



平成26年5月17日(土) 10:00～16:00

場所: 但馬長寿の郷 郷ホール(定員300人)  
〒667-0044 兵庫県養父市八鹿町国木594-10

10:00～12:00 第1部 「日本と海外の百寿者の特徴」

基調講演1 健康寿命から観る日本人高齢者の特徴～日本の百寿者、過去半世紀で350倍～

講師: 日本大学大学院 総合科学研究科 教授 齋藤 安彦 氏

基調講演2 ライフスタイルと長寿～日本、ドイツ、アメリカの比較～

講師: アイオワ州立大学 教授 ピーター・マーティン 氏

12:00～ 昼休憩 但馬市町ご当地体操および百歳マーチ体操の紹介

13:00～16:00 第2部 シンポジウム「但馬の百寿者の特徴から健康百寿の秘訣を探る」

講演 但馬の百寿者から学ぶ健康長寿の秘訣

講師: 大阪大学大学院 人間科学研究科 准教授 権藤 恭之 氏

実践報告 但馬における長寿活動 ～「運動」「栄養」「社会参加」の実践～

パネルディスカッション

報告者: 3市2町から実践報告/助言者: 大阪大学大学院 医学系研究科 教授 神出 計 氏



ピーター・マーティン氏



但馬長寿の郷  
ふるさと庵

但馬地域の百寿者から得られた健康長寿の秘訣を、百寿者の多い但馬地域から広く発信し、「健康長寿の地域」但馬を目指します。



同会場において  
但馬地域の百寿者  
写真展開催



参加無料

要参加申込

★お気軽にご参加ください!

参加申込・お問合せ

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課

〒667-0044 兵庫県養父市八鹿町国木594-10  
TEL.079-662-8456/FAX.079-662-9959

# 外壁塗装・屋根塗装

10年・15年  
工事保証付

安いですが、工事内容はどこにも負けません!

工事代金は全て工事完了後のお支払いなので安心!!



細かな塗装箇所(窓周り等)の仕上がりを、きっちりすることにより、資産価値を維持します。(いかにも「塗装した」という感じになりません。)

屋根の塗装の耐久性を上げるには、塗料を適量使用する必要があります。適正価格で、適正工事を選び下さい!!



当社職人が  
豊岡から  
伺います!!

工事代金は全て  
工事完了後のお支払い  
なので安心!!

値下げしました!  
壁38万円!  
屋根と壁で  
53万円!  
シリコンです!

外壁塗装金額

塗料グレード	建坪30坪	建坪40坪
シリコン塗装	38万円	47万円
セラミック塗装	55万円	65万円
フッ素塗装	60万円	80万円
光触媒塗装	68万円	87万円
超耐久塗装 (25~30年の耐久)	86万円	110万円

金額例  
建坪30坪(壁面積200㎡前後)  
屋根100㎡  
外壁・屋根シリコン仕様  
(合計金額)  
38万+15万=53万円  
※外壁・屋根材に欠損がある場合のみ数万円の追加金額を頂きます

屋根塗装金額

塗料グレード	50㎡	100㎡
シリコン塗装	11万円	15万円
フッ素塗装	16万円	22万円
断熱塗装	18万円	26万円
超耐久塗装 (20年前後の耐久)	28万円	43万円

より良い提案を  
させていただきます!!

塗装ならお任せ下さい!!

ペイントはお任せ!!

(株)ベストペイント

☎0120-528-382

お見積り無料!!

担当 山田貴志  
@yamada.kishi



豊岡営業所/豊岡市寿町9-30 姫路営業所/姫路市飾磨区阿成植木422

年中無休 土・日・祝も営業致しております。

ホームページ/ベストペイント 検索 で検索して下さい。電話受付は 朝6:00~夜23:00まで いたしております!! 時間外は裏面FAXかホームページからお問い合わせ下さい。

スマートフォン  
対応!





# ～出会い・感動～ 夢但馬 2014

## タジマモリあげ隊

FILE.

04

大人も子どもも大好き  
お菓子の力で但馬を元気に!  
つながる笑顔とまちづくりの輪



(上)「あったらいいな」と思うお菓子を形にするコンテスト「TAJIMAスイーツドラフト会議」の様子。(左)高校生が菓子作りのアイデアや腕を競う「TAJIMAスイーツ高校生バトル」。



いよいよ今春開幕する「夢但馬2014」。住民らが自主的に地域づくり活動を企画・実践する「但馬夢テーブル委員会」でも「夢但馬」を盛り上げようと、各グループが様々な活動を行っている。その中のひとつ「タジマモリあげ隊」は、豊岡市の中嶋神社に祀られているお菓子の神様・田道間守命に着目し、お菓子の力で但馬を元気にしようと活動している。

2012年11月には「夢をお菓子に」TAJIMAスイーツドラフト会議」を、2013年には「TAJIMAスイーツ高校生バトル」を開催。但馬の小・中・高校生を巻き込み、大きな盛り上がりを見せた。

「地元の人々をはじめ、学校の先生、生徒、親、菓子店など様々な人に喜んでもらえたことがうれしかったです。イベントを通して生まれたプロセスやつながりを今後の活動に活かしていきたいですね」とはリーダーの太田博章さん。

スイーツドラフト会議で商品化されたお菓子の中には、店舗で人気商品となっているものや、関東の店舗で販売されたものなどもあり、お菓子の輪は少しずつ広がりをみせている。

現在、4月19日(土)に豊岡市にて開催される菓子祭前日祭で、「TAJIMAスイーツ高校生バトル」で入賞したお菓子を披露できるよう動いているそうだ。

お菓子という身近な存在をきっかけに、生まれ育った地の「宝」を見つけ直してみたいかがだろうか。

今回のキラリと光る但馬人は...



タジマモリあげ隊リーダー  
太田博章 さん

豊岡市出身。京阪神からUターンして10年目。音楽活動、PTA会長、ボランティア授業など様々なジャンルで活躍中。タジマモリあげ隊のテーマソングを作词作曲するなど、自らの特技をいかした活動を行っている。

夢但馬2014、いよいよ4月開幕!

### 夢但馬2014を楽しむためのスマホ活用術♪

夢但馬2014の観光アプリを利用して、お得な観光情報をゲットしよう。夢但馬2014をもっと楽しむには、スマートフォン用アプリがおすすめ!平成26年度は但馬の道の駅や主なJRの駅などで、公衆無線LANが順次開設されるので、さらに便利になります!



たじま☆まいなび  
観光モデルルートがいっぱい!!

人気の観光ルートとスポットからのおすすめルートを紹介。目的地までの行き方、見どころを案内します。あなた自身がおすすめルートを投稿することも可能。



YUMETAJIMA 2014  
但馬のお宝がギッシリ!!

但馬の住民によって選ばれたお宝100選がアプリになって登場。但馬のお宝(名所)までの行き方、詳細、スタンプラリー機能を搭載しています。

Google Play Store またはApp Storeからアプリ名を検索してダウンロードしよう!

- ◆公式ホームページ <http://www.tajima.or.jp/yumetajima/> 夢但馬2014 検索
- ◆「恋するフォーチュンクッキー 夢但馬2014 Ver」公開中です! るんるんTV 検索