

未来へ舞い上げれ



真庭市市制施行20周年記念イベント「まにわ20祭」の記念式典で、Dance Club VIVOが披露したダンスの様子を撮影しました。今まで真庭を支えてきた先人たちへの感謝と、これから明るい未来へ向かっていくことを表現したダンスに、来場者たちは見入っていました（2ページから関連記事）。

まにわ20祭!	P02～
市政トピックス	P04～
お知らせ	P06～
真庭が好きっ読者の広場	P16～
真庭人 磯田 学さん	P20～
健康のススメ	P21～
ぐるっと真庭 まちの話題	P22～

真庭市市制施行 20周年記念イベント

まにわ20祭!

6月8日、久世エスパスセンターで真庭市市制施行20周年記念イベント「まにわ20祭!」が開催されました。ホールでは記念式典が行われ、エスパス合唱団による合唱や市民憲章の朗読、真庭大使からのビデオメッセージの上映、ステージパフォーマンスなどが行われました。また、土広場にはマルシェや体験ブース、遊び場コーナーが出現。多くの人々が訪れ、皆さんの笑顔や子どもたちの歓声であふれていました。

真庭市は誕生して20年という節目を迎え、次の20年に向けて歩みだしました。みんなでにぎやかな共生の地域社会を築いていきましょう。

記念式典



①式典会場の様子 ②エスパス合唱団による「True Garden」の合唱 ③真庭高校・勝山高校の生徒たちによる市民憲章朗読 ④真庭大使の皆さんからのビデオメッセージ ⑤太田市長のあいさつ ⑥～⑧市内外で活動するダンスチームによるステージパフォーマンス





多くの来場者でにぎわう会場

マルシェ

来場者は、グルメや買い物を楽しんでいます。行列ができる店舗や売り切れになる店舗もありました。



遊び場コーナー

木材チップのプールや段ボール迷路など、子どもたちが楽しそうに遊んでいました。



体験ブース

工作体験や人気の乗り物に乗れるコーナーなど、子どもから大人まで楽しめる・ためになるブースがたくさん出展しました。



サプライズで行われたフラッシュモブ



20周年おめでとうパネル 展示中



来場者の皆さんが作ってくれた、真庭市の20周年をお祝いするパネルを、市役所本庁舎1階ロビーに展示しています。ぜひご覧ください。(展示期間は未定です。)

「真庭版農業支援サービス事業体」設立プロジェクト 「農業」を軸に地方創生を目指す



プロジェクト開始に意気込む各社の代表と太田市長（写真左から3人目）



▲Instagramで
情報発信中



看板が据えられた設立準備室スペース

5月23日、真庭市と民間各社で立ち上げる「真庭版農業支援サービス事業体」の設立準備室を設置する発表会が行われました。プロジェクトには、パソナグループ、パソナ農援隊、丹後王国ブルワリー、TOPPANエッジ、天満屋、中国銀行の6社が参画（6月20日時点）。民間企業のノウハウを生かし、農作業受委託のマッチングや中山間地域等直接支払交付金などの事務支援、販路開拓、就農支援など農業者をサポートし、農協などの役割を補完する新たな法人設立を目指します。準備室は本庁舎内に置かれ、国の制度などを活用し民間からの人材派遣も予定されています。

大阪・関西万博会場に出席 SDGSフェスで魅力を発信

5月28日から6月1日まで開催された大阪・関西万博会場の地方創生SDGSフェスに真庭市が出席しました。地方創生とSDGSをテーマに、全国39の地域の取り組みを学び、体験できる企画で、ゲーム感覚で楽しく各ブースを巡り、地域の魅力を発見できる内容。真庭市はヒノキを使ったボールプールなど、地元木材を使用した展示を行い、来場者は展示物に触れ、真庭の木の温もりを肌で感じていました。



真庭市のブースで展示物に触れる来場者



職務代理者 宮島 節さん
(70歳/月田)



委員長 福山 真知子さん
(71歳/久世)



委員 大み 昌司さん
(66歳/蒜山上長田)



委員 河内 勝彦さん
(65歳/月田本)

真庭市選挙管理委員会 新体制が決まる

5月20日、選挙管理委員会が開催され、委員長に福山真知子さんが、委員長職務代理者に宮島節さんがそれぞれ再任されました。また、新たな委員に大み昌司さんが任命されました。任期は、令和11年5月19日までの4年間です。



市長室から
こんにちは!

昭和100年、戦後80年を考える (その1)

本年は昭和100年、戦後80年に当たります。1世代を30年として、その時代と社会、人生を振り返ることにしましょう。時間の連続性を保つため西暦を使います。

<第1世代(1926年生まれ。モデルとして30歳で結婚と想定)>

1926年(昭和元年)に生まれた人は、敗戦の年(1945年)には19歳でした。その約20年間はまさに「戦争の昭和」と言えるのではないのでしょうか。簡単に約20年間を振り返りますと、1925年に普通選挙法が成立し、男性は納税に関係なく選挙権を取得(女性は戦後)するという画期的なことがありました。一方で、治安維持法ができました。昭和初期は大正デモクラシーの影響があり、政党が内閣を作り、政治を行う機能がありましたが、1930年の浜口総理大臣襲撃(後日死亡)、1932年の五・一五事件での犬養総理大臣の殺害、1936年の二・二六事件での反乱(高橋大蔵大臣など9名が死亡)などで政党政治が終わりを告げました。1931年の満州事変、1937年から日中戦争、更に1941年から第2次世界大戦になり、1945年8月の日本の無条件降伏で戦争が終わるのです。

徴兵はもともと20歳だったので、陸軍士官学校などに入学した職業軍人などを除き、兵役経験はない人が多いですが、学業に専念できず、工場や軍用に徴用され、食料難にも苦しんだのです。空襲により多数の犠牲者が出ました。沖縄、広島、長崎も忘れてはなりません。ひめゆり学徒隊もその一つです。父親が戦死された方もいるでしょう。なお、1926年より少し前に生まれた戦没学徒の手記「きけ わだつみのこえ」は私に平和のために戦うことを教える愛読書です。

1945年の敗戦により軍国主義から一転して民主主義が唱えられ、戸惑った記憶が鮮明な人たちが多くはずです。日本経済は、1950年に勃発した朝鮮戦争の特需を契機に立ち直り、1955年頃から高度経済成長へ入ります。1956年の出生数167万人(最高は1949年の269万人)、合計特殊出生率2.22ですから、子どもが3人くらい当たり前でした。高度成長政策、所得倍增政策が進行し、重化学工業として水島などの新産業都市が誕生。若者は就職で都市へ流れ、農業の衰退と過疎過密が問題になり始めました。井沢八郎の「あゝ上野駅」の時代です。1962年に国立工業高等専門学校が設置されたことも象徴の一つです。「三種の神器」として家庭に白黒テレビ、洗濯機、冷蔵庫が急速に普及した時代でもあります。

(次号に続く)



任命書を受け取る山本水月隊員(写真左)

地域おこし協力隊着任報告会 真庭の魅力を世界に発信

新たに地域おこし協力隊になった山本水月隊員の着任報告会が、6月10日に行われました。山本隊員は大阪府出身で、両親が真庭市場高槻店で真庭を知り、なりわい塾に参加したことをきっかけに移住を決意。市外出身者の視点と前職でタレントのマネジメントやSNSでの発信などに携わっていた経験を生かし、真庭観光局と連携して地域プロモーション活動に取り組みます。真庭の魅力を国内外に広く発信していきます。



太田市長(写真中央)を囲み、談笑するサロンメンバー

「市長と話そう!」を開催 安心、健康な地域を目指し

市長が地域に出向き、市民と膝を突き合わせて自由な意見交換を行う「市長と話そう!」が6月12日、落合地域の開田コミュニティハウスで開催されました。集いの場の「開田体操サロン」のメンバー24人が参加し、サロン活動を中心とした地域住民の健康づくりや、安心して暮らせる地域づくりなどをテーマに会は進行。核家族化している近年の現役世代を孤立化させない支援策などについて意見が交わされました。

農作物の盗難に注意

県内全域で農作物の盗難が増えています。保管庫や保冷库に施錠をしたり、収穫物は放置せずに持ち帰ったりするなど、盗難防止対策をしましょう。また、被害に遭った場合や疑わしい事案があった場合には、迷わず警察に通報・相談しましょう。



岡山県
ホームページ▲

▶生産者ができる取り組み

管理の徹底

収穫物は園地に放置せずに持ち帰る

鍵掛け

ハウス、収穫物の保管庫、米の保冷库などの施錠を徹底する

整理整頓

脚立や収穫用コンテナを園地から小まめに撤収する

環境整備

園地にネットや柵などを設置し、侵入しにくい環境を作る

侵入対策

防犯カメラ、センサーライトなどを設置する

警戒表示

「盗難警戒中」「立入禁止」などの看板や張り紙を設置する

▶地域でできる取り組み

警戒活動

地域の生産者や警察と連携してパトロールを実施する

迷わず通報

不審な人物、車両を見つけたら110番通報する

見分ける工夫

不審な人物などを見分けるため、腕章や車両用ステッカーを作成する

問 真庭警察署 TEL0867-44-6110

マイナポータルからスマホで国民年金手続の電子申請ができます。

■主な対象手続き

- ・国民年金保険料免除・納付猶予の申請
- ・経済的に保険料の納付が困難な場合に、納付の免除、または猶予を申請する手続き
- ・国民年金保険料学生納付特例の申請
- ・学生が保険料の納付が困難な場合に、納付の猶予を申請する手続き
- ・国民年金付加保険料納付申出（辞退）の申し出
- ・将来の老齢基礎年金の額を増やす場合に、付加保険料を納付するための手続き
- メリット
- ・スマートフォンで簡単に申

国民年金に加入中の人、加入する人へ
マイナポータルから手続きを

請できます
・24時間365日、申請できます
・処理状況や申請結果が確認できます

■申請方法

- ①スマートフォンで「マイナポータル」アプリをダウンロード
- ②スマートフォンとマイナナンバーカードでマイナポータルにログイン（4桁の暗証番号が必要）
- ③マイナポータルのトップ画面で「年金」をタップし、「国民年金に加入する方、加入中の方の手続き」を選択

■問い合わせ先
日本年金機構 ねんきん加入者ダイヤル
TEL 0570(003)004
■日本年金機構ホームページ▼



真庭市の人口

総数 40,296人(-49)
男 19,417人(-24)
女 20,879人(-25)
世帯数 17,354世帯(-3)

令和7年6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



市内7カ所を巡回

安全・快適に遊ぼう

この夏は涼しい屋内遊び場へ行こう！

暑くても子どもは思いっきり遊びたいものですが、近年の猛暑の影響で、夏場に子どもが屋外で遊ぶことが難しくなっており、子どもや子育て家庭の生活にもさまざまな影響が生じています。そのため真庭市では、学校などが夏休みとなる期間に、各地域で3日～5日間程度の期間限定で巡回型の屋内遊び場を設置します。涼しい屋内で段ボール迷路などの室内遊具でしっかり遊べる環境と勉強や読書ができるスペースを提供します。来場者にはグッズのプレゼントもあります（なくなり次第終了）。遊びの内容や注意点はホームページでご確認ください。



地域	期間	場所
久世	7月23日(水)～25日(金)、28日(月)	真庭市役所本庁舎（真庭市久世2927-2）
落合	7月30日(水)～8月3日(日)	落合総合センター（真庭市落合垂水618）
勝山	8月5日(火)～7日(木)	勝山保健福祉センター（真庭市勝山68-2）
美甘	8月9日(土)～11日(月)	美甘保健文化センター（真庭市美甘4134）
湯原	8月13日(水)～15日(金)	湯原ふれあいセンター（真庭市豊栄1515）
蒜山	8月17日(日)～20日(水)	八束コミュニティーセンター（真庭市蒜山富山根154）
北房	8月22日(金)、25日(月)～28日(木)	北房振興局（真庭市下皆部248）



- ▶ **利用料** 無料
- ▶ **対象者** 乳幼児から高校生（未就学児は保護者の同伴が必要）
- ▶ **注意点**
 - ・安全管理は各家庭でお願いします。
 - ・会場の形状により遊びの内容は変更になる場合があります。

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



暑い日は、
郵便局で
ひと休み。



真庭市内全ての郵便局が「クールスポット」に！買い物途中や散歩の合間に、どうぞ気軽にお立ち寄りください。

●問い合わせ先 環境課
TEL0867-42-1113
FAX0867-42-7455

真庭市くらしの循環センター 夏休み見学会

生ごみを活用した資源循環型社会への理解を深めていただくため、「真庭市くらしの循環センター夏休み見学会」を開催します。この機会に、皆さんが資源として分別した「生ごみ」のゆくえを見てみましょう。足湯カフェも開催します。気軽にお越しください。

▶ **日 時** 8月9日(土)、11日(月) 午前10時～、午後1時30分～
(見学時間は1時間程度を予定)

▶ **対 象** 小学生とその保護者

▶ **参 加 費** 無料

▶ **申込方法**

参加申込書に必要事項を記入し、メール、ファックス、または環境課・各振興局に持参して申請してください。参加申込書は真庭市ホームページに掲載しているほか、環境課、各振興局窓口で配布しています。

▶ **申込期限** 7月25日(金)

▶ **問い合わせ先** 環境課

TEL0867-42-1113 (FAX7455) Mail kankyoh@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ▶



お知らせ

INFORMATION

7月の休日急患担当医

診療時間：午前9時～午後5時

6日

- 津山中央まにわ病院・勝山
0867-44-2671 (FAX2989)
- 米田医院 (内)・勝山
0867-44-2132 (FAX4749)

13日

- 金田病院・落合
0867-52-1191 (FAX1917)
- 杉江医院 (内)・落合
0867-52-3456 (FAX3218)

20日

- 湯原温泉病院・湯原
0867-62-2221 (FAX2223)
- しんまち診療所 (内)・勝山
0867-44-1220 (FAX1221)

21日

- 勝山病院・勝山
0867-44-3161 (FAX5331)
- 本山医院 (内)・落合
0867-52-1551 (FAX7172)

27日

- 落合病院 (内)・落合
0867-52-1133 (FAX1160)
- 金田病院 (外)・落合
0867-52-1191 (FAX1917)
- 片岡医院 (内)・湯原
0867-62-3400 (FAX3490)

～ 8月～

3日

- 津山中央まにわ病院・勝山
0867-44-2671 (FAX2989)
- 吉弘クリニック (内)・北房
0866-52-2704 (FAX2636)

10日

- 金田病院・落合
0867-52-1191 (FAX1917)
- 新庄村診療所 (内)・新庄村
0867-56-3255 (FAX3256)

11日

- 湯原温泉病院・湯原
0867-62-2221 (FAX2223)
- 河本医院 (内)・落合
0867-55-2121 (FAX2124)

参加者募集

高校生対象保育所等見学バスツアー

美作県民局では、保育園やこども園を見学し、保育の仕事を経験できるバスツアーを開催します。見学後は美作大学で、大学生や保育士と交流ができます。保育士に興味のある高校生の皆さん、ぜひご参加ください。

■開催日 8月8日(金)

■場所

県北の保育園・こども園、美作大学

■参加費 無料

■申込方法

岡山県ホームページをご覧ください。

■申込期限 7月25日(金)

■問い合わせ先

岡山県美作県民局福祉振興課
子育て支援班

TEL 0868 (23) 0113

FAX 0868 (23) 6129

■岡山県ホームページ



真庭・新庄地域 安全安心まちづくり推進大会

真庭市、新庄村、真庭警察署が一緒に開催します。防犯や交通安全について学んだり、警察官を体験したりできます。みんなの街の安全・安心について、一緒に考えませんか。

■日時 8月24日(日)

午前10時30分～午後0時30分

■場所 勝山文化センター

■参加費 無料

■問い合わせ先

真庭警察署生活安全課
TEL 0867 (44) 6110

対象者には 文書を発送します

定額減税補足給付金 (不足額給付)

定額減税補足給付金(不足額給付)とは、令和6年に支給した定額減税補足給付金の算定に際し、令和5年所得などを基にした推計額(令和6年分推計所得税額)を用いて算定したことにより、結果として支給額に不足が生じた人などに対し、不足する額を支給するものです。

給付対象となる人には、7月下旬以降、順次手続きのための文書を発送します。

■問い合わせ先 税務課

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

■真庭市ホームページ



公式SNS こどもあ

Instagram・Xで真庭の子育て発信中

市内で子育て中の保護者などが、楽しく生活する様子や、子ども、子育てに関わるイベントなどの情報を保護者などの視点で発信している公式アカウント「こどもあ」。新たにくらぶ員も加わり、自然いっぱいの真庭でのびのび育つ子どもたちの様子や、市の子育て支援などの情報がたくさん投稿されています。ぜひフォローして一緒に盛り上げていきましょう。



Instagram



X



真庭市では、子ども、子育て施策を市政の最優先施策と位置付け、妊娠、出産、子育ての切れ目のない施策を総合的に推進するため「こどもはぐくみ応援プロジェクト」に取り組んでいます。

真庭に暮らす皆さんと一緒に、子どもたちの権利が守られ、将来に渡って幸せに暮らせるように、子どもを産み育てたいと願う全ての人の子育てに夢や喜びを感じられる「みんなで育む子育てのまちなにわ」というまちづくりを進めていきたいと考えています。

☎ 子育て支援課 TEL0867-42-1054 (FAX1388)

JR利用促進事業

真庭市では、JR利用促進事業の一環として、市民の皆さんが姫新線を利用する際の運賃などを補助する制度を用意しています。

① 真庭市JR姫新線団体利用者乗車券購入補助金

5人以上の市内団体で姫新線を利用するとき、運賃の一部を補助します。

- ▶ **要件** 家族、友達など、市民5人以上の団体利用であること、姫新線を含む区間の乗車券であること
- ▶ **補助率** 運賃の2分の1（1人につき片道当たり500円を上限）
※10円未満の少数が生じる場合は切り捨て

② 真庭市JR姫新線社会学習利用助成事業補助金

学校や園、その他の団体が、社会学習の一環として姫新線を利用するとき、運賃の全額と貸切バス代などの一部を補助します。

- ▶ **要件** 市内の園、小中学校、高校、その他の団体が社会学習の一環として姫新線を利用するとき
- ▶ **補助率** 運賃全額で、貸切バス代などは2分の1、または5万円のいずれか少ない額
（10円未満の少数が生じる場合、切り捨て）

③ 真庭市JR姫新線イベント支援事業補助金

姫新線を活用した地域振興につながるイベントを開催するとき、開催費用の一部を補助します。

- ▶ **要件** 姫新線や駅舎を活用したイベントであること、地域活性化や姫新線、駅舎の利用促進につながるイベントであること、JR姫新線の利用人数の増加が見込めるイベントであること
- ▶ **補助率** 対象経費の2分の1（30万円を上限）

条件や内容、申請書類などについては、真庭市ホームページをご覧ください。
各種補助金とも、予算額に達した時点で募集を終了します。

問 くらし安全課 TEL0867-42-1017(FAX7455)
Email: kurashianzen@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



7月1日は「AED」の日

使用方法と設置場所を
再確認しておきましょう



真庭市
ホームページ▲

■いざというときAEDを使えますか

AED（自動体外式除細動器）は心臓がけいれんし、血液を流すポンプ機能を失った状態（心室細動）の傷病者に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。いざというときのため、大切な人の命を救うため、AEDの使用方法を再確認しておきましょう。

■設置場所の確認を

真庭市では、市役所本庁舎各振興局、学校、こども園、スポーツ施設、文化施設などにAEDを設置しています。また、公共施設が周辺にない地域においても地域の消防機庫などに設置しています。設置場所は日本全国AEDマップから確認できます。

日本全国AEDマップ▼



■積極的に講習会などにも参加しましょう

真庭消防署では、心肺蘇生法やAEDの使用法、止血方法などを学ぶ救命講習を実施しています。いざという時のため、応急手当の知識、技術を身につけておくことが大切です。自治会など地域単位での申し込みが可能な出張型の講習会も行っています。事前に、最寄りの消防署にご相談ください。

■プライバシーに配慮したAEDの使用について

傷病者のプライバシーを保護し、性別に関わらず、ためらわずにAEDの使用ができるように、使用方法についてのチラシを作成し、市内設置のAEDに配置しています。

■問い合わせ先
健康推進課

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

ご利用ください

真庭市行政情報データベース

現在インターネットで公開中の行政情報データベースは、真庭市の人口などの統計データをはじめ、子育て、経済、地域に関するさまざまなデータを自由に閲覧できます。また、公開しているデータがダウンロードできます。ぜひご利用ください。

■問い合わせ先 総合政策課

TEL 0867(42)1169

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼



7月は強調月間

第75回社会を明るくする運動

「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し立ち直りを支える地域の「チカラ」は、全ての国民が、犯罪や非行の防止と、犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

■主な取り組み

○内閣総理大臣からのメッ

セージ伝達（真庭市長へ）

○街頭広報活動

○推進大会（講演会）

○作文募集（中学生対象）

■問い合わせ先

真庭地区保護司会事務局

TEL 0867(44)2255

■法務省

ホームページ▼



受講生募集

令和7年度和牛入門講座

岡山で和牛を飼ってみませんか。和牛繁殖経営を始めるに当たっての知識や技術を習得できるよう、基礎講義や牧場体験学習、家畜市場視察などを実施します。

※家畜伝染病の発生などの状況によっては、講座の中止、または内容の変更を行う場合があります。

■募集対象

和牛の飼育に興味があり、将来岡山県内で就農、新規参入を希望している人

■定員 10人程度

■第1回目の日時（全4回）

8月16日（土）

午前10時～午後3時

※第2回目以降は岡山県畜産協会ホームページをご覧ください

さい。

■場所 岡山県農林水産総合センター畜産研究所（久米郡美咲町北2272）

■申込書請求・申し込み・お問い合わせ先

（二社）岡山県畜産協会 経営支援部経営対策班

TEL 086(222)8575

FAX 086(234)6031

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

ホームページ▼

岡山県畜産協会

西日本高速道路株式会社

高速道路沿線に竹木などを所有している人へ

台風による強風などにより、沿線から高速道路内に竹や樹木が倒れ込み、走行中の車に衝突する事故が発生しています。高速道路沿線で竹木や森林を所有している人は、竹や樹木が高速道路内に倒れる危険がないように、伐採などの対策をお願いします。

道路上に竹木などが倒れ込む危険性がある場合、または実際に倒れ込んだ場合には、安全確保のため西日本高速道路株式会社で伐採する事があるのでご了承ください。

なお、倒木・倒竹による事

人も、会社も、もっと元気に！

中退共済制度
CHU TAI KYO
小企業 退職金 共済制度

- ◆ 掛金の一部を国が助成
- ◆ 掛金は全額非課税。手数料も不要
- ◆ 外部積立型なので管理が簡単
- ◆ パートさんの加入もOK



詳しくはホームページへ

中退共

検索



(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部

TEL.03-6907-1234

FAX.03-5955-8211

マンガ館ですてきな出会いを
漫画ミタイナ恋ノ始マリ
第三章くみふるいち三川マンガ館

夏の婚活イベントを開催します。趣味の合う人が集まれば、自然と話が弾みます。みんな楽しく話をしてみませんか。

■日時

8月24日(日) 午前10時～

■場所 ふるいち三川マンガ館(真庭市種966番地)

■定員 20人(男女各10人)

■参加費 千円

■申込方法 真庭市ホームページ、または地域みらい創生課に電話で申し込み。

■申込期限 8月4日(月)

■問い合わせ先

地域みらい創生課

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼



支援拡大

新婚さんバックアップ事業補助金

市内に住む新婚世帯への資金的支援について、婚姻日からの期間、対象経費、年間所得額の上限など、一部の範囲を拡大します。詳しくは、真庭市ホームページをご覧ください。

■申込方法 地域みらい創生課へ申請書類を提出

■申込期限

令和8年3月31日(火)

※予算がなくなり次第受付終了となります。

■問い合わせ先

地域みらい創生課

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼



令和8年度申請受付中

集会所施設整備補助金

市内の自治会などが所属する住民の集会所、研修および健全なレクリエーションなどに利用する施設、市から譲渡を受けたコミュニティハウスなどの施設の整備に係る事業に

対して補助金を助成しています。令和8年度分の助成を希望する場合は、地域みらい創生課、または各振興局に事前相談の上、お申し込みください。

■対象団体 地域自主組織など、地域住民による協働の地域づくりに取り組む団体

※PTAや体育協会、宗教団体など、特定の目的のために組織された団体は除く

■補助対象事業

・新築事業

・改修、または増築事業

・汚水処理事業

※採択されない場合や事業内容が変更になる場合があります。

■申込期限 10月31日(金)

■問い合わせ先

地域みらい創生課

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼



令和8年度申請受付中

コミュニティ助成事業

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ助成事業を実施しています。令和8年度分の助成を希望する団体は、地域み



らい創生課に事前相談の上、お申し込みください。

■対象団体 地域自主組織など、地域住民による協働の地域づくりに取り組む団体

※PTAや体育協会、宗教団体など、特定の目的のために組織された団体は除く

■助成内容

①一般コミュニティ助成事業

住民が自主的に行うコミュニティ活動に必要な設備の整備など(建築物・消耗品は除く)

②コミュニティセンター助成事業

住民のコミュニティ助成事業活動を推進する集会所の建築設備など

【助成額】

対象事業費の5分の3以内(上限2千万円)

※採択されない場合や事業内容が変更になる場合があります。

■申込期限 8月29日(金)

■問い合わせ先

地域みらい創生課

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353

■真庭市

ホームページ▼

TEL 0867(42)1179

FAX 0867(42)1353



新たな出会いプロジェクト

結婚推進事業を拡大 新たな出会いの場をご案内します

おせっかいサポート

結婚を希望する人の情報を登録し、まにわ縁結び推進委員会による仲介などにおつなぎします。また、登録した人にはまにわこいんをプレゼントします。

▶登録条件 独身の人 ▶登録費用 無料

メタバース婚活

対面でのお見合いなどはハードルが高いという人に、メタバース空間上での婚活イベントを案内します。

▶登録条件 18～39歳の独身の人 ▶登録費用 3,000円

恋愛塾

専任のカウンセラーによるファッションアドバイスやコミュニケーションレッスン、個別のオンライン相談会など、きめ細やかな結婚サポートを行います。

▶登録条件 市内在住の18～39歳の独身の人

▶登録費用 6万円(ご成婚時に別途10万円)

問 地域みらい創生課

TEL 0867-42-1179 (FAX 1353)

真庭市

ホームページ▶



抽選で最大2千まいポイント まちのたからを巡る 景観スタンプラリー

まにこいんアプリを使って
真庭市内を巡るスタンプラ
リーです。真庭の美しい景観
や、思わずカメラを向けたく
なるような「まちのたから」
を訪れてみませんか。

■期間

7月1日(火)～8月31日(日)

■場所 真庭市内全7カ所

■参加方法

・GPSで現在位置が確認で
きる端末にまにこいんアプリ
を取得、または既に取得済み
の場合は最新版に更新する。
・まにこいんアプリ内にある
特設ページへアクセスし、「参
加する」を押す。

■スタンプの取得方法

- ①GPSを有効にし、スタン
プを取得できる場所に行く。
- ②まにこいんアプリのスタン
プラリー特設ページを開く。
- ③各スポットの説明文内に記載
されたキーワードを入力する。

■まにこいんポイントの抽選

期間終了後、参加者のまにこ
いんアプリにアンケートを配
信します。アンケートに答え
ると、集めたスタンプの数な

どに応じて抽選で最大2千ま
いにポイントが付与されます。
※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

まちづくり推進課

TEL 0867(42)7781

FAX 0867(42)1988

■真庭市

ホームページ▼



中央図書館体験講座

植物標本を作ろう

植物採集に行つて本格的な
植物標本を作ってみません
か。作った標本は家に飾った
り、自由研究として学校へ提
出したり、津黒いきものふれ
あいの里の大切な資料として
保存したりしてもらいましょ
う。連続2回の体験講座です。

■日時

①7月27日(日)

午前9時～午後0時30分

②8月17日(日)

午前10時～正午

■集合場所 中央図書館

■講師 津黒いきものふれあ
いの里館長 雪江祥貴氏

■対象および定員

小学生以上 10人程度

※2日間とも参加できる人

■参加費 無料

■申込方法 中央図書館へ来

館、電話、申込フォームのい

ずれかで申し込み。

申込フォーム▼



■問い合わせ先 中央図書館

TEL 0867(44)2012

FAX 0867(44)2020

■真庭市

ホームページ▼



戦後80年図書館連続講座

「食へる」から考える、 豊かさとは？

敗戦後、飢える時代から、
高度成長を経て飽食へ。飽食
から個食・孤食に。そして、
コメの値段が急騰。私たちは、
誰と何を食べてここまで生き
てきたのか。「食へる」を通じ
て日本の近代、そして戦後80
年を振り返り、これからの暮
らしや社会を考えます。豊か
さとはなんでしょうか。私た
ちはこれから、誰と何を食べ
ていくのでしょうか。7月から
10月にかけての連続企画です。

○連続講座

①「食へること、生きること

―胃袋の近現代史―

②「食で読み解く真庭の歴史

―日常と飢饉・戦争―

③映画「水になった村」上映

とトーク

■日にち 10月25日(出

映画監督)

■講師 大西暢夫氏(写真家・

映画監督)

真庭音楽祭

Let's Enjoy Music!
～みんなでつくる音楽祭～

出演者 募集中

▶日時

11月23日(日) 午後0時30分～4時

▶場所

勝山文化センター ポンテホール

▶参加資格

音楽を演奏する個人およびグループ

▶申込方法

出演希望者は実行委員会事務局へお問い合
わせください。

▶申込期限 7月31日(木)

▶問い合わせ先

真庭音楽祭実行委員会(真庭青年会議所内)

TEL 0867-42-4453

※問い合わせ受付日時

月～金曜日

午前10時～午後4時



真庭市ホームページ▲

■日時 8月10日(日)

午前10時～午後0時30分

■講師

湯澤規子氏(法政大学教授)

■場所 中央図書館

■定員 30人

■参加費 無料

■申込方法 中央図書館へ来

館、電話、申込フォームのい

ずれかで申し込み。

申込フォーム▼



※関連企画「教えてあなたの
『食へものがたり』」

あなたの「あの時食べた○

○はおいしかったなあ」を教

えてください。7月下旬から、

各図書館にて。

○連続講座今後の予定

②「食で読み解く真庭の歴史

―日常と飢饉・戦争―

■日時 9月15日(月) 午後2

時～4時

■講師 前原茂雄氏(蒜山郷

土博物館長)

③映画「水になった村」上映

とトーク

■日にち 10月25日(出

映画監督)

■講師 大西暢夫氏(写真家・

映画監督)

■問い合わせ先 中央図書館

TEL 0867(44)2012

FAX 0867(44)2020

■真庭市

ホームページ▼



ワークショップやアーティストトークも開催

会期は7月19日～11月24日

山本修司展.. 描写する水面(すいめん) ／枯山水の水面(みなも)

水面の反射を写した平面作品や石を接着したオブジェ、レリーフで知られるアーティスト、山本修司(やまもと しゅうじ)さんの展覧会「山本修司展..描写する水面／枯山水の水面」を開催します。

■会期 7月19日(土)～11月24日(月)

■場所 蒜山ミュージアム

■開館時間

午前9時～午後5時(入館は午後4時45分まで)
■休館日 毎週水曜日(8月13日は開館)

ワークショップ「新しい星座づくり」

■日時

8月9日(土) 午前10時30分～午後0時30分

■場所 GREENable HIRUZEN

■対象 小学3年生以上

■定員 15人(要予約)

※入館料のみで参加可能です。

※予約方法は決定次第、当館ホームページなどでお知らせします。

山本氏によるアーティストトーク

■日時 8月9日(土) 午後2時～3時

■場所 蒜山ミュージアム

※予約不要、入館料のみで参加可能です。

問 スポーツ・文化振興課 TEL0867-42-1178(FAX 1416)
Email: sportsbunka@city.maniwa.lg.jp

GREENable HIRUZEN
ホームページ



素晴らしい思い出にするために

入念な準備と慎重な行動を

安全第一 思い出に残る登山を

夏山の登山シーズンがやってきました。美しい自然の中での登山は心を癒やす素晴らしい体験ですが、一歩間違えると大きな事故につながることもあります。事故なく安全に登山を楽しむための大切なポイントをお伝えします。

登山前の準備

▶登山計画の提出

登山届を提出しましょう。登山届は、インターネット(登山アプリ)でも提出できます。家族や友人にも行き先、予定を伝えることが大切です。

▶準備物の確認

地図、コンパス、登山靴、雨具、ライト、非常食など基本準備は万全にしましょう。

▶天候の確認

山の天気は変わりやすく、悪天候は命取りになります。出発前に必ず確認しましょう。

▶無理のない行動を

体力に見合ったコース選びと、こまめな休憩を心掛けましょう。また、熱中症などによる体調不良にも注意し、少しでも異常を感じたら無理せず下山しましょう。

▶単独行動の回避

可能な限り複数人で登山をしましょう。万が一に備え、助け合える仲間が必要です。

▶地図の活用

山岳救助事案の大半が道迷いによるものです。登山用地図アプリや紙の地図を活用し、道迷い防止に努めましょう。

▶万が一に備えて

携帯電話は、GPSを活用した現在地の把握や緊急連絡手段として必ず持つようにしましょう。

登山中の心掛け

自然は私たちに多くの感動を与えてくれますが、同時に厳しさも持ち合わせています。安全な登山は、入念な準備と慎重な行動から始まります。ポイントを守って安全で楽しい登山にしましょう。

問 真庭消防署救助係 TEL0867-42-1190(FAX 1672)
Email: maniwashobo@city.maniwa.lg.jp

真庭市
ホームページ



山中一揆三百年

山中一揆演劇ワークショップ 参加者募集

山崎樹一郎監督とともに山中一揆を「演劇」で語り継ぐ

真庭の大切な歴史である1726年の山中一揆から300年の大きな節目にあたり、生きるために立ち上がった数千の民衆、51名の義民、行きすぎた権力に対する反省、それらを忘れることなく歴史と記憶を引き継ぐことを目的に山中一揆を演劇化します。演劇は1回あたり30～40分で、役者やスタッフは市内外から募り、台本・演出は真庭市在住の映画監督 山崎樹一郎氏がワークショップ形式で行います。

- 日程 8月～9月の週末で5回程度
会場 湯原ふれあいセンターなど
※日時、場所は、集まった参加者の年齢や居住地により検討します。
定員 ①演劇に参加する出演者 15人程度
②舞台美術・音響・照明・制作などに関わるスタッフ10人程度
応募資格 小学生以上で、日本語でのコミュニケーションが可能な人
※住所・性別・演劇経験は問いません
※18歳未満の人は、必ず保護者の同意を得て応募してください。

- 参加費 無料
応募方法 申込フォームから申し込み。
応募期限 7月25日(金)
その他

- ・第1回演劇公演は、10月12日(日) (会場：湯原地域) を予定しています。
- ・本演劇は商業演劇ではありませんので、出演料などを支払うものではありません。



申込フォーム▶

講師プロフィール

山崎樹一郎 (映画監督)

2006年に岡山県真庭市の山あいに移住し、農業に携わりながら映画製作を始める。最新作『やまぶき』(2022年)は、ロッテルダムやカンヌ国際映画祭でも上映され、第四回大島渚賞を受賞。

【講師よりメッセージ】

山中一揆を新しい切り口で捉え直したい。私たちが試みるのは、自然、土地、場所をめいっぱい信じるものづくり。実際に起こった場所(ここ)で一揆を演じ直すことで、歴史を自覚的に踏み越えていくことになればおもしろい。参加者がフィールドワークと対話を通して山中一揆300年の節目に一つのクサビになるような新しい表現を提示できればと思う。



主催 山中一揆義民顕彰会
共催 真庭市・真庭市教育委員会
助成 (公財)真庭エスパス文化振興財団

☎ 湯原振興局地域振興課
TEL0867-62-2011 (FAX2097)
Email: chiiki_yb@city.maniwa.lg.jp



真庭市ホームページ▲

夏の体験講座

古代のビーズを作ろう！

夏の体験学習として「古代のビーズを作ろう！」を開催します。粉末のガラスを「多孔土盤」と呼ばれる土器に入れてビーズを作り、そのビーズをキーホルダーにします。

■内容および日時

①多孔土盤にガラスの粉を入れビーズを焼く
7月26日(土) 午後1時30分～3時
②焼いたビーズを使ってキーホルダーを作る
8月2日(土) 午後1時30分～3時

■集合場所 蒜山郷土博物館
■定員 10人
■参加費 300円(初回時入館料として)

■申込方法
次のいずれかで申し込み。

①応募用紙を博物館窓口に出、またはファックスで送信

②電話、メールで申し込み

■申込期限 7月25日(金)

■申込要項

必ず両日参加してください。小学校4年生以下の人は必ず保護者が同伴してください。

■その他 雨天中止となる場合

合がございます。

■問い合わせ先

蒜山郷土博物館

TEL 0867(66)4667

FAX 0867(66)4667

Mail hiruzen-nus@city.maniwa.lg.jp

■真庭市

ホームページ▼



蒜山郷土博物館講座

はじめよう！

英語で伝える蒜山

蒜山文化を英語で伝えたい人たちのための講座を開催します。みんなで話し合いながら、楽しく蒜山と英語について考えてみませんか。英語初心者の人、英語が得意な人、誰でもご参加ください。

■日時 8月17日(日)

午後1時30分～3時

■場所 蒜山郷土博物館

■サポーター

ニコルス ベン氏、ニコルス

明子氏

■定員 10人程度

■参加費 無料(入館料不要)

■申込方法

次のいずれかで申し込み。

①応募用紙を博物館窓口に出、またはファックスで送信

②電話、メールで申し込み

■申込期限 8月8日(金)

■問い合わせ先

蒜山郷土博物館

TEL 0867(66)4667

FAX 0867(66)4667

Mail hiruzen-nus@city.maniwa.lg.jp

■真庭市

ホームページ▼



小学生の挑戦者求む

子ども樹木博士になろう

真庭森林組合では、樹木への関心を高め、森林や自然への理解を深めてもらおうと、小学生を対象に、子ども樹木博士認定事業を行っています。子ども樹木博士認定クイズに挑戦してみませんか。

■日時 8月6日(水)

午前10時～午後3時

■開催場所 勝山美しい森遊歩道(真庭市菅谷地内)

■集合場所

星山登山者駐車場

※現地までの送迎希望者は、午前9時までに真庭森林組合に集合してください。

■定員 30人程度

■申込方法

参加申込書に住所、氏名、学校名、学年と緊急連絡先の氏名と電話番号を記入し、

ファックス、またはメールで申し込み。

※電話での申し込みも可能です。

■申し込み・問い合わせ先

〒717-0013

真庭市勝山1884-5

真庭森林組合総務課

TEL 0867(44)3036

FAX 0867(44)4300

Mail maniwa-sk_soumu@bz04.plala.or.jp

■真庭森林組合

ホームページ▼

plala.or.jp

■真庭森林組合

ホームページ▼



真庭 de 夏のハレ

7.12^土
落合
OCHIAI

8.30^土
勝山
KATSUYAMA

8.2^土
新庄
SHINJO

9.6^土
久世
KUSE

9.21^日
湯原
YUBARA

10.1^日
出動
SHUJITSU

美甘での開催は終了しました。

ホームページ▲

Instagram ▲

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月11日(金)2種類同時発売!

発売期間 7/11(金)～8/11(月)

公益財団法人岡山県市町村振興協会



▲福田芳枝さん



▲PN ベイマックスさん

今月のテーマ 「花火」

「思い出の落合花火」

菊楽正子さん(惣)

昭和45年頃、花火と言えば、線香花火しかありませんでした。線香花火は少しの間は、おたまじやくしのような、とてもきれいな花火でしたが、それが落ちてしまうと、あっけなく消えてしまいます。時は変わりますが、中一の頃、初めて打ち上げの落合花火大会を、友人と北房から車で見に行きました。線香花火しか知らなかった私は打ち上げ花火を見て、とても感動しました。パッと明るく輝き、美しい夜空の月明かりは、目を見張るものがありました。あれから45年余り経った今でも落合花火は健在です。花火師のご苦労には頭が下がります。一つの大玉を上げるにも20名が関わっているそうで

す。大変なお仕事、本当にありがとうございます。今ではさまざまな大玉の花火が夜空一面に輝いています。これからも永遠にわたって落合花火が皆の心に残ってゆきますように！感謝、感激、雨あられ！

「線香花火ってなに？」
PN うーちゃんさん(栗原)

子どもの頃によくしたものです。皆さんは線香花火といえば何を連想されますか？バケツをそばに置き、丸く円を作り座ってチヨロチヨロパッパッ！地味でパッと火花が咲いたら終わりと思われませんか？自分の人生を重ね合わせると、小さな線香花火1本でも見方が変わって来ますよ。何でもですが…。線香(花火)とは瞬間的に物事に対して最初は熱心で、華々しく活動す



▲PN ふあびちゃんさん

お便り
お待ちしております！

メールの場合は
koho@city.maniwa.lg.jp

《9月号読書の広場》

◎テーマは
「断捨離」です。

思い切って手放したもののなど、断ったり捨てたり離れたことで豊かになったものについて、200字程度でお寄せください。

◎川柳の兼題は
「天気」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7月25日(金)です。

ASD(自閉スペクトラム症)とは

自閉症やアスペルガー症候群、その他の広汎性発達障害は全て「自閉スペクトラム症(ASD)」という一つの診断に改められています。

ASDの特徴は、人との関わりやコミュニケーションが難しい、興味や活動の幅が非常に狭く深いことが多い、特定のものへのこだわりが強い、感覚の偏りなどがあります。

例えば、急な予定変更や臨機応変な対応が苦手なので、悪気はなくても気が利かれないと思われることがあります。物事の予測や他人の考えを推察することは苦手です。また、何かの分野に突出した才能を発揮する場合があります。特性の現れ方は十人十色です。「困っている」ことに早く気づき、周りが理解すること、一人一人に合った対応をすることが大切です。

もっと詳しく知りたい場合は、真庭市障がい者・児発達発達支援センターにお問い合わせください。TEL0867-42-1080 FAX0867-42-1369



★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



やまもと そうご
山本 壮悟くん
R6.7.29生まれ(台金屋)
◎ 暁士さん(兄)



たぶち あさひ
田淵 朝陽くん
R6.7.29生まれ(古見)
◎ 杏葉さん(母)



こんどう ちはや
近藤 千颯くん
R6.7.22生まれ(惣)
◎ 正明さん・菜摘さん(両親)

るが、すぐに勢いが無くなる
と有りますが、どう思われま
すか？線香花火は手持ち花火
の代表的な物の一つで、江戸
時代前後に開発され、その名
はゼラチンで練った黒色火薬
を稲わらの先に塗って火をつ
け、香炉に線香のように立て
遊んだ事に由来するとありま
すが、なるほど。火球表面の
気泡が弾けて高温の液滴が飛
び出し、最大8回も連鎖的に
分裂する事で松葉火花を形成
するそうですが、花火の美し
さの秘密でしょうか。線香花
火は薔、牡丹、松葉、散り菊
と変わるそうです。そして、火に
対しては下斜め45度先端にの
み火をつけると良いと。今年
の夏の夜は線香花火で45度を
試し、変化を楽しんでみるの
はどうでしょう。楽しい夜の
ひとときを過ごしましょう！

二次元コードから
入力フォームを開
くことができます。



「祖父とロケット花火」

穴戸亮さん(久世)

私の子どもの頃の失敗談は
ある夏休みの出来事です。実
家の前にあるガードレールの
上に載せた瓶の中に、ロケッ
ト花火を入れて飛ばそうとし
たら、火をつけた瞬間に強風
が吹いて瓶が倒れてしまいま
した。昔の家ですから窓やド
アもすべて開けっ放しで、ロ
ケット花火は家の中に飛んで
いつて、巨人戦を見ていた祖
父の顔の前をかすめていきま
した。その瞬間「巨人がホー
ムラン打ったぞ！」と祖父が
喜んで言いましたが、子ども
ながらに「よかったね」と言
えない自分が居ました。
おじいさん、ロケット花火
を顔の前にかすめてしまいご
めんなさい。

みとすけTIME
MIT 真庭いきいきテレビ

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

◆真庭の木の未来をつなぐ

真庭市の基幹産業である木材産業の価値を市内外に再認識してもらうため、
真庭市の木材産業の歴史や哲学を、支えてきた人たちのインタビューを通じ
て未来につなぐ道筋を示します。



◆【LIVE】第79回 落合納涼花火大会

7月26日に開かれる落合納涼花火大会を生中継します。多彩な打ち上げ花
火や仕掛け花火が夜空を彩る姿は圧巻。また、花火が打ち上がるたびに山々
から響き渡る反響音が体中を駆け抜け、より一層花火の迫力を引き立てま
す。この感動をテレビの前の皆さんにもお届けします。



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▶





▲PN ゆずなさん



▲PN ちささん

最高の仲間と心を一つに
小谷 蓮さん(蒜山別所)
高見玲奈さん(蒜山上長田)
蒜山中学校音楽祭でクラス
メンバーと一緒に歌を歌った
り、吹奏楽部のOGの人たち
と一緒に演奏したりしまし
た。吹奏楽部は私たち2人し
かないので今年も演奏でき
るか不安でしたが、多くの先
輩方が来てくださったので披
露できました。初めて大人数
での演奏ができてうれしかっ
たし、楽しかったです。



ブレイクダンス頑張ったよ
村上柊一さん(勝山)
岡田希一さん(下方)
ブレイクダンスの教室に参
加しました。普段は学校でダ

取材先で、こんにちは。

真庭人

ま にわ びと



ダンスをすることはあっても、
本格的なブレイクダンスを習
うのは初めての体験でした。
先生がダンスの基本的なス
テップや技を教えてくださいま
したが、特にフットワークは、
途中から音楽に合わなくなり
難しかったです。でも、みん
なと一緒に学べてとても楽し
かったし、これからもブレイ
クダンスを続けていきたいと
思いました。

岩元志げ子作品展に来場
岩元文江さん(江川)
勝山文化協会日本画教室の
岩元志げ子さんの個展にお邪
魔しました。昔から作品を見
せてもらっていましたが、今
までダイナミックな巨木の絵
が中心だった一方、最近では
草花の絵も多く書くようにな
り色彩やタッチがより繊細に
なったように感じます。作品
を作りながら、サロンや地域
活動にも取り組む志げ子さん
の姿に感心しています。



図書館へ行こう!

本の紹介

真庭市立美甘図書館

717-0105 真庭市美甘4134
TEL0867-56-2613 FAX0867-56-2033
開館時間 9:00~17:00
休館日 毎週月曜日、年末年始

今月のおすすめの本

『昭和100年 348のキーワードで たどる挫折と栄光』

中央公論新社／編 中央公論新社



天皇即位、引揚とシベリア
抑留、ゴジラの誕生、東京
オリンピック開幕、パンダ
初来日。激動の昭和、前後
100年間を、政治・経済と
文化・風俗の両面から紹介
しています。

『クルマの最新メカニズム』

鈴木喜生／編著 野崎博路／監修 成美堂出版

最新のクルマの構造と機構
を、豊富な写真・イラスト
と分かりやすい文章で
紹介しています。エンジン
車、ハイブリッド車、バッ
テリー電気自動車を完全網
羅。最先端のカーテクノロ
ジーがわかる一冊です。



『まどから ぴょこっ!』

新井 洋行／作・絵 KADOKAWA



まどからちょこっと見え
るもの、なにか。どん
なものが出てくるか想像
し、パッと登場したとき
の楽しさを、赤ちゃんと
いっしょに体感できる絵
本です。

『はじめて・りょうり ごはん』

いまいまみ／著 かどかわようこ／絵 福音館書店

ごまおぼっぱっとふっ
て「ごまごはん」。あつ
あつごはんバターをの
せて「バターライス」。
料理のレシピと工程1つ
1つを丁寧に描いた、お
いしくて新しい食べもの
絵本です。



かんたん 手話講座

みんな
で
やろう!

問 福祉課 TEL0867-42-1581 (FAX1369)

今月の手話 『七夕・海の日』

手話：久世手話サークル やまびこ 芦田 淳一さん



七夕

両手で数字の「7」の手話(親指、人差し指、中指を伸ばして内側に倒す)をして、前に向かって2回振ります。



海の日

- ①右手の小指を立てて口の下あたりに触れます(「塩」という手話)。
- ②右手の手のひらを上に向けて、胸のあたりで左から右にゆらゆらと動かします(「水」という手話)。
- ③右手の親指と人差し指を横に向けてコの字にします。(「日」という手話)。

今回の手話を
動画で見てみよう

真庭市公式YouTube▶



▲PN 神威さん



▲中室秀子さん



勝山小児童が伝統を学ぶ

6月3日、勝山小学校児童が、地元有志で作る勝山千代萬歳豊稔踊保存会のメンバーから地域の伝統の踊り、勝山千代萬歳豊稔踊を学びました。踊りをまねしながら振り付けを覚え、地域の伝統に親しんでいました。

川柳 「待つ」

選：北房川柳会 岩藤二葉さん

手を出さず靴はけるまでじつと待つ	小椋芳子
米価高まりを待つには遠すぎる	すずめ
女子高生あちこちラインの待合所	岩古房恵
ついに来た待ちに待ったよ夏休み	穴戸成充
ポケモンの生態図鑑やつときた	穴戸泰成
歩こうよ誘い待ってる靴並ぶ	菊池千江子
帰ったよに應える犬を抱きしめる	中川栄策
待ちきれず駆け出していく児の姿	月あかり
門先で一年生の孫を待つ	大原良治
持て成しの段取りをして子らを待つ	有若日出子
待っていた知らせに弾む割烹着	横山とも子
待ち合わせどころが迷子かまだ来ない	榎本公枝
とりあえずビール飲み飲み待つ肴	酔翁
約束の日にも間違え待ちぼうけ	永田寿道
診察日検査の結果待つ不安	中山春子
待ちにまち家族ふえるとお腹なか	春
どの子にも良いとこあって待つ心	ふみこ
〈軸吟〉待っていたスマホに今日も四苦八苦	岩藤二葉



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のコーナー「手話でしゅわわね」では、日常で使える手話などを紹介しています。

●毎月第3火曜日

ほんとまにわいどチャンネルで
放送中

MITホームページ▶



磯田 学

Isoda Manabu



磯田さんと真庭ベースボールクラブのみなさん



毎朝の見守り活動
は11年目



磯田 学さん(江川)

(一社)field of dreams真庭代表。社会人野球で活躍し、NTT中国所属時に補強選手として出場した第66回都市対抗野球大会で準優勝。オリンピック候補合宿にも参加する。システムエンジニア、役者などを経てUターン。仕出し屋だった実家の店名を継ぎ鉄板焼き「幸楽」を営みつつ、地域の課題解決に多方面から取り組む。

真

MANIWA BITO

庭人

子どもたちが輝けば地域が輝く

「地域の子どもたちに貢献する形で、自分を大きくしてくれたスポーツを通じて恩返しをしたい」。部活動の地域連携・移行が検討され始めた令和5年、勝山中学校野球部の外部指導者としていた磯田学さんは、子どもたちの活躍の場とするためクラブチームの立ち上げを決意しました。当初は、指導者2人とクラブ員10人余りで活動を開始。令和6年5月、一般社団法人field of dreams真庭を立ち上げました。名前には「子どもたち自身に活躍できるフィールドを開拓していったほしい」との思いが込められています。

現在法人で運営するクラブは2つ。真庭ベース

挑戦し、失敗し、分析して引き出しが増える

ボールクラブには指導者11人とクラブ員51人、真庭バスケットボールクラブには指導者6人とクラブ員13人が所属しています。週末の練習を市内外のクラブチームなどと連携して行ったり、広島軟式野球クラブや真庭警察署などの社会人チームと毎年交流試合を行ったりするなど、充実した活動内容です。クラブ員同士切磋琢磨でき、地域全体の技術力も向上しているそうです。

これらの取り組みを可能にしたのは磯田さんの多彩な経歴。社会人野球時代の関係から県外軟式野球クラブとの交流、少年警察協助力員などのつながりから警察チームとの試合が実現するなど、全

ての経験が現在の取り組みにつながっています。「地域の方々や企業、チームのスタッフに支えられ、助けられて活動ができています。本当にありがたいです。子どもたちには挑戦して失敗してほしい。きっとそれは大きな財産になります。挑戦し、引き出しを増やし、想像力を育てていってほしいですね」。子どもたちのため、地域のため、今が頑張り時だと磯田さんは語ります。

時だと磯田さんは語ります。





健康のススメ



脂肪肝 (脂肪性肝疾患) について

お話：落合医院 副院長 井口 泰孝さん
☎ TEL 0867-52-1133 (FAX1160)

脂肪肝の分類とその向き合い方

脂肪肝とは

肝臓はお腹の右上にある最も大きな臓器で、栄養の代謝や毒素の分解、胆汁の合成を行っています。肝臓の細胞に中性脂肪を主とした脂質や糖質が異常に蓄積した状態を脂肪肝といいます。脂肪肝は肝硬変や肝がんへ進行する可能性があり、さまざまな生活習慣病のリスクを高めることが分かっていきます。日本人の3人に1人が脂肪肝といわれています。

脂肪肝の原因

お酒の飲み過ぎ、肥満、糖尿病、高脂血症、栄養不良による代謝異常、薬剤などが原因となります。アルコールが肝臓で分解される際に中性脂肪が合成され、肝臓に脂肪が蓄積されます。肥満や糖尿病、高脂血症では、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回っていたり、脂質や糖質を取り過ぎていたり、運動不足になっていたりする場合に、中性脂肪が肝臓に蓄積されます。また、極端な食事制限や

無理なダイエットも低栄養性脂肪肝という状態になることがあります。

脂肪肝の症状

通常、症状はありません。病気が進行すると倦怠感や疲れやすさ、お腹の張り、食欲低下、黄疸（おうだん）がでることがあります。

脂肪肝の検査

血液検査と画像検査（超音波検査、CT）を行います。血液検査では、肝臓の障害を表すAST、ALTが上昇していることが多いです。脂質や血糖の上昇を伴っていることもあります。画像検査では、肝臓に脂肪が蓄積しているかどうかや、蓄積の程度を見ます。肝臓の組織検査を行うこともあり、脂肪の沈着や炎症の有無、線維化の程度を診断することができます。

脂肪肝の分類

2大要因として、代謝機能障害（肥満、糖尿病、高脂血症、高血圧など）と飲酒があり、それらが関連する程度に

より分けられます。

○代謝機能障害関連脂肪性肝疾患（MASLD）

代謝機能の問題によるものです。その中で肝臓に炎症が起こった状態が代謝機能障害関連脂肪性肝炎（MAFLD）で、放置すると肝硬変や肝がんになる可能性があります。

○代謝機能障害アルコール関連肝疾患（MetALD）

飲酒と代謝機能の障害が重なることで起こるものです。治療には両方のリスク因子に対処する必要があります。

○アルコール関連肝疾患（ALD）

過度のアルコール摂取（1日男性60g以上、女性50g以上）が原因で起こるものです。長期間に及ぶと脂肪の蓄積や炎症が起こり、肝硬変、肝がんへと進行します。

他にも特定の薬剤や遺伝的要因などが関与する特定原因脂肪性肝疾患、原因が特定されない原因不明脂肪性肝疾患があります。

脂肪肝の治療

主に生活習慣の改善が中心となります。肥満がある場合は食事療法、運動療法で体重を落とします。7割以上の減

量により、脂肪肝の改善が期待できます。糖尿病や高脂血症、高血圧がある場合は、その治療を行います。

○食事療法

飲酒に関連するものは禁酒が必要です。軽度であれば節酒や休肝日を作ることによって回復することがあります。糖質や脂質を避け、バランスの良い食事を心がけましょう。

○運動療法

ウォーキングなどの有酸素運動を30分以上、週3〜4回以上行いましょう。筋力トレーニングやヨガも効果があります。まずは短時間でよいので体を動かす習慣をつけましょう。

○薬物療法

特効薬はありません。糖尿病、高脂血症で使用する薬剤が有用である場合があります。また、ビタミンE製剤や肝底保護剤を用いることがあります。

まずは相談を

脂肪肝を放っておくと脂肪性肝炎、肝硬変、肝がんへと進行することがあります。健診でALTが30を超えていた場合、慢性肝臓病が隠れている可能性があります。まずはかかりつけの医師へご相談ください。

ぐふと まにわ 真庭 まちの話題

6月14日、真庭あぐりガーデンプロジェクト主催の「わくわく田んぼラボ」が開催されました。田植えから収穫までの一連の米作りを、全6回のイベントを通じて体験し、農業の魅力と循環型農業・循環型社会への理解を深める内容。2回目となるこの日は、市内外から約100人の親子が参加しました。参加者たちは農業の今と昔の違いについて講話を聞き、田んぼに入ってかけっこを楽しんだ後、全身泥だらけになって稲の手植えを行いました。



田植え綱を目印に手植えで苗を植えていく参加者



思いっきりかけっこ



苗の運搬も一苦労



顔も服も泥だらけ

6月7日、蒜山中学校音楽祭が蒜山中学校で開かれました。学年ごとや生徒全員での歌が披露されたほか、吹奏楽部の最後の演奏会となる今回の催しには13人の吹奏楽部OGも集まり、吹奏楽部の2人の部員とOGたちによるステージが披露されました。吹奏楽部は、生徒や教員数の減少などによる部活動再編成の中で、今年度廃部することになります。来場者は吹奏楽部の最後の演奏に聞き入っていました。

蒜山吹奏楽部34年の歴史に幕 蒜山中学校音楽祭



蒜山中学校吹奏楽部の在校生2人とOGによる演奏



アンサンブル演奏会の様子

6月1日、勝山文化往来館ひしおで開館20周年記念式典が開かれました。合併前の勝山町が、かつての醤油蔵だった建物の寄贈を受け、文化施設としての改修を行い、2005年に開館しました。「ひしお」には醤油蔵にちなみ「文化を醸し世界のわたしの心とつながる」という思いが込められています。ワークショップのほか倉敷アカデミーアンサンブルによる演奏会も開かれ、訪れた観客が開館20周年を祝いました。

文化を醸し、心をつなげる ひしお開館20周年イベント

5/25 そびえる壁、力と技で挑む

湯原クライミングセンターで、スポーツクライミングの普及と、気軽に実力を試す機会の提供を目的とした大会が行われました。選手たちは日頃培った技術を発揮し、目の前の壁を完登しようと挑んでいました。



5/25 エスパスフリーマーケットにぎわう

5年ぶりに復活した館内フリーマーケットと、コロナ禍で企画された、くるまdeフリマを合わせたエスパスフリーマーケットが初めて開かれました。雑貨や日用品がずらりと並び、訪れた人でにぎわいました。



6/7 花の山寺を染める青

普門寺とその周辺であじさい祭りが開かれました。この時期ならではの御朱印を受けられるほか、写真家による写真展や音楽ライブなども行われ、鮮やかな青色の紫陽花と共に訪れた人たちを楽しませていました。



6/14 岩元志げ子作品展「季(ひと)」

勝山文化協会日本画教室のメンバー岩元志げ子さんが、自宅で日本画を中心とした近作による個展を開きました。岩元さんの人生初の個展には多くの人々が訪れ、自然の魅力を伝える作品の数々を鑑賞していました。



6/15 絆深め住みよい地域目指す

落合の西原地区で有志による西原だれでも食堂が開かれました。この取り組みは住民同士の交流や子どもの居場所づくりなどが目的です。参加者は会話を弾ませながら、温かい手作りの料理を堪能していました。



ライチさん(写真右)から基礎フットワークを教わる参加者

5月下旬から6月下旬にかけて、勝山文化センターで市内の子どもたちを対象に、ブレイクダンス教室が開かれました。教室は、市内の子どもの居場所作りを進める勝山公民館講座として行われ、2回目の6月10日には4人の小学生が参加しました。子どもたちは、市内のブレイクダンスチーム「スーパーマニワブラザーズ」のリーダーのライチさんから、ステップやフットワークなどを楽しみながら教わっていました。

楽しく体を動かそう
ブレイクダンス教室



北房小学校4年生による発表の様子

6月14日、北房文化センターで北房ホテルの発表会が開かれました。北房ホテルつ子ミュージカルで幕を開けたこの発表会は、ホテルの保護活動を次の世代に残そうと北房ホテルの文化推進継承の会が毎年開いています。北房小学校4年生の発表ではクイズを交えホテルを守るためのメッセージを伝えました。最後に去年の4年生が作った歌「未来をてらす光」を全員で合唱し、ホテルを守る活動について学びを深めました。

ホテルを守る活動を
北房ホテルの発表会

花火と夏の夜空を一緒に楽しもう

夏の花火大会2025

今年も真庭各地で花火大会が予定されています。
駐車場や時間などは事前にご確認のうえ、お出かけください。
思いがけず、懐かしい人たちに会えるかもしれません。



	日付	イベント名	場所	花火打上予定
7月	19日(土)	美甘夏まつり	美甘地域中心部	20:30
	19日(土)	第4回 北房花火大会	北房中学校南西付近	20:15
	26日(土)	第79回 落合納涼花火大会	旧真庭市落合振興局前 旭川河川敷	19:40
8月	8日(金)	湯原温泉はんざき祭り	湯原温泉街	20:50 頃
	13日(水)	中和ふるさとまつり	中和小学校グラウンド	20:30
	14日(木)	久世夏祭りリバーサイドフェスティバル	久世河川公園	20:30 頃
	14日(木)	新庄村メルヘンの里盆踊り大会・花火大会	がいせん桜通り周辺	日没後
	15日(金)	ひるぜん花火大会	福田神社周辺	20:00
	31日(日)	ひるぜん夏恋まつり(花火は湯原会場)	蒜山会場: GREENableHIRUZEN 湯原会場: 湯原温泉	20:30

ほかにも夏のイベント情報・おすすめスポットはこちら

一般社団法人 真庭観光局

TEL: 0867-45-7111

(平日 8:30 ~ 17:30)

真庭観光局

検索

<https://www.maniwa.or.jp/summer/>



イベント情報は
Instagram でも発信中！



真庭観光局
@maniwatrip



まにわがスキッ!!
編集後記

皆さんは靴の手入れをしていますか。私は簡単ではありませんが、定期的にするようにしています。そのため、毎年梅雨になると、「今日も雨か、靴が濡れる...」と思う日々。しかし今年、防水素材の靴を手に入れました。何度か雨の日に履きましたが、中が濡れず、感動しました。これでもう梅雨も怖くありません。まあ、やっぱり晴れの方が好きですけどね。
村松



▲PN サクの母

気が付けばもう20年。真庭市合併の年に生まれた赤ちゃんが、もう20歳の大人です。約20年前、自分も合併直前の平成16年度に入職したことを思い出しました。いろいろなことがあり、いろいろなものが変わりましたが、一番変わったのは自分の体力という気がします。20年前から朝活で筋トレしていたら違っていたのかも。今から頑張ろうと思うこの頃です。
柿本