



広 報

# 阿波

2011  
**10**

No.77

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)



**気球に乗って大空へ!**

~たくさんの方が空からの景色を楽しみました~

## CONTENTS

全国中学校体育大会 柔道日本一	1
受章・振り込め詐欺未然防止	2
ガンバレ! あわキッズ!	3~4
阿波市の秋・夏	5~6
うちのお医者さん	7~8
暮らしのお知らせ	9~22
フォトニュース	23~24
図書館カレンダー	25~26
健康だより	27~28
広報クイズ・編集室 他	裏表紙

阿波市が誇る日本一！

# 全国中学校体育大会

# 優勝

阿波中3年 大島 拓海 君 男子60キ口級

## 兄弟で 全国制覇の栄光

8月25日和歌山ビッグホエールで開催された「全国中学校体育大会柔道男子60キ口級」で、阿波中学校3年生の大島拓海君が日本一に輝きました。2年前同じ大会で優勝した兄、大島優磨さん（国士舘高校 2年生）に続き、素晴らしい快挙です。

準々決勝では相手の歯が頭に当たり、急ぎよテーパーピングをして止血し、試合を続行するというハプニングもありましたが、持ち前のねばり強さと精神力で挑み、栄冠を勝ち取りました。



9月1日 阿波中での優勝報告



8月29日 阿波市へ凱旋報告



## 背負いで「技あり」 昨夏の雪辱！

昨年、大島君はこの大会で3位という、本人にとつては本意な結果でした。「今年こそ優勝しなければ！」というプレッシャーは大きく、自分に厳しい練習の日々を過ごしてきました。

大島君は「試合前に監督が背中をたたいて、五感を集中させてくれました。おかげで落ち着いて力を出せました」と、激戦だった決勝戦を振り返りました。

板東義明監督は「大きな舞台で、主将として目を見張る活躍をしてくれました。彼の優勝は、他の部員にも良い刺激を与えてくれます」と愛弟子の優勝を称えました。

夢はオリンピックに出場し、金メダルを獲得することです。この優勝で、大きな一歩を踏み出しました。

# 受章おめでとうございます

## 瑞宝単光章



防衛功勞  
元陸上自衛官  
橋本 好幸さん  
(61歳 土成町土成)

橋本さんは、昭和43年から35年11カ月、陸上自衛官として「広報・弾薬・庶務」などの仕事に従事されました。土砂災害や重油流出、航空機の墜落などの災害地派遣にも十数回出勤されました。特に、行方不明者捜索は毎日緊張の連続だったそうです。  
「無事に任務を終え、同僚と共に無事帰隊したとき、やっと重圧から解放され、ホッとしたのを思い出します。多くの方々のおかげと、家族の支援に感謝しています。これからは地域に貢献できるように、頑張りたいと思います」と話されました。

## 瑞宝単光章



消防功勞  
元土成町消防団長  
尾池 硬さん  
(77歳 土成町吉田)

土成町消防団員として、地域の安全を守ってこられた尾池さんは、副団長5年、団長8年というベテランです。  
31年間の消防団活動で特に心に残っているのは、消防団をより充実した組織にするため統合したことでした。伝統ある分団を統合するのはとても大変だったそうです。  
尾池さんは「命や財産を失うことのある民家火災は悲惨です。火災報知器の設置など、普段から火災に対して十分な注意をしてください」と、団員と共に危険な消火活動に当たったさまざまな事例を話してくださいました。

## 藍綬褒章



更生保護功績  
更生保護女性会員  
猪尾 壽枝さん  
(71歳 市場町市場)

猪尾さんは市場地区更生保護女性会長として20年間活動を続けてこられました。更生保護女性会とは、犯罪や非行に走った人の立ち直りを助け、明るい社会をつくらうとする女性ボランティア団体です。  
立ち直ろうとしている人でも、社会の偏見などにより、再び罪を犯してしまうこともありま。猪尾さんは会員と共に、再犯を少しでも減らしたい、と援助活動を続けています。  
「今まで元気に活動して来られたのは、家族の理解と会員の協力あってこそだと感謝しています。これからも、少しでもお役に立てるよう頑張りたいと思います」と猪尾さんは話されました。

広報では、市などから推薦しました受賞者を掲載させていただきましたが、全ての受賞者を把握できません。受賞者があらわれましたら、推薦者(団体)は企画課(阿波)までご連絡ください。



8月30日、阿波警察署は振り込み詐欺被害を未然防止した市場郵便局(岸上茂春局長)に署長感謝状を贈呈しました。  
8月8日、振り込み依頼に来た女性客の様子が無自然で、振込額も高額であったことから窓口担当勤務の後藤清子さんが声をかけ、振り込み詐欺であることを確信しました。局長や同僚、阿波警察署員の協力を得て、振り込みを思いとどまっていたいただきました。  
岸上局長は「大切なお客様の財産を守るため、これからも話しやすい相談しやすい郵便局であるよう、職員全員で務めます」と話されました。

〜市場郵便局〜

振り込み詐欺を未然防止!

# 四国中学校総合体育大会 柔道競技 阿波中男子柔道部

# ガンバレ! あわキッズ!

**優勝**



まつしま とおる 松島 徹君  
ばんどうよしあき 板東義明監督  
おかだ りき 岡田 力君  
おおしま たくみ 大島 拓海君  
うえむら 植村 悠雅君  
おかわら 真成君  
ゆうが 悠雅君  
しんせい 真成君  
はらだ かんた 原田 幹大君  
いむら ともき 井村 知貴君

8月6日、高松市総合体育館で開催された「四国中学校総合体育大会柔道競技」で、阿波中男子柔道部が優勝しました。  
四国各県の上位2チームが出場し、8チームがリーグ戦で戦う試合形式で、阿波中は予選も1位通過しました。  
決勝戦の相手は愛媛県の松山西中学校。阿波中は練習試合で負けた経験もある、強豪でした。選手たちは果敢に挑んだものの、ほとんど互角の勝負となり、勝敗の行方は大将戦にゆだねられました。  
大将を務めた1年生の原田君が、先輩の見守る中、自分より体の大きな相手に対して冷静に試合を進め、勝負を決めました。  
板東監督は「全員の気持ちが一つになり、良い結果を出すことが出来ました」と選手たちをたたえました。

# 第21回ショーワカップ 西日本中学校大会

**優勝**



くわはら えり 菜原 絵理さん  
い い 伊井 悠香さん  
ゆうか 悠香さん  
にしおか ともよ 西岡 知世さん  
いんどう あいり 印藤 愛莉さん  
きたはら 双葉さん  
ふたば まつなが ゆみ 北原 松永 有未さん

8月20日に香川県生島テニスコートで開催された「第21回ショーワカップ西日本中学校大会」で、阿波中学校女子テニス部が初優勝しました。中国・四国・九州から44チームの参加でした。  
決勝戦では鳥取県の日野中学校と対戦しましたが、雨の降る中大接戦の試合となりました。  
キャプテンの桑原さんは「毎日仲間と一生懸命練習してきました。成果が発揮できてうれしく思います。チームにとっても、大きな自信となりました」と感想を話してくれました。

# 日清食品カップ 第27回全国小学生陸上競技交流大会



おおさか 大坂先生  
あもう 天羽 海人君  
かいと 海人君  
あかさわ 赤澤先生  
よしおか 吉岡 哲史君  
さとし 哲史君  
野崎市長  
ほりきた 堀北監督  
すぎもと 一晟君  
いっせい 一晟君  
あさの 浅野 拓実君  
やまがた 山縣 諒季君  
あつ き 諒季君  
おかわら 岡村あみかさん  
まえうら 前浦 静音さん

8月26日・27日に神奈川県 日産スタジアムで開催された第27回全国小学生陸上競技交流大会へ、県代表として阿波市の子どもたちが参加しました。  
種目は県大会で1位になった400メートルリレー、100メートル5年、走り高跳びです。  
選手たちは8月9日に阿波市を表敬訪問し、徳島県代表として頑張ってくださいと抱負を述べました。

# 第24回徳島県防犯少年 柔道・剣道大会

優勝

# 第5回吉野川カップ HAYASHIファンタジアFC

優勝



7月23日に鳴門・大塚スポーツパーク ソイジョイ武道館で開催された「第24回徳島県防犯少年柔道・剣道大会」で、阿波署管内柔道チームが2年連続優勝しました。

この大会は、各警察署管内の少年柔道・剣道教室などの子どもたちに対し、その心と技、身体の上を図り、健全育成に資することを目的としています。

阿波市チームは見事な試合を披露し、昨年に続いて優勝旗を阿波市へ持ち帰りました。



### 上段左より

山口里玖君(林小5年) 小田滉己君(林小5年) 新藤一真君(伊沢小6年) 佐藤優樹君(林小5年)  
林 優斗君(伊沢小6年) 仲田蒼良君(林小5年) 前田和輝君(林小5年)

### 下段左より

森脇克実君(林小5年) 西岡龍馬君(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) 酒巻俊矢君(林小5年) 山本涼雅君(林小5年) 谷内敬介君(林小5年)

6月26日(日)「第5回吉野川カップ」が鴨島運動場で開催され、HAYASHIファンタジアFCが見事優勝し、2連覇を果たしました。

当日は強風の中で、試合となりましたが、選手たちは風を計算に入れて判断し、随所に的確なプレーが見られました。これにより、中西部代表として、秋頃に開催される県大会への出場資格を獲得しました。

チーム一丸となって優勝を目指して頑張ってきました！

## 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ご紹介します。  
(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)

10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
毎週火曜日・金曜日	わんぱく広場(0～3歳)	9:00～16:00	土成子育て支援センター	TEL088(695)5681
毎週月曜日・水曜日 ・木曜日	土成中央保育所園庭 開放日	(12:00～14:00は 除きます)	土成中央保育所園庭	
5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 パーベナの里	TEL0883(35)6033
15日(土)	なかよしキッズ	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
17日(月)	子育てサロンばんだ 「おもちゃ掘りをします」	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
19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 パーベナの里	TEL0883(35)6033
26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
31日(月)	子育てサロンばんだ 「おもちゃで楽しく遊びましょ」	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

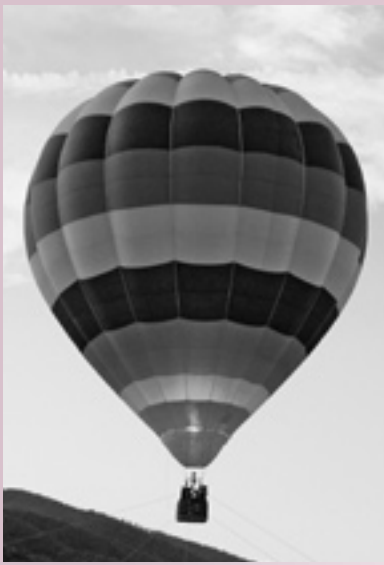
と

# 楽しかった夏



## どなり夏まつり

8月27日に「阿波市納涼祭」と「どなり夏まつり」が開催され、大勢の人が夏の宵を楽しみました。  
「どなり夏まつり」では、気球の試乗体験や、気球からの宝投げ、恒例のうなぎのみ取りなどがありました。夕日を浴びて気球が浮かんだ瞬間、大きな歓声があがりました。



気球の整理券を求めて長蛇の列



気球から見た景色



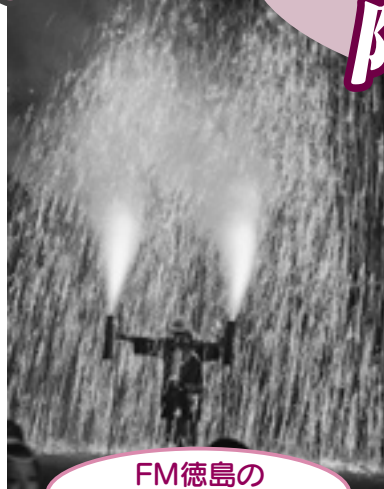
このたらい、重さは何キロ?



ゆかたできました!

## 阿波市納涼祭

「阿波市納涼祭」では、赤松吹筒花火や阿波踊りの競演が祭りを盛り上げました。迫力のある美しさに、見物の人たちから拍手が鳴りやみませんでした。  
FM徳島の「Motto! 阿波市!」の公開録音もありました。



FM徳島の  
Motto! 阿波市~!



Motto! 阿波市! 公開録音  
声を合わせて「Motto! 阿波市~!」



花火を背負って決めのポーズ!



阿波市のマイケル・ジャクソンこと  
武澤 瑠偉君  
たけさわ るい

# 阿波市の楽しみな秋

400年以上の歴史を誇る「やねこじき」は10月8日(土)～10日(日)の3日間開催されます。この写真は昨年度の市長賞受賞 阿波中学校美術部作品「完全デジ化 まじか!」です。阿波中学校は3年連続優勝しています。



ふるさと  
カーニバル 大名行列

10月9日 日

いちば名物 やねこじき

10月8日(土)～10日(日)

市場のまちを元禄模様にする「大名行列」は10月9日(日)開催。12時30分JA市場町前をスタートします。毛槍演技や、寸劇も披露されます。

【問い合わせ先】  
阿波市商工会市場支部  
TEL 088833(30)5557



## 第7回 阿波市ボランティアフェスティバル開催

絆(きずな)～つなぐ・つながる・つなげよう～

10月22日(土) 9:30～14:00 市場福祉センター周辺



【問い合わせ先】  
社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会  
TEL 0888(095)48002

阿波市ボランティアフェスティバルに、アンパンマンとバイキンマンが来るよ!  
また、バルーンアートやいろいろな体験コーナー、各種ものづくりコーナー、おいしいもんいっぱいの食べ物コーナーなどがあります。雨天決行です。楽しいイベントもりだくさん♪ 皆様のご来場をお待ちしています。

# うちの 29 直腸・肛門のしくみと働き お医者さん

森下医院 阿波市阿波町北整理 森下 和哉先生



**○直腸がん**  
直腸の粘膜にできた悪性の腫瘍です。近年増加傾向にあり、食生活の欧米化が原因のひとつと考えられています。はつきりとはわかっていません。腺腫性のポリープからがんになることもあります。比較的早期から出血、血便がみられ、進行すると便通の異常（便秘・下痢など）、貧血、腹痛などの症状がみられます。

## 直腸・肛門のおもな病気

直腸は、大腸の終末部にある長さ約15センチから20センチの消化管です。S状結腸で待機している便は一日に数回おこる蠕動運動により直腸に送られます。直腸には3つの横ひだがあり、これらが弁として働いて、肛門を通じて便を排出します。肛門の内側にある筋肉（内肛門活約筋）は自分で動かすことは出来ませんが、便意を感じるとそれが刺激となって緩むしくみになっています。外肛門活約筋は意識的に閉じたり緩めたり出来るから、排便をコントロールできます。

## ○痔核（イボ痔） ○内痔核

便秘や排便時の過度のいきみ、食事習慣、出産加齢などにより、肛門周囲組織（肛門クッション）が弱くなりそこにある静脈がうっ血し、ふくらんで隆起したものです。出血や内痔核が肛門の外に出てしまうなどの症状が見られます。

## ○外痔核

直腸と肛門の皮膚との境（歯状線）より下方にある痔で、内痔核が長期にわたって肛門外への脱出を繰り返すことにより起こります。外痔核に血栓を形成し、腫れると激しい痛みをとまいます。

## ○裂肛（切れ痔）

硬い便などで肛門の皮膚が切れたもので、初期には排便中の痛みと出血を起こします。これを繰り返していると、肛門部に潰瘍を形成し、あるいは肛門が

## 肛門周囲膿瘍・痔瘻

狭くなり排便困難や強い痛みがでます。

## ○肛門周囲膿瘍

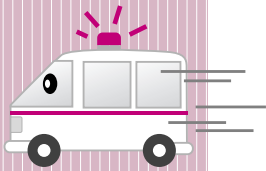
肛門と直腸の境界付近にある小さい窪みに便が入り、肛門腺を通して細菌が侵入し、急性の化膿性炎症を起こします。膿がたまることにより、肛門周囲に激しい痛みと熱感を伴います。

## ○痔瘻

肛門周囲膿瘍による膿が自壊、または切開することによりつなごうとした状態をいいます。放置すると複雑化し、まれにがんになることがあります。



直腸・肛門疾患にならないために、食生活や排便習慣などを含め、規則正しい日常生活心がけてください。



地域の福祉  
みんなで参加

## 赤い羽根 共同募金

今年も10月1日から全国一斉に共同募金運動が始まります。

皆様から集められた共同募金は、阿波市の地域福祉の貴重な財源となつて配分されます。

皆様のいっそうのご理解とご協力をお願いいたします。

### 【問い合わせ先】

社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会  
TEL0888(695)4802

## ☆特定計量器(はかり)☆ 定期検査のお知らせ

阿波市内で取引や証明に使用する「はかり」を持つている人は、計量法に基づき定期検査を受けなければなりません。既に計量士の検査を受けている場合は、免除されます。

●日 時 10月24日(月)～10月27日(木)  
午前10時～午後3時

### ●場所

阿波市役所／阿波市市場支所  
阿波市吉野支所／阿波市土成支所

### 【問い合わせ先】

徳島県計量検定所  
TEL0888(609)6369  
商工観光課(阿波)  
TEL0888(33)7875







# お元気ですか？阿波病院です。今月は糖尿病教室をご紹介します。



毎週火曜日・木曜日の10時と15時に開催しています。  
お気軽にご参加ください。

阿波病院の糖尿病教育チームは、糖尿病治療に携わるすべての職種のメンバーで構成され、それぞれの専門性を活かした療養指導を行っています。糖尿病教室の他に、フットケア外来や看護外来も行っています。

## 「糖尿病の成り立ちと合併症について」

医師  
吉田健三先生



## 「フットケア外来」



看護師  
板東賀名 (CDEJ)



## 「血管の老化（動脈硬化） 足のトラブルを予防する」

看護師



酒井真由美



藤本美穂

## 「糖尿病の検査について」



臨床検査技師  
板東 直子



## 「糖尿病の食事療法」 管理栄養士



三原ゆり (CDEJ)



武市智子



吉田淳子 (CDEJ)

## 「糖尿病腎症について 透析室見学など」

看護師  
藤村 範子



## 「自己管理と日常生活の注意点」 看護師



井口直美 (CDEJ)



桑原喜美 (CDEJ)

## 「糖尿病の 薬物療法」

薬剤師  
高島隆一郎



## 「糖尿病と向き合う」

看護師  
尾田照美



子育て、介護、仕事など多忙な日々をお過ごしの方のために、「10月第3日曜日に全国どこでもマンモグラフィ検査が受診できる環境づくり」という全国的な運動があります。休日(10月16日)に乳がん検診を受けてみませんか？詳しくは阿波病院までお問い合わせください(予約制)。

※CDEJ：日本糖尿病療養指導士

## 日本政策金融公庫からのお知らせ

日本政策金融公庫は  
農業向け制度資金を  
取扱っています

○2012年2月14日、15日に国産農産物等の展示商談会「アグリフットEXPO大阪2012」を開催します。出展者を募集中(先着順)ですので、詳しくは次のURLをご参照ください。

<http://www.exhibitionotech.com/afx/index.html>

○農地・機械取得等にご利用いただけるスーパールー資金や農業セーフティネット資金、また、無利子の農業改良資金をご用意しています。

○お問い合わせやご融資の相談は公庫窓口等で受け付けています。



### 【問い合わせ先】

〒770-0858

徳島市中洲町1-58

日本政策金融公庫

徳島支店農林水産事業

TEL 088(9)6080

<http://www.jfc.go.jp/a/>

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!**

# 10月は突撃レポート祭り!!



こんどう ひとみ  
**近藤 公美**

**観光キャンペーンin京都**  
10月1日(土)阿波市を飛び出して  
京都ZESTにて阿波市の魅力を  
PRしている様子取材!

番組メールアドレス



番組ブログ



**やねこじき&大名行列**  
阿波市のビッグイベントもちろん  
レポート! 番組メンバーも大名行列に  
加わっているかも!?



ふじわら さやか  
**藤原 佐矢佳**



はやし まさし  
**林 正志**

**タイムトライアルin切幡**  
切幡寺333段の石段を、  
僕も駆け上がります!  
皆さんの声もぜひ  
お聞かせください!



## 阿波市観光協会 新事務局長着任!!!



阿波市観光協会は、9月1日付で鳥羽佳宏さん(33)を事務局長として迎えることになりました。

7月4日から31日まで全国公募を行った結果、16名の応募者がありました。厳正なる選考の末決定しました。阿波市観光協会を任すにふさわしい、行動力のある人物です。

鳥羽事務局長は「今ある地域資源を最大限に生かして、癒しの空間・阿波市を演出していきたい」と意気込んでいます。

阿波市観光協会発足5カ月、新たなメンバーの参加で、観光協会はますます元気に歩み始めました。

これからの観光協会に、ぜひご注目ください!

【問い合わせ先】

阿波市観光協会／阿波農村環境改善センター1F  
(阿波市役所北隣)TEL 0883(35)4211  
ホームページアドレス／<http://www.awa.kankou.jp>

阿波市観光協会のお知らせ

# ALT紹介

## サバレイス・ナオミ・ジョイ (オーストラリア出身)



こんにちは。新しく阿波市のALTになりましたナオミ・サバレイスです。私は阿波中学校、林小学校、そして久勝小学校で外国語の授業の手伝いをしています。

日本に来る前は、オーストラリアのメルボルンで高校の英語教師として働いていました。私は27歳で、今までアフリカ、タイ、マレーシア、ベトナム、シンガポール、カンボジアなど、たくさんの国を旅したことがあります。日本に来たのは今回が初めてです。

私は日本の文化にとっても興味があり、徳島を探索することを楽しみにしています。また、四国八十八カ所巡りにも挑戦したいと思いますし、鈴鹿サーキットでF1を観戦したり、京都の様々な神社を訪ねたり、奈良で鹿にエサをやったりもしたいです。広島原爆ドームで、亡くなった方々の冥福を祈りたいとも思っています。

たくさんの人々と出会えて(日本語の練習もできて)うれしいです。私を見かけることがあったら、気軽に“Hello!”と声をかけてください。

阿波市で働くことができ、阿波市の一員になれて幸せです。

## ジェンキンソン・エリザベス・メリー (イギリス出身)

こんにちは。私はエリザベス・ジェンキンソンです。

イギリスの南西部にあるチェルテナムという田舎の外れのきれいな町から来ました。最近、海辺のブライトンという町にあるサセックス大学においてフィルム研究の学位をとって卒業しました。

私は、興味深い物がたくさんある美しい国、日本に住むことになってとてもうれしいです。私はスキースノーボードも大好きなので、いつも日本でスキーをしたいと思っていました。だから、日本にいる間に、多くの地域、特に北海道か長野を訪れたいと思っています。また、大学では子どもクラブでトランポリンのコーチをしていたので、時間があればトランポリンを楽しみたいと思います。阿波市そして徳島にいる間に、探検し、驚くべきものをたくさん見つけたいです。

私は、日本に来てから今まで、阿波市のことについて知ったり、多くの人々に出会ったりすることができて、とても楽しく過ごせています。ここに来てまだわずかですが、私の故郷のように感じ始めています。学校で教えることや毎日の暮らしを通して、早く阿波市の一員になれること、そしてもっと多くの人々と知り合えることを望んでいます。私が「おはようございます」や「こんにちは」の言い方を間違えた時は、許してください。がんばって日本語を学んで、いずれはたくさんの人々と話せるようになりたいです。

阿波市のみなさんが親切に温かく迎えてくれたことに感謝していると同時に、このような素晴らしいところで働けてとても幸運に思います!!

どうぞよろしくお願いいたします。



## 行政相談委員制度は 50周年を迎えました!

行政相談委員制度は、国民の身近なところで気軽に相談できる窓口を開くというねらいから、昭和36年4月から始まり、今年で50周年を迎えました。

行政相談委員は、総務大臣が委嘱したボランティアの民間有識者であり、住民から国、県、市町村など行政に関する相談を受けた場合、必要に応じて相談者への助言や関係行政機関への連絡を行い、行政運営の改善を図ります。

### 10月17日(月)から23日(日)までは 「行政相談週間」です

行政相談週間は、この制度を広く国民の皆さんにお知らせして利用していただくために、総務省が全国一斉に実施しているものです。

阿波市では、行政相談委員が徳島行政評価事務所への支援のもと、行政相談所を開設していますので、お気軽にご相談ください。

### ○10月の行政相談日

- 5日(水) 阿波健康福祉センター (担当: 岡島 義廣さん)
  - 11日(火) 市場総合福祉センター (担当: 冨田 藤男さん)
  - 17日(月) 土成保健センター (担当: 光永 篤二さん)
  - 24日(月) 吉野地域福祉センター (担当: 笠井 恒美さん)
- 時間はすべて午後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  
TEL 0898(6)95(4)802

# 10月から 新しい子ども手当 が始まります

現在の子ども手当は9月末で終了するため、10月支給分をもって、全ての受給者は自動的に資格消滅となります。

**10月からの新しい子ども手当を受けるためには、全ての受給資格者は申請をする必要があります。**

9月分までの子ども手当を市から受けていた方には申請書類を送付しますので、必要書類を添付の上、申請にお越すべし。



9月まで手当を受給されていた方には10月上旬に申請書類が入った通知を送付する予定になっています。**受付日時などの詳細については、同封してある書類をよく確認してください。**

新たな支給要件に該当する方、通知が届いていなくても支給要件に該当すると思われる方は子育て支援課(市場まで)ご連絡ください。(公務員の方は、今までどおり勤務先からの支給となりますので、職場で申請手続きを行ってください。)

## 10月からの制度の変更点

支給金額(月額)	旧制度 (9月まで)				新制度 (10月以降)
	0歳～3歳未満	3歳～ 小学校修了前 (第1子・第2子)	3歳～ 小学校修了前 (第3子以降)	中学生	
①	15,000円	10,000円	15,000円	10,000円	一律 13,000円

### ②支給要件

- 児童養護施設等に在所している子に対する手当は監護の状況に関わらず、施設長に対して支給します。
- 両親が仕事などで国外にいて、子の日本に祖父母宅で生活している場合、支給対象になりませんが、その祖父母を「父母指定者」として認定することにより、支給が可能になりました。
- 離婚協議中で別居しているような場合、実際に子を監護している方が手当を受給できるよつになりました。
- (単身赴任などで監護が継続する場合は今までどおり)
- 未成年後見人が手当を受給できるよつになりました。
- 子どもが国外にいる場合は支給対象外となりました。(留学を除く)

### 【問い合わせ先】

子育て支援課(市場)  
TEL 0883(3)668133

## 阿波市生涯学習講演会開催のお知らせ

「無駄が多いほど人生は楽しい」おはよう朝日です!!のお天気キャスターでおなじみの正木明さんのたのしい講演会を聞きにきませんか。



まさ き あきら  
気象予報士・防災士 **正木 明氏**

### プロフィール

1961年(昭和36年)5月5日生まれ。1986年3月 早稲田大学理工学部機械工学科卒業。20歳で「波乗り」というスポーツと出会い、波がいつ、どこに立つのかを知りたくて、「気象」の勉強を始め、現在の仕事に就いたきっかけとなる。以来、サーフィンの魅力の虜となり、今では、ライフスタイルとして大きな意味を持つ。お天気キャスター歴も20年を超え、「関西の朝の顔」としてお茶の間にも定着している。日々の天気移り変わりの中で、特に最近の急激な気候変化に対して、何か出来る事はないかと模索する中、防災士としての資格も取り、気象からくる災害やその他の防災に関しても知識を深めている。

主な出演番組 / 朝日放送テレビ「おはようコールABC」、「おはよう朝日です!」  
ラジオ関西「正木明の天気のリムリエ」、ベイ・コミュニケーションズ「お住まい探検隊」

主な著書 / 「ひるね日和」(青心社) フォトエッセイ  
「ツバルの夕暮れ」沈みゆく島国の子供たちからのメッセージ

日時 / 平成23年 **11月3日(木)** 14:00~15:30  
場所 / 土成トレーニングセンター(阿波市土成支所隣) 対象 / 阿波市在住の方  
主催 / 阿波市生涯学習推進協議会 後援 / 阿波市教育委員会・阿波市文化協会

※入場は無料ですが、入場整理券が必要です。

入場整理券は10月3日~28日 9:00~17:00の期間、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にて発券します。

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

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、子どもを預かる時に必要な専門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。お問い合わせやお友達も一緒に、ぜひお越しください。

【講習項目】 **心の発達とその問題**  
**「心の発達と保育者の関わり」**

【講師】 鳴門教育大学大学院学校教育研究科  
人間教育専攻 臨床心理士養成コース  
教授 あいはら りょうぞう 栗飯原 良造氏



- 【開催日時】 10月27日(木) 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。

### ★8月23日開催 普通救命講習の様子★



登録会員さんが11名と子育て支援に関心のある方が4名、普通救命講習を受講されました。  
講義を聞いた後、消防士さんに指導してもらいながら心臓マッサージやAEDの使い方などの心肺蘇生法を実践練習しました。  
積極的に質問するなど、みなさん真剣に取り組んでいて、これから大切なお子さんを預かる責任感が感じられた講習会になりました。



### ♪講習中、託児室の様子♪

お母さんが受講中はやさしい提供会員さんと遊びます。  
泣かずにいい子にしていました♪



### 会員募集中

- ★会員登録無料
- ★窓口：阿波市ファミリー・サポート・センター  
(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。

### ★会員の種類

- 依頼会員** 子育てをお手伝いしてほしい人
- 提供会員** 子育てのお手伝いをしたい人
- 両方会員** 依頼会員と提供会員を兼ねる人

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/>

暮らしのお知らせ

# 阿波市地域包括支援センターです

## ～ 外に出る楽しみをみつけましょう!! ～

1週間に1度くらいは、外出していますか？ 家の外に出かけられる健康状態にも関わらず、日々の行動範囲が家の中か庭先ぐらいで、週に1回程度も外出しない状態を「閉じこもり」といいます。

**思い当たることは  
ありませんか??**

### <閉じこもりのサイン>

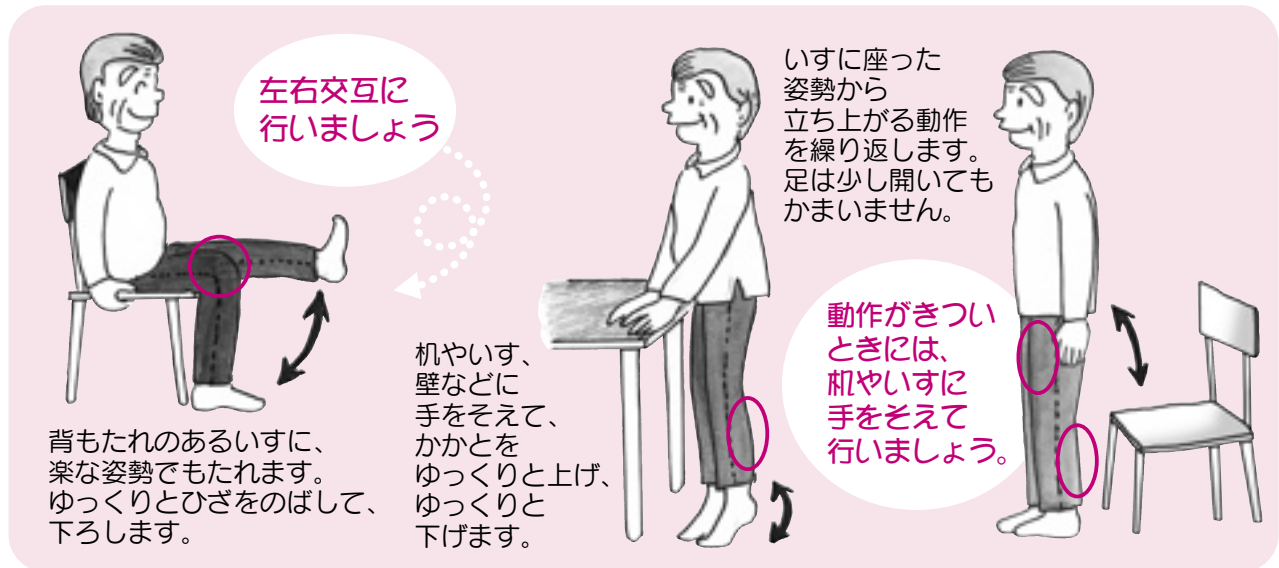
- 外出は週に1回未満である
- 昨年と比べて、外出の回数が減った

閉じこもりの生活は、筋力が低下して転倒したり、消化機能を低下させ低栄養状態になったりすることがあります。放っておけば、寝たきりや認知症にもなりかねません。

外へ出る楽しみや喜びを見つけ、閉じこもりを予防しましょう!!

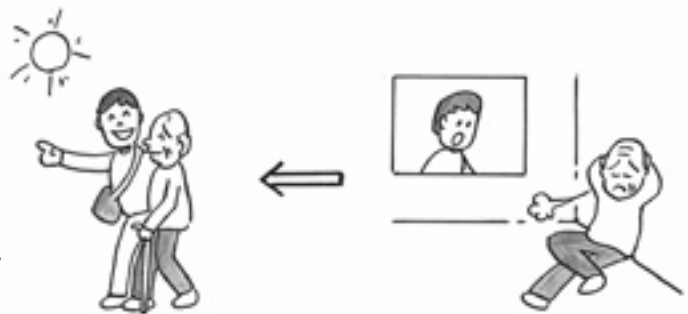
## ～ 外出のために、筋力アップトレーニングをしてみよう!! ～

運動といっても、そんなに大げさに考える必要はありません。  
道具を使わず家庭で簡単にできるトレーニングでも、続ければ十分に効果が得られます。



## ～ いろいろなところへお出かけしてみよう!! ～

- 週に1回は外出しましょう
- 出かける習慣を身につけましょう
- お天気のいい日は散歩にでかけてみましょう
- 地域の集まりやボランティア活動に参加しましょう



紅葉の季節が近づいて来ましたね！ 近所の方で最近見かけない方はいませんか？ 訪ねてみたり、一緒に外に出たりして季節の変化を楽しみ閉じこもりを予防しましょう。

# 国民年金の手続きはお済みでしょうか？

就職や退職、結婚などで加入者の種別が変わったときは、14日以内に手続きをすることが必要です。届け出をしなかったために、将来の年金額等に影響が出る場合がありますので、必要な手続きは早急に済ませましょう。

## ●国民年金の加入者は3つの種別で分けられます。

- 第1号被保険者 …… 自営業、学生など
- 第2号被保険者 …… 会社員などの厚生年金保険・共済組合等の加入者
- 第3号被保険者 …… 会社員などに扶養されている配偶者

## ●種別が変わるときには届け出が必要です。

現在の種別	種別が変わる事由	変更後の種別	必要な届出	届出先
第1号	就職して厚生年金か共済組合に加入した	第2号	資格喪失届	勤務先
	会社員と結婚して被扶養配偶者になった	第3号	種別変更届	勤務先
第2号	夫が就職して、被扶養配偶者になった	第3号	種別変更届	勤務先
	転職して自営業になった	第1号	資格取得届	市役所
第2号	(被扶養配偶者も第1号被保険者になります)	第1号	資格取得届 (種別変更届)	市役所
	会社を退職して自営業者の妻になった	第1号	資格取得届	市役所
第2号	会社を退職して会社員の被扶養配偶者になった	第3号	資格取得届	勤務先
	夫が会社を退職した	第1号	種別変更届	市役所
第3号	会社員の夫と離婚した	第1号	種別変更届	市役所
	収入が増え、被扶養配偶者でなくなった	第1号	種別変更届	市役所
第3号	夫が亡くなった	第1号	種別変更届	市役所
	会社に就職して被扶養配偶者でなくなった	第2号	資格喪失届	勤務先
未加入	夫が転職し、厚生年金から共済組合または共済組合から厚生年金に変わった	第3号	種別確認届	勤務先
	会社などに勤めていない人	第1号	資格取得届	市役所
未加入	20歳未満で就職し、厚生年金か共済組合に加入した	第2号	届出不要	
		第2号		

※妻が会社員などで、夫がその被扶養配偶者のときは、「妻」と「夫」を読み替えてください。

【問い合わせ先】 市民課(阿波) 年金担当 TEL08833(35)7800

## 阿波市人権問題講演会のご案内

人権は、私たち一人一人が幸せな生活をするための大切な権利です。阿波市では人権について理解を深めていただくため、講演会を開催します。

講師は、大事故による全身マヒから筆舌に尽くせぬ努力をし、奇跡的な社会復帰を遂げた腰塚勇人氏です。

### 開催日時

10月17日(月)	吉野中学校 土成中学校	10時～11時30分 13時40分～15時10分
10月18日(火)	市場中学校 阿波中学校	10時30分～12時 13時30分～15時

### ■腰塚勇人 プロフィール



1965年 神奈川県生まれ。元・体育教師・養護教員。スキーでの大事故をきっかけに、全身マヒの体に。その後、懸命のリハビリにより社会復帰できるまでに回復し、事故をきっかけに人生も人生観も大きく変化。

2010年3月 教職を辞し、現在は「命の授業」の講演を通して命の大切さを訴えている。

2010年5月 ダイヤモンド社より「命の授業」出版。

2010年7月 フジテレビ系「奇跡体験アンビリバボー」に出演。

【問い合わせ先】人権課(阿波)

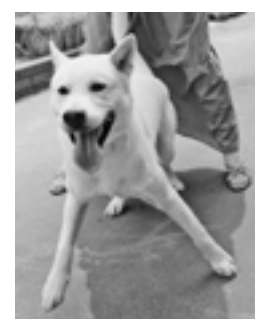
TEL08833(35)7873

犬の飼い主のみなさまへ

平成23年度狂犬病予防注射(補正注射)の実施と飼い犬の登録について

平成23年度狂犬病予防注射(補正注射)実施と飼い犬の登録を、左記の日程により実施しますので、飼い犬の狂犬病予防注射がまだお済みでない方は、最寄りの場所へ注射を受けてください。

**(平成23年4月以降に狂犬病予防注射を受けている飼い犬は、今回受ける必要はありません。)**



また、新しく飼い始めた犬など登録の出来ていない飼い犬は、登録と狂犬病予防注射が必要です。飼い犬が死亡したときや犬の所在地が変わったとき、あるいは飼い主の住所の変更があったときなどは、そのたびに届け出が必要となりますので、環境衛生課(阿波)へ連絡のうえ、必要な手続きを行ってください。

犬の登録並びに狂犬病予防注射日程

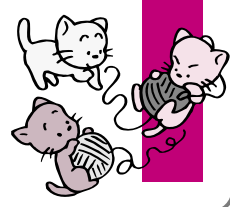
(時間厳守・雨天決行)

月日	時間	場所
吉野町 10月6日 (木曜日)	AM 9時30分～10時 10時10分～10時40分 10時50分～11時20分	吉野中央 ふれあいセンター 吉野保健センター JA板野郡農協 柿島集荷場北
土成町 10月6日 (木曜日)	PM 1時10分～1時40分 1時50分～2時20分	御所小学校前 土成図書館前
市場町 10月7日 (金曜日)	AM 9時30分～10時 10時10分～10時40分 10時50分～11時20分	八幡公民館 阿波市役所 市場支所
阿波町 10月7日 (金曜日)	PM 1時10分～1時40分 1時50分～2時20分	久勝公民館 阿波市役所 本庁
(金曜日)	2時30分～3時	林公民館

- ① 犬の登録手数料 1頭 3,000円
  - ② 狂犬病予防注射手数料 1頭 3,000円
  - ③ かむくせのある犬は、危険防止のため口輪などを装着して注射を受けてください。
  - ④ 犬の体調が悪いとき、治療中の病気がある時は、あらかじめ獣医師に相談してください。
- 【問い合わせ先】 環境衛生課(阿波) TEL 0883(35)78003

犬や猫の不妊手術に助成制度があります

あなたの大切なペットに、子犬や子猫が生まれても、育てる自信がないときは、避妊、去勢手術を受けさせましょう。個体差や雌雄の差はありますが、犬や猫は、生まれて1年もたないうちに子どもを産むようになり、1回の出産で3～5頭の子犬や子猫が生まれます。望まない繁殖を防ぎ、不幸な犬や猫を増やさないために、避妊・去勢手術を受けることをおすすめします。手術は、比較的簡単な手術で、技術の進歩した今日では、苦痛や危険性も少なくなりました。手術に伴う苦痛より、生まれた子犬や子猫を捨てたり、処分したりすることの方が、犬や猫にとっても、また飼い主にとってもより大きな苦痛であり、不幸なことです。犬や猫との暮らしをより楽しく快適なものにするためにも、ぜひ実施していただきたい処置です。



応募要領

- 1) 対象 阿波市内在住の犬・猫を飼育されている方。なお犬については、飼い犬の登録と平成22年度の狂犬病予防注射が実施されていること。
  - 2) 助成額 1頭 5,000円(予定頭数29頭)
  - 3) 申し込み方法 官製往復はがきにより、社団法人徳島県獣医師会 宛でお申し込みください。抽選のうえ、当選者には、返信はがきでご連絡します。
  - 4) 記載事項 飼い主の住所、氏名、電話番号、犬・猫の別、名前、年齢、性別、毛色。犬の場合は、犬の登録鑑札番号、及び狂犬病予防注射済票番号。返信用はがきの宛名欄にも、申し込み者の住所、氏名、郵便番号を記入してください。
  - 5) 申し込み期間 平成23年10月1日から10月31日まで(必着)
  - 6) 申込先 〒770-8007 徳島市新浜本町二丁目3番6号 社団法人 徳島県獣医師会
  - 7) 手術実施期間 平成23年11月15日から平成24年1月20日まで
  - 8) 助成方法 返信はがきを受け取った方は、事前に必ず指定動物病院にお問い合わせのうえ、手術を受けてください。手術料から5,000円を差し引いた額を、動物病院でお支払いください。なお、手術手数料は病院によって異なります。
  - 9) 注意
    - ★動物病院に連絡をせずに、直接動物物を持ち込まれた場合、手術をお断りする場合があります。
    - ★獣医師が犬や猫の健康上不適当と判断した場合は、手術を実施しないこともあります。
    - ★手術完了時に、飼い主の確認欄に押印していただきますので、病院に行かれる際には必ず印鑑をご持参ください。
- 【問い合わせ先】 (社)徳島県獣医師会 TEL 088(63)6607  
環境衛生課(阿波) TEL 0883(35)78003



# 統計調査員募集

阿波市では、国などが行う各種統計調査に  
統計調査員として従事していただける方を募集しています。

統計調査員を希望する方には調査員候補者名簿に登録していただき、各調査実施前に、調査区域などを考慮のうえ、調査員業務を依頼するようになります（登録されても、すべての方が調査員に任命できるとは限りません）。

## 調査員要件

次のすべての要件を満たす方

- ①責任を持って調査事務を遂行できる方で、年齢20歳以上の市内在住の方
- ②税務、警察に従事していない方
- ③選挙に直接関係がない方
- ④秘密保持に信頼がおけるなど、統計調査員としてふさわしい方

## 調査員の身分

任命期間中は、非常勤の公務員とされています。

## 報酬と災害補償

調査終了後、調査ごとに国の基準に基づき報酬が支払われます。統計調査員は、非常勤の公務員ですから、調査活動中（任命期間中）に災害（事故など）に遭った場合には、一般の公務員と同様に、法律や条例の規定に基づいて、公務災害補償が適用されます。

## 統計調査員の義務（守秘義務）

統計調査の項目には他人に知られたくない事項も含まれていますので、調査対象から正しい内容を申告していただくため、統計調査員は、統計法で秘密の守秘が義務づけられており（第41条）、秘密を漏えいした場合などには、罰則が適用されることとなっています。（第57条）

### 23年度後期実施する調査

- ・経済センサス－活動調査（調査期日H24年2月1日）

経済センサスは、商店、工場、病院、塾など全国すべての事業所を対象に経済活動の実態を明らかにする調査であり、「経済の国勢調査」といえるものです。

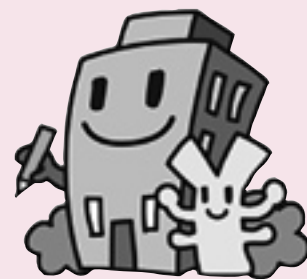
#### 調査員の主な仕事内容

- ①調査員事務打合せ会への出席
- ②調査担当区域の事業所の確認
- ③調査票の配布と回収
- ④調査書類の提出

### 24年度実施予定調査

- ・就業構造基本調査
- ・工業統計
- ・労働力調査

ビルくんとケイちゃん



経済センサスキャラクター

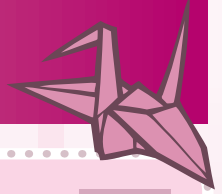
## 応募方法

企画課（阿波）・各支所地域課にあります「統計調査員登録申込書」にご記入のうえ企画課（阿波）まで登録者ご本人がご持参願います（平日 8:30～17:15）。

※「統計調査員登録申込書」は阿波市ホームページからもダウンロードできます。

【問い合わせ先】 企画課（阿波） TEL0883(35)4112

# 復興の祈りを込めて～



♡♡♡ 暮らしのお知らせ ♡♡♡

## 地域の福祉を担う社協の再建を支援



阿波市社会福祉協議会  
佐藤 好幸さん

東日本大震災の被災地では、津波被害などにより、一部の市町村社協がきわめて甚大な被害を受けました。機能を失った社協の再建、復興を支援すべく、全国社会福祉協議会、被災県社協及び全国の県市町村社協が協力して、支援に当たっています。

阿波市社会福祉協議会は、これまでに11名(8月末現在)が岩手県宮古市の避難所支援、宮城県南三陸町の福祉避難所支援などに参加しました。私は4月23日から30日までの8日間、宮城県石巻市災害ボランティアセンター業務支援及び石巻市社協の業務支援として派遣されました。派遣された社協職員の仕事は、災害ボランティアセンター運営などの人的支援や、被災地の状況に即した福祉的な救済活動を行うことです。地元社協と全国の社協ネットワークが一体となり、活動します。今回の東日本大震災では、被災地の社協そのものが物的・人的共に大きな被害を受けていることから、これまでの災害対応にない大規模かつ長期的職員派遣が行われています。

私は、寝袋と食料持参で山形空港を経由し現地に入りました。被災地の現状を理解し、復興の支援業務を行ってほしいと、宮城県社協の案内で、災害の大きかった沿岸地方へ向いました。被災の現状を間近に見て、改めて被害の甚大さと自然の驚異を感じました。

石巻市社協は事務所が浸水の被害を受け、使用できません。石巻専

修大学5号館1階に石巻災害ボランティアセンターと本所業務を移転して、業務を行っていました。宿泊所もないことから、専修大学のグラウンドがボランティアのテント村になっていました。

ボランティアセンターの業務内容は、ボランティアの受付・登録班、住民からのニーズ受付班、ボランティアとニーズをつなぐマッチング班、活動用資材班、行政等関係機関の連絡調整を担う総務班に分かれて運営を行っていました。日本全国、そして海外からも駆けつけた個人ボランティア、NPO、NGO団体など毎日1000人を超えるボランティアが活動していました。

行政はライフラインなどの復興に全力を挙げて取り組むこととなりますが、被災者の生活支援には、ボランティアの協力が大きな支えとなります。多くのNPO、ボランティアなどが救済・復旧・復興のために動きまわりました。

被災者からのボランティア要請のほとんどが、生活空間確保のための家屋内のヘド口のかき出し、散乱した家財の運び出しでした。

その他、避難所への炊き出しや介護ボランティアなど、さまざまなボランティア活動をしたいとの問い合わせも寄せられ、それらの調整業務にも追われました。

また、ボランティア活動中にはけがやトラブルが発生することもあり、派遣したボランティアからの緊急連絡の対応も重要な業務でした。

災害時におけるボランティア活動を的確に、また効果的に行うためには、日頃から私たち自身が、「災害はいつ起こるか分からない」という危機感を常に意識し、災害に対する心構えを持つことが必要であると、改めて実感しました。災害時におけるボランティア救済活動の具体的な内容を理解し、普段から社会福祉協議会として、また、自身何ができるのかを考える契機となりました。

石巻市社協のほとんどの職員は被災者であるにもかかわらず、休日もなく深夜にわたる復興支援団体とのミーティングなどの業務に追われていました。その大変な中でも、皆さん笑顔で頑張っている様子や、職員が力強さ・優しさを感じ、私自身が勇気づけられ、貴重な体験をさせていただきました。

現地では現在も、全国から応援に駆けつけた社協職員などが被災地の復興に向けて懸命の努力を続けています。

# ～東日本大震災 被災地

## 被災地の子どもたちへ いやしの枕 プレゼント

吉野町西条の縫製会社「今倉繊維」が、東日本大震災の被災地・宮城県南三陸町の名足保育園に枕50個をプレゼントしました。

この枕は、快適な睡眠を得るための工夫が盛り込まれた、実用新案登録済みの新製品です。

20年間、枕に悩んでいた同社会長 今倉義正さんは、「首が必要以上に温まらない」「上向き、横向き、うつぶせ寝でも寝られる」など、安眠のための改良を繰り返し、この枕を開発しました。7月1日からインターネット販売も開始しています。

今倉さんは「震災被害者の子どもたちにもこの枕を使ってもらい、良い睡眠を取ってほしい。元気を少しでも取り戻してほしい」との願いを込めて、8月26日枕を南三陸町へ発送しました。



阿波市ではこの夏、さまざまなイベントが開催されました。その中の一つ8月27日に土成中学校グラウンドで開催された「どなり夏まつり」に、福島県いわき市出身のアーティスト「ヒルストーン」がやってきました。

3月11日に発生した東日本大震災以後、親族のいるこの徳島へ活動の拠点を移した彼らは、いろいろなイベントでチャリティーライブを開催しています。

「僕たちの歌が、ふるさと東北の地の役に立てばうれしいと思っています」と語る若者に、会場の人々からあたたかい拍手と義援金が贈られました。

また、8月21日に阿波市農村環境改善センターで開催された「サマーダンス in 阿波市2011」でも義援金箱が設置されました。入場料の一部も義援金として寄付されました。



~~~~~暮らしのお知らせ~~~~~

# 特定健康診査って、何をみているの？

自覚症状がないまま進行する生活習慣病を早期に発見し、早めの治療につなげたり重症化を予防することができたりする検査項目になっています。


健診項目は18項目です

(基準値)

厚生労働省  
「標準的な健診・保健指導  
プログラム(確定版)」より

こんなことを  
みえています

こんなことが  
分かります

|          |              |                            |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|----------|--------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 身体計測     | ① 身長         | cm                         | 身体の大きさを<br>みます            | ①～⑬の項目は、<br>メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)になっているかどうか分かります<br><br> |                                  |
|          | ② 体重         | Kg                         |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ③ BMI        | 18.5～24.9                  |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| 肝機能      | ④ 腹囲         | 男 ～84.9cm<br>女 ～89.9cm     | 内臓脂肪の蓄積をみます               |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑤ GOT (AST)  | ～30U/l                     |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑥ GPT (ALT)  | ～30U/l                     |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| 血圧       | ⑦ γ-GTP      | ～50U/l                     | 血管の内臓障害を<br>みます           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑧ 収縮期血圧      | ～129mmHg                   |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| 代謝系      | ⑨ 拡張期血圧      | ～84mmHg                    | 脂質異常を<br>みます              |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑩ 尿酸         | ～7.0mg/dl                  |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| 血中脂質     | ⑪ 中性脂肪       | 30～149mg/dl                | 糖尿病を<br>みます               |                                                                                                                                              | ⑭～⑯の項目からは、<br>糖尿病になっているかどうか分かります |
|          | ⑫ HDLコレステロール | 40～119mg/dl                |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑬ LDLコレステロール | 60～119mg/dl                |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| インスリン抵抗性 | ⑭ 血糖         | 空腹時～99mg/dl                | GFR(糸球体ろ過量)を算出し、腎機能を評価します | ⑰⑱の項目からは、自覚症状が出てからでは遅い慢性腎臓病(CKD)になっているかどうか分かります                                                                                              |                                  |
|          | ⑮ HbA1c      | ～5.1                       |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑯ 尿糖         | (-)                        |                           |                                                                                                                                              |                                  |
| 腎機能      | ⑰ クレアチニン     | 男 ～1.0mg/dl<br>女 ～0.7mg/dl |                           |                                                                                                                                              |                                  |
|          | ⑱ 尿蛋白        | (-)                        |                           |                                                                                                                                              |                                  |

年に1回は特定健診を受けて身体の状態をチェックしましょう!!!

国保医療課(阿波) TEL0883(35)7805

訪問歯科診療を  
ご存知ですか？

健康な身体は、口の中の健康から  
寝たきりなどで歯科医院へ通院できず、困っている方へは、歯科医が  
往診します

入れ歯の不具合や、歯や歯茎の痛みで悩んでいませんか？徳島県歯科医師会では、訪問歯科検診や介護予防事業などを通じて、健康増進のお手伝いをしています。

ほとんどの治療は、健康保険で行えます。在宅の方も施設の方も金額は変わりません。



依頼から治療までの手順

①ご依頼は電話で

徳島県歯科医師会

在宅歯科医療連携室

TEL0880(2687)4838

受付時間

月曜日～金曜日(祝日を除く)

午前9時～午後5時

②在宅連携室から患者様へ往診できる近所の歯科医をご紹介します

③歯科医院から患者様にお電話します  
往診の日や時間などを相談してください

④診察・治療

詳しくは左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】徳島県歯科医師会

TEL0880(36)3977

# 環境調査に伴う立ち入りのお知らせ

この度、国土交通省徳島河川国道事務所と協力し、無堤箇所の堤防整備に向けた事前調査として、下図の範囲内で環境調査を実施することになりました。

今回の調査に伴い、個人の所有地へ立ち入らせていただく場合があります。ご理解とご協力をお願い致します。

なお、今回の調査で、農作物等に被害を及ぼしたりご迷惑をおかけしたりするようなことはありません。

ご不明な点等がございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

1、**調査範囲**…県道鳴門池田線以南の阿波市阿波町（元町、伊沢市、大道南、王地、王地南、谷島、南谷島、勝命、平川原南）の一部

2、**調査内容**…陸上昆虫類等調査

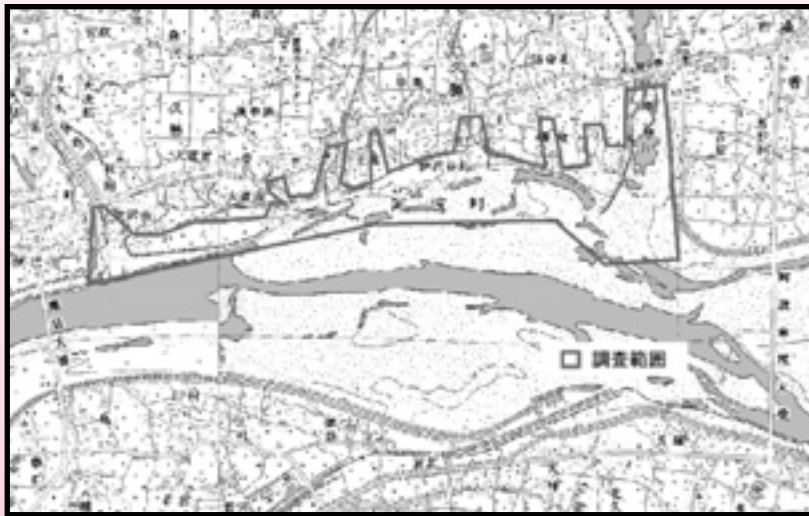
陸上昆虫類調査では、陸上昆虫類の捕獲法として夜間に灯火に集まってくる昆虫を対象としたライトトラップ法（灯火採取法）と地上を歩きまわる昆虫を対象としたピットフォールトラップ法で行うと共に任意採集法のタモ網等を活用して陸上昆虫の捕獲を行います。調査、トラップ設置等の際には、調査員は腕章及び身分証明の携帯、車輛には環境調査中の表示を行います。

3、**調査時期**…平成23年10月

4、**問い合わせ先**…国土交通省 四国地方整備局

徳島河川国道事務所 河川環境課  
TEL 0888(654)9176(直通)

◆環境調査位置図



ライトトラップ法

ピンフォールトラップ法



## 耕作放棄地解消 取組月間 たがやせ農地！みんなで実りを取り戻そう

徳島県及び市町村は、平成21年度からの本格的な耕作放棄地の発生防止・解消の取組を促進するため、行政・農業団体・農業者のみならず、広く県民に対して、耕作放棄地解消の必要性や農地保全の重要性の啓発を行うこととしております。

このため、農地は、国民共有の財産であり、子や孫の世代に良好な状態で引き継いで行くことが大切であることを理解していただくため、耕作放棄地解消取組強化月間を10月に設定し、意識啓発の活動を行います。



**耕作放棄地解消には、国や県による支援事業があります。**

再生作業及び土作りに係る経費や、農業用施設や基盤整備に係る経費を補助する「耕作放棄地再生利用緊急対策交付金」などがあります。

※詳しくは、農業振興課(阿波) TEL 0883(35)4113  
へお問い合わせください。

# 受講生を募集します!

阿波市生涯学習講座の一環として、10月からスタートする講座です。皆様のご参加をお待ちしています。申込み先は、事務局窓口にて電話またはFAXで受付しています。申込みには必ず、氏名、住所、年齢、連絡先(電話番号)が必要です。

**生涯講座申し込み受け付け期間 10月3日(月)午前9時から14日(金)午後5時まで**

定員になり次第締め切ります。尚、昨年度受講された方については、初めての方を優先させていただきますので、ご了承ください。

阿波市生涯学習推進協議会 【事務局窓口】 阿波市教育委員会社会教育課(吉野)内  
TEL 088(696)3968/FAX 088(696)3277

|     |                          |
|-----|--------------------------|
| 名称  | 珈琲講座                     |
| 日程  | 10月27日(木) 13:30~15:00    |
| 場所  | 土成保健センター                 |
| 講師  | (有)徳島ブラジルコーヒー常務取締役 桜井 健司 |
| 対象  | 阿波市内に住所を有する一般成人          |
| 定員  | 20名                      |
| 受講料 | 無料(ただし、材料費などは自己負担)       |

~プロから学ぶ、お家での  
美味しいコーヒーの愉しみ方~  
喫茶店でいただけるような本格的なコーヒーを、あなたも入れてみませんか? 「知って納得・やって簡単」ココロからおいしいコーヒーを楽しむための講座です。午後のひととき、イケメンマイスターと一緒に至福の時を過ごしましょう。



|     |                       |
|-----|-----------------------|
| 名称  | 親子和菓子教室               |
| 日程  | 11月12日(土) 10:00~11:30 |
| 場所  | 土成保健センター              |
| 講師  | 和菓子処 みかどや 高田 道代       |
| 対象  | 阿波市内に住所を有する親子         |
| 定員  | 20組                   |
| 受講料 | 参加費 親子で500円           |
| 持参物 | ※エプロン、三角巾             |

~作って、見て、食べて。季節を味わう親子和菓子教室~  
生地をこねたり、丸めたり、つまんだり。ほっくりおいしくてカラダにも優しい和菓子に親子で挑戦しよう! 今回は、阿波市で収穫された薩摩芋を使って黄金色の『芋餅』を作ります。



|     |                       |
|-----|-----------------------|
| 名称  | 和菓子教室                 |
| 日程  | 11月12日(土) 13:30~15:30 |
| 場所  | 土成保健センター              |
| 講師  | 和菓子処 みかどや 高田 道代       |
| 対象  | 阿波市内に住所を有する一般成人       |
| 定員  | 20名                   |
| 受講料 | 参加費 500円              |
| 持参物 | ※エプロン、三角巾             |

・和菓子のおいしい季節になりました。一度は作ってみたい薄紅に輝く『桜餅』と、今秋収穫された薩摩芋を使った『芋餅』で、ふる里の味を堪能しましょう。職人の技を伝授していただき、形成のコツや和菓子を通してのおもてなしの心が学べます。できたては最高の味ですよ~



|     |                                                   |
|-----|---------------------------------------------------|
| 名称  | 親子で天体観望会(冬の陣)                                     |
| 日程  | 12月17日(土) 18:00~20:00                             |
| 場所  | 土成緑の丘スポーツ公園                                       |
| 講師  | 城南高校教諭 秋山 治彦                                      |
| 対象  | 阿波市内に住所を有する方(小学校3年生までは保護者同伴) ※社会人の方であれば、個人参加OKです。 |
| 定員  | 50名                                               |
| 受講料 | 無料 持参物 必須:懐中電灯 用意できれば:星座早見表・双眼鏡                   |

さあ、冬の夜空に親子で行きましょう。澄み切った空には、無数の美しい星たちが、輝いています。冬の星座を探したり、望遠鏡で、木星や星雲、星団などを観察しよう!



ターゲット:月面・木星、冬の星雲星団、冬の星座解説 など



昨年の土成三カ寺ウオーキングの様子

## 【申し込み・問い合わせ先】

「どなり街づくり・いいん会」  
TEL090(3182)8105(代表 鉄谷)  
阿波市観光協会  
・土成・吉野・市場支所各地域課

## 申込方法

申込用紙を左記まで郵送、またはご持参ください。万一の場合に備え、誓約書をおわせてご提出願います。なお、20歳未満の方は承諾書もお出しください。

## 募集人員 準備物 参加費

200名(定員に達し次第締め切ります)  
歩きやすい服装・弁当・飲み物・雨具など  
1000円 事前に郵便振替でお振り込みいただき、領収書(受領書)を当日受付でご提示ください。

0167010157134  
どなり街づくり・いいん会

## 開催日 集合場所 コース内容

10月30日(日)  
土成農業者トレーニングセンター  
土成農業者トレーニングセンター前を出発し、史跡や秋の風景を楽しみながら、7番札所十楽寺、8番札所熊合寺、9番札所法輪寺の3カ所を巡り、出発点へ戻ります。約15キロのコースです。

## お大師さんとみっけよう あなたの道 土成

お大師さんとみっけよう  
あなたの道 土成

# 交流の森

## 親子で植樹体験&木工クラフト

親子でいっしょに植樹してみませんか？

森林への理解を深めてみませんか？

参加希望の方は、阿波市農地整備課までお電話ください。

申込受付：10月3日(月)～10月28日(金)



| 日時                      | 集合場所         | 対象                       | 参加費 | 持参物                      | 備考     |
|-------------------------|--------------|--------------------------|-----|--------------------------|--------|
| 11月13日(日)<br>8:30～13:00 | 市場町<br>大影小学校 | 阿波市在住の<br>小学生と保護者<br>60名 | 無料  | 室内用シューズ<br>またはスリッパ<br>飲料 | 傷害保険加入 |

※受付は先着順とさせていただきます。定員になり次第締め切ります。申し込みは業務時間内(土日祝除く8:30～17:15)にお願いします。雨天の場合は木工クラフトのみ行います。

【申し込み・問い合わせ先】

(社)とくしま森と緑の会阿波市支部事務局

農地整備課(阿波)内

TEL: 0883(35)4160

### 合併浄化槽設置予定の方へ

平成23年度合併浄化槽設置補助金申請の受付は

平成23年12月27日までです。

設置を予定されている方は、お早めにご申請ください。

【問い合わせ先】

環境衛生課(阿波)

TEL 0883(35)78003

### 農振除外などの申請手続き

農業振興区域内の農用地(田・畑など)をやむを得ず農業以外の用途(宅地・駐車場・資材置場など)に使用する場合には、農用地区域から除外(農振除外申請)の手続きが必要です。(ただし、除外の目的や農地の条件などによっては除外できない場合もあります。)農用地区域の確認や農振除外申請手続きについては、詳しくは左記までお問い合わせください。

#### ◆申請の受付期間◆

10月3日(月)から10月31日(月)まで

【書類提出・問い合わせ先】

農業振興課(阿波) TEL 0883(35)4113

◎除外等の手続きが完了するまでは、おおむね6カ月あまりの期間を要します。阿波市の除外など手続きの受付時期は4月と10月の年2回となっています。

## すみれ園・かがやき 秋祭り

日時：10月8日(土) 11:00～14:00 雨天決行

場所：すみれ園リハビリセンター前駐車場

(雨天時は施設内で実施)

板東道生さんミニライブ・土柱連による阿波踊り模擬店、日用品バザー、豪華景品が当たる抽選会などが盛りだくさん!

皆様のご来場を心よりお待ちしております。

問い合わせ先：障がい者支援施設 すみれ園

阿波市市場町香美字西原245

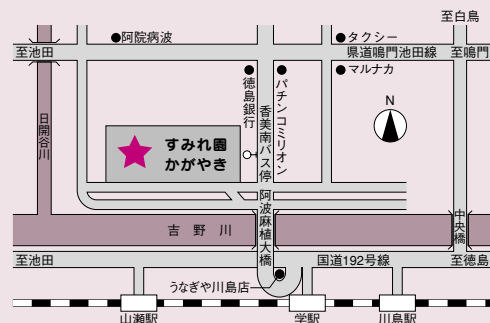
Tel 0883(36)6660 Fax 0883(36)6661

障がい者支援施設

すみれ園

障がい者就労支援センター

かがやき



# フォトニュース



## 第62回全国官公庁軟式野球徳島県大会

**優勝**

### 徳島中央広域 連合消防本部



5月26日から6月13日にかけて鳴門オロナミンC球場で開催された「第62回全国官公庁軟式野球徳島県大会」で、徳島中央広域連合消防本部が優勝し、8月21日から東京 太田スタジアムで開催された全国大会に出場しました。

徳島中央広域連合消防本部の野球部は、仕事の関係上、練習時にも選手全員が集まることは出来ません。しかし、普段から鍛え上げている団結力が、県大会初出場、初優勝という見事な結果を出しました。

全国大会では優勝候補の神戸市役所と対戦し、延長戦で惜しくも敗退しましたが、最後まで諦めない粘り強い試合でした。

宮本利春監督は「強豪と互角に戦え、感動しました。この経験を仕事にも生かしたい」と力強く話しました。

### 運動会めざして、ヤットサー

今年度阿波市の小学生は、全児童が阿波踊りを龍虎連から習っています。

8月19日、夏休み最後の登校日だったこの日、八幡小学校で幼稚園児も含めた135名が阿波踊りを練習しました。八幡小学校では、2学期の運動会で阿波踊りを披露する予定です。

6年生の笠井秀人君は「運動会では、両親や近所の人に見てもらいたい。みんなで一生懸命練習します」と話しました。



### 高校生職場体験 阿波警察署

8月19日、阿波警察署で高校生の職場体験があり、4人の阿波高校生が警察の仕事を経験しました。

鑑識による指紋の採集では、アルミニウムの粉を使ってビンに付着した指紋を採集しました。細心の注意を払い、緊張する作業でした。

参加者の笠井悠生君は「将来は人を守る仕事をしたいと思っています。警察の仕事を経験できて、勉強になりました」と話してくれました。



### 阿波市の農家で就農体験



県外都市部の農業系大學生に農業体験をしてもらう「とくしま農業 実証フィールド モデル事業」で、阿波市へ8人の若者がやってきました。

阿波町西ノ岡の美馬克美さん宅では、明治大学農学部しやうぎあかねの庄司茜さんと吉田朗子さんが夏野菜の収穫や、タマネギの整理を手伝いました。

2人は「農業は大変だが、やりがいのある仕事です」と、汗を拭きながら楽しそうに作業をしていました。



## 人権問題研修会開催

8月4日、土成歴史館で人権問題研修会が開催され、250人が参加しました。  
助産師の内田美智子さんが「いのちをいただいて、つないで、育むこと」と題して講演しました。  
多くの出産や、子育てを見てきた内田先生は「どの命にも価値がある。大人はこどものために、できることをする  
のではなく、  
しなければなら  
ないことを  
してほしい」と  
語りました。



## 外灯清掃ボランティア

8月20日、阿波・吉野川両市と上板町の電気業者(88店)でつくる鴨島電気工事協同組合が、「子どもたちや地域の防犯に役立つ」と、外灯の清掃や点検のボランティアをしました。  
組合員40名は八幡小学校、阿波農業高校、吉野中央保育所など7校の周辺で、255基の外灯のカバーを拭き、点検作業を行いました。  
この活動は、8月の「電気使用安全月間」行事の一環として毎年行われています。  
今年は節電を呼びかけるリーフレットも配られました。



## ブドウ狩りを楽しみました

8月10日、土成町宮川内の三木ぶどう園(三木哲雄さん経営)へ、障害者支援施設スマイルの利用者や職員約30名が招待されました。  
三木ぶどう園はこの日、今季の営業を始めました。5年前から毎年、三木さんは営業初日にスマイルの利用者を招待しています。  
参加者は食べ頃に色づいた「巨峰」や「ベニーズ」の実を摘み取って、楽しそうに味わっていました。



## 交通安全モデル老人クラブ旗伝達式

8月18日、交通安全モデル老人クラブ旗伝達式が林公民館で開催されました。  
大俣老人クラブ坂東直道会長から林老人クラブ十川茂雄会長にモデル旗が伝達されると、十川会長は「事故のない阿波市をめざします。共に高齢者の事故を防ぎましょう」とあいさつしました。  
伝達式終了後、参加者は「交通安全阿波弁かるた」などで楽しみながら交通安全モデル老人クラブの復習しました。



## 鴨島商業高等学校出張授業～土成中学校～

8月19日、土成中学校で鴨島商業高等学校による出張授業がありました。  
パソコンを使用したの名片作りや、ビジネスマナーの基礎について、3年生約80人が学びました。  
土成中学校卒業生の木村駿太君は、「教えることは自分の力にもなります」と、後輩のパソコン操作を優しく見守り、質問に丁寧に答えました。



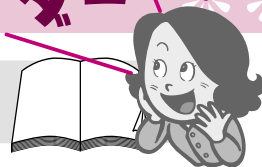


# 阿波市立図書館10月のカレンダー



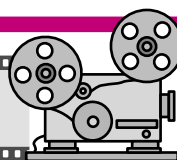
■阿波図書館 TEL 0883-35-5101  
 ■土成図書館 TEL 088-695-5385

■市場図書館 TEL 0883-36-6455  
 ■吉野笠井図書館 TEL 088-696-4686



| 日                                                                                 | 月                                             | 火                                              | 水  | 木                      | 金                         | 土                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|----|------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                   |                                               |                                                |    |                        |                           | 1<br>◎「☆ハロウィンはおばけになっちゃおう☆」(阿波)～30日まで<br>◎おはなし会(市場) 10:30～<br>◎やねこじき写真展(市場)～27日まで<br>◎「ハロウィンのぬりえ募集!!!」(土成)～30日まで |
| 2                                                                                 | 3<br>休館日(全館)<br>◎土成町・吉野町<br>ブックスタート(土成保健センター) | 4                                              | 5  | 6<br>                  | 7                         | 8<br>◎ベルの会おはなし会(阿波) 14:00～<br>◎みんなの映画会(市場) 10:00～<br>◎ちぎり絵教室(市場) 13:00～                                         |
| 9<br>◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～<br>◎みんなの映画会きつず(市場) 14:00～<br>◎おはなしひろば(土成) 10:30～ | 10<br>体育の日<br>開館します。                          | 11<br>休館日(全館)<br>◎阿波町・市場町<br>ブックスタート(阿波保健センター) | 12 | 13<br>◎歴史講座(市場) 13:30～ | 14                        | 15<br>◎「秋の夜長は家読☆スタンプラリー」(4館)～11月13日まで<br>◎こども映画会(阿波) 10:00～ 14:00～<br>◎おはなし会(市場) 10:00～                         |
| 16<br>◎大人映画会(阿波) 15:00～<br>◎「ピアノとフルートのゆうべ」(阿波) 18:45開場 19:00開演                    | 17<br>休館日(全館)                                 | 18                                             | 19 | 20                     | 21<br>◎古文書解読講座(市場) 10:00～ | 22<br>◎ベルの会おはなし会(阿波) 14:00～<br>◎ちぎり絵教室(市場) 13:00～<br>◎たけのこの会おはなし会(吉野笠井) 11:00～                                  |
| 23<br>◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～                                                 | 24<br>休館日(全館)                                 | 25                                             | 26 | 27                     | 28<br>館内整理日につき<br>休館(全館)  | 29<br>◎「ハロウィンはおばけになるう?」(吉野笠井)～30日まで                                                                             |
| 30                                                                                | 31<br>休館日(全館)                                 | 【図書館開館時間】 4月～9月 午前9時～午後7時<br>10月～3月 午前9時～午後6時  |    |                        |                           |                                                                                                                 |

## 10月の映画会のお知らせ



※入場は無料です。当日直接、図書館までお越しください。内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

### 阿波図書館

#### ■こども映画会■

・15日(土) 10:00～11:04、14:00～15:04

#### 『ダンボ』

あの名作ダンボを阿波図書館のスクリーンで上映します。みなさんそろって見に来てください♪

#### ■大人映画会■

・16日(日) 15:00～16:40

#### 『ある愛の詩』

名門御曹司でまじめな学生オリバーと、図書館で出会った聡明で美しい女子学生ジェニーの甘く悲しい愛を温かい眼差しで描いた物語です。

監督：アーサー・ヒラー 原作：エリック・シーガル  
1971年日本公開作品

### 市場図書館

#### ■みんなの映画会■

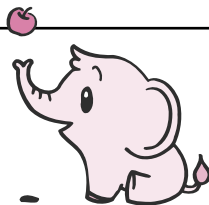
・8日(土) 10:00～12:42

#### 『アバター』

#### ■みんなの映画会きつず■

・9日(日) 14:00～15:14

#### 『くまのプーさん 完全保存版』



※10月から市場図書館のこども映画会の名前が「みんなの映画会きつず」に変わりました。

# ● 10月の催し物の案内 ●

## 4館共通 イベント

### ■「秋の夜長は家読☆スタンプラリー」

期間：10月15日(土)～11月13日(日)

期間中、本やビデオ・DVD・CDを借りてくれた方に、1日1回スタンプを押します。4個集めると景品をプレゼント！ どんどん参加してくださいね♪

### ■第3回 阿波市読書感想はがきコンクール

募集期間：1日(土)～28日(金) 対象：阿波市在住・在学の小・中学生

コンクール専用はがきに好きな本を読んだ感想を文または絵と文で書いて、学校、もしくは阿波市の各図書館の回収箱に入れるか、郵便はがきに書いて切手を貼って郵便ポストに投函してください。受賞者の発表は2012年1月に行う予定です。お問い合わせは阿波市立阿波図書館まで。

### ■ピアノ自動演奏会

日時：9日(日) 10:00～、13:00～ 題目「アルバム「ドリームズ・カムトゥルー」より 晴れたらいいねなど」  
23日(日) 10:00～、13:00～ 題目「クラシックベストセレクションより「愛の夢/リスト」など」

### ■「☆ハロウィンはおばけになっちゃうぞ☆」

期間：30日(日)まで 対象：小学生以下

期間中に1日1回何か借りてくれるごとにシールを1枚渡します。3枚集めるとお面とミニバッグのセットをプレゼント！ みんなでおばけに変身しちゃおう♪

### ■「ピアノとフルートのゆうべ」

日時：16日(日)18:45開場 19:00開演 20:30終演予定

ピアノとフルートのすてきなハーモニーをぜひ聴きにきてください。入場は無料です。

## 阿波図書館

### ■「やねこじき写真展」

展示期間：27日(木)まで ※やねこじき開催中は、MAPも配布します♪

## 市場図書館

### ■「ハロウィンのめりえ募集!!」

募集・展示期間：～30日(日)まで ハロウィンのめりえを描いてもってきてくれた方にはプレゼントがあります。

## 土成図書館

### ■「ハロウィンはおばけになろう!?!」

期間：29日(土)・30日(日)

期間中、本などを借りてくれた小学校低学年までのお子さんにこわーいお面をプレゼントするよ♪

## 吉野笠井図書館

## 10月の特集

|         |                           |                           |
|---------|---------------------------|---------------------------|
| 阿波図書館   | 児童・・・おなかいっぱい! しゅうかくさい     | 一般・・・犯人が気になって眠れない         |
| 市場図書館   | 児童・・・夢はスポーツ選手             | 一般・・・芸術を知ろう!              |
| 土成図書館   | 児童・・・戦え! 戦国武将             | 一般・・・秋だから・・・旅に出よう。        |
| 吉野笠井図書館 | 児童・・・心がじんわり、涙がぼろり感動するおはなし | 一般・・・どっちを選ぶ?～食べて健康・動いて健康～ |

## 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

- ・教養書・「前へ! 東日本大震災と戦った無名戦士たちの記録」 麻生 幾<sup>いく</sup>/著
- ・小説・「パワードスーツ」 遠藤 武文<sup>たけふみ</sup>/著
- ・小説・「藁にもすがる獣たち」 曾根 圭介/著
- ・児童書・「できるまで大図鑑」 小石 新八/監修

### 阿波図書館

- ・教養書・「一度はお参りしたい有名人のお墓」 歴史墓碑探偵団/著
- ・教養書・「男の子が前向きになる子育て」 河合 恒男/著
- ・小説・「無名騎手」 蓮見 恭子/著
- ・児童書・「若おかみは小学生! PART16」 令丈 ヒロ子<sup>れいじょう</sup>/作

### 市場図書館

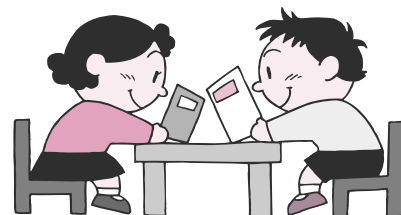
- ・教養書・「おもてなし経営」 蓬台 浩明<sup>ほうたい ひろあき</sup>/著
- ・教養書・「巨大戦艦「大和」全軌跡」 原 勝洋<sup>かつひろ</sup>/著
- ・小説・「百鬼夜行殺人事件」 赤川 次郎<sup>あらかわ じろ</sup>/著
- ・えほん・「よるのえんてい」 佐々木 洋<sup>ひろし</sup>/文

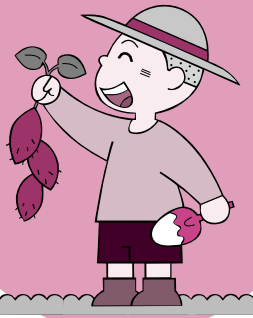
### 土成図書館

- ・教養書・「通勤どこでも仕事術」 美崎 栄一郎<sup>みさき 栄一郎</sup>/著
- ・教養書・「生き延びるための地震学入門」 上大岡 トメ<sup>かみおおおか</sup>/著
- ・小説・「史記 5」 北方 謙三<sup>きたかた</sup>/著
- ・えほん・「くまくとつき」 中川 ひろたか<sup>なかつか</sup>/文

### 吉野笠井図書館

- ・教養書・「官僚の責任」 古賀 茂明/著
- ・実用書・「100円ショップで手作り楽器」 坂口 博樹/著
- ・小説・「排除 潜入捜査」 今野 敏<sup>いみの びん</sup>/著
- ・児童書・「15歳の志願兵」 大森 寿美男<sup>すみお</sup>/脚本





# 10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) TEL0883-36-6815  
※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  |
|--------|-------------|------------|-----|
| 3日(月)  | 12:30~13:00 | 乳児健診       | 土成H |
|        | 14:30~15:00 | 乳幼児相談      |     |
| 4日(火)  | 12:30~13:00 | 3歳児健診      | 土成H |
| 11日(火) | 12:30~13:00 | 乳児健診       | 阿波H |
|        | 14:30~15:00 | 乳幼児相談      |     |
| 20日(木) | 12:30~13:00 | 2歳児健診      | 市場C |
| 25日(火) | 12:30~13:00 | 1歳6カ月児健診   | 阿波H |
| 31日(月) | 13:00~13:20 | パパマクラス(前編) | 土成H |

## 予防接種

| 日      | 受付時間        | 事業名     | 会場  |
|--------|-------------|---------|-----|
| 13日(木) | 12:45~13:15 | ポリオ接種   | 土成H |
| 17日(月) | 13:00~13:30 | B C G接種 | 阿波H |
| 26日(水) | 13:00~13:30 | ポリオ接種   | 市場C |

## 骨密度測定のお知らせ

集団検診の日に合わせて13時から14時に行います。  
希望される方は、健康推進課までお申し込みください。

| 集団検診実施日 | 検診場所 | 集団検診実施日 | 検診場所 |
|---------|------|---------|------|
| 12日(水)  | 市場C  | 24日(月)  | 土成H  |
| 19日(水)  | 吉野H  | 29日(土)  | 阿波H  |

| 60歳             | 55歳             | 50歳             | 45歳             | 40歳             | 年齢   |
|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------|
| 昭和26(1951)年4月1日 | 昭和31(1956)年4月1日 | 昭和36(1961)年4月1日 | 昭和41(1966)年4月1日 | 昭和46(1971)年4月1日 | 生年月日 |
| 昭和25(1950)年4月2日 | 昭和30(1955)年4月2日 | 昭和35(1960)年4月2日 | 昭和40(1965)年4月2日 | 昭和45(1970)年4月2日 |      |

阿波市では、次の方を対象に阿波市契約医療機関と集団検診(各保健センター、市場コミュニティセンター)で行うにおいて無料で大腸がん検診を実施します。  
対象者は、平成23年4月20日現在、阿波市に住民登録のある方で次の年齢の方です。



働く世代の大腸がん  
(無料)検診について

お知らせ

対象の方には、個人通知しています。  
検査方法は、ご自宅で2日間の便を採って検診場所へ持って行き、問診を受けていただくだけです。  
採便容器の受け取り方や、提出方法など詳しいことは、個人通知の内容をご確認ください。

大腸がんは、1年間に10万人がかかり、死亡者が4万人と我が国において多いがんです。  
特に働き盛りの40歳代後半から患者数、死亡数ともに増加しています。

大腸がんの治る確率は、7割、早期であれば100%近く完治するといわれています。  
症状がなく進行する可能性もあります。

この機会に是非、大腸がん検診を受けていただけますようお願いいたします。

お問い合わせは、健康推進課(市場) TEL0883(36)6815まで

## 休日および平日夜間 救急当番医

| 日      | 医療機関      |
|--------|-----------|
| 1日(土)  | 林内科医院     |
| 2日(日)  | 大野病院      |
| 3日(月)  | 阿波病院      |
| 4日(火)  | 中山医院      |
| 5日(水)  | 重清医院      |
| 6日(木)  | さかまき整形外科  |
| 7日(金)  | 阿波病院      |
| 8日(土)  | 近藤内科      |
| 9日(日)  | 大久保内科(市場) |
| 10日(月) | 阿波病院      |
| 11日(火) | 御所診療所     |
| 12日(水) | 金塚内科      |
| 13日(木) | 笠井病院      |
| 14日(金) | 阿波病院      |
| 15日(土) | 小笠原医院     |
| 16日(日) | 大久保医院(吉野) |
| 17日(月) | 阿波病院      |
| 18日(火) | 大塚内科      |
| 19日(水) | 大崎皮膚科     |
| 20日(木) | 大久保医院(吉野) |
| 21日(金) | 阿波病院      |
| 22日(土) | 大久保内科(市場) |
| 23日(日) | 阿波病院      |
| 24日(月) | 阿波病院      |
| 25日(火) | 大野病院      |
| 26日(水) | 乾内科外科     |
| 27日(木) | 赤池医院      |
| 28日(金) | 阿波病院      |
| 29日(土) | 森下医院      |
| 30日(日) | 大崎皮膚科     |
| 31日(月) | 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         |
|-----------|--------------|
| 林内科医院     | 0883-35-6226 |
| 大野病院      | 088-695-2112 |
| 阿波病院      | 0883-36-5151 |
| 中山医院      | 088-696-4662 |
| 重清医院      | 0883-35-6160 |
| さかまき整形外科  | 0883-35-7880 |
| 近藤内科      | 0883-36-2011 |
| 大久保内科(市場) | 0883-36-3020 |
| 御所診療所     | 088-637-8033 |
| 金塚内科      | 088-695-5858 |
| 笠井病院      | 0883-35-2720 |
| 小笠原医院     | 0883-36-2030 |
| 大久保医院(吉野) | 088-696-2037 |
| 大塚内科      | 0883-35-6070 |
| 大崎皮膚科     | 0883-35-6468 |
| 乾内科外科     | 088-695-5006 |
| 赤池医院      | 0883-36-6565 |
| 森下医院      | 0883-35-5656 |

※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②

## 糖尿病って

糖尿病とは、「インスリン」というホルモンの作用や分泌が低下したため、体内に取り入れられた栄養素が体の中でうまく利用されずに、**血液中のブドウ糖の量(血糖値)が異常に多くなっている状態**です。



この状態が続くと？

★**血管が傷み、動脈硬化が進んだり、細胞に酸素が運べなくなります…。**

(詳しいことは次回に…)

### 1. 糖尿病の診断

(2010年7月1日より診断基準が変更になりました)

#### 【診断のための検査値】

- ①  $\left\{ \begin{array}{l} \text{早朝空腹時血糖値：126mg/dl以上} \\ \text{ブドウ糖負荷試験2時間値：200mg/dl以上} \\ \text{随時血糖値：200mg/dl以上} \end{array} \right\}$  のいずれかがある場合
- ②  $\overset{\text{ヘモグロビンエーワンジー}}{\text{HbA1c(JDS値)}}：6.1\%以上$

#### 【診断基準】

- ①と糖尿病の典型的な症状(口渇、多飲、多尿、体重減少)がある場合
- ①と確実な糖尿病性網膜症がある場合
- ①と②がある場合
- ①の検査値が2回続いた場合

のいずれかが、確認されれば**糖尿病**であると診断されます。

注)

※ブドウ糖負荷試験…ブドウ糖75gを飲んで、その前後に何回か血糖値を測定します。

※随時血糖値…食事との関連を考えずに測定した血糖値

※HbA1c(JDS値)…過去1～2ヶ月間の平均血糖値

### 糖尿病は尿に糖が出る病気？

糖尿病はその病名から、尿に糖が出るものと思われがちですが必ずしもそうではないので、糖尿病の診断には使われていません。尿に糖が出るのは、血液中のブドウ糖が増えすぎて尿の中にあふれ出た場合で、血糖値が170～180mg/dl(個人差あり)を超えるくらいになってからです。このため、尿糖が陰性であっても糖尿病でないとはいきれません。



# 10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～                                                                |                                                  |                                          |
| 7  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成23年度徳島県議会 定例会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース         | 30 お花大好き!<br>シネマ☆クロス                             | 30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市アグリレポート他<br>街の話題を放送! |
| 8  | 00 阿波踊り体操(認知予防編)<br>30 グリーンチャンネル・アグリネット<br>・畜産eye、技あり! 畜産道場他                   |                                                  |                                          |
| 9  | 00 (再放送) ACN週刊ニュース<br>前週土・日放送分の再放送です。<br>見逃した方はこの時間でチェック!                      |                                                  |                                          |
| 10 | 00 番組詳細案内(1分)                                                                  |                                                  |                                          |
| 11 | 00 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成23年度徳島県議会 定例会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース         | 01 お花大好き!<br>シネマ☆クロス                             | 01 ACN週刊ニュース<br>★阿波市アグリレポート他<br>街の話題を放送! |
| 午後 | 00 グリーンチャンネル・アグリネット<br>※ACN特番の放送内容より放送休止となる事があります。<br>30 動画 de あわとく、週刊あわのかわらばん |                                                  |                                          |
| 0  | 00 県政アンテナテレビ とくしまハーツ                                                           |                                                  |                                          |
| 1  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成23年度徳島県議会 定例会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース         | 00 お花大好き!<br>シネマ☆クロス                             | 00 ACN週刊ニュース<br>★阿波市アグリレポート他<br>街の話題を放送! |
| 2  | 00 阿波踊り体操(ロコモティブシンドローム編)<br>30 動画 de あわとく、週刊あわのかわらばん                           |                                                  |                                          |
| 3  | 00 (再放送) ACN週刊ニュース<br>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!                          |                                                  |                                          |
| 4  | 00 番組詳細案内(1分)                                                                  |                                                  |                                          |
| 5  | 01 (再放送) ACN特番<br>◆前週放送分の再放送です。<br>詳細は番組案内を確認!                                 | 01 県政アンテナ とくしまハーツ<br>30 動画 de あわとく<br>週刊あわのかわらばん |                                          |
| 6  | 00 文字放送～<br>30 サイエンスチャンネル                                                      |                                                  |                                          |
| 7  | 00 グリーンチャンネル・アグリネット                                                            |                                                  |                                          |
| 8  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成23年度徳島県議会 定例会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース         | 30 お花大好き!<br>シネマ☆クロス                             | 30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市アグリレポート他<br>街の話題を放送! |
| 9  | 00 (再放送) ACN週刊ニュース<br>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!                          |                                                  |                                          |
| 10 | 00 阿波市民憲章、阿波踊り体操(寝たまま編)                                                        |                                                  |                                          |
| 11 | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成23年度徳島県議会 定例会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース         | 30 お花大好き!<br>シネマ☆クロス                             | 30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市アグリレポート他<br>街の話題を放送! |
| 12 | 00 グリーンチャンネル・アグリネット<br>30 文字放送                                                 |                                                  |                                          |
|    | 00 ジャパネットチャンネルDX<br>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)にてお知らせします。  
 ※ACN特番は月・火・水・木で同じ放送内容となります。  
 ※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。  
 ※グリーンチャンネル・アグリネット及び動画deあわとくの放送は、提供放送局の都合により放送時間が一部変更となっております。また、10月10日(月)はアグリネット放送を休止させていただきます。ご了承ください。

## 返しきれない借金で悩んでいませんか?

一人でも悩まず、借金問題解決への相談窓口にご相談ください。  
 きちんとした手続きをとれば、多額債務は必ず解決できます。 — 金融庁 —

● **一般消費者向け相談窓口** 徳島県  
 ・四国財務局 多重債務者相談窓口  
 TEL 087(833)2155  
 ・徳島県消費者情報センター  
 TEL 088(623)0110  
 ・消費者ホットライン  
 TEL 0570(066)370  
 ・法テラスコールセンター  
 TEL 0570(078)374  
 ・法テラス徳島  
 TEL 0500(338)5575

● **事業者向け相談窓口** 徳島県  
 ・四国財務局 多重債務者相談窓口  
 TEL 087(833)2155  
 ・徳島県商工労働部 地域経済課  
 TEL 088(621)2318  
 ・法テラスコールセンター  
 TEL 0570(078)374  
 ・日本弁護士連合会ひまわり 中小企業センター  
 TEL 0570(001)240

この借金、どうしよう...

## 阿波市以外のお知らせ

### 無料法律相談

10月1日は「法の日」です。「法の日」から1週間は「法の日週間」です。徳島地方裁判所では、無料法律相談を実施します。弁護士がご相談に応じます。お気軽にご利用ください。

● **日時** 10月5日(水)  
 9時30分～15時30分まで

● **場所** 徳島地方裁判所  
 ● **申込方法** 徳島地方裁判所総務課へ平日午前9時から午後5時までの間に電話でお申し込みください。60人の定員に達した時点で受付終了となります。  
 【問い合わせ先】徳島県労働委員会(県庁11階)  
 TEL 088(621)3234

● **開催日** 10月20日(木) 13時30分～16時  
 ● **場所** 西部総合市民局美馬庁舎2階、201会議室  
 【問い合わせ先】徳島県労働委員会(県庁11階)  
 TEL 088(621)3234

### 出張労働相談会を開催します

10月は戸別労働関係紛争処理制度周知月間です。解雇、賃金未払い、配転など労使間トラブルの出張労働相談会を開催します。相談員は弁護士など徳島県労働委員会委員です。相談料は無料。事前予約をお願いします。

## 公開講座のご案内

普段、肩こりでお悩みの方を対象に、肩こり・肩の痛みの原因、良い姿勢、肩こり体操やストレッチ法等を教えます。  
 また、骨密度や血管年齢簡易チェック、体脂肪の測定ができます。この機会にあなたの身体年齢をチェックしてみませんか?  
 当日は、学生券をしております。バザーや模擬店などありますので是非お越しください。お待ちしております。

| 参加費 | 申し込み方法                                                       | 講師                  | テーマ             | ところ                                                                                    | とき                     |
|-----|--------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 無料  | ③氏名④年代⑤性別を記入し看護学校公開講座宛、10/21(金)までにお申し込みください。電話の方は①⑤をお伝えください。 | 看護学校 教員 / 牧本千代・今治涼子 | 「これで解消! 肩こり対処法」 | 国立病院機構徳島徳慶センター附属看護学校 第2教室<br>徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1-1<br>TEL 088(672)4534 FAX 088(672)5503 | 平成23年10月28日(金) 11時～12時 |

## がんばれ! 徳島ヴォルティス

(ポカリスエットスタジアムでのゲーム日程)

10月2日(日) 対 FC東京 / 10月26日(水) 対 コンサドーレ札幌  
 【問い合わせ先】 徳島ヴォルティス TEL 088-672-7339

# ご法要は住友におまかせください

H23年にご来店法要で会席料理4,725円以上をご注文いただいた方に、  
**ご人数分の巻き寿司** (お1人様1本) をプレゼント!

## 得々特典

お料理は **3,150円~5,250円** 各種

### 嬉しいサービス!

#### 仏様お霊具膳

お供えるだけで大丈夫。  
おつとめの始まる時間までにお届けいたします。

#### 送迎バス

おつとめ後のお墓参りもバスでお廻りいたします。

#### 食後コーヒー

セルフサービスでお願いいたします。

## 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

阿波市土成町土成字大法寺8

# 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

十月編

## ウグイスばあちゃんの知恵袋

夜、虫のええ声が聞こえる季節になったなあ。ギンナンも、実る季節だよ。

阿波市内の神社や公園、学校には、ギンナンが実るイチヨウの木はけっこうあるんですよ。イチヨウの木の下に黄色い実が落ちて、つぶれた実から嫌なにおいがしよんがあるやろ、あれがギンナンだよ。ヒスイのようなきれいな実が、茶碗蒸しに入っとんを食べたことあるやろ?

自分でギンナンを拾うて、食べてみようと思う人は、素手で触ったらあかんですよ。かぶれやすいけん、必ずゴム手袋をしような。においはマスクでもして、我慢して。

バケツに水を入れて、拾うてきたギンナンを浸して、実が柔らかうになつたらビニール袋に移して、足で踏んで、種を取り出し、洗うて干す。これで、お店で売んじよるギンナンと同じもんができるんですよ。殻が硬いけん、古い封筒にギンナンを十個くらい入れて、レンジでチンしたら、簡単にむける。ギンナンが飛ばんように、封筒の口は折つといてな。このままでも食べられるし、料理にも使えるですよ。



### 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。詳しくは企画課(阿波 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。

## お葬式セミナーを開催します!

10月8日(土) ●時間/午前10時~午前11時まで  
●参加費/無料 ●定員/15名 ●要予約



### テーマ

「家族がもめないための葬儀知識と  
考えておきたい葬儀後のお金」

★セミナー後には、お弁当(無料)をご用意しております。

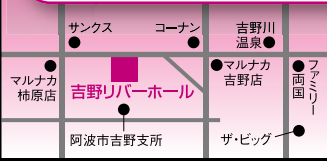
※定員になり次第締め切らせていただきます。

※セミナー当日は開始時間15分前にはお越しください。



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

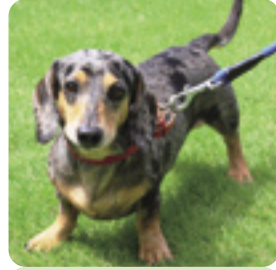
阿波市のトリです  
ウグイスさん No.49



自主防災とは? ..... の巻

うちの子一番♪

僕の飼いまさには FM 徳島「Motto! 阿波市」の仕事をしているんだよ。ラジオ聴いてね!



土成町 ポテちゃん



阿波町 カ(りき)くん



吉野町 チララちゃん



市場町 シュンスケくん



藍住町在住 綱吉くん



土成町 パールさん

|            |       |         |           |
|------------|-------|---------|-----------|
| 後期高齢者医療保険料 | 介護保険料 | 国民健康保険税 | 今月の納税・保険料 |
| 第3期        | 第4期   | 第3期     |           |
| 10月31日(月)  |       |         | 納期限       |

|                               |                  |                        |
|-------------------------------|------------------|------------------------|
| 阿波市のうごき                       |                  | 平均年齢 48.2歳<br>( )内は前月比 |
| 平成23年8月末現在人口<br>(住民基本台帳によるもの) |                  |                        |
| 男: 19,626人 (-7)               | 女: 21,274人 (+2)  | 転入等: 76人               |
| 計: 40,900人 (-5)               | 世帯: 14,682戸 (+7) | 転出等: 52人               |
|                               |                  | 出生: 22人                |
|                               |                  | 死亡: 51人                |

**編集室**

9ページに掲載されているFM徳島の番組「Motto! 阿波市!」は、阿波市が毎週放送しているラジオ番組です。パーソナリティーの近藤公美(こんどうひとみ)さん、特派員の藤原佐佳(ふじわらさやか)さん、林正志(はやしまさし)さんの若者3人が、阿波市内を駆け巡っています。

毎週土曜日のお昼前、11時30分から25分間。ちよっとお茶でも淹れて、休憩しましょう。ラジオに耳を傾けてください。知人の声がラジオから流れるかも? 新しい発見があるかも?

F M 徳島の「Motto! 阿波市!」。阿波市の魅力をラジオから熱く発信中です!

**広報クイズ** 答えはなに? 今月号をよ〜くご覧ください。

①柔道日本一の大島拓海君は、阿波中学校何年生?  
②阿波市観光協会の事務局長の名前は?

**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**  
10月20日(木) 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!**

**トRESTA白山アイスアリーナ 10/15sat OPEN**

一般滑走料 営業時間

- 大人・高校生...1,000円 H23.10/15~H24.5/6まで
- 中学生・小学生...600円 ○平日/12:00~18:00
- 幼児(4歳~小学生未満)...400円 ○土・日・祝・冬休み/10:00~18:00
- 貸 靴...500円 ※大会等で貸し切り日などがございしますのでご了承ください。
- 付き添い入場料...300円

●アイスアリーナの一般滑走料が半額になります。  
●本誌をホテルフロントにお渡しください。割引券をお渡します。  
●1冊で4名まで割引になります。コピーは対象外です。  
※付き添い入場料300円は対象外です。  
●回数券、定期券は対象外です。  
●他の優待券等との併用はできません。  
●使用期間/H23年10月15日~H24年5月6日まで

香川県木田郡三木町下高岡972-30  
0120-319-124  
http://www.tresta.jp  
無料駐車場完備