

日本のふるさと。自給自足的循環社会

広報 京丹波 3

NO.173 2020.3.17 発行 TOWN KYOTAMBA



思いを寄せ合う 双葉だるま



- 02 友好町双葉町との取り組み
- 04 道の駅「和」リニューアル
- 05 小豆黒大豆品評会
- 06 まちの動き
- 08 安心ほっと便り
- 09 暮らしのガイド
- 10 いきいき健康術
- 12 生涯学習通信 TOMORROW
- 14 まちの話題
- 16 くるみの会のお手軽レシピ

だるまの折り紙に
想いを寄せ合う

だるま1000
プロジェクト

友好町双葉町との 取り組み

友好町福島県双葉町とは東日本大震災以降、スポーツ少年団によるジャガイモなどの物資の支援や京丹波町社会教育委員が京丹波町で採れた野菜を届けるなどさまざまな形で支援や交流が行われてきました。今回は京丹波町と連携協定を結んでいる関西大学社会安全学部が取り組む「だるま1000プロジェクト」の紹介と復興が進んでいる双葉町の現状についてお伝えします。



だるまを折るひだまりの利用者たち

心の交流

町ケーブルテレビでは、平成29年から約1年間「だるま1000プロジェクト」の様子をCMにして放送しました。CMは、だるまを折りながら「故郷に帰れないのがかわいそう」「何もできないけど心を込めて折りました」など双葉町を思う言葉や「京丹波町の方が忘れないでいてくれることがうれしい」「支援に大変感謝しています」など両町の町民が互いを思う言葉で溢れています。

昨年11月には、社会安全学部の学生が町ケーブルテレビの職員と一緒に双葉町の町民が避難している福島県いわき市の復興公営住宅敷

町ケーブルテレビと社会安全学部の取り組み

町ケーブルテレビでは平成27年から関西大学社会安全学部（大阪府高槻市）と連携して、安心ほっとな防災情報を発信しています。京丹波町と社会安全学部は災害情報を専門に学ぶ近藤ゼミの学生のアイデアで、防災番組の「安心ほっとステーション」や音声告知放送で防災の知識を伝える「防災ひとくちメモ」（質美地域で放送）、友好町双葉町の特産品を生かして交流する「ダルマ1000プロジェクト」など、メディアを通して町民の防災意識を高めるプロジェクトに取り組んでいます。

また、平成30年9月には社会安全学部と包括連携協定を締結し、地域防災力の向上を図るとともに、人材育成にも取り組んでいます。

思いを寄せ合う だるま1000プロジェクト

「だるま1000プロジェクト」は、友好町の福島県双葉町のシンボルである「双葉だるま」をモチーフに、両町の町民同士がだるまの折り



だるまを折る学生と双葉町職員



産業交流センターイメージパース

地内にある双葉町サポートセンターひだまりや福島県いわき市に拠点を構える双葉町役場などを訪れ、だるまの折り方を教えながら交流を行いました。

ひだまりの利用者は「家族みんなでいられることが一番の幸せ」「故郷に帰れることに希望を持っています」などと話しながら、思い思いの気持ちを込めてだるまを折っていました。

帰還に向けて

双葉町では、今年3月4日に町内の避難指示区域が一部解除され、3月14日にはJR双葉駅が再開し、JR常磐線が全線開通し東京から仙台までつながりました。また、

常磐自動車道には新たに常磐双葉ICが整備されるとともに、双葉町を横断する県道をシンボル軸とするなどアクセス機能の確保がされました。さらに、帰町に向け現在福島県いわき市にある役場の機能の一部を、JR双葉駅横にある施設に移しました。

双葉町では、情報発信と交流人口の拡大を図るため、今年の夏には県により復興記念公園やアーカイブ拠点施設が解除区域に整備されるとともに、物産の販売所やフードコートなどを備えた産業交流センターが整備されることとなっています。新たな生活の拠点となる住宅団地の整備も進められており、令和3年4月からは町民の帰還が開始される予定となっているなど、まちは復興に向けて大きく進んでいます。

双葉町の職員は「令和3年に町民の帰還が始まることで、ようやく復興のスタートラインに立つことができる。でも、帰ることができない町民の気持ちも忘れてはならない。安心して全町民が戻れるまちづくりを、町も一丸となって取り組んでいきたい」と話していました。

双葉町と学びあう

災害はいつどこで起こるかわからないものです。日頃できる非常時の備えの必要性について、双葉町の町民から震災の経験をもとに教訓として伝えたいことの一部を紹介しています。

- 薬がなくて困った↓「普段服用している薬など日常使うものは整理しておくようにしています」
- 買い物ができなかった↓「どんな時でも貴重品を持って出られるようにしています」
- いざというときにガソリンを入れられない状態になり、車で移動ができなくなった↓「ガソリンは満タンにするように心がけています」



整備が進むJR双葉駅

道の駅「和」リニューアル

野菜売り場やレストランなど店内のレイアウトを新しく
和知の文化と自然の恵みを活かした道の駅へ

3/1
RENEWAL
OPEN



新たな道の駅「和」として生まれかわる

このほど道の駅「和」の利用促進に向けた施設のリニューアルが行われ、3月1日にリニューアルオープンしました。入込客や売り上げが減少していた中、道の駅の経営改善や活性化を図るため、道の駅「和」再生プロジェクトチームを立ち上げ、再生コンセプトを「和知の文化と自然の恵みを活かした道の駅」として、店内のリニューアルやレストランメニューの見直しなどを行いました。

2月23日には、道の駅の職員と地元朝市の会や関係者など多くのボランティアの人たちが集まり、外で使用していた野菜売り場の台を再利用して新たな台に生まれ変わらせたり、店内の清掃や敷地内の植木の選定など景観整備を行うなど、地域と道の駅が一丸となって「和」の活性化に向けて汗を流しました。

3月1日には、ボランティアらの手で生まれ変わった野菜売り場に地元の新鮮野菜が置かれ、明るくなった特産品売り場には加工品などがとろせましと並べられました。

来場者は生まれ変わった道の駅を見て「明るくなった」「広々として見通しがよくなった」などと話していました。

藤田義幸ふじたよじゆき 駅長はリニューアルに関わったプロジェクトチームやボランティアの人たちに感謝し、「新型コロナウイルスの影響でオープンイベントを中止したことで、客足を心配していたが、オープン時間前から多くのお客が来てくれたことに驚きました」と喜び、今後について、「地域の地形(河岸段丘)や地元の食べ物などを生かした特徴を持った道の駅にして、行ってみたい、行ってよかったと思える道の駅を目指します」と話しました。

Before & After

こんなところが新しくなりました

レストランとフードコートを仕切っていた壁を取り除き、開放的な空間にするとともに、美しい自然環境(由良川)を見ながら食事ができるカウンターテーブルを設置。



ボランティアによる店内の清掃



新しくなった野菜売り場



慎重に審査する審査員

大粒の逸品がそろそろ

瑞穂大納言・丹波黒大豆を品評

瑞穂大納言品評会

京丹波町長賞	辻 隆夫 (上大久保)
京都農業協同組合代表理事賞	森脇 茂和 (井 脇)
京都府農業共済組合組合長理事賞	古谷 孝夫 (粟 野)
京都府南丹農業改良普及センター所長賞	荻野 繁 (鎌 谷 下)

黒大豆求評会

最優秀賞	京都農業協同組合代表理事賞	西村 剛 (広 野)
優 秀 賞	京都府農業協同組合中央会会長賞	上田 正 (鎌 谷 奥)
優 秀 賞	京丹波町長賞	野間喜久男 (坂 原)
特 別 賞	京都府南丹農業改良普及センター所長賞	八木 寛 (富 田)
特 別 賞	京都農業協同組合丹波支店長賞	梅原 眞 (小 畑)

令和元年産の瑞穂大納言の品評会と丹波黒大豆の求評会が行われ、ブランド産地ならではの優れた出品がありました。品評会は良質な小豆を確保し、特産品を増産することなどを目的に、J A 京都の集荷品を対象に京丹波町農業技術者会議が実施しています。また、求評会は、特産物の品質を高め、生産

者に対して有利な販売につなげることを目的に、J A 京都丹波支店京丹波生産振興会が実施しています。第31回瑞穂大納言品評会は2月3日、J A 京都瑞穂支店で実施。集荷品から品質の良い20点に絞り、瑞穂大納言の特徴である大粒で俵型、ルビー色の光沢が特に優れた4

点を決定しました。翌5日にはJ A 京都丹波支店で黒大豆求評会が行われ、2Lサイズの30点の中から大粒で優れた5点を選出しました。

審査委員長を務めた京都府南丹農業改良普及センターの城田浩治しろたこうじ 所長は品評会で「今年の小豆は特に黒っぽいものが目立ったが、大きさや色つやなど品質に問題はない。ただ、取引業者が色目をどう評価するかが問題。それよりも日照不足や天候不順を乗り越えて、ここ数年では収穫量が多くなっていることを評価したい」と生産者の労をねぎらいました。



移住定住促進の強化に向けて

京丹波町では、人口減少対策の総合的な取り組みを進めるなかで移住定住対策に力をいれています。移住者が求めるニーズなどへの対応や空き家情報バンクが効率的に管理できる体制づくりを構築してまいります。

移住促進特別区域の指定

空き家・農地の活用により、移住の促進や地域活性化に取り組み地域として京都府が指定する移住促進特別区域に、新たに「高原地区」が指定されました。

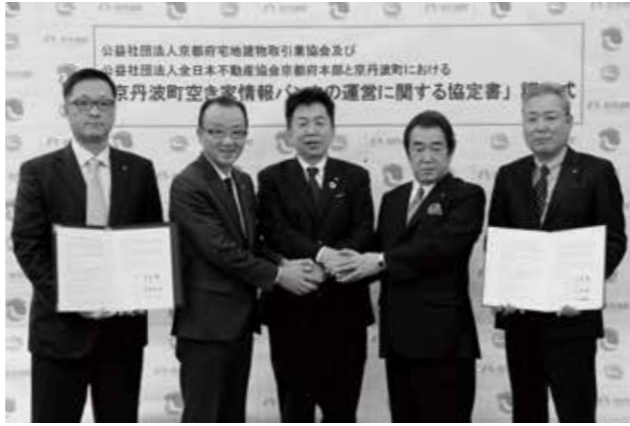
指定により、移住者が空き家改修などを行う際に助成を受けることができます。(助成には、府の登録空き家として認定を受けるなどの条件があります)

〔新たな指定集落〕

富田、豊田、上豊田、実勢

地域に根差した町内郵便局との連携

京丹波町は、移住定住の促進など地方創生に関する協定と災害時



調印式で固く握手する太田町長ら

府宅地建物取引業協会会長の千振和雄さんは「全国的に空き家は問題となっており、積極的に関わらないうと、不動産のプロとして安心安全を提供し、地域の活性化につなげていきたい」と話しました。

新たに10人が「田舎ぐらしナビゲーター」に認定

移住希望者に地域の生活や暮らしに関する情報を説明したり、地域に早くなじめるよう伴走支援したりする役割を担う「京の田舎ぐらしナビゲーター」として、新たに町内の郵便局長ら10人が京都府知事から認定証を交付されました。

の対応における協力協定を1月28日、町内の郵便局と結びました。調印式には、町内全8郵便局の局長や町長ら21人が参加。地方創生に関する協定では、地域事情に詳しい郵便局長が、交通や福祉、医療など地域の暮らしに関わる情報の提供や空き家の紹介に取り組みすることで、移住希望者を呼び込み、定住促進につなげていきます。また、災害時の協力協定においては、被災者の避難所開設状況や道路の損傷などについての情報を共有し、連携を図ることとしています。

町内郵便局代表で三ノ宮郵便局長の山内慶さんは、「仕事を通じて、人口減少に危機感を感じることがあり、地域やまちと協力して取り組んでいきたい」と話しました。

1月28日の交付式では、認定者を代表して三ノ宮郵便局長の山内慶さんが、京都府南丹広域振興局の安原健史農林商工部長から認定証を受け取った後、出席したナビゲーターが自己紹介を兼ねて地域での取り組み状況や活動に対する意欲を発言しました。

新たにナビゲーターとなった西村明男さんは「空き家はこれから増えてくるので、地域の活性化のために少しでも役立ちたい」と意気込みを語りました。

なお、ナビゲーター認定者は次のとおりで、今回の認定により町内で21人がナビゲーターとして活動されています。

●京の田舎ぐらしナビゲーター

任期令和3年3月31日(敬称略)

〔三宮地域振興会〕

西村明男／竹内春雄

〔町内郵便局局長〕

山内 慶(三ノ宮)／山根 忠

(下山)／田中 治(丹波)／大田

喜久男(和知篠原)／梅垣 光宏

(広野)／吉田 一幸(和知)／上田

真二(梅田)／真下 龍雄(桧山)

空き家情報バンクの円滑な運営に向けて協定を締結

町内にある空き家物件の情報を提供し、移住定住を促す「空き家情報バンク」の運営を円滑に進めるため2月18日、京丹波町は公益社団法人京都府宅地建物取引業協会および公益社団法人全日本不動産協会京都府本部と協定を結びました。

協定では、両協会に登録されている不動産業者を希望者に紹介することで、交渉を円滑に進めるための仲介などを行います。



認定証を受け取る山内さん

移住者受入に向けた空き家情報バンクへの登録を

空き家物件は適正に管理しないと傷んでしまうだけではなく、年数が経過すると老朽化が進み、活用が困難な状況となります。

思い入れがある大切な物件を、田舎暮らしを求める移住希望者に活用いただけるよう、空き家情報バンクへの登録に関して検討をお願いします。

〔問〕にぎわい創生課

移住定住推進係

TEL 821-3809



調印する太田町長ら

子ども・子育て審議会が答申 3つの愛(合い)で よりよい子育て 環境を目指す

京丹波町子ども子育て審議会(おつかまじり)が2月19日、審議結果を太田昇町長へ答申しました。

この審議会では、平成26年度に策定した京丹波町子ども子育て支援事業計画が今年度で最終年度を迎えることから、同計画を検証し、令和2年度から5年間の第2期事業計画策定に向け審議が行われました。町内の子どもたちの保護者に対して子育て家庭の生活状況や町の施策に対する意見などをいただくニーズ調査や広く意見を求めるパブリックコメントを実施し、その結果を踏まえ審議を重ねてきました。

答申内容は、京丹波町の子ども子育て支援の基本理念である「子育てを みんなでくぐむ 地域の輪」を踏襲しつつ、京丹波町の生活文化や魅力を生かし、子どもたちとともに親や地域の大人がかかわりながら地域総がかりで子育てを支援するなど、互いが「かわり愛(合い)」「かまい愛(合い)」「つながり愛(合い)」ながら子育てを温かく支える地域の絆をキーワードに3つの基本目標を掲げています。

大塚会長は「各委員の熱い思いと意見を集大成したものです。地域住民にとって子育てしやすい町となることを願っています」と答申に込めた思いを託しました。答申を受けた太田町長は「答申いただいた内容を最大限生かして、計画書に示させていただき、子育て支援施策の充実と発展に尽くしていきます」と応えました。



太田町長に答申書を渡す大塚会長



賃貸トラブルに注意!

新生活で新しく住宅を借りる人が多くなる春の引越しシーズンが近づいています。昨今では、さまざまな賃貸トラブルが増えており、特に退去時の敷金・原状回復トラブルが多くなっています。契約する前から注意をすることでトラブルを未然に防ぎましょう。物件探しするとき、契約時、退去時の注意点を伝えます。

! 物件探し のときの 注意点

- まずは国土交通省の「**原状回復をめぐるトラブルとガイドライン***」の内容を理解し、契約の判断材料にしましょう。
- 実際に住宅の下見をしましょう。
- 事前説明はわかるまで確認しましょう。
- 入居時に既にあった汚れや傷なのかがトラブルの原因になるので、貸主の立会いのもと部屋の状況を日付入りの写真を撮り、チェックリストで確認して保存しておきましょう。



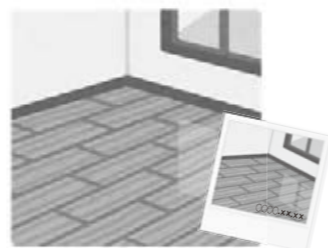
! 契約時の 注意点

- 賃貸契約書の内容、特に契約事項をしっかりと確認することが大切です。
- 特約はトラブルの原因になることが多いので慎重に検討しましょう。
- 交渉の過程で約束してもらったことは、口約束で済ませず、契約書に記入してもらいましょう。



! 退去時の 注意点

- 退去時の点検に立ち会って部屋の状況を入居時に作成のチェックリストや写真で確認し比較をします。
- 敷金などの清算の連絡があったら、明細書をもらい、立会い時に確認した内容とあっているか再度確認しましょう。



借主は注意を払って住む義務があります。不注意などにより、汚損や破損した場合の補修費用は借主が負担することになります。**入居中はマナーを守り、汚したり傷つけたりしないように注意しましょう。**

※「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」とは原状回復の費用負担のあり方について妥当と考えられる一般的な基準を国土交通省が作成したものです。

一人で悩まず、気軽に相談してください。

『消費生活相談窓口』 京丹波町では、消費生活に関する相談や情報提供をお受けしています。

消費生活に関する連絡・相談先 ※メールでの相談はお受けしていません。

京丹波町消費生活相談窓口

電話：0771-82-3803

相談日：水・木曜日

南丹市商工課内

電話：0771-68-0100

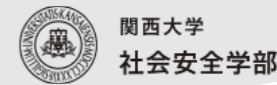
相談日：月・火・金曜日

南丹市の相談窓口も利用いただけます。



安心ほっと便り

京丹波町の「安全・安心まちづくり」を支援している
関西大学社会安全学部の取り組みを随時お伝えします



Series 10

データで確かめる、取り組みの成果

京丹波町では、CATVを活用して、防災の番組を放送したり、火の用心CMを放送したりしています。取り組みの成果を確かめるために、2019年末、質美地域の全178世帯を対象にしたアンケートを実施しました。

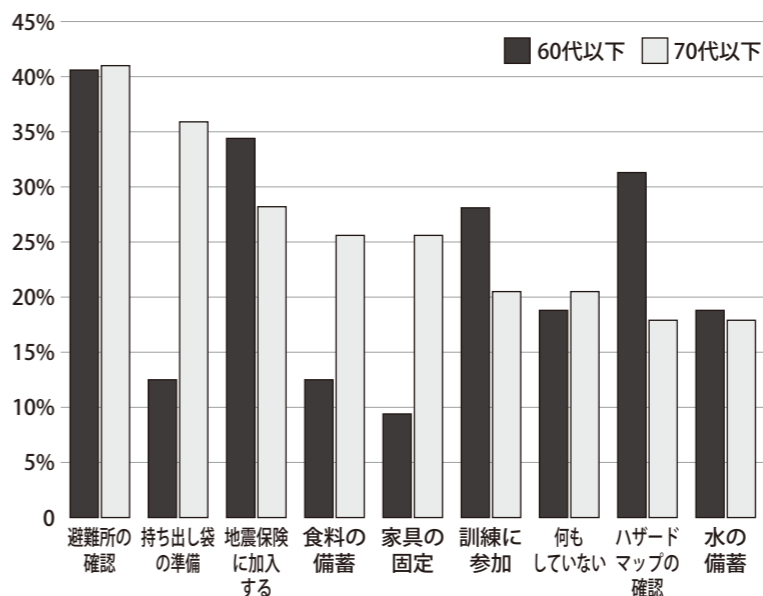


まず、どのくらいテレビを見ていらっしゃるか調べたところ、「ほとんど毎日見る」という人が90%、CATVの自主放送チャンネルを「週に1度以上見る」という人は62%いました。

そして「火の用心CMを1度でも見たことがある」という人は、ほとんど100%に近い比率となっていました!

では、どのような効果があったのでしょうか。火の用心CMを見たことによって防火に対する関心が高まった人は、全体の59%いました。ところで、すでに4割ほどの人がCMに出演したことがあるとのこと。出演したことで防火の関心が高まったという人は74%もいました。**「見ないよりも見たほうがよく、見るだけよりも出たほうがよい」。**火の用心CMに、ぜひともご参画ください!

さて、さいごに下のグラフをご覧ください。60代以下と70代以上のかたで、防災の取り組み具合に違いがあるか比較したデータです。70代以上のかたは、持ち出し袋を備えたり、飲み水を確保したりして下さっている人の割合が高いようです。



しかし、「ハザードマップの確認」作業は、70代以上のかたは実施率が低いことがわかりました。地図が細かくて、読み取りにくいことに原因があるのかもしれない。若い世代から地図の読み解きの手助けをしていただくと、より多くの方が地域のリスクを確かめられるのではないかと思います。

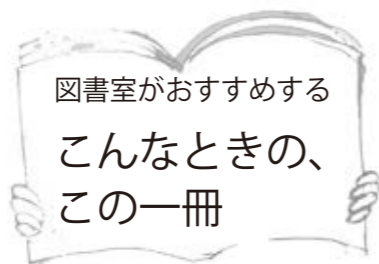
「こんにちは赤ちゃん」
コーナー
申し込み募集

〈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

「この世に恋して」

曾野 綾子・著/ワック株式会社



著者の80年間の人生が書かれた本です。著者は子どものころ病弱で育ったそうです。聖心女子大学を卒業して4年で三浦朱門さん(作家)と結婚。執筆と育児をこなし、いろいろと世界を歩き、50歳で念願のサハラ砂漠の縦断を成し遂げました。このころからアフリカとのかかわりが深まり、援助組織を作るなど世界中の子どもたちにシスターを通じて寄付をされています。この本を通していろいろと考えることができました。

(梅田公民館(旧梅田保育所) 図書室: 米倉 妙子)

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



いきいき健康術 第151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。

『知っておきたいお風呂』

伏原 幸子 主任看護師 和知診療所



「時間がないから」「面倒くさいから」夏なら「暑いから」という理由でシャワーだけですませていませんか?

お風呂の効果

お風呂は、お湯が持っている「温度」「浮力」「水圧」などが、体をほぐして新陳代謝を促し、血行をよくしてくれるなどお風呂に入ることによって得られる4つの効果があります。

4つの効果

- ① 血行促進で、疲労回復
 - ② 体内から、体臭を抑制してくれる
 - ③ 睡眠の質や免疫力向上
 - ④ マッサージによるダイエット効果
- …しかし、長時間の入浴によるデメリットがあります。
- ① 乾燥肌になる
 - ② 30分以上の入浴することで、逆に疲れがたまってしまう
 - ③ 脱水症状、めまいを起こす原因になる(入浴前後は水分補給を)

入浴するときの注意点

- 食後1時間たってから入浴する。
入浴することによって血液が全身に分散され、消化がスムーズにいかなくなります。食事をしてすぐの入浴はさけましょう。
- なるべく温度差を与えない環境をつくる
暖かい場所から寒い場所に入ると血圧が急激に上昇します。脳卒中や心筋梗塞を起こす原因となるヒートショック(急激な血圧変動)に注意が必要です。冬場は特に脱衣所と浴室を十分暖かくして温度差を少なくしましょう。

お湯の温度による効果

熱いお湯は、交感神経を刺激し、「緊張」、「目覚め」を促す効果があります。また、ぬるめのお湯は、副交感神経が働いて精神的にも安らぎ、落ち着いた気分になります。

高齢者や高血圧、心臓の弱い人には、熱いお湯に浸かると心拍数が一気に上昇するのでかなり体に負担がかかり大変危険を伴います。どうしても「熱いお湯がいい」という場合は、最初から熱いお湯ではなく、ぬるめのお湯に浸かって出る前に少しだけ沸してお湯の温度を上げてみてください。

季節ごとのお湯の温度の目安

- 春夏シーズンは37度~39度
リラックス効果をもたらす、気分が落ち着くだけでなく鼻のとおりも良くなります。
- 秋冬シーズンは40度~43度
夏場の紫外線でダメージを受けた肌の新陳代謝を促してくれます。また、冬場は気温が低く、体が冷えやすくなっています。お風呂に浸かることで血行を促進し、体を芯から温めることで冷え性の緩和にもつながります。

お風呂での事故を防ぐためにも
体に負担のかからない適正適温
で入るようにしましょう。



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



高齢者生涯学習講座のいきいき大学と障がい者生涯学習講座のひまわり学園の最終講座と閉講式が2月19日、和知中学校で開催されました。開会では、和知

令和元年度いきいき大学・ひまわり学園最終講座・閉講式

中学校全校生徒による合唱が披露され、参加者は生徒の歌声を聴き感激のあまり涙を流していました。その後、和知中学校長の小森誠さんが少人数の強みを生かした「小さくてもキラリと光る学校」「明日も行きたくなる学校」づくりなど学校の取り組みを紹介しました。

最終講座では、「京都府農牧学校とウイードの情熱」と題して、須知高校教諭の辻垣晃一さんによる講演が行われました。須知高校の前身である京都府農牧学校で、日本の農業の開拓のために躍進したウイード先生について話されました。参加者は、当時、京丹波町で最先端の農業の学習が行われていたことやウイード先生の情熱的な研究の足跡などについて学びを深めました。

閉講式では、いきいき大学とひまわり学園の代表者に、樹山静雄教育長が修了証を授与し、1年間の頑張りを称えました。



京丹波町スポーツ少年団トップアスリート研修会 ～パラスポーツ体験・トップアスリートとの交流～



トップアスリートからスポーツの楽しさやすばらしさについて学ぶとともに、パラスポーツの体験を通して、ノーマライゼーション社会についての理解を深めることを目的とした、京丹波町スポーツ少年団トップアスリート研修会が1月25日、丹波ひかり小学校で開催され、スポーツ少年団の団員や指導者、保護者など約100人が参加しました。

研修会は、講師にパラカヌーとパラパワーリフティングで活躍されている中嶋明子さんやパワーリフティングの選手兼コーチの久保匡平さん、車いすバスケットボールで活躍されていた阪根泰子さん、卓球経験者の紀平成さんを招いて行われました。

研修会では、子どもたちが「車いすバスケットボール」「ブラインドリレー」「パラパワーリフティング」のパラスポーツを体験しました。「車いすバスケットボール」では、競技用の車いすに乗りながらバスケットゴールにシュート。車いすから放つシュートは想像以上に難しく、子どもたちは苦戦していましたが、シュートが決まった瞬間、両手を挙げて喜んでいました。「ブラインドリレー」では、アイマスクで目隠しをした状態のランナーをガイド役の子どもがガイドロープでサポート。何も見えない状態で走る怖さや不安感を味わいました。「パラパワーリフティング」では、講師の中嶋さん自作のパワーリフティングの道具を使って、水の入ったペットボトルを長椅子に寝そべった状態で持ち上げました。気合いを入れて持ち上げる子どもたちの姿が見られ、会場は大いに盛り上がりました。子どもたちは、障がいのある人の立場になって体を動かす体験をすることで、障がい者への理解を深めていました。

第42回京都府民総合体育大会 市町村対抗駅伝

第42回京都府民総合体育大会市町村対抗駅伝が2月8日・9日、福知山市の御霊公園前を出発し、三段池公園総合体育館前をゴールとする35・9km、8区間のコースで行われました。各走者は、町代表の誇りを胸に、たすきを途切れさせずまいと懸命に力走、第3区では、北村友也選手が区間第2位の快走を見せました。

総合成績 18位(出場は21市町)

記録 2時間10分46秒

メンバー 監督 尾池 允嘉
コーチ 坂本 強

一般女子

山内 理恵子/石田 明日華

中村 幸子

中学・高校女子

梅原 三和/小山 莉央

中学女子

久保元 華/藤田 杏花

一般男子

北村 友也/上西 恭平

山下 貴典

高校・一般男子

谷岡 快莉

中学・高校男子

西山 遼恵/上田 脩真

中学男子

片山 力葉/山内 幸宗

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

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

地域の活性化へ向けて

都市住民と農山村地域が交流を深めながら、地域の困りごとや活性化に向けて活動するふるさとボランティアが2月2日、農事組合法人京丹波ほたるの里の格納庫で行われ、原木椎茸の菌打ちなどの作業に取り組みました。



参加者の子どもと一緒に菌打ちする谷山さん

た巻き寿司の販売を道の駅で行っており、シイタケの生産拡大のため毎年この時期に作業を行っています。

この日集まった約40人のボランティアを10班に分けて、ほたるの里のメンバーが準備した約1000本の原木にドリルで穴をあけて菌を打ち込んでいきました。

家族で参加した篠原美帆さん(京都市)は、「今年で3回目の参加で、毎年楽しみにしています。この取り組みとともに子どもの成長を感じることができています。地域の人も、とも知り合いになり、つながりができたことがうれしいです」と話し、ほたるの里の谷山正さんは「都会の人たちには体験を通して交流し、作業を助けてもらっています。これから地域の活性化のために活動していきたい」と話しました。

文化財を火災から守る

明 隆寺観音堂で放水訓練



火点に向かって放水する消防団と丹波出張所員

下栗野地区の明隆寺観音堂で1月26日、町消防団和知支団と園部消防署丹波出張所、地元住民らが合同で放水訓練を行いました。訓練は、文化財の防火体制を整備し、住民が文化財の保護意識を高めるとともに消防署と地元消防団との連携強化を図ることを目的に、文化財防火デーに合わせて毎

年行われています。今回の訓練の対象となった観音堂は平成7年に国の重要文化財の指定を受け、平成11年に山火事からの延焼を防ぐ3機の放水銃が設置されるなど地域の財産として大切に守られています。訓練では、参加者全員が放水銃の取り扱い説明を受けた後、観音堂の南西側斜面の雑草から出火したという想定で行われ、

観音堂への延焼を防ぐために地元住民による119番通報や放水銃の操作などの初動活動や町消防団、丹波出張所員による放水が行われました。訓練を終えた下栗野地区の江本正昭区長は、「放水銃の操作など貴重な経験をさせてもらった。観音堂は地域の大切な財産として、責任をもって次の世代へとつないでいきたい」と気を引き締めました。



楽しく給食を食べる児童ら

思わず笑顔に

和 知小学校で味夢くんランチ

2月7日、和知小学校で地元の

町内産木材を活用した木工品を提案

林 大卒業研究成果報告会

1月31日、林業大学の森林公共人材専攻の卒業研究成果報告会が林業大学校で行われました。

この報告会は、京丹波町がクライアントとなり、町が抱える地域や森林などの課題に対して解決策を探る「地域課題解決型プログラム」の成果をクライアントに提案するものです。

今年度は、町内の森林の半分を占める広葉樹林の活用について「京丹波町の新たな名所となる森

食材をふんだんに使った「味夢くんランチ」が給食で出されました。味夢くんランチは、京丹波町で生産された野菜や加工品などがふんだんに使われており、今回は、和知地域の生産者が育てた大根やにんじん、ねぎをはじめ、油揚げ、豚肉(京丹波ぼーく)、はたけしめじなどの食材が使われています。また、竹野小学校の6年生が育てたバジルが使われているオイルや須知高校で加工されたヨーグルト

林、名産品となる広葉樹についての提案」を研究課題に4人の学生が課題解決に向けて取り組みました。報告会では、木の種類が豊富にあることに着目し、いくつかの町内産の木を使った「モザイクジェンガ」を提案。豊かな植生を生かした製品としてまちをPRでき、生産過程を木育イベントなどで子供たちに体験してもらおうことで木に親しみを持ってもらえるなどの効果があることを伝えました。報告会に参加した町職員は「おもしろいものができている」と評価

なども給食として出されました。児童らは、「おいしい」と笑顔になりながら給食をほおぼっていました。和知小学校栄養教諭の中村幸子さんは「京丹波町は食の宝庫と呼ばれるくらい実り豊かな地域です。子どもたちに地元の食べ物を知って、大好きになってほしいと願っています。これからも積極的に味夢くんランチを給食に取り入れていきたい」と話しました。

し、「森林を取り巻く課題は、山を管理してかわっていくことが大切で、そこからどう仕事づくりにつなげていくかが必要になる。これからはがたのしみ」と話しました。



クライアントに対して発表する学生

ふるさと応援寄付金のお礼

片山 山治	10万円
可畑 博康	5万円
瀬戸 正史	1万円
林田 信二	1万円

*掲載内容は寄付者の了解を得ています

訂正とお詫び

広報京丹波2月号の9ページに誤りがありましたので訂正し、お詫び申し上げます。

1行目	岩崎正子さん 記事中段4行目	誤	町教育委員長
令和元年秋の～ 発表され、 2月12日と13日～		誤	
令和元年秋の～ 発表され、 12月12日と13日～		正	町教育委員

編集後記

新型コロナウイルスの影響でマスクが品薄に…花粉症で辛いこの季節、何とか乗り切らなくては

HB

わたしたちの町

人口	13,866(-15)
男	6,603(+2)
女	7,263(-17)
世帯数	6,258(-7)
3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)

※参考：一般財団法人 日本食生活協会レシピより



春キャベツの骨太焼き



適塩(減塩)ポイント

☆キャベツは生でも美味しいですが、火を通すとさらに甘味が増します。

☆ソースにレモン汁を加えるとなめらかになり、風味も良くなります。

1人分の栄養価

・熱量229kcal ・たんぱく質18.2g ・脂質19.7g
・カルシウム206mg ・食物繊維2.2g ・塩分0.6g
☆1人分で約80gの野菜が摂れます。

【材料(2人分)】

キャベツ …………… 100g
サバ水煮缶 …………… 75g
卵 …………… 2個
ミニトマト …………… 2個
ピザ用チーズ…………… 15g
スキムミルク…………… 大さじ1
サラダ油 …………… 大さじ1/2

* 添え野菜(お好みで追加してください)
ブロッコリー …………… 60g

「A」ソース

プレーンヨーグルト …………… 20g
マヨネーズ…大さじ1・1/2(18g)
にんにく(すりおろし) 小さじ1/2

おいしく作るコツ

- ◎キャベツの切り方はお好みで変えてください。
- ◎にんにくは市販のチューブ入りでもオッケーです。
- ◎チーズやヨーグルトを使用することでカルシウムアップ!

【作り方】

- 1 キャベツは粗くみじん切りにする。サバ水煮缶は汁ごとフォークで粗くほぐす。
- 2 卵をボールに溶きほぐし、①、ピザ用チーズ、スキムミルクを加えて混ぜる。
- 3 ミニトマトは縦に3等分に切る。
- 4 添え野菜のブロッコリーを茹でて冷ます。
- 5 フライパンにサラダ油を熱し、②を流し入れる。軽く混ぜて半熟状になるまで火を通して形を整え、③のトマトを均等に置いて蓋をして弱火で約5分じっくり火を通す。
- 6 ⑤の上下を返し、蓋をしてさらに弱火で3分焼く。火を止めて約2分蒸らす。
- 7 「A」の材料をよく混ぜてソースを作る。
- 8 ⑥を切り分けて器に盛り付け、ソースをかけ、④を添える。