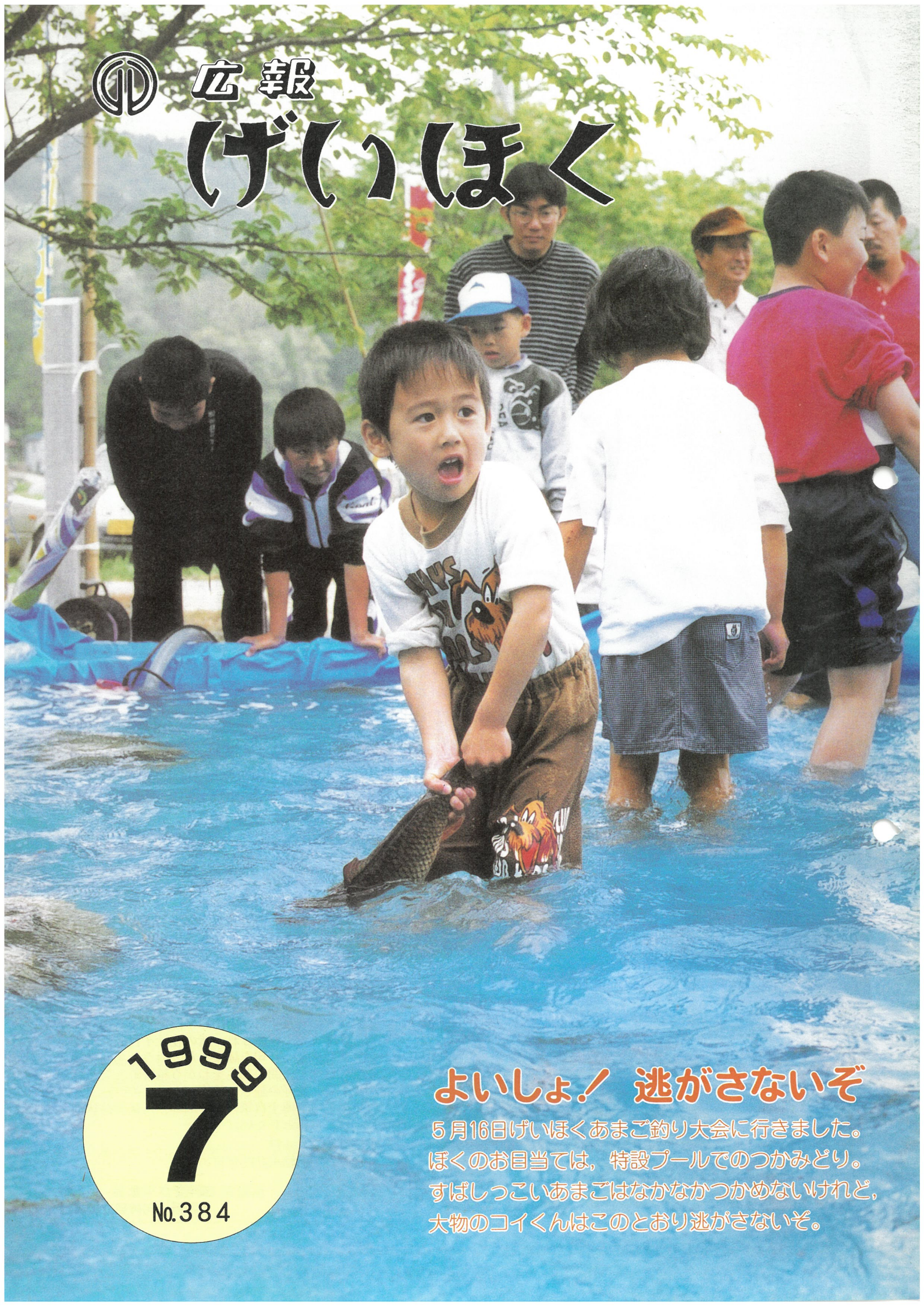




広報

げいほく



1999
7
No.384

よいしょ！ 逃がさないぞ

5月16日げいほくあまご釣り大会に行きました。
ぼくのお目当ては、特設プールでのつかみどり。
すばしっこいあまごはなかなかつかめないけれど、
大物のコイくんはこのとおり逃がさないぞ。

八幡高原に

牧野富太郎博士の句碑建立



衣にすりし
昔の里か
かきつばた
花
牧野結網
昭和8年6月4日
芸州八幡村かきつばた自生地にて



▲西原澄子さん（牧野博士の孫、岡山在住、右端）らによって行われた除幕式



▲吉岡珍正越知町長（左）と友好の
固い握手を交わす増田町長



▲牧野博士一行に同行した
当時は振りかえり、思い出を語られる児玉集さん
（東八幡原）



昭和12年（1973年）10月11日 苅尾山頂（臥龍山）にて
後列左から、氏名不詳、升本修三、高木哲雄、児玉集
前列左から、犬丸 愨（すなお）、牧野富太郎、堀川芳雄、

六月四日、臥龍山麓八幡原公園の一角で、牧野富太郎博士の句碑建立除幕式が行われました。
博士はこの地を生前二度訪れ、植物採集をされています。そして、八幡に自生するカキツバタの群落に感動され句をされたためおられます。（博士著書「植物記」参照）博士のこの想いを八幡の自然を永く慈しむ礎にしたいと、句碑建立実行委員会（児玉忠臣委員長）と芸北町が、広島県の協力を得て建立しました。
句碑文が刻まれた「土佐の青石」は博士のふるさとで産出されたもので、昨年博士が縁で交流の始まった。高知県越知町から寄贈されました。当日は、越知町からも吉岡町長ら七人が訪れて交流を深めました。



▶八幡小子供田楽のみさんが、式に花を添えてくれました

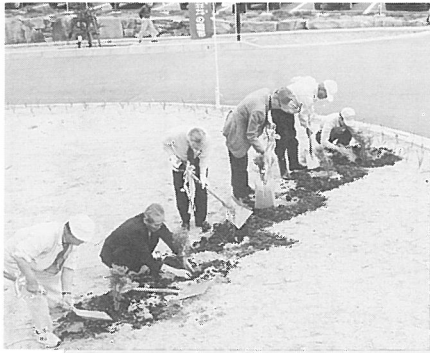
世界的な植物学者、牧野富太郎博士（1862～1957）は、高知県佐川町に生まれた。幼少から生家に近い越知町横倉山を中心に独学で植物の研究を始め、95歳の全生涯を植物一筋に捧げた。

博士は全国を踏査して植物を採集されたが、この八幡高原には昭和8年と昭和12年の二回足を運ばれた。初めて来られた昭和8年6月4日、上田郷の湿地一面に咲くカキツバタの自生地を見て感激され、紫の花汁を自分の着ていたワイシャツに擦りつけ句を詠まれたという。

この度、自然と人間の共生をねがう越智町と芸北町との交流が始まり、友好の証しに越智町から土佐の石が寄贈された。その石に、博士自筆の句を刻み、八幡の自然を永く保存し、慈しむ礎とした。

平成11年6月4日
牧野博士八幡来訪66年目の日に

芸北町
牧野博士句碑建立委員会



山菜フェスタに200人がご満悦

春の山菜フェスタが5月9日オークガーデンで開かれ、広島市などから訪れた200人が山菜料理を味わいました。二回目の今年は、参加者自らが料理づくりを手伝うなど、手作りのイベントとして参加者の交流が深まり大変好評でした。

またこの日は、地域に根ざした社会貢献活動として県内の自治体に苗木を贈られている。㈱広島トヨペットから「やまぶき」と「しもつけ」の苗木各100本を寄贈していただき、早速、オークガーデン周辺に植樹しました。



雲月小が交通安全優良学校表彰を受けました

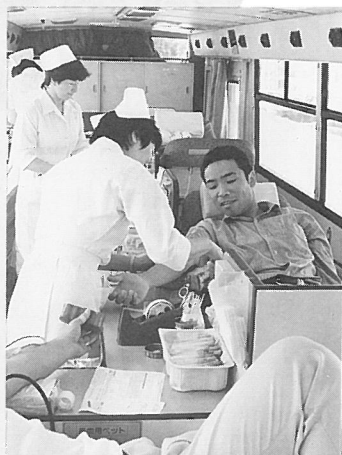
山県西部交通安全協会から交通安全優良学校として、雲月小学校（冠由紀子校長児童40人）が表彰を受け6月2日加計町で伝達式がありました。

雲月小学校では通学時の安全指導を、地域の方々と一緒にっており、温かい愛のひとこえが交通事故防止に役立っています。これからも交通ルールとマナーを守って交通安全を心がけましょう。

献血ありがとう

5月31日、移動献血車が芸北町にやって来ました。今回からは65歳以上の方でも、60歳から65歳までの間に献血経験のある方に限り、69歳まで献血ができるようになりました。

当日は、99人の皆さんに献血していただきました。どうもありがとうございました。次回は秋の予定です。



田植えて楽しいね

芸北小学校（尾田由紀子校長児童37人）では、地域学習として地域の方々に講師をお願いして、米づくりをテーマに取り組んでいます。5月17日には、川小田の上田政行さんの水田で、田植えをしました。植えた後は、地元有志の皆さんが田楽ばやしを披露してくださり、お昼のお弁当を食べながら楽しみました。



民生委員・児童委員だより

活

動

日

誌

3月

1日 愛の呼びかけ運動

(町内全域)

2日 郡民生児童委員協議会女性部長会議 (役場)

4日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

5日 心配ごと相談所への参加 (役場)

9日 3月定例会

10日 社職連山県ブロックボランティアリーダー研修会 (文化ホール)

15日 芸北タウン作業所参加

18日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

18日 各小・幼・保卒業式参加

19日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

20日 町社協理事会 (仙水園)

25日 なかよしクラブ参加 (文化ホール)

26日 県民生児童委員協議会理事會 (広島市)

27日 第二寿光園起工式 (仙水園)

5月7日 各小・幼・保入学式参加

8日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

9日 4月定例会

15日 加計高校芸北分校訪問

15日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

16日 郡民生児童委員協議会総会 (加計町)

19日 芸北タウン作業所参加

22日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

26日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

28日 町社協理事会 (仙水園)

6日 5月定例会 (町内会全域)

7日 芸北中学校訪問

13日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

14日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

21日 芸北町交通安全テント村

24日 県民生児童委員協議会総会 (広島市)

25日 芸北タウン作業所参加

26日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

27日 町在宅介護支援センター運営協議会 (ホリス)

27日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

28日 芸北中学校訪問

7日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

6日 芸北中学校訪問

13日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

21日 芸北町交通安全テント村

24日 県民生児童委員協議会総会 (広島市)

25日 芸北タウン作業所参加

1日 愛の呼びかけ運動

(町内会全域)

6日 5月定例会

7日 芸北中学校訪問

13日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

14日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

21日 芸北町交通安全テント村

24日 県民生児童委員協議会総会 (広島市)

25日 芸北タウン作業所参加

26日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

27日 町在宅介護支援センター運営協議会 (ホリス)

27日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

28日 芸北中学校訪問

7日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

6日 芸北中学校訪問

13日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)

21日 芸北町交通安全テント村

24日 県民生児童委員協議会総会 (広島市)

25日 芸北タウン作業所参加

26日 心配ごと相談所への参加 (仙水園)

27日 町在宅介護支援センター運営協議会 (ホリス)

27日 ふれあい給食配付ボランティア(一人暮らし家庭)



5月14日 交通安全テント村
美和中央小学校前

議会報告

第十回臨時会

芸北町議会第十回臨時会が、五月七日に招集され、会期を一日として審議が行われました。

今回提出されたのは、専決処分報告一件と工事請負契約の締結三件で、審議の結果原案どおり可決承認されました。

一、財産の取得(専決処分)
県営細見住宅を四月一日付けで広島県から譲り受けました。
・一棟二戸 一四九・四四㎡

二、工事請負契約の締結(三件)
○河川災害関連工事普通河川葺屋形川二工区(字葺屋形地内)
▽請負金額 一億五千五百円
▽請負者 芸北工業株式会社

社▽工期 平成十一年五月八日から平成十二年一月三十一日
○芸北ふれあい広場屋外ステーション施設新築工事(字細見地内)
▽請負金額 五千二百二十九万円
▽請負者 創建工業株式会社
▽工期 平成十一年五月八日から平成十一年七月二十日

○芸北ふれあい広場常設テント施設新築工事(字細見地内)
▽請負金額 五千四百二十八万円
▽請負者 岸工業株式会社
▽工期 平成十一年五月八日から平成十一年七月二十日

『少年補導助手員です』

5月12日、加計警察署において山県西部地区(加計町、戸河内町、筒賀村、芸北町)の少年補導助手員16人が委嘱を受けました。少年補導助手員は地域における少年の非行防止活動を推進し、健全育成を図るために活動されます。

芸北町内の助手員は次の方々です。よろしくお願ひします。

- 斎藤 美保子さん(細見)
- 奥田 淳治さん(大暮)
- 中祖 信雄さん(中祖)
- 岩田 積さん(西八幡原)

[委嘱期間平成11年4月1日～平成13年3月31日]

イアンさんのワンポイント英会話 (Ian's One point English Lesson)

<初級編>

5月16日、高田郡甲田町で開催された「泥んこバレーボール大会」に、芸北町からイアンさんと4名の男性が参加しました。イアンさんは高田郡、山県郡のAETが中心となって結成したチーム「田舎力」(いなかちから)で出場しました。いつも元気なイアンさんは、2回目の参加でもあり、この大会でも大活躍でした。

イアンさんからのメッセージです。



♡Mud Volleyball

This year I took part in Koda town's mud volleyball tournament. It was great fun and we took four people from Geihoku who eventually won.

Next year please join us in the mud!

今年も甲田町の「マッド バレーボール トーナメント」(泥んこバレーボール大会)に参加しました。それはすごく楽しかったし、芸北町から一緒に行きましたが、結局その4人のいるチームが優勝しました。

来年は私たちと一緒に泥だらけになりましょう!

○スポーツ

Come on! カモン Go! ゴウ Go! いけいけ! 走れ! がんばれ!

Well done! ウエル ダン よくやった! おめでとう!

We won! ウィ ウェン 勝った!

Better luck next time! ベター ラック ネクスト タイム 次は頑張ろう!

Head up! ヘッド アップ 元気だして!

That was close! ザット ワズ クロス おしい!

A: Are you playing next? アー ユー プレイイング ネクスト 次の試合に出るの?

B: Yes, I am. イエス アイ アム はい。

A: Good luck. グッドラック 頑張つて。

A: thank you センキュー ありがとう。

SCOTLAND'S SPORT

Scotland's most popular sport is Golf. Because golf came from a small town in Scotland called St Andrews. In Scotland people play golf regardless of age and gender.

Another sport from Scotland is curling and many curling world champions come from Scotland. However, Scotland's traditional sports come from The Highland games held in the summer. There are bagpipe competitions and "tossing the caber." This is Scotland's most famous festival.

The most popular spectator sport in Scotland is football. The Scottish national team has been to the world cup many times.

スコットランドのスポーツ

スコットランドで一番親しまれているスポーツはゴルフです。なぜなら、ゴルフはスコットランドのセントアンドリュースという小さな町で生まれたからです。スコットランドの人たちは老若男女を問わずゴルフをします。

スコットランドで生まれた他のスポーツにはカーリングがあり、カーリングの世界チャンピオンの多くはスコットランド出身です。けれども、スコットランドの伝統的なスポーツは夏に開催される「ハイランドゲーム」から生まれました。バグパイプのコンテストと丸太投げ競技はスコットランドの最も有名なお祭りです。

スコットランドの観客にとって最も人気のあるスポーツはフットボール(サッカー)です。スコットランドの代表チームは何度もワールドカップに出場したことがあります。

第16回 八幡高原 聖湖マラソン大会

平成11年9月5日(日)

*雨天決行

- 種目 聖湖畔ハーフマラソンコース
(さわやかな風をうける湖畔コース)
- 臥龍山麓10kmコース
(雄大なブナ林の麓を走る草原コース)
- 千町原5kmコース
(野花いっぱいのファミリーコース)
- 参加料 高校生・一般3,000円(記念品・弁当・高原野菜含む)
中学生以下 2,000円(記念品・弁当含む)
- 申込期限 平成11年7月23日(金) [定員(3,000人) 時締切]

♡当日はアトラクション、バザーもあります。

●お問合せ先 実行委員会事務局 08263-5-0888

「いのち」のシリーズ

男女雇用機会均等法・労働基準法
育児の介護休業法改正にもなる

「男女共生社会をめざして」

産業振興課

No. 36

一九八六年（昭和六十一年） 定され、今年四月一日から労働から男女雇用機会均等法が施行 基準法と男女雇用機会均等法がされ、職場での男女平等を確保 改正されました。
し、女性労働者が性別により差別されることなく、その能力を有効に発揮して充実した職業生活を営み、職業生活と家庭生活との調和を図るためこの法が制定されたことにより、職場での男女平等は前

差別の禁止

◎募集・採用、配置・昇進、教育・訓練、福利厚生、定年・退職・解雇、の各段階において、男性と均等な機会を与え、取扱いをするように規定しています。「すべてについて努力義務規定から禁止規定に改められた。」

- 法の名称が「女子の福祉の増進」という言葉が消え「男女の均等な機会及び待遇の確保」のみが目的とされた。そして「女子・男子」という呼び方は「男性・女性」に改められた。
- 実効性確保のため、禁止規定に違反し、是正勧告にも従わない事業主を公表するとともに、これまで当事者双方の合意がない限り開始されなかった調停を、紛争当事者の一方の申請だけで開始することとし、かつ調停申請を理由とする解雇その他の不利益取扱いを禁止した。
- セクシャル・ハラスメント（性的嫌がらせ）を防止するための雇用管理上の配慮義務を使用者に課した。
- 妊娠・出産に係る女性労働者の健康管理について、事業主が講ずるべき措置を努力義務から義務規定に改められた。

進しつづありますが、まだ完全に差別が無くなっているとは言えません。

例として日本においても町内においても男女の賃金格差は依然男性の方が高い傾向にあり、今日まで改善されていない現状もあります。

さらに女性に対しての見方は、「今まで女性がやってきた仕事だから」と「女性ゆえにお茶を出す、掃除をする」という考え方や「女性向きの仕事だから」といった先入観や固定的な男女の役割分担意識の改革で、男女異なる取扱いをしないことが求められます。

「男女共働社会」「男女共生社会」といわれる今日、男女が互いに個人としての尊厳を尊重するという気持ちになることが何より大切なことです。

ちなみに、昨年の本町の人権パネル展の感想文の中でも、一番多くとりあげられていたのがこの「性差別」であり、育児・料理・洗濯・後継ぎ・職場・地域の中で、余りにも未だ男女の差別が当然の様に見過ごし許されている実態が指摘されていました。理屈ぬきで「住んでよかったです……」という合言葉は、先ず男性からわが心に言いさかせ、実践していくことから始まるのではないでしょうか。

人権と多様な生き方の尊重

男女共同
参画社会

女性も男性も
あらゆる分野で
活躍できる社会



「男の子だから」「女の子だから」と偏らないで何より個性を大切に

すべての人々の
人権が尊重される
社会



女性がその能力を幅広く十分発揮……

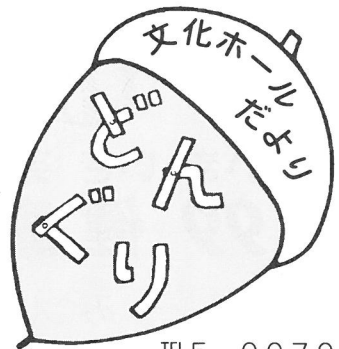
男女平等の視点で
多様な
考え方ができる社会



男性も家庭と地域の担い手に

ともに考え
ともに決めていく
社会

「いのち」のシリーズについての意見、ご感想、ご質問をお寄せください。総務課「広報けいはく」係まで。



TEL5-0070

詩とうたと劇がおりなす

劇団はぐるま座の不朽の舞台

音楽詩劇

夏の約束

芸北公演決定

詩人峠三吉と磯永秀雄の詩をもとに創作された音楽詩劇「夏の約束」が、八月一日(日)、町民文化ホールで公演されます。

今回の公演は、町内在住の被爆体験者の方々を始め、原爆や戦争の悲惨さを後世に伝えたい、平和の大切さや尊さを再認識する機会にしたいと願う人々によって結成された「夏の約束を観る会実行委員会」の主催、または趣旨に賛同する町内各種団体の後援によって実現しました。

この劇は、劇団はぐるま座によって全国各地で九〇〇回も上演されているものです。ぜひご鑑賞ください。

原爆で受けた屈辱が
平和を愛する人々の涙で洗われる
その日はいつか。



- 日時 8月1日(日) 午後2時～
- 場所 芸北町民文化ホール
- 前売入場券 一般 3000円
小・中学生 1000円

主催団体、町民文化ホールで販売しています。
お問い合わせは町民文化ホールへ。

ものがたりの主人公 熔子(高校三年生)は担任の磯野先生から峠三吉の「原爆詩集」を贈られます。

初めて接する地の底からの叫び
ちちをかえせ ははをかえせ
としよりをかえせ こどもをかえせ
わたしをかえせ わたしにつながる
にんげんをかえせ

一九四五年八月六日、広島の人々が受けた惨害に熔子は胸を震わせます。

その熔子に、先生は南の島で多くの友を失った自らの戦争体験を語り始めました。

熔子は、戦争によって親兄弟を殺された人々の言いえぬ苦しみや悲しみ・怒りを知っていくのでした。・・・

わくわくワークショップ2

「探草会」を行いました

第2回わくわくワークショップとして、世界的植物学者牧野富太郎博士の句碑が八幡千町原に建立されたのを記念して、牧野博士の足跡を訪ねる「探草会」を6月6日行いました。当日は天候もよく、町内外から約60人の参加者とともに千町原の句碑をスタートし、植物観察をしながら、苜蓿山(臥龍山)へ登りました。

牧野博士が2度も訪れたという現地は、世代交代をしながら現代へと受け継がれ、変わってしまったものと、残ってきたものがあり、我々は次の世代に何を残せるのだろうかと心に問いかけた1日になりました。

今後は第3回目の「鯉が窪湿原の観察会」をふまえ、



これからの自然を生かした町づくりを考えていきたいと思ひます。みなさんもお意見を文化ホールにお寄せください。

こんにちは 文化ホール図書室です

文化ホールを訪れるのが難しい方々にも、気軽に本を楽しんでいただけるよう町内4カ所に移動図書館車の配本所をもうけています。本は1度に300冊程度しか載せることができませんが、ご利用者みなさんのご希望にそえるように、読書傾向にあった本をできるだけ載せるようにしています。貸出期間は約1ヶ月で、延長もできます。雨の日も雪の日も利用しやすいように車の中に入って座って選ぶことができます。

八幡や雄鹿原では1度に乗れないぐらいの方々にきていただいて、うれしい悲鳴をあげることがありますが、訪れる方がいなくてさみしい時もあります。ぜひ、1度来てみてください。お待ちしております。

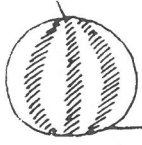
川柳

- お説教そつと欠伸を噛み締める
- 欠伸して心の裏を見透かされ
- 体調がチャンス逃した悔いの糸
- 生き甲斐に花と話の五月晴れ
- 独り暮らし強さと弱さが同居する

川柳句集「核」より

美之 幸子 夕雨子 千草

指導 末田 宏



健康と福祉の窓



いき いき 芸北

'99 健康・福祉まつり

～ みつけませんか 元気の源^{もと}～

- と き 平成11年7月10日(土) 9:00～16:00
- ところ 芸北ホリスティックセンター

食生活コーナー

おいしい話や体験がいっぱい
来てみてのお楽しみ

ふれあい グラウンドゴルフ大会 (申し込み者)

豪華景品を用意しています……

リサイクルショップ

ほりだし物がたくさん……
早いもの勝ち……

ふれあい朝市

新鮮な野菜や果物・焼きたてパン
その他手づくり品など…
お買得品満載

体内脂肪測定 足の裏健康診断 骨密度測定

福祉・介護なんでも コーナー 歯のコーナー

くつろぎ喫茶

ヘルスメイトさんによる喫茶店
くつろぎの空間で
軽食・コーヒータイムをどうぞ!

環境を考えるコーナー

ゲームコーナー

きんぎょすくい

高齢者になった 疑似体験コーナー

年をとる…って どんなこと?
高齢者の体験をしてみよう

ふれあいバザー

食べ物・飲み物いろいろ用意。
食べて 飲んで 語って…
楽しい一日をどうぞ!

この他、多彩なコーナーを用意して
みなさんの参加をお待ちしています。

▶ お問い合わせ ◀

芸北ホリスティックセンター TEL (08263) 5-0230

お元気ですか？

管理栄養士です。



～みなさんの健康づくりのおてつだいをいたします。～



●毎日3度の食事づくり、楽しんでますか？それとも…

なま・焼く・煮る・蒸す・揚げる・茹でる・炒める・和える・練る・寄せるの調理法と、味つけ（和風・洋風・中華風）の組み合わせで料理のレパートリーは、どんどん広がります。

同じ生で和える料理でも、和風なら  酢の物、

洋風なら  サラダといったぐあいです。

新しいパターンを工夫してみませんか？

味つけは



サ・シ・ス・セ・ソの順で!!

- 味のしみやすい順です。
- 酢は早く入れると酸味がとんでしまいます。
- しょうゆやみそは、熱で香りがなくならないよう、気をつけましょう。

何ととっても、最後の決め手は



つくった人の心が、味や盛りつけに表われます。

いただきます!



電子レンジ活用法

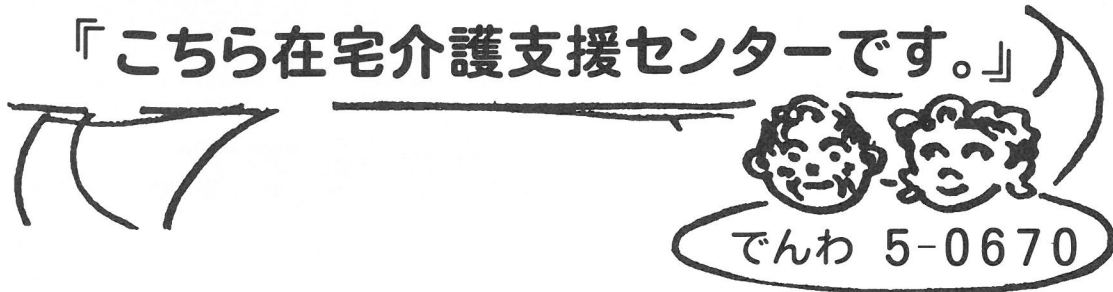
- 野菜やいもをゆでる。
- からいりやしめつたのり、煮干・せんべいなどの乾燥。
- 湯せん。(バター・ゼラチン)
- 豆腐やこんにやくの水きり。
- ジャムもできます。
- ふきん・ザルなどの消毒。

* ご相談・お問い合わせは ☎ 5-0230

<管理栄養士：奥田まで>いつでもどうぞ。

※ご連絡いただければ、ご自宅の方へもおうかがいいたします。

「こちら在宅介護支援センターです。」



でんわ 5-0670

～今月は「高齢者によく見られる症状への対応」についてです～

次の症状は、高齢者によく見られる代表的なものです。「よくあるから」と軽視していると、命にかかわることにもなりかねません。ふだんから注意し、これらを未然に防ぎましょう。また症状が出たら軽いうちに早め早めの対処をしましょう。

①脱水

主 な 症 状	原 因	日 常 の 留 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ● 口の中が乾き、粘膜がパサパサする ● 皮膚が乾燥し弾力がなくなる ● 尿量が少なくなる ● 尿の色が濃くなる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 体内の水分の減少 ● のどの乾きに鈍くなり、あまり水分をとらない ● 下痢 	<ul style="list-style-type: none"> ● お茶、果汁、牛乳、スープなどできるだけ水分を口からとる

②動悸・息切れ

主 な 症 状	原 因	日 常 の 留 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ● 階段の昇り降りやからだを動かしたときに胸がどきどきする ● 病状が進むと呼吸困難になる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 肥満 ● 心臓病 ● 呼吸器の病気 ● 腰や背中の曲がり姿勢 	<ul style="list-style-type: none"> ● ゆっくり腹式呼吸をする ● 背筋を伸ばした姿勢をとる ● タバコを控える

③めまい

主 な 症 状	原 因	日 常 の 留 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ● 船に乗っているようなふらつきを感じる ● エレベーターが上下するような感じがする ● ぐるぐる目がまわる ● 立ちくらみがする 	<ul style="list-style-type: none"> ● 脳や耳のトラブル ● 高血圧、心臓病、更年期障害 ● その他、精神的な要因 	<ul style="list-style-type: none"> ● 転倒を防ぐために、歩行のとき介護者をつける ● めまいが起こったら、横になったりしゃがんだりして安静にする

④むくみ

主 な 症 状	原 因	日 常 の 留 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ● まぶたが腫れぼったくなる ● 夕方になると靴がきつくなる ● すねを押すとへこむ ● 体重が増える ● 腹水がたまる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 塩分のとり過ぎ ● 心臓病 ● 高血圧 ● 腎疾患 ● 栄養障害など 	<ul style="list-style-type: none"> ● 塩分を控える ● 水分摂取を制限する（医師の指示があった場合） ● 皮膚が傷つきやすくなるので注意する ● 下着、靴下などはゴムがきつくないものを選ぶ ● 腹水や下肢のむくみのあるときは楽な姿勢をとる

⑤しびれ

主 な 症 状	原 因	日 常 の 留 意 点
<ul style="list-style-type: none"> ● からだの節々（とくに手や足）にしびれ感が走る 	<ul style="list-style-type: none"> ● 脳卒中、動脈硬化、外傷など脳に原因のあるもの ● 椎間板ヘルニア、ビタミンB1、B2欠乏、糖尿病など神経系に原因のあるもの 	<ul style="list-style-type: none"> ● めるめの風呂にゆっくり入る ● 軽い体操をする ● 疲労を避ける ● 酒、タバコを控える



症状に変化があったら、まずは医師の診察を受け、その都度適切な治療や指導を受けるようにしましょう。

お医者さんにかかるとき

病気やケガでお医者さんにかかるとき、医療機関の窓口へ国保の保険証を提示すれば、医療費の一部を負担するだけで診療が受けられます。

国保で受けられる給付

保険証と一部負担金で直接治療が受けられます（療養の給付）。

病気やケガの治療



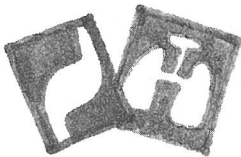
お医者さんの診察



入院・看護



レントゲン撮影・検査



治療に必要な薬や注射



あとで
払い戻されるもの
(医療費の支給)

いったん全額を支払ったあと、
払い戻しを受けられます



急病でやむをえず保険証をもたずにお医者さんにかかった場合



医師が必要と認めたコルセットなどの治療器具代



医師が必要と認めたあんま、マッサージなどの施術料



骨折、ねんざなどで柔道整復師の施術を受けた場合

(国保のとりあつかいをしている柔道整復師で施術を受けた場合には、窓口で一部負担金を支払えば施術が受けられます)



輸血をしたときの生血代

現金で
払ってもらえるもの

つぎのような場合に、
現金で支給されます。



出産育児一時金

被保険者が出産した（妊娠85日以上の子を産み、流産を含む）ときに支給されます。

葬 祭 費

被保険者が亡くなったときに、葬儀を行った人に支給されます。

移 送 費

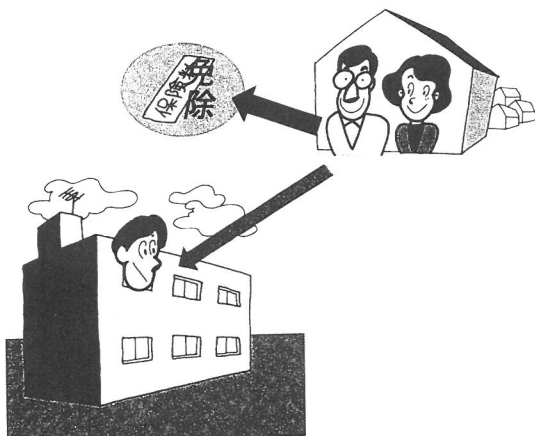
被保険者が療養の給付などを受けるために移送されたときで、保険者が必要と認めた場合に支給されます。

訪問看護を受けたら

在宅医療を受ける人が医師の指示のもとで訪問看護ステーションなどを利用したとき、費用の一部を支払うだけで残りは国保で負担します。

国 民 年 金

Q 20歳の学生です。独り暮らしをしており、生活費や学費は親から仕送りを受けていますが、保険料まで親に負担してもらおうのは気がひけます。免除してもらおうことはできないでしょうか。



●お問い合わせ先 住民福祉課 年金担当まで

A 親の収入によって、学生の保険料を免除する制度があります。

20歳以上であれば学生でも国民年金に加入して保険料を納めることになっています。これは学生期間中に起きた事故や病気による障がいについても保障しているという考えだからです。しかし、一般的に学生には収入がなく、保険料を自分自身で負担することが困難ですから、世帯主が本人に代わって負担している状況となっています。

そうすると学生をもつ親の負担は大きくなりますし、仕送りしている場合ではなおさら大変になります。そこで、親の収入によっては保険料を免除するという、学生だけのための免除制度が設けられています。ただし、学生本人がアルバイトなどで収入を得ており、所得税が課せられている場合は免除されません。

この免除制度の基準ですが、例えばサラリーマン4人世帯で大学生1人のときに次のようになっています。

	国公立	私立
親と同居	約675万円以下	約770万円以下
親と別居	約740万円以下	約835万円以下

免除期間分の保険料は後で就職して収入が入るようになってから追納することになります。そうしないと、将来受け取る老齢基礎年金が減額されることとなりますので、忘れずに追納の手続きを取ってください。

また、国民年金は学生でも無職でもすべての人が加入して、年金世代の生活を支えていく制度です。これは世代と世代が助け合うという考えの上になつており、そのために保険料を納める能力がない人には免除制度を設けているわけです。

お知らせ情報

ホリスティックセンター 総合相談窓口を設けました

ホリスティックセンターではこのたび保健・福祉・医療についての『総合相談事業』を始めました。

どんなことでもお気軽に相談してください。

●開設日

毎週水曜日

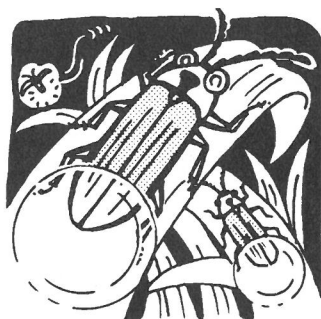
午前10時から午後4時まで

●場所

ホリスティックセンター

●お問い合わせ先

☎510575



ご存じですか

老人保健制度

●お問い合わせ先（住民福祉課）

老人保健こんなときには届出を

こんなとき	届出に必要なもの	いつまでに
70歳になったとき (誕生月に個人通知)	保険証 印かん	通知後 すみやかに
転入したとき	保険証 印かん	14日以内
転出するとき	医療受給者証 印かん	すみやかに
死亡のとき	医療受給者証 印かん	14日以内
住所を変更したとき	医療受給者証 印かん	14日以内
医療保険が変更になったとき	新しい保険証 印かん	14日以内
一定の障がい（「寝たきり」など）のある方が65歳になったとき、または65歳を過ぎて一定の障がいのある状態になったとき	国民年金証書・身体障害者手帳・ 医師の診断書のいずれかの書類 保険証 印かん	すみやかに

お医者さんにかかるとき

お医者さんにかかるときは医療機関窓口で「保険証」「医療受給者証」を必ず提示してください。一部負担金は次のとおりです。

外 来	1日 530円（月4回を限度）		
薬 剤（外 来）	〔内服薬〕（1日につき）		
	1種類 0円		
	2～3種類 30円		
	4～5種類 60円		
	6種類以上 100円		
	〔外用薬〕		
	1種類 50円		
	2種類 100円		
	3種類以上 150円		
	〔頓服薬〕（1調剤につき） 1種類 10円		
	住民税非課税世帯等で老齢福祉年金受給者は薬剤の負担はありません。		
入 院	1日 1,200円 住民税非課税世帯等で老齢福祉年金受給者 1日 500円		
入院時の食事代	一般の老人医療受給対象者	1日 760円	
	住民税非課税世帯等	90日までの入院	1日 650円
		90日を超える入院	1日 500円
	住民税非課税世帯で老齢福祉年金受給者	1日 300円	

町の人口 (5月末日現在)

		前月比
総数	3,227	(-4)
男	1,582	(±0)
女	1,645	(-4)
世帯数	1,043	(+1)
面積	253.63km ²	

6月の納税等

(納期限: 6月30日)

- 町県民税 第1期分
- 国民健康保険税 第3期分
- 国民年金保険料
- 水道使用料

口座振替の方も金額の確認お忘れなく。

7月の心配ごと相談

- と き 8日(木)
- ばしょ 役場相談室
主に交通事故関係
- と き 23日(金)
- ばしょ 仙水園
主に老人障がい者関係

社会福祉資金寄附

次の皆様からご厚志をいただきました。ここに掲載し、お礼にかえさせていただきます。

■見舞返礼にかえて

奥原 安達 森幸 様

■香典返しにかえて

奥原 安達 森幸 様
荒神原 上野 政吉 様

—ありがとうございました。

芸北町社会福祉協議会

「ご存じですか? 交通遺児等育成資金貸付制度」

◎交通遺児等育成資金の貸付

自動車事故によって死亡された方のお子さん(0歳から中学校卒業まで)に対し、育成資金をお貸ししています。

●貸付申し込み者

その子を扶養している保護者

●貸付金額

はじめに一時金15万5000円、毎月2万円、入学支度金4万4000円 ※無利子

●貸付期間

貸付決定月から中学校卒業の月まで

●返還期間

中学校卒業後1年間据え置いてから、20年以内(進学時の猶予制度有)

◎重度後遺障害介助料の支給

自動車事故によって、頭部ま

たは脊椎に損傷を受け、寝たきり状態の重度後遺障がい者(セクター基準)で、常時介護を必要とする方に介護料を支給しています。

●介護料支給額

日額 4500円ほか

●支給期間

申請書受理の日から必要期間

●お問い合わせ先

自動車事故対策センター

☎082-2227-4822 広島主管支所

国内外研修事業の参加者を支援します

芸北町に住んでいるか勤務している18歳以上の方で、「まちづくり」の推進に役立つ国内及び国外の研修事業に参加される場合、その経費についての一部を支援します。

7月4日(日)



クリーン太田川 河川一斉清掃

●対象事業

- まちづくり推進に役立つ事業
- 国内及び国外における事業
- 官公庁、団体等が企画した事業及び参加者自らが企画した事業

●研修期間が国内で3日以上、国外で5日以上の事業

●お問い合わせ先

総務課 ☎5-0111

まちづくりに役立ちます サマージャンボ宝くじ発売

今年も、市町村振興宝くじ(サマージャンボ)が発売されます。

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

●賞金

1等 2億円

前後賞 5000万円ほか

●発売期間

平成11年7月19日～8月6日

●抽選日

平成11年8月18日

教育費へ寄付金をいただきました

教育費として、(株)美和建設代表取締役吉田裕様(大字溝口)から10万円をご寄附いただきました。ありがとうございます。



〈筒賀村〉

巨樹・古木の宝庫

「引き明けの森」で
バードウォッチングしませんか

まさにここは、鳥のサンクチュアリー（聖域）。絶え間なくさまざまな鳥がさえずるここ「引き明けの森」は、本村の龍頭峡周辺に広がる「交流の森」の中にある巨樹・古木の宝庫なのです。

『引き明けの森は、巨樹・古木の宝庫で、これだけの巨樹・古木がまとまって保護されている森林は県内でもまれな例となっております。

全体の面積は8ヘクタールで、樹齢百年から四百年の榎・樅・杉・松が混生し学術的にも貴重なので村



▲樹齢推定150年の樅



▲木の階段もある遊歩道

では学術参考林に指定し保存しています。

巨樹・古木は風雪に耐え生き抜いてきたもので、樹自体の生命力と森林を守り続けてきた何代にもわたる人の努力が今日の立派な森林をつくれたのです。そうした目に見えない樹と人の歴史を思うと自然の偉大さと自然に対する人の責任を改めて感じさせられます。

森林の精気は、私たちに活力とやすらぎをもたらします。また野鳥の集まる食餌木が多く生育しており、ウグイス・メジロ・カッコウ・オオルリ・アオゲラなどの野鳥の声を聞きながら森林浴が楽しめる絶好の森林です。『引き明けの森』案内板から。

この引き明けの森には遊歩道が整備されています。ぜひ、あなたも鳥や樹と友達になるため遊歩道を歩いてみませんか。

ふるさとの四季

芸北植物物語 ②

サギソウ (ラン科)

日当たりのよい湿地に生える多年草。

その名の通り白鷺が飛んでいるように見えることからサギソウ（鷺草）と名付けられました。茎は高さ20～40cmになります。花期は7月～8月。

湿地が埋め立てられたり、縮小したり、濫獲されて非常に数が減少している植物で、危惧種に指定されています。



かんたんクッキング!

焼き豚とレタス入りのチャーハン



- 材料/2人分
1人分(279kcal・塩分1.6g)
- 胚芽精米ごはん 卵……………1個(50g)
- ……………220g 油……………小さじ1
- 焼き豚・ピーマン・にら 各40g 塩……………ミソチン1
- レタス……………160g }しょうゆ…小さじ1弱
- ねぎ……………20g }こしょう…少量

- 作り方
- ①焼き豚とピーマンは7～8mm角に、にらとレタスはザクザクと、ねぎはあらみじんじにそれぞれ切る。卵は割ってほくす。
- ②フッ素樹脂加工のフライパンに油を熱してねぎをいため、ピーマン、にら、ごはん、焼き豚の順に加えてはいためる。
- ③調味料を加え、とき卵をまわし入れる。レタスを加えていじめ合わせる。

芸北町神楽共演大会ほか



見て聞いて歩こう
げいほく土用市WITH神楽
7月24日(土)
芸北オークガーデンふれあい広場



13