

人のぬくもりとふれあいが奏でる躍動のまち 丹波高原文化の郷 ●京丹波

京丹波

No.46

2009年
8月13日発行



泥まみれになりながらの
フライングプレー

特集

町政懇談会



今月の表紙

初夏の恒例行事となった「泥んこソフトバレー大会」。出場した選手らは、服や顔が泥まみれになりながらも、豪快なアタックやレシーブなどのファインプレーを決めていました。(関連記事を15ページに掲載)

広報 **京丹波 No.46** CONTENTS

2 **特集** 町政懇談会

8 [シリーズ]和知診療所の方向性

10 新型インフルエンザに備えて

11 Dr's Message いきいき健康術

12 **フラッシュ** TOWN NEWS 2009
 犯罪や非行のない明るい地域社会を目指して
 一第59回社会を明るくする運動
 まちづくりのキーワードは「住民主体」と「行政参画」
 一まちづくり講演会
 水車を利用したエコ発電への取り組み
 一ほどう水車発電通水点灯式
 自然を舞台に音楽イベントを開催
 一和音祭
 農業への理解を深めるために
 一町立保育所の園児と町共同作業所の利用者がイチゴ狩りを体験
 女性の視点やアイデアをまちづくりに生かして
 一きりりセミナー☆I
 須知高校ホッケー部が全国レベルの選手を輩出
 一山内理恵子さんの日本代表選出と須知高校ホッケー部の全国大会出場を報告
 会員の資質向上と人材育成を目指して
 一京都府女性の船「ステップあけぼの」南丹・船井支部が研修交流会を実施
 有事に備えた実践訓練
 一丹波地区女性消防協力隊夏季訓練
 豪快なプレーにわき起こる歓声
 一泥んこソフトバレー大会
 高齢者が健康でいきいきと心豊かに過ごすために
 一「いきいき大学」が開講
 地域の環境美化を目指して
 一丹波地区の西部6区が日浅田農産跡地などの除草作業を実施

16 **シリーズ** 地元で採れる旬の食材を使った料理レシピ

特集

町政懇談会

毎年実施している「町政懇談会」を、今年は六月十一日―三十日まで、町内十二会場で開催し、延べ四百九十二人の町民のみなさんに参加いただきました。懇談会では、新型インフルエンザへの対策をはじめ、町が進めるケーブルテレビ(CATV)拡張整備事業や和知診療所の介護療養型老人保健施設への病床転換、瑞穂地区の小学校統合など、行政施策全般について報告し、これからのまちづくりについて参加されたみなさんと意見を交わしました。今回の懇談会の中でみなさんからいただいたご意見やご質問など、主なものをお伝えします。

新型インフルエンザについて

問 新型インフルエンザが秋以降に流行すれば、入院患者をどの病院でどれだけ収容できるのですか。

答 パンデミック(世界的大流行)になったときは、すべての患者が指定医療機関に入院するのは収容人数の関係で無理があります。そのため、重症患者を入院とし、それ以外の方は自宅療養になると思います。

問 発熱相談センターへの電話が一時つながらなかつたと聞きますが、そのようなときは町で対応しないのですか。

答 国内発生に伴い、町として緊急啓発チラシの配布や有線などでの啓発を行い、町保健福祉センターでも相談窓口を開設し対応してきました。

CATV拡張整備について

問 業者によって宅内配線工事の必要性の意見が異なっています。高齢者世帯などでは、 unnecessaryな工事をされるのではという不安があるので監視体制を取っていただきたい。

答 加入者の負担軽減を目指して、町内業者のみならずが工事組合を組織し、部材を安価に購入できるよう進められています。工事の



和知地区から順次行われているCATV地元打ち合わせ会議(わち農村環境改善センター・安栖里)

詳細を指図することはできませんが、良心的な工事などへの配慮をお願いしていきます。

問 美山町の月額使用料は千五百円ですが、なぜ本町と違うのですか。

答 南丹市では、告知放送や有線電話のサービスがないため、使用料に差があると考えます。

問 京丹波ウィークリーでは、保育所や小学校など、子どもに関する映像が多く放映されていますが、町の活性化を図るためにも、事業主や農家などの紹介をしてはどうですか。

答 放映内容などは、全町開局に向けて検討していきます。

瑞穂地区の小学校 統合について

問 瑞穂地区の耐震診断で、明俊・松山小学校と瑞穂中学校の体育館の結果が出ていないのはなぜですか。

答 京都府内で一斉に耐震診断を発注しているため現在診断中です。結果が出れば公表します。

問 統合小学校となる松山小学校は、耐震基準を満たしていても利便性や機能面で現在の学校教育のニーズに合っていないと改修ではなく新校舎建設を考えられませんか。

答 新校舎建設の思いは分かかりますが、町の財政状況や将来の児童数も考慮しなければなりません。また、他校の耐震診断結果の状況から考えても、できるだけ早く危険な環境を解消する必要があります。校舎の改修と体育館の建て替えにより、最も早い平成二十三年開校を目指します。

問 統合すれば二クラスになる学年もあると思いますが、松山小学校は以前から二学年一クラスのため、改修では対応できないのではないですか。

答 校舎の規模などは児童数によって決まります。統合後の児童数が百九十人の場合、現在の校舎に五十四㎡追加できるので、エレベータの設置

るのは難しいと思いますが、今後も行政として何らかの形で応援していきたいと考えています。

有害鳥獣対策 について

問 休耕田が増えていっているのは深刻な有害鳥獣被害の原因です。有害鳥獣対策の詳細を聞かせてください。

答 有害鳥獣による多額の被害が出る一方で、動物との共生を求める声が多くあるのが現状です。そのため、町から補助金を出し、電気柵や捕獲檻、バッファゾーン設置などの対策を講じていくしかありません。また、猟友会を中心に有害鳥獣を駆除いただいています。頭数が増加しているシカの対策を検討する必要もあります。今後も有害鳥獣被害を防ぐためにあらゆる対策を講じていきます。

問 升谷区で試験的に行っているバッファゾーンの取り組みとはどのようなものですか。

答 人里との境の里山で除伐や草刈りなどを行うことで、バッファゾーン(緩衝地帯)を設け、有害獣の隠れる場所をなくして人里に近付けないようにする取り組みです。効果が出るようであれば推進していきたいと考えています。

やバリアフリー化も含めて対応は可能と考えます。

問 廃校となる小学校の活用方法は決まっているのですか。

答 安全性を踏まえた上で、取り壊しも含めて考える必要があります。そのため、活用方法は現時点では決まっています。活用するのであれば、まずは地元で考えていただき、それでもまとまらない場合は枠を広げて大きな視野で考えたいと思います。

地域医療について

問 財政の厳しさは承知していますが、町民の健康を守る観点から、和知診療所に常勤医師二人を確保できませんか。

答 財政的な理由だけではなく、医師の配置が病院単位から町単位の配分に変更になったためです。そのため、現在は非常勤医師に来てもらい、週五日の診療をしています。来年度以降の確約がないので、現在の診療体制を維持することが厳しい状況です。今後も地域医療が崩壊しないよう対策を講じていきたいと考えています。

問 和知診療所は現状維持すら難しいのであれば、地域の実情などを踏まえて、「町としてはこのような対応をするので他の医療機関を受診してはどうですか」というような提案をしていただけませんか。

水資源・道路・交通 について

問 水道料金改定後は、旧和知町と比べて料金が約二倍になるので、料金設定の最低を10㎡ではなく7㎡にするなどの配慮が必要ではないですか。

答 町全体で施設の維持管理などをするには、統一料金の設定が必要です。高齢者世帯へ配慮しながら、料金改定に向けた準備を進めています。

問 業者が請け負う府道の草刈りは実施時期が遅いため、環境衛生などを考えて地元が事前に草刈りを行っています。地元で町道と合わせて府道の草刈りも行うので、請負料も含めて府に依頼してもらえないませんか。

答 実態をよく調べて、京都府へ要望します。

問 自宅の水道が漏水した場合、水道料の減免をしていただけるのですか。

答 減免制度を適用することで、町と使用者の折半となります。修理費用の領収書を添えて申請用紙を提出してください。

問 畑川ダム建設の経緯を聞かせてください。

答 丹波・瑞穂地区が分水嶺にあることや、谷が浅く、干ばつ時に給水が困難であったため、平成五年度に畑川ダムの建設を開始し、平成二十五年の供給開始を目指して工事



町立医療施設の中核を担う「国保京丹波町病院」(和田)

答 京丹波町病院の体制を整えるとともに、町営バスや病院専用送迎バスによる交通手段の確保など、不安解消に向けた取り組みを考えていきます。

問 京丹波町病院の患者数を増やすために、町営バスの利便性向上を考えられませんか。

答 町営バスの接続など、できるだけ早く乗り継ぎの方法などを考えていく必要があると認識しています。

問 京丹波町病院の経営状況を聞かせてください。

答 周辺に総合病院があることから、慢性型の入院患者が多い傾向で、診療報酬の点数が上がらないのが現状です。病床(四十七



畑川ダムの工事現場を見学する下山小学校の児童

を進めています。完成後は、ダムから一日に五千トンの供給を考えており、丹波・瑞穂地区の安定した水確保と給水が行えます。

問 畑川ダム周辺整備として多額の費用をかけた温泉はどうなっているのですか。

答 地下資源の開発として取り組んできましたが、温泉は一日五十トンと水量的に乏しく、メタンガスと水との分離が難しいなどの問題があり、掘削してから七年経過しています。全国的にも温泉が多い中で、初期投資費用をはじめ、くみ上げポンプなどの機械更新や維持管理などに多額の費用がかかるため、温泉はダム周辺整備には取り上げないこととしました。

問 町営バスについては、旧和知町で実施していた寿券や、無料バスの運行を検討されませんか。

答 JRバスや京都タクシー、福祉有償のN

床稼働率を八〇%以上で常に維持していくなどの経営努力をすることで、約五千万円の赤字で抑えられると考えます。今後も経営面での検討が必要と考えています。

産業振興について

問 本町に集落支援員が一人設置されていると聞きましたが、どのような活動をされているのですか。

答 長瀬区で取り組まれている「ふるさと共援事業」に、近畿大学の池上教授が集落支援員という形で携わっています。活動は、長瀬区と近畿大学が連携して、長瀬区の活性化を目指した取り組みを三年間継続して行われます。

問 飼料用稲の取り組みでは、作付け農家に十アール当たりいくら支払われるのですか。

答 国の交付金三万五千円を基本に、状況に応じて追加した金額が支払われます。

問 和知川のアユは全国的に見ても有名です。町の活性化をはじめ、景気対策や都市交流の一環として活用するためにも、財政難である和知川漁協に支援をしていただけませんか。

答 漁協のみなさんご努力により、都市住民にも楽しんでいただいている状況です。新たな取り組みにより一気に財政難を克服す

PO法人が、町内でバスなどを運行し営業されており、町営バス料金は全体のバランスを考慮して設定しています。さまざまなお意見をいただく中で、今秋には、一か月間だけ町営バスの料金を半額にする社会実験を行います。その結果、乗客の増加が見込めれば、関係機関と相談や調整をし、料金の値下げなど、町民のみなさんが使いやすい方法を考えていきます。

問 地区にバス停がないため、町営バスに乗るには徒歩で数キロメートル歩かなければなりません。大型バスは無理としても小型バスの運行を考えられませんか。

答 町営バスはスクールバスとしての役割が中心であり、乗車人数の関係から小型バスを数多く購入することができません。また、通学などの空き時間を利用して二十一路線で運行しているので、限られた台数で全町を網羅するのは難しい状況です。

問 平成二十七年完成予定の京都縦貫自動車道の用地買収はどこまで進んでいるのですか。

答 一部で用地買収が完了していませんが、六月十一日に須知地区において用地測量の説明会を開始し、用地測量に着手しました。すべて同意されたわけではありませんが、少しずつ理解していただきながら進めています。

問 国保税が引き上げられました。景気状況を踏まえて考えられなかったのですか。また、今後も引き上げをされるのですか。

答 これまでは基金を取り崩して対応してきましたが、医療の高度化などにより医療費が増加し、制度そのものが維持できない状況です。そのため、加入者が安心して医療を受けられる制度とするためには、今回の税率改定は避けられない状況でした。なお、今

税関係について



問 二十年度に施工された須知川の河川改修では、左岸側の堤防が高く、斜面の草刈りが困難です。また、豪雨のときには法面の砂が用水路に流れ出したこともあるので、対応策を京都府に要望してもらえますか。

答 地元としての要望をとりまとめただけであれば、それらが解消できるように京都府と交渉していきます。

行財政について

問 地域活性化、生活対策臨時交付金三億五千万円は何に使うのですか。

答 和知中学校の耐震補強工事や保育所統合などの事業費六億一千万円に充当します。

問 財政の健全化では、二十四年度末に実質公債費比率を一七・九%まで減らすことを目標としています。ですが達成できるのですか。

答 本町の実質公債費比率は、十七年度が一九・八%、十八年度が二二・五%、十九年度が一九・八%であり、二十年度も一九%代となる見込みです。そこから試算して、二十四年度末には目標が達成できると考えています。

跡地利用について

問 使わなくなった公共施設の処分をもっと早急に行う必要があるのではないですか。

答 施設の処分については、解体料金や補助金の法的な問題など、さまざまな事情があります。そのため、議会を中心に、住民のみならずにも理解を求めていきながら、年次計画を立てて処分を考えていきます。

問 旧浅田農産跡地などについては、西部六区(安井、塩田、谷森、曾根、院内、幸野)で昨年十二月から除草作業を実施し、本年三月末には「西部環境保全検討委員会」を設立して跡地活用を検討しているの、地元要望に添えていただきたい。

答 建物などを処理するには多額の費用が必要で、短期間で一気にとはいきませんが、今後とも住民のみならずとも、この難問題を解決していきたいと考えています。

住民自治組織によるまちづくりについて

問 住民自治組織に対する交付金の具体的な内容を聞かせてください。

答 町は(旧)小学校区単位での組織化を進めており、組織化に向けた話し合い活動に五万円、組織化後の取り組みに二十万円を交付します。まちづくり推進担当職員と相談いただき、交付金を活用して組織化に結びつけ

後も引き上げの可能性はありますがご理解をいただきたいと思います。

問 税の共同化の取り組みについて聞かせてください。

答 京都府と府内の市町村が連携して行う税業務の共同化では、徴収率向上を目指した確実な成果を出すために、まずは滞納整理から行うように考えています。また、共同化により機械的な対応になるのではと心配される方もありますが、基本姿勢はこれまでと同じで、一括で強引に徴収することは考えていません。なお、共同化により、徴収コストやシステム更新費用、人件費などを削減することができます。今後、課税業務についても共同で行えるよう検討が進められています。

その他

問 「この地域に住んでよかった」と思えるように、職員には笑顔で温かく接していただきたい。そして、役場と支所から活気が伝わるような雰囲気づくりができるように、お互いが知恵を出し合い前へ進んでいきたいと思えます。

答 おっしゃるようには、がんばろうというムードづくりがもつとも大事だと思えます。そうした思いで取り組んでいくことが求められていることを肝に銘じて、職員一丸となつてがんばっていきます。

ていただきたいと思います。

問 住民自治組織への交付金が創設されましたが、それだけでは活動できません。増額できませんか。

問 合併して行政と住民との信頼関係が希薄になっています。住民と職員の信頼関係を強固にすることで、新しいまちづくりの基盤をつくり、明るいまちづくりをすることが大切ではないですか。

答 話し合いが大切であり、今は行政と住民が同じ方向を目指す気運が高まっていると思います。職員も意識改革により努力していきますので、住民のみならずと関わる中でそれぞれの職務にどう生かしていくかを考えていきます。

問 子ども会活動助成費が二十一年度からなくなったのはなぜですか。

答 合併協議において二十一年度に廃止と調整されていたので、その結果に基づき対応しました。

問 印鑑証明書の発行などをホームページ上でできるようになりませんか。

答 公の証明であり安全面で大きな課題があります。他の市町村でも前例がないので、将来的に実施できるかを考えていきます。

問 配布された防災マップは、実際の浸水被害や地域の現状が反映されていません。作成するのであれば、地元の意見を聞きながら現地調査を実施し、信頼性の高いものにするべきではないですか。

答 京都府の浸水地域のデータを地図上に重ね合わせましたが、実際の位置と部分的な違いが生じています。今後、土砂災害警戒区



地域住民が参加して地域の未来を話し合う「地域力向上会議」(長瀬公民館・長瀬)

答 行政がすべてを手助けする時代は終わっています。本年度の交付金は事務的な意味合いでの助走として解釈してください。ただし、今後は活動内容により増額も考えたいと思います。

問 町に要望書を提出したとき、回答内容の八割が「緊急性がない」との回答でした。緊急性の定義を示してください。また、現場確認などで実態を調査してから回答いただいているのですか。

答 決して要望書だけで処理しているのではなく、現場を見て対応しています。要望書は相当な数があるので、どうすればよい回答方法になるのかを考えていきます。

問 昨年十二月に産業廃棄物リサイクル処理施設の説明を受けましたが、グリーンハイツの住民は歓迎していません。町はどのように考えているのですか。

答 企業の権利もあり、法的に問題がなければ審査などは通過していきます。しかし、その前に住民の理解が大切と伝えています。地元の意向を行政から伝えてほしいということであれば、伝えさせていただきます。

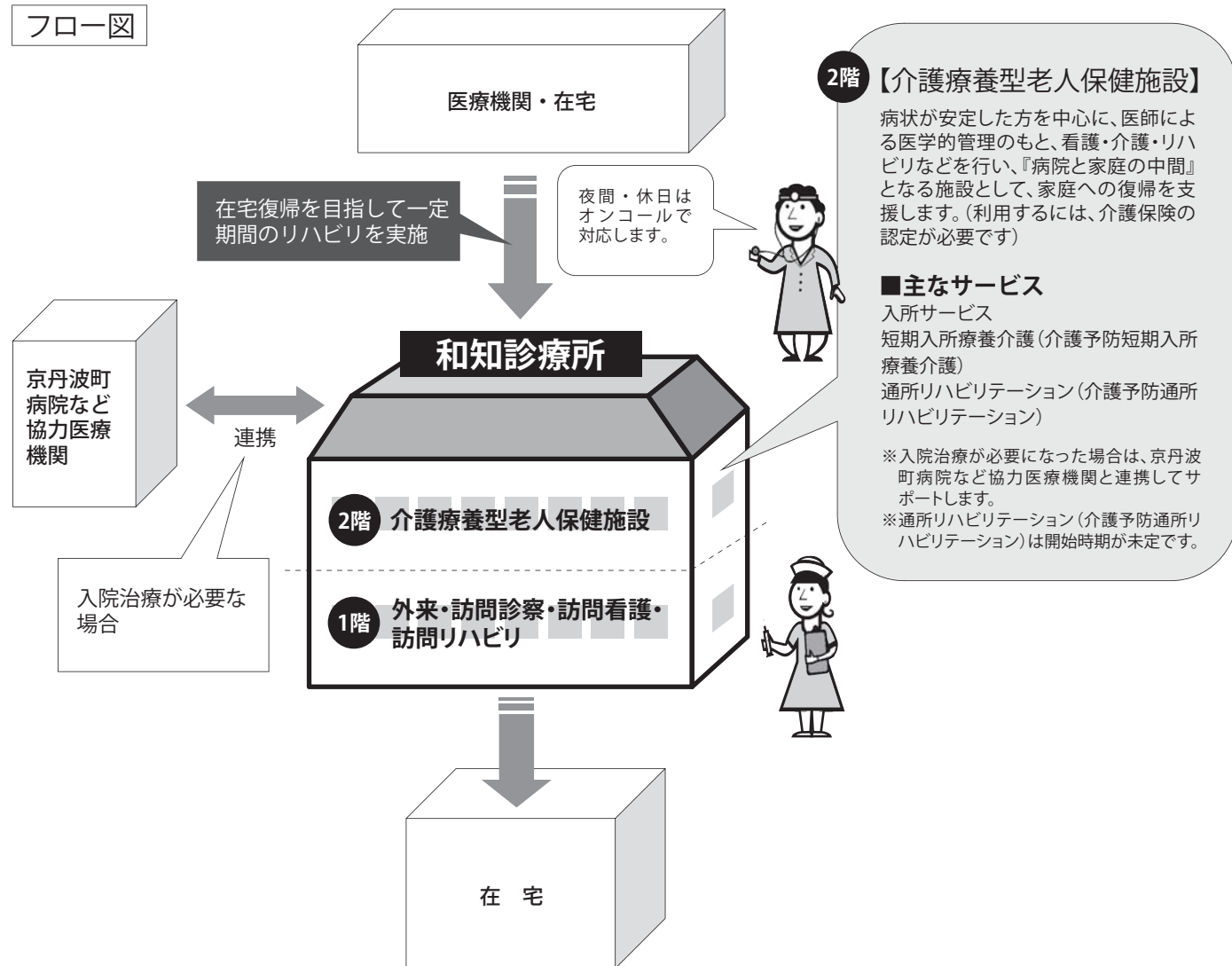
問 PCB等廃棄物問題のときと町の取り組み姿勢が違うのはなぜですか。

答 PCBは完全な汚染物質であり、発生した場所から本町へ移動して保管するのは筋違いではないかと考えで取り組みました。今回のリサイクル施設建設計画は、それとは別と考えます。

療養型老健施設で受けられるサービス(表1)

サービスの種類と内容	対象者	利用期間	費用負担
入所サービス …施設に入所して、医学的管理のもと、在宅復帰を目指した看護や介護、リハビリを受けられます。	要介護度 1～5	利用者の生活、身体機能や能力などに応じた施設サービス計画に基づく期間。 *約3か月ごとに利用者の状況を確認し、入所期間を見直します。	利用者の要介護度によって異なりますが、個人負担は原則介護報酬の1割です。また、居住費と食費が別途必要になります。 ●居住費(1日当たり) 多床室 320円 個室 1,640円 ●食費(1日当たり) 1,380円 *所得により、居住費、食費の負担が軽減される制度がありますので、詳しいことは、保健福祉課にお問い合わせください。
短期入所療養介護 (介護予防短期入所療養介護) …施設に短期間入所して、看護や介護、リハビリを受けられます。	要介護度 1～5 *介護予防短期入所療養介護は要支援 1～2	居宅介護支援計画(ケアプラン)に基づく期間	
通所リハビリテーション (介護予防通所リハビリテーション) …通所しながらリハビリを受けられます。	要介護度 1～5 *介護予防通所リハビリテーションは要支援 1～2	居宅介護支援計画(ケアプラン)に基づく期間	利用者の要介護度によって異なりますが、個人負担は、原則介護報酬の1割です。 *昼食を利用される場合は、別途食費が必要です。

*体制が整うまで開始時期は未定です。開始時期が決定すればお知らせします。



第1回 和知診療所の病床すべてを介護療養型老人保健施設に転換

地域のみなさんの健康を守るために運営している和知診療所。医師確保の課題から常勤医師が1人体制となる中、高齢化が進む地域の現状を踏まえ、町立医療施設の役割分担と連携を基本として、引き続き町民のみなさんの健康と暮らしをサポートするために、本年10月1日から和知診療所の病床すべてを「介護療養型老人保健施設(以下「療養型老健施設」)」に転換します。今回は、病床転換する療養型老健施設の内容などをお知らせします。

「療養型老健施設」とは

療養型老健施設は、病院と家庭をつなぐ中間的な役割を担う施設で、病院などを退院した高齢者の在宅への復帰を支援することに重点を置いた施設です。また、要介護認定者の生活や身体機能の維持・改善を目的としたリハビリテーション(以下「リハビリ」)も提供します。

療養型老健施設では、病状の安定した方を入所対象としていますが、酸素吸入などが必要な方の受け入れも可能であり、看護師は二十四時間常駐し、医師は夜間、休日にもオンコールで対応します。また、高度な医療や入院治療が必要と判断した場合は、京丹波町病院などの協力医療機関と連携してサポートします。

■在宅生活の支援を 目指して

本町の療養型老健施設では、利用者の尊厳を守ることはもちろんですが、安全に配慮しながら、生活機能の維持・向上を目指した総合的な援助を行います。

また、利用者が安心して自立した在宅生活が続けられるように、家族や地域のみなさん、関係機関との連携を密にしながら、次の機能を発揮できる施設運営に努めていきます。

「包括的ケアサービス施設」としての役割

施設でも在宅でもサービスに切れ目のないことが大切です。利用者に応じた目標と支援計画を作成し、必要な医療、看護、介護、リハビリが利用できるように支援します。

「リハビリテーション施設」としての役割

在宅復帰を目指して、必要な機能の回復と、暮らしやすさを求めるリハビリを提供します。

「在宅復帰施設」としての役割

早期の在宅復帰を目指して、利用者の状態に応じた介護や看護を行うとともに、今後の在宅生活に向けての調整を支援します。

「在宅生活支援施設」としての役割

自立した在宅生活が継続できるように、関係機関と連携して総合的に支援します。また、家族の介護負担の軽減にも努めます。

「地域に根ざした施設」としての役割

家族や地域住民をはじめ、関係機関が連携し、地域全体で介護や看護が担えるように努めます。

■療養型老健施設で受けられるサービス

療養型老健施設では、表1の入所・通所サービスが受けられます。

また、和知診療所では、これまでと同様に、外来診察をはじめ、訪問診察や訪問看護、訪問リハビリを行います。(「フロー図」参照)

用語説明
「オンコール」入所者の容態の変化などに備えて、医師が常に電話がつながる状態で待機すること。



いきいき健康術 第24回

第1回

新型インフルエンザに備えて

全国的に感染が拡大している「新型インフルエンザ」。このコーナーでは、新型インフルエンザへの対策など、いざというときに備えた情報をお伝えします。

新型インフルエンザの現状と対策

メキシコで発生した新型インフルエンザ(H1N1型)は、京都府内でも多くの感染者が確認され、今後もさらに広がる恐れがあります。毒性は、通常の季節性インフルエンザと同程度といわれていますが、感染力が強く、妊婦や幼児、呼吸器疾患などの慢性疾患をお持ちの方などが感染すると重症化する可能性があります。特に、新種のウィルスに対しては、ほとんどの人が免疫を持っていないことから、今秋以降に一気に感染が拡大していくことが予測されています。日ごろから新型インフルエンザに対する情報にご注意いただくとともに、感染拡大を防ぐために次のことに心がけましょう。

『免疫力を高めて』

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員がみなさんにお届けする健康情報コーナーです。今回の担当は京丹波町病院の看護師長 石田由美子さん。病気を抑える「免疫力」についてのお話です。

み なさん、残暑が続きますが、夏ばてされていませんか。夏ばてを予防するには、免疫力を高めて強い体をつくるのが大切です。今回は、「免疫力」についてお話しします。

免疫力とは

免疫力とは、体内に侵入してきた病原体や異物から身を守り、健康な状態を維持しようとする力のことです。例えば、同じ病原体が体内に侵入しても、発病する人とならない人、また、発病しても重症になる人と軽症ですむ人があります。これは、個人が持つ免疫力の差によるものだとされています。そのため、免疫力を高めることは、さまざまな病気への予防につながります。

免疫力を高めるために

免疫力を高める方法をいくつか紹介します。

- 質の高い睡眠をとる。(体を横にして休めているだけでも、免疫力は高まると言われています)
- 無理のない適度な運動を継続して行う。
- 笑いは免疫力細胞を活性化するので、笑うように心がける。
- 十分な休養などでストレスをためない。
- 体温を下げすぎない。(平均体温が一度下がると免疫力は約三七%下がると言われています)
- バランスの良い食事を心がける。

感染経路

新型インフルエンザの主な感染経路は、**飛沫感染**と**接触感染**です。飛沫感染とは、感染した人のせきやくしゃみ、つばなどとともに放出されたウィルスを健康な人が吸い込むことで感染することです。また、接触感染とは、感染した人がせきや鼻水を手で処理してからドアノブなどに触れることでウィルスが付着し、それに触れた健康な人が目・鼻・口などを触ることにより感染することです。みなさんも「うつらない、うつさない」を合言葉に、右図のことを実践してください。

予防は

うつらない、うつさないために!

- 手洗い・うがいをきちんとし、せきエチケットに心がける。
- 流行している場所や人ごみを避け、マスクを着用する。
- 栄養や睡眠を十分にとり、体調を整える。

準備しておきましょう!

新型インフルエンザの流行や家族が感染して外出できなくなった場合に備えて、2週間分を目安に医療品や食品、日用品を買い置きしておきましょう。また、次のとおり事前準備に努めましょう。

- **秋までにそろえたい物品リスト**
マスク(不織布製、50枚×家族員数)、体温計、ゴム手袋(破れにくいもの)、水枕・氷枕(頭や腋下の冷却用)、漂白剤(次亜塩素酸、消毒効果があるもの)、消毒用アルコール など
- **常備しておきたい物品リスト**
インスタントラーメンや米、普段使用している薬、トイレトーパー、ティッシュ、生理用品、オムツ など

「せきエチケット」とは

周囲への感染を防ぐために、熱、せき、くしゃみなどの症状があるときにマスクを着用することです。マスクがないときは、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から1m以上離れましょう。

日ごろからの食生活に心がけて

免疫力を上げる食材として代表的なのが、紅参(高麗人参)です。

お茶やエキスになっているものを常備しておけば、家計にも優しく摂取できます。また、しょうが、にんにく、ねぎ、唐がらし、大葉、山芋、βグルガンが豊富なきのこ類や大麦などもお勧めです。食物繊維もたっぷり摂取して、腸内をきれいにしていきましょう。

免疫力を高め、病気に負けない体をつくり、健康に過ごしましょう。



看護師長 石田由美子さん (京丹波町病院)

国保京丹波町病院では、毎月の第二・第四土曜日の午前中に内科と小児科の診療を行っています。
(電話) 86-10220

～地域から始めよう 新型インフルエンザへの備え!!～

最新の情報はホームページで

■厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp> ■京都府 <http://www.pref.kyoto.jp/shinflu/>
【問い合わせ先】保健福祉課 ☎86-1800



犯罪や非行のない 明るい地域社会を目指して 第五十九回社会を明るくする運動

七月を強調月間として「第五十九回社会を明るくする運動」が展開され、本町では七月二日に事業所訪問や街頭啓発を行いました。

同運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会の構築を目指して、全国的に活動を実施。本町では、同運動を広く地域に根ざしたものとするために、町保護司会や更生保護女性会、区長会などの団体に参加を呼びかけて実施委員会を組織し、町内各所で活動を展開しました。

この日は、法務大臣のメッセージが松原町長に伝達された後、丹波・瑞穂・和知地域に分かれて啓発活動を実施。委員らは、道の駅やJR和知駅前などに立ち、「犯罪や非行のない明るい地域社会を築きましょう」と行き交う人たちに呼びかけました。



街頭啓発を行う実施委員（丹波マーケス前・須知）

まちづくりのキーワードは 「住民主体」と「行政参画」 まちづくり講演会

「まちづくり講演会」が七月四日、山村開発センターみずほで開かれ、町内外から約百五十人が参加しました。

講演会は、本町が進める住民自治組織によるまちづくりをテーマに、地域活性化政策などの研究に携わる龍谷大学教授の白石克孝さんと、住民自治の先進地である広島県安芸高田市の川根振興協議会長・辻駒健二さんを講師に招いて実施。白石さんは、「なぜ、今、住民自治組織が必要なのか」と題して、国内外におけるさまざまな先進

事例を紹介しながら、住民自治組織による取り組みの大切さを参加者に伝えました。

また、辻駒さんは「住民主体のまちづくりの実践を通じて」と題して、「わたしたちは、行政にお願いするばかりの『要求型』ではなく、自分たちがまちづくりの形を考えて行政を動かす『提案型』にならないといけない。これからは、いかに住民が主体となってまちづくりを行うか、行政参画の地域づくりを行うかです」と話されました。

水車を利用したエコ発電への取り組み ほどす水車発電通水点灯式

「ほどす水車発電通水点灯式」が六月二十六日、仏主地内の水車小屋で行われ、地元住民や須知高校の生徒ら四十五人が出席しました。

仏主区では、昔ながらの農村景観を形成することを目的に、平成十五年度から水車小屋整備に取り組み、平成十七年度に完成。昨年度、エコ発電の推進を目的とした京都府の「エコマイクロ水力エネルギー活用事業」のモデル地区の指定を受け、同区では、自然エネルギーの実習に取り組み須知高校食品科学科公園管理コースの生徒たちの協力を得ながら、発電機などの整備に取り組みできました。

式典では、河川から水車までの導水路整備を手がけた須知高校生が合図と共に通水を開始し、水車小屋に設置した電飾を点灯。その後、仏主区の田井進区長が「水車発電から生じる電気は、さまざまな地域活動に役立てていきたい」とあいさつし、出席者らとともに完成を祝いました。

水車から発電した電力は、有害獣電気柵や避難所の電灯などに活用。今後は、発電能力の増加による公民館施設への活用などを目指されています。



水車への通水を祝う出席者（仏主水車小屋・仏主）

自然を舞台に 音楽イベントを開催 和音楽

和音楽（同実行委員会主催）が七月五日、長瀬地内にある農林業体験公園「アグリパークわち」で行われ、多くの参加者でにぎわいました。

和音楽は、「ふるさとをもっと好きになる」をキーワードに、地元の広瀬区出身の村上左矢加さんが実行委員会を組織し、長瀬区の協力のもと、野外の音楽イベントとして、今回初めて実施。この日のステージには、和知太鼓保存会をはじめ、村上さんと同じライブハウスで活動する若手ミュージシャン七組が出演し、自然に包まれた会場に力強い歌声を響かせました。



「采人喜人のアーティスト名で活動されている村上さん。観客が見守る中、由良川にちなみ「だんぢり」を熱唱（アグリパークわち・長瀬）



多くの人でにぎわう会場

農業への理解を 深めるために 町立保育所の園児と町共同作業所の 利用者がイチゴ狩りに参加

豊田地内にある農業生産法人が七月二日と三日、町立保育所（上豊田、下山分園、松山、わちエンジエルの園児や町共同作業所の利用者ら約二百人をイチゴ狩りに招きました。

同法人は、地域貢献をはじめ、子どもたちに農業と親しむ機会を提供することで農業への理解を深めてもらうことを目的に、今回初めて取り組みを実施。招かれた園児らは、大型ハウス内で生産された鈴なりのイチゴの中から赤く熟



収穫したイチゴをほおぼる上豊田保育所の園児たち（豊田地内の農場）

したものを選んで摘み取った後、「甘くておいしいなどと言いつつ採れたてのイチゴをほおぼっていました。

女性の視点やアイデアを まちづくりに生かして きらりセミナー☆

町と京丹波きらりネットワークの会が主催する「きらりセミナー☆」（京丹波町男女共同参画講座）が七月二十三日、「KYOのあけぼの大学」地域講座として山村開発センターみずほで開かれ、五十二人が参加しました。

今回の講座では、神戸女子大学教授の上野勝代さんが「二歩踏み出すためのまちづくりレシピ」と題した講演とグループワークを実施。上野さんは先進事例などを紹介しながら、「育児・介護・家庭生活に関わっている女性の視点やアイデアを、これからのまちづくりに生かすことが大切。身近なきつかけを見つけてまちづくりに参加してほしい」と話されました。



グループワークで意見を交わす参加者（山村開発センターみずほ・大村）

また、七グループに分かれて行われたグループワークでは、「子どもや孫に伝えたい京丹波町」をテーマに、それぞれのグループで活発な意見が交わされました。



これまでの経験を踏まえて地域づくりを熱く語る辻駒さん（山村開発センターみずほ・大村）

須知高校ホッケー部が全国レベルの選手を輩出

山内理恵子さんの日本代表選出と須知高校ホッケー部の全国大会出場を報告

第二回女子U-18アジアカップ
〇〇九(中国・上海で開催)の日本代表
選手に選ばれた須知高校女子ホッケー部キャプテンの山内理恵子さんが七月八日、役場町長室を訪れ、松原町長と寺井教育長に出場報告を行いました。

山内さんは、小学二年でホッケーを始め、瑞穂中学時代にはチームの中心として活躍。須知高校では、入学当初からレギュラーとしてセンターフォワードを務め、佐賀インターハイの優勝に貢献。現在も日ごろから朝練習に取

り組むなどの努力を重ねながら、ホッケー部キャプテンとしてチームを先導している功績が評価されて日本代表選手に選ばれました。山内さんに大会への思いを聞くと、「レギュラーとして活躍できるようにがんばります」と力強く決意を述べられました。



松原町長に出場報告をする野々村守監督(右)と山内理恵子さん(中央)、藤井望美さん(左)(役場町長室・蒲生)

会員の資質向上と人材育成を目指して

京都府女性の船「ステップあけほ」南丹船井支部が研修交流会を実施

京都府女性の船「ステップあけほ」南丹・船井支部が七月七日、グリーンランドみずほで研修交流会を開催し、会員約九十人が参加しました。

同支部は、京都府が実施する「女性の船」の参加者で構成され、参加経験を生かして、男女共同参画社会の実現を目指した活動を展開。今回は、会員の資質向上と地域に貢献できる人材育成を目的に研修交流会を開催されました。

研修会では、南丹市子育て支援課の土佐順貞相談員が「人生、今が旬！あなたには輝いていますか」と題して

講演。土佐さんは、「子育てとは、子どもを育てるだけではなく、子どもを幸せにすることです。子どもへの最高の贈り物は、家族が笑顔で仲良く暮らす姿なので、そのことを考えながら生活してください」と子育てへのアドバイスを送った後、「人生はいつでも今が旬です。楽しい生活を過ごすには、やりたいことを我慢せず、気楽に暮らすことが大切です」と話されました。



体験談などを踏まえた講演を聞く参加者(グリーンランドみずほ・大朴)

豪快なプレーにわき起こる歓声

泥んこソフトバレー大会

第三回泥んこソフトバレー大会(地域総合型スポーツクラブ・さんさんクラブ主催)が七月十八日、三ノ宮地内の休耕田を利用して行われ、町内外から十四チーム(約九十人)が参加しました。

開会式では、同クラブ会長の西村明男さんが「泥んこになりながらのファイナルプレーを期待しています」と選手を激励した後、女子高生や看護師などに仮装した選手らの記念撮影がチームごとに行われました。

試合が始まると、思うように動けない泥の中で必死にボールを追いかける選手の姿や、豪快に泥水の中へ飛び込みファイナルプレーを見せる姿などが見られ、会場からは大きな歓声と拍手がわき起こっていました。



楽しそうにプレーする選手たち(三ノ宮地内)

高齢者が健康でいきいきと心豊かに過ごすために

「いきいき大学」が開講

平成二十一年度「いきいき大学」が六月二十六日に開講し、町中央公民館で第一回講座を開きました。

講座では、梅原陽介氏が「京丹波町のまちづくりと活性化について」と題して講演。梅原氏は、「都会の人はわたしたちが当たり前と思うことに興味や関心を持つので、何事も視点を変えて考えることがまちづくりにつながる」と、これまでの経験を踏まえて講演しました。

同大学は、高齢者が健康でいきいきと心豊かに過ごすために、共に学び、語り合いながら、多様な学習活動を行うことを目的に、町内在住の六十五歳以上の方を対象に毎年実施。今年も七十四人の受講生を迎え、全体学習や地域(丹波・瑞穂・和知)別学習など、年間を通じて七回の学習会を開催する予定です。



講演を聞く受講生(町中央公民館・蒲生)

地域の環境美化を

目指して

丹波地区の西部六区が旧浅田農産跡地などの除草作業を実施

七月十一日、丹波地区の西部六区(安井、塩田谷、森、曾根、院内、幸野)の地域住民が、旧浅田農産跡地および施設周辺の除草作業を行いました。

この取り組みは、町有地である同跡地などの環境美化を目的に、昨年十二月から西部六区の地域住民がボランティアで除草作業を実施し、今回で三回目。安井区長の安井孝雄さんは、「地元でできることを考えて、五・七・十月の年三回、除草作業に努めています」と話し、参加した地元住民約四十人とともに、施設周辺や道路沿いなどに生い茂った雑草を草刈り機などで刈り取って



広大な敷地に生い茂った雑草などを手分けして刈り取る参加者(安井地内)

有事に備えた実践訓練

丹波地区女性消防協力隊夏季訓練

丹波地区女性消防協力隊が七月十二日、町ふれあい広場駐車場で開催された夏季訓練を実施し、隊員約六十人が参加しました。

同協力隊は、昭和五十八年十月に発足。現在は幅広い年齢層の隊員が地域防災を目指して女性ならではの細やかな活動を展開し、防火・防災に対する意識の高揚と、有事の際に被害を最小限に抑えることを目的に、夏季訓練を毎年実施。参加した隊員は、京都中部広域消防組合園部消防署員の指導のもと、てんぷら油火災の消火方法や消火器の取り扱い訓練、通報訓練、起震車による地震体験により、有事の際の対応方法を学びました。



消火器を使って実践訓練を行う隊員(町ふれあい広場・蒲生)

わたしたちの町	
人口	17,039(-25)
男	8,068(-6)
女	8,971(-19)
世帯数	6,507(+6)
8月1日現在()は前年比	

職員の配置	
■新規採用(八月一日付)	(敬称略)
■片山比佐子(京丹波町病院看護師)	
■退職(七月三十一日付)(は前職)	
■樹山敏彦	
(土木建築課長補佐兼ダム推進係長)	
■異動(八月一日付)	
■十倉隆英	
(土木建築課長兼ダム推進係長)	

【シリーズ】 **第2回**
食卓の一品に
どうぞ!!

地元で採れる旬の食材を使った料理レシピ

豊かな自然に恵まれた京丹波町では、みず菜やハウレンソウ、伏見とうがらしなど、たくさんの野菜が栽培されています。地域で採れた野菜を地域で消費する「地産地消」の取り組みは、安心・安全な食生活を支える大切なものであるとともに、食を通じて地域の良さを再認識することができます。

このコーナーでは、地産地消の取り組みを推進する食生活改善推進員協議会のみなさんに、地元で採れる旬の食材を使った料理の作り方を紹介していただきます。

今回の料理

「夏野菜カレー (豆腐と鶏肉入り)」

●【材料(2人分)】

- ご飯…………… 300g
 - シメジ…………… 50g
 - オクラ…………… 30g
 - ミニトマト…… 20g
 - 土ショウガ…… 20g
 - ◆木綿豆腐…… 200g
 - ◆鶏もも肉…… 120g
 - ◆たまねぎ…… 150g
 - ◆なす…………… 120g
 - ◆カボチャ…… 100g
- <調味料>
- ◇塩…………… 少々
 - ◇サラダ油…… 適量
 - ◇小麦粉、カレー粉、ケチャップ…各大きじ1
 - ◇水…………… 2カップ

1日に必要な野菜の量は300~350g。このメニューでは245gの野菜が取れます。



■作り方

- ①たまねぎと土ショウガはみじん切り、なすとカボチャは一口大の乱切り、ミニトマトは半分に切る。
- ②シメジをほぐし、オクラは色よくゆでて半分に切る。
- ③鶏肉は脂肪を取り除き、豆腐は水気を切り、それぞれ一口大に切ってから両面を色よく焼く。(豆腐は焼くことで水っぽくならず、形もくずれにくくなります)
- ④たまねぎと土ショウガを薄茶色になるまで炒め、小麦粉、ケチャップ、カレー粉、水を入れた後に、なすとカボチャ、シメジ、鶏肉を加える。煮立ったら弱火にして15分ほど煮る。
- ⑤オクラとミニトマト、豆腐を入れて2~3分煮てから、塩少々で味を整える。
- ⑥ラッキョウなどを添えて盛り付ける。

■栄養価(1人分)

[ご飯150gのカロリー含む]

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食物繊維	塩分
601kcal	28.6g	16.8g	195mg	8.3g	2.5g

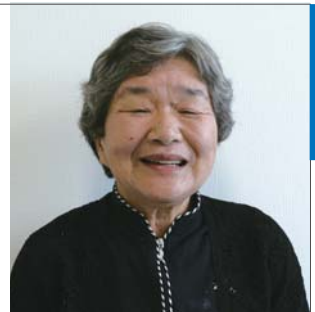
編集後記

今年の夏は、国内で46年ぶりとなる皆既日食が観測できた記念の年。編集子も久しぶりに空を見上げ、太陽が欠けた姿を観測し感動しました。ただ、今回は空に雲が広がっていたので、次回は青空の中での観測に期待したいと思います。▶昨年に続いて2回目の取材となった「泥んこソフトバレー大会」。何度見ても、田んぼに入ったことのない編集子にとっては、泥だらけでプレーする選手の姿がとても新鮮に映ります。いつの日か、編集子も取材ではなく、参加できたらと思います。(K)

野菜の苦手な子どものことを考えて、旬の野菜をたっぷり使ったカレーを作りました。この料理は、カロリーや脂質、塩分を抑え、野菜の味を生かした本格的なカレーが楽しめます。また、お好みの夏野菜を加えてもおいしくいただけます。

暑い夏、バランスよくもりもり食べて元気にのりきりしましょう。

〈次回は、十一月号に掲載する予定です〉



食生活改善推進員協議会
副会長 山田純子さん
(高岡)

一言アドバイス