

広報にしあわう

NO.709_6



LOVE



表紙の人

チャールズ 裕美 さん
Hiromi Charles



特集

受け継いだ場所

受け継いだ場所

1960年代、西栗倉村に公共の図書館が設立されていなかったころ、中土居地区の一角に「軒下図書館」があったことを覚えておられる方も多いのではないだろうか。自宅の図書室を開放する活動をされていた白岩よしさん。教育熱心で、村の子ども達に本を読んでもらいたいと児童書を始めたとした書物を自由に閲覧できる場所をつくられていました。

現在、お孫さんのチャールズ裕美さんとご主人のオリビエさんが名前を受け継ぎ、図書室があった母屋を宿泊に、納屋をパン屋に改築して営業されています。お二人におばあさまの想いを受け継ぎながら、ご自身の活動に注力されている様子をお伺いしました。

目次

特集

受け継いだ場所

3
・
6

あわくら会館

8
・
9

にしあわくらっ子

10
・
11

村からのお知らせ

12
・
21

社協だより

22

その他

23

子どもたちの楽しみの場

チャールズ裕美さん（以下敬称略）当時は村内に公共の図書館がなかったので、村の子どもたちに向けて、好きなときに来て良いよということ で「軒下図書館」として開放していました。1960年から10年間ぐらい活動をしていました。現在、60歳前後になられる方の利用が多くて、実際に図書館に来ていた方からは「優しいおばあちゃんだったよ」とお声かけいただいたこともあります。

祖母、そして祖父も旧影石小学校の教員だったこともありとても教育に対して熱心でした。西栗倉で最初の女性教育長を勤めた経歴もあると聞かれています。

祖母の想いを引き継いで

チャールズ 西栗倉で暮らしていくことになったきっかけは、私がロンドンにいたときに子どもが生まれたのですが、当時、主人は出張が多く、もつと育児に関わり、ゆつくりとした生活をしたい、と思っていました。そのとき、父からおばあちゃんが住んでいたこの家が空き家になっていてと聞いて、西栗倉へ移住することを決めました。宿泊業を始めるのはゆくゆくのもりでしたが、色々あって結局はすぐに自分たちで事業を立ち上げていかなければならぬ状況になりました。最初の数年間は壮絶でした。主人はホームシックになったり、私も精神的にきつかったです。宿泊施設でありながら「軒下図書館」という名前を引き

継いだ理由ですが、立派なおうちを残してくれたことと、私自身とてもお世話になったという感謝の気持ちをこめて、おばあちゃんの大好きだった図書室を残そうと思いました。高校、大学と7年間海外留学していたんですが、そのときの費用も祖母が負担してくれて、そのおかげで今の自分があると思っています。

歴史を残しながら新しく

チャールズ 宿泊業を始めるにあたって、おばあちゃんが行っていた図書館の活動をそのままの形で続けることは難しいと思ったので、宿泊される方の憩いの場・ラウンジスペースとして利用してもらう形で運営しています。本のジャンルとしては少年少女漫画や児童書が多いですね。ば

ろぼるだけど捨てられなくて。中にはおばあちゃんの歌集もあります。山への植林に対する想いであるとか西栗倉村ならではの歌が詠んであります。子育てに関する歌は村のお母さん達の思いを代弁しています。

古民家であることを魅力として宿泊営業は営業していますが、仕事で西栗倉へ来られて泊まれる方も多いので快適さも必要になってきます。このラウンジスペースにも喫茶コーナーを設けたりと、おばあちゃんの歴史や想いは残しながら、常に新しくしていきます。

先人たちの恩恵を受けて

チャールズ 西栗倉にきて12年、13年目になるのですが、最近、今になっておばあちゃん

達を始め先代の方々の活動や、行動がありがたいと思うことが増えました。

私がまだ小さい時、西栗倉へ時々来ていた頃は家の裏の鉄道（当時の国鉄）の工事が中断されていたので線路を歩いたりしていたことを覚えています。おばあちゃんが汽车が通るようにみなさんと働きかけをおこなっていたことも聞いたことがあります。実際に西栗倉って田舎にしては交

通の便がすごく良いじゃないですか。学校でも西栗倉から県外に通えたり、すごいことだなと思います。丁度私たちが移住する少し前に鳥取道ができた、パン屋をする上で、交通の便が良いことが大事で、環境にも支えてもらっているなって、タイミングが良くてすごく不思議です。

宿泊はコロナが流行る前は海外のお客さんが多かった。案内も英語で作ったり。

海外からのお客さんって、例えば京都でしっかり観光した後、西栗倉に来られ、のんびりゆっくり過ごされます。実際うちに泊まりにきてても、何もせずにハンモックで1日読書とか、すごく喜んでくれます。

コロナ禍でも西栗倉の企業さんたちがすごく頑張ってくださっているから、視察や仕事で宿泊にきてくれる方が途絶えなかったですね。西栗倉

じゃないとやっていけない。たし、ありがたいです。

自分たちのこだわりも

チャールズ 西栗倉にきて、空気が美味しいとか、水がおいしいことって当たり前じゃないなと実感しました。何より安全だし、安全はお金には換えられないのでそれらが全部手に入るのはすごいことだ



SDGs 未来都市にしあわくら 村の未来を創る、考える

環境こそSDGsの 根幹を支える

新聞記事をお読みになられた方もおられると思いますが、西栗倉村は国による「脱炭素先行地域」の第1弾（26地域）の一つに選ばれました。2030年度までに自治体が指定したエリア・施設の民生・家庭部門等の電力消費に伴うCO2排出量を実質ゼロにすることを目指す地域のことです、今後5年間で約100地域がモデルとして選定される予定です。

村では、これから5年間に国の支援を優先的に受けながら太陽光発電をはじめ地域にある資源を活用して、再生可能エネルギーや省エネ関連の取組に注力していきます。



と思います。なので、海外からのお客さんにも安心してきてもらえていますね。朝食にだしているメニューには自分たちが作った野菜を使用して、パンやグラノーラも全て手作りのものを提供しています。

チャールズオリビエさん
西栗倉での生活は最初は寒さが厳しくて、慣れなかったです。今では海外や都市部に向いてから、西栗倉へ帰ってくると本当に静かで心が安らぎます。今の年齢になって分かってきたのですが「静」が心地良いんです。

そんな西栗倉の環境の中でヨガも講師の資格を取得して自宅で教室を開いています。智頭町や佐用町など近隣からの生徒さんが多いですが、これからヨガを始めてくれる人が増えてくれたらと思っています。

おばあさんの活動されていた様子を懐かしそうに話してくださいましたチャールズさん。ラウンジスペースとして利用されている図書室はその想い出と感謝の気持ちで伝わってくるような空間でした。

古くからの西栗倉村の良さを感じ、おばあさんのされていたことを残しつつ自分たちの色をしつかりと表現しながらお二人ならではの暮らし方を見つけだされていました。

文 西栗倉村広報係 宮脇
撮影・デザイン S A N S A I

〈表紙のデザインについて〉
かつて図書館だった部屋の本棚に、一際強い存在感を放つ一冊の写真集がありました。吸い込まれるような表紙の男女の二人の眼差しが、当時の西栗倉を映している気がして、今月の表紙に配しました。

広報よりお知らせ

広報にしあわくらには「村の元気」をコンセプトに誌面を作成しています。

「村の元気な人」を取材し、こんな人が村にいます。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ます。

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お願いします。

第23話



それらの事業と並行し、村民の皆様には、今年もSDGs WEEK（P20掲載）等、皆様の生活がより良くなるような提案や学びあいの機会を作っていきたいと考えています。

ちよこつと、一行動



私、家ではコーヒーを飲まないのですが、カフェに行くと店おすすめのブラックを好んで飲んでいきます（後、ネルドリップの滑らかな舌触りも好きです）。そこで、今回はコーヒーにまつわるSDGs的な行動を参考にお伝えします！

・コーヒーかすを堆肥として利用（炭素、窒素、リン、カリを含んでいます）

・天然繊維かつ何度も使用できるフィルターを購入

・メーカーの手入れを定期的に

・フェアトレードが実現されたコーヒー豆を購入

美味しいコーヒーで今月も
元気にいきましよう！

（地方創生推進室 萩森）



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「生きるを楽しむ」様子を紹介

【あなたの“好き”を展示しませんか？】

あわくら会館で村民が描いたイラストを展示したいと考えています。そこで、イラストを貸していただける方を募集します。1 作品から受け付けております。スタッフまで気軽にお声かけください。



【わんこ読書会 vol.2】

4/23(土)に開催された“わんこ読書会”は、子どもたちが動物に絵本の読み聞かせをしてあげる読書会のことです。スクールドックのスーちゃんに絵本を読んであげることや、触れ合うことにより癒しのひと時を過ごしていました。



【子ども読書週間
スペシャル読み聞かせ】

5/7(土)に白岩怡代子さんの貴重な本の展示と関連した本の読み聞かせをしていただきました。子どもたちも食い入るように聞き入っていました。



【ボードゲーム館内利用
貸出はじまります】

図書館に来てもらうきっかけ、居場所づくりとしてボードゲームの館内利用貸出をはじめます。小さなお子様連れでも楽しんでいただけるよう、2歳から楽しめるボードゲームをご用意しています。ぜひご家族でお越しください。



村民講師企画

「事前準備のいらない読書会」

事前準備は何も必要ありません。一冊の本を参加者で分担して読み、本の内容を対話を通して深めていきます。ルトガー・ブレグマン著『Humankind 希望の歴史 人類が善き未来をつくるための18章』を一緒に読んでみませんか？

■ 日時：6月18日(土) 13:00～16:00

■ 講師：上田篤史さん（スクールソーシャルワーカー）

■ 参加費：500円

■ 定員：12名程度（当日参加が可能）



「やまと森の知らない世界 vol.1 1

森で調査に挑戦しよう！～毎木調査編～」

■ 日時：6月26日(日) 10:00～12:00

■ 講師：川上えりかさん、清水美波さん（ちぐさ研究室）

■ 参加費：500円

■ 申込み：6月24日（金）〆切

■ 持ち物：飲み物、動きやすい服と靴

■ 場所：元湯に集合



定例のイベント

「あたまイキイキ音読教室」

■ 日時：6月8日(水) 10:00～10:30

「朝の写経会」

■ 日時：6月12日(日) 9:00～10:00

「あわくら俳句教室で俳句作りを学ぼう！」

■ 日時：6月18日(土) 13:30～15:30

「Nest カフェ」

■ 日時：6月24日(金) 17:00～19:00

「読み聞かせの日」

■ 日時：7月2日(土) 11:00～11:30

図書館の新刊情報

一般書

『赤と青とエスキース』 青山美智子／著

『ひとり酒、ひとり温泉、ひとり山』 月山もも／著

『安くて小さい家を建てる方法のすべてがわかる本』 主婦の友社／著

児童書

『回転ずし・レジをつくろう』 いしかわまりこ／作
『10ぴきのおばけとすすおばけ』

にしかわおさむ／作・絵

『香君 上』 橋菜穂子／著



その他の新刊は、HP又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（6月27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

自然豊かな地域の中で
育つ西栗倉っ子

保育園では散歩や屋外遊びも多く取り入れ、自然や生き物に親しむことを大切にしています。屋外遊びを通して季節の自然に触れる機会は子どもの成長にとってかけがえのない経験です。保育園裏山からは『アカシヨウビン』の鳴き声が聞こえるなど、保育園の近くにもたくさん自然は溢れています。四季折々の自然の変化をこの村ではしっかりと感じる事が出来るので、天気の良い日は毎日園庭へ出たり散歩に出かけています。「風が気持ちいいね」「お花が咲いているね」「ワンワンいた」と、大人と共感し合うことで身近な動植物へ



の関心や探求心が育まれています。また、いつも大好きな牛を快く見に行かせてもらっている酪農家の方をはじめ、多くの地域の方からやさしく声をかけていただき、温かいまなざしで見守ってくださる地域の中で過ごす幸せな時間になっています。

幼稚園

うさぎ組歓迎会

4月21日(木)、4月27日(水)の二日間に分けてうさぎ組の歓迎会を行いました。

くま組はチューリップの歌をうさぎ組に歌い折り紙で製作したピンク色などのいろいろな色のチューリップをプレゼントしました。ぞう組はうさぎ組などに楽しんでもらうため、迷路を作り、うさぎ組とぞう組とで手を繋いで自分たちが作った迷路に招待しました。

うさぎ組はワクワクドキドキしながら迷路を進んでいき、行き止まりにぶつかったりしながら、無



事ゴールにたどり着いていました。幼稚園では、このような異年齢での合同の活動を今後もどんどん取り入れていき、友達と積極的に関わりながら喜び合うなど共感し合うことで人と関わる力を育んでいきます。

小学校

ふるさと元気ウォーキング

4月28日(木)前日までの雨も上がり、ふるさと元気ウォーキングで若杉天然林を訪れました。山から流れる水の冷たさを手で感じたり、自然と触れ合う五感ビンゴを楽しんだりしながら、約1時間、原生林を散策しました。

原生林では、6年生が1年生の手を引いてあげたり、班の中で声を掛け合ったりして、助け合いながら歩くことができました。3年生以上の学年は、原生林からスキー場までの約3キロメートルを歩いて帰りました。春の一日、楽しい縦割り班活動になりました。



中学校

美作・勝田・英田支部
中学校総合体育大会

5月13日(金)に今年度初の公式戦である美勝英総体が実施されました。前日には、壮行式を行い、バレーボール部と卓球部が試合に臨む決意を表明し、陸上競技部は30日(月)の県総体美作地区予選会への意気込みを発表しました。

バレーボール部は、3名の新入部員を迎え、計7名で単独チームとして出場しました。予選リーグでは奈義中学校と美作中学校と対戦し、善戦しました。

卓球部は、1年生男子1名を含む男女6名が個人戦に出場し、青木くんが3位、小松さんがベスト8、政久くんがベスト

16と健闘しました。

6月の県総体出場権のかかった美作地区総体でも健闘を期待しています。



むらまると研究所通信 Vol.8

む labo グランドオープン！

7月16日(土)む labo グランドオープンイベントを開催します

むらまると研究所の活動拠点であり、旧JA跡を改修して整備を進めていた「む labo (むらぼ)」が7月16日(土)に正式オープンします！

む labo はむらまると研究所に関わる研究者の活動拠点であると同時に、村民の皆様にとっても「新しい道具や技術に出会える」「新しいチャレンジを行なえる」場を目指しています。当日は皆様にもご参加いただけるイベントを開催予定ですので、ぜひこの機会に一度お立ち寄りください。

■イベント概要

【日時】 2022年7月16日(土)10:00～20:00(雨天決行)

【場所】 西栗倉村長尾1464番地 む labo(旧JA跡)

【内容】 ① 開所式：13:30～14:10 記念式典を開催します。

② 企業による企画提案イベント

「村の願い事×企業のテクノロジーで生まれる未来」：14:20～16:30

村に関心を寄せる複数の企業にご参加頂き、各企業には「それぞれの技術を活かし、よりよい村の未来のために何ができるのか」を企画し、発表して頂きます。入退場は自由です。ぜひご観覧ください。

③ むらまると研・村民による出店・企画イベント：10:00～20:00

地域の食材を活用した飲食の提供やものづくり体験などを開催します。むらまると研から皆様にも、シカ汁をふるまう予定の他、む labo にある道具やスペースを活用し、村民の皆様の得意や好きを活かした出店・企画を募集中です。

【備考】参加費・入場料 無料

(各出店で物品・飲食等購入・企画参加時には費用が必要となる場合があります)

■出店者大募集！(6月14日まで)

上記③の出店・企画イベントの出店者を募集しております。

出店の申し込み・お問い合わせは下段のQRコードもしくはメールアドレスまでお願いします。

- ・申込み
- ・問い合わせ先：muramaruken2@gmail.com
- ・出店者申込みフォーム→→→



一般財団法人西栗倉むらまると研究所

夢をかなえた馬での登校

特色ある教育通信

村の教育コーディネーター一般社団法人Nestの「やってみたい」を叶える活動の中で、「馬に乗って登校してみたい！」という夢をかなえた取組をご紹介します。



昨年の秋ごろに馬が大好きな男の子から、そんな夢を聞きました。そこで鳥取の牧場、認定NPO法人ハーモニカレッジさんにご相談してみたところ、快くご協力いただけることになりました。

企画の土台を作ったとはいえ、Nestがすべてお膳立てしたのでは、その子の学びにはつながりません。校長先生に「馬で登校してみるのはできますか？」とその子自身に訊いてみるなど、実現に向

けて動いてもらうきっかけをつくることも気を付けながら伴走しました。

無事に「お休みの日だったらいいますよ」と許可をいただき、4月16日(土)に夢を実現することができました。当日は男の子のお家まで馬が迎えに。家の外でランドセルを背負って首を長くしながら馬の到着を待ってくれていました。ゆっくり馬に触れ、ちよつと緊張しながら馬に触れていた男の子ですが、馬の背中に乗った瞬間男の子はとってもきらきらした表情になっていました。

お家の方や地域の方々に見送られながら学校に向け、男の子を載せた馬は家を出発。気持ちのいい晴れた空の下、2人の姉と一緒に馬に乗って登校しました。

成長段階に合わせながら、



やってみたいことを叶えていくことで、子どもたちが「自分たちの力で実現できるのだ」ということを学んでくれたらと思います。

教育コーディネーター

今井晴菜

新型コロナウイルスワクチン4回目接種が始まります！

■接種対象（令和4年5月時点）と接種券の送付について

3回目のワクチン接種から5ヶ月が経過した方で、

① 60歳以上の方

→接種が可能となった方から順次接種券を送付します。

早めの接種をご希望の方は、県内医療機関での個別接種をご利用ください。

② 18歳以上で基礎疾患を有する方

（その他新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める方）

→西栗倉村新型コロナワクチン予約センター（保健福祉課）までお申出ください。

個別に接種券を送付します。

■村での接種について

4回目接種が可能となる方の多い8月下旬を目途に集団接種の実施を予定しております。早めの接種をご希望の方は、県内医療機関での個別接種をご利用ください。

■県内医療機関での個別接種予約方法

岡山県内の医療機関が実施している個別接種をインターネット又は電話で予約できます。個別接種は県内であれば、住所地以外でも接種することができますので、接種を希望される方は接種券をご用意のうえ、下記の方法により予約ください。

【①インターネット予約】

岡山県新型コロナウイルスワクチン接種共通

予約システムから予約

【②電話予約】

西栗倉村新型コロナワクチン予約センター（保健福祉課）

電話番号：0868-79-2233

受付時間：平日の8時30分から17時まで

※①岡山県共通予約システムの代行入力となります

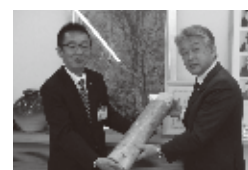


保健福祉課 0868-79-2233

株式会社トマト銀行交通安全横断旗寄贈

4月13日（水）、トマト銀行から交通安全運動の一環として、横断旗50本を寄贈していただきました。

寄贈いただきました横断旗は教育委員会を通じて通学路へ設置するなど、有意義に活用させていただきます。



総務企画課 0868-79-2111

「防災訓練」実施のご案内

近年、全国各地で大規模な地震や線状降水帯の発生、気候状況の変動により局地的な集中豪雨による予測不能な水害・土砂災害が頻発しています。本村においても、平成30年7月に発生した西日本豪雨災害は記憶に新しいところです。災害は常に私たちの暮らしと隣り合わせで、防災対策は私たち住民一人一人の命に直結しており、決して他人事ではありません。

この度、「防災 GUIDE」としてハザードマップを更新し、これを活用した防災訓練を行うことで改めてご家庭や近隣の皆さんで災害への備えについて考える機会を設けました。ぜひ「自分事」として捉えてご参加ください。たくさんの方々の参加をお待ちしています。

※マスク着用・手指消毒等、感染症対策を十分に行ったうえでご参加ください。

※熱があるなど体調の優れない方は参加を見合わせてください。

■防災訓練実施日

日時：令和4年6月12日（日）午前中（少雨決行）

場所：西栗倉村内全域（各地区公民館及びあわくら会館）



■訓練の内容

〈訓練想定〉

大型で非常に強い勢力の台風の影響により、訓練当日の明け方までに、累計雨量が300mmを超えている。現在、台風は通過し、雨風共に止んでいるが今後も継続的に前線停滞による大雨が予測されており、中国地方で24時間雨量が300mmを超える可能性がある。（平成30年7月豪雨超級）

土砂災害の発生により「自宅の被災が予想される」という想定のもと、個別の避難計画上「自宅避難」としている住民も避難行動を確認するために各地区避難所（集会所・公民館）および福祉避難所（いきいきふれあいセンター）への避難訓練を実施。（地区に該当しない村営住宅等在住の住民は百森ひろばへ避難）



〈訓練項目〉

村民：避難訓練、避難行動に関する話し合い【簡単なアンケートに記入し、地区内で情報共有】（危険区域の現況、避難ニーズの把握、要支援者の把握）

行政：避難所開設訓練、要支援者の避難支援訓練



〈訓練の流れ〉

役場は、全村に避難指示を発令

村民は避難所（各地区集会所・公民館）に避難を行い区長を中心として話し合いを行う。

※地区に該当しない村営住宅等在住の住民はあわくら会館へ避難避難するときは「防災 GUIDE」と「非常時持出品（防災 GUIDE 68-69 頁参照）」を持って避難しましょう。



総務企画課 0868-79-2111

村の介護保険の「今」 – 要介護認定を受けたら –

令和3年度末時点で介護保険の資格を有する方520名のうち、要介護認定者数は105名でした。

要介護認定を受けた後は、村の居宅介護支援事業所または介護予防支援事業所のケアマネージャーがご本人やそのご家族と話し合い、必要に応じて福祉用具のレンタルや通所・訪問サービスを利用できるよう計画を立て、在宅生活を支援しています。施設入所の方は、村のケアマネの手を離れ、各事業所等のケアマネが支援します。

105名の方々の支援方法の内訳を見ると、全体の約66%の方が様々な支援やサービスを受けながら在宅生活を送られていることが分かりました。保健福祉課では、これからもお一人お一人にあった暮らしを実現するお手伝いをさせていただきます。

支援の種類	人数	要介護認定者数に占める割合(%)
施設入所	36人	34%
小規模多機能型居宅介護事業所(ひだまり)	8人	8%
居宅介護支援事業所	41人	39%
介護予防支援事業所	5人	5%
その他	15人	14%
合計	105人	100%

約66%

保健福祉課 0868-79-2233

民生・児童委員会で「あいさつ運動」を実施しました！

「民生・児童委員の日」の岡山県下一斉取り組みとして、5月12日(木)の朝7時30分から、西栗倉小学校、中学校の二手に分かれ、登校してくる児童のみなさんと挨拶を交わす「あいさつ運動」を実施しました。

挨拶をすると、みなさんからも「おはようございます！」と元気な声が返ってきて、爽やかな朝にぴったりの気持ちの良いひとときになりました。こうした活動を通じて、少しでも私たちの顔を覚えてもらえると嬉しいです。

民生・児童委員は、子どもから高齢者まで、地域のすべての方の身近な相談役であり、ときには、困っている人と解決する人とをつなぐ役割なども持っています。何かありましたら、いつでも気軽に声をかけてください。



保健福祉課 0868-79-2233

50歳を過ぎたら带状疱疹に注意しましょう

日本人の約3人に1人が80歳までに带状疱疹にかかると言われています。带状疱疹は水ぶくれを伴う発疹が体の左右どちらかに帯状に出ます。強い痛みを伴うことが多く症状は3～4週間ほど続き、腕や胸、背中、顔や首などにも現れることがあります。初めての感染は子どもの頃に感染した水ぼうそう(水痘・带状疱疹ウイルス)が原因で、治った後もウイルスは体の中に潜んでおり、免疫力によって活動が抑えられています。しかし、加齢やストレスまた、糖尿病やがんなどにより免疫力が低下すると、ウイルスが神経に沿って移動し带状疱疹を発症します。

带状疱疹の皮膚症状が治っても約2割の人にピリピリと刺すような夜も眠れない強い痛み(带状疱疹後神経痛)が何ヶ月、何年も残ってしまう可能性があり、まれに合併症(視力低下、失明、難聴、耳鳴り、めまい等)が残ることがあります。高齢であるほど発症率・神経痛へ移行する確率は上がります。治療が長引いたり、痛みが長期間残ってしまう要因として治療の遅れがあります。初期症状である痛みの感じ方はそれぞれで、ピリピリ、から焼けるような灼熱感の後に発疹が現れるのが特徴です。しかし中にはあまり症状がなく違和感があると感じるだけのケースもあります。带状疱疹だと気づかず治療が遅れた場合には皮膚症状後も带状疱疹後神経痛になる可能性が高まります。症状に気がついたらできる限り早く受診して早期治療を受けましょう。

带状疱疹はワクチンで低下した免疫力を高めることができます。ワクチンを打てば、発症率を下げたり、発症しても症状を軽くしたり、神経疼痛を軽減する効果が望めます。50歳以上の方を対象とした带状疱疹予防ワクチンには水痘ワクチン(皮下注射)とシングリックス(筋肉注射)の2種類があります。

西栗倉村診療所でも行えますので興味のある方はご受診・ご連絡ください。

	シングリックス(不活化)	水痘ワクチン(生)
予防効果	50歳 97% 70歳以上 90%	50%
後神経痛抑制	88%	3分の1
免疫持続	9年以上	5年程
接種回数	2回(2～6ヶ月空けて)	1回
値段/回	約22,000～25,000円	約7,500円
使用不可	37.5℃以上の発熱	37.5℃以上の発熱 ステロイド使用中の人 抗がん剤使用中の人 妊娠中の人

右背部の带状疱疹↓



診療所 0868-79-2220

6月は土砂災害防止月間です（6月1日～6月30日）

地球温暖化に伴う気候変動により、熱帯低気圧の強度が増大するとともに、大雨の頻度も増加する可能性が高く、土砂災害の増加、激甚化が懸念されており、国土交通省により、土砂災害の防止と被害の軽減を目的に、昭和58年より6月を「土砂災害防止月間」と定めています。

村の住宅地の多くが土石流警戒区域に指定されています。先月の広報誌と一緒に配布した防災ガイドブックに記載されているハザードマップで自宅や地域の災害危険個所を把握し、避難所までの安全性なルートなどを検討してください。

近年、6月から9月は豪雨及び長雨により避難所が開設されることが多い月です。テレビやラジオ、インターネットなどで雨量や注意報、警報、土砂災害警戒情報を確認して、必要に応じて早めの避難をお願いします。

[西栗倉村 防災ポータル]
雨量や河川状況をチェック
できます。→



建設課 0868-79-2231

出水期の農業用水路や井堰の管理について

田植え作業も一段落し、集中豪雨等で河川が増水しやすい時期を迎えます。水路・井堰などの農業用施設については、日頃から維持管理いただいていると思いますが、あらためて水路・井堰の土砂づまりや、ごみの有無についてご注意くださいますようお願いいたします。

万が一、大雨等で農地や農業用施設が被災した場合、元の状態に戻すためには“災害復旧事業”の対象と認定される必要があります。それには、普段からの適正な維持管理が前提となります。維持管理の義務を怠っていたために発生した災害とみなされたときは、事業対象とならない場合があります。少しでも被害を軽減し、大切な農地や農業用施設を守るよう日頃から心がけましょう！

**ご注意ください！
大雨や台風の最中には、河川や水路には近づかないようにしましょう！**

転落等の大事故につながり大変危険です。テレビなど気象情報を確認して、必ず事前に対策しましょう。

建設課 0868-79-2231

（ガソリンスタンド） 《あわくらサービスステーション運営管理者変更のお知らせ》 ～（株）あわくらグリーンリゾートから（株）アイティエスに変わります～

平素はあわくらサービスステーション（あわくらSS）をご利用頂き誠にありがとうございます。さて、（株）あわくらグリーンリゾートが、当SSの運営を開始して早2年が経ちましたが、令和4年5月31日をもって営業を終了いたしました。皆様には、一方ならぬご愛顧を賜り誠にありがとうございました。令和4年6月1日からは、村内企業である（株）アイティエスが運営管理者となりました。引き続き、地域の重要なライフラインとして、より一層のサービスの向上を目指しながらあわくらSSを運営して参ります。何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

新運営管理者：株式会社アイティエス 代表取締役：横山 和人
本社：岡山県英田郡西栗倉村大字長尾1539

あわくらサービスステーション 79-2082

あわくら大学5月講座 音楽鑑賞会

5月20日（金）に、あわくら会館百森ひろばにて、あわくら大学5月講座・音楽鑑賞会を行いました。今回は「“癒やしの竹笛” パンフルートと歌がつなぐ人と人の心」と題しまして、パンフルート奏者の今井 勉様に講演いただきました。

パンフルートの音色に耳を傾け、懐かしい歌や話題に心があたたかくなるだけでなく、今井さんのトーク術で大学生の皆さんは笑顔いっぱい！声を出して笑って楽しい時間を過ごしました。帰り際には控え室にいらっしゃる今井さんに「楽しかった！」「来年も来て！」と感想を伝えていました。



教育委員会 0868-79-2216

木造住宅耐震診断費用の一部を助成します

昭和56年5月以前に建てられた住宅は、一般的に地震に弱いとされています。

地震等の自然災害から身を守るため、まずは専門家による耐震診断を受けて、住まいの耐震性をチェックしましょう。

また、この補助を受けて耐震診断を行った住宅の耐震改修工事を行う場合、耐震改修費用の23%（上限額：30万円）を助成する制度を設けています。詳しいことは、役場建設課までご相談ください。

- 補助対象
 - ・昭和56年5月31日以前に建てられた一戸建て住宅であること
 - ・木造住宅で2階建て以下であること（丸太組立法、建築基準法第38条の規定に基づく認定工法以外のもの）
- 耐震診断費用（一般診断、200㎡の場合）
71,200円／戸 補助金額 60,000円
- ※ 診断の結果、耐震改修工事が必要とされた場合は、別途71,200円（補助金額60,000円）で補強計画を作成できます。（補強計画を策定するには、必ず一般診断を受ける必要があります）

建設課 0868-79-2231

【シカ・イノシシ等の令和3年度捕獲数について】

シカ・イノシシなどの鳥獣による農林産物被害は継続的に発生しています。西栗倉村猟友会では西栗倉村からの有害鳥獣駆除許可をうけ、農林産物の鳥獣被害を減らすため、年間を通した捕獲活動に取り組んでいます。令和3年度は下記のとおり捕獲をおこない、農林産物被害の軽減に努めています。今後とも村内での狩猟活動へのご理解・ご協力のほど宜しくお願いいたします。

《令和3年度年間捕獲頭数》

鳥獣種	猟期	猟期以外	合計
ニホンジカ	218	163	381
イノシシ	2	7	9
アナグマ	0	1	1
	220	171	391

産業観光課

川柳

「自由吟」照子
「抱く」吉男
「誘う」孝子
「入る」栄子

自由吟

喋る

うっかり

日めくり

栗の実川柳社 令和四年五月句会から
日めくりは日々の気になる教えあり
歩きスマホうっかり小石に足とられ
喋りだし人の心をわしづかみ
しゃべり好きその場が急に灯がともる
八十路坂老いを嗤った頃悔やむ
孫かこみ笑顔ほころぶ初節句
葉桜に山青々と初夏の色

建元 照子
熊見 まちこ
河野 孝子
清水 早苗
井上 吉男
河野 紀子
西本 栄子 美

◎ 令和四年六月句会のご案内
六月七日（火）午後一時三十分から
『よりみち』に於いて開催します。

俳句

「兼題」端午

祭

自由題

選者吟

開墾の昭和は遠し麦の秋
（「麦の秋」は夏の季語）

あわくら俳句教室

五月句会

選者

乾

北星

夏立ちて庁舎の姿様になり
玄関に挿す燕の花を重ね
新緑の樹々に見る葉を重ね
登校の急ぐ自転車若風呂
菖蒲湯のかほり溢る夏風呂
背泳の挑む我あり古希の端午
子らの声過疎地にひびく鯉の幟
風和（な）過疎地にひびく鯉の幟
我が庭の二人静の似太さかな
風よが来い真鯉の腹の似太さかな

宮本 竜治
横江 栄子
建元 照子
小坂 康子
小松 仁美
春名 知子
春名 知子
乾生 織子
中島 伊津子

○ 次回は六月十八日（土）
毎月第三土曜日の午後一時三十分からあわくら会館で活動しています。丁寧な教えしますので、初心者の方もぜひご参加下さい。

第1回 SDGs WEEKを開催します！

6月13日（月）から19日（日）まであわくら会館にてSDGsにまつわる展示や講演会を行います。今回のテーマは「始まってます SDGs」です。SDGsは簡単な話。日常的に村民の方々が無意識に行っている行動を振り返ってみると、よりよい生活へのヒントがたくさん転がっています。日々の生活を見つめ、楽しくする「視点」をお伝えします！

★ 主な実施内容 ★

・ 13日（月）～SDGsに関する展示の実施
（これまでの取り組み、「貧困・飢餓」テーマ解説ブース）

・ 18日（土）10:00～12:00
百森ひろばにて フリーアナウンサーとしてNHK国際放送局でキャスター、リポーターとして出演中の山本ミッシェルさんによる「日常から世界へ～SDGsが当たり前になること」の講演を実施します。世界と皆様の日々の暮らしのつながりについて、アメリカ、ドイツ、フランスなど各国で暮らした経験をもつ山本さんのお話から、新たな視点が見えてくるかも。



地方創生推進室 0868-79-2221

おしえて年金 国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、住民登録をしている市（区）役所・町村役場の国民年金窓口で手続きをしてください。申請書は、窓口へ備え付けてあります。

令和4年度分（令和4年7月分から令和5年6月分まで）の免除等の受付は令和4年7月1日から開始されます。

また、申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請することができます。失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、村役場の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

津山年金事務所 0868-31-2360

1 歳お誕生日おめでとう！



林 央介（はやし ousuke）
生年月日：令和 3 年 6 月 16 日
地区名：影石
父：大介 母：春野

好きな食べ物：バナナ、ヨーグルト、お味噌汁
今、興味あるもの：車、音が鳴るもの、おねえちゃんが遊ぶもの
メッセージ：いつも央介の笑顔に癒されています。
元気に大きくなってね。



春名 泰我（はるな たいが）
生年月日：令和 3 年 6 月 22 日
地区名：中土居
父：圭 母：加奈絵

好きな食べ物：イチゴ、バナナ、ごはん
興味のあるもの：お姉ちゃん、歌、音のなる玩具
メッセージ：いつも癒しの笑顔をありがとう♡その笑顔を大切に
のびのびと大きくなあれ☆



平田 珠愛（ひらた じゅあ）
生年月日：令和 3 年 6 月 29 日
地区名：引谷
母：沙也香

好きな食べ物：お菓子、アイス、パン、五目ごはん
今、興味のあるもの：車のハンドル、ベビーバス、ぬいぐるみ、アンパンマン
メッセージ：じゅあちゃんのペースですくすく育っていったね！
みーんな珠愛のこと大好きだよ♡

日	月	火	水	木	金	土
			6/8 献血 11:50~13:00 (いきいきふれあいセンター) ソフトボールナイター 19:30~(毎週月・水・金) あたまいきいき音読教室 (P8)	9 可燃ごみ こども相談 10:00~16:00 (いきいきふれあいセンター)	10 かん類	11
12 西栗倉村総合防災訓練 (P14) <会館イベント> 朝の写経会 (P8) 第1回 SDG s Week (P20)	13 可燃ごみ 特定計量器定期検査 13:30~15:00 (いきいきふれあいセンター)	14	15	16 可燃ごみ 年金相談会 要予約 (大原公民館)	17 資源ごみ	18 <会館イベント> SDG s week 講演会 (P20) 俳句教室 (P8) 事前準備のいらない 読書会 (P8)
19	20 可燃ごみ	21	22	23 可燃ごみ	24 びん類 Nest カフェ (P8)	25
26 <会館イベント> やまと森の知らない 世界 vol.11 (P8)	27 可燃ごみ 図書館休館日	28	29	30 可燃ごみ 納 個人村民税第1期 CATV 利用料 第1四半期	7/1 資源ごみ	2 <会館イベント> 読み聞かせの日 (P8)
3 道路愛護デー	4 可燃ごみ	5	6	7 可燃ごみ		