

# 町民憲章制定委員会が 開催されました！

11月21日（月）に町民憲章制定委員会が開催されました。牧野町長から、9名の委員を代表して、神石高原商工会会長の中平道正さんに委嘱状が渡されました。

また、委員会の会長に松本彰夫さん、会長代理に大橋崇信さんが選出されました。

この委員会では、町民自らまちの理想を掲げ、その実現に向けて一人ひとりが努力するためのルールとなる「町民憲章」の制定について、提案されます。



町長から委嘱状を交付される中平会長

役職	委員名	構成団体
会長	松本 彰夫	神石高原町議会
会長代理	大橋 崇信	神石高原町自治振興連絡協議会
委員	岩田 晃幸	神石高原町青年会
委員	小田 緑	神石高原町女性会
委員	林 濤二	神石高原町老人会
委員	中平 道正	神石高原町商工会
委員	小林 紀夫	神石郡PTA連合会
委員	高石 昭文	神石高原町小学校校長会
委員	寶田 鉄也	神石高原町中学校校長会

(敬称略)

## 英語で表現！第5回じんせきこうげん英語コンテスト

中学生英語暗唱・スピーチコンテストが11月16日（水）、さんわ総合センターで開催されました。町内4中学校から12名が発表し、1年生は課題文の暗唱、2・3年生は将来の夢、スポーツ、この町のことや社会問題などについてスピーチしました。結果は次のとおりです。(敬称略)

- 1年生の部(暗唱)**  
最優秀賞 山本 眞希(神石中学校)  
優秀賞 渡邊 彩美(三和中学校)
- 2年生の部(スピーチ)**  
最優秀賞 佐伯 彩夏(神石中学校)  
優秀賞 池田 健峰(三和中学校)
- 3年生の部(スピーチ)**  
最優秀賞 矢田貝美穂(油木中学校)  
優秀賞 油野木紫音(豊松中学校)



## 環境啓発ポスター・標語コンクールで入賞

(財)広島県環境保健協会が主催する環境啓発ポスター・標語コンクールそれぞれで、町内の中学生が奨励賞を受賞しました。コンクールでは、地球温暖化防止をテーマに県内小中学校から2万4千点以上の中から受賞となりました。

### 標語【中学校の部】

温暖化

今、止めないで いつ止める

奨励賞 森重 友登さん(神石中学校1年)

見せたいな

未来の子どもに この自然

奨励賞 青木 望さん(豊松中学校3年)



ポスター【中学校の部】  
奨励賞 矢迫野乃佳さん  
(神石中学校3年)

## 町立病院からのお知らせ

### 「口から食べられなくなったら…」～その時、私の望む方法は～ 町立病院健康学習会「まめくらぶ」

11月30日（水）の「まめくらぶ」では、41名の参加者の方が6グループに分かれ、医師や看護師と一緒に、口から食べられなくなった時に自分が望む方法について考えました。

自分自身の治療方法については決めているという方が大勢でしたが、年齢・立場・経験によって考え方はさまざまグループでのまとめは難しかったようです。



ただ、自分の考えを家族に伝え、家族も同じ思いでいること、家族で話す時間を持つことが大切だという看護師の話に参加者のみなさんは大きくうなずいておられました。

今回は、木津和老人クラブから24名の方が参加されました。団体での参加もできますのでご相談ください。



### 車イスが届きました

11月11日（金）、小さな親切運動広島県本部から贈られた車イスが三和支部長により町立病院へ届けられました。病院に車イスは必需品です。新しい車イスを大切にさせていただきます。

### 清掃ボランティア活動

11月13日（日）、「神石高原町立病院を守る会」の方々に、花壇にある花の手入れや、病院周辺の草取り・草刈り・剪定を行っていただきました。花壇や生け垣もさわやかになり、新年を迎える用意が整いました。



## 食育ミニ知識 おばあちゃんの味袋

毎月19日は 食育の日 ～昔なつかしいおやつレシピ～

おばあちゃんの味袋として、なつかしい超簡単おやつを紹介いたします。今回は、焼き米(玄米)を使ったおやつです。玄米は白米に比べ、栄養価の高い食品です。ご家庭でぜひ、作ってみてください。

### やっこめ(やきごめ)のおやつ 茶碗1杯分 176kcal

- 材 料
- 1 焼き米(玄米)【白色】…市販用(道の駅やまるごと市場でも販売しています)
  - 2 塩少々
  - 3 熱いお湯

- 作り方
- 1 耐熱容器(大きめの茶碗や湯のみで可)へ適当に「焼きごめ」を入れる(茶碗1杯約50g程度)
  - 2 しっかり熱い「お湯」を注ぎ、お好みの硬さになるまで待つ(約3～5分)と出来上がり
  - 3 好みに塩などを少々加えて出来上がり

【ポイント】  
熱い「お湯」または「お茶」が必要です。好みに合わせ塩などを少し加え、味を調整しましょう。お湯の代わりに熱いスープやお茶漬け、梅干などを利用してみましょう。



神石高原町食育推進ネットワーク協議会 食生活改善部会

## 水道管などの凍結対策は万全ですか？

12月から3月上旬は、水道管など凍結による破損が発生しやすい時期です。

凍結事故を防ぐために次のことに留意してください。

- 通水による凍結防止法  
冷え込みの厳しい場合は台所や洗面所の蛇口を少しだけ開けておくと凍りにくくなります。ガス給湯器の場合、操作方法が異なりますので説明書に従い、予め設置店等の指導を受けて対策を行ってください。
- 水道管が露出している場合  
室内室外問わず、水道管が露出している箇所は必ず保温材を巻くか凍結防止ヒーターなどを設置してください。

※注意事項  
万が一、凍結による水道管、給湯器等の破損が発生した場合は、止水栓を閉め(メーターボックス内のハンドルを右にいっぱい回すと水が止まります)、町指定の給水装置工事業者へ直接連絡し、早急に修理をしてください。  
凍結破損による修理費や水道使用料は、利用者負担になりますのでご注意ください。

●お問い合わせ先 環境衛生課 ☎89-3336