

おおきなせなかに — 夢を乗せ未来に羽ばたく元気なまち

びより

2009
6.1
vol.100

広報だいせん

だいせん日和

広報100号おめでとう — 永澤ヒサさん (西仙北地域)

一つ一つの
積み重ね

おめでとう
広報 100 号

永澤ヒサ (101歳)

今号の注目株

フラワーデザイン

小松ななせさん (中仙地域)

花を愛し、花の美しさを楽しむ心は洋の東西を問わず、花に抱く詩情や感慨は万国共通だ。暮らしの中に花を取り入れる方法として、日本では「生け花」、欧米では「フラワーデザイン」という形で発展し、歴史を刻んできた。「フローリストとしてフラワービジネスに進みたい」と話す小松さんが、岐阜県可児市で開催される第5回NFD全国高校生フラワーデザインコンテストに向けて特訓中。県内からは唯一の最終コンテスト出場者だ。



第5回全国高校生フラワーデザインコンテストに出場 小松ななせさんがふるさとの思いを花で表現

大仙市を代表するテーマで
“花の甲子園”に臨む

オリエンタル系のユリやオンシジウム、グロリオサなどの花が大輪の割物花火をイメージ。ガーベラなどが小花を咲かせながら上昇する花火を、そしてデルフィニウム、デンファレなどが垂れ下がる花火を表現している。花火筒をイメージした花器からブーケが打ち上げられたように、花火の美しさや躍動感などを約20種類の花を使って見事に伝える。大曲の花火―70万人の記憶―と題された作品は、高さ120センチで存在感を放つ。今年のコンテストのテーマは「ひかり・HIKARI」。フラワーデザインの技術はもちろん、いかにしてテーマに沿い、創造性豊かな作品に仕上げるかが課題。小松さんは当市を代表する花火を題材に決定。デッサン画による1次審査を見事

通過し、最終コンテストに進んだ。

「全国的に有名で、誇れるイベントをモチーフにし、大仙市をアピールできると考えました」と小松さん。

1次審査には全国から約150作品の応募があり、審査を通過した93作品が、別名「花の甲子園」と呼ばれる大会に駒を進めた。コンテストでは、花材などを会場に持ち込み、2時間の制限時間内に仕上げ、審査される。

小松さんを指導するNPO法人フラワーデザイン普及協会の栗林登会長は「地元の歴史的文化的なものをテーマに選び、3つのブーケで「広がり」「上昇」「下降」を表現。動きがあり、見栄えのする作品」と評価する。

笑顔が大好きで
人を喜ばせる仕事に就きたい
「デザインによって切り花が変化し、生

命力を持ち、いつその輝きを増します。

自分の意思で創作できることが楽しく、自分を表現できる手段の一つです。将来はフラワービジネスの道に進みたい」

取材中、屈託のない笑顔を見せながら受け答える小松さん。自分の将来を語る表情からは決意、そして将来への可能性が感じられる。

生活の場面場面に合わせて、花の美しさだけでなく、花に託する心を表現する造形活動。フラワーデザインは、単に花を器に生けるだけではない。室内装飾、服飾との調和、婚礼をはじめとした儀式やイベント等の空間ディスプレイなど、日常、非日常を問わずあらゆる場面に主役として、また脇役として生かされる。

「存在するだけで周りを明るくさせる花のようになりたい。初めて出場するコンテスト、自分の技術や感性がどのように評価されるか楽しみ」と胸を膨らます。

Profile こまつ・ななせ

高校1年のとき正月用のフラワーアレンジメントの教室に参加し、その魅力のとりこになる。現在、市民フラワーデザイン講座を受講しながら、創作活動を続けている。
中仙地域清水在住、大曲農業高校3年。
平成4年生まれ17歳。



写真左／「大曲の花火-70万人の記憶-」と題した作品のデッサン画。

写真下／花器は花火の筒をイメージ。花火の「広がり」「上昇」「下降」を3つのブーケで表現。



だいせん日和

6月1日 第100号

目次

注目株／小松ななせさん 2

地域情報化実態調査報告 4-5

個人住民税について 6-7

6月は児童手当現況届の提出月 8

市役所からのお知らせ 9-13

- ◎ ひとり親家庭の日常生活支援事業
- ◎ ペアール大仙からのお知らせ
- ◎ わくわくアウトドアッキング
- ◎ 八乙女山を守る森林ボランティア募集
- ◎ 神岡地域の市長面会日 ほか

100号記念特集 14-21

100通目のラブレター

広報見聞録 22-23

- ◎ 少年少女野球教室 in おおた
- ◎ 子育てママの就職相談室
- ◎ 第29回大曲子どもつり大会
- ◎ 大仙市防犯協会功労者表彰 ほか

叙勲受章者の紹介 24

ザンビアからの手紙 25

お便り広場 26-27

健康の達人・健康通信 28・29

市長日程・図書館情報 30

いきいき広場 31

地域情報・情報交差点 32-34

レシピ・大仙の逸品 35

今号の表紙

刈和野の元気な101歳 永澤ヒサさん



5月28日に誕生日を迎えられた永澤ヒサさん(西仙北地域)。今でも山に行き山菜採りをしているそうです。取材中、山で見つけた珍しい木を見せてくれました。新聞などの読み物が好きで、だいせん日和もしっかりと読んでくださっているそうです。だいせん日和の感想を尋ねると「色々載ってていいね」と素敵な笑顔を見せてくれました。

大仙市の行事予定

6月1日月～6月20日土

| | | |
|-----|---|---|
| 6/1 | 月 | 大曲直売所「菜果真」オープン(～11月) ■午前8時～固定資産税(1期)・軽自動車税(全期)の納付期限日 |
| 2 | 火 | |
| 3 | 水 | |
| 4 | 木 | |
| 5 | 金 | 講演会「青少年健全育成は笑いから」 ■午後3時～■グランドパレス川端(無料)▶P10 ぬく森グリーンウオーキング(要申し込み) ■午前9時～■西仙北スポーツセンター(無料) てくてくウオーキング■午前9時受け付け開始■奥羽山荘前(300円) |
| 6 | 土 | 池田氏庭園特別公開(～7日) ■午前9時～(200円) 檜岡さなぶり酒花火 ■【きき酒・舞台発表】午後4時30分～【花火鑑賞会】7時30分～ ■南外体育館前駐車場 まほろば唐松「薪能公演」 ■午後5時30分開演■まほろば唐松能楽殿(当日7,500円～8,500円) |
| 7 | 日 | 大曲美郷クリーンセンター休日開場日 ■午前8時30分～・午後1時～ 秋田おばこ節全国大会 ■午前9時～■大曲市民会館▶P13 第5回市制施行記念駅伝競争大会 ■【開会式】午前9時～(大曲体育館)【男子スタート】10時20分(タミヤスポーツ前)【女子スタート】11時(四ツ屋古道いおり食堂前) ☎大曲中通病院(大曲) ☎0187-63-2131 ☎長尾歯科医院(中仙) ☎0187-56-4405 ☎仙北組合総合病院(大曲) ☎0187-63-2111 |
| 8 | 月 | |
| 9 | 火 | |
| 10 | 水 | |
| 11 | 木 | 子育てママの就職相談(要申し込み) ■午後1時～■女性センター |
| 12 | 金 | 協和行政相談 ■午前9時～■協和公民館峰吉川分館 協和行政相談 ■午後1時～■協和市民センター(和ピア) |
| 13 | 土 | |
| 14 | 日 | ロシア・ナショナル・フィルハーモニー交響楽団+神尾真由子(Vn) ■午後2時～■大曲市民会館(4,000円～6,000円)▶P12 ☎仙北組合総合病院・整形(大曲) ☎0187-63-2111 ☎さいとう歯科クリニック(仙北市) ☎0187-53-2752 ☎仙北組合総合病院(大曲) ☎0187-63-2111 |
| 15 | 月 | 太田行政相談 ■午前9時～■太田庁舎行政相談室 大曲行政相談 ■午前10時～■大曲庁舎市民ホール 南外行政相談 ■午前10時～■南外コミュニティセンター |
| 16 | 火 | |
| 17 | 水 | |
| 18 | 木 | |
| 19 | 金 | |
| 20 | 土 | 大仙市民プール利用開始(～9月10日) ■午前10時～▶P13 |

☎… 休日外科当番医 午前10時～午後4時
☎… 休日歯科当番医 午前9時～午後1時
☎… 小児救急診療 午前9時～午後3時

休日救急医療(仙北組合総合病院内) ※日曜日・祝日・年末年始
☎0187-63-2111 ■内科・小児科 ■午前9時～午後3時

主なアンケート項目



- I. インターネットの利用状況について
- II. インターネットを利用した消費動向について
- III. 電子政府、電子自治体に向けた施策について
- IV. 市のホームページについて
- V. 市の情報化施策について
- VI. 地域の情報流通について
- VII. 市の地域情報化に必要と思われることについて

インターネットの利用について

インターネットの利用率は、前回調査より増加したものの46%の利用率でまだ半数に満たない状況です。女性では40代から50代、男性では30代から40代の利用率が前回調査よりも増加しました。地域別では協和・仙北地域が大幅に増え、大曲地域とともに5割を超える利用状況となりました。

住民基本台帳カードについて

「知っている」と回答した方が前回調査よりやや増えました。また「証明書自動交付機を利用して、各種証明書（住民票・印鑑証明等）を交付」してほしいと回答した方が9割を超え、市民のカードに対する関心の高さが分かります。



住民基本台帳カード(左)、市ホームページ(右)

市のホームページについて

市のホームページは、前回調査より「見る」と答えた方が増えているものの、4割程度の閲覧しかない結果となりました。

「医療」「健康」「地震・台風」に関する情報を期待する意見が多く、「各種証明書発行」を求める声も5割を超えるなど今後の情報発信の必要性を改めて認識させられる結果となりました。

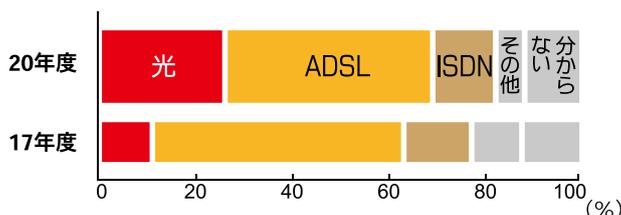
市ホームページ <http://www.city.daisen.akita.jp/>

詳しい調査結果はホームページでご覧いただけます
<http://www.city.daisen.akita.jp/content/k/004/>



1 インターネット回線について

光、ADSL に代表される高速回線利用者が増加したものの、1割以上の方がISDN回線を利用しています。



2 インターネットの利用機器は？

前回調査に比べ「電子メール」「ホームページ閲覧」「ネットショッピング」ともパソコンから携帯電話へ少しずつ変化が見られますが、依然「ホームページ閲覧」では77%、「ネットショッピング」では53%がパソコンを利用しています。



3 「地域情報化」から連想すること

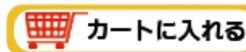


- 8割以上の方が「連想する」と答えた項目は
- ・パソコン等を利用したサービスの提供
 - ・公共施設にパソコン等の機器を整備
 - ・パソコン等の機器を利用した業務の効率化がありました。

逆

に「いつでもどこでもだれでも公共サービスや民間サービスを受けられる仕組み」を「連想する」と答えた方は少数でした。年齢別にも意見の相違が見られます。

4 ネットで買い物をしますか？



前回調査に比べ利用頻度が上昇し、半数を超える方がインターネットを利用し

買い物をしています。購入頻度では年に1~5回程度、購入金額では年間5~10万円未満が多数を占めました。6割の方が「衣類」を購入、半数以上の方が「嗜好品」や「食料品」を購入しています。

逆にインターネットで買い物をしない理由を聞いてみると「商品に触れられない」「インターネットを使わない通販で十分である」が多く、前回最多であった「個人情報漏洩が心配である」を上回る結果となりました。

インターネットを利用していますか？

地域情報化 実態調査報告

利用していない
54%

利用している
46%

調査へのご協力ありがとうございました

市民アンケート

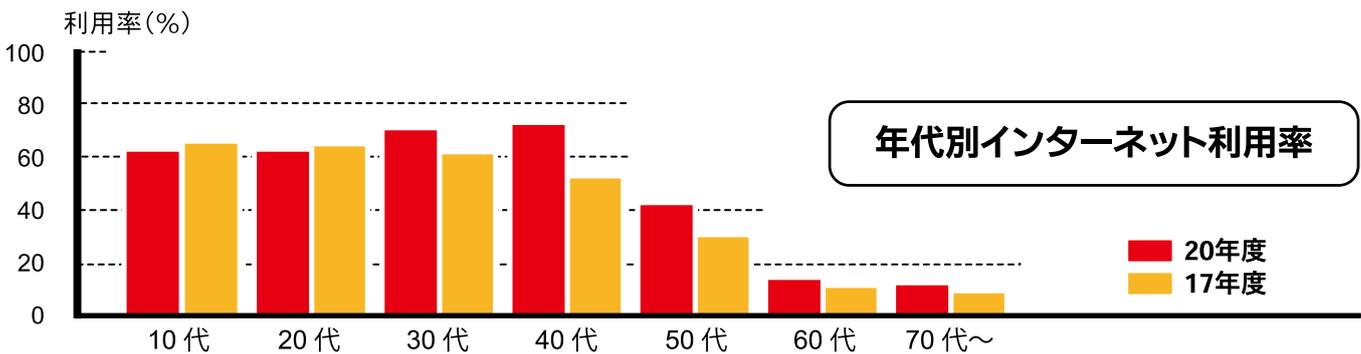
問い合わせ

企画部情報システム課 ☎0187-63-1111内線135

現在、市では情報化の推進を目的とした「大仙市地域情報化計画」を「市の総合計画」と整合性を図りながら進めています。この計画に市民のご意見や考え方を反映させるため、平成20年11月に市民アンケート調査を実施しました。

15歳以上の市民から無作為に抽出した1,000人にアンケートを依頼し、421人（回収率42%）の方々から回答をいただきました。

平成17年度に実施した第1回地域情報化実態調査と比較しながら結果をお知らせします。



企業・事業所アンケート

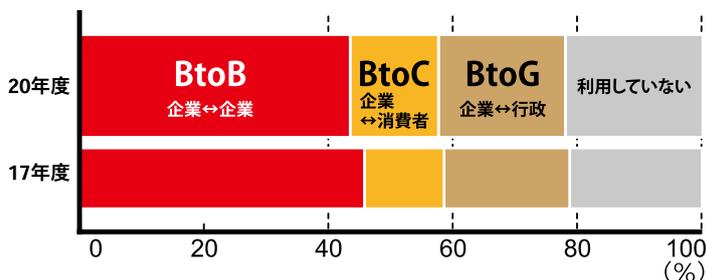
市民アンケートと同時期、市内180の企業・事業所に依頼し、83件（46%）の回答をいただきました。

自社ホームページを開設している企業は約4割ありましたが、メールについては約8割の企業で利用が見られますが、前回調査に比べ若干の減少傾向にあり、メール利用者も一部の社員や代表メールと限られています。

インターネットを利用した活動エリアは全国とする企業がほぼ全社であり、企業対企業の取引が中心になっています。

業務でパソコンを利用している社員については「総務・経理担当」「営業担当」で7割を超えましたが、「製造担当」では、半数程度の利用しか見られません。

関連技術の情報収集や社外コミュニケーションの向上を目的にIT技術を導入した結果「社内の業務改善」の効果が見られた企業が多くを占めました。また、今後の課題としては「初期投資費用が高い」「セキュリティに不安がある」と回答した企業が多数でした。



住民税が6月に課税となります 21年度の所得証明などの 交付は6月1日からです

税金は、道路や上下水道などの整備、学校、公共施設の維持・管理のほか、私たちの生活に必要なさまざまなことに使われています。生活に密着したこれらの費用を私たちは「税金」という形で負担しているのです。なかでも住民税は、都道府県や市町村で必要な費用を、そこに住む方がその支払能力に応じて分担して出し合うお金で、そのまちで暮らすための会費のようなものです。6月は住民税の課税月。私たちが負担している住民税について理解を深めるため、簡単な概要をお知らせします。

【問い合わせ】 税務課 ☎ 0187 (63) 1111 内線 107・133まで

住民税の概要

住民税は、県に納める県民税と、市に納める市民税の2つを合計したものをいいます。

税額は、決まった額を負担する「均等割」と所得額に応じて負担する「所得割」を合わせた金額で、納税方法は、特別徴収と普通徴収に分けられます。(詳しくはページ下の納税方法をご覧ください)

普通徴収は通常納期が4期に分かれており、6月・8月・

10月・12月の末日が支払期限となっております。(7ページに納付期限日を掲載)

課税対象となるのは、前年の1月1日から12月31日までの収入です。市が計算し確定した税額を6月から支払うこととなります。

住民税は所得があつた年から1年遅れた支払いとなるため、退職し収入がない方でも、前年の収入に応じて住民税の支払いが生じる場合があります。

住民税を含めた地方税は、地域のさまざまな公共サービスに利用されています。そのため、そこに住む多くの方々に支払ってもらうことが望ましいといえます。

6月は住民税の納付月。地域の公共サービスを受けるためにも、住民税を含めた税の納付をお願いします。



▲平成21年度の市県民税納税通知書兼特別徴収開始通知書。

考えてみよう税のこと



納税の方法

個人住民税の納税方法には、普通徴収、給与からの特別徴収、年金からの特別徴収の3つがあり、そのいずれかによって納税することになります。詳しくは税務課まで問い合わせください。

①普通徴収

各市町村から郵送される納税通知書に従い、4回の納期(6月・8月・10月・12月)に現金または口座振替で納付す

市県民税の計算例

夫婦・子供2人の場合の住民税。家族構成が夫45歳、妻40歳(無収入)、子ども17歳(特定扶養控除対象)、子ども8歳の場合。
※平成20年中に夫の給与収入が500万円あったものとする。

20年中の社会保険料支払額 500,000円
20年中の生命保険料支払額 100,000円

【所得金額】

①給与収入 5,000,000円
②給与所得控除(必要経費) 1,540,000円
③所得金額(①-②) 3,460,000円

【所得控除額】

④社会保険料控除 500,000円
⑤生命保険料控除 35,000円
⑥配偶者控除 330,000円
⑦扶養控除 330,000円
⑧特定扶養控除 450,000円
⑨基礎控除 330,000円
⑩所得控除の合計(④~⑨の合計) 1,975,000円

【課税所得金額】

⑪課税所得金額(③-⑩) 1,485,000円
(1,000円未満切捨て)

【所得割額】

⑫市民税所得割額(⑪×6%) 89,100円
⑬市民税調整控除額(人的控除額の差330,000円×3%) 9,900円
⑭調整控除後の市民税所得割額(⑫-⑬) 79,200円
(100円未満切捨て)

⑮県民税所得割額(⑪×4%) 59,400円
⑯県民税調整控除額(人的控除額の差330,000円×2%) 6,600円
⑰調整控除後の県民税所得割額(⑮-⑯) 52,800円
(100円未満切捨て)

【均等割額】

⑱市民税均等割額 3,000円
⑲県民税均等割額 1,800円

【住民税額】

⑳市民税(⑭+⑱) 82,200円
㉑県民税(⑰+⑲) 54,600円
21年度分の住民税(⑳+㉑) 136,800円

21年度市税等納付期限日のお知らせ

6月は市県民税(1期)の納付月です。忘れずに納付してください。また、市の指定する金融機関に預金口座があれば口座振替が可能です。口座振替の申し込みは各金融機関で受け付けています。

※表の期日は納付書での納付期限日(または口座振替日)です。

| 税目 | 期限日 | | | | | | | | | |
|------------------|-----|------|------|------|------|------|-------|-----|-----|-----|
| | 6/1 | 6/30 | 7/31 | 8/31 | 9/30 | 11/2 | 11/30 | 1/4 | 2/1 | 3/1 |
| 固定資産税 | 1期 | | 2期 | | 3期 | | 4期 | | | |
| 軽自動車税 | 全期 | | | | | | | | | |
| 市県民税(普通徴収) | | 1期 | | 2期 | | 3期 | | 4期 | | |
| 国民健康保険税(普通徴収) | | | 1期 | 2期 | 3期 | 4期 | 5期 | 6期 | 7期 | 8期 |
| 後期高齢者医療保険料(普通徴収) | | | 1期 | 2期 | 3期 | 4期 | 5期 | 6期 | 7期 | 8期 |

均等割の税額

均等割の税額は次のとおりです。

市民税 3,000円
県民税 1,800円^{※1}

※1 県民税のうちの800円は、平成20年から始まった、秋田の森林を将来にわたって守り育てていく「秋田県水と緑の森づくり税」です。

所得割の仕組み

所得割の税額は、次のような方法で計算されます。

所得割額 =

(①所得金額 - ②所得控除額) × ③税率 - ④税額控除

①所得金額 収入金額から必要経費を差し引くことで算定される金額。なお、給与収入や年金収入(年齢も関係あり)の場合の所得金額は、収入金額に応じて定められている額を収入金額から差し引くことによって算定されます。

②所得控除額 配偶者控除、扶養控除などの人的控除^{※2}のほかに社会保険料控除、生命保険料控除等があります。(所得税と住民税では控除額が異なります)

※2 人的控除...配偶者控除や扶養控除などに着目した控除。

③税率 国の税源移譲^{※3}により19年度分から一律10%(市民税6%県民税4%)となっています

※3 税源移譲...国の収入「所得税」を減らし、県や市の収入「住民税」を増やす制度。個人の税負担額は変わらない仕組みになっています。

④税額控除 配当控除、外国税額控除、市県民税の住宅ローン控除、調整控除(税源移譲に伴い、所得税と住民税の人的控除の差を調整し、税負担の総額が基本的に変わらないようにするための控除)などがあります。

住民税が課税されない方

均等割も所得割も課税されない方

(ア) 生活保護法の生活扶助^{※4}を受けている方
(イ) 障がい者、未成年者、寡婦または寡夫で、前年の合計所得金額が125万円以下の方
(ウ) 前年中の合計所得金額が次の額以下の方
扶養親族のいない方 28万円
扶養親族のいる方 28万円 × (本人+控除対象配偶者^{※5} + 扶養親族) + 16万8,000円

※4 生活扶助...生活保護の8つの扶助の一つで、衣食や高熱水費に対する給付。

※5 控除対象配偶者...生計を共にしている合計所得金額38万円以下の配偶者。

所得割が課税されない方

前年中の総所得金額等が次の額以下の方
扶養親族のいない方 35万円
扶養親族のいる方 35万円 × (本人+控除対象配偶者 + 扶養親族) + 32万円

③年金からの特別徴収
4月1日現在、65歳以上の年金受給者で、前年中の年金所得に住民税の納税義務がある方は、10月支給分の年金から住民税が天引きになります。

②給与からの特別徴収
毎月の給料から天引きされ、勤務先の事業主が本人に代わって納付する方法です。(6月から翌年5月まで12回に分けて給料から天引きされます)

る方法です。

届け出
しなくっちゃ



忘れずに届け出ください 6月は児童手当 現況届の提出月です

児童手当を受給している方は、毎年6月に「児童手当現況届」を提出しなければなりません。（公務員の方は勤務先へ提出）これは毎年6月1日現在の状況を届け出いただき、引き続き児童手当を受ける要件を満たしているかどうかを確認するため必要なものです。この届け出がないと6月分以降の手当が受けられなくなります。忘れずに届け出ください。

【問い合わせ】

児童家庭課 ☎ 0187-63-1111 内線 173 まで

**6月26日から
児童手当現況届の
受け付けを開始**

児童手当現況届の受け付けを行います。これまで所得制限で該当しなかった方でも該当する場合がありますので、下表の所得制限限度額表を確認し申請してください。

21年1月2日以降に大仙市に転入された方は、21年1月1日現在に住所があつた市区町村発行の21年度（20年1月～12月分）の所得証明書（児童手当用）が必要です。

受け付け期間／6月26日（金）から29日（月）まで

受け付け時間／午前8時30分～午後7時

※6月27日・28日は午後5時まで
受け付け場所／住んでいる地域の総合支所市民課窓口（大曲地域は大曲庁舎市民ホール）

持参するもの／印鑑、受給者本人^{※1}の健康保険証の写し、児童家庭課からの通知
※1：受給者本人とは、児童でなく保護者を指します。

児童手当について

支給対象／小学6年生までの子どもがいる方（所得制限限度額以上の場合は支給されません）

児童手当額（月額）／

【3歳未満の児童】一律1万円

【3歳以上の児童】第1子5,000円、第2子5,000円、第3子以降1万円

児童手当現況届の受け付け日程

6/26 金 ▶ **29** 月

| 期日 | 時間 | 会場 |
|---------|------------|-----------------------|
| 6/26（金） | 8:30～19:00 | 各総合支所市民課 大曲庁舎市民ホール |
| 6/27（土） | 8:30～17:00 | |
| 6/28（日） | 8:30～17:00 | |
| 6/29（月） | 8:30～19:00 | |

所得制限限度額表

現況届の所得制限限度額は、20年1月から12月までの所得額を基にして判定されます。

| 扶養人数 | 自営業者等 （国民年金加入者、未加入者） | サラリーマン等 （厚生年金等加入者） |
|------|-------------------------|-----------------------|
| 0人 | 460万円 | 532万円 |
| 1人 | 498万円 | 570万円 |
| 2人 | 536万円 | 608万円 |
| 3人 | 574万円 | 646万円 |
| 4人 | 612万円 | 684万円 |
| 5人 | 650万円 | 722万円 |

※所得税法に規定する老人控除対象配偶者または老人扶養親族がある場合の限度額は、上の表の額に当該老人控除対象配偶者、または老人扶養親族1人につき6万円を加算した額。

※扶養親族等の数が6人以上の場合の限度額は、1人につき38万円（扶養親族等が老人控除対象配偶者または老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額。

お知らせ

お困りの方に家庭生活支援員を派遣
ひとり親家庭の日常生活支援事業

ひとり親家庭、寡婦の方で、生活環境が変わり日常生活を営むのに支障が生じたり、一時的に生活援助、保育サービスが必要な方に生活を支援する家庭生活支援員を派遣します。支援を希望する方はご連絡ください。

◆対象／ひとり親家庭や寡婦の方

◆生活援助／各家庭に向向き、家事や介護、その他日常生活を支援します

◆子育て支援／支援員の家や児童館などで保育を行います

【問い合わせ・申し込み】

児童家庭課
☎ 0187 (63) 1111
内線 175 まで
FAX 0187 (63) 8811

ひとり親家庭を支援
家庭支援員の募集

市では、ひとり親家庭を支援して下さる家庭生活支援員を募集しています。詳しい内容、協力してくれる方は児童家庭課までご連絡ください。

◆家庭生活支援員の業務／

- ①乳幼児の保育
- ②児童の生活指導
- ③食事の世話
- ④住居の掃除
- ⑤身の回りの世話
- ⑥生活必需品等の買い物
- ⑦医療機関等の連携
- ⑧その他必要な業務

【負担基準】

| 利用世帯の区分 | 負担割合 | 利用者の負担額 (1時間あたり) | |
|---------------------|------|---------------------|------|
| | | 子育て支援 | 生活援助 |
| 生活保護世帯、 市民税非課税世帯 | なし | 0円 | 0円 |
| 児童扶養手当 支給水準の世帯 | 1割 | 70円 | 150円 |
| それ以外の世帯 | 2割 | 150円 | 300円 |

募集

女性センターの
料理教室

夏に向かって暑さを乗り切る健康料理を作ってみませんか。

◆日時／6月19日(金) 午前10時～午後1時

◆会場／女性センター

◆定員／先着20人

◆参加費／1000円(材料費)

◆講師／寺田玲子さん

◆持参するもの／エプロン・三角きん・筆記用具

◆申込受付期限／定員になり次第終了

【問い合わせ・申し込み】

女性センター
☎ 0187 (62) 1713
まで

お知らせ

敷地内での作業にご協力ください
水道メーターの交換

計量法の規定により、大曲地域を対象に今年度有効期限の切れる水道メーターの交換作業を行います。市が委託した業者が敷地内に立ち入りますのでご協力をお願いします。

交換作業は声をかけてから行いますが、不在の場合でも交換が可能なときは作業を行います。交換が終了したお宅には「水道メーター取り替え作業のお知らせ通知」を置いていきます。みなさんのご理解ご協力をお願いします。

◆期間／10月31日(土)までの午前8時30分～午後5時

【問い合わせ】

上水道課 ☎ 0187-63-1111
内線 123・124 まで

水道メーターの交換作業

メーター交換は市の委託を受けた業者が行います。交換員は水道局の腕章と市発行の身分証明書を胸に付けています。また、円滑な作業実施のため、メーターボックスの上には物を置かないよう、ご協力をお願いします。

お知らせ

コミュニティ助成事業
購入品を貸し出し

上荒川町内会がコミュニティ助成事業を活用し、アイチ看板やのぼり旗(30枚)、投光器、テントなどを購入しました。投光器やテントは希望する方に貸し出します。で、どうぞご利用ください。

【問い合わせ・申し込み】

上荒川町内会・進藤聆爾会長
☎ 018 (892) 3140
まで

コミュニティ助成事業

財団法人自治総合センターが、コミュニティの健全な発展を図り、宝くじの普及広報事業として行っている事業。宝くじの普及広報事業費として受け入れる宝くじ受託事業収入を財源とし、さまざまなコミュニティ活動に助成を行っています。



スタンド式投光器 10台
据置式投光器 20台
イベントテント 2張

ペアーレ大仙からのお知らせ

ペアーレ大仙では、みなさんにもっと利用していただけるよう、利用料金の見直しや初めての人も安心して参加できるよう無料体験などを行っています。

各種講座を用意していますので、お気軽にご参加ください。

【問い合わせ・申し込み】ペアーレ大仙 ☎ 0187-63-8600 まで

みなさんの利用をお待ちしています。

受講生に特典あり 利用しやすくなります プール使用料の変更



大仙市健康文化拠点センター「ペアーレ大仙」は、6月1日から温水プールの基本料金（1回2時間）を変更します。これにともない、回数券と1カ月定期券の料金も変更します。さらに、ペアーレ大仙の講座受講生（どの講座でも可）は特典として250円でプールを利用できるようにしました。また、受講生でなくても65歳以上の方はプールとトレーニングルームが250円で利用可能です。

※プールの一般利用は、講座でプールを使用しない時間に限ります。ご了承ください。

◆料金変更／

【プール】600円→500円

【回数券（6枚組）】3,000円→2,500円

【1カ月定期】4,500円→4,000円

赤ちゃんの心と体を育む ベビーマッサージ教室 受講生募集



ペアーレ大仙では、毎月ベビーマッサージ教室（全4回）を行っています。親子のコミュニケーションを大切に、赤ちゃんの心と体を育みませんか。

◆対象／生後2カ月から1歳までの幼児とその保護者

◆期日／6月10日から7月1日までの毎週水曜日

◆時間／午前10時30分～正午

◆会場／ペアーレ大仙教養室

◆定員／10組

◆受講料／4,000円（4回分）

※1回につき材料費1,000円（別途）

◆講師／RTA認定講師・中川典子さん（ベビーマッサージセラピスト）

◆持参するもの／大きめのバスタオル、赤ちゃんの水分、ほか各自必要なもの

募集

お知らせ



自然の中でダッチオーブンを使ってクッキング。

キッチンの主役は おとうさん！ 父と子の わくわくアウトドア クッキング教室

自然の中でお子さんと一緒にダイナミックな料理に挑戦してみませんか。おいしい空気とおいしい料理！父と子で楽しむアウトドアクッキング教室

入場無料の講演会 青少年健全育成は 笑いから

◆日時／6月5日（金）
午後3時～4時

◆会場／グランドパレス川端

◆講師／辻田与五郎さん

◆演題／青少年健全育成は笑いから

【問い合わせ】

青少年育成大仙市民会議大曲地域会議事務局
（大仙市役所消防安全課）

☎ 0187-63-1111

内線 231 まで

- ◆定員／10組
 - ◆参加費／一家族1,000円（保険料を含む）
 - ◆申込受付期限／6月12日（金）
 - ◆持参するもの／はし、スプーン、軍手
 - ◆日時／6月28日（日）午前10時～午後2時30分
 - ◆会場／大曲ファミリーキャンプ場
 - ◆対象／幼稚園、保育園の年長児、小学生とその父親（祖父と孫も可）
 - ◆室です。ダッチオーブン（魔法の鉄鍋）を使った料理の紹介もあります。活動しやすい服装で参加してください。みなさんの参加をお待ちしています。
- 【問い合わせ・申し込み】
男女共同参画・交流推進課
☎ 0187（63）1111
内線 299 まで



利用したことのない方に プール・トレーニング ルーム無料体験



毎月第2日曜日にペアーレ無料体験を行います。ウォーキングを中心とした水中運動や初心者向けの簡単なトレーニングなどを行い、ペアーレの専属トレーナーが簡単な指導やアドバイスをいたします。希望する方は申し込みください。利用前に健康調査票へ記入をお願いします。

- ◆対象／ペアーレを利用したことのない方（無料体験は一人1回までです）
- ◆無料体験日／毎月第2日曜日
- ◆対象／【プール】午前10時30分～11時30分【トレーニングルーム】午前10時30分～11時30分
- ◆定員／プール・トレーニング各10人
- ◆申込受付期限／無料体験日の前日（定員になり次第締め切り）

お知らせ

個人住民税が課税されている年金受給者のみなさんへ 対象となる方は、住民税が年金から天引きされます

10月から、公的年金受給者で年金所得に個人住民税が課税されている方の納税方法が変わります。年金に住民税が課税されている方は、現在、納付書等で住民税を納めていたと思いますが、10からは年金から天引き（特別徴収）されます。この徴収は納税方法を変更するものですので、新たな税負担は生じません。特別徴収される公的年金の種類や税額等は、6月に送付する納税通知書でお知らせいたします。天引きは10月からで、対象となる方でも6月・8月は納付書等での支払いとなります。詳しい内容については問い合わせください。

- ◆対象／平成21年度4月1日現在に年18万円以上の老齢基礎年金または老齢年金、退職年金等を受給している65歳以上の方
- ◆天引きされる年金／老齢基

- 職年金または老齢年金、退職年金等に係る所得（介護保険料が引かれている年金）
- 天引きされる住民税／年金所得に係る住民税（給与所得などは給与からの引き落とし、または納付書等で支払い）

【問い合わせ】

各総合支所市民課 税務課
☎0187(63)1111
内線107まで

お知らせ

定額給付金

まだ定額給付金を申請していない方は、早めの申請をお願いします。（申請期限は9月16日）現在まだ申請されていない方に、状況や意思を確認するための文書を送付しています。返信用封筒を同封していますので、6月5日まで市定額給付金対策本部まで回答をお願いします。引き続き郵送での受け付けも行っています。

【問い合わせ】

各総合支所地域振興課
定額給付金対策本部
☎0187(63)1111
内線312・320まで

お知らせ

あなたの近所でも… 増えてます猫の迷惑行為

最近「猫に庭や家を荒らされた」、「鳴き声がうるさくて困っている」、「家の前でフンをしていく」などの苦情が市に寄せられています。

無責任な飼育はトラブルの原因になります。もしかしたら、あなたの家のネコも近所の方々に迷惑をかけているかもしれません。

猫を飼う際はマナーを守り、しっかりと飼育してください。また、野良猫にエサを与えると、猫が増えて被害や迷惑が大きくなります。軽い気持ちでエサを与えないようにしてください。



ご注意ください 振り込み詐欺と個人情報の詐欺

振り込み詐欺の手口が巧妙化しています。定額給付金に關し、市や県、国の機関がATMの操作や手数料の振り込みなどを要求することはありません。そのような電話がきたり、不審な郵便物が届いた場合は、迷わず次の機関までご連絡ください。

【連絡先】

定額給付金対策本部
各総合支所地域振興課
消費生活相談所（女性センター）
☎0187(62)1713
商業労政課
☎0187(63)1111
内線252
仙北地域振興局地域企画課
☎0187(63)5114
大仙警察署
☎0187(63)3355
警察相談所 ☎9110まで

募集

さくらの山を蘇らせたい
八乙女山を守る森林ボランティア募集

老木化や病気などによりじゅうぶんに花を咲かせることができなくなった八乙女山。その環境を「八乙女山を守る会」と一緒に整備してくれるボランティアを募集します。協力できる方は、作業のできる服装でお越しください。作業終了後には八乙女の歴史や植物について学習し、昼食に豚汁を振る舞います。

- ◆ 作業内容／つる切りや枝うち、カヤなど下払い
- ◆ 日時／6月28日(日) 午前9時～正午(午前9時受け付け開始) ※小雨決行
- ◆ 会場／八乙女交流センター前駐車場
- ◆ 参加費／一人500円(傷害保険料含む) ※小学生は無料
- ◆ 申し込み方法／住所、氏名、年齢、希望する作業を事務局までお知らせください
- ◆ 申込受付期限／6月22日(月)
- ◆ 持参するもの／せん定はさみ、なた、ノコギリなど、昼食、はし、お椀
- ◆ 服装／帽子、長袖上着、長袖シャツ、ズボン、長靴、手袋、タオル、着替え下着、雨具
- ◆ 問い合わせ・申し込み
八乙女山を守る会事務局
(中仙公民館長野分館内)
☎ 0187 (56) 4120
FAX 0187 (52) 6033



八乙女山を守る会

毎年満開となっていた八乙女公園の桜は、樹木の老木化やテングス病などにより十分に花を咲かせることができなくなりました。そのため八乙女山の周辺住民が「八乙女山を守る会」を立ち上げ、さくらを蘇らせようと活動を行っています。

お知らせ

テレビについての大切なお知らせ

2011年7月24日で今までのテレビ放送(地上アナログ放送)が終了します。現在アナログテレビで視聴している方は、テレビを視聴できなくなります。

テレビの設置やアンテナについては、電器店等に相談してください。地上デジタルテレビの故障、使い方、配線の接続方法についてはそれぞれのメーカーにお問い合わせください。

◆地上デジタル放送を視聴するためには／①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える②現在お使いのアナログテレビに地上デジタルチューナーを買い足す—などの必要があります。

【問い合わせ】

総務省地デジコールセンター
(平日 9:00～21:00、土・日曜日、
祝日 9:00～18:00)
☎ 0570-07-0101
☎ 03-4334-1111

ご注意ください

テレビの調査や工事を名乗って不正請求を行ったり、郵便等による振り込め詐欺(架空請求)が報告されています。地上デジタル放送に関する悪徳商法にご注意ください。不審に感じたときは、最寄りの警察署、または秋田県生活センター(☎018-835-0999)まで相談ください。



6/14 日

ロシア・ナショナル・フィルハーモニー交響楽団 + 神尾真由子(Vn)

初来日で話題騒然のロシアフィルと、チャイコフスキーコンクール優勝の神尾の凱旋公演。

日時／6月14日(日)
午後2時開演

会場／大曲市民会館

入場料／全席指定 SS 席 8,000円(完売)・S席 6,000円・A席 5,000円・B席 4,000円

【問い合わせ】

大曲市民会館
☎ 0187-63-8766 まで

お知らせ

**大仙市民プール
利用時間のお知らせ**

小学校の夏休み期間中は市民プールの利用時間を延長しています。ご利用ください。

◆ **利用期間** / 6月20日(土) から9月10日(木) まで

◆ **料金** /

【市内の方】小・中学生無料

一般(高校生以上) 100円

【市外の方】小・中学生

100円、一般(高校生以上)

210円

◆ **休館日** / 8月13日(木)・22日(土)

【問い合わせ】

大曲スポーツクラブ

(大曲体育館事務室内)

☎ 0187 (63) 1122 まで

【6月20日～7月22日・8月24日～9月10日】

| 利用日 | 利用時間 |
|-------|---------------------------|
| 平日 | 午後1時～3時、4時～6時 |
| 休日・祝日 | 午前10時～正午 午後1時～3時、4時～6時 |

【7月23日～8月23日】(夏休み期間中)

| 利用日 | 利用時間 |
|--------|-----------------------------------|
| 月曜～木曜日 | 午前10時～正午 午後1時～3時、4時～6時 |
| 金曜～日曜日 | 午前10時～正午、午後1時～3時 午後4時～6時、7時～9時 |

お知らせ

**神岡地域の
市長面会日**

神岡地域の市長面会日をお知らせします。

面会は1日3組までで1組30分の時間内でお願います。

面会を希望する方は、希望する時間と面会内容をお知らせください。

◆ **日時** / 6月30日(火)

午前10時～正午

◆ **会場** / 神岡庁舎

◆ **申込受付期限** / 6月23日(火)

【問い合わせ・申し込み】

神岡総合支所地域振興課

☎ 0187 (72) 2111 まで

お知らせ

**熊出没に注意!!
熊を引き寄せない方法を
身につけましょう**

山菜採りや登山、レジャーなど山や野外で活動するとき、熊による被害を防止するためには熊に出会わない、引き寄せない方法を身につけることが重要です。

- 入山時は2人以上で行動し、鈴やラジオを鳴らしながら行動しましょう。
- 山に食べ残しや空き缶などを捨てないでください。(熊が里山や農用地に近寄る原因になります)
- 子熊を見かけても絶対にそばには近づかないでください。親熊が近くにいる可能性があります。
- 熊の足跡やフンを見つけた場合は先には進まずに引き返しましょう。
- もし熊に出会ってしまったら、あわてずゆっくり後ろに下がり、静かにその場から立ち去りましょう。

【問い合わせ】

各総合支所農林振興課
本庁農林振興課
☎ 0187-63-1111 内線 259 まで

7月13日(月)まで
意見募集期限 /
29日(月)まで
縦覧期間 / 5月29日(金)から6月10日(月)まで
募集の期限が変更になりました。
縦覧期間と意見募集の期間が「10日」となっています。
影響評価方法書の新規工業団地環境の行政相談員で、中仙地域の相談員が「毎月16日号の市役所からのお知らせ」に掲載されています。
お問い合わせは「常時、在宅で電話相談を受け付けています」です。
訂正しておわびします。

訂正とおわび
だいせん日和5月16日号の市役所からのお知らせ「各地域の行政相談員」で、中仙地域の相談員が「毎月10日」となっています。
は「常時、在宅で電話相談を受け付けています」です。
訂正しておわびします。



**ドンパルジャズ 2009
MALTA
スペシャル Jazz Live
Hit & Run**

◆ **日時** / 7月19日(日)

午後6時30分～

◆ **会場** / 中仙市民会館(ドンパル)

◆ **入場料** / 指定席3,500円(当日4,000円)・自由席2,500円(当日3,000円)・高校生以下1,000円(当日1,500円)

【問い合わせ】

中仙市民会館
☎ 0187-56-7200 まで



**第21回
秋田おばこ節全国大会**

秋田おばこ節は、明るい曲調から全国的にも知られ、多くの方々に親しまれています。歌い手によって異なるおばこ節の表現の違いをお楽しみください。

◆ **日時** / 6月7日(日)

午前9時開演

◆ **会場** / 大曲市民会館

◆ **入場料** / 1000円(全席自由)

【問い合わせ】

大曲市民会館
☎ 0187-63-8766 まで



だいせん

だいせん
「大曲の花火」
あがりる家「大曲の花火」
ごま汁・餅えたろ

だいせん
「大曲の花火」
あがりる家「大曲の花火」

だいせん

だいせん

だいせん
大曲の木の宮

だいせん
サントラ

だいせん
Peach Blossom Day

だいせん
前北平町
古代酒造りの

だいせん
はなもくし
しなやかで風情

だいせん
和野の大綱引き

だいせん
あまもも

だいせん

だいせん

だいせん
人馬一体
力合わせて障害を越える

だいせん
2ノノにだって
負けないぞ

だいせん日和
2009
5.16
大曲市

だいせん

だいせん
心を繋げる

だいせん
第三回
体が一致
第1回
なごまた大会

だいせん
黄色の絨毯

だいせん日和
2009
「平成21年度 予算特別号」
あなたに届く
大曲のハーモニ

だいせん

だいせん
大空曙光

だいせん
平成18年度予算

だいせん

だいせん

だいせん
夏のまつり

だいせん
「おれが何う」

だいせん
大井町ははら島の味
一本愛情込めて



100 通目のラブレター

the 100th love letter



まちの広報紙「だいせん日和」が今号で100号を数えます
 平成17年3月22日、8つのまちが一つになって誕生した大仙市
 誰もが新市に対して期待や不安を抱いたはず
 「おおきなせなかに」夢を乗せ 未来に羽ばたく元気なまち
 私たちのまちでは毎日たくさんの出来事や笑顔であふれています
 広報紙は市民と行政のパイプ役としての情報伝達だけでなく
 まちの応援団としてみなさんの頑張りを月2回伝え続けています
 1号1号に込められたラブ・メッセージ
 「100通目のラブレター」をお伝えします

書く

分かりやすい表現

「**こだわり!**」
広報紙の大部分を占める文章。伝えるべき情報をきちんと理解してもらって、初めてその目的が達成されま
す。そのため、分かりやすい表現、読みやすい表記であることが大切です。

「いつ」「どこで」「だれが」「なにを」「なぜ」「どのように」――記事には、この6つの要素が含まれますが、記事によって重要性が違います。読者の最大関心は何か、伝えるべき焦点は何かをまず考えます。そして、どの順序で書いたら分かりやすいか、文脈を考えて組み立てます。

文章を構成する一つ一つの文は短く、日常使っているやさしい単語を使います。堅苦しい単語や耳慣れない単語は避けるようにします。また、長い文章の場合は、小見出しやリードを付けるなど、読み進めやすいように気を使います。

読みやすい表記

日本語を書き表すルールである「表記」には、ある程度の基準が存在します。

主なものとしては、①「常用漢字

愛読書は「記者ハンドブック」



ハンドブックの表紙は文字が消えるくらい愛読している。

記事を書く際、大変お世話になる「記者ハンドブック」。1日に何度も目を通します。共同通信社から発行されているもので、用字用語の指針が掲載されています。このハンドブックを参考にしながら、当市のハウスルールを定め、分かりやすく読みやすい表記の統一に努めています。

表」の範囲内の漢字を使う②「現代仮名遣い」に従う③「送り仮名の付け方」に従う④「外来語の表記」に従う⑤「語表記」の統一に心がける――などがあります。

例えば「常用漢字表」には、義務教育で学ぶ1945字の漢字とその音訓が掲げられています。広報紙では、この範囲内で書くことを原則にしています。ただし、それ以外の漢字を使わなければならない場合は、振り仮名を付けるようにしています。

恋文だからこそ こだわる1冊

伝えたいことを書いても、読んでもらわなければ意味がない
伝えても理解してもらわなければ ………
手に取り、見たくなるような品質を求め、つづる恋文
住民と行政とのパートナーシップをつむぐものだから
こだわりながら書き上げます
「これでよい」といった基準はありませんが
理解してほしいと願いながら作業を進めています

the 100th love letter

撮る



手に取り、見たくなる広報紙

広報紙を構成する重要なものに「写真」があります。100行の文字が並ぶ記事よりも、1枚の写真の方が多く語る場合があります。例えば、美しい風景に出会ったとしましょう。その美しさを文字で表現するには、よほどの文字数と文章力が必要になります。写真の方がダイレクトに伝わり、一目瞭然な場合があります。

また、文字離れが進む現在、イメージ性の強い写真やメッセージを打ち出した写真を使用することも多くなりました。視覚に訴えることで、記事の全体像を一目で感じとつてもらうことができます。そして何より広報紙を手に取り、読もうという気持ちになつてくれるのではないのでしょうか。

行政施策からイベントまで、被写体はさまざまであるという分野にわたります。どういう場面にも対応できるような知識と技術が要求されるので、日々学習、試行錯誤の連続です。新聞などと広報紙の大きな違いは、住民のいろいろな顔が登場する

花火撮影だけは「リバーサルフィルム」

当市を代表するイベント「全国花火競技大会」。その花火の撮影だけはリバーサルフィルムを使用します。花火の発色や星が描く線のシャープさなどは、デジタルカメラではなかなか表現できません。夜花火の部の花火はすべて撮影します。一発勝負でやり直しのきかない芸術作品だけに、3時間弱の大会はあっという間に終了します。



花火の発色や繊細さを表現するために、リバーサルフィルムを使用。

ところどころです。自分の写真はもちろん、知り合いの写真が広報紙に載ると、なんとなくうれい気分になり、親近感がわきませんか。

広報担当はプロのカメラマンではありません。しかし、みなさんの輝く姿を記録するためファイインター越しにその時を待っています。

組む



ストレスなく読み終える

素晴らしい文章もすてきな写真も、紙面への配置でその様子や輝きが大きく変わります。写真、文章、イラスト、図表、文字書体、色など紙面を構成する素材を組み合わせたレイアウトは、いわゆるデザイン・レイアウトは広報紙に息を吹き込む重要な作業です。読みやすさや1冊の流れをイメージしながら紙面の設計を進めなければならず、毎回頭を悩ませます。

デザイン・レイアウトは、視線がどのように流れていくかを考えながら、その流れを妨げないように素材を配置していきます。また余白も、単なる空白部分ではなく、紙面にリズムや間を作る重要な要素です。

一昔前まではレイアウト用紙と呼ばれる、マス目や方眼が印刷された用紙に記事や写真を切り貼りしながら作業していました。しかし、現在ではすべてパソコンを使って作業を進めています。デザイン・テーブル (desktop publishing) と呼ばれ、卓上で作業を行うことができ、仕上がりがイメージを画面上やプリンターで確認

締め切り間際はいつでも「広報室」

大曲庁舎1階の広報室には、広報編集用のパソコンがあります。原稿締め切り間際は部屋に缶詰状態。限られた紙面に情報をいかに収めるか、少しでも読みやすいレイアウトはどれかと悪戦苦闘。広報作成のほとんどが市役所内で済ませることが可能です。文章作成以外にもロゴマークやグラフ作成、写真加工など広報担当者の作業が続きます。



プリントしたものと画面でイメージを確認し、編集作業を進めます。

認することも可能です。

印刷業者は広報紙が作成したデータを指示どおりに印刷します。

パソコン編集により作業工程の短縮、経費の削減、イメージどおりの紙面構成が可能になりました。反面、担当者としてはそれら操作の習熟が求められるようになりました。

企画 planning

情報だけでなく、みなさんの活躍紹介や料理、健康などのコーナー、読者プレゼントそして今号のような企画記事を織り交ぜながら作成を進めています。行政情報だけでなく、さまざまな話題や企画を提供することで、広報に目を向けてもらいたいという狙いもあります。市の取り組みや課題、みなさんの頑張り、歴史、文化などをテーマに特集を企画する場合があります。情報を共有しながら、知っていただきたいこと、一緒に考えていただきたいことなど、タイミングを見計らいながら企画を考えています。



情報 information

広報紙を作成している企画部総合政策課広報班には、たくさんの情報が届けられます。行政情報だけでなく、市民のみなさんからの依頼もあります。原稿の種類もさまざまで、手書きのもの、チラシ、コピー、電話、ファックス、メールなどいろんな形で寄せられます。月2回の発行ですので、あまりにも発行日近だと掲載に間に合わない場合があります。情報提出の締め切りを発行日の20日前に設定しています。お早めに情報提供をお願いします。

取材 collecting

広報作りのおもしろさであり、一番大変で重要な作業が取材です。後から現場に居合わせた人に状況を聞いたり、誰かに写真撮影を頼めば広報の編集は机の上だけでもできます。しかし、昔から「記事は足で書く」と言われるように、現場でみなさんとふれあい、話を聞くことが広報紙には欠かせません。しっかり取材された記事は迫力があり、臨場感が伝わってきます。生きた広報紙を作る上で最も重要な作業で、次の作業の編集にも影響を及ぼします。



担当に届けられた情報は1冊のノートにまとめられ、どのページにどんな情報を掲載するのが決められます。

編集 editing

公的な立場で発行している広報紙ですので、どんな情報でも掲載できるわけではありません。情報内容を吟味して、種類によって掲載するページを決定します。また、伝えたい情報をきちんと理解してもらってこそ、はじめてその目的が達成されます。分かりやすい表現、読みやすい表記、レイアウトなど、情報や取材内容をもとに編集します。編集された記事は情報提供者に一度戻され、内容の確認作業を行います。この作業を校正と呼んでいます。広報担当者は3人。それぞれがパソコンで編集作業を進めます。担当するページが決まっています。一人一人にページが割り振られ、最終的にはそれらを1冊にまとめます。

提供

提供

チェック

チェック

校正

校正

the 100th love letter

恋文が届けるまで

たくさんの人の手を経て届けられる「だいせん日和」
 その一つ一つが大切な作業です
 いろんな人の思いや願いが込められた恋文は
 みなさんの協力があって、各家庭に行き渡ります



印刷前には刷り上がりと同じ状態での確認作業を行います。
 写真や色について確認する「色校了」と文字に関する「文字校了」を行い、印刷されます。

決裁

sanction

広報紙は分かりやすく、その内容を正確に理解できなければなりません。しかし、行政用語は分かりにくい場合もたびたびあります。できるだけ分かりやすい文章に書き直しているつもりですが、担当者だけでは独り善がりな難しい表現になってしまう場合があります。そこで、印刷する前に市役所内でチェック作業を行います。広報関係者以外にも大勢の人にお話し、間違いはないか、分かりにくい表現はないか確認します。この決裁作業を経て、印刷に出されます。

入稿

校了

校正

印刷

printing

この作業だけが、市役所でできない作業です。市内の5つの業者による入札により印刷業者が決まります。入札は6カ月ごとに行います。パソコンで作った広報データが業者に渡され印刷されますが、その前に写真や文字の刷り上がりについての最終チェックが行われてから印刷されます。刷り上がったものは1冊の広報紙に製本されます。そして、広報紙を配っていただいている868人の行政協力員ごとに仕分けされ、8つの庁舎それぞれに納められます。印刷業者に印刷データを渡してから、各庁舎に納品されるまで約1週間の時間を要します。

納品

配送

delivery

8つの庁舎に納められた広報紙は、市職員によって各行政協力員の家に届けられます。そして行政協力員の手によって各家庭に配られます。発行日に各家庭に届くよう、発行日の前日に行政協力員に届けていますが、配送日が土日祝日に当たる場合などは、発行日に配送する場合があります。

配達



各家庭に配達
 されました

いろんな人の
 手を経て
 配布されます

だいせん日和 NO.100

色校了
 編集者
 校正回数

広報はキャッチボールの場

住民と行政とが手を携え、一緒にまちづくりに取り組む大仙市。住民と行政とのパートナーシップを育てるのが、広報の役割です。

広報の語源は「Public Relations」(パブリック・リレーション)。直訳すると「大衆・公衆との関係」となり、住民と行政をつなぐパイプ役という意味になります。情報を伝える「広報」と住民からの意志を伝える「広聴」とが両輪となつた広報活動が求められます。

「だいせん日和」は「住民と行政がキャッチボールを行う場」を目指し、その役目を果たしていきたいと考えます。

まちの主人公にスポット

情報化が進み、パソコンや携帯電話があれば、いつでも、どこでも、誰でも世界中の情報を瞬時に入手できる時代です。また、同時に文字離れが進む現在です。文字情報中心の広報紙は、「手にとつてもらえるだけの品質」と「住民が求める情報」がなければ読んでもらえないことも事実。一方的に行政情報を知らせるだけの「広報」や政策立案だけのための「広聴」では時代遅れです。

まちの主人公は住民一人一人なので、住民側に軸足を置き、

住民目線で紙面を描かなければなりません。そして、みなさんの頑張っている姿や大仙市の有形無形の財産を紹介することで、もつとまちを愛し、誇りに思い、好きになつてもらいたいと思います。

また、地域活動に積極的に参加できるように、みなさんのやる気を引き出すのも広報の役割です。税金という大切なお金で発行しているわけですから、真剣に取り組まなければなりません。

まちの主人公にスポットを当てたオンリーワンの広報紙づくりに挑戦していきます。

「日和」に込めた思い

4月から広報紙のタイトルを変更しました。慣れ親しんできた「広報だいせん」。行政情報紙のタイトルとしては、オーソドックスで間違いのないネーミングです。しかし、市からのお知らせというイメージが強いように感じました。

タイトル変更には、行政情報でありながら、パートナーシップを感じさせるようなネーミング。柔らかなイメージで、みんなで作る広報紙ということを全面に出したいというねらいがあります。

「日和」とは、「晴れて穏やかな天気」そのことをするのに都合のよい天候、「船出によい天候」などの意味があります。大仙市の

晴れの前途、そして人々の暮らしや温かさが連想できるタイトルというところで、「だいせん日和」に変更しました。

「広報紙は100年経つたら古文書になる」。そんな言葉を聞いたことがあります。その時代時代に、どんなことがあり、どんな思いで生活し、何に向かって生きようとしたのかといった、その時代に住む人たちの息づかいが伝わってくる、誰でも読める文書です。

笑顔があふれる大仙市。豊かな自然にはぐくまれた歴史文化、そしてその中心で生活するみなさんを取り上げながら、人のおいことや温もりが漂い、今を生きる大仙市を伝え続けたいと思います。

頑張っている人がいる、光り輝いている人がいる、そして愛する人がたくさん生活しています。日々生み出される感動を、そして愛に満ちあふれた物語を月2回しただためるラブレターに託します。

「まち」を動かすのは「人」であり、その人を動かすのも、また人なのです。住民と行政のパートナーシップを築く恋文が、愛され親しまれる存在へと成長するよう努力を怠つてはなりません。

今年度は広報に関するアンケートを実施します。遠慮しないで、あなたの意見や感想を聞かせてください。さらなる高みを目指す参考にさせていただきます。

伝えたい

そこには尽きることのない「愛」があるから

情報を伝える「広報」

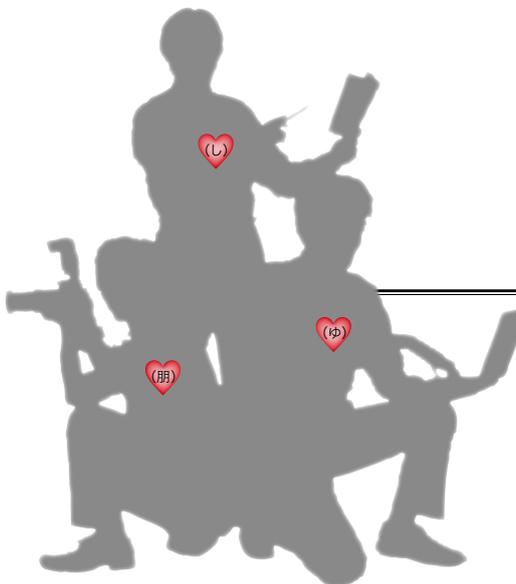
そして、住民から行政へ意志を伝える「広聴」

これらを両輪として、大好きな大仙市を伝えていきたい—

3人の広報担当者

広報の担当は「企画部総合政策課広報班」。3人の職員が広報編集に携わっています。広報紙以外にもホームページに関すること、新聞社やテレビ局などのマスコミ対応など、大仙市のピーアール等に関する業務を行っています。合併前から広報業務を行っている(し)を編集長に、合併から担当した(朋)、そして昨年入所した(ゆ)の40代、30代、20代トリオで作成しています。取材等でお邪魔した際は、とびっきりの笑顔をカメラの前でお見せください。そしてお気軽にお声をお掛けください。

the 100th love letter



ピカピカの笑顔に魅せられて カメラ片手に出かけます 101 通目のラブレターを 書き始めるために —



まちは素敵な笑顔がたくさんあります。
そしていろいろな出会いがあって、たくさんのことを教わります。
先日、取材の途中で出会った子どもたち。わざわざ集合してもらい、撮影
した1枚です。みんなの「1番いい顔ください。」とって撮影しました。
(大曲北保育園の年長組のみなさん)



ハローワークから持ってきた求人情報やインターネットを利用して相談に応じています。

大 落ち着いた雰囲気の中で相談できます 仙市子育てママの就職相談室を開設

女性センターでは、毎月第2、第4木曜日の午後1時から4時まで、子育てをしながら就職を希望している女性を対象にした就職相談を行っています。

ハローワーク大曲の職員が相談員を務め、会場に求人や事業所の情報等を持ち込み、就職や職業についての相談に応じています。保育サポーター養成講座の受講者による託児コーナーも設けていますので、子ども連れでも気軽に利用できます。

利用者からは、「あまり周りに気を遣わなくていいので、落ち着いた雰囲気の中で相談できてよかった」といった感想が聞かれています。利用するためには事前に申し込みが必要ですので、女性センター（☎0187-62-1713）までご連絡ください。



秋田県知事杯を手にした花館サッカースポーツ少年団。

花 サッカー交流大会「さくらカップ」 花館サッカースポーツ少年団が優勝

県南と県北のサッカースポーツ少年団の交流大会「さくらカップ」が、5月5日、仙北市を会場に行われ、花館サッカースポーツ少年団が優勝し秋田県知事杯を手に入れました。

この大会は、秋田県北部と南部のサッカーチームが秋田内陸線を利用して行う交流大会で、今回が1回目の開催となります。大館市、大仙市、仙北市から9チーム180人が参加し、大館市の出場チームとその関係者は内陸線を利用して会場入りしました。

10月には、北秋田市を会場に「もみじカップ」を計画。次回は県南のチームが内陸線を使って移動し、交流戦を行います。

少年 将来は自分もプロ野球選手に 年少女野球教室 in おおた

元プロ野球選手を招いての「少年少女野球教室 in おおた」が5月4日、太田球場で行われ、市内のスポーツ少年団3チームの団員と指導者約70人が参加しました。

指導に訪れたのは小西秀朗さん（秋田高校－立教大学－国鉄－東京）と村田辰美さん（六郷高校－近鉄－大洋）、山内英雄さん（秋田商業高校－大洋）、近藤幸造さん（船川水産－読売巨人）の本県出身者を含む5人の元プロ野球選手。団員たちは、入念なウォーミングアップを行ったあと「野球の基本はキャッチボール」として、スローイングやキャッチングを学びました。その後、各ポジションに分かれ、それぞれ実践形式での指導やバッティングの指導を受けました。

参加した団員たちは「とてもわかりやすく教えてもらった。自分もプロになりたい」と目を輝かせていました。



団員たちはポジションごとに丁寧な指導を受けました。



団員たちは初夏の黒森山で交流を深めました。

大 黒森山への交流登山 大仙市スポーツ少年団西仙北支部結団式

5月9日、西仙北ぬく森温泉ユメリア駐車場で大仙市スポーツ少年団西仙北支部結団式が行われました。

当日は、地域で活動するスポーツ少年団11団体、約200人が参加。支部の団員たちは結団式で今年度の活躍を誓いました。

結団式終了後は団員たちの交流として黒森山への登山が行われました。晴天に恵まれた中、団員たちは気持ちのいい汗をかきながら、眼下に広がるふるさとの景色を楽しみ、交流を深めました。

第29回大曲子ども釣り大会

「第29回大曲子ども釣り大会」が5月9日、市つり公園で行われ、子ども太公望たちが腕を競い合いました。

大会は市内釣具店、大曲へら鮎釣研究会、仙北漁業協同組合から協賛をいただいて市が行っているもので、こどもの日に合わせ開催されます。

五月晴れの当日、子どもたちは朝早くから4時間にわたり釣果を競いました。入賞者は次のとおりです。

【小学生の部】▼優勝＝元野志郎（大曲小⑥）▼準優勝＝柴田紘平（大曲小⑥）▼第3位＝茂木勇希（大曲東小④）【特別賞】▼大物賞（30.5㍏）＝元野志郎▼珍魚賞（ウグイ）＝佐原遼（刈和野小④）
＜敬称略、○内は学年＞



入賞者にはトロフィーが手渡されました。

長年の活動に対し表彰状が手渡されました。



大 地域の防犯活動に貢献 大仙市防犯協会功労者表彰

大仙市防犯協会の総会が5月15日、市内で行われ、長年、各地域で防犯活動を行ってきた功労者が表彰されました。

防犯協会の会員は安全な地域づくりのため防犯活動に尽力。地域住民への防犯の呼びかけ活動や防犯パトロール、青少年の育成などボランティアで活動を行っています。表彰された方々は次のとおりです。

【功労者表彰】高畑一雄（大曲支部）、小田嶋恭治（大曲支部）、藤田孝洋（大曲支部）、佐々木定雄（大曲支部）、佐藤昭治（大曲支部）、齋藤助忠（西仙北支部）、佐々木吉博（西仙北支部）、齊藤徳雄（協和支部）、佐川眞夫（協和支部）
＜敬称略＞

協 地域の歴史にふれる 協和中学校で郷土の歴史学習

5月14日、協和中学校（黒澤一紀・172人）で社会科の授業の一環として「郷土の歴史学習」が行われました。

秋田県埋蔵文化財センターの職員を講師に迎えて行われた「郷土の歴史学習」。1年生の生徒51人が同地域にある考古学的に貴重な米ヶ森遺跡と上ノ山Ⅱ遺跡の発掘作業当時の様子や発掘方法などを学びました。生徒たちは実際に上ノ山Ⅱ遺跡から発掘された縄文土器を手に取り、興味深そうに眺めていました。



実際に土器を手にし、貴重な体験をしました。

春の叙勲・危険業務従事者叙勲 受章おめでとうございます

市内の叙勲受章者を紹介

地方自治や教育、消防、行政、危険業務の分野で長年にわたり貢献してきた方々をたたえる叙勲。内閣府は、平成21年春の叙勲（4月29日発表）、第12回危険業務従事者叙勲（4月11日発表）をそれぞれ発表し、市内から10の方が各章を受章されました。受章された方々は次のとおりです。

春の叙勲

瑞宝小綬章



あべ ひで たけ
阿部 榮健 さん
(西仙北地域土川・70歳)
教育功労
元公立高等学校校長

春の叙勲

旭日小綬章



つじ ひさ お
辻 久男 さん
(大曲福住町・71歳)
地方自治功労
元秋田県議会議員

春の叙勲

瑞宝単光章



みうら つね たろう
三浦 常太郎 さん
(大曲地域花館・77歳)
消防功労
元大曲市消防団分団長

春の叙勲

瑞宝単光章



さいた あきら
沢田 智 さん
(西仙北地域寺館・76歳)
消防功労
元西仙北町消防団副団長

春の叙勲

旭日単光章



とみ おか こう
富岡 弘 さん
(中仙地域上鶯野・71歳)
土地改良事業功労。大仙市鶯野土地改良区理事長

春の叙勲

瑞宝双光章



おだしま みつ ゆき
小田島 光行 さん
(協和地域境・74歳)
地方自治功労
元協和町助役

危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章



たむら てつ お
田村 哲夫 さん
(西仙北地域大沢郷・61歳)
防衛功労
元3等陸尉

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章



いちかわ きちろう
市川 喜八郎 さん
(大曲花園町・73歳)
警察功労
元秋田県警部

春の叙勲

瑞宝単光章



こまつ よし お
小松 良男 さん
(太田地域斉内・75歳)
消防功労
元太田町消防団分団長

春の叙勲

瑞宝単光章



ささき よし お
佐々木 義雄 さん
(神岡地域神宮寺・75歳)
消防功労
元神岡町消防団分団長

Hello my friends

青年海外協力隊 黒澤隼人

ザンビアからの手紙 03



ザンビア

みなさん、こんにちは。

青年海外協力隊としてザンビアで活動をしている黒澤です。

今回は、自分の体験から「当たり前」「豊かさ」についてお話しします。自分の知っていること、知っている世界が“すべて、ではないのです。大仙市のみなさんにも、ザンビアのみなさんにも、今ある生活が本当に「当たり前」なのか、そんなことを考えるきっかけになればと思います。



写真右上／赴任当初1週間滞在したホームステイ先の家族。

写真上／人懐っこいザンビアの子どもたち。彼らはいつも笑顔で輝いています。輝く源は何なのでしょう。

写真下／ザンビアの首都ルサカを中心街。



“当たり前”って何だろっ？

こちらには「アフリカ時間」というものがあります。簡単に言うと、彼らは「時間どおり」に現れず、時にはその約束自体をすっぽかしてしまふこともあります。

例えば、「待ち合わせ時間を午後7時」ということにしましょう。私は「時間までに集まる」と理解し、1分でも遅れることは相手に失礼を与えると考えます。しかし、こちらでは約束の時間になっても集合場所には自分一人だけ。10分、20分過ぎても人が来る気配はありません。「時間を間違えたかな？」と疑ってしまうくらいです。しかし、8時を回ったところからようやく集まり始めます。当然のことのように、遅れたことに関しての謝罪の言葉もありません。こんなことが毎度繰り返されるうちに、こちらでは待ち合わせ時間は「集合の開始時間」で、その時間から集まり出すのがこちらの「時間どおり」であることに気が付きました。また、それがこの国にとつての「当たり前」ということも。

“豊かさ”って何だろっ？

“豊かさ”とは人それぞれだと思いますが、日本人の多くは「お金」「仕事」「学校での成績」などを連想すると思います。

しかし、ザンビアの多くの人は、これらどれも満たしていないのに、彼らはいつも陽気で、とても元気です。不思議なことに、ときどき「ここは日本より豊かなのでは？」と感じてしまうことがあります。彼らの元気の源は何なのでしょう？

彼らが考える「豊かさ」とは、おいしいものを食べるとか、いい服を着るといふことではなく、家族や友人と一緒に過ごす時間を楽しむことのように感じます。私たちがとつて本当に大切なものは、一番近くにありながらも一番見えにくかったりもします。彼らは、

そのことをよく知っていると思います。

日本での私は、自宅で過ごす時間のほとんどをインターネットに費やしていました。インターネットは便利で、生活を豊かにしてくれる道具であることは間違いありません。しかし、果たしてそれが本当の意味での「豊かさ」なのでしょう？

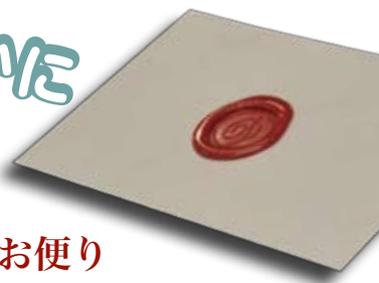
ザンビアでは、インターネットは日本ほど普及しておらず、テレビさえ持っていない人がほとんどです。ここでの情報収集や意思疎通の中心は、「人と人」のつながりです。私は、ここで隣人との関わりを持つことの尊さを知り、やがてそれが自分にとつての「当たり前」になりました。また、それと同時に、情報があふれる日本での生活がある意味「不自由」だったことにも気付かされました。

私は、こちらでの生活を通して、色々な考え方や生活習慣があり、それが自分と一致することは、ごくまれであることが分かりました。それは、日本国内の隣人や家族間においても同じことが言えると思います。

私は、もともと「常識」や「普通」といった言葉をあまり好んで使いませんが、ザンビアに来て、まさにそれらの言葉が通用しないことを知りました。

これらの話が、少しでもみなさんの生活に役立てば幸いです。

おおきなせなかた お便り広場



5月1日・16日号へのお便り

今回寄せられたのは **24** 通

内訳／ 感想 19 意見 2 質問 1 要望 2



読 者プレゼントの「さくらワイン」がとてもおいしそうでした。色の美しさに、しばし写真を見つめてしまいました。

(大曲地域 75歳女性)

広 報見聞録で小坂テツエさんが100歳を迎えた記事を読みました。野球選手の手データを調べたり、クイズで毎日頭を鍛えている小坂さんの挑戦する気持ちはすごいと感じました。

(西仙北地域 73歳男性)

今 回の「大地の恵み おらほの畑の逸品」で紹介していたアップルパイがおいしそうでした。作って食べてみたいですね。

(協和地域 32歳女性)

再 選した栗林市長の抱負を一番先に読みました。私は定年退職後、故郷の大仙に戻ってきました。栗林市長にはこれからの4年間で豊かな大仙市にしてみらえるよう願っています。

(大曲地域 66歳女性)

大 仙市商品券はあつといふ間に完売してしまいました。第2弾の販売を検討することだったので期待します。

定額給付金と大仙市商品券のおかげで欲しかった物が購入できました。有効に使っています。

(太田地域 49歳女性)

各 市民会館で行われるイベントで整理券を必要とするものがありますが、整理券の配布場所が1カ所だけに限定されている場合が多いです。

配布場所を増やしてもらえば、もつと他の地域のイベントにも参加しやすくなると思います。

(大曲地域 47歳女性)

俳 優の柳葉敏郎さんがテニスコートを改修・整備して、市に寄贈した記事を読もうれしくなりました。

(協和地域 25歳女性)

休 日にETCで高速道路を利用した場合、料金の上限が1000円になりました。私の車にはETCを取り付けていないので、できればETC無しでも割り引きにしてほしかったです。

定額給付金が支給されたので、地域の商店に還元したいと思います。第2弾の大仙市商品券が販売されるのなら買いたいと思います。

(大曲地域 59歳男性)

世 界的に環境問題が唱えられている中で、大仙市がこれから取り組む計画や、すでに取り組んでいる事業の内容と結果を具体的に紹介してほしいです。

また一般家庭でもできるエコ活動について、市民生活に密着した内容のものも紹介してほしいです。

(中仙地域 63歳女性)

私 の家から大曲図書館は距離がありますが、先日、運動のため頑張って自転車で行って見ました。図書館に本があんなにたくさんあるのを初めて知りました。

(大曲地域 37歳女性)

ペ ットボトルを資源ごみに出すとき、ラベルを取っている人と取っていない人がいます。ラベルを取って出すのか取らずに出すのか、どちらがいいのですか？

(中仙地域 49歳女性)

【環境課から】
ペットボトルのラベルは、以前は取り外して出していたのですが、今はリサイクル場を取り外しの作業ができるようになりましたので、取り外してかまいません。ペットボトルを資源ごみに出すときはキャップを取り外して「燃やせるごみ」に分別し、中をすすいでから出してください。

ゴ ールデンウィークも過ぎ、もうじき田植えの季節になります。米どころ大仙から安全・安心な米を食卓に届けたいと思います。

(大曲地域 67歳男性)

注 目株で紹介されていた「檜岡焼きの窯元・小松さん」に興味を持ちました。機会があれば見学してみたいと思いました。

(大曲地域 43歳女性)

地域の「耳」寄り情報

県の画壇で活躍した 齋藤猪之吉遺作展

西仙北地域出身で、県の画壇で活躍された齋藤猪之吉さんの遺作展です。

■期間／【前期】6月8日(月)から20日(土)まで【後期】22日(月)～7月4日(土)まで

■時間／午前10時～午後5時(20日は午後4時まで)

■会場／
とみやギャラリー
(大曲若竹町)

【問い合わせ】

齋藤正克さん
☎ 045-864-0518 まで



大曲菊の会 菊花の苗を販売します

市内、菊作り愛好者のために菊花の苗(大菊盆養菊苗)を販売します。

■日時／6月10日(水)午前9時～11時

■会場／大曲図書館前

■料金／菊苗1本150円

【問い合わせ】

大曲菊の会 寺村さん
☎ 0187-68-3745 まで

払田柵売店 リニューアルオープン

野菜などの直売などを行う払田柵売店が、払田柵総合案内所隣に移転リニューアルオープンしました。ぜひお越しください。

■期間／10月末まで(定休日はありません)

■時間／午前9時～午後4時

【問い合わせ】

払田柵売店会 山崎京子さん
☎ 0187-69-3439 まで



仙北ふれあい文化センターの藤棚が今年も綺麗な花を咲かせました。藤の花は幾重にも重なって咲き誇りますが、とても上品な印象を受けます。



も つといろいろな講座を企画して、情報交差点や地域情報などで募集してもらいたいです。
(中仙地域 27歳女性)

先 日、西仙北スポーツセンターの横を通ったときに整備されたテニスコートを見ました。整備してくれた柳葉敏郎さんに感謝しています。
私も若いころテニスに夢中になったことがあります。用具もそろっているの、今度利用してみたいと思います。
(西仙北地域 71歳男性)

5 月1日号のお便り広場は読み応えがありました。いろいろな意見があるのが分かりました。「なるほど」とうなずきました。
(協和地域 66歳男性)

私 は県外から大仙に嫁いできて17年になります。秋田には全国に自慢できることがまだまだたくさんあります。もつと自信をもつてどんどん発信していけばいいと思います。
市民会館の行事予定はとても盛りだくさんで楽しみにしています。
(大曲地域 43歳女性)

ご み出しのマナーについてですが、時々マナーを守らない人がいて困ります。田んぼや畑にもポイ捨てされたごみが多く転がって困ります。マナーを守ってほしいです。
(協和地域 50歳女性)

広 報に「ザンビアからの手紙」が載っていました。コンピュータの指導をする様子など写真から現地の子が伝わってきました。遠いアフリカの地で働く黒澤さんを誇りに思いました。
(大曲地域 81歳女性)

お便りお待ちしております

「お便り広場」はみなさんのページです。市政に対する質問・意見など、みなさんの遠慮のない声をお聞かせください。

あて先はこちらまで

〒014-8601 (住所不要) 大仙市企画部総合政策課
手紙・ハガキ、FAX (0187-63-1119)
またはEメール (kouhou@city.daisen.akita.jp) で送ってください。なお、Eメールの場合は件名に「お便り広場」と記入ください。



「胃が痛い」「胃がもたれる」「食後の不快感」などの症状は誰でも一度は経験したことがあると思います。このような症状が長引き、いろいろ検査を受けたが何も異常が見つからず、原因が確認できないことも少なくないと思います。

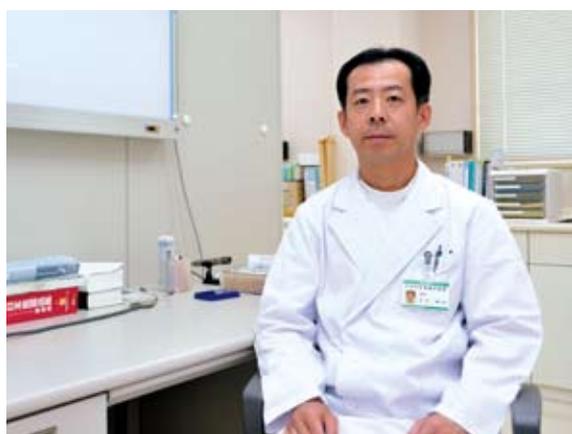
以前はそのような時、胃下垂や慢性胃炎、神経性胃炎などの病名がつけられていたのですが、最近では機能性ディスぺプシアと呼ばれるようになっていきます。

デイスぺプシア (dyspepsia) とは聞き慣れない言葉ですが、直訳すると「消化不良」という意味で、

今では上腹部（みぞおち）に起こる不快な症状をまとめてディスぺプシアと呼んでいます。

ディスぺプシア症状は胃や十二指腸はもちろん、肝臓、胆のう、すい臓の病気でも起こります。内視鏡検査のほか、腹部超音波検査、採血、腹部CT検査などを行い内臓器官に病気がないことを確認することが大切です。

内視鏡検査などで潰瘍やがんなど明らかな病気が見つからないにもかかわらずディスぺプシア症状が続く場合、機能性ディスぺプシアと診断されます。機能性ディスぺプシアは検査ではわからない胃の機能（働き）が異常となることで起こると考えられています。



大曲仙北医師会

石井内科胃腸科医院
石井 伸明 院長

大仙市長野字新山 70-1
☎ 0187-56-7300

健康の達人

Letter from Omagari-Semboku Medical Association
Master of HEALTHY!

大曲仙北医師会からの便り

大曲仙北医師会ホームページ
パソコンから <http://www.omagari-med.or.jp>
携帯電話から <http://www.omagari-med.or.jp/>

胃は食物を受け入れ、貯蔵し、胃酸を分泌して食物をかき混ぜ、少しずつ十二指腸へ送り出す働きをしており、自律神経やホルモンにより調節されています。暴飲暴食、過労、ストレスなどが原因となり、自律神経やホルモンのバランスが崩れると、胃の働きが低下し機能性ディスぺプシアにつながると考えられます。最近ではヘリコバクター・ピロリ菌の感染も胃の働きを低下させるものに挙げられています。

治療は薬物療法と食生活を含むライフスタイルの改善の両面から行います。

薬としては、胃の機能を改善する薬、胃酸を抑える薬があります。また、

場合によっては抗不安薬や抗うつ薬が使われることもあります。

ライフスタイルの改善では、普段の生活の中で、

○規則正しい食事を

○食事はゆっくりよく噛んで食べる

○腹八分を心掛ける

○ストレスとうまく付き合い心身の疲れをためない

ことなどが重要となります。

現代は飽食の時代ともストレス社会とも言われており、ディスぺプシア症状で悩んでいる方は多い

と思います。「最近胃が疲れている」と感じた時は、一度医師に相談してみたいかがでしょうか。

～あなたの胃は疲れていませんか？～

機能性ディスぺプシアについて

Talk about *Functional Dyspepsia*



Medical Chart no. 24

健康通信

【問い合わせ】

健康増進センター ☎ 0187-62-9301

健康増進センター各分室

大曲分室 ☎ 0187-62-1015

協和分室 ☎ 018-892-2003

神岡分室 ☎ 0187-72-4606

南外分室 ☎ 0187-74-3007

西仙北分室 ☎ 0187-75-0476

仙北分室 ☎ 0187-69-3800

中仙分室 ☎ 0187-56-7211

太田分室 ☎ 0187-88-1313

ポリオ 接種は各地域保健センターで
ポリオ集団接種日程

| 地域 | 対象 | 期日 | 受け付け時間 |
|----|-----------------------|---------|---------------|
| 大曲 | ① 20年9月生 ② 20年3月生 | 6月8日(金) | 12:45 ~ 13:15 |
| | ① 20年10月生 ② 20年4月生 | 7月3日(金) | |

(対象の①は接種1回目、②は接種2回目)

接種はお住まいの各地域保健センターで受けてください。対象・期日については健康カレンダーにも掲載されています。健康カレンダーを希望する方は健康増進センター各分室まで問い合わせください。

お知らせ 妊娠に気がいたら
母子健康手帳の交付を受けましょう

母子健康手帳の交付時には、妊婦一般健康診査票(券)・子宮がん検査券、出産準備の情報・里帰り出産に関すること、パパママ教室のお知らせなど、出産に向け役立つ情報を一緒にお知らせしています。



母子の妊娠期間中の健康管理や制度の上手な利用のためにも、妊娠に気がいたら、早めに産科医療機関を受診して妊娠を確認し、母子健康手帳の交付を受けましょう。

CHECK!

せきエチケット

せきやくしゃみをする時はティッシュなどで口と鼻を被い、他の人から顔をそらし、使ったティッシュは、直ちにゴミ箱に捨てましょう。せきやくしゃみが出る時はマスクをつけましょう。
※周囲の人への感染を予防します



☎ 0187(62)9304

新型コロナウイルスの感染した場合は発熱、症状がでた場合は発熱相談センター(健康増進センター)まで相談してください。専用電話を開設しています。

新型コロナウイルスの感染した場合は発熱、症状がでた場合は発熱相談センター(健康増進センター)まで相談してください。専用電話を開設しています。

新型コロナウイルスの感染した場合は発熱、症状がでた場合は発熱相談センター(健康増進センター)まで相談してください。専用電話を開設しています。

新型コロナウイルスの自覚症状
新型コロナウイルスの自覚症状
新型コロナウイルスの自覚症状

新型コロナウイルスの感染が国内でも確認されました。感染を防ぐため一人一人ができる対策を実践しましょう。また、状況は常に変化します。テレビや新聞、広報などの情報に気を配り、冷静に対応するようお願いいたします。

お知らせ 一人一人ができる対策を実践しましょう
新型コロナウイルスの感染が国内でも確認されました。感染を防ぐため一人一人ができる対策を実践しましょう。また、状況は常に変化します。テレビや新聞、広報などの情報に気を配り、冷静に対応するようお願いいたします。

<手洗いのポイント>

私たちの手には、たくさんのウイルスや細菌などが付着しています。正しい手洗いによって、手に付着しているウイルスなどを洗い流すことができます。洗い残しのないよう気をつけましょう。洗い終わったら、流水で洗い流し、きれいなタオルなどでしっかり拭きましょう。また、使用したタオルは洗濯をして、常に清潔にしておきましょう。



①石けんを泡立て、手のひらを合わせ5秒間以上洗う。



②手の甲を伸ばすように5秒間以上洗う。



③手のひらに指先で渦を描くように指先や爪の間を5秒間以上洗う。



④手のひらを指を組むように合わせ、指と指の間を5秒間以上洗う。



⑤親指をもう片方の手のひらで捻るように5秒間以上洗う。



⑥手首を5秒間以上洗う。

●大曲図書館のおすすめ

プロフェッショナル 仕事の流儀 宮崎駿の仕事

(NHKエンタープライズ)

一流のプロの「仕事」を掘り下げたドキュメンタリー番組のDVDです。この番組は見るたび、様々な仕事と、そのプロの仕事ぶりに魅了されます。シリーズで揃えていますので、他のプロフェッショナルも見ることができます。



図書館では、より理解しやすい媒体として、本以外にDVDやCDなども備えております。子どもから大人まで利用できるような広いジャンルで準備していますので、ぜひ視聴覚資料の棚ものぞいてみてくださいね。
(所蔵あり 大曲図書館)

6月の新着図書

このほかにもたくさんのお本が入っています。ご希望する本がないときは、図書館職員へ声をかけてください。市内の各図書館のほか、県立図書館からも取り寄せます。

小説

- 鷲と雪／北村薫
- パーフェクト・リタイヤ／藤堂志津子
- 最初のオトコはたたき台／林真理子
- 再生／石田衣良
- 運命の人 1、2／山崎豊子
- きりこについて／西加奈子
- マリリン・モンローという女／藤本ひとみ
- ムサシ／井上ひさし
- 大きな約束 続／椎名誠
- 男と点と線／山崎ナオコ
- たまゆらり／高橋克彦
- 晋平の矢立／山本一力
- パラドックス13／東野圭吾
- あの庭の扉をあけたとき／佐野洋子
- 外郎売／長野ヒデ子
- 遠い椿／澤田ふじ子
- ガール・ミーツ・ガール／誉田哲也
- 桜の園／篠田真由美
- 徒然王子 第2部／島田雅彦

幼児・児童向け図書

- テレビのむこうの謎の国／エミリー・ロッダ
- おとうじゃ、ないって／村上康成
- おとうさん／ベン・シェクター
- 前奏曲は、荒れもよう／今井恭子
- タイムチケット／藤江じゅん
- むかしむかしとらとねこは・・・／太島英太郎
- ほしにむすばれて／えびなみつる
- ピピンとトムトム／たかどのほうこ
- いっぱいのおめでとう／狩野富貴子
- リーコとオスカーともっと深い影
／アンドレアス・シュタインハーフェル
- むしばいっかのおひっこし／にしもとやすこ
- さよならはいわない／おぼまこと

■各図書館イベント

【おはなし会】

- 大曲 6月3日、10日、17日、24日(水) 午後3時15分～
- 神岡 6月20日(土) 午前11時～
- 西仙北 6月27日(土) 午前10時～
- 協和 6月20日(土) 午前10時～
- 仙北 6月13日、27日(土) 午前10時30分～

【どんぐり文庫 おはなし会】(おはなしの他にむかしの遊びもあります)
太田(敬愛館) 6月27日(土) 午前9時30分～午後3時

各図書館問い合わせ

| | |
|-----------------------|----------------------|
| 大曲図書館 ☎ 0187-62-1012 | 南外図書館 ☎ 0187-74-2130 |
| 神岡図書館 ☎ 0187-72-2501 | 仙北図書館 ☎ 0187-69-3334 |
| 西仙北図書館 ☎ 0187-75-0099 | 太田図書館 ☎ 0187-88-1119 |
| 協和図書館 ☎ 018-892-3830 | 中仙図書館 ☎ 0187-56-7200 |



ライオンズクラブ 332-F 地区大会で市に贈呈された福祉活動車両のキーを中山ガバナー(写真左)から受け取る栗林市長。

6月の市長日程

※日程は変更になる場合があります。

| | |
|-------|--|
| 1日・月 | 庁議 議会運営委員会 定例記者会見 県農林水産部と市町村長との意見交換会(秋田市) |
| 2日・火 | 全国市長会(東京都、～3日) |
| 5日・金 | 雄物川流域林業活性化協議会理事会・総会 |
| 6日・土 | 新能公演 |
| 7日・日 | 市制施行記念駅伝競走大会 秋田おばこ節全国大会 |
| 8日・月 | 第2回市議会定例会(1日目) |
| 15日・月 | 雄物川水系河川整備学識者懇談会(秋田市) |
| 16日・火 | 第2回市議会定例会(2日目) |
| 17日・水 | 第2回市議会定例会(3日目) |
| 24日・水 | 第2回市議会定例会(最終日) |
| 26日・金 | 大仙市・仙北市・美郷町議会議員交流会 |
| 29日・月 | 大仙美郷環境事業組合議会臨時会 大曲仙北広域市町村圏組合議会臨時会 |
| 30日・火 | 市長面会日(神岡地域) |

市長交際費

(4月1日～30日)

| 摘要 | 件数 | 金額 |
|----|----|----------|
| 弔慰 | 4 | 40,000円 |
| 慶祝 | 22 | 121,900円 |
| 協賛 | 2 | 25,950円 |
| 合計 | 28 | 187,850円 |

いきいき ＊ 広場

【問い合わせ】

地域包括支援センター中央 (大曲庁舎内)
☎0187-63-1111 (代表)
地域包括支援センター東部 (中仙庁舎内)
☎0187-56-7125
地域包括支援センター西部 (西仙北庁舎内)
☎0187-87-3970



介護予防でいきいきとした生活を

適度な運動で 身体機能を維持しよう

年をとって心身機能が低下すると、本人もまわりの人も「もう年だから仕方がない」と考えてしまいがちです。しかし、本当にそうなのでしょいか。

運動不足と 身体機能の低下

年をとってから体を動かさないでいると筋肉がやせ衰え、骨が弱くなり、関節の動きも悪くなってきます。特に下半身の筋力が落ちてくるとひざに痛みを抱えたり、足が上がらなくなったり、つまづきやすくなって転んでしまうといった危険もでてきます。一度転んでけがをしてしまうと「また転んでしまったら」という思いから外出を避けたり、家に閉じこもりがちになってしまいます。

年をとったからこそ 適度な運動を

身体機能が低下したからといって、身の回りのことや外出、近所づきあいなど、体や頭を使うことをやめてしまうのが一番良くありません。いきいきとした生活を送るためには「年をとったから」とあきらめるのではなく、年をとったからこそ適度に運動をして筋力を維持することが必要なのです。激しい運動をする必要はありません。体に負担がかかり過ぎてしまい逆効果になります。大切なのは無理なく続けられる自分に合った運動を継続して行うことです。毎日だけでなくても時間のあるときに簡単な体操や運動を続けましょう。

テイクテン！で 健康を維持



簡単なストレッチや運動を紹介している「テイクテン！」のポスター。

市では高齢期の健康維持のために「TAKE10！」(テイクテン!)を勧めています。テイクテン!は「バランスの良い食事」と「10分でできる運動」を生活に取り入れようというものです。自宅で簡単に行える内容で、運動も自分のペースで進められるよう冊子やポスターで紹介しています。興味がある方は地域包括支援センターまで問い合わせください。

介護保険事務所からのお知らせ

介護保険負担限度額認定について

生活保護を受けている方や世帯全員の住民税が非課税の方で、特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設に入所した場合、食費と住居費(滞在費)が軽減されます。短期入所生活介護・短期入所療養介護を利用した場合も同様です。※事前に介護保険事務所または市役所への申請が必要です。

【問い合わせ】

介護保険事務所保険指導班
☎0187-86-3911
各総合支所市民課
援護福祉課高齢班
☎0187-63-1111 内線171まで

●軽減後の自己負担(日額)

| 対象者 | 食費 | 居住費(滞在費) | | | | | | | |
|--------------|----------------------------------|-----------------------------|------|------|--------|--|------|--------|------|
| | | 特別養護老人ホームに入所 短期入所生活介護を利用 | | | | 介護老人保健施設に入所 介護療養型医療施設に入所 短期入所療養介護を利用 | | | |
| | | 個室 | 従来型 | 多床室 | ユニット | 個室 | 従来型 | 多床室 | ユニット |
| 生活保護を受けている方等 | 300円 | 320円 | 0円 | 820円 | 490円 | 0円 | 820円 | | |
| 世帯全員が住民税非課税 | 老年福祉年金を受給している方 | 300円 | 320円 | 0円 | 820円 | 490円 | 0円 | 820円 | |
| | 「合計所得金額+課税年金収入額」の合計が年額80万円以下の方等 | 390円 | 420円 | 320円 | 820円 | 490円 | 320円 | 820円 | |
| | 「合計所得金額+課税年金収入額」の合計が年額80万円を超える方等 | 650円 | 820円 | 320円 | 1,640円 | 1,310円 | 320円 | 1,640円 | |

【知って、得する地域情報】

大曲

春のばら祭り

ばらコンテストや大仙市混声合唱団による音楽会などさまざまなイベントを行います。詳細は問い合わせください。

■期間／6月13日（土）から15日（月）まで

■時間／午前9時～午後4時（15日は正午まで）

■会場／こもれびの杜

【問い合わせ】

大曲ばら会 石渡さん

☎ 0187-62-1102 まで

大曲

クリーンウオーク&交流会

のびのびらんどから北児童館まで清掃活動をした後、北児童館で交流会を行います。

■対象／小学生

■日時／6月13日（土）

午前10時～午後2時

■集合場所／のびのびらんど（花火庵内）

■定員／先着20人

■参加費／100円

■申込受付期限／6月8日（月）

■持参するもの／軍手

【問い合わせ・申し込み】

のびのびらんど（花火庵内）

☎ 050-7520-1091 まで

訂正とおわび

だいせん日和5月16日号でお知らせした「6月農業科学館」の中で、企画展の日程に誤りがありました。正しくは次のとおりです。訂正しておわびします。

【初夏の斑入り山野草展】

期間／6月12日（金）から14日（日）まで

【パラフェスタ 初夏を彩る】

期間／6月12日（金）から7月20日（月）まで

中仙

ドンパン踊り練習

一緒にドンパン踊りを踊ってみませんか。

■日時／毎月第3火曜日の午後7時30分～（6月は16日開催）

■会場／中仙環境改善センター（中仙庁舎隣り）

【問い合わせ】

中仙観光協会

☎ 0187-56-2337 まで

仙北

ふれあいの場を わくわく広場

仙北南子育て支援センターや園庭を無料開放し、スタッフがサポートしながら友だちや親子で遊びを楽しむ交流の場です。ぜひ参加して子育ての輪を広げてください。

■対象／未就園児とその保護者

■期日／毎週水曜日（祝日除く）

■時間／午前9時30分～11時

■会場／仙北南子育て支援センター（仙北南保育園）

■申し込み方法／電話で申し込むか、直接お越しください。

※月・火・木・金曜日も子育て支援センターを無料開放（午前9時30分～11時）しています。自由にご利用ください。

【問い合わせ・申し込み】

仙北南子育て支援センター

☎ 0187-63-1143 まで



太田

作品展示にご利用ください

太田文化プラザには、作品展示できる「ミニ展示コーナー」があります。ガラス張りのギャラリーです。書や絵画、写真など、生涯学習の成果や趣味の展示などにご利用ください。（使用料は無料）

※6月8日（月）から7月8日（水）までは伝農千鶴子さんの「飾り花結び展」の展示が行われます。

【問い合わせ】

太田公民館

☎ 0187-88-1119 まで



太田

健康家族宣言

子どもからお年寄りまで、食育などを学習し、家族そろって簡単な体操でさわやかな汗を流しましょう。

■日時／6月27日（土）、7月25日（土）、8月29日（土）、9月12日（土）、9月26日（土）午前10時～午前11時30分

■会場／太田文化プラザ

■参加費／全5回一家族500円（傷害保険料）※託児も行っていきますので事前にお知らせください。

■講師／人生亭喜楽駄郎さん、他

【問い合わせ・申し込み】

太田公民館

☎ 0187-88-1119 まで

Invitation 募集

ボランティア募集 インターネット観光情報発信

大仙の隠れたグルメや観光情報などを発信するブログ「Daisen 百彩 花火 100 歳」にボランティアで記事の投稿などを行っていただける方を募集します。

◆対象／市内在住か勤務地が市内にあり、インターネットに接続できる環境にある方

◆申し込み方法／電子メールに氏名、住所、年齢、性別、電話番号、電子メールアドレス、ハンドルネームを記載し、senkanko@mail2.pref.akita.jp に送信してください。

【問い合わせ・申し込み】

仙北地域振興局地域企画課
☎ 0187-63-5226 まで

参加者募集 第 56 回秋田県母親大会

子どものことや仕事のこと、いのちや暮らしのことなど、平和を願う女性たちの話し合いの場です。

◆日時／7月5日(日)

午前9時30分～午後3時30分
(午前は分科会で午後は講演会)

◆会場／大曲工業高校

◆参加費／1,000円(資料代含む)

【問い合わせ】

秋田県母親大会実行委員
☎ 018-887-3636 まで

街をキレイにしよう 清掃活動参加者募集

大曲駅前を中心にごみ拾いなど清掃活動を行います。道具などは当日受け付けで渡します。

◆日時／6月6日(土)

午前10時50分～正午ころ

◆集合場所／ねむのき児童公園
(大曲通町) ※緑のテント・のぼりが目印

【問い合わせ】

JT 秋田営業所社会環境推進
チーム ☎ 080-1377-9719 まで

Course 講習

本場のゴスペルを ブラック・ゴスペル体験講習

アメリカで活躍しているゴスペル歌手のレイ・シドニーさんを招いての講習会です。本場のゴスペルを体験してください。

◆日時／6月3日(水)

午後7時～9時

◆会場／大曲市民会館 小ホール

◆参加費／2,000円

【問い合わせ】

大曲教会
飯田さん ☎ 0187-62-2598
因幡さん ☎ 070-5475-4216 まで

鳴り響け平和の鐘 ハンドベル講習会

聖霊高校ハンドベル部元顧問の熊谷さんを講師に招いてのハンドベル講習会です。

◆対象／園児・小学生・中学生

◆日時／6月21日(日)

午前9時30分～正午
(毎月第3日曜日開催予定)

◆会場／大曲ルーテル同胞教会
(大曲福見町)

【問い合わせ・申し込み】

片桐さん ☎ 0187-62-1087
田中さん ☎ 0187-63-8832 まで

ひとり親家庭のために 調理師試験対応講習会

◆対象／県内に在住するひとり親家庭の父・母、寡婦

◆期日／7月13日(月)・15日(水)・17日(金) 午前9時～午後5時

◆会場／【横手会場】ふれあいセンターかまくら館観光協会

【秋田会場】秋田県ひとり親家庭就業・自立支援センター研修室

◆定員／各会場 20人

◆受講料／1,500円(テキスト代)

◆申込受付期限／6月30日(火)

【問い合わせ・申し込み】

秋田県ひとり親家庭
就業・自立支援センター
☎ 018-896-1531 まで

正しい応急手当の講習会 救急員養成講習会

◆対象／15歳以上で全日程に参加できる方

◆日時／6月13日(土) 午後1時～5時、20日(土)・21日(日) 午前9時～午後5時

◆会場／大曲交流センター

◆定員／先着 30人

◆受講料／3,000円(教材費)

◆申込受付期限／6月11日(木)

【問い合わせ・申し込み】

日本赤十字社秋田支部
☎ 018-864-2731 まで

Events イベント

おらほの企業を 訪問・見学しよう

地元企業(サン食品工業と小松煙火工業)を見学してみませんか。

◆対象／小学3年生以上

(小学2年生以下は保護者同伴)

◆期日／6月13日(土)

◆集合場所・時間／

①大曲駅東口・午前9時10分

②仙北地域振興局庁舎駐車場・9時25分③サン食品工業工場入り口前・9時45分(バスで移動しますので自家用車でお越しの場合は②をご利用ください)

◆定員／先着 20人

【問い合わせ・申し込み】

仙北地域振興局地域企画課
☎ 0187-63-5226 まで

完全燃唱 香田晋コンサート

◆日時／

6月18日(木)
午後6時30分～

◆会場／

大曲市民会館

◆入場料／5,000円(会員4,300円)

◆プレイガイド／イノウエレコード店、美音社、大曲市民会館

【問い合わせ】

MIN-ON 大仙 小松さん
☎ 0187-62-2268 まで



編集後記

▼さまざまな声を取り入れ、試行錯誤を重ねて広報が100号を迎えました。記事の書き方やレイアウトに苦勞し、締め切りに泣いた4年間。全力で作った紙面も今見ると「こう作っておけば・・・」と思うものばかりです▼100号の表紙を飾ってくれたのは西仙北の永澤ヒサさん。毎日、新聞で情報収集し、今でも山菜採りに出かけるというスーパーおばあちゃん。「だいせん日和も読んでるよ」という101歳の笑顔はととても素敵でした▼父と母が孫のためにと、娘に自転車を買ってくれました。ようやく補助輪を外して乗れるようになった娘に新しい自転車は大きく、乗るのに少々苦戦しています。ただ、転んで泣きべそをかきながらも「次こそ乗ってやる」という前を向く姿には感心させられます▼100号の紙面に込められた苦勞。これまで重ねた経験を大切に、今後も前を向いて紙面作りに励みたいと思います。(朋)

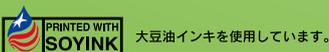
| 人口と世帯数 | | 4/30現在 ※()内は前月比 |
|--------|----------|---------------------|
| 人口 | 92,078人 | (-146) |
| 男 | 43,469人 | (-100) |
| 女 | 48,609人 | (-46) |
| 世帯数 | 30,698世帯 | (+20) |
| 内人口増減 | 出生 43人 | |
| | 死亡 111人 | |
| | 転入 308人 | |
| | 転出 386人 | |

だいせん日和

編集発行
大仙市役所
企画部総合政策課広報班
〒014-8601
秋田県大仙市大曲花園町1番1号
☎ 0187-63-1111 (代表)

発行日
毎月2回 (1日・16日)

印刷
有限会社 佐藤印刷所



教科書の見本が閲覧できます 教科書展示会

平成22年度の全国の小・中学校、高校で使用する教科書を展示します。子どもたちの確かな学力をはぐくむ教科書を、ぜひ手にとってご覧ください。

◆期間 / 6月19日(金)から7月3日(金)まで※7月1日(水)は休館日

◆時間 / 午前9時～午後6時

◆会場 / 大曲図書館1階 市民サロン・展示室

【問い合わせ】

南教育事務所仙北出張所
☎ 0187-63-3477 まで

不正改造車は許さない 6月は不正改造車排除強化月間

不正改造車による暴走行為や過積載などは道路交通の安全を脅かすもので許されません。大量の排気ガス排出による大気汚染や騒音など、不正改造車による環境悪化も問題となっています。不正改造を排除し、安全・安心な生活を確保できるよう協力をお願いします。

【問い合わせ】

秋田県民文化政策課
安全・安心まちづくり推進室
☎ 018-860-1543 まで

借金問題を解決へ 多重債務無料相談

返済できないほどの借金を抱え、悩んでいる方からの相談に無料で応じます。相談には事前の申し込みが必要です。電話での相談も受け付けています。

◆期日 / 祝日、年末年始を除いた月曜から金曜まで

◆時間 /

午前8時30分～午後5時15分

◆会場 / 東北財務局秋田財務事務所 (秋田市山王7丁目1-4 秋田第二合同庁舎3階)

【問い合わせ・申し込み】

東北財務局秋田財務事務所
理財課 ☎ 018-862-4193 まで



秘密基地をつくろう ほろっとキッズ体験イベント

自分でダンボールの秘密基地(かくれが)を作り、宿泊する体験イベントです。

◆対象 / 小学生(保護者の参加可)

◆日時 / 6月27日(土)

午後1時から28日(日)午前10時までの1泊2日

◆会場 / 保呂羽山少年自然の家(横手市大森町)

◆定員 / 20人

◆参加費 / 1,800円(夕・朝食、保険代など)

◆申込受付期限 / 6月16日(火)

【問い合わせ・申し込み】

ほろっとキッズ 高橋大成さん
☎ 0182-22-4511 まで



お気軽に相談ください 無料法律相談

相談には申し込みが必要です。

◆日時 / 6月11日(木)

午前10時～午後3時

◆会場 / 大仙市社会福祉協議会

◆定員 / 先着8人

◆申込受付期限 / 6月9日(火)

◆相談員 / 草薙秀樹さん(弁護士)

【問い合わせ・申し込み】

大仙市社会福祉協議会
☎ 0187-63-0277 まで

願書配布は大仙保健所 平成21年度秋田県調理師試験

◆日時 / 8月26日(水)

午後1時30分～3時30分

◆会場 / 秋田県庁ほか(秋田市)

◆申込受付期間 / 6月24日(水)から7月3日(金)まで

※願書の配布は6月15日(月)から7月3日(金)まで

【問い合わせ・申し込み】

大仙保健所
☎ 0187-63-3403 まで

ヘルスメイトちゃんのレシピ
健康はバランスよい食事から



ポイント

- ・梅ソースは、冷蔵庫で2～3日は保存できますので作り置きできます。
- ・レモンや青しそドレッシングをかけてもおいしいです。

疲労回復のためには、炭水化物をエネルギーに変えるために必要なビタミンB₁、B₂の豊富な食材（豚肉・レバー・ウナギなど）やクエン酸の多い食品（酢・梅干し）をあわせてとりましょう。アスパラには、疲労解消効果のあるアスパラギン酸が含まれています。

疲労回復の元気メニュー
「豚肉の立田揚げ」

材料（4人分）

- 豚ロース薄切り …………… 200g
- しょうゆ・酒 …………… 各大さじ1
- 片栗粉 …………… 大さじ2 強
- 揚げ油 …………… 適量
- グリーンアスパラガス …… 2～3本
- ニンジン（中1/3本） …… 40g
- 黄色ピーマン（1/3個） …… 30g

作り方

- ① 豚肉は、一口大より大きめに切る。
- ② ①にしょうゆ、酒を合わせた汁に5～6分つけて下味をつける。
- ③ ②の肉の汁けをきって、片栗粉を全体にまぶし、余分な粉をはたき落として、170℃の揚げ油でカラリと揚げる。
- ④ 人参は短冊切りにして茹でる。アスパラは根元の堅い部分を切り、下から3センチは皮をむき、1分ほど茹でて4センチ長さに切り、さらに縦に半分に切る。
- ⑤ ピーマンは、種を取り除き、焼いて皮を取り除き、5～6ミリ幅に切る。
- ⑥ 皿に野菜を彩りよく敷き、揚げたての肉を熱いうちにのせ、梅ソースをお好みでかける。

1人分…エネルギー 215kcal、塩分 1.2g

梅ソース材料

- 梅肉 …………… 大さじ1
- はちみつ …………… 小さじ1
- みりん …………… 小さじ1
- 白だし …………… 小さじ1
- かつお節 …………… 1g
- お湯 …………… 大さじ2
- 酢 …………… 小さじ1/2～1
- 大葉 …………… 2枚

梅ソースの作り方

- ① 梅肉は、梅干しの果肉を細かくたたか裏ごしする。
- ② かつお節は細かくしてから、お湯に入れる。
- ③ 大葉は、みじん切りにしアクをとってから、すべての調味量と混ぜ合わせる。（梅干しの塩辛らきに合わせ、白だしまたは酢の量を調節する）



佐藤 ハルさん（大曲支部）

大仙の逸品

読者

プレゼント

締め切り日 6月15日（消印有効）

— お便り送って商品ゲット —

幸せのおすそ分け 心温まる話をあなたに

「幸せを運ぶタクシー」と四葉のクローバー

幸せの四つ葉のクローバーを配り続けるタクシー運転手として、テレビや新聞などで紹介されている（広報第69号でも伝えています）今井泉さん（協和船岡）。その心温まる話が1冊の本になりました。（ダイヤモンド社）

クローバーからつながる人々とのふれあいの物語「幸せを運ぶタクシー」と四つ葉のクローバーをセットで5人の方々にプレゼントします。

「気持ちよく乗車してもらいたい」と配り始めてから、もうすぐ6年。来月には15,000本を超えそうです。

先日、昨年（2008年）のクリスマスにクローバーを贈った方から「おかげで運気が上昇、4月に結婚しました」と、うれしい知らせが届きました。

「幸せを配っていたつもりが、いつの間にか幸せが返ってきます。幸せのおすそ分けです」と今井さん。子どもからお年寄りまで読みやすいように、優しい言葉でつづられた1冊です。

また、多くの方々に読んでもらいたいと、今井さんから市内各図書館に1冊ずつ寄贈いただきました。素敵なエピソード集をぜひ一読ください。



カビや変色を防ぐために手作業で押し葉にされます。手にする人の幸せな顔を想像しながら作業する今井さん。

応募方法

発行号、郵便番号、住所、氏名、年齢と必ず広報紙の感想などを記入の上、プレゼント係までお送りください。応募者多数の場合は抽選を行います。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

あて先

〒014-8601（住所不要）だいせん日和プレゼント係
ファックス / 0187-63-1119
Eメール / kouhou@city.daisen.akita.jp
※Eメールの場合は件名に「読者プレゼント」と記入ください。

広告ページ