

ふるさと発見! あわっ子文化大使通信

あわ文化を次の世代に伝承し、徳島の魅力を県内外に発信する「あわっ子文化大使」のレポートです。

新しい北島町の魅力

●あわっ子文化大使リポーター  
北島町立北島中学校 井原 美咲



北島町は、地形がひょうたんに似ていることから「ひょうたん島」という愛称で親しまれ、平成の初期からひょうたん作りが始まったと言われています。今では、皇室へ献上するものや、「名誉総裁秋篠宮賞」に輝いたものなど、県内外を問わず活動が広がっています。私も何度かひょうたんの絵付け体験をしたことがあります。小さい子どもから大人まで、楽しめるものでした。



ひょうたんキーホルダー (北島町役場提供)

ひょうたんは、昔から縁起物とされています。一つの説として、ひょうたんは上の部分が小さく、下の部分が大きくなっていて、このような形を「末広がり」といい、昔から縁起が良いと言われています。

ひょうたん作りは、平成初期から始まった新しい文化ですが、これからもっと多くの人に親しまれ、ひょうたんに興味をもってもらえるように伝えていきたいと思っています。みなさんもひょうたんキーホルダーはいかがですか。ぜひ、絵付け体験に参加してみませんか。

●皆さんからのご意見・ご感想をお待ちしています。  
学校教育課 ☎088-621-3054 FAX088-621-2882

令和3年度 野菜たっぷり料理 レシピコンクール



【JA全農とくしま賞】 トマト大好き!! 栄養満点おうちリゾット

- 材料 1人分
- にんじん20g、なす15g、玉ねぎ35g、きゅうり(飾り付け用)適量、トマト200g、水90cc、スケトウダラのミンチ25g、ホワイトシチューのルー20g、牛乳10g
  - ごはん20g、ピザ用チーズ8.5g、パセリ・パプリカ粉適量
- レシビ
- ① にんじんは皮ごと小さめの乱切り、なすは皮をむいて小さめの乱切り、玉ねぎはスライス、きゅうりは2.5mm幅に輪切りにして星形にぬく。トマトのヘタをとり、中をくりぬく。
  - ② 鍋ににんじん・なす・玉ねぎ・水を入れて煮る。
  - ③ にんじん・なす・玉ねぎ・水を入れて煮る。
  - ④ ③にホワイトシチューのルー、牛乳の順に入れシチューを完成させる。
  - ⑤ 中をくりぬいたトマトに④、ごはん、くりぬいたトマトの中身、④の順で重ね入れ、チーズをかけ、星形きゅうりをのせて、220℃のオーブンで5~6分ほど焼く。
  - ⑥ パセリ・パプリカ粉をふって完成!!
- もうかるブランド 推奨課



社員の健康づくりにも「テクとく」が大活躍です。

創業時から社員たちの健康管理に気を配ってきましたが、もっと能動的に運動習慣を身につけてほしいとの願いから「テクとく」を取り入れられました。アプリでは職場対抗戦などのイベントも開催されるので、遊び感覚で健康づくりを行えるだけでなく、社員の団結力を高めるきっかけにもなっています。今後はお客様も巻き込みながら、健康経営の輪を広げていければ。みんなで一丸となって建設業界を盛り上げていきます!

喜多機械産業 喜多 真一さん



グループやランキング機能で健康経営を推進

●ランキング機能  
個人やグループの合計歩数を競う「ランキング機能」を搭載。それぞれの目標に向かってウォーキングを楽しめます。

●このほかにもコンテンツが盛りだくさん!  
詳しくはアプリをチェック!

●まずはアプリを無料\*ダウンロード\*  
お使いのスマートフォンに合わせて「iPhone版」か「Android版」をお選びください。

ダウンロードはこちら

●協賛事業者を募集しています!  
「テクとく」では、アプリ利用者の方に付与されるランクカードに応じた、賞品や特典をご提供いただける事業者を募集しています。

●みんなが健康! 県産食材料理 レシピコンクール  
「テクとく」では野菜摂取量を入力することでポイントGET! 県では現在、県産野菜を使用したアイデアあふれる料理レシピを募集しています。

●お問い合わせ先 健康づくり課 健康プロジェクト担当 ☎088-621-2208 FAX088-621-2841

だから今日も「テクとく」で健康管理をしています!



週末のジョギングが今まで以上に楽しくなりました。

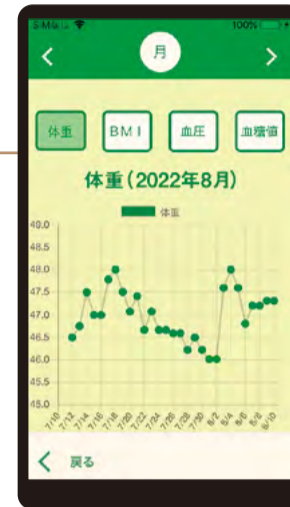
会社が「テクとく」を活用した健康増進に力を入れていることもあり、私も1年前からアプリを使いはじめました。その日だけでなく週や月ごとの歩数や消費カロリーもグラフ化されるので「あれ?今週はあまり歩けていない」ということがすぐに分かるんです。会社の方でもポイントに応じて表彰制度を設けるなど、社員の健康づくりを後押ししてくれています。おかげで体調はいつも万全。これからもアプリと一緒に元気に歩きます!

阿波銀行 木原 努さん



日々の健康情報をグラフで管理

●健康管理機能  
日々の体重や血圧、血糖値、野菜摂取量などを任意で入力し、健康状態の推移をグラフで管理することができます。



スマホ1台で健康管理を行える時代が来たことにビックリです。

血圧が高くなり始めた40代の頃から、30年以上にわたってウォーキングを続けています。歳を重ねるごとに体力の維持が難しくなり、と喜んでいました。今後は心身共に健康です。「テクとく」を使い始めて2年になりますが、日々の健康管理をスマホ1台で行

える時代が来たのだと感動しています。友人は「健康ポイントで景品が当たった!」と喜んでいました。今後はアプリを活用しながら、健康的に暮らし続けたいと思っています。

花岡 建治さん



ランクカード

健康ポイントをためよう!

アプリを開いたり、歩いたりして「健康ポイント」を貯めると、協賛店での特典や豪華賞品に応募できる「ランクカード」を獲得できます。対象施設や賞品はアプリでチェック!



徳島県新型コロナ関連相談コールセンター

24時間対応 土・日・祝日含む

少しでも体調の異変を感じたら  
まずは、かかりつけ医に電話でご相談ください

かかりつけ医がない、相談する医療機関がない場合は...

- 受診・相談センター ☎ 0570-200-218  
受診可能な「診療・検査協力医療機関」をご案内します。
- コロナ後遺症相談窓口 ☎ 0570-022-276  
「症状や体調に関する相談」や「症状に応じた医療機関」をご案内します。 FAX:0120-946-199 (フリーダイヤル)
- その他、県内のコロナウイルスに関する一般相談 ☎ 0120-109-410  
聴覚に障がいのある方など、電話での相談が難しい方は、FAXをご利用ください。 FAX:0120-946-199 (フリーダイヤル)
- 新型コロナワクチン接種に関する、副反応等のご相談は...
- 新型コロナワクチン専門相談コールセンター ☎ 0120-808-308  
専門的な知識を有する看護師や保健師が24時間対応し、接種による「副反応」や「医学的知見が必要となる専門的な相談」などを承ります。 FAX:0120-939-412 (フリーダイヤル) ☒ vaccine\_tokushima@bricks-corp.com

新型コロナワクチン接種後も引き続き、感染防止対策をお願いします。

「3密(密閉・密集・密接)」の回避、マスクの着用、手洗い手指消毒の励行 など

スタジアムに行こう!

●2022明治安田生命J2リーグ  
8/14(日) 19:00~大分トリニータ【美馬市民デー】  
8/27(土) 19:00~レノファ山形FC【徳島県民デー】  
9/3(土) 時間未定 ヴァンフォーレ甲府【徳島市民デー】  
会場: 鳴門・大塚スポーツパーク ポカリスエットスタジアム

●四国アイランドリーグplus2022後期公式戦  
8/11(木) 18:00~愛媛マンダリンパイレーツ(鳴門)  
8/12(金) 18:00~愛媛マンダリンパイレーツ(阿南)  
8/19(金) 18:00~高知ファイティングドッグス(阿南)  
8/20(土) 18:00~香川オリーブガイナーズ(阿南)  
8/21(日) 18:00~香川オリーブガイナーズ【徳島県民デー】(蔵本)  
8/25(木) 18:00~香川オリーブガイナーズ(蔵本)  
8/26(金) 18:00~高知ファイティングドッグス(蔵本)  
9/3(土) 18:00~高知ファイティングドッグス(蔵本)  
9/4(日) 18:00~高知ファイティングドッグス(蔵本)  
※都合により試合日程が変更となる場合があります。

県庁だより

- 県主催の講習会や募集などさまざまな情報をお知らせします。
- 資格・試験  
●令和4年度徳島県職員等採用試験  
①短期大学卒業程度、高等学校卒業程度  
②民間企業等職務経験者対象  
③就職氷河期世代対象  
【とき】9月25日  
【ところ】①徳島大学総合科学部  
②③徳島大学総合科学部、立教大学池袋キャンパス、CIVIL北梅田研修センター  
【受付期限】8月22日
  - 令和4年度警察官B採用試験  
【とき】10月16日  
【ところ】徳島大学総合科学部  
【受付期限】8月25日
  - 採用試験共通  
【問】県人事委員会事務局任用課 ☎621-3212 FAX621-2887
  - 令和4年度障がい者を対象とした徳島県職員等採用選考  
【とき】10月23日 【ところ】徳島県職員会館  
【受付期限】8月22日

【問】県人事委員会事務局任用課 ☎621-3211 FAX621-2887

- 消防設備士試験  
【とき】10月15日  
【ところ】徳島大学教養教育4号館  
【問】消防試験研究センター徳島県支部 ☎652-1199 FAX652-1282
- 講座・講習  
●点訳奉仕員養成講習会(基礎コース)  
【とき】9月6日~11月8日  
【ところ】①県立障がい者交流プラザ ②海陽町後場  
【応募期限】8月26日
- 音訳奉仕員養成講習会(基礎コース)  
【とき】9月13日~12月13日  
【ところ】県立障がい者交流プラザ  
【応募期限】8月31日
- 上記講習会共通  
【問】視覚障がい者支援センター ☎631-1400 FAX631-1500
- まなびーあ徳島「新あわ学コース」  
【期間】8月~令和5年2月  
【申込】はがき、FAX、電子申請(HP「新あわ学コース」で検索)

【問】四国大学「新あわ学コース」事務局 ☎665-9953 FAX665-9982

- 募集しています  
●県立テクノスクール訓練生(第一期募集)  
【応募期限】9月14日 【選考日時】9月28日
- とくしまウーマンビジネススクール  
【募集人員】20人程度 【応募期限】8月31日  
【開講期間】9月16日~令和5年3月23日  
【応募資格】団体や企業等において管理職の立場にある女性か、今後リーダーとして活躍が期待できる女性
- 障がい者職業訓練生  
【訓練科】①施設清掃補助科 ②IT技能養成科II  
【訓練期間】①9月14日~11月11日 ②9月21日~12月20日  
【ところ】①那賀町に光を照らす(株) ②とくしま県民活動プラザ  
【応募期限】①8月24日 ②8月30日
- 上記募集共通  
【問】県産業人材育成センター ☎621-2353 FAX621-2852
- 県立西部テクノスクール訓練生  
【訓練科】設備施工科  
【定員】15人(入校月)10月

【選考日時】9月16日10:00~  
【問】県立西部テクノスクール ☎0883-62-3067 FAX0883-62-3140

- 戦没者慰霊巡拝参加者(遺族対象)  
【内容】フィリピン(1班)(2班)(3班)  
=2月16日~2月23日  
【応募期限】9月7日  
【問】県保健福祉政策課 ☎621-2170 FAX621-2839
- 指定管理者(17施設)  
【対象施設】佐那河内いきものふれあいの里、青少年センター、埋蔵文化財総合センター、総合福祉センター、障がい者交流プラザ(障がい者交流センター等)、障がい者交流プラザ(障がい者スポーツセンター)、大鳴門橋架橋記念館、渦の道、美馬野外交渉の郷、出島野鳥公園、神山森林公園、高丸山千年の森、富田浜第一・富田浜第二・幸町駐車場、藍場町地下・松茂駐車場  
【申請期限】9月中下旬(施設により異なる)  
【問】県人事課 ☎621-2093 FAX621-2825
- お知らせ  
●8月は、「北方領土返還運動全国強調月間」北方領土問題に対する関心と理解を深めましょう。  
※市外局番088を省略しています。