

涼しげな大輪を楽しむ 第19回 はすの花まつり



宮地やすらぎの里で7月14日、第19回はすの花まつりが開催されました。

当日は、地元の方々が栽培した約60アールのハス園にピンクや白のハスの大輪が見ごろを迎え、多くの来場者がカメラに収めたり、色鮮やかな花に見入っていました。

まつりは、川柳傘踊りと久米南中学校吹奏楽部の演奏で華やかにオープニング。川柳投句会や蓮花太鼓などの催しが行われたほか、町内の特産品を使った屋台なども並び、多くの家族連れなどでにぎわいました。

また、まつりに先立ち、町内の農業基盤の整備に尽力した郷土の偉人・河原善右衛門を供養する「蓮花祭」が宮地地内の供養塔前で開かれ、蓮久寺の富松義真上人による読経の声が響く中、文化協会員ら約50人が地元で摘んだハスの花を供養塔に供え、先人の遺徳をしのびました。

複合施設（公民館・庁舎）建設 町民ワークショップを開催します

町では、公民館と庁舎の機能を合わせ持つ複合施設の建設計画を進めており、施設の規模や機能など基本的な考え方を整理する「複合施設建設基本計画」を策定するため、調査・研究を行っています。

町民の皆さんに親しまれ、便利で利用しやすい施設とするため、皆さんと一緒に新しい複合施設を考える町民ワークショップを次のとおり開催します。現在、参加者を募集していますので、参加いただける人は期日までにお申し込みください。

皆さんのご参加をお待ちしています。



建て替えを検討している公民館と庁舎

日 時 ① 9月29日（日）…午前9時30分～11時30分

② 10月 2日（水）…午後1時30分～3時30分

③ 10月 2日（水）…午後7時～9時

※①、②、③のいずれかの日程にご参加ください。内容は同じです。

場 所 中央公民館

資 格 久米南町内に在住、在勤の人

内 容 グループに分かれて、意見やアイデアを出し合ってください。

テ ー マ 利用しやすく、親しみやすい公民館・庁舎とは など

申込方法 9月18日（水）までに、電話か申込用紙（役場、中央公民館、文化センターに置いています）で役場総務企画課へ申し込んでください。なお、詳細については申し込み後にお知らせします。

そ の 他 謝礼や交通費などの支払いはありません。

ワークショップの様子などは、基本計画や町のホームページなどに掲載する場合があります。

詳しくは、役場総務企画課（☎728-2111・FAX 728-2749）までどうぞ。

参議院議員選挙・久米南町の開票結果

7月21日に執行された参議院（岡山県選挙区・比例代表）選出議員選挙の投票が、町内6カ所の投票所で行われました。

投票率は、前回（県選挙区、比例代表ともに59.32％／平成28年7月10日執行）を下回りました。

久米南町での投票と開票結果は次のとおりです。

【岡山県選挙区】	
有効・無効票数	
当日有権者数	4,249人
（男2,042人 女2,207人）	
投票総数	2,383票
有効投票	2,335票
無効投票	48票
投票率	56.08%

得票数（届出順）	
石井 正弘	1,377票
原田 謙介	887票
越智 寛之	71票

【比例代表】	
有効・無効票数	
当日有権者数	4,249人
（男2,042人 女2,207人）	
投票総数	2,383票
有効投票	2,280票
無効投票	103票
投票率	56.08%

比例代表選出議員選挙の名簿登載者の得票数については、岡山県選挙管理委員会事務局のホームページ（<http://www.pref.okayama.jp/soshiki/156/>）をご覧ください。

政党等別得票数（届出順）	
日本共産党	257.051票
自由民主党	978.020票
オリーブの木	4票
社会民主党	20票
公明党	302.580票
国民民主党	161票
日本維新の会	107票
幸福実現党	6票
立憲民主党	330票
労働の解放をめざす労働者党	2票
NHKから国民を守る党	33票
安楽死制度を考える会	5票
れいわ新選組	74.345票

怒られて涙が出て明日が来る

池上 忠夫



2019年度未来商店街開催に向けて 実行委員会スタート

昨年に引き続き、未来商店街を11月10日(日)に開催します。未来商店街は、学校の活動とは別に、自主的に参加した町内の中高生が中心となり、企画・運営を行います。地域団体や地元の大人との交流を通じて、まちづくりに積極的に参加できるような活躍の場を創出する事業です。

未来商店街～私たちが未来の商店街をつくります～

日 程：11月10日(日)

場 所：旧下弓削商店街

主 催：未来商店街実行委員会

今年度は中高生の募集に加え、サポートする大人も公募して、実行委員会を結成。第1回実行委員会を7月25日に開催しました。

中高生の会議では、映像や写真を交えながら、昨年の人たちの思いを振り返り、今年はどういう未来商店街を創り上げていくのかをみんなで考えていきました。その後、実際に現地を歩くフィールドワークを行って、さらにイメージを広げていきました。

夕方からは、中高生を支えてくれる大人サポーターと合流して、自己紹介や今後の進め方などを確認しました。中高生も大人も最初は緊張していましたが、会が進むにつれて、笑顔とともにお互いの名前を呼び合い、和やかな雰囲気ですべてを終えました。

中高生が企画運営をする未来商店街。今年度はより中高生のやりたいことを自ら実現できるように、大人サポーターと二人三脚で進めていきます。地域の皆さんにご協力をいただくこともあるかと思います。今年の未来商店街もよろしくお願いいたします。

中高生、大人サポーターともに、随時募集しています。詳しくは、教育委員会（☎728-2711）まで。



フィールドワークで現地を確認する中高生



中高生と大人が一体になった実行委員会

地域おこし協力隊活動記 vol.54

特産品の開発に向けて
地域で勉強中

特産品開発の勉強で上之町地区活性化委員会のゆずコロづくりのお手伝いをさせていただいています。ゆずコロづくりは、大量のジャガイモをつぶしたり混ぜたりするため、想像以上に力仕事でびっくりしましたが、力自慢の私にはうってつけの作業でした。

ウエストランドの直売にも同行させてもらい、「今日の晩ご飯にしようかな」「甘くておいしいからおやつに食べよう」など、お客さんの声を直接聞くことができ、すごく勉強になりました。出店のたびに買いに来てくれるリピーターがたくさんいて、ゆずコロのことを褒められると自分のことのようにうれしくなりました。

特産品開発に向けて、まずは地域資源を知ることが第一歩だと思っています。各地域で行われる行事にも積極的に参加していきたいので、顔を見かけた際は、気軽に声を掛けてください。

地域おこし協力隊 小分坂祐佳



上之町の皆さんとゆずコロづくり

早期発見・治療のために 総合健診で健康チェック

町の健康診査・がん検診が8月30日から始まります。町の健康診査・がん検診は、費用の一部を町が負担しているので、医療機関で受診するよりも安く受けることができます。

病気は自覚症状がないまま進行することが多く、検査結果の変化を見ることで、予防や早期発見、早期治療に取り組むことができます。

自分のため、家族のためにも年に一度は健診を受け、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。

詳しくは、役場保健福祉課（☎728-2047）までお問い合わせください。

日 程

※対象地区以外の会場で受診することもできます。

月 日	会 場	受付時間	対象地区
8月30日(金)	もむらふれあい交流館	午前8時 ～9時 ※受付時間を 過ぎると受 診できませ ん	竜山全地区
9月 2日(月)	保健福祉センター		下弓削・上弓削・西山寺
9月 3日(火)			松・塩之内・羽出木・上二ケ・下二ケ・仏教寺・全間
9月 4日(水)	神目支館		神目全地区
9月 5日(木)	誕生寺支館		里方・山ノ城
9月 6日(金)			北庄・南庄

健診内容

種 類	対象者	内 容	料 金
健康診査	30～39歳の希望者	身体計測、検尿、血圧、心電図、眼底検査、血液検査(30代の眼底検査はありません)	1,500円 70歳以上は500円
	75歳以上の希望者		
	40～74歳の国保加入者		
肝炎ウイルス検診 B・C型	40～70歳で今までに受けたことがない人	血液検査	1,000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査	600円
肺がん検診	40歳以上	レントゲン検査	400円
喀痰検診	肺がん検診受診者で喫煙指数600以上の人か6カ月以内に血痰の出た人	検診当日にお渡しする容器に喀痰を取り、後日提出	600円
胃がん検診	40歳以上	検診車でバリウムを飲み、胃を撮影	1,000円
大腸がん検診	40歳以上	便潜血反応検査2日分採便し、容器を検診当日提出	500円

乳がん・子宮頸がん検診（今年度から各支館での乳がん・子宮頸がん検診は行いません）

月 日	地 区	場所／受付時間	料 金
9月13日(金)	竜山地区・神目地区	保健福祉センター	子宮頸がん検診（20歳以上の女性）…1,200円
9月20日(金)	弓削地区		
9月30日(月)	誕生寺地区	午後0時15分 ～0時45分	乳がん検診（40歳以上の女性） ・マンモグラフィー ……1,700円 ・マンモグラフィーと視触診 ……2,000円
11月 5日(火)	全地区		

もっとすこやかライフ

みんな笑顔で声かけて 健康仲間をふやすまち

役場保健福祉課（☎728-2047）



新学期に向けて生活リズムを整えよう

朝目覚めたら、太陽の光を浴びよう！目覚まし時計は脳にある！

私たちの体の中には、1日の生活リズムを刻む体内時計がありますが、体内時計の1日は24時間より少し長くリズムを刻んでおり、睡眠や体温、血圧、ホルモンの分泌などが促されています。

しかし、1日は24時間なので体内時計にズレが生じます。体内時計を整えるためには、朝起きてからカーテンを開けて太陽の光を浴びることで体内時計がリセットされ、リズムが安定します。太陽の光を浴びることで、脳の覚醒を促す脳内ホルモン「セロトニン」が活発に分泌され、その結果、頭がスッキリと目覚めることができるのです。ほかにもセロトニンの分泌を増やすには、しっかりとかんで朝ごはんを食べることも効果的です。



「寝る子は育つ」は本当！

このことわざは科学的にも証明されており、睡眠中に分泌されるホルモンにより脳や体が成長します。また、21時から24時の間は、ほかの時間の倍以上のホルモンの分泌がある『睡眠のゴールデンタイム』です。

寝る時間が遅くなるとホルモンの分泌に影響を与えてしまうので、21時頃には就寝するように心掛けましょう。また、子どもに理想的な睡眠時間は9時間とされています。



生活リズムの改善には早起きから始める！

生活リズムを「早寝早起き」に移行するには、まず「早く起きる」ことから始めましょう。

早寝より早起きの方が、体にとっては簡単です。早起きを習慣にしていくには前の日より30分早く起きることから始め、起きた時にはカーテンを開けて太陽の光をたっぷり浴び、目覚めを促しましょう。1～2週間ほど続けると、子どもたちも徐々に朝型に変わってきます。

生活リズムを整えることで育つ3つの力

①集中力

集中力を高めたり、気分を穏やかにしたりするホルモン「セロトニン」は、ぐっすり眠って目覚めた朝に太陽の光をたっぷり浴びると分泌が増えます。

セロトニンの分泌が減ると、イライラしたり攻撃的になったりします。

②免疫力

夜、真っ暗な部屋で静かに眠っていると、「メラトニン」というホルモンが分泌されます。

メラトニンには感染症などへの免疫力を高める働きがあるので、ぐっすり良い睡眠が取れていると病気になりにくい体になります。

③記憶力

人は睡眠中に記憶を整理しています。たくさん眠ることで体験したことが記憶され、自分のものになっていくのです。

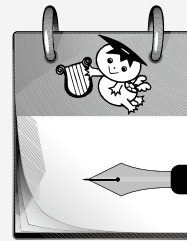
寝る前のテレビや
スマホなどの光刺激は、
睡眠の質を悪くするよ！
生活リズムを整えるため
に就寝1時間前には
やめましょう。



おいしいキュウリが採れたよ 弓削小が収穫体験



キュウリを見つけて収穫する児童



まちの話題

弓削小学校4年生の13人が7月10日、食育授業の一環でキュウリの収穫体験を行いました。

この日は、別所の光元一郎さんのほ場を訪れ、生育中にプラスチックの容器をかぶせ、ハートや星形になった特別なキュウリを、緑色の大きな葉っぱをかき分けながら探し、はさみを使って丁寧に収穫を行いました。

収穫後には、串に刺して氷水で冷やした「アイスきゅうりん」の試食もあり、新鮮なキュウリの食感を楽しみました。

中田淳仁くん（上弓削）は「取るのは大変だったけど、食べたらとてもおいしかった」と話してくれました。

沼本初ゑさん・梶谷美登さん、満100歳おめでとうございます

上弓削の沼本初ゑさんが6月28日、下二ヶの梶谷美登さんが7月7日に満100歳の誕生日を迎えられました。

沼本さんは、若いころからお茶とお花の先生をしており、80歳ぐらいまで自宅で教室をしていました。長寿の秘訣を尋ねると「日ごろからよく歩いて、健康のためにヨーグルトや蜂蜜を毎日食べていた」と沼本さん。現在は津山市にあるケアハウス・サンシティうぐいすで生活をされ、今の楽しみは「友達とのおしゃべり」というおばあちゃんです。



記念撮影で笑顔を見せる沼本さん（中央）



100歳を迎えた梶谷さん（写真はご家族の提供）

ケアハウス百寿（美咲町）に入所中の梶谷さんは、5年ほど小学校の先生をした後、農業をしながら野菜やお米づくりに勤しんできました。旅行が好きで、遠方にもよく遊びに行っていたそうです。ご家族に話を聞くと「おおらかでよくよくしない性格。好き嫌いなく、なんでもよく食べていたのが長寿の秘訣ではないか」と話してくれました。

おめでとうございます。いつまでもお元気で。

あまーいピオーネできるかな 神目小がブドウの袋掛けを体験



ブドウの房に袋を掛ける児童

神目小学校の3年生7人が7月2日、山手にあるほ場でブドウの袋掛けを体験しました。

児童らは、久米南ぶどう部会の青山仁部会長（山手）のほ場で、9月の収穫に向けて袋掛けを体験。「袋掛けは病気や虫からブドウを守る大切な作業。留め金をしっかり結んで」と説明を受けた後、自分の名前や絵を描いたオリジナルの袋を1つずつ丁寧に掛けていきました。

坂口馨さん（上神目）は「収穫が楽しみ。おいしいブドウができてほしい」と話してくれました。

ブドウの袋掛けをした後には、見ごろを迎えた宮地やすらぎの里でハスについて学びました。

母さんのレール要らない僕は僕

西河さらこ

地元の特産品がずらり とっさり七日市を開催



多くの家族連れでにぎわったとっさり七日市

今年度、町のまちづくり支援事業に採択された「誕生寺地域づくり協議会」が7月28日、里方の誕生寺で「とっさり七日市」を開催しました。

これは、誕生寺地域のにぎわいを取り戻そうと同協議会が初めて開いたもの。地元で取れたナスやキュウリなどの新鮮な野菜、多肉植物、稲の苗を使ったハートのお飾りなどの模擬店が並び、町内外から訪れた多くの家族連れらでにぎわいました。また、昔から「時を決めて願いごとをすると、その時までになくしたものが出てくる」と地元で愛されている時切稲荷神社で御朱印やお守りの販売もあり、多くの人が詰め掛けました。

津山市から訪れた畑将裕さんは「時切稲荷と誕生寺に来ることができてよかった。七日市にもまた来たいです」と話してくれました。

笑顔で接客や販売 移動アンテナショップを開店

誕生寺支援学校高等部の生徒が6月27日と7月4日の2日間、移動アンテナショップ「サテライトショップ久米南」を文化センターで開きました。

この日はコーヒーとゆずマドレーヌのセットのほか、花の苗やコーヒーカップなどの作業製品を16人の生徒が交替しながら販売。「いらっしゃいませ」「ありがとうございます」と元気良くあいさつをして、丁寧にレジ打ちや接客をしていました。



丁寧に接客をする生徒

美しい歌声響かせる 「銀の翼」サマーコンサート

少年少女合唱団カッピーエンジェルス「銀の翼」のサマーコンサートが7月28日、文化センターで開かれました。

小学校高学年の団員5人が出演し、伸び伸びと「夢の世界を」「友達になるために」などの12曲を披露。また、「手のひらを太陽に」「かもめの水兵さん」などを観客の皆さんと一緒に合唱するなど、会場は優しい歌声と大きな拍手に包まれた心温まるコンサートとなりました。



元気に合唱する「銀の翼」

久米郡商工会青年部が 神目小で奉仕活動



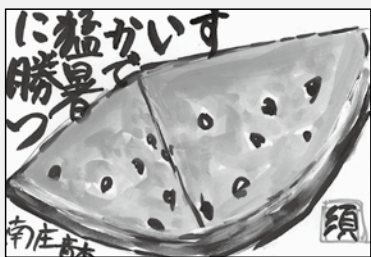
大木を伐採する会員

久米郡商工会青年部久米南地区の有志が7月27日、神目小学校で木の伐採や剪定などを行いました。

これは、子どもたちに快適な学校生活を送ってもらうためにボランティアで実施されたもの。参加した会員7人が、正面玄関横に並ぶカイヅカイブキの剪定、体育館横のクスノキや図工室横のアスナロの木の伐採などに汗を流しました。

同部有志の清水誠治代表（里方）は「地域や子どもたちのために部会員で力を合わせて継続的に取り組んでいきたい」と話してくれました。

おハガキ紹介 (敬称略)



青木 須壽子 (南 庄)

元気
いっぱい!
8 月生まれ

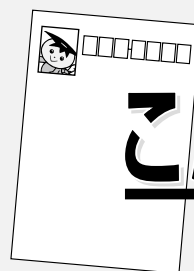


むらかみ ひびき
村上 響 くん
(里 方・3歳)
甘えん坊ひーくん
誕生日おめでとう^^

すぎやま ゆうた
杉山 結太 くん
(別 所・2歳)
優しいお兄ちゃんに
なったね☆



たきぐち ゆい
滝口 結帆 ちゃん
(下弓削・3歳)
にこにこ笑顔が
大好きだよ!
元気に大きく
なあれ☆



こんにちは

読者のページ

このコーナーでは、読者の皆さんの感想、希望、質問、イラストなどを紹介します。川柳の投句も大募集中です。皆さんからのおハガキ、お待ちしております。

応募先

〒709-3614
久米南町下弓削502-1
久米南町役場「広報くめなん」係

☆元気いっぱい☆

来月号は9月生まれ

誕生日を迎える皆さんを募集中。
次号では、9月に誕生日を迎えるお子さんから高齢者までを大募集。上半身の写真(SDカードも可)と必要事項を書いたメモ紙(氏名、住所、誕生日、20文字程度のコメントを、8月30日(金)までに役場総務企画課へ提出・郵送してください。写真の掲載は白黒となります。ご了承ください。(写真の返却は役場までご来庁ください)



こちらのQRコードからも
写真データを送れます。

町陶芸同好会の会員や美作地域の陶芸愛好家ら82人が、課題作品の抹茶わんと合わせて、飛びかんなどでデザインされた水差し、羽子板やカエルの置き物、将棋盤などの自由作品を展示。町内外から多くの人が訪れ、作品に見入っていました。

最終日には、入賞・特別賞などに選ばれた作品の表彰式もあり、町内からは片山憲二さん(塩之内)が久米南町長賞、インストラクター特別賞に沼野斌郎さん(下弓削)がそれぞれ選ばれました。

第

27回美作陶好会陶芸展が
7月12日から14日までの
3日間、中央公民館で開催され、
陶芸愛好家らの力作が多数展示
されました。



大勢の人が詰め掛けた陶芸展

竜

山地区福祉のまちづくり
推進協議会による「もむ
ら七夕祭り」三世料理教室と
一人暮らしの集いが7月28日、
もむらふれあい交流館と竜山支
館で開かれました。

この日は、竜山地区の皆さん
や帰省した親子ら約50人が参加
会では、キュウリやナスを使っ
て馬や牛などを作ったほか、ス
イカ割りやシャボン玉飛ばしな
どの催しで交流を深めていまし
た。また、参加者が七夕のササ
飾りに「家族全員元気で過ごせ
ますように」「友達が増えます
ように」などと書いて、短冊を
飾り付けました。

最後に、栄養委員らが調理し
た七夕そうめんや七夕団子など
の会食を楽しんでいました。



野菜を使って動物を作る参加者

出来そうと働いたツケ腰が受け

片山こうこ

自宅の電話を常に留守番電話に！

～簡単・効果的な特殊詐欺対策～

岡山県警察、久米南町地域包括支援センター

振り込め詐欺やオレオレ詐欺など、電話から始まる詐欺の発生が後を絶ちません。

手口も巧妙化しており、言葉巧みに焦らせる、不安にさせるなどしてお金をだまし取ろうとします。

詐欺の被害に遭わないためには、留守番電話に設定して知らない電話番号には出ないことが一番です。



留守番電話メッセージの例



この電話は、防犯対策のため、
在宅中でも留守番電話にしています。
ご用の方は、発信音の後にお名前と
ご用件をお話してください。



防犯対策として

- 在宅中でも、留守番電話にする
- 防犯機能付き電話を活用しましょう
- 電話でお金の話が出たら必ず家族や警察に相談しましょう

里帰り母が見送る悲しい手

夏の交通安全

無事故で夏を乗り切ろう

毎日暑い日が続いています。8月は夏休みや観光などのレジャーシーズンであり、開放的な気分になったり、長距離を運転するドライバーが増加し、いつもと人や車の動きが異なります。

また、交通安全と天候は深く関係しており、それぞれの天候で異なる注意点があります。夏の交通事故リスクについて知り、交通事故を起こさない、遭わないようにしましょう。

①熱中症・夏バテに注意

30度を超える真夏日が続いています。熱中症や夏バテに注意しましょう。暑さによる疲れや体調不良によって注意力が低下すると、危険の発見が遅れがちになり、交通事故につながります。体調が悪いと感じるときには無理をせず、運転を控えましょう。また熱中症対策として、こまめに水分と塩分を補給しましょう。

を徹底するようにしましょう。

③飲んだら乗るな

飲酒運転にお酒の量や乗る距離は関係ありません。お酒を飲んだら、すぐ近所でも、車の運転は絶対にしてはいけません。ちよつとだけだからという油断が重大事故につながります。また、周囲の人に対しても、飲んだら運転をさせないようにし、飲酒運転の根絶に努めましょう。

④子どもの往来に注意を

小学校・中学校などでは夏休み中です。そのため、普段人通りの少ない道路や時間帯であっても、夏休み中の子どもたちの往来が予想されます。急な子どもの飛び出しなどに注意し、いつも以上に安全運転を心掛けましょう。

②雨の日の運転に注意

雨が降ると路面が濡れ、滑りやすくなります。スピードの出し過ぎやカーブ区間の走行には注意しましょう。また、急な大雨に見舞われた際は、前方車両との車間距離を十分に取る、スピードを落とすなど安全運転

中島 淑子

新着コーナー



70歳のたしなみ

小学館
著：坂東眞理子

意識して上機嫌に振る舞う、子どもに期待しない…など、70代を健康で快適に生きるための「たしなみ」を紹介。中高年を励ます言葉がいっぱいで、元気が出てきます。

- | | |
|---------------------|-------|
| ・マジカルグランマ | 柚木 麻子 |
| ・百花 | 川村 元気 |
| ・まんがアフリカ少年が日本で育った結果 | 星野 ルネ |
| ・学校の「当たり前」をやめた。 | 工藤 勇一 |
| ・あきない世傳 金と銀 | 高田 郁 |
| ・樹木希林120の遺言 | 樹木 希林 |
| ・科学する心 | 池澤 夏樹 |
| ・育てにくい子にはわけがある | 木村 順 |
| ・ハダニ防除ハンドブック | 國本 佳範 |
| ・おかやま雑学ノート | 赤井 克己 |
| ・B級キャスター | 村尾 信尚 |
| ・みらいめがね | 荻上 チキ |
| ・花の回廊 | 宮本 輝 |
| ・原発に挑んだ裁判官 | 磯村健太郎 |



とうめいにんげんのしょくじ

ポプラ社
文・絵：塚本 やすし

透明人間が男の子と一緒に、夕ご飯。食べ物とは透明ではないから、お腹の中に入っていくの見える。やがて消化され…！食べることに興味がわく食育絵本。

- | | |
|---------------------------|------------|
| ・おかわりへの道 | 山本 悦子 |
| ・ぼんやきゅう | 長谷川義史 |
| ・星空を届けたい | 高橋真理子 |
| ・まなぶ | 長倉 洋海 |
| ・よりみち3人修学旅行 | 市川朔久子 |
| ・野生のロボット | ピーター・ブラウン |
| ・明日のランチはきみと | サラ・ウィークス |
| ・みんなちがって、それでいい | 宮崎 恵理 |
| ・1つぷのおこめ | デミ |
| ・目でみる1mmの図鑑 | こどもくらぶ |
| ・だいふくもち | 田島 征三 |
| ・どっちが強い!? カブトムシ vs クワガタムシ | ブラックインクチーム |
| ・1分で読める怖い話 | 池田書店編集部 |
| ・科学がひらくスマート農業・漁業 1～4 | 小泉 光久 |

本の寄贈【7月分・敬称略】

山本三岐子（南 庄） 一般財団法人DREAM.K（上神目）
大内 誠（岡山市） ありがとうございます。

きてみて

久米南町図書館

〒709-3614 久米南町下弓削515-1 ☎086-728-4322

最新情報配信中！ 久米南町図書館

開館時間 午前10時～午後6時

カレンダー

○印は休館日です



9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	③	4	5	6	7
8	9	⑩	11	12	13	14
15	16	⑬	18	19	20	21
22	23	⑮	25	26	27	28
29	30					

すすくすくタイム 毎週月曜日 午前11時～

えほんタイム 毎週日曜日 午前11時～午後3時～

図書館行事のご案内

ライブラリーカフェコンサート

8月31日（土）午後3時～4時／館内

目をテーマにした読み聞かせ、バイオリンの演奏に続き、栄養委員による試食会などをお楽しみください。参加費は無料です。

令和へGO！元号スタンプラリー

9月1日（日）まで開催中

スタンプラリーカードがいっぱいになると、年表の元号が令和へ近づいていきます。土日はスタンプ2倍押し。
ただ今、鎌倉時代の後半まで到達。どんどん借りて令和へゴールしましょう！



おしらせ

夏休みの宿題は順調にこなせていますか…。読書感想文などの指定図書（小・中）や課題図書（小・中・高）が、図書館にそろっています。貸出し期間は1週間で1人2冊までです。

勉強の息抜きにも、読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。工作や自由研究に役立つ本や資料も活用して、夏休みの学習を頑張ってください。

うっかりも笑いとばしてらっかりと

山本 央子

経営計画作成セミナーと 個別相談会を開催

経営計画作成の意義、経営計画立案の考え方・進め方、各種補助金申請のための具体的な「経営計画」が作成できるセミナーを開催します。

「売れる新商品を開発したい」「新たな販路を開拓したい」「どう販売していいかわからない」など悩んでいる人は、一緒に経営計画書を作成して解決してみませんか？

ご希望の人は個別相談会も予定していますのでご参加ください。

講師…中小企業診断士 松本 直也 氏

会場…久米郡商工会 本部（美咲町原田1757-8）

● 経営計画作成セミナー

開催日時■9月4日(水)／午後7時から9時まで

受講対象者■久米郡内に在住する全てのビジネスパーソン（経営者、後継者、創業予定者）

● 経営計画作成に関する個別相談会

開催日時■9月19日(木)・24日(火)…両日とも午前9時から午後4時30分まで
9月26日(木) ……………午後1時30分から8時まで

受講対象者■経営革新計画作成セミナー受講者

* セミナー・個別相談会ともに無料で参加できます。

詳しくは、久米郡商工会（☎0868-66-0033）までお問い合わせください。

パソコン研修 ホームページ作成講座

ホームページを作成してあなたの会社の取り組みなどを情報発信しませんか？

事業を経営していると、忙しいことを理由にホームページの管理が後回しになりがちなのが現状です。ホームページ作成に必要なノウハウを習得し、最先端ツールの「ジンドゥーA1ビルダー」を活用して、ホームページの作成手順まで体験できます。

開催日■9月11日(水)、12日(木)、13日(金)、17日(火)、18日(水)の計5日

※やむを得ない場合を除き、5日とも研修を受講してください。

時間■各日 午後7時から9時まで

場所■久米郡商工会 本部1階研修室

講師■アイティー工房 岩本 悟 氏

定員■10名 ※定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます。

受講料■久米郡商工会会員事業所関係者は3,000円 関係者以外の方は5,000円

※受講料にはテキスト代・教材費すべてが含まれています。

* 時間については、変更となる場合がありますのでご了承ください。

詳しくは、久米郡商工会（☎0868-66-0033）までお問い合わせください。

○当ページの内容のお問い合わせ・申し込みは、久米郡商工会久米南支所 ☎728-2829まで

お知らせ
のページ

人口と世帯

〈7月31日現在〉

男	2,306人 (+2)	2,355人
女	2,510人 (-2)	2,558人
計	4,816人 (0)	4,913人
世帯数	2,270 (+1)	2,291

()は前月比較 □は昨年同期

火災・救急発生状況

〈7月分〉

火災	0件 (3)	4件
救急	20件 (152)	164件

津山圏域消防組合久米南分署調べ
()は今年の累計 □は昨年同期

交通事故発生状況

〈7月分〉

人身事故	1件 (14)	10件
------	---------	-----

美咲警察署調べ
()は今年の累計 □は昨年同期

回答にご協力を

全国家計構造調査

10月から11月までの2カ月間に渡り、家計における消費や所得、資産などの実態を明らかにすることを目的とした全国家計構造調査が実施されます。

8月から調査員がお知らせなど関係書類の配布や聞き取り調査に伺いますので、ご理解とご協力をお願いします。また、パソコンやスマートフォンを使って回答することもできますので、ご利用ください。

消防団協力事業所に
表示証を交付します

消防団協力事業所表示制度は、事業所の消防団活動への協力が社会貢献として広く認められると同時に、事業所の協力を通じて地域防災体制がより一層充実されることを目的とした制度です。

従業員の消防団活動に積極的に協力する事業所として認定を受けた場合に、町から消防団協力事業所表示証が交付されます。

【交付要件】

- ・従業員が消防団員として、相当数入団していること
- ・従業員の消防団活動に積極的に配慮していること
- ・災害時などにおける資機材などの提供など、消防団の活動に協力していること



交付を希望される事業所は、役場総務企画課（☎728-2111）までお問い合わせください。

農業大学校生を募集

岡山県農業大学校では、次のとおり園芸・畜産課の学生を募集します。

受付期間 ■ 推薦 8月28日(水)～9月11日(水)、一般前期 10月16日(水)～10月30日(水)、一般後期 令和2年1月6日(月)～1月15日(水)

試験日 ■ 推薦 9月28日(土)、一般前期 11月15日(金)、一般後期 令和2年1月29日(水)

詳しくは、農業大学校（☎086-955-0550）まで。

園芸・畜産コースの

対象地区 ■ 下二ヶ・中初・上神目の3調査区

詳しくは、役場総務企画課（☎728-2111）まで。

令和元年度 誕生寺支援学校運動会

誕生寺支援学校では、次のとおり令和元年度誕生寺支援学校運動会を開催します。

▶誕生寺支援学校弓削校地（上弓削1657-1）

9月14日(土)午前9時30分から11時45分まで

※雨天の場合は9月17日(火)

お問い合わせ：誕生寺支援学校弓削校地

（☎728-2828）

▶誕生寺支援学校誕生寺校地（山ノ城110-2）

9月21日(土)午前9時30分から11時10分まで

※雨天の場合は9月24日(火)

お問い合わせ：誕生寺支援学校誕生寺校地

（☎728-2321）

津山圏域消防組合

9月22日に採用試験を実施

津山圏域消防組合では、職員採用資格試験を実施します。

●消防職A：平成3年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、高校卒業程度以上の学力を有する人

●消防職B：平成3年4月2日以降に生まれた人で、救急救命士の国家試験に合格し、厚生労働大臣の免許を受けている人か、令和2年3月に実施される救急救命士国家試験の受験資格を得ることが出来る人

採用人数■消防職A・B合わせて4人程度

試験会場■津山工業高校

試験日時■9月22日(日)午前9時から

受付期間■8月23日(金)まで

受験案内などは、消防本部や圏域管内の消防署所にあります。また、津山圏域消防組合のホームページ(<http://www.119su-yama.jp/>)からも入手できます。

詳しくは、津山圏域消防組合職員任用委員会(☎0868-31-1259)までどうぞ。

人権・行政・心配ごとなど

8月22日に合同相談

人権・行政・心配ごとの合同相談を8月22日(木)、午前10時から午後3時まで町中央公民館で

ため池の安全対策をお願いします

ため池は、農業用水を確保するために重要な役割を果たしていますが、水位が上昇すると危険な状態になります。ため池を管理されている人は、次のことに注意をお願いします。

- 堤防上の雑草や樹木を定期的に刈り払い、ため池の保全に努める。
- 洪水吐に土のうなどを置いて、貯水量を増大させるのは絶対やめてください。ため池の決壊の原因になります。
- 大雨や長雨が予測される時には、気象状況に十分注意し、見回りをを行い事前に水位を下げるなどの措置をとる。また、子どもが池に近づかないよう、注意してください。
- 利用していないため池には、水位を下げるなど、水をためないようにしてください。

詳しくは、役場建設水道課(☎728-4413)までお問い合わせください。



ため池は定期的な草刈りを

今月の納付

町税 2期分
国民健康保険税 3期分
介護保険料 3期分
後期高齢者医療保険料 2期分

納期限 9月2日(月)

役場のほかに中国銀行、トマト銀行、津山農業協同組合、ゆうちょ銀行・郵便局(中国5県)で納付ができます。

納税はお早めに!

開催します。

どの相談も無料で、秘密は固く守られますので、お気軽においでください。

詳しくは、役場総務企画課(☎728-2111)まで。

篤志寄付(敬称略)

ふるさと納税(寄付金)として

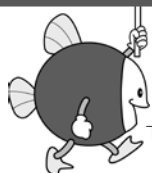
秋山 美晴(東京都)
矢田 光男(岡山市)
久保 実(神奈川県)
ブルンマルクオレル(東京都)
亀山 仁(神奈川県)
鉢村 敏雄(栃木県)
西村 一行(京都府)
浅川 正美(愛知県)
新井ゆき恵(埼玉県)
中野 悟(栃木県)
丸木 努(埼玉県)
西村 幸男(神奈川県)
諏訪下 亮(大阪府)
中村實代二(愛知県)
小林栄二郎(神奈川県)
窪野 雅成(千葉県)
藤田 靖(青森県)
田中 進(埼玉県)
由川 幸枝(東京都)
河原崎光広(静岡県)
田中 久雄(京都府)
御園生榮次(千葉県)

ありがとうございます。

「わが恵み汝に足れり」座右の句

中力美美子

9月10日は 下水道の日です



下水道マスケットキャラクター「スイスイ」

下水道は、居住環境の改善や公衆衛生の向上のみならず、河川や用水路などの水質を保全し、地域の自然環境や生態系を保護するために欠かせない施設です。

下水道は、誤った使い方をすると、下水道管の詰まりや故障の原因となり、設備の寿命を縮めることになります。下水道を大切に使うために、ご理解とご協力をお願いします。

下水道供用区域にお住まいの人は、早めの接続をお願いします。

7月分

入札結果を公表

予定価格250万円以上の入札結果を公表します。

※落札額は税抜き

入札日 令和元年7月12日

事業名■町営住宅施設整備事業
工事名■中須賀団地解体撤去工事
工事場所■下弓削地内
落札額■3,500,000円
落札者■杉山砕石工業(株)
担当課■税務住民課

入札日 令和元年7月26日

事業名■町道舗装事業
工事名■東別所下粉線工事
工事場所■別所地内
落札額■2,660,000円
落札者■(株)吉田組 中国支店
担当課■建設水道課

身体障害者巡回更生相談を9月19日(木)(受付・午前11時～、

身障者巡回更生相談
9月19日(木)に開催

審査・午前11時30分～)、津山市障害者福祉センター「神南備園」で開催します。
相談の対象は、肢体に障害のある人です。(手帳の等級など

お知らせのページ

くらしのカレンダー

8月

17日(土) 山手夏祭り
(治部邸・午前10時～)
18日(日) 北庄棚田フェスティバル
(交流館棚田の里北庄・午前10時30分～)
22日(木) 合同相談 (P13)
25日(日) くめなんサマージャズ
(文化センター・午後2時～)
27日(火) 小・中学校始業式
30日(金) 総合健診 (P4)

9月

2日(月) } 総合健診 (P4)
6日(金) }
7日(土) 久米南中学校体育祭
(久米南中学校グラウンド)
14日(土) 弓削・誕生寺小学校運動会
誕生寺支援学校弓削校地運動会 (P12)
21日(土) 久米南中学校文化祭
(文化センター)
誕生寺支援学校誕生寺校地運動会 (P12)
28日(土) 神目小学校運動会

休日当番医

8月18日(日) 河合内科医院
(☎722-3131)
25日(日) 亀乃甲診療所
(☎0868-66-1000)
9月 1日(日) 柵原病院
(☎0868-62-1006)
8日(日) 近藤クリニック
(☎728-3233)
15日(日) 関医院
(☎0868-66-1155)
22日(日) 河合内科医院
(☎722-3131)
29日(日) 亀乃甲診療所
(☎0868-66-1000)

診療時間は午前9時から午後5時まで。
当番医は変更になることがあります。受診される方は電話で確認してください。

大声で笑う図星に触れている

大倉 淑子

一般曹候補生・航空学生

自衛官候補生を募集

防衛省では、一般曹候補生・航空学生・自衛官候補生を募集しています。

受付期間■9月6日(金)まで。自衛官候補生は年間を通じて募集応募資格は、種目ごとに定められています。

詳しくは、自衛隊岡山地方協

自然災害の被災者に

子ども災害見舞金を支給

岡山県では、平成30年7月豪雨以降に県内で発生した自然災害により、被害を受けた子どもがいる家庭を対象に、次のとおり災害見舞金を支給します。

対象■住居が全壊、大規模半壊、半壊、床上浸水のいずれかの被害を受けた子どものいる世帯(子どもとは、被災日を基準として18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にあるお子さん)

支給額■子ども1人につき2

万円(該当世帯の子どもの数に応じて支給)
申請方法■申請書に必要書類を添えて、県庁子ども家庭課子ども災害見舞金係へ郵送
申請期限■被災日から1年間(平成30年7月豪雨分は10月31日まで)

申請書は、役場保健福祉課や美作県民局福祉振興課などで配布しています。

詳しくは、県庁子ども家庭課(☎226-7874)までお問い合わせください。

8月は北方領土返還運動

全国強調月間

はばまい 歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の北方四島は、我が国固有

有の領土です。

北方四島の一日も早い返還のためには、私たちみんながこの問題への理解と関心を深め、世論を結集させることが重要です。

北方領土の早期返還実現に向けて、皆様のご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、岡山県北方領土返還要求運動県民会議（☎226-7158）までどうぞ。

キュウリとアスパラの

現地見学会を開催

美作広域農業普及指導センターでは、農産物販売を目的とした農業を目指す人を対象に、次のとおりキュウリとアスパラガ

スの現地見学会を開催します。参加費は無料です。

開催日■9月2日(月)

集合場所■キュウリ▽午前10時にJAつやま久米南支店

アスパラガス▽午後1時30分に道の駅久米の里

申込期限■8月26日(月)

応募資格■町内に在住で、農産物販売を目的とした農業を目指す人

申込方法■美作広域農業普及指導センターへ直接申し込んでください。

詳しくは、美作広域農業普及指導センター（☎0868-2311525）までお問い合わせください。

9月29日に開催

婚活支援者・親向けセミナー

津山圏域定住自立圏結婚支援事業の一環で、「婚活」の名付け親である中央大学の山田昌弘先生を迎え、未婚の若者に対し、出会いのきっかけづくりや婚活に関する情報提供などを行う「縁結びサポーター」や独身の子どもをもつ親などを対象に、婚活支援の考え方・あり方をテーマにセミナーを開催します。

日時■9月29日(日)午後2時30分～4時30分（受付は午後2時～）

場所■津山男女共同参画センター「さん・さん」（アルネ・

国民年金保険料の納付は便利でお得な口座振替を

年金

国民年金の保険料納付に口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるため、金融機関に行く手間と時間が省けるうえ、納め忘れも防ぐことができます。

口座振替による納付は、通常、翌月末振替ですが、当月分保険料を当月末に振替納付することで、月々50円割引になる早割制度があります。

そのほかにも6カ月前納・1年前納・2年前納といった前納制度があります。この制度では毎月の現金納付の場合と比べ、保険料の割引額が多くお得です。

また、クレジットカード払いや、パソコンやスマートフォンで支払いができる電子納付もあります。

納付方法など納付に関するご相談は、役場税務住民課か、津山年金事務所へご相談ください。



津山年金事務所 ☎ 0868-31-2363
役場税務住民課 ☎ 728-2115

津山5階

対象者■縁結びサポーターなどの婚活支援者、親など、結婚支援に関心のある人

定員■40人

参加費■無料

期 限■9月24日(火)まで

詳しくは、津山市仕事・移住支援室（☎0868-2413633）までどうぞ。

町営住宅の入居者募集

受付は9月2日まで

次の町営住宅の入居者を募集します。入居を希望する人は、9月2日(月)までに役場税務住民課へ入居申込書（同課にあります）を提出してください。

こつめ吉番館（上神目）

○耐火2階建て：1戸

築7年（8畳・6畳・DK・風呂・便所）月額家賃は、3万8,000円。

※同住宅は若者定住促進住宅です。夫婦どちらかが40歳未満の人が対象です。

詳しくは、役場税務住民課（☎728-2115）まで。

新規就農者住宅（山手）

○木造平屋建て：1戸

築5年（6畳・6畳・DK・風呂・便所・作業場）月額家賃は、

2万5,000円。

※新規就農者住宅の入居には、一定の要件があります。

詳しくは、役場産業振興課（☎728-4412）まで。

表彰

長年更生保護活動に尽力 更生保護女性会に感謝状

第69回「社会を明るくする運動」久米地区更生保護大会が7月17日、美咲町の林業センターで開かれ、更生保護女性会員として更生保護活動に尽力されている次の皆さんに、久米地区保護司会長から感謝状が贈られました。（関係分・敬称略）

河島 静子（里 方）

池上喜美江（神目中）

下弓削の入江さんに 女性防火クラブ個人表彰

岡山県女性防火クラブ連絡協議会総会が7月31日、ピュアリティまきびで開催され、婦人防火クラブの会長としてマザースクールで防火・防災研修などを行い、クラブ員の資質向上に尽力している入江喜代子さん（下弓削）が、女性防火クラブ連絡協議会定例表彰を受賞しました。

野菜は一日350グラム食べましょう
― 栄養改善協議会 ―

冷や汁



栄養素量(1人分)＝エネルギー 171kcal、
野菜 31.7g、食塩 1.6g

★材料(1人分)

水綿豆腐	90g	水	200ml
ツナ水煮缶	30g	みそ	大さじ1/3
キュウリ	20g	白すりゴマ	大さじ1
塩	少々	ショウガ	小さじ1
ミョウガ	5g	顆粒だし	小さじ1/3
大葉	1枚	白炒りゴマ	小さじ1/4

★作り方

- ①水綿豆腐はキッチンペーパーで包んで耐熱ボウルに入れ、ラップをせずに500Wの電子レンジで3分ほど加熱し、水切りしたら、スプーンで一口大にくずす。
- ②キュウリは薄い輪切りにして塩を振り、10分ほど置いて水気をしぼる。ミョウガはせん切りにし、10分ほど水にさらして水気を切っておく。大葉は軸を取って適当な大きさにちぎる。ショウガはすりおろしておく。
- ③ボウルにAを混ぜ合わせ、豆腐、ツナ水煮缶、キュウリ、ミョウガ、大葉を入れて混ぜる。
- ④全体がよく混ざったら、器に盛り付けて白炒りゴマをかけて完成。

★ひとくちアドバイス

さっぱりしていて、暑い夏にぴったり。ゴマの風味が食欲をそそります。



直原 一美 さん
(南 庄)

戸籍のうごき

(7月届出分・敬称略)

お誕生おめでとうございます

上神目 中島 茉緒 ちゃん

おくやみ申し上げます

中 昶	赤木 綾子	104歳
北 庄	磯山 島子	91歳
北 庄	濱野 幸江	81歳
中 昶	赤木美代子	94歳
別 所	坂口 榮	88歳



指導を受けながら補修作業を行う学生



岡山理大生が
治部邸の外塀を補修

岡山理科大学工学部建築学科の学生が7月5日、農村型リゾートセンター治部邸で外塀の補修作業を行いました。

昨年のふすまの張り替えに続き、和建築物の技術を学びたいという同大学の要望で実施されたもので、今年はホルツヒューター・カイル・ロナルドさん(上昶)を講師に迎え、左官について学んだ後、外塀の一部を補修しました。参加した学生11人が外塀の表面を削ってから、土とわらなどを混ぜ合わせた練り土を埋め込んで、最後にこてで表面をきれいに仕上げていきました。

また、同大学が作成した基本計画に沿って改修された治部邸を見学し、新しくなった風呂や台所などを見て回りました。

新

庁舎と公民館の複合施設の建設に向けて、皆さんから意見をいただくワークショップを開催します。

新しい庁舎や公民館と言われてもピンと来ないかもしれませんが、皆さんが日常生活で使いやすいとか便利だなどと思う建物などをイメージして、気軽に話し合っていければいいのかな。

さまざまな世代の人からご意見をいただきたいと思っておりますので、農繁期であり行事の多い時期かもしれませんが、一人でも多くのご参加をお願いします。

道

の駅くめなんにきゅうりがあるのをご存じですか。

久米南町産のキュウリを使っている、鮮やかな緑が見た目にも涼しげ。一口目からキュウリをしっかり味わうことができ、なんだかクセになる一杯です。

こごし飲むことができますが、どうやら500杯限定のようで、早く行かないと完売してしまいます。気になった人やキュウリ好きの人は、ぜひお試しあれ。

㊦

編集
glory days