

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

NO.122

2015年12月17日発行

12月号



晴れやかな晩秋の
丹波路を駆ける



今月の表紙

丹波自然運動公園を発着点として2015京都丹波ロードレース大会を開催。約3,700人のランナーが秋色に染まる丹波路を駆け抜けました。

NO.122 CONTENTS

- 2 日本のふるさと創生へ
京丹波町創生戦略
- 6 バイオマス産業都市構想策定へ
- 7 PHOTO FLASH
2015京都丹波ロードレース大会
- 8 Dr's Message いきいき健康術
- 9 **FLASH** KYOTAMBA TOWN NEWS 2015
 - 思い込め打つ
—DONと来い
 - 文化活動を披露
—文化祭
 - 夢に向かい学ぶ
—起業セミナー
 - 自然の色を染め出す
—木育事業
 - 町消防団などが受賞
—京都府消防大会
 - 町内企業の活性化へ
—京丹波町産業ネットワーク
 - 緑あふれるまちへ
—合併十周年記念植樹祭
 - 健康のための第一歩
—一般健康講座

12 【シリーズ】食卓の一品にどうぞ!!

日本のふるさと創生へ

京丹波町

創生戦略

町では、このほど、二〇一五年から二〇六〇年までの町の人口の推移を示す「京丹波町人口ビジョン」と、二〇二〇年までを期間とする「京丹波町創生戦略」を策定しました。



寺尾町長へ答申書を手渡す中西会長(写真右)。写真奥は山本副会長(役場町長室・蒲生)

地域創生へ策定

京丹波町創生戦略の策定にあたっては、平成二十八年度までを計画期間とする「京丹波町総合計画」の次期計画策定と合わせて審議するため、五月二十七日、京丹波町総合計画審議会(中西和之会長)へ諮問しました。審議会では、委員から出された意見を反映した中間案を取りまとめ、広く意見を求めるパブリックコ

創生戦略とは

今回策定した京丹波町創生戦略と京丹波町人口ビジョン。これは、平成二十六年十一月二十八日に施行された「まち・ひと・しごと創生法」に基づいて策定したものです。

この法律にもとづき国、府ではそれぞれ総合戦略を策定。本町では、この戦略を考慮しながら、今後の進むべき方向性を示す創生戦略と、目標とする人口を示す人口ビジョンを策定しました。

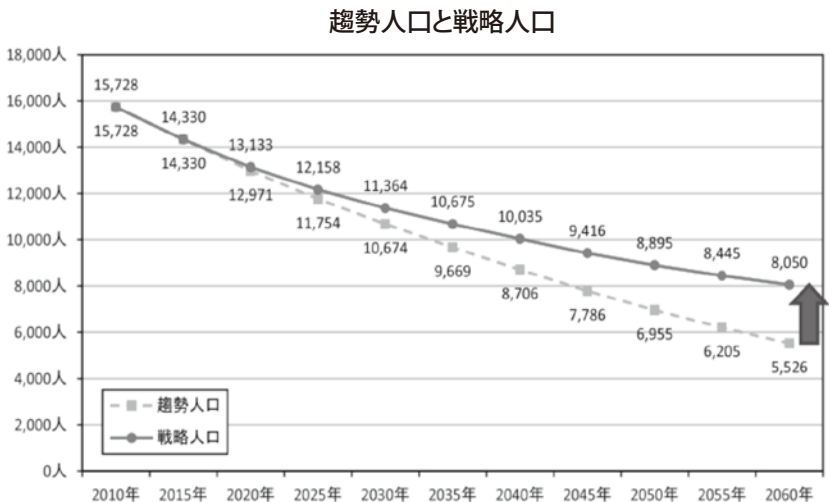
創生戦略は、平成二十九年度から十年間の町の道しるべとなる第二次京丹波町総合計画において「核」となるべきものです。町では、この戦略をもとにさまざまな施策を推進していきます。

京丹波町人口ビジョン 〈人口10,000人を維持へ〉

2060年までの本町の人口を推計し、目標人口を示す「京丹波町人口ビジョン」。この中で、本町の人口は、1995年ごろから少子化・高齢化とともに都市部への人口流出などを要因として減少傾向にあります。

人口ビジョンでは、国立社会保障・人口問題研究所の推計人口により実態に即した補正を行ったものを「趨勢人口」とし、2040年には8,706人、2060年には5,526人にまで減少すると見込んでいます。主な要因としては、出生数から死亡数を差し引いた「自然動態」が年間マイナス150人程度で推移していること、転入・転出による「社会動態」も転出が上回っていることなどが挙げられます。また、本町では、高齢者人口の増加もピークを迎えます。

人口増を見込むことが難しい状況の中で、人口ビジョンでは、創生戦略に掲げる事業を進めることで、戦略人口として2040年に1万人程度、2060年には8,100人程度の人口規模を目指します。



住み続けたいまち 安心して暮らせるまちへ

基本目標 1

地域経済支援による しごとづくり

「農林業」を若い世代が安心して暮らせる「産業」として再構築し、担い手不足の解消と域内経済の循環を図ります。また、町内企業への支援と域内経済循環の仕組みづくりによる域内消費を促進します。

政策パッケージ

- 包括的創業支援の推進
- 福祉サービス産業の活性化
- 農林業の成長産業化
- 地域活性化のための情報共有化
- バイオマス産業都市の推進
- 新規就農・就業者への総合的支援

基本目標 3

地域総がかりで育む 子育てからひとづくり

子育て支援の充実を実感する施策の推進と、郷土愛が持続する教育の機会創出により、人材の循環を図ります。

政策パッケージ

- 総合的な少子化対策の推進
- 多様な教育機会の充実
- 地域子育て支援センターの充実
- 子ども・子育て支援の充実

基本目標 2

京丹波町への ひとの流れづくり

「食」といえば京丹波であること を最大限に発信し、地域内でのモノの循環・流通と、ひとの交流から生まれる定住の流れをつくり、地域内での経済循環を図ります。

政策パッケージ

- 移住希望者への支援強化
- 移住環境のトータルサポート
- 食実幸健食の郷 ● 京丹波の推進
- 地元学生定着促進プランの推進

基本目標 4

「災害の少ないまち」で の防災まちづくり

大規模災害が頻発する中で、将来にわたって「災害に強いまち」を目指し、地域防災力や危機意識の向上による災害への備えに対する機運を高めます。

政策パッケージ

- 「災害の少ないまち」での防災まちづくり

基本目標 5

時代に合った地域づくり と暮らしの安心づくり

生産人口の増加と、健康長寿なまちの形成により人口の流出を抑えます。また、子どもからお年寄りまでが健やかで安心して暮らせるための暮らしの循環を進め、安心・安全なまちの形成や地域内のつながりを強化します。

政策パッケージ

- 地域と地域を結ぶネットワーク形成
- 健康づくり・地域包括ケアシステム構築の推進
- 多世代交流拠点整備の推進
- 安全な生活基盤整備
- 地域（ふるさと）再生の推進

〈総合計画の策定へ〉

町では、今後、策定した創生戦略をもとに人口ビジョンに掲げる戦略人口の実現を目指します。

また、来年度で計画期間が終わる京丹波町総合計画を引き継ぐ次期総合計画については、京丹波町総合計画審議会で審議され、来年度に答申される予定となっています。

※今回概要を掲載した「京丹波町創生戦略」と「京丹波町人口ビジョン」、また、創生戦略に掲げた目標実現のための事業概要「戦略付属資料」、住民3,000人、町内中学・高校生500人を対象に実施したアンケートの「報告書」は、町ホームページで公開しています。

京丹波町創生戦略

自給自足的循環社会のイメージ

基本理念

日本のふるさと。
自給自足的循環社会 ● 京丹波

町民・団体・企業・行政

連携

〈ひとづくり〉

- 食育推進計画の推進（農林業と連携）
※ 食文化の継承・作る喜びを伝える
- ライフデザイン教育を推進
※ 保育実習・外部講師による体験講座等
- 幅広い人材、資源を活用した教育の推進

〈しごとづくり〉

- 地域資源を活用する起業家誘致
- 林業の担い手を育成
- 木材需要の拡大を推進
- 木質バイオマスエネルギーの導入
- 「長老ヶ岳」の活用

子育て力

森林

食

地元力

〈ひと・モノの流れづくり〉

- 新たな加工品の開発
※ 「京丹波の米で、京丹波の酒を」
- 農業の担い手育成、空き家活用
- 観光フードツーリズムを推進
※ 直売所で「買う」「食べる」「体験する」
- エネルギーの町内循環

〈安心づくり〉

- 「災害の少ないまち」の利点を活用
- 住民の危機意識の醸成
- ご近所力を強化

〈創生戦略で目指す姿〉

人口ビジョンに掲げる戦略人口を達成するため、戦略では「日本のふるさと。自給自足的循環社会 ● 京丹波」を基本理念に掲げています。

本町には「森林」「食」「子育て力」「地元力」という、これまでのまちづくりで作り上げてきた強みがあります。この強みを生かし、互いが関連しあうことが、地域創生に向けたより大きな力となります。

この力がまちづくりに発揮され、まちに活気があふれば、ひとを呼び込む原動力となります。

戦略では、この活気あるまち（社会）を「自給自足的循環社会」とあらわし、穏やかでどこか懐かしさを感じられる「日本のふるさと」を目指します。



青空のもと駆け出すちびっ子ランナー（3kmロードレース）

PHOTO FLASH 2015 京都丹波 ロードレース大会

「京都丹波ロードレース大会」が11月3日、府立丹波自然運動公園を發着点として開催。ゲストランナーに森脇健児さんを迎え、3,690人のランナーが、色づき始めた山々に囲まれた丹波路を駆け抜けました。



親子で元気にスタート（3kmファミリー）



建設中のトレーニングセンター前を駆け抜けるランナー（10kmロードレース、ハーフマラソンマスターズの部）



坂道ダッシュでスタート（5kmロードレース）



給水所ではボランティアの皆さんもランナーを応援（曽根）



紅葉を背に走り出すランナー（ハーフマラソン）



開始式でランナーにエールを送るゲストの森脇健児さん



ゴールでは京丹波ほたるの里の皆さんが黒大豆枝豆でおもてなし



丹精込めて育てられた作品が展示された菊花展



うまいもの市は今年も大盛況

バイオマス産業都市構想策定へ



策定に向け情報交換

策定委員会の第一回会合を十一月十二日、京丹波町役場議場で開催しました。

委員会では、寺尾豊爾町長が委員へ委嘱状を交付。互選により委員長に清水夏樹京都大学森里海連環学教育ユニット特定准教授を選出

町ではこのほど、地域資源を活用したまちづくりの指針「バイオマス産業都市構想」策定に向け、京丹波町バイオマス産業都市策定委員会（以下「策定委員会」）を設置しました。



委嘱状を受け取る清水特定准教授（役場議場・蒲生）

その後、策定を目指すバイオマス産業都市について事務局が説明。委員らは、早速それぞれの分野での取り組み状況などを出し合っていました。
委員会では今後、本年度中の構想策定、平成二十八年十一月の国認定を目指します。
委員は下表のとおり。

バイオマス産業都市とは

このたび策定を目指す「バイオマス産業都市構想」。本町では、現在の約八三パーセントを占める森林資源の活用に向けて検討を進めていますが、このほかにも町内には、林地残材や家畜排せつ物、食品廃棄物、稲わらなど、生物由来の有機性資源で化石資源を除いた「バイオマス（生物資源）」と呼ばれる資源があります。

町では、このバイオマス資源を活用することで、地域の特徴を生かした新たな産業を軸とした環境にやさしく災害に強いまちを目指すため、構想を策定することとしました。

全国では、友好町の北海道下川町をはじめ三十四の市町村と地域がバイオマス産業都市として認定されており、京都府内では京丹波市と南丹市が認定されています。（平成二十七年十一月現在）

京丹波町バイオマス産業都市構想策定委員会 委員名簿

所属・役職など	氏名
京都大学森里海連環学教育ユニット	特定准教授 清水 夏樹
京都府立林業大学校	副校長 江浪 敏夫
木質バイオマスエネルギー活用推進委員会	副委員長 梅原 好範
木質バイオマスエネルギー活用推進委員会	委員 樋口 義昭
木質バイオマスエネルギー活用推進委員会	委員 荻野 義教
エースジャパン株式会社	代表取締役 判藤 慶太
京都府南丹広域振興局農林商工部森づくり推進室	副室長（林業振興担当） 畑中 英樹
農事組合法人 丹波ユーク	代表理事 野村 政直
京都府南丹広域振興局農林商工部企画調整室	主査（農畜産振興担当） 島田 達生
船井郡衛生管理組合	事業課長 白井 久義
質美生活学校	大西 好美

（敬称略）

文化活動を披露

■文化祭

町文化協会（深川嘉生会長）主催の京丹波町文化祭が、十一月七日から九日まで開催されました。

十一月八日には、和知ふれあいセンターでステージの部を開催。出演者は、歌や楽器演奏、舞踊など、日ごろから取り組む文化活動の成果を発表しました。

学校のクラブ活動で取り組む成果を発表した和知小学校人形浄瑠璃クラブの児童たちは、和知



人形浄瑠璃を上演する和知小の児童ら（和知ふれあいセンター・本庄）

人形浄瑠璃会の会員とともに「傾城阿波の鳴門」を上演。来場者らは、児童たちの練習成果に見入っていました。



絵画作品などが並ぶ展示の部の会場（山村開発センターみずほ・大朴）

また、期間中、山村開発センターみずほでは展示の部を開催。書や写真、絵画などの展示が行われました。

思い込め打つ

■DONと来い

丹波八坂太鼓保存会（村上薫会長）によるDONと来い丹波八坂公演が十一月二十二日、下山小体育館で行われました。約四百人の来場者が、打ち鳴らされる太鼓の響きに聞き入りました。

第十六回目となる公演は「一打一響に思いをのせて」をテーマに開催。開会にあたり村上会長は、同会で、継続して行っている東日

本大震災で被災した宮城県南三陸町などへの支援活動にふれ「今年は日程が合わず訪問することができなかったが、東北の皆さんに思いが届くように打ちたい」とあいさつしました。

公演では、下山小の太鼓クラブによる伝統曲「八坂」のほか、保存会により伝統曲や創作曲が披露。訪れた人たちは、力強い太鼓の響きに聞き入っていました。



来場者を前に太鼓を打つ保存会のメンバー（下山小体育館・下山）

町の仮設住宅で暮らす人たちが制作した作品販売も行われ、来場者が公演の合間に買い求めています。

夢に向かい学ぶ

■起業セミナー

町と町創業支援ネットワークは、経営戦略や販路開拓などを学ぶ講座として起業セミナーを開講。第一回講座を十一月七日、丹波マークスコミュニティホールで開催しました。

講座では、一般社団法人バトルクレインプロジェクト（米田明理理事長）のメンバーによる起業家としての体験談を交えた基調講演が行われた後、受講者らが参加するチーム対抗の企業経営ゲーム「バトルクレイン」を行いました。ゲームでは、仕入れ・生産・販売などを通して売上額を競い合いました。

セミナーでは、今回を合わせて十二月十九日までに六回の講座を開催し、さまざまな分野の専門家から起業に向けた知識などを学びます。



ゲーム後、受講者にゲームの解説をする米田理事長（丹波マークス・須知）

D r ' s M e s s a g e

いきいき健康術 第100回

『ロコモティブシンドローム』

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員が皆さんにお届けする健康情報コーナーです。今回の担当は、国保京丹波町病院和知診療所の理学療法士大田有次さん。運動器の障害により健康寿命にも大きく影響するロコモティブシンドロームに関するお話です。

「ロコモティブシンドローム（通称ロコモ）」という言葉。葉をテレビや新聞などで見た人もあるかと思いますが。骨粗しょう症や足の関節・背骨の変形や痛みが原因で移動能力（ロコモーション）が低下している状態をいい、進行により介護が必要になる可能性が高くなります。

■自分でできる七つのロコモチェック

- ①片足立ちで靴下がはけない
- ②家の中でつまずいたりすべったりする
- ③階段を上がるのに手すりが必要
- ④家の中での力が必要な仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろし）が困難である
- ⑤二キロ程度の重い物（リットルの牛乳パック二本）を持ち帰るのが困難
- ⑥十五分くらい続けて歩くことができない
- ⑦横断歩道を青信号で渡り切れない

ひとつでも当てはまった方は、ロコモの可能性があります。生活習慣を見直し運動習慣を身につけることをおすすめします。



理学療法士
大田 有次 さん（和知診療所）

■毎日の生活の中でロコモ予防

〜毎日、今より10分多く体を動かす〜

- ①歩幅を広くして、速く歩く
- ②エレベーターやエスカレーターではなく階段を使う
- ③自宅近くの公園や施設を利用して運動する
- ④仕事の休憩時間に散歩をする
- ⑤休日には外出を楽しむ

などにより、毎日元気に体を動かすだけでもロコモ予防につながります。

もし、関節や腰の痛みなどで運動を行うことに不安がある場合は、医療機関を受診してご相談ください。

お知らせ

和知診療所では、訪問診療を火曜日の午後実施しています。また訪問看護についても随時実施しますのでご相談ください。

☎ 84-1112

自然の色を染め出す

■木育事業

本年度二回目の木育事業を十一月七日、わち山野草の森で開催しました。

この事業は、森林にちなんだ体験活動などを通して森を理解し、持続可能な社会づくりにつなげることを目的に実施しています。今回は、山野草の森にあるヒノキの皮とクリのイガで作った染液で草木染め体験を

行いました。

会場では、講師の片山俊明さん（本庄）が、絞りをつけた布を染液と媒染液（ミョウバン液。色を安定させるもの）につける作業を繰り返す染色方法を説明。参加者に「できあがるものは世界に一つだけのもの。楽しんで作ってください」と声をかけていました。

参加者らは、色のつき加減を確認しながら自分だけの染物づくりにチャレンジしていました。



布に染液を染み込ませる子どもたち（わち山野草の森・坂原）

町内企業の活性化へ

■京丹波町産業ネットワーク

町ではこのほど、京丹波町産業ネットワークを組織し、十一月十三日、丹波マーケスコミュニケーションズホールで発足式を行いました。

このネットワークは、町内企業のほか、連携協力機関として行政・金融機関・学校などの各種団体が参加し、新たな横のつながりを築くことで、新事業創出などによる企業の活性化や人材育成を目指すものです。

発足式には、ネットワークに加した二十二の企業と十の連携協力機関の関係者が出席。事務局からのネットワークに関する説明のほか、神戸国際大学経済学部中村智彦教授による記念講演などが行われました。

ネットワークでは、今後、年間二回程度の全体会を持つとともに、地域に人材を根付かせる取り組みなどを進めることとしています。



発足式で講演する中村教授（丹波マーケス・須知）

町消防団などが受賞

■京都府消防大会

京都府消防大会が十一月十五日、国立京都国際会館（京都市）で開催され、日ごろの消防防災活動などをたたえ表彰が行われました。

同大会では、京丹波町消防団が京都府知事表彰機関表彰を受賞。山田啓二京都府知事から賞状と竿頭綬が授与されました。

町消防団の梅原好範団長は「団員の皆さんの活動が認められての受賞であり、心から感謝してい

ます。これからも地域に信頼され、愛される消防団を目指したい」と話しました。

なお、大会での表彰者は次のとおりです。（敬称略）

■京都府知事消防定例表彰
永年勤続功労章／
堂本 学（分団長）
▼堀 敬之（分団長）
精励章／谷村隆之（分団長）
▼村田弘之（副分団長）
▼須知健哉（同）▼太田康之（同）
▼北村和博（同）▼出野文隆（同）
▼堀 秀樹（同）▼尾池智和（同）



表彰状を受け取る梅原団長（国立京都国際会館・京都市）

緑あふれるまちへ

■合併十周年記念植樹祭

十一月九日、下乙見地区内で京丹波町合併十周年を記念した植樹祭を行いました。

この植樹祭は、平成二十八年に京都府内で開催される第四十回全国育樹祭を記念し、「京丹波四季の森プロジェクト」の一環として開催。和知小学校四年生十六人が、コナラやクヌギ、ヤマザクラなど八種類の広葉樹約六十本を植樹しました。



苗木を植えつける児童（下乙見）

健康のための第一歩

■一般健康講座

十一月二十五日、一般健康講座の第二講座「運動の講座」を山村開発センターみずほで開催しました。参加者らは、体験を通して筋力トレーニングの方法などを学びました。

講座では、運動コーディネーターの松井浩さんが、生涯を通して健康で毎日を送る方法として、有酸素運動や筋力トレーニングの重要性を説明。筋

力を維持向上させるためのトレーニング法として、効果的なスクワットの方法を指導しました。

参加者に対し松井さんは「健康づくりは筋トレと有酸素運動のバランスが大事。ウォーキングなどとともに週三回程度の筋トレとしてスクワットを試してみよう」と話しました。

参加者の一人、山田早苗さん（下大久保）は「すぐく専門的なことを教えてもらった。続けて



片足立ちで足腰の元気をチェックする参加者（山村開発センターみずほ・大朴）

いききたいと思います」と話していました。

ご寄附ありがとうございました

ふるさと応援寄附金（ふるさと納税）を、次の方からいただきました。ありがとうございました。（申し込み順。掲載内容は、寄附者の申し出にもとづいたもの）

坪倉 弘樹さん	一万円
道畑 美雪さん	三万円
永井 大史さん	一万円
後藤 次郎さん	三万円
片山 山治さん	十万円
青木 洋武さん	一万円
佐々木 大造さん	一万円
原田 幸一さん	一万円
角谷 敏幸さん	一万円
佐野 美保さん	一万円

職員の配置（敬称略）

■退職（十一月三十日付）

堀 太（国保京丹波町病院和知歯科診療所歯科技工士）

義援金などの受付状況

東日本大震災への支援として取り組んでいる「義援金」と、友好町・福島県双葉町への「復興支援募金」の受付状況をお知らせします。

受付金額	
義援金	9,511,474円
復興支援募金	6,641,868円

*平成27年11月30日現在

わたしたちの町

人 口	
15,274(－12)	
男	
7,228(－5)	
女	
8,046(－7)	
世帯数	
6,381(－4)	
12月1日現在／()は前月比	



[シリーズ] 第27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、「わたしたちの健康はわたしたちの手で」をスローガンに掲げ、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皆さんに、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。

今回は、肉に野菜、乳製品に果物と一度に補いにくい栄養素がバランス良く取れる一品です。ちょっとおしゃれにりんごソースでいただく野菜巻きを、お正月にいかがでしょうか。

今回の
料理

「豚肉の野菜巻き りんごソース添え」

●1日に必要な野菜の量は300～350g。
このメニューでは約60gの野菜が取れます。



■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
300kcal	21.3g	15.8g	218mg	2.7g	1.2g

〈次回は3月号に掲載する予定です〉

●【材料（4人分）】

- ◆豚もも肉（薄切り）..8枚（240g）
- ◆ホウレン草 150g
- ◆ニンジン 80g
- ◆プロセスチーズ 120g
- ◆こしょう 少々
- ◆小麦粉 大さじ2
- ◆サラダ油 大さじ1
- ◆酒 大さじ1
- ◆濃い口しょうゆ .. 大さじ1/2
- ◆りんご 小1個（160g）
- ◆レモン汁 小さじ2
- ◆砂糖 小さじ4
- ◆おろしショウガ汁 小さじ2
- ◆水 大さじ6（90cc）

■作り方

- ①ホウレン草は軽くゆでて4～5cmの長さに切る。ニンジンは千切りにし、さっとゆでる。チーズは棒状に切る。それぞれを8等分しておく。
- ②豚肉を広げ、手前から①のホウレン草、ニンジン、チーズを置き一緒に巻く。上からこしょうを振り、小麦粉を全体に薄くつける。
- ③フライパンに油を熱し、②の巻き終わりを下にして焼き色を付け、酒を降って蓋をし、中火で2分ほど火を通し、しょうゆをからめ火を止める。
- ④小鍋に皮をむいてすりおろしたりんごと（A）を入れて火にかける。沸騰したら弱火にし、5分ほど煮る。
- ⑤器に④のりんごソースを敷き、③を盛り付ける。

食改さんからのワンポイントアドバイス

- 水菜やキノコ類を巻いても良いです。
- りんごの酸味とショウガの風味がお肉と合います。

京丹波町食生活改善推進員協議会
副会長 田畑 美さ子さん



今年も残りわずかとなりました。
京丹波町にとって平成27年は、京都縦貫自動車道開通と道の駅「京丹波 味夢の里」のオープン、京丹波町合併10周年記念式典の開催など、町全体が賑わいを見せた1年となりました。皆さんはいかがでしたでしょうか。

来る平成28年が、皆さんにとりまして今年以上に良い1年となりますことをお祈り申し上げます。（T）

編集後記

【おわびと訂正】

広報京丹波第121号7ページの表中、丹波地区と和知地区の記載が誤っていました。お詫びして訂正します。

京丹波町のシンボル

【町の鳥】
うぐいす



【町の木】
イチョウ



【町の花】
つつじ

