

# 広報まにわ

## 第239号



# JO1・豆原一成さん 真庭大使に就任

真庭市出身でグローバル  
ボーカルグループ・JO1の  
メンバーとして世界的な活躍  
をしている豆原一成さんが  
真庭大使に就任しました。  
真庭市20歳の集いで語  
いた夢がついに実現。委嘱  
式は、久世エスパスランド  
で遊んでいた思い出や湯原  
温泉に父親と行くことがあ  
るなど、地元愛にあふれる  
トークで盛り上がらりました  
(6ページに関連記事)。

|              |      |
|--------------|------|
| 真庭市誕生から20年   | P02~ |
| 市政トピックス      | P06~ |
| お知らせ         | P08~ |
| 真庭が好きっ読者の広場  | P20~ |
| 真庭人 行藤宜央さん   | P24~ |
| 健康のススメ       | P25~ |
| ぐるっと真庭 まちの話題 | P26~ |

広報まにわで振り返る

# 真庭市誕生から20年

平成17年3月31日に、上房郡北房町・真庭郡勝山町・落合町・湯原町・久世町・美甘村・川上村・八束村・中和村が合併して誕生した真庭市。来たる令和7年3月31日で、合併20周年を迎えます。今月号では、真庭市誕生からこれまでの20年を、広報まにわの紙面とともに振り返ります。どうぞご覧ください。

平成17年

3月 合併により真庭市が誕生

4月 市長・市議選が行われ、初代市長に井手紘一郎氏が就任  
5月 広報まにわを創刊

9月 晴れの国おかやま国体が開幕：写真①  
10月 小学校卒業まで医療費を無償化

12月 真庭市男女共同参画推進条例を施行

平成18年  
3月 第1次真庭市総合計画を策定

4月 バイオマスタウンに認定

12月 岸田敏志さんが真庭大使に就任

1月 妹島和世さんが真庭大使に就任

3月 郷原漆器の製作用具が国の有形民俗文化財に登録  
4月 真庭ひかりネットワークの供用開始

9つの消防団を真庭市消防団へ統合：写真②

コミニティバス「まにわくん♡」が運行開始：写真③

県内初の認定こども園、落合こども園が開園：写真④

10月 蒜山振興局新庁舎が完成：写真⑤

3月 大谷・定古墳群が国史跡に指定

1月 市民憲章を制定  
5月 広報まにわ平成19年8月号が内閣総理大臣賞を受賞  
11月 醍醐桜の種がスペースシャトルで宇宙へ

平成20年

1月 市民憲章を制定  
6月 広報まにわ平成19年8月号が内閣総理大臣賞を受賞（写真⑥）

2009

2008

2007

2006

2005



⑥

⑤

③



広報まにわ創刊号  
(平成17年5月号)

内閣総理大臣賞を受賞した  
広報まにわ第28号（平成19年8月号）



| 2016                                 | 2015                                    | 2014                                 | 2013                                       | 2012                                 | 2011                        | 2010                        |
|--------------------------------------|---|--------------------------------------|--|--------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 6月 勝山町並み保存地区が「美しいまちなみ大賞」を受賞          | 10月 中学校卒業まで医療費を無償化                      | 平成22年                                | 平成23年                                      | 平成24年                                | 平成25年                       | 平成26年                       |
| 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生               | 9月 市のシンボル（木・花・動物）が決定：写真⑧                | 1月 バイオマスツアーマニラ「新エネ大賞」を受賞：写真⑦         | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生                     | 3月 市役所新本庁舎本格稼働：写真⑩                   | 4月 真庭あぐりネットワークの市内流通が開始      | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 4月 市のシンボル（木・花・動物）が決定：写真⑧             | 11月 国民文化祭おかやまが開幕（工芸展とミュージックフェスティバル）：写真⑨ | 9月 市のシンボル（木・花・動物）が決定：写真⑧             | 11月 国民文化祭おかやまが開幕（工芸展とミュージックフェスティバル）：写真⑨    | 4月 大阪府高槻市に「真庭市場」オープン：写真⑪             | 7月 市女性消防隊が全国消防操法大会で優勝       | 10月 市女性消防隊が全国消防操法大会で優勝      |
| 5月 落合総合センターが完成：写真⑬                   | 5月 美作国建国1300年記念事業が開幕                    | 5月 美作国建国1300年記念事業が開幕                 | 11月 B-1グランプリでひるぜん焼そば好いとん会がゴールドグランプリを受賞：写真⑫ | 9月 市のシンボル（木・花・動物）が決定：写真⑧             | 7月 市女性消防隊が全国消防操法大会で優勝       | 6月 勝山町並み保存地区が「美しいまちなみ大賞」を受賞 |
| 6月 中学校卒業まで医療費を無償化                    | 8月 全国で初めて中学生のピロリ菌検査を無償化                 | 8月 全国で初めて中学生のピロリ菌検査を無償化              | 3月 美作地区消防指令センターの運用開始                       | 3月 美作地区消防指令センターの運用開始                 | 3月 市役所新本庁舎本格稼働：写真⑩          | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 8月 リオデジヤネイロオリンピック馬場馬術に原田喜市選手が出場      | 4月 バイオマス産業都市に選定                         | 4月 バイオマス産業都市に選定                      | 1月 久世エスパスセンターが「地域創造大賞」受賞                   | 1月 久世エスパスセンターが「地域創造大賞」受賞             | 4月 市長・市議選が行われ、2代目市長に太田昇氏が就任 | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 5月 真庭なりわい塾を開講                        | 3月 第2次真庭市総合計画を策定                        | 3月 第2次真庭市総合計画を策定                     | 4月 市長・市議選が行われ、2代目市長に太田昇氏が就任                | 4月 市長・市議選が行われ、2代目市長に太田昇氏が就任          | 5月 美作国建国1300年記念事業が開幕        | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 6月 リオデジヤネイロオリンピック馬場馬術に原田喜市選手が出場      | 4月 木質バイオマス発電所が稼働                        | 4月 木質バイオマス発電所が稼働                     | 5月 美作国建国1300年記念事業が開幕                       | 5月 美作国建国1300年記念事業が開幕                 | 6月 勝山町並み保存地区が「美しいまちなみ大賞」を受賞 | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 7月 バイオ液肥実証プラントが完成                    | 7月 バイオ液肥実証プラントが完成                       | 7月 バイオ液肥実証プラントが完成                    | 8月 全国で初めて中学生のピロリ菌検査を無償化                    | 8月 全国で初めて中学生のピロリ菌検査を無償化              | 7月 市女性消防隊が全国消防操法大会で優勝       | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |
| 平成28年                                | 平成27年                                   | 平成26年                                | 平成25年                                      | 平成24年                                | 平成23年                       | 平成22年                       |
| 3月 先進エネルギー自治体大賞「金賞」、バイオマス大賞「グランプリ」受賞 | 3月 先進エネルギー自治体大賞「金賞」、バイオマス大賞「グランプリ」受賞    | 3月 先進エネルギー自治体大賞「金賞」、バイオマス大賞「グランプリ」受賞 | 3月 先進エネルギー自治体大賞「金賞」、バイオマス大賞「グランプリ」受賞       | 3月 先進エネルギー自治体大賞「金賞」、バイオマス大賞「グランプリ」受賞 | 3月 市役所新本庁舎本格稼働：写真⑩          | 1月 バイオマスツアーマニラ「まにぞう」誕生      |



市制10周年を取り上げた広報まにわ第117号（平成27年1月号）



| 2022   | 2021   | 2020  | 2019   | 2018  | 2017  |
|--|--|---|--|---|---|
| 4月<br>令和4年   | 8月<br>令和3年   | 8月<br>令和2年  | 4月<br>平成31年(令和元年)  | 4月<br>平成30年   | 3月<br>平成29年   |
| 12月<br>令和4年  | 4月<br>令和3年   | 10月<br>令和2年   | 4月<br>令和2年   | 4月<br>令和1年  | 4月<br>令和1年  |
| 環境省の第1回脱炭素先行地域に選定<br>真庭市防災情報配信サービス（LINEとメール）を開始<br>真庭市発達発育支援センターが開所<br>二川みらいづくりセンターが開所：写真⑥ | 真庭市共生社会推進基本方針と真庭市dX戦略を策定<br>真庭市手話言語条例を施行：写真④<br>GREENable HIRUZENがオープン：写真⑤<br>東京2020オリンピック<br>聖火フェスティバル真庭市採火式を開催<br>真庭市パートナーシップ宣誓制度を施行 | 「ゼロカーボンシティまにわ」を宣言<br>新型コロナウイルス感染症対策本部会議を開催<br>二川地区でデマンド交通が開始<br>脱炭素市民会議を初開催 | 旭川・りんくるライン開通<br>地域循環共生圏の創造に取り組む活動団体に選定<br>滋賀県守山市に真庭市場2号店がオープン<br>自動車文庫ぶつくるんまにわが運行開始：写真②<br>真庭SDGs円卓会議が発足：写真③ | 北房小学校が開校、北房こども園が開園：写真①<br>市立中央図書館が開館（旧勝山振興局庁舎を改築）<br>西日本豪雨災害が発生し、真庭市にも大雨特別警報（土砂災害）が発表 | 市内各所にバイオ液肥スタンド設置<br>久世駅にCLTモデル建築物「木テラス」が完成<br>高校生議会が初開催 |



広報まにわ第200号(令和3年12月号)

# これから先もずっと、 真庭の歴史は続いていく

真庭市では、市制施行20周年を祝うさまざまなイベントや、20周年記念誌の制作などを行います。市民の皆さんも、ぜひ一緒に2周年を祝い、真庭を盛り上げていきましょう。

## 20周年記念 まにぞうイラスト、 スタッフジャンパー のぼりができました

市制施行20周年を記念して行うイベントなどに対して、20周年記念バージョンのまにぞうイラストやロゴ入りジャンパー、のぼりを貸し出します。詳しくはお問い合わせください。真庭市ホームページをご覧ください。



問 秘書広報課  
TEL 0867-42-1163



20周年ロゴ入り  
ジャンパー  
のぼり

問 総務課  
TEL 0867-42-1150



真庭市  
ホームページ▶



|     | 2025 | 2024 | 2023 |
|-----|------|------|------|
| 1月  | 令和7年 | 令和6年 | 令和5年 |
| 2月  | 1月   | 2月   | 1月   |
| 3月  | 2月   | 3月   | 2月   |
| 4月  | 4月   | 4月   | 4月   |
| 5月  | 5月   | 5月   | 5月   |
| 6月  | 6月   | 6月   | 6月   |
| 7月  | 7月   | 7月   | 7月   |
| 8月  | 8月   | 8月   | 8月   |
| 9月  | 9月   | 9月   | 9月   |
| 10月 | 10月  | 10月  | 10月  |
| 11月 | 11月  | 11月  | 11月  |
| 12月 | 12月  | 12月  | 12月  |

これまで発行した広報まにわのバックナンバーは、  
全て真庭市ホームページから見ることができます。

真庭市ホームページ▶



2月8日、「多様性を生かす社会をつくる行動」をテーマに、真庭SDGs円卓会議が開催されました。慶應義塾大学准教授の川久保俊さんの基調講演の後、真庭高校の生徒による竹害対策の発表など、関係団体による事例発表がありました。円卓でのディスカッションでは、グラフィックレコードという手法により、議論の内容を可視化。参加者は、それぞれの立場から意見を述べ合い、多様性について考えました。



円卓ディスカッションとグラフィックレコードの様子

## 令和6年度真庭SDGs円卓会議 多様性を生かす社会に



太田市長から委嘱状を交付された豆原一成さん(左)

2月11日、真庭大使の委嘱式が東京都内で行われ、太田市長から豆原一成さんに委嘱状と名刺が手渡されました。まちの魅力を広く発信いただき、認知度や地域イメージ・ブランド力の向上を図ることを目的に、3人目の大使として委嘱。あいさつでは、「若い世代に真庭を知つてもらえたたら。JO1、大使として頑張る」と抱負を述べました。

## 若い世代へ真庭発信 真庭大使委嘱式



来日予定の日本語学校の学生とオンライン通話

市は2月10日に湯原町旅館協同組合と、12日に真庭シティホテルサンライズ、フェアフィールド・バイ・マリオット・岡山蒜山高原、ホテルルートイン岡山真庭と、災害時ににおける宿泊施設の提供に関する協定を締結しました。大規模災害時に、避難している要配慮者の健康と生命を守るため、生活環境を提供する体制を整えることを目的としています。今後も市内の一定規模の宿泊施設と同協定を締結していく予定です。



湯原町旅館協同組合との協定締結式の様子(上)、ホテル3社との協定締結式の様子(下)

## 災害時における宿泊施設の提供に関する協定締結 災害時の生活環境を確保

人材不足が深刻化している現状を踏まえ初めて企画された「外国人介護人材受け入れセミナー in まにわ」が1月30日、久世保健福祉会館で開催されました。市内の介護事業所などの職員ら約20人が参加。講師を務めた人材派遣業者は、在留資格ごとの特徴や受け入れのポイントを、市内で実際に受け入れている特別養護老人ホームの職員からは利用者らの様子や課題を紹介。受講者はメモを取るなどして真剣に学びました。

## 外国人介護人材受け入れセミナー 介護人材確保を目指して



## 市長室から こんにちは!

### JO1豆原一成さん、真庭大使に就任!

#### ＜豆原一成さんって？＞

ファンからは、よく知っているとお叱りを受けるかも知れませんが、私のように昭和歌謡の歌手しか馴染みのない人間もいますから、豆原一成さんを簡単に紹介させてください。2002年5月30日に誕生し、子どもの頃から地元のダンススクールでダンスを習い、高校在学中に日本最大級のオーディション番組「PRODUCE 101 JAPAN」に参加して見事1位となり、2020年3月に11人組グローバルボーイズグループ「JO1」のメンバーとしてデビュー。歌や演技と活動の幅を広げ各方面で活躍されています。NHKの夜ドラ「超人間要塞ヒロシ戦記」の田中ヒロシ役、TBS日曜劇場「海に眠るダイヤモンド」に出演していたと言えば、お分かりの方もいるのではと思います。私は、豆原さんが紅白初出場の時、三山ひろしのけん玉リレーのトップに登場し、見事成功したことによく覚えています。

#### ＜真庭大使に就任＞

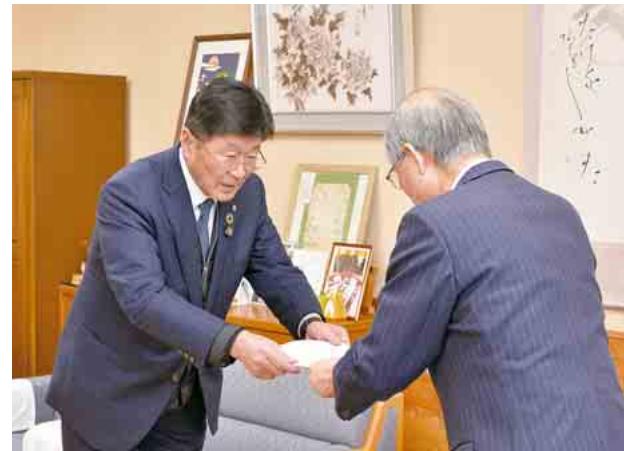
一昨年の「20歳の集い」にサプライズ参加した豆ちゃん（愛称）が「観光大使になってふるさと真庭を応援したい」とあいさつの中で言ったことが契機になり、2月11日、東京のホテルで真庭大使の委嘱状を渡しました。その際の懇談で、エスパスで踊り遊んだこと、父親とよく入った湯原温泉のこと、好物のジャージーヨーグルトと蒜山高原のことなど、懐かしい話に花が咲きました。また、真庭大使としての決意とともに、毎年帰省する真庭と若い人へのエール、応援への感謝なども話題になり、楽しい会話が弾んだことを皆様に報告します。

#### ＜これからの活躍が楽しみ＞

委嘱式には、地元から山陽新聞社、津山朝日新聞社、真庭いきいきテレビが参加し、感謝していますし、およそ20社のマスコミの取材があったことに人気のほどがよく表れています。初の「ワールドツアー」が始まり、4月には東京ドームでの単独ライブ、さらには5月に主演映画が公開されるなど、一層の活躍が期待されます。この活躍を支えるには、プロとしての努力と訓練があることでしょう。

#### ＜若人よ、幸多き人生を＞

豆ちゃんの同年代には、オートバイレーサーの松岡玲さんや宝塚月組の桜之真緒さんもいます。当然ながら、他にも真庭出身の若者が市内はもとより全国や海外で、ふるさとに誇りを持って頑張っていることでしょう。この4月に巣立っていく若者にも幸多からんことを祈ります。そして、「ふるさとの山に向かひて言うことなし。ふるさとの山はありがたきかな」（石川啄木の短歌）との思いを抱き続けていただくことを願うものであります。「いつの日にか帰らん」（唱歌「故郷」の歌詞）ことも。



真庭市総合計画審議会の大月会長から太田市長へ提出

2月12日、市総合計画審議会から太田市長へ、第3次総合計画案を「適当と認める」との答申書が提出されました。同審議会は多様な意見を取り入れるため、さまざまな分野の有識者からなり、市長から諮問された計画案について議論を行ってきました。答申では、人口減少・担い手不足対策、医療・福祉人材の確保などについて各委員から提起された附帯意見も提出され、市はこれらの意見も踏まえ、最終案にまとめました。

### 第3次総合計画策定へ 真庭市総合計画審議会から答申



ゆっくり丁寧に読み聞かせ

2月15日、中央図書館で、勝山小学校6年生が1日図書館を運営する「集まれ!! 中央図書館」が開かれました。たくさんの人々に中央図書館に来ました。児童たちは少し緊張しながらも、多くの人たちと交流しながら仕事をしていました。

### みんなが集まる図書館に 集まれ!! 中央図書館

物価高騰対策

7月31日までに返送を

**別途申請が必要な世帯**

未申告者を含む世帯、DVなどによる避難をしている世帯は、案内通知が送付されないため、対象と思われる世帯は、別途「ールセンターにご連絡ください。  
※市町村民税均等割が課税されている人の扶養親族などのみで構成される世帯は対象外です。

返送期限

7月31日(木)

当日消印有効

**案内通知の確認を**

令和6年12月13日時点ですでに届いていた場合は、確認書を提出してください。

**対象**

世帯全員が令和6年度分住民税均等割非課税の世帯

※18歳以下の子どもがいる世帯は、児童一人あたり2万円加算

物価高騰の影響を受けた市民の暮らしを支援するため、住民税非課税世帯に給付金を支給します。

**支給額 1世帯当たり3万円**

**緊急支援給付金事業**

問 真庭市給付対策室 給付金コールセンター  
TEL 050-3623-0350 (通話料がかかります)  
受付時間:午前8時30分~午後5時 ※土日祝を除く

真庭市  
ホームページ



令和7年度の利用登録受付開始 毎年度登録が必要です

**▼対象者(①②)の両方を満たす子ども**

①生後6ヶ月～小学校6年生  
②病気、または病気回復期のため、他の児童との集団保育が困難な場合で、保護者の仕事などの都合で家庭での保育が困難な子ども

子ども1人につき1日あたり2000円  
※生活保護世帯は無料

**▼利用料金**

真庭市病児保育事業登録申請書に必要事項を記入し、子育て支援課、各振興局、または病児保育施設に提出してください。

※一度の登録で市内2カ所の病児保育施設のどちらも利用可能です。

登録が必要です。令和7年度の利用登録申請は、3月から受け付けます。施設利用、手続きについて、詳しくは各施設にお問い合わせください。

**病児保育の利用**

| 実施施設    | 病児保育おひさま<br>(みんなのクリニック)  | 病児保育ひまわり<br>(勝山病院) |
|---------|--|--------------------|
| 住所      | 真庭市惣195番地5   | 真庭市本郷1811番地2       |
| 予約受付時間  | 午前7時30分～午後7時   | 午前8時45分～午後5時45分    |
| 連絡先     | 070-3772-0630  | 070-4238-9439      |
| 利用時間    | 月～水、金、土曜日 午前9時～午後5時  | 月～土曜日 午前9時～午後5時    |
| 休業日     | 木、日曜日、祝日、お盆、年末年始、その他クリニック休業日   | 日曜日、祝日、お盆、年末年始     |
| お迎えサービス | 保護者が園などに迎えに行けない場合、保護者の希望により利用可能です。利用にはタクシ一代の実費分の負担(上限1,000円)が必要。※事前登録が必須、生活保護世帯は無料 |                    |

問 子育て支援課 TEL0867-42-1054(FAX1388)  
Email : kosodate@city.maniwa.lg.jp

真庭市  
ホームページ



真庭市的人口

総数 40,673人(-105)  
男 19,605人(-46)  
女 21,068人(-59)  
世帯数 17,386世帯(-36)

令和7年2月1日現在  
( )は前月との比較

代表電話番号  
(地域振興課・出張所)

▶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

# らくらく窓口証明書交付サービス開始

マイナンバーカードを使って、窓口や記載台に設置した端末から証明書の申請ができるサービスを、3月から開始します。コンビニ交付と同じ申請方法のため、手書きでの申請はなくなり、窓口での手続きの時間も大幅に短くなります。ぜひご利用ください。

- ▶ **交付場所** 本庁舎、落合振興局、美甘振興局
- ▶ **対応証明書** 住民票の写し、印鑑登録証明書、課税証明書
- ▶ **手続きの手順**

- ①設置端末（タブレット）の指示に従って操作を行います。
  - ・マイナンバーカードを読み込ませ、暗証番号（4桁）を入力
  - ・必要な証明書と部数を選択すると申請終了
- ②窓口で手数料と引き換えに証明書を受け取ります。

## ▶ 利用のメリット

- ①書かない窓口  
今まで手書きだった申請書はマイナンバーカードおよび入力内容から生成され、書く手間を省けます。また、本人確認も兼ねたマイナンバーカードによる申請のため、窓口滞在時間も大幅に減少します。
- ②行かない窓口  
コンビニ交付と同じシステムのため、庁舎での申請と同じようにコンビニなどでも手続きができます。最寄りのコンビニなどでは、同様の証明書が土日、祝日、夜間も発行可能です。

## 「証明書の電話予約サービス」を3月末で終了します

電話で受取日を予約することで、閉庁時にも証明書（住民票の写し・印鑑登録証明書）の受け取りができる「証明書電話予約サービス」を3月末で終了します。ご不便をおかけしますがご理解をお願いします。  
引き続き、閉庁時の証明書取得には、マイナンバーカードを利用したコンビニ交付をご利用ください。

問 市民課 TEL0867-42-1112(FAX7455)  
Email : [shimin@city.maniwa.lg.jp](mailto:shimin@city.maniwa.lg.jp)

真庭市  
ホームページ



## 4月以降の死亡届出について

4月から市役所閉庁日の日直業務が本庁舎と蒜山振興局に集約されることに伴い、死亡届出の受付場所が変わります。

- ▶ **届出受付場所** 4月から閉庁日の受け付けは、本庁舎および蒜山振興局のみとなります。
  - ・閉庁日の午前8時30分～午後5時15分 → 本庁舎および蒜山振興局のみ
  - ・夜間（午後5時15分～翌日の午前8時30分） → 本庁舎のみ

## ▶ お悔やみ放送などを希望する場合

葬儀2日前の午後3時までに届け出をすることで、通夜・葬儀の放送が可能です。

下記の例のように葬儀まで日にちがある場合は、休日に急いで届け出をしなくとも間に合います。届出先が遠方の場合は、平日の開庁時間に最寄りの振興局への届け出をご検討ください。

例：4月1日に死亡、4月5日午前10時出棺の場合

| 4月1日 | 4月2日 | 4月3日（葬儀2日前）               | 4月4日（葬儀前日）                     | 4月5日（葬儀） |
|------|------|---------------------------|--------------------------------|----------|
| 死亡日  | —    | 午後3時までに届け出をすると通夜・葬儀の放送が可能 | 午後3時までに届け出をすると葬儀放送のみ可能（通夜放送不可） | 午前10時出棺  |

## ▶ お悔やみ放送などを希望しない場合

例：4月1日に死亡、4月5日午前10時出棺の場合

| 4月1日 | 4月2日 | 4月3日           | 4月4日（通夜） | 4月5日（葬儀） |
|------|------|----------------|----------|----------|
| 死亡日  |      | 通夜開式前までに届け出をする |          | 午前10時出棺  |

問 市民課  
TEL0867-42-1112(FAX7455)  
真庭市ホームページ▼





## 助成期間延長 子宮頸がん予防ワクチン

Vワクチンの積極的勧奨差し控えにより定期接種を受けられなかった人を対象に、令和7年3月までの予定でキヤツチアップ接種を行つてきました。真庭市では、キヤツチアップ接種対象者の約半数の人が接種を行つています。

接種希望者が全国的に多く、ワクチンの出荷量が不足した時期があつたことから、公費助成期間を1年間延長することになりました。

また、令和6年度が定期接種対象の最終年度である高校1年生相当の人も同様に延長されます。

ワクチン接種を希望する人で、まだ1度も接種していない人は、3月31日(月)までに1回目の接種を受けておく必要があります。

■延長対象者  
ホームページ▼



①平成9年度～平成20年度生  
まれの女性  
②令和4年4月～令和7年3



月の期間内に子宮頸がんワクチンを1回、または2回接種している人

■助成期間

令和8年3月31日(火)まで

■接種費用

無料

■助成回数

3回完了まで

■接種方法

○岡山県内で接種する場合  
医療機関へ直接予約してください。

○県外で接種する場合

※申請については、真庭市接種する前に真庭市に申請が必要です。

ホームページ「定期接種」のページを確認してください。  
申請してからワクチンを接種できるまでに2～3週間かかります。

■問い合わせ先

健康推進課

FAX 0867(42)1388  
TEL 0867(42)1050

■真庭市

交通費助成

期限内に申請を

## 障がいのある人などへ 通院・通所などの交通費を助成します

市内に住所を有する障がいのある人などを対象に、通院・通所に必要な交通費の一部とタクシー利用券を助成します。該当する人は、福祉課、発達発育支援センター、または各振興局に申請してください。

### ①人工透析患者通院交通費助成(後期分)

- 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特定疾患等医療附帯療養交通費助成(後期分)

- 特定疾患治療研究事業に関する対象疾患、または難病法に規定する指定難病の治療を受けるため、1ヶ月に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(後期分)

- 授産施設などに1ヶ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(後期分)

- 専門療育機関、または医療機関へ療育訓練などのため、1ヶ月に2回以上通所した18歳未満の人

▶①～④の申請期限 4月11日(金) ※令和6年10月分～令和7年3月分の後期分の申請になります。

### ▶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以上5km未満   | 2,000円  |
| 5km以上10km未満  | 3,000円  |
| 10km以上15km未満 | 4,000円  |
| 15km以上20km未満 | 5,000円  |
| 20km以上       | 7,000円  |

### ▶④の助成額

| 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  |

### ⑤タクシー利用券助成(在宅の人限り)※①～④との併用不可

- 視覚・聴覚・上肢・上下肢の障がいにより身体障害者手帳1、2級の交付を受けている人
- 下肢・体幹の障がいにより身体障害者手帳1～3級の交付を受けている人
- 知的障がいにより療育手帳Aの交付を受けている人

### ▶⑤の助成額

利用券 月額3,000円(年額36,000円)

### ▶⑤の対象期間 令和7年度分

### ▶⑤の申請期間 3月10日(月)～31日(月)

※4月以降も申請は可能ですが、満額支給ではなくなります。



▲①～④について  
▼⑤について



問 福祉課 TEL0867-42-1581(FAX1369)  
Email : fukushi@city.maniwa.lg.jp

真庭市  
ホームページ

## 届け出をお忘れなく

であつても、自動的には資格が変更されないので、届け出が必要です。

- ・ 国民健康保険証（返却）
  - ・ 新たに加入した医療保険者が発行する資格確認書、または資格情報のお知らせ
  - ・ 届出人の本人確認できる書類

■ 真庭市  
ホームページ  
▼

原因を正しく伝えると、整骨院・接骨院にかかるとき

- 名しましょう。  
②同一のけがについて、病院  
での治療との重複はできませ  
ん。

い。 いヶシを見つけたら、保健所、 または警察署にご連絡ください。

就職して会社の健康保険に加入した場合や、退職して会社の健康保険の資格がなくなった場合は、国民健康保険の脱退や加入の届け出が必要です。届け出は世帯主、もしくは同一世帯の世帯員が行うことができます（同一世帯員以外の人は委任状が必要）。

国民健康保険に加入している人が新たに会社の健康保険に加入了場合には、国民健

出を行わないと、いつまでも

国民健康保険料が賦課される結果、会社の保険料と重複して支払うことになります。マイナ保険証（健康保険証として利用登録を行つたマイナンバーカード）を持つている人

■問い合わせ先 市民課  
TEL 0867(42)1112

- ・世帯主と加入する人のマイナンバー（個人番号）が分かるもの

■ 施術を受ける際の注意点

① 療養費支給申請書の負傷原因、負傷名、受診日数、金額などをよく確認し、必ず自分で署名する。

- 国民健康保険が使えない場合①慢性的な病気②肩こりや、肉体疲労からの回復目的

- 国民健康保険が使える場合  
①外傷性の骨折、脱臼、打撲、

## 原因を正しく伝えましょう 整骨院・接骨院にかかるとき

■ 真庭市  
ホームページ  
▼

これから暖かくなり、草花が咲き始める時期を迎えるます。この時期、「ケシ」の花を見かけることがあります。植えてはいけないケシケシと植えてはいけないケシがあります。植えてはいけな

## 「ケシ」に注意

保健所や警察署に連絡を  
「ケシ」に注意 植えてはいけない

FAX 0867(42)7455 TEL 0867(42)1112 問い合せ先 市民報道室

師の諮詢を受けました。

④施術が長引く場合、内科的な要因も考えられるため、医

③領収書は必ずもらい、内容を確認（ま）（よ）う。

名しましょう。  
②同一のけがについて、病院  
での治療との重複はできませ

アプリの使い方や加盟店の申し込みなど、詳しくはホームページをご確認ください。

真庭市



▶問い合わせ先  
総合政策課  
TEL 0867-42-1169  
FAX 0867-42-1353



■連絡・問い合わせ先  
岡山県真庭保健所衛生課  
TEL 0867(44)2918  
午前8時30分～午後5時  
(閉  
序日除く)

# 火災による 野焼きによる

この時期は、野焼きなど外で火を扱う機会が増えています。3月から5月の春先は、空気が乾燥し、風が強い日

も多いため火の取り扱いは十分注意が必要です。野焼きをする際は、消防署に届け出を行い、水などの消火できるものを用意し、風の無い安全な日に行つてください。

## ▼3～5月が特に多く発生しています

前日までの届け出が必要です

令和6年は、野焼きが拡大して火災になつたケースが10件発生しました。命を守ることはもちろん、財産も守ることにつながるので、火をつける際は責任をもつた行動をお願いします。

## ▼届け出を行いましょう

電子申請はこちらから



真庭市  
ホームページ

野焼きなど火災と紛らわしい行為

## ▼拡大する原因で多いのは消火の準備をしていないことです

水バケツや家庭用の水道ホースなど、消火の準備をお願いします。野焼きによる火災は、場合によつては刑罰を問われ、罰金や料金の対象になる可能性があります。必ず消火の準備をして行いましょう。

※ゴミ焼きは法律で禁止されています。焼却を行つて良いのは枯れ木や枯れ草のみです。

問 真庭消防署 TEL0867-42-1190(FAX1672)  
Email : maniwashobo@city.maniwa.lg.jp

4月1日～

蒜山振興局の隣に移転

真庭消防署  
蒜山分署

# 4月1日から新庁舎へ移転します

真庭消防署蒜山分署が、4月1日(火)から、新庁舎へ移転します。

## ►蒜山分署新庁舎所在地

〒717-0504 真庭市蒜山下福田300-1  
TEL0867-66-2119 FAX0867-66-2119 ※電話・ファックスに変更はありません。



真庭市  
ホームページ

問 消防本部総務課 TEL0867-42-1190(FAX1672)  
Email : shobo.honbu@city.maniwa.lg.jp



# 真庭市長・真庭市議会議員選挙

# 投票日は4月13日(日)

令和7年4月23日の任期満了に伴い、真庭市長および真庭市議会議員選挙を執行します。市民の代表者を選ぶ大切な選挙です。有権者の皆さん、大切な一票をぜひ投票しましょう。

■ **期日前投票所**

次の期間で期日前投票を行なうことができます。投票日当日は、投票所が混雑することがあるので、密集を避けるため、期日前投票をご利用ください。

○ 期日前投票期間

4月7日(月)～12日(土)

身体に重度の障害があり、次に該当する人は、その障害の部位によつて、自宅で投票できる制度があります。

・身体障害者手帳の交付を受けている人のうち「両下肢、体幹、移動機能の障害が1級もしくは2級の人」「心臓、じん臓呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害」が1級もしくは3級の人、「免疫、肝臓の障害」が1級から3級の人

期日前投票所

## ■持参するもの

入場券を持参してください。入場券は4月1日(火)から告示日の6日(日)までに順次発送します。6日を過ぎても入場券が届かない場合は、市選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院・入所中の人は、施設内で投票することができます。詳しくは、各施設へご確認ください。

## ■投票できる人

■投票できる人

入場券の表面に記載してある投票所で投票してください。なお、3月21日現在で選挙人名簿を作成するので、3月22日以降に転居の手続きをした人は、転居前の住所エリアの投票所で投票することができます。

■不在者投票

※期日前投票は住居地に関係なく、いずれの期日前投票所でも投票することができます。

※投票所の裏面の「宣誓書」に事前に記入しておくと受け付けがスムーズになります。

投票場所

■告示日 4月6日(日)  
■投票日・投票時間 4月13日(日) 午前7時～午後6時

○投票場所 午前8時30分～午後8時

■告示日 4月6日(二)  
■投票日・投票時間

○投票場所 午前8時30分～午後8時

## 《立候補する人へ》

### ▶立候補予定者説明会

日時 3月10日(月)  
午後1時30分～  
(受け付け 午後1時～)  
場所 久世公民館

#### ▶立候補届出書類の事前審査

日時 3月24日(月)～25日(火)  
両日ともに  
午前9時～午後5時  
場所 久世公民館

### ▶立候補届出の受け付け

日時 4月6日(日)  
午前8時30分～午後5時  
場所 久世公民館

問 真庭市選挙管理委員会事務局 TEL0867-42-1072(FAX 1341)  
Email : [senkyo@city.maniwa.lg.jp](mailto:senkyo@city.maniwa.lg.jp)

真庭市  
ホームページ



# 妹島和世氏講演会 環境と建築

## ～アートが地域にもたらすもの～

「森の芸術祭」が魅せた、地域とアートの新しい可能性。参加アーティストであり、真庭大使も務める建築家の妹島和世氏が、その可能性を丁寧にひもとき、地域の未来を照らし出す「アート」について語ります。

▶日 時 3月20日(木) 午後1時～

▶日 程

- 午後1時 開会 森の芸術祭 真庭市の取り組み紹介
- 午後1時30分～午後3時 妹島和世氏講演会

▶場 所 勝山文化センターポンテホール

▶参 加 費 無料

▶申込方法 申込フォームから申し込み



申込フォーム▶



妹島和世氏

茨城県生まれ。建築家。真庭大使。

主な受賞歴に日本建築学会賞\*、ベネチアビエンナーレ国際建築展金獅子賞\*、プリツカー賞\*、フランス芸術文化勲章オフィシエ、紫綬褒章、文化功労者など。

主な建築作品として金沢21世紀美術館\*（金沢市）、ROLEXラーニングセンター\*（スイス）、ルーヴル・ランス\*（フランス）などがある。（\*はSANAAとして）

©SANAA

問 産業政策課 TEL0867-42-1033(FAX3907)  
Email : sangyou@city.maniwa.lg.jp

真庭市  
ホームページ



### 新しいMITデータ放送

## 真庭いきいきテレビ データ放送画面 リニューアル

### ぜひご活用ください

真庭いきいきテレビ（MIT）のデータ放送画面が新しくなります。よりシンプルで使いやすくなったデータ放送をぜひご活用ください。



今日のほっちゃんと  
チャンでは、その日  
のニュースのライン  
ナップを、**市からの  
お知らせ**では、分野  
ごとにさまざまなコ  
ンテンツを見ることができます。

新しい  
データ放送  
◀トップ画面

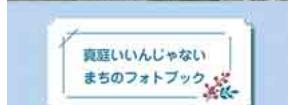


問 真庭いきいきテレビ TEL0867-42-7205(FAX7201)  
URL : <https://www.iki-iki.or.jp/>

真庭市  
ホームページ



### 真庭いいんじゃない ～まちのフォトブック～



真庭市に住んでいる人  
だけでなく、市外に住ん  
でいる人にも、真庭市の  
景観の良さや住み心地を  
もっと感じてもらうため  
に作成したデジタルフォ  
トブックです。美しい自  
然だけでなく、まちの風  
景、人々の様子など、文  
化と自然が調和した写真  
を募集し、掲載していま  
す。ぜひ真庭市ホームページ  
からご覧ください。

■掲載写真数 97枚

■写真の撮影期間  
2023年10月1日～  
2024年9月30日

■写真のテーマ  
・まちの風景とランドマ  
ーク  
・まちの風景 季節感  
・まちの人々と文化  
・まちと自然の調和  
・まちなかの日常

■問い合わせ先  
まちづくり推進課  
TEL0867-42-7781  
FAX0867-42-1988

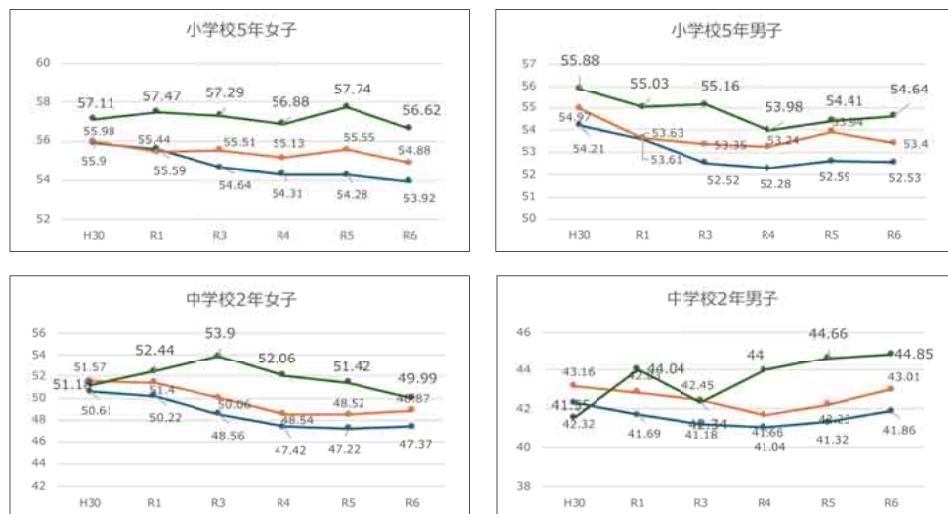
■真庭市  
ホームページ▼



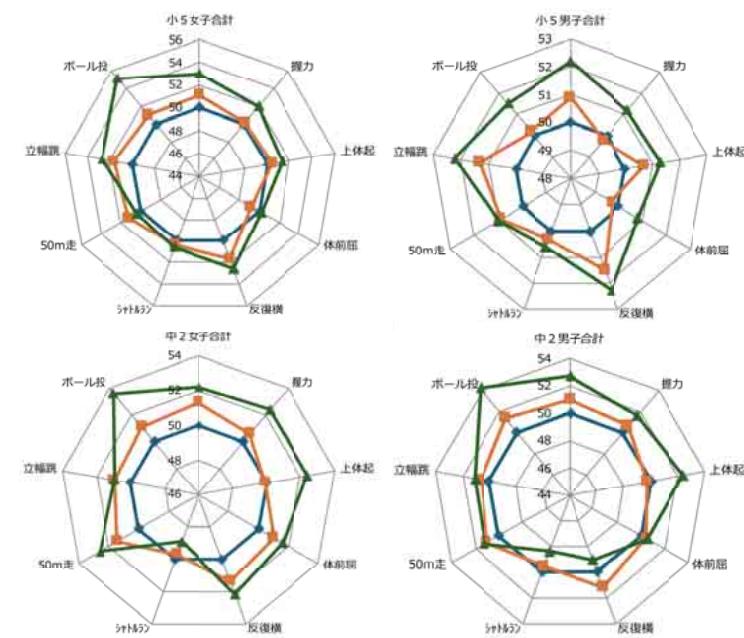


# 運動習慣等調査 真庭市結果概要

## ▼体力合計得点平均値推移



## ▼体力合計得点と各種目の平均



今年度実施した、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果についてお知らせします。

真庭市教育委員会では、調査の結果、本市の子どもたちの課題、そして今後の取り組みについて市

民の皆さんにお伝えし、保護者や地域の皆さんと一緒に、子どもたちの体力、運動能力の向上を図りたいと考えています。

## 1. 結果について

### ▼体力合計得点と各種目の平均

令和6年度の調査でも、多くの実技種目で全国・県平均を上回る結果となりました。特にボール投げでは高い平均値が出ていて、握力、上体起こし、50m走では、小5男女、中2男女全てで平均を上回っています。シャトルランでは、中学校でやや課題が見られましたが、経年変化から年度によって差はあるものの、真庭市の児童生

徒の体力は全国と比べて引き続き高い状態にあるといえます。

## 2. 質問紙調査から

### 3. 調査結果を受けて

真庭市における「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」では、ほぼ全ての実技種目で全国平均を上回る結果となりました。真庭市教育委員会で作成したグランドデザインにも示している「一緒に楽しむ」という視点を大切に、運動やスポーツの楽しさを実感できるような活動にすることができたからだと考えます。引き続きこれらの視点を大切にしながら、以下の取り組みを続けていきます。

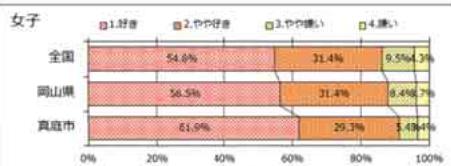
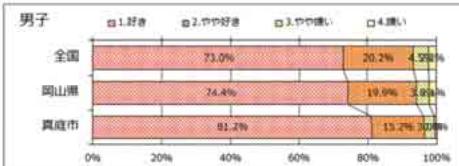
【学校での主な取り組み】

- ・体育の授業内における活動で、一定の運動量を確保できるよう、

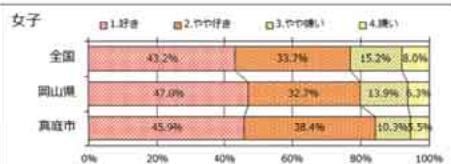
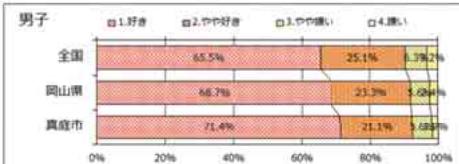
「運動やスポーツをすることは好きですか」「体育（中学校は保健体育）の授業は楽しいですか」といった質問に対しては、小、中学校のほぼ全てで肯定的（好き、やや好き）な回答の割合が、全国、岡山県の平均を上回る結果となりました。これらの結果から、真庭市の子どもたちの運動やスポーツに対する意欲や関心が高いことが分かります。

# 令和6年度全国体力・運動能力、

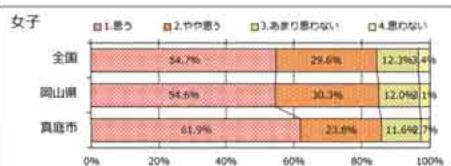
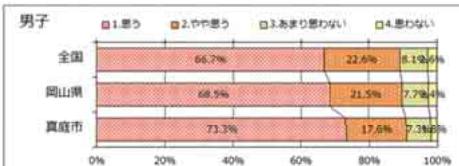
## ○運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。 小学校



## 中学校



## ○中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。

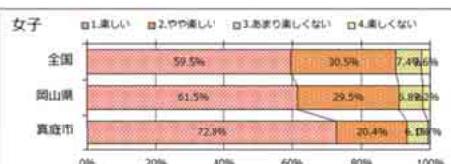


## ○中学校を卒業した後も、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。

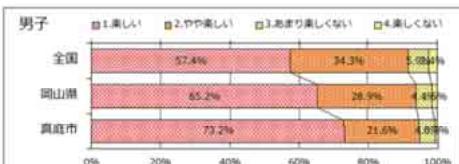


## ○体育(中学校は保健体育)の授業は楽しいですか。

### 小学校



### 中学校



詳しくは、真庭市ホームページ「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 真庭市結果概要」をご覧ください。

▶問い合わせ先

学校教育課 0867-42-1087 (FAX1416)



真庭市ホームページ▲

活動内容を工夫していきます。  
・子どもが挑戦したくなるような活動や、交流や協力ができるような課題を設定し、それらを通して「運動を楽しむことができる」子どもを育成していきます。

学校行事として体育集会など(マラソン、なわとび、球技など)を実施とともに、休み時間活用した全校遊び、全校マラソンな

どを実施します。また、県の事業を活用したり、各地域の体育行事への参加を啓発したりするなど、各校の実態に応じた取り組みを継続して行っています。

### 【家庭へのお願い】

子どもたちの体力や運動習慣の現状について、家庭でも語り合うとともに、ぜひ一緒に運動を楽しみ、健康的に過ごすための運動習

慣を身に付けてください。  
**真庭市が目指す教育に向けて**

現在「学校部活動の地域展開」に取り組んでおり、真庭市内のスポーツ・文化活動の環境を見直しています。子どもたちの「やりたい」という気持ちを叶えられるように、関係団体と協力しながら進めています。

真庭の子どもたちの良さである「体力」を基盤に、今後も運動・スポーツ活動を通じて、真庭市が目指す「確かな学力と豊かな心を備え、夢をもって自ら学ぶ子ども」の育成の具現化に引き続き取り組んでいきたいと考えています。今後とも教育活動へのご理解とご協力をよろしくお願いします。

# まにわ が 好きっ 読者の広場



▲谷口笑茉さん



▲PN 糸やんさん



▲PN しろいさん

今月のテーマ

## 「準備」

### 「何の準備が必要かな?」

PN ううちゃんさん(栗原)

「オギャー」。可愛い、愛すべき赤ちゃんの誕生です。思い出しませんか? 我が子の産声を。母親になった瞬間を。私たちもこうして産声を上げ、母親とならしめた事を。子どもを産むのには、たくさんの準備が必要です。心、身體、物? 喜びを持って肌着、オムツなど多大な準備をしましたね。けれど、赤ちゃんから子ども、成人、そして老人となります。今度は何の準備が要るのでしょうか。

テレビをつけると、自分が死んだ後の保険? 子どもには迷惑を掛けるわけにはいかないで、保険を掛けましょうと。いわゆる葬式代? 昔、エジプトの王様は即位と同時に、20数年もの長い期間をか

けてピラミッドを造るとあります、あなたは死後の世界を信じていますか?

『?』のマークが何個つこ

うとも、今の世では分かりませんね。世界でどの位の宗教が死後の世界を推奨しているのでしょうか。日本では昔から、死んだら土に還ると言われてきました。昔は土葬でしたから、土に還ると言われて死んだら土に還ると言われてきました。戦争で亡く

も納得ですが、戦争で亡くなり、土葬にされていた息子を、母親が亡くなつた時に掘り起こし、骨となつた息子を、母親の胸に抱かせて埋めなされました。準備という言葉には、楽しい事、悲しい事、辛い事、いろいろな意味があると思いますが、なるべく嬉しい、楽しい、そんな準備をしていきたいのですね。

楽しい事をしたいとの心の準備も忘れずに!

### 「天災について」

PN 赤野太人さん(赤野)

自然災害は以前の被害を忘れた頃に再び起るので、何事も日頃から油断することなく備えが必要である。しかし、近年は天災は忘れる間もなく発生し、大きな被害が出ています。30年前に発生した阪神・淡路大震災では、死者6400人超、負傷者は4万人以上、家屋全半壊や消失は25万戸以上と、JR新幹線、各私鉄、地下鉄、高速道路等破壊寸前の大惨事は、30年経過した今でも私の脳裏に蘇りました。

私は、外出と同時に突然の大地震が発生し、道路が上下に波打ち立つ事は出来ません。当時奈良に住んでいた私は、地震が発生し、道路が上下に波打ち立つ事は出来ません。テレビの生中継で、神戸の惨状を知り、神戸にいる弟に安否確認のため、2日間何度も

電話するも不通。3日目に通話出来て、無事を確認し安堵するも、食事はその時点でパン1個と牛乳1本だけでした。交通機関が壊滅で行くことはかなわず、再会できたのは、大阪と神戸を結ぶフェリーボートの運航が開始された45日後のことでした。洗練された美しい港町神戸を知る者にとって、テレビで町並の惨状を直視したときは心の震えを禁じえませんでした。しかし、全国からの救援物資搬送車と県外ナンバーの救急車、消防車、パトカーが巡回パトロールする様子には、日本人の温かい心を痛感するのでした。近年は南海トラフ地震の発生確率が80%の予測もあり、比較的天災の少ない私たち県民も天災の危機意識を再認識し、官民ともに心に置くことも肝要だと思います。



▲PN コロさん

### お便り お待ちしています!

メールの場合は  
koho@city.maniwa.lg.jp

### 《5月号読書の広場》

◎テーマは  
「地域の魅力」です。

地域の取組みや催しなど、魅力を感じる事について、200字程度でお寄せください。

◎川柳の兼題は  
「甘い」です。

お便り・川柳は、同封のはがきをご利用ください。締め切りは3月25日(火)です。

## 「新生活に向けて」

PN モモさん(種)



▲PN ソウさん



もりおか みお  
森岡 美澪ちゃん  
R6.3.7生まれ(上市瀬)  
⑩秀行さん・真理子さん(祖父母)

- ★対象★  
発行月に1歳の誕生日を迎え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応募者のお名前と継柄
- ★応募および問い合わせ先★  
総合政策部秘書広報課  
〒719-3292 真庭市久世2927-2  
TEL0867-42-1163 (FAX1353)  
E-mail:koho@city.maniwa.lg.jp

この冬、家から会社まで出勤しやすいようにと実家を出て1人暮らしを始めました。今から3年前、専門学校に通っていた頃に使っていた家電などがあるので、あまり金はかかるないと思っていましたが、引っ越しをして2週間たった頃、冷凍庫に入れていたアイスが溶けて、ドロドロの状態になっていました。冷蔵庫は冷えているのに、冷凍庫だけ壊れてしまつたようです。あまり大きい冷凍庫ではなかったので、そこまで食材が入つてなかつたのが唯一の救いで、その日は、冷凍食品などを食べきました。専門家に聞いたわけではないので、なぜ壊れてしまったのか

分かりませんが、自分が数年間お世話になつた機械や道具が壊れるのは、少し悲しい気持ちになります。前に使っていたものがあるから、大丈夫だろうと思つていましたが、結果、それなりの出費をすることになりました。まだ1人暮らしを始めて2カ月くらいなので、きっとまだ欲しいものが出てくると思います。学生の頃は、親に家電などを買ってもらつていましたが、今は自分で買わなければいけない年齢なので、1人暮らしを始めるまでの準備がいかに大変なのかがよくわかりました。これからもモノを大切にして生活していきたい。

二次元コードから  
入力フォームを開く  
ことができます。



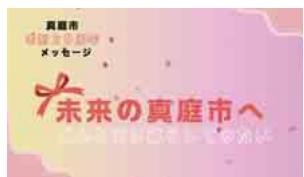
真庭いきいきテレビで放送している  
制作番組を紹介するコーナー  
「みとすけTIME」です

### ◆市制20周年 未来の真庭市へ

1月から月曜日と火曜日のほっとまにチャンの最後に「未来の真庭市へのメッセージ」をお送りしています。取材をする中で、「こんな真庭市になってほしい」という思いを聞いています。3月末まで放送予定となっているので、皆さんご協力をよろしくお願ひします。

### ◆【LIVE】勝山駅開業100周年記念

JR中国勝山駅が開業100周年を迎えます。これに合わせて中国勝山駅で記念イベントが行われます。生中継では、イベントの様子を中心に、現在改修工事が行われている待合室のお披露目や、記念列車の出発もお届けします。放送は3月16日、午前11時30分からです。お楽しみに。



その他にもこの広報に挟まれている「番組表」に詳しくご紹介しています。  
今月も真庭いきいきテレビをどうぞご覧ください。

MITホームページ  
二次元コード▶







# 行藤 宣央

Yukito Norio



真庭青年会議所のメンバー



行藤 宣央さん（勝山）

勝山出身。㈱三協商建取締役。大阪で就職した後、26歳のときに家業の会社を継ぐため真庭にUターン。現在仕事では現場の管理などを行っている。休日はよく家族とゲームを楽しんでいる。他にも何か良い趣味がないかなと思っている。

## 真庭JC最大規模の挑戦

行藤宣央さんは、40歳までの青年で組織される真庭青年会議所（真庭JC）の第63代理事長を務めています。真庭JCではこれまでに、高校生議会や、スポーツフェスティバルなど、さまざまなイベントを企画してきましたが、今年、創立以来最大規模のイベントとなる、中国5県の青年会議所会員が一堂に会する『中国地区コンファレンス』を控えています。「真庭JCではこれだけ大きいイベントはしたことがないですが、どこの青年会議所も人が減ってきてるので、小規模なまちでもできるんだという形を、まず僕たちが作りたいと思っています。それに、参加者の皆さんにまた

# 真

MANIWABITO

# 庭

# 人

## 地元勝山で地域づくり

「真庭に行こうと思つてもらえるようにPRをしたいです」と意気込みます。

「勝山の良さは、勝山の町並みの、観光客も来るけどそこに住む人たちがいる風景、そしてその人々の人の良さ」と言う行藤さん。地元を盛り上げようと、平成30年に『勝山・町並み会議』を立ち上げました。「町づくりをされている方は、僕の父親世代やさらによく年上の方々が多くて、若いメンバーで町づくりをしたいなと思ったのがきっかけです」と話します。マルシェなどのイベント企画のほか、勝山の幻の銘菓『丸太棒』を現代風にアレンジして復活させたこともあるそうです。

今後の展望を尋ねると、「人が減っていく中ですが、この景観を維持していきたいです。何もしなければ、いずれ空き家ばかりになつてしまふ時が来ると思うんです。今、町並みの重要な伝統的建造物群保存地区選定を目指して勉強会をしています。空き家を減らし、若い人に入つてもらつて、活気ある地域にしたいですね」と話す行藤さん。地元勝山を愛する姿がそこにありました。

62

2025



# 健康のススメ



## 小さな子どもにおける鉄・亜鉛不足

お詫び：落合病院 医師 山下信子さん  
TEL 0867-52-1133 (FAX 1160)

### 小さな子どもの鉄・亜鉛不足は 気付かれにくいため注意が必要です

#### 乳児期の成長と栄養

乳児期は、他の時期に比べて人間の体が「最も大きく」成長する時期です。生まれたばかりの赤ちゃんの平均身長は約50センチ、体重は約3キログラムですが、1歳になると、平均身長は75センチト

（生まれた時の約1.5倍）、体重は約9・5キログラム（3倍以上）にまで成長します。

また、頭の発達も見逃せません。生まれた時の頭囲は約34センチですが、1歳時は平均46センチ（約1・3倍）に大きくなります。このようないくに急激に成長する時期は、人生の中で乳児期だけです。

す。体重あたりで比較すると、乳幼児期の栄養摂取量は成人の2～3倍が必要とされています。今回は、この見過ぎがちな「子どもの鉄・亜鉛不足」についてお話しします。

#### 鉄欠乏

体の中にいる鉄の約70～80%は赤血球に含まれ、酸素を全身に届ける重要な役割をしています。また、鉄は体に必要なエネルギーを作り出すほか、薬の代謝にも関わっています。特に乳幼児期では、脳の発達にも欠かせない栄養素です。生後6ヶ月頃になると、お母さんからもらった鉄の蓄えがほとんどなくなるため、離乳食で十分な鉄を摂取できないと鉄不足になりやすくなります。このため、フォローアップミルクには鉄や、その吸収を助けるビタミンCが豊富に含まれています。

この成長を支えるには、十分な栄養が欠かせません。たんぱく質、脂質、炭水化物の「三大栄養素」は体のエネルギー源となりますが、それだけでは不十分です。成長には、鉄や亜鉛などの微量元素も必要で

貧血は、進行がゆっくりで、はつきりした症状が出にくいため、気付くのが難しいことがあります。顔色が悪い、元気がないといった変化に気付くことは少なく、体重がなかなか増えない、風邪が長引く（高い熱が続く）、中耳炎を繰り返すといった理由で血液検査を受けて初めて発覚することが多いです。また、鉄分が足りないことで脳に影響が出る場合があり、短期間では、多いです。また、鉄分が足りない（泣いている最中けいれん（泣いている最中）やイライラしやすくなるなどの症状が見られることがあります。長期間の鉄分不足は、記憶力や考える力が低下したり、動きや注意力に影響が出たり、寝る時間と起きる時間のリズムの乱れなどとも関係があると言われています。したがって、こうした症状が見られるときには、血液検査で鉄分が足りているかどうかを確認することが重要で

早産や低体重で生まれた赤ちゃん、母乳中の亜鉛が少ない場合、偏食などが原因で、子どもに亜鉛不足が起こることがあります。亜鉛は体の中で300種類以上の酵素を働かせるために必要な栄養素です。亜鉛が不足すると、低身長や皮膚の炎症、味覚の異常、髪の毛の脱毛などの症状が現れます。また、亜鉛が不足したという報告もあります。また、亜鉛不足が原因で起こる皮膚の炎症は、口や肛門の周り、爪の周りに出やすく、難治性のおむつかぶれの原因となることがあります。亜鉛不足の症状は個人差があり、例えば低身長であっても皮膚の炎症や脱毛が見られることがあります。亜鉛が足りないときには、血液検査が行われば「亜鉛が足りているかどうか」を疑い、必要に応じて検査で確認することが大切です。

#### 亜鉛欠乏



お客様の前で豪快にぶりをさばく



市開催の許可状を掲げる



餅投げには大勢が参加



ぶり以外の海産物も並ぶ

2月2日、320年以上の伝統を持つ北房ぶり市が北房地域の皆部商店街で開かれました。商店街の約1キロメートルの区間が歩行者天国となり、100店を超える屋台やキッチンカーが並んだ他、長崎県や富山県などで水揚げされた1匹7~10キログラムの天然ぶり約200匹が市場価格より3割ほど安く販売され、買い物客でにぎわいました。メインステージでは市内外の団体による太鼓や備中神楽、ダンス、餅投げなどのイベントが行われました。

ひるぜん雪恋まつりが2月1日と2日に、GREENable HIRUZENとヒルゼン高原センターで開かれました。冬の厄介者の雪を活用したイベントをしようと、観光関係者や地元有志でつくる実行委員会が企画しています。会場には高さ約3㍍の巨大なまくら4基や来場者が作つたたくさんのミニかまくらが並びました。雪に埋められたお菓子を見つける宝探しも行われ、来場者が蒜山の冬を満喫していました。

### ひるぜん雪恋まつり



親子でミニかまくらづくり



こんにゃくの形を整えて鍋に入れる

教室が、1月24日に市役所美甘振興局で開かれ、市内から8人が参加しました。講師は、美甘図書館に勤務している渡辺美恵子さんです。参加者は、芋の皮を剥ぐ、すりおろして、にがりと混ぜる、形を整えて茹でるなどして、こんにゃくを作りました。教室では、できたての芋をさしみこんにゃくにして、きな粉などを付けて食べました。

できたての味を楽しむ  
芋かり作るこんにゃく作り教室

## 1/20 歌やおしゃれを楽しんで

高井友恵さん（久世）が1月20日に百歳を迎えるされました。昔から歌を歌うことやおしゃれが好きで、今も楽しんでいるそうです。おいしいものを好き嫌いなく食べ、よく寝ることが長寿の秘けつとのことです。



## 1/26 繊細な酒の味や香り楽しむ

フランスで開催される日本酒のコンクールの審査員らが日本の酒蔵へ視察に訪れました。御前酒蔵元辻本店での視察では、酒造りの技術の説明や試飲が行われ、審査員らは、酒作りへの熱意を感じていました。



## 2/1 白銀の斜面を颯爽と滑る

第20回真庭市長杯スキー大会には、市内外の小学2年生から81歳までが出席しました。大会では、ジャイアントスラロームとクロスカントリーが年齢や性別を分けて行われ、出場者がタイムを競いました。



## 2/4 朝食のお餅と晩酌のビールを欠かさない

徳山美津子さん（蒜山上徳山）が2月4日に百歳を迎えられました。趣味は短歌を作ることで、最近は植物の世話などをしてのんびり過ごしているそうです。朝食のお餅と、晩酌のビールが楽しみとのことです。



## 2/7 月田小学校でむかしあそび

月田小学校でコマ回しや、メンコ、おはじきなどの昔の遊びを楽しむ授業「むかしあそびの会」が開かれました。会では地元のおじいちゃんやおばあちゃんたちが児童に遊び方を教え、互いの絆を深めました。



会場には多くの子ども服や雑貨などが並んだ

2月10日、子どもの服や雑貨などを譲り合う「おさがり広場くるりんぱ」が真庭あぐりガーデンで開催されました。もつたいない気持ちを大切に資源循環を促そうと、市内のメンバー5人が譲り受けたおさがり品を5点で100円といった低価格で販売することを魅力に、去年から市内各地で活動しています。訪れた人は子どもや孫のために合うものはないか手に取って探していました。

もつたいない気持ち育む  
おさがり広場くるりんぱ



参加者の目線がボールに集まる

旧真庭高校久世校地の体育館で、昭和生まれを対象にしたソフトバレーの交流会が開かれました。この催しは、地域の人達の交流と体力づくりを目的に、スポーツレクリエーション俱楽部くせが毎年開いています。交流会は2日に分けて開かれ、2月14日は予選、2月28日は順位決定戦をしました。30代から70代の人たちでつくる9つのチーム、合わせて約50人が参加し、朗らかに笑いあいながら試合を楽しんでいました。

和氣あいあいとプレー  
ソフトバレーde交流会

# いつしょに真庭を盛り上げよう！

さまざまな事業を進行中！

真庭観光局は地域の元気なリーダー15人といつしょに観光地域づくりに取り組んでいます。住む人も訪れる人も、もっと楽しい真庭を目指すため、皆さんの協力や参加をお待ちしています。

## 情報発信

勝山

真庭市交流定住センター  
甲田さん

## インバウンド

勝山

辻本店  
辻さん

## 交通環境

落合

落合タクシー  
小林さん

湯原

湯の蔵つるや  
小河原さん

美甘

向井林業  
向井さん

## 真庭イベントプロジェクト事業



真庭でイベントを開催することで観光客が地域を周遊し、地域にお金が落ちる仕組みを形成します。

## ▶▶ 参加してほしいこと

- 周知の協力、イベント来場

## 真庭のお寺活用ネットワーク事業



宗派を超えた横のつながりの構築により、寺院×観光という側面から寺院を活用した滞在交流プログラムを開発します。

## ▶▶ 参加してほしいこと

- お寺巡り(御朱印巡り)
- お寺修行体験



美甘

しげや旅館  
笹尾さん

落合

花の山寺 普門寺  
和田さん

## MANIWA ブライダルツーリズム事業



地域の特色を生かした結婚式を作ることで、真庭での縁をつないでいきます。そして、関係人口を増やして地域活性化を図ります。

## ▶▶ 参加してほしいこと

- 真庭での結婚披露宴
- ブライダルフォト
- ブライダルフェア



久世

ブライダルプロデュース  
カレン  
櫻井さん

## 真庭めぐりコミュニケーション研修事業



地域の魅力の根っこはその土地に暮らす人。来訪者や地域の人々が人とつながりを作り観光振興を図ります。

## ▶▶ 参加してほしいこと

- 「のみ～の」への来場、飲食店の出店

イベントや活動情報は Instagram でも発信中！

真庭観光局  
@maniawatrip

真庭の観光情報は 真庭観光 WEB 検索



一般社団法人 真庭観光局 TEL: 0867-45-7111

## 春のおすすめ特集

## ▶ 桜の開花情報

## ▶ 真庭の体験オンライン予約



ついに3月末で市制20周年。平成の大合併と呼ばれた市町村合併から、もうそんなに時が経つたのかと驚きます。あの頃学生だった私も、就職に結婚、出産とさまざまな変化を経験しながら、すっかり大人になりました。成長したと胸を張れることはあまりないですが、毎日一生懸命やつてきたということは自分でもほめて、またがんばっていきたいです。

井上



▲PN あきさん

20年。過ぎてみるとあつとう間だったなど思います。20年前、私は小学生でした。当時はハンバーグが喜んで注文し、早く帰れた日はゲーム。人はそんなに変わらないみたいです。当時と違うのは、好きなことを好きなだけできることですが。自制心を大切にしたいです。村松

●編集後記  
やまのへやっ!!



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。