

このにぎやかな祭りは何じゃ？
ハハアー 殿様これはやねこじきにござりまする。

(関連記事p8・9カメラロボ)



2005

11

No.6



広報

阿波

AWA CITY CONTENTS

学校給食	2~3
東京交響楽団・のど自慢	4~5
市政懇談会	6
百歳万歳他	7
大名行列・やねこじき大会	8~9
お知らせ	10~16
図書カレンダー	17
健康だより	18~19
広報クイズ・編集室	20

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>

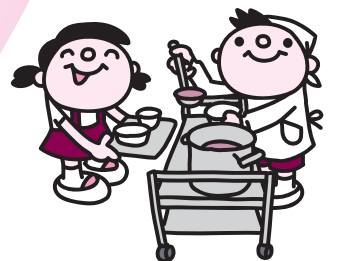
E-mail info@city.awa.lg.jp



安全でおいしい給食!

学校給食優良施設

市場学校給食センター



文部科学大臣表彰受賞

この度、市場学校給食センターで取り組んでいる、安全でおいしい給食が「学校給食優良施設」として、文部科学大臣表彰を受賞しました。

表彰状

市場学校給食センター
貴調理場は学校給食の実施において優れた成果を挙げられました。ここにこれをたたえ表彰します。

平成十七年九月八日

文部科学大臣 中山成彬

▶毎日、安全でおいしい給食の献立や調理をして下さっているみなさん



ウエット施設でのドライ化！ 家庭の台所!?

意欲的な取り組み

市場学校給食センターは、床に水をまかない、湿気の少ない（湿度の低い）、衛生面に一層配慮した取り組みを推進しています。食品は、湿気が多く、湿度が高くなると細菌が発生し、食中毒の原因となります。

このセンターでは、家庭の台所に、ほぼ近い調理場で、安心・安全な給食を、子どもたちに提供しています。

学校給食の目標を達成できるように、市内小・中学校との連携を図りながら、ウエット施設でのドライ化を意欲的に取り組み、県内で初めて文部科学省「学校給食衛生管理推進指導者派遣巡回指導」事業を受け、短期間でドライシステムの作業管理や衛生管理の運用に努めています。この取り組みに、ウエット施設の給食関係者が、県内及び県外から視察に訪れるなど、模範的な施設となり、昨年十一月には県教育委員会・（財）県学校給食会からの表彰を受け、さらに今年九月、文部科学大臣表彰を受賞しました。



従来の調理場

床に水をまかない
ドライな調理場



ドライ化された現在の調理場

創意・工夫した献立

子どもたちの栄養管理には、健康や成長の実態と家庭状況を把握した献立づくりに、努めています。

また、指導面においても、学校栄養職員の吉村幸子さんが、特別非常勤講師として、食の指

導・給食指導等を行っています。

さらに、食材については、地産地消に早くから取り組み、季節によっては、献立材料の約七十％を、地元で収穫された野菜等で調理しています。朝とれたて新鮮・安価・安心の食材です。

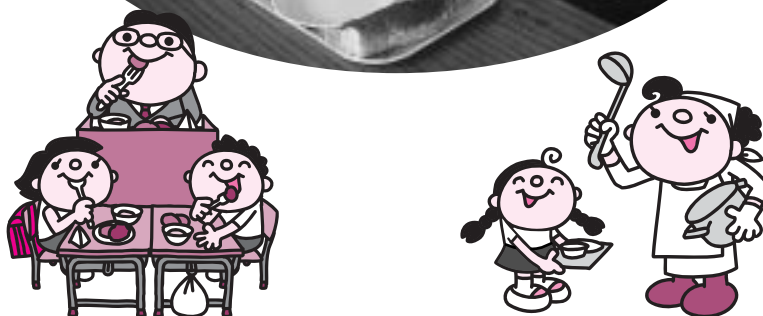
給食時には、「本日の材料（野菜の名前等）」は、△△地域

の〇〇さんの畑でとれた野菜です。」と、校内放送し、地元で収穫できる野菜等の紹介をしています。そのことによって、地域・学校・家庭の連携にもつながっています。

学校給食を生きた教材として、栄養のバランスや季節風土に適した料理や「なつかしい味」「心に残る給食」またアレルギーの児童・生徒には代替え食を実施するなど、職員一丸となって子どもたちの健全な心身の発達を目指して、「豊かな心とたくましい体をはぐくむ学校給食」を実践しています。

また、保護者の方を対象に、学校給食に関するアンケートや、食の安全に対するアンケートを実施し、毎年小学校一年生の保護者を対象に、給食試食会で安全性や給食に対する理解を深めています。

毎月配布している給食の献立表は、夕食が給食と同じようにならないように気を付けたり、メニューに困ったときの参考にされるなど、各家庭でも重宝され、今後さらに、食の安心・安全に取りんでいくそうです。



東京交響楽団と共演

土成中・地元合唱団(ヨールブルーメ阿波)

十一月二十一日(月)

開演 午後六時三十分

土成農業者トレーニングセンター

コンサートチケット好評発売中

一枚 1,000円

残りわずかです。ご希望の方は、おはやめにお買い求めください。

【問い合わせ先】

阿波市まちづくり推進課
☎(0883) 354-112



共演まで約一カ月

十月十六日に、本番で指揮を努める時任康文さんが、コンサート会場となる土成農業者トレーニングセンターを訪れ、楽団との共演曲をリハーサルしました。

この日は、合唱メンバー全員が初めての音あわせ。時任さんの気迫にメンバーは、少し緊張ぎみでしたが、総勢百五十六名の大合唱は、歌うごとに次第と一体感を感じられるようになりました。

共演を成功させるため、時任さんからの厳しい指摘もありま



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。



まもなく阿波市で演奏会 阿波市合併記念コンサート



ご協力ください

コンサートマナー

★拍手の仕方

指揮者が指揮棒を降ろすのを、よく見よう。曲の終わりとなる指揮です。この時点で拍手。

★演奏以外の音を出さない

携帯電話は必ず切る。手持ちの物などがさがさ音を出さない。

★飲食・喫煙は駄目

客席内での飲食・喫煙はできません。

★私語を慎む

演奏中の会話はできるだけ慎む。

★その他厳守

開演中の客席への出入りまた写真撮影・録音・録画は固くお断り。

**会場・駐車場
案内図**

**会場
阿波中学校体育館**



公開生放送 阿波市誕生記念



**入場整理券
〈1枚で1名様〉
お子様も整理券が必要
— 非売品 —**

- 日 時 **平成17年11月13日(日)**
●開場/午前11時 ●開演/午前11時40分
●終演予定/午後1時40分(予定)
- 会 場 **阿波中学校体育館** (阿波市東原230)
- 出 演 [ゲスト] **前川 清、石原詢子**
[司 会] 宮本隆治アナウンサー
- 放送予定 平成17年11月13日(日) 午後0時15分~1時 生放送
(総合テレビ、衛星第2テレビ、ラジオ第1・国際放送)

《次の事項にご協力ください》
 ○当日はこの入場整理券をお持ちください。(入場無料・自由席)
 ○客席前方は床に直接座っていただき、後方はパイプイスになります。必要に応じて座布団等をご用意ください。
 ○座席が満員の場合、立ち見をお願いする事があります。
 ○2名様以上でご覧になる場合は、人数分の整理券をご用意のうえ、全員お揃いになってからご入場ください。
 ○早くお越しになってもお待ちいただくスペースに限りがございます。どうぞ開場時間にあわせてお越しください。
 ○売買された券、不正印刷された券など不正入場券では入場できません。
 ○この入場券はいかなる理由があっても再発行いたしません。
 ○駐車場の数には限りがあります。乗り合わせの上、ご来場ください。
 ○番組の中で、客席の様子が一部放送される事があります。
 ○場内でも写真撮影・録画および飲食・喫煙は固くお断りいたします。
 ○会場では、携帯電話等の電源はお切りください。

当日の入場は、NHK徳島放送局発行の(返信された往復はがき) **観覧入場整理券**をお持ちの方に限りです。

主催 **NHK 徳島放送局・阿波市**

〈お問合せ先〉「**NHK**」のど自慢観覧係 TEL088-626-5996[平日:午前10時~午後6時30分]

**NHK「のど自慢」
公開生放送**

十一月十三日(日) 開場 午前十一時
阿波中学校体育館(阿波アリーナ)
 【問い合わせ先】阿波市まちづくり推進課 ☎(0883)3514111



**残念ながら
観覧落選通知を
受け取られた方へ**

十月十四日までに、NHK徳島放送局へ、往復はがきで観覧申し込みを希望された方で、残念ながら希望にそえず、落選通知を受け取られた方、同日公開生放送で午後〇時十五分からNHKテレビで放送されますのでご覧くださいませようご案内します。

予選会観覧入場のお知らせ

のど自慢本番前日、十一月十二日に予選会が開催されます。この予選会の、観覧には整理券は必要ありません。観覧は自由ですが、会場の都合により入場制限を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●開場 正午
●場 所 阿波中学校体育館(本番と同じ会場)

【*入場等については、必ず係員の指示に従ってください。】



市政懇談会

—市長と語ろう—

市民が主役のまちづくり

あすに向かって

人の花咲くやすらぎ空間

阿波市

阿波市が誕生して七カ月、また小笠原市政がスタートして、半年あまりが経過しました。

さて市では、市民のみなさんとの対話を精力的に推進し、市民と行政とが協働しながら、元気ですみよいまちにするために、市民のみなさんのご意見をお聴きする市政懇談会を開催します。

市政懇談会では、市政の現状報告と、市民のみなさんからの市政に対するご意見、ご提言、また、地域の抱える問題をお伺いします。

会場は四カ所にわけ、日程は次のとおりで、参加は自由です。なお、会場の準備の都合上、参加希望の方は事前にご連絡ください。

【連絡・問い合わせ先】

阿波市まちづくり推進課

☎(〇八八三)三五―四一一二

開催日	開催時間	開催場所
平成17年11月25日(金)	午後6時30分～午後8時30分	阿波農村環境改善センター
平成17年11月28日(月)	//	市場総合福祉センター
平成17年11月29日(火)	//	土成歴史館
平成17年11月30日(水)	//	吉野コミュニティセンター

会場案内図 (阿波市主要公共施設マップ)



百歳万歳!

おめでとうございませう。

阿波市四番

酒巻アサノさん

阿波市善地

(明治三十八年十月生まれ)



▲酒巻 アサノさん

「ごすこと」と話してくれました。吉田荘では、開所以来百歳到達者は初めてのことです。アサノさんの誕生日に、ご親族と入所者、県関係者、阿波市長、吉田荘職員他多くの皆さんから祝福を受け、誕生日ケーキのろうそく十本を、ご自分で吹き消すほどの元氣よさ。

阿波市内で、四番目となる百歳到達者は、酒巻アサノさん。アサノさんは、明治三十八年十月に生まれ、三人(二男一女)のお子さんに、九人の孫さん、十五人のひ孫さんがいらっしやるそうです。

現在、七年前に入所した阿波市養護老人ホーム吉田荘で、毎日散歩したり、月に何度か来所されるご家族との会話を楽しみにしているそうです。

長生きの秘訣は、「食事に好き嫌いなく、なんでもおいしくいただく、毎日の生活を明るく過

ごすこと」から、「みなさん、たくさんの方に集まっています。お祝いをしてくださる。ありがたうございます。」と、はつきりとした口調で手を合わせ、何度も感謝の気持ちを述べられています。市内では、四月に坂東トセさん、七月に林アヤコさん、八月に藤澤クニさん、そして酒巻アサノさんが百歳に到達されました。みなさん、明るい笑顔がとっても印象的でした。これからお元気で、日本一の長寿を目指してください。

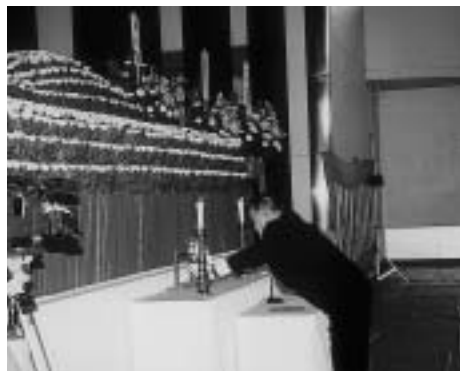
戦没者追悼式

— 十月十四日 —

平成十七年度阿波市戦没者追悼式が、十月十四日、吉野スポーツセンターで開催されました。

式に先立ち、ご遺族の代表お二人による献燈、式典開会後、君が代斉唱し、戦没者の偉勲を偲び黙祷を捧げました。

日清、日露戦争から第一次、第二次世界大戦にかけて、痛ましくも祖国のために戦没された二千八百柱のご英霊に最初の献花を市長より、つづいて遺族会副会長より捧げ、激戦のさなか心癒すために唄われ、よくなじまれた思い出深い歌の数々【ふ



るさと・露営の歌・同期の桜・赤とんぼ】がエレクトーンで演奏されました。



つづいて式辞、来賓の方々から追悼の辞が述べられ、その後ご遺族の方一人ひとりが白菊を献花し、戦没者を追悼しました。ご冥福をお祈りいたします。

地域防災力強化促進講演会

— 十月十六日 —

日本各地また全世界で、突然の災害に遭われ、被災されているみなさん、心からお見舞い申し上げます。

本県においても、今後三十年以内に高い確率で発生すると予測されている南海地震。このような災害に備えて、地域の防災力を強化するための講演会を開催しました。

講師に、徳島大学大学院工学研究科・村上仁士教授をお招き

し、「次の南海地震に備えて私達にできること」と題して、お話をいただきました。

教授は、阿波市においての震度予測等細かく分析し、普段からの防災力強化が大切であり、「突然の災害に遭っても死なないうためには、災害のイメージをえがき、もし災害に遭ったときの避難方法を、日頃から訓練しておくことが大切です。」と、強調されました。

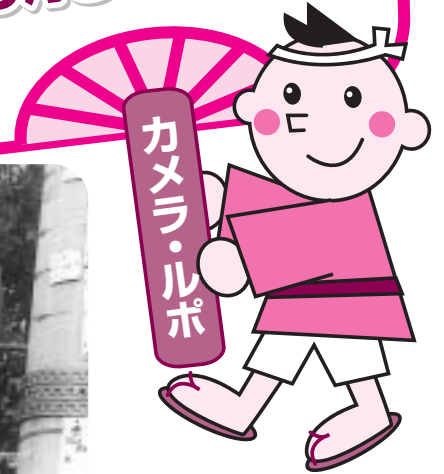




▲阿波市誕生キャラクター「あわっシーくん」も登場

大名行列 やねこじき大会

10月8・9・10日



▲思わず殿様も、踊り出していました。

「下に〜下に〜、下に〜下に〜」



▲行列の先頭は毛槍演技

殿様用駕籠も行列に並んで
ますが、殿様は駕籠の外



▲梅津龍太郎扮する殿様 寸劇で大活躍

行列の中ほどで、商売繁盛を願い、地元の踊り子さんが、見物客を楽しませてくれました



腰元のみなさん長い行列に、のどがかわいた様子



▲オープニングは大俣小学校鼓笛隊

美しく華やかに、奥方、姫君、三人そろってきらびやか



姫君を守る侍？実は女性でした



『やねこどき』

その昔、阿波藩祖蜂須賀家正公は、阿波入国以来、各地を巡視され、その地の産業振興に努力された名君であった。
慶長九（一六〇四）年に市場村（当時）巡視の折にも、村の産業奨励のため「三日市（いち）」の開催、諸役の免除など各種の特典を与えて当村振興に尽力された。

これらの特典を与えて頂いた感謝の気持ちを厚く藩主に示そうと、慶長十（一六〇五）年入国される前夜に村人全戸が、それぞれ家にある材料を使って、いわゆる「山車（だし）」を作って屋根の上に飾り、藩主を歓迎したのが始まりと言われている。

「山車（だし）」が「やねこどき」と呼ばれるようになったいきさつは、藩主が屋根の上に飾ってある「山車（だし）」をみて「あれは何か」と、その場に居合わせた庄屋に尋ねたところ、庄屋は恐縮して「まことに、やねこいもの」と答えたのを藩主は、聞き間違えられて「ああ、やねこどき」と申すものか、と言われたのが今日の『やねこどき』の語源であろうと言われている。

『大名行列』

この大名行列は、約四百年前の歴史ある伝統行事「やねこどき」の継承拡大による町の活性化イベントとして、平成四年に第一回目を開催した。

以来、毎年開催しているもので現在では、「やねこどき」と並ぶ町の風物詩となつて、県内外より多数の見物客で賑わっている。

大名行列は、阿波藩祖蜂須賀家正公の巡視の様子を、時代絵巻さながらに見事に再現したもので、約四百年前の時代衣装に身を包んだ、総勢八十名の男女が、藩主・家老・奉行・目付・奥方・姫君・腰元・侍・近習・小姓・奴・足軽等の役柄にふんして、「下にく下にく」の掛声に合わせて、町筋商店街を約一時間三十分 にわたり練り歩くもの。

行列の途中、「毛槍演技」や「やねこどき由来の寸劇」等が、催され見物人の目を楽ませている。

阿波市農業委員会委員紹介

(平成十七年十月一日付)

十月一日、阿波市農業委員会の選挙による委員と各団体からの推薦委員が決まりました。

ごあいさつ

会長 藤野 裕行



平素、農家の皆様には本委員会の各般にわたり、深い御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

この度、阿波市農業委員改選におきまして、会長職に就任致しました。新体制のもと、行動する農業委員会を目指しさらなる努力を尽くす所存でございます

現在我が国の農業情勢は、農産物価格の低迷、農業者の高齢化、担い手不足、遊休農地の増大といった多くの課題に直面しております。

その中で、農業委員会系統組織においては改革に向けた取り組みとして「農地の担い手を守り活かす運動」を推進し農政の展開を図っていきます。

我々農業委員は農業者の代表として地域の相談役となり、その実情に応じた活動に努めて参りたいと考えます。

今後とも皆様の一層の御支援と御協力をお願い申し上げます。

阿波市農業委員会委員名簿

氏名	住所	氏名	住所	氏名	住所
北尾 勝男	柿原1丁目	沖津 一陽	行峯	古川 定之 (板野郡農協)	土成字美緑
松本 清	西条字大西	妹尾 敬治	切幡神ノ木	阿部 斌 (市場町農協)	住吉本
瀬尾 忠史	柿原字ヒロナカ	笠井 善治	王子前	後藤田 治 (阿波東部農協)	中山
服部 誠治	西条字東姥御前	矢田 公男	西野神	酒巻 久夫 (阿波町農協)	中長峰
尾池 硬	吉田字御所屋敷の一	瀬尾 治男	北香美	瀬尾 敏男 (東部共済)	五条
平岡 利夫	土成字南原	寺井 福一	下喜来南	吉田 弘美 (西部共済)	南整理
新見 勝久	土成字大法寺	藤野 裕行	医王寺	松本 勝 (市場中央土地改良区)	北分
矢部 容司	水田字日吉	岡田 俊武	北ノ名	三浦 三一 (議会推薦)	柿原1丁目
野田 茂	宮川内字神田	楠本 福一	久原	宮島 佳三 (議会推薦)	秋月字蛭子
武田 義則	尾開日吉	林 實	北五味知	唐渡 常義 (議会推薦)	切幡西原
坂東 守	岡	酒巻 克男	桜ノ岡	三木 康弘 (議会推薦)	下喜来
古本 義春	相栗	岡山 信一	桜ノ岡		

(席次順・敬称略)

阿波市議会が ご覧いただけます

阿波市ケーブルネットワーク(土成・DHK)(市場・ICN)では、合併前と同様にCATVで議会を録画放送しています。未整備地区の旧吉野町と旧阿波町の方々には、ご覧頂く機会がありませんでした。この地区の整備が完了するまでの間、議会の状況(開会、議案説明、百条委員会、一般質問、各常任委員会委員長報告)を録画したビデオテープを、次の場所に設置していますのでご覧ください。

それぞれの通常業務時間内に、館内のテレビで視聴できますので、ご希望の方は、職員にお申し出ください。なお、貸出(レンタル)およびダビングはしておりませんので、その場でご覧ください。



【問い合わせ先】

阿波市情報ネットワーク課
☎(〇八八三)三五―四一一四

阿波：阿波図書館のAV・リスニングコーナー
吉野：吉野コミュニティセンター 一階ホール

ベビーカー設置!



地域社会の中で、子どもたちの豊かな人間性を育てるため、次世代育成支援対策の取り組みの推進として、阿波市役所玄関にベビーカーを設置しました。

子どもをつれた来庁者も、安心して庁舎を利用できるように配慮しておりますので、お気軽にご利用ください。

【阿波市特定事業主行動計画実施委員会】

阿波市平成十七年十月一日付 人事異動

●市長部局 ()内は前職

○長寿障害福祉課主幹兼

地域包括支援センター準備室

〈主 幹〉森本 修次

○介護保険係長兼

地域包括支援センター準備室

〈係 長〉和田真由美

○保険年金課

〈主 査〉三原 道弘

〈主 査〉川人 啓二
(土成支所地域振興課)

〈係 長〉杉山 洋
(情報ネットワーク課)

〈主 任〉酒巻 美香
(建設課/六月一日付)

〈主 査〉松村 栄治
(市立阿波図書館)

○市民課

〈係 長〉松永 祐子
(まちづくり推進課)

○介護保険課

〈係 長〉古谷 昌寛
(農政課)

○会計課

〈主 任〉滑田 三美
(市場支所地域振興課)

○市民税課

〈主 事〉藤岡 知寛
(吉野支所地域振興課)

○まちづくり推進課

〈主事補〉田丸 宏江
(保険年金課)

○情報ネットワーク課

〈主事補〉伊月 堅治
(プロジェクト推進課)

●教育委員会 ()内は前職

○市立阿波図書館

〈館長補佐〉武澤 茂美
(市民課)

阿波市環境連絡会議 設立総会および記念 講演会のお知らせ

●日時 平成十七年十一月十三日
午前九時～十時三十分

●場所 阿波市役所
二F 大会議室

◆記念講演

○演題

「阿波の環境をかい間見る」

○講師

鳴門教育大学 村田勝夫教授

阿波市環境連絡会議

代表者 大塚明廣

【問い合わせ先】

阿波市環境連絡会議事務局

須見泰子 阿波市伊沢市一三〇

☎(〇八八三)三五二一九七

国民健康保険税第四期 分の納期限のお知らせ

十一月三十日は、国民健康保険税第四期分の納期限です。口座振替制度をご利用の方は、十一月二十五日に引き落としとなりますので預金残高をご確認ください。

【問い合わせ先】

阿波市保険年金課

☎(〇八八三)三五二七八〇五

固定資産税第三期分 の納期限のお知らせ

来る十一月三十日は、固定資産税第三期分の納期限です。口座振替制度をご利用の方は十一月二十五日に引き落としとなりますので預金残高をご確認ください。

【問い合わせ先】

阿波市資産税課

☎(〇八八三)三五二七八〇八

イノシシの狩猟期間 の延長について

徳島県では、近年、中山間地域を中心にイノシシによる農作物被害が増加していることから、農作物被害の軽減を目的として、今年度から県下全域を対象に、イノシシに限り狩猟期間を一カ月間、延長することになりました。

延長後の狩猟期間は、十一月十五日から三月十五日までです。

(ただし、イノシシ以外の狩猟鳥獣の狩猟期間は、これまでどおり十一月十五日から二月十五日までです。)

【問い合わせ先】

阿波市農政課

☎(〇八八三)三五四一三

忘れていませんか？

十月は、介護保険料第三期分の納期でした。まだ納付されていない方は早急に納付してください。

納付のない場合、督促の対象および、給付制限の対象となる事がありますのでお気をつけください。

【問い合わせ先】

阿波市介護保険課

☎(〇八八三)三六一六八一四

平成17年度 うつ病家族教室のご案内

家族や身近な人が心の病気になったとき、家族やまわりの人はどのように支えていけばよいのでしょうか。よりよい回復が得られるために、うつ病とはどんな病気なのか？どんな治療をするのか？利用できるサービスはどんなものがあるのか？家族やまわりの人の接し方は？…といったご家族の不安や悩みを、家族同士の語り合いや専門家の話を聞きながら、一緒に勉強しませんか。

ぜひ、ご参加ください。

講座日程

	実施日時	内 容	講 師
第1回	11月28日(月) 13:30~15:30	☆講義及び語り合い「うつ病とは何?」	たけひさ医院 武久美奈子先生
第2回	12月12日(月) 13:30~15:30	☆講義及び語り合い「うつ病への関わり方」	

- 実施主体 鴨島保健所
- 実施場所 鴨島保健所 別館会議室(吉野川市鴨島町鴨島106の2)
- 対 象 うつ病で治療している方のご家族及び支援している方
- 定 員 20名程度(定員になりしだい締め切りにさせていただきます。)
- 参加費 無 料
- 申込み締め切り 11月25日(金)
- 申込み・問い合わせ先 鴨島保健所 健康対策係 ☎(0883)24-1114

児童扶養手当・特別児童扶養手当をご存知ですか

《児童扶養手当とは》

父母の離婚などで父のいない児童や両親のいない児童など、父と生計を共にしていない児童（十八歳に達した最初の三月末までの児童、障害のある場合は二十歳）を監護・養育している方に支給されるものです。

1. 手当を受けられる方は

日本国内にお住まいで（外国人登録者も含む）、次のような児童を監護している母親や養育している祖父母等の方です。
ただし、公的年金を受けている方は、この手当を受けることができません。

○父母が離婚した児童

○父が死亡した児童

○父が政令で定める障害のある児童

○父が生死不明な児童

○父に一年以上遺棄されている児童

○父母とも不明である児童

○父が一年以上拘禁されている児童

○母が婚姻によらないで生まれた児童

2. 手当の額は
児童数に応じて、次のとおり支給されます。

●印鑑
●銀行又は農協の預金通帳（請求者）

ただし、母親や生計を共にしている扶養義務者の所得によっては、手当額の一部または全部が停止される場合があります。

●全額支給の場合 月額 四、八八〇円
●一部支給の場合 月額 四、八七〇円、 九、八八〇円まで （所得に応じて十円きざみ）

※ただし児童が二人の場合は、五、〇〇〇円加算。三人目以降は三、〇〇〇円ずつ加算。

3. 手当を受ける手続は

手当を受けるには、認定請求書に次の書類を添えて子育て支援課で手続してください。市長の認定を受けることにより、支給されます。

①請求者と対象児童の戸籍謄本（抄）本

②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票（世帯分離していても同居ならその世帯分も）

③その他必要なもの

《特別児童扶養手当とは》

障害児の父もしくは母がその障害児を監護するとき、または父母以外の者が障害児を養育するとき、その父もしくは母または養育者に対し支給されます。ただし、次の場合は手当を受けることができません。

○児童が、児童福祉施設に入所しているとき（保育所・通園施設等を除く）

○児童が、障害を原因とする公的年金を受けることができるとき

○手当を請求される方（父、母又は養育者等）の前年の所得が一定額以上あるとき

もしくは手当を請求する人と同居している配偶者及び扶養義務者の前年の所得が一定額以上あるとき

1. 手当の額は

お子さんの障害の程度と人数に応じて、次のとおり支給されます。

障害等級	月額
一級	一人につき五〇、九〇〇円
二級	一人につき三三、九〇〇円

●所得課税証明書（本年一月二日以降現住所に転入した場合）

2. 手当を受ける手続は

手当を受けるには、認定請求書に次の書類を添えて子育て支援課で手続してください。知事の認定を受けることにより、支給されます。

①請求者と対象児童の戸籍謄本（抄）本

②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票（世帯分離していても同居ならその世帯分も）

③認定のための診断書（診断書の様式は子育て支援課にあります）

④その他必要なもの

●印鑑
●郵便貯金通帳（請求者）
●所得課税証明書（本年一月二日以降現住所に転入した場合）

【問い合わせ先】
阿波市福祉事務所
子育て支援課
☎（〇八八三）三六一六八二三

十一月は「児童虐待防止推進月間」です

今年度の児童虐待防止推進月間の標語は次の標語に決まりました。

「気づいたら 支えて」

知らせて 見守って」

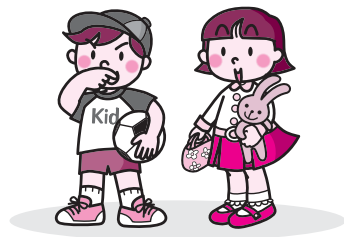
児童虐待に関する相談件数は増加の一端をたどっており、特に子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶たない状況です。児童虐待問題は、依然として社会全体で早急に解決すべき重要な課題となっています。

よく、しつけと虐待の区別がつかないと言われます。しかし、しつけは親の体罰について親側から見た正当化の理由であるのに対し、虐待は子どもの視点から見た不適切な養育状況であると言えます。

「もしや、あの子は虐待を受けているのでは・・・」と感じたときには、一人で悩まずに阿波市福祉事務所子育て支援課まで通告してください。緊急の場合には、休日・夜間を問わずお受けします。

【問い合わせ先】

児童虐待通告専用ダイヤル
☎（〇八八三）三六一六八二〇



●入所申込

平成十八年度に入所を希望される方、あるいは入所予定（※途中入所）のある方は、受付期間中に申込みをしてください。

現在入所している児童も、申込が必要です。

※途中入所（年度途中の入所について）

年度途中の入所は、定員に空きがあれば可能ですが、急な申込の場合受け入れできないことがありますので、必ず受付期間中に申込書を提出していただく。

（例えば…出産、育児休業明け等事前に予定のわかる方、就労予定のある方等）

●入所できる児童

満八カ月に達した児童で家庭での保育に欠ける児童（保育所により年齢制限があります）

●入所申込の受付期間、場所等

○受付期間 平成十七年十一月七日（月）から

○受付場所 平成十七年十一月二十五日（金）まで各保育所です。申込書は入所を希望する保育所に直接提出してください。

（入所申込書は、各保育所及び阿波市福祉事務所子育て支援課にあります）

○面接日 平成十七年十一月二十八日（月）及び二十九日（火）

（新しく入所する児童のみ入所希望の保育所において面接をします）

※詳しくは、下表の各保育所または子育て支援課へお問い合わせください。

阿波市立保育所入所申込問い合わせ先

名称	電話番号	定員	名称	電話番号	定員
一条保育所	(088) 696-2009	90人	八幡第一保育所	(0883) 36-2810	60人
吉野中央保育所	(088) 696-3046	45人	八幡第二保育所	(0883) 36-5296	60人
柿原保育所	(088) 696-2528	60人	伊沢保育所	(0883) 35-3866	120人
土成中央保育所	(088) 637-8881	110人	林保育所	(0883) 35-5047	120人
市場保育所	(0883) 36-3073	80人	久勝保育所	(0883) 35-5086	120人
大俣保育所	(0883) 36-2809	60人			
子育て支援課	(0883) 36-6813	所在地：阿波市上野段385番地1（市場支所2F） （旧市場町役場）			

故後藤田正晴元副総理
「お別れの会」のご案内

長年にわたる県勢発展に多大なご貢献を賜った故後藤田正晴元副総理の遺徳をしのび、多くの県民がともにお別れを申し上げるため、次のとおり「お別れの会」を執り行います。

なお、当日は交通混雑も予想されるため、公共交通機関をご利用ください。

●日時 11月13日(日) 午後2時～4時

●場所 アスティとくしま
(徳島市山城町東浜傍1)

●問い合わせ先
故後藤田正晴元副総理「お別れの会」
実行委員会事務局
☎(088) 621-2754

平成17年の
年末調整説明会について

《年末調整説明会日程》

日時	対象徴収義務者	開催場所
平成17年11月29日(火) 10:00～11:00	阿波市の 法人事業者	川島 合同庁舎 大会議室
平成17年11月29日(火) 14:00～15:30	阿波市の 個人事業者	

ご来場の際は、事前にお送りした関係用紙をお持ちください。

●説明会では年末調整関係用紙により説明しますので、ご来場の際には、事前にお送りした関係用紙をお忘れのないようお願いします。

【問い合わせ先】 川島税務署 ☎(0883) 25-2211

生涯学習課よりお知らせ

生涯学習講演会のお知らせ

- 日時 平成17年11月13日(日) 午後2:00～3:30(1:30開場)
- 場所 土成歴史館(阿波市土成支所前)
- 講師 落合 恵子さん
- 演題 「自分を生きる いきいきと今」

(受講料は無料 先着300名)

《プロフィール》 昭和20年栃木県生まれ。明治大学卒。詩とエッセイ、小説で活躍する社会派の作家。日本文藝大賞女流文学賞、日本ジャーナリスト協会奨励賞などを受賞。



落合 恵子さん

トーク&コンサート(フルート&オカリナ)

- 日時 平成17年12月18日(日) 午後2:00～3:30(1:30開場)
- 場所 土成歴史館(阿波市土成支所前)
- 講師 ESPERANZA(エスペランサ)
- 演題 「心に響く愛の音色」 難病をのりこえて

(受講料は無料 先着300名)

《プロフィール》 2001年7月、フジテレビ奇跡体験アンビリバーボーに、クローン病との再出発「愛という名の奇跡」が放映されたことをきっかけに、奥田良子(フルート・オカリナ)と夫である奥田勝彦(ベース)で結成。2004年からは全国で活躍を展開している。



ESPERANZA(エスペランサ)

中国語講座開講のご案内

阿波市では10月30日より、2つ目の中国語講座を開講しており、現在受講者を募集しています。初めての方、今までに習った経験がある方、どなたでも大歓迎です。

- 日時 毎週日曜日 午前9:30～10:30
- 場所 市場コミュニティセンター(市場支所南側) 大会議室
- 講師 郑 秀花(テイ シュウカ)さん
- 受講料 無料(ただし、教科書購入希望者は別途代金必要)
- 対象 どなたでも

また、わからないこと・聞きたいことがあれば、生涯学習課までお気軽にお問い合わせください。

※申込方法は電話でお願いします。

天然石でアクセサリーづくり

- 日時 11月25日(金) 午前9:30～11:30
- 場所 土成歴史館(阿波市土成支所前)
- 講師 酒井 敏美さん
- 受講料 無料(材料費実費 1,000円程度)
- 対象 一般成人 先着20名

【申し込み・問い合わせ先】 教育委員会 生涯学習課(阿波市西条字大西60番地1)
 ☎(088)696-3968 ☎(088)696-3113 (088-696-3277)

自衛官等募集案内

募集種目	資格	受付期間	試験期日	合格発表	入(校)隊	待遇・その他
2等 陸・海・空士	18歳以上27歳未満の者	年間を通じて行っておりますが、平成17年の募集については、12月3日まで	17年12月4日	試験時にお知らせします。	採用予定通知書でお知らせします。	陸上(技術系を除く。)は2年、陸上(技術系)・海上・航空は3年を1任期として任用(以降2年を1任期)
自衛隊生徒	中卒(見込含)17歳未満の男子	11月1日～18年1月10日	1次18年1月14日 2次18年1月27日～30日	1次18年1月23日 最終18年2月21日	18年4月上旬	修学年限4年 卒業時 3等陸・海・空曹

※尚、詳しいことは、自衛隊鳴島募集事務所[☎(0883)24-7008]まで、お早めにお問い合わせください。

こうして防ごう、
地球温暖化!!!



- 電気の使い方で減らそう!
- エアコンの温度は、冷房は28℃、暖房は20℃を目安にする
- テレビを見ないときは、スイッチを切る
- 冷蔵庫の開け閉めは少なくする
- 使っていない部屋の電灯は消す
- 携帯電話や携帯ゲームなどの充電が終わったら、コンセントからプラグを抜く
- テレビやパソコンなどを長時間使わないときは、主電源も切る
- 水道水の使い方で減らそう!
- 使うときは蛇口をこまめにしめる
- お風呂に使った水は洗濯に使う
- 米のとぎ汁を庭などの植物にも利用する
- 自動車の使い方で減らそう!
- わずかな距離の外出は、自動車を使わないようにする
- 出掛けるときは、徒歩や自転車、電車、バスで行けるか考えて利用する
- 車の運転時はアイドリングをなくすようにする
- 買い物とゴミで減らそう!
- 買い物をする時は、エコ製品を選んで買う
- 買ったものは、できるだけ最後まで使い切る
- レジで袋をもらわないですむように、買い物には袋を持っていく
- 使い捨てのものは、使わない
- 紙を大切に使う。一度使った紙の裏はメモや計算用紙などに使う

考えてみよう! 地球温暖化

●地球温暖化は何が問題?

最近では、昔に比べて一年を通して気温が高くなっています。こうした気温の変化は地球温暖化が原因であるといわれています。

地球温暖化が進むと、洪水や干ばつなど異常気象による災害が増えることや、熱帯地方の害虫被害やマラリアのような病気がこれまでより広がることなど、気候や自然・社会環境への影響が心配されています。

●国際的な取り組み

そこで、地球温暖化の要因となっている温室効果ガスを減らして、地球温暖化を食い止めるよう、「と世界の国々で交わした約束が、平成十七年二月に発効した「京都議定書」です。

この議定書では、温室効果ガス先進国全体で二〇〇八年と二〇一二年の五年間に一九九〇年と比べて、平均五・二%減らすことを義務としていて、日本は六%減らすことを約束しています。これはとても厳しい目標

で、企業だけが努力しても達成は困難です。

日本が約束を守るためには、わたしたち一人ひとりが毎日の生活で省エネルギー・省資源化に取り組みなくてはならない状況なのです。

●家庭でできる取り組み

わたしたちの普段の家庭生活でできる身近な地球温暖化対策もたくさんあります。毎日の生活を少し見直してみても、地球を守る行動を心掛けてみましょう。

【問い合わせ先】

阿波市環境衛生課
☎(0883)3517803

「ねんきんダイヤル」を開始しています。

年金に関する電話でのご相談については、これまで最寄りの社会保険事務所（電話番号はいままで通り変わりません）のほか、全国23か所の年金電話相談センターまたは社会保険業務センター中央年金相談室の電話番号に電話をおかけいただいておりますが、拠点ごとの電話番号を2つの全国共通電話番号に集約し、ネットワーク化により効率化を図る「ねんきんダイヤル」が始まりました。

全国どこからでも、次の番号におかけください。

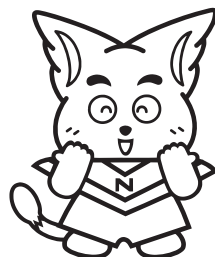
- 年金請求などの年金相談については、**0570-05-1165** (いろいろご)
- 年金をお受けになっている方の年金相談については、**0570-07-1165** (いろいろご)
- ★受付時間はAM8:30～PM5:00 (土・日・祝日を除く)

年金週間
キャッチフレーズ

明日のあなたを考えると…年金はあなたが主人公です。

いい ろうご
11月6日から11月12日は年金週間です

- 年金週間における年金相談の時間延長と休日開設も各社会保険事務所で行っています。
- 11月 6日(日) 午前9時30分から午後4時まで
- 11月 7日(月)～11日(金) 午前8時30分から午後7時まで
- 11月12日(土) 午前9時30分から午後4時まで



先進地研修会に参加して

『人の値うち』

江口 いと

何時いつかもんべをはいてバスに乗ったら

隣座席の人は私をおぼはんと呼んだ

戦時中よくはいたこの活動的なものを

どうやらこの人は年寄りの着物と思っているらしい

よそ行きの着物に羽織を着て汽車に乗ったら

人は私を奥さんと呼んだ

どうやら人の値うちは着物で決まるらしい

講演がある

何々大学の先生だと言えば内容が悪くとも

人々は耳をすませて聴き良かったと言っ

どうやら人の値うちは肩書きで決まるらしい

名もない人の講演には人々はそわそわして

帰りを急ぐ

どうやら人の値うちは学歴で決まるらしい

立派な家の娘さんが部落にお嫁に来る

でも生まれた子どもは

やっぱり部落の子だと言われる

どうやら人の値うちは生まれたところで決まるらしい

人々はいつの日このあやまちに気付くであろうか

れている、そんないとさんのお話を間近で聞くことができ、差別に立ち向かうパワーをもらってきました。

最後にいとさんは、「みんなの心の中に詩を残したい。」そう語られました。これからも多くの詩をわたしたちに届けて欲しいです。

冒頭のいとさんの詩は、学校の教科書にも載りました。この詩を読んで、同じように感じた方もいるのではないのでしょうか。家庭・職場でもこの詩について感想を話し合ってみてください。

十月六日、吉野川職

業安定所管内人権啓発

企業連絡会の先進地研

修会において、愛媛県

の江口いとさんにお会

いしました。いとさん

は、もうすぐ九十三歳

をむかえると聞いてい

ましたがお体の健康な

ことに驚きました。

近々、滋賀県・三重県

その次は、九州での講

演会に講師として招か

れているそうです。

いとさんのお話の内

容は、人の値打ち、戦

死されたご主人・ご兄

弟のこと、息子が受け

た就職差別のことなど、

非常に厳しい差別の現

実の内容でしたが、そ

の差別に負けずに今も

こうして元気に活躍さ

せている

男女共同参画社会とは？

本当に豊かな社会を実現するためには、育児や介護を家庭で女性だけが担いもっぱら男性は外で働いて税金や年金などの国民負担を支える等の固定的役割分担にとらわれず、男女にかかわらず多様なライフスタイルを選択できる社会構造が不可欠です。

しかし、我が国の現状をみると、法律・制度上では男女平等がほぼ達成されつつあるものの、女性の政策・方針決定への参画、職場における能力発揮は十分ではないほか、女性の家事・育児・介護における負担が重く、また、伝統的に男性の家事や育児への参加が「男らしくない」とされる風潮が残っている等さまざまな面での男女共同参画が諸外国と比較しても不十分であり「男性は仕事、女性は家庭と子育て」などの固定的な男女の役割分担意識は依然として根強く残っています。

私たち一人ひとりが、固定的な男女の役割分担意識を改め、男女が政治の場にも職場にも、家庭でも共に参画し、生き生きと充実した人生を送ることができる社会を実現しましょう。

平成17年度 男の料理教室 盛大に開催される

去る10月16日午前10時より、阿波市市場公民館において第1回阿波市男の料理教室が開催されました。管理栄養士2名の指導のもと普段厨房に入る者入らない者、市内に在住する男性20名による料理（トンカツ・味噌汁・野菜サラダ・ご飯）ができたのは料理開始から2時間後のお昼12時。日頃何気なく食べている妻の手料理に感謝をしつつ昼食をすませ、DV実態調査アンケートをした後、午後1時日程を終え家路につきました。



阿波市立図書館 11月のカレンダー

吉野笠井図書館 ☎(088) 696-4686
 土成図書館 ☎(088) 695-5385
 市場図書館 ☎(0883) 36-6455
 阿波図書館 ☎(0883) 35-5101

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				休館日 (市場・土成・吉野)		◎こども映画会 14:00～15:13 (阿波)
6	7	8	9	10	11	12
◎おはなしひろば 10:30～11:00 (土成) ◎お話し会・英語のお話し タイム 13:30～(市場)	休館日(全館)	振替休館日(阿波)				◎ちぎり絵教室 13:00～(市場) ◎平成17年度徳島県読書 振興大会 10:30～ (吉野川市アメニティセンター)
13	14	15	16	17	18	19
◎こども映画会 14:00～(市場)	休館日(全館)	◎歴史講座 13:30～(市場) ◎ブックスタート (3～4カ月検診対象児) (吉野保健センターひまわり)				◎こども映画会 14:00～15:21 (阿波)
20	21	22	23	24	25	26
◎古文書解読講座 10:00～(市場)	休館日(全館)	◎ブックスタート (3～4カ月検診対象児) (阿波保健センター)	休館日(全館)			◎おはなし会 15:00～15:30 (吉野笠井) ◎ちぎり絵教室 13:00～(市場) ◎ベルの会のおはなし会 14:00～14:30 (阿波)
27	28	29	30	◎各図書館よりお知らせ 雑誌のリサイクル市を行います。 保存期間のすぎた雑誌を無料で提供します。 ●期 間 11月2日(水)～11月10日(木)まで ●場 所 各図書館玄関ロビー ◎阿波図書館よりお知らせ ※水墨画教室(松葉会)作品展 ●期 間 11月1日(火)～11月13日(日) ※パッチワーク作品展 ●期 間 11月16日(水)～12月15日(木) ※劇団ジョイホナの影絵で遊ぼう ●期 間 11月6日(日) AM11:00～11:45		
	休館日(全館)		資料整理日 につき休館 (全館)			

10月27日(木)～11月9日(水)は、
2005(第59回)「読書週間」です。

今年の標語は「本を読んでも君が好き」

読書週間によせて、土成・阿波図書館では、読書感想文講演会に参加してくれた小学生の「読書感想文」を展示します。

- 土成図書館 10月25日(火)～11月20日(日)
- 阿波図書館 10月29日(土)～11月13日(日)

また、阿波図書館では、読書週間期間中に、図書を5冊借りた子どもたちにささやかなプレゼントをします。



阿波市文化協会文化祭

第1回阿波市文化協会文化祭を次の通り開催します。市民の皆様是非ご来場ください。お待ちしております。

市場地区	作品展覧会	11月3日～5日	市場公民館 総合福祉センター 武道館 ふれあいセンター
	芸能大会	11月3日	総合福祉センター
阿波地区	作品展覧会	11月3日～5日	農村環境改善センター 図書館
	芸能大会	11月3日	伊沢公民館
土成地区	作品展覧会	11月3日～5日	トレーニングセンター 歴史館 コミュニティセンター
	芸能大会	11月3日	コミュニティセンター
吉野地区	作品展覧会	11月3日～4日	町民スポーツセンター
	芸能大会	11月3日	地域福祉センター
阿波市全地域	囲碁将棋大会	11月5日	市場老人憩いの家 住民センター

【問い合わせ先】 阿波市教育委員会体育文化振興課 ☎(088) 696-3277

インフルエンザ予防接種について

インフルエンザが流行する季節が近づいてきました。インフルエンザの予防には、予防接種が効果的です。市では予防接種を下記のとおり実施しますので、希望される方は接種してください。



期 間 平成17年11月1日(火)から12月24日(土)まで
(祝日・日曜を除く)

対 象 者

- ①65歳以上の方。ただし、実施期間内に65歳になられる方も対象です。
- ②60～65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能に身の日常生活が極度に制限される程度の障害のある方。又、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある方。(身体障害者手帳の写しが医師の診断書が必要)

自己負担金 1人 500円(医療機関の窓口で支払ってください)
生活保護を受けている方は、無料です。
(窓口で申し出てください)

●下記の医療機関で接種できます。

医療機関名		電話番号	医療機関名		電話番号
旧阿波町 (0883)	大塚内科医院	35-6070	旧市場町 (0883)	赤池内科	36-6565
	笠井病院	35-2720		大久保内科医院	36-3020
	賛広診療所	35-2107		太田診療所	36-2076
	重清内科外科	35-6160		小笠原医院	36-2030
	西川内科クリニック	35-8080		近藤医院	36-2011
	林内科医院	35-6226		阿波病院	36-5151
	村上医院	35-6410			
森下医院	35-5656				
旧吉野町 (088)	大久保医院	696-2037	旧土成町 (088)	乾内科外科	695-5006
	中山医院	696-4662		大野病院	695-2112
	水谷クリニック	696-5507		金塚医院	695-5858
	吉川医院	696-2214		吉本医院	695-3078

- *問診票と説明書を、医療機関窓口においてあります。説明書をよく読まれた上で、問診票を記入してください。
- *ワクチン準備の都合がありますので、医療機関に予約受付をしてから受けてください。

1日(火)	阿波病院(内科のみ)
2日(水)	阿波病院(内科のみ)
3日(木)	阿波病院(内科のみ)
4日(金)	金塚内科
5日(土)	阿波病院(内科のみ)
6日(日)	阿波病院(内科のみ)
7日(月)	笠井病院
8日(火)	阿波病院(内科のみ)
9日(水)	阿波病院(内科のみ)
10日(木)	阿波病院(内科のみ)
11日(金)	小笠原医院
12日(土)	阿波病院(内科のみ)
13日(日)	林内科医院
14日(月)	賛広診療所
15日(火)	阿波病院(内科のみ)
16日(水)	阿波病院(内科のみ)
17日(木)	阿波病院(内科のみ)
18日(金)	大崎皮膚科
19日(土)	阿波病院(内科のみ)
20日(日)	阿波病院(内科のみ)
21日(月)	大久保医院[吉野]
22日(火)	阿波病院(内科のみ)
23日(水)	阿波病院(内科のみ)
24日(木)	阿波病院(内科のみ)
25日(金)	大久保内科医院[市場]
26日(土)	阿波病院(内科のみ)
27日(日)	水谷クリニック
28日(月)	大串医院(眼科)
29日(火)	阿波病院(内科のみ)
30日(水)	阿波病院(内科のみ)

当番医連絡先

医療機関名	電話番号
賛広診療所	0883-35-2107
笠井病院	0883-35-2720
林内科医院	0883-35-6226
大崎皮膚科医院	0883-35-6468
小笠原医院	0883-36-2030
大久保内科医院[市場]	0883-36-3020
阿波病院	0883-36-5151
大久保医院[吉野]	088-696-2037
水谷クリニック	088-696-5507
大串医院(眼科)	088-696-3133
金塚内科	088-695-5858

※変更になる場合があります。当番医あるいは、中央広域連合中消防署 ☎088-695-2149でご確認ください。



11月の健康だより

※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・乳児健診／相談

日	受付時間	事業名	会場
8日(火)	12:40～13:00	3歳児健診	土成H
9日(水)	13:30～14:00	乳幼児相談・育児教室 “わらべ歌であそぼう”	土成H
10日(木)	13:00～13:15	股関節脱臼検診・	市場C
〃	13:00～13:45	離乳食講習会	土成H
11日(金)	12:40～13:00	2歳児健診	吉野H
15日(火)	12:40～13:00	乳児健診	吉野H
22日(火)	12:40～13:00	乳児健診	阿波H
24日(木)	13:30～14:00	乳幼児相談・育児教室 “お散歩へいこう”	市場C
29日(火)	12:40～13:00	1歳6か月児健診	市場C

予防接種

日	受付時間	事業名	会場
30日(水)	13:00～13:30	BCG	吉野H

糖尿病予防教室

日	時間	事業名	会場
1日(火)	13:00～15:00	糖尿病予防教室	吉野H
7日(月)	13:00～15:00	糖尿病予防教室	市場公民館
8日(火)	13:00～15:00	糖尿病予防教室	阿波H
21日(月)	13:00～15:00	糖尿病予防教室	土成H

※健康相談は、お気軽に時間内においでください。
 ※各種教室は、定員が限られておりますので、事前にお問い合せください。

各種健康づくり教室

日	時間	事業名	会場
8日(火)	13:30～15:00	健康リズム体操	市場C
9日(水)	13:30～15:00	ストレッチ教室	吉野H
10日(木)	13:30～15:30	健康パワーアップ教室	土成H
〃	13:30～15:30	リフレッシュ講習	阿波H
17日(木)	13:30～15:00	いきいき遊びリレーション	土成H
22日(火)	10:00～15:00	デイケア	市場C
24日(木)	13:30～15:30	健康パワーアップ教室	土成H
29日(火)	13:30～15:00	健康リズム体操	阿波H

総合検診

日	受付時間	事業名	会場
14日(月)	9:00～14:00	基本・肝炎・胃がん・ 肺がん・大腸がん・ 婦人がん検診	吉野H
16日(水)	〃	〃	土成H
18日(金)	〃	〃	市場C
25日(金)	〃	〃	阿波H
28日(月)	〃	〃	阿波H

健康happy相談

日	受付時間	事業名	会場
2日(水)	13:30～15:00	健康相談	阿波H
9日(水)	10:00～11:30	〃	吉野H
11日(金)	13:30～15:00	〃	市場C
22日(火)	13:30～15:00	〃	土成H



はじめようウォーキング!

「健康のためにウォーキングをしましょう!目標は1日1万歩。」よく耳にしませんか?でもなぜ1日1万歩なのでしょう。それは、身体活動と相対危険度の関係にあります。1週間で2,000kcal(1日300kcal)以上のエネルギー消費に相当する身体活動を行っている人では、2,000kcal未満の人と比較して死亡の危険度が28%も低いことが分かっています。

1週間2,000kcal、1日にすれば約300kcal。1日1万歩のウォーキングはこの300kcalを消費するのに適度な運動になります。毎日の積み重ねが健康につながって行くのです。

1万歩は1分間に110～120歩の速度で歩いた場合、
時間にして1時間半前後、距離にして約6～7kmです。

体を動かすにはよい季節です。最初の1歩を明日から、いえ今日からはじめてみませんか。



* 徳島県記録更新

徳島県小学生陸上選手権大会が十月二日(日)に行われ、山下唯さん(阿波ジュニア陸上クラブ)が一、〇〇mを記録三分一七秒一八で県の記録を見事更新しました。山下さんは、「緊張とプレッシャーの中、レースが始まり、途中八〇〇mで、暑さと疲れからか、少しペースダウンしましたが、そんな時、監督・コーチ・チームメイトの応援が聞こえてきました。みんなの応援が私の心の支えとなり、最後の力を振りしぼり走ることができました。ゴールした瞬間、審判の人から「県記録やな」と聞き、本当に嬉しかったです。この記録は、私の力だけでなくいつも一緒に練習をしてくれる監督・コーチ・チームメイトの応援があったからこそ達成できたと思います。これからもまだまだ上を目指し、私の挑戦は続いていきます。」とさらなる意欲をみせてくれました。



* 健康ふれあいウォーキング



十月九日(日)阿波市役所をスタートし、土柱そよ風広場を折り返し、市役所へゴールする健康ウォーキングを開催した。参加者一三〇名は、軽快な足取りで往復約八kmの道のりを完歩した。

飼い主のモラルを高めよう 犬のふんは飼い主が きちんと始末してください

近年のペットブームにより、各家庭で犬や猫を飼われている方が多くいらっしゃると思います。それとともに、犬のふんの苦情も増加しております。犬のふんの始末は、飼い主のモラル(倫理)の問題です。犬の散歩等をするときには、ふんの始末をする道具をいつも携帯し、きちんと始末してください。



広報クイズ

正解者5名に、図書券が当たるよ!

問題：阿波市合併記念コンサート、東京交響楽団演奏会は①?月?日、またNHKのど自慢公開生放送は②?時?分から。①②?の数字は?

ヒント：正解は、本紙のどこかにあるよ! 本紙をよーく見てね。

応募方法：はがきにクイズの答とあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また、広報へのご意見・ご感想をお書きいただきご応募ください。正解者の中から、抽選で5名の方に図書券が当たります。

応募先：〒771-1792 徳島県阿波市東原173番地 阿波市役所広報クイズ係 宛

締め切り：11月17日(休)必着

※当選者の発表は、翌月の広報阿波に掲載いたします。多数の方のご応募、お待ちしております。

10月号のクイズの正解は①3万円②2分の1でした。正解者の中から抽選で、高橋ユリ子さん(西条)・宮田厚子さん(土成)・河野泰代さん(南分)・割石小夜子さん(高垣)・湊健二さん(西条) 5名の方が当選されました。おめでとうございます。

編集室

朝夕めっきり涼しくなり、秋気いよいよ深くなってきました。ついこの間まで、取材に出る日はタオルを一枚余分に持って出るほど汗が流れていました。これからは、マフラーが一枚プラスされるかな!

季節の移り変わりは、周りの景色も変化させます。特に山々の紅葉はその代表でしょう。大自らのアートを思わせるほど、雄大な景色。この雄大さに心癒されます。みなさんは、どう感じられますでしょうか?

編集室は、みなさんからのご意見・ご感想お待ちしております。