



広報

# 阿波

2011

9

No.76

あすに向かって 人の花咲くやすらぎ空間 阿波市  
URL <http://www.city.awa.lg.jp> E-mail [info@city.awa.lg.jp](mailto:info@city.awa.lg.jp)



いろいろな生きものがいたよ!  
目開谷川での水生昆虫観察会

## CONTENTS

特集 災害対策は？	1~2
東日本大震災 被災地復興の祈りを込めて	3~4
ガンバレ! あわキッズ!	6
うちのお医者さん・阿波病院 ほか	9~10
暮らしのお知らせ	11~20
フォトニュース	21~24
図書館カレンダー	25~26
健康だより	27~28
広報クイズ・うちの子一番♪ ほか	裏表紙

# あなたの災害対策は？



土砂崩れで寸断された阿讃山麓広域農道

## 近年の台風

ここに掲載している4枚の写真は、昨年8月9日の台風被害の様子です。大雨の影響で、市場町尾開地区に土砂崩れが発生したほか、市内の至る所で床上・床下浸水や、畦の決壊など、たくさんの被害が報告されました。

### 相次ぐ記録的な豪雨

日本の気温は温暖化の影響により、80年代後半から急速に上昇し、90年以降は最高気温の記録を相次いで更新しています。

集中豪雨とは、狭い地域で比較的短時間に多量に降る雨をいいます。夕方から宵のうちにかけてと、真夜中から明け方にかけての時間帯に降りやすい傾向があります。

低い土地にある河川の氾濫が起きやすだけでなく、下水などの排水能力の限界を超えて、洪水や浸水の被害が起きることがあります。

## 避難する

### 日頃から訓練しておきましょう

#### ●避難経路を歩いてみましょう

避難経路を実際に歩くことで、災害時に危険な場所に気づきます。子どもや高齢者、車いすを使う人の妨げとなる段差や水路などを調べ、自治会やご近所の方と具体的な避難方法などを相談しておきましょう。

### 地すべりやがけ崩れは 土石流の前兆？

こんな現象を見たらすぐ避難！

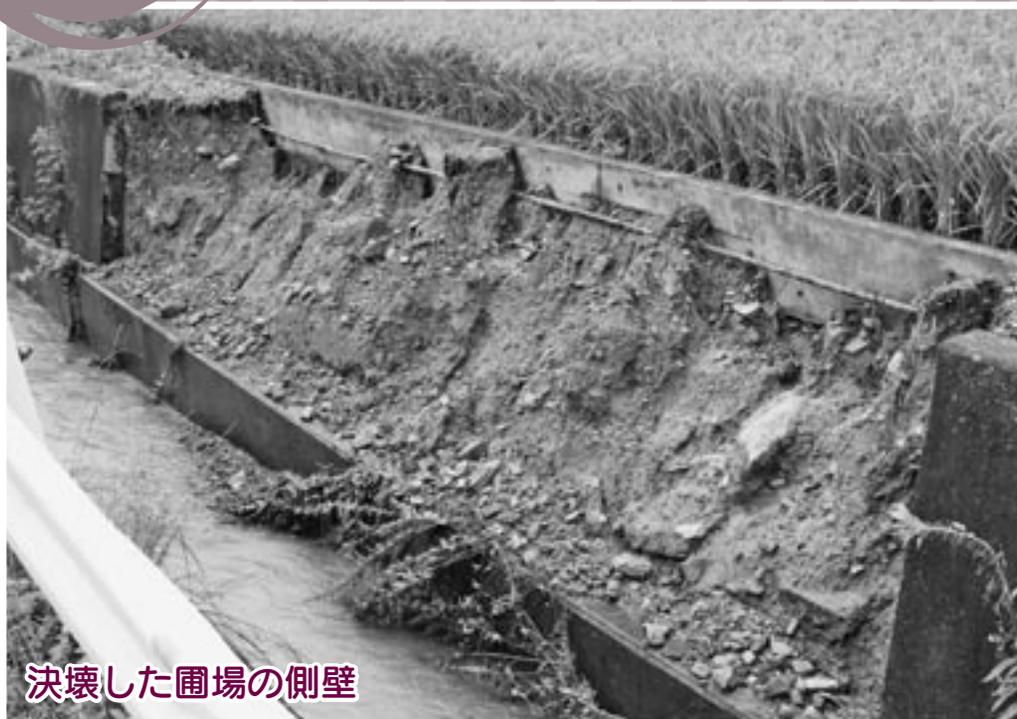
- ！地面にひびが入っている
- ！地面の一部が陥没、あるいは隆起している
- ！池や沼の水の量が急に変化した
- ！がけから小石がパラパラ落ちてきた
- ！がけから水がわき出てきた
- ！雨が降り続けているのに、川の水が減っている

### 山が突然あなたを襲う

命や財産を一瞬に奪い去る災害。土石流、地すべり、がけ崩れなどの土砂災害は、主に雨や地震が引き金となっており起ります。徳島県の8割は山地です。地質的にも台風や集中豪雨により、土砂災害の起こりやすい環境にあります。



# 台風季節です

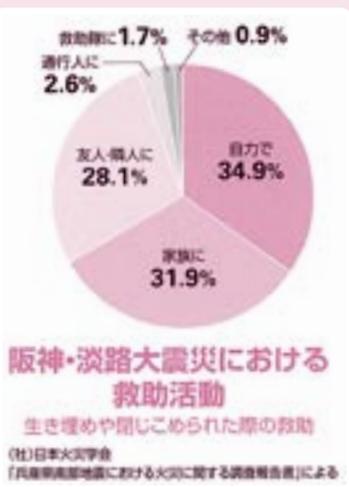


決壊した圍場の側壁



民家へ流れ込む濁流

【問い合わせ先】防災対策課(阿波)  
TEL 08833(3)5(4)166



エフエム徳島  
防災ハンドブック2010参照

地震や台風などの災害が発生したり、けがをする人が出たりした場合、頼りになるのはご近所の方。「自分たちの地域は自分たちで守ろう!」と結成されているのが、自主防災組織です。

●地域や職場で防災訓練をしましょう  
阪神・淡路大震災では、生き埋めや建物に閉じこめられた人のうち、生存して救出された人の約95%が、自力または家族、隣人などに助けられました。専門の救助隊に助けられた方は、わずか約2%です。

●隣人とのコミュニケーションが大切  
いざ災害が発生したとき、お互いに頼りになるのが近所の皆さんです。普段から防災の心構えや地域の避難場所、危険箇所などについて話し合い、「頼りになるお隣さん同士」をつくっておきましょう。

## 大切な自主防災

【問い合わせ先】  
水資源機構 池田総合管理所  
TEL 08833(2)2050

【問い合わせ先】

●携帯電話 (一モードのみ)  
<http://www.ikesou.jp/mode/index.html>

●インターネット  
<http://www.ikesou.jp>

●電話 (音声による自動応答)  
08833(2)5711

●インターネット

●携帯電話 (音声による自動応答)

●詳しい情報はダム管理情報提供サービスへ 24時間体制で管理しています

●サイレンや音声告知器からの警報が聞こえたら、すぐ安全な場所へ!

●サイレンや音声告知器からの警報に、常に注意をしてください。

●天気の良い日でも、上流に雨が降ると川は増水します。また、前線や台風の大雨の影響で、ダムからいつもより多い水を流す場合があります。

●サイレンや音声告知器からの警報に、常に注意をしてください。

●サイレンや音声告知器からの警報が聞こえたら、すぐ安全な場所へ!

●天気の良い日でも、上流に雨が降ると川は増水します。また、前線や台風の大雨の影響で、ダムからいつもより多い水を流す場合があります。

●サイレンや音声告知器からの警報が聞こえたら、すぐ安全な場所へ!

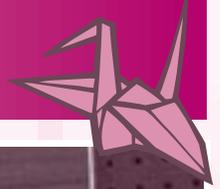
●サイレンや音声告知器からの警報に、常に注意をしてください。

●天気の良い日でも、上流に雨が降ると川は増水します。また、前線や台風の大雨の影響で、ダムからいつもより多い水を流す場合があります。

川の水が増えます  
**注意!!**



# 復興の祈りを込めて～



## 日本赤十字社

### 被災地での40日間



震災発生直後、投光器の光で診察を行う  
日赤徳島県支部救護班

#### 日本国内観測史上

#### 最大の地震が発生！

3月11日東北地方三陸沖で発生した地震はマグニチュード9.0という日本国内観測史上最大の地震でした。

津波による浸水は、青森県から千葉県までの561平方kmにも及び、東日本大震災と、その余震で被害を受けた住宅は30万棟以上（総務省消防庁4月21日集計）と発表されました。世界銀行は、この震災による被害額はおよそ20兆円と報告しています。

このように被害範囲が広く、状況が正確に把握できないなか、日本赤十字社の支援活動は始まりました。

宮城県石巻市では、医療機関のほとんどを失っており、唯一機能していた石巻赤十字病院へ患者が次々と運ばれました。救急患者の数は3月12日↓779人、13日↓1251人、14日↓700人、15日↓617人という状況です。病院のロビーや廊下は患者のみならず、その家族や、家が流されて帰る場所がない人々であふれました。

被災者の数は数十万人にも及び、多くの人が避難所に身を寄せました。日本赤十字社では5月末までに毛布13万枚をはじめ、ラジオなどの緊急セット3万個、マットレスやアイマスクが入った安眠セット1万個などを被災地へ送りました。

#### 悲しみにこころが

#### 飲み込まれないために

災害によるストレスや精神的ダメージは大きく、被災者の心に重くのしかかっています。避難生活のストレスや、心身の疲労がそこに拍車をかけました。

今回のケースは、身内を亡くした、家や財産をなくしたという喪失体験と、生死をさまよったという恐怖体験をしている人がほとんど。悲しみや辛い思いにこころが飲み込まれないように、今、そばにいる存在が大切です。日本赤十字社はこころのケアのため要員を派遣し、活動をしています。

また、全てをなくした仮設住宅入居者のために、海外救援金で冷蔵庫、洗濯機、電子レンジ、炊飯器、電気ポット、テレビなどの生活家電を寄贈しています。新しい生活が始められるよう考えられた品々です。

被災地では悲しみにくれた顔ばかりではなく、多くの笑顔にも出会うことができました。それは未来を信じる笑顔、人が人を思いやる笑顔。この笑顔がある限り、人は立ち上がることができるでしょう。その日が来るまで、日本赤十字社は被災者の隣に寄り添います。



# ～東日本大震災 被災地

## 市婦連

### 炊き出し訓練

7月11日、阿波市地区赤字奉仕団が炊き出し訓練をしました。

各家庭から持ち寄った米や野菜を使い、参加者107名分のおにぎりとういとんが手際よく仕上がりました。

また、日本赤十字社徳島支部板東さんと、防災対策課主査 岡本さんの被災地派遣報告も行われました。

加藤ハルコ委員長は「災害はいつ起きるか分かりません。地域で力を合わせて立ち向かしましょう」とあいさつしました。



## 老人クラブ

### きもちの元気袋

徳島県老人クラブ連合会の呼びかけで「被災地に「元気袋」を届けよう」運動が行われています。

これは、日用品とマッセージカードを入れた「元気袋」を被災者に届ける運動で、阪神淡路大震災発生時に「救助に行くことはできなくても、何かできないか」と会員の中から声が上がって実施され、好評を得たものです。

阿波市老人クラブ連合会（十川茂雄会長 会員763名）はタオルや歯ブラシ、石けん、ポールペンなどと共に「一緒にがんばろうよ！ 応援しよるけんな！」と書かれたカードを入れた「元気袋」を80個用意し、徳島県老人クラブ連合会を通じて宮城県の人老人クラブへ贈りました。



## 浴衣で盆踊りを

### 楽しんで

関西広域連合の宮城チームとして南三陸町支援に当たった自治体職員が、「徳島発！ 南三陸応援団」を6月に結成しました。

団員は、南三陸町歌津中学校で毎年開催される盆踊りで例年のように浴衣を着てほしいと、浴衣の提供を呼びかけていたところ、徳島県母子寡婦福祉連合会から浴衣110着と帯80本などが贈られました。

7月12日に県立総合福祉センターであった贈呈式で、阿波市防災対策課主査の岡本正和副団長に浴衣が手渡されました。

この浴衣と、団員らが集めた20枚の浴衣とともに歌津中学校へプレゼントされました。



## 阿波市の皆様、義援金へのご協力ありがとうございます

4月28日までに全国から日本赤十字社へお寄せいただいた義援金は16億6243万6349円77円。そのうちの1057万3747円が阿波市の皆様からの義援金です。

お預かりした義援金は「義援金配分委員会」を通じて全額が被災された方々へ届けられます。被災地支援のご理解とご協力、ありがとうございます。

## 日本赤十字社への

### ご理解とご協力を

日本赤十字社は、今回の地震のような国内外の災害時の救護をはじめ、病気で苦しむ人のサポートなど、人道支援活動をおこなっています。日本赤十字社のごこうした活動は、皆様からの赤十字活動資金で成り立っています。活動資金へのご協力もあわせてお願いいたします。



避難地で医療活動をする日赤徳島県支部救護班の医師

# 阿波市 優良工事表彰



阿波市は昨年4月から、阿波市優良工事表彰要領を施行しています。これは、阿波市が発注した建設工事を施工した請負業者のうち、特に優秀な工事を行った業者を表彰することにより、建設技術の向上と発展を目的としています。

7月12日、平成23年度の表彰式が開催され、市道六反田中央線排水路整備工事（第2工区）の土木一式工事を施工した市場町の有限会社社木村組が表彰されました。

# 振り込め詐欺被害を未然防止！

御所郵便局



7月22日、阿波警察署は振り込め詐欺被害を未然防止した御所郵便局（三原保光局長）に署長感謝状を贈呈しました。

6月27日、窓口勤務担当だった西嶋也さんが、振り込み依頼に訪れた女性客のたどたどしい様子に不審を抱いて声をかけました。そして、リゾート会員権購入名下の振り込め詐欺であることを確認し、局長や同僚、駐在所の警察官の協力を得て、振り込みを思いとどまっていたのだそうです。

三原局長は「振り込め詐欺を未然に防止することができて良かった。今後も安心して郵便局を利用していただけるよう務めたい」と話されました。

# 林小学校 子供自転車全国大会 6年連続出場！

応援団です  
応援幕作成中



学科試験会場



しまたくみ 島田 匠君      にしおりさ 西尾理彩さん      ながわあいな 中川愛菜さん  
わだかな 和田華奈さん      きたみう 喜多美羽さん      いわされん 岩佐 廉君

林小学校が徳島県代表として、8月3日に東京で開催された「第46回子供自転車全国大会」へ出場しました。6年連続徳島県代表という快挙です。選手たちは毎日早朝から練習し、学科試験の勉強にも力を入れてきました。

チームを応援し支えてきた人々の中には、子供自転車全国大会出場経験を持つ先輩も多々います。この先輩たちや、後に続く後輩たちの心強い応援を励みに選手たちは頑張り、大役を果たしました。



大会出場前に徳島県と阿波市へ表敬訪問しました

# 第35回全日本少年サッカー大会 徳島県大会



銅メダル

- 上段左より  
山口里玖君(林小5年) 大塚裕貴君(伊沢小6年) 中田蒼良君(林小5年) 林 優斗君(伊沢小6年)  
佐藤優樹君(林小5年) 新藤一真君(伊沢小6年) 森脇克実君(林小5年) 前田和輝君(林小5年)
- 下段左より  
谷内敬介君(林小5年) 林 恵斗君(伊沢小5年) 小田凜己君(林小5年) 三好達也君(伊沢小6年)  
小方和斗君(林小6年) 永井勝大君(伊沢小6年) 西岡龍馬君(林小5年) 山本涼雅君(林小5年) 酒巻俊矢君(林小5年)

5月8日から6月18日にかけて、第35回全日本少年サッカー大会徳島県大会が開催され、総勢91チームが参加しました。HAYASHIファンタジアFCはトーナメントを勝ち進み、見事第3位に輝きました。あとひとつ勝てば決勝戦の大舞台というところで惜しくも敗れましたものの、大会最終日の3位決定戦では、強豪の松茂FCを延長戦の末に下しての堂々の銅メダルでした。

また、御所FCもベスト8に入る活躍で、阿波市の子どもたちは大活躍でした。

# ガンバレ!! あわキッズ! 第3回JKJO 全四国空手道選手権大会 優勝



さいじょう かのん  
西條 花音 さん  
(土成中学校3年生)

7月3日に香川県坂井出市で開催された「第3回JKJO全四国空手道選手権大会」中学女子選抜45kg未満の部で、西條花音さんが優勝しました。この優勝で、西條さんは11月20日に神奈川県川崎市とどろぎアリーナで開催される「第5回JKJO全日本ジュニア大会」への出場が決定しました。現在は全国大会に向けて弟、妹とともに練習に汗を流しています。



## 第17回徳島県西部大会

# 徳島県選抜 少年野球西部大会 優勝

- 森 拓夢君 上原 智君 稲井大輔君 吉本宏平君 若野亮斗君 赤松輝祐君 三木心湧君 川原端稀君 新見和希君  
逸見頭太郎君 中原徹人君 富永晃弘君 馬場拓宏君 馬場知輝君 佐藤世成君 森 翔夢君 赤松侑斗君

6月12日から25日まで開催された「徳島県選抜少年野球西部大会」Aチームで、御所スポーツ少年団が優勝、Bチームは準優勝しました。Aチーム最優秀選手に川原端稀君、優秀選手に三木心湧君、吉本宏平君が、Bチーム優秀選手に稲井大輔君と富永晃弘君が選ばれました。悪天候の中での大会でしたが、子どもたちと共に監督、コーチ、保護者が一丸となり、初優勝を勝ち取りました。

## ベビー&キッズ情報

就学前の小さなお子様と、一緒にお出かけしませんか？気軽に参加できる子育て関係の事業などを紹介します。(なお、事業は都合により変更されることもあります。詳しいことは、各連絡先へお問い合わせください)

9月の開催日	名称	開催時間など	開催場所	問い合わせ・申し込み電話番号
月曜日～金曜日	子育て支援センター さくらんぼルーム	9:00～16:00	子育て支援センター さくらんぼルーム(旧日開谷幼稚園)	TEL0883(36)6824
毎週日曜日・火曜日・金曜日	わんぱく広場(0～3歳)	(12:00～14:00は除きます)	土成子育て支援センター	TEL088(695)5681
毎週水曜日・木曜日	土成中央保育所園庭開放日		土成中央保育所園庭	
7日(水)	たんぼぼサロン	10:00～15:00 参加費 ひとり 30円	吉野地域福祉センター こすもす	TEL088(696)2386
	子育てひろばちょこ	9:30～11:30 参加費 一家族100円	阿波健康福祉センター バーベナの里	TEL0883(35)6033
12日(月)	子育てサロンばんだ	9:30～11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	TEL0883(36)5511
17日(土)	なかよしキッズ(秋祭り)	13:30～ 参加費 親子で300円	吉野地域福祉センター こすもす	TEL088(696)2386
21日(水)	たんぼぼサロン 阿波市保健師によるお話	10:00～15:00 参加費 ひとり 30円	吉野地域福祉センター こすもす	TEL088(696)2386
	子育てひろばちょこ	9:30～11:30 参加費 一家族100円	阿波健康福祉センター バーベナの里	TEL0883(35)6033
26日(月)	子育てサロンばんだ	9:30～11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	TEL0883(36)5511
28日(水)	移動子育てサロンひろば 共催 たんぼぼサロン	10:00～15:00 参加費 ひとり 30円	吉野地域福祉センター こすもす	TEL088(696)2386

# 四国中学校総合体育大会 出場選手紹介

阿波中学校 柔道男子 団体



おかだ りき まつしま とおる はら だかん た  
 岡田 力君 松島 徹君 原田幹大君  
 おおしまたく み おかむらしんせい うえむらゆうが いむらとも き  
 大島拓海君 岡村真成君 植村悠雅君 井村知貴君

阿波中学校 柔道女子 個人



かわひとしおり そがわ まゆ み まつしまひかる せの あ さ き  
 川人汐莉さん 十川真由美さん 松島光さん 妹尾紗希さん

阿波中学校 柔道男子 個人



後列左より  
 おかだ りき まつしま とおる はら だかん た  
 岡田 力君 松島 徹君 原田幹大君  
 あ べ ゆうや かわの つよし こんどう りく  
 阿部祐也君 河野 剛君 根東 陸君  
 前列左より  
 かげやまき いち おおしまたく み おかむらしんせい  
 影山貴一君 大島拓海君 岡村真成君  
 うえむらゆうが いむらとも き なかたに たいち かわひと いさむ  
 植村悠雅君 井村知貴君 中谷太一君 川人 勇君

阿波中学校 ソフトテニス女子 団体



い いゆう か いんとうあいり まつなが ゆ み きたはろふた ば  
 伊井悠香さん 印藤愛莉さん 松永有未さん 北原双葉さん  
 たまいあや な のざき なか いみ く かわはら えり  
 玉井彩奈さん 野崎はるかさん 中井弥玖さん 兼原絵理さん

阿波中学校 ソフトテニス女子 個人



のざき りんか くわはら えり  
 野崎はるかさん 兼原絵理さん

阿波中学校 陸上



走幅跳

いしかわあいみ  
 石川愛美さん

阿波中学校 剣道女子 団体



おかだ ゆり あ はやし すみ か み まもも か  
 岡田悠里亜さん 林 澄香さん 美馬百花さん  
 たけうちあかり お ぜき ゆ い さとう あきやますみ か  
 竹内朱理さん 尾関友衣さん 佐藤みなみさん 秋山澄香さん

市場中学校 ソフトテニス男子 団体



せんごくゆうた あ べしやうけん あきやまこう は さとうゆうと  
 仙石悠太君 阿部将憲君 秋山晃羽君 佐藤悠斗君  
 にしうらゆうき みや たたい き せの お さとし くすのきたいち  
 西浦有輝君 宮田大貴君 妹尾哲志君 楠 太智君

市場中学校 ソフトテニス男子 個人



あきやまこう は さとうゆうと  
 秋山晃羽君 佐藤悠斗君

市場中学校 ソフトテニス女子 個人



たかた み さ よしかわ まゆ  
 高田美沙さん 吉川真由さん

吉野中学校 陸上



2年生 女子100m 走幅跳 3年生 男子1500m  
 えとうすす か にしむらひろ き かさい ゆうり  
 江東鈴夏さん 西村弘季君 笠井優吏君

FM徳島にて  
好評放送中!!

毎週土曜日  
午前11:30~11:55  
周波数 徳島80.7MHz  
池田82.3MHz

FM徳島ふるさと情報番組

# モット Motto!阿波市!

番組ブログにて...

## Motto!阿波市! フォトギャラリーオープン!

番組メールアドレス



番組ブログ



「Motto! 阿波市!」では、みなさんからの「阿波市写真」を大募集しています。阿波市の人・モノ・風景...阿波市から連想できるものなら何でもOK! 番組ブログで展開中の「Motto! 阿波市! フォトギャラリー」にてご紹介させていただきます。応募方法は、番組メールアドレス [awa@fm807.jp](mailto:awa@fm807.jp) までお写真と簡単な解説を添えて送信してください。みなさんからの素敵な阿波市写真、心よりお待ちしております!

阿波市の魅力をFMラジオで毎週発信中



駄菓子屋さんで出会った少年。水あめに夢中!



ブドウ狩りに挑戦。おいしそう~!

はやし まさし こんどう ひとみ ふじわら さやか  
林 正志 近藤 公美 藤原佐佳

### ◆阿波市観光協会 ホームページ開設しました

阿波市観光協会では、阿波市の観光情報やイベント情報を発信し多くの観光客誘致に努めるため、観光協会のホームページを開設しました。

ホームページアドレスは <http://www.awa-kankou.jp> です。また阿波市の旬な情報を随時募集しています。

情報の提供はメール ([info@awa-kankou.jp](mailto:info@awa-kankou.jp)) もしくは電話 **0883(35)4211** までお寄せください。

### ◆阿波市観光協会 清掃ボランティア活動を行いました

阿波市観光協会では、お盆にふるさと阿波市へ帰省された方や観光客の皆さんに気持ち良く過ごしていただくため、8月8日の月曜日、観光施設周辺の市内4カ所です清掃活動を行いました。

協会員やボランティアなどの参加者約70名は、午前7時から1時間ほどの作業で、軽トラ3台分のゴミを集めました。

今後定期的な観光協会では清掃活動を行うべく予定です。多くの方の参加をお待ちしております。



# うちの 28 目の紫外線対策 (瞳の美白を)

板東眼科 阿波市土成町水田 板東 陽子先生

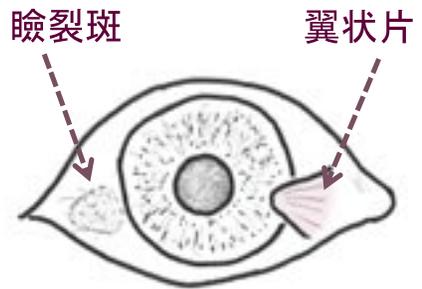


日光を浴びることは体内時計の調整、ビタミンDの生成など良い点がありますが、日光に含まれる紫外線は皮膚の色素沈着の原因となるほか、目にも色々な病変を生じる原因になります。日本の女性は皮膚の紫外線対策には完璧な方が多いですが、目の紫外線被曝に対しては老若男女含めて、もっと注意が必要です。日常的に目に強い紫外線を多く浴びると次のような病変の原因になります。

**瞼裂斑**：黒目の両横（耳側と鼻側）の白目が黄色味を帯びて少し盛り上がり、充血を伴う場合もあります。黒目の両横の白目は露出しているため、紫外線に被曝しやすいためと考えられています。主には美容上の問題ですが、炎症を伴って痛みが出る場合もあります。

**翼状片**：鼻側の白目の粘膜が変性して、血管を伴って三角形の形で黒眼に侵入してきます。

中ぐらい以上になると視力低下の原因にもなります。



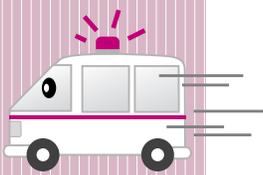
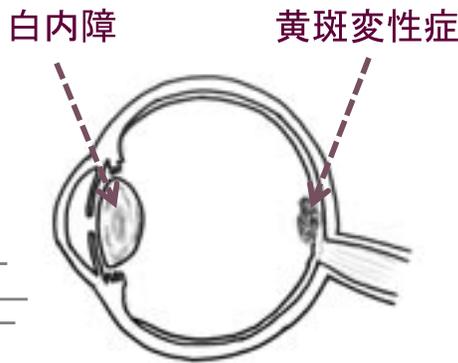
**白内障**：白内障の主な原因は加齢や糖尿病ですが、紫外線も白内障の進行を早めます。若い頃から日光を浴びすぎないほうが白内障になりにくいと考えられています。

**加齢黄斑変性**：視野の中心部が見えにくくなる病気です。主な原因は加齢ですが、過度の日光も発症を促進すると言われています。

対策はできるだけ目に日光が当たらないようにすることです。日傘では目に入る紫外線の50%以下しかカットできないと言われています。帽子とメガネやサングラス（無

色でも紫外線カットであればOK）を同時に使用することが有効です。コンタクトレンズの多くは紫外線カットになっていきますので、眼球内への紫外線はカットできません。

野球、テニスなど屋外でのスポーツの関係の方々にはお願いです。小児期から過度の紫外線を目に浴び続けると中年以後に目の病気になる確率が上がります。中学生や高校生にも状況によってはサングラスを適宜使用することにご理解いただければ幸いです。



## 臨時保育士 登録受付について

阿波市では、臨時保育士の登録を随時受け付けています。登録された方には、保育士が必要となった場合、連絡の上、面接をさせていただきます。

### 【資格】

保育士の資格を有する方

### 【応募方法】

履歴書、資格を有する書類の写しを秘書人事課（阿波）へ提出してください。なお、郵送による提出はできません。

### 【労働条件】

● 業務内容

阿波市内の各保育所における保育業務

● 賃金

日額7千円（通勤距離が2km以上の場合、通勤手当を支給）

● 勤務時間

8時30分～17時15分

● その他

（早出・遅出、土曜出勤あり）  
社会保険、雇用保険に加入します。

### 【登録有効期限】

平成24年3月31日

### 【応募・問い合わせ先】

秘書人事課（阿波）

TEL 0883(35)7870





# お元気ですか？阿波病院です。

今月は、7月28日に開催された  
「高校生ふれあい看護体験」の様子をご紹介します。



阿波病院では、看護や医療の仕事に興味を持ってもらうため、高校生や中学生の職場体験を受け入れています。

7月28日に、夏休みを利用した「高校生ふれあい看護体験」が実施され、14名の高校生が参加しました。

藤原病院長は「東日本大震災がきっかけで、日本人はあらためて地域のつながりや、人と人との思いやりを見つめ直したのではないのでしょうか。地域医療の基本理念も同じです。看護は、大切な尊い仕事です」と話しました。



手術室の見学



血圧測定体験

高校生たちは3班に分かれ、手術室などの院内見学や血圧測定、車いす移動の体験、シーツ交換、食事やお茶の配膳などを体験しました。  
今回の参加者の中から近い将来、阿波病院で明るく元気に働く看護師が現れるかもしれません。

## 阿波高校生の職場体験

阿波高校1年生4人が、7月28日職場体験で市役所を訪れ、取材体験や関西広域連合宮城チームとして活動した職員からの話を聞きました。

4人は阿波病院で開催された「高校生ふれあい看護体験」の参加者も同行して、院内見学や血圧測定体験の写真などを撮影しました。



職場体験終了後の4人の感想を紹介します。  
**山添さん**「取材や写真撮影は緊張しましたが、新しい体験ができました」

**本上君**「取材をするのも一眼レフカメラを使うのも初めてでしたが、良い経験になりました」

**植原君**「被災地報告の話を聞き、役場の仕事に対して考えが変わりました」

**坂東君**「手術室など、見たことのない場所の見学もさせていただき、感激しました」



ほんじょう かずき  
本上 和希君



やまぞえ まい  
山添 麻衣さん



ぼんどう こうすけ  
坂東 紘介君



うえはら りょう  
植原 諒君

# 『阿波市新庁舎建設基本設計 市民アドバイザー会議』 の香員を募集します

阿波市では、市議会議員による「庁舎建設特別委員会」や市役所職員による「庁舎庁内検討委員会」で、新庁舎建設について検討してきました。また、平成21年度には阿波市新庁舎建設市民懇話会の報告書の提言内容を含め総合的に判断しながら「阿波市庁舎建設基本計画」を策定しました。平成23年度においては、いよいよ新庁舎建設の基本設計の作成作業に入ります。

そこで、市民に親しまれる庁舎にするため、市民の皆様が利用する機会が多い案内、窓口、市民ロビー、市民交流機能などの共用空間部分について、市民の皆様のご意見をお聞きする「阿波市新庁舎建設基本設計市民アドバイザー会議」の委員を募集します。

特に若い世代の方、積極的な参加をお待ちしています。

- (1) **会議の名称** 阿波市新庁舎建設基本設計市民アドバイザー会議
  - (2) **会議の任務** 市民が利用する機会の多い共用空間部分の調査・検討に関すること。
  - (3) **応募資格**
    - ① 阿波市内に在住の20歳以上の方。
    - ② 庁舎建設に対し関心をお持ちの方で、開催する会議に出席できる方。
- (会議は土曜日午後を予定しています)

(4) **募集人員** 5名

(5) **任期**

委嘱の日から任務が終了するまで。

(6) **応募方法** 庁舎建設課(阿波)、各支所地域課に設置及び阿波市ホームページ内に掲載している応募用紙に必要事項をご記入のうえ、庁舎建設課まで郵送、FAX、電子メールでお送りいただくか、直接ご持参ください。

(7) **募集期間** 平成23年9月1日(木)～9月16日(金)午後5時15分(必着)

(※ただし、郵送による場合は、当日消印有効。庁舎建設課窓口受付は、土曜日及び日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分まで。)

(8) **選考方法** 書類選考とし、選考結果は応募者全員に文書で通知します。

(9) **報酬** 日額 6,200円

(10) **会議開催回数** 3回程度(予定)

## 応募及び問い合わせ先

### 庁舎建設課(阿波)

〒771-1792 阿波市阿波町東原173番地  
TEL 0883(35)4155(直通)  
FAX 0883(35)6753  
E-mail tyosya@city.awa.lg.jp

## 新庁舎情報

★新庁舎及び交流防災拠点施設の基本・実施設計に着手しました

市場町切幡古田地区に建設を予定している新庁舎及び交流防災拠点施設の設計業務について、公募型指名競争入札を実施し、入札の結果、「(株)アール・アイ・エー大阪支社」に決定しました。

今後においては、「市民のための庁舎」、「市民が親しみをもてる庁舎」、「市民の安全と安心を守る庁舎」という考えのもとに基本設計にとりかかり、平成24年度末までには、実施設計を仕上げさせていただきます。



# 阿波市地域包括支援センターです

～ご存知ですか？ 認知症と物忘れの違い～

認知症症状	老化現象
体験自体を忘れる (例) ・ 買い物に行ったことを忘れ、また買い物に行く ・ 約束自体を忘れる ・ 食べたことを忘れる	体験の一部を忘れる (例) ・ 買い忘れをする ・ 約束をすっかり忘れる ・ 何を食べたか忘れる
物忘れの自覚がない 日付や曜日、場所などが分からなくなる ヒントを出しても、出来事を思い出せない 作り話をよくする 探し物は誰かに盗まれたと思う	物忘れを自覚している 日付や曜日、場所などを間違える ヒントを出せば、出来事を思い出す 作り話はしない 探し物は見つければよいとする

## 認知症とは？

認知症とは、脳の知的機能が低下して日常生活に支障をきたす状態のことをいいます。この状態が継続的にみられ、記憶力や見当識（時間や場所、人を識別できること）、判断力などが障害されます。

## 早期発見・治療

認知症は、症状が軽い段階から医療機関にかかり、適切な治療やケアを行うことで、症状を軽減したり、進行を遅らせたりできる病気です。左記のような症状が見られた時は、かかりつけ医や専門医に相談してみましょう。

## 認知症予防のための生活ポイント

- ・ 自分でできることは自分でする
- ・ 趣味や生きがいをもつ
- ・ 人と交流し、会話を楽しむ
- ・ 規則正しい生活を送る
- ・ バランスのよい食事をとる



## 認知症小話

最近の研究で、高血圧や糖尿病・脂質代謝異常などの病気が血管を傷つけてしまい、認知症のリスクを高めると発表されています。また、これらの病気から脳梗塞や脳出血になり、脳血管性認知症（脳血管疾患の認知症）も引き起こす可能性があります。

生活習慣病予防や病気のコントロールを行うことで、認知症を予防することが出来ます。規則正しい生活を送り、健康長寿を目指しましょう。

【問い合わせ先】 阿波市地域包括支援センター（市場） TEL0883(36)6543 FAX0883(26)6054

## 難病患者さんへのボランティアを始めてみませんか？

# 10月 難病ボランティア養成講座のご案内

難病とは、原因や治療方法がわかっていない病気、そして、経過が長期にわたり、患者本人や家族の負担の大きい病気をいいます。地域には、難病で苦しんでいる患者さんやそのご家族がおられます。そこで、難病患者の方の日常生活のお手伝いや、話し相手となる方を難病ボランティアとして養成します。

ボランティアや難病について関心のある方、すでに難病の方のお世話をされている方もぜひご参加ください。

★開催日時：10月14日・21日・28日（金曜日）13時～16時（全3回コース）

★会場：吉野川保健所・徳島病院（実習のみ）  
★内容：難病および難病ボランティアについて  
歩行、車いす介助実習など

★募集人数：20名程度

★参加費：無料

★申し込み方法：9月30日（金）までに吉野川保健所までご連絡ください。詳細スケジュールは、申し込み時にお知らせします。

★研修修了者には修了証書を交付します

### 【申込・問い合わせ先】

吉野川保健所 健康増進担当

TEL0883(36)9019

FAX0883(26)1760

主 催／徳島県東部保健福祉局 吉野川保健所

吉野川市鴨島町鴨島106-12

共 催／独立行政法人国立病院機構徳島病院

吉野川市鴨島町敷地1354



地域で子育て応援！

# 阿波市ファミリー・サポート・センター



## 預かり支援のための講習会

徳島県委託事業

**受講者募集中！・参加無料！**

安心・安全な相互援助活動を行っていただくために、子どもを預かるときに必要な専門的知識を身につけていただける講習会を開催します。

まだ会員登録されていない方もご参加いただけます。お知り合いの方やお友達もぜひ一緒にお越しください。

### 【講習項目】 小児看護の基礎知識

【講師】 徳島大学大学院ヘルスバイオサイエンス研究部  
看護学講座（子どもの保健・看護学分野）

准教授 谷 洋江氏

【開催日時】 9月16日(金) 13:00~16:00

【会場】 市場住民センター(市場支所敷地内)

【対象】 登録会員及び子育て支援に関心のある方

【定員】 20人(先着順) ※無料託児あります(要予約・定員有)

【申込方法】 ファミサポまでお電話またはFAXでお申込みください。



## 会員募集中

★会員登録無料 ★窓口：阿波市ファミサポ

(来所が難しい方は出張登録も可能です。)  
お気軽にお問い合わせください。

**依頼会員** 0歳から小6までの子どもの子育て  
をお手伝いしてほしい人

「誰かいてくれたら・・・」と思うことが、子育て中にはたくさんあります。そんなときに、どんどんファミサポをご利用ください！

**提供会員** 自宅で子どもを預かることが可能で  
子育てのお手伝いをしたい人

援助内容・時間などは可能な範囲で構いません。地域の子育て支援にぜひご協力ください。(保育の講習を受講していただきます。)

**両方会員** 依頼会員と提供会員を兼ねる人

### 利用料金(報酬)

援助を受けた依頼会員が提供会員に直接支払います。

★月～金 7:00～21:00 1時間あたり700円

★土日祝日及び、  
上記以外の時間 1時間あたり800円

### ★ファミサポ利用の基本的な流れ★

ファミサポの会員に登録する。

依頼会員は援助が必要になったら、センターに連絡する。

アドバイザーが依頼会員と提供会員をコーディネートし、両会員に連絡、事前打ち合わせの日程を調整する。

依頼会員と提供会員は、**事前打ち合わせ**をする。

安心できるサポートのため、お子さんと一緒に会い、必要なことを伝え合しましょう。

ペア成立後、依頼会員は提供会員に直接援助を依頼する。

依頼会員は依頼の日程が決まったら出来るだけ早く連絡してください。またセンターにも連絡してください。

提供会員による援助活動

依頼会員は報酬を支払う。

提供会員は活動報告書を渡す。

依頼会員は活動報告書にサインし、依頼会員用を領収書替わりにもらってください。

提供会員は、活動報告書を月末で集計し、翌月5日までにセンターへ提出してください。(郵送・FAX可)

お問合せ  
お申込み

## 阿波市ファミリー・サポート・センター

〒771-1695 阿波市市場町市場字上野段385-1 市場支所2F  
TEL&FAX: 0883(36)3520 HP: <http://fami-sapo.jp>



←携帯サイトのご案内

<http://fami-sapo.jp/m/>

笑顔のお知らせ

# 阿波市人権啓発講演会(心のリフォーム学級) 開催のお知らせ

演題 「身の回りの人権問題」 講師 いわ さ しげ あき 岩佐 重明さん  
 時間 午後2時～午後3時30分まで

《阿波地区》	日時：9月7日(水) 場所：阿波久勝公民館	《市場地区》	日時：9月14日(水) 場所：市場公民館
《土成地区》	日時：9月20日(火) 場所：土成コミュニティセンター	《吉野地区》	日時：9月28日(水) 場所：吉野コミュニティセンター

市民の皆様のご参加をお待ちしています。

【問い合わせ先】 社会教育課(吉野) TEL088(696)3968

## 浄化槽 法定検査の お知らせ

浄化槽を設置されている方は、1年に1回、浄化槽の水質に関する検査(法定検査)を受けなければならぬと浄化槽法に規定されています。業者が行う保守点検・清掃とは別に受けなければいけません。

次の期間に、徳島県知事指定検査機関である(公社)徳島県環境技術センターの職員が連絡・訪問しますので、ご協力をお願いします。

### 期間

平成23年  
9月5日(月)～  
9月22日(木)まで

### 【問い合わせ先】

(公社) 徳島県  
環境技術センター  
TEL0886  
(0886)12334

## 交通遺児手当について お知らせ

阿波市では、交通遺児を養育している方に、交通遺児手当を支給します。

※交通遺児とは、交通事故により父または母を亡くした児童で、平成23年4月1日に満18歳未満の児童をいいます。

### ●支給額

遺児一人につき年額1万円

### ●申請書類

1 新規申請

交通遺児手当交付申請書、死亡に係る交通事故を証明する書面、住民票(世帯全員のもの)、養育者の銀行口座通帳、印鑑をご持参ください。

2 昨年受給された方

交通遺児手当交付申請書のみの提出が必要です。

●提出期間 9月30日(金)まで

### ●提出先

子育て支援課(市場)  
TEL0883(36)6813



## 絵本とこどもをつなぐ 講演会を開催します

親と子の心の架け橋となり、子どもの心を豊かにする絵本の読みかせ。その楽しさや、HOW TOを一緒に学びませんか？

●演題 「心をつなぐ読みかせ」

●講師 J・P・C読書アドバイザー  
越高一夫さん

●日時 9月17日(土)  
午前10時～11時30分

●場所 阿波市役所2階大会議室

●参加料 無料

### 【問い合わせ先】

阿波市子育て支援(市場)  
読み聞かせ振興事業実行委員会  
代表 大塚 和子  
TEL0883(35)2107



阿波市国民健康保険加入者の40歳～74歳までのみなさんへ

## 特定健康診査は受けられましたか？

※「特定健康診査」とは、自覚症状のないまま動脈硬化などを進行させる「高血圧」「高血糖」「脂質異常」等の危険因子を見つけ、生活習慣病を予防する目的で行っています。

**実施期間は平成24年1月31日までです。  
ぜひ受けてください!!**

「病院で定期的に検査をしている」という方  
「健診は毎年受けない」という方  
「病院には行ったことがない」という方

みなさん  
特定健診の  
対象者です



※対象者の方には、7月上旬に「特定健診受診券」(うぐいす色)をお送りしています。

病院で受ける場合 →

平成23年度特定健診実施医療機関一覧表で確認して受診してください。

集団検診で受ける場合 →

がん検診も同時実施しています。9月16日(金)までに国保医療課(阿波)または健康推進課(市場)にお申し込みください。

国保人間ドックで受ける場合 →

国保医療課(阿波)にお申し込みください。

※いずれの受診時にも、必ず「特定健診受診券」と「阿波市国保被保険者証」が必要です。

【問い合わせ先】国保医療課(阿波) TEL0883(35)7805 / 健康推進課(市場) TEL0883(36)6815

### 長寿祝金支給のお知らせ

阿波市では、77歳以上(9月1日基準日)の方々の長寿を祝福し、敬老理念のもと長寿祝金を支給します。支払い方法は、口座振り込みです。今年、新たに該当者になられる方には、先月、ご提出いただいた書類に基づいて9月中に振り込みを予定しております。

なお、昨年以前、既に手続きをいただいている方は、今回の申請手続きをする必要はありません。手続き済みの通帳にお振り込みいたします。また、既に手続き済みの方には、書類などの送付はしていません。

※昨年以前に手続きされた方で、お振り込み先の通帳に変更がある方は、左記の問い合わせ先までご連絡ください。

#### ●長寿祝金支給要件

- 77歳以上であること。
- 平成23年9月1日現在、阿波市に引き続き1年以上居住し、かつ、住民基本台帳に記載されていること。

#### ●長寿祝金支給金額

- 77歳から87歳まで 5,000円
- 88歳から98歳まで 10,000円
- 99歳 30,000円
- 100歳以上 50,000円

#### 【問い合わせ先】

社会福祉課(市場)  
TEL0883(36)6811

### 第9回特別弔慰金の請求はお済みですか？

請求期限は来年4月2日です

※この期限を過ぎると、特別弔慰金を受けられなくなります。

#### 【対象者】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成21年4月1日に公務扶助料や遺族年金等を受ける方がいなかった場合、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

- 1 弔慰金の受給権者
- 2 戦没者等の子
- 3 ①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹 (戦没者等と生計関係を有していない方などは除きます)
- 4 右記3以外の
- 5 ①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹 右記1～4以外の三親等内の親族 (戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた方に限りません)

【給付内容】 額面24万円、6年償還の記名国債

【請求窓口】 社会福祉課(市場支所1階)

#### 【問い合わせ先】

社会福祉課(市場)  
TEL0883(36)6811  
または  
徳島県保健福祉部地域福祉課

地域福祉・援護担当  
TEL088(621)2170

喜びのお知らせ

# 農家の皆さまへ！

## 平成23年度阿波市単独補助事業を追加募集します



本市では、魅力的な農業の確立を図り、将来の目指すべき姿を明らかにするため阿波市農業振興計画を策定しました。それを実現するため、阿波市単独補助事業「活力ある阿波市農業振興事業」の追加募集を行います。

### 阿波市 農業フォローアップ事業 補助金

阿波市には優れた多くの農産物があります。その中から阿波市農業振興計画重点プロジェクト推進会議で選定する「フンド育成用品目」の生産拡大や品質向上に向けた取り組みに対し、市単独によるきめ細かな農業の振興策を講ずるため、共同利用を行う農業用機械の導入費に対して予算の範囲内で支援します。

※既に普及しているものや汎用性の高いもの及び事業効果の少ない農業用機械等は対象外です。（既に普及しているものとは、当該地域で多数の農家が個人レベルで既に保有し、利用しているもので、具体的には、管理機、耕耘機、動力噴霧器、汎用性トラクタ、ダンブカー、田植機、コンバイン、トラクター、穀類乾燥機、粃すり機などです。）

ただし、集落営農の設立時に機械を購入する場合は、補助対象となる場合があります。

#### 〔対象者〕

集落営農組織、農業協同組合、農業協同組合生産部会、生産者の組織する団体など  
※生産者の組織する団体とは、3戸以上で構成され、代表者や組織及び運営に関する規約が定められていること。

#### 〔補助金〕

補助対象経費の10分の2（上限200万円）

#### 手続き



#### 〔申請〕

申請を希望する場合は、9月30日（金）までに、農業振興課（阿波）で事前にご相談のうえご提出ください。

#### 〔注意〕

受付期間に係わらず、補助金申込額が予算の範囲を超えた時点をもって、申込受付を終了させていただきます。

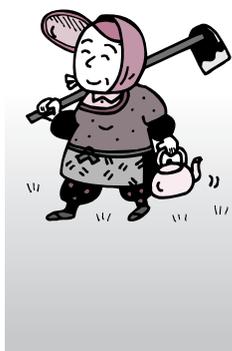
#### 〔問い合わせ先〕

農業振興課（阿波）

〒771-1179

阿波市阿波町東原173番地

TEL 0883(35)4113



## ●● 平成23年度市・県民税の納期限について ●●

平成23年度市・県民税の納期限について		
期別	納期限	口座振替日
第2期	9月30日	9月30日
第3期	12月26日	12月26日

市・県民税第2期の納期限は

**9月30日**

※税金の納付は、安心・便利な口座振替を利用しましょう。

【問い合わせ先】 税務課市民税担当（阿波）  
TEL 0883(35)7810

※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

# 国民年金のお知らせ

●国民年金の給付には、3種類の基礎年金があります

喜らるるのお知らせ

受けられる額	受けられる条件	
 <p><b>満額</b>…… 788,900円 (平成23年度・年額) ※40年間(20歳から60歳まで)の全額納付の場合)</p>	<p><b>65歳から一生生涯給付の終身年金</b> 原則として65歳から受給となります。 希望により60歳から減額された年金の繰上げ支給や、66歳から70歳までの希望する年齢から増額された年金の繰り下げ支給を請求できます。 <b>一定の保険料を納めていることが必要です。</b> 国民年金保険料を納めた期間や厚生年金、共済組合加入期間を合計して25年間以上あることが必要です。</p>	老齢基礎年金
<p><b>1級</b>……986,100円 (平成23年度・年額) <b>2級</b>……788,900円 (平成23年度・年額)</p> <p>生計を維持された18歳到達年度の末日まで(ただし、障害の状態が1・2級の子は20歳の誕生日の前日まで)の子がいるときは次の額が増額されます。</p> <p>2人目まで 1人につき 227,000円 3人目から 1人につき 75,600円</p>	<p><b>病气やけがで障害が残ったとき</b> ①国民年金加入中(または加入していた方が日本国内居住の60歳以上65歳未満のとき)に初診日(初めて医師の診断を受けた日)のある病气やけがで、初診日から1年6カ月を経過した時または、その期間内に症状が固定したときに請求できます。 ②20歳になる前に初診日のある病气やけがで障害者になったとき(初診日から1年6カ月後が20歳前のときは、20歳になったとき)に請求できます。</p> <p><b>次の両方の条件を満たすことが必要です</b> ①障害の等級が国民年金法による1・2級の障害の状態であること。 ②身体障害者手帳の障害等級とは異なります。 ③初診日の属する月の前々月までの保険料納付期間や免除期間などが、加入すべき期間の3分の2以上であること。 (初診日が平成28年3月31日以前の場合)は、初診日の属する前々月までの直近の1年間の保険料納付または免除が必要で、初診日において65歳未満であること。 ※初診日が、20歳前のときは納付の条件はありません。</p>	障害基礎年金
<p><b>妻が受け取るとき</b>……1,015,900円 (平成23年度・年額) <b>子が受け取るとき</b>……788,900円 (平成23年度・年額)</p> <p>生計を維持された18歳到達年度の末日まで(ただし、障害の状態が1・2級の子は20歳の誕生日の前日まで)の子がいるときは次の額が増額されます。</p> <p>2人目まで 1人につき 227,000円 3人目から 1人につき 75,600円</p>	<p><b>一家の支えにもしものことがあったとき</b> 国民年金に加入している方または加入していた方が死亡したときに、その方に生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます。 ※「子」とは、18歳到達年度の末日まで(ただし、障害の状態が1・2級の子は20歳の誕生日の前日まで)の子をさします。そのため支給されるのは、子が18歳になった後の最初の3月分までです。</p> <p><b>次の両方の条件を満たすことが必要です</b> ①請求できる遺族(子のある妻、または子)であること。 ②死亡日に属する月の前々月までの保険料納付期間や免除期間などが、加入すべき期間の3分の2以上であること。(死亡日が平成28年3月31日以前の場合)は、死亡日の属する前々月までの直近の1年間の保険料納付または免除が必要で、ただし、死亡日において65歳未満であること。</p>	遺族基礎年金

阿波市勤労青少年ホーム利用者協議会主催

## Passion Of Youth 2011 開催!



若者同士が楽しく交流を深め、親睦をはかるため **Passion Of Youth 2011** を開催します。

- ☆ 未来を熱く語るのもよし
- ☆ 素敵な出会いを求めるのもよし
- ☆ いろいろ楽しい企画もあります
- ☆ ぜひご参加ください!

**\*日** 時/9月24日(土)  
午後7時~受付・午後7時30分開演

**\*場** 所/はあとプラザ住友  
阿波市土成町 住088(095)3224

**\*会** 費/お一人様 3,000円  
食事はバイキングで食べ放題・フリードリンク制

**\*申込締切**/9月16日(金)

**【問い合わせ・申込先】**  
阿波市勤労青少年ホーム事務局  
住088(36)6464

参加ご希望の方は、必ず事前にホーム事務局まで電話予約をしてください。

阿波市生涯学習推進映画会

『武士の家計簿』

開催のお知らせ

入場無料

ただし、入場整理券が必要です。

【発券期間】 9月1日～9月30日  
(8:30～17:00)

【発券場所】 阿波市役所総務課  
市場支所地域課  
土成支所地域課  
吉野支所社会教育課

※入場整理券は、お一人様2枚までの発券とさせていただきます。  
※各部定員に達し次第、発券終了となりますので、ご了承ください。



- 上映日時 **10月1日(土)** 【昼の部】13:30～15:40  
【夜の部】18:30～20:40 (受付はそれぞれ開始30分前から)
- 上映場所 阿波市立土成歴史館 (阿波市土成支所南側)
- 対象 阿波市民の方 ※各部 定員250名
- 主催：阿波市生涯学習推進協議会 ●後援：阿波市教育委員会

【問い合わせ先】 阿波市生涯学習推進協議会事務局 (教育委員会社会教育課 (吉野) 内)  
TEL: 088 (696) 3968 FAX: 088 (696) 3277

英語でお話ししませんか？

阿波市では、毎年英会話教室を開講しています。楽しい、人気のある教室です。今年度も9月より受講生を募集します。気軽にチャレンジしてください。内容は下記のとおりです。受講を希望される方は社会教育課(吉野)までお申し込みください。



地区	講師	日	時	場所
吉野	セイディアス・グレイベル	毎週 木曜日	初級 / 19:00～19:50 中級 / 20:00～20:50	吉野コミュニティセンター
土成	エリザベス・ジェンキンソン	毎週 木曜日	初級 / 19:30～20:20 中級 / 20:30～21:20	土成農業者トレーニングセンター
市場	クリストファー・タウンセント	毎週 木曜日	初級 / 19:00～19:50 中級 / 20:00～20:50	市場住民センター
阿波	ナオミ・サバレイス	毎週 木曜日	初級 / 19:00～19:50 中級 / 20:00～20:50	阿波農村環境改善センター

なお、開講日については現在調整中です (申込者にはハガキで通知させていただきます)。

【申込・問い合わせ先】 社会教育課(吉野) TEL 088(696)3968 FAX 088(696)3277

暮らしのお知らせ

広げよう 笑顔の輪を こどもから  
**第5回 こどもフェスタ**



今年には海洋町と上勝町の子どもたちやボランティアスタッフも参加し、こどもフェスタを盛り上げました。

☆20周年を記念して

土成工業団地フェスタは、土成工業団地企業連絡協議会発足20周年を記念して開催されました。家庭で役立つ省エネ生活セミナーも開催され、参加者は真剣に耳を傾けていました。

♪広がる幸せ 大切な仲間を集めて 太陽の下 みんなで歩けば ポカポカ気分がいい気持ち 手と手をつないで みんなの笑顔もつみんで 世界が輪になり みんなで歌おう ポケットソング♪(抜粋)

こどもフェスタでは、ティーンズボランティア「ポケット」のメンバーによる作詞・作曲のテーマソング「ポケットソング♪」が披露されました。

☆子どもたちの手作りイベント

7月31日  
**こどもフェスタ**  
 7月30・31日  
**土成工業団地フェスタ**  
 開催

20周年の感謝を込めて

**土成工業団地フェスタ**



# ガーデニング教室 受講生募集

花を楽しみませんか？



## 【申込・問い合わせ先】

市場公民館  
TEL 0883(36)6464  
FAX 0883(36)6551

回	開催日	テーマ	内容
1	10月15日(土)	コンテナガーデンと園芸相談	秋の花壇づくり コンテナガーデン(寄せ植え)
2	12月3日(土)	冬の玄関を飾る草花の育て方	維持管理 コンテナガーデン(寄せ植え)
3	2月25日(土)	花壇づくりのポイント	年間管理(植え替えと管理) 多年草の寄せ植え

- 1 時 間 午前10時～11時30分
  - 2 場 所 市場公民館(2階大会議室)
  - 3 講 師 四国園芸 ガーディングプランナー 米田 博さん
  - 4 募集対象者 阿波市在住の方で、3回とも参加できる見込みの方
  - 5 募集定員 先着20名
  - 6 参加費 各回 1,500円(材料費実費負担として、申し込み時に徴収させていただきます)
  - 7 持参物 移植用スコップ・ゴム手袋・新聞紙などとさせていただきます。
  - 8 申込締切 9月30日(金) 定員になり次第、締め切りとさせていただきます。
- ※日程や内容が一部変更になる場合があります。ご了承ください。

## 東日本大震災 義援金の 受付終了の お知らせ

阿波市では、東日本大震災に対する皆様からの義援金をお預かりし、日本赤十字社へ寄託して参りました。たくさんの方々のご協力、ありがとうございました。

本義援金は、9月22日(木)午後5時で、受付を終了させていただきます。最終的な義援金額などの詳細は、あらためて「広報阿波」、「ACN音声告知器」、「阿波市ホームページ」でご報告させていただきます。

市民の皆様からお寄せいただいた被災地支援に対する熱い思いと、多大なるご協力に心より感謝いたします。

## 阿波市以外のお知らせ

### 自然の学校とバーベキュー大会

(財)徳島県母子寡婦福祉連合会では、子育て支援事業として「自然の学校とバーベキュー大会」を開催します。

- 開催日 10月10日(月・祝)
- 場 所 勝浦町 ふれあいの里さかもと(現地集合でも可)
- 対 象 子育て中の親子40組(3歳～小学校6年生以下 多数の場合は、ひとり親家庭を優先します)
- 参加費 1名につき500円(自然体験代ほか)
- 申込締切 9月26日(月)
- 内 容 バーベキュー大会・竹細工(水てっぽう)
- その他 雨天決行。送迎バスもあります。

### 【問い合わせ・申し込み先】

(財)徳島県母子寡婦福祉連合会 TEL 088(654)7418

### 公証相談をお受けします

10月1日から一週間は、公証週間です。徳島公証役場では、電話による公証相談をお受けします。

- 相談内容 遺言・任意後見契約・離婚給付など公証に関する相談全般
- 電話受付日時 10月1日 午前9時から午後4時まで
- 受付電話 徳島公証役場 TEL 088(625)6575  
鳴門公証役場 TEL 088(685)7982

### 西部テクノスクールです

西部テクノスクールでは、離職された方が再就職するために必要な知識や技能などを習得するための職業訓練を実施します。

- 募集定員 15名(心算状況により、訓練を中止することがあります)
  - 訓練期間 9月12日(月)～12月9日(金)
  - 訓練場所 (有)徳島ネットコム 脇町本校
  - 受講料 無料。教材費約7千円は自己負担
- 【問い合わせ先】西部テクノスクール TEL 0883(62)3067

### 徳島農政事務所などの再編のお知らせ

農林水産省の組織再編の一環として、阿波市の農政関係事務を担当してきた徳島農政事務所及びその下部組織である地域課、統計・情報センターが、9月1日に徳島地域センター(所在地は徳島市)に再編されました。新たに設置される徳島地域センターでは、戸別所得補償制度等の農業経営の安定や農山漁村の6次産業化、食の安全・安心確保等の業務を行います。

### 【問い合わせ先】

中国四国農政局 徳島地域センター 所在地/徳島市中昭和町2-32  
電話/(代表)TEL 088(625)6131 管轄区域/徳島県全域

# フォトニュース



こころをひとつに 頑張ろう！ ニッポン！

## 届け！ みんなの思い

平和学習に取り組んでいる林小学校6年生は、毎年平和の願いを込めた千羽鶴を広島、長崎の慰霊塔に捧げています。8月の広島平和式典へ折り鶴を捧げに行く児童会役員の山口大輝君は、原爆で亡くなった人の気持ちを考えながら鶴を折ったそうです。

また、「今年はぜひ東日本大震災の被災地へも千羽鶴を贈りたい」という意見が子どもたちから出て、みんなで協力して多くの鶴を折りました。

この千羽鶴と、被災地の子どもたちへ宛てた手紙は、7月1日関西広域連合宮城チームの一員として出発した阿波市職員 前田拓朗さんと伊月堅治さんに託され、現在南三陸町ベイサイドアリーナで人々を勇気づけています。



## 被災地の小学校へミニハウス寄贈

吉野町西条の井上正さんが、津波で被害を受けた岩手県下閉伊郡山田町の大沢小学校へミニハウス2棟を寄贈しました。

井上さんは、東日本大震災発生以来「大工の腕を生かして、被災地のために何かしたい」と考えていました。このミニハウスは友人の親戚が同町に住んでいる縁で、大沢小学校に贈ることにしたそうです。

ミニハウスは県産杉が使用され、床面積は6㎡と8㎡です。換気扇やコンセントもあり、寒さ対策には断熱材が入れられ、屋根も工夫されています。

井上さんは7月25日、大沢小学校へミニハウスを運び、26日に設置しました。

大沢小学校の大久保裕明校長は「素晴らしい贈り物に感動しています。子どもたちのために大切に使用させていただきます」と話しました。



## 巨大カボチャ、ごちそうさま



市場幼稚園児が7月20日、巨大カボチャ「アトランティック・ジャイアント」の料理を楽しみました。

阿波市人権擁護委員が、子どもたちに命の大切さを教える「命のリレープロジェクト」事業の一環として、市場町の木津功さんから苗を分けてもらい、園庭で子どもたちと育てていましたが、うまく育たなかったため、木津さんが周囲2・6メートルの大きなカボチャをプレゼントしました。

園児らがのこぎりなどで切り分けたカボチャを、同委員7人がスープやサラダ、寒天ゼリーなどに調理し、みんなでおいしく味わいました。

## 阿波農自慢のメロンです



7月12日、阿波農業高校で高級メロン「アールスナイト」の収穫が行われました。このメロンは温度や水の管理が難しく、同校の農業科学科野菜専攻コースの生徒が細心の注意を払って育てました。3年生の関戸愛慈君は「去年より良い出来です」と満足そうでした。16日に開催された最後の阿波農フェア夏まつりでは、このメロンのほか、夏野菜などが市価より安く販売されました。

## 高齢者の体力測定



自分の体力を正しく把握し、健康管理や日々の運動に役立ててもらおうと、阿波市老人クラブ連合会が会員の体力測定を実施しました。7月13日は阿波町農村環境改善センターで開催され、約40名の阿波地区会員が参加しました。参加者は血圧検査などを受けて体調のチェックし、握力、上体起こし、10メートル障害物歩行、開眼片足立ちなどの体力測定をしました。

## 資源保全隊の活動紹介



浄化液作り



EM団子の投入

市場中央土地改良区管内の香美・池谷地域資源保全隊と、切幡地域資源保全隊が水質浄化活動をしました。香美・池谷環境保全隊は、3年前からハス池浄化活動をしています。今年もEM団子2000個を作り、7月17日にハス池へ投入しました。約100人の参加者は、大きな池の中央めがけて団子を投げ入れていました。切幡地区資源保全隊26名は、7月18日に汚れた水をきれいにする浄化液（えひめA1-2）を作りました。ヨーグルトや納豆、砂糖などを混ぜ、発酵させて作る浄化液は、台所のぬめりを取り、生ごみのおいを減らします。

参加した八幡小学校6年生の松永舞さんは「汚い水をきれいにできるのがすごい」と熱心に作業していました。できあがった浄化液は、約90軒の家庭に配布されました。

## 親子ふれあい木工教室

7月30日と31日、市内3カ所です親子ふれあい木工教室が開催されました。徳島県建設労働組合が、県の地場産業である木工に親んでもらおうと開催しているこの教室では、本格的な電動工具も使えます。

徳島市から参加した小倉真君6歳は、家族や吉野町のおじいちゃんと一緒に、本棚を作りました。「釘を打つのが難しかったけど、きれいにできた」と大喜びでした。



## 水生昆虫観察会

7月23日、市場町日開合川で大俣公民館水生昆虫観察会が開催され、49人が参加しました。講師の徳山豊先生から「どんな昆虫がいるか調べることで水質が分かります」と説明を受けた子どもたちが捕まえた昆虫は、きれいな水に住むトビゲラやヒラタドムシ、カワニナなどでした。

八幡小学校2年生の森亮輔君は「オニヤンマやカニもいました。楽しかった」と話してくれました。



## 3B体操、始めませんか？



これがベルターです

3B体操をご存じですか？ベル、ボール、ベルターという道具を使って行う健康体操です。阿波市には、こすもす3B教室とあざみ3B教室があります。だれでも、いつでも手軽にできる体操です。一緒に楽しみませんか？ぜひ、見学にお越しください。

### こすもす3B教室

毎週木曜日

吉野地域福祉センター

TEL 0899(66)02000

### あざみ3B教室

毎月第1・3火曜日

阿波健康福祉センター

TEL 0899(66)00000

## カラオケセットを寄贈していただきました



吉野中央ふれあいセンターへ財団法人笠井福祉会館から高価なカラオケセットをご寄付いただき、7月14日に開催された西条ふれあいクラブ総会で市から感謝状が贈呈されました。

中央ふれあいセンターの利用者は、このカラオケセットを使用して歌を楽しむ、親交を深めることができます。また、コミュニケーションの拡大福祉事業の一環として、高齢者のリハビリや認知症予防にも活用されます。

## 税金の勉強をしました



7月13日、土成小学校6年生が市役所の税務課職員から税金の話の聞きまし。子どもたちは税金の種類や、国税と県市町村税の違いなどの説明を受けたあと、税金がない世界を想定したアニメのDVDを鑑賞しました。最後に、本物と同じ大きさ、重さに作られた1億円の束を持って、「大金の感覚」を実感しました。

眞摺政季君は、「DVDを見て、税金の大切さがよく分かりました」と感想を話してくれました。

## はがきで「ありがとう」のメッセージ



子どもたちに手紙やはがきに親んでもらおうと、土成ライオンズクラブが御所小学校と土成小学校に7月13日、暑中見舞い用のはがき950枚を贈りました。

贈呈式では三原保光御所郵便局長と、土成ライオンズクラブを代表して尾形信之会長、太北英昭さん、日浅憲明さんの3名から福房子御所小学校長へはがきが手渡されました。このはがきは夏休み前に、児童全員に1枚ずつ、担任の先生から配られました。

## わはは自慢の、新メニュー



土成町のNPO法人「スマイル」が御所の郷土に設置している「テイクアウトカフェわはは」が、新メニューを発売しました。地元の製麺所が作った麺に、野菜や鶏肉をトッピングした中華風冷麺と、地元でとれたパッションフルーツのかき氷です。

「テイクアウトカフェわはは」は、1年前に障害者の就労訓練の場としてオープンしました。地産地消にこだわったおいしいメニューが評判を呼んでいます。

## 根性のある、巨峰です！



阿波町早田の枝沢良治さん宅で、セメントの隙間から生えた木に巨峰が実り、近所の人を驚かせています。

5年ほど前に自然に芽生えたこの巨峰は、去年までは葉を茂らせるだけでしたが、今年初めて一房、実をつけました。枝沢さんは、偶然落ちた種から、よくここまで育つものだと感じています。8月末に完熟し、家族で味わったそうです。

## 高齢者ふれあい教室



7月22日吉野中央ふれあいセンターで、押し花を使った作品作りがありました。  
吉野地区の松鶴老人倶楽部会長 西村久江さんが呼びかけ、約40人がランチョンマットや壁飾り、しおり作りなどを楽しみました。  
また、吉野一条ふれあい会館でも、地域の花好きの高齢者が集まって、押し花教室が開催されました。

## 夜のお話し会



7月16日、土成図書館で「第7回夜のお話し会」が開催されました。  
ボランティアグループ「おはなしのとびら」（坂東孝代会長 会員14人）が毎年開催しており、今年もブラックシアターの人形劇や、アフリカの太鼓「ジャンベ」の演奏もありました。

御所小学校2年生の稲井奈津美さんは「ブラックシアターが面白かった」と楽しそうに話してくれました。

## 防犯陸上競技大会



7月25日、鳴門市のポカリスエットスタジアムで阿波警察署管内中学校防犯陸上競技大会が開催されました。  
この大会は、阿波市防犯協会と阿波警察署の主催で、毎年開催されています。

大会長である野崎市長と薄墨阿波警察署長から激励を受けた150名の選手たちは、仲間からの熱い声援を受けながら、トラック競技やフィールド競技に挑戦しました。

## 自然から学ぶ薬草展 開催



7月31日、ショッピングプラザ アワーズ駐車場で、「第2回 自然から学ぶ薬草展」が開催され、県内外から大勢の人が来場しました。  
口ハスライフト、徳島県薬草協会市場支部が民間伝承の薬用植物を紹介したいと、425種類もの薬草の鉢や薬酒などを展示しました。

NPO法人阿波の野生植物を護る会理事長の大島輝久さんとスタッフが薬草の効用などを説明し、冷たい薬草茶がふるまわれました。

## やねこじきの「蔦監督」人形、池田高校へ



阿波っ子スクールが昨年のやねこじきに展示し、「アイデア賞」を受賞した池田高校野球部 故郷文也監督の等身大人形が、同校の桜陵資料室に飾られることになりました。  
人形は木材や新聞紙の上から、小さな和紙を数千枚貼り付けて立体感を出し、本物そっくりに仕上げられています。  
阿波っ子スクールのやねこじきは市長賞受賞の経験もある実力で、毎年力作を出展しています。

## 戦争体験を語り継ぐ会



8月5日、吉野地区婦人会が若い世代に平和の尊さを言い伝えるため、「戦争を語り継ぐ会」を開催し、吉野中学校2年生75名が参加しました。  
元名西高校教諭 出口恒さんが「戦後66年 残された遺族の悲しみ」と題して講演し、猪尾陽大君が「戦争の悲惨さ、むなしさを理解できました」と感想を述べました。  
講演終了後、参加者は麦ご飯とすいとんの、戦時中の食事を試食しました。



# ● 9月の催し物の案内 ●

## 阿波図書館

### ■ピアノ自動演奏会

日時：25日(日) 10:00～、13:00～  
 題目『魅惑のヨーロッパサウンドより「シバの女王/ミシェル・ローラン」など』

### ■「おじいちゃん・おばあちゃんのがおえかいたよ♪」

募集：19日(月・祝)まで 展示：29日(木)まで  
 みんなのおじいちゃん・おばあちゃんのがおえをかいてもってきてね。  
 もってきてくれた子にはプレゼントをさしあげます♪



## 9月の特集

阿波図書館	児童・・・なかよし☆きょうだい	一般・・・哲学のススメ
市場図書館	児童・・・お★つ★き★み/じいじ・ばあば だいすき	一般・・・生き方のすすめ
土成図書館	児童・・・お月さまの本	一般・・・残暑をのりきるセルフケア
吉野笠井図書館	児童・・・十五夜お月さま	一般・・・ポエム(詩集)とともに

## 各図書館より新刊のおしらせ

たくさんの方が図書館に来てくださいますよう、  
 新刊の一部を紹介いたします。  
 貸出中の本は予約ができます。また、他館の本  
 も取り寄せできます。

### 阿波市図書館4館共通

- ・小説・「化合」 今野 敏/著
- ・小説・「ポニーテール」 重松 清/著
- ・小説・「共鳴」 堂場 瞬一/著
- ・えほん・「おばけのチョウちゃん」 長野 ヒデ子/文・絵

### 阿波図書館

- ・教養書・「ニッポンの嵐」 嵐/編
- ・教養書・「就職力」 齋藤 孝/著
- ・小説・「謙信の軍配者」 富樫 倫太郎/著
- ・児童書・「おばけのアッチとどきどきドッチ」 角野 栄子/作

### 市場図書館

- ・教養書・「高校生レストランの奇跡」 岸川 政之/著
- ・実用書・「脱電生活」 佐光 紀子/著
- ・小説・「影桜、咲かせやしょう」 ヒキタ クニオ/著
- ・えほん・「よしのがわ」 村松 昭/作

### 土成図書館

- ・教養書・「広辞苑の中の掘り出し日本語」 永江 朗/著
- ・実用書・「かわいい寒天スイーツ」 大越 郷子/著
- ・エッセイ・「簡素が、いちばん！」 橋田 壽賀子/著
- ・えほん・「野球場の一日」 いわた 慎二郎/作・絵

### 吉野笠井図書館

- ・教養書・「夜回り先生いのちの授業」 水谷 修/著
- ・教養書・「これを英語で説明できますか？」 デイビッド・セイン/著
- ・小説・「虹の岬の喫茶店」 森沢 明夫/著
- ・えほん・「へちまのへーたろー」 二宮 由紀子/作

## ☆☆☆阿波市立図書館からの休館のお知らせ☆☆☆

◆システム変更、並びに蔵書点検のため、阿波市4館全ての図書館で下記の日程を休館させていただきます。  
 期間：9月8日(木)～9月17日(土) 利用者みなさまにはご不便をおかけしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

## ☆☆阿波市立図書館からのシステム統合に関するご案内☆☆

◆9月18日(日)より阿波市4館(阿波・市場・土成・吉野笠井)の図書館システムがネットワーク化いたします。

- 貸出カードについて … ひとつのカードで阿波市4館全てご利用できるようになります。
- 返却について …… 借りた館にかかわらず、どこにでも返却できるようになります。  
 ※阿波市外から取り寄せた図書は今までどおり、借りた館への返却をお願い致します。
- 貸出点数について … 阿波市4館合計で、図書10冊、AV(CD・DVD・ビデオ・カセットテープ)各3点。  
 ※今後協議の上、図書に関しては増加を予定しています。
- 予約について …… 今までどおり、図書10冊、AV各3点までです。
- インターネット検索について …… 阿波市ホームページより、阿波市4館全ての所蔵検索が出来るようになります。
- 阿波市外の方の利用について …… 阿波市に在住・在学・在勤以外の方は貸出ができなくなります。館内での閲覧は可能です。

詳しくは阿波市立図書館各館へお問い合わせください。



# 9月の健康だより

●保健事業のお問い合わせは● 阿波市健康福祉部 健康推進課(市場) TEL 0883-36-6815  
 ※会場のHは保健センター、Cはコミュニティセンターの略です。

## 母子・乳幼児健診／相談

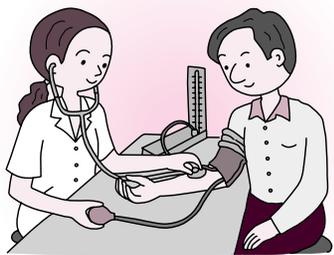
日	受付時間	事業名	会場
6日(火)	12:30~13:00	乳児健診	阿波H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
8日(木)	12:30~13:00	2歳児健診	市場C
12日(月)	12:30~13:00	乳児相談	土成H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
13日(火)	12:30~13:00	1歳6カ月児健診	土成H
27日(火)	12:30~13:00	3歳児健診	阿波H

## 予防接種

日	受付時間	事業名	会場
1日(木)	13:00~13:30	ポリオ接種	阿波H
5日(月)	13:00~13:30	ポリオ接種	吉野H
20日(火)	13:00~13:30	B C G接種	吉野H

## 股関節脱臼検診 & 離乳食講習会

日	受付時間	事業名	会場
28日(水)	12:50~13:20	股関節脱臼検診・ 離乳食講習会	吉野H



**★35歳節目健康診査を  
受けましょう★**

今年度35歳になる方(昭和51年4月1日生~昭和52年3月31日生)を対象に35歳節目健康診査受診票を送付しています。食べ過ぎ、飲みすぎ、運動不足、喫煙などの生活習慣を積み重ねていくと、内臓に脂肪がどんどん蓄積し、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病を引き起こします。これらの生活習慣病は、自覚症状がないので気付かないうちに進行します。

この機会に、一度健診を受けて、ご自分の健康状態を確認してみましょう。

**期 間** 7月1日~11月30日  
**料 金** 無料

(6月末にお送りした黄緑色の35歳節目健診受診票を持って受診してください)

**実施機関** 阿波市内の医療機関  
 21か所

初秋の一日を県下でも屈指の景観・奇勝の土柱を見て歩いてみませんか。皆様お誘い合わせのうえ、大勢のご参加をお待ちしています。

**みんなで歩かんて！  
24ぐるっとウオーキング  
inどくしま**

健やか爽やかウオーキング日本1800  
歩いてニッポンを元気に



- **開催日** 9月25日(日)  
受付 午前9時から 小雨決行
- **集合場所** 土柱そよかせ広場  
(阿波市土柱東側 大規模農道沿い)
- **共 催** 徳島県・NPO法人徳島県ウオーキング協会・阿波市・阿波市教育委員会
- **主 管** 上板町歩こう会
- **開 会 式** 午前9時30分から40分
- **ウオーキング**  
Aコース(5km) 午前10時から午後1時(解散予定)  
Bコース(10km) 午前10時から午後3時(解散予定)
- **参加費** 一人 300円(保険料含む) ※小学生以下無料
- **参加方法** 当日受付(集合場所にて申込み受付を行います)
- **各自準備する物**  
ウオーキングのできる服装・飲み物・昼食・雨具・汗ふきタオルなど。
- **一人一植運動募金**  
「歩いてニッポンを緑に」するための募金運動を展開しています。ご協力をお願いします。  
(一人 一回100円)

※問い合わせ先 徳島県ウオーキング協会  
 TEL 0883(0)570(0)3303

# 休日および平日夜間 救急当番医

日	医療機関
1日(木)	重清医院
2日(金)	阿波病院
3日(土)	さかまき整形外科
4日(日)	森下医院
5日(月)	阿波病院
6日(火)	近藤内科
7日(水)	御所診療所
8日(木)	金塚内科
9日(金)	阿波病院
10日(土)	笠井病院
11日(日)	赤池医院
12日(月)	阿波病院
13日(火)	小笠原医院
14日(水)	大塚内科
15日(木)	大崎皮膚科
16日(金)	阿波病院
17日(土)	水谷クリニック
18日(日)	乾内科外科
19日(月)	阿波病院
20日(火)	大久保内科(市場)
21日(水)	大野病院
22日(木)	乾内科外科
23日(金)	阿波病院
24日(土)	赤池医院
25日(日)	阿波病院
26日(月)	阿波病院
27日(火)	森下医院
28日(水)	村上医院
29日(木)	大久保医院(吉野)
30日(金)	阿波病院

平日 午後7時～午後11時まで  
日曜・祭日 午前9時～午後11時

# 当番医連絡先

医療機関名	電話番号
重清医院	0883-35-6160
阿波病院	0883-36-5151
さかまき整形外科	0883-35-7880
森下医院	0883-35-5656
近藤内科	0883-36-2011
御所診療所	088-637-8033
金塚内科	088-695-5858
笠井病院	0883-35-2720
赤池医院	0883-36-6565
小笠原医院	0883-36-2030
大塚内科	0883-35-6070
大崎皮膚科	0883-35-6468
水谷クリニック	088-696-5507
乾内科外科	088-695-5006
大久保内科(市場)	0883-36-3020
大野病院	088-695-2112
村上医院	0883-35-6410
大久保医院(吉野)	088-696-2037

※当番医、あるいは中央広域連合中消防署(TEL088-695-2149)で必ずご確認のうえ受診してください。変更になる場合があります。

## 糖尿病シリーズ①

# 「症状がないから大丈夫!!」 と思っていないですか?

体の症状と血糖値を比べてみましょう。

### 1 みなさんが思う糖尿病の症状

のどが渇く 体重が減る  
からだがだるい  
甘いものが特に欲しくなる  
おしっこ多量

水を飲みたい 尿に泡が立つ  
尿に糖が出る

### 2 実は、こんな症状も 糖尿病の場合が あるんです!

物が見えづらい  
ぼんやり見える  
胃の調子が悪い  
下痢と便秘をくり返す  
冷える、ほてる、異常に汗をかく  
疲れていないのに足がつる  
手足のしびれ  
足の感覚の違和感  
手足がむくむ 尿に蛋白が出る  
胸痛 ろれつが回らない、めまい  
物忘れ

これらの症状は、見逃されることが多く、糖尿病の方の  
**3人に1人**は自分が  
**糖尿病だと気づいていない**  
とされています。

その間に何が起きているのでしょうか



### 動脈硬化

甘～い糖ですが、  
多すぎる糖はじわじわと、  
血管を傷つけています。



全身の細胞に影響  
そして…

生活に  
支障がでる

空腹時血糖値  
**250mg/dℓ**以上  
HbA1c値 **9.0%**以上

**170mg/dℓ**以上

次に  
細小血管(眼・神経・腎臓)  
が傷みます

糖尿病領域  
**126mg/dℓ**以上

まず  
大血管(心臓・脳・足)  
が傷みます

**100mg/dℓ**以上  
HbA1c値 **5.2%**以上

血糖値は…  
常に一定の量に調整  
されています。多くても  
少なくても、身体は  
困るのです。

(参照 糖尿病学会)  
糖尿病治療ガイド

# 9月番組予定

アナログ：2ch  
デジタル：111ch  
デジタル：112ch（文字放送）



午前	月・火・水・木	金	土・日
6	00 阿波市民憲章、文字放送～ 30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成23年第3回阿波市議会 ・食育講演会 ・吉野川農業支援センター便り	30 お花大好き! シネマ☆クロス	30 ACN週刊ニュース ★阿波市アグリレポート他 街の話題を放送!
7	00 阿波踊り体操（認知予防編） 30 動画 de あわとく、週刊あわのかわらばん		
8	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。 見逃した方はこの時間でチェック!		
9	00 番組詳細案内(1分)		
10	01 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成23年第3回阿波市議会 ・食育講演会 ・吉野川農業支援センター便り	01 お花大好き! シネマ☆クロス	01 ACN週刊ニュース ★阿波市アグリレポート他 街の話題を放送!
11	00 文字放送～ 30 グリーンチャンネル・アグリネット（※金～日は再放送です） ・ふるさとの旅～会津駒ヶ岳～ ・ドッグアワードライブヘルス 他		
午後	00 県政アンテナテレビ とくしまハーツ		
0	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成23年第3回阿波市議会 ・食育講演会 ・吉野川農業支援センター便り	00 お花大好き! シネマ☆クロス	00 ACN週刊ニュース ★阿波市アグリレポート他 街の話題を放送!
1	00 阿波踊り体操（ロコモティブシンドローム編） 30 動画 de あわとく、週刊あわのかわらばん		
2	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!		
3	00 番組詳細案内(1分)		
4	01 (再放送) ACN特番 ◆前週放送分の再放送です。 詳細は番組案内を確認!	01 県政アンテナ とくしまハーツ 30 動画 de あわとく 週刊あわのかわらばん	
5	00 文字放送～ 30 サイエンスチャンネル		
6	00 グリーンチャンネル・アグリネット（※金～日は再放送です）		
7	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成23年第3回阿波市議会 ・食育講演会 ・吉野川農業支援センター便り	30 お花大好き! シネマ☆クロス	30 ACN週刊ニュース ★阿波市アグリレポート他 街の話題を放送!
8	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!		
9	00 阿波市民憲章、阿波踊り体操（寝たまま編）		
10	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成23年第3回阿波市議会 ・食育講演会 ・吉野川農業支援センター便り	30 お花大好き! シネマ☆クロス	30 ACN週刊ニュース ★阿波市アグリレポート他 街の話題を放送!
11	00 (再放送) グリーンチャンネル・アグリネット 30 文字放送～		
12	00 ジャパネットチャンネルDX 翌朝、6時まで放送!		

※番組の詳細はACNホームページ及びデジタルTV番組表（EPG番組表）にてお知らせいたします。  
 なお、ACN各事務所、市役所本庁、各支所、図書館等に2週間分の番組表を設置していますので、ご利用ください。  
 ※ACN特番は月・火と水・木で同じ放送内容となります。  
 ※各番組放送終了後は、文字放送を放送します。  
 ※番組（開始時間、内容）は予告なく変更することがありますので、ご了承ください。

## 男女共同参画社会の実現をめざして ～男女共同参画コーナー⑩～

ひとりごと

ちょっと手伝ってよ。  
 仕事で疲れてるんだ。  
 私だって一日中  
 お母さんのお世話してたんだよ。  
 女の君が世話した方が  
 お袋も気を使わないですむだろ。  
 でも、介護には力があることも多いのよ。  
 明日も早いから、もう寝るよ。

どう感じましたか？  
 「介護は女に任せられた方がいい？」  
 ご家族やご友人と話し合ってみましょう。

編集・発行 徳島県「じぶん」より

《フレアとくしま相談室》 夫婦、子ども、家族のこと、仕事、生活、DV、離婚など、様々なことのご相談に応じています。  
 相談は無料、秘密は厳守します。ひとりで悩まずにお気軽にお電話ください。

相談・予約受付 ☎088-626-6188  
 ☆月・水・木・金・土（火曜日が祝日の場合は翌日が休み）10時～12時、13時～16時

【お問い合わせ】 とくしまプラザ（男女共同参画交流センター フレアとくしま）  
 徳島市山城町東浜傍1（アスティとくしま内）  
 TEL088-655-3911（10時～18時） 休館日 火曜日（祝日の場合は翌日）・年末年始

【問い合わせ】 企画課（阿波） TEL 0883-35-4112

## 平成23年度 阿波市自治会長会開催



(平成23年6月末現在)

	自治会数	加入世帯数
吉野町	72	2,054
土成町	71	2,010
市場町	127	2,584
阿波町	115	3,413
合計	385	10,061

去る7月21日から28日にかけて、市内の4会場（町単位ごと）に自治会長会が開催されました。  
 会議では、市役所から本年度の主な予算や事業などについて説明のあと、「出席いただきありがとうございました」の言葉から、多くのご意見や提言をお寄せいただきました。この貴重なご意見などは、今後の事務事業執行時の参考とさせていただきます。ありがとうございました。

現在の自治会数と加入世帯数は左記のとおりです。

行政相談

お気軽にご利用ください

行政相談とは、国、県、市町村などの行政に関する苦情や要望、意見などを聞いて、それらの解決を図り、行政運営の改善に反映させるものです。

●9月の行政相談日

- 7日（水）阿波健康福祉センター
- 12日（月）市場総合福祉センター
- 20日（火）土成保健センター
- 26日（月）吉野地域福祉センター

時間は全て午後1時30分～4時です。  
 相談は無料で、秘密は固く守られます。

【問い合わせ先】  
 社会福祉法人  
 阿波市社会福祉協議会  
 地域福祉課  
 TEL088(695)48002

がんばれ! 徳島ヴォルティス TOKUSHIMA VORTIS

(ポカリスエットスタジアムでのゲーム日程)

9月19日(月・祝) 対 FC岐阜 / 9月28日(水) 対 ロアッソ熊本

【問い合わせ先】 徳島ヴォルティス TEL088-672-7339

9月17(土) 18(日) 19(祝)

上記3日間限りの特別企画

おじいちゃん おばあちゃんへ

# 敬老の日「ありがとう」プラン

家族みなでお食事はいかがですか？

お食事セット  
お一人様

## ¥2,500

(税・サ込)

記念写真とソフトドリンク飲み放題をサービス

ご希望の日時にお届け！  
**新発売 秋祭り皿鉢**

7,500円コース (お刺身付 3人前目安) 10,000円コース (お刺身付 4人前目安)

秋祭り限定皿鉢を店頭へ引き取りにお越し頂ける方には  
缶ビール2本もしくはウーロン茶5本を進呈

# ハートプラザ住友

TEL 088-695-3224

ハートプラザ住友

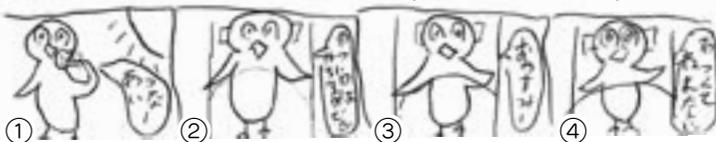
検索

年中  
無休

ウグイスはあちゃんの  
にお絵



マンガの  
アイデア



「広報阿波」には毎月、市民の皆さんから、クイズへの応募やご意見を、ハガキで送ってくれよんでよ。ありがたいこっちゃ。

ほの中には、マンガのアイデアや、ウグイスのイラストを描いてくれる人もおるんよ。うれしいでないで。ほんで、今月は「知恵袋」とは違うんやけど、若いしからもうたハガキを紹介させてもらうわな。ウグイスはあちゃんのにお絵と、阿波市のトリですウグイスさん」のマンガアイデアじゃ。

どちらも、12歳の子おからもうたんでよ。

届いたハガキは、担当者はおちろん、ばあちゃんもこうして、ありがたく読ませてもらいます。ラッキーな人には図書券も当たるし、まだ出したことないっっちゃう人も、いっぺんハガキを書いてみんで？

九月編

## ウグイスはあちゃんの知恵袋

広告を掲載しませんか？

「広報阿波」は毎月14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは阿波市企画課(0883-35-4112)までお問い合わせになるか、阿波市ホームページをご覧ください。

## 数珠が切れると縁起が悪い？



数珠が切れてしまったら、「縁起が悪い」と考えてしまがちですが、それだけお念仏に励んだ証であり、けて縁起が悪いということはありません。切れてしまった数珠はお寺で供養をしてもらったり、仏具屋さんで修理を頼めばよいことなのです。

数珠は、持っているだけで魔除け厄除けとなり、また福を授かると言われています。仏様が悪縁を切ってくださいと考えましょう。

# 葬

にまつわる  
知恵袋



駐車場200台完備(県道鳴門池田線沿い)

法事等にもご利用いただけます。※式場使用料無料!

葬儀会館

# 吉野りバーホール

阿波市吉野町西条字築地119-13

TEL.088-696-3200

阿波市のトリです  
ウグイスさん No.48

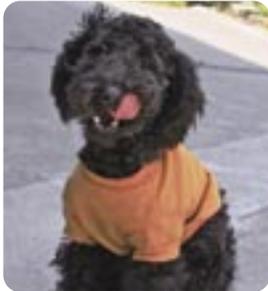


「防災ハンドブック」を活用ください………の巻

うちの子一番♪



土成町 ロックくん



土成町 レオンくん



阿波町 サンタくん



吉野町 リリーちゃん



阿波町 タマちゃん

世界一可愛っていわれてるの♪



阿波町 プーちゃん

自慢のペットの写真を募集中です。  
応募先住所は「広報クイズ」と同じ、「うちの子一番」係です。  
メールの方は、info@city.awa.lg.jpまでお願いします。  
写真はペットの名前で掲載しますので、ペットの名前もお忘れなく。  
犬は、登録済みの犬に限ります。  
応募数により写真の大きさが変わったり、掲載月が遅れたりすることがありますが、ご了承ください。  
待とうけんニャア♪ワン♪コケッコ〜♪

後期高齢者医療保険料	市県民税	今月の納税・保険料
第二期		
9月30日(金)		納期限

阿波市のうごき		平均年齢 48.2歳 ( )内は前月比
■平成23年7月末現在人口 (住民基本台帳によるもの)	男: 19,633人 (-9)	■転入等: 54人
女: 21,272人 (+1)	計: 40,905人 (-8)	■転出等: 37人
■世帯: 14,675戸 (+6)		■出生: 19人
		■死亡: 44人

みんな笑顔でむかえてほしい、日本の秋。

**9/26 月発売**

オ〜タム ジャンボ宝くじ〜!

2011年 新市町村振興宝くじ オータムジャンボ宝くじ  
1等・前後賞合わせて **2億5,000万円**  
1枚300円 財団法人全国市町村振興協会

●1等: 1億5,000万円/前後賞各5,000万円  
●発売期間 9月26日(月)~10月14日(金)  
●抽せん日 10月21日(金)

売り切れしだい発売終了!

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。(財)徳島県市町村振興協会

**広報クイズ** 答えはなに? 今月号をよ〜くご覧ください。

①振り込め詐欺を未然に防いだのは、どこの郵便局?  
②阿波市役所へ職場体験に来たのは何高校?

応募方法  
はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また**広報へのご意見、ご感想**などをお書きいただき、お送りください。  
抽選で5人の方に**図書カード**が当たります。

応募先  
〒771-1792 徳島県阿波市阿波町東原173番地  
阿波市役所 広報クイズ係

締め切り  
9月20日(火) 必着

※応募は、1人につき1通に限ります。  
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
**多数の方のご参加、お待ちしております!**