

今月の主な内容

CONTENTS

表紙	第17回備前市リレーカーニバル
2・3	ふるさと納税のお知らせ ほか
4	国民健康保険税改正のお知らせ
5	長寿医療制度（後期高齢者医療制度）のお知らせ ほか
6	指定管理者を募集します ほか
7	ホームステイ受け入れ家庭募集 ほか
8・9	市民のページ
10・11	クローズアップびぜん
12～18	お知らせ 相談
19	図書館だより
20	Let's食育 What's 学校給食 休日当番医

海とみどりと炎のまち 広報 **びぜん** Bizen 7 月号 2008 July No.40

編集発行：備前市 総務課秘書広報係 ☎0869-64-1800



スプリンターの祭典 第17回 備前市リレーカーニバル

4×100mリレー 激走！一本のバトンに思いを込めて（総合運動公園 多目的競技場 6月15日）

お知らせ

お知らせ

ふるさと納税のお知らせ

- ・長寿医療制度（後期高齢者医療制度）保険料の決定通知書送付 ほか
- ・指定管理者を募集します

～備前市を応援してください～

ふるさと納税のお知らせ

～備前市を応援してください～

ふるさと納税制度がスタートしたことを受けて、備前市では、「ふるさと備前サポート基金」を設置し、広く全国のみなさんからのふるさと納税（寄附金）を募集しています。集まった寄附金は、「海とみどりと炎のまち ～ひとが元気、笑顔あふれる～」を基本理念とした備前市のまちづくりに使わせていただきます。

市民のみなさんから、現在備前市から離れている人や応援したいという想いをお持ちの全国のみなさんへ、この寄付金制度を広めていただきますようご協力をお願いします。

▼寄附の手順

- ①まずお電話ください（寄附申込書を送付します）。
 - ②必要事項を記入し、寄附申込書を返送ください。
 - ③お申込みいただいた人に「振込用紙」を送付します。
 - ④寄附金をお振込みください。
 - ⑤寄附金の領収書（寄附金受領証明書）を送付します。
 - ⑥ホームページなどで寄附者のお名前や事業報告をします。
- （※氏名の公表は、ご本人の意向をお伺いします）

▼寄附金の税制優遇措置

- ・市県民税の税額控除が受けられます
（5千円を超える寄附金額で申告した場合）。

▼その他

市ホームページにもご案内を掲載しています。
URL: <http://www.city.bizen.okayama.jp/index.jsp>

【問い合わせ先】

- | | | |
|---------|----------|------------|
| ○制度について | 企画課企画政策係 | （☎64-1871） |
| ○申込について | 総務課行政係 | （☎64-1807） |
| ○税制について | 税務課市民税係 | （☎64-1815） |

まちづくりを助成します！

(備前地域のみなさんへ)

備前地域では、昨年に引き続きふるさと創生資金で設けた「ふるさとづくり基金」を活用して、地域おこしなどを行う団体に対して助成します。

補助の対象 (備前地域に限る)

各種団体

- ・備前地域に本拠があること
- ・公益を目的としている団体で、活動実績が1年以上あること
- ・事業実施後も継続性を有すること
- ・活動・収支状況が公開できること

対象事業

特産品の開発、地域ブランドの確立、観光施設の充実など地域振興のために実施する事業

※同じ事業での申請は1回限り

補助率(限度額)・申請・補助期間

2/3以内(限度額100万円) ※ただし、予算の範囲内

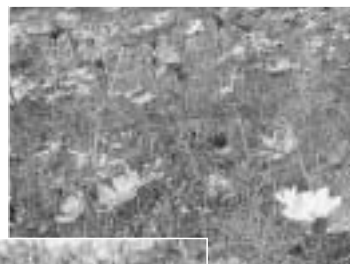
- ・1年間(平成20年度まで)

【問い合わせ先】 企画課協働推進係(☎64-1806)

【平成19年度に助成した事業】

「北尾集落環境事業」北尾営農集団(佐山)

コスモス▶



◀ハナショウブ

JR赤穂線増便運動 スローガン と ロゴマーク の募集

【問い合わせ先】
企画課(☎64-1871)

団体、企業、市民、行政で構成する「JR赤穂線利用を促進する会」では、JR赤穂線の増便・運行延長運動にふさわしいスローガンとロゴマークを募集しています。多数のご応募をお待ちしています。

スローガンの部 (20字以内)

- ◎賞品 最優秀賞 1点 JRオレンジカード1万円
優秀賞 2点 JRオレンジカード5千円

マーク(ロゴ)の部

(用紙の地色を含め4色以内。グラデーション不可)

- ◎賞品 最優秀賞 1点 JRオレンジカード1万円
優秀賞 2点 JRオレンジカード5千円

◆募集期間 7月1日(火)～8月31日(日)

◆応募方法 官製ハガキまたは封書(住所・氏名・年齢・性別・電話番号を正確に記入、メール不可)各部門別に官製ハガキ、あるいはA4用紙1枚につき1点とします。応募は一人何点でも可。ただし、自作の未発表作品で他に明らかに類似するものでないもの。

*最優秀・優秀作品については市内3か所に設置する予定の啓発看板(横3.0m×縦1.5m)に活用予定です。応募作品の返却はしません。応募作品に関する権利は「JR赤穂線利用を促進する会」に帰属します。マークについては、単色で使用することもあります。応募結果などについては、入賞された人に直接連絡するとともに広報紙などで発表します。

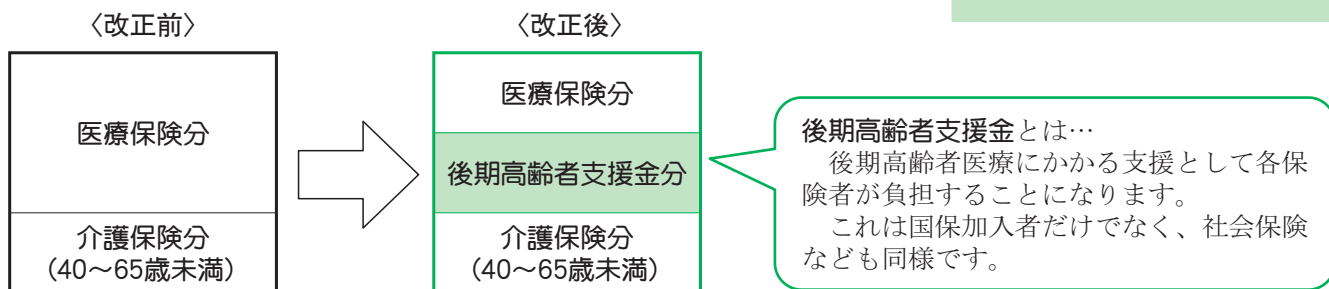
【申込】 「JR赤穂線利用を促進する会」(事務局：備前商工会議所内)
〒705-8558 東片上230 (☎64-2885・FAX63-1200)

国民健康保険税改正のお知らせ

平成20年度から地方税法の改正や後期高齢者医療制度の創設などの制度改正、年々増え続ける医療費等の影響を受けて、国民健康保険税も改正されました。主な改正点は次のとおりです。

●国民健康保険税の賦課区分の変更

これまでは医療保険分と介護保険分でしたが、医療保険分に後期高齢者支援金分が創設されました。



●国民健康保険税の税率等の変更

医療、介護給付費が増え続けていることと、制度改正に伴う改正を行いました。

〈改正前〉

	医療保険分	介護保険分
所得割	{前年中所得－33万円}×10%	{前年中所得－33万円}×1.7%
均等割 (被保険者1人あたり)	27,000円	7,500円
平等割 (1世帯あたり)	21,000円	4,200円
限度額	56万円	9万円

↓

〈改正後〉

	医療保険分	後期高齢者支援金分	介護保険分
所得割	{前年中所得－33万円}×7%	{前年中所得－33万円}×2.3%	{前年中所得－33万円}×2.1%
均等割 (被保険者1人あたり)	22,000円	8,000円	9,000円
平等割 (1世帯あたり)	16,000円	6,000円	4,800円
限度額	47万円	12万円	9万円

●後期高齢者医療制度創設に伴う国保税の緩和措置

75歳以上の人（一定の障害のある人は65歳以上）が国保から移行しても、国保税が急激に増加することがないように、次のような措置を講じます。

1. 軽減を受けている世帯について、移行により国保被保険者が減少しても、世帯の構成や収入の状況が変わらなければ一定期間は以前と同様の軽減を受けることができます。
2. 移行により国保単身者となる人について、一定期間、医療保険分と後期高齢者支援金分の平等割額を半額とします。

国 保

【問い合わせ先】

税務課市民税係

(☎64-1815)

保健課保険医療係

(☎64-1819)

平成20年10月から

国民健康保険税の 特別徴収（年金天引き） が始まります

対象となる人は、次の4つの条件をすべて満たす人です。

- ①世帯主が国保被保険者である場合
- ②国保被保険者の全員が65～74歳の世帯
- ③世帯主が年額18万円以上の年金を受給している場合
- ④国民健康保険税と介護保険料の合計が、年金額の2分の1を超えない場合

※平成20年度は、年税額から平成20年7月から9月までに納付書などで納めていただいた額を差し引いた差額を平成20年10月、12月、平成21年2月の3回で調整して、世帯主が受け取る年金から引かれます。

※平成21年度は、年6回の年金支給時に年金から引かれます。

※保険税額の決定通知書は、平成20年7月中旬頃、世帯主に送付します。

これらに該当しない人は、従来どおり納付書や口座振替による納付方法となり、納期は7月から翌年2月までの年8回です。

長寿医療制度 (後期高齢者医療制度) のお知らせ

【問い合わせ先】

- 資格・給付に関すること
保健課保険医療係 (☎64-1819)
- 保険料に関すること
税務課市民税係 (☎64-1815)
- 岡山県後期高齢者医療広域連合
(☎086-245-0090)

▶平成20年度後期高齢者医療保険料 の決定通知書を送付します

今年4月から始まりました長寿医療（後期高齢者医療）制度の平成20年度保険料が今月決定します。

今月中旬に決定通知書などを送付しますのでご確認ください。

▶8月1日で負担割合が変更となる 人には被保険者証を送付します

後期高齢者医療被保険者のみなさんには、医療機関の窓口で1割または3割（現役並み所得者）の自己負担をお願いしています。

1割または3割の負担割合については、毎年8月に前年所得での判定を行い、見直しを行います。

自己負担割合 判定該当期間	判定対象所得
平成20年7月31日まで	平成18年分所得
平成20年8月1日～ 平成21年7月31日	平成19年分所得

1割?

3割?



8月から負担割合の変更となる人

お手元にある被保険者証の有効期限は平成21年7月31日となっていますが、今月下旬に新しい被保険者証を送付します。この場合、現在お持ちの被保険者証は、8月1日以降使用できなくなりますので、市役所へ返却（郵送でも可）してください。

負担割合の変更がない人

現在お手元にある被保険者証を引き続き平成21年7月31日まで使用してください。（被保険者証の送付はしません）

税

所得税……住民税
の税源移譲による
経過措置

【問い合わせ先】
税務課市民税係
(☎64-1815)

くわしくは
お問い合わせ
ください。

平成19年分の所得が減って所得税が課されなくなった人

申告すれば、平成19年度の 住民税が還付されます

【申告期間】
平成20年
7月1日(火)
～31日(木)

対象者

次の条件にあてはまる人が対象です。

平成19年度の 住民税の課税所得 (申告分離所得分を除く)	>	所得税との 人的控除額の 差の合計額	≥	平成20年度の 住民税の課税所得 (申告分離所得分を含む)
-------------------------------------	---	--------------------------	---	-------------------------------------

〈例えば、こんな人〉・出産や病気などで、長期休職をしていた人
・職場を退職した人 ・大幅に所得が減った人

◆減額される額

(税源移譲後の税率で計算した住民税額) - (税源移譲前の税率で計算した住民税額)

◆手続き 平成20年7月1日～31日の間に「市県民税減額申告書」を提出してください。

◆提出先 平成19年1月1日時点にお住まいの市町村へ提出します。

※この経過措置は、平成19年度分住民税のみ適用されます。

ただし、平成19年中に亡くなられた人など、対象にならない場合があります。

指定管理者を募集します

市では、公の施設の管理に民間の能力を活用しつつ、住民サービスの向上を図るとともに、経費の削減などを図ることを目的として、次に掲げる施設について指定管理者を募集します。

公募No.	施設名称	施設所在地（備前市）
No. 1	日生鹿久居島古代体験の郷まほろば	日生町鹿久居島国有林内
No. 2 一括公募	八塔寺山荘	吉永町加賀美1155番地
	八塔寺ふるさと館	吉永町加賀美817番地22
No. 3 一括公募	備前市総合運動公園（体育館）（多目的競技場）（多目的広場）（温水プール）	久々井747番地
	備前市伊部運動公園（運動場）（庭球場）	伊部2086番地1
	備前市浜山運動公園（野球場）（多目的広場）（テニスコート）（グラウンドゴルフ場）	日生町寒河380番地3
	備前市三石運動公園（体育館）（運動場）（庭球場）	三石31番地1
	備前市日生運動公園（体育館）（スポーツ広場）	日生町寒河380番地3
	備前市日生武道場	日生町日生630番地1
	備前市吉永B&G海洋センター（体育館）（グラウンド）（艇庫）	吉永町吉永中291番地4 吉永町南方1397番地
	備前市吉永テニスコート	吉永町吉永中291番地4

※施設所在地に複数の地番がある場合でも代表地番のみを記載しています。

※詳細は下記担当課へお問い合わせください。

※ホームページでもご覧いただけます。(url: <http://www.city.bizen.okayama.jp/shimin/benri/seisaku/siteikanri.jsp>)

◆申込受付期間 8月1日(金)～29日(金)

◆問い合わせ先

(公募No.1) 日生総合支所管理課 (☎72-1254)
メールアドレス bzh-sangyo@city.bizen.lg.jp

(公募No.2) 吉永総合支所管理課 (☎84-2513)
メールアドレス bzy-sangyo@city.bizen.lg.jp

(公募No.3) 教育委員会スポーツ振興室 (☎63-3813)
メールアドレス bzsports@city.bizen.lg.jp

指定管理者制度とは

公の施設の管理委託先は「普通地方公共団体が出資している法人で政令で定めるもの又は公共団体若しくは公共の団体」に限られていましたが、平成15年9月に地方自治法が改正され、従来の「管理委託制度」から「指定管理者制度」に変更され、民間事業者でも公の施設の管理市場に参入することが可能となりました。

ごみ処理センター 建設予定地



ごみ処理施設の建設候補地が赤磐市に決定

備前地域ごみ処理広域化対策協議会

備前市、瀬戸内市、赤磐市、和気町で構成している備前地域ごみ処理広域化対策協議会で5月7日に市町長と議長により3市1町が共同で処理を行う新しいごみ処理施設の建設候補地の協議が行われました。

この施設は、市町村単独や一部事務組合単位として行われてきたごみ処理を、ダイオキシン類の削減対策として有効であることなどから、今後は広域的な枠組みで対応していくために整備するもので、対象地域人口約14万2千人のごみ処理を行います。

会議では、赤磐市の石蓮寺地区と瀬戸内市の牛窓地区とで比較検討を行いました。立地条件、大気や水等への影響、地球温暖化対策、建設や施設整備後の維持管理にかかる費用などの面で有利な点が多いことから赤磐市石蓮寺地区が候補地に全会一致で決まりました。

今後は、地域住民に説明会を行い、施設の詳細な内容や規模について協議することとなります。

【問い合わせ先】環境課 (☎64-1821)

ホームステイ受け入れ家庭 の募集

(中国文化交流フェスティバル2008)



▲昨年の公演

昨年のホストファミリーから

雑技団員(女子2人・13歳)を受け入れました。近所の人たちといっしょに食事をつくって食べたりして、とても楽しかったです。公演では、家にいるときにはない真剣な表情を見せ、その演技はスリルと迫力満点で感動しました。まるでわが子が演技しているようで、ハラハラ、ドキドキの連続でした。3日間という短い期間でしたが、家族にとって思い出深い有意義な時間を過ごすことができてとても良かったです。

問 企画課企画政策係 (☎64-1871)

中国江西省雑技団が今年も備前市にやってきます。

団員のホームステイ受け入れをして、思い出に残る交流をしませんか。

◆と き 8月26日(火)～28日(木)

◆内 容 ホームステイ受け入れによる雑技団員との交流

※小学生～高校生までの団員11人程度と団長など大人数人

◆募集対象 市内6家庭程度(原則2人1組)

※応募多数の場合は抽選となります。

◆応募方法 企画課企画政策係までお電話ください。(折り返し申し込み用紙を送付します)

◆募集期間 7月18日(金)まで

【備考】雑技団公演は8月27日(水)の予定です。

チケットの販売など、くわしくは広報びぜん8月号の折込チラシをご覧ください。

岡山海区漁業調整委員会 委員選挙

▼告示日 7月22日(火)

▼投票日 7月31日(木) 7:00～18:00
市内4投票所

▼投票できる人

漁船を使用する漁業を1年に90日以上経営または従事する満20歳以上の人で、岡山海区漁業調整委員会委員選挙人名簿(平成19年12月5日確定)に載っている人。

◆問い合わせ先

選挙管理委員会事務局 (☎64-1838)

農業委員会委員選挙

7月6日
執行

任期満了に伴うこの選挙は、農業の発展と向上に大きな役割を果たす農業委員会の委員を選ぶ大切な選挙です。

なお、候補者の数が選挙すべき人数を超えない場合は、投票は行われません。

▼投票できる人 市内に住所があり、平成20年1月1日現在満20歳以上で、同年3月31日に確定した市農業委員会委員選挙人名簿に登録されている人に限られます。

▼投票日 7月6日(日) 7:00～18:00

▽投票所 市内16投票所

▼期日前投票 投票日に、仕事などやむを得ない事情で投票所へ行けないときは期日前投票ができます。

郵送された投票入場券をお持ちください。印鑑は不要です。

▽期間 6月30日(月)～7月5日(土)

▽場所 備前市役所(本庁) 8:30～20:00

総合支所(日生・吉永) 8:30～17:00

▼不在者投票など 病院、老人ホームなど指定された施設の入所者は、不在者投票ができます。

このほか、郵便などによる不在者投票の要件に該当する人は、事前にお問合せください。

◆問い合わせ先 選挙管理委員会事務局 (☎64-1838)

2008年 市町村振興宝くじ

サマージャンボ 宝くじ

発売期間 7/14(月)～8/1(金)
<抽選日> 8/12(火)

1等・前払賞
合わせて

3億円 1億円

今年も楽しみ!

2等

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
(財)岡山県市町村振興協会

教育委員会委員

教育委員に荒木陽子さんが議会の同意を得て任命されました。任期は6月5日から4年間です。

また、教育委員会定例会において、藤原美佐男さんが、教育委員長に選任されました。任期は6月1日から1年間です。

教育委員会は、5人の教育委員からなる合議制の執行機関で、市の教育行政に関する重要事項の審議、決定を行います。

委員は、人格が高潔で教育、学術および文化に関し識見を有するもののうちから、市長が議会の同意を得て任命します。

教育委員長



ふじわら みさお
藤原美佐男さん
(吉永町和意谷 59歳)

教育委員



あらかき ようこ
荒木 陽子さん
(西片上 39歳)

固定資産評価審査委員会委員

固定資産評価審査委員会委員に、岡 延胤さん、真嶋義幸さん、中川康三さんが選任されました。任期は、5月24日から3年間です。

固定資産評価審査委員会は、固定資産課税台帳に登録された価格に関する不服申し出について審査し、固定資産税の適正、公平を期するために設けられています。



おか のぶたね
岡 延胤さん
(西片上 68歳)



まはな よしゆき
真嶋 義幸さん
(日生町寒河 62歳)



なかがわ こうそう
中川 康三さん
(吉永町神根本 57歳)

永年勤続区長表彰



なかの いさむ
中野 勇さん

5月26日(月)、県庁で平成20年度永年勤続町内会長・区長等知事表彰式が行われ、備前市から中野勇さん(前八木山下地区区長)が知事表彰を受賞されました。

この表彰は、町内会長・区長として多年にわたり地域活動の推進並びに地方自治の発展に尽くした功績をたたえるため、岡山県が実施しているものです。

中野さんは、区長として16年にわたり行政と地区住民とのパイプ役として、また、地域の発展のため尽力されました。

備前市ボランティア活動感謝状贈呈

6月17日(火)、市役所でボランティア活動感謝状贈呈式を行いました。

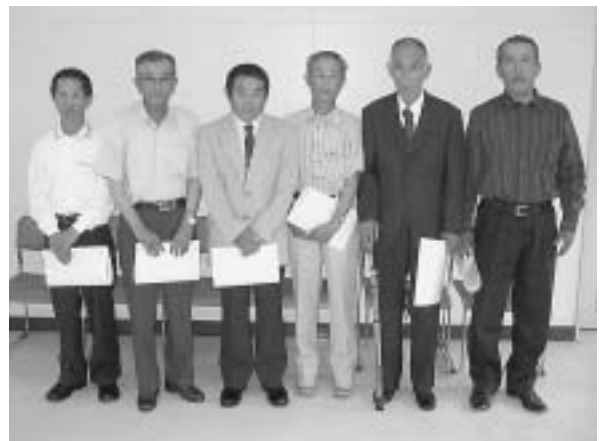
これは、市ボランティア活動感謝状贈呈規程に基づき、ボランティア活動で他の模範となったみなさんに感謝状を贈呈したものです。

贈呈されたみなさんは次のとおりです。

(敬称略)

写真左から

梅森健一(蕃山)、峠本宗夫(穂浪)、藤原 等(穂浪)、堀川通也(穂浪)、南 保夫(穂浪)、片井義明(八木山)



100歳 おめでとうございます



高原 豊さん（三石）が6月2日に満100歳の誕生日を迎えられ備前市、県からお祝いの品などが贈られました。

高原さんは明治41年 旧佐伯町（現和気町）生まれ。16歳頃大阪の郵便局に勤務し始め、その後三石郵便局に転勤、局長代理を最後に退職されました。

以前は碁を打つのが楽しみで、小説などの読書が趣味でした。「新聞は今もかかさず読んでいます。社説は別に取っています」と笑顔で話されました。

長寿の秘訣は規則正しい生活と、食べ物の好き嫌いがなくて、100歳のお祝いでは集まったみなさんと一緒に食事を楽しまれました。

頑張りました！ 岡山県障害者スポーツ大会

4月から5月にかけて、県内各地で第8回岡山県障害者スポーツ大会が開催され、備前市から32名の選手団が参加しました。4個の金メダル、4個の銀メダル、10個の銅メダルを獲得という素晴らしい成績でした。

男子50m平泳ぎ（U3）に出場した、ケイワテクノス（株）の磯本勝吾さん（鶴海）は、46秒10の大会新記録で2位以下に大差を付けて優勝しました。

磯本さんは、11月に宮城県で開催される日本選手権大会に出場予定で「4月から市の温水プールで週2～3回練習しています。全国大会でも頑張りたい」と話されました。



わんぱく相撲 全国大会出場！

6月1日(日)、和気町相撲場で開催された、第22回わんぱく相撲東備場所、山下 元君（香登小）が6年生横綱になりました。

山下君は出場選手の中では小柄な方でしたが、野球で鍛えた足腰で粘り、激しい寄りで圧倒し見事優勝！「前から出たかったんです。自信はあったけど、



頑張れ、山下君！

初めての出場で優勝できるとは思っていませんでした」と話しました。

山下君ら4年生から6年生の横綱は、8月3日(日) 東京・両国国技館で開催される第24回わんぱく相撲全国大会に出場します。

香登小が自転車岡山県大会で 2連覇達成！

第43回交通安全子供自転車岡山県大会が6月14日(土)、コンベックス岡山で開催されました。香登小学校チームは、各地区の代表23チームが参加する中、チームワークで2年連続で最優秀賞に輝きました。

香登小学校チームは、個人の部で最優秀賞、2人が優秀賞になるなど個々のレベルが高く、岡山県代表として8月8日(金)に東京ビッグサイトで開催される全国大会でも活躍が期待されています。

横川校長は、「スラロームや一本橋など、まだまだ練習することがたくさんあります。これからが大変です。」と言われ、選手のみなさんとともに決意を新たにしていました。



写真奥から 友光千春さん、吉田桃奈さん、友光香苗さん、岡村侑香さん、佐藤愛菜さん



まほろばウォーク2008

6月1日(日)、鹿久居島「古代体験の郷 まほろば」を目指して、頭島からの約9kmのコースと鹿久居島千軒棧橋から約3.5kmのコースで合わせて約460人がウォーキングを楽しみました。初夏の陽射しとさわやかな潮風を感じながら歩いたみなさんは、ゴールでつきたてのお餅や特製まほろば鍋でほっと一息。子どもたちは火おこしやカヌーを体験しました。(写真左上は頭島大橋)



松本史章翁顕彰碑除幕 旧片上工業高等学校を創設した松本史章翁の胸像が設置されました。(5/24 茶臼山公園)



備前市婦人協議会総会 紙のリサイクルについて講演を聴きました。(5/25 市民センター)



晴れの国トップアスリート派遣事業 ファジアーノ岡山フットボールクラブのコーチや選手の指導を受けました。(5/31 吉永中学校)



プール開き 市内の小学校ほかでプール開きが始まりました。(6/4 日生西小学校)

スプリンターの祭典

第17回備前市 リレーカーニバル

6月15日(日)、総合運動公園多目的競技場でリレーカーニバルが開催されました。

4×100mリレーに129チーム、チャレンジ種目(走り幅跳び・100m走・1000m走・1500m走)に450人の参加があり、総人数は過去最高の633人となりました。

参加者は練習の成果を発揮し、小学生女子低学年・ミドルチームの部・親子の部で5つの大会新記録が出るすばらしい大会となりました。(関連記事 表紙)

※くわしい大会結果はホームページに掲載しています。



中学校体育会 備前・伊里・三石の中学校で体育会が行われました。(6/7 伊里中学校)



青少年健全育成講演会 県青少年健全育成アドバイザー 藤原修己さんの講演がありました。(6/14 吉永地域公民館)



青年海外協力隊員出発報告 中川知子さん(日生町日生)が、ガボンに派遣されるため市役所に報告に訪れました。(6/17)



海難救助訓練 日生港で県水難救済会や東備消防組合による海難救助訓練が開催されました。(6/17)

保健

育児相談・健康相談

問 保健課健康係

(☎64-1820)

◆とき 7月8日(火)

9時30分～11時30分
寒河コミュニティセンター

◆ところ

乳幼児健診

問 保健課健康係 (☎64-1820)



◆ところ 備前保健センター

◆受付 13:00～13:30

(2歳6か月児健診のみ、受付13:00～13:15)

4か月児健診	(平成20年2月生)	7月2日(水)
1歳6か月児健診	(平成19年1月生)	7月16日(水)
2歳6か月児歯科健診	(平成18年1月生)	7月10日(木)
3歳6か月児健診	(平成17年1月生)	7月8日(火)

すこやか広場

問 総合保健施設

(☎84-9113)

赤ちゃんとお母さんたちが交流する場です。身体計測もできますので、お気軽にご参加ください。

◆とき 7月11日(金)・25日(金)

9時30分～11時30分
総合保健施設

◆ところ

一歳食事体験

問 保健課健康係

(☎64-1820)

◆とき 7月23日(水)

受付9時40分～10時
備前保健センター

◆対象 平成19年7月生

地域交流サロンが
できました!!

問 保健課健康係

(☎64-1820)

ちよつと疲れたなあ、気持ち
がしんどいなあと思ったら
お気軽に立ち寄りください。
季節の行事・卓球・カラオ
ケや、みんなとお話をして、
一緒に楽しい時間を過ごしま

こんにちは保健師です。

乳がんの自己検診

7月から各地区公民館で乳がん検診が始まります。

乳がんは現在30～64歳の女性の死因第1位になっており、時間になると1時間に1人ずつ乳がんで亡くなる程増加しています。

乳がんの自己検診とは、生理後1週間や決まった日に、胸部のひきつれやくぼみを目で確認したり、指先をそろえて脇の下や胸部を触ったりして、しこりなどを発見する方法です。

自分で毎月触ることで1cmの大きさでも発見できます。2cm以下なら早期で9割は治癒し、3cm以下ならほぼ乳房を残すことができます。

しかし、自己検診する習慣のない人は3cm以上で発見される場合が多く、がんが進行していることがあります。自己検診で自分の身体を守りましょう。

また、マンモグラフィは1mm以下のがんでも発見できます。40歳以上の方は「検診ガイド」やホームページで、日程や場所など確認の上、ぜひ視触診と併せて受診してください。

検診を受けましょう

～年に1回は検診を受診し、
自分の健康を守りましょう～

問 保健課健康係 (☎64-1820)
総合保健施設 (☎84-9113)

乳がん・子宮がん検診

「検診ガイド」やホームページで診療時間をご確認の上、受診票に名前・住所・生年月日・問診項目など必要事項を記入し、受診してください。

乳がん検診 (視触診集団)	30歳以上の女性	30～69歳	300円
		70歳以上	100円
子宮(頸部) がん検診	20歳以上の女性	30～69歳	700円
		70歳以上	200円

しよう！

◆とき 第2・4水曜日
13時～15時

◆ところ いんべ会館

◆対象者 市内に住んでいる
障害のある人やその家族、
日常生活の不安や悩みを持
ちながらも身近に相談でき
るところのない人。



▲榎原初子さん（伊部）

子育て

放課後児童クラブ

（神根児童クラブ開設）

問 こども課子育て支援係

（☎641853）

10月1日から神根小学校区
の概ね3年生までの児童を対
象に放課後児童クラブを開設
します。これに伴い神根児童
クラブが指導員を募集します。
◆募集人員 1人

◆資格 保育士または教員の
資格を有する人

◆とき （平日）14時～18時、
（長期休暇期間）8時～18
時

◆募集期限 7月末

わくわくするーむ

（伊部小学校北側）

問 わくわくするーむ

（☎640087）

いつでも親子が楽しく集え
る場を提供しています。

※毎週月～木曜日（10時～15
時）参加自由

★今月は「あそびえん」を紹
介します。

毎週月曜日（10時～12時）

◆参加費 100円

◆対象 3～4歳の親子



※毎月の予定は福祉事務所、
わくわくするーむにある「わ
くわく通信」、またはホー

ムページ「子育て情報」の
カレンダーをご覧ください。

子育て支援センター

（伊部保育園内）

問 子育て支援センター

（☎639121）

※参加自由（10時～11時）

7月の予定

●5日（土）七夕会（園合同9
時～11時30分）7月2日ま
でに予約・先着15組、参加
費子ども500円、大人3
00円

●11日（金）ままごとあそびを
しよう（着替え持参）

●18日（金）誕生会（6・7月
生まれのお子さんは11日ま
でに予約をすると誕生カー
ドをプレゼントします）

●25日（金）スライムを作ろう
（材料費100円）

※4日は園庭のみ開放します。



「地域子育て講座」開催のご案内

回	月 日	講 師	内 容
1	7/25(金)	赤磐子どもNPOセンター職員	地域で子育て応援します～体験談から～
2	8/22(金)	村中由紀子さん (山陽学園短期大学 幼児教育課教授)	子どもの成長について ～元気が出る子育て講座～
3	9/26(金)	市職員（管理栄養士）	乳幼児の食育について ～食で育てよう。 子どもの心と体～
4	10/17(金)	平松 淑さん (西鶴山地区 主任児童委員)	おもちゃづくり講座 ～身近な廃材で おもちゃを作ろう～
5	11/14(金)	日本赤十字岡山県支部 幼児安全法指導員	子どもの安全について ～幼児の事故に備えて～
6	12/19(金)	中野菜穂子さん (岡山県立大学 保健福祉部 准教授)	地域の資源を生かして ～それぞれの立場で できること～
7	1/16(金)	東備子どもNPOセンター 職員	ファミリーサポートセンター 実施に向けて

～あなたも子育て中の家族を
応援するため、できることから
始めてみませんか～

※7回コース（10:00～12:00）です。
※都合により内容を変更する場合があります。

◆対 象 市内在住

◆と ころ 市民センター

（4階・講習室）

◆定 員 30人程度

◆申込・問い合わせ先 7月15日（火）
までに住所、氏名、電話番号をハ
ガキ、電話またはメールで。
〒705-8602 東片上126
こども課子育て支援係（☎64-1853）
メール b z k o d o m o @ c i t y . b i z
e n . l g . j p

- ◆**対象** 中学生以上の男女、
- ◆**とき** 7月21日(月) 10時～11時30分
- ◆**問** 温水プール(☎03-3812-0381)
- 着衣泳法講習会**



▲高城ちどりさん(伊部)



▲片井忠義さん(伊部)

- 先着30人
- ◆**参加費** 無料(施設使用料は必要です)
- ◆**内容** 心肺蘇生法・AED(自動体外式除細動器)・着衣泳法の講習会、着衣泳法のみ講習も可能
- ◆**申込** 7月8日(火)から受付開始、温水プール受付まで(電話予約できます)

- ◆**問** 温水プール(☎03-3812-0381)
- ◆**とき** (第1期) 7月22日(火)～25日(金)
(第2期) 8月4日(月)～7日(木) 各4日間、12時30分～13時30分
- ◆**対象** 3歳～小学6年生の水中運動可能な幼児・児童、各期30人
- ◆**参加費** 4千円
- ◆**内容** 水慣れから各自の能力に応じた泳法の練習
- ◆**申込** 7月8日(火)から受付開始、直接温水プール受付まで(電話申込不可)

- ◆**問** 総合運動公園(☎03-3811-0381)
- ◆**とき** 7月29日(火)、8月5日(火)、19日(火)、26日(火) 10時～11時
- ◆**ところ** 総合運動公園体育館
- ◆**対象** 小学校1年生～3年生 先着25人
- ◆**参加費** 2千円
- ◆**内容** レクリエーションを含む運動
- ◆**申込** 7月8日(火)～21日(月) 9時～21時(休園日を除く) 直接体育館窓口で参加費を添えて申し込み。(電話申込不可)

『海の月間』 B&G海洋スポーツ普及大会

◆**問** 吉永B&G海洋センター(☎84-3776)



『海の月間』を記念し、カヌー、ヨットなど各種舟艇の紹介・試乗会などを行います。

午後は、カヌーなどの記録会や宝探しゲームもあります。

みなさんおそろいでご参加ください。

- ◆**とき** 7月20日(日) ※小雨決行
- ◆**ところ** 吉永B&G海洋センター艇庫(南方大池)
- ◆**参加費** 無料
- ◆**持ち物** タオル・水に濡れてもいい服装・くつ・帽子など
- ◆**日程**

- ▼受付 10:00～
- ▼試乗会 10:30～
カヌー・ヨット・ローボートなど
- ▼昼食 12:00～(軽食を準備します)
- ▼記録会 13:00～ カヌーなど
- ▼水辺をきれいにしようキャンペーン
「クリーンフェスティバルIN吉永」
- ▼宝さがしゲーム

〈広告〉

総合運動公園

問
総合運動公園(☎633811)
温水プール(☎633812)

◆利用時間 9時〜21時

◆休園日 7月(月)・14日(月)

22日(火)・28日(月)

※温水プールのみ22日(火)・28日(月) 午前10時〜午後5時まで開館します。

トレーニングルーム 利用講習会

問
温水プール(☎633812)

◆とき

7月6日(日) 10時、18時30分
7月17日(木) 14時、18時30分



現在
開催中!

BIZEN おかやま スイーツラリー

岡山・東備エリアに数多く点在する、人気のご当地ソフトや牧場こだわりの手づくりジェラートを食べ歩き、スタンプを集めるだけで、2万円分の旅行券など豪華商品が抽選で当たるスイーツラリーを開催中! ラリーに参加している28店舗のうち4店舗を巡って、スイーツを購入すればスタンプが押してもらえるよ。備前市内からも6店舗が参加。市商工観光課、各総合支所や観光案内所でリーフレットを入手して、ご家族やお友達とお楽しみください。

◆開催期間

12月31日(水)まで

<http://www.okayama-kanko.net/sweets/>

◆問い合わせ先

BIZEN おかやまスイーツラリー実行委員会
(事務局: 岡山県備前県民局 ☎086-233-9890)



◆とろ 温水プール内トレーニングルーム

※運動のできる服装(ジーンズ不可)、屋内シューズ、施設使用料200円が必要です。開催時間までにお集まりください。

体育施設使用予約

8月分は、7月10日(木)18時から窓口、電話(☎633811)および公共施設予約システムで予約できます。



日生運動公園

問
(☎722226)

◆利用時間 9時〜21時

◆休園日 7日(月)・14日(月)28日(月)

吉永B&G海洋センター

問
(☎843776)

◆利用時間 9時〜21時

◆休館日 7日(月)・14日(月)22日(火)・28日(月)



▲川崎千歳さん(伊部)

イベント

ウィズびぜん
“虹の広場”

問
備前市ネットワーク虹
坂口(☎642438)

我が家の自慢料理を
教えてください

トウツティ自慢のシフォン
ケーキを食べながら。
お気軽にご参加ください。

◆とき 7月4日(金) 10時〜

◆とろ ウィズびぜん(市民
センター1階)

◆参加費 無料
◆担当グループ トウツティ

リフレッシュ瀬戸内

問
都市整備課(☎641833)

日生 管理課(☎721254)

リフレッシュ瀬戸内(海岸
清掃)を次のとおり行います。
ご協力ください。

◆とき 7月6日(日) 8時〜
(雨天中止)

◆とろ ①大多府島・頭島、
②総合運動公園(久々井海岸)

◆その他 ごみ袋は準備します。

〈広告〉

戦没者追悼式

問 社会福祉課障害者福祉係

(☎641824)

備前市戦没者追悼式を無宗教献花方式で举行します。

本年度からは、市内一か所のみとし、戦没者遺族関係者のほか、一般の人も参列できます。

また、当日は無料送迎バス・船を運行します。くわしくは、お問い合わせください。

◆とき 7月18日(金)

9時30分～

◆ところ 市民センター

備前焼灯りのオブジェ制作体験講座

問 生涯学習課(☎641841)

今年で3回目、備前焼灯りのオブジェを作りませんか。

※出来上がった作品を11月に

閑谷学校ライトアップの会場で展示発表することを検討中です。

◆とき 7月26日(土)

10時～12時

◆ところ 備前焼伝統産業会館

◆参加費 2千500円

◆定員 先着70人

◆申込 生涯学習課(☎641841)

841)・岡山県備前焼陶友会事務局(☎641001)

わんぱくでチャレンジ in 閑谷

問 県青少年教育センター

閑谷学校(☎641427)

◆とき 8月1日(金)～3日(日)

◆ところ 県青少年教育センター

閑谷学校

◆対象 小学校4年生～中学校3年生 30人

◆内容 火おこし体験・夜の探検隊・大夕食会・キャンプファイヤー・カヌー体験など

◆参加費 5千円(食事代・材料代・保険料など)

◆申込 7月22日(火)

※申込方法などくわしくはお問い合わせください。

ひなせみなとまつり ステージイベント 出場者募集!



◆とき 8月13日(水) 16:00～19:30

◆ところ JR赤穂線日生駅前広場
特設トラックステージ

◆内容 ダンス、演奏、大道芸など

◆参加費 無料

◆申込期限 7月18日(金)までに商工観光課、各総合支所管理課備え付けの申込用紙によりFAXで申し込んでください。(時間に限りがあるため申込多数の場合は先着順いたします)

◆問い合わせ先

ひなせ夏祭り実行委員会事務局商工観光課
(☎64-1832 FAX 64-3845)

募集



▲濱田繁子さん(浦伊部)

市営住宅および 特定公共賃貸住宅 入居者募集

問 都市整備課(☎641851)

日生 管理課(☎721254)

◆募集期間 7月1日(火)～11日(金)

花火大会に県庁舎を開放 身体障害者35人を招待!

問 県庁障害福祉課

(☎086・226・7362)

県では、8月2日(土)に開催される「おかやま桃太郎まつり納涼花火大会」に、県庁舎へ車いす使用の身体障害者35人を招待します。(付き添いは2人まで)

◆対象者 身体障害者手帳をお持ちの車いす使用の人

◆申込 7月11日(金)午後5時までに、所定の応募用紙を使用するか、ハガキ、FAX(086・224・6520)、メール(shofuku@pref.okayama.lg.jp)で

〈広告〉

市立病院 職員募集

《平成20年10月1日採用》

【看護師】

- ・採用予定人員 5人（備前・日生・吉永）
- ・受験資格 昭和33年4月2日以降に生まれた人

【薬剤師】

- ・採用予定人員 1人（吉永）
- ・受験資格 昭和48年4月2日以降に生まれた人

【理学療法士】

- ・採用予定人員 1人（日生）
- ・受験資格 昭和53年4月2日以降に生まれた人

※いずれの採用も資格免許取得者

※（ ）は勤務予定場所

備前さつき苑職員募集

《平成20年10月1日採用》

【介護員】

- ・採用予定人員 1人
- ・受験資格 義務教育修了以上の学歴でホームヘルパー等の資格を有し、昭和48年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた人



◆試験期日 8月7日(木)

◆申込方法 7月25日(金)必着で受験申込書（3病院、備前さつき苑で交付）を提出

◆申込・問い合わせ先

- ・備前病院事務部庶務係
(〒705-8501 伊部2245 ☎64-3385)
- ・日生病院事務部庶務係
(〒701-3202 日生町寒河2570-41 ☎72-1111)
- ・吉永病院事務部庶務係
(〒709-0224 吉永町吉永中563-4 ☎84-2120)
- ・備前さつき苑事務局
(〒705-0001 伊部2231-1 ☎63-9300)

ホームページ（総務課職員係）で要項の閲覧ができます。
<http://www.city.bizen.okayama.jp/shimin/benri/soumu/syokuinsaiyou.jsp>

その他

「家族介護支援クーポン券」の交付申請をお願いします

問 介護福祉課地域包括支援センター（☎641844）

◆対象者 要介護「4」または「5」の認定を受けた在

（必要事項を記載してください）
※応募者多数の場合は抽選

国民年金の保険料免除制度について

問 岡山東社会保険事務所

国民年金担当課（☎086・270・7928）

市民課市民係

（☎641846）

◆申請 7月1日(火)～15日(火)に担当ケアマネジャーまたは地域包括支援センター相談員まで

宅高齢者の介護者で、在宅高齢者および介護者ともに市民税非課税世帯に属する人

日生 市民窓口課

（☎71102）

吉永 市民窓口課

（☎2512）

国民年金は、月々1万4千410円（平成20年度）の保険料を納付しなければなりません。所得が少なく納付が困難な場合には、本人の申請によって保険料納付が免除される「保険料免除制度」があります。保険料免除には、「全額免除」のほか、保険料の一部を納付する「1/4納付」、「半額納付」、「3/4納付」があり、負担能力に応じた納付し

省エネしましょう！ 夏の省エネ

問 環境課（☎641822）

★冷房は、室温28℃を目安に温度調節をしましょう。

★冷房機器は、不要なつけっぱなしをしないようにしましょう。

★電気、ガス、石油機器などを買う時は、省エネルギータイプのものを選びましょう。

やすい制度となっています。市民課市民係および市民窓口で申請を受付けています。

★冷蔵庫の庫内は季節にあわせて温度調節を行い、ものを詰め込み過ぎないように整理整頓しましょう。

★外出時は、できるだけ電車・バスなど公共交通機関を利用するようにしましょう。

★アイドリングはできる限りしないようにしましょう。

経済産業省報道発表「夏季の省エネルギー対策について」
<http://www.meti.go.jp/press/20080527003/20080527003.html>

〈広告〉

7月の相談 (無料)

今月一品

相談名	日時	相談会場・電話
法律相談	法律相談 (相続、消費生活など)	8日(火) 22日(火) 13:00～16:00 老人福祉センター 問 (☎64-3033) 要予約 1週間前から
	司法書士による相談 (サラ金、登記など)	15日(火) 13:00～16:00 老人福祉センター 問 (☎64-3033) 要予約 1週間前から
	公証相談 (離婚、遺言、金銭 貸借契約など)	22日(火) 13:00～15:00 保健センター 3階 問 (☎64-1800) 要予約 1週間前から
心配ごと相談	心配ごと相談	15日(火) 10:00～12:00 吉永地域公民館 問 (☎84-3839)
		22日(火) 13:00～15:00 社会福祉協議会 ㊦ 問 (☎72-2510)
	人権相談	17日(木) 13:00～15:00 寒河コミュニティセンター ㊦ 問 (☎72-1102)
		22日(火) 13:00～15:00 保健センター 3階 問 (☎64-1800) 電話相談可
	一般相談	毎週(木) 13:00～15:00 老人福祉センター 問 (☎64-3033) 電話相談可
行政相談	備前地域対象	22日(火) 13:00～15:00 保健センター 3階 問 (☎64-1800)
	吉永地域対象	15日(火) 10:00～12:00 吉永地域公民館 問 (☎84-2512)
	※日生会場の行政相談はお休みさせていただきます。 備前・吉永会場をご利用ください。	
子育てに関する相談	すこやか相談室 妊娠・出産・子育て	市役所勤務日 と同一 保健センター 1階 問 (☎64-3896)
	育児相談	月～金曜日 10:00～17:00 子育て支援センター 問 (☎63-9121) 面談可
	児童相談	毎週(月)(水)(金) 祝日は除く こども課こども福祉係 問 (☎64-1825)
	青少年育成 電話相談	市役所勤務日 と同一 青少年育成センター 問 (☎64-4158)
	子育て なんでも相談	随時受付 (土)(日)祝日を除く 老人福祉センター 問 (☎64-3033) 要予約
住宅相談	22日(火) 13:00～15:00	保健センター 3階 問 (☎64-1800)
消費生活相談	市役所勤務日 と同一	市民課生活安全係 問 (☎64-1876)
心の健康相談	16日(水) 14:00～16:00	総合保健施設 ㊦ 問 (☎84-9113・64-1820) 要予約、訪問相談可
高齢者職業相談	市役所勤務日 と同一	高齢者職業相談室 問 (☎63-2663)

冷やしうどん(青紫蘇)

1人分
エネルギー
390 kcal
塩分 3.3g



【材料】6人分

細い生めん 660g
若鶏もも肉 300g
M・たまご 3個
オクラ 6本
乾燥わかめ 6g
コーン缶詰 50g
トマト 300g
レタス 120g
梅干し 18g
青紫蘇の葉 6枚
煎り胡麻 大さじ2
濃口醤油 85cc
本みりん 85cc
かつおだし 270cc

【作り方】

- ①若鶏皮なしのもも肉を酒、塩を振り蒸し煮にして切る。
- ②たまごをゆでる。オクラを茹で薄い輪きりにする。
- ③水で戻したわかめを絞って適宜に切る。
- ④コーン缶詰をザルに取り出しさっと流水をかける。
- ⑤青紫蘇の葉は千切りにし、トマトは半月切り、レタスは2cm角に切る。
- ⑥梅干しの種を取り出し、適宜にちぎる。
- ⑦煎り胡麻の油がでるまですり、Aと合わせる。
- ⑧多めの湯で生めんを茹で、冷水で冷まし、充分水切りをする。
- ⑨大きめの平たい皿にレタスを敷き、うどんを盛る。

問 保健課健康係
(☎64-1820)

梅雨時期になりました。 交通事故防止に 心がけてください!!



問 市民課生活安全係 (☎64-1876)

この時期には、天候不順に伴う交通渋滞やスリップ事故が起こりやすくなりますので、次のことに注意しましょう。

1. できるだけ公共交通機関を利用しましょう。
2. 車の状態をチェックしましょう。
3. ライトは早めに点灯しましょう。
4. 運転はゆとりをもって!
5. シートベルト・チャイルドシートは必須です。後部座席もしましょう。
6. 自転車の運転も十分注意して!



◆開館時間 9:30～18:00
 ◆休館日 7日(月)、14日(月)、21日(月)、22日(火)
 28日(月)、31日(木)

本館 市立図書館 (市民センター内 ☎64-1133)
 日生 日生分館 (日生市民会館内 ☎72-1006)
 吉永 吉永分館 (☎84-2605)

<http://libweb.city.bizen.okayama.jp/> 備前市立図書館のホームページから図書のインターネット予約ができます。ご利用ください。

図書館だより

3館で行う行事

★読書マラソン

- ◆とき 7月19日(土)～8月31日(日)〔夏休み期間〕
- ◆対象 幼児～中学生まで
- ◆内容 図書を借りると1冊につき1個スタンプを押します。
スタンプカードがいっぱいになるとプレゼントがもらえます。

★チャレンジ図書館司書募集

- ◆とき 本館 25日(金)
日生・吉永分館 24日(木)
8:30～12:00
- ◆対象 市内小学5年生8人
(備前4人・日生2人・吉永2人)
- ◆募集期間 1日(火)～19日(土) (多数の場合は抽選)
- ◆内容 図書館内で司書の仕事にチャレンジします。

視聴覚ライブラリー



- ◆とき 26日(土) 10:30～11:15
- ◆ところ 市民センター3階
視聴覚室
- ◆内容 こどもにんぎょう劇場
(王さまの耳はロバの耳 ほか2話)

自動車文庫巡回日程

日 時		場 所
15日(火)	10:30～11:00	日生町漁協頭島支所前
	11:30～12:00	大多府加子番所前
	13:30～14:00	日生東公民館
	14:30～15:00	伊里公民館
23日(水)	10:30～11:00	神根公民館
	13:10～13:40	三国公民館
	14:30～15:00	三石公民館
24日(木)	13:30～14:00	東鶴山公民館
	14:30～15:00	西鶴山公民館
	15:30～16:00	香登公民館
	16:30～17:00	伊部公民館

7月 よみきかせ会

本館 ◆ところ 市民センター

おはなしの森《乳幼児対象》

- ◆とき 1日(火)、15日(火) 10:30～11:00
- ※絵本の読み聞かせ ほか、わらべうた、工作など

おはなし広場《幼児・小学生対象》

- ◆とき 12日(土) 13:30～15:00
- ※絵本の読み聞かせ ほか
- ※料理 フルーツポンチを作ろう！
- ◎先着 30人 (事前申込必要)
- ◎材料代 150円 (実費)

日生 ◆ところ 日生地域公民館

おはなしみかん《乳幼児対象》

- ◆とき 3日(木) 10:30～
- ※絵本の読み聞かせ ほか
- 工作「七夕飾りを作ろう！」

海辺のおはなし会《幼児・小学生対象》

- ◆とき 5日(土) 13:30～
- ※絵本の読み聞かせ ほか
- 工作「七夕飾りを作ろう！」

よみきかせ会スペシャル (どなたでも)

- ◆とき 27日(日) 10:30～11:30
- ※ペープサート・工作・大型絵本、
ストーリーテリング ほか

吉永

もこもこ《乳幼児対象》

- ◆とき 8日(火) 10:30～
- ◆ところ 吉永地域公民館 和室
- ※絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど

よみきかせ会《幼児・小学生対象》

- ◆とき 26日(土) 10:30～
- ◆ところ 子育て交流センター ふれあい交流室
- ※絵本の読み聞かせ、簡単な工作など

おたのしみ会 (どなたでも)

- ◆とき 20日(日) 10:00～11:00
- ◆ところ 子育て交流センター ふれあい交流室
- ※紙芝居・ペープサート ほか

〈広告〉

1(火)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
6(日)	草加病院 西片上 ☎64-3811 大田原医院 和気町大田原 ☎93-0035
7(月)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
8(火)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
9(水)	☎ 10:00~12:00 (耳鼻咽喉科) ☎ 13:00~14:30 (")
10(木)	☎ 10:00~12:00 (眼科) ☎ 13:00~14:30 (")
11(金)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
13(日)	浦上医院 穂浪 ☎67-0302 下野内科外科 木谷 ☎67-2335
14(月)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
15(火)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
16(水)	☎ 10:00~12:00 (耳鼻咽喉科) ☎ 13:00~14:30 (")
20(日)	萩原医院 寒河 ☎74-0007 日笠診療所 和気町日笠上 ☎93-0308
21(月)	大ヶ池診療所 大内 ☎64-4648 高場診療所 吉永中 ☎84-2017
22(火)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
23(水)	☎ 10:00~12:00 (耳鼻咽喉科) ☎ 13:00~14:30 (整形外科) ☎ 13:00~14:30 (耳鼻咽喉科)
24(木)	☎ 10:00~12:00 (眼科) ☎ 13:00~14:30 (")
25(金)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
27(日)	日生浦上医院 日生 ☎72-0935 吉本医院 三石 ☎62-1122
28(月)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)
29(火)	☎ 10:30~12:00 (吉永病院医師)

() 内は診療科目

※休日当番医(診療時間9時~17時)
変更になる場合があります。当番医に
ご確認ください。

Let's 食育 What's 学校給食



1日の元気は 朝ごはん から

備前市学校給食会では、毎年5月に小学校6年生と中学校3年生を対象に朝食調べを行っています。本年度は、小学生で0.9%、中学生で5.7%の子どもが朝食をとっていませんでした。昨年度と比べると朝食をとってくる子どもは増えていますが、食事の内容はどうでしょうか。

主食(パン・ごはん)に主菜(卵焼き・ハムウインナー・焼き魚など)と副菜(ソテー・お浸し・みそ汁など)のついた朝食をとっているのは、小学生で24.9%、中学生で19.2%でした。また、おにぎり・菓子パン、パンとコーヒー・紅茶など主食だけの朝食は小学生で22.4%、中学生で24.8%でした。中には、ドーナツやケーキだけ、ヨーグルトと果物だけの子どももいました。

朝食のことを「朝ごはん」といい、ごはん・おかず(主菜)・みそ汁(副菜)をとることで、多くの食品を摂取でき、また、栄養のバランスもとれたものとなっていました。日本の朝ごはんというイメージがありますが、現在は、ごはんにおかず(卵・ウインナーなど)だけの朝食が増え、みそ汁が付くことも減少してきているようです。また、パン食では、どうしても、野菜の摂取量が不足しがちになってしまいます。

バランスのとれた朝食をとる子どもほどイライラすることも少なく、感情も安定し、家族や友達関係の満足度が高くなるといわれています。



朝食をとっている子の食事内容(%)

	主食・主菜	主食・主菜・副菜	主食のみ	主食なし
中学生	50.8	19.2	24.8	5.2
小学生	51.2	24.9	22.4	1.5

また、朝食をとることは、学力・体力・気力にも大きく影響するといわれています。

朝食を欠食する子どもがいなくなることを目指して、食育を推進していきたいと思います。

(市立西鶴山共同調理場

学校栄養士 石原秀美)

(今月の文化財探訪はお休みです。)

編集ノート

各地で大規模災害、事故などが相次いでいます。被害に遭われたみなさまに心からお見舞い申し上げます。

さて、表紙のリレーカーニバルの日は曇り空で比較的過ごしやすかったのですが、カメラを持つ手は赤く日焼けしています。「紫外線」は強かったようです。

これからの季節は特に「熱中症」にも気をつけていきたいものです。調子がおかしいと感じた時は遅いといわれています。紫外線対策や適度に水分補給をして夏を乗り切りましょう。(横山)

納税

固定資産税・都市計画税(2期)
国民健康保険税(全期・1期)
後期高齢者医療保険料(1期)
介護保険料(2期)
の納期限は、
7月31日(木)です。

納期が気にならない便利な
口座振替の手続きは、お取引
のある金融機関窓口で!



面積 258.23km²

人口の動き

5月31日現在

総人口	40,065人(−30人)
男	19,168人(−20人)
女	20,897人(−10人)
・出生	25人
・死亡	37人
・転入	49人
・転出	67人

世帯数 15,840(+5世帯)

()内は前月比