

広報 やすだ



3

令和3年(2021年)
No.663

人口・世帯状況 3年1月末時点(前月比)			
男	1,262人(-6)	女	1,326人(±0)
合 計	2,588人(-6)	世帯数	1,265世帯(-1)

令和3年(2021年) 3月1日発行

編集・発行 〒781-6421 高知県安芸郡安田町役場 地域創生課

☎0887-38-6713 FAX0887-38-6723

ホームページ <https://www.town.yasuda.kochi.jp/>

祝 安田町新庁舎開庁式

- ②新庁舎開庁式を執り行いました
- ⑤国保の届け出を忘れずに!!
- ⑫小学生がタイムカプセルを埋めました!

待望の総合庁舎が開庁しました! (2/1開庁式テーマパークト...安田町新庁舎)



新庁舎開庁式を執り行いました

2月1日、安田町役場、安田郵便局、高知県農協安田支所の職員が一堂に会し、新庁舎正面玄関前で開庁式を執り行いました。

今回の開庁式は、新型コロナウイルス感染症対策を踏まえて規模を縮小し、それぞれの代表者による挨拶とテープカットのみ実施しました。



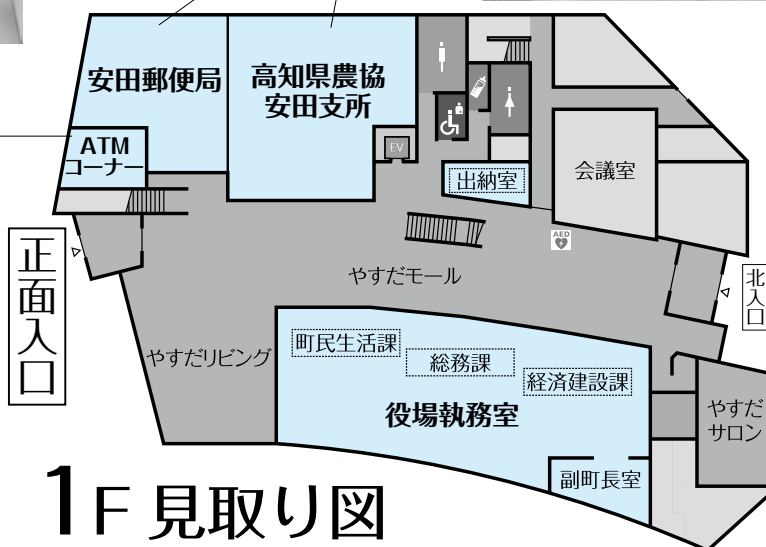
新庁舎は、住民生活に密接したサービスを行う民間機関と行政機関が一体となったワンストップサービス機能を持ち、使い勝手の良い総合庁舎となっているほか、防災拠点施設としての設備や堅牢性を併せ持ち、皆さんの安全で安心な暮らしを守る庁舎として、地域とともにあり続けます。



この扉は、閉庁時は開きません。



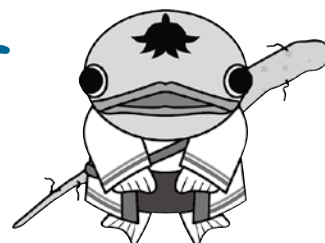
ATM コーナーは役場閉庁時でもご利用いただけます。



1F 見取り図

町内行事の中止に関するお知らせ

第13回清流安田川ウォークは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。



つれ づれ 徒然なかやま



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～



来年度に向けて自然薯の種芋を収穫！

2月上旬、昨年から大切に畑で育てていた種芋用自然薯の収穫を、安田町お試し滞在施設利用中の方と一緒にしました。

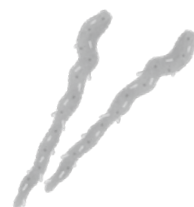
ムカゴから植付けした種芋は60cmくらいになっており、中には1mを超える立派な自然薯に成長しているものもありました。収穫体験をされた方も畑から次々と出てくる本物の自然薯に驚きながら楽しく掘っていました。

この種芋は、4月上旬ごろ植え付ける予定です！豊作になるよう植え付けも頑張ります！



☆中山を元気にする会定例会☆ 3月18日(木)午後6:00開催予定です。

☆中山健康教室ピラティス☆ 3月15日(月)、29日(月)午後7:00開催予定です。
場所：集落活動センターなかやま 活動室



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、FAX30-1826までお気軽に！^o^



安田町ふるさと応援隊

令和3年1月、全国から安田町へ ～ふるさと納税寄附者からの応援メッセージ～

- なす、楽しみにしています。
- 美味しいものを作る環境を応援したいです。
- 安田町のお礼の品はどれも美味しく、毎回楽しませていただいております。これからも、ずっと応援し続けます。
- 高知出身です。自然豊かな安田町が好きです。南海地震でだれも命を落としてほしくありません。震災対策に少しでもお役立ていただければ幸いです。
- コロナに負けずに行きましょう！
- コロナ禍でなかなか思うようにイベントなど出来ないとは思いますが、今年もまた自然たっぷりの安田町へ癒されに行きたいと思っています。今年もたくさんの美味しいモノを楽しみにしています。微力ながら応援しています。
- 去年食べたポンカンが美味しかったので申し込みました。また安田町へ癒されにお邪魔したいと思っています。

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等の承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納される場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

◎一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。

◎「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

詳しくは「ねんきん加入者ダイヤル」（☎0570-003-004）または下記までお問い合わせください。

問い合わせ先 南国年金事務所 ☎088-864-1111 FAX 088-863-1019
役場町民生活課 ☎38-6712 FAX 38-6780

高知県中小企業耐震診断等支援事業費補助金のご案内

高知県では、南海トラフ地震対策として、従業員の命を守るとともに地震発生後の早期復旧につなげるため、県内中小企業者が行う耐震診断や耐震設計などに要する費用を一部助成する補助制度を設けていますので、ご活用ください。

1 対象者

県内で製造業を営む中小企業者であって、BCPを策定している者

2 対象事業

- ①耐震診断
- ②耐震設計（建替設計を含む）

3 対象建築物

事務所・工場等で昭和56年5月31日以前に建築された建築物であること

4 補助率／補助限度額

- ①耐震診断：2/3以内／133.3万円
- ②耐震設計：2/3以内／200万円

5 補助要件

耐震診断及び耐震設計の内容に関し、四国耐震診断評定委員会等の評定を受け、適切と評価を受けること等

【問い合わせ先】

高知県商工労働部商工政策課事業推進担当
☎088-823-9692

3月の「町長室開放日」及び「町長中山支所勤務日」について

町民の声がしっかり届く、町民の目線に立った、町民と共に歩くまちづくりを進めるため、毎月「町長室開放日」と「町長の中山支所勤務日」を設けています。

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

3月17日(水)

◆中山支所勤務日

3月24日(水)

◎基準時間 午前10:00から12:00まで / 午後2:00から5:00まで

※来客の状況により、若干お待ちいただく場合や、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合がありますのでご了承ください。

3月、4月は異動の多い時期です

国保の届け出を忘れずに!!

届け出は必ず14日以内に

国保は職場の健康保険などと違い、加入するときもやめるときも加入者自らが届け出をしなければなりません。世帯主は、異動があったときから必ず14日以内に国保の窓口（役場町民生活課）に届け出をしてください。

国保の保険者・
被保険者（加入者）

勤務先の健康保険、共済組合加入者及びその家族、後期高齢者医療の加入者、生活保護世帯以外の人、すべて国保の加入者（被保険者）となります。

国保の運営は、市町村（保険者）が行います。



世帯主が届け出を

1人ひとりが被保険者でも、加入は世帯ごとに行い、世帯主がその手続きをします。

1人に1枚の保険証が交付され、世帯主には、国保税納付が義務となります。

届け出が遅れると…

1. 加入の届け出をした月からではなく、資格の取得月までさかのぼって、国保税を払わなければならなくなります。
2. 保険証がないため、その間の医療費が全額自己負担となります。
3. 資格がなくなっているのに届け出が遅れ、国保の保険証を使って医療を受けた場合、国保で負担した医療費を後で返納していただきます。

こんなとき	
国保に入るとき	他の市区町村から転入してきたとき
	職場の健康保険をやめたとき
	職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき
	子どもが生まれたとき
	生活保護を受けなくなったとき
	後期高齢者医療の障害認定を撤回したとき
国保をやめるとき	他の市区町村に転出するとき
	職場の健康保険に入ったとき
	職場の健康保険の被扶養者になったとき
	国保の被保険者が死亡したとき
	生活保護を受けるようになったとき
	一定以上の障害により後期高齢者医療の対象となったとき
その他	安田町内で住所が変わったとき
	世帯主の氏名が変わったとき
	世帯が分かれたり、一緒になったとき
	修学のため、町外に住所を定めるとき
	保険証をなくしたとき(あるいは汚して使えなくなったとき)



日本遺産
ゆずとりんてつ
赤松町・田原町・安芸町・北川村・馬場村

中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会

～中芸地域の日本遺産魅力発信便りvol.44～



JAPAN HERITAGE

日本遺産

日本遺産
Story #051



2月13日から21日まで、高知城歴史博物館にて、当協議会の活動報告のほか、講演や意見交換を行う「ゆず林鉄expo2021」を、四国遍路日本遺産協議会との共催により開催しました。

期間中はコロナ対応をしながらではありましたが、たくさんの方々に見ていただくことができました。

最終日には中芸地域の物産展が開催され、多くの方でにぎわいました。



最新の情報は「中芸ハーブサミット HP」でご確認ください。

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

(中芸広域体育館内) ☎30-1865

FAX30-1866

E-mail yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp

HP <http://yuzuroad.jp/> 「ゆずとりんてつ」で検索



健康手帳

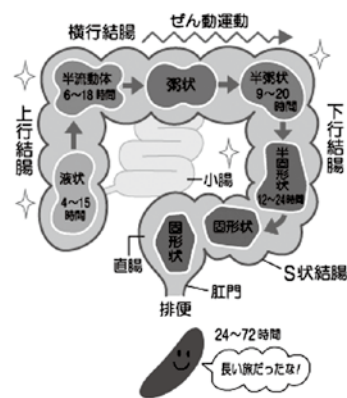
快便生活



週に3回以上すっきり排便しバナナ状の便なら快便の証拠です。しかし、最近では食生活の欧米化やストレスなどで下痢や便秘になり、「快便」が得られない人が増えています。

下痢：便中の水分量が多くなり、液状や泥状の便が排便される状態。ストレスなどのために腸の運動リズムが乱れ、大腸のぜん動運動が活発になると腸管内容物の経過が速まり、十分な水分吸収が行われないまま内容物が排泄され下痢便となります。また、細菌やウイルスによる急性胃腸炎では、菌や毒素を早く体外へ排泄するための防御反応として水分の分泌が増加し下痢を起こします。

便秘：大腸での水分吸収が促進され、硬い便が排便される状態。通常、排便回数や排便量が少なくなります。ストレスなどの理由で腸の運動が変化したり、大腸がん、ポリープといった病気のために腸が狭くなり、通りにくくなると腸管内容物が長い時間腸の中に留まることになり、水分の吸収が過度に進んで硬い便になります。また、便意を我慢することが続くと排便反射が起こらなくなり、便秘になります。



快便のための生活術

＊生活リズムを作りましょう

快便のためには、1日3回の食事や起床時間、睡眠などを規則正しいリズムで過ごしましょう。特に、便秘解消には朝の過ごし方が大切です。朝、排便の習慣を身につけましょう。1杯の水を飲んで胃腸を目覚めさせたり、朝食後に便座に座って排便の習慣をつけるようにしましょう。

＊基本は食生活！

食べ過ぎ、早食い、寝る前の食事は消化不良を引き起こしますし、冷たい飲み物、アルコールの取りすぎは、下痢を引き起こす原因となるため注意が必要です。食物繊維と水分は便秘解消には欠かせません。また、ヨーグルトやオリゴ糖などを摂取することにより、腸内環境を整えることができます。

〔腸内環境を整える栄養素が多く含まれている食品〕



＊からだを動かしましょう

からだを動かすことによって血液循环を促し、腸の働きを活発にします。

＊適度にストレスを解消

ストレスの蓄積は、大腸や小腸に原因となる異常が見つからないのに便通異常と腹部症状が続く「過敏性腸症候群」の原因になります。適度にストレスを発散させるようにしましょう。

— 高知大学医学部看護学科だより —

私の母親の不眠の悩み

私事ですが、実家に1人で暮らしている高齢の母から愚痴をよく聞かされていました。

「夜寝られない。歳をとると薬を飲んでもぐっすり寝られない。」

同じようなお悩みをお持ちの方も多いのではないのでしょうか？

今回は不眠の悩みについて一緒に考えてみましょう。

高齢者の不眠の原因は一般的に日中の活動量の低下、加齢による体内時計の変化、加齢によるホルモンバランスの乱れ、生活習慣病の影響などと言われています。

不眠の改善には糖質・タンパク質・ミネラルなどの必要な栄養素をバランスよくとること、適度な運動をすること、規則正しい生活を心がけることなどが言われています。それらの改善方法を母親に伝えると「それはもうやっている。でも寝られない。」とのこと…

実家に里帰りしたある夜中のことです。一緒に連れて帰った愛犬が救急車のサイレンで長い時間騒ぐことがありました。翌朝、母親から「昨日の夜もずっと寝られなかった。ずっと起きていた。」との発言があったため、「昨日の夜は犬が吠えてうるさかったでしょう。ごめんね。」と言ったところ「そう？気付かなかったよ。」とのこと…

そこで母親は考え直したそうです。「確かに夜から朝までぐっすり、連続した眠りはできていないが、昼間に眠くならない理由は、細切れだが無意識に深い眠りができているのではないかな？犬が近くで吠えても気づかないくらいだから。若い時と眠りが違うのは仕方のないことだ。そう思うと少し気分が楽になった。」と笑いながら教えてくれました。

最近では『寝られない』という苦しさのことを考えすぎて、さらに寝つきが悪くなる回数は少し減ったそうです。

不眠に悩む高齢者は多いとの報告があります。不眠のある人は、一人で悩まず、家族や友人、主治医に自分の睡眠の特徴と質について相談してみましょう。

最近では睡眠の質を計測してくれる時計やスマートフォン（携帯電話）のソフトもあります。みなさんの不眠の悩みが減ることを願っています。

高知大学高齢者看護学 田淵啓二

就労継続支援

B型事業所

ゆずのかけはし開設

令和3年2月1日、奈半利町に障害をもった方の就労を支援する施設を開設しました。

施設名は「ゆずのかけはし」です。当施設のスタッフは障害をもつ子どもの保護者で運営しており、アットホームな雰囲気の中で作業をしていただくようスタッフ全員が心掛けています。ご自身のペースで楽しく作業をしていただければと思います。

当施設での作業内容は、手芸・木工品の製作・販売、野菜・園芸の栽培・生産、施設外就労（農家さんからの委託作業）といった作業をしています。他にも障害をもった方のニーズに合った作業も検討していきますので、お気軽にご相談ください。

当施設では作業に応じた工賃を支給し送迎サービスも行います。また作業だけではなくイベント等も行いう予定で、楽しく活動ができる場所です。

ご利用を希望される方は、見学や体験もできますので直接当施設にお問い合せください。

問い合わせ先

☎ 30-19951

就労継続支援B型事業所

ゆずのかけはし

管理者 貝川裕美子まで

小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険®

対象となる事故

団体・グループ活動中の事故 / 往復中の事故

保険期間

令和3年4月1日午前0時から
令和4年3月31日午後12時まで

補償内容

補償内容は、加入区分によって異なります。
詳しくは、ホームページなどをご覧ください。

例 A1、C、A2区分 の場合	死亡保険金：2,000万円 後遺障害保険金：3,000万円(最高額) 入院保険金：4,000円/1日 通院保険金：1,500円/1日(30日限度)
※事故の日からその日を含めて180日以内の死亡、後遺障害、入院、手術、通院が対象となります。	
※上記に加え、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険も付帯されています。	

4名以上の団体・
グループで
ご加入ください。

加入区分・掛金

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)
子ども (中学生以下) ※特別支援学 校高等部の 生徒を含む	スポーツ活動 文化活動 ボランティア活動 地域活動	A1	800円
	上記団体活動に加え、個人活動も対象	AW	1,450円
大人 (高校生 以上)	スポーツ活動(指導・審判を含む) ※右記年齢の判断は、「令和3年4月1日」と「掛金 の支払い手続きを行う日」のいずれか遅い日の 年齢を基準とします。 ※A2区分で対象となる活動も補償されます。	C 64歳以下 B 65歳以上	1,850円 1,200円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体員の送迎 ※スポーツ活動中の事故は補償の対象外です。	A2	800円
全年齢	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	D	11,000円

年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。

公益財団法人 スポーツ安全協会 高知県支部

☎088-820-1755

電話受付時間 午前8時30分～午後5時15分(土、日、祝日を除く。)

保険の詳しい内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。
ご加入はインターネットからのお手続きが便利です。

スポーツ安全保険

検索



この広告はスポーツ安全保険の概要についてご紹介したものです。ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」および「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款および特約書によりますが、ご不明の点がございましたら(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)までお問い合わせください。

〈引受幹事保険会社〉

東京海上日動火災保険株式会社 ☎0120-233-801
担当課 公務第2部 文教公務室 (平日9:00～17:00)

〈共同引受保険会社(令和3年4月予定)〉

あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保
令和2年12月作成 20-TC06924

問い合わせ先 町教育委員会 ☎38-6714 FAX38-6717

なごみ

和通信

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策
として休館することがありますので、ご理
解、ご協力をお願いします。

弥生3月。

“暑さ寒さも彼岸まで”、春はもうそこまで…。

コロナ禍や花粉症対策に行き交う人々の色とりどりのマスクにも
春の気配が感じられるようになりました。役場新庁舎完成記念企画展「写真で見る安田町～昭和・平成から
令和へ～」4月19日まで期間を延長して開催中です。昭和、平成、令和と時代とともに移り行く歴史を感じる一コマの、そ
の一部は町民の方々からの提供も受けての写真展です。展示会場ではご家族や友人と一緒に来館された多くの方から、懐
かしさなどに笑い声が絶えないほどの、好評をいただいております。懐かしい思い出と新たな発見探しに、企画展へのご来館をお待ち
しています。なお随時、展示写真の入れ替えも行っておりますので、和へお問い
合わせください。

なごみ

安田まちなみ交流館・和

開館時間／午前9:00～午後5:00

企画展観覧料／200円(高校生以下、障害者手帳提示者無料)

休館日／火曜日(祝日の場合は翌日)

安田町大字安田1674番地1 ☎・FAX 38-3047

安田町歴史・文化・観光ナビサイト なごみの旅
http://yasuda-nagomi.com/

f 安田町なごみの旅

がんばるやすだ応援券の使用期限にご注意ください

～使用期限は令和3年3月10日(水)まで～

地域における消費を喚起し、地域経済の振興を図ることを目的として配布している「がんばるやすだ応援券」の使用期限が迫っています。

まだ使用がお済みでない方は、期限切れにご注意ください。

○使用期限

令和3年3月10日(水)まで

※使用可能な店舗等にはポスター等が貼られています。

～取扱事業者の皆さまへ～

○換金請求期限

令和3年3月19日(金)まで



問い合わせ先 役場総務課 ☎38-6711 FAX38-6780

令和3年度 自衛官等採用案内

予備自衛官補

一般の社会人や学生を「予備自衛官補」として公募・採用し、教育訓練終了後、「予備自衛官」として任用する制度です。民間の優れた専門技能を有効に活用していくことを目的としています。

「一般」と「技能」の2種類のコースがあり、採用されると、一般は3年以内に50日間、技能は2年以内に10日間の教育訓練に参加して、必要な知識・技能を修得します。

教育訓練は、日額7,900円の手当と教育場所までの交通費が支給されます。また、教育訓練期間中の食事は無料で支給、宿泊(無料)は駐屯地内の指定宿舎になります。

コース	資格	受付期間	試験日
一般	18歳以上34歳未満の者	1月6日～4月9日	4月17日～21日 ※いずれか1日を指定されます。
技能	国家免許資格等を有する18歳以上で、資格の種類により53歳～55歳未満の者		

☆状況により、試験日が変更される場合があります。

☆詳しくは、自衛隊高知地方協力本部のホームページをご覧ください。

自衛隊高知地方協力本部 安芸地域事務所までご連絡ください。

☎35-2749 E-mail kochi.pco.aki@rct.gsdf.mod.go.jp

資料請求



※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。

東島	安田	東島	お	安田	地区名
板崎	黒岩	中島	く	川谷	氏
末弘	美智	正吉	や	瑠璃	名
R3・1・5	R3・1・5	R3・1・5	み	R2・12・25	年月日
板崎	黒岩	中島		川谷	世帯主
末弘	啓祐	正吉		一貴	続柄
本人	妻	本人		子	性別
男73歳	女69歳	男93歳		女	

慶弔ニュース(1月受付分)

1. 県内

() 内は1月発生件数

	件数	死者	傷者
3年	(103) 103	(7) 7	(105) 105
2年	(114) 114	(4) 4	(124) 124
増減	(△11) △11	(3) 3	(△19) △19

2. 安芸署管内

() 内は1月発生件数

	件数	死者	傷者
3年	(9) 9	(1) 1	(11) 11
2年	(2) 2	(0) 0	(2) 2
増減	(7) 7	(1) 1	(9) 9

※1、2は物損を除く

交通事故の概況

(令和3年1月1日～令和3年1月31日)

3. 安田町発生件数

	1月計	累計
人	2	2
死	0	0
傷	3	3
物	5	5

社協あつたかふれあいセンター事業 3・4月の予定

名 称	実 施 場 所	実 施 日 時
若鮎会	保健センター	月 10:00~15:00 木 13:30~15:00
ときめき中山 なかやま	集落活動センターなかやま	火 10:00~14:00 金 13:30~15:00
はたるの会 (はたるカフェ)	保健センター	水 10:00~15:00 (カフェ10:00~14:00)
福祉館	福祉館	月・木 9:30~11:30
ぽかぽかデー	せせらぎの郷 小川	金 10:00~12:00
ほんわか和田	和田集会所	金(月2回)13:30~15:00
間 下	間下集会所	木 13:30~15:00
男dayの会	保健センター	月(第1)15:00~18:00
いこい	東島老人憩いの家	月 13:30~15:00
中村東	中村東集会所	月・木 13:30~15:00
ふれあい	ふれあいセンター	火・木 10:00~15:00
唐 浜	唐浜老人里の家	水・金 13:30~15:00
不動いきいきクラブ	不動集会所	金 10:00~11:30
東 谷	東谷集会所	金 13:30~15:00
西 北	小松さん宅	火 9:30~11:00
内京坊	内京坊集会所	金 13:30~15:00
射 場	射場集会所	水 13:30~14:30
庄 田	保健センター	火・金 10:00~11:30
西 島	西島老人里の家	金 13:30~15:00
安田はまゆう合唱団	保健センター	火(第1・3バンド練習) 第2・4コーラス練習 13:30~15:00
手作り大好きクラブ	保健センター	木(第1・3)13:30~15:00

※日時・内容等が変更になる場合がありますのでご了承ください。

*感染症予防*集いに参加する際の注意事項*

送迎時…車に乗る前に検温チェックをしましょう(自宅で検温OK)。発熱や体調不良の場合はお休みし様子を見ましょう。

会場では…濃厚接触しないように間隔を十分にとり、マスクをしましょう。手洗いをしっかりとしましょう。

会場の衛生管理…換気を行いましょう。使用後のアルコール消毒を行いましょう。

各集いで、いろいろな教室を行っています。

(新型コロナウイルス感染拡大防止のため、状況により中止になることがあります。ご了承ください。)

3/16(火)10:30~11:30 集落活動センターなかやま…音楽療法

3/19(金)11:00~11:30 不動集会所…3B体操

3/22(月)13:30~14:30 保健センター…リハビリ教室

4/7(水)13:30~14:30 保健センター…3B体操

4/14(水)13:30~14:30 唐浜老人里の家…3B体操

☆興味のある方は、ぜひ見学・体験にお越しください。☆

不動いきいき食堂
3月24日(水)
12:00~13:00
お弁当300円要予約。
地域の方と交流して
楽しい一時を過ごし
ましょう。

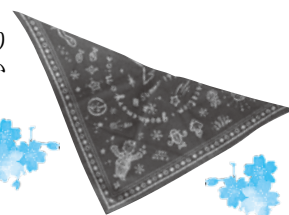


はたるの会…1月6日お正月遊び「福笑い」をしました。目隠しをして周りから「右、左、もうちょっと上、下…」と、教えてもらって完成!!目隠しを外して「おかめ」「ひょっこ」の面白い顔を見て大笑いしました。「笑う門には福来る」元気で笑いの絶えない一年になりますように。



口腔ケア講座…12・1・2月 歯科衛生士の吉村先生による口腔ケア講座を各集いで行いました。「かみかみ百歳体操評価」では、口の中の清潔、のみこみ回数、噛み癖をみてもらいました。口のまわりをきたえて、歯や舌を清潔にすることで誤嚥性肺炎を予防できること、噛むことで認知症予防ができることなど、話を聞きました。これからは「いきいき百歳体操」と「かみかみ百歳体操」をつづけて、おいしく食べ元気に過ごしましょう。

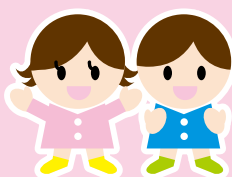
はまゆう合唱団…コーラス用マスクを作りました。好みのバンダナやスカーフを使い華やかです。飛沫をカバーし、口のまわりが締め付けられず声が出しやすいです。コロナ禍でも思い切り声を出して楽しく歌いたいですね。



あつ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:竹内・小川)

お父さん、お母さん、ありがとう！ ぼく、わたし、1歳になりました。

今月号では令和2年2月生まれの子どもを紹介します。
とびっきりの笑顔でデビューです。



大きく
なったでしょ！



2月10日生まれ

小松 ^{まなと} 真士くん
(安田) 父: 周平さん
母: 和希さん

くいしんぼうのまなとくん。
これからいっぱい食べて
大きくなってね！



2月19日生まれ

松岡 ^{かえで} 楓ちゃん
(安田) 父: 剛士さん
母: 阿以さん

いつも、笑顔ですすく
と元気に大きくなってね。

小学生がタイムカプセルを埋めました！

1月22日、小学校5・6年生が、町役場新庁舎の敷地内にタイムカプセルを埋設しました。

タイムカプセルには、未来の自分への手紙や思い出の写真など、子どもたちがそれぞれ考えて準備したものを一人ひとり入れていき、蓋をして碎石を敷きました。

その後、新庁舎が末永く丈夫であることを願って、後世への記録を納めた定礎箱と定礎石の設置が行われました。定礎箱には建設当時の資料として、現在の町の概要や現金通貨などが納められ、建物を取り壊す時に開封



されるとの説明を聞いて、「建物のタイムカプセルや」との声が聞かれました。

なお、子どもたちのタイムカプセルは、成人式にあわせて開封する予定としています。

また、旧庁舎の定礎箱の中に納められていた一部を、安田まちなみ交流館・和で開催中の企画展「写真でみる安田町一昭和・平成から令和へ」で展示していますので、この機会にぜひご覧ください。

川柳

安田文芸

(順不同)

中 淑美

吾が生まれ 昭和が遠く になりました
マスクどこ ふと気がつけば あごマスク

西岡 益子

一体の 案山子ソファで 大いばり
コロナでも 友の輪の中 安堵する

小松由加子

成人式 コロナ菌をも はね返えす
洗面所 孫と二人で 磨く朝

西岡佐千子

球春へ 一球一球 春の音
大相撲 リフレッシュする 優勝杯

長戸 寿子

二度休む 術後のウォーク 風染みる
教える子の 悲痛な別れ 風立ちぬ

清岡 恭子

桜散り 接待に沸く 国会かな
容態も 歳ですからと 流される