無事帰港 ～香住高校「多目的航海実習下船式」～

8月1日、香住漁港東港で多目的航海実習の下船式が行われ、香住高校海洋科学科3年生のオーシャンコース16人が実習の報告を行いました。

本航海では、7月22日から11日間の日程で、舞鶴港の見学や能登半島沖での釣獲実習などが行われました。

同校の榮羽勝校長は「無事終わることができたことをうれしく思う。学んだ経験を生かして将来の日本の水産業を担う人材になることを期待します」と述べました。

実習生の西川和貴さんは「操船実習や釣り実習など充実した実習ができました」と語り、「将来は船長になりたいです」と決意を新たにしていました。



▲榮羽校長に航海の報告を行う西川さん

## まちの話題をピックアップ

### おさかな、いっぱいとれたよ

#### ～ジオパーク魚と元気っ子～

8月2日、三田浜海水浴場でジオパーク魚と元気っ子が開催されました。

例年、阪神間などからたくさんの方が訪れる同イベント。今年は参加者を但馬地区の小学生以下に縮小して地引網が行われました。

参加者は約150m沖に張られた網を「よいしょ、よいしょ」と手繰り寄せました。波打ち際まで引き上げるとアジやカマス、イシダイ、アカミズなどたくさんの魚がかかっているのが分かり、大喜び。袋いっぱいに持ち帰りました。

参加した寺川晋玄<sup>しんげん</sup>さんは「いろいろな魚がとれて楽しかった。お父さんが作ってくれる唐揚げが楽しみです」と目を輝かせていました。



▲引き上げられた網にかかった魚に興味津々の子どもたち

### 山の澄んだ空気を満喫

#### ～神香美の頂に登ろう～

8月10日、山の日記念登山「神香美<sup>かみがみ</sup>の頂に登ろう」が、香美町ふるさと山の会の主催で開催されました。

この日は畑、御崎、瀬川山、妙見山、蘇武岳、白菅山、高丸山、二蓮寺、内倉洞・峰山観音の9つのコースに参加者が分かれて登頂。蘇武岳コースでは、歩を進めながら生育しているブナ林を観察したり、クワガタを捕まえたりと大自然を満喫していました。

また、正午には各コースが順番にのろしをあげて連絡を取り合い、遠く離れた山からの合図が確認されると歓声が上がりました。

東大阪市の目黒彰吾<sup>あきむね</sup>さんは「コロナでたくさんのイベントが中止になるなか、澄んだ空気を味わうことができよかった」と笑顔見せてくれました。



▲山中で立ち止まり、ブナ林を眺める参加者

### 火照った体を渓谷の水でクールダウン

#### ～シャワークライミング～

8月22日、村岡区中央公民館主催の土曜チャレンジ学習「サタチャレ」の一環として、シャワークライミングが村岡区<sup>むらおか</sup>の山田渓谷で行われました。

この日は、村岡・小代区の小学生18人が参加。ヘルメットとライフジャケットを着用し、準備体操をした後に川へ入り、はしゃぎながらも転ばないように低い姿勢を取り、補助員として参加した村岡高校生の手をつかみつつ、上流を目指しました。

目的地には、流れが緩やかで深い場所があり、子どもたちは泳いだり、2mほどある岩の上から水に飛び込んだりして夏の暑さを吹き飛ばしていました。

参加した射添小4年の北村悠貴<sup>はるき</sup>さんは、「水が冷たくて楽しかった」と満足そうでした。



▲岩の上から勢いよく水に飛び込む子ども

**募 集**

令和3年度

県立但馬技術高等学校学生

●募集学科

【2年制】自動車工学科、建築工学科、

機械工学科

【1年制】総合ビジネス学科

●試験区分

推薦入校試験

●試験日

10月17日(土)

●募集期間

10月1日(木)～10月9日(金)

(期間末日必着)

●その他

一般入校試験(第1回)を11月21日(土)に実施します。

●問い合わせ先

県立但馬技術高等学校

☎0796・24・2233

**離職者等再就職訓練受講者**

●応募資格

①公共職業安定所に求職申し込みをしている人

②公共職業安定所長の受講指示、受講推薦または支援指示を受けられる人

③訓練職種を生かし、早期就職を希望する人

●訓練コース名

パソコン事務+経理・総務・ウェブ

基礎コース

●訓練期間

11月20日(金)～3月19日(金)

●訓練場所

株式会社Social Bridge(SBキャリアアカレツ

ジ柏原校)

(丹波市柏原町柏原525・5)

●定員

20人

●募集期間

9月28日(月)～10月29日(木)

●受講料

無料(ただしテキスト代1万3266

円は自己負担)

●選考内容

筆記および面接

●問い合わせ先

県立但馬技術高等学校管理課

☎0796・24・2233

**開 催**

県立但馬技術高等学校

オープンキャンパス

●実施学科および実施内容

【2年制】

・自動車工学科(自動車基本点検整備)

・建築工学科(CAD コンピュータ

による設計)

・機械工学科(三次元CAD・NC加工)

【1年制】

・総合ビジネス学科(ウェブページ作

成)

●とき

10月31日(土) 13時～15時

●申込方法

①参加申込書に必要事項を記入し、郵

送またはFAXで提出

②HPにアクセスの上フォームに入力

し送信

●問い合わせ先

県立但馬技術高等学校

☎0796・24・2233

FAX 0796・24・0875

HP <https://www.tajima.ac.jp/>

**NET119**

**緊急通報システム登録説明会**

●とき・ところ

9月27日(日) 13時～

美方広域消防本部2階 美方コミュニ

ニティ消防センター(新温泉町今岡

257・1)

●対象

美方郡在住または在勤もしくは在学で、

聴覚・言語機能などの障害により、音

声による119番通報が困難な人

●申込方法

美方広域消防本部HPから申し込み

をしてください。

HP <http://www.kouiki-nikata.jp/mikata-fd/>

●申込期限

9月18日(金)

●問い合わせ先

美方広域消防本部

TEL 0796・92・0119

FAX 0796・92・0937

MAIL [tuusin@fd-mikata119.jp](mailto:tuusin@fd-mikata119.jp)

**健康づくりセミナー**

県では健康づくりを県民運動として

展開しています。そこで健康ひょうご

21県民運動但馬会議は健康にまつわる

テーマで講演会を開催します。

●とき・ところ

10月28日(水) 13時～15時40分

県立但馬長寿の郷 郷ホール

(養父市八鹿町国木594・10)

●講演

・内容

「コロナストレスの対処法―コロナ

疲れによるこころの不調の予防と対

処―

・講師

兵庫県立大学名誉教授 近澤範子氏

他

●参加費

無料

●定員

先着50人(定員になり次第締切)

●申し込み締切日

10月16日(金)

●問い合わせ(申し込み)先

豊岡健康福祉事務所地域保健課内

(兵庫健康財団但馬支部)

☎0796・26・3662

※新型コロナウイルス感染症の影響で

## 県立大学大学院 秋のオープンキャンパス

県立大学大学院地域資源マネジメント研究科では、受験生の皆さんに、より詳しく知っていただくために「秋のオープンキャンパス」をウェブ形式で開催します。(要申込)

### ●とき

10月18日(日) 13時45分～16時15分

※10月13日(火)～10月18日(日)の間、個別ウェブ面談を受け入れます。

随時受付していただきますので、希望日時と話を聞きたい教員をお知らせください。

### ●内容

研究科の概要、カリキュラムおよび入試についての説明など

### ●問い合わせ(申し込み)先

豊岡ジョ・コウノトリキャンパス経営部学務課

☎0796・34・6079

✉frm@ofc.u-hyogo.ac.jp

## 遺言・相続相談会

### ●とき・ところ

9月19日(土) 13時30分～16時

豊岡市民プラザ(アイティ7階)

### ●内容

遺言、相続に関する相談

### ●問い合わせ先

兵庫県司法書士会但馬支部

☎079・662・3126  
(予約不要)

## 土地家屋調査士 無料相談会(要予約)

### ●とき・ところ

9月19日(土) 13時30分～16時

じばさんTAJIMA

### ●内容

土地建物登記、土地境界に関する相談

### ●問い合わせ(申し込み)先

兵庫県土地家屋調査士会但馬支部

☎0796・23・3860

(前日の17時まで)

## 行政相談

### ●相談内容

国、県、町などの仕事の中で、苦情、困っていること、要望、措置に納得がいかないなどの不満や相談など

### ●とき・ところ

①10月13日(火) 13時30分～16時

香住老人福祉センター

②10月8日(木) 13時30分～16時

村岡老人福祉センター

③10月7日(水) 13時30分～16時

小代いこいの里

### ●問い合わせ先

役場企画課

## 人権相談

### ●相談内容

家庭や学校、地域での人権に関する困りごと、心配ごと

### ●とき・ところ

①10月13日(火) 13時30分～16時

香住老人福祉センター

②10月7日(水) 13時30分～16時

村岡老人福祉センター

③10月7日(水) 13時30分～16時

小代いこいの里

### ●問い合わせ先

役場町民課

## こころと体のなやみ相談

### ●とき・ところ

9月23日(水)、10月14日(水)

いずれも13時30分～15時30分

役場本庁舎、村岡地域局、小代地域局(要予約)

### ●相談者

精神保健福祉士、相談支援専門員

### ●問い合わせ(予約)先

役場福祉課

## お知らせ

忘れていませんか、結核

9月24日～30日は結核予防週間

現在流行している新型コロナウイルス感染症は、高齢者や基礎疾患のある人は重症化しやすいため、感染予防したい感染症の一つです。それと同様に、高齢者に注意していただきたい感染症の一つに結核があります。結核は今もなお、1年間に1万5000人(約2200人死亡)が発症する感染症です。北但馬(豊岡市・美方郡)では、患者の7割を70歳以上の高齢者が占めています。高齢者は症状が現れにくく、症状も風邪と似ているため、結核の発見が遅れる傾向があります。年に1度は健診(胸部レントゲン検査)を受け、2週間以上続く風邪症状や、急激な体重減少がある場合は結核を疑い、医療機関を受診しましょう。



せき



けん怠感



発熱

# いきいきカレンダー

9/15 ▶ 10/14

※下記の予定は開催の有無などが変更になることがあります。

月	日	曜日	時間	行事名(担当・主催)	開催場所	
9	15	火				
	16	水				
	17	木				
	18	金	受付12:40~13:10	3~4カ月児健康診査(健康課)	香住老人福祉センター	
			受付13:30~14:00	9~10カ月児健康診査(健康課)	香住老人福祉センター	
			19:30~21:00	手話奉仕員養成講座(基礎課程)(福祉課)	村岡区中央公民館	
	19	土	9:00~14:50	まちかど図書館車(やまなみ)巡回(村岡区中央公民館)	村岡区鹿田~こぶし園	
	20	日	8:30~12:00	ジオカヤック体験講習会(香美町ジオパーク推進協議会)	香住区下浜三田浜海水浴場(出廷場)	
			10:30~17:00	きのご観察会(兎和野高原野外教育センター)	兎和野高原野外教育センター	
	21	月	8:30~12:00	ジオカヤック体験講習会(香美町ジオパーク推進協議会)	香住区下浜三田浜海水浴場(出廷場)	
	22	火				
	23	水	13:30~15:30	こころと体のなやみ相談(福祉課)	役場本庁舎他	
	24	木				
	25	金	受付10:15~10:30	孫育て子育て講演会(健康課)	高井子育て子育て支援センター	
			19:30~21:00	手話奉仕員養成講座(基礎課程)(福祉課)	村岡区中央公民館	
	26	土	受付8:00~11:50	町ぐるみ総合健診(健康課)	香住B&G海洋センター	
			9:00~16:00	移動図書館車(メルヘン21)巡回(小代地区公民館)	小代区実山~野間谷	
			13:30~	秋のオートキャンプフェスタinUwano(~9/27)(兎和野高原野外教育センター)	兎和野高原野外教育センター	
	27	日	受付8:00~11:50	町ぐるみ総合健診(健康課)	長井小学校体育館	
			9:00~12:00	移動図書館車(メルヘン21)巡回(小代地区公民館)	小代区石寺~神場	
	28	月				
	29	火	10:00~15:00	発達障害者支援センター豊岡ブランテックローバー出張相談	役場本庁舎・村岡地域局	
			13:00~15:00	暮らしと仕事の相談会(ひようご暮らしと仕事のよりそい支援センター)	香住老人福祉センター	
			13:30~15:00	たんぼぼカフェ	むらおかこぶし園	
	30	水	受付9:45~10:00	子育てママの運動教室(健康課)	村岡老人福祉センター	
	10	1	木			
		2	金	10:00~14:10	巡回結核検診(健康課)	香住地区(巡回)
				受付12:20~12:40	3~4カ月児・9~10カ月児健康診査(健康課)	村岡老人福祉センター
				受付13:00~13:20	1歳6カ月児健康診査(健康課)	村岡老人福祉センター
				受付14:00~14:20	3歳児健康診査(健康課)	村岡老人福祉センター
19:30~21:00				手話奉仕員養成講座(基礎課程)(福祉課)	村岡区中央公民館	
3		土	9:00~14:45	まちかど図書館車(やまなみ)巡回(村岡区中央公民館)	村岡区入江~境	
4		日				
5		月	13:30~15:30	えんがわカフェ	みんなの家(香住区七日市249)	
6		火	9:00~11:00	もの忘れ相談日(福祉課)	役場本庁舎	
			10:00~12:00	暮らしと仕事の相談会(ひようご暮らしと仕事のよりそい支援センター)	小代地域局	
			受付10:15~10:30	孫育て子育て講演会(健康課)	香住老人福祉センター	
			13:00~15:00	暮らしと仕事の相談会(ひようご暮らしと仕事のよりそい支援センター)	村岡区中央公民館	
7		水	受付10:00~15:30	献血 ※11:30~12:30除く(健康課)	村岡地域局	
			13:30~16:00	人権・行政相談(町民課・企画課)	小代いこいの里	
			13:30~16:00	人権相談(町民課)	村岡老人福祉センター	
8		木	13:30~16:00	行政相談(企画課)	村岡老人福祉センター	
9		金	9:00~16:00	ママカフェサロン(健康課)	子育て世代包括支援センター(役場3階)	
			受付13:30~15:30	こころの健康相談(精神障害者相談員による相談)(健康課)	香住老人福祉センター	
10		土	19:30~21:00	手話奉仕員養成講座(基礎課程)(福祉課)	村岡区中央公民館	
	9:00~16:00		移動図書館車(メルヘン21)巡回(小代地区公民館)	小代区実山~野間谷		
	9:10~14:35		まちかど図書館車(やまなみ)巡回(村岡区中央公民館)	村岡区作山~森脇		
11	日	10:00~14:30	ワールドマスターズゲームズ2021関西プレイベント(オリエンテーリング)3日間大会	ハチ北高原、10/4神戸市、10/11養父市		
		9:00~12:00	移動図書館車(メルヘン21)巡回(小代地区公民館)	小代区石寺~神場		
12	月					
13	火	13:30~16:00	人権・行政相談(町民課・企画課)	香住老人福祉センター		
14	水	13:30~15:30	こころと体のなやみ相談(福祉課)	役場本庁舎他		

# カレンダー

## 求人情報

●お問い合わせ先  
ハローワーク香住 TEL0796・36・0136  
(令和2年8月20日現在、順不同)

<フルタイム>				
職種	事業所名	勤務地など	年齢	人数
農業アドバイザー 店舗運営・幹部候補	㈱コメリ	村岡区大棘 香住区香住	不問 35以下	1 1
預金管理など	㈱アンプ・スタイル	㈱みなと銀行香住支店	不問	1
機械加工・組立	大阪布谷精器㈱	香住区無南垣	59以下	1
営業	但馬信用金庫	香美町内	59以下	1
水産加工	㈱鎌清商店	香住区七日市	不問	2
水産加工・出荷	モリタ食品㈱	香住区境	18~64	3
水産加工・出荷	㈱丸近	香住区香住	18~59	2
土木施工技術者	(資)中村組	香住区香住	18~64	2
製造包装	㈱蔵平水産	香住区七日市	18~59	3
包装作業			18~59	3
水産加工	マルヤ水産㈱	香住区香住	18~64	2
施工管理者	㈱西山工務店	香住区森	18~59	1
大工	㈱田村建築	香住区香住	40以下	1
接客	㈱三十七	香住区境	18~59	2
建築作業	㈱北村工務店	香住区若松	18~59	1
調理		小代区神水	不問	1
介護支援	(福)みかたこぶしの里	村岡区村岡	不問	1
一般事務	㈱味さい	香住区香住	64以下	1
総合職	北但西部森林組合	村岡区和田	59以下	2
介護	(福)香寿会	香住区森	18以上	6
事務・給油など		香住区下岡	不問	2
自動車販売	㈱ジェイ・アクロス	村岡区村岡	不問	1
施工管理者	㈱セイシン創建	香住区森	18~59	1
ホームヘルパー	(福)香美町社会福祉協議会	香住区森	不問	2
自然学校運営指導など	尼崎市立美方高原自然の家	小代区新屋	不問	1
飼育	美方ファーム㈱	村岡区萩山	59以下	1
生活支援	㈱LIVE WELLL	香住区若松	18以上	4
整備士	ホンダカーズ但馬(小林商事㈱)	村岡区村岡	59以下	2
組立・検査	㈱テクノスフェロー	村岡区村岡	不問	2

<パートタイム>				
職種	事業所名	勤務地など	年齢	人数
電気主任技術者	大和エネルギー㈱	香住区油良	不問	1
業務支援員	出石特別支援学校 みかた校	村岡区川会	不問	1
水産加工	マルヤ水産㈱	香住区香住	18以上	1
製造	マルヨ食品㈱	香住区香住	不問	5
清掃	㈱三十七	香住区香住	不問	2
製造作業			不問	1
通信販売など	㈱トキワ	香住区三谷	不問	1
調理補助など	㈱むらおか振興公社	村岡区大棘	不問	1
ホームヘルパー	(福)香美町社会福祉協議会	香住区森	不問	2
接客・調理補助	民宿庄屋(香りの宿 庄屋)	香住区香住	不問	2
清掃など	夕香楼 しょう和	香住区七日市	不問	2
学習塾講師	NPO法人花咲G3	村岡区村岡	不問	1
受付	ヤマト運輸㈱ 北但馬支店	香住区大野	不問	1
雇用保険相談	豊岡公共職業安定所	香住区香住	不問	1
職業相談	(ハローワーク豊岡)		不問	1

まちづくりに役立つ

## ハロウィンジャンボ宝くじ発売

ハロウィンジャンボ宝くじの売上金の約4割は、県内市町の住み良いまちづくりに活用されています。売上金は、各都道府県の販売実績などに応じて交付されますので、ぜひ、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

### ●発売期間

9月23日(水)～10月20日(火)

### ●抽選日

10月27日(火)

### ●問い合わせ先

(公財)兵庫県市町村振興協会  
TEL 078・322・1151



## DV(ドメスティックバイオレンス)は犯罪です!

配偶者やパートナーなどから身体的暴力や言葉の暴力を受けていませんか。一人で悩まずご相談ください。

### ●DV相談ダイヤル

TEL 0570・0・55210

(最寄りの相談窓口を案内します。)

知っていますか?

## 建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の人が労働者の働いた日数に応じて掛け金(日額310円)となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うものです。

### ●事業主の皆さんへのお願い

- ・共済証紙は労働者の就労日数に応じて適正に貼付してください。
- ・「建設業退職金共済手帳」を所持している人労働者が、建設業界を引退するときは、忘れず退職金を請求するように指導してください。

### ●問い合わせ先

建退共兵庫県支部

TEL 078・997・2333

川べりに八羽の鴨の整列はほど良き間隔鳥の社会に

も 岩本道代

空映す鏡のような溜まり水に軍手洗えば疲れも癒さ

れ 大西弘

何もかもこわしてしまいうイルスに泣き事言うも聞

いてはくれず 川端幸代

「盆がえり」みな帰り来ずあん摩機の軋み灯影をさ

わだててゆく 小西松子

いつの間に密かに咲けり夏つばき早世の友が笑って

いるよう 嶋田富美代

コウノ鳥水あびをしてご機嫌でそれから足くみ円舞

を始めた 滝本正直

試験前の不機嫌な顔に気遣いつ素知らぬ顔で夕餉並

べゆく 中村憲代

蝉時雨生きてるる意味を問はれをり令和二年のコロ

ナ禍の夏 原田明美

五羽の子を育てている燕に「来年も帰ってきてね」と

う白寿の母は 藤原町子

(掲載は氏名の五十音順)

◆定例会 (香住区中央公民館)

毎月第二木曜日

午後1時30分〜午後3時30分

## 介護保険のおはなし

### 第6回 認定の更新・変更について

介護保険のおはなし6回目は、認定の更新・変更についてのご案内です。

#### 有効期間とは

##### ●認定の有効期間や更新はなぜ必要なの？

介護を必要とする人の心身の状態は変化しやすく、常に介護の手間は変動し一定ではありません。介護の必要度合いが変われば、必要なサービスも変わります。定期的に対象となる人の状態を確認し、より適切な環境を整えていくために、認定には有効期間が設けられ、更新も必要となっています。

#### 認定の更新

##### ●認定は自動更新されるの？

一度受けた認定は、自動的に更新されません。更新手続きをしないまま、有効期間経過後にサービスを利用すると全額自己負担となってしまいます。

更新申請は有効期限の60日前から可能です。対象者には、町から更新のご案内文書を郵送しています。

申請をしてから認定を受けるまで1カ月程度を要しますので、早めの手続きをお願いします。

現在介護サービスの利用がなく、当面利用する予定もなければ、更新を見送り、必要が生じたときに改めて申請しても差し支えありません。

##### ●有効期間は短縮や延長もあるの？

要介護認定の有効期間は初回と更新とで異なります。初めての認定であれば有効期間は原則6カ月、更新であれば原則12カ月です。この有効期間は心身の状態によって、審査会の意見に基づき短縮や延長となることもあります。

#### 区分変更

##### ●有効期間内に状態が変わったらどうするの？

要介護認定は、常にその人の状態に合った認定結果となるよう有効期間が設定されています。しかし、その期間内に心身の状態が大きく変化することもあります。脳梗塞などを発症して寝たきりになったり、進行性の疾病の症状が急激に進行した場合などが該当します。その時には区分変更の申請が可能です。担当のケアマネジャーに相談して、区分変更の手続きを行ってください。

第7回は「よくあるご質問」をご紹介します。



# ランチボックス

## 第5回 ナス

### ～ナスのむらさき色はポリフェノール～

ナスの紫色はナスニンと呼ばれるポリフェノール的一种でアントシアニン系の色素です。これは血液をサラサラにする効果があり、動脈硬化や高血圧予防などの生活習慣病の改善に役立ちます。ナスは皮ごと食べるようにしましょう。

また「秋ナスは嫁に食わずな」ということわざがあります。秋ナスが嫁に食わずにはもったいないくらいおいしいからという説もありますが、嫁の体を思って体を冷やさないように食べるなという説もあります。実際にナスには体を冷やす効果があるといわれていますので、暑い夏季に食べるのがおすすめです。



村岡学校給食センター大澤栄養教諭



◆美しいナスが届けられるまでの努力  
生産者の皆さんは、子どもたちの体に気をつかい、給食で使用される野菜をできる限り低農薬で栽培してくれています。また、ナスは水をやればやるだけきれいな実をつけます。夏の暑さにも負けず、畑の水やりにも精を出し、愛情を込めて育てられた町内産のナスが給食センターに運ばれます。

## 今月のレシピ ナスのミートグラタン

### <材料 4人分>

ナス	中 1本 乱切り
とりミンチ	100g
塩	小さじ 1/4
こしょう	少々
おろしにんにく	小さじ 1/2
タマネギ	中 1個 千切り
ピーマン	1個 千切り
ニンジン	1/4本 千切り
トマトケチャップ	大さじ 3
ウスターソース	小さじ 2
ピザチーズ	60g
アルミカップ	4個

### <作り方>

- ①ナスを軽く炒めて皿に取り出す。
- ②とりミンチとおろしにんにくを炒め、塩、こしょうをふり、タマネギ、ニンジン、ピーマンを加えてさらに炒め、ケチャップ、ウスターソースで味をつける。
- ③②に①を混ぜアルミカップに入れ、ピザチーズをのせてオーブントースターで7分ほど焼けばできあがり。

### ★ヒント★

子どもに敬遠されがちなナスですが、この料理はケチャップとチーズがよく合い、おいしいと好評です。子どもたちもよく食べてくれます。



総務課	36・1111	観光商工課	36・3355
財政課	36・1942	建設課	36・1961
企画課	36・1962	上下水道課	36・0420
防災安全課	36・1190	議会事務局	36・1963
税務課	36・1113	村岡地域局	94・0321(代表)
会計課	36・4321	小代地域局	97・3111(代表)
町民課	36・1110	教育委員会	94・0101
消費生活センター	36・1941	香住区中央公民館 (香住区生涯学習センター)	
健康課	36・1114		36・3764
福祉課	36・1964	村岡区中央公民館	98・1366
いきいき相談センター	36・4004	小代地区公民館 (小代区地域連携センター)	
農林水産課	36・0846		97・3966

公立香住病院	36・1166
公立村岡病院	94・0111
香住老人福祉センター	
	36・5008
村岡老人福祉センター	
	98・1000
小代高齢者生活支援センター	
	97・2202

(すべての施設の市外局番: 0796)

行政放送が聞き取れなかった場合はお電話ください。  
専用電話番号  
0120・63・1210  
(通話料無料)

### ヘルプマーク



援助や配慮を必要とする人のためのマークです。詳しくは役場福祉課へ。



ホームページ



この「広報ふるさと香美」は、自然環境を考慮してソイ(大豆油)インキ、再生紙を使用しています。