

# このまちで...



「高校生のとき、電車の中で人の視線を感じるなあとと思ったら、歌を歌っていたのだとか、音楽の授業じゃないのに、気づいたら授業中に歌っていたなんてしゅちゅうでした。無意識のうちに歌っているのは、今も変わりませんけど」と、はにかむ岩川さん。

「歌」が好き。ずっと歌をやりたかったのは、中学校で吹奏楽部の顧問の先生に音楽を習ったことから。先生から、歌をするのは英語が大事と言われて、すごく勉強しました。高校ではオーストラリアへの長期留学も経験することができ、英語をどんどん好きになりましたね。

大学でも英語を専攻。そして3年生となり、就職を考えるようになる。大好きな英語を続けることに疑問を感じるように。高校のときの友達に相談し、返ってきたのは「歌が好きで、いつも歌いよったらい

か」。その言葉に突き動かされるようにボカルのレッスンに通い始め、いつしか「ゴスペルのレッスンにも通うようになっていた」と言います。

「就職して2週間が経ったころ、会社の将来が不安になるようなことがあり退職。それからあまり日が経たないうちに、歌の先生から「アメリカに行くことになったので、講師をやってもらえないか」という連絡が。戸惑いましたが受けることにしました。ゴスペルは魂の歌。知れば知るほどその魅力に惹かれます。今、生徒は高校1年生から60歳代の方まで30人ほど。これから先、香南市の人にゴスペルの魅力を伝えたいし、多くの人に知ってもらいたい」と、思いは大きく膨らみます。

結婚式やお店のライブも行っている岩川さん。大好きな歌にたどり着くまで遠回りをしたけれど、今は楽しくてたまらないと目を輝かせていました。

今回は、吉川洋充さん(野市町)から紹介の岩川沙紀さん。吉川さんいわく、「明るくて元気な人」だそうです。

## ゴスペルに魅せられて

岩川 沙紀さん(27歳・夜須町)



※次回は、岩川さんの小学校の後輩で、ライブを以前させてもらった飲食店のマスター、野村将宗さん(野市町)です

# おおきくなあれ

わがやの王子さま



おかえいと 瑠人くん

★平成24年6月5日生まれ ★お父さん 真佐さん  
★二男 ★野市町 ★お母さん 香奈さん

★ご両親から...  
これからもたくさん遊んで、たくさん食べて、たくましく育ててね♡

おおきくなあれでは、3歳までのお子さんの応募をお待ちしています。ご希望の方は、お子さんのお名前・生年月日・ご両親のお名前・住所・続柄・メッセージ・写真(データ可)を秘書広報係までお送りください。応募は、持参・郵送・メールで受け付けています。 ■総務課秘書広報係 ☎57-8500

## クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

◆クイズ◆ ○○○○に入る文字は何でしょうか。  
沖縄県八重瀬町には、太平洋戦争の沖縄戦で亡くなった高知県出身者の慰霊碑「○○○○」があります。

### プレゼント

◆提供/カフェレスト マリンブルー  
チキンカレー(ミニサラダ付き・800円相当)・・・7名  
※当選の方に引き換え券をお送りします

### 応募方法

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌への意見・感想を明記の上、ハガキまたはメールでご応募ください。  
◆あて先 〒781-5292 野市町西野2706  
香南市役所総務課秘書広報係 まで  
☒ kouhou@city.kochi-konan.lg.jp

締め切り **8.18 (火)** 当日消印有効  
※当選者は「こうなんNOW9月号」で発表します

◆7月号当選者◆ おめでとうございます。  
レストラン旅館かどりのからあげ定食

赤岡町/川淵豊子さん 香我美町/泉正子さん・緒方優子さん  
野市町/平野綾子さん 吉川町/畠中満一さん

◆7月号答え/915人



### カフェレスト マリンブルー

マスターこだわりのカレーは、数十種類のスパイスに30種類ほどの食材のうま味が凝縮された、フルーティーな甘さとスパイスの辛さがくせになる。カレーは、ルーのうまさ際立つカレーライスに、カリッと揚がったジューシーチキンたっぷりのチキンカレー、サクサクのカツがボリューム満点のカツカレー、プリプリの食感が自慢のエビフライ入りのエビフライカレーの4種類。600円のモーニングは、パンとおむすびの2種類から選べる。ゆったりカフェタイムにもどうぞ。香南市プレミアム付商品券も利用できる。

■住所 香南市夜須町千切536-112 ■TEL 0887-55-4443  
■定休日 金曜日 ■営業時間 8:00~16:00



プレゼントコーナーへ提供くださるお店を募集しています。

# 忘れないで

## 子どもの予防接種



母子健康手帳を確認して  
抜かりがないように  
接種しましょう

お母さんから赤ちゃんにプレゼントされた免疫(病気に対する抵抗力)は、生後数カ月の間に自然に失われていきます。この時期を過ぎると赤ちゃん自身で免疫をつくって病気を予防する必要があり、その助けとなるのが予防接種です。

また、お子さんが大きくなるにつれ、外出の機会も多くなります。保育所や幼稚園など集団に入る前に予防接種で抵抗力をつくり、感染症にかからないように、また他の人に感染させないように予防しましょう。

生後2カ月から接種が始まりますが、種類や回数が多く、接種する月年齢や間隔が異なります。同時接種できる予防接種もありますので、医療機関とよく相談をして、計画を立てて接種することをお勧めします。

予防接種の予診票は、赤ちゃんが生まれて、保健師が赤ちゃんを訪問する際にお渡ししています。日本脳炎と麻疹風しんの2期、二種混合(ジフテリア・破傷風)は接種時期がきてから郵送しています。

### 副反応

予防接種は、毒性をなくしたり弱めたりしたワクチンを体に入れて免疫をつくるもので、発赤、硬結、腫脹、発熱などの軽い症状がでることがあります。

また、ごくまれに(数十万から数百万回に1例程度以下)重篤な健康被害が発生することもあります。体質によって接種を見合わせた方がよい場合もあるので、不安な場合は事前に医師に確認しましょう。

## 夏のとくせいサラダ

〈1人分の栄養価〉エネルギー 50kcal  
たんぱく質 3.1g 脂質 0.4g  
カルシウム 64mg 塩分 0.6g

### 材料(2人分)

オクラ …………… 100g  
トマト …………… 1個  
ちりめんじゃこ …………… 10g  
塩こうじ …………… 少々

### 作り方

- ①トマトのへたを取り、食べやすい大きさに乱切りにする。
- ②オクラは塩ゆでして、小口切りにする。
- ③①と②とちりめんじゃこを混ぜ、最後に塩こうじを混ぜる。

ちりめんじゃこの塩分があるので、塩こうじを入れるすぎないように



ちりめんじゃこの代わりに、かつお節を入れてもおいしいですよ



香南市食育キャラクター「オクラめい」

# こうなん 元気



問い合わせ  
健康対策課  
☎57-7516

予防接種は、予防接種法に基づいて行われる「定期接種」と保護者の判断で行う「任意接種」があります。

### ◆定期接種

#### 【種類】

ヒブ感染症(インフルエンザ菌b型)、小児肺炎球菌感染症、四種混合(ポリオ・ジフテリア・百日咳・破傷風)、BCG、麻疹風しん、水痘、日本脳炎、二種混合(ジフテリア・破傷風)、子宮頸がん予防ワクチン(ヒトパピローマウイルス)

※子宮頸がん予防ワクチンは、持続的な痛みを訴えるなど重篤な副反応が報告されているため、平成25年6月から積極的な接種勧奨を差し控えています。

(希望する場合は予診票を発行できます)

#### 【費用】

定められた期間内であれば無料で、それを過ぎると任意接種となり料金は自己負担となります。

### ◆任意接種

#### 【種類】

ロタウイルス、おたふくかぜ、インフルエンザ、B型肝炎など

#### 【費用】

自己負担(医療機関によって料金は異なります)

☆☆ 尾崎 光さん(野市東小学校4年生) 考案



※レシピ集作成時(平成25年度)に掲載しています