

第3回 花桃まつり



平成25年度に邑南町初となるしまね景観大賞を受賞した天国に一番近い里桃源郷の名で知られる川角集落で、第3回花桃まつりが開催されました。まつりでは、記念植樹が行われたほか、地元住民によるシシ汁がふるまわれました。一面に咲く菜の花や約1500本の花桃を見ようと多くの来場者やカメラマンでにぎわいました。

瑞穂小学校屋内運動場 竣工



積雪や耐震性の問題から、建て替えが行われていた瑞穂小学校体育館の竣工式が4月8日に行われました。

また、外壁には地域に調和したデザインのハンザケのイラストが描かれており、児童の皆さんは体育館の完成を喜びながら、これからも地域を大切にしていきたいと話していました。

町からの依頼文書の宛名について

町からお願いの文書を出すときの呼称を当分の間「町からの配布を依頼している担当者様」としていましたが、本年度から「行政協力員」とさせていただきます。

配布物等をお願いすることはこれまでと変わりありません。

ご協力をよろしくお願いいたします。

最近の できごと

町で起きた様々な出来事をお知らせするコーナーです。



「食の学校」 完成



旧日和保育所を改築した研修施設「食の学校」が完成し、4月30日に記念式典が行われました。

「食の学校」では、邑南町の農業と食文化を100年先の子どもたちに伝えていくことを目的に、外部・地元講師による料理教室、小中学生対象のキッズキッチンなどの事業を行っていきます。

平成26年度 銀山まつり



4月20日、久喜体育館・久喜多目的集会所を会場として「銀山まつり」が開催されました。体育館で行われた講演会では、長谷川博史島根大学教授による「戦国期の銀山支配と高橋氏一族」と題した講話がありました。

また、調査により採掘跡や製錬関連遺構が次々と発見されている床屋間歩群などを見てまわる銀山巡りが行われたほか、会場周辺では地元有志による特産品販売やバザーが行われ、町内外からの参加者でにぎわいました。

おめでとうございます

◆「みどりの日」自然環境
功労者環境大臣表彰
断魚開発組合(井原)



断魚開発組合は、永年にわたり、断魚溪の美化清掃や登山道の整備、地域の小学生を対象とした自然解説に取り組みなど、自然環境の保全及び普及活動に尽力されたことが認められました。

これは環境省が自然環境の保全に関し、顕著な功績があった団体等を表彰するもので、4月23日に東京都で表彰式が行われました。

7月 全線運転再開予定 ~みんなで三江線を利用しよう!!~

三江線の回数券購入とイベントへの補助を実施

三江線活性化協議会では多くの皆様に三江線を利用していただくため、平成26年度も引き続き利用促進に関する補助事業を行います。

◎使ってお得!! 回数券購入補助

【補助内容】

- 三江線の回数券購入時に購入金額の10%を補助
- ※三江線回数券は11枚綴りで有効期限は3か月です
- ※三江線以外の区間を含む場合、三江線内のみ対象となります。
- ※三江線活性化協議会の他の補助制度と重複はできません。

【手続き方法】

- ① JR三江線の駅窓口(三次・粕淵・石見川本・江津)で回数券を購入します。
- ※補助金の申請には「回数券の表紙」が必要です。
- ② 役場(定住促進課)窓口で補助申請をします。
- ③ 補助金の受け取りは約1か月後です。

◎みんなで乗って楽しもう!!

三江線利用地域活性化イベント補助

【補助内容】

- 10名以上で三江線(列車や駅舎など)を利用したイベントを実施した際の補助
- ※中学生以下の参加者には指導者、保護者等の同伴が必要です。
- ※三江線活性化協議会の他の補助制度と重複はできません。
- ※1グループ、団体等への補助は、年度につき3イベントまでです。

10名以上で三江線(列車や駅舎など)を利用したイベントを実施した際の補助

【手続き方法】

参加者数	補助金額	参加者数	補助金額
10~29名	12,000円	30~49名	18,000円
50~99名	24,000円	100名~	30,000円

- ① 事前に申請書を役場(定住促進課)窓口へ提出します。(申請書には開催日、内容、三江線利用区間または駅舎名、参加者数、収支計画などを記入)
- ② 三江線活性化協議会事務局より補助の可否のお知らせがあります。
- ③ イベント実施後に報告書などを提出します。(写真を添付)
- ④ 補助金が交付されます。



【問い合わせ先】

◎ 邑南町役場 定住促進課

電話 95-1117 IP050-5207-3019 FAX 95-0223

◎ 三江線活性化協議会(邑智郡町村会事務局内)

電話 72-0015 ホームページ <http://sankousen.com>

クター選挙 結果発表！！

その他の作品

順位	キャラクター	得票数	作者	順位	キャラクター	得票数	作者
4位	 さすらいの半輪さん	594票	島根県邑南町 よねだ みつき 米田 光希さん (29歳・広告デザイナー)	5位	 ハンちゃん	542票	島根県出雲市 つじい ようすけ 辻井 要介さん (32歳・フリーランス)
6位	 おおにゃん	513票	富山県射水市 おおた ひさし 太田 寿さん (43歳・漫画家)	7位	 ウッシー	405票	茨城県常総市 まえおか やよい 前岡 弥生さん (51歳・ソーシャルデザイナー)
8位	 おおにゃん	393票	鳥取県南部町 かめはら せいじ 亀原 星児さん (30歳・会社員)	9位	 オオナンチョウウオ	226票	島根県邑南町 たけだ まさと 武田 正知さん (25歳・自営業)
10位	 もお〜なん君	223票	富山県射水市 おおた ひさし 太田 寿さん (43歳・漫画家)				

※ 作者の欄は、応募時のものを利用しています。

開票結果

有効投票	4,883票
無効投票	203票
投票総数	5,086票



開票作業風景

邑南町マスコットキャラ

4月14日（月）～4月27日（日）までの投票期間で、総数5,086票の投票がありました。
投票の結果、701票を獲得し、1位となった作品「オオナン・ショウ」を邑南町マスコットキャラクターとして採用します。

11月の邑南町10周年式典では、「オオナン・ショウ」の着ぐるみをお披露目しますのでお楽しみに！

最優秀賞・採用作品

順位	得票数	キャラクター	作者
1位	701票	 オオナン・ショウ	福岡県福岡市 わたなべ みつお 渡辺 光さん (43歳・イラストレーター)

優秀賞

順位	得票数	キャラクター	作者
2位	660票	 わ ぞく	静岡県沼津市 にしだ かなみ 西田 香奈美さん (34歳・主婦)
3位	626票	 おおなちゃん	長崎県長崎市 くさの けいいち 草野 敬一さん (58歳・デザイナー)

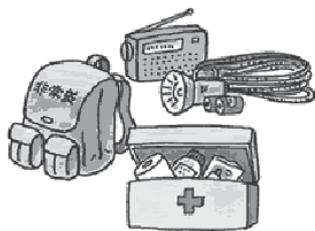
6月は「土砂災害防止月間」 土砂災害に注意してください！

防災情報

【問い合わせ先】
役場 危機管理課
☎ 95-0810 IP 050-5207-3003

- 梅雨、台風の時期をむかえ、土砂災害が発生するおそれがあります。
- 土砂災害から身を守るためには、日頃の備えと早めの避難を心がけてください。
- 就寝は、家の中でも山側から離れた部屋（2階）などにしてください。

～日頃から注意すべき点～



避難用具の準備

●
すぐに避難
できますか？



避難所、避難路の確認

●
どこへ避難
しますか？



防災情報の確認

●
いつ避難
しますか？



声を掛け合って早めの避難

●
だれと避難
しますか？

※がけ地や溪流の異常を発見した場合は、速やかに役場へご連絡ください。

なお、大雨等の警戒のため出動している消防団員が近くにいる場合は、直ちに声掛けください。

6月5日（木）に防災行政無線による緊急地震速報の自動放送訓練実施

国が全国瞬時警報システム（ジェイ・アラート）により、町の防災行政無線を直接操作し緊急地震速報を流す訓練が行われますのでお知らせします。5日の10時15分ごろ、訓練とわかるように「訓練用の緊急地震速報」の電文が防災行政無線により全町一斉に放送されます。実際の地震速報とお間違えのないよう十分ご注意ください。

「いざという時、自分の身を守れますか？ 5日に試してみましよう！」

実際に緊急地震速報を見聞きして強い揺れが来るまでの時間はごくわずかで、短い時間にあわてずに身を守る行動をとるためには、あらかじめどのような行動をとるか実際に経験しておくことが大切です。

交通事故発生状況

4月

		発生(件)	死者(人)	傷者(人)
邑智郡	4月	1	0	1
	前年比	0	0	0
邑南町	4月	1	0	1
	前年比	0	0	0
石見地域	4月	1	0	1
瑞穂地域	4月	0	0	0
羽須美地域	4月	0	0	0

●建物の中にいたら：
テーブルなどの下に隠れ、自分自身の身を守ってください。

●トイレやお風呂の中にいたら：
建物がかぶがんでドアが開かず閉じ込められてしまう危険があります。まずはドアを開けて逃げ道を確保してください。

●屋外にいたら：
ブロック塀や自動販売機、電柱や電線など、崩れたり倒れたりする可能性のあるものから離れてください。

平成 26 年度 邑南町農作業標準賃金

地域の実情や、ほ場の状況などに配慮して
話し合いの目安として活用してください。

【問い合わせ先】
邑南町農業委員会（農林振興課内）
☎ 95-1116 IP 050-5207-3011

事 業 内 容		単 位	標準額 (円)
一般作業賃金		1 日	6,000
土地改良材散布		1 0 a	1,000
耕 起	荒起こし	トラクター（ロータリー耕）	9,000
	荒起こし	トラクター（ディスクハロー耕）	6,000
	くれ起こし	トラクター（ディスクハロー耕）	5,000
代かき	荒代	荒代のみ（ロータリー耕）	6,000
	植代	植代のみ（ロータリー耕）	8,000
耕起から代かきまで		ロータリー耕起から一括委託	23,000
		ディスクハロー耕起から一括委託	25,000
田 植	機械植	苗運搬、ほとり植、植直しは別	8,500
	機械植（側条）	苗運搬、ほとり植、植直しは別	9,000
	手植え	ほとり植、植直し	1 時間 800
農薬・肥料散布		薬剤は別 動散	1 0 a 2,000
		ミスト	2,500
稲 刈	バインダー	ほとり刈りは別、ひもは含む	1 0 a 10,000
	コンバイン	ほとり刈り、籾運搬は別	20,000
脱 穀	ハーベスター	補助の籾運搬は別 カッター付	1 0 a 12,000
		カッター無	10,000
乾 燥		乾燥 1%あたり	3 0 kg 90
調 整			3 0 kg 480
色彩選別			3 0 kg 250
オペレーター		運転のみ	1 時間 1,200
草刈り		機械・燃料込み	1 時間 1,500
あぜぬり機			1 m 50

※代かき・田植・稲刈については算定の基礎面積を 4 h a として計算しています。

- この標準賃金の適用は、平成 26 年 4 月 1 日から平成 26 年 12 月 31 日までの期間。
- 作業機械・籾等の運搬費用は上記金額に含まない。
- 各作業料金は消費税込みの金額です。
- 次の作業については割増料金を追加する。
 - 5 a 未満の面積の各機械作業は、20%割増
 - コンバインによる倒伏田の刈取

倒伏面積割合	0%から 30%未満	30%から 50%未満	50%から 80%未満	80%以上
割 増	規定料金	20%増	30%増	50%増

※なお、湿田状況や倒伏割合については、当事者間で話し合いをおこなう。

おしらせ

このコーナーは皆さんの暮らしに役立つ情報を掲載しています。
詳しい内容については、それぞれ問い合わせください。



護衛艦「まつゆき」 一般公開

【日時】

6月21日(土) 22日(日)
午前9時～午後4時
(受付は午後3時まで)

【場所】

浜田港 長浜埠頭

【その他】

受付で来場されるすべての方の住所・氏名の記入及び身分証明書(運転免許証・健康保険証など)の確認をします。

【問い合わせ先】

自衛隊島根地方協力本部 広報室
☎085212110015



日曜労働相談会

島根県労働委員会と島根労働局などの関係機関の共催により、「パワハラ」「突然解雇」「賃金不払」など、従業員と事業主との間のトラブルを解決するお手伝いをします。

【日時】

6月22日(日)
午前11時～午後3時

【場所】

中国労働金庫 浜田支店
2階会議室

(浜田市黒川町12319)

【料金】

無料

【その他】

・秘密は厳守します。
・従業員、事業者どちらの相談も受け付けます。
・事前予約者優先ですが、当日受付もします。直接会場にお越しください。

【問い合わせ先】

島根県労働委員会事務局
☎085212215450

放送大学10月生募集と オープンキャンパス

◆放送大学10月生募集

現在、BSデジタル放送中の放送大学では、平成26年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。
心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

【出願期間】

平成26年8月31日必着
※放送大学ホームページでも受け付けています。

◆オープンキャンパス(浜田会場)

【日時】

6月29日(日)
午前10時～午前11時30分

【場所】

西部社会教育研修センター
(いわみーる3階302研修室)

【資料請求・問い合わせ先】

◎放送大学島根学習センター
☎085212815500
◎西部社会教育研修センター
☎085512419344

司法書士無料法律相談

司法書士による無料法律相談を実施します。

【内容】

遺産相続、遺言、不動産の売買、名義変更登記、お金の貸し借り、借金・ローン、クレジット、悪質商法、会社の登記、裁判、調停、成年後見

等高齢者の財産管理など、さまざまな法律相談・登記相談(無料、予約優先、秘密厳守)

※完全予約制のため、予約のない時は中止する場合があります。

【日時】

6月21日(土)
午後1時～午後3時

【場所】

すこやかセンター
(川本町川本332116)

【予約・問い合わせ先】
島根県司法書士会
司法書士総合相談センター
☎012011141234
(受付時間 平日 午後0時30分～午後3時30分)

神々の国島根・益田大会 第32回「全国親の会」

不登校・ひきこもり・ニート・家庭内暴力・摂食障害など子どもの問題や、子育てでお悩みの方、ひとりで悩まないうで一緒にしましょう。

【日時】

6月8日(日)
午前10時30分～午後4時15分

【場所】

島根県芸術文化センター「グラントワ」いわみ芸術劇場

【内容】

第1部 体験談と質疑応答
第2部 自律訓練法とグループディスカッション

【講師】 金盛浦子(東京心理教育研究所所長・臨床心理士)

【定員】 300人(申込制)

【保育】 要申込み

【参加費】 無料

【申込方法・問い合わせ先】

電話またはFAXでNPO法人SEPPY(セピー)倶楽部まで
☎031394215006
(火～土午前10時30分～午後3時)
☎031594014030

島根県交通事故相談所

交通事故無料相談

島根県では、交通事故の損害賠償に関するいろいろな悩みごとなどについて無料相談を行っています。

【相談場所】

島根県交通事故相談所
浜田相談室
(浜田合同庁舎1階)

【相談日】

毎週水曜日(祝休日及び年末年始を除く)
午前9時～正午
午後1時～4時

※相談は無料です
※秘密は厳守します

毎月、巡回相談を行っています

【巡回相談会場】

大田市役所

【相談日】

毎月第1火曜日

午前9時～午後3時

※祝休日又は年末年始の閉庁日は、変更します。

【問い合わせ先】

島根県交通事故相談所
浜田相談室

☎0855-12915563

平成26年経済センサ 基礎調査及び商業 統計調査のお願い

7月1日現在で、平成26年経済センサ―基礎調査及び商業統計調査が行われます。全国全ての企業及び事業所が調査の対象になります。調査の結果は地域開発など私たちに必要な基礎資料となります。調査員が伺いしますので「調査票の記入の仕方」をご覧の上、調査票への記入をお願いします。オンライン回答もできますので、よろしくお願ひします。

【調査票の配布期間】

6月23日(月)～6月30日(月)

【調査票の回収期間】

7月1日(火)～7月15日(火)

【問い合わせ先】

企画財政課

☎951-1119

IP050-520713004

三瓶小豆原埋没林公園

無料キャンペーン

縄文時代の巨木の森を展示する三瓶小豆原埋没林公園では、市町村別無料キャンペーンが開催されます。邑南町民は6月と7月の各一月ずつ同施設の入館料が無料になります。この機会に世界的に貴重な太古の森の迫力をご体験下さい。

利用の際は運転免許証等ご住所のわかる物をご持参ください。

【問い合わせ先】

三瓶小豆原埋没林公園
☎0854-8619500

6月の納税

◎町県民税(第1期分)

◎国民健康保険税(第3期分、暫定)

納期限 6月30日(月)

7月の納税

固定資産税(第2期分)

国民健康保険税(第4期分)

人権擁護委員は あなたの町の相談パートナー

6月1日は「人権擁護委員の日」

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づいて、地域で人権擁護活動を行う法務大臣から委嘱された民間の人たちです。人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済を行う等、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。

全国人権擁護委員連合会では、人権擁護委員法が施行された昭和24年6月1日を記念して、毎年6月1日を『人権擁護委員の日』と定め、人権への理解を深めてもらうため、人権尊重の大切さを呼びかける啓発活動等に取り組んでいます。

『人権擁護委員の日』全国一斉特設人権相談所を開設します。

◆特設人権相談所の日程

相談は無料で秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

【場所・日時】

◎口羽公民館
6月2日(月)
午後1時～午後4時

◎矢上交流センター
6月3日(火)
午前9時～午前12時

◎布施公民館
6月3日(火)
午後1時～午後4時

◆人権擁護委員

地域	氏名
羽須美	嶋渡昭壯(下口羽)
	光田雅巳(阿須那)
	星野暢子(市木)
	森脇鈴枝(鱒淵)
瑞穂	平川進(高見)
	酒井隆司(久喜)
	天川芳幸(中野)
	土井美恵子(矢上)
石見	島田隆文(日和)

部屋のリフォームから

壁紙・カーテン・敷物
各種、ご相談承ります

インテリア幹

IP電話 050-5207-2702

邑南町矢上929

【広告】企業の活性化および財政収入をはかることを目的としています。

給付金のお知らせ

子育て世帯
臨時特例給付金

対象者

1月分の
児童手当の受給者

※児童手当の所得制限限度額以上の方や生活保護受給者等は除く

子ども1人につき1万円

臨時福祉給付金

対象者

住民税の非課税者

※課税者の扶養親族や生活保護受給者等は除く

1人につき1万円

年金や児童扶養手当等の受給者は1万5千円

消費税率が8%へ引き上げられたことから、本年度に限り、所得の低い世帯や子育て世帯へ、次の2つの給付金を支給する予定です。

臨時福祉給付金

●対象者

- ・平成26年度分市町村住民税(住民税)が課税されない方
- ・ただし、次の方は対象外
- ・平成26年度分市町村住民税(住民税)が課税される方の扶養親族
- ・生活保護受給者 など

●給付額

- ・対象者一人につき1万円
- ・次の対象者には一人につき5千円を加算

- ・老齢基礎年金
- ・障害基礎年金
- ・遺族基礎年金
- ・児童扶養手当
- ・特別児童扶養手当
- ・特別障害者手当
- 等の受給者

子育て世帯
臨時特例給付金

●対象者

- ・次のいずれも該当する方
- ・平成26年1月分の児童手当又は特例給付の受給者
- ・平成25年の所得が児童手当の所得制限額に満たない方

- ・ただし、次の方は対象外
- ・臨時福祉給付金対象者
- ・生活保護受給者 など

●給付額

- ・対象児童一人につき1万円

申請手続

- ・いずれの給付金も給付には平成26年1月1日時点で住民基本台帳に登録されている市町村の窓口での申請手続が必要です。
- ・邑南町での申請手続窓口は、役場福祉課、各支所福祉係となる予定ですが、現在のところ手続準備中です。

- ・具体的な申請方法・受付開始時期などは、今後、広報チラシ等によりお知らせします。(受付開始は市町村住民税額の確定する6月以降となる見込みです。)

- Q 臨時福祉給付金と子育て世帯臨時特例給付金のどちらも対象となる場合は、どちらでも申請手続が必要ですか?

- A 臨時福祉給付金が優先され、子育て世帯臨時特例給付金は給付されませんので、臨時福祉給付金のみ手続することになります。

【問い合わせ先】

邑南町役場福祉課

(福祉事務所)

☎ 95-11236

IP 050-520713010

きちんと知って確かな安全・安心

軽油を入れる容器

軽油の保管容器について全国的に注目されています!

ガソリン・軽油・灯油等の危険物容器は政令で定める性能を有しなければなりません。現在のところ軽油用として性能評価を受けたポリ容器はありません。

ガソリン同様

「金属製の容器」

をお使いください。

江津邑智消防組合



金属製容器

ポリ容器

歯科衛生士 復職応援 セミナー

近年、島根県では歯科衛生士不足に苦慮しています。結婚や育児などで、一度現場を離れた歯科衛生士さんの復職を応援する事業を実施いたします。現場復帰に不安を抱えておられる方、ぜひセミナーにご参加ください。

日時 第1回 平成26年 7/13 9:00~12:00

島根県の現状の説明、院内業務(保健指導・歯周病・滅菌消毒など)について
※申込み締切り 6月30日

日時 第2回 平成26年 11/16 9:00~12:00

訪問歯科診療、最新歯科治療について等
※申込み締切り 11月4日
1回のみ参加も可能です!

場所 ビッグハート出雲
島根県出雲市駅南町1丁目5番地

講師 島根県歯科医師会 医療管理部

対象 現在、休職中で復職を目指す歯科衛生士の方
主催:島根県歯科衛生士人材確保協議会

(島根県・島根県歯科医師会・島根県歯科技術専門学校
島根県歯科衛生士会・島根県歯科技術専門学校同窓会)

申し込み・お問い合わせ 島根県歯科医師会 事務局 〒690-0884 松江市南田町141-9

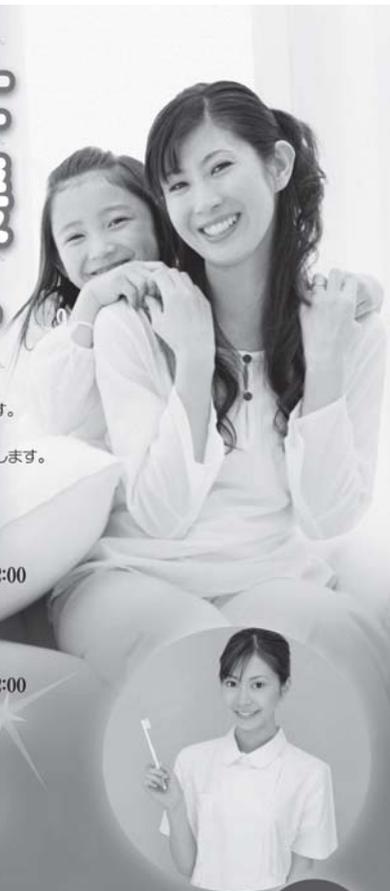
TEL.0852-24-2725 FAX.0852-31-0198

Email: info@shimane-da.or.jp

裏面申込用紙に必要事項をご記入のうえ、郵送・FAXにてお申し込みください。メールや電話によるお申し込みも可能です。

受講料 無料

定員
各回 40名
程度



保育士修学資金貸付事業の募集について

島根県社会福祉協議会では、保育士の資格取得を目指す学生に対し就学資金を貸し付ける、保育士修学資金貸付事業の募集をしています。

【要件】

平成26年度に保育士養成施設に入学した学生であって、卒業後県内の保育所等に勤務しようとする者

【貸与額】

月額5万円

【返還免除】

卒業後保育士登録し、県内の保育所等に5年間勤務した場合全額免除

【貸付利子】

無利子

【貸付期間】

2年間

【貸与額】

生活保護世帯にあっては、入学準備金20万円、就職準備金20万円、生活費加算あり

【募集期間】

6月13日(金)まで

【問い合わせ先】

島根県社会福祉協議会
生活支援部福祉資金係
085213215996

6月の当番医



1 (日) 河野医院 加藤病院

8 (日) 星ヶ丘クリニック 加藤病院

15 (日) 公立邑智病院 加藤病院

22 (日) 前眼科医院 大隅医院

29 (日) 三上医院 加藤病院

※当番医は変更されることがあります。最新情報は、おおなんケーブルテレビのデータ放送(dボタン)または邑南町ホームページでご確認ください。



健診・サロン掲示板 6月号

- 2 月 地域運動教室(上田)
- 3 火 特定健診(口羽公民館)、地域運動教室(高海)
- 4 水 特定健診(阿須那公民館)、地域運動教室(口羽)、元気館栄養相談
- 5 木 地域運動教室(上口羽、出羽)
- 6 金 特別支援合同相談、健康セミナー③(元気館)
- 10 火 地域運動教室(中野、戸河内、亀谷)
- 11 水 地域運動教室(和田原、田所)、健康ダイエット教室②(元気館)
- 12 木 地域運動教室(市木)
- 13 金 地域運動教室(井原)、健康セミナー④(元気館)
- 16 月 地域運動教室(上雪田、矢上)、おおなん元気サロン(邑智病院)
- 17 火 心の健康相談(中野公民館)、地域運動教室(四つ葉、宇都井)
- 18 水 地域運動教室(日和)
- 19 木 地域運動教室(布施)、幼児健診(元気館)
- 20 金 特別支援合同相談、健康セミナー⑤(元気館)
- 23 月 健康ダイエット教室③(元気館)
- 24 火 地域運動教室(日賀)
- 25 水 特定健診(田所公民館)、地域運動教室(上田所)
- 26 木 特定健診(出羽公民館)、地域運動教室(阿須那、口羽町)
- 27 金 特定健診(高原公民館)、健康セミナー⑥(元気館)、地域運動教室(西鱒淵)
- 28 土 ウォーキングの日(布施)

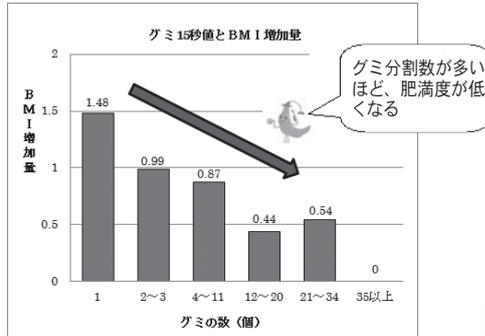
特定健診から見えた！
お口と生活習慣病との関係

邑南町では、島根大学医学部と共催で、特定健診を実施しています。その中で歯科調査として口の状況やグミを使用して噛む力を検査しています。この調査の結果から「噛むことと生活習慣病」が関係していることが分かっています。



その1 噛む力（咀嚼力）が強い人は BMI（肥満度）が低い

グミ（ゼリー）を固めたもの（を）を15秒でどれだけ噛み砕けるかを検査し、その結果から、グミをたくさん噛み砕くほど（よく噛めている）肥満度が低くなることがわかりました。（グラフ参照）



ゆっくりよく噛んで食べる人は、メタボになりにくいことが分かりました。反対に早食いの方は、そうでない人に比べて≒2倍もメタボリックシンドロームになりやすいという驚きの結果が…。



その2 よく噛んでメタボ予防

その3 しっかり噛めると、栄養状態良好！

よく噛むことは、生活習慣病予防につながるだけでなく、唾液で口の中を清潔にし、歯や歯肉をしっかりとしてくれる、心をリラックスさせる作用があるなど、体にも心にも良い影響を与えてくれます。6月は歯と口の健康週間です。この機会にお口から体の健康を見直してみませんか。



《よく噛むためのポイント》

- ①お口（歯や入れ歯）のお手入れ（清掃やお口の体操）をする。
- ②定期的に、歯や入れ歯の調子をかかりつけ歯科医師にみてもらう。
- ③噛めない食材は、調理の工夫をする。
- ④ゆっくりよく噛むように意識してみる。

（具体例）

- ・噛む回数目標を立ててみる（例、1口30回、噛むように意識してみる。）
- ・食べ物の形がなくなってから、飲み込む。
- ・1口食べたら、箸をおく。
- ・先の食べ物を飲み込んでから次のものを口に入れる。
- ・箸で取る量は少なめに。（1口に入れる量を少なくする）



保健課	☎ 83-11123	IP 050-050152207165008
福祉課	☎ 95-11155	IP 050-050152207135008
羽須美支所	☎ 87-02211	IP 050-050152207165008

歯と口の健康週間（6月4日～6月10日）
「歯と口は健康・元気の源だ」

初夏の長源寺川に沿って



6月28日（土）

受付 午前8時30分～
開始 午前9時～

【集合場所】 布施公民館
【内容】 約4.5kmのウォーキング
【参加費】 無料
【持ってくるもの】 飲み物（水分補給用）、雨具、持っている方は万歩計・元気カード
【申込先】 6月25日（水）までに電話でお申込みください。ウォーキング相談窓口（元気館トレーニング室内）
☎ 83-2270 IP 050-5207-5005
布施公民館
☎ 84-0651 IP 050-5207-5600

障害福祉情報コーナー

児童扶養手当等についてお知らせします

児童扶養手当

父母の離婚などで、父又は母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭（ひとり親家庭等）の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、支給される手当です。

【受給期間】

児童が18歳に達する日以後の最初の3月31日まで受給できます。

【手当月額】

全部支給 41,020円
一部支給 9,680円
2級 41,010円
3級 41,010円
第2子は月額5千円、第3子以降は1人月額3千円ずつ加算されます。
※一部支給額は所得に応じて、10円単位の額となります。

●受給者は、毎年8月1日から8月31日までの間に、現況届を行う必要があります。
※一部支給停止措置について平成20年4月以降、受給期

間が5年を経過する等の要件に該当する方は、適用除外事由（就業あるいは求職活動などを行っている場合や、求職活動ができない事情などがある場合）に該当する方を除いて、手当額の2分の1が支給停止になります。

特別児童扶養手当

身体または精神に障害のある児童を監護する父親もしくは母親、または父母に代わってその児童を養育している方に支給されます。

【受給期間】

児童が20歳に達する月まで受給できます。

【手当月額】

1級 49,900円
2級 33,230円
※手当額は、障害等級の1級（重度）と2級（中度）に規定されています。

●受給者は、毎年8月11日から9月10日までの間に、所得状況届を行う必要があります。

特別障害者手当 障害児福祉手当

町では重度障害等により常時介護を要する在宅の障害児、障害者に対し、手当を支給しています。

【受給資格】

◎特別障害者手当

精神または身体に重度、重複の障害があり常時介護を要する在宅の20歳以上の者

◎障害児福祉手当

重度障害があり常時介護を要する在宅の20歳未満の者（児）

【手当月額】

◎特別障害者手当 26,000円

◎障害児福祉手当

14,140円

●受給者は、毎年8月11日から9月10日までの間に所得状況と現況を届け出る必要があります。（所得基準内であることを確認します）

【申請・問い合わせ先】

福祉課 ☎95-11115
福祉事務所 ☎95-11236
瑞穂支所 ☎83-11121
羽須美支所 ☎87-10223

ハローワーク 求人情報

最新の邑南町の求人情報はハローワークインターネットサービスをご利用ください。

<https://www.hellowork.go.jp/index.html>

事業所名	職種	内容	年齢	備考
瑞穂トーアリゾート(株) (水明カントリークラブ)	ゴルフ場クラブ スタッフ	ゴルフ場においての、スタート業務、フロント業務、レストランホール業務等	不問	パソコン操作 ゴルフ経験あれば尚良し
ベジフーズ(株)	青果物のカット	野菜のカット及び計量作業	不問	不問
株ワイテック 石見工場	製造ラインの 作業	自動車部品の製造、プレス工及び部品の組み付け、溶接作業の繰り返し業務	不問	普通運転免許（AT限定不可）、フォークリフト（あれば尚良し）
邑智郡公立病院組合 公立邑智病院	看護師、准看護師	外来、病棟における看護業務	不問	看護師免許、准看護師免許（必須）
医療法人 徳祐会	看護師	診療所、介護保険施設における看護業務	不問	看護師、准看護師
	介護職員	介護保険施設における介助業務		不問（介護関係有資格者優遇）
社会福祉法人 おおなん福祉会 (ゆめあいの丘・はあもにいはうす)	介護職員	入所者の介護業務	不問	介護関係有資格者優遇
	職業指導員	パンの製造等就労支援や生活指導		不問

邑南町無料職業紹介所 求人情報
紹介所は商工観光課内にあり、午前8時30分から午後5時まで毎日相談に応じています（土日祝日を除く）。

邑南町無料職業紹介所 求人情報

【問い合わせ先】 邑南町無料職業紹介所 ☎95-2565（商工観光課内） IP 050-5207-3020

こんにちは!!

地域包括支援センターです。

元気を持続し健康寿命を延ばしましょう

今や人生80年、90年時代。いつまでも若々しく、ハツラツと高齢期を過ごすために、「健康寿命」を延ばしましょう。

★現状では、平均寿命と健康寿命の差が、男性9・13年、女性12・68年と、男女とも10年前後の開きがあります。(平成22年 全国)

★平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。

健康寿命を延ばすカギは？

老化を左右するポイントは、栄養・体力・社会参加!!

①良質の蛋白質をしっかり摂る。
高齢期は筋肉や骨が減りやすくなっているため、これを維持する蛋白質を不足させないことが大変重要です。特に肉は優秀なタンパク源で、吸収率も高く栄養バランスも抜群です。毎日良質な蛋白質を摂りましょう。

②体を動かす。

体を動かすことにより、全身の血行がよくなり、体の隅々まで新鮮な酸素と栄養を行き渡らせることができます。

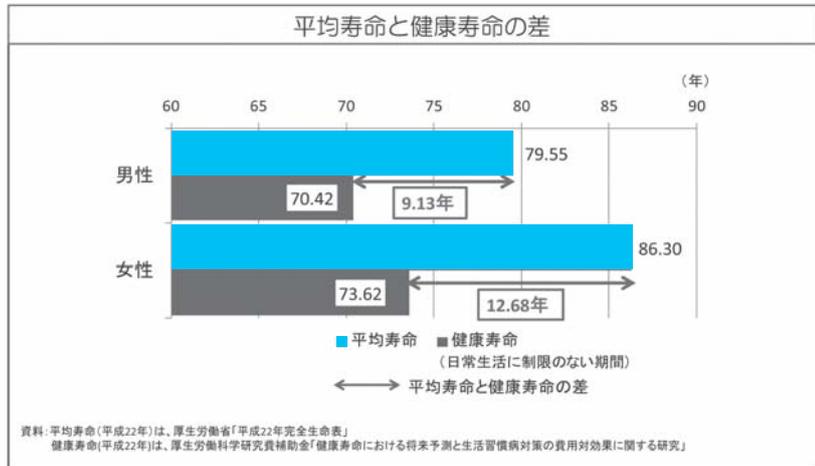
また、筋肉の衰えを防ぐことができるので、たとえ病気になるたとしても寝たきりになるリスクを減らすことにつながります。

③人との交流を図る。

ボランティア活動や役割を持つこと、友人や近所の人と会う機会を多くつくることは、健康寿命を延ばすことにつながります。

④楽しみを見つける。

好きな趣味や娯楽など、楽しみを見つけておくことによ



【出典】厚生科学審議会地域保健健康増進委員会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」p25



り、毎日張り合いがあり、精神的にも充実して健康寿命を延ばすことができます。

日頃の介護疲れはありませんか？今年度から3地域で「介護者家族の会」を開催します。ご家庭で家族を介護しておられる者同士が気軽に集い語りあう場です。お互いの悩みごと・心配ごとを話したり意見交換をしながら気分転換しませんか。

【対象者】

要介護1～5の方を家庭で介護している家族介護者



在宅で介護をしている方へ「介護者家族の会」を開催しています

地域	羽須美地域	瑞穂地域	石見地域
開催日時	毎月第3木曜日 6月19日(木) 午前10時～正午	毎月第3木曜日 6月19日(木) 午前10時～正午	毎月第3月曜日 6月16日(月) 午前10時～正午
場所	口羽公民館	出羽公民館	中野公民館
内容	介護食について施設栄養士のお話 意見交換・情報交換	意見交換・情報交換 施設職員によるアドバイス・施設見学	意見交換・情報交換 施設職員によるアドバイス
参加費(お茶代)	100円	100円	100円
参加申込先(問い合わせ先)	羽須美支所 福祉係 ☎ 87-0221 IP 050-5207-6500	瑞穂支所 福祉係 ☎ 83-1121 IP 050-5207-5000	福祉課 地域包括係 ☎ 95-1115 IP 050-5207-3008

学生納付特例制度のご紹介

平成26年度国民年金保険料学生納付特例制度の申請手続きをお願いします。

●昨年度に引き続き平成26年度も制度を利用される方

はがき形式の学生納付特例申請書が日本年金機構より3月下旬に送付されています。平成25年度と同じ学校に在籍される方は、送付されたハガキに必要な事項を記入して返送してください。この場合在学証明書や学生証の写しの添付は不要です。

●昨年度は制度を利用したが、平成26年度は申請されない方

学生納付特例を利用せず、保険料の納付を希望される場合は、納付書を送付しますので、お手数ですが、浜田年金事務所までご連絡ください。

●初めて申請される方、在学学校等に変更がある方

学生証の写しまたは在学証明書、印鑑をお持ちの上、役場町民課、各支所又は浜田年金事務所にて申請をお願いします。

学生納付特例を受けた期間は、将来受け取る年金の受給資格期間に算入されるが、年金額には反映されない「カラ期間」になります。

10年以内に追納していただくことで、将来の老齢基礎年金を満額に近付ける事ができます。追納をご希望の際には、役場町民課、各支所または浜田年金事務所までご連絡ください。

学生納付特例制度とは？

一般的に所得が少ない学生を対象に、本人の申請によって保険料の納付が猶予される制度です。納付特例制度を利用せずに保険料を未納にしておくと、老齢基礎年金または障害基礎年金を受け取ることができなくなる場合があります。納付が困難な場合には早めに手続きをお願いします。

※平成26年4月より過去2年1か月前まで遡って申請ができるようになりました。詳しくは役場町民課、各支所または浜田年金事務所までお問い合わせください。

年金
掲示板

町民課

☎95-1114
(050-5207-3006)

【問い合わせ先】
浜田年金事務所
町民課
瑞穂支所
羽須美支所

☎88951114
☎88951114
☎88951114

☎085512216691
IP0050152007165000
IP0050152007165000
IP0050152007165000

オオサンショウウオの保護

日和地区の取り組み

邑南町内には、オオサンショウウオが生息する川が各地にあります。

オオサンショウウオは、我が国固有の種であり、「自然界の国宝」として法律のもと保護されていますが、その生息域は全国的に見れば減少しており、生息頭数そのものも減少しているようです。

島根県でもレッドデータブックに「絶滅危惧種」として記載し、絶滅の恐れがある野生動物種であることを周知しています。

◆保護するための取り組み

昭和27年に国の特別天然記念物に指定され、河川を工事する場合には文化庁への届出が必要となり、工法についても自然環境に配慮した工法を取り入れるなど、オオサンショウウオの生息環境に配慮された取り組みが行われています。

今回紹介する日和地区では、鍛冶屋谷川と湯舟谷川周辺で農道新設に伴う河川工事が行われました。同地区では昔からオオサンショウウオの姿が確認されて

いることから、事前の生息調査が平成22年9月と平成23年11月に行われました。

平成22年の全域の調査では13頭確認され、平成23年の工事予定箇所周辺の調査では、工事予定箇所2頭、予定箇所の約40m上流で1頭確認されました。

この調査により、適切な工法を取り入れることが計画され、工事後も追跡調査を行うことで文化庁からの許可を得、工事が施工されました。

◆オオサンショウウオの赤ちゃんを川へ戻そう！

湯舟谷川の工事予定箇所付近で平成23年10月、オオサン



ショウウオの卵塊（卵28個）が川に流れていたため、文化庁の許可を得て瑞穂ハンザケ自然館が保護しました。

11月に幼生19匹がふ化し、そのうち10匹をふるさと湯舟谷川に返すことにしました。日本オオサンショウウオの会長の桑原一司さんによると、「幼生が見られるのは非常に珍しい」ということです。

◆子どもは「将来のよき隣人」である

日和小学校は平成23年3月末で閉校となりました。すでに保育所も閉所しており、地域では「子どもの声が聞こえなくなってしまう」といった声もありました。少子高齢化が進み、「5年後、10年後のことが語れない」という危機感も抱いていました。

そのような地域の思いから、日和地区では、「ふるさと」という学校で「将来の隣人」である地域の子どもを地域で育てる『日和孩子も塾』を開設しました。当塾では地域資源を活用した体験活動を中心に、世代間交流や地域間交流を行っています。

先ほど紹介したオオサンショウウオの幼生の放流には地域の方だけでなく、『日和孩子も塾』の対象者である幼児・児童も参加しました。当日は桑原会長にお話しいただき、河川改修や開発による生息地の減少、水質の低下による餌の減少など、現在オオサンショウウオを取り巻く環境が非常に厳しいことがわかりました。

河川工事は人々の命を守るために必要ですが、川の生き物たちが人間と一緒に生きていけるように工夫することも大切です。今回放流した幼生たちが成長し住み続けていける環境を、地域のみならず



守っていくために、『日和孩子も塾』では看板を作ることにしました。

看板には町産材を使い、地区の方に加工してもらいました。保護を呼び掛ける絵や文は、子どもたちが自分たちで考えました。

翌年（平成25年）には、鍛冶屋谷川にも設置しました。国の宝であるオオサンショウウオが身近に生息しているというだけでなく、生息できる環境があるということは地域の誇りであり宝でもありません。幼生の放流や看板作りは、自分たちが住んでいる地域の良さに気づく大変良い機会となりました。

「将来の隣人」である子どもたちが『日和孩子も塾』での様々な体験を通して、もっともっと地域の宝を見つけてほしいと思います。





テレンスの おおなん滞在記

最近、暖かくなり、至る所で春らしさを感じます。これは私にとつて邑南町最後の春となると思ひさみしく感じます。実は皆さんに報告しなければならぬことがあります。それは3か月後にアメリカに帰国するということです。すばらしい邑南町の一員となつていくことにとてもうれしく思っていますし、邑南町民の皆さんはいつも私の心のよりどころでした。

8月、私は妻と一緒にロサンゼルスに住む予定です。そこでは友達の2組の夫婦と一緒に一つ屋根の下で過ごす予定です(二軒家に6人で住む)。この計画を町民の皆さんにお話しした時、少し驚かれました。日本では結婚した夫婦は減多に友達と住まないからです。アメリカにおいてもう少し稀ですが、日本とアメリカでの生活環境に関して違いがあると感じました。アメリカ人は18歳まで家族と一緒に暮らします。ある日本人の高校生は自分の住んでいる地域とは違う高校に通うため家族から離れることがあると聞きませんでした。殆どの高校生は通う学

校の選択肢が1つしかないからです。

18歳になると大学に通うため家族を離れます。家族と離れて暮らす最初の生活です。また家族と離れた生活に慣れることに問題を抱える人も少なからずいます。例えば、親の料理もなく、多くの学生が不健康的な食事をします。この現象を *freshman diet* (freshmen diet) と言います。由来は、不健康な食事のために大学1年生の間に15ポンド(約6.8kg)太ることから来ています。

多くのアメリカ人は20代や30代にアパートや一軒家でルームメイト(多くは親友)と数年間住みます。人によつては10人で住むこともあります。物価が高いサンフランシスコやニューヨークでは、家賃が高いため小さな家に多くの人と住むことによつて節約する人が殆どです。ルームメイトと住むことがストレスを感じる人もいますが、若いアメリカ人にとつて最適な生活スタイルです。アメリカの生活スタイルに疑問や興味があれば、いつでもお尋ねください!

図書館からのお知らせ

●6月の開館案内(本館)

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					

■は休館日です。

《開館時間》9:30～17:30

石見分館、羽須美分館の休館日、開館時間は各分館にお問い合わせください。

図書館本館 ☎ 83-1760

羽須美分館 ☎ 88-0001

石見分館 ☎ 95-1044

邑南町図書館探検ツアー開催

3回目となる邑南町立図書館3館をめぐる探検ツアーを4月29日(祝日)に開催しました。小学校1年生から6年生まで30人の参加がありました。図書館利用の説明を受けた後、大型絵本の読み語り、手影絵、読書クイズ、館内見学等盛りだくさんの内容でした。貸出冊数無制限の特典がついており、子どもたちは持ちきれないほど本を借りてうれしそうでした。図書館をより身近に感じて欲しいと思います。



三次市との図書館資料広域利用

平成26年4月1日、三次市と邑南町とで広域利用協定を結びました。従来、図書館を利用できる方は、市在住、通勤、通学していることが条件でしたが、三次市との間ではその規定がなくなります。窓口で利用者登録ができ、貸出が可能となりました。

*詳細についてのお問い合わせは、本館までお願いします。

●新刊案内

『女のいない男たち』…村上 春樹 『花子とアンの道』…村岡 理恵
『ルポMOOC革命』…金城 隆一 『為木式かけっこメソッド』…為木 大
『ジェームス・ボンドは来ない』…松岡 圭祐

●6月の行事

- 4日(水) ストーリーテリング勉強会(本館)
- 10～13日 本館蔵書点検
- 21日(土) おはなし会(本館)
- 24～27日 石見分館蔵書点検

*蔵書点検のため、本館(10～13日)石見分館(24～27日)まで休館します。長期間、本を借りている方は返却をお願いします。なお、羽須美分館は開館していますので、ご利用ください。

まちの
DATA

人口の動き

(平成26年5月1日)

	前月比	前年 同月比
男 / 5,463人	+6	-61
女 / 6,119人	+7	-101
計 / 11,582人	+13	-162
世帯数 / 5,042世帯	+23	-18

高齢者比率 41.5%

※住民基本台帳人口(外国人含む)を使用しています。

不法投棄を無くそう!!

6月は環境月間

「全国ごみ不法投棄監視ウィーク」

5月30日 ~ 6月5日
(ごみゼロの日) (環境の日)

邑南町

編集
後記

新年度になりひと月が過ぎました。我が家は新一年生が二人、新しい職場になった私、そして新居に住み始めるという、新しいものづくしのスタートでした。元気に登校し、日々新しい発見をしていく子どもたちに、活力あふれるパワーをもらっています。このパワーが伝わるような広報が作りたいけど、気持ちだけが空回りしていた私の一か月間でした。(まこと)



しまね安全ドライブコンテスト2014

- 募集期間** 平成26年5月20日(火)~7月10日(木)
- 参加資格**
 - ① 運転免許を保有し、県内に居住、勤務又は通学している方
 - ② 地域、家庭、職場、友人、高齢者など3人で1チームを編成して参加
 - ③ 参加区分を「一般・事業所チーム」、「高齢者チーム」とする
 - 一般・事業所チーム
 - 高齢者チーム(65歳以上が1人以上参加)
※65歳以上/平成26年12月31日までに65歳になる者を含む
 - ④ 実施期間前、終了後の事故歴、違反歴は問わない(ただし期間前の違反・事故・その他の事由により、期間中に免許の停止・取り消し及び免許を失効した場合は失格とする。)
- 実施内容** 平成26年7月11日(金)から12月31日(木)までの174日間の無事故・無違反の達成
- 参加費用** 1チーム1,890円(1人630円)
※参加費用は運転記録証明書申請手数料です。このチラシの払込取扱票により郵便局でお支払い下さい。払込手数料は不要です。裏面の参加申込書と参加費を払い込み後の「受領証」を、最寄りの警察署・地区交通安全協会・安全運転管理者協会・自動車安全運転センター島根県事務所へ持参して下さい。
※詳しくは、右の「申込方法」をご覧ください。
- 参加申込**
- 結果通知** コンテスト結果について代表者に通知します。

無事故・無違反を達成したチームの中から
抽選で賞品を贈呈!

- 1等** 15万円相当の旅行券
一般・事業所チーム 1本
高齢者チーム 1本
- 2等** 6万円相当の旅行券
一般・事業所チーム 5本
高齢者チーム 2本
- 3等** 1万円相当の島根の選べるブランド品
共 通 60本
- 4等** 交通安全(反射材)グッズ
共 通 100本

参加チーム
募集

3人そろえば
チャレンジできる!!
無事故・無違反

174日

コンテスト
期間

7月11日 ▶
12月31日

募集期間

5月20日 ▶ 7月10日

主催 ● しまね安全ドライブ・コンテスト実行委員会

島根県・島根県警察本部・(一財)島根県交通安全協会・(一社)島根県安全運転管理者協会・自動車安全運転センター島根県事務所
問い合わせ先 ● しまね安全ドライブ・コンテスト実行委員会事務局(自動車安全運転センター島根県事務所内) TEL 0852-36-6255 | FAX 0852-36-6257



※広報おおなんは、環境にやさしい植物油インクと再生紙を使用しています。