

そよ風通信

2024年
8月号
No.328



(東入君)

「君田中学生 慰霊碑清掃に参加」

(君田フォトクラブ：山口 誠 さん 撮影)

＜人口の動き＞ 君田町人口：1,263人（男性：612人・女性：651人） 世帯数：577世帯【7月31日現在】

編集・発行/君田自治区連合会 〒728-0401 三次市君田町東入君 644-8
Tel(0824)53-2759 Fax(0824)53-2779 E-mail:kimita-b@m-city.jp



夏バテしていませんか？

夏になり30℃を超える日が続いてますが、「体がだるい」「食欲がない」「寝ても疲れがとれない」など体の不調を感じていませんか？その症状は“夏バテ”かもしれません。

夏の高温多湿に体が対応できず、脱水・栄養不足・自律神経の乱れが原因で起こります。

糖質をエネルギーに変える働き
(例: 豚肉、うなぎ、玄米、豆腐など)

ビタミンB1



筋肉をはじめ、皮膚や髪など体のもとになる働き
(例: 肉、魚、卵、豆類、乳製品、枝豆など)



タンパク質

* 制限がある方は
主治医へ相談

夏バテ対策に必要な栄養素を紹介します♪

ミネラル



体の構造に必要な栄養素
不足すると脱力・筋力低下につながる
(例: 海藻類、野菜、果物など)

ビタミンC



コラーゲン合成に関わることで、筋肉や血管を丈夫にしたり、ストレスに対抗するホルモンの合成を促す働き
(例: レモン、パプリカ、ブロッコリーなど)

夏バテが続くと、脱水や体温上昇など熱中症にもなりやすいので、水分補給も忘れずに！
症状が長引く場合は医療機関に相談しましょう！

お問い合わせ：君田支所53-2111 保健師 竹下



2025年 農林業センサスの調査員を募集しています

2月1日を基準日として行う農家・林家を対象にした統計調査で、農林業を営む農家、林家や法人を対象に5年に1回実施しています。この統計調査にあたり、調査活動に従事していただける方を募集しています。従事期間は1月～3月です。詳しい内容については三次市君田支所（53-2111）までお問い合わせください。



こんにちは！君田診療所です！



梅雨が明けたと思うと、早くも立秋を迎え、盆の帰省も始まり、各々家庭にもぎやかになりますね。
子どもたちも宿題の追い込みで忙しくなるのでしょう。
体調管理に努め、この初秋を乗り越えましょう。

8月から、後期高齢者医療・国民健康保険証が更新されますので、受診の際に新しい保険証をお持ちください。

君田診療所 53-2020

＜診療時間＞

【月・火・金】

9：00～12：00

13：30～16：30

【木】

9：00～12：00

午後は往診に回ります。

■■ 休診のお知らせ：8月13日（火）～15日（木）は休診いたします ■■

「あったかむらフェスティバル・
かかしまつり」
いよいよ準備開始です！

会場の皆さんが笑顔に溢れる、君田らしい、
あったかいお祭りを目指し、8月1日、あつ
たかむらフェスティバル実行委員会（君田自
治区連合会主催）が、第1回実行委員会を開
催しました。

あったかむらフェスティバル 2024

日時：10月27日(日)
午前10時～午後3時

場所：大柳文化公園

君田かかしまつり

期間：10月27日(日)
～11月9日(土)

場所：東入君地区
県道三次高野線沿い

今年もステージ部会、会場部会会場担当・
農産物担当、かかし部会に分かれ、部会ごと
の準備作業内容を確認しました。

全町民で盛り上げる、年に一度のお祭りデ
す。皆さん、出店、出品など、ご参加を宜しく
お願いします。

<石原会場>



炎天下、日陰の無い沿
道、駐車場係の皆さん
お疲れ様でした。



多くの皆さんが、暑
い中、足を運んでく
ださいました。



夏祭の定番、焼きそば、
ヤマメの塩焼き等々良
く売れました。



ボンと景気のいい音と共
に紙玉が飛ぶ、手作りの
篠竹水鉄砲が人気。



君田町 あったか村 川とひまわり 祭り

7月28日、恒例「2024 あったか村川と
ひまわり祭り」が、町内2会場（石原
会場・君田温泉）で開催されました。
猛暑の中、多くの方が、君田の夏を
満喫されました。



<君田温泉会場>



野菜詰め放題500円コー
ナーにて。市長、もっと
野菜詰めて下さい！



沢山の種類の野
菜が並び「おはよ
う市」



「待ってました」と、
次々、入湯者がおこし
になりました。



射撃の出店に、子ども達
はもちろん、大人の皆さ
んも楽しみました！

町内6事業所で職場体験実施

【君田中学校】

6月18日から20日に、君田交通、三次市立君田図書館、君田いちごハウス、君田保育所、種ん家、ふたみの町内6事業所にて職場体験活動を実施しました。

学ぶことの意義や働くことの意義を実感させ、主体的に進路を選択決定する態度や意志、意欲など培うことを目的として毎年行っているものです。

3日間という限られた時間とはいえ、町内の皆様からの温かな励ましのおかげでどの生徒も体験活動をやりきった誇らしげな表情を浮かべていました。

事業所の皆様には細やかな配慮を頂き、無事に体験活動を終了することができました。ありがとうございました。



ふたみにて



君田いちごハウスにて



三次市立君田図書館にて

多くの皆さまに、安らぎと幸福をもたらす君田温泉は町民の誇りです。地元がより寄る添い、永い繁栄を願います。

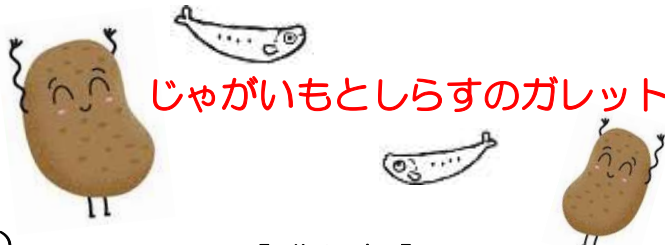
高らかに渡部社長が
「君田温泉再開」を
宣言しました！



玄関前でセレモニーのテープカットが行われました

7月28日のプレオープンから大きく期待が膨らみ続け、いよいよ迎えた8月1日のリニューアルオープンは、地元にとり、特別な1日でした。
営業休止となった約10カ月、火が消えたような君田に、町民は、いかに大切な存在であったか、改めて痛感しました。
そして今まさに、君田の宝物が、やっと所定の位置で輝き始めます。

食推さんの
の
コーナー



じゃがいもとしらすのガレット



【材料】(4人分)

- ・じゃがいも・・・4個
- ・塩・・・少々
- ・こしょう・・・少々
- ・粉チーズ・・・大さじ6
- ・しらす干し・・・35g
- ・大葉・・・4枚

【作り方】

- ①じゃがいもを千切りにし、塩を振りしんなりするまで置いておく。
- ②しらす干し・粉チーズ・千切りにした大葉を入れ混ぜる。
- ③②をフライパンに薄く流し入れ、両面を焼いたら完成。

君田図書館だより

2024年8月号

開館時間：9時30分～18時 12～13時閉館

休館日：毎週月曜日/年末・年始

三次市君田町東入君644-8

ホームページ：https://tosho.city.miyoshi.hiroshima.jp Tel/Fax：(0824)53-7050



三次市立図書館

Miyoshi City Library

図書館キャラクター 投票

投票期間：7月20日～9月15日



市町村合併と共に、市内の8図書館ができて20年です。それを記念して、図書館キャラクターを作ります。3つの候補の中から、図書館またはWEBで投票してください。



★8月は毎日開館しています。

★9月10日・11日は、
特別整理期間のため、
休館となります。

ご理解・ご協力をお願いいたします。



新しく入った本



	書名	著者名	分類
一般書	実用書	配流経路伝説を尋ね中世を探る	二本森 真 M217二
		日本初の女性裁判所長三淵嘉子	289.1二
		誰の味方でもありません	古市 憲寿 304フ
		ノーモアスモン	村上 たかし/漫画 493.1ム
		ズボラさんの買わない、捨てないちょこっとガーデニング&レシビ	大橋 明子 596.3オ
	文学	八月の御所グラウンド	万城目 学 913.6マ
		水車小屋のネネ	津村 記久子 913.6ツ
		クスノキの女神	東野 圭吾 913.6ヒ
		サハマンション	チョ ナムジュ 929.1チ
児童書	絵本	わすれていいから	大森 裕子 Eオ
		シロツメクサはともだち	鈴木 純 Eス
	知識	下水道のサバイバル 2	ポドアルチング/文 518.2ゲ
		絵画をみる、絵画をなおす保存修復の世界	田口 かおり 724.9タ
	読み物	秘密に満ちた魔石館	廣嶋 玲子 913.6ヒ
		おねえちゃんって、もうさいこう!	いとう みく 913.6イ
		私立探検家学園 4	斉藤 倫 913.6サ4

図書館カレンダー

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

ばんびのお話し広場

日時：8月24日(土)

19：00～ おばけのお話し広場

19：40～ 怪談物語

場所：君田生涯学習センター

(詳細は、ばんびのInstagramに掲載)



休館日 ○ ばんびのお話し広場

8月の休館日はありません

君田健康づくりウォーキング参加者募集！

石見銀山の銀山地区を歩こう！

歴史を感じる山並みと街並みをおしゃべりしながら、楽しく散策しませんか？

＜石見銀山公園から龍源寺間歩付近までの往復約 4km のコース＞

開催日：9月14日（土）

定員：25名（先着順）

集合時間：8時30分

参加費：2,500円（昼食代）

集合場所：君田生涯学習センター

※ お申込先：君田自治区連合会 電話 53-2759



茂田区にミニビオトープ（生物の生息空間）誕生

ここ茂田区は標高500m、溪谷入口から4.1kmの山の中、四方を4つの山々に囲まれた、すり鉢状の「ボットン」と一軒集落です。この特異な地形は、昭和30年代の景色と気配をそのまま色濃く残し、希少な動植物にとって別天地となっています。しかし人里はというと、高齢化が進み高齢世帯・独居世帯が多く、離農耕作放棄地が増え続け「限界集落目の前」状態となっています。

地元の熊谷さんはこの状況に、「こりゃ、どこにかせにゃあ」と、家の周りを眺めながら、『何も無い・ないからこそ豊かな田舎の魅力』を発信し『小さいけれど元氣な茂田づくり』を目指したと、『とんぼとカエルの楽園づくり』の構想を考えつきました。①休耕田対策 ②自然環境保全 ③都市と田舎の交流 を目標に、委員会を結成し、元県立大学教授前川先生、入船先生のお力と、地元の方々の大きな協力を得、第1期工事とんぼとカエルの楽園「睡蓮の池」が完成した記念に、7月6日、報告会を行いました。熊谷さんの遊び心が詰った楽しい構想や、周りで支える皆さんの大変なご苦労を知り得ました。

引き続き、第2期工事としてミニオートキャンプ場やイベント会場等は、今年度内に完成予定とのこと。委員皆さんの、夢の実現に向けての情熱を強く感じました。



熊谷邸で報告会開催



すでに生き物が生息している睡蓮の池



初の現地見学 新たな発見も

まじゅうろ

右記の方より金一封を頂きました。
ご厚志に大変感謝いたしますと共に
皆さまにお知らせ致します。

見舞返しとして

東入君区 田中 千農 様

東入君地区社会福祉協議会



＜君田自治区連合会8月の展示＞

令和5年度あったかむらきみた 写真コンテスト入賞作品展

期間：8月19日（月）～ 30日（金）

場所：君田生涯学習センター
玄関ホール

