

みさと

みんなで作った「愛菜カレー」



主な記事

- ふれあいソフトボール……………②～③
- まちかどウォッチング……………④～⑤
- お知らせ……………⑥～⑨
- おめでとうございます……………⑩
- 集落支援員だより
（潮・曲利連合自治会）……………⑫
- これならできる獣害対策……………⑬
- 地域おこし協力隊通信（君谷地域） ……⑭
- 文芸コーナー（まほろば句会） ……⑭
- 慶弔／9月行事予定……………⑯

今日の顔

地元食材たっぷりの愛菜カレーづくり（沢谷保育所）

JA島根おおち管内（邑智郡、江津市桜江町）の全20保育所・保育園で7月26日（火）、園児たちが地元産の野菜や米をふんだんに使ったカレーライス作りに挑戦。園児、教職員、保護者など約1150人が、出来たてをほおぼりおいしさに顔をほころばせました。（詳細記事5ページ）

ソフトボール大会



域の部に 17 チーム、女子の部に 4 チームが出場し、約 1 カ月にわたり熱戦を繰り広げました。



優勝「石原軍団」

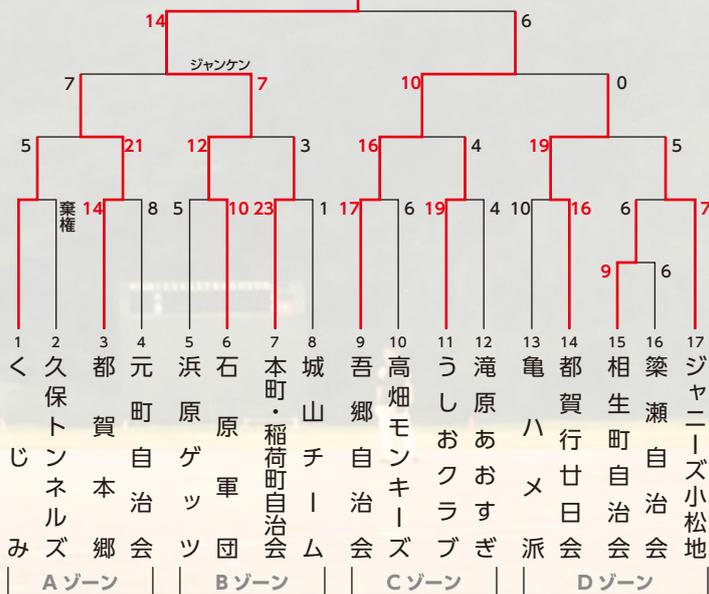


準優勝「吾郷自治会」



地域の部 試合結果

優勝 石原軍団





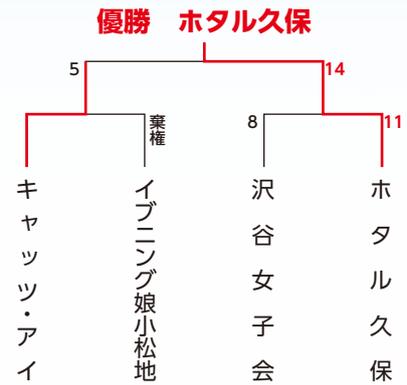
美郷町民 ふれあい

6月14日（火）から開幕した「第7回美郷町民ふれあいソフトボール大会」。今年は地域の部では「石原軍団」が初優勝、女子の部では「ホタル久保」が優勝しました。

女子の部 優勝「ホタル久保」



女子の部 試合結果



女子の部 準優勝「キャッツ・アイ」



長期間にわたり審判をつとめていただいた「UP²」の皆さん



▲お問い合わせ先 教育委員会 (☎ 75-1217)



このコーナーでは、町内で行われた様々なできごとをご紹介します！

広島県府中市で8月21日（日）に開催される「第1回 銀の道フェスティバル」の1環として、飛脚の衣装をまとったランナーが交代で銀山街道を走り、沿線各地で集めた東日本大震災の義援金を府中市まで届けるイベントが行われました。このイベントは、広島県府中市の「石州街道出口地区まちづくり協議会」が、銀山街道を軸とした地域活性化を目的に企画。東日本大震



▲出発前に気合いをいれるランナーの皆さん（粕洲 亀遊亭前）

大震災義援金を銀山街道沿線でリレー ～銀の道 飛脚プロジェクト

美郷町内では5月と7月にそれぞれ開かれ、公募で集まった計7人の町民ランナーが大田市から引き継いだ義援金を飯南町へ託しました。5月29日（日）には「箱茂のお松」（小松地）から「幕末の本陣」（粕洲、亀遊亭）までの約10km、7月2日（土）には「境木」（飯南町境）までの約14kmを法被とすげがさを身に付けたランナーがさっそうと駆け抜けました。

災の発生を受け、飛脚便による義援金リレーを内容に盛り込みました。



▲蒸し暑さの中、復興への願いを胸に走り抜ける小野寺和哉さん（石原地内）



▲子どもたちの声が会場に響き渡った「大声コンテスト」

美郷の夏を彩る「第6回美郷夏祭り花火大会（美郷町商工会青年部・女性部主催）」が7月23日（土）に粕洲の尻無川河口で開かれ、住民や帰省客が打ち上げ花火や石見神楽の上演などを楽しみました。バザー会場では生ビールや焼きそば、たこ焼きなどの定番メニューが並んだほか、町内の地域おこし協力隊員が出店したロシア風クレープなども来場者の目を引いていました。

特設ステージでは、子どもたちが大声の大きさを競うコンテストやスポーツ少年団による出し物、都神楽団（都賀

夜空に咲く大輪の花 ～みさと夏祭り

◀花火大会のフィナーレでは、江の川を横断するナイアガラの滝が夜空を焦がしました。



行）による石見神楽の上演などがありました。また、松江市を拠点に活動する「ことのは」がライブ演奏を展開し、来場者と共に熱唱し会場は盛り上がりました。

午後8時からは約1600発の打ち上げ花火があがり、熱気あふれる会場では拍手と歓声があがりました。



▲真剣な表情でニンジンの皮をむく子どもたち

JA島根おおち管内の全20保育所・保育園で7月26日(火)、園児たちが地元産の野菜や米をふんだんに使ったカレーライス作りに挑戦。園児、教職員、保護者など約1150人が、出来たてをほおばりおいしさに顔をほころばせました。

「愛菜カレーの日」と銘打ち、地元農家が育てた野菜のおいしさを知ってもらおうとJA島根おおちが企画し今年が4回目。美郷町内にある5つの保育所でも157人の園児が参加し、美郷町産のナス、

1150人が地元食材でカレー作りに挑戦 ～JA島根おおち 愛菜カレーの日



▲「涙が止まらないよお～」

ピーマン、ジャガイモ、ネギ、米の提供を受け、カレーライスとサラダ作りに挑戦しました。

沢谷保育所では園児たちが庭の畑で収穫した野菜を加え、3～5歳児が包丁で一口サイズにカット、2歳児は野菜の皮むきを手伝いました。初めて玉ねぎを切った小田島直輝ちゃんは「目にしみた」と振り返り、小野寺澄司ちゃんは、指にばんそうこうを貼りながらの奮闘ぶりです。「おいしいのができたよ」と胸を張っていました。



▲ブルーギルが釣れたよ～♪

魚釣りを通して江の川に親しむとともに環境美化への意識を高めてもらおうと「江の川釣り大会」が7月30日(土)、潮村の信喜橋周辺の江の川で開かれました。美郷町観光協会が主催し今年で23回目。町内外から参加した50人が、鮎を除く全魚種で釣果を競いました。

参加者は浜原ダム上流から潮温泉大和荘沖までの約4kmの区間で3時間の制限時間内に1匹でも多く、より大物を釣ろうと大奮闘。ルーアー釣り、ウキ釣り、投げ釣りなど思い思いの釣り方で糸を垂れました。検量時刻になると参加者から続々と魚が持ち込まれ、ブルーギルやナマズのほか、体

出るか!? 大物 ～江の川釣り大会

- 大会結果 (敬称略)
- ・ ブラックバスの部
 - ① 多賀橋知生 (20cm)
 - ② 飯塚二六男 (18・5cm)
 - ③ 原田 康男 (18・2cm)
- ・ 総重量の部
 - ① 麻尾 洋暁 (2766g)
 - ② 多賀橋明沙 (940g)
 - ③ 安田 勝司 (818g)
- ・ 総数量の部
 - ① 安田 勝司 (39匹)
 - ② 多賀橋明沙 (29匹)
 - ③ 大西 信彦 (23匹)
- ・ 環境美化の部
 - ① 藤原 修治
 - ② 品川 光広
 - ③ 漆谷 仁



▲64センチのスズキを持ち込んだ参加者も

長64センチのスズキ、甲羅の長さ約30センチほどのスポットを釣り上げた人もいました。

美郷町農業委員会一般選挙 無投票により新委員が決定

美郷町農業委員会委員の任期満了に伴う一般選挙が7月5日（火）に告示され、立候補者数と定数が同じとなり、無投票により新委員が決められました。任期は、平成26年7月までです。
8月1日（月）には農業委員会総会が開かれ、会長に品川喜代市氏、職務代理者に高松俊明氏が選出されました。



桐場 伸昭



職務代理者
高松 俊明



会長
品川喜代市



山田 昇



堀 富美雄



安田 光憲



岸 壽男



西島 進



小田富佐枝
(農業共済推薦)



岩田 俊二
(議会推薦)



松村 恵賀



野村 眞



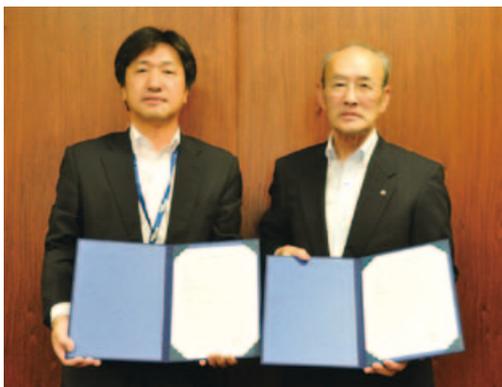
山田 康司
(農協推薦)

安全・安心の
まちづくりへ (その1)

国交省地方整備局と
災害協定

情報共有など連携

美郷町と国土交通省中国地方整備局が災害時に緊密な情報交換を行うための協定を結びました。協定書には、災害時に同整備局が町に対して現地情報連絡員として職員を派遣し情報交換を密にするほか、平常時でも災害対応訓練を合同で開催し連携を強化することが盛り込まれています。美郷町役場で7月14日(木)にあった締結式では浜田河川国道事務所 所の安達久仁彦所長と沖野健町長が



災害時の緊密な情報交換などを定めた協定書を交わす沖野健町長と安達久仁彦所長

署名押印した協定書を交換。沖野町長は、「地震の多発やゲリラ豪雨など災害への関心が高まる中、連携体制の充実は心強い」と今後を期待を込めました。

▼問い合わせ先

役場総務課 (☎75・1211)

安全・安心の
まちづくりへ (その2)

新メンバー加入で体制強化
沢谷地域
青色防犯パトロール隊

沢谷地域の青色防犯パトロール隊員がこのほど増員され、7月1日(金)川本警察署から青色回転灯など資機材の贈呈を受けました。平成20年12月に12人で発足した同パトロール隊では、活動強化に向けて新隊員を募集。このたび16人が加わり計28人の体制となりました。今後、通学時の見守りに加え、高齢者宅への声かけ活動も強化し安全・安心なまちづくりに向けて取り組むことになっていきます。

▼問い合わせ先

役場総務課 (☎75・1211)



川本警察署から青色回転灯などが贈呈されました。

募 集

あなたからの手紙が旅人「火野正平」の行き先を決めます！

NHK-BS

「にっぽん縦断こころ旅」

思い出の場所大募集

9月からNHK-BSプレミアム(衛星放送)で放映が始まる「にっぽん縦断こころ旅」秋の旅」では、10月10日(月)〜22日(土)まで島根県内でのロケが予定されています。番組では、みなさんからの手紙に書かれた「こころの風景」を求めて、俳優の火野正平さんが自転車

で日本列島を縦断。旅の目的地は、お手紙につづられた場所です。手紙と地図をたずさえた火野さんが、送り手の思いに寄り添いながら旅を続けます。旅のルートは、あなたからのお手紙で決まります。ぜひ、あなたにとっての「こころの風景」を番組宛てにお寄せください。

●番組宛てお便りの送り先

・郵送の場合

〒150-8001

NHKこころ旅

・ホームページから応募の場合

「NHK こころ旅」で検索

締切 9月28日(水) 必着

▼問い合わせ先

NHKふれあいセンター

(☎0570・066・066)



お知らせ

お得な、
ねんきんの話

その1「納付書でのお支払いなら、

まとめて前払いがおトク」

例えば、平成23年8月分から平成24年3月分をまとめて支払うと、1,360円お得です！（ただし、前納用納付書を年金事務所から入手し納付期限までにお支払いください）

▼問い合わせ先

浜田年金事務所

☎0855・22・0673

その2「ロウゴヨイクニ、

国民年金基金」

・国民年金基金は、国民年金第1号被保険者（自営業者等）が加入でき、基礎年金とは別にもらえる上乗せ部分です。1口以上加入でき、1口目はA型、B型があります。どちらも65歳から支給されます。たとえば30歳男性がA型終身年金加入の場合、月額1万円弱の掛金で65歳から生涯にわたり、年金額は約24万円です。

▼問い合わせ先

島根県国民年金基金

☎0120・654192

お知らせ

老人の日・老人週間
県立施設入館料無料

老人の日・老人週間の期間中、次の県立施設の入館料が無料になります。

●対象期間

老人の日・老人週間

9月15日（木）～21日（水）

●対象者

県内在住で、年内に満65歳以上になる高齢者（昭和21年12月31日以前に生まれた方）

●対象施設（8施設）

①県立美術館（松江市）

②八雲立つ風土記の丘（松江市）

③しまね花の郷（出雲市）

④古代出雲歴史博物館（出雲市）

⑤宍道湖自然館ゴビウス（出雲市）

⑥三瓶自然館サヒメル（大田市）

⑦しまね海洋館アクアス（浜田市）

⑧県立石見美術館（益田市）

●手続き

入館受付時に健康保険証や運転免許証を提示して確認を受けてください。

▼問い合わせ先

島根県高齢者福祉課

☎0852・22・6696

お知らせ

保管中の
通貨・証券を
返還しています

税関では、終戦後に外地より引き揚げてきた方々の通貨や証券をお返ししています。

・上陸地の税関、海運局に預けた通貨、証券類（上陸地扱保管物件）

・帰国前に在外公館や日本人自治会等に預けた通貨・証券類のうちその後日本に返還されたもの（外地扱保管物件）

▼問い合わせ先

浜田税関支署

☎0855・27・0366

募集

ホームヘルパー2級
資格取得訓練生

離転職者でホームヘルパー2級資格を取得し、介護職として就職希望の方を対象に訓練生を募集しています。

●訓練期間：10月～12月

●会場：川本合同庁舎

●費用：15,000円

●応募〆切：9月7日（水）

募集

自衛官募集

自衛隊では、自衛官を募集しています。

●9月9日（金）締切

・一般曹候補生【陸・海・空】
18歳以上27歳未満の者

・航空学生【海・空】

・高卒（見込含）21歳未満の者

・自衛官候補生【陸・海・空】
18歳以上27歳未満の者

●9月30日（金）締切

・防衛大学校学生

・高卒（見込含）21歳未満の者

・看護学生【陸】

・高卒（見込含）24歳未満の者

・防衛医科大学校学生

・高卒（見込含）21歳未満の者

▼問い合わせ先

自衛隊島根地方協力本部

大田地域事務所

☎0854・82・1437

▼問い合わせ先

島根県立西部高等技術校

☎0856・22・2450

募集

邑智郡
公立病院組合職員

邑智郡公立病院組合では職員を募集しています。

●募集職種

歯科衛生士1名、一般事務職1名

●一次試験

10月16日(日)

公立邑智病院(邑南町)

●応募締切

9月9日(金) 消印有効

▼問い合わせ先

公立邑智病院 総務課

(☎95・2111)

お知らせ

住宅新築・購入、
増改築に対して
助成します

県産木材を使った木造住宅の新築や増改築、修繕や模様替えに対して助成します。(予算が無くなり次第終了します。)

・「県産木材を生かした木造住宅づくり支援事業」

構造材に県産木材を50%以上使った住宅を新築・増改築又は購

入された方に最大30万円、石州瓦を使用されると更に最大10万円を助成。

・「県産木材を生かした修繕・模様替え支援事業」

県産木材を20万円以上使った事業費50万円以上の修繕・模様替え工事に対し、住宅では10万円、商店、社会福祉施設等においては20万円を助成。

▼問い合わせ先

(社)島根県木材協会

(☎0852・21・3852)

お知らせ

不法投棄は厳しく
罰せられます

不法投棄は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止され厳しく罰せられます。違反者には、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金が科せられます(個人の場合)。また、地デジ化により不要になったブラウン管テレビの処理は必ず「家電リサイクル法」に基づいて、過去に購入した小売店で引き取ってもらうか、買い換えの場合は新製品を購入した小売店で引き取っ

てもらってまいりましょう。

▼問い合わせ先

役場環境整備室

(☎75・1215)



6月に林道信喜線で見えられた不法投棄の確認作業。不法投棄を発見したら、人物の特徴や車のナンバー、投棄場所などを最寄りの駐在所や役場環境整備室へ通報してください。

お知らせ

生活排水処理を
テーマに
シンポジウム

汚水処理施設の普及率が低い島根県西部での普及促進啓発のため、生活排水処理をテーマにしたシンポジウムが開催されます。

・日時

9月2日(金) 14時~16時

・会場

益田市立保健センター

(益田市駅前町)

・内容

①基調講演「住みよい環境づくりと生活排水処理」

②パネルディスカッション「石見の美しい水環境と生活排水処理」

▼問い合わせ先

島根県土木部下水道推進課

(☎0852・22・6580)

お知らせ

美郷町簡易水道の
水質検査結果

検査実施(7月27日)	結果	評価	対応
粕洲・浜原簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
吾郷地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
別府地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
君谷地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
酒谷地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
石原地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
潮地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
都賀行簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
比之宮地区簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—
都賀簡易水道	基準値超過及び異常なし	適合	—

※なお、検査結果の詳細は、ホームページで公表しています。

おめでとございます

良い歯がキラリ

親と子の良い歯のコンクール

彦田さん親子（片山） 島根県代表に

「第60回親と子の良い歯のコンクール島根県大会」が6月9日（木）、島根県歯科医師会館（松江市）で開かれ、大田圏域代表として出場した彦田加奈子さん・華帆ちゃん親子が最優秀賞に輝きました。彦田さん親子は9月に開かれる全国審査会に島根県代表として出場（書類審査）します。

コンクールは6月の歯の衛生週間に合わせ、歯を大切にすることを高めてもらおうと、島根県などが毎年開催。県内7保健所での予選を経た7組の親子が虫歯の有無や口内の健康状態などの審査を受けました。

良い歯を保つ秘訣について尋ねたところ、普段の生活では「おやつに昔ながらの煮干しやコンブなども与えています」と母親の加奈



島根県代表として全国大会で審査を受ける予定の彦田加奈子さん・華帆ちゃん（写真右側）親子

子さん。歯磨きを嫌がる子には「親がついて一緒に楽しむようにしてやると習慣付け易いですよ」とアドバイス。「今後も歯の健康に気をつけながら、子どもたちの成長を見守りたい」と話していました。

お知らせ

広報みさとに広告を出しませんか？

「広報みさと」は、毎月2900部発行し、町内各世帯のほか出身者の皆様などにご愛読いただいています。広告掲載を希望される場合は、事前に申込をいただき審査終了後、掲載希望月の前月10日までに原稿を提出してください。詳しくはお問い合わせください。

大きさ	広告掲載料
1 段サイズ (縦 55 mm×横 170 mm)	5,000 円 (町外 10,000 円)
半サイズ (縦 55 mm×横 85 mm)	2,500 円 (町外 5,000 円)
1/3 サイズ (縦 55 mm×横 55 mm)	1,500 円 (町外 3,000 円)

▼問い合わせ先

役場企画課（☎75・1924）

人事

A L T が着任

美郷町内の中学校で英語の指導にあたる A L T（外国語指導助手）に、エリン・エリザベス・ベダルさんが着任されました。出身はアメリカ合衆国のペンシルベニア州です。2学期からは邑智中学校、大和中学校で英語の授業を補助することになります。

エリンさんは、現在、日本語を勉強中です。町内で見かけられたら気軽に声を掛けてください。

▼問い合わせ先

教育委員会（☎75・1217）



シリーズ 「防ごう！消費者トラブル」

消費トラブルに関する相談は
 〈消費者ホットライン〉
 (☎ 0570-064-370)

中東やアフリカなど 社会情勢の不安定な国の通貨を 対象とした投資トラブルにご注意！

〈事例〉

A社から「1口50 スーダンポンドが15万円」とのダイレクトメールが自宅に届いた。その数日後、B社から「スーダンポンドを持っていたら、約40万円で売ってほしい」という電話があった。

すぐにA社からも「ダイレクトメールは届いたか」という電話があり、「予約だけでも」と勧められた。A社に予約金として2万5千円を振り込もうと金融機関に行ったところ事情を聞かれたので話したら、おかしいと言われた。 (60歳代 女性)



中東やアフリカなど社会情勢の不安定な国の通貨を 対象とした投資トラブルが発生しています！

- 業者はパンフレットや口頭で「有数の産油国であり、紛争後のため経済発展が期待できるので、もうかる」「個人のみで企業は買えない。企業は個人からの買い取りを切望しているため、高額で買い取る」などと説明しています。しかし、これらの外国の通貨は日本の銀行では取り扱いがなく、国内で日本円にすることは極めて困難です。
- 販売業者とは別の業者が「数倍で買い取る」と持ちかける手口は、未公開株やイラク通貨でも多く見られます。これらの手口で、本当に買い取りがされた事例はありません。
- 電話やダイレクトメールでこのような勧誘を受けた時は役場住民福祉課にご相談ください。

▶お問い合わせ先 美郷町消費者問題研究会（住民福祉課内）(☎ 75-1213)

連載

「これならできる！」

獣害対策「第9回



「うちの地区にもサルがー」そんな方も慌てることはありません。この連載の第1回（平成22年12月号）から読み直してみましよう。サル対策は、「餌付け」をやめるだけ。「餌付け」は人なれ学習から始まります。「あんなところにサルが」と思いながら、何もしないで見ていることが、餌付け行為につながることを忘れないようにしてください。

●どんな柵より優先の心理柵

集落内でサルを見たら、花火でも石でも棒でも、なければ靴でも（足の履き物の気合で）、とにかくある物を投げつけて追い払ってください。一番効くのは「この集落の人間はみんな怖い」とサルに思わせる「心理柵」です。まずは

ご近所で、「心理柵」を共同で張りましょう。誰かがロケット花火を撃ったら近所の人に加勢する。追われて逃げたら、逃げた先にも人が待ち受けている、ということ。その地区への恐怖心を倍増させます。サルがこわごわ出てくる間は簡単な柵でもなかなか突破されません。逆に、安心してのびのび行動されれば、思わぬ弱点をついて被害をうける（餌付けを進める）ことになりかねません。せっかくの柵が効くか効かないかはこの「心理柵」で決まるといっても過言ではありません。

●柵設置の下準備

イノシシやシカと違い、サルは木登りや枝伝いが得意。畑の周囲2mは灌木や枝などを切り払ってください。侵入や逃走に使える足場が一箇所でもあれば、柵は無意味。畑の外に向かって茂るミニトマトなどは丈夫なヒモを通して内側に引き込みます。サルが登った際に畑側に倒れそうな竹や細い灌木は特に注意して切ってください。



▲獣害対策実習ほ場「青空サロン」(乙原)では、獣害対策の様々な工夫が見学できます。

●高くするか電柵を足す

すでにあるイノシシ用の柵を活用するには、テグスネットを上部に足すか、電柵を追加するのが有効。この場合、グラスファイバーや竹などの支柱を使い、サルが登ると外側に曲がるように張るのがコツです。ハウス用鉄パイプなど丈夫な支柱しかない場合は、支柱の裏側（ネットがあたらない側）にヘラなどでグリスを厚塗りすれば、サルが握るのを嫌ってあまり上ろうとしません。ワイヤーメッシュ柵やトタン柵は通電するのでアースとして使えます。サルが登って超えようと手を出した所に

ケーブルを10〜15センチ間隔で2〜3段張ってください。

●子ザルの頭骨は5センチ

ネットやワイヤーメッシュの目合いが粗いとそのままサルは素通りします。子ザルの頭骨の直径は約5センチ。10センチの目合いのワイヤーメッシュやピンと張りすぎたネットなら親でもそのまますり抜けれます。この場合、安価な膨張ネットを合わせ張りしてください。

中国四国農業研究センター

鳥獣害研究チーム専門員

井上 雅央

地域を変える新しいチカラ

地域おこし協力隊通信 第11回 君谷地域 地域おこし協力隊



地域おこし協力隊として美郷町にやって来て3カ月が過ぎました。当初は、自分が以前住んでいた千葉県との環境の差に戸惑いましたが、今はこちらの生活にもだいたい慣れてきました。

千葉県柏市出身の私は、人口が多く自然が少ない街で育ったので、田舎に対する憧れのような好奇心がありました。都市部では人間関係が希薄になりつつありますが、こちらでは自治会など地域のつながりが残っていると感じます。

美郷町は、山や川に囲まれ自然環境に恵まれた町ですが、その反面、過疎・高齢化という厳しい現実もあります。現在の日本の

問題の多くは、都市への一極集中と地方の荒廃から生じていると思います。それを解消するために考えられた制度が、地域おこし協力隊です。現在、地域おこし協力隊の活動は全国で行われています。一人の人間ができることは小さいかもしれませんが、その小さな力が合わさり大きな力になって、少しでも現状が改善されればと思います。私も微力ながら、地域の力になれるよう頑張ります。



第4期（君谷）地域おこし協力隊
ふくしま たけし
福島 豪



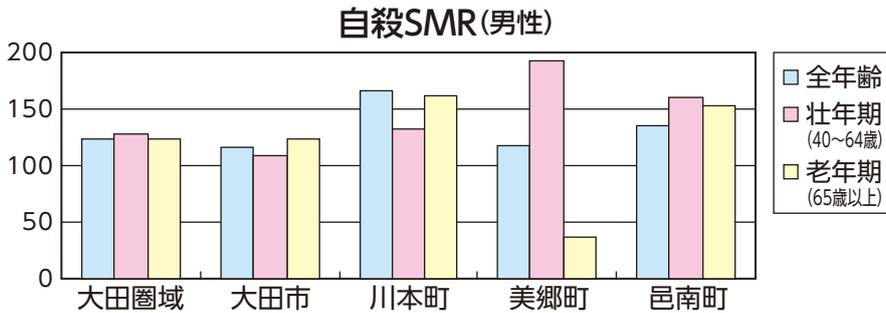
まほろば句会

選者 服部 康人 先生

- | | |
|-----------------|-------|
| 炎天下少しの木陰恋しかり | 吉迫スズヨ |
| 待ちこがれるし人ならむ鮎解禁 | 日高 笑子 |
| トンネルを抜けたちまちの大夕立 | 北原 敏枝 |
| 夏霧や煙と見紛ふ景も見せ | 小笠原松子 |
| 江川に夕虹立ちぬ晴るるかも | 難波 忠枝 |
| 端居して同じ話を今日も聞く | 大嶋 琴枝 |
| 村境の標の大木合歓の花 | 三島 澄江 |
| 嫁ぎ来て飲み馴染みたる山清水 | 玉岡 弘子 |
| 夏草や刈機の音の弾け飛ぶ | 吉迫アキミ |
| 梅雨明と聞きしより風やさしけり | 石田 悦子 |
| 蝉時雨ひととき止みぬ通り雨 | 黒岩アヤ子 |
| 下校時の奇声を上げし蛇の衣 | 山田 幸造 |
| うすれゆく虹はかなしや人の世も | 岡先登美子 |
| 燕の巢借りて子育てする雀 | 玄田トミエ |
| 七夕や書き惑ひたる願ひ事 | 中原美都子 |
| 廃屋の解かれしよりの青田風 | 大久保朝子 |
| ダム湖畔住みて朝夕夏霧に | 坪内 良子 |
| 食卓に欠かすことなき胡瓜かな | 甲山由紀子 |
| 梅雨明の気配雲にも吹く風も | 西島 誠子 |
| 白靴や並べ較べて旅支度 | 高田 登子 |
| 油断せし腰丈ほどに草茂る | 高橋 浩子 |
| 来客をもてなすプラン滝見組む | 高橋 和子 |
| 薫風や祭主の声の朗々と | 森田佳代子 |
| 遠雷の聞こゆる道や急ぎ足 | 和田 伸子 |
| 夜濯や朝に乾けばそれを着る | 石田 照子 |
| 睡蓮の沼辺や恩師との出合ひ | 松村みはる |
| 夏草の中に続ける三江線 | 渡邊 光廣 |
| 大量の胡瓜を前の思案かな | 西嶋千恵美 |
| 選者吟 | |
| 冷房の効き過ぎほどの夜の天気 | |

美郷町では働き盛りの男性の自殺率が特に高い！！

全国では毎年約3万人、島根県では毎年約200人が自ら命を絶っています。



自殺標準化死亡率 (SMR) (島根県を100として 基準: 2007年中心5年平均)



自殺の背後に潜む「うつ」

自殺の原因はさまざまですが、背後には「うつ」が潜んでいることが多いといわれています。「うつ」は誰もが陥る可能性がある身近な症状です。

怖いのは「うつ」になったことではなく、それに気づかず放置しておくことです。

「うつ」の兆候 見逃さないで 早めの受診が大切

「うつ」は、休養と薬物療法を中心とした治療によって回復します。早期に治療を開始すると回復も早くなります。「早めの受診が大切」!! 下記の症状が1つでも2週間以上続いている場合は早めに専門機関を受診しましょう。

- ①寝つきが悪くて、朝早く目が覚める
- ②悲しい、憂うつな、沈んだ気分
- ③何事にも興味がわかず、楽しくない
- ④疲れやすく、元気がない(だるい)
- ⑤おっくう、何もやる気が起こらない
- ⑥食欲がなくなる
- ⑦人に会いたくなくなる
- ⑧夕方より朝方のほうが気分、体調が悪い
- ⑨心配事が頭から離れず、考えが堂々めぐりする
- ⑩失敗や悲しみ、失望から立ち直れない
- ⑪自分を責め、自分は価値がないと感じる

周囲の人はこんなサポートを

- 休養を勧めましょう
- 受診や相談の際には付添いましょう
- 本人が受診や相談を拒むときは、本人が信頼している家族、友人、先輩などにすすめてもらいましょう。
- 「頑張れ」は禁句
本人にはプレッシャーになります。また、無理に外出、運動、気分転換を勧めることもよくありません。

望ましい対応

- 医療機関の精神科、心療内科を受診する
- かかりつけ医に相談して、専門医を紹介してもらう
- 心の健康相談を利用する
(連絡先: 県央保健所または美郷町役場)
- 周囲に遠慮せず、休養をとる



お問い合わせ先 健康推進課 (☎ 75-1932)

9月の行事予定

- 1日(休) 乳児、1歳6カ月児健診(保健福祉センター)
- 2日(金)
- 3日(土)
- 4日(日) わんぱくパラダイス(山村開発センター)
まほろば杯9人制女子バレーボール大会(大和中)
- 5日(月)
- 6日(火) 交通事故巡回相談(大田市役所)
- 7日(水) 中国補聴器センター相談会(山村開発センター)
- 8日(木)
- 9日(金) すくすく相談(子育て支援センター)
- 10日(土) 中学校体育祭(邑智中、大和中)
- 11日(日)
- 12日(月)
- 13日(火) 大和診療所午後休診
- 14日(水)
- 15日(木)
- 16日(金)
- 17日(土) 大和小学校運動会
- 18日(日) 邑智小学校運動会
尺鮎釣り大会(道の駅周辺)
- 19日(月) 敬老の日
- 20日(火)
- 21日(水) 秋の全国交通安全運動(9月30日まで)
- 22日(木)
- 23日(金) 秋分の日
- 24日(土)
- 25日(日)
- 26日(月)
- 27日(火) 胃がん検診(上野、都賀本郷)
胃がん検診(都賀行)
- 28日(水) 西日本補聴器相談会
(山村開発センター、まほろば福祉センター)
- 29日(木) 3歳児・5歳児健診(保健福祉センター)
- 30日(金)

人口と世帯

人口 5,541 人

男 2,602 人 (-1人)
女 2,939 人 (-6人)
世帯数 2,449 世帯 (-6世帯)

() は先月との比較(住民基本台帳による8月1日現在)

慶 弔 (7月分届出・敬称略)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています。町外で届けられた方で名前の掲載を希望される方は、企画課(75-1924)までご連絡ください。

愛のともしび (7月受付分)

社会福祉協議会へ次の方々よりご寄付を頂きました。(敬称略)

美郷の絶景ポイント

除草で綺麗に

上野連合自治会員約50人が7月3日(日)、地元の「ガニ山公園」の草刈り作業などを行い、汗を流しました。昨年は大雨で中止になったため、伸び放題の雑草や灌木を切りながら2時間かけて江の川を望む絶景ポイントが綺麗に蘇りました。また、この日は連合自治会の拠点施設「上野ふれあい会館」の清掃活動も行われました。



(情報提供・写真撮影：上野連合自治会)