



広報

# あわ

9

2023  
No.220



URL <https://www.city.awa.lg.jp>

E-mail [info@awa.i-tokushima.jp](mailto:info@awa.i-tokushima.jp)

## ジンゾク狩り

宮川内谷川(御所神社 奥の院)

祝

# 県道宮川内牛島停車場線「吉野工区」開通



7月29日、平成23年度から徳島県が整備を進めていた一般県道宮川内牛島停車場線「吉野工区」が開通しました。この開通により、県道鳴門池田線から国道192号までが直結します。

同日、開通式が行われ、後藤田正純徳島県知事や町田寿人市長、地元関係者ら44人が参加し開通をお祝いしました。

後藤田知事が「この開通により、阿波市と吉野川市において、地域間の交流や連携強化、産業の振興、道路の拡幅による利便性や安全性の向上、また災害時には、緊急輸送道路の役割を果たし、皆さまの安心・安全の確保に大いに寄与するものと考えています」とあいさつしました。

開通セレモニーでは、出席者が通り初めを行い、一条小学校金管バンドクラブ・バトンクラブの児童26人による演奏やダンスで華を添え、新たな道路の完成を喜びました。

## 徳島インディゴソックス表敬訪問



7月11日、阿波市と相互協力の協定を結んでいる「徳島インディゴソックス」の南啓介社長と岡本哲司監督、増田将馬キャプテンが町田市長を表敬訪問し、前期シーズンの優勝報告をしました。

南社長は、「徳島県の野球のレベルを上げると共に、スポーツを通して人として成長できるように子どもたちの指導にも力を入れたい」と話し、増田選手は、「キャプテンとしてチームを背負う気持ちで日本一を目指したい。また、球団から全国に阿波市産野菜の魅力をさらに発信していきます」と語りました。

## 日独スポーツ少年団同時交流 ドイツ団受入



8月5日、第50回日独スポーツ少年団同時交流事業の徳島県・阿波市合同受入式が阿波市役所で開催されました。

この事業は日独両国の相互交流により友好と親善を深め、国際感覚を享受することや青少年スポーツの発展に寄与することを目的に、互いの国を訪問して交流を行います。

ドイツスポーツ少年団から柔道や卓球などの選手9人を16年ぶりに阿波市に受け入れました。

# 100歳おめでとうございます



田中キミ子さん（阿波町西柴生）  
大正12年8月11日生まれ

田中キミ子さんは、車のシートを作る工場に勤めたり、内職をしたりして、1男2女を育て、孫3人、ひ孫5人に恵まれています。

家庭菜園で野菜をつくり、得意料理はお寿司で、お肉やプリンが好きだったそうです。ひ孫が大きく成長することを楽しみにされており、家族から届く写真を見ることが長寿の秘訣とのことでした。

現在も、ひ孫の話を楽しんでいます。



西條 宮子さん（阿波町川久保）  
大正12年8月5日生まれ

西條宮子さんは、農業を手伝いながら、1男3女を育て、孫10人、ひ孫16人に恵まれています。

80歳過ぎまで、旅行、日本舞踊、カラオケが大好きだったそうです。

長寿の秘訣は、よく寝ることと、毎日3食何でもしっかりと食べることで、特に酢の物が好きとのことでした。

現在は、週3回のデイサービスに通うことを楽しまれ、穏やかに過ごされています。



井内 照子さん（市場町大俣）  
大正12年8月12日生まれ

井内照子さんは、脇町出身で、農業をしながら、1男1女を育てられ、孫5人、ひ孫6人、やしやご1人に恵まれています。

編み物が得意で、やしやごらの服や帽子をよく編んであげたそうです。

お肉や甘い物（ケーキ）が好きで、長寿の秘訣は、よく食べ、睡眠をとり、ストレスをためないとのことでした。

現在は、テレビで野球やバレーボールの試合を見て楽しんでいます。

## 人権啓発・男女共同参画コーナー

### 自殺予防週間は9月10日～16日です

自殺予防週間は、「世界自殺予防デー」にちなんで、自殺や精神疾患などについて正しい知識を普及啓発し、偏見をなくしていくと共に、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいた時の対応方法などについて、理解の促進を図ることを目的とするものです。

誰も自殺に追い込まれることのない世界の実現に向け、それぞれの立場で何ができるかを考えてみましょう。

命には、生まれたばかりの命、若い命、もつ少しでなくなってしまうような命、そんなたくさん命すべてが大切なのですから。

【お問い合わせ先】 人権課 TEL 0883(36)8716

# ソフトテニス全国大会へ



「第40回全日本小学生ソフトテニス選手権大会」県予選で上位4チームの中に入った、市場ジュニアソフトテニスクラブ・永遠クラブジュニア・阿波ジュニアソフトテニスクラブ・美馬市体協ジュニアソフトテニスクラブの選手11名が全国大会への出場に先立ち、7月20日と24日、町田市長を表敬訪問し、激励を受けました。

同大会は、神戸市で8月3日から6日まで開催されました。



後列左より 山本監督 三木葵羽さん 藤川菜名さん 中野穂希さん 石川陸斗君 知野圭吾君 宮田監督  
前列左より 岡田爽汰君 近藤大獅君 町田市長 二條代表 辻村叶夢さん 内藤愛莉さん



左より 町田市長 国金結晴さん 国金侑那さん 知野監督

# 阿波ミニバスケットボール クラブ女子 準優勝

# 日韓青少年スポーツ 交流で韓国へ

6月24日から7月8日まで、北島北公園総合体育館など県内4会場で、「第17回徳島新聞社杯兼第45回徳島県ミニバスケットボール選手権大会」が開催されました。

試合はトーナメント方式で行われ、女子は34チームが出場し、阿波ミニバスケットボールクラブ女子が準優勝しました。

決勝戦では惜しくも1点差で敗れましたが、チーム全員で最後まで全力で戦い抜きました。

阿波ミニバスケットボールクラブでは、お気軽にご連絡ください。  
新メンバーを募集しています!

◆練習日時  
毎週 火・木・土曜日 19時～21時

◆練習場所  
阿波中学校 体育館

◆お問い合わせ先  
Tel 090(4504)5148 (三宅)



左より 後藤代表 塚梨々華さん 町田市長 福田結菜さん 塚監督

第27回日韓青少年夏季スポーツ交流に参加する、吉野チエリズスポーツ少年団の、塚梨々華さんと福田結菜さんが8月5日、町田市長を表敬訪問し、激励を受けました。

この事業は、日韓両国がスポーツを通じて親善と友好を深め、スポーツ振興と競技力の向上を図ることを目的に、互いの国を訪問して生活や文化に触れながらスポーツ交流を行います。日本選手団は8月9日から6日間韓国に滞在しました。



# 日本拳法徳島県大会 入賞

7月2日、松茂町第2体育館で「第7回日本拳法徳島県大会」が開催され、土成道場から12名の選手が出場しました。結果は次の通りです。

## 《優勝》

中学1年男子の部

古川

大翔君(土成中)

小学5年男子の部

片岡

広大君(一条小)

幼年の部

中川 絢翔君

(かきはら子ども園)

## 《準優勝》

中学1年男子の部

古川

悠惺君(土成中)

小学4年男子の部

中川

煌翔君(柿原小)

## 《3位》

小学5年男子の部

新見

朝陽君(御所小)

小学4年男子の部

原田

燈干君(土成小)

今大会で優勝した古川大翔君と5月の四国大会でも優勝した片岡君は9月に大阪で開催される全国大会に出場します。



古川悠惺君 古川大翔君 片岡広大君 中川煌翔君 中川絢翔君

## 新型コロナワクチン秋開始接種のお知らせ

◆対象者 初回接種（1・2回目）を終了したすべての方

◆日程 ※ワクチンの供給状況により、変更になる場合がありますのでご了承ください。

	対象者	接種券発送時期	予約開始日	接種開始日
A	6月までに令和5年春開始接種を受けた方	予約開始日までに到着	9月15日(金)	9月25日(月)
B	7月以降に令和5年春開始接種を受けた方	接種間隔に応じて随時接種券を発送します		
C	A・B以外の65歳以上の方／基礎疾患を有する方／重症化リスクが高いと医師が認める方	発送はありません(「接種券について」を参照)	9月15日(金)	9月25日(月)
D	64歳以下で基礎疾患などを有しない方	開始時期が決定次第お知らせします		

◆接種費用 無料

◆接種するワクチン

XBB・1・5株対応1価型ワクチン（ファイザー社およびモデルナ社）

◆接種券について

- 64歳以下の基礎疾患を有する方や医療従事者・高齢者施設等従事者で、春開始接種の際に接種を希望されなかった方は、接種券の発行申請が必要です。詳しくは阿波市ホームページなどでお知らせします。
- 3回目から6回目までの未使用の接種券をお持ちの方は、その接種券を使用できます。
- 接種券をなくされた方は、再発行の申請が必要です。
- 転入された方は、接種券の発行手続きが必要です。

◆予約方法

《電話予約》

接種券をお手元に準備してコールセンターへ電話してください。

コールセンター TEL 0883(36)7210 受付時間 9時～17時(平日のみ)

《インターネット予約》

阿波市ホームページよりお申し込みください。

《臨時窓口の開設》

高齢者を対象に予約のお手伝いをします。

詳しくは接種券同封のチラシをご確認ください。

【お問い合わせ先】 健康推進課 TEL 0883(36)6815

「広報あわ」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。受章（賞）者がおられましたら、推薦者（団体）など市政情報課までご連絡ください。

「広報あわ」は毎月1日に発行しています（1月のみ3日）。サークル会員募集やイベントの開催案内など、掲載したい情報のある方は、掲載したい月の1カ月前までに市政情報課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関するものなどは、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】 市政情報課 広報担当 TEL 0883(36)8708

# 四国中学校総合体育大会 出場選手紹介

▶▶▶ 令和5年度四国中学校総合体育開会へ阿波市から徳島県代表として出場した中学生をご紹介します。

## 土成中学校 陸上男子（個人）



左から

町田市長 瀧川校長  
堀田大翼さん 野口啓介さん  
(走り幅跳び) (1500m)  
西井先生 高田教育長



## 土成中学校 陸上女子（個人）



町田市長 瀧川校長 三木愛琳さん 西井先生 高田教育長  
(800m)  
(1500m)

## 土成中学校 卓球女子（個人）



町田市長 瀧川校長 村橋筑紫さん 高田教育長

## 市場中学校 ソフトテニス女子（団体・個人）



後列左から

町田市長 佐藤校長 小西先生 近藤みいるさん  
(団体・個人)  
宮地日奈乃さん 矢田監督 高田教育長  
(団体・個人)

前列左から

細谷琴未さん 妹尾萌愛さん 源愛恵さん  
(団体) (団体) (団体・個人)  
松田悠那さん 近藤めいるさん 藤原奈菜さん  
(団体・個人) (団体・個人) (団体・個人)

## 市場中学校 ソフトテニス男子（団体・個人）



後列左から

町田市長 佐藤校長 宮田亮さん  
(団体・個人)  
那須亮太さん 三浦玄太郎さん  
(団体) (団体)  
原田監督 坂東先生 高田教育長

前列左から

亀井奏佑さん 梶本華咲斗さん  
(団体・個人) (団体・個人)  
三木凜太郎さん 田丸遼さん 吉永喜一さん  
(団体・個人) (団体) (団体)  
橋本汐恩さん 滑田愁斗さん  
(団体) (団体)

吉野中学校 陸上 (個人)



後列左から

町田市市長 森脇教頭 板東先生 高田教育長

前列左から

林風薫さん 鳴川こはるさん 吉岡華野さん  
 (走り幅跳び) (100m) (100mハードル)  
 (4×100mリレー) (4×100mリレー)  
 吉岡夢野さん 坂本柚恵さん 松下妃那さん  
 (100m・走り幅跳び) (100m) (100m)  
 (4×100mリレー) (4×100mリレー) (4×100mリレー)  
 林愛結さん  
 (1500m)

吉野中学校 柔道女子 (個人)



町田市市長 森脇教頭 地面咲来さん 澤田先生 高田教育長  
 (48<sup>kg</sup>級)

阿波中学校 柔道女子 (個人)



町田市市長 福田先生 藤本涼帆さん 中岡明音さん 村岡校長 高田教育長  
 (70<sup>kg</sup>級) (70<sup>kg</sup>級)

阿波中学校 柔道男子 (団体・個人)



後列左から

町田市市長 福田先生 結城晴希さん  
 (個人55<sup>kg</sup>級)

横関奏侑さん 河野天音さん 三宅啓太さん  
 (団体・個人90<sup>kg</sup>級) (個人50<sup>kg</sup>級) (個人55<sup>kg</sup>級)

村岡校長 高田教育長

前列左から

高鍋亜洲さん 藤木雄大さん 保川琉青さん  
 (団体・個人55<sup>kg</sup>級) (団体・個人60<sup>kg</sup>級) (個人60<sup>kg</sup>級)  
 藤本翔稀さん 藤本翔湧さん 三井公瑛さん  
 (団体・個人66<sup>kg</sup>級) (団体・個人73<sup>kg</sup>級) (団体・個人81<sup>kg</sup>級)  
 平木大護さん  
 (団体・個人90<sup>kg</sup>超級)

阿波中学校 水泳 (個人)



左から

町田市市長 飯田先生  
 古田凧さん 中野心柚奈さん  
 (50m自由形) (100m・200m)  
 (100mバタフライ) (バタフライ)  
 細井美遥さん 河本賢親さん  
 (100m・200m) (100m平泳ぎ)  
 (平泳ぎ)  
 村岡校長 高田教育長



筋肉を増やすためには、筋トレとプロテインが必須だと考えている人が多いと思います。しかしここで注意しなければいけないのは、近年急増しているCKD（慢性腎臓病）の存在です。恐らく自分がCKDであることに気づいていない方も多いのではないのでしょうか。

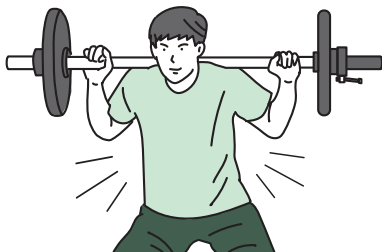
人工的につくられたプロテインの市場は、近年急速に拡大しています。これらは、自然食品とは比べものにならないほどの大量のタンパク質が含まれています。自分の腎臓が悪いことを認識していない人が、このような高濃度のタンパク質を摂れば、腎臓に重大なダメージを与えかねません。人工的なプロテイン商品は、日々の食事から十分なタンパク質を摂るのが困難な人に限って、使用するのが適切ではないかと考えます。

筋肉をつけるために、筋力トレーニングは欠かせないものですが、その際には自然食品のタンパク質を摂りながら筋トレを行うのが、最初の選択肢です。自然食品から摂る分には、よほどのことがない限りタンパク質過剰摂取はありません。プロテインを使用するのは、普通の食事だけではタンパク質が不足してしまうよ

うな場合ですが、肉や魚、乳製品、卵、大豆製品などを日常的に摂っていれば不足するという人はごく少数でしょう。またプロテインであれ、自然食品のタンパク質であれ、それらを摂るだけでは筋肉はつきません。運動（有酸素運動＋筋トレ）を行うことが必須です。

筋トレで筋肉に負荷をかけると筋線維が損傷し、その後修復されるわけですが、この際に元に戻るのではなく以前より筋線維が太く強く再生されます。これを超回復と言いますが、この修復過程で、タンパク質を積極的に補充するのが効果的と一般には説明されています。だから筋トレ後には、プロテインをたくさん補充した方がいいと考えている人が多いようですが、自然食品から摂ったタンパク質や元々体に蓄えられているアミノ酸、更には筋トレで損傷した筋肉由来のアミノ酸も再利用されるため、実際には積極的な補充はほとんどしなくても大丈夫なのです。

このコーナーは阿波市医師会・阿波歯科医師会・板野歯科医師会のご好意により提供いただいた原稿を掲載しています。



## 気をつけよう！ 消費者トラブル

### 投資詐欺に気をつけて!!



【事例】  
知らない間にSNSの投資グループに追加されていた。話を聞いて興味を持ち、投資を始めた。「利益が出ている」などとあおられて追加で投資し、総額約500万円を入金した。しかし、出金しようとしたところ「出金するには利益分の税金が必要」と言われ、手続きが進まない。

### 【トラブル防止のポイント】

金融商品の投資を装ってお金をだまし取る投資詐欺が、全国で発生しています。

詐欺グループはSNSなどを通じて言葉巧みに勧誘してきます。突然、ダイレクトメールが送り付けられたり、勝手にグループに追加されたりした場合は、無視してメッセージを削除し、相手のアカウントをブロックしてください。

不審なもつげ話には乗らないよう、十分に注意しましょう。投資には専門的な知識が必要です。簡単にもつげすることはできません。

また、SNSのプライバシー設定を見直して自動的に「友達」追加されないようにし、知らない人物からのメッセージには応じないことも大切です。

その他にも、消費生活で困ったことがあればお気軽に消費生活センターへご相談ください。

### 【相談窓口・お問い合わせ先】

● 阿波市消費生活センター 市役所1階  
Tel 0883(30)2222

相談受付 9時～16時

### ● 消費者ホットライン

Tel 局番なし 188 (イヤヤー！)



# 阿波市地域包括支援センターです

9月21日（世界アルツハイマーデー）から10月20日までは  
「徳島県認知症対策普及・啓発推進月間」です

## 認知症カフェ 「しあわせオレンジカフェ」を

開催します！

「認知症カフェ」とは、認知症の方やご家族、地域の皆さんなどたでも参加できる場所のことです。訪れることは自由で、帰ることも自由です。ここでは認知症について知る、学ぶ、考えることができます。

認知症についての困りごとや心配ごとについてゆっくりお話しませんか？

- ◆日時 10月11日（水） 10時～11時30分
- ◆場所 ショッピングセンター アワーズ  
■カフェスペース ■中央広場（認知症相談など）
- ◆内容 楽しい脳体操  
認知症についてのミニ講座  
認知症についての相談 など
- ◆参加費 無料
- ※申し込みは不要です。

皆さんお誘い合わせの上、ぜひお越しください。



昨年度の様子



## 認知症サポーター養成講座の案内

認知症についての正しい理解や対応方法、認知症の予防などの講座を行っています。

- ◆対象者 子どもから高齢者まで
  - ◆場所 学校や会社、お店、高齢者サロンなど、数名以上が集まる場
  - ◆時間 対象者により60～90分
  - ◆費用 無料
- 阿波市地域包括支援センターへお申し込みください。

### 令和4年度 受講者

- ・阿波西高校1年生
- ・阿波市介護予防サポーター
- ・阿波市生活支援員
- ・阿波市ヘルスメイト
- ・阿波市新規採用職員

### 今月のサロン紹介 28

#### 桜サロン

土成町の皆さんが桜集会所に月2回、集まっています。

集会所の前には桜の木があり、春にはその木の下で、お弁当を食べながら会話を楽しむお花見会をしています。

また、クリスマス会や新年会を行い、みんなでおしゃべりをしながら交流を楽しんでいます。



認知症サポーターカード

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

# 令和5年度 阿波市新成人祝金

今年度成人を迎える新成人の皆さまへ「阿波市新成人祝金」を支給します。

## ◆支給対象者

次の①・②を満たす方

①令和5年度に18歳を迎える新成人

(平成17年4月2日から平成18年4月1日まで)に生まれた方)

②令和5年10月1日現在において、3カ月以上阿波市に住所を有すること

## ◆支給金額

1人あたり1万円(1人につき1回限り)

## ◆申請方法

対象となる方に郵送で申請書などを送付しますので、期限内に申請してください。

※申請書などが届かない場合は、お問い合わせください。

## ◆提出期限

令和5年12月31日(日) 必着

## ◆提出先

社会教育課

※土・日・祝日および12月29日から12月31日までは市役所本庁西側の時間外窓口にご提出ください。

## 【お問い合わせ先】

社会教育課

TEL 0883(36)8742

## 「生活応援券」 配達中です

阿波市では、物価の高騰による市民の経済的負担の軽減と地域経済の活性化を目的に、生活応援券事業を実施します。

生活応援券は8月16日(水)から、簡易書留で配達を開始しています。

世帯数が多く、1日に配達できる件数にも限りがあるため、**全世帯にお届けできるまで1カ月半程度の期間が必要**になります。

到着が遅くご不安に感じられるかもしれませんが、送付予定期間内はお待ちいただけますよう、よろしくお願ひします。

なお、送付予定期間を過ぎても届かない場合は、ご連絡ください。

## ◆送付予定期間

8月16日(水)～9月30日(土)

## ◆使用期間

令和5年10月1日(日)～令和6年2月29日(木)

## ◆交付対象者

令和5年7月1日時点で阿波市の住民基本台帳に登録されている方

## ◆交付額

1人当たり 3千円(500円券6枚)

## ◆使用可能商品

- 物品販売
- 物品貸付
- サービスの提供 など

※お釣りはできませんのでご注意ください。

## ◆使用対象外

- 不動産や金融商品
- 商品券や切手など換金性が高いもの
- 市税や保険料などの支払い など



## 阿波市事業者電気料金高騰重点支援金

申請期限 9月29日(金) まで

電気料金高騰の影響を受けている市内商工業者に対し、今後の事業継続を支援するため、予算の範囲内で支援金を交付します。

## ◆交付対象者

令和5年4月1日時点で、事業活動の実態がある事業所を市内に有する方

※高圧電力を受電する事業所に限ります。

■本市の市税などの滞納がないこと(法人の場合は、代表者個人を含む) など

※農林水産、医療、福祉、発電その他これらに類する事業所や指定管理者として運営する公の施設は対象外とします。

## ◆支援金額

- 区分① 高圧電力(契約電力500KW未満) 25万円
- 区分② 高圧電力(契約電力500KW以上) 50万円

詳しくは、阿波市ホームページをご確認いただくか、商工観光課にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 商工観光課 TEL 0883(36)8722

# 低所得者重点支援給付金

申請受付期限  
9月30日(土)まで  
郵送の場合は当日消印有効

阿波市電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(1世帯当たり3万円)は、住民税均等割非課税世帯や令和5年1月以降の家計急変世帯などを支援する給付金です。

この給付金は、「令和五年三月予備費使用に係る低所得者世帯給付金に係る差押禁止等に関する法律」に基づき差押禁止等および非課税となる給付金です。

対象となる世帯で、給付金の受給を希望される受給権者の方は、申請期限までに手続きをお願いします。

◆基準日 令和5年6月1日

## ◆対象世帯

基準日時点で阿波市に住民登録があり、①②のいずれかにあてはまる世帯

※ただし、世帯全員が、住民税課税者の扶養親族になっている場合は対象外です。

①世帯全員が令和5年度住民税均等割非課税の世帯

給付対象と思われる世帯に6月下旬に確認書または申請書を郵送しています。同封の返信用封筒にてご返送ください。

※令和5年1月2日以降の転入者がいる世帯、基準日の翌日以降に住民税均等割非課税世帯となった世帯は、原則申請が必要です。

②世帯全員が令和5年度住民税非課税相当の世帯(家計急変世帯等)

※令和5年1月1日から5月31日までの間に予期せず収入が減少し、世帯全員が住民税非課税相当となった世帯などは申請が必要です。

◆受給権者 世帯主

◆支給方法 原則、金融機関口座への振り込み

## ◆申請期限

令和5年9月30日(土) ※郵送の場合、当日消印有効

受付時間 9時～17時(土・日・祝日を除く)

※修正が必要な方の修正期限も同じです。期限までに必要な手続きが行えるよう、早めにお手続きください。

詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、社会福祉課給付金係へお問い合わせください。

## 【提出・お問い合わせ先】

〒771-1695 徳島県阿波市市場町切幡字古田201番地1

社会福祉課給付金係 TEL 0883(36)8719

# 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 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  
(入居時に敷金3万円が必要です)

◆申込期間

9月1日(金)～9月20日(水)

(土・日・祝日を除く)

◆入居資格 次のすべてに該当する方

■阿波市に住民登録がある

■おおむね65歳以上の自立者である

■独居世帯または同居者が配偶者もしくは高齢者である

■世帯の年間所得が130万円以下である

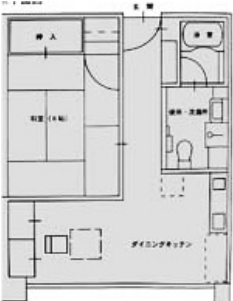
◆必要書類

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

【申請・お問い合わせ先】

社会福祉課 TEL 0883(36)6811

平面図



# 長寿祝金支給のお知らせ

高齢者の方々の長寿を祝福し祝金を支給します。  
 申請書を提出いただいた対象者の方には、ハガキにて指定の口座への振り込み日をお知らせします。  
 なお、申請がお済みでない対象者の方は、お早めに手続きをお願いします。

◆対象者 令和5年9月1日現在において、阿波市に引き続き1年以上居住している77歳、88歳、99歳、100歳以上の方

◆支給金額

77歳 (S20・9・2) ~ S21・9・1生)	5千円
88歳 (S9・9・2) ~ S10・9・1生)	1万円
99歳 (T12・9・2) ~ T13・9・1生)	3万円
100歳以上 (T12・9・1以前生)	5万円

【お問い合わせ先】 社会福祉課 Tel 08833(36)6811

## 投票所(第2投票所)変更のお知らせ

今回の選挙から、第2投票区の投票所が次のとおり変更となります。お間違えのないようご注意ください。

吉野スポーツセンター

← 吉野保健センター

(吉野支所)

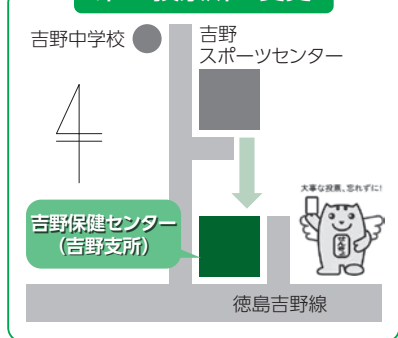
吉野町西条字大西53番地1

【お問い合わせ先】

阿波市選挙管理委員会事務局

Tel 08833(36)8753

### 第2投票所の変更



## ふるさと納税 阿波市を応援していただき、ありがとうございます

令和4年度も全国からたくさんの方が、「ふるさと納税」で阿波市を応援してくださいました。ありがとうございました。

皆さまの応援を阿波市ふるさと応援基金として運用しており、令和4年度は10事業の財源として活用させていただきます。

### 令和4年度阿波市ふるさと応援基金寄付金受入状況

メニュー	金額
① やさしく健やかな阿波 (健康・福祉・子育て分野)	21,551,500円
② 安全・安心・快適な阿波 (生活環境分野)	10,098,000円
③ 人が輝き合う阿波 (教育・文化分野)	9,353,500円
④ 豊かで活力ある阿波 (産業分野)	8,922,500円
⑤ 明日への基盤が整った阿波 (生活基盤分野)	3,914,000円
⑥ 共に生き、共につくる阿波 (共生・協働・行財政分野)	1,217,000円
⑦ 市長が必要と認める事業	37,740,000円
合計	92,796,500円

### 令和4年度ふるさと応援基金の活用報告

事業名	充当額	事業名	充当額
住宅購入支援事業	9,400,000円	野菜ソムリエ組織支援事業	700,000円
移住促進情報発信事業	14,000円	特産品認証PR事業	1,311,000円
雇用促進助成事業	1,793,000円	農業発信スポーツ連携事業	2,970,000円
吉野地区放課後児童クラブ整備事業	4,643,000円	がんばる企業応援事業	3,103,000円
阿波ベジキッズ育成事業	716,000円	企業立地促進事業	12,475,000円

令和4年度末現在 ふるさと応援基金積立残高 152,438,562円

# マイナポイント第2弾の申込期限は9月末までです

マイナポイントの申し込みは令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請された方が対象です。

まだマイナポイントの申請をされていない方は、9月末までにマイナンバーカードを受け取った上、マイナポイントの申し込みをする必要があります。

★市民課では、特設ブースにてマイナポイント申し込みのサポートも行っています。

## マイナンバーカード専用の休日窓口

平日時間内でのお手続きの他にマイナンバーカード専用の休日窓口も開設しています。

◆日時 9月10日(日) 9時～正午

◆場所 市民課 (市役所1階)

## マイナポイントの申し込みに必要なもの

- マイナンバーカード (4桁の暗証番号)
- マイナポイントを受け取るキャッシュレス決済サービス

- 通帳など登録する口座情報 (本人名義に限る) が分かるもの

また、スマートフォンにマイナポータルやマイナポイントのアプリをダウンロードすると、ご自分で健康保険証や公金受取口座の登録、マイナポイントの申し込みができます。

## マイナンバーカードの受け取りについて

マイナンバーカードをお受け取りになる際には、事前に送付されている交付案内に、受け取りに必要なものを記載していますので、内容をご確認の上お越しください。

## 《ご注意下さい》

受け取りは、申請したご本人がお越しください。15歳未満または成年被後見人の方は、法定代理人と一緒にお越しください。

ただし、病気・身体の障害など、やむを得ない理由により来庁が困難な場合は、代理人にカードの受け取りを委任できる場合がありますので、事前に市民課へご相談ください。

※仕事・学業の多忙はやむを得ない理由に該当しません。

## 郵便局でもマイナンバーカードの申請ができます

阿波市内の4郵便局でマイナンバーカードの申請サポートを行っています。

郵便局の職員が無料で顔写真の撮影を行うなど、申請のサポートを行い、受け取り方法など分かりやすく説明します。

※マイナンバーカードの受取については、市民課までお越しいただく必要があります。

## ◆申請できる郵便局

柿原郵便局・御所郵便局・市場郵便局・林郵便局

## ◆受付時間

平日9時～17時 (12月29日～1月3日を除く)

## ◆持参物

- 本人確認書類 (運転免許証や健康保険証など)
- 地方自治体情報システム機構などから送付されている二次元コード付きの申請書

※申請書をお持ちでない場合は、郵便局にある申請書をご利用ください。

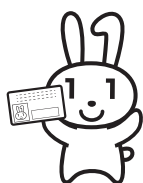
## 【お問い合わせ先】

マイナンバーカードに関すること

市民課 TEL 08883(36)8710

マイナポイントに関すること

企画総務課 TEL 08883(36)8700



## 国民年金保険料の追納制度

国民年金は、保険料免除や納付猶予などの承認を受けた期間については、10年以内であれば、後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、追納することを勧めます。

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乘せられます。

## ●手続き

申し込みが必要です。

年金事務所でも申し込みをいただく場合は、承認を受けた上、納付書で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・各支所で申し込みをされる場合は、後日、年金事務所より納付書が送られます。

## 【お問い合わせ先】

徳島北年金事務所 国民年金課

TEL 088(655)0200

阿波市市民課

TEL 0883(36)8710

# 申請手続きはお済みですか？ 阿波市がんばる農業者応援給付金

— 申請受付期限 —  
**9月29日(金)まで**  
郵送の場合は当日消印有効

肥料や燃油、資材に加え、電力・ガスなどの価格高騰が長期化する中、厳しい経営状況に直面している農業経営者の皆さまの事業活動の維持・継続を応援するために、昨年度に引き続き「阿波市がんばる農業者応援給付金事業」を実施します。

## ◆対象者

次の(1)～(3)の要件をすべて満たす「**個人の農業経営者**」または「**農業法人**」が対象です。

- (1) 令和5年7月1日時点で、阿波市に住民票または主たる事業所を有すること。
- (2) 令和4年中（法人の場合は直近事業年度）に農業での販売収入（家事消費・雑収入を除く）があり、税務申告を行っていること。
- (3) 今後も農業経営を継続する意思があること。

## ◆給付金額

個人 1経営体あたり **7万円**      法人 1経営体あたり **10万円**

◆申請方法 必要事項を記入した**申請書兼誓約書**に次の書類を添えて**農業振興課**へ提出（持参または郵送）してください。

## 《添付書類》

- (1) 令和4年分税務申告書類など（販売収入があることを確認できる①～③のいずれかの写し）
  - ① 収支内訳書《白色申告の方》
  - ② 所得税青色申告決算書《青色申告の方》
  - ③ 法人事業概況説明書《法人の場合》
- (2) 振込先口座を確認できる通帳（見開きページ目全面）などの写し
- (3) 申請者の本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード（表面）、パスポートなど）の写し《個人の方のみ》

◆支給方法 申請者本人名義の口座へ振り込み

※振込予定日は、交付決定通知にてお知らせします。

●申請書兼誓約書の様式は、広報7月号の折り込み用紙をお使いいただくか、阿波市ホームページからのダウンロードもしくは、農業振興課・各支所、阿波市内各農協の窓口にも用意しています。

## 《令和4年以降に新たに就農された方へ》

就農・収穫時期の関係で令和4年中に売上がなく、対象者要件の(2)に該当しない方でも、申請時点で販売実績があれば対象となります。申請の際は添付書類の(1)に代えて、今年の上売伝票や出荷伝票の写しを提出ください。

ただし、農業経営を家族から引き継いだ場合などは、前経営者の税務申告書類の写しを提出ください。

【申請・お問い合わせ先】 農業振興課 TEL 0883(36)8725（平日9時から17時まで）

## 令和5年住宅・土地統計調査 ご協力をお願いします

総務省統計局（徳島県・阿波市）では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約340万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員が調査書類の配布に伺います。

調査への回答は、インターネット回答のほか、紙の調査票を郵送または調査員に提出する方法で、お願いします。

### 【お問い合わせ先】

企画総務課 TEL 0883(36)8700

## 阿波市の公共施設の空き状況を インターネットで公開します

10月1日より、阿波市の体育施設の空き状況をインターネットで確認できるようになります。  
ご利用にはユーザー登録が必要です。

### ■空き状況の確認はこちら

<https://booking.spacepad.jp/>  
provider/36127/spaces/

### 【お問い合わせ先】

市政情報課 0883(36)8709  
社会教育課 0883(36)8742



# 申請者募集中 応援します！阿波市で育ったいいものを 特産品認証制度

受付期間  
9月11日(月)～  
10月31日(火)

阿波市では、特色ある優れた農畜産品やそれを利用した加工品を「阿波市特産品」として認証しており、今までに28の認証品が誕生しています。

この制度は「応援します！阿波市で育ったいいものを」をスローガンとして、頑張る生産者の熱い思いが込められた認証品を広く市場、消費者へアピールすることで、さらなる生産意欲の喚起と収益の増加を目指すとともに『農業立市・阿波市』のイメージアップを図ります。

## 制度の仕組み

### ①申請

#### ◆申請できる方

市内に在住、または事業所のある生産者、事業者の方

#### ◆申請できる産品

《農畜産物》市内で栽培、採取、飼養された指定農畜産物

《加工品》主な原材料に市内産の農畜産物を100%使用した加工品

※申請書などは、農業振興課に備え付けているほか、阿波市ホームページからダウンロードできます。

### ②審査

主に次の各基準で審査します。

- ◆品質、食味の改良や経営体制づくりなど将来に向けた行動計画があること。
- ◆市の特産品としてふさわしい特色や自然、文化に基づいた物語があること。
- ◆これまでに意欲的に取り組んできた実績があること。
- ◆生活環境や安全・安心に配慮した取り組みをしていること。
- ◆法令を遵守して生産され、安定した品質と生産能力があること。

### ③認証品

認証された特産品の宣伝や販売には、「認証マーク」を使用することができます。

認証品はホームページをはじめ、ふるさと納税関連サイトなど多様な場面で紹介されます。また、市の各種イベントなどで、パンフレット、のぼり、ポスターなどによって効果的にPRされます。

詳しくはホームページをご覧ください

【申請・お問い合わせ先】 農業振興課 TEL 08833368720



## 稲わらは早めに すき込みましょう！

今年も稲刈り作業が始まりました。この時期は台風が接近しやすい時期でもありますが、稲わらをそのまましておくとお雨や大雨が降ったときに流れだし、近くの農作物に深刻な影響を与えるほか、側溝や用水路に詰まって、住宅などへの浸水被害が拡大する恐れがあります。

稲わらをすき込むことにより土壌の保水性を向上させ、また浮わらや根腐れの原因となるガスの発生も抑制することができます。

収穫後は、乾燥・調製などで忙しい時期ですが、できるだけ早期にすき込み、健康な土づくりに努めましょう。



### 【お問い合わせ先】

農業振興課 TEL 08833368720  
危機管理課 TEL 08833368703

# 許さない！ 不法投棄

## 《不法投棄とは》

- 人気がない河川や山林などに廃棄物を捨てること
- 資材置き場などに廃棄物を放置すること
- 空き地などに廃棄物を運んで埋めること
- 道路沿いなどにたばこの吸い殻や空き缶などを捨てること など

一部の心無い人が、河川・山林・空き地などに、不法に廃棄物を捨てています。またゴミステーションに、指定袋に入れてないごみや、回収できないテレビなどを捨てる人がいます。

## 不法投棄は、絶対に許せない行為です！

地域の環境美化は、不法投棄を未然に防ぐ有効な手だてとなりますので、市民の皆様もぜひ地域の環境づくりにご協力ください。またゴミステーションには、ルールを守ってごみを出しましょう。



# 「毛布」は資源ごみです

阿波市では毛布を「粗大ごみ」として回収していましたが、現在は「資源ごみ」として回収しています。

※粗大ごみシールは不要です。  
各町月1回の資源ごみの回収日に所定の場所へ持ち込んでください。

資源ごみの回収日と回収場所は「阿波市ゴミ収集カレンダー」や「あわごみ分別アプリ」でご確認ください。

なお、**布団は変わらず「粗大ごみ」として回収**しますのでご注意ください。

## ごみ分別アプリ配信中

「あわごみ分別アプリ」でごみ出しに便利な情報を配信しています。「収集日の確認」や「ごみの出し方・分別方法などの検索」といった情報をスマートフォン・タブレット端末から手軽に確認することができます。

他言語（英語・中国語・ベトナム語）にも対応していますので、ぜひ活用ください。

◆「App Store」または「Google play」で検索するか、左記の二次元コードを端末で読み取り、アプリをダウンロードしてご利用ください。

「ios」の方は



「Android」の方は



ごみ分別





# 家庭ごみの出し方

## 可燃ごみ (台所ごみ・プラスチック類・紙類など)

■ 台所の生ごみは水分をよく切ってから出してください。

※阿波市では生ごみの処理に便利なコンポストの無料配布や、電気式生ごみ処理機への補助を行っていますので、ご利用ください。

(今年度のコンポスト無料配布の受け付けは終了しました。)

## ビン類・破碎ごみ

■ ビン類は中身を取り除いて水洗いして出してください。

■ 破碎ごみ (ガラス屑・陶器類) は中身の見える袋に入れて出してください。

■ 酒瓶・ビール瓶は販売店に返してください。

## カン類

■ 中身を取り除いて水洗いして出してください。

■ スプレー缶・カセットボンベは可能であれば穴を空け、ガスを抜いてから出してください。

## 粗大ごみ (木製家具・家電製品など)

■ 指定の粗大ごみシールを貼って出してください。

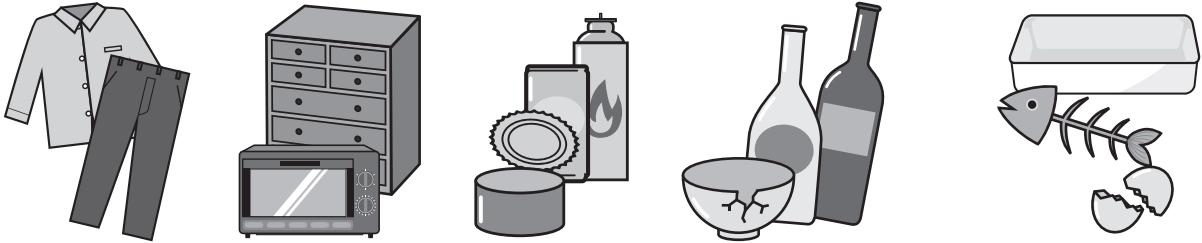
■ 金属、プラスチック、布、木製に分別してください。

■ 布団、じゅうたん類は座布団くらいの大きさに束ねて出してください。

## 資源ごみ (新聞・雑誌・衣類・毛布など)

■ 新聞・雑誌・段ボールは紙ひもで十字に束ねてください。

■ 衣類などは中身の見える袋に入れてください。



## 有害ごみ (乾電池・蛍光灯など)

■ 指定の粗大ごみシールは不要です。

## 家庭用のテレビ、エアコン、

洗濯機・衣類乾燥機、冷蔵・冷凍庫

① 郵便局でリサイクル券を購入する。

② リサイクルセンターへ粗大ごみの日に持ち込む。

(吉野町は吉野支所へ)

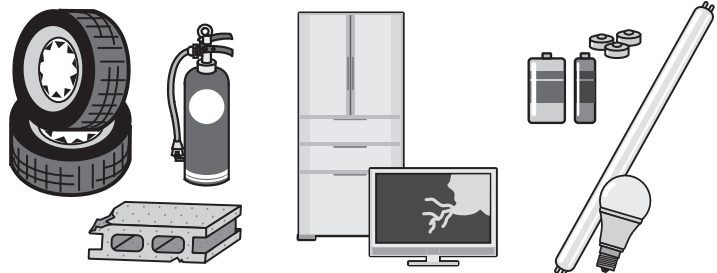
③ 引き渡し時に運搬料金 (1台あたり2500円)

を支払う。

## 出せないごみ

■ 自動車部品・タイヤ・農機具・薬品・ガスボンベ・消火器・建材・畳・その他管理運営上処理不適当と認められたもの。

詳しくは「阿波市ゴミ収集カレンダー」や「あわごみ分別アプリ」などをご確認いただき、適切な分別をお願いします。



## ペットボトルの出し方



① 必ずキャップとラベルを取ってください。



② 中をすすいでください。



回収したペットボトルは、圧縮してペットボトルの塊にした上で、リサイクル施設へ輸送しています。

ペットボトルは、キャップとラベルを取り除いてから出してください。ご協力をお願いします。

## 【お問い合わせ先】

環境衛生課

TEL 0883(3)6(8)711

# 備えあれば 憂いなし!

【阿波市の指定避難所と備蓄品を知っておきましょう】

★阿波市では、大規模地震発生に備え、**約5,200人**が避難できるよう避難所の指定や生活必需品などの物資を備蓄しています。

○ **指定避難所**.....**33カ所**  
 (一般の被災者が避難する避難所) (小中学校体育館など)

○ **福祉避難所**.....**11カ所**  
 (配慮が必要な被災者が避難する避難所) (要配慮者利用施設など)

○ **備蓄品**【新型コロナウイルス感染症対策】



※詳しくは阿波市総合ハザードマップをご覧ください

<p>パーティション (中学校体育館設営用)</p>	<p>避難所用シェルター (小学校体育館設営用)</p>	<p>毛布・マット (避難用) ※毛布などは、使い慣れた物を持参しましょう。</p>	<p>非常食・保存水 (1日分)</p>	<p>スポットクーラー (避難用)</p>
<p>避難所用テント (小中学校グラウンド設営用)</p>	<p>段ボールベッド (必要に応じて事業所が準備)</p>	<p>※非常食の備蓄の考え方                  1日目：持参品                  2日目：市の備蓄                  3日目以降：県の備蓄など</p>		<p>その他、生活必需品</p>

## LINEで住民票の写しや戸籍の証明書・税証明書などの申請ができます!



9月から阿波市公式LINEとマイナンバーカードを使って各種証明書を申請できるサービスを始めました。ぜひご利用ください。

申請者全員に

『500円分のデジタルポイント』をプレゼントします! (令和6年2月29日まで)

【友だち追加方法】

QRコードを読み取る! ⇒

または

LINE IDを入力! ⇒ @awacity

基本メニュー	まちの魅力	防災・コロナ
市公式HP	くらしの情報	電子申請
新着情報	子育て支援アプリ	不具合箇所報告
広報あわ	阿波市ケーブルネットワーク	受信設定

トーク画面で「電子申請」をタップ

◆本人確認はマイナンバーカードを利用して行い、交付手数料の支払いは、クレジットカードまたはLINE Pay、Pay Payを利用してオンライン決済できるため、24時間どこからでも手続きが可能です!

◆申請された証明書は、現在の住民登録地の住所に郵送します。(郵送料は、申請者負担となります)

※詳しくは阿波市ホームページをご覧ください。

【お問い合わせ先】 市政情報課 Tel 0883(36)8708



# アエルワからのお知らせです

## アエルワ講座 9月の日程

### ピラティス

4日、11日、25日(月) 10時～11時

1日、8日、15日、22日(金) 10時～11時

### ダンス

JAZZ 4日、11日、25日(月) 18時10分～19時20分

JAZZ Hip Hop 19時30分～20時40分

ジャズダンス 20時50分～21時50分

きもの 6日、20日(水) 14時～16時

ピアノ 13日、20日、27日(水) 14時30分～17時30分

実用ボールペン字 6日、27日(水) 18時30分～20時

### ナイトピラティス

6日、13日、20日、27日(水) 19時30分～20時15分

### 朝活!ピラティス

1日、8日、15日、22日(金) 9時～9時45分

チアダンス 8日、15日、29日(金) 18時40分～19時40分

ヨガ 8日、15日、29日(金) 20時～21時

現代水墨画 2日、23日(土) 13時30分～15時30分

和紙ちぎり絵 9日、30日(土) 13時～15時

※受講料は月額制・前月の最後の講座日までにお支払いをお願いします。

※講師などの都合により変更になる場合があります。



## 9月～10月初旬のイベント・貸館情報

6日、13日、20日、27日(水) サバーダンススタジオ リハーサル室  
アンダー7 18時～18時40分 キッズクラス 19時～19時50分

2日(土) 第68回アエルワロビーコンサート

アエルワホール 14時開場・14時30分開演

4日(月)～8日(金) 自殺予防週間に関するパネル展示／吉野川保健所

市民交流スペース 9時～18時 ※初日は11時～、最終日は16時まで

24日(日) フラダンス・体操・太極拳・ダンス発表会／阿波市文化協会

アエルワホール 13時～16時30分

10月1日(日) 舞踊発表会／阿波市文化協会

アエルワホール 12時30分～14時

10月7日(土) スイングキッズコンサート

アエルワホール 13時30分開場・14時開演

※主催者の都合により、開催内容が変更・中止となる場合がございます。



## アエルワ食堂

9月29日(金)  
サービスデー

通常営業日時 平日 11時～14時 ラストオーダー 13時30分

500円以上の食事をされた方に、デザートサービスします。

ご来店をスタッフ一同、こころよりお待ちしております。

催事のお食事・お弁当も承ります。お気軽にお問い合わせください。

### 【お問い合わせ先】

(株)フードセンター Tel 0888(665)7676

受付(月～土) 8時～17時  
担当: 松本 携帯電話 090(4780)6795



【お問い合わせ先】 阿波市交流防災拠点施設アエルワ(9時～18時) 休館日: 火曜日

Tel 0883(36)8739 / FAX 0883(36)8769 HP <http://www.aeruwa.jp> E-mail: info@aeruwa.jp

\*お問い合わせ\* (あわみちゃん/レタスくんLINEスタンプ好評販売中)

一般社団法人 阿波市観光協会

(阿波農村環境改善センター1階)

TEL 0883-35-4211

FAX 0883-30-1207

E-mail info@awa-kankou.jp



ホームページ



Facebook



一般社団法人

阿波市観光協会

Awa City Tourism Association

## 第4回阿波市フォトコンテスト 作品募集

阿波市の魅力を伝える写真作品を「プリント写真の部」「SNSの部」2部門で11月30日(木)まで募集中!

入賞作品は、広報物やWebコンテンツ掲載など、阿波市の観光PRに使用します。入賞者には、賞金や阿波市産品の賞品あり。

詳しくは、配布中のチラシをご覧ください。

ご応募お待ちしております。



## 阿波市食マルシェ開催決定!

昨年初開催し、好評いただいた「阿波市食マルシェ」を今年も開催します!

農業立市阿波市の豊かな食材を使った飲食などの出店やステージイベント、BMXのパフォーマンスなど、盛りだくさんの内容です。

食欲の秋、スポーツの秋。美味しい&楽しい1日をお過ごしください!

日時 10月9日(月・祝) 10時~15時

場所 市場センターパーク  
(阿波市役所北)

## 秋の花 曼珠沙華

市場町の遍路道沿いには、毎年多くの曼珠沙華が咲いています。赤色が主流ですが、時期により白や黄色も見られます。宝探しのような気持ちで花観賞はいかがでしょう。



# 9月 公民館・勤労青少年ホーム行事予定表

どなたでも参加できます。開催日時などは変更されることがありますので、各施設へお問い合わせください。  
夜間開催(17時以降開始)の行事は、緑色で記しています。

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・ダンススポーツ
第2・4火曜日	パッチワーク
水曜日	スローエアロビック・100歳体操
第2水曜日	茶道(あわスポーツ)
第2・4木曜日	水墨画
第3木曜日	トールペイント
金曜日	レクリエーションダンス・ダンススポーツ
第1・3・4金曜日	茶道
土曜日	ダンススポーツ
第2・4土曜日	楽しくパソコン
第2・4日曜日	ピアノクラブ

土成中央公民館 TEL 088(695)5305	
開催曜日	行事名
第1・3・4火曜日	スポーツ吹き矢
水曜日	フラワーサークル・コーラス
第1木曜日	絵画勉強会・市民学習講座
第1・3木曜日	ピラティス
第2・4木曜日	歴史講座
第2・3・4木曜日	英会話教室
金曜日	スポーツダンス
土曜日	コーラス

勤労青少年ホーム TEL 0883(36)6464	
※利用には登録が必要です。(登録料 年1,000円)	
開催曜日	行事名
火曜日	硬式テニス(緑の丘テニスコート)
木曜日	卓球(勤労青少年ホーム)、バレーボール・フットサル(土成トレーニングセンター)
第2金曜日	ボウリング同好会(ぼっぼジョイ石井)

八幡公民館 TEL 0883(36)3004	
開催曜日	行事名
第3月曜日	笑楽幸やわた(生き生きサロン)
月・水曜日	ディスコダンスフィットネス
火曜日	ニューススポーツ
第2・4火曜日	生け花
水曜日	詩吟
最終水曜日	成人講座(歴史の勉強会)
第1・3木曜日	パッチワーク教室
第2・4木曜日	ウクレレ同好会
金曜日	フラダンス教室
第1・3土曜日	三味線
第3土曜日	詩吟

市場公民館 TEL 0883(36)6464	
※改修工事に伴い、令和6年3月(予定)まで休館します。	

大俣公民館 TEL 0883(36)2284	
開催曜日	行事名
月曜日	詩吟
水曜日	大正琴・太極拳
木曜日	大正琴・カラオケ
第1・3金曜日	サロン

林公民館 TEL 0883(35)2078	
開催曜日	行事名
月曜日	舞踊・詩吟・太極拳
火曜日	囲碁
第1・2・3火曜日	ヨガ
第2火曜日	林サロン
第2水曜日	川柳
第2・4水曜日	貯筋運動
第1・3木曜日	カラオケ
第1・2・3木曜日	絵手紙

金曜日	3B体操・将棋
土曜日	詩吟・コーラス・大正琴
第2・4日曜日	日本語支援教室

久勝公民館 TEL 0883(35)2026	
開催曜日	行事名
月曜日	コーラス・コーラス・詩吟
第2・4月曜日	被服のリフォーム教室
第3月曜日	韓国語教室
火曜日	3B体操
第2火曜日	手づくり手芸講座
水曜日	踊り(民謡)
第1水曜日	私たちの明日を語り合う会
第3水曜日	手芸教室
木曜日	社交ダンス・カラオケ・コーラス
第1・3木曜日	朝活ストレッチ
金曜日	100歳体操・コーラス
第1・3金曜日	三味線
第2金曜日	俳句
土曜日	詩舞・舞踊・詩吟
第1・4土曜日	こども茶道教室
日曜日	体幹ストレッチ

伊沢公民館 TEL 0883(35)2152	
開催曜日	行事名
第1・2・4月曜日	社交ダンス
最終月曜日	生け花
第3火曜日	水墨画
木曜日	居合道
第2・4木曜日	ちぎり絵
金曜日	スポーツダンス・囲碁・阿波踊り
第2金曜日	写真
第1・3日曜日	社交ダンス

# 9月番組予定

デジタル：111ch  
デジタル：112ch (文字放送のみ)  
デジタル：121ch (けーぶる12)



午前	月・火・水・木	金	土・日
6	00 阿波市民憲章、文字放送		
7	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・県総合支援センターから最新情報 ・テレビミュージアム ・ACNマンスリーニュース	30 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30 ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
8	00 いきいき体操 30 文字放送		00 ACNリクエスト 視聴者からの要望が高かった番組をもう一度放送します!
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 30 旬感! あわだより	01 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	01 ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
午後			00 文字放送 30 阿波ベジクッキング
0	00 歯の健康 ~お口のケアの大切さ~ 30 スローエアロビック・シャキシャキ! HAPPYラジオ体操		
1	40 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・県総合支援センターから最新情報 ・テレビミュージアム ・ACNマンスリーニュース	40 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	40 ACN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・スローエアロビック・脳体操 30 旬感! あわだより		00 ACNリクエスト 視聴者からの要望が高かった番組をもう一度放送します!
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 とくしまハーツ 31 あわだより	01 スローエアロビック・脳体操
6	00 文字放送~ 30 歯の健康 ~お口のケアの大切さ~		
7	00 文字放送		
8	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・県総合支援センターから最新情報 ・テレビミュージアム ・ACNマンスリーニュース	30 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30 ACN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!		00 とくしまハーツ 30 あわだより
10	00 阿波市民憲章、スローエアロビック・いきいき体操・脳体操		
11	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・県総合支援センターから最新情報 ・テレビミュージアム ・ACNマンスリーニュース	30 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30 ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
12	00 文字放送		
	00 ショップチャンネル 翌朝、6時まで放送!		

※番組の詳細はACNホームページおよびデジタル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特番は毎週2種類あり、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。  
【お問い合わせ先】ACN TEL.088(695)5350

# 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・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、次までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】阿波市ケーブルネットワーク(ACN)  
TEL.088(695)5350

9月分のケーブルテレビ使用料の口座振替日は、  
**10月2日(月)**です。振替日前日までに、  
ご指定口座の残高確認をお願いいたします。

## 成人講座 八幡公民館事業

# 郷土をもっと知ろう

受講生募集

- ◆演題 「近世阿波の食  
―殿様の食文化史―」
- ◆講師 徳島城博物館館長  
根津寿夫氏
- ◆日時 9月27日(水)  
19時~21時30分
- ◆場所 八幡公民館 2階大会議室
- ◆対象者 阿波市在住の方
- ◆定員 15名程度(先着順)
- ◆受講料 無料
- ◆申込・お問い合わせ先 八幡公民館  
TEL 0883(36)3004

## 伊沢公民館事業

# ブリージング トレーニング ~呼吸を意識した運動~

受講生募集

- 呼吸を中心に、ストレッチやエクササイズを音楽に合わせて行います。  
一緒にトレーニングしてみませんか。
- ◆日時 10月11日・18日(水) 全2回 10時~11時
- ◆場所 伊沢公民館
- ◆講師 全米ヨガアライアンスRYT200修了  
Keiko先生
- ◆対象者 阿波市在住の方
- ◆定員 15名程度(応募者多数の場合は抽選)
- ◆受講料 無料
- ◆準備物 ヨガマット、飲み物、フェイスタオル
- ◆申込期間 9月11日(月)~15日(金)  
平日 9時~16時
- ◆申込・お問い合わせ先 伊沢公民館  
TEL 0883(35)2152

# フォトニュース



## ジンゾク狩り

7月7日、宮川内谷川で御所小学校5年生が、地元の名物「たらいうどん」のだしに使われている小魚のジンゾク狩り体験をしました（TRCとなり主催）。

児童らは、ジンゾク狩りやたらいうどんの歴史の説明を受けた後、6人ほどが横並びになって川に入り、ザルにジンゾクを追い込んで捕りました。

ジンゾク狩り体験の後、児童らは、自ら種をまき、麦踏みをした小麦で作られた「たらいうどん」を味わいました。



## 楽しくブドウを学ぶ

柿原・一条小学校の2年生がキッズ野菜ソムリエに任命されました。

7月31日、柿原小学校では、野菜ソムリエコミュニケーション阿波のメンバーが、ブドウの種類や選び方、栽培方法などを説明しました。

児童らは、巨峰やデラウェアなど、6種類のブドウを食べ比べ、それぞれの香りや味、食感などの特徴をシートにまとめました。

一条小学校でも食べ比べを行う予定です。



## 育てたレタスでおいしいごはん

7月10日、一条認定こども園で人権擁護委員との交流があり、5歳児18人がレタスの収穫をしました。このレタスは、4月に種まきをして園児が毎日水をやり、大きくなっていく様子を見守りながら育てたものです。

収穫したレタスを入権擁護委員がチャーハンやスープ、サラダに調理して子どもたちに振る舞い、「みんなが元気になるように作りました。命をつなぐためにいっぱい食べてください」と話しました。



## 親子で楽しくクッキング

7月15日、アエルワで親子料理教室「あわ味キッチン」が開催されました。11組23人が参加し、「紙パックで楽ちんおにぎり」、「みそ玉の簡単みそ汁」、「ギョウときゅうりのお手軽ナムル」、「豆腐白玉のフルーツポンチ」を作りました。

親子で手順を確認しながら協力して調理した後、「おいしい。簡単だから家でもつくれそう」と話しながら試食しました。



## 給食センターを探検!!

7月22日、「親子給食センター探検隊」が開催され、小学生と保護者19組45人が参加しました。

参加者は、栄養教諭や調理員から説明を受けながら、普段は見ることでできない大きな調理器具をのぞき込んだり、疑問に思ったことを質問したりしながら調理室や洗浄室などを巡りました。

材料に見立てたボールを実際に洗ったり、900人分のおかずを作る大釜に入れてかき混ぜたりして大量調理も体験しました。



## 楽しい婦人会に

7月7日、大俣公民館で、阿波市婦人団体連合会が「女性支援事業」を開催し、約70人が参加しました。徳島県婦人団体連合会の藤田育美会長が、「婦人会の役割」と題して、自らの活動を交えながらお話されました。

「婦人会は、婦人会活動・日赤奉仕団活動・結核予防活動を三本柱とし、今年の目標はフェーズフリー（普段使用を災害時に）とウイズコロナ（自己責任で行動する）です。これからも、楽しく、元気に参加してください」と熱く語られました。



## How are you?

7月15日、阿波市国際交流の会がアエルワで、「初めての英語④」を開催しました。南アフリカ共和国出身のアティ先生が、母国のポートエリザベスを映像で紹介したり、みんなで自己紹介したり、簡単な英会話に挑戦しました。

またグループに分かれて、南アフリカに関するクイズで盛り上がりました。

参加者の堀川弘子さんは、「最近、外国人のお通路さんによく出会うので、英語であいさつしてみたい」と話しました。



## 父を想う。そして先の大戦に学ぶ

8月3日、阿波市婦人団体連合会が若い世代に平和の尊さを伝えるため、「戦争体験を語り継ぐ会」を開催し、吉野中学校1年生や婦人会会員らが参加しました。

講師の尾形信之さん（土成町）は、3歳の時に父親を戦争で亡くされ、戦後の苦しかった生活のことや、フィリピンのネグロス島での遺骨収集の様子を話されました。

「戦争は悲惨で、何一ついいことがない。戦争と平和について、それぞれが学習してほしい」と強く語られました。



# みんなで歩けば、楽しく元気と出会う!

市場町歩こう会では、月に1回5～8km程度を町内中心にウォーキングしています。自然の風を頬に受け、楽しみながら汗をかいて、一緒に健康な体を作りましょう!



2023年6月 別府・由布院コース

参加ご希望の方は、お近くの運営委員さん、または担当者までご連絡ください。

日時	ウォーキングコース	距離	(集合場所・時刻)
10月8日(日)	大野島コース	7Km	阿波市役所 (アエルワ前) 8時30分集合
11月5日(日)	安楽寺・十楽寺コース	5.4Km	宮川内谷川公園 (北側) 8時30分集合
11月22日(水)	宇治平等院コース ※特別企画	4Km	阿波市役所 (市民パーク) 別途案内 (各会員様へ)
12月3日(日)	市場小学校コース	5.5Km	阿波市役所 (アエルワ前) 8時30分集合
1月7日(日)	切幡コース	5Km	阿波市役所 (市民パーク) 8時30分集合
2月4日(日)	森沢コース	7Km	阿波病院駐車場 (北側) 8時30分集合
3月8日(金)	ひょうたん島コース ※特別企画	4Km	阿波市役所 (市民パーク) 別途案内 (各会員様へ)

【申込・お問い合わせ先】 市場町歩こう会 会長 赤澤 健二 Tel 0883(36)5582 事務局 Tel 090(5665)0319

# 第7回 ふれあい御所まつり

とき

10月1日(日) 10時～13時

ところ

阿波老人ホーム御所園駐車場と御所の郷周辺(駐車場有り)

内容

たこやき、やきそばなどの模擬店  
キッズダンスなどの舞台イベント  
くじ引きなどの遊び体験 など  
♪4年ぶりの開催です

ぜひご来場ください

※雨天、感染症拡大などで中止になる場合があります。

【お問い合わせ先】

阿波老人ホーム御所園

TEL 088(695)5533

## あなたの心を癒します 心のリフォーム学級開催

◆演題

「ホームレス及び生活困窮者等の支援活動について」

◆講師

一般社団法人 新しい自立化支援塾  
代表理事 森本 初代さん

◆日程

9月14日(木) 14時～15時10分

◆場所

阿波市役所 3階 大会議室

☆どなたでも参加できます。  
申し込みは不要です。

【お問い合わせ先】

社会教育課  
TEL 0883(36)8742

川島  
税務署

## 国税に関するご相談

川島税務署では、国税に関する一般的なご相談は事前にお電話でご予約いただいた上で、面接相談を行っています。

相続税、贈与税および譲渡所得の個別照会に係る相談は、毎月第2・4月曜日に事前予約制で個別に対応しています。

なお、国税庁ホームページ「タックスアンサー」では、よくある税のご質問に対する回答をキーワード検索などで調べることができますので、ぜひご利用ください。

## 消費税インボイス

### 制度説明会

令和5年10月1日から消費税インボイス制度が始まります。次の通り説明会(登録要否相談会)を開催しますので、ぜひご参加ください。

◆日時

9月28日(木) 10時～15時(1回60分)

◆場所

川島税務署1階会議室  
(吉野川市川島町宮島747番地2)

◆定員

各20名

※電話による事前予約が必要です。

※国税庁インボイス制度特設サイトでは、インボイス制度について解説した「国税庁動画チャンネル」やQ&Aなどを掲載しています。

【お問い合わせ先】

川島税務署 TEL 0883(25)2211

説明会については音声ガイドランスに従って「2」番を選択してください。



インボイス制度特設サイト

## 「ごぞんじですか？」

### 検察審査会

不起訴には11人の審査の目

検察審査会では、検察官が事件を裁判にかけなかったこと(不起訴処分)のよしあしを、選挙権を有する国民の中からくじで選ばれた11人の検察審査員が審査します。

どうやって選ばれるの？

各市町村の選挙管理委員会が有権者を対象に行ったくじの結果をもとに候補者名簿が作成され、その名簿の中からくじで選ばれます。

※法改正により、令和5年2月から、検察審査員になる年齢が18歳以上になりました。

選ばれたら何をやるの？

月に1・2回開かれる会議で、検察庁から取り寄せた事件の記録を調べ、意見を出し合って、不起訴処分がよしあしを審査します。

法律の知識がなくても大丈夫？

検察審査員の仕事は、不起訴処分のよしあしを国民の視点で審査することですので、法律の専門知識は必要ありません。

あなたも選ばれるかも…

【お問い合わせ先】

徳島検察審査会事務局

TEL 088(603)0160

美馬検察審査会事務局

TEL 0883(52)1035

詳しくはこちら





## 阿波市以外のお知らせ

あなたの素敵な出逢いと  
幸せな結婚を応援します！

徳島県から委託を受けた公的センター「マリッサとくしま」では、マッチング（お見合い）、イベント、セミナー、相談会など、素敵なお相手探しのサポートをしています。



【お問い合わせ先】

マリッサとくしま

Tel 088(656)1002

e-mail: msc@marissa-tokushima.com

## 鴨島支援学校「ふれあい交流作品展」

鴨島支援学校は、飯尾敷地小学校、鴨島第一中学校、川島高等学校と交流および共同学習を実施しています。

「ふれあい交流作品展」では、お互いの図画工作・美術作品などを通して、さらに交流を深めるとともに地域の皆さまにもそれぞれの学校の児童生徒の作品をご覧いただきたいと思ひます。

今年度は①ビッグ鴨

島店2階での展示開催と②ホームページ上で  
詳しくはこちら  
のオンライン開催を行います。



◆日時 ①10月2日(月) 13時～

13日(金) 15時～

◆場所 ②10月2日(月)～31日(火)  
①ビッグ鴨島店

2階エレベーターホール  
②鴨島支援学校ホームページ  
(作品展コーナー)

【お問い合わせ先】

鴨島支援学校

Tel 0883(24)6670

## 知っていますか？建退共制度

建設業退職金共済(建退共)制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が労働者の働いた日数に応じて、掛金となる共済証紙または退職金ポイントを積み立て、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払う制度です。

申請手続きは、電子申請が便利ですのでぜひご利用ください。

詳しくは「建退共」ホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。

【お問い合わせ先】

独立行政法人 勤労者退職金共済機構  
建退共徳島県支部

Tel 088(622)3113

## 三好市医師会准看護学院

### 令和6年度入学試験

◆試験区分 推薦入試・社会人入試

◆募集人員 20名(一般入試入学者含む)

◆出願期間

9月1日(金)～10月3日(火) 16時

◆出願方法

郵送(当日消印有効)

持参(土・日・祝日を除く、9時～16時)

◆試験日 10月15日(日)

※試験区分ごとに試験内容が異なります。

詳しくは、お問い合わせください。

【お問い合わせ先】

三好市医師会准看護学院

Tel 0883(72)0586

## アイヌの方々からの

### 様々なご相談をお受けします

日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。

◆受付時間

月～金曜日 9時～17時

(祝日・12/29～1/3を除く)

●相談無料 ●匿名可 ●秘密厳守

【お問い合わせ先】

公益財団法人  
人権教育啓発推進センター  
相談専用電話

Tel 0120(771)2008

## 創業するなら保証協会へ！

徳島県信用保証協会は、創業をお考えの方に、創業計画の作成をお手伝いしています。資金相談や各種計画書の書き方など、創業に関する不安や疑問を無料個別相談にて解決します。

また、事前予約制で休日創業相談・夜間創業相談も行っています。

◆相談日

《創業前相談》

毎週月～金曜日 9時～17時

《休日創業相談》

毎月第3日曜日 9時～12時

《夜間創業相談》

毎月第1水曜日 17時～19時

◆場所

徳島県信用保証協会

(徳島経済産業会館 KIZUNAPラザ4F)

【お問い合わせ先】

徳島県信用保証協会

地方創生部 創業推進課

Tel 088(622)0254

E-mail:

startup@cg-c-tokushima.or.jp





# 阿波市立図書館 9月のカレンダー

Twitter

■阿波図書館 Tel. 0883-35-5101  
 ■市場図書館 Tel. 0883-36-6455  
 ■土成図書館 Tel. 088-695-5385  
 ■吉野笠井図書館 Tel. 088-696-4686

阿波



市場



土成



吉野笠井



日	月	火	水	木	金	土
☆ 開館時間のお知らせ ☆ 4月から9月までの開館時間は、9時～19時です。 (※10月～3月は18時までです)						1
3	4	5	6	7	8	9
	休館日(全館)	◎土成町・吉野町 ブックスタート (土成保健センター)				
10	11	12	13	14	15	16
◎おはなしのとびらおはなし会 (土成) 10:30～	休館日(全館)				◎古文書解読講座 (市場) 10:00～	◎どんぐりおはなし会 (市場) 11:00～
17	18	19	20	21	22	23
	敬老の日 開館します	休館日(全館)		◎市民学習講座 (市場) 13:30～	秋分の日 開館します	◎たけのこの会おはなし会 (吉野笠井) 11:00～
24	25	26	27	28	29	30
◎映画会(土成) 10:00～	休館日(全館)				館内整理日の ため休館(全館)	

## 9月の特集

市場図書館

児童・・・じいちゃんばあちゃんありがとう♡

一般・・・池上彰特集 ～考えてみよう～

土成図書館

児童・・・はやくおいで～あき

一般・・・読書で出会う動物たち

吉野笠井図書館

児童・・・そら

一般・・・〇〇な秋



## 土成図書館

■映画会 24日(日) 10:00～11:59(119分)

### 『獄門島』

終戦直後、金田一耕助は亡くなった戦友の故郷、瀬戸内『海に浮かぶ孤島「獄門島」』を訪れる。島の実力者である本鬼頭家で金田一は、美しい女性・早苗と出会う。封建的な島で繰り広げられる怪奇な連続殺人の謎に金田一が挑む。

主演：長谷川博己 2016年NHK放送



3館共通

敬老の日イベント「おじいちゃんおばあちゃんに『ありがとう』を伝えよう！」

配布期間：1日(金)～18日(月・祝)  
展示期間：9日(土)～10月1日(日)

「夏の読書チャレンジ☆大抽選会」当選者発表

貼出期間：5日(火)～30日(土)  
※当選者には直接ご連絡いたします。

市場図書館

敬老の日イベント「お花のしおりプレゼント」

期間：1日(金)～無くなり次第終了  
対象：本やCD・DVDを3点以上借りてくれた大人の方

土成図書館

図書リサイクル市

期間：9日(土)～無くなり次第終了  
※おひとり10冊まで

読書のアニメーション「あそびおはなし会」

日時：3日(日) 11時～11時30分  
17日(日) 11時～11時30分

対象：幼児～小学生(とその保護者)

秋の読書週間イベント「#図書館の本で作ってみた展」

作品募集期間：1日(金)～10月29日(日)  
展示期間：11月4日(土)～12月3日(日)

対象：どなたでも

吉野笠井図書館

みにこうさく「ピョンピョン星人」

期間：1日(金)～材料が無くなり次第終了  
対象：5冊以上借りてくれた小学生以下の方

阿波図書館休館のお知らせ

阿波図書館は改修工事のため、休館しています。

期間

令和6年3月(予定)まで

※休館中は市場・土成・吉野笠井図書館をご利用ください。



ベンチを寄贈していただきました！

in 吉野笠井図書館

吉野町の高木工務店様より、ベンチを寄贈していただきました。木陰でゆっくり本を読むのはいかがでしょうか。吉野笠井図書館にお越しの際はぜひご利用ください。

新刊 図書

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。



図書の検索はこちらから

市場図書館

- 「中村天風その人生と名言」  
中村天風財団／協力
- 「30人前150人前～作る大量調理のコツ」  
小宮 真弓／著
- 「七人怪談」 加門 七海 ほか／著
- 「とおくのしんせきよりちかくのねこ」  
広瀬 克也／作

土成図書館

- 「世界の基地問題と沖縄」  
川名 晋史／編
- 「足ケア&マッサージ」  
池田 明子 ほか／著
- 「異能機関 上・下」  
スティーヴン・キング／著
- 「火のトンネル」  
岡本 央／写真・文

吉野笠井図書館

- 「近代おんな列伝」 石井 妙子／著
- 「60歳からの『紙モノ』整理」  
渡部 亜矢／著
- 「ベスト・エッセイ 2023」  
日本文藝家協会／編
- 「アイラブミー」 オバック／え



# 9月の健康だより

お問い合わせは 健康推進課 Tel 0883(36)6815

## 子育て世代包括支援センター（ぎゅっと）

### 助産師相談日

日	受付時間	対象者	会場
4日(月)	9:00～ 正午 13:00～ 16:00	阿波市に住民票のある方で妊娠・出産・育児に関する相談をしたい方	阿波市役所 1階
14日(木)			健康推進課内
19日(火)			子育て世代包括支援センター
26日(火)			

※助産師相談をご利用の方は、事前にご予約ください。  
 ※上記日程以外でも保健師と管理栄養士が、お子さんの身体計測や相談に応じます。

### 乳幼児健診

健診対象者には、2週間前に個別に通知を発送します。  
 詳細は通知をご覧ください。

日	事業名	会場
5日(火)	乳児健診	土成H
13日(水)	2歳児健診	阿波H
14日(木)	3歳児健診	
21日(木)	乳児健診	土成H
26日(火)	1歳6か月児健診	

※会場のHは保健センターの略です。

## 運動教室

日	時間	テーマ
14日(木)	受付 13:00～13:30 実施 13:30～15:00	膝の痛みに効く運動

対象者	会場
令和4・5年度に国保特定健診を受診された40～74歳までの方	土成保健センター

**準備物** ヨガマット（なければバスタオル）、運動用シューズ、測定などの個人記録用ファイル、飲み物、汗拭きタオルなど

※ヨガマットの貸出は行いません。  
 ※初めて参加される方には個人記録用のファイルをお渡しします。  
 ※安全に運動を行うために、当日測定した血圧が高値の場合、運動を制限もしくはお断りする場合があります。ご了承ください。



## 9月10日(日)から16日(土)までは「自殺予防週間」です

自殺予防週間は「9月10日の世界自殺予防デー」にちなんで制定されています。

自殺や精神疾患などについて、正しい知識を普及啓発し、偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいた時の対応方法などについて、理解の促進を図ることを目的とするものです。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、それぞれの立場で何ができるかを考えてみませんか。



### ★主な相談先

いのちの希望 088(623)0444  
 とくしま自殺予防センター 088(602)8911

★相談窓口、ゲートキーパー、自殺対策の取り組みなどの情報をわかりやすくまとめたサイト・厚生労働省ホームページ「まもろうよいのち」をご参照ください。

# 休日および平日夜間 救急当番医

日	医療機関
1日(金)	森下医院
2日(土)	板東眼科
3日(日)	笠井病院
4日(月)	阿波病院
5日(火)	西川内科クリニック
6日(水)	重清内科外科
7日(木)	中山医院
8日(金)	さかまき整形外科
9日(土)	大久保医院
10日(日)	金塚内科
11日(月)	阿波病院
12日(火)	御所診療所
13日(水)	金塚内科
14日(木)	笠井病院
15日(金)	太田診療所
16日(土)	おおつか内科
17日(日)	御所診療所
18日(月)	阿波病院
19日(火)	大串医院(眼科)
20日(水)	大久保医院
21日(木)	大野病院
22日(金)	乾内科外科
23日(土)	笠井病院
24日(日)	阿波病院
25日(月)	阿波病院
26日(火)	赤池内科
27日(水)	らいちクリニック
28日(木)	松本眼科
29日(金)	森下医院
30日(土)	板東眼科

月～土 18時～22時

日曜・祝日 9時～22時

## 当番医連絡先

医療機関	電話番号
森下医院	0883-35-5656
板東眼科	088-695-5139
笠井病院	0883-35-2720
阿波病院	0883-36-5151
西川内科クリニック	0883-35-8080
重清内科外科	0883-35-6160
中山医院	088-696-4662
さかまき整形外科	0883-35-7880
金塚内科	088-695-5858
御所診療所	088-637-8033
太田診療所	0883-36-2076
おおつか内科	0883-35-6070
大串医院(眼科)	088-696-3133
大久保医院	088-696-2037
大野病院	088-695-2112
乾内科外科	088-695-5006
赤池内科	0883-36-6565
らいちクリニック	0883-36-1608
松本眼科	0883-35-7128

※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。

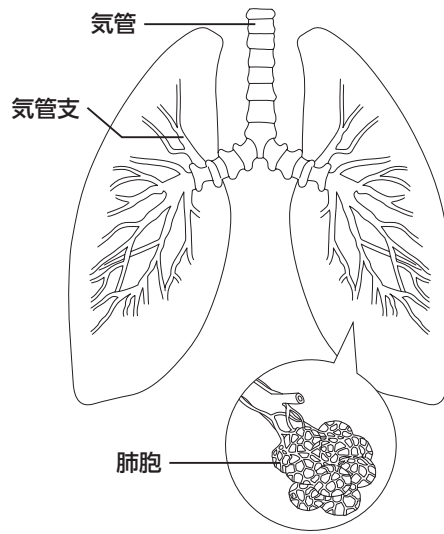
# 肺がん検診を受けませんか

**方法**.. 胸部エックス線検査

**対象**.. 40歳以上

肺がんは、気管・気管支・肺胞の一部の細胞ががん化したものです。肺は毛細血管がたくさん出入りしているため、がんが広がりやすく、他の臓器への転移も起きやすい臓器です。

肺がんの最大の危険因子はたばこで、たばこを吸う人は吸わない人に比べ、肺がんになる確率が増加すると言われています。  
また、本人は吸わなくてもたばこを吸う人のそばで副流煙を吸っている人も肺



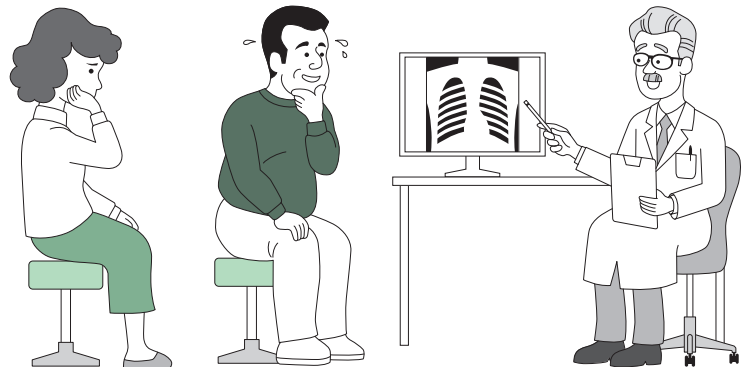
がんのリスクが高まります。

自分のためだけでなく、自分を必要とする人のためにも肺がん検診は毎年受けましょう。検査は簡単で、短時間で終わります。

なお、肺がん巡回検診の詳細については、今月号の広報折り込みをご覧ください。

※たばこを吸う人など肺がんのリスクが高い50歳以上の人で、喫煙指数600以上は高危険群です。必ず喀痰検査を受けましょう

喫煙指数 = 1日の本数 × 吸った年数



# 交通事故に遭わないために

薄暮時間帯や夜間の交通事故を防止するためには、次のことに注意しましょう。

## 歩行者

◆明るい服装で、反射材用品やライトを着用しましょう！

しゅりー！

暗くなると、ドライバーから見えにくくなります。濃紺や黒い服は見つけにくいので、発見が遅れてしまいます。濃紺や黒

自分の存在を知らせるために、積極的に反射材用品を身に付けてま



## 自転車

◆反射材やライトをつけましょう！

令和5年4月1日から、全ての自転車利用者にヘルメットの着用が義務化（努力義務）されています。

自転車の事故で亡くなる方の半数近くが、頭部を負傷しています。交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることが重要です。

通勤・通学や買い物など、日常生活で自転車に乗るときは、子どもも大人もヘルメットを被りましょう。

ヘルメットは頭のサイズに合ったものを選び、あごひもをきちんと締めて着用しましょう。

## 自動車

◆ライトを早めに点灯しましょう！

薄暮時間帯とは、日没時刻の前後1時間をいいます。薄暮時間帯の時間当たり事故件数は、昼間の約4倍です。

秋から冬にかけては、日没時間が早くなります。ライトを早めに点灯して、自分の車の存在を知らせてください。

【お問い合わせ先】

阿波吉野川警察署 TEL 0883(25)6110

警察安全相談電話 #9110

後期高齢者保険料	国民健康保険税	市県民税	今月の納税・保険料
第2期	第3期	第2期	
10月2日(月)			納期限

### 阿波市のうごき

■ 令和5年7月末現在人口 (住民基本台帳によるもの)

男	16,858人	(- 39)
女	18,102人	(- 33)
計	34,960人	(- 72)

■ 世帯：15,438世帯 (- 13)

平均年齢：52.3歳  
( )内は前月比

■ 転入等	85人	■ 出生	7人
■ 転出等	125人	■ 死亡	39人

### 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し、  
清潔で美しいまちをつくります。

## 市民が企画

～市民講座～

◆ 土成中央公民館  
9月7日(木) 13時30分～

◆ 市場図書館  
9月21日(木) 13時30分～

幕末から近代国家への胎動と明治維新パート①  
幕末維新 黒船来航から尊王攘夷  
公武合体運動派の主導権争いの実態

講師 沖野 勝徳氏 (とくしま学博士)

【連絡先】 二條 TEL 090(2786)0833

◆ 資料代は各講座ひとり100円いただきます  
◆ どなたでも参加できます【参加無料】

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

## 錦鯉せり市開催のお知らせ

～どなたでもご自由にご見学ください～


開催日 **9月2日・16日** (全て土曜日)

時間 せりの開始は13時からです。  
出荷される方は、順次受け付けを行いますが、8時30分までの受け付け分は、出荷順を抽選で決定します。

場所 市場町錦鯉流通市場組合 せり市場(市場町尾開字日吉345-1)


連絡先 せり市場 TEL 0833(36)4998  
TEL 090(4333)9824 松永

## 9月の無料相談

のマークは事前予約制です。

	と き	と ころ	お問い合わせ先	
<b>行政相談</b> 行政に対する意見や 要望など	4日(月)	13:30~16:00	阿波市社会福祉協議会地域福祉課 Tel 0883(36)5511	
	7日(木)			阿波健康福祉センター
	15日(金)	9:30~正午		土成保健センター
	25日(月)	13:30~16:00		吉野地域福祉センター
<b>特設人権相談所</b> 市の人権擁護委員に よる人権に関すること	7日(木)	13:30~16:00	阿波健康福祉センター Tel 0883(35)6033	
	14日(木)	9:30~正午	市役所人権課横 相談室 人権課 Tel 0883(36)8716	
	28日(木)			
<b>年金相談</b>	12日(火)	10:00~15:00	市役所 1階 103相談室 街角の年金相談センター徳島(オフィス) Tel 088(657)3081(予約専用ダイヤル)	
	26日(火)	正午~13時除く		
 予約受付時間 平日 8:30~17:15 (ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。)				
<b>あわ地域若者サポート 出張ブース</b>	22日(金)	13:00~16:00	あわ地域若者サポートステーション Tel 088(637)7553	
	26日(火)			ハローワーク吉野川 ハローワーク美馬
 対象は15歳から49歳までの現在無業で求職中の方 運営：公益社団法人徳島県労働者福祉協議会				
<b>消費生活に関する相談</b>	開庁日	9:00~16:00	市役所 1階 阿波市消費生活センター Tel 0883(30)2222	

月見でない  
テレビ見団子  
by ばあちゃん  
いつものこと




9月編  
ウグイスばあちゃんの  
知恵袋

秋の夜空に浮かぶ月ってきれいやな。「餅をつくウサギ」に見えるっていうやない。国によって見え方が違うみたいでな、インドネシアでは、「編み物をしている女性」、ヨーロッパでは「カニ」、南アメリカでは「ワニ」なんやって。みんなは何に見えるで?? たまには、空を見上げるのもいいで。

**広告を掲載しませんか?** 「広報あわ」は毎月14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは市政情報課 TEL.0883(36)8708 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。

事前相談することで「心の準備」ができます。お気軽におたずねください。



ご相談の方に  
パンフレット進呈!!




**解約**  
互助会システムの掛け金はいつでも解約できます。ご相談ください。

# 葬儀の事前相談 毎日しています!

吉野リバーホール安心ポイント

- ◎24時間いつでも寝台車でお迎えに参ります
- ◎病院などから会館への「安置」も24時間対応
- ◎送迎マイクロバスのご利用も無料です
- ◎地域の習わしに詳しいスタッフのきめ細かなサービス

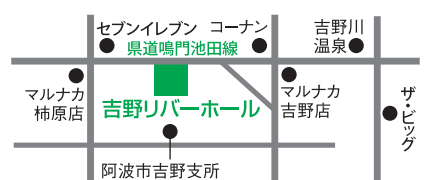
毎日  
8:30~  
17:30



葬 儀 会 館  
**吉野リバーホール**  
YOSHINO RIVER HALL

寝台車24時間365日いつでも対応!!

阿波市吉野町西条字築地119-13  
**TEL.088-696-3200**



## 法要後のお食事は住友で!

**法要会席**  
**5,500円**  
(税抜5,000円)



写真は館内ご飲食用のメニューです。

仏様のお霊具膳1個324円(税抜300円)で、ご準備します  
※おつとめの始まる時間迄にお届けします

- 白飯とお漬物、サービス  
※館内での食事をご利用の方に限ります
- 10名様以上で、無料送迎バスご用意  
※館内での食事をご利用の方に限ります  
※おつとめ後のお墓参りもバスでお廻りいたします  
※写真の献立は一例です。 ※季節によりメニューを変更しております。

ハートプラザ住友088-695-3224

# うちの子一番

写真はkouhou@awa.i-tokushima.jpかウグイスクイズの宛先まで送ってね♪必ずペットのお名前と町名をご記入ください。魚、鳥などのペットでもかまいません。





市場町  
むぎちゃん



土成町  
カイちゃん



土成町  
テテちゃん



土成町  
マメちゃん



土成町  
マメちゃん



市場町  
ゴン太ちゃん



阿波町  
こじろうちゃん  
むさしちゃん



土成町  
まりんちゃん



土成町  
グクちゃん



吉野町  
ハナちゃん


## ウグイスクイズ

答えはなに? 今月号をよ〜くご覧ください。

Q. 毛布は〇〇ごみです ○は何?

### 今月のプレゼント

『心のギフト ミニセット』  
(10名様)



土成町でお仏壇の製造/販売をしております。仏具なども取り揃えております。今回は【心のギフト】線香・ろうそく(8分)・焼香セットのミニセットをプレゼントいたします。

- お仏壇の小浜  
(土成町土成字東原52)  
Tel 088-695-5501

**応募方法**

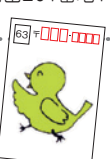
はがきに①クイズの答え②住所③氏名・年齢④電話番号⑤ご希望の賞品記号⑥広報へのご意見、ご感想などを記入の上、9月20日までにお送りください。抽選で以下の賞品が当たります。

A 図書カード2名 B 心のギフト10名

※応募数により、ご希望の賞品に添えない場合があります。  
※Bの賞品は引換券をお送りします。引換券をお店に持参し、賞品と交換してください。

**応募先**  
〒771-1695 徳島県阿波市市場町切幡字古田201番地1  
阿波市役所 ウグイスクイズ係

※応募は、1人につき1通に限りです。  
※当選者の発表は、賞品または引換券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!**



プレゼント提供事業者を募集中! 詳しくはホームページをご覧ください。