賑わいと安らぎの杜の都 真庭
Maniwa Public Relations

広報真庭 5

2012
第85号

陽気に誘われ でかけよう

満開になると覆いかぶさるような桜でピンク色に染まる久世のトンネル桜。雲一つなかった晴天のこの日（４月12日）、ぽかぽか陽気に誘われたのか、桜の街道を散策する人で溢れました。

主な記事

- 平成24年度予算 P02～
- 市政トピックス P06～
- お知らせワイド版 P08～
- まにわが好きっ読者の広場 P16～
- ぐるっと真庭まちの話題 P22～

平成24年度 予算

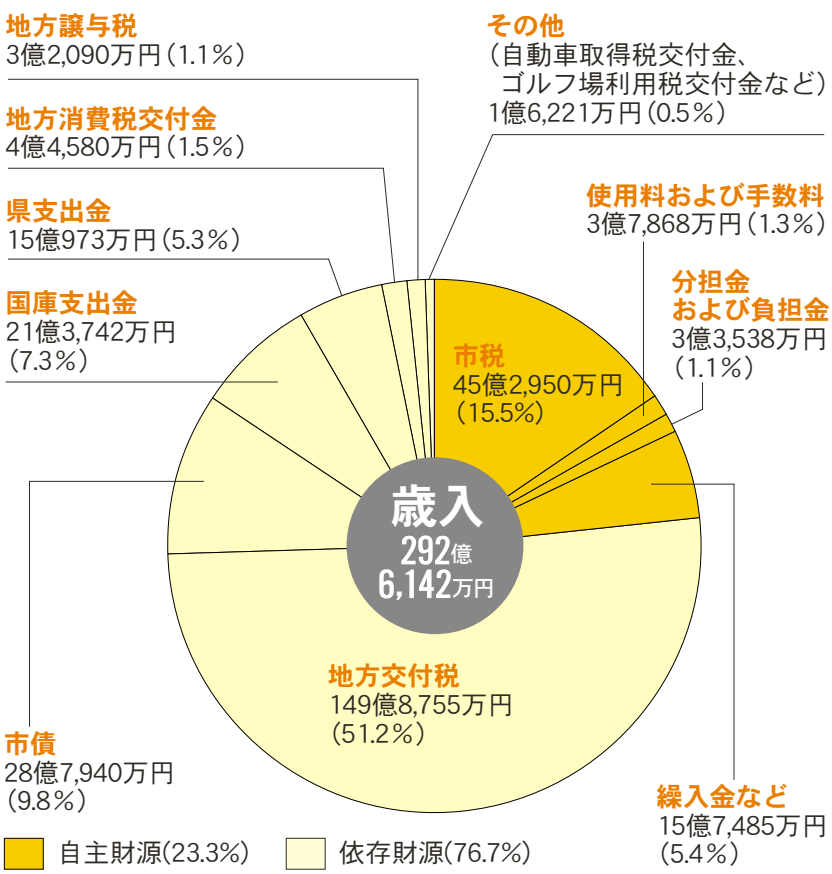
the original budget.

一般会計 292億6千142万円

平成24年度の当初予算は、引き続き地域経済の再生や雇用の増大に重点を置きながら、子育て支援や福祉の充実、教育環境の整備などにも力を入れた予算編成としています。真庭市総合計画のまちづくり基本的方向の6つの基本計画体系に沿って、活力に満ちた住みよい真庭の実現を目指します。一般会計の予算総額は、292億6千142万円で、前年度当初予算額と比較すると9億4千342万円（3・3パーセント）の増額予算を計上しています。詳しくは、広報真庭別冊「平成24年度予算の概要」でお知らせしていますので、そちらもご覧ください。

問 総務部財政課 TEL0867(42)1167

一般会計 歳入 性質別グラフ



自主財源は約23パーセント

一般会計の歳入は、市が自主的に収入できる市税などの自主財源と国や県などに頼った依存財源に分けられます。自主財源が多いほど、財政がより安定しているといえます。真庭市の自主財源は歳入全体の約23パーセント、昨年度とほぼ同じ割合で、多くを国などに依存しています。自主財源の大半を占める市税は、法人市民税と固定資産税の減額などで、前年度比5・1パーセントの減、使用料および手数料は、真庭ひかりネットワークの利用料金制移行により利用料が減額となり40・7パーセントの減。依存財源の大半を占める地方交付税は、6・2パーセントの増となっています。

主要事業

Ⅰ 地域資源を活かした産業のまちづくり

- **真庭あぐりネットワーク推進事業** 1千977万円
  直売所間の農産物輸送や直売所出店などによる農畜産物の販路拡大、魅力アップ事業
- **商工業振興対策事業費補助金** 4千811万円
  起業や店舗の魅力アップ、住宅リフォームなどへの補助金

Ⅱ 交流・連携を支えるまちづくり

- **過疎バス対策費** 1億1千290万円
  コミュニティバス「まにわくん♡」の37路線を運行するための経費
- **都市計画業務委託料** 600万円
  都市計画区域の用途区域などの調査を行い、都市計画を見直す経費

Ⅲ 安心して暮らせるまちづくり

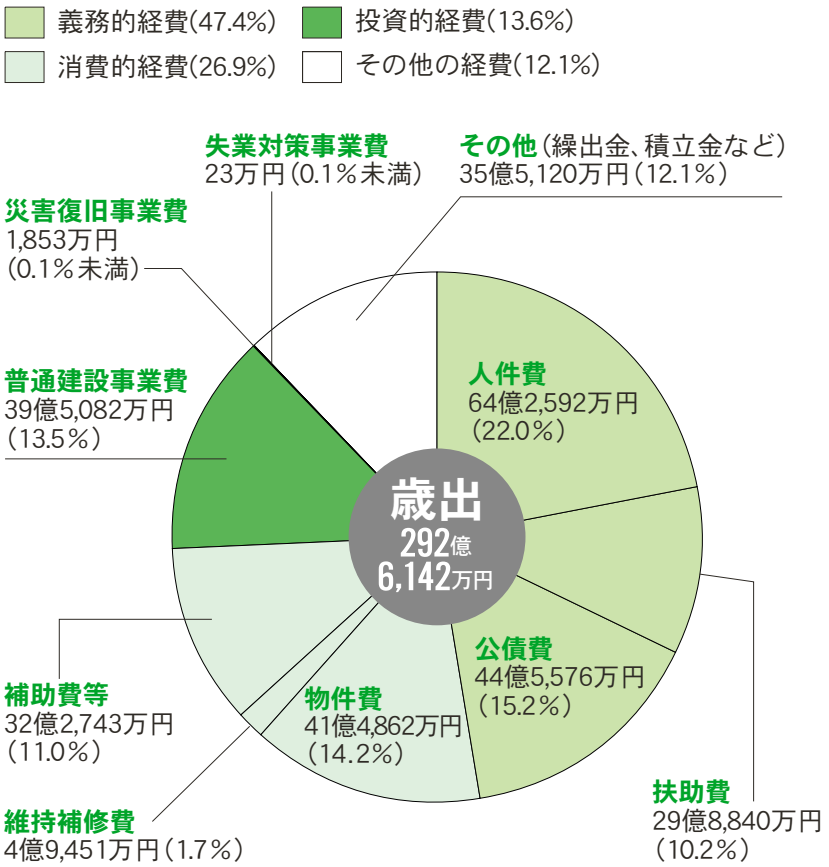
- **高齢者地域生活あんしん創出事業** 546万円
  高齢者が安心して暮らせる地域ネットワークづくりや市民後見人養成講座の開催など
- **乳幼児・児童生徒医療費給付事業** 2億2千795万円
  市内在住の0歳から中学校卒業までの乳幼児・児童生徒の医療費の自己負担分を無料化

特別会計	162億752万円(2.9)
国民健康保険特別会計	54億168万円(0.7)
後期高齢者医療特別会計	6億5,535万円(1.7)
介護保険特別会計	53億5,206万円(9.3)
介護保険特別会計(介護サービス事業)	6,572万円(1.9)
簡易水道事業特別会計	13億2,638万円(3.4)
浄化槽事業特別会計	1億4,908万円(9.1)
農業集落排水事業特別会計	6億5,902万円(7.8)
公共下水道事業特別会計	23億1,263万円(−6.6)
分譲宅地事業特別会計	6,791万円(5.1)
津黒高原観光事業特別会計	7,681万円(64.2)
クリエイト菅谷事業特別会計	2,388万円(366.5)
温泉事業特別会計	1億1,700万円(−27.2)

公営企業会計	36億8,147万円(16.6)
農業共済事業特別会計	3億69万円(−3.2)
水道事業会計	10億7,639万円(7.3)
国民健康保険湯原温泉病院事業会計	23億439万円(24.9)

※( )内は前年度比(%)

一般会計 歳出 性質別グラフ



投資的経費増の歳出

歳出を性質別で見ると、毎年必ず支出が必要な人件費などの義務的経費、後年度に残らない電気水道代などの物件費や施設の維持補修費などの消費的経費、将来に残る建設事業費などの投資的経費、積立金や予備費などのその他の経費に分けられます。普通建設事業費は、学校施設の新改築などで前年度比29・1㌽の増で、投資的経費全体でも28・8㌽の増。繰出金は介護保険特別会計などへの繰り出し増により4・6㌽の増。人件費が職員数の減少により1・4㌽減、補助費等は美作地区消防指令センター運用開始などで5・3㌽の減となっています。

- **災害対策臨時管理費** 1千891万円
  地域防災計画の策定や指定避難所の表示看板設置、土砂災害洪水ハザードマップの作成など

Ⅳ 環境と共生したまちづくり

- **自然環境保全事業** 1千151万円
  国内クレジット制度を活用した環境保全事業など
- **家庭ごみ資源化促進事業** 309万円
  生ごみの資源化を目指したモデル地区でのリサイクル実験など

Ⅴ 人と文化を育むまちづくり

- **学校施設整備事業** 14億9千163万円
  市内小中学校の新改築工事や耐震補強工事、プール改修など
- **スポーツ文化支援事業** 664万円
  運動教室や美作国建国1300年記念事業のプレイベントを開催するための費用など

Ⅵ みんなで築くまちづくり

- **協働のまちづくり推進事業** 7千917万円
  地域自主組織や地域づくり委員会の事業に対する補助金など
- **庁舎建設事業費** 8千978万円
  落合支局機能を持った複合施設建設のための設計など

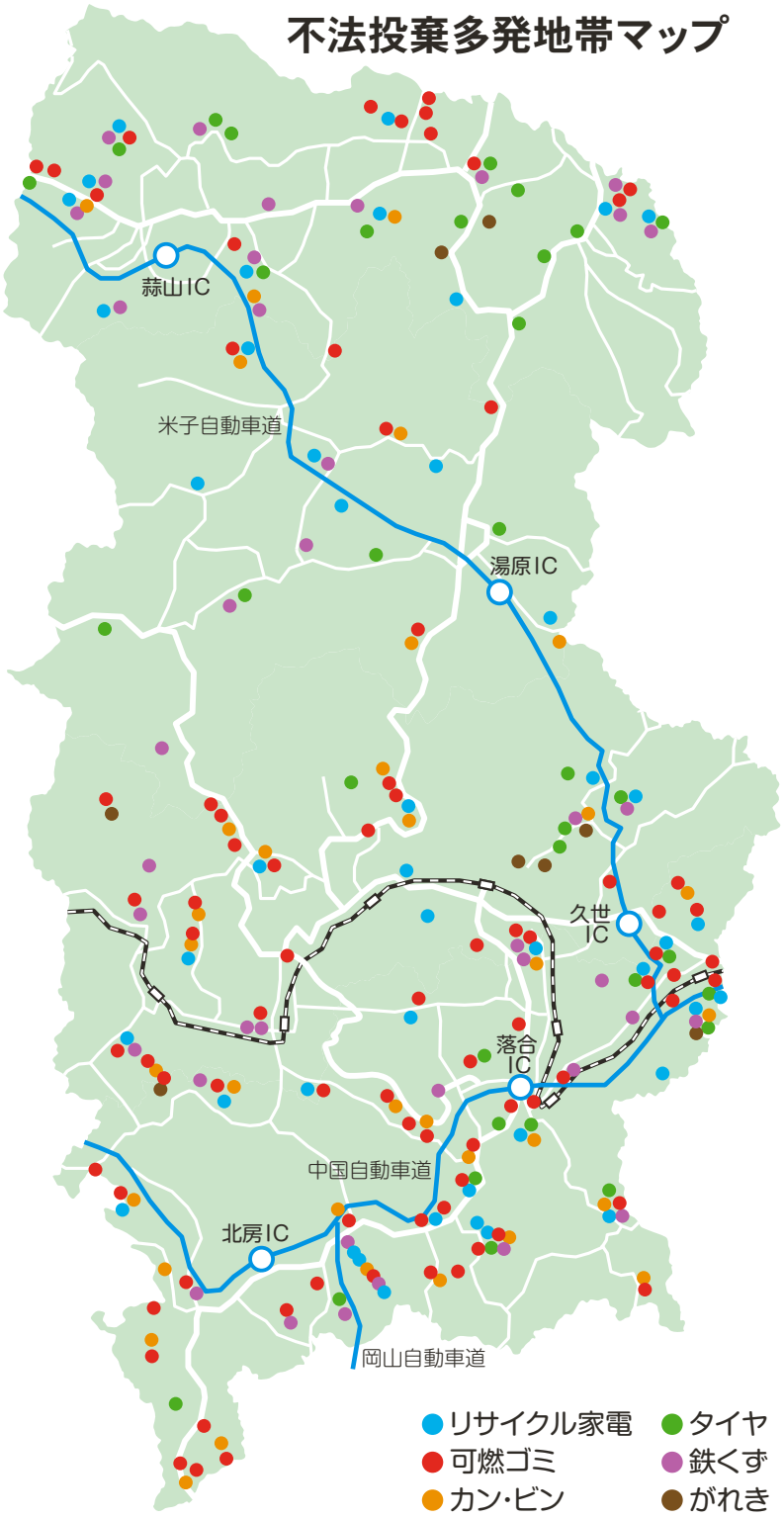
※主要事業は、平成24年度に実施する主要事業の中から、新規、拡充する事業を中心に、その一部を掲載しています。

不法投棄実態調査結果を報告します

真庭市は、平成23年4月～平成24年1月までの間、不法投棄の実態調査を実施し、市内全域の不法投棄の状況確認と巡視を行いました。活動をふり返り、不法投棄の多発地帯や捨てられたごみの種類を取りまとめました。ごみがないきれいなまちを市民みんなで目指しましょう。

問 市民環境部環境課 TEL 0867(42)1113

不法投棄多発地帯マップ



約530キログラムのごみ回収

実態調査業務として、不法投棄を抑止するための巡視と多発地帯を把握するための情報収集を行いました。回収できるごみについては持ち帰り、環境の美化にも取り組みました。ごみが投棄されやすい場所としては、河川、山林、道路の待避所などがあげられ、人目につきにくい場所に多く投棄されていました。また、同じ場所に繰り返し捨てられるという傾向があるようです。（4ページの不法投棄多発地帯マップ参照）

廃棄物の種類としては、弁当がらや雑誌類、カン・ビン類などの生活ごみが多く見られました。回収できた生活ごみだけで、約530キログラムにも上ります。一方でタイヤや家電製品など、廃棄する時に余分にお金がかかるものも不法に投棄される傾向にあるようです。（回収したごみの種類、量は下記表のとおり）

ごみがないまちを目指して

捨てられにくい環境づくりとしては、草刈りなどにより常にきれいな状態にしておくことや、ロープを張るなどして立ち入ることができないようにすること、不法投棄禁止の啓発看板の設置などがあげられます。看板は自治会の希望があれば無料で配布しています。

生活ごみ以外の回収したごみ

洗濯機	2台
テレビ	8台
冷蔵庫	7台
タイヤ	136本
消火器	3本
木くず	97.5kg
鉄くず	166.4kg
原動機付自転車	1台
バッテリー	1台
自転車	3台
掃除機	1台
プラスチック製品	15kg
キャタピラ	13本
衣類乾燥機	1台
ガレキ類	40kg
ガスレンジ	1台
換気扇	1台
コンポスト	3台

期間中に回収した生活ごみの量

	可燃(kg)	カン(kg)	ビン(kg)	ペットボトル(kg)	合計(kg)
4月	66.0	16.1	28.3	4.7	115.1
5月	36.2	22.0	36.0	3.5	97.7
6月	22.0	5.5	0.5	0.0	28.0
7月	6.0	1.5	0.0	0.0	7.5
8月	19.4	7.3	18.0	0.0	44.7
9月	3.8	1.0	2.0	0.0	6.8
10月	53.5	13.0	40.0	0.0	106.5
11月	9.0	30.3	16.5	0.0	55.8
12月	23.5	17.0	7.5	0.0	48.0
1月	17.0	2.0	2.0	0.0	21.0
合計	256.4	115.7	150.8	8.2	531.1

不法投棄を見かけたら…

環境課までご連絡ください

不法投棄禁止啓発看板が必要なときなどにもお電話ください。

TEL0867-42-1113（FAX7455）

～罰則～

ごみを違法に捨てた人は、5年以下の懲役、または1,000万円以下の罰金に処せられます。

シンポジウムでは市内在住の映画監督山崎樹一郎さん（一番右）らが自由に討論

市政トピックス TOPICS

みまさかのくに 美作国建国1300年

2013年は「美作国（みまさかのくに）建国1300年記念事業」
みんなで盛り上げていこう

3月29日、美作国建国1300年記念事業実行委員会第2回総会が津山鶴山ホテルで開催されました。総会には自治体の首長、観光関係者など実行委員約百人が出席。記念事業全体の基本計画や今年度の計画などを審議しました。2013年が美作国誕生から1300年にあたることを記念して、来年度には、美作地域でさまざまな事業が展開されます。今年はその前年に当たり、プレイベントを各市町村などで計画。またシンボルマークやロゴも決定し、機運を盛り上げていくことを確認しました。総会後に行われたシンポジウムでは、パネリストが自分の住む地域の特徴などを見つめなおし、未来につながる提言や夢を語るなどし、意見交換を行いました。

上：総会で発表されたシンボルマークとロゴ　写真上：実行委員会副会長として井手市長も総会に出席。「交流と連携を深めよう」とあいさつ　下：4月9日にオープンした記念事業ホームページ

動き

市政に関する動きの一部を紹介します

3/26 コンベンションを真庭に呼ぼう

真庭市コンベンション・教育旅行誘致連絡会設立会が本庁舎で開催されました。観光関係者約30人が出席し、事業計画などを確認。コンベンション（大会や会議など）開催や修学旅行などで、観光客の獲得を図ります。

3/29 不法投棄やめて! 啓発看板を設置

久世地区環境衛生協議会が、不法投棄禁止看板を作成しました。空き缶やペットボトルなどのポイ捨てが後を絶たない地区の３カ所に設置し、不法投棄の防止を訴えました。今後もパトロールや啓発を行っていきます。

4/6 ルール守って無事故の輪を広げよう

春の交通安全県民運動真庭市オープニング広報パレード出発式が、真庭警察署で行われました。関係者約120人が参加し、重点目標などを確認。式後はパトカーや広報車などが市内を巡回し、交通安全を呼びかけました。

4/16 生産と販売をつなぐ取り組みを展開

真庭あぐりネットワーク推進協議会総会が、市役所本庁舎で開かれ、構成団体の会員約20人が出席しました。昨年度の事業報告や今年度事業展開の協議が行われ、大阪で４カ月間直売所を開くことなどが決まりました。

4/17 政策調整会議を開催しました

第１回政策調整会議が行われました。総合政策局では地域主権改革への対応や総合調整機能強化に向け、今後も随時会議を開催していきます。今回の議題は旧湯原温泉病院の解体で、関係課と協議がなされました。

通報者の位置がわかるシステムを導入しました

美作地区消防指令センター運用開始式
通信指令業務を共同運用

３月29日、美作地区消防指令センター運用開始式が津山圏域消防組合消防本部で行われました。３つの消防本部に入っていた119番通報が一本に集約され、４月１日以降、全ての指令がこの場所から発信されるようになりました。共同運用は中四国初です。センターは10市町村約24万人が住む範囲をカバー。映像で各消防本部と救命救急センターをつなぐ画像伝達装置などを新たに導入。総事業費は約５億２千万円です。

保護者も参加し、盛大に開催されました

勝山こども園開園記念式典
市内３番目の認定こども園

「勝山こども園」開園記念式典が４月５日、園児や保護者が見守る中で行われました。市内での保育サービスの均一化を進める中で、勝山以北の地域では幼稚園がないことから、同園を保育園型の認定こども園として開園しました。認定こども園となったことで、就学前の４～５歳児の子どもに対し保育・教育を柔軟に提供することが可能になりました。今後も引き続きこども園の整備を行っていきます。

真庭の木を使おう

真庭産材木造住宅に補助をします

真庭市では、木材関連産業の景気を刺激して経済活性化を図るため、真庭産の木材を使用する新築住宅に対して補助をする「真庭市木材需要拡大事業」を実施しています。岡山県の「おかやまの木で家づくり推進事業」との併用もできます。ぜひご活用ください。

問 産業観光部農林振興課　升本　TEL0867(42)1031

■対象者
次の要件を全て満たす人
①自ら居住するために市内に一戸建て木造住宅を新築する人（市外に住所がある人は住宅完成後速やかに住民登録すること）
②市税を滞納していない人
※住宅完成後に10年以上居住し（住所を有し）、第三者へ所有権を移転しないこと

■対象となる住宅
市内に建てる一戸建て木造住宅で、次の要件を全て満たす住宅
①市内の製材所で製材した国産乾燥材を8立方㍍以上使用すること。集成材も市内の製材所で製材された国産材ラミナを使用していれば対象となります
②市内の建築業者が建築すること
③延床面積が80平方㍍以上
④建築基準法に基づく確認済証の交付日または建築工事届の受理日の属する年度内に、要件とする材積の現地確認が可能であること
⑤在来工法（軸組工法）の住宅
※車庫や店舗など居住目的でない部分は、材積や延床面積に含みません

■申込期間
平成25年3月29日㈮まで
※予算額に達した時点で受付を終了

■補助金額
一戸あたり60万円（定額）

■申請に必要な書類
①市の申請様式（補助金交付申請書、確約書、納材証明書、使用証明書）
②市税の完納証明書③確認証または建築工事届の写し④住宅の平面図および梁伏図⑤納材確認写真⑥住民票
市の申請様式は、農林振興課または振興局・各支局にあります。（市のホームページからもダウンロードすることができます）

―用語―
市内の製材所（建築業者）
市内に本店を有する法人または個人事業者
乾燥材
含水率25㌫以下の製材品
主要構造部材
土台、大引、根太、柱、間柱、筋交、梁、桁、束、母屋、棟木

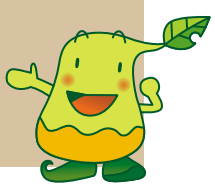
一緒に使ってさらにお得

真庭市木材需要拡大事業は、岡山県の補助金「おかやまの木で家づくり推進事業」と併用することができますので、合わせてご活用ください。

おかやまの木で家づくり推進事業 20万円

あわせて 80万円

真庭市木材需要拡大事業 60万円



お知らせワイド
INFORMATION & NEWS

果樹・畑作物・園芸施設共済　加入のおすすめ

ぶどう
大豆
ビニールハウス

入って安心・農業共済

真庭市では、万が一の被害（自然災害）に備えて、果樹（ぶどう）共済・畑作物（大豆）共済・園芸施設（ビニールハウス）共済への加入をおすすめします。

問　産業観光部農林振興課　瀧崎　TEL0867-42-1031　FAX0867-42-3907

果樹（ぶどう）共済

■加入要件
栽培面積の合計が５アール以上かつ栽培年数が３年以上のぶどうが対象となります。

■申込期間
５月10日から６月10日までです。
（継続して加入いただいている人には、戸別訪問します）

■責任期間
花芽の形成期（平成24年７月ごろ）から平成25年産収穫期までの期間

畑作物（大豆）共済

■加入要件
栽培面積の合計が５アール以上の大豆が対象となります。

■申込期間
６月１日から６月30日までです。
（平成24年度営農計画書の大豆作付け面積５アール以上の人には、加入申込書などを送付します）

■責任期間
発芽期（移植をする場合にあっては、移植期）から収穫期までの期間

園芸施設（ビニールハウス）共済

■加入要件
設置面積の合計が２アール以上のビニールハウスが対象となります。

■申込期間
共済に加入したい時期にご連絡ください。

■責任期間
共済掛け金を納付された日の翌日から指定された期間（最短４カ月から最長１年）

※各共済で加入方式の選択ができます。年産ごとに補償単価、掛金率などに変動があります。また、それぞれの共済加入者で希望の人には、無料で土壌診断を実施します。

お知らせワイド
INFORMATION & NEWS

市民公開講座のご案内　知っていますか胃がん検診

「みんなで知ろう！胃がんABC検診」

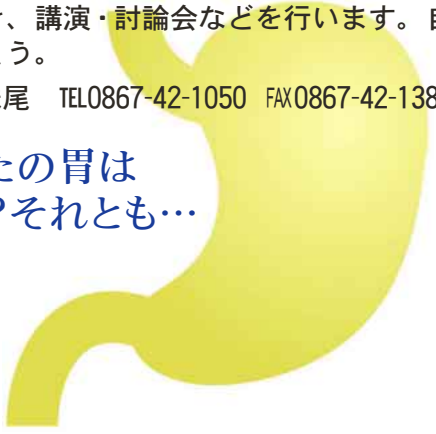
6/16(土)　勝山文化センター　午後２時～４時30分　**入場無料**

血液検査による胃の健康度（危険度）診断をする胃がんＡＢＣ検診。その趣旨や仕組みについて理解し、誰もが進んで胃がん検診を受診できるよう市民公開講座を開き、講演・討論会などを行います。自分の胃がんリスクを知るために、まずは検診のことから学びましょう。

問　健康福祉部健康推進課　妹尾　TEL0867-42-1050　FAX0867-42-1388

◆講演
「胃がん　―早く見つけて早く治す―」
講師　敬和会近藤病院院長　近藤秀則 氏

◆特別講演
「血液検査ＡＢＣ分類で胃の病気になりやすい人、なりにくい人がわかります」
講師　川崎医科大学総合臨床医学准教授　井上和彦 氏



ほたるサミットin真庭

6/15(金) 北房文化センター 午前9時～正午 入場無料

ホタルが舞う豊かな自然を見つめ、地域の将来について考える「ほたるサミット」が、今年度真庭市で開催されます。ホタルの里日本一を目指す自治体が集まり、地域のホタル保存の取り組みや課題を共有するイベントです。真庭の子どもたちによる活動報告などもありますので、ふるってご参加ください。

問 北房支局総務振興課　石田　TEL0866-52-2111　FAX0866-52-4496

◆活動報告　9:30～

- 北房の子どもたちと住民で作るホタルマップ
  北房地区各小学校
- オリジナルミュージカル「ほたるの里 2012」
  呰部小学校

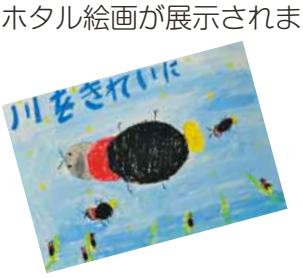
◆ほたるフォーラム　10:20～

- 参加６市町の首長によるパネルディスカッション
  アドバイザー……環境省自然環境局生物多様性センター
  コーディネーター…元川崎医療福祉大学教授　梶田博司 氏

［主催］真庭市、ほたるサミット実行委員会　［後援］環境省、岡山県

6月はホタル鑑賞月間

６月１日～30日はホタル鑑賞月間です。今年度はサミットに合わせて、月間中に北房文化センターで、地元小・中学生が描いたホタルポスターと幼稚園・保育園児のホタル絵画が展示されます。



人と人　人と自然の絆
～つたえようほたるの光を～
サミットテーマ

ほたるサミット

平成元年に、環境庁（現環境省）が希少な動植物と共生する地域を、「ふるさといきものの里」として全国119カ所選定。（北房町をホタルの里として選定）ほたるサミットは、ホタルの里として選定を受けた市町村の中で、日本一のホタルの里を目指す市町村が持ち回りで開催しています。豊かな自然環境を将来へ残す道を探るためのもので、真庭市での開催は平成18年度に続いて２回目です。

ほたるサミット参加市町村
・北九州市（福岡県）　・下関市（山口県）
・米原市（滋賀県）　・阿久比町（愛知県）
・紀の川市（和歌山県）　・真庭市（岡山県）　の６自治体

狂犬病予防注射

予備日程のお知らせ

愛犬のために忘れず接種

生後91日以上の犬には、年に１回の狂犬病予防注射が義務付けられています。予備日程をお知らせしますので、まだお済みでない人はお越しください。なお、動物病院などで接種し、注射済票の交付を受けていない場合は、環境課または振興局、各支局の市民福祉課まで「狂犬病予防注射済証」をお持ちいただき、必ず注射済票の交付を受けてください。

問 市民環境部環境課　柿本　TEL0867-42-1113 FAX0867-42-7455

5月21日(月)【北房・落合】
9:30～9:40　なかつい陣屋駐車場
9:50～10:10　コスモスドーム
10:20～10:30　JAびほく上水田支店
10:45～11:00　水田新町消防器庫
13:30～13:50　関コミュニティハウス
14:00～14:10　JAまにわ美川支所
14:30～14:40　鹿田公民館
14:50～15:00　旧JAまにわ下方事業所

5月22日(火)【落合】
9:40～9:50　JAまにわ上河内支所
10:00～10:10　下河内コミュニティハウス
10:30～10:40　西原中国道ボックス
11:10～11:20　太田集会所
11:40～11:50　津田コミュニティハウス
13:30～13:45　古見ふれあいの館
14:00～14:10　天津小学校
14:30～15:00　落合支局

5月23日(水)【久世・勝山】
9:30～10:00　目木勤労者研修センター
10:30～11:00　久世公民館
13:30～13:50　勝山富原公民館
14:10～14:30　勝山月田公民館
14:50～15:30　勝山支局

5月24日(木)【湯原・美甘】
10:00～10:30　湯原支局
11:00～11:20　旧二川出張所
13:30～14:00　美甘支局

5月25日(金)【蒜山】
9:30～10:00　中和体育館
10:30～11:10　蒜山振興局庁舎裏車庫
11:30～12:00　川上出張所(保健センター)

料金		
	登録犬	2,800円
	未登録犬	5,800円
	注射済票交付のみ	550円

不登校問題相談窓口

解決のための第一歩を

不登校

ひとりで悩まずご相談ください

真庭市では、不登校問題支援の充実を目指して教育支援センター（白梅塾、城北塾）を中心に相談活動に取り組んでいます。今年度5月から北房地域、美甘地域、蒜山地域でも月1回の相談窓口を開設します。気軽にご利用ください。

問 教育委員会学校教育課　三ツ　TEL0867(42)1087

【教育支援センター相談窓口】
■相談日　月～金曜日
■時間　午前9時～午後4時
■場所　白梅塾(落合)、城北塾(勝山)

【巡回相談窓口】
■相談日と場所
毎月第1木曜日…北房支局
毎月第1水曜日…美甘支局
毎月第3火曜日…蒜山振興局
■時間　午前9時～午前11時30分

※相談日が祝日の場合は翌日、翌日も祝日の場合は次週開設します。小・中学校の長期休業中は開設しません。
※相談を希望する人は、事前に電話で学校教育課、もしくは白梅塾、城北塾まで申し込んでください。
白梅塾　TEL0867(52)0732
城北塾　TEL0867(44)1321

不登校問題相談窓口は、不登校で悩んでいる小中学生、またその保護者の皆さんに気軽に相談していただくための窓口です。まずは皆さんの声をお聞かせください。専門相談員と一緒に解決への第一歩を踏み出しましょう。白梅塾、城北塾では電話相談も受け付けています。

お知らせ INFORMATION

真庭市の人口

総　数　49,911人（－198）
男　　23,845人（－93）
女　　26,066人（－105）
世帯数　17,672世帯（－24）

平成24年４月１日現在
（ ）は前月との比較

代表電話番号

▶本庁舎
TEL 0867-42-1111
FAX 0867-42-1341

▶蒜山振興局
TEL 0867-66-2511
FAX 0867-66-4401

▶北房支局
TEL 0866-52-2111
FAX 0866-52-4496

▶落合支局
TEL 0867-52-1111
FAX 0867-52-1939

▶勝山支局
TEL 0867-44-2607
FAX 0867-44-4569

▶美甘支局
TEL 0867-56-2611
FAX 0867-56-2033

▶湯原支局
TEL 0867-62-2011
FAX 0867-62-2097

▶中和出張所
TEL 0867-67-2111
FAX 0867-67-2205

▶川上出張所
TEL 0867-66-3611
FAX 0867-66-4402

▶真庭市消防本部
TEL 0867-42-1190
FAX 0867-42-1672

手続きは不要です
児童手当制度に変更

平成24年4月1日から、今までの子ども手当制度に代わり、児童手当制度によって手当が支給されます。対象年齢、一人当たりの手当月額は変わりません。

※6月分以降の認定を受ける場合には、所得制限限度額が導入される予定です。

■問い合わせ先
子育て支援課　行安
TEL 0867(42)1054

ご相談ください
在宅難病患者などの支援事業

難病患者等居宅生活支援事業（ホームヘルプサービス事業、日常生活用具給付事業など）は、生活の質をより良くするとともに自立と社会参加を支援します。

■対象者　小児慢性特定疾患児や在宅の難病患者など

※対象者、所得条件など詳しくはご相談ください。

■問い合わせ先
健康推進課　横山
TEL 0867(42)1050
または振興局、支局市民福祉課

危険物を取り扱っている人へ
危険物取扱者保安講習会

危険物取扱者保安講習会を実施します。対象者は、製造所などの施設で危険物の取扱作業に従事する人、危険物の取扱作業に従事することとなった日から1年以内の人、または平成21年に保安講習を受講した人、および平成21年度に免状の交付を受けた人です。該当の人は必ず受講してください。

■日時　7月25日㈬　午前9時30分～午後1時

■場所　勝山文化センター

■申込期限
5月7日㈪～31日㈭

※講習願書は消防本部および各分署に用意しています。

■問い合わせ先
消防本部予防課危険物係
TEL 0867(42)1190

募集しています
真庭市排水設備指定工事店

真庭市では、平成24年度の排水設備指定工事店を募集します。真庭市内の公共下水道・農業集落排水・市設置の浄化槽に接続する工事は、市の指定を受けた事業者しか行うことができません。指定期間は5年間です。指定を希望する場合は受付期間内に下水道課で申請してください。申請時に手数料1万500円が必要です。

■受付期間
6月1日㈮～29日㈮まで

■問い合わせ先
下水道課　黒田
TEL 0867(42)1109

ご協力お願いします 国土調査

国土調査は、正しい測量によって、新しく地籍図と地籍簿を作り、土地の正しい位置・形状・地目・面積を明らかにする大切な調査です。関係者には事前に連絡させていただきますので、ご協力をお願いします。

実施地区

勝山…江川の一部
落合…上市瀬の一部
湯原…小童谷の一部
美甘…田口の一部
川上…蒜山下徳山の一部
中和…蒜山吉田の一部

■問い合わせ先
税務課国土調査室（久世公民館内）
TEL0867-42-1028

なやみごと相談所

法務局では、人権擁護委員による、なやみごと相談所を開設しています。抱え込まず、ご相談下さい。

■問い合わせ先
岡山地方法務局津山支局
TEL0868-22-9157

5月の相談日は右のとおりです。

地区	日時	場所
北房	5月10日㈭　10:00～15:00	北房支局
落合	5月10日㈭　9:00～12:00	落合公民館
	5月24日㈭　9:00～12:00	
久世	5月23日㈬　9:00～12:00	久世保健福祉会館
勝山	5月2日㈬　9:00～12:00	勝山保健福祉センター もくせい
	5月18日㈮　9:00～12:00	
蒜山	5月18日㈮　9:00～12:00	中和デイサービスセンター

お忘れなく 平成24年度市税の納期限

今年度の軽自動車税の納期限は5月31日です。市税（市県民税・固定資産税・国民健康保険税）は、6月から翌年3月までの各月末日（土日・祝日の場合は翌月最初の平日）です。ただし12月は25日です。期限内に納付がない場合、期限後20日以内に督促状を送付します。現金納付の人は納め忘れのないよう、口座振替の人は納期限までに残高のご確認をお願いします。

■問い合わせ先
税務課
TEL0867(42)1114
徴税課
TEL0867(42)1115

ご相談ください 消費生活相談

市では、専門相談員による通常相談を平日に行うほか、二人体制での指定相談、地区巡回相談を開催します。商品やサービスに関する苦情や多重債務でお困りのことなど、相談してください。

【指定相談日】
■日時　6月4日(月)
午前9時30分～午後3時30分（昼休有）
■場所　本庁舎1階相談室
■電話相談　市民課
TEL0867(42)1112
【地区巡回相談日（蒜山）】
■日時　5月16日(水)
午前10時～正午
■場所　蒜山振興局
■電話相談
蒜山振興局市民福祉課
TEL0867(66)2510

備えて安心 旭川水防演習

国土交通省では、岡山市中区旭川河川敷で旭川水防演習を開催します。当日は行政・防災機関などが連携し旭川を利用した水防工法訓練を実施します。また、土のう作りや水防工法など体験することができます。

■日時　5月27日(日)　午前9時～午後0時30分
■場所　岡山市中区旭川河川敷（新鶴見橋上流東側）
■お問い合わせ先　国土交通省岡山河川事務所防災情報課
TEL086(223)5101

早めにご相談ください 多重債務無料法律相談会

岡山県では、弁護士または司法書士の面談方式による無料法律相談会を行っています。

相談は秘密厳守としますので、一人で悩むことなく、勇気を出してこの機会をご利用ください。

■日時　5月19日(土)　午前10時～午後3時
■場所　岡山県消費生活センター（岡山市北区南方2丁目13－1）
※予約不要。当日会場で先着順に受付します。
■問い合わせ先
岡山県県民生活部くらし安全安心課
TEL086(226)7346

勝山美しい森『杜』のつどい

6/3(日) 9:30～12:00

山野草観察や野鳥観察など、自然とのふれあいをお楽しみください。

■参加費　無料
■場所　勝山美しい森
■コース　①野鳥観察②山野草観察③星山登山
※水筒・雨具・タオルなど、ご準備ください。（小雨決行）
■申し込み・問い合わせ先
勝山支局総務振興課　結家
TEL0867-44-2927

リサイクルプラザまにわ 5周年記念フェア開催

感謝の気持ちを込めて、ばら寿司、すまし汁の無料サービスやさまざまな特典を用意しています。

■日時　5月27日(日) 10:00～15:00
■場所　リサイクルプラザまにわ（クリーンセンターまにわ内）
■問い合わせ先
リサイクルプラザまにわ
TEL0867-42-1161

光化学オキシダントにご注意を！

■問い合わせ先　環境課　TEL0867-42-1113

光化学オキシダントは、「日差しが強い」「気温が高い」「風が弱い」などの気象条件のとき発生しやすくなります。

◆注意報や警報が発令されたら

屋外での作業や運動を控え、屋内で活動する。また、窓を閉めるなどして、外気が入らないようにする。

◆健康への影響・症状は

目がチカチカする、のどが痛い、頭痛や吐き気がするなどの症状が表れることがあります。

◆症状が出たら

目を洗う、うがいを十分に行うなどして屋内で休んでください。症状が改善しない場合は、医師の診察を受けてください。

お知らせ INFORMATION

毎週火・木曜日が相談日
女性相談・家庭相談

家庭内での暴力に悩んでいる、夫婦間や親子間がうまくいかないなど、家庭全般の悩みごとや女性の皆さんが抱えている心配ごとなどについて、専門の相談員が一緒に考えます。ひとりで悩むことなく、気軽にご相談ください。（都合により開催しない日がありますので、事前にご確認ください）

■時間　午前8時30分～午後0時30分
■場所　久世公民館3階相談室
■問い合わせ先　市民課　武村　TEL０８６７(42)１１１２

開催のお知らせ
手話通訳者養成講座基本課程

手話通訳者を目指す人を対象とした講座です。学びを深めましょう。

■日時　6月1日㈮～11月9日㈮までの毎週金曜日（全23回）午後7時30分～9時30分
■場所　久世公民館大会議室
■対象者　手話奉仕員養成講座（入門・基礎）課程を修了または同等の手話技術を習得し、サークル活動に参加できる手話通訳者を目指す人
■定員　20名
■受講料　2千500円（テキスト代・副読本代）※初回時に集金
■申込期限　5月21日㈪
※受講に際し、選考試験があります。
【選考試験】
平成24年5月25日㈮　午後7時30分～　※時間厳守
■申し込み・問い合わせ先　福祉課　中島　TEL０８６７(42)１５８１　FAX０８６７(42)１３６９

毎月第2・4木曜日に開催
年金相談（要予約）

5月の年金相談日をお知らせします。相談内容を把握するため、前日までに予約をお願いします。代理の場合は委任状が必要です。

■日時　5月10日㈭、24日㈭　午前10時～午後3時
■場所　市役所本庁舎
※4月から変更しています。
■予約先　津山年金事務所お客様相談室　TEL０８６８(31)２３６５
■問い合わせ先　市民課　嶋田　TEL０８６７(42)１１１２

大切ないのちを守ります
振り向いて 後部座席も ベルトよし

シートベルト・チャイルドシート着用推進県民運動が、8月31日㈮まで実施されます。

車に乗ったら、運転席・助手席は当然のこと、後部座席の人もシートベルトを着用しましょう。また、6歳未満の子どもを車に乗せるときは、チャイルドシートを必ず使用しましょう。

真庭市交通安全対策協議会

考えてみましょう
人権の尊重される社会に向けて

日本国憲法第14条において、すべての国民は身分や家柄などで差別されないと規定されており、法によって平等であることを保障しています。一人一人が身近なことから「人権」について考え、さまざまな人権問題の解決に向けて主体的に取り組み、すべての人々が尊重される社会を築きましょう。

①人権侵害の原因となる「身元調査」などは拒否しましょう。
②「えせ同和行為」を排除しましょう。
③インターネット上の差別書き込みを根絶しましょう。

■問い合わせ　市民課　南　TEL０８６７(42)１１１２

募集説明会を開催
陸・海・空自衛官募集

防衛省では、防衛大学校学生、防衛医科大学校学生、航空学生、看護学生、一般曹候補生、自衛官候補生の募集に伴う説明会を開催しますので、ご参加ください。

■日時　5月13日㈰　午後1時～午後3時
■場所　勝山文化センター
■問い合わせ先　自衛隊岡山地方協力本部津山出張所　TEL０８６８(22)５６３７

休日急患担当医

3日
- 金田病院・落合　0867-52-1191
- 遠藤クリニック(外)・川上　0867-66-3002

4日
- 勝山病院・勝山　0867-44-3161
- 牧原医院(外)・北房　0866-52-2469

5日
- 落合病院(内)・落合　0867-52-1133
- 金田病院(外)・落合　0867-52-1191
- 片岡医院(内)・湯原　0867-62-3400

6日
- 近藤病院・勝山　0867-44-2671
- 河本病院(内)・落合　0867-55-2121

13日
- 中山病院・久世　0867-42-0371
- 宮島医院(内)・勝山　0867-44-2403

20日
- 湯原温泉病院・湯原　0867-62-2221
- 吉弘クリニック(内)・北房　0866-52-2704

27日
- 金田病院・落合　0867-52-1191
- 米田医院(内)・勝山　0867-44-2132

―6月―

3日
- 勝山病院・勝山　0867-44-3161
- 廣恵医院・北房　0866-52-5020

自己負担を軽減します
自立支援医療制度（精神通院）

精神疾患の治療のために指定医療機関に通院する場合に、医療費の自己負担額を軽減します。

■対象者　統合失調症、精神作用物質による急性中毒またはその依存症、知的障がい、精神病質その他の精神疾患のため、継続して通院治療を受けている人
※入院して行われる医療や精神疾患と関係のない医療は対象外になります。

■費用負担　医療費の原則1割が本人負担。ただし、負担が重くならないように所得に応じ、ひと月の自己負担上限額が設けられます。

■申請に必要な書類　申請書、所定の診断書、健康保険証の写し、年金額の分かる書類（年金受給者）など

■有効期間と更新手続き
受給者証の有効期間は原則1年です。有効期間の終了する3カ月前から更新の手続きができます。

■問い合わせ先　福祉課　藤本　TEL0867(42)1581

開設しています
登記相談所（無料）

法務局では、司法書士による土地、建物の登記および会社、法人の登記に関する登記相談を行っています。

■日時　5月9日㈬、23日㈬午前10時～午後3時（昼休有）

■場所　本庁舎1階相談室

■問い合わせ先　岡山地方法務局総務課　TEL086(224)5656

みんなで考えましょう
児童福祉週間

◇平成24年度児童福祉週間標語
「ニコニコはなかよくしようのあいずだよ」

厚生労働省では、子どもや家庭、子どもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「児童福祉週間」に定めています。

子育て支援課

落語がやってくる
久世南光亭

ロマネスク遷喬の会では、桂南光ほか落語家を招いて朝日上方落語・第18回久世南光亭を開催します。

■日時　5月11日㈮午後7時～

■場所　旧遷喬尋常小学校

■入場料　2千500円（全席自由席）

※座布団を持参してください。また、未就学児の入場は遠慮ください。

■問い合わせ先　松坂内科　TEL0867(42)3300

市道や施設が整備されました
水力発電施設周辺地域交付金事業

平成23年度水力発電施設周辺地域交付金により実施した事業をお知らせします。

市道中山線舗装修繕工事（湯原・粟谷地内）

市道尾平線路肩修繕工事（落合・吉地内）

市道下見大成線舗装修繕工事（落合・下見地内）

市道新村線舗装修繕工事（勝山・横部地内）

六ヶ地区水路改修工事（久世・惣地内）

■問い合わせ先　総合政策課　八木　TEL0867(42)1169

ご注意ください
河川の増水

今年も出水期が近づいてきました。河川やその周辺での作業・釣り・子どもの水遊びなどには、十分気をつけてください。警告のサイレンが鳴ったときには、川の水が増えるので、すぐに川から上がってください。

■問い合わせ先　中国電力株式会社津山電力所　TEL0868(28)6827

ありがとうございます
篤志寄付

「ひるぜん焼そば好いとん会」より、同会公認商品の売り上げの一部など50万円を寄付していただきました。

トマト銀行より、横断幕および夜光タスキ一式をいただきました。

ポンテ・ファミリーコンサート

栗コーダーカルテット

「ピタゴラスイッチ」でおなじみ!!
【出演者】栗コーダーカルテット

6/8(金)
18:30開場　19:00開演

全席自由

■会場　勝山文化センター
■入場料　大人1,000円
※高校生以下は無料ですが、事前に整理券お求めください。
■対象者　4歳児以上
※無料託児サービスあり（要予約）
■チケット販売場所
勝山文化センターほか
各プレイガイド
■問い合わせ先
勝山文化センター TEL0867-44-2011

まにわが好きっ 読者の広場

読者の広場は皆さんから寄せられたハガキなどでつくるページです。

今月は
寄せられたお便り
65通の中からチョイス

池田凪沙（いけだなぎさ）ちゃん
H23. 5. 15 生まれ（久世）
㊞ 勝彦さん（父）

桑原琉鳳（くわばらるほう）くん
H23. 5. 2 生まれ（蒜山別所）
㊞ 智子さん（母）

今月のテーマ「節約（せつやく）」

「節約も防災も大切」
PN 安全第一さん（栗原）

この冬のある日、子どもをスキー場デビューをさせようと、朝から家族で蒜山に出かけました。スキーといっても子どもと一緒にソリで滑るだけでしたが、何往復もさせられてへとへとに。疲れたけど子どもも楽しんでくれて良かったなーと満足して夕方に家に帰ると、なんと台所のエアコンがつきっぱなしに！電気代がもったいないと思うと同時に、これがストーブやコタツだったら火災につながっていたかも…と冷や汗が出ました。日頃から十分に気を付けているつもりでしたが、うっかりしてしまいました。電気や水道などを使うときに、家計や環境のためにと節約を心がけることはもちろん大切。でも、この意識は防災にもつながっているのかもしれませんね。これからは家計と環境、防災の一石三鳥だと思って、しっかり節約していきます。

コンセントも小まめに抜き差しを

「節約」
稲岡稚子さん（上）

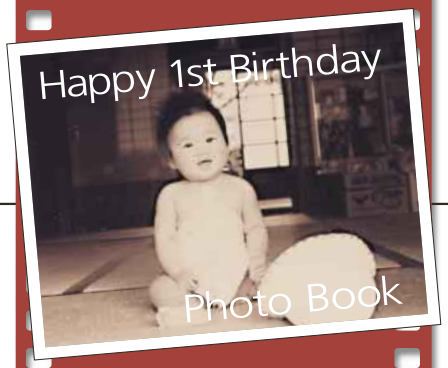
幼い頃に節約のことを両親が教えてくれました。節約倹約を頭にきざみ込みながら成長して今があると両親に感謝をしています。昔の時代をしのび、節約はまず食べる事からと考え、四季折々の野菜が食卓を飾っています。高タンパクと高カロリーに注意しながら肥満の防止に努め、肉と魚を交互に使い、野菜を常に合わせることで、野菜も感謝してくれていると思います。食卓に並んだ野菜に今日もありがとうと感謝をし、これからもできることからと節約に取り組んで、日々の努力が実を結ぶことを願って頑張っていきます。

子どもたちが扮するおひなさま

ここからは、皆さんから寄せられた「テーマ」以外のお便りをご紹介します。

「リアルな活動に感動」
PN さくらさん（蒜山上長田）

3月24日、湯原温泉でおひな祭りのイベントをしていると聞き、家族そろって出かけました。久しぶりに温泉に入って、心も体もリフレッシュしようとワクワクしながら歩いていると、何だか楽しそうな声が聞こえてきました。なんだろうと様子を見に行ってみると「リアルひな壇」ということで、地元の小学生たちがひなの衣装を身にまとい、ひな壇に座っていました。雨が降ってとても寒い日でしたが、自らイベントを盛り上げようとしている地元の子供たちの頑張りはすごいと思いました。その数日後には、湯原温泉のご当地アイドル「ほっとらぶ」がデビューしたというニュースをテレビで見て、とても心が温まりました。地域おこしに一役買っている子どもたちの活動に感動しました。



1歳のお祝いに
写真を掲載しませんか?

6月生まれ募集中

★対象★
発行月に1歳の誕生日を迎えられる市内在住のお子さん。
★応募期限★
誕生月の前の月の10日まで
★掲載内容★
①お子さんの写真②氏名(ふりがな)③生年月日④住所⑤応募者のお名前と続柄
★応募および問い合わせ先★
総務部秘書広報課
〒719-3292真庭市久世2927-2
TEL0867-42-1163(FAX1341)
E-mail:hisho@city.maniwa.lg.jp
※㊟=応募者

ふくしまあかね
福島明花音ちゃん
H23.5.30生まれ(五反)
㊟弘之さん(父)

かじおかあまね
梶岡天音ちゃん
H23.5.25生まれ(久世)
㊟真吾さん(父)

お便り お待ちしています!

7月号 読者の広場

テーマは「初めて」です。

一人旅や自転車に乗れた日など初めて○○して楽しかった思い出や体験などを200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は「休む」です。

お便りは、同封したはがきをご利用ください。川柳の締め切りは5月31日㈭です。

6月号では、
「手紙」
についてお便りを募集しています。
(5月11日締め切り)

ひょっこり顔を出すキノコ

「身を寄せ合って」

PN ぴーひょろさん(栗原)

市役所に用事があって駐車場に車を止めたときのこと。車から降りてふと植え込みに目をやると、そこには怪しげな茶色い物体が。植え込みの茂みの中に身をひそめるように隠れていたのはキノコ?食べられるのかどうかは見た目では分かりませんでした。この物体は、シイタケなのか毒キノコなのか…。それにしても、よくこんな場所で育ったものだと感心しました。厳しい環境の中でも身を寄せ合って成長している姿を見ると、私たち人間ももっと頑張らないといけない、と元気づけられました。

「将来ああなりたい」

PN 春よ来いさん(勝山)

今の職場に行くようになって、何とか3年目の春を迎えました。転職でなかなか仕事が覚えられず、しんどい日々を過ごしています。そんな毎日の中で、少しだけ心が温まるときがあります。通勤途中や用事があって外出する時、いつもではないけど、見かけるご夫婦がいます。おばあちゃんは、足が不自由な様子。いつもおじいちゃんが、優しく手を引いて、お散歩しています。4月になったけど今年の桜は遅いみたいですね。ご夫婦が散歩するコース沿いにも桜の木があります。桜が咲いたら散歩の途中、二人で見上げながら何を話すんだろうな、とか勝手に想像して、一人心が温かくなって、一瞬日頃の疲れも忘れます。

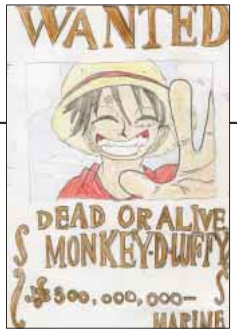
見上げる桜はこんな感じかなあ

▲PN 夏帆

▲PN ニャーちゃん

▲PN たいじ

▲ くしまあおい



▲ PN 忍者

▲ PN 真景

全国大会出場が目標

竹林朝美さん（古見）

ハンドボールフェスティバルには3回目の参加です。自分たちが練習してきた攻めの形などが、試合で使えることが確認できました。今年、私は落中ハンドボール部の副キャプテンを務めます。3年生5人、2年生3人プラス新入生の新体制でスタートです。中学生活最終年の今年の目標は、全国中学校体育大会の出場です。頑張るぞ！

心にゆとりを持ちましょう

原　裕子さん（勝山）

春の交通安全県民運動が始まりました。交通安全母の会の一員として、オープニングパレードの出発式に参加させていただきました。交通安全運動に係わっていて思いますが、交通事故は急いでいたり、慌てていたりと心にゆとりがないときに起こりがちです。一人一人が時間に余裕を持って行動することが大切。通勤でも通学でも、みんながゆっくり・安全を心がけ、事故の無い真庭市になることを願っています。

取材先で、こんにちは。真庭人（まにわびと）

17音で伝える楽しさ

石原美光さん（日名）

真庭川柳大会も46回目を迎えました。川柳の魅力に引かれて川柳会に入会し、今は会長をさせていただいてます。川柳の魅力は、自分の思いや伝えたいことを「五・七・五」の17音で表現出来ることです。読み手に過不足無く、17音ピッタリで伝えられた時は、とてもうれしいものです。そして一番大事なことは、川柳を楽しみながら作るということです。私も仲間と月1回集まって、お互いに句を詠んでいます。是非、興味のある人は楽しみながら川柳を作ってみてください。

図書館へ行こう！ 本の紹介

美甘保健文化センター図書室

〒717-0105　真庭市美甘4134
TEL0867-56-2611　FAX0867-56-2033
開館時間　8:30～18:30
休館日　年末年始

今月のおすすめの本

「文明の子」

太田光／著　ダイヤモンド社

地球、そして地球とは別の進化を成し遂げた星の過去と未来に秘められた謎。新たな文明へと踏み出すために動き始めた子供たち。果たして人類の行く末は生か死か？絡み合うパラレルワールドが紡ぎ出す壮大な物語です。

「舟を編む」

三浦しをん／著　光文社

2012年本屋大賞受賞。玄武書房営業部に勤める馬締光也は変人として持て余されていたが、新しい辞書「大渡海」編さんメンバーとして辞書編集部に迎えられる。個性的な面々の中で辞書の世界に没頭するが問題山積みの辞書編集部。果たして「大渡海」は完成するのか？

「くらげの旅館」

やぎたみこ／著　教育画劇

きのこ山で道に迷った、たけちゃんとおじいちゃん。山の中の旅館に泊まることにしたのですが…なんだか奇妙なその旅館。実は宇宙くらげが経営する宇宙船旅館だったのです。さて、どんな旅館なのでしょう？ユーモアたっぷりのファンタジー絵本です。

「カエル」

マーク・W・モフェット／著　ほるぷ出版

長年世界中で自然・地理の調査を続けてきたナショナルジオグラフィック協会の研究者・カメラマンが実際の観察の様子を交え、魅力あふれるカエルのありのままの姿を迫力のある写真で伝える、子供向けの新しい動物シリーズです。

ヘルシークッキング

真庭市栄養改善協議会の提供です

玉子丼

新生活をスタートしたばかりの方におすすめ！！超かんたんメニューです。

材料（2人分）

・ご飯　400ｇ
・卵　２個
・タマネギ小　１/２個
・麺つゆ（２倍希釈）　大さじ３
・水　大さじ４
・ミツバ　４本

作り方

①卵をボウルに割りほぐす。
②タマネギは薄切り。ミツバは５㎝に切る。
③小さいフライパンに、麺つゆ、水、タマネギを入れて火にかけ、沸騰したら、卵を円を描くように流し入れる。
④卵が半分固まってきたらふたをし、火を止めて30秒蒸らす。
⑤丼に盛った温かいご飯の上に④をのせ、ミツバを散らす。

＜1人分栄養価＞
エネルギー430kcal　たんぱく質11.7g
脂質 5.8g　カルシウム 46mg
食塩 1.9g

今月のレシピ提供は

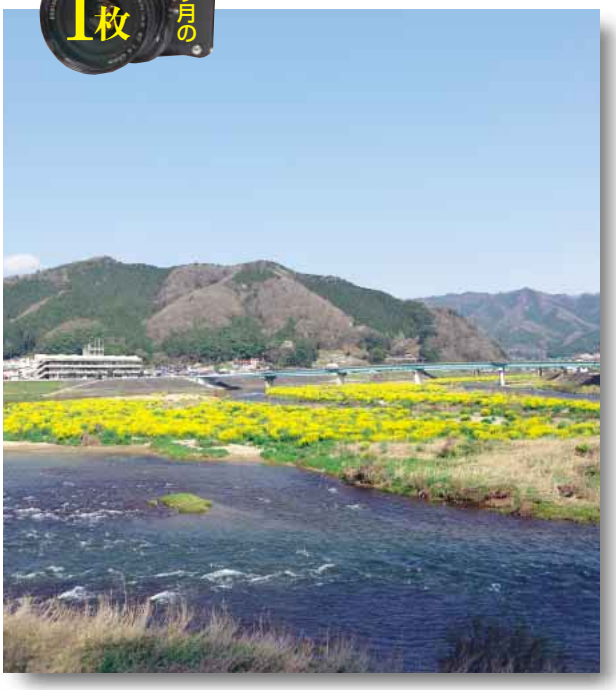
岡﨑秀子さん
（北房支部）

まにわが好きっ 読者の広場

▲森本歩佳

▲亀山 光

今月の1枚



せせらぎと黄色いじゅうたん（4月17日）

市役所落合庁舎前の旭川の中州が一面黄色く色づいていました。一見すると、菜の花だと思っていましたが、からし菜ではないかという声も。いずれにしても、空、花、川がとてもきれいな日でした。

川柳「言葉」

選：落合川柳会　奥山邦江さん
７月号の兼題は「休む」

気をつけてやさしい言葉に頑張れる　阿口
その言葉だいて行きたいあの世まで　種
嫁姑当り障りのない言葉　久世
ほめ言葉いくつになっても力湧く　久世
寡黙でも笑顔が語るあたたかさ　岩井谷
ぞんざいな言葉もぬくい過疎の村　上市瀬
眼差しが言葉なくても温い　本郷
共白髪言葉はいらぬツーとカー　社
言葉には喜怒哀楽がてんこ盛り　上
寒いねとかける言葉が暖い　蒜山下福田
ほめ言葉子育て上手なママの知恵　蒜山下和
ナース何時も癒しの言葉ポケットに　久世
御祝辞が長くて鯛が欠伸する　落合垂水
病む老母に温い言葉と春の花　上市瀬
感動の対面言葉など要らぬ　蒜山上長田
ありがとう嫁と姑の合言葉　西原
有難当う一番好きなこの言葉　落合垂水

〈軸吟〉うまいネの言葉がほしい台所　邦江

河﨑政恵
本森定江
庄司美佐恵
神谷水せん
西本艶子
楢本公枝
菊池俊男
樋口操
稲岡稚子
小椋　都
西山とく江
田中久栄
若田万寿子
曽利幸子
上島敬一
大森喜久恵
瀧上秀子

健康のススメ

特定健康診査のポイント理解

お話：前原医院 院長　**前原　進さん**

問 TEL0867-42-5267

簡単にできます！年に一度の健康チェック

特定健康診査とは？

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診で、内臓脂肪がたまっているかどうか、高血圧・高血糖・脂質異常が重なっているかどうかを判定し、特定保健指導の対象者を選定するためのものです。40～74歳の真庭市国民健康保険に加入している人が対象で、対象者には市から受診券が送られます。

毎年受けるものなの？

健康状態は自分の思いとは関係なく常に変化します。自分の健康状態を把握するためにぜひ毎年受けてください。もしその年の健診で異常がなければ安心して日々が過ごせますし、それをきっかけに健康に対する意識も高まるはずです。逆に、何らかの異常が見つかれば、適切な健康指導を受け、日常生活の中で改善に向けた取り組みをすることができます。

どんな健診なの？

医療機関で受診する前に自分の健康状態をチェックしてください。チェックといっても、受診券と一緒に送られてくる質問票の問いに答えるだけなのでとても簡単です。受診券と質問票を持って医療機関に行き、健診を受けてください。医療機関では、医師が質問票を参考に診察し、身体計測、血圧測定、尿・血液検査、貧血検査、心電図検査を行います。身長と体重から肥満度が計算され、医師の診察による多くの所見に加えて、高血圧、血中脂質（中性脂肪、善玉・悪玉コレステロール）異常、肝機能異常、糖尿病関連異常、蛋白尿の有無、貧血関連異常、心電図異常など多方面にわたる所見が得られます。

特定保健指導を

健診が終わると結果について一つ一つ説明を受け、異常が見つかればその場で情報提供と指導がなされます。必要であれば定期的な検査や治療を受けるようになることもあります。その中で、すぐに治療の必要はないが近いうちに必要となりそうな、あるいは将来に何らかの病気を発症しやすく注意を要する状態にある人（内臓脂肪肥満があり生活習慣病を発症しやすい人）には、特定保健指導の利用券が届くようになっています。特定保健指導は、生活習慣の改善により個別の目標を達成するための「動機付け支援」と、より重点的に個別の目標を設定し、具体的で実現可能な行動の継続を支援する「積極的支援」の2つに分けられており、結果に応じた指導を受けることができます。健康な人生を送るために特定保健指導を必ず受けてください。

がん検診と同時受診も

特定検診はがん検診と同時に受けることができます。がん検診の項目はいくつかありますので、市からのお知らせ（保健だより）を参考にしてください。分からない事があれば、遠慮なく医療機関や市の担当者にお尋ねください。

平成24年度 特定健康診査

必ず受診

■実施期間
平成24年5月1日～10月31日

■対象者
40～74歳で真庭市国民健康保険に加入している人

■料金
2,400円

■内容
問診、身体計測（身長、体重、BMI、腹囲測定）、血圧測定、診察、尿検査、血液検査、心電図

■持参品
①受診券・質問票
②国民健康保険被保険者証

■受診方法
実施医療機関（保健だより33ページ参照）に予約

季節を感じる“旬”の山菜

MANIWA NO SUN

まにわの地産地消

41

春の山菜

お話
JAまにわきらめきの里
出荷協議会会長
大塚雅史さん（樫西）

目で春を楽しむ桜の季節が終わり、おなかで春を楽しむ良い季節がやってきました。今年は春の到来が遅れて、山菜が直売所に出荷されるのが例年に比べ遅くなりました。4月中旬が過ぎてから、やっとワラビや葉わさび、ウドなどが出てくるようになりました。5月からは、自生のたらの芽やたけのこも出荷され、本格的に山菜を楽しめる季節がやってきます。

真庭あぐりネットワーク推進協議会には、きらめきの里を含む、8つの直売所が加盟しています。それぞれの直売所では、会員らが旬の野菜などを持ち寄って販売しています。直売所の特徴は、▼朝採りで新鮮▼流通に乗らない、少量のものも出荷できる▼形や味、品種などが珍しい、個性的なものが出荷される▼生産者、消費者、店舗スタッフの距離が近いことなどです。

「直売所では、自分の名前を表示した商品を売るから、実際に食べておいしいものを、自信を持って出荷するようにしています。売れたかどうかも気になるし、ワクワクドキドキの毎日です。」と直売所の魅力を教えてくれた大塚さん。春の陽気に誘われて、新鮮な地元産の山菜が並ぶ直売所巡りをしてみませんか。

田原山上にある畑でサトウブキを収穫する石原美千子さん。早生種で、例年醍醐桜の開花時期と同時期に出荷できる品種とのこと。今年は4月下旬から約1カ月間、道の駅醍醐の里に出荷されます。えぐみが少なく、煮て砂糖をまぶしておやつのように食べることもできるそうです。

町並みに江戸の時代を再現
中津井雛の文化まつり

馬に乗った花嫁役を写真に収めようと待ち構える観光客

中津井雛の文化まつり（中津井やまびこ会主催）が3月24～25日の2日間、なかつい陣屋周辺で行われました。江戸時代後期から現代までのひな人形が町並みを彩るイベントで今回が11回目。民家や寺などには大小さまざまなひな人形が飾られました。また、江戸時代末期の嫁入りを再現した「輿入れ道中」では、行列がゆっくりと町並みを往復。華やかな嫁入りの様子をひと目見ようと、市内外から大勢の観光客が詰め掛けました。

大樹から届ける祈りと思い
醍醐桜の下で演奏会

写真右：二胡、尺八、ピアノを使って讃歌を演奏する女性音楽グループ『iroha』
写真左：復興への祈りを込め感情豊かに演奏する久保陽子さん

東日本大震災復興祈願演奏が4月8日、醍醐桜で行われました。日本を代表するバイオリニストの久保陽子さんが、バッハやパガニーニの名曲を演奏し被災地の復興を祈願。また、4月15日には、醍醐桜讃歌のCD化を記念した演奏会が行われました。この讃歌は、17年前に地元住民が醍醐桜の素晴らしさをたたえて書いたもので、関西の女性音楽グループが曲を仕上げて演奏。千年の大樹の下で、のびやかな音色を響かせました。

3/25 楽しく、そして真剣に健脚を競う

白梅駅伝＆らくらくウォーキングが、落合総合公園で行われました。駅伝、マラソン、ウォーキングの４部門に市内外から３～76歳までの約250人が参加。梅が咲き始めたコースでさわやかな汗を流しました。

3/28 お餅もペロリ食べることが長寿の秘訣

池田愛子さん（久世）が、百歳を迎えられ、自宅で家族らとお祝いをしました。若い頃はよく働き、趣味で編み物なども楽しんでいたそうです。食欲旺盛で好き嫌いなく何でも食べて、元気に過ごされています。

4/5 親睦を深めながら腕を競い合う

真庭市ゲートボール協会主催の、第７回真庭市長杯親睦交流ゲートボール大会が勝山運動公園で開催されました。市内、新庄村から参加した40チーム、約230人が８コートに分かれて熱戦を繰り広げました。

4/14 より目標近くを狙って

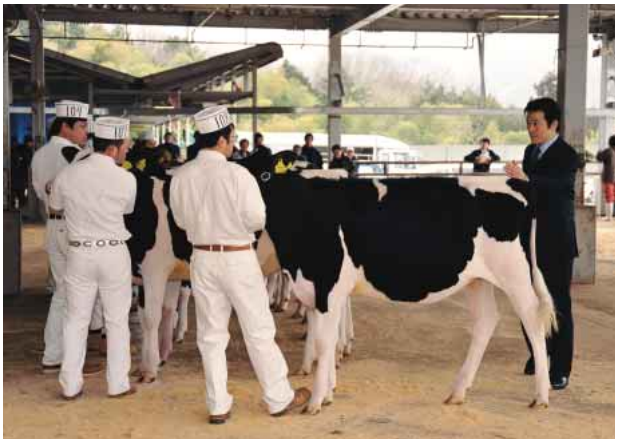
真庭市ペタンク協会落合支部市長盃争奪ペタンク大会が、落合運動公園で開かれました。落合地区の34チームが参加し、３対３の形式で対戦。ビュット（目標球）を目掛けて慎重に投てきし、攻防を繰り広げました。

4/15 川柳に心躍らせ筆踊る

久世公民館で第46回真庭川柳大会（真庭川柳協会主催）が開催されました。当日は市内外から119人が参加。選者が事前に選んだ「音」、「期待」など７題に対して句を作り出来栄えを競いあいました。

乳牛の成育を厳正審査 おからくスプリングショウ

おからくスプリングショウが３月24日、全農岡山県本部総合家畜市場で開催されました。ホルスタインの成育具合を競うもので、経産・未経産、年齢などで部門ごとに分けて審査。ジャッジマン（審査員）が牛の体形やバランスの良さなどを厳正にチェックし、チャンピオンを決定しました。また、ジュニアショウも同時に開催され、次代の酪農を担う若者や子どもたちが、牛のリードの仕方などを披露しました。



牛を1頭1頭丁寧に見るジャッジマン（右）

宙を跳び豪快にシュート しらうめ中学生ハンドフェスティバル

３月31日～４月１日、白梅総合体育館で第12回しらうめ中学生ハンドボールフェスティバル（同実行委員会主催）が行われました。県内外から31チームが参加。５つのコートに分かれ、20分間の交流戦を行いました。これから各県、各地域で行われる大会に向けて、それぞれのチームが戦術などを確認しながら対戦。監督、コーチから厳しい指示も飛び交う中、選手は軽やかな動きでパスをまわしゴールを狙っていました。

キーパーの隙をついてシュートを放つ中学生

広報真庭 5月号
平成24年5月1日発行（通巻85号）

お茶を楽しむ

新緑の色増す5月、真庭は新茶の香りに包まれます。
今月は、お茶を楽しむことのできる催しを紹介します。

富原お茶まつり

お茶の産地として歴史のある真庭市勝山地区・富原で、消費者との交流や地域活性化を目的に行われているイベントです。「お茶摘み体験（9時30分～）」や「手もみ製茶体験（10時10分～）」といった、今では貴重な体験ができるほか、地元住民による出店テントでは、地元特産のお茶製品や軽食などが販売されます。

日時　5月13日(日)　9時～15時30分
場所　富原小学校グラウンド
問　勝山支局総務振興課
TEL0867(44)2607

三浦邸お茶会

勝山藩主「三浦家」当主らが明治維新後に移り住んだ屋敷「三浦邸」で、雰囲気たっぷりの一服を味わってもらおうと、現在、同屋敷の保存活動に取り組んでいる地元グループ「椎の木会」が主催するお茶会です。この日は、勝山地区の茶道グループ「なごみ会」のメンバーが和装で接待し、野点も予定されています。（一席300円）

日時　5月27日(日)　10時～14時
場所　三浦邸（岡270）
問　お食事処「椎の木御殿」
TEL0867(44)2010

観光回廊まにわ 真庭
問　商工観光課　TEL0867-42-1033

まにわがスキッ!!　編集後記

4月から新しく広報スタッフとなりました。カメラを本格的に使ったことなど一度もなく、撮影では悪戦苦闘しています。撮影した画像はすぐに確認することができるのですが、イメージと違うのでシャッターを押す作業を繰り返してばかりで、画像の数だけはスタッフで最多と思っています。取材などでお世話になりますが、よろしくお願いします。　小山

長く寒かった冬がようやく終わり、動物や植物たちがだんだんと動き出す季節になりました。新年度になって人の動きもあり、広報真庭の編集グループも新体制になりました。新しいメンバーで追いかけるこの1年はいったいどんな年になるのでしょうか。これから私たちを待っているのは…、各地で行われるイベント、人との出会い、そして締め切り。　江崎

役場に就職以来、スポーツ少年団の指導をしています。先日、入団式があり、27人の団員と一年間頑張っていくことになりました。多い時期には百人以上の団員がいて、指導者の手が回らない状況だったのが数年前。今年は3年生の受け入れを復活させてもこの人数。子どもたちの運動離れか。運動の楽しさを伝え、けがをしない体づくりのため頑張ります。福島

■発行　真庭市役所　■編集　総務部秘書広報課
■秘書広報課　Eメール　hisho@city.maniwa.lg.jp
〒719-3292 岡山県真庭市久世2927-2　TEL 0867-42-1163
ホームページ　http://www.city.maniwa.lg.jp

VEGETABLE OIL INK　この広報紙は、環境にやさしい植物油インキを使用しています。
この印刷の一部には、水質保全に有効な水なし印刷方式を採用しています。
この広報紙は、再生紙を使用しています。