

回 覧

令和8年5月20日

自治区長様

飯南町長 塚原隆昭
(まちづくり推進課)

令和8年度 飯南町総合振興計画等評価委員会委員募集 (ご案内)

飯南町では、「第3次飯南町総合振興計画・第3期飯南町総合戦略」として令和6年度に計画を策定し、「笑顔と誇りを未来へつなぐまち 飯南」を10年後の将来像としてまちづくりを推進しています。

この計画では、「飯南町総合振興計画等評価委員会」を設置し、事業の進捗状況の評価やご意見をいただき、町民の意見を反映した施策を推進することとしています。

つきましては、令和8年度飯南町総合振興計画等評価委員会の委員を募集しますので、自治区内への周知をよろしくお願いします。

【お問い合わせ先】

まちづくり推進課 企画担当

TEL 76-2864

FAX 76-2221

令和8年度 飯南町総合振興計画等評価委員を募集します

趣 旨： 飯南町の進むべき将来像及び実現するための指針として策定した総合振興計画並びに飯南町総合戦略の達成、進捗状況等について評価を行い、住民と行政が協働し、地域の特性にあった個性豊かで住民が真に暮らしやすいまちづくりを推進するため設置します。
評価委員会は1～2回程度（7～8月頃）の開催を予定し、施策の評価や今後の重要と考えられる取組み、必要と考える施策などについての意見集約を行い、飯南町政への反映をします。

委員の任期：委嘱の日から令和9年（2027年）3月31日まで（予定）

報 酬 等：町の規定による日額報酬及び費用弁償をお支払いします。

募 集 人 数：2～3名程度

応 募 条 件：趣旨に賛同し、飯南町に在住している18歳以上の方

応 募 方 法：応募用紙に必要事項を記入の上、役場まちづくり推進課まで持参・FAX・郵送又はメールにより応募してください。

応募用紙は役場本庁舎・頓原基幹支所・来島支所・志々支所の各窓口
に設置している他、町ホームページからもダウンロードできます。

応 募 締 切：令和8年6月12日（金）

※なお、応募多数の場合は選考により決定します。



町 HP QR コード

飯南町総合振興計画等評価委員会 委員応募用紙

（締切：令和8年6月12日（金））

| | | | |
|------------|----------------------|------|-----------|
| ふりがな 氏名 | | 生年月日 | 昭・平 年 月 日 |
| 住所 | 飯南町 | 連絡先 | () - |
| 応募動機 | ※例) 町の取り組みを知りたかったから。 | | |

※連絡先は日中連絡がとれる電話番号（携帯電話等）をご記入ください。

（提出先）飯南町まちづくり推進課 企画担当

〒690-3513 飯石郡飯南町下赤名 880 番地

電話：76-2864 FAX：76-2221

メール：machidukuri@iinan.jp

LINEで飯南町とつながろう！

出張
します！

申込み
無料

使いかた

飯南町公式 LINE教室

飯南町公式LINEは、使いやすく便利な機能を増やしバージョンアップしました。「使いたいけどどうすればいい？」「何ができるの？」という方に、新しくなったLINE機能の使い方をお伝えする場を作りました。

下記のできることリストの中で、興味があって使ってみたい！や、こんな機能増えるとうれしい！というお声までぜひお聞かせください。

いま、こんなことができます



興味のあるお知らせだけを受け取る

町内の公共施設のLINE予約

クマアラートを受け取る

上下水道の申請

クマ発見時にLINEで通報

ゴミの出し方、カレンダーを確認

自治区文書、広報誌を読む

防災時のお役立ちボタン

申し込みから
当日までの流れ

お申込み

Googleフォーム、
FAX、電話、メール
のいずれかで

日程・会場の確定

日程・会場はご要望に合わせて調整し、
決定次第ご連絡します

当日

気軽になんでも
ご相談ください

お申込みにあたっては裏面も必ずご確認ください。

問合せ先

飯南町まちづくり推進課 (平日8:30~17:15)



76-2864



76-2221



machidukuri@iinan.jp

随時受け付け・随時実施

Googleフォーム
はこちら



この面のみ
FAXしてください

使いかた

FAX
申込書

飯南町公式LINE教室

会場 本庁舎、支所、公民館などご要望に応じます

申込み 無料

実施日 6月以降の平日
(随時受け付けしています)

時間 平日9:00~17:00の間で
30分~1時間程度

申込み 希望日の2週間前までにお申し込みください
調整後に実施日を決定します

対象 どなたでも
(1人から申し込み可)

LINE教室の内容は、原則として飯南町公式LINEの取り組みに関することとします。
スマートフォンの基本操作などについてはお答えしかねます。

FAX 0854-76-2221

必要事項をご記入の上、上記のFAX番号までお送りください。

| | |
|---------------|---|
| 申込者氏名 | |
| 開催希望日時 (第1希望) | 月 日 時~ |
| 開催希望日時 (第2希望) | 月 日 時~ |
| 開催希望日時 (第3希望) | 月 日 時~ |
| 開催を希望する会場 | |
| 参加される人数 | 人 |
| 連絡先 | <ul style="list-style-type: none">・電話番号、メールアドレスのいずれか連絡の取れる方・間違いのないようにご記入ください |

みんなで
話そう。
このまち
のこと

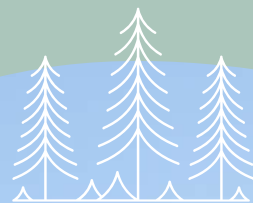


飯南町笑顔あふれる

まちづくり懇話会

受付中

回覧



関心のあるテーマについて、みんなで語り
合いませんか。テーマは自由。
テーマに応じて、町職員がみなさんのもと
へ伺います。

テーマ

子育て、農業、教育など関心のあるテーマをご指定ください。

対象

若者、高齢者、地域コミュニティなど、どんな団体やグループも対象です。

開催日

平日のうち2時間程度（希望日を伺い、後日調整させていただきます。）
※開催希望日の14日前までに実施申込書を提出してください。

申込方法

「実施申込書」を役場窓口へ提出するか、メールまたはFAXでお送りく
ださい。

飯南町まちづくり推進課

TEL:0854-76-2864 FAX:0854-76-2221

MAIL: machidukuri@iinan.jp

実施申込書
ダウンロード



【懇話会の開催を希望する場合は本申込書を提出してください】

繰り返し使う場合はコピー等をしてお使いください

様式第1号(第5条関係)

飯南町笑顔あふれるまちづくり懇話会実施申込書

年 月 日

飯南町長 様

団体名

住所

代表者名

電話番号

飯南町笑顔あふれるまちづくり懇話会を実施したいので、飯南町笑顔あふれるまちづくり懇話会実施要綱第5条の規定により次のとおり申し込めます。

1 希望のテーマ _____

2 要望欄(特に説明して欲しい内容等)

()

3 希望日時

【第1希望】 月 日 時 分から 時 分まで

【第2希望】 月 日 時 分から 時 分まで

4 開催場所

会場名

電話番号

5 参加予定人数

6 出席者希望(課名、役職)

7 その他

職場での健康づくり

しまね★まめなカンパニーに登録しよう!

○しまね★まめなカンパニーとは?

島根県では、従業員の健康づくり・健康経営に取り組む事業所や来客者等への健康情報発信にご協力いただける事業所を「しまね★まめなカンパニー」として登録しています。島根県健康推進課や保健所等が取組をお手伝いします。

○どんなことをするの?

5つのメニューの中から事業所が無理なく取り組めることにチャレンジ!星1つからでも登録できます。

登録申込方法は県HPをご覧ください。

取組例: 社内での情報発信(社内イントラネットの活用、社内報への掲載など)
始業前のラジオ体操
がん検診への助成

○どんなカンパニーが登録されている?

現在様々な業種の440社以上に登録いただいています。県HPにて、認定事業所一覧や取組状況を紹介しています。

しまね働く人と職場の健康づくり応援サイト

職場の健康づくりに活用いただける各種情報を発信しています。

県内の健康経営に関する優良な取組をされている事業所の事例集も掲載していますのでぜひご覧ください。

取組メニュー

- ★たばこ対策
- ★生活習慣の改善
- ★心の健康づくり
- ★がん検診・各種健診の啓発
- ★従業員の治療と仕事の両立支援

登録申請方法やカンパニー取組状況はこちら



応援サイト事例集掲載ページはこちら



骨粗しょう症について動画で解説!!

(しまねMAMEインフォ)



健康づくりまめ知識

骨粗しょう症を予防しよう!

骨粗しょう症とは?

骨粗しょう症とは加齢や生活習慣などさまざまな理由により骨密度が激減して、骨がスカスカになり、骨の強度が低下して折れやすくなる病気です。

特に女性に多く見られますが、高齢の方だけではなく、若い方でも、栄養不足や月経不順等によって骨粗しょう症の発症や、骨密度の低下による骨折を引き起こすおこす可能性があります。

骨粗しょう症を予防するには?

- **食事** 1日3食バランスの良い食事をする
▶ カルシウム、ビタミンD、ビタミンKが特に大切!
- **運動** 骨に刺激を与えるような運動がオススメ!
▶ 階段の上り下りやウォーキング等が効果的です。
- **禁煙** 喫煙は骨に悪影響を与えます。禁煙をオススメします。
- **適度な日光浴** ビタミンDは食事から補うだけではなく、日光に当たることで合成されます。毎日の適度な日光浴を心がけましょう。

参考: スマート・ライフ・プロジェクト「骨活のすすめ」、しまねMAMEインフォ「骨粗しょう症ってなに?」



「今週の+1」配信中!

健康推進課公式XやFacebook、ホームページで「今週の+1」を毎週発信しています。日々の生活に健康づくりを「+1」!



「しまねMAMEインフォ」公開中!

5分位の短い動画で健康に役立つワンポイントがわかります!



問い合わせ先: 島根県健康福祉部健康推進課

〒690-8501 島根県松江市殿町1番地 TEL 0852-22-5685 FAX 0852-22-6328

いきいきしまね

2026



健康長寿しまねマスコットキャラクター まめなくん

令和7年度

健康づくり活動表彰受賞団体が決定しました!

島根県では、長年地域や職場で健康づくりに積極的に取り組んでいる団体を表彰しています。今年度、「島根県知事賞」「健康長寿しまね推進会議会長賞」を受賞された団体をご紹介します!

島根県知事賞

地域部門

- 木部地区健康を守る会 (津和野町)

職域部門

- まるなか建設株式会社 (松江市)
- 社会福祉法人愛耕福祉会 (雲南市)
- 高橋建設株式会社 (益田市)

健康長寿しまね推進会議会長賞

地域部門

- 十神地区健康推進会議 (安来市)
- 雲南市ウォーキング協会 (雲南市)
- 直江地区健康づくりの会 (出雲市)
- あぶりこ百歳体操 (江津市)
- 二川健康づくりを考える委員の会 (益田市)
- 左登地区健康を守る会 (津和野町)
- 西田なかよしサロン (隠岐の島町)

職域部門

- 株式会社まるきょう (奥出雲町)



表彰式の様子 (R7年11月12日開催)



島根県知事賞を受賞された4団体へ、石原副知事より表彰状、健康長寿しまね推進会議 森本会長より副賞を授与しました。

表彰式の後には懇談会を開催し、各団体の取組や地域・職場での変化などについてお話しいただきました。どの団体も長年にわたり、積極的に健康づくりに取り組まれており、各地域や職場の特色に合わせ、工夫をしながら取組を展開されています。

知事賞受賞団体の概要は中面でご紹介!

「健康長寿日本」を目指して、県民運動として取り組む健康長寿のまちづくり。島根県健康福祉部長 周山 幸弘

県の総合計画「第2期島根創生計画」では、県民の皆様が自ら健康づくりに取り組めるような環境整備を進め、健康寿命の延伸を図ることで健康長寿日本を目指しています。

島根県の健康寿命は男女とも延伸しており、がんや脳血管疾患、心疾患等の年齢調整死亡率も減少しています。

しかし、高血圧や肥満者割合等は悪化しており、特に青年期からの生活習慣の改善や疾病の早期発見・重症化予防が重要となっています。こうしたことを踏まえ令和2年度から開始した「しまね健康寿命延伸プロジェクト」も、今年度から第2期を迎えました。

引き続き、「減塩」「野菜摂取」「運動の促進」を重点課題とし、普段の生活の中でひとつでも多く健康づくりに取り組んでもらう「+1」(プラスワン)活動を推進しています。

また、県内各地や職場で健康づくりに積極的に取り組まれている団体等への表彰や、その取組状況の発信などを通じて、住民主体の健康づくり活動や、職場ぐるみの健康づくりの取組も推進しています。

県民の皆様一人ひとりの健康を意識した行動が高まるよう、これらの取組を積み重ね、健康づくりを県民運動として、より一層地域に広げ、活力ある島根をつくってまいります。

島根県知事賞

地域部門

木部地区健康を守る会 津和野町 活動年数：30年

「健やかで生きがいのある地域づくり」をテーマに、地域ぐるみで生涯を通じた体力づくりや健康づくり、安心して暮らせるまちづくり運動を行い、健康の保持増進をすすめています。①活動を長く続ける（歴史のある活動を発展させながら継続）、②地区関係団体と共催（小地区だからこそ助け合う）、③地域のニーズに合わせた柔軟な対応の3点を大切に、試行錯誤を行いながら長年活動を続けています。

職域部門

まるなか建設株式会社 松江市 活動年数：14年

全従業員が安全・健康に働けるよう、①メタボリックシンドローム（予備軍含む）の減少、②健診の再検査受診率を上げ、自発的健康管理の定着・推進、③健康管理データベースの作成による継続的な健康増進を目標に掲げ、従業員の健康づくりや働きやすい職場づくりに取り組まれています。

社会福祉法人愛耕福祉会 雲南市 活動年数：10年

職員の健康保持増進と職場環境改善を目指し、健康づくりを戦略的に実践されています。衛生委員会を中心に、健康経営に取り組む基盤・体制を構築し、職場の課題、環境の変化、今後の動向を見据えた研修会やイベントを開催し、「職員ファースト」の活動を推進されています。

高橋建設株式会社 益田市 活動年数：50年

経営トップ自らが禁煙宣言をしたり、全体朝礼にて健康づくりの話をする等、旗振り役となり、事業所全体が健康経営の考えを持ち、取組をされています。個々の従業員に合った働き方を一緒に考え、健康管理のための休暇や補助制度も導入し、安心して長く働ける建設会社を目指しています。



知事賞受賞団体の取組や健康長寿しまね推進会長賞受賞団体の取組については 県ホームページにてご紹介していますぜひご覧ください 島根県 健康づくり活動表彰



令和7年度

8020よい歯のコンクール



11月8日は「いい歯の日」です。島根県と島根県歯科医師会では、歯科保健に関する普及啓発を目的として「8020よい歯のコンクール」を実施しています。

80歳で20本以上の歯のある方で今年度は135名の応募があり、最優秀賞1名、優秀賞4名、優良賞130名となりました。

受賞者は、日頃から仕事や家庭菜園等で体を動かしたり人と交流をされていました。また、口腔体操をされていたり、歯科医院での定期的な口腔清掃をされていました。

最優秀賞 山口 忠さん(益田市)

優秀賞 菅井好弘さん(松江市)・内部邦子さん(出雲市) 小野善道さん(浜田市)・淀 恵子さん(海士町)



山口 忠さん



淀 恵子さん

しまね健康寿命延伸プロジェクトに取り組んでいます!

健康なまちづくりの推進

地域の健康課題解決に向けた取組や、住民主体の健康なまちづくり活動を進め、活力ある地域づくりにつなげるため、二次医療圏域ごとにモデル地区を設け、住民・関係団体・市町村・保健所等が連携し、住民主体の健康づくりの取組を展開しています。

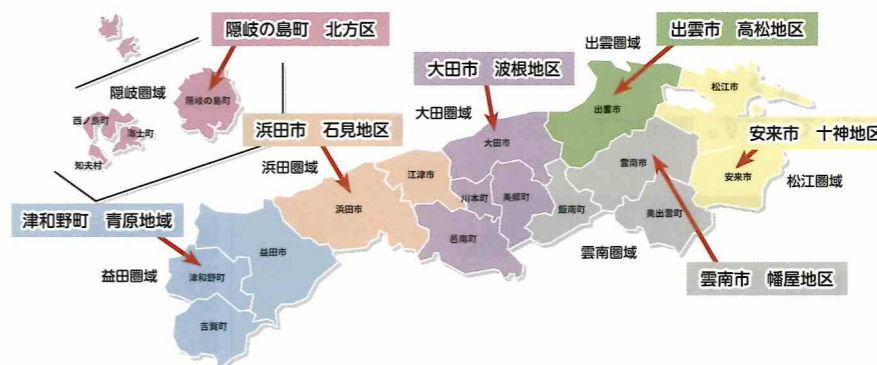
しまね健康寿命延伸プロジェクトとは

健康寿命の延伸を目指し、「減塩」「野菜摂取」「運動の促進」の3つを重点に様々な啓発活動や環境整備に取り組んでいます。

生活の中に健康に良いことを1つ取り入れる「健康づくり+1（プラスワン）」がキーワード!

第1期(R2~6年度)の取組

地区の活動に健康づくりを「+1」!



【こんな取組をしました!】

- 地区の集まりが始まる前にラジオ体操
- 地区のイベントで健康づくりブースを設置
- 公民館に健康づくりに関する啓発グッズ展示
- 学校と連携した減塩や野菜摂取に関する啓発

など

- 取組の結果...
- ▶住民の健康や運動、食に対する意識が改善しました
 - ▶活動へのやる気や満足度等、活動に対するポジティブな感情が生まれました
 - ▶住民同士、住民・行政間の関係性がより強まりました

Next... 第2期(R7~11年度)では、新たなモデル地区を設け、第1期での取組も踏まえ、住民主体の健康なまちづくりの横展開を目指し、取組を進めます。

あと野菜プラス70g!しまねの野菜でいい調子!

島根県民の野菜摂取量の平均は245.9gと、健康長寿しまね推進計画(第三次)で掲げる目標の350gに届いていません。

島根にはおいしい野菜、島根で生まれた野菜があります。おいしい島根の野菜を食べていい調子になりましょう!

1日350g以上野菜を食べている人の割合(20歳以上)



出典：令和4年度島根県民健康栄養調査

1日5皿分が目安です



1食あたりの目安は、加熱した野菜なら片手1杯分。生野菜なら両手1杯分くらいです。

料理にするとこれくらい

カラダにまめなメニューのご紹介

島根県では、「野菜摂取」と「減塩」に配慮した総菜や弁当、飲食店のメニューなどを「カラダにまめなメニュー」として認定しています。

このマークが目印!

「カラダにまめなメニュー」を選択肢のひとつとしてぜひご活用ください。



詳しくはこちらから



暮らしの中の介護予防

回覧

令和8年度

飯南町バスの乗り方セミナー

長く元気に過ごすために、自家用車以外の手段を使って外出できることは大切です。介護予防を目的としたバスの乗り方セミナーを開催します。この機会にぜひ一緒に勉強しましょう。

対象者：飯南町在住の高齢者の方及び支援者の方で3人以上のグループ ※人数の上限については要相談

内容：飯南町内を町営バスを利用して移動する方法を講義編と実践編の2回に分けて学びます。

お申し込み方法：電話でお申し込みください。

開催期間：令和8年6月1日から令和9年2月末
(グループごとに日程調整します)

定員：50名

(参加者数が50名を越えた時点で受付を終了します。)

お申し込み

参加費無料
(バス代助成)

飯南町保健福祉課
電話 0854-72-1770

令和8年度 食生活改善推進員 育成教室

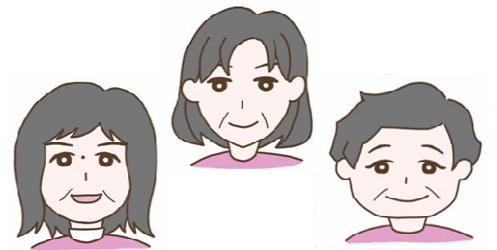
受講生募集

いちばん身近で楽しみな、生命にかかわる大切な“**食べること**”

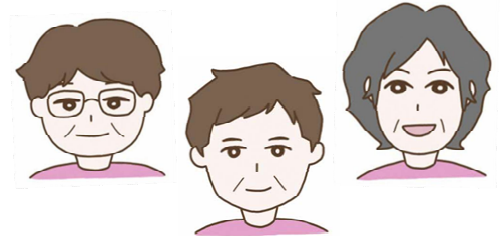
今一度、自分の生活を振り返ってみませんか？

ひとりでも、友達を誘ってもOK！この教室は学びと仲間作りの場です。気軽に出かけてみませんか？

募集条件 飯南町に住んでいる方
自分のために学んでみたい方
地域のために何かしてみたい方
性別・年齢は問いません



募集人数 20名程度



申し込み 保健福祉課(72-1770)へ電話
締め切り:6月12日(金)

日程(全6回)

- ①7月9日(木)開講式、講義
- ②8月6日(木)講義
- ③9月3日(木)講義
- ④10月8日(木)調理実習、講義
- ⑤11月26日(木)調理実習、講義
- ⑥12月24日(木)講義、閉講式

時間 10:00~15:00
※8月は10:30~15:30
12月は12:00まで

会場 飯南町保健福祉センター

内容 生活習慣病予防など健康や食事に関する講義と調理実習

受講料 テキスト代:1,700円
調理実習:1回500円(全2回実施)
*希望者のみ食品成分表:700円

食生活改善推進員とは？

通称“食改さん”。
飯南町で活動する食のボランティア団体で
ピンクのTシャツが目印です！
「私達の健康は、私達の手で」を
スローガンに、郷土料理の伝承や食育を
行っています。



飯南町公式LINEでは、**食育の日(毎月19日)**に合わせて
食改さんの活動や食育に関する情報を発信しています。
二次元コードより友だち追加し、ぜひご覧ください♪



【お問い合わせ】
飯南町保健福祉課
72-1770(管理栄養士)