

家族が新型コロナウイルス 感染を疑われたら？

県内でも多発している新型コロナウイルスへの感染ですが、家族間の接触による感染事例が多く見られます。家庭内での感染拡大リスクを下げるため、次の8つのポイントに気を付けて生活しましょう。

※お問い合わせ先 町健康福祉課(担当・幸光) ☎32-6713
【感染症に関すること】

健康・福祉・子育てに関する
情報をお知らせします。

■家庭内で注意すべき8つのポイント

- 部屋を分けましょう
 - ・感染が疑われる方は、個室にしたうえで極力部屋から出ないようにしましょう。
- マスクを着けましょう
 - ・使用したマスクの持ち出しやマスク表面への接触を避け、外した後は手洗いを徹底しましょう。
- こまめに手を洗いましょう
 - ・こまめに手を洗い、アルコール消毒をしましょう。
 - ・目や鼻、口等を手で触らないようにしましょう。
- 換気をしましょう
 - ・共有スペースや各部屋の窓を開け放しにする等、定期的に換気をしましょう。
- 手で触れる共用部分を消毒しましょう
 - ・ドアやトイレ、洗面所等をこまめに消毒するとともに、タオルの共用等を避けましょう。
- 汚れたリネン・衣服を洗濯しましょう
 - ・感染が疑われる方の衣服・リネンを洗濯する際は、手袋・マスクを着けましょう。
- ごみは密閉して捨てましょう
 - ・鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てましょう。
- 感染が疑われる方の世話は限られた方でしましょう
 - ・基礎疾患のある方や妊婦の方等が、感染が疑われる方の世話をするのは避けましょう。

自宅で簡単エクササイズに挑戦！

新型コロナウイルス感染症の影響で外出が減り、運動不足になっている方が多いのではないのでしょうか。今月号では、自宅でできる簡単エクササイズについてご紹介します。MMネットでも放送された内容ですので、ご家族で楽しみながら体を動かしてみましょう！

【3月31日(火)~放送分】

- 講師：ミズノスポーツサービス(株) 水江 真也 先生
- ①リズムジャンプ
 - リズムに合わせてジャンプ！腕と足を開いたり閉じたりを繰り返そう！
 - ②タオルキャッチ
 - タオルボール(タオルを結んだもの)を体全体で投げてキャッチしよう！



【4月3日(金)~放送分】

- 講師：JFAA認定インストラクター 松矢 真由美 先生
- 少し負荷が強く、ウォーミングアップからクールダウンまで汗を流せます！



上記の内容は、MMネットのHP内「過去の番組を検索する」から視聴できます。
HP：https://www.mmnet-ai.ne.jp/lineup/



QRコード

赤ちゃんが「泣く」ということ

人間の赤ちゃんは、他の哺乳類に比べて生まれてきたときには未熟で、誰かの助けを借りなければ生きることができない存在です。思うように体を動かしたり言葉と話したりできないため、泣くことで自分の気持ちや要求を発信するのです。こうした要求を温かく受け止めてもらえることで、赤ちゃんは安心し、自分を守る人がいることを理解していきます。

「泣く」ということは、何かを伝えようとする合図であり、コミュニケーションの出発点なのです。

■どうして泣いているの？

新生児のころの「泣く」は、暑さや空腹、生理的不快等を訴えていることが多いといわれています。月齢が進むにつれ、単純な理由だけでなく、甘えや寂しさなど感情を表現する泣き方も増えていきます。よく泣く赤ちゃんを「泣いてばかり…」と放っておくと、人への関心が薄れてしまい、だんだんと泣かなくなることもあります。泣けば来てもらえるという気持ちを感情表現を育てていけるといいですね。



■泣いたらどうすればいいの？

まずは、赤ちゃんが欲しがっているもの(授乳、オムツ交換、だっこ等)を確かめてみましょう。それ以外に、ドライブの心地よい振動や、ビニールをクシャクシャさせた音等、その赤ちゃんに合わせた方法を試してみると良いですね。泣き止まないこともあります。泣き止ませようと思いつめず、お母さん自身がリラックスして過ごすことを心がけましょう。「泣く」ということは、赤ちゃんのコミュニケーションです。「泣く」を通して、赤ちゃんがたくさん気持ちを通い合わせましょう。

※お問い合わせ先 子ども・子育てサポートセンター(担当・河村) ☎32-0192

成年後見制度ってどんな制度なの？

認知症や知的障害、精神障害等の理由により判断能力が不十分とされる人は、介護・福祉サービスを利用するための手続きや不動産・預貯金等の財産管理が難しい場合があります。

こうした状態にある人を、保護・支援するのが成年後見制度です。さまざまなケースで活用できる制度ですので、活用を検討されている方は町健康福祉課までお問い合わせください。

さまざまなケースに応じて活用できます

●法定後見制度 ～今すぐに支援が必要な人～

判断能力が不十分な人を支援する制度です。法定後見制度では、本人の判断能力の程度によって3つ類型に分けられます。

後見 ほとんど判断ができない人

例)・判断がしっかりしているときがほとんどない
・一人ではほとんど何もできない 等

保佐 判断能力が著しく不十分な人

例)・買い物等、日常生活で支障が出ることが多い
・判断がしっかりしているときもある 等

補助 判断能力が不十分な人

例)・物忘れが多くなった
・自分の判断に自信が持てなくなった 等

●任意後見制度 ～将来の不安に備えたい人～

判断能力を十分に有している人が、将来的な認知症等の不安に備えて、あらかじめ、サポートしてもらう代理人(任意後見人)と内容を決めておく制度です。

例)・将来、認知症等で判断能力が低下した場合に備えておきたい
・知的障害のある子どもについて、親が面倒を見られなくなった後の暮らしが心配 等

※お問い合わせ先
町健康福祉課 地域包括支援センター
(担当・藤木) ☎32-6704

慶弔

3/1~3/31 受付分
(敬称略)

◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
澤 八麻斗	男	健志郎・寿恵	佐田
北浦 陽向	男	寿・奈津美	佐田
阿部 日葵	女	大起・楓香	木野
舩路 智衣	女	智寛・麻衣	佐柿
藤本 悠秀	男	秀大・成羅	佐田
金田 理玖	男	充喜・百美	山上
田村 彩葉	女	央泰・容子	金山
堀川 可弥	女	典彦・美紗	久々子

◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
福田 新八 & (楠) 美穂	郷市
志賀 慎一 & (長谷川) 久美子	日向

◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
仲島 政美	栄	75	仲島 太一
高橋 伴江	北田	70	高橋 英夫
上條 貴久恵	河原市	96	上條 悟
塚原 勇	興道寺	91	塚原 幹雄
田邊 巖二	山上	89	田邊 仁康
佐竹 薫	麻生	95	佐竹 宗和
山口 和枝	早瀬	87	山口 照夫
小林 つね子	新庄	103	小林 勝海

わが家のアイドル

平良 忍さん・志織さん
(佐田)の長男 **はやと 颯音ちゃん** (2歳6カ月)



おさるのジョージと車
が大好き♡
いつも駆け回って元気
いっぱい!!
これからもたくさん楽
しい思い出作ろうね♡

町人さん

地元の伝統を次代に継承するため
さまざまな取り組みを行う
佐田伝統文化保存会 会長の



中道 健三さん (佐田)

* どのような思いから活動を始められましたか。

郷土の踊りや料理等が高齢化によって失われつつあった中で、こうした伝統を次代に受け継いでいきたいという思いから活動を始めました。現在は活動8年目で、会員数は42名になります。

* 今後の活動について教えてください。

踊りや料理、遊び等の継承活動は、これからも続けていきたいです。また、新たな取り組みとして、佐田に言い伝えられてきた「佐田の七不思議」スポットに看板を設置し、地元内外の方にPRしていきたいです。

みはま・ハートフルクイズ

①		②		③	
	⑧				
⑦★		⑪		⑨	④
	⑩	★			
⑥	★		⑤		

●キーワード

- ① 5月5日。「〇〇〇の日」
- ② 糸状の海藻。食酢とあえて食べる方法が主流
- ③ 佐柿にあった山城。「〇〇城址」
- ④ ヨーロッパ原産の多年草。花かんむりやクローバー等で有名
- ⑤ 人生の禍福は予想できないという意味。「〇〇が馬」
- ⑥ 泡のように、はかなく消えやすいという意味
- ⑦ 水田に稲の苗を植えること
- ⑧ 強い緑を帯びた宝石
- ⑨ 牌を並べて列を作った後倒す遊び
- ⑩ 昔からの習慣・決まりのこと
- ⑪ 食材を加工し、食べ物を作ること

●応募方法

キーワードをとり、しりとりをしながら右回りにことばを入れてください。
★の中の文字を並べ替えると、美浜町の地区か場所かイベント名ができます。

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。

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、5月8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。

●4月号の答え 北田
●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。

ふるさと昔話 (97)

「御城印」って知っていますか?
~春の若狭国吉城歴史資料館~

近年は、空前のお城ブームといわれています。平成29年に「続日本百名城」に選定された佐柿の国吉城址にも、平日、休日問わず全国各地からたくさんの方が見学者がやっています。

近年のお城ブームは、昔のブーム(※)とは違い「本物志向」といわれています。つまり、国吉城址のような建物も何も残っていない、戦国時代の風情が色濃く残る城跡を巡るのです。天守から踏み込んで、戦国武将と同じように現地に残る跡地に佇み、そこに秘められた戦国ロマンを感じようとしているのでしょうか。

※木造、鉄筋コンクリート製問わず、復元された、想像で建てられた天守・建物を「お城」と呼び、お城風建物が全国各地に建てられました。

そうした近年のお城ブームによって、老若男女に注目されているのが「御城印」です。

「御城印」とは、端的にいえばお城の御朱印ですが、お寺や神社で参拝して頂く、お札の化身である御朱印とは性質が異なります。

「御城印」は、はがきサイズの半紙等にお城の名前や武将の名前等が記されており、城主の家紋やお城の代名詞のような一言を朱印や金印で押すものです。御朱印スタイルで定型化していることから「御城印」「御城朱印」「来城記念符」「登城符」等、各地のお城で名称はバラバラですが、統一性・コレクション性の高い、お城の共通アイテムとなっており、御城印を取める「御城印帳」も発行されています。

「御城印」の歴史は意外に古く、お土産やお城を訪れた記念品として平成の初め頃から一部で存在しており、この2、3年で全国に広がりました。特に、昨年の平成から令和への改元記念を機に爆発的に発行が増え、現在までに少なくとも全国で200城以上、300種類以上の御城印が発行されています。

ちなみに、国吉城の「御城朱印」(当館での名称)は、県内では最初

に発行されています。その後、大野城や一乗谷城、丸岡城、金ヶ崎城でも発行されました。各城とも、季節やイベント等に合わせた印字を変えるなど、オリジナルの御城印を発行しています。このような取り組みは、全国の各地のお城においても行われており、御城印特集が掲載された雑誌や、専門書籍も数多く発行されています。

若狭国吉城歴史資料館では、全国の御城印を展示・紹介しています。小さい中にも城の歴史やロマンスが垣間見える御城印。皆さんも、春から御城印集めを始めませんか?

(若狭国吉城歴史資料館)



↑国吉城の令和2年版御城朱印

文芸欄

川柳

余生です世の流れに逆らわず

山路 義隆 (太田)

ハンカチに包んで帰る兎の宝

福嶋 恭子 (郷市)

いびつでも母の作った握り飯

浅田 恵美子 (金山)

お日さまの匂ひふんわりバスタオル

酒谷 文子 (日向)

花時計くるった事はないですか

川尻 登志子 (菅浜)

頼まれていやとは云えず軽い票

片板 慶子 (郷市)

振り向けば母にそっくり私です

松井 とし子 (郷市)

朗報がわたしの心軽くする


長谷川 美代子 (中寺)

八月の空に折り鶴千羽飛ぶ

田邊 初穂 (河原市)

■くらしのカレンダー■

1 (金)		連休中のごみ収集・受入れは 18頁をご覧ください。	17 (日)	8:00～ハートフル朝市 (久々子水神公園広場)
2 (土)			18 (月)	
3 (日)	憲法記念日 8:00～ハートフル朝市 (久々子水神公園広場)		19 (火)	13:00～心配ごと電話相談(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)
4 (月)	みどりの日		20 (水)	古紙 (東地区)
5 (火)	こどもの日		21 (木)	13:30～育児講座「ベビーマッサージ講習会」 (子育て・子育てサポートセンター)
6 (水)	振替休日		22 (金)	10:30～育児講座「親子ふれあい遊び」 (子育て・子育てサポートセンター)
7 (木)	古紙 (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)	23 (土)		
8 (金)		24 (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)	
9 (土)		25 (月)		
10 (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)	26 (火)	13:00～心配ごと電話相談(はあとびあ)	
11 (月)		27 (水)		
12 (火)	13:00～心配ごと電話相談(はあとびあ)	28 (木)		
13 (水)	古紙 (北・南地区)	29 (金)	10:30～育児講座「言葉の発達を促すかわり方」 (子育て・子育てサポートセンター)	
14 (木)	狂犬病予防注射※17頁参照 古紙 (河原市・南市・栄区)	30 (土)		
15 (金)	10:30～さくらんぼひろば「春のおさんぽ」 (子育て・子育てサポートセンター)	31 (日)		
16 (土)		5月の納税 [納期限 6/1(月)] ※納付は口座振替が便利です。 固定資産税 [1期]・軽自動車税 (種別割)[全期]		

- 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、4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

人口の動き

人口総数 前月比
9,324人 (-25)
男 4,570人 (-8)
女 4,754人 (-17)
世帯数
3,672世帯 (+5)
令和2年4月1日現在

▽表紙の写真
早瀬区にある岳山山頂の桜です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、町民の皆さんは不要不急の外出を自粛されているかと思えます。ゆっくりと景色を見る機会も少なくなっているため、写真を通して、少しでも春を感じていただければと思います。

こんにちは
まちづくり推進課です。
今月号では、子育てに関する町の計画や取り組みについて紹介しました。子育てに関する総合的な窓口として、子ども・子育てサポートセンターをご活用していただければと思います。
4月にオープンした同センターですが、福井県内にて新型コロナウイルスの感染が拡大している影響で、その他公共施設も含めて休館となっています。小さな子どもがいらっしゃる家庭では子育て施設や学校が休止している影響で、苦労されているかと思えます。
当面の間、外出の自粛等が続きます。感染を収束させるためには、一人一人が危機意識を持って行動することが重要となります。不要不急の外出を控え、家の中での楽しい過ごし方を探してみませんか。(規)