

↓ 全力で綱を引く久々子区の選手たち(南地区)



秋の一大スポーツイベント
(南・耳・東)地区体育祭・体育大会
北地区レクレーション大会

10月8日に、町内の各地区(北・南・耳・東)で、体育祭や体育大会、レクレーション大会が開催されました。当日は好天に恵まれ、各地区では玉入れやリレー、綱引き等、さまざまな種目が行われました。参加者からは、真剣勝負の中にも笑顔がたくさん見られ、世代を超えた交流を楽しみながら、スポーツの秋を満喫していました。

↓ 声を掛け合いながら走る「むかで競争」(北地区)



↓ 息の合ったジャンプで好記録を出した栄区(耳地区)



↓ 好天の下、全力で走る小学生(東地区)



↓ 雨の中、国吉城址で「のろし」を上げた参加者



国吉城址に「のろし」を上げる
古里をのろしてつなごう

滋賀県と福井県の城跡等をのろしでリレーするイベントが10月15日に開催されました。のろしは、午前10時に横山城跡(滋賀県長浜市)をスタートしましたが、あいにくの雨のため、参加予定の城跡等の多くが中止となりました。国吉城址では、雨にも関わらず15名が参加。定刻の午前10時36分に本丸から高々とのろしを上げました。

↓ 壮年女子の部で準優勝した「につかぼっか国吉」



久々子湖での練習の成果を発揮
第26回全国市町村交流レガッタ

9月23日と24日の2日間、第26回市町村交流レガッタ大会が秋田県由利本荘市で開催されました。この大会は、全国ボート場所在市町村協議会に加入している市町村の交流を目的に毎年開催されているものです。本町からは8クルーが参加し「につかぼっか国吉」が2位入賞、「KP-Evolution」が4位を記録しました。

↓ 地域エネルギーの自給・自立について語る都筑氏



再生可能エネルギーを活用したまちづくりに向けて
美浜町エネルギービジョンシンポジウム

9月20日に、美浜町エネルギービジョンシンポジウムがなびあすで行われました。当日は、町からエネルギービジョンの説明後、都筑健氏(NPO法人PV-NET代表理事)からエネルギービジョンと地域力に関する講演と、先進地事例紹介として山口誠氏(鹿児島県薩摩川内市次世代エネルギー課長)から、次世代エネルギーを活用したまちづくりの紹介がありました。参加者約300人は、具体的な事例等を聞き、エネルギーを活用したまちづくりについて理解を深めていました。

↓ 湖岸沿いのごみを探す参加者



久々子湖、日向湖周辺のごみを一掃
三方五湖一斉清掃

9月24日に三方五湖保全対策協議会主催による三方五湖一斉清掃が行われました。当日は、湖岸沿いに打ち上げられた雑木等を、町内外からの参加者約340人が、それぞれの持ち場に分かれて拾い集め、可燃ごみ約250kg、不燃ごみ約110kgを回収しました。早朝よりご協力いただき、ありがとうございました。

↓ ホールから避難する生徒たち



万が一の災害に備えて
避難訓練コンサート

9月20日に、福井県警察音楽隊による避難訓練コンサートがなびあすで開催されました。この催しは、コンサート中に事件や災害が発生したと想定し、実際にホールからの避難訓練を行うもので、美浜中学校の生徒約160人が参加しました。生徒たちは、演奏の最中に避難の指示があると、係員の指示に従い、速やかにホール外に避難していました。



まちウォッチング
atching

↓ 薩摩川内市におけるエネルギーのまちづくりについて語る山口氏



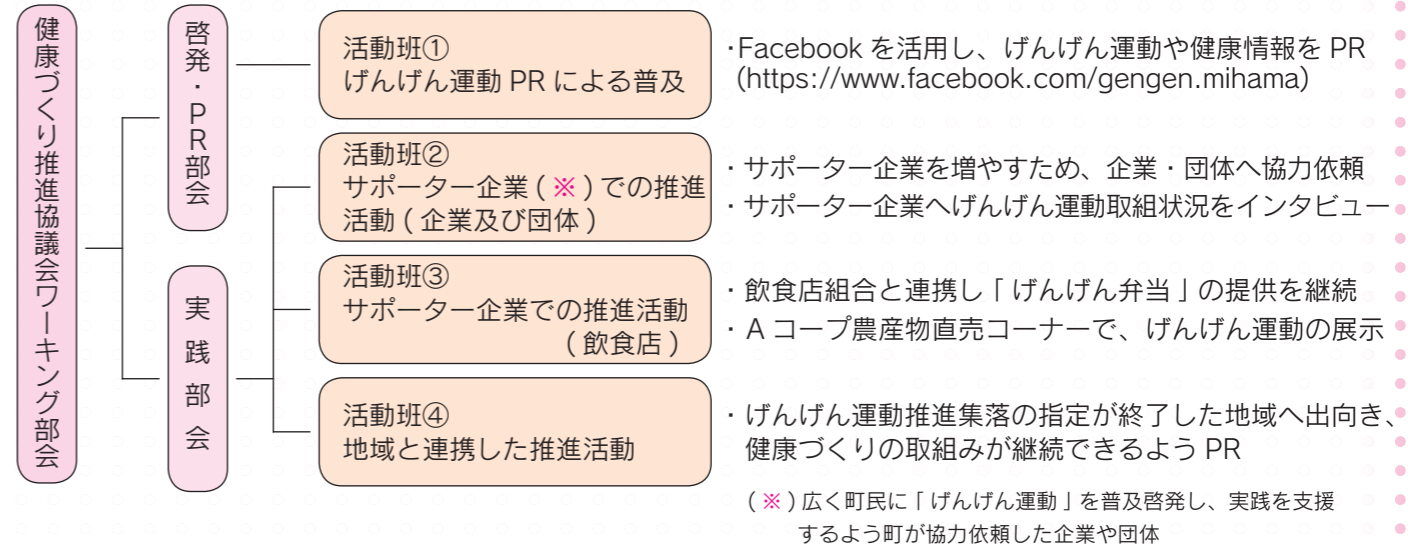
健康・福祉・子育てに関する
情報をお知らせします。

健康づくり推進協議会 ワーキング部会の取組み

町では、適正な塩分摂取（減塩）と自分の生活スタイルや身体状況に応じた適切なエネルギー摂取（減量）を2本柱とする、食生活からはじめる健康づくり「げんげん運動」を町全体で進めています。

健康づくり推進協議会ワーキング部会は、「げんげん運動」の普及啓発や町民が「げんげん運動」に取り組みやすい環境を整備する活動を行っています。

■ワーキング部会の推進体制と今年度の取組み



■9月のげんげん運動推進強化月間の取組み

【げんげん運動サポーター企業へのPR活動】

サポーター企業の従業員や会員に対して健康講座を実施し、「げんげん運動」の周知や、町民に「げんげん運動」を発信するための知識の普及を図りました。



【街頭普及啓発活動】

「げんげん運動」について理解を深め、7つの健康行動を実践する町民を増やすことを目的に、町内4カ所(A コープ美浜店・ゲンキー美浜店・ローソン美浜河原市店・なびあす)でPR活動を実施しました。



■げんげん運動サポーター企業を随時募集しています

町では「げんげん運動」に協力し、応援していただける企業や団体を随時募集しています。現在、町内34の企業・団体が「げんげん運動サポーター企業」となって「げんげん運動」の普及・啓発を行っています。

町内に拠点を置き、「げんげん運動」に賛同・協力していただける企業・団体の方は、ぜひ、サポーター企業となって町民の健康意識の向上、健康づくりにご協力ください。

●具体的な活動内容

- ①従業員・会員等へ健康に関する情報の発信
- ②従業員・会員等への健康診査(特定健診及びがん検診)の積極的な受診勧奨
- ③「げんげん運動」を広める活動への参画

※お問い合わせ先
町健康づくり課(担当・山内) ☎32-6713



衣服の調節を しましょう



朝 晩の冷え込みが増し、日中との気温差が大きくなるこの時期には、子どもにどんな服を何枚着せればよいのか悩みますね。子どもは大人と比べて汗をかきやすいため、気温の変化や体調に依拠して、こまめに衣服を調節する必要があります。

◆薄手の服の重ね着で体温調節をしましょう

この時期に厚着をさせてしまうと、子どもの皮膚は温度変化に慣れることが出来ないため、温度差に適応する力がつきにくく、自律神経の働きが鈍り、免疫力も弱まります。

そのため、厚手の服よりも、サイズに少しゆとりがある薄手の服を重ね着することをおすすめします。重ね着することで、服と服の間に空気の層ができて保温効果が増すだけでなく、動き回って首筋や背中が汗ばんだ時には1枚脱がす等、体温調節がしやすくなります。

◆動きやすい服を着せて運動をさせましょう

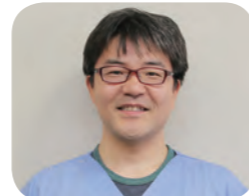
薄着は厚着と比べて体が動かしやすくなるため、運動発達を促して免疫力が強くなり、病気になるにくい体をつくります。

薄着の目安は、一般的に大人よりも1枚少なめが良いと言われていますが、基準になる大人によって変わるので、一概には言えません。「子どもは大人より体温が高い」ことを念頭に置き、その日の活動や子どもの体調に合わせて、動きやすく着脱しやすい服装を心がけましょう。



※お問い合わせ先
子育て支援センター(担当・坪塚) ☎32-0192

シリーズ「腹部の構造」②(上腹部編)



腹部症状がある時の不安を少しでも軽くするため、おなかの構造について紹介するシリーズ「腹部の構造」。今回は2回目の上腹部編です。

上腹部には男女の差はなく、ものを食べて生活する人間には欠かせない臓器がぎっしりと詰め込まれています。基本構造を右側-真ん中-左側に分けて書くと下のようになります。

腎臓や尿管は左右にあることがわかりますね。しかし、この2つはどちらかという背中側にありますので、尿管結石や腎炎の時には、お腹ではなく背中が痛くなることも多いのです。



真ん中の臓器では、後ろ側から大動脈、脾臓という順に配置されており、脾臓疾患で背中に症状が出ることも少なくないと言われています。また、胃は、上腹部の真ん中の痛みを自覚した際、皆さんが最初に思い浮かべる臓器だと思えますが、意外と大動脈の病気だったという例も臨床の現場ではたまにあります。

右側の代表である胆のうや肝臓は、近接しているだけでなく胆管という管でつながっています。更に、胆管は腹部の真ん中まで伸びて、脾臓と十二指腸も繋いでいますので、肝・胆・脾の3つは病気の際にも影響を及ぼしあうことがよくあります。

上腹部の症状は、大事な臓器からのSOSであることが多いので、決して軽く見ないようにしてください。

※お問い合わせ先
東部診療所(村寄医師) ☎37-2911

慶弔

9/1~9/30 受付分
(敬称略)

◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
藤原 瑛都	男	康平・ひかる	新庄
水上 夏太郎	男	徹哉・友香	郷市
青池 直樹	男	栄・恵里	久々子
村上 穂華	女	圭司・みか	宮代
松崎 奏大	男	一・信子	河原市
岩本 一吹	男	哲也・寧々	佐野
宮下 睦生	男	茂輝・佳苗	日向

◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
知場 市三	日向	78	知場 俊樹
秋山 キミエ	佐野	84	秋山 清
金吾 敬次	河原市	79	武田 和満
忠田 信子	佐田	89	忠田 操
山崎 フミエ	太田	81	山崎 正浩
濱野 壽	早瀬	89	浜野 達也
大野 春男	金山	84	大野 海人
久保 久三	新庄	93	久保 茂樹
森山 文子	木野	89	森山 義一

わが家のアイドル



下村 和輝さん・早苗さん
(佐田)の長男
南斗ちゃん(1歳3ヶ月)

外で遊ぶの大好き。走ったり石や小枝、葉っぱを拾ったり、やんちゃな南斗。色んなことに興味津々！もっと遊びたいなー。

町人さん

自衛官募集相談員に委嘱された



田辺 桂子さん(佐柿)

- *相談員になろうと思ったきっかけは何ですか？
息子が自衛官という関係から、自衛隊の方から相談員の話をしていただいたことがきっかけです。
- *今後どのような取組みを行う予定ですか？
一言で自衛官と言っても、現場の仕事もあれば事務や警備、看護等さまざまな分野で活躍している方がいます。今の目標は、なびあすで自衛隊コンサートを開催して、文化的な部分から自衛隊のイメージアップを図りたいと考えています。
- *自衛官を目指す方に一言お願いします。
自衛官に興味がある方や家族の方に、自衛官の保護者としてのアドバイスができると思っています。何か聞きたいことがありましたら、気軽にご相談ください。

●応募方法
クオースの真ん中(2重枠内)に漢字1文字入れると4つの2文字言葉が完成します。
2つのクオースを解き、使った2つの漢字で美浜町の土地・地区・場所の名称をつくってください。
はがきに、答えと住所、氏名(お便りも大歓迎!)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。
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

【QRコード】



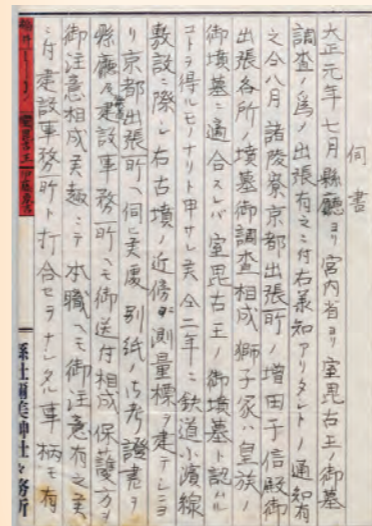
締切りは、11月10日(金)(消印有効)です。正解者の中から抽選で5人の方に記念品をお送りします。
●10月号の答え 興道寺
●応募者総数は21人で全員正解でした。当選の発表は、記念品の発送をもってかえさせていただきます。

昔話 ふるさと よもやま話 (67)

歴文・第4回企画展
耳別氏、若狭に起つ

9月30日から歴史文化館で始まった第四回企画展では、当地の古代豪族、耳別氏を取り上げます。耳別氏は、奈良時代初期に編纂された歴史書『古事記』にその名が見える由緒ある豪族です。若狭の耳別氏の祖は室毘古王と書かれています。美浜町の歴史に詳しい方は室毘古王と聞けば彌美神社の祭神が思い浮かぶと思います。この室毘古王、「古事記」の系譜からみて実在したとは考えにくい豪族で、平城京から「弥美郷別君大人」と記された木簡も出土し、実在が確実視される耳別氏とはそこが大きく異なります。しかし、意外にも古くから室毘古王の墓は獅子塚古墳と考えられてきました。

ある全長約三三メートルの前方後円墳です。明治30年に東京帝國博物館により発掘され、昭和53年には国道拡幅に伴う発掘も行われています。豊富な副葬品が出土し、耳川屈指の古墳であったことから、当地の豪族の祖である室毘古王と獅子塚古墳の被葬者が結びついたと考えられます。実は宮内庁の宮内公文書館に「福井県室毘古王墓調査」という大正5年の行政文書が残されています。この調査報告には、彌美神社の社司であった伊東藤吉氏が当時の宮内省に対して獅子塚古墳を調査し、室毘古王の墓として治定(指定)して欲しい旨の要請を行い、宮内省の御用掛、増田于信氏が三回にわたって現地調査にあたった様子等が記されています。残念ながら宮内省として獅子塚古墳は室毘古王の墓とは「認めがたし」と昭和5年に決定され、陵墓治定はなされませんでした。



↑室毘古王墓調査の一部分
(宮内公文書館所蔵)

(美浜町歴史文化館)

等が見つかったようで、そのような時勢下に陵墓治定を地元から宮内省に要請していたことに、現在の遺跡保存につながる草分け的な取り組みとして評価できるのではないのでしょうか。そのような経緯もあって、獅子塚古墳が今日まで残されています。企画展では「室毘古王墓調査」の写しや明治時代に出土したとされる獅子塚古墳の埴輪片、耳別氏にまつわる文字史料を展示します。また、企画展に関連して歴史フォーラムが11月3日、文化の日に当館で開催されます。フォーラムでは古代史、考古学、古代文学の専門家による講演や座談を通じて耳別氏について考えます。企画展とともに運びいただければ幸いです。

文芸欄

川柳

しゃべり過ぎ口のチャックが遅すぎた
片板 慶子(郷市)

店の隅でドライフラワー自己主張
酒谷 文子(日向)

テーブルで逆立ちしているマヨネーズ
山路 義隆(太田)

集いの場笑い上戸が寄ってくる
田邊 初穂(河原市)

ころんでもまだ起きられるそんな自負
松井 とし子(郷市)



■くらしのカレンダー■

平成29年11月

1 (水)	9:30～生き生き健康教室(男性)(はあとびあ)	17 (金)	10:00～ミニさくらんぼ(けやき台第1集会所) 18:30～NHK「上方演芸会」(なびあす)
2 (木)	古紙 (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	18 (土)	
3 (金)	文化の日 みはまナビフェス2017文化部門～5日 (なびあす) 8:30～町政功労者表彰式(なびあす) 9:45～読書感想文コンクール表彰式(なびあす) 10:30～なびとしょ開館5周年記念イベント 森沢明夫トークショー(なびあす)	19 (日)	町民ソフトバレーボール大会(総合体育館) 8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場) 13:30～WCA合唱祭(なびあす)
4 (土)		20 (月)	
5 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場)	21 (火)	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～弁護士法律相談(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)
6 (月)		22 (水)	
7 (火)	9:30～保育園開放(せせらぎ保育園) 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)	23 (木)	勤労感謝の日 美浜町青少年育成研修大会・美浜町PTA研修大会
8 (水)	10:15～育児講座「冬場の感染予防について」 (はあとびあ) 古紙 (北・南地区)	24 (金)	19:30～町民人権講座(なびあす)
9 (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) 古紙 (河原市・南市・栄区)	25 (土)	みはまナビフェス2017健康福祉部門～26日 (はあとびあ) ハートフルウォーク(はあとびあ)
10 (金)		26 (日)	8:00～ハートフル朝市感謝セール (久々子水神公園広場) 8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方)
11 (土)	みはまナビフェス2017産業部門～12日 (町役場特設会場) 18:30～美浜 台湾向けインバウンドプロモーション ビデオ完成披露試写会(なびあす)	27 (月)	
12 (日)	8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方)	28 (火)	9:30～生き生き健康教室(女性)(はあとびあ) 13:00～心配ごと相談(はあとびあ)
13 (月)		29 (水)	
14 (火)	9:30～保育園開放(あおなみ保育園) 9:30～生き生き健康教室(女性)(はあとびあ) 10:00～ミニさくらんぼ(南西郷公民館) 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)	30 (木)	13:00～1歳6か月児健診(はあとびあ)
15 (水)	9:30～生き生き健康教室(男性)(はあとびあ) 古紙 (東地区)	11月の納税 [納期限 11/30(木)]※納付は口座振替が便利です。 国民健康保険税 (5期)	
16 (木)			

- 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、10月17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。
- 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
9,757人	(- 3)
男 4,781人	(+ 5)
女 4,976人	(- 8)
世帯数	
3,715世帯	(+ 3)
平成29年10月1日現在	

▽表紙の写真
10月15日に行われた美浜町民レガッタ30回記念モノコメントの除幕式の様子です。

今回、30回記念として、展示や表彰、モノコメント作製等、さまざまイベントが行われました。これを一つの区切りとして、今後未永く続けていけるといいですね。(P)

私が、役場に入って1年目に、同じ課の人たちとレガッタに出場しました。ポイントを渡いたことがなかったため、練習1回で、手にマメができて痛い思いをしました。大会で全力を出して4位となった時には、レガッタに出場してよかったと思いました。

今年で町民レガッタは30回を迎えました。第1回大会が昭和63年に開催された、この30年間、延期したことはあっても1度も中止になることなく続けてこられたというのは、本当にすごいことだと感じました。

こんにちは
企画政策課です。