

↓今年1年間の交通事故防止に向けて挨拶をする山口町長



**事故のない1年を願って  
交通安全祈願祭**

1月9日に、交通安全祈願祭が弥美神社で行われました。

当日は、町や交通指導員連絡協議会、敦賀交通安全協会美浜支部、敦賀警察署美浜交番が出席し、今年1年間の交通安全を祈念しました。

山口町長は「交通マナーを高め、町ぐるみで交通事故のないまちづくりを推進していく」と述べました。

↓まな板の上の鯖をさばく志賀充真さん(左)と奥村侑生さん(右)



**日向区に江戸時代から伝わる伝統神事  
板の魚の儀**

1月1日に、板の魚の儀が稲荷神社(日向)で行われました。

この神事は、その年の海上安全と豊漁を祈願するために毎年元旦に行われているものです。

区民約50人が見守る中、「若い衆」と呼ばれる袴姿の児童2人が、今年の恵方の南南東を向き、「大漁、大漁、大漁」と声をあげ、板の上の鯖を見事にさばきました。

↓全国都道府県対抗駅伝競走大会に出場される大同美空さん(右から3人目)と大同健心さん(左から3人目)



**福井県代表として姉弟で出場  
全国都道府県対抗駅伝競走大会 選手激励会**

1月7日に、全国都道府県対抗駅伝競走大会に福井県代表として出場される選手の激励会が町役場で行われました。

激励会には、大同美空さん(敦賀気比高校2年・木野)と大同健心さん(美浜中学校3年・木野)が出席され、山口町長は「美浜町出身としての誇りを持ち、町民の応援を胸に抱き頑張してほしい」と話し、大同美空さんは「県に貢献できるような走りをしたい」と抱負を述べられました。



まちウォッチング  
*atching*



↓矢を放つ宮内康樹さん(左)と久保拓也さん(右)



**五穀豊穡と地域の繁栄を祈願  
弓打講**

1月9日に、弓打講が八幡神社(新庄)で行われました。

この神事は、放った矢が的から外れることで、その年の豊作と厄払いになると伝えられているものです。

2人の射手が「ヤリマシト」と叫びながら6本ずつ矢を放ち、的から大きく外れた矢は、矢拾い役が的に突き刺し神事を締めくくりました。

↓大人気の射的ゲームを楽しむ子どもたち



**水中綱引き関連イベント  
美浜町レークセンター冬の陣**

1月17日に、美浜町レークセンター冬の陣が美浜町レークセンターで行われました。

このイベントは、日向地区の水中綱引き関連イベントとして毎年開催されているもので、当日は、みはま餅つこ隊による餅つきや餅のふるまい、射的、嶺南地域の特産品販売等が行われ、訪れた家族連れや観光客は、さまざまな催しを楽しんでいました。

↓耳川に向けて一斉放水を行う美浜消防団員



**防火・防災を誓う  
美浜消防団出初式**

1月10日に、美浜消防団出初式が耳川左岸等で行われました。

式では、18台の消防車から耳川に向かい一斉放水を行った後、消防団及び防犯隊149人が消防車を従え、はあとびあ前を分列行進しました。

行進後は、消防署横で観閲式が行われ、敦賀美方消防組合副管理者の山口町長から観閲を受けました。



↑分列行進する美浜消防団員



## 子育てボランティアを募集しています

子育て支援センターでは、たくさんのボランティアの方が活動しています。例えば、イベントの際に、ピアノやエレクトーンで童謡やクラシックを演奏したり、サンタクロースに扮して、子どもたちにクリスマスプレゼントを配ったりと、さまざまな場面でご協力いただいています。センターでは、子どもや保護者の方と、地域の



↑エレクトーンを演奏するボランティアの方

皆さんとの交流を深め、子育ての輪を広げていけるよう、ボランティアの募集をしています。

絵本の読み聞かせ、折り紙講座、行事のお手伝い等、どんなことでも大歓迎です。子どもの好きな方、得意なことを役立てたい方、何かやってみたい方は、ぜひ一緒に子育てを応援してください。



↑パネルシアターを演じるボランティアの方

※お問い合わせ先  
子育て支援センター(担当・山田) ☎32-0192

## 抗生物質について

抗生物質は、飲み薬や点滴、外用薬での使用が日本では認められています。しかし、市販薬としてはほぼ手に入りません。なぜでしょう。



東部診療所 村寄医師

### 抗生物質の作用

感染症に効くとされる抗生物質ですが、細菌やウイルスが体内に入る感染症であっても、抗生物質はウイルスには効果がほぼありません。つまり、抗生物質は主に「細菌」感染症と判断された場合に使用されるべきものなのです。いわゆる風邪という病気は、ほとんどがウイルス感染症であり、風邪の際に抗生物質を使用することは、乱用につながる可能性が強いのです。抗生物質の乱用は、細菌にしてみると、耐性菌(抗生物質の効かない細菌)を生み出す機会を与えることになり、結果、抗生物質が役立たない病気が増えてしまいます。人類にとっては大変な事態になるわけです。

### 使い分けの必要な抗生物質

いくつかの系統に分類される抗生物質は、正しく使用しないと病気を悪化させる事もあります。マイコプラズマ感染症は良い例で、使用する抗生物質の系統が違えば悪化し長引きます。また、別の例では、抗生物質を使用したことで続発して起こったという腸炎(偽膜性腸炎)等もあるのです。もちろん薬全般に言えることですが、間違っ使用することや、必要がないのに使用することは、やはり人体にとってはマイナスでしかないわけです。こういった理由からみてもやはり市販するわけにはいかないのでしょうね。

※お問い合わせ先  
東部診療所(村寄医師) ☎37-2911

「げんげん一座のオススメ」  
第2弾!

## ヘルシーお菓子で 摂取カロリーを抑えましょう!

この時期は、過食や運動不足になりがちです。今月号は、げんげん一座が考案した『カロリー控えめで満足できるヘルシーなお菓子』を紹介します。脂質・砂糖・塩分を上手に抑えながら、簡単に作れますので、ぜひ試してみてください。



# すこやか 放送局

健康・福祉・子育てに関する  
情報をお知らせします。

### ヘルシースイートポテト

(1人当たり◆128kcal、塩分0g、糖質26.4g、脂質1.7g)

#### 【材料・分量(4人分)】

- ・さつまいも…大きめ1本
- ・豆乳…大さじ2~3 ※しっとりするまで
- ・はちみつ…大さじ1
- ・バニラエッセンス…少々 ※お好みで
- ・卵黄…1個

#### 【作り方】

- ①輪切りにしたさつまいもをレンジで8~10分程度加熱する。火が通ったら温かいうちにつぶす。
- ②はちみつ、バニラエッセンスを加え混ぜ合わせる。(しっとり感があまりない場合は、豆乳を少しずつ足す)
- ③均等にアルミカップに入れて形を整え、表面に溶いた卵黄を塗る。
- ④オーブントースターに並べて3分程焼く。卵黄に焼き目がついて光沢が出てきたら出来上がり。



#### 【ワンポイントアドバイス】

- ★豆乳を使うことで、脂質をカットできます。
- ★さつまいもを裏ごしせずに、そのまま使うことで食物繊維をより多く摂れます。食物繊維には、糖質や脂質の吸収を抑える働きがあります。
- ★砂糖の代わりにちみつを使うことで、ビタミンやミネラルを多く摂れます。
- ※ただし、1歳未満のお子さんには、ちみつを使用しないでください。

### 麩のフレンチトースト

(1人当たり◆93kcal、塩分0.1g、糖質8.3g、脂質3.6g)

#### 【材料・分量(4人分)】

- ・麩…40g
- ・卵…1個
- ・牛乳(または豆乳) …1カップ



#### 【作り方】

- ①ボウルに麩を入れて牛乳をかける。麩をくずさないように混ぜ、全体に牛乳を吸わせる。
- ②麩が牛乳を吸ったら、溶き卵を加え、フライパンで焼く。
- ③火が通ってパラパラにほぐれたら器に盛る。
- ④ちょっと物足りない場合は、お好みで、はちみつやシナモンを使うと風味がアップし、おいしく食べられます。

#### 【ワンポイントアドバイス】

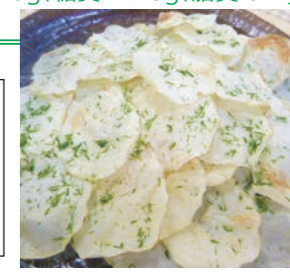
- ★麩を使うことでカロリーや脂質をカットできます。
- ★完成してから味付けをすることで、糖質や脂質の摂りすぎを防ぐことができます。

### 揚げないポテチ

(1人当たり◆76kcal、塩分0.25g、糖質17.6g、脂質0.1g)

#### 【材料・分量(4人分)】

- ・じゃがいも…400g (中約4個)
- ・塩…適量(1~2g程度)
- ・青のり…適量



#### 【作り方】

- ①じゃがいもをスライサーでスライスして、10分程水にさらす。
- ②じゃがいもの水分をキッチンペーパー等で軽く拭き取る。
- ③お皿にクッキングシートを敷き、1枚ずつ並べて、軽く塩をふる。(青のりを使うと風味が増し、振りかける塩の量を少なくしても、おいしく食べられます。)
- ④レンジで4~5分(500W)を目安にチン!

#### 【ワンポイントアドバイス】

- ★油を使わないので、市販のポテトチップスよりもカロリーや脂質を抑えられます。また、じゃがいもの皮をむかず、そのまま使うことで食物繊維をより多く摂れます。

## 慶弔

12/1~12/31 受付分  
(敬称略)

### ◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
板谷 悠花	女	善昌・あけみ	河原市
板谷 萌花	女	善昌・あけみ	河原市
大塩 奈々	女	正人・宏美	佐野
山口 蒼河	男	隼人・美貴	佐柿
北山 結翔	男	清博・麻美	河原市

### ◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
井ノ口 桂士 & (上塚) 美苗	郷市

### ◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
田邊 渉	河原市	81	山口 國重
小畑 次夫	早瀬	84	小畑 裕之
平城 作夫	金山	95	平城 幸子
澤井 義文	金山	76	澤井 喜久子
宇都宮 美雄	新庄	87	宇都宮 里志
武田 一三	菅浜	82	武田 久
高田 まさ子	日向	85	高田 秀一
川崎 道子	松原	86	川崎 延和
山口 和博	大藪	58	山口 富弘
中西 さとの	久々子	83	橋本 司郎
森下 マサ子	日向	92	森下 正己
宇都宮 藏	金山	78	宇都宮 征子
橋本 勉	坂尻	84	橋本 佳和
永井 政明	日向	50	永井 拓将
津原 花子	河原市	90	津原 露美

## わが家のアイドル



三谷 雅仁さん・規子さん  
(坂尻)の長男

### いお 依央 ちゃん(1歳8ヶ月)

もうすぐ2歳になるよ。マイブームはみんなとハイタッチ! 楽しいな♪  
乗り物のオモチャが大好き♪ トーマスのゴードンと新幹線がお気に入り。  
特技は踊りで音楽を聞くと体が勝手に動いちゃうんだ♪

## 町人 さん

新成人として成人式実行委員会  
実行委員長を務められた

### 中嶋 亮太 さん(郷市)



#### \* 実行委員長になったきっかけは？

町内に住んでいるので、友達に誘われて委員会に加わりました。委員長になったのは、委員会の皆さんから推薦があったからです。

#### \* どのような気持ちでレセプションを企画されましたか？

進学等で町外に出ている友達が、少しでも多く帰ってきてくれれば良いなと思っていました。皆さんに楽しんでもらえるよう、仕事の合間に数回会議を開き企画してきました。

#### \* 式を終えてみての感想は？

同級生たちの、楽しそうな顔を見れたことが嬉しかったです。みんなで集まれるめったにない機会に、一生の思い出を作ることができたと思います。

## 広報みはま・ハートフルクイズ

### 四字熟語ブロック分割

パズル面にある漢字群を7つの四字熟語に分割してください。うまく分割できると2つの漢字があまります。それを並び替え、美浜町の土地・地区・場所の名称をつくってください。

例

大	器	不	言	大	器	不	言
和	晩	成	実	和	晩	成	実
洋	折	衷	行	洋	折	衷	行

#### ● 応募方法

はがきに、答えと住所、氏名(感想も大歓迎!)を書いて、「広報みはまハートフルクイズ」係(〒919-1192美浜町郷市25-25)まで送ってください。

締め切りは、2月15日(月)(消印有効)です。正解者の中から抽選で5人の方に記念品をお送りします。  
メールで応募される方は、次のアドレスに送信してください。

【メールアドレス】  
kouhou-mihama@town.fukui-mihama.lg.jp



- 1月号の答え 野口
- 応募者総数は17人で全員正解でした。当選の発表は、記念品の発送をもってかえさせていただきます。

## ふるさと昔話 (46)

興道寺廃寺の花粉分析の成果

昨今、学際的な歴史研究が盛んです。文献史学や考古学、地理学、文学等、各々の専門分野だけに留まらず、さまざまな立場の研究者が会して最新の成果を持ち寄ることで、新たな歴史像の構築が進められています。考古学の手法が進められる遺跡の発掘調査も例外ではなく、特に自然科学分野での研究の応用、自然科学の研究者との協同によって、近年、全国各地で年代測定や古環境復元、産地同定等、いろいろなことが明らかにされています。

興道寺廃寺ではこの数年、寺域を確認するための発掘を継続して行ってきましたが、平成二十六年の発掘でようやく幅1m程の本格的な溝跡が発見されました。考古学の成果によって寺域の西端の場所も分かり、溝で寺院の中と外を区画していた様子が見えてきました。

古くは、この数年、寺域を確認するための発掘を継続して行ってきましたが、平成二十六年の発掘でようやく幅1m程の本格的な溝跡が発見されました。考古学の成果によって寺域の西端の場所も分かり、溝で寺院の中と外を区画していた様子が見えてきました。



↑ 興道寺廃寺検出のソバ属の花粉写真

ネ属の花粉が検出されたことは当然でしょうが、興味深いのはソバ属の花粉が検出されたことです。ソバは縄文時代から存在する植物で、興道寺廃寺の周辺に自生した可能性もあつたと言えそうです。また、それだけではなく、古代寺院があつた当時の植物を考へる上でも貴重な分析であつたと思われまふ。

(美浜町文化財室)

## 文芸欄

### 川柳

この味は懐かしいなと年がばれ  
浅田 惠美子(金山)

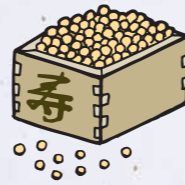
捨てられる定めの服が箱の中  
長谷川 美代子(中寺)

赤信号そんな人生二度三度  
川尻 登志子(菅浜)

沸点が夫とわたしで違いすぎ  
福島 恭子(郷市)

年のせいか段のてすりの有り難さ  
加藤 茂(河原市)

雑談に花が咲いてる老いの寄り  
坂井 豊二(松原)



■くらしのカレンダー■

平成28年2月

1 (月)		17 (水)	9:30～保育園開放(あおなみ保育園) 古紙 (東地区)
2 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ) 13:30～「こころの相談室」※障がい者(児)相談 (はあとびあ)	18 (木)	10:00～1歳児教室(はあとびあ) 13:30～育児学級(はあとびあ)
3 (水)		19 (金)	10:00～ミニさくらんぼ(佐田公民館)
4 (木)	古紙 (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	20 (土)	
5 (金)		21 (日)	
6 (土)		22 (月)	
7 (日)		23 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ) 13:00～司法書士法律相談(はあとびあ)
8 (月)		24 (水)	
9 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ)	25 (木)	10:00～2歳児教室(はあとびあ) 13:00～3歳児健診(はあとびあ)
10 (水)		26 (金)	
11 (木)	建国記念の日 古紙 (河原市・南市・栄区)	27 (土)	
12 (金)		28 (日)	8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方)
13 (土)	13:30～NHK「民謡をたずねて」公開録音(なびあす)	29 (月)	
14 (日)	8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方)	2月の納税 [納期限 2/29(月)] ※納付は口座振替が便利です。 固定資産税(4期)・国民健康保険税(8期)	
15 (月)	9:30～保育園開放(せせらぎ保育園)		
16 (火)	住民税申告、確定申告受付期間(町役場税務課) ～3月15日		
	9:30～保育園開放(みずうみ保育園)		
	13:00～心配ごと相談(はあとびあ) 13:00～土地建物登記法律相談(はあとびあ) 13:30～「こころの相談室」※障がい者(児)相談 (はあとびあ)		

- イベント ● 健康診査・検診 ● 子ども行事 ● ごみ・資源回収
- 行事の予定は、1月18日現在のものです。一部変更になる場合がありますので事前にご確認ください。
- 網かけの日は、役場はお休みです。
- 古紙 は古紙回収日、後に続く( )内は回収地区です。 ● 毎週金曜日は **カー・セーブデー** です。
- 休日の当番医に関するお問い合わせ先 町役場 ☎32-1111(代表) 美浜消防署 ☎32-1190

人口の動き

人口総数 前月比  
10,029人 (-14)  
男 4,891人 (-8)  
女 5,138人 (-6)  
世帯数  
3,752世帯 (-7)  
平成28年1月1日現在

▽表紙の写真  
1月17日に、日向地区で行われた水中綱引きです。日向橋に集まった観客に見守られながら、男衆たちは次々と運河に飛び込み、東西に分かれて直径約30cm、長さ約40mの大綱を引き合いました。

ふるさとには、家族や古くからの仲間、見慣れた風景等、都会には無い、かけがえないものが確かにあり、そいつがたもこそがふるさとに人を繋ぎ止める要因なのだと思います。ほとんどの自治体で人口が減少傾向にある現在、これから人生の岐路に立つ方だけでなく、ふるさとに住む私たちも、今一度「ふるさとに住む」ということについて考える必要があるのではないかと感じました。成人式を迎えられた86人の皆さん、おめでとうござります。今後の活躍を心からお祈り申し上げます。(一)

今月の広報では、1月10日になびあすで行われた成人式の様子を紹介しました。会場では、デジタルカメラやスマートフォン等で思い出を写真に残したり、楽しく談笑したりする新成人の方々の姿が見られ、同級生同士や恩師との絆の強さを感じました。また、新成人の方々にお話を伺ったところ、しっかりとした理想や将来像を持ち、かつ、地元に貢献したいと話す方が多くあり、頼もしいと地元への愛を感じました。

こんにちは  
企画政策課です。