

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.125
2016年3月17日発行
3月号

がんばれ。
振り切ってゴールだ！





アイス
キャンドル
とは

マイナス20度以上の日もある北海道などで、バケツなどに水を張って作った氷の中にロウソクを置いたキャンドル。



アイスキャンドルが並べられたステージ



そねっとの皆さん。今回は岩崎桂子さん、上田百合子さん、松本郁子さん、岩崎ひろみさん、岩崎福美さんが参加



アイスキャンドルミュージアムで販売された黒豆ちらしずし



イベントに参加する松本教育長(左から二人目)



黒豆ちらしずなどを販売するそねっとの皆さん(桜ヶ丘公園・北海道下川町)

「そねっと」の皆さん、が 参 加 しもかわアイスキャンドル ミュージアムに

友好町
交流

本町と友好交流協定を締結している北海道下川町。同町の冬の一大イベントアイスキャンドルミュージアムでの「食の祭典」にこのほど、町内の道の駅「京丹波味夢の里」を中心に活動する曾根地区の女性加工グループ「そねっと」のメンバー五人が参加しました。イベントでは、味夢の里で販売している黒大豆のごはんに丹波くりなどで飾った「黒豆ちらしずし」のほか、地元で取れた野菜を使った「揚げピザ」、栗蒸し羊かん栗入りぜんざいを販売しました。

下川町のアイスキャンドルミュージアム出店にあたりそねっとの代表を務める岩崎桂子さん(曾根)は「下川町の場所も知りませんでしたが、行く機会があればと思っていました。メンバーの研修も含めて参加しようと思いました」と参加した経緯を話します。

岩崎さんは、事前に準備した材料などを使用し、当日の朝から商品を準備。イベントでは、どの品も来場者に好評で、多くの人が買い求めていました。

今回のイベント参加を終え岩崎さんは、「(用意した商品は)完売することができました。買つていただけてうれしかったです」と京丹波町の特産物などを使った商品が好評を得たことを喜んでいました。

また、今回、イベント参加に合わせて下川町内を視察し、視察先では、下川町民とも交流。下川町産小麦粉の購入も決め、新たな商品開発にも意欲を見せていました。

なお、今回のアイスキャンドルミュージアムには、町から松本和久教育長と職員四人も参加。イベントへの参加のほか、現在、本町でも導入に向けて取り組む木質資源による熱供給施設や供給先の公共施設などを視察しました。



今月の表紙

京丹波町とともに誕生から10周年を迎えた京丹波町スポーツ少年団。記念事業として、ラグビーボールを使った新しいスポーツ「スペースボール」で交流を深めました。

NO.125 CONTENTS

- 2 友好町交流
しもかわアイスキャンドルミュージアムに「そねっと」の皆さんが参加
 - 4 情報交換と交流でさらなる地域おこしを
住民自治組織連絡協議会
 - 5 40年越しの願い結実へ
2016北陸新幹線小浜ルート建設促進総決起大会
 - 6 将来にわたる存続可能な学校を目指して
須知高校のあり方懇話会が意見提言
 - 7 Dr's Message いきいき健康術
 - 8 行政information
広報紙「お知らせ版」・ホームページ
有料広告を募集します
 - 9 ~誰もが自殺に追い込まれることのない社会に~
3月は自殺対策強化月間です
 - 10 FLASH KYOTAMBA TOWN NEWS 2016 ■
節目を祝う
一町シルバー人材センター設立10周年記念式典
初めてのスポーツで交流
一町スポーツ少年団設立10周年記念事業
計画策定に向け始動
一町総合計画審議会
町内産材で作る
一町営バス待合所を設置
- 12 [シリーズ] 食卓の一品にどうぞ!!

情報交換と交流でさらなる地域おこしを

住民自治組織連絡協議会

町内では、現在、「住民自治組織」として、八つの団体があり、それぞれの地域の特性を生かした活動に取り組んでいます。

同組織らは、このほど、情報交換や交流などを目的に「京丹波町住民自治組織連絡協議会」を設立しました。

設立大会

京丹波町住民自治組織連絡協議会（以下「住自連協」）の設立大会が、二月六日、山村開発センターみずほ（大朴）で開催されました。大会には、六団体の住民約六十人が参加しました。

開会にあたり、住自連協の奥井光春（おくい みつはる）会長（梅田地域振興会会长・鎌谷奥）は、あいさつの中で「活性化や地域おこしは難しい問題。しかし、誰もしなかつたらそのまま終わってしまうのでもがいている。（梅田地域振興会の会長として）なんとか地域を盛り上げたいと思つてがんばってきた」と述べたあと、

住自連協について「昨年、町が合併し

て十周年を迎えた。しかし、住民の合併がまだだと感じている。（組織の）設立で住民同士の心の合併が進むことを願つておる。お互いの情報を交換しながら切磋琢磨していかなければ」と話しました。

このほか、設立大会では、委員の中西和之（なかにし わぢゆき）さん（竹野活性化委員会代表・口八田）が住自連協設立までの経過を報告したあと、京都新聞社南丹支局の長尾康行（ながお やすゆき）支局長が「記者経験からみたまちづくり」と題して講演。綾部市や福知山市での取り組み内容などを紹介しながらまちづくりについて講演しました。

開会あいさつを述べる寺尾町長



開会あいさつを述べる寺尾町長

の実現です。

この小浜ルート実現に向けた総決起大会（北陸新幹線口丹波建設促進協議会（京都丹波基幹交通整備協議会）主催）が二月十一日、ガレリアかめおか（亀岡市）で開催されました。大会には、京都丹波地域の住民約千人（本町からは約百三十人）が参加しました。

第一部では、基調講演に先立ち京都丹波基幹交通整備協議会会长を務める寺尾豊爾（てらお とよじ）町長があいさつし、「北陸新幹線は、東海道新幹線と別ルートで東京・大阪間を結ぶことが基本。大規模災害時での東

海道新幹線の代替機能など、国土強靭化のために早期に整備されなければならない。そのため、小浜ルートの他にはないと考えている」と小浜ルートの必要性を話しました。

このほか大会では、第一部で大阪産業大学工学部波床正敏（はねどこまさと）教授の「新幹線とまちづくり」と題した講演、第二部では、京都丹波地域のアピールや大会決議のあと、小浜ルート実現に向けガンバローを三唱しました。



40年越し
の願い
結実へ

2016北陸新幹線小浜ルート建設促進総決起大会

昨年七月十八日、京丹波町内の区間の完成により京都縦貫自動車道が全線開通しました。これにより、京都丹波地域（亀岡市・南丹市・京丹波町）地域では、人とモノの流れは大きく変わり、全国につながる高速道路網を活用したまちづくりが始まっています。

この地域では、京都縦貫自動車道の整備と山陰本線複線化のほかにもうひとつ、長年の願いともいえます。それは、平成二十七年三月に長野・軽井沢間が開業し、北陸地方に大きな変化をもたらしている北陸新幹線の未開通区間「小浜ルート」



京都丹波地域の熱意を届ける

北陸新幹線口丹波建設促進協議会（京都丹波基幹交通整備協議会）では、総決起大会での大会決議を受け、二月十五日、桂川孝裕（けいわ こうひろ）亀岡市長、西口純生（よしむら じゅんせい）亀岡市議会議長、寺尾町長らが京都府庁を訪問。山田啓二（やまだ けいじ）京都府知事に対し、大会決議などが書かれた要望書を手渡しました。



設立大会に参加した住民



設立までの経過を報告する中西委員



あいさつを述べる奥井会長

いきいき健康術 第103回

『頸関節症について』

●無意識に上下の歯を接触させ続けることを避ける
●頸関節症の予防のために気をつけること

和知歯科診療所では、通院が困難な方のため
に、訪問診察を行っています。お気軽にご相談
してください。

お知らせ

884-11154

- 口を開こうとするとき耳の穴の前や顔の筋肉が痛む、または十分に口が開けられない。カクカク音がする。という症状はありませんか。これらは、多くの人が経験する症状ですが、もしこのような症状が一つまたは複数起きた場合、頸関節症という病気の可能性があります。
- この頸関節症について、昔は「かみ合わせの悪さ」が原因と考えられていました。しかし、最近では、必要がないときにも上下の歯を接触させている歯列接触癖(Tooth-to-Teeth Contacting)、コントラクティング(Habit Habit)が頸関節症を引き起こす重要な要因とされています。普段、口を開じているときは上下の歯はかんでいないのですが、この癖があると頸関節や筋肉に持続的な負担をかけることから、頸関節症を引き起こしやすくなるといわれています。
- 頸関節症の痛みや口が開きにくいついた症状の改善には、患者さん自身による次のような家庭でのケアが重要です。



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歯科診療所の三浦博人先生。日頃の生活習慣を見直すことで症状の改善が見込める頸関節症に関するお話をします。

口を開こうとするとき耳の穴の前や顔の筋肉が痛む、または十分に口が開けられない。カクカク音がする。という症状はありませんか。これらは、多くの人が経験する症状ですが、もし这样的な症状が一つまたは複数起きた場合、頸関節症という病気の可能性があります。

この頸関節症について、昔は「かみ合わせの悪さ」が原因と考えられていました。しかし、最近では、必要がないときにも上下の歯を接触させている歯列接触癖(Tooth-to-Teeth Contacting)、コントラクティング(Habit Habit)が頸関節症を引き起こす重要な要因とされています。普段、口を開じているときは上下の歯はかんでいないのですが、この癖があると頸関節や筋肉に持続的な負担をかけることから、頸関節症を引き起こしやすくなるといわれています。

頸関節症の痛みや口が開きにくいついた症状の改善には、患者さん自身による次のような家庭でのケアが重要です。

地域に貢献する魅力ある高校

須知高校のあり方懇話会が意見提言

町では、このほど、京丹波町における須知高校のあり方懇話会から、意見提言を受けました。



第一回懇話会で須知高校の現状などの報告を聞く委員(役場議場・蒲生)

「将来にわたる存続可能な学校を目指して」と題された提言書。この中では、須知高校のあり方と活性化対策に「まちを支えるひとづくりの場」「食によるまちづくりの中心」「歴史と伝統を引き継ぐ」京丹波町発展の原点「万人程度」を目指す京丹波町創生戦略の実現に向け、町と須知高校が有機的に連携を深めて取り組むよう提言されています。

また、提言では、具体的な方策例として、卒業後の進路に向けた学校外学習支援や資格取得などへの支援、府内全域を対象とした「農と食に関する専門学科」として調理師免許取得可能な

特色ある学科・コースの新設、須知高校の前身「京都府農牧学校」をはじめとするロケーションを生かした地域研究「京丹波町学」創設支援などが挙げられています。

提言に際し委員からは「町には既に支援いただいているが、より広く保護者・学生ニーズにこたえる支援をお願いしたい」「全国から注目される高校を目指してほしい」「幼・保・小・中・高校種を超えた連携を」などの意見が出されています。

町では、この提言を受け、現在第二次京丹波町総合計画策定に向け審議を始めた町総合計画審議会に報告し、次期計画に反映させるために審議いただく予定です。



須知高校の活性化に向け提言

意見提言は、三月一日、役場町長室で行われました。

提言書は、懇話会の平田敬一一座長職務代理と長谷川清隆委員が見守る中、上田秀男座長から寺尾豊爾町長に手渡されました。

提言書を受け取り、寺尾町長は「府立高校のあり方を検討しているまちは本町のみ。教育委員会と手を携えて取り組んでいきたい」と話しました。

3月は 自殺対策強化月間です

「悩み」は一人で抱え込まず、誰かに聞いてもらうことが大切です。

下記の相談窓口などで、相談してみませんか。

相談窓口

窓口名	電話番号	開設日・時間など
こころの健康 相談統一ダイヤル	0570-064-556	月～金曜日、午前9時～午後8時 (面接は午前9時～午後5時)
京都府自殺ストップセンター	0120-556-097(無料) 0570-783-797(有料)	月～金曜日、午前9時～午後8時 (面接は午前9時～午後5時)
いのちの電話/ 京都いのちの電話	075-864-4343	年中無休・24時間
京都自死・自殺相談センター Sotto	075-365-1616	金・土曜日 午後7時～翌日午前5時30分
よりそいホットライン	0120-279-338	年中無休・24時間
京丹波町保健福祉課 健康推進係	0771-86-1800	月～金曜日 午前8時30分～午後5時

※上記以外にも相談窓口が開設されています。詳しくは内閣府自殺対策推進室ホームページをごらんください。
また、インターネットで「自殺対策」と検索すれば、さまざまな情報を得ることができます。

「こころの
健康相談」を
実施しています

【問い合わせ・予約先】
保健福祉課 ☎86-1800

眠れない、いろいろしている、「うつ」かな?と心配している、アルコールの飲み方が気になる、人間関係で悩んでいる、仕事がうまくいかないなど、本人またはご家族、職場の同僚、どなたでも、どんなことでもお気軽にご相談ください。(要予約)

開設日 每月第2、第4木曜日(祝日の場合は変更あり)

時間 午前9時30分～午後0時30分

場所 瑞穂保健福祉センター(和田)

相談員 もみじヶ丘病院 精神保健福祉士

※相談は無料で、秘密は厳守します。

あなたの
会社をPR
しませんか

広報紙「お知らせ版」・ ホームページ 有料広告を募集します

京丹波町では、自主財源を確保し、財政の健全化につなげることを目的に、町広報紙「お知らせ版」と町ホームページに掲載する有料広告を募集しています。京丹波町域に配布する広報紙と町ホームページ上で、あなたの会社をPRしませんか。

各媒体の掲載方法などは次のとおりです。

町広報紙「お知らせ版」

掲載場所 お知らせ版の表紙と裏表紙を除く各ページ最下段

募集枠数 1ページあたり3枠、1号あたり最大12枠

規 格 ●大きさ：縦5cm×横8cm

●配色：黒1色(グレースケール)

●原稿：Adobe IllustratorまたはMicrosoft Wordで作成

*データの条件などは事前にご相談ください。

掲載期間 平成28年5月号～平成29年3月号

*1号単位で申し込みできます。

*申込締切は掲載希望月の前月10日までです。(2回目以降の申請で、掲載原稿に変更がなければ、前月20日まで)

掲 載 料 1枠5,000円(月額)

申込方法 広告掲載申請書に必要事項を記入の上、広告原稿(出力見本およびデータ)を添え、郵送または持参してください。なお、申請書は、町ホームページでダウンロードできるほか、本庁と各支所の窓口に設置しています。



町ホームページ(バナー広告)

掲載場所 京丹波町ホームページトップページ下段

バナー規格 ●大きさ：縦45ピクセル×横140ピクセル

●画像様式：GIF形式(アニメーション不可)

●容 量：6キロバイト以内

掲載期間 平成28年5月1日～平成29年3月31日

*1カ月単位で申し込みできます。

*申込締切は掲載希望月の前月10日までです。

掲 載 料 1枠5,000円(月額)

申込方法 広告掲載申請書に必要事項を記入の上、広告原稿(gifデータ)を添え、郵送または持参してください。なお、申請書は、町ホームページでダウンロードできるほか、本庁と各支所の窓口に設置しています。



※町ホームページは、3月末にリニューアルを予定していますので、実際の掲載イメージとは異なります。

【問い合わせ・申し込み先】企画政策課 広報広聴係 ☎82-3801

節目を祝う

■町シルバー人材センター

設立十周年記念式典

京丹波町シルバー人材センターの十周年記念式典が、二月十三日、町中央公民館で開催されました。式典では、友金一文理事長が、日頃から同センターに業務を依頼している六事業所に対し感謝状を贈呈。そのあと役員表彰や十年間就業者として、設立時からの会員

七十七人を表彰しました。

同センターは、平成十七年十月十一日、京丹波町の発足を機に、それまで旧丹波町と旧瑞穂町にあったシルバー人材センターが合併。同時に、旧和知町の会員も加えて設立されました。設立時に二百五人だった会員は、平成二十六年度末には三百二十一人となり、また、受注額も当初一億円未満だったのが、平成二十六年度末では約一億六、〇〇〇万円にまで

増加しました。

参加者らは、同センターが高齢者の社会参加と生きがいづくりの場として十周年の節目を迎えたことを喜ぶとともに、「団塊の世代」と呼ばれる世代の人たちが高齢者となり、本格的な高齢化社会の中で、センターの活動などにより、会員らが地域の担い手として活躍していくことを確認しました。

初めてのスポーツで交流

■町スポーツ少年団

設立十周年記念事業

町スポーツ少年団の設立十周年記念事業として、二月二十七日、グリーンランドみずほ人工芝ホッケー場でスペースボール体験交流会が行われました。交流会では、団員百十五人が、新しいスポーツを通して交流を深めました。

スペースボールとは、ラグビーボールを使って、ラグビーのルールからタックルをなくして前方へ

のパスを可能としたほか、ボールを持つた選手を相手チームの選手が両手で触れれば攻守が交代するなど、子どもでも簡単にできるスポーツとして考案されたもの。交流会では、現役時代ラグビー日本代表としても活躍した武藤規夫さんをはじめ、KOBELCOステイアーズラグビー部と同志社大学ラグビー部の選手ら、NPO法人SCIXのメンバーが、小中学生にゲームのルールなどを指導しました。

参加した団員たちは、はじめ

は慣れないボールとルールに戸惑っていましたが、ゲーム掛け合つてかけあつて、パスをつないでゲームを楽しんでいました。



相手選手のタッチから逃げながらゴールを目指す団員（グリーンランドみずほ人工芝ホッケー場・大朴）

計画策定に向け始動

■町総合計画審議会

第四回京丹波町総合計画審議会が二月二十二日、京丹波町役場議場で開催されました。同審議会では、昨年五月二十七日の第一回会合で寺尾豊爾町長から同審議会の中西和之会長に第二次京丹波町総合計画と京丹波町まち・ひと・しごと創生総合戦略の策定について諮問。総合戦略策定について審議を重ね、昨年十一月五日に「京丹

波町創生戦略」として答申されました。今回の会議では、平成二十九年度からの町の基本方針となる第二次京丹波町総合計画の策定体系や策定までのスケジュールなどを確認。委員からは、基本計画の見直し時期に関する意見などが出されました。審議会では、今後、平成二十八年十二月の答申を目指し、審議が進められます。



審議に先立ちあいさつを述べる中西会長（役場議場・蒲生）

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す。（申し出順。掲載内容は、寄附者の申し出にもとづくもの）

今井 敏明さん	一万円
笹川 貴生さん	三万円
佐々木 規之さん	二万円
佐藤 真知さん	一万円
三根谷 淳さん	三万円
大石 明人さん	一万円
片山 山治さん	十万円

町営バス「京丹波町役場」バス停がある町中央公民館駐車場にこのほど、バス待合所を設置しました。同バス停は、今まで役場や中央公民館などを利用する人や蒲生野中の生徒など、利用者数の多いバス停であります。新たにバス停横のかつたことから、新たにバス停横の町有地に設置しました。

■町営バス待合所を設置

待合所は、町内業者が施工した基礎の上に府立北桑田高校森林リサーチ科の生徒が施工。材料には、主に京丹波町産の杉が使用されています。日頃から買い物などに町営バスを利用するという北村マス子さんは、「良い待合所ができるよかったです。上手に作られていますね」と、木の香りがする新しい待合所でバスを待ちながら話していました。



新たに設置したバス待合所（蒲生）

わたしたちの町	
人 口	15,173(-30)
男	7,178(-12)
女	7,995(-18)
世帯数	6,368(-4)
3月1日現在／()は前月比	

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	9,606,118円
義援金	6,707,742円
*平成28年2月29日現在	



式辞を述べる友金理事長（町中央公民館・蒲生）

[シリーズ] 第28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、ほんのり苦い菜の花をマヨネーズで洋風に味付けしてみました。菜の花は、カルシウムをはじめ栄養価たっぷりのパワー食材です。季節感あふれる春の味は、ご飯が進む一品です。

今回の
料理

「菜の花のサラダ」



●1日に必要な野菜の量は300~350g。
このメニューでは約70g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
112kcal	5.5g	8.4g	153mg	3.1g	0.9g

〈次回は6月号に掲載する予定です〉

今月号に掲載しました友好町北海道下川町のアイスキャンドルミュージアム。編集子も取材と視察のため、そねっとの皆さんとともに訪問しました。

今年1月に下川町で記録した「マイナス31.8℃」という情報から防寒には万全の体制で臨んだのですが、現地では、アイスキャンドルミュージアムに参加した2月20日の最低気温がマイナス5℃。「今日は暖かいですよ」と言われました。

「北海道の冬の寒さ」は体感することはできませんでしたが、木質バイオマス熱供給施設など、先進的な取り組みは大変勉強になった訪問でした。(T)

編集後記

- 【材料(2人分)】
- ◆菜の花 80g
- ◆もやし 40g
- ◆にんじん 20g
- ◆ベーコン 10g
- ◆しらす干し 10g
- ◆薄口しょうゆ 小さじ1
- A ◆マヨネーズ 小さじ2
- ◆すりごま 大さじ1/2
- ◆いりごま 小さじ1

■作り方

- ①菜の花は色よくサッとゆで、2cm程度に切り軽くしぼる。
- ②もやしはざっくり切り、にんじんは千切りにしてゆでる。
- ③ベーコンは、5~6mmに切って炒める。
- ④しらす干しは、サッと熱湯に通して冷ましておく。
- ⑤Aをすべて合わせ、①~④を加えてあえる。

食改さんからのワンポイントアドバイス

- もやしのひげは、取るほうが食べやすいです。
- 菜の花は1分以上ゆでないように!
- 塩分が気になる人は、ベーコンをゆでてください。

京丹波町食生活改善推進員協議会
副会長 森脇房子さん



京丹波町のシンボル

