



広報

阿波

2012

8

No.87

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



CONTENTS

特集「吉野川勝命箇所の堤防工事が始まります」	1~2
職員募集	4
ガンバレ! あわキッズ!	5~6
シリーズ「庁舎」	8
うちのお医者さん	9~10
暮らしのお知らせ	11~21
フォトニュース	22~24
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

※今月の折り込みは
「平成24年度 国民健康保険日帰り人間ドック申込書」
「あわスポーツクラブ主催『健康づくり教室』」

炎天下の古紙・古着回収作業

吉野中学校

ボランティアクラブ

洪水被害のない河川整備に向けて

吉野川勝命箇所 堤防工事が始まります

吉野川下流域で唯一「堤防未整備（無堤）」だった阿波町谷島地区及び伊沢市地区の築堤工事が、本年度より国土交通省直轄事業として実施されることになりました。

「勝命箇所」は、平成16年10月に襲来した台風23号や、昨年9月の台風15号の豪雨などにより、家屋や農作物などに甚大な被害を受けた地域です。そのため、旧町の時より国への整備要望を重ねており、合併後においても強く要望活動を行ってきました。この度、国において念願の事業採択が行われ、事業着手の運びとなりました。

成に努めてまいりますので、関係者のご協力をお願いします。

築堤工事の概要を
お知らせします。

堤防整備の目標

堤防の工事は、吉野川水系河川整備計画に基づき進められます。同計画では、戦後最大流量を記録し、大きな被害を発生させた平成16年10月の台風23号と同規模の洪水に対し、吉野川のはん濫による浸水被害を防止することを目標としています。

平成16年台風23号による被害

谷島地区では、台風23号による吉野川のはん濫によって、床上2戸、床下6戸の家屋浸水被害が発生しました。

堤防を整備したときの効果

谷島地区の堤防が完成すれば、平成16年台風23号と同規模の洪水が発生したとしても、吉野川のはん濫による浸水被害は発生しなくなります。また、堤防下には築堤工事と併せ市道の機能回復と共に、市道が無かつた区間についても国からの占用により、幅員約4mの舗装道路の整備を行い、地域の連絡道や耕作等の利便性を図る予定としています。

堤防の大きさ

谷島地区で計画している堤防の長さは約1000m、幅は一番高い部分で7mになります。土を締め固めて盛り上げ、完成したときの高さは今の地盤から約5m高くなり、平成16年台風23号の洪水時の水位に比べて約3m高くなります。

堤防イメージ図



堤防が完成する時期

国の予算状況などにも左右されますが、数年内に工事が完了できるよう進めます。

地元の皆さまへお願い

該当者のみではありませんが、

用地境界確定への立ち会い、用地の買収についてご協力をお願いすることになります。また、工事実施についても、みなさまのご理解が不可欠となりますので、ご協力をお願いいたします。

念願の築堤工事

いのうえ ふみひろ

井上 文宏 さん（阿波町谷島北 73歳）

国土交通省四国整備局に要望書を提出して8年。平成18年から吉野川の河川整備計画の説明会に毎回出席して、南谷島地区の現状を詳しく説明し、関係機関への陳情を機会あるごとに行ってきました。国、県、市の関係機関や地元の皆様の協力をいただき、念願の築堤工事にたどり着くことができ、大変喜んでます。



築堤は長年の夢

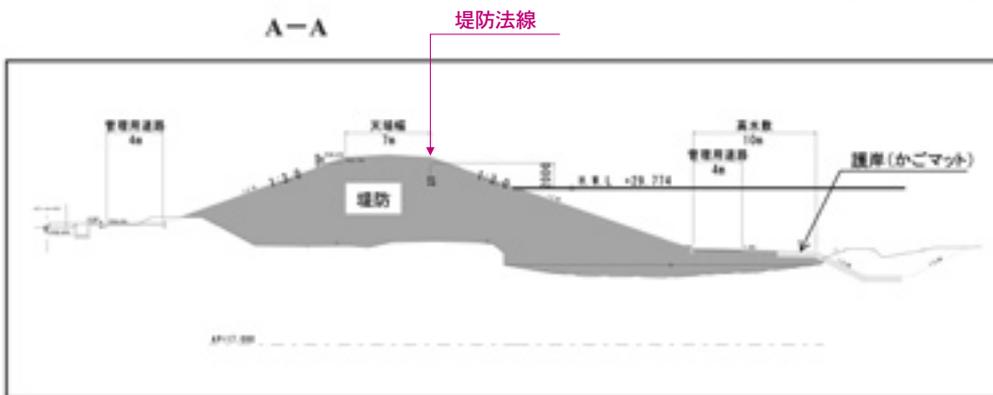
そがべ たいしん

曾我部 大晋 さん（阿波町谷島 68歳）

今回の築堤場所は、通称明王院前と言われる所で、対岸まで約2,000mあり、吉野川では一番広い遊水地域であります。それ故、洪水になると幾度となく、田畑はむろんのこと家屋まで浸水し、住民は高台にある明王院に避難を余儀なくされてきたことが度々ありました。築堤は住民の長年の夢でしたが、今正夢になろうとしています。



堤防構造形式（標準断面図）



堤防計画に関する問い合わせ先

・国土交通省四国地方整備局
徳島河川国道事務所工務第一課
TEL 088(654)9161
・建設課(阿波)
TEL 0883(35)4115

善入寺島(剣先)の

災害復旧事業を しています

昨年7月に襲来した台風6号及び9月の12号・15号の影響により、善入寺島西端の剣先では、護岸崩壊や農地の流出など甚大な災害が発生しました。

これを早期に復旧するため、次の工事を実施しています。

工事中は、付近の皆様にご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

工事名

平成24年度 市場
箇所災害復旧外工事

工事期間

平成24年5月23日
から
平成25年2月28日

工事内容

工事延長約200m
根固ブロック据付・
カゴマット敷設など

【問い合わせ先】

国土交通省四国地方整備局徳島河川
国道事務所吉野川
上板出張所
TEL 088(694)
21031



工事施工状況(平成24年5月)



台風の被害状況(平成23年9月22日撮影)

「お年頃」の 二人を撮影



かむら まさゆき
加村 政之さん
(吉野町柿原)



石井町商工会が開催した「第21回藤祭り写真コンクール」で、吉野町の加村政之さんが第1席である「石井町長賞」を受賞しました。写真の題は「お年頃」。加村さんは、二人が仲の良い姉妹に見えたので、この題名に決めました。藤棚の下モデルと、石井町のマスコット「ふじっこちゃん」を、広角レンズを使用し、背景いっぱいには藤棚が入るよう、寝転がって撮影しました。審査会では、「石井町らしさが明るく表現されている、素晴らしい作品」と高く評価されました。受賞写真は6月～7月、石井駅など、石井町内各所で展示されました。また、来年の藤祭りポスターにも使用される予定です。

おめでとーございます 瑞宝単光章



統計調査功労
元各種統計調査員

おおつか ただし
大塚 唯士さん(83歳)
(市場町大野島)

春の叙勲で、市場町大野島の大家唯士さんが統計調査功労で瑞宝単光章を受賞しました。大塚さんは、15月30日に皇居へ参内し、天皇陛下に拝謁いたしました。僅か3メートルの近くで、お言葉を拝聴し、感激一入なるものがありました。これもひとえに、住民皆様のご協力の賜です。この荣誉に恥じないよう、ご恩返しをいたしたいと存じますので、なにとぞ、相変わらぬご交誼をお願いいたします」と話されています。

地域の安心・安全を願って



「市場地区地域の安全を守る会(楠和夫会長、会員13名)」が、四国防犯協会連絡協議会長と四国管区警察局長から防犯功労団体として表彰されました。5月31日、高松市で表彰式が行われ、6月13日、阿波警察署を表彰訪問しました。同会は平成6年発足以来、地域の犯罪防止や安全活動に力を注いできました。特に独居高齢者に対する訪問や防犯啓発活動は、発足当時から続き、住民の防犯意識高揚に大きく貢献しています。楠会長は「熱心な会員のお陰で、今まで続けることができ感謝しています。これからも地域のために頑張ります」と話されました。

立ち直りを支えるために ～第62回 社会を明るくする運動～



7月は「社会を明るくする運動」の強化月間です。犯罪や非行の取り締まりを強化することも必要ですが、立ち直ろうと決心した人を社会で受け入れていくことや、犯罪や非行を生み出さない家庭や地域づくりをすることもとても大切なことです。7月2日、阿波市保護司会と更正保護女性会が市役所を訪問し、「社会を明るくする運動」の法務大臣メッセージを市長に伝達しました。保護司や更生保護女性会の方々は、犯罪や非行をなくすための啓発活動や、罪を犯した人たちの就労支援などに力を入れています。

「広報阿波」では叙勲や大臣賞、知事賞などを受けられた方を掲載させていただいていますが、全ての受章(賞)者を把握できません。受章(賞)者がおられましたら、推薦者(団体)などは秘書人事課(阿波)までご連絡ください。

【連絡先】 秘書人事課(阿波) 広報担当 TEL 0883(35)7870

阿波市職員採用試験のお知らせ

阿波市では、来春(平成25年4月)採用予定の職員採用試験を次のとおり行います。

《試験日》第1次試験：平成24年9月16日(日)

第2次試験：平成24年10月下旬～11月中旬頃に試験種目により2日に分けて実施予定

《受付期間》平成24年8月1日(水)～8月17日(金)

《試験会場》第1次試験：阿波中学校 第2次試験：阿波市役所

1. 試験区分・採用予定人員及び受験資格

試験区分	採用予定人員	職務内容	受験資格
上級行政	11名程度	一般行政事務	昭和56年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方
初級行政	2名程度	一般行政事務	平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方
上級土木	1名程度	土木技術業務	昭和56年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方
上級建築	1名程度	建築技術業務	昭和52年4月2日以降に生まれた方で、一級建築士の資格を有する方
保育士・幼稚園教諭	4名程度	保育業務・幼稚園教育	昭和52年4月2日以降に生まれた方で、保育士資格及び幼稚園教諭免許の両方を有する方または平成25年3月31日までに保育士資格及び幼稚園教諭免許の両方を取得する見込みの方
保健師	1名程度	保健師業務	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、保健師免許を有する方または平成25年6月30日までに当該免許を取得する見込みの方

2. 試験の方法

第1次試験

・教養

公務員として必要な一般知識及び知能について択一式による筆記試験

上級行政、上級土木、上級建築―大卒程度の教養試験

保育士・幼稚園教諭、保健師―短大卒程度の教養試験

初級行政―高卒程度の教養試験

・専門

上級行政―大卒程度の行政専門試験

初級行政―事務適性検査

上級土木―大卒程度の土木専門試験

上級建築―大卒程度の建築専門試験

保育士・幼稚園教諭―

保育士・幼稚園教諭専門試験

保健師―保健師専門試験

第2次試験

第1次試験合格者に対して論文試験、適性検査、面接、身体検査

3. 合格者の発表

第1次試験合格者の発表は、受験番号を10月上旬に阿波市掲示場に掲示及び阿波市ホームページに掲載するほか本人に通知します。

4. 受験手続

試験案内と受験申込書用紙は、秘書人事課(阿波)、または各支所地域課で配布します。

郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験受験申込書請求」と朱書き、

あて先明記の1200円切手を貼った返信用封筒(A4判)を必ず同封してください。

阿波市ホームページからダウンロードもできます。また、インターネットによる申込みも可能です。

詳しいことは、試験案内に記載しています。

申し込み・問い合わせ先 秘書人事課(阿波)

〒771-1792 阿波市阿波町東原173番地 TEL0883(35)7870

徳島県から職員募集のお知らせ

徳島県では、次の採用試験等を実施します。郵便またはインターネットによりお申し込みください(持参不可)。

●徳島県職員採用試験、市町村立小・中学校職員採用試験

・受付期間

8月9日(木)～27日(月)

・試験区分

総合土木・学校栄養・診察放射線技師・臨床検査技師・一般事務・学校事務・警察事務

●警察官B(男性)

・受付期間

8月9日(木)～30日(木)

●警察官B(女性)採用試験

・受付期間

8月9日(木)～27日(月)

●身体障害者を対象とした徳島県職員等採用選考者査

・受付期間

8月9日(木)～27日(月)

・試験区分

一般事務・学校事務

受付期間経過後の申し込みは一切受け付けいたしませんので、ご注意ください。

【問い合わせ先】

徳島県人事委員会

TEL088(621)3212

歯の衛生週間県コンクール

ガンバレ!
あわキッズ!

6月4日～10日の「歯の衛生週間」にあわせ、徳島県歯科医師会などが開催した「歯・口の健康に関する図画・ポスター・啓発標語コンクール」で、阿波市の子どもたちが優秀な成績を収めました。ポスターの部で最優秀賞を受賞した阿波中学校2年生の林春奈さんは「イラストを描くのが好きです。今回の作品では、手の動きや、光と影の表現に工夫をしました。家族が、「すごい、おめでとう」と喜んでくれました」と、受賞の感想を話してくれました。

ポスターの部最優秀賞



阿波中学校2年生
はやし はるな
林 春奈さん

ポスターの部銅賞



阿波中学校3年生
なかの ゆりえ
中野友莉恵さん



阿波中学校3年生
ながまつ ゆか
長松 裕香さん

図画の部銀賞



林小学校2年生
さかまき りょうた
酒巻 亮太君

ポスターの部銀賞



阿波中学校3年生
ばんどう みお
坂東 滯さん



阿波中学校3年生
まえだ えみりさん

暑さの中、猛練習



阿波中男子柔道部



阿波市柔道教室

6月17日に広島市東区スポーツセンターで開催された「第18回マルちゃん杯中国・四国柔道大会」で、阿波中男子柔道部が準優勝、阿波市柔道教室が第3位になりました。この試合への参加は、中学男子82チーム徳島5チーム、小学生82チーム徳島6チームもあり、阿波市の子どもたちは見事な活躍をしました。選手たちは、9月17日に東京武道館で開催される全国大会への出場が決定し、猛暑の中、熱心に練習を続けています。

第1回 「家族のきずな」エッセイ

『見直そう家庭の力、深めよう家族の絆』より ⑦

「はなれていても家族」という言葉は、テレビドラマでいっていました。そのとおりだと思いました。

私のお父さんは今、高知でたんしんふにんをして、はなれてくついています。そして、金曜日に戻ってきます。私は一週間の中でその日が一番楽しみです。その次の日の土曜日は、お父さんと出かけてご飯を食べるのがとても楽しいです。日曜日になるとお父さんは行ってしまいます。そんなときには私はすこっさびしくなります。

でも、そうやって仕事をがんばっているお父さんが私は大好きです。おもしろい話をしてくれたり、おこつてくれるお父さんが大好きです。きっとはなれていても家族という言葉には、住んでいる所はちがっても心と心とはつながっているということが家族ということなんだと思いました。

お父さん、いつも私たちのために仕事をがんばってくれてありがとう。一人ぐらしは大変だろうけど、毎日の食事は栄養バランスに気をつけて元気でいてね。高知から徳島までは遠くて、運転はつかれると思うけど安全運転で帰ってきてね。今度帰ってくる日を楽しみに待っています。

「はなれていても家族」

大俣小学校6年生 赤松 優奈



大俣小学校6年生
あかまつ ゆうな
赤松 優奈さん

このコーナーでは、平成23年に開催された「第1回家族のきずな」エッセイに入賞した阿波市の子どもたちの作文を紹介しています。

全国大会へ 初挑戦



6月10日に阿南武道場で開催された「第9回全国小学生学年別柔道大会」で、鳴井佳乃さん(伊沢小5年生)が「5年女子40kg超級」で優勝しました。この優勝で、鹿児島市の鹿児島アリーナで

8月26日に開催される全国大会出場への権利が与えられました。鳴井さんは「初めての全国大会出場ですが、緊張せず、日頃の練習の成果を発揮できるように頑張ります」と話しました。

全国・四国大会へ出場



写真左から
 おおたにい き 大谷威揮君
 もり よしひこ 森 喜彦君
 おおいししょうご 大石翔梧君
 せのおかなた 妹尾哉汰君
 のぐちなおき 野口直樹君
 まつむらゆうさく 松村有朔君



写真左から
 そのきれ な 園木麗奈さん
 いんどうめいな 印藤明那さん
 やまな さやか 山名沙也加さん
 えないな ほ 絵内菜穂さん
 いろでんまお 飯領田舞桜さん

2012年度ソフトテニス徳島県小学生選手権大会で、市場ジュニアソフトテニスクラブと阿波ジュニアソフトテニスクラブが島根県で8月2日から開催される全国大会出場権を獲得しました。また、香川県で開

催される四国大会にも出場します。6月27日、大会出場を前に阿波市を表彰訪問したメンバーは、「試合と友達づくりの両方を頑張ってください」という市長からのエールに、元氣よく応えました。

HAYASHIファンタジア ベスト4入り



ばんどうあゆむ 坂東歩夢君(伊沢小5年) にしおかりょうま 西岡龍馬君(林小6年) まえだかずき 前田和輝君(林小6年)
 やまぐちりく 山口里玖君(林小6年) おだこうき 小田滉己君(林小6年) もりわかすみ 森脇克実君(林小6年)
 はやしけいと 林 恵斗君(伊沢小6年) きたむらいたが 北村大我君(種野小5年) なかたぞら 仲田蒼良君(林小6年)
 さとうゆうき さとうゆうき 佐藤優樹君(林小6年) さかまきしゅんや 酒巻俊矢君(林小6年) やまもとりょうが 山本涼雅君(林小6年)

5月12日～16日にかけて、「第36回全日本少年サッカー大会」で徳島市球技場で開催された「HAYASHIファンタジア」がベスト4入りを果たしました。あとひとつ勝てば決勝戦の大舞台というところで、優勝した大松FCに0-1の僅差で敗れましたが、ベストを尽くして試合に臨みました。昨年、先輩たちが遺した輝かしい実績は、メンバーにとって大きな目標となり、選手たちは練習に力を入れています。

阿波市の子どもたち、大健闘



土成レインボースポーツ少年団Aチーム



土成レインボースポーツ少年団Bチーム

6月10日から24日まで土成緑の丘スポーツ公園で開催された「徳島県少年野球連合会」第18回西部大会で、土成レインボースポーツ少年団Aチームが準優勝、Bチームは優勝しました。キャプテンの宮村郁杜君は試合を振り返り、「チーム一丸となり、決勝戦まで粘り強く戦うことができました。応援してくださった皆さん、ありがとうございました」と感想を話してくれました。

緑綬褒章の うちわです



市場町ボランティア協会の施設訪問「こすもす部会」は発足以来22年間、阿北特別養護老人ホームへ毎週訪問し、入居者の話し相手を続けている活動などが讃えられ、春の緑綬褒章を受章しました。

同会はこのことを記念し、うちわを1000本製作し、うち100本を7月8日、入居者などに贈りました。

鮮やかな緑色のうちわには、市場町ボランティア協会のマークと、コスモスのイラストが描かれています。

加藤ハルコ部長からうちわを贈られた井内スミエさん(101歳)は「おめでたいうちわをいただいて、とてもうれしい」と話されました。

教育委員会委員



おおどいよしお
大戸井美生氏
(吉野町西条)

教育委員会委員は6名で構成されています。市の教育にかかる組織および運営を、管理決定します。

公平委員会委員



なりたに ようこ
成谷 洋子氏
(土成町土成)

公平委員会委員は3名で構成されています。市職員の給与や勤務条件に関する審査事務、不利益処分の不服審査事務を行います。

第2回阿波市議会定例会で市議会の同意を得て、阿波市公平委員会委員に成谷洋子氏が、阿波市教育委員会委員に大戸井美生氏がそれぞれ選任されました。

公平委員会委員・ 教育委員会委員を 紹介します

8月のベビー&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)

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 (12:00～14:00は除きます)	土成子育て支援センター	TEL088(695)5681
毎週月曜日・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	
1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 家族100円	阿波健康福祉センター パーパナの里	TEL0883(35)6033
6日(月)	子育てサロンぱんだ	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
15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
18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
20日(月)	子育てサロンぱんだ	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
22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

機能の整理

- 議会部門**
議場、委員会室
- 執行部門**
市長室、副市長室、
政策監室、応接室
- 窓口・執務部門**
執務室、会議室

ゾーニングとは、関連する機能や用途をまとめ、それぞれの位置関係を定める作業のことです。具体的には、庁舎棟では大きく分けると**議会部門**、**執行部門**、**窓口・執務部門**などが挙げられます。これらの機能を十分に整理し、適正な配置を行うことが、利便性の向上につながるかと考えています。

今月のテーマ

ゾーニング計画 「わかりやすい空間づくり」



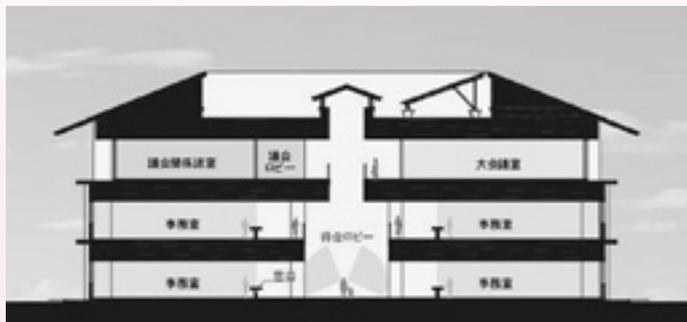
図：ゾーニング計画図

わかりやすいフロア構成

庁舎棟は1、2階を市民・行政ゾーンとし、窓口・執務部門と執行部門を配置し、特に市民の皆様の利用頻度が高い窓口をアクセシブルな1階に配置します。3階は議会ゾーンとし、議場、委員会室などを配置します。

わかりやすい空間構成

庁舎棟の中央部を3層の大きな吹抜空間とすることで、1、2階の窓口執務部門を視覚的に繋げ、開放的な待合ロビーとします。また、吹抜空間は自然採光や自然通風を活かした心地よい環境を作り出します。



図：吹抜のイメージ図

阿波市ケーブルネットワーク (ACN) 施設の指定管理者を募集します!



阿波市では、ACN施設の効果的、効率的な管理運営と住民サービスの向上を目指し、平成25年4月1日から施設を管理運営する指定管理者を募集します。応募される法人などは、募集要項などをよくお読みいただき、必要書類を期限までに提出してください。

詳しくは、阿波市ホームページ
(<http://www.city.awa.lg.jp/>)
でお知らせします。

【問い合わせ先】

総務課(土成)

TEL 088(0616)20001

E-mail: jyoho@city.awa.lg.jp

うちの お医者さん

39 「うちのお医者さん」

おおつか あきひろ
大塚内科 阿波町南整理 大塚 明廣 先生



還暦を過ぎる年になると、体の働きが悪くなる部分が増えてきます。なかでも視力障害は早く発生することが多く、老眼や白内障、緑内障などが発生してきます。その他、運動機能や心肺機能も低下をして、身体を動かすことが億劫になり、動かさないでいると、ますます体のあらゆる機能が落ちてきます。

体の機能回復を目的として、一年前から、60歳前後の人たちに声をかけて、還暦野球チームを結成しました。始めた当初は4、5名でしたが、しだいに参加する人たちが増加し、現在25名ほどの部員(女性の3名)になり、週2回の練習と、週



1回、紅白試合ができるようになりまし。70歳以上の人も2名参加していますが、始めた頃はキャッチボールをしても、10メートルくらいしか投げるのができま。3カ月後ぐらには、30メートルくらい投げられるようになり、その他の人たちも、始めた頃に比べると、2倍以上の距離を投げられるようになりました。また、走ったり、ボールをキャッチしたりする技術も格段に進歩し、見違えるほど身体能力が良くなりました。

ほとんどの部員が、長い間スポーツをしていなくて、高年齢になってから野球を始めたいです。まずラジオ体操第一をし、各関節を回す運動をし、全身のストレッチ体操を行っています。最近はその後、百メートル走を2本(自分の走るスピードで無理なく)、準備運動に30分ほど割いています。準備運動をしっかりしているため、体の故障を訴える人はほとんどなく、たまに遅れて準備運動をとばして、後で手足の痛みを生じる部員がいます。

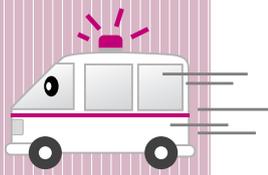
週1回は土、日曜日のいずれかに紅白試合をしています。紅白試合でも試合となると皆真剣で勝ち負けを気にするため、昔の若い頃のように生き生きと燃えて野球をしています。

対外試合は、まだチームを結成して間もなく、徳島市内のシニアチームとしました。後で解ったことですが、相手は全国大会で優勝したことがあるとのことで、コールド負けの結果に終わりました。その後も少年野球チームと2度ほど試合をしましたが、見事に負けました。

それでも、最近のチーム状態を見ると、以前とは大変、技術も良くなり、運動能力も上がり、次回の対外試合では良い結果が出るのではないかと考えています。

チーム名はAKB48をもじってAKB60(阿波還暦へースポールクラブ)としています。身体機能回復を希望される方は是非入部していただき、残りの人生を楽しく有意義に過ごしたいだけだと思っています。

町のお医者さんは、診察し、薬を処方するだけでなく、運動の処方することも必要と考えています。



平成24年度

入札参加資格の追加受付

建設工事、測量・建設コンサルタント、物品の平成24年度入札参加資格申請の追加受付を次のとおり行います。入札参加を希望される業者は申請書を提出してください。

◆受付期間

平成24年8月15日(水)～

8月31日(金)：平日のみ

(午前9時から正午/午後1時から5時)

◆有効期間

◎市内業者

平成24年10月1日

～平成25年5月31日

◎市外業者

平成24年10月1日

～平成25年5月31日

◆提出方法

市内業者は持参。市外業者は持参または郵送(期間内必着)。

◆提出場所

〒771-1792

徳島県阿波市阿波町東原173

阿波市役所 総務部 企画課 契約・

検査担当

(阿波農村環境改善センター内)

◆申請様式

阿波市ホームページ

(<http://www.city.awa.lg.jp>)

↓「入札・契約情報」

↓「入札参加資格」

からダウンロードしてください。

申請書類は、必ずA4紙ファイル

1冊に綴じて1部提出してください。

【問い合わせ先】阿波市役所 総務部 企画課(阿波) 契約・検査担当 TEL0883(35)3939



お元気ですか？阿波病院です。

～頸動脈エコー検査(首の血管)を受けてみませんか？～



波病院スタッフによる動脈瘤エコー検査の体験レポートをご紹介します。



10月までは、阿波病院スタッフによる動脈瘤エコー検査の体験レポートをご紹介します。

検査時間も約15分前後と短く、入院などの必要もありません。外来診療で簡単に検査できます。

特に糖尿病、高脂血症、高血圧などの疾患を持っている人に検査をお勧めしています。5〜10%の方に動脈硬化が認められるためです。

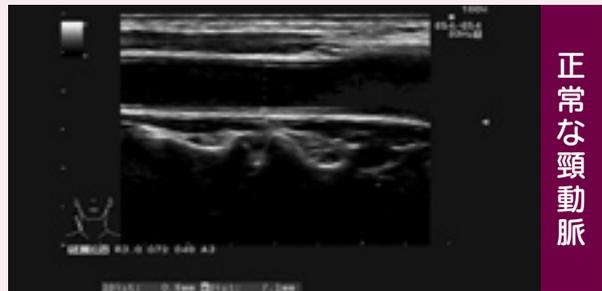
早期に発見し治療すれば、脳梗塞、心筋梗塞、狭心症などの疾患を予防することも可能です。一度頸動脈検査を受けてみませんか？

食生活の欧米化や高齢化に伴って、脳梗塞、心筋梗塞、狭心症など動脈硬化症に起因する疾患が増えています。阿波病院では、患者さんに頸動脈エコー検査を勧めています。

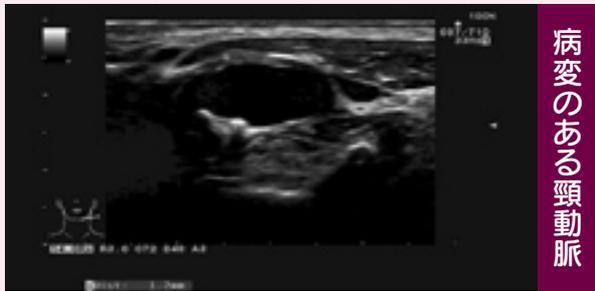
頸動脈は動脈硬化の好発部位であり、頸動脈エコー検査で動脈硬化を評価することにより、全身の動脈硬化の指標となります。



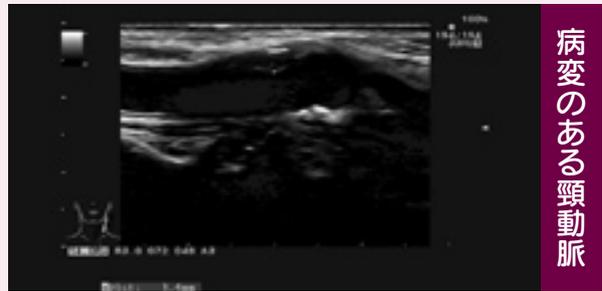
正常な頸動脈



正常な頸動脈



病変のある頸動脈



病変のある頸動脈

阿波市ホームヘルパー養成研修会

2級課程
受講生募集のお知らせ

阿波市社会福祉協議会では、在宅介護の技術の習得に努めることを目的とし、次のとおり研修会を実施します。

なお、この研修会は徳島県介護員養成研修事業者指定要項に基づき行われ、修了者には訪問介護員養成研修2級課程の修了証を交付します。

日時 9月4日～12月22日

火、木曜日……夜 間指定する日
土、日曜日……昼 間指定する日

時間数 130時間

(講義58時間、演習42時間、実習30時間)

募集期間 7月23日～8月20日

定員 45名(先着順)

場所

講義・演習

阿波市市場町興崎字北分60番地

市場総合福祉センター 2F 大会議室

介護実習

阿北特別養護老人ホーム及び

阿波市社会福祉協議会の各支所

受講料

阿波市内にお住まいの方 50,000円

阿波市外にお住まいの方 70,000円

※その他(テキスト代 6,700円)

共催 阿北特別養護老人ホーム

お問い合わせ、申込みは

阿波市社会福祉協議会

市場本所 市場町興崎字北分60

TEL 0883(3)5511

土成支所 土成町吉田字寺ノ下1-1

TEL 088(6)95(4)8002

吉野支所 吉野町西条字大西100-2

TEL 088(6)96(2)3886

阿波支所 阿波町久原36-12

TEL 0883(3)55(0)0033

日帰り人間ドック募集のお知らせ

阿波市国民健康保険では、被保険者の健康に関する意識の高揚や生活習慣病の予防を図り、健康を維持するため、特定健康診査を含めた「日帰り人間ドック」を実施します。

【対象者】

①～③の全ての基準にあてはまる方が対象になります。

- ① 今年度40歳から74歳になる方(後期高齢者医療該当者は除きます)
- ② 申請からさかのぼり1年以上阿波市国民健康保険被保険者である方
- ③ 国民健康保険税を完納している方

※ただし、医療機関及び集団検診で**特定健診がん検診(胃・肺・大腸など)**や、**節目人間ドック**を受診した方、または受診する予定の方は、重複になるためお申し込みをご遠慮ください。

【検査機関及び検査内容】

検査項目一覧

【特定健診】

問診・身体計測・肝機能検査・腎臓検査
血糖検査・脂質代謝検査・尿検査
〈追加項目〉
心電図・眼底検査・血液検査(貧血検査等)

【がん検診】

大腸がん検査(便検査)
肺がん検査(X線検査)
胃がん検査(バリウム)

※胃力メラはありません。また、医師の判断により検査できない場合があります。

【ドックでの項目】

腹部臓器検査(超音波検査)・リウマチ検査
膵臓検査・血清蛋白・腫瘍マーカー
相談・指導・診察

実施機関：徳島県農村健康管理センター
(阿波病院西側)

個人負担金：19,000円

日程

10人	11/14(水)	募集人数	受診日
40人	11/22(木)	20人	9/26(水)
40人	12/19(水)	40人	9/27(木)
30人	1/16(水)	20人	10/10(水)

検査項目一覧

【特定健診】

問診・身体計測・肝機能検査・腎臓検査・血糖検査
脂質代謝検査・尿検査
〈追加項目〉
心電図・血液検査(貧血検査など)

【がん検診】

大腸がん検査(便検査)・肺がん検査(X線検査)
胃がん検査(バリウムまたは胃力メラ)

※医師の判断により検査できない場合があります。

【ドックでの項目】

相談・指導・診察

実施機関：(財)とくしま未来健康づくり機構
(徳島大学病院東側)

個人負担金：7,290円

日程：9月下旬～12月下旬

募集人数：50人

受診決定後、受診者からとくしま未来健康づくり機構に電話をしていただき、上記期間内で受診日を決定します。

【申込方法】

申込用紙に必要事項をご記入のうえ、申込場所に提出してください。

受診する検査機関によって**検査項目の内容や自己負担額**、**申込用紙の記入部分に違いがあります**ので、お申込みの際はご注意ください。また、受付は先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。

【申込場所】 国保医療課(阿波)または各支所地域課

【申込期間】 平成24年8月1日(水)～8月24日(金)

【問い合わせ先】 国保医療課(阿波) TEL 0893(2)578005

ご存知ですか？

ロコモティブ シンドローム

ロコモティブシンドロームは略してロコモと呼ばれており、日本語では、運動器機能低下症候群といえます。骨や関節、筋肉などの身体を動かす機能が衰え、全身の状態が悪くなり、要介護状態や寝たきりになる危険性が高い状態をいいます。現在、寝たきりの原因として認知症や脳卒中と同様に注目されています。

● 主な要因として・・・

- 運動器自体の病気
 - ↓「変形膝関節症」「骨粗しょう症」「脊柱管狭窄症」など
- 加齢による運動器機能不全
 - ↓「バランス能力の低下」「筋力の低下」などがあります。



★ロコモエック してまじょう！

- ① 片足立ちで靴下がはけない。
- ② 家の中でつまずいたり滑ったりする。
- ③ 横断歩道を青信号で渡りきれない。
- ④ 階段を上がるのに手すりが必要。
- ⑤ 15分くらい続けて歩けない。
- ⑥ 2 kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難（「リットル牛乳パック2本分」）。
- ⑦ 家のやや重い仕事が困難（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）。

思い当たることは
ありませんか？

1つでも当てはまれば、ロコモである可能性があります。今日から生活を見直し、ロコモを始めましょう。

★ロコモを予防する ポイント！

- ① 姿勢を良くしましょう。
猫背のように姿勢が悪いと背骨が歪み、腰痛などの原因になります。
- ② 無理せず、こまめに運動をしましょう。
ラジオ体操、ウォーキング、卓球などが効果的です。
痛みが出たときは中断しましょう。
- ③ 骨を丈夫にする食物を積極的に摂りましょう。
カルシウム（骨の材料になる）
…牛乳、乳製品など
ビタミンD
（カルシウムの吸収を高める）
…魚全般、きのこ類など
ビタミンK（骨の質を高める）
…ほうれん草、ニラ、納豆など

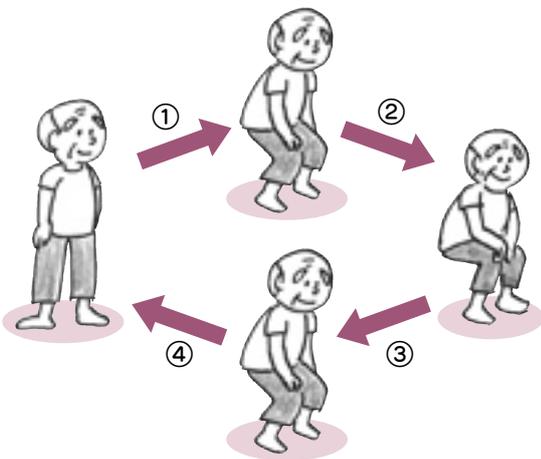


★ロコモで 健康長寿に！

（ロコモーション）スクワットで健康長寿に！

- スクワット（1セット5～6回）
スクワットと聞くときついトレーニングのように思いますが、椅子に座ったり立ち上がったたりする動作もスクワットと同じ動きです。
- 1. 肩幅に足を広げて立ってください。
- 2. 椅子に腰かけるようにお尻をゆっくりにおろし、ゆっくり腰をあげます。

安全のため、椅子やソファの前でおこなってください。
膝の曲がりは90度を超えないようにします。
支えが必要な方は、机に手をつけておこなってください。
スクワットができない方は、椅子に腰かけ、机に手をつけて腰を浮かす動作を繰り返します。



活力ある

阿波市農業振興事業

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」を実施しています。

この度追加募集を行います。詳細については、広報阿波6月号をご覧ください。農業振興課(阿波)までお問い合わせください。

また、申請を希望する場合は、平成24年9月28日(金)までに事前にご相談のうえ、ご提出ください。

平成23年度に実施した事業を紹介します

加工品等開発推進事業



阿波山田錦米焼酎 土柱の里

厳選された酒造好適米の阿波山田錦を白麹と清酒用吟醸酵母で仕込み、低温で丁寧に発酵させた後、減圧蒸留し熟成させています。米ならではの華やかな香りとすっきりとした味わいは吟醸酒感覚の米焼酎です。

※購入商品についてお問い合わせ先
阿波市阿波町南整理53番地4
JA阿波町産直市「土柱の里」
TEL088833(35)75002

【問い合わせ先】農業振興課(阿波) 〒771-1792 阿波市阿波町東原173番地 TEL0883(35)4113

会員を募っています! 入会し交流を深めませんか?

阿波市には、次のような障がい者団体があり、福祉情報の提供や会員相互の交流を図りながら、障がいのある人が地域であたりまえに暮らせる社会の実現をめざして、いろいろな活動を行っています。

阿波市身体障害者会

(4町各地区 身体障害者会で構成)

■会 員

阿波市内の身体に障がいのある人、またはその家族及びその活動に賛同する人

■主な活動内容

- 障がい者相談事業
- 障がい者研修会の開催、全国及び中・四国身障者福祉大会への参加
- 各種スポーツ大会、スポーツ講習会、健康セミナーの開催
- ボランティア活動

【問い合わせ先】阿波市社会福祉協議会 土成支所
TEL0888(6995)48002

阿波市手をつなぐ育成会

■会 員

阿波市内の知的障がいのある人とその家族、及びその活動に賛同する人

■主な活動

- 「おしゃべり&相談会」の開催
- 毎月第2水曜日 午前10時～正午 場所/土成保健センター
- 福祉情報の提供及び研修会の開催
- 関係機関との連携及び市民への啓発
- 本人の社会参加・余暇活動支援
- 心身障害児(者)在宅介護等支援事業の推進

【問い合わせ先】

阿波市社会福祉協議会 土成支所
TEL0888(6995)48002
FAX0888(6995)48006



どれくらい安くなるの? ジェネリック医薬品による自己負担額軽減のお知らせを発送します



徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り換えた場合、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を本年9月に送付します。対象者は本年5月に医療機関で新薬を処方され、その新薬をジェネリック医薬品に切り換えた場合に自己負担額が大きく軽減される方です。

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に同じ有効成分を使って作られ、新薬と同等の効果・効能を厚生労働省から承認されている医薬品です。

なお、すべての医薬品にジェネリック医薬品があるとは限りませんので、試してみたいとお考えの方は医師や薬剤師にご相談ください。

問い合わせ先

徳島県後期高齢者医療
広域連合事務局事業課
TEL0888(6995)30006

児童扶養手当からのお知らせです

児童扶養手当 受給中の方へ

〔児童扶養手当とは〕

父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない児童を監護・養育している方に支給されるものです。

〔現況届〕

現在、児童扶養手当を受給されている方または受給資格のある方は、毎年8月1日から31日までの間に、現況届を提出することとされています。

これは、受給中の方の支給要件状況を確認するためのもので、この届け出を提出しなければ、引き続き受給資格があっても8月分以降の手当は支給されません。

該当される方は、期限内に子育て支援課(市場)で手続きを済ませてください。

〔期間〕

受付日／8月13日(月)～17日(金)

午前8時30分～午後5時15分

夜間受付日／8月17日(金)

午後5時15分～午後9時

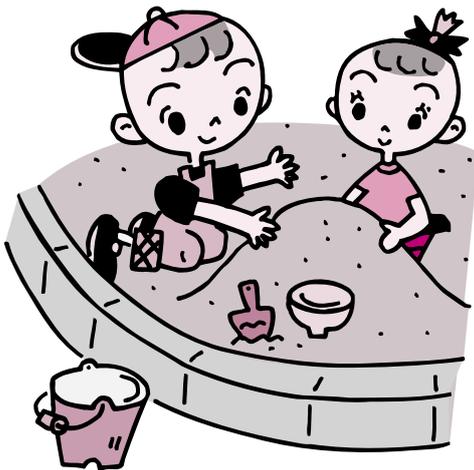
〔提出場所〕

子育て支援課(市場支所2階)

〔注意〕

★現況届を提出しないまま支払期到来後2年を経過した場合は、時効により受給資格を喪失します。

★支給要件状況等の事実を偽り、不正な手段により手当を受けた場合は、3年以下の懲役または罰金に処せられます。
★支給要件状況などに変更があり、その届け出が遅くなり、手当の過払いがあった場合は、返納金が発生し必ず返していただくこととなります。



特別児童扶養手当 受給中の方へ

〔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に、その父もしくは母または養育者に対し支給される手当です。

〔所得状況届〕

特別児童扶養手当の受給者は所得状況届を毎年8月11日から9月10日までの間に提出することになります。該当される方には案内をしますので、子育て支援課(市場)へ届け出てください。

手続きがお済みでない場合は、8月以降の手当を受給できなくなる可能性があります。ご注意ください。

〔期間〕

受付日／8月13日(月)～17日(金)

午前8時30分～午後5時15分

〔提出場所〕

子育て支援課(市場支所2階)

【問い合わせ先】 子育て支援課(市場) TEL 0883(36)6813

命のリレープロジェクト スタート

「命」を教える 「命」を伝える
「命」はつながっていることを学ぶ
命のリレープロジェクト

幼い子どもたちに「命の大切さ」を知ってほしい。ゲームなら、リセットできるけれど、命は、失ったら二度と帰ってこない。そんな思いで、阿波市人権擁護委員の皆さんが始めた「命のリレープロジェクト」は、大きな成果を上げていきます。

子どもたちは、野菜や植物を育てることで命のつながりを感じ、野菜を外皮まででいいいに料理して、おいしく食べることで、感謝する心を育んできました。

このひらにのせてもらった、小さな一粒の種。レタスやナス、コマモス、お米たち。小さな手が、輝く瞳が、その生長を見つめます。いちごはランナーを延ばして増え、サツマイモは親芋から苗ができるという「命の不思議」さも、体験します。

広報阿波は、この活動を追いかけ、子どもたちの様子をお知らせしていきます。



柿原幼稚園 イモ苗植え



伊沢・久勝幼稚園 なすの種まきと定植



一条幼稚園 レタスの定植

市場幼稚園 コスモスの種まき

☆☆華やかなダンスタイム☆☆

サマーダンス交流会 in 阿波市2012

8月26日(日)
12:00~16:00



オーケストラ ♪レイキング♪
12名による迫力の生演奏!!

【問い合わせ先】
スワンダンスサークル 芝田
TEL 0900(5276)1007

参加費
優待券 1,500円
当日 2,000円

場所
阿波市農村環境改善センター
(阿波市役所隣 駐車場有)

☆正装競技選手16組による共演や、一緒に踊ろうタイムもあります☆
☆スワンドンダンスサークル演技発表☆
☆お菓子、飲み物の準備をします☆

☆女性の方は、靴に必ずヒールカバーをおつけください☆
☆見学の方、ダンスに興味はあるけど「見るだけ」の方、初心者の方大歓迎!

第1回 阿波市納涼祭

8月18日(土)

市場中学校グラウンド

14:00~20:30 (雨天決行)

- ☆熱気球体験搭乗
(当日整理券配布・1回1000円)
- ☆ステージイベント
(ファイアーパフォーマンス・ヒルストーン・オヤジバンド)
- ☆阿波踊り
- ☆アマチュアバンド
- ☆ビンゴゲーム
- ☆地震体験車による体験コーナー
- ☆屋台村
(天候など、やむをえない事情で内容が変更される場合がございます)



空中散歩はいかが？

熱気球に乗って、空にふわり♪
夏の一番の思い出になること確実!?



阿波市観光協会
マスコットキャラクタ
の着ぐるみもやつてきます。
阿波市の夏を、一緒に
楽しみましょう☆

主催 阿波市商工会青年部

楽しみながら健康に

グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフは、年齢や性別、経験に関係なく、誰でも簡単にできるスポーツです。市内各地の練習場では、毎日たくさんの方がプレーを楽しんでいます。



阿波町の伊沢グラウンドゴルフクラブは、大久保谷川横の五味知練習場で、毎日朝7時30分から9時頃まで練習し、月に一度の定例会や、市内外の大会に出場しています。会長の三宅一夫さんは「現在の会員は32名、年齢は56〜89歳です。グラウンドゴルフの良いところは、楽しくプレーしながら、毎日約3500歩も歩けることです。また、地域への貢献として、花植えや掃除もしています。興味のある方は、ぜひ遊びに来てください」と話します。

あなたもグラウンドゴルフを楽しんでみませんか？

各地区連絡先

- | | | |
|------|--------|--------------------|
| 阿波地区 | 本多福太さん | TEL0888(3)51510002 |
| 市場地区 | 坂東直道さん | TEL0888(3)640008 |
| 土成地区 | 正森 茂さん | TEL0888(5)33394 |
| 吉野地区 | 小川芳朗さん | TEL0888(5)3191 |

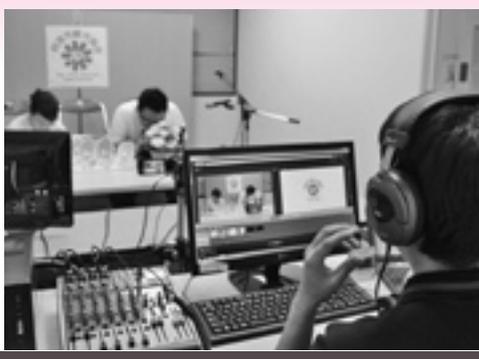


お楽しみ会のお知らせ

阿波市観光協会です

「阿波ユーストリームde9」
番組出演者大募集!

毎月第2金曜日
午後9時～



8月10日「たらいうどん」/9月14日「四国霊場の阿波市内4カ寺」

インターネット上で配信されるユーストリーム(動画共有サービス)を利用して、リアルタイムに阿波市情報を発信し始めました。そこで、阿波市の〇〇をこよなく愛する人たちが熱いトークを繰り広げる「アフタートーク」のコーナー出演者を大募集します!

☆いよいよお披露目☆

8月18日(土)に行われる「第1回阿波市納涼祭」に、阿波市観光協会マスコットキャラクターが、着ぐるみとなって登場します。会いに来てね♪

阿波市観光協会
ホームページ

↓

左下にあるバナーをクリック

阿波ストリームde9

また、イベントやキャンペーン情報を番組でPRしてみませんか? 情報提供も大歓迎。

8月10日(金)午後9時「阿波ストリーム」にチェックイン! ツイッターなどを利用して、番組にどんどん参加してください♪

番組URL
<http://www.ustream.tv/channel/awast9>

【問い合わせ先】

- 阿波市観光協会 (阿波市農村環境改善センター1階 阿波市役所北隣) TEL0883(35)4211
- 観光協会 <http://www.awa-kankou.jp> ・観光協会のtwitter http://twitter.com/awa_kan
- 観光協会のFacebook <http://www.facebook.com/awakankou>

カップリングパーティ開催

新しい出会いを
あなたに

9月29日(土)

「結婚」にあこがれているけど、「出会い」がない・・・
「恋愛」って、いいかも?

そんなあなたに、新しい出会いの場を提供します。
土成工業団地企業連絡協議会は「新しい出会いのきっかけづくり」として、カップリングパーティを開催。お気軽に、お友達や同僚を誘って参加してください。

- 日時 9月29日(土) 午後6時30分～午後10時
 - 場所 アンジェリーナー 吉野川市鴨島町知恵島1-7-78-7 TEL0883(26)1177
 - 会費 3,000円 (軽食・ドリンク代)
 - 申込締切 9月7日(金)
- 【申し込み・問い合わせ先】
土成工業団地企業連絡協議会 実行委員会
TEL0883(69)5111
商工観光課(阿波)
TEL0883(35)7875



夏本番！ ウォーターパークで 遊ぼう！



子どもから大人まで安全に楽しめる吉野ウォーターパークの一番人気は、なんといつでも「ウォータースライダー」。吉野ウォーターパークは、スリル満点のこのウォータースライダーが設置されている県内でも珍しいプールです。

利用期間・時間

8月31日まで
午前9時～正午
午後1時から4時
(1日2回の入れ替え制
8月19日は機械点検のため
午後後の部から営業)

利用料金

一般(15歳以上) 500円
学生(小・中学生) 250円
児童(就学前児童) 100円
児童付き添い保護者 200円



問い合わせ先

平日 0888(696)3969
土日祝日 0888(696)2485

いよいよ徳島へ

NHK にっぽん縦断 こころ旅

「ずっと残したい、ふるさとの風景」など募集中。



NHK-BSプレミアムで放送されている「にっぽん縦断 こころ旅」は、俳優の火野正平さんが自転車旅をしながら「こころの風景」を訪ねる番組です。

2012「秋の旅」は和歌山県からスタートして徳島県・高知県・愛媛県・香川県・岡山県・広島県・山口県・大分県・宮崎県・鹿児島県をまわり、ゴールの沖縄県へと向かいます。

いよいよ徳島県も舞台となります。「ずっと残したい、ふるさとの風景」「人生を変えた忘れられない場所」「誰かにそっと教えたい、こころの風景」などを、エピソードを添えてご紹介ください。火野さんが、あなたの思い出の場所を訪問するかもしれません。

【応募方法】

番組ホームページの投稿フォーム、郵便またはFAXで送付してください。

【応募内容】

住所、氏名、電話番号、性別、年齢、思い出の場所、場所につづるエピソード

【応募期限】

9月7日(金)必着

【送付先】

ホームページ……<http://www.nhk.or.jp/kokorotabi/>
郵送……〒150-8001 NHK「にっぽん旅」係
FAX 03(6465)1321

【問い合わせ先】

NHKふれあいセンター
TEL 0570(066)066(ナビダイヤル)
TEL 050(3780)5000

2012「秋の旅」徳島県内回りの放送予定

10月1日(月)～10月7日(日)

NHK-BSプレミアム (月～金) 7:45～8:00
(土・日) 11:00～11:59

8月は食品衛生月間です!

夏期は気温も湿度も高くなり、食品が傷みやすく、毎年、全国的に食中毒事故が多発する季節です。家庭でも食品の取扱いには十分注意する必要があります。

食中毒予防の3原則「食中毒菌をつけない、増やさない、殺菌する」を実践し、食中毒菌やウイルスからからだを守りましょう。

(1) つけない

- 調理の前には石けんで必ず手を洗いましょう。
- 包丁・まな板は、肉用・魚用・野菜用に分けて使いましょう。
- 魚や肉を切った包丁・まな板は、必ず洗浄・消毒してから使用しましょう。

(2) 増やさない

- 冷蔵庫内は10℃以下、冷凍庫内はマイナス15℃以下に維持することが目安です。
- 冷凍された食品の解凍は、冷蔵庫内や電子レンジで行い、室温で自然解凍しないでください。
- 生ものや冷凍食品を購入するときは、最後に買い、帰宅後はすぐに冷蔵庫に入れます。

(3) 殺菌する

- 食品はしっかりと中心部まで加熱しましょう。
- 野菜など生で食べる物は、流水で十分に洗いましょう。
- 使用後の包丁・まな板・タワシなどは熱湯消毒し、よく乾燥させてください。

牛レバーを生食するのはやめましょう

(「レバー刺し」など)

生食用牛肝臓の販売・提供が平成24年7月1日から禁止されています。これは、牛肝臓を安全に生で食べるための有効な予防対策が見いだされておらず、牛肝臓を生で食べるとO157などの腸管出血性大腸菌による重い食中毒の発生が懸念されるからです。

腸管出血性大腸菌は、75℃で1分間以上加熱すれば死滅します。

生で食べず、加熱して食べるようにしてください。



【問い合わせ先】吉野川保健所 生活衛生担当 TEL0883(36)9016

●「広報阿波」では、市民の皆さまの身近なニュースを募集しています。お気軽に担当者までご連絡ください。

●誌面のスペースなどでお寄せいただいた原稿を全て掲載することができない場合があります。ご理解くださいますようお願いいたします。

●広報配布については、不備のないようにいたしますが、万一広報が届かなかったときには、お手数ですが左記までご連絡ください(毎月1日配布を原則としています。都合により配布日が変わることがあります。5日を過ぎても未配布の場合ご連絡ください)。

徳島新聞一条御所販売店	TEL 0888(696)4815
徳島新聞土成販売店	TEL 0888(695)3118
徳島新聞市場販売店	TEL 0883(36)2151
徳島新聞阿波販売店	TEL 0883(35)2828
徳島新聞阿波西販売店	TEL 0883(35)6106
秘書人事課(阿波)	TEL 0883(35)7870

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。

●8月の行政相談日

- 1日(水)阿波健康福祉センター 時間は全て午後1時30分～4時です。
- 13日(月)市場総合福祉センター 相談は無料で、秘密は固く守られます。
- 20日(月)土成保健センター
- 27日(月)吉野地域福祉センター

【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 0888(695)4902

阿波市以外のお知らせ

放送大学で学んでみませんか？

放送大学では平成24年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。放送大学はテレビやラジオの放送や、インターネットを通して学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は8月31日までです。資料を無料で差し上げています。お気軽にご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けています。

【問い合わせ先】

放送大学徳島学習センター
TEL 088(602)0151

知っていますか？ 建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき設立された「退職金制度」です。

- 加入できる事業主 建設業を営む方
- 対象となる労働者 建設業の現場で働く人
- 掛金 日額310円
- 特徴

・ 国の制度なので安全、確実、簡単
・ 退職金は企業間を通算して計算
・ 国が掛金の一部を負担、掛け金は損益扱い
・ 経営事項審査で加点
・ ホームページに制度説明などが記載されています。

建退共

でアクセスしてください。

【問い合わせ先】

建設業退職金共済事業徳島支部
TEL 088(602)3113

「確かな未来」が会社を変える。

中退共 で退職金。

「中退共」は中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ① 国の制度だから安全・安心!
さらに掛金の一部を国が助成します。
- ② 社外積立でラクラク管理!
管理や運用の手間がかかりません。
- ③ 掛金は全額非課税でオトク!
節税に加え、手数料もかかりません。

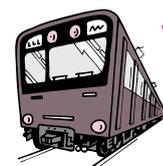
詳しくはホームページをご覧ください
中退共 検索

<http://chutaiyo.tokushima.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

バスや鉄道に親しもう！

交通エコライフ キャンペーン開催



- 日時 8月26日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 徳島こども交通公園 (徳島市南内町1丁目4)
- 内容

☆ ボンネットバス体験乗車
☆ アンパンマンバスで撮影会
☆ バスの車体にお絵かき体験
☆ その他クイズやライブ、ヒーローショーなど色々あります！

【問い合わせ先】

県交通戦略課
TEL 088(621)2686

訓練生を募集します

西部テクノスクール

徳島県立西部テクノスクールでは、10月入校の訓練生を募集します。

- 科目・定員・期間 設備施工科 15名 6カ月
- 対象 離転職者などで公共職業安定所から受講あっせんを受けた方
- 申込期間 8月1日(水)～9月3日(月)

【問い合わせ先】

徳島県立西部テクノスクール
TEL 0883(62)3067

徳島ヴォルティス・徳島インディゴソックスの試合情報



試合日	曜日	公式戦カード	開催スタジアム
8月5日	日	対 大分トリニータ	ポカリスエットスタジアム
8月22日	水	対 湘南ベルマーレ	ポカリスエットスタジアム



8月9日	木	対 愛媛	JAバンク徳島
8月11日	土	対 ソフトバンク	JAバンク徳島
8月12日	日	対 ソフトバンク	JAバンク徳島
8月15日	水	対 愛媛	JAバンク徳島
8月17日	金	対 高知	JAバンク徳島
8月26日	日	対 高知	三好
8月30日	木	対 香川	オロナミンC

試合日	曜日	公式戦カード	開催球場
8月3日	金	対 高知	オロナミンC
8月4日	土	対 愛媛	アグリあなん

8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	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・2012阿波踊り生中継 ・阿波市中学校総合体育大会 ・マンスリーニュース(7月)	30お花大好き! シネマ☆クロス	30ACN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 阿波踊り体操(認知予防編) 30 文字放送		
9	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!		
10	00 番組詳細案内(1分)		
10	01ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・2012阿波踊り(再放送) ・阿波市中学校総合体育大会 ・マンスリーニュース(7月)	01お花大好き! シネマ☆クロス	01ACN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		
午後	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	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・2012阿波踊り(再放送) ・阿波市中学校総合体育大会 ・マンスリーニュース(7月)	00お花大好き! シネマ☆クロス	00ACN週刊ニュース ★阿波市アグリ レポート他 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) 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 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)		
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 文字放送		
7	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・2012阿波踊り生中継 ・阿波市中学校総合体育大会 ・マンスリーニュース(7月)	30お花大好き! シネマ☆クロス	30ACN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)		
9	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・2012阿波踊り生中継 ・阿波市中学校総合体育大会	30お花大好き! シネマ☆クロス	30ACN週刊ニュース ★阿波市アグリ レポート他 街の話題を放送!
10	00 文字放送		
11	00 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)にてお知らせします。
なお、ACN各事務所、市役所本庁、各支所、図書館、公民館に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。
【問い合わせ先】ACN ☎088(695)5350

まゆみ先生の カラダに優しい健康クッキング教室

～食生活を楽しく改善!～

受講生募集!!

阿波市民の健康づくりを考える上で「糖尿病対策」は最も重要な健康課題のひとつとなっています。そこで今回は、健康な料理づくりで病気の予防を目的とした料理教室を3回にわたり開催します。各会場ごとに20名募集!! 皆様のご参加をお待ちしています。

- 事務局に電話またはFAXで申し込んでください。
- 申し込みには必ず、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
8月1日(水)午前8時30分～31日(金)午後5時15分まで
- 申し込み受け付けは先着順とし、定員になり次第締め切ります。尚、今年度【まゆみ先生のヘルシークッキング教室】に受講されている方は受講されていない方を優先させていただきます。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)
TEL 088(696)3968/FAX 088(696)3277

名称	まゆみ先生のカラダに優しい健康クッキング教室
日程	9月27日 10月25日 11月29日 毎月第4木曜日 10:00～12:00
場所	●9月 土成保健センター ●10月 市場公民館内(市場勤労者青少年ホーム) ●11月 阿波保健センター
講師	武田 真由美
対象	阿波市内に住所を有する一般成人
定員	各20名
受講料	無料(ただし、材料費は自己負担500円/1回)

カラダに優しい! 簡単でちゃんとおいしい! 家族もみんなで楽しめるおうちごはん。ごはん・おかず・汁もの、ちゃんと食べて500キロカロリー以下! 家族にも人気のメニューを、少しの工夫でぐーんとカロリーダウンします。

第1弾	9月27日 土成保健センター
	〈中華お献立〉 ・揚げずに作るなんちゃって酢豚 ・青菜のなめたけあえ ・にらとコーンの中華スープ ・しらたきのヘルシーごはん
第2弾	10月25日 市場公民館内(市場勤労者青少年ホーム)
	〈和食のお献立〉 ・アイデア豚カツ ・キャベツとアミエビの煮びたし ・即席すまし汁 ・しらたきのヘルシーごはん
第3弾	11月29日 阿波保健センター
	〈洋食のお献立〉 ・レンジdeヘルシーミートローフ ・えのきの梅和え ・野菜のスープ ・しらたきのヘルシーごはん

暮らしのお知らせ

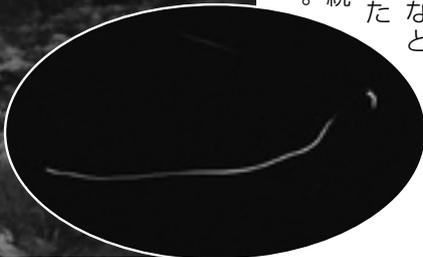
フォトニュース



初めてのホタル祭り開催

阿波町の大久保谷川沿いで6月17日夜、「第1回ホタル祭り」が開かれ、約150人が見物に訪れました。ホタルは、川原や見物客の近くを幻想的に飛び交い、光の舞いを見せました。

この祭りは、大久保谷川ホタル保存会が「地元の隠れた名所を多くの人に知らせたい」と開催。会員は川の清掃や、ホタルのエサであるカワニナの放流など、環境保全のための活動を続けています。



スポーツを楽しみました

この大会は、スポーツやレクリエーションを通じて、障がいをもたれている方の体力の増強や親睦を目的に、毎年開催されています。参加者は「フライングディスク」や「輪投げ」、「さいころじゃんけん」などの競技に熱心に取り組み、年に一度の大会を楽しみました。



6月9日、土成農業者トレーニン
グセンター
で「阿波市障がい者スポーツ大会」が行われ、160人が参加しました。

アメリカの高校生と国際交流



6月28日～7月1日、アメリカ・ニュージャージー州からやってきた高校生3人が、阿波市でホームステイをしました。受け入れた井内秀樹さん(市場町大保)は「日本の福祉の現場を見てほしい」と、自身の経営する老人施設に招待。3人は施設利用者と一緒に体操や、阿波踊りを楽しみました。

中には英語で話しかけるお年寄りもいて、キャサリン・ウルマンさんは「日本にとっても興味があります。来られてハッピー」と笑顔を見せました。

デートDVについて意見交換



6月16日、阿波市人権擁護地区委員会が10代の若者と交流を深めようと、土成保健センターで「ティーンズ料理教室」を開きました。

人権擁護委員4人と12～18歳の男女14人の参加者は、豚の冷しゃぶやナスのコンソメ焼きなどを調理した後、全員で料理を味わいながら、恋人間の暴力「デートDV(ドメスティック・バイオレンス)」などについて意見交換しました。

篠原えり子会長は「人権侵害や悩み事があったら何でも相談してください」と呼び掛けました。



夢をのせて、大空へ

6月17日、市場小学校の児童260人と市場幼稚園の園児60人が、夢や人権標語を付けた風船を飛ばす「バルーンメッセージ」を行いました。

「つなぐきずなは思いやり」と書かれた風船は、落下した後土になる工口風船です。市の花であるコスモスの種を貼り付けた短冊がつけられ、一斉に大空へ放たれました。2年生の桑原ひまりさんは短冊に、「ケーキヤさんになって、みんなに喜んでほしい」という夢を書きました。

地域の交通安全に貢献したい



6月7日、阿波自動車学校の教官10名が、地域の交通安全に貢献したいという目的で開催された「自転車安全教育指導員育成講習会」を受講しました。

自転車通行の危険をシミュレーターで体験し、発進時の安全確認や交差点の通過方法などの法規走法を学びました。

受講者は「車輜」である自転車に、ルールやマナーを守って安全に乗ってもらいたいと願っています」と話しました。

とっても甘いメロンです



土成町土成のメロン栽培農家 大塚文夫さんが6月25日、アムスメロン50個を阿波老人ホーム御所園他、土成町内の老人施設にプレゼントしました。大塚さんはキットサンボカシを使って、環境にも人にも優しく、糖度も高いメロンを栽培しています。メロンを味わったケアハウス御利用者の川人芳子さんは「みずみずしくて、甘くておいしい」と喜んでいました。

ジャガイモの茎にイモとトマト?



珍しいジャガイモをご紹介します。土成町吉田の二宮治夫さんが育てたジャガイモの茎に、ジャガイモが実りました。地中にできるはずのイモが、葉の間に実っています。二宮さんは「何らかの理由で養分が地下のイモにいかずに、茎に逆流したためらしいです」と驚いていました。

また、阿波町南川原の中岡明美さんが育てたジャガイモに、トマトのような実がなりました。ジャガイモには花が咲いたあと、まれにこのような実がなることがあります。この実は微量の毒を含んでいるので、残念ながら食べることはできません。



車いすのプレゼント



阿波高校生が指定介護老人福祉施設よしの園へ、アルミ缶を回収して購入した車いすをプレゼントしました。この活動で阿波高生が車いすを贈るのは2回目です。

生徒を代表して中谷啓人君と石川優果さん、前林和泉さんが大戸井施設長へ車いすを贈呈。中谷君は「高校生でも地域のために何かできるはず、という思いで活動を続けています」と話しました。

七夕さまにお願い



7月6日、林小学校1・2年生76人と「岩津駐在所」地域の安全を守る会（佐光照会長）「会員7名が、願い事を書いた短冊を約7mの竹3本に吊し、学校近くの県道沿いに飾りました。

1年生の谷口海人君は「頭が良くなりますように」と書きました。うまく吊せました」と笑顔を見せました。

児童らは、上級生の書いた短冊も吊し、「願い事がかないますように」と声を合わせました。

イチゴの蒸しパンを作ったよ



6月6日、大俣幼稚園児33人が、イチゴの蒸しパンを作って味わいました。

これは、阿波市人権擁護委員会が行っている「命のリレープロジェクト」の一環で、子どもたちに命の大切さを教えている事業です。

園児たちは同会のメンバーがコンポートにしたイチゴをつぶさないよう、そつとパン種に入れました。

武田唯花ちゃんは「イチゴを入れたのが楽しかったです。おいしい」と喜んでいました。

ナデシコを植えました



6月15日、西林長寿クラブ（佐吉昭会長）の会員17人が、西谷花壇へナデシコの苗約70本を植えました。この花壇は、県道沿いに230メートル続く長い花壇です。会員は年5回ほどの草刈りの他、花苗植えやツツジの剪定など年間を通じて花壇の世話をしています。また県道のゴミ拾いなどを定期的に行い、環境美化につとめています。

スタンプラリーやってるよ



どなり元気店会加盟店では、夏の楽しいイベントとして、スタンプラリーを8月31日まで実施しています。

これは、3店舗または5店以上で買い物をしてスタンプを押してもらえば、それぞれ抽選で面白い物券が当たるというもの。地元のお店を活気づけたいと阿波市商工会土成支所が始めました。

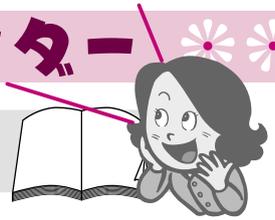
詳しいことは阿波市商工会土成支所 0898(06)9146-0607までお問い合わせください。

阿波市立図書館8月のカレンダー



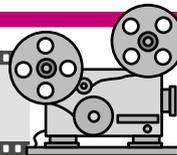
■阿波図書館 TEL 0883-35-5101
■土成図書館 TEL 088-695-5385

■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	2	3	4
☆開館時間のお知らせ☆ 4月から9月までの開館時間は、 午前9時～午後7時になります。 (※10月～3月は午後6時までです)			◎「終戦記念パネル展」(吉野笠井)～31日まで 			◎「ぬいぐるみのおとまりとしょかん」(阿波)～5日まで ◎みんなの映画会(市場) 10:00～ ◎おはなし会(市場) 10:30～ ◎「大人も楽しめる『こわ～いおはなし』(土成) 14:00～ ◎「おもしろビックリ実験教室」(吉野笠井) 14:00～
5	6	7	8	9	10	11
◎みんなの映画会きつず(市場) 14:00～	休館日(全館)					◎「マイ缶バッジをつくろう!」(阿波) 14:00～ ◎ちぎり絵教室(市場) 13:00～
12	13	14	15	16	17	18
◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～ ◎おはなしひろば(土成) 10:30～	休館日(全館)				◎古文書解読講座(市場) 10:00～	◎子ども映画会(阿波) 10:00～、14:00～ ◎おはなし会(市場) 10:30～
19	20	21	22	23	24	25
◎大人映画会(阿波) 15:00～	休館日(全館)	◎阿波町・市場町ブックスタート(阿波保健センター)				◎ベルの会おはなし会(阿波) 14:00～ ◎ちぎり絵教室(市場) 13:00～ ◎たけのこの会おはなし会(吉野笠井) 11:00～
26	27	28	29	30	31	
◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～	休館日(全館)					

8月の映画会のおしらせ



※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

■子ども映画会■

・18日(土) 10:00～10:46、14:00～14:46

『学校の怪談 ～恐怖の学校編～』

小学5年生の宮ノ下さつきは、母が亡くなったのをきっかけに両親の故郷へと引っ越してきた。1年生の弟の敬一郎といっしょに天の川小学校に転入したさつきは、旧校舎に出るといっておばけの話や聞く。ある日、飼っていた猫のカーヤが旧校舎に入りこんでしまい・・・。「花子さん 太郎さん やみ子さん」など、9つのこわいお話があなたを待っています・・・。

■大人映画会■

・19日(日) 15:00～16:47

『波止場』

テリーは、兄のチャーリーが港を牛耳るボスの命令で波止場労働者の仲間を殺す現場を目撃した。テリーは殺された男の妹イディの嘆き悲しむ姿を見て、法廷での証言を決意するが・・・。「エデンの東」のエリア・カザン監督が、波止場に働く男の世界をとおして、戦後の新しい青春像を描いた、'50年代を代表する社会派ドラマの傑作。



アカデミー主演男優賞を受賞した30歳の若きブランドの演技が見どころ。第27回アカデミー賞作品賞受賞。
エリア・カザン 監督/マーロン・ブランド 主演
1954年製作

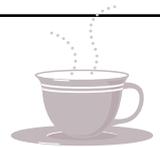
市場図書館

■みんなの映画会■

・4日(土) 10:00～11:54

『ティファニーで朝食を』

ホリーは、ニューヨークに住む魅力的で一風変わった娼婦。彼女は、ブラジル人の大金持ちとの結婚が決まっている。だが、ホリーはある男性と出会ってしまった。それは、同じアパートに住む、金持ちから援助を受けている作家だった。ホリーにふさわしい男性はいったい誰なのか。ダイヤモンドのように、いつまでも輝き続けるロマンチック・コメディ!



■みんなの映画会きつず■

・5日(日) 14:00～14:50

『乗り物いろいろ大集合』

街には、パトカーに消防車などいろいろなのりものがいっぱい。さらに、ふだんは見られない世界中のとくしゅうなのりものまで、100種類以上ののりものが登場するよ。



● 8月の催し物の案内 ●

4館共通のイベント

■「オリンピックをおうえんしよう! がんばれニッポン!!」スタンプラリー

期間中、本やDVD・ビデオ・CDなどを借りてくれたお父さまに、スタンプを押します。
スタンプがたまるとプレゼントをさしあげますので、どんどん参加してくださいね♪
期間：31日(金)まで 対象：幼児～中学生



■「図書館を使った調べる学習コンクール入賞作品レプリカ展示」 期間：9月8日(土)まで

阿波図書館

■ピアノ自動演奏会

日時：12日(日) 10:00～、13:00～ 題目『アニメ主題歌ヒット集 ちびまる子ちゃん など』
26日(日) 10:00～、13:00～ 題目『ドリームズ・カム・トゥルー 晴れたらいいね など』

■「ぬいぐるみのおとまりとしょかん」ぬいぐるみたちは夜の図書館で何をするのかな…?

日時：4日(土) 15:00～15:30 おはなし会(ぬいぐるみといっしょに) 15:30～おとまり会(ぬいぐるみのみ)
5日(日) 13:00～ぬいぐるみのお迎え

定員：10名 用意するもの：ぬいぐるみ1つ 事前申し込み必要 ※必ず5日(日)にお迎えにきてください。

■「マイ缶バッジをつくろう!」

日時：8月11日(土) 14:00～15:00 対象：幼稚園～小学生 定員：10名
用意するもの：バッジにしたい部分が6cm以内の写真(完成したバッジは3cmになります)。 事前申し込み必要

市場図書館

■敬老の日似顔絵展「だ～いすき!! じいじとばあば」 募集期間：18日(土)～9月17日(月・祝)

おじいちゃん、おばあちゃんの似顔絵を募集します。じいじとばあばの絵本も一緒に展示します。

土成図書館

■「大人も楽しめる「こわ～い」おはなし」～耳なし芳一ほか～

日時：4日(土) 14:00～15:00 場所：調理室 参加自由



吉野笠井図書館

■「終戦記念パネル展示」 戦争に関するパネルを展示します。

期間：1日(水)～31日(金) 場所：1階入口・2階ロビー

■「おもしろビックリ実験教室」

日時：4日(土) 14:00～15:00 場所：2階会議室 対象：小学生 定員：10名 事前申し込み必要

8月の特集

阿波図書館	児童・・・きみも〇〇はかせ!	一般・・・夏こそミステリー
市場図書館	児童・・・めいさくえほんのせかい	一般・・・今年の気になる話題
土成図書館	児童・・・ゾクゾクひんや～りこわ～いほん	一般・・・世界遺産&国宝をめぐる旅
吉野笠井図書館	児童・・・ぞわぞわっ!おばけのほん	一般・・・暑い夏をのりきろう!夏の準備特集

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・「二重生活」 小池 真理子/著
- ・小説・「迷宮」 中村 文則/著
- ・エッセイ・「烈しい生と美しい死を」 瀬戸内 寂聴/著
- ・えほん・「おひげおひげ」 内田 麟太郎/作

阿波図書館

- ・教養書・「「戦争」で読む日米関係100年」 箕原 俊洋/編
- ・実用書・「自由すぎるオリンピック観戦術」 フモフモ編集長/著
- ・小説・「定年待合室」 江波戸 哲夫/著
- ・えほん・「ぞうがいるってすてき」 二宮 由紀子/文

市場図書館

- ・実用書・「思春期の女の子の育て方」 江藤 真規/著
- ・教養書・「今むかし日本の名城88 東日本編/西日本編」 平凡社/出版
- ・小説・「ベスト本格ミステリ2012」 本格ミステリ作家クラブ/選・編
- ・えほん・「おおきなはてな」 ヴォルフ・エアルブルッフ/作

土成図書館

- ・教養書・「世襲企業の興亡」 有森 隆/著
- ・実用書・「「病」を包む、お見舞い言葉」 三橋 尚伸/著
- ・小説・「私は古書店勤めの退屈な女」 中居 真麻/著
- ・えほん・「いちにちおばけ」 ふくべ あきひろ/さく

吉野笠井図書館

- ・実用書・「もっと楽しむ図書館マスターガイド」 キョーハンブックス/出版
- ・実用書・「将来、お金に困らない「自分年金」をつくる本」 荻原 博子/著
- ・小説・「大人になりきれない」 平山 瑞穂/著
- ・えほん・「おばけのコックさん」 西平 あかね/さく





8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。

予防接種

日	受付時間	事業名	会場
6日(月)	13:00~13:30	B C G接種	市場C

母子・乳幼児健診/相談

日	受付時間	事業名	会場
2日(木)	12:30~13:00	乳児健診	土成H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
7日(火)	12:30~13:00	3歳児健診	阿波H
21日(火)	12:30~13:00	乳児健診	
	14:30~15:00	乳幼児相談	
28日(火)	12:30~13:00	1歳6カ月児健診	市場C
30日(木)	12:30~13:00	2歳児健診	

8月の集団がん健診日程

9日(木) 土成保健センター (8時~10時30分)
 22日(水) 市場コミュニティセンター (8時~10時30分)
 吉野中央ふれあいセンター (12時30分~14時)

詳しいことは、健康推進課(市場)までお問い合わせください。

子宮頸がん・乳がん検診は、2年1回、その他のがん検診は毎年1回実施されます。

検診ご希望の方には、受診券をお送りしますので健康推進課(市場)までお申し込みください。
 なお、医療機関については、阿波市が契約している医療機関に限ります。

検診種別	対象年齢	受け方
胃がん	40歳以上	集団検診(10月まで)
肺がん	40歳以上	集団検診(10月まで) 巡回バス検診(10,11月)
大腸がん	40歳以上	集団検診(9,10月) 阿波市内医療機関(9月~平成25年2月まで)
前立腺がん	50歳以上の男性	集団検診(10月まで)
乳がん	40歳以上の女性	集団検診(10月まで) 広域化医療機関(平成25年2月まで)
子宮頸がん	20歳以上の女性	管理センター(10,11,12月) 広域化医療機関(平成25年2月まで)

がん検診が、始まりました



夏野菜で夏バテ知らず!! ~元気に夏を過ごしましょう~

阿波市健康推進課



献立名	材料	4人分目安量	作り方
トマトのサラダ	トマト 胡瓜(きゅうり) 塩 米酢 うすくちしょうゆ しらす干し ごま油	M 2個 L 2本 ひとつまみ 大さじ1 大さじ1 大さじ3 大さじ1	(1) トマトは一口大の乱切りにする。 (2) 胡瓜(きゅうり)はすりこ木などでたたき、3cm長さに切る。手で裂き、袋の中にきゅうりとひとつまみの塩をふって5~6分おき、水気をきる。 (3) フライパンにごま油を熱し、弱火でしらす干しをカリカリになるまで炒める。 (4) ボウルに①と②と③を入れ調味料であえる。
エネルギー72kcal・たんぱく質4.4g・脂質3.4g・炭水化物6.5g・ナトリウム469mg(食塩1.2g)			

日	医療機関
1日(水)	大野病院
2日(木)	乾内科外科
3日(金)	阿波病院
4日(土)	赤池医院
5日(日)	小笠原医院
6日(月)	阿波病院
7日(火)	森下医院
8日(水)	村上医院
9日(木)	大久保医院(吉野)
10日(金)	阿波病院
11日(土)	林内科医院
12日(日)	笠井病院
13日(月)	阿波病院
14日(火)	中山医院
15日(水)	重清医院
16日(木)	さかまき整形外科
17日(金)	阿波病院
18日(土)	近藤医院
19日(日)	金塚内科
20日(月)	阿波病院
21日(火)	御所診療所
22日(水)	金塚内科
23日(木)	笠井病院
24日(金)	阿波病院
25日(土)	小笠原医院
26日(日)	阿波病院
27日(月)	阿波病院
28日(火)	大塚内科
29日(水)	大崎皮膚科
30日(木)	大久保医院(吉野)
31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
大野病院	088-695-2112
乾内科外科	088-695-5006
阿波病院	0883-36-5151
赤池医院	0883-36-6565
小笠原医院	0883-36-2030
森下医院	0883-35-5656
村上医院	0883-35-6410
大久保医院(吉野)	088-696-2037
林内科医院	0883-35-6226
笠井病院	0883-35-2720
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
近藤医院	0883-36-2011
金塚内科	088-695-5858
御所診療所	088-637-8033
大崎皮膚科	0883-35-6468

※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。

8月31日は野菜の日

暑い日が続きますが、
1日3食きちんと食べていますか？

平成22年度の「国民健康栄養調査結果」から、徳島県は全国と比べてみると野菜の摂取量が少ないことがわかりました。

野菜の摂取量が全国と比べて

男性 ワースト1位…245g
女性 ワースト2位…241g

さらに、平成22年度に徳島県で調査された「県民健康栄養調査結果」からは、阿波市は県内でも野菜の摂取量が少ないという結果でした。

日本人に必要な食物繊維は、
1日20g
と言われています。

これを補うためには、
毎日350gの
野菜
が必要です。

毎日
350g

緑黄色野菜
150g



+

その他の野菜
200g



野菜
100g

例えば…
小鉢 50g



+

煮物 50g



350gと聞くと、毎日食べるのは難しいと思いがちですが、両手いっぱい野菜(約100g)を毎食とれば、無理なく食べられる量です。

ちなみに、じゃがいも・さつまいも・里芋などのいも類と、かぼちゃ・とうもろこしなどの糖質の多い野菜は、ごはんの仲間になります。偏らないよう注意しましょう。



野菜から得られる食物繊維は便通をよくし、大腸がんの予防につながります。

また、ビタミン・ミネラルは美肌効果や免疫力UPなど体の調子を整え、子どもの発育・発達を支えるなど、野菜のパワーは欠かすことができません。

毎食、野菜を食べることを心がけましょう。



徳島県では大腸がんの死亡率が、急上昇しています。年一回のがん検診で早期発見・予防ができます。野菜を食べるとともにがん検診を受けましょう。

阿波市の財政の基礎知識

阿波市代表監督委員 安友 治夫

第5回 基金について

基金というのは、なじみの薄い言葉ですが、分かりやすく言えば、個人が何かを買うために積み立てた貯金だと思ってください。よければよいと思います。

市には5月末現在で18種類の基金があり、総額は4月末で100億円あまりになっています。

例えば、分かりやすいのは市庁舎建設基金で、最近6億円ほどに増やしています。また、国民健康保険基金というのは、伝染病の流行などのために国民健康保険の支払いが急増する場合に備えて積み立ててあるお金で、本来は5億円ほど欲しいところですが、国民健康保険は赤字運営になっていますので、緊急の場合に備え、一般会計からの繰り入れも含め1億7000万円ほど積み立てているのが現状です。基金の中には、個人の寄付によって作られた笠井図書館基金といった阿波市だけのものもあります。基金のほとんどは地元の銀行や農協などに定期預金の形で預けられています。効率的で有利な国債にしてあるものが6億5000万円ほどあります。

余談ですが、支所も併せ庁舎の中には、現金は釣銭程度しか置いてありません。

基金は、その目的によって必要なときに必要なだけ取り崩して使っていく性格のものなので、多くあればあるほど、財政にゆとりがあるということになります。ただ、借金(市債の発行)をして基金を増やすのでは、利子の分だけ損をすることになるので、きちんと見ていきたいと思っています。

稲わらは 早めにすき込みましょう!

もうすぐ、早期米の稲刈り作業が始まります。

刈り取った稲わらを圃場に戻す場合は、早めにすき込みを行いましょう。

台風や大雨などによる水の流出により、稲わらが流れ出すことがあります。ご近所の迷惑となるほか、用排水路などへの流れ込みにより、排水機能に大きな障害が発生する恐れがあります。

また、すき込みは、土づくりに有効な手段です。刈り取り後に土壌を寒気にさらすことは、多年生の雑草の防除にも効果があるといわれています。作業が遅くなると、稲わらの分解が遅れ稲の分けつに悪影響が出る場合があります。田植えは来年のことと思わず、早めに稲わらをすき込み、健康な土づくりに努めましょう。



防災対策課【阿波】

TEL 0883(35)4166

農業振興課【阿波】

TEL 0883(35)4113

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。詳しくは秘書人事課(阿波)TEL0883(35)7870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。

お盆のご準備はお済みでしょうか?

マイカーの協賛により完成しました。優れた機能性、深みのある色合いに仕上げた、ケヤキのお仏壇です。



夏のおすすり商品

特別価格

43.8円
ほんけやき
本檜18号
幅62×奥56.5
×高155cm



精霊馬
□ソック
714円

◆お盆のご準備スケジュール◆

お盆とは・・・ご先祖様の霊を迎えるために行う行事です。ご先祖様をお迎える「迎え火」はご先祖様が帰ってくる目印となり、「送り火」は私たちがしっかりとご先祖様を送っているという証になります。お盆は亡くなった方の霊をお祀りして、ご先祖様とのつながりを確認し感謝する大切な日なのです。



- | | |
|------|---------------------------------|
| 7月上旬 | お寺様への依頼 棚経や提灯を吊る期間をお寺様にご相談ください。 |
| 下旬 | お盆の準備 お返し注文や提灯の準備 |
| 8月上旬 | お仏壇のお掃除・祭壇の飾り付けなど |
| 12日 | 迎え火 皿におがらを入れて火をたき、先祖の精霊をお迎えます。 |
| 13日 | み仏にお団子や本膳などのお供えをします。 |
| 14日 | |
| 15日 | お寺参り |
| 16日 | 送り火 家に迎えたご先祖の精霊にお墓に帰って頂きます。 |

ご来店プレゼント

1000円以上お買い上げのお客様で、広報阿波をご覧になってご来店くださった方に、チャッカマンをプレゼント致します!冊子を持参、またはお会計の際に「広報阿波を見た」とおっしゃってください。チャッカマンを進呈いたします!



安心のブランド (MCRC)

仏壇・仏具・墓石・神具・神具・石材工事・ギフト

株式会社 ぶつだんのもり

www.b-mori.co.jp ☎0120-48-1115 店

脇町店 美馬市脇町拜原 773-1
TEL 0883-53-2007

元祖手塗り 職人直営

創業昭和45年 親子二代の 外壁塗装専門店

地元・阿波市の屋根・外壁・防水工事店

株式会社 森定塗装店

「僕たちはこの仕事に誇りを持ってます。だから、逃げも隠れも致しません！」
塗装職 初代親方の次男 森定俊作

「二代目のような親方になるのが僕の目標なんです！」
とび職 大塚

「私は二代目の心意気に惚れています。この店に人生を賭けているんです。」
防水職 岩本

「創業から変わらない仕事に対する誠実さは森定の誇りです。」
初代親方の一番弟子 田中

「地元のお母さんとお父さん恥ずかしい思いは絶対させないよ！」
二代目代表親方 森定 竜也

私たちは専門店。お客様にご満足していただけなければ、1年後でも全額返金させていただきます。私たち職人にとって外壁塗装とは決意と覚悟の結晶ですから！
森定塗装店 職人一同

資料請求・お見積もりは無料です。今すぐ「広報阿波を見たの」とお電話を。

ご相談窓口

0120-36-2695

【受付時間】AM8:00~PM7:00 365日受付中

365日受付中

もっと知りたい方はHPも見てね

本社：阿波市吉野町柿原字北二条106-13

TEL：0886-96-5272

倉庫：阿波市市場町伊月字池田5-1

FAX：0886-96-5274

森定塗装店

検索



八月編

ウグイスばあちゃんの知恵袋

今年の夏は、「電気」が足らんのやあって。四国電力は「節電にご協力を」って言うけん、何をしたらええんか聞いてみたんでよ。ほしたら、まず、エアコンじゃって。室温28度を心がけて、すだれや扇風機を使うて、無理のない範囲で節電してください、って言った。熱中症には特に気をつけような。ほれから、冷蔵庫は温度設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける回数を減らしてって。食品の詰め込み過ぎもアカンのでよ。要らん照明は消そうな。もし照明器具を取り替えるんやったらLED電球がええらしいでよ。テレビは省エネモード。アイロンや電気ポットは、特にようけ電気が要るけん、できるだけ午後1時から午後4時の間は使わんように工夫して、食器洗い機や洗濯乾燥機や、できたらタイマーにして、時間をずらすとええんじやって。はよ、涼しいになったらええのになあ。



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。詳しくは秘書人事課(阿波)TEL0883(35)7870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。

追加利用料金 0円プラン!! +

80歳以上の故人さまは祭壇無料!!

白木祭壇料:105,000円

葬祭用品セット:294,000円



80歳以上の故人さままたは、リバーホール会員さまならば...
祭壇料無料!

- 祭壇生花●祭壇盛物●棺●仏衣●枕飾り●葬儀用品●骨壺
- セレモニースタッフ●司会●おしほり●ドリンクサービス●自宅祭壇セット●霊柩車●マイクロバス●火葬場手続き代行など
- ★他社プランにて別料金項目も含まれます!!
- ご納棺の儀●死化粧●ドライアイス(1日分)●遺影写真●式場使用料●寝台布団●寝台車(病院~)

80歳以上の故人さま、またはリバーホール会員さまならば...

294,000円

この価格で、充分なお葬式を執り行っていただけます!

※【葬祭用品セットに含まれていないもの】●お布施●火葬料●お食事●お土産●会葬返礼品●礼状は別途となっております。ご了承ください。



葬 知恵袋 に、まっわる

専任担当者制を採用しています!

吉野リバーホールでは、ひとつのご葬儀を始めから終わりまで、専任担当者が一環してご遺族の身になり、責任をもってお世話させていただきます。



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

お盆に皿鉢料理

お刺身付
4人盛 10,000円
5人盛 12,500円

ご宴会 ご法要
仕出し 賜ります



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

発行 阿波市役所
編集 総務部 秘書人事課

〒771-1792 徳島県阿波市阿波町東原173番地
TEL 0883-35-7870 FAX 0883-35-6080

印刷 グラント印刷株式会社
（乱丁・落丁広報紙については、お取り替えいたします）

うちの子一番♪

うちの子一番♪出演ペット募集中です。秘書人事課（阿波）TEL 0883(35)7870まで写真かデータを送ってね♪



市場町 チョココちゃんとマーブルちゃん



土成町 しまちゃん



吉野町 プータちゃん



No.59 阿波市のトリです ウグイスさん

8月14日に金星食……の巻



広報クイズ

答えはなに？
今月号をよ〜くご覧ください。 Q

- ①観光協会が発信！阿波ユーストリームdeO。Oの数字は？
- ②車いすをよしの園にプレゼントしたのは、何高校？

応募方法

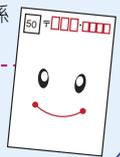
はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また広報へのご意見、ご感想などをお書きいただき、お送りください。抽選で5人の方に図書カードが当たります。

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 8月20日(月)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！



今月の納税・保険料	納期限
国民健康保険税：第2期	8月
介護保険料：第3期	31日
後期高齢者医療保険料：第1期	(金)

阿波市のうごき

■平成24年6月末現在人口
(住民基本台帳によるもの)
男：19,426人（-23）
女：21,030人（-26）
計：40,456人（-49）
■世帯：14,740戸（+5）
平均年齢 48.6歳（ ）内は前月比
■転入等：37人 ■出生：15人
■転出等：60人 ■死亡：41人

フジグラン石井企画 直営割引 クーポン

火・水曜日に
2,000円以上のお買上で
クーポンを配布します。
金・土曜日のお買物が
5%割引になります。

※クーポンはなくなり次第終了とさせていただきます。

毎月 1日・2日は 衝撃価格の2日間 いち に さい 1・2祭

売り切れご免!
土曜朝市
産地直送の
新鮮な青果・鮮魚を
お買得価格で
大奉仕!

火曜均一祭
生鮮品、加工食品、
菓子、パン、日用品
などをお値頃の
99円にて大奉仕!

毎月22日は フジの日

エフカード・
fjカード会員様
全館 **5倍**
プレゼント

※お買上1,000円(税別)以上で5%割引クーポンがプレゼントされます。
※お買上10,000円(税別)以上で10%割引クーポンがプレゼントされます。
※一部商品を除きます。

「フジの日パスポート」プレゼント
5%割引 (お買上)
10%割引

食品館恒例
生鮮から加工食品、日用品雑貨まで
暮らし応援価格にて大奉仕!
夕暮れ市 毎日午後4時~開催

毎月15日・16日 シニアパスポート フジ感謝デー

65歳以上の方がお得!!
シニアパスポートご提示で
お買上げレジ **5%割引!**
金額より **にて** ※一部商品は除きます。

いつも「うれしい」が新しい。
45th Anniversary

FUJIGRAND

フジグラン石井
名西郡石井町高川原字天神544番地 ☎088(675)3611
<http://www.the-fuji.com>