



February 2021

2

No.191

～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】

おじろスキー場で行われた、県高校総体スキー競技会クロスカントリー男子リレーの様子。第1走の最終盤、トップで次の走者へリレーするべく、デッドヒートを繰り広げる選手たち。

特集

弘徳学園（姫路大）と 連携協定を締結

- P 3 まちからのお知らせ
- P 8 連載 けんこう広場 ほか
- P 13 けいじばん
- P 14 フォトニュース
- P 16 カレンダー
- P 18 文芸かみ
- P 20 ランチボックス

「連携協力に関する協定」調印式

香美町・学校法人弘徳学園



協定を締結した浜上町長と上田理事長（左）

弘徳学園（姫路大）と

連携協定を締結

「但馬牛」を官民一体で研究

1月26日、本町と姫路大学などを運営する学校法人弘徳学園は教育、研究、人材育成、まちづくりなどの相互協力を目的とした、包括的な連携協定を結びました。

姫路大学は農学部設置の足掛かりとするため、4月に畜産研究所の設立を予定しています。

獣医学の専門家らが、牛肉を食べた際の交感神経の反応を調べるなど医学的な実験により、客観的に但馬牛のおいしさを調査するとともに、どのような環境で肥育すればおいしい牛肉になるかなどを研究することとしています。将来的には小代区に研究センターを設置し、町内畜産業者とも協力して、研究を進める予定です。

連携協力に関する協定の調印式で浜上町長は「但馬牛の原産地として自負をもって協力し、姫路大学とともに発展していきたい」とあいさつ。同学園の上田正一理事長も「原種を守りながら、栄養学的、医学的な研究をし、但馬牛を世界に売るのが目標」と意気込みを示し、「地元の方々の協力が必要」と強調しました。



児童扶養手当と障害年金の併給調整の見直し

●問い合わせ先
役場福祉課

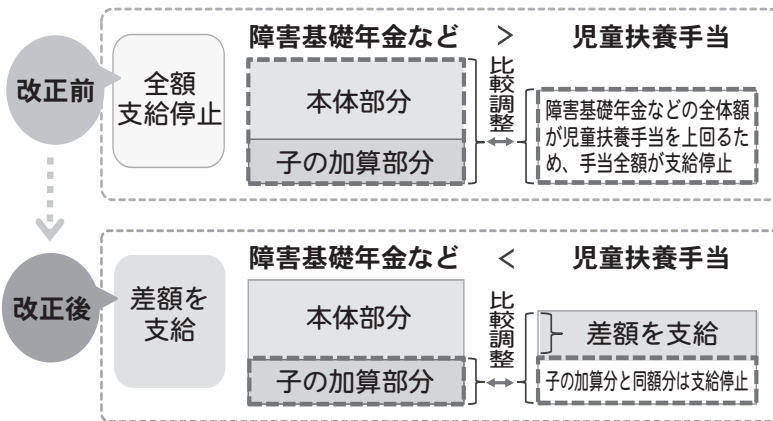
児童扶養手当法の一部改正により、3月（5月支払）分から障害基礎年金を受給している人の児童扶養手当の算出方法が変わります。

なお、障害基礎年金以外の公的年金（遺族年金・老齢年金・労災年金・遺族補償などの公的年金、障害厚生年金3級）のみを受給している人は、今回の改正による変更はありません。

児童扶養手当と調整する障害基礎年金の範囲が変更

これまで、障害基礎年金など（※1）を受給している人は、障害基礎年金などの額が児童扶養手当の額を上回る場合、児童扶養手当を受給できませんでしたが、令和3年3月分の手当以降は、児童扶養手当が障害年金の「子の加算

部分」の額を上回る場合、その差額を児童扶養手当として受給できるようになります。
（※1）国民年金法に基づく障害基礎年金、労働者災害補償保険法による障害補償年金など



●手当を受給するための手続き

▼児童扶養手当受給資格者として認定を受けている人
申請は不要です。

▼児童扶養手当受給資格者として認定を受けていない人
役場福祉課または各地域局で児童扶養

手当を受給するための申請が必要です。
※3月1日（月）に支給要件を満たしている人は、6月30日（水）までに申請すれば、3月分の手当から受給可能です。

●申請に必要な書類

戸籍謄本、申請者名義の通帳、申請者・対象児童・扶養義務者のマイナンバーが分かるもの（マイナンバーカード、通知カードなど）、年金受給額が分かるもの（年金決定通知書など）

※令和3年3月分の手当以降は、障害基礎年金などを受給している受給資格者の支給制限に関する「所得」に非課税的年金（障害年金・遺族年金・労災年金・遺族補償など）が含まれます。

●手当の月額（令和2年4月〜）

手当の月額は所得に応じ、次のとおり決定

■子どもが1人の場合

全部支給：4万3160円

一部支給：4万3150円〜1万1800円

■子どもが2人目の加算額

全部支給：1万190円

一部支給：1万180円〜5100円

■子どもが3人目以降の加算額（1人につき）

全部支給：6110円

一部支給：6100円〜3060円

自立支援医療受給者証の更新手続き

●問い合わせ先
役場福祉課

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、医師の診断書を取得することを目的とした医療機関の受診を避けるため、令和2年3月1日から令和3年2月28日までの間に自立支援医療（精神通院医療）受給者証の有効期間が満了する人を対象に、その有効期間を1年間延長してありますが、3月1日以降に受給者証の有効期間が満了する受給者については、通常どおり役場福祉課または各地域局で更新手続きが必要です。

い。お間違えの無いようご注意ください。



町選挙管理委員会は、5月14日に任期満了を迎える町長選挙・町議会議員一般選挙を次のとおり行うことを決定しました。



告示日 … 4月20日（火）
投票日 … 4月25日（日）

**香美町長選挙
香美町議会議員
一般選挙**

●問い合わせ先
役場総務課

町長選・町議選の候補者負担を軽減します

公職選挙法の一部改正に伴い、本町でも令和2年12月議会で町長選挙および町議会議員選挙における選挙運動費用の一部を町が負担する条例を制定しました。

これは、候補者の負担を減らすことにより立候補に係る環境を改善し、候補者間の選挙運動の機会均等を図ることを目的としたもので、選挙公営を拡大することと併せ、町議会議員選挙においても、ビラ頒布を解禁するとともに、公営対象拡大に伴う措置として供託金制度が導入されます。

●地方選挙の選挙公営と供託金

区分	公営の有無						供託金額	
	選挙運動用自動車		選挙運動用ビラ		選挙運動用ポスター		改正前	改正後
	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後		
町村長選挙	×	○	×	○	×	○	50万円	
町村議会議員選挙	×	○	×	○ (頒布不可)	×	○	なし	15万円
都道府県知事選挙	○		○		○		300万円	
都道府県議会議員選挙	○		○		○		60万円	
市長選挙	○		○		○		100万円	
市議会議員選挙	○		○		○		30万円	

※ 候補者の得票数が供託物没収点に達しない場合は、供託金は没収となり、選挙公営の対象外となります。

※ 供託物没収点

◇ 町長選挙 有効投票総数 ÷ 10

◇ 町議会議員選挙 (有効投票総数 ÷ 議員定数) ÷ 10

(例) 町議会議員選挙で、議員定数16人、有効投票総数12,000票の場合

$$(12,000 \text{ 票} \div 16 \text{ 人}) \div 10 = 75 \text{ 票}$$

供託物没収点は75票となるため、得票数が75票に達しない場合は、供託物は没収となります。

●公費負担の限度額

1 選挙運動用自動車の使用

契約の種別	限度額
①一般乗用旅客自動車運送事業者との契約 (ハイヤー、タクシー方式)	1日1台につき 64,500円
② ①に掲げる契約以外の契約 (レンタカー方式)	自動車の借入契約 1日1台につき 15,800円
	燃料の供給契約 1日あたり 7,560円
	運転手の雇用契約 1日1人につき 12,500円

※ 候補者は、①と②のいずれかを選択することになります。

※ 町長、町議選挙の選挙運動期間は5日間です。

2 選挙運動用ビラの作成

選挙の区分	限度額
町長選挙	1枚 7.51円 (公費負担上限単価) × 5,000枚 (公費負担上限枚数) = 37,550円
町議会議員選挙	1枚 7.51円 (公費負担上限単価) × 1,600枚 (公費負担上限枚数) = 12,016円

3 選挙運動用ポスターの作成

- ・公費負担単価の限度額 (1枚あたり)
 $(525.06円 \times \text{ポスター掲示場の数} + 310,500円) \div \text{ポスター掲示場の数}$
- ・公費負担枚数の限度
 ポスター掲示場の数に相当する枚数
 (例) ポスター掲示場の数が190カ所の場合
 $1枚あたり (525.06円 \times 190カ所 + 310,500円) \div 190カ所 = 2,160円$
 $2,160円 \times 190カ所 = 410,400円$

投票所での新型コロナウイルスの感染防止対策

安心して投票できるよう、投票所内での感染防止対策に努めます。事務従事者のマスク着用、消毒液とアルコール板の設置、投票所の換気、鉛筆と記載台の消毒などを行います。鉛筆の持参も可能とします。

◎立候補予定者説明会

町長・町議会議員選挙の立候補予定者説明会を次のとおり開催します。

当日は立候補の届出などに関する説明と関係書類の配布を行いますので、立候補予定者またはその代理者は必ず出席してください。

なお、出席者は1立候補者につき2人以内でお願いします。

●とき・ところ

3月16日(火) 午後1時30分から
役場本庁舎



- 前納制度の申込方法
 - ▼現金納付 申込み不要
 - ▼口座振替およびクレジット納付 役場町民課または各地域局もしくは豊岡年金事務所①年金手帳②金融機関の届出印③通帳を持参の上、申込用紙に必要事項を記入し、提出してください。
- 申込期限 2月26日(金)
- 前納の支払期限・方法
 - ▼現金納付 4月上旬に郵送される納付書で、4月30日(金)までに納付
 - ▼口座振替およびクレジット納付 4月30日(金)に指定の口座から引き落としまたは立替納付。6カ月前納の2回目の振替日は、11月1日(月)です。

国民年金保険料には毎月納付と、1カ月分(早割)、6カ月分、1年分、2年分を前払いする方法(前納制度)があります。前納制度は、保険料が割引されてお得ですので、ぜひご利用ください。

**国民年金保険料は
口座振替で
前納・早割がお得**

●問い合わせ先
役場町民課・各地域局
豊岡年金事務所
TEL 0796・22・0948

参考：令和2年度保険料額

納付方法	1カ月分	6カ月分	1年分	2年分
現金納付(毎月)	16,540円	99,240円	198,480円	397,800円
現金納付 クレジット納付 【前納】 (割引額)	-	98,430円 (810円)	194,960円 (3,520円)	383,210円 (14,590円)
口座振替【前納】 (割引額)	16,490円 (50円) ※早割	98,110円 (1,130円)	194,320円 (4,160円)	381,960円 (15,840円)

※口座振替による毎月納付の早割は、随時受付しています

申告期間は

2月16日(火)から
3月15日(月)まで



早めの申告を
お願いします！

お忘れなく！！！！

確定申告書の 提出

●問い合わせ先
役場税務課・各地域局
豊岡税務署
TEL 0796・22・2101

申告期間内に必ず申告を！

申告には「所得税」「町民税県民税」「国民健康保険(国保)税」の3種類があります。原則、すべての人が申告をしなければいけません。次の場合は必要ありません。

①1つの会社からの給与所得だけの人(年末調整を受けた人)で、ほかに所得控除がない人

②今年1月1日現在で65歳以上の公的年金収入(148万円以下)だけの人で、所得税が源泉徴収されていない人

ただし、所得税が源泉徴収されていて申告すると還付がある場合や、ほかに収入がある場合は申告の必要があります。

●申告書の種別

所得税・復興特別所得税確定申告書

…所得税の納税、還付請求が必要な場合(豊岡税務署または役場税務課、各地域局)

町民税県民税・国民健康保険税申告書
…①、②以外で所得税の申告が必要ない場合(役場税務課、各地域局)

国保加入者や後期高齢者医療、介護保険制度対象者は「無収入」でも申告を！

国保制度や後期高齢者医療制度では、

所得に応じて保険税(料)を減額する場合があります。ただし未申告の場合は減額などが受けられないことがあります。

国保加入者の中に未申告の人がいる場合は、軽減の適用がされないほか、正しい税額計算ができません。令和2年中に収入がない人でも「町民税県民税・国民健康保険税申告書」で必ず申告しましょう。

所得税の申告は不要でも 町民税県民税の申告を！

次のいずれかの場合、計算上で所得税の納税額が発生しても、申告書の提出や納税は必要ありません。

▼年末調整を行った給与所得以外の所得が20万円以下の場合

▼公的年金収入が400万円以下で、そのほかの所得が20万円以下の場合

ただし、町民税県民税の申告は必要となります。申告をしない場合、生命保険料などの各種控除が適用されず、町民税県民税が従来より高くなることがあります。

確定申告書などにはマイナンバーの記載が必要です

平成28年分以降の所得税などの確定申告書には①マイナンバー(個人番号)の記載②本人確認書類の提示またはその写しの添付が必要です。

役場で納税相談を受ける場合にもマイナンバーや本人確認書類が必要です。必ずご持参ください。

なお、本人確認書類とは次のとおりです。

●**マイナンバーカードをお持ちの人**
マイナンバーカードが本人確認書類となります。写しを提出する場合は表面と裏面の写しが必要です。

●**マイナンバーカードをお持ちでない人**
①番号確認書類(通知カード・マイナンバー記載の住民票の写しなど)
②身元確認書類(運転免許証・公的医療保険の被保険者証など)
を提出してください。

※写しを添付する場合は、「番号確認書類」の写しと「身元確認書類」の写しをそれぞれ、申告書などと一緒に提出してください。

詐欺に 注意！

国・県・町の税務職員を装った「振り込め詐欺」が多発しています。職員が納税のために金融機関の口座へ振込を求めたり、還付金受取のためにATMの操作を求めたりすることはありません。不審な電話などにはご注意ください。

医療費控除の明細書の提出義務化について

医療費控除を受けるときは、平成29年の確定申告から、領収書の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。医療を受けた人、病院・薬局ごとに医療費を合計して記載します。※医療費の領収書は5年間保存する必要があります。

(注)平成29年分から令和元年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付によることもできます。

所得税などの申告・納期限について

令和2年分の所得税、消費税、贈与税の申告・納期限は左表のとおりです。

	申告・納期限	口座振替日
所得税及び復興特別所得税	3月15日(月)	4月19日(月)
消費税及び地方消費税	3月31日(水)	4月23日(金)
贈与税	3月16日(火)	-

▲所得税などの申告・納期限一覧

国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」が便利です！

①相談会場に向く必要なし！
e-Tax (<http://www.e-tax.nta.go.jp>)での送信や印刷して郵送などによる提出も可能です。

②自動計算でいつでも作成可能！

③スマホ・タブレット端末でも作成できます！

▼マイナンバー方式、ID・パスワード方式でe-Tax送信ができます。

▼申告書を印刷して、郵送などにより提出することもできます。

▼コンビニなどのプリントサービス(有料)を利用して印刷することが可能です。

豊岡税務署での申告書作成

豊岡税務署の申告書作成の受付は2月16日(火)から3月15日(月)までです。感染症のリスク軽減のため、次の事項についてご協力をお願いします。

・会場の混雑緩和のため、会場への入場は「入場整理券」が必要です。

・整理券は当日税務署で発行します。

・LINEでも事前発行できます。

・受付時間は16時までですが、入場整理券の発行状況によっては、後日の来場をお願いすることがあります。

・会場に筆記用具は用意していませんので、筆記用具を持参してください。

■申告・納税相談日程表■

令和2年分所得税の確定申告、令和3年度町民税県民税の申告相談を下記の日程で行います。申告はできるだけ早めに済ませましょう。

【申告会場での新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください】

- ①入場制限のほか、申告ブースの間隔の確保、職員のマスク着用、アクリル板の設置、机などの消毒、入場前の検温、1時間おきの換気など、対策を講じます。
- ②ご来場の際は、必ずマスクを着用してください。
- ③咳、発熱などの症状のある人や体調がすぐれない人は、入場をお断りします。



◇町納税相談

相談【2月16日(火)～3月15日(月)】の平日9時から

区	申告会場	受付時間(場所)
香住区	役場本庁舎 3階大会議室	8時～8時30分(香美ホール) 8時30分～15時(申告会場入口)
村岡区	村岡地域局 3階 303会議室	8時～9時(1階地域総務係) 9時～15時(申告会場入口)
小代区	小代区総合センター 2階青年研修室	8時～15時(申告会場入口)

※青色申告の人、譲渡所得(土地・建物・株式など)のある人、住宅借入金等特別控除(初年度)の適用を受ける人は、直接豊岡税務署で申告相談をしてください。

※事業所得、農業所得、不動産所得を申告する人は、必ず収支内容の分かる書類を事前に作成し、持参してください。事前に作成していない人は、受付できない場合がありますのでご注意ください。

※医療費控除を受ける人は、診療を受けた人ごと、医療費の支払先別に領収書を整理し、計算を済ませた「医療費控除の明細書」を作成しておいてください。事前に「医療費控除の明細書」を作成していない人は、受付できない場合がありますのでご注意ください。

※給与所得、年金所得がある人は、源泉徴収票原本を必ずお持ち下さい。

※休日納税相談は行いません。

けんこう

健診が家族の安心につながります

特定健診・がん検診を受けましょう

● 問い合わせ先 役場健康課



新型コロナウイルス感染症の発生から一年が経ちました。コロナ禍の影響で外出する機会が少なくなり、家で過ごす時間が増え、運動不足の人も多いのではないのでしょうか。

運動不足をはじめ、過度の飲酒、喫煙といった生活習慣が続いていくと、「がん」「心臓病」「脳卒中」などの病気を引き起こすことがあります。

このような恐ろしい病気になる前に、年に一度、特定健康診査（特定健診）、がん検診を受けることで、自分自身の体の状態を知ることができ、生活習慣を見直すきっかけとすることができま

町ぐるみ総合健診を

受診しましょう

本町で行っている「町ぐるみ総合健診」は、次のような魅力があります。

①がん検診（胃・肺・大腸）、骨粗しょう

う症検診、腹部超音波検診など、人間ドック並みの内容が、近くで、同日に受診することができます。

②子育て中の人のために、健診会場に託児スペースを設けています。子ども

もの世話があるから受けられないという人でも、安心して受診できます。（要事前申込）

③施設健診も充実しています。公立八鹿病院でも特定健診、各種がん検診を受診することができ、胃・肺がん検診はオプションにより胃力メラ・胸部CTに変更することができます。（施設健診は国保加入者が対象）

現在、令和3年度の町ぐるみ総合健診の申込受付をしています。全戸配布の案内チラシを確認の上、申し込んでください。

●健診会場はコロナ対策を徹底

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、健診会場では検温や消毒、換

気を行います。

また、健診時間を例年より延長し、時間ごとの受診者を少なくすることで密の状態を回避していますので、安心して受診してください。

特定健診って何？

●概要

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）のリスクの高い対象者を早期に発見し、生活習慣の改善により発症と重症化の予防を図り、医療費の適正化につなげることを目的とする健診です。

●基本的な検査項目

- ・質問票による問診
- ・身体計測
- ・身体測定
- ・尿検査
- ・血液検査



●詳細な検査項目

- ・貧血検査
- ・心電図検査
- ・眼底検査
- ・血清クレアチニン検査

●健診にかかる時間

約1時間

元年度の受診率は「46・7%」

令和元年度、国保加入者のうち特定健診を受診した人の割合は、46・7%で、平成30年度に引き続き県内で2位でした（図1）。

リピート率も高く、令和元年度に受診した国保加入者のうち、70%以上が令和2年度にも受診しています。

図1 特定健診受診率の推移

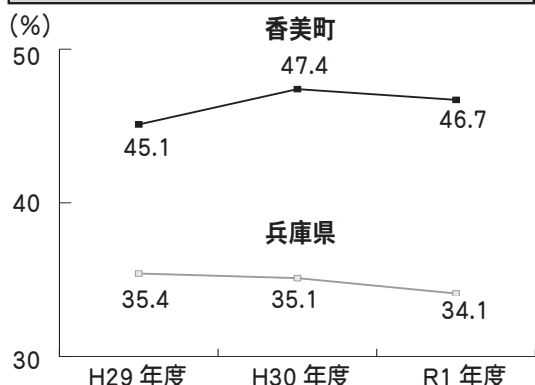
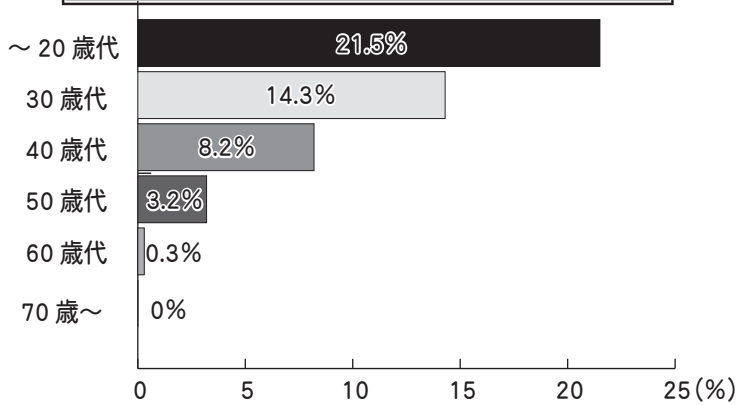


図2 年代別特定健診異常なしの割合



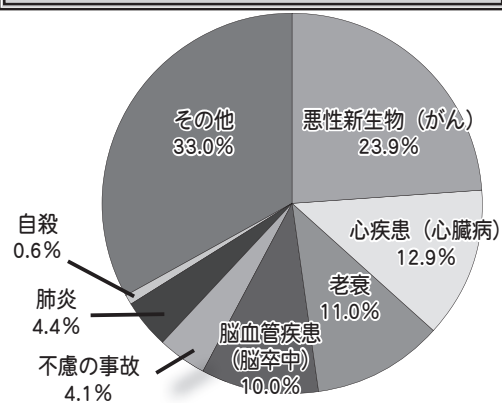
健診のホント

「異常のない人は3%」

令和元年度に受診した3630人のうち、異常がなかった人はおよそ3%で、ほとんどの人は何らかの異常があり(図2)、年を重ねるごとに異常がない人の割合は減っていくという結果になりました。

生活習慣病の多くは初期症状がほとんどなく、無自覚のまま進行していきます。早期に発見することで、心臓病や脳卒中などを未然に防ぐことができます。進行している場合でも、手遅れになる前に治療を始めることができます。

図3 平成30年本町の主な死因



がんは早期発見が重要

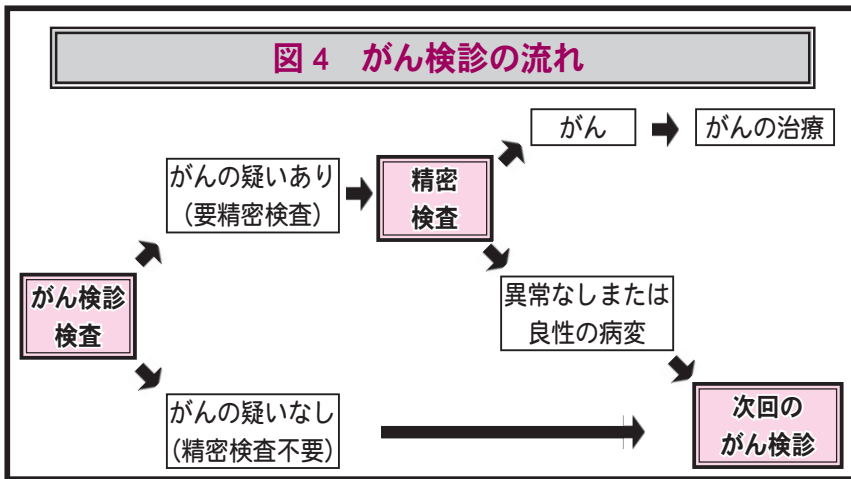
日本では、2人に1人ががんにかかるリスクがあり、4人に1人が命を落とすといわれています。本町も例外ではなく、本町における主な死因のトップはがんです(図3)。

がんは早期に発見できれば、治療率が高くなるだけでなく、治療に要する費用や家族への負担が軽減されます。

がん検診は、早期にがんを発見することが主な目的です。初期のがんでは症状はほとんど出ることはありません。症状がないうちに、定期的に受診することが大切です。

年に一度(女性の検診は2年に一度)は必ず受診し、異常が発見された場合は精密検査を受けましょう。

図4 がん検診の流れ



精密検査、受けていますか

令和元年度に要精密検査と判定され、実際に2人から大腸がん・肺がんが、3人から胃がんが発見されました。がん検診は、「がんがある」「がんがない」ということが判明するまでのすべての過程を指します(図4)。「精密検査の案内が届いたけど、行かなくて大丈夫、だよね」で終わらせず、必ず受診しましょう。

節目年齢で、おトクに検診

本町では、節目年齢の人を対象に無料で検診を実施しています。この機会に検診を受けて、早期発見・治療に繋がしましょう。

- 対象年齢
41、46、51、56、61、66、71歳(年度末年齢)

- 対象項目
がん検診(胃・肺・大腸がん)
肝炎ウイルス検診

人間ドック助成事業も実施しています

本町では、国民健康保険の加入者を対象に、町ぐるみ総合健診に加えて、人間ドック受診にかかる費用の一部を助成しています。

- 対象者
・国民健康保険に加入している40～74歳までの人

- ・同年度内に町ぐるみ総合健診を受診していない人

- 助成費用
人間ドックに要した費用の上限20,000円までを助成します。



麒麟のまち インフォメーション

第10回 新温泉町

新温泉町まるごと無料チケット

新温泉町では、町内に宿泊されるお客様に、町内9施設が無料で入館できる「新温泉町まるごと無料チケット」をプレゼントしています（最大3,600円分無料）。

◆実施期間

2月28日（日）まで
※ただし、予算に達し次第終了となります。

◆対象施設

○温泉施設

ユートピア浜坂、松の湯、浜坂温泉保養荘、七釜温泉ゆ〜らく館、薬師湯、リフレッシュパークゆむら

○展示施設

以命亭、夢千代館、おもしろ昆虫化石館

◆利用可能日

宿泊日（チェックイン後）とその翌日

◆問い合わせ先

新温泉町 おんせん天国室
TEL 0796・99・2615

※対象施設などの詳細は、新温泉町 HP (<https://www.town.shinonsen.hyogo.jp/>) をご覧ください。

新温泉町 まるごと無料 チケット 進呈中

宿泊者限定 最大3600円無料!

対象施設一覧

ユートピア浜坂	松の湯	浜坂温泉保養荘
七釜温泉ゆ〜らく館	以命亭	薬師湯
リフレッシュパークゆむら	夢千代館	おもしろ昆虫化石館

今なら、町内で宿泊されるお客様に町内9施設が無料で入館できるチケットをプレゼントしています。とことん湯めぐりに、町の歴史の追求に、ぜひご利用ください。

◇次回、香美町へ



香美町マイバック運動

ポイントカードは3月末まで

平成20年度に開始しました「香美町マイバック運動」ですが、町民や協力店の皆様のご協力により、令和元年度末で町内の累計500万枚を超えるレジ袋を削減することができました。

また、プラスチックごみが環境に与える問題が世界的に取り上げられたことなどにより、令和2年7月からレジ袋の有料化が法制化され、日本全体でマイバック持参の機運が更に高まりました。

そのような状況を踏まえ、経過的に継続してきました、香美町マイバック運動のポイントカード制度※ですが、レジ袋有料化により一定の役目を終えたことから、令和2年度末をもって終了します。

なお、マイバック運動は今後も継続していきますので、お買い物の際は買い物袋を持参するなど、ごみ削減にご協力ください。

●ポイントカードへのスタンプ押印

3月31日（水）まで



●景品交換期限

- ・協力店舗での交換
3月31日（水）
- ・役場町民課、各地域局での交換
4月16日（金）

※ポイントカード制度

協力店舗で買い物袋持参で買い物した際に、ポイントカードにスタンプを押してもらい、30ポイントたまれば町指定ごみ袋（燃やすごみ中）1枚と交換するもの。

香美町ならではの 教育の挑戦

●問い合わせ先 町教育委員会教育総務課

ふるさと給食の取組

ふるさと給食をご存知ですか



▲兎塚小の給食の様子

幼児期に身につけた食の好みや味覚は、成長してから簡単には変わるものではありません。そのため、子どもの頃の食育は子どもたちの「今」だけでなく「未来」を形づくる、とても大切なものです。

町教育委員会では、次代を担う子どもたちに、食育に加えて「ふるさとを大切にする心を育んでもらおう」と、町内で生産された食材をふんだんに使った「ふるさと給食」を推進しています。

日本一のふるさと給食をめざして

「日本一のふるさと給食」を推進する本町では、平成24年5月にふるさと給食推進委員会を設置し、地元産食材の給食での利用促進、安定供給体制の構築について協議を進めてきました。

協議の中で浮かび上がった課題解決のため、翌年10月に町内の3つの給食センターと生産者の橋渡し役となる「ふるさと給食推進員」を配置しました。どの野菜をどの時期にどれだけ生産すればよいかといった調整のほか、高齢で食材を給食センターへ搬入することが困難な生産者の代わりに運搬役を担うなど、その動きにより町内全域での安定供給が可能になりました。さらには、給食における地元産野菜の



▲生産者と一緒にはぎの仕分けを行う毛戸和宏推進員（左）

供給期間の延長を図るため、生産者と2人3脚で異品種の作付けや新たな保管方法の模索にも取り組んでいます。

こうした取組の結果、本町の給食における町内産野菜の使用率は、平成24年度には約17%だったものが、令和元年度には約31.5%にまで上昇。その功績が認められ、推進員は本年度の「学校給食表彰・兵庫県教育長表彰」を受賞しました。

今後も、生産者との連携を密に図りながら町内産野菜の使用率アップに努めるとともに、安全・安心でまごごろのこもった給食を提供できるよう取り組んでいきます。

（ふるさと給食については、裏表紙「ランチボックス」にも掲載）



▲エテガレイ、さつまいも、白菜、大根など地元産食材をふんだんに使ったふるさと給食の献立

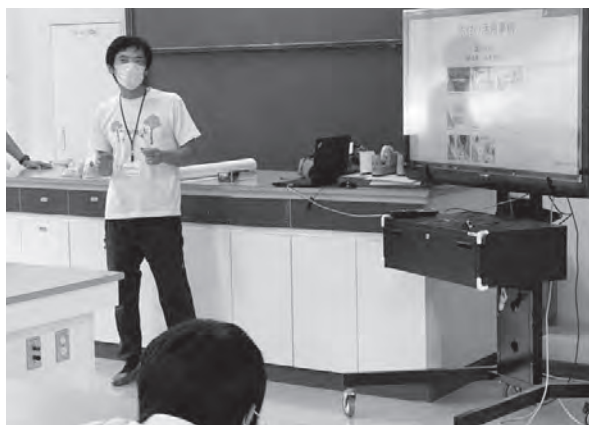
香美町
地域おこし
協力隊日記

第47話



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、個人やボランティア団体が山の手入れ、整備を行った際に、出た間伐材を、軽トラ1杯あたり2500円分の地域通貨（美方郡内の登録店で使用可）と交換する取組です。

木の駅プロジェクトは平成28年に始まり、この春で6年目を迎えようとしています。令和2年度はこれまでの最高となる約580トの木が集まり、410万円以上の地域通貨が発行されました。個人で木を切る人もいれば、ボランティア団体が木を切る人、地区でグループを作り精力的に活動する人な



▲村岡高校でワークショップを開く谷野隊員

ど、木の駅プロジェクトにもさまざまな関わり方があります。

皆さんの活動により、少しずつ山の環境整備が進むとともに地域経済の活性化にも繋がってきました。

また、先日は村岡高校の「総合的な学習の時間」に森林資源・間伐材の活用方法を考えるワークショップを行いました。高校生からは間伐材の活用アイデアとして家具、食器、スマホケースといったものや、森林の活用方法として、キャンプ場などのアウトドアに活用するといったアイデアが出てきました。身近にある森林資源をより身近なものとして皆さんに感じてもらえるように引き続き活動を行いたいと思います。



消費生活相談

注文したゲーム機が届かない
～偽の通信販売サイト～相談は
こちへ...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!!

人気のゲーム機を買おうと、家電量販店で探したがどこにも在庫がなく、インターネットで探して見つけた。ソフトとセットで「残りが2個」となっていたので急いで注文し、前払いで40,800円を振り込んだ。

発送通知はあったが、商品がなかなか届かないので問い合わせしようとしたら、サイトが消えていて連絡できない。返金してほしい。

【ひとことアドバイス】

- ◆ゲーム機を販売しているサイトと偽り、前払いでお金をだまし取る偽サイトによる詐欺が横行しています。偽サイトは、家電製品を通信販売しているように装って、特に人気のあるゲーム機の特集ページをサイト内に設けて、消費者を誘導します。
- ◆偽サイトのアクセス可能期間は約半月と短く、一つのサイトが閉鎖されて間もなく、名称を変更したサイトが公開されるというように、次々と類似したサイトを立ち上げていきます。
- ◆人気がある商品の購入を希望する消費者の心理につけ込み、メーカー希望小売価格よりも高額で販売されているケースがあります。
- ◆連絡がつかなければ交渉もできず、お金を取り戻すことはできません。
- ◆代金を前払いで注文することや、振込先が個人口座である場合は詐欺の可能性が高いので、購入を見直しましょう。

このサイトは注意

＜消費者庁が公表する偽サイトは以下のとおりです＞

OTOKU、TAKUMI、Gaming、SELECT STORE、E STORE、SMART STORE、FIRST、PLUS

お知らせ

JRの時刻改正が行われます

●主な改正内容

▼豊岡から香住・浜坂方面への最終普通列車の時刻が変わります。
改正後の時刻

豊岡21時23分発 ↓ 香住22時9分
発 ↓ 浜坂22時35分着

※豊岡〜香住間は約50分早く、香住〜浜坂間は約70分遅くなります

▼快速列車は普通列車化し、全ての駅に停車します。(鑑駅停車便が増えます)

▼「特急はまかぜ」は全席指定席になります。

●問い合わせ先
役場企画課

新移動生活ナビアプリ「WESTER」をダウンロードしてご利用ください。駅時刻表や列車走行位置が確認でき、全国の経路検索もできます。



あわせて、町民バスの時刻改正を予定しています。詳しくは全戸配布しますチラシをご覧ください。

法務局で自筆証書遺言書の保管が可能になりました

昨年7月10日から法務局で自筆証書遺言書の保管が可能になりました。

自筆証書遺言書は、相続をめぐる紛争を防止するために有効な手段で、遺言者が自筆できれば本人のみで作成でき、手軽で自由度の高いものですが、遺言者の死後、相続人に発見されなかつたり、改ざんされる恐れなどの問題点がある上、家庭裁判所での検認が必要でした。

自筆証書遺言書保管制度は、法務局で自筆証書遺言書を保管することによって、自筆証書遺言にかかる遺言書のメリットは損なわず、改ざんなどの心配を解消し、検認不要な利用しやすい制度として創設されました。

自筆証書遺言を検討するにあたっては、ぜひ本制度をご活用ください。

●問い合わせ先

神戸地方法務局豊岡支局
☎0796・23・0417

開催

夜間電話法律相談

兵庫県弁護士会では、弁護士と精神保健福祉士による無料電話相談を実施します。お気軽にご相談ください。

●とき
毎週土曜日17時〜20時
毎週日曜日17時〜21時

●相談内容
解雇、多重債務、生活保護、家庭の問題など

●相談料
無料

●問い合わせ(相談)先
兵庫県弁護士会相談ダイヤル
☎078・341・9600

土地家屋調査士

無料相談会(要予約)

●とき・ところ

3月20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時までに)

こころと体のなやみ相談

●とき・ところ

2月24日(水)、3月10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

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

① 3月9日(火) 13時30分〜16時

香住老人福祉センター

② 3月11日(木) 13時30分〜16時

村岡老人福祉センター

●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

① 3月9日(火) 13時30分〜16時

香住老人福祉センター

② 3月10日(水) 13時30分〜16時

村岡老人福祉センター

③ 3月3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

ふっくらつきたてのお餅をどうぞ ～もちつきイベント～

昨年12月26日、道の駅村岡ファームガーデン前の駐車場で、もちつきイベントが行われました。

この日は、村岡区の有志で構成される「もちっ娘グループ」の6人が、区内で生産された24升のもち米をうすときねでテンポよくつき、手際よく丸く形を整え、よもぎ餅や栃餅、白餅にして販売しました。同グループは区内のイベントなどの際に、依頼を受けて出店していて、丹精込めて作る餅や山菜おこわなどは地域住民に人気です。

同区の西村悠子さんは「我が家ではつくりないので買いにきました。お昼に5人家族でおいしくいただきます」とお目当ての栃餅を手に笑顔で話してくれました。



▲うすときねでつくられた餅は即売され、多くの人が買い求めました

5万回斬られた男、天国に旅立つ ～福本清三さんご逝去～

1月1日、香住区出身で映画俳優の福本清三さんがお亡くなりになりました。

福本さんは日本一の斬られ役として知られ、斬られた際に体をのけぞらせて倒れる「えび反り」の姿でファンを魅了しました。平成15年公開のハリウッド映画「ラスト・サムライ」ではトム・クルーズ氏の演じる主人公を警護する侍役として脚光を浴び、平成26年公開の初主演映画「太秦ライムライト」では、カナダのファンタジア国際映画祭で最優秀男優賞を受賞し、本町でも上映会が行われました。

浜上町長は「映画の主人公の香美山という名前にはふるさとを思う気持ちが込められていると感じる。お別れすることになり非常に残念」と語りました。



▲香住区中央公民館で行われた太秦ライムライトの上映会后、ファンへのサインと握手に応じる福本さん(右)(平成26年11月3日)

特大の筆に力込め ～新春ジャンボ書初め大会～

1月9日、村岡体育館で新春ジャンボ書き初め大会が開催され、区内の小中学生23人が参加しました。

今年のテーマ「わが里は但馬牛の故郷」の字の中から学年ごとに「の」「里」「牛」「馬」「故」「郷」「但」の課題が与えられ、1.2m四方の画仙紙に力強く筆を走らせました。

また、書家の近藤研秀さんが書いた篆書の「牛」の文字に添えて「プロ野球選手」「看護師」などの夢をしたための、特大の作品も制作しました。

◀特選までの入賞者>敬称略

【特別賞】中村駿汰(村岡中2年)、【特選】西谷陵(兎塚小6年)、黒田陵介(同5年)、伊藤翼(村岡小3年)



▲今年の干支「牛」の字の最後の画に力を込める児童

まちの話題をピックアップ

県の頂点をかけ中高生が競う～県高校総体スキー競技会・中学校スキー選手権～

1月16日から19日にかけて、県高校総体スキー競技会および中学校スキー選手権大会が開催され、クロスカントリー競技がおじろスキー場、アルペン競技が氷ノ山国際スキー場で実施されました。

昨年は雪不足のため中止となり、今回も新型コロナウイルス感染症の影響で開催が危ぶまれましたが、開会式、閉会式を取りやめるなどの対策を講じ、実施にこぎつけました。

18日に行われた、高校女子クロスカントリーフリー（5km）では、序盤から快調な滑りを見せていた上田遥菜さん（村岡高3年）がクラシカルとあわせて2冠を達成。「いい雪で、うまく板を滑らせられた」と喜びをかみしめていました。



▲スキー板をうまく滑らせながら力強く坂を登る上田さん

赤ちゃんのすこやか成長のために情報交換 ～わくわく育児教室～

1月20日、町子育て世代包括支援センターでわくわく育児教室が開催されました。

これは、子育ての情報を共有してもらうことで、育児に対する考え方の引き出しを増やしてもらうことを目的としており、妊婦の人から1歳未満の子どもを持つ親までを対象として年6回（本年度は1回中止で5回）行っているものです。この日は、6組の親子が参加し、コロナ禍の育児や夫の育児参加への考えなどの意見を交換しました。

香住区の久保光さんは5カ月の娘、光彩希ちゃんと参加。「授乳の回数や自分の時間の作り方の話が聞けて良かったです。育児の息抜きにもなりました」と語ってくれました。



▲子育ての悩みなどの意見に耳を傾ける参加者

バケツリレーなどで延焼防ぐ ～神水地区に消防長から感謝状贈呈～

昨年12月20日、小代区で発生した火災で、神水地区の住民11人が初期消火を行い、被害拡大を防いだとして、1月25日、美方広域消防本部の中野肇消防長から同地区に感謝状が送られました。

消火に携わった住民は、火災発生の緊急放送を聞いて直ちにバケツを持って現場へ急行。出火した木造平屋建ての倉庫から約70m離れた用水路からバケツリレーを行うとともに、スコップで雪をかけるなどして延焼を防ぎました。

中野消防長は「迅速な対応で被害を最小限にとどめられた」と感謝。代表で感謝状を受け取った田中憲二区長は「町防災訓練でバケツリレーをしたことがある。今後も住民の連携を深めたい」と語りました。



▲中野消防長より田中区長に感謝状が手渡されました

いきいきカレンダー

2/15

3/14

※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
2	15	月			
	16	火	10:00~15:00	発達障害者支援センター豊岡ランチクローバー出張相談	役場本庁舎・村岡地域局
			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)	村岡老人福祉センター
	17	水	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)
	18	木			
	19	金	受付10:00~10:15	離乳食と歯の教室(健康課)	香住老人福祉センター
	20	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
	21	日			
	22	月			
	23	火			
	24	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
	25	木			
	26	金	受付12:30~14:15	1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査(健康課) ※各健診の受付時間は調整の上、対象者に案内	香住老人福祉センター
	27	土	受付9:00~	ハチ北スラローム大会(ハチ北観光協会)	ハチ北高原スキー場
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	
28	日	受付9:00~	ハチ北アルペンスキー大会(ハチ北観光協会)	ハチ北高原スキー場	
		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	
3	1	月	0時	溪流釣り解禁(矢田川漁業協同組合)	町内
			13:30~15:30	えんがわカフェ(福祉課)	みんなの家(七日市249)
	2	火	9:00~11:00	もの忘れ相談日(福祉課)	村岡地域局
	3	水	13:30~16:00	人権相談(町民課)	小代いこいの里
	4	木			
	5	金	受付12:45~14:20	3~4カ月児・9~10カ月児・1歳6カ月児・3歳児健康診査(健康課) ※各健診の受付時間は調整の上、対象者に案内	村岡老人福祉センター
	6	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
			10:00~15:00	挑戦!クロスカントリースキー(兎和野高原野外教育センター)	兎和野高原周辺
			13:30~16:00	香美町高齢者大学「そぶキャンパス」・公民館講座閉講の集い(村岡区中央公民館)	村岡体育館
	7	日	10:00~	おじろ雪まつり(おじろスキー場)	おじろスキー場
			10:00~15:00	スノーシューで歩こう(兎和野高原野外教育センター)	兎和野高原周辺
	8	月			
	9	火	13:00~15:00	暮らしと仕事の相談会(ひょ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
			13:30~16:00	人権相談・行政相談(町民課・企画課)	香住老人福祉センター
10	水	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)	
		13:30~15:30	こころと体のなやみ相談(福祉課)	役場本庁舎他	
		13:30~16:00	人権相談(町民課)	村岡老人福祉センター	
11	木	13:30~16:00	行政相談(企画課)	村岡老人福祉センター	
12	金	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)	小代地域局	
13	土	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	
		14:00~	おはなしの国(絵本の読み聞かせ・ストーリーテリング)(香住区中央公民館)	香住区中央公民館	
14	日	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	

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
(1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
生活支援	(福)兵庫県社会福祉事業団 出石精和園	香住区若松	不問	1
現場作業	石井建材㈱	村岡区村岡	18~59	2
現場監督			18~59	1
事務	エイワ電器㈱	村岡区村岡	18~59	1
基板検査など			18~59	1
溶接	久保鉄工㈱	香住区香住	40以下	2
清掃など		香住区境	18~59	1
店長候補	(有)三七十	香住区香住	18~59	1
漁網仕立	㈱旭産業	香住区七日市	18以上	2
調理			18~64	2
一般事務	(有)味さい	香住区香住	64以下	1
森林技術者	北但西部森林組合	村岡区和田	64以下	5
調理師見習			30以下	1
仕出し	(有)三宝	香住区下浜	不問	1
一般事務	㈱北近畿物流	香住区香住	18以上	1
キッチンエフ	㈱宙の森	小代区神水	不問	1
介護	㈱えがおの里	香住区余部	不問	1

＜パートタイム＞				
職種	事業所名	勤務地など	年齢	人数
清掃など	㈱宙の森	小代区大谷	不問	1
研究補助	但馬水産技術センター	香住区境	不問	1
介護	㈱どんぐり (デイサービスどんぐり)	村岡区入江	不問	2
調理			64以下	1
一般事務、調理補助	(有)味さい	香住区香住	64以下	1
清掃など	(有)にしたにや	香住区訓谷	18以上	1
陳列など	フレッシュバザール香住パーク店	香住区香住	不問	3
仕出し			不問	1
接客サービス	(有)三宝	香住区下浜	不問	2
施設管理	(公財)日本アウトワードパウンド協会	美方高原自然の家	不問	2
一般組立製造	エイワ電器㈱	村岡区村岡	59以下	1
夜間専門世話人	(福)兵庫県社会福祉事業団 出石精和園	香住区若松	18以上	1
接客	旅館 きむらや	香住区浦上	不問	4
一般事務	(有)谷本水産	香住区香住	62以下	1
デイサービス介護		香住区無南垣	不問	2
デイサービス介護	(福)香美町社会福祉協議会	村岡区村岡	不問	1
看護師	山本クリニック	香住区香住	不問	1
水産加工	(有)森廣	香住区香住	64以下	1

子どもの急な病気やけがで悩んだときは…

兵庫県子ども医療電話相談

●相談時間

平日、土曜日…18時～翌日8時

日曜日、祝日、年末年始…8時～翌日8時

●電話番号

#8000

078・304・8899 (ダイヤル回線、IP電話の人)

●問い合わせ先

県健康福祉部健康局医務課

TEL 078・362・4351

(一財)自治総合センターコミュニティ助成事業

宝くじ助成で地域の活性化!

八原区では、宝くじの事業収入を地域の活性化のために活用することを目的とした、(一財)自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用して地区の伝統行事である秋季例祭で使用子どもみこしを新調しました。



新調された子どもみこしは、昨年12月27日に



▲宝くじ助成を使って新調した子どもみこし

納品され、毎年10月に行われる秋季例祭でお披露目される予定です。

子どもみこしの新調により、八原区に受け継がれてきた伝統行事の継続と区民交流・世代間交流の機会の創出が可能となりました。

●問い合わせ先 役場企画課

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。)

◆広報「ふるさと香美」に広告を掲載しませんか◆

●広告スペース この記事の大きさ

●色 モノクロ

●広告料 1枠 5,000円/号

●発行部数 約7,000部

●申込方法 申込書に必要事項を記入し、広告原稿を添えて提出してください。原稿案は、紙面に印刷した物でもお受けしますが、なるべく、CD-ROMなどの磁気媒体でデータでの提出をお願いします。なお、掲載希望月の2カ月前の月末までに提出してください。

●問い合わせ先 役場企画課

文芸かみ

真砂俳句会
新年句会から

神の浦元朝の日ふりそそぎ

初明り余部に咲く雪中花

今西 政枝

西川 睦子

初日さす仏間の遺影ほほ笑みて

燈台の一徹の白去年今年

小川 サヨ子

福田 恵津子

あるがまま生きる余生や福寿草

雲間より未来を照らす初菫

奥西 澤子

村瀬 美智子

凍て星へ等間隔に鱗千す

除雪車を追いかけて風巻く村の中

川端 静子

森田 淳子

冬紅葉かつては学舎ふるさと館

山の端の稜線極む日の出かな

駒居 君香

山根 一夫

大漁旗の揃う前海初景色

(記載は氏名の五十音順)

高橋 二三子

初明り港を満たす大漁旗

谷岡 喜代司

暁の山河ひらけし明の春

◆定例会
毎月第一火曜日 午後1時〜4時

谷脇 政江

色の濃き地の恵あり寒野菜

長扶 微子

芸術文化観光 専門職大学と 地域との連携

●問い合わせ先
兵庫県専門職大学準備課
Tel 078・362・3377

地域連携の拠点

「地域リサーチ&イノベーションセンター」

学内に設置される地域リサーチ&イノベーションセンターは地域の皆さんや地域の企業が抱える課題について相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

▼例えば

- ・大学が開催する講座に参加したい
- ・地域活動の企画や運営で困っていることを相談したい
- ・企業の課題についてアドバイスをもらいたい

など

役場企画課が本センターとをつなぐ窓口となりますので、お気軽にご相談してください。



▲完成間近の大学キャンパス

●地域の皆さん・地域の企業・市町との連携

地域の皆さんや企業からの相談、市町が取り組んでいる政策に、大学が「芸術文化」「観光」「経営」の視点を用いて連携し、地域活性化に取り組みます。

■具体例「コミュニケーションワークショップ」

但馬の高校生のコミュニケーション能力を養うため、大学が演劇的手法を用いた授業を行います。

●大学からの提案に基づく連携

大学からの提案に基づいて、関係者と連携して地域課題解決のプロジェクトを進めていきます。

■具体例「ノスリス（ノスリス）実証実験プロジェクト」

川崎重工業株式が開発した新モビリティ「ノスリス」を、大学と市町と企業が一緒になって、但馬の各地域のさまざまなシーンで実証実験を行います。



▲ノスリスは電動三輪ビークルで荷物がたくさんつめ、安定感もあります

●センターのインスタグラムを運用開始

2月下旬に運用を開始し、但馬の魅力や人材などの情報を発信します。ぜひご覧ください。

ユーザー名：ric_tajima

※来月は開学後に開催する「センターオープンイベント」について、紹介します。

お悔やみ申し上げます

※このコーナーは、承諾を得た人のみ掲載いたします（敬称略）。

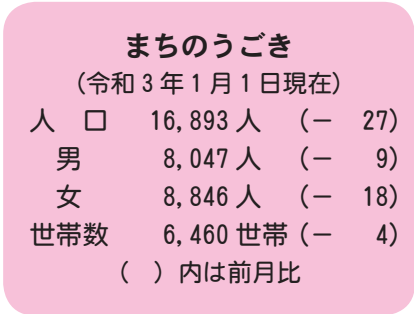
行政区	氏名	性別	年齢	死亡日

この記事につきましては、関係者の皆さんにホームページ上での公開承諾を得ておりませんので、個人情報保護によりホームページ上での掲載を控えさせていただきます。

あかちゃんがうまれました

※このコーナーは、承諾を得た人のみ掲載いたします（敬称略）。

行政区	氏名	性別	保護者	出生日
<p>この記事につきましては、関係者の皆さんにホームページ上での公開承諾を得ておりませんので、個人情報保護によりホームページ上での掲載を控えさせていただきます。</p>				



健康情報テレホンサービス

県保険医協会では、曜日ごとにテーマを変えて24時間いつでも健康・医療情報を提供しています。

●テレホンサービス
TEL 0120・979・451 (通話料無料)

●問い合わせ先
兵庫県保険医協会事務局
TEL 078・393・1840



編集後記

1月20日、わくわく育児教室取材させていただきました。「夫にもしっかり子育てに関わって欲しい」などの子育て中のママたちの本音が聞けて、1歳5カ月の子どもを持つ私も大変勉強になりました。

平成27年9月に開催された国連サミットで「SDGs (持続可能な開発目標)」が採択されました。17の大きな目標が掲げられていて、その一つがジェンダーの平等です。あるデータで日本は先進国中、男女平等の度合いが最下位という結果が出ているようで、男性の育児にかかわる時間が少ないことが課題とされています。

というわけで今日の仕事はこの辺で切り上げ、帰って娘といっしょにお風呂に入ろうと思います。(よしだ)

ランチボックス

第11回 スズキ

「地元食材へのこだわり」と「あふれる愛情」
めざせ！日本一のふるさと給食
香美町・香美町教育委員会

～スズキを食べて骨を丈夫に～

スズキは成長とともに呼び名が変わる出世魚だをご存知でしたか？地域によって呼び名が異なりますがセイゴから成長してフッコ（ハネ）、さらに大きく成長するとスズキになります。「すすぎ洗いたようなきれいな身」に由来するとする説もあるほど、きれいな白身で、癖もなくあっさりした味です。

低脂肪、高たんぱくであることはもちろん、皮にもビタミンDが多く含まれていて、骨を丈夫にするのを助けます。子どもの成長にも、大人の骨粗しょう症予防にも必要な栄養素がとれる魚です。



小代学校給食センター
余根田栄養教諭



▲浜本さんの手のひら

揚げ続けてきたために分厚く、海を生業とするため、くましさを感じました。

「沿岸から1キロほど沖に網をしかける漁法でスズキを漁獲しています。出港時は波が穏やかでも、帰港時には時化してしまい肝を冷やすこともありますが、不安は言葉に出さず船員の手をひとつにして、無事に港に帰るまでは気を抜きません」と浜本さん。見せてくれた手のひらは、重い網を引き揚げ続けてきたために分厚く、海を生業とするため、くましさを感じました。



▲町内で水揚げされせりに並ぶスズキ

◆定置網漁船の船頭 浜本和彦さんのお話

今月のレシピ スズキのパン粉焼き

<材料 4人分>

スズキ	4切
塩	ひとつまみ
こしょう	少々
A マヨネーズ	大さじ 2
乾燥バジル	少々
乾燥パセリ	少々
おろしにんにく	小さじ 1
パン粉	適量
サラダ油	適量

<作り方>

- ①スズキに塩・こしょうをして下味をつける。
- ②Aをよく混ぜ、①にA、パン粉の順で衣を全体にまぶす。
- ③熱したフライパンに油をひき、②のをせふたをして中火で焼く。途中で裏返して両面焼く。
- ④表面のパン粉に色がつき、中まで火が通れば完成。

<ヒント>

香草を2種類使用することで風味がよくなります。今回はバジルとパセリを使用しましたが好みの香草を使用してください。

マヨネーズを使用することで、味付けと衣付けが簡単にできます。

魚や香草が苦手な子どももおいしいと言って食べてくれます。



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)	36・3764
健康課	36・1114	村岡区中央公民館	98・1366
福祉課	36・1964	小代地区公民館 (小代区地域連携センター)	97・3966
いきいき相談センター	36・4004		
農林水産課	36・0846		

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)



ホームページ

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。



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。