

広報

ことづら

No.123 2014.11.1

11

contents — 主な内容 —

介護予防特集	2～3
子ども・子育て支援新制度	4～5
まちの話題	6～9
琴浦町職員の給与状況	10～11
アンニョン！琴浦	13
ALTニュースレター	15
かんたんな手話・レシピ	26



秋晴れの船上山で10月19日、ノルディックウォーク体験会を行いました。
今年度1回目は船上山ダム周回コースで、ダム湖からのさわやかな風を受けながら、
初心者参加者もウォーキングを楽しんでいました。



住み慣れたまちで 元気に暮らす・・・

琴浦町では介護予防事業を積極的に進めています



高齢化と平均寿命の延びに伴って、琴浦町の高齢化率も本年9月末現在で33.0%となり、超高齢社会となっています。

町では、高齢者が住み慣れた町でいつまでも元気に暮らしていただくために、また、自立した生活が送れるよう、介護予防事業に力を入れています。

予防は3つの柱で

琴浦町が行っている介護予防事業は、①認知症予防②転倒予防③閉じこもり予防の3つの柱に取り組んでいます。

第1の柱「認知症予防」

定期的に「ひらめきはつらつ教室」や「介護予防教室」を開催しています。また、本人、家族、かかりつけ医、行政（介護予防事業）、介護保険サービス機関等が連携をとりながら、円滑な治療や介護がうけられるよう「ことつら手帳 まめんなかえ」を発行しました。

第2の柱「転倒予防」

筋力を維持し、低下を防ぐため、森本外科・脳神経外科医院にあるパワーリハビリのマシンを利用したりハビリを行っています。

第3の柱「閉じこもり予防」

65歳以上の方で5人以上のサークルをつくり、週1回以上の活動（グラウンドゴルフ、体操、コーラス、茶話会、手芸など）に取り組んでいただいています。

『ことつら手帳
まめんなかえ』
を発行しました



この手帳は、高齢者本人や家族の意向を踏まえたうえで、ケアマネジャー、地域包括支援センター職員が普段の様子やタッチパネル検査の結果などを記入し、その内容を主治医に提示することで、日常生活の様子を共有するというものです。

この手帳の活用で、認知症の早期発見・早期治療につながり、いつまでも住み慣れたまちで元気で暮らしていただけるようにという願いで作成しています。

無料で配布していますので、ご希望の方はお問い合わせください。

『ひらめき はつらつ教室』

認知症は65歳以上の7人に1人、85歳以上の3人に1人の頻度で見られる「ありふれた」病気で、以前は「治らない病気」「怖い病気」と考えられてきましたが、現在は治療薬もあります。また、生活習慣病や食生活が大きく影響すると言われており、適度な運動とバランスのとれた食事が認知症予防に効果があるとされています。

この教室では、認知症の正しい理解と早期発見を目的とし、認知症予防の話や、元気に過ごしていただく秘訣をお話します。また、体操や頭の体操、楽しいレクリエーションも行っています。

今後各市区公民館で開催します。日程が決まりしだい、行政放送、ホームページ等でお知らせします。

『介護予防教室』

いつまでも元気に暮らしていただくために、もの忘れ予防、レクリエーション活動、転倒予防の運動を提供します。

【対象者】

・65歳以上で、要介護・要支援認定を受けていない方

・家に閉じこもりがちなお方、もの忘れが多くなってこられた方、転倒することが多くなつてこられた方

【利用日・利用時間】

①月曜日～金曜日のうち週1回

②月曜日～金曜日のうち

2週間に1回、午前または

午後の半日

【利用料】

①週1回 1回200円

②2週間に1回 1回150円

【サービスを提供するところ】

- ・琴浦町社会福祉協議会
- ・立石会（みどり園）
- ・赤碕福祉会（百寿苑）

今年度は こんな取り組みも

そのほか11月に介護予防フェスティバル、3月には認知症フォーラムを開催し、さまざまな取り組みも紹介する予定です。

また、新たな事業として、介護予防ミニ体操、認知症啓発紙芝居を作成中です。

ひらめきはつらつ教室では、タッチパネルを使用して簡単な検査を行っています。ゲーム感覚で認知症の早期発見につながります。



第6回介護予防フェスティバル —介護予防で元気なまちをめざそう—

高齢者が元気でいきいきと暮らすために日ごろから介護予防に取り組み、自立した生活が一日でも長く継続できることを目指し、介護予防フェスティバルを行います。

日時 11月8日（土） 13：30～16：00

場所 まなびタウンとうはく

日程 ・介護予防川柳コンテスト表彰式

・高齢者実態調査結果速報

・高齢者の活動報告

・講演 「笑う門には花が咲く」 14：40～16：00

講師 中村 学 氏

※島根県生まれ。吉本興業の芸人として活躍していたが、母の介護のため帰郷。現在、大田市にあるデイサービスセンター施設長で、その「かじ山荘」はテレビ等にも取り上げられたユニークな事業所となっている。

琴浦町では、住み慣れた町でいつまでも安心して暮らせるよう、様々な取り組みを行っています。

高齢となつても元気で暮らすために、まだまだ自分は元気だと感じられる方も、少し心配だなあと感じられる方も、ぜひ介護予防事業に参加してみられませんか？

問合せ先

琴浦町地域包括支援センター（福祉課内）
TEL 52・1525

平成27年4月スタート! 子育て支援のしくみが変わります!!

子ども・子育て支援新制度

すべての子どもが笑顔で成長していくために・・・



琴浦町の幼児教育・保育の場

1. 認定こども園

教育・保育を一体的に行う施設

●対象：0～5歳 認定区分 1・2・3号

2. 保育園

就労や妊娠・出産などのために家庭で保育の
できない保護者に代わって保育する施設

●対象：0～5歳 認定区分 2・3号

★他の市町村の幼稚園・認定こども園・保育所・
地域型保育を利用することもできます。

地域子ども・子育て支援事業

琴浦町で実施している事業

- 地域子育て支援拠点事業
- ファミリー・サポート・センター事業
- 妊婦健康診査
- 一時預かり事業
- 乳児家庭全戸訪問事業
- 延長保育事業
- 養育支援訪問事業等
- 病児保育事業
- 子育て短期支援事業
- 放課後児童クラブ
(放課後健全育成事業)

今後の検討していく事業

- 利用者支援事業
- 実費徴収に係る補足給付を行う事業
- 多様な主体が本制度に参入することを促進するための事業

3つの認定区分と琴浦町で利用できる施設

●1号認定

3歳以上で幼稚園、認定こども園（幼児教育）の利用を希望する場合 → 認定こども園（短時間部）

●2号認定

3歳以上で保育園、認定こども園（保育）、小規模保育（琴浦町には現在ありません）などの利用を希望し、「保育の必要な事由」に該当する場合 → 保育園・認定こども園

●3号認定

3歳未満で保育園、認定こども園（保育）、小規模保育などの利用を希望し、「保育の必要な事由」に該当する場合 → 保育園・認定こども園（長時間部）

大切な子どもたちの健やかな成長のために、乳幼児期の教育や保育、地域の子育て支援を総合的に推進する「子ども・子育て支援新制度」が来春から始まります。

この制度は、支援の量と質の向上をめざし、教育・保育施設（保育園・こども園など）や職員配置等の充実を行っていきます。また、地域の子育て支援事業の充実し、利便性を高めていきます。

琴浦町では、保護者や幼児教育・保育に携わる方などを委員とした「琴浦町子ども・子育て会議」を設置して、新制度の円滑な導入にむけたサービスの基準や計画について検討しています。

子どもたちの健やかな成長とすべての家庭が安心して子育てでき、その喜びを感じられるような琴浦町を目指して取り組んでいきます。

来春入園に向けて

●入園には認定が必要

新制度では、保育園や認定こども園の利用を希望される場合は、従来の入園申し込みとは別に、町の認定が必要になります。

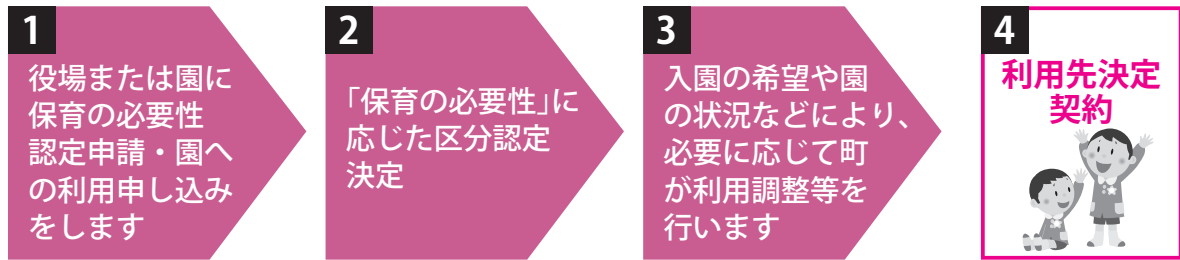
教育・保育の必要度や年齢に応じて左表のとおり3つの認定区分があり、区分により利用できる施設が異なります。

●保育料は所得に応じて

今までの保育料と同様に、保護者の所得に応じた保育料となります。国が定めた基準を上限とします。

琴浦町独自の保護者負担軽減制度として、世帯の第3子以降の児童が入所する場合の保育料は無料、第2子の保育料は、原則半額になります。

琴浦町：保育園・こども園の利用の流れ



☆区分認定 2号・3号「保育を必要とする事由」

次のいずれかに該当することが必要です。

- ・就労・妊娠、出産
- ・保護者の疾病、障がい
- ・同居または長期入院等している親族の介護、看護
- ・求職活動（起業準備を含む）・災害復旧
- ・就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）
- ・虐待、DVのおそれがあること
- ・育児休業取得中に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
- ・その他、上記に類する状態として町が認める場合

☆「保育の必要量」就労が理由の場合の区分

①：保育標準時間利用

▷フルタイム就労を想定した利用時間（最長11時間）

②：保育短時間

▷パートタイム就労を想定した利用時間（最長8時間）

「保育短時間」利用が可能となる保護者就労時間の下限は、琴浦町では1カ月あたり48時間です。

●入園手続き方法

教育・保育の必要性の認定と入園の申し込みを同時に受け付けます。申込用紙に必要な事項を記入し、入園を希望する園または町民生活課に提出してください。町外の保育園等に入園を希望される場合は、町民生活課へ提出してください。

受付期間 11月4日（火）～28日（金）

来年4月以降（年度途中）に入園希望の方も、今回手続をしてください。手続をされていないと、希望時期に入園できない場合があります。

●申込関係書類の設置場所

- ・役場町民生活課（本庁舎）
- ・分庁総合窓口係（分庁舎）
- ・各保育園及びこども園

※町ホームページからも取得できます。

●入園基準

保育の必要性の認定により次のとおりです。

△保育園▽

これまでは保護者や同居家族が保育できない状態Ⅱ「保育に欠ける」状態であることが要件でしたが、新制度では保護者の保育の必要性の認定が要件となります。保育の必要性は、その理由により「保育標準時間」と「保育短時間」に区分されます。

△こども園▽

▽長時間部は保育園の入園基準と同じです。

▽短時間部に入園できるのは、1号認定を受けている方です。



●入園について

受付終了後に支給認定および利用調整を行い、結果を2月にお知らせする予定です。

●説明会

新制度と入園申込についての説明会を、11月に町内2カ所で開催します。

開催日・会場

11月5日（水）分庁舎
11月6日（木）

まなびタウンとうはく
時間はいずれも19時30分～20時30分

問合せ先

町民生活課 ☎52-1703



おめでとうございます 琴浦町出身選手が大活躍！

第17回アジア大会

河端 朋之さん（自転車競技）

スプリント 銀メダル

チームスプリント 銅メダル

川中 香緒里さん（アーチェリー競技）

リカーブ団体 銅メダル

45カ国が出場した第17回アジア大会が9月19日から10月4日まで、韓国・仁川で開催されました。日本選手団の旗手にはロンドン五輪アーチェリー団体銅メダリストの川中香緒里さんが選ばれ、堂々と入場行進しました。

両選手ともみごとな成績を収められ、町民の期待に応えてくださいました。

次のリオ五輪、また東京五輪を目指し、力を発揮していただきたいと願っています。町民一同、大応援団となり活躍を心から応援しましょう！

川中さん長崎国体で日本新

長崎県で10月12日から13日まで開催された第69回国民体育大会「長崎がんばらば国

体」、アーチェリー成年女子個人の部で、川中香緒里選手が日本新記録、大会新記録となる667点で優勝しました。少年女子を制した新潟国体以

来、5年ぶり、成年勢としては眞勢初の優勝となり、いつその活躍が期待されます。



県庁で知事より表彰を受ける川中選手



2つのメダルを胸に笑顔で帰町した河端選手

全日本大学 グレコローマン 選手権大会

前田 祐也さん 優勝

駒沢体育館で9月25日から26日に開催された、全日本大学グレコローマン選手権大会（レスリング競技）において、八幡（向原）出身の前田祐也さんが、80kg級でみごと優勝されました。

前田さんは、7月にハンガリーで開催された世界学生選手権にも出場されており、今後の活躍が期待されます。

目指せリオ・東京五輪！琴浦の星を、応援お願いします。



みごと優勝した前田さん(左)
提供：日本レスリング協会

地域おこし協力隊員が 着任しました

はじめまして!!

10月1日より琴浦町地域おこし協力隊員として、荻野 裕子さんが、着任しました。荻野さんには、地域づくり活動の支援を通じて、本町の新たな魅力を全国に発信していただくとともに、本町が進める観光や移住・定住のサポートなど、本町と都市圏のかけ橋となっていただくことが期待されています。

地域おこし協力隊員

氏名 荻野 裕子（おぎの ゆうこ）
年齢 38歳
前住所地 京都府



はじめまして、おぎののです。「なぜ琴浦町に？」とよく聞かれます。実は、よく分かりません。

山間部で育ったので、海のある町に憧れて、住んでみたいと思っていましたし、「琴浦」という名前の響きもよく、そんな中で、なぜか呼ばれているように感じ、そんな自分の直感を信じてみようと思ったのです。

みなさん、呼んでいただきありがとうございます！何かお手伝いできることがありましたら、どんどん呼び止めて協力させてください。どうぞよろしくお願いいたします。

地域おこし協力隊とは？

著しい人口減少・高齢化の進行に伴い、さまざまな課題を抱える地方を支援するため、地方自治体が都市部の意欲ある人材を受け入れ、地域力の維持・強化を図る取り組みです。活動期間は概ね1年以上、最長3年で、鳥取県内では9月19日現在、44人の協力隊員が着任しています。



お客さまと楽しく会食

琴浦町誕生10周年を記念して、町の特産品を利用した給食献立を10月6日、町内保育園、こども園で提供しました。以西保育園では、今年度の新嘗祭献穀米を生産された那須典久さん（山川）と小松副町長が招待され、全園児と会食。献穀米の新米コシヒカリやアゴのから揚げなど、琴浦町ならではの野菜たつぷり、魚1匹ずつの栄養満点献立を、大きな口を開けてはおぼっていました。



10周年記念献立 町の恵みたっぷり献立を提供



「ことうらの味」給食

●●●●● 献立 ●●●●●

- ・ごはん（琴浦町産コシヒカリ）
- ・アゴ（飛魚）のから揚げ二十世紀梨ソースかけ
- ・ブロッコリーのオーロラソース（とまとフレンズのケチャップ使用）和え
- ・日本海汁（もずく、いか、白ねぎ等）
- ・ヨーグルト

また、台風の影響で6日に休校となった小中学校は、翌7日に給食に登場しました。

食べ歩きで 琴浦の魅力発見！



- 1 琴姫・カウイーもおもてなし！
- 2 ウォーミングアップはことうら体操
- 3 白鳳館に駕籠が登場！
- 4 ノルディックウォーク!!

グルメと ウォーキングで 琴浦町を満喫

琴浦町の歴史や観光スポットを地元グルメとともに楽しむ「琴浦グルメめぐりウォーク」を9月23日に開催し、4km、7km、10kmの3コースにおよそ800人が参加しました。

小泉八雲が絶賛した海辺やのどかな田園風景を歩きながら、各所に設けられた食を味わい、秋晴れの一日を満喫しました。

また、東伯総合公園では全国健康保険協会鳥取県支部が血圧測定などを実施しました。

コースの途中やゴール地点には、地元の特産を提供するグルメポイントがあり、参加者は「牛骨ラーメン」や「あこカッカレー」など琴浦の味を堪能していました。

琴浦町乳牛が5部門で首席に

―県畜産共進会&畜産ふれあい祭り―

鳥取県畜産共進会と畜産ふれあい祭りが10月4日、湯坂の鳥取中央家畜市場で開催されました。

共進会には、町内から和牛の部に4頭1群が、乳牛の部では20頭が出品され、和牛の部では惜しくも首席を逃しましたが、2頭が優等賞を獲得しました。乳牛の部では、全7部門中、5部門で首席となり三浦幹雄さん（上光好）の

乳牛が佐伯賞（未經産チャンピオン）に輝きました。

また、功労者表彰などが行われ、酪農功労者として三浦勝美さん（上光好）が受賞されました。

畜産ふれあい祭りでは、乗馬体験や抽選会などのイベントのほか、出店や乳製品などの販売が行われ、多くの家族連れでにぎわいました。

成績（敬称略）

◆育成の部

第1部 首席

岡村 宙博（大成）

第2部 首席

三浦 幹雄（上光好）

◆未經産の部

第3部 首席

岡村 宙博（大成）

第4部 首席

三浦 幹雄（上光好）

◆経産の部

第6部 首席

真山健太郎（坂ノ上）



「あいサポート・アートとっとり フェスタinことうら」を開催しました

「第14回全国障がい者芸術・文化祭とっとり大会」の開催にあわせ、琴浦町でも作品展示会である「あいサポート・アートとっとりフェスタinことうら」を開催しました。

プニングイベントでは、琴の浦高等特別支援学校ダンス部の皆さんによる演技披露や転写プリント体験教室を行いました。

開催期間中は、約400人の来場があり、作品鑑賞や体験コーナーでの作品作りを楽しんでいました。

この展示会では、流木アートや七宝焼きなどの個人作品のほか、共同作品である巨大フォトモザイクアートを展示しました。「ことあい」と名付けた、この巨大フォトモザイクアートは、鳥取県が行っている障がいのある方が暮らしやすい社会を目指す「あいサポート運動」のシンボル「あいサポート」マークを、作品作り教室の様子などを撮った約1600枚の写真を集め、1つの作品にしたものです。

9月23日に行われたオー



「とっとり共生の森」 森林保全・管理協定に調印



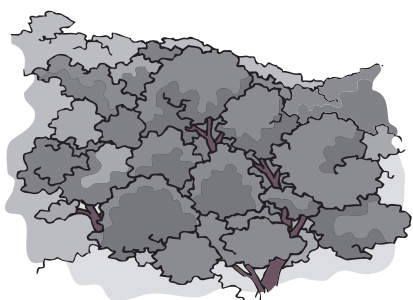
協定書を持つ山下町長ほか関係者の方々

と行政が連携して行う環境保全事業を進めていきます。

損害保険ジャパン日本興亜株式会社、損保ジャパン日本興亜ちきゅう倶楽部と県、町による「とっとり共生の森」森林保全・管理協定の調印が10月17日、県庁で行われました。

この事業では、5年間の協定に基づき、船上山周辺の森林約11haで植栽等の森林整備を行います。

町では今後も、地域と企業



琴浦町職員等の給与の状況をお知らせします

琴浦町の人事行政の状況の公表に関する規定により、下記のとおり公表します。

1. 人件費の状況(普通会計決算)

区 分	住民基本台帳人口 (平成26年3月31日現在)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)
平成25年度	18,508人	11,330,367千円	185,859千円	1,568,962千円	13.8%

* 人件費には、特別職に支給される給料、報酬等も含む。

2. 職員給与費の状況(普通会計予算)

区 分	職員数 (A)	給 与 費				1人あたり給与費 (B/A)
		給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
平成26年度	199人	685,435千円	60,156千円	239,834千円	985,425千円	4,952千円

* 職員手当には退職手当を含まない。

* 給与費は当初予算に計上された額である。

3. 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況(平成26年4月1日現在)

区分	一般行政職			現業職(国は技能労務職)		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
琴浦町	289,506円	309,995円	40.2歳	303,320円	312,339円	53.1歳
国	335,000円	408,472円	43.5歳	287,992円	326,611円	50.1歳

4. 職員の初任給の状況(平成26年4月1日現在)

区 分		琴浦町		国	
		決定初任給	採用2年経過日 給 料 額	決定初任給	採用2年経過日 給 料 額
一般行政職	大学卒	161,600円	177,300円	172,200円	184,200円
	高校卒	140,100円	148,500円	140,100円	148,500円

5. 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況(平成26年4月1日現在)

区 分		経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年
一般行政職	大学卒	227,700円	273,400円	309,300円
	高校卒	195,500円	234,600円	281,000円
技能労務職	大学卒	—	—	—
	高校卒	187,300円	217,700円	256,500円

6. 一般行政職の級別職員数の状況(平成26年4月1日現在)

区 分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	計
標準的な職務内容	主事	主事	係長・主任	課長補佐	課長	課長	
職員数	24人	11人	51人	22人	13人	3人	124人
構成比	19.4%	8.9%	41.1%	17.7%	10.5%	2.4%	100.0%

* 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名である。

7. 職員手当の状況 (平成26年4月1日現在)

区 分		琴浦町			国																
期末手当 勤勉手当	平成26年度支給割合	<table><tr><td></td><td>期末手当</td><td>勤勉手当</td></tr><tr><td>6月期</td><td>1.225月分</td><td>0.675月分</td></tr><tr><td>12月期</td><td>1.375月分</td><td>0.675月分</td></tr><tr><td>計</td><td>2.60月分</td><td>1.35月分</td></tr></table>				期末手当	勤勉手当	6月期	1.225月分	0.675月分	12月期	1.375月分	0.675月分	計	2.60月分	1.35月分	左に同じ				
		期末手当	勤勉手当																		
6月期	1.225月分	0.675月分																			
12月期	1.375月分	0.675月分																			
計	2.60月分	1.35月分																			
職制上の段階、職務の級等による加算措置等	有																				
退職手当	支給率	<table><tr><td></td><td>自己都合</td><td>定年</td></tr><tr><td>勤続20年</td><td>21.62月分</td><td>27.025月分</td></tr><tr><td>勤続25年</td><td>30.82月分</td><td>36.57月分</td></tr><tr><td>勤続35年</td><td>43.70月分</td><td>52.44月分</td></tr><tr><td>最高限度額</td><td>52.44月分</td><td>52.44月分</td></tr></table> 平成25年4月1日から平成27年4月1日まで、1年ごとに3段階で引き下げを行う				自己都合	定年	勤続20年	21.62月分	27.025月分	勤続25年	30.82月分	36.57月分	勤続35年	43.70月分	52.44月分	最高限度額	52.44月分	52.44月分	平成 26 年 4 月 1 日時点では左に同じ。ただし、平成 26 年 6 月末で9カ月ごとの引き下げが完了。	
		自己都合	定年																		
勤続20年	21.62月分	27.025月分																			
勤続25年	30.82月分	36.57月分																			
勤続35年	43.70月分	52.44月分																			
最高限度額	52.44月分	52.44月分																			
一人あたり平均支給額	<table><tr><td></td><td>自己都合</td><td>定年</td></tr><tr><td>平成25年度</td><td>18,991千円</td><td>24,020千円</td></tr></table>				自己都合	定年	平成25年度	18,991千円	24,020千円												
	自己都合	定年																			
平成25年度	18,991千円	24,020千円																			
扶養手当	ア. 配偶者 13,000円 イ. 配偶者以外の扶養親族 6,500円 配偶者のいない職員の扶養親族のうち1人 11,000円 ウ. 満16歳の年度初めから満22歳の年度末までの間にある子 5,000円加算				左に同じ																
住居手当	月12,000円を超える家賃を支払っている借家の居住者 最高 27,000円																				
通勤手当	ア. 交通機関などの利用者 最高 55,000円 支給単位期間の通勤に要する運賃等の額 イ. 自動車などの利用者(通勤距離2km以上) 2,000円～24,500円																				

8. 特別職の報酬等の状況 (平成26年4月1日現在)

区 分		給料月額等							
給料	町長	802,000円							
	副町長	642,000円							
報酬	議長	321,000円							
	副議長	233,000円							
	議員	217,000円							
期末手当	町長	<table><tr><td>6月期</td><td>1.40月分</td></tr><tr><td>12月期</td><td>1.55月分</td></tr><tr><td>計</td><td>2.95月分</td></tr></table>		6月期	1.40月分	12月期	1.55月分	計	2.95月分
	6月期			1.40月分					
	12月期			1.55月分					
	計			2.95月分					
	副町長								
議長									
副議長									
議員									

9. 年度別 総職員数の推移

年度	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26
人数	246人	233人	224人	217人	214人	218人	218人	219人

これらのほか、下記の項目につきましては、琴浦町ホームページに掲載しています。

琴浦町ホームページアドレス

<http://www.town.kotoura.tottori.jp/docs/2012122500038/>

- ・職員の任免及び職員数に関する状況
- ・職員の勤務時間その他の勤務条件の状況
- ・職員の分限及び懲戒処分の状況
- ・職員のサービスの状況
- ・職員の福祉及び利益の保護の状況
- ・その他町長が必要と認める事項

問合せ先 総務課 ☎ 52-2111

シリーズ 健康ことづから計画

行動目標⑤

よく噛んでアンチエイジング!

「アンチエイジング」とは、老化を防止し、若返りを促す「抗加齢」のことをいいます。このアンチエイジングと歯、特に噛むことは大変関係があります。

「噛む」とは、食べ物を細かく碎き、唾液と混ぜ合わせ飲み込みやすくする口のまわりの筋肉の運動です。噛むことによって、まず唾液の分泌を促進します。唾液にはすごいパワーがあり、消化吸収を助ける・発がん物質の作用を弱める・抗菌作用・老化の原因となる活性酸素の消去・味覚を助ける・若返りのホルモン（パロチンという成長ホルモンの一種）を分泌します。このホルモンは、筋肉、骨、内臓、血管などの老化防止に役立っています。このようにすればらしい働きのある唾液は、噛めば噛むほど分泌が促

進されます。

老化が進むと、上唇にしわができ、口角が下がったり、二重あごになったり、いわゆる老け顔になってきます。この原因の一つは顔の筋力低下ですが、顔の筋肉の約70%が口元に集中していると言われています。

アンチエイジングと云えば、サプリメント、美肌化粧品などを想像しますが、毎日の食事で「噛む」ということを意識し、口元の筋力を鍛えることで、たるみやしわを予防し、若々しい引き締まった顔立ちを保つ効果が期待できます。

そのためには、食べ物を口に入れたら箸を置き、目標は一口30回噛むことです。いきなりよく噛む習慣を身につけることは難しいかもしれませんが、まずは自分の中で10回とか20回と噛む回数の目標を決めて、今まで以上に噛む力を鍛えることを意識してみ

てはいかがでしょうか。

よく噛むということは、私たちに良い影響を与えてくれるのは間違いありません。そのためには、しっかり噛むことができるような環境を整えることも大事です。むし歯があつて歯が痛かったり、歯周病で歯がグラグラしていたり、合わない入れ歯を装着しているとしっかり噛むことはできません。歯や入れ歯の治療をすることは、よく噛むうえで欠かせません。3〜6月に1回の定期的な歯科健診を受けて、口の健康を保つことがとても大切です。



子どもの時からしっかりかむ習慣を!

できていますか? お口のケア!

11/28

歯科講演会を開催

とき

11月28日(金)

19時30分〜20時45分

ところ まなびタウンとうはく

4階研修室

問合せ先 健康対策課

TEL 52・1705

毎日ブクブク

フッ素の入った液体でうがいをするなどで歯を強くする「フッ化物洗口」の取り組みを、今年度から町内保育園・こども園で始めています。



琴浦町では、歯の喪失原因の大半を占めるむし歯・歯周病を予防し、歯と口の健康の保持・増進に役立てていただくため、40歳から59歳の方を対象に歯周疾患検診を実施しています。しかし、受診される人は1割にも満たない状況です。

そこで、全町民対象に歯科に関する講演会を開催しますので、ぜひお越しください。

歯周疾患検診ってどんなことをするの? 歯と口の健康を守ることで、どんなメリットがあるの? などの他、自分の歯磨き習慣もチェックしてみましよう!

アンニョン! 琴浦

町国際交流コーディネーター イボウン 李普銀のエッセイ

インジェ 麟蹄郡郷土祭り「合江文化祭」への旅

「合江文化祭」は「合江」^{ハプカン}という自然地理的景観と歴史地理的象徴性を伝承している韓国江原道麟蹄郡の代表的な郷土文化祭りです。ハプカンは北側のソファ川と東側のネリン川が合流する川で、その周辺の景色がとても美しく、1676年には川が一望できるように合江亭^{ハプカンジョン}が建てられました。また、歴史資料によると、韓国は昔、全国8道の中央になるところで祭祀を行いました。江原道の中央地が麟蹄のハプカン周辺であったため、ここに祭壇をたて、祭祀を行ったといえます。このことを踏まえ、麟蹄郡は1983年10月27日に郷土文化祭りを「合江文化祭」と名づけ、合江亭で第1回の合江文化祭を行いました。

合江文化祭の見物は祭礼行事をはじめ、文化芸術行事や伝統民俗体験、郡民運動会などですが、先月、琴浦町国際交流協会の会員と町民をまじえ、この祭りに参加してきました。合江亭の入り口にもうけられたブースで私たちは琴浦町の水と特産品を配りながら町をPRし、その後は韓国の伝統お茶とウンボク（음복、なおらい：祭祀の後供

え物を分けて食べること）を体験しながら麟蹄郡民と親睦を図りました。

百聞は一見にしかず、琴浦町民の皆さんも麟蹄郡の祭りに参加してみませんか。合江文化祭以外にも、毎年1月はピンオ（わかさぎ）祭り、6月はファンテ（干しスケソウダラ）祭りが行われています。言葉は通じなくても、笑顔で楽しい交流ができることを体験してみましょう！



琴浦町！インジェ郡！アジャアジャ（ファイト）！

シリーズ

高齢になっても安心して暮らせるために

成年後見制度

■成年後見制度とは

認知症、知的障がい、精神障がいなどによって判断能力が不十分になった人が、財産の管理や契約などで不利益をこうむることがないように法律面で支援する制度で、2つの制度があります。

■こんなときに活用を

・最近物忘れがひどくなり、財産管理が不安になった。

・認知症で一人暮らしの親が訪問販売や振り込め詐欺など悪質商法に騙されないか心配

【法定後見制度】

本人の判断能力が不十分な人に対する制度です。判断能力の程度により「後見」「保佐」「補助」の3つに分けられ、本人や家族の申立てによって家庭裁判所で選ばれた成年後見人などが支援します。

【任意後見制度】

将来判断能力が不十分になった場合に備え、支援者や支援内容を自分自身で決めておく制度です。

問合せ先 中部成年後見支援センター「ミット

レーベン」

TEL 22・8900

琴浦町地域包括支援センター

TEL 52・1525



以西・成美・安田地区合同



船上キッズ第二弾
秋の星空を満喫

10月11日、旧以西小学校グラウンドで倉吉自然科学研究会の小川敦司さんを講師に、秋の星座観察会を行いました。船上小学校の児童と保護者およそ60人が参加し、まず体育館で先日の皆既月食の様子やギリシャ神話の星座の話、秋の星座の話などを聞いた後、星についての〇×クイズも行いました。

その後、グラウンドに移動し、大型双眼鏡で星や月の観察しました。双眼鏡では星や月のクレーターがはっきり見え、参加者からは「初めて見た！すごい！」と歓声が上ががり、普段なかなかできない星座観察に、満足そうでした。

八橋地区



男子厨房に入る

八橋地区公民館で10月21日、男の料理教室を開きました。男性だけでなく、どなたでも参加できるこの教室には、高齢者クラブの方が中心となって参加され、毎回、食生活改善推進員から指導を受けながら楽しく調理しています。

今回は、生涯骨太クッキングがテーマ。栄養満点で手軽にできる「ミートローフ」「小松菜とえのきの納豆和え」「わかめの味噌汁」「パインのアップサイドダウンケーキ」の4品に挑戦。わいわい言いながら手際よく調理され、1時間ほどでござそうが完成。参加者は「身近な食材を使って簡単に楽しく作れた」と喜んでいました。

安田地区 (旧安田小学校体育館)



「安田っ子の挑戦！」みんなでペットボトル落としリレー

台風が接近し、各地区の運動会が中止となる中、体育館で開催。雨にも関わらず多くの参加があり、子ども

10/5
台風はねのけ運動会



「進め！ゴロゴロ大玉ころがし競争」2人力を合わせてヨイショ！ヨイショ！

もの競技では安田っこ全員でペットボトル落としリレーをしました。大玉ころがし競争では息の合ったチームプレーで応援にも熱が入り、熱気溢れる運動会でした。

以西地区 (旧以西小学校グラウンド)



ボランティアの大学生から「小学校で頑張りたいことは？」と質問され、恥ずかしそうに答える年長児

9/21
以西っ子が盛り上げ運動会

小学校統合後、初めての地区運動会が青空のもと開催。小学生紅白リレーでは、来年入学の年長児



子ども・保護者・地域住民が、地域を挙げて以西おどりは伝承しています

4人がスタートで参加。また、地域芸能「以西おどり」では、踊りはもちろん、太鼓・唄ともに小学生が頑張ってくれました。

恐れるべきものは何もない



多くの国で10月には不気味なニュアンスがあります。特に、ハロウィーン（10月31日）は明らかな恐怖感をもたらします。伝説によれば、その夜、幽霊や他の恐ろしいものが自由に人間領域に入って人々を苦しめます。この恐ろしい観念からお菓子ねだりの伝統が生まれました。今ハロウィーンでは、子供も大人も仮装し近所の家をお菓子をねだってまわります。いたずらやさらに悪い行為は固く拒まれます。恐れを祝う祭りで、実際にドキドキさせて恐怖感をもたらす恐れが禁止になるなんて！もし私達がハロウィーンを、妖怪の古代の恐れから、赤ちゃんでも楽しめるお祭り騒ぎに変換することができたら、どのようにハロウィーン以外の日に恐れを我慢するのだろうか。恐れは躊躇いと撤退を生み、私達の幸せと成功への道を妨害します。今楽しんでる幽霊や化け物よりも、可能性を秘めた友達や旅行や仕事や配偶者の方が怖いと言うことができますか。答えは「できない」しかありません。従って、恐れを理性と自信のおもちゃにさせて、迷わずにそれぞれの幸せへの道を進んで行きましょう。

kotoura Newsletter

このコーナーでは毎月、英語指導助手によるエッセイを、英語と日本語で掲載していきます。

From **Ryan Marshall**

文／ライアン・マーシャル

（東伯中学校英語指導助手）

Nothing to Fear

In many countries around the world, October has spooky connotations. In particular, Halloween—that is, October 31st—brings with it a palpable sense of the macabre. On that night, according to legend, ghosts and other horrors have free license to enter the realm of the living and subject humans to all manner of trickery and torment. It was from this frightening notion that the tradition of trick-or-treating emerged. Now, children and adults don costumes and tour the houses in their neighborhood in petition for treats—trickery and still more sinister acts are expressly discouraged. Indeed, real fear—that weighty sense of dread, that fierce pounding of the heart—has been divorced from the very festival that celebrates it. If, on Halloween, we can transform our ancient fear of monsters into merrymaking that even infants may enjoy, how dare we suffer fear on any other day? Fear begets hesitation and retreat, holding us back from happiness and success. Can we truly say that potential friends, travels, jobs or spouses are more frightening than the goblins, ghosts and horrors we now indulge for entertainment? Our answer must be no; therefore, let fear be the plaything of reason and confidence, and ourselves be steeled in the pursuit of our happiness.

シリーズ よりよい暮らしのために

琴浦町障がい者

地域生活支援センター
をご利用ください

障がいのある方（児童も含む）とその家族が地域で安心して暮らせるよう、専門の相談員を配置し、日常生活から就労・教育に関することまで、総合的に困りごとの相談を受けています。

また、「あいサポート」の普及運動や講演などを通して、障がいのある方への理解を深めるための啓発も行っています。

利用できる方

地域生活の支援を必要とする身体、知的、精神の障がい、または難病のある方とその家族、民生委員等地域の関係者

相談方法 電話・来訪・訪問・

FAX

利用時間 平日8時30分～17時

15分

利用料金 無料

問合せ先 琴浦町障がい者地域生活支援センター（福祉課内）

TEL 52・1706

FAX 52・1524

出場者募集!

総合バドミントン大会

と き 11月16日(日) 9:00 ~
ところ 総合体育館
種 目 *団体戦の部(混合複、自由複、自由単)
 *個人戦の部(男子シングルス、女子シングルス、混合ダブルス)
申込締切 11月7日(金)

ソフトバレーボール大会

気軽に4人のチームを作って参加してください。
と き 11月30日(日) 9:00 ~
ところ 総合体育館
種 目 *一般の部(男女2人ずつ)
 *レディース1部(4人の年齢の合計が179歳以下)
 *レディース2部(4人の年齢の合計が180歳以上)
申込締切 11月21日(金)

9人制バレーボール大会

男女別で行います。地域や職場仲間などでチームを作って、多数参加してください。
と き 12月7日(日) 9:00 ~
ところ 農業者トレーニングセンターほか
申込締切 11月27日(木)
代表者会議・抽選会
と き 12月1日(月) 19:00 ~
ところ 総合体育館

いずれも町内在住者及び在勤者が対象です。

問合せ・申込先

総合体育館 TEL 52-2047
 農業者トレーニングセンター TEL 55-2707

運動を始めるきっかけづくりとして、町スポーツ推進委員会が9月から10月にわたって体力づくり教室を開催しました。新たな試みとして、旧古布庄・旧以西小学校体育館でも行ったところ、地元住民や親子連れ、老若男女の参加で会場は盛り上がりました。



丁寧な指導で、スポンジテニスに夢中

スポーツ推進委員会では、今後も気軽に楽しんでもいただけるスポーツの紹介と普及に努めていきますので、気軽に参加してください。

体力づくり教室を開催

ニュースポーツで楽しく運動

米子から鳥取までの115kmを15人の選手がタスキをつなぎます。出場51チーム、琴浦町からも3チーム出場しますので、沿道での温かいご声援をお願いします。コース周辺にお住まいの方には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

町内中継所の通過予定時刻
 11月8日(土)
 ○赤碓中継所(上野 山陰道架橋下) 12時00分
 ○逢束中継所(逢束6区公民館西側) 12時22分

第69回米子―鳥取間駅伝競走大会にご声援を

問合せ先

総合体育館

TEL 52-2047

農業者トレーニングセンター

TEL 55-2707

秋季ソフトボール大会結果

と き 9月28日

ところ 東伯総合公園多目的広場、東伯中学校グラウンド

結果 (参加7チーム)

優勝 金成會

宝製菓

3位

琴浦野球スポーツ保護者会
 琴浦町役場

町民ナイター野球リーグ大会結果

5月17日〜10月11日開催

◆一部(参加7チーム)

優勝 おたふく

準優勝 ROSO

3位 SWAT

◆二部(参加7チーム)

優勝 日本海新聞

準優勝 JAこつらブルーハーツ

3位 球遊會

◆壮年の部(参加3チーム)

優勝 日本海新聞

準優勝 オールドスターズ

3位 琴浦町役場

◆最優秀選手賞(敬称略)

一部 生田拓郎(おたふく)

二部 西中知哉(日本海新聞)

壮年 山根勝寿(日本海新聞)



一部リーグ優勝のおたふくチーム



現在の大高野官衙遺跡(槻下)



正倉イメージ

『大高野官衙遺跡』が 国史跡に指定

平成26年10月6日付の官報告示(文部科学省告示第137号)により、琴浦町槻下の大高野官衙遺跡が国史跡に指定されました。

特別史跡斎尾廃寺跡、史跡船上山行宮跡に次ぐ町内3番目の国史跡となった「大高野官衙遺跡」を紹介します。

◆琴浦の正倉院!?

大高野官衙遺跡は古代(飛鳥末〜平安時代)八橋郡の正倉と考えられています。正倉とは、郡で税として集めた稲などを保管した倉庫のことで、湿度を低く保つのに適した台地上に建てられていました。溝や堀で囲まれた正倉を「正倉院」と呼びますが、大高野の正倉は溝と堀で囲まれていたことがわかっていません。すなわち、大高野官衙遺

跡は古代八橋郡の正倉院だったのです。

◆大高野周辺は 古代ロマンの聖地

大高野官衙史跡の周りには、古代八橋郡衙の一施設である「下斎尾1号遺跡」と古代寺院跡の「特別史跡 斎尾廃寺跡」があります。この3つの遺跡は古代八橋郡衙に関わる重要な遺跡と考えられています。八橋郡衙とは、古代伯耆国6郡の一つ、八橋郡を治めた役所のことです。いまだ多くの謎を秘めています。

◆記念シンポジウムを開催

これら大高野周辺の遺跡について探るシンポジウムを11月22日(土)に開催します。詳しくは、大高野官衙遺跡シンポジウム『八橋郡の正倉院』のチラシをご覧ください。

問合せ・申込先
社会教育課 TEL 52-1161



オレンジリボンを知っていますか?
11月は「児童虐待防止推進月間」

子ども虐待を
防止するメッセージリボン

「オレンジリボン」には、児童虐待の現状を広く知らせ、子どもを虐待から守り、虐待を受けた子どもが幸福になれるようにという気持ちがこめられています。

虐待かとも思ったら、すぐにお電話をください。あなたの1本の電話で救われる子ども



パープルリボンでDVなくそう

11月12日〜25日女性に対する暴力をなくす運動

DVを防止するパープルリボン

DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者や恋人等、親しい関係にある人から振るわれる暴力のことです。

最近では、「デートDV」(交際の相手の暴力)について鳥取県内の高校生に啓発が行われています。身体的暴力のほか携帯電話等を使った束縛も含まれる、とても身近で深刻な問題です。

もがいます。

連絡は匿名ででき、連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

【児童虐待相談・通告先】

町民生活課
(平日8時30分〜17時15分)
TEL 52-1703
倉吉児童相談所(終日)
TEL 23-11141

悩んだ時はまず相談を!!

DV被害相談窓口

【被害にあったら】

心と女性の相談室

(中部総合事務所内)

TEL 23-3147・23-3152

よりん彩 相談室

TEL 23-3939

町民生活課 TEL 52-1703

【危険を感じたら】

警察署 110番通報

11月10日～16日は アルコール関連問題 啓発週間です



アルコール健康障害対策基本法が平成25年12月に制定され、11月10日～16日を「アルコール関連問題啓発週間」とすることが定められました。

日本の社会は、多量飲酒者やアルコール依存症者に対して「アル中」「意志が弱い」「酒癖が悪い」など、個人の資質としての負のイメージが強く、そのような社会的意識が当事者の飲酒問題を認めることへの抵抗感となり、早期治療を難しくしている現状があります。

今後、国が定める基本計画をもとに県が推進計画を策定し、さまざまな取り組みが展開される予定です。

ります。

アルコール健康障害対策基本法は、酒類による健康被害（アルコール依存症、多量の飲酒、未成年、妊婦の飲酒などの不適切な飲酒の影響によ



『緊急地震速報の訓練』 に参加しましょう

11月5日（水）午前
10時頃に緊急地震速報
の放送が流れます。

緊急地震速報が流れてから強い揺れがくるまでの時間はごくわずかであり、短い時間に慌てずに身を守るためには、あらかじめどのような行動をとるのかを知り、実際に行動して経験しておくことが大切です。

緊急地震速報を見聞きしたときに、あわてずに自分の身を守るか、訓練で確かめましょう。

また、11月28日（金）午前11時から、全国瞬時警報システム（Jアラート）の全国一斉情報伝達訓練も実施されます。

問合せ先 総務課

TEL 52・2111

11月9日（日）～15日（土）

秋季全国火災予防運動

「もういいかい 火を消すまでは まあだだよ」

（全国統一防火標語）

住宅防火 いのちを守る

7つのポイント
～3つの習慣・4つの対策～

3つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防火品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。

- ・高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

近年、住宅火災の死者が急増しており、7割が逃げ遅れによるものです。

住宅用火災警報器は、すべての家庭に設置することが義務付けられています。大切な命を火災から守るため、1日も早い設置をお願いします。

また、町や消防署が直接住宅用火災警報器を訪問販売したり、特定の業者に販売を依頼したりすることはありません。高額で売りつけるなど悪質な訪問販売にはご注意ください。

■消防訓練・防火講習会等の相談は消防署へお問い合わせください。

問合せ先 東伯消防署

TEL 52・3346

住宅・建築物の耐震化を支援します (再募集)

地震による被害を軽減するため、町内にある住宅・建築物の「耐震診断」「耐震設計」「耐震改修」を行う方に対し、補助金を交付します。

主な条件

- ・昭和56年5月31日以前に建築されたもの
- ・建築基準法に基づく違反建築物の措置を命じられていないもの
- ・改修設計及び耐震改修は、耐震診断により耐震性が不足していると判定されたもの
- ・耐震改修にあっては、所定の耐震安全性を確保すること

補助の内容

●住宅・耐震診断

補助金の額＝補助対象事業費の全額
※所有者負担なし（木造住宅のみ）

●住宅・耐震設計

補助金の額＝補助対象事業費×2/3
（上限24万円）

●住宅・耐震改修

補助金の額＝工事費の33～43%
（補助対象事業費）上限100万円

●建築物・耐震診断

補助金の額＝補助対象事業費×2/3
（上限300万円）

申請期限 12月26日（金）

募集件数

住宅：耐震診断5件（木造住宅）、耐震設計2件、耐震改修1件

建築物：耐震診断1件

問合せ先 建設課 ☎ 55-7805

最終

集団セット検診のお知らせ

今年度最後の集団セット検診を行います。

今回はオプションで希望者に口臭チェックも実施。また、26日は足指圧力検査、肺活量測定、咀嚼力測定も行います。まだ検診を受けてない人、興味・関心のある方はぜひお越しください。

と き 11月23日（日）8：00～11：30

11月26日（水）8：00～11：30

ところ 保健センター

問合せ先 健康対策課 ☎ 52-1705

「国・県営農業水利施設愛護ボランティア」を募集中

農業水利施設には、農業用水としての利用だけでなく、私たちが安心して暮らしていくための多面的機能の利用もあります。例えば各集落にある給水栓の水はダム湖から供給しており、火災発生時の消火活動に利用される場合もあります。

農業水利施設を地域のみなさんの共有財産として、施設周辺の植栽や清掃等の活動をしていただくボランティア団体・個人の方を募集しています。

ボランティア団体（企業・集落・学校・子ども会・老人クラブ等の各種団体）や個人の方を申し込みにより登録し、それぞれの活動希望内容に沿って活動メニューを提案し、自主的ボランティアを行っていただきます。

多くの方の申し込みをお待ちしています。

問合せ先 農林水産課 ☎ 55-7803



気持ちのいい琴浦町に！ ポイ捨てはやめましょう

町内で、弁当がらやコンビニの袋など、家庭から出るごみを路肩などにポイ捨てする人があとを絶ちません。ポイ捨ては、法律的に言えば不法投棄という重大な犯罪行為ですので、絶対にやめましょう。

また、ごみのポイ捨ては地域の景観を悪くするだけでなく、ごみを捨てられた近所の人の気持ちも害します。それがほんの少しであったとしても、自分の身の回りにごみを捨てられて嬉しい人はいないはず。ポイ捨てされる人の身になり、改めてポイ捨てについて考え直すようにしましょう。



◆ありがとうございます◆

ふるさと未来夢寄附金へのご寄附が1億円突破

ふるさと納税に全国からお寄せいただいた寄附金額が、平成26年4月から9月末までに1億円を超えました。平成20年の制度創設以来、寄附金額が1億円を超えたのは県内の町村で初めての事です。いただいたご寄附は、環境保全事業・次世代育成事業・高齢者福祉事業・地域活性化のための祭り事業に活用させていただきます。今年度は、ごみ減量対策事業・通学路の安全対策事業・介護保険事業・船上山さくら祭りや白鳳祭などの財源に使われています。

また、寄附いただいた方には町内で生産・加工・販売された特産品を記念品としてお贈りしていますが、これによる町内への経済効果は約3,800万円に上ります。

■平成26年度の寄附の状況（9月30日現在）

寄附金の額 **127,438,701円**
ご寄附いただいた方 **7,454人**

町外在住のご親戚・お知り合いの方に、この制度をぜひご紹介ください。

問合せ先 総務課 ☎ 52-2111

ふるさと納税は税金控除対象です。確定申告により税金の軽減が図られます。寄附金は積み立てた後、町事業に活用させていただきます。

ふるさと納税者の皆様（平成26年9月1日～9月30日受付分）敬称略

※広報紙への掲載承諾された方のみ記載しています。

北海道	青木 法明	佐藤 正幸	栃木県	永田 俊一	柴田 寛之	田村 昌己	群馬県	藤澤 英仁	高橋みち子	高橋 昭	岩手県	島田 洋二	宮城県	請 竜彦	菊地 久雄	埼玉県	高橋 昭	茶谷 雷光	柳沼 正敏	津谷 明香	中村 勝人	野沢 達也	高井 明彦	市川 剛士	上笹 貫樹	新島 恭二	千葉県	佐藤 富三男	西川 力	木崎 学	福富 祐次	奥山 佐知子	杉田 裕次	川勝 茂	吉村 彦一	井上 一彦	金成 祐行	林 光夫	石田 誠司	中尾 富士夫	小林 博之	佐々木 司	佐伯 紘史	大島 敬	三田 村健次	後藤 清志	河本 博之	熊田 崇史	浅見 英明	奥野 和雄	畠山 路子	明平 暢男	織茂 弥生	百合田 忍	中野 弘康	秋吉 秀信	阿形 繁之	高野 美枝子
	大滝 真史	玉田 りか		長良 実穂	斉藤 雅次	斉藤 裕子		井上 雅文	青森県	市沢 郁夫		岩手県		島田 洋二	宮城県		佐々木 幸喜	佐藤 信子	鎌田 美幸	秋田県	田面 木友久	福島県	佐賀 幹雄	樋口 育伸	真壁 健	茨木県		木戸 文子																														
	新井 貴	小林 雅興		松岡 和彦	荻野 尹武	實藤 徹		岡 将則	堀江 拓充	安保 重満		山本 富生		鈴木 直也	小林 虎雄		石井 幸	森田 政男	佐野 崇	森田 政男	石井 幸	小林 虎雄	鈴木 直也	山本 富生	安保 重満	堀江 拓充		岡 将則	實藤 徹	荻野 尹武	松岡 和彦	小林 雅興	新井 貴																									
	西村 忠	下田 賢司		中島 ゆかり	菊地 高史	代田 喜典		小林 靖正	小林 哲雄	佐々木 幸則		川崎 貴弘		根本 育生	岩上 雅一		下村 直樹	笠原 伸夫	鎌田 伸見	鎌田 伸見	笠原 伸夫	下村 直樹	岩上 雅一	根本 育生	川崎 貴弘	佐々木 幸則		小林 哲雄	小林 靖正	代田 喜典	菊地 高史	中島 ゆかり	下田 賢司	西村 忠																								
	佐藤 富三男	西川 力		木崎 学	福富 祐次	奥山 佐知子		杉田 裕次	川勝 茂	吉村 彦一		井上 一彦		金成 祐行	林 光夫		石田 誠司	中尾 富士夫	小林 博之	佐々木 司	佐伯 紘史	大島 敬	三田 村健次	後藤 清志	河本 博之	熊田 崇史		浅見 英明	奥野 和雄	畠山 路子	明平 暢男	織茂 弥生	百合田 忍	中野 弘康	秋吉 秀信	阿形 繁之	高野 美枝子																					
	水野 貴之	太田 一彦		三輪 賢一	小田 切純代	金室 貴久		吉川 和夫	小俣 彰彦	内田 豊久		徳原 智庸		水野 孝彦	大原 治		園田 裕常	佐藤 輝之	國府 田けい子	豊永 建治	篠宮 祐介	尺田 知己	鈴木 玄令	細川 史寿	平林 由紀子	高橋 亮一		香西 隆徳	岩沢 聡	南木 秀樹	松崎 みどり	宮城 克郎	関山 太郎	小野 瀬隆文	柏井 信二	阿形 繁之	高野 美枝子																					
	青木 法明	佐藤 正幸		新島 恭二	市川 剛士	高井 明彦		野沢 達也	中村 勝人	津谷 明香		柳沼 正敏		茶谷 雷光	平賀 由守		市田 陽児	小澤 賢二郎	東京 都	鎌田 伸見	笠原 伸夫	下村 直樹	岩上 雅一	根本 育生	川崎 貴弘	佐々木 幸則		小林 哲雄	小林 靖正	代田 喜典	菊地 高史	中島 ゆかり	下田 賢司	西村 忠																								
	青木 法明	佐藤 正幸		新島 恭二	市川 剛士	高井 明彦		野沢 達也	中村 勝人	津谷 明香		柳沼 正敏		茶谷 雷光	平賀 由守		市田 陽児	小澤 賢二郎	東京 都	鎌田 伸見	笠原 伸夫	下村 直樹	岩上 雅一	根本 育生	川崎 貴弘	佐々木 幸則		小林 哲雄	小林 靖正	代田 喜典	菊地 高史	中島 ゆかり	下田 賢司	西村 忠																								

石原 俊秀	河合 圭介	山梨県	加賀 正雄	滋賀県	小寺 孝洋	米田 晋輔	鳥取県	水上 洋一
大谷 洋司	小宮 聡	宮本 健三	山下 雄三	安井 佐和子	春木 直也	高場 克己	長崎県	
大 洋一郎	宮本 健三	細田 一希	加藤 大佑	荒木 教公	千郷 雅史	森脇 宏文	藤本 博行	琴岡 志保
五十嵐 明彦	周東 哲	中沢 司	益山 博	松田 勝彦	塚本 勝文	古山 善伸	田崎 真理子	
渡辺 寿	奥田 直雅	安藤 靖高	石黒 博光	福島 智子	岡崎 誠	常田 賢二	徳島県	熊本県
摂津 武久	池田 洋人		渡邊 賢司	高野 隆司	河合 和重	栗田 泰貴	青木 和幸	野崎 寿紀
古賀 広志	中山 昌平	丸山 理奈	新美 利久	京都府	市川 豊	住野 悦子	岡山県	幸田 純治
東山 秀之	小林 純	重野 今朝文	小川 斉	水田 誠	坂口 伸一	赤島 文和	竹中 真弓	香川県
石川 信治	内藤 祐一	富谷 弘幸	富谷 弘幸	野中 孝利	山本 顕一	越野 葉子	築山 昌和	櫃本 忠士
金井 とみ	富高 秀夫	森 芳章	坂倉 一房	江原 千弘	門田 光司	竹谷 香織	石崎 貴志	愛媛県
副島 司	西村 学	鵜飼 徹哉	宇田川 寛厚	万庭 和也	福西 映理子	山下 勝	島村 明宏	戸田 良
神奈川県	近堂 哲也	糸賀 恵子	伴野 正治	西川 信弘	西野 毅	池澤 玲子	山脇 敏幸	宮崎県
鈴木 陽一	新潟県	林 恵子	水上 幸恵	大和田 純子	玉野 良和	森田 誠	小割 英治	藤田 諭一
山間 晴子		中島 福幸	太田 匡	大場 多江子	筑波 秀男	尾崎 進	三宅 正泰	金澤 慶治
松居 秀明	吉崎 広幸	静岡県	新藤 和代	勇元 信彦	成澤 寛	山崎 智行	片山 修	高知県
谷澤 明宏	葉葦 久尚	福井 剛志	伊藤 雅紀	池本 一平	渡邊 巨	小野 秀雄	高見 敏昭	山下 武敏
東海林 大輔	霜越 隆晴	玉井 晶	奥野 友介	真田 雅和	川本 寛	楊井 雅生	才野 慶子	福岡県
前田 直哉	富山県	仲澤 孝之	武馬 隆	大阪府	奥田 進一郎	伊野 俊一	近藤 恒正	吉川 祐子
杉田 豊	酒井 淳平	石倉 政一	岡 忠男	小林 誠	宮本 麻起子	奈良県	広島県	吉川 祐子
阿部 志哉		横井 篤志	幾島 みゆき	幾島 みゆき	吉田 寿男	小枝 良二	落合 茂文	名倉 紗世
北田 正章	石川県	柏木 覚	浅沼 範彰	追矢 秀人	岩田 一貴	中島 秀介	竹内 剛	吉富 忍
濱田 壽徳	森田 知史	宮本 恵五	三重県	宮本 一良	園部 芳裕	西田 梯	田尻 彰彦	小西 由美子
奥田 博之		安藤 正明	小林 周一	鈴木 俊彦	兵庫県	和歌山県	金沢 寿洋	緒方 英雄
須山 正隆	福井県	小出 敏明	堀内 百合子	村上 貢	栗原 直宏	澤 宗久	後藤 直親	藤尾 明俊
大木 建次	山中 瑠衣	愛知県	西村 務	坂口 喜弘	小柳 裕美	齊藤 真一郎	吉村 隆生	笠原 敏弘
越川 隆史		掛布 絵理	大久保 三枝子	青木 治道	市居 恒雄		山口県	榎木 十士郎
梶田 幸作		酒井 尊之		石垣 貴彦	岩本 淳			
佐野 尚子		加藤 健		谷川 寛				

学びいきいき！ 寿大学一般教養コース

11月の寿大学は、とうはく部落解放文化祭で催される講演を聞きます。お誘い合せてご参加ください。

と き 11月30日（日）13：30～15：30

と ころ 東伯文化センター

演 題 「へこたれへん～差別はきつとなくせる～」

講 師 松村智広さん（みえ人権教育・啓発研究会代表）

※送迎バスの申込期限は11月17日（月）です。下記まで申し込んでください。

問合せ先 社会教育課 ☎ 52-1161

第11回 琴浦町芸能発表会

町内の文化芸能団体が、日ごろの練習の成果を披露されます。ぜひご来場ください。

と き 11月23日（日）12：00開演

と ころ カウベルホール

入 場 料 200円

チケットお求め先 社会教育課 ☎ 52-1161

分庁総合窓口係 ☎ 55-0111

問合せ先 社会教育課 ☎ 52-1161

子育て支援講座の開催

子どもの噛む力を育てるための離乳食や家庭での食事についてお話ししていただきます。お気軽にお越しください。

と き 12月4日（木）10：00～11：30

と ころ ふれあい交流会館（きらりタウン赤碕）

講 師 國竹洋輔さん（くにたけ歯科クリニック院長）

対 象 未就園児の保護者、興味のある方

そ の 他 託児あり。申込み時にお伝えください

問合せ先 社会教育課 ☎ 52-1161

子育て支援センター

（はとぼっぼ ☎ 52-3715）

（たんぼぼ ☎ 55-1972）

（つくしんぼ ☎ 53-0909）

（ひまわり ☎ 52-3545）

介護保険説明会のお知らせ

平成27年度から65歳以上の介護保険料が上がることに、説明会を開催します。

とき・ところ

①11月22日（土）19：00～20：30

まなびタウンとうはく

②11月24日（月）13：30～15：00

分庁舎

問合せ先 福祉課 ☎ 52-1715

催しもの

第29回 あかさき部落解放文化祭

テ ー マ 未来を創造し自らが部落解放への情熱をたぎらせて～つながりあいみとめあい尊敬しあう～

と き 11月15日（土）～17日（月）

と ころ 赤碕文化センター

主な催し

【15日（土）】子ども祭り・学習発表・解放教育講演会

【16日（日）】ふれあいバザー・ふれあい演芸

【17日（月）】年長児交流会

解放教育講演会（15日（土）19：00～）

演 題 「たっぷり笑って少し考えて」～言葉の重みと部落問題～

講 師 落語家 桂 枝女太さん

※詳しくは別紙チラシをご覧ください。

問合せ先 赤碕文化センター ☎ 55-0741

第39回 とうはく部落解放文化祭

テ ー マ 「互いに認めあい、支えあう町をめざして」～学び、気づき、そして実践へ～

と き 11月29日（土）～12月2日（火）

と ころ 東伯文化センター

主な催し

【29日（土）】野菜・加工品の販売、餅つき、じどうかんひろば

【30日（日）】発表会、団結おにぎりの会食、バザー、人権・同和教育講演会

人権・同和教育講演会（30日（日）13：30～）

演 題 「へこたれへん～差別はきつとなくせる～」

講 師 松村 智広さん（みえ人権教育・啓発研究会代表）

※詳しくは別紙チラシをご覧ください。

問合せ先 東伯文化センター ☎ 52-2773

地デジ難視対策の各種支援は終了します

国が実施している地デジ難視対策のための各種支援制度は、平成27年3月末をもって終了します。期限までに地デジ対策工事を完了するためには、遅くとも12月中の申込みが必要です。

問合せ先 総務省地デジコールセンター

☎ 0570-07-0101

お知らせ

社会保険料控除証明書を発行

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象となります。保険料を納めた人には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されますので、大切に保管して、年末調整や確定申告の際に添付してください。

また、家族の国民年金保険料を納付された場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付して申告してください。

ただし、平成26年中に初めて保険料を納めた日が10月1日以降の方については、翌年の2月上旬に控除証明書が送付されます。

【控除証明書専用ダイヤル】 ☎ 0570-058-555
受付期間

11月4日(火)～平成27年3月16日(月)

受付時間

・月～金曜日 9:00～19:00

・第2土曜日 9:00～17:00

※祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

問合せ先 倉吉年金事務所 ☎ 26-5311

体育施設夜間利用調整会

12・1月に利用をされるチームの代表者の方は必ず出席してください。

東伯中学校区

と き 11月19日(水) 18:00～

と ころ 総合体育館(田越)

対象施設 総合体育館、東伯勤労者体育センター、東伯中学校体育館、東伯中グラウンド
八橋・浦安・聖郷・旧古布庄小学校体育館

赤碕中学校区

と き 11月20日(木) 18:00～

と ころ 農業者トレーニングセンター(赤碕)

対象施設 農業者トレーニングセンター、赤碕勤労者体育センター、赤碕中学校体育館、赤碕・船上・旧安田・旧以西小学校体育館

問合せ・申込先

総合体育館 ☎ 52-2047

農業者トレーニングセンター ☎ 55-2707

募 集

自衛隊高等工科学校生徒募集

受付期間 11月1日(土)～平成27年1月9日(金)

募集人数 約260名

応募資格 平成27年4月1日現在で15歳以上17歳未満の方(推薦採用あり)

試 験 日 平成27年1月10日から12日の間で指定する1日

受験費用 無料

問合せ先 自衛隊倉吉地域事務所 ☎ 26-2900

ノルディックウォーク体験会参加者募集

開催日とコース

●11月16日(日)

旧古布庄小学校～伯耆の大シイ

集合場所 旧古布庄小学校

●12月7日(日)

ことうらうまいもんコース(浦安～八橋)

集合場所 役場本庁舎

●時間はいずれも9:00～12:00ごろ

定 員 各コース30名

参 加 料 1回につき150円(保険代等)

そ の 他 指導は町公認のノルディックウォーク指導員が行います。貸し出し用ポールあり。

申込期限 11月16日開催分…11月11日(火)

12月7日開催分…12月2日(火)

問合せ・申込先 健康対策課 ☎ 52-1705

「ことうら三昧ふるさと便」の販売

今年度も「ことうら三昧ふるさと便」を販売します。

琴浦町特産品の詰め合わせ2種類のセット「琴浦Aセット」、「琴浦Bセット」があります。

年末年始のご家族との団らんやご贈答、お歳暮等に、琴浦自慢の味と香りをぜひご利用ください。

金 額 1箱 4,100円(消費税・送料込)

発 送 日 12月19日(金)

申込期限 12月10日(水)

申込方法 今月の広報と一緒に配布したチラシに必要な事項を記入し、郵便局で代金をお支払いください。

問合せ先 琴浦特産品振興会事務局(商工観光課内)

☎ 55-7801・FAX 55-7558

●心の健康相談

内 容 心の不調の相談に精神科医が対応
と き 11月14日（金）15：00～16：30
予 約 電話予約のうえ事前面接を実施
問合せ先 鳥取県中部総合事務所福祉保健局
TEL 23-3147

●女性法律相談

内 容 法律上の助言を希望する女性相談者に
弁護士が対応
と き 11月19日（水）10：00～12：00
と ころ 鳥取県中部総合事務所福祉保健局
予 約 電話予約のうえ事前面接
問合せ先 鳥取県中部総合事務所福祉保健局
TEL 23-3152

●教育相談会

内 容 教育に関する相談
と き 11月17日（月）14：00～17：00
11月28日（金）13：00～16：00
と ころ 中部総合事務所
予 約 前々日の正午までに電話予約
問合せ先 鳥取県教育センター教育相談課
TEL 0857-28-2322

●行政書士相談（当日受付、先着順）

内 容 相続、遺言、契約書の作成など
と き 11月21日（金）16：00～18：30
と ころ 琴浦町図書館本館 相談室
問合せ先 琴浦町図書館 TEL 52-1115
鳥取県行政書士会 TEL 0857-24-2744

社会福祉協議会の無料相談

予約・問合せ先 琴浦町社会福祉協議会
TEL 52-3600

●心配ごと相談

内 容 日常生活での困りごとなど
【社会福祉センター】第1、3水曜日（祝日除く）
と き 11月5日、19日 9：00～11：00
【老人福祉センター】第2、第4木曜日（祝日除く）
と き 11月13日、27日 13：30～15：30

●弁護士による法律相談

内 容 法律全般
と き 11月26日（水）13：30～15：30
と ころ 社会福祉センター
予 約 電話予約（先着順、定員で受付終了）

11月の無料相談

●行政相談

内 容 役所の仕事や手続き、サービスなど
【社会福祉センター】
と き 11月19日（水）9：00～11：30
【老人福祉センター】
と き 11月27日（木）13：30～16：00
問合せ先 総務課 TEL 52-2111

●夜間納税相談（あらかじめご連絡ください）

内 容 納税に関すること
と き 開庁日の夜間 おおむね19：30まで
と ころ 役場本庁舎
問合せ先 税務課 TEL 52-1712

●人権相談

内 容 人権問題全般
【以西地区公民館】
と き 11月14日（金）9：00～11：30
【古布庄地区公民館】
と き 11月28日（金）9：00～11：30
問合せ先 町民生活課 TEL 52-1704

●健康相談

内 容 身体健康問題全般
と き 11月17日（月）9：30～10：30
と ころ 保健センター
問合せ先 健康対策課 TEL 52-1705

●農家相談

内 容 農地・農業問題全般
と き 11月4日（火）9：00～12：00
と ころ 役場分庁3階 農業委員会事務局
問合せ先 農業委員会事務局 TEL 55-7809

●中部消費生活センター定期巡回相談

内 容 消費トラブルなど消費生活全般
と き 11月13日（木）、27日（木）
8：30～17：00
と ころ 役場本庁舎 相談室
問合せ先 町民生活課 TEL 52-1703

●多重債務・法律相談会

内 容 クレジット、消費者金融、ヤミ金融、
各種ローンの相談
と き 11月21日（金）13：30～16：00
と ころ 倉吉未来中心2階 セミナールーム
予 約 電話予約（先着順、定員で受付終了）
問合せ先 中部消費生活センター TEL 22-3000

出張年金相談所の開設

倉吉年金事務所の出張相談所が開設されます。普段なかなか年金事務所へ行く機会がない方、年金について聞いてみたいことがある方は、お気軽にご相談ください。

相談を希望される方は、倉吉年金事務所へ事前予約が必要となります。

と き 11月19日（水）10：00～15：00

と ころ 役場分庁舎 3階会議室

問合せ先 倉吉年金事務所 お客様相談室

☎ 26-5311

年金・労務無料相談会を開催

次のとおり年金・労務無料相談会が開催されます。年金・労働（退職・解雇・労働時間・パワハラ等）について聞いてみたいことがある方は、お気軽にご相談ください。労働者・事業者いずれの相談も受け付けています。

と き 11月7日（金）

10：00～16：00

と ころ 倉吉パープルタウン2階文化教室B

問合せ先 鳥取県社会保険労務士会事務局

☎ 0857-26-0835

11月 カウベルホールの催しもの

カウベル2台ピアノシリーズvol.1

カウベルホールの「スタインウェイ」「ヤマハ」のピアノ2台を使用し、琴浦町在住のピアニストなどの出演者によるジョイントコンサートを行います。

優れた音響空間を有するホールで、ピアノの響きをご体感ください。

■11月2日（日）

■開 演 19：00～（開場：18：30）

■入 場 料 一般 2,000円（前売 1,500円）
学生（高校生以下）1,000円

有料広告

借金問題
過払い金請求
地元山陰の
やくもに
お任せ下さい!

消費者金融・信販会社・クレジットカードのキャッシングを利用されていた方は、払い過ぎた利息があるかもしれません。

やくも 司法書士 法務事務所
司法書士 石井啓樹（鳥取県司法書士会所属 認定番号第612012号）
米子市加茂町2丁目180番地 国際ファミリープラザ608号 TEL.0859-30-4242
※司法書士法第1項の規定が適用されます。※手数料も依頼される場合は費用が発生します。※お金の借付額が140万円以下の場合に限ります。

無料個別相談会
予約制 相談無料・秘密厳守

11/6 11/7
倉吉未来中心
倉吉市駄路寺町212-5（パークスクエア内）
日程のご都合が合わない方もご相談下さい。
無料個別相談いたします。ご自宅もしくはご希望の場所までご相談も可能です。

ご相談のご予約はこちら 電話料 無料

いつでも受付中! やくもに キューコー
0120-892-095
(8:00～21:00 土・日・祭日も可)
女性専用ダイヤル
0120-892-195
(9:00～18:00 平日)

今回は、さまざまな出会いの場において、「会えてうれし
い」気持ちを伝える手話を紹介します。

うれしい気持ちを、笑顔と一緒に表現してみましょう。

お会いできて、うれしいです

手話は、
「手で表すことばで、
目で見ることば」です
顔の表情も付け加えながら
やってみましょう



手の動き

利き手の人さし指で、相手を指す。



手の動き

胸の前に人さし指を伸ばした
両手を向かい合わせて、
中央に寄せていく。



手の動き

胸の前に開いた両手を上下に構え、
上下に振る。

—今月の職員—
上下水道課
森 光児
上水道整備の業務
を担当しています。

りんごのチーズケーキ



農漁ジキ伝レシピ

生産者よりひとこと

道具も少なくパッと作れる簡単なお菓子です。
りんごのかわりに、ゆでて粗くつぶしたカボチャでもOK! 子どもさんといっしょにためしてください。

● ●

作　り　方

〔下準備〕

①炊飯器(5合炊き)の釜の内側に、バターをぬっておく。

②りんごを、いちょう切りしておく。

「作り方」

①ミキサーにAを入れ、よく混ぜる。途中で米粉がミキサーの内側に

つくので、ヘラでおとしてさらに混ぜる。

②炊飯器(5合炊き)の釜に①を入れ、切ったりんごを並べてスイッチを入れ、普通炊きで炊く。(約50分)

※お急ぎ機能で炊かないこと。

※オーブンで焼きたい場合は、180℃で45分焼く。

材料（4人分）

バター	適量	
りんご	1/2個	
A	米粉	大さじ3~4
	砂糖	80g
	クリームチーズ	200g
	ヨーグルト(無糖)	200~250g
	レモン汁	大さじ1~2
卵(M)	3個	