

広報にしあわくら

1

NO.704





表紙の人

年男・年女の
みなさん



2021年を振り返って

2021年を振り返って私が思ったことは、バレーボールをがんばりました。コロナがはやっていの中で試合が少なくなったけど、キャプテンとしてみんなをひっぱっていったと思います。

2つめに、発表をたくさんするようにがんばりました。最初は、発表するのがはずかしかったけど、しっかり言うように意識して発表ができるようになりました。

書き初めに込めた想い

私が考えた言葉は、「ありがとう」です。「ありがとう」の言葉には、感謝の気持ちがたくさん

つまっています。私を支えてくれている家族はもちろんですが、私に関わってくださるみなさんへいつも「ありがとう」を伝えたいです。「ありがとう」と言われると相手の人も気持ち良くなります。自分も気持ちが良くなります。これからも感謝の気持ちをこめて「ありがとう」と言えるようになりたいです。

2022年の抱負

2022年の抱負は、今年は中学生になるので中学生らしく勉強や部活をがんばりたいです。勉強は「技術」や「数学」など新しい教科があるので、楽しみです。

部活では、私はバレーボール部に入部する予定です。今まで教わった以上に自分をみがき、もっともっと上手になれるようがんばりたいです。

これからも変わらず、明るく、楽しく、元気よく、笑顔で過ごしたいです。

目次

特集

新年あけまして
おめでとうございます

3
7

あわくら会館

10
11

にしあわくらっ子

12
13

村からのお知らせ

14
21

社協だより

22

その他

23





上山 奈穂 (昭和49年生まれ)
大茅地区

2021年を振り返って

私は『木の里工房 木薫』という会社にパートで勤めさせてもらっています。私は家具の仕上げをする事が多いです。作ることが好きな私にとって、とても楽しい毎日です。夏は暑くて冬は寒いですが…！

休みの日は陶芸をします。工房は引谷の実家にあり、通っています。去年も展示会をあくから会館でさせていただくことができ、とても充実した1年間でした。

書き初めに込めた想い

私は「行雲流水」が自分にとっても合っていると思い選びました。

空に行く雲と川を流れる水の

白旗 直樹 (昭和37年生まれ)
中土居地区

2021年を振り返って

2021年は、仕事が忙しくて、趣味のゴルフも月1回ぐらいしか行けなかったので2022年は月2回ぐらい行けたらと思っています。他に趣味もないのでゴルフをがんばってスコア80台ができるように練習したいと思っています。

書き初めに込めた想い

普通に生活ができることが1番幸せなのでは？と今この歳になって思っていることです。若い時は無茶をしたり、無理をして金銭的、精神的に困った事が誰でもあると思います。それが大きければ大きい程、普通の生活を送れる事がどれだけ幸せなことかと思っています。家族と食事

意から物事にとらわれない自由な気持ちの状態という意味です。三年前、乳がんになって思ったことですが、今日が最後の日と思って過ごす様にしました。そうしたら気持ちがとても楽になりました。これからも行雲流水を目指して生きたいと思っています。

2022年の抱負

おしゃれという言葉とは縁が無い私でしたが、今年はおしゃれな食器作りを目指してみようと思います。それから、子どもは中2になりました。もう親とはあまり一緒に行動しなくなり、会話も減りました。今年は家族で会話を増やして楽しい空間に出来たらいいなと思います。

ができ、子どもや孫が帰って来てみんなで遊んだりBBQをしたりとこれ以上楽しく幸せな事があるだろうかと思っています。背伸びをせず普通の生活が出来るようにみんなが元気でいてくれればそれが一番だと思っています。

2022年の抱負

2022年は2021年と変わらずゴールデンウィーク、盆、正月、誕生日、父の日、母の日、こどもの日、色々な記念日で子ども、孫が帰ってくる予定です。年間何回イベントをするのか、妻と大変だ大変だ言いながら2人とも帰ってくる事を楽しみにしています。2022年も裕子、克基、久美、直紀、旺太郎、三が元気でイベントが出来ることを楽しみに今年1年がんばりたいと思っています。





河野孝子 (昭和25年生まれ)

猪之部地区

2021年を振り返って

コロナで終わった1年でした。よりみちでの仕事はできませんでした。一時間短縮でしたが、よりみちにきて下さる方には感謝しています。仕事があるだけで良かったと思っています。身体が続く限り頑張りたいと思っています。ありがとうございます。

書き初めに込めた想い

元気で、仕事ができることに感謝しております。これもひとえに皆さんのおかげです。よりみちにきて下さる方々に感謝の念をこめて、この字を選びました。

2022年の抱負

72歳なので、無理せず楽しくおしゃべりして過ごせたらいいなあと思っております。好きなカラオケも行つて歌を覚えて、歌いたいと思っております。仕事も、頑張りたいです。本年もよろしく願ひいたします。

新年あけましておめでとうございます。今年は寅年。村内在住の年男・年女の方に書き初めに挑戦していただきました。みなさん書く前は、「書けるかな」と心配そうな様子でしたが、いざ筆を手に取るとスラスラと綺麗な文字を書かれていて驚きました。中土居応援住宅付近へ移動しての撮影は晴天に恵まれ、新年号にふさわしい朝日が差す中、最高の笑顔を収めることができました。

ご協力いただいたみなさんありがとうございます！

寅年生まれの人

虎のイメージの通り、前向きでチャレンジ精神が旺盛、正義感が強いのが特徴とされています。

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

〈表紙のデザインについて〉
一年のご多幸を願い、元気な老若男女の年男・年女の皆さんに書き初めをお願いしました。ビタミンや元気の色とされる橙色を配色しています。



西栗倉村長
青木秀樹

西栗倉村長 青木秀樹

建設から56年目に新庁舎へと姿を変えた旧庁舎ですが、昭和、平成、令和を通して村民生活を支える拠点として、日々活躍してくれました。その後を受け新たな時代へ向けて活動を開始したのが多機能、多目的機能を併せ持った施設「あわくら会館」です。まさに先人の功績をすべてこの木造建設に込めたと言って良い、村産材97%使用の木造大型建築となりました。

活用が継続し、新たな村の「顔」であり、誇りとなつてほしいものです。さて、今年の干支は「壬寅」。「壬」陽気をはらみ厳冬を耐え、「寅」春の胎動を、本質的な実力を養いながら、何事にも好奇心を持ってポジティブに進めば、華々しい成果が期待できる、そのような希望にあふれる年にしたいものです。

本村では、「旧あわくら荘」の除却、新たな宿泊施設建設に向かいます。特に建設、運営は民間事業者の手法や経営スキルを最大限に生かしたものといたします。また、「あわくらんど」「旬の里」を一体型の道の駅とするための駐車場の整備が完了します。さらに、介護事業所の運営も社会福祉協議会から民間事業者へ、ガソリンスタンドの民営化等も予定されています。村の中に仕事が生まれ、民間事業者が続々と誕生することは大変心強いことです。今後多くの事業が生まれ、雇用が守られれば、村へのUターンも夢ではありません。是非、干支にちなんだ年となりますよう精進したいものです。



西栗倉村議会議長
金田豊治

西栗倉村議会議長 金田豊治

新年あけましておめでとうございます。本年も村民のみなさまにおかれましては、体には充分留意され、元気に過ごされますよう心より御祈念申し上げます。

さて、昨年の西栗倉を振り返ると9年前から事業計画をしていた、庁舎、図書館、生涯学習施設、総称して「あわくら会館」が6月7日に全館運用開始されました。この会館と先に建てられていた保育園も今までの公共物とは違うプロポーザル型で行われました。今まで無かったやり方で、村民の多くの方に最初から事業に関わっていただき、貴重な提案、提言を数多くいただき、これ

までの建物とは違った愛着のある物になったのではないかと思います。そして、これまでの村の百年の森林づくりなど「木」に対しての評価をされ、このたび木材利用推進中央協議会主催の令和3年木材利用優良施設コンクールにおいて内閣総理大臣賞を受賞しました。「木」に対してのこだわりが村にとって追い風になる名誉ある受賞です。

次に、村にとって大きな財源となる、第二発電所「みおり」が7月に稼働を始めました。財源力の弱い村にとって貴重な財源になると思います。因みに第一発電所「めぐみ」と第二発電所の売電料の見込みは約1億2千万円ぐらいだそうです。これは村の税収に匹敵する物で、今後も財政力アップに心掛けていただきたいと思います。村として、今後も常に前をみて行くことが未来に繋がると思っています。何にせよ議会としては今まで村が行ったこと、今後行おうとしていることをしっかり検証、チェックすることが役割だと思っております。今年も議会に對してのご理解をよろしくお願いいたします。年頭のご挨拶と代えさせていただきます。

ふるさとの自然や人に学び、子どもたちの
生きる力を育む西栗倉ならではの教育プログラム

特色ある教育通信

12月号から引き続き、西栗倉中学校での
SDGs に対する取組を紹介します。



生徒会では、昨年10月からは
これまで取り組みを牽引し
てきた3年生からバトンを
受け、2年生を中心とする
新たなメンバーで活動がス
タートしています。毎月の
集計は大変という声もあり
ますが、前生徒会長の青木
結斗君(中3)から「全体の
パーセンテージがさらに上
がるように託したい」という
言葉を受け、現生徒会長の
林謙真君(中2)は「全部
のゴールで赤色(全校生徒の

100%)を塗れるようにしたい
です!」と意気込みを語り
ました。
秋に行われた学習発表会
では、生徒会から学内で行っ
ているSDGsの取り組みや
家庭でできるSDGsなど
の発表があり、学校内だけ
なく地域への呼びかけも行
いました。

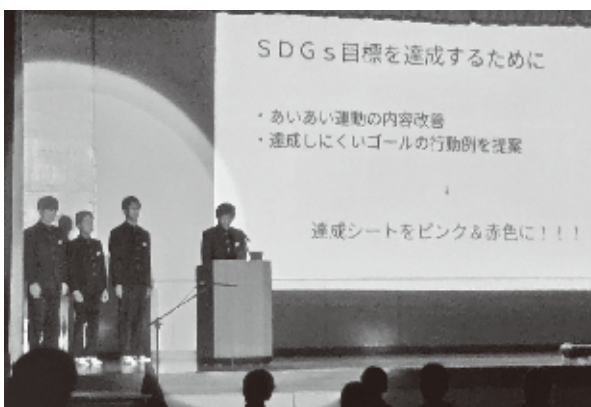
SDGsは「これをすれば
達成」というような単純明
快な答えはありません。そ
の時々状況や環境に合わ
せて、実践事例も様々です。
大切なことは、「自分の日々
の生活が世界につながって
いるのだ」という意識が芽
生え、定期的な評価・振り
返り・改善を継続すること
だと思っています。

「SDGs 未来都市」の
ここ西栗倉で、中学校での
取り組みを村全体でも応援

していければと思います。
これからの活動も楽しみです。

教育コーディネーター

今井晴菜



SDGs 未来都市にしあわくら 村の未来を創る、考える

第19話



前回に引き続き芝浦工業大
学生(東京都)、林野高校生(美
作市)、矢掛高校生(矢掛町)
が村内の会社や個人事業者の
皆さんを対象にSDGsの観
点から取組を取材した内容を
掲載いたします。事業の中
でのような部分がSDGs的
で持続可能な事業なのか、ど
のような想いを持って取り組
まれているのかをご紹介します
と思います。

今回はようびの代表 大島
正幸さんにお話を伺いました。
ようびとは

「やがて風景になるものづく
り」を理念に活動。その土
地ならではの風景を生かした
家具や建築のデザインを生み
出しています。無垢や木組み

の技術だけでなく、これから
の未来を生きる術を伝えるべ
く若手の育成にも力を入れて
います。現在は、家具、建築、
デザイン、コンサルティング、
教育と多岐にわたる事業を
展開しています。

地元のヒノキを地産地消



村の93%は森林であり、そ
のうちの84%が人工林(ヒノ
キ・スギ)です。木を密集さ
せて育てることで早く成長さ
せ、良い木を残し間伐しま
す。間伐した木を販売して収
入を得ることによって、より
良い木を100年育て、適正価格
で販売することができま

ようびでは、この間伐材を柱
として売るのではなく、家具と
してデザイン性を高め、付加価
値を付けて販売しています。
これらの要素が「百年の森林
構想」の実現に貢献しています。

環境に優しい素材を活かす



「50年まえに将来の子ども
や孫のために植えた木を、立
派な100年の森に育てていく」
と、村として英断し、今や清
流と自然にも恵まれた地域再
生の成功モデルとして西栗倉
村は名高く知られています。
ようびでは、都市と地域、地
域と地域が大きな循環の中で
共存していくことを願い、森
の恵みを用いるとのこと

「地球にとって良くないもの、
汚染するネガティブなものに
対して加担しない、そして、土に
かえって長く使えるモノを使
い続ける努力をすることを大
事に考えており、これにつ
いて話し合う機会を3ヶ月に1
回、社内で設け、情報交換を
している」

このように共通認識を持って
事業に取り組むことがようび
の強みでもあると大島さんは
言います。





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

セカンドブックで子どもの読書を応援！

“セカンドブック”はブックスタートのアフターケアとして、読み聞かせボランティア“ピッピ”から提案があり、教育委員会が平成26年度よりはじめた新しい取り組みです。今年で7年目になり、児童が自分で楽しみながら本を読むことができるように応援しています。

11月25日にピッピのメンバーが子どもたちに本を紹介し、子どもたちが本を選びました。選んだ本は12月10日に子どもたちに渡されました。子どもたちの選ぶ真剣な表情、そして渡された時の嬉しそうな顔が印象的でした。



〈私、あわくら会館通帳2冊目です!〉

昨年11月より始まった、本の貸出やイベントの記録が残せる「あわくら会館通帳」をご存知でしょうか？読書記録も残せ、あわぽも付き、何かとお得な通帳です。無料でお作りできますので、図書館スタッフにお声がけください。



〈県立図書館の本を入れ替えました〉

12月8日に岡山県立図書館の本の入れ替えを行いました。大人の本であれば小説や実用書、子供の本であれば絵本やクイズや図鑑など、合わせて約800冊です。ぜひご利用ください。

あわくら会館での活動をご紹介します！

achordion Library Live 開催しました！

12月5日(日)に西のにわでachordionによるLibrary Liveを開催しました。晴れたり曇ったりの冬空の中、暖かい部屋でカフェの香りと共に聴く柔らかい音楽。とてもゆったりとした時間でした。



定例のイベント

「あたまイキイキ音読教室」

■日時：1月12日(水)10:30～11:00

「あわくら俳句教室で俳句作りを学ぼう!」

■日時：1月15日(土)13:30～15:30

「朝の写経会」

■日時：1月29日(土)9:00～10:00

「読み聞かせの日」

■日時：2月5日(土)11:00～11:30

※1月のちょきちょきの会はお休みします。

放送大学岡山学習センター連携講座

「思い出の心理学」

思い出を振り返ることに意味があったのです!

■日時：1月29日(土)13:30～15:30

■講師：堀内 孝さん

(岡山大学大学院社会文化科学研究科教授)

職場体験中学生企画

「韓国映画上映会」

■日時：1月22日(日)

19:00～20:30

■参加費：無料

見たい映画を募集しました



村民講師企画

「こうじん園長の小さなふしぎ動物園」

トカゲ、アリ、きれいな色のダンゴムシ、亀など、ちょっと変わった動物たちがやってきます。

大人も子どももこうじん園長にいろいろ質問してみよう!

■日時：1月23日(日)
13:30～16:00

■講師：講神 航さん
(エーゼロ株式会社)



村民講師企画

「やまと森の知らない世界 vol.7

～冬でも楽しめる樹木、あなたの推し冬芽を見つけよう～」

■日時：1月16日(日)10:30～12:00

■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：300円(資料代)



図書館の新刊情報

一般書

「西洋アンティーク・ボードゲーム」

エイドリアン・セビル／著

「秋のカテドラル」 遠藤周作／著

「簡単・生地から作る本格点心」 市川友茂／著

児童書

「巨大空港」 鎌田歩／作

「キャラ絵で学ぶ!世界の国図鑑」 伊藤賀一／監修

「天の台所」 落合由佳／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
(1月1～3、10、31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

消防自動車がやってきた
避難訓練

いざという時、子どもたちを必ず守るために、保育園では火災をはじめ、地震や土砂災害、不審者訓練など毎月避難訓練を実施しています。

この日は美作市消防署の方と火災を想定した訓練を実施しました。実際に火災報知器を押し、園内にはサイレンが鳴り響き、訓練開始です。職員は素早く子どもたちが安全に避難できるように冷静に指示をし、避難場所へ避難し、人数を数え、全員無事でいることを確認し終了です。子どもたちは保育士の指示のもと、「おさない」「かけない」「しゃべらない」「もどらない」を守り上手に避難ができました。



訓練の後は、職員が消火器を使った消火訓練を行い、子どもたちは火を消す先生を応援し、消火すると大きな拍手が起きました。その後は、子どもたちは消防服を着て大好きな消防自動車に乗りました。万一の時のために、これからもしっかりと訓練をしていきます。

幼稚園

ドッグセラピー

11月16日(火)、保護者の青木さん夫妻が、犬のスーちゃんを連れて園に来てくださいました。

どのクラスも2組に分かれ、犬に触るときの説話を聞いてから、消毒等をして4〜5人ずつ触れ合いました。

犬のスーちゃんはとても穏やかで、子どもたちを優しく受け入れてくれました。子どもたちは、手でなでたり餌をやったりしました。なかには、寝そべってスーちゃんの感触を楽しんでいる子もいました。

「ステイ」と言うと、座ってじっとします。「待て」と言うと、目の前に餌をあげても食わずに待ちます。「いよ」と言って指で合図す



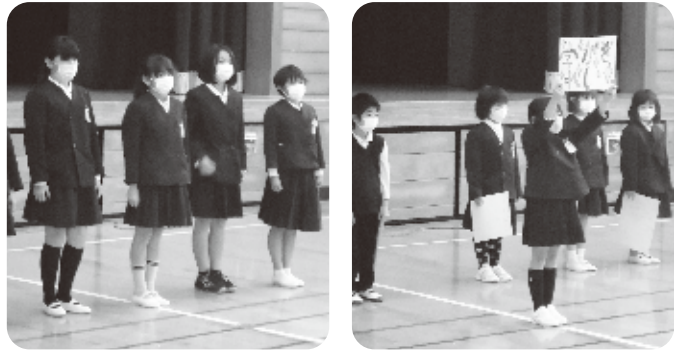
ると食べます。とてもよく言うことを聞いてくれるスーちゃんに、子どもたちは「待て」などの指示をしたのが楽しかったようです。このように犬と触れ合うことで、子どもの心が落ち着き、癒やされたのではないかと思います。

小学校

人権集会

小学校では11月26日(金)に人権集会を行いました。学年の代表による人権標語の発表の後、人権週間に取り組んだことを1年生から発表していき

できました。全校で考えたことが実現できる学校になるよう、児童会で取り組んでいきます。



中学校

オーストラリアとの交流

西栗倉中学校は、オーストラリア ニューサウスウェールズ州ワガワガにあるマーターデイ・カトリック・カレッジに毎年、ホームステイをしています。ところが、新型コロナウイルスの感染拡大により、この2年間は実施できていません。そこで、昨年に引き続き、今年も3年生がオンラインでの交流を実施しました。

西栗倉中学校は、オーストラリア ニューサウスウェールズ州ワガワガにあるマーターデイ・カトリック・カレッジに毎年、ホームステイをしています。ところが、新型コロナウイルスの感染拡大により、この2年間は実施できていません。そこで、昨年に引き続き、今年も3年生がオンラインでの交流を実施しました。



むらまるごと研究所通信 Vol.3

「移動を楽しむ！モビリティの実証事業のご紹介」

むらまるごと研究所では、持続可能な地域づくりの一環として、村民や村外に住んでいながらも関わりが深い方が、クルマを使わなくても、「自由に気兼ねなく動き回ってもらえる村になる」ことを願いとしています。

また、地球温暖化の影響の一つと言われている二酸化炭素を減らす「脱炭素」の観点から、水力や太陽光などの自然エネルギーの電気で移動できる村にする。その結果として、例えば今あるガソリンエンジン車を一家から一台減らすことができれば、環境負荷の面だけでなく、マイカーを維持する費用面からみても、暮らしが変わるのではないかと考えています。

今年度は、「関係人口」（村に関わる方々）を中心にした村内移動のあり方の検討を、村から業務委託を活用し実証しています。この事業の一環で、超小型EV（電動モビリティ）「コムス」4台を導入し、関係人口や施設利用者の移動手段として、村内で走らせてみることを始めています。

11月28日（日）、あわくら会館で開催された村の文化祭に合わせ、「コムス体験・試乗会」を開催しました。約20名の皆さんに、あわくらんどや西栗倉駅までの運転試乗や、運転席に座ってもらって体験をしていただきました。岡山トヨタ自動車株式会社の方に車両の説明についてご協力を頂き、その小回りのよい走りに皆さん関心を持っておられる様子でした。

普段都会に居て運転に慣れない方や、運転免許の維持に不安を感じる高齢者の方々も、村内の移動に気兼ねなく安心して乗れるようになる。今回の実証事業における利用状況や走行情報の取得・分析などを手始めに、今後数年間かけて様々な乗り物を気軽に乗ることができるようにしていく予定です。“生きるを楽しむ”がキャッチコピーのこの村で、誰もが「動くを楽しむ」ことができるようになれば良いなと思って活動を進めています。



コムスは、空いている時間には村民の皆様にも乗っていただける場所を増やしていく予定です。現在は旧JA建物内の「むらlabo（むらまるごと研究所事務所）」に設置していますので、興味ある方はぜひお問い合わせください。2022年3月末までは無料でご利用いただけます。



共同研究員

猪田 有弥

2018年春に、東京より移住。地域おこし協力隊として村から起業支援を受け、「誰もが気兼ねなく移動できる仕組みづくり」の研究をしてきました。協力隊卒業後、21年春からむらまるごと研究所とともにモビリティセンター設立準備室として今回の実証事業を担当しています。

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

年末年始は家族とおうちの話をしてしよう

家族での話し合いが何よりも大切

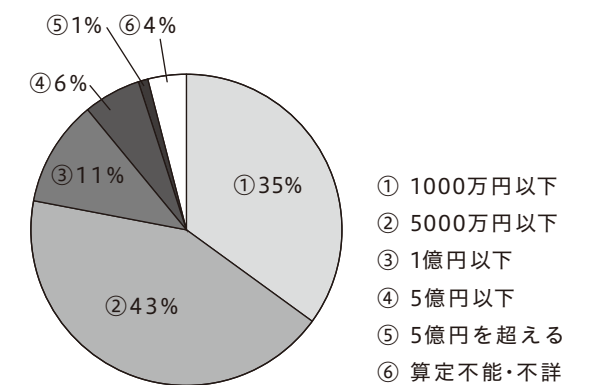
「相続問題は大きな資産がある家でだけ起こること」というのは間違いです。遺産分割協議で決着がつかず、裁判所において認容・調停が成立した遺産分割事件のうち、35%は遺産が1000万円以下、5000万円以下のケースを含めると全体の8割弱に及びます。特に家や土地は分割することが難しいもの。次の世代の課題とならないように、あらかじめおうちの管理や処分について話し合っておくことが大切です。

〈令和2年度司法統計〉

遺産分割事件のうち認容・調停成立件数

（「分割をしない」を除く）

一遺産の価額別一 全家庭裁判所



家に価値のある今のうちがチャンス！

家が傷む前に改修したり、活用を行うことが何よりも肝要です。家は手を入れてやらなければ年々傷み、価値も下がっていきます。現状では傷みも少なく、周囲にも迷惑をかけていない家に、時間やお金をかけるのは確かに面倒です。ですが、今手を入れて先々の生活を快適にしたり、今活用を始めて収益化しておいた方が、トータルで考えるとお得です。

資金確保の選択肢 ～家の取り扱いと一緒に考えよう～

しかし、リフォームにはお金がかかります。村では移住者賃貸住宅として活用するための改修を補助している、ということは以前にも紹介しましたが、他にも「リ・バース60」という手もあります。

リ・バース60は住宅金融支援機構が提携の金融機関を通じて提供する満60歳以上の方に向けた住宅ローン商品です。毎月の支払いは利息のみで、元金は本人が亡くなられたときに相続人が一括して返済する（リコース型）か、担保物件（住宅・土地）の売却によって返済する（ノンリコース型）方法があります。

「家を担保に」というと不安を感じるかもしれませんが、ノンリコース型の場合、住宅や土地の処分の手間を次の世代に残さずに済むというメリットもあります。現在住んでいる住宅のリフォームはもちろん、サービス付き高齢者住宅の入居一時金や、子世代の居住する住宅取得の頭金などにも利用できます。一つの選択肢として検討してみてもいいかもしれません。

リ・バース60の概要については「【リ・バース60】ダイヤル0120-9572-60（通話無料・平日9:00～17:00）」へお問い合わせください。

お問合せ：西栗倉村総務企画課 79-2111

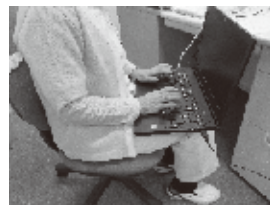
冬に多い低温やけどってどんなやけど？

皮膚に比較的低い温度（約40～50℃）でやけどが生じるものを「低温やけど」といいます。

これは短時間の接触では問題にならない温度のものが長時間接触することでできるやけどです。そのため自覚症状が現れにくいのが特徴で、痛みも弱いことが多く、本人も気づかないうちに皮膚の深い部分までやけどしており、皮下組織が壊れ、入院治療が必要になることもあります。軽いように見えて放置していると、血流の悪化とともに壊死が進み、皮膚が黒くなっていき、細菌感染を引き起こしたり、皮膚のひきつれなどの後遺症が残ったりすることもあります。

〈低温やけどを起こしやすい物〉

- 電気カーペット、電気こたつ、電気毛布、■長風呂
- 電気あんか等の暖房器具■暖房便座
- 湯たんぽ■膝の上でのパソコンの使用
- カイロ（貼るタイプ）



〈低温やけどになりやすい人〉

- 体に麻痺がある人■末梢神経障害のある糖尿病患者
- 飲酒後に熟睡している人■皮膚の感覚が低下している人
- 皮膚の薄い高齢者、乳幼児

〈防ぐためには〉

- 同じ部位を長時間温めないようにしましょう。
- 違和感や熱いと感じたらすぐに使用をやめましょう。
- 湯たんぽは就寝前に布団の中に入れ、温まったら布団から出しましょう。
- 使い捨てカイロは就寝時には使わないようにしましょう。
- 高齢者、認知症の方は特に注意が必要なので家族の声かけが重要となります。

やけどを負ってしまったら、痛みや赤みがある早期であれば水道の流水で10～30分直接患部を冷やしてください。冷却剤を使用する際は、凍傷になる可能性がありますので直接患部に当てないようにしてください。また、水ぶくれがあればなるべく破らないようにしてください。やけどの状態に不安があれば、医療機関にご相談ください。西栗倉診療所でも診察できます。

西栗倉村診療所 79-2220

新型コロナウイルスワクチン追加 3回目接種について

西栗倉村では、新型コロナウイルスの感染拡大防止及び重症化予防の観点から、ワクチン接種で2回接種完了者の追加（3回目）接種の準備を進めています。

ワクチンの追加接種を受けられる方は、2回目の接種が完了した日から、原則8ヶ月以上経過した方です。

現在、1,2回目接種同様に、いきいきふれあいセンターでの集団接種を計画中です。

現時点（12月14日時点）での計画内容についてお伝えします。

また、日程等決まり次第、広報や放送でお知らせします。

〈追加（3回目）接種スケジュール〉

時 期	令和4年2月中旬より実施予定
対 象	18歳以上で追加（3回目）接種の接種券がお手元に届いた方 ※（接種券は、1月から2月初旬までに送付予定）
接種回数	1回
接種方法	集団接種
接種場所	西栗倉村 いきいきふれあいセンター ※高齢者（65歳以上）集団接種時には、地区ごとに送迎バスを運行します。
持 ち 物	接種券の入ったご案内一式 本人確認書類（運転免許証、健康保険証等）
費 用	無料
予 約	接種の日程が決まり次第、ご案内します。 65歳以上の方：電話予約 18歳～64歳の方：WEBまたは電話予約

西栗倉村保健福祉課 79-2233

あわくら大学 11月講座 「社会見学旅行」

11月24日(水)は、1年ぶりの社会見学旅行でした。まずは、山田養蜂場のみつばち農園へ。巨大な蜂の模型が出迎えてくれ、ガイドさんからはひまわりやパクチーなど様々な種類の蜂蜜の話がありました。お昼は奥津温泉のレストランで、豪華な昼食をとりました。会場は、見上げるほど高い天井であわくら会館にも似た雰囲気の中、お腹いっぱい満たされました。その後、陸上自衛隊日本原駐屯地へ行き、自衛隊員の方に案内されながら、めったに入ることができない敷地内をしっかりと見学することができました。ちょうど戦車が動いているところも見ることができ、貴重な体験となりました。



西栗倉村教育委員会

「ふらっとスマートフォンの会」開催しました

11月18日(木)と12月9日(木)あわくら会館にて、65才以上の方を対象とした「ふらっとスマートフォンの会」を開催しました。「スマートフォンを持っているけど、なかなか使いこなせない。」という方の、スマートフォンに対する抵抗感や不安感を解消し、日々の暮らしの中で快適に使っていただくため、「LINEの使い方」「カメラの使い方」「インターネットの検索方法」など基本的な操作方法を楽しみながら学びました。

2日間で合計12名の皆さんに参加していただきました。今後も継続して開催を予定していますので、皆さんの積極的な参加をお待ちしています。

< 次回の開催 >

日時：1月28日(金) 13:30～15:30

場所：あわくら会館

参加希望の方は地方創生推進室 79-2221までご連絡ください。



お問合せ：西栗倉村 地方創生推進室 79-2221

あわくらサービスステーションより ～あわくらグリーンリゾート通信～

◎年末年始の営業時間のお知らせ

令和3年12月31日まで 通常営業(7:30～18:30)

令和4年1月1日～3日 臨時休業

1月4日 営業開始(7:30～18:00)

◎冬季営業時間変更のお知らせ

令和4年1月4日～3月31日

月～土 7:30～18:00

日・祝 8:30～17:30

お問い合わせ：あわくらサービスステーション 79-2082

「にしあわくら地域おこし協力隊39人展～交流祭～」を開催します

■日時 2月5日(土) 10:00～15:00
(12:00～13:00は展示のみ)

■場所 あわくら会館 百森ひろば

※ 隊員のパネル・作品は交流祭終了後1週間、あわくら会館にて展示します。



村で活動する隊員39名が、それぞれの活動内容をブース出展、発表を通じて村民の皆さまにお伝えします。入退場自由ですので、お気軽にお越しください。

お問合せ：西栗倉村 地方創生推進室 79-2221

お昼の“ラジオ体操”効果は盛り沢山



その1つ「1日の身体の動きやすさをつくるウォーミングアップ効果！」

ラジオ体操は、全身の筋肉を、バランスよく動かします。筋肉の収縮により、血液の流れも良くなるのです。動作を正確に実施すると、心拍数も適度に上がります。本気の体操でウォーミングアップした身体は、なんて動きやすいだろう！と実感できますよ。

お問合せ：西栗倉村 保健福祉課 79-2233 教育委員会 79-2216

「あわくらポイントサービスを使ってみよう！」 あわポ ～その6～

2021年6月のサービス開始から半年間で、422名の村民の方にご登録頂き、ポイント付与回数は延べ2002回となりました(2021年11月30日時点)。まだまだ分かりにくい点も多く、対象事業も限られていますが、皆様から頂いたご意見を基に、今年はより利用しやすいサービスにしていきます。今年も「あわポ」をよろしくお願いします。

1月のあわポ対象
行事のお知らせ

■1月9日 成人式 50ポイント

■1月31日 健康講座 25ポイント



お問合せ：西栗倉村 地方創生推進室 79-2221

「届けます 安全安心 110番」

110番通報の3つのポイント

- 1 正しく
- 2 はっきり
- 3 落ち着いて

緊急を要しない警察への問合せや要望・苦情は、最寄りの警察署や交番、駐在所若しくは警察相談専用電話（#9110）へ電話してください。

110番は、事件や事故などの早期解決のためにみなさんと警察を結ぶ緊急時のホットラインです。皆さんが、事件や事故でお困りの時や、事件・事故を目撃された時には、一刻も早い110番通報をお願いします。

なお事案対応を確実にするために、通報者の方のお名前、連絡先を伺いますので、ご理解をよろしくお願いします。

美作警察署 72-0110

おしえてねんきん 国民年金保険料は口座振替がお得です！

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（電話0868-31-2360）までお問い合わせください。

パソコンやスマホでご自宅から確定申告ができます！

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、ご自宅で確定申告書を作成することができますので是非ご利用ください。作成した申告書は、e-Tax（インターネット）で送信する方法のほか郵送でも提出することができます。

問い合わせ：津山税務署 0868-22-3147

国税庁HP：<https://www.nta.go.jp>

※e-Tax（インターネット）で確定申告を送信する場合は、マイナンバーカード及びカードリーダーをご用意いただくか、事前に税務署へのID・パスワードの登録が必要です。

▼ 確定申告書の作成はこちらから



生涯骨太クッキング教室



11月25日（木）ヘルスボランティア委員会主催で、クッキング教室を行いました。7名の方の参加があり、「メタボ予防からフレイル予防へ」をテーマに、ヘルボラさんから高血圧、糖尿病予防とフレイル予防の話がありました。

ヘルボラさんと参加者がそれぞれペアになり、和気あいあいと3品の料理を作りました。参加者の中には、「自分の味付けが減塩出来ているか確かめたい。」との理由で参加された方もおられ、意識の高さを感じました。

「自分の味が濃いと感じた。」「ヘルボラさんがテキパキ動き、教えてくれたので良かった。」など感想をいただき、健康づくりのヒントになる楽しい時間が過ごせました。

お問合せ：西栗倉村 保健福祉課 79-2233

俳句

令和三年十二月十一日 あわくら俳句教室 選者 乾 北星

「兼題」 師走

年忘

自由題

雪搔きに脱ぐ一枚やまた一枚
俳句の日思ひは重し冬の空
日短や予定のたたぬ厨ごと
それぞれの彩誇らしく冬紅葉
冬ざれの野に光りたる木守柿
急坂の果ての蒼空もみぢ舞ふ

宮本竜治
横江美栄子
建元照子
小坂康子
小椋仁美
春名洋子

選者吟

荒々として冬の田の無一物

○ 次回一月十五日（土）

丁寧に教えますので
初心者の方もぜひご参加ください。

川柳

栗の実川柳社 令和三年十二月句会から

「歌う」

歌声に笑顔はじける子供たち
話好き向きを変えて又話す

建元 照子
西本 栄子

「踊る」

かたことが話せてうれしい孫を抱く
踊るならあわくら音頭輪になつて

熊見 まちこ
清水 早苗

「自由吟」

小包を開けば母の香り立つ
コロナ禍で何もできずに過ぎた年
こんな手の時もあつたと紅葉掃き

井上 吉男
河野 孝子
小椋 仁美

「自由吟」

照子選
吉男選
早苗選
孝子選

令和四年一月句会のご案内

一月十一日（火）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
豆知識

〔西栗倉村のお雑煮〕

醤油ベースのすまし汁

岡山県北部地域ならではの作り方で、出汁にスルメとハマグリが入っているのが特徴です。

大根、ゴボウ、人参、白菜と野菜もたっぷり入っています。

仕上げに鰹節をかけるご家庭も。

人の動き

令和3年12月1日現在の動き

- 人口 1,398人 (0)
- 男 655人 (1)
- 世帯 601戸 (-1)
- 女 743人 (-1)

■幸せ多い人生を

（渋谷）肇 様<塩谷> 北森 亜未 様<奈良市>

11月中の移動	
出生	1人
死亡	0人
転入	1人
転出	2人

入札状況（税込）

担当課	事業名	施工場所	落札業者	契約金額
地方創生推進室	農業構造改善センター1F改修工事	別府	株式会社ようび	14,850千円

〔お知らせ〕

「広報にしあわくら」についての意見・要望、ご自身のやっていること・やりたいことを紹介したい、協力者募集等々などな
たでもお気軽に投稿してください。
村内企業限定で求人情報も掲載します。

〔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



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

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

新年あけましておめでとうございます

今年も職員一同地域の皆様と一緒に頑張っ
て参ります。どうぞよろしくお願い致します。



社会福祉協議会職員 一同

社協会費 ありがとうございました

令和3年度の社協会費として375人の会員の皆さんと、10団体の特別会員さんから総額462,500円の会費の納入にご協力いただきありがとうございました。納入して頂きました会費は、“誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせる”福祉活動事業等への貴重な財源となっております。今後もみんなで支え合う地域福祉の実現にむけて頑張っ
て参りますのでご理解とご協力をいただきますようよろしくお願い致します。

よりみちからのお知らせ

よりみちは「誰もが気軽に立ち寄れる中央サロン」です。
営業日は、月・火・木・金の9時～16時です。コーヒーや抹茶を飲むことができます。個人やグループで楽しくおしゃべりしたり、村内のミニ同窓会などに利用されています。時には、診療所の待ち時間や福祉バスを利用して買い物ついでに立ち寄られる方もおられます。誰でも利用できます。お気軽に寄ってください！



こんなグループも使っています♪何かやりたいと思ったらご相談ください！

おもりの体操

絵手紙の会

らくだサロン
(保健福祉課主催)

パッチワークの会

川柳の会

みんなの福祉バス

西栗倉村では、月曜日から金曜日の午前と午後2回村内を福祉バスが巡回しています。高齢者の方だけでなく障害者の方、または車の運転をされない一般の方等、誰でもバスに乗車できます。医療機関の受診だけでなく、買い物や生きがい活動の参加のためなど是非ご利用ください。尚、毎週金曜日には大原病院やホームセンターコメリ大原店まで運行しております。誰でも乗ることが来ます。利用するときには、福祉バスに手を挙げていただけると止まります。運行時間は、健康カレンダーの下に載せてあります。不明な点がありましたら、社会福祉協議会までご連絡をください。



黄金泉

大人700円→500円
小人500円→400円

元湯

大人500円→400円
小人250円→200円
(小学生未満無料)

黄金泉

大人700円→500円
小人500円→400円

元湯

大人500円→400円
小人250円→200円
(小学生未満無料)

黄金泉

大人700円→500円
小人500円→400円

元湯

大人500円→400円
小人250円→200円
(小学生未満無料)

黄金泉

大人700円→500円
小人500円→400円

元湯

大人500円→400円
小人250円→200円
(小学生未満無料)

黄金泉

大人700円→500円
小人500円→400円

元湯

大人500円→400円
小人250円→200円
(小学生未満無料)

村長杯ゲートボール大会

12月7日(火)、コンベンションホールにて、村長杯ゲートボール大会が開催されました。
6チームによる熱戦が繰り広げられ、絶妙なチームワークを見せた、長尾チームが優勝しました。



優勝
長尾チーム

準優勝
第3位

伐津チーム
大茅チーム



1歳お誕生日おめでとう！



乾 夢希 (いぬい いぶき)
生年月日：令和3年1月16日 地区名：中土居住宅
ご両親のお名前 父：真人 母：美由紀
好きな食べ物：ご飯 バナナ
今、興味のあるもの：リモコン 音の出るおもちゃ ケイタイ
メッセージ：お兄ちゃんお姉ちゃんが大好きでいつもニコニコ♡
大きくなあれ♡



日	月	火	水	木	金	土
					1/7 資源ごみ	8
9 令和3年度成人式 10:00～12:00 (あわくら会館)	10 可燃ごみ 成人の日 図書館休館日	11	12 <会館イベント> ・あたマイキイキ 音読教室 (P10)	13 可燃ごみ 子ども相談 10:00～16:00	14 かん類	15 <会館イベント> ・俳句教室 (P10)
16 <会館イベント> ・やまと森の知らない 世界vol.7 (P10)	17 可燃ごみ	18	19	20 可燃ごみ	21 資源ごみ あわくら大学 10:00～12:00	22 <会館イベント> ・韓国映画上映会 (P10)
23 <会館イベント> ・こうじん園長の 小さなふしぎ動物園 (P10)	24 可燃ごみ	25	26	27 可燃ごみ	28 びん類	29 <会館イベント> ・朝の写経会 (P10) ・想い出の心理学 (P10)
30	31 可燃ごみ 図書館休館日 納 個人村県民税第4期 国民健康保険税1月期	2/1 古紙	2	3 可燃ごみ	4 資源ごみ	5 地域おこし協力隊活動 報告会 (P18) <会館イベント> ・読み聞かせの日 (P10)