

す^{広報}おう大島

～私たちの たのしい すみたい いきたい島～



8 月号

2026 (令和8) 年
No. 263



瀬戸内のハワイの、
アロハな土曜日

7月18日 サタフラ 2026 オープニングフェスタ (グリーンステイながうら)

祝 大島大橋開通50周年



大島大橋開通50周年を迎えて

周防大島町長 藤本 淨孝

このたび、大島大橋が昭和51年の開通から50周年を迎えました。

7月4日の開通50周年式典におきましては多くの皆さまの応援と関心を寄せていただきました。改めて皆さまに衷心より御礼申し上げます。

大島大橋は50年の長きにわたり、私たちの生活に彩りを与えてくれています。本土との往来が可能となり島内の道路網も充実し、物流の不便も無く、水道も不安なく供給され、医療も充実し救急も利用できます。離島の生活とは思えない利便性と快適性を享受しています。通行無料化の実現、外国船衝突事故も乗り越え大島大橋はその美しい姿を保ち続けています。

当たり前のよう利用している大島大橋ですが、その架橋に取り組んだ先人の皆さんは、離島である不便や困難に直面し、離島からの脱却を夢見て命懸けで、心を一つにしながらか架橋という偉業

を成し遂げたのです。

今、私たちはその先人の思い、熱量に目を向け、学ぶべきだと思います。この際、橋の恩恵と橋を守る気持ちを寄せ合い、橋によって満ちている私たちの生活に感謝し、誇りを胸に新たな島づくりを実現して参りましょう。

これからも大切な命綱である橋を大切にして、町の防災計画をはじめ地域課題も見直す機運につなげていきたいと考えております。

これからも美しい橋と共に活気ある町づくりに尽力して参ります。



大島大橋のあゆみ

昭和38年	2月5日	「大島瀬戸架橋期成同盟会」 結成
昭和41年	8月10日	大島架橋基礎地質調査実施
昭和42年	11月10日	「大島瀬戸架橋期成同盟会」 を
昭和44年	1月14日	「大島大橋建設促進期成同盟会」と改称
昭和45年	3月9日	山口県議会「有料道路大島大橋」建設同意議案 全会一致で可決
昭和46年	8月2日	起工式挙行
昭和49年	12月30日	橋梁下部工事完了
昭和50年	5月30日	トラス橋体組立て始まる
	5月31日	海上クレーン船（武蔵）により大島側側径間部の橋体輸送
	6月2日	架設（午後0時8分据付完了）
	6月3日	本土側側径間部の橋体輸送
	10月4日	架設（午後3時据付完了）
昭和51年	7月4日	中央側間部の橋体ドッキング（閉合に黄金ボルト2本使用）
昭和62年	6月1日	開通式 供用開始午後6時
	6月11日	日本道路公団から山口県道路公社へ移管
		大島大橋開通10周年、山口県道路公社移管記念式典開催
平成8年	6月1日	大島大橋有料道路の通行料金無料化
平成30年	10月22日	外国船籍貨物船大島大橋衝突事故発生
令和8年	7月4日	大島大橋開通50周年記念式典開催

写真：株式会社矢野テント



▲大島大橋開通のテープカット



▲海上輸送



▲工事中の基礎

大島大橋開通 50 周年 記念式典を開催

大島大橋開通50周年を記念した式典が、大島文化センターで開催され、約450人の来場がありました。式典では最初に、50年の歴史を振り返るDVDの上映があり、橋の開通当時を知る人や、今の橋しか知らず初めて見る人など、鑑賞される皆さんの表情には、それぞれの思いが溢れていました。さらに、作文発表や絵はがきコンクールの表彰も行われ、過去への感謝、そして未来への希望を感じ、改めて大島大橋の大切さを感じる特別な場となりました。

式典の最後には、子どもたちによるフラダンスも披露され、華やかな姿が式典を彩りました。



▶作文発表を行った周防大島中学校3年太田音和さん㊦と大島中学校3年芝山稀音さん㊦



大島大橋開通 50 周年記念事業

大島大橋開通 50 周年記念 巡回パネル展

6月1日から7月5日までの間、町内の4ヶ所を巡回するパネル展が開催されました。

橋が架かる前の瀬戸の様子から、現在に至るまでのさまざまな記録が展示され、さらには大島連絡船の実物の切符も飾られており、訪れた人は当時を懐かしむように眺めていました。



大島商船高等専門学校練習船「大島丸」 による大島大橋周辺クルージング

大島商船高等専門学校の練習船「大島丸」によるクルージングが行われました。

大島丸専用栈橋を出船し、笠佐島を回り大島大橋をくぐるコースで行われ、乗船した参加者からは、普段目にする大島大橋や笠佐島をいつもとは違う角度から眺めることができ、驚きとも聞こえる歓声が上がりました。

大島大橋ライトアップ

山口県による大島大橋照明設備整備事業で照明のLED化が令和7年度に完了し、大島大橋全体をさまざまなカラーでライトアップすることが可能となりました。それに伴い、7月4日に点灯式が行われ、大島大橋が綺麗に彩りました。

今後も時季毎やイベントの際にライトアップが予定されています。



ライトアップスケジュール

点灯時季	照明デザイン	時間帯
7月 1 日～ 8 月 31 日	ライトブルー	日没～ 24 : 00
9 月 15 日～ 10 月 31 日	イエロー・オレンジ	
11 月 1 日～ 12 月 14 日	ピンク・オレンジ	
12 月 15 日～ 12 月 25 日	グリーン・レッド	
1 月 1 日～ 1 月 15 日	金魚ちょうちん (赤白系配色)	
3 月 1 日～ 4 月 30 日	ウォームピンク	
上記以外	ポモナグリーン	0 : 00 ～ 日の出
通年	ポモナグリーン	

このたびの記念事業に際し、ふるさと納税を活用したクラウドファンディングを実施したところ、132 人の方から総額 3,147,000 円のご寄附をいただきました。

多くの皆さまからの温かいご支援に、心より感謝申し上げます。

50th Anniversary

新しい農業委員が決まりました

周防大島町農業委員会では、本年7月19日をもって委員の任期が満了になることから、推薦および公募の受付を行い、6月10日および26日に開催された第2回周防大島町議会定例会において定数14人全員について議会の同意が得られ、7月21日、久賀総合センターにおいて、藤本町長から新委員に辞令の交付が行われました。

各委員の担当地区は次のとおりです。（敬称略）

【任期】令和8年7月20日～令和11年7月19日

担当地区		担当委員
久賀	白石、大崎1、大崎2、山田上、山田中、山田下、向津原、畑能庄、久保河内上、久保河内下、上津原、東下津原、東中津原、西中津原	小柳 貴史
	八幡上、八幡下、向町、仲町、洲崎、港町、戎町、前島、上本町、本町、古町、東天満町、西天満町、新開東、新開西、中瀬田、丸山、流田、佐古、庄地、宗光東、宗光西	沖 貴美枝
	棕野	唐弓 昇平
大島	東屋代、西屋代	藤元 敬介
	小松、小松開作、志佐	木村 潔
	東三蒲、西三蒲	星出 栄一 (会長職務代理)
	家房、出井、戸田、横見、日見	大内 清香
東和	伊保田、小伊保田、両源田、雨振、情、和田、油宇、日向泊（さや）、馬ヶ原	沖村 和哉
	小泊、内入、和佐、神浦、森、平野、小積、大積	大谷 正樹
	下田、長崎、西方、船越、外入、伊崎、地家室、佐連、沖家室	宮本 平
橘	日前郷、日前浜、長浜	岡崎 裕一
	鹿家、栄、安高、原、古城、和戸、塩宇、西浦	福村 政光
	西安下庄、秋、吉浦	安本 貞敏 (会長)
	土居、油良、浮島	角井 雅之

農業委員の任期は3年で、農地法等によりその権限に属された事項についての調査および月1回行われる総会での審議や農地等の利用の最適化の推進に取り組むほか、今後、農業委員会が委嘱する21人の農地利用最適化推進委員と連携しながら、担い手への農地集積・集約化、耕作放棄地の発生防止・解消、新規参入の促進に積極的に取り組んでいきます。

農地についてのご相談は農業委員または事務局までお問い合わせください。

農業委員会が委嘱する農地利用最適化推進委員は次号の9月号広報にてお知らせする予定です。



▲新しく着任した農業委員の皆さんと藤本町長

問い合わせ 周防大島町農業委員会（農林水産課内） ☎ 0820-79-1002

Ｊアラートによる 全国一斉情報伝達試験のお知らせ

日 時

〔全国一斉情報伝達試験〕

8月26日(水) 午前11時ごろ

内 容

防災行政無線の試験放送



防災行政無線（屋外スピーカーおよびすべての戸別受信機）から、最大音量で放送されますのでご注意ください。

気象・地震活動の状況等によっては、試験放送を延期・中止することがあります。

この試験は、全国瞬時警報システム（Ｊアラート※）を用いた試験で、全国でさまざまな手段を用いて情報伝達試験が行われます。

※Ｊアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から市区町村へ、人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

☎総務課 消防防災班 ☎ 0820-74-1000

民生委員児童委員の活動紹介 (大島地区協議会)

5月15日から6月30日にかけて、令和8年度高齢者保健福祉実態調査を実施しました。

これは、民生委員がお宅に訪問し、保健福祉サービスの利用状況などを調査しサービス向上のための基礎資料とするものです。併せて、非常時の連絡先やかかりつけ医療機関の確認のほか、緊急通報装置（サスケ）の利用方法など、いろいろな相談事もお伺いしました。



▲訪問時の様子

☎福祉課 民生福祉班 ☎ 0820-77-5505

周防大島町離島高校生修学支援費 補助金のお知らせ

山口県内の高等学校等に在学する笠佐島、前島、浮島および情島（大島四島）の生徒の通学費や住居費を生徒の保護者を対象に補助する制度があります。

応募資格

山口県内の高等学校等に在学している生徒のうち次のいずれかに該当する生徒の保護者で、大島四島に住所を有し、町税等滞納をしていない人。

- ・大島四島に住民票を有する生徒
- ・大島四島に住民票を有するが、通学のために実際に大島四島以外の山口県内に居住する生徒
- ・通学のために大島四島から大島四島以外の山口県内に転出した生徒

給付内容

- ・大島四島から通学を行う生徒の場合は、定期航路に係る通学定期券購入費の全額または通信制通学日数分の定期航路に係る旅客券購入費の全額

- ・大島四島以外から通学を行う生徒の場合は、住居費（修繕その他の住居の維持に関する経費を除く）
- ・生徒一人当たりの補助金額は、上限年額15万円
- ・補助対象期間は、高等学校等の第1学年から第3学年まで在学中の3年間

申請手続き

交付申請書類等を政策企画課まで提出いただく必要があります。

申請方法、必要な書類など、詳細はお問い合わせください。

申請期限

申請は、上半期・下半期の年2回あり、期限があります。

- ・上半期 10月5日(月) 午後5時まで
- ・下半期 令和9年3月5日(金) 午後5時まで

問い合わせ

政策企画課 地域振興班
☎ 0820 (74) 1007

福祉課からのお知らせ

児童扶養手当・特別児童扶養手当制度について

●児童扶養手当

母子家庭や父子家庭、父または母が重度の障害にある家庭等で、児童を養育している受給資格者に支給される制度です。

手当額は受給資格者が養育する児童の数、受給資格者または生計が同じ扶養義務者（祖父母等）の所得等により決定します。

※現在、児童扶養手当を受給している人は、**8月31日(月)**までに現況届を提出してください。

●特別児童扶養手当

身体または精神に障害のある20歳未満の児童を監護養育している受給資格者に支給される制度です。

※現在、特別児童扶養手当を受給している人は、**9月11日(金)**までに所得状況届を提出してください。

※いずれの場合も、支給要件

および所得制限がありますので、詳しくはお問い合わせください。

母子家庭等高等職業訓練促進給付金事業について

看護師等経済的自立に効果的な資格を取得するため6月以上の養成機関で修業する場合に、生活費の負担軽減のため高等職業訓練促進給付金を支給するとともに、養成課程の修了後に修了支援給付金を支給します。

対象者

町内に居住する母子家庭の母または父子家庭の父で、次のすべての要件を満たす人

・児童扶養手当の支給を受けているか、同様の所得水準にある人

・養成機関で6月以上のカリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれる人

・就業または育児と修業の両立が困難と認められる人

・過去に同一の給付金を受給していない人

対象となる資格

看護師・准看護師／保健師・助産師／介護福祉士／保育士／歯科衛生士／美容師／調理師など

給付金の支給期間および支給額

修業期間のうち、最長4年間支給

○高等職業訓練促進給付金(月額)

(1)町民税非課税世帯 10万円

(2)町民税課税世帯 7万5000円

※修業期間の最後の12カ月は、

(1)町民税非課税世帯 14万円

(2)町民税課税世帯 11万5000円

○修了支援給付金(修了後支給)

(1)町民税非課税世帯 5万円

(2)町民税課税世帯 2万5000円

給付金を受けるための手続き

高等職業訓練促進給付金を希望される人は、受験前に事前相談が必要です。面談により、資格の取得見込みや生活状況の聴取等を行います。

問い合わせ

福祉課こども家庭班

☎0820(77)5508

認知症月間イベント

『すおうおおしま♡いきいきオレンジデイ』を開催します！

毎年9月は、認知症についての関心と理解を深める「認知症月間」です。

この月間にあわせて、認知症について楽しく学び、身近に考える“すおうおおしま♡いきいきオレンジデイ”を開催します。

この機会に、「認知症をわがこととして向き合い、備える」準備を始めてみませんか？みなさんのお越しをお待ちしています。

日時

9月18日(金)

午後1時～4時

場所 橘総合センター

●認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識や理解を持って、地域で認知症の人やその家族を応援する『認知症サポーター』を養成する講座を開催します。

●体験コーナー

認知症予防や介護予防に効果が期待できる様々なプログラムを体験できます。

・eスポーツ体験(太鼓の達人、スイカゲームなど)
・脳体力トレーニング『コグエボ』(認知機能をゲーム感覚でチェック)

●認知症カフェ『カフェ・デアゲノシヨウ えん』

正木内科医院で実施している“認知症カフェ”の出張開催です。

カフェ参加費 3000円

問い合わせ

介護保険課地域包括支援センター

☎0820(73)5506



受章

◆令和8年春の叙勲

○瑞宝単光章（消防功労）

上元 利春さん（久賀）

（元山口県周防大島町消防団分団長）



新しい民生委員児童委員さんが決まりました

大島地区

河久保美幸さん（明神松西）

【担当区域】蔵本、明神松東、明神松西

（任期：令和8年7月1日から

令和10年11月30日まで）

問い合わせ 福祉課 民生福祉班

☎ 0820-77-5505

全国大会出場者へ 激励費授与

第40回全日本小学校男子 ソフトボール大会

開催期間 7月31日（金）～8月3日（月）

開催地 鹿児島県

出場者

東和小6年 岡島 蓮旺さん

久賀小6年 梶原 淳史さん

明新小6年 山内 翔太さん



▲全国大会に出場した灘オールスターズの左から
島田義春監督、梶原淳史さん、岡島蓮旺さん、
山内翔太さんと藤本町長



周防大島町定住促進住宅（浮島住宅）入居者募集

募集戸数

1戸（家族用）

3LDK、木造2階建

入居資格

・周防大島町に定住するため、住宅を必要とする人

・U・Iターン者で農林漁業の担い手として従事できる人

・申込者および同居扶養親族が所有する住宅がなく、居住するための住宅を必要としている人

・地方税、また地方公共団体が定める使用料等を滞納していない人

・申込者または同居しようとする親族が暴力団員でないこと

申込期間

8月31日（月）まで

申込方法

入居申込書に必要書類を添付の上、生活衛生課に提出してください。

選考方法

応募者多数の場合は、公開抽選により入居者を決定します。なお、申込締切日までに応募が募集戸数に満たない場合は、期限を定め先着順で申込を受け付けます。

家賃 2万7千円（月額）

入居について

入居可能日以降（請書等必要書類が揃い次第順次入居可能日を決定します）

※犬・猫等のペットを飼うことは禁止しています。

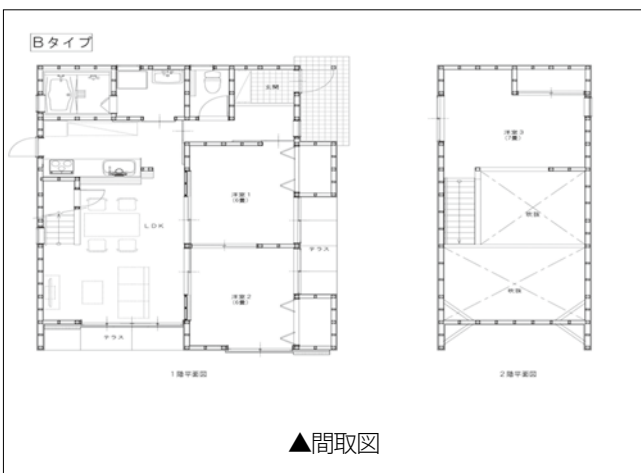
より詳しい内容については、町ホームページをご覧ください。

問い合わせ

生活衛生課公営住宅班
☎ 0820（79）1010



町ホームページ



▲間取図

特定公共賃貸住宅 および 町営住宅等の入居者募集

各住宅の募集戸数

○特定公共賃貸住宅

地区	住宅	戸数
大島	広屋住宅	1戸
東和	伊保田東住宅	4戸
	沖家室住宅	2戸
橘	おれんじヒルズ	3戸

○町営住宅等

地区	住宅	戸数
久賀	八幡住宅（高齢者用）	1戸
	新開団地住宅	1戸
	新開団地住宅（高齢者単身用）	1戸
大島	蔵本住宅	1戸
	小方住宅	1戸
東和	伊保田一般住宅（単身者用）	2戸
橘	日良居住宅	1戸
	おれんじヒルズ	1戸

入居資格

●特定公共賃貸住宅

- ・現に同居し、または同居しようとする親族があること
- ・入居しようとする人全員（申込家族）の控除後の所得の合計額が月額で15万8千円以上48万7千円以下
- ・自ら居住するための住宅を必要としている人
- ※特定公共賃貸住宅入居者および持ち家のある人は、入居申し込みはできません。
- ・公営住宅家賃完納者

●町営住宅等

- ・同居しようとする親族があること（単身者用の住宅に単身入居する場合を除く）
- ・入居しようとする人全員（申込家族）の控除後の所得の合計額が月額で15万8千円を超えない人（ただし、高齢者・障害者等の世帯は21万4千円を超えない人）
- ・現に住宅に困窮していることが明らかでない人
- ※町営住宅入居者、持ち家のある人は、入居申込みはできません。

- ・高齢者等の単身入居可

※身体上または精神上に著しい障害があるため常時介護が必要な方は、安全確保や財産保全等の観点から、賃貸借契約の締結に際し、契約内容を丁寧にご説明した上で、必要な支援を受けられているかを確認させていただきます。

●共通事項

- ・原則成人している人
- ・地方税完納者
- ・申込者または同居しようとする親族が暴力団員でないこと
- ※連帯保証人が1人必要になります。（町営住宅入居者不可）高齢者等で、保証人の確保が困難な場合は免除できる場合がありますので、お問い合わせください。
- ※敷金の納付が必要になります。
- ※犬・猫等のペットを飼うことは禁止しています。



申込期間・選考方法等

- 申込期間 8月31日(月)まで

●選考方法

応募者多数の場合は、公開抽選により決定します。申込締切日までに応募のない住宅については、締切後6週間に限り先着順で申し込みの受付を行います。

●家賃

入居者全員の所得に応じて算出します。

●入居

入居可能日以降（※請書等必要書類が揃い次第、順次入居可能日を決定します。）

※応募要項および申込書等は生活衛生課、各総合支所・出張所にてお渡しします。また、町ホームページからもダウンロードできます。

※特定公共賃貸住宅と町営住宅等では、申し込みの際に提出する書類が異なりますのでご注意ください。

より詳しい内容については、町ホームページをご覧ください。

問い合わせ

生活衛生課公営住宅班

☎ 0820 (79) 1010



町ホームページ

周防大島町の話題



▲図面に避難所のレイアウトを作成する参加者
▶作成したレイアウトの問題点など、実際に建物内を回って確認している様子



自主防災組織リーダー研修会

6月30日、山口県大島防災センターで自主防災組織リーダー研修会が開催されました。

これは自主防災組織の代表者などを対象に、地域防災力のさらなるレベルアップを目的に毎年行われており、今年は66人の参加がありました。

研修会は山口大学大学院 准教授 瀧本浩一氏を講師として、講演および災害図上訓練が行われました。災害図上訓練では、山口県大島防災センターを避難所と仮定し、レイアウトを決めるところから、避難者による避難所の自主運営について考えました。さまざまな避難者の状態に応じて、どのように受け入れ態勢を整えるかなど、避難所運営の難しさを感じつつも、とても貴重な体験となりました。

社会を明るくする運動

7月3日、「社会を明るくする運動」を広く周知するため、大島保護区保護司会と大島地区更生保護女性会が中心となり、各庁舎や柳井警察署大島幹部交番で内閣総理大臣からのメッセージを伝達しました。

社会を明るくする運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生への理解を深める全国的な運動で、7月は運動の強化月間となっています。



▲大島庁舎では保護司会の新山会長㊦から藤本町長にメッセージが伝達されました

大島大橋 50 周年切手シート贈呈

7月1日、大島庁舎でオリジナルフレーム切手「大島大橋開通 50 周年」の贈呈式が行われました。

このオリジナルフレーム切手は、大島大橋開通 50 周年を記念をして日本郵便株式会社が作成したもので、開通当時の模様、四季折々の大島大橋の写真が切りばめられた意匠となっています。周防大島町に縁のある人々には、周防大島町と大島大橋を思い出していただきたい。また、周防大島町を知らない人には、魅力を幅広く伝えたいという思いで作成されました。

藤本町長は「皆様のお便りに、大島大橋の姿が届くことを楽しみにしています」と思いを伝えました。



▲日本郵便株式会社 周東地区連絡会 藤本貴士統括局長㊦と藤本町長
◀オリジナルフレーム切手「大島大橋開通 50 周年」

エコキッズサマースクール開催

7月26日、しまとびあスカイセンターで「周防大島エコキッズ サマースクール」が開催され、町内外から親子38組85人が参加しました。

会場ではLEDランタンやソーラーハウスづくりなど多彩なエコ工作が行われました。中でも、周防大島町産の竹を使った箸・コップづくりや竹灯籠づくりが人気を集め、子どもたちは身近な素材が作品に変わる様子に夢中になっていました。

参加した児童は「自分で作った竹の箸でご飯を食べるのが楽しみ」と笑顔。遊びを通して、環境問題や地域の資源活用を考える貴重な一日となりました。



▲完成した作品を手に、笑顔を見せる参加者

カウアイ島への語学留学

7月27日、姉妹島提携を結んでいるカウアイ島への語学留学の結団式を大島庁舎で行いました。

これは語学力の向上はもとより、体験型学習等を通じて、異文化を理解し行動できる次世代の人材育成を図ることを目的に行っているものです。

今回は、町内在住の高校生4人が参加し、8月6日から19日までの2週間、周防大島町と協定を結ぶ山口県立大学の協力を得て、ハワイ大学カウアイコミュニティカレッジを拠点に英語などを学びます。



▲結団式に出席した皆さん

熱戦！繰り広げる

7月12日、第33回サザンレク片添山口県知事杯ビーチバレー大会2026が、片添ヶ浜海浜公園で開催されました。

大会には、男子の部と女子の部、合わせて57チーム114人が参加し、非常に暑い中での開催となりましたが、毎試合熱戦を繰り広げました。

また、今年もVリーグに所属する東京サンビームズの選手の皆さんがエキシビジョンマッチを行うなど、大会を大いに盛り上げました。さらに、大会前日の11日には、周防大島バレー教室も開催され、参加した小学生たちは熱心に選手からの指導を受けました。



▲男子の部決勝の様子

アロハな土曜日、始まる

周防大島夏の恒例イベント、サタデーフラこと「サタフラ2026」が開幕し、7月18日にグリーンステイながうら会場でオープニングフェスタが開催されました。

今年も全国各地から、瀬戸内のハワイ「周防大島」にダンサーが集まり、夏を盛り上げます。

サタフラは、夏休み期間中の毎週土曜日に、デイステージ2会場とナイトステージ2会場の全4会場で開催しています。



▲素敵なフラを披露する参加チーム

相 談

司法書士による
成年後見無料相談会

高齢者や障がいのある人の
金銭管理など、成年後見に関
する相談をお受けします。

対象者

- (1) 認知症や知的障がい・精神障がい等により判断能力が不十分な人
- (2) 将来、判断能力に不安がある人
- (3) (1)、(2)の人を支える家族、支援者、福祉関係者、一般住民

相談方法（要予約）

9月1日(火)～30日(水)の期間
(原則平日)に、家庭裁判所提出名簿登録司法書士である相談員が訪問し、相談を受けます。
(日時調整)

予約期間

8月25日(火)～

9月24日(木)まで（平日受付）

予約方法

住所・氏名・電話番号・相談概要・希望する場所等を電話、FAXまたは郵送することにより予約を受け付けます。
予約・問い合わせ

〒753-0048

山口市駅通り2-9-15
(公社) 成年後見センター・
リーガルサポート 相談予約係

☎ 083-924-5220
FAX 083-921-0475

お知らせ

家屋調査に
ご協力ください

固定資産税は、毎年1月1日(「賦課期日」といいます)現在の状況で課税されます。家屋の新築・増築、取り壊し(一部取り壊しを含む)をされた人や今後予定のある人は、お早めにご連絡ください。

※家屋の新築・増築、解体等の調査票を各戸配布しますのでご利用ください。

※全ての家屋(農業用・プレハブ倉庫、車庫等を含む)が調査対象となります。

問い合わせ

税務課課税第2班
☎ 0820(74) 1008

令和9年次分
蜜蜂転飼許可申請

蜂蜜などを譲渡することを目的として蜜蜂を飼育される人、および譲渡目的外でも6群以上飼育される人は、住所地以外の場所でも蜜蜂を飼育される場合、蜜源の有効活用や競合を未然に防ぐため、山口県蜜蜂転飼条例に基づき、予め転飼場所や飼育期間を記入した「蜜蜂転飼許可申請書」を提出し、事前に許可を受ける必要があります。

提出書類

蜜蜂転飼許可申請書(農林水産課で配布しています)

※許可を受けようとする群数に応じて手数料が必要です。

留意事項

蜜源の競合を避けるため、農林水産課への提出前に、必ず転飼先の山口県養蜂農業協同組合支部長に対して、9月18日(金)までに申請内容の確認依頼を行ってください。

提出期限 9月30日(水)

その他

※手続きや手数料など詳しくは、農林水産課または柳井農林水産事務所畜産部(☎

0820(22) 2416)にお問い合わせください。

※支部長確認印のない申請や提出期限を過ぎた申請については許可できない場合があります。

※手数料として、申請書に貼付する県証紙販売は9月末に終了します。申請書は提出期限までに提出されるようお願いします。

提出先・問い合わせ

農林水産課有害鳥獣対策班
☎ 0820(79) 1002

防護柵資材費を
補助します

補助対象となる資材

イノシシなどの有害鳥獣による農作物等の被害防止対策のために設置する電気柵、防護ネット、金網柵、トタン柵等の防護柵の資材。(資材購入後の申請は受付できませんので、ご注意ください)

補助対象地

町内の耕作地。(ただし、電気柵の設置については、面積200㎡以上)

※所有者または耕作者が町外の人でも申請できます。

補助金額

防護柵の設置に要した資材費の2分の1以内で、1件あたりの上限額が5万円(千円未満切り捨て)

※ただし、令和5年度～7年度に補助を受けて設置済みの耕作地については、補助金の申請はできません。

設置後の保守・点検

破損や倒れかけている防護柵を見かけます。設置済みの人は都度保守・点検を行い、被害防止に努めてください。

申し込み・問い合わせ

農林水産課有害鳥獣対策班
☎ 0820(79) 1002



後期高齢者医療の 障害認定について

後期高齢者医療制度の被保険者は75歳以上の人ですが、65歳から74歳の人で一定程度の障害がある場合、申請をすることにより、75歳になる前であっても後期高齢者医療制度に加入することができます。また、74歳までであれば加入後の脱退も可能です。

なお、後期高齢者医療制度の被保険者となった場合は、現在加入している健康保険の脱退手続を行う必要がありますのでご注意ください。

後期高齢者医療制度に加入することにより、保険料の負担や医療費の自己負担割合が変わることがありますが、その人の所得や世帯等の状況により異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

対象者

- 65歳から74歳の人で、次のいずれかに該当する人
- ・国民年金などの障害年金1・2級の人
- ・身体障害者手帳1～3級および4級の一部の人
- ・精神障害者保健福祉手帳1・

2級の人

- ・療育手帳A（重度）の人
- ・申請に必要なもの

- ・障害の程度が確認できる書類（身体障害者手帳等）
- ・国民健康保険加入者の場合、資格確認書等

問い合わせ

健康増進課 医療保険班
☎0820（73）5502

令和8年度

後期危険物取扱者試験

試験の種類

甲種・乙種・丙種（甲種以外は誰でも受験できます）

実施日 11月14日（土）・15日（日）

試験会場

県内各市（柳井市は、11月15日（日）に乙種第4類の試験）

受験申請の手続き

周東地区危険物安全協会または最寄りの消防機関に置いてある受験願書に必要書類を添えて期限までに提出してください。電子申請もできますので、詳細は、（二財）消防試験研究センターのホームページをご覧ください。

願書受付期間

8月28日（金）～9月10日（木）
その他

乙種第4類受験者を対象とした試験準備講習会を10月15日（木）・16日（金）に開催します。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ

・周東地区危険物安全協会
☎0820（22）3025
・柳井地区広域消防本部予防課
☎0820（23）7774

講座・催し

ほのぼの苑まつり

日時

8月29日（土）（※雨天中止）
午後6時15分～8時30分

場所

役場大島庁舎前イベント広場
催し物

餅まき、屋台、ステージイベント、抽選会

問い合わせ

社会福祉法人さつき会
ほのぼの苑
☎0820（74）2100

ひきこもり家族教室の ご案内

ひきこもりについて、正しい知識やよりよい関わり方、コミュニケーションの方法を学びましょう。

日時（全4回）

9月14日（月）、10月13日（火）、
11月16日（月）、12月1日（火）

午後1時30分～4時

場所

柳井総合庁舎
（柳井市南町三丁目9-3）

対象

ひきこもりで悩んでいる家族（学校や職場に行かず、家族以外との親密な対人関係が持てない状態が続いており、また精神疾患がその主な原因とは考えにくい方のご家族）
※担当者による面接の上、受講を決定します。

※個別相談もありますので、まずはお気軽にご連絡ください。

申し込み・問い合わせ

柳井健康福祉センター
健康増進課 精神・難病班

☎0820（22）3631

ふるさと提灯夜市

日時

9月19日（土）
午後5時～8時30分

場所

※荒天時は20日（日）に順延
大島グラウンド

内容

保育園演技、バンド演奏、フラダンス、花火、バザーなどを予定しています。

※午後8時30分頃に花火を打ち上げます。周辺住民の皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご協力のほどよろしくお願いします。

問い合わせ

周防大島町商工会大島支所
☎0820（74）2012



島スクエアプラス
起業家育成地域づくり・
実践講座

- 0円からできる！集客・販路に悩まないSNS&ライブコマース運用術
- ・日時 9月4日(金) 午前10時～正午
- ・会場 田布施町高齢者いきいき館 (田布施町中央南1・6)
- ・講師 都地将司氏 (株)TSUJI 商事代表取締役
- 「地域に溶け込み、地域貢献」移住と起業とウェルビーイング！～人生何事も出会いとタイミング～
- ・日時 9月10日(木) 午後1時30分～3時30分
- ・会場 宇佐木地域交流センター (平生町宇佐木485・2)
- ・講師 唐弓昇平氏 (島たこシヨウちゃん代表/島のこども食堂&パントリーしまたこ会長)
- 販売のためのアイデア
- ・日時 9月14日(月)

- 午後1時～3時
- ・会場 上関町総合文化センター (上関町室津904・15)
- ・講師 木村満弥氏 (元株イズミ能力開発部担当部長)
- 周南公立大学起業部が活動で学んだこと・感じたこと
- ・日時 9月25日(金) 午後1時30分～3時30分
- ・会場 みどりが丘図書館 (柳井市柳井3776・2)
- ・講師 郡谷孝祐さん (周南公立大学起業部代表)
- 実演！菌ちゃん先生と一緒に自然物を使った無肥料の土づくり！
- ・日時 10月2日(金) 午後1時30分～4時30分
- ・会場 島スクエアプラス起業教育研究センター (周防大島町小松91・4)
- ・講師 吉田俊道氏 (株菌ちゃんふぁーむ代表)
- 申し込み方法

受講を希望される人は、氏名・受講会場・連絡方法をお知らせください。

※受講無料

申し込み・問い合わせ

NPO法人島スクエアプラス

☎ 090・7979・4615

✉ npo-shimaplus@sea.icn-tv.ne.jp



島のくらしをおすすめの秋コース

石窯ピザづくり体験

- 日時 9月25日(金) 午前9時～午後3時
- 場所 実施者宅 (東三浦)
- 体験料 2000円
- 受入人数 5人程度
- 募集締め切り 9月11日(金)

みかんパン・みかんジャムづくり体験

- 日時 10月16日(金) 午後1時～4時
- 場所 百笑の郷 (東屋代)
- 体験料 1500円
- 受入人数 5人程度
- 募集締め切り 10月2日(金)
- パンピングケーキづくり体験
- 日時 10月27日(火) 午後1時～4時
- 場所 実施者宅 (和田)
- 体験料 1500円
- 受入人数 5人程度
- 募集締め切り 10月13日(火)
- 竹かごづくり体験
- 日時 11月11日(水) 午後1時～4時
- 場所 ドライフラワールの家ほうかほうか (伊崎)
- 体験料 1500円
- 受入人数 5人程度
- 募集締め切り 10月28日(水)
- ピーナツ堀体験
- 日時 11月17日(火) 午後1時～4時
- 場所 工房ふきのとう (志佐)
- 体験料 1500円

受入人数 5人程度
募集締め切り 11月4日(水)
とつととおからを使った料理体験

日時

11月24日(火)

午後1時～4時

場所 工房ふきのとう (志佐)

体験料 1500円

受入人数 5人程度

募集締め切り 11月10日(火)

※各コースともお申し込み多数の場合は抽選となります。

また、少数の場合は開催できないこともありますので、

ご了承ください。

申し込み・問い合わせ

周防大島くらし体験ネット

ワーク事務局 (農林水産課内)

☎ 0820 (79) 1002



結核・肺がん検診日程（集団検診）

事前に申し込みをされた人は、受診票をお持ちください。申し込みをされていない人は、検診会場にて受診票の作成および登録が必要のため、時間がかかります。受付時間内に余裕を持ってお越しください。

問い合わせ

健康増進課 健康づくり班
☎ 0820 (73) 5504

【検診料金】

○レントゲン

40歳以上64歳以下…300円
65歳以上…無料



日にち	場所	受付時間
8月26日(水)	油宇公民館	9:30～9:40
	旧和佐公民館	10:20～10:30
	西方公民館	10:50～11:00
8月27日(木)	大島集荷場（小松）	9:30～10:10
	小松・川村酒造場	10:30～10:50
	病院事業局駐車場	11:10～11:30
8月28日(金)	大島看護専門学校	9:00～9:20
	横見老人憩の家	9:50～10:10
	日見公会堂	10:30～10:50
	JA 山口県 旧屋代ふれあい店	11:10～11:30
9月1日(火)	西の郷・浜老人憩の家	9:00～9:20
	棕野北学習会館	9:40～10:00
	久賀ふるさと館	10:20～10:50
	久賀福祉センター	11:10～11:30
9月2日(水)	白石停留所前	9:30～9:40
	久賀小学校講堂下	10:00～10:30
	久楽会館	10:50～11:00
9月3日(木)	日前郷集荷場跡地	9:00～9:30
	鹿家集荷場	9:50～10:10
	安高集荷場	10:30～10:50
9月4日(金)	原区民館	9:00～9:10
	塩宇集荷場	9:30～9:50
	庄集荷場	10:10～10:50
	秋集荷場	11:10～11:30

プールまつり ～みんなで楽しもう！B & G温水プール～

周防大島町B & G海洋センター温水プールにて下記イベントを開催します。

泳ぎが得意な人も苦手な人も大歓迎！子どもから大人まで、親子や家族、友達同士で楽しめる交流型のプールイベントです。プールでの宝探しゲームや障害物競争、SUP渡りなどを予定しています。

ぜひ奮ってご参加ください。

- 【日 時】 9月22日(火)祝
午後1時～2時45分終了（予定）
- 【会 場】 周防大島町B & G海洋センター
温水プール（西三蒲）
- 【対 象】 年少から大人まで（親子での参加歓迎）
※原則、小学2年生以下のお子さんは保護者の同伴が必要となります。
- 【定 員】 約100人
- 【参加料】 500円

【申込方法】

9月13日(日)までに次の申し込みフォームにてお申込みをお願いします。



申込フォーム

イベント開催に伴う一般開放時間変更のお知らせ

9月22日(火)祝に行われるイベント開催に伴い、一般開放時間を次のとおり変更いたします。

【一般開放時間】

午後3時から9時まで

※通常時は、午後1時から9時まで一般開放していますので、皆さまのご利用をお待ちしています。

※休館日：毎週月曜日（月曜日が祝日の場合は翌日）

申し込み・問い合わせ B & G海洋センター ☎ 0820-74-5300

暮らしの相談（8月21日～9月20日）

相談所

相談	日時		場所	備考・問い合わせ等
常設人権相談所	毎週月～金曜日 (休日を除く)	8:30～17:15	山口地方法務局 岩国支局 (岩国市錦見一丁目 16-35)	○差別、いじめ、嫌がらせ等の相談 ☎山口地方法務局 岩国支局 ☎ 0827-43-1125
特設人権相談所	9月 4日(金)	9:30～11:30	大島庁舎	○差別、いじめ、嫌がらせ等の相談 ☎福祉課 民生福祉班 ☎ 77-5505
育児相談	8月27日(木)	10:00～11:30	しまとぴあスカイセンター	○お子さんの発育・発達や食事等の相談 ☎福祉課 こども家庭班(こども家庭センター) ☎ 77-5508
	9月11日(金)		たちばなケアプラザ	
	9月15日(火)		久賀福祉センター	
こころの相談	9月 4日(金)	10:00～12:00	久賀福祉センター	○要予約 ☎健康増進課 健康づくり班 ☎ 73-5504
認知症相談	9月 7日(月)	9:00～12:00	日良居庁舎	○相談日以外も可能 ☎地域包括支援センター ☎ 73-5506
出張年金相談	毎月第3火曜日	10:00～12:00 13:00～16:00	久賀総合センター	○要予約 ☎岩国年金事務所 ☎ 0827-24-2222

税務相談

相談	日時		備考・問い合わせ等		
個人相談(所得税・消費税等)	第2・4水曜日	9:00～16:00	○要予約 ☎柳井税務署 ☎ 0820-22-0277	音声案内 「2」→	「5」
法人相談(法人税・消費税・源泉所得税・印紙税等)	第1・3・4金曜日	9:00～16:00	☎ 0820-22-0277		「7」「8」
資産相談(相続税・贈与税・譲渡所得)	毎月第4木曜日 毎週月曜日	9:00～16:00	○要予約 ☎徳山税務署 ☎ 0834-51-1122(直通)		

電話相談

相談	時間	電話番号
国税に関する一般的な相談(電話相談センター)	8:30～17:00	☎ 0570-00-5901
救急医療電話相談	こども(15歳未満)の相談	19:00～翌8:00 # 8000 (利用できない場合 ☎ 083-921-2755)
	おとな(15歳以上)の相談	毎日24時間 # 7119 (利用できない場合 ☎ 083-921-7119)

※緊急・重症の場合は、迷わず119番してください。

めざせ！
かしこい
消費者

【相談窓口】
柳井地区広域
消費生活センター
☎ 0820-22-2125
山口県
消費生活センター
☎ 083-924-0999
消費生活上の不安
や心配を感じたら
消費生活センター
にご相談ください。

1
回だけ試すつもりが、
定期購入に！

【相談】
インターネットの通販で健康食品が特別価格だったの
で、1回だけと思い注文したら、翌月も送られてきた。
広告をよく見ると、「3回以上の定期購入が条件」とあつ
た。解約・返品できるか。

【アドバイス】
通信販売にはクーリング・オフ制度はなく、解約や返
品ができるかどうかは事業者の広告表示に従うことにな
るため、内容をよく確認するよう助言した。

【ワンポイント講座】
1回だけの「お試し」のつもりで購入した商品がその
後も届き高額な代金を請求された、解約したいと連絡し
たが「定期購入が条件なので解約できない」と断られた、
という相談が全国の消費生活センターに寄せられています。
健康食品や化粧品などで、数か月の定期購入を条件に
1回目を低価格で購入することができると契約が増えとい
ます。通信販売ではクーリング・オフ制度はありません
ので、購入前に契約条件や最終確認画面をよく確認し、
スクリーンショットも撮っておきましょう。
お困りの際は、柳井地区広域消費生活センターにご相
談ください。

しっちょる？ やっちょる？ 健康づくり！

～「ちょび塩」でおいしく運動・活動で元気に！～ No.156

高血圧のはなし～「血圧測ろうぜ！」～

健康増進課 健康づくり班 ☎ 0820-73-5504

「血圧測ろうぜ！」これは、日本心臓財団などが提唱する「健康ハートの日」のプロジェクトメッセージです。810（ハート）の語呂合わせから、8月10日を「健康ハートの日」とし、ハート（心臓）を守る大切さを社会全体に呼びかけています。毎日休まず働く心臓をいたわり、心臓病や脳卒中などの循環器病を予防しようという取り組みです。

なぜ「血圧測定」なの？

心臓は握りこぶし大の筋肉でできており、1日約10万回も休まず拍動して、酸素と栄養を含んだ血液を全身に送り出すポンプの役割を担っています。そして送り出された血液を全身に循環させるホースのような役割が血管で、からだの隅々に張り巡らされ、長さは地球2周半（約10万km）になると言われています。このように心臓と血管は互いに影響し合う存在で、心臓がギュッと収縮して血液を送り出した時にかかる血管の圧を「収縮期血圧（上の血圧）」といい、心臓を拡張して血液を溜め込んだ時の圧を「拡張期血圧（下の血圧）」といいます。すなわち、血圧を測ることは、心臓や血管の状態（負担）を確認することができ、大きな病気を引き起こす予兆をキャッチできる大切な行動といえ

ます。自覚症状がないまま進行する高血圧に気づき、しっかり治療することは、自分の命を守り、家族や大切な人の笑顔を守ることにつながります。

高血圧が招く病気

血圧が高い状態が続くと、血管の壁が厚く、硬くなり、徐々にしなやかさが失われます。これが動脈硬化です。動脈硬化は、あらゆる場所で起こり、血管が詰まったり、破れたり、臓器の働きを弱らせたりするなど、病気の原因となります。代表的な病気として、心臓病（狭心症や心筋梗塞、心肥大、心不全）や脳血管疾患（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血）、腎臓病（腎硬化症、腎不全）があります。その他にも、認知症や眼底出血の危険を高めるだけでなく、髪や肌の健康を損なうなど、喜ばしくない症状を招いてしまいます。

合言葉は「測る、気づく、続ける」

まずは「測る」ことからすべてが始まります。次に自分の血圧を知り、からだの変化に気づき、必要な対策（治療や生活改善）を講じることが重要です。「測る、気づく、続ける」を合言葉に、「血圧測ろうぜ！」と声を掛け合い、大事なハート（心臓）を労わってくださいね。

大人の体力チェックを開催します

～あなたの体力どのくらい？～

元気に、楽しく、快適に過ごすためにも、まずは『自分の体力』をチェックしてみませんか？

自分の体力レベルを知りたい人やこれから運動を始めた人、運動の効果をチェックしたい人におすすめですので、この機会にぜひご参加ください！

日時

9月15日（火）
午後1時30分～4時

場所

しまとびあスカイセン
ター（周防大島町小松125-2）

対象者

医師から運動を止められていない20～70歳の周防大島町民20人

内容

○体力測定会

・体組成

：InBody470

・閉眼片足立ち【平衡性】



申込期限 9月1日（火）※締切厳守
実施 山口県健康づくりセンター・周防大島町健康増進課
問い合わせ 健康増進課 健康づくり班
☎ 0820（73）5504



Web申込

○手軽にできる運動の紹介など
参加費 無料
申込方法 お電話またはWebにて、お申し込みください。

- ・脚筋力【筋力】
- ・握力【筋力】
- ・全身反応時間【敏捷性】
- ・長座体前屈【柔軟性】

周防大島町が運営する住民参加型のローカルテレビ。
毎週火曜に番組の更新を行い、6時～24時まで繰り返し放送！放送した番組のDVDは図書館で貸し出しを行っています。一部の番組はYouTubeで視聴もできます。

周防大島チャンネルはケーブルテレビアイ・キャンに加入することでご覧になります。ケーブルテレビ新規加入促進補助金も適用されます。詳しくはアイ・キャン（☎0120-189234、携帯電話の方は☎0827-22-5678）にお問い合わせください。

ー 9月は周防大島町議会定例会の様を生中継・再放送しますー

8月25日～31日



大島大橋 開通 50 周年記念企画 文化講演会 「国鉄バス、国鉄連絡船 そして大島大橋への想い」

周防大島町出身で、現在は JR 西日本ステーションシティ（株）の代表取締役社長を務める伊勢正文さんが、大島大橋と国鉄連絡船に関する思い出や、周防大島の未来の町づくりにかける思いについて語りました。



あの時の周防大島 周防大島チャンネルアーカイブス since2012 【夏の思い出（2012.9 放送）】

周防大島チャンネル過去映像の中から懐かしい番組をピックアップ。今回は、2012 年 9 月に放送した「夏の思い出」をお届けします。

9月1日～7日



島俳句ポストつとむくん 【令和7年度つとむくん大賞発表スペシャル】

島内各所の俳句ポストに投句された俳句の中から、令和7年度の年間大賞を選びました。子どもから大人の句まで、力作が勢ぞろい！俳句制作の参考にどうぞ。



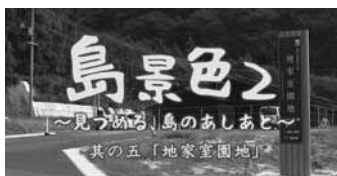
すおうおおしま お元気 いきいき 体操《準備体操～上半身・体幹編》

東和病院のリハビリの先生と考案した体操です。日常に必要な筋肉を鍛えましょう。

医療・行政 MaaS 事業紹介ソング 『GO!GO!MaaS くん』

周防大島町で進める「医療・行政 MaaS」の紹介です。

9月8日～14日



島景色2～見つめる、島のあしあと～ 其の5「地家室園地」

周防大島の風景と歩みを見つめる番組。今回は「地家室園地」を紹介します。

アイ・キャン ニュースダイジェスト

8月に放送した周防大島町のニュースを一挙放送。

9月15日～21日



民泊のススメ第 84 回 「感動! 島体験!」～河元さんちの民泊受入れ～

春にやってきた和木中学校の民泊の様子を、民泊家庭の河元さん宅で密着取材!

周防大島町政 お知らせリレー 9月

周防大島町からのお知らせをお届けします。

放送内容については予告なく変更することがあります／詳しくはケーブルテレビの電子番組表をご確認ください

このコーナーはPDF版では掲載しておりません。

休日在宅当番医 9:00～17:00

日にち	医療機関	連絡先
8月23日(日)	正木内科医院	☎ 77-0021
8月30日(日)	橘医院	☎ 77-1000
9月6日(日)	野村医院	☎ 76-0017
9月13日(日)	安本医院	☎ 73-0822
9月20日(日)	しまかぜ在宅支援診療所	☎ 78-2533
通年	大島病院	☎ 74-2580
	東和病院	☎ 78-0310

人のうごき（7月1日現在）※増減は前月比

人口	12,933人（-13）	増：出生 2人 転入 33人
男	6,051人（-9）	
女	6,882人（-4）	減：死亡 23人 転出 25人
世帯	7,751戸（-9）	

今月の納期（普通徴収）

【第2期分】 町県民税
国民健康保険税
介護保険料
後期高齢者医療保険料
納期限 8月31日(月)

9月の柳井健康福祉センター定例保健事業

相談内容	実施日	時間
骨髄ドナー登録	9月1日(火)	9:00～10:00
B・C型肝炎抗体検査		10:00～10:30
風しん抗体検査		10:30～11:00
HIV抗体検査		13:30～17:30
心の健康相談	9月15日(火)	13:15～13:45
思春期・ストレス相談	9月29日(火)	13:00～16:00

※無料、要予約（前日までに電話予約）、心の健康相談は1週間前までに電話予約

☎柳井健康福祉センター ☎ 0820-22-3631

生活道路の法定速度は 30km/h !

本年9月1日から、生活道路の法定速度が30km/hに引き下げられます。

道幅が狭い道路は、広い道路に比べて人身交通事故の発生割合が高く、事故の際に車の速度が30km/hを超えると、歩行者の致死率が急激に上昇します。

法定速度の引き下げの対象は、地域住民の日常生活に利用される道幅が狭い生活道路や、中央線のない道路などです。

決められた速度の範囲内であっても、道路

状況や天候等に応じて、安全な速度で運転するよう心掛けてください。



警察庁HP



ちよび塩夏レシピ♪

オクラと かにかまの天津飯



今回は食欲の落ちやすい夏場でもごはんがしっかり食べられるメニューを紹介しします。味付きごはんは食塩量が多くなりやすいですが、ごはん自体には味をつけず、ごま油で焼いた卵の風味や上からかけるあんの甘酢で、ちよび塩でもさっぱりと食べやすいよう工夫しました。とろみがついていることで舌に調味料が残りにくく、味を感じやすくなります。夏野菜のオクラの食感もよい一品です。簡単に作れるので、ぜひ作ってみてください。

材料（2人分）

オクラ …………… 5本	片栗粉 …… 大さじ1
かにかま …………… 30g	水 …………… 大さじ2
水 …………… 150ml	卵 …………… 3個
酢 …………… 大さじ1	ごま油 …… 大さじ1
A 砂糖 …………… 大さじ1	ごはん …… 150g × 2杯
しょうゆ …………… 小さじ1	
鶏ガラスープの素… 小さじ1	

作り方

- ①オクラは塩少々（分量外）をふって板ずりし、一旦洗って流してから薄い小口切りにする。かにかまは3cmの長さに切り、手でほぐしておく。
- ②Bを混ぜて水溶き片栗粉を作っておく。
- ③小鍋にAを入れて煮立たせ、①のオクラとかにかまを入れて再度煮立ったら、②を回し入れてすぐによく混ぜ、とろみがついたら火を止める。
- ④ごはんを一人分ずつ器に盛っておく。
- ⑤卵を割りほぐしておき、フライパンにごま油を1/2量ひいて火にかけ、卵1/2量を流し入れる。底が少し固まってきたら、大きくかき混ぜ、半熟状になったら、ごはんの上にすべらせてのせる。もう1人分も同様に作る。
- ⑥最後に③のあんを上からかける。

1人分の栄養素量…エネルギー 453kcal、たんぱく質 15.7g、脂質 14.3g、食物繊維 3.6g、食塩相当量 1.6g

町内の協力店舗や医療機関、各総合支所・出張所等にちよび塩レシピを置いてありますので、ご活用ください。

問い合わせ 健康増進課 健康づくり班 0820-73-5504