



2013

12

平成25年

December No.512

つながりとぬくもりの中で豊かに暮らせるまち

ホームページ <http://www.town.shimane-kawamoto.lg.jp/>

フェイスブック <http://www.facebook.com/town.kawamoto>



今月の
主な内容

特集 誰もが健康にそして適切な医療受診を！
…P2 / 島根中央高校だより…P5 / 学校給食センターが建設されます…P7

川本駅舎をライトアップ！ イルミネーション点灯式

LED電球約3600球で駅舎をライトアップする川本町イルミネーション点灯式が12月6日（金）にJR石見川本駅で開催され、駅舎に輝くイルミネーションを多くの方が楽しみました。

そして適切な医療受診を！

川本町において、国民健康保険の一人あたりの費用額は平成20年度に県内1位となりました。それ以降も年々増加し、平成24年度には525,738円/人となっており、県平均値の377,848円を大きく上回っています。特に、島根県全体や他の市町村と比較すると入院費に占める一人あたり費用額が大きくなっています。今回は、川本町の国民健康保険の現状をお知らせするとともに、一人ひとりがより健康に過ごしていくための健康づくりのポイントについて考えてみましょう。

川本町の医療費が高い原因は？

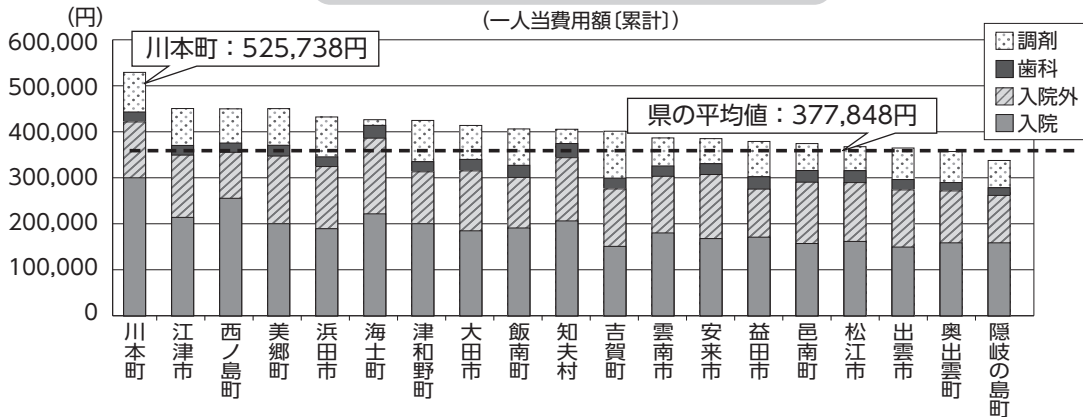
川本町で医療費が高い原因として、次の3つのことが考えられます。

- ① 生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症等）の病気が重症化している
- ② がんの占める医療費の割合が高くなっている
- ③ 生活習慣病の重症化や精神疾患等による入院医療費に占める割合が高くなっている

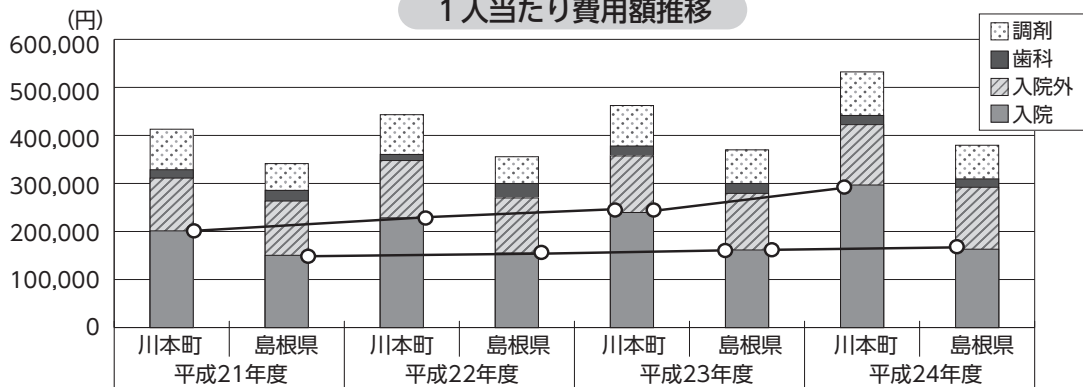


平成24年度 診療区分別医療費の状況

(一人当費用額〔累計〕)



1人当たり費用額推移



健診で早期発見・早期治療を!!

誰もが健康で生き生きと生活していくためには、健康づくりと適切な医療受診が重要です。川本町では、平成23年度から特定健診、各種がん検診を積極的に勧奨するなどの医療費適正化事業に取り組んでいます。

特に、40歳～74歳の国民健康保険加入者を対象に実施している特定健診では、年々受診率が向上しており、平成24年度には43.3%となりました。しかし、国が目標としている60%にはまだ到達していないのが現状です。

健診で病気を早期発見、早期治療をすることで、重症化することを防ぐことができます。そして一人ひとりが意識することで、医療費の抑制にもつながるのです。

今年度、特定健診をまだ受診していない方は、来年の3月まで医療機関で受診することができます。年1回は特定健診を受診し、自分自身の生活習慣を振り返るきっかけにしましょう。

特集

誰もが健康に

誰もがより健康な生活を送るためには、ひとりひとりが毎日の生活習慣を見直してみることが大切です。少しずつ、できることから始めてみませんか？

より健康な生活を送るために…

食生活

「毎日、今よりプラス一皿の野菜をとりましょう！」



1日に必要とされる野菜の摂取量は1人あたり350gです。

毎日の食事にプラス一皿の野菜を摂ることによって理想的な食生活に近づきます。



生の状態で両手に一杯で120g



ゆでた状態で片手に一杯で120g

町内のスーパーや
飲食店でこの左の写真を
見かけたら思い出して!!



1食あたり「120g」の野菜を1日3回摂取することが目標です。

運動

「毎日、今よりプラス10分の運動をしましょう！」

いつまでも若々しくあるためには、日々の適切な身体活動が大切です。

日常の体の動きを今より1日10分増やしましょう。

1kgの体重を減らす
ために7000kcalの
消費が必要といわれて
います

<10分あたりの運動別エネルギー消費量>

- | | |
|--------------|----------|
| ・ ゆっくりウォーキング | 20キロカロリー |
| ・ 速めのウォーキング | 40キロカロリー |
| ・ ラジオ体操 | 30キロカロリー |
| ・ 自転車 | 37キロカロリー |
| ・ 水泳(ゆっくり) | 90キロカロリー |

春夏秋冬(しき)を楽しむ
かわもとウォーキングに
参加しましょう!
毎朝のラジオ体操も効果的☆



禁煙

「たばこの煙をなくしましょう！」

たばこを吸わないことは健康づくりで最も重要です。

周囲のたばこの煙を吸うことでも肺がんや心臓病にかかりやすくなります。

禁煙はもとより、受動喫煙のない社会の実現をめざしましょう。

胸部CT検診や
肺がん検診を受診
して早期発見に
努めましょう!

非喫煙者と
喫煙者の
肺の違い



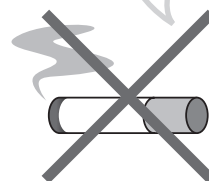
非喫



10本/日×50



60本/日



みんなで考えよう私たちの人権

いつまでも住み続けたい

良い関係を築いていくために

まちづくりの第一歩は、自分たちのまちのことを考えるために、お互いを大切にする「人権尊重」を基盤とした人づくりから始まります。私たちの社会や組織は、新しいことや違うものと出会ったとき、大きく4つの異なる対応をします。

排斥型…ちがいを受け入れず、互いに変化もしない

同化型…ちがいを受け入れず、相手に変化を求める

すみわけ型…ちがいを受け入れるが、互いに変化することはない

共生型…ちがいを受け入れ、相互に変化しながら成長していく

持続可能なまちづくりのためには、多様性を受け入れ、対話をしながら認め合い・支え合う「人とのつながり」を大切にしたい、共生型が求められてきます。



様々な人権課題

アイヌの歴史と文化～現在の北海道は、江戸時代までは「蝦夷地」と呼ばれていたが、古くからアイヌ民族が住む土地だった。明治時代…

拉致問題～北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深めるとともに、国際社会と連携しつつその実態を解明し…

関心をもとう
正しく知ろう
くらしをふりかえろう



ハンセン病問題の解決に向けて～歴史を学び、ハンセン病問題が生じた背景を理解していくことが大切。ハンセン病だった方々は、病気の辛さだけでなく、国の隔離政策により強制的に療養所に入所させられ、本人だけでなく、家族も偏見や差別を受けてきた。長い間…

性的少数者への理解～性同一性障がい者は、生物学的な性（からだの性）と自己認識（心の性）が一致しないために自分自身に対して強い違和感・抵抗感を覚え様々な場面で困難に…

いつまでも このまちで

安心して暮らしたい

性別、年齢、国籍、宗教、文化、言語など一人ひとりとはみなちがいます。しかし、人権の尊重はいつの時代も決して変わることはない、普遍的な文化として築いていかなければなりません。

お互いのちがいを認め合い、相手を尊敬し、思いやりの言葉と態度で接していくことの大切さを学び、行動へつなげていくことは、偏見や差別をなくし、安心して暮らすことにつながります。

学校・職場・地域（町や公民館、自治会単位）等を取り組まれる人権学習会等の意義はますます重要になってきます。



つながよう笑顔の輪

～人権標語の紹介～

◇あいさつを 言われて言って うれしいな 伊藤 晴人

◇じょうずだね 人をほめる いい言葉 園山 大治

◇うれしいな みんなと遊べて 楽しいな 上田 理央

◇一人で遊ぶより みんなと遊ぶ方が 楽しいね 大垣 竜翔

◇がんばって その一言が うれしいな 左田野 翼

平成24年度の応募作品です。（敬称略）

島根中央高校だより

吹奏楽部

日本管楽合奏コンテスト 全国大会出場



11月2日、東京都の文京シビックホールで行われた日本管楽合奏コンテストに出場しました。21名全員揃った最後の演奏は保護者さんをはじめ多くの関係者のみなさまに見守られる中、持てる力を最大限に発揮した満足いく演奏となりました。

た。審査員の先生方からも「整然とした響きと一体感のある音楽作りで感動的」「各セクションのアンサンブル表現がとても音楽的」など高く評価していただきました。

残念ながら目標の最優秀賞には届きませんでしたが、「また全員で必ず出場したい」と来年度への目標として生徒たちの励みとなり、多くの収穫を得ることができました。

まだまだ発展途上の島根中央高校吹奏楽部ですが、地域のみなさまのご支援のおかげで少しずつ力をつけてきております。目標に向かってひたむきに努力する生徒たちを引き続き温かく見守っていただきますようこれからも宜しくお願いします。



「食肉惣菜創作発表会」 実技審査参加



調理のようす

県大会では専門学校、社会人の中、唯一の高校生出場者として岡本阿佑美さんが代表して調理をしました。本番に備え練習を重ね緊張しつつも実技審査に臨みました。惜しくも県代表には選ばれたことは出来ませんでした。惜しくも銅賞を受賞しました。当日は他の出場者の作品を試食することもでき良い刺激を受け、また、審査員の方からアドバイスなどをしていただき励みにもなりました。地域創造コースの代表として授業で培った調理技術を発揮する機会にもなりました。

3年生地域創造コースの「課題研究」で食肉惣菜創作発表会に惣菜レシピを応募しました。その中で岡本阿佑美さん、安藤瑠夏さん、白須千尋さんのグループの「春巻きカツ」が書類審査を通過し、県大会出場資格を得ることができました。



完成作品「春巻きカツ」
岡本 阿佑美



表彰も終わり参加者のみなさんと記念撮影

かわもと イルミネーションの参加

町民の方々とふれあいの中から地域社会・文化を学ぶ目的で、募金活動やプレゼントを入れる台車のデコレーションと景品のクッキー作り・点灯式での演奏など、生徒会・美術部・家庭クラブ・吹奏楽の生徒達も協力し、町にイルミネーションの灯りと彩りで夢と元気を与え、地域に根ざした学校としての役割を果たす活動を行いました。募金へのご協力ありがとうございました。

薄紅葉茶会を行いました

生活総合文化基礎の授業では茶道学習をしています。日頃の感謝の気持ちをこめて地域創造コースの3年生を招き、茶会を計画しました。四席に分かれて行なわれた茶会はわずかな時間でしたが、憩いのひとときを過ごすことが出来ました。



手作りのお菓子でおもてなし

生け花
山ぼくち・ヨメナ・
キリン草

お菓子
カップケーキ・
スイートポテト

ま ち の 話 題

川本町一周駅伝競争大会・しおかぜ駅伝 開催

11月9日(土)に川本町一周駅伝競走大会を開催しました。一般12チーム、自治会4チーム、中学校3チームの19チームの参加があり、選手は、沿道の温かい声援を受けながら、秋の川本路を力走しました。

また、12月8日(日)に9区間42・195キロのコースで競う益田―浜田間駅伝競走大会(愛称:しおかぜ駅伝)が開催されました。川本町チームは中



しおかぜ駅伝



川本町一周駅伝

学生4名、高校生3名、一般2名の若手メンバーで出場し、2時間37分25秒で39位の成績を収めました。出場した選手の皆さん、お疲れ様でした。また、沿道から温かい声援を送って頂いた皆さん、ありがとうございました。

広島県坂町・川本町自治会長連合会との交流会

11月19日(火)に川本町の自治会長のみなさんと坂町の住民福祉連絡協議会(川本町の自治会長連合会にあたる組織)のみなさんの交流会が行われました。これは毎年実施されている交流会でお互いの町を交互に訪問しています。今年は旧川本西

小学校体育館においてパタニングで交流をした後、笹遊里に会場を移し、各地域の現況や抱える課題などにつ



いて意見交換を行いお互いの親睦を深めました。また、11月26日(火)には、川本町と坂町の老人クラブ交流会が開催されました。

防火・防災訓練を行いました

10月12日(土)江邑少年婦人防火委員会が主催し、川本保育所幼年消防クラブの子どもたちや弓市自治会など総勢120名による防火・防災訓練が実施されました。この訓練は、防火・防災に対する意識の高揚を図り、安全で住みよい地域づくりを目指すことを目的として行われ、消火訓練や煙体験ハウスによる煙の体験、炊き出し訓練など多彩なメニューで行われました。



鮭の観察会と芋煮会 開催

11月23日(土)に因原地区濁川で、鮭の観察会が行われました。地元の見守り指導員の丁寧な説明のもと、参加者は生育した産卵期の鮭を熱心に観察しました。8月の水害による影響で水底の様子が変わり、遡上してくるか心配していましたが2箇所を観察点で8匹を確認することができました。その後、道の駅インフォメーションセンターかわもとで芋煮会が実施され、おいしい芋煮を頂いて冷えた体を温めました。

濁川で生まれた鮭がまた戻ってこれるきれいな川を守ってきたいです。



ま ち の 話 題

田平和三さん 叙勲受章
おめでとうございます



元川本町消防団副団長の田平和三さん（川本町大字因原）が瑞宝単光章を受章されました。田平さんは、37年の永きにわたり消防団員として尽力され、消防団員の育成強化や教育指導、火災予防活動に積極的に取り組まれるとともに、非常時には先頭に立ち、果敢な行動と卓越した手腕により団員を指揮するなど、日夜消防発展のために努力され、その功績が認められました。

大海則子さん 教育功労者表彰
受賞おめでとうございます



元小学校薬剤師の大海則子さん（川本町川本）が島根県教育

委員会教育功労者表彰を受賞されました。大海さんは昭和43年から44年間、川本町立小学校の学校薬剤師として児童の健康保持増進に寄与されました。受賞について、「44年間、お世話になった皆様のおかげです」と述べられました。

「元気な邑智郡大賞」表彰

邑智郡広域振興財団では、設立20周年を記念して、邑智郡内において長年にわたり（5年以上）地域づくり活動に取り組んでおられる個人・団体の功労をたたえ、

元気な邑智郡大賞の表彰を行います。川本町で受賞された団体は次のとおりです。

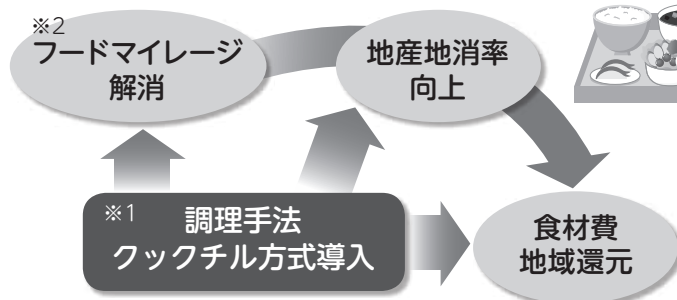


元気な邑智郡大賞 表彰式

読書ボランティアグループピナス
川本町自然大好きネットワーク
お父さんの料理教室
悠邑ふるさと吹奏楽団
手紡ぎ健康づくり推進委員会
みんなで守る谷戸の自然

学校給食センターが建設されます

平成26年9月供用開始を目指して、学校給食センターが建設されます。今回は、調理方法にクックチル方式を導入します。クックチル方式は、加熱調理した料理を急速冷却し、食事をする時間に合わせて再加熱し、提供する調理システムで、地産地消率の向上などが期待されます。



※1 クックチル方式

加熱調理した食品を急速冷却し喫食時間に合わせて再加熱し提供する調理で病院や施設等で導入されている手法

※2 フードマイレージ

食料が消費者に届くまで輸送される距離を数字で表したもの

〔クックチル方式導入〕

- ・時間に制約がないため食材を有効的に活用
- ・事前に地産食材を活用した献立の調理が可能
- ・川本の季節を感じる美味しい給食の提供
- ・将来的には6次産業化への進展への期待

図書館 新刊案内

《一般向き》

だから荒野

桐野夏生著 毎日新聞社

主婦・朋美は歳を取るごとに誕生日を虚しく寂しいと感じていました。そして46歳の誕生日に身勝手な夫や息子たちと決別し1200kmの旅に出ます。「家族」という荒野を生きる孤独と希望を描いた作品です。



NHKためしてガッテン健康食

NHK科学・環境番組編、主婦と生活社「NHKためしてガッテン」編集班編 主婦と生活社

NHKテレビ「ためしてガッテン」で放送した病気、体の不調にまつわる内容を中心にその予防や改善に有効な食材・食べ方を紹介しています。健康にいきいきと暮らすための食の裏ワザや簡単でヘルシーなおかずレシピが満載です。



《児童書》

あくたれラルフのクリスマス

ジャック・ガンスト作 ニコール・ルーベル絵
こうやゆう訳 PHP研究所

ねこのラルフはクリスマスもいたずらばかり。飼い主のセイラは叱りますが、いつもラルフを温かく見守りやさしく包み込みます。ユーモラスなお話の中に深い愛情を感じるクリスマスの絵本です。



水の精とふしぎなカヌー

岡田淳作 理論社

スキッパーは、足をけがしたトワイエさんに頼まれて屋根裏に荷物を取りに行きました。でも誰もいないはずの屋根裏にだれかいる...?どこにあるのか分からないふしぎな「こそあどの森」で起こる「ふしぎ」と「なぞ」のお話です。



いい顔のひろば ミニ読書会

すこやかセンターで行っています。

1/10金
10:00~13:00

内容 クッキング
読み聞かせ
移動図書館



1月の展示

《一般書》 黒田官兵衛と共に時代を生きた人達
戦国時代を描いた作品を紹介します。

《児童書》 ようこそ 雪の国へ
冷たくて楽しい雪を描いた作品を紹介します。



大きくなあれ!! Vol.7

家族団らんの時間に「本」を

読書は記憶力・思考力・注意力を養い、子どもの喜怒哀楽を豊かにしてくれます。これは、テレビやゲームなどの一方通行のメディアでは代用できません。家族団らんの時間にテレビを消して、本を読んでみませんか?

..... おすすめの絵本

<赤ちゃん> こんにちは

渡辺茂男文 大友康男絵 福音館書店

<幼 児> アンガスとあひる

マージョリー・フラック作・絵 瀬田貞二訳 福音館書店

第15回

図書館の本を使った作品展 募集中

みなさんが図書館の本を参考にして作られた作品を募集します。本を読んで楽しみながら作品作りに挑戦してみませんか。みなさんの作品をお待ちしています。

募集期間：26年1月5日(日)～31日(金)

対象作品：図書館の本を参考にした作品
(手工芸品、絵、など)

出品される方は、募集期間中に作品を
かわもと図書館までお持ち下さい。

展示期間：2月1日(土)～15日(土)



年末年始の休館日は12月28日(土)～1月4日(土) 年始は1月5日(日)から開館します。

臨時休館の
お知らせ 1月13日(月)～17日(金)

図書館システムの更新のため休館します。期間中、貸出・予約はできませんが返却は可能です。ご迷惑をおかけ致しますが、ご協力をお願いします。

悠邑ふるさと会館催し物案内

1月~2月

1月

大ホール

5日
(日)

平成26年川本町消防出初め式

式典／9：30から

行進／11：00頃から（悠邑ふるさと会館出発）

年始め、恒例の消防出初め式です。消防団員の皆さんの様子や日々の活動を直接目にする事が出来ます。多くの方にご来館頂き頑張っている団員にご声援をよろしくお願いします。



2月

大ホール

2日
(日)

自衛隊音楽隊コンサート

入場無料!

開場／13：30

開演／14：00

【合同演奏】川本中学校吹奏楽部、島根中央高校吹奏楽部

広島の上陸自衛隊第13音楽隊によるコンサートです。

音楽を通じて自衛隊活動の大切さや平和の大切さを伝える活動をされており、非常に高い技術力で美しく力強い音楽を届けてくれます。今回は中学校、高校の吹奏楽部との合同演奏もあります。入場料も無料ですので、お気軽にご来場下さい。



マルチ
ホール

23日
(日)

サウンドライブしまね川本会場 アマチュアミュージックフェスティバル!

開 場／13：30

開 演／14：00

入場料／1,000円

主 催／サウンドライブしまね実行委員会川本会場

郡内のアマチュア音楽活動をしている団体や個人が参加する発表会。県下各地で開催されており、川本会場はふるさと会館特設ステージで行います。バンドやゴスペルなどジャンルは問いません! どしどしご参加下さい!
(主演に関するお問い合わせ／72-0001)

お問い合わせ：悠邑ふるさと会館 Tel.0855-72-0001

第27回川本町音楽芸能祭を開催しました

12月1日の日曜日、ふるさと会館大ホールで第27回川本町音楽芸能祭を開催しました。今年も多くの皆さんに出演して頂き、大いに盛り上がる事が出来ました。

当日、受付に設置させて頂いた募金箱にも多くの募金が寄せられ、12月12日に川本町音楽芸能協会 中垣会長が共同募金にと川本町共同募金委員会 三上会長へ手渡されました。募金頂いた皆さまを始め、多くの方のご支援により川本町音楽芸能協会の活動が続けられています。音楽の町として、今後も活動を続けていきたいと思ひます。ご協力頂き、ありがとうございました。



「国土と防災」講演会の開催について

国土交通省において重要な政策に関する事務を統括しておられる国土交通審議官「原田保夫」様をお招きし講演会を行います。

▽日時 平成26年1月11日(土) 14時

▽場所 邑南町山村開発センター (邑南町下田所282-11・田所公民館)

▽講師 原田 保夫 氏

▽演題 「国土と防災」

問 邑智郡町村会

☎0855-72-0015

しまね企業ガイダンス

2015年大学等卒業予定の学生をはじめ、県内就職を希望する方を対象とする企業ガイダンスを開催します。

▽日時 12月28日(土) 10時30分～16時30分

▽場所 くにびきメッセ (松江市学園南1-2-1)

問 ジョブカフェしまね

☎0120-67-4510

島根県看護学生修学資金貸与生の第2次募集

〔看護師特別資金〕

▽対象 県外の看護師養成施設の最終学年又は、最終学年の1学

年前の学年に在学している看護学生の方

▽募集人数 30名程度

▽貸与額 年額60万円(一括交付)

〔助産師特別資金〕

▽対象 助産師養成施設の最終学年に在学している看護学生の方

▽募集人数 5名

▽貸与額 年額120万円

(一括交付)

※いずれも貸与申請受け付けは平成26年1月15日(水・当日消印有効)までです。

※いずれとも、一定の要件を満たせば、返還が免除されます。

問 島根県健康福祉部医療政策課 看護職員確保グループ

修学資金担当

☎0852-22-6277

サヒメルお正月イベント

入館者を対象にプレゼントつきのくじ引きやぜんざいに餅ピザのふるまい、書き初めや干支にまつわるプラネタリウム生解説など、イベント盛りだくさん！年男・年女入館料無料のほか、入館先着30名様にオリジナルストラップをプレゼント。

▽日時 平成26年1月2日(木)・3日(金)

※12月29日(日)から1月1日(水)は、年末年始のため休館させていただきます。

問 三瓶自然館サヒメル

☎0854-86-0500

シマネスク くにびき学園西部校学園祭

▽開催日時 平成26年2月1日(土) 9時30分～15時

▽場所 いわみーる

(浜田市野原町1826-1)

▽内容 各科の研修発表、チャリテイバザー、陶芸絵付け・販売、園芸科成果品販売、お茶席、喫茶の出品などがあり、新春のひと時を楽しんでいただけます！

※舞台発表は午前中で終わります。

問 くにびき学園西部校事務所

☎0855-24-9336

鉄道線路沿線の支障竹林等伐採にご協力してください

三江線の列車運行に支障する鉄道線路沿線の倒れた竹木等を伐採させていただくことがあります。発見しましたら、米子施設指令へ連絡をお願いします。

問 JR米子施設指令

☎0859-32-6383



地域福祉の推進役

川本町民生委員・児童委員が 改選されました

民生委員・児童委員は、地域福祉の推進に向け、皆さんの身近な相談者として活動していただいています。任期満了に伴い、厚生労働大臣から新たに23名の方が委嘱されましたのでご紹介します。

○任期 平成25年12月1日～平成28年11月30日

氏名	担当地区
今田 哲司	木路原・畑野・田水
塚田 博	日の出・上新町
三上 公子	中新町・下新町
三宅 安昭	本町・天神町・元町
治郎田 常子	下谷・中倉
原田 榮子	上谷・市井原
小畑 裕子	長原・矢谷・芋畑
道畑 一恵	日向・上因原
段原 和彦	下因原
有田 恭二	多田・久座仁
大久保 博子	谷戸
住田 達宣	三島・笹畑
室 孝子	木谷・尾原・木屋原
日笠 一郎	田原・絵堂
釣釜 里恵子	三原
山口 洋子	田窪
鎌瀬 フサコ	南佐木
佐々木 みつる	北佐木の一部・湯谷の一部
湯浅 弘興	湯谷
山根 昭久	三保
原田 博文	川内・馬野原・小谷
三宅 康二	全地区(主任児童委員)
中島 こづ恵	全地区(主任児童委員)

※この度退任された10名の委員の方々には、長年にわたり地域福祉の向上にご尽力をいただきました。ありがとうございました。

問 役場健康福祉課

☎(5)72-0633

くらしの情報カレンダー

1月

日		月		火		水		木		金		土	
29		30		1		2		3		4		5	
(会館・図書館休館日)		(会館・図書館休館日)		(会館・図書館休館日)		(会館・図書館休館日)		(会館・図書館休館日)		(会館・図書館休館日)		(図書館休館日)	
呂智病院、大隅医院		呂智病院、天川クリニック		呂智病院、波多野診療所		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院	
5		6		7		8		9		10		11	
■消防出初め式 (悠邑ふるさと会館)		⑨高校始業式		■あいさつの日 ⑨小学校・中学校始業式 ●あそびの広場(10:00～11:30) すこやかセンター ⑤資源カン・資源ビン・新聞・雑誌 ・ダンボール・不燃ごみ(日地域)		■断酒会(19:00～21:00) すこやかセンター ●キッズアート(3～6年) 16:00～17:00 ⑤資源カン・資源ビン・新聞・雑誌 ・ダンボール・不燃ごみ(A地域)		●親子クッキング&ミニ読書会 (10:00～13:00) ●キッズ☆キッズ・新聞・雑誌・ダンボール・不燃ごみ (C地域)		●親子クッキング&ミニ読書会 (10:00～13:00) ●キッズ☆キッズ・新聞・雑誌・ダンボール・不燃ごみ (C地域)		●親子クッキング&ミニ読書会 (10:00～13:00) ●キッズ☆キッズ・新聞・雑誌・ダンボール・不燃ごみ (C地域)	
星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院		星ヶ丘クリニック、加藤病院	
12		13		14		15		16		17		18	
■成人の日		♥健康相談 (北公民館 9:30～10:30) (親和集会所 10:45～11:15) (西公民館 13:30～14:00)		●親子うんどう教室&身体測定(10:00～11:30)		●キッズ☆ホレーニング (3～6年)16:00～17:00 ●乳幼児相談 (10:00～11:00) すこやかセンター		●キッズ☆ホレーニング (3～6年)16:00～17:00 ●乳幼児相談 (10:00～11:00) すこやかセンター		●キッズ☆ホレーニング (3～6年)16:00～17:00 ●乳幼児相談 (10:00～11:00) すこやかセンター		●キッズ☆ホレーニング (3～6年)16:00～17:00 ●乳幼児相談 (10:00～11:00) すこやかセンター	
河野医院、大隅医院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院		呂智病院、加藤病院	
19		20		21		22		23		24		25	
■しめね家庭の日 ■食育の日		●キッズ☆キッチン (3・4年) 15:30～17:00		■登記相談日 (ハローワーク川本会議室) ●キッズ☆イングリッシュ (5・6年) 16:00～17:00		●あそびの広場 (10:00～11:30) すこやかセンター		●キッズ☆アート (1・2・5・6年) 16:00～17:00		●おはなし図書館デー (10:00～11:30)		●おはなし図書館デー (10:00～11:30)	
星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック		星ヶ丘クリニック、天川クリニック	
26		27		28		29		30		31		2	
●ひだまりサロン(10:00～) すこやかセンター		●キッズ☆キッチン(5・6年) 15:30～17:00		●キッズ☆イングリッシュ (3・4年) 16:00～17:00		●キッズ☆アート (1・2・5・6年) 16:00～17:00		●キッズ☆アート (1・2・5・6年) 16:00～17:00		●キッズ☆アート (1・2・5・6年) 16:00～17:00		●キッズ☆アート (1・2・5・6年) 16:00～17:00	
前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所		前眼科医院、波多野診療所	
(12月の納税) ◆固定資産税 ◆国民健康保険 ◆後期高齢者医療保険料 (1月の納税) ◆町民税 ◆国民健康保険 ◆後期高齢者医療保険料 ※町税は必ず納期までに納めましょう。		⑨：学校行事関係 ●：サボセン行事 (子育てサポートセンター) ♥：健康相談・検診(健康福祉課) ◇：図書館関係 ♪：悠邑ふるさと会館行事 ■：一般行事 ③：保育所行事 ☑：休日診療情報(10:00～16:00)		⑤：ゴミ収集 A地域(天路原・日の出・上新町・中新町・元町・本町・天神町・谷・市井原・長原・矢谷・宇畑・双葉・中倉・日向) B地域(因原・三文字・多田・久盛仁・各戸・三島・笹畑) C地域(西・八幡・三原・田窪・南佐木・親和・湯谷・三俣) 燃えるごみの収集日(町内全域) ペットボトルの収集日(町内全域) [容器包装 プラスチックの収集日] [容器包装 紙の収集日] 毎週木曜日(町内全域) 毎月第2・4水曜日(町内全域)		男女共同参画カルタより		と ナースマン よく間違えられる ドクターと		と		はたちの 献血 キャンペーン 1月1日～ 2月28日	

まちの歳時記



悠呂ふるさと会館で川本小学校の学習発表会が開催されました。全学年一人一人がいきいきと発表し、心温まる発表会になりました。
photo: 2013.11.23

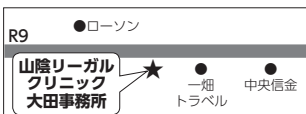
広告

島根県弁護士会所属 弁護士法人
山陰リーガルクリニック大田事務所

★土曜無料法律相談 月1回土曜日に行っております
初回30分まで無料・要予約

(正式に事件をご依頼頂いた場合は別途弁護士費用が発生します)

(相談料) 平日有料 60分まで6,300円(税込)
(相談内容) ○相続のこと ○家庭のこと ○借金のこと ○仕事のこと
○不動産のこと ○成年後見のこと ○その他法律問題全般



大田市長久町長久口307番地5
(駐車場有り)

TEL0854-83-7780
FAX0854-83-7781
<http://www.sanin-lc.jp>

広告

登記相談
(相続・売買・贈与・抵当権など)

☆日時 毎週・日曜日 午前10時～午後3時

☆場所 川本町笹畑 藤音宅

1月と2月、雨や雪の日は相談所を休みます。
ご利用の方は、お電話をお願いします。

☆担当 江津市都野津町2322番地20

島根県司法書士会会員 司法書士 藤音 寛

電話 (0855) 53-0294

携帯 090-9062-3496

川本町の人口

平成25年12月1日現在
※()は前月との増減

合計 3,616人 (+1人)
男 1,676人 (-2人)
女 1,940人 (+3人)
うち65歳以上 1,547人
うち15歳未満 317人
世帯数 1,771戸

増減	転入	6人	出生	1人	その他	0人
	転出	3人	死亡	3人	その他	0人

※1 住民基本台帳を基にした、平成25年11月中の異動状況

上坂優菜さん おめでとうございます

全国小・中学校作文コンクール県審査で川本小6年生の上坂優菜さんが最優秀賞を受賞しました。作品は「未来に輝けイズモコバイモ」というタイトルで、地域で一丸となって取り組んでいるイズモコバイモの保護活動について、大切にしていきたいという思いを記した力作です。受賞にあたり上坂さんは「これからも、イズモコバイモを守っていきたいです。」と語られました。上坂さんおめでとうございます。



今月は、健康に生活するためにどうしたらよいかというテーマで特集しました。日頃の食事・運動等の健康管理と適切な医療受診が重要ということをあらためて認識しました。年末年始は暴飲暴食になりがちですが、自己管理を徹底し、元気に新年を迎えましょう。
(大友)