

■ごあんない

2 城西大学通信第42回 清流の女王アユ / もくじ / 8月の広報カレンダー

■特集

4 ときがわ町統一防災訓練

■まちよりのたより

6 日々の生活に環境への配慮を / マイナンバーカードのための特別開庁 / 交通指導員を募集 / 町産の木材の使用に補助金を交付

8 地域商品券について / 不妊治療の費用の一部を助成 / がん検診を実施 / 情報公開・個人情報保護制度の実施状況 / 都幾川郵便局の証明書交付サービス終了 / ゴルフ教室参加者募集 / ソフトバレーボール大会参加者募集

10 授業の受け入れ施設をご活用ください / 人権尊重社会を目指す県民運動強調月間 / 防災無線の訓練放送 / 大学の開放授業講座 / 児童扶養手当現況届等を忘れずに / 特別障害者・障害児福祉手当の現況届を忘れずに / シラコバト基金のお願い / 夏場の食中毒にご用心 / インボイス制度説明会

■グラフときがわ

12 森田和裕さん2種目で世界3位 / ときがわ花菖蒲まつり / 小学生による「見守りのお願い」 / ときがわ町から寄居北條まつり出陣!

14 渡辺凌玖さん林野庁長官賞 / 園児が収穫体験 / エストニア夏至祭 / 「広報ときがわ」全国広報コンクール入選

■Informationくらしの情報

16 ごそだて / ほけん / そうだん

18 そうだん / ぼうはん / かんきょう / としょかん

20 情報掲示板

22 観光協会ここから通信8月号 / 防災行政無線テレホンサービス / 町民文芸短歌

24 ときがわ散歩15 / 編集後記

# 8月の広報カレンダー

| 日  | 月   | 火   | 水   | 木   | 金  | 土  |
|--|---|---|---|---|--|--|
| <b>今月の納税</b>   |   | <b>1</b>  | <b>2</b>                                      | <b>3</b>  | <b>4</b>   | <b>5</b>                                   |
| ◆町県民税第2期<br>◆国民健康保険税第2期<br>◆後期高齢者保険料第2期<br>◆介護保険料第2期 |   | 窓口業務時間延長<br>役場本庁舎<br>行政相談<br>困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター            | 教育相談<br>活き生き活動センター                            | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール<br>たまがわ子育て支援センター                                       | 消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール・水あそび<br>子育て支援センター・ときがわ | おはなし会<br>都幾川公民館図書室                         |
| 納付期限は<br><b>8月31日(木)</b> です。                         |   | 可燃ごみ  | 資源回収<br>(紙・衣類・アルミ缶)<br>ペットボトル                 | びん(無色・茶色)   | 可燃ごみ   |  |
| <b>6</b>   | <b>7</b>  | <b>8</b>  | <b>9</b>                                      | <b>10</b>   | <b>11</b>  | <b>12</b>                                  |
|  | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>休館日<br>都幾川公民館<br>玉川公民館<br>文化センター(アスピアたまがわ)<br>玉川トレーニングセンター | 窓口業務時間延長<br>役場本庁舎<br>困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター                    | 教育相談<br>活き生き活動センター<br>乳幼児相談<br>都幾川公民館         | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール<br>たまがわ子育て支援センター                                       | 海の日<br>休館日<br>都幾川公民館<br>玉川公民館<br>文化センター(アスピアたまがわ)  | おはなし会<br>都幾川公民館図書室                         |
|  | 資源プラ  | 可燃ごみ<br>せん定板・判子自己搬入日  | 資源回収<br>(紙・衣類・アルミ缶)<br>ペットボトル<br>廃プラ          | ガラス類<br>(無色・茶びん以外のびん・陶器含む)  | 可燃ごみ   |  |
| <b>13</b>  | <b>14</b>   | <b>15</b>   | <b>16</b>                                     | <b>17</b>   | <b>18</b>  | <b>19</b>                                  |
|  | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>休館日<br>文化センター(アスピアたまがわ)<br>活き生き活動センター                      | 窓口業務時間延長<br>役場本庁舎<br>困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>おはなし会<br>町立図書館  | 教育相談<br>活き生き活動センター                            | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール<br>たまがわ子育て支援センター                                       | 消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール・水あそび<br>子育て支援センター・ときがわ | おはなし会<br>町立図書館<br>土曜オープン<br>子育て支援センター・ときがわ |
|  | 資源プラ  | 可燃ごみ  | 資源回収<br>(紙・衣類・アルミ缶)<br>ペットボトル<br>粗大ごみ戸別収集受付締切 | 金属類<br>(スチール缶を含む)   | 可燃ごみ   |  |
| <b>20</b>  | <b>21</b>   | <b>22</b>   | <b>23</b>                                     | <b>24</b>   | <b>25</b>  | <b>26</b>                                  |
|  | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>休館日<br>文化センター(アスピアたまがわ)                                    | 窓口業務時間延長<br>役場本庁舎<br>困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>おはなし会<br>都幾川公民館 | 教育相談<br>活き生き活動センター<br>よちよち広場<br>都幾川公民館        | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>きずなカフェ<br>都幾川公民館<br>お楽しみ会<br>たまがわ子育て支援センター                 | 消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>プール・水あそび<br>子育て支援センター・ときがわ | おはなし会<br>町立図書館<br>土曜オープン<br>子育て支援センター・ときがわ |
|  | 資源プラ  | 可燃ごみ<br>せん定板・判子自己搬入日  | 資源回収<br>(紙・衣類・アルミ缶)<br>ペットボトル<br>粗大ごみ戸別収集日    | 有害ごみ<br>(スプレー缶を含む)  | 可燃ごみ   |  |
| <b>27</b>  | <b>28</b>   | <b>29</b>   | <b>30</b>                                     | <b>31</b>   |  |  |
| マイナンバーカードの<br>ための特別開庁日<br>役場本庁舎                      | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>休館日<br>文化センター(アスピアたまがわ)<br>体育センター(せせらぎホール)                 | 窓口業務時間延長<br>役場本庁舎<br>困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター                    | 教育相談<br>活き生き活動センター                            | 困りごと・迷惑相談<br>消費生活相談<br>活き生き活動センター<br>1歳6か月児・<br>3歳児健康診査<br>都幾川公民館<br>手形足形・身体測定<br>たまがわ子育て支援センター |  |  |
|  | 資源プラ  | 可燃ごみ  | 資源回収<br>(紙・衣類・アルミ缶)<br>ペットボトル                 |   |  |  |

【表紙】一面に咲く花菖蒲と、来園していただご家族。



## 食はからだをつくる ～城西大学通信～



第42回

### 清流の女王アユ

まるごと食べて、カルシウム・ビタミンも  
たっぷり摂取!

城西大学 大学院 薬学研究科長  
教授 眞野 博



投網漁でとった大型のアユ(都幾川流域玉川地区)

アユ(鮎)は、清流に生息する川魚です。春に河口付近の海から川を遡上し、清流の藍藻と呼ばれる特別な藻を食べて成長し、秋になると川を下って産卵し、一生を終える「年魚」として知られています。過去には、都幾川を含む入間川水系でアユの投網漁が盛んであり、1970年代頃までは「アイ漁」と呼ばれる地引網で追い込んだアユを投網で捕

らえ、川原でアユ料理を楽しむイベントが盛んに行われていたようです。アユ料理といえば、多くの人が塩焼きや甘露煮を思い浮かべるでしょう。アユは藻類を選択的に摂食するため、香りも良く、内臓も食べられる特徴があります。また、アユにはエサと酵素の効果によって、多くの不飽和脂肪酸が含まれています。アユは約半年で大きく成長するため、骨も柔らかく、18cm程度のアユであれば骨まで食べても気になりません。そのため、カルシウム摂取にも効果的です。さらに、アユの苦味を活かして内臓ごと食べられるため、様々なビタミンの摂取も期待できます。このように内臓、皮、骨までまるごと食べることができる魚は、栄養学的なメリットがたくさんあります。私が研究しているコラーゲンペプチドに關しても、アユの皮と骨から摂取できるのです。

注目し、私たちの「身体の健康」と「都幾川の健康」について考えるきっかけにいただければ幸いです。



入間川水系の鮎投網漁で用いられる投網以外の道具。時計まわりで水中眼鏡、ヤス、鑑札、竹製ピック。アユの傷を大きくしないために返しの無いヤスを使用。

人口と世帯(7月1日現在)  
 総人口 10,492人(+6人) ※0は前月比  
 6月の動き 出生 1人 死亡 10人  
 転入等 44人 転出等 29人  
 男 5,317人(±0人) 女 5,175人(+6人)  
 世帯数 4,747世帯(+12世帯)  
 過去のデータはHPで見ることができます。

広報ときがわ【第209号】 令和5年7月28日発行  
 編集・発行 ときがわ町総務課  
 〒355-0395 埼玉県比企郡ときがわ町大字玉川2490番地  
 TEL 0493-65-1521(代表) FAX 0493-65-3631  
 ホームページアドレス <http://www.town.tokigawa.lg.jp>  
 メールアドレス [info@town.tokigawa.lg.jp](mailto:info@town.tokigawa.lg.jp)  
**防災行政無線テレホンサービス(無料) ☎080-0800-8432**

ときがわ町の位置  
 東経 139度  
 北緯 36度  
 海拔 64m  
 面積 55.90 平方m