



広 報

阿波

2013

8

No.99

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



姿も味も抜群「阿波の美～ナス」です！

～GOTTSO(ゴッツォ)阿波の皆さん～

CONTENTS

| | |
|---|-------|
| 特集「台風・集中豪雨の季節です」 | 1～2 |
| 教育長・委員紹介 | 3 |
| 庁舎・山を守りたい | 4 |
| ガンバレ！あわキッズ！ | 5～6 |
| 職員募集・ベビー＆キッズ | 7 |
| 阿波市消防団女性消防班 | 8 |
| うちのお医者さん | 9～10 |
| 暮らしのお知らせ | 11～22 |
| フォトニュース | 23～24 |
| 図書館カレンダー | 25～26 |
| 健康だより | 27～28 |
| 広報クイズ・うちの子一番♪ほか…裏表紙 | |
| ※今月の折り込みは「平成25年度 国民健康保険 日帰り人間ドック申込書」 | |

今月の「市民憲章」

..... 阿波市民憲章を抜粋し、毎月で紹介いたします。.....

気持ちのよいあいさつをし、笑顔いっぱい
のまちをつくりまします。

台風・集中豪雨の季節です



～災害から身を守るために～

■近年の台風・大雨

ここに掲載している写真は、平成23年9月21日の台風15号による被害の様子です。大雨の影響で、各地で土砂崩れが発生したほか、市内の至る所で床上・床下浸水や、畦の決壊など、たくさんの方が報告されました。

■集中豪雨とは？

集中豪雨とは、狭い地域で比較的短時間に多量に降る雨をいいます。このとき、雷を伴うことが多いのは、豪雨を降らせる雲が夏の入道雲に似た積乱雲だからです。

河川の氾濫が起きやすいだけでなく、下水などの排水能力の限界を超えて、洪水や浸水の被害が起きることがあります。

■避難する

避難経路を歩いてみましょう

避難経路を実際に歩くことで、災害時に危険な場所に気づけます。子どもや高齢者、車いすを使う人の妨げとなる段差や水路などを調べ、自治会や近所の方と具体的な避難方法などを相談しておきましょう。

■大切な自主防災

地域や職場で防災訓練をしましょう

地震や台風などの災害が発生したり、けがをする人が出た場合、頼りになるのはご近所の方。「自分たちの地域は自分たちで守ろう!」と結成されているのが、自主防災組織です。

■稲わらは、早めにすき込みましょう!

もつすべ、早期米の稲刈り作業が始まります。刈り取った稲わらを圃場に戻す場合は、早めにすき込みを行いましょう。

台風や大雨などによる水の流出で、排水機能に大きな障害が発生する恐れがあります。

また、すき込みは、土づくりの有効な手段ですが、作業が遅くなると稲わらの分解が遅れ、稲の分けつに悪影響が出る場合があります。

田植えは来年のこと、と思わずに、早めに稲わらをすき込み、健康な土づくりに努めましょう。



流出した稲わらで排水路がふさがれ、水没した道路

8月から「特別警報」の発表を開始します

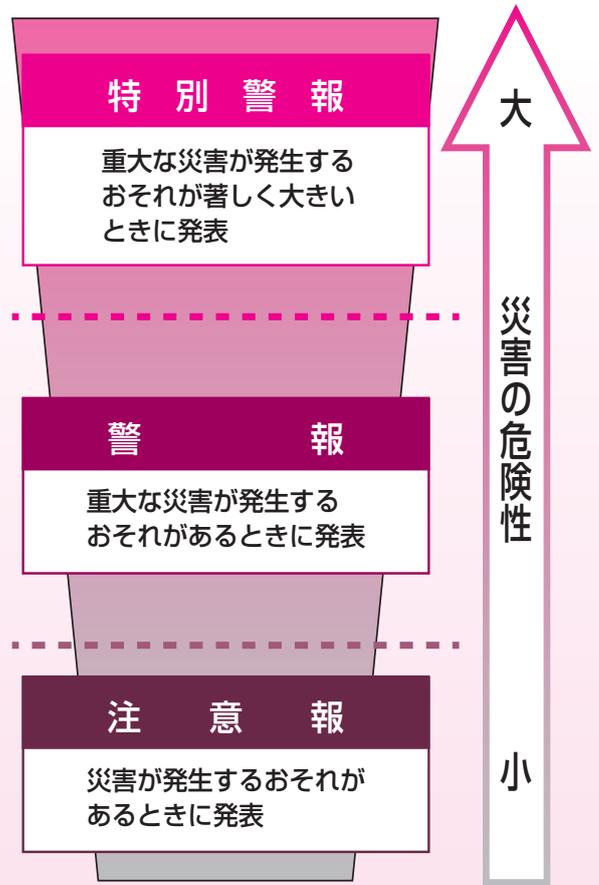
気象庁は8月から特別警報の発表を開始します。

気象庁はこれまで、大雨や津波、高潮などにより重大な災害の起こるおそれがあるときに、警報を発表して警戒を呼びかけていました。より甚だしい大雨や大きな津波などが予想され、重大な災害による危険性が高まっていることをお知らせし、特別な警戒を呼び掛けるために、新たに「特別警報」を発表します。

特別警報の対象とする現象は「東日本大震災」や、我が国の観測史上最高の潮位を記録し、犠牲者3300人以上を出した「伊勢湾台風」の高潮、紀伊半島に甚大な被害をもたらした、死者・行方不明者合わせて98人を出した「平成23年台風第12号」の豪雨などが該当します。

津波、火山噴火は、それぞれ大津波警報、噴火警報（レベル4以上）など、既にある警報のうち、危険度が非常に高いレベルのものを特別警報として、従来の名称のまま発表する予定です。

特別警報が出た場合、その地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。津波（大津波警報）であれば、何より高いところ



るへの避難が必要ですが、大雨や高潮などの風水害の場合は、避難のために外出することが既に危険となっている場合もあります。

屋外の状況や、避難指示・勧告などに留意し、避難所へ避難するか、屋内の比較的安全な場所にとどまるかなど、ただちに命を守るための判断・行動をしてください。

また、特別警報が発表されないからといって災害が発生しないということではありません。従来の警報はこれまでと変わりなく、重大な災害のおそれがあるときに発表しますので、警報が発表された時点で十分な警戒が必要です。大雨などの際は、時間を追って発表される注意報、警

報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

「特別警報」は、テレビやラジオなどのさまざまな方法で伝えられます。「特別警報」が発表されたら、ただちに命を守るために判断・行動してください。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/tokubetsu-keiho/index.html>

● 問い合わせ先

TEL 0888(626)0676



**地すべりやがけ崩れは土石流の前兆？
こんな現象を見たら
すぐ避難！**

- ▲ 地面にひびが入っている
- ▲ 地面の一部が陥没、あるいは隆起している
- ▲ 池や沼の水の量が急に変化した
- ▲ がけから小石がパラパラ落ちてきた
- ▲ がけから水がわき出てきた
- ▲ 雨が降り続けているのに、川の水が減っている

【問い合わせ先】

● 防災対策課（阿波）

TEL 0883(35) 4166

● 農業振興課（阿波）

TEL 0883(35) 4113

※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

教育長・委員紹介

(敬称略)

阿波市6月定例議会にて市議会の同意を得て、監査委員1名、公平委員会委員1名、選挙管理委員会委員4名の各委員を紹介いたします。

教育委員会委員長



やす だ けい こ
安田 佳子
(阿波町大原)

7月1日より阿波市教育委員会委員長に就任いたしました。これからは、微力ではありますが、委員長として教育委員とともに、多様化するニーズを十分に把握し、検討しながら、阿波市独自のいいところを伸ばし、問題点は修正しつつ、子ども一人一人に寄り添える教育活動を目指して参りたいと思います。

子どもたちが楽しく、いきいきと、安心して学校生活が送れるのは、地域の皆さまのご協力あつてのことだといつも感じています。今後も、学校へのご支援・ご協力を賜りますようお願いいたします。

教 育 長



ばん どう えい じ
坂東 英司
(市場町上喜来)

この度阿波市教育委員会教育長を拝命し、その職責の重さ、大きさを痛感しております。子どもたちを取り巻く環境が大きく変化している現在、子どもたちの健全な成長を支援し、夢と希望を抱き自信をもって力強く生きていく子どもを育てていくことが教育の使命だと考えております。子どもたちが、知・徳・体をバランス良く兼ね備えた人間として、現在及び将来において自己実現できるような教育を推進してまいります。

また、市民の皆さまが生きがいをもって元気に生活できるように、生涯学習の場を整備し、文化・スポーツ振興をはじめ広く社会教育の充実を図ってまいります。

今後、さまざまな教育課題に対して真摯に取り組み、教育行政を進めたいと思っておりますので、皆さまのご理解ご支援をよろしくお願いいたします。

選挙管理委員会委員

市または国、他の地方公共団体の選挙に関する事務を行う機関の委員です。



たか た よし あき
高田 佳明
(阿波町南西谷)



いな い あきら
稲居 彰
(土成町高尾)



せの お ひで とし
妹尾 秀紀
(市場町切幡)



つゆ ぐち ひろ まさ
露口 博正
(吉野町柿原)

公平委員会委員



ばん どう けい こ
板東 恵子
(市場町市場)

市職員の勤務条件に関する措置要求及び職員に対する不利益処分を審査します。

監 査 委 員



なかの しゅういち
中野 修一
(阿波町岡地)

市の財政に関する事務の執行及び経営にかかる事業の管理をチェックします。

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

「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

新庁舎等建設工事

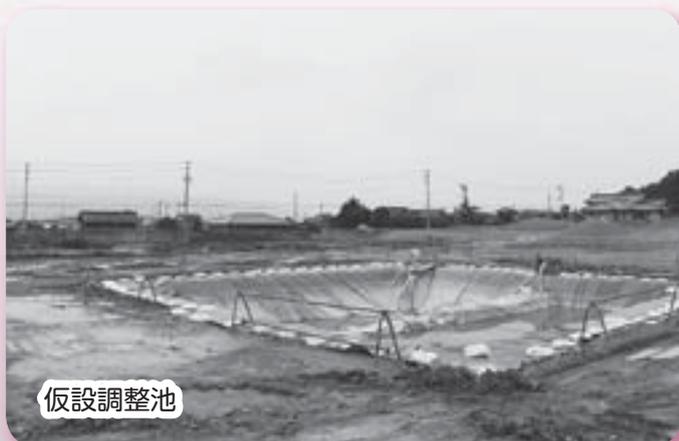
平成25年6月中の工事の進捗状況をお伝えします。



造成工事風景

5月に引き続き造成工事を進めています。新庁舎などの建設工事から発生する残土の多くは、阿波町谷島地区で国土交通省直轄事業として実施されている堤防工事に利用するなど、有効活用を図っています。

また、庁舎敷地内に設置する調整池の工事が完了するまでの間の雨水流出量を調整する、仮設調整池を設置しました。この仮設調整池は沈殿槽を設けることで、濁水の流出を抑制する機能も持っています。

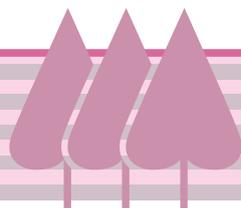


仮設調整池

新庁舎等建設工事の請負業者である株式会社奥村組からの提案により、台風などの自然災害に備え、非常食1000食を現場事務所に備蓄し、必要時に市に提供していただけることになりました。



【問い合わせ先】 庁舎建設課(阿波) TEL 0883(35)4155



山を守りたい

「県産材は地域の環境にあつた素晴らしい木材です。防災や環境のためにも、山は大切な役割を果たしています。生産手段としての山を増やし、山を守りたいですね」と都築さんは話されました。

都築さんは林業用苗木を生産する一方、植付機や掘取機を導入して生産の省力化と労働の軽減に務めたり、樹種や生産方法を模索したりと、時代の変化に対応した林業に取り組んでこられました。

鳥取県のとっとり花回廊で5月26日に行われた「第64回全国植樹祭」で、阿波町の都築利夫さんが国土緑化運動推進の功績を称えられ、感謝状を贈られました。

都築 利夫さん
(阿波町東郷)



全国・四国大会へ出場

2013年度ソフトテニス徳島県小学生選手権大会で、市場ジュニアソフトテニスクラブと阿波ジュニアソフトテニスクラブが山梨県で8月1日から開催される全国大会出場権を獲得しました。また、徳島県で開催される四国大会にも出場します。

7月3日、大会出場を前に阿波市を表敬訪問したメンバーは、市長や保護者に「応援をよろしくお願いします」と元気よくあいさつをしました。



写真左上から

- 二條監督
- 松家 京介君
- 野口 直樹君
- 大石 翔梧君
- 野崎市長
- 川端 宣揮君
- 松村 有翔君
- 妹尾 悠汰君



写真左から

- 二條監督
- 松永ひなたさん
- 飯領田羽夏さん
- 園木 麗奈さん
- 印藤 明那さん
- 野崎市長

カンパレ!

あわキッズ!

練習の成果を発揮!



練習の成果を発揮できるよう頑張ります」と力強く宣誓しました。

柿原スポーツ少年団はキャプテンの宣誓どおりチームワークを発揮して、見事準優勝に輝きました。優秀選手には森北隼理君が選ばれました。



6月9日から23日まで「徳島県少年野球連合会 第19回西部大会」が土成緑の丘スポーツ公園などで開催され、23チームが熱戦を繰り広げました。

開会式では柿原スポーツ少年団キャプテンの上田蒼一朗君が「チーム一丸となり、日頃の練習の成果を発揮できるよう頑張ります」と力強く宣誓しました。

第2回 「家族のきずな」エッセイ

『見直そう家庭の力、深めよう家族の絆』より⑦

このコーナーでは、平成24年に開催された「第2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。



久勝小学校6年生

お母さん 大 泉さん

「わたしの家族」

久勝小学校6年生 大本 泉

わたしの家族は5人家族です。お父さんとお母さんとおじいちゃん、おばあちゃんとおわたしで暮らしています。

わたしの家族のきずなは、食事だと思えます。なぜかという、食事は家族全員で食べるからです。いつもわたしの家では、主に、お母さんとおばあちゃんが食事を作り、それをわたしが手伝うような感じなんです。力を合わせて料理を作るのも、家族のきずなだ。わたしは思います。でき上がった料理は、お父さんが家に帰ってくるのを待っているから、家族5人で食事を楽しまます。もちろんわたしは、お皿あらいや食器のかたづけも手伝います。

夜、家族で食事をしながら、その日にあったことを話すが、とても楽しいです。わたしは学校での様子を話します。みんな目を細めてうれしそうに聞いてくれます。おじいちゃんとおばあちゃんは年をとっているから、いつまでも元気でいてほしいです。家族がそろって、いつも笑顔で過ごせるようにわたしががんばりたいです。

歯の衛生週間県コンクール

～図画・ポスターの部～



最優秀賞

6月4日～10日の「歯の衛生週間」にあわせ、徳島県歯科医師会などが開催した「歯・口の健康に関する図画・ポスター・啓発標語コンクール」で、阿波市の子どもたちが「図画・ポスター部門」で優秀な成績を修めました。

最優秀賞を受賞した土成中学校2年生の長濱綾花さんは「可愛いイラストを描くのが好きです。この作品は目立つ色を使用し、その配色に工夫をしました。受賞を励みにして、良い作品を描いていきたいと思っています」と感想を話してくれました。



ながはま あやか
長濱 綾花さん
(土成中学校 2年生)



よしもと みれい
吉本 美嶺さん
(土成中学校 2年生)



なかの ゆりえ
中野友莉恵さん
(阿波中学校 3年生)



やまくち ちあき
山口 千晶さん
(阿波中学校 2年生)



わだ かな
和田 華奈さん
(阿波中学校 1年生)

久勝小学校 2年連続全国へ!



7月4日、阿波市を表敬訪問しました

写真左から

坂東教育長 野崎市長 村上先生
たきもと みゆう 龍本 水結さん・井内 真衣さん・楠 衣織さん・井口 沙紀さん・川人校長先生



マナーアップキャンペーンの様子



徳島県大会優勝!!

久勝小学校が徳島県代表として、8月7日に東京ビックサイトで開催される「第48回子供自転車全国大会」に出場することになりました。同校は2年連続、阿波市の小学校が徳島県代表になるのは8年連続です。

7月8日には全国大会出場を記念し、阿波警察署前でマナーアップキャンペーンが行われました。

選手たちは毎日放課後練習し、昼休みは学科試験の勉強をするなど、上位入賞目指して頑張っています。

キャプテンの龍本水結さんは市への出場報告で「昨年に続き全国大会へ出場できて感激しています。県優勝できたのは、家族や先生、友人や地域の皆さんのおかげです。頑張りますので、応援よろしくお願いします」と決意を述べました。

阿波市職員採用試験のお知らせ

阿波市では、来春（平成26年4月）採用予定の職員採用試験を次のとおり行います。

- 《試験日》 第1次試験：平成25年9月22日(日)
 第2次試験：平成25年10月下旬～11月中旬頃に試験種目により
 2日に分けて実施予定
- 《受付期間》 平成25年8月1日(木)～8月20日(火)
- 《試験会場》 第1次試験：阿波中学校 第2次試験：阿波市役所

1. 試験区分・採用予定人員及び受験資格

| 試験区分 | 採用予定人員 | 職務内容 | 受験資格 |
|-----------|--------|------------|--|
| 上級行政 | 10名程度 | 一般行政事務 | 昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方 |
| 初級行政 | 1名程度 | 一般行政事務 | 平成4年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方 |
| 保育士・幼稚園教諭 | 2名程度 | 保育業務・幼稚園教育 | 昭和53年4月2日以降に生まれた方で、保育士資格及び幼稚園教諭免許の両方を有する方または平成26年3月31日までに保育士資格及び幼稚園教諭免許の両方を取得する見込みの方 |

2. 試験の方法

●第1次試験

公務員として必要な一般知識及び知能について択一式による筆記試験

上級行政―大卒程度の教養試験

初級行政―高卒程度の教養試験

保育士・幼稚園教諭―短大卒程度の教養試験

・専門
 上級行政―大卒程度の行政専門試験

初級行政―事務適性検査

保育士・幼稚園教諭―

保育士・幼稚園教諭専門試験

●第2次試験

第1次試験合格者に対して論文試験、適性検査、面接

3. 合格者の発表

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

4. 受験手続

試験案内と受験申込書用紙は、秘書人事課（阿波）及び吉野・土成・市場各地域課で配布します。

郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験受験申込書請求」と朱書きし、あて先明記の1200円切手を貼った返信用封筒（A4判）を必ず同封してください。

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

詳しいことは、試験案内に記載しています。

申し込み・問い合わせ先 阿波市総務部秘書人事課
 〒771-1792 阿波市阿波町東原173番地 TEL 0883(35)7870

8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ご紹介します。（なお、事業は都合により変更されることもあります。詳しいことは、各連絡先へお問い合わせください）

| 開催日 | 名称 | 開催時間など | 開催場所 | 問い合わせ・申し込み電話番号 |
|---------------|--------------------|----------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| 月曜日～金曜日 | 子育て支援センター さくらんぼルーム | 9:00～16:00 | 子育て支援センター さくらんぼルーム(旧日開谷幼稚園) | TEL0883(36)6824 |
| 毎週火曜日・金曜日 | わんぱく広場(0～3歳) | 9:00～16:00 (12:00～14:00は除きます) | 土成子育て支援センター | TEL088(695)5681 |
| 毎週月曜日・水曜日・木曜日 | 土成中央保育所園庭開放日 | | 土成中央保育所園庭 | |
| 5日(月) | 子育てサロンぱんだ | 9:30～11:30 参加費 ひとり 30円 | 市場総合福祉センター | TEL0883(36)5511 |
| 7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 こそもす | TEL088(696)2386 |
| | 子育てひろばちょこ | 9:30～11:30 参加費 一家族100円 | 阿波健康福祉センター パーベナの里 | TEL0883(35)6033 |
| 19日(月) | 子育てサロンぱんだ | 9:30～11:30 参加費 ひとり 30円 | 市場総合福祉センター | TEL0883(36)5511 |
| 21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 こそもす | TEL088(696)2386 |
| 28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 こそもす | TEL088(696)2386 |

阿波市消防団女性消防班、出勤!

〜県代表として、
全国女性消防操法大会へ〜



阿波市消防団女性消防班が、10月17日に横浜市消防訓練センターで行われる「第21回全国女性消防操法大会」へ、徳島県代表として出場することが決定しました。

同班は藤田晶子班長以下13人で構成されています。大会へ出場する7人の班員は猛暑の中、市の消防団員や中央広域連合 中消防署員らに指導を受け、厳しい訓練を続けています。

3月から毎週2回続けている訓練は、仕事や家事を終えた夜8時から始まります。競技は軽可搬ポンプ操法。安全・迅速・正確に行うことが求められ、チームワークが何より大切です。指揮の号令と共に班員はきびきびと動きます。10時に訓練が終了した後も、熱のこもった話し合いや確認が繰り返されています。

市民の皆さま、応援よろしくお願いします。

班員紹介



また ゆきこ 班員
増田有希子

「たくさんの方に支えられて練習に力を入れています。それを糧に、優勝を目指します」



かはら あき 班員
川原安紀

「チームワークの良さを前面に出し、一生懸命頑張ります」



ふじた あきこ 班長
藤田晶子

「阿波女魂で、悔いを残さないよう、大会目指して一致団結!」



よしおか たかね 班員
吉岡貴峰

「選手が集中して競技できるよう、全力でサポートします」



また ともえ 班員
増田智江

「全員が揃って笑顔で出場できるよう、ケガに気を付けて頑張ります」



あかまつ やすよ 班員
赤松康代

「日々の練習の成果が出せるよう、規律を忠実に、入賞目指して頑張ります」



みき きょうこ 班員
三木慶子

「全国大会で練習の成果を発揮できるよう頑張ります」

うちの 51 肺がんについて お医者さん

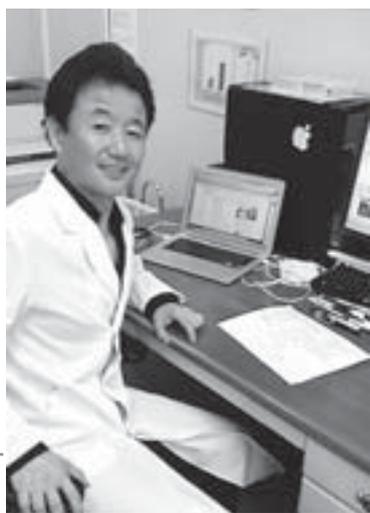
あかいけ 唯人 先生
赤池内科 市場町香美 赤池



日本人の死因で最も多いのが「がん」であり、その中でも肺がんの死亡者数は激増しており、現在では胃がんを抜いてトップになっています。このがん死亡率1位である肺がんを早期発見するためにはどうすればいいか。現在、一般に行われている定期健康診断や標準的なドック健診では、胸部X線撮影が一般的に行われています。しかし、米国で行われた大規模調査では、年に1度の胸部X線検診では肺がんの死亡率低下につながらないと報告しています。つまり胸部X線のみでは肺がんの早期発見は難しく、がん死を減らす結果に寄与していないということが指摘されています。

最近では人間ドックを受診する人も多くいます。基本メニュー以外に多彩なオプション検査を選べる施設も増えていきます。しかし予算や放射線被ばく等との兼ね合いもあり、どれを選んだらいいのかは迷うところです。腹部の場合は基本メニューである腹部超音波検査でかなりの情報が得られます、だからあやしいところがあれば後日腹部CT等で精査するという方法でよいかと思われます。しかし肺がん早期発見のために、胸部CT検査は是非とも最初から選んでおきたいオプション検査です。

肺がんは非常に進行が早いがんです。また



転移が起りやすいがんでもあります。それ故に早期発見できるか否かが、その後の治療法や治療成績に大きな違いを生むこととなります。例えば早期の肺がんであれば、胸腔鏡手術やレーザー治療などの負担が少ない治療方法（低侵襲治療）を選択することも可能です。

最後に肺がんの原因ですが、一般に言われているとおり最大の原因はタバコです。タバコは肺がんのリスクを4〜5倍高めることがわかっています。タバコをやめてもすぐに肺がんのリスクが減るわけではありませんが、やめることによって肺がん発症の可能性は年々小さくなります。

肺がんで命を取られないようにするために「タバコをやめること」と「早期発見に努めること」が重要です。



長寿祝金申請手続きのお知らせ

阿波市では、9月1日現在で77歳以上の方々に対し、その長寿を祝福し祝金を支給します。9月中に口座への振り込みを予定しています。
今年新たに該当される方には、8月上旬に申請書をお送りしますので、8月21日(水)までに社会福祉課(市場)へご提出ください。

なお、昨年以前に手続き済みの方で、お振り込み先に変更がある場合は、8月中に左記までご連絡ください。

●対象者
平成25年9月1日現在、阿波市に引き続き1年以上居住している77歳以上の方。

●支給金額

- ・77歳から87歳まで 5,000円
- ・88歳から98歳まで 10,000円
- ・99歳 30,000円
- ・100歳以上 50,000円

【問い合わせ先】
社会福祉課(市場)
TEL 0883(36)6811

行政相談

お気軽にご利用ください

行政相談とは、国、県、市町村などの行政に関する苦情や要望、意見などを聞いて、それらの解決を図り、行政運営の改善に反映させるものです。

●8月の行政相談日

- 12日(月)市場総合福祉センター
- 19日(月)土成保健センター
- 20日(火)阿波健康福祉センター
- 27日(火)吉野地域福祉センター



時間は全て午後1時30分〜4時です。相談は無料で、秘密は固く守られます。

【問い合わせ先】

社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会地域福祉課

TEL 0883(36)5111

お元気ですか？ 阿波病院です。

～足のトラブルは「フットケア外来」へ～

阿波病院 市場町岸ノ下 TEL 0883 (36)5151



身体の全体重を支え、走ったり跳んだりするときには体重の何倍もの力がかかる足。しかも、一日のうちに多くの時間を「靴」という狭い空間に押し込んでいるのですから、それだけにいろいろなトラブルにも見舞われかねません。これらのトラブルは、足のみならず全身の健康にも少なからず影響を与えます。当院にも、フットケア外来があるのをご存知でしょうか？

今回は、この「フットケア外来」についてご紹介します。

★担当スタッフ紹介

現在、2階西病棟で勤務している板東賀名看護師が中心となり、運営されています。

スタッフの主な取得資格一覧

- ・フットケア指導士
- ・糖尿病療養指導士
- ・透析療法指導看護師
- ・透析技術認定士
- ・介護支援専門員（ケアマネジャー）

★診療の流れ

フットケア外来では、主に内科外来で診察を受けた方や、糖尿病教室に参加している方、他の科にかかっている方も糖尿病を併発されている方などが来られています。施術は原則的に予約制です。まずは主治医にご相談ください。

★治療の仕方

初めてフットケア外来に来られた方は、まず問診や触診を行います。

客観的に評価します。対処の計画を立て、1日3～4人、30分～1時間を目安に行われます。他に予防的な相談や、日常生活の注意点、ケアの方法などの指導も行います。



▲フットケアマシン
(阿波病院OB会寄贈)

▼フットケア用品



まずは入浴剤の入ったお湯でフットバスを行います。



慢性的な靴擦れから生じる「タコ」や「ウオノメ」。痛みを伴ったり美しさを損なったりする「爪白癬」や「巻き爪」。これらをケ

アします。



専門的な器具を使用して角質などを丁寧に削り取っています。その間のコミュニケーションも大事ですね。お話ししながらでもしっかりと足の指間のチェックも怠りません。



必ず最初と最後には写真を撮っておきます。次回との比較がしやすく、目に見えて効果が分かるので、患者さんからも好評です。

今後は患者さん自身が自分の足に関心を持ち、セルフケアが出来ることを目標として、一人でも多くの患者さんに足の大切さを知ってもらえるように頑張っていきたいです。

二十歳の記念に。

あなた自身の成人式を

つくってみませんか？

(阿波市成人式実行委員募集)

平成26年成人式を中心になつて企画・運営する実行委員を募集します。新成人の代表として成人式を盛り上げてみませんか？ご希望の方は左記まで電話でお申込みください。



あなたのご応募をお待ちしています。

●対象者

平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれで、実行委員会（成人式までに3回ほど予定、主に土・日曜日に開催）にできる限り毎回参加可能な方。

●募集人員

16名程度（各町4名ずつ）

●申し込み・問い合わせ先

社会教育課（吉野）

阿波市吉野町西条字大西60番地1

TEL 088 (696) 39668

日帰り人間ドック募集のお知らせ

~~~~~ 暮らしのお知らせ ~~~~~

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

## 【対象者】

- ① ①～③の全ての基準にあてはまる方が対象になります。
- ② 今年度40歳から74歳になる方（後期高齢者医療該当者は除きます）
- ③ 申請からさかのぼり1年以上阿波市国民健康保険被保険者であり、受診日に市健康保険被保険者である方
- ④ 国民健康保険税を完納している方

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

## 検査機関及び検査内容

### 検査項目一覧

#### ●特定健診

問診・身体計測・肝機能検査・腎臓検査・血糖検査  
脂質代謝検査・尿検査

#### 〈追加項目〉

心電図・眼底検査・血液検査（貧血検査など）

#### ●がん検診

大腸がん検査（便検査）  
肺がん検査（X線検査）  
胃がん検査（バリウム）

※胃力メラはありません。また、医師の判断により検査できない場合があります。

#### ●ドックでの項目

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

#### ●実施機関

徳島県農村健康管理センター（阿波病院西側）

#### ●個人負担金 19,000円

#### ●日程と募集人数

| 日程       | 募集人数 | 日程       | 募集人数 |
|----------|------|----------|------|
| 9/25（水）  | 15人  | 11/21（木） | 35人  |
| 9/26（木）  | 35人  | 12/17（火） | 25人  |
| 10/25（金） | 5人   | 12/18（水） | 40人  |
| 10/28（月） | 15人  | 1/16（木）  | 30人  |

### 検査項目一覧

#### ●特定健診

問診・身体計測・肝機能検査・腎臓検査・血糖検査  
脂質代謝検査・尿検査

#### 〈追加項目〉

心電図・血液検査（貧血検査など）

#### ●がん検診

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

※医師の判断により検査できない場合があります。

#### ●ドックでの項目

相談・指導・診察

#### ●実施機関

（公財）とくしま未来健康づくり機構  
（徳島県立中央病院敷地内北側）

#### ●個人負担金 9,000円

#### ●日程 9月～12月

#### ●募集人数 50人

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

#### 【申込方法】

申込用紙に必要事項をご記入のうえ、申込場所に出してください。

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

#### 【申込場所】

国保医療課（阿波、各支所市場・土成・吉野）地域課

【申込期間】 8月1日（木）～8月23日（金）

#### 【問い合わせ先】

国保医療課（阿波） TEL 088833(3)5)60800

## 正しく知ろう 認知症 その1

### 認知症ってどんな病気？

認知症は、**誰にでもおこりうる「脳の病気」**です。加齢による物忘れがひどくなった状態や心の病気でなく、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、日常生活に支障が出てくる状態のことをいいます。

### 認知症の主な原因は？

● **アルツハイマー病** ● **レビー小体病**  
 脳内にたまった異常なたんぱく質により神経細胞が破壊されます。徐々に進行します。

● **脳血管障害**  
 脳の血管が詰まったり(脳梗塞)、破れたり(脳出血)することにより脳細胞が破壊されます。段階的に進行します。

### 認知症と老化による物忘れとの違い

|          |           |                                                                                        |
|----------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 認知症      | 物忘れの自覚がない |       |
| 老化による物忘れ | 物忘れの自覚はある |  |

### 認知症の症状

認知症の症状は、「**中核症状**」と「**周辺症状**」の2種類に大きく分けられます。

「**中核症状**」は記憶や判断力、時間や場所の認識などの認知機能が損なわれる認知症本来の症状です。「**周辺症状**」は中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状です。

### 主な周辺症状

- 外へ出て行き、家に戻れなくなる
- 物を盗まれたなど、事実でないことを事実と思いこむ
- 見えないものが見えたり、聞こえないものが聞こえたりする

### 中核症状

- 物の置き忘れがひどい
- 場所、月日がわからない
- 人との関係がわからない など
- 落ち着きなく家の中をうろろろする

- 風呂に入らない、排泄物を壁になすりつけたりする
- 穏やかな性格だったのが短気な性格に変わる
- 気分が落ち込み憂うつになる

### 認知症のサイン

- 同じことを何度も言ったり聞いたりする
- 置き忘れ・紛失が多くなった
- ものの名前が出てこなくなった
- 季節に合わない服装をしている
- 着替えや身だしなみ、入浴などを面倒くさがってやらなくなった
- 調理などを順序立てて行うことができなくなった
- 日課をしなくなった
- ささいなことで怒りっぽくなった など

### 認知症のサインに気づいたら？

認知症は原因によっては、**早期に発見して適切な対応をとることで治療や進行を抑えることが可能です**。認知症のサインに気づいたら早急にかかりつけ医や「物忘れ外来」「認知症外来」などの専門医、「地域包括支援センター」に相談しましょう。



### ★ 認知症講演会のお知らせ ★

平成25年9月10日に、土成歴史館で認知症講演会を開催する予定です。精神科の医師が認知症の治療や対応について詳しくお話しくれます。詳しい内容は、**広報阿波9月号に掲載**しますので、ご確認ください。

# 社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

「社会を明るくする運動」では、すべての国民が、犯罪や非行を防止し、罪を犯した人たちの更正について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くための活動を推進しています。  
 「社会を明るくする運動」阿波市地域推進委員会  
 皆さまのご理解とご協力をお願いします。



7月1日、阿波市保護司会と更正保護女性会が市役所を訪問し、「社会を明るくする運動」の法務大臣メッセージを市長に伝達しました。

保護司の方々は、犯罪や非行をなくすため、啓発活動や犯罪や非行をした方の就労活動などに力を入れています。  
 この日は市内の事業所などを巡回し、明るい社会を作るための啓発を行いました。

## 君の声を聞かせて

ホントは家族と暮らしたい…

あんな親なんて、どうでもいい

俺なんか、生きていたってしょうがない

安心して、自分の居場所が欲しい

家にいたって、面白くない

私の気持ちを誰も判ってくれない

私のことを、ちゃんと見て!

心から信じられる大人に会いたい



家族で「お出かけ」をして、楽しい「節電」しませんか？

夏休み、家族で「クールスポット」へお出かけをして楽しみ、ついでに「節電」しませんか？

市内の4図書館では、夏休みならではのイベントを多数開催中です(25・26ページをご覧ください)。  
 吉野ウォーターパークでは、県内でも珍しいウォータースライダーで楽しめます。

- 小さなお子さまのいる方は  
土成子育て支援センター
- 市場子育てセンター
- 市場子育てセンター わんぱく広場
- 吉野地域福祉センター さくらんぼルーム
- 阿波福祉センター たんぽぽサロン
- 阿波福祉センター バーベナの里



市場総合福祉センター  
子育てサロンぱんだ  
などもお勧めです。  
 県内の「クールスポット」は徳島県のホームページでご覧になれます。県ホームページで「家族でお出かけ・節電キャンペーン」で検索してください。  
 「節電」と「地球温暖化防止」に、ご協力をお願いします。

### 【問い合わせ先】

- 阿波図書館 TEL 0886(3)5101
- 市場図書館 TEL 0886(3)6455
- 土成図書館 TEL 088(6)5385
- 吉野笠井図書館 TEL 088(6)4688
- 吉野ウォーターパーク 平 日 TEL 088(6)3999 土・日・祝 日 TEL 088(6)2485
- 土成子育て支援センター TEL 088(6)5681
- 市場子育てセンター TEL 0886(3)6824
- 吉野地域福祉センター TEL 088(6)2388
- 阿波健康福祉センターバーベナの里 TEL 0886(3)6033
- 市場総合福祉センター TEL 0886(3)5511

# 若者の巣立ちをバックアップします!

～あわ地域若者サポートステーション～

対人関係が苦手

何をしたらいいのかわからない

仕事が長続きしない

働くことに不安がある

就労、自立に向けて  
まずは、相談してみよう!

- ・ 来所面談、心理カウンセリング（ご本人、保護者、関係者など、随時行っています）
- ・ 訪問支援（15歳～20歳くらいの若者を対象に行っています）
- ・ 家族セミナー（子どもの自立に悩む保護者のために実施しています）

実際に体験してみよう!  
就労支援講座

- ・ パソコン講座
  - ・ ビジネスマナー講座
  - ・ 職場体験
  - ・ スポーツ
  - ・ 面接対策講座
  - ・ 職業人講座
  - ・ コミュニケーション講座
- （上記は講座の一例です。いずれも少人数で行っています。）



【問い合わせ先】あわ地域若者サポートステーション TEL 088 (637) 7553

## 食中毒にご注意ください

～8月は食品衛生月間です～

夏場は気温も湿度も高くなり、食品が傷みやすく、毎年、全国的に食中毒事故が多発しています。家庭でも食品の取扱いには、十分気をつけてください。

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

### (1) つけない

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

### (2) 増やさない

- ・ 冷蔵庫内は10度以下、冷凍庫内はマイナス15度以下に維持することが目安です。
- ・ 冷凍された食品の解凍は、冷蔵庫内や電子レンジで行い、室温で自然解凍しないであらう。
- ・ 生ものや冷凍食品を購入するときは、最後に買い、帰宅後はすぐに冷蔵庫内に入れましゅう。
- ・ 調理後は速やかに食べましゅう。作り置きは止めましゅう。

### (3) 殺菌する

- ・ 食品はしっかりと中心部まで加熱しましゅう。
- ・ 野菜など生で食べる物は、流水で十分に洗いましゅう。



- ・ 使用後の包丁・まな板・タワシなどは熱湯消毒し、よく乾燥させてください。



### 腸管出血性大腸菌による食中毒に注意!

例年夏場には、腸管出血性大腸菌による食中毒や感染症が多く発生しています。ごく少量の菌でも発症し、重症化すると溶血性尿毒症症候群（HUS）や脳症などの危険な病気を起こすことがあります。

この菌は75度で1分間以上の加熱により死滅します。食中毒を予防するためには、生肉を使った料理を避け、肉の中心部まで十分に加熱して食べるようにしてください。

### ●問い合わせ先

吉野川保健所 生活衛生担当

TEL 088833(6)9016

あわの暮らしのお知らせ

## 平成25・26年度 入札参加資格申請の追加受付を行います

建設工事、測量・建設コンサルタント、物品の平成25・26年度入札参加資格申請の追加受付を次のとおり行います。入札参加を希望される業者は申請書を提出してください。

阿波市では、業者の負担軽減と事務の効率化を図ることを目的として、建設工事の申請受付は、徳島県と県内市町村による共同受付で行っています。

◆**受付期間**  
平成25年8月15日(木)～

8月30日(金)……平日のみ  
(午前9時～12時/午後1時～5時)

◆**有効期間**

◎**市内業者・市外業者とも**

平成25年10月1日～平成27年5月31日

◆**提出方法**

市内業者は持参、市外業者は持参または郵送  
(期間内必着)

◆**提出場所**

〒771-1792

徳島県阿波市阿波町東原173

阿波市役所 総務部 企画課 契約・検査担当

(阿波農村環境改善センター内)

◆**申請様式**

阿波市ホームページ

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

↓「入札・契約情報」

↓「入札参加資格」

からダウンロードしてください。

●建設工事業者は書類が少量のためホッチキス留めとして提出してください。(ファイル不要)

●測量・建設コンサルタント、物品業者は**A4紙ファイル1冊に綴じて1部提出**してください。

詳しくは、阿波市ホームページで御確認ください。

【問い合わせ先】 企画課(阿波) 契約・検査担当 TEL 0883(35)3939

## ご利用ください 市税・使用料などの口座振替

便利

安心

確実

皆さまから市へ納めていただいている市税や使用料など。

まだ間に合うと思っているうちに納期限を過ぎてしまった経験はありませんか？

口座振替を利用すれば、事前に預金口座に入金しておく、金融機関などが、あなたに代わって納期ごとに、自動的に納付してくれます。

たびたび、金融機関などへお出かけになる必要もなくなり、お忙しい方、不在がちな方には特に便利です。

- ・納め忘れがなく確実です。
- ・手続きは簡単・無料です。
- ・手間と時間が省けます。

★**対象税目等は**

市県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・介護保険料・保育所保育料・後期高齢者医療保険料・伊沢谷簡易水道使用料・市営住宅使用料・市営住宅共益費・農業集落排水施設使用料・ケーブルテレビ使用料・幼稚園保育料・幼稚園給食費・幼稚園スクールバス使用料・水道使用料

★**取扱金融機関**

- 阿波銀行 ●徳島銀行 ●四国銀行
- みずほ銀行 ●板野郡農業協同組合 ●市場町農業協同組合 ●阿波郡東部農業協同組合 ●阿波町農業協同組合 ●四国内のゆうちょ銀行・郵便局

【問い合わせ先】

会計課(阿波)  
TEL 0883(35)78002

## ～ルールとマナーを守りましょう～

ふん害で、困っている人がいます。



飼い犬のふんは、飼い主が責任を持って必ず回収しましょう。

市は、「阿波市ポイ捨て等及び犬のふん害防止に関する条例」のなかで、飼い主は、飼い犬が公共の場所などにふんをしたときは、直ちに回収しなければならぬと定めています。

条例で定めるまでもなく、飼い犬のふんを回収することは、飼い主の責任です。

飼い主も愛犬も、そして地域の人も、気持ちよく快適に暮らすために、犬を散歩させるときには、必ずふんを回収してください。

【問い合わせ先】

環境衛生課(阿波)  
TEL 0883(35)78003

# 阿波市ファミリー♥サポート♥センター

## 新規会員講習会のご案内 ♥ 受講者募集 ♥

子育てに関心のある方、スキルアップを目指したい方、  
子育ての **ヒント** にしていただけます!! 是非、お気軽にご参加ください!

活動の事故を未然に防ぐために、まずは提供(両方)会員さんが安全に活動するための必要な講習を実施します。受講料は無料です。無料託児もあります。

| 項 目                 | 講 師                             | 日 程                                 |
|---------------------|---------------------------------|-------------------------------------|
| ①保育の心               | 四国大学非常勤講師 小林 友子 氏               | 8/23(金) 10:00~12:00                 |
| ②心の発達とその問題①         | 臨床心理士 後藤 真紀 氏                   | 8/28(水) 10:00~12:00                 |
| ②心の発達とその問題②         | 発達障害者総合支援センター職員                 | 8/22(木) 13:00~15:00                 |
| ③身体の発育と病気           | 徳島大学看護科准教授 谷 洋江 氏               | 8/23(金) 13:00~15:00                 |
| ④小児看護の基礎知識①         | 藍住ひまわり保育園<br>看護師 藤本 啓世 氏        | 8/29(木) 10:00~12:00                 |
| ④小児看護の基礎知識②         | 県助産師会会長 小島 泰代 氏                 | 8/29(木) 13:00~15:00                 |
| ⑤安全・事故              | 美馬市消防本部 救命救急士                   | 8/22(木) 9:00~12:00                  |
| ⑥子どもの世話             | 助任保育園 主任保育士 井上 和恵 氏             | 8/28(水) 13:00~15:00                 |
| ⑦子どもの遊び             | 「幸せ香房★ちっくる」<br>代表 吉本 直子 氏       | 8/26(月) 13:00~15:00                 |
| ⑧子どもの栄養と食生活         | 県栄養士会 葛籠 弘恵 氏                   | 穴吹農村環境改善センター<br>8/30(金) 10:00~14:00 |
| ⑨保育サービスを<br>提供するために | 板野東部ファミリー・サポート<br>センター所長 港 満海 氏 | 8/26(月) 10:00~12:00                 |

- ❀ 会 場 ❀ ・うだつアリーナ (美馬市脇町新町 196) TEL 0883(53)2424  
 ・穴吹農村環境改善センター (美馬市穴吹町安成 73) TEL 0883(52)2633  
 ❀ 対 象 ❀ 提供会員および子育て支援に関心のある方

### 【新規会員講習会について】お申込み方法

※会場の都合上、申込み多数の場合はお断りさせていただく場合がございます。ご了承ください。  
 ※託児をご希望の方は事前にお申し込みください。

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  
TEL & FAX 0883(36)3520

〒771-1695  
阿波市市場町字上野段 385-1  
市場支所 2階 子育て支援課内



とくちゃん

詳しくは、県統計戦略課  
TEL 088(921)2734へ

厚生労働省では、本年7月31日現在で、常用労働者を1〜4人雇用している事業所を対象に、給与、労働時間及び雇用の実態を明らかにすることを目的とした毎月勤労統計調査特別調査を実施します。調査対象の事業所には、8月から9月にかけて統計調査員が訪問し、調査票を作成いたします。調査票の内容は、「統計法」により厳しく秘密が守られ、統計以外の目的に用いることも固く禁じられていますので、調査にご回答くださるようお願いいたします。

毎月勤労統計調査  
特別調査のお願い

# 国民年金保険料の一部免除を受けたときは 残りの保険料の納付を忘れずに

## 保険料の一部免除

国民年金の保険料には、本人・世帯主・配偶者の前年の所得（1月から6月までに申請する場合は前々年の所得）が一定額以下の場合には、申請して承認されると納付義務が免除される制度があり、全額免除・4分の3免除・半額免除・4分の1免除の4段階があります。

このうち、4分の3免除、半額免除、4分の1免除は、納付すべき保険料の一部が免除されることから一部免除といいますが、一部免除を受けた保険料の残りの保険料、つまり免除を受けていない保険料は、必ず納めなければなりません。この保険料の納付を怠ると免除が承認されても保険料未納期間となってしまうので、ご注意ください。

## 【4分の3免除の場合】

毎月の保険料の4分の3が免除されますが、残りの4分の1の保険料は必ず納めなければなりません。

平成25年度の場合、4分の3免除が承認されると、  
月額11,280円が免除され、残りの3,760円を納付しなければなりません。



## 【半額免除の場合】

毎月の保険料の半額が免除されますが、残りの半額の保険料は必ず納めなければなりません。

平成25年度の場合、半額免除が承認されると月額7,520円が免除され、残りの7,520円は納付しなければなりません。

## 【4分の1免除の場合】

毎月の保険料の4分の1が免除されますが、残りの4分の3の保険料は必ず納めなければなりません。

平成25年度の場合、4分の1免除が承認されると月額3,760円が免除され、残りの11,280円は納付しなければなりません。

## 保険料の納期限

国民年金の保険料には納期限があり、毎月の保険料は翌月末日までに納付しなければなりません。そして、2年を経過すると時効によって保険料を納めることができなくなります。

保険料の一部免除が承認された場合でも、残りの免除されていない保険料については、同様の扱いとなりますので、ご注意ください。

【問い合わせ先】 徳島北年金事務所 国民年金課 TEL 0883 (36) 0911  
市民課 (阿波) TEL 0883 (35) 7800

## お知らせを発送します

# ジエネリック医薬品による 自己負担額軽減

徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジエネリック医薬品に切り換えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を平成25年9月に送付します。対象者は、今年5月に医療機関で新薬を処方され、ジエネリック医薬品に切り換えた場合に自己負担額が大きく軽減される方となります。

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

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

## 問い合わせ先

徳島県後期高齢者医療  
広域連合事務局事業課  
TEL 0883(677)33000



# 児童扶養手当と特別児童扶養手当のお知らせ

## 【児童扶養手当と現況届】

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

現在、児童扶養手当を受給されている方、または受給資格のある方は、毎年8月1日から31日までの間に、支給条件を確認するため、「現況届」をご提出ください。この届け出を提出しなければ、引き続き受給資格があっても8月以降の手当は支給されません。該当される方は、期限内に子育て支援課（市場）で手続きを済ませてください。

## 【期間】 受付日

8月5日(月)～9日(金)  
午前8時30分～  
午後5時15分  
夜間受付日  
8月6日(金)  
午後5時15分～午後9時

## 【提出場所】

子育て支援課  
(市場支所2階)

## 【ご注意】

★現況届を提出しないまま支払期到来後2年を経過した場合は、時効により受給資格を喪失します。  
★支給要件状況などの事実を偽り、不正の手段により手当を受けた場合は、3年以下の懲役または罰金に処せられます。  
★支給要件状況などに変更があり、その届け出が遅くなり、手当の過払いがあった場合は、返納金が発生し必ず返していただくこととなります。



## 【特別児童扶養手当と所得状況届】

「特別児童扶養手当」とは、障がい児の父もしくは母がその障がい児を監護するとき、または父母以外の方が障がい児を養育するときに、その父もしくは母または養育者に対し支給される手当です。

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

## 【期間】

8月12日(月)～23日(金)  
午前8時30分～  
午後5時15分

## 【提出場所】

子育て支援課  
(市場支所2階)



【問い合わせ先】 子育て支援課（市場） TEL 0883 (36) 6813

# 話したら きっとあります 生きる道

## 挫折からの再起 ～自殺予防の現場力～

2013 いのちの希望

チャリティ講演会開催

講師 NPO法人「蜘蛛の糸」理事長

佐藤 久男氏

講師は、心血を注いできた会社が倒産し、うつ病、自殺への衝動、絶望の淵を這いすり回った経験の持ち主です。現在、自殺防止の最前線で奮闘している佐藤氏に何が起ったのか？ 経営者と家族の自殺を防止するNPO法人「蜘蛛の糸」設立者の、生の声をお聞きください。

開催日 9月7日(土)

●あわぎんホール4F大会議室 (県郷土文化会館)

●開場午後1時30分 開演午後2時

●夢ホール2F視聴覚室 (阿南文化会館)

●開場午後6時30分 開演午後7時

●大人前売り 1200円

●学生前売り 1000円 (当日1200円)

●小・中学生 無料

## 【問い合わせ先】

いのちの希望 社会福祉法人

徳島県自殺予防協会

TEL 0888(652)6171

# 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](http://twitter.com/awa_kan)

観光協会のfacebook

<https://www.facebook.com/awakankou>

♪♪♪ 暮らしのお知らせ ♪♪♪

## 「第2回阿波deフェスタ」 で行われた「阿波の野菜 クッキングデモンストラ

入賞したレシピを今月はスペシャルで2品ご紹介します！  
春巻きの皮を使ったミルフィーユは、特別な日のディナーにいかがですか？ 野菜を使ったスウィーツはとってもヘルシー。夏休みに、ぜひ作ってみてください！ 材料は4人分です。



「AWA 野菜たちのヘルシーケーキ」  
米田喜美子さん 作



「ポテトの春巻きミルフィーユ」  
丸山朋美さん・吉田裕紀子さん・横山由美さん  
藤村珠理さん・増田美由紀さん 作

**材料 4人分**  
シフォンケーキ  
ホウレンソウ 100g  
卵(しサイズ) 3個  
砂糖 45g  
牛乳 60g

**材料 4人分**  
「トッピング」  
プチトマト 3個  
ミント 少々  
粉砂糖 少々

**材料 4人分**  
春巻きの皮 4枚  
トマト 1個  
グリーンピース 12個  
ジャガイモ 4個  
ブロッコリー 2分の1房  
ベーコン 8枚  
ネギ 適量  
にんにく 1かけ  
ケチャップ 適量  
塩コショウ油 適量

①なすを④の輪切りにし、アク抜きをする。耐熱容器に①と水、グリント糖を一緒に入れて600℃のレンジで3分加熱した後、②果汁と③オリーブオイルを加えて冷蔵庫で晩までおく。  
②コーヒフィルターにヨーグルトを入れ、冷蔵庫の中で晩水切りをする。  
③ホウレンソウを耐熱容器に入れて5分加熱し冷水に取って、④切りにして水分を絞る。ミルにホウレンソウと牛乳を入れてペースト状にする。  
④ホウレンソウと⑤卵黄と⑥砂糖を混ぜ、ハンドミキサーで泡立てる。⑦が④までできたら、⑧の砂糖を数回に分けて入れ、しっかりと混ぜる。  
⑤別のボウルに卵黄と砂糖を入れ、白く泡立てるまで泡立て、③と④を混ぜ合わせる。  
⑥⑤に⑥を加えてよく混ぜる。  
⑦型に流し入れ、160度で熱しておいたオーブンで約40分焼いた後、30センチの高さから2回落とし、逆さまにして冷ます。  
⑧大根の皮をむき、レンジで軽く加熱してから細かく切り、小鍋で牛乳と一緒に煮る。水分が少なくなったら火から下ろして冷ましておく。  
⑨ボウルに⑨と生クリーム、水切りヨーグルト、和三盆糖を入れて、ハンドブレンダーでしっかりと混ぜ、⑩コアントローを加える。  
⑩型から出したシフォンケーキの上に⑨を塗り、プチトマトやなすのコンポート、ミントを飾り、粉砂糖を振って仕上げる。

**作り方**  
①ジャガイモを小さめに切り、水から茹でて沸騰したらブロッコリーも一緒に茹でる。  
②①に火が通ったら、両方とも一緒に漬けて塩、コショウで味付け。  
③熱したフライパンに油を薄く敷き、4等分した春巻きの皮を焼く。  
④トマトを角切りにし、フライパンで煮る。  
⑤④に角切りにしたベーコンとケチャップ、塩、コショウを入れ、炒める。  
⑥②と③を交互に積み重ねて⑤をかける。  
⑦千切りにしたネギとグリーンピースをのせたら完成！

## ☆☆華やかなダンスタイム☆☆ サマーダンス交流会 in 阿波市2013 10回記念大会

8月25日(日)  
12:00~16:00



**参加費**  
優待券 1,500円  
当日 2,000円  
**場所**  
阿波市農村環境改善センター  
(阿波市役所隣 駐車場有)

オーケストラ ♪レイキング♪  
12名による迫力の生演奏!!

- ☆A級選手が出場! 正装競技選手による見応えのあるダンスが披露されます
- ☆一緒に踊ろうタイム
- ☆スワンドダンスサークル 演技発表
- ☆お菓子、飲み物の準備をしています
- ☆女性の方は、靴に必ずヒールカバーをおつけください
- ☆見学の方、ダンスに興味はあるけど「見るだけ」の方、初心者の方大歓迎!

# 8月番組予定

アナログ：2ch  
デジタル：111ch  
デジタル：112ch (文字放送)

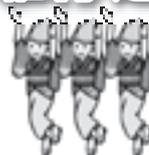


| 午前 | 月・火・水・木                                                                    | 金                                           | 土・日                              |
|----|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------|
| 6  | 00 阿波市民憲章、文字放送～                                                            |                                             |                                  |
| 7  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・心のリフォーム学級<br>・まゆみ先生の「クッキング教室」<br>・マンスリーニュース(7月) | 30 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス                       | 30 ACN週刊ニュース<br>★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)<br>30 文字放送                                               |                                             |                                  |
| 9  | 00 (再放送) ACN週刊ニュース<br>前週土・日放送分の再放送です。<br>見逃した方はこの時間でチェック!                  |                                             |                                  |
| 10 | 00 番組詳細案内(1分)                                                              |                                             |                                  |
| 11 | 00 文字放送                                                                    |                                             |                                  |
| 午後 | 30 動画deあわとく 週刊あわのかわらばん                                                     |                                             |                                  |
| 0  | 00 県政アンテナテレビ とくしまハーツ                                                       |                                             |                                  |
| 1  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・心のリフォーム学級<br>・まゆみ先生の「クッキング教室」<br>・マンスリーニュース(7月) | 00 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス                       | 00 ACN週刊ニュース<br>★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)<br>30 動画deあわとく 週刊あわのかわらばん                        |                                             |                                  |
| 3  | 00 (再放送) ACN週刊ニュース<br>前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!                      |                                             |                                  |
| 4  | 00 番組詳細案内(1分)                                                              |                                             |                                  |
| 5  | 01 (再放送) ACN特番<br>◆前週放送分の再放送です。<br>詳細は番組案内を確認!                             | 01 県政アンテナ とくしまハーツ<br>30 動画deあわとく 週刊あわのかわらばん |                                  |
| 6  | 00 文字放送～<br>30 サイエンスチャンネル                                                  |                                             |                                  |
| 7  | 00 文字放送                                                                    |                                             |                                  |
| 8  | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・心のリフォーム学級<br>・まゆみ先生の「クッキング教室」<br>・マンスリーニュース(7月) | 30 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス                       | 30 ACN週刊ニュース<br>★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<br>前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!                      |                                             |                                  |
| 10 | 00 阿波市民憲章、阿波踊り体操 (寝たまま編)                                                   |                                             |                                  |
| 11 | 30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・心のリフォーム学級<br>・まゆみ先生の「クッキング教室」<br>・マンスリーニュース(7月) | 30 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス                       | 30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で行われた行事を放送! |
| 12 | 00 文字放送                                                                    |                                             |                                  |
| 12 | 00 ジャパネットチャンネルDX<br>翌朝、6時まで放送!                                             |                                             |                                  |

※番組の詳細はACNホームページ及びデジタルTV番組表(EPG番組表)にてお知らせします。  
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 TEL.088(695)5350

## 2013 阿波おどり 生中継(予定)

徳島市で行われる「2013 阿波おどり」を8月12日(月)～15日(木)の日程で放送予定です。



詳しくは、ACNのホームページ及びデジタル番組表などにて、ご覧ください。

## 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、下記までお問い合わせください。

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

### 募集のお知らせ

## 市場高齢者共同生活施設の 入居者を募集します

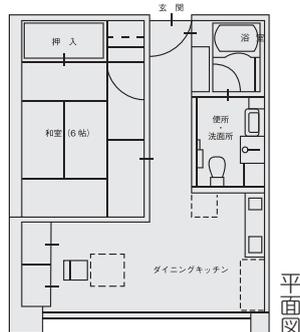


旧市場町日開谷小学校を改修した、自立を支援している高齢者向けの住宅です。  
高齢者の生活不安や孤独感の解消を図りながら介護予防サービスを提供しています。

部屋は冷暖房完備・バリアフリー仕様です。安心して生活できる居住環境であり、花や野菜作りも楽しめます。また、入居者の方と一緒に参加できる料理教室・入浴サービス・介護予防教室・世代間交流会などの催しも行っています。

- 所在地 阿波市市場町日開谷字野田原25番地
- 募集室数 3室
- 家賃 月1万円(別途、入居時に敷金3万円が必要です)
- 申込期間 8月1日(木)～8月14日(水)(土・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 0883(36)6811 までお問い合わせください。



暮らしのお知らせ

# 8月 公民館・勤労青少年ホーム行事カレンダー

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。**勤労青少年ホームの利用には、利用者登録が必要です(年会費 1,000円)。**

林公民館 TEL 0883(35)2078  
 大俣公民館 TEL 0883(36)2284  
 八幡公民館 TEL 0883(36)3004

伊沢公民館 TEL 0883(35)2152  
 市場公民館・勤労青少年ホーム TEL 0883(36)6464  
 土成中央公民館 TEL 0883(695)5305

久勝公民館 TEL 0883(35)2026  
 久勝公民館 TEL 0883(35)2026  
 吉野中央公民館 TEL 088(696)4383

| 日       | 曜         | 場 所         | 行 事 名                                                 | 担当施設     | 日  | 曜 | 場 所          | 行 事 名                                                 | 担当施設     |
|---------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------|----------|----|---|--------------|-------------------------------------------------------|----------|
| 1       | 木         | 林公民館        | ヨガ(リンガクラフ)、舞踊(大和会)、絵手紙(一般の会)、人権劇(千の舞)、囲碁(慶石会)         | 林公民館     | 17 | 土 | 林公民館         | 児童会(みまもり運動)、カラオケ(ロー)、詩吟(真心流)、コーラス(ロールエンジン)、ダンス(ダンス野合) | 林公民館     |
|         |           | 伊沢公民館       | 伊沢社交ダンスサークル                                           | 伊沢公民館    |    |   | 伊沢公民館        | 伊沢公民館                                                 |          |
|         |           | 久勝公民館       | ダンス、カラオケ                                              | 久勝公民館    |    |   | 久勝公民館        | 久勝公民館                                                 |          |
|         |           | 大俣公民館       | カラオケ、詩吟                                               | 大俣公民館    |    |   | 市野ミニライオンセンター | 俳句講座                                                  | 市場公民館    |
|         |           | 市場公民館       | 粘土細工講座、卓球                                             | 市場公民館    |    |   | 八幡公民館        | 賞心流吟道 吉野川愛好会                                          | 八幡公民館    |
| 2       | 金         | 八幡公民館       | バッチワークサークル コスモス                                       | 八幡公民館    | 18 | 日 | 林公民館         | 銭太鼓(やよいクラブ)、ダンス(マナト)、民謡(徳島民謡会林支部)                     | 林公民館     |
|         |           | 勤労青少年ホーム    | 茶道、卓球                                                 | 勤労青少年ホーム |    |   | 林公民館         | ダンス(ダンス愛好会)、太極拳(伝統呉式)                                 | 林公民館     |
|         |           | ふれあいセンター体育館 | バレーボール                                                | 勤労青少年ホーム |    |   | 伊沢公民館        | かずらを編む会、白百合大正琴、詩吟(揚心流)                                | 伊沢公民館    |
|         |           | 林公民館        | カラオケ(長寿クラブ)、読書(伊の船)、空手(錬心館)、詩吟(瑞鳳流)、3日体操(健康を考える会)     | 林公民館     |    |   | 久勝公民館        | コーラス、詩吟                                               | 久勝公民館    |
|         |           | 久勝公民館       | 囲碁、詩吟、阿波踊り                                            | 久勝公民館    |    |   | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
| 3       | 土         | 市場公民館       | 卓球                                                    | 市場公民館    | 19 | 月 | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
|         |           | 八幡公民館       | 和紙ちぎり絵                                                | 八幡公民館    |    |   | ふれあいセンター体育館  | バドミントン                                                | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 吉野中央公民館     | ダンススポーツ教室                                             | 吉野中央公民館  |    |   | 林公民館         | 木目込み人形、舞踊(林民舞の会)、ダンス(エリートダンス教室)、林サロソ                  | 林公民館     |
|         |           | 林公民館        | 児童会(みまもり運動)、カラオケ(ロー)、詩吟(真心流)、コーラス(ロールエンジン)、ダンス(ダンス野合) | 林公民館     |    |   | 伊沢公民館        | 水書画(松葉会)、社交ダンス(阿波ダンス同好会)、阿波踊り(阿波土柱連)                  | 伊沢公民館    |
|         |           | 伊沢公民館       | 伊沢囲碁クラブ                                               | 伊沢公民館    |    |   | 久勝公民館        | 舞踊                                                    | 久勝公民館    |
| 4       | 日         | 久勝公民館       | 詩舞、舞踊                                                 | 久勝公民館    | 20 | 火 | 大俣公民館        | 大正琴、詩吟                                                | 大俣公民館    |
|         |           | 林公民館        | 銭太鼓(やよいクラブ)、ダンス(マナト)、民謡(徳島民謡会林支部)                     | 林公民館     |    |   | 市場公民館        | 韓国語講座、卓球                                              | 市場公民館    |
|         |           | 林公民館        | ダンス(ダンス愛好会)、太極拳(伝統呉式)                                 | 林公民館     |    |   | 住民センター       | 手作り講座                                                 | 市場公民館    |
|         |           | 伊沢公民館       | 白百合大正琴、詩吟(揚心流)                                        | 伊沢公民館    |    |   | 吉野中央公民館      | 囲碁の集い                                                 | 吉野中央公民館  |
|         |           | 久勝公民館       | コーラス、詩吟                                               | 久勝公民館    |    |   | 市場テニスコート     | 硬式テニス                                                 | 勤労青少年ホーム |
| 5       | 月         | 市場公民館       | 卓球                                                    | 市場公民館    | 21 | 水 | 林公民館         | ストレッチヨガ(うごころ会)、ヨガ(林ヨ-ガクラブ)、詩吟(真心流)、空手(錬心館)            | 林公民館     |
|         |           | ふれあいセンター体育館 | バドミントン                                                | 勤労青少年ホーム |    |   | 伊沢公民館        | 大正琴(琴修会)、油絵(阿波美術クラブ)                                  | 伊沢公民館    |
|         |           | 林公民館        | 木目込み人形、舞踊(林民舞の会)、ダンス(エリートダンス教室)                       | 林公民館     |    |   | 八幡公民館        | 揚心流詩吟の会                                               | 八幡公民館    |
|         |           | 伊沢公民館       | 水書画(松葉会)、社交ダンス(阿波ダンス同好会)、阿波踊り(阿波土柱連)                  | 伊沢公民館    |    |   | 土成中央公民館      | 花づくりサークル「すみれ会」                                        | 土成中央公民館  |
|         |           | 久勝公民館       | 舞踊、3日体操                                               | 久勝公民館    |    |   | 林公民館         | ヨガ(リンガクラフ)、舞踊(大和会)、絵手紙(一般の会)、人権劇(千の舞)、囲碁(慶石会)         | 林公民館     |
| 6       | 火         | 大俣公民館       | 大正琴、詩吟                                                | 大俣公民館    | 22 | 木 | 伊沢公民館        | ちぎり絵、かすらを編む会、伊沢社交ダンスサークル                              | 伊沢公民館    |
|         |           | 市場公民館       | 卓球、韓国語講座                                              | 市場公民館    |    |   | 久勝公民館        | ダンス、カラオケ、大人のマナー講座                                     | 久勝公民館    |
|         |           | 吉野中央公民館     | 囲碁の集い                                                 | 吉野中央公民館  |    |   | 大俣公民館        | カラオケ、詩吟                                               | 大俣公民館    |
|         |           | 市場テニスコート    | 硬式テニス                                                 | 勤労青少年ホーム |    |   | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
|         |           | 林公民館        | ストレッチヨガ(うごころ会)、ヨガ(林ヨ-ガクラブ)、詩吟(真心流)、空手(錬心館)            | 林公民館     |    |   | 八幡公民館        | 未生流中山文甫会 島田教室                                         | 八幡公民館    |
| 7       | 水         | 伊沢公民館       | 大正琴(琴修会)、油絵(阿波美術クラブ)                                  | 伊沢公民館    | 23 | 金 | 吉野中央公民館      | トルペイント教室                                              | 吉野中央公民館  |
|         |           | 八幡公民館       | 揚心流詩吟の会                                               | 八幡公民館    |    |   | ふれあいセンター体育館  | バレーボール                                                | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 林公民館        | ヨガ(リンガクラフ)、舞踊(大和会)、絵手紙(一般の会)、人権劇(千の舞)、囲碁(慶石会)         | 林公民館     |    |   | 勤労青少年ホーム     | 卓球                                                    | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 伊沢公民館       | ちぎり絵、伊沢社交ダンスサークル                                      | 伊沢公民館    |    |   | 林公民館         | カラオケ(もみい)、空手(錬心館)、詩吟(瑞鳳流)、3日体操(健康を考える会)               | 林公民館     |
|         |           | 久勝公民館       | ダンス、カラオケ                                              | 久勝公民館    |    |   | 久勝公民館        | 囲碁、詩吟                                                 | 久勝公民館    |
| 8       | 木         | 大俣公民館       | カラオケ、詩吟                                               | 大俣公民館    | 24 | 土 | 市場公民館        | 水彩画講座、七宝焼講座、卓球                                        | 市場公民館    |
|         |           | 市場公民館       | 卓球                                                    | 市場公民館    |    |   | 八幡公民館        | ダンススポーツ教室                                             | 吉野中央公民館  |
|         |           | 勤労青少年ホーム    | 卓球                                                    | 勤労青少年ホーム |    |   | 林公民館         | 児童会(みまもり運動)、カラオケ(ロー)、詩吟(真心流)、コーラス(ロールエンジン)、ダンス(ダンス野合) | 林公民館     |
|         |           | ふれあいセンター体育館 | バレーボール                                                | 勤労青少年ホーム |    |   | 伊沢公民館        | 阿波健康会、伊沢囲碁クラブ                                         | 伊沢公民館    |
|         |           | 林公民館        | カラオケ(もみい)、空手(錬心館)、詩吟(瑞鳳流)、3日体操(健康を考える会)               | 林公民館     |    |   | 久勝公民館        | 詩舞、舞踊                                                 | 久勝公民館    |
| 9       | 金         | 伊沢公民館       | 阿波ハイキング倶楽部                                            | 伊沢公民館    | 25 | 日 | 林公民館         | 銭太鼓(やよいクラブ)、ダンス(マナト)、民謡(徳島民謡会林支部)                     | 林公民館     |
|         |           | 久勝公民館       | 囲碁、詩吟、阿波踊り                                            | 久勝公民館    |    |   | 伊沢公民館        | ダンス(ダンス愛好会)、舞踊(扇の会)                                   | 伊沢公民館    |
|         |           | 市場公民館       | 水彩画講座、卓球                                              | 市場公民館    |    |   | 伊沢公民館        | 詩吟(揚心流)                                               | 伊沢公民館    |
|         |           | 八幡公民館       | 和紙ちぎり絵、詩吟むつみ支部                                        | 八幡公民館    |    |   | 久勝公民館        | コーラス、詩吟                                               | 久勝公民館    |
|         |           | 吉野中央公民館     | ダンススポーツ教室                                             | 吉野中央公民館  |    |   | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
| 10      | 土         | 林公民館        | 児童会(みまもり運動)、カラオケ(ロー)、詩吟(真心流)、コーラス(ロールエンジン)、ダンス(ダンス野合) | 林公民館     | 26 | 月 | ふれあいセンター体育館  | バドミントン                                                | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 伊沢公民館       | 俳句(ひまわり土柱支部)、阿波健康会、伊沢囲碁クラブ                            | 伊沢公民館    |    |   | 林公民館         | 大正琴(林大正琴クラブ)、舞踊(林民舞の会)、ダンス(エリートダンス教室)                 | 林公民館     |
|         |           | 久勝公民館       | 詩舞、舞踊                                                 | 久勝公民館    |    |   | 伊沢公民館        | 社交ダンス(阿波ダンス同好会)、阿波踊り(阿波土柱連)                           | 伊沢公民館    |
|         |           | 大俣公民館       | 三味線                                                   | 大俣公民館    |    |   | 久勝公民館        | 舞踊、トルペイント                                             | 久勝公民館    |
|         |           | 林公民館        | 銭太鼓(やよいクラブ)、ダンス(マナト)、民謡(徳島民謡会林支部)                     | 林公民館     |    |   | 大俣公民館        | 詩吟                                                    | 大俣公民館    |
| 11      | 日         | 伊沢公民館       | 社交ダンス(阿波ダンス同好会)                                       | 伊沢公民館    | 27 | 火 | 市場公民館        | 生花講座、韓国語講座、卓球                                         | 市場公民館    |
|         |           | 八幡公民館       | 懐メロカラオケ                                               | 八幡公民館    |    |   | 八幡公民館        | 婦人会生け花                                                | 八幡公民館    |
|         |           | 林公民館        | ダンス(ダンス愛好会)、舞踊(扇の会)                                   | 林公民館     |    |   | 吉野中央公民館      | バッチワーク教室、囲碁の集い                                        | 吉野中央公民館  |
|         |           | 伊沢公民館       | 白百合大正琴、詩吟(揚心流)                                        | 伊沢公民館    |    |   | 市場テニスコート     | 硬式テニス                                                 | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 久勝公民館       | コーラス、詩吟                                               | 久勝公民館    |    |   | 林公民館         | ストレッチヨガ(うごころ会)、ヨガ(林ヨ-ガクラブ)、詩吟(真心流)、空手(錬心館)            | 林公民館     |
| 12      | 月         | 市場公民館       | 卓球                                                    | 市場公民館    | 28 | 水 | 伊沢公民館        | 油絵(阿波美術クラブ)                                           | 伊沢公民館    |
|         |           | ふれあいセンター体育館 | バドミントン                                                | 勤労青少年ホーム |    |   | 大俣公民館        | 大正琴                                                   | 大俣公民館    |
|         |           | 林公民館        | 大正琴(林大正琴クラブ)、舞踊(林民舞の会)、ダンス(エリートダンス教室)                 | 林公民館     |    |   | 八幡公民館        | 揚心流詩吟の会、成人講座                                          | 八幡公民館    |
|         |           | 伊沢公民館       | 社交ダンス(阿波ダンス同好会)、阿波踊り(阿波土柱連)                           | 伊沢公民館    |    |   | 林公民館         | ヨガ(リンガクラフ)、舞踊(大和会)、絵手紙(一般の会)、人権劇(千の舞)、囲碁(慶石会)         | 林公民館     |
|         |           | 久勝公民館       | 舞踊、トルペイント                                             | 久勝公民館    |    |   | 伊沢公民館        | 伊沢社交ダンスサークル                                           | 伊沢公民館    |
| 13      | 火         | 大俣公民館       | 大正琴、詩吟                                                | 大俣公民館    | 29 | 木 | 久勝公民館        | ダンス、カラオケ                                              | 久勝公民館    |
|         |           | 市場公民館       | 生花講座、韓国語講座、卓球                                         | 市場公民館    |    |   | 大俣公民館        | カラオケ、詩吟                                               | 大俣公民館    |
|         |           | 八幡公民館       | 婦人会生け花                                                | 八幡公民館    |    |   | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
|         |           | 吉野中央公民館     | バッチワーク教室、囲碁の集い                                        | 吉野中央公民館  |    |   | 勤労青少年ホーム     | 卓球                                                    | 勤労青少年ホーム |
|         |           | 市場テニスコート    | 硬式テニス                                                 | 勤労青少年ホーム |    |   | ふれあいセンター体育館  | バレーボール                                                | 勤労青少年ホーム |
| 14      | 水         | 林公民館        | ストレッチヨガ(うごころ会)、ヨガ(林ヨ-ガクラブ)、詩吟(真心流)、空手(錬心館)            | 林公民館     | 30 | 金 | 林公民館         | 空手(錬心館)、詩吟(瑞鳳流)、3日体操(健康を考える会)                         | 林公民館     |
|         |           | 伊沢公民館       | 油絵(阿波美術クラブ)                                           | 伊沢公民館    |    |   | 久勝公民館        | 囲碁、詩吟                                                 | 久勝公民館    |
|         |           | 林公民館        | ヨガ(リンガクラフ)、舞踊(大和会)、絵手紙(一般の会)、人権劇(千の舞)、囲碁(慶石会)         | 林公民館     |    |   | 大俣公民館        | サロソ活動(大俣老人クラブ)                                        | 大俣公民館    |
|         |           | 伊沢公民館       | 伊沢社交ダンスサークル                                           | 伊沢公民館    |    |   | 市場公民館        | 卓球                                                    | 市場公民館    |
|         |           | 久勝公民館       | ダンス、カラオケ                                              | 久勝公民館    |    |   | 八幡公民館        | 和紙ちぎり絵                                                | 八幡公民館    |
| 15      | 木         | 大俣公民館       | カラオケ、詩吟                                               | 大俣公民館    | 31 | 土 | 吉野中央公民館      | ダンススポーツ教室                                             | 吉野中央公民館  |
|         |           | 市場公民館       | 短歌講座、卓球                                               | 市場公民館    |    |   | 林公民館         | 児童会(みまもり運動)、カラオケ(ロー)、詩吟(真心流)、コーラス(ロールエンジン)、ダンス(ダンス野合) | 林公民館     |
|         |           | 八幡公民館       | バッチワークサークル コスモス                                       | 八幡公民館    |    |   | 伊沢公民館        | 伊沢囲碁クラブ                                               | 伊沢公民館    |
|         |           | 勤労青少年ホーム    | 茶道、卓球                                                 | 勤労青少年ホーム |    |   | 久勝公民館        | 詩舞、舞踊                                                 | 久勝公民館    |
|         |           | ふれあいセンター体育館 | バレーボール                                                | 勤労青少年ホーム |    |   |              |                                                       |          |
| 16      | 金         | 林公民館        | カラオケ(長寿クラブ)、読書(伊の船)、空手(錬心館)、詩吟(瑞鳳流)、3日体操(健康を考える会)     | 林公民館     |    |   |              |                                                       |          |
|         |           | 久勝公民館       | 囲碁、詩吟、阿波踊り                                            | 久勝公民館    |    |   |              |                                                       |          |
|         |           | 大俣公民館       | 循環型農業研究会                                              | 大俣公民館    |    |   |              |                                                       |          |
|         |           | 市場公民館       | 卓球                                                    | 市場公民館    |    |   |              |                                                       |          |
|         |           | 八幡公民館       | 和紙ちぎり絵                                                | 八幡公民館    |    |   |              |                                                       |          |
| 吉野中央公民館 | ダンススポーツ教室 | 吉野中央公民館     |                                                       |          |    |   |              |                                                       |          |

暮らしのお知りセンター

# 阿波市以外のお知らせ

## 8月は「電機使用安全月間」です

夏は水を使う機会が多い上に、暑さで汗をかきやすくなるため感電事故が多く発生しています。ぬれた手でプラグやスイッチをさわると、感電する恐れがあります。電機製品を扱うときは、忙しくても手をよく拭いてから取り扱う習慣をつけましょう。

### 【問い合わせ先】

一般財団法人 四国電機保安協会 徳島支部  
徳島西営業所  
TEL0883(42)7316

## 知っていますか？ 建退共制度・中退共制度

建退共制度と中退共制度とは、中小企業退職金共済法に基づき設立された「退職金制度」です。  
国が掛け金の一部を助成します。国の制度だから安全、確実、簡単。

ホームページに制度説明などが記載されています。

### 建退共

でアクセスしてください。

### 【問い合わせ先】

建設業退職金共済事業本部  
TEL03(6731)2866  
中小企業退職金共済事業本部  
TEL03(6907)1234

## 中小企業を応援

業務改善助成金のお知らせ

事業場内で最も低い時間給を1年あたり40円以上に引き上げる中小企業事業主の方々に對して、労働能率の増進に資する設備・機器の導入などの実施に係る経費の2分の1(上限100万円)を助成します。

### 【問い合わせ先】

徳島労働局労働基準部賃金室  
TEL088(652)9165

## くらしのサポーター募集中!

県から発信される消費者情報を周りの消費者(家族・友人・近所や職場など)に広めたり、周りの消費者の相談を県消費者センターにつないだりするボランティア活動をする18歳以上の方と団体を募集しています。

### 【問い合わせ先】

徳島県消費者情報センター(石川・林)  
TEL088(623)0612

## 高齢・障害・求職者雇用支援機構職業訓練生募集

再就職をめざす求職者の方を対象に職業訓練を実施しています。入所を希望される方はご相談ください。訓練機関は全て10月1日(火)～3月31日(月)です。

### ● テクニカルオペレーション科

機械図面作成や機械加工の知識及び関連知識、NC機械のプログラミング及び機械操作に必要な知識の習得。

### ● 電気設備科

電機工事に關する理論や法令、制御方法の理解と技術の習得。

### ● 住宅リフォーム技術科

木造住宅の基本的な知識、構造、法規などの理解と技能・技術の知識の習得。

### ● 対象者

公共職業安定所に求職の申し込みをしている方など。※選考があります。詳しくはお問い合わせください。※受講料は無料、テキスト代などは必要です。

### ● 募集期間

8月2日(金)～9月2日(月)

### 【問い合わせ先】

(土日祝を除く、平日9時～17時)

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構  
徳島職業能力開発促進センター  
TEL088(654)5102

# 徳島県からのお知らせ

## 県庁舎見学(団体)のご案内

県では、県政への理解を深め、親しんでいただくため、いろいろな見学コースをご用意しています。お気軽にお申し込みください。

### ● 対象

5人～40人程度のグループ

### ● 実施日・時間

月曜日～金曜日(祝休日・年末年始を除く) 10時～16時

### ● 内容

①庁舎見学コース ②庁舎見学プラスワンコース

● 申込方法 「県庁舎見学等申込書」(県ホームページか

らダウンロードできます)に必要な事項を記載し、郵送、FAX、メールのいずれかによりお申し込みください。

### 【申込・問い合わせ先】

徳島県 県民環境政策課県民協働室  
TEL088(621)22505

## 第3回ICT(愛して)徳島大賞作品募集

「玉の島・徳島」を素材とした動画、アプリ、CGなどのデジタルコンテンツ作品を募集。大賞賞金15万円。

### ● 応募期限

9月10日(火)

### 【申込・問い合わせ先】

県地域創造課  
TEL088(621)2117

## 若年者就職マッチングフェア

応援します、あなたの未来! 参加企業60社予定、何社でも面接できます。履歴書を複数ご用意ください。

### ● 日時

8月20日(火) 13時～

### ● 場所

ホテルクレメント徳島4F

### ● 対象

平成26年3月大学卒業の就職希望者・平成25年3月大学卒業未就職者及び45歳未満の若年者

### 【問い合わせ先】

徳島県労働雇用課  
TEL088(621)2349

## 徳島県消費者大学校大学院学生募集

● 開催日 8月24日～9月21日の土曜日(全5回)  
● 場所 とくぎんトモニプラザ

### ● 定員

専門教育コース・実践教育コース共に20人程度

### ● 費用

無料ですが、教材費5000円が必要 です。

### ● 申込締切

8月13日(火)

### 【問い合わせ先】

徳島県消費者協会  
TEL088(625)82808

## コールセンター企業見学会(魅力発信バスツアー)

● 開催日時 9月3日(火) 12時30分～16時  
● 集合場所 徳島県庁

### ● 内容

県内コールセンター2社の企業見学(現場見学、社員との意見交換など)

### ● 受講料・定員

無料・20人(先着順)

### ● 申込締切

8月27日(火)まで

### 【問い合わせ先】

徳島県企業支援課  
TEL088(621)21156



ウグイスさんの

# ワオトニユ〜ス



## 子どもと関わるための人材養成講座



「子どもパートナー認証講座」が6月30日、市場総合福祉センターで開催され、31人が受講しました。これは、放課後講座や学校支援ボランティアなど、教育支援者への基礎講座です。

鳴門教育大学の公開講座でもあるこの講座を受講すると、「子どもパートナー」の全国認証が得られます。阪根健二教授ほか3人の教授による講義は、子どもを取り囲む環境・接し方など多岐に渡り、参加者は熱心に受講していました。

## 田んぼって、楽しいな！



6月6日、伊沢小学校5年生が田んぼの中でごんごん体験をしました。市内の小学校5年生は、総合学習の一環として全員が稲作を体験します。伊沢小学校では、田植えの前にごんごん体験の感覚に親しめるよう、毎年ごんごん体験を企画しています。

児童たちは歓声を上げて田んぼの中を駆け回っていました。

## 右見て、左見て、渡ります



阿波自動車学校で6月24日、伊沢幼稚園児32人が交通安全教室を体験しました。阿波警察署と阿波自動車学校が行ったこの教室

では、横断歩道の渡り方や、パトカーや白バイへの体験乗車などを体験しました。吉本交通安全教育指導員による腹話術の楽しい交通のお話もありました。園児たちは全員、自動車学校へ来たのは初めてで、とても楽しそうに参加していました。

## 浴衣で夏を楽しもう



自分で着付けをして、浴衣で夏を楽しもうと、市場町の勤労青少年ホーム利用者が浴衣の着付けを習いました。苦しくないヒモの結び方や、きれいな裾の合わせ方、上品なうなじの見せ方など、ちよつとしたコツを教えてもらうと、全員たちまち浴衣美人に変身。

参加者は「市の納涼祭や阿波踊りなどに、浴衣で行ってみたいですね」と笑顔を見せていました。

## スタンプラリー開催中♪



どなり元気店会では、1000円のお買い物券が50人に当たるスタンプラリーを8月20日（火）まで開催中です。期間中に同加盟店（22店舗）で500円以上の買い物をする、「スタンプ」を押してもらえます。3店舗のスタンプが集まったら、お近くの元気店会へお渡しください。スタンプラリーの用紙は加盟店にあります。お待ちしています♪

## 大久保谷川でホタル祭り開催

6月15日・16日「第2回清流・大久保谷川ホタル祭り」が開催されました。

同ホタル保存会は、幼虫の工サとなるカワナナ約5000匹を放流したり、周囲の環境整備を進めたりして、ホタルを守ってきました。

日が落ちると、川辺の草むらや木立の間をホタルが飛び交い、幻想的な光の乱舞を披露し、訪れた人々からは歓声が上がりました。

会場では地元農産物の販売や餅投げも行われました。



## 県道の美化作業25年



6月14日、阿波町の西林長寿クラブ（佐古昭会長）の会員35人が、西谷花壇の手入れをしました。

県道沿いに260坪あるこの花壇が整備されてから、「自分たちの地域を美しくしよう」と活動が始まり、25年経ちました。会員は年に7〜8回、ゴミ拾いや除草、剪定をし、季節の花苗を植えています。

美しく整備された花壇は地域の癒しの空間となり、ゴミのポイ捨ては減少しています。

## 阿波・吉野川署の合同訓練



6月18日、阿波警察署で阿波署・吉野川署合同防災講習会がありました。

県危機管理理部南海地震防災課の板東淳副課長が「災害時における広域の情報共有について」講演した後、参加者は二人一組で避難シミュレーションゲームや起震車での地震体験をしました。

目が見えない人を助けながらする避難訓練では、的確に指示を出し、ベルトなどを掴んで誘導することが大切であると教わり、苦勞しながら進んでいました。

## 緑の山を背景に、黄金の花



7月、大影遅越の休耕田に植えられたひまわりが見事に咲き、お遍路さんや通行人の目を惹きました。

これは、大影集落（古本義春会長 32世帯）が、県道津田川島線沿いにある約20坪の畑を借り受けて植えたものです。同集落のメンバーは、トンボの里（ビオトープ）の環境管理や道路の清掃など、地域の環境を守るための活動に力を入れています。

## 無農薬で安心安全な野菜を



7月6日土成歴史館で、ハートファーマーズ阿波（松光会長）が、有機農業参入促進協議会会長の山下一穂さんを講師に招き、「生命をつなぐ有機農業」と題して講演会を開催しました。

ハートファーマーズ阿波は、キットサン入りの有効微生物資材を使って無農薬栽培の技術を磨いている農家を中心に、有機農法や農産物販売について勉強しようという会です。

参加者は熱心にメモを取りながら受講していました。

# 阿波市立図書館 8月のカレンダー



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

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

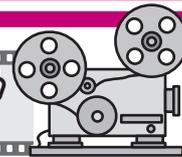


| 日                                                                           | 月       | 火                         | 水  | 木                                                                                                      | 金                  | 土                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ☆ 開館時間のお知らせ ☆<br>4月から9月までの開館時間は、<br>午前9時～午後7時です。<br>(※10月～3月は午後6時までです。)     |         |                           |    | 1<br>◎「日本版☆世界遺産めぐり(シールラリー)」(全館)～9月1日まで<br>◎展示「阿波弁でおもしろいなあ」(市場)～29日まで<br>◎「最後の決戦 沖縄戦写真パネル展」(吉野笠井)～25日まで | 2<br>              | 3<br>◎「ぬいぐるみのとしょかんおとまりかい」(阿波)～4日まで<br>◎おはなし会(市場)10:30～<br>◎おもしろビックリ実験教室(吉野笠井)14:00～                  |
| 4                                                                           | 5       | 6                         | 7  | 8                                                                                                      | 9                  | 10                                                                                                   |
| ◎「チャレンジ! 図書館の仕事!」(土成)13:30～                                                 | 休館日(全館) | ◎阿波町・市場町ブックスタート(阿波保健センター) |    |                                                                                                        |                    | ◎ベルの会おはなし会(阿波)14:00～                                                                                 |
| 11                                                                          | 12      | 13                        | 14 | 15                                                                                                     | 16                 | 17                                                                                                   |
| ◎ピアノ自動演奏会(阿波)10:00～、13:00～<br>◎「スライムをつくろう!」(阿波)14:30～<br>◎おはなしひろば(土成)10:30～ | 休館日(全館) |                           |    |                                                                                                        | ◎古文书解説講座(市場)10:00～ | ◎こども映画会(阿波)10:00～/14:00～<br>◎おはなし会(市場)10:30～                                                         |
| 18                                                                          | 19      | 20                        | 21 | 22                                                                                                     | 23                 | 24                                                                                                   |
| ◎大人映画会(阿波)15:00～<br>◎「これ、酸性!? アルカリ性!?～リトマス試験紙をつくろう～」(市場)14:00～              | 休館日(全館) |                           |    |                                                                                                        |                    | ◎「いきもの博士がやってくる! みんなのすぐ近くにいるおもしろい生き物たち」(阿波)10:30～<br>◎ベルの会おはなし会(阿波)14:00～<br>◎たけのこの会おはなし会(吉野笠井)11:00～ |
| 25                                                                          | 26      | 27                        | 28 | 29                                                                                                     | 30                 | 31                                                                                                   |
| ◎ピアノ自動演奏会(阿波)10:00～、13:00～<br>◎みんなの映画会(市場)10:00～<br>◎みんなの映画会きっず(市場)14:00～   | 休館日(全館) |                           |    |                                                                                                        |                    | ◎「一人一人が、みんなたいせつ 一作者が語る絵本の世界」(阿波)10:30～                                                               |

## ★阿波市立図書館から寄贈のお願い

阿波市立図書館では、「阿波町史」の寄贈を受け付けています。入手が困難な郷土資料は、みなさまからの寄贈が大変貴重な入手方法となっています。寄贈していただける方は、お近くの阿波市立図書館のカウンターまでお持ちください。みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。(ご寄贈いただいた資料の管理は、阿波市立図書館にご一任ください)

## 8月の映画会のお知らせ



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

### 阿波図書館

#### ■こども映画会

・17日(土) 10:00～10:20/14:00～14:20

『世界のクワガタ・カブトムシ大集合!』

みんなだいすきなクワガタムシやカブトムシ。世界中のいろんな甲虫たちがかっこよく登場するぞ!

「いろんなクワガタ・カブトムシ」「最強王者決定戦!」「カブトムシのかいかた」を上映します。

#### ■大人映画会

・18日(日) 15:00～16:44

『マルタの鷹』

私立探偵サム・スピードの事務所に現れた1人の美女。ある男を尾行してくれという、変哲のない彼女の依頼が、秘宝をめぐる事件の始まりだった。

仲間を殺され、警察に嫌疑をかけられながら、何者かに命を狙われるサム。中世より伝えられる黄金の“マルタの鷹”に魅せられた人々。その熾烈な争いをシニカルに描くダシール・ハメットのハードボイルド小説を忠実に映像化した、ジョン・ヒューストン監督のデビュー作である。

ハンフリー・ボガート主演/1941年製作/アメリカ/日本語字幕/モノクロ

### 市場図書館

#### ■みんなの映画会

・25日(日) 10:00～11:28

『スタンド・バイ・ミー』

1959年夏、オレゴン州の小さな町。文学少年ゴーディ、ガキ大将のクリス、無鉄砲なティ、おデブのバーンは12歳の仲良し4人組。ある日行方不明の少年が列車にひかれて野ざらしになっているという情報を仕入れた彼らは、死体を発見すれば英雄になれる! と胸をときめかせ未知の旅に出る。たった2日間のこの冒険が少年たちの心に生涯忘れえぬ思い出を残した…。

ワイルド・ワイルド、リヴァー・フェニックス、コリー・フェルドマン、ジェリー・オコンネル主演/1986年製作/アメリカ

#### ■みんなの映画会きっず

・25日(日) 14:00～15:19

『おしゃれキャット』

ダッチェスという名前のねこが3匹の子猫たちと暮らしていました。やさしい大金持ちの飼い主は遺産を猫たちに残そうと考えていました。そのことを盗み聞きした執事のエドガーは遺産自当に猫たちを薬で眠らせ、郊外に置き去りにしてしまいました。そこで野良猫オマリーに出会います。オマリーに助けられながら、果たして無事にやさしい飼い主のもとに帰れるのでしょうか!?

# ● 8月の催し物の案内 ●

## 全館共通

- 「日本版☆世界遺産めぐり〔シールラリー〕」  
期間：9月1日(日)まで 対象：幼児～小学生（中学生以上、自由参加）  
期間中、本やビデオ・DVD・CD・カセットを借りてくださったお子さまに、1日1回シールをお渡しします。  
シールを3・6・9枚集めることにプレゼントをお渡しします。
- 「平和写真展」 期間：16日(金)～30日(金) ※入場無料 各館で展示しています。

## 阿波図書館

- ピアノ自動演奏会  
日時：11日(日) 10:00～/13:00～ 題目『宮崎駿アニメ主題歌 風の谷のナウシカ など』  
25日(日) 10:00～/13:00～ 題目『クラシックコレクション ミッキー・マウス・マーチ など』
- 「ぬいぐるみとしょかんおとまりかい」  
日時：3日(土) 15:00～15:30 おはなし会(ぬいぐるみといっしょに) 15:30～ おとまり会(ぬいぐるみのみ)  
4日(日) 13:00～19:00 ぬいぐるみのお迎え  
対象：阿波市立図書館で貸出可能な方 定員：10名 ※事前申し込み必要 持ってくるもの：ぬいぐるみ1つ  
お気に入りのぬいぐるみを1つ持ってきてください。おはなし会終了後、ぬいぐるみをお預かりして図書館に泊まってもらいます。ぬいぐるみたちは夜の図書館で何をするのかな？ 次の日に必ずお迎えにきてね☆  
※必ず4日(日)にぬいぐるみのお迎えにきてください。 ※4日(日)は本を貸し出しますので、図書館のカードが必要です。
- 「スライムをつくろう!!」  
日時：11日(日) 14:30～15:30 対象：幼稚園児～小学生 ※小学3年生以下の方は保護者同伴をお願いします。  
定員：20名 ※事前申し込み必要
- 「いきもの博士がやってくる! みんなのすぐ近くにいる おもしろい生き物たち」  
日時：24日(土) 10:30～12:00 対象：どなたでも参加ください。 定員：30名 ※事前申し込み必要 場所：阿波図書館 視聴覚室  
いきもの博士の富山 大先生(徳島文理大学薬学部講師)をお招きして、クイズをしたり、簡単な実験をしたりして、みんなで楽しく生き物について知ろう!
- 「一人一人が、みんなたいせつ ―作者が語る絵本の世界―」  
日時：31日(土) 10:30～12:00 対象：どなたでも参加ください。 定員：80名 ※事前申し込み必要 場所：阿波図書館 視聴覚室  
鳴門市在住の児童文学作家、くすのき しげのり さんによる講演を開催します。  
「おこだでませんように」(小学館)「ともだちやもんな、ほくら」(えほんの杜)など、人々の心に残る作品を多数生み出されています。今年の第59回青少年読書感想文全国コンクールの課題図書、小学校低学年の部に「メガネをかけたら」(小学館)が選出されています。
- 「美撮るず写真展」  
期間：31日(土)まで展示延長 場所：阿波図書館玄関ロビー ※入場無料  
阿波市内の写真教室のメンバーグループ「美撮るず」による写真展です。風景写真、人物写真など約30点を展示します。

## 市場図書館

- 展示イベント「阿波弁でおもしろいなあ」  
期間：1日(木)～29日(木) 期間中、面白い阿波弁を募集・展示します。「これうちんくだけ?」の阿波弁も大歓迎! せいでいて書きにきてよ〜♪
- 「これ、酸性!? アルカリ性!? ～リトマス試験紙をつくろう～」  
日時：18日(日) 14:00～ 対象：小学3年生以上 定員：15名 ※事前申し込み必要  
酸性、アルカリ性がわかるリトマス紙を手作りしてみよう。夏休みの自由研究がまだの人はずばい参加してね!

## 土成図書館

- 「チャレンジ! 図書館の仕事」  
日時：4日(日) 13:30～15:00 対象：小学生 定員：5名 ※事前申し込み必要  
みんなで図書館の仕事を体験しよう!

## 吉野笠井図書館

- 「最後の決戦 沖縄戦 写真パネル展」  
期間：1日(木)～25日(日) 場所：1階開架室 戦争に関するパネルを展示します。
- 「おもしろビクッリ実験教室」  
日時：3日(土) 14:00～15:00 対象：小学生 定員：10名 ※事前申し込み必要 場所：2階会議室
- 「図書のリサイクル市」 古くなった図書を無料で提供します。  
期間：3日(土)～ なくなり次第終了いたします。

## 8月の特集

- |         |                                   |                        |
|---------|-----------------------------------|------------------------|
| 阿波図書館   | 児童・・・へいわについてかんがえよう                | 一般・・・本で旅に出よう!          |
| 市場図書館   | 児童・・・みんなだいすき♥キャラクター               | 一般・・・これぞ日本の夏! 一日本の祭り特集 |
| 土成図書館   | 児童・・・長編シリーズを読もう!                  | 一般・・・世界は、なぜ戦争へ向かったのか   |
| 吉野笠井図書館 | 児童・・・夏休みだ! 毎日ワクワク 今日とはどんな日になるのかな? | 一般・・・探そう、夏を楽しむこの1冊!    |

## 各図書館より 新刊のお知らせ

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・「バスを待って」 石田 干 / 著
- ・小説・「ドミノ倒し」 貫井 徳郎 / 著
- ・小説・「てのひらに爆弾を」 黒武 洋 / 著
- ・絵本・「おーいおひさま!」 よこた きよし / 作

### 市場図書館

- ・実用書・「るるぶ会津磐梯福島'14」 JTBパブリッシング / 出版
- ・実用書・「1日できる! おしゃれなバッグ&ポーチ90」 主婦と生活社 / 出版
- ・小説・「武士喰らい」 矢野 隆 / 著
- ・絵本・「おでんしゃ」 塚本 やすし / 作

### 吉野笠井図書館

- ・教養書・「リフレが正しい。」 ベン・バーナンキ / 述
- ・実用書・「特売食材30でできる笠原将弘の節約おかず」 笠原 将弘 / 著

### 阿波図書館

- ・教養書・「人間大鵬幸喜のいい話」 友鵬 勝尊 / 著
- ・実用書・「パンケーキ」 高橋 教子 / 著
- ・エッセイ・「野心のすすめ」 林 真理子 / 著
- ・絵本・「おじさんとカエルくん」 リンダ・アシュマン / ぶん

### 土成図書館

- ・教養書・「古代遺跡の七不思議」 ニュートンプレス / 出版
- ・実用書・「除菌がもっともっとわかる本」 ワールドフォトプレス / 出版
- ・小説・「暗殺者たち」 黒川 創 / 著
- ・絵本・「ぞうのびくッリパンやさん」 nakaban / 文・絵

- ・小説・「さようなら、うにこおる」 小島 水青 / 著
- ・絵本・「ミミとライタとしゃぼんだま」 森本 和子 / 文



# 8月の健康だより

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

## 母子・乳幼児健診／相談

| 日      | 受付時間        | 事業名     | 会場  |
|--------|-------------|---------|-----|
| 6日(火)  | 12:30~13:00 | 乳児健診    | 阿波H |
|        | 14:30~15:00 | 乳幼児相談   |     |
| 20日(火) | 12:30~13:00 | 3歳児健診   | 土成H |
| 21日(水) | 12:30~13:00 | 乳児健診    | 土成H |
|        | 14:30~15:00 | 乳幼児相談   |     |
| 28日(水) | 12:50~13:10 | 股関節脱臼検診 | 吉野H |
| 29日(木) | 12:30~13:00 | 2歳児健診   | 市場C |

## 集団検診

| 日      | 受付時間       | 検診項目                                 | 会場  |
|--------|------------|--------------------------------------|-----|
| 8日(木)  | 7:00~10:00 | ●がん検診<br>(胃・肺・大腸・<br>前立腺・乳)<br>●特定健診 | 吉野H |
| 22日(木) |            |                                      | 阿波H |
| 25日(日) |            |                                      | 土成H |

※2週間前までにお申し込みください。

原則、申し込み制ですが、状況によっては当日受付で受診可能な検診もあります。

## らくらく筋力アップ教室

| 日      | 時間                | 対象者                                     | 会場  |
|--------|-------------------|-----------------------------------------|-----|
| 28日(水) | 受付<br>13:00~13:30 | 特定健診を受け<br>られた方<br>(特定健診結果表<br>を持参ください) | 阿波H |
|        | 実施<br>13:30~15:00 |                                         |     |

※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。

## 自殺対策緊急強化事業

入場  
無料

宮崎あおい ♥ 堺 雅人 主演

# 映画 『ツレがうつになりまして。』

を上映します。



- 日時 平成25年9月8日(日曜日)  
上映時間 午前10時~12時  
午後 2時~ 4時  
(上映開始30分前から開場いたします。)
- 場所 土成歴史館 (土成支所南側)
- 対象者 阿波市在住の方

◎入場整理券が必要です(ひとり2枚まで)。

期間及び時間: 平成25年8月1日(木)~8月30日(金)

午前9時~午後5時まで

場 所: 本庁(総務課)

市場・土成・吉野各地域課

# 休日および平日夜間救急当番医

| 日      | 医療機関      |
|--------|-----------|
| 1日(木)  | 大塚内科      |
| 2日(金)  | 阿波病院      |
| 3日(土)  | 大崎皮膚科     |
| 4日(日)  | 森下医院      |
| 5日(月)  | 阿波病院      |
| 6日(火)  | 大久保医院(吉野) |
| 7日(水)  | 大久保内科(市場) |
| 8日(木)  | 大野病院      |
| 9日(金)  | 阿波病院      |
| 10日(土) | 乾内科外科     |
| 11日(日) | 赤池内科      |
| 12日(月) | 阿波病院      |
| 13日(火) | 赤池内科      |
| 14日(水) | 森下医院      |
| 15日(木) | 大久保医院(吉野) |
| 16日(金) | 阿波病院      |
| 17日(土) | 林内科医院     |
| 18日(日) | 乾内科外科     |
| 19日(月) | 阿波病院      |
| 20日(火) | 中山医院      |
| 21日(水) | 重清医院      |
| 22日(木) | さかまき整形外科  |
| 23日(金) | 阿波病院      |
| 24日(土) | 近藤医院      |
| 25日(日) | 阿波病院      |
| 26日(月) | 阿波病院      |
| 27日(火) | 御所診療所     |
| 28日(水) | 金塚内科      |
| 29日(木) | 笠井病院      |
| 30日(金) | 阿波病院      |
| 31日(土) | 小笠原医院     |

平日 午後7時～午後11時まで  
日曜・祭日 午前9時～午後11時

# 当番医連絡先

| 医療機関名     | 電話番号         |
|-----------|--------------|
| 大塚内科      | 0883-35-6070 |
| 阿波病院      | 0883-36-5151 |
| 大崎皮膚科     | 0883-35-6468 |
| 森下医院      | 0883-35-5656 |
| 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 |
| 赤池内科      | 0883-36-6565 |
| 林内科医院     | 0883-35-6226 |
| 中山医院      | 088-696-4662 |
| 重清医院      | 0883-35-6160 |
| さかまき整形外科  | 0883-35-7880 |
| 近藤医院      | 0883-36-2011 |
| 御所診療所     | 088-637-8033 |
| 金塚内科      | 088-695-5858 |
| 笠井病院      | 0883-35-2720 |
| 小笠原医院     | 0883-36-2030 |

※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。

# 野菜を食べよう!

## 目標量「1日350g」

野菜1日5皿運動(小鉢5皿)

### 8月31日は野菜の日

野菜の摂取量が徳島県では、

**男性 全国ワースト1位(245g)**

**女性 全国ワースト2位(241g)** となっています。

例えば



ピーマン  
1個 26g



トマト  
中1個 165g



なす  
1本 70g



きゅうり  
1本 100g



おくら  
1本 10g



ミニトマト  
1個 10g



[野菜 350g の見本]

### ● 野菜のお仕事 ●

#### ① ビタミン

- ・細胞の修復時に必要
- ・体の中では作られないので食品からとりましょう。

#### ② 食物せんい

- ・腸の中の糖やコレステロールをくっつけて、体の外に出す。
- ・便量を増やす

### ● 煮なます

材料 (4人分)

|        |             |                          |               |
|--------|-------------|--------------------------|---------------|
| ごぼう    | 1/2本 (100g) | 乾しいたけの戻し汁+かつおだし<br>200cc |               |
| にんじん   | 3cm (20g)   |                          |               |
| 糸こんにゃく | 1/2袋 (100g) |                          | ④ 砂糖 大さじ1     |
| れんこん   | 1/2本 (40g)  |                          | うすくちしょうゆ 大さじ1 |
| 乾しいたけ  | 1枚 (7.5g)   |                          | 酢 大さじ2        |
| 油あげ    | 1枚 (40g)    |                          | 炒りごま 小さじ1     |

### 作り方

- ① ごぼうは4cm長さの千切りにし水にさらし、水気をきる。にんじんは千切りにする。
- ② 糸こんにゃくは水洗いして茹でて、5~6cm長さに切る。れんこんは皮をむいていちょう切りにする。
- ③ 乾しいたけは、水で戻して細切りにする。(戻し汁は使う)
- ④ 鍋に①、②、③と薄切りにした油揚げ、砂糖、しょうゆ、しいたけの戻し汁を加えて汁気がなくなるまで煮る。
- ⑤ 粗熱がとれたら酢を加える。
- ⑥ ④を器に盛り、ごまをふる。



エネルギー 88kcal · たんぱく質 35g · 脂質 3.9g · 炭水化物 11.1g · ナトリウム 306mg (食塩 0.8g) · 野菜 40g

## ◆お盆のご準備スケジュール◆

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



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

## ご来店プレゼント

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



## 2013 夏の贈り物

～お中元・ギフトのご用命承ります～



予算で選べるカタログギフトをはじめ、仏事・法要のお返しや、各種お祝いなどにも最適な商品まで取り揃えております。



www.b-mori.co.jp ☎0120-48-1115  
 脇町店 美馬市脇町拜原 773-1  
 TEL 0883-53-2007

# 第2回 阿波市納涼祭

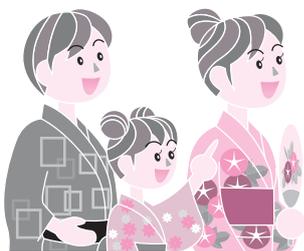
8月17日(土)

阿波市役所前駐車場 14:00～21:00(雨天決行)



写真はイメージです。

レーザー花火ショー☆  
 「音楽」と「レーザービーム」と「花火」がコラボ！



主催  
 阿波市商工会青年部

(天候など、やむをえない事情で内容が変更される場合があります) ほか

★「白バイ&パトカー」交通機動隊白バイデモ

★地震体験車

★アンモテルエージェント「Babydoors」ステージ

★ミニSL(無料)

★アンモテルエージェント「Babydoors」ステージ

★熱気球体験搭乗 (1回1000円)



熱気球体験  
 気球に乗って、阿波市の夜景を堪能♪

## がんばれ！ 徳島ヴォルティス TOKUSHIMA VORTIS

(ポカリスエットスタジアムでのゲーム日程)

- 8月 4日(日) 対 FC岐阜
- 8月 18日(日) 対 カターレ富山
- 8月 25日(日) 対 京都サンガF.C.

【問い合わせ先】 徳島ヴォルティス TEL.088-672-7339

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

経理事務  
総務労務  
営業企画

ITスキルを習得した幅広い事務のスペシャリストを目指す!

# 経理・販売・事務科 訓練生募集!!

|      |                                                                          |       |
|------|--------------------------------------------------------------------------|-------|
| 訓練期間 | 平成25年9月11日～平成26年2月10日                                                    |       |
| 訓練時間 | 9:10～15:50                                                               |       |
| 募集期間 | 平成25年7月8日～平成25年8月9日                                                      |       |
| 定員   | 20名                                                                      | 訓練対象者 |
| 受講料  | <b>無料</b><br>(自己負担 テキスト代 9,660円 その他1,000円)                               |       |
| 訓練目標 | 中小企業における経理・営業事務・PC業務についての実務・実践能力を習得し、経理・販売事務等で幅広い職務や仕事に対応できる人材となることを目指す。 |       |

訓練修了後に習得できる資格

- 日本商工会議所 認定 簿記検定 2級
- Microsoft 認定 Microsoft Office Specialist Word2010・Excel2010
- コミュニケーション能力認定委員会 認定 コミュニケーション検定 ※受験は任意

選考について

- 選考日時 / 平成25年8月21日(水) 午前9時～
- 選考結果通知日 / 平成25年8月27日(火)



- 訓練場所 有限会社プロポーザル ☎0883-55-0212
- 訓練・選考会場住所 〒779-3610 徳島県美馬市脇町大字脇町504
- お問合せ時間 9:00～17:00(土日祝除く) ■ 担当者 岩本



もっと詳しく知りたい方は、右記訓練場所にて

## 無料説明会実施中!!

随時開催いたしております。(所要時間:30分)

申込方法や講習内容をくわしく説明いたします。お気軽にご参加下さい。

《ご相談・お申込みは、住居のハローワークまで》

八月編

## ワンダースばあちゃんの知恵袋

災害が起きたとき、水道や電気が長いこと止まる、ちちゅう話をよく聞くけど、幸いばあちゃんは、ほんま目に遭ったことがのうて、実感わかん。人ごとみたいに思うとつたら「ライフラインが止まるちちゅうことは、原始生活以下の暮らしになるちちゅうことなんでよ」って言われて、びっくりしたでよ。

原始生活なら電気や使わんし、池や川の水を使いよるけん、水もあるやろ。ほれに比べて現代の生活では、電気や水がなかったら大変じゃ。お風呂どころか、手も洗えんし、口もゆすげん。明かりもなくなるし、食事も作れんし、喉がかわいても、どうにもできん。今まで当然できたことができんようになって、ストレスがたまってしまふんやって。

こんなときこそ「知恵袋」じゃ。周りの人と知恵を出し合おうな。まづ家族。そして、ご近所はん。いざ、ちちゅうときに地域の力は強いでよ。



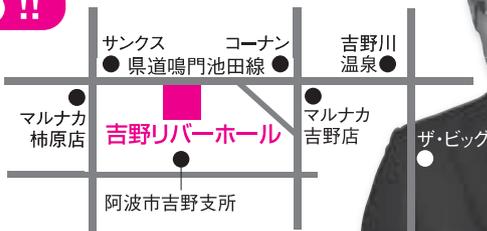
広告を掲載しませんか?

「広報阿波」は毎月14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは秘書人事課(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います!!

←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 **吉野リバーホール** 阿波市吉野町西条字築地119-13  
TEL.088-696-3200

# お盆の仕出し料理

御希望の日時にお届けします

## 血鉢料理

お刺身 4人盛り 10,000円  
お細巻付 5人盛り 12,500円

## お弁当各種

1,050円～

## 配達用 会席料理

3,625円～

平日限定 ～プチ贅沢～ 2日前要予約  
セレブランチ始めました

お1人様 (税別)

2,500円

2名様より受付

Celeb Lunch

阿波市土成町土成字大法寺 8

ハートプラザ 住友

TEL 088-695-3224

ハートプラザ住友

検索

年中無休



No.71

阿波市のトリです  
ウグイスさん

はやってるジエー!.....の巻



土成町 ヘル君

## うちの子一番



土成町 ゴンちゃん



阿波町 猫のポチちゃんとネズミ

## 広報クイズ

答えはなに?  
今月号をよ〜くご覧ください。

- ①阿波市消防団〇〇消防班、全国大会へ 〇〇は何?
- ②阿波市納涼祭の開催日は?

### 応募方法

はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また**広報へのご意見、ご感想**などをお書きください、お送りください。

抽選で5人の方に図書カードが当たります。

応募先 〒771-1792 徳島県阿波市阿波町東原173番地  
阿波市役所 広報クイズ係

締め切り 8月20日(火)必着

※応募は、1人につき1通に限りです。

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

多数の方のご参加、お待ちしております!



## 阿波市のうごき

■平成25年6月末現在人口  
(住民基本台帳によるもの)

男: 19,236人 (-18)

女: 21,113人 (-27)

計: 40,349人 (-45)

■世帯: 15,034世帯(-4)

平均年齢: 48.7歳 ( )内は前月比

■転入等: 52人

■出生: 13人

■転出等: 71人

■死亡: 39人

## 今月の納税・保険料

|            |     |                |
|------------|-----|----------------|
| 国民健康保険税    | 第2期 | 納期限<br>9月2日(月) |
| 介護保険料      | 第3期 |                |
| 後期高齢者医療保険料 | 第1期 |                |

## テナント商品券

500円分が

毎週50名様に当たる

フジグラン石井  
テナント会

火曜ラッキー  
宝くじ

毎週火曜日 各テナントにて

500円お買上げ毎に

宝くじ1枚プレゼント

(一会計につき10枚を上限とさせていただきます。)

## 毎月1日・2日は

標準価格の2日間 いち に さい

1・2祭

## 火曜均一祭

生鮮品、加工食品、菓子、  
パン、日用品などをお値頃の

99円にて大奉仕!

売り切れご免!

## 土曜朝市

産地直送の新鮮な青果・鮮魚を  
お買得価格で大奉仕!

毎月22日は  
フジの日

全館  
5倍  
ポイント

100円(税別)につき5ポイントプレゼント!!  
※一部商品・一部専門店を除きます。

## 食品館恒例

生鮮から加工食品、日用品雑貨まで  
暮らし応援価格にて大奉仕!

夕暮れ市 毎日午後4時~開催

毎月15日・16日

## シニアパスポート フジ感謝デー

65歳以上の方がお得!!

シニアパスポートご提示で  
お買上げ金額より **5%割引!**  
※一部商品は除きます。



フジグラン石井  
フジグラン石井 テナント会

名西郡石井町高川原字天神544番地1 ☎088(675)3611

<http://www.the-fuji.com>