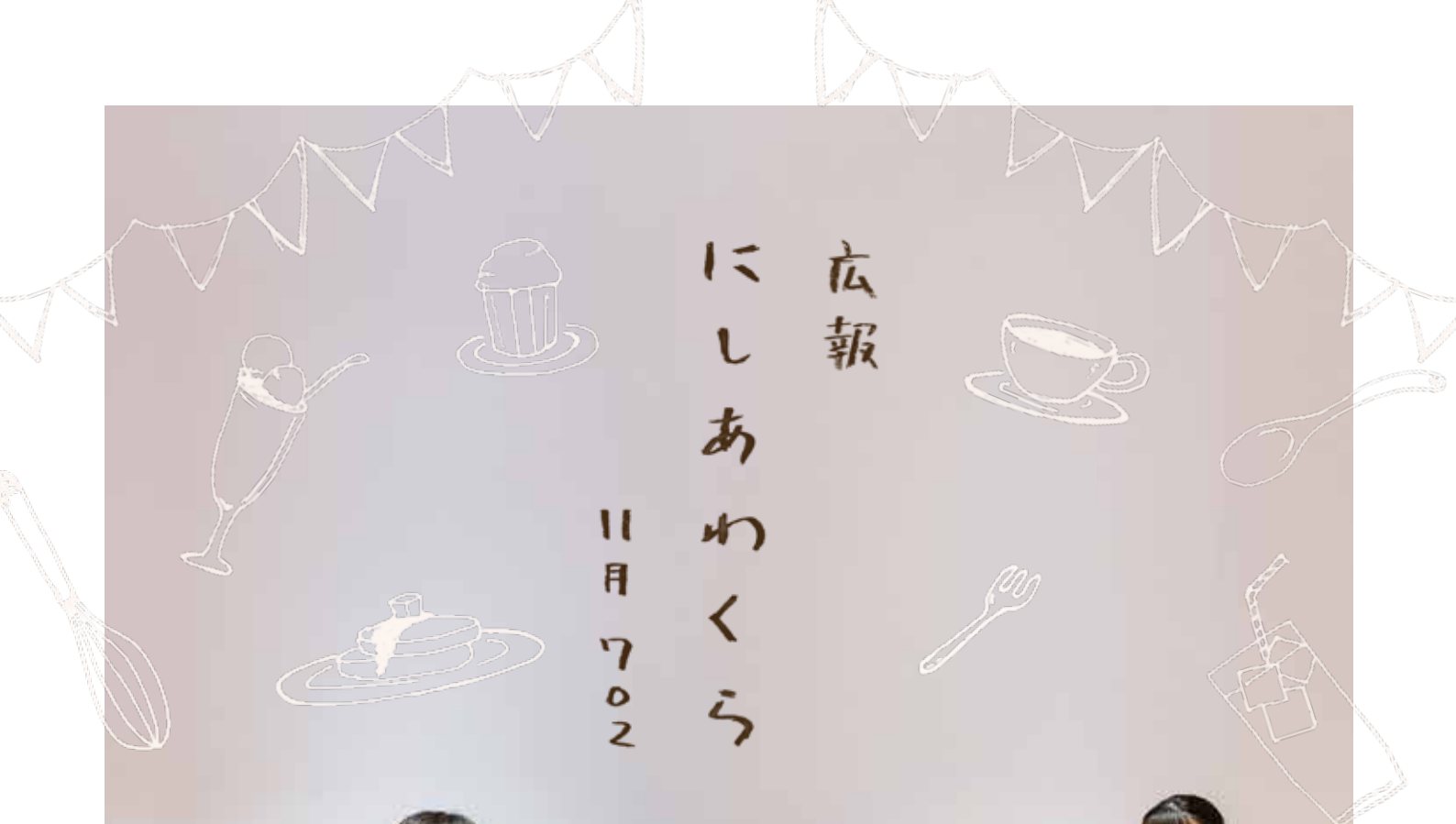




広報
にしあわくら

11月7日



学びはおいしい。



特集

学 び は お い し い

「やってみたい！」最初は子どもたちの好奇心から始まりました。自分たちのやってみたいに挑戦し、現実となった「やってみんCAFÉ」。総勢7名の小学生・中学生メンバーがどんなカフェにするかをゼロから考え、10月23日、第一回目が開催されました。当日は、ジュースやカップケーキ、パンケーキ、フルーツポンチと美味しそうなスイーツが提供され、会場は大盛況。

一般社団法人Nest(ネスト)の伴走により実現したこの企画。やってみんCAFÉメンバーとNestスタッフから、カフェを企画してきた様子や、込めた想いについてそれぞれにお聞きしました。

学 び は お い し い

表紙の人

やってみんカフェの
みなさん
Yattemin café
member



目次

特集	学 び は お い し い	3 ・ 8
村の6大ミッション		10 ・ 13
あわくら会館		14 ・ 15
にしあわくらっ子		16 ・ 17
村からのお知らせ		20 ・ 29
社協だより		30
その他		32

カフェをする。
じゃあ何から？

ひと言にカフェをする、と言っても考えること、することとはたくさんあります。大人がお膳立てしたわけではなく、主体はあくまでも子どもたち。アイディアも次から次へと出てきます。意見がまとまらなかつたり、逆にお店に不可欠な要素が思いつかなかつたりします。そんなときに、伴走役として一緒に準備を進めたのは、教育コーディネーターとして活動中の一般社団法人 Nest です。どのようなきっかけでこの企画を始めたのか、Nest の今井晴菜さんに教えていただきました。

「今年1月からのあわくらみらいアカデミーで、子どもたちに「やってみようこと」を聞いたとき、お菓子作りが好

きという声が複数挙がりました。そこで、その想いを軸に実際に社会に接しながら学べる場をつくらうと思ったことがきっかけです。友達だけでなく知らない人に食べてもらい、お金をもらうことを通して、子どもたちに自分の好きなことを深く学んでもらえるように、カフェの出店を考えました。

スタッフになるときに確認してもらっているように、カフェは「こっこ遊びではなく、「仕事」です。カフェスタッフに対して、私たちは「子ども」ではなく、なるべく一人の人間として接しています。「子どもだからこれぐらいでいいかいよ」というクオリティを言い訳することはせず、大人の社会でもきつちりと通用することを目標に据えています。何をするか、どうするかをみんなが選択して、スケジュール通りに進まなければ、じゃあどうすればよいかを考えていく。すると子

どもたちはどんどん自分たちでできることが増えていき、最初はヒントを与えたり、導いたりもしましたが、だんだんと運営を任せています。

「私たち社会人が日常行なっているように、このカフェの「仕事」を通して、自分のやりたいことを行うときには、やらないといけないこともきちんとやりきる必要性を感じてほしいと思います。活動していれば、困難は当然立ち上がります。そして、自分が一歩踏み出し、段取りを

「おもしろそうなのでカフェをやってみようと思った。村の人だけじゃなくて他の人も来てくれるカフェにしたい。」

「村民の人が落ち着けるカフェにしたい。」

それぞれ
想いを込めて

整えることで、実現できることがあることを知ってほしいです。誰かに言われたからやるような受け身の姿勢ではなく、能動的に動くことで得られる楽しさ、喜び、達成感を味わい、学校だけではなかなか学べないことも、体験する機会にしてほしいと思っています。」

算数が使えらんだ！

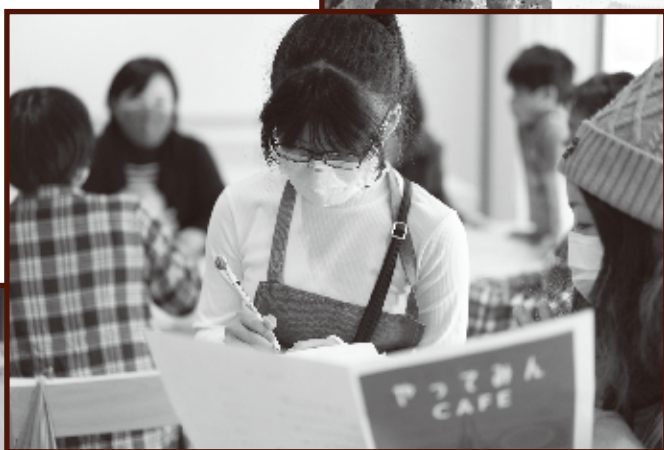
当初9月に開催を予定していたカフェですが、新型コロナウイルス感染症対策による緊急事態宣言の影響で約二ヶ月延期になりました。準備期間が延びた中で、お店をもっとよくする工夫を考えた子どもたちはオリジナルのエプロンを作ることにしました。お揃いのエプロンを身につけることで統一感を出すことにしたのです。

エプロンを準備するときに取材してみると、みんなで和気あいあいと意見を交換しながら作業を分担して進めていました。

「以前も一度カフェをしたことがあって楽しかった。来てくれた人が気軽に過ごせるカフェにしたい。」

「当日がとても楽しみ。緊張はしないです。お客さんが、また来たいと思えるカフェにしたい。」





全部売れないかもしれない、なら赤字にならないようににはどうしたらいいのか、というところまで考え抜いたメンバーは、「算数ってここでこんなに使えるんだ!」と驚き、テストの点数を取るためだけではない、実際に社会の中の意味を実感したようです。

ほかにも、エプロン作りの材料を取り寄せるため、お店に直接電話で問い合わせをしたことを挙げるメンバーもいました。カフェ営業は、初めての体験ばかりです。自分が店員として人と接したことがないと気づき、「カフェ当日のために一度練習しておきたい!」など、大人に言われたから、ではなく、自分たちのやりたいことには何が必要か、どうすれば良いかを自分で考え、行動に移すことが積極的にできていました。

好きなことをやりながら、やらなければならぬことに

も意味を見出し、積極的に取り組んでいくまさに、生きた学びがそこにはあります。

やってみんCAFE オープン

いよいよカフェオープンの日。村民の人達がゆっくり落ち着ける空間を作るために考えてきたカフェ。朝は8時からはりきって用意を開始。一日何を頑張るか目標をそれぞれ決めて、お菓子作りチームと接客チームに分かれて、試作と接客練習の成果が発揮できるかドキドキしながら開店までお客さんを待ちます。10時にオープンしてからすぐにお客さんが入り始め、あっという間に会場はいっぱい。お友達、保護者の方、村内外の方までたくさんの方がやってみんCAFEに来店していました。

SDGs 未来都市にしあわくら 村の未来を創る、考える

東京有楽町の新有楽町ビルで開催されている「サステイナステーションダイ(Station DaiDai)」に西栗倉村と村内事業者の皆さんが11月29日から12月末まで出展をしています。

サステイナブル(Sustainable)とは、「持続可能な」という意味です。それは、地球環境への影響を小さく抑え、環境資源を無駄にせず、また限りある資源を使い切らないようにしながら、豊かな環境を持続させる社会を指します。そして、それは経済活動だけに言えることではありません。服装や食事、観光など普段の生活に関わるモノでも考え直す時が来ています。大量生産大量消費のモノではなく、つくり手や

モノづくりの背景が見え、1点ずつ丁寧に作られたモノを選ぶことが大切になってきました。

「サステイナステーションダイ」は、東京都内での地域の持続可能なモノ・コト・ヒト・マチの情報を発信する拠点です。地域の活性化を促し、日本の地域文化を守るために持続可能なモノづくりに取り組む事業者、持続可能なマチづくりに取り組む自治体、SDGsを支援している企業に対して各自の取組を紹介できる場を提供すること、よりよい社会を次の世代に繋いでいきたい、という想いを形にしています。

西栗倉村で起業した皆さんの多くは、地域の資源を活用し、木工・家具、ジビエ、クラ

第 17 話



取組を知っていただきたいと思っています。東京周辺にお知り合いがあれば、ぜひご来場いただけるようご紹介ください。「サステイナステーションダイ」に村が参加することが、都市部の方に村の暮らしの豊かさを感じていただき、関係人口として村に関わりを持つきっかけになればと考えています。

「サステイナステーションダイ」
(Sustaina Station DaiDai)
西栗倉村
「出展期間」
11月29日～12月末
「住所」
東京都千代田区有楽町
1-12-1 新有楽町ビルB1F
「URL」
<https://daidai.mijp.co.jp>

かわいらしいカフェメニューと一生懸命に対応する店員さんに、お客さんも自然と笑顔になります。カフェメンバーの予想をはるかに上回る来店者に、みんな大忙しの様子でした。実際にやってみないとわからないことがたくさん起きる中で、声をかけ合い、協力し、お客さんにまた来たいと思ってもらえるように精一杯カフェスタッフとしてやりきっていました。閉店後、子どもたちでの反省会では、「しっかりと接客ができた。」「人数が足りないうとき、手伝いに来てくれた。」「お金の計算が大変だった。」など、「やってみよう」の意味が込められた「やってみん CAFE」の名前の由来のとおり、やってみたことで初めてわかるたくさんの学びや気づきが共有されていました。

「西栗倉だからできること」西栗倉の子どもたちの周りにはそれを経験できるきっかけがたくさんあります。現状、ほとんどの子どもたちが中学卒業と同時に村の外へ踏み出していきます。もしかすると、そのとき初めて「村の中での経験って普通じゃなかった!」と思うのかもしれない。学校だけでは学べないことをたくさん吸収して、西栗倉つこたちのどこかにいつまでも「西栗倉で感じたこと」が残っていたらいいなと思いました。

文 西栗倉村広報係 宮脇
撮影 西栗倉村 福井
撮影・デザイン SANSAR

〈表紙のデザインについて〉
今号は、秋の色と特集のやってみんカフェのイメージから、コーヒー色を配色しました。元気なみんなの笑顔の写真でほっと一息つけますように。

広報よりお知らせ

今年度より「村の元気をコンセプトに広報にしあわくらを作成しています。」
「村の元気な人」取材し、こんな人が村にいるんだという気づきや、みなさんに元気を届けたいという想いで表紙と連動した特集企画を開始しました。タイトルロゴと誌面の色も合わせて毎月表現を変更していきます。

元気を届けたい方、こんな特集をして欲しいという方は村民掲示板へ投稿をお願いします!
村民のみなさんへ西栗倉村の情報と共に元気を届けられる広報誌でありたいと考えていますのでご協力よろしく願います。

次回の「表紙の人」

坂根在住の佐藤陽子さんです。英会話教室や心理カウンセリング、「ミセス・アース」大会への出場など幅広く活動されている佐藤さん。その活力の源を教えてくださいました。



Mission
A～F

村の6大ミッション

未来を、もつと暮らしやすくするための
6つのミッションをかかげました。

Mission A 地域、世界と繋がる教育環境づくり

Mission B 誰一人取り残さない暮らしの環境づくり

Mission C 地域経済循環を高める農商工支援

Mission D 「百年の森林構想」の実現と森林価値の最大化

Mission E IT基盤の整備および活用促進

Mission F 地域資源・人をつなぎ、つながりを産む



第4章

多世代・多様な人が暮らし
続けることができるむらづくり

生活環境

基盤整備

※5章については、
順次お伝えします。

第1章
保険 医療 福祉

第2章
教育 文化

第3章
産業

第5章
協働 行政

増やそう！

自主防災活動を行う組織数

関連Mission
B

年12組織



地域の消防・
防災力の向上

行政主体の災害対応のみでなく、地域防災力を
高め災害に強いむらづくりを進めます。防災
訓練や講習活動を行い、地域で助け合えるよう
自助・共助意識の啓発を行います。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
気候変動影響への対応

まずは！

村内の再生可能エネルギーによる電力自給率

関連Mission
C

70%



脱炭素化に向けた
取り組み推進

省エネルギー対策を積極的に支援することで
エネルギー自給率の高い村を目指します。
新しい技術を取り入れ、将来的には自給率100%の
むらづくりを目指します。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
エネルギーの地産地消に向けた検討

目標！

村に住み続けたいと思う人の割合アンケート

関連Mission
C・F

80%



長く住み続けることが
できる環境づくり

増加する移住者の住宅需要に対して、空き家
対策と合わせた住宅の供給が課題となっています。
多くの人が住み続けたいと思える環境づくりを
進めていきます。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
移住者・定住者向けの住宅の確保

目指せ

69%

関連Mission
B



幹線道路や生活道路の整備状況の満足度



交通基盤の整備と
持続可能な維持管理

村内道路の計画的で適切な維持・管理を民間
業者とも連携して行い、誰でも利用可能な公共
交通のあり方について検討していきます。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
子供や高齢者の地域の足としての交通手段づくり

増設

村民向け相談窓口の設置回数

関連Mission
B

年8回



安心して暮らし続ける
環境づくり

一人で悩まず、誰かが助けてくれる、気軽に相談
できる環境づくりを継続していきます。
オンライン上でも相談できる場所を創出し、安心
して暮らし続ける事ができるようにします。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
誰もが誰かに相談できる環境づくり

目標！

上下水道(簡易水道)の整備状況の満足度

関連Mission
B

80%



上下水道の
持続可能な維持管理

安心して利用できる上下水道が計画的に整備・
更新されるように、公営企業会計に移行します。
民間事業と連携しながら持続的な整備・維持
管理方策について検討します。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
上下水道設備・施設の計画的な更新

減らそう！

1人1日あたりゴミの総排出量

関連Mission
B

550g



ごみの減量化と
リサイクルの推進

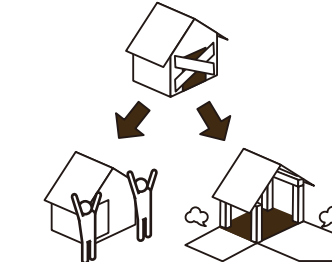
環境負荷の軽減を図るため、村民の協力のもと、ゴミの
減量化と適正処理を推進していきます。目標、1人1日
あたり550g(ペットボトル約1本分)

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
村民一人ひとりの環境意識向・ゴミ不法投棄撲滅

目標！

対策(利活用、除去)を行う空き家数

関連Mission
F



50件



空き家対策の推進

今後数十年で空き家となる住宅が増えていくこと
が予想されます。空き家の実態や所有者特定を
進め、国の補助活用により空き家対策の取り組みを
推進します。

10年間で伸ばしたいこと[令和3年～12年]
地域の不動産資源の流動化



あつまる、つながる、やってみる

あわくら会館

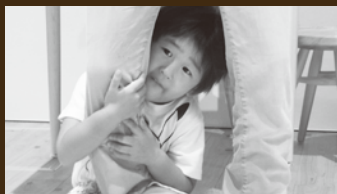


あわくら会館で
行われる
「生きるを楽しむ」
イベント・活動

『アキノイサム絵本原画展「プンクマインチャ」』開催しました！

10/6～31までアキノイサム絵本「プンクマインチャ」の原画展を開催しました。岩絵の具で描かれた色彩は深く、原画の力強さを感じました。ご来場の皆さまもその美しさを言葉にされていました。

子どもたちにも「原画で読み聞かせ！」の貴重な時間が持てました。絵本と同じ絵を探しこしたり、原画の鬼の迫力にびっくりしたり、本の世界を存分に楽しんでくれました。



あわくら会館での活動をご紹介します！

本の除菌ができます♪

受付カウンターの近くに本の除菌ボックスを設置しています！ご自由にお使いください。



定例のイベント

- 「あたマイキイキ音読教室」
■日時：11月10日(水)10:30～11:00
- 「朝の写経会」
■日時：11月13日(土)9:00～10:00
- 「あわくら俳句教室で俳句作りを学ぼう！」
■日時：11月20日(土)13:30～15:30
- 「ちょきちょきの会」
■日時：11月28日(日)10:00～12:00
- 「読み聞かせの日」
■日時：12月4日(土)11:00～11:30

村民講師企画

「麴と酒粕を使いこなす」
麴と酒粕の美味しさの理由や使い方を実際に体験しながらお話しします。

- 日時：11月20日(土)14:00～16:00
- 講師：道前 理緒さん(酒うらら)
- 参加費：2,000円(材料代)
- 定員：10名(要申込)
- 持ち物：
300mlのタッパー3つ



村民講師企画

「わんこ読書会」
わんこにお気に入りの本を読んであげる時間です。本を自分で読み始めた子たちが、動物を相手に読むことで失敗を恐れることなく安心してトライすることを目的としています。

- 日時：11月13日(土)10:00～12:00
- 講師：青木潤一さん(動物介在活動コーディネーター)
- 参加費：無料
- 定員：10名



村民講師企画

「やまと森の知らない世界 vol.5
～挑戦！木の実から油絞り～」

- 日時：11月21日(日)13:30～16:00
- 講師：川上 えりかさん(西栗倉村役場)
清水 美波さん(株式会社百森)
- 参加費：500円(材料代)



「LibraryLive - achordion」

ジャズポップユニットachordionによるクリスマスライブです。いつもの図書館で柔らかな音楽が流れるひと時です。予約は着席のみです。スタンディング(制限あり)や館内のどこかでも聴いていただけます。

- 「野点屋3939」のカフェ出店もあります。
- 日時：12月5日(日)13:30～15:00頃
- 場所：あわくら会館
- 入場料：無料(要予約)



図書館の新刊情報

一般書

- 「人生にキャンピングカーを」 GAKU-MC / 著
- 「天使に賭けた命」 赤川 次郎 / 著
- 「月と日の后」 冲方 丁 / 著

児童書

- 「ヤバすぎ!!
有毒植物危険植物図鑑」 保谷 彰彦 / 写真・文
- 「大名行列」 シゲリカツヒコ / 作・絵
- 「みつばちと少年」 村上 しいこ / 著



その他の新刊は、あわくら図書館HPまたは館内設置の図書検索システムをご覧ください。

- あわくら会館ご利用案内
あわくら会館 西栗倉村影石33-1
開館時間 8:30～22:00
あわくら図書館(あわくら会館内)
開館時間 10:00～18:00
休館日：祝祭日、毎月最終月曜、年末年始
(11月は22、23日が休館日)

- 問い合わせ先
あわくら会館・図書館 TEL: 0868-79-2116
教育委員会事務局 TEL: 0868-79-2216
お知らせ・蔵書検索はホームページをご覧ください。
- あわくら会館・あわくら図書館の詳細はHPまたは館内に掲示したチラシ、Facebookページをご確認下さい。参加費の明記がないものは無料です。



保育園

親子でお散歩を
楽しみました
『クラス別参観日』

10月上旬に今年度初めての参観日を実施しました。コロナ禍の中感染防止対策のため、クラス別々の日に実施をし、普段のお散歩コースを親子で楽しみました。トンボも飛び交う気持ちの良い秋空の下、親子で手をつなぎ、どんぐりを拾ったり、ススキやコスモスを手にしたり、牛を見たり、カエルや沢ガニを見つかったりと子どもたちのペースでゆっくり西栗倉の秋の自然を楽しみました。

また2才児クラスでは、散歩前にクラス懇談を行い、普段は保護者同士でゆっくり話す機会の少ない中、この日はグループに分かれて互いに子育てについて話す良い機会となりました。



幼稚園

親子遠足
楽しんだぶどう狩り！
おいしかったぶどう！

9月24日(金)、親子遠足でぶどう狩りをしました。いつもの時間に登園した子どもたちは、遊戯室でぶどう狩りに関するクイズなどのレクリエーションを楽しみながら、これから行くぶどう狩りのイメージをふくらませました。

美作農園では、お店の方の案内でシャインマスカットのハウスへ行き、ぶどう狩りを楽しみました。子どもたちは、大きく実ったぶどうの房を摘み、甘くておいしいぶどうを親子で味わっていました。コロナ禍ではありましたが、親子で楽しい時間があったことを嬉しく思います。保護者の皆様には、ご協力ありがとうございました。



小学校

学び、楽しんだ
社会見学！

「1・2年生」

津山まなびの鉄道館、扇型に広がる機関車庫の見学に行きました。たくさん展示車両を見る子どもたちの目は憧れと新しい発見でキラキラ輝いていました。動輪の傍らでその大きさに驚き歓声を挙げ、まなびルームで熱心に鉄道について学びました。その後、奈義町総合運動公園でお弁当をいただき、大きくてカラフルなおもしろ遊具で思いっきり遊びました。笑顔がいっぱいでした。

「3・4・5年生」

スパーマーケットに行きました。5年生は社会科で学習したトレーサビリティ(生産追跡システム)に



中学校

生徒会新体制がスタート！
生徒会本部役員の目標

西栗倉中学校生徒会新役員が決定しました。これまで、全校生徒を牽引してくれていた3年生から1・2年生へとバトンが渡されました。西栗倉中学校の伝統を引き継ぎ、さらに新たな取り組みにも挑戦してほしいと思います。1年間の活躍を期待しています。

【書記】

生徒会長や副会長を支え、学校をよりよくしていきたいです。「話し合いで、自分の意見をしっかりと出す」ということを目標に頑張りたいと思います。

【生徒会長】

生徒会長として学校を引っ張っていきけるようにあいさつをしたり、給食を残さないようにしたりする取り組みを頑張ります。

【副会長】

新本部役員として学校の改善点を見つけ、どうしたらよくなるかを考えます。よい点はもっと伸ばし、より良い学校にしていきたいです。



空き家を適切に管理・改修して老朽化を防ごう

村内空き家の現状

現在行っている空き家等実態調査によると、村内には80件程度の空き家が存在しています。村の空き家率は7.9%で、全国平均13.6%や岡山県平均15.5%(平成30年住宅・土地統計調査)と比較すると、空き家の適切な除却や活用が行われていることがわかります。

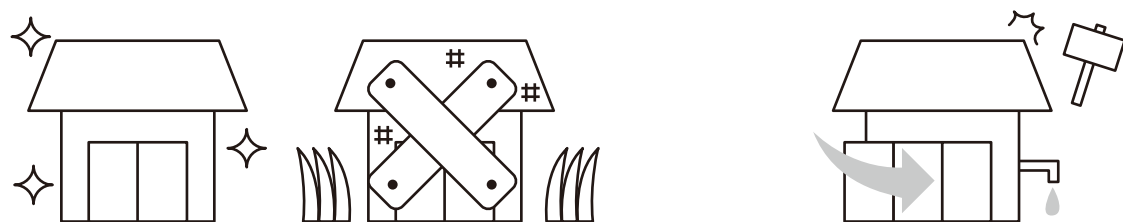
しかし、村内空き家の半数以上は良好な状態ながらも利用されていない物件です。これら空き家は今後老朽化などにより危険な空き家(特定空家)となってしまう恐れがあります。

既にある空き家へは早めの対処を！

既に空き家となった物件には、一日でも早い対処が必要です。

- 今後使用する予定のない物件 → 賃貸活用や売却を早期にご検討ください。
- 数年後の使用が決まっている → 空き家期間の傷みを抑えるため、空き家管理サービス(※)の年末年始の帰省時に使用する → の利用をご検討ください。

※空き家管理サービス・・・物件の傷みを抑えるためのサービス。草刈や剪定、郵便物の確認などがサービス内容に含まれることも。本村ではふるさと納税の返礼品にもなっています。



今はきれいな物件も空き家状態だと老朽化。 定期的な換気・通水・補修で老朽化抑制！

村の補助制度を使って、空き家賃貸物件オーナーになりませんか？

村では空き家所有者のみなさんに物件を活用・整理していただくきっかけとして、令和7年度までの期間限定でいくつかの支援策を用意しています。移住者向け賃貸住宅として先10年間供用していただくことを条件に、改修・片付け費用を最大145万円まで補助します。

令和3年11月現在、本制度により累計26件の空き家が賃貸住宅として供用されています。制度について詳しくは村ウェブサイトをご覧ください。総務企画課へお問い合わせください。

地域で空き家のことを考えよう

上記制度は、個人だけでなく法人や自治会、地域自主組織も補助対象となります。美しい景観を保つため、空き家となった物件を地域で取得し、村の補助を使って改修、賃貸住宅として貸し出すといったことも考えられます。ぜひこの機会に、ご近所の空き家のことを考えてみてください。

お問合せ：西栗倉村総務企画課 79-2111

むらまるごと研究所通信

「むらまる研って何をしているところなの？」

昨年立ち上がった、むらまるごと研究所、通称「むらまる研」の取り組みや活動内容について、これから少しずつご紹介していきます。

むらまる研は、役場の地方創生推進班のアイデアから生まれました。「テクノロジーは地域や人を幸せにできるのか？」という問いを命題に、この村にある資源・可能性を活かし、村まるごとを活動範囲として最新テクノロジーを活用した地域課題の解決を行うために昨年の7月に財団法人として設立しました。現在は村と研究協定を結び委託を受け、村が掲げる「生きるを楽しむ」を未来につないでいくため、実証実験や実証事業を「むらlabo」(旧JA西栗倉1階)を拠点に企業や研究機関と協力して実施しています。

こんな取り組みを行っています



①関係人口を増やす

企業の方や研究者の方など西栗倉村に関心を持ち、一緒に村で活動したり、楽しんだり、応援して下さる方が増えて行くように、来訪者が移動しやすい環境や滞在できる環境、人と交流できる環境の整備を行なっています。



②村のデータの有効活用

村内の様々なデータを集め、防災などに活用していくため、データ収集・活用を行なう基盤の整備を行なっています。



③草刈りの負担を軽減する草刈りロボットの開発に向けた研究活動

急な斜面地など危険な場所の草刈りも自動で行なえるような草刈り機の開発を目指して、企業の方と村内のあぜ道や斜面地の調査、ロボット開発の検討を行なっています。



④最新技術に触れられる場を開く

現在、村の子どもたちとロボットの制作を行ない、11月14日(日)には「むらロボットコンテスト」を開催予定です。また、むらlaboにある3Dプリンターやレーザーカッターなどの最新機械を使った講習・ものづくりのイベントも開催しています。

一般財団法人西栗倉むらまるごと研究所 西栗倉村地方創生推進室

年に1回の健康診断もう受けましたか？

まだ健診を受けていない方は、

診療所でも健診を受けられます。
(令和4年3月31日まで)

詳しくは診療所へお問い合わせください。
診療所 ☎ 79-2220

通院中でまだ健診を受けられていない方へ
定期受診時に、健診を受けられる場合があります。詳しくは、保健福祉課へお問い合わせください。

保健福祉課 ☎ 79-2233

生活習慣病は自覚症状がない病気なので、早期発見と早期治療がカギを握ります。日々忙しい中で、自分の健康に気を使うことが難しい人も多いかもしれませんが自分の健康状態を知り、自覚症状がないうちに異常を発見するためにも、年に1回は定期的な体全体の点検を行いましょう！

特定健診は、生活習慣病(高血圧症、糖尿病、脂質異常症)やその他の病気を早期発見する健診です。早期発見・早期治療のため、がん検診も受けましょう！

お問合せ：西栗倉村保健福祉課 79-2233

健康カレンダーのテーマ

食事のバランス「4・3・3」について知ろう！

先月に引き続き、今月は10月の健康カレンダーでお知らせしている、「コンビニの活用」についてお伝えします。

手軽に何でも揃うコンビニですが、朝食や昼食をコンビニ弁当ですませている方は多いと思います。おにぎりだけ、パンだけ、ですませていますか？

忙しいからこそ一食一食を大切にしたいです。

コンビニの活用編(10月カレンダー掲載)おすすめ昼ご飯は?!



野菜やたんぱく質など手軽にプラスできます

便利なコンビニも上手に使って健康づくりに役立てましょう!!

移動時間に食べる方へのおすすめ

おにぎり・チーズ・ゆで卵・野菜ジュース

これはおすすめしません!!

カップラーメンのみ・菓子パン

お問合せ：西栗倉村保健福祉課 79-2233

もしも、頭を打ったら… ～転倒後の注意～

寒くなってくると筋肉が動きにくくなり、予想外の転倒が増えやすくなります。転んだ時に頭を打ったり・尻餅をついた事はありませんか？尻餅をつくだけでも脳が揺れて頭の中に出血を起こすと生命に危険を及ぼすことがあるので注意が必要です。

転倒後、元気だった人が急に意識がなくなってしまうことがあるのも、この様な頭の出血(頭蓋内出血)によることがあります。これは頭の骨に異常がないからといって安心はできません。

- ①頭痛がだんだん強くなって、嘔気・嘔吐が何回も起こる。
- ②ぼんやりしてきたり、放っておくとすぐ眠ってしまう。起こしてもなかなか起きなかったりする。(※受傷当日は夜間でも時々起こしてみ、はっきり返事ができるか確かめてください。)
- ③物が二重に見えたり、物がよく見えなかったりする。
- ④手足が動かしにくかったり、痺れたりする。特に右と左で動き(力の強さ)が違う。
- ⑤けいれん(引きつけ)が起こる。

上記のような症状が見られた時はすぐに医師の診察を受けてください。このような症状はすぐに起こることもありますが、2～3日、時に数日から数ヶ月かかることもあります。

☆頭を強く打った時は少なくとも1～2日は安静にし、一人で外出しないように注意してください。小さい子どもは相当強く頭を打った時でも、症状が出にくいことが多く、また自分で症状が言えません。元気にしていても2～3日は目を離さないでください。

受傷から半年くらいまでの注意!!

受傷後3週間から半年くらいして、まれに頭の中に血液がたまる場合があります(慢性硬膜下血腫)。頭痛・吐き気・脱力感、ふらつき・認知症・せん妄などの症状が徐々に現れるようなら医師の診察が必要です。状態により手術が必要な場合があります。

※高齢者では特に頻度が高いのでご注意ください。

何か症状があれば医療機関を御受診ください。

お問合せ：西栗倉村診療所 79-2220

ジャパントイムズ社「サスティナブルアワード2021」
優秀賞を受賞しました

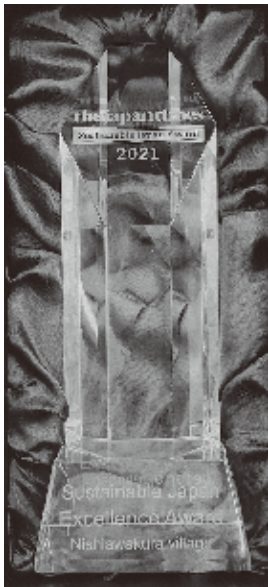
9月28日、ジャパントイムズ社が主催する「サスティナブルアワード2021」で西栗倉村が優秀賞を受賞しました。2008年に「百年の森林(もり)構想」を着想し、荒れやすい個人所有の森林を村が10年間預かり、環境にやさしい整備を行いながら森林の年間の二酸化炭素固定量も算出し公表するなど事業を多面的に展開していることや、2020年には民間金融機関と国内初の森林商事信託事業も開始し、森林管理に民間資金の導入手法の開発も行ったことが評価されました。

また、人口減少が進む中、若者が村の資源を活用しながら起業する支援に取り組み、若者を中心とする多くの起業家や地域で活躍する人材を育成していること。その結果、移住者の数が約200人となり、人口の15%を占めながら多様性にあふれ持続可能な地域づくりに取り組んでいることも受賞理由となっています。村民・企業や村役場職員が協働して立ち上げた「一般財団法人西栗倉むらまるごと研究所」など今後の取組にも期待が寄せられています。

ジャパントイムズは1897年(明治30年)に創刊された日本で最も歴史のある英字新聞です。日本のいま、そして未来を世界に向けて発信しています。読者は国内在住の外国人に加えて、世界各国の政府高官やシンクタンクはもちろん、各国のメディア

にも日本に関する信頼できる情報ソースとして活用されています。

西栗倉村の取組が、同紙により日本のモデルとして、世界に発信されることで、今後より世界のいろいろな人や企業とつながっていきることができ、経済や環境・社会・教育・福祉など多くの分野で持続可能な地域づくりに役立つと思います。



株式会社ジャパントイムズキューブ

Sustainable Japan Award 2021

大賞はユグレナ、優秀賞は西栗倉村(岡山県)

9月28日に受賞記念のオンラインパネルセッション開催

株式会社ジャパントイムズキューブ(代表取締役:末松 弥奈子)は、「Sustainable Japan Award 2021」の受賞企業・団体を発表しました。9月28日(火)には、表彰式及び受賞企業・団体・自治体によるパネルセッションを行います。



お問い合わせ:西栗倉村地方創生推進室 79-2221

全世帯を対象とする「情報の活用状況に関する
アンケート調査」へのご協力のお願い

西栗倉村では現在、「西栗倉村情報化推進計画」の策定を目指しています。情報化推進計画は、より暮らしやすいむらづくりを目指して、インターネットなどのIT技術を今後どのように利用していくか、取り組みの方針を定めるものです。

このアンケートは、村民の皆さんが普段どんな情報を得て生活しているか、スマートフォンなどの電子機器を使用する上で困っていることがないかなど、村民の皆さんの実情を把握するために実施するもので、いただいたお声は計画に反映させていただきます。

つきましては、本広報誌に折り込みの調査票をご確認いただき、アンケート回答へのご協力をお願いいたします。

〈回答方法〉本広報誌に折り込みの、アンケート用紙と返信用封筒をご確認いただき、いずれかの方法でご回答ください。

- ①返信用封筒にて返信
- ②アンケート用紙に記載のQRコードを読み込み、インターネットから回答
- ③アンケート用紙を地方創生推進室へ持参

〈回答期限〉11月30日(火)

お問い合わせ:西栗倉村地方創生推進室 79-2221

スマートフォン講座「～できる、こんなこと～」の開催

本講座では、65歳以上の村内在住の方を対象として、スマートフォン端末の操作方法の説明や、便利な使い方をご紹介します。 아이폰やらくらくスマートフォンなど、端末の種類は問いません。基本的な使い方の他、LINEを使って相手に画像や動画を送信したり、インターネットで情報を検索したり、楽しみながら使い方を学びましょう。



あわボ対象事業
※各回の内容は同じです

開催日程
第1回:11月18日(木) 13:30 ~ 15:30
第2回:12月 9日(木) 13:30 ~ 15:30
第3回: 1月28日(金) 13:30 ~ 15:30

場 所
あわくら会館(西のにわ)

定 員
10名程度

※事前予約が必要です
地方創生推進室窓口、もしくは電話(79-2221)にてお申し込みください。
申し込みの際に、送迎の有無についてお聞きします。

お問い合わせ:西栗倉村地方創生推進室 79-2221

年男・年女

あなたの新年の抱負教えてください！

広報にしあわくら新年号「年男・年女 新年の抱負」で取材させていただける方を募集します。

対象

寅年生まれの方

締切

令和3年11月19日(金)

内容

ご自身がチャレンジされていること、新年に向けての抱負等々

※応募の有無に関わらず、こちらから取材依頼をする場合がございます。
あらかじめご了承ください。

お問合せ：西栗倉村総務企画課 79-2111

俳句

あわくら俳句教室 十月句会

あわくら俳句教室「宮本武蔵誕生地」吟行
武蔵の地金木犀の香の濃かり
草の花さがす一と日や作州路
秋風の天を突きたる武蔵像
五輪坊訪ふ人も無き暮の秋
苔むして侘しき秋の水車かな

選者 乾 北星
宮本 竜治
横江 美栄子
建元 照子
小坂 康子
小椋 仁美

【選者吟】自在鉤
吊る武蔵茶屋
秋深し

○次回は十一月二十日(土)
毎月第三土曜日の午後一時三〇分から
あわくら会館で活動しています。
丁寧に教えますので、
初心者の方もぜひご参加下さい。

川柳

栗の実川柳社 令和三年十月句会から

「友」
又会おう言って別れた友が居た
落ち込んで友の一言元氣出る
健康な人はやっぱりよい笑顔
明るさにつられ笑顔の花が咲く
幸せの数を数えて明日を待つ
コロナ渦で氏神様も寂しそう
団子汁遠い昔の祖母思う
苦も染も支え合って老いる日々
何が幸今を生きてる事が幸

河野 孝子
土居 みさえ
熊見 まちこ
清水 早苗
建元 照子
井上 吉男
清水 早苗
西本 栄子
小椋 仁美

「紅葉」
みさえ選

○令和三年十一月句会のご案内
十一月八日(月)午後一時三十分から
『よりみち』に於いて開催します。

あわくら大学 9 月講座

9月17日(金)村文化協会の「郷土史探訪クラブ」の皆さんにご協力いただき、村内めぐりを行いました。当日は雨予報でしたが、なんとか小雨程度に落ち着き、下土居・筏津・知社地区の史跡を丁寧に案内していただきました。「こんな場所初めて通った」「西栗倉じゃないみたい」との声があり、長年村内に住んでいる大学生でも新しい発見をしながらの講座となりました。郷土史探訪クラブには5年間かけて全村の史跡を案内していただきました。



三界万霊碑、供養塔(筏津)



伐開神社(下土居)



岩滝神社周辺(知社)

秋の交通安全県民運動報告

9月21日(火)から30日(木)にかけて、「秋の交通安全県民運動」が県下一斉に行われました。本村でも、交通安全推進委員による街頭指導や広報車による啓発活動が実施され、26日(日)にはカーブミラー清掃が行われました。期間中、ご協力いただきました皆様ありがとうございました。

日が暮れるのがすっかり早くなりました。自動車の皆様は早めの点灯を心がける、歩行者の皆様は夜光反射材を身につけ、自分の存在をしっかりとアピールするなど、交通事故を起こさない、交通事故に遭わないようにしましょう。



住宅用火災警報器を設置しましょう

「おうち時間 家族で点検 火の始末」(令和3年度全国統一防火標語)

令和3年11月9日～15日まで、全国一斉秋季火災予防運動を実施します。これからの季節は、空気が乾燥し火災が発生しやすい季節となります。また、新型コロナウイルスの流行により家にいる時間が増えている今、住宅防火対策が重要になってきます。住宅用火災警報器を設置して、万が一の火災に備えましょう。

○寝室(寝室が上階にある場合は階段)には必ず設置しましょう。

○取り付け後も定期的な作動点検をしてください。

一人暮らしの後期高齢者の方へ住宅用火災警報器を交付します

美作市危険物安全協会では、高齢者に対する住宅防火対策推進のため、満75歳以上の一人暮らしの方へ、住宅用火災警報器50個を無料で交付します。なお、申込多数の場合は抽選となります。

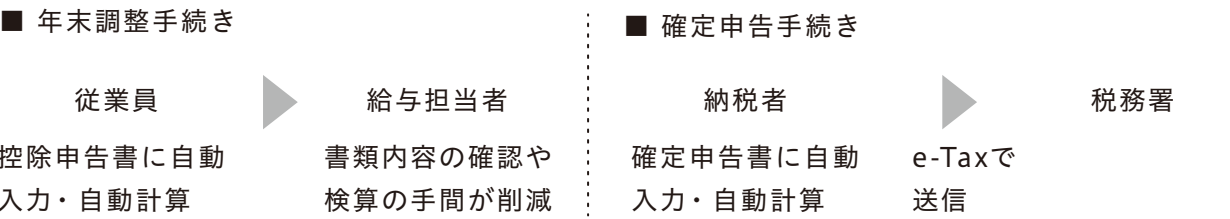
■対象者	以下のすべてに該当する方。 ①西粟倉村在住で、今年度満75歳以上になる一人暮らしの方 ②火災警報器を寝室に設置していない方(故障している場合も対象) ③持ち家の方
■交付個数	1個(寝室への取り付け)
■申込方法	下記窓口で申請書を受け取り、必要事項を記入しお申し込みください。 【申請書設置窓口】 〈西粟倉村〉西粟倉村役場(総務企画課) 〈美作市〉美作市危険物安全協会事務局(消防本部予防課内)、消防署大原出張所、美作市総務課、各総合支所、保健センター(美作・大原)
■申込期限	令和3年12月17日(金)
■その他	・自身での取り付けが困難な方には、設置を無料で行いますが、新型コロナウイルス感染防止の為、設置時期が遅くなる可能性があります。 ・交付の決定につきましては、通知文等で連絡します。
■問い合わせ先	美作市危険物安全協会事務局(消防本部予防課内) 電話 0868-72-2602(平日 8:30～17:15)

ご自宅からのe-Tax 申告のご案内

書き方や計算が分からない…	自動計算	画面の案内に沿って入力すれば税額まで自動計算
入力がめんどろ…	自動入力	マイナポータル連携や過去の申告データを利用して自動入力
会社が休めない…	自宅から	マイナンバーカードとスマホe-Tax!

マイナンバーカードで申告を簡単・便利に！～マイナポータルを活用した情報連携～

各種控除証明書など
マイナンバーカードを使い、マイナポータルを通じて、まとめてデータ取得！



※ご利用には、控除証明書などの発行主体がマイナポータル連携に対応していることが必要です。※今後、自動入力対象がさらに拡大される予定です。

令和3年分(令和4年1月以降)からはさらに便利に！

- ① ICカードリーダーライト無しでe-Tax
- ② スマホのカメラで源泉徴収票を自動入力
- ③ スマホ専用画面の対象範囲が拡大



12月3日～9日は、障害者週間です

この週間は、障がいの有無に関わらず互いに個人を尊重し、「誰もが暮らしやすい地域社会」の現実をめざし、障がいをも自分自身の問題として捉え、理解を深めることを目的に制定されました。障がいは、事故や病気などによって、誰にも生じるものです。障がいは多種多様で、外見ではわからないものもあります。障がいに不自由さはあっても、周囲の理解や配慮があればできることがたくさんあります。

この機会に、障がい者の自立と社会参加に対して私たち一人ひとりが努力し、障がいのある人もない人も、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせる村を目指しましょう。

お問合せ：西粟倉保健福祉課

教えてねんきん

11月は『ねんきん月間』です！

年金保険料、納めてますか？
この機会に年金加入状況の確認を！

日本年金機構は厚生労働省と協力して11月を『ねんきん月間』と位置づけ、公的年金制度の普及・啓発活動を積極的に行います。
11月30日は「年金の日」。「ねんきんネット」で未来の生活設計について考えてみませんか？

11月30日は、「年金の日」です。ご自身の年金記録や年金受給見込額を確認し、老後の生活設計に思いを巡らしてください。また、この機会に年金記録の確認や年金見込額を試算できる「ねんきんネット」をご利用してみてください。（「ねんきんネット」のご利用登録は、日本年金機構ホームページより可能です。）

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

第73回 人権週間のお知らせ 令和3年12月4日(土)～10日(金)

「誰か」のことじゃない

国際連合は、世界人権宣言採択の日である12月10日を「人権デー」に、10日を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、世界人権宣言の意義を訴えるとともに、人権尊重の考え方の普及に努めてきました。

近年は、SNS上で他人を誹謗中傷したり、個人の名誉やプライバシーを侵害したり、差別を助長するような情報を発信するなど、インターネット上の人権侵害が深刻な問題となっています。

法務省の人権啓発活動では、国連の持続可能な開発目標(SDGs)が掲げる「誰一人取り残さない」社会の実現に向けて、一人ひとりの人権を尊重することの大切さ伝えると共に、企業にも人権に配慮した責任ある活動を行っていただける取組みを求めています。

お問合せ：西栗倉村保健福祉課 79-2233

たき火を囲んでオータムカップリングパーティ

毎年、美作市と共催で実施しているふれあいパーティを、今年は自然の中で開催します。

ブッシュクラフトを体験しながら、たき火を囲んでゆっくりおしゃべりを楽しんでいただくイベントです。

クリスマスと一緒に過ごせるステキな出会いを見つけませんか？

日 時：令和3年11月28日(日)12:00～15:00

開催場所：大芦高原キャンプ場(美作市上山2350-1)

応募資格：20代～40代の独身男女(居住地制限なし)

定 員：男女各8名(合計16名)(超えた場合は抽選)

参加費用：男女とも1,000円

申込〆切：令和3年11月14日(日)

主 催：美作市企画振興部営業課

共 催：西栗倉村

お申込み：有限会社チアーズ

H P：https://cheer-s.com/2211128-mimasaka

FAX：078-330-0039 または郵送(役場に申込書有ります)

狩猟期間のお知らせ

11月15日から狩猟期間が始まります。農作物等への被害防止を目的として、イノシシとニホンジカに限り、狩猟期間を3月15日までとしています。野山へ出かける際には、目立つ色の服装を心がけるなど十分にご注意ください。

問い合わせ先：岡山県農林水産部農村振興課鳥獣害対策室(086)-226-07439
岡山県美作県民局農林水産事業部森林企画課(0868)-23-1384

入札状況(税込)

建設課	建設課	総務企画課
令和3年度コンテナハウス 用地上下水道新設工事	令和3年度村道栗倉線 影石谷トンネル補修工事	生涯学習施設駐車場工事
引 谷	影石・引谷	影 石
(有)小松組	藤田工業(株)	西栗倉建設有限責任事業組合
1,936千円	22,704千円	60,280千円

あわくら
豆知識

やってみんCAFEの
米粉パンケーキの作り方
(カフェ当日は西栗倉村
産米粉を使ったホット
ケーキミックスを使用
しました!)

材料
米粉ホットケーキ
ミックス…200g
牛乳…200ml
卵…1個
サラダ油…大さじ1
バター…5g



米粉ホットケーキミックス
と牛乳と卵を入れて混ぜる



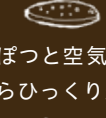
サラダ油を入れて混ぜる



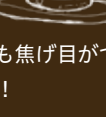
熱したフライパンに
バターを入れる



お玉一杯分の生地を
入れる



ぽつぽつと空気が出て
きたらひっくり返す



裏面も焦げ目がついたら
完成!

やってみんカフェ第2弾
開催決定!
12月4日の村内イベント
で出店予定です。今後
も継続的に西栗倉っ子
達によるカフェが開催さ
れる予定です。ぜひ一度
足を運んでみてはいかが
でしょうか!

人の動き

令和3年10月1日現在の動き

●人口 1,410人 (-7) ●男 659人 (-2)
●世帯 607戸 (-1) ●女 751人 (-5)

■亡くなられた方

金澤 梅代様(筏津) 10月 1日 99歳 道上 弘子様(別府) 10月22日 88歳
安妻 欣二様(坂根) 10月11日 87歳
乾 幸子様 (引谷) 10月19日 90歳

9月中の移動

出生 1人
死亡 5人
転入 2人
転出 5人

善意の窓

社会福祉協議会から
(令和3年9月15日～令和3年10月18日まで)

●お悔やみ申し上げます

大茅 上山 光重 様 母 ツルヨ様 香典返し
筏津 金澤 勉 様 母 梅代様 香典返し
坂根 安妻 美和 様 父 欣二様 香典返し

[お知らせ]

村内企業限定求人情報

〈募集職種〉カフェ・ショップスタッフ

〈主な内容〉ホール・キッチン・レジ・物販等

〈勤務地〉(株)西栗倉・森の学校 岡山県英田郡
西栗倉村長尾 461-1

〈勤務時間〉8:00～18:00の中でシフト制(5～8時間/日)

〈時給〉¥900～(高校生¥870)

ひとこと：森の学校に「カフェ」「木材販売」「いちご摘み」が
楽しめる複合施設が来年1月オー
プンします。みんなが気軽に足を
運び安らげる空間を作りたいと
思っております。興味を持たれた
方はお気軽に連絡ください。

〈問い合わせ先〉
(株)西栗倉・森の学校
TEL:0868-73-0338(担当:杉山)



やりたいことやイベント情報を発信したい！
協力者募集！などの声を大募集＆発信中！

村民掲示板

スマホ用
QRコード ▼



[投稿方法]

・PCから…西栗倉村役場ホームページにアクセス→
画面右上「お問い合わせ」→「村民掲示板」へ

・あわくら会館内(図書館受付)に設置してある掲示板用紙を投稿箱へ

留意事項

毎月広報係が内容を精査し、掲載の可否を決定します。(15日頃までの投稿を次号へ掲載)
事業性のある広告是一般チラシとして有料で折り込みを受け付けています。

地域福祉推進のために 社協だより

村老連杯囲碁ボール大会

10月7日(木)に村老連囲碁ボール大会を開催
しました。新型コロナウイルス感染症予防を行い
ながら2年ぶりの開催となりました。12チーム65名
の参加があり、3密を避けるために、午前・午後
の部に分かれて試合を行いました。久しぶりの開
催となり、みなさんととても楽しく白熱した試合が
行われました。

《午前の部》

団体戦 個人戦

優勝 天岡会Aチーム 草刈弘幸さん(坂根)

準優勝 ひまわりチーム 春名温子さん(中土居)

第3位 塩谷ぼんぼこ Aチーム 青木美和子さん(別府)

《午後の部》

団体戦 個人戦

優勝 塩谷ぼんぼこ Bチーム 赤代たね子さん(塩谷)

準優勝 筏津チーム 白旗充子さん(中土居)

第3位 谷口名人会 チーム 浅野さち子さん(谷口)

身体障害者福祉協会より

今年も菊を頂きました！

10月11日(月)鳥取倉吉方面に出かけました。
当日は雨も降らず、倉吉の白壁土蔵群を地元のガイ
ドさんに案内してもらい、街並みを散策しまし
た。その後、中国庭園「燕趙園」で中国雑技団の
公演を見て、賀露にて買い物をしました。

久しぶりの遠方へのお
お出かけで皆さんとて
も楽しまれていました。
次回も楽しい企画を計
画していきます！



今年も谷口の浅野實正
さんから「ゆうゆうハウ
ス」と「ひだまり」の玄関に
菊を飾って頂きました。
今年は天候不順で育てる
のに苦労されたそうで
すが、大菊三本仕立てで立
派な菊です。ありがとうございました。



社協杯ゲートボール大会

10月18日(月)に社協杯ゲートボール大会を開
催しました。6チームで白熱した試合が繰り広げ
られました。



 優勝 長尾チーム

準優勝 筏津チーム

第3位 大茅チーム

あわくら会館が内閣総理大臣賞を受賞

木材利用推進中央協議会が主催する令和3年度木材利用優良施設コンクールにおいて、あわくら会館が栄えある内閣総理大臣賞を受賞しました。

建物の出来栄だけでなく、百年の森林づくりからつながる一連の森林経営、素材生産、木材流通、木製品、家具デザインなど、長期にわたる総合的な取り組みも含め評価されたものです。

あわくら会館の完成には、木材調達、建築、家具製作などの現場だけでなく、ワークショップや委員会・アンケートに参加し、新施設への思いやたくさんの「やってみたい」を届けてくださった村民みなさん、そして、わたしたちに木を残してくださった方々、本当に多くの方々が関わってくださいました。すべてのみなさんとこの受賞を喜びたいと思います。

あわくら会館は今後、末永くみなさんのくらしや楽しみと共にあります。まだ利用したことがないかたも見学だけでもいいのでぜひご来館ください。

(西栗倉村総務企画課)



日	月	火	水	木	金	土
11/7	8 可燃ごみ	9 すくすく子育て相談 10:00~12:00 (Bambi)	10 <会館イベント> あたまイキイキ 音読教室 (P15)	11 可燃ごみ 子育て相談 10:00~16:00	12 かん類	13 <会館イベント> わんこ読書会(P14) 朝の写経会(P15)
14	15 可燃ごみ	16	17 ふれあい体験学習 (乳幼児)9:40~11:20 (百森広場)	18 可燃ごみ	19 資源ごみ あわくら大学 10:00~12:00	20 子どもの急病と対処 講座 10:00~12:00 (いきいきふれあいセンター) <会館イベント> あわくら俳句教室(P15) 麺と酒粕を使いこなす (P14)
21 <会館イベント> やまと森の知らない 世界 vol.5「挑戦！ 木の実から油絞り」 (P14)	22 可燃ごみ 図書館休館日	23 勤労感謝の日 図書館休館日	24	25 可燃ごみ	26 びん類	27 文化祭展示(12/5まで)
28 文化祭ステージ発表 9:00~12:30 (小学校体育館) <会館イベント> ちよぎちよぎの会(P15)	29 可燃ごみ	30 納 国民健康保険税11月期	12/1 小児科健診 13:00~17:00 (いきいきふれあい センター)	2 可燃ごみ	3 資源ごみ 総合相談会 13:00~16:00 (あわくら会館 東2)	4 <会館イベント> 読み聞かせの日(P15)
5 <会館イベント> ライブラリーライブ (P14) 図書館の日イベント	6 可燃ごみ	7 古紙	8	9 可燃ごみ	10 かん類	11

広報

令和3年11月号
No.702

発行 〒707-0503 岡山県英田郡西栗倉村影石33-1
西栗倉村役場 総務企画課
TEL 0868-79-2111 FAX 0868-79-2125
印刷(資) 谷本弘輝堂



古紙のリサイクルに取り組むオフィス町内会と森林の再生に取り組む岡山県西栗倉村との連携により実現した「森の町内会－間伐に寄与する紙－」を使用しています