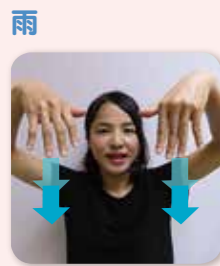


## 手話講座

手話講習会（入門編）を開催します。  
 <6月29日（火）三好市社会福祉協議会>  
 手話を全く知らない方、大歓迎です。  
 簡単な日常会話ができるようになります。  
 ぜひ手話に触れてみませんか。  
 詳しくは、三好市社会福祉協議会（☎72-5715）まで



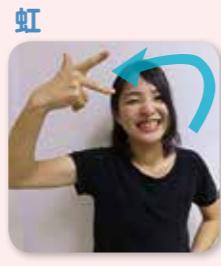
**雨**  
 両手を上方にかざし、雨が降るように下方へ2回動かす。



**使う**  
 右手の親指と人さし指で輪にし、左手のひらに沿って、前に出す。



**傘**  
 左右のこぶしを上下に重ね、傘をさすように、片手を斜め上に上げる。



**虹**  
 右手の親指、人さし指、中指を伸ばし、顔の左前から上に弧を描いて右に動かす。

## 手話奉仕員養成講座 参加者募集

### 手話を学ぼう手話で話そう 入門編

**日時** 6月29日～12月7日  
 毎週火曜日（全23回）  
 19:30～21:00  
 （講義は19:00～）

**会場** 三好市社会福祉協議会

**対象者** 三好市・東みよし町在住の方  
 （中学生以下は保護者同伴）

**受講料** 無料 ※テキスト代3,300円

**申し込み方法** 6月21日締切  
 住所、氏名、電話番号を下記まで電話またはFAXにてご連絡ください。  
 詳細については三好市社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

### お申し込み・お問い合わせ先

三好市社会福祉協議会  
 ☎72-5715 ☎72-5720

※今後の感染状況等により、講習会を中止や延期する場合があります。



地域おこし協力隊 Facebook  
 隊員の活動を発信しています。  
 ぜひフォローしてください。

## 地域おこし協力隊 活動レポート



今回は張楠隊員の活動レポートです

「梅雨の三好」  
 皆さん、ご無沙汰しております。お元気ですか。今年花便りも早く、季節の移ろいも早く感じます。そろそろ梅雨に入るのではないかと、梅雨は日本や中国など、東アジア地域特有の気象現象です。梅雨に入ると、ジメジメして、洗濯物がなかなか乾かないし、じっとしていても汗が出てベタベタするので、子どもの頃は、この時期が好きではなかったです。  
 歳を重ねるにつれ、雨の風情もだんだん好きになってきました。秘境の景色は、晴れの日は清々しい眺めですが、雨の中では刻々と変化する絵巻物のようになります。雨の中では、吉野川の流れや大歩危・小歩危、祖谷の山々や集落は、格別に幻想的な雰囲気を感じ出し、別世界の桃源郷へいざなってくれる。雨に洗われた大自然の姿は色鮮やかで、生き物たちも生き生きとします。有名なかずら橋や落合集落はもちろんのこと、梅雨の三好ならではの、塩塚高原のアジサイ、松尾川の本タル、有宮神社の苔、黒沢湿原の眺めもおススメです。  
 三好市に住んで3年目になりますが、最近ようやく八枚なべら



八枚なべら入り口の釣り橋



八枚なべら

なべらの溪谷に行くことができました。「今のうちに行かないと、草がぼうぼうになって道が分からなくなるよ。」と、集落支援員さんが教えてくれただけでなく、入口の草や邪魔な木も全部片付けてくれました。まだ水量が少ないせいか、期待していた景色とは違うような気がしました。やはり、こもりの時期、梅雨の季節が来ると本来の迫力ある姿を見せてくれるみたいですね。これで、梅雨の時期の楽しみがまた一つ増えました。皆さんもぜひ遊びに来てくださーいね！

## ジオパークも知ろう！

今年の11月下旬に、「国見山スカイレース」という山岳スポーツイベントが国見山で行われる予定です。これは険しい地形や山を、一気に駆け登ったり駆け下りたりしてタイムを競うものです。  
 三好市には数多くの山々がありますが、なぜ国見山がスカイレースの舞台に選ばれたのでしょうか？それは「勾配」が関係しています。  
 国見山は裾野（JR大歩危駅）から山頂までの水平距離約4000mに対して高低差が約1200mあり、とても険しい山です。この地形は硬い岩石（砂質片岩）が深く関係して形成されました。  
 国見山スカイレースでは国見山のジオの要素も入れていく予定で、先日コースを下見してきました。裾野には徳善集落があり、その上には尾根沿いの参道がある有宮神社が鎮座しています。さらに登っていくと、這い上がらないと登れないようなところも随所見られます。  
 【写真1】

三好の山の険しさを感じるスポーツ「国見山スカイレース」  
 ます。さらに登ると林道に到着し、そこには大歩危や祖谷溪では県天然記念物になっている含レキ片岩の大露頭（写真2）があります。そして山頂付近にはミヤコザサが広く分布しています。  
 参加するしない関係なく皆さんに国見山のジオの特徴を楽しんでもらうために、スカイレースのコースとジオとの関係がわかる資料を三好ジオパーク構想のホームページに掲載しますので、乞うご期待！  
**プチガイド養成講座2021**  
 三好市は他の地域にない素晴らしい地域資源であふれています。そんな三好市の良さを深く知り、人に自慢したくなるような講座をYouTubeで開講します。  
 ぜひ参加してみませんか？  
**【講座期間】** 6月21日～10月18日  
**【申し込み締切】** 6月14日  
**【申し込み・問い合わせ先】**  
 三好市観光協会  
 ☎76-0877



（写真2）

こんにちは  
 人権室です  
 三好市人権室  
 ☎72-7622

### 人権擁護委員制度をご存知ですか

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。  
 法務省および全国人権擁護委員連合会では、人権擁護委員法が施行された6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、人権擁護委員が皆さんの相談に応じる存在として各市町村に配置されていることを伝えるとともに、人権尊重の大切さを呼びかける日としています。

### 人権とは

私たちが人間らしく生きるための権利であり、人種や民族、性別などの違いにかかわらず、全ての人が共通して備わっている権利です。  
 国内外問わず、人々がお互いに人権を守ることで、よりよい社会をつくるのが、私たちの願いです。

### 人権擁護委員とは

法務大臣より人権擁護委員の委嘱を受け、人権擁護委員法に基づいて、人権相談を受けたり人権の考え方を広めたりする活動をしている民間の方々です。

### 人権擁護委員の活動

現在三好市内には、地域に精通された人権擁護委員が合計16名います。活動の内容は、日頃人権擁護活動にご尽力されており、主に①人権相談活動②人権侵犯に関する調査・救済活動③人権啓発活動を行っています。また、各地区で定期的に人権相談所を開設していますので、いじめ、嫌がらせ、インターネット上の誹謗・中傷等、人権に関する問題でお困りの場合はお気軽にご相談ください。人権相談は無料で、相談についての秘密は固く守られます。  
 人権相談開設日と場所は、市報の「情報ひろば」に掲載しておりますので、ご確認ください。  
 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、6月の人権相談を全会場で中止し、次の連絡先への電話対応とさせていただきます。

- 徳島地方法務局美馬支局 ☎0883-52-1164
- 三好市役所市民課人権室 ☎72-7622
- みんなの人権110番 ☎0570-003-110
- 子どもの人権110番 ☎0120-007-110
- 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

### 7月 夜間・休日救急医療当番医

**受診時間** 夜間17時～23時・休日9時～23時

1日(木) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 2日(金) さんさん医院 三加茂 ☎82-5410  
 3日(土) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 4日(日) 藤内整形外科病院 三加茂 ☎82-3677  
 5日(月) 内田(伸)医院 池田 ☎74-0121  
 6日(火) 岸野医院 三野 ☎77-2001  
 7日(水) 田岡医院 池田 ☎72-5551  
 8日(木) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 9日(金) 郷外科内科 池田 ☎74-5779  
 10日(土) 藤内整形外科病院 三加茂 ☎82-3677  
 11日(日) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 12日(月) 安宅循環器内科 池田 ☎72-6300  
 13日(火) 山城診療所 山城 ☎86-3230  
 14日(水) 三木医院 三野 ☎77-3900  
 15日(木) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 16日(金) くはらクリニック 三好 ☎76-5755  
 17日(土) 藤内整形外科病院 三加茂 ☎82-3677  
 18日(日) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 19日(月) 浜クリニック 池田 ☎72-0667  
 20日(火) 村山内科 池田 ☎72-2110  
 21日(水) 松浦医院 三加茂 ☎82-2309  
 22日(木) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 23日(金) 藤内整形外科病院 三加茂 ☎82-3677  
 24日(土) 北條病院 池田 ☎72-0007  
 25日(日) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 26日(月) 山下医院 三好 ☎79-2005  
 27日(火) 内田医院 三加茂 ☎82-2035  
 28日(水) 大和外科病院 池田 ☎72-0828  
 29日(木) 三加茂田中病院 三加茂 ☎82-3700  
 30日(金) 北條病院 池田 ☎72-0007  
 31日(土) 三野田中病院 三野 ☎77-2300

**ご利用にあたってのお願い** 消防本部 ☎76-5118

救急医療当番医は、夜間や休日にケガや急病になった方の診療です。急患以外は平日に診察を受けましょう。当番医は変更になる場合がありますので、事前に電話で確認し、健康保険証をご持参のうえ、受診してください。

**小児救急医療** (夜間18時～翌9時・日曜祝9時～翌9時)  
 毎週 火曜・水曜・木曜 ----- 県立三好病院  
 ※受診前にお問い合わせください。  
 毎週 月曜・金曜・土曜・日曜 ----- 半田病院

**徳島救急医療・こども医療電話相談** (18時～翌朝8時)  
 急な病気やケガで、すぐに受診した方が良いのか迷ったときに医師や看護師が電話でアドバイスをします。

15歳以上の方  
 局番無しの **#7119**  
 つながらない場合  
 ☎088-622-6530

15歳未満の方  
 局番無しの **#8000**  
 つながらない場合  
 ☎088-621-2365

## リフレッシュヨガ

梅雨の時期は運動不足になりがちですが、ヨガで気分転換しませんか。普段動かさない筋肉を動かすと、全身が軽くなります。呼吸に意識を向ける事で、よりリラックス効果を感じられます。

**講師** 大北 有紀氏 (YOGA studio ogi ヨガインストラクター)  
**日時** 6月26日 14時～15時  
**場所** 中央公民館 4階大ホール  
**参加費** 無料  
**準備物** 飲み物、タオル、ヨガマット (お持ちでない方はご用意いたします)  
**受付開始** 6月14日  
**定員** 10名 (先着順)

お問い合わせ先  
 中央公民館 (☎72-3700)



vol.15

## 今月の旬レシピ

### 新じゃが



## 新じゃが 和風ガレット

**材料 (2人分)**

- じゃがいも …… 中2個
- にんじん …… 40g
- ねぎ …… 2g
- しらす …… 60g
- ピザ用チーズ …… 50g
- 油 …… 大さじ1
- ☆ 片栗粉 …… 大さじ2
- ☆ 顆粒だしの素 …… 小さじ1/2
- ☆ こしょう …… 少々

**作り方**

- じゃがいも、にんじんは皮をむいてせん切りにする。ねぎは小口切りにする。
- ボウルに①と、しらす、チーズ、☆の調味料を入れて混ぜ合わせる。
- フライパンに油を熱し②を丸く広げ、弱火で片面約5分ずつ焼き色がつくまで焼く。

三野 2才



**三雲 翔斗ちゃん**  
 とにかく元気な翔斗くん!  
 優しく強い子に育ってね☆

池田 1才



**佐藤 心音ちゃん**  
 いつもニコニコのこっちゃんのお兄ちゃんたちと仲良く元気に大きくなってね!

池田 3才



**井藤 咲良ちゃん**  
 しっかり者でお世話好きな  
 さら〇いつもありがとう  
 大好きだよ♡

池田 2才



**山田 莉緒ちゃん**  
 歌とおしゃべりが大好きな  
 莉緒ちゃん♪これからの成長も楽しみにしています。



**7月生まれのお子様 3歳まで 募集中!**  
 締切 6月18日

お子様の写真と次の項目を記載した用紙を秘書人事課にお送りください。★必要項目 ①氏名 (ふりがな) ②性別 ③誕生日での年齢 ④生年月日 ⑤保護者氏名 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧30字程度のコメント (文字数が多い場合は修正します) ※ケーブルテレビでの放映を希望されない場合はご記載ください。★写真はトリミングし返却はできません。★写真データの場合は秘書人事課に直接お持ちになるか、Eメール (koho@city.tokushima-miyoshi.lg.jp) でお送りください。送信後、お電話をいただければ幸いです。

井川図書館 [児童書]  
**極ムズめいろ! おばけタウン**  
 作:このみ プラニング  
 おなじみのおばけやモンスターたちが住んでいる町は、住宅地もオフィス街も、なんと端から端まで迷路でつながっていた!  
 ボリューム満点の遊びの本。

中央図書館 [一般書]  
**あの日の交換日記**  
 著者:辻堂 ゆめ  
 「交換日記、全部読みました。そして、思い出しました。」  
 嘘、殺人予告、そして告白…  
 ささまざまな立場のふたりが紡ぐ7篇の日記が謎を呼び、そしてある真相へ繋がっていく。  
 謎&感動満載のミステリー。

**行事予定「7月分」**

おはなし会 10時30分～11時  
 7月17日  
 ※毎週土曜 ※中止の場合あり

合同雑誌リサイクル会  
 井川公民館と交流センター 3階ホール  
 7月1日～7月12日  
 10時～18時30分 ※最終日は17時

休館日  
 中 毎週水曜・館内整理日 7月26日  
 井 毎週火曜・館内整理日 7月26日

**新着図書**

【一般書】中 騙る/黒川博行 中 処方箋のないクリニック/仙川環 井 ギフト/原田マハ 井 52ヘルツのクジラたち/町田そのこ  
 【児童書】中 星明かり/熊谷千世子 中 おこのさま、まほつかにいなる/中川ひろたか 井 ジャレットと魔法のコイン/あんびるやすこ  
 【絵本】中 またまたつぞあ! /サトシン 中 会いたくさくさ /室井滋 井 空を飛ぶミジンコのなぞ /星輝行 井 ミニミニばいばいまん /やなせたかし

中央図書館 ☎72-2781  
 井川図書館 ☎78-4311