

日本一の鮎が棲むまち

広報 やすだ



9

令和8年(2026年)

No.729



よさこい踊り
(安田小4年生から6年生)

みんなで楽しんだ
夢まつり
(8/8 町文化センター)



ゲーム1分間チャレンジ
(オクラの詰め放題)

<主な記事>

- ② 安田の夢まつり2026
- ③ 濱田知事が安田町内を視察
- ③ 郵便局長が集落支援活動を行います
- ⑬ 安田さくら園だより

今日は

ごめん・なはり線の日! in 安田の夢まつり2026 開催!

8月8日、「今日はごめん・なはり線の日in安田の夢まつり2026」が町文化センターで開催されました。台風の影響が心配されましたが、当日は天候にも恵まれ、町内外から多くの方にご参加いただきました。今年は、今日はごめん・なはり線の日記念イベントとの同時開催となり、会場最寄りの安田駅ホームでは、「やすだ アユ君」、「とうのはま へんろ君」が乗客をお出迎え。会場では、ごめん・なはり線キャラクターグッズも販売され、皆さんにごめん・なはり線をPRしました。

まつりは安田小学校1年生による元気な開会宣言に始まり、開会セレモニーの最後は安田・田野・奈半利・北川中学校合同吹奏楽部が演奏を4曲披露。「マツケンサンバ」など、おなじみのメロディーで会場を盛り上げました。

毎年人気の「鮎つり体験」には受付開始から行列ができ、ステージイベントの「ゲーム1分間チャレンジ（オクラの詰め放題）」や「おたのしみ抽選会」では、子どもから大人まで多くの方が参加し、大いに楽しんでいました。また、田舎寿司、山芋コロッケ、ところてん、鮎の塩焼きなど、安田のおいしいグルメ屋台が出店し、終わるころにはどのブースでも完売御礼。

暑い中ご来場いただいた皆さま、ご協力いただきました皆さま、ありがとうございました。

安田駅でお出迎え



鮎つり体験は毎年大人気!



4校合同演奏を披露♪



餅投げには人・人・人!



安田のグルメを堪能中♡



上手に釣れたかな?

濱田知事が安田町内を視察

～濱田が参りました～

7月7日、濱田知事が県内市町村に出向いて取り組みなどを視察する「濱田が参りました」が安田町内で行われました。

この日は、完全天日塩施設やＪＡ高知県中芸集出荷場などを視察。それぞれの施設では関係者と取り組みの内容や課題、今後の展開などについての意見交換も行いました。

また、現在、集落活動センターやすだの拠点施設として改修中の旧安田郵便局も視察し、安田まちなみ交流館・和へ移動後は、特定地域づくり事業協同組合「うえるかむ安田協同組合」の職員との意見交換も行い、全ての行程を終了しました。今回の視察にあたりご協力いただきました関係者の皆さまには、心よりお礼申し上げます。



完全天日塩施設での作業体験



中芸集出荷場を視察

郵便局長が集落支援活動を行います

このたび、日本郵便（株）と集落支援員業務に係る委託契約を締結し、安田郵便局長と正弘郵便局長が集落支援員として地域活動を行います。

集落支援員の主な業務は、地域の実情を把握したり、集落の在り方に関する話し合いなどを通じ集落の維持、活性化対策を行ったりする制度で、両局長には今後、地域住民懇話会などを通じ防災に関する啓発活動や地域行事の企画などにも携わっていただきます。

町・日本郵便株式会社 集落支援員業務」委託契約締結式



業務委託契約を締結（中央左側：清岡局長、中央右側：野本局長）

9月の「町長室開放日」について

町では『対話と協働』によるまちづくりを進めるため「町長室開放日」と「町長の中山支所勤務日」を設けています。

9月は、「町長室開放日」を実施します。

日ごろ感じていることや役場への提言など、皆さまのご意見をお聞かせください。

◆町長室開放日 **9月15日(火)**

◎基準時間 午前10時から正午まで／午後2時から午後5時まで

※来客の状況により、若干お待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

集落支援員が地域住民のお話を聞きます

町からの委託事業により、集落支援員（正弘郵便局長）が地域住民のお困りごとや地域の状況をお聞きする対話会を行います。

●日 時：9月28日（月） 午後2時から午後3時まで

●場 所：正弘郵便局内

行政相談月間（9月・10月）～困ったら一人で悩まず行政相談！～

国の仕事や手続き、サービスについて、困っていることがありましたら、総務省の行政相談をご利用ください。総務省では、多くの皆さんに行政相談を利用していただけるよう9月・10月を「行政相談月間」と位置付け、各種の行事を行っています。

当町においても、次のとおり、「一日行政相談所」（無料・秘密厳守）を開設しますので、お気軽にご相談ください。

●日 時：10月19日（月） 午前10時から正午

●場 所：町地域ふれあいセンター

国の仕事や手続き、サービスについて困っていることはありませんか？

医療保険・年金



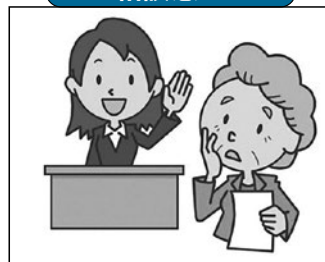
医療保険や年金のことについて教えてほしい

道 路



国道の危険箇所を改修してほしい

相談窓口



手続きや申請をどこにしたらよいかわからない

問い合わせ先 高知行政監視行政相談センター ☎ 088-824-4100

行政相談委員の候補者を募集しています

町では、国の仕事や手続きについての苦情、意見、要望を受け付け、解決の行政手続きをアドバイスする「行政相談委員」の候補者を募集しています。

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間の有識者で、住民の皆さんの身近な相談相手として活動していただきます。

主な活動：町が開設する定例行政相談所での相談対応（2カ月に1回程度）、および管区行政評価局との連携

対 象：町内に在住し、地域社会の発展や行政改善に熱意と理解のある方

報 酬：原則無報酬

任 期：2年間

問い合わせ先 役場総務課 ☎ 38-6711 FAX 38-6780

個人番号カード夜間・休日窓口開設のお知らせ

個人番号カードに関する申請や更新手続きのため夜間および休日窓口を開設します。
9・10月の開設日は次のとおりです。

夜間窓口開設日：9月8日(火)、9月24日(木)、10月6日(火)、10月22日(木)

受付時間：午後5時15分から午後7時まで

休日窓口開設日：9月19日(土)、10月17日(土)

受付時間：午前9時から午後4時30分まで(正午から午後1時までの間を除く)

※個人番号カードおよび公的個人認証に係る事務に限ります。手続きによっては、必要書類等がございますので、不明な点は事前に町民生活課までお問い合わせください。

窓口が混み合っている場合は、お待たせする場合がございます。お時間に余裕を持ってご来庁ください。

問い合わせ先 役場町民生活課 ☎ 38-6712 FAX 38-6780

安田町食生活改善推進協議会の活動について

安田町食生活改善推進協議会では、「わたしたちの健康は私たちの手で」をスローガンに、小学生の郷土料理づくり体験や、健康ふれあいまつりでの食育イベント、特定健診での軽食提供等の活動をしています。

今年度から、食生活改善推進員養成講座の修了生4人が新しい仲間に加わりました。

食生活改善推進員の活動にご興味をお持ちの方は、事務局(役場町民生活課☎38-6712)までお問い合わせください。



小学生の郷土料理教室のメニュー



小学生の郷土料理教室



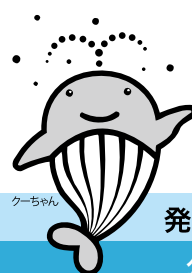
焼き肉のタレづくり

ハロウィンジャンボ4億円

(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ4千万円

(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)



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。

各1枚 300円

9月16日(水) 2種類同時発売!

発売期間 9/16(水) から 10/16(金)

公益財団法人高知縣市町村振興協会

農業委員が改選され 農地利用最適化推進委員が選任されました

任期満了に伴い、新たな農業委員10人と農地利用最適化推進委員4人が選任されました。

今回の改選では、7月19日に農業委員および農地利用最適化推進委員が任期満了を迎えるにあたり、それぞれ公募を行ったうえで、農業委員については議会の同意を得て町長が、農地利用最適化推進委員については農業委員会が、それぞれ任命（任期3年）を行いました。

各委員は、農地の貸借、農地に関する権利移動、転用の許可などに関する業務を行うとともに、担い手への農地等の利用の集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進など、農地利用の最適化を推進していきます。

また、任期満了を迎えました農業委員の皆さん、長い間ご尽力いただきありがとうございました。

農業委員

西山 雅人



担当地区
井ノ岡

黒岩 円



担当地区
正弘、内京坊、
間下

上総 博



担当地区
瀬切、船倉、
中里、小川

職務代理者

小松 悦子



担当地区
与床、中ノ川、
別所、西ノ川

会長

中野 吉健



担当地区
射場、城

農業委員

清岡 克弘



担当地区
東谷、西北

窪田 廊



担当地区
薬師、唐浜東・中・西

西山 隆満



担当地区
西島、庄田

西山 充



担当地区
中村西・東

齊藤 仁信



担当地区
不動、大野、安田

農地利用最適化推進委員

小松 明彦



担当地区
唐浜

久保田 篤



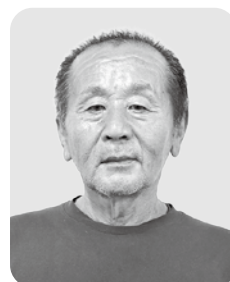
担当地区
西島、安田

上岡 和久



担当地区
中山

手島 浩順



担当地区
東島



令和9年「二十歳を祝う会」のお知らせ

安田町では、新たに20歳となられる方々を励まし祝福するために、令和9年「二十歳を祝う会」を次のとおり執り行います。

日 時：令和9年1月3日（日）午後1時30分開式
場 所：町文化センター



今年度の対象者は、平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方々です。

なお、町外在住の方で、「二十歳を祝う会」への出席を希望される方は、10月23日（金）までに町教育委員会（☎38-6714）へご連絡ください。

町史編さん室だより

50

編さん室 ほたる

引き続き、『安田町会議録』に収められている『昭和参年中安芸郡安田町事務報告書』（1928年）「一、町治ノ概要」の一段を紹介します。今回は「交通」「産業」について書かれた部分です。園芸農業はいよいよ盛んになり農家の経済も上向きになっていく。他方、馬路村との間を結ぶ森林鉄道が本町の「商工業」に影響を与えるものであったこともうかがえます。

文章はカタカナ、濁音の有無、改行は原文どおりとする一方、漢字は常用漢字に変え、各章句の終わりには適宜一文字分の空白を設けました。

交通 土木ニテハ予定ノ如ク井岡線、安田海岸線ハ完成シ上庄田ノ一部ノ路線ヲ改修シ東谷橋ノ落成ヲ見多年ノ懸案タリシ基地ノ移転モ漸片付キマシタ

産業ハ園芸熱ノ勃興ニ伴ヒ其ノ生産額モ頗ブル増加シ随テ農家ノ経済ニ好影響ヲ与ヘマシタ 商工業ハ大シタ変化ハ有リマセヌガ馬路軌道カ新線路ヲ奈半利川流域ニ布設スル事トナリ貯木場ノ位置ニ付田野、奈半利両町ニ於テ競争ヲ始メ当町トシテモ直接利害ニ関係ヲ有シ其成行ニ注意シテキマシタガ主務省ニ於テ両町ニ指定セル結果安田モ大ニ助カル事トナリマシタ 猶馬路軌道ハ之ヲ廃止セサルヲ以テ大ナルノ打撃ヲ受クル事ハ無イノデ聊カ樂觀シテキマス

皆さまには、引き続き新町史編さんにご協力を賜りますようお願いいたします。

町史編さん室（町文化センター2F）

編さん室活動日：毎週火・水・金曜日の午前11時から午後3時（※不在の場合があります）
☎ 38-5711 FAX 38-5745 E-mail: y-choushi@me.pikara.ne.jp

問い合わせ先 町教育委員会 ☎ 38-6714 FAX 38-6717



日本遺産「森林鉄道から日本一のゆずロードへ」 — ゆずが香り彩る南国土佐・中芸地域の景観と食文化 —

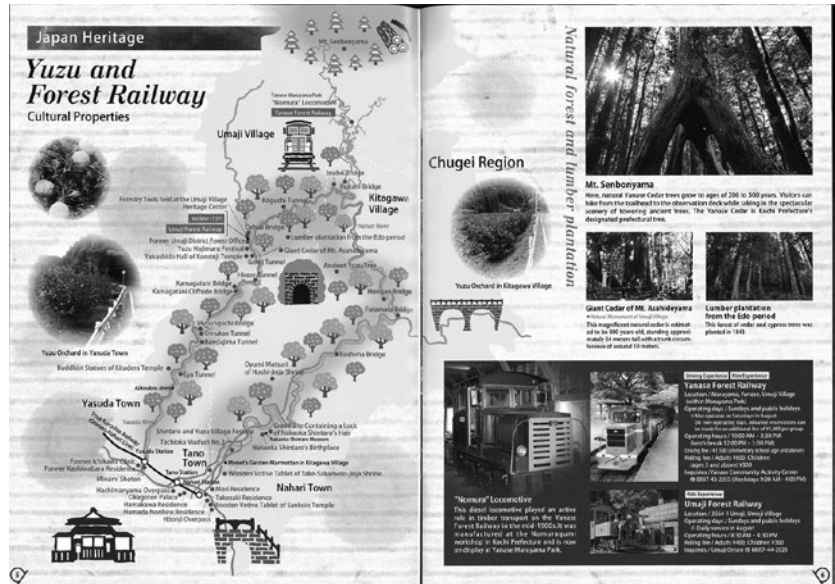
日本遺産 第3号認定 登録番号 051

～ 中芸地域の日本遺産魅力発信便り vol.110 ～

【英語版パンフレットを作成しました】

昨年度刷新した日本遺産ゆずと
りんてつのパンフレットの英訳版
を作成しました。構成文化財名の
翻訳や、日本の歴史をあまり知ら
ない方にも分かるような説明に
少々苦勞しましたが、海外の方
にも中芸地域を知っていただけ
るよう、日本遺産ゆずロードミュージ
アムへの配架、観光施設やイベン
ト出展での配布を行っていきま
す。

お知り合いなどへお渡ししたい
場合は、協議会事務局へご連絡
ください。



問い合わせ先

中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局
☎ 30-1865 E-mail yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp

Web



Facebook



Instagram



X (Twitter)



高知県主催！ NEW STEP 新しい出会い × つながるば

〈20・30代独身者限定イベント〉

高知県内でワクワクドキドキな体験・交流ができるイベントを開催。
すべてのイベントに、これからの人生に役立つライフプランセミナー付きです。
気になるイベントがあれば、ぜひご参加ください。

※イベントの一部をピックアップしています。

開催日／時間	場 所	内 容	申込締切
10月12日(月) 午前10時から午後4時	香南市 「KochiFrontierBase」	サバイバルゲーム	9月28日(月)
11月1日(日) 正午から午後4時	香美市 「日ノ御子キャンプ場」	コーヒー教室	10月19日(月)
令和9年1月10日(日) 午後1時から午後4時	芸西村 「レストランサザンクロス」	コーヒーに合うスイーツ教室	12月25日(金)
令和9年2月7日(日) 午後1時から午後4時	安芸市 「内原野陶芸館」	陶芸教室	令和9年 1月25日(月)

※参加費や当日のプログラム等については、ホームページ
(<https://kochi-new-step.com>) をご確認ください。

申し込みは
こちらから→



問い合わせ先 社会人交流事業事務局【(株) 歳時記屋内】
☎ 088-882-0333 (平日午前10時から午後5時)

県民スポーツ月間関連大会・ 県民スポーツフェスティバル 2026

令和8年度の県民スポーツフェスティバルが下記のとおり実施されます。
各競技へのお申し込み、問い合わせ等は各競技事務局および町教育委員会までお願いします。

	競技名	開催期日	会 場	申込方法
1	グラウンド・ゴルフ	9月16日(水)	県立春野総合運動公園 広場D	・申込締切：9月8日(火) ・申 込 先：町教育委員会 または県グラウンド・ゴルフ協会
2	アクアスロン	9月23日(水)	県立春野総合運動公園水泳場 (50m) 陸上競技場補助競技場	・申込締切：9月11日(金) ・申 込 先：県トライアスロン連合事務局 アクアスロン担当
3	ゲートボール	9月27日(日)	県立春野総合運動公園 ソフトボール場B	・申込締切：9月20日(日) ・申 込 先：県ゲートボール協会
4	テニス	10月4日(日)	県立春野総合運動公園 テニスコート	・申込締切：9月8日(火) ・申 込 先：町教育委員会
5	ソフトテニス	10月4日(日)	INOUE・東部スポーツパーク (高知市東部総合運動場) テニスコート	・申込締切：9月23日(水) ・申 込 先：県ソフトテニス連盟
6	ペタンク	10月4日(日)	三和スポーツ交流センター	・申込締切：9月18日(金) ・申 込 先：香美市ペタンク連盟事務局
7	サイクリング	10月4日(日)	いの町吾北周辺	・申込締切：9月25日(金) ・申 込 先：県サイクリング協会
8	クレー射撃	10月4日(日)	ミロク高知射撃場	・申込締切：9月4日(金) ・申 込 先：町教育委員会
9	ボウリング	10月10日(土) 10月11日(日)	ラウンドワン高知店	・申込締切：9月24日(木) ・申 込 先：町教育委員会 または県ボウリング連盟
10	スカッシュ バレー	10月11日(日)	県立県民体育館	・申込締切：9月25日(金)まで ・申 込 先：県スカッシュバレー連盟事務局
11	ディスク ゴルフ	11月8日(日)	県立鏡野公園	・申込締切：①10月30日(金) ・申 込 先：①町教育委員会 ・申込締切：②11月7日(土) ・申 込 先：②県フライングディスク協会
12	ボッチャ	11月22日(日)	県立県民体育館 主競技場	・申込締切：10月30日(金) ・申 込 先：町教育委員会

問い合わせ先 町教育委員会 ☎ 38-6714 FAX 38-6717

つれづれ
徒然ながやま



安田町ふるさと応援隊からのお便り

～中山をどんどん元気にしていこう～



「映像村」で映像制作にチャレンジしてみませんか



映像村・収録スタジオでの撮影の様子

8月13日、多目的交流センターなかやまの「映像村」で行われた映像制作の現場取材させていただきました。この日行われていたのは、馬路村の小学生の自主映像制作。東京映画社の指導を受けながら、企画から撮影、ナレーション収録など、自分たちの作品ができるまでの一連の流れを体験していました。

小学生たちは、はじめに映像づくりの基本や制作の流れについて説明を受けた後、実際に撮影機器を使って作品の素材となる風景などのシーン撮影や、ナレーションの収録などを行っていました。撮影シーンではカメラの向きや演者の立ち位置、セリフなどを確認し合い、時折笑い声が聞こえるなど、楽しい雰囲気の中で撮影が進められていました。

今回の映像村を活用した取り組みは、夏休み期間中の子どもたちの学び、体験の場としての活用事例であります。また、「映像村」には複数の撮影スタジオがあり、プロから一般の方まで映像撮影に利用することができます。映像制作に興味がある方は、「映像村」を一度見学してみませんか。皆さまのご連絡をお待ちしています。

☆中山健康教室ピラティス☆
9月14日(月)、28日(月)
午後7時開催予定です。

☆中山を元気にする会 定例会☆
9月17日(木) 午後6時
を予定しています。

集落活動センターなかやま・応援隊へのお問い合わせ、ご意見、ご要望は、☎ 30-1750、FAX 30-1826 まで！

地元で学べる！ 看護学校サテライト教室第1期生募集開始！

令和9年4月、開成情報看護専門学校看護学科東部サテライトキャンパスが安芸市に開設予定です。3年制の看護師養成課程で、令和8年9月から第1期生の募集が始まります。

- 座学は高知市にある本校からのオンライン授業が受けられます。
- 演習は安芸市の実習室でじっくり学べます。病院実習は、東部地域の医療機関で実施しますので、実際の現場を体験しながら成長できます。
- 年間最大 1,272,000円の奨学金が利用でき(町および県の奨学金を利用した場合)、東部地域の医療機関で一定期間看護師として従事するなどの要件を満たせば返還が免除になります。

地元で看護師になりたい高校生や一般の方にも入学いただけますので、ぜひご検討ください。

※詳しくは今月号チラシをご覧ください。

問い合わせ先 役場町民生活課 ☎ 38-6712 FAX 38-6780

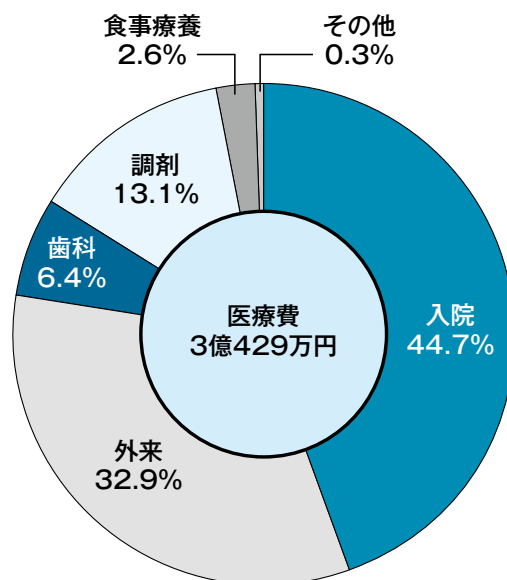
安田町国民健康保険だより

令和7年度の国民健康保険医療費総額は3億429万円で、被保険者数の減少に伴い、医療費も減少しています。しかし、一人当たりの医療費は491,583円で、令和6年度と比較すると増加し、高知県の一人当たりの医療費471,652円よりも高い水準となっています。医療費は被保険者の税金でまかなわれていますので、少しでも負担を軽減するためにも**毎年特定健診を受診し、日頃から自分の健康状態に関心を持つとともに、病気の重症化を予防することで、将来的な医療費の削減に努めましょう。**

☆令和7年度国民健康保険医療費の状況

	件数 () 内は令和6年度分	医療費
入院	233 (231)	1億3,679万円
外来	5,536 (5,964)	8,543万円
歯科	1,672 (1,739)	1,993万円
調剤	4,234 (4,615)	5,194万円
食事療養 生活療養	230 (220)	929万円
その他 (療養費等)	133 (90)	91万円
合計	11,808 (12,639)	3億429万円

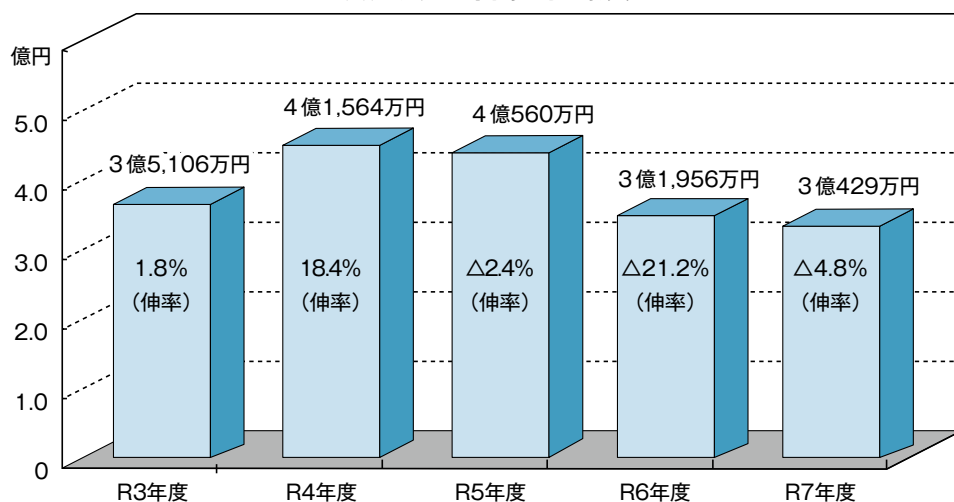
(件数合計は、食事療養・生活療養を除く)



☆国民健康保険医療費の現状と推移

年 度	医療費 (万円)	伸率 (%)	1人当たり (円)	伸率 (%)	年度平均 被保険者数 (人)	伸率 (%)
R3	3億5,106	1.8	450,077	1.6	780	0.3
R4	4億1,564	18.4	549,788	22.2	756	△ 3.1
R5	4億560	△ 2.4	581,089	5.7	698	△ 7.7
R6	3億1,956	△ 21.2	487,134	△ 16.2	656	△ 6.0
R7	3億429	△ 4.8	491,583	0.9	619	△ 5.6
平均	3億5,923	△ 1.6	511,934	2.8	702	△ 4.4

☆過去5年間の医療費



運動教室のご案内

地区を問わず、どなたでも大歓迎！
みんなで楽しくフレイル予防！

安田町では、骨折で入院する高齢の女性が多く、骨折を伴う医療費も高知県の平均に比べて高くなっています。年齢とともに骨はもろくなりやすく、一度の転倒は寝たきりや長期入院、高額な医療費といった大きな負担につながります。住み慣れた町でいつまでも元気に暮らすため、みんなで楽しくフレイル予防しましょう。

運動教室で講師に内川智恵さんをお招きし、期間中は栄養講座や骨密度測定などを行います。地区を問わず、どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

開催時間 午後1時30分から午後2時30分（受付：午後1時から）

持ち物 水分補給できるもの、タオル

	安田地区【文化センター】	中山地区【集落活動センターなかやま】
9月	17日(木)	11日(金)
10月	21日(水) 測定・30日(金)	9日(金)
11月	9日(月)・27日(金)	13日(金) 測定
12月	16日(水)	18日(金)
令和9年1月	20日(水)・29日(金)	8日(金)
2月	17日(水)	12日(金)
3月	5日(金)・17日(水) 測定	12日(金) 測定



座ったまま安全に足腰を鍛える運動！



背筋を伸ばして体幹も整えます

問い合わせ先 役場町民生活課 ☎ 38-6712 FAX 38-6780

令和8年 秋の全国交通安全運動

●実施期間 令和8年9月21日(月)から9月30日(水)

※9月25日(金) 午前10時から午前11時

県道安田東洋線(庄田地区)でドライバーサービスを実施します。

※9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

問い合わせ先 役場総務課 ☎ 38-6711 FAX 38-6780

— 高知大学医学部看護学科だより —

夏の疲れを秋に残さない！



～今日からできる健康習慣～

暑さが続いた夏の疲れが、涼しくなる秋に出てくることがあります。
「秋バテ」を防いで、元気に毎日を過ごしましょう！

①秋バテとは？

夏の暑さによる疲れが原因で、体や自律神経の働きが乱れ、だるさ・食欲不振・疲れやすさなどの不調が出る状態です。

こんな症状ありませんか？

- ☒ なんとなくだるい、疲れやすい
- ☒ 食欲がない
- ☒ よく眠れない、目が覚める
- ☒ 頭がすっきりしない
- ☒ やる気が出ない



②秋バテ予防5つのポイント

- ①十分な睡眠をとる
寝る前はスマホを控え、ぐっすり眠りましょう。
- ②バランスの良い食事
主食・主菜・副菜をそろえ、3食きちんと食べましょう。
- ③こまめな水分補給
のどが渇く前に、少しずつ水分をとりましょう。
- ④軽い運動・体を動かす
散歩や体操で血流を良くし、体力をキープしましょう。
- ⑤気温の変化に注意
朝晩は冷えます。上着などで上手に体温調整をしましょう。

③秋バテチェック

当てはまる項目に☒をつけてください

- ☐ 朝起きるのがつらい
- ☐ 食欲がない
- ☐ 体がだるい・疲れやすい
- ☐ 頭が重い・すっきりしない
- ☐ 肩こりや頭痛がある
- ☐ 寝つきが悪い・夜中に目が覚める
- ☐ やる気が出ない

判定

0～2個 今の調子をキープ！
このまま続けましょう。

3～4個 少しお疲れ気味かも。
生活習慣を見直して。

5個以上 秋バテのサイン！
無理せず早めのケアを。

④健康クイズ

()の中に入る言葉や数字を考えましょう！

- Q1 1日に取りたい水分の目安は？
() リットル
- Q2 睡眠の質を上げるために大切なことは？
「寝る前の()は控えめに」
- Q3 バランスの良い食事の基本は？
「主食・主菜・()」

答え：Q1=1.5～2リットル Q2=スマホ・テレビ・カフェイン Q3=副菜

⑤健康ミニ知識

かくれ脱水に注意！！

のどが渇いてなくても体は水分不足になっていることがあります。

高齢者は特に脱水になりやすいため、一日を通してこまめに水分を取りましょう。



毎日の小さな積み重ねが、元気でいきいきとした暮らしにつながります。
今月も、笑顔で健やかに過ごしてください♡

社協あったか通信

令和8年度 オンライン介護予防教室

7月16日、町保健センターで開催された、オンライン介護予防教室『元気、歯つらつ、健口づくり』の一部を紹介します。

◆^{こうくう}口腔の健康は全身の健康につながります！
口は「食べない」「動かさない」ほうが汚れます。



このバランスが崩れると…
口臭・呼吸器感染症・低栄養・脱水になりやすいです。

- ◆^か「噛む力」を鍛えましょう！
- ①一口食べたら、かみかみ 30 回する。
 - ②食材を大きく切って食べる。
(刻むより噛む回数が2倍)
 - ③歯ごたえや弾力を残した調理をして食べる。
(焼く、のりで巻くだけで噛む回数アップ)
 - ④バランスよく両方の歯で噛むことを意識する。



など、工夫して食事することで、頬・顎・舌がよく動き、唾液がよく出て、飲み込みがよくなり、消化を助け、口の汚れを洗い流し、病原菌から身体を守ってくれます。

ご自分の体力・免疫力がアップする食事、笑顔で楽しく過ごしましょう。

予定

10月 在宅生活における生活環境の整備
日時：10月7日(水) 午前10時30分から
場所：町保健センター

11月 聞こえの仕組み「聞く」ってどんなこと？
日時：11月未定
場所：未定

「あった カフェ」 開催のお知らせ

どなたでも気軽に参加できます。
皆さんお誘いあわせのうえ、ご来店ください。

場所…町保健センター

日時…9月29日(火) 午前10時から午後2時
(ラストオーダー午後1時30分まで)
*送迎の必要な方は、ご連絡ください。

飲み物とお菓子のセット…250円
飲み物(コーヒー・紅茶)…150円



＊～SDGs 市も同時開催＊

地域の方からいただいたリサイクル用品なども展示しています。必要な物があればお持ち帰りください。また自宅で不要な品などがあればご持参ください。

＊～応急手当講習も同時開催＊

テーマ：「家庭や職場、地域でできる手当 (AED/ 心臓マッサージ・骨折処置・熱中症対策等) を学び、けがや病気の悪化を防ぐ。」

講師：中芸広域連合消防本部
時間：午前10時から午前11時まで
この機会にぜひ体験してください。

あったかふれあいセンターは、どなたでも参加できます。
問い合わせ先 町社会福祉協議会 ☎38-5500 FAX38-6878 (担当:小川)

※個人情報につき掲載の了解をいただいた方を掲載しています。

地区名	氏名	年月日	世帯主	続柄	性別
中ノ川	おたん	8・7・9	小松 海翔	子	男
西岡	順子	8・7・17	松本 暁寶	本人	女 81 歳
西岡	順子	8・7・17	松本 暁寶	本人	男 78 歳

慶弔ニュース (7月受付分)

1. 県内

()内は7月発件数

	件数	死者	負傷者
8年	(81) 510	(3) 17	(85) 554
7年	(72) 443	(2) 12	(77) 474
増減	(9) 67	(1) 5	(8) 80

2. 安芸署管内

()内は7月発件数

	件数	死者	負傷者
8年	(4) 21	(0) 0	(4) 27
7年	(3) 17	(0) 0	(3) 18
増減	(1) 4	(0) 0	(1) 9

※1、2は物損を除く

交通事故の概況

(令和8年1月1日～令和8年7月31日)

3. 安田町発件数

	7月中	累計
人	1	2
身	0	0
負傷者	1	2

なごみ

和通信

「夏の化石発掘体験」

7月25日、現在開催中の企画展「やすだの化石展」の関連イベントとして「やすだの化石発掘体験」を開催し、17人が参加しました。講師の近藤康生先生（高知大学名誉教授）に教わりながら、暑さ対策をしつつ化石を掘り、文化センターへ移動し、採れた化石のクリーニングや標本づくりを行いました。暑い中ではありましたが、小さなお子さまからご年配の方まで夢中になって発掘を体験いただき、安田の化石に触れていただく良い機会となりました。

県外の化石発掘にも行かれていた参加者からは、「唐浜の化石体験場は気軽に体験ができる貴重な場所として県外でも有名」とのお声をいただき、また「専門の先生から教わりながら掘る機会はなかなかない、いい経験ができて良かった」と喜んでいただきました。



「新しい企画展が始まります」

9月5日（土）から、龍馬が慕った高松順蔵 没後150年記念企画展「旅する順蔵、土佐東をめぐる」が始まります。順蔵が残した和歌集『採樵歌』には旅先で読まれた歌が多く、特に土佐東部に焦点をあてて紹介します。さらに坂本家へ養子に行った息子たちやひ孫も紹介、順蔵の旅する心が受け継がれていることを感じていただければと思います。

今回は、県立坂本龍馬記念館や田野町福田寺、安芸市真慶寺から貴重な資料をお借りして展示します。ぜひお立ち寄りください。

企画展

龍馬が慕った高松順蔵 没後150年記念企画展
「旅する順蔵、土佐東をめぐる」

期間：令和8年9月5日（土）から令和9年3月7日（日）



※展示入れ替えのため、9月4日（金）まで企画展はお休みです。

さいしゅうか
「採樵歌」を読む会

次回は9月16日（水）
午後1時30分から午後3時を予定。
参加費：無料

なごみ
安田まちなみ交流館・和

開館時間／午前9時30分から午後5時（最終入館午後4時30分まで）
企画展観覧料／200円（高校生以下、障害者手帳提示者等無料）
休館日／火曜日（祝日の場合はその翌営業日）
安田町大字安田1674番地1 ☎・FAX 38-3047

税金等のお支払いについて

国民健康保険税
後期高齢者医療保険料第3期分
第3期分

納期限日

9月30日



♪ 安田さくら園だより ♪

7月11日、町文化センターでなつまつりを行いました。子どもたちが、お家の人や友達と触れあいながら楽しめるように、製作コーナーをはじめ、日ごろ、子どもたちになじみのある絵本を使ったふれあい遊び・スタンプラリー・ライブ・お楽しみ抽選など盛りだくさんではありますが、好きなことを選んで楽しめるように計画しました。

さて、なつまつりを終えた子どもたちは年長児に憧れおみこしをまねたり、楽しかったことを再現したり、新たな遊びに発展しています。お家の人と一緒に食べた経験から屋台の食べ物作りやごっこ遊びを楽しむ姿がみられ、子どもたちのやってみたい思いに寄り添い、自分のイメージした物を形にすることやなり切って再現できるように、いろいろな素材や道具を用意しました。

また、ライブをまねて曲に合わせて踊りを楽しみ、やりたいことや考えを友達と伝え合いながら遊ぶ姿もあります。遊びに必要な道具を作ったり、考えを伝え合いながら遊びの場をつくったりするなど、友達と簡単な共通の目的をもって遊びを進めていくことを楽しんでいるところです。一人一人のやりたいことを実現しようとする中で、考えたり協力したり伝えたりする姿が育つよう、安田の未来を託す子どもたちを支えていきたいですね。



なつまつり



屋台の焼きそば作り



先生の出し物をまねしている様子(ごっこ遊び)



人口・世帯状況 令和8年7月末時点(前月比)	男 1,091人(-6)	女 1,125人(+3)	合計 2,216人(-3)	世帯数 1,161世帯(-3)
---------------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

