

いにしえの宝を
未来につなぐ
仏の里くにさき



がんばれ
子どもたち!!

地域の子どもは地域で守ります

市報 KUNISAKI
くにさき

Number 008

11

2006 November

ケーブルテレビ特集	2
コミュニティバスが運行開始	6
まちの話題	12
保健のページ	24
くらしの情報コーナー	26

施設整備を行います。

テレビ放送のデジタル化とは…

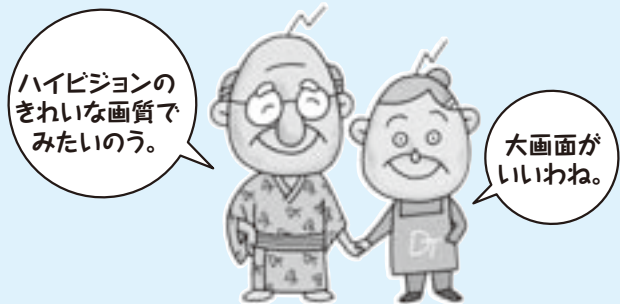
現在、皆様のご覧になっているテレビは、地上アナログ放送です。この地上アナログ放送は、2011年7月24日まで引き続き放送サービスを提供していきませんが、それ以降は、地上デジタル放送に移行することとなります。

2006年12月より大分県内でも「地上デジタル放送」が始まります。

「地上デジタル放送」とは、各テレビ局が既存の鉄塔にデジタル電波送信装置を整備して、デジタル放送を各地域に配信することです。県内ではNHK、OBS、TOS、OABの各局が地上デジタル放送を始めます。(ちなみに、人工衛星を使ったBSデジタル放送やCSデジタル放送はすでに行われています)

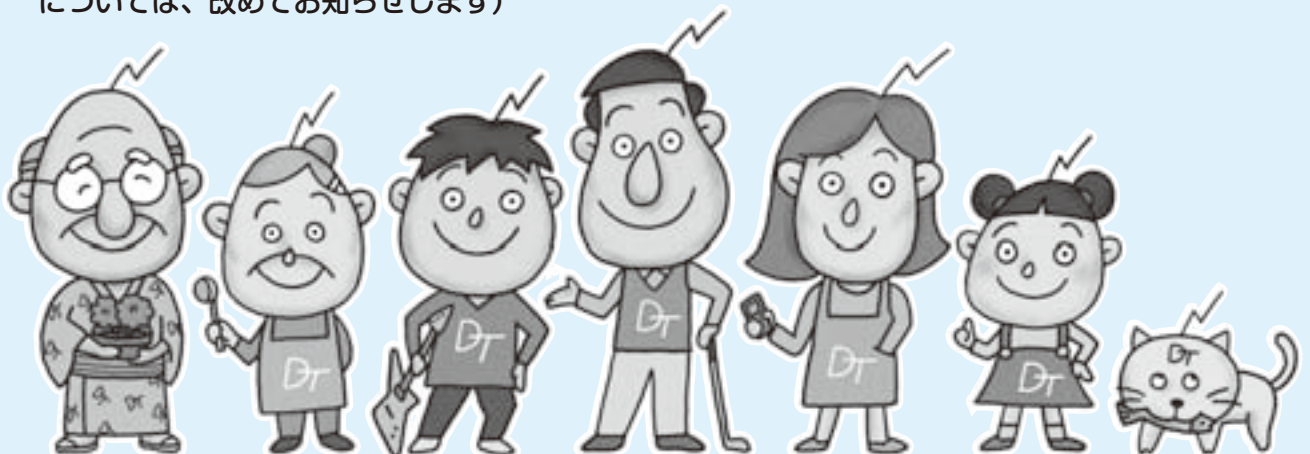
地上デジタル放送には、どのような特徴があるのでしょうか？

- ★高画質な映像や高品質な音声
 - ・鮮明な画像で、テレビ画像が二重になるゴースト現象もない。
 - ・音質が極めて鮮明で臨場感がある。
- ★データ放送により、地域情報や天気予報といった生活に密着した情報を観たいとき、知りたい時に見ることができます。
- ★字幕放送や解説放送がより充実します。



地上デジタル放送の問題点は？

- ★地上デジタル放送を視聴するためには、地上デジタルチューナー付きテレビや地上デジタルチューナーを購入する必要があります。(CS、BSチューナーでは視聴することはできません)
- ★テレビ難視聴地域で現在共同アンテナを整備してテレビを視聴している地域では、地上デジタル放送を視聴するためには、ほとんどの施設を改修する必要があり、今後の具体的な方針についての協議が必要となってきます。(共聴施設組合への説明会は、平成19年4月ごろより実施します。期日については、改めてお知らせします)



2011年の未来からやってきたデジテレ・ファミリー。詳しくは(株)地上デジタル放送推進協会のHPをごらんください。

国東市では、平成18年度に都市計画用途区域（旧国東町の一部・下図参照）のケーブルテレビ施設を整備、平成19年度に旧国見町・旧国東町（都市計画用途区域を除く）・旧武蔵町のケーブルテレビ施設を整備する予定です。将来的には、現在開局している旧安岐町のケーブルテレビ局と統合して、サービスを提供することになります。

ケーブルテレビ事業の実施にあたっては、テレビ放送のデジタル化への対応という目的もあります。

ケーブルテレビってなに？

ケーブルテレビとは、ケーブルテレビセンターと各家庭を有線（光ケーブル）で直接つなぐ有線放送サービスです。現在私たちは、テレビ電波基地局または人工衛星から発信される「無線電波」を受けて、テレビを視聴しています。国東市ケーブルテレビでは、市中心部にセンター施設及び受信施設を置き、そこから国見総合支所、来浦地区、武蔵総合支所にあるサブセンターを経由して、各家庭に光ケーブルをつなぎこむことで、有線によりテレビ電波を送信します。通常、地上テレビ放送（無線）の電波が届きにくい地域でもケーブルテレビの場合、物理的に有線でつながっていますので、居住地域の地形や中継局の有無に左右されず、鮮明なテレビの視聴ができます。

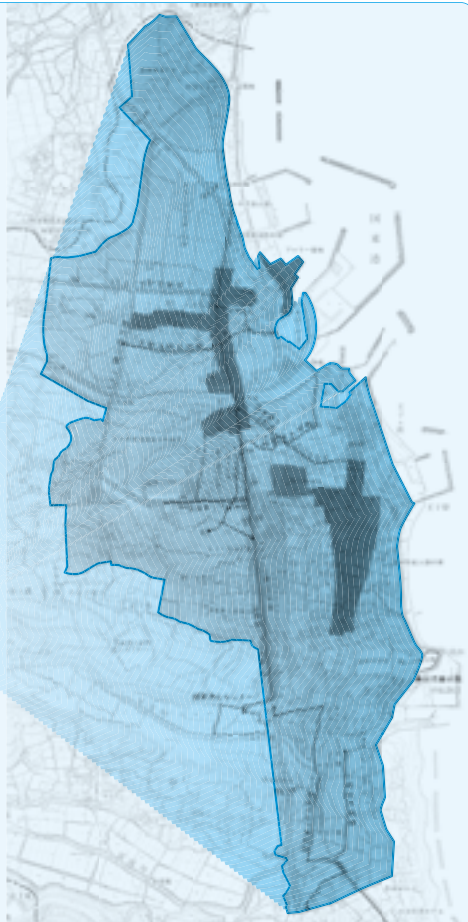
以前は、情報通信手段といえば、ラジオ、テレビ、電話でした。近年、携帯電話とインター

ネットの急速な普及により、日常生活の中での情報通信手段は変化してきています。

インターネットを利用する環境は日々拡大しており、都市部では、民間の企業が整備しています。農村部では収益性が低いため整備が進まないのが現状です。こ

の点では都市部と農村部での格差は広がってきています。ケーブルテレビ施設を整備することにより、高速インターネットの環境も都市部と同じようになります。自宅に居ながら各種の情報を得ることができ、買い物や銀行への振込み、ホテル・航空券の予約もでき

平成18年度
ケーブルテレビ施設
整備区域



るようになります。

また、IP電話（地域内無料電話）の利用、さらに将来的には教育、医療、産業、福祉面にも双方向での利用が可能になってきます。

ケーブルテレビを 利用するには…

ケーブルテレビを利用する場合、まず、国東市ケーブルテレビに加入していただきます。その際、加入申込金と引き込み工事料が必要となります。ただし、事業整備年度の募集期に加入の意思を示した世帯は免除できます。（その後の加入については、免除はありませんのでご注意ください）

市では、今後伝送路やセンター施設などの維持管理をしていかなければなりません。市民の皆さんには、管理費の一部を利用料として負担していただくこととなります。利用料については、決まり次第お知らせいたします。

そのほかに、建物の外壁につけるONU（光回線終端装置）から



テレビや電話、パソコンまでの配線工事（宅内工事）が必要です。この宅内工事については、加入者の自己負担となります。

また、18年度整備予定の地域には、行政区別の説明会を実施しますので、皆さんのご参加をお願いいたします。

（説明会の日程は、改めてお知らせいたします）

問い合わせ

企画課情報推進係

☎0978 5161

近隣の自治体も整備中！

大分県内では大分市・別府市・佐伯市などで、民間や第三セクターによるケーブルテレビのサービスが行われています。

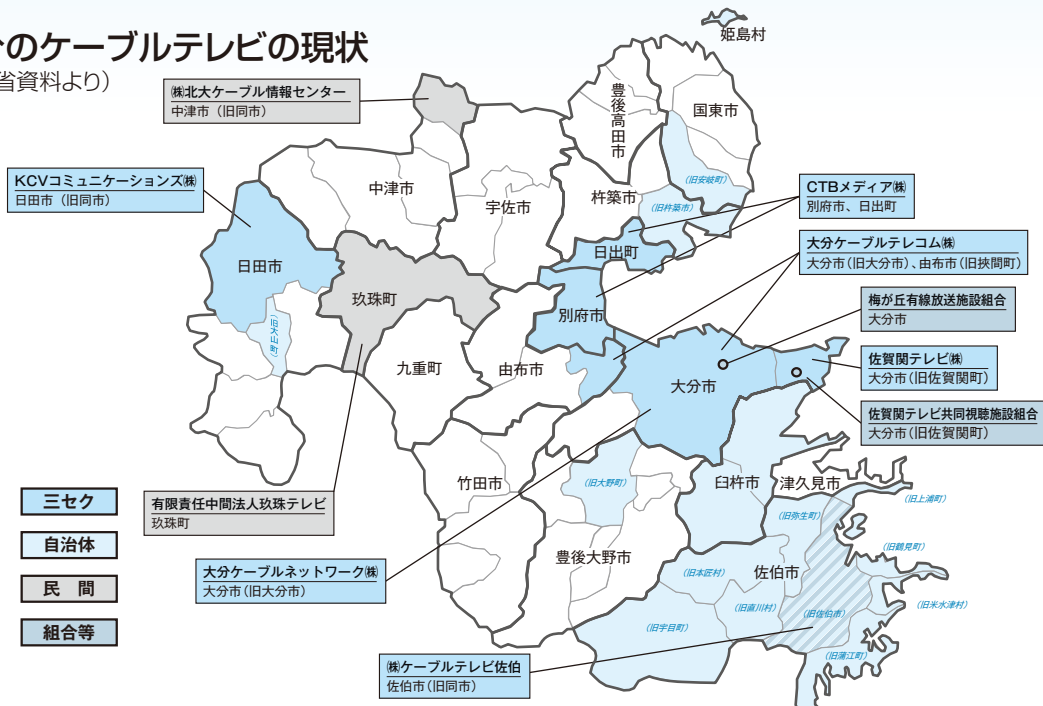
国東半島においても、杵築市では平成17年度から放送を開始、山香地区、大田地区は平成18年度に整備しています。豊後高田市も、平成18年度から平成20年度までの

3年間で整備する予定です。このように、国東半島においては自治体での整備が進んでいます。旧安岐町の地域は、18年度にサービスを開始しています。

国東市においてもほかの地域と同じように、テレビの視聴や情報通信がよりよい環境になるよう、また、自主放送の充実による市民サービス向上のため整備を進めています。

大分のケーブルテレビの現状

（総務省資料より）



安岐地区の 情報満載!

安岐町ケーブルテレビ



現在、安岐町ケーブルテレビでは、「人と町と未来をつなぐ」をキャッチフレーズに約3,600世帯（安岐町全世帯の94%）がケーブルテレビを利用しています。

ケーブルテレビセンターが制作する自主放送は、町内の行事などを収録・編集したVTR（ビデオ）放送（10月はTOS杯少年野球大会での妙見チームの活躍や防災訓練の様子、大分空港空の日イベント、コミュニティバスの運行の様子）や、各種健診の日程やイベントのお知らせなどの行政情報を満載した文字放送で構成されています。

また、10月から視聴者がカメラ付携帯電話やデジタルカメラで撮った写真とメッセージを自主放送で紹介する電子メール市民掲示板サービス、「お知らせ横丁@100番地」が始まりました。

市民が「ケーブルテレビ市民特派員」として気軽にケーブルテレビ事業に参加で

き、行政と住民をつなぐサービスを提供しようと企画したサービスです。

サービスを利用するには、使用するメールアドレスの登録が必要です。登録後、通知と確認文が届き、利用できるようになります。登録方法は、名前、住所、電話番号、登録するメールアドレス（複数可能）を記入し、info-cable@city.kunisaki.oita.jpまで送信します。

問い合わせ

安岐町ケーブルテレビセンター

☎0978@1112



▲自主放送のための収録をする安岐町ケーブルテレビ職員

地 デ ジ 豆 知 識

Q なぜ地上放送のデジタル化を進めるのですか？

A 放送や通信に使える電波は、一定の周波数のところだけであり、日本の現状は過密に使われており、アナログ放送のままではチャンネルが足りません。デジタル化すれば、チャンネルに余裕ができます。

Q 地上デジタル放送は世界ではどのような状況ですか？

A 地上デジタル放送は1998年にイギリスでまず開始されました。現在は欧米ではアメリカやドイツ、イタリアなど、アジアでは韓国や中国、ベトナムなど、世界の18の国と地域で放送されており、デジタル放送は世界の潮流となっています

Q 2011年（平成23年）にアナログ放送が終了するのはなぜですか？

A 2001年（平成13年）の電波法の改正により、アナログテレビ放送による周波数の使用は10年以内に停止することになりました。これによりアナログ放送は2011年の7月24日までに終了することになりました。

（社団法人 地上デジタル放送推進協会より抜粋）

コミュニティバスが 運行開始



▲コミュニティバスに乗り込む照山市長
(武蔵町志和利・小園バス停)

路線バスが運行していない地域で、誰でも乗車できる「コミュニティバス」の試験運行が、10月2日(月)スタートしました。

コミュニティバスは、現在路線バスの運行していない地域で、高齢者の交通手段の確保等を図ることを目的に、市内15路線で旧町中心部に向けて一日1往復運行されます。運賃は、3月末までの試験運行中は無料とし、その後は、1回100円とする予定です。

出発に先立ち、国見・国東・武蔵(10月4日(水)に実施)・安岐の会場でそれぞれ出発式が行われました。

国見町大熊毛の影漁港で行われた出発式には、影地区の皆さんや市関係者ら約30名が参加。照山俊一市長が「買い物や病院の通院に大いにご利用ください。」とあいさつ。来賓の豊田宏治市議会議会運営委員長、一宮公人大分県東部振興局長が祝辞を述べました。



▲あいさつする照山市長(国見町大熊毛・影漁港)

式終了後、参加者全員で第1便の出発を見送りました。

今後、国東市ではコミュニティバスの利用向上に向けた取組みとして、コミュニティバスの利用者への聞き取り調査、また、公共交通の現状や今後の対応についてご意見を伺う「国東市公共交通に関するアンケート調査」を11月に実施しますので、ご協力をお願いします。

「国東市公共交通に関するアンケート調査」は、住民基本台帳から無作為に選ばせていただいた20歳以上の市民550名と国東市内の県立高校3校に在学する1年生、杵築高校に市内から通学する1年生、4校合わせて350名を対象に実施します。調査票が送付された方はご協力をお願いします。



▲バス乗客代表とバス運転手に花束が贈られました(安岐町山口・上林バス停)



▲バスの出発を見送りました(国東町深江・深江公民館前)

国東市コミュニティバスの愛称を募集します

国東市では、路線バスが運行していない地域で、通院や買い物などに誰でも利用できる交通手段を確保するために、10月2日(月)よりコミュニティバスを試験運行しています。(詳しくは、市報くにさき9月号並びにお知らせ版9月15日号をご覧ください。)

そこで、コミュニティバスの車体にステッカー等で表示し、市民の皆さまに末永く親しまれる愛称を以下のとおり募集します。(作品を採用された方には記念品を贈呈します。)

応募基準

どなたでも応募できます。

コミュニティバスの車両は、試験運行期間中はバス(22人乗り前後)を使用しますが、平成19年4月からの本運行ではワゴン車(9人乗り)などの利用も考えられますので、「愛称」には「バス」という言葉は使用しないでください。字数の制限はありませんが、5文字前後でお願いします。

例：〇〇号・〇〇車・〇〇など(〇〇バスは不可)

(参考)他市の事例：宇佐市～「ふれあい号」

応募方法

官製はがきに愛称とその簡単な理由及び住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記載して郵送してくだ

さい。(官製はがき以外は不可)

上記の事項を記載していない場合は記念品を贈呈できませんので必ずご記載ください。

応募締切

11月30日(木)(当日消印有効)

記念品

採用作品の考案者1名に国見町特産くるまえびセットを、またご応募いただいた方全員の中から、12名の方に旧4町商工会お買い物券をそれぞれ抽選で贈呈します。

応募・問い合わせ

行革推進室 ☎0978@1111 内線225～228
〒873-0502 国東市国東町田深280番地2

消防本部と消防署の 機構が変わりました!



国東市消防本部では、新しい時代にふさわしい常備消防として、増え続ける消防需要に対応するため、10月1日付けで消防本部・消防署の機構改革を行いました。

消防の行政事務や、救急救助と消防緊急援助隊等に対応し、特に増加している携帯電話や今後増えることが予想されるIP電話での119番通報を合理化するため、4出張所の119電話等(全19回線)を本部に集中させ、統合的な通信指令体制を敷くとともに、消防団事務が消防本部に移ったことから、緊急事態が発生した場合、消防本部から防災無線でただちに知らせ、市民の避難や消防団員等の出動を迅速化するなど、消防サービスの充実強化を図ったものです。

なお、市内全域の119番通報はすべて消防本部での受信に変わりましたので、緊急通報は、火災・救急・救助など事案の種類と状況、場所や住所と目標物等をわかりやすく知らせてください。救急車や消防車等は一番早くいける隊(車両)が出動します。

問い合わせ 国東市消防本部 ☎0978@1101

犯罪被害に 遭わないために!



国東警察署管内での犯罪の発生は、9月末現在で、昨年と同じ時期に比べ約14パーセント減少しています。

しかし、依然として、空き巣や車上ねらいなどの窃盗犯罪が多発している状況です。

これから年末までの時期は、犯罪の発生が増加する時期でもあることから、次の点に注意して、犯罪被害に遭わないようにしましょう。

① 空き巣、事務所ねらいなどの侵入盗防止対策

家や会社などの建物に侵入する窃盗被害のうち、約4割は鍵をかけずに被害に遭っています。わずかな時間の外出でも、必ず出入口に鍵をかけましょう。

② 車上ねらい、乗り物盗の防止対策

車上ねらいを防ぐには、車内に貴重品や現金を置かず、鍵をかけるのが一番

③ 子ども、女性、高齢者等の被害防止対策

地域の力で子どもや女性、高齢者等の犯罪被害を防止しましょう!

④ 詐欺等の被害防止

身に覚えのない請求はすぐに支払わず、身近な人や警察に相談を!

問い合わせ 国東警察署 ☎0978@2131

入院に必要なものを事前に準備

国東市社協が一人暮らしの高齢者に「あんしんボックス」を配布

国東市社会福祉協議会は、一人暮らしの高齢者が緊急入院した場合、民生委員や近隣の方が対応できるように、寝間着や肌着など入院に必要なものを入れておく緊急持ち出し品入れ「あんしんボックス」を製作しました。

10月16日(月)、会長の照山俊一市長が社藤和世さん(74歳・武蔵町麻田)を訪問、社藤さんに「あんしんボックス」を手渡しました。

市社会福祉協議会では、今後市内在住の70歳以上の一人暮らしの高齢者1,240人に「あんしんボックス」を配布することとしています。



▲照山市長から「あんしんボックス」を受け取る社藤さん

第17回 豊の国ねんりんピック



▲3位に入賞した還暦軟式野球

高齢者のスポーツと文化の祭典「第17回豊の国ねんりんピック」が10月8日(日)、大分市の大洲総合運動公園などで開かれました。

国東市からは、ゲートボールや野球、囲碁・将棋など10種目に83人が参加。各種目で日ごろの練習成果を発揮して熱戦を展開しました。

なお、還暦軟式野球が3位に入賞。また、ソフトテニスに参加した河野武勝さん(88歳・安岐町下原)が種目別最高齢者で表彰されました。

大分県地域福祉推進大会

共同募金運動60年記念「第1回大分県地域福祉推進大会」が10月6日(金)、別府市のビーコンプラザで開催されました。昨年までは、「大分県社会福祉大会・高齢者福祉大会」として開催されていましたが、各地域における地域福祉のあるべき姿などについて考え、行動に移す契機として、名称を新たにしての開催となりました。

物故者に黙祷を捧げ、広瀬勝貞大分県知事、帯刀将人県社会福祉協議会会長があいさつ。社会福祉に功労のあった、民生委員・児童委員や老人クラブなど84団体、1施設、23クラブ、個人320人に表彰状などが贈られました。

なお、表彰を受けた団体・個人は次のとおりです。(市内の個人・団体、敬称略・()内は町名)

◆大分県知事表彰

社会福祉施設職員 浅井 純子(安岐)

◆大分県知事賞

大分県高齢者介護賞

秋吉 倫子(国東)・箕迫トシ子(国見)

小林 幸子(武蔵)・厚田 信良(武蔵)

大分県優秀老人クラブ賞

池ノ内老人クラブ(武蔵)

下原上老人クラブ(安岐)

老人クラブ指導者功労賞

見初 稔(国東)・植野 達男(国見)

◆大分県社会福祉協議会会長表彰

模範自力更生者 野田 和子(国見)

社会福祉事業協力者

親子読書グループひまわり(安岐)

◆大分県共同募金会会長特別感謝状

篤志寄付者・団体 安岐支部老人クラブ連合会

◆大分県老人クラブ連合会会長賞

優良老人クラブ賞

南糸原老人クラブ(武蔵)

中園上老人クラブ(安岐)

老人クラブ功労賞

平塚 忠士(武蔵)・野田 正勝(国見)

福田 光生(国東)

地域の子どもを犯罪から守ります！

くにさきっ子見守り隊結成 国東町商工会青年部

国東町商工会青年部（長峰公視部長・60人）は、日ごろの営業活動中に巡回パトロールを行い、子ども達を犯罪から守る「地域防犯ネットワーク『くにさきっ子見守り隊』」を結成し、10月18日(水)から活動を開始しました。

大分県地域活力増進事業の補助を受けて、ポスターと車に貼り付けるマグネットシートを準備。ポスターは、部員の各店舗や公共施設に貼り、マグネットシートは部員の業務車両に貼り付けて防犯活動を行います。

18日午後3時からアストくにさき前広場で行われた出発式で、長峰部長が「子ども達が被害者となる

事件、事故が全国で多発していますが、国東で育つ子ども達が、放課後や休日に安心・安全で元気に育っていけるように、子ども達を見守っていきます。」とあいさつ。式終了後、参加者全員で「くにさきっ子見守り隊」のマグネットシートを貼った車でパトロールに出発する青年部員を見送りました。



▲部員の車にマグネットシートを貼り、子どもたちを見守ります



▲あいさつする長峰部長

◀出発式には青年部員・商工会関係者や国東小学校の児童ら約70名が参加

子どもたちのために役立てて

建設業協会国東支部青年部会が寄付

社団法人大分県建設業協会国東支部青年部会（山口正廣部会長）の代表が、「小学生の防犯のために役立ててください。」と吉井孝光教育長に10万円を手渡しました。吉井教育長は「ありがとうございます。防犯グッズの購入に充てます。」とお礼を述べました。



▲吉井教育長に手渡す、青年部会代表の田口幸人さん(写真中央)、猪俣雅敏さん(左)(9月27日(水)・教育長室)

生きる力を育てよう！

小学生が「通学合宿」(武蔵)

子ども達が公民館に泊まって共同生活しながら学校に通う「通学合宿」が10月15日(日)から20日(金)までの6日間、武蔵中央公民館で行なわれました。日ごろ体験できにくい異年齢の仲間たちと通学合宿を通して自主性や協調性を培い、子ども達の生きる力を養うとともに、家庭や地域社会の大切さを学ぶことを目的に、武蔵町では平成13年から毎年実施しています。

通学合宿には、武蔵東小学校4・5・6年の21名が参加。支援委員会や地域のボランティアの皆さんの指導を受けながら、全員で協力して炊事などに取り組みました。



▲6日間の共同生活を終え、感想を発表する参加者

障害者自立支援法に基づく

『地域生活支援事業』が始まりました

平成18年10月から「障害者自立支援法」が全面施行されましたが、先月号に引続き、施行となった主なポイントについてお知らせします。

障害者自立支援法は、これまでの障がい福祉サービスが見直され、全国的に統一された内容で実施する「自立支援給付」と、市町村が地域の特性や実情に応じて実施する「地域生活支援事業」で構成されています。

「地域生活支援事業」は、障がい者及び障がい児が、住み慣れた地域で自立した日常生活又は社会生活を営むことができるよう「自立支援給付」と組み合わせてサービスを利用することができます。また、この事業は市町村が直接実施又は団体等に事業を委託して行います。

地域生活支援事業体系図

(国東市では、以下の事業を行います)

障がい者相談支援事業※1	障がい者等、障がい児の保護者又は障がい者等の介護を行う者などからの相談に応じ、必要な情報の提供等の便宜を供与することや、権利擁護のために必要な援助を行います。
コミュニケーション支援事業	聴覚、言語機能、音声機能等の障がいのため意思疎通を図ることに支障がある障がい者等に、手話通訳及び要約筆記の方法により、意思疎通を仲介する手話通訳者等の派遣を行います。
日常生活用具給付事業※2	重度障がい者等に対し、日常生活用具を給付又は貸与します。
日中一時支援事業	障がい者等の日中における活動の場を確保し、障がい者等の家族の就労支援及び障がい者等を日常的に介護している家族の一時的な休息を目的としています。
移動支援事業	屋外での移動に困難がある障がい者・児について、自立生活及び社会参加のための支援を行います。
地域活動支援センター	障がい者等を通わせ、地域の実情に応じ、創作的活動又は生産活動の機会の提供、社会との交流等を行う施設です。
生活サポート事業	介護給付支給決定者以外の者について、日常生活に関する支援・家事に対する必要な支援を行います。
訪問入浴サービス事業	入浴が困難な在宅の障がい者について訪問により居宅において入浴のサービスを提供します。
身体障がい者自動車改造助成事業	身体障がい者本人が運転する車の改造費を助成します。
住居サポート事業	入居が困難な障がい者に対し、入居に必要な調整等に係る支援や相談・助言を行います。
経過的デイサービス事業	10月から障がい者デイサービス事業が廃止されることに伴い、利用者が継続してサービスを受けられるようにする事業です。(平成19年3月まで)
福祉ホーム事業	住居を必要としている障がい者等に、低額な料金で居室等を提供するとともに、日常生活に必要な支援を行います。
更生訓練費給付事業	就労移行支援事業又は自立訓練事業を利用している人及び身体障がい者更生援護施設(療護施設を除く)に入所(通所)している人に対し、更生訓練費を支給します。

障がい者相談窓口※1 (障がい者相談支援事業)

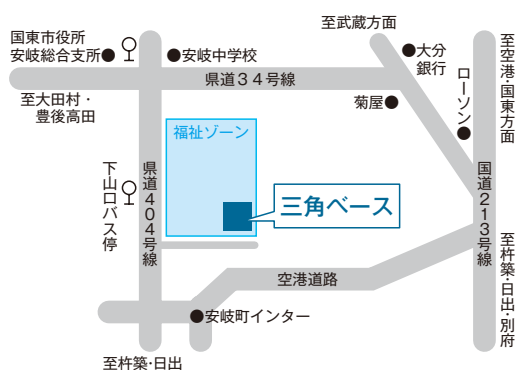
障がい者相談窓口では、電話又は来所及び訪問等による相談を行っています。相談をご希望する方は下記事業所へご連絡ください。

障がい者サポートセンター 「三角ベース」

国東市安岐町下山口63番地2

TEL 0978(64)7533

FAX 0978(67)3002

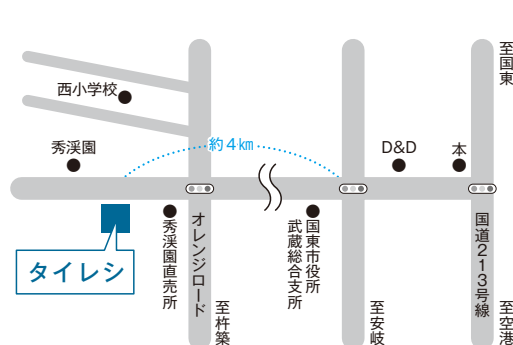


障害者生活支援センター 「タイレシ」

国東市武蔵町手野1148番地

TEL 0978(69)0539

FAX 0978(69)0009



日常生活用具 給付事業※2

重度障がい者等を対象に日常生活用具の給付等を行います。10月より補装具から日常生活用具に移行した種目（先月号で掲載）もあります。

利用者の負担につきましては原則購入価格の1割負担となり、補装具費支給制度と同様です。

	主な用具等
介護・訓練用支援用具	特殊寝台、特殊マット等
自立生活支援用具	入浴補助用具、頭部保護帽等
在宅療養等支援用具	電気式たん吸引器、盲人用体温計等
情報・意思疎通支援用具	携帯用会話補助装置、点字ディスプレイ等
排泄管理支援用具	ストマ用装具、紙おむつ等
居宅生活動作補助用具	住宅改修費

(注) 「地域生活支援事業」のサービスを利用する場合は申請が必要な場合があります。

また、事業によっては一部費用負担が必要なものや、障がいの程度に応じて利用できるサービスに制限があります。詳しくは下記にお問い合わせください。

■問い合わせ	国東市福祉事務所 福祉係	TEL 0978(72)5164
	国見総合支所 地域市民健康課 福祉係	TEL 0978(82)1112
	武蔵総合支所 地域市民健康課 福祉係	TEL 0978(68)1112
	安岐総合支所 地域市民健康課 福祉係	TEL 0978(67)1114



格闘するケベスとトウバ



燃え盛るシダを棒でかきまわすケベス



火の粉をまき散らしながら参拝客を追いかけるトウバ

国見町

天下の奇祭 ケベス祭り

起源や由来は謎に包まれた奇祭「ケベス祭り」（国選択無形民俗文化財）が10月14日(土)の夜、国見町榎来の岩倉社で行われました。

ケベス祭りは、奇妙な面を着けた「ケベス」と、守り神である白装束の「トウバ」とが争う火祭りで、「ケベス」の火は「除災招福」の清めで、この火の粉をかぶると1年間無病息災といわれています。

炎に突進するケベスと、炎を守るトウバの格闘が数回繰り返され後、ケベスが炎に飛び込み、燃え盛るシダを棒でまき散らすと、トウバも燃えるシダの束を棒の先に刺して境内を暴れまわり祭りは最高潮に。境内は、トウバから逃げ回る参拝客の悲鳴と火の粉に包まれました。



両手に持った笹竹で熱湯を参拝者や自身の裸体に浴びせ掛ける「湯立神楽」



多くの神楽ファンが訪れ、演目が終わるたびに大きな拍手を送りました

国見町

第4回仏の里東国東神楽大会

10月9日(月)国見町竹田津の武多都社境内で、第4回仏の里東国東神楽大会が開催されました。市内の武多都神楽（国見町）、国東神楽（国東町）、手野神楽（武蔵町）、富永神楽（安岐町）と山香湯立神楽（杵築市山香町）、長浜神楽（大分市）が共演。それぞれの地域に伝わる伝統の神楽を披露し、市内外から訪れた多くの観客を魅了しました。



初優勝を飾った熊本信愛女学院の皆さん

安岐町

第8回九州瀬戸内高等学校
女子駅伝競走大会

都大路の前哨戦として定着した九州瀬戸内高等学校女子駅伝競走大会が、10月8日(日)、国東市役所安岐総合支所前をスタートする5区間21.0975キロで競われ、熊本信愛女学院が初優勝を飾りました。

今年で8回目を迎える大会には、九州と瀬戸内の各県からオープン参加を含む28チームが出場。レースは、1区の途中からトップに立った熊本信愛女学院が、3つの区間で区間賞を獲得する激走で、8連覇を目指す諫早高校(長崎県)などを振り切り、1時間9分55秒の記録で大会初優勝を飾りました。



きまつひめ
弥生のムラの牟弥呼「凍津姫」



雲八幡宮雅楽会・雲林楽舎による「蘭陵王の舞」

国東町

くにさき弥生のムラ秋祭り

10月21日(土)に第6回くにさき弥生のムラ秋祭りが、「弥生のムラ」安国寺集落遺跡公園で行なわれました。南部保育園児による鼓笛隊パレードで祭りがスタート。土舞台では、地元小学校による舞台発表に続きオレンジ保育園児による御柱建て、中津市の雲八幡宮雅楽会・雲林楽舎による雅楽と舞楽「蘭陵王の舞」の公演が行なわれました。また、弥生のはらっぱでは、弓矢あそびや人間すごろくが、学習館内では、まが玉作り体験やクイズラリー、古代史講演会や野の花等の作品展が行なわれ、来場者の皆さんは楽しい一日を過ごしました。



19日木に香々地公民館で行われたお別れ式で、記念撮影などで名残を惜しむ農家と中学生のみなさん

国見町

グリーンツーリズムで中学生が農業体験

10月18日(火)から2日間、北九州市の松ヶ江中学校2年生107名が国東市と豊後高田市でグリーンツーリズム体験学習を行いました。国見町、香々地町の18戸の農家にそれぞれ宿泊し、しいたけや野菜の収穫等を通じて、農家のくらしや農業の厳しさ、楽しさを学びました。



疾走する馬上から矢を射る猪下さん

国見町

伊美別宮社 流鏝馬

騎馬武者姿の射手が馬を走らせながら、的をめがけて矢を射る「流鏝馬（やぶさめ）」（県選択無形民俗文化財）が10月15日（日）、国見町伊美の別宮社で行われました。

五穀豊穡や家内安全を祈願する同社の秋季大祭の行事で、江戸時代初期から続けられています。

今年の射手は猪下貴志さん（29・伊美）で、華やかな狩り装束で神馬（しんめ）にまたがり、楼門前の約百メートルの直線の馬場を数回素走りした後、猛スピードの馬上から20m間隔で立てられた、大きさ30cmの的3本に向かって矢を放ちました。

見事矢が的に当たると、訪れた人たちから大きな拍手と歓声が送られました。



開所式の後、下櫛来地区の皆さんがプレーしました

国見町

くにみパークゴルフ場オープン

国見町伊美の国見B & G海洋センター内に、くにみパークゴルフ場がオープンしました。10月17日（火）に行われた開所式で照山俊一市長、猪俣俊雄市議会議長が「健康づくりや地域の交流に大いに活用してください。」とあいさつ。コースは、周防灘コースと千灯岳コースの18ホール（パー66）。利用料は1人1回300円、貸しクラブ200円で、午前8時30分から午後5時まで利用できます。（月曜は休館日）

問い合わせ 国見町B & G海洋センター

☎0978@0770



清掃活動を行う国東たばこ販売協同組合国見地区の皆さん（10月20日金）

国見・武蔵・安岐

たばこのポイ捨てやめて！ 国東たばこ組合美化活動

10月20日（金）午前9時から、国東たばこ販売協同組合（高橋和善理事長）の国見地区の皆さん20名が、道路清掃を行いました。みんなかんから伊美港まで歩きながら、たばこの吸殻・紙くすなどのごみ等を拾いました。また、25日（火）には武蔵地区、安岐地区でも清掃活動が行われました。



武蔵町

椎茸ほだ木起こし体験教室

10月17日（火）武蔵西小学校で、子ども達に緑のすばらしさ、椎茸の良さを理解してもらおうと、椎茸ほだ木起こし体験教室が行われました。4・5年生24名が、武蔵町椎茸自主研究グループ^{こうごかい}の竹田津和儀会長、糸永秀二さんや県職員の指導で、昨年の2月に駒打ちした椎茸のほだ木起こしを体験しました。参加した子ども達は「初めての体験だったけど、みんなががんばりました。おいしい椎茸ができるといいなと思います。」と感想を話してくれました。



国東町

フィリピンからの研修員が道の駅くにさきを視察

10月12日(休)、「アセアン・フィリピン一村一品セミナー」の研修員16名が視察のため「道の駅くにさき」を訪れました。皆さんは、インドネシア、フィリピンなど7カ国の政府職員や地方政府の町長などで、サイクリングターミナルで道の駅建設に関する説明を受けたあと、施設を視察。各施設で運営方法や経営状況などについて意見交換を行いました。



国見町

'06デュアスロンジャパン 国東半島国見大会

10月22日(日)に国見町みんなかんをスタート・ゴールに '06デュアスロンジャパン国東半島国見大会が開催されました。

デュアスロンは、トライアスロンのスイムをランニングに代えたもので、第1ラン(ランニング)、バイク(自転車)、第2ラン(ランニング)の順で合計タイムを競う競技。全国から、フルコース(79km)に37名、ハーフコース(44.5km)に30名が参加し、仏の里の難コースで自らの限界に挑戦しました。

なお、各部門の総合優勝者は次のとおりです。(敬称略)

フルコース	男子	秦 陽一郎(大分市)
		3時間5分9秒
	女子	本井 千津(岡山県)
		4時間37分55秒
ハーフコース	男子	井久保雅徳(福岡県)
		1時間53分23秒
	女子	諸富 リカ(杵築市)
		2時間26分26秒



10月11日(日)に行われた祝賀会のようす
前列中央が龍山さん

国東町

龍山ミツさん 百歳おめでとう

国東詩道会(田中玄霊会長)東支部の龍山ミツさん(吟号・龍山光研子・国東町鶴川)が100歳を迎え、同支部の会員が長寿を祝いました。

龍山さんは明治39年10月生まれで、昭和45年頃から詩吟をはじめ、現在は最高位の9段。今でも月1回、会に参加し詩吟を楽しんだり、漢詩を作ったりしています。

祝賀会では、田中会長から「これからも体に気をつけて詩道のためがんばってください。」と表彰状が贈られました。

平成18年度 国東市「福祉と健康」のつどい

その人らしく住み慣れた地域で健康で明るく安心して
心豊かに暮らすことができる社会は、私たちみんなの願いです。
国東市の「福祉と健康」について考えてみませんか？

開催日 平成18年**11月23日** (木・祝)

会場 アストくにさき アストホール

内容及び日程 8:30 受付
9:00 開会

表彰状及び感謝状贈呈

・国東市長表彰

高齢者歯の健康者、3歳児健診歯科優良児

・社会福祉協議会会長表彰

民生委員児童委員特別功労者、社会福祉事業関係功労者

優良社会福祉団体・区・施設、模範自力更生者、模範介護者

社会福祉事業協力者

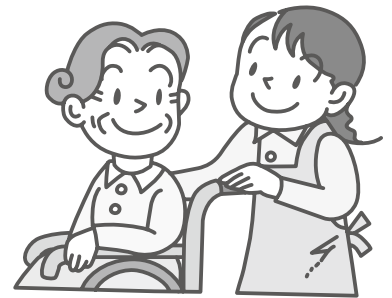
10:30 特別講演

演題：「健康寿命の延伸」

講師：大分県地域成人病検診センター

健康増進課長 松元 義人 氏

12:00 閉会



からだを動かすことと、
健康の大切さについて、
楽しくお話しします。

主催 国東市、国東市社会福祉協議会

※当日会場では、健康・栄養相談、介護相談コーナー等を開設しています。
お気軽にご利用ください。

レストコーナー

① 「大分の味でおもてなし」コンクール 作品展示

「チャレンジ! おおいた国体」開催にあたり、全国から訪れる方々を温かくもてなすために、国東市らしいアイデア料理の応募作品の展示です。

アストホール入口

② 健康・栄養相談コーナー 血圧・体脂肪測定

日頃気になっている「健康のこと」「食事のこと」なんでもお気軽にご相談ください。最近話題の「体脂肪」測定もできます。

アストホール入口

③ 介護相談コーナー、介護用品・介護食展示

介護用品や介護食の展示を行います。介護される方だけではなく、どなたでも使える便利な商品も数多くあります。ぜひお立ち寄りください。

アストホール入口

④ 健康パネル展示

各総合支所で行っている保健事業の紹介です。皆さんの地区でも健康づくりに取り組んでみませんか。お気軽に保健師へお声をおかけください。

皆様のご参加をお待ちしています

市民病院祭

テーマ 地域とのふれあい

2006年11月25日(土) 9:30~14:30

大会議室 (外来棟3階)

手野神楽 9:30~ オープニングイベント

講演会 10:00~10:30

演題 「医療の現状」

院長 初井 眞二

講演会 11:00~11:30

演題 「生活習慣病とその予防」

医師 寄野 浩

落語 ①10:40~ ②11:40~

APU (立命館アジア太平洋大学) の落語研究会



※当日の会場へのご案内は9時15分からです。
※講演会毎に入れ替えは行いません。
※座席には限りがございます。
満席の際はご了承ください。

健康相談コーナー (無料)

健康チェック 9:30~14:00

血糖・血圧・肥満度測定、日常生活指導など

生活習慣病相談 9:30~12:00

あなたの血糖・血圧・コレステロールは大丈夫?

おくすり相談 10:00~13:00

薬剤師がお薬の事についてお答えします

あなたの食生活大丈夫? 9:30~14:00

管理栄養士が食事などのご相談をいたします

は~い(肺)お元気ですか? 9:30~14:00

禁煙サポート、無呼吸性症候群について

あなたの体は何歳? 9:30~14:00

体年齢測定、運動のアドバイスなど

歯が命 10:00~12:00

歯科検診、小児フッ素塗布など



ツメ(爪)が甘~い 10:00~14:00

フットケアや白癬についてなど

女性応援隊 9:30~14:00

助産師による妊産婦・育児・更年期相談など

介護相談 9:30~14:00

訪問看護や介護についての相談など

救急救命講習会 ①10:30 ②13:30

国東市消防本部による講習会や展示など

病院祭へのお問い合わせ

国東市民病院

国東市安岐町下原1456 TEL.0978-67-1211

病院紹介・介護用品展示

放射線部門紹介 9:30~14:30

レントゲンてなーに? 安全なの?
放射線で行う検査などを紹介します。



介護用品展示 9:30~14:30

介護・医療用品の展示やパネル展示など

模擬店・イベントなど

模擬店 10:00~14:00

あったかーい、肉まんやあんまん、
お弁当などご用意してお待ちしています。

風船配布 9:30~14:00

ご来場いただいたお子様にヘリウム風船プレゼント
※数に限りがあります。

バルーンアート 10:00~

ピエロのバルーンアート!!
ご来場の方にプレゼントします
※数に限りがあります。



職員バンド演奏 12:00~

生田流琴の演奏 12:30~

小学生によるダンス 13:50~

国見町のATミュージカル&ダンスカンパニーの皆さん

バザー・文化展コーナー

文化展 9:30~14:30

バザー 13:00~14:30



※内容は変更する場合がございます。変更の際はご了承ください。
※救急及び時間外の患者さんは通常どおり受付いたします。

こんにちは！企画課男女共同参画係です

「女性に対する暴力をなくす運動」のお知らせ

毎年11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

夫やパートナーからの暴力（DV：ドメスティック・バイオレンス）、セクハラ、ストーカー行為、売買春、性犯罪など女性に対する暴力は女性の人権を侵害するものであり、許されるものではありません。あなたや、あなたの親しい人が抱えている問題について下記へご相談ください。



夫やパートナー（恋人）からの暴力については

配偶者暴力相談支援センター

☎097-544-3900

月～金 9:00～21:00

土日祝 13:00～21:00

スクール・セクハラについては

スクール・セクハラ相談室
(大分県教育庁人権・同和教育課)

☎097-534-4366

月～金 9:00～17:00

※Eメール相談アドレス
no-sekudara@oita-ed.jp

夫やパートナー（恋人）からの暴力、ストーカー等の相談については

警察安全相談（大分県警察本部広報課）

☎097-534-9110

☎短縮ダイヤル「#9110」

月～金 9:30～18:00

※最寄りの警察署総務課でも相談できます。

女性の人権問題全般については

女性の人権ホットライン
(大分地方法務局)

☎0570-070-810

月～金 8:30～17:15

職場でのセクハラや性別による差別的取扱いについては

大分労働局雇用均等室

☎097-532-4025

月～金 8:30～17:15

女性が抱える様々な問題や悩みを解決するため、適切な情報提供・助言を行います。

女性総合相談（アイネス）

☎097-534-8874

月～金 9:00～16:30

アンケートのご協力ありがとうございました

先月、市民のかたに、男女共同参画についての意識調査を実施しました。お忙しい中、とても真摯な回答・ご意見等をいただきました。現在、市では国東市男女共同参画計画案を策定中ですが、皆さんからの貴重な回答・ご意見等を参考にさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

みんなの顔が見えるまち

人権シリーズ vol.6



「身体障がい者の人権」

思いやりの心飛び交う心が市民生活を豊かに

身体障がい者とは、身体障害者福祉法に定める身体上の障がいのある方で、県知事から身体障害者手帳（1級から6級）の交付を受けている方を言います。国東市内では約2千名の約6%に相当（国東市の人口約3万5千人で計算）します。

市内では、障がい者同士の交流・福祉増進などを目的として、国東市身体障害者福祉協議会を結成して活動を行っています。とりわけ今日社会問題として話題になっている障がい者自立支援法についても、取り組みを行っています。

この十数年、社会の情勢は大きく変わり、私たち障がい者をめぐる状況も、ある部分めまぐるしく変化し、障がい者にかかわる施策や意識も進んできたようにみえます。

しかし、いとも簡単にくつがえしてしまう施策の展開は、より複雑に多様なかたちで障がい者を排除しようとする意識もその深さを増しており、障がい者の人権を考える必要性は、ますます強まっていると言えます。身体の不自由な方に対する差別

を示唆する言葉が、今なお使われていることで、偏見・人権差別を受けている多くの仲間の声が聞かれません。

ゲートボールの試合中에서도そういった言葉を言われたり、また家族でテレビを見ていても「テレビがやましいから、自分の部屋に行きよ」など、地域や家庭内での思いやりの欠如をひしひしと感じている仲間の悲哀の声があります。新市本庁舎の2階3階には市長室、議会会議室など市の心臓部がありますが、エレベーターがないため、下肢不自由な障がい者でなくても、上り下りが必死の状態！ まるで元氣な市民のみが利用できる市庁舎だ！ と、巷の声、思いやりのないシティ・オフイスでは人権週間の垂れ幕も掲げられないのでは!? と考えます。

障がい者は従来から個人の責任とする風潮が強かったが、近年の障がい観は次第に変化しつつあり、障がい社会が認める・尊敬される価値観に相当するものと言われている。障がい者の人権のあり方として、自ら克服する課題に向かいなが

ら、市民との関わり、企業など職場での関わりの中から人権が見え隠れしています。「思いやり、優しさ、心通い合えるコミュニケーションが普段着のまま行われていることが当たり前前の社会」と言いたいのが、偏見・仲間外れ・偏差価値主義が著しいこともまた存在しています。

先日、熊本で身体障害者ゲートボール九州大会に参加したとき、熊本県知事は「年齢や性別、障がいの有無などに関係なく、全ての人が暮らしやすく豊かな社会を創造するユニバーサルデザインの基本理念のもと、くまもと障害者プランを策定し、障がい者の完全参加と平等の実現に

向けた様々な取り組みを行っています」とあいさつされ、とても感激しました。障がい者への偏見・差別のない県政の確立を目指していることに共感を覚えました。

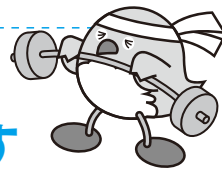
仏教用語に『生老病死』の言葉があるが、今や『障老病死』、加齢するにつれ、多くの人は身体に何らかの障がいを持つことが必然と言えるのではなからうか、そう考えたとき、日本一障がい者に思いやり溢れる人権差別のない国東市を目指している身体障害者福祉協議会の活動は正に今から！

国東市身体障害者福祉協議会
会長 小田原 賢司



▲国東市福祉ふれあいスポーツ大会のようす
(10月22日(日)・国東体育館)

国東市は第63回国民体育大会 ウエイトリフティング競技会の開催地です



チャレンジ! おおいた国体

ここから未来へ 新たな一歩 2008 第63回国民体育大会

「ウエイトリフティングって楽しいよ。」

「のじぎく兵庫国体」入賞選手を迎えて

本年度のウエイトリフティング教室は、第63回国民体育大会以降の競技力の維持、「中学・高校」の一貫指導とジュニア選手の発掘・育成を図り、今後の国体参加枠の拡大に対応した強化を図ることを目的としたジュニア選手育成事業の実施計画に基づき行われています。

10月22日(日)は、アストくにさきアグリホールで、城崎中学校と上国崎小学校の児童・生徒9名が参加して本年度5回目の教室が行われました。

今月の教室には、指導者として10月10日に閉幕した「のじぎく兵庫国体」で上位入賞を果たし、大分の天皇杯順位16位に大きく貢献した、四日市高校3年の衛藤靖弘選手(少年85kg級スナッチ優勝、C&J第3位、トータル優勝)、杵築高校3年の古庄佑基選手(少年53kg級スナッチ第6位、C&J第5位、トータル第5位)、石垣養護学校教員の武田雄大選手(成年94kg級スナッチ第2位、C&J第3位、トータル第3位)の3選手や、県内の各高校でウエイトリフティング部の監督として部員の指導を行っている4人の指導



者の皆さんを招いて行われました。

参加した子どもたちは、国体選手の演技の技とスピードに目を輝かせながら、日ごろの練習の中で感じている疑問点や悩みを質問したり、バーベルを挙げるフォームを矯正してもらうなどして、終始和やかな雰囲気の中でウエイトリフティング競技の楽しさや、正しい基本練習の方法などを学習していました。

国体推進室の中野光二室長の話。「今年度は城崎中学校の生徒を中心に月1回のペースで開催していますが、回数を重ねるごとに子どもたちのウエイトリフティング競技に対する興味も増してきています。今後はこうした教室の開催を他の学校にも広げ、ウエイトリフティング競技に触れ親しむ機会を増やしていきたいと思います。子どもたちが夢に向かってチャレンジしていける環境を整えていきたいと思います。」

国体推進室では、ウエイトリフティング教室の参加者を随時募集しています。参加・見学を希望される方は国東市国体推進室(☎0354)までお問い合わせください。



▲ウエイトリフティング教室参加者の皆さん(後列左から)高見春生城崎中学校長、梶原誠四日市高校監督、土居雅典杵築高校監督、衛藤靖弘選手、古庄佑基選手、武田雄大選手、河野正治山香農業高校監督、寺岡陽一大分工業高校監督(前列左から)城崎中佐藤知輝君、岡邦樹君、藤本尚久君、丹羽昭仁君、寅丸大介君、藤原裕平君、岡和真君、利行良太君、上国崎小猪上幸季君

●チャレンジ! おおいた国体についての問い合わせは
「チャレンジ! おおいた国体」国東市実行委員会
国東市 国体推進室内

TEL 0978-72-0354

E-mail:kokutai-suishin@city.kunisaki.lg.jp

❖第34回 国東町少年柔道大会❖

10月15日(日)国東町少年柔道クラブ(吉井孝光会長)主催の「第34回国東町少年柔道大会」が国東高校体育館で行われ、県内各地から団体戦15チーム、個人戦263人が参加して、熱戦が繰り広げられました。

国東町少年柔道クラブは、団体戦では2位、個人戦では、猪俣大輝選手(3年軽量級の部)が2位、石川聡一郎選手(3年重量級の部)、田川有紀選手(5・6年女子の部)が3位に入賞を果たしました。



▲国東町少年柔道クラブの皆さん

❖安岐BOMBEEソフトテニスクラブ 九州大会に出場❖



安岐BOMBEEソフトテニスクラブの皆さんが、9月10日(日)に大分市で行われた「第11回九州小学生ソフトテニス選手権大会」大分県予選を勝ち上がり、九州大会の出場を決めました。

予選会では、男子で平山功基・前川祐之介組が優勝、平田啓輔・西田達矢組が2位、女子では、高木美佳・江村由佳組が優勝、小玉朱里・平池優里組が3位と上位入賞を果たしています。

九州大会には、大分県から男女それぞれ8チームが出場しますが、同クラブから男子3チーム、女子2チームが出場します。選手の皆さん優勝目指してがんばってください!

参加選手は次のとおり(敬称略)

【小学生男子】

平山 功基
(西安岐小6年)
前川祐之介
(安岐小5年)

平田 啓輔
(西安岐小5年)
西田 達矢
(西安岐小3年)

阿部 峰歩
(南安岐小6年)
永松 光平
(安岐小3年)

【小学校女子】

高木 美佳
(安岐小6年)
江村 由佳
(安岐小5年)

小玉 朱里
(南安岐小4年)
平池 優里
(安岐小6年)

❖国東友愛クラブ 九州ママさんバレー大会へ出場❖



▲国東友愛クラブの皆さん

国東町のママさんバレーチーム「国東友愛クラブ」の皆さんが9月27日(水)に市役所を訪れ、照山俊一市長に県大会優勝と九州大会出場を報告しました。

11月17日(金)に長崎市で開催される「第32回九州ママさんバレーボール優勝大会」に出場する同クラブは、今回で3回目の九州大会出場で、過去準優勝、3位の成績を収めています。田吹鈴美監督は「今回は、悲願の優勝目指してがんばります。」と決意を述べました。

第1回 国東市長杯軟式野球大会

10月12日(木)・13日(金) 国東野球場



▲優勝した「糸原」(武蔵支部代表)



▲2位の「国東市職労安岐」(安岐支部代表)



▲3位の「ウイング」(国見支部代表)



▲4位の「蓮」(国東支部代表)

国東市議長杯グラウンドゴルフ大会

10月7日(土) 国東陸上競技場



▲優勝した「富来」チームの皆さん

団体の部 (参加24チーム)

- 優勝 富来
- 2位 武蔵C
- 3位 豊崎A

個人の部 (敬称略)

- 優勝 高木 裕俊 (豊崎A)
- 2位 池田伸一郎 (富来)
- 3位 田川 定義 (富来)

JA組合長杯グラウンドゴルフ大会

10月21日(土) 国東陸上競技場



▲優勝した「安岐B」チームの皆さん

団体の部 (参加23チーム)

- 優勝 安岐B
- 2位 志まるB
- 3位 安岐A

個人の部 (敬称略)

- 優勝 田川 定義 (富来)
- 2位 帯刀 元敏 (武蔵B)
- 3位 古城 廣海 (安岐B)

JA組合長杯軟式野球大会(国東支部)

8月16日(水)～9月5日(火) 国東野球場



▲優勝した「国東ハンター」②「国東市職労国東」(参加11チーム)

第1回 国東市ゴルフ愛好者大会

10月22日(日) BFRゴルフ倶楽部



▲各部門優勝者の皆さん(前列左から)浜辺さん、佐野さん(後列左から)有長さん、照山市長、藤永さん

各部門優勝者 (敬称略)

- クロスの部 浜辺 幹雄 (国東町)
- グランドシニア・レディースの部 有長 秀幸 (国東町)
- シニアの部 藤永 司 (安岐町)
- 一般の部 佐野 勝也 (国東町)

郡・市中学校新人スポーツ大会成績

10月10日(火)・14日(土) 市内一円

団体戦

- ▶柔道(男)①武蔵②国東③安岐 ▶柔道(女)①国東②武蔵 ▶剣道(男)①安岐②武蔵 ▶剣道(女)①安岐②富来③国東 ▶卓球(男)①国見②安岐③武蔵 ▶卓球(女)①国見②安岐③国東 ▶ソフトテニス(男)①安岐②国東 ▶ソフトテニス(女)①安岐②姫島③富来 ▶野球①安岐②姫島③富来・城崎 ▶バレー①安岐②富来③城崎・国東

個人戦

- (敬称略)
- ▶柔道(男)▷1年①高木勇之介(安岐)②立花浩司(国東)③国廣翔輝(安岐)・栗林智之(国東)▷2年①有次葵(武蔵)②森大樹(武蔵)③荒木聡(国東)・伊藤雅史(武蔵) ▶柔道(女)①伊勢川実加(国東)②穴見美穂(武蔵) ③石川ひかり(国東) ▶剣道(男)①阿部勇太郎(安岐)②吉岡勇貴(武蔵)③中根俊(安岐)④瀧口大輔(安岐)⑤

- 池永慎悟(安岐)⑥久保田健司(安岐)⑦松本平(武蔵)⑧橋上和樹(安岐) ▶剣道(女)①清國紫帆(富来)②瀧口紗恵(安岐)③西川真希(武蔵)④内林里佳(安岐)⑤小田千妃呂(富来)⑥平山佳実(安岐)⑦徳丸実花(富来)⑧信原奈那子(国見) ▶卓球(男)▷1年①猪俣直希(国見)②矢野実(安岐)③東島真司(国見)・神島優希(武蔵)▷2年①野崎貴(国見)②山田師巨(武蔵)③岡田高道(安岐)・堀口凌我(国見) ▶卓球(女)▷1年①国廣桃菜(国見)②阿部百合香(国東)③高井紗凌(武蔵)・赤澤春花(武蔵)▷2年①藤垣美紀(国見)②菊池愛(国見)③木村美結(国見)・国廣亜里彩(国見) ▶ソフトテニス(男)①吉田雄紀・江村文貴(安岐)②岡崎司・前川真之介(安岐)③平原太陽・只森翔吾(国東) ▶ソフトテニス(女)①小川袖衣・西田晴南(安岐)②永石綾・溝部千晶(安岐)③南恵理佳・安部柊子(安岐)安部英里子・高橋美里(安岐)

図書館だより

図書館行事

- 国見図書館** おはなしひろば
 18日(土) 午前9時30分～
 25日(土) 午前9時30分～ 竹田津改善センター
- くにさき図書館** おはなし会
 12日(日) 午前10時30分～
 25日(土) 午後2時～
- 武蔵図書館** おはなしのへや
 1日(水)・15日(水) 午後3時30分～
- 移動図書館**
 9日(水) 午後1時30分～2時 武蔵西小学校
 16日(水) 午後1時～1時30分 吉広地区
- ※11月19日(日)「むさしおいで祭り」にあわせてく武蔵図書館15周年行事を実施します。(通常の業務はいたしません。)
- 日時** 11月19日(日) 午前9時～午後4時
場所 武蔵図書館
内容 催し物 ●古本市 ●ミッケ!! (クイズ)
 ●お話ワールド・おとぎの国でお話しを聞こう!
 午後1時～2時
- 体験教室** ●ミサンガ作り
 ●わくわく工作!
 午前10時30分～11時30分/午後2時～3時
- 安岐図書館** ひまわりの部屋
 11日(土) 午前10時30分～

図書館カレンダー 11月 休館日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

30日(水)は、資料整理のため休館です

開館時間 午前10時～午後6時

●国見図書館移転記念イベント●

「子ぎつねヘレンがのこしたものの」の著者・竹田津実さん(国見町竹田津出身)直筆のサイン本を、国見図書館に来館した方の中から抽選で10名様にプレゼントします!

応募方法 国見図書館に備付の用紙をその場で記入して提出してください。(なお、応募は一人一枚とし、国見図書館来館者に限ります)

締切 12月10日(日)

発表 市報くにさき1月号で発表いたします。

*単行本5冊と普及版5冊ですが本の種類は選べません。

新着図書のご案内

国見図書館

- 児童書** すごい!うちでもこんな実験ができるんだ 米村でんじろう
 かんたんせんせいとペンギン 齊藤 洋
 ふたりきりの戦争 ヘルマン・シュルツ
 のはらのせんたくやさん いもとようこ
 とうさんはタツノオトシゴ エリック・カール
- 一般書** 日本人はなぜ無宗教でいられるのか 片山 文彦
 あみぐるみ 河出書房新社編
 女たちの江戸開城 植松三十里
 狼花 大沢在氏昌
 青春の雲海 森村 誠一

武蔵図書館

- 児童書** 虫の知らせレストラン 松谷みよ子
 きんじょのきんぎょ 内田麟太郎
 おばけのジョージともだちたすける ロバート ブライト
 みんなでワイワイ早口ことば その1 ながたみかこ
 ねずみくんとシーソー なかえよしを
- 一般書** カクレカラクリ 森 博嗣
 ぶたのふところ 小泉 吉宏
 ニューヨーク地下共和国(上・下) 梁 石日
 筆ペンからはじめる水墨画 小林 東雲
 和のカントリー No.58 主婦と生活社

くにさき図書館

- 児童書** 天国にいちばん近い場所 E. R. フランク
 ハロウィーンってなあに? クリステル・デモワノー
 はっぱじゃないよぼくがいる 姉崎 一馬
 カボちゃんのうんどうかい 高山 栄子
 鳥瞰図でみる日本の城 PHP研究所
 木のころ仏のころ 新装版 西岡 常一
 太宰治をおもしろく読む方法 山口 俊雄
 夏の力道山 夏石 鈴子
 先を読む頭脳 羽生 善治
 動物看護師 岩井 満理

安岐図書館

- 児童書** ぼくのロボット恐竜探検 松岡 達英
 ルルとララのしあわせマシュマロ あんびるやすこ
 ジャッキーのうんどうかい あだち なみ
 さびしがりのトッケビ ハン ビョンホ
 ことわざショウ 中川ひろたか
- 一般書** 夜にそびえる不安の塔 井形 慶子
 ハチドリのはとしづく 辻 信一
 司馬遼太郎旅路の鈴 北山章之助
 牡丹酒 山本 一力
 桜ハウス 藤堂志津子

問い合わせ

国見図書館 ☎0978-82-1585
 武蔵図書館 ☎0978-69-0946

くにさき図書館 ☎0978-72-3500
 安岐図書館 ☎0978-67-3551

真剣に考えよう!!!

あなたのメタボリックシンドローム対策!

食事編

この言葉、テレビや新聞などのメディアで何度もよく聞くようになりました。10月号に掲載した「メタボリックシンドロームチェック」、皆さんは大丈夫でしたか？

まだ見てない方は、ぜひご確認ください。意外と当てはまる方も多いのでは!?

前回、その恐ろしさをお話ししましたが、今回はその予防と対策についてです。

◆内臓脂肪を減らそう!

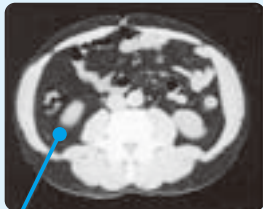
内臓に脂肪がたくさんある人は、爆弾をおなかに抱えているようなもの! いつ、心筋梗塞・脳卒中などになってもおかしくない状態にあると言えます。

メタボリックシンドロームを改善するには、内臓脂肪をなくすことがもつとも有効です!!

◆「肥満を防ぐ食習慣」

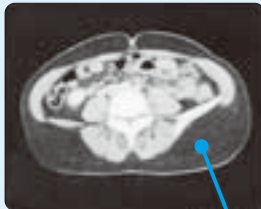
できていないことがあれば、1個でもチャレンジしましょう。必ず体重に変化が表れます。

内臓脂肪型肥満



内臓脂肪
臓器の周りに脂肪がべったり!

皮下脂肪型肥満



皮下脂肪
臓器の外側に脂肪

1 腹八分目で1日3食を規則正しく

食事を抜くことからだがエネルギーを蓄えようとするため、太りやすいからだになります。特に朝食は抜かず、決まった時間に食べましょう。

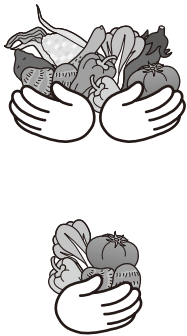
2 甘いものはひかえる

甘いものやスナック菓子はもちろん、果物の食べすぎや清涼飲料水の飲みすぎにも注意!!

3 食物繊維を多くとる

野菜やきのこ、海藻類など食物繊維をたっぷり。満腹感を得やすく、体脂肪になりやすい糖質や脂質の吸収をおさえる働きもします。

※1食分の野菜(約120g)の目安。生のものなら両手いっぱい分、加熱したものなら片手いっぱい分



4 よくかんで早食いはしない

脳の満腹中枢が刺激されるには、食べはじめてから少し時間がかかるので、ゆっくり食べたほうが、少ない量でも満腹感が得られます。

5 「やけ食い」「ながら食い」をしない

テレビや新聞を見ながらの食事はやめましょう。無意識のうちに必要以上の量を食べてしまう傾向にあります。

6 外食は考えて注文する

洋食よりもエネルギーが低めの和食がおすすです。また、単品よりも定食メニューのほうが栄養が偏らないでしょう。量が多い場合は、残す勇氣をもちましょう。

7 寝る3時間前には食べない

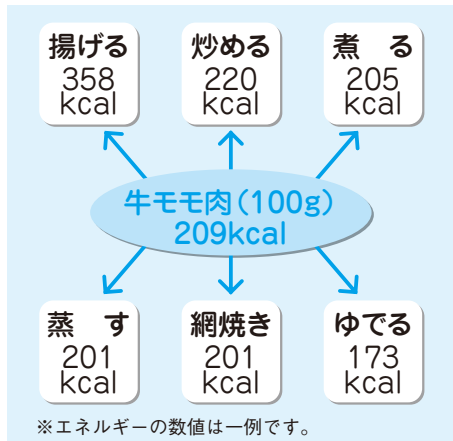
食べたあとすぐに寝るだけでは、摂取エネルギーが100%脂肪となって蓄積されます。早めに歯を磨くなど対策を!



8 調理方法にも気をつけよう！

下の図のように、同じ素材でも調理方法でこんなにエネルギーが変わります。

そうは言っても、「食欲の秋」です。食べ過ぎることもあると思います。食べ過ぎた分は、運動してしっかり消費しましょう！
次回は、「内臓脂肪を減らす運動のコツ」です。お楽しみに！



簡単おいしい

こんにゃくバーグレシピ

ポイント

こんにゃくを使ったヘルシーハンバーグです。こんにゃくは他の材料をよくこねて粘りを出してから入れましょう。

作り方

① こんにゃくは、熱湯で下ゆです。玉ねぎはみじん切りにして、フライパンで炒め冷ます。パン粉は牛乳に浸しておく。

② 肉と①を合わせ、卵、塩を加え混ぜ、形を整え、両面を焼き、器に盛る。

③ フライパンにごま油を熱し、スライスしたこんにゃく、小口切りにした赤とうがらし、きのこの順に強火で炒め、Aを加えて煮立てる。水溶き片栗粉でとろみをつけ、ハンバーグにかける。

④ 付け合せのかぼちゃ、人参、インゲン は茹でておき、盛り付ける。

材料(1人分)

合ひきミンチ	みじん切りにしたこんにゃく	玉ねぎ	パン粉	牛乳	卵	塩	サラダ油	ごま油	しめじ	えのきたけ	こんにゃく	赤とうがらし	しょうゆ	みりん	酒	A	鶏からスープの素	水溶き片栗粉	水	付け合せ例	人参	かぼちゃ	インゲン	
.....
25g	40g	50g	25g	1g	1/4個	0.5g	1/4g	1/4g	1/2g	30g	30g	1/2かけ	1/2本	大さじ1/2	大さじ1/2	大さじ1/2	小さじ1/8	大さじ1/2	25cc	10g	15g	30g	10g	
熱量kcal	蛋白質g	脂質g	カルシウムmg	塩分g																				
277	14.5	15.3	54	1.3																				

子育てについて考えてみませんか？

国東市では、各町で子育てに関する支援を行っています。武蔵町では「よろうちさかしい武蔵っ子を育つる会」(武蔵町家庭教育推進協議会)という組織があり、子育てしやすいまちづくり実現に向けての活動をしています。その一つに、子育てを考える集いの開催があります。講師による子育てに関する講演会や、親子のふれあいを目的とした交流会を行うことで家族、地域みんなで子育てについて考える機会を提供しています。



▲昨年度のコンサートのようす

今年度は国東市全体の親子を対象とした「親子ふれあいコンサート」を開催します。お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんそして地域のみなさん、子どもと触れ合いながら子育てについて考えてみませんか。

ご参加お待ちしております。

- 日時 平成19年1月20日(土) 午前10:00～(開場9:30)
- 場所 武蔵保健福祉センター「つどいの館」
- 講師 親子コンサート、保育セミナーで活躍中の小町正さん(オマチマン)
- 入場料 大人券500円、子ども券(3歳以上)300円、親子券(大人と子ども一人ずつ)700円
- 主催 よろうちさかしい武蔵っ子を育つる会(武蔵町家庭教育推進協議会)
*チケットは市内保健センター、保育所、子育て支援センターに申込みください
*託児もありますので申し込む際に予約をしてください
- 問い合わせ 武蔵保健福祉センター TEL 0978-68-1184

お知らせ

「空き家情報」を
お寄せください

国東市では、Uターン・イターンなど国東市に移住を希望する方へ「空き家情報」を提供しています。現在、市内に「空き家」をお持ちの方で、移住を希望する方へ住宅をお貸しいただける方、またお売りいただける方がありましたら、情報をお寄せください。

問い合わせ 企画課企画係
☎0978②5161
内線231・232

11月は年金月間です

国民年金はみんなのための公的年金制度です。この機会に年金について考えてみませんか？年金月間の期間中に、年金相談・納付相談会の休日開設を予定しています。詳しくはお問い合わせください。なお、相談の際は、年金手帳・年金証書・委任状（代理の場合）をお持ちください。

問い合わせ
別府社会保険事務所
☎0977②5111

保護者向け講演会
「子どもの就職夢の実現のために親ができること」

日時 11月26日(日)
午後1時30分～4時30分
場所 大分市
トキハ会館カトレアの間
対象者 就職や進学を控えた生徒・保護者
参加費 無料

内容
立教大学コオプ・コーディネーターの小島貴子さんによる講演、会場から質問をうけながらのトークセッション、相談会
問い合わせ
ジョブカフェおおいた事業推進室
☎097・548・5771

夫婦と税（パートと税）
ご夫婦が共に働いている場合、例えば、妻がパートタイムで働いているときなど、夫婦に

平成19年度市単独林道舗装等工事補助事業・土地改良補助事業の要望調査

平成19年度における市単独林道舗装等工事補助事業及び土地改良補助事業の実施要望調査を下記の要件で実施いたします。（ただし、この事業内容は平成18年度のもので、19年度に変更される場合があります。）

要望があれば、各総合支所地域産業課までご連絡ください。
※今回の申込み箇所すべてが要望に沿えるものではないことをご了承ください。

◎市単独林道舗装等工事補助事業

3戸以上で構成された協業体が所有する、既設の林業関係作業道および作業路（利用幅員が2～3m）の整備（コンクリート舗装、補修等）に要する経費の45%以内を補助する事業です。

要件

- (1)森林整備で間伐、保育等で長期的に利用する路線
- (2)椎草原木の搬出、竹材の生産等のための路線
- (3)利用幅員が2～3mであること
- (4)国及び県の補助対象とならないものであること。

事業対象額

事業対象額は設計額で下限20万円以上、上限200万円以下です。（補助額で9万円以上、90万円以下）

なお、上限を超える事業費については、全額自己負担とする。

申込期限 11月30日(木)

申込・問い合わせ

国見総合支所地域産業課 ☎0978②1113
武蔵総合支所地域産業課 ☎0978⑧1970

◎市単独土地改良補助事業

農業生産基盤（農業用施設〔農道・水路・ため池〕の新設及び改良）の整備を通じて、地域の立地条件を活かした農村づくりを促進すると共に、地域における定住の促進、国土・環境保全等に資することを目的とした助成事業です。

要件

- (1)受益者が2戸以上の主要農道及び農業施設であること。
- (2)国又は県の補助事業（災害復旧を含む）の対象とならないものであること。
- (3)農道の改良幅員が2.5m以上、舗装幅員が2.0m～3.0mの工事。

補助金

- (1)補助対象額としては事業費（設計額）の45%とする。
 - (2)事業対象額は設計額で下限を20万円以上、上限を200万円以下とする。（補助金額で9万円以上、90万円以下とする）
- なお、上限を超える事業費については、全額自己負担とする。

申込期限 11月30日(木)

国東総合支所地域産業課 ☎0978②5198
安岐総合支所地域産業課 ☎0978⑦1116

ひとのうごき(9月30日現在)

男	16,371人(△29)
女	18,048人(△12)
計	34,419人(△51)
世帯数	13,479世帯(△1)

- 国東市役所
(国東総合支所)
☎(0978)72-1111(代)
- 国見総合支所
☎(0978)82-1111(代)
- 武蔵総合支所
☎(0978)68-1111(代)
- 安岐総合支所
☎(0978)67-1111(代)
- 国東市消防本部
☎(0978)72-1101
- 国東市民病院
☎(0978)67-1211(代)

国東ISM交換機切替に関するお知らせ

NTT西日本大分支部では、国東ISM交換機を、最新の交換機へ切替工事を行います。

日時 11月22日(水) 午前2時10分(切替開始)
対象 電話番号が72局の9000～9999番、73局の0000～9999番、89局の5000～9999番の方

注意事項 午前2時10分以降切替完了(約10分程度)まで、電話が使えなくなります。また、緊急通報(110・119)が発信できなくなります。

問い合わせ NTT西日本大分支部 113センター
 フリーダイヤル 0120-444-113

とって気になるのが収入と税金の関係です。
 パート収入は、給与所得となりますので、年収が103万円までであれば所得税はかかりません。なお、外交員、集金人、検針員等の報酬や内職については、パート収入と異なる計算方法になりますからご注意ください。
 夫に所得があり、妻にパート収入がある場合を考えてみますと、夫は妻の収入に応じて次のとおり配偶者控除又は配偶者特別控除が受けられます。①配偶

者控除は、妻のパート所得の年収が103万円までであれば受けられます。②配偶者特別控除は、妻の所得によって控除額が調整されますが、パートの年収が103万円を超え141万円未満であれば受けられます。ただし、夫の合計所得が1千万円を超える年には受けることができません。
 共働きのご夫婦の収入と税金の関係についてお分かりにならないことがあります。別府税務署までお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 別府税務署
 ☎09772111
別府税務相談室
 ☎097725544
11月は過積載絶滅運動月間です
 大分県過積載防止対策連絡会議では、過積載運行を防止するため、11月を「過積載絶滅運動月間」として「過積載、しない、させない、頼まない」をスローガンに実施します。
 過積載運行は、自動車の安全性を低下させ、交通事故の要因につながり、騒音、振動、排気

お誕生おめでとう！ (敬称略)

()内は保護者の名前(10/1～15までの届出分)

9月		10月	
20日	国見町竹田津 小野 颯斗(孝行・昌美)	1日	安岐町下原 猪原 諒太(誠・和美)
24日	国東町大恩寺 武野 海己(浩二・美穂)	2日	国見町伊美 江本寿希也(伊織・智子)
25日	安岐町成久 藤原 唯奈(優太・綾郁)	3日	国東町鶴川 松本 舩暉(良二・栄理子)
28日	国東町小原 竹本 佳奈(和典・真理)	4日	国東町原 本田 楓人(哲也・記子)
		7日	国見町中 安部 隆希(礼二・由香里)

お悔やみ申し上げます (敬称略)

(10/1～15までの届出分)

10月1日	国東町富来浦 小田富美子(85歳)	12日	武蔵町丸小野 野田 節夫(80歳)
5日	国東町小原 寺川 敏幸(76歳)		国東町富来浦 楠本 和子(89歳)
	国東町浜 和田 悦江(72歳)	13日	安岐町山浦 西 正清(80歳)
	国東町富来浦 末廣チズ子(79歳)		国見町伊美 地里アサ子(72歳)
6日	国見町西方寺 小野 欽三(66歳)		武蔵町古市 西山 栞(73歳)
7日	国見町岐部 田淵 太(88歳)	14日	国見町野田 吉武 喜年(88歳)
	安岐町西本 本田 トメ(84歳)		武蔵町志和利 森 コハル(101歳)
9日	安岐町瀬戸田 末 スミエ(61歳)		国東町大恩寺 山崎 光法(84歳)
10日	国東町富来 田川富士夫(61歳)		国東町鶴川 山本ツタ子(91歳)
	国東町大恩寺 猪俣 勝彦(67歳)		

ガスなどの自動車公害を発生させ、道路を損傷しさらに自動車運転者の労働条件にも悪影響を及ぼすなどの弊害をもたらします。過積載運行は絶対によめましょう。
問い合わせ
 大分県過積載防止対策連絡会議
 ☎097・558・2107

相談

無料調停相談会

民事(金銭貸借、交通事故、

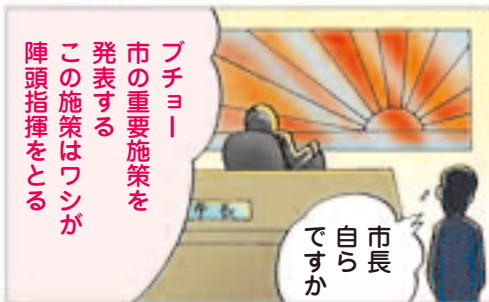
土地建物など)や家事(離婚、相続など)の問題で困りの方、調停手続に関する相談会を次の日程で行います。料金は無料で秘密は守られます。お気軽にご利用ください。
日時 11月27日(月)
 午後1時30分～3時30分
場所 武蔵保健福祉センター
担当者 調停委員
問い合わせ
 杵築調停協会
 (杵築簡易裁判所内)
 ☎09782052

新ガッツだ おまかせくん!

小学校編

作 ロナウジーニョ太郎

No.8



11・12月の日曜・祭日在宅当番医

月日	病院名	所在地	電話番号
11月 5日	橋 永 医 院	国東町安国寺	72-1158
	むさし整形外科医院	武蔵町古市	69-0171
11月12日	富来K. クリニック	国東町富来浦	73-3010
	あおぞら病院	国東町小原	72-0455
11月19日	松 木 医 院	国東町岩屋	72-0345
	松 原 医 院	武蔵町古市	68-0010
11月23日	末綱クリニック	国東町田深	72-0433
	菅原内科安岐	安岐町西本	67-3655
11月26日	国東中央クリニック	国東町北江	73-2200
	牛嶋内科胃腸科クリニック	武蔵町古市	69-0889
12月 3日	福田産婦人科内科医院	国東町田深	72-0168
	定村内科医院	安岐町塩屋	67-2127

11・12月の日曜・祭日歯科当番医

月日	病院名	所在地	電話番号
11月 5日	なかよし歯科医院	武蔵町古市	68-0118
11月12日	さいとう歯科医院	安岐町塩屋	67-2980
11月19日	国東市民病院 歯科	安岐町下原	67-1211
11月23日	川野 歯 科 医 院	武蔵町古市	68-1574
11月26日	栗林 歯 科 医 院	国東町鶴川	72-0038
12月 3日	岐部 歯 科 医 院	国見町伊美	82-0078

※日曜・在宅当番医は変更になることがありますので、電話でご確認のうえ受診してください。

国東市民病院(安岐町下原 ☎67-1211)は救急指定病院ですので、休日・夜間でも急患を受け付けています。

編集後記

◆10月からはじまった市政懇談会も、市内17カ所のうち約半分が終了しました。懇談会では、市民の皆さんからいろいろなご意見・ご質問が寄せられていますが、詳しい内容については、今後市報くにさきでお知らせいたします。皆さんの参加をお待ちしています。◆10月から11月にかけて、市内各地域で祭りやスポーツイベントが盛りだくさん。今月初めて取材にいった国見町岩倉社の「ケベス祭り」では、火の迫力にびっくりしました。事前に聞いてはいましたが、燃えるシダを棒に刺して火の粉を撒き散らして参拝客を追いかける「トウバ」の皆さんには驚かされました。お陰で私もいっぱい火の粉をかぶったので、この一年の無病息災を信じています。

(田川)

表紙の説明

今月の表紙は、10月8日(日)に旭日小学校(国東町)で行なわれた秋季大運動会での応援風景。同校の4年生以上の保護者でつくる「旭日子ども見守り隊」の皆さんが、児童による応援合戦に続いて、子ども達に「がんばれ!」とエールを送りました。

