

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

広報 京丹波

KYOTAMBA

NO.68
6月号

2011年6月15日発行



タケノコ掘りで
季節を感じる

特集 **スポーツで育むふれあいの輪**



特集 スポーツで育むふれあいの輪

健康づくりや多くの人たちとの交流を深める「スポーツ」。本町では、秋の一大イベントである「京都丹波ロードレース」をはじめ、町民のみなさんが集い、楽しむ場として、さまざまなイベントや大会などを開催しています。

今回は、町の一体感を育み、健やかな生活を支えるスポーツへの取り組みについて特集します。

昨年から町が主催に参画し、秋の一大イベントとして開催している「京都丹波ロードレース」。全国からランナーが参加し、秋の丹波路を駆け抜けます。今年も11月3日に開催予定。

【体育協会】
 スポーツ少年団や競技団体など十団体が加盟する組織。加盟団体が取り組む競技をはじめ、さまざまな種目の普及を目指し、支援的な役割を担います。

【体育指導委員会】
 委員数は十二人で、任期は二年。スポーツ振興に関して、組織の育成や実技指導、行政機関が行う行事への協力などを行います。

そのようなことから、楽しみながら交流が深められるよう、ホッケーやカヌーなどの特定種目を取り上げた大会、多種多様な種目を取り入れたイベントなどを計画し、幅広く町民のみなさん呼びかけしているのが「体育協会」と「体育指導委員会」です。

本町の体育行事は、社会体育を所管する教育委員会を中心に、体育協会や体育指導委員会と連携をとりながら、各集落の「生涯スポーツ推進委員」の協力を得て取り組みを実施。ほかにも、「総合型地域スポーツクラブ」が独自活動を展開するなど、さまざまな機会を通じてスポーツの普及に努めています。

なお、それぞれの組織の概要は次のとおりです。

スポーツ振興を目指し 教育委員会を中心に連携

スポーツといっても、気軽に楽しめるものから、体力や技術を要するものまで幅広くあります。

近年、健康志向の高まりから、ウォーキングやランニングで汗を流したり、仲間と一緒にゲートボールやグラウンド・ゴルフなどで楽しんだりする人たちが増えてきていますが、より多くの人たちがスポーツに親しみ、そして交流の輪を広げていくためには、参加してもらおうきっかけづくりが大切になります。



昭和38年から続けられている「和知地域親善バレーボール大会」。親善・親ほくを深める場として、年代を問わず多くの人が参加します。今年も10月23日に開催予定。



地域の活性化と交流を深めることを目的に開催されている「泥んこソフトバレーボール大会」。毎年、休耕田を利用して白熱した試合が展開されます。今年も7月31日に開催予定。

【生涯スポーツ推進委員】

委員は八十五人で、各行政区より一人選出。区民のスポーツ振興や健康・体力の増進を目指し、事業のお知らせ、参加者のとりまとめなどを行います。

【総合型地域スポーツクラブ】

地域スポーツの推進や健康増進を目指した活動を展開。町内には、次の六組織があります。

- 松山わいわいクラブ(松山地区)
- 梅田げんき村(梅田地区)
- さんさんクラブ(三ノ宮地区)
- 質美スポーツクラブ(質美地区)
- 和知スポーツクラブ(和知地域)
- 丹波スポーツクラブ(丹波地域)

スポーツの楽しさを伝える工夫を凝らした取り組み

体育協会が所管する事業には、出場状況と成績により年間の総合得点を競う「地域対抗の部」と、種目ごとに順位を競う「オープン大会の部」があり、多種多様な種目の競技を実施。ほかにも「スポーツ講演会」や「いきいきわくわくチャレンジウィーク」などにより、多角的な観点からスポーツの楽しさを伝えています。

一方、体育指導委員会は、カヌーをはじめ、テニスやスキーなどのスポーツを広く普及するために、実技指導や助言、各種教室の開催などを積極的に行っています。

また、町を代表するスポーツイベント「京都丹波ロードレース」をはじめ、和知地区の伝統行事である「和知地域親善バレーボール大会」、さんさんクラブによる「泥んこソフトバレーボール大会」など、地域の特徴を生かしたイベントも数多く実施されています。



今月の表紙

4月25日、わちエンジェルの児童が丹波自然運動公園内で体験したタケノコ掘り。うっそうとした竹林の中であちこちから顔を出すタケノコの姿に、児童たちは喜びの声をあげながら、力を合わせて掘り起こしていきました。(関連記事を14ページに掲載)

NO.68 CONTENTS

- 2 【特集】
スポーツで育むふれあいの輪
- 6 東日本大震災への継続的な支援を目指して
被災地復興を願う心を込めた取り組み
- 8 暮らしのガイド
 一京丹波町ケーブルテレビ加入者のみなさん
 2015年3月までアナログ放送が視聴できます
- 9 Dr's Message いきいき健康術
- 10 **FLASH** KYOTAMBA TOWN NEWS 2011
 最多の53チームのホッケー仲間が集う
 一ホッケーフェスティバル
 協働を基本にまちづくりを話し合う
 一区長会全体会
 建設工事が進む畑川ダムを見学
 一下山小学校全校遠足
 家族で楽しめる多彩な催しが盛りだくさん
 一ちびっこまつり
 多くの人が集い、楽しむ、交流イベント
 一障害者ふれあい広場
 肌で感じる農業の楽しさと喜び
 一竹野小学校田植え体験
 由良川を彩るこいのぼり
 一「大空の会」が90体のこいのぼりを設置
 色鮮やかな新緑と旬の味覚を満喫
 一質志鐘乳洞公園春祭り
 自然から学ぶ「アユ」の生態
 一稚アユ放流体験
 地域をあげた美化活動
 一ボランティア・ロード丹波
 プロ野球OBから熟練の技を学ぶ
 一全国少年少女野球教室
 身近な施設で自然と触れ合う
 一タケノコ掘り体験
 五穀豊穡を願う尾長野区の伝統行事
 一御田祭
 住民サービスの向上を目指して
 一全職員を対象に認知症サポーター養成講座を実施
 親子で楽しむリズムに合わせた運動
 一親子でリトミック
 色とりどりの山野草で季節を感じる
 一春・山野草の森祭り
- 16 シリーズ **季節の食材を使った
 お手軽料理レシピ**

インタビュー



京丹波町体育協会
会長 中野 昭さん

多くの人が集うことで地域の絆が、一層深まるよう、さまざまな競技種目を取り入れた事業を行っています。スポーツを通じて、子どもたちには仲間、友情、信頼、努力、思いやりの心の大切さを学んでもらうとともに、大人には未来を担う青少年の育成や多くの人と交流を深める場として、積極的に参加いただきたいと思います。

本年度の目玉としては、十月のチャレンジウィークはもちろんのことですが、地域全体で取り組む健康づくりや地域スポーツの活性化を目指した活動に対する補助事業を新設しました。生涯スポーツ推進委員を通じて活用していただき。

また、ホッケーとカヌーについては、学校や家庭、地域が丸となって優れた資質を持った人材を発掘し、体育指導委員会などと連携して育成することで競技力の向上に努めています。

今後は、町民がより一層、スポーツに興味と関心を持って気軽に参加できるように努めていくとともに、各スポーツ団体との連携を密にし、地域力の再生とスポーツイベントの充実、トップアスリートの育成を図っていききたいと思います。



京丹波町体育指導委員会
委員長 田中敏夫さん

年齢性別を問わず、京丹波町に住んでいる方に楽しんでもらえるよう初心者のためのスポーツ教室などに取り組みむとともに、体育協会と連携してスポーツの普及に努めています。

スポーツ教室では、テニス、カヌー、スキーを取り入れています。各競技を広めていくだけではなく、多くの人との出会いの場、そしてネットワークづくりの場として活用できるように、人と人とのつながりを大切にしながら取り組んでいます。

スポーツの楽しみは、努力して練習することで出来なかったことが出来るようになることだと思いますし、そこから味わえる感動と喜びはひとしおです。また、新しい出会いの中で人と人とのつながりが広がっていくことや、心身の健康につながることも楽しさの一つとしてあげられます。

今後より一層、指導技術の向上に努めていきますので、多くの方に参加いただけますようお願いいたします。

平成23年度京丹波町体育協会事業計画

	事業(大会)名	実施日	場 所
地域対抗の部	第6回ゲートボール大会	10月10日(月)	旧須知小学校芝生グラウンド
	第6回ソフトボール大会	10月30日(日)	丹波自然運動公園(野球場・球技場)
	第6回ソフトバレーボール大会	11月20日(日)	丹波自然運動公園(体育館)
	第6回卓球大会	1月22日(日)	丹波自然運動公園(体育館)
オープン大会の部	第4回ゴルフ大会	7月18日(月)	グランパール京都ゴルフクラブ
	第6回ボウリング大会	8月29日(月) 31日(水)	サンケイボウル(福知山市)
	第7回駅伝競走大会	12月11日(日)	桧山商店街周回コース
	第2回ペタンク大会(ナイター)	10月4日(火)	蒲生野中学校グラウンド
教室・講演会	弓道教室	8月上旬	須知弓道場
	いきいきわくわくチャレンジウィーク(スポーツフェスティバル)	10月4日(火)~10月10日(月)	町内各地
	スポーツ講演会・地域対抗大会表彰式	2月26日(日)	未定

多くの参加でスポーツを通じた交流を

今回紹介した以外にも、集落や団体などが主体となり、さまざまな工夫を凝らしたスポーツイベントが開催されています。

スポーツを通じた出会い、そして競技を楽しむ中で築かれる仲間意識。多くの町民が集い、ふれあいの輪を広げるためにも、スポーツを交流の場として活用し、町の一体感を育んでください。

グリーンランドみずほで全日本中学生ホッケー選手権大会を開催

8月12日~15日にかけて、中学生ホッケーの最高峰である「第41回全日本中学生ホッケー選手権大会」がグリーンランドみずほ・ホッケー場で開催されます。

大会には、本町から男女各1チームが出場し、全国から集まる強豪と対戦します。多くのおみなさんの応援をお願いします。

スポーツイベント

年間を通じて楽しめる

「いきいきわくわくチャレンジウィークin京丹波」をはじめ、「カヌーフェスティバル」や「シルバーオリンピック」など、主なスポーツイベントを紹介しながら今年度の事業計画をお知らせします。



昨年度、京都ギネスの大縄跳びで新記録を樹立した竹野口チーム。今年も各集落での取り組みを呼びかけています。

スポーツを楽しむ一週間 「いきいきわくわくチャレンジウィーク」

スポーツ活動を推進するため、十月十日から十日までを期間として、チームや団体の行事参加をはじめ、ウォーキング、キャッチボールなど、一日十五分以上のスポーツや運動、健康づくりなどに取り組むよう呼びかけます。申告用紙にスポーツ実施状況を記入して提出することで参加ができ、もれなく参加賞をお渡しします。

なお、「スポーツフェスティバル」はチャレンジウィークに含めた形でリニューアルし、「京都ギネスに挑戦」は各集落の運動会などで取り組んでいたように生涯スポーツ推進委員を通じて呼びかけています。



たくさんの企画を通じて、由良川の流れを楽しみながらカヌーの魅力味わうことができます。

由良川の流れを楽しむ

「カヌーフェスティバル」

町推進スポーツの一つであるカヌーに親しみ、その魅力を知ってもらうことを目的に、初心者から経験者まで幅広い方が楽しめる催しを企画して開催します。

- ・開催日 八月二十七日(土)
- ・場 所 カヌー艇庫(坂原)
- ・対象者 小学生から社会人

高齢者のスポーツの祭典

「シルバーオリンピック」

五十メートル走やソフトボール投げなどの種目で記録を競うとともに、体力測定や気軽に参加できる体験コーナーを設け、体力にに応じて楽しめる内容で開催します。

- ・開催日 十月八日(土)
- ・場 所 グリーンランドみずほ
- ・対象者 六十歳以上の方



「ゲートインワン」など、自分のペースで楽しめる種目も取り入れながら記録を競います。

東日本大震災への継続的な支援を目指して

被災地復興を願う

心を込めた取り組み

被災地の復興を目指した支援の輪が広がる中、本町では義援金や支援物資の呼びかけをはじめ、友好町・双葉町への調査団派遣や、京都府からの要請に基づく岩手県陸前高田市での現地給水活動への職員派遣など、さまざまな機会を通じた取り組みを展開しています。義援金や支援物資の状況と合わせ、復興への願いを込めた活動についてお伝えします。



井戸川町長(右)から避難所の状況などを聞く調査団



蒲生野中学校から贈られた支援メッセージを手にする井戸川町長ら

「町民の思いを胸に」 調査団が避難所を訪問

双葉町が災害対策本部を置く避難所(旧騎西高校、埼玉県加須市)へ継続的な支援を行うために、四人の町職員を調査団として派遣。調査団は四月二十七日に訪問し、今後の支援方法を検討するため聞き取り調査や、町民のみなさんからの温かい思いが込められた支援金と支援物資などを届けました。

震災と原発事故の影響から、双葉町災害対策本部は川俣町合宿所(福島県・川俣町)から旧騎西高校へ移動し、約千二百人の町民と共に避難生活を余儀なくされている状況。面談では、岩崎参事が「友好町・双葉町を支援したいということ町民

も気にかけています。本日は町民から託されたものをお届けにまいりました」とあいさつした後、寺尾町長からのメッセージをはじめ、支援金と支援物資、町議会からのメッセージと見舞金、蒲生野中学校からの義援金と支援メッセージ、町に届けられた千羽鶴や手紙などを町民の思いを伝えながら手渡すと、井戸川町長は「遠いところありがとうございます。京丹波町のみなさんには本当に感謝しています。支援メッセージや手紙、千羽鶴は、ここで生活している子どもたちに紹介して励ましたいと思います」とお礼の言葉を述べられました。

その後の面談の中で、井戸川町長は「先が見えない不安があり、それが町民にとって苦痛となっています。地震や津波だけで

「ジャガイモを届けて」 双葉町に元気を

双葉町の人たちを元気づけようと、京丹波町スポーツ少年団が自分たちの手でジャガイモを育てて届ける取り組みを企画



力を合わせて種イモを運ぶ子どもたち

し、須知高校の協力を得て、四月二十四日に同校農場で植え付け作業を行いました。

この日は所属する十四団から約二百人が参加し、町社会教育委員の白樫貢さんに教わりながら、種イモ約四百個の植え付け作業を実施。現在は、収穫に向けて毎週土曜日に各団交代で草引きなどに汗を流しています。

同少年団の奥田健次本部長は、「ジャガイモを育てる中で、チームを超えたつながりを持ち、仲間意識を育むとともに、思い



子どもたちにジャガイモの植え方を教える白樫さん

やりの心を養ってもらいたい」と話しました。

また、幼稚園や小学校、各集落などでも同様の取り組みがされており、息が長い支援を目指した活動が町内全域に広がっています。



大きく育つように願いながら種イモを植え付ける子どもたち

「義援金などの受付状況」

本町では、四月十九日から二十六日の期間に「支援物資」を呼びかけ、現在も「義援金」と双葉町への「復興支援募金」を募っています。

【受付状況】		*平成23年5月31日現在	
		受付金額	
義援金		8,196,081円	
復興支援募金		2,478,846円	
支援物資		受付数	
洗濯洗剤		536個	
ティッシュペーパー		1,147箱	
水、お茶など		262本	
野菜・果物ジュース		166本	
カップめん		545食	
カップ味噌汁など		28食	
トイレトペーパー		174個	
乾電池(単1、単2)		20個	
柔軟剤、台所洗剤など		17個	
ビスマット		1箱	

調査団派遣に合わせて支援金と支援物資を双葉町に届けましたので、支援物資については今後も必要な物資や量などを確認しながら、ホームページとケーブレットの文字放送で呼びかけ情報をお伝えします。

はなく、原発の問題があり目標が見えてこない、今は誰も目標を言う人がいない状況です」と厳しい現状を語りながらも、本町のスポーツ少年団が支援に向けてジャガイモを植えたことを伝えると、「ぜひ子どもたちにも伝えて、負けないようにがんばります。これからのまちづくりは子どもたちに託そうと考えています。復興のためにもこのような優しい気持ちを育てていきたいと思います」と涙を流しながら喜びの気持ちを話されました。

そして面談の最後には、今後も連絡を取り合いながら復興に向けた継続的な支援を行うことを約束し、調査団は現地を後にしました。

【問】
京丹波町災害支援対策本部
総括班(総務課)
☎82-0200

*義援金に関しては
税務課 ☎82-3802

*支援物資に関しては
住民課 ☎82-3803

京丹波町ケーブルテレビ加入者のみなさん

2015年3月まで アナログ放送が視聴できます

2011年7月24日に地上アナログ放送は終了しますが、京丹波町ケーブルテレビでは加入者のみなさんの利便性向上を目指し、以降もアナログ放送が視聴できるよう「デジアナ変換」によるサービスを実施します。

「デジアナ変換」とは

地上デジタル放送をアナログ方式に変換して配信するサービス。本町では、受信した地上デジタル放送を情報センターで変換し、従来どおり「デジタル放送」と「アナログ放送」の2種類の電波で配信します。

「デジアナ変換」によるメリット

地上アナログ放送が終了すると、本来は地デジ対応のテレビかチューナーが必要となりますが、今後一定期間アナログテレビを使って番組映像を見ることが出来ます。ただし、次のとおり機能上の制約などがありますのでご注意ください。

- ① 画面の中に黒帯が付き、画面右上に「デジアナ変換」の表示が入ります。



(例)画面の上下が黒帯の場合



(例)画面の上下左右が黒帯の場合

- ② 「データ放送」「電子番組表」など、次の機能は利用できません。



Gガイドなど電子番組表



データ方法や文字放送



5.1チャンネルサラウンド放送
(専用機器を使っても利用できません)

- ③ 「1回だけ録画可能」なコピー制御がかかり、DVD/HDDレコーダーでの録画・ダビングに制限が加わります。

- ・CPRM非対応のDVD-R/+R/+RWには録画できません。
- ・内臓ハードディスクからDVDディスクにはダビングできません。
- ・デジタル録画機器へはダビングできません。
- ・パソコンの場合、視聴や録画ができないことがあります。

- ④ 二カ国語デュアルステレオの場合、第一音声のみとなります。

【問】京丹波町情報センター ☎88-5000

『医療における放射線被ばくについて』

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。今回の担当は和知診療所の放射線技師 諫本慶春さん。医療機関や健診などの検査で使われる放射線についてのお話です。

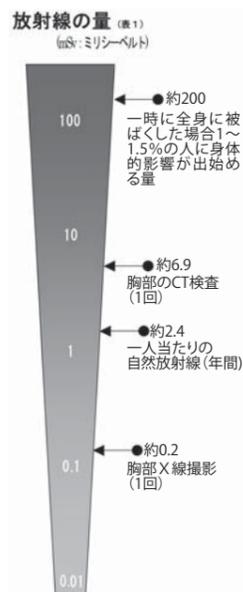
レントゲン検査をするとき、放射線による被ばくを心配され怖いと感じられる方も多いのではないのでしょうか。

実際レントゲン撮影やCT検査ではX線という放射線を用いていますので、不安に感じられるのは無理もありません。しかし、わたしたちは日常生活の中でも、大地や宇宙、食物などから自然放射線を常に受けており、その被ばく量は健康にまったく影響の無い量であることを知っておいてください。

放射線に対する正しい認識を

放射線による検査で受ける被ばく量は、胸部X線撮影を例にとると、自然放射線による年間被ばく量の十分の一程度です。また、一部の人で健康に影響が出始めるといわれる被ばく量と比べると千分の一程度です。で、いかに少ない放射線で検査を行っているかお分かりいただけると幸いです。(表1参照)

放射線による検査は、病気が見つかるなど患者の受ける利益が、被ばくによる危険性より十分大きい場合にのみ行なわれますので、安心して検査を受けてくだ



いざもとよしはる
放射線技師 諫本慶春さん
(和知診療所)

さい。ただ、胎児や小児は放射線に対する感受性が強い。ため、妊娠中や妊娠の可能性のある女性、小児は注意が必要ですが、この場合も通常の検査で放射線の影響が出るような線量を受けることはありません。心配な場合は、医師や放射線技師に相談してください。

和知診療所では、毎週木曜日の午後五時三十分から七時まで夜間診察を行っています。
☎84-1112

Dr's Message

いきいき健康術 第46回

最多の五十三チームのホッケー仲間が集う

■ホッケーフェスティバル

四月二十九日と三十日の二日間、第六回京丹波町ホッケーフェスティバルがグリーンランドみずほホッケー場で開催されました。

大会は、町内外のホッケー仲間が一堂に会し、競技力の向上と交流を図ることを目的に、小学・中学・一般の男女別、計六部門で実施。今回は過去最多の五十三チーム（約五百人）が参加したことから、初の二日間開催となり、初日に小学・一般の部、二日目に中学の部の試合が行われ、選手たちの素早いパス回しや巧みなスティックさばき、チーム一丸となってゴールを目指す姿に、応援席からは大きな声援が送られました。



長澤選手に果敢に挑む選手たち
(グリーンランドみずほ・大朴)

ケー日本代表選手坪内一浩さんと長澤克好さんが駆けつけ、パスやシュートの実演を行った後、小学生の代表チームと対戦し、巧みな技を披露。試合の間には、国民文化祭のマスコットキャラクター「まゆまる」も登場し、場を和ませました。

協働を基本にまちづくりを話し合う

■区長会全体会

京丹波町区長会が五月十四日、山村開発センターみずほで全体会を開催し、区長や町幹部職員ら約百十人が出席しました。

全体会は、町民の目線に立った行政の推進を目指し、町内八十五集落の区長と幹部職員が情報共有および意見交換を図る場として、昨年度から実施。会議では、寺尾豊爾町長が「職員が熱意と誠意をもつて即座に対応することで協働の根幹となる信頼関係が形成されると考えているので、そのことを基本に行政を推進していきま



会議であいさつをする寺尾町長(山村開発センターみずほ・大朴)

す」と施政方針を交えてあいさつした後、本年度の予算や事業概要の説明、質疑応答が行われました。閉会あいさつで吉田昭会長(本庄)は、「『心の合併』と『地域の発展』を目指し、より一層地域が連携を密にできるよう区長会としても取り組んでいきたい」と話されました。

建設工事が進む畑川ダムを見学

■下山小学校全校遠足

五月六日、下山小学校の児童七十一人が畑川ダムの建設現場を訪れ、工事の様子を見学しました。

畑川ダムは、洪水対策や水道用水の確保を目的に、平成二十四年度完成を目指して、京都府と本町

が共同で事業を実施。工事の様子を広く公開するために、学校や団体などの要望に応じて現場見学会を行っており、今回は地元で進められている工事の様子を知るために、同校が全校遠足で訪れました。児童たちは、畑川ダムの概要について説明を受けた後、五班に分



職員の説明を受けながら見学する児童たち
(畑川ダム建設現場・下山)

家族で楽しめる多彩な催しが盛りだくさん

■さびつこまつり

五月五日、丹波自然運動公園で「ちびつこまつり」が行われ、町内外から訪れた多くの家族連れらでにぎわいました。

このイベントは、ゴールデンウィークの一日をスポーツやレクリエーションで楽しみ、親子のふれあ

いど次代を担う子どもたちの健全な成長に役立てることを目的に毎年実施。メイン会場のこども広場では、アイドルのライブやバルーンアートのパフォーマンスショーをはじめ、金魚のつかみどり、警察・消防コーナー、フリーマーケットなど多彩な催しが行われ、五月晴れで汗ばむような陽気の中、来園者たちは楽しい一日を過ごしていました。



多くの人たちでにぎわう園内(丹波自然運動公園・曾根)



アイドルのライブを楽しむ来園者

多くの人が集い、楽しむ、交流イベント

■障害者ふれあい広場

五月十五日、第四十五回障害者ふれあい広場「スポーツ・レクリエーションフェスティバル」(京都府主催)が丹波自然運動公園で行われ、約四千二百人が参加しました。

このイベントは、障害者スポーツの振興と障害に関する理解を深めることを目的に、多くの府民が集い、ふれあう場として実施。今回は、パン食い競争やフライングディスク投げなどの「スポーツコーナー」をはじめ、福祉施設や共同作業所が自主生産した製品などを販売

する「ふれあいコーナー」、園内を散策する「ウォークラリー」の三部門が設けられ、参加者たちはさまざまな機会を通じて交流を深め、楽しい時間を過ごしていました。町身体障害者福祉会(いちだんぱ)の会長は、「多くの人たちと交流することができてうれしく思います。今後もたくさんの方々が計画されているので、できるだけ多くの方に参加いただき、楽しんでもらいたい」と話しました。



輪をめぐらせてフライングディスクを投げる参加者(丹波自然運動公園・曾根)



パン食い競争でゴールに向かって走る参加者

肌で感じる農業の楽しさと喜び

■竹野小学校田植え体験

竹野小学校の二・三年生十人が五月十六日、高岡地内にある山田元さんの田んぼで田植え体験を行いました。

この取り組みは、地元農家の山田さんの協力を得て田植えから収穫までの米作りの過程を体験することで、自然や地域の人々との関わり大切さを学ぶことを目的とし、今回で十一回目。児童たちは、山田さんから苗の植え方や米作りの工程などの説明を受けた後、素足で田んぼに入り、ぬかるみに足をとりながら、ゆっくりといねいに苗を植え付けていきました。

指導にあたった山田さんは、「米作りを体験する中で農業の楽しさや喜びを知ってもらうとともに、郷土への愛情を育くむ機会にしてもらいたい」と話しました。



手植えでの田植えを体験する児童たち
(高岡地内の田んぼ)

由良川を彩るこいのぼり

■「大空の会」が九十体のこいのぼりを設置

四月二十六日―五月十五日までの間、和知地区の有志でつくる「大空の会」が、和知バス車庫付近から対岸(約九十二メートル)までの由良川上空に約九十体のこいのぼりを泳がせました。

この取り組みは、由良川の景観を生かして地域の活性化を図ることを目的とする同会が、昨年の鉄道開通百周年を契機に始めたもの。今年は雨の影響から四月二十三

日、二十四日、二十六日の三日間をかけての設置作業となりましたが、会員らは大きさや色合いなどを確かめながら一体一体といねいに取り付けをし、由良川上空を色鮮やかに彩りました。

同会の竹内透会長は、「東日本大震災が発生し、多くの人に元氣を出してもらいたいとの願いを込めて取り組みました。何事も継続することが大切なので、今後も続けていきたいと思えます」と話しました。



由良川上空を優雅に泳ぐ色鮮やかなこいのぼりの群れ

色鮮やかな新緑と旬の味覚を満喫

■質志鐘乳洞公園春祭り

質志鐘乳洞公園で春祭りが行われ、五月一日に「野路の会」(神谷みつ子代表)、四日に「あけぼの会」(北村辰浩代表)が屋台を出店し、地元で採れた旬の山菜やタケノコなどを使った料理をふるまいました。

春祭りは、同公園協力会と地元住民グループが主催し、開園当初から実施している恒例行事。今年

も京阪神などから多くの家族連れらが訪れ、釣り堀や大型遊具で遊んだり、旬の味覚を味わったりして楽しんでいました。

また、同公園では、季節の風物詩であるこいのぼりをゴールデンウィークに合わせて設置しており、今年も新緑鮮やかな山間の中、約三十体のこいのぼりを優雅に泳がせました。



旬の山菜を使った料理を味わう来園者(質志鐘乳洞公園・質志)

自然から学ぶ「アユ」の生態

■稚アユ放流体験

和知川漁業協同組合が五月二日、和知小学校の五年生を本庄地内のフカイ河原(由良川)に招いて、稚アユの放流体験を行いました。

放流体験は、地元の児童が地域ブランドであるアユの生態などを学ぶ機会として毎年行っているもの。児童たちは、組合員からアユの生態などについて説明を受けた後、バケツに移された体長約九センチの稚アユをゆっくりといねいに放つていきました。

同組合の野間之暢組合長は、「今回の体験を通じてアユの生態を学んでいただくとともに、自然に親しむきっかけにしてもらいたい」と話しました。

また、同組合では、下山小学校の五年生を対象に、五月十一日に高屋川で放流体験を実施。ほかにも、五月二日・九日・十一日の三日間で約千三百匹(放流体験含む)の稚アユを由良川流域に放流しました。

なお、今年六月十九日にアユ友釣りが解禁されます。



稚アユを放流する児童たち(由良川・本庄地内)

プロ野球OBから熟練の技を学ぶ

■全国少年少女野球教室

全国少年少女野球教室が五月八日、丹波ひかり小学校グラウンドで行われ、本町と亀岡・南丹市の小中学生約百人が参加しました。同教室は、プロ野球OBなどで組織する全国野球振興会が「百万人とキャッチボールを」を合言葉に、プロ野球経験者を全国に派遣して実技指導などを行い、野球を通じてスポーツの普及や振興を目指すもの。今回は京都府出身で元阪神監督の吉田義男さんら六人のプロ野球OBが指導者として参加し、キャッチボールをはじめ、ポジションに分かれての守備練習やフリーバッティングによる打撃練習を行い、子どもたちに野球の基本動作やプロの技などを教えました。

地域をあげた美化活動

■ボランティア・ロード丹波

今年度第一回目の「ボランティア・ロード丹波」が四月二十四日、丹波自然運動公園前から京都縦貫自動車道入口までの国道九号沿いを対象に行われ、百三十四人が参加しました。

この取り組みは、訪れる人々を美しい道路環境で迎えることを目的に、地域住民と町、道路管理者(国土交通省)が協力して美化活動を行うもの。この日は、代表の寺尾豊爾町長が「みなさんのご協力

に感謝するとともに、交流を深める場として活用いただき、仲のよい町をつくらせていきたいと思います」とあいさつした後、参加者たちは歩道植樹帯の除草作業やたばこの吸殻などのごみ拾いを手分けして行い、ゴールデンウィークで多くの人が利用する道路の環境美化に努めました。

なお、今年度は、七月三十一日と十月三十日に実施を予定していますので、多くの方のご協力をお願いします。



植樹帯の除草作業を行う参加者(国道9号沿い歩道・須知)



元近鉄の佐野投手から投球フォームの指導を受ける参加者(丹波ひかり小学校・須知)

身近な施設で自然と触れ合う

■タケノコ掘り体験

丹波自然運動公園が四月二十五日、わちエンジェルの子供を招いて、タケノコ掘り体験を行いました。

同公園では、子どもたちが豊かな自然と触れ合う中で地域に開か

れた身近な施設となるよう、毎年この時期に体験活動を実施。園児たちは、地面から頭を出したタケノコを見つけると、同公園職員らに手伝ってもらいながら次々と掘り起こしていきました。

同公園の田淵敬治園長は、「自然の恵みを受けて育ったタケノコ

に触れ、そして味わうことで、自然の素晴らしさと大切さを知ってもらいたい」と話しました。

なお、四月二十六日にはみずほ保育所、四月二十七日に上豊田保育所と下山分園、四月二十八日に須知幼稚園の園児たちが招かれ、同様に体験活動を行いました。



力を合わせてタケノコを掘り起こす園児たち
(丹波自然運動公園・曾根)

五穀豊穣を願う尾長野区の伝統行事

■御田祭

毎年恒例となっている「御田祭」が五月二十九日、京都祇園八坂神社の御分社がある尾長野区(下山)で行われました。

この日は台風二号の影響から大雨となり、早乙女(おとめ)による田植えと地元の丹波八坂太鼓保存会による奉納演奏は中止となりましたが、式典をはじめ、巫女による八坂舞や同神社青年部による獅子舞の演舞などはテントを使って行われ、今年の五穀豊穣を願いました。

御田祭は、昭和四十五年から続く伝統行事で、毎年五月末の日曜日に開催し、本年度で四十一回目。一連の行事として、十月中旬に稲刈りをし、そのわらを使って十二月



五穀豊穣を願って八坂舞を舞う巫女(下山地内)

中旬にしめ縄をない、同神社へ奉納されます。

住民サービスの向上を目指して

■全職員を対象に認知症サポーター養成講座を実施

町はこのほど、住民サービスの向上を目指し、職員研修の一環として「認知症サポーター養成講座」を実施しました。

講座では、京丹波キャラバン・メイトのみなさんが物忘れと認知症の違いを寸劇でわかりやすく説明した後、認知症の人と家族の会・京都府支部代表の荒牧敦子さん(妙楽寺)が「認知症を理解して地域で支えよう」と題して講演。受講内容を生かし、町では親しみやすく利用しやすい環境づくりに努めていきます。

なお、同講座は、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を



講座を受講する職員(町中央公民館・蒲生)

保健福祉課
地域包括支援センター
☎86-1370

親子で楽しむリズムに合わせた運動

■親子でリトミック

五月二十五日、子育て支援センター交流会事業の一環として、山村開発センターみずほで「親子でリトミック」が行われ、二十六組の親子が参加しました。

交流会事業は、丹波・瑞穂・和知の子育て支援センター利用者が一堂に会し、ふれあいと親ばくを深めることを目的に実施しており、今回は亀岡市の小学校で特別支援教育指導員をされている藤田智子さんを講師に招き、音楽に合わせて体を動かす「リトミック」をテーマに開催しました。

この日、参加者たちは藤田さんの指導のもと、音楽に合わせたリズム体操やバスタオルを使ったゆりかご遊びなどで体を動かした後、絵本の読み聞かせを体験し、ゆつくりとした時間の中で親子のふれあいを楽しんでいました。

なお、今年度の交流会事業は、次のとおり計画しています。

- ・楽しい人形劇…七月二十日(水)
〈和知ふれあいセンター〉
- ・「救急講習会」…十月十九日(水)
〈町生涯学習センター〉



音楽に合わせてリズムカルに体を動かす参加者
(山村開発センターみずほ・大朴)

色とりどりの山野草で季節を感じる

■春・山野草の森祭り

五月三日・四日の二日間、「春・山野草の森祭り」が、わち山野草の森で行われました。

祭りでは、サクラソウやイカリソウなど約百五十点を展示した「春の山野草展」(四月二十九日～五月五日)をはじめ、エビネの展示即売会、苔玉教室、旬の山菜料理

やつきたてのヨモギもちなどが味わえる「美味しいものコーナー」などが催され、町内外から訪れた多くの来場者でにぎわいました。

同園では、「山野草の森祭り」を年に五回計画しており、次回は八月六日・七日の二日間予定されています。



山野草展を楽しむ来場者(わち山野草の森・坂原)

人の動き

(敬称略)

■財産区管理委員会委員

〔須知財産区〕

- 村山智加男(安井) ▼松本寛(曾根)
- 須知要(上野) ▼山崎俊雄(蒲生)
- 中村忍(高岡) ▼松谷實二(高岡)
- 小谷亨喜男(須知)

〔高原財産区〕

- 上仲幹雄(下山) ▼鈴木敬三(下山)
- 森脇幸夫(実勢) ▼太田誠一(富田)
- 山本正行(富田) ▼山田正雄(豊田)
- 久保元明(豊田)

■緑の指導員

- 丹波地区/横山孝司(口八田)
- 瑞穂地区/花木榮二(三ノ宮)
- 和知地区/蒲生稔(稲次)

*京都府知事からの委嘱を受け、鳥獣保護のための巡回と、森林や自然環境の保全に対する巡視を行います。

■自衛官募集相談員

- 岩崎栄喜雄(須知) ▼小川啓一(水原)
- 田畑実(才原)

*町長と自衛隊京都地方協力本部長からの委嘱を受け、自衛官志願者に対して、自衛隊に関する情報提供や広報活動などを行います。

わたしたちの町

人口	16,495(-24)
男	7,797(-15)
女	8,698(-9)
世帯数	6,432(±0)
6月1日現在/()は前月比	



[シリーズ] **第9回**
食卓の一品に
どうぞ!!

季節の食材を使った お手軽料理レシピ

このコーナーでは、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食生活を通じた健康づくりに取り組んでいる食生活改善推進員協議会のみなさんに、季節の食材を使って簡単に調理できる料理を紹介していただきます。

今回の
料理

鶏肉と ふきの煮物



1日に必要な野菜の量は300~350g。このメニューでは50gの野菜が取れます。

【材料(4人分)】

- ◆鶏胸肉.....300g
- ◆ふき.....200g

<調味料>

- ◇濃口しょうゆ..... 小さじ1
- ◇さとう..... 大さじ1
- ◇薄口しょうゆ..... 大さじ2
- ◇みりん..... 大さじ1
- ◇水..... 1カップ(200ml)
- ◇酒..... 大さじ2

■栄養価(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食物繊維	塩分
222kcal	15.4g	12.9g	25mg	0.7g	1.8g

■フキ(茎)の下処理

- ①鍋に入る長さに切ってから、まな板にのせて粗塩をふり、手のひらで前後に転がして板ずりする。
- ②沸騰したなべに、塩がついたまま太い順に入れて2分程度ゆでる。
- ③冷水で手早く冷やし、切り口の太い方から引くようにして皮をむいた後、30分程度水につけてアクを抜く。
- ④取り出して食べやすい大きさに切る。

■作り方

- ①フキの葉はしんなりするまでゆでてからせん切り、鶏肉は一口大の削ぎ切りにし、サッと湯通しをする。
- ②調味料をすべて入れて煮立たせ、鶏肉を入れて約5分、茎を加えてさらに5分煮る。
- ③別の鍋に煮汁を少しとり、葉を軽く煮た後、②と合わせて器に盛り付ける。

〈次回は9月号に掲載する予定です〉

毎年この時期になると、取材や草刈りに追われて慌ただしい日々を過ごしていますが、今年は息子とのふれあいを楽しみながらゆったりとした時間が流れています。と言うのも、息子と散歩をしていると、たんぽぽや三つ葉など何気ない草花をゆっくりと見つめたり、水の流れや鳥が飛ぶ姿を興味深く見つめたりして、普段とは違う緩やかな時間が味わえるからです。みなさんも一度、ゆっくりと時間をかけて周囲の景色などを眺めてみてはいかがでしょうか。(K)

編集後記

「食」は私たちの生活に欠かすことができないものですが、食べている物や食生活に不安を感じている方も多いのではないのでしょうか。
京丹波町は自然に育まれた四季折々の食材が豊富で、安心・安全な食生活を支える「地産地消」を取り組むための条件に恵まれています。健康の基本は毎日の食生活にあります。主食・主菜・副菜を基本に栄養バランスを考え、旬の食材を上手く使って食事を楽しんでください。
また、毎年六月は「食育月間」、毎月十九日は「食育の日」です。もっと元気な毎日を送るために、「食」について正しい知識を身につけ、自分自身や家族の食生活を見直してみましよう。



保健福祉課
かんぼやし さゆり
栄養士 上林小百合さん