

↓島根県石見地方に伝わる石見神楽



**伝統芸能 in なびあす
若狭路に太鼓と神楽と獅子が舞う**

5月27日に「伝統芸能 in なびあす」がなびあすで開催されました。
当日は、越前町の OTAIKO 座明神による大迫力の太鼓の演奏や序・破・急の3段にわたり廻り舞う小浜市の雲浜獅子、ダイナミックな大蛇の動きが印象的な島根県浜田市の石見神楽が披露され、訪れた観客約430人を魅了していました。

↓若狭小浜の雲浜獅子



↓ OTAIKO 座明神による和太鼓演奏



↓乳牛へのエサやり(山上)



**生産者の想いを学ぶ
(株)MUGENの社員が生産地研修**

5月15日から6月3日にかけて、町の食材を提供する飲食店を首都圏で展開する(株)MUGENの社員9人が、町内の農林漁業従事者の下で研修を行いました。
この研修は、生産者の想いやこだわりを、接客を通じて消費者に伝えることを目的に行っており、社員は研修期間中、農業や漁業、畜産業、獣害対策について、生産者の説明を聞きながら熱心に作業をしていました。



**まちウォッチング
atching**



↑大谷原(新庄)でのサツマイモの苗植え

↓啓発チラシを渡すみはま女性ネットワークの会員



**男性も女性も活躍できる社会に
男女共同参画啓発キャンペーン**

6月5日に、男女共同参画の啓発キャンペーンがゲンキー美浜店(佐柿)で行われました。
このキャンペーンは、県の男女共同参画月間にあわせて行われたもので、みはま女性ネットワークの会員3人と男女共同参画推進委員3人の計6人が参加しました。
参加者は、買い物客に啓発物品やチラシを手渡し、男女がともに活躍できる環境の整備等を呼びかけました。

↓町役場会場の開会式に集まった参加者



**町内の道路沿いのゴミを一掃
クリーンアップふくい大作戦in美浜**

6月11日に、「クリーンアップふくい大作戦 in 美浜」と題した清掃活動が、国道27号や梅街道等で行われ、約430人が参加しました。
町内2か所で行われた開会式の後、参加者は、それぞれの持ち場で、紙くずや木くず、空き缶、ペットボトル等のごみ約780kgを拾いました。
参加者の皆さん、ご協力ありがとうございました。

↓力加減を調整しながらナイスショット



**チームの作戦が勝利の鍵を握る
第30回町民ゲートボール大会**

6月11日に、第30回町民ゲートボール大会が西郷健康ひろばで行われました。
大会には、町内30チーム、約200人が参加し、各チームとも一丸となって、連携の取れた元気なプレーを繰り広げていました。
大会結果は次のとおりです。
優勝 佐田 B 準優勝 五ヶ 3位 河原市

↓決勝戦(新庄対佐田)



**晴天の下、白球が空を舞う
第53回町民軟式野球大会**

5月21日に、第53回町民軟式野球大会が総合運動公園野球場で行われました。
大会には、町内5チーム、約80人が参加。トーナメントによる試合が行われ、決勝では激しい攻防の末、7対5で新庄が見事優勝を勝ち取りました。
大会結果は次のとおりです。
優勝 新庄 準優勝 佐田 3位 久々子・矢筈、興道寺



プレママ(妊婦さん)の会 「Bambi」を開催しています♪

子育て支援センターでは、毎月、出産予定の方を対象にプレママ(妊婦さん)の会「Bambi」を開催しています。

「Bambi」では、小物づくりやヨガ等を楽しみながら「出産や育児のため準備しておくものは何だろう?」「出産された方のエピソードを聞いてみたい」等の疑問・不安を、みんなで話し合い、情報交換します。



↑小物(モビール)作りを楽しむ参加者

また、出産前にセンターの雰囲気を知ったり、センターに遊びに来ている0~3歳の子どもたちと触れ合ったりすることで、出産後のイメージを膨らませることもできます。

皆さんの参加をお待ちしています。楽しみながら子育ての準備を進めましょう。

◆今後の予定

7月6日	小物づくり	12月7日	クリスマス飾りづくり
8月3日	プレママヨガ	平成30年	
9月7日	栄養士のお話と相談会	1月11日	小物づくり
10月5日	プレママヨガ	2月1日	小物づくり
11月2日	小物づくり	3月1日	ひな祭り飾りづくり

◆開催時間

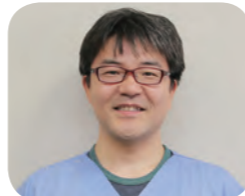
奇数月…午前10時30分から
偶数月…午後1時30分から

※お問い合わせ先

子育て支援センター(担当・坪塚) ☎32-0192

レビー小体型認知症

認知症で10%ほど存在すると言われているタイプがレビー小体型認知症です。一番有名なアルツハイマー型や、脳血管型とは少し違うので紹介します。



東部診療所 村寄医師

記憶障害は目立たない!

レビー小体型認知症は、認知症の特徴ともいえる記憶の障害があまり目立たないことが一番の特徴です。記憶は比較的保たれるものの、パーキンソン病に似た症状が出現し、細かい動作が難しくなり、歩行障害による転倒や嚥下機能障害による肺炎発症等も多くなってしまいます。

頭の中ではこんなことが起きている

原因として、病名にもある脳内の「レビー小体」という物質が指摘されています。この正体は異常なタンパク質が蓄積されたもので、蓄積され続けることで病気が進行するのです。部位的に見ると後頭部の変化が特徴的で、後頭部はものを見るという行動を調節している部位なので、この部位の機能障害により幻覚や錯覚が生じる事が特徴的な症状です。

また、視覚異常とも関係がありますが、寝ている時に見る夢と現実に見えているものとの判断がつきにくくなる結果、夜間に異常な行動をとることがあります。暴力的な行動や理解できない行動の果てに事件になった例もあります。睡眠が確保できずに日中うとうとすることも多いようです。

認知症に高い関心を!

基本的な生活が徐々にできなくなる進行性の病気が認知症です。いろいろなパターンがあるので、生活機能の衰えを指摘できる場合は、できる限り早くかかりつけ医等に相談することが重要です。

※お問い合わせ先

東部診療所(村寄医師) ☎37-2911

美浜町の人は野菜の 摂取量が少ない!?

野菜には、高血圧予防や便秘予防、血糖値の急な上昇を防ぐことによる糖尿病予防等、体に良い効果が期待されます。

健康な体を保つために必要な野菜の量は1日350gとされていますが、町民の野菜平均摂取量は1日約222g(※)ということが分かりました。現状では128g足りておらず、全国平均値の294gと比べても低い結果となっています。

今回は、野菜を効率よく摂取する方法や摂取にあたっての注意点についてお知らせします。

(※)平成28年度食生活実態調査

■1日350gの野菜ってどれくらい?

1日の目標摂取量である350gの生野菜は、右の写真のように両手いっぱいになります。



この野菜を炒める、煮る等の調理を行うことで、かさが減り野菜の摂取が容易になります。

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。

■野菜を工夫して摂取しましょう

- ・野菜を加熱してかさを減らす
- ・汁物は具たくさんにする
- ・1日3食(特に朝食)野菜を食べる
- ・常備菜の作り置きや冷凍野菜・カット野菜を活用し、野菜を摂取しやすい環境を作る
- ・外食や惣菜を選ぶ時は野菜が多めのものを選ぶか、野菜料理を1品追加する



注意

野菜ジュースには果汁や糖分が多く含まれているので、飲みすぎに気をつけましょう。

また、青汁は糖分や食品添加物を含むことがあるので、注意事項をよく確認し、薬を服用中の方は主治医にも確認しましょう。

※お問い合わせ先

町健康づくり課(担当・山内) ☎32-6713



げんげんコーナー

～平成27年度 げんげん料理コンテスト入賞作品アレンジレシピ～
(チーム名:kamo'sキッチン)

1食分(約120g)の野菜が簡単にとれる 野菜たっぷり とまとスープ (1人分◆96kcal、塩分1g、野菜量127g)



【作り方】

- ①玉ねぎ、にんじん、セロリ、ベーコン、キャベツを食べやすい大きさに切る。さやいんげんは解凍し、1.5cm幅に切る。にんじんに包丁の腹で皮ごとつぶし、皮と芽を取り除く。
- ②鍋にオリーブ油とにんにくを入れ弱火にかける。
- ③にんにくの香りが出たらにんにくを取り出し火を弱め、キャベツ以外の具を加えて炒める。
- ④玉ねぎが透き通ってきたら、水とコンソメ、カットしたトマト缶を加え、火が通ったら弱火にし、10分程度煮込む。
- ⑤キャベツを加えて5分程煮たら、仕上げにこしょうをふる。

【ワンポイントアドバイス】

★たくさん作り置きしておけば、忙しい朝でも手軽に野菜が補えます!

慶弔

5/1～5/31 受付分
(敬称略)

◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
原 琉海	男	和也・早美	佐田
橋本 幸樹	男	勇樹・恵美	久々子
杉木 善	男	保仁・尋美	佐柿
山本 滯	女	和昇・麻耶	郷市
佐久間 珠樺	女	浩彰・亜紀	佐田
川畑 華恩	女	尚斗・舞	佐柿

◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
堀部 俊之 & (石橋) 純子	新庄
梶岡 龍介 & (井上) 由利香	佐野

◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
真田 トミ子	郷市	77	真田 邦彦
塚原 義雄	興道寺	82	塚原 康浩
中瀬 ひさゑ	興道寺	94	中瀬 博信
平城 吉男	金山	89	平城 吉春
井上 田枝	菅浜	82	井上 勇一
松宮 良雄	佐柿	82	松宮 美代子
大塩 きみ	河原市	101	小堀 志津江
土山 コト	菅浜	97	土山 博
三浦 善明	河原市	87	三浦 大示
武田 敏弘	河原市	64	澤田 和子

わが家のアイドル



黒川 智弘さん・京子さん
(佐田)の長男

泰至ちゃん(2歳5ヶ月)

お散歩して外のいろんな車を見るのが大好き！最近三輪車を漕げるようになったから、遠くまでお散歩できるようになったんだよ！夏にはお兄ちゃんになる予定です！

町人さん

6月11日に行われた第30回町民ゲートボール大会で優勝した

(後列左から)

今町 絹枝さん(佐田)
原 智津榮さん(佐田)
澤井 俊子さん(佐田)

(前列左から)

満田 卓示さん(佐田)
満田 ますみさん(佐田)



*優勝した感想を一言お願いします。

試合では失敗もありましたが、みんなで球を繋いで優勝できたので嬉しいです。7月9日開催の県民スポーツ祭ゲートボール競技に向けて、更に頑張っていきたいと思います。

*ゲートボールの魅力を教えてください。

上手な人でも失敗することもある、初めての人でも上手なショットを打つこともあります。1試合1試合にさまざまな展開があることがゲートボールの魅力だと感じています。

●応募方法

クオスの真ん中(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、7月10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。

●6月号の答え 笹田

●応募者総数は17人で16人正解でした。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。

みはま・ハートフルクイズ

(例)

	神宮		山	
迷宮	宮崎	社	心	古
	殿		山	
			古	社
				院

こたえ ○○

昔話とふるさとよま (63)

歴文おもしろ展示品(六)
〜角杯形須恵器〜

歴史文化館の展示品の一つに角杯形須恵器という角形の土器があります。角杯はその名の通り角を模した飲用の器で、ユーラシアステップ(ヨーロッパからアジアに至るシルクロード沿いの地域等)で広く見られ、現代でも使われている地域があります。

美浜町の獅子塚古墳にも副葬されたこの角杯は、五世紀に朝鮮半島から伝わった須恵器という硬質の土器で作られています。日本の角杯は、特に近畿地方の外縁地域に分布していますが、近隣では加賀や丹後、近江、美濃に出土例があります。しかし全国的に見れば出土遺跡も出土点数も大変少なく、獅子塚古墳からの出土品も東京国立博物館所蔵の二点が知られるのみで、当時、大変な希少品で

あったことがうかがえます。事実、当時の須恵器生産の中心地である陶器窯跡群で角杯は出土していません。

遠くヨーロッパにルーツをもつ獅子塚古墳の角杯は、どの地域から伝わったものでしょうか。実は朝鮮半島でも慶州等の南東(古代には新羅や加耶という国があった)地域に、青銅や陶質土器で作られた五〜六世紀の角杯が多く分布しています。考古学研究で角杯が渡来系遺物と言われるゆえんです。

美浜町には獅子塚古墳の南方約二キロメートルに「興道寺窯」という六世紀から七世紀初め頃にかけて須恵器を作り続けた窯跡があります。昭和五四年に発掘調査がされ、色々な土器が見つかったり、灰原(土器捨て場)から六世紀初め頃の角杯形の土器が二十点以上出土しました。

日本では、興道寺窯跡と兵庫県明石市の赤根川金ヶ崎窯跡で角杯形須恵器が焼かれていたことが分かっています。獅子塚古墳の被葬者は新羅の地域と交流をもち、興道寺窯での須恵器生産に角杯を持ち込んだのでしょうか。古墳時代の耳川流域は「角杯の里」であったようです。



↑興道寺窯跡出土の角杯

興道寺窯で作られた角杯はどこに運ばれたのか、実は獅子塚古墳のほかによく分かっています。

興道寺窯で作られた角杯は表面にハケメ(木の板で擦った際に残る木目)が残っているという特徴があります。また、近江・小槻大社十号墳や美濃・陽徳寺裏山一号墳、そして丹後・大耳尾二号墳出土の角杯にも同様の痕跡が残っています。さて、興道寺窯跡から遠く運ばれたのでしょうか。興味は尽きません。

興道寺窯跡出土の角杯は、獅子塚古墳出土の副葬品とともに、この春、大阪歴史博物館の特別展「渡来人いざこより」に出品されました。大阪までの旅を終えると、七月からは美浜町歴史文化館の展示室に陳列の予定です。ぜひ当館でゆっくりとご観覧ください。

(美浜町歴史文化館)

文芸欄

俳句 文月(七月)

薫風にコーヒーの渦湧きにけり

田辺 粧洋 (日向)

田蛙に鳴きつつまれし一軒家

藤本 藤絵 (新庄)

日々変わりゆく故里の田植時

山田 世志男 (佐柿)

緑陰や薬師如来のやさしき瞳

楠 充代 (佐田)

山土の湖水ゆたかに花の昼

野原 方子 (久々子)

小鳥来る好みの枝があるらしき

山東 二郎 (佐田)

運動会雲はらう手になみだ雨

政岡 弘子 (久々子)

石仏いにしえ問わん五月晴

浅妻 みどり (大藪)

■くらしのカレンダー■

平成 29年 7月

1 (土)	8:30～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、肺・胃・大腸・前立腺がん検診] (はあとびあ) 10:00～浜開き式(久々子海水浴場) 13:00～レディース健診[生活習慣病予防健診、肝炎、肺・大腸・子宮・乳がん検診] (はあとびあ)	17 (月)	海の日 8:00～美浜町子ども会ミニバレーボール大会 (総合体育館)
2 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場) 9:00～カヌーで自然を満喫!! カヌー体験しませんか?(久々子湖) 10:00～コラボ★ほしまつり (美浜駅前・美浜町観光センター) 16:00～宗次郎オカリナコンサート(なびあす)	18 (火)	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)
3 (月)		19 (水)	8:30～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、肺・胃・大腸・前立腺がん検診] (はあとびあ) 13:30～母親学級(はあとびあ) 古紙 (東地区)
4 (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)	20 (木)	
5 (水)		21 (金)	9:30～保育園開放(せせらぎ保育園)
6 (木)	古紙 (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	22 (土)	13:00～みはま土曜歴史文講座(歴史文化館)
7 (金)		23 (日)	はったい地藏(宮代) 8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場) 8:00～花いっぱい運動(総合運動公園) 8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (~12:00 エコクル美方) 8:30～町民バレーボール大会 (美浜中学校体育館) 14:00～町民人権講座 映画「この世界の片隅に」 19:00～町民人権講座 映画「この世界の片隅に」 (なびあす)
8 (土)	弁天祭(久々子)～9日	24 (月)	
9 (日)	8:00～ハートフル朝市(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)	25 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ)
10 (月)		26 (水)	
11 (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～司法書士法律相談(はあとびあ)	27 (木)	13:00～1歳6か月児健診(はあとびあ)
12 (水)	10:15～育児講座「子育てについて」(子育て支援センター)※9頁参照 古紙 (北・南地区)	28 (金)	水無月祭(早瀬)～30日 10:00～ミニさくらんぼ(美浜町農村婦人の家)
13 (木)	10:00～6～8か月児教室(はあとびあ) 古紙 (河原市・南市・栄区)	29 (土)	第37回全日本中学選手権競漕大会 (県立久々子湖ボートコース)～30日
14 (金)	第30回ボートサミットin美浜(なびあす)～15日 9:30～保育園開放(あおなみ保育園) 10:00～ミニさくらんぼ(北西郷公民館)	30 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場)
15 (土)		31 (月)	
16 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場) 13:30～男声合唱団サミットinみはま2017 (なびあす)	7月の納税 [納期限 7/31(月)] ※納付は口座振替が便利です。 国民健康保険税(1期)	

- 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、6月16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



こんにちは
企画政策課です。

今月は美浜町の文化財についてお知らせしました。
広報担当になって3か月、町内各地の祭事や行事を取材させていたいただき、たがそれぞれの地域に個性があつて、非常に興味深く面白いものだと感じました。

私が住んでいる集落にも長年続いている伝統行事がいくつかあります。ここ数年、人口が減少していることもあつて、行事にかかる負担が大きくなってきていますが、こういう文化は「地域の宝物」として、引き継ぎ続けていきたいと感じました。(P)

▽表紙の写真

5月24日におおなみ保育園のくじら組の園児が佐田の田んぼで田植え体験をしている様子です。
園児たちは、田んぼのぬかるみに足を取られながらも、指導者の岡部さんや由利さん、生産地研修に来ていた株式会社MUGENの方に教わりながら元気に田植えをしていました。

人口の動き

人口総数	前月比
9,779人	(+ 5)
男 4,773人	(+ 2)
女 5,006人	(+ 3)
世帯数	
3,715世帯	(+11)
平成29年6月1日現在	