

広報まにわ
第201号

着物って、いいね



日本舞踊やダンスが好きな市民モデルの山田陽子さん(多田)。11月27日に行われた日舞、着付け体験教室で赤色の着物を着て、参加者の皆さんと一緒に素敵な着物姿を見せてくれました。広報まにわでは、中学生までの市民モデルを募集しています。詳しくは真庭市ホームページをご覧ください。

新年ごあいさつ	P02～
まにわをめぐる	P04～
市政トピックス	P10～
お知らせ	P12～
健康のススメ	P23～
真庭が好きっ読者の広場	P24～
真庭人 辻麻衣子さん	P28～
真庭人 落昇さん	P29～
ぐるっと真庭 まちの話題	P30～



共生の地域社会まにわを目指して！

真庭市長 太田 昇

新年、おめでとうございます。皆様方におかれましては「コロナの霧を吹き飛ばしたい」と、心新たに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の拡大や緊急事態宣言の発出、ワクチン接種、経営やくらしの不安など、コロナ禍に苦しむ1年でした。本年が、市民皆様にとって希望と元気に溢れる年になるよう、アフターコロナを見据えて時宜にかなった市政を展開してまいります。

コロナ感染症は、約100年前の1918年頃に世界に蔓延したスペイン風邪以来のパンデミックで、さまざまなことを教えてくれました。物の豊かさを追求するあまり自然を痛めつけた結果が近年数々の変異ウイルスを生み出すことになったのではないかと、ワクチンの供給が格段に違う豊かな国と貧しい国の格差があつていいのか、食料などの無料配布を受ける人々の行列ができる大都市部の生活基盤の脆さ！医療先進国と思っていた日本でワクチンの開発ができず、医療崩壊が起きるとは！しかし、その一方では、医療における国際連携、医療従事者の献身、地域社会における相互扶助など、人道的な温かさに未来への明るさを感じさせてくれました。

地元真庭に目を転じると、昨年夏、森

山に「GREENable HIRUZEN」が東京晴海から里帰りオープンしました。これまで13万人を超える来訪があり、想定以上の人気を博しています。この事業は、設計者である隈研吾さんの「木の聖地」真庭に対する共鳴があつたから実現したのですが、この施設が多くの人を引き付けるのは、コロナ禍の中で経済優先や効率性偏重の現代社会が私たちに本当の幸せをもたらしたのかという疑問が増幅し、自然回帰の機運が強まっているからではないでしょうか。

このような現象を見ていると、私たち真庭市民はこれまで進めてきた歩みに確信を持てているのではないかとこの思いになります。東京など大都市には真庭にない魅力があります。その一方、真庭には、豊かな自然環境、くらしを支え合ってきた温かく安心できる地域社会があります。これらを基盤として、バイオマス産業都市、SDGs(持続可能な開発目標)未来都市、ゼロカーボンシティの宣言など、未来の社会を展望する取り組みをしてきました。それらの成果を昨年11月に英国グラスゴーで開催されたCOP26(国連気候変動枠組条約第26回締約国会議)でWeb発表する機会に恵まれました。真庭の中に住んでいるとなかなか実感できませんが、小さな真庭が世界の先

端を走っているのではないのでしょうか。以上申し上げたことを踏まえ、私たちは、真庭市の未来像を切り拓くことに挑戦しています。地域の



資源を循環させる取り組みをしながら、地球環境に優しいゼロカーボン社会を目指しながら、「だれ一人取り残すことなく、平和のうちに生存する基本的な人権を実現する」という日本国憲法の理念に基づき「共生社会」を創ることを目指します。昨年策定した「真庭市共生社会推進基本方針」に基づいて、誰もが互いを尊重し、人としての尊厳を実感しながら生活できる真庭を創りましょう。そのためには、全ての市民が参加し対話し応援し行動することが不可欠です。来年にそのプラットフォームとして「共生社会推進市民会議(仮称)」を設置します。ぜひとも多くの市民の皆様にご参加いただきたいと思えます。真庭に暮らす私たちが相互に信頼の絆で結ばれていることを大切にしながら、「生まれてよかった、来てよかった、住んでよかった」という共生の真庭をともに築いていこうではありませんか。

結びに、本年が皆様方お一人おひとりにとって幸多からん年になることをお祈りいたしますとともに、真庭市政としてできる限りお力添えすることをお約束して新春の挨拶といたします。

さらなる議会活性化と 市民に身近な議会を目指して

真庭市議会議長 小田 康文

新年、明けましておめでとうございませう。

ご家族の皆様と輝かしい年を迎えられたことを心よりお慶び申し上げます。

さて、新型コロナウイルスの感染拡大から約2年が経過しました。感染者数は全国的にみても減少傾向にあります。引き続き、感染力が強いと言われるオミクロン株をはじめ、感染の再拡大には十分に警戒する必要があります。

そういった状況下、市民の皆様には大人から子どもまで全ての世代が不安で不自由な日々を過ごされていることと存じます。この間、世界的に新たな社会構造や多様な価値観が生まれてきました。また、マスク着用や手指消毒など、感染予防対策を意識した日常生活も常態化しています。そういった現状を真摯に受け止め、議会といたしまして、一日も早く市民の皆様様の生活を回復軌道に乗せるよう、また感染拡大に伴いお困りのことがあれば少しでもお手伝いしたいとの思いから、全議員が市執行部に対して本会議、常任委員会、議会全員協議会などでさまざまな意

見を述べ、提案をしてまいりました。まだまだ行き届かない点が多々あり、十分なことができていないとは思えませんが、今後も市民の皆様様の暮らしを守るために議員全員、一致団結して取り組んでまいります。

議会では平成28年に策定した議会活性化策の実現に向けて、その主たる取り組みである政策提言、市民参加および情報公開に全議員が積極的に取り組んでいます。

先ず、政策提言については、各常任委員会が市内の各種団体と意見交換会を開催し、市勢発展のための課題を明確にし、議論を重ね、政策として取りまとめ、その政策を議員全員で討議する「政策討論会」を開催し、全議員が合意したものだけを議会として執行部に対して提言するものです。昨年11月2日に市長に対し、議会の総意として3つの政策を提言しました。

次に、市民参加については、昨年度新型コロナウイルスの感染拡大により中止しました「議会報告会＋市民と語る会」を今年度は1月末から2月にかけて、市内12カ所で開催します。多くの市民の皆

様の参加をお待ちしています。また、来年度には市内にある県立高等学校の生徒の皆様との意見交換会の開催を予定しています。

最後に、情報公開については、これまでも全ての会議を公開で実施してきましたが、1月4日からSNS (Facebook) による情報発信を開始します。市民の皆様様に議会の開催状況をお知らせするなどして、これまでに以上に議会の活動を知っていただき、より身近な議会になるよう取り組んでまいります。

昨年7月9日、6月議会定例会において、議長を除く23名で構成し、副議長が委員長を務める「議員定数検討特別委員会」を設置しました。議員定数についてはかつてのように法の定めがないため、さまざまな状況を調査しながら、真庭市議会における適切な議員定数を検討し、本年9月には答申をいただく予定です。

結びに、真庭市議会は今後も市民福祉向上のために改革の歩みを止めることなく、不断の努力を続けていく所存であります。市民の皆様の一層のご理解、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とします。



まにわ めをわ ぐる

真庭で
どんなことが
起きている
のかな

岡山県内の自治体で、最大の面積をもつ真庭市。市内のさまざまな場所で新しい活動が始まったり、新しい場所ができたりしています。

そこで今回は、令和3年に起きた真庭市の新たな動きや真庭市の魅力をご紹介します。あなたの知らない真庭が見つかるかもしれません。



住みやすい
真庭を
目指して

互いに尊重できる共生社会

真庭市では、多様性を認め合いながら、生涯にわたって安心して自分らしく暮らすことのできる共生社会の実現を目指して、次のことに取り組んでいます。

真庭市手話言語条例



開始日：令和3年4月1日

ろう者と手話言語の理解促進、手話言語の普及と使いやすい環境整備を目指しています。出前教室も行っていますので、ご相談ください。

真庭市
ホームページ▶



☎ 福祉課 TEL0867-42-1581 (FAX1369)

スポーツ
で交流

真庭市パートナーシップ宣誓制度

開始日：令和3年12月1日

現行の法制度では婚姻が認められないお二人が、お互いを人生のパートナーであると宣誓し、市がその事実を受け止め、受領証を交付する制度です。

真庭市ホームページ▶



☎ 暮らし安全課

TEL0867-42-1017 (FAX1319)



東京2020オリンピック・パラリンピック

NEW

ボッチャ
紹介映像



YouTubeの真庭市公式チャンネル配信中▶
手話での解説付きです。



ユニバーサルスポーツinまにわ2021では、パラスポーツの車いすハンドボールなどを体験しました。



パラリンピック聖火フェスティバル真庭市採火式には、市内在住の児童16人が参加しました。

真庭市では、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催に合わせ、さまざまな文化、人との交流がありました。

☎ スポーツ・文化振興課 TEL0867-42-1178 (FAX1416)



春夏秋冬、ぜんぶ楽しめる真庭の観光



春：醍醐桜



夏：美甘夏まつり



秋：神庭の滝



冬：ぶり市

真庭市では、季節に合わせて楽しめる場所がたくさんあります。生活の中に自然の移ろいを感じる景色があるのも真庭の魅力です。

四季を
楽しむ



◀真庭の観光スポットについては
真庭観光局ホームページをご覧ください。

真庭で
育つ

地域と一緒に、真庭で子育て・教育

自然豊かな真庭らしい子育て・教育に取り組んでいます。令和3年から郷育魅力化コーディネーターを配置し、地域と学校をつなぎ、幼児期から高校まで、さまざまな教育プログラムを実施しています。

☎ 教育総務課 TEL0867-42-1085 (FAX 1416)

真庭食材の日(学校給食)



市内小中学校で、真庭でつくられたものだけを食材に使った給食を提供する日があります。

森の日(イベント)



親子で森の散歩や川遊び、虫取りなどをして、子どもたちの五感を刺激し自発性を育てます。

聞き書き(授業の一環)



地域の大人への聞き取りをし、先人たちの暮らしなどを自分事に考えていきます。

郷育魅力化コーディネーター
吉野 奈保子さん



真庭の魅力ある地域資源を活用した郷育(ふるさと学習)を通して、郷土を愛する気持ちと未来を切り拓く力を育みます。



郷育魅力化コーディネーター
大岩 功さん



LINE・Zoomを使って
相談を受け付けています

妊娠・出産・育児の オンライン相談

妊娠を希望する人、妊婦、子育て中の人とそのご家族からの相談に応じます。

☎ はぐみセンター(健康推進課内)
TEL0867-42-1816
(FAX1388)



▲LINE相談

▼Zoom相談



東京から里帰りしました GREENable HIRUZEN



CLTパビリオン「風の葉」

GREENable HIRUZENは、建築家の隈研吾さんが設計し、真庭市産のCLTを活用した真庭市の観光文化発信施設です。2019年11月に東京オリンピック選手村近くに建設され、その後、真庭市の蒜山へ移築、2021年7月にオープンしました。「自然と人が共生する洗練したライフスタイル」をコンセプトに、GREENableのオリジナル商品などを販売しています。

※CLT…Cross Laminated Timber「直交集成板」の略。木材板を並べた層を板の繊維方向が層ごとに直交するように重ねて接着した大判パネル。

マンホールカードも配布中



軒の裏に蒜山の茅を使ったサイクリングセンター



風の葉
ライトアップ

実施日/金曜日、土曜日
時間/日没～午後8時



現代アートや隈研吾さんの建築資料などを展示する蒜山ミュージアム

GREENable HIRUZEN
公式ホームページ▶



◀令和3年11月21日に開催された隈研吾さんによる講演会の様子をYouTubeで配信中

都市と
農村を
結ぶ

働き方の
変化



コロナ禍で注目されるようになったテレワークやワーケーション。JR久世駅前に市民活動によりコワーキングスペース「エキマエノマエ」がオープンしました。湯原温泉では、モバイルWi-Fiルーターの無料貸し出しが始まりました。

湯原温泉のワーケーションについては真庭観光局ホームページをご覧ください▶



エキマエノマエ



歴史ある湯治の地

岡山県 湯原温泉で
ワーケーション

真庭で、余暇の充実 ワーケーション



真庭の恵みを「食」で感じる

真庭の特産品については
真庭観光局ホームページをご覧ください▶

真庭の豊かな自然、受け継がれてきた技からつくられる
真庭の特産品。作り手の思いが込められた一品です。



ほたるの雫

日本一のホタルの里「北房」で育った旬の最高級ピオーネを使ったシロップ。



落合羊羹

落合地区を中心に5軒の和菓子屋で製造。外はカリッ、中はモチリとした食感。



糀味ドレッシング

127年間「糀(こうじ)」を扱ってきた発酵のプロがつくった糀味のドレッシング。



銀沫ジェラート

やまのいも銀沫の香りがふんわり感じられ、甘味と旨みが増し、ねっとりとした食感。



山の宝

美甘でとれた新鮮なアマゴを漬け込み、ほろほろほぐれる身からは山の薫りが。



蒜山ジャージーヨーグルト

濃厚なクリーム層と、さっぱりとしたヨーグルト層が味のコントラストに。



ゆばらのかすてら

底に敷き詰められたザラメが懐かしい地元に愛されるかすてら。

真庭のイベントコレクション

ManiColle

マニコレ

真庭市内の「おもしろい」が
ギュギュッと集まったWebサイトです。
詳細はこちら▶



☎ 真庭市交流定住センター TEL0867-44-1031 (FAX1037)

真庭市内のイベント情報やマニコレスタッフの気まぐれブログ、真庭市内のおでかけスポットをまとめた地図などを見ることができます。



イベントが開催日順に
掲載されています。



次は、どこへ
行こうかな

真庭を
味わう

こんな情報もあります▶

真庭市役所プレスリリース

市内の新しい動きを真庭市ホームページを通して発信しています▶



真庭の暮らしについて聞いてみたい
人とつながりたい、そんな時は

真庭市交流定住センター



住所／真庭市久世2374-3
TEL／0867-44-1031 (FAX1037)
mail／info@cocomaniwa.com
開館日／水・木・金・土・日(祝日含む)
開館時間／午前10時～午後5時



COCO真庭ホームページ▶

暮らしは買うものではなく、つくるもの

真庭なりわい塾

真庭の農山村をフィールドに、はるか昔からつむいできた暮らしに学び、これからの農山村と新たなライフスタイルを模索する人材養成塾を開いています。

☎ 交流定住推進課 TEL0867-42-1179 (FAX1353)

真庭なりわい塾
ホームページ▶



人と暮らしをつなぐメディア「COCO真庭」の運営や、移住・定住や地域の活動を通して、人と人をつなぐ交流のお手伝いをしています。また、マイクなど機材の貸し出しや情報発信支援をしていますので、お気軽にご相談ください。

真庭市交流定住センター
ホームページ▶



障がいのある人の活躍を応援しよう

真庭つながり促進事業

障がいのある人が働いている真庭市内の就労継続支援事業所で製造・販売している商品の定価の50%をキャッシュバックしています。

☎ 福祉課 TEL0867-42-1581 (FAX1369)

真庭市
ホームページ▶



対象商品はこのシールが目印▶



真庭の
観光情報について知りたい
そんな時は

真庭観光局

住所／真庭市勝山654
TEL／0867-45-7111 (FAX44-3002)
開館時間／午前8時30分～午後5時30分

真庭のブランドコンセプト「たった100万年のおくりもの」から、真庭の自然や食文化、受け継がれてきた技に注目した観光体験・情報をお届けしています。

真庭観光局のホームページから、バイオマスツアーなど真庭の体験がオンライン予約できます。▶



離れて暮らす大切な人へ、真庭のギフト
1月31日まで※
真庭おもいやり事業



商品はイメージです

市外に住む家族や友人に、
真庭の地域産品を通常価格の
30%引きで贈ることができます。

☎ 真庭観光局 TEL0867-45-7111
(FAX44-3002)

※予算がなくなり次第終了



▲最新情報は
真庭観光局ホームページ
をチェック

市政トピックス TOPICS

11月21日、蒜山上福田の三木ヶ原特設会場をはじめ、GREENable HIRUZENや津黒いきものふれあいの里など蒜山地域の5つの会場で海山マルシェが開かれました。真庭市内を走る高速道路でつながる、日本海から太平洋までの美味しいものを集めた海山の市と、コロナ禍でイベントが減る中、多くの人に蒜山の魅力を知ってもらい活気づけようと去年初めて開かれたくるとラブ蒜山の2つのイベントのコラボ企画です。このうち三木ヶ原会場では真庭市をはじめ中四国各地から20の団体が軒を連ね、自慢のグルメを販売しPRしました。

海山マルシェ 自慢のグルメがズラリ



お馴染みのかつおのたたき 豪快です!



会場は賑わいました



美味しそうな香りが…



地元ひるぜん焼そば

社中世歴史シンポジウム
歴史的な遺産・文化を後世へ

11月20日、湯原ふれあいセンターで社中世歴史シンポジウムが開かれました。午前中の社地区の神社やお堂などを巡る現地説明会に続き、午後からのシンポジウムでは専門家による基調講演や意見交換が行われました。基調講演では、延喜式と呼ばれる古い書物のなかで美作地域の格式の高い神社8社が社地区に集中していることやその神が集まる神集場のすぐ側到大御堂が建てられていることなどが説明されました。



社地区の遺産や文化の価値を学ぶ参加者



映画監督の今村さんもオンラインで参加

手話言語映画祭シンポジウム
手話が当たり前前の世の中へ

11月20日、真庭市立中央図書館で手話言語映画祭シンポジウムが開かれました。シンポジウムでは市健康福祉部の江口祥彦次長と真庭聴覚障害者コミュニケーションの会「やまなみ」の村上純介さんが登壇。映画「きこえなかつたあの日」の上映のほか、映画を制作した今村彩子監督も参加し、映画制作の背景や、真庭市手話言語条例の制定にあたり制定に向けた会議の中で訴えたことなどを手話を交え話しました。



市長室から こんにちは!

我流SDGsの生活

真庭市ではSDGs (Sustainable Development Goals) という言葉はかなりなじみのある言葉になっているのではないのでしょうか。SDGsは、2015年の国連サミットで採択されたもので、日本語では「持続可能な開発目標」と訳されています。要は、地球環境が危機的な中で、地球を未来永劫に持続させようとする国際社会の取り決めで、17の目標と169のターゲットを定めています。

日本も国を挙げて取り組むため、「SDGs未来都市」の選定制度を作り、2018年6月に真庭市を含む29自治体を「SDGs未来都市」に選定しました。SDGsは、行政制度のみならず、産業や生活の全体を変えていかなければならないもので、真庭市では市民会議を作り、皆さんとともに取り組んでいます。皆さんの熱心な挑戦に感謝しています。

私も一市民としてSDGsの生活を心掛けています。まず食料ですが、野菜は自分で栽培するようにして、肥料もできる限り液肥、牛鶏糞、かき殻、卵殻など有機肥料を使用しています。購入品は、国産品を原則とし、真庭市産、県内産、国内産の順で買うようにしています。

自宅の暖房は、薪ストーブとペレットストーブ、あんかです。お茶、コーヒー、あんか用の湯は薪ストーブで沸かしています。夏にはエアコンと扇風機を使用しますが、夜は南北のガラス戸と障子を開けて谷風を通すようにしています。車はハイブリッドにし、自宅照明も一部はLEDです。

廃棄物は、当然のことながら市の基準に従って厳格に分別するように努めています。新聞紙や牛乳パックは地域の子ども会に出すようにし、生ごみは個人のコンポストで処理しています。好物のお茶は急須を使っており、ペットボトルを買うことはほとんどありません。それにしても、プラスチック容器の廃棄物が多いことに驚きます。魚や肉に含まれているマイクロプラスチックが食物連鎖により人体に蓄積していると警鐘が鳴らされています。プラスチックの使用を減らしつつ、バイオマス由来の生分解性プラスチックの開発が急がれています。

このように書きますと、私が模範的な生活をしているように聞こえるかもしれませんが、深夜まで起きている今の生活は環境に優しくありません。今年は、健康にも環境にもよい早寝早起きの生活スタイルに改善することを決意しています。自信はないのですが…。



若者と力仕事を組み合わせせた「Musle PAY」を提案

農村インポッシブルin蒜山
突き抜けたアイデアで

11月20日から22日まで、蒜山の観光活性化のアイデアを考えるイベント「農村インポッシブルin蒜山」が行われました。農林水産省と(一社)INSPIRE(インスパイア)と真庭市が連携した事業で、真庭市を盛り上げたいと全国から集まった18人の参加者が、蒜山の観光活性化の新しいアイデアを考える3日間を過ごしました。最終日には、茅刈りや野菜の収穫の人材不足に着目した突き抜けたアイデアが参加者から提案されました。



講師は大阪大学大学院連合小児発達学研究所の橘雅弥さん

発達を考える講演会
周囲の理解とサポートで成功体験を

12月5日、久世エスパスセンターで発達を考える講演会が開催されました。講師からは、自閉スペクトラム症や注意欠如多動症の特性と、それらの特性がある子どもたちへの支援方法の紹介がありました。また、周囲の理解やサポートで成功体験を積み、自己肯定感を育むことで、二次障がいを防ぐことが大切であると話されました。講演会は、真庭市公式YouTubeでも配信されています。





真庭市の人口

総数 43,474人(-92)
 男 20,858人(-43)
 女 22,616人(-49)
 世帯数 17,637世帯(-31)
 令和3年12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
- ▶ 北房振興局
TEL 0866-52-2111
FAX 0866-52-4496
- ▶ 落合振興局
TEL 0867-52-1111
FAX 0867-52-1939
- ▶ 勝山振興局
TEL 0867-44-2607
FAX 0867-44-4569
- ▶ 美甘振興局
TEL 0867-56-2611
FAX 0867-56-2033
- ▶ 湯原振興局
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

順次発送しています

対象は5月末までに2回目の接種を受けた人

①接種を行っている医療機関にお勤めの人

勤務する医療機関で接種することができます。接種する日時を、勤務先で確認してください。

②その他の人(上記以外の人)

予約システム
 または
 コールセンターに電話
 0570-00-0690
 または0867-42-1050



※接種当日は、予診票に年齢など必要事項を記入し、医療機関へは封筒ごと持参してください。

令和3年12月1日から、コロナワクチンの3回目接種が始まりました。1月から接種の対象となる人は、令和3年5月末までに2回目接種を受けた人です。対象となる人に、令和3年12月末に3回目の予診票を発送しています。対象となる人で、予診票が1月5日(水)を過ぎても届かない場合は、健康推進課までご相談ください。予約方法や接種当日の注意事項など詳しくは、予診票に同封しているチラシをご確認ください。

新型コロナウイルス ワクチン3回目接種



問 健康推進課(ワクチン接種グループ) TEL0867-42-1050(FAX1388)
 Email: kksuishin@city.maniwa.lg.jp

真庭市 ホームページ

入札参加資格審査

申請をお忘れなく

お忘れなく

令和4・5年度分
 受付期間は
 2月28日(月)
 まで

詳細は、真庭市ホームページに掲載している「入札参加資格審査申請書提出要領」をご覧ください。

▼ **受付期間**
 2月1日(火)～28日(月)
 ※受付は開庁日のみの午前8時30分から午後5時15分まで

▼ **提出方法**
 令和4年6月1日～令和6年5月31日(2年間)

▼ **有資格者名簿の公表**
 真庭市ホームページまたは財産活用課窓口で公表

▼ **提出先**
 〒719-3292
 真庭市久世2927番地2
 真庭市役所総務部財産活用課(本庁舎3階)

令和4・5年度分

真庭市入札参加資格審査申請を受け付けます

令和4・5年度の入札参加資格審査申請を受け付けます。真庭市が発注する建設工事、測量・建設コンサルタン卜業務、物品・役務・小規模修繕工事などについて、入札や5万円以上の見積徴取に参加を希望する事業者は、申請が必要です。

▼ **適用期間**
 令和4年6月1日～令和6年5月31日(2年間)

確認ください。財産活用課窓口でも提出要領および申請様式を交付します。



問 財産活用課 南 TEL0867-42-1174(FAX1119)
 Email: zaisan@city.maniwa.lg.jp

真庭市 ホームページ

対象となる人には、順次案内を送付しています。
必ずご確認ください。

▶支給額 児童1人につき**10万円**

▶対象者

①-1	令和3年9月分の児童手当の支給を受けている人	申請不要 12月24日振込
①-2	公務員など、所属庁から児童手当を受給している9月分児童手当受給者	
②	上記①の支給対象者を除く、児童手当9月分の支給以降、令和4年3月31日までに生まれた新生児の保護者	申請が必要 市に提出された申請書を審査し 随時振込
③	高校生など（平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ）の保護者	

▶支給口座 児童手当で指定している口座

▶申請期限 3月31日(木)

▶その他

- ・受給を辞退する場合は、真庭市ホームページにある給付金受給拒否の届出書を、子育て支援課に提出してください。
- ・9月分の児童手当を受給した人に、支給通知を送付します。
- ・児童手当の申請漏れの人は申請が必要です。

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯を支援するため、臨時特別給付金を支給します。中学生以下の子どもについては、児童手当の仕組みを活用し、12月24日から支給を開始しています。高校生など（平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ）については、申請が必要です。詳しくは、真庭市ホームページをご確認ください。

子育て世帯への 臨時特別給付



問 子育て支援課 坂本 TEL0867-42-1054 (FAX1338)
Email:kosodate@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ

申請書類を郵送しています

申請は2月28日(月)まで

コロナに負けるな 米価下落 特別支援金

新型コロナウイルス感染症の拡大による外食産業などの需要減少に伴い、米の価格が大幅に下落しています。真庭市では、影響を受けた農業者に対し、今後も米の生産を継続していただくために特例的に支援金を交付します。対象となる農業者には申請書類を郵送していますので期限内の申請をお願いします。

▶対象 下記要件を満たす農業者

- ①令和3年度営農計画書を提出し、令和4年度も引き続き市内で営農を継続する人
- ②市内に農地のある個人、または市内に農地のある農事組合法人などで、農業を営む人
- ③令和3年産水稻(主食用米)の作付面積が11㌦以上ある人

▶申請方法 申請書類を農業振興課へ提出
※対象となる農業者には、12月下旬に申請書類を郵送しています。

▶申込締切 2月28日(月)

▶支援金の額 ※千円未満切捨て
交付対象面積×基準反収×支援単価

交付対象面積…令和3年度営農計画書に記載の令和3年産水稻(主食用米)作付面積から自家消費分として一律10㌦を減じた面積

基準反収…真庭市農業再生協議会が公表する真庭市の令和3年産米の基準反収8.7俵(523㌦)を用いる

支援単価…1,300円/俵(主食用米に限る)



問 農業振興課 石井・川上 TEL0867-42-1031 (FAX3907)
Email:nohshin@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ

お知らせ

INFORMATION

1月の休日急患担当医

診療時間：午前9時～午後5時

- 1日**
- 落合病院(内)・落合 0867-52-1133 (FAX1160)
 - 近藤病院・勝山 0867-44-2671 (FAX2989)
- 2日**
- 中山病院・久世 0867-42-0371 (FAX0387)
 - 湯原温泉病院・湯原 0867-62-2221 (FAX2223)
- 3日**
- 金田病院・落合 0867-52-1191 (FAX1917)
 - 勝山病院・勝山 0867-44-3161 (FAX5331)
- 9日**
- 勝山病院・勝山 0867-44-3161 (FAX5331)
 - まつうら医院(内)・久世 0867-42-5686 (FAX5686)
- 10日**
- 近藤病院・勝山 0867-44-2671 (FAX2989)
 - 高田医院(外)・落合 0867-52-2233 (FAX2502)
 - イケヤ医院(内)・久世 0867-42-0122 (FAX5401)
- 16日**
- 金田病院・落合 0867-52-1191 (FAX1917)
 - 中井医院(内)・勝山 0867-44-4848 (FAX5248)
- 23日**
- 湯原温泉病院・湯原 0867-62-2221 (FAX2223)
 - 廣恵医院(外)・北房 0866-52-5020 (FAX5664)
- 30日**
- 落合病院(内)・落合 0867-52-1133 (FAX1160)
 - 金田病院(外)・落合 0867-52-1191 (FAX1917)
 - 宮島医院(内)・勝山 0867-44-2403 (FAX3432)
- ～2月～
- 6日**
- 勝山病院・勝山 0867-44-3161 (FAX5331)
 - みんなのクリニック(内)・久世 0867-45-0379 (FAX0375)

申告が必要です 償却資産の申告

固定資産税は、土地や家屋のほか償却資産にも課税されます。市内に償却資産を所有している人は、1月1日現在の所有状況を申告してください。詳しくは、真庭市ホームページ「償却資産の手引き」をご覧ください。

感染症予防のため郵送での提出または電子申告にご協力をお願いします。

■申告期限 1月31日(月)

■対象者

工場や商店を営んでいたり、駐車場やアパートなどの貸し付けを行っていたりする、市内に償却資産を所有している個人または法人

※地方税法第383条の規定により、毎年1月1日(賦課期日)現在の所有状況を申告する義務があります。

■償却資産とは
事業のために用いる機械、器具、備品などです。家庭用の太陽光発電設備(売電しているもの)も該当になります。

■問い合わせ先
税務課 新家

TEL 0867(42)1114
FAX 0867(42)1240

■真庭市
ホームページ



申請はお早めに!

確定申告に必要な書類

確定申告に必要な証明書を交付します。即日発行はできませんので、早めの申請をお願いします。

■要介護認定者の障害者控除について

介護保険法による要介護度が1から5に認定された65歳以上の人のうち、精神または身体に障がいがある人は「身

体障がい者に準ずる者」として、税法上の障害者控除が受けられる場合があります。※身体障害者手帳などで、障害者控除が受けられる人は、原則申請の必要はありません。

■おむつ代の医療費控除について

傷病により、おむね6カ月以上寝たきりで、医師の治療を受けており、おむつ代を医療費控除に加える場合は、医師が発行する「おむつ使用証明書」に領収書を添付して、確定申告の際に提出してください。なお、2回目以降の申告では、要介護認定を受けている人で、所定の条件を満たしている場合のみ「おむつ使用証明書」の代わりに、真庭市が発行する確認書を添付することもできます。

■申請・問い合わせ先
高齢者支援課 本田

TEL 0867(42)1074
FAX 0867(42)1390
または各振興局地域振興課市民サービス窓口

■真庭市
ホームページ



預けて安心

自筆証書遺言書保管制度

遺言は、相続をめぐる紛争を防止するために有用な手段です。法務局には、皆さんの大切な遺言書をお預かりする制度があります。詳しくは、法務省ホームページをご確認ください。

■自筆証書遺言書保管制度なら
・紛失や改ざんのおそれがありません。
・家庭裁判所での検認が不要です。

・様式について職員がチェックします。
※遺言の内容については相談

などに応じることはできません。

・相続開始後、相続人などに遺言書保管の事実を通知することができます。

■保管の申請に必要なもの
・自筆証書遺言に係る遺言書
・申請書

・添付書類(本籍と筆頭者の記載のある作成後3カ月以内の住民票など)
・本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)

■予約 手続きは要予約
問い合わせ先
またはQRコード
から専用ページへ



■問い合わせ先
岡山地方法務局津山支局
TEL 0868(22)9157
■法務省
ホームページ



ご利用ください

申告会場の密を避けよう

始めてみませんか スマホ申告

令和3年分の確定申告は、新型コロナウイルス感染症感染防止対策の一環として、自宅などのパソコンやスマートフォンなどで申告書などを作成し、e-Taxや郵送などによる提出の協力をお願いします。多くの方が訪れる確定申告会場ではなく、ぜひスマートフォンなどを利用したe-Taxをご利用ください。

▶ 国税庁のホームページを活用した 申告書の作成・提出

①まずは「国税庁ホームページ」へアクセス

確定申告



QRコード▶



②申請書の提出方法は以下の3通り

マイナンバーカードを使って送信

マイナンバーカードと、マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォンが必要です。対応端末は、国税庁ホームページで確認できます。

IDとパスワードで送信

IDとパスワードが必要です。※ID・パスワード方式は暫定的な対応です。早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。IDとパスワードは、税務署で取得できます。

郵送などで所轄の税務署へ提出

申告書には、マイナンバーの記載が必要です。
◀郵送先▶
〒719-3291 真庭市鍋屋8-1
久世税務署

スマホ申告の入力などに不安のある人へ スマホ申告説明会

税務署職員がスマホ申告のお手伝い

真庭市では、自宅からでも簡単に申告ができるスマートフォンによる申告について、税務署と協力し説明会を開催します。

マイナンバーカードや税務署発行のID・パスワードをお持ちの人は、マイナンバーカードやID・パスワードを利用して確定申告ができます。また、マイナンバーカードをお持ちでない人も、申告する本人が運転免許証など顔写真付きの本人確認書類をお持ちいただければ、その場でスマートフォン申告に必要なID・パスワードを取得でき、そのままご自身のスマートフォンで確定申告ができます。

▼対象者

- ① 収入が、給与・公的年金・雑所得（個人年金など）・一時所得などの人
 - ※ 営業・農業・不動産などの所得がある人を除く。
 - ② 右記①までの収入のみで、医療費控除・社会保険料控除・生命保険料控除・地震保険料控除・配偶者控除・扶養控除などの控除申告をしたい人
 - ③ 右記①②の申告で所得税の還付を受けたい人
- ※詳しくはお問い合わせください。

▼開催日

1月19日(水)～21日(金)

▼受付時間

午後5時30分～7時30分

※受付時間内で都合のつく時間にお越しください。

▼会場

久世公民館

▼定員

1日25人まで受け付け

※先着順

▼相談の際に必要な書類など

- スマートフォンまたはタブレット（通信機能があるもの）

※会場には用意していません。

□ マイナンバーカードまたはマイナンバーがわかるもの

□ 令和3年分の収入金額がわかる書類（給与所得の源泉徴収票など）

□ 令和3年分の所得控除がわかる書類（生命保険料控除証明書など）

□ 令和2年分の確定申告書の控え（昨年、確定申告をした人のみ）

▼注意事項

- ・ 咳・発熱などの症状のある人や体調のすぐれない人は、来場をご遠慮ください。
- ・ 入場の際、37.5度以上の発熱がある場合には、相談をお断りします。
- ・ 来場の際は、必ずマスクを着用し、入口でアルコール消毒をしてください。

申告する本人が運転免許証など顔写真付きの本人確認書類をお持ちいただければ、その場でスマートフォン申告に必要なID・パスワードを取得できます。



真庭市
ホームページ

問 税務課 松尾 TEL0867-42-1114 (FAX1240)
Email: zeimu@city.maniwa.lg.jp

自宅で受け取り

撮影は無料

マイナンバーカード 企業・団体出張申請 始めました!

市職員が企業や市内で活動する各種団体が活動する場所に出張し、マイナンバーカードの申請を受け付けます。お気軽にご相談ください。



発熱がなくても

発熱がなくても、咳や倦怠感、味覚異常など気になる症状がある場合は、出勤・外出を控え、相談しましょう。

▶かかりつけ医など
かかりつけ医など、地域の身近な医療機関に電話相談

▶受診相談センター
《平日》
午前9時～午後5時
TEL0867-44-2990
FAX0867-44-2917
真庭保健所

▶一般相談窓口
《24時間対応》
TEL086-226-7877
FAX086-226-7817

▶岡山県ホームページ
QRコード



■問い合わせ先
健康推進課 山本
TEL0867-42-1050
FAX0867-42-1388

POINT 1 市役所に行かなくてもマイナンバーカードの申請・受け取りができる!

- 申請したカードは自宅で受け取り。市役所にお越しいただく必要はありません。
- 免許証と保険証の2点をご準備ください。

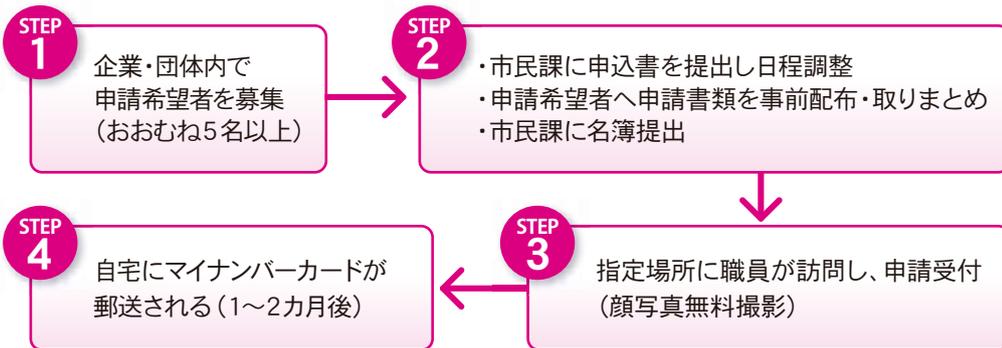


POINT 2 出張の費用や顔写真撮影が無料!

- マイナンバーカードの申請に必要な顔写真を無料で撮影します。
- 出張費用もいただきません。



▶出張申請受付の流れ



▶利用条件

- ①市内に事業所のある企業および市内で活動する各種団体・グループにおいて、おおむね5名以上の申請が見込まれること
- ②原則として平日午前10時から午後4時の間に実施できること(応相談)
- ③申込団体などにおいて、会場の準備、申請者周知募集、申請書などの取りまとめができること

問 市民課 鈴木 TEL0867-42-1112(FAX1319)
Email:shimin@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



広報まにわ12月号掲載
お詫びと訂正

広報まにわ2021年12月号10ページでお知らせした証明書コンビニ交付臨時休止について、12月29日(水)から令和4年1月30日(日)まで、システムメンテナンスのため、証明書コンビニ交付を休止します。とお知らせしましたが、システムメンテナンスが延期となったため、証明書コンビニ交付は、年末年始期間(令和3年12月29日(水)から令和4年1月3日(月)まで)のみの休止に変更となりました。訂正してお詫びします。

■休止期間(訂正後)
令和3年12月29日(水)~令和4年1月3日(月)

■問い合わせ先
市民課 鈴木

FAX 0867(42)1319
TEL 0867(42)1112

過疎地域における 固定資産税の特例(課税免除)

真庭市では、「過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法」に基づき、固定資産税の特例制度を設けています。要件を満たせば、当該事業用設備などの固定資産税について、一定期間(最大3年間)課税が免除されます。詳しくは、真庭市ホームページでご確認いただけます。詳しくは、真庭市ホームページでご確認いただけます。どうか、税務課までお問い合わせください。令和3年中取得分については、1月31日(月)までに申請してください。

新たに固定資産税が課されることとなった年度以降3年間

▼申請手続き

令和3年中取得分について、申請期限日までに、左記の書類を添えて申請

① 過疎地域における固定資産税の特例に関する申請書

② 投下固定資産明細書

③ 法人税法施行規則別表16

※特別償却をしない場合その理由書

④ 年次別工場建設計画およびその実績の概要書

⑤ 事業所全体の見取図

⑥ 生産工程表

※対象資産による生産がある場合

⑦ 償却資産配置図

※償却資産の課税免除申請の場合

⑧ 土地登記簿謄本の写し

※土地の課税免除申請の場合

⑨ 工場、製品紹介パンフレットなど

※その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑩ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑪ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑫ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑬ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑭ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑮ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

⑯ その他、業種に応じて各種書類の提出を求める場合があります。

備の操業開始年月日を含む法人の一会計年度中)

※取得価額要件は真庭市ホームページをご確認ください。

① 租税特別措置法第12条第3項または第45条第2項に規定する特別償却の適用を受けることができる設備であること

② 課税免除の対象

③ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

④ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑤ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑥ 課税免除の対象

⑦ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

⑧ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑨ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑩ 課税免除の対象

⑪ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

⑫ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑬ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑭ 課税免除の対象

⑮ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

⑯ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑰ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑱ 課税免除の対象

⑲ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

▼対象とする業種

・製造業

・情報サービス業等(情報サービス業、有線放送業)

・インターネット付随サービス業等)

・農林水産物等販売業

・旅館業

▼要件

・青色申告書を提出する個人または法人であること

・取得価額要件に適合する減価償却資産を取得等(取得または製作もしくは建設をい、建物およびその附属設備にあつては改修(増築、改築、修繕または模様替をいう)のための工事による取得または建設を含む)した個人または法人(当該設

備の操業開始年月日を含む法人の一会計年度中)

※取得価額要件は真庭市ホームページをご確認ください。

① 租税特別措置法第12条第3項または第45条第2項に規定する特別償却の適用を受けることができる設備であること

② 課税免除の対象

③ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

④ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑤ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑥ 課税免除の対象

⑦ 家屋・直接対象事業の用に供する家屋

⑧ 償却資産・直接対象事業の用に供する機械および装置

⑨ 土地・家屋の敷地である土地で、取得の翌日から起算して1年以内に当該家屋の建設の着手があった土地の、直接対象事業の用に供する部分。

⑩ 課税免除の対象

問 税務課 楠原 TEL0867-42-1114(FAX1240)
Email: zeimu@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



公共交通機関を守る

真庭市民のマイレール 姫新線を利用しましょう

鉄道やバスなどの公共交通は、地域の人々の日常生活の移動手段として、欠かすことのできない重要な社会基盤です。しかし、近年はマイカー社会にあって、姫新線をはじめとする公共交通機関の利用者が減少傾向にあります。安心して暮らせる真庭市を築いていくためには、鉄道の維持は欠かせません。「私たちの鉄道」というマイレール意識を持ち、みんなで守っていきましょう。

問 暮らし安全課 真崎 TEL0867-42-1017(FAX1319)
Email: kurashianzen@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



みんなで守ろう

▶「いつまでも」じゃないマイカー移動

年齢や健康状態によって、今は当たり前のマイカー移動も難しくなるかもしれません。また、地域の高齢化が進めば、送迎の担い手も少なくなります。

▶「生活に必要」な交通手段

公共交通は、通学や通院などのための大切な移動手段であり、生活に欠かせない交通手段です。

▶鉄道の維持は、まず「乗ること」

利用者が減れば、鉄道は維持できなくなります。地域に鉄道を残し、守っていくためには、まず利用することが第一です。

お知らせ

INFORMATION



真庭市公式
Instagram

真庭市公式 Instagram

真庭市に関するグッとくる
写真を紹介しています。
皆さんも、ハッシュタグ
#maniwapics をつけて素
敵な写真を投稿してくださ
い。フォローもお待ちしております。



ほかにもあります 真庭市公式SNS

Instagram
のほかに
も、フェイス
ブック「市長
の活動日記」
や、真庭市
キャラクター「まにぞう」の
Twitterなどもありま
す。真庭市役所からのお知
らせなども
発信してい
ますので、ぜ
ひ1度チェッ
クしてみてく
ださいね。



市長の活動日記



まにぞうTwitter

問 秘書広報課 嶋田
TEL0867-42-1163
FAX0867-42-1353
koho@city.maniwa.lg.jp

真庭市発祥ニュースポーツ

申し込みは2月4日(金)まで

第11回 真庭市親睦 まにわ合戦

ルールは簡単、真庭市発祥のニ
ュースポーツ。まにわ合戦をみん
なで楽しんでみませんか。同級
生などお友だちと、参加してみ
ませんか。

- ▼日時 3月6日(日) 午前9時～
- ▼場所 落合総合公園白梅総合体育館
- ▼競技部門
 - ・小学生5・6年生の部
 - ※4年生以下参加可
 - ・4年生以下の部
 - ・一般の部
- ▼定員 先着22チーム程度
- ▼参加費 5000円/チーム
- ▼申込方法 スポーツ・文化振興課、各振興局、真庭市ホームページにある参加申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ・文化振興課に提出(持参、郵送、ファクス、メールのいずれか)
- ▼申込締切 2月4日(金)



問 スポーツ・文化振興課 杉村 TEL0867-42-1178 (FAX1416)
Email:sportsbunka@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ

みんなで参加を

申し込みは1月21日(金)まで

第14回 勝山 スポーツ大会

子どもから大人まで参加可能な
ソフトバレーボールや車いすハンド
ボール、ゴールボールを体験してみ
ませんか。

- ▼日時 2月11日(金) 午前8時30分～
- ▼会場 勝山スポーツセンター
- ▼競技内容およびチーム構成
- ①ソフトバレーボール
1チーム…4人+控え2人程度
- ②二種競技(車いすハンドボール+ゴ
ールボール)
1チーム…6人+控え2人程度
- ▼定員
- ①ソフトバレーボール
・大人(中学生以上)…16チーム
・子ども(小学生以下)…6チーム
- ②二種競技 大人・子どもとも定員なし
- ▼参加費 無料
- ▼参加資格 真庭市に在住・在勤の人
で構成されたチーム
- ▼申込方法 参加申込書を勝山文化セ
ンターへ提出(ファクス可)
- ▼申込締切 1月21日(金)



問 勝山振興局 秋本 TEL0867-44-2011 (FAX2399)
Email:bunkac_ky@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ

自分だけの物語を作ろう

2月5日(土)開催

ワークショップ

古墳の絵本 をつくろう

物語の作り方を学び、古
墳をじっくりと観察し、まっ
しろな絵本に、自分だけの
物語・絵を描いて、世界に
一つだけの絵本を作ってみ
ませんか。作った絵本は持
って帰れます。

- ▼日時 2月5日(土)
午後1時30分～4時30分
- ▼会場 北房ふるさとセンター
※絵本製作は北房文化セン
ター美術工芸室に移動し
て行います。
- ▼定員 15人
- ▼対象 小学生
- ▼講師 こうだともゆき
- ▼参加費 無料
- ▼申込方法 北房図書館などにある申込
書を北房図書館に提出
※持参・ファクス・電話



問 北房図書館 南條 TEL0866-52-5220 (FAX5221)
Email:toshokan_hb@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ

日用品などを出品

2月1日(火)～4日(金)

差押財産 期間入札公売会

真庭市では、真庭市税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、下水道使用料などの滞納処分により差し押えた財産を公売し、売却代金を滞納分に充てるため、差押財産期間入札公売会を開催します。日用品などを出品します。皆さんの入札をお待ちしています。

▼日時 2月1日(火)～4日(金)
午前9時～午後5時

※最終日は午後3時まで

▼場所 真庭市役所本庁舎
1階東側入口付近

▼参加資格 差し押えた財産の所有
に關係しない人

※未成年者は保護者の委任状が必要

▼入札方法 入札書に①氏名、②住所、③電話番号、④売却区分番号、⑤入札価額を記入し、入札箱に入れてください。入札は、一つの出品につき1回だけになります。複数の出品に入札することはできません。

▼その他

・落札者には、後日、債権回収対策課から連絡します。
・出品を中止する場合があります。
・新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いします。

問 債権回収対策課 清友 TEL0867-42-1115 (FAX1240)
Email:saiken@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



対人関係を考えるきっかけに

チケットはお早めに

まにわ
市民大学
地域創造
講座

名越康文 講演会

歴史、文化、産業などさまざまなテーマから、全国的にも著名な講師を招き、市民の皆さんへ学びの場を提供する「まにわ市民大学地域創造講座」を開催します。

▼日時 1月29日(土) 午後2時～

▼場所 勝山文化センター

▼演題 「いまどきの子どもの心理

～対人関係を変える心の技法～

▼参加費 10000円

▼参加方法 取扱場所にてチケットを購入

▼取扱場所

- ・各振興局
- ・久世公民館
- ・久世エスパスセンター
- ・交流定住センター

講師：
なこし やすふみ
名越 康文さん

精神科医。相愛大学、高野山大学客員教授。専門は思春期精神医学、精神療法。臨床に携わる一方で、テレビ・ラジオでコメンテーター、雑誌連載などさまざまな分野で活躍中。



問 生涯学習課 藤中 TEL0867-42-1094 (FAX1416)
Email:shohgai@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



生涯学習の大切

参加申し込みは不要

北房
生涯学習
講座

新春 講演会

生涯学習の場として、各分野の講師をお招きして市民の皆さんに広く聴講してもらおう「新春講演会」を開催します。皆さん、ぜひお越しください。

▼日時 1月23日(日)
午後3時～

▼場所 北房文化センター

▼演題 「私の仕事から、四方山(よもやま)話」私が観てきた医療界の話を含めて」

▼参加費 無料

▼申し込み 不要

たきうえ たか お
講師：瀧上 隆夫さん
医療法人天馬会チクバ外科・胃腸科・肛門科病院名誉院長

胃・大腸の内視鏡検査と早期がん治療で全国屈指の治療実績をあげられており、現在までの胃・大腸の内視鏡検査は併せて20万例を越える。地域住民の健康維持や地域医療の発展に多大な貢献をされている。



問 北房振興局 太田 TEL0866-52-2111 (FAX4496)
Email:chiiki_hb@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



一緒に広報しませんか

市民記者募集

真庭市内では日々、さまざまな出来事が起こっています。地域の行事から、市政の動きまで、市民記者になって取材をしてみませんか。



▶応募資格

- ①真庭市に興味があること
※18歳未満の人は保護者の同意が必要
- ②撮影に必要な機材などを用意できること
※スマートフォンやコンパクトデジタルカメラなどでも大丈夫
- ③無償で活動できること



▶応募方法

真庭市ホームページから応募フォームを入力、または応募用紙を記入して提出。

▶任期

令和4年3月31日まで
※年度ごとに募集
※再任は妨げません

▶問い合わせ先

秘書広報課 嶋田
TEL0867-42-1163
FAX0867-42-1353
Email : koho@city.maniwa.lg.jp

▶真庭市
ホームページ



令和4年度登録を受付開始 真庭市会計年度任用職員

4月1日から市役所（本庁舎・各振興局・市営施設・市立小中学校・こども園・保育園など）で勤務する会計年度任用職員を、登録制度により募集します。詳しくは、真庭市ホームページまたは本庁舎、各振興局窓口においてある令和4年度真庭市会計年度任用職員募集案内をご覧ください。

■職種 一般事務員、補助事務員（障がい者雇用）、幼稚園教諭、保育士、保育補助員（資格不要）、施設管理員、一般作業員、補助作業員（障がい者雇用）、クリーンセンター作業員、給食調理業務、理学療法士、栄養士、保健師、看護師など

■受付期間
1月4日（火）～31日（月）
（土日祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで）

※郵送の場合も1月31日必着

■登録方法 会計年度任用職員登録者カードを市役所総務部総務課へ郵送または持参

■選考方法 担当課で必要とする業務に応じ、登録者の中から適正な書類審査、面接審査により選考

■問い合わせ先
総務課 矢萩
TEL 0867(42)1150
FAX 0867(42)1341

■真庭市
ホームページ



令和4年度登録を受付開始 病院事業会計年度任用職員

4月1日から湯原温泉病院で勤務する会計年度任用職員を、登録制度により募集します。詳しくは、真庭市ホームページ、湯原温泉病院ホームページまたは病院受付に置いてある令和4年度真庭市国民健康保

健湯原温泉病院会計年度任用職員募集案内をご覧ください。

■募集職種 看護師、准看護師、管理栄養士、放射線技師、看護補助者、デイケア介護補助者、事務員、施設管理員、運転手（デイケア業務含）

■受付期間
1月4日（火）～2月4日（金）
（土日祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで）

※郵送の場合も2月4日必着

■登録方法 会計年度任用職員登録者カードを湯原温泉病院総務課へ郵送または持参

■選考方法 担当科で必要業務に応じ、登録者の中から適正な書類審査、面接審査により選考

■問い合わせ先
湯原温泉病院総務課 戸田
TEL 0867(62)2395
FAX 0867(62)2223

■真庭市
ホームページ



冬の高速道路

安全走行に関するお願い

■冬の高速道路は冬タイヤで走る

冬に高速道路を走るときは、気象急変に備え、必ず冬用タイヤで走行しましょう。併せて、空気圧の確認、溝の減り具合など、タイヤのコンディションもしっかり確認してください。

■出発前に、天気予報・交通状況をチェック

アイハイウェイでは、交通状況MAPの雪道情報で交通状況、道路気象状況（西日本限定）、降雪予測（西日本限定）を発信しています。他にもラジオ・テレビなどで、交通情報や気象情報を確認してお出かけください。

■時間にゆとりをもってお出かけください

「急」のつく運転（急発進・急

ハンドル・急ブレーキ）は危険です。スピードは控えめに走行をお願いします。

■チェーン規制区間の走行について

米子自動車道湯原ICから江府IC間などでは、大雪特別警報や大雪に関する緊急発表が行われるような異例の降雪がある時にチェーン規制を行う可能性があります。チェーン規制が実施された場合、冬用タイヤでもチェーンを装着しないと通行できないため、チェーンの携行をお願いします。

■問い合わせ先（フリーダイヤル）
NEXTCO西日本お客様センター
TEL 0120(924)863

※フリーダイヤルが利用できない場合は
TEL 06(6876)9031



入札結果

財産活用課
TEL0867-42-1174 (FAX1119)

- 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)》

令和3年11月2日

- ・真庭市そばの館新築工事(蒜山振興局)
株式会社森本組…116,000,000円

令和3年11月9日

- ・普通河川玉田川修繕工事(湯原振興局)
古林建設株式会社…2,550,000円
- ・普通河川田口中央川護岸修繕工事(美甘振興局)
株式会社中山工務店…2,600,000円
- ・普通河川白髪川河川修繕工事(蒜山振興局)
山乗建設株式会社…4,880,000円
- ・普通河川湯船川浚渫工事(蒜山振興局)
株式会社蒜山興業…4,600,000円
- ・別所井溝護岸復旧工事(蒜山振興局)
有限会社下平工務店…2,600,000円
- ・普通河川只川護岸修繕工事(美甘振興局)
有限会社原建設工業所…3,600,000円

令和3年11月16日

- ・勝山文化センター調光盤改修工事(勝山振興局)
株式会社三木工務店…37,600,000円
- ・市道小谷線小谷橋修繕工事(建設課)
株式会社金平工務店…18,520,000円
- ・市道法崎沼線法崎橋修繕工事(建設課)
志田工業株式会社…16,685,000円

令和3年11月25日

- ・市道一色中央線排水路改修工事(落合振興局)
株式会社山中工務店…7,920,000円
- ・普通河川神庭川護岸修繕工事(勝山振興局)
株式会社青木建設…4,590,000円
- ・中和地区中央監視設備改良工事(水道課)
ワイテック工業株式会社…12,900,000円

令和3年11月30日

- ・ひるぜんワイナリークリーンブース設置工事
(蒜山振興局)
株式会社三協商建…6,900,000円

今月の掲載は、11/2、9、16、25、30日の入札実施分。

ご意見募集

第3次真庭市教育振興基本計画(案)

真庭市では、教育基本法第17条第2項に基づき、令和4年度から令和8年度までを計画期間とする「第3次真庭市教育振興基本計画(案)」の策定にあたり、市民の皆さんから意見を募集します。

計画(案)など、詳しくは真庭市ホームページをご確認ください。

■問い合わせ先
教育総務課 松尾

TEL 0867(42)1085
FAX 0867(42)1416

■真庭市
ホームページ



令和3年度

真庭いきいき農林業者のつどい

真庭地域の農林業の活力維持を目的に、真庭いきいき農業者のつどいを開催します。新規就農林業者の激励、青年農業者プロジェクト発表などの他、鳥獣被害対策に関する講演会を行います。関心のある人は、ぜひご来場ください。また、今年度のつどいの様子は、真庭いきいきテレビで後日放映予定です。ぜひご覧ください。

■日時 1月21日(金)
午後1時30分～4時

■場所 落合総合センター多目的ホール

■内容 新規就農林業者の激励、青年農業者プロジェクト発表、鳥獣被害対策をテーマとした講演会など

■主催 真庭いきいき農林業者のつどい実行委員会

■問い合わせ先

農業振興課 井上
TEL 0867(42)1031
FAX 0867(42)3907

■真庭市
ホームページ



参加選手募集

岡山県障害者スポーツ大会

第22回岡山県障害者スポーツ大会「輝いてキラリンピック」の参加選手を募集します。

■開催期間 令和4年4月から5月にかけて(申込者に別途通知)

■場所 岡山県陸上競技場ほか

■予定種目 陸上競技、フライングディスク、卓球、水泳、ボウリング、ボッチャなど

※コロナウイルス感染などの状況により、延期・中止になる場合があります。

■申込方法 福祉課または各振興局にご連絡ください。

■申込締切 1月14日(金)必着

■問い合わせ先
福祉課 柿本
TEL 0867(42)1581
FAX 0867(42)1369

■真庭市
ホームページ



前日までに予約を

年金相談

年金相談では、相談内容を把握するために、前日までに予約が必要です。新型コロナウイルス感染拡大の状況により、中止することがあります。

■日時 1月13日(木)
午前10時～午後4時

■場所 久世公民館

■持ち物 「基礎年金番号」が分かる書類と本人確認書類
※代理の場合は委任状が必要

■予約先
津山年金事務所お客様相談室

TEL 0868(31)2360

FAX 0868(22)1042

■問い合わせ先
市民課 山本

TEL 0867(42)1112

FAX 0867(42)1319

■真庭市
ホームページ



お知らせ

INFORMATION

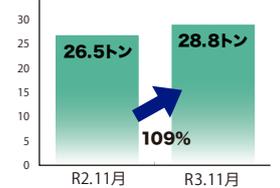


資源循環 で 持続可能なまちへ

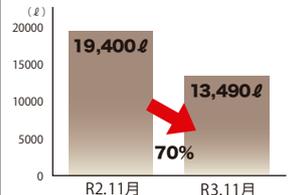
環境課 資源循環対策室
TEL0867-42-1113

真庭市では生ごみ、し尿などをメタン発酵させ、液体肥料(バイオ液肥)にリサイクルしています。

生ごみ収集量
(トン) 久世地区の家庭からの収集分



液肥スタンドでの液肥配布量
市内9カ所のバイオ液肥スタンド



9月に大きく減った生ごみ収集量ですが、11月は前年を上回る量まで回復しました。バイオ液肥の利用は前年同月比で大きく減少しています。

12月上旬より蒜山振興局のスタンドは冬季間お休みしています。

バイオ液肥の
成分・使い方はこちらから

真庭市 資源循環ポータルサイト



facebook で情報発信中



真庭市役所環境課

全国一斉生活保護相談会 司法書士による無料相談会

岡山県青年司法書士協議会と全国青年司法書士協議会は、生活保護に関する電話相談会「全国一斉生活保護相談会」あきらめる前に相談を！その一歩が命をつなぐ！を開催します。相談料は無料です。秘密は厳守します。

■日時 1月30日(日)
午前10時〜午後4時

■電話番号(フリーダイヤル)
0120-052-088

■問い合わせ先

岡山県青年司法書士協議会
司法書士 松田 修
TEL 086(238)3838

医学発展のために 献体にご協力ください

献体とは、死後、自分の遺体を医療従事者の解剖実習のために、大学へ無償で提供す

ることです。

解剖実習は、人体の構造を知るための大切な学問であり、信頼できる医師、医療従事者を育てることにつながります。

なお、献体には、家族や親戚の同意が必要になりますので、十分に話し合うことが必要です。

皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

■問い合わせ先

岡山大学医学部内「ともしび会」
TEL 086(235)7092

入学生募集 放送大学

放送大学は、4月入学生を募集しています。心理学、福祉、経済、歴史、文学、情報、自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。また、全国に学習センターが設

置されており、サークル活動などの学生の交流も行われています。資料を無料で差し上げています。お気軽にご請求ください。

■出願期間
1回目…2月28日まで
2回目…3月15日まで

■資料請求・問い合わせ先
放送大学岡山学習センター
TEL 086(254)9240

12月は職場のハラスメント撲滅月間 事業主の皆さんへ

2022年4月1日からの改正労働施策総合推進法の全面施行により、パワハラ防止措置が中小事業主にも義務化されます。これにより全ての事業主が、就業規則や社内体制の整備、労働者への周知などに事前に取り組む必要があり、またハラスメントへの事後の迅速かつ適切な対応を行う必要もあります。

そのため、事業主自身がハラスメント問題に関する理解と関心を深め、労働者に対する言動に必要な注意を払うとともに、自社の労働者が他の労働者に対する言動に必要な注意を払うよう、研修その他の必要な配慮を行うことが望ましいです。

詳しくは岡山労働局雇用環境・均等室
環境・均等室にお問い合わせください。

■問い合わせ先

岡山労働局雇用環境・均等室
TEL 086(225)2017

■厚生労働省
ホームページ



新しい働き方・休み方を実践 事業主の皆さんへ

現在新型コロナウイルス感染症対策として実践している、新しい働き方・休み方をこれからも続けていくために

働き方の新しいスタイル



■問い合わせ先
岡山労働局雇用環境・均等室
TEL 086(225)2017





健康のススメ

高血圧について



お話：医療法人久和会 杉江医院 院長 小天和也さん
☎ TEL 0867-52-3456 (FAX 3218)

まずは生活習慣を改善

血圧ってなあに？

「わーびっくりして血圧あがったわー」って言うけど、血圧ってなあに？（チコちゃん風）知らないでいると「ポーンと生きてんじゃねーよ」と叱られますよ。

では、叱られる前に答えを言いますね。血圧とは、心臓から送られた血液が血管を押す力のことです。そして、血圧には2つの数値があります。①上の血圧は、心臓が収縮して最も強い圧力になるときに「収縮期血圧」、②下の血圧は、心臓が拡張して最も弱い圧力になる時で「拡張期血圧」といいます。

高血圧ってなあに？

血圧は、どれくらい高いと高血圧になるのでしょうか。答えは、病院で測ったときに、上の血圧が140 mmHg以上か、下の血圧が90 mmHg以上で高血圧と診断されます。高血圧は、日本で一番多い病気で、4300万人いると

言われています。しかし、治療を受けて適切なコントロールができていない人は、1200万人しかいないと言われています。自分が高血圧であることを知らなかったり、知っていても治療を受けていなかったりする人がたくさんいることが問題になっています。

高血圧ってどんな病気？

では、高血圧ってどういう病気なのでしょうか。高血圧は、サイレントキラー（静かなる殺人者）と言われるように、多くの人は症状がなく、気付かない間に脳や心臓などの動脈が硬くなり、脳卒中や心筋梗塞など大きな病気を引き起こす原因になります。症状がでるときは、頭痛やめまいなどが多いです。

よく、「高血圧は遺伝しますか？」と聞かれます。高血圧は遺伝します。さらに塩分が多いとか、食べ過ぎや運動不足といった、普段の生活も影響してきます。

血圧を下げるには？

①食事については、塩分を減らすことが大切です。高血圧の人は、1日塩分量を6g未満にします。まず、おみそ汁や漬物、しょうゆを減らしましょう。私は患者さんに、「塩抜きしましょう」とよく指導しています。ほとんど塩分を摂らないエスキモーやヤマミンディアンには、高血圧の人がいないことは有名な話です。

②運動については、ややきつい程度の運動を1日30分が目安です。肥満も血圧の上がる原因になるので、体重を減らしていきましょう。

「トクホは高血圧に効きますか？」と聞かれますが、特定保健用食品は、あくまで血圧が高めの人までが対象なので、すでに高血圧と診断された人には適しません。

また、「高血圧の人はお酒飲んでもいいですか？」とも聞かれます。男性は、ビール500ml、焼酎0.5合までなら大丈夫です。女性は、男性の3分の2までの量が目安です。

高血圧の検査とは？

10割の人で血圧の上がる原因が見つかることがあります。そのため医療機関では、胸部レントゲン、心電図、血管年齢、心臓エコー、頸動脈エコー、血液検査、塩分量測定などをを行います。

治療に役立つ家庭血圧

家庭血圧は、朝と寝る前の1日2回、座って1、2分休んだ後で血圧を測ります。1週間記録をつければ、家庭血圧がだいたいどれくらいかわかります。家庭血圧は、脳や心臓の病気の予測に役に立ちますし、治療も家庭血圧をみながらお薬を調整していくので、大事なデータになります。

家庭血圧でみたときの高血圧は、75歳未満では125/75 mmHg未満、75歳以上では135/85 mmHg未満が正常です。これより家庭血圧が高い人は高血圧ですので、病院で相談してみてください。重症高血圧や内臓の異常があるときは、すぐにお薬の治療を始めますが、通常はまず生活習慣を変えるところから始めましょう。



▲ PN ホットコーヒーさん



▲ PN チハルさん



▲ PN a.n◇さん



▲ PN ☆Achuka♡さん



今月のテーマ

「記念」

「苦手な食べ物を克服」

匿名(蒜山東茅部)

「彼が好きというから、今日はサラダ記念日」の逆バージョンで、孫が嫌いなものを食べてしまった日のことです。孫はピーマンが嫌いですが、ハンターのピーマンをいくらか小さく切ってもお箸で器用に全部出してしまいます。私は久しぶりに来た孫に遊び心で、ハンバーグにピーマンを小さく切って入れてみました。なんの疑いもなくパクパク食べたので「ピーマン食べれたね」というときよんとしています。「このハンバーグに入っていたよ」と種明かしすると、すかさず家族全員が「凄い、たべれたね」とほめちぎるので少し誇らしげにしています。次から「ピーマン平気だもん」と食べるようになった

のには私の方がびっくりしました。



▲ PN みけねこです!!!さん

「結婚記念日」

菊楽正子さん(惣)

五月十八日、わすれもしない私達の結婚記念日。現在は二十七年目である。十周年目の時、ある店の応募で一枚のハガキから、児島の高級ホテルが当選した。瀬戸内海と瀬戸大橋の夜景を見ながら、フランス料理のコースを堪能した。朝方はバイキングでお腹一杯頂いた。ひとときのつかの間の休息だった。普段の記念日は、あまりいい思い出はない。でも、ありふれた日常を何もなく生活する事が幸せなのかも知れない。お金では買えない結婚記念日。

「退職の日」

PN うくちゃんさん(栗原)

「あっ、そっち入っちゃいけませんが、早よ早よこっちおいで。もうちよつとしたら帰って来るけえ、早よしようで。」主人が退職した日の夕食の1コマ。心ばかりの手作りの料理が並べられた中の間の座卓。「はい。お疲れ様でした。中間へどうぞ。」主人が入ると一斉に「ご苦労様でした。」の労いの言葉。座卓の中央に主人。その隣りには孫達。今日の主役は主人なのです。無事に勤め上げ感謝します。孫達からの小さな小さな花束と大きな声での「おじいちゃん、ありがとう。」のプレゼントが手渡されました。子供達からは思い思いの感謝の品が渡されました。渡す方も、渡される方も照れた顔。思いもかけな

お便り
お待ちしております!

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

3月号 読者の広場

テーマは
「テレビ」です。

家族団らんの場にあるテレビ、皆さんのテレビの思い出について、200字程度でお寄せください。

川柳の兼題は
「汗」です。

お便り・川柳は、同封のものがきをご利用ください。締め切りは1月25日(火)です。

もっと手話のことを知りたい時は 真庭いきいきテレビを見よう

真庭いきいきテレビ新コーナー「手話でしゅわわせ」では、聴覚障がい者や手話言語に対する理解を広げるために、真庭市内の取り組みや日常で使える手話などを紹介します。

- 毎月第3火曜日 ほっとまにわいどチャンネルで放送中
- 放送時間など詳しくは、テレビの番組表もしくはMITホームページをご確認ください。



MIT
ホームページ
QRコード

★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★
誕生日の前の月の10日まで
★掲載内容★
①お子さんの写真②氏名(ふりがな)
③性別④生年月日⑤住所⑥応募者のお名前と続柄
★応募および問い合わせ先★
真庭市役所 秘書広報課
〒719-3292 真庭市久世2927-2
TEL:0867-42-1163 (FAX:1353)
E-mail: koho@city.maniwa.lg.jp
※☎ = 応募者

QRコードから入力
フォームを開くこと
ができます。



やまだ なぎさ
山田 凜紗 ちゃん
R3. 1. 24 生まれ(草加部)
☎ 裕也さん・エカさん(両親)



たきもと すみと
滝本 純冬 くん
R3. 1. 4 生まれ(三阪)
☎ 大輔さん・昭佳さん(両親)



かなもと あつむ
金本 侑 くん
R3. 1. 3 生まれ(台金屋)
☎ 明さん・愛さん(両親)



しん りっか
進 六華 ちゃん
R3. 1. 29 生まれ(台金屋)
☎ 優基さん・寿々夏さん(両親)



おおもり あ
大森 ゆめ愛 ちゃん
R3. 1. 28 生まれ(下中津井)
☎ 和範さん・有香さん(両親)



やまもと あおい
山本 愛葵 ちゃん
R3. 1. 26 生まれ(栗原)
☎ 浩正さん・恵理奈さん(両親)



つだ りく
津田 凌丘 くん
R3. 1. 25 生まれ(本郷)
☎ 悠貴さん・佳代子さん(両親)



▲ PN 招喜猫(^w^)^さん

「あの時の光景」
門野順子さん(月田)

昭和二十年四月十日頃、小学校へ入学し学校から帰る途中にB29が低い所を通り、何回橋の下へかくれて帰ったやら今の時代では考えられない。あれから七十年来、今でもあの時の光景が忘れられません。

かったのか、主人のびつくり顔が今だに思い起こせます。涙ぐんだこの喜ばしい日を心に留めていて欲しいものです。子供達も1人で成長したのではなく両親の働きがあったの今だと覚えて欲しいものです。あつたかい記念は心の中に持ち続けましょう！

SDGsって何？

未来のためにいま私たちができること

広報真庭と真庭いきいきテレビ (MIT) が連携、真庭SDGsパートナーの取り組みを伝えます。

富原小学校では、ふるさと学習を推進してふるさとに誇りを持つ児童を育てています。今回は地域の方が講師となってお正月飾り作りをした様子を取材しました。また富原小学校では今年度、学校周辺の探検や林業体験、富原の歴史など地域の事を学び、学習発表会で発表しました。その様子も紹介します。

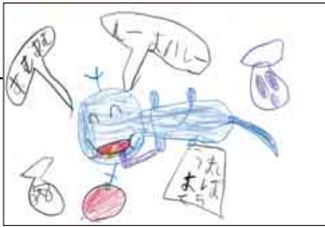


詳しくは、真庭いきいきテレビをご覧ください。
放送予定▶1月17日(月)～

※放送時間など詳しくは、テレビの番組表をご確認いただくか、MITホームページをご確認ください。

MITホームページ QRコード▼





▲ PN ウーパールーパーくんさん



▲ PN すみっこのお正月さん



おいしいコーヒーを
小谷野智恵さん(勝山)
 湯原ふれあいセンターでコーヒードリップ教室を開きました。普段は自分のお店で教室を開いています。おいしいコーヒーを入れるポイントはズバリ温度です。教室でも沸騰したお湯で入れたものと温度管理したものの飲み比べをしましたが、その差は歴然。皆さんもおいしいコーヒー入れてみませんか？

「蒜山にぎわい」
山田栄子さん(蒜山西茅部)
 蒜山で野菜の収穫体験などを行っている山田農園を営んでいます。農村インポッシブルin蒜山の参加者が、山田農園を見に来てくれました。にぎやかでパワフルな皆さんで「蒜山のこと知りたい」と、いろいろな質問をしてくれました。最終日のアイデア発表では、学生や筋肉をキーワードに考えられた人材不足解消のアイデアが、面白かったです。今後、地域の人と一緒に



食育講座に参加しました
大真正廣さん(蒜山上長田)
 真庭市シルバー人材センターが企画したチャレンジシニ

取材先で、こんにちは。



取り組んでくれることを楽しみにしています。



ア大学生から学ぶクッキングに参加しました。普段全く料理はせず、包丁を持つのも野菜を収穫するときか、自分が果物を食べたいときくらい。今日は声をかけてもらって参加しましたが、それなりにできました。大学生に優しく教えてもらい気持ちよく調理ができ、楽しく講義に参加できました。フレイル予防の話も参考になりました。

図書館へ行こう！ 本の紹介

湯原図書館

〒717-0406 真庭市豊栄1515
 TEL0867-62-2014 FAX0867-62-2097
 開館時間 9:00~17:00
 休館日 月曜日、年末年始

今月のおすすめの本

『100万回死んだねこ』

福井県立図書館／編著 講談社



あの本のタイトル何だっけ。そうそうアレ、と誇らしげに答えたものの、惜しくも覚え違いをして本を探した経験はありませんか。福井県立図書館で実際に対応した覚え違いの数々。くすりと笑えて共感できる1冊です。

『山に生きる』

三宅岳／著 山と溪谷社

福島県の檜枝岐村では、サンショウウオ採りを生業としている人がいます。オオサンショウウオとは違い、イモリぐらいの大きさの両生類です。全国各地で山に生業を持つ人々の暮らしの知恵と仕事の記録を豊富な写真とともに紹介しています。



『すずりくん』

青柳貴史／著 中川学／絵 あかね書房



書道に必要な道具には、筆、墨、紙、そして墨をする硯が欠かせません。この四つを「文房四宝」といいます。古来より、宝物として誇る道具たちを通して、文字や道具の歴史、書く喜びを伝えてくれる絵本です。

『たこ』

加古里子／著 福音館書店

昔ながらのお正月あそびのひとつ、たこあげ。でもたこを作るのは大変。ところが木の葉や使い古したハガキ、ポリ袋など身近なものを使って簡単に作れるのです。子どもたちが生き生きとたこをあげる姿や、たこの作り方が楽しく描かれています。





辻 麻衣子

Tsuji Maiko



辻本店と落酒造所
両杜氏ツーショット



共同醸造の様子を
まにわ発酵'sの
SNSで発信中



辻 麻衣子さん(勝山)

御前酒蔵元辻本店の長女として生まれ、24歳から酒造りを始める。29歳のときに先代杜氏の跡継ぎとして、県内初の女性杜氏になった。

真

MANIWA BITO

庭

人

新たな挑戦はわくわくから

コロナ禍でさまざまな業界が苦労をしています。もちろん酒類業界も厳しい状況です。そんな中、真庭市に残る日本酒の蔵元、辻本店と落酒造場が、お互いに仕込みに使う水を交換してお酒づくりを行うという新しい取り組みを進めています。

辻本店の杜氏である辻麻衣子さんは「他県では蔵元同士が共同で酒づくりをする例もあつて、まにわ発酵'sでも挑戦したいなと思ってたんです。思い付いたときは、わくわくして、すぐに落さんに連絡しました」と話します。まにわ発酵'sというのは、真庭市の発酵関連企業が一緒になって立ち上げた団体で、発酵を共通テーマに地域を盛り上げるため、これま

でもイベントなどを企画してきました。「発酵'sのイベントのとき、落さんとお互いに仕込水の飲み比べをしたことがあるんです。うちは軟水、落さんは硬水というのは知っていたんですが、飲み比べをしたときにびっくりするほど違って。面白いものができると思っただんです」と、辻さん。

守るだけじゃ何も変わらない

初挑戦となる今回は、辻さんが落酒造場を訪れ辻本店の水を使って、仕込みを行いました。11月に仕込みを終えた辻さんは「やってみると思ってた以上に大変で。今、落さんが管理をしてくれているんだけど、手応えが全然違うつて言ってます」と話します。2月には、落さんが辻

本店を訪れ落酒造場の水を使ったお酒づくりが開始されます。辻さんは「いつもよりいいものができたらどうしよう、と思つていて、今は期待の方が大きいんです。でも、いざとなると、きつと大変なことが多いんでしょうね」と笑顔。守るべき御前酒の味について「この蔵でつくる限り、酒の味の芯、柱は、ちよつとやそつとじゃ変わらない」と語る辻さん。「だからこそ、守るだけじゃ何も変わらない。答えはないけど、より良いものを目指して、ずつと思考錯誤していきます」と静かに力強く答えてくれました。





落
Ochi

昇
Noboru

新たな挑戦にドキドキ

落昇さんが杜氏を務める落酒造場では、現在、辻本店の水を使ったお酒づくりが進められています。普段は、硬水を使ったお酒づくりをしている落さんは、「全部が軟水というお酒づくりは初めて。優しい水なのでアルコールが付きにくいのかなと思っていたんですけど、意外とそうでもなくて。予想と違うことが起きていて、驚きの連続です」と話します。

これまでのお酒づくりは、全て先代杜氏から教わったもので、他の蔵元と情報交換をするということも初めてのことだそうです。今回の挑戦にあたって、辻本店と落酒造場はお互いのお酒づくりの

真

MANIWA BITO

庭

人

挑戦の刺激をこれからのプラスに

データを公開し合いました。「水が違うので仕込みの配合から、全然違いますよね。データがあっても思いどおりにいかないこともあるし。不安もあるけど、酒屋さんたちからも、楽しみにしているって言うってもらっています。良いものができれば、と思いつつ、いろいろな意味でドキドキです」と落さん。

水の話になると雄弁になる落さん。「我々にとって、水というのは財産ですから。うちの酒づくりは、諏訪洞から流れ出る皆部の硬水と、岡山のお米にこだわっています。でも、だからこそ、辻

辻本店の水を使って落酒造場で仕込み



共同醸造の様子をまにわ発酵'sのSNSで発信中



落昇さん(下皆部)

落酒造場の5代目社長であり杜氏。先代杜氏の引退前、「自分が酒づくりに携わらないまま蔵を畳めば後悔する」と感じ、26歳のときにUターン。40歳で先代の後を継ぎ社長に就任。

さんの軟水を使ってみる必要があるんです。うちの水と辻さんの水、違いを分かったうえで、これからは硬水を使っていくことが大事だと思っています。今回の挑戦には、いろいろな刺激があつて、それをこれからの酒づくりのプラスにしていきたいです」と、今回の挑戦への思いを語ってくれました。また、「これを機に、普段日本酒を飲まない人にも、このお酒に挑戦してほしいです」と笑顔で付け加えました。



まにわ 真庭

まちの話題

12月11日、北房コスモス広場でイルミネーションの点灯式が行われました。この取り組みは地元の有志団体「イルミっていいね倶楽部」が2016年から行っています。会場にはペットボトルを使ったタワーや、ハート型の回廊、鳥居型のモニュメントなどが設置され、訪れた人たちは記念写真を撮ったり、屋台で買い物をしたりして楽しんでいました。点灯期間は2月14日までで、その間、広場は「ハート広場」と呼ばれます。



約4000本のペットボトルを使ったタワー



鳥居型のモニュメント



回廊は子どもに大人気



トンネル状の入り口

12月2日、真庭おむすびガールズがプロデュースした新商品の発表会が行われました。真庭市産、新庄村産の米3種（里海米、循米、結び米）が入った「まにわの想いをこめセツト」、真庭市産のヒノキを使用した米びつ「まにわの想いをこめびつ」、その米びつに特産品を詰め込んだ「まにわの想いをこめびつ」が発表されました。真庭あぐりガーデンなどでの販売やふるさと納税の返礼品に使われる予定です。

プロデュース商品発売 真庭おむすびガールズ



新商品と真庭おむすびガールズの皆さん



講師の山村音恵さんから、着物や帯の説明を受ける参加者

11月27日、北房文化センターで、日舞、着付け体験教室が開かれました。この教室は、日本舞踊や着物など、日本の伝統文化に気軽に触れてもらう機会として開催されたものです。初めて着物を着る参加者もいて、和やかな雰囲気でした。日本舞踊の花柳流十の会による着付けの後には、着物についての説明が行われ、着物の種類や、季節や目的に合った選び方について学びました。

日本の伝統に触れる 日舞、着付け体験教室

11/24 日常を楽しく過ごす

植木基吉さん（仲間）が11月24日に百歳を迎えられました。ごはんは好き嫌いなく、なんでもよく食べ、毎日欠かさず新聞を読んでいるとのこと。一日一日を楽しく過ごすことが長寿の秘訣とのことでした。



12/2 懐メロを楽しみながら

常守文江さん（蒜山西茅部）が12月2日に百歳を迎えられました。歌を歌ったり、声を出して本を読んだりすることが大好きとのこと。長寿の秘訣は、三食おいしくご飯を食べることと教えてくれました。



12/3 毎年恒例しめ縄づくり

湯原小学校でしめ縄づくり体験教室が開かれました。6年生15人が5つの班に分かれ、真庭市シニアクラブ連合会湯原支部のメンバーから縄を綯う作業を習いメガネ型のお飾りを作りました。



12/4 こどもたちが木工を体験

こども木工教室がマルイアルティ店で開かれました。会場には木のおもちゃや日用品などを選んで工作を楽しむスペースや、林業について紹介したパネル展示や地元の木材を使った製品の販売と展示が行われていました。



12/8 おいしいコーヒーの入れ方

かびばらこーひードリップ教室が湯原ふれあいセンターで開かれました。会場には勝山地域のコーヒー店かびばらこーひーの店員が訪れ、参加者においしいコーヒーを入れるコツを伝授していました。



ベビーマッサージで、赤ちゃんもにっこり

12月6日、伊藤写真館写真瑠夢で、ベビーマッサージ体験教室が行われました。講師はようこそ心笑の妹尾みわさんで、赤ちゃんの心と体を育む親子のスキンシップの時間として隔月で開催されています。今回は足と胸のマッサージを中心に、童謡どんぐりころころなどの音楽に合わせたベビーマッサージが行われました。マッサージ中には赤ちゃんへの声掛けも行われ、参加者はゆったりとした親子の時間を過ごしました。

リラックスした時間
ベビーマッサージ体験教室



大学生に教わりながら楽しくクッキング

食育講座には、美作大学の食物学科3年生の学生と蒜山・湯原地域の真庭市シルバー人材センターの会員、60歳以上の一般の人が参加。この日は午前と午後、男性と女性に分かれ、男性たちはサバの味噌ミルク煮などたんぱく質が摂れ、フレイル予防にもつながる栄養バランスの取れた4品を作りました。この講座は、真庭市シルバー人材センターがシルバーの活動について周知を図り会員の増加につなげようと初めて企画しました。

バランスの取れた食事健康に
大学生から学ぶクッキング

まにわをむすぶ

真庭おむすびガールズ

“真庭地域を食と人、心でむすぶ”ことを目的に活動する「真庭おむすびプロジェクト」。
「真庭おむすびガールズ」は、プロジェクトの取り組みのひとつとして
真庭市・新庄村で活躍している元気な女性を中心に結成しました。
これからは地域活動やイベントにも積極的に参加し、真庭と市外もむすんでいきます。

交流・研修ツアー



◀ バイオ液肥を利用した農場の見学や里海米の生産農家の見学など、持続可能なまちづくりを真庭のSDGsの取り組みをふまえて学びました。



新商品開発

◀ with コロナ間、アフターコロナを見据えた活動を話し合い、地元応援と真庭のプロモーションを兼ね備えた商品を開発。女性ならではの目線が光る3商品が生まれました。

ギネスに挑戦!



▲ 里海米のPRも合わせて、2019年の作州くせぼっこう祭でギネス世界記録に挑戦し、記録を更新しました。記録は「チームで100個のおにぎりを作った最速タイム」。



真庭おもしろい事業の商品にもなりました

あぐりガーデン & 西藏で販売中!

まにわの想いをこめセット

2,000円(税込)



真庭市と新庄村の里海米、めぐりまい 循米、結び米を、2合ずつの新デザインに。贈り物に適したシックな化粧箱に納めました。

まにわの想いをこめびつ

10,000円(税込)



真庭市の木・ヒノキを使用し、湯原の「木工房もものたね」にて制作した米びつ。見た目や使いやすさにもこだわった一品。

まにわの想いを詰めこめびつ

15,000円(税込) ※詰めこめびつの販売はdezi-naのみ



こめびつのなかに、真庭の特産品8品と、新デザインの里海米、めぐりまい 循米、結び米2合ずつを詰め込んだ豪華な12品セット。

販売：真庭あぐりガーデン デジナ 旬の蔵 dezi-na TEL 0867-45-7333
御前酒 蔵元直営ショップ SUMIYA TEL 0867-44-5300

真庭おむすびプロジェクト：一般社団法人 真庭観光局 真庭観光 WEB

もういくつ寝るとお正月。ととても楽しみなのこの時期なのですが、毎年悩みがあります。めざすことを考え、編集後記でお知らせしていたのですが、さて、その結果はどういうと、失敗し続けています。目標が今のままでは、来年もまた同じ結果。けれど、来年こそ目標達成と、明るい希望を持ちながら過ぎる年の瀬は、楽しく過ごせませす。新年こそはと期待です。 佐野

びつくりしましたこの旨さ。すてきな飲み口でございます。なんといいっても、地元の酒蔵さんでつくったお酒は最高です。さて、今回の真庭人コーナー。かつ山にある辻本店さんと、わたしの地元にある落酒造場さんに、インタビューをしました。じかんのない中、応じてくれたふたりの杜氏に感謝してます。ちょっとだけ宣伝なのですが、いい酒、発売されますよ。 嶋田

ふと気付けば1年が経ちますね。振り返ってみると、とてもすてきな1年間を過ごすことができました。取材に行った先で知らない人との会話の中で、今どんな活動をしているのか、さらさらした笑顔で話してくれると、取材をしている私も気合がはいります。新年も市内を取材しに、あちこちへ行きますのでとびきりの笑顔でお会いできること楽しみにしています。 石原

まにわのスキッツ!!
編集後記