

協力隊に就任して約4カ月が経ちました。大学時代お世話になった市民の皆さんに支えていただき、とても充実した活動を楽しんでいます。

そんな活動の一環として、市外や県外からのサッカーチームを高梁市に招き、合宿誘致の企画を行っています。合宿中の練習や試合会場はシャルムスタジアムなどを使用し、宿泊施設としてグラウンドに隣接する神原荘、高梁国際ホテルや元仲田邸くらやしきなどを利用してもらいます。

小中学生チームには弥高山公園キャンプ場に宿泊してもらい、サッカーのトレーニングだけでなく、自然豊かな高梁で思い出を作ってもらいたいと考えています。

「夏休みや冬休みのスポーツ合宿といえば高梁！」と言ってもらえるように、高梁をスポーツで盛り上げたいと思います！

合宿誘致で高梁を盛り上げたい！

藤原 恵佳 隊員

高梁城南高校 全国へPR！

私がサポートさせていただいている高梁城南高校で8月6日にオープンスクールが開催されました。

各学科の特色を活かした体験コースが盛りだくさん！ 高校2年生になるとコース選択で3学科6コースに分かれるため、それぞれのコースで学べる内容をふんだんに体験できる貴重な機会となりました。

オープンスクールだけでなく、地区別学校説明会や全国募集の取り組みも行っていて、実際に今年度県外から入学した1年生も説明会に参加しています。

7月20・21日と大阪で開催された全国募集に向けての説明会にも生徒たちと参加し、高梁城南高校の特色ある取り組みを全国の中学生に向けてPRしました。

ますます進化し続け、全国からの視察もひっきりなしの高梁城南高校の活躍に今後ご期待ください！



わたなべ かおり 渡邊 香織 隊員

Instagram 始めました！

私は吉備国際大学出身ですが、大学4年間で高梁市を観光したことがほとんどなく、高梁のことをあまり知らずに卒業しました。

協力隊活動をしていく中で、高梁市の広さと、観光スポットが想像以上に多いことに驚きました。有名な場所はもちろん知っていましたが、他にもたくさんあることを知り、もっと多くの人に知ってもらいたいと思いました。そのためには、SNSを使うのが一番の情報発信だと思い、各種媒体で高梁の魅力を発信しています。各SNSのアカウントについては、協力隊だよりをご確認ください。

観光スポットだけではなく、地域の方々の温かさだったり、のんびりと過ごせる場所や飲食店なども発信し、高梁を訪れた方に「来てよかった」「また来たい」と思ってもらえるような活動に取り組んでいます！



ねもと りかこ 根本梨香子 隊員



7月20・21日に大阪で開催された全国募集説明会



シャルム地域おこし協力隊(観光)



吹屋ふるさと村の観光スポットを取材！



健康づくり応援通信



健康づくり課 ☎ 21-0267

市公式 Youtube
体操などのコンテンツを視聴できます

予防接種を受けましょう

「子宮頸がん予防（HPV）ワクチンについて」

子宮頸がんの主な原因は、HPV（ヒトパピローマウイルス）への感染です。HPVワクチンを接種することでウイルスへの感染を予防することができます。

対象 ①小学6年生から高校1年生相当年齢の女性
②平成9年度から平成19年度生まれの女性

料金 無料（接種対象年齢以外で接種をすると自己負担となりますのでご注意ください）

②を対象としたキャッチアップ接種は令和7年3月31日に終了する見込みです。HPVワクチンを3回接種完了するまでには、約6ヵ月かかるため、9月ごろには接種を開始できるように計画的に接種をお願いします。



キャッチアップ接種とは

積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人を対象に実施する予防接種です。

「風しんの追加的対策について」

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、抗体検査と検査の結果、予防接種が必要な人へ第5期定期予防接種を実施しています。

対象 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性（すでに無料クーポン券を使用した人は除く）

料金 無料（無料のクーポン券を送付しています）
クーポン券の有効期限 令和7年2月末

令和元年度から実施している風しんの追加的対策が令和7年3月31日で終了する見込みです。抗体検査から予防接種までを含めて期間内に完了できるよう計画をお願いします。

第3子以降のインフルエンザ接種費用は無料です

第3子以降の人を対象にインフルエンザ接種費用を全額助成します。

対象 市内に住所を有している、1歳から高校3年生相当年齢で第3子以降の人

実施期間 令和6年10月1日から令和7年1月31日
詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。



成羽病院通信

成羽病院 ☎ 42-3111

「お酒を飲まない人」でも脂肪肝になる？

検査室 石田 雅美 室長

脂肪肝とは、脂質の1つである中性脂肪が肝臓内に多く蓄積する状態のことをいいます。

脂肪肝には飲酒をしすぎる人に起こるアルコール性ものと、アルコールを摂取していない人に生じるものがあり、後者を非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD）といいます。

今、このNAFLDが注目されています。従来は肝硬変や肝がんに行進しない、良性の脂肪肝と考えられていたものが、10%〜20%が非アルコール性脂肪性肝炎（NASH）に移行することがわかってきました。肝炎を放置すると肝硬変や肝がんへ進行することがあります。

肝臓の機能を調べる血液検査にALT値があります。脂肪肝でもこのALT値は上昇します。健康診断などでこのALT値が30U/Lを超えていたら要注意です。一度かかりつけ医を受診し、血液検査や超音波検査などの画像検査を受けることをお勧めします。

脂肪肝は生活習慣病と関連しています。脂肪肝を予防するためにもアルコールの飲み過ぎを控え、バランスの良い食事、適度な運動を取り入れましょう。また、定期的に健康診断や人間ドックを受診し、早期発見、早期治療を心がけましょう。

脂肪肝は生活習慣病と関連しています。脂肪肝を予防するためにもアルコールの飲み過ぎを控え、バランスの良い食事、適度な運動を取り入れましょう。また、定期的に健康診断や人間ドックを受診し、早期発見、早期治療を心がけましょう。



「すべての人に移動の自由を」

タント（車いす仕様スロープタイプ）

6時間 5,600円（非課税）

他にも様々なタイプの福祉車両をご用意しております
お気軽にお問い合わせください



トヨタレンタリース岡山 備中高梁駅前店

高梁市旭町1335-7 ☎ (0866) 22-5566 営業時間9:00~18:00



※写真はイメージです

今月のおススメ！
車椅子に乗ったまま乗車できる！福祉車両！

※車椅子1名+2名、又は4名の定員となります

〔広告〕 広告の内容については広告主へお問い合わせください