

広報



3

vol.162

平成31年(2019)

Sayo Town Public Relations

歌で心をひとつに

南光小学校開校5周年記念

「谷本賢一郎 with 太子高校Jコーラス部」ふれあいコンサート

南光小学校の開校5周年を記念して、佐用町出身の歌手・谷本賢一郎さんによる「ふれあいコンサート」を2月17日に南光小学校で開催しました。
(関連記事2ページ)



Monthly Pick up
今月の注目

1

防災は「知る」ことから

いつか必ず起こる災害に備えて

阪神・淡路大震災を機に定められた「ひょうご安全の日」にちなんで、防災について知り、考える「ひょうご安全の日 西播磨地域のつどい」を、2月9日にさよう文化情報センターで開催しました。

「ひょうご安全の日 西播磨地域のつどい」を、2月9日にさよう文化情報センターで開催。参加した450人が事例発表と講演に耳を傾けました。

事例発表では、佐用高校の生徒3人が東日本大震災以降続けている復興支援ボランティアの活動を紹介します。10回目となる昨年7月、仮設住宅の住民や石巻北高校生徒との交流で感じた防災への教訓を発表しました。

また、佐用小学校教諭の中井貴彦さんが、5年生児童39人が兵庫県立大学の学生と共に取り組む防災学習を紹介。児童が平成21年台風第9号災害の被害を

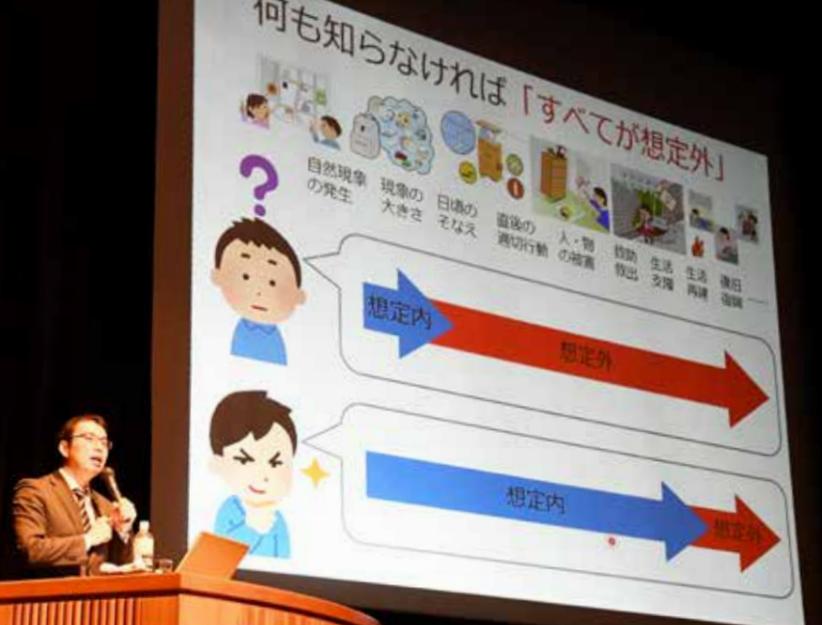
知り、感じた気づきを、学習の成果として発表しました。

防災講演では、兵庫県立大学准教授の木村玲欧さんが、過去の事例から「防災への無知が、命を失うことにもつながる」と講演。防災について学ぶことで「想定外」から「想定内」になることが増えると話し、「『わがこと意識』を持って学ぼう」と呼びかけました。

会場では、町内小学校の防災学習の取り組みや、防災グッズなどが展示され、参加者は防災への学びを深めていました。

企画防災課 防災対策室

082-10664



防災について「知る」ことの大切さを説く 兵庫県立大学 木村玲欧准教授



写真左・佐用小学校5年生児童が夏から冬にかけて防災学習で学んだことを紹介する中井貴彦教諭 / 写真右・ご飯やカレー、菓子などさまざまな種類の保存食を展示

CONTENTS 今月のもくじ

- 02 キラキラヒカル
- 03 クローズアップ
 - 03 「ひょうご安全の日 西播磨のつどい」開催
 - 04 第4回さよう健康フェスティバル開催
- 08 まちのわだい
- 10 まちの情報ホットライン
 - 10 生涯学習ひろば
 - 12 今月の健康
 - 14 3月のお知らせ
 - 22 暮らしの情報
- 24 笑顔の輪 わが家のアイドル

マチイロ

スマホアプリ「マチイロ」でカラー写真の広報さようをご覧ください

COVER 今月の表紙



南光小学校の開校5周年を記念して、2月16日に同校体育館で、『谷本賢一郎 with 太子高校「コーラス部」ふれあいコンサート』を開催しました。全児童89人と、保護者や地域の住民など約130人が観覧。最後は、出演者と児童、教員が合唱し、会場はあたたかい歌声と笑顔に包まれていました。

●「広報さよう」は 佐用町公式ホームページでもご覧になれます。
アドレス <http://www.town.sayo.lg.jp>



まちで輝く若者を紹介します Vol.46

キラキラヒカル 濱田菜穂子さん (桑野) お菓子から広がる縁

卵の風味豊かなシフォンケーキ。お菓子作りが得意な濱田さん手作りのケーキは、つみたてのハーブを添え、自宅で取れた新鮮な卵を使った、素朴な味わいです。

家業のかたわら、時間を見つけてはお菓子を作っているという濱田さん。谷本佑樹さん(大願寺)が入れるコーヒーと出会い、平成28年秋に海内地区でフードを楽しむイベント「海内ピクニック」を始めました。「最初はこんな山奥に人は来ないのではと言われた」という行事も、3月31日には5回目を迎え、県内外から37ブースが出店します。「『海内だからいい』行事。地域の人にも応援してもらい、多くのつながりも生まれた」と、夫の潤さんにとっさり。「運営は大変だけど、海内にまた来たいと言ってもらえると嬉しい」と、お菓子から広がるつながりに目を輝かせていました。

第4回さよう健康フェスティバルを開催

小さな心がけて健康になれる

第4回さよう健康フェスティバルを、1月27日にさよう文化情報センターとその周辺で開催。訪れた1700人が健康について楽しく学びました。また、子ども会駅伝大会も開催され、小学生が元気に走りまわりました。



医学博士
池谷敏郎さん講演会

生活習慣が血管や健康に及ぼす影響について話す池谷敏郎さん

医学博士池谷敏郎さんの講演会では、「血管を鍛える」と超健康になる」と題し、生活習慣を整えることで血管を若々しく保つことについて講演。約330人が耳を傾けました。

池谷さんは、血管の壁に沈着するこぶ（コレステロールのかたまり）には柔らかく不安定なものがあると硬く安定しているものがあること、生活習慣を改善することで不安定なこぶを減らして、動脈硬化や梗塞、動脈リゅうなどを防ぐことを話しました。

食事のポイントとして、急に血糖値が下がると空腹を強く感じること、まず野菜から食べると血糖値が急激に上がりにくいこと、動物性の脂を控えることなどがわかりやすく紹介されました。

また、姿勢をよくする体操や、佐用産ブランドトマト「夢茜」のトマトジュースと甘酒のドリンク、豆を入れたヨーグルトなどのレシピも紹介され、訪れた人はメモを取るなどして聴き入っていました。

健康福祉課健康福祉推進室
082-06661

ひまわりオイル料理 コンテスト



「ひまわりオイル料理コンテスト」小中学校の部 入賞者
写真左 小中学校の部 最優秀賞 春井珠笑流さん
写真右 同 優秀賞 重内桜音さん

昨年7月から10月にかけて募集した「ひまわりオイル料理コンテスト」。佐用のひまわりから生まれる「ひまわりオイル」を使った野菜料理のレシピに、9作品の応募がありました。

審査の結果、小中学校の部から最優秀賞・優秀賞が各1作品、高校・一般の部から最優秀賞1作品が選ばれ、表彰式が行われました。

小中学校の部 最優秀賞レシピ

手作りドレッシングで コブサラダ



- 【材料（2人分）】 ※写真は4人前
- | | |
|-------------|-----------|
| [サラダ] | [ドレッシング] |
| ・きゅうり 1本 | ・ひまわりオイル |
| ・トマト 1個 | 大さじ2 |
| ・オクラ 1本 | ・調味酢 大さじ4 |
| ・ゆで卵 1個 | ・塩こしょう 少々 |
| ・コーン（粒） 60g | |

- 【作り方】
- 卵をゆでる。
 - オクラを塩でこすって表面の産毛を取り、さっと湯通しする。
 - サラダの材料を切って、皿に盛り付ける。
 - ドレッシングの材料を混ぜ、サラダにかける。

【春井さんのいちおし！ポイント】
色とりどりにしたところですよ！

小中学校の部 優秀賞レシピ

ひまわりオイルの アヒージョ



- 【材料（2人分）】
- | | |
|----------------|----------|
| ・ひまわりオイル 300ml | ・有頭えび 4尾 |
| ・塩 大さじ1 | ・オクラ 5本 |
| ・エリンギ 1本 | ・にんにく 2片 |

- 【作り方】
- ひまわりオイルを鍋に入れる。
 - にんにくと塩を入れて、弱火にかける。
 - にんにくの香りがしてきたら、具材を全部入れる。
 - 中火で5分ほど煮込む。

【重内さんのいちおし！ポイント】
自分が食べたいものを入れました！



子ども会駅伝大会混合の部のスタート

子ども会駅伝大会



佐用川沿いでは、子ども会駅伝大会を開催。29チーム・175人が参加し、冷たい風が吹く中を力いっぱい走りました。沿道からは、懸命な走りに大きな声援が送られていました。

● 第14回子ども会駅伝大会結果（敬称略）

【混合の部】①三日月小A ②南光小A ③利神小A

【女子の部】①上月小A ②佐用小A ③上月小B

【男子の部】①南光小A ②上月小A ③佐用小A

● 個人賞（敬称略）

【混合の部：男子】①西本悠隼（三日月小A） ②村中孝太朗（三日月小A） ③岩本一真（三日月小A）

【混合の部：女子】①廣瀬菜々美（三日月小A）

②稲谷有加子（南光小A） ③山本紗良（三日月小C）

【女子の部】①神原千咲子（上月小A） ②孝橋萌李（上月小A） ③西田実沙紀（上月小A）

【男子の部】①木南明道（上月小A） ②藤田湧喜（南光小A） ③石井悠一（南光小A）

Pick up いずみ会が考案

佐用のおいしさぎっしり「佐用風土弁当」



彩り鮮やかな弁当を手にほほえむいずみ会メンバー

いずみ会では、佐用産の食材をふんだんに使った弁当「佐用風土弁当」を考案。さよう健康フェスティバルでは150食を販売し、完売しました。

こんにゃくや黒豆など佐用の特産品のほか、同会会員が作った自然薯や大根、水菜などの野菜をふんだんに使い、11品のおかずや主食を詰めています。

コンセプトは「おふくろの味」。「手作りで、地産地消。うす味で健康にもいいんです」と、胸を張る副会長の衣笠芳野さん（真盛）。約1年をかけて改良を重ねてきたレシピで、会員14人がそれぞれ得意なメニューを担当して調理しました。

同会では今後、この弁当を町内のさまざまなイベントで販売する計画です。メンバーは「多くの人に食べてほしいです」とほほえんでいました。

☎健康福祉課 健康推進室 ☎82-0661



1

Sayo Food 佐用風土コーナー



2

健康・福祉ブース



3



4



5

会場では、健康につながる食材、食事、体操、身体測定などさまざまなテーマごとに12のブースが設けられました。訪れた人は、専門スタッフとの会話を楽しみながら健康について学び、体験しました。

健康ウォーキング



6

1 佐用のグルメが集まった「佐用風土コーナー」では、しか肉と猪肉、佐用の野菜がたっぷり入った「ジビエ汁」を味わいました。

2 ブランドトマト「夢茜」の販売コーナー

3 手話体験教室では、「おはよう」「こんにちは」などの簡単なあいさつや、自分の名前の表し方を体験しました。

4 健康体操コーナーでは、音楽に合わせてストレッチなどの体操をする「3B体操」の体験が行われました。

5 日赤救急法コーナーでは、正しい心臓マッサージの方法を学びました。

6 町保健センターを発着点に、佐用都比売神社などを巡る約6kmのウォーキング。50人が雪景色をながめながら歩きました。



冷たい水に凍えながら和紙をすき上げる児童

伝統の和紙に思いを書き込む

「石井三楹和紙」の紙すきを利神小6年生が体験
利神小学校6年生児童15人は、1月15日に石井地域づくり協議会有志の指導で「石井三楹和紙」の紙すきを体験しました。平成24年から続く地域学習の一環。石井に生えるみつまたから色紙大の和紙をすきました。数日乾かして完成した和紙に、1人ひとりが中学生になる抱負を表す1文字を筆で書き入れました。「魂」と書き入れた中西美雄さんは、「中学生になると部活や勉強が多くなるので、心を燃やしてがんばるという気持ちを書きました」と、笑顔で話していました。



住民が初期消火にあたり、消防署員に引き継ぐ訓練

文化財を皆で火災から守る

文化財防火デーに合わせて消火訓練
西はりま消防組合 佐用消防署では、毎年1月26日の「文化財防火デー」に合わせて消防訓練を実施しています。今年は、国指定重要文化財に指定されている農村歌舞伎の舞台「上三河の舞台」から出火したという想定で、地域住民27人と消防署員が参加し、放水訓練を行いました。上三河自治会長の田内隆文さんは「消防署の人に訓練してもらって、勉強になることも多くあり、良かった。今後も地域の人にも協力してもらい、訓練を通じて防火意識を高めたい」と手応えを感じていました。



会員に教えてもらいながら琴を弾く児童

古来の楽器の音色を楽しむ

佐用邦楽同好会が琴の演奏を指導
町内で邦楽の演奏を楽しむ佐用邦楽同好会は、町内の4小学校で邦楽体験学習を開催しました。このうち、南光小学校では、昨年にかけて2回目の体験学習を2月13日に開催。5、6年生38人が、会員による「つるのおんがえし」などの演奏を楽しみ、琴で童謡「さくら さくら」の演奏を体験しました。6年生の小西絵美理さんは「琴や尺八の音でいろんな表現ができるんだなと思った。琴の演奏は楽しくて、去年より上手にできました」と嬉しそうに話していました。

山に生えるみつまたを活用

「佐用町ミツマタ出荷作業講習会」を開催
町みつまた部会と町は、1月16日と2月13日の2回、奥海地内の山中でみつまたを出荷するための講習会を開催しました。みつまたは紙幣の原料に使われる植物で、しかはこれを食べないため、山中に多く生えています。会では同部会長の安本文男さん（奥海）が講師を務め、計24人が出荷の手順やコツを学びました。安本さんは「奥海のみつまたは品質が良いと言われてきた。切るほどにいいみつまたが生えるので、少しずつでも出荷する人が増えれば」と期待を寄せていました。



みつまたを前に出荷の手順やコツを話す安本文男さん

100回目のカフェがオープン

台風第9号災害から続く関西学院大学生との交流
平成21年台風第9号災害以降、久崎地区で続く、関西学院大学の学生で開いているコミュニティカフェが1月27日で100回目を迎え、記念イベントを開催しました。災害時にボランティアとして来町した縁から「チャコネット」というグループを作り、被災した住民の憩いの場として、空き店舗を活用したカフェを継続しています。代表の小林真綾さん（4回生）は「先輩がつないできた住民さんとのつながりを改めて感じました。これからも関係を大切にしたい」と笑顔を交わしていました。



100回記念についたもちを、来場者で味わいました

うまく滑れて楽しかったよ

さよう子ども体験くらぶ「スキーしようよ！」を開催
町は2月16日にちくさ高原スキー場で、さよう子ども体験くらぶ講座「スキーしようよ！」を開催しました。粉雪の舞う中、佐用スキークラブの竹花健治さん（西市）と山下晴弘さん（仁位）から、町内小学生15人がスキーの基礎的な技術について教わり、全員がリフトに乗って練習しました。スキーは初めてという廣岡美咲さん（西市）は、「難しかったけど、楽しかった。まっすぐ滑れるようになった。また来たい」と目を輝かせていました。



体重移動で曲がるコツを教わる参加者

スポーツ

佐用郡の代表選手が力走
第72回男子／第33回女子
兵庫県郡市区対抗駅伝競走大会

2月3日、加古川市で開催された「兵庫県郡市区対抗駅伝競走大会」に、佐用郡代表として男子1チームが出場しました。

この大会は兵庫陸上競技協会が主催し、毎年開催されています。寒風の中、県内各地の郷土の期待を背負ったランナーが、加古川河川敷のマラソンコースを走り抜けました。

チーム入賞は逃しましたが、出場した中学生、高校生、社会人の7人は、持てる力を出し切りました。



男子1区 竹内博紀選手（佐用高出身）から2区 村田愛誠選手（佐用高）へのたすきリレー

学びの泉

人権、スポーツの結果（町体協把握分）、イベント開催などの情報をお届けします

生涯学習課 生涯学習振興室
☎82-3336

美術

郡美術協会
2年に1回の
郡美術協会 会員展を開催

ところ

さよう文化情報センター

とき

3月22日（金）～24日（日）
午前9時から午後5時まで
※22日は午後1時から
24日は午後3時まで



■会員募集
日本画・洋画・書・写真・工芸の会員を募集しています。
(年会費 1,000円)

郡美術協会会員展は、2年に1回開催しており、今回で10回目となります。

会員による日本画・洋画・書・写真・工芸の5部門の秀作が並びます。ぜひご覧ください。

人権

性の多様性
多様な「性」について
考えましょう

「LGBT」の意味を知っていますか。次の言葉の頭文字をとって組み合わせた言葉で、性的少数者を表す言葉の一つとして使われることもあります。
L (Lesbian: レズビアン) 女性の同性愛者
G (Gay: ゲイ) 男性の同性愛者
B (Bisexual: バイセクシャル) 両性愛者
T (Transgender: トランスジェンダー) 身体の性と心の性との不一致
性的指向は、「恋愛対象が異性だけとは限らない」ことに根強い偏見や差別があります。また、身体の性と心の性との食い違いに悩みながら、周囲の心ない好奇の目にさらされ、苦しむ人がいます。こうした性的指向や性自認への偏見や差別をなくし、理解を深めましょう。



図書館

今月の新着図書から司書がおすすめする3冊を紹介します

新刊情報



『湯けむり行脚 池内紀の温泉全書』

▶著者 池内紀
▶出版 山川出版社

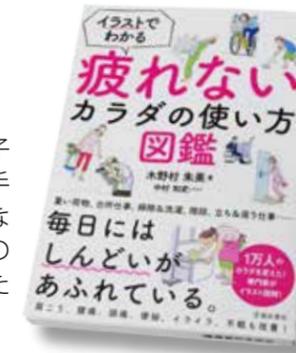
全国の名湯秘湯を訪れ、温泉博士と呼ばれる著者。単行本未収録を含む100余りの温泉エッセイを収録し、著者直筆のイラストや写真を多数掲載。



『かわいいねりきり』

▶著者 桔梗有香子
▶出版 日東書院本社

日本の伝統的和菓子「ねりきり」。家庭で手軽に楽しめる基本的な作り方のほか、話題の「餡クリーム」を使った和菓子も紹介。



『イラストでわかる 疲れないカラダの使い方 図鑑』

▶著者 木野村朱美
▶イラスト 中村知史
▶出版 池田書店

体が疲れるのは無意識に無駄な力が入るから。歩く、座る、立ち上がるなどの日常動作を楽しむ方法をカラーイラストで説明。

Library info

図書館からのお知らせ

☎82-0874

開館時間 午前10時～午後6時
月曜日・祝日休館

3月、4月の休館日

●3月 4.11.18.21.25
●4月 1.2.8.15.22.26.29.30

DVDとCDが新しく入りました

【DVD】

- 「愛を積む人」 監督 浅原雄三
- 「エンディングノート」 監督 砂田麻美
- 「永い言い訳」 監督 西川美和
- 「RAILWAYS 49歳で電車の運転士になった男の物語」 監督 錦織良成
- 「グレイテスト・ショーマン」 監督 マイケル・グレイシー

【CD】

- 「チャイコフスキー：交響曲第6番『悲愴』」 演奏 ムジカエテルナ
- 「昭和漫才傑作選」 口演 中田ダイマル他
- 「日本の音 篠笛」 演奏 森田玲 ほか、全13作品

おはなし会 ※申込不要

■図書館司書

- 【小さい人（5歳以上）】
●とき 毎週日曜日 午後2時～2時30分
3月のおはなし「まめたろう」
- 【大きい人（小学3年生以上）】
●とき 毎週日曜日 午後2時30分～3時
3月は絵本の会です。

■ボランティア「あそびせ隊」

- とき 毎週土曜日 午後2時～2時30分
- 対象 幼児、小学生



健康カレンダー

心のケア相談など

場所：佐用町保健センター

月日	内容	時間
3/28 4/4	デイ・ケア（精神障がい者社会復帰訓練事業）	13:30～15:30
3/14	こころのケア相談（要予約）	13:30～

健康福祉課 健康福祉推進室 ☎82-0661

場所：龍野健康福祉事務所

月日	内容	時間
4/5	こころのケア相談（要予約）	13:00～15:00
3/19 4/2	エイズ・肝炎相談（要予約） HIV・肝炎ウイルス検査（要予約）	13:00～15:00

龍野健康福祉事務所 ☎0791-63-5687

赤ちゃんとお母さん

場所：佐用町保健センター

月日	内容	時間
3/11 3/25	すてきなママになるための教室	10:00～
3/11	0歳児クラス（2か月～6か月児）	10:30～12:00
4/15	0歳児クラス（7か月～1歳未満）	10:00～11:30
3/25	4か月児健診（H30.11月生）	13:30～
3/15	ヨチヨチ健康相談（H30.3月生）	13:30～
4/4	すくすく離乳食教室（H30.8月生）	10:00～

場所：さよう子育て支援センター

月日	内容	時間
3/20	3歳児健診（H27.10～27.11月生）	13:00～

健康福祉課 健康福祉推進室 ☎82-0661

※母子健康手帳は、健康福祉課 健康福祉推進室で交付します（予約制）。事前にお問い合わせの上お越しください。

急きよ変更となる場合があります

休日救急当直医 3月▶4月

月日	医療機関名	電話番号
3/10	佐用中央病院	82-2154
3/17	花房内科クリニック	82-2801
3/21	佐用中央病院	82-2154
3/24	尾崎病院	77-0221
3/31	佐用共立病院	82-2321

月日	医療機関名	電話番号
4/7	佐用中央病院	82-2154
4/14	佐用共立病院	82-2321
4/21	岡尾医院	78-0034
4/28	長田クリニック	88-1111
4/29	佐用中央病院	82-2154

news 地域包括支援センターだより

今月のテーマ

判断の代理や補助をしてもらう「成年後見制度」



- **相談料** 無料
- **会場** 役場 第一庁舎西館 1階相談室
- **日時** 3月20日（水）
午後1時30分から4時まで
（受付・午後1時から3時30分まで）
- **お問い合わせ** 82-2079

「成年後見制度」をご存じですか。認知症などで判断能力が不十分になると、お金の管理ができなくなったり、悪徳商法にだまされ、自分にとって不利な契約を結んでしまったりする可能性があります。「成年後見制度」はそのような人を支援する制度で、家族や自身の将来にとっても、知っておくと安心な制度です。

町では、専門家による「成年後見・成年後見の代理や補助をもらう」を開催します。成年後見の制度に関する事、財産に関する事、契約に関する事、将来に関する事など、さまざまな疑問や困りごとについて、司法書士が相談に応じます。家族による相談もできます。

紫外線カットはほどほどに

「ビタミンD」で骨を丈夫に！

ビタミンDは、子どもの骨の成長に欠かせない栄養素で、太陽からの紫外線を浴びると体内でも作られます。冬は紫外線量が少なく、夏に比べると体内での生成が不足しがちです。日焼けを気にするあまり、過度に日光を避けると、骨の成長に影響します。

● ビタミンDが不足するとどうなるの？

ビタミンDは、体内でカルシウム代謝に重要な働きをもち、骨の成長や形成に必要な栄養素です。

不足すると、子どもはくる病、大人は骨軟化症や骨そしょう症などの原因となります。

● ビタミンDが不足しないようにするには？

ビタミンDを多く含む魚（さけ、いわし、さんまなど）、卵、きのこ類、干しいたけ

などを毎日食べましょう。

紫外線を浴びると体内でビタミンDが作られます。1日に15分程度の日光浴がおすすめです。女性は、妊娠中や授乳中にビタミンDが不足すると、胎児や乳児にも影響します。日焼け止めの多用を避け、バランスの良い食生活を心がけましょう。

健康福祉課 健康福祉推進室 ☎82-0661

menu 栄養士の食育献立メモ



今月の献立

豆腐と卵のふわふわコンビ 「佐用もち大豆豆腐の炒り豆腐」

ササッといためるだけですぐできる、ごはんのお供にぴったりのおかず。いためる際に、豆腐をくずしすぎないのがポイントです。豆腐のふわふわした食感が楽しめます。

【材料（4人分）】

・佐用もち大豆豆腐（木綿）	1丁	A	・干しいたけの戻し汁	大さじ2
・鶏もも肉	100g		・うす口しょうゆ	大さじ1半
・にんじん	1/4本		・みりん	大さじ1
・こんにゃく	40g		・砂糖	小さじ1半
・干しいたけ	3枚		・ごま油	大さじ1/2
・卵	1個			
・ねぎ	1本			

【作り方】

- ① 豆腐は水切りし、干しいたけは水で戻しておく。
- ② 鶏肉は1cm角、にんじん、こんにゃくは細切り、干しいたけは軸を切り落として薄切り、ねぎは



カラー写真は子育て支援サイト「さよこネット」の食育情報でご覧になれます [さよこネット](#) 検索

- ③ 熱した鍋にごま油をひいて鶏肉をいため、にんじん、こんにゃくを加える。ある程度火が通ったら干しいたけを加える。
- ④ 豆腐を入れて、へらでくずしながらいため合わせ、調味料Aを加えて汁気がなくなるまで火にかける。
- ⑤ 卵を溶き入れてやさしく混ぜ合わせる。最後にねぎを加える。

一人分栄養価 エネルギー 162kcal
塩分 1.3g

受賞おめでとうございます



写真右・谷本学さん
左・(株)古川組 代表取締役 古川貢さん

(一財)全日本交通安全協会
交通栄誉章「緑十字銀章」表彰
谷本学さん(上町)
交通安全優良事業所表彰
株式会社古川組(乃井野)

多年にわたり交通安全に功績のあった個人と団体に対し、警察庁長官と全日本交通安全協会会長からそれぞれ表彰されました。

谷本さんは、昭和63年から31年間にわたって佐用交通安全協会評議員を務め、地域の交通安全を推進するとともに、自身も無事故20年以上・無違反10年以上にわたる功績が評価されました。

株式会社古川組は、代表取締役の古川貢さん(乃井野)を中心に交通安全に努めています。古川さんは佐用安全運転管理者部会長と佐用自家用自動車協会副部長を務め、日々交通安全に取り組んでおり、事業所でも推進。昭和49年から安全運転管理に取り組み、運行前点検や点呼活動などの取り組み継続が評価されました。

百歳バンザイ

100歳の誕生日を迎えたかたを紹介します。
今月は、大正8年1月生まれのかたです。

●井上しげのさん(島脇)

「今からでも働きたい」と話す井上さん。手押し車を押し、庭いじりや花壇の世話、畑仕事をマイペースにこなしています。

5人の子どもに恵まれ、若いころはゲートボールに夢中になりました。50歳の頃でも、夏休みには子どもの川プールについて行き、一緒に泳いでいたほど元気。長生きのひけつにも「体を動かしたり、指先の体操をしたりすること」とほほえみ、「これからも病院にかからずに元気で暮らしたいです」と意気込みを新たにしていました。



知りたい! 伝えたい! 地域おこし協力隊

第21回

今月号の隊員 平福祐介



農業振興専門員の平福です。

3月に入ると、寒さが和らいでいくのと同時に、体を動かしたくありませんか? 運動後の空腹を満たすのにぴったりなのは、何ととっても「佐用風土」の逸品、「ホルモン焼きうどん」ですよ!

「ホルモン焼きうどん」はご存じ、佐用の名物料理です。お店に鍋や容器を持ってきて持ち帰る人があり、観光客だけでなく日常にも寄り添っている料理だと感じました。

皆さんいろんな食べ方を楽しんでいて、中にはうどんにそばをミックスするとうどんにそばも! おまけにホルモンはビタミンや鉄分、カルシウムを多く含んでおり、栄養も満点! 書いていたら、お腹が減ってきました。さっそく食べに行ってみよう!



大勢で囲むホルモン焼きうどんは格別!

Pick up 確定申告は3月15日(金)まで

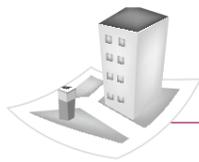
平成30年分所得税及び復興所得税の確定申告、平成31年度町・県民税の申告相談は3月15日(金)までです。

申告が済んでいない人は、期限までに申告をしましょう。

自治会ごとの申告相談に行けない場合は、同一会場や町全体の申告相談日にお越しください。

- 町全体の申告相談日
3月10日(土)から15日(金)まで
- 受付時間
午前9時から11時30分まで
午後1時から3時30分まで
- 受付場所
さよう文化情報センター

税務課 町税対策室 ☎82-0662



県政 150 周年記念事業

「ひょうごの景観ビューポイント 150 選」が決定

monthly information



兵庫県では、県内の美しいまちなみや豊かな自然など人をひきつける魅力的な景観を見ることができる場所「ビューポイント」を募集し、150か所を選定しました。佐用町からは、次の6か所が選ばれました。



●宿場町平福の川端風景

[ビューポイント]

平福の天神橋

[PRポイント]

歴史ある川座敷や土蔵群が川面に



映るその景観は、近世宿場町の独特の雰囲気醸し出し、まるでタイムスリップしたかのよう。訪れた人々をノスタルジーへと誘います。

●満天の星空

[ビューポイント]

西はりま天文台南館付近

[PRポイント]

佐用町は県下で



唯一「星空景観形成地域」に指定されています。大撫山の山頂に位置する西はりま天文台からは、他の照明に妨げられず美しい星空を楽しむことができます。

●雲海に浮かぶ利神城跡

[ビューポイント]

西はりま天文台北館付近

[PRポイント]

雲突城とも佐用の天空の城とも呼



ばれる利神城を俯瞰できる絶好のポイントです。

●乙大木谷の棚田

[ビューポイント]

乙大木谷倶楽部(公民館)前の展望広場

[PRポイント]



広大で、入りくんだ険しい地形に沿って作られた約1,000枚の棚田の造形美が、目の前に美しく映し出されます。秋の実りを迎える頃には黄金色に輝く美しい風景を見ることができます。

●田和の棚田

[ビューポイント]

田和地区の農道

[PRポイント]



野づら石積の棚田と白壁の土蔵のある風景。兵庫県から景観協定の認定を受け、景観を守っています。農林水産省 美の里づくりコンクールで入賞しました。

●急傾斜地に張り付く目高集落

[ビューポイント]

急傾斜地に張り付く目高集落

[PRポイント]



目高集落は急な斜面に寄り添うように民家が立っています。大部分の建物が茅葺屋根にトタンをかぶせたもので、昭和40年代から変わらぬ景色を見えています。

問 兵庫県 景観形成室 ☎078-341-7711 (内4660)



私たちの代表者を決める大切な選挙です

兵庫県議会議員選挙は4月7日(日)に投開票

monthly information

選挙

兵庫県議会議員選挙は、4月7日(日)に執行されます。投票日当日に仕事やレジャーなどの予定がある場合、期日前投票ができます。

●投票日時 4月7日(日) 午前7時から午後8時

投票日当日は、投票所入場券に記載されている投票所で投票してください。

●告示日 3月29日(金)

●期日前投票

日程と場所	3月30日(土) ▶ 4月6日(土)	佐用町役場 第一庁舎西館
	4月3日(水) ▶ 4月6日(土)	上月、南光、三日月支所
	4月5日(金) ▶ 4月6日(土)	三河出張所

時間 午前8時30分から午後8時まで (三河出張所のみ午後5時まで)

問 町選挙管理委員会 (総務課 総務人事室内) ☎82-2549



●点字と音声による「選挙のお知らせ」を無料で配布します

兵庫県選挙管理委員会では、選挙や候補者に関する情報を点字または音声(朗読CD)にした「選挙のお知らせ」を、視覚に障害のある人に配布しています。

◆対象の選挙

国政選挙、県知事選挙、県議会議員選挙

◆申し込み方法

兵庫県選挙管理委員会へ、電話かメールで

次の項目を連絡してください。一度申し込むと、次からは自動的に郵送されます。

- ① 郵便番号 ② 住所 ③ 氏名 ④ 希望の種類(点字または音声)

問 兵庫県選挙管理委員会

☎078-362-3101

Eメール shichoushinkouka@pref.hyogo.lg.jp

Pick up / テレビアンテナを設置している人へ

町内の一部の地域のうち、テレビアンテナ受信でテレビ放送を見ている場合、携帯電話事業者による新しい電波の利用開始により、テレビ映像に影響(ノイズなど)が出る恐れがあります。

地上デジタルテレビに影響が出た場合は、「700MHz利用推進協会」で回復作業を行いますので、コールセンターに連絡をお願いします。

放送に障害が出たときは

なお、工事作業者が費用を請求することは、一切ありません。

問 (一財)700MHz利用推進協会

テレビ受信障害対策コールセンター

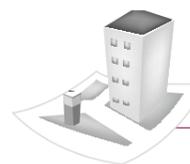
☎0120-700-012

【IP電話の場合】※有料

☎050-3786-0700

受付時間：午前9時から午後10時まで
(土・日曜日、祝祭日を含む)





後期高齢者医療 限度額適用・標準負担額減額認定証

入院時の食事代が減額されます

monthly information

高齢者医療

世帯全員が町県民税非課税の場合、医療機関に支払う入院時の食事代が減額されます。該当する人は、入院する前に申請してください。申請すると「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

●申請月の初日から適用されます

次のものを持参し、住民課、各支所・出張所で手続きしてください。申請月の初日から適用されます。

入院予定がある場合は、事前に申請してください。

【申請に必要なもの】

- 保険証
- 個人番号を確認できるもの
(個人番号カードまたは個人番号通知カード)
- 本人確認できるもの
(個人番号カード、免許証など。顔写真がない保険証、介護保険証、年金証書などは2点必要)
- 認印

●過去1年間以内に合計90日以上入院している場合

90日以上入院していることが証明できるもの(領収書など)を持参してください。長期入院該当となり、別表の区分2に該当する人は、さらに食事代が減額されます。

●証の発行を受けておらず、すでに食事代などを支払っている場合

領収書、認印、還付先口座番号がわかるものを持参し、住民課または各支所・出張所で償還払いを申請してください(時効は2年です)。

●住民課 年金保険室 ☎82-0660

●入院時食事代の区分判定

世帯全員が町県民税非課税ですか？

はい

いいえ

該当しません

世帯全員のそれぞれの所得が0円ですか？
(ただし年金所得は、控除額を80万円で計算)
単身世帯で年金収入のみの場合、年金額は年額80万円以下ですか？

はい

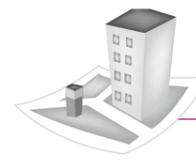
いいえ

区分1に
該当します

区分2に
該当します

●入院時食事代の減額区分

所得区分	1食当たりの食事代
現役並み所得者	460円
一般	210円
区分2	過去1年の入院日数が90日以内 210円 過去1年の入院日数が91日以上 160円
区分1	100円



追納で年金額を増やせます

国民年金保険料を追納しませんか

monthly information

国民年金

老 齢基礎年金の年金額は、保険料の免除や猶予の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付した場合と比べて年金額が低額となります。しかし、免除・猶予分の保険料を後払い(追納)することにより、年金額を増やすことができます。

追納ができるのは10年以内の免除等期間に限られています(例えば、平成31年3月の支払いであれば、平成21年3月以降分)。

希望する人は、姫路年金事務所か、住民課、

各支所、出張所で申し込んでください。

●姫路年金事務所 ☎079-224-6382

住民課 年金保険室 ☎82-0660

平成30年度中に支払う場合の追納額 ※追納は、古い順に納めていただきます。

	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除	
平成20年度の月分	15,170円	11,380円	7,580円	3,790円	当時の保険料に追納加算額が上乘せられています。
平成21年度の月分	15,260円	11,440円	7,630円	3,810円	
平成22年度の月分	15,520円	11,640円	7,760円	3,880円	
平成23年度の月分	15,310円	11,470円	7,650円	3,820円	
平成24年度の月分	15,160円	11,360円	7,580円	3,780円	
平成25年度の月分	15,130円	11,350円	7,570円	3,780円	
平成26年度の月分	15,280円	11,460円	7,640円	3,820円	
平成27年度の月分	15,610円	11,700円	7,800円	3,900円	追納加算額はありません。
平成28年度の月分	16,260円	12,190円	8,130円	4,060円	
平成29年度の月分	16,490円	12,370円	8,240円	4,120円	



在宅で介護をしている人へ

介護手当を支給します

monthly information

介護手当

町 は、自宅で生活している常時介護の必要な高齢者や、重度の障がい者(児)を介護している人に、介護手当を支給しています。認定には一定の条件があり、請求のあった翌月から支給します。

①支給額 月額1万円を3か月ごとに支給します。

※ 重度障害者(児)介護手当は、条件により月額1万5千円になる場合があります。
※ 高齢者または障がい者本人、配偶者、扶養義務者の所得により、支給制限があります。

②対象者 次の要件のいずれかを満たす人を介護する人

在宅高齢者

6か月以上寝たきりか認知症の状態で、

常時介護を必要とする65歳以上の高齢者

●高年介護課 高年介護室

☎82-2079

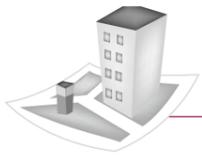
在宅障がい者 ※次の①、②を共に満たすこと

①6か月以上寝たきりか、同様の状態の障がい者

②身体障害者手帳1級または2級の人、または重度知的障がいと判定された人で、常時介護を必要とする障がい者

●健康福祉課 健康福祉推進室

☎82-0661



頭も体も元気で長生き！

「頭と体の健康教室」参加者募集

monthly information

健康

心 身ともに元気に生活できるよう、町では「頭と体の健康教室」を開講します。仲間と一緒に「読み・書き・音読」でもの忘れ予防を、「いきいき百歳体操」で体力維持ができる、楽しい教室です。



- **開催期間**
4月9日④から平成32年2月25日④までの毎週火曜日
いずれも午前9時30分から11時15分まで
初回は説明会をします。
- **場所** 生きがいづくりセンター
- **内容**
・専用のテキストを使った頭のトレーニング（個別学習）
・いきいき百歳体操

- **対象** 軽い体操ができる町内の65歳以上の人で、交通機関などを利用し、自身で会場へ来ることができる人
- **定員** 先着20人
- **費用** 月額2,000円（税別・テキスト代）
- **申し込み** 4月1日④までに、電話で次へ申し込んでください。
- **町地域包括支援センター（高年介護課内）**
☎82-2079



手続きをしない場合、引き続き課税されます

軽自動車や単車の廃車手続きは3月中に

monthly information

税

原 動機付自転車や軽自動車などの「軽自動車税」は、毎年4月1日現在の所有者または使用者に課税されます。車両を処分したり、他人に譲ったりしたときは、3月中に必ず手続きをしてください。



- **廃車の申請場所**
【原動機付自転車（125cc以下）、農耕車（トラクターなど）】
税務課、各支所、出張所
必要なもの：ナンバープレート、認印
【軽四自動車】
軽自動車検査協会兵庫事務所 姫路支所
☎050-3816-1848
【軽二輪・二輪の小型自動車（125cc以上）】
姫路自動車検査登録事務所
☎050-5540-2067
- **登録の申請**
原付、農耕車などを購入したり、譲り受けたりしたときは、ナンバープレートの交付申請をしてください。乗用の農耕車は「小型特殊自動車」に該当し、所有していれば申請が必要です。認印、販売証明書、廃車証明書などを持参し、税務課または各支所、出張所で手続きをしてください。
- **税務課 町税対策室** ☎82-0662

個人情報のため非公開

名前

保護者

自治会

1月16日から2月15日届出分（敬称略）

お誕生おめでとう

戸籍上の漢字が表記できない場合があります

戸籍の窓口

人のうごき

2月15日現在（ ）内は前月比

人口	16,931人	(-23)
男	8,090人	(-7)
女	8,841人	(-16)
世帯数	6,883戸	(+5)

出生 10人 死亡 29人
転入 26人 転出 30人

個人情報のため非公開

名前

年齢

自治会

1月16日から2月15日届出分（敬称略）

お悔やみ申し上げます



身体障害者手帳、療育・精神手帳を持っている人へ

普通自動車と軽自動車の税金を減免します

monthly information

税

障 がいのある人が利用する自動車を、障がい者本人か、生計が同じ人が所有する場合は、自動車税が減免されます。

- **減免の対象となる自動車**
 - ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持つ人が所有する自動車
 - ・生計が同じ人が所有する、身体障害者手帳などを持つ人のために使用する自動車
- ※障がい者1人につき1台が減免の対象となりますが、障がいの程度によっては対象とならない場合があります。詳しくは問い合わせてください。
- **【普通自動車】**
 - **申請場所** 龍野県税事務所
 - **申請期間** 4月1日④から5月31日④まで
※納期限後に身体障害者手帳の交付を受けて減免になる場合は、該当年度の2月末まで
 - **必要書類** 身体障害者手帳など、認印、運転免許証（住民票が必要な場合があります）
 - **龍野県税事務所**
☎0791-63-5130
- **【軽自動車】**
 - **申請場所** 税務課または各支所、出張所
 - **申請期間** 4月1日④から5月31日④まで
 - **必要書類** 身体障害者手帳など、認印、運転免許証、車検証、個人番号がわかるもの
※軽自動車税は年額のため、月割りでの減免はありません。
 - **税務課 町税対策室** ☎82-0662

納税

tax premium information

今月の納期

確定申告による
所得税及び復興所得税

納期限 **3月15日**⑤

口座振替日は4月22日⑤

☎ 税務課 町税対策室
☎ 82-0662

今月の納税相談日
3月22日⑤

- 受付時間 午前8時30分～午後5時
- 受付場所 税務課
災害・盗難・失業などで納期限までに町税が納められない場合、納税相談に応じます。

☎ 税務課 収納管理室
☎ 82-0662

保険料
納期限 **4月1日**⑤
口座振替日は4月1日⑤

● 後期高齢者医療保険料
(普通徴収) 第9期分

☎ 住民課 年金・保険室
☎ 82-0660

編集後記

まちの人の声から生まれた「広報さよう」10月号の特集「人が支える古里の仕事」。県広報コンクールの広報紙部門・町の部で、特選に選ばれました。取材に快く応じてくださった皆さん、そして日々まちで働く皆さんのおかげです。◆紙面には、古里に希望をもってほしいという願いを込めました。感謝と共に、これからも佐用町をもっと好きになれるような広報誌づくりに励みます。⑤

募集

invite information

自然学校の 野外活動指導員を募集

西はりま天文台で行う小学5年生を対象とした自然学校の、野外活動プログラムでの指導員を募集します。

- 募集期間 3月10日⑤から31日⑤まで
 - 主な活動
 - ・自然観察(動植物、昆虫など)
 - ・木工・竹細工
 - ・ロープやシートを使った基地づくり
 - ・その他、自然を活用した体験活動
 - 謝金 1日 8,000円
半日 4,000円
- ☎ 西はりま天文台公園
☎ 82-0598

ひめじ若者サポートステーション 出張就職相談会

就職への不安や悩みを持った若者や保護者を対象に、個別相談会を開催します。

- 日時 3月26日④ 午前10時から午後1時まで
 - 場所 佐用町保健センター
 - 募集人数 3人
※予約制で先着順です。
- ☎ 商工観光課 定住対策室
☎ 82-0670

西播磨就職フェア

西播磨地域の企業約50社が参加する合同企業説明会です。企業の採用担当者から話を聞けます。

- 日時 3月15日⑤
正午から午後6時30分まで
※高校生は午後3時以降
 - 場所 姫路市商工会議所
1階展示場、2階ホール
 - 対象者 ①平成32年3月および平成31年3月大学等卒業見込み者、3年以内既卒者 ②西播磨地域の高校2年生および平成31年3月高校卒業見込み者
 - 参加費 無料
- ☎ 西播磨県民局 県民交流室 地域づくり課
☎ 0791-58-2172

行事

event information

第13回佐用町桜まつり

桜の開花時期に合わせた盛りだくさんのイベントです。

- 日時 4月7日⑤
午前10時から午後2時まで
(雨天決行)
 - 会場 笹ヶ丘公園、 笹ヶ丘ドーム
 - 内容 ステージイベント(谷本賢一郎、あまゆーず、有咲りん、佐用高校吹奏楽部、同 琴部、上月太鼓 ※内容は変更する場合があります)、地元団体による農産物、特産品の販売
 - 駐車場 笹ヶ丘公園、久崎グラウンド(旧久崎小学校)
※久崎グラウンドからは、シャトルバスを運行します。
- ☎ 商工観光課 商工振興室
☎ 82-0670

光都ふれあいウォーク

播磨科学公園都市内を歩くイベントです。

- 日時 4月29日⑤ 午前8時30分集合(雨天中止)
- コース 播磨科学公園都市内(約2時間30分)



- 申込方法 4月12日⑤までに電話またはファクスで申し込んでください。(住所・氏名・年齢・電話番号 要)
※当日申込はできません。
※集合場所など、詳細は後日参加者に通知します。
- ☎ 播磨高原広域事務組合
☎ 0791-58-0575

光都チューリップフェア

6色18種類、約4万本のチューリップが咲きます。色とりどりのチューリップをお楽しみください。

- 開園期間 4月6日④から29日⑤ごろまで



※開花状況によって開園期間が変わります。詳しくはホームページで確認するか、電話で問い合わせてください。

- 開園時間 午前9時から午後5時まで
 - 場所 光都チューリップ園
※入園・駐車場無料
- ☎ 播磨高原広域事務組合
☎ 0791-58-0575

その他

others information

3月は「自殺対策強化月間」

生きにくさ、暮らしにくさを抱える人の悩みや問題が解決につながるよう、電話相談を開設しています。

- ★ ころの健康相談 統一ダイヤル
☎ 0570-064-556

★よりそいホットライン

☎ 0120-279-338
(24時間対応)

※通話が難しい人はファクスでも相談できます。

FAX 03-3868-3811

★はりまいのちの電話

☎ 079-222-4343
(午後2時から深夜1時まで)

☎ 健康福祉課 健康福祉推進室

☎ 82-0661

下水道の使用人数に 変更はありませんか

家庭の下水道の使用料金は、3月31日現在の使用人数で算出しています。入学や就職などで使用人数の変更がある場合は「下水道使用料変更届」を提出してください。様式は広報3月号に折り込んでいるほか、町ホームページからダウンロードできます。

なお、平成31年度の下水道料金の決定通知書は、4月中旬に郵送します。

☎ 上下水道課 管理運営室
☎ 82-0481

Pick up より迅速で安全に搬送 新しい救急車が佐用消防署にやってきた



最新のモニターや担架が装備された車内

最新の器材を積んだ「高規格救急車」が、このたび佐用消防署に導入されました。

この車両は、搬送する人を収容するスペースを従来のものよりも広く取り、走行時の振動を少なくする最新の担架を装備しています。

また、救命救急センターや近隣の救急対応病院の最新情報を入手できるほか、外国人を対象とした多言語音声翻訳ができるタブレットも積載しました。

消防署では、傷病者のスムーズな搬送や、長距離搬送時のストレス軽減を見込んでいます。

☎ 佐用消防署 ☎ 82-3872

家族のような仲間と歌う



自分たちでデザインしたおそろいの衣装でほほえむメンバー

歌声と笑い声が練習場に響くグループ、「演歌サークル」。佐用地域の70代から90代の女性12人が、演歌をコーラスにアレンジして歌っています。

発足したのはおよそ半世紀前。代表の平谷知佐衣さん(栄町)も、加入して40年あまりになります。メンバーを見渡し、「もう家族みたいな付き合い」とほほえみます。

月に2回、さよう文化情報センターに集まり、高尾鈴子さん(姫路市)の指導で歌っています。「演歌を合唱するのは邪道かもしれないけど、歌に合わせてアレンジしています」と、好きな演歌を歌えるよう工夫しています。「歳を取ると声が低くなるけど、できるだけ高い声で、若い歌手の新曲を歌うようにしています」と先生。メンバーも「新しい歌を覚えることで脳を活性化できるんですよ」と、笑

笑顔でまちを彩ろう

い合います。

メンバーの中には、親子2代にわたって参加する人も。これまで重ねてきたたくさん思い出が、絆を強くします。グループは旧佐用町の文化祭が昭和58年に始まった当初から連続出演。「出演者みんなで舞台を組んで作ったなあ」「昔は人数が多かったから、3列になって合唱しよつたなあ」「衣装はデザインや色を自分らで考えて作りよるんやで」と、話は尽きません。

「高齢化で人数も減ってしまったけど、元気なうちは続けたい」と平谷さん。「練習の日にはちよつとおしゃれして出かけて、みんなとお茶を飲むのが楽しみ」と、メンバーが声を揃えて笑っていました。

メンバーを募集しています。くわしくは平谷知佐衣さん ☎82・2158まで。

わが家のアイドル

ゆい 鎌内佑衣ちゃん

生まれてきてくれて、ありがとう。あなたの成長をそばで見られて、父と母は幸せです。いっぱい笑っていっぱい泣いて、たくましく大きくなあれ。

