

↓ グルーガンを使って工作を楽しむ参加者



間伐材の活用方法を学ぶ  
**バイオマス利用講座**

8月25日に、バイオマス利用講座がきいばすで開催されました。

この講座は、バイオマスエネルギーについて理解を深めるために開催されたもので、参加した親子は座学を行った後、きいばす周辺の山に入り、間伐と木道作り体験を行いました。その後、きいばすに戻り、どんぐりや松ぼっくりを使った工作を楽しんでいました。

↓ ゲームコーナーで遊ぶ子どもたち



夏のお楽しみイベント  
**なびあすキッズDay**

8月18日に、なびあすキッズDayがなびあすで開催されました。

当日は、ジュニアリーダーズクラブや青少年美浜町民会議、美浜ライオンズクラブ等の協力のもと、輪投げや射的等のゲームコーナーやマルシェ、はしご車乗車体験が設けられ、訪れた子どもたちは、元気いっぱいに夏のイベントを楽しんでいました。

↓ 的に向かって放水する隊員（チーム）



万が一の災害に備えて  
**美浜地区自衛消防隊操法大会**

8月19日に、第23回美浜地区自衛消防隊操法大会が美浜消防署消防訓練場で行われました。

本大会は、地区や職域のチームに分かれ、災害発生時に使用する消火栓の操法技術を競うものです。出場した22チームの隊員は、迅速な消火の技術を披露し、日頃の練習の成果を発揮していました。大会結果は次のとおりです。

	男子消火栓操法・地区の部	男子消火栓操法・職域の部	女子消火栓操法の部
優勝	河原市区 河原市信友会チーム	関西電力(株) 原子力事業本部 自衛消防隊	美浜町社会福祉協議会 美浜町社協チーム
準優勝	山上区 山上自衛消防隊	(株)関電パワーテック 美浜事業所チーム	太田区 太田女子チーム
3位	久々子区 久々子チーム	関電プラント 美浜チーム	佐田区 SATA Let's Try!!チーム
特別賞	佐田区 佐田老人クラブチーム	関西電力(株) 美浜発電所Aチーム	関西電力(株) 美浜発電所Bチーム



まちウォッチング  
**atching**

↓ ファツィオリ F308 で課題曲を演奏する受講生



ファツィオリの音色が響きわたる  
**ポルタDe'ファツィオリ  
ファーストコンサート**

9月8日に、ポルタDe'ファツィオリの受講生によるコンサートがなびあすで開催されました。

このプログラムは、プロのピアニストによる本格的な指導により、ピアノに親しみ、個々の能力に合わせた育成を目指すものです。

訪れた約100人の観客は、受講生が奏でるファツィオリの音色に聴き入っていました。

↓ 激しい取り組みを見せる大人相撲



海上安全と豊漁を祈願  
**八朔祭礼**

9月1日から2日にかけて、八朔祭が恵比須神社(日向区)で行われました。

祭りでは、海上安全と豊漁を祈願し、魚やお神酒、太鼓の奉納等、さまざまな神事が執り行われました。

2日午後には、奉納相撲が行われ、大人と子どもがそれぞれ取り組みを行った後、赤ちゃん力士が土俵の土を踏み、無病息災を祈願しました。

↓ 五湖レンジャーによるお菓子まき



夏休みの特別イベント  
**わかさ東あきんどまつり**

8月26日に、わかさ東あきんどまつりがゆうあいひろばで開催されました。

このイベントは、地域振興や地元の人たちへの還元、郷土愛の育成等を目的として、わかさ東商工会が毎年開催しているものです。

当日は親子約2,000人が訪れ、大抽選会や体験イベント等で楽しいひと時を過ごしていました。

↓ 山口町長と話す米寿を迎えられた藤田勝さん(菅浜)



これからもお元気で！  
**すこやか長寿者訪問**

8月28日と29日の2日間、山口町長が88歳(米寿)と99歳(白寿)以上の方を訪問しました。

今年、町内で米寿を迎えられる方は、男性31人・女性47人の計78人、白寿以上の方は男性1人・女性14人の計15人です。

山口町長は、長寿を祝い記念品を手渡し「これからもお元気で」と言葉をかけていました。

健康・福祉・子育てに関する  
情報をお知らせします。



## 早寝早起きの習慣を つけましょう

**乳** 幼児期は、体内時計のリズムが整っていないので、周りの大人が整えてあげる必要があります。

1～3歳頃は、昼と夜の区別を身に付ける大切な時期です。理想的な睡眠時間は、午睡を含めて12～14時間とされていますので、夜は10時間を目安に眠り、不足分は午睡で補うよう心がけましょう。ただし、午後3時以降の午睡は夜の睡眠の質を悪くするので注意が必要です。どうしても眠ってしまった場合は、ぐずっても30分以内で起こすようにしましょう。

### 早く寝るための3つのポイント！

#### ①早く起きる

いきなり早く寝かせるのは難しいので、まずは早起きから始めましょう。

#### ②暗く静かな環境を作る

テレビやスマートフォン等から出る強い光は、脳に刺激を与え、寝付きにくい状態にします。これらの電子機器は、寝る30分～1時間前には消すよう心がけましょう。

#### ③毎日同じ時間、同じ流れで眠るよう促す

時間を決め、その時間が来たら眠る準備をしましょう。テレビを消す、寝室に移動する、絵本を読む等、同じ時間に同じことを繰り返すことで、脳に眠くなるサイクルができます。

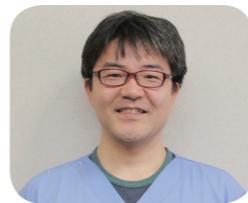
子どもにとっての睡眠は、脳を創り、脳を育て、脳を守る時間です。子どものよりよい成長のため、早寝早起きの習慣をつけ、よい睡眠のリズムをつけてあげましょう。

#### ※お問い合わせ先

子育て支援センター(担当・河村) ☎32-0192

## 認知症とのおつきあい (認知症サポート医の紹介)

自分(家族)が認知症ではないかと疑ったらどうしますか。一番多い答えは「まず、かかりつけ医の先生に相談する」だと思います。今回は、その後の一般的な経過についてご紹介します。



東部診療所 村寄医師

### まずは診断

認知症は、いくつかの問診や検査を行うことで診断されます。かかりつけ医では血液検査等が行われるでしょう。そして認知症の疑いが強いとなれば、脳の状態評価のために認知症疾患医療センター(専門医)を紹介受診し、脳波や画像検査(MRI)の上最終診断を受けて治療することになります。

### 治療と生活維持に欠かせない 認知症サポート医

治療は病状に合わせて薬を微調整したり、生活介助の見直し等を行います。治療薬の処方、かかりつけ医から受けながら、時には認知症サポー

ト医や専門医と連携(相談)してもらうこともあります。認知症サポート医は最近重要視されており、認知症に関する判断や治療、生活面について総合的にアドバイスを行う医師です。かかりつけ医や専門医だけでなく、行政や福祉サービス機関等とも連携しながら患者さんの課題に応えようとしてくれます。認知症専門医が少ない事への対策の一つとして期待されている医師なのです。

認知症の方は急増しており美浜町も例外ではありません。この記事をつきかけに、将来経験するかもしれない認知症とのお付き合い方法をイメージしてみてください。

#### ※お問い合わせ先

東部診療所(村寄医師) ☎37-2911

## 特定健診・がん検診は お済みですか？

町では、町内各地で各種集団健(検)診を実施しています。今年度の集団健(検)診の実施日は残り3日となりました。各種がん検診は500円で受診できますので、まだ検診を受けていない方や迷っている方は、早めに事前予約をして受診しましょう。

### ■集団健(検)診実施日・会場

日程	会場	時間	健診 (※)	肝炎 検査	がん検診					備考
					肺	胃	大腸	子宮	乳	
10月12日 (金)	はあとびあ	7:00～11:00				●	●			胃は完全予約制
		13:00～13:50					●	●	●	
10月16日 (火)	菅浜農業構造改善センター	10:00～10:30	●	●	●		●			
	竹波原子力防災センター	13:30～14:00	●	●	●		●			
	丹生公民館	15:00～15:30	●	●	●		●			
10月27日 (土)	はあとびあ	8:30～10:00	●	●	●	●	●			歯科健診を実施
		13:00～13:50	●	●	●		●	●	●	

(※) 特定(メタボ)健診、長寿健診、フレッシュ健診、一般健診

### ■集団健(検)診が受けられない方は個別健(検)診をご利用ください

町の健診会場では受けにくい方や日程が合わない方は、事前に町健康づくり課にお申し込みいただくことで、都合の良い日時に指定の医療機関で受診できます。

#### ※お問い合わせ先

町健康づくり課(担当・大井)  
☎32-6713

## 10月17日～23日は 薬と健康の週間です

### ◎重複服薬を防ぎましょう

重複服薬とは、複数の医療機関にかかっている場合に、同じ効能の薬が重複して処方され、それらを服用することです。重複服薬は、医療費が高額になるほか、体にも負担がかかります。次のことを心掛け、重複服薬を防ぎましょう。

### ①「かかりつけ薬局」を持つ

「かかりつけ薬局」とは、処方箋をもらったら、必ずそこで調剤をすると決めている薬局です。

複数の病院を受診した際に、服薬の重複や飲み合わせ等を確認してくれます。



薬は、病気やけがの治療に用いられますが、使用方法を間違えると効果が期待できなくなるばかりか、かえって副作用が現れることもあります。

### ②「お薬手帳」を活用する

「お薬手帳」とは、処方された薬の詳細を記録できる手帳のことです。薬の重複等をチェックできるので、薬局で手帳を見せるようにしましょう。手帳は1人1冊にまとめましょう。



### ◎ジェネリック医薬品を活用しましょう

「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」とは、特許期間が過ぎた新薬(先発医薬品)と同じ有効成分を含み、同等の効能・効果を持つ医薬品のことです。特許費が含まれないため、新薬より安価です。ただし、ジェネリック医薬品を使用する際は、医師や薬剤師の説明を受けてから使用するようにしましょう。

※お問い合わせ先 町健康づくり課(担当・大井) ☎32-6713  
町住民環境課(担当・大同) ☎32-6703

## 慶弔

8/1~8/31 受付分  
(敬称略)

### ◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
田中 優成	男	啓進・美奈	山上
北澤 藍佳	女	宏明・かおる	郷市
森山 朝葉	女	良樹・由記	久々子
平城 満大	男	博之・寛子	金山
和多田 紋人	男	誠・恵美	松原

### ◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
(島田) 雅俊 & 中村 知世	菅浜
佐々木 優介 & (清水) 聖子	佐田
岡部 晃 & (竹内) 彩夏	郷市

### ◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
坂井 豊一	金山	93	坂井 弘尚
雷井 美智子	早瀬	93	武長 詩子
竹阪 卓	南市	84	竹阪 美代香
西田 幸子	上野	84	西田 弥八朗

## わが家のアイドル



牛玖 哲也さん・美紀さん  
(金山)の長男  
**光希ちゃん(2歳6ヶ月)**  
ダンスとおしゃべりが大好きなこうちゃん。  
いつも楽しいおしゃべりで、笑わせてくれてありがとう！  
これからも、笑顔いっぱい元気に育ってね。

## 町人さん

第23回美浜地区自衛消防隊  
操法大会で優勝した

「河原市信友会チーム」の皆さん



(左から)  
辻 昌之さん  
高木 博之さん  
木下 達男さん  
北山 政道さん

\*優勝した感想を一言お願いします。  
今回は、優勝するためにこのメンバーが集まり、真剣に練習をし、本番で最高の操法ができました。優勝という結果にとても満足しています。自分たちの町は自分たちで守る。そのための防火意識の向上を地区全体に呼びかけていきたいと思ひます。

●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、10月10日(水)(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。  
●9月号の答え 五十谷  
●応募者総数は10人で9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。

## ふるさと昔話 よもやま話 (78)

第6回企画展  
「素描、興道寺廃寺跡」  
~塑像か、壁画か、土壁か~

8月11日から歴史文化館で始まった第6回企画展のテーマは「素描、興道寺廃寺跡」。興道寺廃寺跡や、周辺地域の近江や越前の古代寺院からの出土品を通じて、荘厳な古代寺院の姿を考える展覧会を開催中です。

さて、「篤く三宝を敬へ」とは、推古天皇12年、聖徳太子がつくったともいわれる憲法十七条の一部で、仏教で重んずる「仏」、「法(経典)」、「僧(僧侶、僧尼)」の三宝を敬うことが条文として記されています。

各地の古代寺院遺跡を発掘すると、三宝のうち「仏」に関するものが出土することがあります。例えば、金堂内の壁にせん仏(方形に整えた土に、小さな仏像がレ

リーフのように浮き出た土製品)をタイルのように張りつけたものがあります。古くに焼失した法隆寺金堂のように壁画が描かれた例も知られます。また、興道寺廃寺跡のように塑像螺髪(そごう)が出土した事例は全国で50例程度が知られていますが、塑像そのものが遺跡から発掘されることは稀で、土製ゆえに長く地中に埋蔵されると土に戻ってしまつたためといわれています。

今回の企画展では周辺地域の古代寺院から出土した「仏」関係資料を展示しました。高島市日置前廃寺出土の塑像、壁画片は日本でも数例しかない貴重な資料です。また、日置前廃寺や越前市・王子保窯跡群出土のせん仏は大変精緻な仏像が浮き出ています。ぜひ展示ケース越しにご覧いただければと思います。

ところで、かつて興道寺廃寺跡の金堂基壇の近くから土壁状の土製品が出土しました。一辺5センチメートル程度しか残っていない小さなものですが、平坦な面には薄く白土が塗られ、また顔料のように黒くすくんだ部分も残っています。また、側面にも平坦な部分が残っています。



↑興道寺廃寺跡の出土品  
(塑像か、壁画か、土壁か)

発掘調査当時は金堂内の壁画の一部や塑像の衣文(えもん)とも判断されましたが、壁画であれば大発見となることから、奈良大学保存科学研究所の西山要一教授にお願いし、顔料のように見える箇所(蛍光X線分析をしていただき)しました。例えばベンガラとなる酸化第二鉄が劣化して黒く残ったものとも考えられたのですが、科学的な分析の結果、顔料の付着を確認することができませんでした。

日本の塑像は心木の上に粗土、中土、仕上げ土、白土と順に細かい土を盛り付けて整形していくので、この土製品が塑像の一部である可能性も残されています。

今回の企画展で初めて公開される資料ですので、皆さんも塑像か、壁画か、土壁か、ご覧になつて一緒に考えていただければと思います。

(美浜町歴史文化館)

## 文芸欄

俳句 水無月俳句会  
湧き水の音の高まり秋に入る  
山東 二郎(佐田)

恐竜の育ちし里の入道雲  
田辺 粧洋(日向)

風筋の首にやさしく秋を知る  
山田 世志男(佐柿)

水澄みて湖の山影動かざる  
浅妻 みどり(大藪)

揚げ舟は朽ち曼珠沙華満開に  
野原 方子(久々子)

秋風やひとり暮しを訪ひ訪はれ  
森久 伍偉千(新庄)

町中の日溜りさみし風仙花  
政岡 弘子(大藪)

明日よりも今が大事と法師蟬  
楠 充代(佐田)

遠き日の思ひ出淡き合歓の花  
藤本 藤絵(新庄)

■くらしのカレンダー■

平成30年10月

1 (月)	8:00～福井しあわせ元気国体【ボート競技】 (県立久々子湖漕艇場)～3日	17 (水)	13:30～母親学級(はあとびあ) <b>古紙</b> (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)	19:30～町民人権講座(なびあす)
3 (水)		19 (金)	10:00～戦没者追悼式・追悼法要(はあとびあ)
4 (木)	<b>古紙</b> (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	20 (土)	13:30～みはま土曜歴史文講座
5 (金)	9:00～福井しあわせ元気国体【軟式野球】 (総合運動公園野球場)～6日、8日	21 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場)
6 (土)		22 (月)	
7 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場)	23 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ)
8 (月)	体育の日	24 (水)	
9 (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)	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)	9:30～保育園開放(みずうみ保育園) <b>古紙</b> (北・南地区)	26 (金)	10:00～ミニさくらんぼ(佐田公民館)
11 (木)	10:00～6～8か月児教室(はあとびあ) 13:30～育児学級(はあとびあ) <b>古紙</b> (河原市・南市・栄区)	27 (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) 9:00～みはま土曜歴史文講座 13:00～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、 肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん検診] (はあとびあ)
12 (金)	7:00～住民健診[胃・大腸がん検診] ※胃完全予約制(はあとびあ) 9:30～保育園開放(あおなみ保育園) 13:00～住民健診[大腸・子宮・乳がん検診] (はあとびあ)	28 (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)
13 (土)		29 (月)	
14 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場) 8:10～障害者スポーツ大会【ゲートボール】 (西郷健康ひろば屋内運動場) 8:30～ごみ(可燃・生・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方)	30 (火)	10:00～秋の地域運転者講習会(はあとびあ) 13:00～心配ごと相談(はあとびあ) 19:00～秋の地域運転者講習会(はあとびあ)
15 (月)		31 (水)	19:00～秋の地域運転者講習会(美浜東小学校)
16 (火)	9:30～保育園開放(せせらぎ保育園) 10:00～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、 肺・大腸・前立腺がん検診] (宮浜農業構造改善センター) 13:00～心配ごと相談(はあとびあ) 13:30～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、 肺・大腸・前立腺がん検診] (竹波原子力防災センター) 15:00～住民健診[生活習慣病予防健診、肝炎、 肺・大腸・前立腺がん検診] (丹生公民館)	10月の納税 [納期限 10/31(水)]※納付は口座振替が便利です。 固定資産税(3期)・国民健康保険税(4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、9月14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

福井しあわせ元気国体2018  
福井しあわせ元気大会2018



第73回 国民体育大会 / 第18回 全国障害者スポーツ大会 織りなそう 力と技と美しさ

人口の動き

人口総数	前月比
9,642人	(- 1)
男 4,729人	(+ 2)
女 4,913人	(- 3)
世帯数	
3,710世帯	(- 5)
平成30年9月1日現在	

※お詫びと訂正  
広報みはま9月号13頁「こくたいつうしんvol.10」のデモスポの大会結果で、3年生以下女子の部(3000)の氏名を「村彩華」と記載しましたが、正しくは「西川 芭奈」でした。関係者の皆様方にご迷惑をおかけしたことをお詫びし、訂正させていただきます。

▽表紙の写真  
9月2日に日向区で行われた、八朔祭の様子です。化粧まわしや紅白のはちまきを身に着けた赤ちゃん、力土に抱かれながら土俵に上がりました。

長かった酷暑もようやく一段落し、朝夕はすいぶん涼しくなりました。  
今月末からいよいよ国体が始まります。50年ぶりに福井開催となる大会の取材に携われるのは光栄と思う反面、プレッシャーも感じています。来月号では、国体の様子を読者の方にお届けできるよう、精一杯取材をしますので、会場で見かけましたら声をかけてください。(a)

こんにちは  
企画政策課です。