

広報

あなたの暮らしのそばに

みはら

今月13日にある小学校陸上記録会に備えて開かれた陸上教室。スキップすることで、地面を蹴って弾む感覚を体感しました(9/13 陸上教室 小泉小学校)

体を動かすのって
楽しいな

特集 私たちの市民体育大会 2

- もう先送りできない公共施設の更新問題③... 6
- 市政フラッシュ 7
- 老人大学大学祭 12
- イベント情報 15

10

平成28(2016)年
第139号



私たちの市民体育大会

～市民による市民のための全国でも珍しい大運動会の歩み～

リオデジャネイロオリンピック・パラリンピックでの日本人選手の大活躍。広島東洋カープの25年ぶりのリーグ優勝。今年はスポーツの力が私たちに勇気や感動を与えてくれることを実感する年になりました。

そして私たちの暮らす三原市にも、スポーツを通じて地域がひとつになる市民体育大会の季節がやって来ました。「全国でも珍しい市を挙げた大運動会」と言われる市民体育大会の歴史に迫ります。

不穏な社会情勢の中で 産声を上げた「市民大会」

「市民大会の呼び名で市民の皆さんから親しまれている三原市市民体育大会。その始まりは今から77年前の昭和14年にまでさかのぼります。

折りしも、その年、後に日本も参戦することになる第二次世界大戦が勃発。市でも地域の防空・防火を目的に家庭自衛組合が組織され、質素節約のために設けられた興亜奉公日には、娯楽・飲酒営業が休業されるなど、世の中が戦争の時代へと向かう真っ最中でした。

当時、市営運動場は東町（現在の三原赤十字病院の敷地内）にあり、記念すべき第1回市民体育大会はそこで盛大に開催されました。

中国新聞は当時のようすをこう伝えていきます。

「市内各小学校尋五以上児童、女子中等学校生徒、青年学校生徒青年団員、婦人会員、商店員、工場従業員、警防団員その他各種団員など約五千名参加。澆（はう）刺（さ）たる市民の意気を高揚して体力の向上に資した」（昭和14年11月3日付）。紙面からは年齢や性

第12回市民体育大会

9日(日)9時~16時

ところ やまみ三原運動公園

地域対抗の市民体育大会。18地区から選抜された選手が、各競技で熱戦を繰り広げます。

プログラム

種目	性別	出場者	開始予定時刻
1 小学生混合リレー	男女	小学生	9:50
2 ジグザグボール蹴り競争	女	40歳以上	10:05
3 中学生混合リレー	男女	中学生	10:20
4 ラグビーボール蹴り競争	男	50歳以上	10:35
5 ゲートボール、グラウンド・ゴルフ競争	男女	60歳以上	10:50
6 400mリレー	男	20歳以上・30歳以上	11:15
7 小学生ボール蹴り競争	男女	小学生	11:25
8 400mリレー	男	40歳以上・50歳以上	11:45
昼休憩 特別応援・オープン競技:車いす障害物競走(可能な限り中学生)			
9 玉入れ競争	男女	年齢制限なし	13:00
10 二人三脚むかで競争	男女	男30歳以上 女20歳以上	13:30
11 ボウリング競争	女	30歳以上	13:45
12 ボール運び競争	男女	男60歳以上 女50歳以上	14:10
13 総合リレー	男女	小学生~ 60歳以上	14:25

高齢者や幼児、障害のある人などが安心して観覧できる席を用意しています

手話通訳や要約筆記、介助ボランティアの皆さんが補助しますので、気軽に声を掛けてください。

無料 臨時バス時刻表 (芸陽バス)

JR三原駅前浮城広場→運動公園 運動公園→JR三原駅前浮城広場

浮城広場	三中前	宮浦中央	明神	運動公園	運動公園	宮浦中央	三中前	浮城広場
8:15	8:20	—	8:28	8:40	10:30	10:40	—	10:50
8:30	—	8:35	8:38	8:50	11:00	—	11:15	11:25
8:45	8:50	—	8:58	9:10	11:30	11:40	—	11:50
9:00	—	9:05	9:08	9:20	12:00	—	12:15	12:25
9:15	9:20	—	9:28	9:40	12:30	12:40	—	12:50
9:30	—	9:35	9:38	9:50	13:00	—	13:15	13:25
9:45	9:50	—	9:58	10:10	13:30	13:40	—	13:50
10:00	—	10:05	10:08	10:20	14:00	—	14:15	14:25
10:30	10:35	—	10:43	10:55	14:30	14:40	—	14:50
11:00	—	11:05	11:08	11:20	15:00	—	15:15	15:25
11:30	11:35	—	11:43	11:55	15:10	15:20	—	15:30
12:00	—	12:05	12:08	12:20	15:20	—	15:35	15:45
12:30	12:35	—	12:43	12:55	15:20	15:30	—	15:40
13:00	—	13:05	13:08	13:20				

※どのバスも浮城広場と運動公園の間を運行しますが、浮城広場と明神の間は2系統に分かれています。

☎スポーツ振興課(☎0848・64・7219)



インタビュー

市民体育大会審判長 (市陸上競技協会副会長)

こだまゆきお
児玉幸雄さん



市民体育大会は子どもから高齢者まで幅広い世代が参加し、一緒になって盛り上がる市最大のスポーツの祭典です。これだけの規模の自治体で、市を挙げた運動会が行われるのは全国的にも珍しいと言われています。

地区では、スポーツ推進委員が中心となって練習が始まっているのではないのでしょうか。好成績を収めるのももちろん大切ですが、練習や集まりを通じ、今まで話したことがなかった人と顔見知りになったり、同じ目標に向かって地域が一体となったり、地域の絆を深めることができるのが市民体育大会の一番の魅力だと思います。

当日、観客の皆さんは選手に熱い声援をお願いします。選手の皆さんはその応援を原動力に頑張ってください。皆さんが怪我することなく、参加して良かったと思える大会になることを願っています。

スポーツの秋 イベントに参加してみんなで体を動かそう

厳しい残暑が終わり、気候が穏やかな時期になりました。過ごしやすい秋は、スポーツや運動を楽しむのに最適な季節です。市内ではスポーツの秋に合わせてさまざまな運動に関わる行事が催されます。このチャンスにしっかり体を動かして健康づくりに励みましょう。

高坂・佛通寺 ノルディックウオーキングツアー

16日(日)9時～

ノルディックウオーキングとは、2本のポールを持って、上半身を大きく使いながら歩幅を広げて歩くことで運動効果を高めたウオーキング法です。クロスカントリースキーの選手が夏場のトレーニングとして、ストックと靴で山野を歩き回ったのが始まりとされています。

ところ 集合：JR三原駅西口

コース バス移動～高坂コミュニティホーム～高坂自然休養村～佛通寺

定員 40人(申し込み先着順)

参加費 3,000円(貸し切りバス、昼食、お土産、保険料など)

※現地集合・解散もできます。

申し込み先 三原観光協会
(☎0848・67・5877)



「身体活動」を高めて健康寿命を延ばしましょう

厚生労働省は「健康づくりのための身体活動指針」で、普段の生活の中で「身体活動」を高めていくことを推奨しています。

身体活動とは、日常生活の中の仕事、家事、育児、通勤・通学などの「生活活動」と、趣味や体力向上のために行なっているスポーツやウオーキングなどの「運動」を合わせた「人が体を動かす全ての活動」を指します。

身体活動を高めることは、生活習慣病を予防し、ロコモティブシンドロームや認知症、うつなどを予防し、生活機能の低下を軽減するとされています。日常生活の中に効果的に運動を取り入れ、身体活動を高めていきましょう。



三原10名山登山ツアー ～筆影山・竜王山～

23日(日)9時～

瀬戸内海の海と島の美しい景色、秋の山を楽しめる登山ツアー。下山後は温泉で疲れを癒してリフレッシュ。

ところ 集合：JR三原駅西口

内容 筆影山・竜王山の登山、みはらし温泉での入浴

定員 30人(申し込み先着順)

参加費 2,500円(貸し切りバス、弁当、入浴料など)

申し込み先 三原観光協会(☎0848・67・5877)



第8回 市長と歩こう！ 健康ウオーキング

参加費無料

11月27日(日)8時30分～12時30分

秋の大和町・白竜湖周辺を歩くウオーキング大会です。清々しい空気と美しい紅葉の中、学びながら楽しく歩くことができます。

ところ 白竜湖スポーツ村公園(大和町和木)

内容 ①てくてく健脚コース(9km)②とことこ散策コース(4km)

対象 完歩できる人

※小学生以下は保護者同伴。

定員 200人(申し込み先着順)

申し込み 11月4日(金)までに、持参または郵送で申込書(提出先、各支所、各コミュニティセンターに用意)を保健福祉課または各保健福祉センターへ

関連イベント

- ・白竜湖周辺の歴史案内
- ・ウオーキングクイズ など

☎保健福祉課(☎0848・67・6053)

●2次元コードを読み取って電子申請もできます



スマートフォン用



携帯電話用

公共施設の更新問題について考える全3回連載の最終回。今回は公共施設に関する今後の取り組みについてお知らせします。

三原市の公共施設に関する今後の取り組み

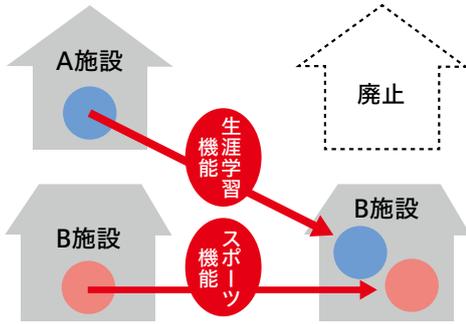
30年間で総延床面積の35%削減

これまで述べてきたように、人口減少や厳しくなる財政状況、全国平均より多くの施設を保有していることを考えると、公共施設を減らしていくことは避けては通れません。

今ある施設も必要性の低いものは廃止し、行政サービスに必要な機能は、周辺施設と複合化・集約化して機能の向上を図り、施設総量を減らしていくことが不可欠です(図1・2)。

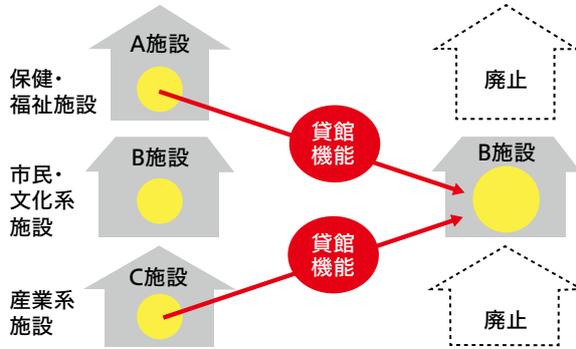
市では、公共施設の総延床面積を平成56年度までに35%、約17万5千㎡削減

図1 異なる用途との複合化の例



減することを目標に取り組みを進めま

図2 類似機能の集約化の例



施設の削減以外に
できること

市では今後、施設の削減と同時に、維持管理費や運営費を減らし、市民への負担を軽減する取り組みを進めます。公共施設を良好な状態で使い続けることは、日常的・定期的な点検・診断することが重要です。これまでの維持管理は対症的な事後保全でしたが、今

後は劣化が深刻化する前に計画的に行う予防保全へと転換します。

将来も保有する必要がある施設は、より長く使い続けられるよう長寿命化を図ります。安心安全に利用できる施設にするため、耐震化やバリアフリー化も推進します。

また、現状の維持管理にかかっている費用や業務内容を分析し、無駄を見つけてなくすことや、大規模改修や建替えのときに省エネルギー設備などを導入することで、ランニングコストの削減につなげます(図3)。

図3 建設費は氷山の一角。公共施設の保有には多くの費用がかかります



利用料の見直しで
不公平感の解消も

施設を利用する人と利用しない人が

いる中で、施設を利用するという利益を受ける人が、それに見合う利用料を負担することが市民間の不公平感をなくすことにつながります。

今後、維持管理費と施設利用料の関係を分析し、適正な利用料に見直ししていきます。

将来の世代に大きな
負担を残しません！

私たち「現在の市民」は「将来の市民」に対して無責任ではられません。子や孫の世代に大きな負担を押し付けたいため、大切な行政サービスを維持するため、私たちが今できること、考えられることは何でしょうか。

市は今後、公共施設等総合管理計画に基づき、施設で提供しているサービスの必要性などを検討しながら、施設の種別別に実施計画を策定し、統廃合や集約化・複合化などに取り組む予定です。

場合によっては利便性が低下することも考えられます。しかし、将来の世代に大きな負担を残さないためにも、計画の趣旨をご理解いただき、これからの取り組みにご協力いただきますようお願いいたします。

経営企画課

0848・67・6009



市内のごみ収集車が「こども110番のくるま」活動を開始

市は三原市清掃事業協同組合、三原警察署と連携し、市と同組合に加盟する委託業者のごみ収集車に、子どもが犯罪に巻き込まれるのを未然に防止する「こども110番のくるま」の役割を持たせ、今月3日から活動を始めます。

この活動では、ごみ収集車が地域を巡回する特性を生かし、子どもが登下校時などに事件に巻き込まれるのを未然に防ぐため、犯罪などの被害に遭う恐れのある子どもから救助を求められた場合、警察への通報や安全な場所への誘導などを行います。車両の両側には、子どもが見つけやすい高さ「こども110番のくるま」のステッカーを貼ります。

近年、全国で登下校中の児童などが犯罪被害に遭う事件が多発しています。



▲ごみ収集車に貼られる「こども110番のくるま」のステッカー

市は事業者と連携し、ごみ収集業務における社会貢献活動のひとつとして、子どもの安全確保に取り組みます。

環境管理課

☎0848・63・1210

産学官金連携による健康づくりラボの研究事業がスタート

先月20日、ペアシティ三原西館1階に「脳と体を鍛える健康づくりラボ」がオープンしました。同施設ではゲーム機器によるアミューズメント、運動機器によるフィットネス、利用者間のコミュニケーションの組み合わせが、認知症予防や高齢者の健康づくりに有効

かについて産学官金が連携して共同研究を行います。

研究期間は1年間で、事前に募集した市内の50〜70歳代、約60人が参加します。週2日、1時間半かけて脳と体をバランスよく鍛え、定期的に体力測定や認知機能の診断などを行います。

事業は県内を中心にアミューズメント施設を運営する株式会社プロバホールディングス、広島大学、県立広島大学、市と金融機関の産学官金が連携して行ないます。効果の検証に当たる広島大学大学院医歯薬保健学研究院の宮口秀樹教授は、「認知症予防、介護予防、娯楽や運動、コミュニケーションによる楽しさの創出を一体的に行い、健康づくりをめざす世界初の試みでは」と話しています。

市では、市民の皆さんの健康づくりや駅前のにぎわいにもつながる事業として期待しています。



▲トランプゲームで脳をトレーニングする参加者

経営企画課

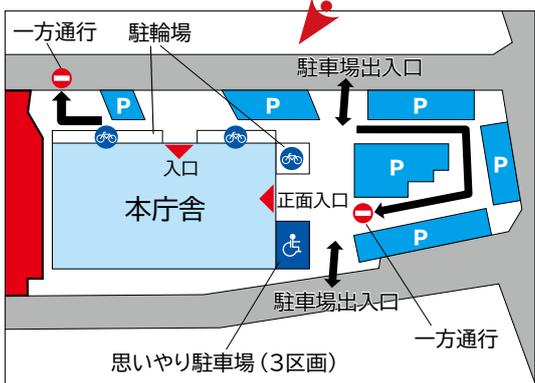
☎0848・67・6270

新庁舎建設通信② 議会棟の解体工事が始まります

新庁舎の建設に伴い、今月から議会棟の解体が始まります。工事は来年3月までを予定しています。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。

●本庁舎駐車場の利用方法が変わります

解体に伴い、今月下旬から議会棟周辺の駐車場がなくなります。正面入口周辺の駐車場を利用してください。場内は一部、一方通行になりますのでご注意ください。



市議会はゆめきやりあセンターに一時移転

今月11日(火)から新庁舎開庁(平成31年5月を予定)までの間、市議会の機能をゆめきやりあセンター(館町二丁目)に移転します。期間中、ゆめきやりあセンターの利用は休止します。

☎庁舎建設担当室 ☎0848・67・6022
☎議会事務局 ☎0848・67・6137



国保だより

加入者みんな で支え合う国民健康保険

国民健康保険(国保)は、職場の健康保険などに加入していない74歳までの人が、病気やけがをしたとき、安心して医療を受けるための医療保険制度です。

☎ 保険医療課

0848・67・6050

● 今月からは

新しい保険証の使用を

今月1日から、国保の保険証が新しくなります。医療機関などを受診する場合は、必ず新しい保険証を提示してください。有効期限は来年9月末です。



▲新しい保険証(見本)

表1に該当する人は有効期限が異なります。有効期限が切れる前に、新しい保険証を送付します。

表1

対象	有効期限
75歳になる人	誕生日の前日
65歳になる退職被保険者の本人とその被扶養者	退職被保険者本人の誕生月の末日(1日が誕生日の場合は前月の末日)

● 資格に異動があったときは手続きを

国保以外の健康保険に加入したときや、市外へ転出するときは、手続きが必要です。

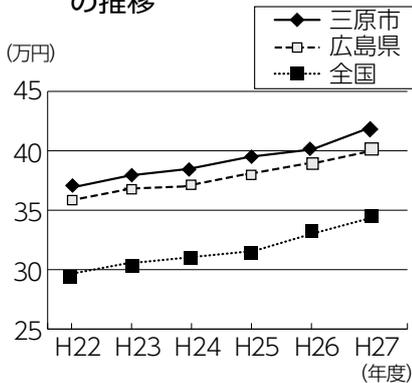
国保の保険証、新しい保険証(他の保険)に加入したとき、印鑑を持って届けていただく。

職場などの健康保険をやめて国保に加入するときは、保険をやめた証明書(資格喪失証明書)と印鑑、マイナンバーカードまたはマイナンバーが確認

● 全国平均を大幅に上回る医療費

市では、国保1人当たりの医療費が全国や県の平均と比べて多くかかっています(図1)。年々増加する医療費を少しでも低く抑えるために、できることから取り組んでいきましょう。

図1 国保1人当たりの年間医療費の推移



● みんなでできる医療費の削減

病気の予防と早期発見・治療のため、定期的に健診やがん検診を受けましょう

ジェネリック医薬品を利用しましょう
同じ病気で複数の病院に何度もかかるのはやめましょう

薬のもらい過ぎに注意しましょう

ジェネリック医薬品希望シールの利用について

国保では、ジェネリック(後発)医薬品に切り替え、医療費(自己負担)の削減額が大きい人に通知しています。新しい保険証に「ジェネリック医薬品希望シール」を同封しています。保険証やお薬手帳の余白部分に貼って利用してください。

● 短時間労働者の社会保険の適用範囲が拡大

今月から従業員数501人以上の事業所で健康保険などの社会保険適用対象者が拡大されます。新たに社会保険に加入する人は、必ず国保脱退の届け出をしてください。

※社会保険の適用については、勤務先の事業所に確認してください。

「三原食」のブランド化推進事業 「幸せの三原ぐるめ」の参加店舗を募集します



「三原食」のブランド化推進事業 「幸せの三原ぐるめ」

市では「タコ」「地酒」「おやつ（スイーツ）」の3品目を重要な「食」の観光資源と位置付け、これらを「三原食」と称して全国に通用するブランドにすることをめざす事業「幸せの三原ぐるめ」を実施します。

この事業では三原食を販売・提供する店舗を取扱店として認証し、これらの店舗を観光客が訪れ、さらに市内を周遊できるようなキャンペーンなどを実施します。

皆さんのお店も事業に参加し、三原食と三原のまちを盛り上げてみませんか。

事業の主な内容

- ・市が制作する観光PRテレビ番組などで、参加店舗やキャンペーンの情報などを発信
- ・参加店舗を対象に広告宣伝・接客などの専門家による研修を行い、観光客のおもてなし体制づくりを支援
- ・参加店舗を組織化し、組織を中心とした情報発信やキャンペーンを展開など

「三原食」取扱店舗の認証

事業に参加するには「三原食」取扱店の認証を受けることが必要です。

認証要件 次の①～③を全て満たすこと

- ①市内に本社または本店がある
- ②店舗で「タコ」または「おやつ」に関する商品やメニューを取り扱っている
- ③ブランド化に向けた取り組みに主体的に参加できる

※詳しくは専用ホームページで確認してください。

申請方法 11日(火)(必着)までに、持参または郵送で申請書(観光課、専用ホームページに用意)を観光課(市役所本庁5階〒723-8601港町三丁目5番1号 ☎0848・67・6014)へ

10月は浄化槽月間です 浄化槽法定検査を必ず受けましょう

トイレからの排水や生活雑排水をきれいにする浄化槽は、正しく使用しないと悪臭の発生や環境の汚染につながります。浄化槽の機能を適正に保つため、浄化槽を管理(設置)している人には法律により次のことが義務付けられています。

- ①保守点検
浄化槽を正しく機能させ、良好な状態を維持するため、県に登録のある業者に定期的に保守点検を依頼してください。
- ②清掃
浄化槽は年1回(全ばつ気方式はおおむね6カ月に1回以上)の清掃が必要です。市の許可を受けた事業者に清掃を依頼してください。

※点検と清掃の回数は、設置している浄化槽の種類によって異なります。

※保守点検と清掃は法律で定められた回数以上を行い、その記録を3年間保管してください。

③法定検査
県が指定した検査機関による、法律で義務付けられた検査です。(表1)

※検査員は身分証明書を携行しています。検査を装った詐欺に注意してください。

表1

検査	対象	検査頻度	指定検査機関
7条検査 (設置後の検査)	全ての 新設 浄化槽	初回のみ	公益社団法人 広島県 環境保全センター (☎082・849・6411)
		年に1回	
11条検査 (定期検査)	11人槽以上	5年に1回	公益社団法人 広島県 浄化槽維持管理協会 (☎082・546・2168)
		10人槽以下	
		5年に4回	

設置・廃止などの手続き
浄化槽を設置・廃止、管理者を変更するなどした場合は、生活環境課(市役所本庁4階)で手続きをしてください。

小型浄化槽設置補助
指定地域に10人槽以下の小型浄化槽を設置する場合には、設置費の一部を補助する制度があります。詳しくは生活環境課に問い合わせてください。

大和地域は、市が浄化槽を設置する制度がありません。詳しくは大和支所地域振興課(☎0847・33・0229)に問い合わせてください。

生活環境課
☎0848・67・6168



マイナンバーでもっと便利に暮らしやすく

マイナンバーカードで来年から証明書の コンビニ交付が利用できるようになります

来年3月上旬から、マイナンバーカードを利用して、コンビニエンスストアで戸籍や住民票、所得証明書などの各種証明書を受け取ることができるようになります。

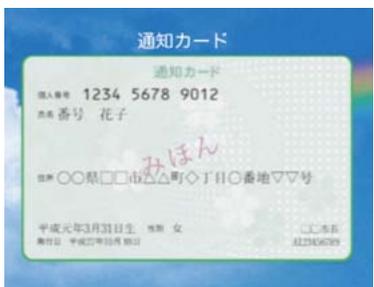
①コンビニ交付で証明書の 申請・受け取りが便利になります

- ・年末年始、深夜の時間帯を除き、毎日利用できます
- ・サービスに対応したコンビニなら全国どこでも利用できます
- ・コンビニ交付にはマイナンバーカードが必要です。カードの交付は申請から1カ月以上かかります。早めに手続きをしてください
- ・交付申請にはマイナンバーの「通知カード」に同封してある「個人番号カード交付申請書」を利用していただく

②市役所本庁1階の証明書自動交付機は来年3月末で廃止します

- ・自動交付機での証明書交付は来年4

月以降できなくなります
・市民カードは市役所窓口での印鑑登録の発行に引き続き必要です



☎市民課

0848・67・6047

道の駅びんぐるドライブ ～備後のグルメをぐるぐる巡ろう!～

備後圏域内の道の駅を巡るスタンプラリーを地元情報誌「Wink」と共同で実施します。スタンプを集めると抽選で各地域の特産品などが当たります。
期間 12月11日(日)まで
ところ 備後圏域内の道の駅9カ所
※スタンプカードは実施する道の駅で配布。



三原市	道の駅「みはら神明の里」 道の駅「よがんす白竜」
尾道市	道の駅「クロスロードみつぎ」
世羅町	道の駅「世羅」
福山市	道の駅「アリストめまぐま」
府中市	道の駅「びんご府中」 ※今月下旬オープン予定。
神石高原町	道の駅「さんわ182ステーション」
笠岡市	道の駅「笠岡ベイファーム」
井原市	産直市 星の郷青空市

観光課 ☎0848・67・6014

予約制乗り合いタクシー 本郷ふれあいタクシーが運行されます

本郷地域の皆さんの移動手段として、町内の自宅と「R本郷駅周辺の街中を結ぶ予約制乗り合いタクシー」本郷ふれあいタクシーが3日から運行されます。

運行日 月・水・金曜日

※祝日、年末年始は運休。

便数 行き(自宅→街中)7便、帰り(街中→自宅)5便

利用方法 事前に登録し、電話で受付

事務所へ予約

予約受付 月、金曜日7時45分～16時

※祝日、年末年始を除く。

予約期限 乗車を希望する便の発車45分前まで

分前まで

※行ききの1便目は前日まで。

運賃 300円(1乗車)

※敬老優待乗車証を提示した人は200円。

※障害者優待乗車証を提示した人は無料。

申し込み先 本郷ふれあいタクシー受付事務所

☎084

8・85・08

18)



▲予約制乗り合いタクシー(写真は和地域で運行中のもの)

段ボール甲冑を作って 浮城まつりを練り歩こう

自分で作った段ボール甲冑を着て浮城まつりを練り歩き、戦国武将の気分を味わってみませんか。

とき 8日(土)①10時～12時②14時～16時

ところ 市民福祉会館

内容 段ボール紙を使った甲冑作り。

自分で作った甲冑を着て、11月5日(土)・6日(日)に開催される浮城まつりの甲冑行列でJR三原駅周辺を練り歩きます

対象 小学1～6年生



瀬戸内三原
築城450年事業



※4年生までは保護者同伴。
定員 各25人(申し込み先着順)
参加費 500円
用意する物 絵具道具
申し込み 5日(水)までに特定非営利活動法人みはらまちづくり兔っ兔(☎0848・63・5575)へ

三原の魅力を伝えよう おもてなしガイド養成講座

来年の瀬戸内三原 築城450年事業に向けて、三原の歴史や文化などの魅力を伝える観光ボランティアガイド「おもてなしガイド」を養成する講座を開催します。

講座修了後、希望者はおもてなしガイドに登録し、三原の魅力を発信役として活動します。



瀬戸内三原
築城450年事業

とき 12月17日(土)、来年1月15日(日)
ところ 城町庁舎2階 大会議室
内容 分かりやすく観光案内などを行なうおもてなしガイドの養成講座
定員 30人
申し込み 10月21日(金)までに築城450年事業推進担当室(☎0848・61・0450)へ

事業レビューで市の事業 を一緒に見直しませんか

事業レビューとは、市が行なっている事業について、「改善できる点はないか」「適正なやり方で行なわれているか」などを、公開の場において市民の視点で点検・判定し、事務の改善につなげるものです。

傍聴は自由です。当日はインターネットでも中継します。

とき 15日(土)・16日(日) 9時30分～16時30分

※15日は9時から開会式があります。

ところ 城町庁舎2階 大会議室

スケジュール

	15日(土)	16日(日)
①9:30～	防災	住宅政策
②13:30～	男女共同参画	移住・定住

インターネット中継のホームページアドレス
<http://www.city.mihara.hiroshima.jp/soshiki/6/jigyoreview-h28.html>

☎経営企画課 ☎0848・67・6280

環境表彰とエコ実験。パフォーマンスショー

とき 30日(日)13時～15時

ところ 市民ギャラリー(ペアシティ三原西館2階)

表彰式(13時～14時)

内容 きれいな三原まちづくり条例表彰、みはら環境写真・絵画コンテスト、緑のカーテンコンテストの表彰式

※入賞作品は29日(土)・30日(日)に市民ギャラリーで展示します。

エコ実験。パフォーマンスショー

(14時～15時)

講師 エコ実験パフォーマンス らんま先生



▲らんま先生

※手話通訳があります。
定員 100人程度
※希望者は直接、会場へ。

☎生活環境課

☎0848・67・6194



老人大学大学祭

老人大学では「楽しみから喜びへ 学んで輝き伝えて輝く」をテーマに、学び楽しみ、自分を高めるとともに、学習や体験を生かして積極的に社会参加しようと、多くの人たちが学んでいます。

大学大学祭では受講生の皆さんが、日頃の学習の成果を作品展示やステージ発表などで披露します。

とき 10月22日(土) 9時30分～16時、23日(日) 9時～15時30分

ところ 中央公民館、リージョンプラザ

☎生涯学習課 ☎0848・64・2137

老人大学事務局 ☎0848・64・6868

●作品展示

内容	ところ
編み物、生け花、絵手紙、陶芸、写真 など	中央公民館 大講堂
書道、水彩画、日本画、レザークラフト、写真 など	リージョンプラザ 展示ホール

●ステージ発表

内容	23日(日)	ところ
健康体操、3B体操、太極拳、舞踊、英会話、コーラス、複音ハーモニカ、民謡、大正琴 など	9:00～12:00	リージョンプラザ 文化ホール



▲作品展示



▲ふらり体験コーナー



▲ステージ発表

●ふらり体験コーナー

内容	22日(土)	23日(日)	参加費	ところ
パソコン(年賀状の作成)	10:00～11:30、13:00～15:00	10:00～11:30、13:00～14:00	無料	中央公民館 大講堂
陶芸(皿作り)	9:30～15:30	9:30～15:00	300円	
絵手紙	10:00～11:30、13:30～15:30	9:30～11:30	無料	2・3講座室
レザークラフト(ペンホルダー作り)	9:30～15:30	—	800円	
囲碁大会	—	9:30～15:30	無料	リージョンプラザ 南館

☎学校教育課

☎0848・67・6155



▲学校の特色ある取り組みの紹介

▶ステージ発表



学校の宝展(ホワイエ) 内容 小・中学校の特色ある取り組みや自慢の紹介

女海外研修報告

学生会活動報告、少年少女活動報告、少年少女海外研修報告

立中学校生徒会連合

学校文化披露、小・中学生の活動報告、公演

ステージ発表(9時30分～15時40分)

内容 学校文化披露、小・中学生の活動報告、公演

講師 九州大学 助教 佐藤剛史さん

演題 子どもの心も育む食



▲佐藤剛史さん

とき 22日(土) 9時30分～15時40分

ところ リージョンプラザ 文化ホール

記念講演(12時40分～13時40分)

三原教育「希望と未来」フォーラム

2016三原市民保健・福祉まつり

保健福祉課 ☎0848・67・6234

10月29日(土)9時30分～16時、30日(日)9時30分～15時

ところ サン・シープラザ3階、市民ギャラリー(ペアシティ三原西館2階)、サンライズ港町(港町一丁目)

見て さわって つかってみよう

- カラーリング、ダーツ、ボーリングゲーム※29日のみ。
- 使ってみよう！便利な道具
- マッサージ・はり実技紹介※29日10時～15時。
- 赤十字ひろば(AED、救護服試着、ハンドマッサージ)
- 温熱療法の体験・指導、盆栽の作り方・指導
- 福祉オリエンテーリング(車いす・ガイドヘルプ・点字・手話などの体験)
- 福祉用具フェア(電動車試乗、車いす・自助具展示、住宅改修情報提供)
- 楽しく踊ろう！フォークダンス※29日12時～12時45分。



演劇公演「水戸黄門」

とき 29日(土)13時30分～14時
ところ 市民ギャラリー

販売コーナー

- 福祉バザー、手作り作品、ポップコーン、綿菓子、パンなど



ケアハウス サンライズ港町(帝人通り)

- 利用者による生け花展
- 帝人通り商栄会女性会によるバザー



パネル展示・啓発コーナー

- 知っ得 国保特定健診パネル展示
- 福祉作品展、障害者福祉活動紹介
- 公衆衛生推進活動紹介
- 人権書道作品展、人権擁護委員活動紹介※29日。
- アイバンク(角膜移植)の紹介※30日。



アイバンク
マスコットキ
ャクターの
「アイちゃん」
です♥

祖父母のための 孫育て講座

要申し込み

～みんなで一緒に子育てを！～

子育てはパパ・ママだけでなく、祖父母や地域の人たちによるサポートが大切です。最近の子育て事情やコミュニケーション力について話を聞くことができます。

とき 29日(土)10時～11時30分

ところ 市民ギャラリー

講師 県立広島大学保健

福祉学部准教授

小山里織さん

定員 80人

申し込み期限 20日(木)まで



自助具って？

自助具製作ボランティアグループ みはらタコ工房の活動を紹介します。

とき 29日(土)14時～15時

ところ 市民ギャラリー

講師 みはらタコ工房

代表 大塚 彰さん



いきいき百歳体操 で筋力アップ

調節できる重りを手首や足首に巻き、いすに座ってゆっくりと手足を動かしていくことで、筋力やバランス感覚を高めます。

とき 29日(土)15時～16時

ところ 市民ギャラリー

※希望者は直接、会場へ。



高血圧予防講演会

～高血圧の予防はあなたにもできる～

高血圧を予防し、いつまでも元気でいるためのヒントを伝えます。

とき 30日(日)10時～11時30分

ところ 市民ギャラリー

講師 医療法人

小園内科・循環

器科院長 小園

亮次さん

定員 100人
(申し込み先着順)



糖尿病フェスタ2016

～保健・医療・福祉のプロが集結！
楽しみながら元気をつくろう～

測定コーナー

- 心電図測定(☆)
- 腹部超音波測定(☆)
- 糖尿病リスク測定(☆)

9時30分、12時45分の抽選で測定者を決定します。

- 肺年齢測定
- 血管年齢測定
- 骨密度測定
- 歯ぐき年齢チェック(先着50人)
- 体力測定
- ロコモチェック(運動機能)
- 体脂肪測定

※(☆)は時間限定です。

体験コーナー

- 減塩みそ汁試飲
- 自家製味噌汁の塩分も測定します
- 野菜の一日必要量350g当て
- 一食600kcal献立にチャレンジ

家で作ったみそ汁を持って来てください。

いきいき百歳体操 で筋力アップ

調節できる重りを手首や足首に巻き、いすに座ってゆっくりと手足を動かしていくことで、筋力やバランス感覚を高めます。

とき 29日(土)15時～16時

ところ 市民ギャラリー

※希望者は直接、会場へ。



高血圧予防講演会

～高血圧の予防はあなたにもできる～

高血圧を予防し、いつまでも元気でいるためのヒントを伝えます。

とき 30日(日)10時～11時30分

ところ 市民ギャラリー

講師 医療法人

小園内科・循環

器科院長 小園

亮次さん

定員 100人
(申し込み先着順)



体験コーナー

- 減塩みそ汁試飲
- 自家製味噌汁の塩分も測定します
- 野菜の一日必要量350g当て
- 一食600kcal献立にチャレンジ

家で作ったみそ汁を持って来てください。

- 個別結果説明・健康相談
内科医師(★)・整形外科医師(★)
薬剤師・歯科医師・糖尿病療養指導士・
管理栄養士・介護福祉士・歯科衛生士
※(★)は時間限定です。

健診結果やお薬手帳を持って来てください。

- 糖尿病予防教室
とき 29日(土)10時～11時30分
対象 HbA1c5.6以上の人など
定員 40人(申し込み先着順)

病院の専門チームによる出張教室です。平日働いている人にお勧めです。

- 高血圧予防教室
とき 29日(土)13時30分～15時
対象 血圧が130/85mmHg以上の人など
定員 40人(申し込み先着順)



第9回観光写真コンテスト 〜三原の四季と城下町〜

テーマ 三原市を題材としたもの。四季折々の風景、イベント、情緒あふれる城下町や豊かな田園風景など

受付期間 来年1月4日(水)〜1月27日(金)

(消印有効)

応募規定

①本人が今年1月以降に市内で撮影した未発表の単写真

②サイズはA4または四つ切りプリント。合成は不可

③応募点数は1人3点まで

④入賞：入選作品はフィルムまたはデータの提出が必要

※二重応募や原版の提供がない場合、入賞・入選

を取り消します。

※詳しい応募規定はパンフレット・市ホームページで確認してください。

賞 大賞(1点)30万円、金賞(1点)15万円、銀賞(2点)5万円など

応募方法 持参または郵送で、応募票(観光課、市ホームページに用意)を貼付した写真を観

光課(市役所本庁5階、〒723-8601 港町三丁目5番1号 ☎0848・67・6014)へ



▲昨年度の大賞受賞作品
「春花火」西垣正明さん

みはら創業応援隊

みはら創業マルシェの出店者を募集

商店街の空き店舗を活用し、手作り雑貨などの販売や体験教室を行なうみはら創業マルシェを開催します。「作った物を売ってみたい」「技術を生かして教室を開いてみたい」など、創業に関心のある人は参加してみませんか。

とき 11月3日(木・祝)、5日(土)、6日(日)、19日(土)、20日(日)

ところ 市内商店街の空き店舗

対象 市内での創業に興味がある人、創業予定

の人

出店料 無料

定員 15人程度(申し込み先着順)

申し込み 10月18日(火)までに、ファクスまたはEメールで申込書(提出先、市ホームページに用意)を株式会社まちづくり三原(☎084

8・63・55388)☎0848・63・88388)に

mihara@wing.ocn.ne.jp)へ

非常勤職員を募集します

任用期間 11月1日～来年3月31日

対象 平成28年11月1日現在で65歳未満の人

ものの写しを各課へ

選考方法 書類選考・面接

※業務内容など詳しくは各課・市ホームページで確認してください。

申し込み 14日(金)までに履歴書と資格を証明する

職種	報酬(日額)	勤務日・時間	業務内容 ※★は自動車の運転を伴う。	応募資格	定員	問い合わせ・申し込み先
保健指導員	9,920円	週4日、 1日6時間45分	保健福祉に関する指導と相談★ 高齢者の保健福祉に関する指導と相談★	保健師または看護師の免許を持っている人	2人	保健福祉課 ☎0848・67・6061
					1人	高齢者福祉課 ☎0848・67・6055
介護認定調査員	8,570円	週5日、 1日5時間50分	要介護認定申請者への訪問調査など★	介護支援専門員、保健師、看護師、理学・作業療法士、社会・介護福祉士、ヘルパー1級などの資格を持っている人	1人	高齢者福祉課 ☎0848・67・6240
児童クラブ指導員	5,500円	週6日、 1日4時間50分	小学生の遊びや生活の指導など	①保育士資格、各種教諭免許などを持っている人②大学などで教育学などを修了した人③高卒以上で類似の職務経験が2年以上ある人	2人	子育て支援課 ☎0848・67・6045

2016だいわ元気まつり

16日(日)9時~16時 ※雨天決行。

ところ 大和支所周辺
内容

ステージイベント

神楽公演、小・中学校吹奏楽演奏、ダンスコンテスト、文化団体による発表、お楽しみ抽選会

●ダンスコンテストの出場者募集

賞 優勝3万円など

申し込み 7日(金)までに実行委員会へ

食のイベント

有志による飲食物の販売、町内の野菜などを使った“大和まるごと鍋”の試食

展示コーナー

地元の皆さんによる作品展示

催し物コーナー

キッズコーナー(はしご車などの展示、ふわふわ遊具など)、スポーツコーナー、健康コーナー(体力測定、食事メニューの展示など)、錦鯉の展示

☎だいわ元気まつり実行委員会(大和町自治振興連合会事務局内 ☎0847・33・0223)



ひろしま空の日2016 ふれあい秋まつり

無料駐車場約500台

16日(日)10時~15時

ところ 広島空港ターミナルビル・周辺施設

●スタンプラリー大会 参加費無料

とき 受け付け(シート配布):10時~

定員 2,000人(先着順)

●メイン会場(空港ビル)と周辺施設でのイベント

・空港立入制限区域見学ツアー・滑走路ウオーク・管制塔見学・県防災航空センター見学会・海上保安庁航空基地見学会・麻薬探知犬デモンストレーション・航空会社制服着せ替えコーナー・航空教室・見学送迎デッキ無料開放・フライトシミュレータ体験・伝統芸能などのステージ・ビンゴ大会・飲食物産バザー

☎ふれあい秋まつり実行委員会(地域調整課内 ☎0848・67・6011)



第5回久井!さわやか高原祭り

23日(日)9時~15時40分

ところ 久井保健福祉センター・くい文化センター周辺
内容

小早川隆景公甲冑パレード、大縄跳び大会、県警察音楽隊パレード・演奏、じゃんけん大会、飲食物・農産物の販売など

●牛そり逆転レースの参加者募集

重さ250kgの牛そりに体重50kg以上の人が乗り、4人で引っ張ってタイムを競います。

とき 14時30分~15時10分

対象 高校生以上の5人1組

定員 20組(申し込み先着順)

賞 優勝5万円、準優勝3万円など

申し込み 15日(土)までに、ファクスで①チーム名②代表者名(年齢)③住所④電話番号を実行委員会事務局へ

●久井の岩海観察・写真撮影会の参加者募集

国の天然記念物 久井の岩海を専門家の解説を聞きながら写真撮影を行います。

とき 集合:9時

※祭り会場からマイクロバスで移動します。

定員 23人(申し込み先着順)

賞 作品はパネル展示し、優秀作品には賞金があります
用意する物 デジタルカメラ

申し込み 電話またはファクスで実行委員会事務局へ
☎久井!さわやか高原祭り実行委員会事務局(臨空商工会久井支所内 ☎090・8245・1368 FAX0847・32・6212)



秋のサギビーチパーティー

10日(月・祝)9時30分~17時30分

好きな時間に来て、見て、楽しめる1日限りのビーチパーティー。飲み物や軽食の販売もあります。

ところ 佐木島(大野浦海岸)

●ビーチ相撲 要申し込み

とき 10時30分~12時30分

※雨天中止。

参加費 500円

申し込み先 三原観光協会

●シンガーREMAHIによるスウィングジャズライブ

とき 16時ごろ~

※雨天の場合、会場はサギ・セミナーセンター。

参加費 無料

●DJ&パーティタイム

とき 16時30分~17時30分

※雨天の場合、会場はサギ・セミナーセンター。

☎三原観光協会(☎0848・67・5877)



みはら神楽公演 全席自由 雪舟サミットプレイイベント

11月13日(日) 13時30分～16時

ところ 本郷生涯学習センター にいたかホール
内容 県立吉田高校神楽部と益田市石見神楽神和会による公演

演目 悪狐伝(吉田高校)、八岐大蛇(石見神楽神和会)
入場料 1,500円(1,000円)

※()は前売り券の料金。

※前売り券が完売した場合、当日券は販売しません。

販売場所 三原市文化協会(文化課内)、中央公民館、各文化センター、リージョンプラザ、ポポロ、うきしろロビー、フジグラン三原

☎文化課(☎0848・64・9234)



▲悪狐伝



▲八岐大蛇

せとうち海上環境&体験航海セミナー

11月5日(土) 9時30分～15時30分

ところ 集合：糸崎岸壁(糸崎南二丁目)
内容 エネルギー学習、船の操縦体験、ロープワークなど

対象 市内在住・在学の小学4～6年生

定員 30人(申し込み先着順)

用意する物 昼食、飲み物、筆記用具

申し込み 10月14日(金)(必着)までに、はがき、ファクスまたはEメールで①郵便番号・住所②名前③電話番号④学校名(学年)⑤性別⑥参加する行事名を生活環境課(〒723-8601 港町三丁目5番1号 ☎0848・67・6194 ☎0848・67・6164 ✉seikatsukankyo@city.mihara.hiroshima.jp)へ



▲エネルギー学習



▲船の操縦体験

リージョンプラザ

映画のつどい

7日(金)①10時30分～②14時～③18時30分～



家族はつらいよ 特別劇場

入場料 1,800(1,500)円、大学生1,500(1,300)円、3歳～高校生1,000(800)円、60歳以上1,100円、どちらかが50歳以上の夫婦2人で2,200円

※()内は割引券利用の料金。

※障害者手帳を提示した人は1,000円。

※年齢などを証明できる物を提示してください。

割引券設置場所 リージョンプラザ、中央図書館、中央公民館、各文化センター、ポポロ、うきしろロビー、フジグラン三原 ほか

リージョンプラザ感謝祭

14日(金) 18時30分～21時 ※小雨決行。

ところ 屋外広場

内容 お茶会(350円、お菓子付き、前売り券をリージョンプラザ総合受付で販売)、ゲームコーナー(ボールすくい、ヨーヨーつり、射的など)、屋台コーナー(焼きそば、ワッフル、飲み物)、無料屋外ライブ(おもしろ一座、BAMPのファミリーステージ)



▲おもしろ一座



BAMP▶

☎リージョンプラザ(☎0848・64・7555)

動物愛護フェア

29日(土) 9時30分～16時

ところ リージョンプラザ 屋外広場

内容 愛犬のしつけ教室、ふれあいイベント など

☎生活環境課(☎0848・67・6178)



▲子犬とのふれ合い

芸術文化センター ポポロ

音楽のTOBIRA オータムコンサート
デュオ パーチェ
～やすらぎの音色に癒されて～ **全席自由**

23日(日) 14時～

ハープとフルートが織り成す、柔らかで優しい響きをお楽しみください。

ところ ホワイエ

出演 宮内 くにえ(ハープ)、下田 薫(フルート)

予定曲 花は咲く、秋のメドレー ほか

入場料 500円

販売場所 ポポロ



▲宮内 くにえ



▲下田 薫

新しい音楽の風Ⅵ **全席指定**
小林美樹&田村 響 デュオ・リサイタル

11月27日(日) 15時～

世界へ羽ばたく新鋭2人が、新しい音楽の風に登場します。

ところ ホール

出演 小林美樹(バイオリン)、田村 響(ピアノ)

予定曲 ベートーベン/バイオリンソナタ第5番「春」、
ショパン/幻想即興曲、ラベル/ツィガーヌ ほか

入場料 2,500円、高校生以下1,000円

※未就学児の入場はご遠慮ください。

販売場所 ポポロ、ポポロオンライン ほか



©Shigeto Imura

▲小林美樹



©武藤 章

▲田村 響

☎芸術文化センター ポポロ(☎0848・81・0886)

三原駅前市民広場のイベント

1日(土)・2日(日) 9時～ **こっとう 骨董市&フリーマーケット**

8日(土) 8時～11時 **軽トラ朝市**

内容 市内業者が生産・加工した農水産物の販売

☎商工会議所(☎0848・62・6155)

16日(日) 9時～17時
ランニングバイク大会 ミハライダーズカップvol.4

内容 ペダルとブレーキのないランニングバイクのレース観戦

※ランニングバイクの試乗ができます。

☎駅前広場盛り上げ隊事務局(☎090・1339・7751)



22日(土) 11時～17時 **ウクレレイベント まちレ**

内容 ウクレレ&ダンスステージ、めざせ1000人！
ウクレレ大合奏、飲食ブース

☎まちレ実行委員会

(☎0848・63・5538)



浮城ふれあいコンサート 愛と光を!!

入場料無料

要申し込み

27日(木) 18時～20時

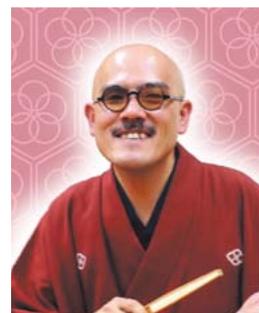
ところ リージョンプラザ 文化ホール

内容 三原浮城ライオンズクラブによる献眼活動を目的としたコンサート。今回は桂 福点さんによる講演会と落語

出演 桂 福点

定員 400人(申し込み先着順)

申し込み先 三原ライオンズクラブ合同事務局(☎0848・63・2253)



▲桂 福点

生活情報 掲示板

テレビ番組「みはら幸福さんぽ 〜アップロード〜」を放映中

放送日時 月曜日21時54分〜22時
放送局 テレビ新広島(TSS)
問い合わせ先 観光課 ☎08
48・67・6015

献血

とき 16日(日)10時30分〜14時30分
ところ 三原看護専門学校
問い合わせ先 保健福祉課 ☎
0848・67・6053

男性の料理教室

とき 27日(木)10時〜13時
ところ サン・シープラザ3階
対象 65歳以上で1人暮らしの
男性または男性介護者
定員 30人(申し込み先着順)
参加費 2500円
申し込み 21日(金)までに社会
福祉協議会 ☎0848・63・
福祉協議会 ☎0848・63・

0570)

働きたいお母さんを応援します

とき 7日(金)10時〜16時
ところ 市民福祉会館4階
内容 母親への就職相談
※託児有り(要予約)。

問い合わせ先 県わくわくマ
マサポートコーナー ☎08
00・200・4515

原爆被爆者健康調査に協力を

被爆した人を対象に健康・生活
状態の調査を実施します。
※対象者には先月、調査票を送
付しています。

回答期限 20日(木)まで
問い合わせ先 県被爆者支援課
(☎0822・513・3109)

催し

市民ギャラリーの催し

●三原日本画教室作品展
とき 5日(水)〜9日(日)9時
30分〜18時(9日は17時まで)
●あじさいの会 和紙ちぎり絵展
とき 10日(月)〜16日(日)10時
〜17時(10日は13時から、16
日は16時まで)
●三原やっさ踊り振興協議会
公開練習

とき 11日(火)18時30分〜

●MOA美術館三原児童作品展
とき 21日(金)〜23日(日)9時
〜18時(23日は13時まで)

※表彰式は23日(日)10時30分から。

●直美の部屋コンサート
〜ピアノリサイタル〜

とき 21日(金)14時〜
●第一美術協会広島県グループ
大作展

とき 11月2日(水)〜11月7日
(月)10時〜17時(2日は12時
から、7日は16時まで)
問い合わせ先 文化課 ☎08
48・64・9234

三原看護学校学校祭

とき 16日(日)10時〜15時30分
ところ 三原看護専門学校
内容 健康チェック、献血、パ
ンド演奏、進路相談など
問い合わせ先 三原看護専門学
校 ☎0848・67・0801

第6回ボランティア祭りin久井

とき 23日(日)9時〜15時30分
ところ 久井保健福祉センター
内容 福祉体験、読み語り、人
形劇など
問い合わせ先 ボランティア・
市民活動サポートセンター
(☎0848・67・9339)

シルバーフェア

とき 22日(土)9時30分〜16
時、23日(日)9時30分〜15時
ところ 中央公民館

内容 ふすま・障子の張り替え
体験、おもちゃ作り

問い合わせ先 シルバー人材セ
ンター ☎0848・63・22
66

明神会館文化祭

とき 11月3日(木)10時〜15時
ところ 明神会館、明神南公園
(いずれも明神一丁目)

内容 発表、抽選会、各種バザー
問い合わせ先 人権推進課 ☎
0848・67・6044

ベビーマッサージ

とき 26日(水)①10時〜11時
②11時〜12時
ところ 宮浦コミュニ
ニティセンター



内容 オイルマッサージ
対象 保護者と①2〜5カ月児
②6〜11カ月児
定員 各10組(申し込み先着順)
参加費 4000円
申し込み 21日(金)までに宮浦
コミュニティセンター ☎0
848・62・7944)へ

人権学習会

とき 29日(土)13時30分～15時
 ところ 大和人権文化センター

演題 国内における人権状況と

部落解放への展望について

講師 部落解放同盟広島県連合

会副委員長 中村修司さん

定員 50人(先着順)

問い合わせ先 大和人権文化セ

ンター(☎0847・33・13

08)

三原だるまを作ろう

とき 祝日を除く月・木曜日13

時～16時、土曜日10時～12時

ところ 三原だるま工房(港町

一丁目)

内容 土台作り、

面相描き



参加費 600円

申し込み先 三原観光協会(☎

0848・67・5877)

城下町を歩こう

とき 8日(土)・22日(土)10時

30分～12時

ところ 集合：うきしろロビー

コース 天主台、船入槽など三

原城跡を巡る

参加費 無料

問い合わせ先 三原観光協会
 (☎0848・67・5877)

環境イベント

●**医王山城跡の整備**

とき 22日(土)9時～12時

ところ 深町

内容 枝切り、落ち葉掃きなど

定員 20人(申し込み先着順)

●**地球環境カードゲーム**

「マイアース大会

とき 30日(日)15時～16時

ところ 市民ギャラリー

内容 カードゲームとエコクイズ

対象 小学4～中学3年生

定員 20人(申し込み先着順)

申し込み先 かんきょう会議浮

城村上さん(☎070・396

8・3564)

久井探訪ツアー

とき 29日(土)8時30分～12時

ところ 集合：久井文化センター

内容 久井高原の成り立ちを知

るバスツアー

講師 元文化財保護委員 岡田

清孝さん

定員 28人(申し込み先着順)

参加費 500円

申し込み 24日(月)までに生活

環境課(☎0848・67・61

94)へ

地域福祉講演会

とき 18日(火)13時30分～15時30分
 ところ 市民福祉会館5階

演題 安心して暮らせる地域づ

くりに向けた小地域福祉活動

の必要性・介護保険制度の今

後を踏まえた住民と専門職の

連携

講師 県立広

島大学保健

福祉学部教授

金子努さん

申し込み先 社会福祉協議会

(☎0848・63・0570)



第65回備後地区

生徒児童発明くふう展

とき 3日(月)～7日(金)9時

～17時(3日は10時から、7日は

16時まで)

ところ うきしろロビー

内容 児童生徒の発明作品の展示

問い合わせ先 商工振興課(☎

0848・67・6072)

ほんじつ文化祭

とき 15日(土)10時～17時、16

日(日)9時～16時

ところ 本郷生涯学習センター

内容 郷土芸能の発表など

問い合わせ先 本郷コミュニテ

イセンター(☎0848・85・

本郷公民館まつり

とき 8日(土)9時30分～16時

ところ 本郷公民館

内容 発表・展示、バザー

問い合わせ先 本郷公民館(☎

0848・86・4811)

放課後子ども教室作品展

とき 17日(月)～24日(月)9時

～17時(17日は13時から)

ところ 中央公民館

内容 児童の作品展示

問い合わせ先 生涯学習課(☎

0848・64・2137)

第23回景観づくり大賞パネル展

とき 11日(火)～16日(日)9時

～17時(11日は13時から)

ところ 市民ギャラリー

内容 受賞作品の展示

問い合わせ先 都市開発課(☎

0848・67・6113)

第34回チャリティーバザー

とき 1日(土)13時～15時

ところ 中央公民館

問い合わせ先 国際ソロプチミ

スト三原(☎0848・61・3

763)

駐屯地創立記念イベント

とき 11月6日(日)8時30分～15時30分

ところ 陸上自衛隊海田市駐屯地(安芸郡海田町)

内容 パレード、戦車の試乗体験、バザーなど

問い合わせ先 駐屯地司令職務室(☎082-822-3101)

乳がん無料検診

とき 11月27日(日)9時～12時

ところ 三原市医師会病院

対象 市内在住の40歳以上の女性

※授乳中や豊胸手術をしている人は受けられません。

定員 25人(多数の場合、抽選)

申し込み 10月24日(月)までに、往復はがきに「検診希望」と記入し、①住所②名前③生年月日④年齢⑤電話番号を人権推進課(〒723-8601港町三丁目5番1号 ☎0848-67-6044)へ

募集

明神会館 各教室の受講生

受講料 月額各1,500円

※ヨガ、エクササイズは年額各1,500円。

教室	とき	教室	とき
書道	火曜日 19時30分～	剣道	火・金曜日 17時30分～
生花	木曜日 19時30分～	太極拳	水曜日 19時～
陶芸	金曜日 10時～	詩吟	金曜日 19時30分～
ヨガ	第4日曜日 13時30分～	エクササイズ	第2水曜日 13時30分～

申し込み先 明神会館(☎0848-62-5172)、同運営委員会事務局 七川さん(☎0848-63-1180)

秋のスイーツ作り カップリングパーティー

とき 29日(土)15時30分～18時30分

ところ 八天堂カフェ
リエ(本郷町善入寺)

内容 スイーツ作り、交流会など

対象 市内在住・在勤で25～45歳の独身の男女

定員 各25人(多数の場合は抽選)

参加費 3,000円

申し込み 18日(火)までにWi-Fiコンシェル広島サロン(☎0037-6005-5998)へ



※市ホームページからも申し込みできます。

問い合わせ先 地域調整課(☎0848-67-6011)

コミュニティ活動に宝くじ 助成金を活用しませんか

対象 住民組織など

が地域での活動に使用する備品などの購入にかかる費用



※来年度に実施する事業が対象。

申し込み 11日(火)までに地域調整課(☎0848-67-6184)へ

危険物取扱者試験

とき・ところ ①11月27日(日)

②12月11日(日) ③12月18日(日)

④10月4日(火)～14日(金) ⑤10月18日(火)～27日(木)

※インターネットからも申し込みできます。

願書配布場所 消防本部予防課、各分署・出張所

◆危険物取扱者試験準備講習会

とき 10月12日(水)9時30分～16時30分

ところ 中央公民館

受講料 8,500円

問い合わせ先 消防本部予防課(☎0848-64-5927)

市営住宅の入居者

受付日 13日(木)・14日(金)

受付場所 建築課(円一町庁舎1階)

※募集住宅や日程など、詳しくは資料・市ホームページに掲載。

※資料の配布は3日(月)から、建築課・市民課・各支所で。

※空きが生じた住宅は、随時募集します。

問い合わせ先 建築課(☎0848-67-6120)

県営住宅の入居者

受付日時 18日(火)～20日(木)

8時30分～17時

受付場所 堀田・誠和共同企業体住宅管理センター(宮浦四丁目)

※募集住宅や日程など、詳しくは資料に掲載。

※資料の配布は11日(火)から、受付場所です。

問い合わせ先 堀田・誠和共同企業体住宅管理センター(☎0848-61-2215)



生涯学習講座

各講座は申し込み先着順です。受け付けは3日(月)10時からです。

講座名	と き	対 象	定 員	参加費	申込期限	ところ・申し込み先
ナチュラル洗剤を使った掃除術	6日(木) 9時30分～10時30分	大人	15人	200円	5日(水) まで	船木コミュニティセンター (☎0848・86・6731)
手縫いで楽しむ古布実用小物	13日(木)10時～12時		16人	400円	11日(火) まで	中之町コミュニティセンター (☎0848・64・4099)
くれないの紅花染め	18日(火) 9時30分～11時30分		20人	2,000円	11日(火) まで	沼田東コミュニティセンター (☎0848・66・3179)
整理収納で快適生活	17日(月) 13時30分～15時30分		30人	100円	12日(水) まで	幸崎コミュニティセンター (☎0848・69・0001)
エンジョイ ハワイアンキルト(全2回)	17日(月)・24日(月) 13時30分～15時30分		12人	1,700円	14日(金) まで	中央公民館 (☎0848・64・2137)
終活 エンディングノート の書き方	25日(火) 14時～15時30分		15人	100円	17日(月) まで	久井公民館 (☎0847・32・7139)
フィットネス フラ タヒチアンエクササイズ	26日(水) 10時～11時30分		20人	100円	19日(水) まで	中央公民館 (☎0848・64・2137)
こころ&からだの元気体操	11月4日(金) 13時30分～15時		25人	100円	10月31日 (月)まで	久井南コミュニティセンター (☎0847・32・6316)
和のフィットネス	11月5日(土) 10時～11時		12人	100円	10月31日 (月)まで	大和文化センター (☎0847・33・1115)

図書館アラカルト

休館日 中央図書館=10日(月)
本郷・久井・大和図書館=火曜日、10日(月)

中央図書館(☎0848・62・3225)

- 読書週間の本展
と き 10月22日(土)～11月9日(水)
と ころ 中央・本郷・久井・大和図書館
- 本のリサイクル交換市
と き 22日(土)13時30分～16時
内 容 図書館などで不要になった本の提供
- ねむの木 おはなしのひろば
と き 1日(土)・15日(土)10時30分～11時30分
- 虹の会 絵本のよみかたり
と き 8日(土)・22日(土)14時～14時30分
※22日は手話通訳があります。
- 虹の会 0歳からのよみかたり
と き 21日(金)10時30分～11時、11時15分～11時45分
- ぽけっといっぱいのおはなし会
と き 6日(木)11時～11時30分
- 読書会
と き 24日(月)13時30分～15時
内 容 『燃える秋』(五木寛之/著)を読み解く

本郷図書館(☎0848・85・0703)

- こんぺいとう おはなし会
と き 27日(木)10時30分～11時

ほんごう子ども図書館(☎0848・86・6066)

- おはなし会
と き 10月4日(火)10時30分～11時、8日(土)14時～15時、22日(土)14時～15時、11月1日(火)10時30分～11時

久井図書館(☎0847・32・7138)

- おはなし会
と き 22日(土)13時30分～14時

大和図書館(☎0847・33・1115)

- 絵本とおはなしの時間
と き 8日を除く土曜日、9日(日)10時30分～11時

おすすめ本

『疲れたときはホ～ッとひと息 ふくろうの本』
株式会社パブリカ/編著

苦勞知らずという意味を持つフクロウたちが、偉人たちの名言を語り掛けます。日々の仕事や人間関係などに疲れてしまった心を元気にする魔法の言葉が詰まった1冊です。

『向田理髪店』^{おくだひでお}奥田英朗/著

元炭鉱町の北海道苫小牧^{とまざわ}のある理髪店。心配性の店主の周りで起こるさまざまな問題を、人々の団結力や互いを思いやる心で解決していきます。





高齢者インフルエンザ予防接種

接種時期 今月～12月までに1回

対象 接種する意思が確認でき、

①または②に該当する人

①接種日に65歳以上

②接種日に60～64

歳で、心臓・腎

臓・呼吸器の機

能またはヒト免



疫不全ウイルスにより免疫の機能に重い障害がある

自己負担金 1,500円

※対象のうち生活保護世帯、市民税非課税世帯、介護保険料段階1・2・3の人は無料です。介護保険料納付通知書の写しを用意してください。

※接種後に料金の払い戻しはできません。介護保険料納付通知書がない人、市外で接種する人は事前に手続きしてください。
申し込み先 保健福祉課(☎0

848・67・6234)

薬局で糖尿病のリスク測定ができます

実施薬局 有田薬局、なの花薬局宮浦店、あおぞら薬局、クルーズ薬局頼兼店、フジ薬局

実施期間 11月30日(水)まで

※通年で実施している薬局はホームページに掲載。

内容 血糖値測定、薬剤師による結果説明と指導

対象 特定健康診査を受診していない人

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

「こころのなんでも相談

とき ①20日(木)②21日(金)

※いずれも13時30分～15時30分

ところ ①久井保健福祉センター②本郷保健福祉センター

内容 精神科医師による相談

定員 各2人(申し込み先着順)

申し込み ①18日(火)までに久井保健福祉センター(☎0847・32・8551)②19日(水)までに本郷保健福祉センター(☎0848・86・3609)へ



やさしい精神保健福祉講座

とき ①11月4日(金)②11月19日(土)

※いずれも13時30分～15時

ところ 城町庁舎2階

演題/講師 ①引きこもりの人が抱える悩み/三原病院医師

河面憲志さん②思春期の子とかわるコツ/三原病院臨床心理士 中島美穂さん

申し込み先 保健福祉課(☎0848・67・6061)

精神保健福祉相談

とき 19日(水)13時30分～16時

ところ 県東部保健所(尾道市古浜町)

内容 精神科医師による相談

申し込み 14日(金)までに県東部保健所(☎0848・25・4640)へ

運動機器利用のための講習会

とき 20日(木)13時30分～15時30分

ところ サン・シープラザ3階

内容 安全で効果的に運動機器を利用するための講習会



こんにちは

保健師です

自分の血糖値を知りましょう



皆さんは、自分の血糖値やHbA1c(過去1～2カ月の血糖値の平均値)の値を知っていますか。空腹時に血糖値が126mg/dl、HbA1cが6.5%以上の人は糖尿病と診断されます。

糖尿病は放置すると脳卒中や心臓病、失明の恐れがある網膜症など、重大な合併症を引き起こす危険がある病気です。最近の調査では、成人の5人に1人が糖尿病にかかっているという結果も出ており、誰もがかかる可能性のある病気になっています。

糖尿病の予防・早期発見のためには、日ごろから自分の血糖値を把握しておくことが大切です。市内の一部の薬局では無料で血糖値を測定することができます。

今月29日(土)・30日(日)の糖尿病フェスタ2016(13ページで案内)では血糖値の測定だけでなく、専門スタッフから食事や運動などのアドバイスも受けることができます。ぜひ、自分の血糖値を知り、生活習慣を見直す機会としてご来場ください。

三原市保健師 十楽真帆

認知症予防講演会

とき 19日(水)14時～15時30分

ところ 中央公民館

演題 認知症になっても自分らしく暮らすには

講師 広島都市

学園大学健康

科学部教授

近藤 敏さん



対象 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の

定員 10人(申し込み先着順)

申し込み先 高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

0848・67・6055)

B型肝炎ワクチンが定期予防接種になります

対象 平成28年4月1日以降に生まれた1歳未満の子

※対象者には、接種券と予診票を送付します。

接種場所 県内の広域予防接種受

託医療機関

接種料 無料

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6234)



子育て 応援



就学時健康診断

とき 11月1日(火)～29日(火)

対象 市内に住民登録し、来年4月に小学校へ入学する子

※対象者には、今月上旬に案内を送付します。

0848・67・6154



キッズチャレンジ教室

とき 22日(土)10時30分～12時30分

ところ サン・シープラザ3階

内容 煮込みハンバーグ作り

対象 3～6歳児と保護者



定員 10組(申し込み先着順)

申し込み 18日(火)までに保健福祉課(☎0848・67・6053)へ

53)へ

マタニティースクール

とき 14日(金)10時～12時

ところ サン・シープラザ3階

内容 妊娠・出産の話、栄養講座

対象 妊娠5カ月以降の人

定員 15人(申し込み先着順)

申し込み 7日(金)までに子育て世代包括支援センター(☎0848・67・6217)へ

0848・67・6217)へ

母乳の悩み相談

とき 7日(金)・28日(金)

※いずれも10時～12時、13時～15時のうち1時間。

ところ サン・シープラザ3階

内容 産前・産後の乳房ケア、マッサージ方法の紹介

対象 出産前後の人

定員 各4人(申し込み先着順)

申し込み 相談日の前日までに子育て世代包括支援センター(☎0848・67・6217)へ



離乳食教室

とき 7日(金)①10時～10時40分②11時～11時40分

ところ 大和保健福祉センター

内容 離乳食の進め方、調理実習、試食など

習、試食など

対象 保護者と①4～6カ月児②7～10カ月児

定員 各20人(申し込み先着順)

申し込み 4日(火)までに大和保健福祉センター(☎0848・7・34・0960)へ

7・34・0960)へ

祝日の小児科救急当番医院

とき 10日(月)9時～12時、14時～16時

ところ わきた小児科(宮浦六丁目)☎0848・67・7999

子育て支援センターでの相談

とき・ところ ①6日(木)・大草公民館②7日(金)・あさかぜ保育園③13日(木)・さくら保育園

※受付時間は①9時30分～11時②③10時～10時30分。

②③10時～10時30分。

内容 身体測定、育児・栄養・歯科相談、遊びの広場

対象 乳幼児と保護者

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6061)

0848・67・6061)

子育て応援相談

とき 火・木曜日10時～12時、13時～15時

ところ サン・シープラザ3階

内容 乳幼児の発達や子育ての相談、専門機関の紹介

対象 乳幼児と保護者

申し込み先 子育て世代包括支援センター(☎0848・67・6217)

6217)

ベビーサロン

とき 27日(木)10時30分～11時40分

対象 保護者が仕事などで昼間家にいない市内の小学生

※詳しくは入会の手引き(提出先、市ホームページに用意)に掲載。

申し込み 申請書(提出先に用意)を子育て支援課(☎0848・67・6045)、または各支所へ

8・67・6045)、または各支所へ

冬休み放課後児童クラブの入会受け付け

受付期間 10月17日(月)～11月15日(火)

対象 保護者が仕事などで昼間家にいない市内の小学生

※詳しくは入会の手引き(提出先、市ホームページに用意)に掲載。

申し込み 申請書(提出先に用意)を子育て支援課(☎0848・67・6045)、または各支所へ

8・67・6045)、または各支所へ

子育て支援グループ お～ちゃんの パパと一緒に遊ぼう

●ベビーマッサージ

とき 10月16日(日)①10時～11時②11時～12時

ところ リージョンプラザ南館

対象 保護者と①3～5カ月児②6～11カ月児

定員 各15組(申し込み先着順)

申込期限 10月13日(木)まで

●親子ストレッチ

とき 11月6日(日)10時30分～11時30分

ところ 中央公民館

対象 1歳児～未就学児と保護者

定員 25組(申し込み先着順)

申込期間 10月17日(月)～11月3日(木)

申し込み ファクスかEメールで①参加者全員の名前②子の生年月日③住所④電話番号⑤ファクス番号かメールアドレスを子育て支援課(☎0848・67・6045)☎0848・64・2130✉kosodate@city.mihara.hirosima.jp)へ



▲申し込み用
二次元コード



笑顔あふれる明るい未来へ⑩
だれもが安心して暮らし続けるために

認知症や知的・精神障害などの理由で、判断能力が不十分な人は、不動産や預貯金など財産の管理をすること、医療や介護など自分の生活に必要なサービスの手続きが困難な場合があります。

また、訪問販売でよく分からないままに高額な商品を買わされるなど、自分に不利な条件で売買契約を結んでしまい、消費者トラブルに巻き込まれることもあります。

成年後見制度とは、このような判断能力が不十分な人の財産管理と、本人の意思を尊重した生活を支援するための制度です。この制度には、家庭裁判所によって選ばれた後見人が支援を行なう法定後見制度と、判断能力があるうちに自分で後見人を選定する任意後見制度があります。

成年後見制度を利用するためには、本人の住所地の家庭裁判所に、本人、配偶者または四親等内の親族が、後見の開始を申し

立てる必要があります。社会福祉協議会や高齢者相談センター、成年後見センターなどに相談をすることができます。

誰もが住み慣れたまちで安心して暮らせる社会を築くため、成年後見制度について正しく理解しておきましょう。

(人権啓発広報編集委員会)

相談受け付け窓口

三原市社会福祉協議会 ☎084
8・63・0570)

成年後見センター・リーガルサ
ポート広島 ☎082・511・02
30)

※各高齢者相談センターの住所・
電話番号は、高齢者福祉課 ☎
0848・67・6055) へ問い合わせ
てください。

人権標語

(小学5年生の作品)

じんけんはだれもがもっている
たからもの

児童館へおいでよ！

申し込み先 児童館 ☎☎兼用0848・67・1123)

茶の心～和親庵～

とき 15日(土)10時15分～、
11時15分～
ところ サン・シープラザ4階
内容 お茶のお点前
対象 3歳児以上(未就学児は保
護者同伴)
定員 各10人 参加費 250円
用意する物 ハンカチ、白い靴下

すくすく子育て講座

とき 18日(火)10時30分～
11時30分
内容 トイレトレーニングの進め方
講師 市保健師
対象 子育て中の人
定員 30人

親子ストレッチ

とき 19日(水)①10時～10時
45分②11時～11時45分
対象 保護者と
①0歳児②
1～5歳児
定員 各30組



リトミックランド

とき 20日(木)・21日(金)①10
時30分～11時②11時15
分～11時45分
内容 リトミック(音楽遊び)
対象 保護者と①0歳児
②20日=2歳児、
21日=1歳児
定員 各15組



英語であそぼ！

とき 22日(土)①10時～10時
45分②11時～11時45分
ところ 市民福祉会館2階
内容 ハロウィンパーティー
対象 ①3～5歳児
②小学1～3
年生
定員 各15人 参加費 500円



観劇会

とき 23日(日)11時～12時
内容 劇団すぎのこによる
人形劇「もも
たろう」
対象 1歳児以上
定員 100人



※いずれも申し込み先着順です。申し込み受け付けは2日(日)10時からです。
※開館時間は10時～17時30分です。月曜日は休館日です。

くらしの無料相談窓口

相談日などは変更する場合があります。事前に確認してください。

	相談の種類	と き	と ころ	申し込み・問い合わせ先	
法 律 ・ 生 活	弁護士法律相談	28日(金)※要予約。受け付けは5日(水)8時30分から。	13時～16時	中央公民館	生活環境課 (☎0848・67・6178)
		12日(水)・26日(水)※いずれも要予約。利用には収入などの条件があります。	10時～16時	広島地方裁判所尾道支部(尾道市新浜)	広島弁護士会尾道地区会 (☎0848・22・4237)
	法律相談	6日(木)	13時30分～16時※受け付けは15時30分まで。	しまなみ交流館(尾道市東御所町)	広島地方検察庁尾道支部 (☎0848・23・3529)
	司法書士法律相談	祝日を除く月～金曜日	12時～15時	電話相談 広島相談センター(☎082・511・7196)	
	法的トラブルの解決法・窓口の案内	祝日を除く月～金曜日	9時～16時	電話相談 法テラス広島(☎050・3383・5485)	
	1日総合相談	6日(木)	13時30分～16時30分	中央公民館	生活環境課 (☎0848・67・6178)
	消費生活相談	祝日を除く月～金曜日	9時～12時、13時～16時	市役所本庁5階 ※電話相談も可。	消費生活センター (☎0848・67・6410)
	消費生活巡回相談	7日を除く金曜日 ※いずれも要予約。	14時～16時	本郷・久井・大和支所	
	交通事故・民事・家事相談	祝日を除く月～金曜日	9時～17時	電話相談 県生活センター(☎082・223・8811)	
			11日(火)・24日(月)	10時～12時、13時～16時	電話相談 県東部地域県民相談室尾道支所(☎0848・25・2011)
	暴力団関係相談	祝日を除く月～金曜日	9時～17時	電話相談 暴力追放広島県民会議(☎082・228・5050)	
	不動産相談	7日(金)・21日(金)	10時～15時	サン・シープラザ4階	社会福祉協議会 (☎0848・63・0570)
	戦没者遺族相談	6日(木)・20日(木)	13時～16時	サン・シープラザ3階	
	行政相談	17日(月)			
	自立サポート相談	祝日を除く月～金曜日	8時30分～17時15分	サン・シープラザ4階	自立相談支援センターみはら (☎0848・67・4568)
	成年後見専門相談	13日(木)※要予約。	14時～16時	サン・シープラザ3階	障害者生活支援センター (☎0848・63・3319 ☎0848・63・3359)
	障害者なんでも相談	19日(水)※要予約。	14時～16時	本郷福祉センター	
		10月5日(水)・11月2日(水)※要予約。	10時～12時	久井保健福祉センター	
		7日(金)※要予約。		大和保健福祉センター	
	心配ごと相談	金曜日	13時～16時	サン・シープラザ3階	社会福祉協議会・各地域センター (☎0848・63・0570)
12日(水)・26日(水)		本郷福祉センター		(☎0848・86・3607)	
5日(水)・19日(水)		9時～12時	久井保健福祉センター	(☎0847・32・7101)	
21日(金)			大和人権文化センター	(☎0847・33・1308)	
7日(金)			大和保健福祉センター	(☎0847・34・1214)	
教 育 ・ 子 育 て	学校生活・勉強などの悩み相談	祝日を除く月～土曜日	9時～17時45分(土曜日は8時30分～17時15分)	リージョンプラザ2階 ※電話相談も可。	三原ふれあい相談室 (☎0848・64・7201)
	学校生活の悩み・体罰などの相談	祝日を除く月～金曜日	8時30分～17時15分	電話相談 三原子どもサポートダイヤル(☎0848・67・6173) ※時間外は留守番電話で対応。	
	療育・教育相談	3日(月)・24日(月)	13時～16時	サン・シープラザ3階	社会福祉協議会 (☎0848・63・0570)
	児童虐待通告窓口	毎日	24時間	電話相談 保健福祉課(☎0848・67・6088)	
	家庭児童相談	祝日を除く月～金曜日 ※12日(水)は要予約。	9時30分～16時	サン・シープラザ3階	家庭児童相談室 (☎0848・61・0121)
健 康	アレルギー疾患相談	18日(火)	13時30分～15時30分	県東部保健所(尾道市古浜)	県東部保健所 (☎0848・25・4641)
	認知症相談	火・木曜日	13時～16時30分	電話相談 県地域包括ケア推進センター(☎082・553・5353)	
人 権	人権相談	火・水・金曜日	10時～16時	サン・シープラザ3・4階	人権推進課 (☎0848・67・6044)
		6日(木)	13時30分～16時30分	中央公民館	
		祝日を除く月・木曜日	10時～16時	市役所本庁4階	
		祝日を除く月～金曜日	10時～16時	人権文化センター (☎0848・66・1111)	
	10時～16時		本郷人権文化センター (☎0848・86・3333)		
	8時30分～17時15分	電話相談 法務局常設電話相談所(☎0570・003・110)			
女性相談	祝日を除く月～金曜日	9時30分～16時	サン・シープラザ3階	女性相談室 (☎0848・61・0122)	
女性の人権相談	祝日を除く月～金曜日	8時30分～17時15分	電話相談 女性の人権ホットライン(☎0570・070・810)		
子どもの人権相談			電話相談 子どもの人権110番(☎0120・007・110)		
水防・災害対策本部専用電話			(☎0848・67・6868 ☎0848・67・6164)		



▲地元の桃やぶどう、いちじくのジャムパンやジュースなど大和町の魅力が詰まった補給所。多くのランナーが足を止めました(9/18 三原・白竜湖トレイルランレース 大和町など)

スィム1.5km、バイク42km、ラン10km。選手の皆さんは、沿道からの声援を受けながら、体力を振り絞ってゴールをめざしました(8/21 第27回トライアスロンさきしま大会 佐木島)



▲来年3月で100歳になる内坂 ハルエさん。長生きの秘訣は、栄養バランスの取れた食事をするのだそうです(9/16 新100歳のお祝い 大和町上草井)



三原市ふるさと大使の絵本作家 永井郁子さんが茶道の心得を紹介する絵本を読み語り。参加した子どもたちは実際に体験しました(9/4 絵本読み語りライブ 本郷保健福祉センター)



▲お土産用の野草の健康茶。効能を説明するリーフレットも用意します

竜王山の山頂近くにある一軒の茶屋。週末になると登山やサイクリングを楽しむ人が足を休めます。この店を切り盛りするのが地元・登町出身の國重伸枝さんです。
風光明媚な瀬戸内海を一望できる観光地としてにぎわう一方、住む人は減少の一途をたどっている竜王山周辺。ここで幼少期を過ごした國重さんは、祖母を訪ねるたびに「このまま住む人がいなくなれば、古里が消えてしまう」と危機感を持ったと言います。
そこで7年前に思い切った夫婦でUターン。町内会の活

動などで地域に根づいていく中、竜王山を訪れる人に地元野菜などを使った料理を出す茶屋を営むことを思い付きました。
「これまで接客や販売の経験はまったくなかった」という國重さん。出店を決意してから、創業を支援する市の講座で経営を学び、イベントに模擬出店するなどして経験を積みました。店舗は補助制度を利用して空き家を改修し、今年3月の開店にこぎつけました。
店では特産のゴボウを使ったそば、さまざまな野草を煎じた健康茶など、独自のメニュー



育ててくれた竜王山のためにできること
山頂近くで茶屋を営む 國重伸枝さん
くにしげのぶえ

を提供しています。「お客さんが喜んでくれるのはもちろん、人が集まることで地域の人が生き生きしているのがうれしい」と國重さん。最近ではホームページの開設や市外イベントでの出張販売など、情報発信にも力を注いでいます。
「竜王みはらしライン」の開通の前に、新たなメニューの開発にも取り組む國重さん。「私がお店を頑張ることで、竜王山の周りが少しでも元気になれば」と、今日も笑顔で店に立ちます。

※このコーナーでは、スポーツや文化・芸術活動などに情熱を注ぐ若者や子どもたちを紹介します。

若者 × 情熱

ミハラのチカラ

STORY 07

本派専門道場

写真・絵を募集しています

テーマ

～あなたが残したい三原の風景～

応募資格 市内在住・在勤・在学の人

選考 総務広報課で選考

※応募作品の著作権は市に帰属し、市の公式フェイスブックで紹介させていただく場合があります。

※応募作品は返却しません。

申し込み 郵送またはEメールで写真(L判・データ)か絵(大きさは画用紙A3サイズまで)と①名前②住所・電話番号③撮影・制作日④撮影・題材場所⑤作品名⑥作品エピソード(70字以内)を総務広報課(〒723-8601港町三丁目5番1号 ☎0848-67-6007 somukoho@city.mihara.hiroshima.jp)へ

撮影エピソード 撮影者 せいまさけんいち 清政健一さん

日本屈指の禅道場として知られる佛通寺。山門には本派専門道場という看板が掛けられています。その境内で暑さの残る中、作務をされていたので、思わずシャッターを切りました。



●撮影年月 平成28年9月
●撮影場所 佛通寺(高坂町許山)

☎問い合わせ先

三原の光を観よう、 魅せよう。…… 18



瀬戸内三原
築城450年事業

「ふるさと三原」を次の世代へと伝えていく連載企画。県立広島大学三原キャンパスの学生と三原の歴史や文化を再発見していきます。



作業療法学科2年
村上智美さん

「兄弟3人で団結し、毛利を支えていくように」。父・元就の教えを守り、小早川家の養子となつてからも毛利のために力を尽くした小早川隆景ですが、その隆景も多くの有能な家臣たちに支えられていました。

今月は、小早川隆景の家臣の中でも、忠臣の呼び声が高い末近四郎三郎信賀ゆかりの地である久井町を村上智美さんと訪ねました。

「区画整理で現在は水田と畑になっていきます。末近氏は久井で新しく田を拓き、そこに住む人々と農作業などをして過ごし



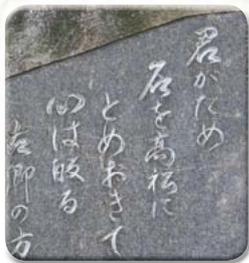
「ごく普通の田んぼですけど、ここにお城があったんですか」と驚く村上さん。

たと伝わっています」

「へえ。親しみやすいお殿様だったんですね。さぞ人々に慕われていたでしょうね。久井でおいしいお米が収穫できるのは、末近氏のおかげですね」と村上さん。

「近くにある末近氏のお墓と伝わる場所にお参りしませんか」と向かったのは農地の中の石碑が並ぶ一角。

「ここは、殿様墓と呼ばれ、地元の人たちの手できれいに管理されています」



辞世の句が刻まれた石碑

「ここにある歌碑には『君がため名を高松にとめおきて心は賑る古郷の方』とあります。戦地で散った末近氏がどれほど久井を愛していたかが分かる文章です」

「農地のすぐ側にお墓が建てられたのも、末近氏にそばで見守ってほしいという人々の思いがあったからでしょうね」と村上さん。



「村上さん、せっかく久井にきたのだから、有名な湧き水を飲みに行ってみませんか」と県道345号を進み、「健康の泉」と書かれた看板の前を左折。

「足の調子が良くなった、胃痛・肩こりに効いた」と評判を呼び、地元だけでなく全国から人が訪れているみたいです」

「すごい効能ですね。末近氏から、農作業に携わる人への贈り物かも」と村上さん。



自由に汲めるように整備されています

皆さんも末近氏のゆかりの地へ出掛けてみませんか。

☎築城450年事業推進担当室
0848-61-0450

あ・と・が・き

スポーツに熱くなったこの夏、強く印象に残ったのはリオ五輪陸上男子400mリレーの銀メダル。まったくお家芸ではない陸上短距離での、予想もしなかった、まさに快挙でした。100mでは9秒台の選手が1人もいない日本が、全員9秒台のジャマイカに肉薄。一時は世界記録を持つポルトに並びかける場面も。仲間のため、チームのためだからこそ発揮できる力があることを実感しました。

▼巻頭で特集した市民体育大会。何と80年近い歴史と伝統があります。今年はその地域が最高のチームワークを見せてくれるのか楽しみです(S)

税金などの納期 (普通徴収)

- 市県民税(第3期)
 - 国民健康保険税(第4期)
 - 介護保険料(第4期)
 - 後期高齢者医療保険料(第4期)
- 納期限 10月31日(月)
夜間収納窓口(19時まで)
木曜日

航空機の騒音測定結果(8月分) (Lden)

- ▶正広局(本郷町善入寺正広)=49.3
- ▶本郷局(本郷町船木川西上)=52.4

三原市の人口(8月31日現在)

※外国人住民を含む。
※()内は前年同月との比較。

世帯数	44,153 世帯 (+49)
人口	97,233 人 (-944)
男	46,581 人 (-336)
女	50,652 人 (-608)

人口移動の詳細については
広島県 人口移動 月報 で
検索