

広報真庭

9
2012

第89号

暑さより熱い！
繰り広げるせめぎ合い

8月5日、「蒜山サッカーフェスティバル」が、蒜山高原スポーツ公園で行われました。大会は通常より3人少ない8人制で行われ、市内外から15チーム約200人が参加。真夏の太陽が照りつける中、選手は暑さにも負けない熱戦を繰り広げました。

主な記事

- 真庭民俗芸能の祭典 P02～
- 楽しかった夏休み P04～
- 市政トピックス P08～
- お知らせワイド版 P12～
- まにわが好きっ読者の広場 P20～
- ぐるっと真庭まちの話題 P26～

多彩に躍動、
各地の民俗芸能で
真庭が一体に!



大宮踊

まにわ民俗芸能の祭典



みまさかのくに
美作国建国1300年

地域で守られてきた民俗芸能が集結
独特の雰囲気には酔いしれる

まにわ民俗芸能の祭典が7月29日、勝山文化センターで開催されました。美作国建国1300年記念事業の真庭市実行委員会が主催したもので、プレ事業第1弾として開催。

普段なかなか見ることができない民俗芸能が集まるとあって、会場はほぼ満席になりました。祭典には、国指定重要無形民俗文化財の大宮踊と備中神楽、市指定重要無形民俗文化財の千代萬歳豊稔踊、早川踊、鹿田踊のほか、蒜山銭太鼓が出演し、踊りや舞いを披露しました。

会場には太鼓や三味線、尺八などに合わせた踊り歌や口上が響き渡り、それぞれ独特の世界が展開されました。上演後には、岡山民俗学会名誉理事長の立石憲利さんが、出演者とかげ合いながら民俗芸能について解説。踊りの由来や地域の風習、民俗芸能に込められた子孫繁栄や五

穀豊穡の願いなどについてユーモアを交えながら紹介しました。盛りだくさんの内容に来場者からは笑いや拍手がおこり、和やかな雰囲気になりました。



上演後に、保存団体の代表者と絶妙のかけ合いをする立石憲利さん

早川踊



蒜山銭太鼓



鹿田踊



初の民俗芸能の祭典に 約700人が参加

真庭市内に伝わる民俗芸能が一堂に会するのは今回が初めて。会場は、それをひと目見ようと集まった約700人の来場者であふれました。ステージ上演のほかに、資料映像で県指定重要無形民俗文化財の吉念仏踊や湯原の警固行列演技、美甘の盆踊りひがし・てんがらこも紹介され、真庭の伝統芸能を余すところなく堪能する1日となりました。



備中神楽



千代萬歳豊稔踊



会場を埋め尽くした来場者

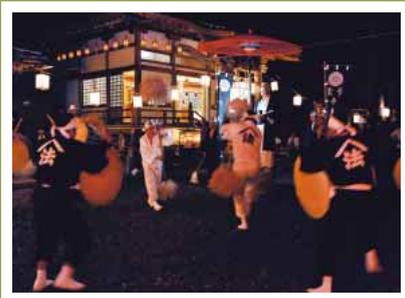
真庭市では、この夏も各地の納涼行事などで民俗芸能が披露されました。その一部を紹介します。



かつやまみんなで作る
納涼盆踊り(千代萬歳豊稔踊)
8月14日 勝山町並み保存地区



本校下コミュニティ
盆踊り大会(ひがし・てんがらこ)
8月14日 美甘支局横



吉念仏踊
8月16日 宝福寺



鹿田踊
8月14日 鹿田公民館



八束納涼盆踊り(大宮踊)
8月10日 蒜山郷土博物館

楽しかった夏休み

日焼けした笑顔が夏休みの充実を物語っているの
でしょう。楽しい夏休みもあっという間に過ぎてい
ました。今年の夏休みもあつという間に過ぎていき
挑戦したことや体験などを通して成長する子どもた
ち。子どもたちの思い出の一部を紹介します。



アユ祭り
化センター駐車場)



7/27 セタまつり
(勝山文化センター)



7/28 蒜山さかな
つかみ取り大会
(川上河川公園)



7/29 魚つかみ取り大会
(六ヶ水路・惣地内)



教室



7/31 第11回だんご虫レース
(くせ活き生きサロン)



7/29 昆虫採集・標本作成講座
(津黒いきものふれあいの里)



8/4 自然体バレー塾 in 蒜山
(川上小学校)



8/2 放課後子ども教室交流会
(川東小学校)



7/27
(勝山文)



8/4 地域交流なつまつり
(コスモドーム)



8/5 久世児童球技大会
(宮芝グラウンド・久世体育館)



8/14 魚のつかみどり大会
(月田川)



8/12 蒜山すもう大会
(蒜山中学校)



8/18~19 さわやか体験キャンプ
(休暇村蒜山高原キャンプ場)



8/17~19 隠岐アドベンチャー教室
(島根県隠岐郡西ノ島町)



8/1 木の科学実験
(真庭バイオマスラボ)

減らそうごみ 徹底しよう！ごみの分別

私たちは普段の生活の中で、毎日多くのごみを出しています。ごみは市内3カ所のクリーンセンターで処理されており、中には分別が間違っていたり、正しい出し方がされていなかったりするものもあって、リサイクルできるはずのものができなくなったり、正しく出し方がされていなかったりするものもあって発生しています。市民みんなが正しい知識を身に付ければ、作業が安全に行えるうえに、ごみだったはずのものが資源として再利用でき、ごみの減量化にもつながります。ごみの分別について、再度考えてみましょう。

☎ 市民環境部環境課 南 TEL 0867(42)1113

処理に悩むごみの分別

ライターは？



ガスを使い切って「燃えないごみ・金属類」として収集に出してください。テープなどでレバーを押し下げた状態にするとガス抜きができます。

乾電池は？



乾電池専用のごみ袋が破れにくい透明の袋に入れて名前を書いて「資源ごみ・乾電池」として収集に出してください。専用袋は市役所で無料で配布しています。

ボタン電池は？

クリーンセンターでは引き受けできません。家電量販店などの回収協力店の回収缶に入れてください。家電製品などのバッテリーも引き受けできません。購入した販売店に相談してください。



注射針・注射器は？

針部分はキャップをしてペットボトルなどの容器に入れ医療機関・薬局に返却してください。チューブ類、注射筒などは、「燃えるごみ」で出してください。



生ごみ資源(堆肥)化促進 社会実験スタート

真庭市では、燃えるごみ(焼却ごみ)の減量化に向けて、平成23年度から生ごみを分別収集する社会実験を行っています。これは生ごみを分別収集し堆肥化することで、ごみの減量化や焼却経費節減、生ごみの再資源化を図るモデル事業です。今年度は9月～11月までの間、下記のとおり実験を行います。

☎ 市民環境部環境課 南 TEL0867(42)1113

◆期間

9月1日(土)～11月30日(金)

◆モデル地区

(865世帯、2小学校、1福祉施設)

米来小学校区(米来小学校、ささぶき苑を含む)、久世地区(東町、遷喬小学校)、台金屋地区(大宮団地)、富尾地区、開田地区

◆協力事業者

真庭市一般廃棄物リサイクル事業協同組合(十字屋、エコライフ商友)

◆実験内容

ごみステーションから生ごみ回収、堆肥化施設への搬入、ごみの組成分析(種類の分析)、堆肥化、分別収集の効果分析、堆肥の利用



写真上：昨年冬に行われた社会実験の様子。バキュームカーなどで生ごみを回収 下：同じく堆肥製造の様子。木質原料と混合



▲「燃えるごみ」



▲「プラスチック容器包装類」



▲ビンやペットボトルは、水洗いしてから出そう



▲家庭ごみ分別の手引きや分別表を上手に利用しよう

日常生活で多く出るごみは、紙や布などの「燃えるごみ」と食品トレーやラベルなどの「プラスチック容器包装類」です。これらは、ごみ箱に捨てる段階で気を付ければ、上手に分別することができます。缶類は、地区によりクリーンセンターが異なるため、分類が「資源ごみ」と「燃えないごみ」に分かれまます。上手な分別、ごみの減量化のため、ごみ出しのルールや地区ごとの分別方法をまとめた、分別の手引きや分別表、収集カレンダーを活用しましょう。

日頃からしっかりと分別



登下校の安全確保のため、7月24～26日の3日間、小学校通学路の緊急合同点検を行いました。通学中の死亡事故が全国で相次いだことから、国が自治体に通学路の点検を要請。市教育委員会では、市内小学校にアンケートを実施し19校53カ所の危険箇所を抽出しました。真庭警察署、道路管理者と合同で点検を実施。歩道のない通学路や落下防止柵のない用水路などを見て回り、対応策などを協議しました。8月には中学校通学路の点検も実施しています。



小学校通学路の緊急合同点検 通学路から危険なくそう

写真上：児童が集中する学校周辺の対策について説明する真庭警察署員
左上：落下防止柵のない用水路脇の通学路では、幅員や交通量、見通しなどを確認

福祉避難所協定書調印式 福祉施設を要援護者の二次避難所へ



調印式は3つの社会福祉法人の代表が出席して行われました

8月9日、真庭市と真庭市老人福祉施設協議会が、「災害時に要援護者の福祉避難所として民間社会福祉施設等を使用することに關する協定書」調印式を本庁舎で行いました。福祉避難所は大規模な災害発生時に避難（二次避難）した後、一般の避難所において何らかの配慮を必要とする「要援護者」（高齢者、障がい者、妊産婦など）を対象とした二次避難所として開設。社会福祉法人7法人との締結により、災害時は特別養護老人ホームなど10施設で100人が収容できる見込みです。

市政トピックス
TOPICS



市政に関する動きの一部を紹介します

7/26 自己ベスト目指し熱戦を繰り広げる

第31回真庭支部学童水泳記録会が、市営久世プールで行われました。真庭圏域の小学校27校から児童約340人が出場。友達や家族からの声援を受け、50m自由形などの5種目で自己記録更新を目指しました。



7/27 真庭市行政改革の基本方針を確認

真庭市行政改革審議会が本庁舎で開かれ、委員15人に委嘱状が交付されました。今回は、市行政改革大綱の基本方針や推進スケジュールなどを確認。審議会は年4回程度開かれ、市民目線で行政の見直しを行います。



8/8 耐震基準満たす安全な学校を新築

蒜山中学校新築工事安全祈願祭が建設予定地で行われました。工事関係者ら約40人が出席し、玉串を供えるなどして工期中の安全を祈願。耐震強度不足による校舎と体育館の立て替えで平成25年8月末完成予定。



8/9 牛乳パックで手作りの小物入れ

夏休み親子教室がリサイクルプラザまにわで開催され、13人が参加しました。今回の教室では、牛乳パックを使った小物入れに挑戦。切り取ったパックに色紙を貼るなどして、手作りの小物入れを完成させました。



8/20 手をとりあって課題解決しよう

スポーツ団体座談会が本庁舎で開かれました。市のスポーツ推進団体の8人が意見を交わしました。子どもの体力向上やスポーツに親しむ環境整備などを進めるため、互いに連携していくことを確認しました。



新鮮な野菜にお客さんも目移り

8月1日、真庭市の農畜産物を直売する真庭市場がJR高槻駅北側アクトモール（大阪府高槻市）にオープンしました。昨年に続く2回目の出店で、今年は11月末までの4カ月間の期間限定出店。事業主体は真庭あぐりネットワーク推進協議会で、野菜など農産物の出荷が多く見込めるこの期間の営業で、小規模農家の所得向上を目指します。食べておいしいし、値段も安いとリピーター客も多く、店内はにぎわいました。

農畜産物直売所「真庭市場」オープン
京阪神へ真庭産を直送



徳山真庭保健所長が地域医療の問題点を説明

真庭市地域医療ミーティング推進協議会が8月9日、市役所本庁舎で開催されました。協議会は第二次岡山県地域医療再生計画に基づき設置されたもので、地域での医療課題を考え、今後の地域医療の充実について検討していきます。医師会や市民の代表ら9人に委嘱状を交付。事務局が示した医師不足解消などの問題について早速協議を行いました。今年度は、市内4地区でのミーティングや先進地視察を予定。

地域医療ミーティング推進協議会設立
地域医療の課題を協議



南部ブロック懇談会

市内を3つのブロックに分けて開催するブロック別懇談会。今年度1回目となる南部ブロック懇談会が、8月6日、北房支局で開催されました。北房・落合・久世地区の地域づくり委員8人が出席し、市への要望・提案など活発な意見交換が行われました。その一部を紹介します。

☎ 総合政策局総合政策課 TEL 0867(42)1169

【北房地区 成田邦朗さん】



問 県立至道高校の跡地利用について、地元地域の活性化のため、また、未来のまちづくりのため教育・福祉などの施設誘致をお願いします。

答 至道高校の跡地利用について、養護老人ホーム誘致のことが現在では白紙となっています。今後についてはは幼保一体化の観点なども絡めて福祉・教育施設等への活用も含めて有効活用できるように検討します。

【落合地区 岡 四郎さん】

問 高齢化の進んでいる自治会が多く、自治会ごとに要請のある行

政・福祉などのさまざまな役員の選出には苦慮しています。選出方法、定数の見直しなどをしていただきたいと思っています。



答 役員選出には市街地でさえ大きな課題となっています。これまでは旧町村の頃の選出方法に沿っていましたが、市内全域で見直す時期にきているようで、それについては次期改選までには明らかにしていきたいと思っています。

【久世地区 田村恒次さん】

問 本庁舎前を含め、久世地内でも交通危険箇所が多く事故も起きています。通学路の危険箇所の把握

と対応はできていますか。

答 通学道の危険箇所については、市内全域で緊急総点検を行いました。緊急を要する箇所では早急に対応をしていき、順次改善をしていきます。またドライバーや歩行者、学校にも注意喚起をしていきたいと思っています。



その他に「木質ガードレールの設置」、「真庭産業団地への企業誘致」、「落合支局改築」、「JR踏切改良」、「久世担当部署の設置」などについて要望や意見が出されました。 ※中部ブロック懇談会（8月23日）は広報10月号でお知らせします。



平成22年度に策定された行政改革大綱

持続的な行政運営に向けて

市は、総合計画に定めるまちの将来像『賑わいと安らぎの杜の都真庭』の実現を目指し、新たな視点での行政改革を進めるため「真庭市行政改革大綱」に基づき取り組みを行って

効果額は6億円 第2次行政改革実績

真庭市では、行政改革の取り組みを総括し、社会情勢の変化に対応した「第2次真庭市行政改革大綱」および「行政改革実施計画」（平成22年度～25年度）を策定し、新たな行政改革を進めています。平成23年度の「実施計画」の取り組み実績をとりまとめましたので、その概要をお知らせします。

◎ 総合政策局総合政策課 TEL 0867(42)1179

います。第2次真庭市行政改革大綱では、従来の経営型・減量型の改革を継続しながらも、地方自治体の基本目的である「住民福祉の増進」に立ち返り、「量の改革」から「質の改革」への転換を目指しています。市民満足度の向上を主眼とした「自律的で持続可能な行政経営による質の高いサービスの実現」のために、「実施計画」を策定。年度ごとに定めた目標に対して達成状況を検証し、必要に応じて見直しをしながら改革を進めています。

平成23年度実施率は91.8%

大綱で設定された12の取組区分について、平成23年度に具体的に取り組む項目として73項目を設定し、関

係各課で取り組み、実施済みは67項目で実施率は91.8%でした。

効果額は6億125万円

行政改革の取組状況を明確にするため、実施計画においては数値目標を設定し、平成21年度を基準とした効果額を毎年度算定します。平成23年度は、計画額5億6,563万円に対して6億125万円（達成率106.3%）でした。

「真庭市行政改革大綱」、「真庭市行政改革実施計画（実績）」は、市ホームページ、振興局、各支局などの窓口でご覧になれます。

◎第2次真庭市行政改革実施計画(平成23年度実績)

項目別	平成23年度				推進期間累計			
	実施項目 (実施率:91.8%)		効果額 (達成率:106.3%)		実施項目 (実施率:92.9%)		効果額 (達成率:46.0%)	
	計画数	実施数	計画額	実績額	計画数	実施数	計画額	実績額
①事務事業の再編・整理、廃止・統合	8	5	7,650万円	7,752万円	8	6	3億8,701万円	1億4,139万円
②民営化等の推進	8	7	1億9,829万円	9,282万円	8	7	4億1,947万円	1億7,199万円
③公共施設の見直し	3	3	—	—	6	6	—	—
④組織機構の改善と定員管理の適正化	4	4	—	—	4	4	—	—
⑤総人件費の抑制	2	2	2億4,620万円	3億8,518万円	2	2	12億9,080万円	6億8,065万円
⑥第三セクターの見直し	3	3	—	—	3	3	—	—
⑦経費節減等による健全な財政運営	25	25	3,239万円	4,285万円	27	27	1億4,479万円	9,683万円
⑧地方公営企業の経営健全化	8	6	1,225万円	288万円	13	10	5,531万円	▲3,295万円
⑨電子自治体の推進	3	3	—	—	4	4	—	—
⑩人材の育成等	3	3	—	—	3	3	—	—
⑪市民と行政によるまちづくりの推進	2	2	—	—	2	2	—	—
⑫公正・透明な行政の推進	4	4	—	—	4	4	—	—
合計	73	67	5億6,563万円	6億125万円	84	78	22億9,738万円	10億5,791万円

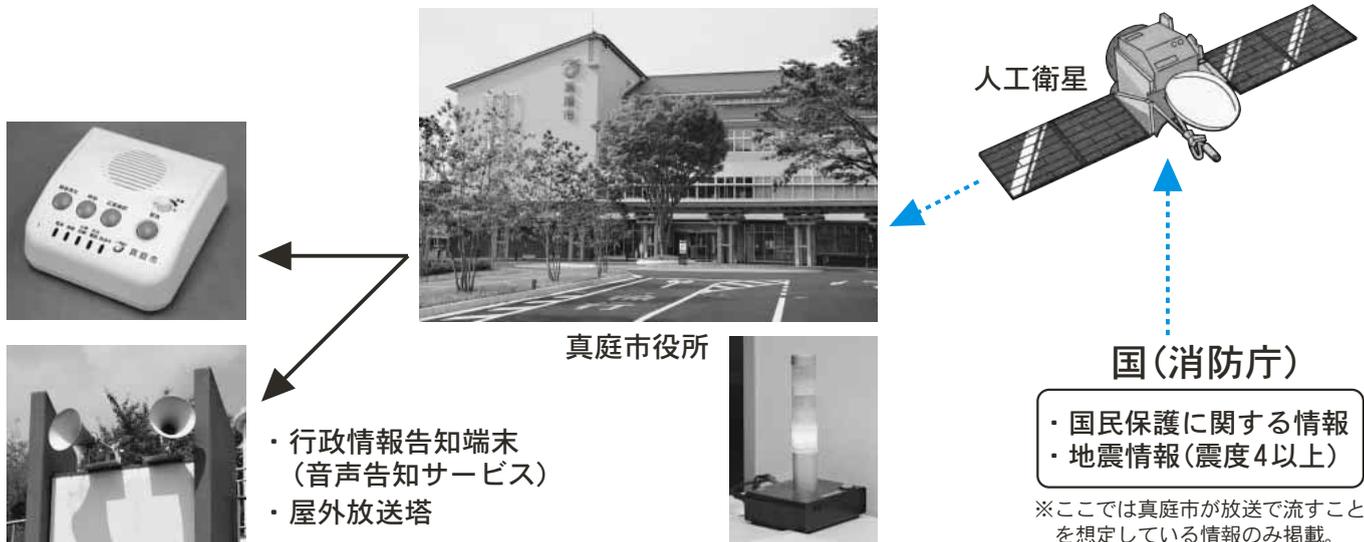
緊急事態に備えて 全国瞬時警報システムを運用開始

真庭市では、全国瞬時警報システム(J-ALERT)の運用開始に向けて準備を進めています。このシステムは、対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に、人工衛星を利用し、国から国民に対して全国一斉に、直接そして瞬時に緊急情報を伝達する画期的なシステムです。真庭市の場合は、行政情報告知端末(音声告知サービス)と市内68カ所の屋外放送塔が、このシステムと連動して情報を迅速に市民の皆さんへ伝えることができるようになります。9月12日(水)には、全国一斉の試験放送が予定されています。万が一の事態のときに慌てないように、防災資機材や避難所を確認するなど、備えておきましょう。

図 危機管理課 植田 TEL0867-42-1126

ジェイ・アラート

J-ALERTイメージ図



J-ALERTのメリット

メリット①

瞬時に情報を伝達できる

メリット②

テレビなどをつけていなくても行政情報告知端末を通じて伝達できる

メリット③

人の手を介さずに状況に応じた音声を放送できる

全国瞬時警報システム(J-ALERT)の試験放送を実施

9月12日(水) 1回目:午前10時～
2回目:午前10時30分～

放送エリア▶市内全域

放送文▶「これは、試験放送です。これは、試験放送です。」

※放送が聞こえなかった場合は、危機管理課までご連絡ください。

障がいのある人などへの交通費助成制度

真庭市では、市内に住所を有する障がいのある人などを対象に、通院や通所に必要な交通費の一部を助成しています。前期分(4月～9月)の助成を希望する人は、10月15日(月)までに、福祉課、健康推進課または振興局・支局市民福祉課で申請してください。

☎ 健康福祉部福祉課 TEL0867-42-1581 FAX0867-42-1369 (助成①③④について)
健康福祉部健康推進課 TEL0867-42-1050 FAX0867-42-1388 (助成②について)

《対象者》

- ①人工透析患者通院交通費助成
腎不全などにより人工透析を受けるために通院した人
- ②特定疾患医療附帯療養交通費助成
特定疾患治療研究事業に関する対象疾患の治療を受けるため1カ月に4回以上通院した人
- ③心身障害児・者及び精神障害者通所授産施設等通所交通費助成
授産施設などに1カ月の開所日のうち半数以上通所した人
- ④療育訓練通所交通費助成
専門療育機関または医療機関へ療育訓練などのため1カ月に2回以上通所した18歳未満の人

《助成内容》

①②③の助成額	通院・通所距離(片道)		助成額(月額)	
	1km未満		1,000円	
	1km～5km未満		2,000円	
	5km～10km未満		3,000円	
	10km～15km未満		4,000円	
	15km～20km未満		5,000円	
20km以上		7,000円		
④助成額	通所距離(片道)		通所回数(月)	助成額(月額)
	20km以上	2回以上4回未満		3,500円
		4回以上		7,000円

《申請期限》10月15日(月)まで

※申請には、医療機関、通所施設の通院・通所の証明が必要です。また、重度心身障害者タクシー利用助成と併用受給はできません。



昨年、白梅総合体育館で行われた落合地区敬老会

敬老会日程表

地区	日時	会場
北房	9月15日(土) 午前9時～	北房文化センター
落合	9月29日(土) 午前10時～	白梅総合体育館
久世	9月2日(日) 午前9時30分～	久世エスパスホール
勝山	9月17日(月) 午前9時30分～	勝山文化センター
美甘	9月23日(日) 午前10時～	美甘多目的センター
湯原	9月22日(土) 午前10時～	湯原ふれあいセンター
蒜山	10月6日(土) 午前11時～	八束小学校体育館

長年にわたり地域の発展に貢献してこられた75歳以上の方々への敬意と感謝を表し、長寿を祝う敬老会を各地区で開催します。各地区の実行委員会が、地域の皆さんと力を合わせて開催する敬老会を心行くまでお楽しみください。

☎ 健康福祉部高齢者支援課 河本 TEL0867(42)1074

敬老会開催

みま さかの くに

美作国建国1300年記念プレ事業 街道歩きウォークラリー参加者募集中



美作国建国1300年記念事業実行委員会は、乗り物で通り過ぎたのでは気付くことが難しい「地域の魅力」を再発見することを目的に、街道や名所、旧跡などを巡るウォーキングを開催します。今回は、美作地域4コースで開催。行楽シーズン到来、歩いて美作地域を堪能してみませんか。

☎ 美作国建国1300年記念事業実行委員会事務局 TEL0868-35-3434

【坪井・久世コース】

- ◆日時 11月18日(日) 午前8時30分集合
- ◆集合場所 真庭産業団地南団地
- ◆ルート (距離約11.5km)

ココがPoint! 美作地域最大級といわれる道標など、見どころが満載。地元食材を使ったお弁当、湧き水「高清水」も魅力的♪

真庭産業団地＝坪井宿→鶴坂→岩屋→J R美作追分駅(昼食)→東谷→熊野神社→鮎越峠→高清水→真庭産業団地(凡例：→/徒歩、＝/バス移動)

- ◆定員 100人 ◆参加費 2,000円
- ◆申込締切 11月9日(金)まで
- ◆申込先 美作国建国1300年記念事業実行委員会事務局

TEL0868-35-3434 FAX0868-35-3435 E-mail:info@mimasaka1300.org

【その他コース】

- ①富たたら製鉄コース(10/30開催、鏡野町) ②法然上人コース(11/4開催、久米南町・美咲町・奈義町) ③倉吉街道コース(11/7開催、鏡野町)

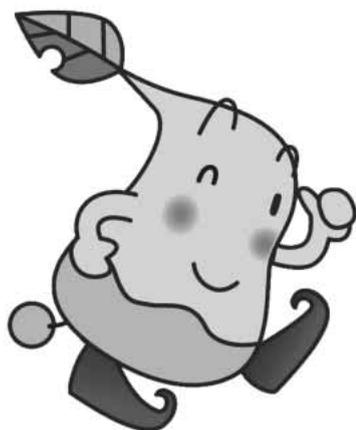


上河内にある道標

参加者を募集します! 第1回真庭地域 ふれあいスポーツフェスティバル

真庭地域福祉交流スポーツ大会実行委員会では、障がいのある人たちの交流や社会参加の促進を目的に、第1回ふれあいスポーツフェスティバルを開催します。障がい者、障がい児なら、誰でも参加できます。気持ちいい汗を流して、楽しく交流しませんか。

☎ 健康福祉部福祉課 藤本 TEL0867-42-1581 FAX0867-42-1369



開催要項

- ◆日時 11月17日(土) 午前11時～午後3時(受付:午前10時30分～)
- ◆場所 白梅総合体育館
- ◆対象者 真庭地域に在住または通勤している障がい者、障がい児
- ◆種目 玉入れ、まにぞうボウリング、台風の目、パン食い競争など
- ◆参加費 無料(昼食付き)
- ◆申込締切 10月17日(水)まで
- ◆注意事項 手話通訳、要約筆記(ノートテイク)が必要な人は、事務局までご連絡ください。運動のできる服装で、上履き、飲み物、タオルなどを持って参加してください。
- ◆申込先 真庭地域福祉交流スポーツ大会実行委員会事務局(健康福祉部福祉課内)

平成24年度補助の受付開始 バイオマスを活用しませんか

真庭市は、バイオマス資源を活用したまちづくりを進めています。その取り組みの一つとして、木質バイオマスを燃料とする農業用ボイラ、薪ストーブ、ペレットストーブの購入に対して、補助金を交付します。導入を考えている人は、期限内に申請してください。

圃 産業観光部バイオマス政策課 八木 TEL0867(42)5022

◆対象者

市内に住所がある個人または事業所など

◆補助対象

市内の住宅または事業所に、木質ペレットストーブ、薪ストーブ、木質バイオマス農業用ボイラを新規導入する場合

◆補助要件

平成25年3月29日(金)までに設置できること

◆補助率

経費の3分の1以内。ストーブは13万円を限度額、ボイラは50万円を限度額とする

◆募集期間

9月10日(月)～平成25年1月31日(木)

※予算の範囲内で先着順

◆提出書類

①住民票または事務所の所在が分かる書類

②補助金等交付申請書

③木質バイオマス利用開発推進事業実施計画書

④見積書の写し

⑤カタログなど(メーカーや型番などが分かるもの)

◆注意事項

申請は、必ず補助対象工事着工前に手続きをしてください。



ペレットストーブ設置例

虐待かも…と思ったら 障がい者虐待防止センターへご連絡ください

近年、障がい者への虐待が社会問題となっています。障がい者への虐待予防と早期発見、養護者への支援を講じる法律「障害者虐待防止法」が10月1日から施行され、虐待を見つけた人には、通報義務が課せられることとなります。これに伴い真庭市では、障がい者虐待防止センターを開設し、通報の受付窓口を整備します。虐待かもと思ったら、迷わずご連絡ください。

圃 健康福祉部福祉課 上谷 TEL0867-42-1581 FAX0867-42-1369

《虐待の種類》①身体的虐待②性的虐待③心理的虐待(著しい暴言、拒絶的な対応、不当な差別的言動などを行うこと)④放棄・放任(衰弱させるような著しい減食または長時間の放置などを行うこと)⑤経済的虐待(年金や賃金などを不当に要求・処分すること)

※虐待であるかどうかの判断は、虐待をしている人や障がい者本人の「自覚」は問いません。

【日中の連絡先】

真庭市障がい者虐待防止センター(健康福祉部福祉課内)
TEL0867-42-1581 FAX0867-42-1369

【夜間・休日の連絡先】

市役所本庁舎(当直受付)
TEL0867-42-1111 FAX0867-42-1173

※振興局・各支局市民福祉課への連絡も受け付けます。



救われる人がいます。
勇気を出して通報を

お知らせ

INFORMATION

真庭市の人口

総数 50,031人
 男 23,854人
 女 26,177人
 世帯数 17,841世帯

平成24年8月1日現在。
 ※住民基本台帳法の一部改正により、
 8月1日から外国人人口をあわせて
 記載しています。

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

毎週火・木曜日 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、専門の相談員と一緒に考えます。ひとりで悩むことなく、気軽にご相談ください。

■日時 毎週火曜・木曜日
午前8時30分～午後0時30分
■場所 久世公民館
■問い合わせ先 市民課 武村
TEL 0867(42)1112

後納制度が始まります 国民年金保険料

国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができなくなりますが、平成24年10月から3年間に限り、過去10年以内の保険料を納めることができます。

毎月第2・第4木曜日に実施 年金相談(要予約)

9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。
 ※代理人の場合は委任状が必要です。

■問い合わせ先
国民年金保険料専用ダイヤル
0570(011)050
津山年金事務所
TEL 0868(31)2363

■日時 9月13日(木)、27日(木)
午前10時～午後3時
■場所 市役所本庁舎
■予約先 津山年金事務所

第9回 落合まちかど 展覧会

9/27(木)▶10/1(月)

The Street
Exhibition
in OCHIAI



この旗が目印

ご近所美術館へようこそ！
 自宅や集会所、商店などが展覧会場に大変身。緑豊かなこのまちの暮らしを楽しみ、出会いを求めて今年も開催します。皆さん、まちかどマップを片手に美術館巡りをしてみませんか。

問い合わせ先

落合公民館 TEL0867-52-3315

お客様相談室

TEL 0868(31)2365
 ■問い合わせ先 市民課 嶋田
 TEL 0867(42)1112

一人で悩まないで 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多重債務無料法律相談会を行っています。多重債務は、法律専門家の支援があれば解決できる問題です。秘密厳守とします。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 9月29日(土)
午前10時～午後3時
■場所 津山市総合福祉会館
(津山市山北520)

※予約不要。当日、会場先着順に受付します。

■問い合わせ先 岡山県民生活部くらし安全安心課
 TEL 086(226)7346

勝山・いいところ見つけた 絵画展

11月27日(火)～12月6日(木)まで勝山文化センターで開催する「勝山・いいところ見つけた絵画展」の展示作品を募集します。山紫水明、人情あふれる城下町・勝山の「いいところ」を再発見する作品をお待ちしています。

申込期限▼10月31日(木) 応募資格▼16歳以上 出品点数▼1人1点
 作品種別▼日本画、洋画(油彩・水彩など)、水墨画(サイズは30号まで)
 申込方法▼ハガキまたは所定の申込用紙に必要事項を記入してお申込ください。
 申し込み・問い合わせ先▼勝山文化センター TEL0867-44-2011



平成23年度 最優秀作品

入札結果

管財課
TEL0867-42-1174

- 予定価格250万円以上の公共工事落札額を公表します。
- 表記順
《入札日→工事名(発注課)→落札者→落札額(税抜き額)》

●平成24年 7月 3日

- ・ 上水田・山田 2 期地区 (13工区) 管路施設工事 (下水道課) 志田工業㈱…43,900,000円
- ・ 旧湯原温泉病院解体設計業務(管財課) 榎田中設計…2,780,000円

●平成24年 7月10日

- ・ 旭水苑槽外型ポンプ定期修理工事(旭水苑) 昇テクノサービス㈱…9,000,000円
- ・ 北房地区(2工区)浄化槽設置工事(下水道課) 山本設備工業㈱…2,670,000円
- ・ 湯原地区(2工区)浄化槽設置工事(下水道課) 榎ウエモト組…2,650,000円
- ・ 湯原地区(3工区)浄化槽設置工事(下水道課) (有)大美石油店…2,640,000円
- ・ 八束地区量水器等交換工事(水道課) (有)志賀電気工事…4,080,000円
- ・ 川上地区量水器等交換工事(水道課) 森田電器…3,450,000円
- ・ 湯原地区(4工区)浄化槽設置工事(下水道課) (有)横辺工務店…2,648,000円
- ・ 市道五反東線舗装新設工事(建設課) 榎吉田組…3,700,000円
- ・ 勝山地区送配水管新設工事(水道課) 榎三木工務店…25,000,000円
- ・ 林道作備線(2工区)用地測量業務(農林土木課) テクノス㈱…3,641,000円
- ・ 地籍調査事業(勝山地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) テクノス㈱…5,300,000円
- ・ 地籍調査事業(落合地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) (有)アイテックコンサルタント…4,840,000円
- ・ 地籍調査事業(湯原地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) テクノス㈱…3,080,000円
- ・ 地籍調査事業(美甘地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) 榎ウジヨウ…5,200,000円
- ・ 地籍調査事業(川上地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) テクノス㈱…2,500,000円
- ・ 地籍調査事業(中和地区)C・D・F・G・H工程業務(税務課) (有)アイテックコンサルタント…5,335,000円
- ・ 大上橋橋梁補修調査設計業務(建設課) 榎イト日本技術開発…7,800,000円

●平成24年 7月13日

- ・ 調整槽設計業務(クリーンセンターまにわ) 玉野総合コンサルタント㈱…6,170,000円

●平成24年 7月20日

- ・ 蒜山中学校新改築機械設備工事(教育総務課) 榎三協商建…95,480,000円
- ・ 蒜山中学校新改築電気設備工事(教育総務課) 山本設備工業㈱…76,000,000円
- ・ 蒜山中学校新改築建築主体工事(教育総務課) 梶岡建設・鳥越工業蒜山中学校新改築建築主体工事特定建設工事共同企業体…997,000,000円

※19頁に続く。

森林と人がつながる未来へ 第3回トンボの森づくり

さまざまな生き物が生息できる森林環境を目指して、第3回トンボの森づくり事業を行います。下草刈りや小径木の間伐作業で快適な森林空間を創り出し、絶滅の恐れのある野生生物の回復を図ります。ピザ釜を使ったりピザ作り体験などを行います。

■日時 9月29日(土) 午前10時～

■場所 津黒いきものふれあいの里

■持参するもの のこぎり、

剪定ばさみ、軍手、作業しやすい服装(長袖、長ズボン)
※用意できる範囲で結構です

■申込締切 9月21日(金)

■申し込み・問い合わせ先 環境課 金田
TEL 0867(42)1113

割り箸で壁飾り リサイクルプラザ手芸教室

割り箸を使って、花が飾れるすてきな壁飾りを作ります。はさみ、カッター、木工用ボンドを各自でご用意ください。

■日時 9月13日(木) 午後1時～4時

9月21日(金)～30日(日)まで 秋の交通安全県民運動

「交通ルール守って広げる 無事故の輪」をスローガンに、夕暮れ時と夜間の歩行中や自転車乗車中の反射材用品などの着用の推進、全ての座席の

■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)

■参加費 300円

■定員 20人

■申込期限 9月10日(月)

■申し込み・問い合わせ先 リサイクルプラザまにわ
TEL 0867(42)1161

募集します 陸・海・空自衛官

防衛省では、看護学生、防衛大学校学生、防衛医科大学校学生を募集します。

■受験資格
・看護学生 日本国籍を有し、高卒(見込み含む)で24歳未満

シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、飲酒運転の根絶など、交通事故ゼロに向けた活動が展開されます。

■交通事故致死ゼロを目指す日 9月30日(日)

真庭市交通安全対策協議会

募集します 陸・海・空自衛官

防衛省では、看護学生、防衛大学校学生、防衛医科大学校学生を募集します。

■受験資格
・看護学生 日本国籍を有し、高卒(見込み含む)で21歳未満の人

■受付期間 9月3日(月)～10月1日(月)

※防衛大学の推薦および総合選抜は9月3日(月)～5日(水)

■試験日 9月下旬～12月中旬(種目により試験日が異なります)

■入校時期 平成25年3月下旬～4月上旬予定

■問い合わせ先 自衛隊岡山地方協力本部 津山出張所
TEL 0868(22)5637

満の人

・防衛大学校・防衛医科大学校学生 日本国籍を有し、高卒(見込み含む)で21歳未満の人

休日急患担当医

- 2日
- 近藤病院・勝山 0867-44-2671
 - 廣恵医院・北房 0866-52-5020
- 9日
- 落合病院(内)・落合 0867-52-1133
 - 金田病院(外)・落合 0867-52-1191
 - 米田医院(内)・勝山 0867-44-2132
- 16日
- 湯原温泉病院・湯原 0867-62-2221
 - 前原医院(内)・久世 0867-42-5267
- 17日
- 中山病院・久世 0867-42-0371
 - 杉山医院(内)・久世 0867-42-5012
- 22日
- 勝山病院・勝山 0867-44-3161
 - さとう医院(外)・北房 0866-52-9898
- 23日
- 金田病院・落合 0867-52-1191
 - まつうら医院(内)・久世 0867-42-5686
- 30日
- 近藤病院・勝山 0867-44-2671
 - 杉江医院・落合 0867-52-3456
- 10月—
- 7日
- 落合病院(内)・落合 0867-52-1133
 - 金田病院(外)・落合 0867-52-1191
 - 谷田医院(外)・蒜山 0867-66-3616

入札参加者を募集します 松茸山入山権

市有林の松茸山入山権の入札を実施します。

※落合地区では現地案内を行いますので、事前にお問い合わせください。

【落合地区】 栗原地区2カ所、上山地区4カ所

■ 入札日時および場所

9月14日(金) 午前11時

落合庁舎

■ 問い合わせ先

落合支局総務振興課

TEL 0867(52)1111

【勝山地区】新見市大佐布瀬地区1カ所

■ 入札日時および場所

9月18日(火) 午後2時

勝山富原公民館

■ 問い合わせ先

勝山支局総務振興課

TEL 0867(44)2927

【久世地区】 余野上地区1カ

所、余野下地区2カ所

■ 入札日時および場所

9月12日(水) 午後2時

市役所本庁舎

■ 問い合わせ先 農林振興課

TEL 0867(42)1031

仕事探しを応援します 難病のある人の就労相談

市内の難病のある人を対象に、就労相談を行っています。

相談は無料で、岡山県難病相談・支援センターの相談員が

相談に応じます。相談を希望する人は、事前にお申し込み

ください。

■ 実施日 偶数月の第3水曜日(10月17日、12月19日、平成25年2月20日)

■ 時間 午後1時～4時

■ 場所 久世保健福祉会館

■ 申し込み・問い合わせ先

岡山県難病・相談支援センター

TEL 086(246)6284

FAX 086(246)6285

2012年 市町村振興宝くじ

今年の秋はデッかい サンキュー!

1等・前後賞合わせ

3億9千万円

2等1000万円/3等100万円

オト外ジャンボ
宝くじ 9/24日発売

■ 販売期間 9/24日～10/12日

■ 抽選日 10/19日

この宝くじの収益金は市町村の高齢化・少子化対策など、地域住民の福祉向上のために使われます。

(公財)岡山県市町村振興協会

事前講習会も開催します 危険物取扱者試験

危険物取扱者試験および事前講習会を実施します。

■ 試験日 11月4日(日)

■ 試験会場 岡山市、倉敷市、津山市

■ 申込期間 9月10日(月)～19日(水)

※受験願書は真庭市消防本部および各分署に用意しています。またインターネットによる受験申込(電子申請)もできます。詳しくは、(財)消防試験研究センターホームページをご覧ください。

【事前講習会】

■ 日時 10月18日(木)

■ 時間 午前9時～午後4時30分

■ 場所 久世エスパスランド

■ 申込期限・申込方法

9月28日(金)までに真庭市消防本部および各分署でお申し込みください。

ご利用ください 全国一斉!法務局休日相談所

法務局では、休日の無料相談所を開設します。不動産登記・商業登記・戸籍・国籍・供託・人権などの法務局所管業務に関する問題について、相談に応じます。これらの問題で悩んでいる人、平日は忙しくて法務局に来られない人など、気軽にお越しください。

■ 日時 9月23日(日)

■ 時間 午前10時～午後3時

■ 場所 岡山地方法務局津山支局(津山市田町64)

■ 相談担当者 司法書士、土地家屋調査士、公証人、人権擁護委員および法務局職員

■ 問い合わせ先 岡山地方法務局津山支局

TEL 0868(22)9157

入札結果

管財課
TEL0867-42-1174

- 予定価格250万円以上の公共工事落札額を公表します。
- 表記順
《入札日→工事名(発注課)→落札者→落札額(税抜き額)》

●平成24年 7月24日

- ・有線テレビジョン放送施設増築・改修工事
(総合政策課) (有)国本工務店…47,000,000円
- ・月田小学校職員トイレ改修工事(教育総務課)
(有)小椋工務店…3,630,000円
- ・中津井小学校職員トイレ改修工事
(教育総務課) (有)高野建設…2,480,000円

●平成24年 7月27日

- ・市道中谷線道路改良工事(建設課)
(有)原建設工業所…7,150,000円

●平成24年 7月30日

- ・勝山支局庁舎耐震診断業務
(勝山支局総務振興課)
㈱あい設計…2,985,000円

●平成24年 7月31日

- ・落合浄化センター建設工事その6(下水道課)
牧建設㈱…53,000,000円
- ・西原地区(3工区)管渠工事(下水道課)
㈱山中工務店…51,410,000円
- ・多田地区(4工区)管渠工事(下水道課)
竹藤建設㈱…59,000,000円
- ・江川地区(3工区)管渠工事(下水道課)
㈱岡真土建工業所…27,840,000円
- ・本郷団地地区管渠工事(下水道課)
㈱三木工務店…30,500,000円
- ・上水田・山田2期地区(16工区)管路施設工事
(下水道課)
山本設備工業㈱…50,563,000円
- ・上水田・山田2期地区(15工区)管路施設工事
(下水道課)
山本設備工業㈱…46,400,000円
- ・西原地区(2工区)実施詳細設計業務
(下水道課)
中日本建設コンサルタント㈱…10,103,000円
- ・本郷西町地区実施詳細設計業務(下水道課)
㈱日本都市工学設計…10,685,000円
- ・江川谷山地区実施詳細設計業務(下水道課)
㈱日本都市工学設計…7,796,000円
- ・湯原小学校校舎棟耐震補強・大規模改修設計業務
(教育総務課)
㈱あい設計…6,532,000円
- ・月田小学校屋内運動場耐震補強・大規模改修設計
業務(教育総務課)
㈱石津建築設計事務所…3,000,000円
- ・橋梁点検業務(建設課)
㈱エイト日本技術開発…2,300,000円
- ・川東小学校屋内運動場耐震補強・大規模改修実施
設計業務(教育総務課)
真庭設計連合協同組合…3,480,000円
- ・木山小学校耐震補強・大規模改修実施設計業務
(教育総務課)
真庭設計連合協同組合…9,500,000円

今月の掲載は、
7/3、10、13、20、24、27、30、31日の入札実施分。

ご相談ください

身体障害者巡回更生相談

身体障害者巡回更生相談
(肢体・聴覚)が行われます。

■日時 10月25日(木) 正午～

■場所 勝山保健福祉センター

■対象者 身体障害者手帳を
持っている人

■内容 補装具(装具、車い
す、補聴器など)の処方、適
合判定、自立支援医療(更生
医療)給付に関することなど
※相談を希望する人は、事前
に連絡をお願いします。

■問い合わせ先 福祉課 藤本
TEL0867(42)1581

まちな法律家に相談を

行政書士無料相談会

岡山県行政書士会では、面
談および電話による行政書士
無料相談会を開催します。

■日時 10月1日(月)～3日(水)

午前10時～午後4時

■場所 岡山県行政書士会館
(岡山市北区表町三丁目22番
22号)

■相談内容 行政書士業務全
般、ADR(自転車事故)、成
年後見制度など

■問い合わせ先(電話相談先)

岡山県行政書士会
TEL086(222)9111

医学・歯学発展の礎に

献体にご協力ください

献体とは、信頼できる医師
を育てるため、自らの意思に
より死後の自分の身体を無償
で提供することです。献体に
よる正常解剖は、人体の構造
を研究し、医学・歯学の発展
の基礎となるものです。献体
へのご理解とご協力をお願い
します。

※献体には、家族や親戚の同
意が必要です

■問い合わせ先 ともしび会
(岡山大学医学部内)

TEL086(235)7092

受診をおすすめします

乳幼児の聴覚検診

岡山かなりや学園の聴覚検
診専門スタッフが、乳幼児を
対象とした聴覚検診を行いま
す。無料で聴覚の検査、診察
を受けることができます。耳
や聞こえについて気になるこ
となどご相談ください。

■検診日 10月18日(木)

■受付時間 午前10時～10時
30分、午後1時～1時30分

■場所 勝山文化センター

■対象 0歳～6歳(小学校
入学前)の乳幼児

■申込方法 健康推進課また

は蒜山振興局、各支局市民福
祉課にある申込用紙に必要事
項を記入し、9月28日(金)まで
にご提出ください。

※市内の保育園・幼稚園に入
園している人は各園でも申込
用紙を入手できます。

■問い合わせ先
健康推進課 畦田

TEL0867(42)1050

ありがとうございます

篤志寄付

(社)岡山県自動車整備振興会
真庭支部落合ブロックより力
一ブミラー8基をいただきました。



▲ かねこ こうえい



▲ かめやま こう



▲ 藤田 恵美

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53通の中からチョイス

まにわ
が
好きっ
読者の広場

今月のテーマ
「野菜料理」



自家菜園で栽培されたナス

「野菜は毎日欠かさず」
大森喜久恵さん(西原)

今年の夏は格別猛暑が続きます。昨年自分はある病から一カ月入院しましたが、幸い早期発見で障がいもなく、今は元気になって健康に気をつけています。そのため、野菜づくりは自家製プランターで毎日挑戦しています。ナス、キュウリ、トマト、ピーマン、オクラ、キャベツと少しづつ毎日収穫し、この野菜を使っ

て料理をしています。①ジャコとキュウリ、わかめの酢の物②タマネギ、ニンジン、ピーマンの肉詰め③オクラ、豆腐のねば和え④ゴーヤ、豆腐の炒め煮など、料理に野菜は欠かせない。七色の栄養素を毎日食べるようにしています。料理は生涯です。

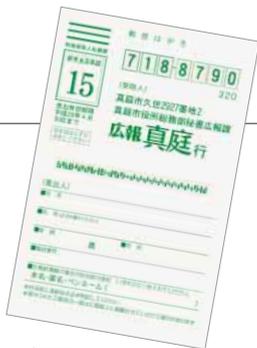
「我が家の一品を紹介」
稲岡雅子さん(上)

我が家の野菜料理を一品、特技として紹介します。まずは、ジャガイモの皮をとり、1センチに切る。柔らかくなるまで茹で、ザルに上げて潰す。シウウガ、ニンニク、梅肉、煮干し粉、干しエビ、茹でたニンジンを加え、塩コショウで味を整える。小麦粉を入れてよく混ぜ合わせ、熱したフライパンに油をひき、お餅の大きさにして焦げ目が付くま



売りに並ぶ真庭の新鮮野菜

で両面を焼き出来上がりです。好みでおろしたマネギのポン酢でもいいと思います。また、アルカリの多いジャガイモの煮汁が無駄にならないようにニンジンの煮汁と合わせて塩で味付けをし、すり下ろしたシウウガを加え、冷蔵庫で冷やしてスープとしていただきます。煮たものはそれなりに使い、煮汁はスープとして飲むことよって習慣病の予防として一石二鳥の効果があると考えています。



お便り
お待ちしております!

11月号 読者の広場

テーマは
「ペット」です。

飼っているペットの特技や好物、エピソードなどについて、2000字程度でお寄せください。写真での紹介もお待ちしております。

川柳の兼題は
「汗」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9月28日(金)です。

10月号では、
「衣替え」

についてお便りを募集しています。
(9月10日締め切り)

Happy 1st Birthday



Photo Book

1歳のお祝い
写真を掲載しませんか?
10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



こいで あやは
小出 彩葉 ちゃん
H23. 9. 13 生まれ(栗原)
☑ 治輝さん(父)



てらこしちはな
寺越 千華 ちゃん
H23. 9. 11 生まれ(中)
☑ 恭子さん(母)



いりえ ゆうま
入江 優守 くん
H23. 9. 2 生まれ(余野下)
☑ 大地さん(父)



こんどう けいすけ
近藤 恵介 くん
H23. 9. 20 生まれ(栗原)
☑ 亜紀子さん(母)



もりい
森井 あいこ ちゃん
H23. 9. 15 生まれ(月田)
☑ 俊之さん(父)



くずお りくと
葛尾 陸斗 くん
H23. 9. 15 生まれ(惣)
☑ 公照さん(父)



栄養満点!ニンジンジュース

実はお兄ちゃんの畑のニンジン、おじいちゃんの畑のニンジンと比べて少ないです。だから、そのかわりにトマトジュースをのむほうが多いです。次はいつニンジンジュースがのめるかなあ。

わたしは、ニンジンがきらいです。でも、ニンジンジュースは大すぎです。ニンジンはお兄ちゃんの畑からとってきます。作り方は、①種を買って畑にまく。②めが出て太陽が当たる。雨がふる。③早く食べたいなと、ニンジンの葉っぱにつぶやく。④ニンジンをぬく、水であらう。⑤ミキサーでジュースにする。⑥コップについてのむ。ごちそうさま。

「手作りニンジンジュース」
PN「ゆきち 9歳(鹿田)」

かいました。到着するころには、日も射してくるし、気温も上がってきました。川に入ると子どもたちはおはしゃぎでした。足を入れると、とっても冷たくて気持ちよかったです。困ったことに、我が子は着替えを持っていないのに、パンツを濡らしてしまい大慌てしました。お昼はもち

先日、いとこが子どもと一緒に里帰りをしました。帰ってくる前に会う約束をした時、せつかく都会から子どもたちを連れて帰って来るなら、真庭の自然溢れるところへ案内しようと思ひ、地元の方、だちにいろいろな場所を聞きましました。結果、蒜山の河川公園に行くことを決めてから連絡すると、いとこも大賛成でした。迎えた当日の朝は生憎の空模様だったのですが、せつかくの機会だからと、従姉も同じ考えだったので家まで迎えに行き高速で蒜山へ向

「真庭を案内しました」
匿名希望さん

ここからは、皆さんから寄せられた「テーマ」以外のお便りを紹介します。



咲き乱れるヒマワリ

ろんひる山焼そば。店は大繁盛のようでした。少し子どもには辛かったようですが、いとこの家族は大喜びで、あつという間に完食でした。昼からは、蒜山ジャーランドに寄ってのお買い物です。いとこはたくさんの商品をお土産に買って帰りました。最後はワリの前で記念撮影をしました。いとこ家族にはとっても満足してくれたみたいで、私も案内してよかったなと嬉しくなりました。真庭にはまだまだ面白いところもあると思います。次回の再会に向け、子ども連れで気軽に遊べる場所を探しておいて、いとこ家族に自慢しながら案内をしようと思っています。ちよつとした日帰りガイドの気分になりました。



▲ PN コモン



▲ PN バンビエッタ



▲ PN はぬけで一す

図書館へ行こう!

本の紹介

落合公民館図書室

〒719-3144 真庭市落合垂水618
TEL0867-52-3315 FAX0867-52-1094
開館時間 平日9:00~18:30
(土・日・祝日 9:00~17:30)
休館日 毎月第4火曜日、年末年始

今月のおすすめの本

「限界集落株式会社」

黒野伸一／著 小学館

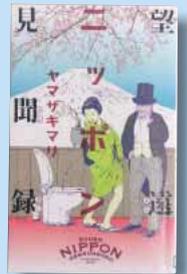


起業のためにIT企業を辞めた多岐川が人生の休息で訪れた故郷は、限界集落と言われる社会的な共同生活が困難な土地だった。彼は故郷を再生するため、かつての負け組たちと立ち上がる!

「望遠ニッポン見聞録」

ヤマザキマリ／著 幻冬舎

異国暮らし歴十数年、『テルマエ・ロマエ』の著者である漫画家・ヤマザキマリが綴る、近くて遠い愛すべきニッポンの妙。「想像力を刺激し、行動力を抑制する旅番組」、「運動嫌いの応援好き」など、ニッポンって変?でも可笑しい。



「星と宇宙のふしぎ109」

永田美絵／著 村山定男／監修
八坂康磨／写真 偕成社



プラネタリウム解説員で、NHKラジオ「夏休み子ども科学電話相談」の回答者でもある著者が、全国から集まった星や宇宙の疑問109個にズバリ回答。美しい天文写真もいっぱい。

「ルリユールおじさん」

いせ ひでこ／作 講談社

大事な植物図鑑がこわれてしまった。「ルリユール」のところに持っていくといいと聞いたソフィーは、ある路地裏の工房を訪ねる。そこで、本造り職人のおじさんに図鑑を直してもらおうことになり…。



被災者の経験から学ぶ
影山享汰くん(古呂々尾中)
高校生の被災体験を聞きまして。自分は大災害を経験していないし、テレビで見たことしかこれまで知らなかったです。宮城の高校生は、被災した状況から立ち直って、自分たちの道を取り戻そうと頑張っていて、すごいと感じました。自分たちに今できることといったら、学園祭などで地域と触れ合って、被災時に生かせる絆を育むことかな。



キャンプは楽しいです
新田慎太郎くん(蒜山上長田)
休暇村蒜山高原キャンプ場で青年会議所主催のキャンプに参加しています。少し難しかったけど他校の友達と協力し、大人の指導を受けてテントを張ることが出来ました。ペグは抜けないようにと、力いっぱい木槌で打ち込んだので大丈夫。お昼ご飯は、めんつゆに自分で好きな薬味を入れての流しそうめんでした。冷たくてとても美味しかったです。その後、に苦手なとうも

友人知人を増やしませんか
黒澤 実さん(銅屋)
スポーツ関連団体の座談会に参加しました。自由な身に

取材先で、こんにちは。

真庭人

ま にわ びと

ろこしが出てきたのは、ちょっと残念だったかな。



なったら好きなことを思う存分やろうとたどり着いたのがスポーツでした。総合型地域スポーツクラブ「スポレクせ」で、会員の皆さんと体を動かしています。スポーツはいろんな人と交流ができ、活動日には心がうきうきして楽しくなります。今回の座談会では、他の団体の皆さんとのつながりができました。これからは、自分が楽しむだけでなく、横のつながりを生かして地域貢献をしていきたいです。皆さんも仲間になりませんか。



真庭市栄養改善協議会の提供です

9月は栄養改善月間 「真庭食育クイズ」 に挑戦しよう

■応募方法 はがきに①答え（3つの中から1つ選び番号で答える）②住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記し郵送。全問正解者には、抽選で記念品をお送りします。発表は記念品の発送をもって換えさせていただきます。

■応募先

〒719-3292 真庭市久世2927-2
健康福祉部健康推進課真庭食育クイズ係

■応募締切 9月28日(金)まで

■問い合わせ先 健康推進課 門野
TEL 0867-42-1050 FAX 0867-42-1388

問1 二川地区に伝わる伝統野菜「どいぶんこ(ご)な」の名前の由来は何？

- ①人の名前 ②地区の名前 ③粉の名前

問2 わさびは漢字でどう書く？

- ①山羊 ②山車 ③山葵

問3 水からゆで始めるのがよい野菜はどれ？

- ①ホウレンソウ ②ブロッコリー ③大根

問4 “すっぴん”の商品名で売り出されている蒜山地域の特産物は何？

- ①ゴーヤ ②ゴボウ ③えのき茸

問5 パプリカの仲間は何？

- ①トウガラシ ②サツマイモ
③カイワレ大根

問6 人工栽培できないといわれるきのこは何？

- ①マツタケ ②シイタケ ③なめこ

問7 現在、多くの片栗粉の原料になっているのは何？

- ①ジャガイモ ②とうもろこし
③里いも

問8 にんじんに多く含まれる栄養素はどれ？

- ①カロテン ②カフェイン ③カテキン

問9 かぼちゃの花の色は何色？

- ①白色 ②黄色 ③緑色

問10 グリーンアスパラガスの分類は？

- ①果物 ②野菜 ③海藻



▲PN 0歳息子



▲PN アンパンマン



高校生らがゆるキャラ選ぶ(8/9)

美作国建国1300年記念事業のゆるキャラ選考会が津山市役所で行われました。美作圏域の高校生ら17人の委員が応募作品327点から優秀作品を選出。真庭からは、真庭高校の生徒が出席しました。

川柳「箱」

選：落合川柳会 川崎澄夫さん
11月号の兼題は「汗」

びつくり箱開けて驚きはしゃぐ子等
大掃除昔の箱についてニヤリ
こども等の思い出箱に溢れてる
恥かしげに日の丸弁当食べたな
戦中の思い開かずの箱に詰め
旅先を想像させる土産箱
本箱のへそくりの金確かめる
箱の内喜怒哀楽が詰つてる
宝石箱今は形見のアメジスト
孫の来る迄は静かなおもちゃ箱
衣替え箱から箱へ移される
箱入りの息子娘の七五三
それぞれの野良着の歴史詰めた箱
嫁いだ娘の笑顔が残る玩具箱
青春の文箱そろそろ整理する
定年の弁当箱が置いてある
空箱で小さくなった母の部屋
〈軸吟〉箱だけは立派な土産買ってくる

庄司美佐恵	久世
瀧上秀子	落合垂水
菊池千江子	本郷
神谷水せん	久世
田中久栄	久世
樋口重雄	見尾
永田寿道	樫東
菊池俊男	本郷
大森喜久恵	西原
小谷義孝	月田
松尾千恵子	月田
西本艶子	岩井谷
行本慎五	久世
若田万寿子	落合垂水
植田万里子	月田
横山とも子	久世
刘谷博子	社



健康のススメ

こころの健康



お話：健康推進課 保健師 竹中 秀美さん

☎ TEL0867-42-1050

見逃さないで！

こころのSOS

こころと体の深い関係

「夜、眠れない」「朝、起きるのがつらい」、「やる気が出ない」「だるい」など、一見ささいな変化は、もしかしたらあなたの内なるこころのSOSの声が現れているのかもしれない。こころのSOSは、日常のちよつとした行動や気持ちに徐々に現れます。でも、「気のせいだろう」「ちよつと疲れているだけだろう」などと思っている人が案外多いようです。

こころと体の健康は、密接にからみ合っています。繰り返される体調の不調は、疲れた「こころ」からの悲鳴かもしれない。こころの病気も体の病気と同じ様に、早期発見、早期対処が大切です。早めに適切な治療や社会的サポートを受けるほど、回復しやすいことが分かっています。どんなに小さくても、こころ

の悲鳴が聞こえたら、早い段階から対処するようにしましょう。

こころの病気と特徴

精神科疾患の中でも、特に多いのがうつ病です。うつ病は決して特別な病気ではなく、誰もがかかる可能性のある病気です。また、うつ状態の人もかなり多いようです。日常生活の中でのストレスや悩みから、落ち込んだり憂うつな気分になった状態を「うつ状態」と言います。この一時的なうつ状態は、誰にでも起こりうるものです。しかし、その状態が強く、長く続いている場合は、「うつ病」を疑う必要があります。

日本では、平成10年以降、毎年3万人以上の人が自らの命を絶つという悲しい状況にあります。さらに自殺未遂者はその10倍以上に上るといわれ、自殺は本人や家族だけの

問題ではなく、深刻な社会問題になっていきます。自殺した人の多くは、何らかのこころの病気を抱えていたようです。失業、多重債務、過重労働、健康問題、家族問題など、過度のストレスが、心身にさまざまな影響を及ぼすことで、こころの病気を引き起こし、最悪の場合自殺に追い込まれるというケースが少なくありません。

早めに気付き対処を
自分や身近な人にうつ病を疑う症状が見られ、長く続いているようであれば危険です。こころの病気は自分で気づきにくいのも大きな特徴。周囲に以前と比べて様子が異なっている人はいませんか。左のチェック表で自分や身近な人の状態を確かめてみてください。いずれかの項目が2週間以上わたって毎日続いているようであれば注意が必要です。早めに心療内科などの専門機関に相談しましょう。

うつ病の症状をチェック

□自分自身のうつ病を疑うとき

1. 理由もなく悲しい、憂うつな気分がある
2. 何事にも興味がわかず、楽しくない
3. 疲れやすい、元気がない
4. 気力がわかない、何もする気がしない
5. 物事に集中したり、決断することができない
6. 寝つきが悪く、朝早く目が覚めてしまう
7. 食欲がない、やせた
8. 他人と接するのがおっくう、つらい
9. 心配ごとが頭から離れず、常に不安を感じる
10. 失敗や悲しみ、失望から立ち直れない
11. 自分を責め、自分は価値がないと感じる

□身近な人のうつ病を疑うとき

1. 表情が暗く、元気がない
2. 体調の不良を訴えることが増えた
3. ミスが増えたり、仕事がかたどらない
4. 人づきあいを避けるようになった
5. 口数が少なくなった
6. 遅刻や欠勤をするようになった
7. 趣味やスポーツ、外出をしなくなった
8. 飲酒量が増える、刺激物を好んで食べるようになる
9. 1日のうち、特に朝方に調子がすぐれない



新コーナー「まにわエコ楽生活」は、生活の中で役に立つ、環境に優しい（エコロジー）、お財布に優しい（エコノミー）、耳寄り情報を紹介します。初回のテーマは、エコ・クッキング。どんな料理のことなのか見てみましょう！

▼エコ・クッキングって何？

エコ・クッキングとは、環境のことを考えて楽しく料理をすることです。私たちは今、地球温暖化や大気汚染など、地球環境のさまざまな問題を抱えています。1日に数回、誰でも関わる「食事」。買い物、調理、食事、片付けのそれぞれのシーンで、環境に少し配慮するだけでも、みなで取り組めば大きなエコの第一歩となります。毎日の暮らしの中でできることから始めてみましょう。

▼何をどうすればいいの？

シーン① 買い物をする時
本当に必要なものかどうかを考え

てから買う、食材は旬のもの・地元産を選ぶ、調味料は詰め替え用を選ぶ、エコバッグを持って行くなど、ちよつと気を付けるだけでOK。
シーン② 調理する時
野菜の皮や茎など食材は丸ごと使い切る、同時調理で省エネ・省タイム、多めに作り過ぎないなど、コツを覚えれば簡単です。
シーン③ 食事する時
食べられる量だけ食器に盛り付ける、残さずおいしく食べる。
シーン④ 片付けの時
油污れの付いた食器は重ねないようにする、生ごみは水気を切つてすぐに捨てるなど、水を汚さない心掛けもエコロジー。



取材協力：
管理栄養士 松下真子さん(山田)



★後片付けのポイント★
油で汚れたお皿は、古新聞などで拭き取ってから洗うと汚れの落ちが早い。



★後片付けのポイント★
ミキサー、フードプロセッサーは水だけで1度回す。洗剤が少なくて済む。



★食材選びのポイント★
できるだけ包装の少ない商品を選べば、捨てるごみが少なくなるよ。



★調理のポイント★
鍋底の大きさに合った火加減が大事。水滴を拭いてからコンロに掛けよう。

※エコ・クッキングの出前授業も行っています。申し込みは環境課 TEL0867-42-1113まで。

各地の風物詩、夏の夜を熱くする

真庭各地で夏祭り開催

7月下旬から8月中旬にかけて、市内各地で地区恒例の夏のイベントが開催され、帰省客や家族連れらでこの夏一番のにぎわいを見せました。お気に入りの浴衣や甚平で出掛けたり、露店での買い物を楽しんだりと楽しみ方は人それぞれ。各地の婦人団体や青年会など実行委員が、踊りや出店でイベントを盛り上げました。花火や抽選会などそれぞれ趣向を凝らした演出でフィナーレを迎え、みんな笑顔で夏の一夜を過ごしました。



写真上：美甘夏祭りを優雅に演出する踊りパレード
下：太鼓の先導で温泉街をゆっくり進むはんざきねぶた



落合納涼花火大会(落合支局前)

地域防災の担い手を目指して

真庭高校「こちら高校市民課防災係」



写真上：宮城・兵庫の高校生とグループを作り、災害発生時にできることを討論 下：救急医療情報キットなどを活用する上水田ふれあい助け合い隊の活動に学ぶ



まちの話題

防災について学ぶ真庭高の講座「こちら高校市民課防災係」が活発に展開されました。7月26日、防災対策に力を入れる企業や地域を回るバス研修を行い、地域防災について理解を深めました。8月4日〜7日には、東日本大震災で被災した宮城県農業高校と防災教育先進校の兵庫県立舞子高校の生徒を招き、研修合宿を開催。地域で高校生が果たす役割を考えました。また合宿中、地域防災ボランティアリーダー養成研修にも参加しました。

7/24 何事もほどほどに

田中政枝さん（後谷）が7月26日に百歳を迎えられました。テレビを見るのが好きで、相撲や高校野球を熱心に見る田中さん。長生きの秘訣は、働きすぎないこと。何事もほどほどにとのことだそうです。



7/26 元気に草取りをするのが日課です

本島政男さん（蒜山上長田）が百歳を迎えられました。午前中に家の周りの草取りをするのが日課という本島さん。体や指先をしっかりと動かしているからいつまでも元気でいられます、と話してくださいました。



7/29 猛暑の津黒を駆け抜ける

スーパーメディアオフォンドが、津黒高原スキー場を発着点に開催されました。長短2つのサイクリングコースに県内外から約290人が出場。厳しい暑さの中、参加者は高低差のある山道を懸命に駆け抜けました。



8/1 夏の夕暮れを包む音色と花

夕すげコンサート（上田村おこしの会主催）が普門寺周辺で開かれました。ユウスゲは夏の夕方に咲くユリ科の花。上品にたたずむユウスゲを愛でながら、民話の語りや琴・尺八の演奏などを楽しみました。



8/19 迫力ステージにファン3,000人が熱狂

野外音楽イベント・エスパスサマーライブ2012が、久世エスパス土広場で開催されました。3人組音楽ユニットのソナーポケットが出演。約3,000人の観衆で埋め尽くされた会場を熱狂の渦に巻き込みました。



丁寧に漆掻き作業をする女性塗り師

蒜山上福田の漆植栽地で8月1日、備中漆の漆掻き作業が始まりました。備中漆は良質な国産漆として知られ、平成6年に蒜山で植栽を開始。平成20年からは漆掻きができるようになり、少しずつ採取量を増やしています。郷原漆器生産振興会の女性塗り師2人が、同振興会の木地師・高月国光さんと備中漆復興に携わる小野忠司さんが見守る中、漆掻き作業をしました。採取した漆は郷原漆器の製作などに使う予定です。

備中漆の品質知って
備中漆・漆掻き作業



体や食事に関する悩みや疑問が次々に飛び出した座談会

真庭良一座談会が8月22日、久世公民館で開かれました。真庭良一は真庭を良くしよう、一つにしようという思いから生まれた若者グループで、仲間同士の意見交換や公開座談会を行っています。5回目となる今回の座談会には12人が参加。「真庭をよくするにはまず自分たちが健康に」と、健康をテーマにして実施。倉敷成人病予防センター医師の池田弘さんを招き、健康知識について学びながら意見交換をしました。

地域も体も健康でいよう
第5回真庭良一座談会

海の市 山の市 2012真庭

とき **9月30日** 日 9:30~15:30

ところ **蒜山高原三木ヶ原** (岡山県真庭市蒜山上福田)

100を超えるグルメ・体験・実演!!

◎日本海・瀬戸内海・太平洋から「海の幸」

◎中・四国産「山の幸」

◎ご当地グルメ ◎楽しいイベント などなど

盛りだくさんの一日!



主催 ● 海の市・山の市 真庭 実行委員会

問い合わせ先 ● 真庭市役所 商工観光課 (〒719-3292 岡山県真庭市久世2927-2)

TEL. 0867-42-1033 FAX. 0867-42-1037

真庭 観光 真庭
詳しくは
まにわへいこう 検索

※写真は出店・実演の一別です。

まにわのスキッツ!!
編集後記

腹八分目という言葉があります
が、編集をしていてもそう思う
ことがあります。取材したことは全
部載せたい、撮った写真もたくさ
ん載せたいという衝動と常に戦っ
ています。ちよつと書き足りな
かったなと思った文章を後で読み返
すと、「割とよく書けた」と感
じることがしばしば。読者目線を
忘れず、分かりやすい記事づくりに
まい進します。
江崎

「なつが過ぎ、風あざみ〜」
井上陽水の少年時代です。僕の少
年時代は、何をして夏を過ごして
いたかなと思ひ返します。今はと
いうと、カメラマンとして各地の
夏祭り、盆踊りなどに出没。地元
の夏祭りでは、恒例の変装で夏を
満喫。昔やっていて、近ごろやっ
ていないことと言えば、海釣りや
魚取り、プールかなあ。もう秋が
来るけど出掛けるか!
福島

自宅から出勤する途中で「実り
の秋」も近くなつて来たと、そん
なことを考えていました。何気な
く遠くに目をやると、並ぶ田んぼ
に、稲を刈っているのではと思え
る場所が。昔よりは時期が早くな
ったとは言え、お盆を過ぎたばか
りです。まさかと思ひ見に行くと、
稲を刈り取ったように見えたの
は、休耕田の草を刈った後がそう
見えただけでした。
小山