

2016年(平成28年)
12月号・No.134

広報 よしか

朝霧に包まれて

柿木村麦山より撮影

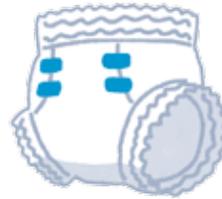
吉賀町の人口・世帯数 (平成28年11月1日現在)	6,404人	(-9)
人口	3,016人	(-2)
男	3,388人	(-7)
女	3,174人	(+1)
世帯数	()	内は前月との比較

混ぜればごみ、分ければ資源 ごみの分別特集『容器包装プラスチック』

間違っただ分別をしていませんか？

今回は、容器包装プラスチックごみ（ピンク色の字の袋）に、よく間違っただ混入されているごみの品目について特集しました。間違っただごみは、分別作業を困難にし、機械を止める原因となりますので、正しい分別をお願いします。

間違っただ混入した例	正しい分別
紙オムツ	燃やせるごみ (赤色の字の袋)
乾燥剤・保存剤	
弁当の残飯・割り箸	
紙製容器	
使い捨てカイロ	
スポンジ	商品プラスチック (黄色の字の袋)
歯ブラシ・歯間ブラシ	
フォーク・スプーン(プラ製)	
ビニールひも	
レジャーシート	



オムツは可燃ごみ



スポンジは商品プラ

ひきつづき適切な排出にご協力をお願いします。



中身を使い切って洗浄を

レジ袋に他の物を入れない、
レジ袋をしぼらない

ハブラシ等は商品プラ



氏名を書いて排出を

問い合わせ先

税務住民課（環境衛生係） ☎ 77-1113

吉賀町地域おこし協力隊が新たに活動開始

吉賀町地域おこし協力隊として、10月より新たに1名が就任し、活動を開始しました。
有機茶ブランド化事業において有機茶生産促進研修員として、茶の栽培・製茶支援等を行っています。



有機茶生産促進研修員 うえはら みなこ 上原美奈子

吉賀町のお茶のすばらしさを発信していきます。皆様のお庭のお茶のことも教えてください！町内で見かけた際は気軽に声をかけていただければと思います。よろしくお願ひいたします。

第68回人権週間について

12/4(日)～12/10(土)

「世界人権宣言」が国際連合総会において採択されてから、今年で68周年を迎えます。国際連合は、この世界人権宣言採択を記念して毎年12月10日を「人権デー」と定め、加盟国に人権擁護活動推進のための行事を実施するよう要請しています。

我が国では、「人権デー」を最終日とする12月4日から10日までの1週間を「人権週間」と定め、世界人権宣言の意義を訴えるとともに人権尊重思想の普及高揚に努めており、全国各地で啓発活動が行われるとともに、各地で特設人権相談所を開設します。これは人権問題ではないだろうかと感じることや、悩みごとや困りごとをお持ちの方は、お気軽にご相談ください。

また、法務局では、平日の毎日、職員や人権擁護委員が人権に関するご相談をお受けしています。21世紀が「人権の世紀」であることを改めて思い起こし、私たち一人一人が「人権」を尊重することの重要性を正しく認識し、明るく豊かな住みよい社会を作りましょう。

問い合わせ先

共通ナビダイヤルみんなの人権110番 ☎ 0570-003-110
(最寄りの法務局につながります)

子どもサポート情報

子どものまわりにあるさまざまな危険をお知らせする 第106号
子どもサポート情報 2016.9.29

オンラインゲームで高額請求！
利用する前に理解することが
大切です

事例

クレジットカード会社から連絡があり、28万円もの高額な請求があることがわかった。小学生の息子がオンラインゲームで有料コインを購入したらしい。先日、オンラインゲームの登録に700円が必要だと頼まれ、決済のために母親のクレジットカード番号を入力した。その後はそのクレジットカード番号で有料アイテムを次々に買ったようだ。息子は「ゲーム内でコインを買うときに難しい操作はなく、どんどん買った」と言っている。

(当事者：12歳 男児)



●オンラインゲームに関する相談が後を絶ちません。高額な請求を受けるケースも見られます。

●クレジット決済のために親が入力したクレジットカード番号が有効になっていて、子どもが自分で番号を入力しなくても、オンラインゲームに課金が出来てしまうケースなども見られます。クレジットカード番号の管理は十分注意しましょう。

●オンラインゲームは料金体系や決済方法が多様化しています。周りの大人はオンラインゲームの仕組みについて理解し、ゲームの遊び方やルールについては子どもと決めておくようにしましょう。

●困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等に相談しましょう(消費者ホットライン188)。

発行：独立行政法人国民生活センター 本文イラスト：黒崎玄

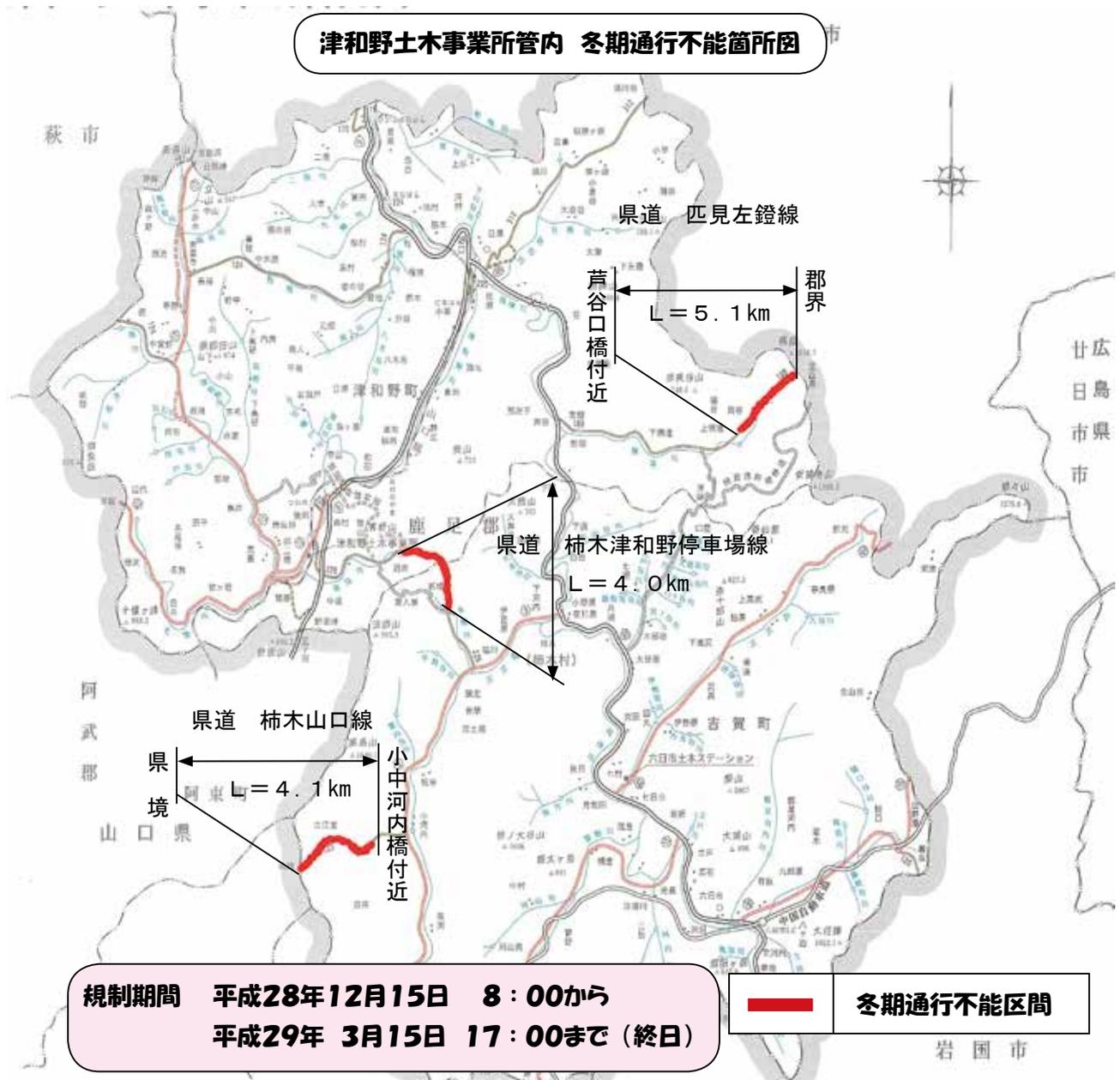
除雪についてお願い

吉賀町、島根県では冬期における道路交通の安全を確保するため、町内の町道及び国、県道約200kmについて、除雪を行なうことにしています。

道路上への私物の放置、路上駐車及び道路上へ覆い被さるように茂っている立竹木は、除雪作業の支障となりますので事前に撤去、移動等お願いします。除雪により道路管理上、支障となる立竹木については、除雪作業の際に伐採、処分させていただくことがありますので、予めご了承下さい。

道路の凍結の恐れがある箇所については、凍結防止剤を配置しています。お近くの各家庭において散布していただきますようお願いいたします。

凍結防止剤のなくなったところや、新たに設置してほしい箇所については、連絡をしていただければ配置します。除雪作業についてのお問い合わせは、混乱を避けるため各自治会長を通じて取りまとめ、連絡をお願いします。除雪作業後は、民家前にも堆雪しますのでご迷惑をおかけすることが多いかと思いますが、除雪の主旨をご理解いただき、除雪作業が円滑に行なえるようご理解、ご協力をお願いします。



問い合わせ先

町道は、役場建設水道課 ☎79-2212

国道・県道は、島根県津和野土木事業所 維持係 ☎72-0532

水道管の凍結にご注意！

凍結防止対策について

凍結による水道管や器具の破損が心配な季節となりました。毎年のことながら水道管の凍結防止についてお伝えします。

むき出しになっている水道管は、保温材や電気ヒーターを巻きつけて保温を行うことが有効です。水を少しずつ出しておくことも一般的に行われていますが、これは水道施設の容量を圧迫する要因の1つともなりますので、水を出しておく場合には適量を守ってください。

もし漏水が発生してしまったら

町指定水道工事業者に修理を依頼してください。(修理は有料となります。)修理をしないで放っておくと、使っていない水にお金を支払わなければいけないということになりますので、まずは修理をしましょう。

漏水によって使用料金が通常より過大となった場合は、その一部を減額する制度があります。

家庭でできる漏水検査

漏水の有無は次の手順で水道メーターを点検することにより確認できます。

- ①家中の全ての水道を閉める
- ②水道メーターのパイロット（銀色のこま）が回転していないか確認する。

パイロットが回転していれば、漏水している可能性があります。指定水道工事業者に連絡して修理等を依頼してください。



このこまが回っていますか？

空き家について

冬季に空き家で漏水が発生し、水道施設の容量を圧迫した結果、断水になったケースがあります。空き家を所持・管理されている方は、メーター横のバルブを閉めて漏水対策をお願いします。

問い合わせ先

吉賀町役場建設水道課 ☎ 0856-79-2212

水道管凍結 【集会所、自治会館、公民館も注意！】

普段不在(人がいない)施設は特に注意！

- 空き家住宅
- 集会所
- 自治会館
- 公民館
- 農業倉庫
- 車庫・離れ家屋
- ビニールハウス・農業施設 等

対策をお願いします

- 地区の施設は見回りをお願いします。
- 給湯器等の室外の水抜きも忘れずに。
- 近隣に空き家があり、所有されている方が分かる場合は連絡を取り合い、趣旨にご協力頂けますようお願いいたします。

問い合わせ先

吉賀町役場企画課 ☎ 0856-77-1437

グラントワ
Grand Toit

島根県芸術文化センター
SHIMANE ARTS CENTER
石見美術館
IWAMI ART MUSEUM
いわみ芸術劇場
IWAMI ARTS THEATER

年末年始の休館日：12月27日(火)～1月1日(日)

Facebook
更新中!
f

TEL: 0856-0022 益田市有明町5-15 島根県芸術文化センター「グラントワ」
TEL: 0856-31-1860 FAX: 0856-31-1884 E-mail: zaidan@grandtoit.jp
【PC】http://www.grandtoit.jp 【携帯】http://www.grandtoit.jp/mobile/

2016 12/23(金)祝 ▶ 2017 2/13(月)

幕末から明治への激動期を駆け抜けた浮世絵師・月岡芳年の回顧展。
迫力満点の武者絵に、おどろおどろしい怪奇絵、艶やかな美人画など、
約250点によって天才的な画力をご堪能ください。

島根県立石見美術館

島根県芸術文化センター「グラントワ」内
[開館時間] 10:00～18:30 (展示室の入場は18:00まで)
[休館日] 毎週火曜日(ただし1月3日、1月31日は開館)、12月28日～1月1日
※年末は12月26日(月)まで、年始は1月2日(月)から開館します。



激動の時代を生きた
鬼才浮世絵師
YOSHI TOSHI
《芳年武者無類 源牛若丸 熊坂長範》

グラントワ・(一財)地域創造共催 邦楽地域活性化事業総括演奏会

邦楽ガラコンサート

演奏曲
さらし幻想曲……………中熊島欣一 作曲
竹生島……………千代田稜校 作曲
仲秋詩抄……………牧野由多可 作曲
出演者全員による合同演奏曲
星の美しい村……………鈴木敏史 作詞 寺嶋隆也 作曲
賛助出演：グラントワ・ユース・コール 他

会場・グラントワ大ホール

12月11日(日) 開場13:30 開演14:00

入場料【全席自由・税込】※前売・当日同料金
一般1,000円【会員800円】高校生以下500円

グラナリエ
2016
in
グラントワ

12月25日(日)まで点灯中

日没～22:00まで毎日点灯
[会場]グラントワ中庭広場
※12月13日(火)は点灯しません。

年末恒例の「グラナリエ」。
中庭に飾られた1万5000球の色鮮やかなイルミネーションが水面や
四方のガラスに映り込み、まるで万華鏡の中にいるかのようなロマン
チックな景色が広がります。



Grand Toit Cantat 2017
歌声が石見の地と世界をつなぐ グラントワの新しい合唱の祭典
グラントワ・カンタート 2017
日本語と合唱の魅力を探るレクチャー、美しい日本語歌唱を追究するコンクール、
ロシア、中国の合唱団との交流コンサートを通して「日本語の歌」を深める3日間
1月6日(金) まなぶ レクチャー 「日本語と合唱 ～その魅力をさぐる」
1月7日(土) あゆむ 「美しき日本語のための 日本語歌唱による合唱コンクール」
1月8日(日) つなぐ 「フレンドシップ コーラスコンサート」
※各日料金・内容等、詳しくはグラントワHPをご覧ください。

実行委員長 栗山文昭 (いしやまぶんしょう)
実行委員 寺嶋隆也 (てらしまりゅうや) 藤井宏樹 (ふじひろき)
パナリスト・審査員 信長貴富 (のぶちかた) 青山恵子 (あやまけいこ) 勝部俊行 (かつべしゆんやう)
パナリスト・審査員 信長貴富 (のぶちかた) 青山恵子 (あやまけいこ) 勝部俊行 (かつべしゆんやう)

「大江戸助六太鼓」鳥根初上演!
2017 新春太鼓祈願
今福優
2017年 1月15日(日) 開場13:00 開演13:30
会場・グラントワ大ホール
◆「共通カード・ホール友の会」会員様ご優待価格 1,000円(当日同料金)
◆一般[前売]2,000円(当日2,500円)
◆高校生以下[前売]1,000円(当日1,500円)
※未就学児無料。ただし他のお客様の鑑賞の妨げとなる場合は、ご退場頂く場合がございます。

毎月1回 グラントワシアター
「クーパー家の晩餐会」
12月17日(土)
グラントワ小ホール (開場各30分前)
①10:00～ ②14:00～ ③18:30～
●一般 [前売]1,000円 [当日]1,200円 ●[会員]各200円引
●子ども500円(前売・当日同料金)
※3歳～小学6年生以下 ※無料託児サービスあり [申込締切:00/00]
出演：ダイアン・キートン、ジョン・グッドマンほか
秘密を抱えた一家のクリスマスに行われる晩餐会の模様をユーモアたっぷりに描く家族ドラマ。個性あふれる実力派が多数顔を揃え、ユニークな物語を盛り上げます。
[2015年/アメリカ/107分]

グラントワ新規会員、募集中!
先行予約、割引などおトクな特典いっぱい「グラントワ会員」は全部で3種類!
◎お問い合わせ・お申込みは「グラントワ」まで

年会費	●島根県芸術文化センター共通カード 一般：4,000円/大学生：3,000円/小中高生：2,250円
	●石見美術館ミュージアムパスポート 一般：3,000円/大学生：1,800円/小中高生：900円
	●いわみ芸術劇場ホール友の会 一律：2,000円



吉賀高校支援の取り組み

海士町視察、研修会で感じたこと

10月21日〜23日の3日間、支援室の2名で海士町に出かけてきました。海士町の隠岐島前高校は、廃校の危機から、町ぐるみで「高校の魅力化」について取り組み、成果を挙げている学校です。全国各地から、この取組が注目されており、期間中も、全国の教育関係者の方が大勢集まっていました。

初日は、高校の施設見学と島前高校と交流しているブータン王国の高校の校長先生の講話がありました。

2日目は、「島の教育会議」と題して、講演や協議が行われました。参加者の中には、島前高校の生徒さんもいて、活発な話し合いが行われました。

3日目は、海士町の学習センター



宿泊施設：三燈研修交流センターと高校の宿泊施設の見学、寮についての講話や協議がありました。ここでも、県外生徒の方が

大活躍。施設内の案内をしたり、質問に答えたりする姿が印象的でした。

3日間の視察と研修会を終え、様々なことを見て・聞いて・感じて・考えることができました。特に感じたのは、「強い思い」と「チームワーク」です。

「ふるさと」の明るい未来を想う気持ちや子ども達・生徒達を想う気持ち、町の未来や生徒達を大きく動かす」という現実を目の当たりにしました。

そして、その強い思いを共有し協働しながらチームで取り組むことの大切さも改めて感じることができました。そのことにより、一人では困難なことも実現可能になるということを感じることができました。

4月に吉賀高校支援室が設置されて、8ヶ月が経とうとしています。今回の研修会で得た「学び」を吉賀



公営塾：隠岐の國学習センター高校や吉賀町のさらなる魅力化に向けて、最大限に生かしていきたいと思えます。

サクラマスプロジェクト

「ふるさと」での学びや体験をもとに、いつの日かふるさと吉賀町の将来を支える人材（人財）の育成をめざして、『親子de体験事業』

親子で一緒に吉賀町を体感しよう

派遣社会教育専事

杉内 直也

吉賀町の教育の核として取り組んでいるサクラマスプロジェクト。今回は教育委員会主催で開催した『親子で吉賀町の良さを体感する取組』についてお伝えします。

9月24日（土）、三瓶自然館サヒメルの遠藤大輔さんを講師にお迎えして『親子de発掘体験講座』を開催しました。23名の親子や大人の方の参加があり、ゴーグルをつけて専門のハンマーで発掘をしながら、太古の時代に思いをはせることができました。当日アンモナイトは発掘されませんでした。同じ時代に生息していた二枚貝「プレウロミヤ」が発掘されました。

*吉賀町は山陰で唯一アンモナイトが発掘できる地です。これまで吉賀町ではおよそ1億8千万年前〜1億9千万年前の地層から3種類のアンモナイトが多数発掘されています。

10月10日（月）体育の日、『親子de楽しく体を動かす講座（レクリエーション・バブルサッカー）』を

真田グラウンドの人工芝の上で行いました。中学生も含め総勢50名が参加され、町レクリエーション協会の田丸さん・齋藤さんとゲームを交えて楽しく体を動かしました。その後、親子でバブルサッカーを行いました。参加者の中には初めて体験される方も多く、ボールの中に入って体をぶつけ合いながら、さすがしい汗を流しました。

今回は親子と一緒に吉賀町を体感する取組の様子をお伝えしました。「豊かな人との関わり」の中で「豊かな学びや体験」の機会が増え、吉賀町への、思いを深めるきっかけになればと思っています。



9/24 発掘体験講座の様子



10/10 バブルサッカーの様子

農産加工セミナー
第2回 素材の下処理&
製品づくりに向けて
〜パートII〜

今回のセミナーでは、パートIで加工した一次加工品を二次加工した後、販売できる形にしました。今回も有限会社職彩工房たくみの尾崎正利さんを講師に、製品づくりに加えて、原価計算の仕方や価格設定についても講義があり、加工、販売を続けていくために必要な知識を学びました。

受講生は、加工した後、包装して、ラベル・食品表示を貼ることを通して、製品づくりを体験しました。受講生が作ったラベルは個性豊かで、素敵な製品に仕上がりました。



ジャムの粘度を調整中



ラベルは受講生の作品

第3回では美味しい漬け物づくりを学びます。

このセミナーを通し、吉賀町の素材を生かした加工品が一つでも多く誕生し、吉賀町がより魅力のある町になるよう期待しています。

最後になりましたが、このセミナーで、加工品の食品表示について、公開講座を開催します。ぜひご参加ください。

公開講座

「加工食品の食品表示」(参加無料)

日時：平成28年12月12日(月曜)

13:30～15:00

場所：吉賀町交流研修センター研修室
(吉賀町真田 六日市学園の隣)

講師：益田保健所 永井 元 氏

申込み・問合せ先：役場産業課

☎79-2213

まちのひと

ようこそ六日市病院へ!

安浩義(54)先生 着任

10月1日より六日市病院内科に新しく常勤医師として安浩義先生が着任されました。

安先生は、山口県長門市仙崎の生まれで、小学校2年生まで過ごしていました。その後関東地域に移住され、千葉大学医学部卒業後は船橋市の船橋二和病院で研修を開始しました。いずれは「地域医療」に携わりたいという思いがあり、全ての科を回る研修を行っていたその病院を選びました。

「地域医療」に携わる場合の「地域」として頭に浮かんだのは、自分の故郷である山口県や中国地方でした。リハビリに関わることが多かった前職場の影響で、リハビリに力を入れていける生活や社会背景を含めてトータルで患者をとらえる視点が強いことも大切な条件でした。そのようなことを念頭に情報収集をしていた中で、六日市病院のホームページに出会い、そこからは、「患者さま第一の医

療・看護・介護の実践と地域医療への貢献」を掲げる地域唯一の病院としての強い自負と使命感がヒシヒシと伝わり、自らがそこに貢献したいという思いが募っていました。

実際、六日市病院で働き始めて感じたのは、医者が働きやすい環境であること、職種ごとの役割が明確になっていることでした。また、患者の生活環境や社会的条件などへの関心やリハビリへの意識が高いことでは想像以上でした。

今後、自身の診療能力向上のため、常に努力を怠らないこと、この吉賀地域の状況を把握しそこで求められる課題に対し取り組むこと、自身が今まで関心を抱いていた嚥下や誤嚥性肺炎・重複障害のある高齢者へチーム医療をさらに発展させることなどを目標にしていきたいと考えています。



内科に着任された安浩義先生

展されることなどを目標にしていきたいと考えています。

あすの「よしか経済」を担う 第3期よしか立志塾

第5回講座開催!

10月15日(土)、第5回よしか立志塾が開催されました。今回は、大分県佐伯市に本社を置く、建設業の「谷川建設工業株式会社」取締役河村雄太かわむらゆうたさんを講師として招き、「風呂敷の広げかた」と題し講演していただきました。

同社は、曾祖父が満州で立ち上げたのが始まりで、土木・建築・アスファルト舗装・コンクリート製造など事業を拡張し、総合土木会社として63年の実績を持つている会社です。今回の講義では、取締役になるまでの自身の経歴と入社後の取組について、お話しいただきました。

河村さんは、16歳でアメリカへ留学し、周囲の影響から起業の願望を抱き、その後、アメリカで不動産賃貸業や広告代理店の事業を行いました。この時期の経験で、「アイデアがあっても、資金が無ければビジネスに転化できない」と感じ、ビジネスパートナーの選び方、身の丈にあった事業運営が重要と気付いたことを話していました。

事業が波に乗りかけた矢先、祖父の危篤を受け、一時帰国。社内ですべての問題について相談を受けたことをきっかけに、アメリカの事業を整理後、同社への入社に至りました。

入社後は、公共工事に依存していた古い体質や部署間の交流がないこと等の問題解決に、できることから一歩一歩着実に成果を挙げ、周囲の信頼を得ていきました。その後、役員の改選や下請け事業への参入、積極的な営業活動など、社内改革を行いました。

アメリカの企業風土を学んだ河村さんは、今までの経験と実践の知識を生かし、同社にデザイン設計部門「Zauras(ザウラス)」を設立。本社の建築設計の委託を受け、リノベーションを基軸とした斬新なデザインで顧客を確保し、2016年には独立させ、事業を展開しています。会社を取り組む地域貢献事業からも、新しい企業との関わりが生まれ、新たな事業展開につながっています。また、顧客の幅も小額単価の商品を作ることで拡げていく努力が続いています。こうした新たな動きが、企業の発展に成果を挙げてきており、

塾生も河村さんの発想力と行動力に大きな刺激を受けていました。



講師の河村雄太氏

キーワード

よしか立志塾は、明日のまちを支える経済人の志の高揚と、講師陣や塾生同士の交流から生まれる人的ネットワークづくりを目的として、第3期生(平成28年・29年度)の2年間で開催しています。

島根の町・村集合!

輝けイレフンしまね

町村フェスティバル開催

10月1〜2日、松江市で輝けイレフンしまね町村フェスティバルが開催されました。

今年はこの秋完成したTSK新社屋で島根県内の町村が町のPRをするため、松江市に集結し、それぞれ特色ある屋台や特産品の販売、ステージ披露を行いました。

吉賀町からはよさこい紅蝶連の皆さんに出演いただき、今年の新米焼きおにぎりなどを販売しました。天候に恵まれ多数の来場者で会場を埋め尽くしていただきました。



子育てサロン

ハロウィンパーティー開催

11月19日、一足早くハロウィンパーティーをしました。
衣装はサロンで用意したカボチャパンツをお友達とお揃いではいたり、子どもさんの身体に合わせてお母さんが用意され、カボチャや魔女などに変装しました。

部屋で「トリック オア トリート！」の合い言葉を練習してからみんなで出発！吉賀町社会福祉協議会の各部署を回りました。

恥ずかしさもありましたが、大きいお友達は「トリック オア トリート！」と言い、小さいお友達も「ちょうだい！」と手を出すことができました。お菓子を頂くと「ありがとう」



ハロウィンパーティーに集まった親子

が、お礼もきちんとしてきました。

真田グラウンド「よしかみらい」

リニール1周年記念事業開催

11月3日、吉賀町真田グラウンド「よしかみらい」でリニール1周年記念事業が行われました。

午前中は、鹿足郡内の小学生・保護者約70名が集い、ファミリーニサッカー大会を開催しました。親子で楽しく交流試合を行い、ふれあいました。同時に郡内の幼児を対象に紫近倶楽部によるキッズスクールも行われ、約30名の幼児が社会人と一緒に体を動かし汗をかきました。

それぞれ終了後はサンフレッチェ広島グッズ抽選会、地元丸地区のカレーライス、紫近倶楽部の豚汁を堪能し、白谷神社中での公演を観覧しました。体も心もお腹も満足の



島根県社会人サッカーリーグ

紫近倶楽部2部優勝

10月23日、吉賀町真田グラウンド「よしかみらい」で島根県社会人2部リーグが開催されました。地元社会人チーム紫近倶楽部が年間リーグを戦い抜き見事、リーグ優勝を果たしました。

鹿足郡を中心に活動している紫近倶楽部。メンバーの多数はUターンで故郷鹿足郡に戻り地域を盛り上げようと積極的に活動しています。

上位ステージ1部を目指して挑戦していきます。



吉賀町立図書館

【郷土史コーナー】

町内の文化財などをご紹介していきます。11月は「椈谷愛宕神社社叢」「本覚寺の鰐口」などをご紹介しました。12月は、「大岡山と禁護路岩」「オヤニラミ」「本覚寺跡と河子湿布」「ヒメバイカモ」です。どうぞご覧ください。

【セカンド・ブック・フェアの御礼】

10月22日から11月5日まで、恒例のセカンド・ブック・フェアを開催いたしました。フェアの初日は、民話サークル「ぼんぼりりん」さんの紙芝居を上演し、約30名の方々に鑑賞していただきました。また期間中、多目的室では、保育所の園児による読書感想画101点の展示や、古本市のコーナーを設置しました。古本市の収益金約15,000円は、児童図書を購入いたします。図書のご寄贈や作品の応募など、皆様にご支援をいただき、ありがとうございました。



ご支援ありがとうございました

《図書館利用状況10月》

- 貸出総数 4,476冊
- 貸出人数 598人
- 来館者数 962人

《ベスト・リーダー！10月》

「帰郷」	浅田 次郎 著
「かんたんがおいしい！」	足立 洋子 著
「みつえばあちゃんとボク」	岡野 雄一 著
「光る壁画」	吉村 昭 著
「危険なビーナス」	東野 圭吾 著

【図書寄贈の御礼】

田原敏郎 様(益田市)
ありがとうございました。

吉賀町立図書館

[12月のみたい号巡回日]

七光・朝倉・双葉保育所	21日
柿木・木部谷保育所・六日市保育所	22日
柿木小学校 11/29・15日	柿木中学校 15日
蔵木小学校 11/30・14日	蔵木中学校 14日
七日市小学校 1・13日	吉賀中学校 13日
朝倉小学校 2・16日	六日市小学校 8日

*都合により日程変更の場合があります。
*柿小・蔵小の1回目巡回は11月末になってます。

【図書館の休館日】

*毎月曜日と祝日は休館日です。

【図書返却について】

柿木、七日市、朝倉、蔵木の公民館。

開館時間 9:00~17:00

電話 77-1850

島根県鹿足郡吉賀町六日市648

【お知らせ】

・12月28日(水)~1月5日(木)まで
休館になりますので、返却本は玄関横の返却口に入れて下さい。

柿木『図書だより』

開館 9:00~17:00(平日)

*毎月曜日と祝日が休館日です

*第2、4の土日は9:00~16:00

電話 79-2553

島根県鹿足郡吉賀町柿木村柿木79

「新聞を読む子どもは」学力が高い

某新聞の記事によると、全国学力テストの正答率が「新聞をほぼ毎日」読んでいる子どもが、「週に3回」「月に1~3回」あるいは「全然読まない」子どもに比べて全ての教科で高いというデータを示していました。

新聞や本などに触れている子どもは、学校で教わる量の数十倍の情報を得ることができるので、普段から「学びの量」が豊富になり、「知る」「考える」「解る」という「学ぶ」の姿勢が自然に備わってくるそうです。

そして物事を「そうだったのか!」と理解したり、物事に対して「どういうことだろうか?」と疑問を持ちたりするきっかけがたくさん身につけてくるといってました。序々に学校図書館に新聞を置く学校が増えてきているそうです。(池上彰 著書)

今月の本の紹介(柿木公民館 図書室の本)

9割のねこ背は自分で治せる 小池 義孝 中経文庫
おしりを鍛えると一生歩ける 松尾タカシ 池田書店
呼吸から体のコアを変える 村上貴弘・高橋忠良 朝日新聞社出版

体幹×呼吸トレーニング 森岡 清史
目を温めると身体が自然によみがえる! サンチュアリ出版

地震いつもノート 渥美 公秀 ポプラ文庫
君の名は 新海 誠 角川文庫
見てる、知ってる、考えてる 中島 芭旺 サンマーク出版
まことの華姫 畠中 恵 角川書店

健康コーナー

このコーナーでは様々な健康に関する情報をお伝えします。自身の生活習慣の見直しと実践に役立ててもらえればと思います。
今回は『ウォーキング・踏み台昇降運動』についてご紹介します。

寒い時期の **ウォーキング** を安全に楽しむために

寒い時期のウォーキングは、体温を維持するために大量のエネルギーを消費するため、他の季節よりもダイエットには有効とされています。

一方、急激な温度変化による血圧の急変や血管障害（心筋梗塞、脳卒中）、雪道や凍結した路面での転倒など、冬特有の注意点もあります。気候や自分の体調などを考慮して、自分に合った運動を無理なく行えるといいですね。



寒い時期のウォーキングを楽しむための工夫

1. 「厚着」よりも「重ね着」でしっかり防寒を！体温調節ができる服装を選びましょう。
 - インナーは、暖かくて通気性がよいものを選びましょう
 - インナーの上には、やや厚めで汗を吸っても乾きやすい、フリースなどがお勧め。
 - アウターは、風を通さないナイロン性のジャンパーやヤッケなど。
2. 小物を活用して、からだを冷やさないようにしましょう。
帽子、マフラーやネックウォーマー、手袋、厚手の靴下、マスクなど。
3. 準備体操を入念に行いましょう。
4. 水分摂取を忘れずに。からだを冷やさないう、常温や暖かい飲み物を飲むのがお勧め。
5. 暗い時間帯にウォーキングをする場合は、できるだけ明るい色の服、夜間反射材、ライトなどを身につけましょう。
6. 帰ってきたら、手洗い・うがいもお忘れなく。
7. 気温が低く足元が見えにくい早朝や夜間遅くのウォーキングは、できるだけ避けたほうが安全です。
8. 足元が悪い日や体調不良時は、無理せずお休みすることも大切です。

寒い時期でも安心！自宅のできる **踏み台昇降運動** のすすめ

踏み台昇降運動の良い点

- 天気に関係なくできる。
- 家の中で、自分が好きなときにできる。
- 好きなテレビを観たり、音楽やラジオを聴きながらでもできる。
- ウォーキングと同じく、脂肪燃焼効果がある『有酸素運動』である。
- 太ももなどに筋肉がつく。

やり方

- 踏み台の高さは10～20cmの範囲で、自分に合った高さを選びます。
- 息が切れない程度のスピードで、昇ったり降りたりします。
- 1回10分を1日に2～3回行うのが理想的。
- 実施中はおなかを引き締めて行くと、腰への負担が少なくなります。

無理なく続けていくことで、より効果が体感できます。

はじめは低い高さでやってみる、実施時間を短くして慣れてきたら時間や回数を増やしてみる等、自分流に工夫して行ってもいいですね♪また、家の中でも急激な温度変化に注意しましょう。準備体操をしてから行うのがお勧めです。



健康コーナー 吉賀町ウォーキング大会 開催

10月24日(月)、柿木基幹集落センターにて、15回目となるウォーキング大会を開催し、総勢79人が参加しました。当日は好天に恵まれ、絶好のウォーキング日和でした。

はじめに、吉賀町健康づくり推進会議会長の桑原恒夫さんによる柿木の歴史や自然を交えたコース紹介を聞き、その後健康運動指導士の中村晴嘉さん指導のもとで入念に準備体操してからだを温めてから出発。柿木基幹集落センターを出発して柿木中山を1周する約2キロのコースを、それぞれのペースで歩きました。途中、『吉賀町小水力発電所』へも立ち寄り、「ふ



健康ウォーキング大会 スタート！
だんは訪
れる機会
のない施
設の見学
ができて
よかつた
と大好評
でした。大

会の最後には、食生活改善推進協議会の皆さんが提供してくださった甘酒ゼリーをおいしくいただきました。

今回は11人の小学生の参加もあり、いつもとはまた違った雰囲気です、大変にぎやかで楽しい大会になりました。どんぐりや秋の草花を見つけることができた方もいたようで、柿木の秋の景色や水の豊かさなどを感じながら、気持ちよく過ごしました。

次回は、平成29年春に開催予定です。みなさまのご参加をお待ちしています！



普段は見れない施設を見学



食育コーナー 第14回 吉賀町こども食育フェア

10月29日、土曜日、六日市体育館を会場に、第14回吉賀町こども食育フェアが開催されました。

この催しは吉賀町全体で取り組んでいる食育活動に対する理解や関心を深めることを目的に開催しており、この日は乳幼児から小学生の保護者・地域の方、およそ130名の参加がありました。

今回講師にお招きしたのは福岡県の大橋保育園園長の辻広明さんつしひろあきです。親子遊び「こどもと一緒に笑顔になろう」と題して、親子で体を動かしながら、しっかりとふれあい、笑顔で楽しいひと時を過ごしました。辻さんは、大人の都合に合わせる子育てになっていないかと来場者に問いかけ、おもちゃ

など特別なものがなくても、子どもと体を触れ合うだけで子どもたちの心が育ち、体が鍛えられると話しておられました。



講師の辻広明氏



クイズや体験コーナーで楽しむ



また、会場では食に関する12の体験コーナーが用意されました。みそ玉みそ汁づくりや、おにぎりの試食、野菜に関するクイズやゲームなどのコーナーがあり、来場者を楽しませていました。

来場者からは、「いつも以上に子どもとふれあうことができ、楽しかった。」「子どもたちの笑顔がたくさん見られて楽しく過ごせた。」「体験コーナーではいろいろなブースが



食育を通じて親子のふれあいを育む

あり、たっぷり楽しめた」という声が聞かれ、食育について学ぶよい1日になったようでした。

寄稿コーナー

草引きも又楽し

沖永 愛子



早く伸びて隣を見下そうとする草は根張りが追いつかず引き抜きやすく、足元から先に固めていく草は掴むだけでは抜けず鋏で起こさなくてはならない。植物達の生存術は退りなく様々で、少々の事では絶えない仕組に成っている。

幾億年前の種の発芽、深海で退りなく生き続ける生物、それを司どる遺伝子(DNA)とは一体何者?もし、もしかです、人が核失配、人類滅亡したとしてもDNAは働けるのか?

草を引きつつ、あらぬ空想に耽るも、長年の慣れで手は休まない、力足らずを根気で補い乍ら、時には蛙のミミズ争奪戦に出合い、一茶僧の様にヤセ蛙に加勢したり、又、カマキリと鉢合せの時は一瞬双方が退く、へんな頭ネ、首を傾げて見るとカマキリも傾げる、右へ傾げると右へ、左へ傾げると左へ、繰り返す其の仕草が、おかしくて、仲良しに、と、一歩近づく、大きく鎌を振り上げた「オヤツ鎌なら私の方が大きいけど」と、思ったが負けた振りをして逃げて上げる。時折は、こんな茶番劇を演じたりで適当には息抜きをし、後を振り返ると、花達が涼しそうに首を振る。

寄稿コーナー

ミニトマト

中村 重満



今では吉賀町の特産物の一つに数えられるミニトマトですが、私の農協職員時代の記憶を辿れば、大量に生産され市場出荷されるようになったのは、意外なきっかけからだったと思います。

昭和五十四年〜五十五年ころですから、現在のJAしまね六日市支所があるところに、横町にあった旧六日市町農協会館が移転して間もないころのことです。当時は農協の事務所の二階に共済組合と食糧事務所が同居していました。

農協では夏から秋にかけて徳山青果にインゲンを出荷していました。ある朝インゲンの集荷を終えて事務所に帰ると食糧事務所の上山さんが、ミニトマトをインゲンの出荷袋に丁寧に詰めて「ほうぎきトマト(当時はミニトマトをこう呼んでいた)が家の周りにたくさん出来るのでインゲンを出荷するついでに出荷してみてくれんか」と言っていて持って来られました。市場に出荷してみると思った以上に好評でしたので、それからは町内全域で栽培することになりました。

文芸コーナー

《川柳》



世代越えいたわり交流宝拾い
 労りと慰め心で生きる日々

大庭 寛

他愛ない労わる言葉氣力です
 孫達の労わり老いの身に沁みる

長藤 忠夫

労わられアタマの隅に淋しさが
 扇風機労わり仕舞い炬燵出し

岩上 良子

年を取り腰労われれば足痛く
 石投げていたわりもせず猫をおう

増田ムナコ

労わりの心乏しい事件また
 ジジババを労わってくれる孫娘

大庭 和子

末期癌と知りつつ甥に労わりし
 死んだ猫労わる今までありがとう

田村 民子

何型か霞が関は解散風

皆田 卓宣

《短歌》

暮れ急ぐ夕日背に受け帰り行く

水上 健二

子等の背中に熊追いの鈴

村上 毅

紅葉狩り妹夫婦誘い来て

佐々田 登

至福の時を記憶に残し

川口 敦子

遠き日に探し求めて野の花の

角河 淑子

荒れたる庭に時期告げて咲く

角河 淑子

文芸コーナー

俳句

野分して雀の影の納屋あたり 大場 博明
 葡萄狩りワインも買うて帰りけり 斎藤ルリ子
 男郎花一本どすんと大壺へ 山崎美智子
 秋収めすくも焼く田に煙這ふ 三浦 一美
 秋の日にホーンの長く見送られ 村田 綾美
 朝一番大きな声と間引菜と 河野 由希
 今は亡き人を思うや夕花野 よしざき清子
 幾人に追ひ越されしやうすら寒 斎藤ツル子
 閉架図書とりに二階へうろこ雲 青木 道子



寄稿・文芸コーナー 応募方法とお知らせ

- ・毎月1日までに企画課へ提出してください。
 - ・寄稿の場合は五〇〇字以内としてください。
 - ・楷書で略字を使わず、漢字は常用漢字を用いてふりがなを振ってください。
 - ・応募作品は基本的に原文のまま記載しますが原文の意味を損なわない範囲で修正する場合があります。
 - ・作品の内容によっては掲載しない場合があります。
 - ・応募多数の場合は掲載しない場合があります。
 - ・原稿はお返ししません。
 - ・掲載希望のコーナー名を記載ください。
 - ・掲載の有無は連絡いたしません。
- ※応募された方は右記を了承いただいた事とさせていただきます。



出生 —すこやかに— (10月届出)

矢富 ひかり ちゃん
 拓道・礼華さんの子 六日市
 持田 梅(うめ)ちゃん
 港・杏奈さんの子 柿木
 萬行 彩羽(いろは)ちゃん
 達哉・千由里さんの子 六日市

※同意が得られた方のみ記載しています。



【お詫びと訂正】

広報よしか11月号No.133の中で一部誤りがあ
 りました。訂正させていただきます。

- ・6頁 お知らせ 職員給与の状況【1/4】
- (1)人件費の状況 誤 25年度の人件費率
- 正 26年度の人件費率
- ・8頁 お知らせ 職員給与の状況【3/4】
- (8)特別職の報酬等の状況

誤 (平成28年4月1日現在)
 正 (平成27年4月1日現在)



お悔み —やすらかに— (10月届出)

安藤 カネコ さん 87歳 広石	小林 肇 さん 94歳 柿木	山吹 定美 さん 84歳 樋口	吉田 サカエ さん 100歳 福川	吉村 杉枝 さん 74歳 六日市	安永 リツエ さん 93歳 田野原	桑原 マチエ さん 100歳 柿木	水崎 丈子 さん 90歳 白谷	寺戸 傳 さん 83歳 蓼野	河野 イサ子 さん 99歳 柿木	原島 千鶴子 さん 94歳 立河内	房崎 君子 さん 82歳 注連川	松前 漣 さん 82歳 六日市
------------------	----------------	-----------------	-------------------	------------------	-------------------	-------------------	-----------------	----------------	------------------	-------------------	------------------	-----------------

※同意が得られた方のみ記載しています。

12 サンネットにちはら番組表 2016

111ch データ放送・番組

112ch テロップ放送

※ ●…1Hごとに放送 ●…2Hごとに放送 再…再放送 特…特別番組

月	火	水	木	金	土	日	
<div style="background-color: #f08080; padding: 10px; text-align: center;"> <h2>新型STB登場!</h2>  <p>詳しくはサンネットにちはらまで…</p> </div>			1 6:00 ●きょうの健康 (3時間毎) 再	2 6:00 ●情報ネットしまね 11月号 再	3 6:00 ●ニュースサンネット	4 6:00 ●ニュースサンネット	
5 6:00~21:00 ●第67回近県学校音楽大会 (3時間毎)	6 6:00 ●隠岐★ドキ!あまチャンネル vol.9	7 6:00 ●グラントワチャンネル 12月号	8 6:00 ●ますますおいしい 12月放送分	9 6:00 ●たけとんぼ ~いきいき趣味広場~ Vol.3	10 6:00 ●ニュースサンネット	11 6:00 ●ニュースサンネット	
12 6:00~21:00 ●ニュースサンネット 月間総集編 11月放送分 (3時間毎)	13 6:00 ●LOOKING FOR アクアス11月号 再 7:00 ●釣り天国!石見 11月号 再	14 6:00 ●快傑!石見ふしぎ 探偵社#64 再	15 6:00 ●きょうの健康 (3時間毎)	16 6:00 ●情報ネットしまね 12月号	17 6:00 ●ニュースサンネット	18 6:00 ●ニュースサンネット	
19 6:00 ●三江線活性化番組	20 6:00 ●隠岐★ドキ!あまチャンネル vol.9 再	21 6:00 ●グラントワチャンネル 12月号 再	22 6:00 ●島根県中学校弁論大会 再	23 6:00 ●たけとんぼ ~いきいき趣味広場~ Vol.3 再	24 6:00 ●ニュースサンネット	25 6:00 ●ニュースサンネット	
26 6:00 ●出雲国風土記シンポジウム (3時間毎)	27 10・15・20~ ●ニュースサンネット 年間総集編 (1月~3月)	28 10・15・20~ ●ニュースサンネット 年間総集編 (4月~5月)	29 10・15・20~ ●ニュースサンネット 年間総集編 (6月~7月)	30 10・15・20~ ●ニュースサンネット 年間総集編 (8月~10月)	31 10・15・20~ ●ニュースサンネット 年間総集編 (11月~12月)	1/1 6:00 ●町長年頭挨拶	

※ 編成の都合上、番組を変更する場合があります

今月のオススメ番組

ニュースサンネット年間総集編



2016年中に放送した「ニュースサンネット」を27日~31日にかけて一挙に放送します!見逃した方、ぜひご覧ください!

27日: 1月~3月放送分 28日: 4月~5月放送分
 29日: 6月~7月放送分 30日: 8月~10月放送分
 31日: 11月~12月放送分
 (10:00・15:00・20:00に3回放送)

ケーブルセンター窓口受付時間

平日 8:30~17:15
 (土・日・祝はお休みです)

緊急連絡先
 セコムコントロールセンター
 Tel 0852-28-0016

●お問い合わせ サンネットにちはら Tel:74-2099/Fax:74-2667

編集・発行 吉賀町役場企画課
 〒699-5513 島根県鹿足郡吉賀町六日市750番地
 電話 0856-77-1437 FAX 0856-77-1891
 吉賀町ホームページアドレス
<http://www.town.yoshika.lg.jp>
 吉賀町メールアドレス
info@km.town.yoshika.lg.jp