

↓歌碑の除幕を行う五木ひろしさん(右)と参加者たち



五木ひろしさんの名曲の歌碑が大野市に完成 「九頭竜川」歌碑除幕式

9月28日に、名誉町民である五木ひろしさんの「九頭竜川」の歌碑除幕式が大野市で行われました。式には、楽曲制作の際に五木ひろしさんと大野市との橋渡し役となった山口町長も出席し、歌碑が除幕されると参加者から大きな拍手が湧き起こりました。五木ひろしさんは、作詞者の故下地亜記子さんとのエピソードを紹介し「歌碑を作っていただき、とても嬉しく感謝の気持ちでいっぱいです」と話されました。

↓手回し発電機で発電した電気で走るライトを組み立てる参加者



きいばす秋の一大イベント きいばすフェスタ

9月15日と16日に、きいばすフェスタがきいばすで開催されました。会場では、9DVR体験や、バッテリーカーや走るライト等の工作体験、「黒ラブ教授」や「らんま先生」によるサイエンスショー等が開催されました。来場した親子約2,400人は、それぞれのイベントに参加し、「遊び」と「学び」を体験していました。

↓掘り起こした大きなさつまいもを持ち上げる園児たち



力を合わせて掘り起こそう あおなみ保育園芋掘り

9月28日に、あおなみ保育園園児によるさつまいもの収穫が「いきいき農園」(山上)で行われました。園児約50人は、大小さまざまなさつまいもを一生懸命掘り出していました。収穫したさつまいもの一部は、子どもたちがおやつに調理したり、給食の材料に使用したりしておいしくいただきます。

↓サイエンスショーで、色水が瞬間に透明に変化



↓映像に音と動きが連動し、仮想空間を体験できる9DVR体験



↓式典出席者によるテープカット



健康づくりの推進拠点として 健康楽膳拠点施設こるばが完成

9月22日に、美浜町健康楽膳拠点施設こるば(久々子)でプレオープン記念式典が行われました。式典ではテープカットや地権者等への感謝状の贈呈等が行われ、山口町長は「レストランや直売所を備えた当施設を活用し、食による健康づくりを一層推進していきたい」と述べました。こるばは、10月21日をもって一旦休業し、平成31年春に完成予定である県の体験ラボ等の整備と合わせてグランドオープンする予定です。

↓湖岸沿いのごみを清掃する参加者



国体の開催に向けて 三方五湖一斉清掃

9月23日に、三方五湖保全対策協議会主催による清掃活動が久々子湖と日向湖周辺で行われました。当日は、町内外の団体や生徒ら約370人が参加し、それぞれの持ち場に別れて久々子湖周辺のごみを拾いました。この日の清掃活動により、可燃ごみ約380kg、不燃ごみ約120kgを回収しました。

↓刈った稲を運ぶ子どもたち



収穫を体験! みはまYumYumPROJECT

9月16日に、みはまYumYumPROJECTの稲刈りが新庄の田んぼで行われました。子どもたちは、4月に種をまき、田植えや草刈り等を経て、今回、待ちに待った収穫を体験しました。今回収穫された米は、収穫祭で味わうほか「みはまナビフェス」でも販売(11月11日のみ)する予定です。



まちウォッチング
atching

↓町内で栽培された野菜類も販売



健康・福祉・子育てに関する情報をお知らせします。

プラス げんげん歩楽寿 推進強化月間活動報告

町では、今年度から、げんげん運動に野菜の摂取量の増加と運動をプラスした健康づくり「げんげん歩楽寿」に取り組んでおり、9月を『げんげん歩楽寿推進強化月間』と定めています。

今月号では、推進強化月間中、美浜町健康づくり推進協議会ワーキング部会(※)の委員が町内各地で実施した取り組みをご紹介します。

(※)…「運動班」「食事班」「健診班」「サポーター企業・飲食店班」で構成し、町民の皆さんに健康づくりの知識を普及し、実践者を増やすための活動をしています。

■「げんげん歩楽寿通信」を発行
げんげん歩楽寿に関する情報紙「げんげん歩楽寿通信」を作成し、9月に発行しました。



■企業でのPR

げんげん歩楽寿サポーター企業の関電プラント株式会社原子力事業本部を訪問し、運動やげんげん歩楽寿の情報共有等を行いました。今後も、企業・団体と一体になって、げんげん歩楽寿に取り組めるよう情報共有していきます。



↑ラジオ体操の正しい姿勢や体の動かし方を学ぶサポーター企業の社員

■街頭啓発

Aコープ美浜店・ローソン美浜河原市店・ゲンキー美浜店・健康楽膳拠点施設こるぱの4ヶ所で街頭啓発活動を行いました。委員らは、来訪客に「げんげん歩楽寿通信」やティッシュ等を配りながら声をかけ、野菜摂取と運動の大切さをPRしました。



家族のため自分のために生活習慣を見直し、健康づくりに取り組みましょう。

※お問い合わせ先
町健康づくり課(担当・中西)
☎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ってきました。

小さい子どもは新陳代謝が高く、動きまわるとすぐに体温が上がるため、汗をかきやすくなっています。大人が「寒い」と判断して子どもに厚着をさせると、すぐに汗をかいてしまい、汗がひくと体温が奪われ、風邪をひくこともあります。



体温調整の機能が未発達な幼児には、気温の変化や体調に応じて、衣服の調節がしやすいように、カーディガンや防寒着等の羽織を一枚用意してあげましょう。

※お問い合わせ先
子育て支援センター(担当・河村) ☎32-0192

子育てについてのご相談をお受けします

子育て中は、子どもの健康や発達、しつけ、友達関係等、心配ごとや悩みごとはつきません。

センターでは、子ども(※)の子育てに関する相談を随時受け付けています。「こんな時どうすればいいの?」「こんなことをするのは、うちの子だけ?」と不安や心配になった時は、センターまでお気軽にご相談ください。

(※)…18歳まで

■相談日 平日(電話・メールでの相談も可)

■時間 午前9時～午後4時

■メールアドレス
kosodate@town.fukui-mihama.lg.jp

睡眠時無呼吸症候群

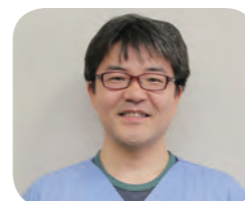
今回は、日本に300万人ほどの潜在患者がいるといわれている「睡眠時無呼吸症候群」を紹介します。

睡眠時無呼吸症候群の症状と原因

10秒以上呼吸が停止している状態を無呼吸といいます。夜寝ている間に1時間あたり5回以上の無呼吸があるか、または1晩の睡眠(約7時間)の間に無呼吸が30回以上ある場合を睡眠時無呼吸症候群といいます。

症状は、日中の強い眠気や倦怠感、集中力の低下、起床時の頭痛等があります。発症年齢は40代から50代の男性に多く、働き過ぎ等による疲労と見過ごされている場合も多いようです。日中に車の運転をする機会の多い方や運送業、公共交通機関の運転手等にとっては事故の原因にもなりかねません。

睡眠時無呼吸症候群の原因で一番多いのは、のどの周りにつきすぎた脂肪(肥満)です。また、日本人は、扁桃腺が大きいことや、顎が小さく舌が後



東部診療所 村寄医師

ろに押し下がるような状態である事も原因となります。生活習慣病とも関係しており、肥満傾向の方や、いびきが大きい方は一度確認を要します。医療機関では、一晩モニターを付けて眠ることで無呼吸があるのかを確認し診断します。

治療は細い気道を拡げることが基本ですが、肥満が原因だと、すぐには改善できないことも多く、眠る時にだけ特殊な機器とマスクを装着し気道に空気をかけ痛みなく広げる方法が主です。

これから夜が長くなります。より良質な睡眠を確保するために、ご家族に自分の睡眠状態を確認していただいてはどうでしょうか。

※お問い合わせ先
東部診療所(村寄医師) ☎37-2911

幼児・児童と高齢者のインフルエンザ予防接種費用の一部を助成します

実施期間:平成30年10月15日(月)～平成31年1月31日(木)

(この期間以外に接種した分については、助成の対象になりませんのでご注意ください。) ※対象者には、接種券を送付しています。

■幼児・児童

【対象】平成18年4月2日～平成29年12月31日
生まれで、接種日に満1歳以上の人
※誕生日が平成29年10月16日以降の方は、満1歳になってから通知します。

【助成額】1回の接種につき1,000円
(2回接種分まで)

■高齢者

【対象】昭和28年12月31日までに生まれ、
接種日に満65歳以上の人
※誕生日が昭和28年10月16日以降の方は、
満65歳になってから通知します。

【助成額】自己負担額(1,800円)を超えた額
(1回接種分のみ)

- ★インフルエンザは、気温が下がり、空気が乾燥し始める時期から流行します。手洗いとうがいを徹底しましょう。
- ★予防接種を受けてから効果が出るまでには、約3週間かかります。早めの接種を心がけましょう。
- ★流行時には、人混みを避け、マスクをしましょう。



慶弔

9/1~9/30 受付分
(敬称略)

◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
小部 百生	女	彰一郎・律子	栄

◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
高田 直生 & (青木) 優唯	日向

◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
岸上 浩之	佐田	57	岸上 厚子
出村 静榮	日向	91	出村 茂
高木 まさ	新庄	94	高木 利春
行方 幹雄	金山	77	行方 美代
藪ノ内 昌雄	興道寺	94	藪ノ内 太喜
山瀬 清子	丹生	98	山瀬 般宏
高木 フミ子	新庄	81	高木 雅弘
吉長 文子	南市	82	吉長 克彦
原田 力	上野	88	原田 克美
田村 スミ	興道寺	100	田村 昌己
藤田 律子	佐柿	86	藤田 喜一郎
山脇 春江	栄	82	竹本 三代一
北山 広美	河原市	48	北山 進一
中嶋 三郎	興道寺	91	中嶋 敏彦
酒谷 弘	日向	83	酒谷 弘子

わが家のアイドル



松崎 一さん・信子さん
(河原市)の長男
奏大ちゃん(1歳1ヶ月)
9月で1歳になりました☆
少しずつ立つ練習をしてるよ♪
最近のマイブームは「もしもし」の
ポーズ★お名前呼ばれたらお返
事もできるようになったよ♡
スイミングを始めたのでこれか
ら楽しみながら頑張るぞー(^^)

町人さん



美浜町オリジナル婚姻届を
利用し届出された
高田 直生さん
優唯さん
(日向)

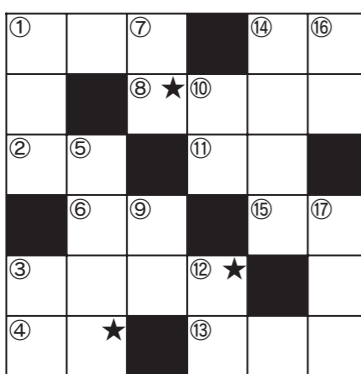
***オリジナル婚姻届を使用した理由と感想を教えてください。**
婚姻届を役場に頂きに行った際にオリジナル婚姻届があることを知りました。幼いころからたくさん遊びに行っていた水晶浜が綺麗に写っていたので使用しようと思いました。
10年目の記念日の2人の記録を残せるようになっていて、32歳になった私たちが何を書か楽しみです。
***今後、どのような家庭を築いていきたいですか。**
家族みんなが幸せだと思えるような、毎日笑顔の絶えないホットな家庭にしたいです。

●応募方法
★印のマス内の文字を並べ替えると土地・地区・場所の名称ができます。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。

締切りは、11月12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
【QRコード】

●10月号の答え 金山
●応募者総数は18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。

みはま・ハートフルクイズ



こたえ ○○○

- ーよこカギー**
① 美浜町で開催された国体の競技
② 幼馴染を意味する言葉「竹馬の○○」
③ 美浜町等で開催された国体の競技「○○○○野球」
④ 無視して相手にしないこと「○○にも掛けない」
⑤ 大気中の水滴等で視界が悪くなる現象
⑥ スゴロクには欠かせません
⑦ 竹や梅とともにめでたい取り合わせとされる
⑧ 人を高所に運ぶためのいすの乗り物
⑨ 70歳のこと
⑩ パラにある固くて先のとがった突起物
- ーたてカギー**
① 電圧の単位
② 新星や豊水といった品種がある果物
③ ムササビに似たリス科の哺乳類
④ 高知県の旧国名
⑤ 熱帯の植物。ココ○○やナツメ○○が有名
⑥ リビングルーム
⑦ 大気中の水滴等で視界が悪くなる現象。よこ⑥より濃い
⑧ 耐熱性で深みのある円形や楕円形の器
⑨ 1000倍を意味する接頭辞
⑩ 美浜町で開催された障スポの競技「○○○ボール」

昔話とふるさと よもやま話 (79)

幕末明治 福井150年博

幕末明治福井 150年博記念(2)
～幕末佐柿と水戸天狗党～

福井県内で開催中の『幕末明治福井150年博』。若狭国吉城歴史資料館では、10月20日(土)から同博関連企画展(後期)『幕末佐柿と水戸天狗党』を開催しています。

19世紀以降、異国船の来航が頻繁になると、幕府や海岸を持つ諸藩は「海防」意識が高まり、各地の海岸や港に台場や砲台が築かれました。小浜藩でも、日本海に面する長大な若狭湾の各所に築いています。美浜町域では和田や早瀬に台場が築かれ、一朝有事の際は、佐柿陣屋(享和3年(1803))、「町奉行所」から「陣屋」に改める(から出兵することになっていました)。

しかし、ペリー来航とその圧力で幕府が開国に踏み切ると、開国を

批判する人々は、朝廷(天皇)を尊び、諸外国を打ち払う「尊王攘夷」を旗印に、幕府を支持する「佐幕」派と激しく対立するようになりま

す。一方、福井藩主松平春嶽等は、朝廷と幕府が一体となって難局に当たろうという「公武合体」を模索します。その三つ巴の動乱に佐柿も関わっていくのです。

元治元年(1864)、尊王攘夷実現のため、常陸国筑波山で挙兵した水戸天狗党(水戸浪士)は、関東を脱して京都に滞在する一橋慶喜(水戸藩出身、後の第15代将軍徳川慶喜)に訴えるため、京都を目指しますが、幕府軍の追撃を受けて越前国敦賀の新保宿で加賀藩に降伏しました。この時、小浜藩は敦賀包圍の兵の他、佐柿陣屋に後詰の兵を配置していました。

幕府に引き渡された水戸浪士らは、苛烈な扱いを受け、慶応元年(1865)、首領の武田耕雲斎以下353名が斬首となり、137名は遠島、その他は水戸藩預けや追放の処分が下りました。

遠島の者は、敦賀で謹慎していましたが、翌年沙汰済み(中止)となり、小浜藩に預けられました。藩では、浪士らを藩士同様に扱い(准藩士)、佐柿陣屋の門前に屋敷を新築して移しました(准藩士屋



↑ 150年博幟が翻る准藩士屋敷跡

敷)。浪士らは、佐柿で1年弱程ですが平穏な時を暮らし、慶応4年(1868)、朝廷より水戸帰藩を命ぜられました。最近、酒井家文書の水戸浪士関連文書の解読が進み、佐柿に滞在した浪士たちの様子や小浜藩の対応、佐柿に来てから亡くなった浪士3名が徳賞寺に葬られたこと等が明らかになりました。

今季企画展では、小浜藩の海防と佐柿陣屋の役割、敦賀で降伏した後、佐柿にやってきた水戸浪士たちの動向等を文献資料等でご紹介します。

(若狭国吉城歴史資料館)

文芸欄

川柳

ひとり来た道ひとりおりかえす
松井 とし子 (郷市)

降りつづく少しの晴れ間笑う服
片板 慶子 (郷市)

クラス会音痴の歌で盛り上がる
山路 義隆 (太田)

世界一周ひとり楽しむ地図の上
酒谷 文子 (日向)

秋の空生きる力をもらってる
田邊 初穂 (河原市)



■くらしのカレンダー■

平成30年11月

1 (木)	古紙 (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	17 (土)	みはまナビフェス2018健康福祉部門～18日 (はあとびあ) ハートフルウォーク(はあとびあ)
2 (金)	みはまナビフェス2018文化部門～4日 (なびあす)	18 (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)
3 (土)	文化の日 9:00～町政功労者表彰式(なびあす) 10:00～読書感想文コンクール表彰式(なびあす)	19 (月)	
4 (日)	8:00～ハートフル朝市(久々子水神公園広場)	20 (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)
5 (月)		21 (水)	古紙 (東地区)
6 (火)	9:30～保育園開放(あおなみ保育園) 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)	22 (木)	13:00～1歳6か月児健診(はあとびあ)
7 (水)		23 (金)	勤労感謝の日 13:30～美浜町青少年育成研修大会・ 美浜町PTA研修大会(なびあす)
8 (木)	10:00～1歳児教室(はあとびあ) 古紙 (河原市・南市・栄区)	24 (土)	
9 (金)	9:30～保育園開放(せせらぎ保育園)	25 (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)
10 (土)	みはまナビフェス2018産業部門～11日 (町役場特設会場)	26 (月)	
11 (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)	27 (火)	13:00～心配ごと相談(はあとびあ)
12 (月)	9:30～保育園開放(みずうみ保育園)	28 (水)	
13 (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)	29 (木)	
14 (水)	19:00～町民人権講座(なびあす) 古紙 (北・南地区)	30 (金)	10:00～ミニさくらんぼ(けやき台第1集会所)
15 (木)		11月の納税 [納期限 11/30(金)]※納付は口座振替が便利です。 国民健康保険税 (5期)	
16 (金)	10:00～ミニさくらんぼ(南西郷公民館)		

●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



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
9,616人	(-26)
男 4,711人	(-18)
女 4,905人	(-8)
世帯数	
3,699世帯	(-11)
平成30年10月1日現在	

▽表紙の写真
福井しあわせ元気国体のボート競技に出場した福井県選抜の選手の皆さんです。
選手たちは競技の疲れを感じさせない笑顔で、男女総合5連覇を喜びあっていました。

今月号は、福井しあわせ元気国体・障害者スポーツ大会についてお知らせしました。
競技の実施日に合わせるかのように台風が接近し心配しましたが、一部日程の変更があったものの、無事全ての競技が行われホッとしています。
ボート競技では男女総合5連覇、女子総合3連覇という快挙を成し遂げました。私も決勝戦の様子をカメラに収めるため、会場にいましたが、持てる力のすべてを出して艇を漕ぐ姿に感動しました。(P)

こんにちは
企画政策課です。