



広 報



URL <https://www.city.awa.lg.jp>
E-mail info@awa.l-tokushima.jp

阿波

2020

9

No.184

手作り凧をあげて、 新型コロナウイルス感染症の 終息願う (p.24)



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 …

だれにも親切にし、
優しさのあふれるまちをつくれます。

特集「学校給食」	1～2
新型コロナウイルス感染症関連情報	3～6
寄付・表彰ほか	7～8
ガンバレ！あわキッズほか	9～10
うちのお医者さんほか	11～12
暮らしのお知らせ	13～22
フォトニュースほか	23～24
図書館カレンダー	25～26
健康だより	27～28

今月の折り込みは
「議会だより」「肺がん検診一覧表」
「阿波ベジファースト料理教室」
「国勢調査のお知らせ」

Awa産Our消



阿波市の学校給食

阿波市学校給食センターでは、市内の1幼稚園、3認定こども園、10小学校、4中学校の児童生徒・職員ら約3千名分の給食を提供しています。

地産地消の推進

阿波市は「国下有数の農業地域」です。この特徴を生かし、子どもたちに新鮮で安全・安心な給食を食べてもらうため学校給食では、「Awa産Our消」を合言葉に、阿波市産の農産物を積極的に使用し、高い地産地消率を誇っています。身近な食材を使うことで、地域農業への理解を深め、阿波市農業の活性化を図っています。

8・9月の給食には、タマネギやナス、トマト、スダチなど阿波市産の農産物がたくさん使用されています。

また年に数回、阿波市に実習農場のある吉野川高校の生徒が作った、野菜や果物も学校給食の食材に活用しています。



食育の取り組み

給食センターでは、小・中学校での食に関する授業の実施や給食指導、学校給食センターの見学会など、学校や関係機関と連携し、食育の取り組みを積極的に行っています。

学校給食に関連したイベントなども開催しており、主な取り組みをご紹介します。

Awa産Our消MYメニューコンクール

阿波市内の小・中学生を対象に、阿波市産の農産物を2品以上使ったレシピを募集。入賞作品の一部は学校給食の献立に取り入れられています。

ふれあい給食

農家の方や、給食センターの調理員などが幼稚園や学校などで、子どもたちと一緒に給食を食べたり、農産物や給食の調理の仕方などを話したりして交流を図ります。

夏休み親子給食センター探検隊

普段は入ることのできない給食センターの調理場などを探検したり、給食に関するクイズに挑戦したりしています。毎年夏休み期間に実施していますが、今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、残念ながら中止となりました。

新たな取り組み

阿波市産のフルーツを給食に！

学校給食に阿波市産の農産物がたくさん使われていることはご紹介しましたが、7月21日の給食には阿波市産のスイカを初めて使用しました。食べやすいように一口サイズにカットしたスイカやパイナップル、ミカンとゼリーをあえました。

同日、学校給食センターの栄養教諭が、市場小学校6年生の教室を訪れ、当日の給食がどのように作られたか、スイカの調理風景を撮影した写真を用いながら説明しました。

これから学校給食に阿波市産のフルーツを積極的に取り入れる計画で、8月にはピーオーネが提供され、9月にはシャインマスカットが登場します。ぜひお楽しみに。



阿波尾鶏や和牛肉を使ったメニューが登場！

新型コロナウイルス感染症の影響で、需要が減っている県産の阿波尾鶏や和牛肉の消費拡大のため、国の補助事業を活用し、これらの食材を学校給食に取り入れる取り組みが始まりました。

阿波市では7月29日に、阿波尾鶏を使ったチキンなんばんが出されました。このメニューは、暑い夏でもさっぱりとして食べやすいように、揚げた鶏肉をなんばんのタレであえています。

給食を食べた土成小学校1年生の児童らは「初めてチキンなんばんを食べただけおいしかった」「また食べたい」などと話しました。

8月には和牛肉を使った「阿波とくせい焼き肉どん」が提供され、阿波尾鶏と和牛肉を使ったメニューは、今回含め、3回ずつ給食に登場する予定です。



7/29



ごはん Awa チキンなんばん
切り干し大根サラダ かぼちゃのみそ汁
タルタルソース 牛乳

7/21

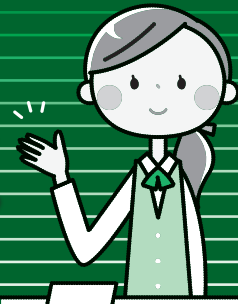


小型なると金時パン
なす入りミートスパゲッティ
すいかのマスカットゼリーあえ 牛乳



阿波市産スイカと
阿波尾鶏を
使った日の
給食メニューを
ご紹介します

新型コロナウイルス感染症関連情報



阿波市事業継続応援給付金事業のお知らせ

- 新型コロナウイルス感染症の影響を受けている宿泊業、貸切バス事業、タクシー業、自動車運転代行業、レンタカー業、旅行業などを対象とし、緊急事態宣言の解除による移動自粛の緩和を受け、V字回復へのステージに向けての事業再生を予算の範囲内で支援します。
- 対象事業者**
- (1) 宿泊業（ホテル・旅館・民宿など）※風営法の営業許可を必要とする宿泊施設を除く
 - (2) 運輸業（貸切バス事業、タクシー事業 ※福祉タクシー業は除く）、自動車運転代行業、レンタカー業
 - (3) 旅行業、旅行業者代理業
- 支給金額**
- 対象事業者のうち、
 (1) 宿泊業・(2) 運輸業の方は事業規模に応じて最大50万円
 (3) 旅行業、旅行業者代理業の方は一律10万円を支給します。
- 申請受付期間**
- 令和2年11月30日(月)まで
 (郵送による申請の場合、当日消印有効) 感染症拡大防止のため、郵送による申請にご協力ください。
- ※詳細は、阿波市ホームページでご確認いただくか、商工観光課までお問い合わせください。

阿波市新型コロナ対応！ がんばる企業応援給付金事業のお知らせ

- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、雇用の維持や事業活動の継続を目的に融資を受けた市内中小企業者の方を対象に、「阿波市新型コロナ対応！がんばる企業応援給付金」を予算の範囲内で支給します。
- 支給対象者**
- 次の要件を全て満たす方が支給対象者となります。
- (1) 阿波市内で事業を営む中小企業者（一部対象外業種があります）。
 - (2) 新型コロナウイルス感染症に係る資金繰り支援制度による融資を受けた方。
 - (3) 融資申し込みの際の売上高等が前年同期比等で20%以上減少している方。
- 支給金額**
- 1 申請者につき1回まで、融資を受けた額の10%を上限額の範囲内で支給します。
- (1) 融資申し込みの際の売上高等の減少率が20%以上50%未満の場合…上限額30万円
 - (2) 融資申し込みの際の売上高等の減少率が50%以上の場合…上限額50万円
- 申請受付期間**
- 令和3年2月26日(金)まで
 (郵送による申請の場合、当日消印有効) 感染症拡大防止のため、郵送による申請にご協力ください。
- ※詳細は、阿波市ホームページでご確認いただくか、商工観光課までお問い合わせください。

【ご提出・お問い合わせ先】 商工観光課（阿波市役所2階 窓口番号④）
 〒771-1695 阿波市市場町切幡字古田201番地1 Tel 0883(36)8722

阿波市がんばる事業者応援する券事業のお知らせ

阿波市では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている地域経済の消費喚起とV字回復を図るため市民の皆さまの家計を支援する「阿波市がんばる事業者応援する券」を発行する、「阿波市がんばる事業者応援する券事業」を実施します。

がんばる事業者応援する券の概要

「飲食サービス限定券」と「共通券」の2種類があり、それぞれ使用可能な店舗が異なります。

①飲食サービス限定券が使用可能な店舗

調理・加工した飲食料品の店舗内での飲食、販売、テイクアウト、デリバリーを提供する取扱店舗。
 (例：飲食店、ケーキ・パンなどの専門の小売店、宴会などのサービス提供店)

②共通券が使用可能な店舗

①を含めた全ての取扱店舗。

使用期間

令和2年10月1日(木) から
 令和3年1月31日(日)まで



交付申請について

交付対象者

令和2年9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が交付対象者となります。交付を希望される方は、9月に送付する「阿波市がんばる事業者応援する券交付申請書」を商工観光課へご提出ください。

交付申請期間

令和2年11月30日(月)まで (当日消印有効)

交付額

1人当たり6千円(2種類の500円券が6枚ずつ、12枚綴り1セット)

送付時期

交付申請書の受理後、10月から順次「阿波市がんばる事業者応援する券」を送付いたします。

取扱店舗について

9月に送付する交付申請書に同封する「取扱店舗一覧表」または随時更新する阿波市ホームページでご確認ください。

市内事業者の皆さまへ

登録申込期間「令和2年8月3日(月)～令和2年8月31日(月)」を過ぎても随時受け付けを行っていますので、ご協力いただける方は、登録申し込みをよろしくお願い致します。

※詳細は、阿波市ホームページでご確認いただくか、商工観光課までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】
 商工観光課 がんばる事業者応援する券事業担当 Tel 0883(36)8722

がんばる事業者
 応援するけん!!



新型コロナウイルス感染症関連情報



阿波市新型コロナウイルス対策 農業者応援給付金のご案内

概要

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、国・県の緊急経済対策と連動して、新型コロナウイルス対応の運転資金の融資を受けた、特に経営状況の厳しい市内の農業者に、融資額に応じて一時金を支給します。

支給対象となる方

令和2年2月以降に、日本政策金融公庫の「農林漁業セーフティネット資金」または「徳島県新型コロナウイルス対策農林漁業者金融支援事業対象資金」による融資を受けた方で、令和2年2月以降の連続する3カ月間の売上高などが、前年同期比等で20%以上減少している阿波市内の農業者

支給額

「農林漁業セーフティネット資金」または「徳島県新型コロナウイルス対策農林漁業者金融支援事業対象資金」により融資を受けた額の10%以内

支給上限額

対象期間（3カ月間）の売上高などの減少率が、前年同期比等で
20%以上50%未満の場合 30万円
50%以上の場合 50万円



申請方法

次の申請書類を整え、阿波市役所農業振興課へ提出してください。
申請書などは阿波市ホームページからダウンロードできます。

支給申請書兼請求書

「農林漁業セーフティネット資金」または「徳島県新型コロナウイルス対策農林漁業者金融支援事業対象資金」による貸付実行を証する書類

売上高等確認に係る調書、および売上高等を証する書類

誓約書兼同意書

※その他、必要と認める書類の提出をお願いすることがあります。

申請受付期間

令和3年2月26日（金）まで

※予算額に達した時点で受け付けを終了します。

お問い合わせ先

農業振興課

Tel 0883(36)8720

高収益作物次期作支援交付金の 申請受付の延長



対象者

【要件1】

令和2年2月から4月までの間に、高収益作物（野菜、花き、果樹、茶）について出荷実績がある、または出荷できずに廃棄した実績のある生産者

【要件2】

事業で決められた取組項目を2つ以上実施する生産者

【要件3】

収入保険、農業共済などのセーフティネットに加入していること、または加入を検討していること

事業内容・交付単価

【事業1】

ア 野菜など

10a当たり5万円（中山間地域5.5万円）

イ 施設花き

10a当たり80万円（加温・かん水設備）

ウ 施設果樹

10a当たり25万円（加温・かん水設備）

【事業2】

10a当たり2万円（中山間地域2.2万円）

お問い合わせ先

阿波市農業再生協議会（農業振興課内）

Tel 0883(36)8720

新規就農安定経営支援事業

新型コロナウイルスの影響により、経営が不安定な新規就農者の支援を強化するため、「農業施設の整備」や「農業機械の導入」に対する経費を助成します。

① 交付対象者

「農業次世代農業者人材投資事業（旧青年就農給付金）」の承認または「青年等就農計画」の認定を受けている方

② 補助率など

ア 園芸用施設等の整備費

（補助率1/2以内、上限100万円）

イ 農業用機械の導入費

（補助率1/2以内、上限50万円）

ウ 農用地等の取得費

（補助率1/2以内、上限100万円）

申請方法など詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ先

農業振興課

Tel 0883(36)8720

阿波市温泉施設入浴料 助成事業のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている地域経済の活性化を目的として阿波市内宿泊施設の宿泊客の方々に市内温泉施設（土柱の湯・御所の郷）の入浴無料券を1泊につき1人1枚配布します。

配布対象者

阿波市内宿泊施設の宿泊客

対象宿泊施設・配布場所

阿波市内の宿泊施設（一部施設を除く）

有効期間

令和2年8月1日（土）から

令和3年2月28日（日）まで

お問い合わせ先

社会福祉課

Tel 0883(36)6811

開催中止のお知らせ

第6回小・中・高合同音楽祭

新型コロナウイルス感染症拡大のため、出演する児童生徒や観客の健康・安全面を第一に考慮し、10月17日に予定していた「第6回小・中・高合同音楽祭」の開催を中止することにしました。

楽しみにされていた皆さまには、残念なお知らせになりますが、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

お問い合わせ先

学校教育課 Tel 0883(36)8741

MOA美術館阿波市児童作品展

今年の開催を検討いたしましたが、休校の影響で夏休みの制作時間の減少や、展示や表彰式での感染リスクなどを考慮し、本年の児童作品展は取りやめることに決定しました。

皆さまには何卒ご理解いただき、来年度以降の開催に引き続き「支援」ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

MOA美術館阿波市児童作品展実行委員会

第一生命保険株式会社との 「包括連携協定」

阿波市と第一生命保険株式会社との包括連携協定調印式



7月30日、市は第一生命保険株式会社と「包括連携協定」を締結しました。

営業活動などで高齢者らの生活状況を見守り、市へ情報提供してもらうことにより、市民のくらしの安全と安心を守るとともに、消費者被害防止・健康増進の啓発活動・環境保全のための見守り通報などをしていただきます。

第一生命保険株式会社徳島営業支社の藤丸真知代支社長は「地域の高齢者の見守りなど、阿波市との連携に努めていきたい」と述べられました。

子どもたちのために

～ご寄贈をいただきました～



西洲スレート工業所さま（阿波町平川原南）が、7月27日に市長室を訪れ、代表取締役の西洲正和さんから藤井正助市長へ寄付金20万円が手渡されました。

同社からの寄付は5年連続となり、税に関する教育などに活用してほしいと贈られました。

西洲さんは「子どもたちには、税金の仕組みを知ること、自分たちにとっての税金が生かされているかを知り、地域を好きになってほしい。そしてさらに良い地域をつくってほしい」と述べられました。

全国土地改良

功労者等表彰



板名用水土地改良区理事長
三宅 源造さん（吉野町五条）

板名用水土地改良区理事長の三宅源造さんが、「第61回全国土地改良功労者等表彰」を受賞されました。

三宅さんは、昭和45年に同土地改良区の総代になられてから50年余り、土地改良事業の推進に尽力されています。携わった事業で特に大規模なものは、柿原堰の水を鳴門までつなげる「国営総合農地防災事業（吉野川下流域地区）」で、平成3年から現在も継続して進めています。

三宅さんは「柿原堰をつくり、豊かな水を守ってくれた先人たちへの敬意を忘れず、これからも取り組んでいきたいです」と話されました。

トマト施設園芸の 最先端技術を学ぶ



トマト施設栽培の知識や環境制御技術を学ぶ「施設園芸アカデミー」の開講式が7月28日、阿波市役所で行われ、受講生や飯泉嘉門県知事、藤井正助市長ら約50名が参加しました。

施設園芸アカデミーは、昨年7月に阿波市や徳島県、㈱トマトパーク徳島など7団体がスマート農業推進のため締結した協定に基づき実施されます。

開講式後、スマート園芸実践コースの講義があり、栽培計画の立て方などを学びました。今後は、㈱トマトパーク徳島が土成町に整備した次世代型園芸ハウスなどでの研修も行われます。

阿波市優良工事表彰式

令和2年度阿波市優良工事表彰式



阿波市は、市が発注した建設工事のうち、建設技術の向上と発展を目的として、特に優秀な工事を行った方を表彰する「阿波市優良工事表彰制度」を運用しています。

7月29日、令和2年度の表彰式が開催され、吉田組(株)、佐々木建設(株)、(株)大木建設が表彰されました。

受賞者を代表して佐々木建設(株)代表取締役社長白川靖雄氏が「阿波市の発展に貢献することを誓います」とあいさつしました。

婦人団体連合会との対談



7月21日に、徳島県婦人団体連合会の藤田育美会長と阿波市婦人団体連合会の加藤ハルコ会長が市長室を訪れ、藤井正助市長と意見交換をされました。

内容は「婦人会活動」「日赤奉仕団」「結核予防婦人会活動」をはじめとした婦人団体のお話や、阿波市の住みよいまちづくりに向けての施策など多岐にわたり、互いの分野に協力し合うことを確認しました。

阿波市を応援していただき、ありがとうございます

ふるさと納税



令和元年度も「ふるさと納税」で、全国からたくさんの方が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、令和元年度は6事業の財源として活用させていただきました。

令和元年度ふるさと応援基金寄付金受入状況

事業名	金額
① やさしく健やかな阿波(健康・福祉子育て分野)	811万8千円
② 安全・安心・快適な阿波(生活環境分野)	213万5千円
③ 人が輝き合う阿波(教育・文化分野)	364万千円
④ 豊かで活力ある阿波(産業分野)	272万6千円
⑤ 明日への基盤が整った阿波(生活基盤分野)	71万2千円
⑥ 共に生き、共につくる阿波(共生・協働・行財政分野)	21万500円
⑦ 市長が必要と認める事業	506万3千9百円
合計	681万8千1百500円

令和元年度ふるさと応援基金の活用報告

事業名	充当額
防犯カメラ設置事業	400万円
不妊・不育治療助成事業	300万円
特産品認証制度フォローアップ事業	100万円
阿波ベジ全国展開周知事業	180万円
がんばる企業応援事業	150万円
小中学校入学祝金支給事業	540万円
令和元年度末現在 ふるさと応援基金積立残高	1億1015万6379円

がんばれ!!

あわキッズ!

水泳 全国大会へ

出場決定



7月26日、JABANKちよきんぎょプールで開催された「第43回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会」徳島県予選会で^{みづがみゆ}洲上結夢さんが50m自由形と200m個人メドレーで、大会の設定タイムを上回り、全国大会への出場権を獲得しました。

両種目で自己ベストタイムを更新した洲上さんは「今回のタイムをさらに更新できるように頑張ります」と意気込みを語ってくれました。

今年の全国大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各都道府県で競技会を実施し（徳島県は9月6日）、そのタイムを全国大会出場者で競う予定です。



洲上 結夢さん（土成小学校5年生）

ESPERANZA FC優勝



7月26日、上校スポーツグラウンドで開催された「第16回吉野川カップ少年大会」で、「ESPERANZA（エスペランサ）FC」が優勝しました。

この大会で優勝した「ESPERANZA FC」は、10月10日から開催される「第26回阿波銀カップ少年サッカー選手権大会」に中西部地区（阿波市、吉野川市、名西郡）の代表として出場することが決まりました。

第9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⑧

このコーナーでは、令和元年に開催された「第9回家族のきずな」エッセイに入賞した阿波市の子どもの作文を紹介しています。

六年生になってから毎週じいちゃんの家に行って、勉強を教えてもらっています。「じいちゃん塾」と呼んでいます。

じいちゃん塾に行くようになったきっかけは、五年生から算数が苦手になってきたからです。じいちゃんは、学校では教えてくれない計算方法も教えてくれて、分かりやすく説明してくれます。じいちゃんと勉強をするようになり、集中力がつき、二時間の勉強はあつという間にすぎます。じいちゃんは、「四年生や五年生の時に分からない所を今勉強する事は、はずかしい事ではない。分からないままにする方がよくない。何度も復習したらいい。」と言います。勉強はいつからでもやり直せると言うことだと思えました。一学期が終わり、算数がよく分かるようになってきました。じいちゃんに伝えると「そっか。やったな。」と言ってとても喜んでくれました。

じいちゃんは今すぐ七十代。「妃音たちのために、まだまだ元気でやらんと。」と言います。私は、中学生になってもじいちゃんと一緒に勉強したいので、ずっと元気でいて欲しいです。

「じいちゃん塾」

土成中学校1年 大北 妃音



おおきた ひなり
大北 妃音さん
(土成中学校1年生)

柿原スポーツ少年団

第3位



7月4日(土)11日に松島小学校ほかで開催された「第46回松島大会」で、柿原スポーツ少年団が第3位になりました。柿原スポーツ少年団は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策としての活動自粛後、初めての大会参加となりましたが、初戦から打線が上がり、準決勝まで勝ち進みました。

今大会の敢闘賞に、藤澤侑哉君、三木淳平君、野口優生君が選ばれました。

阿波市ファミリー・サポート・センター 会員募集中



※料金や条件など、詳細はお問い合わせください。

★阿波市に在住・または勤務している方(自宅・子育て支援センター「あおぞら」内で預かりなどの援助ができる方)
★少しでも子育ての応援をしたい方(資格・経験・性別は問いません)
◇子どもを預かるために必要なことを身につけていただくため、センターの実施する講習を受講していただきます。

子育てを応援できる人(有償ボランティア)を募集しています

— ファミサポとは？ —

「子育ての応援を受けたい人」と「応援をしたい人」が会員登録し当センターを橋渡しにして、会員同士が子どものお世話を一時的に有料で応援し合う相互支援組織です☆

※料金や条件など、詳しくはHPをチェックしてくださいね♪



【お問い合わせ先】 阿波市ファミリー・サポート・センター 〒771-1703 阿波市阿波町東原173-1 阿波子育て支援センターあおぞら内
Tel & Fax 0883(30)3526 HP <https://fami-sapo.jp>

交通遺児手当のお知らせ

阿波市では、交通遺児を養育している方に、交通遺児手当を支給します。

※交通遺児とは、交通事故により父または母を亡くした児童で、令和2年4月1日に満18歳未満の児童をいいます。

支給額

遺児1人につき 年額1万円

申請書類

1 新規申請

交通遺児手当交付申請書、死亡にかかわる交通事故を証明する書面、住民票(世帯全員のもの)、養育者の銀行口座通帳、印鑑をご持参ください。

2 昨年受給された方

交通遺児手当交付申請書のみ提出が必要です。

提出期間

9月30日(水)まで

【提出・お問い合わせ先】

子育て支援課
(阿波市役所1階23番窓口)
Tel 0883(36)6813

9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をご紹介します。(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	開 催 場 所	お問い合わせ
月・火・木	子育て支援センター なかよしルーム	9:00~16:00 (12:00~14:00は除きます)	子育て支援センター なかよしルーム(一条認定こども園)	Tel 088(696)3046
	子育て支援センター にこにこルーム		子育て支援センター にこにこルーム(八幡認定こども園)	Tel 0883(36)3288
火・水・金	子育て支援センター わんぱく広場		子育て支援センター わんぱく広場(土成保健センター)	Tel 088(695)5683
	子育て支援センター たんぽぽルーム	9:00~16:00	子育て支援センター たんぽぽルーム(伊沢認定こども園)	Tel 0883(35)3866
月 ~ 土	阿波子育て支援センター あおぞら		阿波子育て支援センター あおぞら(阿波地域交流センター)	Tel 0883(30)3536

参加費無料

「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。受章(賞)者がおられましたら、推薦者(団体)など秘書人事課までご連絡ください。

「広報阿波」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カ月前までに秘書人事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】秘書人事課 広報担当 TEL 0883(36)8701



厚生労働省の調査によると、平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があります。たとえ平均寿命まで生きたとしても、身体を動かさなかったり病気で入院していたとしたら、いきいきとした生活を送ることはできません。若々しく健康で長生きするためには、3つの重要な要素があると考えられます。

① 食習慣

1999年に発見されたサーチュイン遺伝子（長寿遺伝子）は、老化を防止し寿命を延ばすとされる遺伝子です。これを活性化するためには、カロリー制限が必要であるといわれています。勿論、栄養バランスのとれた食事が大切であることは言うまでもありませんが、まず一番に実践すべきは全体の摂取カロリーを減らすことだと思われまます。つまり腹八分目が健康寿命をのばすことになるわけです。

② 運動習慣

長寿遺伝子を活性化させるために、食事と並んで重要なのが運動習慣です。運動は定期的に、継続的に行う必要があります。なかでも体に酸素をしっかりと取り入れながら行う有酸素運動は、死亡率を著しく下げるといわれています。具体的にはウォーキング、ジョギング、サイクリング、スイミングなどです。1日

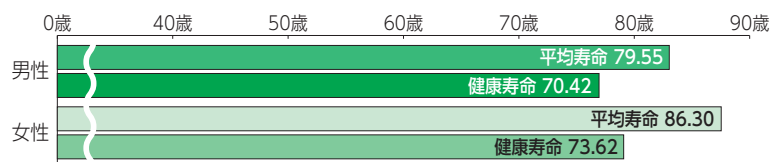
30分以上、1週間に5日以上続けることで、生活習慣病の改善や目に見える老化予防効果が期待できます。

③ 前向きな考え方

他の人と積極的に交流して仕事や趣味を楽しんでいる人は、そうでない人に比べて健康寿命が長いといわれています。百寿者に共通していることは思考がポジティブで、嫌なことがあってもすぐに気持ちを切り替えて、おおらかに前を向く傾向があるということです。

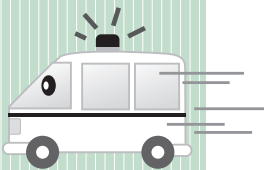
以上のように、50歳を過ぎた頃からの「食習慣」「運動習慣」「前向き思考」が健康寿命をのばすためには非常に重要な因子であると思われる。何歳からでも遅くはありません。ぜひ実行されることをお勧めします。

■平均寿命と健康寿命の差



※平均寿命(平成22年)は、厚生労働省「平成22年完全生命表」、健康寿命(平成22年)は、厚生労働省科学研究補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」。

このコーナーは阿波市医師会の皆様により提供いただいた原稿を原文のまま掲載しています。



【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時から16時まで

●消費者ホットライン
Tel 局番なし 188 (イヤヤ！)

- ①エコバッグは定期的に洗いまししょう。
 - ②肉、魚、野菜はポリ袋に入れてからエコバッグに入れましよう。
 - ③エコバッグに入れる順番に気をつけましよう(温かいものと冷たいものが密着しないように)。
 - ④食品と日用品を入れるエコバッグを区別して使いましよう。
 - ⑤食品を入れたエコバッグの持ち運びは、短時間にしまししよう。
- 保冷機能のあるエコバッグは、アルコールや塩素酸水による拭き取りがオススメです。衛生に配慮したエコバッグで、安心・安全なお買い物をしまししよう！

今年7月から、全国でレジ袋の有料化が始まりました。レジ袋に使われているプラスチックは、製品の軽量化や食品ロスの削減など、あらゆる分野で私たちの生活に貢献していますが、一方で海洋プラスチックごみ問題、地球温暖化などの課題を抱えています。そのため、私たちはプラスチックの過剰な使用を抑制し、賢く利用していく必要があります。

レジ袋の有料化に伴い、エコバッグが普及しつつありますが、注意したいのはエコバッグによる食中毒です。農林水産省では、次のように注意を呼び掛けています。

**エコバッグを衛生的に使用し
食の安全を守りましよう**



お元気ですか？ 阿波病院です。

五十肩 ～予防と体操～

市場町市場字岸ノ下 Tel 0883(36)5151

ある日突然、肩に痛みが走る「五十肩」。典型的な症状は、物を取る時などに、腕を上にあげた途端、肩が強烈な痛みに襲われます。そして、肩の可動範囲が狭くなり日常生活に支障をきたします。

肩こりとは違い、肩の関節が炎症を起こして痛みます。

人により症状が異なるのも五十肩の特徴です。じっとしていても痛みを感じる人、上腕や肩甲骨まで痛む人、動いた時だけ痛みが出る人など、さまざまです。最初はひどい痛みがなくても、徐々に悪化してくることもあるので注意が必要です。

五十肩は痛みが辛いだけでなく、関節の炎症がおさまった後、腕が動かなくなる後遺症が残ることがよくあります。後遺症があると、肩が凍り付いたように固まり、棚の上の物を取るような日常動作でさえ困難になります。これは健康なときには肩関節を滑らかに動かす潤滑油の役目をしてきた滑液の水分がなくなり、乾いた状態に近づくために起きます。炎症が治る過程で滑液から水分が失われ、接着剤のように腱や骨を貼り付けてしまう状態なのです。

後遺症を残さないためには、正しい対処が必要です。無理のない範囲で肩を動かして、後遺症が残るのを予防するようにしていかねばいけません。

五十肩の予防体操！

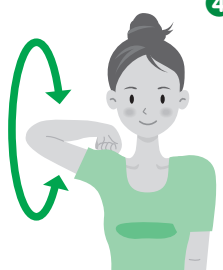


① 肩甲骨と腕の骨が同じ高さに並ぶように頭の後ろで手を組みます。

(この時、肩の筋肉が最もリラックスしている状態にしてください)

② リラックスした肩の高さを維持しながら、近い位置の服の形のところをつまむ。

③ 服をつまんだまま、肘で円を描くように肩を回す。



④ 右肩を前回し、後ろ回しを1分間。
左肩を同様に前後1分間。
両肩を一緒に前後に回して1分間のセットを1日1回、3分間行う。

※ご注意

- ・肩は痛みを感じない範囲で回してください。
- ・肩に痛みを感じる時はやめてください。

長寿祝金支給の

お知らせ

阿波市では、高齢者の方々の長寿を祝福し祝金を支給します。

今年、該当される方で申請書を提出いただいた方には、9月中に指定の口座への振り込みを予定しています。

●対象者

令和2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、88歳、99歳、100歳以上の方。

●支給金額

- ・77歳(57.9.2～58.9.1生)・・・5千円
- ・88歳(56.9.2～57.9.1生)・・・1万円
- ・99歳(9.9.2～10.9.1生)・・・3万円
- ・100歳以上(9.9.1以前生)・・・5万円

【お問い合わせ先】

社会福祉課 Tel 0883(36)6811



阿波市地域包括支援センターです

～9月21日は世界アルツハイマーデーです～

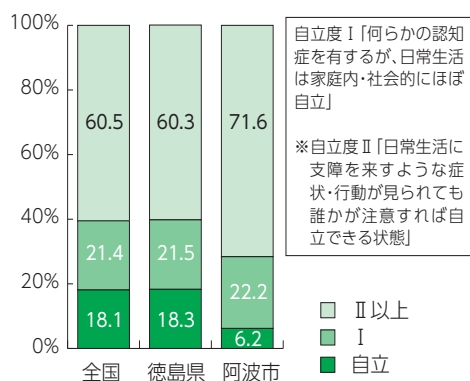
阿波市の現状

阿波市では高齢化が進み、令和2年7月末現在、高齢化率が36.6%で、7人に1人が高齢者です。高齢者数の増加に比例して、認知症とその予備軍に該当する方も増えていくと想定されています。

厚生労働省の介護保険総合データベースによると、令和元年10月時点の、阿波市の介護保険認定者のうち「**認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ（※）Ⅱ以上の高齢者数が県内市町村の中でワースト1位**」となっており、図1より全国・徳島県の自立度Ⅱ以上の割合を上回っていることが分かります。

認知症は誰もがなり得る病気であり、長い時間をかけて進行するため、身体が元気になることから認知症予防に取り組むことが重要です。

図1 認知症高齢者自立度の状況(令和元年10月)



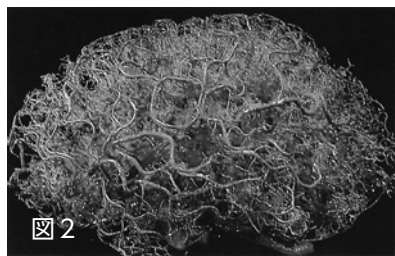
生活習慣の改善で認知症予防を

認知症予防として、脳を使うことや身体を使うことは随分浸透してきたかと思えます。前述に加え、「脳の血管を守ること」も重要とされています。

図2は脳の血管の模型です。脳には細い血管がたくさんあり、血圧が高い状態が続いたり、血液中に糖がたくさんある状態であったりすると、負担になってだんだんと傷みます。その傷んだ部分によって、さまざまな認知症が出現します。

脳血管性認知症だけでなく、アルツハイマー型認知症も、血管や血液の状態が発症の要因となります。そのため、高血圧や糖尿病などの生活習慣病のコントロールが重要であり、特に全身の血管病である糖尿病は、認知症のリスクを**2倍**にします。このことが、阿波市は認知症の方が多いという要因に関係しているかもしれません。

高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病で治療中の方は、服薬をきちんと行い、食事・運動に気を付けて検査値を正常値に近づけるようにしましょう。治療をしていない方も食事・運動など生活習慣に気をつけ、生活習慣病を予防しましょう。



認知症サポーター養成講座を受講して地域で認知症の方を支えましょう

阿波市では、地域に向き、認知症の正しい理解と認知症の方への対応・支援、認知症の予防などについての講座「認知症サポーター養成講座」を行っています。

【対象】 子ども会、婦人会や自治会など、さまざまな年代で可。

【時間】 対象により60～90分

【費用】 無料

◆お申し込み方法

阿波市地域包括支援センターへお申し込みください。お申し込みの際には、団体名、代表者氏名、希望日時、場所、参加予定人数などをお伝えください。

●講座を受講された方には、「認知症サポーター」の証としてオレンジリングをお渡しします。

令和元年度 受講者

- ・土成地区民生委員児童委員
- ・小地域交流サロン（南二条、郡、浦池、宮川内、自彊、一条あじさい）
- ・御所診療所職員
- ・よしの園新規採用職員
- ・御所小学校5年生
- ・一条・柿原小学校6年生
- ・リブイン・クローバー入所者ご家族・新規採用職員
- ・介護予防サポーター養成講座受講者
- ・阿波病院職員
- ・阿波西高校1年生
- ・障がい者支援センターかがやき
- ・阿波市役所新規採用職員



国民年金保険料の追納制度



国民年金には、保険料免除や納付猶予などの承認を受けた期間後10年以内であれば、あとから保険料を納付すること（追納）ができるようになっており、将来受け取る年金額を減らさないためにも、追納することをお勧めします。

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

●手続き

申し込みが必要です。

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

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

【お問い合わせ先】

徳島北年金事務所 国民年金課
Tel 088(655)0911
阿波市市民課
Tel 0883(36)8710

市役所で年金相談を開催

9月開催日時 9月8日（火）・9月23日（水）

10時～15時（12時～13時は除きます）

※事前に予約が必要になりますので、電話でお申し込みください。

【お問い合わせ・予約先】

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）

予約受付時間：平日8時30分～17時

※お問い合わせ・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。

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

（第11回特別弔慰金）のお知らせ

【支給の対象となるご遺族】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金などを受ける方がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

- 1 弔慰金の受給権者
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等と生計関係があり戦没者等と同じ氏の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- 4 右記3以外の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- 5 右記1～4以外の三親等内の親族（戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります）

【支給内容】

額面25万円、5年償還の記名国債

【請求期間】

令和5年3月31日まで

※請求期間を過ぎると第11回特別弔慰金を受けられなくなりますので、ご注意ください。

【請求手続】

1. 提出書類

(1) 請求者が前回と同じ場合

- ① 「特別弔慰金請求書」、「遺族の現況等についての申立書」、「国庫債券印鑑等届出書」

※①の請求書類などは、阿波市社会福祉課に備えています。

(2) 請求者が前回と異なる場合

- ② 請求者の戸籍抄本（謄本でも可）
- 右記①～②のほか、戦没者と請求者の身分関係を証する戸籍、その他ケースごとに必要な書類がありますのでご相談ください。

2. 提出先

阿波市社会福祉課（阿波市役所1階）

3. その他

○手続きには時間がかかることがありますので、あらかじめご了承ください。

○添付書類など、追加で資料をお出しいただくことがあります。

【お問い合わせ先】

阿波市社会福祉課

Tel 0883(36)6811

徳島県保健福祉部保健福祉政策課

Tel 088(621)2170

閉庁日に、マイナンバーカードの交付・更新・申請専用の窓口を設置します。ご利用ください。

【日時】 9月6日(日) 10月4日(日) } 9時～正午

【場所】 市役所1階市民課

【持参物】 本人確認できる証明書など

マイナンバーカードの受け取りは、約1カ月半後となります。でき上がったマイナンバーカードを郵送で受け取り希望の方は、次の書類をお持ちください。

- ① 通知カード(紛失している場合は、お申し出ください)
- ② 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
- ③ 本人確認書類

本人確認書類表	
B	A
健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証(中学・高校) など、本人名義の預金通帳	運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード(顔写真付き)、在留カード、特別永住者証明書、療育手帳

本人確認書類

◎書留郵便にて住所地で受け取りを希望の方は、

右記Aから1つ、Bから1つ または、

Aから2つ が必要です。

◎市役所へおいでて受け取り希望の方は、

右記Aから1つ または、 Bから2つ が必要です。

混雑時にはお待ちいただく場合があります。詳しくは、市民課へお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 市民課 Tel 0883(36)8710



人権啓発・男女共同参画コーナー

新型コロナウイルス感染症に関連して

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者・医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別を行うことは許されません。

不当な差別や偏見をなくしましょう。

差別のない未来へ

差別落書きや身辺調査、そして現在は、インターネット上での心ない書き込みなど、まだまだ差別が解消されていません。

私たち一人一人が、正しく理解し、他人ごとではなく、自分の問題と考え、「差別をしない・させない・許さない」の意識を持ち行動することが大切です。

◆今月の特設人権相談所

市の人権擁護委員が毎月行っている特設人権相談の実施日時・場所をお知らせします。

阿波健康福祉センター

9月3日(木) 13時30分～16時

Tel 0883(35)6033

土成保健センター

9月17日(木) 13時30分～16時

Tel 088(695)5963

阿波市役所(本庁・人権課横相談室)

9月10日(木) 9時30分～正午

9月24日(木)

Tel 0883(36)8716

【お問い合わせ先】

人権課 Tel 0883(36)8716

あなたの心を癒します

心のリフォーム学級 開催

市では「心のリフォーム学級」を開催しています。

9月は講師に、手話通訳士 桑原 俊子^{くわはら としこ}さんをお招きし、「『手話』ってなに？」と題して講演をしていただきます。日程は次のとおりで、ごなたでも参加できます。皆さまのご参加をお待ちしています。

開催日時 9月16日(水) 土成中央公民館 大会議室

9月30日(水) 阿波市役所3階 大会議室

※時間は全て14時から15時30分まで

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催を中止することがありますので、あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ先】 社会教育課 Tel 0883(36)8742

不法投棄は絶対にやめましょう！

不法投棄とは

- ・ 人けの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穴を掘って埋めること
- ・ 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

一部の心ない人が、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、指定袋に入っていないごみや、出しではいけないごみを平気で捨てる人がいます。

これらの行為は不法投棄であり、絶対に許せない行為です！

地域の問題として取り組み、市民の皆さんの協力により不法投棄されない環境を作りましょう。またゴミステーションには、ルールを守って出しましょう。



山林



ゴミステーション

【お問い合わせ先】

環境衛生課 Tel 0883(36)8711

犬・猫を飼育している皆さまへ

知らないうちに迷惑をかけていないでしょうか？

1. 犬はつないで飼いましょう

- ・ 犬が人に怪我を負わせたり、交通事故の恐れがあるので、犬の放し飼いはやめましょう。

- ・ 散歩させるときは、引き綱やリードでつないで行いましょう。

2. ふんの後始末は飼い主の責任です

- ・ 犬の散歩をするときは必ずスコップとビニール袋を持ち、飼い主が責任を持って始末しましょう。
- ・ 猫はトイレのしつけをして、屋内で飼育しましょう。

3. 子犬や子猫を不幸にさせないで

- ・ 大切なペットには、できるだけ避妊・去勢手術を受けさせましょう。

4. 犬や猫を捨てないで

- ・ 犬や猫を捨てること・虐待は犯罪です。どうしても飼えなくなった場合は新しい飼い主を探しましょう。

5. 鳴き声や悪臭に気をつけて

- ・ 鳴き声は近隣に迷惑をかけていることがあります。無駄吠えの原因を理解し、犬をつなぐ場所を変えるなどストレス解消をしてあげましょう。

6. 犬の登録を行いましょう

- ・ 生後91日以上の子犬を飼うときは、生涯に1度、市町村での登録が義務付けられています。登録は環境衛生課、各支所地域課または獣医師会所属の動物病院で行えます。登録手数料は3千円です。登録後、鑑札を首輪に装着してください。

【お問い合わせ先】

環境衛生課 Tel 0883(36)8711

犬も猫も家族の一員、愛情と責任を持って終生飼いましょう。

合併処理浄化槽への

転換工事に補助を

行っています

阿波市では、合併処理浄化槽の設置工事に、補助を行っています。

また、転換補助は、宅内配管補助金額との合計額を補助金として支給します。

● 申込期間

令和2年12月28日(月)まで

● 工事完了報告期限

令和3年3月31日(水)まで

※補助金の交付は予算の範囲内で先着順となります。

※要件など詳しくは、お問い合わせください。

合併処理浄化槽設置整備事業

	人槽区分	補助金額
新 設	5～10人槽	60,000円
	5人槽	332,000円
転 換	6～7人槽	414,000円
	8～10人槽	548,000円

宅内配管工事補助金額 (転換補助対象者のみ)

単独転換に伴う宅内配管工事	300,000円
その他転換工事に伴う宅内配管工事	150,000円

【お問い合わせ先】

環境衛生課 Tel 0883(36)8711

阿波市の予測される災害環境を知ろう!!

①南海トラフ巨大地震（海溝型地震）・・・・・・・・ 予測される主な災害

- 地震の規模：M 9.1
- 阿波市の震度：6弱～6強
- 地震発生確率：30年以内に70%～80%
- 平均活動間隔：約90年～150年

- 家屋の倒壊
- 火災
- 土砂災害
- ため池決壊による浸水
- ライフラインの損壊

②中央構造線・活断層地震（内陸直下型地震）

《鳴門市～美馬市間》

- 地震の規模：M 7.7程度
- 阿波市の震度：6強～7
- 地震発生確率：30年以内に1%以下（熊本地震 0.9%）
- 平均活動間隔：約1,000年～1,600年
- 最新活動時期：16世紀



③台風や集中豪雨の発生は不安定・・・・・・・・ 予測される主な災害

- 河川や市街地の氾濫（内水）、土砂崩れなどは、これまで通りの起こり方とは限らない（ゲリラ豪雨など）

- 土砂災害
- 内水氾濫
- 吉野川の氾濫

耐震診断・耐震補強でわが家の防災対策

いつ発生してもおかしくないといわれている南海トラフ巨大地震や中央構造線・活断層地震に備え、まずは住まいの耐震化に取り組みましょう。

阿波市木造住宅 耐震化促進事業補助金



●木造住宅耐震診断支援事業

- ①耐震診断
自己負担金：3千円
- ②補強計画
診断結果を元に補強プランと概算見積もりを提示
自己負担金：6千円

●耐震シェルター設置支援事業

耐震シェルター設置または耐震ベッド設置の補助
補助金：耐震シェルター上限80万円、耐震ベッド上限40万円

●スマート化支援事業

ICTやAIを活用した設備設置工事の補助
補助金：上限30万円

●木造住宅耐震改修支援事業

建物の基礎や壁の補強、劣化箇所取り替えなど本格的な改修工事の補助
補助金：上限110万円

●住宅の住替え支援事業

耐震性のない木造住宅から住み替えや建て替えに伴う除去費用の補助
補助金：上限30万円

申込期限 **令和2年11月30日(月)まで**

※いずれも件数、予算に限りがあります。1度補助を受けた住宅は対象になりません。
※市税を滞納していないことが条件となります。
※補助を受けるには、それぞれ要件があります。詳しくはお問い合わせください。

【申込・お問い合わせ先】危機管理課 TEL 0883 (36) 8703

阿波市に存在する建築物に係る吹付けアスベストなどの含有調査（定性分析・定量分析）を行う場合に、その経費（上限25万円）を助成します。

募集は先着4件です。

詳細は、住宅課までお問い合わせください。

阿波市民間建築物アスベスト含有調査事業 補助金のお知らせ

●募集期間

令和2年9月1日（火）～

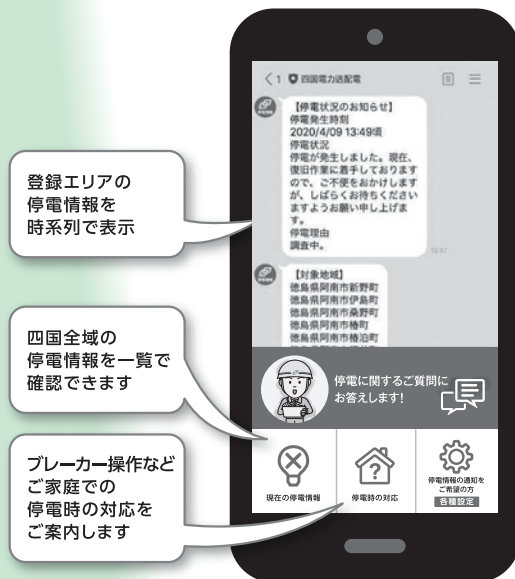
令和3年1月29日（金）

【お問い合わせ先】

住宅課 TEL0883(36)8731

四国電力送配電 LINE公式アカウント

LINEで停電情報 お知らせします



登録エリアの
停電情報を
時系列で表示

四国全域の
停電情報を一覧で
確認できます

ブレーカー操作など
ご家庭での
停電時の対応を
ご案内します

⚡ 停電の発生
時刻や状況

🔄 停電の原因や
復旧時間（見込み）

✅ 復旧エリアや
復旧時間

お客さまが事前に指定されたエリアで停電が発生した場合、「停電発生」と「停電復旧」のタイミングで停電情報をお知らせします。

登録・利用は無料※ですので、万一来備えてぜひ、ご登録ください。

※データ通信料はお客さま負担となります。

LINEの
友だち追加は
こちらから！



四国電力送配電株式会社

国勢調査 2020 令和2年 国勢調査を 実施します



●国勢調査は、令和2年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人・世帯が対象です。

●9月中旬から、調査員が皆さまのお宅を訪問し、調査書類を郵便受けに入れるなどしてお配りします。

●回答は、できる限りインターネットでお願いします（郵送も可能です）。

●国勢調査の結果は、災害時に必要な物資を備えたり、コンビニの出店計画に利用されるなど、わたしたちの生活の身近なところに役立てられています。

●国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、調査書類の配布や調査票の受け取りを、できる限り、皆さまと調査員が対面しない非接触の方法で行うようにしています。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

国勢調査コールセンター

0570(07)2020

○設置期間

10月31日まで
（土日・祝日も利用できます）

○受付時間

8時から21時まで

【お問い合わせ先】

企画総務課 TEL0883(36)8700

国勢調査については、「国勢調査2020 総合サイト」をご覧ください。
<https://www.kokusei2020.go.jp/>





アエルワからのお知らせです

アエルワ講座のご案内

9月の日程

(講師などの都合により変更になる場合があります)

ピアノ

2日・16日・23日 水曜日 一人30分
14時30分～17時30分 (応相談)

ストレッチ

9日・16日・23日 水曜日
19時30分～20時15分
4日・11日・18日 金曜日
9時～9時45分

すつきりヨガ

4日・18日・25日 金曜日 20時～21時
ピラティス(初級・中級)
4日・7日・11日・14日・18日・25日・28日 月・金曜日 10時～11時

華道(未生流笹岡)

4日・18日 金曜日 13時～15時
絵手紙
4日・11日 金曜日 13時～15時

キッズチャダンス

4日・18日・25日 金曜日
18時30分～19時30分 4歳～小6

現代水墨画

5日・19日 土曜日
13時30分～15時30分

ダンススクール

7日・14日・28日 月曜日
JAZZ
18時10分～19時20分 小1～中3

JAZZ Hip Hop
19時30分～20時40分 小1～中3

JAZZ DANCE
20時50分～21時50分 女性限定

和紙ちぎり絵

12日・26日 土曜日 13時～15時

きもの基本

9日・23日 水曜日 14時～16時

※講座は月謝制・前月の最後の講座日までにお支払いをお願いします。

その他9月のイベント・貸館情報



2、9、16、23日(水)

ヒップホップダンス教室 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

一般クラス 20時10分～21時

10日(木)～16日(水)

自殺予防における普及啓発

市民交流スペース

10時～18時(16日は15時まで)

19日(土)～21日(月・祝) アエルワ演劇祭

アエルワホール

30日(水) 阿波市人権教育講座

「心のリフォーム学級」

13時30分～15時30分

※新型コロナウイルス感染拡大防止や主催者などの都合により内容・時間が変更になる場合があります。

アエルワ食堂

からのお知らせ

9月25日(金)

サービスデー

480円以上の食事をされた方にコーヒーハウスアスカで使用できるチケット1枚進呈。



通常営業日時

平日 11時～14時

ラストオーダー 13時30分

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。

ください。

【お問い合わせ先】

(株)フードセンター

TEL 088(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

ハナサツ

土成中央公民館 ピラティス講座



●開催日時

① 9月17日	② 9月24日
③ 10月8日	④ 10月22日
⑤ 11月12日	⑥ 11月26日
⑦ 12月10日	⑧ 12月24日

全て木曜日 10時～11時

●場所 土成中央公民館 大会議室

●講師 健康運動実践指導者

おがた のぶこ
尾方 信子氏

●募集対象者・定員

阿波市在住の方で、8回とも参加できる見込みのある方20人程度。

※定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

●参加費

無料

●持参物

ヨガマット（なければバスタオルなど）・飲物・タオル
ジャージなど動きやすい服装でお越しください。

※マスク着用でご参加ください。

●申込方法

土成中央公民館に9月9日（水）までにお申し込みください。

【お問い合わせ先】

土成中央公民館

（土成トレーニングセンター内）

Tel 0888(695)5305

今年も開催予定！

やねこじき展

申込締切
9月18日
（金）
必着

昨年スタートした『新生やねこじき』。工夫を凝らし、より自由に手作りしたものを町中に飾り、見る人を楽しませ、おもてなしします。ただいま出展者を募集中です。ぜひ参加してみませんか。

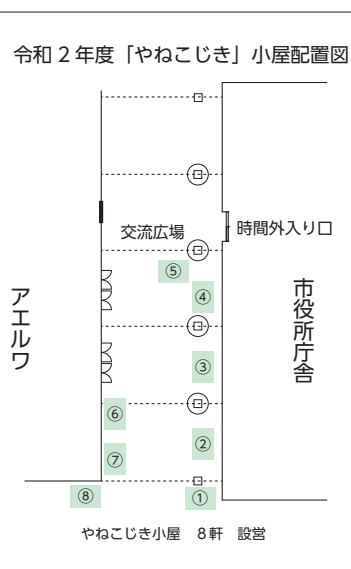
また、期間中（17日9時～18日13時）人気投票を行いますので、皆さまのご投票をお願いします。

展示期間

10月17日（土）・18日（日）

展示場所

市役所庁舎とアエルワの間の交流広場を予定しています。（左図参照）



出展方法

申込書に必要事項を記入して、メール・ファックス・郵送でお申し込みください。申込書は、阿波市内公民館、図書館、市役所、商工会の窓口にあります。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、中止となる場合があります。

【お問い合わせ先】 やねこじき・de・町おこしの会
Tel 080(3611)9549 Fax 0883(36)3490 Mail yanekojiki@gmail.com

秋風に吹かれて、心地よい 健康ウォーク！



令和2年6月 土成コース（熊谷寺）

私たち市場町歩こう会では、月に1回5km～8km程度を町内中心にウォーキングしています。一緒に歩いてみませんか？

心地よい風を感じ、楽しくおしゃべりをしながらみんなとウォーキング！ 楽しく歩けば、心も体も爽快です。

自然を楽しみながら思いっきり汗をかくて、健康な体づくりを一緒にしましょう！

《ウォーキング予定》（集合場所・時刻）

10月11日（日） 大野島コース7km 《切幡口→尊光寺》

（阿波市役所本庁舎）・8時30分集合

11月20日（金） 石山寺周辺コース4km

琵琶湖湖畔を巡るウォークです。

（阿波市役所本庁舎）・7時出発（別途案内）

12月6日（日） 尾開コース（市場・尾開）8km

（市場コミュニティセンター）・8時30分集合

参加ご希望の方は、お近くの運営委員さん、または事務局担当者までご連絡ください。

【申込・お問い合わせ先】

市場町歩こう会 事務局

中田 正勝

Tel 080(5665)0319

*** お問い合わせ * <あわみちゃん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

秋の味覚ブドウ



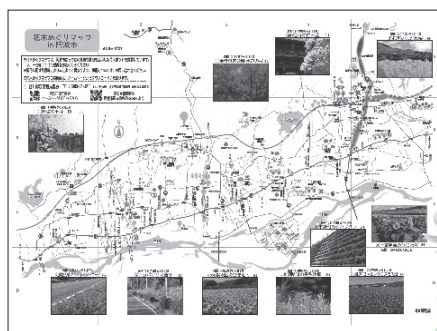
阿波市土成町はたくさん
の直売所が並ぶブドウの産
地です。
ブドウには、ビタミンや
ミネラル、ポリフェノール
など、たくさんの栄養素が

含まれており、疲労
回復や栄養補給にも最適
です。
旬のおいしいブドウを食べて残
暑も元気に乗り切りましょう！



花木めぐりマップ 配布中

阿波市内の花木スポット情報を掲
載したマップを作製しました。市内
には、寺院や公園の他に休耕田や遊
休農地などを活用した、農業のまち
阿波市ならではの花スポットがたく
さん！



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。宝探しのようないきいきした花
賞はいかがでしょうか。
また、今年は地域団体と共に、遍路
道の景観整備として新しく球根を植え
付けます。より色鮮やかな遍路道沿い
をお楽しみに。



9月 公民館・勤労青少年ホーム行事予定表

公民館・勤労青少年ホームの行事をお知らせします。開催日時などは変更されることがあります。詳細は、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
第2・4火曜日	パッチワーク
水曜日	スローエアロビック
木曜日	ダンススポーツ
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

土成中央公民館 TEL 088(695)5305	
開催曜日	行事名
水曜日	合唱団・フラワーサークル
第2水曜日	墨絵他サークル
木曜日	英会話教室
第1木曜日	すみれ会
第1・3木曜日	絵画勉強会
第3・4木曜日	ピラティス講座
金曜日	社交ダンス・スポーツダンス
土曜日	合唱団

勤労青少年ホーム TEL 0883(36)6464 ※勤労青少年ホームの利用には登録が必要です。登録料は年1,000円です。	
開催曜日	行事名
月曜日	バドミントン
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(土成トレーニングセンター)・フットサル(土成トレーニングセンター)

市場公民館 TEL 0883(36)6464	
開催曜日	行事名
第2・4火曜日	生け花
第3火曜日	手作り講座
第3木曜日	短歌
第4木曜日	粘土細工
第4金曜日	七宝焼
第2・4金曜日	水彩画
第3金曜日	俳句

八幡公民館 TEL 0883(36)3004	
開催曜日	行事名
火曜日	フラダンス教室
第2・4火曜日	生け花
水曜日	詩吟
最終水曜日	成人講座(歴史についての勉強会)
第2・4木曜日	パッチワーク
最終木曜日	生け花
金曜日	和紙ちぎり絵
第2・4金曜日	詩吟
第3土曜日	詩吟
第3月曜日	笑楽幸やわた(生き生きサロン)

大俣公民館	
※改築工事に伴い、2019年11月から 2021年3月(予定)まで、休館しています。	

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
第1・2・3月曜日	笑いヨガ
第1・3月曜日	鍵盤大正琴
第2・4月曜日	被服のリフォーム
火曜日	舞踊・3B体操
第2火曜日	手芸教室
水曜日	太極拳・踊り(民謡)・カラオケ
第1水曜日	明日を語る会
第1・2水曜日	詩吟
木曜日	カラオケ・コーラス
第1・3木曜日	朝活ストレッチ
金曜日	囲碁・100歳体操・コーラス
土曜日	詩舞・舞踊・詩吟

林公民館 TEL 0883(35)2078	
開催曜日	行事名
月曜日	舞踊・銭太鼓・詩吟
第1・3・5月曜日	太極拳
火曜日	社交ダンス
第2火曜日	林サロン
第2・4火曜日	木目込み人形・大正琴・詩吟
水曜日	囲碁・空手
第2水曜日	川柳・貯筋運動
木曜日	社交ダンス・舞踊
第1・2・3木曜日	ヨガ・絵手紙
第2・4木曜日	大正琴・太極拳
金曜日	カラオケ・社交ダンス・3B体操・将棋
土曜日	詩吟・コーラス・社交ダンス
日曜日	民謡
第2・4日曜日	日本語支援教室

伊沢公民館 TEL 0883(35)2152	
開催曜日	行事名
月曜日	大正琴・社交ダンス
第3月曜日	かずら編み
最終月曜日	生け花
火曜日	社交ダンス
第3火曜日	水墨画
水曜日	油絵・社交ダンス
第1・3水曜日	大正琴
木曜日	阿波居合道伝習会・三味線
第2・4木曜日	ちぎり絵
金曜日	社交ダンス
第2金曜日	写真
第4金曜日	スポーツ少年団
土曜日	詩吟
第2・4土曜日	社交ダンス
第2土曜日	俳句
第1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 ・テレビミュージアム ・県総合技術支援センターから最新情報 ・マンスリーニュース（8月分）	30 お花ダイスキ！ シネマ☆クロス 徳島県活き活き シニア放送講座	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		30 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（2分）		
	02 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・テレビミュージアム ・県総合技術支援センターから最新情報 ・マンスリーニュース（8月分）	02 お花ダイスキ！ シネマ☆クロス 徳島県活き活き シニア放送講座	02 ACN週刊ニュース ★阿波市内で 行われた行事を 放送！
11	00 文字放送 30 旬感！あわだより		00 文字放送 30 阿波ベジックキング
午後			
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		
1	40 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・テレビミュージアム ・県総合技術支援センターから最新情報 ・マンスリーニュース（8月分）	40 お花ダイスキ！ シネマ☆クロス 徳島県活き活き シニア放送講座	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 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（2分）		
	02（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！	02 とくしまハーツ 32 あわだより	02 スローエアロビック 阿波踊り体操
5	00 文字放送～ 30 歯の健康 ～お口のケアの大切さ～		
6	00 文字放送		
7	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・テレビミュージアム ・県総合技術支援センターから最新情報 ・マンスリーニュース（8月分）	30 お花ダイスキ！ シネマ☆クロス 徳島県活き活き シニア放送講座	30 ACN週刊ニュース ★阿波市内で 行われた行事を 放送！
8	00（再放送）ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック！		00 とくしまハーツ 30 あわだより
9	00 阿波市民憲章、阿波踊り体操・スローエアロビック・いきいき体操		
10	30 ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・テレビミュージアム ・県総合技術支援センターから最新情報 ・マンスリーニュース（8月分）	30 お花ダイスキ！ シネマ☆クロス 徳島県活き活き シニア放送講座	30 ACN週刊ニュース ★阿波市内で 行われた行事を 放送！
11	00 文字放送		
12	00 ジャパネットチャンネルDX 翌朝、6時まで放送！		

※番組の詳細はACNホームページおよびデジタル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・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、
9月30日(水)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。

久勝公民館

休館のお知らせ

久勝公民館は、改修工事に伴い令和2年9月26日（土）から令和3年3月（予定）まで、休館いたします。
ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。



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、意見などをお聞きして、それらの解決を目指し、行政運営の改善に反映させるものです。

9月の行政相談日

7日（月） 阿波健康福祉センター
14日（月） 市場総合福祉センター
23日（水） 吉野地域福祉センター
28日（月） 土成保健センター

時間は全て13時30分～16時です。
相談は無料で、秘密は固く守られます。

【お問い合わせ先】

社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会地域福祉課
TEL.0883(36)5511

市民が企画 ～市民講座～

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

市場公民館

9月3日（木）13時30分
倭国は阿波にあった パート②
講師 島勝 伸一氏
（吉野川に生きる会 会長）

市場図書館

9月17日（木）13時30分
幕末から近代国家への胎動
明治維新について パート①
講師 沖野 勝徳氏
（とくしま学博士）

【連絡先】

二條
TEL.090(2786)0833

ウグイスさんの フォトニュース



藍染めでハンカチづくり



8月7日、市場かもめこども園で阿波市場地域資源保全隊との交流があり、5歳児30名が、講師の近藤真里さんと安田佳子さんに染め方を教わりながら、隊員と一緒に藍染めでハンカチを作りました。

園児たちは「青くなーれ」と唱えながら、ハンカチを藍の液につけたり、空気に触れさせたりして、真っ白だったハンカチが最後にはきれいな藍色に染まりました。園児たちはでき上がった世界にただけのハンカチに大満足でした。

レタスの収穫



7月9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25名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。

人権擁護委員が「食事をする時は、いただきます、ごちそうさまと言いつつ、ありがとうございます」と感謝の気持ちも忘れないでね」と話し、子どもたちは命の大切さを感じながら、スープに調理された収穫したレタスを給食と一緒にいただきました。

戦争体験を語り継ぐ会



8月4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年生や婦人会員らが参加しました。

講師の田中澄子さん（市場町）は、戦時中に徳島市で女学生時代を過ごし、勤労奉仕や学徒動員で働かなければならぬ、ほとんど勉強ができなかったことや徳島大空襲時の悲惨な状況などを話しました。田中さんは「平和は本当にありがたいことだということをお忘れずに、これからも人生を楽しんでほしい」と語りました。

無病息災を祈る



7月20日、吉野町の五條神社で、けがれを祓い無病息災を願う「夏越大祓祭」があり、五条地区の住民約20名が参加しました。参加者は、氏子らが地元のカヤで作った直径約2m50cmの「茅の輪」を左回り、右回り、左回りの順にハの字を描くように3回くぐりました。

あわ地域若者サポート

ステーション

ハローワーク
出張ブース

ハローワーク美馬・吉野川
出張相談を行っています

相談は無料で、事前予約制です。秘密は厳守いたしますので、お気軽にお問い合わせください。

○日程
ハローワーク吉野川

9月25日(金)

13時～16時まで

ハローワーク美馬

9月28日(月)

13時～16時まで



【お問い合わせ先】

あわ地域若者サポート

ステーション

(運営)公益社団法人

徳島県労働者福祉協議会

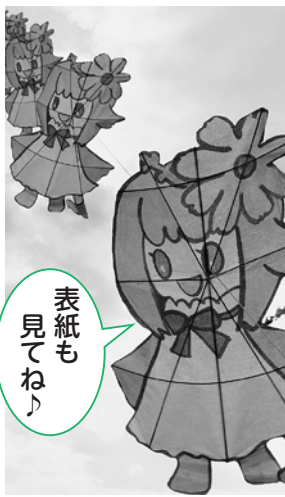
Tel 088(637)7553

元気な世の中願い、アマビエの凧を制作

土成町の矢部照征さん・ヤエ子さん夫妻が、新型コロナウイルスの収束を願い、疫病退散の言い伝えがある妖怪アマビエを描いた連凧を制作しました。

矢部さん夫婦は、1981年から趣味で凧作りをしており、阿波市観光協会マスコットキャラクター「あわみちゃん」や阿波おどりなど徳島にゆかりのある凧などを制作され、県内外の大会にたくさん参加されています。

照征さんは「1日でも早くコロナが終息し、いろいろなイベントに参加したいです。これからは既成概念にとらわれず、新しい凧を作っていきます」と話されました。



来年のオリンピックへ向けて

若手農業者集団GOTTO阿波が、来年開催予定の東京オリンピック選手村での食料提供に向けて、徳島県と阿波市のブランド野菜「GOTTO美ナス」の生産や販売、魅力の発信に取り組みんでいます。

仲間とともにブランドをつくり上げる面白さや、生産者自身が販売に携わることがGOTTO阿波の魅力であり、これまでも独自の手法で販路拡大に成功してきました。

寺井稔会長は、「来年に向けて、引き続き、美ナスのPRや栽培に関する試みなどを推し進めていきます」と抱負を述べました。



阿波市以外のお知らせ

鴨島支援学校

「ふれあい交流作品展」

鴨島支援学校は、運動会や学校祭などで飯尾敷地小学校、鴨島第一中学校、川島高等学校と交流・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っています。ぜひご来場ください。

●とき 10月5日(月) 13時から
10月16日(金) 15時まで

●ところ アクアシティー (入場無料)

※展示時間はアクアシティーの営業時間に準じます。

【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、申し込み手続きは簡単です。

ホームページに制度説明動画やQ&Aなど建退共制度の情報が記載されています。

建退共 でアクセスしてください。

【お問い合わせ先】

建設業退職金共済事業徳島支部

TEL 088(622)3113

三好市医師会准看護学院

令和3年度入学試験のご案内

試験区分

推薦入試・社会人入試

募集人員

20名(推薦入試・社会人入試・一般入試入学者含む)

●出願期間 10月1日(木)～10月12日(月)

16時まで

出願方法

願書を郵送または持参してください。

※郵送の場合、当日の消印有効

●試験日 10月18日(日)

●合格発表日 10月30日(金)

※試験区分ごとに試験内容が異なります。

※出願要件など詳しくは、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

● 9月の催し物の案内 ●

※内容が変更・中止となる場合があります。ご了承ください。

敬老イベント「おじいちゃん、おばあちゃんいつもありがとう♡」
期間：19日(土)～21日(月・祝)
対象：期間中、本などを借りてくれた方

吉野笠井図書館
投票期間：12日(土)～27日(日)
発表：10月3日(土)
対象：どなたでも

土成図書館
「リニールオープン記念イベント 土成図書館キャラクター投票」
「みんなでキャラクターをえらぼう☆」

市場図書館
敬老の日イベント
「和柄のしおりプレゼント」
期間：1日(火)～プレゼントが無くなり次第終了
対象：大人の方

阿波図書館
ピアノ自動演奏会
日時：13日(日) 11時～14時
題目：ピアノで聴く 石原裕次郎
27日(日) 11時～14時
題目：ピアノで聴く 「別れの夜明け」など 谷村新司「昴」など

メンバー募集しています
図書館と一緒に、活動や勉強をしてみませんか？
《読み聞かせボランティアグループ》
☆おはなしベルの会
阿波図書館のおはなし会
毎月第2・第4土曜日 14時～
【お問い合わせ先】
Tel 0883(35)5101 (阿波図書館)

☆よみかせ どんぐり
市場図書館のおはなし会
毎月第3土曜日 10時30分～
【お問い合わせ先】
Tel 090(1325)6053 (代表：村上 洋子さん)

《各講座》
☆古文書解読講座
開講日時：毎月第3金曜日 10時～12時
場所：市場図書館 視聴覚室
講師：谷本 清先生
※受講無料
テキストは講座で準備します。
【お問い合わせ先】
Tel 0883(36)6455 (市場図書館)

見学からでも可能です。
ご興味のある方はいつでもお問い合わせください。

各図書館より新刊のお知らせ

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●
『大江戸火龍改』
夢枕 獏／著・講談社

●小説●
『サキの忘れ物』
津村 記久子／著・新潮社

●小説●
『囚われの山』
伊東 潤／著・中央公論新社

●絵本●
『まあるくなーれわになれ』
真珠 まりこ／作・絵・鈴木出版

阿波図書館

- ・教養書・「一瞬で笑わせる技術」 川堀 泰史／著
- ・実用書・「日本画思い通りに描く基本と応用のコツ40」 中村 鳳男／監修
- ・エッセイ・「村上T 僕の愛したTシャツたち」 村上 春樹／著
- ・絵本・「そのときんちはどこにいる？」 榎原 千秋／監修、きたがわ めぐみ／作

土成図書館

- ・教養書・「おうち性教育はじめます」 フクチ マミ／著
- ・実用書・「1日のおわりにもふもふタイム」 松原 卓二／写真・文
- ・大活字本・「猫見酒」 風野 真知雄／著
- ・児童書・「戦争にいったうま」 いいい ゆみ／作、大庭 賢哉／絵

市場図書館

- ・教養書・「世界の美しくてミステリアスな場所」 パインターナショナル／編著
- ・実用書・「できるテレワーク入門」 法林 岳之 ほか／著
- ・小説・「十二人の手紙 改版」 井上 ひさし／著
- ・絵本・「魔進戦隊キラメイジャーひみつ百科」 永岡書店／出版

吉野笠井図書館

- ・教養書・「謎のアジア納豆」 高野 秀行／著
- ・実用書・「子どもが片づけしたくなる104のアイディア」 小堀 愛生／著
- ・小説・「心霊探偵八雲 12 魂の深淵」 神永 学／著
- ・絵本・「はかせのふしぎなプール」 中村 至男／さく



阿波市立図書館 9月のカレンダー

■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

情報満載！
阿波市立図書館
Facebookを
チェック！



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
各図書館のイベントの詳細につきましては、左ページの催し物の案内をご覧ください。						
6	7	8	9	10	11	12
	休館日(全館)					
13	14	15	16	17	18	19
◎ピアノ自動演奏会(阿波) 11:00～、14:00～	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)		◎市民学習講座(市場) 13:30～	◎古文書解読講座(市場) 10:00～	
20	21	22	23	24	25	26
◎映画会(阿波) 14:00～	敬老の日 開館します	秋分の日 開館します	休館日(全館)			
27	28	29	30	☆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)		
◎ピアノ自動演奏会(阿波) 11:00～、14:00～ ◎子ども映画会(市場) 14:00～	休館日(全館)					

9月の特集

阿波図書館 児童・・・だいうんどうかい 一般・・・備えあれば憂いなし
市場図書館 児童・・・みえるかな？ おつきさま 一般・・・災害列島・日本
土成図書館 児童・・・あきをたべちゃうぞ。 一般・・・新書 読んでみんしょ
吉野笠井図書館 児童・・・けいろうのひ。 一般・・・はじめの一步 RUN! RUN! RUN!

9月の映画会のお知らせ

阿波図書館

■映画会
・20日(日) 14:00～15:45
『クレイマー、クレイマー』
仕事第一の夫テッドが帰宅すると、荷物をまとめた妻ジョアンナが待ち受けていた。
ジョアンナは「誰かの娘や妻ではない自分自身を見つけたい」と言い去り、残された息子とテッドの二人暮らしが始まる。家事の失敗や、息子とのケンカも乗り越えて父と子に深い絆が芽生えてきた頃、息子の養育権を主張するジョアンナが訪れた…。
アカデミー賞を始め、数々の賞を総ナメにした79年の代表作。
(第52回アカデミー賞 主要5部門受賞 日本語字幕)

市場図書館

■子ども映画会
・27日(日) 14:00～14:50
『ざんねんないきもの事典 2』
「シマリスのしっぽはかんたんに切れるが、再生はしない」など、一生懸命だけどどこか「ざんねん」な進化を遂げた、いきものたちを紹介します。
児童書「ざんねんないきもの事典」を原作にしたショートアニメ。

利用者の皆さまへお願い

阿波市立図書館では新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、館内設備や資料の除菌作業を定期的に行っております。

- ご来館の際は『身体的距離の確保』『手指の消毒』『マスクの着用』にご協力ください。
- 発熱や味覚・嗅覚の異常など、体調がすぐれないと感じた時は来館をお控えください。

ご迷惑をおかけいたしますが、引き続きご協力をお願いいたします。



休日および平日夜間救急当番医

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

月 ~ 土 18時~ 22時まで

日曜・祝日 9時~ 22時

当番医連絡先

医療機関名	電話番号
笠井病院	0883-35-2720
太田診療所	0883-36-2076
おおつか内科	0883-35-6070
大串医院 (眼科)	088-696-3133
大久保医院	088-696-2037
板東眼科	088-695-5139
阿波病院	0883-36-5151
大野病院	088-695-2112
乾内科外科	088-695-5006
赤池内科	0883-36-6565
森下医院	0883-35-5656
村上医院	0883-35-6410
松本眼科	0883-35-7128
林内科医院	0883-35-6226
西川内科クリニック	0883-35-8080
中山医院	088-696-4662
重清内科外科	0883-35-6160
さかまき整形外科	0883-35-7880
近藤医院	0883-36-2011
御所診療所	088-637-8033
金塚内科	088-695-5858

※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。

9月10日から9月16日までは「自殺予防週間」です

やりとりから感じられる部分

内 容 談 話

生活が立ち行かなくなりそうか

相 談 先

家族に相談しているか

行政などの相談機関に相談しているか★

話 し 方

話のつじつまが合わない

話の内容と声のトーンがちがう

外 観 的 に 感 じ ら れ る 部 分

態 勢 や

うなだれている・明らかに元気がない

表 視 線 情 や

表情に乏しい

今にも泣きだしそうである

身 な り

服装や持ち物、髪型の乱れ・汚れ

季節や場にそぐわない嗜好をしている

目の焦点が定まらない

思いつめたような表情をしている

●変化の項目

まわりの人で、なんとなく「あれ?」「おかしいな?」と思うことはありますか? 次の項目を参考にしてみてください。

★主な相談先

いのちの希望

TEL088(623)0444

とくしま自殺予防センター

TEL088(602)8911

いのちを支える

〈資料〉いのちを支える自殺対策推進センターより

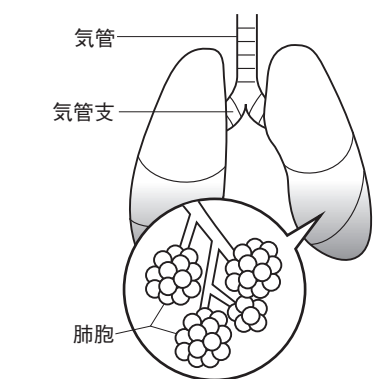
❖肺がん検診を受けませんか❖

対 方 法…胸部エックス線検査
象 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。



喫煙指数＝1日の本数×吸った年数

※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。

なお、肺がん巡回検診の詳細は、今月号の広報折り込みチラシをご覧ください。



9月の健康だより

●お問い合わせは● 健康推進課 TEL:0883-36-6815

母子・乳幼児健診／相談

日	受付時間	事 業 名	会場
8日(火)	12:30~13:00	1歳6カ月児健診	土成H
15日(火)	12:30~13:00	乳児健診	土成H
17日(木)	12:30~13:00	3歳児健診	阿波H
24日(木)	12:30~13:00	乳児健診	阿波H

※会場のHは保健センターの略です。

健診／相談の中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、2歳児健診(9月29日)と乳幼児相談(9月15日・24日)は中止させていただきます。



集 団 検 診

※5月にお送りした「がん検診・特定健診のお知らせ」(黄色の封筒)に同封した申込用紙を記入し、健康推進課もしくは各支所地域課へお申し込みください(電話での申し込みもできます)。

日	時間	検診項目	会場
14日(月)	8:00~10:30	○がん検診 (胃・肺・大腸・前立腺・乳)	吉野H
23日(水)		○特定健診 ○フレッシュ健診	土成H

※9月・10月の胃がん検診はすでに定員に達しました。申し込みをされていない方の当日受診はできません。

今月の肺がん巡回検診

(皆さんの家の近くまで検診車が参ります)

日	会 場
4日(金)	阿波町内
10日(木)	土成町内
16日(水)	市場町内
25日(金)	土成町内

※折り込みチラシをご覧ください。

運 動 教 室

日	時 間	対 象 者
2日(水)	受付 13:00~13:30 実施 13:30~15:00	令和1・2年度に国保の特定健診を受診した方 (40~74歳まで)

会 場 阿波農村環境改善センター 多目的ホール

(阿波支所 北側)

準備物 ヨガマット(なければバスタオル)、室内用シューズ、マスク、水分補給、汗拭きタオルなど(感染予防のため、ヨガマットの貸し出しは中止します)。

※会場・準備物が変更になっているのでご注意ください。
※初めて参加される方は、特定健診結果表を持参してください。

子育て世代包括支援センター

助 産 師 相 談 日

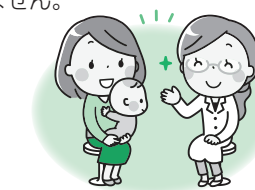
日	受付時間	対 象 者	会場
2日(水)	10:00~12:00	阿波市に住民票のある妊婦・産婦・新生児・乳児など	阿波市役所 1階 健康推進課内
8日(火)			
17日(木)	13:00~15:00		子育て世代包括支援センター
29日(火)			

【内容】

- 骨盤ケア (妊娠時から産後の骨盤のゆるみ、ゆがみを予防する、痛みをやわらげる、ベルトのつけ方など)
 - 陣痛から出産のながれ
 - 妊娠中の過ごし方
 - 新生児・乳児のお世話の仕方や授乳のこと
- ※来庁でゆっくり相談したい方は事前にご連絡ください。

お 知 ら せ

助産師より妊娠32週以降をむかえた方にお電話をしています。妊娠中や産後の生活、出産のことなどお気軽にお尋ねください。



「特別相談窓口」の開設

新型コロナウイルス感染拡大を受け、8月1日付けで保健師、看護師を構成とした「感染症対策チーム」を設置し、身近な相談窓口として健康推進課内に「特別相談窓口」を開設しました。

【相談内容】 ●外出の自粛などによる高齢者の健康に関する相談 (引きこもり、認知症、フレイルなど)

●健康面の不安や健康維持に関する相談など
TEL 0883(36)6815

【相談窓口】

STOP! あおり運転!!

あおり運転に対する罰則の創設と行政処分の整備

あおり運転
をした場合



① 妨害運転(交通の危険のおそれ)

他の車両などの通行を妨害する目的で、**一定の違反**(※10類型の違反。下図参照) 行為であって、当該他の車両などに道路における交通の危険を生じさせるおそれのある方法によるものをした場合。

3年以下の懲役 または 50万円以下の罰金

違反点数 25 点 **免許取消し**(欠格期間 2 年)

※前歴や累積点数がある場合には最大 5 年

あおり運転
のせいで 危険が
生じた場合



② 妨害運転(著しい交通の危険)

①の罪を犯し、よって高速自動車国道などにおいて他の自動車を停止させ、その他道路における著しい交通の危険を生じさせた場合。

5年以下の懲役 または 100万円以下の罰金

違反点数 35 点 **免許取消し**(欠格期間 3 年)

※前歴や累積点数がある場合には最大 10 年

一定の違反 妨害(あおり)運転の対象となる 10 類型の違反



- 「思いやり・ゆずり合い」の運転を！
- ドライブレコーダーをつけましょう！
- あおり運転を受けたときは、車外に出ることなく 110 番を！

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 1 5 8 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5日・19日

(全て土曜日・19日は上物市同時開催)

時間 8時30分までに受付された方を対象に、出荷順を抽選で決定します。せり市は13時から開催します。

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 0883(36)4998
Tel 090(4333)9824 松永

にっぽん縦断マニラ旅

お手紙募集

NHKBSプレミアムで放送予定の、「にっぽん縦断マニラ旅（2020秋の旅）」が、9月21日、北海道をスタートし、青森、岩手、宮城、福島を南下し、四国に入り、徳島、香川、愛媛、高知を巡ります。

番組では、皆さんからのお手紙で旅のルートを決定するため、阿波市内の「忘れられない場所、風景」にまつわる手紙を募集しています。

徳島県の放送予定

11月30日（月）～12月4日（金）

応募期限

10月12日（月）必着

応募内容

住所、氏名、電話番号、性別、年齢、思い出の場所、風景にまつわるエピソード

応募方法

番組ホームページ

<https://nhk.jp/kokorotabi>

FAX 03(3465)1327

郵送 〒150-8001

NHK「にっぽん旅」係

【お問い合わせ先】

NHKふれあいセンター

Tel 0570(066)066

または

Tel 050(3786)5000



九月編

ウグイスばあちゃんの知恵袋

最近是一年中見ることも多くなったけど、コスモスは秋桜とも書くように、秋の花だな。阿波市では市の花として大切に育てられ、特に9月ぐらいから休耕田によう咲いたりするな。

「コスモス」という名前の由来は、ギリシャ語にある、宇宙や秩序の意味を持つ言葉なんや。そこから転じて美しい花を表す言葉になったみたいじゃ。

今は外出するんにも気を遣うし、好きなことも思うようにできんかもしれない。そういう時は近所のコスモスが風に揺れとるんとかを見て、気分転換しながら、しわしわいこうなあ。



広告を掲載しませんか？

「広報阿波」は毎月14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは秘書人事課 TEL.0883(36)8701 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。



解約

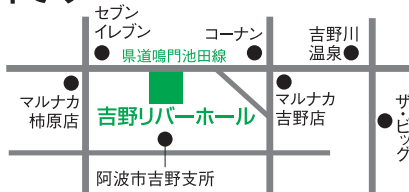
互助会システムの掛け金はいつでも解約できます。ご相談ください。

葬儀の事前相談 毎日しています！

毎日 8:30～17:30

吉野リバーホール安心ポイント

- ◎ 病院などへのお迎えにも寝台車24時間対応!!
- ◎ 病院などから会館への安置も24時間対応です
- ◎ 送迎マイクロバス無料です



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

5,000円以上で
無料配達
【配達エリア】
阿波市／吉野川市／上板町
阿波市土成町土成寺大法寺8
Qハートプラザ住友 検索
年中 ハートプラザ住友
無休 088-695-3224



職人のこだわり食材（特製和風ソース使用）
ローストビーフ弁当+税 2,880円+税
(税込3,110円)

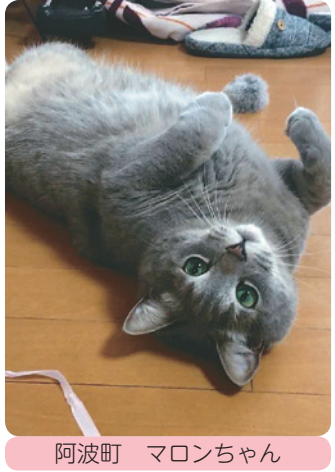


国産牛ステーキ（特製和風ソース使用）
ステーキ重<竹> 1,480円+税
(税込1,598円)



なでしこ弁当 2,000円+税
(税込2,160円)
※食材の入荷状況により、
お料理内容・容器が変更になる場合がございます。

うちの子一番



後期高齢者医療保険料	今月の納税・保険料	
	市県民税	第二期
	9月30日(水)	納期限

— 阿波市のうごき —

■ 令和2年7月末現在人口
(住民基本台帳によるもの)
男：17,586人 (+9)
女：19,173人 (-9)
計：36,759人 (0)
■ 世帯：15,425世帯(+31)

平均年齢：51.3歳 ()内は前月比

■ 転入等：80人	■ 出生：17人
■ 転出等：67人	■ 死亡：30人

大人の学校

生きる場所 遊ぶ場所 学ぶ場所

1日体験入学

募集中!!

お気軽に
お問い合わせ
ください!!

お問い合わせは下記まで

悠遊大学事務局
〒771-2107 徳島県美馬市美馬町字八幡115番地
(重清西小学校内)
ここにふくごい 担当
0883-55-2951 藤丸

悠遊大学

広報クイズ 答えはなに? 今月号を
よくご覧ください。 Q

①9月10日から9月16日までは「〇〇〇〇週間」です。〇は何?
②STOP! 〇〇〇運転!! 〇は何?

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

応募先 〒771-1695 徳島県阿波市市場町切幡字古田201番地1
阿波市役所 広報クイズ係
締め切り 9月23日(水)必着

※応募は、1人につき1通に限ります。
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。
多数の方のご参加、お待ちしております!

