

高梁

広報

たかはし

11月

Vol.122

題字 山田方谷自筆書状より



ようこそ城下町高梁に
備中松山城とまるごと城下町フェスタ

TAKAHASHI
10th
Anniversary

高梁市発足10周年記念ロゴ



広報

たかはし 11

平成 26 年(2014) Vol. 122

— 目次 — Contents

- 2 川上訪問看護ステーション
- 6 行政情報／児童虐待防止推進月間ほか
- 7 行政情報／議長・副議長を選出ほか
- 10 功績をたたえて・栄光をたたえます
- 13 地名をあるく
- 14 イベント情報
- 15 暮らしの情報／子育て支援情報
- 16 暮らしの情報／生活支援情報
- 18 情報プラス
- 19 市長室からこんにちは
- 20 検診情報・ヘルシーレシピ
- 21 図書館だより
- 22 成羽病院通信・学園だより
- 23 山田方谷を語る
- 24 市民のページ
- 26 まちの出来事
- 28 愛らぶ高梁ふれあいマラソン・編集後記

— 表紙 — Cover

10月25日～11月3日「天空の山城備中松山城とまるごと城下町フェスタ」開催され、観光客らが甲冑(かっちゅう)の着付けを体験。城下町に多くの人を訪れました。

— 人口 — Population

	人口・世帯数 (人・世帯)	前月比 (人・世帯)
総人口	33,092	-78
男性	15,792	-50
女性	17,300	-28
世帯数	14,781	-43

(平成26年10月末現在・外国人含む)

いつまでも笑顔で
住み慣れた地域や自宅
で療養生活を送りたい



ご存知ですか 訪問看護サービス

訪問看護とは、療養生活を送っている人の自宅を訪問し、看護を行うサービスです。

川上町地頭にある川上医療センター。この敷地内には、介護老人保健施設、診療所などがあり、川上地域の医療・福祉の中心地となっています。

市が運営する「高梁市川上訪問看護ステーション」もここにあり、高梁市西部地域の訪問看護サービスを提供しています。

皆さんは、この「訪問看護」というサービスで、どんなことが行われているかをご存知ですか？

川上訪問看護ステーションから 利用者の自宅を訪問

10月30日午後1時、松下綾看護

師は、手早く準備を行い、ステーションを出発します。今回の訪問先は、備中町平川の山本美代子さんの自宅。片道約30分の道のりです。

家に到着すると、山本さんが笑顔で出迎え。食事をするより、おしゃべりが大好きという山本さんは、一人暮らし。そのため、毎週月曜日と木曜日の訪問をとても楽しみにしているそうです。

山本さんは、訪問看護を利用し、人工肛門の装具の交換、血圧や体温などの体調管理の看護を受けています。

会話をしながら 体調確認と交換作業

松下看護師は、「よく寝られる？困っていることはない？」と聞きます。山本さんは、「よく寝られるよ。困っていることは、何もないよ。うれしいことばかり」と楽しく会話をしながら、体温と血圧

を測定していきます。

高齢で一人暮らしの山本さんは、人工肛門の装具の交換作業は難しく、松下看護師が手早く交換します。

山本さん宅での滞在時間は、30分程度。処置はもちろん、看護師ならではの視点で、細かい気配りをします。



山本美代子さん(88)
(備中町平川)

「みなさんのおかげで、私は生かしてもらっているんですよ。看護師さんは、家まで来てくれて本当にありがたい。いつも笑顔で、来てくれるのが楽しみです」と山本さん。平成20年に突然体調を崩し人工肛門に。翌年、ご主人を亡くしてから一人暮らしになってしまいました。「1日に100回、『ありがとう』と言っようにしています。若い人にかわいがられる年寄りになって、150歳まで生きるよ」と笑顔で話します。

川上訪問看護ステーション

川上訪問看護ステーションは、病気や障害がある人に対し、かかりつけ医師の指示により、家庭を訪問して、治療方針に沿った療養上のお世話を行っています。

10月1日には、成羽地域の訪問看護の拠点として、成羽病院内に成羽事業所が開設されました。かかりつけの医師と連携しながら、サービスの向上を目指します。

■問い合わせ 川上訪問看護ステーション ☎48・4184



川上訪問看護ステーションの皆さん。スタッフは、本所に7人と成羽事業所に1人の体制。6人の看護師が、約50人の利用者宅を訪問しています。訪問先まで、1時間かかることもあり、1人の看護師が毎日、午前と午後2件ずつの訪問をしています。

あなたはどこで療養生活を望みますか？

国内では、亡くなる人の約8割が病院死です。国の調査で、国民の6割以上が「終末期は自宅で療養したい」と回答しています。「要介護状態になっても、自宅や子ども・親族の家での介護を希望する」人の割合は、4割を超えています。反面、在宅療養移行や継続の阻害要因として、「介護をしてくれる家族に負担がかかる」と考えている人が多くいます。

「このギャップを埋めるのが訪問看護。まだまだ周知されていないのが現実です。本人が自宅で療養生活を送りたいと思ったときに、サービスを提供するのが私たちの役割。本人が病院がいいか、自宅がいいか、選択できることが大切です。納得されるまで自宅で過ごしてもらえることが目標です」と川上訪問看護ステーション・土谷千代子所長は話します。



川上訪問看護ステーション
成羽事業所
三宅純子看護主任

訪問看護とは簡単に言ってしまうと、病院で部屋回りをする看護師が、自宅に訪問するとイメージしてもらったらいと思います。

訪問看護の際には、信頼関係を持つて対応できるように気を付けています。信頼していただかないと、いい看護ができません。

介護をしている方が元気でないとい、在宅生活は難しいので、家族も併せて見守りをしています。さらに一人暮らしでも安心して生活できるようににも対応しています。

これからも、医師やケアマネジャーなど、関係機関と連携しながら、より良い在宅療養を話し合いながら進めていきます。

訪問看護Q&A

・よくある質問にお答えします・

誰が利用できる？

病気やけがをした人、障害がある人など、主治医が訪問看護の必要を認めた小児から高齢者まで、全ての人が利用できます。

どんなときに利用できる？

在宅療養中の人はもちろん、次のような場合にも利用できます。

- ① 医療機関や施設から退院・退所を勧められたが、家での生活に不安があるとき
- ② 退院・退所をしたばかりで、在宅療養生活に慣れないとき
- ③ 家族が介護をするのに不安があるとき

など、いろいろな場面に応じて、主治医と連携をとりながら、必要な看護サービスを提供します。

サービスの内容は？

- ① 症状の観察と判断
 - ② 食事・清潔・排泄・移動の介助
 - ③ 医師の指示による医療的処置
- 床ずれの予防と手当、傷の手当、各種カテーテル(管)の交換と管理、吸入、吸引、在宅酸素の管理、ぼうこう洗浄等
- ④ 薬の飲み方と管理
 - ⑤ 療養環境の整備指導
 - ⑥ 療養生活に関する相談・助言
 - ⑦ リハビリテーション
 - ⑧ 終末期のケア
 - ⑨ 関係機関との連携

サービスの営業日・時間は？

◆営業日

月曜日から金曜日 ※土・日曜日、祝日は必要に応じて対応

◆営業時間

午前8時30分～午後5時15分
※24時間対応も可能
※ステーションにより、営業時間が異なる場合があります。

利用料はいくら？

利用する保険によって異なります。

■後期高齢者医療制度・健康保険・国民健康保険などの医療保険で利用する場合は、**自己負担割合分**

※70歳以上の人は原則1割負担
(現役並み所得者は3割負担)

■介護保険で利用する場合は、**1割負担**

詳しくは、各訪問看護ステーションにお問い合わせください。

どうすれば利用できる？

次のいずれかに相談してください。

- 主治医
- 居宅介護支援事業所のケアマネジャー

- 各地域包括支援センター
- 高梁医師会立訪問看護ステーションやまびこ ☎22・8777
- 高梁中央訪問看護ステーション ☎21・1088
- 川上訪問看護ステーション ☎48・4184
- 成羽事業所 ☎42・3370

訪問看護は、病気の人などが、住み慣れた家庭や地域での生活を望んだとき、本人と介護をしている家族が安心して暮らせるように援助する「看護サービス」です。療養している人のお宅へ何うのは看護師です。もちろん、主治医の治療方針に沿って看護します。サービスの提供にあたり、知り得た個人情報、決して漏らしません。安心してご利用ください。

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です 毎年11月は、児童虐待防止推進月間

児童虐待問題は社会全体で解決すべき重要な課題であり、虐待の発生予防、早期発見・早期対応、そして虐待を受けた子どもの自立といった、切れ目のない総合的な支援が必要です。

これらの総合的な支援が地域に根づき、効果的に実施されていくためには、子どもに携わる人だけでなく、幅広い人の理解を深めていくことが不可欠になります。未来を担う子どもたちを守るため、皆さんのご協力をお願いします。

◆子育て中の人に

子どものことで悩んだり困ったりした場合は、一人で悩まず、相談しやすい人（親、友人、学校、幼稚園や保育園の先生、保健師、民生・児童委員など）に相談しましょう。子ども課でも専門の相談員が相談を受け付けています。



◆すべての人に

子育て中の方は、不安や悩みを持ちながら親として成長しています。子育て中の人を温かい目で見守り、必要な時には声を掛けてあげてください。また、子どもが心配と思われるケースを見聞きした場合は、子ども課、または倉敷児童相談所（☎086-421-0991）、学校、幼稚園・保育園、民生・児童委員などと連絡をしやすいところにお知らせください。

障害者週間イベント

12月3日(水)から12月9日(火)の障害者週間に、高梁市自立支援協議会の協力で、次のとおり啓発活動を実施します。

障害についての理解や認識を深め、一人一人がそれぞれの役割と責任を自覚して取り組み、全ての人が安心して暮らせる社会の実現に向け、努力していきましょう。

【啓発活動】

◆日時：12月3日(水) 午前10時

30分～午前11時30分

◆場所：ポルカ天満屋ハピータウン（入り口付近）

■問い合わせ

福祉課障害福祉係 ☎21-0284

耕作放棄地解消月間

11月、12月は「耕作放棄地解消月間」です。

近年、農業の担い手の減少や高齢化によって、耕作放棄地が増え、農地が十分に活用されていない状況となっています。

地域ぐるみで農地を守るため、次の「農地を守る日」を設け、耕作放棄地を発生させない取り組みを実践しましょう。

◆農地を考える日

地域で農作業の作付け状況、不作付け地、農道・水路の状況について話し合います。

◆一斉耕うんの日

土づくり・雑草防除・景観保全のために地域ぐるみで一斉に「耕うん」しましょう。

◆一斉草刈りの日

耕作放棄地やイノシシの隠れ場となる山際の「草刈り」をみんなで取り組みましょう。

■問い合わせ

農林課農業振興係 ☎21-0223



■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎21-0288

議会事務局からのお知らせ

10月臨時市議会

議長・副議長を選出

10月29日から10月31日まで3日間の会期で行われた第8回市議会臨時会において、議長に倉野嗣雄議員(60)、副議長に川上博司議員(54)が選出されました。また、常任委員会などの構成も次のとおり決まりました。

(◎は委員長、○は副委員長。敬称略)



川上博司 副議長



倉野嗣雄 議長

【常任委員会】

◆総務文教委員会

◎川上修一、○大森一生、妹尾直言、川上博司、長江和幸、石部誠、石田芳生

石田芳生

◆産業経済委員会

◎内田大治、○柳井正昭、大月健一、植田二郎、倉野嗣雄、石井聡美

◆市民生活委員会

◎宮田公人、○宮田好夫、難波英夫、小林重樹、森田仲一、黒川康司、三村靖行

◆議会運営委員会

◎森田仲一、○宮田好夫、難波英夫、川上博司、宮田公人、川上修一、内田大治

【議会広報調査特別委員会】

◎宮田公人、○宮田好夫、森田仲一、大森一生、石部誠、石田芳生、石井聡美

【議会活性化特別委員会】

◎森田仲一、○宮田好夫、宮田公人、大森一生、石部誠、石田芳生、石井聡美

【高梁地域事務組合議会議員】

宮田公人、柳井正昭、倉野嗣雄、内田大治、宮田好夫

【農業委員会委員】(議会推薦)

大月健一、植田二郎

【監査委員】

小林重樹

■問い合わせ 議会事務局 ☎21-02277

まちづくり課からのお知らせ

市営住宅に関する変更

【定期募集回数の変更】

市営住宅の定期募集を平成27年1月から、年3回に変更します。

◆定期募集月

1月、5月、9月(年3回)

◆随時募集

定期募集で応募の無かった住宅を、引き続き募集しています。募集中の住宅情報や入居資格などの詳細は、お問い合わせください。

【名称の変更】

市は、市内にある雇用促進住宅 臥牛宿舎を譲り受け、10月から市営単独住宅として、管理運営しています。

これに伴い、住宅名称が変わりましたのでお知らせします。

◆変更前：雇用促進住宅 臥牛宿舎

◆変更後：市営単独住宅 臥牛団地

■問い合わせ

まちづくり課住宅係

☎21-0237

社会教育課からのお知らせ

平成27年成人祝賀式

平成27年高梁市成人祝賀式を

次の日程で開催します。

みなさんのご

参加をお待ちしています。



◆日時：平成27年1月11日(日) 午前10時～(受付：午前9時～)

◆場所：高梁総合文化会館

◆対象：平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、市内に住民登録をしている人

市内に住民登録をしている人には、案内状を送付しています。進学・就職等の関係で市内に住民登録をしていない人は、事前にお申し込みください。

◆申し込み先：社会教育課、市民課、地域地域局、各公民館。

■問い合わせ

社会教育課生涯学習係

☎21-1514

秘書政策課からのお知らせ

高粱ふるさとづくり功労賞表彰を募集します

地域の個性や特性を生かし、魅力あふれるふるさとづくりに意欲的に取り組んでいる個人、団体、企業の功績をたたえるため、「高粱ふるさとづくり功労賞表彰」を実施します。次のとおり表彰候補者の公募を行いますので、各地域で活躍されている人の推薦をお願いします。

- 【表彰対象者】 市民の誇りとなる顕著な功績を上げ、ふるさとづくりに貢献した個人、団体、企業を対象とします。(功績の種別は問いません。)
- 【推薦方法】 推薦書に表彰候補者の氏名、住所(団体または企業の場合は、団体・企業名、所在地)、表彰理由等を記載の上、提出してください。(推薦書は、秘書政策課、各地域局に備えてあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。)
- 【公募締切り】 12月19日(金)

■問い合わせ・提出先 秘書政策課企画係 ☎ 21-0208

吉備川上ふれあい漫画館からのお知らせ

漫・賀・年賀状コンテスト 2015 を開催します

来年の干支「未(ひつじ)」にちなんだ漫画年賀状を募集します。絵手紙風の作品なども対象となります。楽しい作品をお待ちしています。

- 【募集テーマ】 未(ひつじ)
- 【募集期間】 12月1日(月)～平成27年1月10日(土)まで(当日消印有効)
- 【応募規定】 はがき、または同サイズ(100mm×148mm)のケント紙・画用紙。パソコンによるCG作品は可、素材集の使用は不可。未発表の作品、自作に限る。
- 【賞金・商品】 大賞(1点)…3万円、準大賞(1点)…1万円、優秀賞(10点)…川上地域特産品
- 【審査員】 南一平さん(漫画家)
- 【応募先】 716-0201 高粱市川上町地頭1834
吉備川上ふれあい漫画美術館「漫・賀・年賀状コンテスト」係



2014 大賞作品 佐藤圭子さん(東京都)

■問い合わせ 吉備川上ふれあい漫画美術館 ☎ 48-3664

産業振興課からのお知らせ

市内共通商品券(備中松山銀札)を発行します

高粱商工会議所と備北商工会は、市内で使用できるプレミア付き商品券を発行します。

- 【内容】 1,000円×21枚つづり
- 【販売価格】 20,000円(1,000円のプレミア付き)
- 【販売期間】 12月1日(月)から売り切れるまで ※購入は、1人50セットまで。
- 【使用期間】 12月1日(月)～平成27年2月28日(土)
- 【加盟店】 商品券購入時に加盟店の一覧をお渡しします。

■問い合わせ 高粱商工会議所 ☎ 22-2091、備北商工会 ☎ 42-2412



定住対策課からのお知らせ

クリスマスカップリングパーティの参加者を募集します

結婚したい気持ちはあるけれど、なかなか理想の相手と巡り会えない、また巡り会う機会がないという独身の人を対象に、婚活イベントを開催します。今回は、次のとおり年代別の2部構成です。楽しく食事をしながら素敵な出会いを見つけませんか？



- 【日 時】 12月7日(日) 第1部：アラサー 午前11時～午後2時
第2部：アラフォー 午後3時～午後6時
- 【場 所】 レストラン「ラ・ペーシュ」(岡山市内)
- 【参加資格】 第1部：アラサー 25歳～37歳までの独身男女
第2部：アラフォー 35歳～49歳くらいまでの独身男女
※男女ともに居住地制限はありません。(学生不可)
- 【参加費】 男性：3500円 女性：2500円
- 【募集定員】 第1部・第2部とも男女各15人(申し込み多数の場合は抽選)
- 【募集期限】 11月27日(木)
- 【申し込み】 クリスマスカップリングパーティ事務局
(有)チアーズ ☎086-484-0020



■問い合わせ 定住対策課定住推進係 ☎21-0282

申し込みQRコード

◆ 在宅医療連携拠点事業通信 ◆

第10回

■問い合わせ 保険課連携推進係 ☎21-0304

医療と介護をつなぐ～在宅医療コーディネーター～

今回は、川上診療所の菅原英次^{すがはらえいじ}所長と大田文子^{おおたふみこ}看護師長に「在宅医療コーディネーターの役割」についてお話を伺ってきました。

川上地区は高梁市中心部から車で40分ほどの中山間地域にあるため、医療・介護サービス資源が限られています。そのためサービスを効率的に提供していくことが重要であり、医療と介護を強く結びつけることが課題となります。在宅医療コーディネーターは、在宅で生活している人の症状や容態はもちろんのこと、地域の見守りや生活状況などの情報を集約する窓口となって、地域住民の在宅生活を支えている専門職です。

大田さんは、在宅医療コーディネーターであると同時に看護師でもあるため、豊富な医療知識に基づいて患者さんの相談に応じたり、本人が希望する在宅療養を進めるために必要な医療機関や関連職種との連携の橋渡しを行っています。

また、川上診療所は在宅医療の推進に力を入れており、通院時から退院後の在宅療養を視野に入れて診察を行っています。在宅医療と聞くと終末期を想像していましたが、在宅を中心にして診療所を活用し、在宅で心豊かな生活の実現を目指していることがわかりました。

少子高齢化が進み、人口が減少している現代の日本で、医療機関が果たす役割は少なくありません。最後に菅原所長が「在宅医療コーディネーターがいるおかげで、医師は診療に専念することができています」との言葉に、深い信頼関係があることを感じました。

皆さんも、少しでも健康状態で不安なことがあれば、在宅医療コーディネーターに相談してみてください。

【インタビュー】 吉備国際大学学生調査隊の河野あず^{こうの}さん、福田歩^{あゆみ}さん(社会福祉学科3年)



功績をたたえて

秋の叙勲

〔旭日双光章〕

岡山県婦人防火クラブ連絡協議会長
吉岡伸子さん (74)

(有漢町有漢)



「この受章は、これまで活動を支援していただいた

皆さんのおかげであり、感謝申し上げます。これからも安心して暮らせる地域になるよう活動を続けたいと思います」と吉岡さん。

昭和51年に地元の防火クラブへ入団後、防火に対する啓発活動など地域の安心安全のために尽力。平成13年から現職を勤めています。

〔瑞宝単光章〕

元日本国有鉄道職員
田中藤一さん (83)

(落合町阿部)



「誠に光栄です。昭和53年の庭瀬駅助役の時には、

先輩方のご支援と同僚のご協力で業務改善と効率化を達成することができました。大変感謝しています」と田中さん。

昭和23年から退職まで38年間、備中高梁駅などに勤め、主に営業を担当しました。「お客様が第一の気持ちで勤めました」と振り返ります。

危険業務従事者叙勲

〔瑞宝単光章〕

元高梁市消防司令長
難波増雄さん (65)

(落合町阿部)



「長年、勤められたのは、家族、先輩、同僚、消防関

係者の皆様のご支援とご指導のたまものと深く感謝しています。県下一の救助技術を目指し、日々訓練を重ね技術習得に鍛錬したことが思い出」と難波さん。

昭和43年に消防吏員に任命され、消防本部総務課長補佐、消防署長を歴任。平成21年に退職するまで、職務に精励しました。

高齢者叙勲

〔瑞宝双光章〕

元特定郵便局長
平松為三郎さん (88)

(備中町東油野)



「この受章は、身に余る栄誉です。地域の皆さんの

心温かいご指導とご高配のおかげです。地域に密着した親しまれる郵便局を目指して勤めてきました」と話す平松さん。

昭和21年に湯野郵便局に採用され、昭和53年に湯野郵便局長に就任。昭和63年に退職するまで、42年間にわたり、郵政事業に尽力しました。

黄綬褒章

備北信用金庫理事長

柴倉清さん (63)

(正宗町)



「創立以来83年の長きにわたり、当金庫を支えていただいた先輩方をはじめ、現役の役員、そして、なにより長きにわたりご支援・

ご協力をいただいた地域の皆様のお力で堅実経営ができたことが受章につながったものであり、感謝申し上げます」と柴倉さん。

昭和48年に入庫以来、地域密着の営業と取引先との相互扶助を貫き、平成21年に理事長へ就任。地域の発展や中小零細企業の支援など、地域との共存共栄に全力で取り組んでいます。

栄光をたたえます

国民体育大会「馬術・成年女子」

6位 (10月17日～21日・長崎県)

中田 晴香さん (正宗町) 同志社大学3年



「層の厚い成年の部での入賞は、とてもうれしかったです。さらに練習に励み来年は上位を狙います。応援ありがとうございました」

国民体育大会「バレーボール・少年男子」

7位 (10月18日～21日・長崎県)

南 雅人君 (原田南町) 金光学園高校3年



「たくさんの応援のおかげで、国体で7位入賞することができました。ありがとうございます。引き続き、大学でも頑張ります」

国民体育大会「陸上・少年女子B」

準決勝進出 (10月18日～22日・長崎県)

齋藤 愛美さん (落合町近似) 高梁中学校3年



「高校1年生も含めた競技で、準決勝に進出できたことに満足しています。来年も出場できるように、これからも練習を頑張ります」

国民体育大会「サッカー・女子」

(10月18日～21日・長崎県)

向井 紗月さん (本町) 吉備国際大学2年

依田 夏紀さん (新町) 吉備国際大学3年

大庭 杏樹さん (原田南町) 吉備国際大学3年

坂本 葵さん (栄町) 吉備国際大学3年

渡邊 和美さん (弓之町) 吉備国際大学4年

金森 彩加さん (松原通) 吉備国際大学4年

森迫 あやめさん (成羽町下原) 作陽高校3年

「全員が優勝という目標を掲げた中での敗退で、すごく悔しかったです。後悔はありません。今までの試合で一番いい試合でした。今回、国体で経験したことを生かせるように、切磋琢磨していきたいと思えます。遠い中、応援に駆けつけてくださった方々、大会スタッフの皆様には本当に感謝しています。これからも応援をよろしく願います」と渡邊さん。

国民体育大会「軟式野球・成年男子」

(10月18日～21日・長崎県)

森岡 正巨さん (川面町) 品川リフラクトリーズ(株)西日本工場

市内に在住、または市内で活動し、文化やスポーツ活動の全国大会出場、それに準ずる成績を収めた個人・団体の情報があれば、お知らせください。問い合わせ 秘書政策課公聴広報係 ☎ 21・0210

高梁市教育委員会表彰

教育、学術、文化および体育のために尽力し、その功績が顕著で他の模範となる個人や団体を表彰する、平成26年度高梁市教育委員会表彰の表彰式が、11月5日に高梁市文化交流館で行われました。

■問い合わせ 学校教育課総務係 ☎ 21-1500

ほそかわ す み お
細川 壽美雄さん(88歳・成羽町成羽)

平成9年以来長きにわたり、文化財専門委員、文化財保護審議会委員、伝統的建造物群保存地区保存審議会副会長を歴任し、本市の文化財の保護と保存に尽力しました。また、豊富な経験と知識により成羽町史の編さんに携わるなど、地域文化の継承に多大な貢献をしています。

巨瀬祇園踊り保存会 [代表者・大江 保男さん](巨瀬町)

昭和40年の発足以来長きにわたり、300年以上の歴史を持つ地域の伝統芸能「祇園踊り」の伝承、普及活動に積極的に取り組み、伝統文化の保護に多大な貢献をしています。また、学校や地域行事への積極的な参加、福祉施設での披露などの活動を通じて、本市の地域振興に寄与しています。



右から、細川壽美雄さん、巨瀬祇園踊り保存会長大江保男さん、同副会長松森勇さん

第10回高梁市文学選奨

第10回高梁市文学選奨は、一般・高校・大学生の部に6部門47点、小・中学生の部に3部門101点の応募作品がありました。審査の結果、入選9点と佳作23点の入賞者が決まりました。入賞作品は、本年度中に発刊する小冊子「高梁の文学」に掲載し、童謡作詞部門の入選作品には曲を付けて、来年の童謡まつりで発表する予定です。

■問い合わせ 社会教育課文化係 ☎ 21・1516

◆入選・作品名

【一般・高校・大学生の部】

▽小説・随筆等

「ツバメ」
金子 由実さん(25)
(成羽町成羽)

▽俳句

「四季」
川野 輝男さん(87)
(中井町津々)

【小・中学生の部】

▽短歌

「夏」
遠藤 優花さん
(高梁北中2年)



▽詩

「夏のかげら」
橋本 大樹さん(26)
(川上町三沢)



▽川柳

「結婚」
妹尾 昌美さん(79)
(東町)



▽俳句

「ぼくの夏」
平井 悠真君
(富家小5年)



▽短歌

「野良の戯言」
川上 幸子さん(78)
(成羽町長地)



▽童謡作詞

「ありがとソウさん」
秋山 智子さん(54)
(成羽町下原)



▽川柳

「花火」
近久 武蔵君
(成羽小5年)

◆佳作(敬称略)

【一般・高校・大学生の部】

▽小説・随筆等：仲田 滯子(高倉町田井)▽詩：山川 眞智子(川面町)▽短歌：1席・梶谷 文江(石火矢町)、2席・平川 麗子(成羽町小泉)▽俳句：長谷川 祐子(成羽町下原)▽川柳：角瀬 君子(中井町西方)▽童謡作詞：山川 眞智子(川面町)

【小・中学生の部】

▽短歌：1席・小林 拓哉(富家小)、2席・三村 莉穂(津川小)、3席・泉ひかる(富家小)▽俳句：1席・泉ひかる(富家小)、2席・古村 瑠夏(富家小)、3席・井上 銀河(富家小)、4席・原田 紘輝(富家小)、5席・上田 光晟(高梁北中)、6席・村上 智哉(高梁北中)、7席・岡崎 伸太郎(富家小)、8席・鈴木 夏果(高梁北中)、9席・杉田 唯人(富家小)、10席・芳賀 智哉(富家小)、11席・笹治 智弘(高梁北中)、12席・宮田 清真(高梁北中)▽川柳：新田 希沙良(富家小)

山川ボランティア顕彰

地域社会福祉、保健環境衛生などの厚生分野のボランティア活動に取り組む個人を顕彰する「山川ボランティア顕彰」の受賞者が決定し、10月11日に高梁総合文化会館で開催された「高梁市健康福祉のつどい」で表彰式が行われました。

同顕彰は、元備北信用金庫理事長・故山川昭さんのご遺族の寄付をもとに基金を設置し、平成13年度から行っています。

■問い合わせ 福祉課高齢福祉係 ☎ 21-0265



さくら ゆういち
佐倉 祐一さん
(81歳)
(川上町高山)



つちや りんこ
土谷 林子さん
(77歳)
(成羽町下原)



もりした けん
森下 謙さん
(73歳)
(落合町近似)



まえはら みちえ
前原 美智恵さん
(72歳)
(本町)



ふくだ さだじ
福田 定治さん
(83歳)
(津川町八川)



なかもり いさむ
中森 勇さん
(80歳)
(高倉町飯部)



うえむら ひとし
上村 齊さん
(70歳)
(巨瀬町)

地名をさぐる

九十七 落合町阿部 赤羽根

「赤羽根」は、井谷川に沿った阿部山(三一六メートル)の山塊が南に向かって突き出したところの山すそに当たる南向きの斜面で、阿部の平野や成羽川を見下ろす位置にあります。

現在「赤羽根」に、たいようの丘ホスピタルなどの施設が建っていますが、昔は大変寂しい静かな場所でした。旧成羽往来が、北の原田、松原方面と別れる場所、その分岐点に観音堂が建っていて、唯一の「休み堂」でした。



「赤羽根」の全景

今でもそこには、文政時代(一八一八〜一八三〇)に江戸大相撲の力士だった、金剛力熊ヶ嶽の墓碑や、延命地蔵の石仏が昔を偲ばせてくれています。金剛力熊ヶ嶽の碑には、「八田部山門弟熊ヶ嶽木曾右衛門」と左側に書かれ、右に文政七甲申(一八二四)歳閏八月三日卒年三十五」とあって、江戸大相撲の星取表にも出ていた力士で、三十五の若さで亡くなっています。

その横には、延命地蔵の立派な石仏が立っています。「天明二壬寅(一七八二)三月日 乳子観音札所道井谷念仏講」と書かれ、当時は飢饉などがあって不景気な時代で、阿部深山の「観音信仰」の霊場が人々を集めていたのでしょう。信者の道案内を兼ねた地蔵石仏なのです。

このほか、付近には天正六年(一五七八)播州上月城の戦いで毛利に降伏して、松山城へ護送される途中に阿井の渡しで暗殺された尼子の武将山中鹿助幸盛の胴墓や、鹿介の位牌を祀っている曹洞宗観泉寺があります。

「赤羽根」一帯斜面には、多くの古墳が発見されていて、古代の墳墓地帯になっています。現在、倉敷考古館に保存されている箱式石棺や勾玉などは、この付近から出土したものです。

昭和五十五年七月に六号墳、七号墳、八号墳が発掘され、いずれも棺の側石や天井石を赤土の粘土で目張りをしていて、棺の中には川原石を敷き詰め、石枕をして寝かされた人骨(「神展葬」)や鉄剣が出土しています。人骨の首から上には赤色顔料(ベンガラ)の朱が塗られ、いずれも保存状態が良いもので、赤褐色の粘土層に埋葬され、密封されていたためだろうといわれ、どの墳墓も五世紀初めから六世紀頃の群集墳として話題になりました。

最近では平成十四年(二〇〇二)に、宅地造成中に発見され、発掘調査された「赤羽根イナリ古墳」(市指定文化財)があります。これは直径十四メートルの円墳で、墳丘には周りに石列が発見され、「葺石」をめぐらした、その円の中に五基の箱式石棺が見つ



平成14年に発掘された「赤羽根イナリ古墳」

かり、このうちの二基の棺からも人骨が出土しました。

このような円墳の墳丘の中に五棺が埋葬されたものは、大変珍しいといわれ、しかも時代が五世紀初めから六世紀の古墳で、大変古い時代のものなのです。このように「赤羽根」に見られる赤褐色で粘土質の土壌(保水性が大きく、湿ると強い粘性がある土)は、当時墳墓として人骨を保存するには、最も適した好条件の場所だったのでしょう。

「赤羽根」という地名は、赤褐色で粘土質の土壌を意味する「埴」から転じた地名で、「赤埴」とか「赤羽」、「赤羽根」と同じ意味の地名で、珍しい自然地名なのです。

(文・松前俊洋さん)

精神保健ミニフォーラム 生きる力2014 ～自分らしく高梁で～

高梁市自立支援協議会は、こころの病や精神障害について正しく理解し、障がいのある人への支援のあり方を考えるミニフォーラムを開催します。



【日 時】 12月19日(金) 午後1時30分～午後3時40分(受付:午後1時～)

【会 場】 高梁総合文化会館 **入場無料**

【内 容】 1部:演題「支えあって生きる」

講師 吉備国際大学保健医療福祉学部社会福祉学科教授 山北勝寛さん

2部:活動紹介 当事者による発表

【申込期限】 12月17日(水)まで

■問い合わせ・申し込み先 福祉課 ☎21-0284、健康づくり課 ☎21-0228

こころの健康づくり講演会

心の健康について学び心穏やかに日常生活を送ることができる、誰もが住み良い地域づくりを目指して講演会を開催します。



【日 時】 12月4日(木) 午後2時～午後3時40分 (受付:午後1時30分～)

【会 場】 川上総合学習センター **入場無料**

【内 容】 演題:「こころの健康づくり～睡眠とストレスと認知症予防～」

講師:こころの医療たいよの丘ホスピタル副院長 児玉昌純さん

■問い合わせ 健康づくり課 ☎21-0228

高梁市発足10周年記念 第24回 高梁コーラスフェスティバル

高梁市と吉備中央町のコーラスグループの歌声をお届けします。

【日 時】 11月30日(日) 午後0時30分～(開場:正午)

【会 場】 高梁総合文化会館 **入場無料**

【出 場 者】 県立高梁高等学校コーラス部/ヴォーカル沙羅/高梁さざなみ会/花みづき/ルソレイユ/

津川女声コーラス蘭/吉備中央児童合唱団/ラ・ヴィオレット/高梁少年少女合唱団ジュニア/高梁三曲会/

高梁男声合唱団ぐらんぱ/レモングラス/なないろ/たかはしグリーンエコー/マミー・マスカット/落合ハッピーコーラス/

ヴォーチェ・パステル/コールたかはし/高梁少年少女合唱団シニア

■問い合わせ 高梁総合文化会館 ☎22-1040

高梁駅ふれあい連絡路へ作品を展示

【展示名】 写真部 【期 間】 12月1日(月)～12月31日(水)

■問い合わせ 高梁文化協会 ☎22-2125



各種相談・教室 (12月)



◎**のびのび親子教室** ※申し込みが必要です
 内容：お子さんの発達について心配な人、遊びをとおしてコミュニケーションや関わりを学ぶ教室 ※託児ができます
 対象：2歳～3歳くらいの子どもと保護者
 12月9日(火) 10:30～11:30 高梁保健センター

◎**親子で遊べる教室**
 内容：親子体操、親子遊び
親子体操教室 ※初回は申し込みが必要です
 対象：おおむね2歳～就学前の幼児
 12月2日(火) 14:30～15:10 高梁保健センター
ちびっこ広場
 対象：おおむね1歳～就学前の幼児
 12月18日(木) 10:00～11:30 成羽健康管理センター

◎**育児相談**
 内容：身体測定、個別相談
 持参品：母子健康手帳
 対象：0歳～就学前の幼児
 12月5日(金) 10:00～11:00 (受付) 子育て支援センター

◎**ひよこ園 (療育指導)**
 場所：高梁保健センター (和室)
 12月11日(木) 10:30～16:00
 12月25日(木) 10:30～16:00
 ■問い合わせ・申し込み
 健康づくり課母子保健係 ☎21-0228、各地域局

◎**母子相談**
 月・火・木・金 9:00～16:00 子ども課相談室
 ■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎21-0288

◎**家庭児童相談**
 月・火・水・金 9:00～16:00 子ども課相談室
 ■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎21-0288

◎**教育相談**
 月～金 9:00～17:00 教育委員会相談室
 ■問い合わせ・電話相談 専用電話 ☎22-7867



◎**子どもの心とからだの総合相談 (要予約)**
 12月25日(木) 13:00～15:00 (受付) 備北保健所
 ■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 ☎21-2835

◎**思春期 (ひきこもり) 相談 (要予約)**
 12月25日(木) 9:30～11:30 備北保健所
 ■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 ☎21-2836

お知らせ 小児救急医療電話相談

子どもの夜間の急な発熱やけいれんなど、具合が悪くなった時の保護者の不安や、症状への対応方法などについて、当番小児科医、看護師が電話でご相談に応じ、医療機関への受診について適切な助言をします。

◆相談日時 【土・日曜日、祝日、年末年始】
 午後6時～翌朝8時
 【平日の月～金曜日】
 午後7時～翌朝8時
 ◆電話番号 ☎#8000、または☎086-272-9939
 ■問い合わせ 岡山県医療推進課 ☎086-226-7403

ゆう・ゆうひろば (12月)

場所：子育て支援センター (順正高等看護福祉専門学校2号棟)

◎**オープンスペース** 10:00～11:30

月日	あそび内容
12月5日(金)	育児相談
12月6日(土)	パパデー
12月12日(金)	赤ちゃんタイム
12月19日(金)	クリスマスを楽しもう (要予約)
12月26日(金)	※年末休館

※「パパデー」：“土曜日なら子どもと一緒にひろばに行ける”というお父さん大歓迎です。

◎**さてらいとひろば “ゆうゆう”**
 12月17日(水) 10:00～11:30 文化交流館

◎**サロン** 月～金曜日 (祝日を除く) 10:00～16:00

◎**家庭相談日** 12月11日(木)、12月17日(水)

※保育士への相談やファミリーサポート事業の申し込み等は、午前8時30分～午後5時15分まで受け付けています。

■問い合わせ 子育て支援センター ☎22-2450
 子ども課子ども支援係 ☎21-0288

国民年金

DV被害により国民年金保険料の納付が困難な人へ！

配偶者の暴力（DV）により配偶者（DV加害者）と住居が異なる人であって、国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合、納付が免除になります。

◆DV被害者が保険料の免除をうけるには？・・・本人（DV被害者）の申請が必要です。

・配偶者の所得にかかわらず、本人の前年所得が一定以下であれば保険料の全額または、一部が免除になります。

注：世帯主は、所得審査の対象となる場合があります。

◆申請手続き・・・まずはお近くの年金事務所へご相談ください。

・平成26年4月より、申請時点の2年1カ月前まで免除を申請できるようになりました。過去2年間に国民年金保険料の未納期間がある人は、ご相談ください。

・免除となる期間は、毎年7月～翌年6月までです。

・申請および住居に関する申し出は、毎年必要です。

・初回申請の際、婦人相談所および配偶者暴力相談支援センター等の公的機関が発行する証明書（配偶者からの暴力に関する証明書）の添付が必要です。



○11月30日は「年金の日」です！

高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日として、11月30日を「年金の日」としました。年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか？

高梁年金事務所では、11月30日(日) 午前9時30分～午後4時まで、休日年金相談会を実施します。

○国民年金保険料のご案内を「民間委託」しています！

日本年金機構は、国民年金保険料を納め忘れた人に対して、電話・文書・個別訪問による納付の案内や免除等の申請手続きの案内を民間事業者へ委託して行っています。

〔平成26年10月から案内業務を行う委託事業者〕東京ソフト(株) ☎0570-000-328

■問い合わせ 市民課戸籍住民係 ☎21-0252、日本年金機構高梁年金事務所 ☎21-0573

休日当番医



月 日	医療機関名 (所在地)	電話番号
12月 7日(日)	高梁中央病院 (南町)	☎22-3636
12月 14日(日)	西医院 (中之町) まつうらクリニック (成羽町)	☎22-2820 ☎42-2315
12月 21日(日)	高梁整形外科医院 (本町) 川上診療所 (川上町)	☎22-1531 ☎48-4188
12月 23日(火)	大杉病院 (柿木町)	☎22-5155
12月 28日(日)	藤本診療所 (松原通) 野村医院 (巨瀬町)	☎22-3760 ☎25-0003
12月 29日(月)	備中整形外科病院 (成羽町) 三村医院 (巨瀬町)	☎42-4311 ☎25-9010
12月 30日(火)	成羽病院 (成羽町)	☎42-3111
12月 31日(水)	池田医院 (中間町) 備中診療所 (備中町)	☎22-2244 ☎45-9001

※休日当番医が変更になる場合がありますので、受診前に電話でご確認ください。

税金

11月納期限(口座振替日)

税(料)目	期	納期限 (口座振替日)
国民健康保険税 (普通徴収)		
介護保険料 (普通徴収)	5期	12月1日(月)
後期高齢者医療保険料 (普通徴収)		

【予告】 12月の納期限 (口座振替日)

- ・固定資産税・都市計画税 (3期)
 - ・国民健康保険税 (普通徴収/6期)
 - ・介護保険料 (普通徴収/6期)
 - ・後期高齢者医療保険料 (普通徴収/6期)
- ※納期限 (口座振替日) = 12月25日(休)

【お願い】

口座振替を登録されている人は、振替日前に預金残高の確認をお願いします。

■問い合わせ 税務課収税係 ☎21-0215

※後期高齢者医療保険料は、保険課健康保険係 ☎21-0258

各種相談



◎法律相談 (予約制)

12月 9日(火) 13:00~16:00 市役所別館第5会議室
 ■問い合わせ・申し込み 市民課市民係 ☎21- 0 2 5 4

◎行政相談

12月 1日(月) 9:00~12:00 市コミュニティプラザ
 12月 5日(金) 9:00~12:00 備中総合センター
 12月 9日(火) 9:00~12:00 川上総合学習センター
 12月11日(木) 9:00~12:00 有漢農業構造改善センター
 12月19日(金) 10:00~15:00 成羽総合福祉センター
 ■問い合わせ 市民課市民係 ☎21- 0 2 5 4、各地域局

◎司法書士相談

12月12日(金) 10:00~12:00 市役所別館第4会議室
 ■問い合わせ 市民課市民係 ☎21- 0 2 5 4

◎消費生活相談

12月16日(火) 10:00~15:00 市役所分庁舎会議室A
 ■問い合わせ 市民課市民係 ☎21- 0 2 5 4

◎人権擁護委員によるなやみごと相談

12月 2日(火) 9:00~12:00 市役所別館第4会議室
 12月 5日(金) 9:00~12:00 備中総合センター
 12月 9日(火) 9:00~12:00 川上総合学習センター
 12月11日(木) 9:00~12:00 有漢農業構造改善センター
 12月11日(木) 9:00~12:00 成羽文化センター
 12月24日(水) 9:00~12:00 松原町コミュニティハウス
 ■問い合わせ 岡山地方法務局高梁支局 ☎22- 2 3 1 8

◎職業相談

月~金 8:30~17:15 高梁公共職業安定所
 ■問い合わせ 高梁公共職業安定所 ☎22- 2 2 9 1

◎ふれあい相談

10:00~15:00 高梁総合福祉センター
 心配ごと相談・高齢者サービス相談 12月18日(木)
 身体障害者相談 12月 4日(木)
 福祉総合相談 毎週月~金曜日 (祝日は除く)
 ■問い合わせ・相談予約
 高梁市社会福祉協議会地域福祉課 ☎22- 7 2 4 3
 有漢支所 ☎57- 3 2 1 8 成羽支所 ☎42- 2 0 0 5
 川上支所 ☎48- 9 7 7 0 備中支所 ☎45- 3 1 3 1



お知らせ 12月1日は世界エイズデー

平成25年の1年間に全国で新たなHIV感染者数は1,106件(過去2位)で、新規エイズ患者数は484件(過去最多)でした。累計の報告数は23,000件を超え、地域・年齢ともに広がりを見せ、予断を許さない状況です。HIVに感染していても症状がなく、検査をしなければ発見できません。早期に発見できれば、エイズの発症を防ぐことが可能となっています。

備北保健所は、世界エイズデーに合わせて定期外の検査を次のとおり実施します。まずは、備北保健所までご相談ください。

・日 時…12月2日(火) 午後3時~午後7時
 ・会 場…備北保健所

※無料で匿名可能。予約が必要です。エイズの定期検査は、毎月第4水曜日(無料・匿名)です。

◎備北保健所の定期相談・検査 (予約制)

病態栄養相談	12月25日(木) 10:00~11:00
精神保健福祉相談	12月10日(水) 14:00~16:00
	12月24日(水) 14:00~16:00
エイズ・性感染症検査	12月24日(水) 13:00~14:00
B型・C型肝炎検査	12月24日(水) 13:00~14:00
骨髄ドナー検査登録	12月24日(水) 13:00~14:00

■問い合わせ 備北保健所備北保健課 ☎21- 2 8 3 6

求人情報 (11月5日現在)



職種	所在地	賃金月額
現場主任者(土木部)	小高下町	180,000円~300,000円
現場作業員	下町	180,000円~240,000円
大型トラック運転手	落合町	250,000円~280,000円
営業員(NHK放送受信料契約収納業務)	落合町	160,000円
入出庫作業、機械修理等	落合町	170,100円~261,300円
林業に携わる一般業務・建設業務	玉川町	日給8,000円
和菓子製造	成羽町	145,000円~194,000円
ゴム製品製造の補助作業	松山	時給800円~900円
施術助手	段町	時給750円~850円
経理事務	落合町	時給800円~900円

■問い合わせ ハローワークたかはし ☎22- 2 2 9 1

広島土砂災害の支援 義援金等の税制控除

平成26年8月の広島土砂災害により被害を受けた人を支援するために、義援金を支払った場合は、税制上の措置（手続き）がありますのでご確認ください。

◆個人

個人で義援金を支出した場合には、その義援金が「特定寄附金」に該当するものであれば、寄附金控除の適用を受けることができます。

◆法人

法人で義援金を支出した場合には、その義援金が「国または地方公共団体に対する寄附金」（国等に対する寄附金）に該当するものであれば、支出額の全額が損金の額に参入されます。

※「義援金に関する税務上の取り扱いFAQ」を広島国税局ホームページ（<http://www.nta.go.jp/hiroshima/>）に掲載しています。

問 高梁税務署 ☎22-2546

お気軽にご相談ください 犯罪被害者週間

11月25日から12月1日まで、全国で「犯罪被害者週間」が実施されます。

岡山県警察では、犯罪被害に遭った人やその家族が抱える問題、要望にお応えするため、警察本部と警察署に相談窓口を設置しています。お気軽にご相談ください。

岡山県からのお知らせ 宝くじ購入は県内で

11月21日(金)から発売される「年末ジャンボ宝くじ」は、1等・前後賞を合わせて7億円、昨年に引き続きジャンボ宝くじ史上最高額となっています。

県内で発売している宝くじの収益金は、県民の皆さんの身近にある学校や公園、スクールバスの充実、幻想庭園（後樂園）といった文化振興事業など、県民の皆さんの生活をより豊かにするために幅広く活用されています。

宝くじの売り上げ向上が、県民の皆さんの身近なサービスの充実につながりますので、宝くじの購入は、ぜひ「県内」でお願いします。

問 岡山県財政課

☎086-226-7231



雇った入るのが経営者の資格 労働保険適用促進

11月1日から11月30日は、労働保険適用促進強化期間です。労働者を1人でも雇用していれば、労働保険に加入する必要があります。労働者とその家族の生活と安心のため、労働保険の加入は事業主の責任と義務です。加入手続きが済んでいない事業主は、この機会にご加入ください。

野山へ出かける際はご注意ください 狩猟期間のお知らせ

11月15日(土)から平成27年2月15日(日)まで狩猟期間です。イノシシとニホンジカに限っては、農作物等への被害防止を目的に、狩猟期間を3月15日(日)まで延長します。

野山に出かける際には、目立つ色の服や音の鳴るもの身に付けるなど、十分にご注意ください。

問 高梁公共職業安定所

☎22-2291

問 新見労働基準監督署

☎0867-721136

問 備中県民局高梁地域森林課

☎21-2841

岡山県自然環境課

☎086-226-7310

高梁市発足10周年記念 愛らぶ高梁ウインターフェスタ 2014



- ◆日時 11月29日(土) 午後6時～
- ◆場所 高梁基督(キリスト)教会堂ほか
- ◆内容 18:00～イルミネーション点灯式
打ち上げ花火
高梁城南高校吹奏楽演奏
19:00～チャリティーコンサート
【ザッハトルテ】
- ◆料金 無料 (コンサートは申し込みが必要)
- 問い合わせ 高梁市青年経済協議会(金子)
☎080-1930-4155

平成26年度
人権啓発講演会

人権が尊重された明るく住みやすい地域づくりを推進するための講演会を開催します。この機会にみんなで人権について考えましょう。

◆日時：11月29日(土) 午後1時30分～(開場：午後1時)

◆場所：高梁市文化交流館

◆内容

演題：大好きは魔法のことば
講師：山元加津子さん(作家、エッセイスト)

◆入場料：無料

問 市民課

☎21-0254

勤労青少年ホーム
平成26年度文化祭

◆日時：11月30日(日) 午前10時～午後3時

◆場所：勤労青少年ホーム

◆内容：参加講座・サークル【茶道】お茶席

会場：お茶室

時間：午前10時～午後2時

【華道・ペン習字】作品展示

会場：1階講習室

【英会話教室】展示

会場：1階フロア

【ギター教室】

会場：1階フロア

演奏時間：午前11時～

問 勤労青少年ホーム

☎22-1880

こころの健康づくり
県民講座を開催

お酒は日々の生活に豊かさと潤いを与えるものである一方、不適切な飲酒はアルコール健康障害や生活習慣病のリスクを高めます。

岡山県では、毎日飲酒する人の割合が平成23年で34.8%と全国平均(平成21年32.6%)を上回っています。

節度ある適度な量の飲酒について、個人が適切に判断し、健康的な行動に結びつけていく必要があります。

備北保健所は、アルコールをテーマにした県民講座を開催します。ぜひご参加ください。

◆日時：12月2日(火) 午後3時～午後5時

◆場所：高梁総合福祉センター

◆内容

演題：私たちが取り巻く身近なアルコール問題

講師：角南隆史先生(県精神科医療センター医師)

◆料金：無料

問 岡山県備北保健所

☎21-2836

市長室から「こんにちは

▼先日、備北保健所の運営協議会に出席しました。保健所の多岐にわたる業務に、私たちの生活が守られていると、あらためて感じました。

11月4日の放送で、カナダと日本の駅名の違いについての課題となっている小児救急について説明がありました。

皆さんは「小児救急電話相談」をご存知ですか。午後7時(休日は午後6時)から翌朝8時まで、電話の#8000をプッシュすることで、子どもの体の異変について、対処の仕方を相談することができます。診察時間外の急な場合に活用できます。ガイドブックもありますので、ぜひご覧ください。

大河ドラマ化の活動もまだまだ頂上を目指して頑張っています。引き続き皆さんのご支援をお願いします。市としても、国の登録有形文化財である方谷駅を、これからも皆さんに愛されるように守っていきます。

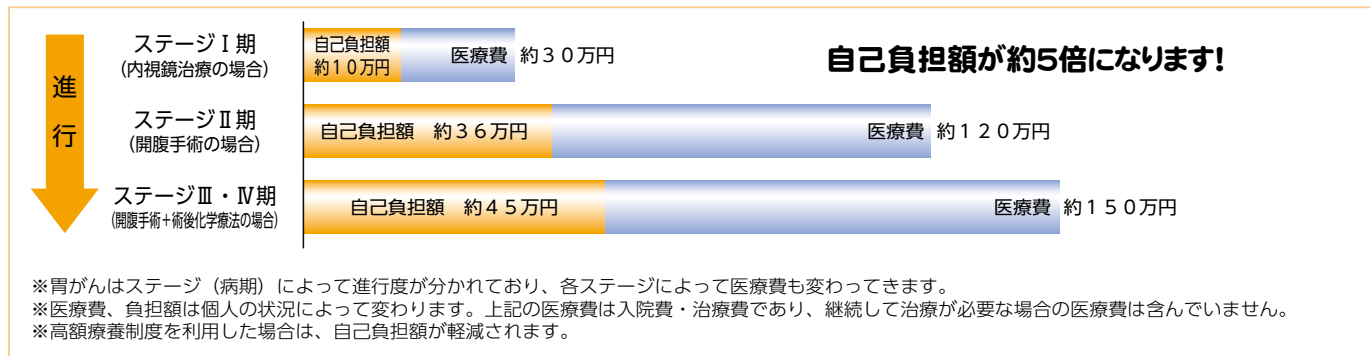
文化放送の「武田鉄矢今朝の三枚おろし」というラジオ

近藤隆則

がんの医療費ってこんなにかかるの？

現在、がんは2人に1人が生涯のうちにかかると言われ、身近な病になりつつあります。しかし、実際にがんにかかる病状のことや再発などさまざまな不安を伴うことがあります。その中でも経済的な不安は大きく、病状によっては治療が長期化し、働けない時期があるとより不安も大きくなります。そこで今回は、がんの医療費がどの位かかるかをお伝えします。

○胃がんの進行度と医療費と個人負担額の図



☆ステージⅠ期で見つかると…

無症状のまま検診で見つかることが多く、短期間の治療で済み、約90%以上が完治します。内視鏡治療の適応の場合など身体的負担が少なくなります。

☆ステージⅢ期・Ⅳ期で見つかると…

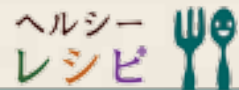
治療の長期化や苦痛等から日常生活に制限ができることがあり、完治率も低下します。医療費がステージⅠ期の約5倍かかり、経済的な不安も伴います。

がん検診を定期的に受診されている場合、ステージⅠ期で発見されることが多いです。

がん検診を年1回は必ず受けるようにしましょう!



しゃきしゃきレンコンハンバーグ



旬のレンコンをふんだんに入れたハンバーグです。レンコンを入れることにより、歯ごたえがあり、食物繊維が豊富でカロリーダウンも図れます。また、キムチは発酵食品と呼ばれ、乳酸菌が豊富で腸内にいる有害細菌の増殖を抑えることによって、腸の働きを正常にしてくれる作用があります。食物繊維と発酵食品で腸を元気にしましょう。

レシピ提供：高梁市栄養改善協議会連合会 中井支部

<材料> (4人分)

- 合挽き肉…………… 200g
- レンコン…………… 200g
- タマネギ…………… 60g
- パン粉…………… 20g
- 卵…………… 1個
- 塩コショウ…………… 少々
- ダイコン(おろし) …… 150g
- 白菜キムチ(粗刻み) …… 60g
- ポン酢…………… 小さじ4
- 酢…………… 適量
- (付け合せ)
- チンゲンサイ…………… 200g
- ニンジン…………… 80g
- タマネギ…………… 160g
- 酒…………… 大さじ4

<作り方>

- ①レンコンは皮をむき、酢を少々加えた水に5分間つける。2/3量はすりおろしてザルにあけて軽く水気をきる。残り1/3量はいちょう切りにする。
- ②ハンバーグのタマネギはみじん切りにし、耐熱皿に中央をあけてラップをせずにレンジ(500W)で1分～1分30秒かける。いちょう切りにしたレンコンも同様にレンジにかける。
- ③付け合せのチンゲンサイは茎と葉を分けて食べやすい大きさにきる。ニンジンは5mm幅の輪切りにする。タマネギは縦半分にして1cm幅の半月切りにする。
- ④ボウルに合挽き肉・すべてのレンコン・タマネギ・パン粉・卵・塩コショウを入れよく混ぜる。4等分にし小判型に整える。
- ⑤フライパンを熱してハンバーグを並べる。2～3分焼き、焼き色がついたら裏返し、さらに2～3分焼く。
- ⑥空いているところにチンゲンサイの茎とニンジン、タマネギを並べて酒をふり、蓋をして弱火で5～6分たったらチンゲンサイの葉も加え1～2分蒸し焼きにする。
- ⑦肉と野菜に火が通ったら器に盛り、ダイコンおろしと白菜キムチのをせ、ポン酢をかける。

1人分の栄養価【エネルギー 229kcal】たんぱく質 13.2g 脂質 8.7g 食塩 1.1g ※行政放送、市ホームページでも紹介します。

図書館だより

12月

高梁中央図書館
(☎22-2912)

開館時間 9:00～17:00 **休館日** 1日(月)～8日(月)、11日(木)、15日(月)、22日(月)、23日(火)、29日(月)～1月3日(土)

◆お知らせ◆ 11月29日(土)～12月8日(月)まで、図書整理のため臨時休館します。

今月のおすすめ

一般書



スケープゴート Scapegoat

幸田 真音 / 著
中央公論新社

権力、欲望、嫉妬が渦巻く永田町。政権奪還を狙う明正党の「選挙の顔」となり、金融大臣に就いた経済学者の三崎皓子は“生贄”か、それとも“ジャンヌ・ダルク”か。

児童書



ドクターイエローのひみつ

飯田 守 / 著
講談社

新幹線のお医者さんであるドクターイエロー。時刻表にもものっていない、多くのなぞにつつまれたドクターイエローのプロフィールや仕事の内容などを写真とともに紹介し、ひみつに迫ります。東海道新幹線誕生の歴史なども掲載。

ちいさいこのへや 図書館2階 14:30から

小学校低学年までが対象で参加無料。
親子での参加も歓迎です。

13日(土)	おりがみあそび「サンタクロース」おはなし会 (ボランティアグループ『おはなしたまてばこ』)
20日(土)	クリスマス会 (ボランティアグループ『ふきのとう』)
27日(土)	ビデオ「マッチ売りの少女」

移動図書館

12日(金)	有漢農業構造改善センター前 14:30～15:00 有漢生涯学習センター前 15:10～15:30 市営単独住宅高梁団地前 16:20～16:50
16日(火)	津川地域市民センター前 11:00～11:30 高倉地域市民センター前 13:00～13:30 川面地域市民センター前 14:00～14:30
18日(木)	西山コミュニティハウス前 11:00～11:30 黒鳥ふれあい会館前 13:15～13:45 川上児童館前 14:15～15:15
19日(金)	玉川地域市民センター前 13:00～13:30 落合地域市民センター前 13:40～14:10 中国電力社宅前 14:30～15:00 松原地域市民センター前 15:30～16:00
26日(金)	巨瀬地域市民センター前 10:30～11:00 中井地域市民センター前 13:00～13:30 宇治地域市民センター前 14:30～15:00 落合中二公会堂前 16:00～16:30

成羽図書館
(☎42-2589)

開館時間 9:00～17:00 **休館日** 毎週月曜日、29日(月)～1月3日(土)

今月のおすすめ

児童書



中学生に贈りたい心の詩40

水内 喜久雄 / 編著
PHP研究所

うれしい時、悲しい時、なんでもなくてもちょっと時間がある時、詩を読んでみませんか？人気詩人の作品からJポップの歌詞まで、中学生に今読んで欲しい40編を収録。朝読にも音読にもおすすめの詩集。

移動図書館「うぐいす号」

9日(火)	老人ホーム成羽川荘 8:45～9:00
23日(火)	成羽公民館中分館 9:20～9:30
	ささゆり苑 9:40～9:50
	成羽公民館吹屋分館 10:10～10:30
	成美保育園 11:00～11:10
	鶴鳴保育園 11:15～11:25
	日名神楽公園 11:35～11:50

◆お知らせ◆

11月17日(月)～19日(水)は、図書整理のため臨時休館します。

12月のえほんのよみきかせは休みます。

2014年10月から水痘ワクチンが定期接種になりました

成羽病院小児科

水ぼうそうはどんな病気？

水ぼうそうは小児期にかかりやすく、ウイルス感染により発症する病気で、主な症状として発熱があり、全身に水疱疹がでます。完治まで1～2週間かかり、まれに重症化する恐れがある病気です。

なぜ水痘ワクチンを接種するの？

水痘ワクチンを接種することで、体の中に水ぼうそうの免疫ができ抵抗力がつきます。水痘ワクチンを1回接種すれば、たとえ水ぼうそうにかかっても重症化を防ぐことができ、2回接種すれば、水ぼうそうにかかることはほとんど無くなるといわれています。

水痘ワクチンを定期接種できる期間は？

生後12カ月から36カ月までのお子さんは、3カ月以上あけて2回接種できます。なお、平成26年度に限り、生後36カ月から60カ月に至るまでのお子さんについても、1回のみ接種できます。お子さんが水痘ワクチン接種の対象年齢であっても、水痘ワクチンを接種したことがある場合は、定期接種できる回数が異なります。今までに、水ぼうそうにかかったことがあるお子さんは、原則として接種の対象になりません。また、水痘ワクチン接種後4週間は、他のワクチンを接種できませんのでご注意ください。

水ぼうそうの感染から大切なお子さんを守るためにも、忘れず定期接種を受けましょう。

学園だより

12月のイベント紹介

☆クリスマスイルミネーション点灯式を開催

吉備国際大学では、学友会執行委員会と同窓会が共同し、今年もクリスマスイルミネーション点灯式を開催します。

この季節の恒例行事となったこのイベントも、今年で11回目を迎え、毎年たくさんの方の市民の皆さんにもご参加いただいています。

点灯式では、学生がブラスバンド、ストリートダンス、手話歌、ビンゴゲームなど多彩なイベントを企画していますので、ご期待ください。

なお、点灯式以降12月中は毎日、日没頃から午後9時まで吉備国際大学2号館屋上のスカイテラスにて、美しいイルミネーションがご覧いただけます。

日時：12月12日(金) 午後6時30分～

場所：KIBI SQUARE 一開空（きびスクエアかいくう）2階 ※雨天等の場合は、第2体育館で開催

※駐車場はキャンパス付近にありますが台数に限りがありますので市内巡回バスをご利用ください。

■問い合わせ 吉備国際大学学生課 ☎ 22-7420

☆冬のイタリアンランチフェア

12月1日(月)から12月24日(木)まで、冬のイタリアンランチフェアを開催します。ランチフェア期間中は、ケーキを無料サービスしています。イタリア人シェフのアレージ・ジョルジョさんが、腕によりをかけて作るランチをお楽しみください。

○レストラン「ラ・エスペランサ」 順正学園国際交流会館1階(奥万田町)

営業時間：午前11時30分～午後2時(土・日曜日、祝日は休業)

イタリアンランチ600円 パスタランチ500円 コーヒー&デザート300円

※数量限定のため売り切れの場合もあります。臨時休業する場合がありますので事前にご確認ください。

■問い合わせ 株式会社J E I (順正学園内) ☎ 22-3720



山田方谷を語る十二

幕末の動乱

嘉永6(1853)年のペリー来航以来、江戸幕府は激動の時代に突入してました。

文久2(1862)年3月、藩主勝静は幕府の政策を決定する老中(5〜6人)に就任しました。これは異例の抜擢でした。4月には病の癒えた方谷が相談役として江戸に呼ばれました。この年は公武合体による政治を目指し、孝明天皇の妹和宮と將軍徳川家茂との結婚が実現しました。しかし、幕府はすでに外国との貿易に踏み切っているのに、孝明天皇は大の外国嫌いで攘夷を主張しており、政局は厳しさを増し



勝静が方谷に藩の防衛の全権を与えた時に授けた采配農兵隊を指揮するために使用した

ていきます。4月には薩摩の島津久光の圧力により幕政改革が行なわれ、参

勤交代制の緩和が決まりました。方谷はそれに反対し、攘夷の実行や参勤交代制の復活など幕府の力の強化策をいろいろ進言しましたが、いずれも実行されませんでした。

その後、京都では尊王攘夷運動が激しくなり、元治元(1864)年7月、長州藩は禁門の変を起こし、門を守る会津、薩摩の兵に退けられました。幕府は勅許を受けて各藩に長州討伐(第一次)を命じました。この時、老中を辞めていた勝静は山陽道の先陣を務めるため10月に松山に帰り、11月藩兵を率いて広島に向って出陣しました。松山藩の16門の大砲と鉄砲隊の行進について、方谷全集年譜には、「見る人驚く板倉の大筒小筒を打ち並べはれかいな」と沿道の人々が驚たことが載っています。祭に歌われる「五万石でも松山様は、御陣羽織が虎の皮」という歌詞は、その時の軍歌が残ったものと伝えられています。留守中の防衛は方谷に任せられ、農兵隊を藩境に配置して守備体制を固め、頼久寺境内に作

戦本部を置いています。長州が降伏したので、翌年正月藩兵は帰藩し、方谷は農兵隊を解散しました。勝静は京都にいる將軍のもとで再び老中に就任し、方谷も時々相談に与っています。

翌慶応2(1866)年4月、長州の第二奇兵隊を脱走した立石孫一郎ら100余人が倉敷代官所を襲い、総社の宝福寺に泊まり、松山藩を狙う構えを示しました。方谷は藩の会議で直ちに攻撃するよう決定し、自ら一隊を率いて野山(現吉備中央町西南部)まで出兵しています。立石らは浅尾陣屋を焼き討ちした後、長州に帰ったので、戦いにはなりません。

慶応3年、63歳の方谷は勝静から京都に呼び出されました。勝静は15代將軍となった徳川慶喜のもとで老中首座となり、將軍補佐として重要な任務についていました。一カ月半ほど相談に与った方谷は、幕府の時代は長くはないと察して、藩主に老中を辞めるように説得しました。しかし徳川幕府と運命を共にする意志の勝静は方谷の相談役を解き、松山の藩民を守る任務を任せ、別れに短刀を与えて帰国させました。

慶応3年10月14日、慶喜は大政奉還の上表文を提出、15日受理されました。

た。方谷はこの知らせを受け、江戸にいた養子の耕造に驚きの手紙を書いています。

その後、戊辰戦争に入り、松山藩は朝敵とみなされ岡山藩が迫ったので、方谷の指導の下、藩をあげて恭順を申し出ました。美袋本陣で降伏の交渉中、岡山藩が示した降伏文書案に、勝静の行為を「大逆無道」としているのを見た方谷は、藩主には朝廷にそむく大逆の心はなく、人の道に反する無道な人ではない、これを認めることは義に反する。この文字を除かねば私は自刃すると言いました。松山藩の使者大石隼雄は号泣、三島中洲と横屋讓之助は死を賭けて嘆願したため、「輕拳暴動」の字に替えることを許され、18日すべてを岡山藩に差出し、藩士は城下を離れ謹慎しました。京都、大坂で勝静を守っていた熊田恰ら150余人の藩士は勝静の命で海路玉島に帰り、松山での謹慎を申し出、熊田は戦争に参加していないと弁明しましたが受け入れられず、首領の首が要求されたので、藩と部下を救い、玉島を戦火から守るため、柚木邸で切腹し、首は岡山藩に送られました。時に44歳でした。熊田恰は玉島の羽黒神社と高梁の八重籬神社に祀られています。

(文・児玉亨さん)

▶イラスト・絵手紙・絵画などの作品(作品は写真をお送りください)、短歌・俳句・川柳など(自作の未発表のもので、漢字にはふりがなを付けてください)
 ※住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し投稿してください。(ペンネームを希望される場合は、その旨お書きください。)
 ※投稿多数の場合は、すべてを掲載できないことがあります。また、お便りは表記等を一部編集させていただくこともあります。
 ※締切は、掲載号の前月25日(閉庁日の場合は翌開庁日)です。原則として原稿や作品は返却できません。
 ■問い合わせ・送り先 〒716-8501(住所不要)広報たかはし「市民のページ」係
 (☎21-0210・Eメール hisyo@city.takahashi.lg.jp)

市民のページ

市民の皆さんがいただいたお便りなどを紹介します。

お笑い川柳マンガ

鈴木 繁實さん (川上町地頭)



「バーゲンを漁るママの目が怖い」

長寿おめでとうございます



はが 芳賀 マサヨさん
(備中町志藤用瀬)



なす てつ こ 那須 鉄子さん
(小高下町)

10月に100歳(大正3年生まれ)の誕生日を迎えられた方を市職員らが訪問し、記念品や花束を贈って長寿を祝いました。市内で100歳以上の人は、11月1日現在で44人(男性8人、女性36人)。

短歌

秋深し見上ぐる崖に夕陽受け心に染まるイワヤクシソウ

高田 眞一さん(成羽町中野)

おとなりは空家なのに花たちは春夏秋冬忘れずに咲く

高田 越代さん(宇治町宇治)

柿や栗栄養豊富な自然食毎日我が家の食後のデザート

三浦 操さん(成羽町中野)

着古せる吾が衣なりされど尚思い出ありて捨てがたくおり

小野 はる恵さん(原田南町)

金木屋根元に埋めし我が柴犬黄金の花咲き今年も帰りぬ

一村 遊子さん(成羽町成羽)

愚痴るまいと思ってもつい愚痴る人とは弱い生き物なのだ

榊上 秀雄さん(備中町西山)

タクシーで利用する老婆友連れにドライブバーさんの気遣い感謝

赤木 文子さん(備中町西山)

虫の音に耳傾ける家の庭山に囲まれ自然の恵み

原田 由きさん(高倉町飯部)

珍しくとんび一羽が舞っておりウオーキングで今日のはじまり

山本 義慧さん(川上町仁賀)

「よく笑え」笑えは陽気みなぎりて病にならず若返るとか

坂田 昭夫さん(松原町大津寄)

俳句

ギター持ち爪びいて見る秋の曲

二島 清憲さん(落合町阿部)

川柳

田舎人絶滅危惧種になりそうよ

谷口 豪さん(川面町)

米作り朝はパン食昼はラーメン

三浦 数馬さん(成羽町中野)

両手にトマトかかへ我が家に急ぐなり

赤木 時子さん(備中町平川)

すこやかスマイル

お誕生日おめでとう!

12月に1歳～6歳の誕生日を迎える市内在住のお子さんの写真を募集します。お子さんの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、住所、応募者の氏名と続柄、電話番号、20字程度のコメントを明記して、〒716-8501〔住所不要〕広報たかはし「すこやかスマイル」係へご送付ください。市ホームページからも応募できます。※締め切りは11月26日(水)です。応募多数の場合は先着順とします。吉備ケーブルテレビ行政放送でも紹介します。



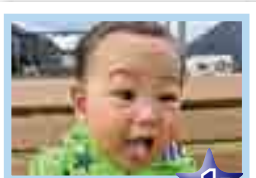
たけもと そうすけ **3**さい
竹本 壮佑ちゃん
 (落合町阿部)
 平成23年11月29日生まれ
 「沢山遊んで、沢山食べて大きくなってね」
 (応) 父・典生さん 母・杏子さん



かわかみ **3**さい
川上 ひなたちゃん
 (落合町阿部)
 平成23年11月5日生まれ
 「やさしいお姉ちゃんに成長していったね♡」
 (応) 父・大輔さん 母・まゆみさん



にしだ ひろかず **1**さい
西田 博一ちゃん
 (落合町阿部)
 平成25年11月5日生まれ
 「すくすく元気に育ってね!」
 (応) 祖母・眞佐子さん



はが そうた **1**さい
埴 蒼汰ちゃん
 (落合町阿部)
 平成25年11月12日生まれ
 「たくさん笑ってすくすく育ってね!」
 (応) 父・貢さん 母・彩香さん



やぶき ももえ **5**さい
矢吹 百絵ちゃん
 (横町)
 平成21年11月2日生まれ
 「我が家のカワイイ女王☆ありのままできてね」
 (応) 父・勇さん 母・美佳さん



かとう ゆめ **1**さい
加藤 優芽ちゃん
 (下谷町)
 平成25年11月16日生まれ
 「みんなのアイドルゆめ♡よく食べる♡」
 (応) 父・実さん 母・理恵子さん



おかもと もな **3**さい
岡本 萌楠ちゃん
 (成羽町成羽)
 平成23年11月20日生まれ
 「笑顔がかわいい萌楠☆元気に大きくなってね」
 (応) 父・弘士さん 母・佳子さん



かわにし ゆいと **2**さい
川西 結夢ちゃん
 (川面町)
 平成24年11月6日生まれ
 「電車と新幹線が大好き♡兄ちゃんたちと元気に大きくなってね!!」
 (応) 父・彬巳さん 母・真弓さん



はびろ らら **5**さい
葉廣 虹ちゃん
 (有漢町有漢)
 平成21年11月1日生まれ
 「いつもお手伝いをたくさんしてくれてありがとう♡」
 (応) 父・誠二さん 母・美奈さん



ふじい ことね **5**さい
藤井 琴音ちゃん
 (成羽町下原)
 平成21年11月27日生まれ
 「元気いっぱいのことね♡たくさん遊んで大きくなってね」
 (応) 父・崇行さん 母・直子さん



かわかみ ことみ **3**さい
川上 琴未ちゃん
 (成羽町布寄)
 平成23年11月24日生まれ
 「可愛い歌声でいつも皆を和ませてくれます」
 (応) 父・俊輔さん 母・美香さん



かねたか ななみ **1**さい
金高 奈々海ちゃん
 (川上町下大竹)
 平成25年11月14日生まれ
 「いつも笑顔のななみ♡元気に大きくなってネ!!」
 (応) 父・良輔さん 母・成美さん

手作りクッキー Cotoli 物語

松山ワークセンター(落合町阿部)は、材料にこだわった、クッキーの販売を開始しました。

バター、黒大豆きな粉、チョコチップ、ほうじ茶、高粱紅茶の5種類。小麦は北海道産、卵は高粱産で、きな粉は川上町の望の丘ワークセンターで生産した黒大豆を使用しています。口溶けの良い、風味豊かな味です。

紙箱に5枚入り3種類入り、1200円で販売。贈答用にいかがですか。問い合わせは、同センター(☎22-7101)。



宝くじ助成事業 で整備しました



(財)自治総合センターの宝くじ助成金を活用し、中井備中かぐら太鼓保存育成会が太鼓や面などの整備を行いました。地域の伝統文化の継承に努めながら、各種行事や地域活動など地域の活性化の一助となるよう活動の充実を図ります。



◀杉山肇さん(高粱城南高校)「キヤンドルナイト」(10月17日)



▲吉岡麻江さん(成羽町下原・鶴寿荘内)

11/1 栄町商店街
地紅茶の魅力を楽しむ

「第3回高梁地紅茶まつり」(栄町商店街活性化プロジェクト・同実行委員会・備中県民局主催)が開催され、多くの家族連れらで賑わいました。

高梁特産の観賞用フォックスフェイスが飾り付けられた会場では、高梁紅茶をはじめ、丸子紅茶(静岡県)など5つの産地の地紅茶を飲み比べられる「地紅茶カフェ」が人気を集めていました。

高梁城南高校・高梁高校・高梁日新高校がイベントに協力し、ネイルサロンや工作体験、茶葉を練り込んだマドレーヌ、生産物の販売などのブースを開設。ステージでは、吹奏楽やコーラス、手話歌、備中神楽、チアリーディングがあり、各校の特色を生かした「おもてなし」で来場者を迎えました。会場内には紅茶の足湯が楽しめる「地紅茶足湯」もあり、紅茶を楽しみながら秋の休日を満喫していました。



5つの産地の地紅茶が楽しめるカフェ



日新高校のチアリーディング

10/26 うかん常山公園
風を集め・風を起こす祭り

岡山自動車道の開通を契機に始まり18回目となる「風ぐるまフェスタ 2014in うかん」(同実行委員会主催)が開催されました。

備中高梁PR大使の小六禮二郎さん・倍賞千恵子さん夫妻のトークショーに始まり、最新作の仮面ライダーショー、友好都市の熊本県山鹿市の灯籠踊り・高知県四万十町のよさこい踊り、歌手の麻丘めぐみさんによるライブステージなど、多彩なステージショーが行われ、来場者を楽しませていました。

また、「風ぐるまおもしろ市場」と銘打った物産市では、地元小学校や有志団体などが石焼き芋や焼きそばなどを販売。高知県のカツオのたたきの実演販売や鳥取県境港の紅ズワイガニなどの販売もあり、日本海から太平洋までの海の幸・山の幸を楽しむことができました。



大勢の来場者であふれる会場



備中高梁PR大使の小六禮二郎さん・倍賞千恵子さん夫妻

10/19 マンガ絵ぶた公園周辺
漫画の町でイベントを楽しむ



子どもたちのリズム体操

秋晴れの下、「かわかみふるさと物産まつり」(同実行委員会主催)が開催され、特産品を買い求める多くの客らでにぎわいました。

会場には、地元のコミュニティーや各団体のテントが並び、つくたての餅、アユの塩焼き、新鮮野菜などを販売。子どもたちによるリズム体操、渡り拍子の披露、ジブリ映画の主題歌を歌う、井上あずみさんのコンサートもありました。

10/12 備中やすらぎの里
秋の味覚と魅力を堪能



徳島阿波踊りの「蜂須賀連」

「第34回備中ふるさとまつり」(備中イベント実行委員会主催)が開かれ、大勢の家族連れらでにぎわいました。

会場内では、地元団体や事業所がピオーネやマツタケ、山菜おこわ、備中牛バーガーなどのふるさとの味を販売。ステージでは、地元の備中太鼓の迫力ある演奏や備中神楽の勇壮な舞など、伝統文化をはじめ、多彩な催しが行われました。

10/26 成羽総合福祉センターほか
心ふれあう ふるさと祭り



元気いっばいのミンティアのダンス

～成羽に集まれ！子どもたち～をテーマに「なりわ祭り」(同実行委員会主催)が開かれ、多くの家族連れらが秋のひとときを満喫しました。

うらじゃ踊りや備中神楽、アンパンマンショーなどのステージイベントに加え、会場内には、地元特産品を使った食べ物テントも軒を並べました。また、本町商店街では軽トラ神楽市も同時開催され、多くの来場者でにぎわっていました。

10/14 ききょう緑地ほか
安心して暮らせる地域を目指して



高梁の安心、安全を守るため

子ども見守り活動や防犯パトロール隊、老人クラブなど市内の関係13団体でつくる「高梁安全安心パトロール隊」の出発式が行われました。

白バイやパトカー、青色回転灯を整備した青パトなど計46台、隊員約200人が参加。各地域に向けて出発し、市民の防犯意識を高め、身近な犯罪の防止、安全で安心して暮らせる高梁を目指して、地域で呼び掛けを行いました。

人・まち・自然にやさしい高梁
アツイ城下町をかけぬけろ



選べる3コース

城下町コース (10km)
愛らぶコース (5km)
ふれあいコース (3km)



I LOVE TAKAHASHI FUREAI MARATHON

2015

高梁市発足10周年記念・第36回市民健康づくり
愛らぶ高梁ふれあいマラソン

平成27年2月8日(日)

参加対象

制限時間内に
完走できる健康な人



一般：2200円
高校生：1200円
小中学生：500円
ファミリー：1700円

会場：高梁市街地

※市役所改築工事のため、発着
点会場が変更になります。詳し
くは募集要項をご覧ください。

★申込方法

- ① 所定の申込用紙 (振込用紙)
 - ② インターネット
 - ・ RUNNET (<http://runnet.jp/>)
 - ・ SPORTS ENTRY (<http://www.sportsentry.ne.jp/>)
 - ・ JTB SPORTS STATION (<https://jtbssports.jp/>)
 - ③ 電話・ファクス
 - ・ SPORTS ENTRY (☎0570-550-846 FAX 0120-37-8434)
- ※スポーツ振興課では受け付けていません。

★申込期限 平成27年1月9日(金)まで



■問い合わせ 愛らぶ高梁ふれあいマラソン事務局 (スポーツ振興課内) ☎ 21-0425

編集後記

▼先月号から広報紙で高梁市の人口をお知らせするようにしました(2ページ参照)。高梁市が誕生した平成16年10月の人口は約3万8千人。現在3万3千人で、この10年で5千人が減ったことになりました。高梁市も、定住対策に力を入れ、人口問題に挑んでいます。この高梁の地で、明るい未来を子どもたちに残せるよう、みんなで頑張っていければと思います。(KY)

▼行政放送で「ペットの飼育マナー」について取り上げました。「ペットを飼うということは、飼い主さんの愛情と覚悟が何より大切」と伝えてます。人間と動物が幸せに共存するためにはどうしたらよいか、野良犬や野良猫を増やさないための取り組みなど、今後も定期的にお知らせしていく予定です。皆さんぜひご覧ください。(AO)

▼朝晩、急に冷え込むようになってきました。この時季になると話題になるのが「雲海」。私が住む地区にも雲海の見えるスポットがあります。毎朝、通勤途中で雲海の出方を見ていると、どのような気象条件で出現するか、だんだん分かってきました。「気象予報士」ではなく、初(?)の「雲海予報士」を目指します。(KH)

