

くらわかしほに報広

9

NO.712





表紙の人

あるの森

小林 辰馬さん

ポーンパンさん

Tatsuma / Pornpun



特集

異国の香りを一皿に

古民家タイ料理 & 宿

中土居地区の天徳寺本堂横の古民家でタイ料理レストランを中心に営業されている小林さんご家族。2年前のオープンから西粟倉村内を盛り上げる元気の源の一つになっています。

明治6年頃まで修験宗として続いていた天徳寺では11月に最大のお祭りである大護摩供養が行われており、参拝する山伏姿の信者をはじめ一般の参拝客で大変賑わう場所だったようです。たくさんのお客さんで賑わう様子は当時の賑やかさを受け継がれているように感じます。

屋内の大きな囲炉裏はそのままに古くからの古民家を活用して、タイ料理レストランを始められた理由などをお聞きしました。

目次

特集

異国の香りを一皿に

3
1
6

SDGs未来都市

7

あわくら会館

8
1
9

にしあわくらっ子

10
1
11

村からのお知らせ

12
1
21

社協だより

22

その他

23

日本の古民家を利用して

日本の古民家でタイ料理という一風変わった組み合わせは、小林さんご家族の想いとコロナ禍での営業に対する発想の転換により生まれたものでした。

小林辰馬さん(以下敬称略)

僕と妻がお付き合いを始めて、家族ぐるみでも付き合うようになって、僕の母と妻がタイの人へ日本の文化を紹介するため、日本の農村体験だとか、古民家体験を始めたいということで民宿をするつもりで物件を探していました。母は元々日本の古民家が好きで、外国の方へその魅力や素晴らしさを伝えたいという気持ちがあったみたいです。妻もタイの人に日本の文化を伝えたいと考えていて、そ

んな中、たまたま見つけたのがこの物件でした。

でも、コロナが流行りだしてしまつてタイ人向けの民宿をすることが叶わなくなつてしまったので、逆の発想で日本の人にタイの文化を紹介しようという流れでタイ料理のレストランをすることになりました。

お店の「あるの森」という名前の由来は初代看板犬の「アル」と西栗倉の森林のイメージで「あるの森」としました。もう一つの隠れた意味として、茅葺き屋根や囲炉裏や土間など時代のふるいにかけられて姿を消していったものたちや、ゆっくりと静かに流れる時間や空間が「有る」という意味ももたせています。

歴史ある場所を引き継ぐ

なんです。タイの国自体が日本ブームというのもあって日本の物や可愛いものは子どもから大人まで人気です。

元々営業を始めた目的はタイの人にもっと日本の良さを知ってもらうためでもあるので、お店のタイ語版のホームページも開設しています。ちょうど2、3年前はタイの人たちの中で日本に來たら、都会ではシヨッピン

小林 ここ天徳寺がお寺ということでその昔は人が集まる場所だったことや、夏祭りなど、中心になって行事が行われていたというお話も聞いて、そんな場所や流れを引き継いで人が集まれる場所にしたいなと思っています。

2年やってきて、最初はお客様にタイ人がタイ料理をやっているということをおまわり分かつてもらえていなかったんです。お魚の鯛料理屋だと勘違いされていることもありました。遠くからインスタグラムやインターネットで調べてきてくださる方にはどんな雰囲気か分かって来てもらえるんですが、お仕事の関係で来られたりする方には「古民家でタイ料理というのは奇をてらっているのかと思つたが、まさか料理人がタイ人の奥様だったとは!」と驚かれる方や、「そのギャップ

古民家に泊まるということが流行っていました。だから、タイの人は西栗倉村のことを絶対に気に入ってくれるだろうと思うんです。みんなが飽きないように工夫してこれからもやっていくけたらと思っています。

西栗倉の魅力伝えていく

が良い」と言ってくくださる方もいらつしやったり、ご意見も様々で面白いです。
コロナ禍ということもあってやはり大変でしたが、ありがたいことにお客さんが来てくれて、家族みんな楽しくやっています。

タイと日本をつなぐ

ポーンパンさん

タイの大学で日本語専攻に進学したのが、日本に來ることになったきっかけです。なかなか実際に日本語を使う機会がなく、あまり話せなかったのですが、いつか日本に留学したいと考えていました。大学卒業後に日本に行くことになり、最初は岡山県の笠岡市で2年間ホームステイをして専門学校に通っていました。その

ご家族みなさんと協力しながら「あるの森」を営まれている小林さんですが、意外な一面もありました。

小林 昔は飲食関係の仕事には全く興味はなかったんです。美作市で飲食店に勤めていましたが、そのお店を始められた方と僕が小生のころから繋がりがあってオープン時から呼んでもらって7年程お世話になりました。お客さんと接する



「エシカル」発想で、 色んなマークに注目してみよう。

「エシカル消費」という言葉を聞いたことはありますか？

「エシカル(ethical)」とは、倫理的を意味し、「消費」という言葉を付け加えることで、人や社会、環境、地域等に配慮した消費を行うことを意味します。具体的な例としては、リサイクル素材を使った物の購入、被災地の特産品を購入すること等です。

「エシカル」という抽象的な言葉ですので、意味が社会の環境によって変わる言葉でもあります。そこで、世の中に多く存在する認証マークに着目して、エシカル消費を自分ごと、身近に捉えていく方法があります。

ことが好きでずっとホールスタッフをしていましたね。調理が好きになったのは最近なんです。

西栗倉って本当に自然がたくさんあって、飲食店をやっている身からすると魅力のある食材もあって、交通のアクセスも良いので、自然やジビエとかを楽しんでいます。そしてコロナが終息したらタイの人に宿泊も含めて西栗倉を紹介していきたいです。

終始笑顔で今までの経歴をお話してくださった小林さんご夫妻ですが、お二人の雰囲気そのままに、古民家の中に優しさやタイの文化と日本の文化が混じり合っているそんな素敵な空間を創りだされていました。

文 西栗倉村広報係 宮脇
撮影・デザイン SANSAI

〈デザインについて〉

9月は、木々が夏の間にしっかり蓄えた栄養を実らせ始めます。美味し物が溢れてくる季節。美味しそうな色で彩りました。



あるの森さんの紹介ショートムービーを公開しています。ぜひご覧ください。



第26話



による支援を受ける形で行われています。

つまり、「エシカル消費」という行動は、どの商品がどのような背景で作られているのか、ということ消費する側が各種の指標(マーク)等を通じて知り、検討した上で消費行動を取るという、手軽な行為なのです。ぜひ、色々なものについている指標について、興味を持って行動してみませんか。

参考文献

『エシカル白書2022-2023』
(一社)エシカル協会

(地方創生推進室 萩森)

広報にしあわくらより

広報にしあわくらは「村の元氣」をコンセプトに誌面を作成しています。

こんな特集をしてほしいという方は村民掲示板へ投稿をお願いします！

村民の皆さんへ西栗倉村の情報と共に元氣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。

SDGS WEEK 2の
開催予告

9月21日(水)から27日(火)にかけて、6月に引き続き、SDGsにまつわる展示をあわくら会館東1で行います。日々の暮らしに役立つ内容の展示を予定しています。あわくら会館にお立ち寄りの際は、ぜひ一度御覧ください。





あわくら会館で
行われる
「生きるを楽しむ」
イベント・活動

あつまる、つながる、やってみる

あわくら会館



7/27夏休み宿題お困り相談会

あわくら会館で「生きるを楽しむ」様子を紹介

【イベント盛りだくさんの夏休み】

夏休み中は宿題お困り相談会や、読書感想文講座、ピッピさんの読み聞かせ会、中学生職場体験企画など様々な子ども向けイベントが開催されました。もちろん大人も楽しめるイベントも多数あり、夏のあわくら会館は学びと楽しみにつつまれていました。

7/23 プラスチックごみを
かわいくカラフルに再生しよう！



7/31 森のおもちゃフェスティバル



8/8 中学生職場体験企画



7/24 やまと森の
知らない世界 vol.12



8/1 読み聞かせボランティア
ピッピによる読み聞かせ会



8/11 いっしょこサマー



7/29 読書感想文攻略講座



8/7～9/2 あわくら博物館(展示)



8/21 思い出の心理学



図書館の新刊情報

一般書

『広重ぶるう』 梶よう子／著
『かこさとし子どもたちに伝えたかったこと』 かこさとし／著
『ストレス脳』 アンデシュ・ハンセン／著

児童書

『なんで英語、勉強すんの？』 鳥飼玖美子／著
『お札に登場した偉人たち21人』 河合敦／著
『くみたて』 田中達也／作



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。

■ 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
(9月19日、23日、26日が休館日)

■ お問い合わせ先

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ページをご確認ください。参加費の明記がないものは無料です。



ちょっと海外旅行した気分♪ジャワの影絵芝居とガムラン生演奏

ジャワの影絵芝居とガムラン音楽による
「きんぎょがにげた」他2作品公演

ガムランの心地いいやさしい音楽とエキゾチックな影絵芝居です。赤ちゃんからご年配の方まで楽しめます。

■ 日時：10月2日(日)

13:30～14:30(13時より受付)

■ 上演団体：企画制作・想造舎(影絵音楽団くぶくぶ)

■ 申込み：9月30日(金) 〆切

席にあきがあれば当日観覧も可能ですが、なるべくご予約ください。

■ 場所：百森ひろば



村民講師企画

「やまと森の知らない世界vol.14

森の色をカメラで集めよう！」

野外に出て植物にまつわるいろんな色を撮影しにいきます。撮った写真で冬に展示も行います！

※1人1枚チェキで撮影した写真をお持ち帰りできます！

■ 日時：10月1日(土) 9:30～12:00

■ 講師：川上えりかさん、清水美波さん(ちぐさ研究室)
福井啓太さん(ゲスト)

■ 参加費：1000円(材料代)

■ 持ち物：カメラ(スマホOK)、雨具(雨天時)



定例のイベント

「朝の写経会」

■ 日時：9月10日(土) 9:00～10:00

「あたまイキイキ音読教室」

■ 日時：9月14日(水) 13:00～13:30

「あわくら俳句教室で俳句作りを学ぼう！」

■ 日時：9月17日(土) 13:30～15:30

「Nestカフェ」

■ 日時：9月30日(金) 17:00～19:00

「読み聞かせの日」

■ 日時：10月1日(土) 11:00～11:30

保育園

暑い夏も元気に水遊び！

園児が頑張って水やりしてくれたアサガオがきれいに花を咲かせています。夏は待ちに待った水遊びの季節です。保育園では夏ならではの遊びを水分補給と休息をとりながら、思いっきり楽しみました。

小さな子どもたちは顔に水がかかってもへっちゃら。みんな水遊びが大好きです。園庭では消防士になりきってのめがけて水鉄砲で水をかけたり、水のシャワーでは「雨だ〜！」と言いなから水の冷たさや心地よさを楽しんだり、子どもたちの楽しそうな声が響き、笑顔がはじけていました。

また、砂場にも水を入れて、どろんこ遊びを楽しんだり、

樋を利用して水や氷を流して遊んだり、シャボン玉やあわ遊びをしたり、園庭に大きな紙を広げて絵の具を使ったボディーペインティングを楽しんだりと全身でダイナミックに様々な感触を楽しんだ夏でした。



おまつりごっこを 思いきりたのしみました！

7月15日（金）、恒例のおまつりごっこを行いました。今年は、年長組が考えた「わくわくあそぼうファイヤーおまつりごっこ」と題し、年長組が紙などでつくった飲食物・魚釣り・お面・ガチャガチャを全クラスで楽しみました。年長組はお店の店長さんにもなりました。

登園してきた子どもたちは浴衣や甚平、好きな服をお友達や先生に「かわいい？」「かっこいいでしょ！」「と伝え合い、おまつりごっこが始まると年長組の子どもたちは、年中組年少組のお友達と手をつなぎお店を回りました。今年は保護者の方とも一緒に回ることができ、魚つりやガチャガチャと一緒に楽しみ、お父さんお母さんに買った物をうれしそうに伝えていました。途中、好きなシロップを選びお楽しみのかき氷を食べる子どもたち。「つめたくてきもちいい！」「べろがあおくなった！」と思いの言葉が聞こえてきました。最後には、



毎年恒例のクラスごとでお菓子まきをし、盛り上がりました。

幼稚園

小学校

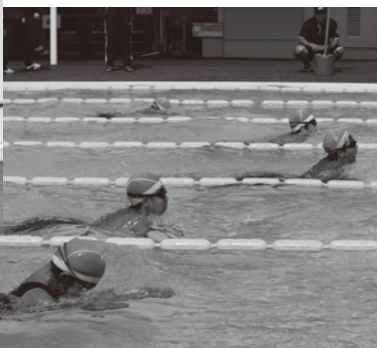
新型コロナに負けないぞ！

― 自信、チャレンジ、つながりを感じた美作市・英田郡ブロック別水泳記録会（英北会場） ―

令和4年7月26日、大原小学校において美・英ブロック別水泳記録会が行われました。西栗倉小からは、5・6年生が計6種目に、延べ63人がエントリーし、その内2つの100m種目には、延べ21人がエントリーしました。大会までの練習期間も短い中、多くの子ども達が100m種目にチャレンジしたこと、そして水泳が得意でなくても2種目の泳ぎに挑んだことは賞賛に値すると思います。

コロナ禍の中、暑さに負けず、全員が自己ベストを目指して泳いだ結果、ほぼ全員がいずれかの種目で自己新記録を更新できました。日々の努力が大会の結果として

表れたことは、一人一人の自信につながります。水泳記録会で、泳ぎ切った、記録が伸びたという成功体験は、きっと子ども達の自己肯定感を高めてくれることでしょう。また、大声での応援ができない中、大きな拍手とグッツを使った応援で多くの友達を励ました。初めて行われた4×25mリレーでは、西栗倉小チームが優勝と第3位の好成績でした。おめでとう！



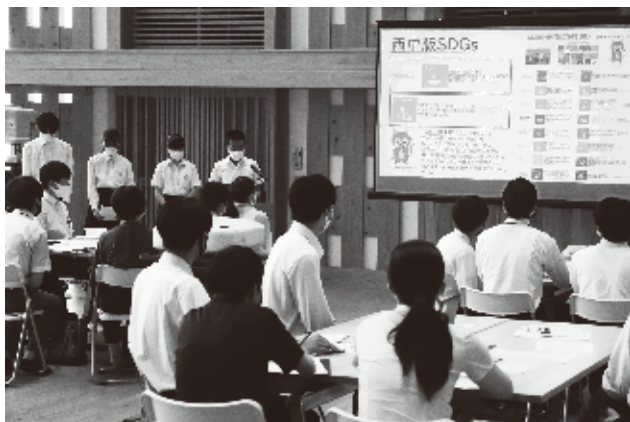
大成功！美作支部中学校 生徒会サミット

7月29日（金）、生徒会サミットが開催されました。林野高校と勝間田高校の生徒会役員も参加し、中高合わせて10校が百森ひろばに集まりました。今年度、西栗倉中学校はホスト校としてサミットの運営も担当しました。

プログラム初めの学校紹介では、各校3分で学校の特色を発表しました。西栗倉中学校は、SDGsに関する取組と現時点での成果を発表し、持続可能な村づくりをアピールしました。

グループ協議では6人ずつのグループに分かれ、メディアコントロールや生徒会役員として心がけていることについて話し合いました。最初は緊張した面持ちでしたが、同じグループの中高生と次第に打ち解け、楽しく情報交換をすることができました。

会のスムーズな進行やグループ協議での積極的な発言など、生徒会役員として必要な資質を高めるための、貴重な経験ができたサミットでした。



中学校

むらまると研究所通信 Vol.11

畦畔での自動草刈り機の実証実験を行いました。

むらまると研究所は、トヨタコニックアルファ及びトヨタ自動車と連携し、村民の抱える課題の1つである、「草刈り作業の負担軽減」を目指し、『畦畔を対象に、自動走行が可能な車両で草刈りができないか?』をテーマに自動草刈り機の実証実験を進めています。

5月31日には、畦畔での草刈り機の運転を試しました。大きな石が走行の妨げになることや、畦畔の角度によっては走行に支障が出ることなどの課題を確認できました。

7月28日には、1回目の実証における課題を改良し、農業委員の皆さんにご覧いただきながら、平地及び畦畔の自動走行による草刈り機の運転を行い、設定した範囲を自動で草刈りできることが確認できました。委員からは、「他の傾斜の畦畔で運転できるのか?」「もう少しスピードが上がらないか?」など、実際に使う視点でのご意見や、安定して走行できる点について評価のご意見を頂きました。

実証の様子



農業委員会による実証実験見学の様子
(7月28日)



自動草刈り機

今後も、他の畦畔での実証運転や改良等を進め、実用可能な草刈り機の開発に挑戦していきます。開発した草刈り機や実証運転の動画等を見ていただける機会については、広報・むらまると研究所ホームページ等にてお知らせいたします。



【8月1日 新しい地域おこし協力隊員が着任しました!】

氏名：山崎誠人（ざっきー） 24歳

担当：むらの工作室マネージャー

趣味：コーヒーを淹れること、DIY、バドミントン、ジェットブレード

一言：これから村のみなさんと仲良くなれたらと思っています!

ぜひ、むらlaboに遊びに来てください。

いろいろなツールを使って、一緒に遊びましょう。

【告知】

次回「むらlaboのオープンデー」は

9月25日(日)10時～17時に開催します!

当日は、村民の皆さんによる企画・出店の他、ものづくり体験、草刈りロボットの実証実験の様子が分かる企画などをご用意してお待ちしております!



特色ある教育通信

小学校2年生 初のインタビューに挑戦!

mori no otoさん訪問

小学校2年生の生活科では
村たんけんを行なっています。



子どもたちの中で探検したい場所を出し合い、行く先を決めました。7月9日、木で楽器を作っておられるmori no otoの石川照男さんにご協力いただき、探検を実施しました。

工房は、旧影石小学校校舎の外のプール沿いにあります。ここは理科室として使われていたそうです。

トンネルのようになっていて渡り廊下を進むと、様々な形をした木の楽器が工房の入口を入ったところに展示されていました。

まずはみんなで、木からどんな音が鳴るのか実際に様々な木材をたたいて体験しました。

低い音が出たり、高い音が出たり、「さっきのと音が全然違う!」「きれいな音」と、木を見たり触ったりするだけでは感じるができないことを感じたようでした。

そこから自分のお気に入りの木を見つけ、みんなで演奏。スタッフの皆さんが木で作られたギターやカホンを使った演奏に合わせてみんなでリズムを刻みます。

木によって、それぞれ違う音を奏でることができるということを体感しました。

次に工房の中に飾られていた木造のカヌーを見て、「この船も楽器ですか」という質問に、石川さんは、「これもたいたいたら音が鳴るけれど楽器ではない。でも、楽器と船は共通点があつてね。大きな木が雷に打たれて真つて二つに割れて、月日経つて中が腐り、くりぬかれた。それを

人が木でたたいた時に音が鳴った。それがスリットドラムの始まりなんだよ。」とお話しいただきました。

子どもたちは「そうなんだ!」とびっくりした様子。そこから、「この機械は何ですか?」など工房を見て疑問に思ったことや学校で準備してきたことを質問していききました。

実は今回が初のインタビューだった2年生。事前に質問の練習もしてきたそうです。

ちよつと恥ずかしくてなかなか質問できない子もいましたが、相手に疑問を伝えて、答えてもらったことをメモするということに挑戦しました。

これから「なんで?」「どうして?」を大切に、地域を探検しつつしてほしいと思います。

教育コーディネーター

今井晴菜

令和4年度 二十歳のつどい

8月15日(月)にあわくら会館・百森ひろばにおいて、「二十歳のつどい」を行いました。今年度から、成人年齢の引き下げに伴い、名称を改めました。13名の対象者のうち7名の出席でした。式典では、1人ひとりが近況を報告し、将来の夢を語りました。「星や宇宙に興味があり学んでいるので、今後、どのように活かせるかわからないけれど、楽しさを伝えられたらと思います。」や「様々な方に安心してもらえるような看護がしたい。」と将来の目標を話していました。

青木秀樹村長からは「西栗倉村は様々な変化をしています。皆さんも今学んでいることを吸収し、進化してってください。」と祝福の言葉を送り、金田豊治村議会議長からも祝辞をいただきました。また、参加者を代表して、中野桃花さんが記念品を受け取り、林央華さんが「チアリーディングを通して自分の行動の重みを学びました。社会の一員として自分の意見に責任をもってアクションを起こせる人になりたい。そう思えるようになったのは家族、地域の皆様のおかげです。」と謝辞を述べました。

式典終了後は、あわくら会館の建物内で「謎解きワークショップ・西栗倉の魅力再発見!!」を行いました。恩師の先生と一緒に、西栗倉のパンフレットを使いクロスワードパズルを解いたり、建物内に隠された鍵を探したりしながら、宝箱を開けるナンバーを協力して見つけ出しました。最後は、村内の農家の皆さんが提供して下さった野菜を使って、BASE101%で調理をしていただいた「二十歳のお祝い弁当」を、パーティションで区切られた中ではありますが、みんなでいただきました。

オンラインで参加して下さった
恩師の先生と、画面越しの再会！



恩師先生へのメッセージ記入。
たくさんの思いが詰まっています！



おめでとうございます

坂 根	井 上	結 愛	さん
猪之部	井 辺	楓	さん
別 府	石 井	晶 子	さん
	熊 橋	希	さん
	中 野	桃 花	さん
	横 山	花 菜	さん
中土居	小 松	依 舞	さん
	萩 原	泰 利	さん
	林	央 華	さん
	春 名	愛	さん
引 谷	桐 山	拓 海	さん
	藤 田	恭 雅	さん
筏 津	榎 原	昂 汰	さん

教育委員会 79-2216

令和4年度 西栗倉村 高齢者福祉大会

今年も、下記の日程で高齢者福祉大会を開催します。昨年同様に新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小しての開催とはなりますが、米寿をはじめ、村内でご活躍の高齢者の皆さんをお祝いさせていただきます。
なお、新型コロナウイルス感染症の状況により、中止となる場合があります。

日時：9月25日(日) 9:30~10:45頃
会場：西栗倉小学校体育館
内容：米寿、頌徳、老人クラブ連合会長賞等の表彰、
西栗倉小学校児童による合唱他

例年通り、送迎バスも運行します。ご希望の方は運行表でご確認ください。
福祉大会終了後、バスによる文化祭(あわくら会館)への送迎も行いますのでご利用ください。

【送迎バス・乗用車運行表】

大 茅	萩原貞美様宅下	8:30
	大茅公民館前	8:35
	岸本製材所前	8:40
坂 根	安妻欣二様宅前	8:45
猪之部	大谷口	8:50
	あわくら温泉駅	8:55
塩 谷	新田哲子様宅前	8:30
	公民館前	8:40
	元湯前	8:45
谷 口	公民館前	8:50
影 石	中学校前	8:55
引 谷	小松組前	8:40
	小松洋一様宅前	8:45
中土居	オリーブ前	9:00
	公民館前	8:55
下土居	消防機庫北前	8:50
	庄境橋北前	8:45
筏 津	公民館前	8:40
知 社	公民館前	8:35
	清水早苗様宅前	8:30

保健福祉課 79-2233

「西栗倉村の森林保全と林業活性化に関する協定」を締結しました

8月3日(水)、あわくら会館あわくらホールで、西栗倉百年の森林協同組合、(株)西栗倉・森の学校、エーゼロ(株)と共に、ライフデザイン・カバヤ(株)と「西栗倉村の森林保全と林業活性化に関する協定」を締結しました。

この協定に基づき村は今後5年間、ライフデザイン・カバヤ(株)が村有林で行う社員研修や植林活動、また村産木材の住宅用材への活用など、同社の取り組みに協力します。調印式でライフデザイン・カバヤ(株)の窪田健太郎社長は「SDGs(持続可能な開発目標)が求められる中で、西栗倉村や森林との密な関係を築いていきたい」と語られました。今後は、村の森林保全および資源の有効活用につながるような形で連携していきます。



地方創生推進室 79-2221

【後期高齢者医療被保険者証の再交付に関するお知らせ】

◆ 令和４年１０月１日より医療費の一部負担金の割合に「２割」が追加されることに伴い、被保険者全員の方に被保険者証を再度、９月下旬に送付します。

○新しい被保険者証（青色）の有効期限は令和５年７月３１日です。１０月１日以降に医療機関等を受診される際は、青色の被保険者証をご使用ください。

○現在お持ちの被保険者証（紫色）は、有効期限（令和４年９月３０日）の満了に伴い使用できなくなりますので、個人で責任を持って処分するか、保健福祉課へ返還してください。

ご注意ください！

限度額適用認定証および限度額適用・標準負担額減額認定証については、再送付いたしません。現在お持ちの方は、有効期限が令和５年７月３１日となっておりますので、１０月１日以降も引き続きご使用ください。

◆ 窓口負担割合が２割となる方には負担を抑える配慮措置があります。

令和４年１０月１日の施行後３年間は、１か月の外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を３,０００円までに抑える配慮措置があります。（入院の医療費は対象外）

○配慮措置の適用で払い戻しとなる方には、高額療養費として事前に登録されている口座へ後日払い戻します。

○２割負担の対象者の方で高額療養費の口座を登録されていない方には、９月末以降、後期高齢者医療広域連合から申請書を郵送します。申請書がお手元に届きましたら、必要事項をご記入の上、返信用封筒にてお送りください。

ご注意ください！

- ・口座登録の申請書は、必ず郵送でお届けします。
- ・厚生労働省や地方自治体の職員が、電話や訪問で口座情報登録をお願いすることや、キャッシュカード、通帳等をお預かりすることは、絶対にありません。
- ・またＡＴＭの操作をお願いすることも絶対にありません。
- ・不審な電話があったときは、最寄りの警察署や警察相談専用電話（＃９１１０）、または消費生活センター（１８８）にお問い合わせください。

【問合せ先】

西栗倉村 保健福祉課 電話 ７９－２２３３
岡山県後期高齢者医療広域連合 電話（０８６）２４５－００９０

保健福祉課 79-2233

今年まだ健診を受けていない方 / 受けそびれた方 西栗倉診療所で健診を受けませんか？

西栗倉診療所では１年間を通して健診を受付けています。まずは自分の身体の状態を知ることから始めてみませんか？

健診対象者：国民健康保険の方、協会けんぽの家族の方、３０代の方

料 金：１５００円 ※協会けんぽ家族の方は無料で受けられます！

各がん検診・検査は以下の通りとなりますのでご参照ください。

項目	方法	料金
肺がん検診	胸のレントゲン撮影	２００円
大腸がん検診	検便	５００円
前立腺がん検診	血液検査	８００円
推定塩分摂取量検査	検尿	無料
ピロリ菌抗体検査	血液検査	２００円

西栗倉診療所では基本の健診やがん検診に加え、推定塩分摂取量やピロリ菌抗体検査も実施しています。

推定塩分摂取量：その日どのくらいの塩分を摂取したかが調べられ、普段の味付けの目安となります。日本人の塩分摂取量はかなり多く、脳心血管病（脳卒中・心筋梗塞など）の原因となります。

〈日本人の１日あたりの食塩摂取量〉

男性：１１ｇ 女性：９.３ｇ

〈厚生労働省が勧める１日の塩分摂取量〉

男性：７.５ｇ 女性：６.５ｇ

【ピロリ菌抗体検査】

ピロリ菌は幼年期に衛生環境が悪くなかった年代に感染している人が多く、環境の整った現代では、感染者数は減少しています。しかしながら、経口感染するため、乳幼児期に親族から感染している場合もあります。

胃がんの９９％はピロリ菌感染が原因とされています。ピロリ菌抗体検査は、胃のヘリコバクター・ピロリ菌の感染の有無を調べる検査です。感染している場合、飲み薬で治療できます。（陽性の場合には内視鏡検査をする必要があります。）

健診受診者の方は、通常診療の受付とは別のため、比較的短時間で済ませることができます。

※その日の混雑状況により時間に差異がありますので、ご了承ください。
ご予約・お問い合わせは西栗倉診療所まで。

西栗倉診療所 79-2220

貯まったあわくらポイント(あわポ)を ギフト券と交換しましょう

9月27日(火) あわポ何でも相談会を実施します

村民の皆さまに様々な場面で貯めて頂いている「あわくらポイント(あわポ)」。あわポの使い方や操作方法についての相談会を実施します。「ポイントが貯まっているけど交換の方法が分からない」「スマートフォンでのあわポの操作方法が分からない」「機種変更してログインできなくなった」と言ったお悩みを解決します。カード利用の方向けに紙ギフト券の発行も行います。お気軽にお越し下さい。

・日時：9月27日(火) 10:00～12:00、13:00～18:00

・場所：あわくら会館 東2

※ポイントの有効期限は付与日から2年間です。

500ポイント以上貯まっている方はお早めにギフト券に交換し、
村内の加盟店でご利用ください。



地方創生推進室 79-2221

受賞おめでとうございます!!

村の、人権擁護委員として、多年にわたりご尽力いただいた草刈桂子氏、新田たけ美氏に、この度法務大臣より感謝状が贈呈されました。

任期満了に伴い令和4年6月30日付けで退任されたお二人の委員には、村民の擁護と人権思想の普及高揚のために積極的に活動を行っていただきました。

2期6年の間には、総合相談会での相談支援や小学校等での人権集会等へ参加し、児童・生徒とふれあっていただきました。

退任されても引き続き、地域住民の支援のお手伝いをしていただきたいと思います。長年にわたり本当にありがとうございました。



保健福祉課 79-2233

マイナンバーカードの申請期限は9月末!

マイナポイント事業は9月末までに申請したマイナンバーカードが対象です。お早めに申請をお願いします。(マイナポイントの付与は2月末まで。)

4つの申請方法の手順はこちら!

スマートフォン

- ① スマホで顔写真を撮影
- ② スマホで交付申請書のQRコードを読み取る
- ③ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ④ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了

パソコン

- ① カメラで顔写真を撮影
- ② 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ③ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了

証明用写真機

- ① タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択
- ② 撮影用の料金を投入して、交付申請書のQRコードをバーコードリーダーにかざす
- ③ 画面の案内にしたがって、必要事項を入力
- ④ 画面の案内にしたがって、顔写真を撮影して送信し、申請完了

郵便

- ① 交付申請書に必要事項を記入し、6か月以内に撮影した顔写真を貼り付けて郵送し、申請完了

交付申請書がない場合
専用サイトから交付申請書と封筒がダウンロードできます。プリントアウトしてお使いください。

マイナンバーカード 郵便

申請期限 迫ってます!

※必ず、この人がオンラインからの申請なんだから!

総務企画課にて申請サポートも実施中。写真撮影から申請完了まで確実にサポートします。スマートフォン、パソコン等をお持ちでない方、スマートフォンをお持ちの方で申請の方法がよくわからない方は、西栗倉村役場総務企画課へご相談ください。

【申請サポート及び交付時間】

月曜日～金曜日(除く土日祝日) 8:30～17:15

毎月第4日曜日 9:00～16:00

総務企画課 79-2111

「救急医療週間」のお知らせ

「救急医療週間」は、救急業務及び救急医療に対する皆様の正しい理解と認識を深めていただくとともに、救急医療関係者の意識高揚を図ることを目的に毎年実施しています。

9月9日を「救急の日」、救急の日を含む9月4日（日）から9月10日（土）までの一週間が「救急医療週間」となります。

現在、全国的に救急件数が増加の一途をたどっており、緊急でない場合に救急車を呼ぶと、本当に救急車を必要としている人のもとへ到着が遅れるということが問題になっています。救急車を適正に利用していただけるようお願いします。

また、住民の方の緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報提供をおこなう全国版救急受診アプリがありますので、ご活用ください。

美作市消防本部 0868-72-2603

おしえて年金

国民年金の加入手続き・保険料免除申請等の電子申請を開始します

国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請は、マイナポータルを利用した電子申請ができるようになりました。

申請にはマイナンバーカードが必要ですが、マイナポータルの情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書等を作成することができるため、紙の申請書より簡単に作成できます。

また、申請結果もスマートフォン等で確認できます。お手続きの際は、ぜひご利用ください。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

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。

津山年金事務所 0868-31-2360

「相続、登記などの身近なこと、司法書士にご相談ください。」

～司法書士無料法律相談会～

日時 令和4年10月1日（土）10時～16時まで

場所 あわくら会館 東3

予約 不要

※悪質な訪問販売、相続や遺言、登記手続きなどについて、無料で司法書士に相談いただけます。ぜひこの機会をご利用ください。

日本司法書士会連合会中国ブロック会

俳句

あわくら俳句教室 八月句会

選者 乾 北星

「兼題」

墓参

七夕

自由題

溶接の鉄の余熱や原爆忌
夜なべする母の背中の細りけり
星月夜大きな空の画廊かな
くろがね
黒鉄の夫の土産の秋風鈴
学校も老いの我が身も夏休み
蛸やまだ熱おびるアスファルト

宮本竜治
建元照子
小坂康子
小椋仁美
春名洋子
乾沙織

選者吟

山河みな

黙禱に伏す終戦日

○次回は九月十七日（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 令和四年八月句会から

「汗」

「肩」

「空」

「自由吟」

朝仕事一汗かいてお茶にする
汗拭いもぎ取るトマト美味しそう
肩車喜び勇み乗ったもの
少子化に増える老人肩に乗り
肩肘を張らずに生きる老いの道
写真では伝え切れない青い空
稜線を巡ってとんび茜空
一人暮らしシツプ貼るにも一苦労

西本 英子
河野 孝子
建元 照子
井上 吉男
清水 早苗
堀内 希沙乃
熊見 まちこ
河野 紀子

人の動き

令和4年7月1日現在の動き

- 人口 1,374人 (4)
- 男 651人 (3)
- 世帯 595戸 (4)
- 女 722人 (1)

■お誕生おめでとう

やまぐち すい
山口 粋ちゃん
7月23日生まれ（塩谷）
お父さん 山口 祐史さん
お母さん 千夏さん

ふくい ちあみ
福井 千編ちゃん
8月11日生まれ（別府）
お父さん 福井 啓太さん
お母さん 優奈さん

うえだ りょう
上田 旅羽ちゃん
8月16日生まれ（中土居）
お父さん 上田 篤史さん
お母さん 真里恵さん

7月中の移動

出生 0人
死亡 1人
転入 8人
転出 3人

■入札状況（税込）

担当課	事業名	施工場所	落札業者名	契約金額
建設課	村道橋梁点検作業委託	影石・長尾	(株)大成 コンサルタント	3,080 千円
建設課	村道橋梁補修調査設計業務	大茅・影石	(株)大成 コンサルタント	11,550 千円
地方創生推進室	令和4年度地域脱炭素実現に向けた再エネの最大限導入のための計画づくり支援業務	影石	(株)エックス都市研究所	9,130 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



◀ 村民掲示板ページQRコード

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)
事業性のある広告は一般チラシとして有料で折り込みを受け付けています。



黄金泉 元湯	大人700円→500円 小人500円→400円 大人500円→400円 小人250円→200円 (小学生未満無料)
黄金泉 元湯	大人700円→500円 小人500円→400円 大人500円→400円 小人250円→200円 (小学生未満無料)
黄金泉 元湯	大人700円→500円 小人500円→400円 大人500円→400円 小人250円→200円 (小学生未満無料)
黄金泉 元湯	大人700円→500円 小人500円→400円 大人500円→400円 小人250円→200円 (小学生未満無料)
黄金泉 元湯	大人700円→500円 小人500円→400円 大人500円→400円 小人250円→200円 (小学生未満無料)

ミニシルバー人材センター 事業を始めます

西栗倉村社会福祉協議会では、**令和4年10月1日より**「ミニシルバー人材センター」を開始予定です。
シルバーパワーが、村を元気にします！

屋外作業

庭の掃除・除草
植木の選定・墓掃除など



一般事務・筆耕全般

封筒やハガキの宛名書き
一般事務など



屋内作業

障子・網戸の張替え
引越しの手伝いなど



企業内軽作業

(請負又は派遣)
草刈・清掃 など



その仕事おまかせください！

仕事の依頼は、まずお電話ください。
ご相談、見積りもりのうえ、お客様とミニシルバー人材センターとの間で契約をします。

ミニシルバー人材センターとは・・・

高齢者が元気で働くことにより、地域社会とのふれあいを高め、いきいきとした生活を楽しむためのシステムです。
あなたの経験・技能を生かしてみませんか？

【お問合せ先】西栗倉村社会福祉協議会 ☎ 79-2561

2022 夏のボランティア体験事業

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっていますが、感染予防をしっかりと行いながら夏のボランティア体験事業を行ないました。昨年に引き続き、お手紙ボランティアには多くの中学生、小学生が参加してくれて、村内の介護施設に元気の出るお手紙が届きました。

そして、今年は「げんきこクラブ」での施設の受け入れもあり、5名の中学生が参加してくれました。コロナ禍での活動でしたが、受け入れ施設の先生方には大変お世話になりました。とてもいい経験ができたと思います。この体験を今後に役立ててほしいと思います。



1 歳お誕生日おめでとう！



関 千 咲 未 (せきちさみ)
 生年月日：令和3年9月3日
 地区名：影石
 父：智由 母：志織
 好きな食べ物：
 食パン、バナナ、ヨーグルト
 今、興味あるもの：ネコや
 鳥、音の出るおもちゃ
 メッセージ：千咲未の笑顔が
 家族みんなを幸せにして
 くれるよ♡

PICK UP!



祝 草刈豊子さん 100歳おめでとうございます！

坂根地区の草刈豊子さんが7月21日(木)に100歳のお誕生日を迎えられることとなり、7月20日(水)にいきいきふれあいセンターにてお祝い会が催されました。ご自分で歩いて席につかれ、お祝いを受けると「まだまだがんばります！」と笑顔。これからもどうぞお元気で過ごしてください。



「ラジオ体操指導者講習会」

7月29日(金)に、百森ひろばで、「小学校教員等へのラジオ体操指導者講習会」が開催されました。子どもがつい夢中になったり、感覚でわかる指導のコツを教えていただきました。秋の合同運動会もあり、西栗倉村の子どもたちがラジオ体操により親しみを持つようになってくれればと思います。

9/8	木	子育て相談 10:00～16:00(いきいきふれあいセンター)	可燃
9	金		かん
10	土	<会館イベント>朝の写経会 (P8)	
11	日		
12	月		可燃
13	火		
14	水	<会館イベント> あたまイキイキ音読教室 (P8)	
15	木		可燃
16	金	あわくら大学	資源
17	土	<会館イベント>あわくら俳句教室 (P8)	
18	日		
19	月	敬老の日	可燃
20	火	お酒の相談会 14:00～15:30(いきいきふれあいセンター)	
21	水		
22	木		可燃
23	金	秋分の日 文化協会主催文化祭～25日(あわくら会館)	びん
24	土		
25	日	福祉大会 9:30～11:30(小学校体育館)	
26	月		
27	火		
28	水	定例議会	
29	木	定例議会	
30	金	<会館イベント> Nest カフェ (P8) 国民健康保険税 9 月期 納 固定資産税第 3 期 CATV 利用料第 2 四半期	可燃
10/1	土	<会館イベント> 読み聞かせの日 (P8) やまと森の知らない世界 vol.14 (P8)	
2	日	<会館イベント> ジャワの影絵芝居とガムラン生演奏公演 (P8)	
3	月		可燃
4	火		古紙
5	水		
6	木		
7	金		



広 報

令和4年9月号
No.712

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－閑世に寄与する紙－」を使用しています