

# 区民のページ

各区からのお知らせや魅力・取り組みなどを紹介します。

※人口は住民基本台帳による数(令和2年6月30日現在)。



## 北 区

人口：296,482人 面積：450.70km<sup>2</sup>

北区役所

〒700-8544 北区大供一丁目1-1 (市役所本庁舎および分庁舎内)

つくりやま

### 造山古墳周辺の散策コースを紹介します ～古代吉備王国のロマンに触れてみませんか～

出発地点は、4月1日にオープンした造山古墳ビジターセンター。古墳築造当時の吉備の繁栄ぶりを紹介したパネルや、埴輪の模型が常設展示されています。館内では「日本遺産『桃太郎伝説』の生まれたまちおかやま」を紹介する映像も流れ、とても見応えがあります。

続いて、立ち入ることのできる古墳としては日本最大の造山古墳へ。近づくとその大きさに圧倒されます。後円部からは、周囲の素晴らしい眺めを堪能でき、前方部の荒神社には石棺が設置されています。



造山を下り、第1～4、第6古墳を巡り千足古墳(第5古墳)へ。千足古墳は現在復元中ですが、頂上には埴輪がずらりと並べられていて壮観です。

この散策コースは、ビジターセンターを出て約1時間で回れます。造山古墳蘇生会のボランティアガイドさんに古墳周辺を案内(約1時間

半)してもらうこともできますので、散策をお楽しみください。



#### ●造山古墳ビジターセンター

入場料 無料

開館時間 10時～15時

休館日 月曜日・年末年始

#### ●ガイドの依頼

造山古墳蘇生会 ☎090-3633-5200



## 中 区

人口：147,736人 面積：51.24km<sup>2</sup>

中区役所

〒703-8544 中区浜三丁目7-15

### 健康チェックしてみませんか

#### ～中区在住65歳以上の人対象～

皆さんは、日頃から自分の健康状態について把握していますか。

中区では、区独自の企画として、山陽学園大学看護学部の先生や学生と協働し、中区の高齢者の健康チェックを行っています。「足の筋力」「認知機能」「体内水分量」「骨密度」



など、普段なかなか調べることでできない内容ばかりで、毎年、大変好評をいただいている企画です。測定結果は、学生が個別に説明を行います。ご夫婦やご友人同士など、ぜひお誘い合わせの上、ご参加ください。

場 所	測定日
富山公民館	9月9日(水)
岡山ふれあいセンター	10月13日(水)
操山公民館	12月8日(水)
福祉交流プラザ旭東	令和3年1月6日(水)
高島公民館	令和3年1月27日(水)
東公民館	令和3年2月16日(水)

※結果説明は各測定日の週の金曜日

#### ◆測定回

各測定日の ①10時～12時  
②13時～15時

#### ◆定員 各回10人程度

(定員を超える場合は抽選)

#### ◆詳細・申込方法

ホームページ・チラシなどでご確認ください



#### ●問い合わせ

中区役所総務・地域振興課

☎086-901-1602

※新型コロナウイルス感染症対策を行った上で実施します。今後の感染拡大の状況によっては中止する場合があります。

各区役所への電話は、市役所代表番号からおつなぎします。

市役所代表

☎086-803-1000



# 東区

人口: 94,967人 面積: 160.53km<sup>2</sup>

東区役所

〒704-8555 東区西大寺南一丁目2-4

## 三徳園

### ～晴れの国「おかやま」で農業を！～

三徳園は東区竹原にある農業研修施設です。併設された広大な芝生広場や、探鳥の森として散策道が整備された「小鳥の森」は、都市近郊でありながら自然と触れ合うことができ、バードウォッチングや散歩、校外学習で訪れる子どもたちなど多様な世代の憩いの場となっています。



三徳園は昭和9年に矢野恒太氏が農業人の育成のため、「三徳塾」として創設し、昭和43年に県立農業学校の新設に伴い三徳園と改称されました。平成30年には、研修交流館や研修農場が大きくリニューアルされ、農業技術力や経営力向上のための研修を行うなど、社会人就農研修に一



層の力を注いでおり、本格就農に向けた拠点施設として、多くの就農希望者が訪れています。

また、毎年春と秋に、園内で生産した花木苗や三徳園友の会会員の農家が栽培した野菜などの即売会が行われ、多くの人でにぎわいます。



#### ●問い合わせ

県立青少年農林文化センター三徳園

☎086-297-9010



# 南区

人口: 169,491人 面積: 127.48km<sup>2</sup>

南区役所

〒702-8544 南区浦安南町495-5

## 稲穂かがやき 笑顔あふれる興除地区

### ～伝統文化のご紹介～

興除地区は、市の南西部に位置し、倉敷市、早島町に隣接しています。興除の地名は中国の書にある「興利除害」から名付けられたと伝えられています。

今回は、興除地区伝統の「興除小唄」・「ふなめし」をご紹介します。

#### 【興除小唄】

興除小唄は、昭和初期に住民が中心となって作られました。歌詞の1番から4番では地域の日々の生活を、5番では地域の絆が歌われています。現在はポップ調に編曲したのもあり、夏祭りやK.O.J.Oお米フェス

イバルでは、子どもから大人まで多くの人が興除小唄に合わせて踊りを楽しめます。

興除小唄一番	見島平野は 緑に明けて
	かすむ常山 薄化粧
	村はのどかな 菜の花咲いて
	空に雲雀が 空に雲雀が
	音を繞う
ヨイトコヨイヨイ	
ヨイトコヨイヨイ 音を繞う	

#### 【寒の味 ふなめし】

ふなめしは興除の伝統料理です。寒ぶなを出刃包丁の背でたたいてミンチ状にします。そのたたく音からトントコ飯とも言われます。ミンチ

にした寒ぶなを油で炒め、ゴボウ、里芋、人参、豆腐などと煮込み、その汁をご飯にかけて食べる料理です。コクがあってとてもおいしく、カルシウムも取れます。毎年、K.O.J.Oお米フェスティバルで味わうことができます。ぜひご賞味ください。



#### ●問い合わせ

興除地域センター ☎086-298-3131

興除公民館 ☎086-298-2660