

百年の森林に囲まれた 快適で人が輝く 自然と交流のむら ”西栗倉村”

広報 にしあわくら

9

2016(平成28年)
No.640

にしあわくらの夏！！

あわくらたんけんクラブ お楽しみキャンプより
(関連記事 10 ページ)

● 今月号の広報

- みんなが集まる公共施設・・・2
- 投票所入場券変更・・・・・・3
- もりもりプレス・・・・・・4～5
- にしあわくらっ子・・・・・・6～10

村のホームページ <http://www.vill.nishiawakura.okayama.jp/>

子育て支援の場設計者選定プロポーザル

設計事業者が決定！

子育て支援の場設計者選定プロポーザルの結果、設計事業者が決定しました。いよいよ、設計が始まります!!

【審査結果】

- ・最優秀 一級建築士事務所
スターパイロッツ
- ・次点 一級建築士事務所
eADesign

【審査会の審査体制】

- ・委員長 金田 豊治
(建設委員会委員長)
- ・委員 草刈 勇一
(建設委員会副委員長)
- ・委員 山下 英輔 (副村長)
- ・委員 関 正治 (教育長)
- ・委員 栗屋 聡
(総務企画課長)

審査について

設計事業者の選定は一般公募式プロポーザル方式で行いました。「プロポーザル」とは、企画・提案という意味で、競争入札方式が「費用」、コンペ方式が「設計書」

今後の予定

を基準に選定するのに対し、プロポーザル方式ではあらかじめ決められた条件内での「企画・提案能力を持った設計者」を選定します。審査は2回に渡って行われ、7月22日の一次審査(書面審査)では14の提案書から5案を選出し、8月9日の二次審査(ヒアリング審査)では5案の中から最優秀と次点を選出しました。

住民意見、保育者意見等を設計に活かすため、建設委員会を9月に降に行います。

【建設委員会】

- ・委員長 金田 豊治
(議会総務常任委員会委員長)
- ・副委員長 草刈 勇一
(議会議長)
- ・委員 笠岡 景子
(幼稚園教諭)
- ・委員 小椋 有美
(ぼんぼこ園保育士)
- ・委員 小松 美由紀
(ぼんぼこ園保育士)

【審査の流れ】

一次審査(書面審査)

14の提案書があり5案を選出

二次審査(ヒアリング審査)

5案から最優秀、次点を選出

**最優秀：一級建築士事務所
スターパイロッツ**

※提案時のイメージです。
今後変更する場合があります。

選挙時の投票所入場券がはがきになります

これまで選挙時の投票所入場券は、各地区の区長・自治会長さんに配布をお願いしておりました。

しかし、期日前投票を利用される方が増加する中、入場券を速やかに皆さんにお届けするため、以下のよう**なはがき**の様式に変更しました。

次回、平成28年10月23日執行（予定）の岡山県知事選挙から、有権者1人に1枚の投票所入場券を直接はがきで郵送することになります。

新 投票所入場券(見本)

表

料金後納 郵便 郵便はがき				
殿				
投票所入場券				
ページ	番号	氏名	性別	到着番号
投票・日時				名簿対照
投票区				用紙交付
投票所				
お 知 ら せ				
1 この入場券は大切に保管し、投票の際には必ず本人が投票所へお持ちください。 2 この入場券を紛失しても、投票所受付で申し出れば投票できます。 3 投票日当日、仕事や旅行などで投票に行けない方は、期日前投票ができます。<u>裏面の宣誓書へ記入し、期日前投票所へお持ちください。</u> ◎ 期日前投票の投票所および投票日時				
西栗倉村役場 平成 年 月 日() ~ 月 日() 午前8時30分~午後8時				

期日前投票を行う方は、こちらを記入してご持参ください。

裏

期 日 前 投 票 宣 誓 書	
平成 年 月 日	
西栗倉村 選挙管理委員会委員長 様	
フリガナ	
氏 名	
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日
住 所	※表面住所と同じ場合は記入不要
私は平成 年 月 日執行の 当日、下記の事由に該当する見込みですので、下記の記載が真実であることを誓います。	
期日前投票の理由 (該当するいずれかの□にレを記入してください。)	
1 仕事等	☐ 仕事 ☐ 本人又は親族の冠婚葬祭 ☐ 地域行事の役員 ☐ 学業 ☐ その他 ()
2 レジャー	☐ (上記以外の) 用事・レジャー等のため、投票区外に外出・旅行・滞在
3 病気等	☐ 疾病、負傷、出産等による歩行困難 ☐ 刑事施設等に収容
4 住所移転	☐ 住所移転のため、本市町村以外に居住
※問い合わせ先 西栗倉村選挙管理委員会 英田郡西栗倉村影石2番地 電 0868-79-2111	
投票所入場券	
西栗倉村選挙管理委員会	

※投票日当日に投票される場合は、裏面の期日前投票宣誓書への記入は不要です。

※選挙期間中、他の市区町村で「不在者投票」を行う方は、村選管へ申請してください。

○選挙に関する問合せ先

西栗倉村役場 総務企画課内

西栗倉村選挙管理委員会 0868-79-2111

育もう！わたしたちの森と村

もいもいづれす

Vol.41

企画・編集 産業観光課百年の森林構想推進係 TEL0868-79-2111

FSCジャパン主催

日本国内森林管理規格

第1草案 公聴会

に、行ってきました。



タイトルに漢字ばかりが並んでしまいました。先日、国際的な森林認証『日本森林管理協議会（FSCジャパン）』から、日本国内の森林の状況に合わせた基準の草案発表があり、その説明会に参加しました。

FSCは、『森林管理協議会』のことで、国際的な原則と基準とともに、適切な森林管理を認証する組織です。木材の国際的取引に法的な規制がないことを危惧して設立されました。

環境・社会・経済の3つの立場から意見を取り入れ、世界で最も厳しく、それゆえに信頼性の高い森林管理基準といわれています。

西栗倉村の森林は、平成十八年から認証を受けています。現在では、百年の森林事業に参加している方の森林は、自動的にこのFSC

認証に加入し、毎年、審査機関による審査を受けています。

今回説明があった日本国内森林管理規格とは、これまで外国を基準に定められていた基準から、より日本国内の森林・林業の状況に配慮した規格のことです。

たとえば、民族の権利でいえば、北海道のアイヌ民族の権利の保護や、東日本大震災をきっかけとして林業従事者の安全を確保をするため、一定の放射線量の下での労働環境を確保するよう基準を設けるなどが盛り込まれています。

またFSCでは、種の保存を目的として、一定の割合を保護林として確保する、または確保しているための取り組みが必要とされています。しかし、人工林の多い日本の森林では、認証林が増えいくと、より多くの保護林が必要と

なるため、多くの認証取得者から、その困難さについて言及されました。

今後は、こうした意見を集めながら、現地でのテストを行い、再度公聴を実施し、最終案策定後にドイツにあるFSC本部に提出されることとなります。

FSC認証を受けた森林から生産された木材は、オリンピック施設で優先的に使用されることになっています。今回は、東京オリンピック。西栗倉村産材もそうした場で活用されることも視野に入れて、認証取得を続けていきます。



今日の＊お道具

『食事の時にこれは欠かせない』、という方、いらっしゃるのではないのでしょうか。その名も「楊枝（ようじ）」。

語源は、中国の楊枝が「楊柳」というもので作られたことに由来します。日本の高級楊枝といえば、クロモジ製です。

楊枝の一番古いものは、10万年前のネアンデルタール人が使ったといわれます。以来、世界中で使われ、その材料も、木だけでなく、葦、羽根などさまざまなものがありました。もとは、歯木（は



ぎ）と呼ばれ、木の枝の先を嚙って房状にして擦って汚れを取るものでした（今も使用している国があります）。それが中国に伝来し、楊枝となったようです。先端が房状のものは房楊枝（歯ブラシの原形）、鋭くしたものを爪楊枝とい

います。

日本では、奈良時代に仏教とともに中国から伝来しました。まず使用したのは、僧侶や公家で、一般に普及したのは江戸時代。この頃から、楊枝を料理に使うという工夫も生まれます。明治時代以降は、歯ブラシの文化も普及して、楊枝の活躍の場は減少しましたが、実は、歯の健康意識が高い北欧では、断面が二等辺三角形になった三角楊枝が積極的に使われているそうです。

私たちも木の利用と歯の健康のために、年齢問わず、楊枝をスマートに使いこなしてみませんか。

森林と林業にかかわる若手のコラム

（株）木の里工房木薫

乾陽二郎

（岡山市出身）



私は西粟倉村に移住して今年で2年目になります。西粟倉村は母の実家で、小学生のときに2年間住んでいたことがあります。それから後も、実家があるのと姉がこちらに暮らしていたので、ちょくちょく帰っていました。

香川県で大学を卒業してから、陸上競技が好きだったので陸上競技場に勤めていました。今でも馬拉ソンを走ったりしています。それから、両親に絵を学んで絵描きの勉強をしていましたが、なかなかうまくいかず、冬の間だけ木薫で床板の塗装などのアルバイトを

させてもらっていたのですが、木工のほうで使ってもらえるようになり、木薫で働くようになりました。とはいっても、木工のことは素人なので、金槌やノコギリぐら

いは使ったことはあっても、インパクトドライバーや丸ノコなども触ったことがなかったもので、一からのスタートでした。

今はテーブルを作らせてもらったり、少しずつ出来ることも増えていき、少しは成長できているのかなと思います。

まだまだこれから学んで行くことも多くありますが、一歩ずつ進んでいき、一人前になって行けたらと思っています。

★編集後記★

これから、春と同じくらい、自然溢れる風景の美しさが際立つ季節、秋がはじまります。お祭りに収穫に、楽しみもたくさん。元気に過ごしていきたいですね。

ご意見・ご感想などは、産業観光課 279・2111までどうぞ。

平成 28 年度 県内で唯一お盆に開催 真夏の「成人式」

8月15日（月）、平成28年度成人式をあわくら会館で開催し、新成人の門出を祝いました。今年は10名の方が成人を迎え、そのうち9名が出席しました。岡山県内ではお盆にあわせての実施は西粟倉村だけのため、多くの報道機関が取材に訪れました。

式典前には、子ども時代の思い出の写真がスクリーンに映され、村で生活した日々を思い出し、笑顔がこぼれていました。

式典では、「将来は学校の教師になりたい」「看護師を目指して勉強を頑張っている」など成人者ひとりひとりが近況を報告しました。

青木村長から「西粟倉で培った個性や能力を社会でどのように生かしていけるかを考え、発揮してほしい。また、様々な経験を経て西粟倉に戻り、その経験を村で生かして欲しい」と祝福し、草刈村議会議長からも祝辞をいただきました。

新成人を代表して、河野拳人さんが記念品を受け取り、白簾克佳さんが「私たちは大人としての自覚を持ち、また西粟倉村出身者としての誇りを持って、変化の激しい今の社会の中でも自分を忘れずに自身の人生をきりひらいていきたい」と新成人として決意しました。

式典終了後、記念撮影を行ったあと、報道関係者の取材にも大人への決意や将来、何らかの形で村に貢献していきたいなどしっかりと答えている姿が印象的でした。



▲式典前の思い出写真は、小学生時代の写真も上映されました。



▲新成人ひとりひとり近況を報告



▲取材も堂々とした対応



▲取新成人としての決意が伝わってきました

成人おめでとう !!

成人を迎えられた方は、下記の方々です。

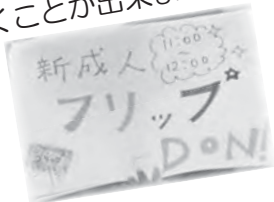
(大 茅)	田邊 甲斐
	金田 玲奈
(塩 谷)	新田 壮史
	矢代 喬之
(谷 口)	政久 秀美
(別 府)	石井 いぶき
(中土居)	神原 昌嗣
	河野 拳人
	白簾 克佳
(下土居)	河野 冴耶



自分を伝え、みんなを知って、村を知る、村と自分の未来を考える

成人式イベントを今年度初開催!!

たくさんの思い出や夢を
聞くことが出来ました!



【恩師と中学校の思い出】

- ・中学校の思い出は? 「部活」「修学旅行」「職場体験学習」「関谷研修」...
- ・土井先生の好きなところは? 「優しい」「笑顔」「生徒おもしろい」...

- ・将来の夢やいつかやってみたいことは? 「フルマラソン」「ブラジルに行く」「青年海外協力隊に行きたい!!」....



▶西栗倉の間伐材を使った箸づくりも体験!!

この後のランチ会にも使用し、記念品として持ち帰りました。



▲会食も忘れ真剣に話を聞いていました。



成人式の式典後、会場をあわくらんど2階に移して成人式イベントを開催しました。

このイベントは、久しぶりに会う旧友と西栗倉での思い出について楽しく語らい、これから先、村内外のどこで生活をして、「ふるさと西栗倉の変化を知り、村のファンであって、村の応援をしてくれる人になってもらいたい」と願い企画したものです。

村の現在や取り組み、変化を知ってもらうと同時に、自分たちの未来についても考えることが出来ればと下記の内容を実施しました。

①みんなの今を知る! ワークショップ

『新成人フリップでDON!』

まず新成人に「西栗倉での一番の思い出は?」「西栗倉のここが変わって欲しいな」「将来の夢は?」などのいくつかの質問をフリップ形式で答えてもらいました。また、恩師である土井彩子先生(現西栗倉中学校)をスペシャルゲストとしてお越しいただき、学校生活での思い出話を話すと、みな終始笑いが絶えず、相変わらず仲のいいクラスだと感じました。

・西栗倉の思い出は?

「影石小にたんけんクラブで泊まったこと」「自然体験」など西栗倉ならではの自然を活かした『たんけんクラブ』などが印象的であったようです。

②『西栗倉と自分の未来を考えるランチ会』

ランチ会では、会食をしながら、「村の今」を知る機会として、今西栗倉で頑張っている企業や個人経営者にゲストとしてお越しいただき「村での取組」や「仕事への思い」などをお話していただききました。ゲストのみなさん、貴重なお話しをしていただきありがとうございました。

【ゲスト】

(有)小松組 代表取締役	小松隆人さん
帽子ブランド UKIYO	山口千夏さん
村楽エナジー(株)	奥村さなえさん
役場総務企画課 課長補佐	榎原博文

進学等で村から離れている新成人のみなさんですが、今回のイベントで、西栗倉の現在を知ってもらうことができたかと思います。同時に、このイベントが、夢や目標に向かってがんばっている**新成人のみなさん**を、**ふるさと西栗倉が応援**できる機会になっていればいいなと願います。

中

学校だより

夏休み親子で楽しんだ学級P活動!!

夏休みには、各学年それぞれ思い出に残る学級P活動を親子で学び、楽しむことができました。

※1年生の学級Pは11月に行いますので後日掲載します。

8月6日(土)に、宮崎薫先生を講師にお招きして陶芸を行いました。一人一人が大皿づくりに挑戦し、個性あふれる模様を刻みました。お昼には親子で協力して焼きそばを作り、かき氷とともにおいしくいただきました。



3年生学級P



2年生学級P

8月7日(日)に東栗倉の日名倉養魚場で魚のつかみ取りとバーベキューを楽しみました。つかんだ魚は自分たちでさばき、焼いて食べました。おなかがいっぱいになった後はみんなで川遊びを楽しみました。夏でも川の水は冷たく、全身びしょびしょになりながらも子どもたちの笑顔が光っていました。





子ども館だより

お問い合わせは
子ども館 279-2566
教育委員会 279-2216

暑い夏!! た〜くさんの方と

ふれあい、

楽しんだ



休 み

げんきっこクラブ



▲「地域の方に将棋の楽しさを教えてもらったよ」

〜よりみちイベントに参加〜



▶「地域の方と囲碁ボールを楽しんだよ!!」
〜囲碁ボール大会に参加〜



▲「マジックのおじさんがげんきっこに登場!!」

▼げんきっこ農園のとうもろこしを収穫しておやつで食べました。



▲げんきっこ夏祭り
〜自分たちで色々企画して楽しめました〜

▼水遊び 〜暑い夏をプールや水遊びで乗り切りました!!〜



図書館へ行こう!!



今月の新着本

一般書

- ・『コンビニ人間』
- ・『風を繡う』

村田沙耶香／著
あさのあつこ／著

児童書

- ・『まだかなまだかな』 竹下文子／作 江頭路子／絵
- ・『うどん対ラーメン』 田中六大／作・絵
- ・『七十二歳の卒業制作—学ぶこと、書くこと、生きること』 田村せい子／作

- ・『サバンナを生きる ゾウのこども』
ガブリエラ・シュテプラー／作

☆問い合わせ先☆

あわくら子ども図書館 西栗倉村影石33
こども図書館 TEL279-2116
教育委員会内図書係 TEL279-2216

開館時間：10:00～17:00

休館日：祝祭日、年末年始 9月は19、22日がお休みです。

「おはなし会」たくさん子どもたちが参加してくれました!!

8月2日(火)に読み聞かせの会ピッピの皆さんによるおはなし会がありました。

当日はたくさんのお友だちの参加があり、楽しい手あそびから始まり、たくさんの絵本の読み聞かせのほか、簡単なおもちゃの工作(パンチボールやうちわ)を作り、それらを使って楽しい時間を過ごしました。



オリジナルうちわを作りうちわを使った風船リレーも盛り上がりしました。



あわくらたんけんクラブ おいしい楽しい！だんだんベリー畑

7月31日(日)、今回のたんけんクラブは、塩谷地区のブルーベリー園・木村農園さんにおじゃまして、ブルーベリー狩りを体験しました。農園に着いたらさっそく摘み取りスタート！子どもたちは熟したブルーベリーを探して、ひとつひとつ摘み取ります。口やバケツに入れながら、たくさん取りました。

そして、バケツいっぱい集めたブルーベリーで、ジャム作りに挑戦！農園主の木村さんに教えていただきながら、重さを量って、砂糖の量を決めて、弱火で混ぜて、ちょっと味見して…とってもおいしいジャムができました！

最後に子どもたち手作りのラベルを貼って、世界でたった一つのジャム瓶が完成！

余ったジャムはホットケーキにつけておいしく頂きました。

時々弱い雨が降りましたが、ホットケーキやブルーベリーをいっぱい食べて、元気に過ごした夏の日でした。



盛り上がったね！1泊2日キャンプ！

8月4日(木)・5日(金)、毎年恒例のたんけんクラブ・キャンプを開催しました。

当日は、晴れて絶好のキャンプ日和。

今回のキャンプには47人の子どもたちが参加。川遊びやカレー作りを楽しみました。

今年の川遊びは、大茅の沢を探検。大岩から飛び込んだり、沢の奥まで探検したり、みんなで大に楽しみました。

晩ご飯は恒例のカレー作り！なれない包丁に苦労しながら、上手にカレーを作りました。お母さんの普段の大変さがわかったんじゃないかな？

夜にはナイトウォークをしました。ヒメボタルや満天の星空を見たり、鹿の声や川の音を聞いたり、西栗倉の自然を満喫しました。

他にも、薪割りや魚のつかみ取り、夜食ピザなど…みんなと過ごしたキャンプは夏のすてきな思い出になりました。

お手伝い頂いたボランティアのみなさん、ご協力ありがとうございました！



あわくら大学

8月講座「サックス歌声講座」

～昭和の懐かしい歌を心にしみるサックスとともに♪～

8月19日（金）あわくら会館大ホールで、サックス歌声講座を行いました。

美咲町を拠点に講演活動をされているサックス奏者の高林ひろし先生に講演いただき、サックスの音色にのせて「川の流れのように」「東京五輪音頭」など昭和の懐かしい曲を歌いました。

また、歌の前には曲のエピソードなどを聞け、「川の流れのように」の川はニューヨークのイーストリバーだと知り驚きました。

歌声とサックスの音色が溢れる講座となりました。



▲名曲「男はつらいよ」では寅さん登場！

【あわくら大学9月講座】 「運動講座」

日時：9月16日（金） 午前10時～
会場：大ホール
講師：福井利勝（元大学教授）
スポーツの秋、皆さん一緒に健康運動してみませんか？

平成28年秋の交通安全県民運動

スローガン「あの道 この道 慣れた道 安全確認 もう一度」



最重点目標：子どもと高齢者の交通事故防止

9月21日（水）～30日（金）までの10日間、平成28年秋の交通安全県民運動が県下一斉に展開されます。また9月30日（金）は『交通事故死ゼロを目指す日』です。

秋の行楽シーズン、ご家族やご友人と出かけることが多くなります。大切な人が悲惨な事故に遭わないようにするため、無理な運転はせず、早め早めに休憩を取るなど、安全な行動を心がけましょう！

○薄暮から夜間の歩行者被害の事故が多発！

夕暮れ時・夜間に、外出の際は反射材用品等を着用ください。ドライバーの皆さまは、早め早めの点灯をお願いします。（点灯の基本は上向きライトです。）

○岡山県は、「ウィンカーの合図出さない」で全国ワースト1位！

右左折や進路変更等の際は、必ず合図をしましょう。

○「～ながらスマホ」はやめましょう！

歩行中、スマートフォンを操作することは、周囲の状況が確認できず危険です。また、自転車を含め、車両運転中のスマホ操作は、交通違反となる、きわめて危険な行為です。絶対やめましょう。

「交通安全法令講習会」

どなたでも参加いただける講習会を開催します。交通法規や運転知識は年々更新されます。職場で、ご近所でお誘い合わせの上、ご参加下さい！

日時：9月21日（水）19時～
場所：あわくら会館大ホール
駐車場：役場駐車場をご利用ください。

おしえて

ねんきん

国民年金などの公的年金の概要

- ① 日本に住む 20 歳以上 60 歳未満の方は、外国人の方を含めて国民年金に加入し、保険料を納めることが法律で義務づけられています。
- ② 公的年金は社会全体で支えあう世代間扶養の仕組みで成り立っています。
- ③ 公的年金には、老齢年金のほか、万が一の場合に支給される障害年金や遺族年金もあります。
- ④ 国民年金では、受け取る年金額の一部を国が負担しています。
- ⑤ 公的年金で納めた保険料は、全額、社会保険料控除の対象になります。

国民年金の加入者と加入の手続き

国民年金の加入者は次の 3 種類に区分され、加入の手続きは次のとおりとなっています。

① 第 1 号被保険者

日本に住む 20 歳以上 60 歳未満の方で、次の第 2 号被保険者又は第 3 号被保険者に該当しない方。

→第 1 号被保険者に該当する外国人の方は、市区町村役場で住民票作成を行った後、同じ市区町村役場の国民年金の窓口で加入手続きを行います。

→日本国籍を取得した時や帰化した場合も手続きが必要です。

→保険料は日本年金機構から送付される納付書により納めてください。

② 第 2 号被保険者

会社や工場等にお勤めの方で、厚生年金保険等に加入している方。

→加入手続きは、会社等の事業主が行いますので、ご本人の手続きは不要です。詳しいことは勤務先へお尋ねください。

→保険料は給与から源泉控除され、事業主が納めます。

③ 第 3 号被保険者

第 2 号被保険者に扶養されている 20 歳以上 60 歳未満の配偶者。(被扶養配偶者)

→加入手続きは第 2 号被保険者である配偶者が勤めている会社等の事業主を経由して行うことになっています。詳しいことは配偶者の勤務先へお尋ねください。

→保険料負担はありません。第 2 号被保険者全体で負担します。

国民年金保険料は口座振替がお得！

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。

口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々 50 円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い 6 カ月前納・1 年度前納・2 年度前納もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または年金事務所へお申し出ください。

☆ 詳しくは、津山年金事務所 (TEL:0868-31-2360) までお問い合わせください。

農地中間管理機構相談会

農地中間管理機構では、農地を貸したい方・借りたい方に向けた相談会を開催します。農業からのリタイアを考えている方や、まとまった農地で

効率的に農業をしたい方など、お気軽にご参加ください。

○日 時 9 月 30 日 (金) 10 時～15 時

○場 所 西粟倉村役場 2 階 第 2 会議室

○問合せ 中間管理機構美作支部 (0868-23-1325)

国民健康保険にご加入の方へ

9月は、国民健康保険被保険者証の更新の時期です！

昨年度から更新方法は、**郵送**となりました。

郵送を希望されない方は、事前にご連絡ください。窓口にて更新いたします。

種類	有効期限	郵送時期	郵送を希望しない 場合の連絡期日
国民健康保険被保険者証 薄紫色	9月30日	9月下旬	9月12日

※今まで使われていた被保険者証は、窓口にお持ちいただくか、各自で処分をお願いします。

※保険税が未納の場合は、郵送されないことがあります。窓口までご連絡ください。

【連絡先・窓口】

いきいきふれあいセンター（役場保健福祉課）
国保係 279-7100

「平成28年度臨時福祉給付金」及び「障害・遺族年金受給者向け給付金」（年金生活者等支援臨時福祉給付金）の申請受付中！

臨時福祉給付金は、低所得の方々に、臨時的な給付措置として実施されるものです。

障害・遺族年金受給者向け給付金は、賃金引上げの恩恵が及びにくい所得の少ない障害基礎年金や遺族基礎年金等の受給者の方を支援するために実施されるものです。

給付対象予定者の方には、8月26日に申請書等を発送しました。対象であるのに、届いていない場合は、窓口までご連絡ください。

○申請期間 平成28年9月1日（木）～
平成28年12月1日（木）

【連絡先・窓口】

いきいきふれあいセンター（役場保健福祉課）
臨時福祉給付金係 279-7100



お米の食味分析計の利用受付を開始しました！

昨年度導入した食味分析器を、今年も役場玄関に設置しました。この機械では、白米、乾玄米、生玄米、生粳を検査することができます。農家のみなさん、是非ご活用ください。

検査では、「アミロース」「タンパク質」「水分」の3つの成分を測定し、食味方程式により食味値を出すことができます（食味分析は、白米、乾玄米のみです）。食味を向上させて、70～80%の人が美味しいと認める、70点以上の良質米づくりを目標にしましょう。

○設置期間：10月31日まで 午前8時30分～午後5時

○使用料金：

1. 住民の方、もしくは村内農地で自身がつくった米をお持ちの方 1測定当たり 200円
2. それ以外の方の場合 1測定当たり 1,000円

※同じ米で3回セットの測定を1測定とする。

○利用上の注意とお願い：

1. 設備を利用される前に産業観光課で受付を行ってください。
2. 測定にあたっては、概ね30～100グラム程度の米が必要です。
3. 村内の米の食味状況を調査するために、検査結果の統計調査にご協力ください（協力は任意です）。

○問合せ先：産業観光課 279-2111

高血圧と食塩のお話

食塩の取り過ぎは高血圧の原因となるだけでなく、心臓、脳、腎臓、血管などを攻撃し、脳卒中や心筋梗塞などを起こしやすくします。



減塩しましょう

最近になって、食塩の取り過ぎは高血圧の原因になるだけでなく、他にも悪い影響があることがわかってきました。心臓や脳などにダメージを与えてしまうのです。

原因は、アルドステロンと呼ばれる副腎から分泌されるホルモンです。アルドステロンは、食塩が体の中に多くあると、直接的に心臓、脳、腎臓、血管などを攻撃し、脳卒中や心筋梗塞などを起こしやすくします。また、アルドステロンは腎臓の尿細管からナトリウムを再吸収し、血液に戻す働きがあるため、血液量を増やし血圧を上げます。

一日の食塩摂取量について

★健康な成人の場合の一日の食塩摂取量：

男性：8.0g 未満 女性：7.0g 未満

(2015 年 4 月からの厚生労働省推奨食塩摂取量の目標量)

★高血圧の治療を要する人：

6g 以下 (高血圧治療ガイドライン 2014 年版より)

食事摂取量を 1g/ 日減らすと、血圧は 1mmHg 下がると言われています。まずは、1g 減らすことからスタートしましょう。



今日からできる減塩のポイント

習慣になっていることを変えるのは、誰にとっても難しいことです。できることを少しずつ取り入れていきましょう。

1. 醤油やソースはかけないでつける！
2. お酢やレモンで酸味をきかせる
3. みそ汁は具たくさんに
4. 練り物などは少なめに



5. 漬け物はひかえる
6. そば、うどん、ラーメンは、麺だけを楽しむ！
7. 新鮮な食材を使う
8. 外食を減らす



塩分量を測ってみませんか？

診療所では塩分摂取量が気になる方へ、推定塩分摂取量測定を実施しています。

○検査料：200 円

○検査方法：尿検査

診察は不要で、検査結果は郵送いたします。

お気軽にお問い合わせください。(電話 279-2220)



『はい！空き家よろず相談室です。』

～空き家の活用～

村民の皆さん、こんにちは！地域おこし協力隊の三宅です。
今回も前回に引き続き、借主負担D I Y型賃貸借契約についてお伝えします。

まずこの契約形態の特徴は、次の3点に集約できます。

- (1) 入居するときや入居後の修繕・改修費用は借主が負担する（主要な構造部分の修繕は貸主負担）。
- (2) 改修部分については、退去する際に元に戻さなくていい（原状回復義務の免除）。
- (3) 家賃水準が一般の賃貸に比べて低い。

尚、この借主負担D I Y型賃貸借契約には、入居時に建具や設備などに不具合がなく、借主がそのまま借りる「現状有姿型」と、不具合がある状態で借りて修繕する場合の費用を借主が負担する「一部要修繕型」に分けられます。どちらのタイプも基本的な仕組みは変わりませんが、一部要修繕型は現状有姿型よりもさらに家賃が低くなることが想定されています。

また、この契約形態は貸主・借主の双方にメリットがあります。

<貸主のメリット>

- ・修繕費用を負担せず、現状のまま家を貸すことができる。
- ・借り主が修繕費用を負担するので、長期間住んでくれる可能性が高い。
- ・貸出時よりも設備などの価値が上がれば、家賃が維持されやすい。

<借主のメリット>

- ・持ち家のように自分の好みで模様替えができる。
- ・自己負担で修繕するので賃料が安くなる。
- ・退去する時に原状回復費用を支払わなくて良い。

貸したい
借りたい

空き家に関するご相談は
西栗倉村役場総務企画課へ
TEL：0868-79-2111

次回もこの借主負担D I Y型賃貸借契約についてお伝えします！

あわくら グリーンリゾート 通信

●あわくら旬の里

9月の定休日につきましては、
あわくら旬の里（0868-79-2882）
までお問い合わせください。

●あわくら温泉 湯～とぴあ黄金泉

毎日夜9時まで営業しています。

9月の定休日のお知らせ
毎月第2火曜日が定休日です。
定休日は9月13日（火）です。

9月 黄金泉のぽかぽかカレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
	毎日夜9時まで営業中です!!			1 温泉をゆっくりみよう お風呂で1泊1日 個室無料DAY	2 レディースDAY 女性は400円	3
4	5 会員特典DAY ポイント2倍のお得	6 メンズDAY 男性は400円	7 よい子DAY 大人 600円 小人 無料	8 温泉をゆっくりみよう お風呂で1泊1日 個室無料DAY	9	10 お子様 Oiday ピリッ つかみ食い （小学生以下は半額）
11	12 会員特典DAY ポイント2倍のお得	13 休 館 日	14	15 温泉をゆっくりみよう お風呂で1泊1日 個室無料DAY	16	17 アヒル風呂 どこかのお風呂にアヒルが1500匹
18 アヒル風呂	19 会員特典DAY ポイント2倍のお得	20	21 よい子DAY 大人 500円 小人 無料	22 温泉をゆっくりみよう お風呂で1泊1日 個室無料DAY	23 レディースDAY 女性は400円	24
25 お子様 Oiday ピリッ つかみ食い （小学生以下は半額）	26 風呂の日 入浴100円引き	27 メンズDAY 男性は400円	28	29 温泉をゆっくりみよう お風呂で1泊1日 個室無料DAY	30	



お食事処 風来坊のご案内
・定休日
毎週 火曜日
・営業時間 17:00～20:15（オーダーストップ 19:45）
毎週 土・日曜日

〒701-0500 西栗倉町石
湯～とぴあ 黄金泉
0868-79-2334

※詳しくは

旬の里：0868-79-2882

黄金泉：0868-79-2334

までお問い合わせください。

★★★ 2016 夏のボランティア体験事業報告 ★★★

今年も夏のボランティア体験事業を中学生・高校生を対象に行いました。今年は、例年に比べて7名と少なかったですが、参加した生徒の皆さんは元気いっぱい活動していました。日々の活動の中で、目標や課題を自分で考えて実際に行動する姿が見られました。生徒さんの中には、将来の夢のために参加して大きな経験になったようです。また、受け入れ施設の方々には大変お世話になりました。子供たちが活動しやすいように色々工夫をしてくださりありがとうございました。今後も福祉教育に力を入れていきますのでご協力よろしくお願いいたします。

【ぼんぽこ園での様子】



【げんきっこでの様子】



【車椅子 GG 大会の様子】



★★★ よりみち イベント情報 ★★★

夏休み恒例となっている「将棋のイベント」を開催しました。8月9日(火)に初心者コース・8月22日(月)に対局コースを行いました。初心者コースは、1～3年生の子供たちを対象に「駒の並べ方」「駒の動かし方」「将棋のルール」など基本的な事を地域の将棋好きな方々に教えていただきました。初めて将棋をする子供がほとんどで一生懸命説明を聞いて友達同士で勝負をしていました。途中、駒の動かし方がわからなくなったら地域の先生に指導をしてもらって楽しんでいました。

対局コースでは、参加者の中で将棋ができる子供たちが大人に挑戦しました。なかなか強い相手で太刀打ちできなくて悔しい思いをしていましたが、「負けて強くなるから頑張れ」「将棋は勝ち負けじゃなくて楽しまないとイケんよ」とアドバイスしてもらっていました。年々子供たちは力をつけてきています。「大人も負けんようにせんな」と言われていました。

子供も大人も楽しんで将棋をしていて今後も続けていきたいです。



★★ 県北車椅子友の会親睦交流グラウンドゴルフ大会 ★★

8月24日(水)に西栗倉村身体障害者福祉協会主催で「県北車椅子友の会親睦交流GG大会」が開催されました。当日は、35名の参加があり、天候も暑い中でしたがみなさん元気よくプレーされました。

昨年は雨のために中止して2年ぶりの開催になり、久しぶりにお会いできて話にも花が咲いていました。プレーでもホールインワンを出された方もおられました。参加者からは「暑いけどみんなとプレーできて楽しかった」「また来年も元気で会えるのを楽しみにしている」と言われていました。

当日は、夏ボラウの中学生もお手伝いをしてくれました。暑い中での活動お疲れさまでした。



★★★ 地域支え合い事業の報告 ★★★

7月27日(水)にひとり暮らしの方を対象に2回目の「買い物支援ツアー」を開催しました。

今回は12名の参加がありました。当日は天気も良く9時に西栗倉を出発して美作市内のお店に行きました。車内では、久しぶりに会う方もおられたようで、楽しくおしゃべりを楽しんでおられました。

事前に買いたいものを書き出してご自分の欲しいものを買われていました。昼ごはんも日頃はひとりで食べることが多いようですが、今日は好きなものをみんなで注文して楽しく食事をされていました。この事業を通してやはり皆さん『外に出て、人と話をするのがうれしい』『できる限り自分のことはしていきたい。でも、ちょっと困ったら手助けをしてもらえたらありがたい』という声を聞きました。

社協では今後も皆さんの要望を聞きながら地域の支え合いに力を入れていきたいと思っています。



人の動き

平成28年8月1日現在

●人口 1,497人(+2)

男 683人(+1)

女 814人(+1)

(7月中の異動:死亡1人、転入6人、転出3人)

●世帯 594戸(±0)

(H28.7.22～H28.8.22まで)

●お悔やみ申し上げます

・林 庄一 さん(塩谷)7月30日 85歳

・道上 譲 さん(別府)8月8日 57歳

・小椋 貞子 さん(引谷)8月8日 89歳

・白旗 きみ系さん(別府)8月17日 99歳

善

意の窓 社会福祉協議会から

(H28.7.28～H28.8.26まで)

●お悔やみ申し上げます

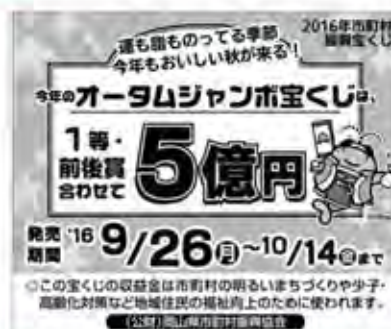
知 社 岡元 好美 様 父 虎夫様 香典返し

塩 谷 林 正之 様 父 庄一様 香典返し

別 府 白旗 雄吉 様 母きみ系様 香典返し

●お大事にしてください

大 茅 金田佐一郎 様 本人 退院内祝



入

札情報 (平成28年8月17日まで)

※入札金額120万円以上を掲載しています。

発注課	建設課	建設課	建設課
事業名	平成28年度 村道法面点検業務委託	平成28年度 村道橋梁点検業務委託	平成28年度 村道舗装点検業務委託
施工場所	西栗倉村地内	西栗倉村地内	西栗倉村地内
落札業者名	ファナテック(株)	(株)大成測量	(株)大成測量
契約金額(税込)	1,728,000円	2,916,000円	2,160,000円

川柳粟の実 八月句会から

手拭いを腰にぶらさげ盆躍り

国里 和夫

野良仕事に日本手ぬぐい欠かせない

江見 静子

手拭いで絞る程出る玉の汗

河野 孝子

手拭いは一本あれば役に立つ

建元 照子

汗かきは手ぬぐい何処にも離せない

西本 栄子

手拭いでなくてはならぬ頬被り

井上 吉男

手拭いを鉢巻きにしてまだ元氣

神原 日出夫

散歩道友と話の花が咲く

萩原 洋子

空一杯に咲いた花火の美しさ

萩原 きく系

咲く花の苦勞は言わぬ母だった

小林 妻子

有名な人は散つても花は咲き

清水 早苗

何時か咲く大きな夢の種を播く

豊福 地佳平

◎九月句会のご案内

九月九日(金)午後一時三十分から

【よりみち】に於いて開催します

自由吟 日出夫 選

老い 吉男 選

心 和夫 選

約束 妻子 選



【夏祭り花火大会】



8月15日、夏祭り花火大会が開催されました。太鼓や踊り、夜店や抽選会など、どれも大盛況でした。お盆に帰省されたみなさんも多く来られ、会場のあちこちで再会を懐かしむ様子が見られました。途中降り始めた大雨も、花火打ち上げまでには降りやみ、山間の谷に花火の音と歓声が響き渡りました。関係者のみなさん、お疲れ様でした。

今月の予定

月 日	行 事 等	休日急患医※1	ごみの日
9月11日	日	作東診療所	
12日	月		可燃ごみ
13日	火		
14日	水	・小児科健診	
15日	木	・子育て相談 10:00～16:00 (いきいきふれあいセンター)	可燃ごみ
16日	金	・あわくら大学 10:00～ (あわくら会館大ホール)	資源ごみ
17日	土		
18日	日	金澤外科医院	
19日	月	敬老の日	美作中央病院 可燃ごみ
20日	火		
21日	水	・交通安全法令講習会 19:00～ (あわくら会館大ホール) 秋の交通安全県民運動(～30日)	
22日	木	秋分の日	原医院 可燃ごみ
23日	金		びん類
24日	土	・ふれあいまつり(村民体育館)	
25日	日	・ふれあいまつり(村民体育館) ・ヒルクライムinダルカ峰	大原病院
26日	月		可燃ごみ
27日	火		
28日	水		
29日	木		可燃ごみ
30日	金	納期限：国民健康保険税第4期 固定資産税第3期	
10月1日	土		
2日	日		
3日	月		
4日	火		古紙類
5日	水		
6日	木		可燃ごみ
7日	金		資源ごみ
8日	土		
9日	日	・総合相談会 13:00～16:00 (いきいきふれあいセンター)	
10日	月	体育の日	

※1 休日急患医(美作市医師会)は、6月22日現在の予定です。利用にあたっては医療機関に必ずご確認ください。

※2 納付期限にご注意いただき納付をお願いします。口座振替の方は残高確認をお願いします。