広報
No.680

もりまち

内容
特定健診結果／遠州の小京都

今月の表紙
明日は舞の本番！

飯田の祇園祭り、山名神社天王祭が7月12日から3日間行われ、13、14日には国指定重要無形民俗文化財の舞楽8段が奉納されました。12日の午後には、お舞の練習が舞屋（まいや）で本番同様太鼓や笛の音に合わせて行われました。

平成25年 8月号
2013

特定健診は受診しましたか？

～健診結果はあなたの生活を見つめるよい機会です。自覚症状で判断せず、毎年健診を受けましょう。～

健診期間は平成26年1月31日まで

■問い合わせ先
役場保健福祉課保健係　☎85-6330

必ず結果を確認！

メタボリックシンドロームは、腹部の内臓に脂肪がつき、その上、血圧や血糖が高い、血中の脂質が多いなどの症状が2つ以上重なった状態をいいます。放っておくと、血管はかたく、もろくなり、破れたり、詰まったりして、心臓病や脳卒中を引き起こす原因になります。これは、脂肪細胞から悪玉物質が分泌され、血圧を上げたり、血糖値を上げたりするからです。さらに体によい働きをする善玉物質が減ったり、働きが鈍くなったりします。動脈硬化は、自覚症状がありません。健診を受けたら、必ず健診結果を確認しましょう。

健診結果が「前回の健診結果と比べてどうなのか？」「異常となっている項目は何なのか？」「生活習慣との関係はどうなのか？」など、あなたの身体の状態や生活習慣との関係を教えてくれています。

特定健診結果、ここをチェック！

		検査項目	基準値	検査の目的・考え方など	
血管への影響	身体計測	身長		身体の大きさ	
		体重			
		BMI	～24.9		
		腹囲	男 ～84.9cm 女 ～89.9cm	動脈硬化の危険因子	内臓脂肪がたまっているか調べる
	肝機能	GOT	～30U/l		脂肪肝や飲酒による肝臓の異常を調べる
		GPT	～30U/l		
		γ－GTP	～50U/l		
	血　圧	収縮期血圧	～129mmHg		血管の傷み具合はどうか
		拡張期血圧	～84mmHg		
	代謝系	尿酸	～6.9mg/dl		
	血中脂質	中性脂肪	～149mg/dl		動脈硬化の進み具合の指標
		HDLコレステロール	40～80mg/dl		
		LDLコレステロール	60～119mg/dl		
	インスリン抵抗性	血糖（空腹時）	～99mg/dl		細胞内に取り込まれず、血液中に余ったブドウ糖の量から糖の代謝異常を調べる
		HbA1c（NGSP値）	～5.5% ※		
		尿糖	（－）		
	腎機能	クレアチニン	男 ～1.0mg/dl 女 ～0.79mg/dl	e-GFR（糸球体ろ過量）を算出し、腎機能を評価	
		尿蛋白	（－）		
血管の易血栓化	血液	赤血球	男 400～539万/mm³ 女 360～489万/mm³	貧血や血栓になりやすさを調べる	
		血色素量	男 13.1～16.6g/dl 女 12.1～14.6g/dl		
		ヘマトクリット値	男 38.5～48.9% 女 35.5～43.9%		

❶

❷

※平成25年度の特定健診から従来のJDS値からNGSP値に変更になったことにより、基準値がおよそ0.4%高くなっています。

①の項目からわかること

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症状群）になっているかがわかります

内臓脂肪蓄積

ウエスト径周囲（へそ周り）→男性85.0cm以上／女性90.0cm以上（内臓脂肪面積が100cm²以上に相当）

＋

血清脂質異常

①中性脂肪150mg/dℓ以上
②HDLコレステロール40mg/dℓ未満
（どちらかひとつでも該当）

高血圧

③最高（収縮期）血圧130㎜Hg以上
④最低（拡張期）血圧85㎜Hg以上
（どちらかひとつでも該当）

高血糖

⑤空腹時血糖値の場合
110mg/dℓ以上

内臓脂肪から分泌される物質の影響

内臓脂肪の蓄積で、分泌される悪い物質が増えて、血管の炎症や血栓を作りやすい状態を引き起こします。そのため、動脈硬化を抑える良い物質が減少し動脈硬化が進みやすくなるのです。

自分はメタボリック?

内臓脂肪蓄積 ＋ ①～⑤の項目から

2項目以上当てはまると…**メタボリック該当者**
1項目当てはまると……**メタボリック予備群**

②の項目からわかること

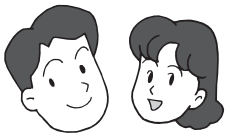
自覚症状がでてからでは遅い 腎不全を予防します

「クレアチニンの値」と年齢・性別から算出された腎機能をみる指標e－GFR（糸球体ろ過量）を確認します。

腎臓は、体内の余分な水分・老廃物を尿として体外へ出す働きをしています。腎臓の血管は毛細血管のかたまりで、血管が傷つくことによって腎臓の機能は落ちていきます。また、年齢と共に低下します。

e－GFRは1分間にどれくらい尿をつくる仕事ができるかの指標となり、e－GFR60とは60％の仕事量と推定されます。この数値（60％以上）は腎臓の機能維持のためにも重要な値となります。

自分の腎臓の仕事量e－GFRの値を確認してみてください。腎機能低下が慢性的に続く病気の「慢性腎臓病（CKD）」は、現在成人のおよそ8人に1人が発症するといわれる頻度の高い病気です。自覚症状がなくひそかに進んでしまう慢性腎臓病。e－GFRの低下がわかれば生活改善や治療によって重症化を予防することができます。



講演会のお知らせ

大切な腎臓を守る方法を知りたい人に…

慢性腎臓病予防講演会

◆日時　11月24日（日）
午後1時30分～3時
◆場所　森町文化会館小ホール
◆講師　磐田市立総合病院腎臓内科
部長　古谷　隆一　医師

追加集団健診のお知らせ

集団健診を受けられなかった人、まだ健診を受けていない人はこの機会をご利用ください。

◆検診日　10月28日（月）
◆受付時間　受診内容によって違います。（詳しくは役場保健福祉課保健係まで）
◆会場　森町中央体育館
◆内容　特定健診（国保・社保などの扶養の人）・基本健診・後期高齢者の健康診査・胃がん検診・大腸がん検診・C型肝炎ウィルス検査・前立腺がん検診・子宮がん検診・乳がん検診・腹部エコー・骨密度検診・胸部検診（胸部検診のみの受診はできません）
※希望する人は、10月10日（木）までに申し込みください。

森まちの掲示板

環境保全・住みよい町に

森町環境衛生自治推進協会（太田康雄会長）は6月26日、会員約60人が出席し、文化会館小ホールで今年度総会を開き事業計画などが承認されました。また、環境衛生功労団体として、泉陽中生徒会が表彰され、環境衛生指導者として前会長の亀澤進氏に感謝状が手渡されました。議事終了後には、県危機管理部の渡邉裕之主査による「災害時のトイレ問題を考える～そのとき、わたしたちは何をすべきか～」と題した講演会が開かれ、自分たちにとって身近な災害時のトイレについての話に、出席者らは熱心に耳を傾けていました。

総会の様子

表彰された泉陽中加藤校長たち

犯罪や非行のない明るい社会に

南磐田地区保護司会森支部（中山宣博支部長）は7月1日、社会を明るくする運動の一環で、泉陽、森、旭が丘の各中学校の登校時間にあわせ、森地区更生保護女性会と合同で啓発活動を行いました。メンバーらは「社会を明るくする運動月間です」と登校する生徒らに呼びかけ、蛍光マーカーペンなどが入った啓発グッズを手渡しました。63回目を迎えるこの全国的な運動は、犯罪や非行をする人をなくし、あやまちからの立ち直りを支えていける地域をつくることを目的としています。

生徒たちに啓発用グッズを配るメンバーたち

森町荒茶品評会　優等に鈴木邦明さん（向天方上）

第35回森町荒茶品評会が7月19日、遠州中央農協森町茶業センターで開かれました。森の茶の品質向上や生産者の技術向上を図る目的で毎年開催している同品評会には、町内の生産者からハサミの部13点が出品され、審査員による香気・水色・滋味・外観の4項目について審査が行われました。審査員長の中遠農林事務所茶業農産課小林利彰茶業班長から「今年は凍霜害の影響で出品数は減ったものの、良質で優劣つけがたく、滋味もそろい良いものが多かった」と評価を得ました。

審査結果【ハサミの部（一番茶）】

優等　鈴木邦明

一等　遠州森茶農協

二等　結(ゆ)いまーる（株）

三等一席　花島園

三等二席　三倉茶農協

出品された茶を品評する審査員

交通事故根絶を目指す

森町交通安全対策委員会は、夏の交通安全県民運動が始まった7月11日の朝、町内5箇所で袋井警察署や交通安全協会、安全運転管理協会などの同委員会関係者ら約150人が参加し、「交通事故根絶（コーン絶）」にかけて町特産のトウモロコシ200本を運転手らに配り安全運転を呼びかけました。また、7月17日に三倉地区の主要地方道袋井春野線で乗用車とオートバイが絡む死亡事故が起きたのを受け、7月21日大石順二署長指揮のもと袋井警察署や交通安全協会、安全運転管理協会員ら約30人が街頭広報活動を行いました。

安全運転を呼びかける関係者たち

三倉地区での広報活動

遠州の小京都

森町の賦が詠まれた日は、大正12年7月3日
裏付け資料が次々発見されました

問い合わせ先　森町教育委員会社会教育課☎85-1112

▲7月末に森川橋近くに移設された杭迫柏樹氏書「森町の賦」

三方を山に囲まれ南部一帯に平野が広がっていて、帯のように太田川が流れ、左右ににぎやかな町並みがある
三味線や太鼓のお囃子、にぎやかな唄が川の流れを隔てて絶え間なく聞こえてくる
その様はどこにでもある風情ではないまさに遠州の小京都である

森町を「小京都」と称えたのは、早稲田大学教授で近代を代表する地理学者志賀重昂で、「森町の賦」（七言絶句・森町を称えその土地の神々が喜ぶ詩）が最初でありました。その原文は、扇面に墨書され森小学校に掲げられていたと言われています。この詩は、昭和7年2月に森尋常小学校の編集した「郷土誌」に紹介され、明治40年ごろに志賀が来町した折、詩を賦したとあります。ところが、元森町長であった村松久吉氏は、「中遠の伝承古事」のなかで、「大正の始めに周智郡教育会主催の夏期講習会講師として招聘された志賀重昂先生は、森川橋の際の大黒屋に泊まっておられた。夕涼みに森川橋の上で、四周を眺め作られたのが森町之賦である」と記しているため、今まで詠まれた年は謎でした。

教育委員会では、昨年秋に森町が全国京都会議に加盟したこともあり、「森町の賦」がいつ詠まれたのかを調査しました。これに応えてある町民から、山口写真館（新町）発行の写真集「大正12年　森の色　第二号」の中に志賀講演会の写真を発見したと報告があり、確認すると解説には「志賀重昂先生ノ大氣焔　演題（世界ニ於ケル日本）大正12年7月3日」と書かれていました。また、新史料の藤江金兵衛日記や山本幸七日記にも同年月日に志賀講演会が開催されたと記されていましたので、講演会の日は大正12年7月3日と確定しました。両日記には、日付以外にも講演会について、県庁をはじめ、掛川中・見付中・中泉農学校の校長までもが拝聴し、会場は、森小学校の雨天体操場（福川泉吾氏寄贈）で、正午から開催され、夕方5時に散会したとあり、天候は雨でその夜は宴会が催されたとあります。志賀重昂に関する他の資料と併せて推測すると、志賀は、第3回目の世界視察（中東・東欧諸国）を終え横浜から郷里岡崎市への帰途であったと思われ、世界視察の興奮が冷めやらないまま熱弁をふるったものと思われます。

▲写真集森の色に掲載の講演会の様子

▲大正元年撮影の森川橋付近

大正元年の森川橋と大黒屋付近の写真を見れば、山紫水明な風情があり、京都鴨川を思わせる景色があって、「森町の賦」の意味が身近に伝わるような気がしてきます。

教育委員会では、7月6日に「遠州の小京都文化財めぐり」を開催しました。参加者40人バス1台で、袋井・磐田を巡回した後、森町の主要地を一周し、森川橋から志賀の見た小京都たるゆえんを探訪しました。

▲太田川や町並みを見る参加者

～みんなで住みよいまちづくり～

各町内会や事業所などが環境美化活動を実施

町内会

6月の環境月間を中心に、各町内会が環境美化活動を実施しました。延べ約4,500人（7月31日時点の報告数）が参加し、草刈り・側溝清掃（延長約22km）・空き缶などのゴミ拾い（約230袋分）に汗を流しました。

小中学生も含めた幅広い世代が住みよいまちづくりのために環境美化活動に取り組み、各地区の河川・公園・側溝などが大変きれいになりました。

大勢の子供たちも参加した南戸綿町内会の清掃活動

事業所

●豊田合成㈱
工場周辺および寮周辺の「ゴミゼロ運動」（5月25日ほか）

●極東興和㈱
北戸綿第二公園および周辺歩道の草刈り（7月20日）

このほかにも、年間を通して、学校をはじめ多くの団体が環境美化活動に取り組んでいます。今後も森町がより美しく住みよいまちになるようご協力をお願いします。

みんなが気持ちよくすごせるよう、ゴミは正しく出しましょう！

燃やせるゴミ

生ゴミなどの水分はよく切って！

夏場は水分の多い野菜や果物などの生ゴミが多く出ますが、集積所へ出すときは水分をよく切ってから出しましょう。水分が多いと、収集時に袋が破れて汚水が道路に飛散し、不衛生な状態になります。また、焼却場でもごみを燃やす効率が悪くなり、燃料費が余分にかかってしまいます。

町指定の袋に町内会名・氏名を記入して出しましょう！

最近、燃やせるゴミが、町の指定ゴミ袋以外の袋に入れて出されたり、町のゴミ袋でも町内会名や氏名が記入されていないため収集できないケースが増えています。収集できないとゴミがカラスや猫によって荒らされて散乱し、周辺の迷惑になりますので、必ず記入して出しましょう。

燃やせないゴミ

金属類に、カッターの刃や針を出す場合は缶などに入れて出しましょう！

金属類の中に、カッターの刃や針などがむきだしで入っていると、地区の人や収集業者が負傷する恐れがあるので、缶などに入れて安全にして出してください。なお、**医療用の注射針などは、病院で処理してもらってください。**

その他のプラスチック類（容器包装）は、洗ってから出しましょう！

弁当などの容器を、洗わずに汚れや残飯が付いたまま収集ネットに入れると、汚れがほかのきれいなものについてしまい、全体がリサイクルできなくなってしまいます。

軽く水洗いし、汚れがほかについたり臭気が発生しないようにして出してください。

■問い合わせ先
役場住民生活課生活保全係
☎85-6314

9月1日は防災の日です

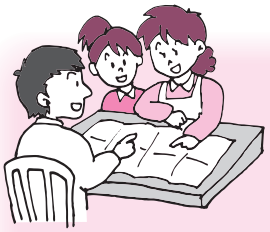
災害は、いつどのような形で襲ってくるか分かりません。いざという時のために、災害に対する心構えや備えを十分しておくことが大切です。9月1日は「防災の日」と位置づけ、毎年、様々な防災への取り組みを行っています。今年も町内では、東海地震を想定した防災訓練が町、防災関係機関、各地区の自主防災組織などで行われます。地域での防災訓練には積極的に参加し、災害に備えましょう。また、各家庭に配布された「防災カード」を活用して、家庭内でも避難場所や緊急連絡先などの相談をして災害に備えましょう。

■問い合わせ先　役場総務課防災係　☎85-6302

「防災カード」を使って家族みんなで相談してみよう！

近所や周囲に声をかけて！

我が家の安全を確認できたら、近所にも声をかけて安否の確認をとりましょう。周辺に身体の不自由な人、病気の人などがいた場合は協力し合って避難しましょう。



避難場所は日ごろからチェックを！

避難場所を日ごろからチェックしておきましょう。また、役場から避難の指示や避難勧告などがあった場合には落ち着いて行動しましょう。（一時避難場所とは家の近くの公民館などの広場、広域避難場所とは学校や総合センターなどの広場です）

家族との連絡手段をあらかじめ相談して！

地震発生後に多くの人が電話をかけると、電話がつながりにくくなります。家族の安否が心配な場合は、公衆電話、NTTの災害伝言ダイヤル171、携帯電話の災害伝言板で家族と連絡をとりましょう。安全が確認できたら、不必要な電話や携帯電話の使用は控えましょう。

自ら状況判断して避難行動することも大切！

役場からの指示・勧告などがなくても、土砂災害や火災など身の周辺に危険が迫っていると判断した場合は、ためらわず避難してください。

うわさやデマに惑わされないで！

災害が発生するとうその情報やデマが流れるケースがあります。うわさに惑わされないでテレビ、ラジオ、役場などからの情報に注意し、正しい状況の把握に努めてください。

災害時合同救助訓練

救助訓練の様子

7月1日、解体が予定されている旧森分庁舎で、県警機動隊の広域緊急援助隊と袋井署、天竜署の方面機動隊、袋井消防本部特別救助隊の計約60人が参加して合同救助訓練が実施されました。

大規模災害発生時における連携の確認と、迅速かつ安全に救助活動を実施するための知識と技術の向上を目的に行われ、鉄の扉を切断したり、閉じ込められた人を救助する想定で、3階床に削岩機とエンジンカッターで穴を開ける訓練などを行いました。

消防ヘリコプター給水訓練

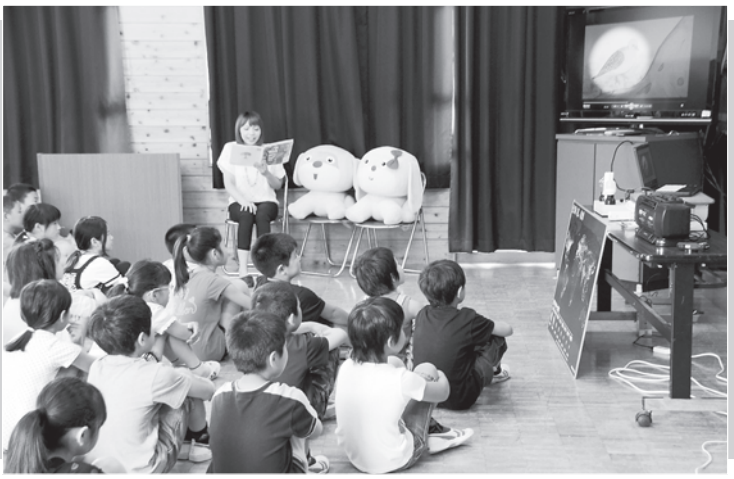
給水訓練の様子

7月21日、袋井消防署森分署と森町消防団は、太田川親水公園で県消防防災航空隊と合同で消防ヘリコプターへの給水訓練を計90人の参加で実施しました。

これは、山火事などで上空からの放水が必要となった場合に備えた訓練で、消防団員らはヘリコプターの着陸場所の安全確保と住民が立ち入らないよう安全を確保し、騒音や風圧で声が届かない離着陸時に行う誘導サインを体験しました。

また、エンジン機動中のヘリコプターへ太田川から可搬ポンプで水300リットルを給水し、放水する訓練を5回繰り返し実施し、非常時の連携を確認しました。

もりもりトピックス



▲アナウンサーの朗読に聞き入る児童たち

アナウンサーが絵本を朗読

森小学校で7月1日、静岡第一テレビによる出張朗読会が開催され、5年生65人の前でアナウンサーが絵本「おおきなけやき」の読み聞かせを行いました。児童らはプロのアナウンサーが朗読する1本の老木と森の生き物たちの心温まる物語に、じっと聞き入っていました。また、朗読会の後には手回し発電機を使った実験やクイズも行われ、児童らは環境やエネルギーの問題について学びました。

自転車免許を取得したよ

飯田小学校で7月2日、4年生38人を対象に自転車免許安全講習会が開かれました。児童らは交通安全指導員から自転車の基本的な交通ルールを教わったあと、学科テストを受験。続いて運動場に設営されたコースで、一時停止の標識や障害物がある場合の安全確認の仕方など、正しい走行方法の指導を受けました。テストを無事修了した児童らには、交通ルールが書かれた自転車免許証が交付されました。

▲自転車の正しい乗り方を教わる児童

▲意見交換をする稲川医師（左端）ら

楽しい老後にするために

森町文化会館小ホールで7月7日、「これで安心！ 私の老後」と題して講演会とパネルディスカッションが行われ、約150人が参加しました。NTT東日本関東病院リハビリテーション科部長の稲川利光医師が講演を行い、生活の範囲を広げることが心身の機能維持につながることなどを話しました。またパネルディスカッションでは、森町病院の中村院長ら3人のパネリストが地域の医療や福祉について議論を深めました。

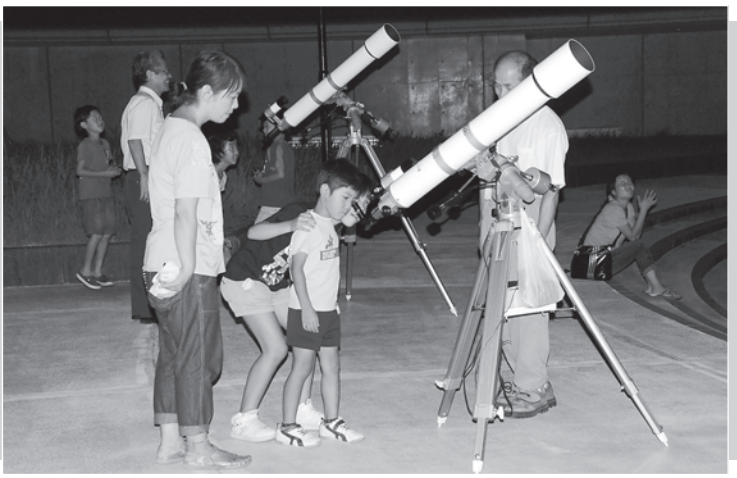
▲税金のクイズに挑戦する児童たち

知ってる？税金のこと

天方小学校で7月10日、租税教室が開催され、6年生13人が役場税務課職員から税金についての授業を受けました。児童らは、公園やタクシーなどの身近な施設や設備のうち税金が使われているものはどれかを当てる○×クイズや、小学生1人当たりに教育費として使われる税金の額を当てる問題に挑戦。また、税金の種類や使い方、森町の税金の内訳などについて説明を受け、税金について興味をもった様子でした。

天体望遠鏡で星空観察

7月18日から20日までの3日間、文化会館小ホール前で親子星空教室が開催され、夏の星空を天体望遠鏡で見ようと3日間で約80人の親子連れが訪れました。アマチュア天文家の池谷薫さん（三倉・大久保）が講師を務め、天体望遠鏡の使い方や、星について解説。19日と20日はあいにくのくもり空となりましたが、雲の切れ間から月が顔を出すたびに参加者らは天体望遠鏡をのぞき込み、クレーターが見えると大きな歓声を上げました。



▲天体望遠鏡をのぞき込む子どもたち

▲意見を出し合う児童たち

避難所運営をゲームで体験

宮園小学校で7月19日、西部危機管理局職員らを指導員に招き、6年生50人が避難所運営ゲーム（HUG）体験を行いました。今回は、従来の大人用のHUGを、小学生でも取り組みやすいように試験的に改良して実施。児童らは5、6人ずつのグループに分かれ、それぞれ事情のある避難者をどの場所に配置するかや、避難所で起こる様々な出来事にどう対処するかについて活発に意見を出し合い、適切な答えを素早く出さなければならない作業に真剣に取り組みました。

ひとり親家庭（母子・父子家庭）を対象とした児童扶養手当の申請はお済みですか

対象

次のいずれかに当てはまる18歳まで（お子さんに障害がある場合は20歳まで）の子どものいるひとり親家庭で、所得が一定以下の人

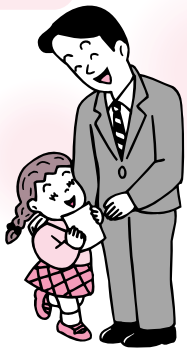
❶父母が婚姻を解消した子ども
❷父親または母親が死亡した子ども
❸父親または母親が重度の障害を持つ子ども
❹父親または母親の生死が明らかでない子ども
❺婚姻によらないで生まれた子ども
❻父親または母親が裁判所からのDV保護命令を受けた子ども
❼そのほか、特別な事情がある子ども

支給額（月額）

▽第1子…9，780円～41，430円
（物価水準や所得額に応じて増減されることがあります）
▽第2子…5，000円
▽第3子以降…3，000円

手続きに必要なもの

❶住民票
❷認め印
❸振込先口座の分かるもの（ゆうちょ銀行は振込情報の記載された通帳）
❹申請者と対象となる子どもの戸籍謄本
❺年金手帳
❻平成25年度所得課税証明（平成25年1月2日以降に転入された人）
【外国人の方は❶～❻に加えて❼～❾が必要です】
❼未婚・離婚証明書とその日本語訳
❽パスポート
❾在留カード



問い合わせ先
役場保健福祉課厚生係 ☎85-1800

風しんワクチン接種費用一部助成について

県で実施する風しんワクチン接種緊急対策事業により、7月16日から接種費用の一部助成が受けられるようになりました。本ワクチンは、法律上の義務はありませんが、ワクチンの効果や副反応などよく理解したうえで接種を受けましょう。

現在、首都圏や関西では成人男性を中心に風しんが流行し、県内においても近年で患者数が最も多い状況です。妊娠初期に風しんウイルスに感染し、胎児に感染すると高い確率で発生する先天性風しん症候群（難聴、先天性心疾患、白内障および網膜症など）が心配されています。

●対象者：森町にお住まいで風しんワクチンを1回も接種したことがない人（不明を含む）のうち、次のいずれかに該当する人 ①妊娠している女性の同居家族 ②妊娠を予定または希望する女性（※①の人は予診票の妊婦名および出産予定日記入欄で確認します）

●助成期間：平成25年7月16日から平成26年3月31日まで

●対象ワクチン：風しんワクチン、麻しん風しん混合ワクチンのどちらか

●接種費用：各医療機関で決められた接種料金から助成額を差し引いた金額を医療機関にお支払いください。助成額は、風しんワクチン4，000円、麻しん風しん混合ワクチン5，000円です。

●助成回数：1人につき1回

●医療機関：町内、袋井市内、旧豊岡村内の協力医療機関

●女性の方へ：妊娠の可能性がある人は接種を受けられません。接種する1か月前から避妊し、接種後2か月間は妊娠しないよう注意しましょう。

※接種歴が分からない人は左表を参考にしてください。

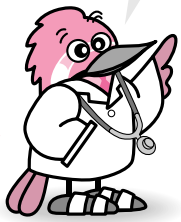
誕生年月日	性別	定期接種の状況	感染危険度
～S37.4.1	男性・女性	定期接種なし	大
S37.4.2～S54.4.1	男性	定期接種なし	大
	女性	中学時に集団接種	中
S54.4.2～S62.10.1	男性・女性	中学時に1回接種	中
S62.10.2～H2.4.1	男性・女性	1歳～7歳6か月までに1回接種	中
H2.4.2～	男性・女性	2回接種	小

問い合わせ先
役場保健福祉課保健係 ☎85-1633

病院だより

informed consent

身体に関する豆知識や森町病院の情報をお届けします。



公立森町病院 ☎85-2181

七夕コンサートに集う

7月13日、病棟デイルームにおいて、フルート奏者の榊原彩さんとピアニストの栗田竜次さんをお迎えし、七夕コンサートを開催しました。童謡などの馴染み深い曲を中心に約1時間演奏していただきました。榊原さんと栗田さんが織りなすハーモニーに合わせて患者さん、病院ボランティアさん、職員が合唱する場面も見られ、演奏後には会場が大きな拍手で包まれました。

▲演奏をする榊原さん（右）と栗田さん

在宅ケア学術講演会を開催

森地域在宅ケア研究会（世話人代表・院長　中村昌樹）は7月20日、森町文化会館小ホールで在宅ケア学術講演会を開きました。

講師には、日本在宅ホスピス協会会長を務める小笠原内科（岐阜市）院長の小笠原文雄（ぶんゆう）先生を招き、「在宅緩和ケアと地域連携の実際」と題しての講演が行われました。

小笠原先生は、医療・介護・福祉に携わる職員、看護師、ヘルパーなど参加した180人の前で「最後まで自分らしく生きる」ことの大切さを事例を交えて力説。また「人生の最期は自宅で迎えたい」という本人の希望をかなえて在宅ケアを実践するためには、地域連携が重要であるという持論を展開し、参加した皆さんの関心を集めました。

▲在宅ケアの実践例を話す小笠原先生

転ばぬ先の知恵袋

認知症を知ろう！ パート4

認知症サポーターになろう！

認知症の人は年々増加し、全国で300万人とも言われています。そのうち約半数は自宅で暮らしています。認知症の人や家族の暮らしを支えるには、介護保険サービスをはじめとする公的なサービスの利用はもちろん、地域での声かけや見守りといった日常的な手助けも必要です。

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り支援する応援者になりませんか？

認知症サポーターに期待されること

❶認知症に対して正しく理解し、偏見をもたない。
❷認知症の人や家族に対して温かい目で見守る。
❸近隣の認知症の人や家族に対して、自分なりにできる簡単なことから実践する。
❹地域でできることを探し、相互扶助・協力・連携をしてネットワークをつくる。
❺まちづくりを担う地域のリーダーとして活躍する。

認知症サポーターになるには

●認知症に対する正しい知識と、具体的な対応方法などの養成講座を受けていただきます。各種団体や町内会などに出向き講座を行いますので、お気軽にご相談ください。
●受講された人には「認知症の人を支援します」という意志を示す目印のオレンジリングが渡されます。

認知症はだれでもなる可能性があります。他人事ではなく自分たちの問題だと考え、何ができるか考えてみましょう。

問い合わせ先
森町地域包括支援センター
☎85-6341
E-mail:houkatsu@town.morimachi.shizuoka.jp

スポーツ情報
Sports Information

第22回 森町子ども会育成連合会球技大会

7月7日(日)／森町中央体育館

優　勝　ドキンちゃん（森地区）
準優勝　谷中子ども会（園田地区）
３　位　一宮A（一宮地区）

白熱するドッジボール大会の様子

森JVCの選手たち

第33回 全日本バレーボール小学生大会 女子の部 県大会ベスト8！

6月23日(日)・29日(土)／島田ローズアリーナ

森JVCは、県大会へ出場し、2回戦を勝ち抜き29日の準々決勝で強豪クローバーズ(県大会優勝チーム)と対戦。フルセットの接戦の末、惜しくも敗れましたが、県大会ベスト8という素晴らしい成績を収めました。

元気もりもりスポーツ教室開催

7月21日(日)／森小学校体育館

吹き矢に挑戦する参加者

森町スポーツ推進委員会は、「元気もりもりスポーツ教室」を開き、ペタボードや吹き矢など幼稚園児からお年寄りまで一緒になって、簡単にできるスポーツを楽しみました。

第35回 太田川鮎友釣り大会

7月21日(日)／森町の太田川上流(吉川)

太田川漁業協同組合主催の鮎友釣り大会が行われ、町内外から鮎釣りの精鋭22人が参加し、釣果(ちょうか)を競い合いました。

鮎釣り大会の様子

優勝　神麻正已(円田)　重量528g　12匹
２位　岩本恵司(袋井市)　重量489g　11匹
３位　天野一郎(明治町)　重量472g　10匹

森町文化会館 ミキホール 公演ガイド
MIKI HALL

宝くじ文化公演 ロシア国立モスクワ・クラシック・バレエ ～白鳥の湖～ 全3幕4場

11/29(金)　開場 17:30　開演 18:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　一　般 3,000円　高校生以下 1,500円
※宝くじの助成により、特別料金になっています。
チケット発売日：9月1日(日)～　電話予約：9月3日(火)～

ゴダイゴコンサート2013

12/15(日)　開場 14:30　開演 15:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　友の会 5,000円　一　般 5,500円
チケット発売日：友の会：9月14日(土)　一　般：9月15日(日)　電話予約：9月16日(月・祝)

加藤登紀子 コンサート ～詩と歌の世界～

8/24(土)　開場 15:30　開演 16:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　友の会 4,500円　一　般 5,000円
(当日は500円増し)
チケット好評発売中!

梅沢富美男 特別公演

9/8(日)　開場／開演
昼の部 12:30/13:00
夜の部 16:30/17:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　友の会 5,000円　一　般 5,500円
昼の部　チケット完売御礼!!
夜の部　チケット好評発売中!

岡本知高 ソプラニスタ・コンサート ~Concerto del Sopranista2013~

9/22(日)　開場 13:30　開演 14:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　友の会 3,000円　一　般 3,500円
チケット好評発売中!

八神純子 コンサートツアー2013 ～Here I am～

10/5(土)　開場 17:30　開演 18:00
ところ：森町文化会館 大ホール
入場料：全席指定　友の会 5,000円　一　般 5,500円
チケット好評発売中!

チケット購入のご注意
※前売販売で完売の場合は、当日販売はありません。
※未就学児の入場はご遠慮ください。

※各公演の内容などは、都合により変更する場合がありますのでご了承ください。
問 森町文化会館 ☎85−1111(取扱時間9:00～17:00、月曜休館)
※月曜日が祝日の場合は火曜日が休館日

9月 くらしのカレンダー

子ども　相談　文化会館　観光
健康　犬・猫　etc その他

日	月	火	水	木	金	土
1 作ってみよう (14:30～15:00) 所 問 児童館 ☎85-2839	**2** 心配ごと相談 (9:00～12:00) 所 保健福祉センター 問 社会福祉協議会 ☎85-5769	**3** 保健のしおり交付 (9:30～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330 森のくまさん広場※	**4** すくすくクラブ (10:00～11:00) 所 保健福祉センター 問 子育て支援センター ☎84-4255 移動児童館 (15:00～16:30) 所 飯田小学校体育館 問 児童館 ☎85-2839	**5**	**6** 1歳児相談 (9:00～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330	**7** おはなしぶらんこ※
8 結婚相談 (9:00～11:30) 所 保健福祉センター 問 社会福祉協議会 ☎85-5769 縁日 (10:00～12:00、13:00～15:00) 所 問 児童館 ☎85-2839	**9** ボディートークを楽しむ会 (13:30～15:30) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330	**10** 森のくまさん広場※	**11** 3歳児健診 (13:15～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330 移動児童館 (14:30～16:00) 所 天方小学校体育館 問 児童館 ☎85-2839	**12** 人権相談 行政相談 (13:00～15:00) 所 町民生活センター 問 役場住民生活課 ☎85-6312 胸部検診 問 役場保健福祉課 ☎85-6330 ※検診会場、時間についてはお問い合わせください。	**13** 2歳6か月児相談 (9:00～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330	**14** おはなしぶらんこ※ 絵手紙教室 (14:30～15:30) 所 問 児童館 ☎85-2839
15 クッキングクラブ (10:00～13:00) 所 保健福祉センター 問 児童館 ☎85-2839	**16** 敬老の日	**17** 心配ごと相談 (9:00～12:00) 所 保健福祉センター 問 社会福祉協議会 ☎85-5769 赤ちゃん健康相談 (9:30～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330 森のくまさん広場※	**18** 年金相談（要予約） (9:30～12:00) 所 町民生活センター 問 掛川年金事務所 ☎0537-21-5521 BCG接種 (13:30～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330	**19** 移動児童館 (14:30～16:00) 所 三倉小学校体育館 問 児童館 ☎85-2839	**20** 移動子育て支援センター (10:00～11:00) 所 天方生活改善センター 問 子育て支援センター ☎84-4255	**21** おはなしぶらんこ※ おりがみ教室 (14:30～15:30) 所 問 児童館 ☎85-2839
22	**23** 秋分の日	**24** 気軽に健康チェックの日 (10:00～) 所 保健福祉センター 問 役場保健福祉課 ☎85-6330 森のくまさん広場※	**25** のびのびクラブ (10:00～11:00) 所 保健福祉センター 問 子育て支援センター ☎84-4255 移動児童館 (15:00～16:30) 所 宮園小学校体育館 問 児童館 ☎85-2839	**26** 飼い主のいない犬・猫引取り日 (10:00～10:30) 所 役場別館前 問 役場住民生活課 ☎85-6314	**27**	**28** おはなしぶらんこ※ お楽しみゲーム大会 (14:30～15:00) 所 問 児童館 ☎85-2839
29	**30**					

9月の納税など

- 国民健康保険税…第3期分
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）……第2期分

アクティ森イベント情報

アクティ森で自然とふれあう夏

●9月23日(月)までの土・日・祝日
鮎のつかみ取り

※定期開催
毎週土曜日　おはなしぶらんこ(10:30～11:00) 所 問 児童館　☎85-2839
毎週火曜日　森のくまさん広場(11:00～11:30) 所 問 子育て支援センター　☎84-4255

訪問看護師就業セミナー

訪問看護のやりがい・楽しさ・おもしろさを知っていただくために、訪問看護師就業セミナーを開催します。訪問看護の実際についてわかりやすく説明します。

と　き　9月18日㈬　9:30～12:30、見学実習（希望日で3時間程度）、9月25日㈬　9:30～12:30
ところ　掛川市東部地域健康医療支援センター（掛川市薗ヶ谷881-1）
対象者　看護職有資格者
その他　参加費無料、無料託児あり（要事前予約）
申込締切　9月9日㈪
申込方法　電話またはファックスでお申込みください
申・問　静岡県訪問看護ステーション協議会
✆054-275-3339、FAX054-275-3338

福祉の職場体験参加者募集

体験期間　平成26年2月までの間の3～10日間
体験場所　指定の受入施設・事業所で、参加者が希望するところ（高齢者関係・障がい者関係・児童関係の事業所、救護施設）
対象者　社会福祉やその仕事に関心のある人、学生（高校生以上）
内　容　利用者との交流、利用者の介護・介助、作業補助
参加費　無料（ただし体験先までの交通費と食事代は自己負担）
申込方法　所定の申込書に必要事項を記入し、郵送またはファックスでお申込みください
問　静岡県社会福祉人材センター
✆054-271-2110、FAX054-272-8831

催し

地域医療シンポジウムinきくがわ「みんなで育む地域医療」

県は9月を「地域医療を考える月間」と制定し、医療従事者と県民が協働して地域医療を支えていく社会を作るための事業を展開します。この月間の一環としてシンポジウムが開催されます。

と　き　9月28日㈯　14:00～16:00（開場13:30）
ところ　菊川文化会館アエル小ホール（菊川市本所2488-2）
内　容　基調講演「築こう住民・行政・医療者の輪」（講演者：菊川市立総合病院村田英之院長）、パネルディスカッション「地域医療を育むための住民活動」
申込方法　森町病院受付にある申込用紙に記入のうえ、申込み
その他　参加費無料、定員300人
主　催　森町病院友の会、NPO法人ブライツ、f.a.n.地域医療を育む会、御前崎市地域医療を育む会、静岡県西部保健所、国立大学法人浜松医科大学
問・申　公立森町病院　☎85-2181、FAX85-2510

動物愛護フェスティバル

動物たちと楽しくふれあうことで、動物を愛護する気持ちを養います。講演会も併せて実施します。入場料・参加費は無料です。

と　き　9月22日㈰　10:00～15:00
ところ　アミューズ豊田（磐田市上新屋304）
内　容　ポニーの乗馬体験、海辺の生き物とのふれあいコーナー、小動物とのふれあいコーナー、昆虫の展示、犬の譲渡会、優秀絵画や作文の展示、動物愛護関係表彰式など
○講演会
テーマ　「愛犬と同行避難をするために、今からできる準備」
時　間　13:00～14:00
ところ　豊田図書館2階AVホール（アミューズ豊田となり）
内　容　災害時に大切なペットと一緒に避難した場合に、とても役立つしつけ方を楽しく学びます。
講　師　JAHA認定家庭犬しつけインストラクター利岡裕子さん
問　（一社）静岡県動物保護協会磐田支部事務局（磐田市役所環境課）
✆37-2702、FAX37-5565

就職面接会「第2回就職応援フェア」開催

と　き　9月11日㈬　13:00～16:00
ところ　アクトシティ浜松　展示イベントホール（浜松市中区中央3-12-1）
対象者　学生・生徒を除く一般求職者
内　容　企業の人事担当者との面談・面接、ハローワークやジョブステーションなどの就職相談コーナー
参加企業　県内に就業場所があり、正社員としての採用計画のある企業
持ち物　履歴書（複数の企業を受ける場合は複数枚）
その他　入場無料
問　静岡県経済産業部就業支援局雇用推進課　✆054-221-2573

障害者就職面接会開催

と　き　9月18日㈬　13:00～16:00（受付12:30～）
ところ　小笠山総合運動公園エコパスタジアム1階大会運営室（袋井市愛野2300-1）
内　容　就職希望の障害者と企業との個別相談・面接、ハローワークその他支援機関の相談コーナー
参加企業　磐田・掛川地区の約25社を予定
その他　事前申込み不要、参加無料。複数社の面接に備え、履歴書は複数枚用意しましょう。
問　ハローワーク磐田　✆32-6181、FAX37-7447

野菜茶業研究所金谷茶業研究拠点一般公開

と　き　9月10日㈫　9:30～15:00
ところ　野菜茶業研究所金谷茶業研究拠点（島田市金谷猪土居2769）
内　容　緑茶の試飲、トマトの試食、手作り紅茶体験、乗用型肥料散布機の実演、セミナー、展示、病害虫の顕微鏡観察と技術相談、煎茶の成分分析など
その他　参加無料、事前申込み不要、どなたでもお越しいただけます
問　野菜茶業研究所金谷茶業研究拠点茶業チーム　✆0547-45-4105、FAX0547-46-3066、ホームページ http://www.naro.affrc.go.jp/vegetea/introduction/kanaya/index.html

情報ステーション

相談

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

～ひとりで悩まず、電話してください～

内　容　いじめやいやがらせ、虐待などに困っていたら、お電話ください。
期　間　9月9日㈪～15日㈰の7日間
時　間　8:30～19:00、ただし土・日曜日は10:00～17:00
相談電話　✆0570-003-110
主　催　静岡地方法務局、静岡県人権擁護委員連合会

9月11日は「警察相談の日」県警ふれあい相談室

犯罪などによる被害の未然防止に関する相談・その他県民の安全と平穏についての相談に応じています。

プライバシーは厳守しますので、お気軽にご相談ください。

110番は事件・事故などへの緊急通報ですから、相談については下記の警察相談専用電話を利用してください。

○警察相談専用電話（24時間受付）
プッシュ回線　#9110（携帯電話、PHS、IP電話からも利用できますが、ダイヤル式電話および一部のIP電話については利用できないことがあります）
ダイヤル回線　✆054-254-9110
※「県警ふれあい相談室」のほかにも、各種相談窓口が設置されています。詳しくは県警ホームページ（http://www.police.pref.shizuoka.jp/）をご覧ください。
問　袋井警察署　✆41-0110

地域若者サポートステーションはままつ

働きたいけれど、一歩を踏み出せない若者の就業的自立を支援します。

支援内容
①キャリアコンサルティング…キャリアコンサルタント（働くことについての相談支援の専門家）が、一人ひとりの状態に合わせて相談します
②支援プログラム…ソーシャルスキルトレーニング、職場見学などで就職に向けて具体的な準備を行います
ところ　地域若者サポートステーションはままつ（浜松市立勤労青少年ホーム内）（浜松市中区船越町11-11）
対象者　就労を目指している15歳～39歳の若者とその家族
申込方法　電話でご予約ください
問・申　地域若者サポートステーションはままつ
✆・FAX053-581-8707

募集

第26回森町産業祭「もりもり2万人まつり&農業祭」出店者募集

と　き　11月17日㈰　9:10～16:00
ところ　文化会館お祭り広場および駐車場
申込方法　申込書などに必要事項を記入のうえ、提出してください（ファックス可）
申込期間　9月2日㈪～30日㈪
出店料
町内出店者：
テント1張りにつき7,000円
町外出店者：
テント1張りにつき14,000円
電気利用料　コンセント1個につき3,000円
※詳しくは森町ホームページをご覧いただくか、事務局までお問合せください
問　産業祭実行委員会（事務局：役場産業課商工観光係）
✆85-6319、FAX85-5259

文部科学省・中卒認定試験

「中学校卒業程度の学力があること」を国が認定する試験で、合格者は高校入学資格が得られます。

試験日　10月28日㈰
ところ　静岡県教育会館（静岡市葵区駿府町1-12）
出願期間　8月28日㈬～9月13日㈮
問　静岡県教育委員会特別支援教育室
✆054-221-2090、FAX054-221-3558
（〒420-8601静岡市葵区追手町9-6）

自衛官等募集案内

○航空学生
資　格　高校卒業（見込み含む）21歳未満の人
受付期間　9月6日㈮まで（必着）
○一般曹候補生
資　格　18歳以上27歳未満の人
受付期間　9月6日㈮まで（必着）
○自衛官候補生
資　格　18歳以上27歳未満の人
受付期間　男子：通年、女子：9月6日㈮まで（必着）
○防衛大学学生（一般・前期）
資　格　高校卒業（見込み含む）21歳未満の人
受付期間　9月5日㈬～30日㈪（必着）
○防衛医科大学看護学科（自衛官コース）
資　格　高校卒業（見込み含む）21歳未満の人
受付期間　9月5日㈬～30日㈪（必着）
問　自衛隊袋井地域事務所　✆43-3717、ホームページhttp://www.mod.go.jp/pco/sizuoka/

看護師等再就業準備講習会のお知らせ

ナースセンターは皆さんの再就業のお手伝いをします。

と　き　9月4日㈬、5日㈭、6日㈮の3日間　9:00～16:00
ところ　JA静岡厚生連遠州病院（浜松市中区中央1-1-1）
対象者　看護の仕事をしていない看護職免許保有者
内　容　講義と実技で、看護の魅力、最近の看護の動向や看護の基礎技術を学びます
料　金　受講料無料、託児費一部補助
申込期限　8月23日㈮※定員20人を超えた場合は受付順
申込方法　所定の用紙にて受け付けます。下記まで電話・ファックス・e-メールにてご連絡ください
問・申　静岡県ナースセンター西部支所
✆・FAX053-454-4335
e-メールhamamatu@nurse-center.net

食推協おすすめメニュー♪

森のレシピ

森町健康づくり食生活推進協議会では「私たちの健康は私たちの手で」をキャッチフレーズに、食生活の改善と健康づくりにつながる料理づくりに取り組んでいます。

鮭の南蛮漬け
（1人分:208キロカロリー、塩分1.0g）

材料（4人分）

- 生鮭…… 4切れ
- 塩…… 少々
- 小麦粉…… 適量
- サラダ油 …… 大さじ1
- 玉ねぎ ……1／3個
- 赤パプリカ ……1／3個
- 黄パプリカ ……1／3個
- きゅうり ……1／2本
- 調味液
  - だし汁 …… 120cc
  - リンゴ酢または穀物酢 ……大さじ4
  - しょうゆ ……大さじ1
  - 砂糖……大さじ4
- 塩…… 小さじ1／3

作り方

①鮭は食べやすい大きさに切り、塩・小麦粉をまぶす。（皮・骨はなるべく取る）
②玉ねぎはみじん切りにして水にさらし、水気を切る。パプリカ・きゅうりは5mm角に切る。
③バットに調味液を合わせておく。
④フライパンにサラダ油を熱して鮭を焼き、熱いうちに調味液に漬ける。
⑤フライパンに残った油で玉ねぎ・パプリカをさっと炒めて④に加え、きゅうりも加える。
⑥味がなじんだら盛りつける。

にがうりと豆腐のチャンプルスープ
（1人分:131キロカロリー、塩分1.6g）

材料（4人分）

- にがうり ……80g（大1／3本）
- 玉ねぎ ……80g（中1／2個）
- にんじん …… 20g
- 豆腐…… 200g
- かにかま …… 4本
- ごま油 ……大さじ1
- 湯…… 600cc
- A
  - 鶏がらスープの素 ……大さじ1
  - しょうゆ ……大さじ2
  - 酒……大さじ2
  - こしょう …… 少々

作り方

①にがうりは縦に2等分し、中の種をスプーンでかき出して薄切りにする。玉ねぎも薄切り、にんじんは細切りにする。
②かにかまは食べやすい大きさに切る。
③鍋にごま油を熱し、①の野菜をさっと炒めて湯を入れ、次に豆腐を手でほぐしながら入れ、最後にかにかまを入れる。
④③にAの調味料を入れて味を調える。

お料理メモ

揚げずに作れる簡単な南蛮漬けは、甘めのお酢とだし汁のうまみで子どもでも食べやすいマイルドな風味です。一緒に漬けるきゅうりやパプリカのぱりぱりの食感もおいしさをひきたたせてくれます。鮭のかわりにあじやいわしを使ってもおいしくできます。

また、夏の定番野菜にがうりはゴーヤやレイシとも呼ばれていますが、ビタミンCが豊富で夏バテの予防、食欲増進に効果があります。総合検診の試食として好評だったにがうりと豆腐のチャンプルスープもこの夏ぜひ食べていただきたい一品です。

●問い合わせ先　役場保健福祉課保健係　☎85-6330

編集後記　キーボード

▼今月の森のレシピではゴーヤ（にがうり）のスープが紹介されています。緑のカーテンとして今年も人気のゴーヤ。日中の暑さを緑のカーテンでしのいだ後は、収穫したゴーヤを使って、いろいろな料理に挑戦してみるのもおもしろそうです。（釣）

▼テレビ番組の撮影で、女流日本画家が母校で授業をするという話を聞き森小へ行きました。撮影現場の緊張感の中、遠くから短時間の見学でしたが、その容姿から研ぎ澄まされた感性や作品をつくる力強いエネルギーが伝わりました。いつか広報で取材させて頂きたいと思いました。（松）

人の動き

8月1日現在（　）内は先月比

- 世帯数……6,400（－ 8）
- 人口　男…… 9,732（－13）
- 女…… 9,893（－ 8）
- 計……19,625（－21）

広報もりまち　平成25年8月
第680号 平成25年（2013年）8月15日発行　編集・発行／森町役場総務課
〒437-0293 静岡県周智郡森町森2101-1　TEL.0538-85-6301　FAX.0538-85-5259／印刷 大進堂
森町ホームページアドレス http://www.town.morimachi.shizuoka.jp
広報もりまちは再生紙を使用しています。