



「湯崎英彦の宝さがし」開催！

（県政知事懇談会）



地元の方との白菜苗植え体験

9月11日（土）、「湯崎英彦の宝さがし」が本町で開催されました。知事は、「県政を考える上で現場の意見や地域の課題を的確に把握する必要がある。」として県民と直接対話を行う場として、県内の各市町において懇談会を開催されています。午前中は、和牛の放牧地、小畠総合福祉施設を視察され、その後豊松地区で都市住民と交流されている「あるぎ倶楽部」の取り組み、



懇談会の風景

仙養ケ原を見学されました。午後からの懇談会では、三和公民館を会場に10名の参加者がそれぞれの取り組みを報告され、その取り組みについて知事と参加者で懇談されました。特に県の教育、農業、医療施策等の具体的な施策について議論が行われました。

参加者の声

懇談の内容が今後の県の取り組みに反映されることを期待しています。この懇談を機会にこれからも現場をちゃんと見てほしい。直接知事と懇談できる機会はない。緊張したがいい経験だった。

懇談に参加された方々（10名）

大本優（井関新友会長）、藤井キクエ（町女性会長）、高原敬二（集落支援員）、田島義明（自治振興会）、門和子（町立病院）、伊勢村文英（農業）、岡 弘典（PTA連合会長）、河上大樹（油木高）、平川静子（商工会女性部長）、中平真純（町青年会副会長）（敬称略）

義足のランナー島袋勉さん（生涯学習講演会）

「夢をあきらめない！」感動講演会

9月15日・16日、両足義足のランナー島袋勉さん（沖縄県）が、町内各中学校とさんわ総合センターを巡回講演されました。

島袋さんは、仕事の帰りに事故で両足を切断、頭部挫傷による記憶障害を負われましたが、見事に社会復帰。また会社倒産から新会社を設立復活された奇跡の経緯を講演されました。その中で、「失敗等を人の責任にしない、自分の甘えを許さない」など、車椅子の生活から脱却する為、工夫することで障壁を乗り越えられたことなどを話されました。一般の方や生徒の中には、涙を流しながら聞き入る方もおられました。



さんわ総合センターでの講演の様子

高齢者叙勲を受章

高齢者叙勲を藤井一朗さん（田頭）が受章されました。藤井さんは、旭日単光章を受章され、永年にわたり地方自治発展に貢献され、その功績を認められたものです。



町立病院からのお知らせ

「生活習慣病について」

町立病院健康学習会「まめくらぶ」

9月28日（火）、「まめくらぶ」を開催し32名の参加者がありました。



（漆谷内科医師）

メタボリックシンドロームとは

内臓脂肪型肥満  
+  
脂質異常 高い血圧 高い血糖  
のうち2つ以上

予防には…  
1に運動  
2に食事  
3に禁煙  
最後に薬

1~3は家でできそう



講師の漆谷内科医師からは、生活習慣病は「メタボ」からで、健診を受けたら結果をきちんと見て今日から予防していきましょと講演がありました。参加者の方から肥満の問題点や検査数値の見方、運動の仕方などたくさんの質問があり、活気ある学習会となりました。

渡辺管理栄養士からは、総コレステロールの高い人は、コレステロールの高い食品(卵など)を「絶対食べてはいけない」ではなく、「なるべく控える」「もし食べるなら少量にする」ことが大切と話がありました。



（渡辺管理栄養士）

悪玉コレステロールを減らす食事の4か条

1. 朝食は抜かないようにしましょう。
2. 夜食は食べないようにしましょう。
3. 偏食はやめ、できるだけたくさんの食材を食べるようにしましょう。
4. 早食い・ドカ食いはしないようにしましょう。

ご長寿おめでとうございませう

敬老会・老人福祉大会開催



今年も各地区で敬老会・老人福祉大会が開催されました。町内の100歳以上の方は28人で、今年度中に100歳になる（明治43年4月1日から明治44年3月31日までの間に生まれた方）14名の方へ、内閣総理大臣からお祝い状と銀杯が贈られました。これからも健康に気をつけ、いつまでもお元気でお過ごしください。

企業の社会的貢献（CSR）で防草シートを整備

光信地域の環境保全団体「高原ファームみつのぶ」（延岡健二代表）と福山市内の建設業関係者ら約70名が10月2日、地元でのり面に防草シートを整備しました。町が昨年主催したCSR活動をする企業と受入れを希望する地元団体との交流会がきっかけで実現。参加企業を取りまとめた山陽土建工業(株)の栗原淑恵代表取締役副社長は、「自然豊かな地域に貢献できた。今後も末永くお付き合いしていきたい」と話されました。今後団体が約6,000本のシバザクラの苗を植え、来年5月に見ごろを迎える予定です。

