未来創造アカデミー受講者が新規事業を提案！

市が実施した「美馬市未来創造アカデミー」で、3組11名のアカデミー受講生が市の地域課題を解決するための新規事業を提案しました。
発表内容には、観光誘致のために美馬市を周遊して写真撮影を楽しむツアーや空き家の利活用、また移動支援を目的とした新たな地域交通の仕組みについて提案がありました。
未来創造アカデミーでは、令和６年度に講座を全11回実施し、「マーケティングに興味がある」「魅力発見や課題解決のための知識を得たい」等の理由で、計15名が参加しました。

ＪＡ共済杯 第31回日本リトルシニア全国選抜野球大会　市長表敬訪問

3月21日、中学硬式野球「第31回日本リトルシニア全国選抜野球大会」（大阪府大阪市）に出場する、十川大晟さん（脇町中）、三宅圭汰さん（江原中）、髙木寅夫さん（美馬中）の3名が市長を表敬訪問しました。
3月25日から31日に開催された全国大会で、3名が所属する徳島藍住リトルシニアは惜しくも2回戦で敗退となりましたが、主将の十川大晟さんは「思うような結果が残せず悔しい。この借りは8月の全国大会で返したい」と、次の大会に向けて決意を新たにされていました。

資生堂ジャパン株式会社と「美と健康のまちづくりに関する連携協定」を締結しました

美馬市 Mima City × SHISEIDO

4月10日、資生堂ジャパン株式会社と「美と健康のまちづくりに関する連携協定」を締結しました。この協定は、相互に連携・協力し、市民の皆さまが「100歳人生」の後半期において積極的に社会に参加し、美しく健康でいきいきと活躍できるよう、高齢者等の日常生活動作や生活の質の維持・向上に取り組むことを目的としています。

「美」を通じた健康づくりを進めます

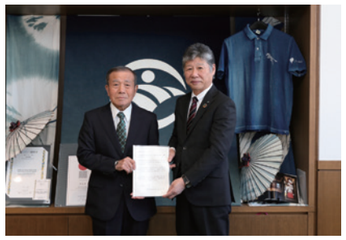
「資生堂ライフクオリティービューティーセミナーいきいき美容教室」の定期開催に加え、市社会福祉協議会の職員が資生堂の認定する「化粧セラピスト」の資格を取得し、市内各地で開催される「ふれあい・いきいきサロン」に「化粧療法」のプログラムを取り入れるなど、これまでの取り組みを深めていきます。

第63回全国青年農業者会議で全国農業青年クラブ連絡協議会会長賞を受賞

第56回中国四国地域若い農業者のつどいにおいて優秀賞を受賞し、中四国地域の代表の一員として、全国大会出場者に選出された藤原昌樹さんが、第63回全国青年農業者会議の「地域活動部門」に出場しました。
「美馬の農業を未来へつなげ！～農青会の挑戦～」というプロジェクト発表を行い、全国農業青年クラブ連絡協議会会長賞を受賞しました。

第4次美馬市男女共同参画基本計画を策定

3月12日、市に美馬市男女共同参画基本計画策定委員会の津守美鈴委員長（徳島文理大学教授）から、すべての人が自らの意思に基づき個性と能力を発揮し、活躍できる男女共同参画を推進するように提言がありました。
市では、この提言を踏まえ、男女共同参画を推進していくために、令和7年度から令和11年度の第4次男女共同参画基本計画を策定しました。



第4次美馬市環境基本計画を策定

3月14日、美馬市環境推進市民会議の丸石勇会長から、行政、市民、事業所等が連携して、環境保全への取組を進めていけるよう、市の環境施策に関する提言がありました。
市では、この提言を踏まえ、豊かで美しい本市の自然環境を確実に将来へ引き継いでいくため、令和7年度から令和11年度の第4次環境基本計画を策定しました。

社会医療法人芳越会と「災害発生時における福祉避難所の開設および運営に関する協定」を締結

3月28日、社会医療法人芳越会と「災害発生時における福祉避難所の開設および運営に関する協定」を締結しました。本協定の締結により、本市の指定福祉避難所は合計11か所となり、そのうち医療機関の福祉避難所への指定は県西部総合県民局管内で初めてとなります。福祉避難所の増加により、避難生活に配慮が必要な方の医療・介護分野との連携が容易になるほか、避難者の健康管理や避難生活の「質」の向上が期待されます。

美馬市初の地域プロジェクトマネージャーが着任

農地を“貸したい所有者”と“借りたい耕作者”をつなぐ橋渡し役として、「地域プロジェクトマネージャー」に山田洋一さんが着任しました。地域プロジェクトマネージャーは、総務省が創設した制度で、市が実施する地域の重要プロジェクトのマネジメントを主に担当する人材です。市と地域、民間企業の関係性を構築していくための取り組みを実施していきます。

地域プロジェクトマネージャーってなにするの？

「次世代につなぐ農地リレープロジェクト」に取り組みます。

このプロジェクトは、耕作放棄地の再生と発生抑制を図るため、担い手がいない農地を地域の認定農業者等に紹介する仕組みづくりに取り組むとともに、市内農業法人や農業関係団体と連携し、農業に従事する地域おこし協力隊の移住・就農・定住までの一貫した受入体制づくりを進めることで、持続可能な農業環境の実現をめざすものです。

吉岡　瑛祐さん

地域を盛り上げるために精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。

竹中　絃登さん

美馬市の魅力を広め、地域活性化に貢献できるように全力で取り組みます。

鎌田　俊彦さん

農業の現場は初めてですが、毎日の経験が将来の地域農業の振興と会社貢献につながるよう頑張りたいです。

宮田　康平さん

農業を通じて地域社会に貢献し、人と自然をつなぐ架け橋のような存在を目指して頑張ります。

地域おこし協力隊に４名が着任

令和7年4月1日付けで地域おこし協力隊に4名が着任しました。

吉岡さん、竹中さんは、主に地域交流センターミライズの2階にあるテレワーク促進施設「[　]＆Work（アンド・ワーク）」を拠点にサテライトオフィス誘致やテレワーク促進活動に取り組みます。

また、鎌田さん、宮田さんは、水稲や露地野菜等をはじめ、農業の知識や技術を学びながら、市内の耕作放棄地の再生や発生抑制に取り組みます。

国際交流員が着任

氏　名：康（こう）　楽（らく）
出身地：中国河北省保定市
誕生日：2月13日
好きな食べ物：お寿司、天ぷら
趣　味：読書、卓球、アニメ

初めまして、中国から参りました国際交流員の康楽と申します。どうぞよろしくお願いいたします。美馬市に来てまだ日も浅く不安も多いですが、美馬市は静かで空気が良く、きれいな山と川は大好きです。

日本文化に興味をもち、河北経済貿易大学や河北大学大学院で日本語を学び、その頃から、中日友好交流の仕事に従事したいと思っていました。去年の8月に雲南省昭通市人民政府外事弁公室に勤務し、雲南省人民対外友好協会を通じて今回のJETプログラム(※)に申し込み国際交流員になりました。

日本は初めての訪問ですが、人々の親切さには本当に感動しています。これから美馬市で国際交流員として一所懸命頑張りたいと思います。ささやかですが、中日友好交流のために自分ならではの力を尽くしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

JETプログラムは、外国青年を招致して地方自治体等で任用し、外国語教育の充実と地域の交際交流の推進を図る事業です。

集落支援員レポート

地域の居場所「いつでも館」

「『ゆっくりしような』が合い言葉です」と笑顔で語るのは、井口地区で「いつでも館」を立ち上げた河合純子さんです。

学校から帰っても家に誰もいない子どもや、一人暮らしの高齢者等、誰でも気軽に集える場所を作りたいという思いから、「思いついたら体が自然に動いていた」と話す河合さん。河合さんのご友人たちもその想いに共感し、準備段階から共に活動してきました。

活動の拠点は、木ノ内地域にある市の「高齢者若者研修センター」。県道12号から北に入ってすぐの場所で、駐車場も広く開放的な建物です。開館日には玄関前に「いつでも館」の旗が立てられ、住民たちがその旗を目印に集まってきます。

令和6年4月に開館し、週1回、午前10時から午後5時まで誰でも自由に出入りできるスタイルで運営されています。訪問した日には数名が談笑しているところへ、地域の野村駐在の警察官が立ち寄り、防犯に関する話題を共有しました。「何かあればすぐ連絡を」と、住民との信頼関係を築く様子が見られました。また、社会福祉協議会や市の包括支援センターの職員も時折訪れ、見守りや情報提供等、地域の安心にもつながっています。

特に印象的だったのは、参加者みんなで取り組んだ「藍染め」の活動です。5月に苗を植え、7月には「藍を愛でる集い」として収穫した葉を使ってハンカチやTシャツを染め上げました。「大変だったけれど、皆が喜んでくれてうれしかった」と河合さんは語ります。

「いつでも館」は、安心して過ごせる居場所として、地域のつながりを支えています。

集落支援員　坂東美智子

ジェロントロジーのある暮らし

このコーナーではジェロントロジー市民アンバサダーの活動を紹介します

ジェロントロジー市民アンバサダーは「人生100年時代」を生き抜くために必要となる知識や知恵として「ジェロントロジー」を身につけ、自身が豊かな人生を送るとともに「ジェロントロジー」を周囲に広げていく役割を担います。詳しくは美と健康のまち推進課（☎52-5730）へお問い合わせください。

長年の経験やスキルを活かし、プロボノワーカー※として假屋崎省吾「うだつをいける」に携わり、20余年が経過しました。その過程で得意分野で社会貢献し、自分自身が成長するとともに、スキルアップを図るため、花材収集、企業協賛依頼、マスコミ対応、司会進行等に携わりつつ、現在に至ります。当時、企画立案を成就させるために假屋崎省吾さんとの接点を求めて日本中を東奔西走しました。その甲斐あって、3年後の2007年、念願の第1回假屋崎省吾「うだつをいける」の開催に至りました。そして、初回にして、「市民・企業・行政」が一丸となり、「共創協働」の町おこし体制が起動しました。

今年で17回を数える「うだつをいける」のテーマは、～花のひなまつり～でした。華麗な花々とひな人形の競演は圧巻でした。250年にも及ぶ時空を越えた藍商佐直吉田家住宅は、日本の伝統美を満喫できる芸術空間として来訪者を魅了し続けています。

今や「うだつをいける」は美馬市の初春の風物詩として恒例行事となり、定着したことが、長年関わってきた私にとって大きな喜びです。

※プロボノワーカー：社会的・公共的な目的のために、職業上の経験やスキルを活かして取り組む社会貢献活動を行う人のこと

書き手：鎌田千恵子さん
（ジェロントロジー市民アンバサダー）

健康コラム　尿酸って聞いたことありますか？

書き手：保健師

尿酸とは、たんぱく質でできているプリン体が肝臓で合成分解される過程で作られた老廃物（ゴミ）です。そのため、尿酸は主に尿中に、一部は便として排泄されます。しかし、プリン体を多く含む食品やアルコール、果糖等を摂り過ぎると尿酸が多く作られたり、尿からうまく排泄されなかったりすることで血液中に溜まってしまいます。さらに、血液中の尿酸値が7.0mg/dlを超えると高尿酸血症と呼ばれる状態になり、これが長期間続くと、結晶化した尿酸が、関節に溜まり、痛みを起こし痛風になってしまいます。また、結晶や結石が痛風腎や尿管結石等を引き起こします。高尿酸血症が原因となる病気は、痛風だけではなく、慢性腎臓病や生活習慣病とも合併しやすくなるため注意が必要です。

尿酸値を下げるための重要ポイント！

※すでに、治療中の方は、医師の指示に従ってください。

①肥満の方は、減量をする
②プリン体を多く含む食品の摂り過ぎに気をつける
③尿をアルカリ化するアルカリ性食品（野菜・牛乳・豆腐等）を摂る
④果糖の摂り過ぎに気をつける
⑤十分な水分を摂取する（1日2Lを目安に※お茶やお水で）
⑥アルコールを減らし（1日の目安　例：日本酒1合まで）、できればやめる
⑦有酸素運動をする

尿酸値は、血液検査でわかります。健診や人間ドック等を受けて、まずは自分の尿酸値を知りましょう。

図書館だより

公式ホームページ↓

美馬市立図書館☎53–9666
開館時間9:00~19:00
休館日：火曜日・第3木曜日
（祝日にあたる場合はその翌日）

図書館内の展示物は開館時間内のみ観覧できます。費用の記載がないイベントの参加費などは無料です。おはなし会、将棋サロン、出張図書館の日程は市民カレンダーに掲載しています。詳しくは図書館の公式ホームページなどをご覧ください。

美馬市立図書館
マスコットキャラクター
うだぴょん

「としょかんまつり2025」開催中!

5月は美馬市立図書館の移転オープン7周年記念月間!イベント・展示を多数開催しています。5月12日からは、貸出利用者を対象に記念品のプレゼントがあります。(※なくなり次第終了)

市民ギャラリー展「Bricolage(ブリコラージュ)～みんなの"てしごと"ギャラリー」

手作りのクラフトや写真、イラストレーションなどぬくもりある「てしごと」の数々を展示中です。
5月19日(月)まで/図書館 エントランス・板間のハコ

国土交通省 徳島河川国道事務所「吉野川防災パネル展」

「水防月間」(5月1日～5月31日)及び「土砂災害防止月間」(6月1日～6月30日)における防災活動の一環として、国土交通省徳島河川国道事務所によるパネル展をおこないます。
5月26日(月)～6月6日(金)/図書館フリースペース/協力:国土交通省徳島河川国道事務所

「美馬の記憶デジタルアーカイブ(略称:みまデジ)」を5月12日にリニューアルします!

市民の皆さまからお寄せいただいた昔懐かしい美馬市の写真が追加されるほか、美馬文化「いななき」のバックナンバーや『重清村誌』が閲覧可能になります。また、みま歴史散歩ウォーキングマップには岩倉城跡を巡るコースが加わります。オンラインにて無料でご覧いただけます。ぜひご覧ください。

美馬の記憶
デジタルアーカイブ

みんなで古文書解読～入門編

徳島県立文書館より講師をお招きし、初心者向け古文書解読講座をおこないます。
5月17日(土)/午後2時～午後3時30分/講師:徳島県立文書館 金原祐樹氏 /中学生以上対象/先着15名程度※事前申込要

チョモランマ山下さんのボードゲーム会in美馬市立図書館

ボードゲームファシリテーターのチョモランマ山下さんと一緒にボードゲームを楽しもう!
5月25日(日)/①午前9時30分～正午/ 小学1年生～4年生と大人対象(※小学生は保護者同伴)/②午後1時30分～午後4時/小学5年生～中高生と大人対象(※小学生は保護者同伴)/各回先着16名※事前申込要(5月10日～)

英語でおはなし会

講師による英語絵本のおはなし会です。
5月31日(土)/午後2時～午後2時45分/講 師:ブネル・アンバーさん/幼児～小学生対象(※幼児は保護者同伴)/先着15名(保護者を含む)※事前申込要(5月17日～)

みんなで古文書解読

6月7日(土)/午後2時～午後3時30分/中学生以上対象/先着15名程度※事前申込要(5月24日～)

楽しく学ぶ!MY 定期講座「からだのなかから元気にいきいき血管」講座

「血管」と「血管にかかわる病気」がテーマの講座です。身体からのサインを見逃さず、血管を元気にきれいに保つ生活をはじめましょう。
6月28日(土)/午前10時30分～正午/講師:明治安田生命保険相互会社徳島支店 豊田 良子氏/一般対象/先着15名程度※事前申込要(6月7日～)/協力:明治安田生命保険相互会社

☆特別整理期間にともなう休館のお知らせ☆

6月17日(火)～24日(火)の8日間、蔵書点検のため休館させていただきます。休館中の本の返却は、ブックポストをご利用ください。

※場所の表記がないイベントは図書館「おはなしのハコ」で開催します。