



広 報

阿波

2014
10

No.113

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



特集「子ども・子育て支援新制度」	1～2
叙勲・100歳ほか	3
ガンバレ! あわキッズ	6～7
うちのお医者さん	9～10
暮らしのお知らせ	11～20
フォトニュースほか	22～24
図書館カレンダー	25～26
健康だより	27～28

今月の折り込みは「農地中間管理機構のお知らせ」「阿波deフェスタ」

あわみちゃんとくまモンがダンスを披露 ～阿波市納涼祭～

今月の「市民憲章」

… 阿波市民憲章5項目のうちの1文をご紹介します …
自然や公共物を大切に、
清潔で美しいまちをつくります。

キャッチフレーズ

「10周年 かがやく阿波市に
きらめく未来」

ロゴマーク



阿波市制施行10周年記念

来年、4月スタートします!

詳しくは、内閣ホームページ **内閣府 子育て新制度** 検索

一人一人の子どもが健やかに成長
 することができると社会を目指して

平成24年
 8月に子ども・子育て
 関連3法
 (※)が成立
 しました。
 これらの
 法律に基づ
 き、平成27
 年4月から「子ども・子育て支援新制度」がス
 タートします。新制度は、保護者が子育てにつ
 いての第一義的責任を有するという基本確認の
 もとに、幼児期の教育・保育、地域の子ども・
 子育て支援を総合的に推進することを目的とし
 た制度です。



※子ども・子育て関連3法って?

- ① 子ども・子育て支援法
- ② 認定こども園法の一部を改正する法律
- ③ 関係法律の整備等に関する法律

この3つの法律を総称して「子ども・子育て関
 連3法」と呼んでいます。

新しく始まる制度は、
 こんな取り組みを進めていきます

- ♪ 幼稚園と保育所の「いいところ」を一つにした「認定子ども園」の普及を図ります。
- ♪ 保育の場を増やし、待機児童を減らして、子育てしやすい、働きやすい社会にします。
- ♪ 幼児期の学校教育や保育、地域のさまざまな子育て支援の量の充実や質の向上を進めます。
- ♪ 子どもが減ってきている地域の子育ても、しっかり支援します。

★平成27年4月スタートの子ども・子育て支援新制度における就学前児童の認定区分

年 齢	保育の必要性	認定区分	利用可能な時間帯	利用できる施設
満3歳以上 (3・4・5歳)	なし	1号認定	教育標準時間：(4時間)	認定こども園 または幼稚園
	あり	2号認定	保育標準時間：(11時間) 保育短時間：(8時間)	認定こども園 または保育所
満3歳未満 (0・1・2歳)	あり	3号認定	保育標準時間：(11時間)	認定こども園 または保育所 または地域型 保育事業所
			保育短時間：(8時間)	

★保育の定義：家庭での保育を受けることが困難となった乳児または幼児について、厚生労働省令で定めるところにより、主として昼間、保育所その他の場所で必要な保護を行う事業

入園・入所の手続きが変わります
 幼稚園や保育所、認定こども園などを利用する際に、利用のための認定を受けていただきます。認定後、市から「認定証」を交付します。

詳しくは阿波市
 ホームページ
<http://www.city.awa.lg.jp> 検索
 子育て・教育を
 参照してください



※満8カ月に達した児童は生後9カ月目のこととして。

幼稚園			保育所					認定こども園	利用できる施設
5歳	5歳	5歳	4歳～5歳	4歳～5歳	4歳～5歳	満6カ月に達した児童～4歳	満8カ月に達した児童～4歳	満8カ月に達した児童～3歳	受入年齢
久勝	林	伊沢	大場	市原	柿原	久勝	伊沢	大場	
								満8カ月に達した児童～5歳	施設名
								八幡	
								土成中央	
								一条	

利用できる施設一覧

認定は、利用先の希望や、子どもの年齢によって3つの区分があり、認定の区分に応じて利用できる施設などが変わります(左表参照)

「子ども・子育て支援新制度」



**阿波市では、
こうなっています**

※市では、子ども・子育て支援法第61条に基づく「阿波市子ども・子育て支援事業計画」を本年度策定します。

この計画は、現計画「次世代育成支援行動計画（後期計画）」の一部を継承し、新たな計画として、従来の「少子化対策」がより効果を発揮するために、これまでの施策のどこが足りず、

今後どこを強化すべきか、子育て支援対策の原点を振り返り、「子ども自身の育ち」に着目し優先順位をつけながら「子どもの視点に立ったまちづくり」を論点に施策の取り組みを図ります。



**平成27年4月
認定こども園
開設予定**

認定子ども園とは
学校教育・保育を一体的
に提供する施設です

◆「認定こども園」とは、幼稚園と保育所の両方の良さをあわせ持つ施設です。保護者が働いているかどうかに関わらず子どもを預けることができ、保護者の就労状況が変わった場合でも、継続して利用できることが大きな特長です。

◆認定こども園には「子育て支援の場」が設置され、園に通っていない子どものご家庭でも、子育ての相談や親子の集いの場への参加などができます。

**切れ目のない
子育て支援**

基本理念
「阿波っ子が
元氣いっぱい
笑顔で育つ
まちづくり」

新制度に向けて、市民の皆さまが安心して子育てできる環境整備を始め、「子どもにとって」という視点に立って、子どもの育ちを支援する取り組みを推奨します。

子どもの年齢別・親の働き方別で利用できるサービス

親の就労状況	こどもの年齢			備考
	0歳～2歳	3歳～5歳	小学生	
両親ともフルタイムの共働き世帯	<ul style="list-style-type: none"> ●認定こども園 ●保育所 ●家庭的保育等 	<ul style="list-style-type: none"> ●認定こども園 ●保育所 ●幼稚園＋一時預かり 	<ul style="list-style-type: none"> ●放課後児童クラブ（学童保育） 	※保育利用は「保育標準時間が基本」
両親のどちらかがパートタイムの共働き世帯（又はひとり親家庭でパートタイム）	<ul style="list-style-type: none"> ●認定こども園 ●保育所 ●家庭的保育等 	<ul style="list-style-type: none"> ●認定こども園 ●保育所 ●幼稚園＋一時預かり 	<ul style="list-style-type: none"> ●放課後児童クラブ（学童保育） 	※保育利用は「保育短時間が基本」
両親のどちらかが専業主婦（夫）	[在宅で子育て] <ul style="list-style-type: none"> ●地域子育て支援センター ●認定こども園内の子育て支援 ●一時預かり 	[施設を利用] <ul style="list-style-type: none"> ●認定こども園 ●幼稚園 [在宅で子育て] <ul style="list-style-type: none"> ●地域子育て支援センター ●認定こども園内の子育て支援 ●一時預かり 		

阿波市では、「八幡幼保連携施設・一条幼保連携施設・土成中央幼保一体化施設」の3施設で幼保連携型認定こども園をスタートします。
平成27年4月に入園・入所を希望される方の手続きは、次号の広報阿波11月号で詳しくお知らせします。

【問い合わせ先】
子育て支援課（市場）ℓ08833（36）6813
（子ども・子育て新制度担当まで）

おめでとうございます

全国都市監査委員会 表彰を受賞



うえはら まさかず
上原 正一さん
(市場町上喜来)

代表監査委員の上原正一さんが、全国都市監査委員会表彰を受賞されました。
上原さんは、平成19年4月に監査委員に選任され、平成25年7月からは代表監査委員を務められています。税理士でもある上原さんは、阿波市の財務事務や公営企業の経営管理に対し、その専門的な見地から公正性及び効率性に重点を置いた指導や監査を実施されています。

瑞宝双光章



元市場町
市場小学校校長

おおの ひろし
大野 弘さん(88歳)
(市場町切幡)

大野さんは昭和22年に師範学校を卒業し、阿波郡柿島村柿原小学校で教鞭を執りました。その後、昭和61年に市場小学校長として退職するまで、児童・生徒の教育に情熱と使命感を持って臨んでいました。スポーツマンで、バレーボール選手として団体に3度も出場しています。応神小学校教頭時代に、同校の百周年記念事業として校舎改築期成同盟会を設立、新校舎の建設に奮闘しました。退職後は人権擁護委員として17年間地域ののために貢献されました。また、「市場町歩こう会」会長として、会員の健康維持や親睦のため、率先して活動を続けられました。同じく教員だった妻・フサエさんと趣味を共有し、健康に留意しながら元気に過ごされています。

本浄アサコさん(吉野町柿原) 大正3年8月16日生まれ
とてもお元気な本浄さんは、83歳まで阿波中央橋を自転車であつて、吉野川市へ勤めていたという大変な働き者で、明るい方です。早くに夫を亡くし、娘3人を女手一つで育て上げました。現在は孫6人、ひ孫5人に恵まれています。
手先が器用で裁縫が得意。野菜や花も上手に育てました。カラオケも好きで、十八番は「道づれ」だそうです。
野崎市長から祝い状を受け取り、「皆に良くしてもらって話されたい」とうれしそうに話されました。



祝 ☆ 100歳

10月のベビー&キッズ情報



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

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)	Tel.0883(36)6824
月曜日~金曜日 A・Bどちらか開催	A わんぱく広場(室内) B プレイコート(園庭)	9:00 ~ 16:00 (12:00~14:00は除きます)	土成子育て支援センター 土成中央保育所園庭	Tel.088(695)5681
1日(水)	たんぼぼサロン 子育てひろばちよこ	10:00~15:00 参加費 ひとり 50円 9:30~11:30 参加費 一家族100円	吉野地域福祉センター こすもす 阿波健康福祉センター バーベナの里	Tel.088(696)2386 Tel.0883(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	Tel.0883(36)5511
15日(水)	たんぼぼサロン 子育てひろばちよこ	10:00~15:00 参加費 ひとり 50円 9:30~11:30 参加費 一家族100円	吉野地域福祉センター こすもす 阿波健康福祉センター バーベナの里	Tel.088(696)2386 Tel.0883(35)6033
20日(月)	子育てサロンぱんだ「芋掘り」	9:30~11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	Tel.0883(36)5511
22日(水)	たんぼぼサロン	10:00~15:00 参加費 ひとり 50円	吉野地域福祉センター こすもす	Tel.088(696)2386

キセキの1枚

～写真に隠されたドラマ～

秋山 修一さん (市場町香美)



8月31日に放送された「24時間テレビ」で、市場町の秋山修一さんが撮影した阿波踊りの写真が「キセキの1枚」として取り上げられました。

徳島県の観光パンフレットに採用された写真(秋山さん撮影)と、徳島市の阿波踊りポスター写真(織野明弘さん撮影)が、同じモデルを3日ほど離れて、ほぼ同じ時間に撮影したもので、単純計算でその確率は6552億分の1です。

秋山さんは「私が撮影したのは約8千枚で、織野さんは約7千枚。こんな偶然があるとは」と大変驚いています。

地域の美化と安全に貢献



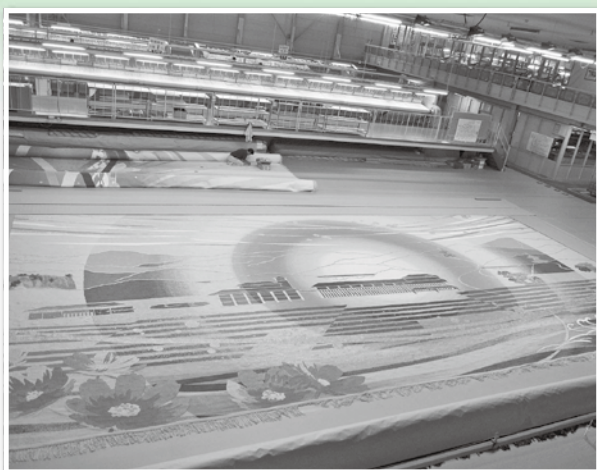
市場町の株式会社カシハラが長年ボランティアで行っている美化活動に対し、四国道路ふれあい協議会から感謝状が贈呈されました。

「530の日」(ごみゼロの日)には、従業員ら52名が参加し、空き缶や弁当のパックなどを丁寧に拾い集めて持ち帰り、分別しました。

同社は県道津田川島線約1.2km区間を年4回清掃し、地域の美化と安全に努めています。

シリーズ 新庁舎等建設工事 第18回

平成26年8月中の工事の進捗状況についてお伝えします



緞帳織上がり検査写真

平成26年4月号でデザインのご決定をお伝えしました、「アエルワ」(交流防災拠点施設)の緞帳が織り上がりました。緞帳の題名は「あすにむかっつ」。緞帳の中心には、「4町統合のシンボル」新庁舎「アエルワ」があり、そこから広がる光の輪が市内を柔らかく包み込んでいます。

背景には阿讃山脈、前面には吉野川、柿原堰に水がしぶく様と広大な善入寺島を表現しています。また、阿波の土柱、4つの四国霊場札所と遍路道が札所から札所へと繋がり善入寺島・吉野川を渡っていく様が織り込まれています。

この緞帳は今後、仕立て・防災加工を行い、10月頃に「アエルワ」に搬入される予定です。

【問い合わせ先】庁舎建設課(阿波) 0883(35)4155

「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。

「広報阿波」では、サークル会員募集やイベントの開催案内など、市民の皆さまからの情報を掲載させていただいています。「広報阿波」は毎月1日に発行しています(1月のみ3日)。掲載したい情報のある方は、掲載したい月の1カ月前までに秘書人事課(阿波)へお申し込みください。

営利を目的とするものや、他人のプライバシーに影響するものなどは、お受けできない場合がありますのでご了承ください。

【連絡先】秘書人事課(阿波) 広報担当 Tel.0883(35)7870

4000食のレストラン 阿波市学校給食センター 完成



テープカット



完成を祝って万歳三唱

阿波市学校給食センターが完成し、8月28日竣工式典が行われました。
野崎市長が「JAなどと連携して食材の供給体制を整え、子どもたちにおいしくて安心・安全な給食を提供し、地域農業の活性化にも貢献していきます」とあいさつしました。
テープカットで完成を祝った後、出席者約70名は、給食試食会



試食会 メイン料理は夏野菜カレー



にしうら ゆか
定礎板の文字を書いた西浦有香さん

に出席。地元産の野菜をたっぷり使ったカレーなど4品を味わいました。
同センターは、9月から市場、阿波町の小中学校へ、平成27年4月からは市内全域の小中学校と幼稚園に給食を提供します。
また、式典内では竣工記念定礎板書道コンクールで最優秀賞に選ばれた西浦有香さん(市場中学校3年)に賞状が授与されました。



9月3日、「土成小放課後児童クラブ施設」の地鎮祭が行われ、関係者約30人が出席しました。
同施設は統廃合により利用されなくなった旧土成幼稚園を活用して、平成16年5月に開設されましたが、築40年近く経ち、老朽化していました。
野崎市長は「新しい施設は、県産材を使用した木造建築で、子どもたちが木の温もりを肌で感じながら、安全に過ごすことができます。市は、子どもたちの健全な育成と、保護者の方々の就労や子育てをしっかりと支援します」とあいさつしました。
工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

県産材を使用した 温もりある施設

全国中学校 総合体育大会へ出場

阿波中学校・吉野中学校



阿波中学校 柔道男子

後列左から 新居勇貴君 岡田元君 木村雅人君 宗石響君
 前列左から 川人元巳君 福本凜君 妹尾純希君 福田教諭



阿波中学校 柔道女子

後列左から 藤本芹夏さん 佐藤綾楓さん 福田教諭
 前列左から 藤本帆乃佳さん 東端雅さん

吉野中学校 陸上(走り幅跳び)



木村美海さん 鎌田校長

平成26年度全国中学校総合体育大会に、阿波中学校(柔道)と、吉野中学校(陸上)が出場し、大きな舞台で戦いました。

四国中学総体で、柔道(女子)は団体3位になりました。

また、個人では宗石 響君が準優勝、木村雅人君と藤本帆乃佳さんが3位という素晴らしい成績でした。

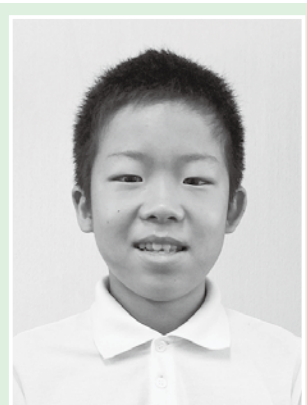
出場選手をご紹介します。



第3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 ⑨

このコーナーでは、平成25年に開催された「第3回 家族のきずな」エッセイに受賞した阿波市の子どもたちの作文を紹介しています。



市場小学校6年生 渡辺 太雅君

「家族はチームワーク」

市場小学校6年生 渡辺 太雅

ぼくの母は、今から2年くらい前に、腰が悪くなって、突然歩けなくなっていました。理由は、かい護の仕事をしていてなっていました。

ぼくは歩けない母がかわいそうで、助けを求めました。

それで、ゴミを捨てに行ったり食器を洗ったり、今まで母が毎日してきたことを姉と協力してすることにしました。母はそれを聞いて、申し訳なさそうに

「手伝ってくれてありがとう、ごめんよ。」と言ってくれました。ぼくはいつもならめんどくさがってしまうのですが、母のその姿を見たら全然めんどくさくなくなりました。

母がいつもしてくれて当たり前だと思っていたことを、急に自分達でしなければならなくなり、してもらうことが当たり前なことではないんだと、その時初めて思いました。

母の大切さを忘れないで、これからもその時の様に手伝いをして母の支えになってあげたいです。

今度母がまた同じ様に腰が痛くなって歩けなくなっても、今回以上に楽をさせてあげようと思います。

中学生の部団体戦準優勝 大阪府スポーツ少年団日本拳法大会



写真配置順で
もりかわのほり 森川昇理君
はらだしど 原田紫斗君
みつながなおや 光永直哉君
もりかわたくむ 森川拓夢君
いないみずき 稲井水紀さん
もりきなり 森 生成君

7月27日に大阪府守口市市民体育館で開催された「第25回大阪府スポーツ少年団日本拳法大会」で、森川昇理君(中学3年の部・個人)が見事優勝に輝きました。

試合は団体戦と個人戦で行われ、土成道場からは15名が出場し、団体戦では中学生の部で惜しくも2連覇ならず準優勝となりました。

個人戦の部入賞者は次の通りです。

- 小学1年女子の部 第3位 稲井水紀さん
- 小学3年男子の部 準優勝 森 生成君
- 小学6年男子の部 第3位 森川拓夢君

県代表として全国大会へ

8月22日・23日に神奈川県の日産スタジアムで開催された「第30回全国小学生陸上競技交流会(日本陸上競技連盟主催)」に県代表として、天羽楓香さん(一条小学校5年生)と小川雄大君(市場小学校6年生)が出場しました。

大会前に市へ表敬訪問に訪れた二人は、野崎市長からの「暑いときなので体調に気をつけて、良い経験をし、良い友達を作ってきてください」との激励に、「1日頃の練習の成果を出せるよう頑張ります」と力強く応えました。

天羽さんは「女子5年100m」に、小川君は「男子ソフトボール投」に出場しました。



おおさか 大坂教諭
のぞき 野崎市長
あもうふうか 天羽楓香さん
おがわゆうた 小川雄大君
ほりきた 堀北監督

スナッグゴルフ全国大会出場

8月9日に仙台ヒルズゴルフ倶楽部で開催された「第12回スナッグゴルフ対抗戦JGTOカップ全国大会」に土成小学校の子どもたちが出場しました。

スナッグゴルフとは、アメリカ発祥のゴルフの基本技術を学ぶためのスポーツです。日本でも500以上の小学校に導入されており、土成小学校は熱心に取り組んでいます。

キャプテンの西條さんは「初めての全国大会で緊張しました。マナーやルールを学び、練習を積んで、来年もぜひ出場したいです」と感想を話してくれました。



左から
さいじょうま お 西條真生さん
なかのけいご 中野圭悟君
よしもとあやの よしもとあやの 吉本彩乃さん
きたあきら 喜多 輝さん
まつもとみずき 松本瑞生さん

チャイルドシートの購入に補助があります

阿波市では、乳幼児を交通事故による死傷から守るため、家族などがチャイルドシートを購入した場合に、費用の一部を助成しています。

対象者
購入日及び申請日に阿波市の住民である満6歳未満の乳幼児

申請者
右乳幼児と同居する方

補助金額
購入金額(消費税を含みます)の2分の1とし、5千円までを限度とします。

申請期限
チャイルドシートの購入日から起算して1年以内

提出様式
チャイルドシート購入補助交付申請書

添付書類
チャイルドシートを購入したことが明記されている領収書

提出場所
企画総務課(阿波)及び各支所地域課

※個人売買を除きます。
※補助金の交付申請は、当該乳幼児1人につき2回までとし、その申請1回につきチャイルドシート1台とします。

出産前にチャイルドシートを購入した場合は、出生届を提出してから子どもの名前が決まってから申請してください。

申請書類などは企画総務課(阿波)及び各支所地域課に備えてあります。また、阿波市のホームページでもご紹介していますので、ご覧ください。

詳しい内容については、企画総務課(阿波)までお問い合わせください。



【問い合わせ先】企画総務課(阿波)
Tel 0883(35)4111

阿波市ファミリー・サポート・センター

～ピラティス講座 参加者募集～

「ピラティス」とは、胸式ラテラル呼吸でインナーマッスルを意識して鍛えることにより、代謝が上がり痩せやすく太りにくい身体を手に入れられるエクササイズです。

女性の気になるお腹まわりの引き締めにも非常に効果的です♡ ゆっくりとした動きをすることで、年齢に関係なく、運動が苦手な方も楽しんでいただけます。

【日時】 10月21日(火) 10:30～11:40 (受付) 10:15～

【場所】 市場住民センター 【定員】 15名 (先着順)

【講師】 ピラティススタジオ Aya 代表 福島 訓子氏

【申込】 阿波市ファミリー・サポート・センター

【持ち物】 ヨガマット(なければバスタオル)・飲み物・タオル・セラバンド(お持ちの方)動きやすい楽な服装でお越しください。

※参加・託児ともに無料(事前のお申し込みが必要です)
託児のお申し込みは、お早めをお願いします。
高血圧・ヘルニアの手術をして間もない方は、体調が悪化するおそれがあるため、ご遠慮ください。



お問い合わせ
お申し込み

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2階 子育て支援課内
TEL&FAX: 0883 (36) 3520

「子育て世帯臨時特例給付金」のお知らせ

子育て世帯臨時特例給付金は、臨時的な措置として国から対象児童1人につき1万円を1回限り支給されるものです。受け取ることができず、どちらか一方の給付金で、左記の臨時福祉給付金の対象児童などは除かれます。

1 申請方法

阿波市から平成26年1月分の児童手当を支給していた方には、申請書を5月末に個別通知しています。

※平成26年1月分の児童手当の支給を受けていない方でも、DV被害によりお子さんとともに避難されている方については、子育て世帯臨時特例給付金の支給を受けることができる場合がありますので、子育て支援課(市場)までご相談ください。

申請期間

平成26年12月2日(火)まで
※郵送の場合は当日消印有効

受付方法

子育て支援課(市場)へお越しいただくか、郵送でも受け付けます。

提出書類

- 申請書
- 児童手当の振込口座と異なる口座を希望する場合は免許証など(顔写真付公的身分証明書)の写しと通帳(またはキャッシュカード)の写し

2 公務員の方へ

勤務先から配布された「申請書(公務員用)」及び「児童手当(特例給付)受給状況証明書」と通帳またはキャッシュカードの写しを申請期間内に上記の受付方法にて提出してください。

証明書に記載されている振込口座と異なる口座を希望する場合は免許証など(顔写真付公的身分証明書)の写しが必要ですよ。

【郵送先及び問い合わせ先】

子育て支援課(市場)
〒771-1695
阿波市市場町市場
字上野段385番地1
Tel 0883(36)6813

臨時福祉給付金の受給申請はお済みですか？

給付対象と思われる方には申請書を送付しています。申請がお済みでない方は、郵送または窓口で申請手続きをお願いします。給付対象者の審査に必要ですので所得がない方も必ず申告してください。

★申請期限

平成27年1月8日(木)まで
(郵送の場合は1月8日の消印有効)

給付額

- 給付対象者1人につき 1万円給付されます。
- 給付対象者のうち、次に該当する方には5千円加算されます。

(高齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金など、児童扶養手当、特別障害者手当などの受給者など)

給付金の支給について

申請受付から支給まで2カ月程度かかります。

申請内容について、不明な点があった場合、市から問い合わせを行うことができますが、ATMの操作や給付のための手数料などの振り込みを求めることはありません。もし不審な電話がかかってきた場合は、阿波市吉野川警察署にご相談ください。

【お問い合わせ先】

社会福祉課(市場)
Tel 0883(36)6811

うちの お医者さん

65 予防接種の大切さ

おの 大野 先生
おの ひで 秀夫 先生
大野病院 土成町南原



飲料水の浄化を除き、ワクチンほど多くの子どもを病気を防ぎ、命を救ってくれたものはありません。長崎大学の森内浩幸先生の講演を拝聴し、予防接種について、一部分ですが記述しました。

ワクチンのなかった1950年代には、百日咳・ジフテリア・破傷風・ポリオ・麻疹・日本脳炎などに、それぞれ2千人から15万人ほどがかかり、年間に数百人から2万人が死亡していました。最近数年では、それぞれに0人から15人までに激減しています。

百日咳の例では、ワクチン開始後、発病者が減少しておりましたが、1975年に接種者に1例死亡が出て、厚生省がワクチンの使用を停止しました。すると患者届出数が200人から1万人超となり、死亡届0人から30人超となり、中止後の3年間で113人の死亡となりました。現在はワクチンの再会が始まり、患者は減少しています。

麻疹については、日本個

有株での感染はほとんどなく、外国からの輸入例が国内で流行しつつあるようです。

肺炎球菌感染症は、乳幼児と老人に多く発症しており、子どもに予防接種をすることが、老人への感染機会を減少となり、逆に老人にも予防接種をすることで、孫にも感染機会が減少します。

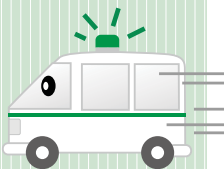
ムンプス(おたふくかぜ)では、脳炎から感音系難聴になると一生聴力障害になり、精巣炎や卵巣炎になって、不妊症になったりします。豊臣秀吉は300人の側室がいて子どももがたく、秀頼は本当の子ともではないのではと言われ、秀吉は子どもの頃にムンプスにかかり、不妊になったという説もあります。

ワクチンは100%安全ではありませんが、メリットは副作用よりずっと大きいのです。100%安全でなければ接種しないのですか? それなら、交通事故死が4千



人以上いるので、車の運転をやめさせますか? 家庭のお風呂で溺死する乳幼児が毎年1000人ほどいます。自宅でお風呂に入れなくしますか? 餅などを喉に詰まらせ窒息死する人が毎年4千人以上います。餅の販売を禁止しますか?

ワクチンを、自分のため、他人のためにも接種しましょう。あなたがワクチンを選んで、病気を人を選びません。ワクチンで予防できる病気は、できる限り予防してほしいものです。



あなたの声をお聴きします

10月20日(月)から26日(日)までは「行政相談週間」です。

総務省の行政相談制度は、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。「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、全国一斉に実施しています。

阿波市では、行政相談委員が徳島行政評価事務所の支援のもと、次のとおり行政相談所を開設しています。

役所の仕事について、「苦情がある」「困っている」「よく分からない」「役所の説明や対応に納得がいかない」「どこに相談してよいか分からない」「制度や仕組みが分からない」など、お気軽にご相談ください。

- 10月の行政相談日
 - 21日(火) 阿波健康福祉センター
(担当: 岡島 義廣さん)
 - 14日(火) 市場総合福祉センター
(担当: 竹中 陽子さん)
 - 20日(月) 土成保健センター
(担当: 光永 篤二さん)
 - 28日(火) 吉野地域福祉センター
(担当: 河田 啓子さん)
- 時間はすべて午後1時30分～午後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 0883(3)5511

お元気ですか？ 阿波病院です。

～糖尿病専門医が2名体制になりました～

市場町市場岸ノ下 Tel.0883 (36) 5151

阿波病院 糖尿病教育検討委員会

三原 ゆり(管理栄養士)

阿波病院では、西村典三医師と8月から佐藤敬医師が着任し、2名の糖尿病専門医が診療しています。

新聞やニュースなどで報道され、ご存知と思われるですが、平成25年の人口10万人に対する糖尿病による死亡率を都道府県別にみると、徳島県が17.6人と全国平均11.0人を大きく上回っており、依然として糖尿病死亡率が全国1位と発表されました。平成20年の結果ではありましたが、阿波市の糖尿病死亡率はさらに大きく上回る32.5人と報告されています。

まず、初めに病気を知らず、基礎知識を紹介し、糖尿病とはインスリンというホルモンの作用が低下したため、体内に取り入れられなかった栄養素がうまく利用されず、血液中のブドウ糖(血糖)が多くなっている状態です。膵臓からインスリンの分泌不足による場合と肥満などによるインスリンの作用(効果)が出にくい場合があります。※インスリンとは血糖値を下げるホルモンのことです。

1、糖尿病の症状

成人に多い糖尿病(2型糖尿病)では多くの場合が、無自覚・無症状で始まります。この無症状の時期に発見することが重要です。糖尿病がひどくなると口渇、多尿、多飲、空腹、体重減少、疲れやすいなどの症状が出ます。

時には意識障害(糖尿病昏睡)となることもあります。

2、糖尿病が疑われる場合

- ・ 早朝空腹時の血糖値が110mg/dl以上の場合
- ・ 食後2時間の血糖値が140mg/dl以上の場合

3、糖尿病の診断

- ① 空腹時血糖値が126mg/dl以上、ブドウ糖負荷試験2時間値200mg/dl以上または食後血糖値200mg/dl以上のいずれかがある場合。
- ② HbA1cが6.5%以上の場合

①が2回、または①+②が確認されれば、糖尿病であると診断されます。

4、1型糖尿病と2型糖尿病について

1型糖尿病は比較的急激に発症することが多く、日本人の糖尿病患者さんのうちの5%が1型と言われています。2型の糖尿病は一般に徐々に血糖があがり、無症状の時期が長い糖尿病です。日本人の糖尿病患者さんのうち、95%が2型糖尿病です。

糖尿病治療目標は、生涯にわたって血糖、体重、血圧、血清脂質の良好なコントロール状態を維持することで、糖尿病合併症(網膜症、腎症、神経障害)や動脈硬化症(心筋梗塞、脳梗塞、足壊疽)を予防し、健康な人と同様に活動的な日常生活や充実した人生をおく、寿命をまっとうできるようにすることです。食事療法をはじめとした治療が適切に行われれば、糖尿病合併症や動脈硬化症の発症や進行を防

ぐことが可能となります。糖尿病と診断された方は早期から良好な血糖値を維持することが重要です。

阿波病院には現在、糖尿病専門医2名、日本糖尿病療養指導士の看護師3名・薬剤師1名・管理栄養士2名、徳島県糖尿病療養指導士の看護師1名・臨床検査技師1名が認定されています。

糖尿病の正しい知識、治療方法を修得するために糖尿病教室や短期間の教育入院をチーム医療の一つとして実施しています。その他、フットケア指導士によるフットケア外来や在宅療養指導を看護師、栄養指導・食事相談を管理栄養士が行っています。

糖尿病患者さんが適切な治療と指導により、糖尿病と上手に付き合ひ、より良い日常生活が送れるように支援したいと思えます。

(糖尿病治療の目標は、糖尿病食事療法のための食品交換表第7版 抜粋)



にしむらのりみ 西村典三先生
さとう けい 佐藤 敬先生

いちば名物 第410回

やねこじき

10月11日(土)～13日(月・祝)



開催場所：市場町筋商店街周辺

※投票用紙、スタンプラリー票はスーパー竹虎に設置しています

400年以上続く伝統行事 「やねこじき」を今年も開催します

その昔、蜂須賀公を歓迎するために飾られた「やねこじき」。今年も市内外から出展された作品が市場町筋商店街を中心に展示されます。11日・12日に来場された方は一般審査員としてお気に入りの作品に投票ができます。投票していただいた方には抽選で、総額10万円相当の素敵な景品が当たるチャンスが☆☆☆

お菓子やジュースなどがもらえるスタンプラリーもあります。皆さまのご来場をお待ちしております。楽しい秋の日をお過ごしください。

【問い合わせ先】阿波市商工会

Tel.0883(36)5157



不妊(避妊・去勢)手術のすすめ

捨てられた子犬や子猫の運命は悲惨です

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。

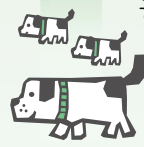
手術は、比較的簡単な手術で、技術の進歩した今日では、苦痛や危険性も少なくなりました。手術に伴う苦痛より、生まれた子犬や子猫を捨てたり、処分したりする方が、犬や猫にとっても、また飼い主にとってもより大きな苦痛であり、不幸なことです。

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。

犬、猫の不妊(避妊・去勢)手術の助成制度

(社)徳島県獣医師会では、犬、猫の不妊手術を推奨し、係る手術費用の一部を助成しています。

応募要領



1 対象

徳島県内在住の犬・猫を飼育されている方。犬は、飼い犬の登録と平成26年度の(社)徳島県獣医師会が行う狂犬病予防注射が実施されていること。

2 助成額(予定頭数)

1頭 5千円(29頭)

3 申し込み方法

官製往復はがきで、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26年10月1日から10月31日まで(必着)

6 申込先

〒770-08007 徳島市新浜本町2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26年11月15日から平成27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。

9 注意

手術料から5千円を差し引いた額を、動物病院でお支払いください(手術手数料は病院によって異なります)。
★動物病院に連絡をせず、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(663)6607 環境衛生課(阿波) Tel.0883(35)7803

犬の飼い主のみなさまへ

愛犬の登録と、狂犬病予防注射はお済みですか?

平成26年度狂犬病予防注射(補正注射)と飼い犬の登録を、次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、お近くの実施場所へ注射を受けてください。
(平成26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できていない飼い犬は、登録と狂犬病予防注射が必要です。



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16日(木)	AM 9:30~10:00	吉野中央ふれあいセンター
	10:10~10:40	吉野保健センター
	10:50~11:20	JA板野郡農協柿島集荷場北
土成町 10月16日(木)	PM 1:10~1:40	御所小学校前
	1:50~2:20	土成図書館前
	2:30~3:00	スマイルショップモリ前
市場町 10月17日(金)	AM 9:30~10:00	八幡公民館
	10:10~10:40	阿波市役所 市場支所
	10:50~11:20	大保公民館
阿波町 10月17日(金)	PM 1:10~1:40	久勝公民館
	1:50~2:20	阿波市役所 本庁
	2:30~3:00	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ときは、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)7803

災害に遭われた方に県税の特例措置があります

台風などの災害に遭われ、本人の所有する資産などに損害を受けた方で、一定の条件を満たす場合に「**県税の減免措置**」が受けられます。

また、災害によって期限までに申告や納税などができない場合の「**申告等の期限の延長措置**」と、本人の所有する資産などに損害を受けた場合の「**納税の猶予措置**」が設けられています。

これらの制度の内容や、手続きなどの詳しいことは、東部県税局(吉野川庁舎)へおたずねください。

※災害とは、台風などによる風水害や震災、また、火災などの人為的な災害で自己の意思によらないものも含まれます。

減免

災害により、住宅、事業用資産、自動車などの資産などに損害を受け、一定の要件を満たす場合には、納税者の申請により、次の税目が軽減または免除されます。

〔個人事業税〕

●対象年度
被害を受けた日の属する年度分の個人事業税が対象になります。

●適用年度

本人の所有に係る事業若しくは業務の用に供する資産、住宅または家財につき生じた損害金額が当該資産などの価格2分の1以上であり、被害を受けた年分の合計所得金額が一千万円以下であると認められる方。

ただし、損害金額が当該資産等の価格の2分の1未満であっても、被害が多大であると認められる方に対しては特例がありますので、東部県税局(吉野川庁舎)へお問い合わせください。

〔自動車税〕

●対象年度
被害を受けた日以後に納期の到来する自動車

車税が対象になります。

●適用要件

本人の所有する自動車、災害によって相当の修繕を要する場合に適用されます。

普通自動車 修繕費が4万円以上
小型自動車 修繕費が2万円以上

〔不動産取得税〕

●適用要件

不動産の取得の日から6カ月以内に災害により当該不動産が滅失または損壊したとき、災害により滅失または損壊した不動産に代わるものと知事が認める不動産を当該滅失または損壊した日から3年以内に取得したとき。

※自動車取得税及び軽油引取税についても、一定の要件に該当すれば、減免される場合があります。詳しくは東部県税局(吉野川庁舎)へおたずねください。

申告などの期限の延長

災害により、期限までに申告や納税ができないときは、納税者の申請により、その理由がやんだ日から2カ月以内に限り(税目により30日以内)期限が延長されます。

納税の猶予

災害によって本人の所有する資産などが損害を受け、一度に税金を納めることができないときは、納税者の申請により、1年以内に限り(事情により2年以内)納税が猶予されます。

災害による県税の特例措置についてのおたずねは

東部県税局(吉野川庁舎)

Tel 0808(641)2333

東部県税局(自動車税庁舎)

Tel 0808(641)2333

傾聴ボランティア・相談員養成講座を受けてみませんか?

「分からせようとするのではなく、解ろうとすることが大切。聴くことは、解ろうとすること」

この講座では、単なる話を学ぶのではなく、自己成長による優しさ、温かさ、誠実さなどの「人間力」や、より良い人間関係で得られる「人間成長とカウンセリング」について学びます。人は人によって傷つき、人によって癒されます。講座の前期は「人間成長とカウンセリング」について「傾聴ボランティア」の素晴らしい役割、後期はカウンセリングスキルと相談奉仕活動に関する諸問題に必要な、具体的な課題を学びます。

●県央コース

柿原公民館

(河波市吉野町柿原字ヒロナカ256-2)

研修日 毎週火曜日(祝祭日を除く)

午後1時30分～午後4時

●藍住コース

藍住町役場4階コミュニティセンター

(板野郡藍住町奥野字矢上前52-1)

研修日 毎週月曜日(祝祭日を除く)

午後1時30分～午後4時

●徳島コース

本部(希望館)

(徳島市昭和町7丁目40-6)

研修日 毎週水曜日(祝祭日を除く)

昼の部 午後1時30分～午後4時

夜の部 午後6時30分～午後9時

●通信コース

遠隔地で参加できにくい方や成長カウンセリングを学びたい方のためのコースです。

●研修日・期間

研修期間は1年間(41回)

講座最初は11月3週から始まりですが、いつ、どこからでも参加でき、一巡することが出来ます。

●受講料

3万円

(1年間・41回分 6万円のうち、半額公費補助。受講料の途中返還はありません)

【申し込み・問い合わせ先】

この希望(社団法人徳島県自殺予防協会)

Tel 0808(652)6171

阿波市地域包括支援センターです

暮らしのお知らせ

腎臓・心臓・脳を守るために～自分の本当の血圧を知りましょう～

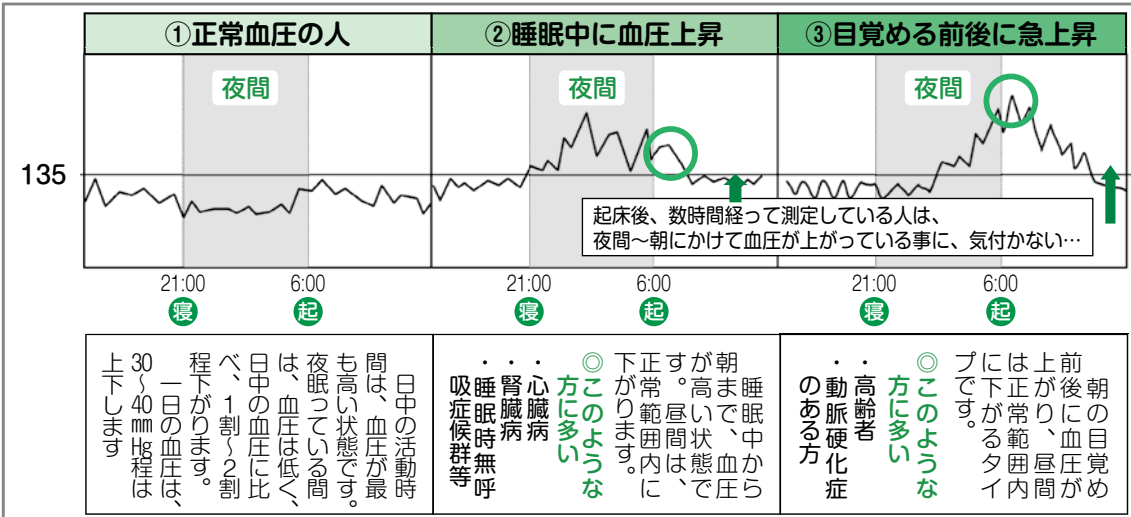
介護保険を申請されている方に、高血圧で治療されている方が多くいます。アンケート（※）によると、要介護認定者の約46%が高血圧で治療されています。高血圧は、高齢者に限ることではありません。40歳から75歳までを対象とした国保特定健診では、約23%の方が、高血圧の治療が必要でした。（H24年度）

血圧が上がると、因は、たくさんあります。また、血圧の基準は、年齢や、糖尿病、心筋梗塞、腎臓病などの病気の有無などによって、一人一人違います。

みなさんは、一日のうちでいつ頃血圧を測定していますか？

実は、測定の間はとも大切ですよ。なぜでしょう？ まず下の表をご覧ください。

※平成25年度 阿波市介護保険計画策定に関する調査



血圧は一回の測定では判断できません

朝の目覚め前後に血圧が上がり、昼間は正常範囲内です。

◎このような方に多い
・高齢者
・動脈硬化症のある方

睡眠中から朝まで、血圧が高い状態です。昼間は正常範囲内に下がります。

◎このような方に多い
・心臓病
・腎臓病
・睡眠時無呼吸症候群等

日中の活動時間は、血圧が最も高い状態です。夜眠っている間は、血圧は低く、日中の血圧に比べ、1割～2割程下がります。

一日の血圧は、30～40mmHg程は上下します。

このように、血圧の変動にはタイプがあります。（部掲載）

もし、②や③のタイプの方が、午前10時頃～日中測定している場合、夜間から起床時にかけて血圧が上がっていることを見逃してしまいます。

また、「白衣性高血圧」といい、「家で測ると正常値なのに、病院で測ると高い」タイプの方もいます。

脳や腎臓は、シャープペンや髪の毛の細さ程度の血管がたくさんある臓器です。そのため、高血圧に特に弱いのが、脳と腎臓です。

血圧を家庭で正しく測り、自分の本当の血圧を知ることが、脳梗塞や透析、認知症の予防、介護予防につながっていきます。

◎記録して、必ず主治医に見てもらってください。

- ◎測定のタイミング◎
- 一日2回(朝・夜)測る
- 夜**
 - ・寝る直前
 - ・入浴や飲酒の直後はさける
 - 朝**
 - ・起床後1時間以内
 - ・トイレに行った後
 - ・朝ごはんの前
 - ・薬を飲む前
 - (4つ共々)

【問い合わせ先】阿波市地域包括支援センター(市場) TEL.0883(36)6543 FAX.0883(26)6054

第10回 阿波市社会福祉大会のご案内

日 時 平成26年10月25日(土)
午前9時30分 開会
土成農業者トレーニングセンター

大会内容

★表彰 彰：社会福祉事業に従事され、功績のある方に表彰・感謝状贈呈

★お祝い：ダイヤモンド婚 (婚姻年数60年で申請いただいたご夫妻)
金婚 (婚姻年数50年で申請いただいたご夫妻)

★記念講演 参加無料
午前11時～12時30分
一般の方の参加もお待ちしております。
記念講演からの入場も可能です。

演 題 「介護の一步は思ひやり」
～笑つと楽しくなる～

講 師 フリーアナウンサー ベジアナ 小谷あゆみ氏

～皆さまお誘い合わせのうえ、是非お越しください～

【問い合わせ先】阿波市社会福祉協議会
Tel.0883(36)5511

心のリフォーム学級 開催中

市では「心のリフォーム学級」を開催しています。毎回、さまざまな話題で、心をいやします。10月は黒川 健さんをお招きして「人権問題(身分制度の間で生きる)」についてお話をさせていただきます。日程は次のとおりです。

2日(木)阿波久勝公民館
9日(木)市場公民館
16日(木)土成歴史館
22日(水)吉野コミュニティセンター

※時間は全て午後2時から午後3時30分です。皆さまのご参加をお待ちしています。

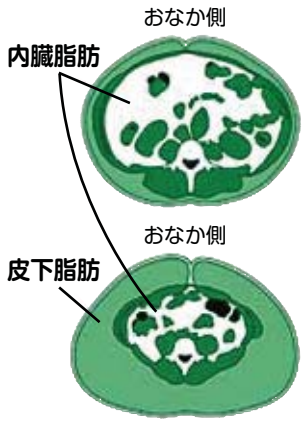
【問い合わせ先】社会教育課(吉野)
Tel.0888(696)39968

シリーズ① 特定健診でわかる「内臓脂肪の蓄積」とは？

「内臓脂肪」はどこにあるのでしょうか？
内臓のまわりについた脂肪を「内臓脂肪」と言います。



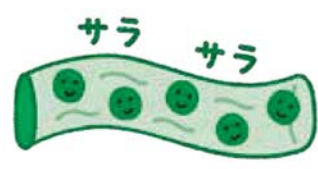
内臓脂肪の蓄積はどう判断するの？
お腹周りには、内臓脂肪と皮下脂肪がついています。腹部をCTで撮影すると、左図のようになります。内臓脂肪型肥満の図では、内臓脂肪の面積が大きいことがわかります。健診では腹囲(お腹周り)を測定し、男性85cm以上、女性90cm以上であると、内臓脂肪が100cm²以上蓄積した状態と判断します。



なぜ内臓脂肪の蓄積の判断が重要なのでしょうか？
脂肪細胞は、エネルギーを貯蔵することや脂質やブドウ糖などの代謝を調節する物質を分泌しています。

【問い合わせ先】
健康推進課(市場) TEL0088(621)688-15
国保医療課(阿波) TEL0088(625)7805

内臓脂肪の蓄積は、皮下脂肪よりこの調節機能を低下させ、しかも「血糖」や「血圧」などを高くするような物質を分泌して、生活習慣病を引き起こす要因となることわかっていきます。



どうすれば解消できるのでしょうか？
内臓脂肪の蓄積する原因は、食事の摂取量が運動の消費量より多くなることです。普段の生活を少し変えることで、解消できます。

野菜やきのこ類などの料理を一品加えましょう。その分、菓子パン、油物、間食、ジュースなど摂り過ぎているものを控えましょう。
●運動習慣がない方は、10分程度のウォーキングなどから始めてみましょう！

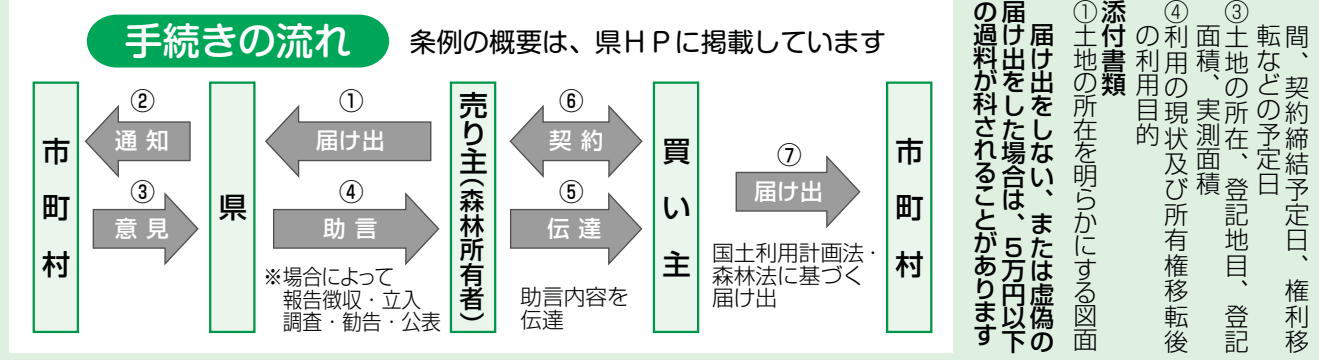
特定健診を活用して、自分の身体の状態を知りましょう。

【問い合わせ先】
健康推進課(市場) TEL0088(621)688-15
国保医療課(阿波) TEL0088(625)7805

森林所有者の皆さまへ 徳島県からのお知らせ

11月から 売買などにより権利を移転する場合の 事前届出制度 が始まります。

事前届出制度の概要
届け出が必要な契約
森林の売買、贈与、交換、地上権設定、地役権設定、賃借権設定、使用貸借の権利設定(相続は対象外です)
〔届出者〕
森林の土地所有者など土地に関する権利を有する方
〔対象地域〕
知事が指定する「森林管理重点地域」内の森林の土地(大字単位)
〔森林管理重点地域〕
第3種地域
土成町 浦池、高尾、土成、宮川内、吉田
市場町 犬墓、大影、大俣、尾開、上喜来、日開谷
阿波町 伊沢谷東縁、糸下、大久保、柏谷左右、亀底、北内谷南、北久保、北山、寒風、立割、天西山、棚ヶ窪、中長峰、廿町、東長峰、引地、広野、真重、明地谷
(1ha以上の取引が対象)
「森林管理重点地域」は、平成26年10月1日に指定案を告示する予定。
〔届出期日〕
契約を締結しようとする90日前まで(第3種地域)
〔届出先〕
知事(東部農林水産局吉野川庁舎林務担当に提出)



詳しくは、県庁林業戦略課 TEL088(621)2447 までお問い合わせください。

暮らしのお知らせ



65歳以上(1号被保険者)の方は

介護や支援が必要であると「認定」を受けた場合に、介護サービス・介護予防サービスを利用できます。

介護保険の保険証

- 1人に1枚ずつ保険証が交付されます。
- 65歳になる月に交付されます。
- 保険証が必要なとき
 - ・ 要介護認定を申請するとき
 - ・ サービスを利用するとき など

加入者 (被保険者)

年齢で2つの被保険者に
分かります



40~64歳(2号被保険者)の方は

老化に起因する一定の疾病(特定疾病)が原因で「要介護認定」を受けた場合に、介護サービス・介護予防サービスを利用できます。(医療保険に加入している方)

介護保険で対象となる病気(特定疾病)には、下記の16種類が指定されています。

- | | |
|---------------------------------|------------|
| ● 筋萎縮性側索硬化症 | ● 後縦靭帯骨化症 |
| ● 骨折を伴う骨粗しょう症 | ● 多系統萎縮症 |
| ● 初老期における認知症 | ● 脊髄小脳変性症 |
| ● 脊柱管狭窄症 | ● 早老症 |
| ● 脳血管疾患(外傷性を除く) | ● 閉塞性動脈硬化症 |
| ● 関節リウマチ | ● 末期がん |
| ● 慢性閉塞性肺疾患 | |
| ● 両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症 | |
| ● 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症 | |
| ● 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症およびパーキンソン病 | |

◆ **介護保険料の使われ方**
 介護や支援を必要とする方が受けた費用の1割を利用者が負担し、残りの9割を保険料と公費で賄っています。介護が必要となった方が、必要なサービスをきちんと使えるようにするためにも、できる限り多くの方が健康な生活を送り、介護サービスを利用せずに済むことも大切です。

65歳以上の4.8人に1人が認定者

平成26年6月末
 認定者数：2,569人
 (1号被保険者)
 認定率： 20.9%

サービスを利用できる人は1号被保険者(65歳以上)で要支援、要介護の認定を受けた方と2号被保険者で特定疾病で要支援、要介護認定を受けた方です。65歳以上の方の内、認定を受けている人は約20.9%、約5人に1人が認定を受けてサービスを利用しています。

◆ **要介護認定率**

3.2人に1人(65歳以上)

平成26年7月末
 総人口：39,917人
 65歳以上：12,292人
 高齢化率： 30.8%

10年後

2.7人に1人(65歳以上)

平成37年推計値
 総人口：34,584人
 65歳以上：12,766人
 高齢化率： 36.9%

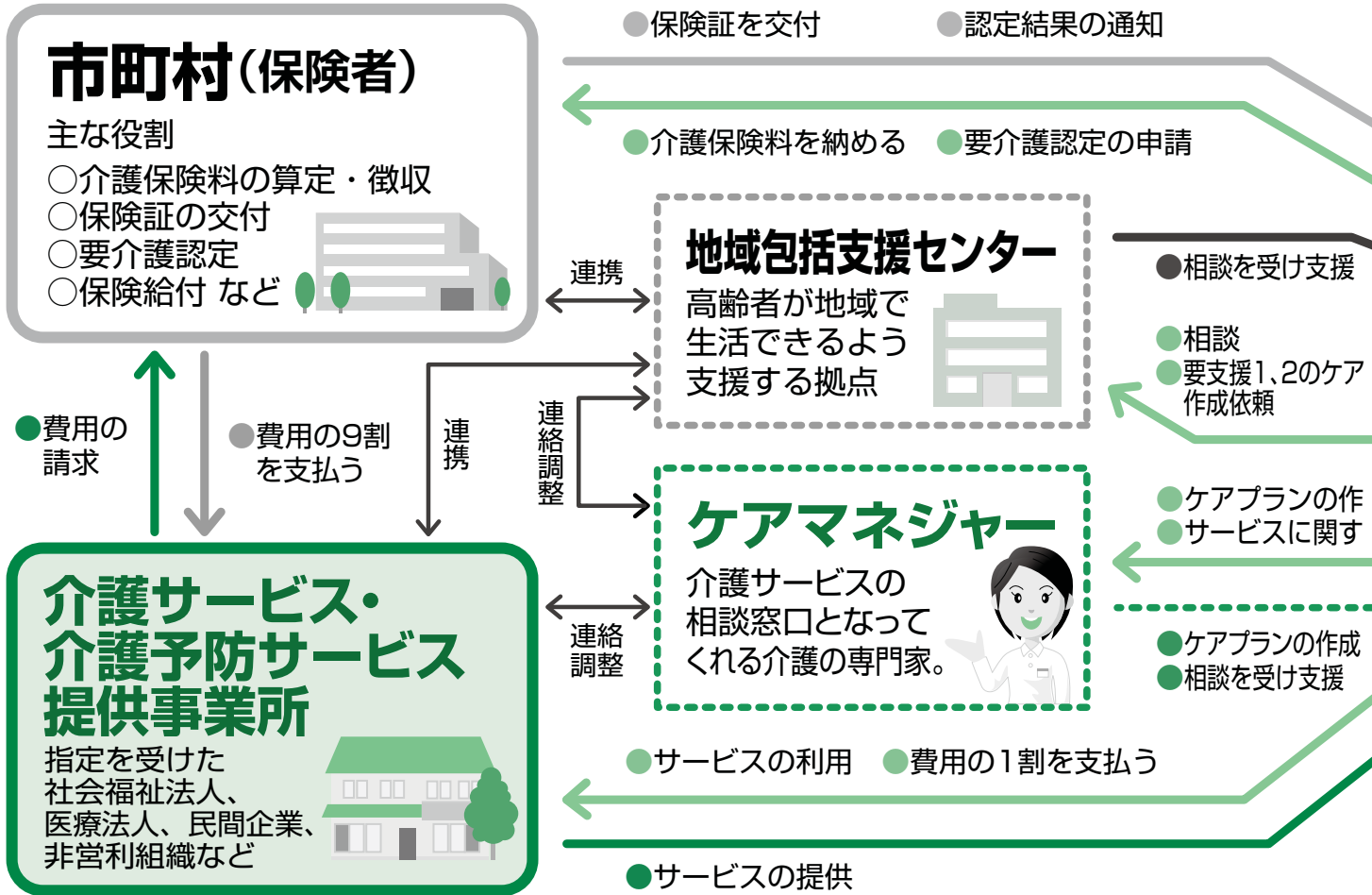
阿波市介護保険の現状

介護保険制度 シリーズ②

しくみと加入者

住み慣れた地域でいつまでも元気に

介護保険は市町村が運営し、40歳以上の方が加入しています。地域包括支援センターが中核となって、高齢者の暮らしを地域ぐるみで支える制度です。



【問い合わせ先】介護保険課 TEL 08003(3)6(6)814

利用の多いサービスの主な内容

居宅(予防介護)サービス

自宅に居ながら利用できる介護サービスのことです。
 ○訪問サービス ○通所サービス ○短期入所サービス
 ○福祉用具・住宅改修サービス ○特定施設入居者生活介護
 ○介護予防支援・居宅介護支援

地域密着型(介護予防)サービス

高齢者が馴染みのある環境・地域で、きめ細かく配慮されたサービスの提供を受けることができるよう創設された介護保険のサービス体系です。原則として事業所が所在する市町村にお住まいの方が利用できます。

○認知症対応型通所介護 ○小規模多機能型居宅介護
 ○認知症対応型共同生活介護 など

施設介護サービス

特別養護老人ホームなどに入所している方が利用する介護サービスのことです。

○介護老人福祉施設 ○介護老人保健施設
 ○介護療養型医療施設

平成25年度 給付費の実績

	金額(円)
居宅(介護予防)サービス	1,695,045,374
地域密着型(介護予防)サービス	547,323,912
施設介護サービス	1,407,568,201
特定入所者介護(予防)サービス費	153,203,762
高額介護(介護予防)サービス費	85,337,041
高額医療合算介護(予防)サービス費	5,799,056
審査支払手数料	5,400,275
給付費合計	3,899,677,621

高齢に伴い、介護が必要となることは自然なことではあります。健康であることは生活の質を高め、いつまでも自分らしく生きるために大きなポイントとなります。みなさんからいただく介護保険料は、元気な方が介護状態になることを予防するために使われています。いつまでも健康でいきいきとした生活を送りましょう。

暮らしのお知らせ

阿波市以外のお知らせ

第33回徳島矯正展

徳島刑務所では、受刑者の一日も早い更生復帰を目指し、技術の習得に努めています。真心を入れて制作した刑務所作業製品の展示販売ほか、一般社会の皆さまに矯正行政をご理解いただくため「第33回徳島矯正展」を開催します。

●**日時** 10月18日(土)午前9時～
●**ところ** 徳島刑務所(駐車場約300台有)
●**内容** 所内参観など各種イベント・コンピュータによる性格検査・受刑者の文芸作品などの展示

【問い合わせ先】徳島刑務所企画部門 TEL0888(644)0114

公開講座のご案内

「今日から始める認知症予防」

認知症は、誰もが発症する可能性のある病気です。東徳島医療センター附属看護学校では、認知症予防に効果的な体操や、知っておくと役立つ知識についての講座を開催します。参加は無料ですが、10月17日までに事前申し込みが必要です。

また、当日は学生寮を同時に開催し、バザー・健康チェック・お茶会・模擬店・学習成果の発表などを催します。ぜひ、お越しください。

●**日時** 10月24日(金) 午前11時～正午
●**場所** 東徳島医療センター附属看護学校 第2教室
●**講師** 看護学校 教員 牧本 千代・西村 麻紀
【申込・問い合わせ先】東徳島医療センター附属看護学校 (板野郡板野町大寺字大向北一丁目) TEL0888(672)45034

JICA協力隊員・ボランティア募集

JICAでは「青年海外協力隊」「日系社会青年海外ボランティア」「シニア海外ボランティア」「日系社会シニア・ボランティア」の平成26年度募集を行います。

●**募集説明会** 10月5日(日)・18日(土)午後1時半からTOP1A(徳島県国際交流協会)で実施。詳細はホームページをご覧ください。
【問い合わせ先】JICA四国 TEL0897(882)8824

自賠責があなたと家族を守ります

昨年の交通事故発生件数は約63万件、死者数は約79万人です。誰もが被害者にも加害者にもなり得る深刻な状況です。自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、原動機自転車を含む全ての自動車は加入しなくてはなりません。有効期限切れや、かけ忘れに注意ください。

【問い合わせ先】四国運輸局徳島運輸支局 TEL0888(641)4811

職業訓練生を募集

県立西部テクノスクールでは、緊急離職者職業訓練対策事業として次の委託訓練を実施します。ごちやも定員は15名(うち一名は母子家庭の母なご)です。

●**訓練期間** 平成26年11月19日～平成27年2月18日

●**申込期間** 10月23日(木)まで
●**受講料** 無料(教材費など9,104円は自己負担)
●**介護初任者研修科**

●**訓練期間** 平成26年12月2日～平成27年2月27日
●**申込期間** 11月4日(木)まで
●**受講料** 無料(教材費など約2万円は自己負担)

【申込・問い合わせ先】県立西部テクノスクール TEL0888(633)3067

就職力アップセミナー

●**日時** 10月8日・22日・11月12日・26日・12月3日・17日 午後1時30分～4時
●**ところ** 徳島駅前クレメントプラザ5階
●**内容** 履歴書の書き方、ビジネススマナー、模擬面接など(受講料無料・前日までにご予約ください)

●**対象者** 45歳未満の若年求職者
【問い合わせ先】徳島県若年者就職サポートセンター TEL0888(902)1188

10月は「里親を求める運動」月間です

親の病気などさまざまな事情で、保護者のもとで幸せに育つことができない子どもを自分の家庭に迎え、愛情をかけて養育して下さる里親を募集しています。詳しくは左記へお問い合わせください。

【問い合わせ先】徳島県子ども女性相談センター(西部) TEL0888(633)3110

「元氣高齢者」登録・顕彰の募集について

徳島県では、高齢者の方で健康づくりなどに積極的に取り組まれている方を「元氣高齢者」として、毎年、登録・顕彰しています。元氣度・自信のある高齢者の方は、ふるってご応募ください。

●**応募資格** ①県内に在住する65歳以上の方 ②要介護・要支援認定を受けられていない方 ③氏名・年齢を公表できる方 ④これまでに「元氣高齢者」として顕彰を受けられていない方
●**応募期限** 10月20日(月)
●**応募用紙**は、県庁、社会福祉課(市場)、市民課(阿波)、吉野・土成地域課で配布しています。

【問い合わせ先】徳島県長寿保険課 TEL0888(621)2174

出張労働相談会

解雇・賃金未払い・配転など、雇用のトラブルご相談ください(相談無料)。
10月は「個別労働関係紛争処理制度周知月間」です。徳島県労働委員会では、出張労働相談会を開催します。

●**日時** 10月26日(日) 午後1時～4時(受付) 午後0時45分～3時30分
●**ところ** うだつアリーナ2F(美馬市脇町新町196)
※10月24日まで事前予約をお受けします。

【問い合わせ先】徳島県労働委員会(県庁11階) TEL0888(621)32334

徳島航空基地開隊56周年記念事業のご案内

海上自衛隊徳島教育航空群では、徳島航空基地開隊56周年記念事業として徳島航空基地の公開をします。

●**日時** 10月4日(土) 午前9時～午後3時
●**ところ** 海上自衛隊徳島教育航空群(松茂町)

●**内容** ①開隊56周年記念式典(ファンシードリルなど) ②編成飛行 ③飛行展示 ④航空機地上展示 ⑤シミュレーター体験飛行 ほか
【問い合わせ先】海上自衛隊徳島教育航空群司令部広報室 TEL0888(609)5111

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。皆さま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。皆さまのいっそうのご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会 TEL0888(336)5511

市民が企画

どなたでも参加できます [参加無料]

●10月16日(木)13時30分 市場公民館
「地代・家賃のトラブルについてのお話」
講師 徳島地方務局供託課 佐藤 典明 課長

●10月18日(土)10時 市場図書館
「FP人生90年代の生涯設計とマネープラン」
講師 FFPの倭 和代 氏

【連絡先】二條 TEL090(2786)0833

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 ・平成26年第2回阿波市議会 ・テレビミュージアム ・マンスリーニュース(9月)	30お花大好き! シネマ☆クロス等	30ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
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)		
11	00 文字放送		
午後	30 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 ・平成26年第2回阿波市議会 ・テレビミュージアム ・マンスリーニュース(9月)	00お花大好き! シネマ☆クロス等	00ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
2	00 阿波踊り体操(ロコモティブシンドローム編) 30 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)		
5	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 週刊あわのかわらばん	
6	00 文字放送～ 30 サイエンスチャンネル		
7	00 文字放送		
8	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・平成26年第2回阿波市議会 ・テレビミュージアム ・マンスリーニュース(9月)	30お花大好き! シネマ☆クロス等	30ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
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 阿波市民憲章、阿波踊り体操(寝たまま編)		
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 TEL088(695)5350

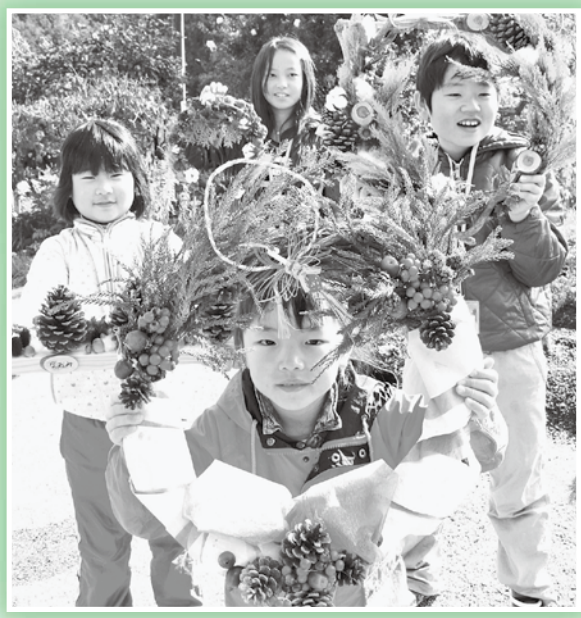
暮らしのお知らせ

阿波市ケーブルネットワーク 広告放送募集中

阿波市ケーブルネットワークでは、広告放送を募集しています。
事業者または個人を問いませんので、ご応募をお待ちしております。詳しくは、下記までお問合せください。
問い合わせ先：阿波市ケーブルネットワーク
TEL 088 (695) 5350

親子で植樹体験 & 木エクラフト

～みどりの募金「市町村等緑化交付金事業」～



親子で一緒に植樹・木エクラフトをしませんか?
森林への理解を深めてみませんか?
開催日時 11月9日(日)
午前8時30分～午後1時
集合場所 旧市場町大影小学校
対象者 阿波市在住の小学生と保護者40名程度
参加費 無料
持参物 室内用シューズまたはスリッパ・飲料
参加ご希望の方は左記まで電話でお申し込みください(午前8時15分～午後5時15分まで。土日・祝日を除きます)。
受付は先着順とし、定員になり次第締め切ります。雨天の場合は木エクラフトのみ行います。
傷害保険に加入します。
【申込・問い合わせ先】
阿波市緑と森づくり委員会事務局(農地整備課内)
TEL 0883(35)4160

国民年金保険料の追納制度をご存じですか？

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合に、申請により保険料の全額または一部が免除される「申請免除制度」や、30歳未満の方を対象とした「若年者納付猶予制度」、また学生の方を対象とした「学生納付特例制度」があります。

これらの保険料免除や納付猶予などの承認を受けた期間は、年金を受け取るために必要な受給資格期間に算入されますが、受け取る年金額は保険料を全額納付した場合より少なくなりま

す。このため、これらの期間は10年以内であれば、あとから保険料を納付すること（追納）ができるようになっており、将来受け取る年金額を増額するためにも、追納することをお勧めします。

なお、保険料の免除や納付猶予などの承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

平成26年度中に追納する場合の保険料額（月額）

	全額免除 若年者納付猶予 学生納付特例	3/4免除	半額免除	1/4免除		全額免除 若年者納付猶予 学生納付特例	3/4免除	半額免除	1/4免除
平成16年度	14,750円		7,370円		平成21年度	15,070円	11,300円	7,540円	3,760円
平成17年度	14,790円		7,390円		平成22年度	15,340円	11,500円	7,670円	3,830円
平成18年度	14,840円	11,130円	7,420円	3,710円	平成23年度	15,130円	11,340円	7,560円	3,780円
平成19年度	14,880円	11,150円	7,440円	3,710円	平成24年度	14,980円	11,230円	7,490円	3,740円
平成20年度	15,000円	11,250円	7,500円	3,750円	平成25年度	15,040円	11,280円	7,520円	3,760円

※平成26年度中に追納する場合、平成24年度、25年度分については、加算はありません。

※追納ができるのは追納が承認された月の前10年以内の免除などの期間に限られています。

（例えば、平成16年10月分は平成26年10月末まで）

※追納が承認された期間のうち、**原則古い期間から**納付していただきます。

●**手続きは？**

追納を行う場合は、申し込みが必要です。

年金事務所まで申し込みをいただく場合は、承認を受けたうえで納付書をお渡し、お支払いいただけます（口座振替などはできません）。

市民課・各支所地域課で申し込みをいただく場合は、後日、年金事務所より納付書が送られます。

【問い合わせ先】

徳島北年金事務所
国民年金課
TEL 0888
(655)0911
市民課(阿波)
TEL 08833
(35)7800

農振除外等の申請手続き

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)に利用しようとする場合には、農用地区域から除外(農振除外申請)する手続きが必要です。(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手続きのご質問は、左記までお問い合わせください。

◆ **申請の受付期間** ◆
平成26年10月1日(水)から
平成26年10月31日(金)まで

※除外など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。阿波市の除外等手続きの受付時期は、4月と10月の年2回となります。

【書類提出・問い合わせ先】
農業振興課(阿波) TEL 08833(35)4113

市場高齢者共同生活施設の入居者募集

旧市場町日開谷小学校を改修した、高齢者向けの住宅です。部屋は冷暖房完備・バリアフリー仕様で、安心して生活できる居住環境です。

○ **所在地** 阿波市市場町日開谷字野田原25番地

○ **募集室数** 1室

○ **家賃** 月1万円
(別途、入居時に敷金3万円が必要)

○ **申込期間** 10月1日(水)～10月15日(水)
(土・日・祝日を除く)

○ **申し込みできる方**

おおむね65歳以上の自立者で、独居世帯またはその同居者が配偶者若しくは高齢者であり、世帯の年間所得が130万円以下である方

○ **必要書類**

入居申込書(連帯保証人2名必要)、課税証明書、納税証明書、住民票謄本、その他必要書類

詳しくは、

社会福祉課(市場) TEL 08833(36)6811
までお問い合わせください。

阿波市制施行10周年記念事業



阿波市制施行10周年記念

市民提案事業 「あわ夢プロジェクト」 補助金募集

補助金募集

阿波市は、平成27年4月1日に市制施行10周年を迎えます。

この市制施行10周年という記念すべき節目を迎えるにあたり、市民の豊かな発想による魅力的なまちづくりを推進するとともに、その成果や効果が今後の本市の更なる飛躍に繋がる市民主催の提案事業に対し、1事業あたり50万円を限度として阿波市制施行10周年記念市民提案事業「あわ夢プロジェクト」補助金を交付します。

補助対象者

活動拠点が市内にあり、構成員の過半数が市内に在住、在勤又は在学している団体とします。

補助対象事業

基本コンセプトに即した事業

- ① 阿波市制施行10周年記念事業実施方針に即した事業
- ② 本市の特色を生かし、その魅力を高めることとなる事業
- ③ 市内のみならず市外や全国との連携交流を促進する事業
- ④ にぎわいの創出による交流人口の増加、地域の活性化に資する事業

平成27年4月1日から平成28年3月31日までに実施する事業

● 補助金対象事業は最大10事業
● 市制施行10周年を記念する新たな事業や既存事業を拡充して行う部分について対象とします。

補助対象経費

対象事業費は1事業につき50万円を限度として、補助対象経費から事業で得た収入を控除した額をその額が30万円を超えるときは、その超えた額に5分の4を乗じて得た額に、30万円を加算した額)以内の額を補助します。*ただし、人件費・食糧費等の経費は対象外とします。

募集期間

平成26年10月1日(水)から平成26年10月31日(金)まで

補助金交付までの流れ

事業の申請

10月1日～10月31日
(応募申請)

- 条件を確認し、以下の書類を提出してください。
- ① 交付申請書
 - ② 事業計画書
 - ③ 収支予算書
 - ④ 団体概要書
 - ⑤ その他

一次審査

書類審査
11月上旬

書類審査が行われ、全申請者に対し一次審査の結果が送付されます。

二次審査

プレゼンテーション審査
11月中旬

一次審査通過事業は、実行委員会でのプレゼンテーションによる二次審査に進みます。応募した事業について10分間でPRをしてください。
*二次審査に参加できない場合は不合格とします。

最終結果

12月中旬

実行委員会による審査や市の事業との調整などを経て、すべての二次審査参加者に対し結果と事業承認通知書が送付されます。

事業の実施

(補助金交付申請等)
平成27年度

交付申請書及び必要書類を提出し、事業を実施してください。事業内容が変わった場合や事業を中止する場合は、計画変更等の手続きが必要です。
① 変更承認申請書 ② 廃止承認申請書

補助金請求

事業実績報告
平成28年3月31日まで
(事業実施後)

事業終了後に以下の書類を提出してください。
① 実績報告書 ② 実施結果報告書
③ 収支決算書 ④ 領収書 ⑤ その他

補助の交付

(事業実施後)

事業実績報告に基づき、補助金の交付を行います。
① 交付額確定通知(市より)
② 交付請求書(団体より)

応募方法

平成26年10月31日(金)までに企画総務課(阿波)へ次の書類を提出してください。
● 補助金交付申請書 ● 事業計画書 ● 収支予算書 ● 団体概要書等
様式は阿波市役所企画総務課(阿波)並びに各支所地域課に備えてあります。

事業の審査

応募のあった事業については、一次審査(書類審査)と阿波市制施行10周年記念事業実行委員会による二次審査(プレゼンテーションによる選考)で審査します。この審査で認められた事業が補助対象事業となります。

GOTTSO 阿波 NEWメンバー募集



GOTTSO阿波(ごつおあわ)は、3年前に結成された阿波の農業を愛する生産者のグループです。ご好評いただいた「美ナス」の生産グループでもあります。
阿波市の農産物PR、ブランド野菜の生産、販売、農業後継者の育成など、楽しく地域の農業振興や農業を利用した観光振興を一緒にしませんか？

〔募集内容〕

- ① 阿波市在住で、農業後継者もしくは新規就農者であり、45歳までの方
- ② GOTTSO阿波の会則、「美ナス」の会則に賛同していただける方
- ③ 皆で決めた目標に賛同できる方
(※観光協会ホームページに記載)
- ④ 阿波市の野菜の魅力を発信できる方
- ⑤ 阿波市の野菜を通して観光に尽力いただける方
- ⑥ 農産物を加工、販売している方、または興味のある方

〔年会費〕

千円

〔採用方法〕

書類選考、後日面接を行い、結果は郵送させていただきます。

〔採用人数〕

若干名

〔応募締切〕

10月31日(金)まで

〔応募方法〕

阿波市観光協会あてに「GOTTSO阿波新規メンバー申し込み」と記入の上、履歴書を同封して郵送してください。

〔応募先およびお問い合わせ先〕

〒771-1170-3
阿波市阿波町東原173番地
阿波市観光協会
Tel 08833(65)421-11
<http://www.awa-kankou.jp/>

暮らしのお知らせ

阿波市観光協会です



阿波市観光協会
Awa City Tourist Association

【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)
TEL/FAX 0883 (35) 4211
ホームページ <http://www.awa-kankou.jp>
観光協会のtwitter http://twitter.com/awa_kan
観光協会のFacebook <https://www.facebook.com/awakankou>
E-mail info@awa-kankou.jp

10月12日(日)は「食と農の祭典 阿波deフェスタ」へGO!!!

開催日時 10月12日(日) 雨天決行 午前10時～午後3時30分
開催場所 阿波市役所本庁前特設会場
問い合わせ先 阿波市観光協会 TEL0883(35)4211

今回の「第4回阿波deフェスタ」は、親子連れで楽しめるイベントが盛りだくさん!!

① 5〜7歳対象の『キックバイクで野菜収穫グランプリ2014』
キックバイクで走行したあと、途中でカードに書かれた野菜を選んでゴールする楽しい競技です。



② 伊沢小学校全校生徒がフェスタに集結!
伊沢小学校での食育の取組や、ステージイベントでは野菜のクイズや歌などを企画中。農家さんへの応援メッセージも大きな声で叫びます。



③ 気軽にチャレンジ!! ニュースポーツ体験
「スリーアイズ」、「ラガーゲッター」、「囲碁ボール」の3競技が楽しめます。



④ 阿波の中心で野菜への愛を叫ぶ
好きな野菜や果物について壇上で叫んでもらい、声の大きさやユニークな叫び方を競います。叫ビストのパフォーマンスは必見!



⑤ 阿波リンピック 果物・お野菜ドミノミッド
たらいの上にて指定された野菜を制限時間内に積み上げ、その高さを競うゲーム。積んだ野菜は参加賞としてお持ち帰りできますよ!



文化祭のご案内

- ★10月30日～11月3日(第1部)
文化協会会員作品を中心に、市民の作品を展示
場所 土成農業者トリーニングセンター・土成歴史館
- ★11月24日(第2部)
10周年記念式典
場所 交流防災拠点施設「アエルワ」
- ★11月25日(第3部)
芸能祭・講演会
場所 交流防災拠点施設「アエルワ」



阿波市文化協会は、「阿波市・阿波市文化協会10周年記念市民文化祭」を開催します。今回は3部に分かれ、交流防災拠点施設「アエルワ」の竣工記念として開催します。

お大師さんとみつけよう あなたの道土成

土成三カ寺ウオーキング2014

日時 11月9日(日)

集合場所・時間

阿波市役所 土成支所前 9時集合

コース内容

市役所土成支所前を出発し、約15kmを史跡や秋の風景を楽しみながら歩きます。

7番札所十楽寺、8番札所熊合寺、9番札所法輪寺の3カ寺を巡ります。

募集人員 200名

(定員に達し次第締め切ります)

準備物 歩きやすい服装・弁当・飲み物・雨具など

参加費 500円(保険料を含みます)

申込先 TRCとなり、TEL090(3188)8105(鉄谷)、商工

観光課(阿波、吉野・土成・市場支所 阿波市観光協会

【問い合わせ先】TRCとなり TEL090(3188)8105(鉄谷)



昨年の土成三カ寺ウオーキングの様子

ウグイスさんの ワオトニユ〜ス



くまモン&あわみちゃん



雨だって、楽しい♪



徳島のご当地アイドルBaby dolls



阿波市納涼祭盛大に開催

暑い夏をブツ飛ばせ！
雨だってブツ飛ばせ！

阿波市納涼祭が8月16日に行われ、約3千人が楽しみました。
早朝から降っていた雨の中、主催者の阿波市商工会青年部のメンバーは、雨と汗でびしょ濡れになりながら、会場を設置しました。
四国4県のご当地アイドルの華やかなショーや、あわみちゃんと熊本県のPRキャラクター・くまモンが披露したダンスに、観衆は一緒に踊ったり拍手を打ったりして大喜び。
時折降る雨も、会場の熱気の前には関係ありません。納涼祭のフィナーレとして行われたレーザーと花火のコラボレーションでは、音楽と歓声と拍手が会場いっぱい響きました。

「阿波踊り体操」で生活習慣病予防!



吉野町の「西條ふれあいクラブ(吉野清代表)」の講座では、平成22年から「阿波踊り体操」を続けており、参加者の生活習慣病予防などに効果が出ています。
これは運動器症候群(通称「コ」)の症状緩和に効果があるといわれる体操で、発足当初は10人ほどでしたが、現在は20人以上が参加。指導者の先生から寄贈されたおそろいのTシャツで、週に1回、楽しみながら続けています。

「いじめ」をテーマに人権劇

吉野中学校の生徒が9月7日に行われた文化祭で「いじめ」をテーマに人権劇を上演しました。転校生がカンニングの疑いをかけられ、登校拒否になるというこの脚本は、完結しておらず、出演した辰巳日花里さん(3年生)は「自分ならどうするだろうか」と考えてほしいです」と話しています。

参加者は阿波市人権擁護委員に演技指導を受け、熱心に練習に取り組みました。



さわやかさが人気

障がい者の就労に向けての訓練を支援しているワークセンタースマイル経営の「テイクアウトかわはは」(御所の郷西側)で、夏の間提供されていた冷麺「しらぬい風味ちゃん」がともさわやかでおいしいと評判です。これは、地元商店の「卵麺」に市産のミカン「不知火(しらぬい)の青い果実をのせたもの。

「わはは」では、季節に応じたメニューを考案し、お客さまの意見をすくなくメニューに反映させていきます。

来年も7月中旬から冷麺を販売する予定です。どうぞお楽しみに。



おいしいブドウのプレゼント



土成ライオンズクラブ(三橋 清会長)が土成町内の老人福祉施設3施設にニューベリーA約60kgをプレゼントし、贈呈のためクラブ員4人が9月5日、御所園を訪問しました。

利用者の濱田静子さんは昼食時に賞味し、「みずみずしくて、甘くておいしい」と喜びました。

同クラブは施設利用者の長寿を願い、毎年ブドウやうどんを贈っています。

ふれあい 御所まつり

10月19日(日)

土成町 御所の郷温泉の北側

時間 午前10時～午後4時
場所 阿波老人ホーム御所園
内容 御神輿・獅子舞・太鼓屋台・浦安の舞・オカリナ演奏・ヒップホップダンス・おやしバンド演奏・模擬店では、おいしいものがいっぱい！

古き良き地元の秋祭りを、お楽しみください。ゆるキャラもくるよ！

【問い合わせ先】
阿波老人ホーム御所園
Tel 0888(6995)55333
Fax 0888(6995)55334

秋祭りを開催します♪

すみれ園・かがやき

10月11日(土)

雨天決行

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
市場町 阿波麻植大橋北詰

時間 午前11時～午後2時
場所 食彩工房かがやき・共生会運動場
(雨天の場合はすみれ園内で実施します)

内容 板東道生さんライブ・徳島文理大学よさこいサークルによるよさこい踊り・模擬店・日用品バザー・豪華景品が当たる抽選会など、盛りだくさん！

皆さまのご来場をお待ちしています。

【問い合わせ先】
すみれ園
Tel 08883(36)6660
Fax 08883(36)6661

華やかなダンスタイム



8月24日、「サマー・ダンスin阿波市2013」が農村環境改善センターで開催され、約200人がダンスを楽しみました。オーケストラ「レイキング」が奏でる生演奏のダンス音楽や、選手らの見事なステップ、正装競技選手の色鮮やかなドレスやタキシードに、会場からは歓声が起こりました。軽やかなステップに合わせて、参加者は楽しそうにリズムを取っていました。

諦めず、頑張ることが大切

8月21日、女子マラソン五輪メダリスト・有森裕子さんの講演会が土成歴史館で開催され、市民や教職員など175人が参加しました。

「思いつづけければ、夢はかなう」と題し、決してスタミナ選手ではなかった学生時代のエピソードなどを楽しく語り、「諦めず、頑張ることが大切」と呼びかけました。

この講演会は阿波市教育会10周年記念事業として実施されました。



楽しいカボチャ人形です

花作りなどで地域に貢献している吉野町の「阿波市コスモス会」(坂本美栄会長)が、楽しいカボチャの人形を作りました。

これは、会員が育てたり貰ったりしたカボチャを加工したもので、吉野コミュニティセンターに飾られました。

坂本会長は「お菓子などにして、高齢者の皆さんに味わっていただきたい」と話しています。

10月 公民館・勤労青少年ホーム行事予定表

公民館・勤労青少年ホームの行事をお知らせします。お気軽にご参加ください。開催時間などの詳細は、各施設へお問い合わせください。

吉野中央公民館 TEL 088(696) 4383	
開催曜日	行事名
火曜日	囲碁のつどい
第2・4火曜日	パッチワーク
第3木曜日	トールペイント
金曜日	ダンススポーツ教室
第1・3・4金曜日	茶道

土成中央公民館 TEL 088(695) 5305	
開催曜日	行事名
第3水曜日	すみれ会

勤労青少年ホーム TEL 0883(36) 6464	
※勤労青少年ホームの利用には登録が必要です。登録料は年1,000円です。	
開催曜日	行事名
月曜日	バドミントン(ふれあいセンター体育館)
火曜日	硬式テニス(市場グラウンド)
木曜日	卓球・バレーボール(ふれあいセンター体育館) フットサル(土成トレーニングセンター)
第1・3木曜日	生け花・茶道

八幡公民館 TEL 0883(36) 3004	
開催曜日	行事名
第2・4火曜日	生け花
水曜日	詩吟
最終水曜日	成人講座(歴史についての勉強会)
第1・3木曜日	パッチワーク
最終木曜日	生け花
金曜日	和紙ちぎり絵
第2・4金曜日	詩吟
第3土曜日	詩吟
第2日曜日・第4土曜日	カラオケ

市場公民館 TEL 0883(36) 6464	
開催曜日	行事名
火曜日	韓国語講座
第2・4火曜日	生け花
第3火曜日	手作り講座(住民センター)
第1木曜日	粘土細工
第3木曜日	短歌
第4金曜日	七宝焼
第2・4金曜日	水彩画
第3土曜日	俳句(市場コミセン)

大俣公民館 TEL 0883(36) 2284	
開催曜日	行事名
火曜日	詩吟
第1・2・3火曜日	大正琴
第4水曜日	大正琴
木曜日	カラオケ
金曜日	詩吟
第3金曜日	循環型農業研究会

久勝公民館 TEL 0883(35) 2026	
開催曜日	行事名
月曜日	コーラス・詩吟
第2・4月曜日	リフォーム教室
火曜日	舞踊
第1・3火曜日	トールペイント・3B体操
第2火曜日	手芸教室
水曜日3回	華道
火曜日	踊り(民謡)
木曜日	カラオケ
金曜日	囲碁・詩吟
土曜日	詩舞・舞踊
第1・3土曜日	笑いヨガ

林公民館 TEL 0883(35) 2078	
開催曜日	行事名
月曜日	ダンス、踊り
第2月曜日	大正琴
第1・3月曜日	太極拳
火曜日	踊り、ダンス
第2・4火曜日	木目込み人形
第2火曜日	林サロン
水曜日	ストレッチ体操・ヨガ・詩吟・空手
第2水曜日	川柳
第2・4水曜日	踊り
木曜日	踊り・囲碁・ヨガ(第1週は休み) 絵手紙(第4週は休み)
金曜日	詩吟・3B体操・カラオケ・空手
第1金曜日	朗読
土曜日	詩吟・コーラス・児童会・ダンス
第2・4土曜日	カラオケ
日曜日	銭太鼓・民謡・ダンス

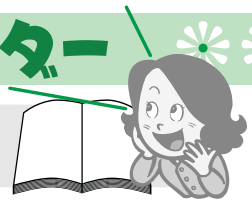
伊沢公民館 TEL 0883(35) 2152	
開催曜日	行事名
月曜日	詩吟・社交ダンス
第1・2・3月曜日	大正琴
第3月曜日	かずら編み
火曜日	社交ダンス・阿波踊り
第1・3火曜日	水墨画
水曜日	油絵・阿波踊り
第1・3水曜日	大正琴
木曜日	社交ダンス
第2・4木曜日	ちぎり絵
第3木曜日	かずら編み
金曜日	阿波踊り
第2金曜日	ハイキング
土曜日	囲碁・阿波踊り
第2土曜日	俳句
第2日曜日	社交ダンス

阿波市立図書館 10月のカレンダー



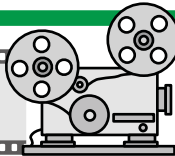
■阿波図書館 TEL 0883-35-5101
■土成図書館 TEL 088-695-5385

■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	2	3	4
☆ 開館時間のお知らせ ☆ 10月から3月までの開館時間は、午前9時～午後6時です。 (※4月～9月は午後7時までです)						◎おはなし会(市場) 10:30～
5	6	7	8	9	10	11
	休館日(全館)				◎歴史講座(市場) 13:45～	◎ベルの会おはなし会(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～	体育の日 開館いたします	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～ ◎市民学習講座「FP」「人生90年代の人生設計とマネープラン」(市場) 10:00～
19	20	21	22	23	24	25
◎大人映画会(阿波) 15:00～	休館日(全館)					◎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～ ◎みんなの映画会(市場) 10:00～ ◎みんなの映画会きっす(市場) 14:00～	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)			館内整理日につき 休館(全館)	※各図書館のイベントの詳細につきましては、左ページの催し物の案内をご覧ください。

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

■子ども映画会■

・18日(土) 10:00～11:12、14:00～15:12

『たのしいハロウィーン』

ミッキーたちといっしょに楽しく問題解決!

『楽しいハロウィーン』では、クラブハウスにハロウィーン・パーティーの招待状が届きます。みんなでハロウィーン・タワーを目指して、さあ出発!

でも、魔法の月が満月になる前に、タワーにたどり着かなければなりません。高い山あり、大きな森あり、みんなで協力しながら進みましょう! 全部で3つのお話を楽しみながら、一緒に考えたり問題に取り組んだりできる、ディズニーが贈る安心で良質な知育エンターテインメントです!

■大人映画会■ ・19日(日) 15:00～16:55

『パッチ・アダムス』

暖かい笑顔は“伝染”するのです・・・

1969年、生きる道を見失ったアダムスは精神病院に入院した。だが、そこで彼の人生は転機を迎える。リスの幻影に怯える患者ルディを“笑わせた”ことがきっかけで、アダムスは精神科医になる夢を抱き始めたのだ。そして2年後、彼は念願のヴァージニア医科大学に入学するが、理想第一主義の学校に失望の色を隠せない。アダムスは違法と知りながら“笑い”を治療に取り入れた実地訓練を開始するが・・・“絆創膏で傷を治す”=“パッチ”の愛称で親しまれた実在の名医の波乱に満ちた半生を描く真実のヒューマン・コメディ感動作!

ロビン・ウィリアムズ主演/1998年製作/アメリカ/字幕

市場図書館

■みんなの映画会きっす■

・26日(日) 14:00～14:44

『おばけのラーバン 1』

ラーバンはおばけのおとこのこ。かぞくみんなで「オヒサマ・オハヨウじょう」というおしろにすんでいます。ラーバンはちょっとかわったところがありました。おばけのくせにくらいところがこわくてたまらないんです。そんなラーバンのおはなしを6つします。

■みんなの映画会■

・26日(日) 10:00～12:05

『M:i:III』(ミッション:インポッシブル3)

不可能なミッションを遂行してきた天才的スパイのイーサン・ハント(トム・クルーズ)は敵の罠に落ち、前例のない衝撃的な計画に翻ろうされてしまう。イーサンは己の戦いを克服し、成功率0%の任務を成し遂げるため、ヨーロッパやアジアへと飛ぶ。そして最高機密組織 I.M.F.の新たなメンバーとともに任務を遂行するが・・・。

トム・クルーズ主演/2006年製作/アメリカ

● 10月の催し物の案内 ●

全館共通

■阿波市立図書館 雑誌リサイクル市 ※11月の催し物です。 期間：11月1日(土)～無くなり次第終了
場所：阿波市立図書館4館にて 保管期間の過ぎた雑誌を無料で提供いたします。※1人10冊まで。

阿波図書館

■「トールペイントコレクション」 期間：7日(火)～25日(土) ※最終日は13時30分までです。
場所：阿波図書館玄関ロビー ※入場無料 トールペイントの作品を展示します。

ピアノ自動演奏会

日時：12日(日) 10:00～/13:00～ 題目『バラードコレクション オリビアを聴きながら など』
26日(日) 10:00～/13:00～ 題目『前田憲男ジャズセレクション ムーンライト・セレナーデ など』

金融広報アドバイザー 梅津洋子さんによる講演会「相続・贈与とエンディングノート」

日時：5日(日) 14:00～15:30 ※事前申し込み不要 場所：阿波図書館 視聴覚室 ※参加無料
相続・贈与について、今ひとつわからない。こんな時、どうすればいいの?と思うことはありませんか。

金融広報アドバイザー 梅津洋子さんが相続・贈与についてわかりやすく説明してくれます。

阿波図書館 みんなのコンサート ※11月の催し物です。

阿波図書館 みんなのコンサートの演奏者募集は終了しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

日時：11月2日(日) 開場 19:00～/開演 19:10～/終演予定 20:30 場所：阿波図書館 ※入場無料
※申し込み不要です。直接阿波図書館へお越しください。 ※演奏者につきましては、現在選考中により、近々図書館にて掲示いたします。皆さまお誘い合わせの上、ご来館をお待ちしております。

「ハロウィンお菓子入れを作ろう!!」 日時：26日(日) 14:00～15:00

対象：小学生以下 定員：10名 ※事前申し込み必要 かわいいハロウィンのお菓子入れを作ろう!!

「長寿の樹～じいちゃん、ばあちゃん長生き(樹)してね～」 展示期間：11月11日(火)まで

敬老の日に募集したおじいちゃん・おばあちゃんの似顔絵またはメッセージを長寿の樹に飾って展示します。

市場図書館

市民学習講座 FPの倭 和代さんによる講演「FP『人生90年代の人生設計とマネープラン』」

日時：18日(土) 10:00～11:30 定員：30名 ※事前申し込み不要 場所：市場図書館 視聴覚室 ※参加無料

「やねこじき 2014作品写真展」 展示期間：11日(土)～30日(木) 今年の作品を写真展示します。

「かぼちゃ男のハロウィンプレゼントだよ!」 期間：11日(土)～無くなり次第終了 対象：中学生以下

本(ビデオ、DVD、CD、カセットは対象外)を5冊以上借りてくださったお子さまにプレゼントします。

秋の読書週間イベント『よんでみよう、たのしもう、本の世界』 期間：18日(土)～11月9日(日)

期間中、本(ビデオ、DVD、CD、カセット、マンガは対象外)を10冊以上借りてくださった方に切り絵小物をプレゼントします。

8月に予定されており、台風のため中止となりました「市場飛行場を語り継ぐ講演会」を11月に行うことになりました。

詳細は、広報阿波11月号でお知らせいたします。

土成図書館

「ハロウィン☆スタンプラリー」 期間：1日(水)～30日(木)

期間中、土成図書館で本やDVDなどを30点借りてくれた方にプレゼントを差し上げます!

吉野笠井図書館

展示「行楽の秋◎ 維新のまち 萩を旅する」 期間：1日(水)～30日(木)

「読書の秋は図書館に行こうキャンペーン」 期間：25日(土)～11月9日(日) 期間中、本を20冊借りてくださった方にプレゼントがあります。

「小えだやおし葉をつかって こすり絵アートにトライ!」

日時：26日(日) 14:00～15:00 対象：小学生以下(幼児は家族同伴) 定員：5名 ※事前申し込み必要

10月の特集

阿波図書館	児童・・・もぐもぐおいしい!たべるのだいすき	一般・・・本の喫茶店
市場図書館	児童・・・恐竜の時代へタイムスリップ	一般・・・世代別 健康特集
土成図書館	児童・・・よい絵本(全国学校図書館協議会選定)	一般・・・暮らしのヒント
吉野笠井図書館	児童・・・おとなもウルウル!?なみだのでるえほん	一般・・・美食の秋☆美味しいものは私が作る!!

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。

阿波市立図書館4館共通

- ・小説「いそぶえ」 谷村 志穂/著
- ・小説「愛なんて嘘」 白石 一文/著
- ・小説「荒神」 宮部 みゆき/著
- ・絵本「どうぶつしんちょうそくてい」 間かせ屋。けいたろう/文

阿波図書館

- ・教養書「小学生が解けて大人が解けない算数」 後藤 卓也/著
- ・実用書「らく麺100」 つむぎや/著
- ・小説「波風」 藤岡 陽子/著
- ・絵本「ちいさなナシのき」 レイチェル・ウィリアムズ/ぶん

市場図書館

- ・教養書「よみがえる恐竜図鑑」 スティーブ・ブルサット/著
- ・実用書「病院でも家でも満足して大往生する101のコツ」 長尾 和宏/著
- ・小説「超高速!参勤交代」 土橋 章宏/著
- ・絵本「イノチダモン」 荒井 良二/著

土成図書館

- ・教養書「もうひとつの「永遠の0」」 方喰 正彰/著
- ・実用書「やっぱり、塩レモン!」 柴田 真希/著
- ・小説「DREAMER」 宮 徹/著
- ・絵本「いるかがとぶうみ」 間瀬 なおかた/作・絵

吉野笠井図書館

- ・教養書「軍艦島」 坂本 道徳/著
- ・実用書「あったかかわいい手編みのざぶとん」 主婦と生活社/出版
- ・小説「還暦少年」 平山 譲/著
- ・絵本「かがみのなか」 恩田 陸/作



10月の健康だよ!

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

母子・乳幼児健診/相談

日	受付時間	事業名	会場
14日(火)	12:30~13:00	1歳6カ月児健診	阿波H
15日(水)	12:30~13:00	3歳児健診	土成H
17日(金)	12:30~12:45	パパママクラス	土成H
21日(火)	12:30~13:00	2歳児健診	土成H
28日(火)	12:30~13:00	乳児健診	阿波H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
29日(水)	12:30~13:00	乳児健診	土成H
	14:30~15:00	乳幼児相談	

らくらく筋力アップ教室

日	受付	対象者	会場
22日(水)	受付 13:00~13:30 実施 13:30~15:00	平成26年4月以降に 特定健診を受診され た74歳までの方、も しくは受診予定の方	市場C



※運動できる服装でお越しください。
水分補給、タオルなどは各自ご準備
ください。

特定健診結果表を持参してください。

今月の集団検診

※検診日の2週間前までにお申し込みください。問診票を
お送りします。

日	会場	受付時間	検診項目
4日(土)	阿波H	午前 8:00 ~10:30	がん検診(胃・肺・大 腸・前立腺・乳)、特 定健診、フレッシュ健 診、肝炎ウイルス検査
7日(火)	市場C		

※当日お越しの場合でも大腸がん検診以外は受けることが
できます。ただし胃がん検診は、前日の21時以降は、
絶飲食(少量の水は可能)をお願いします(問診票は、
当日ご記入いただきます)。

●今月の肺がん巡回検診 (皆さんの家の近くまで検診車が参ります。)

日	地区
2日(木)、27日(月)	阿波町内
22日(水)	市場町内
20日(月)	土成町内
16日(木)	吉野町内

※詳細は、広報9月号のチラシをご覧ください。健康
推進課までお問い合わせください。

思いっきり笑ってみませんか?

笑いヨガ体験会

演 題: 「笑いは百薬の長」
〜笑って元気に〜

講 師: あわらフタークラブ代表・
笑いヨガ認定ティーチャー
岩野 沙織氏

日 時: 10月24日(金)
午後1時30分~3時
(受付午後1時~)

場 所: 土成保健センター(御所の郷西側)
準備物: 動きやすい服装・飲み物

*参加を希望される方は、健康推進課(市
場)へお申し込みください。

フレッシュ健診はもう受けられましたか?

身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査を受けること
ができます。
健診を受けて自分の体の状態を確認してみましよう。

対象者
今年度20~39歳になる方(昭和50年4月2日~平成7年
4月1日生)で、阿波市の国保加入の方または、健診を
受ける機会のない方

受診方法

①阿波市国民健康保険加入の方
↓
6月末にお送りした緑色の受診券を持って受診し
てください。

②健診を受ける機会のない方
↓
健康推進課(市場) TEL 0883-36-6815
までお申し込みください。受診券を送ります。

阿波市内医療機関
日程は電話で直接医療機関へお問い合わせください。
阿波市集団検診
10月4日(土)、10月7日(火)、11月8日(土)

費用
実施期間 11月29日(土)まで
持ちっていく物 保険証、受診券、健診費用(千円)

休日および平日夜間 救急当番医

日	医療機関
1日(水)	林内科医院
2日(木)	西川内科クリニック
3日(金)	阿波病院
4日(土)	中山医院
5日(日)	中山医院
6日(月)	阿波病院
7日(火)	重清内科外科
8日(水)	さかまき整形外科
9日(木)	近藤医院
10日(金)	阿波病院
11日(土)	御所診療所
12日(日)	西川内科クリニック
13日(月)	阿波病院
14日(火)	川人医院(眼科)
15日(水)	金塚内科
16日(木)	笠井病院
17日(金)	阿波病院
18日(土)	太田診療所
19日(日)	林内科医院
20日(月)	阿波病院
21日(火)	おおつか内科
22日(水)	大崎皮膚科
23日(木)	大串医院(眼科)
24日(金)	阿波病院
25日(土)	大久保医院(吉野)
26日(日)	阿波病院
27日(月)	阿波病院
28日(火)	大久保内科(市場)
29日(水)	大野病院
30日(木)	乾内科外科
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
林内科医院	0883-35-6226
西川内科クリニック	0883-35-8080
阿波病院	0883-36-5151
中山医院	088-696-4662
重清内科外科	0883-35-6160
さかまき整形外科	0883-35-7880
近藤医院	0883-36-2011
御所診療所	088-637-8033
川人医院(眼科)	0883-35-2743
金塚内科	088-695-5858
笠井病院	0883-35-2720
太田診療所	0883-36-2076
おおつか内科	0883-35-6070
大崎皮膚科	0883-35-6468
大串医院(眼科)	088-696-3133
大久保医院(吉野)	088-696-2037
大久保内科(市場)	0883-36-3020
大野病院	088-695-2112
乾内科外科	088-695-5006

※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。

誰もがかかる可能性のある病気「がん」

「がん」は、30年以上にわたり、日本人の死因の第1位です。日本人のおよそ2人に1人が「がん」と診断され、3人に1人が「がん」で亡くなっています。

「がん」の対処方法は、

- ①がん検診の対象年齢になったら、必ずがん検診を受け、早期発見・早期治療を行うこと。
- ②健康的な生活で「がん」の発症を予防することです。

〈肺がん検診について〉

対象は40歳以上 年1回
肺がんが疑われる症状……長く続く咳や痰、血痰
進行が早く、転移しやすい肺がんは、日本人の「がん」による死亡原因の第1位です。
年間6万人以上が肺がんで亡くなっています。そのため、早期発見が重要です。
定期的に検診を受けるようにしましょう。

検査方法

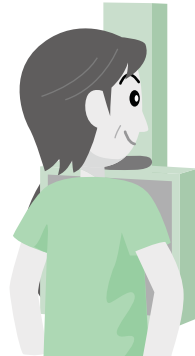
胸部レントゲン検査

肺全体をレントゲンで撮影し、肺に「がん」を示す影がないかを調べます。

喀痰検査

自宅で3日間の痰を容器に採り、がん細胞がないかを調べます。

※10月の肺がん検診は、阿波市内各地へ検診車がまわっていき巡回検診と阿波保健センターと市場コミュニティセンターで行う集団検診があります。
詳しい日程は、27ページの検診のお知らせをご覧ください。



健康的な生活〈がんを防ぐための12カ条〉

- ① バランスのとれた栄養を摂る
〜 いろいろの豊かな食卓にして〜
- ② 毎日、変化のある食生活を
〜 ワンパターンでは
ありませんか?〜
- ③ 食べ過ぎをさけ、脂肪は控えめ
〜 おいしいものも適量に〜
- ④ お酒はほどほどに
〜 健康的に楽しみましょう〜
参考: 1日の飲酒の目安は、ビール中瓶1本(500ml)、
日本酒1合(180ml)、ウイスキー、ワイン1
杯(50ml)
- ⑤ タバコは吸わないように
- ⑥ 食べものから適量のビタミンと繊維質のものを多くとる
〜 緑黄色野菜をたっぷり〜
- ⑦ 塩辛いものは少なめに、あまり熱いものはさましてから
〜 胃や食道をいたわって〜
- ⑧ 焦げた部分はさける
- ⑨ かびの生えたものに注意
〜 食べる前にチェックして〜
- ⑩ 日光に当たりすぎない
- ⑪ 適度にスポーツする
〜 いい汗を流しましょう〜
- ⑫ 体を清潔に

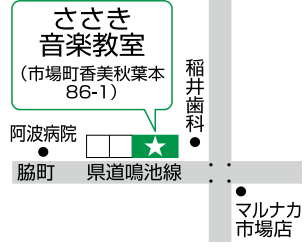
「国立がん研究センターがん対策情報センター」出典



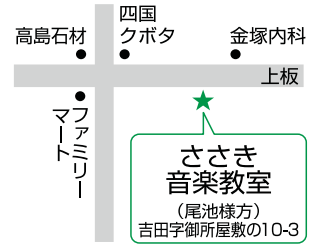
大俣教室



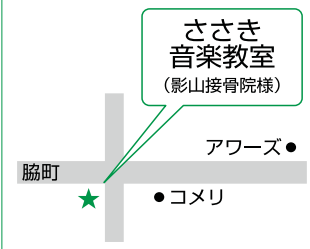
市場教室



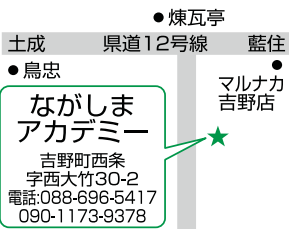
御所教室



阿波町教室



ながしまアカデミー教室



♪ ピアノ、フルート、ヴァイオリン♪

ささき音楽教室
ホームページ
携帯はこちら



<http://sasakimusicsschool.blog28.fc2.com/>

申込先

Sasaki Music School

ささき音楽教室

上板町高磯 303-5



0120-54-5914

第3回

阿波の手づくりものづくりめぐり

& 秋のオープンガーデン



10月25・26日(土・日)
10:00~16:00 開催

マップは 阿波市観光協会・ドルチェ・協賛各店にあります♪

★手作り雑貨と秋のお庭を
楽しむ「阿波の手づくりもの
づくりめぐり&秋のオープ
ンガーデン」を開催します。

★癒しの風が吹く
ナチュラルガーデン

★ガーデンギャラリー
ユリの木&陶花

(吉田年子宅)

★自然素材のカゴやオブジェ・
陶器の販売もあります。

★温かみのある木製品で癒され
てください

★T FACTORY

(ティファクトリー)

★オーダーサイズのできるテーブ
ルを始め、生活を彩る品々がそ
ろいます。

★はちみつキャンドル、はちみつ
石鹸の販売やワークショップも
あります。

★35人のナチュラル雑貨&ミニガーデン&ジュエリー

★イタリアンジュエリート **ドルチェ**
ナチュラル雑貨&作りたてアイスクリームをお楽しみください。

★お庭で楽しむ一足早いハロウィン
手作り雑貨の隠れ家商店

★**Burrow Gate**(檜 美紀子宅)
からだに優しいレストラン「桜並木」のお弁当もあります。

★温もりあふれる木の時計と雑貨の共演！

★**ギャラリー木兔**(もく)

★化学塗料を一切使用しない、木の素材を生かした製作をし
ています。

★セージ香る秋の庭とすてきなお店たち♪

★**美柚ガーデン&阿波ベジ☆カフェ**(井原まゆみ宅)

★真っ赤なパイナップルセージが咲くお庭と雑貨、阿波市産の小
麦を使った料理をぜひ、どうぞ。

【問い合わせ先】阿波市観光協会 Tel 08833(35)4211

小さなリフォームから新築まで
どうぞお気軽にご相談下さい。

NAKANO ARCHITECTURE CO.,LTD.

tel **0883 35 3718**

<http://nakano-arc.com>



有限会社 中野建築
阿波市阿波町十善地158番地

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

その他、屋根塗装・屋上ベランダ防水・コーキング打ち替えなど...



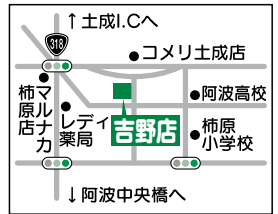
10年に1度の大切な住まいの塗替え。最も身近な専門家として
最適なご提案をさせていただきます。 森定塗装店 職人一同

道具はお客様から買ってもらった物。最後まで大切に使用します。 山崎(39歳)
早く田中さんのような一人前の職人になりたいです。 関戸(21歳)
「元氣にあいさつ」が今年の目標です。 重本(17歳)
森定は業界でも修行が厳しいと言われています。 山下(21歳)
関戸・重本は私が厳しく仕込んでいます。 田中(59歳)
大切なお家だから、創業42年の思いを仕事にこめて、代表取締役社長。二代目親方 森定(竜也)(43歳)
大切なお宅の現場管理は職歴20年の私が行います。 森定専務(41歳)

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
吉野店: 阿波市吉野町柿原字北二条106-13 TEL: 0886-96-5272
市場店: 阿波市市場町伊月字池田5-1 FAX: 0886-96-5274
藍住店: 板野郡藍住町東中富字鑓場傍示86

もっと知りたい方はHPも見てね
森定塗装店



十月編

ウグイスばあちゃんの知恵袋

「笑う門には福来たる」って言うけれど、笑ってばかりもおれんよな。

その点、大発明家のエジソンは、すごいですよ。耳が悪くなったときには「雑音が聞こえんけん集中できるようになった」って笑うて言うたし、自分の工場が全焼したときは、「きれいな火事やけん、父親にも見せてやろう」ってちゅうて、お父さんに電話した。その上、ほの火事するとき、暗うて消火活動がうまくいかなんだのを見て、サーチライトを考案したんやって。

エジソンはんは、どんなときにも笑顔やったそう。たぐさんの発明の源は、笑顔やったんかなあ。

広告を掲載しませんか? 「広報阿波」は毎月約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) TEL.0883(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。

おかげさまで、口コミによる評判を聞いての
事前相談やご見学に来られる方が、増えてきています!!

聞いて安心、見て納得。「お葬式事前相談会」開催!

10月11日(土) AM9:00~12:00まで **相談料無料** ★ご予約特典あります! ティッシュ1P(5個入り)

←この看板が目印です!!

県道鳴池線沿いの
分かりやすい
場所ですので
お気軽にどうぞ!

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

秋祭り皿鉢料理



秋皿鉢
刺身付 5人盛
12,500円

季節で変わる
こだわり弁当始めました

10月
限定品



3,000円(税別)

TEL 088-695-3224

年中無休

阿波市土成町土成字大法寺8

ハートプラザ住友

ハートプラザ住友

検索

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

阿波市のうごき

■平成26年8月末現在人口
(住民基本台帳によるもの)
男：19,026人 (-3)
女：20,873人 (-15)
計：39,899人 (-18)

■世帯：15,110戸 (-8)

平均年齢 49.1歳 () 内は前月比

■転入等：80人 ■出生：18人
■転出等：64人 ■死亡：52人



No.85
阿波市のトリです
ウケイスさん

うちの子一番♪



松茂町 ラムネちゃん



徳島市 まろんちゃん



吉野町 ラムちゃん



土成町 ひいちゃん・ふうちゃん・みいちゃん



雨だったけどサイコー! ... の巻



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

広報クイズ

答えはなに?今月号をよ〜くご覧ください。

- ①阿波deフェスタ開催日は何日?
- ②阿波の手づくりものづくりめぐりと秋の〇〇〇〇〇〇〇〇開催 ○は何?

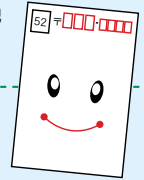
応募方法
はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また広報へのご意見、ご感想などをお書きいただき、お送りください。抽選で5人の方に図書カードが当たります。

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(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。

多数の方ご参加、お待ちしております!



犯罪防止 35,000円
防犯カメラ一式

農業資材 **激安** 予約受付中

LED・KIDS用品から農業資材まで

遊 倶 楽 部

阿波病院東 TEL 0883(36)5545