

日本のふるさと。自給自足的循環社会

広報 京丹波 6

NO.164 2019.6.17 発行 TOWN KYOTAMBA

おいしいお米が
できますように

- 02 特集 京丹波町自殺対策計画
06 表彰
07 いきいき健康術
09 生涯学習通信 TOMORROW
12 まちの話題
16 くるみの会のお手軽レシピ

3つの基本目標

基本目標1 「生きることの促進要因を増やす」

「生きることの促進要因」とは、自殺に対する保護要因のことで、自分を大切にする自己肯定感や、信頼できる人間関係などにより、危機回避能力が高くなる要因のことです。年代や状況に応じて増やすための取り組みを進めていきます。

1 若年層対策の推進

さまざまな困難やストレスへの対処方法を身に付けるための学びを推進します。また、保護者や教職員などが子どものサインにいち早く気づき、受け止め対処するための啓発および情報提供を進めます。

2 高齢者への支援

重点

孤立を防ぐことが大切です。地域や家庭のなかで孤独にならないための見守りを行うとともに、いきいきとした心と体を維持するために、高齢者の社会参加を図る地域での生きがいつくりや、居場所づくりを推進します。

3 子育て世代への支援

妊娠期から子育て期への切れ目のない支援、子育て支援サービスの継続的実施により、保護者の育児負担や育児不安の軽減を図ります。

4 適切な受診のための支援

うつ病などの精神疾患の正しい知識の普及を行います。メンタルクリニックなどの相談機関の情報提供を進めます。また、精神科医療、保健、福祉などの各施策の連携を行います。

5 自殺未遂者への精神的ケアの充実

関係機関と協力し、自殺未遂者および重篤な健康問題で悩んでいる自殺ハイリスク者に対する支援方法などを検討します。



基本目標2 「関係者・関係機関が連携して自殺対策を推進する」

みんなが、自分の周りにいる「悩みなどで追い込まれている人」の存在に気づき、声をかけ、必要に応じて相談機関につなぐことができるようになることをめざし啓発を進めていきます。

1 支え合える人の育成・支援

支援に関わる関係者と一般町民を対象としたゲートキーパー研修を開催します。

2 地域コミュニティの育成・支援

あらゆる機会を通じて、自殺予防につながるよう啓発、教育事業を強化して町民による地域を支える力を生かし、自殺を防ぐ地域づくりを推進します。

3 地域間・団体間の連携の推進

自殺は、家庭や学校、職場、地域など社会全般に深く関係していることから、社会全体で自殺対策を進めていくために、地域の関係機関、関係団体などと緊密な連携を図りながら自殺対策を推進します。

4 庁内外の会議体を通じた連携の強化

子どもや高齢者、障害者に関わる協議会などにおいて、自殺対策に関わる情報の共有化と連携の強化を図ります。

平成31年3月に 「京丹波町自殺対策計画」 を策定しました。



基本理念

こころ豊かに
笑顔でつながり
支え合う京丹波

～誰も自殺に追い込まれる
ことのない地域づくり～

人の「命」は何ものにも代えがたいものです。
家庭、地域、学校、職場、専門機関など、さまざまな分野の人々や組織が密接に連携し、「いつもと違う」様子に気づき、互いに生きることを支え、こころ豊かに笑顔でつながり支え合うための取り組みを包括的に推進していきます。

自殺者数
0人

計画の
目指すところ
令和5年度

自殺死亡率を
30%以上
減少
(5年間の平均)

基本目標3 「環境整備により生きることの阻害要因を減らす」

「生きることの阻害要因」とは、自殺のリスク要因のことで、失業や多重債務、生活苦などにより生きづらさを感じる要因のことです。

自殺に至る原因（危機要因）は多岐にわたるため、自殺の原因や動機となる健康問題、経済・生活問題、家庭問題、学校問題、職場問題などさまざまな悩みを抱える町民が、適切な相談機関につながり、問題や悩みの解決が図られるよう、関連する分野の機関や団体と連携して取り組みます。また、自殺対策を支える人材育成に取り組みます。

- 1 自殺対策に関する情報提供の強化**
自殺に関することを正しく理解するための情報提供および、相談内容やライフステージなどに応じた相談窓口の情報提供を行います。
- 2 相談窓口・支援体制の充実**
身近な地域の相談窓口が町民にとって相談しやすいものになるよう、きめ細かな相談支援を行い、関連する支援内容や相談窓口の周知を図ります。
- 3 勤務・経営に関する相談体制の充実** **重点**
勤務・経営に関する相談体制の整備や充実を推進します。
- 4 自殺対策を支える町職員の育成**
自殺や自殺関連事象などに関する正しい知識の普及啓発を行います。ゲートキーパー養成講座を実施します。
- 5 生活困窮者への支援** **重点**
生活困窮者に対し、状態に応じた包括的な相談支援を実施し、自立支援に取り組みます。
- 6 国・京都府との連携による自殺対策の推進**
国や府、町などがそれぞれ果たすべき役割を明確化・共有化した上で、相互が連携・協働し自殺対策を推進します。

自殺対策計画とは？

平成28年3月に改正された『自殺対策基本法』において、市町村が地域の実情を勘案して「自殺対策についての計画」を定め自殺対策に取り組むこととなりました。

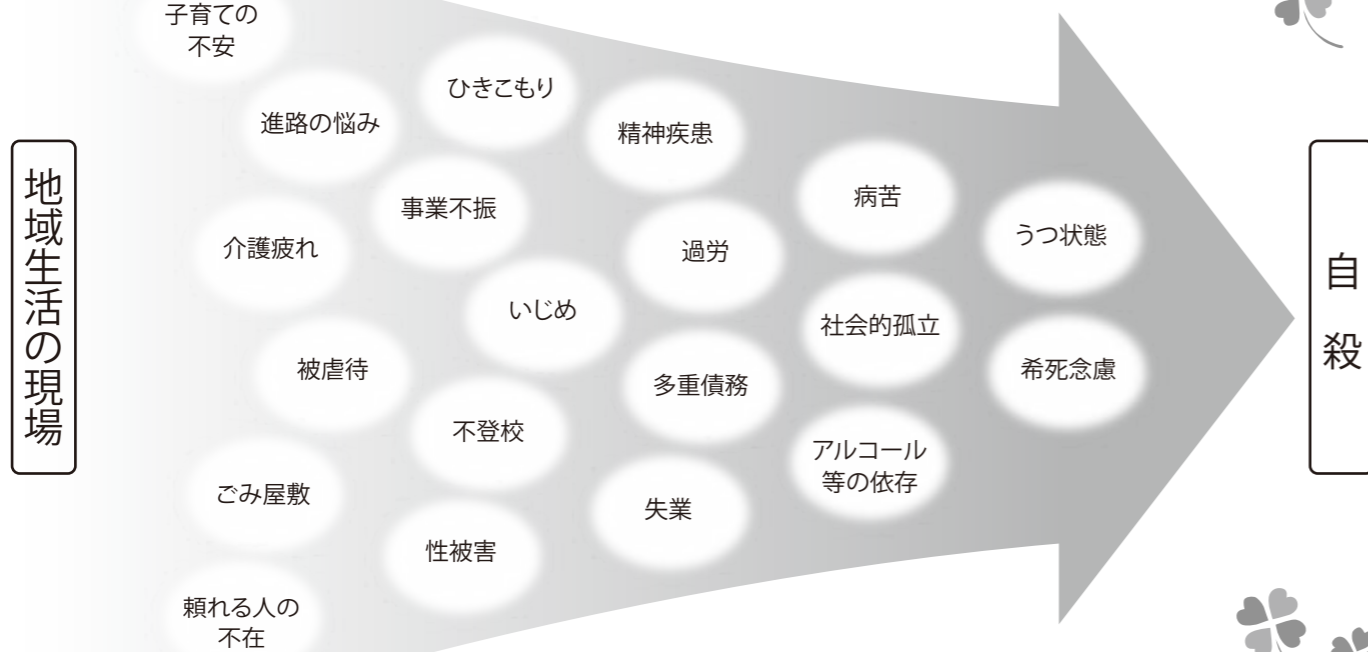
【推進体制】

計画の策定にあたっては、関係機関や団体などから構成する「京丹波町自殺対策推進委員会」において協議いただきました。今後は、計画の推進や進捗管理も行っていきます。

【自殺の現状】

わが国では「自殺」の非常事態が続いています。
●日本全体で、年間2万人を超える人が亡くなっています。また、15歳から39歳までの死因の第1位です。
●本町では50歳代と70歳代に多くなっています。平成30年に実施した町民意識調査では、「本気で自殺を考えたことがある」と答えた人が12.8%ありました。

自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）



- 社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化している。
- 複雑化・複合化した問題が最も深刻化したときに自殺は起きる。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査※もある。

※『自殺実態白書 2013（NPO法人ライフリンク）』



情報

「ゲートキーパー」とは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです（特別な資格ではありません）。

「ゲートキーパーの役割」

気づき…家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
傾聴…本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
つなぎ…早めに専門家に相談するよう促す
見守り…温かく寄り添いながら、じっくりと見守る
（京都府ホームページ引用）

町では、1人でも多くの方にゲートキーパー研修を受講していただければと考えております。ゲートキーパー研修の受講を希望の団体などは保健福祉課まで連絡してください。

相談先

「こころの健康相談」
担当 保健福祉課

要予約

電話 0771(86)1800

「あなたのくらしとごとの相談窓口
（生活困窮者自立相談支援窓口）」
担当 京都府南丹保健所

要予約

電話 0771(62)0363

この他にさまざまな相談先があります。気軽に相談してください。
広報お知らせ版に「今月のほっとする言葉」を掲載しています。ぜひご覧ください。

表 彰
関大と連携企画 町民の防災意識の向上に寄与
京丹波町ケーブルテレビが広報企画部門で総務大臣賞



火の用心CMや企画番組の収録風景など

町ケーブルテレビと関西大学社会安全学部が連携して、町民参加型の「火の用心CM」や防災の企画番組などを発信する企画「町民×CATV×大学 みんながつくる 安心ほつとな防災情報の発信」が、全国広報コンクルールの広報企画部門で85点の中から1位となる特選（総務大臣賞）を受賞しました。

本町では、平成27年から関西大学社会安全学部と連携して、ケーブルテレビを活用した「火の用心CM」や防災の知識を伝える企画番組のほか、東日本大震災で被災した友好町の福島県双葉町と交流を図る「だるま1000プロジェクト」に取り組んでました。昨年9月には、本町と関西大学社会安全学部が包括連携協定を締結し、安心安全なまちづくりに向けた取り組みの拡充を図っています。これらの取り組みが高く評価され、今回の受賞となりました。

担当した職員は「この企画を通じて、出演いただいた多くの町民の皆さん、関係者に感謝します。今後も、この関係性を継続し、安全安心なまちづくりへ取り組みでいきたい」と思いを語りました。

関西大学からお祝いのコメントをいただきました。

社会安全学部の高橋智幸学部長

「総務大臣賞の受賞、誠にありがとうございます。京丹波町の皆様のふるさとを大切に想う心、まちの安全・安心を希求する意志の賜物と思います。社会安全学部の学生にも協働の機会を与えて下さり、感謝しております。これからも引き続きよろしく申し上げます」

プロジェクトを協働で取り組んできた近藤誠司准教授

「うれしい受賞となりました。活動の蓄積が評価されたのだと思います。しかしあくまで通過点。安全を追究する取り組みに終わりはありません。どこかで安心してしまつと、慢心・過信につながります。これからも、倦まず弛まず、取り組みを続けてまいります」

表 彰
行政相談の活動に感謝
山田進さんに京都市行政監視行政相談センター所長感謝状

行政相談委員丹波地区担当として2期3年11カ月にわたり委員としての活動に尽力された山田進さん（下村）に、京都市行政監視行政相談センター所長感謝状が贈られました。

5月28日、感謝状の贈呈式が

役場町長室で行われ、同センターの廣田博一所長から山田さんに感謝状が手渡されました。贈呈式に立ち会った太田昇町長は、「複雑で高度な相談にも、人柄や人脈を生かして相談者の信頼を得るなど、行政相談委員と

して大きく寄与いただいた」と感謝し、山田さんは「相談できなくて困っている方のために、今後は、地元地域の身近な困りごとなどを行政につないでいきたい」と委員を退任しても山田さんの活動は続きます。



表彰状を持つ山田さん(中央)と太田町長(右)、廣田所長(左)



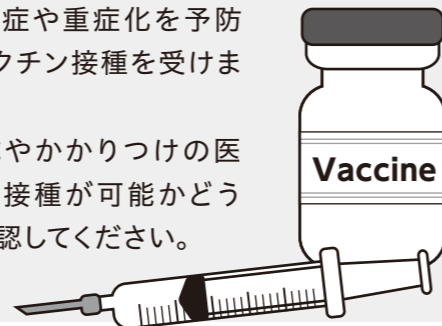
肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)の定期接種について

2014年10月から定期接種が開始され公費助成は昨年度までの予定でしたが、**2023年度まで延長されることとなりました。**これまで接種した事がなく、該当する年度に**65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳**となる方は公費助成の対象となります。

ワクチンの副反応について

肺炎球菌ワクチンの接種後にみられる主な副反応には、痛み・赤み・腫れなど接種部位の症状や筋肉痛、だるさ、発熱、頭痛などがあります。これまで**他のワクチンで副反応が出たことがある方や不安な方は医師に確認**してください。

肺炎の発症や重症化を予防できるワクチン接種を受けましょう。
公費助成やかかりつけの医療機関で接種が可能かどうか一度確認してください。



いきいき健康術 第142回

町立病院・診療所の医師や専門職員が健康情報をお届けします。

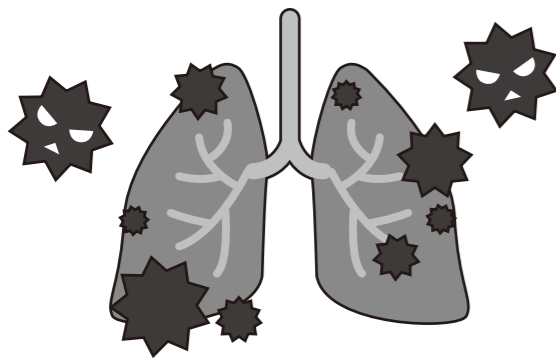
『肺炎球菌ワクチン、受けていますか?』

佐川 里紗 医師 和知診療所 (金曜日外来担当) 内科

肺炎球菌

肺炎は日本人における死因の第5位で、**入院が必要となったり命にかかわったりする病気**です。

日常の肺炎の原因のうち約30%は肺炎球菌という菌であり、特に**65歳以上では肺炎の原因として最も多い原因菌**です。



肺炎球菌ワクチンとは

肺炎球菌ワクチンには2種類(ニューモバックス、プレバナー)あり、うち**ニューモバックスは、65歳以上で公費助成の定期接種**となっています。これらのワクチンにより**肺炎の発症や重症化を予防する効果が期待**できます。

町立医療施設の敷地内は全面禁煙です。ご理解とご協力をお願いします 和知診療所 電話 0771-84-1112



第14回 KYOTAMBA HOCKEY FESTIVAL 京丹波町ホッケーフェスティバル

大会結果

◆地元入賞チーム一覧
 〈小学男子の部〉
 優勝 瑞穂ホッケースポーツ少年団
 〈小学女子の部〉
 第3位 瑞穂ホッケースポーツ少年団
 〈一般男子の部〉
 準優勝 竹野スポーツ壮年団

〈中学男子の部〉
 優勝 横田中学校
 準優勝 各務原市立蘇原中学校
 第3位 稲羽中学校
 〈一般男子の部〉
 優勝 春照パパーズ
 準優勝 竹野スポーツ壮年団
 第3位 遠藤JAPAN
 津田グループ

4月21日、28日の2日間、グリーンランドみずほホッケー場を会場に第14回京丹波町ホッケーフェスティバルが開催されました。開会式では、町教育委員会の樹山静雄教育長が「今後も、このホッケー場を利用していただきたい。自然豊かな食の宝庫である京丹波町の魅力をぜひ満喫してください」と歓迎の言葉を述べました。フェスティバルには、近畿圏をはじめ、岐阜県や鳥根県、広島県などから66チーム611人が参加しました。21日には中学生の部が、28日には一般の部と小学生の部が行われ、それぞれ熱戦を繰り広げました。大会結果は次のとおりです。



〈一般混合フレンドリーの部〉
 優勝 ひょうごハーツM
 準優勝 ひょうごハーツE

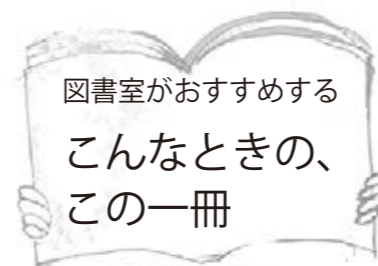
「こんにちは赤ちゃん」 コーナー 申し込み募集

〈対象者〉

町内在住で、申し込み時に生後1歳未満のお子さま〈申込方法〉お子さまの顔写真に申込書を添えて、役場または支所まで、持参・郵送・メールのいずれかで届けてください。申込書は役場本庁、支所、瑞穂保健福祉センターにあります。

【問】

京丹波町企画財政課
 電話 0771-82-3801
 Eメール
 kikaku30@town.kyotamba.lg.jp



図書室がおすすめする
 こんなときの、
 この一冊

「いのちの食卓」

辰巳 芳子・著/マガジンハウス文庫



この本は、2004年に刊行された単行本の文庫版で、約170ページの小さな本です。辰巳さんは本の中で、「食べることは命の仕組みにくみこまれていて、避けようのない大事なことなのだ」と悟り、覚悟を決めることで、自分を励ますことができる」と語っておられます。

私自身食事を作ることがあまりにも毎日のことであるがため、あたりまえすぎて手抜きばかりして反省の連続です。「日常のあたりまえを、あたりまえとせず人間の根本に働きかけるのが、“食”だ」とも述べられていて、元気をいただくことができる本です。

なかにしようこ
 (質美公民館図書室 中西陽子さん)

図書室のご案内

| 開室日 | 開室日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|-----|---|---------|--|---------|---------|---------|-------------------|
| 中央公民館図書室 電話 0771-82-0988 | | | | 9時～17時 ※11時30分～12時30分までの間、昼休み(閉室)となります。 | 9時～17時 | 9時～17時 | 9時～17時 | 9時～17時 |
| 桧山公民館(山村開発センター)図書室 電話 0771-88-0506 | | | 14時～17時 | | 14時～17時 | 14時～17時 | 14時～17時 | 第2、第4土 13時～17時 |
| 梅田公民館(旧梅田保育所)図書室 | | | | 第1、第3火 9時～13時 | | | | 第1、第3土 9時～13時 |
| 三ノ宮公民館(三ノ宮基幹集落センター)図書室 | | | | 第2、第4火 13時～17時 | | | | 第2、第4土 13時～17時 |
| 質美公民館(質美振興センター)図書室 | | | | 第2、第4火 13時30分～17時30分 | | | | 第2、第4土 13時～17時 |
| 和知公民館(和知ふれあいセンター)図書室 電話 0771-84-2081 | | | | 9時～17時 ※11時30分～12時30分までの間、昼休み(閉室)となります。 | 9時～17時 | 9時～17時 | 9時～17時 | 9時～17時 |

貸出期間 2週間 貸出冊数 1人1回5冊まで

Learn New Zealand 第3回

ブランドンのニュージーランド紹介



ブランドン・ハリソンさん
京丹波町
スポーツ国際交流員

ニュージーランドと日本の ホッケー競技の違いについて

ニュージーランドでは、ホッケーを愛好する若年層が増えており、ここ10年間で人気急上昇していますが、子どもたちは、一つのスポーツに限定することなく、学校では多くのスポーツに親しむように教育されています。その中でホッケーは、基本の習得、チームワークやコミュニケーションの能力を育てることを目標として行われます。

8歳までの多くの子どもたちは、サッカーやラグビーなどのスポーツに親しんでいます。8歳から9歳ぐらいで6人制ホッケーを、10歳から12歳で9人制を、それから芝のホッケーグラウンドを使って11人制を始めます。また、中学校の部活動として1年間を通し全員が取り組みます。シーズンの終わりには、各学校から選ばれた代表による選抜チームが編成され、国際試合が行われます。

ニュージーランドのスポーツの仕組みは、日本と違って、季節に合わせてスポーツに親しみます。ホッケーは冬のスポーツになっており、通常4月から9月まで行われます。(南半球に位置するため、日本の季節とは逆)



ブランドンのホッケー経歴の紹介



ニュージーランドのウェリントン生まれで、大学時代からホッケーをしており、卒業後は、プレミアリーグ3レベル(大学の指導ができる)の資格を取得し、ナエナエ大学のホッケークラブのコーチ兼選手として勤務。国際ホッケー協会の下部組織のコーチング資格を取得し、ウェリントン市ホッケー協会公認のコーチング資格を取得。SEA(スポーツ国際交流員)として推薦され、来日。本町において、2020年オリンピックホッケー競技事前誘致のための支援や通訳、ホッケー競技の隆盛を通じて、まちの活性化を図る競技助言者などの役割を担っています。



社会教育・文化・スポーツ団体などの生涯学習に関する問い合わせ先
 京丹波町教育委員会 社会教育課 TEL:84-0028 FAX:84-2100
 丹波分室 TEL:82-0988 FAX:82-1717
 瑞穂分室 TEL:86-1150 FAX:86-0859

京丹波町のいじめを含む教育相談専用電話
 (京丹波町教育委員会内) TEL:84-2188【直通】
 受付時間 午前8時30分～午後5時
 ※土、日、祝日は除く

第10回 ノルディックウオーキング教室



第10回京丹波町ノルディックウオーキング教室が5月19日、和知地区の河岸段丘を巡るコースで開催され、34人が参加しました。ノルディックウオーキングは、年齢や体力を問わずに取り組んで、全身の筋肉を使う効果的な有酸素運動として、愛好者が増加しているスポーツです。

初めて参加される方も多数おられ、町スポーツ推進委員からポールの使い方や歩き方などの説明を受けた後、道の駅「和」をスタートしました。途中、立ち寄りポイントの「阿上三所神社(坂原)」、「坂原毘沙門」、「東寓寺」、「中村小学校跡地」では、同委員により、歴史や見どころの説明が行われ、参加者は熱心に耳を傾けていました。また、道中、美しい河岸段丘を眺めながら、心地よい気候のもと、楽しく歩き、会話を楽しみながら正午には道の駅「和」に全員元気に到着しました。



平成31年度 南丹・船井中学校春季体育大会結果

- 【蒲生野中学校】
- 《団体の部》
- 優勝 女子ソフトテニス部
- 優勝 男子ソフトテニス部
- 第3位 女子バスケットボール部
- 第3位 サッカー部
- 第3位 軟式野球部
- 《個人の部》
- 男子ソフトテニス
- 第3位 谷垣崇斗・徳川翔音ペア
- 女子ソフトテニス
- 優勝 山崎千春・山内もえペア
- 準優勝 西村さくら・田中風月ペア
- 【瑞穂中学校】
- 《団体の部》
- 準優勝 男子ホッケー部
- 第3位 男子バスケットボール部
- 【和知中学校】
- 《団体の部》
- 第3位 男子バドミントン部
- 《個人の部》
- 男子バドミントン
- 優勝 東昌一郎
- 男子剣道
- 第3位 片山心温

ゴールデンウィークを満喫!

4月28日から5月6日まで10連休となった今年のゴールデンウィーク。皆さんはどのように過ごされたでしょうか。

町内ではさまざまな催しが開催され、町外からも多くの方が京丹波町を訪れ、大変にぎわいました。そんなゴールデンウィーク中に行われた2つのイベントを紹介しましょう。

【質】志鐘乳洞公園春まつり

ゴールデンウィーク中に約二千四百人が訪れた質志鐘乳洞公園では5月3日、毎年恒例となる春まつり



山菜のてんぷらを購入する入園者

りが開催され、413人が楽しいひとときを過ごしました。

園内では、家族連れらがテントを張りBBQをしたり、自ら釣り上げた魚を炭火で焼いたりして楽しんだほか、府内で唯一の鐘乳洞を親子連れなどが次々に探検し、洞内の自然が織り成す造形美を興味津々な様子で楽しんでいました。

また、地元の野路の会が竹の子ごはんや山菜のてんぷらなどの販売を行い、入園者は春の味覚に舌鼓を打っていました。



洞内を探検する入園者

【丹】波自然運動公園ちびっこまつり
毎年恒例の「ちびっこまつり」が5月5日、丹波自然運動公園で開催され、約二万二千人が来園し、楽しい一日を過ごしました。

会場となったこどもの広場では、ツリークライミングやウォークラリーなどのほか、消防署と警察署がコーナーを設け、消防車などの車両の展示をして、記念写真の撮影が行われました。

また、大人気イベントの一万匹の金魚のつかみ取りも行われ、小さな子どもから小学生までが参加し



ツリークライミングを楽しむ子どもたち



金魚を追いかける子どもたち

ました。子どもたちは、保護者が見守るなか池に入り、金魚を必死に追いかけていました。

外から親子連れ40人が参加し、ヒノキのノコ引きやヒノキの枝を使ったクラフト体験、「ウィードの森」の散策など自然を満喫しました。

今回で3回目の参加となる山根里香さん（須知）は、「自然の中でおおらかな気持ちになり、リフレッシュできた」と喜びました。また、須知高校産の食材を使った石窯ピザ作りも行われ、食欲をそそる焼き上がりに参加者は、勢いよくほおばっていました。



石窯ピザをほおばる子どもら

田んぼをキャンパスにアートを描く
あっぱれたんぼ田植えイベント
丹波自然運動公園近くの水田で5月19日、色の違う稲でアートを描く「あっぱれたんぼ田植えイベント」が行われました。

今回のアートは、新年号の「令和」とラグビーワールドカップ2019日本大会開催の年でありことから、ラグビー日本代表が世界を「カエル」ことができるようにと願いを込めて、「ラグビーをするカエル」が描かれました。

晴天に恵まれたこの日、イベント

トには親子連れら約150人が参加し、事前に張られたロープを目印に、6種類の苗を泥に足をとられながらも、一株ずついいねいに植えていきました。

初めて参加した積田和典さん、奏助くん親子（京都市）は「子どもにも田植えの経験をさせたくて参加しました。初めての経験で楽しかった。稲の成長が楽しみで、稲刈りにも参加したい」とイベントを楽しんでいました。

今回植え付けられた苗は、七月初旬から観賞できる予定です。

新緑の「ウィードの森」に親しもう

「森のびるぶ」親子で満喫

本町の豊富な森林資源を活用して「遊ぶ・見る・食べる・学ぶ」をテーマにさまざまな自然体験をするイベント「森のびるぶ」が5月11日、須知高校の学校林「ウィードの森」で開催されました。町内



新緑の森を散策する参加者

一株ずついいねいに植えつける参加者



草を引くボランティアの皆さん

美しいまちづくりを目指して ボランティアロード丹波

地域住民が主体となり取り組んでいる清掃活動「ボランティアロード丹波」が4月21日、国道9号の丹波自然運動公園前から京都縦貫自動車道丹波インター付近までの区間で行われ、関係者や地元ボランティア112人が参加しました。ボランティアロード丹波は平成12年から町の玄関口を美しくする

取り組みとしてスタートし、長期にわたり活動が継続しています。また、道路管理者である国土交通省と本町も活動に協力しています。参加者らは、国道沿いの植樹帯や歩道に生えた雑草をていねいに引いていました。次回の「ボランティアロード丹波」は、7月28日に行なわれます。多くの方の参加をお待ちしています。

つながりを確かめ合う

双葉町議会が来訪

友好町の福島県双葉町の町議会議員ら9人が5月9日、本町を訪れました。両町の議員で現状や課題について意見交換を行った後、町内のバイオマス施設や道の駅などを視察しました。

役場議場で行われた意見交換では、双葉町の佐々木清一議長が、京丹波町の住民から受けた温かい支援に対してお礼の言葉を述べ、「2022年春ごろに555分の避難指示解除に向け、除染などを続けていきます。復興に向けて歩んでいきますので、ふるさとを

取り戻すために力を貸していただきたい」とあいさつされました。京丹波町議会が町民の健康状態について尋ねると、「災害関連死が増えています。日常が日常でなくなることで、精神がやられてしまう。ストレスや難病などで認定されるケースがある」と答えられました。また、本町に福井県の高浜原発から30キロ以内となる地区があることを知ると、双葉町議は、「対策はしっかりとっていかねければ。同じ事を繰り返してほしくない」と思いを述べられました。京丹波町の篠塚信太郎議長は、「帰還や復興に向けて明るい光が



意見交換をする両町の議員

自然と触れ合う

タケノコ掘り体験

丹波自然運動公園が4月22日、須知幼稚園の園児を招いてタケノコ掘り体験を行いました。

同公園では、毎年この時期に町内の幼稚園と保育所の園児を招き体験活動を実施しています。体験活動では、職員からタケノコ掘りの注意点を聞いた後、園児たちは早速、地面から頭を出したタケノコを見つけると、友達と一緒に力を合わせて掘り起しました。

力いっぱいタケノコを引っ張りしりもちをつきながらも、職員らに手伝ってもらいながら次々と収穫しました。また、園児たちは友達の手持っているタケノコと大きさを比べたりしていました。なお、4月25日にはみずほ保育所、26日にはわちエンジェル、5月7日には上豊田保育所の園児たちが招かれ、同様に体験活動を行いました。



タケノコを掘り起こす園児たち



ていねいに苗を植える児童たち

米作りを学ぶ

竹野小 田植え体験

生活科の授業の一環として米作りを学ぼうと5月10日、竹野小の1、2年生9人が学校近くの水田で田植えを体験しました。体験場所となった田んぼは、近くで農業を営む山田元さん(下村)の田んぼで、18年前から田んぼの一角を貸し出し毎年行われています。

体験では、素足になった児童らが泥の感触を楽しみながら水田に足を入れ、苗をていねいに植えていきました。児童らは、「つめたくて気持ちいい」、「虫がいる」と歓声を上げ、泥まみれになりながら田植え体験を楽しみました。

山田さんは「子どもたちが喜んでくれることが私の一番の喜びです」と笑顔で話しました。今回植えられた苗は、9月上旬に収穫し、おにぎりにして味わう予定です。



ご寄付のお礼

*敬称略

伊東 定義 200万円
5月24日、伊東定義会長(フナイ産業株式会社)が来庁され、太田昇町長に目録を贈呈されました。



太田町長(左)、伊東会長(右)

ふるさと応援寄付金のお礼

*敬称略

片山 山治 10万円
和田 英幸 3万円
高附 和寛 1万円

*掲載内容は寄付者の了解を得ています

人の動き (敬称略)

行政相談委員

今年の4月1日と5月1日に委嘱状が交付されました。任期はともに令和3年3月31日までです。

- 【新任】岡本佐登美(丹波地区)
- 【再任】長谷川博文(瑞穂地区)
- 【再任】野間広和(和知地区)

編集後記

竹野小学校の田植え体験の取材で、児童と一緒に田んぼの中に入っただけの撮影。笑顔ではしゃいでいた児童も、いざ植えるとなると真剣な表情になりました。転ばないように注意しつつ、児童の田植えの様子をパシャリ。みんなで一生懸命植えた苗、おいしいお米ができますように。

HB

わたしたちの町

人口 14,067 (-6)
男 6,705 (-6)
女 7,362 (+0)
世帯数 6,302 (+5)
6月1日現在 / ()は前月比

食生活改善推進員は「私たちの健康はわたしたちの手で」をスローガンに、食生活を通して健康づくりに取り組んでいます。(掲載月6・9・12・3月)

玉ねぎの甘さ、ジューシーさを堪能できる一品です。

加熱すると更に甘味が増し、生では歯ざわりと辛味が楽しめます。毎日の食卓に欠かせない野菜のひとつです!

揚げ物だけど野菜と寒天で、ヘルシー。更に塩分控えめがポイントです。



玉ねぎばかりカツ!



1人分の 熱量 588kcal
栄養価 たんぱく質 22.5g・脂質 36.8g・カルシウム 75mg・食物繊維 4.8g・塩分 1.2g

【材料(2人分)】

| | |
|--------------|-------------|
| 玉ねぎ…中1個 | A 塩麴…小さじ1 |
| 合挽き肉…140g | カレー粉…小さじ1/2 |
| キャベツ…1葉(50g) | 溶き卵…1/2個分 |
| 人参…中1/3個 | |
| パン粉…30g | B 小麦粉…30g |
| 棒寒天…2g | 溶き卵…1/2個分 |
| 揚げ油…適量 | 水…25cc |

《添野菜》キャベツ(せん切り)適量、パセリ

オーロラトマトソースの作り方

- ① トマトを1cm角に切る。
- ② ボウルでマヨネーズとケチャップを混ぜ合わせ、オーロラソースを作り①を加えさっくりと混ぜる。

ポイント! トマトの汁が出るので食べる直前に混ぜ合わせましょう。

材料 トマト…1個
マヨネーズ…大さじ3
トマトケチャップ…大さじ1・1/2

【作り方】

- ① 玉ねぎはくし型に切り、外から2〜3枚目の肉厚の部分を1枚ずつはがして、10〜12枚の器を作り内側に小麦粉を少々まぶす。
- ② 残りの玉ねぎと人参、キャベツは細かくみじん切りにする。
- ③ 棒寒天はサツと洗ってちぎっておく。
- ④ ボウルにひき肉と塩麴を入れて粘りが出るまでよく混ぜる。
- ⑤ ④に②と③を加えて更に混ぜ、10〜12等分する。
- ⑥ ①に⑤を詰めるようにのせ、合わせたBにくぐらせ、パン粉をまぶし170℃の油でゆっくり揚げる。
- ⑦ 皿に盛り付け、好みの野菜とオーロラトマトソースを添える。