

健康 & すくすく

9月の健康相談(要予約)

- 健康相談の日
- 日毎週(月)(水)(金) 9:00～11:30
- ※21日(祝)を除く
- 場市保健センター
- こころの相談会
- 日9月2日(水) 13:30～15:00
- 場市保健センター
- 申問前日までに予約してください。
- 市保健センター ☎②3 1190

心配ごと相談(無料・市民対象)

- 日9月1日(火) 9:30～12:00
- 場市総合福祉センター2階会議室
- 内家族、健康、福祉、医療などの悩みごと相談
- 問市社会福祉協議会
- ☎②3800

体組成測定会(無料・申込不要)

- 日9月7日(月) 13:00～17:00
- 9月12日(土) 10:00～16:00
- 11月10日(火) 10:00～14:00
- 11月14日(土) 10:00～16:00
- 場アクアヒルやない
- 内体組成計で体のバランス、部位ごとの筋肉量などを測定します。
- 問アクアヒルやない ☎②4 0025

やないファミリー・サポート・センター 第2回講習会(託児有・要申込)

- 乳幼児と児童に対する心肺蘇生法とAEDの使い方
- 心肺蘇生法を学び、いざという時に備えましょう。
- 日9月16日(水) 10:00～11:45
- 場市総合福祉センター4階大ホール
- 講師 日本赤十字社山口県支部
- 定20人(先着順・子ども同伴可)
- 料100円(お茶代)
- 申込期限 9月9日(水)
- 申問やないファミリー・サポート・センター ☎②3 0668

体力測定会(無料・要申込)

- 日10月5日(月)
- ① 13:00- ② 14:30- ③ 16:00-
- 10月6日(火)
- ① 10:00- ② 11:30- ③ 13:00-
- 10月10日(土)
- ① 13:00- ② 14:30-
- ③ 16:00- ④ 17:30-
- 場アクアヒルやない
- 内エアロバイクによる体力測定、体組成測定
- 対医師に運動の制限を受けていない人



- 定各回1組(2人まで)
- 申込期間 9月1日(火)～各開催日前日
- 申問アクアヒルやない ☎②4 0025

スロージョギング® 倶楽部 (無料・要申込)

- 笑顔で会話ができるペースで走るのので、楽で長続きしやすい運動です。トレーナー指導のもと無料で基礎から学べます。
- 日10月12日(月)、26日(月)、11月2日(月)、30日(月) 10:00～10:45 ※雨天中止
- 場アクアヒルやない
- 講師 三島孝雄さんみしまたかお
- 対医師に運動の制限を受けていない人
- 定各20人(先着順)
- 受付開始
- ▼10月開催分 9月1日(火)～
- ▼11月開催分 10月1日(木)～
- 申問アクアヒルやない
- ☎②4 0025

母子保健推進員は あなたの子育てを応援します！



◆母子保健推進員とは？

市の委嘱を受けたボランティアで、本市では現在23人の母子保健推進員(通称 母推さん)が活動中です。お父さんお母さんたちが楽しく子育てできるよう、家庭訪問などを通して、母子保健事業の紹介や子育ての不安や疑問に対するアドバイスなどを行っています。



◆母推さんからのメッセージ

私たち母推は、お父さんお母さんの育児を応援したいという気持ちで活動しています。今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、活動を縮小している状況ではありますが、地域には“母推”がいることを覚えていただくと幸いです。保健センターとも連携し、少しでもみなさんのお力になれたらと思っています。



- 問い合わせ
- 健康増進課 ☎②3 1190

9月は救急医療普及月間

救急車は適正利用を

9月9日(水)は「救急の日」、同日を含む1週間(9月6日(日)～12日(土))は「救急医療週間」、9月は「救急医療普及月間」とされています。

二次救急医療機関の機能を十分に発揮するためには、救急搬送が適正に行われることが重要です。救急車の適正利用に、皆様のご理解とご協力をお願いします。

●問い合わせ

▼救急車などの状況／柳井地区広域消防本部 ☎②0040(代表)

▼休日夜間応急診療所など／健康増進課 ☎③1190

■救急車を呼ぶときのポイント

119番に電話し「救急です」と通報すると、次のことをお聞きします。落ち着いて教えてください。

- ①現在地と、目印になる建物等
- ②傷病者の氏名、性別、年齢
- ③傷病者の容態
- ④かかりつけ医の有無等
- ⑤通報者の氏名と電話番号

▼サイレンが聞こえたら、状況に応じて道路に出て、救急車を誘導してください。

▼救急車が到着するまでに現場に居る人が適切な応急手当をすることができれば、救命効果に役立ちます。

明らかに軽症の場合は自家用車やタクシーを利用するなどして救急車の利用を控えることが、助かる命を救えることにつながります。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

■柳井地区広域消防組合の 出動状況

令和元年中の柳井地区広域消防組合管内(1市3町／柳井市・周防大島町・上関町・平生町)の救急出動状況などは次のとおりです。

▼3,740件(管内人口の17人に1人に相当)

▼1位 急病(61.4%)

2位 一般負傷(16.6%)

3位 転院搬送(13.6%)

(1～3位で全体の91.6%)

▼65歳以上(75.9%)

当管内での119番通報を受けてから救急車が現場に到着するまでの平均時間は9分43秒です。

通常、1回の救急搬送が発生した場合、新たな体制を整えるために1～2時間必要です。その間に新たな救急要請が生じた場合、柳井消防署または他出張所からの応援となるため、さらに時間が必要になります。

■救急車を呼ぶか、病院に行くか 迷ったときは

救急医療電話相談では、電話で看護師などが病気やけがの症状を聞き取り、救急車を呼んだ方が良いか、急いで病院を受診した方が良いか、受診できる医療機関はどこかなどを案内します。

※緊急・重症の場合は迷わず119番に通報してください。

●救急医療電話相談

▼子ども(15歳未満)

／19:00～翌朝8:00

☎#8000または☎083-921-2755

▼おとな(概ね15歳以上)

／24時間365日対応

☎#7119または☎083-921-7119

■早めの受診を心がけましょう

体調が悪いときは、できるかぎり早めにかかりつけの医療機関を受診しましょう。時間外(休日等の昼間・平日夜間)に受診が必要な場合は、休日夜間応急診療所を利用してください。

●休日夜間応急診療所 ☎②9001

▼平日の夜間

19:00～22:00

▼休日の昼間

9:00～12:00,13:00～17:00

新型コロナウイルス感染症を疑う症状がある場合は、受診前に必ず柳井健康福祉センター(☎③3631)に電話してください。

また、以下のいずれかに該当する場合はすぐに相談してください。

▼息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある。

▼重症化しやすい方※で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある。

※高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)の基礎疾患がある人や透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている人

▼上記以外の人で、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く。

9月は健康増進普及月間&がん征圧月間

生活習慣を見直しましょう

近年、がん・糖尿病・心臓病・脳卒中などの生活習慣病の増加が大きな問題となっています。健康に過ごすには、病気の早期発見や治療に加えて、生活習慣を見直して病気を予防することが大切です。

●問い合わせ

健康増進課 ☎️ 1190



すこやか元気くん

■がんの予防

日本人の2人に1人が、一生のうちのがんと診断されると言われます。また、がんは日本人の死因の第1位です。がんの発症やがんによる死亡を防ぐために、次のような生活習慣を実践しましょう。

禁煙	たばこは肺がんをはじめ多くのがんに関連し、受動喫煙でもがんのリスクを高めます。喫煙のリスクを理解し、禁煙に取り組みましょう。
節酒	多量の飲酒は食道がん・大腸がん・乳がんなどのリスクを高めます。1日あたり純エタノール量換算※で20g程度(日本酒1合/ビール中瓶500ml1本)が適量です。 ※純エタノール量：酒量(ml)×(アルコール度数(%)÷100)×0.8
食生活	食物繊維を含む食品は大腸がんのリスクを下げ、塩分の多い食事は胃がんのリスクを高めます。野菜は1日350g以上、果物は150～200gを目安にとり、減塩を心がけましょう。 ※1日の食塩摂取目標量：▼男性7.5g未満、▼女性6.5g未満、▼高血圧などの場合6g未満
身体活動	適度な運動は大腸がん・胃がん・心疾患・糖尿病などのリスクを下げます。普段の生活で身体を動かす時間を増やしましょう。
適正体重の維持	肥満は大腸がん・乳がんなどのリスクを高め、やせすぎても不健康になりやすくなります。適正体重を維持しましょう。適正体重は「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」で算出されるBMI(体格指数)が18.5～25未満(65歳以上は21.5～25未満)です。
定期的ながん検診	がん検診は、死亡率を減少させるために有効な検診です。定期的に受診し、異常が見つかった場合は必ず精密検査を受けましょう。市で実施しているがん検診については、市ホームページを確認するか、保健センターにお問い合わせください。

(国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター「科学的根拠に基づくがん予防」より)

■生活習慣病予防

シニア世代向け

「ヘルスアップ実践教室」を開催します！(無料・要申込)

糖尿病・心臓病・脳卒中などの生活習慣病を予防するためには、適度な運動とバランスの良い食生活を続けることが必要です。保健センターでは生活習慣病予防のための教室を開催します。

○日時/内容

- ▼1回目 9月18日(金)10:00～12:00
／【講話・演習】生活習慣病と食生活
- ▼2回目 10月1日(木)10:00～12:00
／【講話】塩分の控え方
【講話・実習】効果的な運動と室内運動
- ▼3回目 10月22日(木)10:00～12:00
／【講話・実習】認知症予防とゴム体操

○場所 市保健センター

○対象 概ね60歳以上の市民(原則として3回とも受講可能な人)

○定員 15人(先着順)

○申込期限 9月3日(木)

●申込・問い合わせ

健康増進課 ☎️ 1190



結核・肺がん検診を受けましょう

今年度の結核・肺がん検診は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、会場ごとに定員を決め、予約制で実施します（先着順）。7月末現在、空きのある日程・会場は以下のとおりです。受診を希望する人は市保健センターまで早目に申し込んでください。

○日程・会場 (定員/各60人)

日	時	会場
10月6日(火)	13:00～16:00	日積出張所
10月8日(木)	8:30～11:30	阿月出張所
	13:00～16:00	柳井中学校第2体育館 (旧柳井南中学校体育館)
10月11日(日)	8:30～11:30	伊陸出張所

○検査内容

	胸部レントゲン撮影	たんの検査 (たんの検査のみは不可)
対象者	40歳以上の市民 (昭和56年3月31日以前生まれの人)	50歳以上(昭和46年3月31日以前生まれの人)で、問診により必要と判断された市民
自己負担額	300円	69歳以下500円 70歳以上200円

※生活保護受給世帯に属する人は検診料金が無料です。印鑑を持参し、会場で申し出てください。

○申込期限 8月31日(月)



●申込・問い合わせ

健康増進課 ☎③1190

家庭でできる食中毒予防

夏は湿度や気温が高く、細菌が増えやすい環境になります。細菌性の食中毒が発生しやすくなり、飲食店だけでなく家庭でも発生します。予防の3原則である、菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践し、食中毒を防ぎましょう。

●問い合わせ

健康増進課 ☎③1190



細菌を食べ物に「つけない」

- ▼調理を始める前、生の肉や魚・卵を取り扱う前後、トイレの後、鼻をかんだ後、食卓につく前、残った食品を扱う前には、必ず手を洗う。
- ▼手をケガしているときは、ゴム手袋を着用するなど、食品に直接触れないようにする。
- ▼まな板や包丁などの調理器具は使用の都度洗うか、肉・魚用と野菜用を使い分ける。
- ▼生で食べるものを先に取り扱う。
- ▼生の肉や魚、卵を扱った箸で調理済のものを扱わない。
- ▼食品の保管時は、密封容器に入れたり、ラップをかける。



付着した細菌を「増やさない」

- ▼生鮮食品や惣菜などは購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れる。
- ▼テイクアウトやデリバリーで購入したものは、できるだけ早く食べる。
- ▼冷蔵庫を過信せず、早めに食べる。



付着した細菌を「やっつける」

- ▼肉や魚はよく加熱する。
目安/中心部を75℃で1分以上加熱
- ▼まな板や包丁、ふきんなどの調理器具はよく洗う。特に肉や魚、卵を扱った後の調理器具は、洗剤でよく洗って、熱湯をかけて殺菌する。

9月10日～16日は自殺予防週間

大切な人のいのちを守るために

「自殺をしたいと思ったことがある」人が思いとどまった理由を調査した厚生労働省の「自殺対策に関する意識調査」によると、女性第1位・男性第2位に「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」というのが挙げられています。

大切な人のいのちを守るためには、「変化に気づく」「声をかける」「聴く」「つなぐ」「見守る」ことがとても大切で普段から体や心の不調のサインを見逃さないようにしましょう。



●問い合わせ

健康増進課 ☎③ 1190

変化に気づく

- ▼以前に比べて元気がない
- ▼仕事や家事の能率が低下しミスが増える
- ▼遅刻や早退、欠勤(欠席)が増える
- ▼趣味やスポーツ、外出をしなくなる
- ▼飲酒量が増える

声をかける

- ▼「よく眠れますか？」
- ▼「食欲はありますか？」
- ▼「体調の悪いところはないですか？」
- ▼「最近、辛そうですね」
- ▼「ため息ついてどうしたの？」
など

聴く

○ 良い例

- 視線を合わせて相槌を打ちながらじっくり聴く
- 心配していると伝える
- 良悪の判断や批判をしない
- 苦労してきたことにねぎらいの気持ちを伝える

✕ 悪い例

- ✕話をそらす
- ✕相手の言う事を否定する
- ✕一方的に説得する
- ✕安易な解決策を提案し、単に励ます

つなぐ

- ▼医療機関や相談機関の利用をすすめる
- ▼本人が迷っている場合は、付き添ったり家族などが相談する

見守る

- ▼医療機関や相談機関に相談した後も話を聴くことを伝える
- ▼声をかけたり、話を聴いたりする

ゲートキーパー養成講座などを行っています(無料・要申込)

市保健師による出前講座を行っています。ゲートキーパーの役割や心を支えあう大切さ、日頃のコミュニケーションの大切さなどを学びます。

- 対象 市内在住または在勤の6人以上のグループ
- 講師 市保健師
- 所要時間 約1時間
- 申込方法 希望する日時・場所を健康増進課に連絡してください。

●申込・問い合わせ

健康増進課 ☎③ 1190



? ゲートキーパーとは

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人のことで、「命の門番」と位置付けられます。

心理社会的問題や生活上の問題、健康上の問題を抱えている人や、自殺の危険を抱えた人々に気づき、適切にかかわります。

まちの出来事



7/2 令和2年度 山口県体育協会体育功労賞を受賞

柳井市テニス協会を設立し、同協会の運営や競技の普及に尽力した功績が評価され、^{かい たよしすけ} 會田芳典さん(写真左から2人目)が山口県体育協会体育功労賞を受賞し、市長と教育長に報告しました。會田さんは「協会を設立してから40年経つが、自分がしたいと思うことを続けてきた結果で、とても驚いている。今後も動ける限りは活動を続け、テニスの裾野を広げ、地元でテニスを楽しむ人を増やしたい」と話しました。

7/31 余田少年少女防犯パトロール

余田地区防犯協議会(^{もりた ゆきお} 森田幸男会長・写真手前)が昭和42年から続けているパトロール活動に、今年は余田小学校5・6年生24人の隊員が参加しました。余田出張所で開催された結団式では、森田会長は「このパトロールには歴史と伝統がある。大きな掛け声を出すことで自分たちにも地域の人たちにも自覚が生まれる。元気に大きな声でパトロールをしてほしい」と話し、同小6年^{たかしげとしひろ}・高重俊宏さんは「余田地区の伝統と先輩方の意思を引き継ぎ、ふるさと余田の防犯に努めます」と誓いました。その後、隊員たちは「こども110番」の設置箇所を確認しながら、地区内をパトロールしました。



ご寄附・ご寄贈ありがとうございました



7/7 パシフィコ・エナジー(株)様
不織布マスク 12,000枚

○提供先 医療機関など

^{みずた よういちろう}
水田洋一郎最高執行責任者補佐から
地域との共生のため、必要とされているマスクを寄贈することとしました。惜しみなく使ってください。今後も地域に密着した活動に取り組んでまいります。



7/8 公益社団法人 柳井法人会 様
消毒用アルコール(1斗缶) 75缶

○提供先 小・中学校

^{おの さとる}
小野悟会長から
日頃絵はがきコンクールや租税教室などでお世話になっている小・中学校で消毒用アルコールが不足していると聞き、手配しました。ぜひ活用してください。



7/14 柳井広域仏教会 様
義援金 30万円

○提供先 小・中学校

^{くわはらいっしん}
桑原一真会長から
学校再開に伴って消毒液やマスクなど何かと費用がかかると思い、その一助になればと寄附を考えました。将来を担う子どもたちのために活用してください。

やないの先人たちの知恵と汗・古代編

柳井茶臼山古墳・男女が力を合わせての統治

市教育委員会社会教育指導員 松島 幸夫

柳東地区の丘に目をやると、石に覆われた巨大な造形物が見えます。全長が90 mもある大型の前方後円墳柳井茶臼山古墳です。その石室から出土した円形の銅鏡は直径が44.8 cmもあり、古墳時代に製作された鏡としては日本一の大きさです。極めて貴重な古墳であることから、国の史跡に指定されています。

平成3年から茶臼山古墳の発掘調査を行い、その学術成果をもって復元整備事業を行いました。これほど大がかりで、正確に復元された古墳は県内では他に例がありません。

さて、被葬者を埋納する石室は、後円部の中心に設置するはずですが、ところが茶臼山古墳の石室は、中心よりも西側に設置してありました。東側にも対称をなす石室があるかと考え、探りましたがありません。眼を皿のようにして精査してみると、粘土が検出されました。もともとはその粘土で木棺を巻いていて、遺体を入れていた木棺や人骨は約1600年の間に腐敗し、粘土だけが残存したと推察されます。

西側の石室には刀剣が副葬されていたので、武力に長けた男王が埋納されていたのでしょうか。一方、東側

の粘土を巻いた木棺には、女性が葬られたと推察されます。その女性は神と交信する巫女であったのでしょうか。茶臼山古墳には家形の埴輪が数軒設置してありますが、その中に天上の神と交信するための2階造りの建物がありました。巫女は下界と隔絶された2階に上り、一心不乱に祈って神からのお告げを聴きました。

男王は武力で柳井地域の民衆を統治しましたが、武力だけでは不安定です。反逆者が現れる可能性があったため、絶対的な権威が必要であり、神の意思をもって民衆を導く必要がありました。男王が持つ武力に、巫女が招き寄せた神の権威を加えて、安定感のある統治が実現できたことを、発掘調査によって確認できました。



▲神と交信した2階建ての建物埴輪

●問い合わせ

文化財室 ☎2111 内線 332

休日夜間応急診療所 ☎9001

受付は診療終了時間の30分前まで／土曜日休診

■休日昼間：9:00～12:00, 13:00～17:00

■平日夜間：19:00～22:00

救急医療電話相談

こども(15歳未満)の相談 19:00～翌朝8:00

☎ #8000 (つながらないとき／☎083-921-2755)

おとな(15歳以上)の相談 24時間365日対応

☎ #7119 (つながらないとき／☎083-921-7119)

※緊急・重症の場合は迷わず119番に通報してください。

水道修理連絡先 ☎090-9505-1140

市指定水道工事協同組合加盟業者

(有)笹木設備、トオル電気(株)、日昭住設(株)、

ベルダ(株)、(株)一山電業

9月のけんけつ(400ml限定)

○日程

2日(水)	9:30～11:45	柳井市役所
	13:00～16:00	〃
20日(日)	9:30～12:00	ゆめタウン柳井
	13:15～15:30	〃

●問い合わせ

市保健センター ☎1190



市の人口

7/31現在

31,281人	増	転入	53人
(前月比49人減)		出生	15人
		その他	1人
男性14,618人	減	転出	75人
女性16,663人		死亡	42人
15,593世帯		その他	1人

受け入れる その気持ちこそ まず一歩

しらかべ ポリスニュース

柳井警察署 ☎③0110



うそ電話詐欺被害から 家族の財産を守ろう

県内では、高齢者だけでなく中高年世代や若い世代にもうそ電話詐欺の被害が発生しています。

犯人からの電話に出たり、送られてきたメールなどの連絡先に電話をすることで、被害に遭ってしまいます。

家族で声を掛け合い、注意し合って、大切な財産を守りましょう！

被害に遭わないためのポイント

- ▼電話で口座番号や暗証番号を聞かれたら詐欺！
- ▼キャッシュカードなどを受け取りに来るのは詐欺！
- ▼電話番号表示機能付きの電話機や在宅中でも留守番電話機能を活用！
- ▼1人で悩まず、直ぐに家族や警察に相談する！



表紙写真の説明

8月13日発行にちなんで昨夏の「キンスタグランプリ2019」受賞作品で表紙を飾りました。今年の「柳井金魚ちょうちん祭り」は中止となりましたが、全国各地で泳ぐ金魚ちょうちんが涼を感じさせてくれることでしょう。



新刊情報 図書館だより

柳井図書館 ☎②0628

大島図書館 ☎④2226

■休館日：毎週月曜日

柳井図書館／祝日の翌日、9/1 凶

大島図書館／祝日



新刊図書の一部をご紹介します。

■一般書(柳井図書館)

【大活字本】猫見酒	風野真知雄
文豪の悪態	山口 謠司
エンディングドレス	蛭田亜紗子
ゴーストハント1・2	小野不由美
おいしくて泣くとき	森沢 明夫
夢は捨てたと言わないで	安藤 祐介
きたきた捕物帖	宮部みゆき
日本の名作あらすじ300	造 事務所
念入りに殺された男	エルザ・マルポー
縄文人に相談だ	望月 昭秀
外来生物のきもち	大島 健夫
素敵なグレイヘア	グレイヘア東京

■一般書(大島図書館)

結婚させる家	桂 望実
あなたに会えて困った	藤崎 翔
銀翼の死角	麻見 和史
お父さんは認知症	田中亜紀子
「山奥ニート」やっています。	石井あらた

■児童書(柳井図書館)

えだまめ	こがようこ
サーカスが燃えた	中島 梨絵
オニのふろめぐり	岡田よしたか
南極のさかな大図鑑	岩見 哲夫
きつねのしっぽ	おくはらゆめ

編集後記

職業柄が、8月13日と聞けば反射的に金魚ちょうちん祭りが頭に浮かびます。小学生の時に始まり、大学時代も毎年帰省して出掛けた祭りも今年は残念ながら中止。私事ではありますが、この日はあと数年で100歳を迎える祖母の誕生日でもあります。ここ数十年きちんとお祝いでできていませんでしたが、今年はしっかりお祝いしたいと思います。(高杉)



ありがとう 感謝を込めた 愛言葉



7/17～8/31 金魚ちょうちん街角ライトアップ

金魚ちょうちんの電飾風景を毎年楽しみにしている人や白壁通りを訪れる観光客にライトアップした金魚ちょうちんを見てもらおうと、金魚ちょうちん街角ライトアップ実行委員会が白壁の町並みの一角で「金魚ちょうちん街角ライトアップ2020」を開催しています。これに併せ、金魚ちょうちんをテーマとするフォトコンテストなども企画されています。

■点灯期間

7月17日(金)～8月31日(月) 19:00～22:00



7/19 誰もが自由に演奏できる ストリートピアノへ

令和2年3月に閉校した柳井南中学校のグランドピアノが、同校出身者でつくる「南中ミーナ歌声会」によりアクティブやないに移設され、誰でも自由に演奏できる「ストリートピアノ」として使用されることとなりました。同会の向川洋治むかいがわようじ代表は「ストリートピアノを通して南中学校に思いをはせてもらえるよう設置した。誰でも気軽に楽しんでほしい」と語りました。



■演奏可能時間 9:00～17:00

※閉館日やイベント等開催時は使用不可



ヒマワリ

1年草 キク科

北アメリカ原産で、大きな黄色の花が特徴の夏を代表する花の1つです。空に向かって、真っすぐと大きく生長するイメージのあるヒマワリですが、フラワーランドでは、フラワーガーデンに草丈約30cm程度のコンパクトに開花するヒマワリ「バラード」を植栽しています。棚田一面に約7,000本植栽されたヒマワリと、夏ならではの青空とのコントラストをお楽しみください。

「音訳しらかべの会」の皆さんによる「声の広報(音訳版広報)」を市ホームページに掲載しています。