

広報

SHOBARA the public information magazine

しょうばら

2

2023/February
No.215

美しく輝く 里山共生都市

国の名勝指定100年 国定公園指定60年 帝釈峡から地域のにぎわいへ

記念の年を迎える「帝釈峡」を次世代に引き継ぐことを目的に、「名勝・国定公園帝釈峡記念事業実行委員会」が設立されました。(関連記事：2ページ)



帝釈峡記念事業実行委員会を設立



景観保全活動



イベントの開催



地域の資源をアピール

帝釈峡から地域のにぎわいへ

商工観光課観光振興係 ☎0824-73-1179

「帝釈峡」は、巖島と共に広島県で初めて名勝に指定された歴史ある場所です。全国的には、松島、耶馬溪、長門峡などが同時期に指定されています。3億年以上前のサンゴ礁からできた石灰岩が、数十万年の浸食を経て列島随一の大峡谷となり、雄橋・白雲洞などの珍しい景観や、希少種からなる固有の生態系を育んできました。帝釈峡は本年、国の名勝指定100年（3月）、国定公園指定60年（7月）を迎えます。記念の年を盛り上げましょう！



名勝とは

庭園、橋梁、峡谷、海浜、山岳などで、我が国にとって芸術上・鑑賞上価値の高いものうち、重要なものとされており、文部科学大臣が指定します。名勝の保護制度は大正8年から始まっており、令和5年1月1日現在、全国で427カ所が指定されています。帝釈峡は、大正12年3月7日に「帝釈川の谷」として指定されました。



▲名勝を示す石碑(永明寺付近)

国定公園とは

日本における優れた自然の風景地を指定する「国立公園」に準ずるもので、昭和24年に創設されました。その風景地の保護と利用の増進を図り、国民の保健・休養・教化を目的に環境大臣が指定しています。

令和5年1月1日現在、全国で57カ所が指定されており、帝釈峡は昭和38年7月24日に「比婆道後帝釈国定公園」として、県内で初めて指定されました。

実行委員会の設立

本年、名勝指定100年、国定公園指定60年を迎える「帝釈峡」。その美しい景観と自然環境を次世代に受け継ぐことを目的に、「名勝・国定公園帝釈峡記念事業実行委員会」が昨年11月29日に設立されました。

実行委員会は、庄原市、神石高原町、観光団体、住民自治組織など10団体に より結成されています。

実行委員会の事業テーマ

帝釈峡の魅力を「知ってもらい」、実際に「来てもらい」、旅行先として「選んでもらえる」観光地となるよう、価値向上施策・にぎわい創出施策・情報発信施策の3つの施策を柱として各種事業に取り組みます。

ステップ1「知ってもらおう」

帝釈峡100年 デスティネーションキャンペーン

「帝釈峡」の知名度向上を図るため、さまざまな媒体を活用したプロモーションを行います。

- ▼情報発信の充実
- ▼ご当地タレントによるPR など



ステップ2「来てもらおう」

賑わい創出100プロジェクト

現在、アウトドアやマイクロツーリズム（近場旅行）などが注目を集めており、それを追い風として、帝釈峡の魅力を活用した活性化事業に取り組みます。

- ▼食の開発（比婆牛と神石牛の食べ比べ・帝釈峡手焼煎餅の復活）
- ▼神龍湖や帝釈峡遺跡群をフィールドとしたアウトドアアクティビティ など

ステップ3「選んでもらおう」

100年先を創るプロジェクト

国定公園帝釈峡の美しい景観と自然環境を未来に引き継ぐために、関係団体が連携してイベントの開催や観光施策に取り組みます。

- ▼森林体験イベント（まほろばの里・スコラ高原）
- ▼観光ガイドの育成 など

実行委員会では、これらの取り組みをはじめ、地域と連携しながら、景観保全活動や魅力を発信し、帝釈峡を盛り上げていきます。

帝釈峡から、地域のにぎわいにつながる取り組みを行いますので、ぜひ帝釈峡を訪れてみてください。

帝釈峡を盛り上げていきます

珍しい景観があり、固有の生態系を育んできた帝釈峡は、これまで多くの観光客や研究者が訪れ、にぎわいを生んできました。しかし、近年は観光需要の変化により、観光客数は減少傾向にあります。

そういった中、コロナ禍によるマイクロツーリズムや屋外でのアウトドアアクティビティに注目が集まっており、帝釈峡をアピールするチャンスが訪れています。

名勝指定100年、国定公園指定60

シンボルマークデザイン募集

名勝・国定公園帝釈峡記念事業実行委員会では、「帝釈峡」を次世代まで輝かせていくためのシンボルとなるロゴマークを募集します。

募集内容

名勝指定100年を契機として「新しい帝釈峡を創る」という意気込みが伝わるロゴマークを募集します。

「100年」を入れる必要はありません。今後のさまざまな事業で活用できるものを作成してください。

応募条件

応募作品は、応募者自らが創作した未発表のもので、既存の作品と同一または類似ではないものに限りです。※著作権・意匠権を侵害していない旨

応募方法

次へ郵送またはメールで応募してください。

〒720-1604

神石郡神石高原町坂瀬川5146・2
(一社) 神石高原町観光協会

kankou@kougen.jp

募集期間

2月28日(火)まで

賞品など

- ▼最優秀作品 1点
- ▼優秀作品 2点
- ▼比婆牛・神石牛セット (10万円相当)
- ▼比婆牛・神石牛セット (5万円相当)

結果発表

3月末(予定)



実行委員会事務局長 (商工観光課長) 堀井 慎一郎

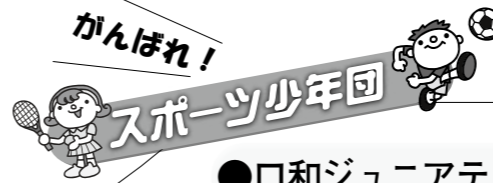
年を契機に、全国でも有数の可能性を秘める帝釈峡の資源に、再び脚光が当たるように、さまざまな取り組みを進めていきます。

きつと、訪れていただいた人にとって一生の思い出となる出来事が待っています。ぜひ、お越しください。

こうすりゃ〜ええ農 vol.70

Agricultural news

- 2 帝釈峡国の名勝指定100年・国定公園指定60年
- 4 市民のページ
- 5 こうすりゃ〜ええ農
／庄原が好き
- 6 市内学校でのタブレット端末・デジタル技術の活用
- 7 令和5年度庄原市奨学生を募集
- 8 庄原市の森づくり事業
- 9 コミュニティ助成事業で地域づくり
／ほのほのネット通信
- 10 健康広場
- 11 安心・安全な毎日のために
／市政トピックス
- 12 カメラレポート
- 14 お知らせ
- 20 出張！カメラレポート



●口和ジュニアテニスクラブ

口和ジュニアテニスクラブは、小学2～6年生の男女15人（男子8人、女子7人）で、毎月第2・第4土曜日の9時から11時まで、ふれあいの丘テニスコート（口和町永田）でソフトテニスの練習を行っています。

4人のコーチが指導に当たり、素振り、基本ストローク、サーブといった基本練習を重点的に行っています。対外試合は行っていませんが、練習を通じてソフトテニスの楽しさや魅力を感じてもらい、将来は中学校や高校の部活動で活躍してくれることを願っています。興味のある人は、ぜひご連絡ください。

【連絡先】福原 一志 ☎0824-89-2312



営農指導員のワンポイントアドバイス

営農指導員 若山 謙

春からの収穫に向けて欠かせない冬越し野菜の管理

種まきや植え付けを秋に行い、じつと寒い冬を越して春以降に収穫を迎える冬越し野菜。収穫量・品質のアップを目指すなら、冬の間の管理は欠かせません。

今回は冬越し野菜の管理方法を紹介します。

霜や雪、風から守る

エンドウやソラマメなどの豆類、そして春キャベツなどは比較的寒さに強い野菜と言えます。しかし霜や雪、冷たい北風に当たると枯れてしまう場合があります。そのため防虫ネットや不織布でトンネルを作ったり、苗帽子をかぶせたりして、保温をしてあげましょう。これらは保温だけでなく、害虫や鳥からの被害も防ぐことができます。

枯れ葉取りと除草

タマネギやイチゴなどは前述の豆類よりも、さらに寒さに強い野菜です。トンネルや苗帽子などの防寒は必要ありませんが、寒さの影響で葉の一部が枯れることがあります。これらの葉をそのままにしておくと病害虫を発生させる原

因となってしまうので、見つけたら小まめに取り除きましょう。また寒い時季でも雑草は生えてきます。雑草は大切な畑の養分を奪い取るので、見つけ次第取り除きましょう。

肥料を施す

冬の寒さで土の上では枯れているように見えても、土の中では根が生きていて、生育に適した時季が来ると再び発芽する植物を宿根草と呼びます。ニラやミョウガ、アスパラガスなどがこれに当たります。

宿根草は冬の間に根に栄養分を蓄えさせることが大切です。地上部が枯れた後は、きれいに刈り取り、牛ふん堆肥などをまいておきましょう。そうすることで宿根草は元気に育ちます。

冬の間は手間いらずの野菜も！

ニンニクやラッキョウなどは寒さに強く、地上部の成長を止めて春の訪れをじつと待つ野菜です。冬の間は特に管理する必要はありませんが、暖かくなり再び成長を始めると養分を必要とするため、2月下旬から3月中旬ごろに化成肥料などの追肥をしてあげましょう。

問い合わせ

農業振興課農業振興係
☎0824・73・1131

まちづくりを進める市民活動登録団体をご紹介します！

市は市内で活動している市民活動団体の登録制度をつくり広く公開しています。市民活動の充実、まちづくりの連携や協働を進めるため情報をお届けします。



庄原市日中親善協会

活動 庄原市と中華人民共和国との友好・交流

内容は 私たちは庄原市と中華人民共和国との相互理解と交流を促進し、日中友好の発展に貢献することを目的に活動しています。

本会は、中国からの農業研修の受け入れ支援から始まり、近年は、市内または近隣市町に住む中国人と日本人の交流を中心に活動を行っています。また、会話を楽しみながら中国語を学べる中国語講座を行っています。

会員を随時募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

●中国語講座

とき 毎週第2・4木曜日 18時30分～19時30分

ところ ふれあいセンター1階小会議室

受講料 毎月2千円（受講日に徴収）

【問い合わせ】

庄原市日中親善協会事務局（市民生活課内）

☎0824-73-1154

市民活動団体登録をしませんか？

市は随時、登録を希望する市民活動団体を募集しています。詳しくは、自治定住課自治振興係（☎0824-73-1209）まで。

庄原が好き



鍼灸師として総領町に

Uターンした
小林 一枝さん

総領町出身で、鍼灸師として活躍している小林さんに話を伺いました。

鍼灸師として
私は総領町で生まれ育ち、高校卒業後は、鍼灸師になるため香川県の専門学校に進学しました。鍼灸師の資格を取得した後は、そのまま香川県で就職し、鍼灸の中でも「経絡を専門とした治療法※」の先生と出会い、助手として経験を積みました。

その鍼灸院は3年経ったら独立する決まりがあったため、今後の仕事に悩んでいたとき、父が三次市にある土地を紹介してくれました。不安もありましたが腹をくくり、平成29年5月に庄原市に帰って開業することを決めました。今は毎日、総領町から三次市へ通う生活をしています。

開業して6年目になりますが、患者さんと一対一で向き合い、その人に一

このコーナーでは、人と人とのつながりや暮らしのストーリーを、シリーズで紹介していきます。まちを知り、地元の新なる魅力を発見すること、人を、まちをもっと好きになりますように。

番合う治療を目指すこの仕事は、自分にとっても向いていると思います。治療をしていると自分の力不足を痛感し、落ち込んだりすることもありますが、それを乗り越えると楽しさや、やりがいがあるので頑張ることが出来ます。

地元の皆さんに支えられて

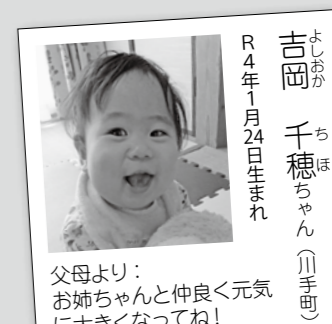
総領町へ帰って2年が経った頃、小学生時代の先生から出張治療ができないかと相談されました。地元の方から「総領自治振興センターでやってみたら」という提案をいただき、月に1回の出張治療をすることになりました。その時には、総領自治振興区の通信にも掲載していただき、地元の方々が本当にいろいろサポートしてくださいました。出張治療は約2年半続きましたが、現在はコロナ禍で中断となっています。

鍼灸は「痛そう」「熱そう」のイメージが強いのですが、私はそれを丁寧な説明と気持ちのいい治療で変えていき、東洋医学を身近に感じてもらうと思っています。

問い合わせ

自治定住課定住推進係
☎0824・73・1257

なごみま☆ ショット



吉岡 千穂ちゃん（川手町）
R4年1月24日生まれ

父母より：
お姉ちゃんと仲良く元気に大きくなってね！

お子さんの写真を載せてみませんか？

3歳までのお子さんの写真を募集しています。写真（データも可）に、名前（ふりがな）・生年月日・性別・連絡先・お子さんへのメッセージを添えて、行政課または各支所総務室まで申し込んでください。郵送、メール(koho@city.shobara.lg.jp)でも受け付けます。

※全身の循環を良くして、体のバランスを整える治療法。

令和5年度 庄原市奨学生を募集します

教育総務課総務係 ☎ 0824-73-1182

市は、高校・大学・専門学校などに在学、進学する生徒や学生を対象に「奨学金貸付制度」を設けています。令和5年度の奨学生を次のとおり募集します。

- ⑦ その他教育委員会が必要と認める書
- ⑥ 誓約書記載の連帯保証人2人の印鑑証明書・市税の納税証明書
- ⑤ 誓約書
- ④ 入学を証明する書類または在学証明書（令和5年4月1日以降に発行された原本）
- ③ 父母などの住民票（謄本）の写し
- ② 父母などの直近の市・県民税課税台帳記載事項証明書（令和3年分）
- ※令和3年1月1日～12月31日の所得が対象
- ① 庄原市奨学金貸付申請書

【申請に必要な書類】

- ▼ 次の全てに該当する人
- ▼ 父母（または父母に代わって家計を支えている人）が、申請時に1年以上市内に住所があること
- ▼ 高等学校などに在学していること
- ▼ 学習に意欲を持つと認められること
- ▼ 経済的理由で修学が困難であると認められること（所得制限あり）
- ▼ 国・地方公共団体などが行っている奨学金を受けていないこと
- ▼ 父母などが市税を完納していること

【応募資格】

2月16日（木）～4月17日（用）（必着）

※教育総務課または各支所教育室へ提出してください。

庄原市奨学金（貸付）制度

【受付期間】

類（作文400字程度、認定所得金額計算書、自宅外通学の場合は貸付契約書などの写し）

②③⑥は受付期間内に発行されたもの

申請書類は、教育総務課または各支所教育室で配布しています。また、市ホームページからダウンロードできます。

【貸付月額】

区分		自宅通学	自宅外通学
高等学校 専修学校（高等課程）	国公立	18,000円	23,000円
	私立	20,000円	25,000円
大学	国公立	30,000円	35,000円
	私立	41,000円	48,000円
短期大学 専修学校（専門課程）	国公立	30,000円	35,000円
	私立	40,000円	45,000円
高等専門学校 各種学校など	国公立	20,000円	25,000円
	私立	30,000円	35,000円

【ホームページ】

http://www.city.shobara.hiroshima.jp/main/education/schooling/cat03/post_437.html



【問い合わせ】

教育総務課総務係
☎ 0824-73-1182
または各支所教育室

この他にも、日本学生支援機構奨学金《国制度》や高等学校等奨学金《県制度》などがあります。併せてご検討ください。

「主体的で深い学びの創造に向けて」

～市内学校でのタブレット端末・デジタル技術の活用～

教育指導課指導係 ☎ 0824-73-1184

文部科学省は、学習指導要領で示す「情報活用能力の育成」や「ICTを活用した学習活動の充実」を実現するため、児童生徒に1人1台のタブレット端末の配布と、高速大容量の通信ネットワークを一体的に整備する「GIGAスクール構想」を公表しました。

本市でも「主体的で深い学びの創造」に向け、令和3年度から児童生徒にタブレット端末を配布し、デジタル技術を活用した取り組みを実施しています。

市内小中学校での取り組みを紹介します

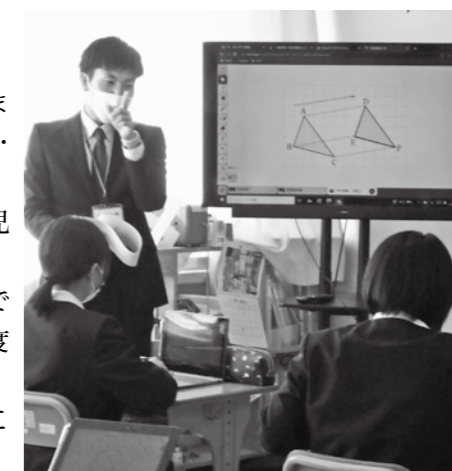
デジタルの特性を生かした授業づくり

市内の小中学校では、デジタル技術の特性を生かした学習を進めています。本年度から一部の教科においてデジタル教科書も活用し、画面の拡大・縮小や音声・動画再生機能を使って授業の内容を工夫しています。

算数・数学の授業では、図形を作図・移動する様子を見せることで、児童生徒がより理解しやすい授業が可能となりました。

また、英語の授業では、児童生徒一人一人が音声を自分の好きな速さで聞いたり、繰り返し再生したりすることが可能となり、それぞれの理解度に応じた授業を行うことができます。

これらを通じて、授業の事前準備や授業中の板書を計画的に整理することができ、授業の改善につながっています。



学習用具としての活用が進むタブレット端末

児童生徒一人一人がタブレット端末を活用し、ノートやワークシートのように授業の要点や調べた内容をまとめています。

また、タブレット端末は考えを伝えるための道具として使用でき、資料を作成して説明する、友達の発表や意見にコメントを送る、同時に課題を確認しながら一緒に考えるなど、学習を進める道具になってきています。



いつでも、どこでも、だれとでもつながる

通信ネットワークを活用することで、学校外の人とも交流を行うことができるようになりました。

他の学校の児童生徒と課題に取り組んだり意見交換を行ったりすることで、多様な考えに触れることができるほか、コミュニケーション能力の向上にもつながっています。また、遠隔地にいる講師とつながり、さまざまな話を聞いたり質問したりすることができ授業の幅が広がっています。



メリットばかりではない、デジタル機器の活用

10月22日に開催した庄原市教育フォーラムでは、東北大学の川島隆太教授の講演が行われました。川島教授は、科学的な根拠を基に「インターネットやテレビゲームなどのデジタル機器の利用が、脳の発達に深刻な影響を及ぼす」と話しました。また、「紙の辞書」で調べたときと「タブレット端末」で調べたときの脳の活動を比較すると、「紙の辞書」の方が活発であるという研究結果が出ていることにも触れました。

市教育委員会・学校は、デジタル機器の有効性や影響について研究しながら、タブレット端末の効果的な活用を推進していきます。

市内のコミュニティ組織が、宝くじを財源とするコミュニティ助成事業の採択を受け、集会所を整備しました。この事業は、地域コミュニティ活動の促進とその健全な発展を図ることを目的に、一般財団法人自治総合センターが行う事業で、地域のコミュニティづくりに役立てられています。

このたび、集会所を整備したのは、新市自治会（高野町）です。当自治会がこれまで使用していた集会所は、老朽化が著しく進んでおり、駐車場もなため、地域住民は新たな施設の設置を強く望んでいました。そして、今回採択を受け、集会所の設置に至りました。

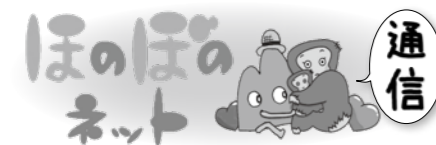


実施団体名	整備内容	助成金額 (総事業費)	事業実施の成果
新市自治会	集会所（コミュニティセンター）建設	1,500万円 (6,315万円)	住民が気軽に立ち寄り、集会・行事のほか、高齢者の健康維持増進・子供の教育振興を図り、地域住民の福利増進に寄与する。

宝くじの助成金で地域活動に必要な集会所を整備（コミュニティセンター助成事業）

「コミュニティ助成事業で地域づくり」（令和4年度実施事業）

自治定住課自治振興係 ☎0824-73-1209



絵本を開いてみませんか？

ほのぼのネット（庄原市子育て世代包括支援センター）☎0824-73-1214

読み聞かせで子どもと触れ合おう

子どもとの触れ合いを楽しむ方法として「おひぎにだっこの読み聞かせ」はいかがですか。絵本の読み聞かせは、子どもと向き合う豊かな触れ合いの時間になります。家族の温かい声や肌のぬくもりから愛情を感じ、安心感の中で絵本の世界を楽しむ時間は、子どもにとってかけがえのないものです。

子どもは、絵本の世界に接することで、いろいろなことに興味・関心を持つようになります。身近な人との触れ合いの中で、言葉を学び、聞く力や、表現する力など、言葉に対する感受性を育むことができます。

また、親にとっても、子どもの表情から子育ての楽しさを感じる事ができるひとときになります。子どもの反応を楽しみながら、言葉の響きや魅力に気付くこともできます。

うまく読むことや、ちゃんと聞いているかは気にせず、心に自然に届けることを大切にしながら、触れ合いを楽しんでください。



▲おはなし会での絵本の読み聞かせ

そっだ、図書館へ行ってみよう！

絵本を読んであげたいけど、どんな本がいいの？ そんな時は、近くの図書館に行ってみてください。

図書館には、たくさん絵本があり、おすすめの本などを紹介してくれるスタッフやボランティアがいます。

おはなし会など子どもと一緒に楽しめるイベントもやっていますよ。

ホームページ
https://www.city.shobara.hiroshima.jp/main/education/shisetsu/post_290.html

問い合わせ
 図書館本館（田園文化センター内）
 ☎0824-72-1159
 または各分館



あなたからの500円が森を元気にしています！

庄原市の森づくり事業

近年、人との関わりが薄くなり放置された森林で、森林の持つ公益的機能の低下や景観の悪化、鳥獣被害の拡大などが問題となっています。

市は、皆さんからいただいた「ひろしまの森づくり県民税」を財源として森林整備や森林ボランティア団体への支援を行い、健全な森林の維持および地域課題の解決に取り組んでいます。

令和3年度には、景観保全のための竹林伐採や、これまで手入れのされてこなかった人工林での不良木伐採を実施し、計199haの森林を整備しました。



ひろしまの森づくりキャラクター モーリー



里山林の整備による景観の保全や有害鳥獣被害の軽減



林内の明るさを確保し木や下草の生長を促進

ひろしまの森づくり県民税とは

県は、豊かな森林を県民全体で守り育てるため、県民の皆さんから「ひろしまの森づくり県民税」として年額500円をいただいています。

納める額

個人 年額 **500円**

個人事業者：住民税の納税通知書より納付します。
 給与所得者：毎月の給与から引き落とされます。

法人 年額 **5%** 均等割額相当額

法人：法人県民税・事業税の申告納付の際に申告納付します。

ひろしまの森づくり事業で支援する主な取組

人工林整備

- 間伐による人工林の健全化、針広混交林化
- 災害などの被害木の処理



里山林整備

- 景観保全、鳥獣被害防止、防災・減災のための森林整備
- 住民による森林保全活動
- 竹林伐採



県民理解の促進

- 森林・林業体験活動



ひろしまの森づくりネット 検索
<https://www.moridukuri.net/>



詳しい内容や相談については、下記までお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 林業振興課 林業振興係 0824-73-1124

※人工林…人の手で苗木の植栽などが行われている林
 ※里山林…人の居住地近くに広がり、まきや炭の材料となる木の伐採、落葉の採取などを通じて、地域住民に利用されてきた林

「じんましん」を知ろう

あしざわ しんいち
庄原赤十字病院皮膚科副部長 芦澤 慎一



「じんましん」とは

「じんましん」は、皮膚の一部が突然赤くくっきりと盛り上がり、しばらくすると跡形もなく消えてしまう病気で、多くはかゆみを伴います。

症状は、数十分から数時間以内に消えますが、半日から一日続く場合もあります。皮膚の盛り上がりの大きさは、1～2mm程度のもから手足全体に広がるものまでさまざま、一つ一つの皮膚の盛り上がり融合して、体の表面のほとんどを覆ってしまうこともあります。

何週間も次々と新しいじんましんが現れる場合や、出たり消えたりが続く場合もあり、最初の症状が出現してから1カ月以内で治まるものを「急性じんましん」、それ以上続くものを「慢性じんましん」と呼びます。

「じんましん」の原因

じんましんは大きく2つのタイプに分けられます。

①原因がはっきりしているタイプ

「刺激誘発型のじんましん」と呼ばれ、じんましんの約3割を占めます。アレルギー（食べ物、薬剤など）や汗、寒さ、水、圧迫、温熱、振動、こすれなど、さまざまな刺激が原因となり発症します。

②原因がわからないタイプ

「特発性のじんましん」と呼ばれ、じんましんの約7割を占めます。風邪をひいていたり、疲労がたまっていたり、ストレスがたまっていたりするなど、さまざまな原因が重なって発症します。このようにじんましんは原因が分からないことが多い病気です。

「じんましん」の症状が現れたら

症状が現れた場合は、患部を刺激しないように注意し、病院を受診してください。

その際、症状が出た時の状況を医師に伝えましょう。原因がはっきりしているじんましんは、原因となる食べ物や刺激などを避けることが治療となります。

一方、原因が分からないじんましんの場合は、じんましんのもととなるヒスタミンという物質の働きを抑える「抗ヒスタミン薬」という飲み薬を服用することで治療を行います。

なお、症状が何日も残り、特に症状が消えた後も茶色い色がついたり、表面がガサガサ、ポロポロしたりする場合は、じんましんとは別の病気が考えられます。すぐに病院を受診しましょう。



保健医療課健康推進係 ☎ 0824-73-1255

SHISEI Topics

安心・安全な毎日のために

春季全国火災予防運動が始まります

3月1日(水)～7日(火)

市内では毎年、農繁期が始まる3月4月に、たき火を原因とした火災が集まって発生しています。春先は空気が乾燥し、風も強くなるため、いったん火災が発生すると広範囲に燃え広がる恐れがあります。火災を起こさないために、次のことに注意しましょう。

火災予防のポイント

- ・火をつけたら完全に消えるまで目を離さず、その場を離れない。
- ・水バケツなどの消火用具を必ず準備する。
- ・空気が乾燥しているときや風の強い日には屋外で火を使用しない。



2022年度全国統一防火標語
「お出かけは

マスク戸締り
火の用心」

空き家の火災にご注意を！

令和4年に総務省消防庁が発表したデータによると、令和3年中の全国の総出火件数は3万5222件で、そのうち3888件（約11%）が放火および放火の疑いによるものです。その中でも空き家は、人の気配が感じられないため、放火の被害を受けやすくなっています。

また空き家の周辺は整備が行き届きにくく、たき火などを行った際は、周囲の枯れ草に燃え広がり、空き家へ燃え移ることもあります。

遠方から帰省し、空き家の整理や草焼きをする人には事前の注意喚起が難しいため、近くに住む人が声掛けをするなど、火災の未然防止にご協力をお願いいたします。

空き家火災を防ぐ5つのポイント

- ・新聞紙、ごみ、灯油など、家の周りに燃えやすいものを置かない。
- ・使用していない電化製品はコンセントから抜いておく。
- ・ガス器具やガス配管に異常がないかを確認する。
- ・敷地内の草木を手入れする。
- ・建物の近くで草焼きを行わない。

庄原消防署 ☎ 0824・72・9911
東城消防署 ☎ 08477・2・4005

自己肯定感を育む子育て

庄原市子育て支援講演会

児童福祉課

1月13日と14日に市役所本庁舎で庄原市子育て支援講演会を開催し、市民や子育て支援者、77人が参加しました。子育て支援講演会は、子育てをしていく中で子どもの発達に気がなったり、育てにくさを感じたりしている保護者などを対象に、育児に対する不安の軽減を図り、子育てに対して自信と楽しさを持つてもらうことを目的に、毎年開催しています。今回は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、オンラインでの開催となりました。

本年度は、日本相談支援専門員協会顧問の福岡寿さんを講師に、「発達障害の子が保育園等でのクラスづくりと対応」「子どもの成長のために親や地域ができること」と題して、講演を行いました。

福岡さんは、長年全国の保育所への巡回相談や相談支援などに携わっており、テンポがよく楽しい話し方から「福祉界の吉本興業」と呼ばれています。



講演の様子

講演会では、保育士や周りの大人が子どもに

対して何でもしてあげるのではなく、立ち振る舞いを見せることで、子どもたちが主体的に動けるようなクラス集団をつくることが重要であると。また、子どもが自分の発達特性を自覚でき、自己肯定感を持てるようにしていくことが大切であるという話がありました。

講演終了後、参加者からは「発達特性があったとしても適応障害にせず、環境を整えるという言葉が、とても心に落ちた」「発達障害をより理解することが必要だと感じました」という感想が寄せられました。

市政トピックス



園児が描いた消防車両を展示

消防車両写生展示会・12/21～27

No.5

「消防車両写生展示会」が口和自治振興センターで開催され、みどり園保育所の園児が描いた22作品が展示されました。

これは、秋の全国火災予防運動の一環で園児が描いた消防車両の絵を、たくさんの人に見てもらいたいとの思いで実施されたものです。

展示された絵には、色鮮やかに描かれた消防車や救急車が並びました。また、展示会の初日には園児の保護者や地元の人が集まり、楽しそうに観覧していました。

作品を観覧した人は「消防車や救急車の特徴がよく描かれていて、見ていて楽しかった」と話しました。



▲園児の力作が並んだ

ラッピングバスで大学を応援

県大ラッピングバスの運行・12/27～

No.7

県立広島大学庄原キャンパスの学生がデザインしたラッピングバスの運行が始まりました。

備北交通㈱は、地域の大学をPRし応援するため、同大学に備後庄原駅とキャンパスを結ぶバスにラッピングを施す取り組みを呼び掛けました。

学内でデザインを公募した結果、山本真由さん（2年）が作成した夕暮れ時のキャンパスと同大学のキャラクターを描いた作品や、川村愛香さん（4年）と矢野華梨さん（4年）が作成した色鉛筆で描いたキャンパスに「世界へ翔ばたけ」の言葉を添えた作品の2種類が選ばれました。

山本さんは「家族や友人が喜んでくれた。バスを見て、大学へ興味を持つ人が増えてほしい」と話しました。



▲ラッピングを喜ぶ（左から）川村さん、矢野さん、山本さん

暦で世代間交流

恒例のオリジナルカレンダー・12/12～16

No.4

西城町内の保育所、小・中学校、高校が協力して令和5年のカレンダーを作製し、町内の一人暮らしの高齢者に配布しました。

これは地域の高齢者と交流を深め、若い世代に福祉への理解と関心を持ってもらいたいとの思いで、毎年行われています。カレンダーには園児・児童・生徒が描いた地元の風景や花などが掲載されています。

カレンダーは、西城小学校の4年生4人と西城紫水高校の全校生徒56人が、高齢者宅を訪問し、手渡しやポストに投函して配布しました。

西城小学校の児童は「カレンダーを渡したら、みんな喜んでくれた。来年も頑張って作ります」と話しました。



▲カレンダーを配布する児童

サンタからの贈り物

比和保育所 クリスマス会・12/26

No.6

比和保育所で、クリスマス会が行われました。

この行事は、保育所と保護者が子どもたちに夢を与えたいという思いで、毎年行われています。

初めに年長組の園児がテーブルにろうそくを飾り付け、キャンドルサービスを行いました。

その後は、クリスマスソングを歌ったり、園児が事前に作ったクリスマス用の飾りを披露したりして行事を楽しみました。

また、最後にクリスマスプレゼントのお菓子を配り始めると、園児一同大喜びで、この日一番の盛り上がりを見せました。

行事を終えた園児は「プレゼントを貰えて、とてもうれしかった」と笑顔で話しました。



▲プレゼントをもらって喜ぶ園児

3年ぶりの開演！

東城ミュージックコンサート・1/15

No.1

東城地域のバンドや楽器演奏者の育成と発表の場の提供を目的とした「東城ミュージックコンサート」が、東城文化ホールで開催されました。

3年ぶりの開催となった今回は、ベテランバンドや町内のエレクトーンの教室に通う子どもたちなど、幅広い年齢層の8組が出演。230人の来場者の前で演奏を披露しました。

この日のために練習を重ねてきた出演者の演奏に、来場者が拍手や手拍子で応え、会場は久しぶりの開催を喜ぶ笑顔にあふれていました。

例年は、来場者にディナーを提供していましたが、今回は新型コロナウイルス感染防止のため中止とし、その代わりに、地域の有志が手作りしたお菓子などを、来場者一人一人に配りました。

来場者は「久しぶりに、広い会場で大音量の演奏を聞くことができ、心が熱くなった。来年以降も続くことを願っている」と話しました。



▲ステージ上で熱唱



▲エレクトーン教室の演奏



▲来場者に配られたお菓子

木次線を次世代へ

木次線ラッピング列車お披露目式・1/13

No.3

JR木次駅で、本市も参加する木次線利活用推進協議会による「木次線ラッピング列車お披露目式」が開催されました。

観光列車「奥出雲おろち号」の運行終了が近づく中、新たな観光推進策としてラッピングが施されました。デザインは、木次線のイメージカラーである山吹色をベースにしたツートンカラーで、地域の名所などをイメージしたピンク色（桜）・黄緑色（棚田）・水色（斐伊川）・灰色（たたら）が1色ずつ使われた4種類です。「木次線を次世代へつなげたい」という願いを込めて「RAIL is BATON.」の文字が書かれています。

お披露目式では、木山耕三市長をはじめ関係者や地域の人、地元保育園児が集まり、完成を祝いました。



▲参加者に見送られながらラッピング列車が出発

地域で考え育てる

教育懇談会・12/6

No.2

総領小学校で、保護者や教職員を対象とした教育懇談会が開催され、15人が参加しました。

今回は「総領の子供に期待すること」をテーマにパネルディスカッションが行われ、パネリストとして教育経験者の才谷利史さん、主任児童委員の迫江茂幸さん、総領自治振興センターの中田博章さん、地域で子育てをしている栄正人さんが壇上に上がり、意見発表が行われました。意見発表では、テーマに沿ってパネリストそれぞれの立場から、自身の考えについて熱心な討論が行われました。

参加者は「子育ての参考となる話をたくさん聞くことができた。地域の皆さんの頑張りに感謝します」と話しました。



▲パネリストによる意見発表

悩みごと、心配ごと、
困りごとなど、
お気軽にご相談を



※掲載の内容は、新型コロナウイルスなどの影響により中止・延期・変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

あなたの相談をお受けします

各種相談	とき	ところ	備考	問い合わせ
人権相談	庄原 3月7日(火) 13時30分～15時30分	庄原市ふれあいセンター	人権擁護委員	広島法務局三次支局 ☎0824-62-5070
	口和 3月16日(木)13時30分～15時30分	口和保健福祉センター		
	総領 3月8日(水)9時～11時	総領保健福祉センター		
行政相談	庄原 3月17日(金)13時～15時	庄原市ふれあいセンター	行政相談委員	市民生活課市民生活係 ☎0824-73-1154
	東城 3月16日(木)13時30分～15時30分	東城支所		東城支所市民生活係 ☎08477-2-5121
	総領 3月8日(水)9時～11時	総領保健福祉センター		総領支所市民生活係 ☎0824-88-3063
法律相談	庄原 3月3日(金)13時～16時	庄原市ふれあいセンター	広島弁護士会による 無料相談。要予約。	広島弁護士会 ☎0120-969-214
	東城 3月17日(金)13時～16時	東城支所		
生活安全相談	毎週月～金(祝日・年末年始除く) 9時～12時、13時～16時	市民生活課市民生活係	生活安全相談員	市民生活課市民生活係 ☎0824-73-1244
		東城支所市民生活係		東城支所市民生活係 ☎08477-2-5121
家庭児童相談	毎週月～金(祝日・年末年始除く) 9時～16時	児童福祉課あんしん支援係	家庭児童相談員	家庭児童相談専用 ☎0824-73-1243
消費生活相談	毎週月～金(祝日・年末年始除く) 9時～12時、13時～16時	市民生活課市民生活係内 庄原市消費生活センター	消費生活相談員	庄原市消費生活センター ☎0824-73-1228 市民生活課市民生活係 ☎0824-73-1154
認知症カフェ	庄原 「とんぼ」 3月7日(火)13時30分～15時	庄原ショッピングセンター ジョイフル2階	相談・情報交換 参加費1000円	高齢者福祉課地域包括支援 センター係 ☎0824-73-1165
	西城 「コスモスカフェ」 3月2日(木)13時30分～15時	西城保健福祉センター (しあわせ館)		西城支所保健福祉係 ☎0824-82-2202
	東城 「おれんじカフェ・ええ塩梅」 2月28日(火)13時30分～14時30分	東城支所		東城支所保健福祉係 ☎08477-2-5131
	比和 「あしたのカフェ」 3月14日(火)13時30分～15時	比和温泉施設 あけぼの荘		比和支所市民生活係 ☎0824-85-3001
障害者相談員 定期相談会	庄原 3月13日(月)13時30分～15時30分	庄原市ふれあいセンター	身体障害者相談員	社会福祉課障害者福祉係 ☎0824-73-1210
	東城 2月21日(火)10時～12時	東城支所	身体・知的障害者 相談員	
療育手帳 巡回判定会	庄原 3月16日(木)10時～16時	市役所本庁舎2階会議室	一カ月前までに要予約	社会福祉法人 広島県福祉事業団 ☎082-400-9010
身体障害者 補装具判定会	肢体 3月28日(火)13時～14時	広島県三次庁舎第3庁舎2階 三次市十日市東4-6-1	一週間前までに要予約	社会福祉課障害者福祉係 ☎0824-73-1210
心の健康相談	3月14日(火)13時～14時30分	広島県北部保健所 三次市十日市東4-6-1	精神科医師による無料 相談。事前予約が必要。	広島県北部保健所保健課 ☎0824-63-5185

母子保健事業

●保健医療課母子保健係 ☎0824-73-1214

事業名	とき	ところ	持ってくるもの	備考
母子健康手帳交付	3月6日(月)・20日(月) 8時30分～17時15分	保健医療課母子保健係	特になし	支所は随時(保健医療課、支所ともに事前連絡が必要) 事前予約が必要(先着2組)
	3月11日(出)10時～12時	庄原ひだまり広場 (庄原こども未来広場内)		
育児相談	3月14日(火)10時～12時	庄原ひだまり広場 (庄原こども未来広場内)	母子健康手帳	事前予約が必要。支所での相談を希望する方はお問い合わせください。

子育て世代包括支援センター事業

●子育て世代包括支援センター ☎0824-73-1214

事業名	とき	ところ	内容	備考
休日出張相談	3月11日(出) 10時～12時	庄原ひだまり広場 (庄原こども未来広場内)	妊娠・出産・子育てに関する情報提供や相談	3月10日(金)17時までに事前申し込みが必要。

相談

女性司法書士による 女性のための相談会

女性司法書士が、相続・遺言などに関する悩みを抱えた人の電話相談や面談相談に、無料で応じる相談会を開催します。

■面談相談
とき 3月8日(水)、11日(土)～12日(日) 10時～16時
ところ 広島司法書士会総合相談センター(広島市中区上八丁堀6番69号)
※事前の予約が必要

■電話相談
とき 3月6日(月)～12日(日) 10時～12時
※3月8日(水)、11日(土)～12日(日)は16時まで
電話相談ダイヤル ☎082・5111・71996
■問い合わせ・面談予約 広島司法書士会事務局 ☎082・2221・5345

その他

家畜を所有している人は 県へ飼育状況の報告を!

畜産業に限らず家畜を所有している人は、毎年、2月1日時点で飼育している家畜の頭羽数、衛生管理状況を県に報告することが義務付けられています。

報告の対象
牛、水牛、鹿、馬、羊、ヤギ、豚、イノシシ、鶏、その他家畜
きん類
報告の期限
▼牛・水牛・鹿・馬・羊・ヤギ・豚・イノシシ 4月15日(土)
▼鶏・その他家畜きん類 6月15日(木)

問い合わせ
広島県北部畜産事務所 ☎0824・72・2015

マイナポータルで 転出手続きが可能に!

2月6日(月)から、マイナポータルを使用した、オンラインでの転出手続きを開始します。

電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの人で、国内での引越しをする人が利用できます。

G7広島サミット

5月19日から21日まで、G7広島サミットが開催されます。世界中の注目が集まるG7サミットは、豊かな自然や多彩な食文化、歴史が紡いできた文化・暮らしなど、県内の魅力を世界にアピールする絶好の機会でもあります。G7サミットについて知っていただき、皆さんも一緒に盛り上げていきましょう。

G7サミットとは

G7サミットとは、フランス、アメリカ、イギリス、ドイツ、日本、イタリア、カナダ(議長国順)の7カ国の首脳などが参加する国際会議です。自由、民主主義、人権など、基本的価値を共有するG7首脳が一つのテーブルを囲み、さまざまな地球規模の課題について意見交換を行います。

開催の経緯

令和3年11月に、広島県知事、広島市長、広島商工会議所会頭が、G7サミットの誘致を表明。広島を持つ平和へのメッセージ力、都市の利便性、過去に国際会議を開催した実績と経験などをアピールし、令和4年5月に広島での開催が決定しました。

広島開催の意義

ウクライナ情勢が緊迫化し、世界中に核使用の不安が広がる中、広島から平和のメッセージを発信し、核兵器のない平和な世界の実現に向けた機運を高める取り組みを行います。

問い合わせ
広島サミット県民会議事務局 ☎082・2225・8190

マイナンバーカードの 取得申請および受け取り をサポートします

マイナンバーカードは個人番号(マイナンバー)が記載された顔写真入りのカードです。

マイナンバーカードを取得すると、最大2万円分の「マイナポイント」を受け取るこ

市税・保険料の納期限のお知らせ

納期限 2月28日(火)

- 固定資産税 4期
- 国民健康保険税 8期
- 介護保険料 9期
- 後期高齢者医療保険料 8期

●「口座振替」にしている人は、納期限の前日までに残高確認をお願いします。
収納課収納係 ☎0824-73-1511

「この社会あなたの税がいきている」

インターネットで申告・納税できる
利用推進運動中
e-Tax (国税電子申告・納税システム) <http://www.e-tax.nta.go.jp>

めざまし
よき経営者による 正しい納税で
企業の繁栄と社会への貢献

庄原法人会

〒727-0011 広島県庄原市東本町1-2-22 (庄原商工会議所会館内)
TEL 0824-72-1889 (FAX兼用)
Mail sh-hojin@siren.ocn.ne.jp

国営備北丘陵公園 だより

冬咲きぼたん展
2月26日(日)まで開催中!
※休園日:毎週月曜日

【開園時間】9時30分～16時30分
(入園は15時30分まで)

備北公園管理センター ☎0824-72-7000
(https://www.bihokupark.jp/)



こんぴゃくへん

地元庄原産のこんにやく芋を原料に、手で丸めてゆで上げて、こんにやくを作る体験です。

とき 2月18日(土)・19日(日)・23日(木・祝)
9時30分～16時
(受け付けは15時まで)

ところ ひばの里 上の農家

参加費 200円/組
定員 15組/日




手打ちそばへん

一本町のそば粉を使用したそば打ち体験です。作ったそばは、その場でゆでて、食べる事ができます。※持ち帰りはできません。

とき 2月25日(土)・26日(日)・3月4日(土)・5日(日)・25日(土)・26日(日)
9時30分～16時
(受け付けは15時まで)

ところ ひばの里 上の農家

参加費
・5人前 1800円
・7人前 2500円
定員 5組/日




おせわへん

ひばの里で収穫したもち米を使い、きな粉とあんこのおせわを作る体験です。

とき 3月11日(土)・12日(日)
9時30分～16時30分
(受け付けは15時30分まで)

ところ ひばの里 上の農家

参加費 200円/組(2個)
定員 30組/日



広告

相続空き家問題 成年後見等でお困りの方
あなたの世代で解決しませんか?

業務のご案内

- 不動産の名義変更
- 成年後見
- 相続登記・遺言
- 会社の登記
- 借金の整理
- 簡易裁判所訴訟代理等

詳しくはホームページに記載しています。
庄原 司法書士 検索

司法書士 飯田 一生
(広島司法書士会所属)

司法書士法人
広島北部司法事務所
(訴訟代理権認定第524014号)(司法書士登録番号828号)
(平成29年4月1日より庄原市役所前に事務所移転しました。)
住所 〒727-0012 広島県庄原市中本町一丁目8番16号 TEL0824-72-2315(要予約)

広告

住まいの事なら何でもご相談下さい。

ながたか 長岡商事株式会社

災害時に一番早く復旧するプロバングス。
『安心と笑顔が増えるお手伝いをする。』
ガス供給と共に、より良い生活環境の場をご提案致します。

☎0120-184-268
広島県庄原市是松町 5020 番地 40 TEL0824-72-0561



※掲載の内容は、新型コロナウイルスなどの影響により中止・延期・変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

とができます。マイナポイントの付与は2月28日までにマイナンバーカードを申請した人に限りです。お早めに申請してください。

■開庁時間の延長と土・日曜日の臨時開庁

窓口開庁時間内にマイナンバーカードの受け取りが難しい人のために、市役所窓口の臨時開庁を実施します。


なお、マイナンバーカードに関する対応に限定します。ご注意ください。

また、利用の際は前日まで事前予約が必要です。

臨時開庁
▼毎週水曜日
17時15分～19時
(2月22日まで実施)
▼土・日曜日
8時30分～12時
(2月18日(土)、26日(日))

※事前予約がない場合は開設しません。

問い合わせ
企画課デジタル推進係
☎0824・73・1148



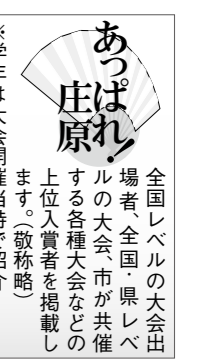
県大会

●組手個人戦
小学1・2年男子の部 3位
祐宗 さち(板橋小2年)
小学5・6年男子の部 1位
小谷 琉生(庄原小6年)
中学生女子の部 1位
新井 梓(庄原中2年)

第19回全国小学生タグラグビー大会
広島県予選大会
(12月11日/東広島市)
優勝
庄原ワイルドボアーズ

その他

庄原文芸大会
庄原市長賞
古家八千代(短歌)
稲垣サカエ(俳句)
田邊 典子(川柳)



坂村 廣嗣(現代詩)
庄原市議会議員賞
松園 和子(短歌)
三上 敏枝(俳句)
古本 文子(川柳)
坂村 初子(現代詩)
庄原市教育委員会教育長賞
有附 和子(短歌)
田宮美和子(俳句)
荒木美智子(川柳)
黒永 澳(現代詩)
庄原商工会議所会頭賞
吉方 明美(短歌)
木村 淳子(俳句)
安藤 幸江(川柳)
山内 久子(現代詩)
庄原市文化協会会長賞
清光 康子(短歌)
山崎 靖子(俳句)
沼本みよ子(川柳)
折島 哲(現代詩)
庄原市社会福祉協議会会長賞
家島 晶子(短歌)
新宅 涼枝(俳句)
新宅 道和(川柳)
大岡 初枝(現代詩)

令和4年度「人権の花」
顕彰コンクール
優秀賞
光元日花里(比和小1年)
石井 環菜(東城小1年)
日野 叶穂(小奴可小1年)
井上 悠(高野小1年)

柴田 翔平(粟田小1年)
角脇みちる(総領小1年)
土井 蒼真(山内小2年)
井ノ本幸輝(高野小2年)
若林 晴斗(粟田小2年)
前岡 はる(山内小2年)
加藤 翔也(庄原小3年)
ISLAM SHAYMA(庄原小3年)
滝本 瑞友(庄原小3年)
香川 仁心(庄原小3年)
熊本 煌汰(庄原小3年)
楠部 暖真(庄原小3年)
眞野 蓮(永末小3年)
古生 明希(総領小4年)
飯田 倅正(永末小5年)
丸山 美生(総領小6年)

2022年度
一般財団法人
広島県水泳連盟表彰式
特別賞
横山 桂子(戸郷町)

※「あっぱれ!庄原」に該当する方の情報は、行政管理課広報統計係(☎0824・73・1159)までお寄せください。

広告

ブランド品・骨董品・アンティーク品から衣服・食器まで、まるごとなんでも買取ます!

出張買取の美幸

壊れたアクセサリー 骨董品・花瓶 古い農機具・工具 切手・古銭

☎0120-66-1035

創業64周年 受付時間:9時~19時
美幸 株式会社 エムネ 広島県三次市塩町2123-5



人の動き（庄原市の人口）
令和4年12月末現在

【住民基本台帳登録人口】
人口 32,617人（前年比-735人）
男 15,600人（前年比-313人）
女 17,017人（前年比-422人）
世帯数 15,036世帯（前年比-137世帯）
【うち外国人】人口 445人（前年比+40人）
【各地域の内訳】
○庄原地域 17,040人（7,867世帯）
○西城地域 3,027人（1,342世帯）
○東城地域 6,882人（3,319世帯）
○口和地域 1,783人（754世帯）
○高野地域 1,531人（631世帯）
○比和地域 1,182人（547世帯）
○総領地域 1,172人（576世帯）

休日診療のご案内

2月・3月の休日診療については、次のとおりです。
●庄原市休日診療センター
診療日：日曜・祝日・年末年始（12/30～1/3）
問診療日 ☎0824-72-9900
診療日以外 ☎0824-73-1155（保健医療課）
●東城地域

2月26日(日)	日伝医院	☎08477-2-2180
3月5日(日)	こぶしの里クリニック	☎08477-2-5255
12日(日)	三上クリニック	☎08477-2-1151
19日(日)	瀬尾医院	☎08477-2-0023

献血のご案内
問保健医療課 ☎0824-73-1155

献血を次のとおり実施します。
400ml 献血限定ですので、皆様のご協力をお願いします。

実施日	会場	受付時間
3月16日(木)	市役所 東城支所	10時～11時15分 12時30分～15時

広報日記
▶カメラレポートに掲載しましたが、東城ミュージックコンサートが3年ぶりに開催されました。コロナ禍でなかなか音楽を楽しむ機会も減っていましたが、少しずつライブやコンサートも開催されるようになりうれしく思います。市民会館の改修工事も完了が近づいてきたので、これから音楽でも庄原が盛り上がっていくことを期待したいです。④
▶今年は、帝釈峠が国の名勝指定100年・国定公園指定60周年を迎える年です。これを記念して帝釈峠では、さまざまなイベントが実施される予定です。イベントの内容は、広報紙を通じて皆さんにお伝えしていきたいと思ひます。(2～3ページ) ④

食育コーナー
問保健医療課 ☎0824-73-1255

～よくかんで食べることの効果～

皆さんは「かむ」ことを意識して食事をしていますか？
かむことは食べ物を体に取り入れるためだけでなく、体を活性化させるための重要な働きがあります。かむことの効果を知り、食事の際はよくかむことを心掛けましょう。

■よくかむ8大効用「ひみこの歯がよいぜ」

- かむことで得られる8つの効果の頭文字を用いた標語です。
- 【ひ】…肥満予防
ゆっくり食べるとで脳にある満腹中枢が働き、食べ過ぎを防ぎます。
 - 【み】…味覚の発達
しっかりと味わって食べることができ、味覚を刺激し食べ物の味がよく分かるようになります。
 - 【こ】…言葉の発音がはっきり
口の周辺の筋肉が鍛えられ、噛み合わせも良くなり、正しい発音ができるようになります。
 - 【の】…脳の発達
脳細胞の働きが活性化され、記憶力や集中力が向上します。子どもの知育や認知症の予防にもつながります。
 - 【は】…歯の病気を防ぐ
よくかむと唾液がたくさん出て、口の中をきれいにします。この唾液の働きがむし菌や歯周病を防ぎます。
 - 【が】…がんの予防
唾液中の酵素には発がん性物質を弱める働きがあります。
 - 【い】…胃腸の働きを促進
よくかむことは消化吸収を助け、胃腸の働きを活発にします。
 - 【ぜ】…全身の体力向上
かむという行為は運動能力や体の発達に大きく影響します。かみ合わせがいいと食いつまむので力を発揮しやすくなります。

かみ応えのある食品を使ったレシピを紹介
レンコンサラダ(4人分)

(材料) 1人当たり136kcal 塩分0.6g

レンコン	200g	(A) 塩	少々
ニンジン	30g	(A) マヨネーズ	大さじ3
キュウリ	60g	(A) 白すりごま	小さじ2
ツナ缶	50g		

- ① レンコン、ニンジンはいちよう切りにし、沸騰した湯で1～2分ゆでた後、水気を切る。
- ② キュウリは輪切りにし、塩もみをしたら流水で洗い、水気を切る。
- ③ ①と②とツナ缶、(A)をよく混ぜる。

口和郷土資料館 ☎0824-87-2230
開館日：月・木・土 9時～17時

**ステレオサウンドビジョン
(白黒テレビジョン受像機)**

当館では、1960年頃に日本電気株式会社(NEC)で製造され、「ステレオサウンドビジョン」と名付けられた真空管式白黒テレビジョン受像機(以下白黒テレビ)を動態展示しています。(図1)



▲白黒テレビ(図1)

この白黒テレビは、14型のブラウン管と真空管15本が使われ、当時のテレビジョン放送用の電波1～12チャンネルが受信できました。



また、白黒テレビの木製の横長キャビネット上部にはレコードプレーヤーが内蔵されており、アナログレコード(LP、EP、SP)を再生できるので、「テレビを見て、レコードを聴く」といった2つの機能を持っていました。(図2)

▲レコードプレーヤー部(図2) レコードを再生し、白黒テレビの両側の扉を開けると、左右のスピーカーから、迫力のある素晴らしい“ステレオサウンド”を楽しむことができます。(図3)



また、白黒テレビには音質調整ができるステレオアンプも備えているので、外部入力へオーディオ機器(テープレコーダーなど)を接続すると、本格的なオーディオシステムとして使用ができます。

当館ではデジタルテレビ放送を、アナログ電波(1～12チャンネル)に変換しているため、修復した「ステレオサウンドビジョン」を視聴することができます。鮮明な画像を見てレコードを聴き、60年前のアイデアと技術に触れてみてください。

しょうばら九日市

毎月9日は、しょうばら九日市 3月
★出店者募集中！あなたのお店を開こう。
★毎月20日が出店申込締め切りです。
★申し込みは楽笑座内九日市事務局 ☎0824-72-8285 まで
と き 3月9日(木) 9時～13時
と ころ 中本町・まちなか広場周辺(のほりが目印)
詳しくはHPで <http://kunchi-ichi.jp/information.html>

**市民ギャラリー「アート多愛夢」
情報BOX** (西本町二丁目1番21号)

市街地の空き店舗を活用した、各種展示ができる市民ギャラリーです。
▶令和4年度庄原市文芸大会
入賞作品展
と き 3月8日(水)～10日(金) 10時～15時
※詳しくは、商工観光課までお問い合わせください。
問庄原市文化協会事務局 ☎080-6310-0125 (桑原)
商工観光課商工振興係 ☎0824-73-1178
※展示を希望する団体(または個人)はお申し込みください。使用料は要りません。

**食彩館しょうばら
ゆめさくら** ☎0824-75-4411

2月・3月のイベント情報
▶ゆめさくら講座
○草木染め教室
と き 2月27日(月)「ラックダイ」
①9時～12時 ②13時～16時

**市税・水道料金・下水道使用料
納付は口座振替が便利です**

手続きは各金融機関の窓口でお願いします。残高確認も忘れないでください。
●収納課 ☎0824-73-1511
●下水道課管理係 ☎0824-73-1175
●水道課管理係 ☎0824-73-1197

ロビーコンサート
問生涯学習課 ☎0824-73-1189

と き 2月27日(月)12時15分～13時
と ころ 庄原市ふれあいセンター コパリホール
出演者
■Kシスターズ(オカリナ演奏)
内堀真弓、追江登基子、住吉さおり、伊達智子
演奏曲目

ロンドンデリーの歌、諸国漫遊民謡の旅、ルパン三世のテーマほか
▶Kシスターズ
県北で活躍している仲良し姉妹4人組。
庄原市、三次市、安芸高田市、世羅町、三原市でオカリナ教室をしながら、イベント活動や施設慰問などで演奏を披露。

【ご来場の際のお願い】
感染予防として、マスクの着用、手指消毒、検温、来場者名および連絡先の記載などのご協力をお願いします。

※掲載の内容は、新型コロナウイルスなどの影響により中止・延期・変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。



カープファンの前で健闘を誓う

松田元オーナー・新井貴浩新監督 表敬訪問・歓迎セレモニー・12/14

広島東洋カープの松田元オーナーと新井貴浩新監督が、監督就任あいさつのため本市を訪問し、歓迎セレモニーが開催されました。

当日、松田オーナーと新井監督は、最初に備後庄原駅を訪れ、駅に設置されているカープ選手のオリジナルポスターやモニュメントを見学した後、市役所本庁舎に移動し、木山耕三市長を表敬訪問しました。

木山市長は比婆牛と庄原産のジビエ肉を贈呈し、新井監督からは感謝と今後の意気込みなどが述べられました。

その後、1階市民ホールで歓迎セレモニーが開催され、庄原市カープ応援隊や庄原こどもミュージカル、市民の皆さんが出迎えました。

セレモニーでは、庄原こどもミュージカルの片岡佐和子さんと森川祥子さんから花束や庄原こどもミュージカル20周年記念誌が贈呈されたほか、庄原市カープ応援隊実行委員長の土井幹雄さんから比婆牛が贈呈されました。

新井監督は「庄原市にはたくさんのファンがいて、いつも応援してくれているということを選手一人一人に伝えます。新しいシーズンも選手・スタッフ一丸となって頑張ります」と笑顔であいさつを行いました。

セレモニーの参加者は「日本一を目指して頑張ってもらいたい。新井新監督に期待している」と感動した様子で話しました。



▲市民ホールで参加者と記念撮影



▲木山市長を表敬訪問



▲あいさつする新井監督



▲大勢のファンが集まりエールを送った



▲セレモニーで花束を贈呈

市内の情報・ごみの出し方検索・電子図書サービスなど 使い方いろいろ！

庄原市 LINE 公式アカウント @shobara_city
友だち募集中！！



QRコードから
友だち登録
お願いします！

広告

ポイントが
 なみか・ほろか
貯まる町、庄原！

チャージ機
 設置場所一覧

- 広島みどり信用金庫本店
- 広島銀行 庄原支店
- 庄原市役所 1F
- Aコープしょうばら店
- ジョイフル

西城 ● トーエイ 西城店
 東城 ● トーエイ 東城店
 ● フレスタ 東城店

2月も お得にチャージできますよ！
5000円チャージ
 〇E
+50円ついてくる！

なみか・ほろかカードに**5,000円をチャージ**すると
 電子マネーが**50円増えて5,050円チャージ**されます。

使用期限 | 2023年2月28日まで

通常は… **10,000円チャージ** することに **100円増えて10,100円に！**