

広報
ABU

あぶ

3

May. 2017

100年続く

伝統の味を思い出に

〜阿武小6年生が蒸気船まんじゅう作りを体験〜



- 阿武町栄光文化賞・阿武町っ子栄光賞
- まごの話題
- 新1年生の夢紹介

P2・3
P6・7
P12・13

発行 ●阿武町役場 編集 ●阿武町役場総務課 Tel.08388-2-3111
URL ●<http://www.town.abu.lg.jp> 印刷 ●(有)松陰堂印刷所

No. 549

平成29年3月17日

『阿武町栄光文化賞』、『阿武町っ子栄光賞』授与式

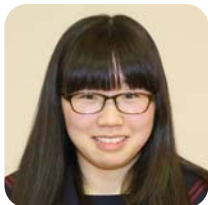
文化・芸術・運動・緑化に活躍した 1団体と個人12人が受賞

2月25日
町民センター



阿武町栄光文化賞

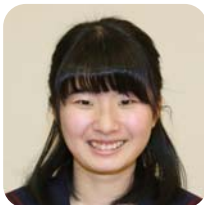
★合唱



増田 菜々子
(萩高等学校
2年・下笹尾)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

★合唱



高橋 芽生
(萩高等学校
2年・西の二)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

★合唱



高橋 瑠生
(萩高等学校
2年・西の二)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

★合唱



池埜 紘太郎
(萩高等学校
2年・金社)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

平成28年度第34回「阿武町栄光文化賞」および「阿武町っ子栄光賞」授与式が2月25日、町民センターで行われました。

今年度は合わせて1団体と個人12人が受賞。栄光文化賞では合唱で全国大会に出場した萩高等学校合唱部に所属する2年生4人と1年生2人、全日本緑化コンクールで準特選を受賞した福賀小学校に栄光文化賞が贈られました。

また、阿武町っ子栄光賞では、酒巻惺生さん(阿武小2年)が山口県スプリント水泳競技大会男子50m自由形小学2年生以下の部において優勝するなどの活躍で受賞しました。

式では、栄光文化賞を中村町長が、阿武町っ子栄光賞を小田教育長が受賞者一人ひとりに賞状と記念のトロフィーを贈ったあと、式辞を中村町長、祝辞を小田教育長、末若議会議長がそれぞれ述べました。そして、受賞者を代表して高橋芽生さんが「名誉ある賞をいただき光栄です。これからも努力を積み重ね、地域に貢献できるよう頑張りたい」とお礼の言葉を述べました。

なお、今回の受賞者は次のとおりです。(順不同・敬称略)

おめでとうございます

★栄光文化賞

学校教育、社会教育などにおける芸術、文化、科学技術、体育などの活動を振興するため、当年度において全国規模で優秀な成績を収めた個人または団体に対して、その功績をたたえ奨励する意味で授与する賞。(昭和59年1月設立)

★阿武町っ子栄光賞

町内小中学校の児童・生徒、または団体を対象に、体育部門、文化部門、諸活動部門などで、県レベル以上の大会やコンクール、発表会などで優秀な成績を収めた「阿武町っ子」の功績をたたえ授与する賞。(昭和58年4月設立)



お礼の言葉を述べる高橋芽生さん

★緑化活動



福賀小学校

平成28年度全日本学校関係緑化コンクールにおいて、「準特選」(国土緑化推進機構会長賞)を受賞。



福賀小の取り組みを説明する中野琥博くん

★合唱



末益 泰仁
(萩高等学校
1年・寺東)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

★合唱



中村 龍人
(萩高等学校
1年・西の二)

第83回NHK全国学校音楽コンクールにおいて、「優良賞」を受賞。第67回全日本合唱コンクール全国大会において、「銅賞」を受賞。

阿武町っ子栄光賞

★個人・文化部門



小野 綾香
(阿武小学校
3年・寺東)

平成28年度歯の保健思想普及のための児童・生徒の作品募集において、山口県歯科医師会会長賞を受賞。

★個人・文化部門



蟹谷 栄仁
(福賀小学校
2年・宇生賀中央)

第62回山口県読書感想文コンクール低学年課題図書の部において、優秀賞を受賞。

★個人・体育部門



酒巻 成
(阿武小学校
5年・寺東)

第36回山口県小学校通信水泳競技大会男子100m自由形小学校5年の部において、準優勝。

★個人・体育部門



酒巻 俐生
(阿武小学校
2年・寺東)

第17回山口県スプリント水泳競技大会男子50m自由形小学2年以下の部において、優勝。

★個人・文化部門



水津 香乃
(阿武中学校
3年・水ヶ迫)

第57回山口県幼児児童生徒版画作品展において、推奨を受賞。

★個人・文化部門



松本 彩里
(阿武小学校
5年・宇田中央)

「ふるさとの田んぼと水」子ども絵画展2016において、入選。

受賞者の作品は裏表紙に掲載しています



萩高校合唱部のメンバーが歌声を披露

阿武町消防団が日本消防協会 特別表彰「まとい」を受章



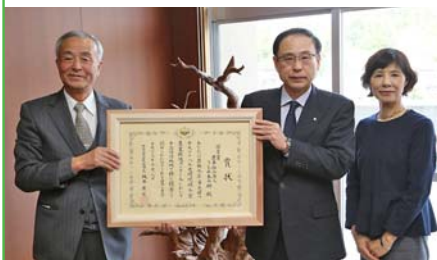
末若消防団長(左)と中村町長

阿武町消防団が3月7日、日本消防会館「ニッショール」(東京都)で開催された、平成28年度日本消防協会定例表彰式で、特別表彰「まとい」を授与されました。

この「まとい」の受章要件は大変厳しく、全国約2210消防団の中から毎年10団のみが受章できる最も名誉ある表彰で、今回の受章は中国地方では阿武町消防団のみ。県内6町では初めての受章となります。阿武町消防団は昭和31年の発足以来60年、長年にわたる日頃の活動実績が認められたことに加え、平成25年7月に発生した島根山口豪雨災害における被災地での救助活動等が高い評価を受け、受章の栄に浴することとなったものです。

受章に際し、末若憲二団長は「阿武町消防団の長年の夢であった『まとい』の受章を団員一同大変うれしく思っています。偉大な先人が守って来られた地域を、今後も変わらず自分たちで守る精神のもと、これを期により一層活動に努めて参ります」と話されました。

農事組合法人うもれ木の郷が 中国四国農政局長賞を受賞



有機農業をはじめとする環境保全型農業に意欲的に取り組む農業者を表彰する平成28年度中国四国地域環境

保全型農業推進コンクールで、農事組合法人うもれ木の郷が中国四国農政局長賞(優秀賞)を受賞し、その報告が3月13日に役場公室で行われました。

うもれ木の郷では、農薬を使わないエコ100米やエコ50米の生産に取り組みながら、大学生との草取り交流事業など幅広く、環境保全活動を展開しています。

受賞に際し、田中敏雄組長は、「今後も安全安心な食料を届けながら、背伸びしすぎない心のこもった交流を続けていきたい」と話されました。

木与集落協定が中国四国 農政局長表彰優秀賞を受賞

水路や農道等地域資源の保管理、生産条件不利地における農業生産活動など、農業の多面的機能の発揮を促進する活動に取り組んでいるとして、木与集落協定が中国四国農政局長表彰優秀賞を受賞し、3月6日に阿武町役場で表彰式が行われました。

木与集落協定では、法人が協定農用地の90%を集積し、協定農地の外周全てにワイヤーメッシュを設置。若者も一緒になった活動を展開し、海水を使ったミネラル米「木与のなぎさ米」の生産・販売や、酒米づくりにも取り組んでいます。

受賞に際し、松田 貢代表は「今後、若者が帰ってきてこの地域を守れるよう、今からも取り組みを続けていきます」と話されました。



第69回山口県 学校美術展覧会

2月1日～5日
防府市地域交流センター
アスプラート



★優良 (みどり保育園福賀分園) 年長・宇生賀中央)

★優良 山本 彩華

第57回山口県幼児児童生徒版画作品展覧会

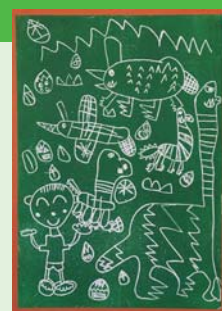
2月11日～12日 平生武道館



★推奨 田嶋 留伊
(みどり保育園 年長・美里)



★優良 金崎 美由
(みどり保育園 年長・水ヶ迫)



★優良 黒川 翔平
(みどり保育園 年長・美咲)

大切にされてきたまちを、大切に住み継ぎたい

空き家解体現場から、古材レスキュー

古材レスキューに出発する参加者



21世紀の暮らし方研究所（通称…ラボ）の第10回講座が2月25日、奈古地区の水甚で行われ28人が参加しました。

講座ではまず、今年度5月から始めた活動を振り返ったあと、来年度の予定を共有。その後、近くで行われていた空き家解体現場へ向かい、ラボのメンバーでもある山口県古民家再生協会代表理事の正代三友さん（しょうだいみつとも）指導のもと床はぎを実践。地松の板などの古材を回収しました。

今後とも、選ばれる町をつくるため、大切にされて来たまちを、大切に住み継いでいく活動を続けていきます。



土まみれの板を水洗い

現場から、長年大切にされ黒光りする床材などを回収しました。

日常生活の中ではなかなか体験できない作業に、参加者からは「人生初の床はぎは楽しい」との声が多く聞かれ、参加した子どもたちも板の洗浄を中心に積極的に参加しました。

この日に回収した古材は、来年度の活動の中で机や看板づくりなどに活用する予定にしています。



床はぎ作業に真剣に取り組む

参加者は、床はぎ班・くぎ抜き班・板洗い班・自主的に分かれた作業を開始。時折役割を交代しながら、約2時間作業。空き家の解体

大切なまちを、大切に住み継ぐ



次回ラボのご案内

講座は全部で4回！参加の組み合わせは自由です！

◆開催場所：水甚（奈古2661-2）

第11回目となる3月は、講師に写真家の檜 侑子さんをお迎えし、当たり前前の日常に光を当て、写真で伝えるコツを学びます。

3月25日(土)

◎プログラム1

10:00～12:30

※この回のみ定員20人

●【講座】「いかに生きいかに逝くか 写真をとおして考えよう」

●【ワーク】自身の生き方を振り返り、人生のキャッチコピーを作ります

◎プログラム2

13:30～16:30

●【講座】「写真って何？上手に撮るには？」

●【写真撮影実習】宝物やキャッチコピーを表現する写真を自由に撮影します

3月26日(日)

◎プログラム3

9:00～11:30

●【ワーク】「25日に撮影した写真をパネルにしよう」

※パネル工作代500円

26日のみ参加の際は、事前にデータ送付をお願いします。

●【発表会】撮影した写真をお披露目し合います

◎プログラム4

12:30～14:00

●【講座】「地域を伝える魅力的な情報発信事例を知ろう」

●【座談会】写真、情報発信、自分らしい生き方・暮らし方など、檜さんとの対話を深めます



講師

檜 侑子さん



◆参加申し込み 21世紀の暮らし方研究所事務局（役場総務課） ☎2-3111 FAX2-2090



手作り蒸気船 表紙説明
まんじゅうの味、最高！
卒業記念に蒸気船まんじゅう体験



あの味を自分の手で！

3月末に卒業を控えた阿武小学校6年生16人が2月28日、道の駅阿武町に店を構える八代本店で蒸気船まんじゅうづくりを体験しました。

これは卒業記念の体験学習として行われたもので、今回で3回目。児童らは炭火の熱さに戸惑いながらも、使い込まれた鋳型を手で真剣にまんじゅうづくりに挑戦。1人2つずつ、心を込めて焼き上げました。

この日指導を務めたオーナーの八代淳一さんは「蒸気船まんじゅうも焼き始めてから約100年。子どもたちに、楽しい思い出と共に地元の味をしつかりと覚えていてほしいと思い、この試みが続いています。これからも、地域みなさんに愛される蒸気船まんじゅう作りを続けていきたいです」と話されました。



みんな上手く
焼きました



ギターの弾き語りを披露

2月16日に阿武小学校で、1/2成人式が行われ、4年生20人が10歳の誓いを立てました。式では、同級生や保護者が見守る中、「できるようなったこと」を披露したあとそれぞれが10歳の夢を発表。最後に「10歳のありがとう」を全員で合唱しました。

10歳の誓い、感謝の気持ちを持つて

阿武小で1/2成人式

名品！珍品！に会場大盛り上がり
なんでも鑑定団in阿武町



緊張の鑑定結果は…？

司会も相まって終始笑顔の絶えない収録となりました。番組は5月に、K R Y 山口放送で再放送される予定です。

テレビ東京の人気番組「開運なんでも鑑定団」の出張鑑定in阿武の収録が2月12日、阿武町民センター文化ホールで行われ500人を越える観客が収録に参加しました。阿武町からも2人が「お宝」を鑑定してもらった中で、タレントの原口あきまささんの軽妙な

園児たちの無病息災を願って
みどり保育園でひなまつり



かわいい
お内裏様とおひな様

3月3日、みどり保育園でひなまつりが行われ、3月に誕生日を迎える園児6人が、お内裏様とおひな様の衣装に身を包み登場しました。その後、衣装の一部を入れ替えた間違いないゲームを行い、ひなまつり会食としてバイキング形式で用意されたお昼ごはんを仲良く食べました。

また、この日は山口県立大学から5人が、留学生との交流企画のため来園し、ひなまつり行事に参加。カナダや中国、スペインやアメリカの言葉で園児たちとあいさつを交わしたあと、それぞれの国の紹介や遊びを通して園児と交流を深めました。中でも人気だったのは中国の遊び「鷹とニワトリ」。



人気ゲーム「鷹とニワトリ」

鷹とニワトリ役に分かれ、ニワトリの親は自分の後ろにいる子ニワトリを守るというゲームを、園児は大興奮しながら楽しみました。



消火器を使った初期消火訓練

訓練では、消防団指導のもと消防団協力隊などが、消防団と消防団協力隊、そして住民の連携により迅速な初期消火で近隣への延焼を防ぐことができています。町では、今後も年に1度の貴重な訓練の機会として継続して取り組みを行っていく予定としていますので、みなさんの積極的な参加をお願いします。

自分達の地域は自分達で守る 町内で自治会消火訓練

部は昨年中実施済みで開催されています。

地域防災力の向上を目的として始めて8年目となる自治会・消防団合同訓練が、3月5日から20日まで町内各地区(一部は昨年)



放水訓練



田嶋陽子さん

町民センター 開館20周年記念 田嶋陽子氏講演会

町民センター開館20周年を記念して3月5日、「田嶋陽子流女性学〜これからの時代をどう生きぬくか〜」と題した講演が阿武町町民センター文化ホールで開催され、450人が来場しました。

田嶋さんは「男らしさ」「女らしさ」に触れ、「良い女のエッセンスは『男らしさ』だと思う。できる男は『女らしさ』がある。」

どこかで我慢して、性別らしさを出すより、自分らしく人生を生きている方が何倍も楽しい。など、様々なエピソードとともに話されました。



畳の上で準備体操

素を取り入れ楽しみながら活動を行う中で、いつの間にか「体力づくり」になっている内容に、子どもたちも笑顔で取り組みました。

畳の上で体力づくりに挑戦!

3月8日に阿武町武道館で、阿武児童クラブの児童を対象に「畳の上の体力づくり」が行われました。講師は、(一社)山口県柔道協会副会長の砂川利和さん(河内)です。砂川さんは、長い間柔道の指導をされており、オリンピック金メダリストの大野将平選手を指導した経験も。ゲーム的要素を取り入れ

グラウンドそばに 広葉樹を植え付け 福賀小で森林体験学習



しっかり植樹。大きくなれ!

ふるさととの森林や自然を支える林業について学ぶ「森林体験学習」が3月10日、福賀小学校で行われ、同校児童15人が植栽作業に挑戦しました。この日指導したのは阿武町林業振興会のみなさんと、児童たちに苗木の植え方を説明しながら、クヌギ・コナラ・マテバシイなどを学校グラウンドそばに植え付けました。

新たな旅立ちの時 阿武中学校で卒業式

生徒もいましたが、旅立ちの時に、生徒たちは決意も新たにしているようでした。

感謝の涙を流す

程を全て修了しました。

卒業生一人ひとりが校長から証書を受け取り、無事に義務教育課程を全て修了しました。



卒業証書を授与

町内中学校で3月9日、卒業証書授与式が挙行されました。今年の卒業生は阿武中学校20人です。式では厳かな空気の中で、

奈古高校は今

就職ガイダンス



～これからの学校行事～

★4月の予定
 10日 着任式 始業式
 11日 入学式
 14日 対面式
 24・25日 離任式 宿泊研修(1年)

「産業社会と人間」発表会



卒業式



●就職ガイダンス

2月3日(金)、2年生を対象に就職ガイダンスが実施されました。当日は(株)東京リーガルマインドから2名の講師の先生がお越しになり、進路実現に向けての知識やスキルを教えてくださいました。午前中には、社会人に求められる能力の1位であるコミュニケーション力を身に付けるための図形伝達ゲームや、会社がどのような人材を求めているかを考える会社づくりゲームを、午後には実際に模擬面接を行い、これからの就職試験等に向けての心構えを学びました。生徒たちからは「面接でとても緊張したのでこれからしっかり準備しなければならないと感じた」などと言った声が聞こえました。

●「産業社会と人間」発表会

2月20日(月)、総合学科1年次の「産業社会と人間」の授業にて、「私のライフプラン」の発表会を実施しました。

生徒たちは、15年後までの自分の未来像についてパワーポイントを活用して発表しました。人生の各年代においてどのような力を身に付け、どのような人物になりたいのかについて説明するとともに、自分の人生テーマについて熱く語りました。

発表の中で、「人の役に立つことで幸せな人生を送りたい」、「地域に貢献できる人になりたい」といった声が聞かれ、1年間の授業を通して成長した姿を見ることができました。

●卒業式

3月1日(水)、山口県下の公立高等学校で一斉に卒業証書授与式が挙行されました。

奈古高等学校においても、午前10時から卒業証書授与式が行われ、阿武町を代表して中村町長様を始め、多くの来賓の方々、保護者の皆様に来校いただき、普通科15名、生物資源科学科11名が思い出の学び舎を巣立ちました。

卒業証書授与では、3年間の努力の結晶である卒業証書が椎原校長より一人ひとりに手渡されました。緊張の中にも、一人ひとりが自信に満ち溢れているように感じました。

在校生代表送辞では、生徒会長の山谷君が卒業生に感謝の気持ちを伝えるとともに、「奈古高校で過ごした時間を心の糧に、持ち前の明るさを発揮され、さらに大きく前進されることを願ってやみません。」と卒業生のこれからの活躍にエールを送りました。

卒業生代表答辞では、普通科の岡田さんが代表として壇上に上がりました。普通科と生物資源科学科それぞれの科での3年間の思い出や担任の先生や多くの方々への感謝の言葉などとともに、自分自身が進路実現に向けて一生懸命努力してきたことを振り返りながら、「私たちは決して一人ではないこと、助け合って生きていける仲間がいることを信じて頑張っていきたいと思っています。」と、友情や信頼をもとにこれから頑張る決意を新たにしました。

大変厳かな中にも、心温まる卒業証書授与式となりました。

卒業生の進む道はそれぞれ違いますが、これからの社会生活の中で持てる力を十分に発揮し、活躍してくれることを祈っています。

なご

大好評！第2弾

ひらそそのしゃぶしゃぶ鍋 〜メンズキッチン2月講座〜

2月15日、奈古メンズキッチン2月講座を開催しました。

今回は昨年大好評だった、「ひらそそのしゃぶしゃぶ鍋」がメインで、「しゃぶしゃぶ鍋 囲み、あつたまろうー」第2弾がテーマです。今年も約6キロのひらそを慣れた手つきで上手にさばいてもらい、あつという間に鍋の準備が出来ました。今回も残ったあらで「ひらそ大根？（ぶり大根ひらそ版）」を炊き、デザートは「ミルクコーヒーどら焼き」を作って完成です。鍋を囲んで、みんなでおいしく楽しい会食になりました。

阿武町版総合戦略を聞く 〜寿齢大学2月講座〜

2月22日、奈古寿齢大学2月講座を開催しました。

今回は、阿武町役場総務課の石田広報マンを講師に迎え、「選ばれる町」をつくる 阿武町版総合戦略がテーマ。

現在、阿武町版総合戦略の一環として21世紀の暮らし方研究所（通称ラボ）を中心に若い世代から寿齢大学の学級生の年代まで、幅広い年齢層を巻き込んで阿武町の将来を考え、行動しようと活動を行っています。学級生が熱心に耳を傾けるなか、「来年度は体を動かかし、空き家の改修などの講座も開く予定です。気軽に参加や声かけをお願いします」との呼びかけにうなずく人も。

2月講座の終了後、閉講式を行い一年間の大学を終えました。



みんな真剣！



映像を使いわかりやすく



出来栄を話題に



さすがの手つき!!

ふくが

親子で上級コースにも

福賀子育て連およびスポーツの共催による親子スキー教室が、2月4日に広島県の大佐スキー場で開催されました。元福賀駐在所長の西坂さんご夫婦と子育て連役員の丁寧な指導のもと、板を付けた歩行方法や、傾斜での移動、また転倒後の立ち上がり方など、基礎基本から教えていただき、合格のサインが出た子どもは早々にリフトに乗りゲレンデに出かけました。当日は、朝から晴天で天気が良すぎて、午後には雪質も悪くなる条件となりましたが、果敢にも上級者コースにもチャレンジし、大変頼もしく滑走していました。全員、事故なく無事に教室を終え、帰町後には、有志による親睦会を行いました。今後の教室の在り方や子育て連の活動活性化など、夜が更けるまで語り合いました。

福賀昭和会 減塩マジック料理教室

福賀昭和会の料理教室が2月21日に、のうそんセンター開室で開催されました。「塩分マジックショー」血管若返り大作戦」として、塩分を減らしたのに、薄味に感じさせない減塩料理に挑戦しました。和のおかずは塩分が高くなりがちですが、牛乳を使うことで塩分は減らせ、薄味に感じさせないマジックが起こります。鯖の味噌煮に牛乳。塩分は減っても乳臭くて、と思っていたのですが、一口食べてビックリ!!誰もが魔法にかかってしまいました。過剰な塩分は、血管の内側を傷つけ、動脈硬化等の要因になるため、健康な血管の維持には、減塩が大切といわれています。「人は血管とともに老いる」という言葉もあり、おいしく食べ続けるためにも、日頃からの塩分摂取を抑える健康な食事の取り方を心がけよう、と気持ちを新たにしました。



減塩マジック



準備体操

うたごう

秘伝料理後、歯磨き!

2月5日に宇田郷婦人学級（合同）の伝承料理教室を開催しました。これは、毎年家庭で作る料理を会員のみなさんに紹介し、実際に調理をするものです。今回は西村会長自ら秘伝の料理を会員の皆さんに紹介し調理を行い、学級生でおいしくいただきました。会食後は和田歯科医院の和田幸子先生をお招きし、「みんなで歯みがきin宇田」いつも家で使っている歯ブラシと手鏡を持っておいでませーの講話をいただきました。講話後お楽しみみのビンゴゲームを行い、宇田郷婦人学級（合同）を終了しました。

無理なく活動を!

2月18日にふれあいセンターで、若葉学級閉講式を開催しました。1年間の反省を踏まえ活動報告がありました。新年度の役員は、新年度になつて会員の中で決定することになります。会員が減少する中今までどおりの組織体制では運営が難しくなりそうです。自主運営も大変になってきていますので、出来るだけ負担のないよう、無理のない範囲でできるよう考えて、新年度を乗り切っていけたらと思います。

自ら買って自ら調理

2月24日に阿武町ふれあいセンターで、宇田郷地区男料理の集いを開催しました。今回は鍋料理ということで、地元の商店へ鍋料理の食材を買に行きました。実践に即して自ら買い物に行き食材を買って料理を作る。これ基本的なことですが、現実にはほとんど配偶者に任せきりで、何もしないのが本音だと思われれます。少しでも自立心を高めるため、繰り返し経験をしてもいい、作ることにハードルが徐々に低くなればと思います。最後は、鍋の出汁を使っておじやで締めました。とっても美味しいと評判でした。



自立心を高める



真剣に話し合い

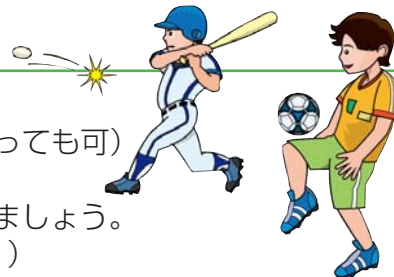


会員自ら秘伝伝授

あぶさんさんまろ 「ABU3・30運動」コーナー

阿武町では、町民の体力増進と健康づくりのために「ABU3・30運動」を推進します。

「ABU3・30運動」とは、週3日以上、1日30分以上の運動を行い、スポーツを暮らしの一部として習慣化する取り組みです。



【長続きする3つのコツ】・・・運動の習慣化

- ①楽しくマイペースで行いましょう。（30分を10分ずつに分けて行っても可）
- ②運動効果をすぐに求めず、体調の悪いときは休みましょう。
- ③仲間を見つけ、励まし合い、目標を決めて運動した記録をつけてみましょう。
（「記録カード」は、教育委員会、役場民生課、各支所にあります。）

【運動を行う目的】・・・健康な生活ができる

- ①健康増進 ・生活習慣病（糖尿病、肥満、高脂血症、高血圧、動脈硬化等）の予防や改善
・「乳がん、結腸がん」の危険性を減少
・認知症の予防・老化の抑制
- ②ストレス解消 ③仲間づくり ④体力の向上 ⑤運動技術の向上
- ⑥健全な心の育成（協同する精神、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心など）



◆問い合わせ 阿武町教育委員会 ☎2-0501 阿武町役場民生課 ☎2-3113

みなさんの健康づくりの お手伝いをします！ ～阿武町生涯スポーツ推進委員～

町民の皆さんや学校・企業等のご依頼により、出前講座をします。

内容は、「ラジオ体操の指導」「阿武町100歳体操のお手伝い」の他に「ニュースポーツ（シャフルボード、ラダーゲッター、スナッグゴルフ等）」や「レクリエーション」を行います。

日時・内容・会場とも、可能な限り皆さんのご要望にお応えし、阿武町生涯スポーツ推進委員（16人）等がお手伝いをさせていただきます。一緒に楽しみながら、健康づくりをしましょう！

お気軽にご相談ください。

お問い合わせは、阿武町教育委員会 ☎2-0501まで。



「阿武町100歳体操」講習会



推進委員は実技の
研修も行っています

平成29年度「山口県食の安心モニター」募集

県では、「食の安心モニター」を募集しています。阿武町の予定人数は1人です。

- 応募資格 県内にお住まいの18歳以上の方
- 任期 委嘱した日～平成30年3月31日
- 活動内容 「山口県食の安心モニター」
 - ・日常の購買活動を通じ、食品販売店の食品表示や衛生管理等をモニタリング
 - ・モニタリングで発見した不適正な食品の取扱等の通報（随時）
 - ・研修会等への参加
 - ・地域住民からの食の安心・安全に関する相談等

への対応（県の窓口への取次等）

- ・活動状況の定期報告および県の施策への提言
- 応募方法 所定の応募申込書に必要事項を記入のうえ、阿武町経済課にお申し込みください。申込書は、経済課または各支所、萩県民局、萩健康福祉センターに用意してあります。
- 応募期間 3月21日(火)～4月20日(木)必着
- その他 採用された方は、広報資料として氏名を公表させていただきます。採用の可否は、平成29年5月下旬にご連絡いたします。
- 問い合わせ 役場経済課 ☎2-3114

みどり保育園福賀分園、英会話に挑戦中！

今年度の新しい取り組みの一つに、「みどり保育園福賀分園 英会話教室」があります。講師は、阿武町A L Tのケイトリン先生です。

4月は緊張した中でのスタートでしたが、

「How are you ?」「I 'm fine.」

「What's your name ?」「My name is ~.」

と、ケイトリン先生の問いかけにもはっきり答えることができる園児が増えてきました。

一年間の積み重ねは素晴らしく、

「sunny snow ! (だるまさんがころんだ)」や

「rock , scissors , paper ! (じゃんけん)」も

英語で楽しんでいます。

日々、成長する阿武町の子どもたちを、みんなで支えていきたいですね。

◆問い合わせ 教育委員会 ☎2-0501



こども 50 えん バス キャンペーン!

町営バスも対象です



期間中、防長交通の路線バスは小学生以下に限りどの区間も【1乗車につき50円】
スポ少や子ども会などでの利用もOK! バスにのってでかけよう!

●期 間 春休み 3月18日~4月9日

●ご利用可能な方 小児 (小学生以下)

(1歳未満の小児は、無賃。1歳以上6歳未満の小児は、同伴する6歳以上の旅客1人につき1人無賃になります)

●対象路線 防長交通が運行する路線バス全線

(高速バス・スーパーはぎ号・空港連絡バス・岩国市由宇町内の路線バス・定期観光バスは対象外です)

●お支払方法 現金でのお支払いの場合のみ対象

(障害者割引等、他の割引運賃との併用はできません。また、バスカード・回数券でのお支払いはできません)

●問い合わせ 防長交通(株) ☎0834-22-7824

お詫びと訂正
広報2月号で次のとおり誤りがありました。
3項「関西・東海ふるさと阿武町会」の写真で、宇田郷地区出身者と福賀地区出身者のキャプションが反対になっていました。
また、次回予定日は、
誤 1月21日(土)
正 1月21日(日)です。
訂正し深くお詫び申し上げます。



奈古サッカースポーツ少年団

★準優勝 奈古サッカースポーツ少年団
第20回Mリーグ サッカー大会
3月12日 むつみグラウンド
【U-12の部】

表彰席

祝 みどり保育園卒園✳

個性豊かな21人の仲間たち。

新1年生のでっかい夢を紹介します！

小学校でもがんばるぞー！

たなか ゆうき
田中 結希(木与)

夢:ウェイトレス

かわいいウェイトレスになって
レストランで働くよ。



たなか みさき
田中 海咲(宇田中央)

夢:警察官

お父さんみたいな警察官
になって、町の安全を見
守りたいなあ。



いけだ きほ
池田 希穂(岡田橋)

夢:お嫁さん

きれいなドレスを着
た、かわいいお嫁さ
んになりたいな！



あらい ゆうと
新井 勇人(中村)

夢:消防士

みんなを火事から守る消
防士になるんだ！



はなだ ひりゅう
花田 一龍(岡田橋)

夢:警察官

警察官になって、あ
こがれのパトカーに
乗りたいなあ…。



なかむら そうすけ
中村 草介(岡田橋)

夢:大金持ち

たくさんたくさん
働いて、大金持ち
になるんだ!!



いけだ りほ
池田 里穂(岡田橋)

夢:保育園の先生

優しい先生になって、子
ども達と毎日たくさん一
緒に遊びたいなあ。



おの ひさき
小野 寿季(河内)

夢:警察官

悪いドロボーを捕まえる
警察官になるんだ！町の
安全は僕が守るよ!!



いしとび はるき
石飛 晴希(東方)

夢:お寿司屋さん

おいしいお寿司を握
るよ。お勧めはマグ
ロ!!みんな食べにき
てね。



みやざき ゆうせい
宮崎 祐晴(水ヶ迫)

夢:工事現場の人

大きいブルドーザー
を運転して、工事現
場で働くよ!!



まつだ ひまり
松田 陽茉莉(西の1)

夢:デザイナー

洋服も着物もデザイン
して素敵な服を作りた
いなあ。



くぼた ふゆ
久保田 芙優(美里)

夢:アイドル

歌って踊れるかわいいア
イドルになるの。みんな
応援してね!!



かねさき みゆ
金崎 美由(水ヶ迫)

夢:美容師

みんなの髪をかわいく、
かっこよく、素敵に切っ
てあげるよ！



もりなが ももか
守永 百花(下東郷)

夢:バレリーナ

世界中を飛び回るバレリ
ーナになりたいな！



やない さくま
柳井 咲真(宇田浦)

夢:やなはる商店の社長

とうちゃんやじいちゃんみ
たいに、たくさん魚を売りたい
んだ。



やだ けいた
矢田 恵大(水ヶ迫)

夢:漁師

大きな船に乗って、
たくさん魚をとる
よ！新鮮な魚を届け
るから待っててね。



たしま るい
田嶋 留伊(美里)

夢:パティシエ

大好きないちごがたくさん
のったケーキを作りたい
な。おいしいケーキ、
食べに来てね！



くろかわ しょうへい
黒川 翔平(美咲)

夢:消防士

カッコイイ消防士になっ
て、火事からみんなを守
るよ!!



すいづ はるま
水津 陽真(美里)

夢:バスの運転手

たくさんの人をいろいろ
なところに連れて行って
あげるんだ!!安全運転、
まかせてね。



やまもと あやか
山本 彩華(宇生賀中央)

夢:ペットトリマー

ペットトリマーになっ
て、犬や猫をかわいくし
てあげるね！



ヘルスメイト自身が活動を紹介します！

ヘルスメイト通信 No.31 ～宇田郷地区編～



今回は12月に3地区で行われた『冬季ふれあいキッチン献立検討会』の宇田郷地区について、中村壽子（尾無畑）と茂刈宏枝（惣郷）の2人がご紹介します。

食生活改善推進協議会では、年2回のふれあいキッチンの実施に向けて、各地区での献立検討会という研修を実施しています。今回のテーマは、『生涯骨太・元気な毎日！』をテーマに牛乳・乳製品を使ってカルシウム摂取ができ、減塩でもおいしく食べられる料理について実施しました。

メニューは各地区からの担当者6人と栄養士1人の合わせて7人で検討します。今回のメニューは「みそチャウダー・魚の素揚げ甘酢漬け・さけるチーズとポテトのサラダ・甘納豆ケーキ・ごはん」でした。



地区検討会はふれあいキッチンの前に自分自身の知識を増やす場、勉強の場でもあります。旬の食材を使い、家庭にある食材は持ちよったりしながら作ります。日頃は忙しい中、毎日の食事は家にあるもので簡単に手早く作れる料理ばかりですが、新しい食事づくりのヒントがもらえたり、健康に関する情報交換も行われます。

★今回のテーマ“減塩”が必要だといわれているのはこんな理由があります！

○近年阿武町の男性は「脳血管疾患」で亡くなる方が多く、血管の“動脈硬化”や“高血圧”が原因とも言われています。血管の“動脈硬化”は食生活では血液中の脂質や糖、そして塩分が原因と言われ、“高血圧”は塩分が原因と言われています。そこで両方の原因と言われている、塩分を今よりも減らすことにより、よい習慣が増えて、阿武町でも今よりも健康寿命が延びることが期待されます。

★山口県全体では男性11.6g、女性9.1gで望ましい塩分量をはるかに超えているので、まずはみんなで塩分を控えることが大切です。（1日塩分目標量：男性8g未満、女性7g未満）



地区の研修では、ケープルの徳永さんも「みんなの料理教室」の取材をされます。徳永さんからも「野菜がたくさん食べられるメニュー」と好評です！



今回のふれあいキッチンの料理には、1食あたりの望ましい塩分量に近づくようにした工夫がいっぱいです。日頃は調味料を計って料理をすることはないかもしれませんが、素材の味がわかる、糖分も塩分も控えめな味付けが体の健康のためには大切です。

忙しい毎日の中でふと“自分の生活をふり返ってみる場”、“食生活の新しいヒントがもらえる場”、“地域のみなさんとの交流の場”というふれあいキッチン！まずは健康があってこそ、充実した人生です。5年後、10年後の健康な生活のために今から何ができるのか、そんな会話をしてもらえ場所づくりを今後も企画していけたらと思います。

ヘルスメイト自身が活動を紹介します！

ヘルスメイト通信 No.31 ～宇田郷地区編～



今回は12月に3地区で行われた『冬季ふれあいキッチン献立検討会』の宇田郷地区について、中村壽子（尾無畑）と茂刈宏枝（惣郷）の2人がご紹介します。

食生活改善推進協議会では、年2回のふれあいキッチンの実施に向けて、各地区での献立検討会という研修を実施しています。今回のテーマは、『生涯骨太・元気な毎日！』をテーマに牛乳・乳製品を使ってカルシウム摂取ができ、減塩でもおいしく食べられる料理について実施しました。

メニューは各地区からの担当者6人と栄養士1人の合わせて7人で検討します。今回のメニューは「みそチャウダー・魚の素揚げ甘酢漬け・さけるチーズとポテトのサラダ・甘納豆ケーキ・ごはん」でした。



地区検討会はふれあいキッチンの前に自分自身の知識を増やす場、勉強の場でもあります。旬の食材を使い、家庭にある食材を持ちよったりしながら作ります。日頃は忙しい中、毎日の食事は家にあるもので簡単に手早く作れる料理ばかりですが、新しい食事づくりのヒントがもらえたり、健康に関する情報交換も行われます。

★今回のテーマ“減塩”が必要だといわれているのはこんな理由があります！

○近年阿武町の男性は「脳血管疾患」で亡くなる方が多く、血管の“動脈硬化”や“高血圧”が原因とも言われています。血管の“動脈硬化”は食生活では血液中の脂質や糖、そして塩分が原因と言われ、“高血圧”は塩分が原因と言われています。そこで両方の原因と言われている、塩分を今よりも減らすことにより、よい習慣が増えて、阿武町でも今よりも健康寿命が延びることが期待されます。

★山口県全体では男性11.6g、女性9.1gで望ましい塩分量をはるかに超えているので、まずはみんなで塩分を控えることが大切です。（1日塩分目標量：男性8g未満、女性7g未満）



地区の研修では、ケープルの徳永さんも「みんなの料理教室」の取材をされます。徳永さんからも「野菜がたくさん食べられるメニュー」と好評です！



今回のふれあいキッチンの料理には、1食あたりの望ましい塩分量に近づくようにした工夫がいっぱいです。日頃は調味料を計って料理をすることはないかもしれませんが、素材の味がわかる、糖分も塩分も控えめな味付けが体の健康のためには大切です。

忙しい毎日の中でふと“自分の生活をふり返ってみる場”、“食生活の新しいヒントがもらえる場”、“地域のみなさんとの交流の場”というふれあいキッチン！まずは健康があってこそ、充実した人生です。5年後、10年後の健康な生活のために今から何ができるのか、そんな会話をしてもらえ場所づくりを今後も企画していけたらと思います。



♪ハッピーあぶ町 おすすめ健康習慣♪

「検診・ハハ歯・うましょ」その⑪



健康診断を活用 しましょう♪

健康診断の結果を過去の結果と比較し、どのように変化しているのか把握しましょう。また、合わせて生活習慣を振り返りましょう！

内臓脂肪のたまりやすい生活をしていませんか？ チェックしてみましょう！

- ☐ 満足するまで食べる
- ☐ 甘い飲物をよく飲む（アイスクリーム、甘いヨーグルト含む）
- ☐ 炭水化物の重ね食いをしている（例：うどんとおにぎりなど）
- ☐ 野菜が不足している
- ☐ 間食をよくする
- ☐ 夕食の時間が遅くて量が多い
- ☐ お酒をよく飲む、休肝日がない
- ☐ 睡眠不足気味である
- ☐ 運動不足である
- ☐ タバコを吸っている

当てはまる数が多いほど内臓脂肪がたまりやすいと言われています。

体重の5%を減量するだけでも内臓脂肪が減り、高血糖、高血圧、脂質異常の改善が期待できます。

お勧め健康習慣♪

「1日2回体重を測ろう！」

体重計に乗る習慣がつくと自分にあった減量法が見つかります。

記録をつけるとさらに効果的！記録用紙が必要な方は役場民生課までご連絡ください。

むし歯になりやすい生活習慣をしていませんか？ ～パート3～

■『保護者の仕上げみがきが大切です！』

今回も昨年実施した、阿武町の保育園児を対象とした歯のアンケートの結果からご紹介します。アンケートから、仕上げみがきを毎日実施している人はむし歯が少ないことが分かりました。

お子さんの歯を守るためには、小学校高学年までの仕上げ磨きが望ましいですが、少なくとも小学校4年生までは保護者の方の仕上げ磨きが重要です。

●『仕上げ磨きのポイント』

- ・ お子さんは力加減が難しいため、歯ブラシが毛羽立っていることがあります。毛先が毛羽立っていると、きちんと磨けなかったり、お子さんが痛がって歯みがきを嫌がる可能性があります。お子さん用の歯ブラシと保護者の仕上げみがき用の歯ブラシは分けるようにしましょう。
- ・ 歯みがきをする時は小指をお子さんの顔にあて、鉛筆を持つように歯ブラシを軽くにぎると適切な力加減で磨くことができます。指で上唇をめくりあげて、歯と歯茎の境目が見えるようにして磨くようにしましょう。
- ・ 『歯と歯の間』、『歯と歯茎の境目』、『奥歯の溝』が特にむし歯になりやすいため、この部分は丁寧に磨くようにしましょう。奥歯を磨く時は口を小さく開くと奥歯が磨きやすくなります。

★健康寿命を伸ばすのはやっぱり“減塩”です！★

～あなたの体は食べたものから作られる！～

★お刺身を食べる時に使うおしょうゆの量は？！

今回は日頃食べるお刺身を自分のお皿に取っていただき、そのお刺身を食べるときに使うおしょうゆの量を計っていただきました。少ない方は3cc（小さじ1/2：塩分0.4g）多い方は8cc（大さじ1/2弱：塩分1.2g）で平均は6cc（小さじ1：塩分0.9g）でした。また今回は刺身しょうゆを使ったので、日頃のおしょうゆと味が違い、「濃くてからいので食べにくかった」という意見もあり、おしょうゆの味も大事だと思いました。

★お刺身を食べる時の減塩方法は？

参加されたみなさんから「酢や酢だいを使う5人」や「わさびを使う5人」という意見もあり、塩分を減らしてお刺身をおいしく食べる方法が日頃から身につけておられると感じました。そして減塩しょうゆでお刺身を食べられた方からは「今度から減塩しょうゆを使ってみよう」という意見もあり、おいしくて、より体にいい食べ方をもう1つ見つけられたようでした。

お刺身を食べる時のおしょうゆの量を計ったことがありますか？

うまく塩を使おう！



からだにやさしい！
“うましょ”

【問い合わせ】役場民生課保健師・栄養士 ☎2-3113

～分ければ資源、まぜれば“ごみ”～ リサイクルで“ごみの減量”にご協力ください!

その1・・・羽毛製品のリサイクル「UMOUプロジェクト」を実施します
その2・・・古紙のリサイクルを増やして“ごみ”減らしましょう



【その1】 羽毛製品（羽毛ふとん、ダウンジャケット）のリサイクル「UMOUプロジェクトin山口」

山口県共同募金会では「UMOUプロジェクトin山口」を実施しています。使わなくなった羽毛ふとんやダウンジャケット（有価物ダウン50%以上）を回収し、集まった羽毛製品の収益金は、寄付（赤い羽根共同募金）となり、阿武町の福祉を良くする福祉活動に活用されます。

ゴミの減量化、地域福祉活動の活性化にもつながる取り組みです。ぜひご協力よろしくお願いします。

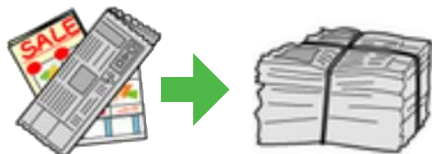
羽毛製品の回収方法など、詳細については広報と一緒に配付されるチラシをご覧ください。阿武町社会福祉協議会（☎2-2615）まで問い合わせください。

【その2】 古紙のリサイクルを増やして“ごみ”減らしましょう ～家庭で取り組んでみませんか～

燃やせるごみの中には、リサイクルできる紙類が多く占めています。リサイクルできる紙類をきちんと分別して“古紙”として出すことで、資源の量を増やし、燃やせるごみの量を減らすことができます。すでに分別して出されている方も多いですが、下の例などを参考に紙類のリサイクル、燃やせるごみの減量化にご協力ください。

【古紙：リサイクルの工程が異なります。5種類に分け“紙ひも”でしばってください。】

①新聞 ※折り込みチラシを含む



②段ボール



③紙パック



④紙製容器包装



⑤雑誌・本・雑がみ



◎下記の紙類は“燃やせるごみ”です。

- ・汚れたり、ぬれている紙、ちり紙など
- ・紙以外のものがついている（アルミやビニール付、複写伝票など）
- ・特殊加工された紙（写真、防水加工した紙皿、シールなど）
- ・金や銀色の紙

※迷った場合は、“燃やせるごみ”で捨てるか下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】

民生課 環境保健係 ☎2-3113

◎日程 4月25日(火)・時間割表

午前の部 9:00～11:50		
福賀地区	飯谷公民分館	9:00～9:05
	下笹尾公民分館	9:10～9:15
	新生中尾橋前	9:20～9:25
	金社バス停前	9:30～9:35
	上万公民分館	9:45～9:50
	新田公民分館	10:00～10:05
	下東郷公民分館	10:10～10:15
	森見藤公民分館	10:20～10:25
奈古地区	福賀支所	10:30～10:45
	小野光一氏宅前	11:05～11:10
	鶴ヶ嶺八幡宮前	11:15～11:22
	下郷公民分館	11:25～11:35
	阿武町役場	11:40～11:50
午後の部 13:00～15:00		
宇田郷地区	惣郷橋付近	13:00～13:05
	尾無公民分館	13:10～13:15
	ふれあいセンター前	13:25～13:40
	農協田部倉庫前	13:45～13:50
奈古地区	木与公民分館	13:55～14:00
	宇久公民分館	14:05～14:10
	奈古浦公民分館	14:20～14:25
	筒尾公民分館	14:35～14:40
	阿武町役場	14:50～15:00



犬の登録及び 狂犬病予防注射

◆役場民生課

☎2-3113

平成28年度に犬の登録がある方には集合注射のご案内を直接お送りしますので、同封されている「集合注射受付票」を持参されてご都合のいい場所でご受けてください。

また動物病院で直接注射される方は、注射済証を民生課または各支所までご持参いただきます。注射済票をお渡しいたします。

生後91日以上の飼い犬は生涯1度の登録と毎年1回狂犬病予防注射を受けることが法律で義務づけられています。新たに犬を飼われている方は、今回犬の登録と予防注射を併せてお願いいたします。

犬の飼い主の変更や異動など変更事項がありましたら、民生課または各支所までご連絡ください。

◎料金

■注射にかかる代金	2,950円
(注射代2,400円+注射済票代550円)	
■新規登録の代金	3,000円
【注射+新規登録】	
2,950円+3,000円	合計 5,950円

平成29年度上半期「犬・猫の譲渡会」のお知らせ

山口県動物愛護センターでは、殺処分される犬・猫を減少させるため、地域の模範的飼い主として活躍していただける方を対象に、犬・猫をお譲りしています。お譲りに際しては、事前に講習会を受講していただきます。

○平成29年「犬・猫の譲渡会」開催日・スケジュール

日程	スケジュール
4月9日(日)	■譲渡申し込み受付
5月14日(日)	10時45分～11時15分
6月11日(日)	■飼い主決定会
7月9日(日)	11時15分～
8月6日(日)	■譲渡時講習会
9月10日(日)	飼い主決定会終了後、15分程度

○注意事項

犬・猫の学習会（譲渡前講習会）未受講の方、及び未成年の方には、犬・猫をお譲りできません。

○問い合わせ

山口県動物愛護センター
〒754-0891 山口市陶943-12
☎ 083-973-8315
FAX.083-973-8341

「犬・猫は愛情と責任を持って飼いましょう!」

飼い主がいない犬や猫には、えさになるものを与えるのはやめ、えさをやる場合は糞の始末まで行うなど、責任を持って飼いましょう。

ペットを飼う時のマナーを守り、周りの人に迷惑をかけないように、誰もが気持ちよく生活出来るよう、気をつけ合いましょう。



年金制度の「転職・退職」と「住所変更」についてご紹介します

★転職・退職したときの手続き★

健康保険(協会けんぽ)および厚生年金保険に加入している被保険者が、適用事務所を退職して自営業者等になった場合には、医療保険は国民健康保険等へ、年金保険は国民年金へ切り替える必要があります。

また、退職して配偶者が加入する健康保険の被扶養者となる条件を満たす場合には、医療保険については、その健康保険の被扶養者となるための手続きを行い、年金保険は国民年金第3号被保険者となるための手続きを行います。

切替えの手続きについては、次のとおり区分されます。該当する区分への切替え手続きを行ってください。

対 象	加入して いた制度	異 動	配偶者が適用事業所に勤務している場合 (健康保険・厚生年金加入)		配偶者が適用事業 所に勤務しない場 合（自営業・主婦 等）
			配偶者の被扶養者となる 条件を満たす場合	配偶者の被扶養者となる 条件を満たさない場合	
本 人	健康保険	退職（健康保険 被保険者証の返 納手続き）	健康保険の被扶養者	国民健康保険等	
	厚生年金保 険		国民年金第3号被保険者	国民年金第1号被保険者	

※健康保険の被扶養者になるための手続きは、配偶者(被保険者)が勤務する事業所の事業主を経由して行います。
国民健康保険への加入手続きについては、住所地の市区町村の国民健康保険担当課へおたずねください。

★引っ越したときの手続き★

住所が変わったときは、次のとおり手続きが必要です。

対 象 者	手続内容	具 体 的 内 容	必 要 事 項
健康保険(協会けんぽ)・厚生年金保険に加入中の人	住所変更	事業主(事務担当者)へ「被保険者住所変更届」を提出する	・被保険者住所変更届
国民年金に加入中の人		【国民年金第1号被保険者の方】 お住まいの市区町村役場の国民年金担当課へ「被保険者住所変更届」を提出する 【国民年金第3号被保険者の方】 勤務する配偶者の事業主(事務担当者)へ「被保険者住所変更届」を提出する	・被保険者住所変更届 ・年金手帳

※国民年金第3号被保険者の方の手続は、配偶者の方が勤務している事業所を経由して行うこととなります。

■問い合わせ 日本年金機構萩年金事務所 ☎0838-24-2158 役場住民課住民係 ☎2-0500
日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

平成29年度の 軽自動車税の減免について

軽自動車税は平成29年4月1日時点で登録されている車両に対して課税されます。

公益のため直接専用する車両や、障害により歩行が困難な方のために必要な車両は軽自動車税の減免を受けられる場合があります。

- 受付期間 4月3日～21日まで
- 受付場所 役場住民課窓口または各支所
- 持参物 運転免許証、車検証、身障者手帳、印鑑など
- 問い合わせ 役場住民課税務係 ☎2-0500

土地家屋価格など 縦覧簿を公開

「土地及び家屋価格等縦覧簿」の縦覧を4月3日(月)～5月1日(月)まで、役場本庁と各支所で行います。
縦覧は無料で、4月3日から納税通知書の交付を受けた後、60日以内に文書をもって意義の申し出をすることもできます。
土・日曜日以外の開庁時間内ならいつでも自由にご覧になることができますので、この機会にぜひ自分の固定資産をお確かめください。

▼問い合わせ
役場住民課

☎2-0500

臨時福祉給付金（経済対策分）のお知らせ



- ◆支給対象者 平成28年度臨時福祉給付金(3,000円)の支給対象者
(実際に受給したか否かは問いません。)
- ◆支給額 1人につき15,000円 ※支給は1回です。
- ◆申請受付期間 平成29年4月4日～7月4日まで
(土日祝日を除く開庁時間内)
- ◆必要書類 ①「申請書(請求書)」
平成28年1月1日時点で阿武町に住所がある方のうち、給付金の対象と思われる方に郵送します(4月初旬)
②対象となる方全員の「本人確認書類」(運転免許証等、写真付きの身分証明書など)
※世帯で申し込まれる方は支給対象者全員分が必要となります。
③受取希望口座の「通帳」
- ◆申請方法 申請書に必要事項を漏れなく記入・押印のうえ、申請受付期間内に阿武町役場民生課または各支所の窓口へ提出してください。(郵送でも受け付けます)
- ◆問い合わせ 阿武町役場民生課介護福祉係 ☎2-3115



「臨時福祉給付金」を装う

“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意ください。

市町村や厚生労働省などをかたった不審な電話や郵便があった場合は、お住まいの市町村や警察署(または警察相談専用電話(#9110))にご連絡ください。

戦没者等のご遺族の皆さまへ 第十回特別弔慰金請求はお済みですか？

(請求期間は平成30年4月2日までです)

■特別弔慰金の趣旨 戦後70周年に当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表するため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金(記名国債)を支給するものです。

第十回特別弔慰金については、ご遺族に一層の弔意の意を表するため、償還額を年5万円に増額するとともに、5年ごとに国債を交付することとしています。

■支給対象者 戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日時点において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方(戦没者等の妻や父母など)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給。

①戦没者等の妻(公務扶助料や遺族年金を受給されていない方)

②戦没者等の子(戦没者等の死亡当時の胎児も含まれます)

③戦没者等の(1)父母、(2)孫、(3)祖父母、(4)兄弟姉妹

※戦没者等と生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

④上記①から③以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)で戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上戦没者等と生計関係を有していた方

■支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

■請求期間 平成30年4月2日まで

※請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなります。

第八回及び第九回特別弔慰金を受給されていた方が、お亡くなりになった場合などがありましたら、受給権が移っている(転給)ことも考えられますので、ご自身の受給権の有無等を確認されたい場合は、役場民生課までご相談ください。その他、ご不明な点がありましたら、お気軽にご相談ください。

◆問い合わせ 役場民生課 介護福祉係 ☎2-3115

ふるさとワーキングホリデーも 阿武町で受け入れ

総務省の委託を受けて山口県が行う「国内版さとワーキングホリデー」が2月と3月、町内2箇所で開催されました。



(株)ナベル山口工場で

これは都市部の大学生など次代を担う若者が一定期間地方に滞在し、働きながら地域住民との交流を通して田舎暮らしを学び、若者の県内回帰の流れを創り出し、将来の移住・定住や地域の活性化につなげようとするものです。受け入れを行ったのは奈古地区の(株)ナベル山口工場と福賀地区の(農)うもれ木の郷・ほうれん草農家の原農園(原勝志さん経営)で、ナベルには広島大学の大学生2人が、福賀のほうれん草には東京から2人、福岡から1人の計5人の大学生が参加しました。

参加者はアルバイト代を得



福賀ほうれんそう農家 原農園



福賀小学校で児童たちと

て就労の傍ら、民泊や農漁家民宿に泊まり、田舎の暮らしの日常体験や住民との交流を図るとともに、休日には県主催の交流イベントにも参加し、萩や下関など県内の観光地をガイド付きで見学するなど通常の都会の生活では得ることのできない貴重な体験をすることができました。

将来は小学校教員を目指したいという木村英里さん(学習院大学3年)は、初めて土にさわり農業の大切さを知るとともに、複式学級の福賀小学校の授業も見学。

木村さんは「東京生まれの私にとつて、阿武町は縁があつての第2のふるさと。大学の合宿のような形で再び訪れたい」と話していました。

ふるさとワーキングホリデーは平成29年度も開催されます。受け入れ団体も募集中ですのでご協力をよろしく願います。

◆問い合わせ
役場総務課

☎2-3111

平成29年度
山口県立大学・
サテライトカレッジ

あの頃のズボンをはくために 食からはじめる健康ダイエット

以前履いていたズボンがはいらなくなった、なんて経験ありますか？最近つつい食べ過ぎてしまふ、運動するのが苦手、という皆さん、今一度、食生活から見直してみませんか？食の乱れは体の乱れです。食生活を見直して、押し入れに眠らせているズボンをもう一度履いてみませんか？

- 主催 山口県立大学
- 共催 阿武町教育委員会
- 会場 阿武町町民センター 多目的ホール
- 定員 20名(先着順)
- 受講料 1,000円(申込時又は当日お支払いください)
- プログラム

回数	日時	講座テーマ・内容	講師
第1回	5月20日 土曜日 10:00～11:30	「私の食生活何がいけないの？～見直そう、日頃の自分の食生活～」 (内容) チェックリストで日頃の食生活を見直して、2ヶ月後をゴールに目標を定めましょう。自己記録をつけてモニタリングすることで“なりたい体型”を目指しましょう。	山口県立大学学長 長坂祐二氏
第2回	6月17日 土曜日 10:00～11:30	「空腹を我慢できない～食欲をコントロールするコツ～」 (内容) ついつい小腹が空いてのつまみ食い、繰り返される暴飲暴食、これらの食欲をコントロールする方法を見つけよう!!第1回で作成した自己記録表を振り返り課題を共有しましょう。一人ではなく、みんなで一緒に目標に向けてがんばりましょう!!	
第3回	7月22日 土曜日 10:00～11:30	「腹八分目を体得する～心とからだの対話～」 (内容) 前回の食欲コントロールに引き続き、今回は更に発展させていきましょう。満腹まで食べるのではなく、からだの変化に耳を傾けて腹八分目の食生活を体得しましょう。2ヶ月前の自分と比べてどうでしょう？きっと変化があるはずですよ!!	

■申し込み・問い合わせ 阿武町教育委員会 ☎08388-2-0501



「山口自死遺族の集い クローバー」



大切な方を自殺で亡くされたご遺族が、自身の体験や想いを安心して語り合いわかちあう場です。

●と き 毎月第3土曜日(8・12月を除く) 午後1時30分～3時30分

【受付】午後1時～1時30分

※終了後、希望者によるフリータイムを設けています。

●ところ 防府総合庁舎(防府市駅南町13-40)

●参加費 無料(茶菓子代として200円御協力をお願いします。)

●問い合わせ 山口県精神保健福祉センター ☎0835-27-3480

初めて参加される方は、
電話でお問い合わせ
ください。

山口県特定(産業別)最低賃金が改正されました

～必ずチェック
最低賃金!
使用者も
労働者も～

業 種	最低賃金(1時間)	効力発生の日
鉄鋼業、非鉄金属製造業	890円	平成28年12月15日
電気機械器具製造業	815円	
輸送用機械器具製造業	858円	
百貨店、総合スーパー	779円	
山口県最低賃金	753円	平成28年10月1日

パート、アルバイト等を含め、すべての労働者に最低賃金以上の賃金が支払われなければいけません。

●問い合わせ 山口労働局労働基準部賃金室 ☎083-995-0372

「やまぐち性暴力相談ダイヤルあさがお」を開設しました

山口県では、性暴力被害にあわれた方のために、相談専用電話を開設しました。

専門的な研修を受けた、女性の相談支援員がお話を伺います。必要に応じて、病院でのカウンセリング、弁護士による法律相談などを受ける事ができます。

ひとりで悩まず、ご相談ください。

「やまぐち性暴力相談ダイヤルあさがお」

☎083-902-0889

◆相談時間 平日：9時～22時、土日：9時～18時(祝日・年末年始を除く)

※時間外は留守番電話でお受けしています。

フグの処理には専門的な “知識と技術”が必要です

フグの肝臓や卵巣は、「有毒」です！フグの種類によっては、筋肉、精巣、皮なども「有毒」な場合があります！



◆山口県萩環境保健所 食品衛生班
☎0838-25-2665

フグの自家調理は絶対にやめましょう！

●毎年フグ中毒が発生しています

【フグ中毒の症状】

しびれ感(口唇、手指)、めまい、脱力感、頭痛

脱力感が手指から腕、足へと進む
言語障害、呼吸抑制

意識障害、昏睡、呼吸困難

死 亡

重大な消防法令違反のある
建物の公表制度が始まります

萩市消防本部では、火災予防条例を改正し、重大な消防法令違反のある建物について、利用する方がその危険性に関する情報を入手し利用について判断ができるよう、公表制度を開始します。

■制度開始 平成29年4月1日

■公表場所 萩市ホームページ(消防本部予防課ページ)

■公表内容 建物の名称、所在地、違反内容

■対象建物 飲食店、物販店、ホテル等の不特定多数の方が利用する建物や病院、福祉施設等の一人で避難することが難しい方が利用する建物

■違反内容 屋内消火栓設備、スプリンクラー設備又は自動火災報知設備の設置義務があるにもかかわらず設置されていないもの

※建物関係者の皆様へ
建物の用途変更、増改築、建物同士の接続等の工事を行ったことにより、消防用設備等の設置義務が発生し、公表の対象となる場合があります。これらの変更や工事を行う場合は、消防本部予防課へ必ずご相談ください。

■問い合わせ 萩市消防本部予防課
☎0838-25-2798
FAX 0838-26-3945
メール yobou@city.hagi.lg.jp



休日当番医

3/20㊟	休日急患診療センター	椿	0838-26-1397
3/26㊟	(郡)萩市弥富診療センター	弥 富	08387-8-2311
4/2㊟	休日急患診療センター	椿	0838-26-1397
4/9㊟	(郡)齋 藤 医 院	奈 古	08388-2-2838
4/16㊟	休日急患診療センター	椿	0838-26-1397
4/23㊟	休日急患診療センター	椿	0838-26-1397

※当番医の確認は役場または各支所へ

緊急の場合は119番

日曜日、祝日、年末年始は休日急患診療センターへ
☎0838-26-1397 (内科・外科・小児科・歯科)

萩・阿武健康ダイヤル24

24時間年中無休で健康や医療に関する相談を受け付けています。

☎0120-506-322 (通話料・相談料無料)
★携帯電話に登録すると便利です

お知らせ

シャッターチャンス ほほえみ・あぶフォト 倶楽部 合同写真展

阿武町の写真愛好家と萩市写真グループが合同で写真展を開催します。

日時 3月21日～25日

(9時～16時まで)

場所 萩市民館小ホール

問い合わせ

あぶフォト倶楽部事務局

(役場総務課)

☎2-3111



「法テラスの日」 無料法律相談会

日本司法支援センター(法テラス山口)では、「法テラスの日」を記念して、県内6か所

で無料法律相談会を開催します。下関、周南、宇部、岩国及び萩は弁護士会の各法律相談センターで開催、山口は法テラス山口で開催を予定しています。

日 4月20日
時間 13時半～16時半
(1人30分)

※予約制で、民事トラブル(借金・離婚・相続・労働問題等)の相談をお受けい

募 集

平成29年度労働基準 監督官採用試験

労働基準監督官は、厚生労働省の専門職員(国家公務員)です。

採用予定者数 約210人

試験日 第一次試験 6月11日

第二次試験 7月12日・13日

14日の指定された日

受付期間 3月31日～4月12日

(申込はインターネット)

申込専用アドレス

たします。

予約は4月1日からです。

問い合わせ・予約

法テラス山口 ☎050-

3383-5490

防災行政無線設備使用 料の口座振替について

防災行政無線使用料(平成28年下期分)を3月末に引き落としします。引落不能などにならないよう指定口座の残高確認をよろしく願います。

ご不明な点は役場総務課(☎2-3111)までお問い合わせください。

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

問い合わせ 山口県労働局

総務部総務課人事係 ☎0

83-995-0360

または、「労働基準監督官

採用試験 厚生労働省」で

検索

萩税務署からのお知らせ

税のスペシャリスト 国税専門官を募集

国税庁では、国税専門官を募集しています。原則としてインターネットによる申込みを行ってください。

受付期間

【インターネット】

3月31日～4月12日

申込専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

jp/juken.html

【郵送または持参】

3月31日～4月3日

(第一次試験地に対応する

国税局へ)

試験の程度 大学卒業程度

試験日 6月11日

試験地 広島国税局管内で

は、松江市、岡山市、広島

市

問い合わせ

萩税務署総務課

☎0838-22-0900

※音声ガイダンスに従って案内番号「2」を選択。または、国税庁ホームページを参考にしてください。

表示登記の日 無料相談会

山口県土地家屋調査士会では、分筆や地目変更などの表示登記に関する無料相談会を実施します。

日時 4月1日

9時半～15時半

場所 サンライフ萩 研修

室

問い合わせ 山口県土地家

屋調査士会 ☎083-9

22-5975

今年度最後の阿武町での献血の機会です。みなさんの積極的なご協力をお願いします。

献血ちゃん



阿武町に 「移動採血車」 がやってきます!

平成29年3月29日(水)

《午前》9:30～11:30

場所 役場本庁

《午後》13:15～15:30

場所 ナベル山口工場

ヘルスメイト☆おすすめ料理

美浜 中谷 智子さん

「元気で長生きしよーレシピ! (低栄養予防)」

野菜たっぷり鶏ごま丼

【材料(4人分)】

ごはん 2合強
鶏もも肉 大2枚
塩、こしょう 少々
油 小さじ1
豆腐 1丁
キャベツ 160g
水菜 40g
貝割れ 60g

■たれ■
ケチャップ 大さじ2
合わせみそ 小さじ4弱
マヨネーズ 大さじ3
ごま油 小さじ2
しょうゆ 大さじ2
みりん 大さじ2
白すりごま 大さじ8

【作り方】

- ①豆腐は4センチ×2センチ幅の薄切りにして、水気をきっておく。キャベツはせん切りに、水菜は4センチの長さになり、貝割れは根もとを切っておく。
- ②鶏肉に塩、こしょうをして、フライパンを熱して油をしき、皮目から焼いていく。鶏肉から油が始めたら、フライパンのあたりに豆腐を入れて一緒に焼く。鶏肉の周りまで火が通ったら、ひっくり返してふたをして蒸し焼きにする。中まで火が通ったら、取り出して食べやすい大きさに切っておく。
- ③ボウルにたれの調味料を順番に入れていき、よく混ぜておく。
- ④器にごはんを盛り、③のたれを少しかけて上からキャベツと水菜、貝割れ(少し残しておく)をのせる。その上に②の鶏肉をまた少しかけて、豆腐と鶏肉をのせて上から残りのたれと貝割れをのせてできあがり。



みんなでつくろう明日のページ

4月

日曜	行事予定
3月	職員辞令交付式 9:00【役場会議室】 奈古遺族会総会 10:30 消防団長辞令交付式 11:00【役場会議室】 消防団幹部辞令交付式 11:30【役場会議室】 教職員着任式 14:00【町民センター】
4火	平成29年度阿武町戦没者追悼慰霊祭 10:00【町民センター】
5水	みどり保育園入園式 10:00【みどり保育園】
6木	春の交通マナーアップ作戦 14:00【町内各所】
7金	福賀月例グラウンドゴルフ大会 19:00【福賀小学校グラウンド】
10月	阿武町選挙管理委員会 9:00【役場会議室】 健康教室「さくら会」9:00【町民センター】 福賀小学校入学式 9:00【福賀小学校】 阿武小学校入学式 9:30【阿武小学校】 阿武中学校入学式 10:30【阿武中学校屋内運動場】
11火	阿武町長選挙告示日、立候補者受付 8:30【役場会議室】
12水	奈古婦人会支部長集会 8:30【町民センター】 阿武町民生委員児童委員協議会定例会 8:30【役場会議室】
13木	食生活改善推進協議会研修視察【下関市】
14金	奈古スポーツ少年団後援会総会 19:00【町民センター】 福賀月例ボウリング大会 19:30【ユーズボウル萩】
15土	阿武町選挙管理委員会 16:00【役場会議室】
16日	阿武町長選挙投票日・開票日 7:00【役場会議室】
18火	福賀ことぶき会定期総会 10:00【のうそんセンター】
19水	自治会長集会 9:30【町民センター】 消防団後援会総会 11:10【町民センター】
20木	奈古スポーツ少年団入団式 18:00【体育センター】
21金	阿武町交通安全対策協議会総会 13:30【役場大会議室】
22土	消防器庫巡視、団長・副団長会議 9:00【町内各所】
25火	狂犬病予防注射 9:00【町内各所】
29土	鯉のぼり設置作業 8:30【福賀大井川沿い】
30日	あぶ芸能祭 13:00【文化ホール】

3月分 町内の求人情報

3月10日現在 (すでに決定済みとなっている場合があります。その際にはご了承ください。)

●問い合わせ ハローワーク萩・萩公共職業安定所 ☎0838-22-0714

会社名	求人数	年齢	賃金	業種
あぶらんど萩農業協同組合	3人	35歳以下	142,200円～162,580円	総合職
小田建設 株式会社	1人	64歳以下	250,000円～400,000円	1級土木施工管理技士または建築施工管理技士
	2人	64歳以下	184,400円～230,000円	普通作業員
株式会社 くぼた薬局	1人	59歳以下	400,000円～600,000円	薬剤師
道の駅阿武町 (株式会社 あぶクリエイション)	1人	59歳以下	180,000円	経理事務
	3人	59歳以下	152,000円	販売員
	1人	不問	時給760円～850円	販売員(パート)

阿武町の人口と世帯数 (2月末)

地区別	人口	世帯数	移動内訳
奈古	2,311(－2)	1,058(0)	転入 8
福賀	600(－5)	284(－3)	転出 10
宇田郷	572(－3)	297(－2)	出生 0
合計	3,483(－10)	1,639(－5)	死亡 8

2月の交通事故

区分	人身事故			物損事故
	件数	死者	負傷者	
萩警察署管内で起こった事故	9 (8)	0 (0)	9 (9)	100 (132)
うち阿武町内で起こった事故	1 (0)	0 (0)	1 (0)	2 (9)

※ () 内数字は対前月比

() 内数字は前年件数

あぶフォト倶楽部

作品は道の駅温泉棟 1階に展示中

会員作品紹介

●コメント：福賀・長沢の池の朝の様子です。湖面が穏やかで、ところどころ凍っています。鴨が静かに泳いでいる風景を切り取りました。

次回定例会は 3月27日(月)19:00～
町民センター 講座室です



タイトル
「穏やかな夜明け」
西村 信教(市)

◆問い合わせ あぶフォト倶楽部事務局 ☎2-3111

栄光文化賞・阿武町っ子栄光賞受賞作品・活躍の様子



阿武小2年 酒巻 俐生くん



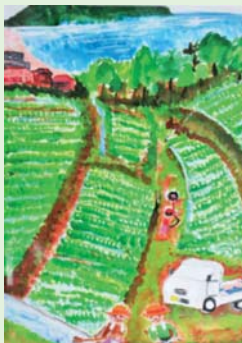
福賀小学校の緑化活動



NHK全国学校音楽コンクール 全国コンクール
萩高校2年 高橋 芽生さん 萩高校2年 増田 菜々子さん
萩高校2年 池埜 紘太郎くん 萩高校2年 高橋 瑠生くん
萩高校1年 中村 龍人くん 萩高校1年 末益 泰仁くん



阿武小5年 酒巻 成くん



題名「木与の棚田」夏の風景」
阿武小5年 松本 彩里さん



阿武小3年 小野 綾香さん



阿武中3年 水津 香乃さん
題名「不安」

我が町の鑑定団呼ぶ春の風	春陽いっぱい苑のベンチでパン屋待つ	飢えし日を遠く遠くに根深汁	二ヶ月の空の真青や籬組む	乳匂う子を高々と春隣	記さねばみんな流るる冬の川	春愁や見えない明日に夢繋ぐ	春の闇もの生る兆しうごめきぬ	傘寿から米寿目差して春一步	紅鶴や一重梅花にそよぐ風	鉄瓶の湯気しんしんと外は雪	福豆や天邪鬼にも二つ三つ	村中の雪へ雪ふる雪野原	風花や宙がこぼせる詩一片	豆腐屋の一灯洩るる寒の朝	菜の花や山は眠りの覚めぬまま
能野 泰枝(釜屋)	田中 弥生(清光苑)	水津 紅魚(美浜)	河原 慶子(上郷)	出羽法泉水(浜の1)	米原 泉女(筒尾)	池田 幸枝(大里)	梅地 眞代(東方)	大倉 淑子(上万)	小田 衛(宇久)	林 弘子(浜の1)	柳井 恵子(平原)	原 清穂(伊豆)	佐々岡美保(中村)	高橋作之助(浜の1)	小野 一雄(下郷)

俳句